

365.52
1/521



ปัจจัยทางจิต - สังคมที่ส่งผลต่อความคิดฆ่าตัวตายในวัยรุ่น เขตกรุงเทพมหานคร
PSYCHO - SOCIAL FACTORS EFFECTED TO SUICIDAL IDEATION
OF ADOLESCENT IN BANGKOK

รายงานการวิจัย

ของ

นางสาวกนกพร	วิริยะโพธิ์ชัย
นางสาวกนกอร	ไผ่ทอง
นางสาวกรภัทร	ธนะภูรีณี
นางสาวศรินทิพย์	ชูฟ้าอาตม์
นายหนัธเนศร์	เอื้อกิตติโรจน์

20 ส.ค. 2549

รายงานการวิจัยฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการเรียนการสอนรายวิชา
จิต325 วิธีการวิจัยในจิตวิทยาพัฒนาการสาขาจิตวิทยา
คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
กุมภาพันธ์ 2549

h 285735

ปัจจัยทางจิต - สังคมที่ส่งผลต่อความคิดฆ่าตัวตายในวัยรุ่น เขตกรุงเทพมหานคร
PSYCHO - SOCIAL FACTORS EFFECTED TO SUICIDAL IDEATION
OF ADOLESCENT IN BANGKOK

รายงานการวิจัย
ของ

นางสาวกนกพร	วิริยะโพธิ์ชัย
นางสาวกนกอร	ไผ่ทอง
นางสาวภรภัทร	ธนะภูรีณี
นางสาวศรินทิพย์	ชูฟ้าอาตม์
นายณัฏฐเนตร์	เอื้อกิตติโรจน์

รายงานการวิจัยฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการเรียนการสอนรายวิชา
จิต325 วิธีการวิจัยในจิตวิทยาพัฒนาการสาขาจิตวิทยา
คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
กุมภาพันธ์ 2549
(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ)

ปัจจัยทางจิต - สังคมที่ส่งผลต่อความคิดฆ่าตัวตายในวัยรุ่น เขตกรุงเทพมหานคร

PSYCHO - SOCIAL FACTORS EFFECTED TO SUICIDAL IDEATION

OF ADOLESCENT IN BANGKOK

บทคัดย่อ

ของ

นางสาวกนกพร	วิริยะโพธิ์ชัย
นางสาวกนกอร	ไผ่ทอง
นางสาวภรภัทร	ธนะภูรีณี
นางสาวศรินทิพย์	ชูฟังอาตม์
นายนันธเนศร์	เอื้อกิตติโรจน์

รายงานการวิจัยฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการเรียนการสอนรายวิชา

จิต325 วิธีการวิจัยในจิตวิทยาพัฒนาการสาขาจิตวิทยา

คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

กุมภาพันธ์ 2549

กนกพร วิริยะโพธิ์ชัย, กนกพร ไผ่ทอง, ภรภัทร ธนะภุรี, ศรีนทิพย์ ชูพึ่งอาตม์ และนันธเนศร์ เอื้อกิตติโรจน์.

(2549). ปัจจัยทางจิต - สังคมที่ส่งผลต่อความคิดฆ่าตัวตายในนักเรียนวัยรุ่น เขตกรุงเทพมหานคร.

รายงานการวิจัย วท.บ. (จิตวิทยา). กรุงเทพฯ: ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อาจารย์ที่ปรึกษา: อาจารย์ ดร. เรวดี ทรงเที่ยง.

งานวิจัยนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางจิตและปัจจัยทางสังคมกับความคิดฆ่าตัวตายในวัยรุ่น และเพื่อศึกษาปัจจัยทางจิตและปัจจัยทางสังคมที่ส่งผลต่อความคิดฆ่าตัวตายในวัยรุ่น มีสมมติฐานการวิจัยว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง ความเชื่ออำนาจภายในตน สัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับสมาชิกในครอบครัว และสัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับเพื่อนมีความสัมพันธ์ทางลบกับความคิดฆ่าตัวตาย และปัจจัยทางจิต - สังคม ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน สัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับสมาชิกในครอบครัว และสัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับเพื่อน สามารถทำนายความคิดฆ่าตัวตายในวัยรุ่นได้

งานวิจัยชิ้นนี้เป็นงานวิจัยเชิงสหสัมพันธ์ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 6 ที่กำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี เขตกรุงเทพมหานคร ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2548 จำนวน 531 คน จัดตัวอย่างเข้ากลุ่มด้วยวิธีการสุ่มแบบชั้นภูมิ (Stratified Random Sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นแบบสอบถามประสพการณ์ชีวิต ซึ่งประกอบด้วยแบบสอบถามจำนวน 6 ฉบับ ได้แก่ แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว แบบสอบถามความคิดฆ่าตัวตาย แบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเอง แบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน แบบสอบถามสัมพันธภาพกับครอบครัว และแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อน โดยใช้การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) แบบสเตปไวส์ เป็นสถิติในการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการวิจัยสรุปว่า

1. การเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์ทางลบกับความคิดฆ่าตัวตายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. ความเชื่ออำนาจภายในตนมีความสัมพันธ์ทางลบกับความคิดฆ่าตัวตายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
3. สัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับสมาชิกในครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางลบกับความคิดฆ่าตัวตายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
4. สัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับเพื่อนมีความสัมพันธ์ทางลบกับความคิดฆ่าตัวตายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
5. ตัวแปรที่สามารถทำนายความคิดฆ่าตัวตายในวัยรุ่นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ตามลำดับ ได้แก่ สัมพันธภาพกับครอบครัว(FA) สัมพันธภาพกับเพื่อน(FR) ความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน(LC) และการเห็นคุณค่าในตนเอง(SE) โดยทั้ง 4 ตัวแปรสามารถร่วมกันทำนายความคิดฆ่าตัวตาย ได้ร้อยละ 36.5 มีความคลาดเคลื่อนมาตรฐานการทำนายเท่ากับ 5.31 และมีค่าสหสัมพันธ์พหุคูณเท่ากับ .604

สามารถเขียนเป็นสมการการทำนายในรูปคะแนนดิบ ดังนี้

$$\hat{Y} = 59.064 - 0.253(FA) - 0.222(FR) - 0.276(LC) - 0.203(SE)$$

สมการในรูปคะแนนมาตรฐาน คือ

$$Z = - 0.250(FA) - 0.191(FR) - 0.177(LC) - 0.161(SE)$$

ประกาศคุณูปการ

รายงานการวิจัยฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยความกรุณาอย่างยิ่งของ อาจารย์ ดร. เรวดี ทรงเที่ยง อาจารย์ที่ปรึกษางานวิจัย อาจารย์อนุ เจริญวงศ์ระยับ ที่ช่วยให้คำปรึกษาในการวิเคราะห์ข้อมูล และ อาจารย์เปี่ยมสุข พุ่งกาวิ ที่ช่วยให้คำแนะนำในการสืบค้นข้อมูลเพื่อการค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งเพื่อนๆ กลุ่ม 1, 2 และ 10 ที่ช่วยตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย ให้คำแนะนำชี้แนะแนวคิดและข้อเสนอแนะต่างๆ ตลอดจนแก้ไขข้อบกพร่องอย่างละเอียดและเอาใจใส่เป็นอย่างดีมาโดยตลอด ทำให้รายงานการวิจัยฉบับนี้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น คณะผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาและขอกราบขอบพระคุณอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

ขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์ ในภาควิชาจิตวิทยาทุกท่านที่ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้แก่คณะผู้วิจัย

ขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์ โรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี ที่กรุณาสละเวลาในช่วงการเรียนการสอน จัดเตรียมสถานที่ และจัดเตรียมนักเรียน ในการเก็บรวบรวมข้อมูล เป็นอย่างดี

ขอขอบคุณนักเรียน โรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี ทุกคน ที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามครั้งนี้

คุณค่าและประโยชน์ของรายงานการวิจัยฉบับนี้ ขอมอบเป็นเครื่องบูชาพระคุณคุณพ่อคุณแม่ที่เลี้ยงดูอบรมสั่งสอนด้วยความรักสนับสนุนให้ได้รับการศึกษาที่ดี และเป็นกำลังใจที่ดีตลอดเวลา อีกทั้งพระคุณของครูอาจารย์ทุกท่านในอดีตและปัจจุบันที่ได้ประสิทธิ์ประสาทความรู้ให้แก่คณะผู้วิจัย

นางสาวกนกพร	วิริยะโพธิ์ชัย
นางสาวกนกอร	ไผ่ทอง
นางสาวภรภัทร	ธนะภูรีณี
นางสาวศรินทิพย์	ชูฟ้าอาตม์
นายณัฏฐเนตร์	เอื้อกิตติโรจน์

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ.....	1
ภูมิหลัง.....	1
ความมุ่งหมายของการวิจัย.....	5
ความสำคัญของการวิจัย.....	5
ขอบเขตของการวิจัย.....	5
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	9
สมมติฐานในการวิจัย.....	10
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	11
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการฆ่าตัวตาย.....	13
ความหมายของการฆ่าตัวตาย.....	13
สาเหตุของการคิดฆ่าตัวตาย.....	14
ประเภทของการฆ่าตัวตาย.....	17
ลักษณะสำคัญที่บ่งบอกว่าบุคคลมีภาวะเสี่ยงต่อการคิดฆ่าตัวตาย.....	20
ขั้นตอนการคิดฆ่าตัวตาย.....	23
ทฤษฎีเกี่ยวกับการคิดฆ่าตัวตาย.....	25
การป้องกันและแก้ไขปัญหาการฆ่าตัวตาย.....	28
วิธีการวัดความคิดฆ่าตัวตาย.....	30
ปัจจัยทางจิต - สังคมกับความคิดฆ่าตัวตาย	
ปัจจัยทางจิตกับความคิดฆ่าตัวตาย	
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าในตนเอง.....	32
ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเอง.....	32
ความสำคัญของการเห็นคุณค่าในตนเอง.....	33
องค์ประกอบของการเห็นคุณค่าในตนเอง.....	33
ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง.....	35
การเห็นคุณค่าในตนเองกับความคิดฆ่าตัวตาย.....	38

สารบัญ (ต่อ)

บทที่

2 (ต่อ)

หน้า

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเอง	
กับความคิดฆ่าตัวตาย	40
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน....	42
ความหมายของความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน.....	42
ความสำคัญของความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน.....	43
ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน.....	44
ความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตนกับความคิดฆ่าตัวตาย.....	45
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องระหว่างความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน	
กับความคิดฆ่าตัวตาย.....	46
ปัจจัยทางสังคมกับความคิดฆ่าตัวตาย	
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับครอบครัว...	48
ความหมายของสัมพันธภาพในครอบครัว.....	48
ความสำคัญของสัมพันธภาพในครอบครัว.....	50
องค์ประกอบของสัมพันธภาพในครอบครัว.....	51
ปัจจัยที่ส่งผลต่อสัมพันธภาพในครอบครัว.....	51
สัมพันธภาพในครอบครัวกับความคิดฆ่าตัวตาย.....	54
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องระหว่างสัมพันธภาพในครอบครัว	
กับความคิดฆ่าตัวตาย.....	56
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับเพื่อน.....	59
ความหมายของสัมพันธภาพกับเพื่อน.....	59
วัยรุ่นกับการคบเพื่อน.....	60
สาเหตุของการเข้ากลุ่มเพื่อนของวัยรุ่น.....	60
อิทธิพลของการเข้ากลุ่มเพื่อนในวัยรุ่น.....	62
สัมพันธภาพในกลุ่มเพื่อนกับความคิดฆ่าตัวตาย.....	63

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
2 (ต่อ)	
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องระหว่างสัมพันธภาพของวัยรุ่นกับเพื่อน กับความคิดฆ่าตัวตาย.....	64
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	66
การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	66
การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	67
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	82
การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล.....	82
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	84
การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	84
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	85
5 สรุปผล อภิปราย และข้อเสนอแนะ.....	89
บทย่อ.....	89
ความมุ่งหมายของการวิจัย.....	89
สมมติฐานการวิจัย.....	89
ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย.....	89
ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย.....	90
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	90
วิธีการเก็บรวบรวมและการวิเคราะห์ข้อมูล.....	90
สรุปผลการวิจัย.....	91
อภิปรายผลการวิจัย.....	92
ข้อเสนอแนะ.....	98

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
บรรณานุกรม.....	100
ภาคผนวก.....	113



บัญชีตาราง

ตาราง

หน้า

1 อัตราการมาใช้บริการของประชาชนในโรงพยาบาลจิตเวช และสถานบริการ สาธารณสุขทั่วไป.....	2
2 แสดงจำนวนร้อยละในการแยกลักษณะข้อบ่งชี้ที่จะนำไปสู่การฆ่าตัวตายของวัยรุ่น เทียบกับวัยผู้ใหญ่.....	39
3 แสดงระดับชั้นเรียน ห้องเรียน และจำนวนนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	67
4 แสดงค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของตัวแปรเพศ อายุ ลำดับการเกิด และรายได้ต่อเดือนของผู้ปกครอง.....	85
5 แสดงระดับความคิดฆ่าตัวตายของนักเรียนโรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี กรุงเทพมหานคร จำแนกตามระดับความคิดฆ่าตัวตาย	86
6 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางจิต - สังคมกับความคิดฆ่าตัวตายในวัยรุ่น เขตกรุงเทพมหานคร.....	87
7 การวิเคราะห์ปัจจัยพยากรณ์ความคิดฆ่าตัวตายในวัยรุ่น เขตกรุงเทพมหานคร.....	88
8 ค่าอำนาจจำแนกแบบสอบถามความคิดฆ่าตัวตาย.....	126
9 ค่าอำนาจจำแนกแบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเอง.....	127
10 ค่าอำนาจจำแนกแบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน.....	128
11 ค่าอำนาจจำแนกแบบสอบถามสัมพันธภาพกับครอบครัว.....	129
12 ค่าอำนาจจำแนกแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อน.....	130

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ	หน้า
1 กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	9
2 ตารางแสดงการกรอกข้อมูล.....	132
3 หน้าต่างแสดงการตั้งค่าตัวแปรต่างๆ.....	133
4 ขั้นตอนการแปลงค่าคะแนนทางบวกให้เป็นคะแนนทางลบ (Recode).....	134
5 ขั้นตอนการหาคะแนนรวม (Total).....	135
6 ขั้นตอนการหาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ.....	136
7 ขั้นตอนการหาค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ.....	137
8 ขั้นตอนการหาค่าสถิติพื้นฐาน.....	138
9 ขั้นตอนการหาค่าคะแนนของระดับความคิดฆ่าตัวตาย.....	140
10 ขั้นตอนการหาค่าระดับความคิดฆ่าตัวตายเพื่อแยกเป็น 4 ระดับ (levelsu).....	141
11 ขั้นตอนการหาสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน.....	143
12 ขั้นตอนการหาสัมประสิทธิ์การถดถอยพหุคูณ.....	144

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

จากสภาพสังคมในยุคปัจจุบัน ที่มีการดำเนินชีวิตที่มีรูปแบบการแข่งขันสูง แม้แต่ในระบบ การศึกษาก็มีการแข่งขันกันตั้งแต่ชั้นอนุบาลจึงทำให้บุคคลต้องเผชิญกับความเครียดตั้งแต่เด็ก อีกทั้งยัง ต้องมีความตื่นตัวอยู่ตลอดเวลาโดยเฉพาะในวัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม วัยรุ่นจะมีอารมณ์แปรปรวนง่าย รุนแรง วู่วาม ปราศจากการยั้งคิด วิตกกังวล ต้องการ ความรักความเข้าใจ แต่ปัจจุบันสมาชิกในครอบครัวต้องดิ้นรนเพื่อปากท้อง ต่างคนต่างอยู่จนไม่มีเวลาแม้ กระทั่งพูดคุยหรือปรึกษากัน ทำให้เด็กวัยรุ่นขาดความรักความอบอุ่นและความเข้าใจ ทำให้มองโลกในแง่ ร้าย เศร้าหมอง เกิดปัญหาสุขภาพจิต มีความเครียดสะสมเรื้อรัง บุคลิกภาพแปรปรวน เมื่อเกิดความรู้สึก สูญเสียก็จะเกิดความรู้สึกผิดหวังอย่างรุนแรง โศกเศร้าเสียใจนานกว่าคนอื่น เกิดความรู้สึกว่าตนเองไร้ค่า เป็นเหตุอันนำมาซึ่งความคิดอยากฆ่าตัวตาย และพยายามฆ่าตัวตายในที่สุด (เนาวรัตน์ ปูทอง. 2544: 2)

ซึ่งจากข่าวที่พบเห็นตามหน้าหนังสือพิมพ์และสื่อมวลชนแขนงต่างๆ เป็นสิ่งที่สามารถสนับสนุน และยืนยันได้ว่าวัยรุ่นเป็นช่วงวัยที่มีการฆ่าตัวตายค่อนข้างสูงกว่าวัยอื่นๆ ซึ่งเป็นสิ่งที่น่าเป็นห่วงและต้อง ตระหนักถึงปัญหานี้เพื่อเร่งรีบหาทางแก้ไขโดยด่วน อาจกล่าวได้ว่าสถานการณ์การฆ่าตัวตายในปัจจุบันนี้ เป็นเรื่องที่น่าวิตกและน่าเป็นห่วงอย่างยิ่ง เพราะจากสถิติของจำนวนผู้พยายามฆ่าตัวตายหรือฆ่าตัวตาย สำเร็จ ปี พ.ศ. 2540 - 2544 ที่เข้ามารับบริการในสถานบริการสาธารณสุขทั่วประเทศ มีจำนวนอัตราต่อ แสนคนคือ 27.36, 28.67, 35.22, 30.72 และ 36.41 มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นเฉลี่ยร้อยละ 8.34 โดยเป็นผู้มารับ บริการในสถานบริการสาธารณสุขทั่วไป มีจำนวนอัตราต่อแสนคน คือ 26.91, 28.04, 34.98, 30.46 และ 35.40 มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นเฉลี่ยร้อยละ 8.06 และเป็นผู้มารับบริการในสถานบริการเฉพาะทางด้านจิตเวช มี จำนวนอัตราต่อแสนคนคือ 0.45, 0.62, 0.25, 0.26 และ 1.01 มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นเฉลี่ยแล้วร้อยละ 67.64 (กระทรวงสาธารณสุข. 2547: ออนไลน์)

ปี	อัตราการมาใช้บริการของประชาชน (ต่อแสนคน)		
	มารับบริการทั้งหมด	สถานบริการสาธารณสุขทั่วไป	สถานบริการเฉพาะทางด้านจิตเวช
2540	27.36	26.91	0.45
2541	28.67	28.04	0.62
2542	35.22	34.98	0.25
2543	30.72	30.46	0.26
2544	36.41	35.40	1.01
เฉลี่ยแล้วเพิ่มขึ้นร้อยละ	8.34	8.06	67.64
เฉลี่ยแล้วลดลงร้อยละ	-	-	-

ตาราง 1 อัตราการมาใช้บริการของประชาชนในโรงพยาบาลจิตเวช และสถานบริการสาธารณสุขทั่วไป

และจากผลวิจัยล่าสุดปี 2548 ในโครงการศึกษาการสร้างและพัฒนาระบบเฝ้าระวังและเตือนภัยทางสังคมโดยความร่วมมือระหว่างคณะพัฒนาสังคมสถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์(นิด้า) กับกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ได้ทำการสำรวจพฤติกรรมเสี่ยงของเด็กไทย พ.ศ. 2548 ซึ่งเป็นการสำรวจข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มเสี่ยง อายุระหว่าง 13 - 18 ปี เป็นนักเรียนชั้นม.1 - 6 ทุกอำเภอที่มีโรงเรียนมัธยมศึกษาทั่วประเทศ จำนวน 283,793 คน มีเนื้อหาการสำรวจพฤติกรรมเสี่ยงของเด็กไทย ปี 2548 ใน 8 ด้าน อาทิ พฤติกรรมความเครียด พฤติกรรมความรัก และเพศสัมพันธ์ การหนีเรียน เป็นต้น จากการสำรวจพฤติกรรมความเครียดของเด็ก วัดจากความซึมเศร้า และการฆ่าตัวตาย พบว่า 2 ใน 5 หรือร้อยละ 39.71 มีประสบการณ์ซึมเศร้า โดย 1 ใน 10 เคยคิดฆ่าตัวตายมาแล้ว ทั้งนี้ เด็กที่มีความเครียดเพิ่มขึ้นจนกลายเป็นความซึมเศร้าต่อเนื่อง จะส่งผลต่อความคิดจะฆ่าตัวตายมากขึ้น โดยเฉลี่ยเด็กจะคิดฆ่าตัวตาย 15 คนใน 100 คน เด็ก 1 คนจะคิดฆ่าตัวตายมากกว่า 4 ครั้ง (ไทยรัฐ. 2548: 1)

หากกล่าวถึงในอดีตผู้ที่กระทำการฆ่าตัวตายจะอยู่ในช่วงอายุ 35 - 51 ปี แต่ใน 4 - 5 ปีมานี้ได้เปลี่ยนมาอยู่ในช่วงอายุ 15 - 24 ปีมากที่สุด ซึ่งเป็นผู้ที่อยู่ในช่วงวัยรุ่นและวัยทำงาน จากการสำรวจของศูนย์ควบคุมและป้องกันโรคของอเมริกา พบว่าวัยรุ่นในชั้นเรียนระดับมัธยมศึกษามีความคิดฆ่าตัวตายในบางครั้งถึงร้อยละ 27 โดยร้อยละ 16 มีการวางแผนไว้แต่ไม่ได้ทำ และร้อยละ 8 มีความพยายามที่จะฆ่าตัวตาย (จันทร์จิตา พุกพานานนท์. 2544: ออนไลน์)

โดยทั่วไปแล้ว การฆ่าตัวตาย หมายถึง ความคิดหรือการกระทำใดๆ ก็ตามซึ่งถ้ากระทำสำเร็จไปแล้วจะทำให้เกิดอันตรายรุนแรงจนถึงแก่ความตายได้ พฤติกรรมฆ่าตัวตายมีตั้งแต่ความคิดอยากฆ่าตัวตาย (Suicidal Ideation) ขู่จะฆ่าตัวตาย (Suicidal Threat) พยายามฆ่าตัวตาย (Suicidal Attempt) ไปจนถึงการฆ่าตัวตายสำเร็จ (Committed Suicide) ซึ่งมีพฤติกรรมตามขั้นตอนดังนี้ (อุมพร ตรังสมบัติ. 2540: 268)

ความคิดฆ่าตัวตาย → ขู่จะฆ่าตัวตาย → พยายามฆ่าตัวตาย → ฆ่าตัวตายสำเร็จ
 Suicidal Ideation Suicidal Threat Suicidal Attempt Committed Suicide

ซึ่งปัจจัยที่เชื่อกันว่าจะมีความสำคัญกับความคิดฆ่าตัวตายคงมีอยู่หลายปัจจัยด้วยกัน แต่ในการวิจัยครั้งนี้สนใจที่จะศึกษา 4 ปัจจัย ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน สัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับสมาชิกในครอบครัว และสัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับเพื่อน โดยที่การเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กวัยรุ่น เป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้วัยรุ่นตระหนักในคุณค่าและความสามารถของตน มีทัศนคติที่ดีต่อตนเองและสังคมรอบข้าง ประเวศ ดันติพิวัฒนสกุล (2542: 4) กล่าวว่า ผู้คิดฆ่าตัวตายมักมองตนเองเป็นคนไร้ค่า ไม่มีความสามารถ มองสังคมรอบตัวว่าขาดความเป็นธรรม และไม่ให้อภัยต่อความผิดพลาดของตน เกิดความรู้สึกท้อแท้สิ้นหวัง เบื่อหน่าย เศร้าใจ และเป็นผู้ที่ขาดทักษะในการแก้ปัญหาชีวิต การตัดสินใจฆ่าตัวตายจึงเป็นเหมือนทางออกเพื่อหนีปัญหาที่เขามองไม่เห็นทางแก้ไข ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ แมริส (อมรรัตน์ ศุภมาส. 2546: 4; อ้างอิงจาก Maris. 1981) โดยการแยกลักษณะข้อบ่งชี้ที่จะนำไปสู่การฆ่าตัวตายของวัยรุ่น พบว่า วัยรุ่นที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ (Low Self-Esteem) จะมีเปอร์เซ็นต์ของข้อบ่งชี้ที่จะนำไปสู่การฆ่าตัวตายสูงถึง 75 %

ในเรื่องความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตนนั้น จะขอกล่าวถึงความหมายของคำนี้ก่อน สำหรับความเชื่ออำนาจภายในตน หมายถึง ความคิดที่เชื่อว่าความสำเร็จ ความล้มเหลว หรือความเป็นไปของเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเป็นผลจากความสามารถ ทักษะหรือการกระทำของตน ส่วนความเชื่ออำนาจภายนอกตน หมายถึง ความคิดที่เชื่อว่าความสำเร็จ ความล้มเหลวหรือความเป็นไปของเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับตนขึ้นอยู่กับโชคกลาง ความบังเอิญ หรือขึ้นอยู่กับอำนาจของผู้อื่น ผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตนจะเป็นคน เจื้อยชะ ไม่กระตือรือร้น และไม่คอยประสบความสำเร็จในชีวิต ซึ่งสอดคล้องกับปริญดา จิรกุลพัฒนา (ประชิด สุขอนันต์. 2544: 29; อ้างอิงจาก ปริญดา จิรกุลพัฒนา. 2536) ซึ่งทำการสำรวจพฤติกรรมเสี่ยงด้านสุขภาพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 - 6 จำนวน 561 คน พบว่า การเชื่ออำนาจภายนอกตน เช่น เชื่ออำนาจโชคชะตา เชื่ออำนาจผู้อื่น มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเสี่ยงด้าน

สุขภาพ โดยพบว่านักเรียนหญิงที่เรียนอยู่ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่เชื่ออำนาจภายในตนต่ำมีความตั้งใจฆ่าตนเองมากกว่านักเรียนระดับชั้นอื่น และมากกว่านักเรียนที่เชื่ออำนาจภายในตนสูงด้วย

ปัจจัยหนึ่งที่มีความสำคัญต่อความคิดฆ่าตัวตายของวัยรุ่น คือ ความสัมพันธ์ระหว่างวัยรุ่นกับครอบครัว ทั้งนี้เนื่องมาจากครอบครัวเป็นรากฐานที่สำคัญในการสร้างความมั่นคงทางจิตใจ ทำให้เด็กวัยรุ่นมีความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า มีความสามารถ มองเห็นปัญหาตามสภาพความเป็นจริง ยึดหลักเหตุและผล เมื่อเจอปัญหาหรือแก้ปัญหาไม่ได้ ก็ยังมีครอบครัวที่คอยช่วยเหลือและให้กำลังใจให้วัยรุ่นสามารถผ่านพ้นปัญหาที่ผ่านเข้ามาโดยไม่หันไปหาทางออกที่ผิดและไม่เหมาะสม

นอกจากนี้ยังมีปัจจัยเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างวัยรุ่นกับเพื่อน เพราะช่วงอายุในวัยนี้เพื่อนจะมีอิทธิพลกับวัยรุ่นมาก โดยเฉพาะในเวลาที่เด็กวัยรุ่นมีปัญหา บุคคลที่วัยรุ่นมักจะหันเข้าหาเป็นคนแรกก็คือเพื่อน อาจเพราะอยู่ในอายุรุ่นราวคราวเดียวกัน และเป็นปัญหาที่วัยรุ่นคิดว่ากลุ่มเพื่อนจะเข้าใจมากกว่าพ่อแม่ หรือครูอาจารย์ มีความสบายใจที่จะพูดคุยได้อย่างสนิทใจมากกว่าพ่อแม่ และด้วยในช่วงวัยรุ่นนี้เป็นช่วงที่อยู่ที่โรงเรียนมากกว่าที่บ้าน จึงทำให้วัยรุ่นมีความใกล้ชิด ผูกพันกับบุคคลที่โรงเรียนมากกว่าที่บ้าน จึงสามารถพูดคุยเล่าเรื่องต่างๆ สู้กันฟัง แลกเปลี่ยนความคิดเห็น ให้คำปรึกษากันกับเพื่อนในวัยเดียวกันมากกว่าพ่อแม่ ด้วยเหตุนี้เพื่อนจึงมีอิทธิพลต่อการนึกคิด และการตัดสินใจแก้ปัญหาของตัววัยรุ่น ทั้งนี้อาจจะมีทั้งความคิดที่เหมาะสมถูกต้องและอาจไม่เหมาะสมก็เป็นได้เช่นกัน

จากที่กล่าวมาข้างต้น จะพบว่ามีปัจจัยมากมายที่มีผลต่อความคิดฆ่าตัวตายในวัยรุ่น ซึ่งถือว่าเป็นปัญหาเร่งด่วนที่ต้องรีบหาแนวทางป้องกันและแก้ไข เพราะเป็นปัญหาที่เกิดขึ้นกับทรัพยากรที่มีความสำคัญของประเทศไทย ซึ่งอยู่ในช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อระหว่างวัยเด็กกับวัยผู้ใหญ่ คณะผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาเกี่ยวกับการฆ่าตัวตาย โดยในการวิจัยครั้งนี้จะศึกษาถึงความคิดอยากฆ่าตัวตายของนักเรียนวัยรุ่นในระดับชั้นมัธยมศึกษาของโรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี กรุงเทพมหานคร เนื่องจากเคยเกิดกรณีนักเรียนหญิงโรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี กระโดดตึกฆ่าตัวตาย เมื่อปี พ.ศ. 2543 เบื้องต้นสันนิษฐานว่าอาจจะเกิดจากการเลียนแบบการฆ่าตัวตายของนักดนตรีชื่อดัง ประเทศญี่ปุ่น ทั้งนี้สาเหตุที่แน่ชัดยังระบุไม่ได้ จึงทำให้คณะผู้วิจัยสนใจที่จะเลือกนักเรียนโรงเรียนสุรศักดิ์มนตรีมาเป็นกลุ่มประชากร เนื่องจากตระหนักว่ากลุ่มนักเรียนโรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี เป็นกลุ่มที่มีภาวะเสี่ยงต่อความคิดฆ่าตัวตายค่อนข้างสูง และเป็นตัวแทนที่มีความหลากหลายทั้งด้านสังคมและจิตใจ

ผลจากการวิจัยครั้งนี้สามารถจะนำไปเป็นข้อมูลพื้นฐานที่เป็นประโยชน์สำหรับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง โดยเฉพาะครอบครัวและโรงเรียนในการวางแผนป้องกันและให้ความช่วยเหลือที่เหมาะสมแก่นักเรียน

เพื่อป้องกันมิให้เกิดปัญหาที่รุนแรงอันส่งผลไปสู่การฆ่าตัวตาย ซึ่งถือว่าการสูญเสียบุคลากรที่สำคัญและมีคุณภาพที่จะช่วยในการพัฒนาประเทศในภายภาคหน้าต่อไป

ความมุ่งหมายของการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้คณะผู้วิจัยได้ตั้งความมุ่งหมายไว้ดังนี้

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางจิตและปัจจัยทางสังคมกับความคิดฆ่าตัวตายในวัยรุ่น
2. เพื่อศึกษาปัจจัยทางจิตและปัจจัยทางสังคมที่ส่งผลต่อความคิดฆ่าตัวตายในวัยรุ่น

ความสำคัญของการวิจัย

1. ทำให้ทราบถึงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางจิตและปัจจัยทางสังคมกับความคิดฆ่าตัวตายในวัยรุ่น
2. นำผลการวิจัยที่ได้ไปเผยแพร่ให้ความรู้กับหน่วยงานต่างๆ ที่เกี่ยวข้องทั้งของภาครัฐและเอกชน รวมทั้งประชาชนบุคคลทั่วไปให้ตระหนักถึงความสำคัญของปัญหาการคิดฆ่าตัวตายในวัยรุ่น
3. เพื่อเป็นแนวทางช่วยเหลือและแก้ไขปัญหากับพ่อแม่ ผู้ปกครอง ครูอาจารย์ และเพื่อนคนใกล้ชิดของวัยรุ่นที่มีความเสี่ยงในการคิดฆ่าตัวตาย
4. สามารถนำผลที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้ เป็นข้อมูลในการป้องกันการคิดฆ่าตัวตายในกลุ่มประชากรอื่นๆ ได้

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย เป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 6 ที่กำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี เขตกรุงเทพมหานคร ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2548 จำนวน 4,641 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 6 ที่กำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี เขตกรุงเทพมหานคร ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2548 จำนวน 531 คน

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ คือ

1.1 ปัจจัยทางจิต

1.1.1 การเห็นคุณค่าในตนเอง

1.1.2 ความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน

1.2 ปัจจัยทางสังคม

1.2.1 สัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับสมาชิกในครอบครัว

1.2.2 สัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับเพื่อน

2. ตัวแปรตาม ได้แก่ ความคิดฆ่าตัวตาย

นิยามปฏิบัติการ

ความคิดฆ่าตัวตาย (Suicidal Ideation) หมายถึง ระดับของความคิดและความรู้สึกเกี่ยวกับตนเองว่าไม่สมควรจะมีชีวิตอยู่ ยึดมั่นในสิ่งที่คิด หมกมุ่นในความคิดเกี่ยวกับการทำลายชีวิตตนเองเพิ่มมากขึ้น อันสืบเนื่องมาจากความรู้สึกว่าตนเองมีความทุกข์มาก ไม่สามารถแก้ปัญหาของตนเองได้ ทำให้เกิดความสิ้นหวังและปรารถนาจะกระทำการใดๆ อันจะนำมาซึ่งการทำลายตนเองและเป็นอันตรายจนถึงแก่ชีวิตตนเอง ซึ่งแบ่งได้ 4 ระดับ ดังนี้

1.1 ความคิดและความรู้สึกที่ตนเองมีความทุกข์ในชีวิต แต่ยังไม่ถึงระดับที่คิดอยากฆ่าตัวตาย หรือมีความคิดอยากฆ่าตัวตายในระดับต่ำ

1.2 ความคิดและความรู้สึกของบุคคลที่ถือว่าการฆ่าตัวตายคือทางออกของปัญหา โดยมีความคิดอยากฆ่าตัวตายในระดับค่อนข้างต่ำ

1.3 ความคิดและความรู้สึกเมื่อเกิดขึ้น จะมีการวางแผนเกี่ยวกับวิธีการฆ่าตัวตายซึ่งแสดงให้เห็นว่ามีความคิดอยากฆ่าตัวตายในระดับค่อนข้างสูง

1.4 ความคิดและความรู้สึกที่มีผลทำให้บุคคลลงมือทำร้ายตนเองด้วยวิธีการต่างๆ จนถึงพยายามฆ่าตัวตาย โดยมีระดับความคิดอยากฆ่าตัวตายในระดับสูง

ในการวัดความคิดฆ่าตัวตาย วัดได้จากแบบสอบถามประสบการณ์ชีวิต ตอนที่ 2 แบบสอบถามความคิดฆ่าตัวตาย โดยแปลและปรับปรุงจากแบบวัดความคิดอยากฆ่าตัวตาย (BSS) ของ เบคส์, โคเวคส์ และเวสแมน (Beck, Kovacs and Weissman, 1979) รวมทั้งศึกษาจากแบบสอบถามความคิดอยากฆ่าตัวตายของ กลอยใจ ทองลิ้ม (2544) และแบบวัดทัศนคติต่อการฆ่าตัวตายของ ประชิต สุขอนันต์ (2544) ซึ่ง

คณะผู้วิจัยได้ปรับปรุงให้มีความเหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 15 ข้อ เป็นแบบวัดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 4 ระดับ ตั้งแต่จริงที่สุด จนถึง ไม่จริงเลย

เกณฑ์ในการแปลความหมายความคิดฆ่าตัวตาย ใช้เกณฑ์การตัดสินจากค่าเฉลี่ยดังนี้

ผู้ที่ได้คะแนนจากแบบสอบถามมากกว่า จะมีความคิดฆ่าตัวตายสูงกว่า ผู้ที่ได้คะแนนจากแบบสอบถามน้อยกว่า

การเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง การที่บุคคลพิจารณาประเมินคุณค่าของตนเองตามความรู้สึกและทัศนคติที่มีต่อตนเอง เกี่ยวกับความสามารถ การประสบความสำเร็จ การยอมรับ นับถือตนเอง การพึ่งตนเอง คิดว่าตนเองมีคุณค่าในสังคม ตลอดจนได้รับการยอมรับจากครอบครัว คนรอบข้าง และสังคม วัดได้จากแบบสอบถามประสบการณ์ชีวิต ตอนที่ 3 แบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยศึกษาและแปลจากแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง (Rosenberg Self - Esteem Scale) ของ โรเซนเบิร์ก (Rosenberg, 1965) รวมทั้งศึกษาแบบสอบถามความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของ นักสศิริ คำสอน (2548) ซึ่งคณะผู้วิจัยได้ปรับปรุงให้มีความเหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง มีทั้งหมด 10 ข้อ ประกอบด้วย ข้อความด้านบวก 5 ข้อ และข้อความด้านลบ 5 ข้อ เป็นแบบวัดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ตั้งแต่จริงมากที่สุด จนถึง จริงน้อยที่สุด

เกณฑ์ในการแปลความหมายการเห็นคุณค่าในตนเอง ใช้เกณฑ์การตัดสินจากค่าเฉลี่ยดังนี้

ผู้ที่ได้คะแนนจากแบบสอบถามมากกว่า จะมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่า ผู้ที่ได้คะแนนจากแบบสอบถามน้อยกว่า

ความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน

ความเชื่อ หมายถึง ความรู้สึกนึกคิด ความเข้าใจของบุคคลที่มีต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใด อาจไม่มีเหตุผลทั้งนี้เนื่องจากความคิดและประสบการณ์และความเชื่อแต่ละบุคคล ทำให้แต่ละบุคคลมีพฤติกรรมแตกต่างกัน ซึ่งแบ่งประเภทของความเชื่ออำนาจในการควบคุมออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่

ความเชื่ออำนาจภายในตน (Internal Locus of Control) หมายถึง ความคิดที่เชื่อว่าความสำเร็จ ความล้มเหลว ความเป็นไปของเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับตน ขึ้นอยู่กับความสามารถ ทักษะ หรือการกระทำของตนเอง

ความเชื่ออำนาจภายนอกตน (External Locus of Control) หมายถึง ความคิดที่เชื่อว่า ความสำเร็จ ความล้มเหลว ความเป็นไปของเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับตน ขึ้นอยู่กับโชคกลาง เควาะห์ ความบังเอิญ หรือขึ้นอยู่กับอำนาจของคนอื่น

วัดได้จากแบบสอบถามประสบการณ์ชีวิต ตอนที่ 4 แบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกคน ซึ่งผู้วิจัยได้ศึกษาแบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกคนหลายฉบับ แต่ได้ยึดแบบสอบถามฉบับที่แปลมาจากแบบวัดของ เทอร์รี่ เพททิจอห์น (Terry Pettijohn) ซึ่งสร้างแบบวัดตามแนวคิดของ รอตเตอร์ (Rotter, 1966) รวมทั้งศึกษาแบบวัดความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกคนของ ดวงเดือน พันธุมนาวิน, งามดา วณิชทานนท์ และคณะ (2536) และคณะผู้วิจัยได้ปรับปรุงให้มีความเหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 10 ข้อ เป็นแบบวัดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ตั้งแต่จริงมากที่สุด จนถึง จริงน้อยที่สุด

เกณฑ์ในการแปลความหมายความเชื่ออำนาจภายในคนหรือภายนอกคน ใช้เกณฑ์การตัดสินจากค่าเฉลี่ยดังนี้

ผู้ที่ได้คะแนนจากแบบสอบถามมากกว่า จะมีความเชื่ออำนาจภายในคนสูงกว่า ผู้ที่ได้คะแนนจากแบบสอบถามน้อยกว่า

สัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับสมาชิกในครอบครัว หมายถึง ลักษณะพฤติกรรมที่แสดงออกถึงความสัมพันธ์กันระหว่างบิดากับมารดา นักเรียนกับบิดามารดา นักเรียนกับผู้ปกครอง และนักเรียนกับสมาชิกในครอบครัว วัดได้จากแบบสอบถามประสบการณ์ชีวิต ตอนที่ 5 แบบสอบถามสัมพันธภาพกับครอบครัว ซึ่งคณะผู้วิจัยได้ปรับปรุงจากแบบสอบถามสัมพันธภาพในครอบครัวของ กลอยใจ ทองลิ้ม (2544) โดยให้มีความเหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 10 ข้อ เป็นแบบวัดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ประกอบด้วยข้อความด้านบวก 5 ข้อ และข้อความด้านลบ 5 ข้อ ตั้งแต่จริงมากที่สุด จนถึง จริงน้อยที่สุด

ในการพิจารณาว่ากลุ่มตัวอย่างมีสัมพันธภาพดีหรือไม่ดีในครอบครัว ใช้เกณฑ์การตัดสินจากค่าเฉลี่ยดังนี้

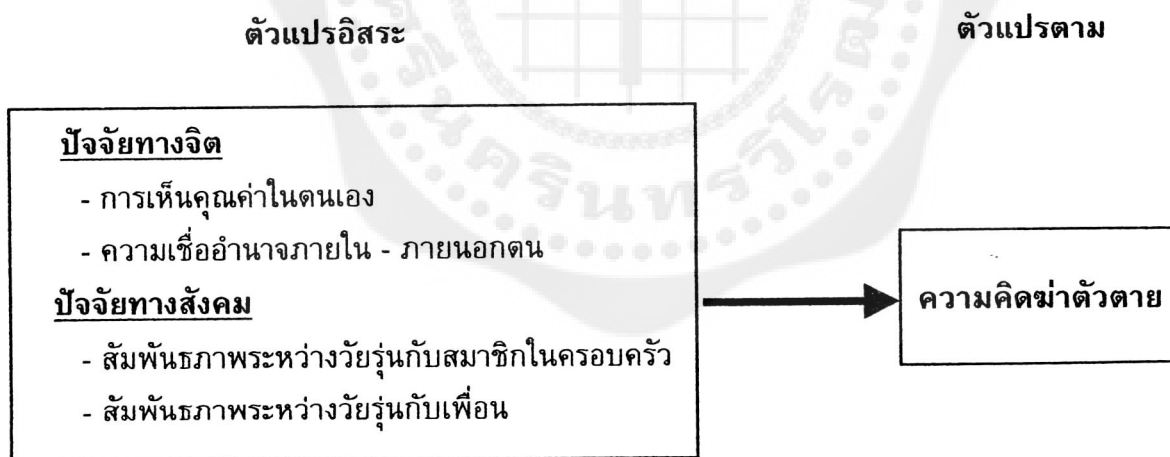
ผู้ที่ได้คะแนนจากแบบสอบถามมากกว่า จะมีสัมพันธภาพในครอบครัวดีกว่า ผู้ที่ได้คะแนนจากแบบสอบถามน้อยกว่า

สัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับเพื่อน หมายถึง การรับรู้ของนักเรียนที่มีต่อความสัมพันธ์ในกลุ่มเพื่อน การคบเพื่อนภายในโรงเรียน และความร่วมมือในกลุ่มเพื่อน วัดได้จากแบบสอบถามประสพการณ์ชีวิต ตอนที่ 6 แบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อน ซึ่งคณะผู้วิจัยได้ศึกษาแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อนของ ชมนุช บุญสิทธิ์ (2541) และผู้วิจัยนำมาปรับปรุงให้มีความเหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 10 ข้อ เป็นแบบวัดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ประกอบด้วยข้อความด้านบวก 5 ข้อ และข้อความด้านลบ 5 ข้อ ตั้งแต่จริงมากที่สุด จนถึง จริงน้อยที่สุด

ในการพิจารณาว่ากลุ่มตัวอย่างมีสัมพันธภาพดีหรือไม่ดีในกลุ่มเพื่อน ใช้เกณฑ์การตัดสินจากค่าเฉลี่ยดังนี้

ผู้ที่ได้คะแนนจากแบบสอบถามมากกว่า จะมีสัมพันธภาพในกลุ่มเพื่อนดีกว่า ผู้ที่ได้คะแนนจากแบบสอบถามน้อยกว่า

กรอบแนวคิดในการวิจัย



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

สมมติฐานในการวิจัย

1. การเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์ทางลบกับความคิดฆ่าตัวตาย
2. ความเชื่ออำนาจภายในตนเองมีความสัมพันธ์ทางลบกับความคิดฆ่าตัวตาย
3. สัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับสมาชิกในครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางลบกับความคิดฆ่าตัวตาย
4. สัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับเพื่อนมีความสัมพันธ์ทางลบกับความคิดฆ่าตัวตาย
5. ปัจจัยทางจิต - สังคม ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน สัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับครอบครัว และสัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับเพื่อนสามารถทำนายความคิดฆ่าตัวตายในวัยรุ่นได้



บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ มีจุดมุ่งหมายที่จะศึกษาความคิดฆ่าตัวตายของนักเรียนวัยรุ่น ซึ่งกำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 6 โรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี เขตกรุงเทพมหานคร คณะผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในหัวข้อต่อไปนี้

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการฆ่าตัวตาย

- 1.1 ความหมายของการฆ่าตัวตาย
- 1.2 สาเหตุของการคิดฆ่าตัวตาย
- 1.3 ประเภทของการฆ่าตัวตาย
- 1.4 ลักษณะสำคัญที่บ่งบอกว่าบุคคลมีภาวะเสี่ยงต่อการคิดฆ่าตัวตาย
- 1.5 ขั้นตอนการคิดฆ่าตัวตาย
- 1.6 ทฤษฎีเกี่ยวกับการคิดฆ่าตัวตาย
- 1.7 การป้องกันและแก้ไขปัญหาการฆ่าตัวตาย
- 1.8 วิธีการวัดความคิดฆ่าตัวตาย

2. ปัจจัยทางจิต - สังคมกับความคิดฆ่าตัวตาย

2.1 ปัจจัยทางจิตกับความคิดฆ่าตัวตาย

2.1.1 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าในตนเอง

- ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเอง
- ความสำคัญของการเห็นคุณค่าในตนเอง
- องค์ประกอบของการเห็นคุณค่าในตนเอง
- ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง
- การเห็นคุณค่าในตนเองกับความคิดฆ่าตัวตาย
- งานวิจัยที่เกี่ยวข้องระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองกับความคิดฆ่าตัวตาย
 - งานวิจัยในต่างประเทศ
 - งานวิจัยในประเทศ

2.1.2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน

- ความหมายของความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน
- ความสำคัญของความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน

- ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน
- ความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตนกับความคิดฆ่าตัวตาย
- งานวิจัยที่เกี่ยวข้องระหว่างความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน
กับความคิดฆ่าตัวตาย
 - งานวิจัยในต่างประเทศ
 - งานวิจัยในประเทศ

2.2 ปัจจัยทางสังคมกับความคิดฆ่าตัวตาย

2.2.1 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับครอบครัว

- ความหมายของสัมพันธภาพในครอบครัว
- ความสำคัญของสัมพันธภาพในครอบครัว
- องค์ประกอบของสัมพันธภาพในครอบครัว
- ปัจจัยที่ส่งผลต่อสัมพันธภาพในครอบครัว
- สัมพันธภาพในครอบครัวกับความคิดฆ่าตัวตาย
- งานวิจัยที่เกี่ยวข้องระหว่างสัมพันธภาพในครอบครัว
กับความคิดฆ่าตัวตาย
 - งานวิจัยในต่างประเทศ
 - งานวิจัยในประเทศ

2.2.2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับเพื่อน

- ความหมายของสัมพันธภาพกับเพื่อน
- วัยรุ่นกับการคบเพื่อน
- สาเหตุของการเข้ากลุ่มเพื่อนของวัยรุ่น
- อิทธิพลของการเข้ากลุ่มเพื่อนในวัยรุ่น
- สัมพันธภาพในกลุ่มเพื่อนกับความคิดฆ่าตัวตาย
- งานวิจัยที่เกี่ยวข้องระหว่างสัมพันธภาพของวัยรุ่นกับเพื่อน
กับความคิดฆ่าตัวตาย
 - งานวิจัยในต่างประเทศ
 - งานวิจัยในประเทศ

๐๒ วิชา ๗ ก ๖

✓ เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการฆ่าตัวตาย

✓ 1.1 ความหมายของการฆ่าตัวตาย

[✓] ชไนค์แมน (ชินษฐา บำเพ็ญผล. 2542: 11; อ้างอิงจาก Schneidman. 1985) กล่าวว่า การฆ่าตัวตาย หมายถึง การกระทำที่เหนียวแน่นให้ทำลายตนเองในระดับจิตสำนึก เป็นการแก้ปัญหาที่ประสบอยู่ ซึ่งไม่สามารถแก้ไขได้ ทำให้มีความรู้สึกหมดหวัง ท้อแท้ไร้ค่า จึงต้องการหลีกเลี่ยงปัญหาดังกล่าว จึงทำการฆ่าตัวตายโดยที่คนคิดฆ่าตัวตายจะมีสัญญาณเตือนให้เห็น]

อำเภอวรรณ พุ่มศรีสวัสดิ์ (2531: 24) กล่าวว่า การฆ่าตัวตายเป็นความคิดอยากทำร้ายตนเอง เนื่องมาจากความรู้สึกหมดหวังในชีวิต คิดว่าชีวิตไม่มีความหมายและพยายามทำตามความคิดนั้นจนถึงขั้นทำได้สำเร็จโดยไม่ถูกขัดขวาง พฤติกรรมที่แสดงออกนั้นมีการวางแผนไว้ล่วงหน้าหรือเป็นแบบหุนหันและเป็นไปได้ทั้งในระดับจิตสำนึกและจิตใต้สำนึก

อุมาพร ตรังคสมบัติ (2540: 268) กล่าวว่า พฤติกรรมฆ่าตัวตาย (Suicidal Behavior) หมายถึง ความคิดหรือการกระทำใดๆ ที่หากดำเนินไปจนสำเร็จจะทำให้เกิดอันตรายรุนแรงจนถึงแก่ความตายได้ พฤติกรรมฆ่าตัวตายมีตั้งแต่ความคิดอยากฆ่าตัวตาย (Suicidal Ideation) การขู่จะฆ่าตัวตาย (Suicidal Threat) การพยายามฆ่าตัวตาย (Suicidal Attempt) ไปจนถึงการฆ่าตัวตายสำเร็จ (Complete Suicide)

ฉวีวรรณ สัตยธรรม (2541: 350) กล่าวว่า การฆ่าตัวตายหรืออัตวินิบาตกรรม คือ การเริ่มมีความคิดอยากทำร้ายตนเอง เนื่องจากความรู้สึกว่าหมดหวังในชีวิต คิดว่าชีวิตไม่มีความหมายและพยายามทำตามความคิดนั้น จนถึงขั้นทำได้สำเร็จโดยไม่มีสิ่งกีดขวางพฤติกรรมที่แสดงออกมีทั้งการวางแผนไว้ล่วงหน้าหรือหุนหัน เป็นได้ทั้งในระดับจิตสำนึกและไร้สำนึก

[✓] สุขุมล วิชาวิพลกุล (2542: 182) ได้ให้ความหมายของการฆ่าตัวตาย คือ การกระทำเพื่อปลิดชีวิตของตนเองโดยเจตนา บุคคลที่มีพฤติกรรมทำร้ายตนเองหรือบังเอิญทำให้ตนเองเสียชีวิต (แต่ไม่มีเจตนาจะตายจริง) ไม่ถือว่าเป็นการฆ่าตัวตายจนกว่าจะมีข้อมูลที่บ่งว่าการกระทำนั้นๆ เพื่อจบชีวิตของตนเอง]

[✓] ประชิด สุขอนันต์ (2544: 8) อธิบายว่า การคิดฆ่าตัวตาย หมายถึง การที่เคยหรือกำลังคิดหรือกำลังมีความรู้สึกอย่างใดอย่างหนึ่งหรือหลายอย่างในเวลาเดียวกัน ดังต่อไปนี้ คือ มีความคิดหรือรู้สึกท้อแท้สิ้นหวัง (Hopeless) ความรู้สึกหมดที่พึ่ง (Helpless) ความรู้สึกไร้ค่า (Worthless) หรือความรู้สึกโกรธ ความรู้สึกคับแค้นใจ ความรู้สึกเบียดเบียนการมีชีวิต คิดอยากตาย คิดอยากฆ่าตัวตาย ตลอดจนมีแผนที่จะฆ่าตัวตายในที่สุด]

[✓] สุวนีย์ เกียวกิ่งแก้ว (2545: 9) ได้ให้ความหมายของการฆ่าตัวตายดังนี้

การฆ่าตัวตาย (Suicide) หรือใช้คำว่า อัตวินิบาตกรรม หมายถึง การที่บุคคลทำให้ชีวิตของตนเองสิ้นสุดด้วยตัวของตัวเองและไม่ใช่อุบัติเหตุ ซึ่งเรียกกลุ่มนี้ว่า ผู้ฆ่าตัวตายได้สำเร็จ (Suicide)

Completers) ส่วนคำว่า การพยายามฆ่าตัวตาย (Suicide Attempt) เป็นการแสดงถึงการที่บุคคลพยายามทำร้ายตนเอง แต่ไม่ได้หวังผลว่าจะตายไปจริงๆ ผู้ป่วยกลุ่มนี้อาจมีการพยายามฆ่าตัวตายบ่อยครั้ง แต่มักไม่มีสถิติแน่นอน เพราะไม่ได้มาขอรับบริการรักษาอย่างตรงไปตรงมา ซึ่งเรียกกลุ่มนี้ว่า ผู้พยายามฆ่าตัวตาย (Suicide Attempter)]

✓ แสงอุษา สุทธิชนกุล (2546: 2-3) อธิบายว่า การฆ่าตัวตายเป็นการร้องขอความช่วยเหลืออย่างจนแต้ม เป็นความพยายามสุดท้ายที่จะสื่อสารออกมาจากกันบึ้งแห่งความทุกข์ของผู้คน สำหรับผู้ที่ทำลายชีวิตตนเอง ความตายดูเหมือนจะเป็นทางออกที่ดีที่สุด หรือเป็นทางออกเพียงทางเดียว ไม่ใช่แค่สำหรับเขาเองเท่านั้น แต่ยังสำหรับครอบครัวและเพื่อนของเขาด้วย สำหรับบางคนโดยเฉพาะผู้มีอายุน้อย การพยายามฆ่าตัวตาย อาจเป็นพฤติกรรมชั่ววูบ เป็นปฏิกิริยาที่ขาดการยั้งคิดต่อความคับข้องใจ หรือความผิดหวังอื่นๆ โดยอาจมองว่าการฆ่าตัวตายเป็นทางออกที่สมเหตุสมผลของปัญหา]

✓ สรุปได้ว่า การฆ่าตัวตาย เป็นพฤติกรรมที่มุ่งหวังจะทำให้ชีวิตของตนเองจบสิ้นลงโดยเจตนา ด้วยวิธีการต่างๆ เมื่อรู้สึกว่าตนเองหมดทางแก้ไข มองไม่เห็นทางออกของปัญหา เพื่อให้หลุดพ้นจากปัญหา ความบีบคั้น และความคับข้องใจที่รุมเร้าในชีวิต โดยอาจกระทำอย่างตรงไปตรงมาหรือโดยอ้อม และพฤติกรรมที่แสดงออกนั้นมีทั้งวางแผนไว้ล่วงหน้าหรือแบบหุนหันพลันแล่น]

ส่วนใน

ปัจจัยการฆ่าตัวตาย

1.2 สาเหตุของการคิดฆ่าตัวตาย

✓ เอมอร์ ซินพัฒนาพงศ์ (2530: 15) ได้กล่าวถึง การฆ่าตัวตายว่าจะเกิดขึ้นได้หรือไม่ขึ้นขึ้นอยู่กับองค์ประกอบในเชิงระบาดวิทยา 3 ประการ คือ Host Agent และ Environment

1. ปัจจัยด้านบุคคล (Host) เช่น ในอดีตเพศชายฆ่าตัวตายมากกว่าเพศหญิง แต่ปัจจุบันอาจเปลี่ยนไปตามอายุ สถานภาพการสมรส และระดับการศึกษา เป็นต้น

2. ปัจจัยด้าน Agent ได้แก่ แอลกอฮอล์ (Alcohol) สุรามีบทบาทในการก่อให้เกิดความแปรปรวนทางจิตใจ ทำให้เกิดอาการประสาทหลอน เพ้อคลั่ง จนอาจทำให้เกิดการทำร้ายตนเองได้ สารพิษและยาฆ่าแมลง ยาเบื่อหนู กัญชา ยาเสพติด ยานอนหลับ ยาแก้ปวดประสาท และอาการของโรคทางกายและทางจิต เช่น โรคจิตจากพิษสุราเรื้อรัง โรคเอดส์ การเจ็บป่วยด้วยโรคร้ายแรงแบบเฉียบพลัน อาจก่อให้เกิดภาวะเพ้อคลั่ง กระตุ้นให้เกิดอาการของโรคประสาท หรือความแปรปรวนทางอารมณ์ซึ่งนำไปสู่การฆ่าตัวตายได้

3. ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม (Environment) ได้แก่ปัญหาต่างๆ ในสิ่งแวดล้อมรอบๆ ตัวนับตั้งแต่ภายในครอบครัว ไปจนถึงสังคมรอบข้าง ครอบครัวเป็นหน่วยพื้นฐานที่เล็กที่สุดของสังคม มีความสำคัญเป็นอันดับแรกในการสร้างลักษณะนิสัย บุคลิกภาพของบุคคลถ้าครอบครัวมีสภาพไม่ปกติสุข มีความไม่เป็นระเบียบในครอบครัว เช่น ครอบครัวแตกแยก พ่อแม่แยกกันอยู่ ละทิ้ง เลิกร้าง ครอบครัวอยู่อย่างไม่มีความรักช่วยเหลือเกื้อกูลในทางจิตใจ ไม่มีความผูกพัน รักใคร่กัน มีภาวะวิกฤติเกิดขึ้นใน

ครอบครัวยุคใหม่ เช่น หัวหน้าครอบครัวประสบอุบัติเหตุ ต้องโทษจำคุกหรือล้มละลาย ครอบครัวที่บิดามารดา ทะเลาะวิวาทกันอยู่เสมอ เป็นต้น สิ่งเหล่านี้มีผลทำให้เด็กขาดความรักความอบอุ่น มองโลกในแง่ร้าย เศร้าหมอง อาจทำให้มีบุคลิกภาพแบบ Dependent คือ ต้องพึ่งพาผู้อื่นอยู่เสมอ เมื่อเกิดความรู้สึกสูญเสีย ผิดหวัง จะเกิดความรู้สึกผิดหวังอย่างรุนแรง ซึมเศร้า เสียใจมากและนานกว่าคนธรรมดา ซึ่งอาจใช้กลไกป้องกันตัวเองชนิด Introjection โดยรับเอาความที่ไม่ดีเข้ามาไว้ในตัวเอง เกิดความรู้สึกไร้ค่าและอารมณ์เศร้าจะเพิ่มมากขึ้น เป็นเหตุให้คิดอยากตาย และจากการศึกษา ทำให้ทราบว่า การฆ่าตัวตาย อาจจะมีสาเหตุมาจากหลายปัจจัยที่สะสมมานานหรือปัจจัยเดียวกันที่มากกระทบ และทำให้สะท้อนใจจึงเกิดความคิดชั่ววูบตัดสินใจด้วยการคิดสั้นฆ่าตัวตาย ปัจจัยที่สะสม เช่น เหตุการณ์ที่สะท้อนใจในวัยเด็ก การขาดความรักความอบอุ่นจากครอบครัว ครอบครัวยากจน เผชิญกับภาวะวิกฤตของชีวิต สูญเสียของรัก บุคลิกภาพแปรปรวน การเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรัง โรคเอดส์ โรคมะเร็ง และสภาพจิตใจที่ผิดปกติเป็นโรคจิต โรคประสาท มีอาการซึมเศร้า วิตกกังวล ย้ำคิดย้ำทำ พิษจากสุรา ยาเสพติด แล้วไม่สามารถจัดการกับปัญหาเหล่านั้นได้ จึงทำให้เกิดความตึงเครียด รู้สึกท้อแท้ สิ้นหวัง รู้สึกว่าตนเองไร้ค่า หาทางออกไม่ได้จึงส่งผลให้คิดสั้นฆ่าตัวตายได้ หรืออาจมาจากการลอกเลียนแบบจากญาติ บุคคลใกล้ชิด ดาราที่ตนเองชื่นชอบ ที่เคยทำร้ายตนเอง หรือพยายามฆ่าตัวตายมาแล้ว หรืออาจมาจากการนำเสนอข่าวของสื่อมวลชน เป็นต้น]

เสาวนีย์ สารบัณฑิตสกุล และคณะ (2539: บทคัดย่อ) รายงานว่า ปัจจัยทางด้านจิตใจที่ตัดสินใจฆ่าตัวตาย เนื่องจากรู้สึกว่าคุณเป็นคนไร้ค่า พบมากที่สุด จำนวน 98 ราย (48.51%) รองลงไปเป็นการตัดสินใจหนีปัญหาที่แก้ไม่ตก การเจ็บป่วยเรื้อรังพบ 38 ราย (18.81%) ปัจจัยด้านสังคม ผู้ป่วยพยายามฆ่าตัวตาย และผู้ฆ่าตัวตายสำเร็จ ตัดสินใจฆ่าตัวตายเพื่อหนีปัญหาครอบครัวมากที่สุด 124 ราย (61.39%) รองลงมาเป็นปัญหาเศรษฐกิจ 52 ราย (25.74%) และปัญหาจากหน้าที่การงานการเรียน โดยปัจจัยทางด้านสังคมมีสาเหตุมาจากรื่องครอบครัว (61.39%) ได้แก่ปัญหาต่างๆ ดังนี้

1. ครอบครัวแตกแยก (21.29%)
2. ครอบครัวอยู่ครบไม่มีเวลาให้ลูก (12.37%)
3. ทะเลาะกันบ่อย (24.26%)
4. บุตรไม่ดูแล (3.47%)

☑ อูมาพร ตรังคสมบัติ (2539: 14-20) อธิบายว่า มูลเหตุจูงใจให้เกิดการฆ่าตัวตายนั้น บางคนอาจมาจากสาเหตุใดสาเหตุหนึ่งหรือบางคนอาจเกิดจากหลายๆสาเหตุรวมกันก็ได้ สาเหตุในการพยายามฆ่าตัวตายอาจแบ่งได้ดังนี้ คือ

1. ความเจ็บป่วยทางกาย เช่น การเจ็บป่วยเรื้อรัง การเจ็บป่วยรุนแรง การเจ็บป่วยที่รักษาไม่หาย ฯลฯ

2. โรคทางจิตเวช เช่น โรคซึมเศร้า โรคทางจิตเวชเป็นปัจจัยเสี่ยงที่สำคัญโดยเฉพาะอย่างยิ่งโรคซึมเศร้า จากการศึกษาคนไข้อายุระหว่าง 10 - 15 ปี ที่มารับการรักษาในแผนกผู้ป่วยนอก ภาควิชากุมารเวชศาสตร์ โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ พบว่าเด็กที่มีภาวะซึมเศร้ามีพฤติกรรมฆ่าตัวตายมาในอดีตร้อยละ 61 ส่วนเด็กที่ไม่ซึมเศร้าพบเพียงร้อยละ 21 การศึกษาในวัยรุ่นที่ฆ่าตัวตายสำเร็จพบว่าร้อยละ 95 มีโรคทางจิตเวชร่วมด้วย โดยเฉพาะโรคซึมเศร้าอย่างรุนแรง และโรคซึมเศร้าเรื้อรัง

3. บุคลิกภาพและการปรับตัว ผู้ที่ฆ่าตัวตายสำเร็จมักมีนิสัยที่แยกตัว เห็นห่างกับผู้อื่น ความสัมพันธ์กับเพื่อนฝูงไม่ดี มีความก้าวร้าวสูง ขาดความยับยั้งชั่งใจและควบคุมอารมณ์ของตนเองไม่ได้ อยากได้อะไรต้องเอาให้ได้ อดทนรออะไรไม่ได้ พอทนไม่ได้ก็จะไปทำร้ายคนอื่น ถ้าทำคนอื่นไม่ได้ก็จะทำร้ายตัวเอง การศึกษาลักษณะความคิดในวัยรุ่นที่พยายามฆ่าตัวตาย พบว่า มักมีความคิดแบบสุดขั้ว ไม่ยืดหยุ่น มีโลกทัศน์ที่แคบ มีความคิดตำหนิตัวเอง ความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ เมื่อเจอปัญหาที่ไม่สามารถปรับเปลี่ยนหรือหาทางแก้ปัญหาด้วยวิธีอื่นๆ ทำให้เกิดความรู้สึกหมดหวังได้ง่าย ความรู้สึกหมดหวังนี้เป็นปัจจัยเสี่ยงที่สำคัญของการฆ่าตัวตายสำเร็จ

4. ปัจจัยทางสังคมและความเครียดในชีวิต การศึกษาเปรียบเทียบวัยรุ่นที่พยายามฆ่าตัวตายกับวัยรุ่นที่มีปัญหาจิตเวชอื่นๆ พบว่า พวกแรกจะมีความเครียดในชีวิตสูงและดำเนินไปอย่างยาวนาน โดยเฉพาะจะมีการสูญเสียหลายครั้ง สูญเสียหนทางสังคม สอบเข้ามหาวิทยาลัยไม่ได้ เกิดการล้มเหลว เสียหน้า นอกจากนี้ยังมีปัจจัยอื่นๆ เช่น การเปลี่ยนแปลงอย่างรุนแรงในครอบครัว พ่อหรือแม่เสียชีวิต หย่าร้าง หรือแยกทางกัน

คนที่ฆ่าตัวตาย มักเป็นผู้ที่ขาดการประทับประคองจากผู้อื่นในสังคม มีความสัมพันธ์กับคนในครอบครัวไม่ค่อยดี ไม่มีเพื่อนสนิท ปัจจัยที่มีอิทธิพลสูงมาก คือ ความสัมพันธ์กับพ่อ แม่หรือญาติพี่น้องไม่ดี ทำให้เขารู้สึกว่าไม่มีคนพึ่งพาได้ เมื่อมีปัญหาจึงเกิดความรู้สึกโดดเดี่ยว เหตุการณ์ที่จะกระตุ้นให้เขาตัดสินใจฆ่าตัวตาย มักเป็นปัญหาในความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เช่น ปัญหาพ่อแม่และเพื่อนฝูง ทั้งหมดนี้ทำให้วัยรุ่นรู้สึกว่าความสัมพันธ์ต่างๆ ได้มาถึงจุดสุดท้ายแล้ว เขารู้สึกว่าความสัมพันธ์ในชีวิต ความสัมพันธ์กับคนอื่นๆ ไม่มีความหมาย ไม่มีใครช่วยเขาได้ จริงๆ แล้วไม่ใช่ว่าคนที่มีความเครียดทุกคนจะฆ่าตัวตาย แต่คนที่ฆ่าตัวตาย คือคนที่เคยมีความตึงเครียดหลายๆ อย่าง ในที่สุดพอถึงจุดที่กระตุ้นจุดหนึ่ง มันเหมือนกับสุดทางแล้ว มันทำให้เขาทนไม่ได้ จึงตัดสินใจฆ่าตัวตาย

5. ปัจจัยทางพันธุกรรม การฆ่าตัวตายในครอบครัวเป็นปัจจัยเสี่ยงที่สำคัญ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากการลอกเลียนแบบ หรือการถ่ายทอดทางพันธุกรรมของการฆ่าตัวตาย หรือโรคซึมเศร้าก็ได้ คนที่มีความเปราะบางทางพันธุกรรมจะไม่สามารถควบคุมตนเองได้ เมื่อมีความเครียด หรือมีอาการเศร้าก็จะทำร้ายตนเองได้ง่าย

6. ปัจจัยทางชีวภาพ ในการเกิดโรคซึมเศร้าบางครั้งก็ไม่ใช่สาเหตุจากพ่อแม่ สภาพครอบครัว มันอาจเป็นความแปรปรวนทางชีวภาพ บางคนตีเรียวร้อยในครอบครัว แต่มีความเปราะบางทางชีวภาพก็เกิดโรคซึมเศร้าขึ้นได้ มันเหมือนกับความเปราะบางทางร่างกาย เช่น เราเป็นหวัดกินยาก็ไม่หายสักที บางคนไม่ต้องกินยาก็หาย บางคนแค่นอนมากๆ หรือดื่มน้ำมากๆ ก็หาย แต่แต่ละคนจะมีความแข็งแรงไม่เหมือนกัน

ในทางชีวภาพก็เช่นกัน แต่ละคนจะมีความแข็งแรงไม่เหมือนกัน ทางชีวภาพในที่นี้ไม่ได้หมายความว่าทางด้านจิตใจ ชีวภาพของเราอาจเกิดความแปรปรวนขึ้นมาในระบบใดระบบหนึ่งก็ได้ บ้างเอื้อระบบที่แปรปรวนไม่ได้เกิดที่ตับหรือหัวใจ แต่เกิดที่สารสื่อประสาทในสมอง ฉะนั้นคนกลุ่มนี้อาจเป็นโรคซึมเศร้าได้โดยที่ในบ้านไม่มีปัญหาอะไรเลย แต่กรณีนี้พบได้ไม่บ่อยนัก

✓ [อุมพร ตรังคสมบัติ และอรรพรรณ หนูแก้ว (2541: บทคัดย่อ) กล่าวว่าบุคคลที่มีพฤติกรรมฆ่าตัวตาย มักเป็นผู้ที่ขาดการประคับประคองจากผู้อื่นในสังคม (Social Support) เช่น มีความสัมพันธ์ที่ไม่ดีกับบิดามารดา หรือเพื่อนฝูง ไม่มีเพื่อนสนิท ไม่มีความเข้าใจและผูกพัน (Sense of Connectedness) กับผู้ใดอย่างแท้จริง] สอดคล้องกับการศึกษาของ Marttunen และคณะ (1994) ซึ่งพบว่า การขาดการประคับประคองจากครอบครัวเป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้เกิดพฤติกรรมฆ่าตัวตาย วัยรุ่นในการศึกษานี้ต้องจากครอบครัวมาเป็นระยะเวลานาน หลายรายขาดการติดต่อกับครอบครัว ความสัมพันธ์กับครอบครัวเป็นสิ่งที่มีความหมายต่อชีวิตของบุคคล การขาดความสัมพันธ์ดังกล่าว ย่อมทำให้บุคคลรู้สึกโดดเดี่ยว ขาดที่พึ่ง เมื่อต้องเผชิญกับความเครียดโดยลำพัง ย่อมทำให้เกิดความรู้สึกวิตกกังวล เศร้า หดห้วง ท้อแท้และอยากตายในที่สุด

✓ [นอกจากนี้ เออวิน (ณัฐวุฒิ ใจชมชื่น. 2544: 12, 15 อ้างอิงจาก Erwin, S. 1969) กล่าวว่าสาเหตุที่ก่อให้เกิดการฆ่าตัวตาย นอกจากสาเหตุเนื่องจากสภาพสังคม สาเหตุเนื่องจากสภาพร่างกาย สาเหตุเนื่องจากจิตใจหรือสุขภาพจิตเสื่อมโทรมแล้ว ยังกล่าวว่า สาเหตุจากการลอกเลียนแบบ ยังเป็นสาเหตุสำคัญประการหนึ่งต่อการฆ่าตัวตายอีกด้วย]

จะเห็นได้ว่าการฆ่าตัวตายไม่ได้เกิดจากสาเหตุใดเพียงสาเหตุเดียว แต่มีหลายสาเหตุรวมกัน ซึ่งพอสรุปสาเหตุของการฆ่าตัวตายทั้งจากสาเหตุทางด้านร่างกาย สาเหตุทางด้านจิตใจและอารมณ์ รวมทั้งสาเหตุทางด้านสังคม

1.3 ประเภทของการฆ่าตัวตาย

✓ [จอห์น เคอร์รา (นिरा พรเดชวงศ์. 2539: 18-19; อ้างอิงจาก John Curra. 1993: 166-171) ได้แบ่งการฆ่าตัวตายออกเป็น 4 ประเภท โดยดูจากเจตนาของผู้กระทำ คือ

1. การฆ่าตัวตายที่มีการวางแผนไว้ล่วงหน้า (Premeditated Suicide) จะมีการเตรียมสถานที่ อุปกรณ์ต่างๆ ไว้พร้อม เพื่อกระทำการฆ่าตัวตาย ส่วนใหญ่จะเป็นเพศชายที่มีอายุ 65 ปีขึ้นไป และ

พวกที่มีปัญหาสุขภาพจิต หรือโรคซึมเศร้าเรื้อรัง (Chronic Depression) วิธีการที่เลือกใช้จะต้องมั่นใจว่าได้ผล เช่น การยิงตัวตาย ใช้ระเบิด ก๊าซคาร์บอนมอนอกไซด์ เป็นต้น และมักจะประสบความสำเร็จในการฆ่าตัวตายในครั้งแรก เพื่อหนีปัญหาจากโลกนี้ไปสู่โลกใหม่ที่คิดว่าดีกว่า

2. การฆ่าตัวตายแบบสองจิตสองใจ (Ambivalent Suicide) ความคิดแบบไม่แน่ใจ อยากตายและไม่อยากตาย มีการวางแผนเล็กน้อย ใช้วิธีการที่ไม่รุนแรง ส่วนใหญ่ผู้กระทำจะเป็นวัยรุ่น วิธีการที่ใช้ เช่น เชือดข้อมือ กินยาเกินขนาด เหตุผลใหญ่คือ ซึมเศร้า (Depression) สิ้นหวัง (Loss of Hope) หรือมีการขัดแย้งกับบุคคลใกล้ชิด ถูกกดดันจากสังคมรอบข้าง จึงทำให้เกิดแรงจูงใจกระตุ้นให้เกิดการกระทำการฆ่าตัวตายโดยที่ไม่แน่ใจว่าจะเป็นทางเลือกที่ดี วิธีนี้เป็นการกระทำเพื่อเรียกร้องความสนใจจากบุคคลใกล้ชิด เช่น บิดามารดา ถ้าการฆ่าตัวตายนั้นได้รับการช่วยเหลือ ก็แสดงว่าบุคคลนั้นรักและยังต้องการตน แต่อย่างไรก็ตามการฆ่าตัวตายก็เป็นทางหนึ่งที่แสดงให้เห็นถึงการจบชีวิตเพื่อให้หมดภาระ

3. การฆ่าตัวตายเพื่อทำร้ายผู้อื่นด้วยวิธีที่รุนแรง (Coercive Suicide) เพื่อให้ผลของการฆ่าตัวตายนั้นไปทำร้ายจิตใจผู้อื่น ให้บุคคลอื่นต้องรับผิดชอบต่อการฆ่าตัวตายของเขา จะมีการเขียนจดหมาย (Suicide Note) เพื่อบอกให้บุคคลใกล้ชิดรับผิดชอบและเป็นสาเหตุที่ทำให้เขาต้องฆ่าตัวตาย เป็นการกระทำเพื่อให้ผู้อื่นรู้สึกละอายและเกิดความทุกข์และเป็นการให้บทเรียนที่ได้ผล เพศหญิงจะกระทำด้วยวิธีนี้มากกว่าเพศชาย มีอายุระหว่าง 20 - 30 ปี เป็นโสด หม้าย หรือผิดหวังจากคนรัก จะฆ่าตัวตายเพียงเหตุผลที่จะทำร้ายบุคคลเหล่านั้นที่ทอดทิ้งเธอไป วิธีการที่ใช้ส่วนใหญ่จะกินยาเกินขนาดเป็นจำนวนมาก ใช้ก๊าซพิษ หรือยิงตัวเอง และจะกระทำการฆ่าตัวตายสำเร็จในครั้งแรก

4. การฆ่าตัวตายแบบไม่ตั้งใจ (Faux Suicide) ไม่ต้องการฆ่าตัวตายจริงๆ เพียงทำให้เข้าไปอยู่ในสภาพการณ์ที่อันตราย จึงต้องการระวัง เพราะอาจจะกลายเป็นจริงขึ้นมาได้เพราะอุบัติเหตุ ส่วนใหญ่จะเป็นหญิงวัยรุ่นที่รู้สึกตัวเองไร้ค่า ไม่มีใครมาสนใจ mannatหมาย (Dating) หรือขอแต่งงานและรวมทั้งผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายมาหลายครั้งแล้ว วิธีการที่ใช้จะเป็นวิธีธรรมดา ไม่รุนแรง เช่น กินยาเกินขนาดในจำนวนไม่มาก ซึ่งส่วนใหญ่เป็นยานอนหลับ (Barbiturates) เชือดข้อมือ การพยายามฆ่าตัวตายจะกระทำโดยทันทีที่เลือกทางของเธอ หรือพบว่ามีความผิดหวังต่อความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด ซึ่งในความเป็นจริงถ้าพวกเขตายก็จะเป็นการตายเพราะอุบัติเหตุ เพราะไม่ได้อยากตายจริง และจากการศึกษาพบถึง 75 % ของการฆ่าตัวตายสำเร็จ เป็นการพยายามเพียงครั้งแรกเท่านั้น ตัวอย่างเช่น เด็กชายอายุ 15 ปี ถูกบิดามารดาตำหนิเรื่องการคบเพื่อนและถูกปล่อยให้อยู่บ้านคนเดียว เมื่อบิดามารดาออกไปทำงานแล้ว เขากะเวลาว่าทั้งสองใกล้จะกลับบ้านแล้ว จึงกินยานอนหลับเกินขนาดเข้าไปคิดว่าบิดามารดาต้องกลับมาช่วยทัน แต่วันนั้นทั้งสองกลับบ้านช้า ฉะนั้นเมื่อทั้งสองกลับมาบ้านจึงพบว่าบุตรชายได้ตายไปเสียแล้ว ซึ่งอันที่จริงเขาไม่ต้องการที่จะตายและไม่มีเจตนาที่จะตายด้วย เจตนา

เพียงให้บิดามารดาคิดใจเท่านั้นที่ปล่อยให้เขาอยู่บ้านคนเดียว ในที่สุดเขาก็ตายจริงๆ ด้วยฝีมือของเขาเองพร้อมกับจดหมายลาตาย เป็นต้น]

✓เอมิล เดอร์ไคม์ (วูคิงส์ ถายะพิงค์. 2543: 13-14; อ้างอิงจาก Emile Durkheim. 1966) ได้ให้แนวคิดในเรื่องความสัมพันธ์ และการปรับตัวกับสังคมสิ่งแวดล้อมว่า เป็นปัจจัยสำคัญที่เป็นสาเหตุของการฆ่าตัวตาย และได้แบ่งประเภทของการฆ่าตัวตายออกเป็น 3 ประเภทด้วยกัน คือ

ประเภทที่ 1 การฆ่าตัวตายที่มีสาเหตุมาจากตัวเอง เรียกว่า Egoistic Suicide การฆ่าตัวตายชนิดนี้หมายถึง การฆ่าตัวตายที่บุคคลผู้ที่มีความยึดมั่น หรือติดพันอยู่กับกลุ่มน้อยเกินไป กล่าวโดยทั่วไปแล้วมนุษย์เราจึงมีความเกี่ยวข้องกับกลุ่มหรือสังคมมากเท่าใด เขาจะได้รับแรงสนับสนุนหรือกำลังใจจากกลุ่มมากยิ่งขึ้นเท่านั้น ถ้าเป็นเช่นนั้น แรงที่จะช่วยยับยั้งมิให้ฆ่าตัวตายยังมีสูง ในทางกลับกันบุคคลที่แยกตัวออกจากกลุ่ม ไม่เกี่ยวข้องกับกลุ่มเลย หรือถ้ามีก็มีความเกี่ยวพันในระดับต่ำ บุคคลประเภทนี้โอกาสที่จะเสี่ยงกับการฆ่าตัวตายจะสูง เพราะเขาขาดเครื่องยับยั้งนั่นเอง ทั้งนี้เดอร์ไคม์ยังยกตัวอย่างเกี่ยวกับครอบครัวอีกด้วย เขาอธิบายว่า ยิ่งบุคคลมีความผูกพันกับครอบครัวมากเท่าใด โอกาสที่ผู้นั้นจะเสียชีวิตเพราะการฆ่าตัวตายย่อมจะลดลงเท่านั้น ทั้งนี้เพราะเมื่อเกิดวิกฤติการณ์แห่งชีวิตขึ้นมา และถ้าหากวิกฤติการณ์นั้นช่วยยื้อให้เขาฆ่าตัวตาย เขาก็จะนึกถึงครอบครัว ลูกเมีย หรือสามีภรรยาของเขา สิ่งเหล่านี้จะเป็นแรงยับยั้งมิให้เขาฆ่าตัวตายได้ง่ายๆ

ประเภทที่ 2 การฆ่าตัวตายเพื่อเห็นแก่ประโยชน์ของผู้อื่นหรือความภักดี เรียกว่า Altruistic Suicide การฆ่าตัวตายประเภทนี้มีลักษณะตรงข้ามกับการฆ่าตัวตายประเภทแรกใน Egoistic Suicide ซึ่งบุคคลมีความหย่อนยานต่อกลุ่มหรือไม่ติดพันกับกลุ่มมากพอ แต่ใน Altruistic Suicide นี้ การฆ่าตัวตายเกิดขึ้นเพราะบุคคลติดพันต่อกลุ่มมากเกินไปจนถึงขั้นว่าตนสามารถที่จะสละชีวิตเพื่อสวัสดิภาพของกลุ่ม หรือเพื่อความคงอยู่ของกลุ่มได้ การฆ่าตัวตายประเภทนี้เป็นการทำลายชีวิตเพื่อประโยชน์ของผู้อื่น ดังนั้น พลังที่ใช้ทำลายตนเองเกิดจากความมีเหตุผลและตั้งใจจริง กระทำโดยจิตสำนึกของตน เพื่อหน้าที่การงาน วินัย ศาสนา เพื่ออุดมการณ์ทางการเมือง เช่น นักบินหน่วยคามิกาเซ่ของชาวญี่ปุ่น ระหว่างสงครามโลกครั้งที่สอง ชาวเวียดนามเผาตัวเองในปลาย พ.ศ. 2503 หรือต้น พ.ศ. 2513 ในระหว่างสงครามเวียดนาม หรือการกระทำฮาราคีรีของชาวญี่ปุ่นในสมัยโบราณ ซึ่งถือเป็นเกียรติอย่างสูงจากการตายประเภทนี้

ประเภทที่ 3 การฆ่าตัวตายที่เกิดมาจากการเสื่อมของกฎข้อบังคับทางสังคม เรียกว่า Anomie Suicide การฆ่าตัวตายประเภทนี้มักจะเกิดมากในสังคมที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว หรืออย่างกะทันหันโดยสมาชิกของสังคมรู้สึกงงกัน และสับสนไม่รู้ว่าใช้อะไรเป็นเครื่องนำทางในการปฏิบัติตนหรือในการดำเนินชีวิต ในยามปกติมนุษย์มักจะใช้ปทัสถานเป็นเครื่องนำทางและเป็นเครื่องประเมนการประพฤติปฏิบัติตน แต่ในยามบ้านเมืองเปลี่ยนแปลงอย่างกะทันหัน สังคมจะกลายเป็นสถานที่ที่ไร้ปทัสถาน บุคคลจึงรู้สึกสับสนวุ่นวาย ทำตนไม่ถูก และอาจนำไปสู่การฆ่าตัวตายได้ เช่น ในยามที่บ้านเมืองมีการ

เปลี่ยนแปลงอย่างกะทันหันนั้น บุคคลปรับตัวไม่ทัน และก็หันไปหาทางออกโดยการฆ่าตัวตาย หรือในยามที่เศรษฐกิจของบ้านเมืองตกต่ำอย่างกะทันหัน ทำให้ผู้มั่งคั่งบางคนต้องกลายเป็นผู้ยากจนซึ่งเขาไม่เคยคาดคิด และเตรียมการที่จะรับสถานการณ์เลวร้ายเช่นนั้นมาก่อน เขาอาจจะรู้สึกช็อกและตกตะลึงจนถึงขั้นทำให้จิตใจเขาเสียดุลยภาพ และความเพียรพยายามของเขาในอันที่จะลดสถานภาพของตนลงไปใช้ชีวิตยากจนย่อมทำได้ยาก และกลายเป็นสิ่งที่เลือหน อันนั้นแหละจะเป็นเครื่องทำให้เขาคิดทำลายตนเอง

1.4 ลักษณะสำคัญที่บ่งบอกว่ามีภาวะเสี่ยงต่อการคิดฆ่าตัวตาย

✓ สุวทนา อารีพรค (2524: 530-532) กล่าวถึงลักษณะที่บ่งชี้ให้ทราบว่า บุคคลมีแนวโน้มจะกระทำการฆ่าตัวตายสูงมีดังนี้

1. มีอารมณ์เศร้า โดยเฉพาะถ้ามีอาการทางกายร่วมด้วย เช่น เบื่ออาหาร น้ำหนักลด ขาดแรงกระตุ้น นอนหลับยาก และการเคลื่อนไหวช้าลง
2. การนอนไม่หลับอย่างรุนแรง
3. ความกังวลเกี่ยวกับอาการทางกาย (Hypochondriasis)
4. ความล่อแหลมที่จะเกิดอุบัติเหตุบ่อยๆ คนที่เกิดอุบัติเหตุบ่อยๆ อาจเนื่องจากจิตใจไร้สำนึก ต้องการจะฆ่าตัวตาย
5. การขาดเป้าหมายในอนาคต แสดงว่าขาดความหวังในชีวิต
6. มีอาการประสาทหลอนที่ออกคำสั่ง เช่น เป็นเสียงสั่งให้ฆ่าตนเอง หรือเป็นเสียงเรียกให้ไปอยู่ด้วยในโลกอื่นซึ่งสุขสบายกว่า
7. โรคจิตเภท ทั้งที่มีอาการเริ่มแรกหรืออาการชัดเจน มักจะมีความเสี่ยงสูงต่อการฆ่าตัวตายทั้งคู่ เนื่องจากผู้ป่วยมีความคิดที่ผันแปรไปจากความเป็นจริง การรับรู้ความรู้สึกผิดไป ได้แก่ มีประสาทหลอน และการแปลภาพผิด ตลอดจนการตัดสินใจเสีย เพราะฉะนั้น ถ้ามีความคิดอยากฆ่าตัวตายก็อาจจะกระทำโดยวิธีรุนแรง ในบางรายอาจไม่แสดงความคิดจะฆ่าตัวตายให้ผู้อื่นทราบเลย อยู่ๆ ก็กระทำเนื่องจากความหลงผิด หรืออาการทางจิตอย่างอื่น
8. ปัญหาทางเพศ คนที่มีความวิปริตทางเพศ เช่น รักร่วมเพศ มักจะมีความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายสูง โดยเฉพาะถ้าเศร้า อายุมาก หรือติดสุรา
9. การติดสุราและยาเสพติดอาจเป็นลักษณะหนึ่งของการพยายามฆ่าตัวตาย ยิ่งกว่านั้นสุราและยาเสพติดบางชนิดยังเป็นตัวกระตุ้นให้ทำร้ายตนเองและผู้อื่นได้
10. มีประวัติการสูญเสียในระยะเวลาใกล้เคียงกัน อาจเป็นการสูญเสียบุคคลหรือของที่รัก โดยการจากกัน ตาย หรือสูญหายในระยะเวลาใกล้ๆ นั้น หรือครบรอบปีของการสูญเสีย

11. มีการผ่าตัดหรือคลอดบุตรใหม่ๆ หลังผ่าตัดและหลังคลอด ผู้ป่วยบางรายจะมีอารมณ์เศร้ามาก โดยอธิบายสาเหตุไม่ได้ และบางรายมีความคิดอยากตาย
 12. โรคทางกายโดยเฉพาะโรคที่รักษาไม่หาย โรคที่ทำให้ทุกข์ทรมาน และโรคทำให้พิการ มักจะทำให้เกิดความเศร้าและเบื่อหน่ายชีวิต โดยเฉพาะถ้าคนๆ นั้นเคยเป็นคนที่แข็งแรงและช่วยตัวเองอยู่เสมอ
 13. การตกงานหรือปัญหาการเงิน ก็ทำให้ท้อแท้ สิ้นหวัง และเบื่อหน่ายชีวิต
 14. การอยู่ลำพัง จะเป็นการอยู่ลำพังเพราะขาดคู่ หรือเคยมีคู่แต่แยก หย่า หรือตายจากกัน ทำให้เกิดความว้าเหว และความรู้สึกว่าตนเองไร้ค่าได้บ่อย และมากกว่าคนมีเพื่อน
 15. เคยกระทำมาก่อน ร้อยละ 50 - 80 ของคนที่พยายามฆ่าตัวตายมีประวัติเคยกระทำมาก่อน ในรายที่มีประวัติเคยพยายามบ่อยๆ หรือเคยพยายามในระยะเวลานานใกล้ มักมีความเสี่ยงสูงที่จะทำอีก
 16. ความรุนแรงของการกระทำ รายที่กระทำจนเกิดอาการรุนแรงย่อมแสดงว่าน่าจะมีความตั้งใจจริงที่จะตาย รายที่เลือกวิธีรุนแรงและน่าหวาดเสียว เช่น การยิง การแทง การแขวนคอ การกระโดดจากที่สูง หรือการเผาตนเองก็ย่อมแสดงว่ามีความตั้งใจที่จะตายมากกว่าคนที่เลือกวิธีกินยา
 17. การยกทรัพย์สินสมบัติส่วนตัวให้คนอื่น โดยเฉพาะของที่ตนรักและทะนุถนอม หรือการเขียนพินัยกรรมมอบทรัพย์สินสมบัติ แสดงว่า มีความตั้งใจแน่วแน่ที่จะตาย
 18. การไม่ได้อะไรจากความพยายามฆ่าตัวตาย น่าจะนึกถึงว่าเขาไม่ได้ทำเพื่อหวังผลจากผู้อื่น นอกจากต้องการตายจริงๆ
 19. รายที่มีประวัติบุคคลในครอบครัวเคยพยายามฆ่าตัวตายหรือฆ่าตัวตายสำเร็จ
- ✱ วิจารณ์ วิชัยยะ (2533: 8) ได้กล่าวถึง ปัจจัยเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายไว้ดังนี้
1. โรคจิตทางอารมณ์ซึ่งมีอารมณ์เศร้าเป็นอาการเด่นชัด หรือมีความวิตกกังวลเป็นอาการเด่นชัด หรือมีทั้งอารมณ์เศร้าและวิตกกังวล เป็นอาการเด่นชัดทั้งสองอย่าง ได้แก่ วัยรุ่นที่ต้องเดินทางแยกออกจากบ้านไปอยู่ ณ ที่ห่างไกล เช่นไปศึกษาต่อ ไปทำงานต่างถิ่น
 2. พิษสุราเรื้อรัง และผู้ที่นอนไม่หลับมาเป็นเวลานาน มีอัตราฆ่าตัวตายสูง
 3. เพศชายฆ่าตัวตายสำเร็จมากกว่าเพศหญิง ประมาณ 3:1
 4. อายุ ความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายสูงขึ้นตามอายุ
 5. สถานภาพสมรส โสด หม้าย หย่า มีอัตราการฆ่าตัวตายสูงกว่าผู้ที่มีคู่สมรส
 6. ผู้ที่ขาดการประคับประคองจากสังคม ผู้ที่อยู่โดดเดี่ยว เป็นหม้าย คู่สมรสเสียชีวิต ขาดเพื่อน ขาดคู่คิด ขาดการเข้าสังคม ขาดความผูกพันกับศาสนา ขาดสิ่งยึดมั่นทางจิตใจ

7. มีประวัติเคยพยายามฆ่าตัวตายมาก่อน ร้อยละ 10 จะพยายามฆ่าตัวตายซ้ำอีก
 8. ผู้มีความผิดปกติทางจิตใจชนิดต่างๆ เช่น บุคลิกภาพแปรปรวน ติดสารเสพติด โรคจิตชนิดต่างๆ โดยเฉพาะโรคจิตทางอารมณ์ พวกที่มีพฤติกรรมแสดงถึงความโกรธ ก้าวร้าวและผู้ที่มีการอารมณ์เศร้า
 9. ปัญหาทางเศรษฐกิจและครอบครัว รวมทั้งปัญหาความรัก ออกจากงาน ความเจ็บป่วยด้วยโรคไม่สบายทางร่างกายร้ายแรง มีแนวโน้มที่จะฆ่าตัวตายสูง
- และสัญญาณอันตรายที่สามารถสังเกตได้ มีดังนี้ (อมรากุล อินโชนนท์ และคนอื่นๆ. 2540: 9-10)

1. พูดหรือพูดติดตลกเกี่ยวกับการฆ่าตัวตาย
2. คำพูดที่มีความหมายว่าไม่มีใครรักเขาเลย
3. คำพูดที่มีความหมายถึงความสิ้นหวัง ไม่มีใครช่วยได้หรือไร้ค่า เช่น ไม่มีประโยชน์ที่จะมีชีวิตอยู่ต่อไป คงจะดีสำหรับทุกคนถ้าไม่มีฉัน ฉันคงหมดหวังแล้ว
4. มีพลังงานมากขึ้น ไม่สามารถทำอะไรให้ช้าลง
5. ความคิดสับสน มีการแข่งขันหรือทำอะไรเร็วตลอดเวลา วอกแวกง่าย
6. พูดเร็วหรือหัวเราะร่วน
7. มีความคิดใหญ่โต (Grandiose Ideas) คิดฟุ้งซ่านมากขึ้น
8. ออกกำลังมากขึ้น
9. บิดีเกินพอดี (Euphoric) ตื่นเต้นเกินเหตุ ระวังมีชีวิตชีวาผิดปกติ
10. โกรธง่าย ถูกกระตุ้นง่ายเกินขอบเขต
11. มีความรู้สึกทางเพศมากขึ้น สำส่อน มีพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสม
12. ดัดจริตใจไม่ดี หุนหันพลันแล่น หมกหมุ่นกับความสนุกสนาน
13. มีพฤติกรรมน่าอัปยศในที่สาธารณะ
14. ระวัง มีความหลงผิด ประสาทหลอน

✓ ศิริวรรณ วิเศษวรวัธ (2543: 15) กล่าวถึง สัญญาณการฆ่าตัวตายของคนที่มีความผิดปกติ ✓
ฆ่าตัวตาย จะแสดงออกดังนี้

1. อยู่โดดเดี่ยว เก็บตัว ไม่เข้าสังคม ไม่สื่อสารกับคนอื่น
2. มีแผนและวิธีการฆ่าตัวตายแน่นอน แล้วเขาจะพูดคุยเกี่ยวกับการจัดการกิจให้เรียบร้อย
3. พูดคุยเกี่ยวกับความโดดเดี่ยวและความเหงา
4. แสดงความรู้สึกผิดหวัง มองตัวเองไร้ค่า รู้สึกหมดความสนุกสนานในชีวิต
5. พูดวาทะอยู่กับปัญหาที่หาทางแก้ไขไม่ได้
6. แสดงออกถึงความรู้สึกหมดเครื่องยึดเหนี่ยวทางใจ เช่น ศาสนา เป็นต้น

1.5 ขั้นตอนการคิดฆ่าตัวตาย

บาร์บี้ และ บริกเกอร์ (Barbee & Bricker. 1996: 613-633) แบ่งพฤติกรรมการฆ่าตัวตายออกเป็น 5 ขั้นตอนดังนี้

1. คิดฆ่าตัวตาย (Suicidal Ideation) เป็นความคิดที่เกิดขึ้นอย่างตรงไปตรงมา หรือความคิดโดยอ้อมเกี่ยวกับการฆ่าตัวตายหรือการทำลายตนเอง ซึ่งอาจแสดงออกโดยทางคำพูด การเขียน หรือผ่านทางงานศิลปะแต่ไม่มีความตั้งใจหรือการกระทำ
 2. ชูจะฆ่าตัวตาย (Suicidal Threats) มีการพูดหรือการเขียนอย่างตรงไปตรงมาเกี่ยวกับความตั้งใจที่จะฆ่าตัวตายแต่ไม่มีการกระทำ
 3. มีท่าจะฆ่าตัวตาย (Suicidal Gestures) มีการทำร้ายตนเองแต่ไม่ได้รับบาดเจ็บ หรือบาดเจ็บเพียงเล็กน้อย ผู้กระทำไม่ได้ตั้งใจที่จะจบชีวิตตนเองและไม่คาดหวังว่าตนเองจะตายแต่กระทำเพื่อที่จะให้ผู้อื่นคิดว่าตนเองต้องการที่จะตาย เช่น การทำให้เกิดบาดแผลถลอกที่ข้อมือด้วยมีดหรือพลาสติก เป็นต้น
 4. พยายามฆ่าตัวตาย (Suicidal Attempts) มีการทำร้ายตนเองด้วยวิธีการที่รุนแรง ได้รับบาดเจ็บเล็กน้อยหรือบาดเจ็บมาก ผู้กระทำมีความตั้งใจที่จะจบชีวิตตนเองหรือต้องการให้ตนเองได้รับอันตรายอย่างรุนแรง
 5. ฆ่าตัวตายสำเร็จ (Completed or Successful Suicides) ผู้กระทำมีความตั้งใจที่จะจบชีวิตของตนเองและมีสติสัมปชัญญะสมบูรณ์ขณะที่กระทำ
- วิชราภรณ์ อภิวัชรกร (2535: 84) ได้สรุปขั้นตอนการพยายามฆ่าตัวตายไว้มี 4 ขั้นตอน ดังนี้
1. มีความคิดจะฆ่าตัวตาย เนื่องจากบุคคลไม่สามารถทนอยู่ในสถานการณ์ปัจจุบันได้อีกต่อไปแล้ว ทางออกต่างๆ จะตันไปหมด ทางเดียวที่ช่วยแก้ปัญหาได้ คือ ความตาย
 2. แสดงพฤติกรรมหรือท่าทางเตือนเป็นสัญญาณ ซึ่งสัญญาณนั้นแสดงออกหลายลักษณะด้วยกัน เช่น พูดสับสน สิ่งเสีย ผกผัน เรื่องราวต่างๆ กลายเป็นน้อยๆ เชิงอำนาจหรือกล่าวถึงความโหดร้ายของสถานการณ์ที่เผชิญอยู่ ความสิ้นหวังที่จะมีชีวิตอยู่ต่อไป บางคนทำพิธีกรรมบริจาคร่างกายให้โรงพยาบาล เป็นต้น
 3. พยายามฆ่าตัวตายด้วยวิธีการต่างๆ
 4. บุคคลได้ตายสมปรารถนา

ความคิดอยากฆ่าตัวตาย เป็นขั้นตอนแรกของการต่อเนื่องและนำไปสู่การพยายามฆ่าตัวตาย และฆ่าตัวตายสำเร็จ (อุมาพร ตรังคสมบัติ. 2540: 244-245)

ความนึกคิดเกี่ยวกับการคร่ำครวญตัวเองนั้นไม่ใช่เรื่องแปลก คนจำนวนมากที่คิดคำนึงเกี่ยวกับการฆ่าตัวตาย แต่ไม่ได้ทำอย่างที่คิด ทว่าความคิดเกี่ยวกับการฆ่าตัวตายสามารถเริ่มจากความคิดชั่ว

ขณะที่ความตายอาจเป็นทางออกที่ดี ไปจนถึงความต้องการที่จะตายอย่างจริงจัง เมื่อความคิดเริ่มที่จะไปถึงขั้นการวางแผน ก็นับว่าเป็นอันตรายอย่างยิ่ง คนที่คิดวางแผนที่จะฆ่าตัวตายนั้น มีแนวโน้มที่จะลงมือกระทำการอย่างหุนหันพลันแล่น ในขณะที่กำลังอยู่ในภาวะสิ้นหวัง (แสงอุษา สุทธิชนกุล. 2546: 4-5)

โดยเริ่มจากกระบวนการคิดและตัดสินใจในการแก้ไขปัญหาของบุคคลซึ่งวอลคัพ (กลอยใจ ทองลิ้ม. 2544: 13-14; อ้างอิงจาก Walkup. 1972: 151-157) เสนอถึงขั้นตอนของการเกิดกระบวนการคิดและการตัดสินใจฆ่าตัวตายไว้ดังนี้

1. เกิดการเปลี่ยนแปลงขึ้นในระบบของกลไกที่สมดุลย์
2. ระบบรับความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น ดังเช่น ความยุ่งยากในความสมดุลของระบบและความต้องการภายในกับความเรียกร้องจากภายนอก
3. ระบบต่างๆ พยายามระดมพลังกำลังภายในตัวเอง เพื่อช่วยขจัดปัญหาและปรารถนาจะได้รับการสนับสนุนจากสิ่งแวดล้อมภายนอก ในการช่วยเหลือให้กลับคืนสู่ภาวะสมดุลย์
4. ทั้งระบบภายในร่างกายและสิ่งแวดล้อมภายนอกไม่สามารถช่วยแก้ปัญหาตามความเรียกร้องได้
5. ความรู้สึกขาดที่พึ่งและหมดหนทางในการแก้ไข เป็นผลทำให้เกิดพฤติกรรมที่ไม่สามารถควบคุมตนเองได้ ในระยะนี้สิ่งที่ควรระวังคือ การประกอบอัตวินิบาตกรรมหรือการฆ่าตัวตาย

กระบวนการคิดและตัดสินใจของบุคคลซึ่ง “การตัดสินใจ” (To Decide) ในภาวะที่บุคคลมีความยุ่งยากลำบากในการตัดสินใจ คือตัดสินใจไม่ได้ หรือแก้ปัญหาไม่ได้เป็นระยะเวลาที่มีความทุกข์หนักจากเหตุการณ์หนึ่งในชีวิต แล้วแก้ปัญหาไม่ได้ กลไกการปรับตัวต่างๆ ที่เคยใช้ได้ผลก็ใช้ไม่ได้ผล

จากที่กล่าวมาข้างต้น โดยสรุปแล้วขั้นตอนต่างๆ ของการฆ่าตัวตาย เมื่อบุคคลมีความทุกข์สะสมมากขึ้นจะมีขั้นตอนต่างๆ ของการฆ่าตัวตายดังนี้ (กลอยใจ ทองลิ้ม. 2544: 15)

1. ความคิดที่จะฆ่าตัวตาย (Suicidal Idea)

ผู้คิดฆ่าตัวตาย หมายถึง ผู้ที่มีความคิดชั่ววูบที่อยากตาย คิดฆ่าตัวตายแต่ยังไม่ได้ลงมือกระทำ เป็นความคิดที่มักเกิดขึ้นในช่วงที่มีชีวิตประสบปัญหาความยุ่งยาก เกิดความเครียด ทำให้รู้สึกท้อแท้ ไม่มีจุดหมาย หรือเกิดความรู้สึกน้อยเนื้อต่ำใจ รู้สึกไม่เป็นที่รัก คนกลุ่มนี้มีความคิดเช่นนั้นมากกว่าคนทั่วไป เช่น ผู้ตกงาน ผู้ป่วยโรคร้ายแรง ผู้กำลังประสบกับปัญหาชีวิต และผู้ป่วยจิตเวช เป็นต้น

2. การพยายามฆ่าตัวตาย (Suicidal Attempt)

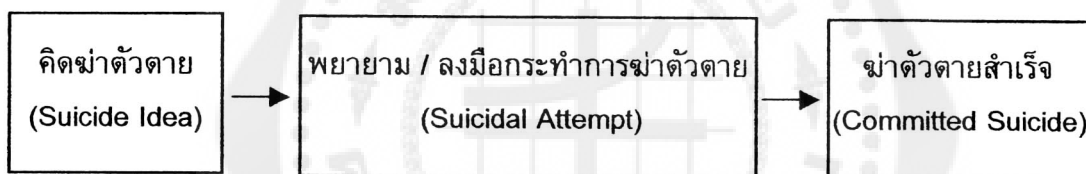
ผู้ที่คิดและพยายาม หรือลงมือกระทำการฆ่าตัวตาย ผู้กระทำมักจะมองว่าการฆ่าตัวตายเป็นทางออกเพียงทางเดียวที่เขามีอยู่ในขณะนั้น และมองว่าการตายเป็นทางเลือกที่ดีกว่าการทนอยู่กับปัญหาหรือความเจ็บปวดทางจิตใจที่เขาเผชิญอยู่ เขามีความรู้สึกถูกบีบคั้นจากปัญหาจนทนไม่ได้ หมดความหวัง จึงต้องการหยุดการรับรู้ลง และคิดว่าการตายเปรียบเสมือนการหลีกหนีจากความเจ็บปวดที่เขาไม่ต้องการ คนกลุ่มนี้ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง อายุน้อย สาเหตุกระตุ้นที่สำคัญ คือ ปัญหาภายใน

ครอบครัวยและปัญหาทางเศรษฐกิจ ส่วนใหญ่จะมีความรู้สึกสองจิตสองใจ ใจหนึ่งอยากตายเพื่อจบปัญหาลง อีกใจหนึ่งก็ไม่อยากตาย เพราะยังมีห่วงทางใจ อาจเป็นพ่อ แม่ คู่ครองหรือลูก หรือยังมีความกลัวตายอยู่ลึกๆ จิตใจจึงวุ่นวายสับสน เมื่อมีเหตุมากระทบเพียงเล็กน้อยก็อาจจะตัดสินใจทำร้ายตนเองหรือลงมือกระทำการฆ่าตัวตายขณะโกรธเคืองด้วยอารมณ์ชั่ววูบมากกว่าการกระทำเพราะสิ้นหวังในชีวิต มักไม่มีความเจ็บป่วยทางจิตเวช

การให้ความช่วยเหลือในขั้นตอนนี้จะต้องช่วยเหลือให้ผู้คิดและพยายามฆ่าตัวตายตระหนักในความต้องการมีชีวิตอยู่ต่อของตนเอง และมีโอกาสพิจารณาเลือกให้รอบด้านมากขึ้น

3. การฆ่าตัวตายสำเร็จ (Committed Suicide)

ผู้ฆ่าตัวตายสำเร็จ หมายถึง ผู้ที่คิดและพยายามฆ่าตัวตายจะเป็นผลให้ผู้กระทำเสียชีวิต ส่วนใหญ่เสียชีวิตจากการลงมือกระทำครั้งแรกจะเป็นผู้ชาย ผู้ป่วยทางจิตเวชมีการวางแผนฆ่าตัวตายไว้นานแล้ว ใช้วิธีการที่เป็นอันตรายต่อชีวิต และจะกระทำในช่วงเวลา สถานที่ที่คนอื่นช่วยเหลือได้ยาก



แผนภูมิแสดงขั้นตอนต่างๆ ของการฆ่าตัวตาย

✓ 1.6 ทฤษฎีเกี่ยวกับการฆ่าตัวตาย

มีทฤษฎีอยู่หลายทฤษฎีที่กล่าวถึงสาเหตุของการฆ่าตัวตาย ซึ่งมีดังต่อไปนี้

1. ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ (Psychoanalytic theory) Freud ได้ให้ทัศนะของการฆ่าตัวตายไว้สองประการ คือ

- คนที่ฆ่าตัวตายมักเป็นคนที่ต้องสูญเสียบุคคลที่ตนเองรักมาก และแค้นมากในเวลาเดียวกัน เป็นความรู้สึกแบบสองฝักสองฝ่าย ความเคียดแค้นก่อให้เกิดความคิดก้าวร้าวที่จะทำร้าย แต่ขณะเดียวกันความรักที่มีอยู่จะบิดเบือนความก้าวร้าวให้มุ่งเข้าหาตนเอง (Introjection) กลายเป็นการลงโทษตนเอง คิดว่าตนเองไม่ดี สมควรได้รับการลงโทษ ถ้าความคิดดังกล่าวนี้รุนแรงถึงขนาด ก็อาจจะทำให้บุคคลนั้นฆ่าตัวตายได้
- คนที่ฆ่าตัวตายก็เพราะสัญชาตญาณการทำลาย (Death Instinct) หรือที่เรียกว่า Thanatos เกิดพลิกกลับมาทำลายชีวิตตนเอง

2. ทฤษฎี Meninger เชื่อว่าคนที่พยายามฆ่าตัวตายมักมีสาเหตุจาก

- ความต้องการฆ่า (The wish to kill) เป็นแรงกระตุ้นที่ขับมาจากความก้าวร้าวโดยที่บุคคลกระทำตนเป็นสิ่งที่ภายนอกซึ่งเขาปรารถนาจะฆ่า และแรงกระตุ้นที่ขับออกมานั้นก็ทำให้เกิดความต้องการที่จะฆ่าตัวตนเอง
- ความต้องการถูกฆ่า (The wish to be killed) เป็นการยอมจำนนต่อความเจ็บปวดทรมานไปจนถึงที่สุดคือ ความตาย ทั้งนี้เพราะความเจ็บปวดที่ได้รับเป็นสิ่งที่ทำให้เกิดความสุขเกิดจากสัญชาตญาณความก้าวร้าวที่ทำงานในระดับจิตไร้สำนึกและความสำนึกผิด การที่ตนได้รับความเจ็บปวดไปจนถึงความตาย ทำให้จิตไร้สำนึกได้รับความพอใจ
- ความต้องการตาย (The wish to be died) สาเหตุข้อนี้มีสมมติฐานว่าผู้ที่ฆ่าตัวตายต้องการที่จะเปลี่ยนจิตใจเสียใหม่ โดยมีความเข้าใจว่าความตายเป็นการหนีไปเสียเพื่อจะได้กลับมาใหม่ และความแตกต่างระหว่างจิตสำนึกและจิตไร้สำนึกในความต้องการตาย

3. ทฤษฎีจิตพลวัต (Psychodynamics) มักมีประวัติเกี่ยวกับการสูญเสีย (Losses) แก์บบาร์ด (Gabbard. 1994) ซึ่งได้แก่

- การสูญเสียคนรักหรือของรัก อวัยวะบางส่วนถูกตัดออกไป สุขภาพเสื่อมโทรม เป็นโรคเรื้อรัง และไม่มีทางรักษาให้หาย พวกลูกๆ แยกออกไปอยู่ต่างหากเมื่อโตแล้ว (Emptiness Syndrome)
- การสูญเสียสถานะทางสังคม เป็นการเสียชื่อหรือเกียรติยศ ก่อให้เกิดความอับอายขายหน้า
- การสูญเสียทรัพย์สินหรือเงินทอง

4. ทฤษฎีสังคม (Sociological Theories) ทฤษฎีสังคมวิทยา ชี้ให้เห็นว่าการฆ่าตัวตายนั้นเกิดเมื่อเราไม่สามารถควบคุมตนเองได้ บุคคลที่ได้เสนอแนะแนวคิดในเรื่องนี้ ได้แก่ เดอร์ไคม์ (Emile Durkheim. 1987) เป็นนักสังคมวิทยาชาวฝรั่งเศส เชื่อเรื่องความสัมพันธ์และความเข้าใจกันได้ดีกับสังคม (Social Integration) ว่าเป็นปัจจัยสำคัญและได้ให้แนวคิดเกี่ยวกับการฆ่าตัวตายไว้ดังนี้ (นิตยสารจิตเวช. 2539: 21)

- Egoistic Suicide หมายถึง การฆ่าตัวตายที่เกิดเนื่องจากการขาดความสัมพันธ์และไม่สามารถเข้ากันได้ดีกับสังคม (Social Integration) ไม่สามารถจะไปให้ถึงจุดหมายของคนที่ได้ จึงใช้วิธีการฆ่าตัวตายเป็นทางออกเมื่อมีปัญหา เช่น การฆ่าตัวตายของคนที่มีความรู้สึกรุนแรงที่เกี่ยวกับการที่ตนเองเป็นที่รังเกียจของสังคม ไม่อาจจะเข้าหน้าคบหากับใครได้อีกต่อไปก็เลยหนีสังคมไปโดยการฆ่าตัวตาย ในสังคมชาวชนบทมีความเข้าใจกันได้ดีกับสังคมมากกว่าสังคมในเมือง ดังนั้นจึงมีการฆ่าตัวตายน้อยกว่า

- Altruistic Suicide หมายถึง การฆ่าตัวตายที่เกิดเนื่องจากมีความสัมพันธ์กับส่วนรวมมากเกินไป เป็นการเสียสละเพื่อส่วนรวม เป็นลักษณะของการทำลายชีวิตเพื่อประโยชน์ของผู้อื่น ไม่ใช่เพื่อตนเอง
- Anomic Suicide หมายถึง การฆ่าตัวตายที่เกิดจากการที่ไม่สามารถทนต่อสภาพที่ต้องสูญเสียสถานภาพในสังคม เกิดความขัดแย้งทางอารมณ์อย่างรุนแรง
- Fatalistic Suicide หมายถึง การฆ่าตัวตายที่ตรงกันข้ามกับ Anomic Type เป็นการฆ่าตัวตายที่เกิดขึ้นเมื่อถูกบังคับและอยู่ในกฎเกณฑ์อย่างมาก เช่น การฆ่าตัวตายของทาส

5. ทฤษฎีการเลียนแบบ

สเติร์นเกล กล่าวว่า (นฤมล จันทร์ขำ. 2547: 24; อ้างอิงจาก Stengel. S: 56-57) การเลียนแบบ (Imitation) เป็นองค์ประกอบที่สำคัญองค์ประกอบหนึ่งที่ทำให้เกิดการฆ่าตัวตายได้ โดยเฉพาะในผู้ที่มีความสนิทสนมกับญาติพี่น้องที่เคยกระทำการฆ่าตัวตาย บุคคลผู้นั้นมักจะเลียนแบบวิธีการและพฤติกรรมในการฆ่าตัวตายนั่นๆ บุคคลพวกนี้เมื่อมีความเครียดหรือมีปัญหาชีวิตเกิดขึ้นจะปรับตัวโดยใช้กลวิธีป้องกันทางจิตชนิด Identification นั่นคือการลอกเลียนแบบพฤติกรรมในการฆ่าตัวตาย (นฤมล จันทร์ขำ. 2547: 24; อ้างอิงจาก ทศพร ประเสริฐสุข. 2542) โดยมองว่าเป็นทางออกของการแก้ไขปัญหา

จากการเลียนแบบจึงทำให้วัยรุ่นที่มีความคิดฆ่าตัวตายเมื่อได้รับทราบข้อมูล หรือข่าวสารที่เกี่ยวข้องกับการฆ่าตัวตายทั้งจากตัวเองหรือจากสื่อต่างๆ ก็อาจเป็นการชี้้นำให้กับวัยรุ่นที่กำลังเครียดหรือมีปัญหา หาทางออกให้กับตัวเองด้วยการเลียนแบบการฆ่าตัวตายตามเมื่อได้เห็นเพื่อนหรือคนอื่นฆ่าตัวตายด้วยวิธีการต่างๆ

แบนดูรา (วันชัย ขาวรัมย์. 2544: 26; อ้างอิงจาก Albert Bandura. 1965) นักจิตวิทยาชาวแคนาดา เชื่อว่าการเลียนแบบเกิดจากการเรียนรู้ทางสังคมอย่างหนึ่งของคน การเรียนรู้ส่วนใหญ่ของคนเกิดจากการสังเกตตัวแบบหรือการเลียนแบบ โดยเชื่อว่าการเรียนรู้ไม่จำเป็นต้องแสดงออกเป็นพฤติกรรมภายนอก แต่จะเน้นที่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมภายใน ซึ่งเกิดขึ้นภายหลังการเรียนรู้โดยอาจเรียนรู้จากการสังเกต การเห็น ฯลฯ และแสดงออกเป็นพฤติกรรมภายหลัง เช่น นิสิตเห็นครูสอนหนังสือก็ได้เรียนรู้จดจำท่าที ลีลาไว้เรียบร้อยแล้ว วันหนึ่งเมื่อนิสิตต้องออกมาบรรยายหน้าชั้นเพื่อนำเสนอรายงาน หรือเป็นครูเอง นิสิตก็แสดงพฤติกรรมคล้ายกับที่เรียนรู้มา

นอกจากนี้แล้ว แบนดูรา ยังอธิบายว่า การเรียนรู้ส่วนใหญ่ของคนเกิดจากการสังเกตตัวแบบ (Model) หรือการเลียนแบบ (Imitation) จากตัวแบบ ซึ่งแตกต่างจากการเรียนรู้จากประสบการณ์ตรงที่ต้องอาศัยการลองผิดลองถูก เพราะเสียเวลาและอาจประสบอันตรายได้ การเรียนรู้แบบนี้พบว่า ตัวแบบเพียงคนเดียวที่สามารถที่จะถ่ายทอดทั้งความคิดและการแสดงออกได้พร้อมๆกัน และการเรียนรู้ทาง

สังคมจากประสบการณ์ของผู้อื่น สามารถเรียนรู้ได้อย่างรวดเร็วผ่านสื่อต่างๆ ซึ่งจากการสังเกตทำให้เรียนรู้ได้ว่าพฤติกรรมนั้นได้รับผลอย่างไร ถ้าเห็นว่าผลกระทบที่ได้รับเป็นที่น่าสนใจ ผู้สังเกตก็มีแนวโน้มที่จะลอกเลียนแบบพฤติกรรมนั้น โดยจากงานวิจัยของแบนดูรา พบว่าการให้รางวัลแก่ตัวแบบที่แสดงพฤติกรรมก้าวร้าวมีผลทำให้เด็กลอกเลียนแบบพฤติกรรมก้าวร้าวมากเพิ่มมากขึ้น

6. ทฤษฎีการเรียนรู้ (คุนทร มุงคิ. 2541: 15; อ้างอิงจาก Frederict & Resnik. 1971)

ทฤษฎีการเรียนรู้ กล่าวว่า พฤติกรรมการฆ่าตัวตายมีลักษณะคล้ายรูปแบบอื่นของพฤติกรรม คือความสามารถเรียนรู้ได้ นักพฤติกรรมบำบัดมีความเห็นสอดคล้องกับนักสังคมวิทยา และทฤษฎีจิตวิเคราะห์ คือเชื่อว่าการฆ่าตัวตายมีความเกี่ยวข้องกับอารมณ์เศร้า ทฤษฎีการเรียนรู้อธิบายว่า การเรียนรู้การฆ่าตัวตายเริ่มต้นในวัยเด็ก ซึ่งเมื่อแสดงอารมณ์รุนแรงและอารมณ์โกรธออกมามักจะได้รับการลงโทษ แต่ถ้าเก็บความรู้สึกเอาไว้จะได้รับการชมเชย ดังนั้น เด็กจึงจำเป็นต้องเก็บอารมณ์รุนแรงเอาไว้ (คล้ายทฤษฎีของ Freud) จนกระทั่งเติบโตเป็นผู้ใหญ่ก็ยังคงใช้วิธีการแก้ปัญหาแบบเดิม เมื่อเก็บอารมณ์รุนแรงไว้มากเข้า ก็จะทำให้เกิดอารมณ์เศร้า จนเกิดการฆ่าตัวตายได้ในที่สุด

จากที่กล่าวมาสรุปได้ว่าสาเหตุของการฆ่าตัวตายไม่สามารถอธิบายได้ด้วยทฤษฎีใดทฤษฎีหนึ่ง เนื่องจากการฆ่าตัวตายของบุคคลหนึ่งอาจมีความเกี่ยวข้องกับหลายๆ ทฤษฎีที่กล่าวไป

W/V

1.7 การป้องกันและแก้ไขปัญหาการฆ่าตัวตาย

✓ สุพัตรา สุภาพ (2529: 124-127) ได้กล่าวถึงวิธีการแก้ไขเกี่ยวกับการฆ่าตัวตายไว้ดังต่อไปนี้

1. พูดกันให้เข้าใจ การพูดจากันเป็นการแก้ปัญหาที่ดีที่สุด ให้เขาได้รู้ว่า เรารักเขาและไม่สบายใจที่เห็นเขาอยู่ในความทุกข์
2. ให้ระบายสิ่งที่อัดอั้นตันใจ แล้วแสดงความเห็นใจ อย่าไปว่ากล่าวให้เสียเทือนใจ
3. แสดงความห่วงใยรักใคร่ ให้เขารู้ว่า ทุกคนจะเสียใจเป็นอย่างยิ่งถ้าเขาฆ่าตัวตาย ทุกคนห่วงใยรักใคร่เขาจริง และจะยืนหยัดเคียงข้างเขาตลอดไป

4. หาผู้เชี่ยวชาญ ไม่ว่าจะเป็นจิตแพทย์หรือใครก็ตามที่รู้เรื่องเกี่ยวกับการฆ่าตัวตาย และต้องปรึกษาอย่างสม่ำเสมอ โดยเฉพาะบุคคลที่อยากฆ่าตัวตาย อย่าปล่อยให้หมกมุ่นเรื่องนี้ เวลาไม่สบายใจก็ควรหาจิตแพทย์หรือใครก็ได้ที่เราชอบพอรักใคร่ ถ้าเป็นเด็กก็ปรึกษาครูประจำชั้น หรือครูแนะแนว หรือพูดกับพ่อแม่ให้รู้เรื่อง บอกตามตรงว่าคิดอย่างไร เพื่อความรู้สึกหมดอาลัยในชีวิตจะได้หมดไป

ทศพร ประเสริฐสุข (2542: 7-11) กล่าวถึง เทคนิคการป้องกันปัญหาการฆ่าตัวตายว่าเป็นสิ่งสำคัญที่เรียกว่า ตัดไฟแต่ต้นลม ผู้ใกล้ชิดควรตระหนักและอาจป้องกันได้ กล่าวคือ

1. ผู้ใกล้ชิดพยายามสังเกตพฤติกรรม หากมีพฤติกรรมที่ผิดปกติ ก็หาทางพูดคุย สร้างสัมพันธ์ให้ไว้วางใจและสามารถพูดระบายความในใจได้

2. ต้องถือว่าการพยายามฆ่าตัวตายเป็นเรื่องจริงจังเมื่อมีสัญญาณบอกเหตุ ต้องถือว่าสำคัญและหาทางแก้ไข

3. ต้องเน้นสัมพันธภาพระหว่างผู้คิดจะฆ่าตัวตายกับผู้ช่วยเหลือ มีความจริงใจต่อเขา

4. บางครั้งต้องใช้การรักษาพยาบาลและการบำบัดทางแพทย์ก่อน เมื่อเห็นสภาพร่างกายผิดปกติ

5. ผู้พยายามฆ่าตัวตายมักอยู่ในสภาวะที่สับสนต้องรีบให้ความช่วยเหลือโดยทันที

6. ต้องดึงเอาสถาบันอื่นๆ มาช่วยด้วย เช่น สมาชิกในครอบครัว พระ นายจ้าง แพทย์ เป็นต้น

7. บิดา มารดา ถือเป็นบุคคลสำคัญที่จะต้องเข้าใจลูก บางครั้งความเจ็บป่วยทางจิตใจของลูกก็เกิดจากพฤติกรรมของบิดา มารดา ดังนั้นเมื่อลูกมีปัญหา พ่อแม่ควรให้กำลังใจ ให้คำปรึกษา แม้เรื่องร้ายแรงปานใดก็ตาม ควรปล่อยใจ ช่วยคิดหาทางออก

8. คู่สมรส ควรดูแลเอาใจใส่ซึ่งกันและกัน รับฟังปัญหาของกันและกัน ถือว่าปัญหาคือเรื่องปกติธรรมดาของมนุษย์ หาทางแก้ไขได้ โดยช่วยกันแก้และหลีกเลี่ยงการก่อปัญหา

✓ ชวณี พงศาพิชญ์ (2542: 28) กล่าวว่า การให้ความช่วยเหลือคนที่มีแนวโน้มฆ่าตัวตาย ทำได้ 2 วิธีคือ

1. ให้ความช่วยเหลือด้วยการให้คำปรึกษา เราสามารถทำตัวเป็นที่ปรึกษาที่ดีได้ด้วยการ

1.1 รับฟังด้วยความเข้าใจและเห็นใจ ท่าทีที่แสดงว่าเรากำลัง “รับฟัง” ความรู้สึกและคำพูดของเขอย่างตั้งใจ คือ การมองไปที่ผู้พูด ถึงแม้ว่าคนที่มีแนวโน้มฆ่าตัวตายจะก้มหน้าหรือมองไปทางอื่นก็ตาม นอกจากนี้ การถามถึงความรู้สึกของเขาด้วยการพูดว่า “คุณรู้สึกอย่างไรบ้าง” ไม่ขัดจังหวะขณะที่เขาพูด ตลอดจนมีการสัมผัส การยื่นผ้าเช็ดหน้าหรือกระดาษทิชชูให้ ก็แสดงให้เห็นถึงการรับฟังอย่างตั้งใจ

1.2 การสะท้อนความรู้สึก เช่น เมื่อคนที่มีแนวโน้มฆ่าตัวตายพูดว่า “ผมเสียใจมาก” เราก็สะท้อนความรู้สึกด้วยการพูดว่า “คุณเสียใจมากที่...ทำเช่นนั้นกับคุณ” เพื่อให้เขาได้ตระหนักถึงความรู้สึกของตนเองชัดเจนยิ่งขึ้น

1.3 กระตุ้นให้คนมีแนวโน้มฆ่าตัวตายตระหนักถึงสิ่งดีๆ ที่เขามีอยู่ไม่ว่าจะเป็นคนที่เห็นใจช่วยเหลือ ความสามารถที่เขามีอยู่ คุณค่าของเขา เช่น พูดว่า “เมื่อตอนที่คุณเจอปัญหารุนแรงคล้ายกับตอนนี้ คุณเอาชนะปัญหานั้นมาได้อย่างไร” อย่าพูดว่า เรื่องราวต่างๆ จะดีขึ้นแน่นอนเพราะในความเป็นจริงอาจไม่ได้เป็นอย่างนั้น คนที่มีแนวโน้มฆ่าตัวตายจะมองว่าเราไม่จริงใจ

1.4 บอกแหล่งที่จะช่วยเหลือเขาได้ เช่น หมายเลขโทรศัพท์ 1667 ของกรมสุขภาพจิต ที่รับปรึกษาปัญหา หรือหน่วยงานอื่นที่ให้ความช่วยเหลือคนที่คิดฆ่าตัวตาย

2. การส่งต่อไปหาผู้ที่มีความชำนาญทางสุขภาพจิตโดยตรง เมื่อสังเกตว่า หลังจากที่ได้ให้คำปรึกษาแล้ว คนที่มีแนวโน้มฆ่าตัวตายยังมีความทุกข์อยู่ ควรส่งต่อไปหานักจิตวิทยาคลินิก หรือจิตแพทย์

ปัจจุบันหน่วยงานที่รับปรึกษาปัญหาสุขภาพจิตมีอยู่ทั่วไป เช่น ศูนย์สุขวิทยาจิต แผนกจิตเวช ในโรงพยาบาลสังกัดทบวงมหาวิทยาลัย โรงพยาบาลศูนย์และโรงพยาบาลทั่วไปบางแห่ง หน่วยงานเหล่านี้จะมีผู้ที่มีความชำนาญในการให้คำปรึกษา ที่จะให้ความช่วยเหลือและแนะนำคนที่มีแนวโน้มฆ่าตัวตายได้

1.8 วิธีการวัดความคิดฆ่าตัวตาย

ในความเป็นจริงตามหลักธรรมชาติของมนุษย์ มักจะพบว่า มีคนจำนวนมากที่ครุ่นคิดหรือมีความคิดในการฆ่าตัวตาย แต่ก็พบว่าในจำนวนคนที่ครุ่นคิดมากนั้น มีคนที่ทำหรือพยายามฆ่าตัวตายจริงๆ ไม่มากเท่ากับจำนวนที่ครุ่นคิด และก็มีส่วนน้อยนิดเท่านั้นที่ฆ่าตัวตายสำเร็จจริงๆ อย่างไรก็ตามพบว่า มีผู้น้อยมากเกี่ยวกับสาเหตุหรือปัจจัยที่แท้จริงที่ทำให้บุคคลโดยเฉพาะวัยรุ่นมีความคิดในการฆ่าตัวตาย ทั้งนี้เพราะมีข้อจำกัดเกี่ยวกับเครื่องมือที่ใช้วัดปริมาณความคิดหรือแนวโน้มของความรุนแรงที่จะเกิดขึ้นในอนาคต ซึ่งถือเป็นจุดอ่อนของการวิจัยไทย ขณะที่งานวิจัยต่างประเทศมีการพัฒนาและใช้เครื่องมือวัดความคิดฆ่าตัวตายมาแล้วไม่ต่ำกว่า 20 ปีที่ผ่านมา ดังจะเห็นได้จาก ผลการสำรวจข้อมูลพฤติกรรมฆ่าตัวตายของนักเรียนวัยรุ่นอเมริกันชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 และ 6 จำนวน 50 รัฐ ที่พบว่ามีการใช้คำถามเกี่ยวกับการวัดความคิดในการฆ่าตัวตายของนักเรียนดังกล่าว 2 ประเด็น คือ

1. ถามเกี่ยวกับความจริงจังในการคิดฆ่าตัวตาย ในช่วง 12 เดือนที่ผ่านมา
2. ถามเกี่ยวกับวิธีที่จะใช้ และการวางแผนฆ่าตัวตาย

ซึ่งผลการศึกษาพบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 และ 6 ดังกล่าว มีความคิดจริงจังเกี่ยวกับการฆ่าตัวตายเป็นร้อยละ 27.3 มีการวางแผนฆ่าตัวตายเป็นร้อยละ 16.3 ขณะที่บางงานวิจัยใช้วิธีวัดความคิดฆ่าตัวตายโดยวัดความคิดทางบวกและทางลบของกลุ่มตัวอย่าง และสรุปว่า ผู้ที่มีความคิดเชิงลบมาก มีความเสี่ยงต่อการคิดฆ่าตัวตายมากกว่าผู้ที่มีความคิดทางบวกกับตนเองมาก ขณะที่ Beck (1994) ได้สร้างแบบวัดพฤติกรรมฆ่าตัวตายและภาวะจิตซึมเศร้า โดยใช้ความสิ้นหวังหลายสิ่งในชีวิตเป็นเนื้อหาของการวัด และสร้างคำถามไว้ 20 ข้อ โดยผู้ตอบเขียนรายงานเองว่าใช่หรือไม่ใช่ ขณะที่นักวิจัยบางท่านใช้คำถามเพียง 2 ข้อ วัดความเชื่อที่เกี่ยวข้องกับความตายคือ (1) "ฉันรู้จักคนที่ตายแล้ว และฉันเชื่อว่าฉันจะพบเขาเมื่อฉันตาย" (2) ความตาย คือ ความจริงของชีวิตที่ไม่สิ้นสุด ขณะที่ Cull และ Gill (1982) ได้สร้างมาตรวัดการน่าจะฆ่าตัวตาย จำนวน 36 ข้อ ซึ่งเป็นแบบวัดที่กลุ่มตัวอย่างเขียนรายงานเองถึงความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของตน โดยข้อคำถามบอกถึงความสอดคล้องของอาการทางคลินิก 4 ตัว คือ ความสิ้นหวัง ความคิดฆ่าตัวตาย ความคิดเชิงลบกับตัวเอง และความคิดเป็นศัตรูกับตนเอง

โดยแบบวัดนี้มีมาตรประเมิน 4 ค่า จากไม่เคยเลย เล็กน้อย มาก และมากที่สุด ของครั้งที่มีการสอบ การณ์ โดยแบบวัดนี้ได้เคยผ่านการทดสอบความเชื่อมั่นและความเที่ยงตรงมาแล้ว อย่างไรก็ตาม เครื่องมือวัดความคิดฆ่าตัวตายในปัจจุบันส่วนใหญ่จะกำหนดคำถามเชิงบวกต่อการฆ่าตัวตายมากกว่า และเป็นแบบวัดมากกว่าแบบสอบถาม เนื่องจากทดสอบทางสถิติแล้วให้ผลความเชื่อมั่นทางสถิติสูงกว่า (ประชิด สุขอนันต์. 2544: 8-10; อ้างอิงจาก Beck, Kovacs and Weissman. 1997)

จากการประมวลเอกสารข้างต้น จึงสรุปได้ว่า การคิดฆ่าตัวตายในที่นี้ หมายถึง การที่บุคคลมีความรู้สึกในทางลบแก่ตนเอง อันได้แก่ ความรู้สึกที่ชีวิตตนไร้ค่า ไม่มีใครรัก ท้อแท้สิ้นหวัง รวมทั้งมีอาการซึมเศร้า เปื่อหน่ายการมีชีวิตอยู่ จนอยากฆ่าตัวเองให้ตาย แต่ยังลังเลไม่กล้าลงมือทำตามความคิด เพราะยังรู้สึกอยากมีชีวิตอยู่เท่าๆ กับอยากตาย ซึ่งสามารถวัดได้โดยการวัดปริมาณความคิดทางลบกับตนเองหรือวัดความรู้สึกซึมเศร้า สิ้นหวังอย่างรุนแรง ว่ามีมากน้อยเพียงใด ตลอดจนวัดปริมาณความตั้งใจที่อยากจะตายจริงๆ ด้วย ถ้ามีปริมาณมากแสดงว่ามีความคิดฆ่าตัวตายมาก งานวิจัยนี้ผู้วิจัยได้สร้างแบบวัดขึ้นเอง โดยปรับปรุงจากแบบวัดความคิดอยากฆ่าตัวตาย (BSS) ของเบคส์, โคเวคส์ และเวสแมน (Beck, Kovacs and Weissman. 1979) แบบสอบถามความคิดอยากฆ่าตัวตายของ กลอยใจ ทองลิม (2544: 184-187) และแบบวัดทัศนคติต่อการฆ่าตัวตายของ ประชิด สุขอนันต์ (2544: 242) มาเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถามความคิดฆ่าตัวตาย

2. ปัจจัยทางจิต - สังคมกับความคิดฆ่าตัวตาย

2.1 ปัจจัยทางจิตกับความคิดฆ่าตัวตาย

2.1.1 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าในตนเอง

ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเอง

มาสโลว์ (สมพิศ ไชยกิจ. 2536: 10; อ้างอิงจาก Maslow. 1970: 45) ให้ความหมายว่าเป็นความรู้สึกที่มีความเชื่อมั่นในตนเองสูง รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า มีความเข้มแข็ง มีสมรรถภาพในการกระทำสิ่งต่างๆ มีความเชี่ยวชาญและมีความสามารถ

คูเปอร์สมิธ (เพียวร ผลภาค. 2539: 16; อ้างอิงจาก Coopersmith. 1984: 5) ให้คำจำกัดความว่า เป็นการตัดสินความมีคุณค่าของตนเองซึ่งแสดงถึงทัศนคติที่บุคคลมีต่อตนเอง เป็นการยอมรับหรือไม่ยอมรับตนเอง และแสดงถึงขอบเขตของความเชื่อที่บุคคลมีต่อความสามารถ ความสำคัญ ความสำเร็จ และความมีค่าของตนเอง

แซสซี (กาญจนา ชิตประเสริฐ. 2547: 54; อ้างอิงจาก Sasse. 1978: 48) ให้ความหมายว่าเป็นความต้องการที่จะรู้สึกถึงความสำคัญและคุณค่าที่มีอยู่ในตนเอง ต้องการการยอมรับและความเชื่อถือจากบุคคลอื่นเพื่อให้ตนเองเกิดความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองและนับถือตนเอง

ปรารธนา ช้อนแก้ว (2542: 13-14) ให้ความหมายว่า เป็นการพิจารณาตัดสินคุณค่าของตนเองตามความรู้สึกและทัศนคติที่มีต่อตนเองในเรื่องความสำเร็จ ความล้มเหลว การยอมรับจากบุคคลอื่น ซึ่งการประเมินคุณค่านี้นำไปสู่การยอมรับตนเอง มีความพอใจในตนเอง มีความเชื่อมั่นในการทำสิ่งต่างๆ ให้สำเร็จ

ณัฐกานต์ ทรัพย์ไพศาล (2547: 23) กล่าวว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง การประเมินตนเองของบุคคลออกมาทางด้านบวก หรือลบ จากการตรวจสอบความสำคัญ ความสามารถ การประสบความสำเร็จของตนเอง การยอมรับตนเอง และการยอมรับจากผู้อื่น

จากความหมายที่มีผู้ให้ไว้มากมายดังกล่าวข้างต้น อาจสรุปได้ว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง ความรู้สึกที่บุคคลมีต่อตนเองในการประเมินความสามารถ ความสำคัญ ความมีค่า และการประสบความสำเร็จ โดยแสดงออกมาในรูปเจตคติที่มีต่อตนเอง มีการยอมรับนับถือ และมีความเชื่อมั่นในตนเอง การที่บุคคลประเมินสิ่งต่างๆ ออกมาเป็นการเห็นคุณค่าในตนเองนั้น เป็นขบวนการตัดสินคุณค่าของตนเองโดยเปรียบเทียบกับมาตรฐานและค่านิยมส่วนบุคคล ซึ่งแสดงให้บุคคลอื่นเห็นด้วยลักษณะท่าทาง หรือพฤติกรรมการปฏิบัติ

ความสำคัญของการเห็นคุณค่าในตนเอง

นิวแมน (สมพิศ ไชยกิจ. 2536: 13; อ้างอิงจาก Newman. 1986) กล่าวว่า บุคคลที่รู้สึกว่าคุณค่าในตนเองมีคุณค่า มีคนรัก ได้รับการยกย่องและประสบความสำเร็จ มักจะประเมินตนเองในด้านที่ดี เกิดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง แต่หากบุคคลใดเกิดความรู้สึกว่าคุณค่าในตนเองไม่มีใครสนใจ ไม่ได้ได้รับการยอมรับ ถูกเหยียดหยาม หรือไม่ประสบความสำเร็จ จะทำให้บุคคลนั้นรู้สึกว่าคุณค่าในตนเองไร้คุณค่า ซึ่งความรู้สึกเช่นนี้จะทำให้บุคคลนั้นขาดความเชื่อมั่นและไม่เห็นคุณค่าในตนเอง ฉะนั้นความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองที่แตกต่างกันจึงมีผลต่อความรู้สึกหรือพฤติกรรมที่แตกต่างกันของแต่ละบุคคล

จะเห็นได้ว่าบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองจะรับรู้คุณค่าของตนตามความเป็นจริง ตระหนักถึงศักยภาพที่แท้จริงของตน มีความสามารถในการทำงานให้ประสบผลสำเร็จ มีจิตใจเปิดกว้างและยอมรับสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้น สามารถแสดงพฤติกรรมต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม ส่วนบุคคลที่ไม่มีการเห็นคุณค่าในตนเองจะขาดความเชื่อมั่นในตนเอง มองตนเองในแง่ลบ มีความเครียดและวิตกกังวลสูง ไม่มีความพยายามในการทำงานที่ยากลำบาก มักเป็นผู้ตามมากกว่าการเสนอความเห็น มีแนวโน้มโทษผู้อื่นและไม่สามารถยอมรับการวิจารณ์จากบุคคลอื่นได้ ดังนั้นการเห็นคุณค่าในตนเองจึงเป็นองค์ประกอบที่สำคัญในการดำรงชีวิตอย่างมีความสุขและประสบความสำเร็จตามที่บุคคลปรารถนาด้วยดี

องค์ประกอบของการเห็นคุณค่าในตนเอง

เพয়ার์ ผลภาค (2539: 21-23) ได้เสนอองค์ประกอบของการเห็นคุณค่าในตนเอง ตามแนวความคิดของนักวิชาการหลากหลายท่านดังนี้

มาสโลว์ (Maslow. 1970: 45) ได้แบ่งการเห็นคุณค่าในตนเองออกเป็น 2 ส่วน ซึ่งสอดคล้องกับ ทาฟท์ (Taft. 1985: 79) คือ

1. การเห็นคุณค่าในตนเอง (Self - Esteem) การยอมรับนับถือ และการประเมินคุณค่าตนเอง ประกอบด้วยปัจจัยต่างๆ คือ ความต้องการมีความเข้มแข็ง (Strength) ผลสัมฤทธิ์ (Achievement) ความสามารถสำหรับการทำสิ่งต่างๆ (Adequacy) ความเชี่ยวชาญและความสามารถ (Mastery and Competence) ความเชื่อมั่น (Confidence) ความมีอิสระและเป็นไทแก่ตนเอง (Independence and Freedom)

2. การได้รับการเห็นคุณค่าจากผู้อื่น (Esteem of Others) เป็นความต้องการที่จะให้ผู้อื่นเห็นว่าคุณค่าในตนเองเป็นผู้ที่มีชื่อเสียง หรือมีเกียรติยศ มีตำแหน่ง มีอำนาจบารมีเหนือผู้อื่น เป็นที่ยอมรับได้รับความสนใจ มีความสำคัญ มีศักดิ์ศรี หรือเป็นที่ชื่นชมของผู้อื่น

เจกาส (Taft. 1985: 79; citing Gegas) อธิบายมิติของการเห็นคุณค่าในตนเองโดยกล่าวว่า “เรารู้จักตัวเราเอง ประเมินตนเองจากการกระทำ จากผลที่ตามมา จากความสำเร็จ และจากผลของความพยายามของเรา นับเป็นพื้นฐานขั้นต้นสำหรับประสบการณ์ที่เกี่ยวกับสมรรถนะของตนเอง (Self

- Efficacy) ดังนั้น ผลที่เกิดขึ้นเมื่อการเห็นคุณค่าในตนเองลดลง คือ การสูญเสียพลังและเกิดความรู้สึกโดดเดี่ยว (Alienation)" ซึ่งสอดคล้องกับคูเปอร์สมิธ (Coopersmith. 1965) กล่าวว่า การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นการประเมินทัศนคติของบุคคล ในการตัดสินตนเองในด้านคุณค่า ซึ่งประกอบด้วย 4 องค์ประกอบ คือ

1. ความรู้สึกของการมีความสำคัญ (Feeling of Significance)
2. ความรู้สึกเกี่ยวกับความสามารถ (Feeling of Competence)
3. ความรู้สึกของการมีอำนาจ (Feeling of Power)
4. ความรู้สึกของการมีคุณธรรม (Feeling of Virtue)

เมคเคย์ และ กอร์ (Taylor. 1982: 120; citing Makay and Gaw. 1975) ได้แบ่งส่วนประกอบของการเห็นคุณค่าในตนเองออกเป็น 2 ส่วน คือ

1. การยอมรับนับถือตนเอง เป็นความรู้สึกที่มีคุณค่าที่ได้รับจากการมีความเชื่อมั่นในตนเอง และเป็นผลให้มีความเชื่อว่า "ฉันเป็นคนมีความสามารถ เพราะฉะนั้นชีวิตฉันจึงเป็นสิ่งที่มีความ"

2. ความเชื่อมั่นในตนเอง เป็นผลรวมจากการประเมินแต่ละบุคคลที่สามารถเผชิญและปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมได้

นอกจากนี้ เกตส์ (Barry. 1989: 99-100; citing Gates. 1978) ได้แบ่งการเห็นคุณค่าในตนเองเป็น 4 องค์ประกอบ คือ

1. ความรู้สึกต่อร่างกายตนเอง (The Body Self) หมายถึง บุคคลคิดและรู้สึกต่อรูปร่างและหน้าที่ของร่างกาย ตลอดจนความสามารถของหน้าที่พื้นฐานของร่างกาย

2. ความสัมพันธ์ระหว่างตนเองกับบุคคลอื่น (The Interpersonal Self) เป็นส่วนหนึ่งของการเห็นคุณค่าในตนเองที่บุคคลคิดและรู้สึกเกี่ยวกับวิธีที่เขามีสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นไม่ว่าจะเป็นคนที่สนิทสนมคุ้นเคยหรือบุคคลที่พบกันโดยบังเอิญ

3. ความรู้สึกของตนเอง (The Achieving Self) หมายถึง สิ่งที่บุคคลคิดและรู้สึกเกี่ยวกับความสามารถของเขาที่จะนำเขาไปสู่ความสำเร็จในชีวิตครอบครัว การทำงาน และสิ่งแวดล้อมภายในโรงเรียน

4. ความเป็นเอกลักษณ์ของตนเอง (The Identification Self) เป็นความรู้สึกทางนามธรรมและพฤติกรรมแสดงความสนใจทางศีลธรรมและจิตวิญญาณ

ส่วนแบร์รี และมอร์แกน (Barry and Morgan. 1985: 13) ได้แบ่งความต้องการเห็นคุณค่าในตนเองออกเป็น 2 ส่วน คือ ความต้องการเป็นคนมีความสามารถ และต้องการเป็นที่ยอมรับและมีชื่อเสียง หากความต้องการเหล่านี้ไม่ได้รับการตอบสนอง บุคคลนั้นจะมีความรู้สึกขาดความมั่นใจในตนเอง และขาดความสามารถที่จำเป็นที่จะนำตนเองก้าวไปสู่ระดับความต้องการสูงสุดของมนุษย์

จากที่กล่าวมาสรุปได้ว่าองค์ประกอบของการเห็นคุณค่าในตนเองประกอบด้วยการยอมรับนับถือตนเอง โดยการประเมินค่าตนเองของแต่ละบุคคลว่าตนมีความสามารถ มีความสำคัญ มีอำนาจและคุณธรรม ทำให้สามารถปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้

ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง

การเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลในแต่ละวัยอาจแตกต่างกันไป จากการศึกษาของคูเปอร์สมิธ (กาญจนา ชิตประเสริฐ. 2547: 60; อ้างอิงจาก Coopersmith. 1981: 118-119) พบว่าปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองมี 2 ประเภท ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีมาสโลว์ (เพยาร์ ผลภาค. 2539: 26; อ้างอิงจาก Maslow. 1970: 45-46) คือ ปัจจัยภายใน อันเป็นลักษณะเฉพาะของบุคคลเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเองในด้านต่างๆ และปัจจัยภายนอก ซึ่งเกี่ยวกับการได้รับความรู้สึกมีคุณค่าจากผู้อื่น

1. ปัจจัยภายใน ได้แก่

1.1 ลักษณะทางกายภาพ (Physical Attributes)

ลักษณะทางกายภาพของบุคคลมีความสัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยบางลักษณะช่วยให้บุคคลเกิดการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มมากขึ้น เช่น ความงามทางรูปร่าง ความแข็งแรงของร่างกาย ความคล่องแคล่วในการเคลื่อนไหวจะเอื้ออำนวยให้บุคคลประสบความสำเร็จในกิจกรรมที่บุคคลนั้นให้คุณค่า โดยเฉพาะในเพศชายการเห็นคุณค่าในตนเองมีแนวโน้มที่จะสัมพันธ์อย่างมากกับความแข็งแรงและความกล้าหาญมากกว่าอย่างอื่น ในขณะที่ความงามทางกายมีความรู้สึกกับการเห็นคุณค่าในตนเองในเพศหญิงมากกว่าเพศชาย อย่างไรก็ตามลักษณะทางกายภาพใดๆ จะส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองหรือไม่เพียงใดนั้น ยังขึ้นอยู่กับค่านิยมของสังคมนั้นๆ เป็นตัวกำหนดอีกด้วย บุคคลที่มีลักษณะทางกายภาพที่ดีจะมีความพึงพอใจและเห็นคุณค่าในตนเองมากกว่าบุคคลที่มีลักษณะทางกายภาพที่ด้อย (เพยาร์ ผลภาค. 2539: 26; อ้างอิงจาก Coopersmith. 1981: 120-123)

1.2 ความสามารถทั่วไป สมรรถภาพ และผลงาน (General Ability, Capacity and Performance)

ความสามารถทั่วไป สมรรถภาพ และผลงานมีความสัมพันธ์ระหว่างกัน และช่วยส่งเสริมให้บุคคลเกิดการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยเป็นตัวชี้บอกถึงความสำเร็จของการประสบความสำเร็จในสิ่งที่บุคคลกระทำ ซึ่งมีสติปัญญาเข้ามาเป็นตัวสนับสนุน โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ที่อยู่ในวัยเรียน การประสบความสำเร็จหรือล้มเหลวทางการเรียนส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง ทั้งนี้เพราะโรงเรียนเป็นสถานที่สำคัญสำหรับเด็ก และการเรียนเป็นกิจกรรมที่ใช้วัดการประสบความสำเร็จในช่วงชีวิตขณะนั้น สติปัญญาจึงมีผลต่อสมรรถภาพและผลงานทางการเรียน ซึ่งนำไปสู่ความสำเร็จ และส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง (เพยาร์ ผลภาค. 2539: 26-27; อ้างอิงจาก Coopersmith. 1981: 123-125) ทั้งนี้ ยังพบว่าบุคคลที่

ประสบความสำเร็จอยู่เสมอจะมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าบุคคลที่ไม่ค่อยประสบความสำเร็จ (กาญจนา ชิตประเสริฐ. 2547: 60; อ้างอิงจาก Coopersmith. 1981: 87-94)

1.3 ภาวะทางอารมณ์หรือความรู้สึก (Affective States)

ภาวะทางอารมณ์เป็นภาพสะท้อนให้เห็นถึงความพึงพอใจ ความรู้สึกเป็นสุข ความวิตกกังวล ฯลฯ ที่มีอยู่ในตัวบุคคลทั้งที่แสดงออกและไม่แสดงออก ส่วนใหญ่เป็นผลสืบเนื่องมาจากการประเมินถึงสิ่งที่ตนประสบและจากการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น แล้วส่งผลกระทบต่อ การประเมินตนเอง บุคคลที่ประเมินตนเองไปในทางที่ดีจะแสดงความรู้สึกพึงพอใจ และแสดงออกถึงอารมณ์ทางบวก มีความสุข และวิตกกังวลต่ำ ในขณะที่บุคคลที่ประเมินตนเองไปในทางลบจะไม่มี ความพึงพอใจในภาวะปัจจุบันของตนเอง มองว่าตนเองไม่สามารถประสบความสำเร็จในอนาคตได้ (เพยาร์ ผลภาค. 2539: 27; อ้างอิงจาก Coopersmith. 1981: 130-134)

1.4 ค่านิยมส่วนบุคคล (Self - Values)

การเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลจะผันแปรตามค่านิยมและการให้คุณค่าตลอดทั้งความรู้สึกนึกคิดที่บุคคลมีต่อสิ่งต่างๆ ซึ่งเขาให้ความสำคัญต่างกัน เช่น คนที่ให้ความสำคัญกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หากประสบความสำเร็จแล้วก็จะเกิดความอายและการเห็นคุณค่าในตนเองจะต่ำลง หากประสบความสำเร็จก็จะเกิดการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น (สุพรรณิ จันทรวิเศษ. 2539: 16) นอกจากนี้บุคคลบางคนมีแนวโน้มที่จะใช้เกณฑ์ค่านิยมทางสังคมเป็นตัวตัดสินคุณค่าของตนเองด้วย

1.5 ความทะเยอทะยานหรือความปรารถนาของบุคคล (Aspiration)

ระดับความมุ่งหวังของแต่ละบุคคลมีความแตกต่างกัน การพิจารณาตัดสินการเห็นคุณค่าในตนเองเกิดจากการเปรียบเทียบผลงานและความสามารถของตนเองกับเกณฑ์ความสำเร็จที่ตนเองได้ตั้งไว้ ถ้าผลงานและความสามารถเป็นไปตามเกณฑ์ที่ตนเองได้ตั้งไว้หรือดีกว่าจะทำให้บุคคลมีการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น ในทางตรงข้ามถ้าผลงานและความสามารถไม่เป็นไปตามเกณฑ์ที่ตนเองได้ตั้งไว้หรือต่ำกว่าเกณฑ์ จะทำให้บุคคลคิดว่าตนเองไร้ค่า ทำให้ไม่มีการเห็นคุณค่าในตนเอง (กาญจนา ชิตประเสริฐ. 2547: 61; อ้างอิงจาก Coopersmith. 1981: 142-148)

1.6 ปัญหาต่างๆและโรคภัยไข้เจ็บ (Problem and Pathology)

ปัญหาต่างๆและโรคภัยไข้เจ็บ ได้แก่ ปัญหาสุขภาพจิตทั่วไป อาการทางกายที่มีสาเหตุมาจากจิตใจ (Psychosomatic symptoms) กล่าวคือ ถ้าบุคคลใดมีปัญหาดังกล่าวย่อมจะมีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ และแสดงออกมาในรูปความวิตกกังวล มีความทุกข์ ส่วนบุคคลใดมีปัญหาดังกล่าวย่อมจะมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง (กาญจนา ชิตประเสริฐ. 2547: 61; อ้างอิงจาก Coopersmith. 1981: 134-138)

1.7 เพศ (Sex)

สังคมและวัฒนธรรมส่วนใหญ่มักให้ค่านิยมที่ดีต่อเพศชายมากกว่าเพศหญิง โดยเพศชายมักได้รับมอบหมายตำแหน่งที่มีอำนาจในสังคม ในขณะที่เพศหญิงได้รับตำแหน่งและบทบาททางสังคมที่ต้อยกว่าจะเห็นได้จากตำแหน่งหัวหน้าชั้นเรียน เช่น บรรณาธิการ หรือเหรียญ มักเป็นเพศหญิง (เพยาร์ ผลภาค. 2539: 27; อ้างอิงจาก Kaplan and Sedney. 1980: 220)

2. ปัจจัยภายนอก ได้แก่

2.1 ความสัมพันธ์ในครอบครัว

สัมพันธภาพหรือประสบการณ์ในครอบครัว มีส่วนในการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็ก ครอบครัวใดที่มีความอบอุ่น มีความเข้าใจกัน บิดามารดาให้ความใกล้ชิดกับบุตร เคารพสิทธิความคิดเห็น และยอมรับในตัวเด็ก มีการใช้เหตุผลและการแสดงออกในรูปของความเอาใจใส่ ให้ความรัก ให้มาตรฐาน และขอบเขตการกระทำไว้อย่างกว้างๆ ไม่ใช่อำนาจบังคับ ใส่ใจกับสิ่งต่างๆ ที่อยู่แวดล้อมบุตร เช่น เพื่อน ปัญหา หรือกิจกรรมต่างๆ และในส่วนตัวของบิดาและมารดาก็มีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน แบ่งอำนาจหน้าที่และความรับผิดชอบกันไว้อย่างชัดเจน เป็นคนยืดหยุ่น มีความมั่นคงในอารมณ์ มีการรับรู้คุณค่าในตนเองสูง เชื่อมมั่นในตนเอง และรู้สึกว่าคุณค่า (เพยาร์ ผลภาค. 2539: 28; อ้างอิงจาก Kalellis. 1982: 128; Mussen, Conger and Kagan. 1969: 491-492; Litovsky. 1981 quoted in Dusek. 1987: 389)

2.2 โรงเรียนและการศึกษา

โรงเรียนเป็นสถานที่พัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองต่อบ้านซึ่งจะช่วยให้นักเรียนเกิดความมั่นใจในทักษะ ความสามารถและความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเมื่ออยู่ในชั้นเรียน เช่น ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนทำกิจกรรมต่างๆ ได้อย่างมีอิสระ ไม่ขัดต่อกฎระเบียบของโรงเรียน การฝึกนักเรียนให้แก้ไขปัญหาต่างๆ จะเป็นการส่งเสริมให้เด็กมีความมั่นใจในตนเอง เป็นการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง (กาญจนา ชิตประเสริฐ. 2547: 61-62; อ้างอิงจาก Coopersmith. 1981: 9-10)

2.3 สถานภาพทางสังคม

สถานภาพทางสังคมเป็นตัวบ่งชี้ระดับทางสังคมของบุคคลเมื่อเปรียบเทียบกับบุคคลอื่น เช่น ตำแหน่งหน้าที่การงาน บทบาททางสังคม วงศ์ตระกูลฐานะเศรษฐกิจ เป็นต้น โดยทั่วไปสถานภาพทางสังคมมักเน้นที่ฐานะทางเศรษฐกิจของบุคคลซึ่งพิจารณาจากอาชีพ รายได้ และถิ่นที่อยู่อาศัย บุคคลที่มาจากสถานภาพทางสังคมในระดับสูงจะได้รับการปฏิบัติที่ทำให้เกิดความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่ามากกว่าบุคคลอื่น ซึ่งทำให้บุคคลมีการเห็นคุณค่าในตนเองมากกว่าบุคคลที่มาจากสถานภาพทางสังคมในระดับปานกลางและในระดับต่ำ

2.4 สังคมและกลุ่มเพื่อน

การที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์กับสังคมและเพื่อนจะช่วยพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง หากบุคคลไม่ได้รับการยอมรับ ไม่อยู่ในความสนใจและไม่เป็นที่ประทับใจในกลุ่มเพื่อนจะทำให้มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ ดังนั้นการเป็นสมาชิกของกลุ่มและการมีความสัมพันธ์กับเพื่อนจึงส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง (กาญจนา ชิตประเสริฐ. 2547: 62)

สรุปได้ว่า ปัจจัยที่มีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลมีทั้งปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอก ซึ่งปัจจัยภายใน ได้แก่ ลักษณะเฉพาะของบุคคลในด้านต่างๆ ส่วนปัจจัยภายนอก ได้แก่ การได้รับความรู้สึกมีคุณค่าจากบุคคลอื่น ซึ่งทั้ง 2 ปัจจัยมีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองที่แสดงให้เห็นว่าการเห็นคุณค่าในตนเองสามารถเปลี่ยนแปลงได้

การเห็นคุณค่าในตนเองกับความคิดฆ่าตัวตาย

การเห็นคุณค่าในตนเอง (Self - Esteem) เป็นความรู้สึกที่มีต่อตนเองว่าตนเองเป็นที่ยอมรับของบุคคลรอบข้าง เป็นประโยชน์ มีความสามารถ มีเกียรติ มีคุณค่า ทำให้สามารถเผชิญกับอุปสรรคต่างๆ ในชีวิตได้อย่างมั่นใจ มีประสิทธิภาพ (Coopersmith. 1984: 1-5)

บุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองสูง (High Self - Esteem) เป็นบุคคลที่มีมโนทัศน์ต่อตนเองในทางบวก และเป็นมโนทัศน์ที่ค่อนข้างคงที่ (Pope, Michale & Craighead. 1988; Blaine & Crocker. 1993) บุคคลจะรับรู้ตนเองว่าตนมีลักษณะทางบวกและไม่ให้ความสำคัญกับลักษณะทางลบ ดังนั้น เมื่อได้รับการประเมินทางลบหรือประสบผลล้มเหลวแล้ว บุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองสูงจะพิจารณาว่าผลที่ไม่ดีนั้นเป็นสิ่งที่ไม่สำคัญ ด้วยเหตุนี้บุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองสูงจึงประเมินสถานการณ์ต่างๆ ด้วยความมั่นใจ และไม่ย่อถอยถึงความล้มเหลว นอกจากนี้ บุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองสูงมีความเชื่อมั่นในตนเองมากและมีความเชื่อถือในความคิดของตนเองสูง ยอมรับในตนเอง จะมองเห็นว่าตนเองมีคุณค่า มีความสำคัญเป็นบุคคลที่น่าเคารพนับถือ จึงกล้าแสดงความคิดเห็นของตนเองแม้ว่าจะรู้ว่าผู้อื่นไม่เห็นด้วยก็ตาม เป็นผู้ไม่กลัวการสร้างสรรค์สิ่งใหม่ๆ ที่ต่างไปจากเดิม มีความเชื่อมั่นเกี่ยวกับการรับรู้การตัดสินใจ และความเชื่อของตนในการแก้ปัญหา ขอบพูด ขอบแสดงความคิดเห็นเมื่ออยู่ในกลุ่ม มีความเพียรพยายามที่จะเอาชนะอุปสรรค และเผชิญกับปัญหาที่ซับซ้อน มีความกระตือรือร้นที่จะไปยังจุดหมายที่ตั้งไว้ แต่ขณะเดียวกันก็ยอมรับความล้มเหลวของตนเองได้จึงใช้ชีวิตอยู่อย่างไม่วิตกกังวล และมีความกล้าแสดงออก มีความยืดหยุ่น จึงเป็นผู้ดำรงชีวิตอย่างมีความสุข (Branden. 1985: 6-9; Coopersmith. 1981: 70, 132-134)

บุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองต่ำ (Low Self - Esteem) เป็นผู้ที่มโนทัศน์ต่อตนเองทั้งในทางบวกและทางลบแต่เป็นมโนทัศน์ที่ไม่คงที่ (Shrauger. 1975; Blaine & Crocker. 1993) เพราะฉะนั้นเมื่อมีการประเมินตนเอง บุคคลจึงมีความลังเลไม่แน่ใจว่าตนมีลักษณะส่วนที่ดีและปราศจากลักษณะ

ส่วนที่ไม่ดีจริงหรือไม่ ทำให้ขาดความเชื่อมั่นในตนเองและรับรู้ว่าคุณค่าตัวเองด้อยค่า ดังนั้น บุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองต่ำจึงมักให้ความสำคัญกับลักษณะส่วนที่ตนไม่มี (Rosenberg. 1979) จะมีลักษณะตรงข้ามกับบุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองสูง คือมักไม่เห็นความสำคัญของตนเอง หรือคิดว่าตนไม่สามารถทำให้ใครชอบพอได้ ไม่คิดว่าตนเองจะทำอะไรที่ตนเองต้องการทำจริงๆ ได้ หรือสามารถที่จะทำอะไรให้ดีขึ้น แม้ว่าจะได้พยายามแล้วก็ตาม เป็นผู้ยึดติดกับสิ่งที่คุ้นเคยและให้ความปลอดภัย เนื่องจากไม่เชื่อว่าตนเองจะสามารถควบคุมวิถีชีวิตของตนเองได้ มักไม่กล้าแสดงตน ไม่กล้าแสดงความคิดผู้อื่น มักรู้สึกว่าคุณค่าตนเองถูกคุกคามเมื่อมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น มีความประหม่า หวั่นไหวเมื่อรู้ว่าตนเองอยู่ในสายตาของผู้อื่นและยังมีความหวั่นไหวต่อคำวิพากษ์วิจารณ์ของผู้อื่น มักไม่ค่อยยอมรับความล้มเหลวของตน มีอารมณ์ตึงเครียดและความวิตกกังวลสูง จึงเป็นผู้ไม่ค่อยมีความสุขในชีวิต (Coopersmith. 1981: 71, 132-134)

การเห็นคุณค่าในตัวเองต่ำ จะนำไปสู่พฤติกรรมการฆ่าตัวตาย ดังเช่น การศึกษาของ Maris (1981) ที่ทำการแยกลักษณะข้อบ่งชี้ที่จะนำไปสู่การฆ่าตัวตายของวัยรุ่นเทียบกับวัยรุ่นใหญ่ พบดังตาราง 2

ตาราง 2 แสดงจำนวนร้อยละในการแยกลักษณะข้อบ่งชี้ที่จะนำไปสู่การฆ่าตัวตายของวัยรุ่นเทียบกับวัยรุ่นใหญ่

ข้อบ่งชี้ต่าง ๆ	วัยรุ่น	วัยรุ่นใหญ่
ร้อยละที่เป็นเพศหญิง	87%	45%
เห็นคุณค่าในตัวเองต่ำ (Low Self - Esteem)	75%	53%
ไม่พอใจในการใช้ชีวิต	73%	42%
เคยพยายามฆ่าตัวตายมาก่อนหลายครั้ง	71%	32%
ตายจากการแก้แค้น	50%	25%
พ่อแม่หย่ากัน	45%	13%
มีประวัติการฆ่าตัวตายของคนในครอบครัว	38%	11%
ฆ่าตัวตายขณะมีเมเมา	36%	19%

จากตารางจะพบว่า ในวัยรุ่นที่มีการเห็นคุณค่าในตัวเองต่ำ (Low Self - Esteem) จะมีเปอร์เซ็นต์ของข้อบ่งชี้ที่จะนำไปสู่การฆ่าตัวตายสูง อาจกล่าวได้ว่า สาเหตุทางด้านจิตใจและอารมณ์

โดยเฉพาะการเห็นคุณค่าในตนเอง เป็นสาเหตุและปัจจัยที่สำคัญยิ่งที่จะมีผลกับเด็กวัยรุ่นในการเกิดความคิดฆ่าตัวตาย (อ้างถึงใน อมรรัตน์ ศุภมาส. 2547: 19-20)

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองกับความคิดฆ่าตัวตาย งานวิจัยในต่างประเทศ

เฟลเจล (อมรรัตน์ ศุภมาส. 2547 : 79 ; อ้างอิงจาก Faigel. 1966) พบว่าการมองตัวเองในแง่ลบ รวมทั้งการมีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ (Low Self - Esteem) นั้นเป็นสิ่งที่นำไปสู่พฤติกรรมฆ่าตัวตายได้

เซอร์ส (อมรรัตน์ ศุภมาส. 2547 : 79 ; อ้างอิงจาก Sheras. 1981) พบว่า วัยรุ่นที่มีความรู้สึกท้อแท้ไม่มีคุณค่า การรู้สึกว่าทุกอย่างเลวร้ายไปหมด รวมทั้งการมีมุมมองต่อตัวเองในแง่ไม่ดี จะนำไปสู่พฤติกรรมฆ่าตัวตาย

แมริส (อมรรัตน์ ศุภมาส. 2547 : 79 ; อ้างอิงจาก Maris. 1981) พบว่า ในวัยรุ่นที่มีการเห็นคุณค่าในตัวเองต่ำ (Low Self - Esteem) จะมีเปอร์เซ็นต์ของข้อบ่งชี้ที่จะนำไปสู่การฆ่าตัวตายสูง

โรเบิร์ตและแคทเธอรีน (กระทรวงสาธารณสุข. 2544: 47; อ้างอิงจาก Robert and Caterine. 1998) ได้ศึกษาเรื่องความคิดในการฆ่าตัวตายและการพยายามฆ่าตัวตายในวัยรุ่น ในนักเรียนระดับเกรด 6 ถึงเกรด 8 จำนวน 6,400 คน ผลการศึกษาพบว่า ความคิดเกี่ยวกับความตาย ความต้องการตาย ความคิดในการฆ่าตัวตาย การวางแผนการฆ่าตัวตาย และประวัติการพยายามฆ่าตัวตาย เป็นภาวะเสี่ยงสูงของการฆ่าตัวตาย ซึ่งเป็นผลมาจากความรู้สึกโดดเดี่ยว ยึดมั่น มองโลกในแง่ร้าย รู้สึกไร้ค่า ซึมเศร้า

งานวิจัยในประเทศ

เทพินทร์ บุญกระจ่าง และคณะ (2538: บทคัดย่อ) ศึกษาการพยายามฆ่าตัวตายของผู้ป่วยจิตเวชที่รับรักษาไว้ในโรงพยาบาลพระศรีมหาโพธิ์ โดยศึกษากับผู้ป่วยจิตเวชที่รับไว้รักษาในโรงพยาบาลพระศรีฯ ที่มีประวัติหรือพฤติกรรมพยายามฆ่าตัวตาย จำนวน 36 ราย ผลการศึกษาพบว่า แรงจูงใจที่ทำให้ผู้ป่วยพยายามฆ่าตัวตาย คือ มีความรู้สึกว่าตนไร้ค่ามากที่สุด ร้อยละ 31.1

เสงี่ยม สารบัณฑิตกุล และคณะ (2541: บทคัดย่อ) ศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการฆ่าตัวตายในกลุ่มคนไข้ฆ่าตัวตายในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยด้านจิตใจที่ตัดสินใจฆ่าตัวตาย คือเนื่องจากรู้สึกที่ตนเองเป็นคนไร้ค่า พบมากที่สุดถึง 48.51%

อุมาพร ตรังคสมบัติ และอรรณพ หนูแก้ว (2541: 34-35) ศึกษาจิตพยาธิสภาพของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมฆ่าตัวตาย โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 3 ที่อาศัยอยู่ที่วัดสระแก้ว จังหวัดอ่างทองจำนวน 257 ราย พบว่า ร้อยละ 86.1 มีความคิดอยากฆ่าตัวตาย และร้อยละ 13.9

พยายามฆ่าตัวตายมาในอดีต ปัจจัยที่กระตุ้นให้มีพฤติกรรมฆ่าตัวตายบ่อยที่สุด คือ ความรู้สึกท้อแท้ และสิ้นหวังเกี่ยวกับอนาคต

วีรพล นิธิพงศ์ และคณะ (2542: บทคัดย่อ) ได้ศึกษากลไกการเผชิญปัญหาและเงื่อนไขที่นำไปสู่การฆ่าตัวตายของนักเรียนมัธยมศึกษาจังหวัดราชบุรี พบว่า นักเรียนมีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งอารมณ์ (Emotional focused coping) มากกว่าการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ปัญหา (Problem focused coping) สำหรับเงื่อนไขที่ทำให้นักเรียนเปลี่ยนใจไม่คิดฆ่าตัวตาย ได้แก่ การนึกถึงคุณค่าในตนเองที่มีต่อผู้อื่น

สมชาย จักรพันธุ์ และคณะ (2543: บทคัดย่อ) ทำการศึกษาพฤติกรรมฆ่าตัวตายและกลไกป้องกันการฆ่าตัวตายในชุมชนแห่งหนึ่งในจังหวัดระยอง ผลการศึกษาพบว่า ผู้พยายามฆ่าตัวตายส่วนใหญ่มีลักษณะอารมณ์ร้อน มีความรับผิดชอบสูง เก็บกดปัญหา และเรื่องทุกขใจไว้กับตัวเอง มีบาดแผลใจในอดีต ก่อนลงมือฆ่าตัวตายจะมีความคิดแบบ tabular view คือหาทางออกไม่เจอ มีดไปหมด มีอารมณ์โกรธ และคับแค้นใจ มีความรู้สึกน้อยเนื้อต่ำใจ ไร้คุณค่า สิ่งแรกที่กระตุ้นให้ลงมือฆ่าตัวตาย คือ การทะเลาะวิวาท มีการใช้คำพูดที่รุนแรง หมิ่นเกียรติ ทำให้รู้สึกเสียศักดิ์ศรี ลดความนับถือ เสียความภูมิใจในตนเอง หรือเป็นคำพูดที่นึกไม่ถึงว่าจะได้ยินจากคนใกล้ชิด

อมรรัตน์ ศุภมาศ (2547 : 78) ได้ศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับความคิดฆ่าตัวตายของนักเรียนวัยรุ่นที่ไม่มีประวัติการฆ่าตัวตาย ผลการศึกษาพบว่า ตัวแปรการเห็นคุณค่าในตนเองสามารถจำแนกนักเรียนวัยรุ่นที่มีความคิดฆ่าตัวตายและนักเรียนวัยรุ่นที่ไม่มีความคิดฆ่าตัวตายได้ดีที่สุดเป็นลำดับที่ 3 รองลงมาจากความซึมเศร้าและความสูญเสียสิ้นหวัง โดยมีค่าสัมประสิทธิ์คานอนิคัลมาตรฐาน (Standardized Canonical Discriminant Function Coefficients) เท่ากับ -0.362 สามารถอธิบายได้ว่าการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำทำให้นักเรียนวัยรุ่นมีความคิดฆ่าตัวตาย ส่วนการเห็นคุณค่าในตนเองสูงทำให้นักเรียนวัยรุ่นไม่มีความคิดฆ่าตัวตาย

จากงานวิจัยจะเห็นได้ว่า ผู้ที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงจะสามารถเผชิญกับปัญหาต่างๆ ได้ดีกว่าผู้ที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ นั่นคือ สามารถแก้ไขปัญหาได้ มีความเชื่อมั่นและมีความภาคภูมิใจในตนเอง มีความคิดที่จะกระทำการต่างๆ และไม่มองว่าการฆ่าตัวตายเป็นทางออกของปัญหา

2.1.2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอก

(Internal - External Locus of Control)

ความหมายของความเชื่ออำนาจภายใน-ภายนอกตน

โซโลมอน และโอเบอร์แลนเดอร์ (ศิริพร สถิตย์ถาวร. 2540: 48; อ้างอิงจาก Solomon and Oberlander. 1974: 123) ได้กล่าวถึง การควบคุมผลการกระทำ โดยพิจารณาว่าผลดังกล่าวเกิดจากทักษะ ความสามารถและความพยายามของตนเอง หรือเป็นเพราะอำนาจ โชคลาง โอกาส และการกระทำของคนอื่น ซึ่งจะเรียกว่า “ความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน”

ความเชื่ออำนาจภายในตน หมายถึง ความนึกคิดของบุคคลที่มีต่อประสบการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นว่าเป็นผลของการกระทำของตนเอง และตนเองสามารถควบคุมได้ ผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนมีลักษณะกระตือรือร้นต่อความเป็นไปของสิ่งแวดล้อม อันจะนำมาซึ่งประโยชน์สำหรับพฤติกรรมในอนาคต หรือผลสัมฤทธิ์จากความพยายามของตน เห็นคุณค่าของทักษะ

ความเชื่ออำนาจภายนอกตน หมายถึง ความนึกคิดของบุคคลที่มีต่อประสบการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นไม่ว่าจะเป็นด้านดีหรือด้านร้ายนั้นขึ้นอยู่กับอิทธิพลของอำนาจภายนอกที่ควบคุมไม่ได้ เช่น บุคคลอื่นๆ โชคชะตา เคราะห์กรรม หรือการดลบันดาลของอำนาจเหนือธรรมชาติ (ศิริพร สถิตย์ถาวร. 2540: 8; อ้างอิงจาก Rotter. 1966)

สตรีกแลนด์ (ศิริพร สถิตย์ถาวร. 2540: 48; อ้างอิงจาก Strickland. 1977: 150-151) กล่าวว่าความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอก หมายถึง ระดับหรือความเข้มที่บุคคลรับรู้เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับตนนั้น ขึ้นอยู่กับการกระทำของตนเอง หรือโชคชะตา และพลังอำนาจภายใน - ภายนอกตนแตกต่างกัน บุคคลที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนสูงกว่าความเชื่ออำนาจภายนอกตน เรียกว่า เป็นผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตน (Internal Locus of Control) และในทางตรงกันข้าม บุคคลที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนต่ำ เรียกว่า เป็นผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตน (External Locus of Control)

ลีฟคอร์ท (วรินทร์ ยุทธสิทธิ์โยธิน. 2547: 58; อ้างอิงจาก Lefcourt. 1966: 206-207) ได้ให้ความหมายว่า คนที่มีอำนาจภายในตน หมายถึง คนที่รับรู้เหตุการณ์ต่างๆ ทั้งที่เป็นเหตุการณ์ทางบวกและทางลบ เป็นผลที่เกิดจากการกระทำของตน ตนสามารถควบคุมเหตุการณ์นั้นๆ ได้ ส่วนคนที่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตน หมายถึง คนที่รับรู้เหตุการณ์ต่างๆ ทั้งที่เป็นเหตุการณ์ทางบวกและทางลบ ไม่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมของตนเอง และเหตุการณ์ดังกล่าวตนเองไม่สามารถควบคุมได้

มนตรี อนันต์รักษ์ (2517: 5) ได้ให้คำจำกัดความว่า ทศนคติแบบควบคุมภายในตน (ความเชื่ออำนาจภายในตน) คือ ความรู้สึกหรือความคิดเห็นของคนที่ว่าความสำเร็จ ความล้มเหลว ความเป็นไปได้ของเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดกับตนเป็นผลมาจากความสามารถ การกระทำของตนเอง ในทางตรงข้าม ทศนคติแบบควบคุมภายนอกตน (ความเชื่ออำนาจภายนอกตน) คือ ความรู้สึกหรือความคิดเห็นของบุคคล

ที่ว่าความสำเร็จ ความล้มเหลว หรือเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดกับตนนั้นเป็นผลมาจากผู้อื่นไม่ใช่ตนเป็นผู้กระทำ เช่น โชคกลาง ความบังเอิญ

สรุปได้ว่า ความเชื่ออำนาจภายในตน เป็นความคิด ความรู้สึก หรือการรับรู้ว่าความสำเร็จหรือความล้มเหลว หรือเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดกับตนนั้นเป็นผลมาจากทักษะ ความสามารถหรือการกระทำของตนเอง โดยที่บุคคลนั้นสามารถควบคุมเหตุการณ์ต่างๆ ได้ ส่วนความเชื่ออำนาจภายนอกตน เป็นความคิด ความรู้สึก หรือการรับรู้ว่าความสำเร็จหรือความล้มเหลว หรือเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นนั้นเป็นผลมาจากโชคกลาง เคราะห์กรรม ความบังเอิญ หรือบุคคลอื่น ซึ่งตนเองไม่สามารถที่จะควบคุมเหตุการณ์นั้นๆ ได้

ความสำคัญของความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน

บุคคลที่มีความเชื่ออำนาจภายในตน จะเป็นบุคคลที่เชื่อในอิทธิพลจากการควบคุมภายในตนเอง โดยเชื่อว่าตนเองเป็นผู้ที่ควบคุมเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตของตนเองได้ ความสำเร็จหรือความล้มเหลวใดๆ ที่เกิดขึ้นนั้นสืบเนื่องมาจากความสามารถและความพยายามของตนว่ามีมากหรือน้อยเพียงใด

คนที่เชื่ออำนาจภายในตน จะเชื่อว่าจุดมุ่งหมายหรือผลสำเร็จต่างๆ ตลอดจนความล้มเหลวที่เกิดขึ้นนั้นมาจากการกระทำของตนเอง แต่คนที่เชื่ออำนาจภายนอกตนจะเชื่อว่า เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับตนเองมาจากโชคชะตา ความบังเอิญหรือบุคคลอื่นที่มีอำนาจอยู่เหนือตน

และมีหลักฐานพบว่า ความเชื่ออำนาจภายในตน สามารถขัดขวางผลกระทบของความเครียดในชีวิตได้อีกด้วย โดยพบว่า บุคคลที่เชื่ออำนาจในตนจะมีความรู้สึกที่เป็นทุกข์น้อยกว่าบุคคลที่เชื่ออำนาจภายนอกตน และยังได้รับผลสำเร็จที่ดีกว่าในการแก้ปัญหาอีกด้วย (Parkes. 1984: 655; citing Anderson. 1977; Poll and Kaplan De – Nour. 1980)

ดังนั้น ความแตกต่างในการรับรู้อำนาจภายใน - ภายนอกตน จึงมีความสำคัญต่อการปรับตัวของบุคคลในการดำเนินชีวิต บุคคลที่เชื่อว่าตนเองสามารถควบคุมสิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบข้างได้ มีการตอบสนองต่อความเครียดที่แตกต่างไปจากบุคคลที่เชื่อในสิ่งตรงกันข้าม โดยบุคคลที่เชื่ออำนาจภายในตน จะมีความมานะพยายามที่จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงเมื่อเกิดเหตุการณ์ที่ยากลำบากหรือเป็นอุปสรรค และยังมีแนวโน้มที่เห็นว่าเป็นโอกาสที่จะใช้ความสามารถที่มีและเป็นการเรียนรู้ที่จะพัฒนาตนเอง ส่วนบุคคลที่เชื่ออำนาจภายนอกตน จะคิดว่าความมานะพยายามไม่สามารถทำให้เหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นนั้นเปลี่ยนแปลงได้ ดังนั้นจึงไม่พยายามแก้ไขสถานการณ์ที่ตนเองถูกคุกคามอยู่ (Worchell and Goethals. 1989: 155-156; อ้างถึงในพรศิริ โรจน์รัตนเกียรติ. 2535: 45-46)

ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน

ความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน เป็นสิ่งที่ไม่ได้มีมาแต่กำเนิด เป็นสิ่งที่พัฒนามาจากประสบการณ์ชีวิต มีปัจจัยที่เป็นองค์ประกอบของความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน ดังนี้ คือ

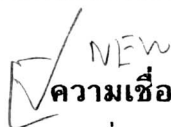
1. อายุ ความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน จะเริ่มพัฒนาขึ้นตั้งแต่บุคคลอยู่ในวัยเด็กและมีการเปลี่ยนแปลงไปเรื่อยๆ ตามวัยที่เจริญเติบโตของเด็ก เด็กก่อนวัยเรียนจะรับรู้ว่าคุณค่าและสิ่งแวดล้อม มีอิทธิพลอย่างมาก เนื่องจากต้องพึ่งพาผู้อื่นเป็นส่วนใหญ่ เมื่อเด็กโตขึ้น วุฒิภาวะมากขึ้น ความคุมตนเองได้ดีขึ้น เรียนรู้ที่จะจัดการกับตนเอง พัฒนาทักษะในการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น และเริ่มทำตนให้มีอิทธิพลต่อผู้อื่นโดยจะเปลี่ยนจากผู้ที่คอยรับความช่วยเหลือมาเป็นผู้เริ่มทำกิจกรรมต่างๆ ด้วยความกระตือรือร้น การที่เด็กมีการควบคุมตนเองและมีการรับรู้ว่ามีผลที่เกิดขึ้นมาจากตนเอง จะสะท้อนให้เห็นถึงพัฒนาการของเด็กในด้านความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน (Distefano, Pryer and Smith. 1973: 151-153) ความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน จะเปลี่ยนแปลงไปตามพัฒนาการของวัยที่เจริญเติบโตเนื่องจากเมื่อวัยสูงขึ้น บุคคลจะมองดูสิ่งต่างๆ ตามความเป็นจริงและกว้างขึ้น ทำให้บุคคลมีการเปลี่ยนแปลงด้านความเชื่อ ความเชื่ออำนาจภายในตนจะต่ำลงอีกเมื่อถึงวัยรุ่น เนื่องจากเมื่ออายุมากขึ้น บุคคลช่วยตนเองได้น้อยลง กลับต้องพึ่งพาผู้อื่นมากขึ้น อำนาจในการควบคุมสิ่งแวดล้อมของตนจึงน้อยลง บุคคลจึงแสวงหาพลังอำนาจที่อยู่ภายนอกตนมากขึ้น (Strickland. 1977: 150-151)

2. ประสบการณ์การเรียนรู้ โดยทั่วไปแล้วพ่อแม่ผู้ทำหน้าที่อบรมเลี้ยงดูลูกนั้น จะมีอิทธิพลในด้านการปลูกฝังความคิด ความเชื่อ ค่านิยมต่างๆ ให้กับเด็ก โดยเด็กจะซึมซับประสบการณ์เหล่านี้โดยไม่รู้ตัว พ่อแม่จะอบรมเลี้ยงดูลูกไปตามพื้นฐานความเชื่อของตนเอง ถ้าพ่อแม่เป็นผู้ที่เชื่ออำนาจภายในตน ก็จะอบรมเลี้ยงดูลูกให้มีความเชื่ออำนาจภายในตน ถ้าพ่อแม่เป็นผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตน ก็จะอบรมเลี้ยงดูลูกให้มีความเชื่ออำนาจภายนอกตน

3. สภาพแวดล้อมทางด้านบุคคล และสังคมต่างๆ เช่น ขนบธรรมเนียม ประเพณี วัฒนธรรม ความเชื่อของกลุ่มคนในชุมชน และแนวทางปฏิบัติที่สืบทอดกันมา จนกลายเป็นวิถีชีวิต แนวทางการปฏิบัติเหล่านี้จะถูกปลูกฝังให้อยู่ในระบบความเชื่อของบุคคล (Robinson and Shaver. 1980: 171-173) ลีฟคอร์ต (Lefcourt. 1983: 98) กล่าวว่า สภาพแวดล้อมทางบ้าน และสังคมที่บุคคลอาศัยอยู่ โดยเฉพาะอย่างยิ่งบ้านที่อุดมไปด้วยบรรยากาศของการกระตุ้นให้เด็กได้พบกับสิ่งที่ท้าทายความสามารถ และการตั้งมาตรฐานความสำเร็จให้พอเหมาะ ตลอดจนการเสริมแรงให้เด็กมีความพยายามขึ้น จะเป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยให้เด็กเกิดการพัฒนาความสำนึกถึงความสัมพันธ์ระหว่างการกระทำของเขากับผลการกระทำที่เกิดขึ้น ทำให้เด็กมีความเชื่ออำนาจภายในตนมากขึ้น ในทางตรงกันข้าม เด็กที่อยู่ในครอบครัวที่ถูกจำกัดโอกาส ไม่ได้รับการศึกษา ขนกลุ่มน้อย หรือบุคคลที่มีสภาพสังคมและเศรษฐกิจต่ำ เมื่อเผชิญปัญหาก็ต้องพบกับความยากลำบากในการแก้ไข มีความรู้สึกว่าตนเองต่ำต้อยด้อยคุณค่า จะทำให้นักบุคคลขาดโอกาสที่จะมีประสบการณ์กับการได้รับการเสริมแรงอันเป็นผลที่เกิด

จากความพยายามกระทำของเขา ซึ่งจะส่งผลให้บุคคลเกิดแนวโน้มของการพัฒนาความเชื่ออำนาจภายใน

นอกจากนี้แล้ว ความเชื่ออำนาจภายใน - ภายในนอกคนจะเปลี่ยนแปลงไปตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิต เช่น เมื่อคนเราได้รับความทุกข์ยาก และรับรู้ว่าจะไม่มีพลังที่จะแก้ไขเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นได้ บุคคลก็จะเชื่ออำนาจภายในมากขึ้น แต่ถ้าเหตุการณ์ในชีวิตเราดำเนินไปในด้านดี และบุคคลรับรู้ถึงเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตนั้นเป็นผลมาจากการกระทำของตนเอง ความเชื่ออำนาจภายในจะเพิ่มขึ้น รวมทั้งการได้รับผลตอบแทนตามที่คาดหวัง ก็จะสามารถเปลี่ยนแปลงความเชื่ออำนาจภายใน - ภายในนอกคนได้ กล่าวคือ ถ้าบุคคลทำสิ่งใด และได้รับผลตอบแทนตามที่ตนเองคาดหวังไว้ จะทำให้ความเชื่ออำนาจภายในเพิ่มขึ้นเพราะคิดว่าผลที่เกิดขึ้นมาจากการกระทำของตนเอง แต่ถ้าตนเองทำสิ่งใดๆ แล้วไม่ได้ผลตอบแทนจากความคาดหวังจะทำให้ความเชื่ออำนาจภายในนอกคนเพิ่มมากขึ้น โดยคิดว่าการที่ไม่ได้ผลตอบแทนนั้นเป็นเพราะโชคชะตา เป็นผลจากเคราะห์กรรมหรือจากอิทธิพลของสิ่งอื่นๆ (Rotter. 1966; อ้างถึงใน ศิริพร สถิตยธาวร. 2540: 51-54)



ความเชื่ออำนาจภายใน - ภายในนอกคนกับความคิดว่าตัวตาย

การที่บุคคลเชื่อว่าทั้งผลดีและผลเสียที่เกิดขึ้นกับตนนั้น เกิดจากการกระทำของตนมากกว่าโชคชะตาหรือสิ่งที่ไม่เป็นตัวตน ถือว่าเป็นผู้ที่มีความเชื่ออำนาจในตนเองสูง ซึ่งพบได้ไม่บ่อยนักในสังคมไทย ทั้งนี้เนื่องมาจากสาเหตุที่คนไทยส่วนใหญ่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบให้พึ่งพาอาศัยผู้ใหญ่ที่ใกล้ชิดค่อนข้างนาน ประกอบกับวัฒนธรรมไทยก็เน้นให้เด็กเชื่อฟังผู้ใหญ่มากกว่าเปิดโอกาสให้เด็กคิดอย่างมีเหตุผล (สนิท สมัการ. 2539) ดังนั้นเด็กไทยส่วนใหญ่จึงมักเป็นเด็กที่ขาดความมั่นใจในตนเอง ไม่กล้าแสดงความคิดเห็น โดยเฉพาะความคิดเห็นที่โต้แย้งกับผู้ใหญ่หรือผู้มีอำนาจ แม้จะรู้สึกโกรธหรือคับข้องใจสักเพียงใด สังคมไทยมักสอนให้เด็กเก็บกดความรู้สึกไว้ภายในมากกว่าให้แสดงออก ซึ่งตามหลักทฤษฎีของ วูม (The Vroom Expectancy Theory) กล่าวว่า การกระทำใดๆ ของบุคคลส่วนใหญ่มักมีผลมาจากแรงจูงใจและความคาดหวังของบุคคล และหากเหตุการณ์ไม่เป็นไปตามความคาดหวัง บุคคลทั่วไปจะแสดงพฤติกรรมในลักษณะพยายามหาทางแก้ไขปัญห การแก้ปัญหที่ช่วยผ่อนคลายความผิดหวังของบุคคลคือการแสดงปฏิกิริยาทางอารมณ์และความรู้สึกให้ผู้อื่นรับรู้ใน 2 ลักษณะ คือ รู้สึกคับข้องใจ และโกรธ ซึ่งทั้งความรู้สึกคับข้องใจ และความรู้สึกโกรธ สามารถส่งผลให้บุคคลมีพฤติกรรมที่รุนแรงถึงขั้นฆ่าตัวตายและฆ่าผู้อื่นได้ หากอารมณ์นั้นหันพุ่งมาสู่ตัวเอง (อารีย์ เพชรสุด. 2529)

อย่างไรก็ตาม โดยลักษณะนิสัยซึ่งถูกปลูกฝังมาของคนไทยส่วนใหญ่ เมื่อเผชิญกับปัญหาวิกฤต มักเบี่ยงเบนความคิดความรู้สึกไปอ้างอิงกับความเชื่อทางศาสนา ทางไสยศาสตร์ และโทษโชคชะตาราศีมากกว่าโทษตัวเอง ซึ่งเรียกคนกลุ่มนี้ว่า เป็นผู้ที่มีความเชื่ออำนาจในตนเองต่ำ และมักเป็นผู้ที่มีปัญหาในการควบคุมอารมณ์ด้วย ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาผู้พยายามฆ่าตัวตายในประเทศไทย ที่

พบว่าส่วนใหญ่กระทำไปด้วยอารมณ์ชั่ววูบมากกว่ากระทำไปเพราะความสิ้นหวังในชีวิต (ประเวช ตันติพิวัฒนสกุล. 2541) ดังจะเห็นได้จากการศึกษาผู้ป่วยเด็ก อายุต่ำกว่า 15 ปี ที่ถูกส่งมายังโรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ ด้วยปัญหาพฤติกรรมฆ่าตัวตายจำนวน 43 ราย พบว่า มีสาเหตุมาจากอารมณ์ถึงร้อยละ 87.5 (อุมาพร ตรังคสมบัติ. 2536; อ้างถึงใน ประเสริฐ ผลิตผลการพิมพ์ และคณะ. 2541) สอดคล้องกับการศึกษาสาเหตุการฆ่าตัวตายสำเร็จของคนไทยเมื่อกว่า 10 ปีมาแล้ว ที่พบว่า วัยรุ่นหญิงฆ่าตัวตายจากการใช้อารมณ์ชั่ววูบมากกว่าชายวัยเดียวกัน (ประเสริฐ รักไทยดี และสุเทพ บรรณทอง. 2529) นอกจากนี้ จากการสำรวจพฤติกรรมเสี่ยงด้านสุขภาพของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 - 6 จำนวน 561 คน พบว่า การเชื่ออำนาจภายนอกตน เช่น เชื่ออำนาจโชคชะตา เชื่ออำนาจผู้อื่น มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเสี่ยงด้านสุขภาพ โดยพบว่า นักเรียนหญิง ที่เรียนอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่เชื่ออำนาจในตนต่ำ มีความตั้งใจจะฆ่าตนเองมากกว่านักเรียนชั้นอื่น และมากกว่านักเรียนที่เชื่ออำนาจในตนสูงด้วย (ปริญดา จิรกุลพัฒนา. 2536) ขณะที่ผลงานวิจัยทางด้านจิตสังคมจำนวนมากก็ให้ผลการสนับสนุนว่า นักเรียนที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนต่ำ จะมีพฤติกรรมเสี่ยงและจิตลักษณะไม่เหมาะสมในหลายด้าน เช่น มักคบเพื่อนเสี่ยงในการเป็นโรคเอดส์ (วรรณิ วรรณชาติ. 2541) มีพฤติกรรมตามจรรยาพยาบาลและเคารพสิทธิมนุษยชนต่ำ (สุพัตรา ธรรมวงษ์. 2544) ขณะที่พบว่า ผู้ที่เชื่อในอำนาจภายในตนสูง มักเป็นผู้ที่มีพฤติกรรมน่าปรารถนามากด้วย เช่น มีผลการเรียนที่ดี (อุบล เลี้ยววาริณ. 2538)

ดังนั้น จึงกล่าวได้ว่า นักเรียนคนใดที่มีความเชื่ออำนาจในตนเองสูงจะเป็นผู้ที่มีความสุขมาก หรือเสี่ยงต่อการคิดและพยายามฆ่าตัวตายน้อยกว่านักเรียนประเภทตรงกันข้าม (อ้างถึงใน ประชิต สุขอนันต์. 2544: 28-29)

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องระหว่างความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตนกับความคิดฆ่าตัวตาย งานวิจัยในต่างประเทศ

แอน (พรศิริ โรจน์รัตนเกียรติ. 2535: 46; อ้างอิงจาก Ann. 1987: 118-B) ศึกษาพฤติกรรมการเผชิญภาวะเครียดในคู่สมรสที่ทำงานนอกบ้าน ผลการศึกษาพบว่าความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน เป็นตัวทำนายความเป็นอยู่ที่ดีของสตรี โดยสตรีที่เชื่อว่าตนเองสามารถควบคุม หรืออยู่เหนือสภาพแวดล้อมที่กำลังเผชิญอยู่ รายงานว่ามีการปรับตัวได้ดีกว่าสตรีที่เชื่ออำนาจภายนอกตน

งานวิจัยในประเทศ

วรรณิ บันเทิง (2527: บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน กับพฤติกรรมการเผชิญภาวะเครียดก่อนการผ่าตัดในผู้ป่วยเด็กวัยเรียน กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยเด็กวัยเรียน อายุ 8 - 12 ปี จำนวน 50 ราย ผลการศึกษาพบว่า ความเชื่ออำนาจภายใน - ภาย

นอกคน มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเผชิญภาวะเครียดก่อนการผ่าตัดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$) นั่นคือเด็กที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเผชิญภาวะเครียดแบบยอมรับความจริงมากกว่าเด็กที่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตน

ทัศน โฉมทิ (2518: 34) วิจัยเรื่องการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ อันเป็นผลของสารสื่อที่ทำให้เกิดความกลัว และความเชื่ออำนาจภายในตน โดยทำการทดลองกับเด็กนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 90 คนแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็นพวกที่มีความเชื่ออำนาจภายในตน 45 คน และพวกที่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตน 45 คน ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มทดลองที่เชื่ออำนาจภายในตน มีความวิตกกังวลมากกว่ากลุ่มทดลองที่เชื่ออำนาจภายนอกตน

วีรพล นิธิพงศ์ และคณะ (2542: บทคัดย่อ) ได้ศึกษากลไกการเผชิญปัญหาและเงื่อนไขที่นำไปสู่การฆ่าตัวตายของนักเรียนมัธยมศึกษาจังหวัดราชบุรี พบว่า เงื่อนไขที่ทำให้นักเรียนเปลี่ยนใจไม่คิดฆ่าตัวตาย ได้แก่ ความกลัวการทรمانจากการฆ่าตัวตาย ความกลัวการตีตราจากสังคม และความเชื่อเรื่องการฆ่าตัวตายเป็นบาป

ประชิด สุขอนันต์ (2544: 233-235) ได้ศึกษาปัจจัยเชิงเหตุที่เกี่ยวข้องกับการมีความสุขและการมีพฤติกรรมฆ่าตัวตายในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2, 4 และ 6 จำนวน 1,160 คน จากโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษาจังหวัดเพชรบุรี จำนวน 12 โรงเรียน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่มีสุขภาพจิตดีน้อย มีความเชื่ออำนาจในตนต่ำ และนับถือศาสนาน้อยเป็นปัจจัยที่ส่งผลเสียอย่างมากแก่นักเรียนโดยทำให้เด็กมีความสุขในชีวิตน้อย มีทัศนคติที่ต่อการฆ่าตัวตายมาก คิดและพยายามฆ่าตัวตายมากกว่านักเรียนโดยทั่วไปที่มีสุขภาพจิตดีมาก มีความเชื่ออำนาจในตนสูง

นักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนมาก ได้รับการสนับสนุนทางสังคมมาก และเชื่ออำนาจในตนสูง เป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อการมีความสุขในชีวิตและลดผลเสียที่มีต่อทัศนคติที่ต่อการฆ่าตัวตาย การคิดและการพยายามฆ่าตัวตายในนักเรียนกลุ่มรวมหรือนักเรียนโดยทั่วไป

จากงานวิจัยจะเห็นได้ว่า ผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนจะสามารถเผชิญภาวะเครียดได้ดีกว่าผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตน นั่นคือ สามารถปรับตัวได้ดีกว่า แก้ปัญหาได้ดีกว่า และยอมรับความเป็นจริงได้มากกว่า

2.2 ปัจจัยทางสังคมกับความคิดฆ่าตัวตาย

2.2.1 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับครอบครัว

ความหมายของสัมพันธภาพในครอบครัว

กมลลา แสงสีทอง (2526: 8) กล่าวว่า เป็นความสัมพันธ์ตามบทบาทที่คนเรามีต่อสมาชิกคนอื่นในครอบครัว ถ้าความสัมพันธ์เป็นการปรองดองรักใคร่กลมเกลียวในครอบครัว นับว่าเป็นลักษณะสัมพันธภาพที่ดี แต่ถ้าเป็นความขัดแย้งหรือมีความรู้สึกที่เป็นอริต่อกันถือว่าเป็นลักษณะของสัมพันธภาพที่ไม่ดีภายในครอบครัว

กุลวรรณ วิทยาวงศ์จุ (2526: 5-7) กล่าวว่า สัมพันธภาพในครอบครัว หมายถึง ลักษณะพฤติกรรมที่พ่อแม่ปฏิบัติต่อลูก พฤติกรรมที่ลูกปฏิบัติต่อพ่อแม่และพฤติกรรมที่ปฏิบัติต่อกันในด้านต่างๆ และยังได้จำแนกพฤติกรรมที่แสดงถึงสัมพันธภาพในครอบครัว ดังนี้

1. การพักผ่อนร่วมกันในครอบครัว หมายถึง การที่พ่อแม่และลูกได้มีกิจกรรมร่วมกันในการพักผ่อนหย่อนใจเมื่อมีเวลาว่าง
2. การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น และรับรู้เรื่องราวต่างๆ หมายถึง การที่ลูกได้มีส่วนร่วมร่วมกับพ่อแม่ในการแสดงความคิดเห็น และรับรู้เกี่ยวกับทุกข์สุข ความลับในเรื่องต่างๆ ของพ่อแม่ เช่น ปัญหาทางการเงิน ปัญหาทางการงาน
3. การมีส่วนร่วมในการตัดสินใจ หมายถึง การที่บุตรได้มีส่วนร่วมร่วมกับบิดามารดาในการตัดสินใจกระทำการต่างๆ ภายในบ้าน เช่น การจัดระเบียบกฎเกณฑ์ภายในบ้าน
4. การเห็นชอบของพ่อแม่ หมายถึง พฤติกรรมที่พ่อแม่แสดงต่อลูกในลักษณะของการเห็นด้วยกับการกระทำ ความคิดเห็นของลูก เช่น การไม่ปฏิเสธข้อเสนอนะ ข้อคิดเห็น หรือการกระทำต่างๆ ของบุตร
5. ความรักความห่วงใยของพ่อแม่ หมายถึง พฤติกรรมของพ่อแม่ที่ลูกรับรู้ว่าเป็นพฤติกรรมแสดงถึงความรัก ความห่วงใยที่มีต่อบุตร เช่น การช่วยเหลือคลายปัญหาต่างๆ การให้ความเป็นกันเองกับลูก
6. ความไว้วางใจของพ่อแม่ หมายถึง พฤติกรรมของพ่อแม่ที่แสดงถึงความไว้วางใจในตัวลูกว่าสามารถปฏิบัติตนเองได้อย่างเหมาะสม สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ มีความรับผิดชอบต่อการกระทำของตนเอง
7. การที่พ่อแม่เห็นด้วยกับกิจกรรมของเพื่อนๆ ของลูก หมายถึง พฤติกรรมของพ่อแม่ที่แสดงถึงการเห็นด้วยกับการที่ลูกไปมีกิจกรรมกับเพื่อนๆ โดยที่ไม่ขัดขวางหรือเป็นอุปสรรคหรือแสดงออกถึงความไม่ไว้วางใจในการไปร่วมกิจกรรม
8. การที่บุตรยอมรับเกณฑ์มาตรฐานของพ่อแม่ หมายถึง การที่ลูกแสดงพฤติกรรมยอมรับมาตรฐานพฤติกรรมต่างๆ มาตรฐานการดำรงชีวิตของพ่อแม่ เช่น เห็นด้วยกับความคิดเห็นของพ่อแม่

ในด้านการเรียน การทำงาน ค่านิยม ทศนคติ และยินยอมกระทำตามเกณฑ์ที่พ่อแม่กำหนดด้วยความยินดี

9. ความรักและเคารพของลูกที่มีต่อพ่อแม่ หมายถึง พฤติกรรมของลูกที่แสดงต่อพ่อแม่ซึ่งเป็นการแสดงถึงความรัก ความเคารพพ่อแม่โดยการเชื่อฟังพ่อแม่ ไม่ขัดใจ ไม่ทำให้พ่อแม่เสียใจ

10. การไม่มีข้อกำหนดมากเกินไป หมายถึง การที่พ่อแม่ไม่แสดงพฤติกรรมที่เป็นการกำหนดหรือจำกัดความประพฤติของลูกมากเกินไป

11. การไม่เข้มงวดกวดขันเกี่ยวกับระเบียบวินัยมากเกินไป หมายถึง การที่พ่อแม่ไม่แสดงการกระทำใดๆ ที่สื่อแสดงถึงความเข้มงวดในระเบียบวินัย เช่น การลงโทษอย่างรุนแรงการไม่ยืดหยุ่นกับระเบียบวินัย การบังคับให้ลูกปฏิบัติตามระเบียบวินัยอย่างเคร่งครัด โดยไม่คำนึงถึงความพร้อม

12. การไม่ปกป้องคุ้มครองมากเกินไป หมายถึง พฤติกรรมที่พ่อแม่แสดงต่อลูกอย่างไม่ปกป้องคุ้มครองมากเกินไป หรือไม่แสดงพฤติกรรมต่างๆ เหมือนหนึ่งลูกไม่มีความสามารถในการดูแลตนเองได้ หรือเหมือนลูกเป็นเด็กเล็กๆ

13. การที่พ่อแม่ไม่คอยย้าเตือนถึงความสำเร็จมากเกินไป หมายถึง พ่อแม่ไม่คอยย้าเตือนหรือรบเร้าให้บุตรได้รับความสำเร็จในการทำงานมากเกินไป เช่น ไม่เคี่ยวเข็ญให้ลูกกระทำการสิ่งต่างๆ มากเกินไป

14. การยินดีให้กำลังใจเพื่อความสำเร็จ หมายถึง การที่พ่อแม่ให้กำลังใจ ส่งเสริมหรือกระตุ้นให้ลูกประสบความสำเร็จในการเรียน การทำงาน ทั้งการกระทำและด้วยคำพูด

15. ความกลมเกลียวของพ่อแม่ หมายถึง พฤติกรรมที่พ่อแม่กระทำต่อกันในลักษณะที่ไม่มี ความขัดแย้งซึ่งกันและกัน มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่กัน มีความรักใคร่สามัคคีกัน ถ้อยทีถ้อยอาศัย

อัญชลี สมด้ว (2543: 28) กล่าวว่า เป็นความสัมพันธ์ที่ราบรื่นระหว่างบุคคลในครอบครัว ไม่ว่าจะเป็นระหว่างพ่อแม่ลูก หรือผู้ปกครอง ซึ่งอาจจะเป็นพ่อแม่ญาติผู้ใหญ่คนอื่นๆ ได้แก่ ปู่ย่า ตายาย ลุง ป้า น้าอา ทั้งผู้ที่มีสถานภาพสมรสเป็นผู้สมรส หรืออาจจะเป็นโสดก็ได้ โดยความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัวนั้น จะต้องเป็นความสัมพันธ์ที่ดี มีความเชื่อใจกัน รักใคร่ผูกพันกัน มีเวลาให้แกกัน ทำกิจกรรมร่วมกัน ฯลฯ

พนิดา ผการินทร์ (2544: 50) อธิบายไว้ว่า เป็นการที่บุคคลรู้สึกว่าได้ได้รับความรัก การดูแลอย่างดีในครอบครัว มีความรู้สึกอบอุ่น ปลอดภัย มั่นใจในตนเอง สัมพันธภาพในครอบครัวมีอิทธิพลอย่างยิ่งต่อพฤติกรรมของบุคคลและการอยู่ร่วมกันในสังคม ถ้าครอบครัวมีความสมบูรณ์ มีระเบียบ และมีคุณธรรมอันดีทุกประการแล้ว สมาชิกแต่ละคนก็จะอยู่ในสภาพสมาชิกที่ดีของสังคมที่ใหญ่ขึ้นตามลำดับของความสัมพันธ์กับวัยชีวิต สัมพันธภาพในครอบครัวขึ้นอยู่กับความร่วมมือ ร่วมใจของสมาชิกแต่ละคน เพราะความสัมพันธ์ที่แน่นแฟ้นในครอบครัวจะช่วยให้ความเป็นอยู่ในครอบครัวราบรื่น และทุกคนมีความสุขกายสบายใจและมีสุขภาพจิตที่ดี

สรุปได้ว่า สัมพันธภาพในครอบครัว คือ การที่บิดามารดาหรือผู้ดูแลเด็กปฏิบัติต่อเด็ก และเรียกร้องให้เด็กปฏิบัติต่อตนเองและผู้อื่นไปในทำนองต่างๆ กัน ซึ่งเป็นการปฏิสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องในชีวิตเด็ก ทำให้เด็กได้เรียนรู้สิ่งต่างๆ รอบตัว และเลียนแบบการกระทำต่างๆ ของผู้อบรมเลี้ยงดู ประสบการณ์เหล่านี้จะมีผลต่อพฤติกรรมของเด็กทั้งในปัจจุบันและอนาคต

ความสำคัญของสัมพันธภาพในครอบครัว

พ่อแม่เป็นบุคคลสำคัญอันดับแรก และสำคัญที่สุดในการพัฒนาบุคลิกภาพ บุคลิกภาพอันสมบูรณ์ของลูกย่อมมาจากความสัมพันธ์อันอบอุ่นจากพ่อแม่ ความรักความอบอุ่นใจที่ลูกได้รับจะเป็นรากฐานที่สำคัญในการปรับตัว และแบบแผนพฤติกรรมที่ติดาม (นิยม บุญมี. 2526: 131) ลักษณะความสัมพันธ์ในครอบครัวระหว่างพ่อแม่และลูก จำเป็นต้องมีการเปลี่ยนแปลงให้เหมาะสมกับการเจริญเติบโต และความต้องการของเด็ก กล่าวคือ ความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่ และลูกในระยะแรกควรมีลักษณะของการป้องกันคุ้มครองทั้งนี้เพราะเด็กไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ต้องพึ่งพาอาศัยพ่อแม่ แทนทุกอย่าง โดยเฉพาะในปีแรกๆ ของชีวิต ต่อมาเมื่อเด็กมีวุฒิภาวะเพิ่มมากขึ้นเด็กจำเป็นต้องเรียนรู้สิ่งต่างๆ เพื่อให้สามารถพึ่งตนเองได้ ดังนั้นสัมพันธภาพระหว่างพ่อแม่ลูกจึงอยู่ในลักษณะที่พ่อแม่ต้องสั่งสอนลูกของตน และเมื่อเด็กสามารถพึ่งตนเองได้ มีวุฒิภาวะที่ใกล้เคียงกับพ่อแม่ เด็กที่ต้องการความเป็นเพื่อน ดังนั้นสัมพันธภาพระหว่างพ่อแม่ และลูก ก็ต้องเปลี่ยนไปตามลักษณะของการยอมรับความสามารถในการกระทำสิ่งต่างๆ ด้วยความพึงพอใจ และมีความรัก ไว้วางใจในตัวลูก จึงทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่ และลูก ดำเนินไปด้วยดี เพราะพ่อแม่สนองความต้องการของลูกได้อย่างถูกต้อง (กุลวรรณ วิทยาวารุญ. 2526: 2) สัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับครอบครัวจึงเป็นเรื่องที่สำคัญมาก การที่เด็กจะเจริญเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีบุคลิกภาพที่ดี มีอนาคต สามารถปรับตัวได้ ไม่ซึมเศร้าหรือหดหู่ใจ ซึ่งเป็นที่มาในการคิดฆ่าตัวตายนั่น จะต้องได้รับสิ่งสำคัญอันเป็นรากฐานอย่างเพียงพอ นั่นคือ ความรัก ความอบอุ่น และการเลี้ยงดู

องค์ประกอบของสัมพันธภาพในครอบครัว

แซสซี (อัญมณี สมตัว. 2543: 28; อ้างอิงจาก Sasse. 1978) กล่าวถึง ลักษณะของสัมพันธภาพระหว่างบุคคล 2 คนว่า จะต้องเป็นไปได้อย่างดี ต้องประกอบด้วย ความเชื่อใจกัน ความรักใคร่ชอบพอกัน และพลังอำนาจ ดังนี้

ความเชื่อใจกัน (Trust) เป็นสิ่งที่ทั้งสองฝ่ายต้องการเมื่อเข้ามามีความสัมพันธ์กัน ถ้าสัมพันธภาพระหว่างบุคคลทั้งสองเกิดความเชื่อใจกันขึ้นแล้ว สัมพันธภาพจะมีแนวโน้มพัฒนาไปในทางที่ดีขึ้น แต่ถ้าสัมพันธภาพระหว่างบุคคลทั้งสองดำเนินไปอย่างขาดความเชื่อใจกัน แม้สัมพันธภาพที่ใกล้ชิดสนิทสนมกัน ในสัมพันธภาพระหว่างพ่อแม่-ลูก มักจะเกิดปัญหาเรื่องขาดความเชื่อใจกันได้บ่อยในช่วง

วัยรุ่น วัยรุ่นมักจะบ่นว่าพ่อแม่ไม่เข้าใจพวกเขา ส่วนพ่อแม่จะบอกว่าลูกของพวกเขาไม่น่าไว้วางใจ สัมพันธภาพระหว่างพ่อแม่-ลูก เมื่อมีการดำเนินต่อไปในระยะเวลายาวนาน พ่อแม่สามารถอาศัยเวลาสร้างความเข้าใจให้ลูกเห็นได้ ส่วนลูกที่เป็นวัยรุ่นเมื่อแสดงท่าทางที่รับผิดชอบมากขึ้น พ่อแม่จะเกิดความเข้าใจขึ้นเอง

ความรักใคร่ชอบพอกัน (Affection or Linking) การที่คนเราจะชอบพอซึ่งกันและกันนั้นเป็นสิ่งที่ซับซ้อนต้องอาศัยองค์ประกอบหลายอย่าง อาจขึ้นอยู่กับรางวัลและการลงโทษ (ชอบคนที่ให้รางวัลและเกลียดคนที่ลงโทษเขา) การหาประโยชน์ใส่ตัว และการสงเคราะห์ทำประโยชน์ให้ผู้อื่น (ไม่ชอบคนที่ทำให้เสียประโยชน์ แต่ชอบคนที่ช่วยเหลือ) อัตมโนทัศน์ในการสร้างสัมพันธภาพของแต่ละคน (ผู้ที่มีความนึกคิดเกี่ยวกับตนเองดี จะรู้สึกดีกับคนอื่น ๆ เพราะเชื่อว่าคนอื่น ๆ ก็คล้ายตัวเอง)

พลังอำนาจ (Power) คือความสามารถของผู้หนึ่งที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของอีกผู้หนึ่ง เช่น พ่อมีอำนาจไม่ใช่มีเพียงด้านเดียว ลูกสามารถมีอิทธิพลต่อพ่อแม่ได้เช่นกัน เช่นทารกมีอำนาจทำให้พ่อแม่ต้องดูแลเปลี่ยนผ้าอ้อมเวลาเปียกให้ ในสัมพันธภาพของคนสองคนมักจะมีผู้หนึ่งที่มีพลังอำนาจมากกว่า โดยอาจขึ้นอยู่กับหลายองค์ประกอบ เช่น อายุมากกว่า การศึกษาสูงกว่า มีเงินหรือมีความสามารถต่างๆ มากกว่าทำให้มีพลังอำนาจมากกว่าได้ นอกจากนี้พลังอำนาจยังเป็นแหล่งที่ก่อให้เกิดความขัดแย้งต่างๆ ในสัมพันธภาพได้เช่นกัน ถ้าต่างฝ่ายต่างไม่ยอมกัน หรือมีการใช้อำนาจเกินไป

กล่าวโดยสรุปว่า สัมพันธภาพระหว่างบุคคลมิได้เป็นเพียงความเกี่ยวพันกัน หรือชอบพอกันเท่านั้น แต่ต้องเป็นความสัมพันธ์แน่นแฟ้น ที่ก่อให้เกิดอิทธิพลของสัมพันธภาพต่อบุคคลทั้งสองฝ่ายด้วย

ปัจจัยที่ส่งผลต่อสัมพันธภาพในครอบครัว

ปัจจัยที่มีส่วนในการสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัว ซึ่ง จรรยา สุวรรณทัต (2523) ได้สรุปไว้ดังนี้

1. สถานภาพทางเศรษฐกิจ - สังคมของครอบครัว กล่าวคือ ครอบครัวใดมีความมั่นคงทางเศรษฐกิจ ไม่ขัดสน ย่อมนำมาซึ่งความสงบสุขของครอบครัว เกิดความกลมเกลียวสมัครสมานกัน ในครอบครัว ดังเช่น การศึกษาของ โคห์น (Kohn, 1963) ในเรื่องเกี่ยวกับฐานะความเป็นอยู่ และสัมพันธภาพระหว่างพ่อแม่และลูก พบว่า พ่อแม่ที่มีฐานะในระดับปานกลาง (ครอบครัวชนชั้นกลาง) มีค่านิยมในการให้ความสุข และความเห็นอกเห็นใจลูกมากกว่าชนชั้นกรรมกรที่ใช้แรงงาน นอกจากนี้ นรา สมประสงค์ (2520) ได้ศึกษาเปรียบเทียบการรับรู้พฤติกรรมแม่ของเด็กในครอบครัวระดับกลางกับระดับต่ำ ในกรุงเทพมหานคร - ธนบุรี กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 จำนวน 120 คน แบ่งเป็นเด็กชั้นกลาง 60 คน และชั้นต่ำ 60 คน และสอบถามแม่ของเด็กเหล่านี้ด้วย ผลการศึกษาสอดคล้องกับโคห์น ว่า แม่ชนชั้นกลางให้ความรักแก่ลูกมากกว่าแม่ในครอบครัวระดับต่ำ

2. การรู้จักบทบาท และหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว ตลอดจนสามารถปฏิบัติการให้สอดคล้องกับบทบาทและหน้าที่ของตนเองทั้งพ่อแม่และตัวเด็กเอง พ่อแม่มีหน้าที่ในการอบรมสั่งสอนลูกก็ควรกระทำโดยรากฐานจากเหตุและผล ไม่กระทำด้วยอารมณ์

3. การรู้จักลักษณะธรรมชาติ และความต้องการมูลฐานของเด็ก พ่อแม่ต้องพยายามเข้าใจลักษณะธรรมชาติของการเจริญเติบโต และมีความพร้อมที่จะช่วยเหลือเด็กเมื่อมีปัญหา ย่อมมีส่วนช่วยสร้างเสริมความสัมพันธ์อันดี

4. ความคงเส้นคงวาของพ่อแม่ในการวางระเบียบวินัย ปัจจุบันนี้นับว่าเป็นอิทธิพลต่อบรรยากาศในครอบครัวโดยเฉพาะวัยรุ่น ซึ่งมีความอดทนน้อยต่อการไม่คงเส้นคงวาของพ่อแม่ ซึ่งเป็นต้นเหตุให้เกิดความคลอนแคลนในการสร้างสัมพันธภาพระหว่างพ่อแม่และลูก

จากการศึกษาข้างต้นจะเห็นได้ว่า สภาพทางเศรษฐกิจ การควบคุมอารมณ์ของพ่อแม่ และการไม่เข้าใจธรรมชาติของเด็ก ล้วนมีผลต่อการสร้างสัมพันธภาพในครอบครัวและสัมพันธภาพในครอบครัวที่คลอนแคลนก็จะส่งผลต่อเด็ก ซึ่งจะก่อให้เกิดปัญหาต่างๆ อีกมากมาย

นอกจากนี้ยังมีปัจจัยที่มีส่วนในการช่วยสร้างสัมพันธภาพในครอบครัว โดยสัมพันธภาพที่ดีในครอบครัวมักจะขึ้นอยู่กับสิ่งต่อไปนี้ด้วย

1. ระเบียบกฎเกณฑ์ และความคาดหวังต่างๆ พ่อแม่ควรมีอย่างแจ่มชัด ถึงเวลากลับบ้าน การทำการบ้าน ช่วยเหลืองานในครอบครัว และความรับผิดชอบอื่นๆ

2. การยืดหยุ่น เด็กวัยรุ่นมองทุกอย่างด้วยความสดชื่นแต่พ่อแม่อาจต้องการให้เขาคิดทบทวนพฤติกรรมของเขาใหม่ ควรเป็นในลักษณะผ่อนปรน

3. สนับสนุนให้กำลังใจ พ่อแม่ต้องแสดงความไว้วางใจและเชื่อมั่นว่าเขาเป็นคนดี

4. ตระหนักถึงความต้องการเป็นอิสระ และความเป็นเอกัตบุคคล การตัดสินใจในเรื่องต่างๆ และความผิดพลาดบางอย่าง

5. หลีกเลี่ยงวิพากษ์วิจารณ์และติเตียน เด็กวัยรุ่นยังไม่มีความแน่ใจเกี่ยวกับตนเอง การติเตียนหรือวิจารณ์ อาจทำให้เขารู้สึกผิดหวัง

6. ความรักและเอาใจใส่ เด็กวัยรุ่นจะไม่แสดงตนว่าตัวเองต้องการ 2 สิ่งนี้ แต่แท้จริงเขายังคงต้องการให้พ่อแม่รักใคร่ และยอมรับเขา (อ้างถึงใน ลักษณะ ฤทธิสนธิ์. 2532: 15-16)

อุมาพร ตรังคสมบัติ (2540: 272) ได้กล่าวถึง ปัญหาที่ก่อให้เกิดสัมพันธภาพไม่ดีในครอบครัว มีดังนี้

1. การปฏิบัติหน้าที่อย่างไม่เหมาะสม การปฏิบัติหน้าที่อย่างไม่เหมาะสมที่พบบ่อยๆ คือ

- การสื่อสารผิดปกติ

การสื่อสารในครอบครัวไม่ชัดเจนพอหรือบางทีไม่มีการสื่อสารระหว่างกัน เช่น ไม่พูดคุยกัน เป็นต้น

- การแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม

บางครอบครัวไม่แสดงความรู้สึกทางบวกอย่างเพียงพอ เช่น ไม่แสดงความรักใคร่เอ็นดูในระหว่างพ่อ-แม่-ลูก ทำให้บุคคลไม่รู้สึกว่าเป็นที่รักและต้องการของใคร บางครอบครัวไม่ยอมรับการแสดงความรู้สึกทางลบ เช่น ความรู้สึกโกรธ เสียใจ ฯลฯ อย่างตรงไปตรงมา

- ความผูกพันทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม

ความผูกพันทางอารมณ์โดยเฉพาะระหว่างวัยรุ่นกับพ่อแม่ อาจเป็นแบบใกล้ชิดผูกพันกันมากเกินไปจนลูกไม่สามารถพัฒนาความเป็นตัวของตัวเอง กลายเป็นคนเปราะบางและดูแลตนเองไม่ได้ ในทางกลับกันความสัมพันธ์อาจเป็นแบบห่างเหิน ต่างคนต่างอยู่ ทำให้บุคคลไม่ได้รับการประทับประคองจากครอบครัวเท่าที่ควร

- การปฏิบัติตามบทบาทที่มีความบกพร่อง

การปฏิบัติตามบทบาทของสมาชิกแต่ละคนมีความบกพร่อง โดยเฉพาะพ่อแม่ไม่สามารถทำหน้าที่ดูแลลูกได้ เช่น พ่อแม่ที่ป่วยทางจิต หรือติดสารเสพติด เป็นต้น

2. ความขัดแย้งเรื้อรังและ TRIANGULATION

ความขัดแย้งไม่ลงรอยกันระหว่างสามีภรรยาทำให้ครอบครัวขาดความสงบสุข และการปฏิบัติหน้าที่ในฐานะพ่อแม่ก็มักมีปัญหาไปด้วย พ่อแม่อาจจะมัวสนใจแต่ปัญหาของตนหรือจมอยู่กับความเศร้าโศกจนไม่สามารถตอบสนองความต้องการทางอารมณ์ของลูกได้อย่างเพียงพอ เมื่อเกิดความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ก็มักเกิด Triangulation หรือการดึงเอาลูกเข้ามาเป็นบุคคลที่สาม พ่อกับแม่อาจไม่พูดกันตรงๆ แต่พูดผ่านลูกและต่างฝ่ายจะพยายามดึงลูกให้มาเข้าข้างตน ลูกจะเกิดความขัดแย้งในใจว่าจะจงรักภักดีต่อพ่อหรือต่อแม่ดี ที่เรียกว่า Loyalty Conflict เป็นการยากที่ลูกจะตัดสินใจเลือกฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง ถ้าเลือกเป็นฝ่ายแม่ก็จะรู้สึกผิดที่ทอดทิ้งพ่อ ถ้าเลือกเป็นฝ่ายพ่อก็จะเกิดความกังวลใจเกี่ยวกับแม่ เช่น กลัวแม่จะน้อยใจ ลูกจะเกิดความสับสนว่าควรทำสิ่งใดกันแน่ ผลของการถูกดึงเข้ามาเป็นบุคคลที่สามก็คือ เด็กจะเกิดความเครียดและขาดความรู้สึกมั่นคงในชีวิต และไม่สามารถพัฒนาไปได้อย่างปกติเหมือนเด็กอื่นๆ

ความขัดแย้งระหว่างเด็กกับพ่อแม่เป็นปัจจัยที่กระตุ้นให้เกิดการพยายามฆ่าตัวตายได้บ่อย โดยเฉพาะในวัยรุ่น พ่อแม่ไม่ยืดหยุ่นกฎระเบียบให้เหมาะกับพัฒนาการและความต้องการตามวัยของลูก และครอบครัวมักขาดทักษะในการแก้ปัญหาความขัดแย้งระหว่างกัน

3. การถูกผลักออกจากระบบครอบครัวเร็วเกินไป

วัยรุ่นเป็นวัยที่อยู่กลางระหว่างวัยเด็กกับวัยผู้ใหญ่ บางครั้งครอบครัวเข้าใจผิดคิดว่าลูกวัยรุ่นเป็นผู้ใหญ่เต็มตัวแล้ว สามารถรับผิดชอบตนเองได้ดีและไม่จำเป็นต้องช่วยเหลือประทับประคองอีกต่อไป อย่างไรก็ตามแม้ร่างกายภายนอกจะดูเป็นผู้ใหญ่ แต่จิตใจภายในนั้นยังไม่โตพอ จำเป็นที่จะต้องได้รับการชี้แนะและช่วยเหลือจากครอบครัว ดังนั้นถ้าครอบครัวเข้าใจผิดคิดว่าลูกเป็นผู้ใหญ่แล้วและเร่งให้

ออกไปจากระบบครอบครัวเร็วเกินไป วัยรุ่นก็จะขาดการประคับประคองที่จำเป็น เมื่อเกิดปัญหาที่ไม่อาจจะแก้ไขได้ด้วยตนเองก็จะเกิดความรู้สึกโดดเดี่ยว เศร้าและอยากตาย

บางครั้งวัยรุ่นต้องการออกไปจากครอบครัวเพราะครอบครัวมีแต่ความสับสนวุ่นวาย มีการใช้ความรุนแรง หรือมีปฏิสัมพันธ์ที่ทำให้เขารู้สึกถูกปฏิเสธและไม่เป็นที่ยอมรับ ถ้าวัยรุ่นยังไม่สามารถดูแลตนเองได้ดีพอก็อาจตกเป็นเหยื่อของระบบอื่น และเกิดการพยายามฆ่าตัวตายขึ้นในที่สุด การศึกษาในวัยรุ่นที่หนีออกจากบ้านและถูกส่งลงให้มาค้าประเวณีพบว่า ร้อยละ 58 มีพฤติกรรมฆ่าตัวตายในระหว่างค้าประเวณี และหลังจากได้รับการช่วยเหลือออกมาจากสถานค้าประเวณีแล้ว

4. ระบบครอบครัวที่ไม่ยืดหยุ่น

ครอบครัวที่มีลักษณะไม่ยืดหยุ่น ไม่สามารถปรับเปลี่ยนรูปแบบความสัมพันธ์ให้เหมาะสมกับความต้องการของสมาชิกได้ ที่พบบ่อยคือ พ่อแม่ไม่สามารถยืดหยุ่นกฎระเบียบในครอบครัวให้มากพอที่จะทำให้ลูกวัยรุ่นมีโอกาสพัฒนาความเป็นตัวของตัวเอง เมื่ออารมณ์ ความคิดความอ่านและพฤติกรรมของลูกเปลี่ยนไป พ่อแม่ก็ยังคงปฏิบัติต่อลูกเหมือนเมื่อลูกรยังเป็นเด็ก บังคับควบคุมลูกมากเกินไป จนกลายเป็นความขัดแย้งเรื้อรังระหว่างพ่อแม่ลูก

NEW ✓ สัมพันธภาพในครอบครัวกับความคิดฆ่าตัวตาย

ครอบครัวที่บิดามารดาทะเลาะเบาะแว้งกัน ย่อมก่อให้เกิดความกระทบกระเทือนในทางจิตใจแก่บุตร และบุตรย่อมซึมซับความรุนแรงนั้นไว้ในจิตใจ ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในทางบุคลิกภาพอย่างไม่อาจหลีกเลี่ยงได้ ดังที่มีจิตแพทย์วิเคราะห์ไว้ว่า เด็กที่อยู่ในครอบครัวที่ยุ่งเหยิง ไม่สงบสุข มีความสัมพันธ์กับพ่อแม่ไม่ดี มีแบบอย่างที่ไม่เหมาะสม และถูกกระตุ้นให้เกิดความโกรธ ความไม่พอใจเรื่อยๆ ประกอบกับในสังคมมีตัวอย่างความรุนแรง ก้าวร้าวและทำลายให้เห็นบ่อยๆ เมื่อวัยรุ่นมีความตึงเครียดภายในที่ไม่สามารถระบายออกในทางที่เหมาะสมได้ จึงแสดงความก้าวร้าว รุนแรง และหันเข้าหายาเสพติด หรือดื่มสุราซึ่งเป็นตัวกระตุ้นความก้าวร้าวรุนแรงยิ่งขึ้น ในช่วงอายุนี้ เด็กจะเกี่ยวพันกับการกระทำผิดกฎหมายได้บ่อย และมีพฤติกรรมเสี่ยงต่ออันตรายทั้งตัวเองและผู้อื่น

ในกรณีที่ปัญหาความรุนแรงในครอบครัวแผ่ขยายออกไปถึงจุดที่มีการหย่าร้าง ผลที่บุตรได้รับก็คือต้องแยกจากบิดาหรือมารดา หรือมีเจ้านั้นก็ต้องจากทั้งบิดามารดาไปอยู่ในความอุปการะของบุคคลอื่นซึ่งเด็กย่อมมีความรู้สึกเสียใจหรือรู้สึกโดดเดี่ยว อันเนื่องมาจากการพลัดพรากหรือสูญเสียบุคคลที่เด็กรักและใกล้ชิด บางคนอาจมีความรู้สึกเจ็บปวดทางด้านจิตใจ ทำให้เกิดอาการซึมเศร้า และอาจมีการหนีออกจากบ้านเพราะขาดความสุขในครอบครัว เกิดความรู้สึกทนไม่ได้หรือมีความกดดันอย่างมากจนต้องออกไปแสวงหาความอบอุ่นจากที่อื่น และบางคนอาจมีความคิดในการฆ่าตัวตาย เพราะหมดหวังไม่รู้จักหันหน้าไปปรับทุกข์กับใคร เด็กที่มาจากครอบครัวแตกแยกมีแนวโน้มในด้านพฤติกรรมเบี่ยงเบน จนถึงขั้นกระทำผิดกฎหมายหรือละเมิดสิทธิผู้อื่น หากไม่ได้รับการเยียวยาแก้ไขในทางที่ถูก

ต้อง เด็กเหล่านี้ก็จะเติบโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ที่เป็นอันตรายต่อสังคม หรือกลายเป็นอาชญากรไปในที่สุด (งามตา วณิชานนท์. 2544: 93-94)

โสภณ ขปิลมัทธ (2537: 26-29) ได้กล่าวว่า ครอบครัวที่ขาดความรักใคร่กลมเกลียวกันจะก่อให้เกิดปัญหาแก่เด็ก ซึ่งอาจจำแนกประเภทครอบครัวที่มีปัญหาได้ดังนี้

1. ครอบครัวที่ขาดความสงบสุข มีการทะเลาะวิวาทตลอดเวลา เจรจาด้วยถ้อยคำที่หยาบคาย ดบตีกันประจำ และใช้ลูกเป็นที่ระบายอารมณ์

2. ครอบครัวที่ไม่สมบูรณ์ ได้แก่ครอบครัวที่บิดามารดาแยกกันอยู่อันเนื่องมาจาก ตาย หย่าร้าง ทั้งกัน หรือแยกกันอยู่ เด็กจะมีความหวาดหวั่น ขาดความรักความอบอุ่น ขาดความสุข ซึมเศร้า หวาดหวั่น ขาดความสนใจกับสิ่งที่ขาดไปในทางที่ผิด จึงง่ายต่อการถูกชักจูงในการกระทำผิด

3. การอบรมเลี้ยงดู เป็นสิ่งสำคัญอย่างหนึ่งที่มีผลต่อการกระทำผิดของเด็กได้ในกรณีต่อไปนี้

3.1 ครอบครัวที่บิดามารดาเลี้ยงดูด้วยการตามใจ หรือปกป้องมากเกินไปอาจเป็น เพราะเป็นลูกคนเดียว หรือเป็นลูกคนสุดท้อง หรือครอบครัวมีฐานะร่ำรวย เมื่ออยากได้อะไรบิดามารดา จึงหามาให้ทุกอย่าง โดยขาดเหตุผลอันสมควรทำให้เด็กมีนิสัยเอาแต่ใจตนเอง ไม่รู้ว่สิ่งใดผิด สิ่งใดถูก แนวโน้มในการกระทำผิดจึงมีมาก

3.2 ครอบครัวที่มีมาตรฐานทางศีลธรรมเสื่อม เช่น บิดามารดาติดยาเสพติด เล่นการพนัน หรือมีอาชีพที่ไม่สุจริต น่ารังเกียจ เช่น ความประพฤติเป็นโจร เป็นโสเภณี เป็นต้น เด็กจะถูกเลี้ยงดูให้เติบโตขึ้นมาท่ามกลางสิ่งเลวร้าย ได้เรียนรู้และเคยชินกับสิ่งที่ไม่ดีไม่งามเหล่านี้ ในที่สุดก็มีพฤติกรรมชั่วตาม กลายเป็นปัญหาของสังคม

3.3 ครอบครัวที่ยากจนมีบุตรมาก บิดามารดาต้องดิ้นรนหาเงินมาจุนเจือครอบครัว ทำให้ไม่มีเวลาดูแลอบรมลูกๆ อย่างทั่วถึง เกิดการขัดสนแย่งกันกินกันใช้ เด็กเกิดความรู้สึกบิคับคั้นจิตใจ เพราะอยากทัดเทียมเพื่อนๆ จึงอาจหาทางออกด้วยการกระทำผิดได้ง่าย

4. ความเข้าใจอันดีระหว่างบิดามารดากับบุตร นับว่ามีความสำคัญอย่างยิ่ง โดยเฉพาะในช่วงที่เด็กอยู่ในระยะวัยรุ่น บิดามารดาต้องให้ความใกล้ชิดไว้วางใจ เพื่อที่เด็กจะได้กล้าระบายหรือขอคำแนะนำเมื่อเกิดปัญหา บิดามารดาสามารถที่จะช่วยเด็กแก้ไขปัญหามาให้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

ปัญหาการฆ่าตัวตายของเด็ก อันมีสาเหตุมาจากครอบครัวที่พบเห็นกันอยู่เป็นประจำ เช่น เด็กที่มีปัญหาทางด้านจิตใจจากครอบครัวที่ไม่สมบูรณ์ ในกรณีที่บิดามารดาหย่าร้างกัน หรือแยกกันอยู่ ทำให้เด็กหวาดหวั่น ซึมเศร้า เนื่องจากขาดความรักความอบอุ่น บางครั้งถูกเพื่อนๆ หรือผู้ใหญ่ล้อเลียนเกี่ยวกับครอบครัว จึงเกิดความน้อยใจถึงขนาดฆ่าตัวตาย เช่น กรณีเด็กนักเรียนกระโดดตึกเรียนฆ่าตัวตาย เนื่องจากมีความกดดันในปัญหาครอบครัวที่ไม่สมบูรณ์

การอบรมเลี้ยงดูบุตรด้วยการตามใจ หรือปกป้องมากเกินไปแทนที่จะเป็นผลดีเพราะความรักของบิดามารดา แต่กลับเป็นผลเสียแก่เด็กเมื่อเขาเติบโตขึ้น เมื่ออยากได้อะไร เด็กจะเอาให้ได้โดยไม่ฟัง

เหตุผลความถูกผิด เมื่อถูกขัดใจเด็กอาจจะหาทางออกด้วยการทำร้ายตนเองเพื่อเรียกร้องความสนใจ ทั้งที่ไม่ได้ตั้งใจฆ่าตัวเอง แต่ผลจากการกระทำอาจเป็นสาเหตุให้ถึงแก่ความตาย] END

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องระหว่างสัมพันธภาพในครอบครัวกับความคิดฆ่าตัวตาย งานวิจัยในต่างประเทศ

ไทเซอร์ และจาคอปส์ (กลอยใจ ทองลิ้ม. 2544: 58; อ้างอิงจาก Teicher and Jacobs. 1966) ศึกษาเรื่องการพยายามฆ่าตัวตายในวัยรุ่น ผลการศึกษาพบว่า เป็นเด็กที่มักขาดพ่อหรือแม่ พ่อแม่มีการทะเลาะกัน และต้องอยู่ในความอุปการะของผู้อื่น และตัวเด็กเองรู้สึกที่ถูกพ่อแม่เกลียดมาตั้งแต่เด็ก

ฟอมบอนเน่ (เรณู ขวัญยืน. 2542: 98; อ้างอิงจาก Formbonne. 1998) ศึกษาพฤติกรรมของวัยรุ่นที่ฆ่าตัวตาย ผลการศึกษาพบว่า สาเหตุมักมาจากครอบครัวแตกแยก เคยกระทำการพยายามฆ่าตัวตายและมีปัญหาทางด้านสุขภาพจิต

อีเฟราเกยา (กลอยใจ ทองลิ้ม. 2544: 50; อ้างอิงจาก Eferakeya. 1984: 70-73) ศึกษาผู้พยายามฆ่าตัวตายในไนจีเรีย ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยกระตุ้นคือ การเจ็บป่วยทางจิตและมีความขัดแย้งกับบิดามารดา

เวสท์แมนและคอนน์ (ร้อยตำรวจเอกวันชัย ขาวรัมย์. 2544: 102-103; อ้างอิงจาก Weissman and Conn. 1974) ได้ทำการศึกษาระบาดวิทยาของผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายในปี ค.ศ.1960-1971 ในประเทศซีกโลกตะวันตก ผลการศึกษาพบว่า สาเหตุเกิดจากปัญหาครอบครัว เกิดความขัดแย้งระหว่างตัวบุคคล

งานวิจัยในประเทศ

ปิยะฉัตร เนนเลิศ (2524: 55) ได้ศึกษาปัญหาทางสังคมของผู้ที่พยายามกระทำอัตวินิบาตกรรม ผลการศึกษาพบว่า ส่วนใหญ่ร้อยละ 30 เกิดความรู้สึกว่าครอบครัวไม่มีความสุข ร้อยละ 32 รู้สึกว่าครอบครัวมีความสุขน้อย ส่วนด้านความสนิทสนมพบว่า คนเหล่านี้ไม่มีความสนิทสนมกันเลเยระหว่างญาติพี่น้อง และจากการศึกษานี้พบว่า ผู้พยายามกระทำอัตวินิบาตกรรมมีสภาพครอบครัวที่สมบูรณ์ ถูกเลี้ยงดูด้วยบิดามารดา มีจำนวนเท่ากับกับผู้พยายามกระทำอัตวินิบาตกรรมที่ถูกเลี้ยงดูด้วยบุคคลอื่นหรือสภาพครอบครัวมีบิดามารดาไม่ครบสมบูรณ์ คิดเป็นร้อยละ 50

อุมาพร ตรังคสมบัติ และดุสิต ลิขนะพิชิตกุล (2539: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมฆ่าตัวตายในเด็กที่ไม่เคยมารับการรักษาทางจิตเวชมาก่อน โดยศึกษาในเด็กอายุ 10 - 15 ปี จำนวน 92 ราย ที่มารับการตรวจรักษาที่โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ด้วยอาการเจ็บป่วยทางกาย ผลการศึกษาพบว่าผู้ป่วยที่มีประวัติของพฤติกรรมฆ่าตัวตาย จำนวน 35 ราย คิดเป็นความชุกของพฤติกรรมฆ่าตัวตายร้อยละ

ละ 38 แบ่งเป็นความคิดจะฆ่าตัวตายร้อยละ 91.4 ชูจะฆ่าตัวตายร้อยละ 2.9 และพยายามฆ่าตัวตายร้อยละ 5.7 เหตุการณ์ที่กระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมฆ่าตัวตายบ่อยที่สุด คือ การถูกบิดามารดาลงโทษ

อุมาพร ตรังคสมบัติ (2540: 244) ได้ศึกษาเปรียบเทียบวัยรุ่นที่พยายามฆ่าตัวตายกับวัยรุ่นที่มีปัญหาทางจิตเวชอื่นๆ ผลการศึกษาพบว่า พวกแรกมีความเครียดในชีวิตสูง และมักเป็นความเครียดเรื้อรัง นอกจากนี้การสูญเสียหลายครั้งในช่วงต้นของชีวิต เช่น พ่อแม่เสียชีวิต หย่าร้าง หรือแยกทางกัน พ่อแม่ทะเลาะเบาะแว้งกัน และมีพฤติกรรมฆ่าตัวตายเกิดขึ้นในคนใกล้ชิด เช่น เครือญาติ ในกรณีส่วนใหญ่ สาเหตุที่กระตุ้นให้เกิดการพยายามฆ่าตัวตายคือ การถูกลงโทษ ปัญหาการเรียน และการทะเลาะเบาะแว้งภายในครอบครัว

นชพร อิทธิวิศกุล และจินตนา ประวีณวงศ์วุฒิ (2541: บทคัดย่อ) ศึกษาลักษณะผู้ป่วยที่มีพฤติกรรมฆ่าตัวตาย ผลการศึกษาพบว่า ปัญหาที่เป็นสาเหตุกระตุ้นมักเกิดจากความสัมพันธ์ของบุคคลใกล้ชิด (คู่ครอง, คนในครอบครัว) ร้อยละ 50 และส่วนใหญ่จะมีปัญหาเรื้อรังในชีวิตอยู่แล้วโดยเป็นเรื่องของความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด (ทะเลาะ, ดบตี, ไม่พอใจในนิสัยของคนในครอบครัว)

เรณู ขวัญยืน (2542: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาพฤติกรรมของการพยายามฆ่าตัวตายของวัยรุ่นในจังหวัดนนทบุรี ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่กระตุ้นให้วัยรุ่นกระทำการฆ่าตัวตายเกิดจากการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยและควบคุมมาก และปัญหาครอบครัวแตกแยกหรือทะเลาะเบาะแว้ง

ทัศนีย์ ดันทวิวงศ์ และคณะ (2542: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาครอบครัวกับการพยายามฆ่าตัวตายในชุมชนเมืองแห่งหนึ่ง ผลการศึกษาพบว่า ครอบครัวของผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายส่วนใหญ่มีความสัมพันธ์ในครอบครัวไม่ดี ก่อนข้างห่างเหิน ครอบครัวแตกแยก ผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายส่วนใหญ่ต้องการการยอมรับจากครอบครัว ความสัมพันธ์ในครอบครัวมีลักษณะต่างคนต่างอยู่ ไม่สนใจกัน ส่วนการสื่อสารในครอบครัวนั้นไม่ดีและไม่มีการสื่อสารเท่าๆกัน ผู้พยายามฆ่าตัวตายไม่พึงพอใจในความเป็นอยู่ประจำวัน ส่วนใหญ่ไม่เป็นที่ยอมรับของสมาชิกในครอบครัว เพราะมีพฤติกรรมเบี่ยงเบนและมีอาการหงุดหงิด รู้สึกตัวเองถูกดูถูกหรือไม่ได้รับความเชื่อถือ มักถูกมองว่าเป็นคนมีปัญหา เข้าใจยาก บทบาทครอบครัวพบว่าปฏิบัติหน้าที่อย่างไม่เหมาะสม ในวัยเด็กผู้พยายามฆ่าตัวตายถูกละเลย ไม่ได้รับการดูแลเอาใจใส่ ขาดความอบอุ่น และจากการศึกษาเปรียบเทียบครอบครัวในชุมชนเดียวกันที่ไม่มีการฆ่าตัวตายพบว่า สมาชิกจะมีการทำกิจกรรมร่วมกันบ่อยๆ มีการให้กำลังใจซึ่งกันและกันเมื่อมีปัญหา สมาชิกในครอบครัวมีโอกาสได้ระบายความทุกข์และมีการแก้ไขปัญหาร่วมกันและสนับสนุนกันในสิ่งที่ถูกต้อง

วีรพล นิธิพงศ์ และคณะ (2542: บทคัดย่อ) ได้ศึกษากลไกการเผชิญปัญหาและเงื่อนไขที่นำไปสู่การฆ่าตัวตายของนักเรียนมัธยมศึกษาจังหวัดราชบุรี ผลการศึกษาพบว่า เงื่อนไขที่นำไปสู่การฆ่าตัวตาย คือ เหตุการณ์รุนแรงในครอบครัว ได้แก่ พ่อหรือแม่ว่ากล่าวด้วยคำหยาบ ลงโทษดุด่าอย่างรุนแรง และไล่ออกจากบ้าน

สุพรรณ ชีวเวชเจริญชัย และคณะ (2542: บทคัดย่อ) ได้ศึกษารูปแบบการเผชิญความเครียดและเงื่อนไขการนำไปสู่การฆ่าตัวตายของนิสิตนักศึกษา ผลการศึกษาพบว่า ความสัมพันธ์ในครอบครัวเป็นแบบห่างเหิน รวมทั้งมีรูปแบบการเผชิญความเครียด 2 ลักษณะ คือ เจียบเฉย เก็บความรู้สึก ไม่แสวงหาความช่วยเหลือ

ประเวช ดันติพิวัฒนสกุล (2542: บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาความคิดฆ่าตัวตายในนักเรียนมัธยมภาคเหนือ โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนมัธยมที่มีอายุระหว่าง 15 - 19 ปี ในโรงเรียนเขตพื้นที่ภาคเหนือ 5 จังหวัด จำนวน 1,184 คน ผลการศึกษาพบว่า บรรยากาศในครอบครัวที่มีการทะเลาะกันบ่อยๆ หรือตบตีกัน และภาพโฆษณาแสดงอารมณ์ความรู้สึกที่พ่อแม่แสดงต่อนักเรียน ส่งผลต่อความคิดฆ่าตัวตายของนักเรียน

จากงานวิจัยสรุปได้ว่า ลักษณะของครอบครัว และสัมพันธภาพในครอบครัว มีความสำคัญต่อสภาพจิตใจของบุคคลในครอบครัวโดยเฉพาะสมาชิกครอบครัวที่เป็นวัยรุ่น สัมพันธภาพในครอบครัวที่ไม่ดีมีความสำคัญต่อสาเหตุของพฤติกรรมที่เป็นปัญหา ทำให้เกิดความเครียด และมีปัญหาสุขภาพจิต

2.2.2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับเพื่อน

ความหมายของสัมพันธภาพกับเพื่อน

ซิกเกอร์ริง (อารมณี มัตตะเดช. 2543: 34; อ้างอิงจาก Chickering. 1969: 94) กล่าวว่า สัมพันธภาพระหว่างบุคคล หมายถึง การที่บุคคลมีความอดทนที่จะอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นและการเปลี่ยนแปลงจากการพึ่งพาตนเองไปสู่การพึ่งพาซึ่งกันและกัน ซึ่งความอดทนที่จะอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นได้แก่ การสามารถยอมรับความแตกต่างของบุคคลอื่นได้ และการมีใจกว้าง ส่วนการเปลี่ยนแปลงจากการพึ่งพาตนเองไปสู่การพึ่งพาซึ่งกันและกัน ได้แก่ การไว้วางใจกัน การให้ความช่วยเหลือสนับสนุน การให้และการรับ

วิจิตร อวระกุล (2526: 10) สัมพันธภาพ หมายถึง ความสัมพันธ์ ผูกพันเกี่ยวข้องกันระหว่างบุคคลกับบุคคล บุคคลกับกลุ่มบุคคล บุคคลกับคณะบุคคล หรือสังคม

กฤษฎา ศักดิ์ศรี (2534: 10) กล่าวถึงความหมายของสัมพันธภาพว่า สัมพันธภาพเป็นความเกี่ยวข้องของมนุษย์ที่มีต่อกัน โดยทางตรงและทางอ้อม มีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน มีความสามัคคีกัน ยอมรับนับถือ ตลอดจนการปฏิบัติตนให้อยู่ในกรอบของสถาบันและวัฒนธรรมเดียวกัน มีการสืบทอดเจตนารมณ์ จนเกิดเป็นสังคมขึ้น ความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันของมนุษย์ เข้าใจซึ่งกันและกัน ทั้งระหว่างบุคคลหรือกลุ่ม

อารมณี มัตตะเดช (2543: 34) กล่าวว่า สัมพันธภาพระหว่างบุคคล หมายถึง การแสดงพฤติกรรมโต้ตอบของบุคคลหนึ่งกับอีกบุคคลหนึ่งหรือกลุ่มหนึ่ง ในลักษณะที่ทำให้เกิดความเข้าใจอันดีต่อกัน รู้จักและเข้าใจตนเอง ยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล เคารพในสิทธิของผู้อื่น รู้จักการให้และการรับ ให้ความช่วยเหลือ สนับสนุนเมื่อบุคคลอื่นต้องการความช่วยเหลือ

จากการศึกษาเอกสารดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า สัมพันธภาพเป็นความผูกพันเกี่ยวข้องกันระหว่างบุคคลต่อบุคคล หรือบุคคลต่อกลุ่ม มีความรู้สึกที่ดี และแสดงออกต่อกันในทางที่ดี เป็นความเข้าใจซึ่งกันและกันทั้งทางตรงและทางอ้อม

วัยรุ่นกับการคบเพื่อน

วัยรุ่นเป็นวัยแห่งการปรับตัว เป็นวัยแห่งปัญหา มีความเครียดทางอารมณ์ ตัดสินใจรวดเร็วและรุนแรง (Hurlock. 1967: 2) และเนื่องจากวัยรุ่นเป็นวัยที่มีปัญหาความกังวลใจในการเปลี่ยนแปลงด้านต่างๆ และยังขาดความเข้าใจ ความอบอุ่น จึงหันหน้าเข้าหาเพื่อนวัยรุ่นด้วยกันเองแล้วสร้างสังคมของตนเองขึ้น (ฉวีวรรณ สุขพันธ์ไพฑาราม. 2527: 174) วัยรุ่นมีความต้องการค่อนข้างสูงที่จะรวมพวกพ้องเป็นกลุ่มก้อน เพราะการรวมพวกพ้องเป็นวิถีทางให้เด็กวัยรุ่นได้รับการตอบสนองความต้องการหลายประการ เช่น ความรู้สึกอบอุ่นใจ ได้รับการยกย่อง ความรู้สึกว่ามีผู้เข้าใจตน ร่วมทุกข์ร่วมสุขกับตน (ศรีเรือน แก้วกังวาล. 2530: 162)

จำเนียร ช่วงโชติ และคนอื่นๆ (2524: 394-395) กล่าวว่า วัยรุ่นเริ่มเห็นความสำคัญของเพื่อนและความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนมากขึ้น วัยรุ่นพยายามตีตนออกห่างจากพ่อแม่ คุณค่าหรือคำสั่งสอนที่พ่อแม่มอบให้เริ่มลดความสำคัญลงเรื่อยๆ ในขณะที่ความคิดเห็น เจตคติของเพื่อนๆ กลายเป็นสิ่งที่มีอิทธิพลต่อวัยรุ่นอย่างจริงจัง ความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่และเด็กวัยรุ่นจะเป็นทั้งความรัก ความรู้สึกผิด และการโต้แย้ง ขัดตกขัดใจกัน แต่ในมิตรภาพของเด็กวัยรุ่นนั้นเต็มไปด้วยความรู้สึกแบบเพื่อน การมีความสัมพันธ์แบบเคียงบ่าเคียงไหล่กัน การใกล้ชิดในลักษณะที่จะช่วยให้เขาสามารถมองเห็นลักษณะความเป็นตัวของตัวเองได้ และนอกจากนั้น วัยรุ่นยังเป็นวัยที่เต็มไปด้วยความกระตือรือร้น ต้องการเป็นอิสระสู่สังคมภายนอก โดยวัยรุ่นจะศึกษาประสบการณ์ชีวิตสังคมนอกด้วยการคบเพื่อนวัยเดียวกับเขา (ฉวีวรรณ สุขพันธ์ไพฑาราม. 2527: 112) ดังนั้นเพื่อนจึงมีความสำคัญ และมีความหมายต่อวัยรุ่นมาก วัยรุ่นจะรู้สึกว่าเพื่อนมีความจำเป็น จะขาดเสียไม่ได้ ในการประกอบกิจอะไรก็ตามมักจะอาศัยเพื่อน เมื่อมีเรื่องก็มักจะเล่าเรื่องหรือขอความเห็นจากเพื่อน และปรับตัวเข้ากับเพื่อนมากกว่าพ่อแม่ของตน (อ้างถึงใน อารมณ มัตตะเดช. 2543: 34-40)

สาเหตุของการเข้ากลุ่มเพื่อนของวัยรุ่น

กิตติกร มีทรัพย์ (2527: 370-372) กล่าวว่า โดยทั่วไปแล้ววัยรุ่นต้องการเพื่อนด้วยเหตุผลหลักดังนี้หลายอย่าง ซึ่งสาเหตุสำคัญๆ พอจะประมวลได้ 7 ประการ ดังนี้

1. ต้องการความเชื่อมั่น หรือช่วยเสริมความมั่นใจของเขาให้มากขึ้น เพราะวัยรุ่นเป็นวัยที่มีบทบาทใหม่แบบผู้ใหญ่ จะต้องดำเนินการและแก้ไขอุปสรรคที่เกิดขึ้นด้วยตนเอง ไม่ว่าจะเป็นการศึกษาที่สูงขึ้น การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม ปัญหาอุปสรรคในหน้าที่การงานและการดำเนินชีวิตประจำวัน วัยรุ่นตกอยู่ในความรู้สึกโดดเดี่ยว ไม่มั่นใจ เพื่อนและกลุ่มสามารถช่วยเหลือได้ อย่างน้อยก็รับรู้ปัญหาและช่วยผ่อนคลายข้อกังวลใจได้ดีกว่าคนอื่นๆ ในกรณีที่วัยรุ่นบางรายมีความมั่นใจอยู่บ้างในบางเรื่อง เขาก็อาจยังต้องการเพื่อนเพื่อเสริมความมั่นใจให้มากขึ้น หรือแลกเปลี่ยนความคิดเห็นให้กว้างขวางออกไปด้วย

2. ต้องการอิสระ เป็นตัวของตัวเอง การอยู่ในแวดวงของครอบครัว พ่อแม่ พี่น้องหรือญาติ เขา รู้สึกว่าเขาต้องพึ่งพาและอยู่ในกรอบกฎเกณฑ์ต่างๆ ของบ้าน เขารู้สึกว่าพ่อแม่ยังเห็นเขาเป็นเด็ก อย่างที่เคยเห็นมา แต่เขาคิดว่าเขาได้เป็นเด็กอีกต่อไปแล้ว เขาเป็นอิสระในการคิด ตัดสินใจ หรือ แสดงความคิดเห็นใดๆ บ้าง แต่ภายในบ้าน โอกาสเช่นนี้มีไม่มากนัก เขาจึงต้องการสถานที่ใหม่ พบคนใหม่ๆ ที่จะทำให้เขาเป็นอิสระแก่ตัวเองตามสมควร ในความรู้สึกของวัยรุ่น เพื่อนและกลุ่มคือบ้านใหม่ของเขานั้นเอง วัยรุ่นที่มีความรู้สึกว่ามีอิสระเมื่ออยู่กับครอบครัว เขาก็จะติดเพื่อนและกลุ่ม ซึ่งมักจะ พบอยู่เสมอในครอบครัวที่ค่อนข้างเผด็จการเคร่งครัดเกินไป หรือในครอบครัวที่ละเลยไม่ค่อยสนใจ เด็ก จะถูกจำกัดความคิดเห็น รู้สึกถูกควบคุมบังคับ และวิตกกังวล หรือรู้สึกโดดเดี่ยว ว่าเหว่ ขาดความอบอุ่น การคบหาเพื่อนช่วยให้รู้สึกผ่อนคลายความกังวล การติดเพื่อนจึงมีลักษณะเป็นการพึ่งพามากกว่า การแลกเปลี่ยนความคิดเห็นหรือสร้างสรรค์กิจกรรมสังคมเท่าที่ควร ถ้าหากได้กลุ่มเพื่อนหรือผู้นำกลุ่มที่ไม่ดีนัก อาจถูกชักจูงไปในทางที่ไม่เหมาะสมได้ง่าย

3. ต้องการความสนุกสนานเพลิดเพลิน วัยรุ่นอยู่ในสภาพที่เรียกว่าโตเกินไปที่จะเล่นของเล่นของเด็กๆ แต่ก็ยังเด็กเกินไปที่จะรับผิดชอบงานต่างๆ แบบผู้ใหญ่ วัยรุ่นจึงแสวงหาความสนุกสนานเพื่อ หลีกหนีสภาพการณดังกล่าวในบางโอกาส โดยเฉพาะช่วงที่ต้องรับผิดชอบแบบผู้ใหญ่หรือถูกคาดหวัง ที่จะต้องทำเช่นนั้น วัยรุ่นมักจะเกิดความตึงเครียดเกินไป จึงหันเข้ากลุ่มซึ่งมีโอกาสผ่อนคลาย และสนุกสนานมากกว่า

4. ต้องการมีประสบการณ์ในการสร้างความสัมพันธ์กับคนอื่น ในกลุ่มเพื่อนวัยรุ่นมีโอกาสมากกว่าที่จะได้เรียนรู้การสร้างความสัมพันธ์กับเพื่อนทั้งเพศเดียวกันหรือต่างเพศว่าเขาจะเป็นที่ยอมรับหรือไม่อย่างไร การเรียนรู้เช่นนี้จะช่วยในการปรับปรุงตัวเองในสังคมได้กว้างขวางและได้ประสบการณ์ที่แก้ไขตนเองให้เป็นที่ยอมรับมากขึ้น

5. ต้องการความช่วยเหลือเพื่อพัฒนาความสามารถ ความอดทน และความเข้าใจในเรื่องราวต่างๆ ไม่ว่าเรื่องการเรียน การงาน และเรื่องทั่วไป ซึ่งจะได้จากการสนทนา ถกเถียงในเรื่องราว หรือ ปัญหาต่างๆ กับกลุ่มเพื่อน ทั้งที่มีภูมิหลังและพื้นฐานครอบครัวที่คล้ายๆ กันหรือแตกต่างกัน

6. ต้องการโอกาสที่จะได้พัฒนาทักษะทางสังคม ทักษะทางสังคมของวัยรุ่นเน้นความสามารถ และเทคนิคการสนทนา การแสดงมารยาทที่พึงามในการเข้ากลุ่ม และความสามารถในเชิงยืดหยุ่น ประนีประนอม

7. ต้องการมีสัมพันธภาพกับเพื่อนต่างเพศ วัยรุ่นต้องการมีความสัมพันธ์กับเพื่อนต่างเพศโดยธรรมชาติ ซึ่งในเรื่องนี้วัยรุ่นไม่ได้รับการตอบสนองในบ้านของตน การมีสัมพันธกับเพื่อนต่างเพศนั้น วัยรุ่นส่วนใหญ่ไม่อาจกระทำได้โดยตรง แต่จะอาศัยการผ่านกลุ่มต่างๆ เป็นสื่อกลาง โดยเริ่มพัฒนาการจากการเป็นเพื่อนธรรมดา ขึ้นสู่ความเป็นคนรักโดยลำดับ ในขั้นแรกที่ยาวรุ่นเริ่มปรารถนาที่จะมีเพื่อน

ต่างเพศ หรือพึงพอใจเป็นพิเศษ จะมีความรู้สึกตื่นเต้นกังวลใจ ซึ่งบางครั้งต้องการเพื่อนเพื่อรับรู้ ปลอบประโลมใจตามสมควร และอาจต้องการคนปรึกษาหารือเพื่อให้สมปรารถนาของตนในที่สุด

จากข้อมูลดังกล่าวข้างต้น จะพบว่า สาเหตุที่ทำให้วัยรุ่นต้องการเข้ากลุ่มเพื่อนก็คือ วัยรุ่นต้องการความเชื่อมั่นหรือความมั่นใจในการดำเนินชีวิตประจำวัน ต้องการความอิสระ เป็นตัวของตัวเอง ไม่อยู่ภายใต้กรอบของครอบครัว ต้องการสนุกสนานและผ่อนคลาย ต้องการมีประสบการณ์ในการสร้างสัมพันธ์กับผู้อื่น ต้องการความช่วยเหลือเพื่อการพัฒนาในด้านต่างๆ รวมถึงการพัฒนาทักษะทางสังคม และต้องการสร้างสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนต่างเพศ ซึ่งจากเหตุผลดังกล่าวจึงทำให้วัยรุ่นเข้าหาเพื่อนและกลุ่มเพื่อน เพราะว่าเพื่อนและกลุ่มเพื่อนสามารถตอบสนองความต้องการเหล่านี้ของวัยรุ่นได้

อิทธิพลของกลุ่มเพื่อนในวัยรุ่น

เพื่อนมีอิทธิพลอย่างยิ่ง โดยเฉพาะในชีวิตวัยรุ่น เพราะวัยรุ่นมีความปรารถนาอย่างแรงกล้าที่จะทำให้เพื่อนยอมรับนับถือ วัยรุ่นมีความเข้าใจดีว่าเพื่อนมีความรู้สึกต่อตนอย่างไร ถ้าวัยรุ่นได้รับความนิยมยกย่องจากเพื่อนฝูงมากเพียงใด ย่อมทำให้เขาเป็นคนที่มีลักษณะเป็นมิตรที่น่าคบ กล้าแสดงออก วางตัวในการเข้าสังคมเป็น และมีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้นเพียงนั้น ซึ่งลักษณะต่างๆ ของบุคลิกภาพดังกล่าวนี้ย่อมจะช่วยให้วัยรุ่นได้รับความนิยมยกย่องจากกลุ่มเพื่อนมากขึ้น ซึ่งจะส่งผลให้เกิดการรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองในแง่ที่ดีด้วย (นิภา นิธยานน. 2530: 141) วัยรุ่นที่มีการปฏิบัติตนในการเข้าสังคมกับเพื่อนไม่ดี และไม่เป็นที่นิยมยกย่องของเพื่อนฝูง มักจะสร้างเจตคติต่อตนเองในแง่ไม่ดีขึ้นมา โดยเฉพาะจะมีความรู้สึกแค้นเคือง และบางครั้งหวาดหวั่นใจ วัยรุ่นจะพยายามที่จะยอมรับและคล้อยตามความคิดเห็น การกระทำทุกอย่างของเพื่อน ผู้ที่เป็นที่รัก และนิยมยกย่องของกลุ่ม ทั้งๆ ที่บางครั้งอาจรู้สึกไม่เต็มใจก็ตาม และบางครั้งจะพยายามแสดงตัวโอ้อวดเพื่อให้เพื่อนประทับใจในความสามารถของตน (สุพิศรา สุภาพ. 2529: 71)

การที่วัยรุ่นได้รับการยกย่อง และยอมรับนับถือจากกลุ่มไม่เพียงแต่จะมีอิทธิพลต่อการสร้างความรู้สึกนึกคิดต่อตนเองเท่านั้น แต่ยังมียิทธิพลอย่างยิ่งในการปรุงแต่งพฤติกรรมและลักษณะทางบุคลิกภาพทางสังคมอีกด้วย เนื่องจากความปรารถนาที่จะเป็นที่ยอมรับนับถือของเพื่อนนี้ วัยรุ่นจึงพยายามปรับปรุงความคิด และพฤติกรรมให้สอดคล้องกับมาตรฐานของกลุ่มที่ตนปรารถนาจะเข้าร่วมด้วย (สมชาย ธีญธนกุล. 2526: 101) ถึงแม้ว่าการคบเพื่อนร่วมวัยจะเป็นพฤติกรรมทางสังคมที่สำคัญต่อจิตใจของวัยรุ่น แต่การคบเพื่อนก็ย่อมมีทั้งคุณและโทษ เพื่อนอาจเป็นผู้ประทับประกอจิตใจของวัยรุ่นในยามทุกข์ร้อน ชี้แนะสิ่งที่มีประโยชน์ แต่ในมุมนกกลับกันเพื่อนก็อาจจะชักนำวัยรุ่นไปในทางเสื่อมถอย ฉะนั้นการรู้จักคบเพื่อนที่ดีจะชักจูงเขาไปในทางที่ดี จึงเป็นพฤติกรรมที่สำคัญของวัยรุ่น (ศรีเรือน แก้วกังวาล. 2530: 387)

ไรส์แมน (สุพัตรา สุภาพ. 2529: 69; อ้างอิงจาก Riesman. 1977: 81) กล่าวว่า กลุ่มเพื่อนเป็นกลุ่มที่มีความสำคัญมากที่สุดสำหรับวัยรุ่น โดยเฉพาะสังคมปัจจุบัน วัยรุ่นมักจะยึดเอาแบบอย่างจากกลุ่มเพื่อนเป็นแนวทางในการปฏิบัติ โดยกลุ่มเพื่อนมีอิทธิพลดังนี้

1. สอนให้วัยรุ่นรู้จักอำนาจที่ไม่ใช่เป็นแบบส่วนตัวในกลุ่มเพื่อนเล่น วัยรุ่นจะเรียนรู้กฎเกณฑ์ต่างๆจากการมีส่วนร่วมเล่นด้วย เช่น การเล่นฟุตบอล ถ้าฝ่าฝืนก็จะถูกกีดกันออกจากกลุ่ม ซึ่งในที่สุดบุคคลนั้นก็จะกลายเป็นคนรักสุขภาพเหมือนคนอื่นๆ

2. กลุ่มเพื่อนช่วยให้วัยรุ่นได้ทดลองข้อกำหนด หรือกฎเกณฑ์ของผู้ใหญ่ ตามปกติของวัยรุ่นเมื่ออยู่ในกลุ่มมักจะกล้าทำอะไรที่ขัดแย้งหรือลองดีผู้ใหญ่มากกว่าทำโดยลำพังคนเดียว แต่ในขณะเดียวกันก็จะทดสอบว่ากลุ่มจะขัดแย้งหรือต้อดองกับผู้ใหญ่แค่ไหน และพอจะเชื่อถือฟังพาได้แค่ไหนซึ่งเป็นเรื่องเกี่ยวกับกำลังใจ

3. กลุ่มเพื่อนอาจจะถ่ายทอดระเบียบวิธีและคุณค่าที่ผู้ใหญ่ต้องการ หรืออาจเป็นไปในรูปตรงข้าม ซึ่งโดยทั่วไปกลุ่มเพื่อนจะเป็นตัวแทนถ่ายทอดที่มีคุณค่าที่ผู้ใหญ่ต้องการอย่างได้ผลดีที่สุด หากกลุ่มสนับสนุนระเบียบและคุณค่านั้น

จากข้อมูลดังกล่าวข้างต้นจะพบว่า เพื่อนและกลุ่มเพื่อนมีอิทธิพลต่อวัยรุ่นมาก เนื่องจากเพื่อนจะทำให้วัยรุ่นได้หันมามองตนเองและรับรู้ว่าเป็นอย่างไร ได้เรียนรู้การสร้างสัมพันธ์กับผู้อื่น เรียนรู้กฎเกณฑ์ต่างๆ ของกลุ่ม ทำให้สามารถพัฒนาความรู้สึกนึกคิด เจตคติที่มีต่อตนเอง รวมทั้งพัฒนาบุคลิกภาพซึ่งมีผลให้สามารถปรับตัวอยู่ในสังคมได้

✓ NEW ✓ สัมพันธภาพในกลุ่มเพื่อนกับความคิดฆ่าตัวตาย

เพื่อนมีความหมายต่อวัยรุ่นมาก และยังเห็นได้ว่าเพื่อนเป็นสิ่งจำเป็น จะขาดเสียมิได้ ในการทำอะไรทุกอย่างมักต้องอาศัยเพื่อน มีอะไรมักจะเล่าให้เพื่อนฟังหรือขอความเห็น ขอคำปรึกษา และปรับทุกข์ร้อนของตนมากกว่าจะหันไปหาพ่อแม่ เพราะมักจะคิดว่าพ่อแม่ไม่เข้าใจตัวเองพอหรือพูดกันไม่รู้เรื่อง เวลาไปเที่ยวก็อยากไปกับเพื่อนมากกว่าไปกับพ่อแม่ เพราะสนุกสนานกว่าและไม่ต้องระมัดระวัง วัยรุ่นโดยทั่วไปมักจะมี ความรักดีต่อกลุ่ม ปัญหาจึงปรากฏเสมอว่า ถ้าหากไปรวมกับกลุ่มเพื่อนไม่ดีก็อาจจะนำไปในทางที่เสีย แม้เด็กบางคนจะไม่อยากทำอะไรที่ไม่ดี แต่เมื่อเพื่อนพูดสปรปะมาท ก็อาจจะทำอะไรที่ไม่ดีไปด้วย ดังงานวิจัยของ เดซี (Dacey, J., 1997) ที่ศึกษาเกี่ยวกับการฆ่าตัวตายในวัยรุ่นพบว่า วัยรุ่นที่พยายามฆ่าตัวตายมักจะพึ่งพาคนอื่นมากเกินไปโดยเฉพาะเพื่อน กลุ่มเพื่อนจะมีอิทธิพลกับตัววัยรุ่นมากรองลงมาจากพ่อแม่ เมื่อเด็กวัยรุ่นมีปัญหาเรื่องการปรับตัวเข้ากับกลุ่มเพื่อนไม่ได้กลายเป็นสัมพันธภาพที่ไม่ดีของเด็กวัยรุ่นกับกลุ่มเพื่อน เขาก็จะเกิดความเครียดและวิตกกังวลจนอาจคิดทำร้ายตนเอง หรือคิดที่จะฆ่าตัวตายได้ในที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับการสำรวจเรื่อง “วัยรุ่น” คิดอย่างไรกับ “การฆ่าตัวตาย” ของสวนดุสิตโพล มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต ที่ทำการสำรวจความคิดเห็นของ

วัยรุ่นที่มีอายุระหว่าง 15 - 20 ปี ที่พักอาศัยในกรุงเทพฯและปริมณฑล จำนวนทั้งสิ้น 1,278 คน โดยสำรวจระหว่างวันที่ 10 - 12 พฤศจิกายน พ.ศ. 2548 ได้ผลพบว่า เรื่องที่ทำให้วัยรุ่นคิดที่จะฆ่าตัวตาย คือ เรื่องของเพื่อน คิดเป็นร้อยละ 10.8 ซึ่งเป็นอันดับที่ 4 รองลงมาจาก อันดับที่ 1 คือ เรื่องของความรัก คิดเป็นร้อยละ 31.77 อันดับที่ 2 คือ เรื่องการเรียน/การทำงาน คิดเป็นร้อยละ 24.1 และอันดับที่ 3 คือ เรื่องครอบครัว/ญาติพี่น้อง คิดเป็นร้อยละ 16.98 (สวนดุสิตโพล. 2548: ออนไลน์)

ดังนั้น สัมพันธภาพในกลุ่มเพื่อนจึงเป็นปัจจัยสำคัญของพฤติกรรมฆ่าตัวตายในวัยรุ่น โดยวัยรุ่นที่รู้สึกว่ตนเองไม่มีเพื่อนและไม่ได้เป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มเพื่อน ก็มักมีความรู้สึกโดดเดี่ยว แยกตัว แปรกแยก และรู้สึกขาดการสนับสนุนเมื่อพบกับปัญหา และความรู้สึกดังกล่าวจะรุนแรงมากขึ้นถ้าวัยรุ่นมีชีวิตครอบครัวที่ไม่ดีร่วมด้วย

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องระหว่างสัมพันธภาพของวัยรุ่นกับเพื่อนกับความคิดฆ่าตัวตาย

งานวิจัยในต่างประเทศ

กรอนแลนด์ (สุรัช โกศิยะกุล. 2526: 32; อ้างอิงจาก Groulund. 1959) ศึกษาปัญหาในการปรับตัวของวัยรุ่น ผลการศึกษาพบว่า วัยรุ่นที่ประสบปัญหาในการปรับตัวให้เข้ากับเพื่อนและสภาพแวดล้อม มีปัญหาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ความขัดแย้งในกลุ่ม เป็นเหตุในการเรียนไม่มีประสิทธิภาพ เกิดความตึงเครียดทางอารมณ์และมีความสุข

ทูซิแนน และแฮนิแกน (ดุณี เลิศปรีชา. 2545: 27; อ้างอิงจาก Tousignant & Hanigan. 1993) ผลการศึกษาพบว่า บุคคลที่พยายามฆ่าตัวตายมีญาติพี่น้องหรือเพื่อนที่เป็นบุคคลสำคัญที่จะให้การช่วยเหลือเมื่อประสบปัญหาต่างๆ น้อย มีความขัดแย้งกับเพื่อนหรือญาติพี่น้องมาก มีการบอกเล่าเกี่ยวกับปัญหาต่างๆ ที่ตนเองกำลังประสบให้เพื่อนหรือญาติพี่น้องทราบน้อยมาก

มิลเลอร์ (ดุณี เลิศปรีชา. 2545: 27; อ้างอิงจาก Miller as cited in Tousignant & Hanigan. 1993) ผลการศึกษาพบว่า วัยรุ่นที่พยายามฆ่าตัวตายจะมีเครือข่ายทางสังคมมากแต่มีเพื่อนที่แท้จริงน้อย

งานวิจัยในประเทศ

สมัญญา เสี่ยงใส (2521: 267-277) ได้ทำการวิจัยเรื่องความวิตกกังวลและวิธีลดความวิตกกังวลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สังกัดกรมสามัญศึกษา เขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 375 คน เป็นชาย 199 คน เป็นหญิง 176 คน ผลการศึกษาพบว่า องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพจิตของนักเรียน นอกจากสภาพของโรงเรียน ครอบครัว และครูแล้ว ยังมีเพื่อน ระเบียบวินัยของโรงเรียน และหลักสูตร ซึ่งควรปรับปรุงให้เหมาะสมกับความสนใจและความต้องการของนักเรียน เพราะนักเรียนเหล่านี้

นี้ได้รับอิทธิพลมาจากครอบครัว โรงเรียน เพื่อน สังคมแวดล้อม จนทำให้เกิดความเครียดและความวิตกกังวลกับปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นรอบๆ ตัว ทำให้มีผลกระทบต่อสุขภาพจิตไม่มากนักน้อย

พวงสร้อย วรกุล (2522: 65-67) ศึกษาการเปรียบเทียบสภาพปัญหาด้านการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกรุงเทพมหานคร และจังหวัดสงขลา โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 3 ในโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา ปีการศึกษา 2521 จำนวน 678 คน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนมีปัญหาในด้านการปรับตัวบรรยากาศ ด้านการเรียนการสอน เพื่อน สภาพภายในครอบครัว และกับครูอยู่ในระดับปานกลาง โดยมีปัญหาด้านการปรับตัวกับเพื่อนและครูมากที่สุด

ธนา นิลชัยโกวิทย์ และจักรกฤษณ์ สุขยิ่ง (2540: บทคัดย่อ) ศึกษาความคิดอยากฆ่าตัวตายในประชาชนเขตหนองจอก กรุงเทพมหานคร จำนวน 826 คน ผลการศึกษาพบว่ามีความชุกของความคิดฆ่าตัวตายเป็นร้อยละ 5.3 โดยมีปัจจัยต่างๆ ที่มีความสัมพันธ์กับการมีความคิดอยากฆ่าตัวตายสูง ได้แก่ เพศหญิง(OR2.05) กลุ่มที่ไม่มีรายได้หรือรายได้ต่ำกว่า 2,000 บาทต่อเดือน(OR2.83) การมีความขัดแย้งในครอบครัว(OR3.54) การมีปัญหาด้านจิตสังคมต่างๆ คือ ปัญหาเกี่ยวกับสมรส(OR2.68) ปัญหาเกี่ยวกับสมาชิกในครอบครัว(OR3.73) และปัญหาเกี่ยวกับเพื่อน(OR1.75)

มณสิรา เลิศพานิช (2542: บทคัดย่อ) ศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการพยายามฆ่าตัวตายของผู้ป่วยที่เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลสังกัดรัฐบาล ส่วนกลาง ผลการศึกษาพบว่า สาเหตุที่เป็นปัจจัยกระตุ้นให้ผู้ป่วยพยายามฆ่าตัวตายในครั้งนี้ ได้แก่ ปัญหาด้านชีวิตสมรส ปัญหาการงาน ความสัมพันธ์ระหว่างเครือญาติ เป็นโรคจิตประสาท ปัญหาความเจ็บป่วยทางกาย ปัญหาความรัก ปัญหาการศึกษา ปัญหาเรื่องเพื่อน และปัญหาการเงิน

กลอยใจ ทองลิ่ม (2544: บทคัดย่อ) ศึกษาความคิดฆ่าตัวตายของนักเรียนวัยรุ่น ผลการศึกษาพบว่า ส่วนใหญ่เกิดจากการมีปัญหากับบิดามารดา ปัญหากับพี่น้องและสมาชิกในครอบครัว รองลงมา ปัญหาความรัก ปัญหาการเรียน ปัญหากับเพื่อน ปัญหากับครูอาจารย์ และปัญหาสุขภาพ โดยพบว่า ถ้าความสัมพันธ์ระหว่างนักเรียนกับเพื่อนอยู่ในระดับดี จะมีความคิดอยากฆ่าตัวตายอยู่ในระดับต่ำ และจะสูงขึ้นเมื่อระดับความสัมพันธ์ระหว่างนักเรียนกับเพื่อนอยู่ในระดับปานกลาง และความสัมพันธ์ระหว่างนักเรียนกับเพื่อนอยู่ในระดับไม่ดี

จากงานวิจัยดังกล่าวสรุปได้ว่า การมีสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อนเป็นสิ่งสำคัญ เพราะถ้าวัยรุ่นประพฤติปฏิบัติกับเพื่อนได้อย่างเหมาะสม ทำให้เป็นที่ยอมรับของเพื่อน สามารถปรับตัวเข้ากับเพื่อนได้เป็นอย่างดี จะทำให้วัยรุ่นรู้สึกอบอุ่นใจ มีความมั่นใจ เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง และสามารถอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นได้อย่างมีความสุข

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ คณะผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

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

การกำหนดประชากรและการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 6 ของโรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี เขตกรุงเทพมหานคร ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2548 จำนวน 4,641 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 6 ของโรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี เขตกรุงเทพมหานคร ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2548 จำนวน 369 คน โดยวิธีการคำนวณกลุ่มตัวอย่างของยามาเน่ (Yamane, 1967: 725) แต่เพื่อความสะดวกของคณะผู้วิจัยจึงได้คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างจำนวน 531 คน โดยใช้การสุ่มแบบชั้นภูมิในการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง (Stratified Random Sampling) โดยมีวิธีการดังนี้

1. แบ่งประชากรออกเป็น 6 ระดับชั้น ได้แก่ ม.1, ม.2 , ม.3, ม.4, ม.5 และ ม.6
2. สุ่มระดับชั้นละ 2 ห้อง ได้ 12 ห้อง
 - ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ได้แก่ ห้อง ม.1/2 มี 48 คน และ ห้อง ม.1/6 มี 42 คน
 - ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ได้แก่ ห้อง ม.2/5 มี 45 คน และ ห้อง ม.2/6 มี 42 คน
 - ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ได้แก่ ห้อง ม.3/3 มี 56 คน และ ห้อง ม.3/4 มี 45 คน
 - ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ได้แก่ ห้อง ม.4/3 มี 42 คน และ ห้อง ม.4/9 มี 45 คน
 - ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ได้แก่ ห้อง ม.5/2 มี 40 คน และ ห้อง ม.5/6 มี 47 คน
 - ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ได้แก่ ห้อง ม.6/8 มี 38 คน และ ห้อง ม.6/12 มี 41 คน

3. สุ่มนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างรวมทั้งสิ้น 531 คน แสดงรายละเอียดดังตารางข้างล่างนี้

ตาราง 3 แสดงระดับชั้นเรียน ห้องเรียน และจำนวนนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

ระดับชั้นเรียน	ห้องเรียน	จำนวนนักเรียน (คน)
มัธยมศึกษาปีที่ 1	1/2 และ 1/6	90*
มัธยมศึกษาปีที่ 2	2/5 และ 2/6	87*
มัธยมศึกษาปีที่ 3	3/3 และ 3/4	101*
มัธยมศึกษาปีที่ 4	4/3 และ 4/9	87*
มัธยมศึกษาปีที่ 5	5/2 และ 5/6	87*
มัธยมศึกษาปีที่ 6	6/8 และ 6/12	79*
รวม		531

* หมายเหตุ : เนื่องจากทางโรงเรียนสุรศักดิ์มนตรีขอให้คณะผู้วิจัยทำการเก็บข้อมูลนักเรียนทั้งห้อง เพื่อความสะดวกและความเป็นระเบียบของทางโรงเรียน จึงทำให้สัดส่วนของกลุ่มตัวอย่างไม่เท่ากัน

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถามประสบการณ์ชีวิต ซึ่งประกอบด้วยแบบสอบถามจำนวน 6 ฉบับ ได้แก่

- ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว
- ตอนที่ 2 แบบสอบถามความคิดฆ่าตัวตาย
- ตอนที่ 3 แบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเอง
- ตอนที่ 4 แบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน
- ตอนที่ 5 แบบสอบถามสัมพันธภาพกับครอบครัว
- ตอนที่ 6 แบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อน

โดยมีรายละเอียดเกี่ยวกับลักษณะของเครื่องมือในแต่ละฉบับ การหาประสิทธิภาพของเครื่องมือ ตัวอย่างเครื่องมือวิจัย และเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว

คำชี้แจง กรุณากรอกข้อมูลลงในช่องว่างหน้าข้อความตามความเป็นจริงของท่าน

1. เพศ () ชาย
() หญิง
2. อายุ _____ ปี
3. ลำดับการเกิด : มีพี่น้องทั้งหมด _____ คน ท่านเป็นคนที่ _____
4. ระดับการศึกษา

() ม.1	() ม.4
() ม.2	() ม.5
() ม.3	() ม.6
5. รายได้ของครอบครัว (ผู้ปกครองหรือบิดามารดาารวมกัน)

() รายได้ต่ำกว่า 15,000 บาท/เดือน
() รายได้ 15,000 - 25,000 บาท/เดือน
() รายได้สูงกว่า 25,000 บาท/เดือน

ตอนที่ 2 แบบสอบถามความคิดฆ่าตัวตาย มีขั้นตอนการสร้างดังนี้

2.1 ศึกษานิยามศัพท์เฉพาะ เอกสารและรายงานวิจัยที่เกี่ยวข้องความคิดฆ่าตัวตาย เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม

2.2 คณะผู้วิจัยได้สร้างแบบสอบถามความคิดฆ่าตัวตายให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะของการวิจัยในครั้งนี้ โดยแปลและปรับปรุงจากแบบวัดความคิดอยากฆ่าตัวตาย (BSS) ของ เบคส์, โคเวคส์ และเวสแมน (Beck, Kovacs and Weissman. 1979) รวมทั้งศึกษาจากแบบสอบถามความคิดอยากฆ่าตัวตายของ กลอยใจ ทองลิ้ม (2544) และแบบวัดทัศนคติต่อการฆ่าตัวตายของ ประชิต สุขอนันต์ (2544) ซึ่งคณะผู้วิจัยได้ปรับปรุงให้มีความเหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 ข้อ

2.3 คณะผู้วิจัยนำแบบสอบถามความคิดฆ่าตัวตายไปหาความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ (Face Validity) โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิ (รายนามผู้ทรงคุณวุฒิในภาคผนวก ก) พิจารณาตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างนิยามศัพท์เฉพาะ ความมุ่งหมายและภาษาที่ใช้แล้วนำมาแก้ไขปรับปรุง

2.4 คณะผู้วิจัยนำแบบสอบถามความคิดฆ่าตัวตายจำนวน 30 ข้อ ที่ได้ปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาของโรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี กรุงเทพมหานคร จำนวน 32 คน (โดยไม่ใช้กลุ่มตัวอย่าง) จากนั้นจึงนำมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด เพื่อหาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อโดยใช้การหาค่าสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (r) โดยเลือกข้อที่

มีนัยสำคัญทางสถิติระดับ .05 และระดับ .01 มาใช้เป็นแบบสอบถาม ได้แบบสอบถามความคิดฆ่าตัวตายจำนวน 15 ข้อ มีค่า r อยู่ระหว่าง 0.447 - 0.828

2.5 นำแบบสอบถามความคิดฆ่าตัวตายไปหาความเชื่อมั่นของแบบสอบถามโดยหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟา (Alpha coefficient) ของครอนบัค (Cronbach) ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามความคิดฆ่าตัวตาย เท่ากับ 0.924

2.6 ลักษณะของแบบสอบถามความคิดฆ่าตัวตาย เป็นแบบสอบถามที่คณะผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อจะได้ทราบเกี่ยวกับระดับความคิดฆ่าตัวตายของวัยรุ่น ซึ่งเป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มี 4 ระดับดังนี้

ข้อความทางบวก

จริงที่สุด	หมายถึง	มีความคิดอยากฆ่าตัวตายระดับสูง
จริง	หมายถึง	มีความคิดอยากฆ่าตัวตายระดับค่อนข้างสูง
ไม่ค่อยจริง	หมายถึง	มีความคิดอยากฆ่าตัวตายระดับค่อนข้างต่ำ
ไม่จริงเลย	หมายถึง	มีความคิดอยากฆ่าตัวตายระดับต่ำ

ข้อความทางลบ

จริงที่สุด	หมายถึง	มีความคิดอยากฆ่าตัวตายระดับต่ำ
จริง	หมายถึง	มีความคิดอยากฆ่าตัวตายระดับค่อนข้างต่ำ
ไม่ค่อยจริง	หมายถึง	มีความคิดอยากฆ่าตัวตายระดับค่อนข้างสูง
ไม่จริงเลย	หมายถึง	มีความคิดอยากฆ่าตัวตายระดับสูง

ตัวอย่างแบบสอบถามความคิดฆ่าตัวตาย

คำชี้แจง

แบบสอบถามนี้มี 15 ข้อ ซึ่งเกี่ยวกับความคิดความรู้สึกต่อเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ขอให้ท่านพิจารณาข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงของตัวท่านมากที่สุด และตอบด้วยความสบายใจ ไม่มีคำตอบที่ถือว่าถูกหรือผิด แล้วตอบตามข้อความ โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ต้องการ

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดความรู้สึกของท่านมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดความรู้สึกของท่านมาก
ไม่ค่อยจริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดความรู้สึกของท่านบ้างเล็กน้อย
ไม่จริงเลย	หมายถึง	ข้อความนั้นไม่ตรงกับความคิดความรู้สึกของท่าน

ข้อความ	จริงที่สุด	จริง	ไม่ค่อยจริง	ไม่จริงเลย
0 ข้าพเจ้ารู้สึกว่าโลกนี้มีแต่ปัญหายุ่งยากมากมาย				
00 หากข้าพเจ้าล้มเหลวในการเรียน ทำให้พ่อแม่ผิดหวังมาก ข้าพเจ้าอาจลงโทษตัวเองด้วยการฆ่าตัวตาย				
000 ข้าพเจ้าใช้ชีวิตด้วยความไม่ประมาท และไม่เสี่ยงในสิ่งที่อันตราย				
0000 ข้าพเจ้าเคยทำร้ายตนเองเพื่อประชดบุคคลที่รัก				

เกณฑ์การให้คะแนน

คณะผู้วิจัยตรวจสอบและให้คะแนนตามความหมายของข้อความในแต่ละข้อดังต่อไปนี้

ข้อความทางบวก ได้แก่ ข้อ 2, 4, 5, 7, 8, 10, 11, 13, 14, 15

จริงที่สุด	ให้	4	คะแนน
จริง	ให้	3	คะแนน
ไม่ค่อยจริง	ให้	2	คะแนน
ไม่จริงเลย	ให้	1	คะแนน

ข้อความทางลบ ได้แก่ ข้อ 1, 3, 6, 9, 12

จริงที่สุด	ให้	1	คะแนน
จริง	ให้	2	คะแนน
ไม่ค่อยจริง	ให้	3	คะแนน
ไม่จริงเลย	ให้	4	คะแนน

ในการวิจัยครั้งนี้คณะผู้วิจัยได้กำหนดเกณฑ์ในการแปลความหมายความคิดฆ่าตัวตายจากการหาค่าพิสัยของคะแนน ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย 1.00 - 1.75	หมายถึง	มีระดับความคิดฆ่าตัวตายต่ำ
คะแนนเฉลี่ย 1.76 - 2.51	หมายถึง	มีระดับความคิดฆ่าตัวตายค่อนข้างต่ำ
คะแนนเฉลี่ย 2.52 - 3.26	หมายถึง	มีระดับความคิดฆ่าตัวตายค่อนข้างสูง
คะแนนเฉลี่ย 3.27 - 4.00	หมายถึง	มีระดับความคิดฆ่าตัวตายสูง

เกณฑ์ในการแปลความหมายความคิดฆ่าตัวตาย

ผู้ที่มีความคิดฆ่าตัวตายสูง คือ ผู้ที่ได้คะแนนจากแบบสอบถามความคิดฆ่าตัวตายสูง

ผู้ที่มีความคิดฆ่าตัวตายต่ำ คือ ผู้ที่ได้คะแนนจากแบบสอบถามความคิดฆ่าตัวตายต่ำ

ตอนที่ 3 แบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเอง มีขั้นตอนการสร้างดังนี้

3.1 ศึกษานิยามศัพท์เฉพาะ เอกสารและรายงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าในตนเอง เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม

3.2 คณะผู้วิจัยได้สร้างแบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเองให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะของการวิจัยในครั้งนี้ โดยแปลจากแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง (Rosenberg Self - Esteem Scale) ของ โรเซนเบิร์ก (Rosenberg, 1965) รวมทั้งศึกษาแบบสอบถามความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของ นภัสศิริ คำสอน (2548) และคณะผู้วิจัยได้ปรับปรุงให้มีความเหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 21 ข้อ

3.3 คณะผู้วิจัยนำแบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเองไปหาความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ (Face Validity) โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิ (รายนามผู้ทรงคุณวุฒิในภาคผนวก ก) พิจารณาตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างนิยามศัพท์เฉพาะ ความมุ่งหมายและภาษาที่ใช้แล้วนำมาแก้ไขปรับปรุง

3.4 คณะผู้วิจัยนำแบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเองจำนวน 21 ข้อ ที่ได้ปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาของโรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี กรุงเทพมหานคร จำนวน 32 คน (โดยไม่ใช้กลุ่มตัวอย่าง) จากนั้นจึงนำมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด เพื่อหาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อโดยใช้การหาค่าสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (r) โดยเลือกข้อที่มีนัยสำคัญทางสถิติระดับ .05 และระดับ .01 มาใช้เป็นแบบสอบถาม ได้แบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเองจำนวน 10 ข้อ มีค่า r อยู่ระหว่าง 0.411 - 0.846

3.5 นำแบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเองไปหาความเชื่อมั่นของแบบสอบถามโดยหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟา (Alpha coefficient) ของครอนบัค (Cronbach) ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเองเท่ากับ 0.870

3.6 ลักษณะของแบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเอง เป็นแบบสอบถามที่คณะผู้วิจัยสร้างขึ้น เพื่อจะได้ทราบเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียน ซึ่งเป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ตามแบบของลิเคิร์ท (Likert) มี 5 ระดับดังนี้

ข้อความทางบวก

จริงมากที่สุด	หมายถึง	มีการเห็นคุณค่าในตนเองระดับสูงที่สุด
จริงมาก	หมายถึง	มีการเห็นคุณค่าในตนเองระดับสูง
จริงปานกลาง	หมายถึง	มีการเห็นคุณค่าในตนเองระดับปานกลาง
จริงน้อย	หมายถึง	มีการเห็นคุณค่าในตนเองระดับต่ำ
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	มีการเห็นคุณค่าในตนเองระดับต่ำที่สุด

ข้อความทางลบ

จริงมากที่สุด	หมายถึง	มีการเห็นคุณค่าในตนเองระดับต่ำที่สุด
จริงมาก	หมายถึง	มีการเห็นคุณค่าในตนเองระดับต่ำ
จริงปานกลาง	หมายถึง	มีการเห็นคุณค่าในตนเองระดับปานกลาง
จริงน้อย	หมายถึง	มีการเห็นคุณค่าในตนเองระดับสูง
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	มีการเห็นคุณค่าในตนเองระดับสูงที่สุด

ตัวอย่างแบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเอง

คำชี้แจง

แบบสอบถามนี้มี 10 ข้อ ซึ่งเกี่ยวกับความรู้สึกทั่วไปต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันของท่าน ขอให้ท่านพิจารณาข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงของท่านมากที่สุด และตอบด้วยความสบายใจ ไม่มีคำตอบที่ถือว่าถูกหรือผิด แล้วตอบตามข้อความ โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ต้องการ

จริงมากที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านมากที่สุด
จริงมาก	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านมาก
จริงปานกลาง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านบ้างพอสมควร
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านน้อยที่สุด

ข้อความ	จริง มากที่สุด	จริง มาก	จริง ปาน กลาง	จริง น้อย	จริง น้อยที่ สุด
0 แม้งานจะยากลำบาก แต่ข้าพเจ้าก็สามารถทำงานให้ประสบความสำเร็จได้					
00 ข้าพเจ้าไม่มีความภาคภูมิใจในตนเอง					
000 ข้าพเจ้าสามารถแก้ไขปัญหาได้ด้วยตนเอง					

เกณฑ์การให้คะแนน

คณะผู้วิจัยตรวจสอบและให้คะแนนตามความหมายของข้อความในแต่ละข้อดังต่อไปนี้

ข้อความทางบวก ได้แก่ ข้อ 2, 4, 7, 9, 10

จริงมากที่สุด	ให้	5	คะแนน
จริงมาก	ให้	4	คะแนน
จริงปานกลาง	ให้	3	คะแนน
จริงน้อย	ให้	2	คะแนน
จริงน้อยที่สุด	ให้	1	คะแนน

ข้อความทางลบ ได้แก่ ข้อ 1, 3, 5, 6, 8

จริงมากที่สุด	ให้	1	คะแนน
จริงมาก	ให้	2	คะแนน
จริงปานกลาง	ให้	3	คะแนน
จริงน้อย	ให้	4	คะแนน
จริงน้อยที่สุด	ให้	5	คะแนน

เกณฑ์ในการแปลความหมายการเห็นคุณค่าในตนเอง ใช้เกณฑ์การตัดสินจากค่าเฉลี่ยดังนี้

ผู้ที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง คือ ผู้ที่ได้คะแนนจากแบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเองสูง

ผู้ที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ คือ ผู้ที่ได้คะแนนจากแบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ

ตอนที่ 4 แบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน มีขั้นตอนการสร้างดังนี้

4.1 ศึกษานิยามศัพท์เฉพาะ เอกสารและรายงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม

4.2 คณะผู้วิจัยได้สร้างแบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตนให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะของการวิจัยในครั้งนี้ โดยปรับปรุงแบบวัดที่แปลมาจากแบบวัดของ เทอร์รี่ เพททิจอห์น (Terry Pettijohn) ซึ่งสร้างแบบวัดตามแนวคิดของ รอตเตอร์ (Rotter, 1966) รวมทั้งศึกษาแบบวัดความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตนของ ดวงเดือน พันธุมนาวิน งามดา วณิชทานนท์ และคณะ (2536) และคณะผู้วิจัยได้ปรับปรุงให้มีความเหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 20 ข้อ

4.3 คณะผู้วิจัยนำแบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตนไปหาความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ (Face Validity) โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิ (รายนามผู้ทรงคุณวุฒิในภาคผนวก ก) พิจารณาตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างนิยามศัพท์เฉพาะ ความมุ่งหมายและภาษาที่ใช้แล้วนำมาแก้ไขปรับปรุง

4.4 คณะผู้วิจัยนำแบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตนจำนวน 20 ข้อ ที่ได้ปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำผู้ทรงคุณวุฒิไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาของโรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี กรุงเทพมหานคร จำนวน 32 คน (โดยไม่ใช้กลุ่มตัวอย่าง) จากนั้นจึงนำมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด เพื่อหาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อโดยใช้การหาค่าสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (r) โดยเลือกข้อที่มีนัยสำคัญทางสถิติระดับ .05 และระดับ .01 มาใช้เป็นแบบสอบถาม ได้แบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตนจำนวน 10 ข้อ มีค่า r อยู่ระหว่าง 0.334 - 0.741

4.5 นำแบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตนไปหาความเชื่อมั่นของแบบสอบถามโดยหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟ่า (Alpha coefficient) ของครอนบัค (Cronbach) ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตนเท่ากับ 0.719

4.6 ลักษณะของแบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน เป็นแบบสอบถามที่คณะผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อจะได้ทราบเกี่ยวกับความเชื่ออำนาจภายในตน - ภายนอกตนของนักเรียน ซึ่งเป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ตามแบบของลิเคิร์ต (Likert) มี 5 ระดับดังนี้

ข้อความทางบวก (ความเชื่ออำนาจภายในตน)

จริงมากที่สุด	หมายถึง	มีความเชื่ออำนาจภายในตนสูงที่สุด
จริงมาก	หมายถึง	มีความเชื่ออำนาจภายในตนสูง
จริงปานกลาง	หมายถึง	มีความเชื่ออำนาจภายในตนปานกลาง
จริงน้อย	หมายถึง	มีความเชื่ออำนาจภายในตนต่ำ
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	มีความเชื่ออำนาจภายในตนต่ำที่สุด

ข้อความทางลบ (ความเชื่ออำนาจภายนอกตน)

จริงมากที่สุด	หมายถึง	มีความเชื่ออำนาจภายนอกตนสูงที่สุด
จริงมาก	หมายถึง	มีความเชื่ออำนาจภายนอกตนสูง
จริงปานกลาง	หมายถึง	มีความเชื่ออำนาจภายนอกตนปานกลาง
จริงน้อย	หมายถึง	มีความเชื่ออำนาจภายนอกตนต่ำ
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	มีความเชื่ออำนาจภายนอกตนต่ำที่สุด

ตัวอย่างแบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน

คำชี้แจง

แบบสอบถามนี้มี 10 ข้อ ซึ่งเกี่ยวกับความเชื่อและความรู้สึกทั่วไปต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันของท่าน ขอให้ท่านพิจารณาข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงของตัวท่านมากที่สุด และตอบด้วยความสบายใจ ไม่มีคำตอบที่ถือว่าถูกหรือผิด แล้วตอบตามข้อความโดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ต้องการ

จริงมากที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านมากที่สุด
จริงมาก	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านมาก
จริงปานกลาง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านบ้างพอสมควร
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านน้อยที่สุด

ข้อความ	จริงมากที่สุด	จริงมาก	จริงปานกลาง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
0 ข้าพเจ้าพยายามตั้งใจเรียนมากขึ้นเพื่อจะทำให้ได้คะแนนดีขึ้น					
00 ข้าพเจ้าคิดว่าคนจะประสบความสำเร็จในชีวิตได้หรือไม่ขึ้นอยู่กับบุญวาสนา					
000 ข้าพเจ้าเชื่อว่ารางวัลหรือความสำเร็จที่ได้รับในแต่ละครั้งเป็นผลมาจากการกระทำของข้าพเจ้าเอง					

เกณฑ์การให้คะแนน

คณะผู้วิจัยตรวจสอบและให้คะแนนตามความหมายของความในแต่ละข้อดังต่อไปนี้

ข้อความทางบวก (ความเชื่ออำนาจภายในตน) ได้แก่ ข้อ 2, 5, 7, 9, 10

จริงมากที่สุด	ให้	5	คะแนน
จริงมาก	ให้	4	คะแนน
จริงปานกลาง	ให้	3	คะแนน
จริงน้อย	ให้	2	คะแนน
จริงน้อยที่สุด	ให้	1	คะแนน

ข้อความทางลบ (ความเชื่ออำนาจภายนอกตน) ได้แก่ ข้อ 1, 3, 4, 6, 8

จริงมากที่สุด	ให้	1	คะแนน
จริงมาก	ให้	2	คะแนน
จริงปานกลาง	ให้	3	คะแนน
จริงน้อย	ให้	4	คะแนน
จริงน้อยที่สุด	ให้	5	คะแนน

เกณฑ์ในการแปลความหมายความเชื่ออำนาจภายในตนหรือภายนอกตน ใช้เกณฑ์การตัดสินจากค่าเฉลี่ยดังนี้

ผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตน คือ ผู้ที่ได้คะแนนจากแบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตนสูง

ผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตน คือ ผู้ที่ได้คะแนนจากแบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตนต่ำ

ตอนที่ 5 แบบสอบถามสัมพันธภาพกับครอบครัว มีขั้นตอนการสร้างดังนี้

5.1 ศึกษานิยามศัพท์เฉพาะ เอกสารและรายงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับครอบครัวเพื่อนำมาเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม

5.2 คณะผู้วิจัยได้สร้างแบบสอบถามสัมพันธภาพกับครอบครัวให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะของการวิจัยในครั้งนี้ โดยปรับปรุงจากแบบสอบถามสัมพันธภาพในครอบครัวของ กลอยใจ ทองลิ้ม (2544) เพื่อให้มีความเหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 20 ข้อ

5.3 คณะผู้วิจัยนำแบบสอบถามสัมพันธภาพกับครอบครัวไปหาความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ (Face Validity) โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิ (รายนามผู้ทรงคุณวุฒิในภาคผนวก ก) พิจารณาตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างนิยามศัพท์เฉพาะ ความมุ่งหมายและภาษาที่ใช้แล้วนำมาแก้ไขปรับปรุง

5.4 คณะผู้วิจัยนำแบบสอบถามสัมพันธภาพกับครอบครัวจำนวน 20 ข้อ ที่ได้ปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาของโรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี กรุงเทพมหานคร จำนวน 32 คน (โดยไม่ใช้กลุ่มตัวอย่าง) จากนั้นจึงนำมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด เพื่อหาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อโดยใช้การหาค่าสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (r) โดยเลือกข้อที่มีนัยสำคัญทางสถิติระดับ .05 และระดับ .01 มาใช้เป็นแบบสอบถาม ได้แบบสอบถามสัมพันธภาพกับครอบครัวจำนวน 10 ข้อ มีค่า r อยู่ระหว่าง 0.460 - 0.709

5.5 นำแบบสอบถามสัมพันธภาพกับครอบครัวไปหาความเชื่อมั่นของแบบสอบถามโดยหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟ่า (Alpha coefficient) ของครอนบัค (Cronbach) ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามสัมพันธภาพกับครอบครัวเท่ากับ 0.838

5.6 ลักษณะของแบบสอบถามสัมพันธภาพกับครอบครัวเป็นแบบสอบถามที่คณะผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อจะได้ทราบเกี่ยวกับข้อมูลด้านครอบครัวของนักเรียน ซึ่งเป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ตามแบบของลิเคิร์ท (Likert) มี 5 ระดับดังนี้

ข้อความทางบวก

จริงมากที่สุด	หมายถึง	วัยรุ่นมีสัมพันธภาพที่ดีกับครอบครัวสูงที่สุด
จริงมาก	หมายถึง	วัยรุ่นมีสัมพันธภาพที่ดีกับครอบครัวสูง
จริงปานกลาง	หมายถึง	วัยรุ่นมีสัมพันธภาพที่ดีกับครอบครัวปานกลาง
จริงน้อย	หมายถึง	วัยรุ่นมีสัมพันธภาพที่ต่ำกับครอบครัวน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	วัยรุ่นมีสัมพันธภาพที่ต่ำกับครอบครัวน้อยที่สุด

ข้อความทางลบ

จริงมากที่สุด	หมายถึง	วัยรุ่นมีสัมพันธภาพที่ไม่ดีกับครอบครัวสูงที่สุด
จริงมาก	หมายถึง	วัยรุ่นมีสัมพันธภาพที่ไม่ดีกับครอบครัวสูง
จริงปานกลาง	หมายถึง	วัยรุ่นมีสัมพันธภาพที่ไม่ดีกับครอบครัวปานกลาง
จริงน้อย	หมายถึง	วัยรุ่นมีสัมพันธภาพที่ไม่ดีกับครอบครัวน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	วัยรุ่นมีสัมพันธภาพที่ไม่ดีกับครอบครัวน้อยที่สุด

ตัวอย่างแบบสอบถามสัมพันธภาพกับครอบครัว

คำชี้แจง

แบบสอบถามนี้มี 10 ข้อ ซึ่งเกี่ยวกับสัมพันธภาพระหว่างตัวท่านกับครอบครัว
ต่อเหตุการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ขอให้ท่านพิจารณาข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงของ
ตัวท่านมากที่สุด และตอบด้วยความสบายใจ ไม่มีคำตอบที่ถือว่าถูกหรือผิด แล้วตอบตามข้อความ
โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ต้องการ

จริงมากที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านมากที่สุด
จริงมาก	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านมาก
จริงปานกลาง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านบ้างพอสมควร
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านน้อยที่สุด

ข้อความ	จริง มากที่สุด	จริง มาก	จริง ปาน กลาง	จริง น้อย	จริง น้อยที่ สุด
0 พ่อแม่หรือผู้ปกครองทะเลาะกันให้ข้าพเจ้าเห็น					
00 พ่อแม่หรือผู้ปกครองไม่เข้าใจในตัวข้าพเจ้า					
000 พี่น้องหรือสมาชิกในครอบครัวของข้าพเจ้ารักใคร่กลมเกลียวกันดี					

เกณฑ์การให้คะแนน

คณะผู้วิจัยตรวจสอบและให้คะแนนตามความหมายของข้อความในแต่ละข้อดังต่อไปนี้

ข้อความทางบวก ได้แก่ ข้อ 1, 4, 6, 8, 10

จริงมากที่สุด	ให้	5	คะแนน
จริงมาก	ให้	4	คะแนน
จริงปานกลาง	ให้	3	คะแนน
จริงน้อย	ให้	2	คะแนน
จริงน้อยที่สุด	ให้	1	คะแนน

ข้อความทางลบ ได้แก่ ข้อ 2, 3, 5, 7, 9

จริงมากที่สุด	ให้	1	คะแนน
จริงมาก	ให้	2	คะแนน
จริงปานกลาง	ให้	3	คะแนน
จริงน้อย	ให้	4	คะแนน
จริงน้อยที่สุด	ให้	5	คะแนน

ในการพิจารณาว่ากลุ่มตัวอย่างมีสัมพันธภาพดีหรือไม่ดีในกรอบครัว ใช้เกณฑ์การตัดสินจากค่าเฉลี่ยดังนี้

ผู้ที่มีสัมพันธภาพที่ดีในกรอบครัว คือ ผู้ที่ได้คะแนนจากแบบสอบถามสัมพันธภาพกับครอบครัวสูง
ผู้ที่มีสัมพันธภาพที่ไม่ดีในกรอบครัว คือ ผู้ที่ได้คะแนนจากแบบสอบถามสัมพันธภาพกับครอบครัวต่ำ

ตอนที่ 6 แบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อน มีขั้นตอนการสร้างดังนี้

6.1 ศึกษานิยามศัพท์เฉพาะ เอกสารและรายงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพกับเพื่อนของวัยรุ่น เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม

6.2 คณะผู้วิจัยได้สร้างแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อนให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะของการวิจัยในครั้งนี้ โดยคณะผู้วิจัยศึกษาแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อนของ ชมนุช บุญสิทธิ์ (2541) และนำมาปรับปรุงให้มีความเหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 21 ข้อ

6.3 คณะผู้วิจัยนำแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อนไปหาความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ (Face Validity) โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิ (รายนามผู้ทรงคุณวุฒิในภาคผนวก ก) พิจารณาตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างนิยามศัพท์เฉพาะ ความมุ่งหมายและภาษาที่ใช้แล้วนำมาแก้ไขปรับปรุง

6.4 คณะผู้วิจัยนำแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อน จำนวน 21 ข้อ ที่ได้ปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาของโรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี กรุงเทพมหานคร จำนวน 32 คน (โดยไม่ใช้กลุ่มตัวอย่าง) จากนั้นจึงนำมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด เพื่อหาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อโดยใช้การหาค่าสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (r) โดยเลือกข้อที่มีนัยสำคัญทางสถิติระดับ .05 และระดับ .01 มาใช้เป็นแบบสอบถาม ได้แบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อนจำนวน 10 ข้อ มีค่า r อยู่ระหว่าง 0.544 - 0.806

6.5 นำแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อนไปหาความเชื่อมั่นของแบบสอบถามโดยหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟา (Alpha coefficient) ของครอนบัค (Cronbach) ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อนเท่ากับ 0.866

6.6 ลักษณะของแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อนเป็นแบบสอบถามที่คณะผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อจะได้ทราบเกี่ยวกับสัมพันธภาพของวัยรุ่นกับเพื่อน ซึ่งเป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ตามแบบของลิเคิร์ต (Likert) มี 5 ระดับดังนี้

ข้อความทางบวก

จริงมากที่สุด	หมายถึง	วัยรุ่นมีสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อนสูงที่สุด
จริงมาก	หมายถึง	วัยรุ่นมีสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อนสูง
จริงปานกลาง	หมายถึง	วัยรุ่นมีสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อนปานกลาง
จริงน้อย	หมายถึง	วัยรุ่นมีสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อนต่ำ
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	วัยรุ่นมีสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อนต่ำที่สุด

ข้อความทางลบ

จริงมากที่สุด	หมายถึง	วัยรุ่นมีสัมพันธภาพที่ไม่ดีกับเพื่อนสูงที่สุด
จริงมาก	หมายถึง	วัยรุ่นมีสัมพันธภาพที่ไม่ดีกับเพื่อนสูง
จริงปานกลาง	หมายถึง	วัยรุ่นมีสัมพันธภาพที่ไม่ดีกับเพื่อนปานกลาง
จริงน้อย	หมายถึง	วัยรุ่นมีสัมพันธภาพที่ไม่ดีกับเพื่อนต่ำ
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	วัยรุ่นมีสัมพันธภาพที่ไม่ดีกับเพื่อนต่ำที่สุด

ตัวอย่างแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อน

แบบสอบถามนี้มี 10 ข้อ ซึ่งเกี่ยวกับสัมพันธภาพระหว่างตัวท่านกับเพื่อน ต่อเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ขอให้ท่านพิจารณาข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงของตัวท่านมากที่สุด และตอบด้วยความสบายใจ ไม่มีคำตอบที่ถือว่าถูกหรือผิด แล้วตอบตามข้อความ โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ต้องการ

จริงมากที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านมากที่สุด
จริงมาก	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านมาก
จริงปานกลาง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านบ้างพอสมควร
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านน้อยที่สุด

ข้อความ	จริง มากที่สุด	จริง มาก	จริง ปาน กลาง	จริง น้อย	จริง น้อยที่ สุด
0 ข้าพเจ้ามีความสุขเมื่อได้ทำงานกลุ่มกับเพื่อน					
00 ข้าพเจ้าชอบแสดงความคิดเห็นร่วมกับเพื่อน					
000 เพื่อนในกลุ่มมีความรักใคร่กลมเกลียวกันดี					

เกณฑ์การให้คะแนน

คณะผู้วิจัยตรวจสอบและให้คะแนนตามความหมายของข้อความในแต่ละข้อดังต่อไปนี้

ข้อความทางบวก ได้แก่ ข้อ 2, 4, 6, 9, 10

จริงมากที่สุด	ให้	5	คะแนน
จริงมาก	ให้	4	คะแนน
จริงปานกลาง	ให้	3	คะแนน
จริงน้อย	ให้	2	คะแนน
จริงน้อยที่สุด	ให้	1	คะแนน

ข้อความทางลบ ได้แก่ ข้อ 1, 3, 5, 7, 8

จริงมากที่สุด	ให้	1	คะแนน
จริงมาก	ให้	2	คะแนน
จริงปานกลาง	ให้	3	คะแนน
จริงน้อย	ให้	4	คะแนน
จริงน้อยที่สุด	ให้	5	คะแนน

ในการพิจารณาว่ากลุ่มตัวอย่างมีสัมพันธภาพดีหรือไม่ดีในกลุ่มเพื่อน ใช้เกณฑ์การตัดสินจากค่าเฉลี่ยดังนี้

ผู้ที่มีสัมพันธภาพที่ดีในกลุ่มเพื่อน คือ ผู้ที่ได้คะแนนจากแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อนสูง

ผู้ที่มีสัมพันธภาพที่ไม่ดีในกลุ่มเพื่อน คือ ผู้ที่ได้คะแนนจากแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อนต่ำ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ คณะผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยดำเนินงานเป็นลำดับขั้นตอนดังนี้

1. คณะผู้วิจัยนำหนังสือจากภาควิชา ไปยังผู้อำนวยการโรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี เพื่อขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล
2. คณะผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามไปเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองจากนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 6 โรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี กรุงเทพมหานคร ระหว่างวันที่ 12 มกราคม 2549 ถึงวันที่ 26 มกราคม 2549 จำนวนนักเรียน 531 คน
3. คณะผู้วิจัยนำแบบสอบถามแต่ละฉบับมาคัดเลือกเฉพาะข้อที่สมบูรณ์(ในแต่ละฉบับ) จำนวน 55 ข้อ และนำมาวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป

การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมข้อมูลสำเร็จรูป Statistic Package for the Social Science (SPSS) ดังนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลกลุ่มตัวอย่างตามตัวแปรที่ศึกษา โดยใช้ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. วิเคราะห์ข้อมูลกลุ่มตัวอย่างตามตัวแปรที่ศึกษา โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation Coefficient)
3. ค้นหาตัวพยากรณ์ ที่สามารถพยากรณ์ความคิดฆ่าตัวตายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 6 โดยใช้วิธีการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) แบบสเตปไวส์ (Stepwise)
4. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล
 - 4.1 สถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน
 - 4.2 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือ
 - 4.2.1 หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อของแบบสอบถาม โดยใช้ค่าสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (ค่า r)
 - 4.2.2 หาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามแต่ละตอน โดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach)

4.3 สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน

4.3.1 หาค่าสัมประสิทธิ์แบบสหสัมพันธ์ โดยใช้ค่าสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation Coefficient) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อ 1, 2, 3, และ 4

4.3.2 การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) แบบสเตปไวส์ (Stepwise) โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป Statistic Package for the Social Science (SPSS) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อ 5



บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

งานวิจัยชิ้นนี้เป็นงานวิจัยเชิงสหสัมพันธ์ซึ่งคณะผู้วิจัยขอเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยตารางประกอบการบรรยาย ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 ส่วน ตามลำดับดังนี้

ส่วนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ อายุ ลำดับการเกิด และรายได้ต่อเดือนของผู้ปกครอง โดยการหาค่าแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ดังตาราง 4

1.2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับความคิดฆ่าตัวตาย โดยการหาค่าแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ดังตาราง 5

ส่วนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรปัจจัยทางจิต - สังคม ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน สัมพันธภาพกับครอบครัว และสัมพันธภาพกับเพื่อน กับความคิดฆ่าตัวตายในวัยรุ่น เขตกรุงเทพมหานคร โดยใช้การวิเคราะห์ตามแบบของเพียร์สัน (The Pearsons Product Moment Correlation Coefficient) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อ 1 - 4 โดยแสดงดังตาราง 6

ส่วนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ปัจจัยพยากรณ์ความคิดฆ่าตัวตายในวัยรุ่น เขตกรุงเทพมหานคร โดยการวิเคราะห์สมการถดถอยพหุคูณแบบเพิ่มตัวแปรขั้นตอน (Stepwise Multiple Regression) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อ 5 โดยแสดงดังตาราง 7

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ส่วนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ อายุ ลำดับการเกิดและรายได้ต่อเดือนของผู้ปกครอง โดยการหาค่าแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ดังตาราง 4

ตาราง 4 แสดงค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของตัวแปรเพศ อายุ ลำดับการเกิด และรายได้ต่อเดือนของผู้ปกครอง

ตัวแปร		N	ร้อยละ	M	S.D.
เพศ					
	ชาย	257	48.4	23.61	6.64
	หญิง	274	51.6	23.45	6.65
	รวม	531	100	23.53	6.64
อายุ					
	12 - 16 ปี	397	74.8	23.92	6.71
	17 - 21 ปี	134	25.2	22.37	6.33
	รวม	531	100	23.53	6.64
ลำดับการเกิด					
	คนแรก	294	55.4	23.55	6.48
	คนกลาง	58	10.9	23.94	7.56
	คนสุดท้าย	179	33.7	23.35	6.61
	รวม	531	100	23.53	6.64
รายได้ต่อเดือน					
	ต่ำกว่า 15,000 บาท	108	20.3	24.20	6.61
	15,000 - 25,000 บาท	253	47.6	23.74	7.00
	25,000 บาทขึ้นไป	170	32.1	22.78	6.05
	รวม	531	100	23.53	6.64

หมายเหตุ : N หมายถึง จำนวนของนักเรียน (คน)
M หมายถึง ค่าเฉลี่ย
S.D. หมายถึง ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน

จากตาราง 4 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนโรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี จำนวนทั้งสิ้น 531 คน เป็นเพศชาย จำนวน 257 คน (คิดเป็นร้อยละ 48.4) เพศหญิง จำนวน 274 คน (คิดเป็นร้อยละ 51.6) โดยมีอายุ 12 – 16 ปี มากที่สุด จำนวน 397 คน (คิดเป็นร้อยละ 74.8) และอายุ 17 - 21 ปี จำนวน 134 คน (คิดเป็นร้อยละ 25.2) ส่วนใหญ่เป็นลูกคนแรก จำนวน 294 คน (คิดเป็นร้อยละ 55.4) รองลงมาเป็นลูกคนสุดท้าย จำนวน 179 คน (คิดเป็นร้อยละ 33.7) และเป็นลูกคนกลาง จำนวน 58 คน (คิดเป็นร้อยละ 10.9) สำหรับรายได้ของครอบครัวต่อเดือนที่ได้รับจะมีรายได้ต่อเดือนตั้งแต่ 15,000 - 25,000 บาท จำนวน 253 คน (คิดเป็นร้อยละ 47.6) รองลงมา คือ รายได้สูงกว่า 25,000 บาทขึ้นไป จำนวน 170 คน (คิดเป็นร้อยละ 32.1) และรายได้ต่ำกว่า 15,000 บาท จำนวน 108 (คิดเป็นร้อยละ 20.3)

1.2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับความคิดฆ่าตัวตาย โดยการหาค่าแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ดังตาราง 5

ตาราง 5 แสดงระดับความคิดฆ่าตัวตายของนักเรียนโรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี กรุงเทพมหานคร
จำแนกตามระดับความคิดฆ่าตัวตาย

ระดับความคิดฆ่าตัวตาย	N	ร้อยละ	M	S.D.
ต่ำ	397	74.76	1.35	0.19
ค่อนข้างต่ำ	101	19.02	2.05	0.20
ค่อนข้างสูง	32	6.03	2.68	0.15
สูง	1	0.19	3.33	0.0
รวม	531	100	1.57	0.44

จากตาราง 5 แสดงว่า นักเรียนโรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี ส่วนใหญ่มีความคิดฆ่าตัวตายในระดับต่ำ จำนวน 397 คน คิดเป็นร้อยละ 74.76 ($M = 1.35$) มีความคิดฆ่าตัวตายระดับค่อนข้างต่ำ จำนวน 101 คน คิดเป็นร้อยละ 19.02 ($M = 2.05$) มีความคิดฆ่าตัวตายระดับค่อนข้างสูง จำนวน 32 คน คิดเป็นร้อยละ 6.03 ($M = 2.68$) และมีความคิดฆ่าตัวตายระดับสูง 1 คน คิดเป็นร้อยละ 0.19 ($M = 3.33$) ตามลำดับ ซึ่งโดยรวมแล้วมีค่าเฉลี่ยความคิดฆ่าตัวตาย เท่ากับ 1.57 เป็นความคิดฆ่าตัวตายในระดับต่ำ

ส่วนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรปัจจัยทางจิต - สังคม ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน สัมพันธภาพกับครอบครัว และสัมพันธภาพกับเพื่อน กับความคิดฆ่าตัวตายในวัยรุ่น เขตกรุงเทพมหานคร ดังตาราง 6

ตาราง 6 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางจิต - สังคม กับความคิดฆ่าตัวตายในวัยรุ่น
เขตกรุงเทพมหานคร

ตัวแปร	SE	LC	FA	FR	SU
SE	1.00	.577**	.369**	.516**	-.454**
LC		1.00	.387**	.516**	-.465**
FA			1.00	.478**	-.469**
FR				1.00	-.485**
SU					1.00

** $p < 0.01$

หมายเหตุ : SE หมายถึง การเห็นคุณค่าในตนเอง
LC หมายถึง ความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน
FA หมายถึง สัมพันธภาพกับครอบครัว
FR หมายถึง สัมพันธภาพกับเพื่อน
SU หมายถึง ความคิดฆ่าตัวตาย

จากตาราง 6 พบว่า ปัจจัยทางจิต - สังคมมีความสัมพันธ์ทางลบกับความคิดฆ่าตัวตายในวัยรุ่น เขตกรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 1,2,3 และ 4 โดยพบว่า สัมพันธภาพกับเพื่อนมีค่าสหสัมพันธ์สูงที่สุดกับความคิดฆ่าตัวตาย ($r = -0.485$) รองลงมา คือ สัมพันธภาพกับครอบครัว ($r = -0.469$) ความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน ($r = -0.465$) และ การเห็นคุณค่าในตนเอง ($r = -0.454$) ตามลำดับ

ส่วนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ปัจจัยพยากรณ์ความคิดฆ่าตัวตายในวัยรุ่น เขตกรุงเทพมหานคร โดย
การวิเคราะห์สมการถดถอยพหุคูณแบบเพิ่มตัวแปรขั้นตอน (Stepwise Multiple Regression)
ดังตาราง 7

ตาราง 7 การวิเคราะห์ปัจจัยพยากรณ์ความคิดฆ่าตัวตายในวัยรุ่น เขตกรุงเทพมหานคร

ลำดับที่	ตัวทำนาย	b	β	R	R ²	ΔR^2	F Change
1	สัมพันธภาพกับเพื่อน	-0.222	-0.191	0.485	0.235	0.235	162.592**
2	สัมพันธภาพกับครอบครัว	-0.253	-0.250	0.555	0.308	0.073	55.854**
3	ความเชื่ออำนาจ ภายใน - ภายนอกตน	-0.276	-0.177	0.591	0.350	0.042	33.708**
4	การเห็นคุณค่าในตนเอง	-0.203	-0.161	0.604	0.365	0.015	12.826**

** p < 0.01

หมายเหตุ : ค่าคงที่ (a) = 59.064

ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐานการทำนาย (S.E.est) = 5.31

จากตาราง 7 พบว่า ปัจจัยพยากรณ์ที่มีประสิทธิภาพสูงในการทำนายความคิดฆ่าตัวตายในวัยรุ่น เขตกรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ได้แก่ สัมพันธภาพกับเพื่อน(FR) เป็นตัวทำนายตัวแรกที่มีอิทธิพลสูงสุด สามารถทำนายความคิดฆ่าตัวตายได้ร้อยละ 23.5 ($\Delta R^2 = 0.235$) รองลงมาคือ สัมพันธภาพกับครอบครัว(FA) สามารถทำนายความคิดฆ่าตัวตายเพิ่มขึ้นร้อยละ 7.3 ($\Delta R^2 = 0.073$) ความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน(LC) สามารถทำนายความคิดฆ่าตัวตายเพิ่มขึ้นร้อยละ 4.2 ($\Delta R^2 = 0.042$) และการเห็นคุณค่าในตนเอง(SE) สามารถทำนายความคิดฆ่าตัวตายเพิ่มขึ้นร้อยละ 1.5 ($\Delta R^2 = 0.015$)

ตัวทำนายทั้งสี่ตัวแปรได้แก่ สัมพันธภาพกับครอบครัว(FA) สัมพันธภาพกับเพื่อน(FR) ความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน(LC) และการเห็นคุณค่าในตนเอง(SE) สามารถร่วมกันทำนายความคิดฆ่าตัวตายในวัยรุ่น เขตกรุงเทพมหานครได้ร้อยละ 36.5 ($R^2 = 0.365$) ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 5 และสามารถเขียนเป็นสมการการทำนายในรูปคะแนนดิบดังนี้

$$\hat{Y} = 59.064 - 0.253(FA) - 0.222(FR) - 0.276(LC) - 0.203(SE)$$

สมการในรูปคะแนนมาตรฐาน คือ

$$Z = -0.250(FA) - 0.191(FR) - 0.177(LC) - 0.161(SE)$$

บทที่ 5

สรุปผล อภิปราย และข้อเสนอแนะ

บทย่อ

งานวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางจิต - สังคม ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน สัมพันธภาพกับครอบครัว และสัมพันธภาพกับเพื่อน กับความคิดฆ่าตัวตายในนักเรียนวัยรุ่น เขตกรุงเทพมหานคร

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางจิตและปัจจัยทางสังคมกับความคิดฆ่าตัวตายในวัยรุ่น
2. เพื่อศึกษาปัจจัยทางจิตและปัจจัยทางสังคมที่ส่งผลต่อความคิดฆ่าตัวตายในวัยรุ่น

สมมติฐานการวิจัย

1. การเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์ทางลบกับความคิดฆ่าตัวตาย
2. ความเชื่ออำนาจภายในตนมีความสัมพันธ์ทางลบกับความคิดฆ่าตัวตาย
3. สัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับสมาชิกในครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางลบกับความคิดฆ่าตัวตาย
4. สัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับเพื่อนมีความสัมพันธ์ทางลบกับความคิดฆ่าตัวตาย
5. ปัจจัยทางจิต - สังคม ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน สัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับครอบครัว และสัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับเพื่อน สามารถทำนายความคิดฆ่าตัวตายในวัยรุ่นได้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย เป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 6 ที่กำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี เขตกรุงเทพมหานคร ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2548 จำนวน 4,641 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 6 ที่กำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี เขตกรุงเทพมหานคร ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2548 จำนวน 531 คน

ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

1. ตัวแปรอิสระ คือ

1.1 ปัจจัยทางจิต

1.1.1 การเห็นคุณค่าในตนเอง

1.1.2 ความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน

1.2 ปัจจัยทางสังคม

1.2.1 สัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับสมาชิกในครอบครัว

1.2.2 สัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับเพื่อน

2. ตัวแปรตาม ได้แก่ ความคิดฆ่าตัวตาย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถามประสพการณ์ชีวิต ซึ่งประกอบด้วยแบบสอบถามจำนวน 6 ฉบับ ได้แก่

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว

ตอนที่ 2 แบบสอบถามความคิดฆ่าตัวตาย

ตอนที่ 3 แบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเอง

ตอนที่ 4 แบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน

ตอนที่ 5 แบบสอบถามสัมพันธภาพกับครอบครัว

ตอนที่ 6 แบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อน

วิธีการเก็บรวบรวมและการวิเคราะห์ข้อมูล

1. คณะผู้วิจัยนำหนังสือจากภาควิชา ไปยังผู้อำนวยการโรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี เพื่อขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล

2. คณะผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามไปเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองจากนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 6 โรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี กรุงเทพมหานคร

3. คณะผู้วิจัยนำแบบสอบถามแต่ละฉบับมาคัดเลือกเฉพาะข้อที่สมบูรณ์ (ในแต่ละฉบับ) จำนวน 55 ข้อ และนำมาวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป

4. การวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่าง คณะผู้วิจัยใช้การหาค่าแจกแจงความถี่

ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ในส่วนของการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร ปัจจัยทางจิต - สังคมกับความคิดฆ่าตัวตาย คณะผู้วิจัยใช้การหาค่าสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (The Pearsons Product Moment Correlation Coefficient) และการค้นหาปัจจัยพยากรณ์ความคิดฆ่าตัวตายในวัยรุ่น คณะผู้วิจัยใช้การวิเคราะห์สมการถดถอยพหุคูณแบบเพิ่มตัวแปรขั้นตอน (Stepwise Multiple Regression)

สรุปผลการวิจัย

1. การเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์ทางลบกับความคิดฆ่าตัวตายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. ความเชื่ออำนาจภายในตนเองมีความสัมพันธ์ทางลบกับความคิดฆ่าตัวตายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
3. สัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับสมาชิกในครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางลบกับความคิดฆ่าตัวตายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
4. สัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับเพื่อนมีความสัมพันธ์ทางลบกับความคิดฆ่าตัวตายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
5. ตัวแปรที่สามารถทำนายความคิดฆ่าตัวตายในวัยรุ่นได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ตามลำดับ ได้แก่ สัมพันธภาพกับครอบครัว (FA) สัมพันธภาพกับเพื่อน (FR) ความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน (LC) และการเห็นคุณค่าในตนเอง (SE) โดยสามารถร่วมกันทำนายความคิดฆ่าตัวตาย ได้ ร้อยละ 36.5 มีความคลาดเคลื่อนมาตรฐานการทำนายเท่ากับ 5.31 และมีค่าสหสัมพันธ์พหุคูณเท่ากับ .604

สามารถเขียนเป็นสมการการทำนายในรูปคะแนนดิบ ดังนี้

$$\hat{Y} = 59.064 - 0.253(FA) - 0.222(FR) - 0.276(LC) - 0.203(SE)$$

สมการในรูปคะแนนมาตรฐาน คือ

$$Z = - 0.250(FA) - 0.191(FR) - 0.177(LC) - 0.161(SE)$$

อภิปรายผลการวิจัย

คณะผู้วิจัยนำเสนออภิปรายผลเป็น 3 ส่วน คือ ปัจจัยทางจิตกับความคิดฆ่าตัวตาย ปัจจัยทางสังคมกับความคิดฆ่าตัวตาย และปัจจัยพยากรณ์ความคิดฆ่าตัวตาย ดังนี้

ส่วนที่ 1 ปัจจัยทางจิตกับความคิดฆ่าตัวตาย

การเห็นคุณค่าในตนเอง

จากสมมติฐานข้อที่ 1 ที่กล่าวว่า “การเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์ทางลบกับความคิดฆ่าตัวตาย” ซึ่งผลการวิจัยเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ทั้งนี้เนื่องจากบุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองสูงจะมีความคิดฆ่าตัวตายต่ำ เพราะบุคคลจะรับรู้ตนเองว่ามีคุณค่า มีการประเมินสถานการณ์และสิ่งต่างๆ ด้วยความมั่นใจ และไม่ย่อถอยถึงความล้มเหลว เห็นความสำคัญของตนเอง มั่นคงและมองโลกในแง่ดี ซึ่งจะตรงข้ามกับบุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองต่ำ จะมีความรู้สึกว่าตนเองไร้ค่า ท้อแท้และสิ้นหวังเกี่ยวกับอนาคต เมื่อเกิดปัญหาขึ้นก็จะเก็บกดปัญหาไว้กับตนเอง หาทางออกไม่เจอ มีความคับแค้นใจ รู้สึกน้อยเนื้อต่ำใจ ไม่มีความมั่นใจในตนเองว่าจะสามารถแก้ปัญหาได้สำเร็จ และไม่กล้ายอมรับความล้มเหลวของตนเอง ซึ่งจะนำไปสู่ความคิดฆ่าตัวตายได้

สอดคล้องกับงานวิจัยของ อมรรัตน์ ศุภมาศ (2547: 78) ได้ศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับความคิดฆ่าตัวตายของนักเรียนวัยรุ่นที่ไม่มีประวัติการฆ่าตัวตาย ผลการศึกษาพบว่า ตัวแปรการเห็นคุณค่าในตนเองสามารถจำแนกนักเรียนวัยรุ่นที่มีความคิดฆ่าตัวตายและนักเรียนวัยรุ่นที่ไม่มีความคิดฆ่าตัวตายได้ดีที่สุดเป็นอันดับที่ 3 รองลงมาจากความซึมเศร้าและความสูญเสียหวัง ซึ่งสามารถอธิบายได้ว่าการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำทำให้นักเรียนวัยรุ่นมีความคิดฆ่าตัวตาย ส่วนการเห็นคุณค่าในตนเองสูงทำให้วัยรุ่นไม่มีความคิดฆ่าตัวตาย และยังสอดคล้องกับการศึกษาของ เฟเจล (อมรรัตน์ ศุภมาศ. 2547: 79; อ้างอิงจาก Faigel. 1966) พบว่า การมองตัวเองในแง่ลบ รวมทั้งการมีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ (Low Self - Esteem) นั้นเป็นสิ่งที่นำไปสู่พฤติกรรมฆ่าตัวตายได้

ความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน

จากสมมติฐานข้อที่ 2 ที่กล่าวว่า “ความเชื่ออำนาจภายในมีความสัมพันธ์ทางลบกับความคิดฆ่าตัวตาย” ซึ่งผลการวิจัยเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ทั้งนี้เนื่องจากความรู้สึกนึกคิดและความเชื่อของแต่ละบุคคลมีอำนาจควบคุมตนเองให้ปฏิบัติในลักษณะที่แตกต่างกันไป บุคคลที่มีความเชื่ออำนาจในตนเองจะเชื่อว่าการกระทำของตนมีอิทธิพลต่อรางวัลที่ตนจะได้รับในชีวิต และสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเป็นผลมาจากพฤติกรรมของตนเอง ทำให้รับรู้ว่ามีอำนาจหรือมีความสามารถที่จะปรับปรุงสภาพแวดล้อมให้ดีขึ้น หรือสามารถควบคุมเหตุการณ์ต่างๆ ที่จะเกิดขึ้นกับตนได้

ในทางตรงกันข้าม บุคคลที่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตน จะรับรู้ว่าคุณไม่สามารถควบคุมสภาพการณ์ต่างๆ ได้ ไม่ว่าจะเป็นด้านดีหรือด้านร้าย เพราะเชื่อว่าสิ่งต่างๆ เกิดขึ้นจากอิทธิพลของปัจจัยภายนอก เช่น บุคคลอื่นๆ โชคชะตา เคราะห์กรรม ความบังเอิญ หรือการดลบันดาลของอำนาจเหนือธรรมชาติมากกว่าที่จะเป็นผลมาจากการกระทำของตน และโดยลักษณะที่ถูกปลูกฝังมาของคนไทยส่วนใหญ่ เมื่อเผชิญกับปัญหาวิกฤต มักเบี่ยงเบนความคิดความรู้สึกไปอ้างอิงกับความเชื่อทางศาสนา ทางไสยศาสตร์ และโทษโชคชะตาราศีมากกว่าที่จะโทษตนเอง

สอดคล้องกับงานวิจัยของ ประชิด สุขอนันต์ (2544: 29) ได้สำรวจพฤติกรรมเสี่ยงด้านสุขภาพของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 ถึง 6 จำนวน 561 คน ผลการศึกษาพบว่า การเชื่ออำนาจภายนอกตน เช่น เชื่ออำนาจโชคชะตา เชื่ออำนาจผู้อื่น มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเสี่ยงด้านสุขภาพ โดยพบว่านักเรียนหญิงที่ศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่เชื่ออำนาจในตนต่ำ มีความตั้งใจที่จะฆ่าตนเองมากกว่านักเรียนชั้นอื่น และมากกว่านักเรียนที่เชื่ออำนาจในตนสูงด้วย และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ สารโรจ (ศิริพร สถิตยัธการ, 2540: 61; อ้างอิงจาก Saroj, 1993: 103 - 108) ได้ทำการทดลองวัดผลของความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน ความวิตกกังวลและแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์กับเด็กนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษา จำนวน 109 คน พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตน มีความวิตกกังวลมากกว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีความเชื่ออำนาจภายในตน

ส่วนที่ 2 ปัจจัยทางสังคมกับความคิดฆ่าตัวตาย

สัมพันธภาพของวัยรุ่นกับครอบครัว

จากสมมติฐานข้อที่ 3 ที่กล่าวว่า “สัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับสมาชิกในครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางลบกับความคิดฆ่าตัวตาย” ซึ่งผลการวิจัยเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ทั้งนี้เนื่องจากวัยรุ่นที่อยู่ในครอบครัวที่มีสัมพันธภาพที่ไม่ดี บิดามารดาทะเลาะเบาะแว้งกัน ย่อมก่อให้เกิดความกระทบกระเทือนในจิตใจแก่บุตร และบุตรย่อมซึมซับความรุนแรงนั้นไว้ในจิตใจ ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางบุคลิกภาพ เมื่อวัยรุ่นเกิดปัญหา หรือมีความตึงเครียดภายในที่ไม่สามารถระบายออกในทางที่เหมาะสมได้ รู้สึกขาดที่พึ่ง ว่าเหว่ หมดหวัง ขาดคนเข้าใจ จึงแสดงออกมาเป็นความก้าวร้าวรุนแรงทั้งกับผู้อื่นและกับตนเอง จนอาจถึงขั้นทำร้ายตนเองซึ่งนำไปสู่ความคิดฆ่าตัวตายได้

ในขณะที่ครอบครัวที่มีสัมพันธภาพที่ดี บิดามารดาและบุตรมีความเข้าใจกันดี คอยดูแลให้กำลังใจซึ่งกันและกัน จะทำให้บุตรเกิดความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย รู้สึกอบอุ่นใจและมีที่พึ่ง เมื่อเกิดปัญหาหรือเกิดความเครียดที่ไม่สามารถปรึกษาใครได้ บุคคลที่บุตรจะนึกถึงเป็นคนแรกก็คือบิดามารดา ซึ่งเป็นผู้ที่ใกล้ชิดและหวังดีกับบุตรมากที่สุด เมื่อมีคำปรึกษาที่ดีและมีทางออกที่เหมาะสม ก็จะทำให้บุตรสามารถแก้ไขปัญหาได้อย่างมีเหตุผล ไม่ใช้การแก้ปัญหาโดยการฆ่าตัวตายเป็นทางออก

สอดคล้องกับงานวิจัยของ กลอยใจ ทองลิ้ม (2544: 148) ได้ทำการศึกษาความคิดอยากฆ่าตัวตายของนักเรียนวัยรุ่น ผลการศึกษาพบว่า เมื่อความสัมพันธ์ระหว่างนักเรียนกับบิดามารดาหรือผู้ปกครองมีความสัมพันธ์กันดีจะมีความคิดอยากฆ่าตัวตายอยู่ในระดับต่ำ และจะมีระดับความคิดอยากฆ่าตัวตายสูงมากขึ้นเมื่อความสัมพันธ์ของนักเรียนกับบิดามารดาหรือผู้ปกครองอยู่ในระดับปานกลาง และไม่ดี และสาเหตุที่นำไปสู่การพยายามฆ่าตัวตายของวัยรุ่นมากที่สุด คือ การถูกตำหนิ ดุด่า และลงโทษจากพ่อแม่ และสอดคล้องกับงานวิจัยของ แนนซี (กลอยใจ ทองลิ้ม, 2544: 50 ; อ้างอิงจาก Nancy, 1991: 15-19) ศึกษาเรื่องการฆ่าตัวตายวัยรุ่นในโรงเรียนมัธยมศึกษา โดยใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 473 ราย พบว่า สิ่งที่มีผลมากที่สุดต่อการฆ่าตัวตาย คือ ครอบครัว ผู้ที่มาจากครอบครัวที่แตกแยกจะมีแนวโน้มการฆ่าตัวตายมากที่สุด

สัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับเพื่อน

จากสมมติฐานข้อที่ 4 ที่กล่าวว่า “สัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับเพื่อนมีความสัมพันธ์ทางลบกับความคิดฆ่าตัวตาย” ซึ่งผลการวิจัยเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ทั้งนี้เนื่องจากวัยรุ่นเป็นวัยแห่งการปรับตัว เป็นวัยที่มีปัญหาความกังวลใจในการเปลี่ยนแปลงด้านต่างๆ และยังขาดความเข้าใจ ความอบอุ่น จึงหันหน้าเข้าหาเพื่อนวัยรุ่นด้วยกันเองแล้วสร้างสังคมของตนเองขึ้น วัยรุ่นจึงให้ความสำคัญกับเพื่อนมาก ความคิดเห็นและเจตคติของเพื่อนจึงเป็นสิ่งที่มียุทธผลต่อวัยรุ่นอย่างมาก หากสัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับเพื่อนเป็นไปในทางที่ไม่ดี ย่อมจะทำให้วัยรุ่นรู้สึกว่ตนเองไม่เป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม และไม่ได้รับการตอบสนองความต้องการหลายประการได้ เช่น ความรู้สึกอบอุ่นใจ ได้รับการยกย่อง ความรู้สึกว่ามีผู้เข้าใจตน ร่วมทุกข์ร่วมสุขกับตน เป็นต้น เมื่อไม่ได้รับการตอบสนองตามที่ตนเองต้องการ ก็จะทำให้วัยรุ่นเกิดความอึดอัดใจ คับข้องใจ มีความรู้สึกว่ตนเองขาดที่พึ่ง ขาดเพื่อนที่คอยประคับประคองจิตใจในยามทุกข์ร้อน ไม่สามารถหาทางระบายออกได้ มองไม่เห็นทางออกของปัญหา จึงเกิดความคิดที่อาจนำไปสู่ความคิดฆ่าตัวตายได้ หากสัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับเพื่อนเป็นไปในทางที่ดี จะทำให้วัยรุ่นได้เรียนรู้การสร้างสัมพันธ์กับผู้อื่น สามารถพัฒนาความรู้สึกนึกคิด และ เจตคติที่มีต่อตนเอง รวมทั้งพัฒนาทักษะทางสังคมซึ่งมีผลให้สามารถปรับตัวอยู่ในสังคมได้ เมื่อไม่สบายใจหรือมีปัญหา ก็ยังมีเพื่อนที่คอยสนับสนุนและให้กำลังใจ ช่วยกันแก้ไขปัญหา และทำให้วัยรุ่น รู้สึกว่มีเพื่อนที่คอยแบ่งเบาความทุกข์ซึ่งกันและกัน

สอดคล้องกับงานวิจัยของ มานิดา สิงห์ขจิตและคณะ (2542: บทคัดย่อ) ซึ่งได้ทำการศึกษาเรื่องการมีส่วนร่วมของชุมชนในการป้องกันและช่วยเหลือผู้ที่มีภาวะเสี่ยงและพยายามฆ่าตัวตาย ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยเกื้อหนุนที่ส่งผลในการป้องกันช่วยเหลือผู้ที่มีภาวะเสี่ยงและพยายามฆ่าตัวตายคือ สิ่งยึดเหนี่ยวทางจิตใจที่สำคัญที่สุด คือ บุตร มารดา คู่สมรส ญาติพี่น้อง และเพื่อน ตามลำดับ และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุพัฒน์ วีระเวชเจริญชัย และคณะ (2542: บทคัดย่อ) ซึ่งได้ศึกษารูป

แบบการเผชิญความเครียดและเงื่อนไขการนำไปสู่การฆ่าตัวตายของนิสิตนักศึกษา พบว่า นักศึกษาที่มีรูปแบบเผชิญปัญหาที่เสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายนั้นมีผลการเรียนต่ำมากอยู่ในเกณฑ์เสี่ยงสูงที่จะถูกให้ออก ไม่พึงพอใจต่อคณะและมหาวิทยาลัยที่ศึกษาอยู่ รับรู้ว่ามี การแข่งขันด้านการเรียนในกลุ่มเพื่อน เกิดความเหินแกล้ว และมีความสัมพันธ์ห่างเหินภายในกลุ่มเพื่อน เช่นเดียวกับงานวิจัยของ จอร์จ (ทรูเน่ เลิศปรีชา. 2545: 26-27; อ้างอิงจาก George as cited in Johnson. 1997) พบว่า การสนับสนุนทางสังคมเป็นปัจจัยที่สำคัญในการป้องกันมิให้บุคคลเกิดภาวะซึมเศร้าและการฆ่าตัวตาย การสนับสนุนทางสังคมโดยเฉพาะจากเพื่อนและครอบครัวเป็นปัจจัยที่สำคัญมากในการป้องกันการเจ็บป่วยทางจิตในวัยรุ่น

ส่วนที่ 3 ปัจจัยพยากรณ์ความคิดฆ่าตัวตายในวัยรุ่น

จากสมมติฐานข้อที่ 5 ที่กล่าวว่า “ปัจจัยทางจิต - สังคม ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน สัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับครอบครัว และสัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับเพื่อน สามารถร่วมกันทำนายความคิดฆ่าตัวตายในวัยรุ่นได้” สมมติฐานนี้เป็นการคาดหมายถึงอำนาจการทำนายความคิดฆ่าตัวตายในวัยรุ่น โดยตัวแปรทางจิต - สังคมในการทดสอบสมมติฐานครั้งนี้ได้ทำการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน พบว่า กลุ่มตัวแปรที่สามารถทำนายความคิดฆ่าตัวตายในวัยรุ่นได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 คือ สัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับครอบครัว (FA) ซึ่งเป็นตัวแปรที่มีอิทธิพลสูงสุด รองลงมาเป็นสัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับเพื่อน (FR) ความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน (LC) และการเห็นคุณค่าในตนเอง (SE) ที่มีความสำคัญรองลงมาตามลำดับ ซึ่งตัวแปรทั้งสี่ตัวสามารถร่วมกันทำนายความคิดฆ่าตัวตายได้ร้อยละ 36.5

จากสมการพยากรณ์ความคิดฆ่าตัวตายในวัยรุ่นที่พบว่าสัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับครอบครัว (FA) เป็นตัวแปรที่ร่วมกันทำนายความคิดฆ่าตัวตายสูงที่สุด ทั้งนี้เนื่องจากครอบครัวเป็นรากฐานที่สำคัญในการวางพื้นฐานทางบุคลิกภาพให้กับเด็ก โดยเฉพาะอย่างยิ่งพื้นฐานทางจิตใจและอารมณ์ ซึ่งสัมพันธภาพที่ดีระหว่างบิดามารดากับบุตร และสัมพันธภาพที่ดีระหว่างพี่น้องด้วยกัน จะทำให้เด็กมีพัฒนาการด้านการไว้วางใจในผู้อื่น มีความรู้สึกมั่นคงทางอารมณ์และจิตใจ สามารถแก้ไขปัญหาต่างๆ ได้ด้วยเหตุและผล มีการปรับตัวที่ดี มีความสุขเมื่ออยู่กับครอบครัวและเรียนรู้ที่จะปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่นได้

ดังงานวิจัยของ สมหมาย เลหาะจินดา และวนิดา พุ่มไพศาลชัย (2543: บทคัดย่อ) ที่ศึกษาลักษณะการเลี้ยงดูของพ่อแม่กับความคิดฆ่าตัวตายของเด็กวัยรุ่น ผลการศึกษาพบว่า เด็กวัยรุ่นมากกว่า 40% ต้องการให้พ่อแม่ปฏิบัติกับตนดังนี้คือ การแสดงความรัก ความอบอุ่น การเอาใจใส่ ได้ถามทุกข์สุข คอยสนับสนุนช่วยเหลือยามลูกมีปัญหา ให้ความสำคัญกับลูก ทำกิจกรรมร่วมกันบ่อยๆ เป็นคนมีเหตุผล รับฟังความคิดเห็นของลูก ปล่อยให้ลูกทำกิจกรรมในชีวิตประจำวันด้วยตนเอง ให้

รางวัลเมื่อลูกทำดี จากข้อมูลพบความสัมพันธ์ระหว่างความคิดฆ่าตัวตายกับลักษณะการเลี้ยงดูของพ่อแม่ที่ลูกต้องการ พบว่า ความต้องการของลูกเข้ามามีอิทธิพลทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะการเลี้ยงดูที่พ่อแม่ปฏิบัติกับลูกที่เคยสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญกับความคิดฆ่าตัวตายเปลี่ยนไป โดยเด็กวัยรุ่นที่พ่อแม่ปฏิบัติตรงกับที่ลูกต้องการจะมีความคิดฆ่าตัวตายต่ำกว่าวัยรุ่นที่พ่อแม่เลยไม่ได้เลี้ยงดูในลักษณะที่ลูกต้องการ ซึ่งมีอยู่ 3 ลักษณะ คือ การแสดงความรักความอบอุ่นต่อลูกเสมอ ให้ความสำคัญกับลูกจนลูกรู้สึกมีคุณค่า ทำกิจกรรมร่วมกับลูกบ่อยๆ ส่วนลักษณะการเลี้ยงดูของแม่ที่ปฏิบัติตรงกับที่ลูกต้องการแล้วพบว่าอัตราการคิดฆ่าตัวตายต่ำกว่าวัยรุ่นที่แม่เลย ไม่ได้ปฏิบัติตามที่ลูกต้องการอย่างมีนัยสำคัญ มี 5 ลักษณะ ได้แก่ การแสดงความรักความอบอุ่นต่อลูกเสมอ เป็นห่วงเป็นใยลูกตลอดเวลา เอาใจใส่ได้ถามทุกข์สุขลูกเป็นประจำ ให้ความสนิทสนมกับลูก และคอยสนับสนุนช่วยเหลือเมื่อลูกมีปัญหา

สำหรับสมการพยากรณ์ความคิดฆ่าตัวตายในวัยรุ่นที่เป็นตัวแปรที่ร่วมกันทำนายความคิดฆ่าตัวตายในวัยรุ่นรองลงมา คือ สัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับเพื่อน(FR) ทั้งนี้เนื่องจากวัยรุ่นเป็นวัยที่แสวงหาเอกลักษณ์ของตนเอง และต้องการการยอมรับโดยเฉพาะจากกลุ่มเพื่อน กลุ่มเพื่อนจึงมีอิทธิพลกับตัววัยรุ่นมากรองลงมาจากบิดามารดา ดังนั้นหากเด็กวัยรุ่นมีปัญหาเรื่องการปรับตัวเข้ากับเพื่อนไม่ได้ เกิดเป็นสัมพันธภาพที่ไม่ดีของเด็กวัยรุ่นกับกลุ่มเพื่อน ก็อาจจะทำให้เด็กวัยรุ่นเกิดความเครียด สับสนในความเป็นตัวของตัวเอง มองตนเองว่าไม่มีความสามารถในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น รู้สึกว่าไม่มีเพื่อนที่คอยให้คำปรึกษาหารือ เมื่อหาทางออกไม่ได้ก็เกิดความคิดที่จะทำร้ายตนเองเพื่อให้พ้นจากสภาพที่เป็นอยู่ ซึ่งอาจนำไปสู่ความคิดฆ่าตัวตายได้

ดังงานวิจัยของ วิมล โรจนวีระ (2513: 6) ที่ศึกษาเปรียบเทียบความสัมพันธ์ทางสังคมและการปรับตัวระหว่างเด็กชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ปีที่ 7 และมัธยมศึกษาปีที่ 3 ผลการศึกษาพบว่า ถ้าในวัยเด็กถูกเพื่อนฝูงรังเกียจ ไม่มีใครแยแส เด็กจะรู้สึกว่าเหว ชมขึ้นใจ ขาดความอบอุ่น เกิดความสงสัยตัวเอง มองบุคคลอื่นไปในทางร้าย และเกิดความคับข้องใจอยู่เสมอ เมื่อโตขึ้นความรู้สึกเช่นนี้จะติดตัวไป ทำให้ไม่ยอมเข้าสังคมกับคนอื่น เมื่อมีเรื่องทุกข์ร้อนก็ขาดเพื่อนที่จะเล่าสู่กันฟัง ต้องเก็บกดเอาไว้ ทำให้มีอารมณ์เครียดอยู่เสมอ หากความสุขมิได้ ซึ่งในประเทศสหรัฐอเมริกา ครูอาจารย์จึงให้ความสนใจและเอาใจใส่ในเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนฝูงของเด็กมาก ครูเชื่อว่าถ้าหากศิษย์ของตนสามารถเข้ากับเพื่อนฝูงได้ดี จะช่วยให้สุขภาพจิตดีและเรียนดี

และตัวแปรที่ร่วมกันทำนายความคิดฆ่าตัวตายในวัยรุ่นลำดับถัดมา คือ ความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน(LC) ทั้งนี้เนื่องจากวัยรุ่นเป็นวัยที่มีความคิดอิสระ คิดหลากหลาย และมีความคิดเป็นของตนเองค่อนข้างสูง เมื่อวัยรุ่นมีโอกาสได้รับข้อมูลข่าวสารจากแหล่งต่างๆมากมาย ทั้งจากบุคคล

อื่นหรือสื่อมวลชนแขนงต่างๆ จึงอาจทำให้วัยรุ่นเกิดความสับสนในการเลือกรับข้อมูลข่าวสารที่ถูกต้องเหมาะสมเข้ามาในการแก้ไขปัญหา จึงอาจทำให้แก้ปัญหาอย่างผิดพลาด และอีกประการหนึ่งอาจเนื่องมาจากค่านิยมของวัฒนธรรมไทยที่มีมาแต่โบราณที่ปลูกฝังให้วัยรุ่นเชื่อหรือมกมายในสิ่งต่างๆ มาตั้งแต่วัยเด็ก หวาดกลัวกับสิ่งที่พิสูจน์ไม่ได้ จึงอาจทำให้วัยรุ่นเกิดความไม่เชื่อมั่นในการกระทำและไม่กล้าตัดสินใจด้วยตนเอง จนไม่สามารถหาทางออกของปัญหาได้ ซึ่งในทางกลับกัน หากว่าเรามีการปลูกฝังให้เด็กมีความเชื่ออำนาจภายในตนมาตั้งแต่เยาว์วัย คือเปิดให้โอกาสเด็กได้คิดและตัดสินใจด้วยตนเอง พยายามกระตุ้นให้เด็กได้คิดแก้ปัญหาอย่างมีเหตุผล สิ่งนั้นจะเป็นเกราะป้องกันความอ่อนไหวทางความคิดของเด็กได้ ทำให้เด็กมีความมั่นใจในความคิดและวิธีการที่ตนจะนำไปแก้ปัญหาได้อย่างมีเหตุผล ไม่หันไปหาทางออกที่ไม่เหมาะสมจนอาจถึงขั้นคิดที่จะฆ่าตัวตายได้

ดงงานวิจัยของ อัจฉรา พุ่มพวง (เอมอร งามธรรมนิตย์. 2546: 57; อ้างอิงจาก อัจฉรา พุ่มพวง. 2527) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน กับพฤติกรรมการเผชิญภาวะเครียดในผู้ป่วยมะเร็งที่ได้รับรังสีรักษา ผลการศึกษาพบว่า ผู้ป่วยมะเร็งที่ได้รับรังสีรักษาระหว่างกลุ่มที่มีความเชื่ออำนาจภายในตน และกลุ่มที่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตน มีพฤติกรรมการเผชิญภาวะเครียดแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$) นั่นคือ ผู้ป่วยมะเร็งที่ได้รับรังสีรักษากลุ่มที่มีความเชื่ออำนาจภายในตน ย่อมจะมีความคิดอย่างมีเหตุผล มีความสามารถในการเผชิญปัญหาต่างๆ สามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาวะการเจ็บป่วยและสภาพแวดล้อมได้ดี จึงทำให้ผู้ป่วยมีพฤติกรรมการเผชิญภาวะเครียดได้อย่างเหมาะสม ซึ่งต่างจากผู้ป่วยมะเร็งที่ได้รับรังสีรักษากลุ่มที่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตนจะมีความวิตกกังวล หวาดกลัว เชื่อในสิ่งที่ไร้เหตุผล

ตัวแปรลำดับสุดท้ายที่สามารถร่วมทำนายความคิดฆ่าตัวตายในวัยรุ่นได้ คือ การเห็นคุณค่าในตนเอง(SE) ทั้งนี้เนื่องจากวัยรุ่นเป็นวัยที่ให้ความสำคัญกับผู้อื่นมากกว่าที่จะคำนึงถึงความรู้สึกของตนเอง ดังนั้นหากวัยรุ่นผิดหวังหรือเกิดปัญหาขึ้น เมื่อผู้อื่นไม่สามารถตอบสนองความต้องการของตนเองได้ จึงอาจทำให้วัยรุ่นรู้สึกผิดหวังมาก และนำไปสู่ความคิดน้อยเนื้อต่ำใจ คิดหมกมุ่น จนกลายเป็นความเครียดและนำไปสู่ความคิดฆ่าตัวตายได้ในที่สุด

ดงงานวิจัยของ เทพินทร์ บุญกระจำ และคณะ (2538: บทคัดย่อ) ศึกษาการพยายามฆ่าตัวตายของผู้ป่วยจิตเวชที่รับรักษาไว้ในโรงพยาบาลพระศรีมหาโพธิ์ โดยศึกษากับผู้ป่วยจิตเวชที่รับไว้รักษาในโรงพยาบาลที่มีประวัติหรือพฤติกรรมพยายามฆ่าตัวตาย จำนวน 36 ราย ผลการศึกษาพบว่า แรงจูงใจที่ทำให้ผู้ป่วยพยายามฆ่าตัวตาย คือ มีความรู้สึกว่าตนไร้ค่ามากที่สุด ร้อยละ 31.1

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งนี้

1. จากผลการวิจัยในครั้งนี้พบว่าปัจจัยที่ส่งผลต่อความคิดฆ่าตัวตายของนักเรียนวัยรุ่นมากที่สุด คือ สัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับครอบครัว ดังนั้น ครอบครัวจึงมีบทบาทสำคัญที่สามารถป้องกันความคิดฆ่าตัวตายได้อย่างมีประสิทธิภาพ ดังนั้นเราควรปลูกฝังให้นักเรียนวัยรุ่นเห็นความสำคัญของครอบครัวให้มาก โดยการจัดกิจกรรมที่สนับสนุนให้สมาชิกในครอบครัวทุกคนได้ปฏิบัติร่วมกัน เพื่อเสริมสร้างสัมพันธภาพที่ดีและบรรยากาศที่อบอุ่นให้เกิดขึ้นภายในครอบครัว ควรให้ความรู้กับบิดามารดาในการเข้าใจบุตรที่กำลังอยู่ในช่วงวัยรุ่นว่าควรดูแลและปฏิบัติอย่างไรจึงจะเหมาะสม และบิดามารดาก็ควรตระหนักในบทบาทหน้าที่ของตนเอง โดยให้เวลาและดูแลเอาใจใส่บุตร ช่วยกันแก้ไขเมื่อบุตรพบกับปัญหา เป็นผู้รับฟังและคอยให้คำปรึกษาที่ดี รวมทั้งเปิดโอกาสให้บุตรได้เสนอความคิดเห็นต่างๆ ของตนได้อย่างเสรี

2. จากผลการวิจัยในครั้งนี้พบว่าปัจจัยที่ส่งผลต่อความคิดฆ่าตัวตายของนักเรียนวัยรุ่นรองลงมา คือ สัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นกับเพื่อน ดังนั้นโรงเรียนจึงควรจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมให้นักเรียนได้ทำกิจกรรมร่วมกัน เช่น จัดโครงการเพื่อนดูแลเพื่อน เพื่อช่วยเหลือซึ่งกันและกันในเรื่องการเรียน จัดงานกีฬาภายใน เพื่อกระชับความสัมพันธ์อันดีระหว่างเพื่อนนักเรียนด้วยกัน เป็นต้น

3. จากผลการวิจัยในครั้งนี้พบว่าปัจจัยที่ส่งผลต่อความคิดฆ่าตัวตายของนักเรียนวัยรุ่นลำดับถัดมา คือ ความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน ดังนั้นทางโรงเรียนและครอบครัวควรปลูกฝังให้นักเรียนวัยรุ่นมีความคิดอยู่บนพื้นฐานของหลักเหตุผล เชื่อในความสามารถและการกระทำของตนเอง ไม่หมองมลายหรือหลงเชื่อในสิ่งที่ผิด โดยจัดในรูปแบบของกิจกรรมส่งเสริมทางพระพุทธศาสนา เช่น การนั่งสมาธิ การสันทนาธรรม เป็นต้น อีกทั้งการจัดกิจกรรมทางวิทยาศาสตร์ เพื่อให้ให้นักเรียนวัยรุ่นมีกระบวนการคิดอย่างเป็นระบบและมีเหตุผล

4. จากผลการวิจัยในครั้งนี้พบว่าปัจจัยที่ส่งผลต่อความคิดฆ่าตัวตายของนักเรียนวัยรุ่นเป็นอันดับสุดท้าย คือ การเห็นคุณค่าในตนเอง ดังนั้นควรมีการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนวัยรุ่นให้อยู่ในระดับสูง เพื่อป้องกันความคิดฆ่าตัวตาย อาจทำได้โดยการจัดกิจกรรมที่มุ่งเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง ประกอบด้วยกิจกรรมที่สามารถเพิ่มความเชื่อมั่นในตนเอง การกล้าแสดงออก มีความรับผิดชอบ การมีส่วนร่วมในการทำงานเป็นกลุ่ม และมีความคิดสร้างสรรค์ เช่น การโต้วาที การจัดประกวดงานสร้างสรรค์และผลงานทางวิชาการ เป็นต้น

5. งานให้คำปรึกษาและแนะแนวในโรงเรียนมีความสำคัญอย่างยิ่งในการป้องกันปัญหาและส่งเสริมสุขภาพจิตของนักเรียนวัยรุ่น ครูแนะแนวควรได้รับการฝึกอบรมให้มีความรู้เกี่ยวกับการสังเกต ตรวจสอบนักเรียนที่มีปัญหาทั้งทางด้านพฤติกรรมและอารมณ์ เพื่อให้ความช่วยเหลือได้อย่างทันท่วงที

รวมทั้งมีการร่วมมือกับหน่วยงานต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น โรงพยาบาลทางจิตเวช เป็นต้น เพื่อช่วยเหลือนักเรียนที่มีปัญหาด้านสุขภาพจิตได้อย่างเหมาะสม

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการขยายขอบเขตการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างอื่น เช่น กลุ่มนักเรียนโรงเรียนหญิงล้วน โรงเรียนชายล้วน หรือนักเรียนในจังหวัดอื่นๆ เพื่อนำผลที่ได้มาวางแผนหาแนวทางการป้องกันและแก้ไข
2. ควรมีการศึกษาปัจจัยอื่นที่ส่งผลต่อความคิดฆ่าตัวตาย เช่น ความวิตกกังวล พฤติกรรมการเลียนแบบ ความฉลาดทางสติปัญญา เป็นต้น เพื่อนำผลที่ได้มาเปรียบเทียบกับงานวิจัยในครั้งนี้
3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย อาจใช้หลายวิธีร่วมกัน เช่น การสัมภาษณ์ การสังเกต การเขียนรายงานตนเอง (Self - Report) หรือการใช้กิจกรรมกระตุ้นพฤติกรรม เป็นต้น



บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

กระทรวงสาธารณสุข. (2544). การศึกษาภาวะการฆ่าตัวตายในจังหวัดพิษณุโลก ปี พ.ศ.

2542-2543. ศูนย์สุขภาพจิตเขต 9 กรมสุขภาพจิต มหาวิทยาลัยนเรศวร: สถาบันวิจัยทางวิทยาศาสตร์สุขภาพ.

กระทรวงสาธารณสุข. (2547). ผู้พยายามฆ่าตัวตายหรือฆ่าตัวตายสำเร็จ. สืบค้นเมื่อ 30

พฤศจิกายน 2548, จาก http://www.dmh.moph.go.th/report/stat_s8.html

กฤษณา ศักดิ์ศรี. (2534). **มนุษย์สัมพันธ์ เล่ม 2.** กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์อักษรพิทย.

✓ กลอยใจ ทองลิ้ม. (2544). **การศึกษาความคิดอยากฆ่าตัวตายของนักเรียนวัยรุ่น.**

ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.

กาญจนา ชิตประเสริฐ. (2547). **ปัญหาในการปฏิบัติงาน บุคลิกภาพที่เข้มแข็ง การเห็นคุณค่าใน**

ตนเอง และความเครียดของพยาบาลจบใหม่ โรงพยาบาลศิริราช. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.

กิติกร มีทรัพย์. (2527). **พัฒนาการวัยรุ่นและการอบรม.** เอกสารการสอนชุดวิชาพัฒนาการวัยรุ่น

และการอบรม. นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.

กุลวรรณ วิทยาวงศ์รุจิ. (2526). **ความสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธภาพในครอบครัวและการปรับตัว.**

ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ชนิษฐา บำเพ็ญผล และคณะ. (2542). “ครอบครัวกับการพยายามฆ่าตัวตายใน จังหวัดนครปฐม”.

วารสารจิตวิทยาคลินิก. 30(2)(กรกฎาคม-ธันวาคม): 36-41.

คุณากร มุ่งดี. (2541). **ปัจจัยที่ส่งเสริมการกระทำอัตวินิบาตกรรมของข้าราชการตำรวจใน**

สังกัดกองบัญชาการตำรวจนครบาล. วิทยานิพนธ์ ปริญญามหาบัณฑิต ภาควิชาสังคมวิทยาและมนุษยวิทยา คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

งามตา วนินทานนท์. (2534). **จิตวิทยาสังคม.** (เอกสารประกอบคำสอน). กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัย

พฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.

จรรยา สุวรรณทัต. (2523). “ครอบครัวสัมพันธ์”. **คุรุปริทัศน์.** 6(มิถุนายน): 52-57.

จันทร์ชิตา พุกพานานนท์. (2544, กันยายน). "บทความเกี่ยวกับวัยรุ่น". นิตยสารใกล้หมอ.
ปีที่ 25(9). สืบค้นเมื่อ 30 พฤศจิกายน 2548, จาก <http://www.clinicrak.com/teenage/teenage.html>

จำเนียร ช่างโชติ และคนอื่นๆ. (2524). จิตวิทยาเด็กวัยรุ่น. กรุงเทพฯ: ภาควิชาจิตวิทยา
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง.

ฉวีวรรณ สัตยธรรม. (2541). การพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต. พิมพ์ครั้งที่ 3. นนทบุรี:
ยุทธรินทร์การพิมพ์.

ฉวีวรรณ สุขพันธ์ไพฑาราม. (2527). พัฒนาการวัยรุ่นและบทบาทครู. กรุงเทพฯ: มิตรนรา
การพิมพ์.

ชนนุช บุญสิทธิ์. (2541). ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนกุหลาบวิทยาลัยราชวชิรวิทยา กรุงเทพมหานคร. ปรินญาณิพนธ์
กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.

ชวณีย์ พงศาพิชณ์. (2542). "การฆ่าตัวตาย : ปัญหาในยุคสังคมวิกฤต". วารสารพัฒนาเทคนิคการ
ศึกษา. 11(29): 24-29.

จรูณี เลิศปรีชา. (2545). การดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตของผู้ที่พยายามฆ่าตัวตาย. วิทยานิพนธ์
พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (สุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช). เชียงใหม่: บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

ดวงเดือน พันธุมนาวิน, งามดา วณิชานนท์ และคนอื่นๆ. (2536). ลักษณะทางจิตและพฤติกรรม
ของนักเรียนวัยรุ่นที่อยู่ในสภาวะเสี่ยงในครอบครัวและทางป้องกัน. รายงานวิจัย สำนัก
งานคณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานเยาวชนแห่งชาติ.

ทศพร ประเสริฐสุข. (2542). "สังคมวิกฤต คนคิดฆ่าตัวตาย สาเหตุ ทางป้องกันแก้ไข". วารสารการ
แนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา. 1(2)(มกราคม-มิถุนายน): 7-11.

ทัศนา โฉมทิ. (2518). การเปลี่ยนแปลงทัศนคติอันเป็นผลของการสื่อสารที่ทำให้เกิดความ
กลัวและความเชื่ออำนาจภายในตน. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.

ทัศนีย์ ดันทวิวงศ์ และคณะ. (2542). "ครอบครัวกับการพยายามฆ่าตัวตายในชุมชนเมืองแห่งหนึ่ง".
ที่ประชุมวิชาการกรมสุขภาพจิต. ครั้งที่ 5.

- เทพินทร์ บุญกระจ่าง และคณะ. (2538). “การพยายามฆ่าตัวตายของผู้ป่วยจิตเวชที่รับรักษาไว้ในโรงพยาบาลพระศรีมหาโพธิ์”. ที่ประชุมวิชาการกรมสุขภาพจิต. ครั้งที่10, 10-11 สิงหาคม 2538.
- ✓ธนา นิลชัยโกวิทย์ และจักรกฤษณ์ สุขยิ่ง. (2540). “ความคิดอยากฆ่าตัวตายในประชาชนเขตหนองจอก กรุงเทพมหานคร: รายงานเบื้องต้น”. วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย. 42(2)(เมษายน-มิถุนายน): 77-86.
- ณัฐกานต์ ททรัพย์ไพศาล. (2547). การเห็นคุณค่าในตนเองของวัยรุ่นในชุมชนแออัดคลองเตย. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- ๑ณัฐวุฒิ ไชยมชื่น. (2544). กรณีศึกษาผู้พยายามฆ่าตัวตายในหมู่บ้านวังลุ่มใหม่ ตำบลหางดง อำเภอสอด จังหวัดเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต. (วิชาการส่งเสริมสุขภาพ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตมหาวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- นชพร อิทธิวิศกุล และจินตนา ประวีณวงศ์วุฒิ. (2541). “ลักษณะผู้ป่วยที่มีพฤติกรรมฆ่าตัวตาย: การศึกษาในผู้ป่วยที่รับรักษาของกลุ่มงานจิตเวช โรงพยาบาลมหาราช นครราชสีมา ปี 2539”. ที่ประชุมวิชาการกระทรวงสาธารณสุข. ครั้งที่ 6, 24-26 มิถุนายน 2541.
- นภัสศิริ คำสอน. (2548). การศึกษาการใช้โปรแกรมให้คำปรึกษาครอบครัวต่อสัมพันธภาพในครอบครัวและความคิดฆ่าตัวตายในผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายในโรงพยาบาลหันคา จังหวัดชัยนาท. วิทยานิพนธ์ พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นรา สมประสงค์. (2520). ความสัมพันธ์ระหว่างความขัดแย้งของวัยรุ่นกับพ่อแม่และการอบรม. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- นฤมล จันทร์ขำ. (2547). การศึกษาการให้คำปรึกษาทางการพยาบาลที่เน้นทฤษฎีกวนิยมต่อภาวะซึมเศร้า และความคิดฆ่าตัวตายของผู้ที่มีภาวะเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย. โรงพยาบาลสมเด็จพระพุทธเลิศหล้า จังหวัดสมุทรสงคราม. วิทยานิพนธ์ พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นิภา นิธยาน. (2530). การปรับตัวและบุคลิกภาพ : จิตวิทยาเพื่อการศึกษาและชีวิต. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์โอเดียนสโตร์.

- นิยม บุญมี. (2526). **ครอบครัวสัมพันธ์**. มหาสารคาม: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มหาสารคาม.
- นิสิตแพทย์เครือข่ายโคตติกร.พ.ดบ. (2548, 12 พฤศจิกายน). **ไทยรัฐ: 1**.
- นिरา พรเดชวงศ์. (2539). **ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการพยายามฆ่าตัวตายของผู้ป่วย โรงพยาบาล สังกัดกรุงเทพมหานคร**. วิทยานิพนธ์ สส.ม. (สังคมวิทยาและมนุษยวิทยา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- เนาวรัตน์ บู่ทอง. (2544). **ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อภาวะเสี่ยงในการฆ่าตัวตาย**. ปริญญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). พิษณุโลก: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย นเรศวร.
- ประชิด สุขอนันต์. (2544). **ปัจจัยส่วนบุคคลและสถานการณ์ที่มีความสัมพันธ์กับความสุขและ พฤติกรรมฆ่าตัวตายในนักเรียนมัธยมศึกษา**. วิทยานิพนธ์ ศศ.บ. (ศิลปศาสตรมหา บัณฑิต). กรุงเทพฯ: สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.
- ประเวช ดันติพิวัฒนสกุล. (2541). "ทางเลือกใหม่ในการแก้ปัญหาของเด็กไทย". **ครอบครัวบำบัด**. ปีที่ 36(2)(มีนาคม-เมษายน): 36-43.
- ประเวช ดันติพิวัฒนสกุล. (2543). "ความคิดฆ่าตัวตายในนักเรียนมัธยมศึกษาเหนือ." **วารสารสุขภาพ จิตแห่งประเทศไทย**. 8(1)(ตุลาคม, 2542-มกราคม, 2543): 8-16.
- ประเสริฐ ผลิตผลการพิมพ์ และคณะ. (2541). "รายงานผู้ป่วยพยายามฆ่าตัวตาย 485 คน ของ โรงพยาบาลศูนย์เชียงใหม่ประชาชนุเคราะห์". **วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย**. 43(1)(มกราคม-มีนาคม).
- ปรารธนา ช้อนแก้ว. (2542). **การพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของเยาวชนชายในสถานพินิจ และคุ้มครองเด็กและเยาวชน**. ปริญญาณิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ปิยะฉัตร เนนเลิศ. (2524). **การศึกษาปัญหาทางสังคมของผู้พยายามกระทำอัตวินิบาตกรรม ศึกษากรณีผู้มารับการรักษา ณ ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ โรงพยาบาลศิริราช**. วิทยานิพนธ์ สส.ม. (สังคมสงเคราะห์ศาสตร์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.
- พนิดา ผกานรินทร์. (2544). **ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างบุคคลในการปฏิบัติงาน พยาบาลของพยาบาลวิชาชีพโรงพยาบาลตากสิน กรุงเทพมหานคร**. ปริญญาณิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

- พรศิริ โรจน์รัตนเกียรติ. (2535). การศึกษาความตึงเครียดในบทบาท และกลวิธีเผชิญภาวะ
เครียดในสตรีที่มีหลายบทบาท. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ:
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- พวงสร้อย วรกุล. (2522). การศึกษาเปรียบเทียบสภาพปัญหาในด้านการปรับตัวของนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกรุงเทพมหานครและจังหวัดสงขลา. วิทยานิพนธ์ กศ.ม.
กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- เพียว ผลภาค. (2539). บทบาทของบิดา บทบาทของมารดา การปรับตัวกับเพื่อน กับความ
รู้สึกมีคุณค่าในตนเองของวัยรุ่น. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ:
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- มณิศา เลิศพานิช. (2542). การศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการพยายามฆ่าตัวตายของผู้ป่วย
ที่เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลสังกัดรัฐบาล ส่วนกลาง. วิทยานิพนธ์ กศ.ม.
(จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- มนตรี อนันต์รักษ์. (2517). ความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติแบบควบคุมจากภายใน – ภายนอก
ตน ความคิดทางวิทยาศาสตร์ และความเชื่อโชคลางในกลุ่มผู้มีอาชีพครู.
วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
ถ่ายเอกสาร.
- มานิดา สิงห์จิต. (2542). "การมีส่วนร่วมของชุมชนในการป้องกันและช่วยเหลือผู้ที่มีภาวะเสี่ยงและ
พยายามฆ่าตัวตาย". วารสารสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย. 8(1)(ตุลาคม 2542-มกราคม
2543): 17-25.
- ร้อยตำรวจเอกวันชัย ขาวรัมย์. (2544). ปัจจัยที่เป็นแรงผลักดันให้นักศึกษาในระดับปริญญาตรี
ฆ่าตัวตาย : ศึกษากรณีนิสิต นักศึกษาในมหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานคร.
วิทยานิพนธ์ สังคมวิทยาและมานุษยวิทยา (สังคมวิทยา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย.
- ๑ เรณู ขวัญยืน. (2542). การศึกษาพฤติกรรมการพยายามฆ่าตัวตายของวัยรุ่นในจังหวัด
นนทบุรี. วิทยานิพนธ์. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- ลักษณา ฤทธิสนธิ์. (2532). สัมพันธภาพระหว่างบิดามารดากับบุตรวัยรุ่นที่มีผลต่อการปรับตัว
ของบุตรศึกษาเปรียบเทียบเขตเมืองและชนบทในจังหวัดนครราชสีมา. วิทยานิพนธ์
กศ.ม. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.
- วรรณิ์ วรรณชาติ. (2541). เพศศึกษา = Sex education. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช: 229-231.

- วรินทร์ ยุทธสิทธิ์โยธิน. (2547). **ความเชื่อด้านสุขภาพ ความเชื่ออำนาจภายใน-ภายนอกคน ด้านสุขภาพ กับการดูแลสุขภาพผิวพรรณ ของผู้ที่มารับบริการตรวจสุขภาพผิวที่ ศูนย์ตรวจสภาพผิว A. สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ).** กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- วัชรภรณ์ อภิวัชรางกูร. (2535). **การศึกษารายกรณีของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยสุราษฎร์ธานี จังหวัดสุราษฎร์ธานีที่มีแนวโน้มกระทำอัตวินิบาตกรรม. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม.** กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- วิจิตร อาวะกุล. (2526). **เทคนิคมนุษยสัมพันธ์. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์เจริญผล.**
- วิจารณ์ วิชัยยะ. (2533). **Management of Suicide. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ อาร์ ดี พี.**
- วิมล โรจน์วีระ. (2513). **การศึกษาเปรียบเทียบความสัมพันธ์ทางสังคมและการปรับตัวระหว่าง เด็กชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ปีที่ 7 และมัธยมศึกษาปีที่ 3. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ: วิทยาลัยวิชาการศึกษา ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.**
- วีรพล นิธิพงศ์ และคณะ. (2542). **“กลไกการเผชิญปัญหาและเงื่อนไขที่นำไปสู่การฆ่าตัวตายของนักเรียนมัธยมศึกษาจังหวัดราชบุรี”. ที่ประชุมวิชาการกรมสุขภาพจิต. ครั้งที่ 5.**
- วุฒิพงศ์ ถายะพิงค์. (2543). **ลักษณะการนำเสนอข่าวการฆ่าตัวตายของหนังสือพิมพ์ประเภท ประชานิยม. ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (นิเทศศาสตร์). เชียงใหม่: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยแม่โจ้.**
- ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2530). **จิตวิทยาพัฒนาการ. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ ประกายพริก.**
- ศิริพร สถิตย์ถาวร. (2540). **ผลของการใช้ข้อมูล และการสนับสนุนทางอารมณ์ต่อความวิตกกังวลก่อนการผ่าตัดของผู้ป่วยที่มีความเชื่ออำนาจภายใน-ภายนอกคน แตกต่างกัน. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.**
- ศิริวรรณ วิเศษวรรณศรี. (2543). **การศึกษาอิทธิพลของสื่อมวลชนต่อพฤติกรรมฆ่าตัวตาย. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.**
- สนิท สมัครการ. (2539). **“มีเงินก็นับว่านอ มีทองก็นับว่าพี”. ระบบครอบครัวและเครือญาติ ไทย. กรุงเทพฯ: โครงการส่งเสริมเอกสารวิชาการ สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.**

- สมชาย จักรพันธุ์ และคณะ. (2543). “พฤติกรรมฆ่าตัวตายและกลไกป้องกันการฆ่าตัวตายในชุมชนแห่งหนึ่งในจังหวัดระยอง”. **ที่ประชุมวิชาการกระทรวงสาธารณสุข ครั้งที่ 8**, 23-25 สิงหาคม.
- สมชาย วัฒนกุล. (2526). **จิตวิทยาพัฒนาการ**. (เอกสารประกอบการสอน). พิษณุโลก: วิชาจิตวิทยาพัฒนาการ ภาควิชาการแนะแนว และจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร.
- สมพิศ ไชยกิจ. (2536). **ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดนราธิวาส**.
ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ: บัณฑิตมหาวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สมหมาย เลหาจินดา และวนิดา พุ่มไพศาลชัย. (2543). “ลักษณะการเลี้ยงดูของพ่อแม่กับความคิดฆ่าตัวตายของเด็กวัยรุ่น”. **ที่ประชุมวิชาการกรมสุขภาพจิต ครั้งที่ 6**, 6-8 กันยายน.
- สมัญญา เสียงใส. (2521). **ความวิตกกังวลและวิธีลดความวิตกกังวลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา**
ปลายสังกัด กรมสามัญศึกษาเขตกรุงเทพมหานคร. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สวนดุสิตโพล. (2548). **วัยรุ่นคิดอย่างไรกับการฆ่าตัวตาย**. เข้าถึงได้จาก: สวนดุสิตโพล. สืบค้นเมื่อ 5 มกราคม 2549, จาก http://www.dusitpoll.dusit.ac.th/2548/2548_101.html
- สุกมล วิภาวีพลกุล. (2542). **การช่วยเหลือผู้มีแนวโน้มฆ่าตัวตาย**. ใน: วัชนี หัตถพนม และสุวดี ศรีวิเศษ, บรรณาธิการ. **คู่มือการปฏิบัติงานเครือข่ายผู้ปฏิบัติงานสุขภาพจิต จังหวัดสกลนคร**. ขอนแก่น: พระธรรมขันธ์.
- สุพรรณิ จันทร์วิเศษ. (2539). **การวิเคราะห์องค์ประกอบความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3**. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สุพัฒน์ วีระเวชเจริญชัย และคณะ. (2542). “การศึกษารูปแบบการเผชิญความเครียดและเงื่อนไขการไปสู่การฆ่าตัวตายของนิสิตนักศึกษา”. **ที่ประชุมวิชาการกรมสุขภาพจิต ครั้งที่ 5**.
- สุพัตรา สุภาพ. (2529). **จิตวิทยาวัยรุ่น**. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- สุรัชย์ โกศิยะกุล. (2526). **การสร้างแบบทดสอบวัดความสามารถทางการปรับตัวของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในจังหวัดกำแพงเพชร**. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- สุนีย์ เกียวกิ่งแก้ว. (2545). **การพยาบาลจิตเวช**. พิษณุโลก: รัตนสุวรรณการพิมพ์.

สุวัฒนา อารีพรค. (2522). “การพยายามฆ่าตัวตายของคนไทย”. วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย. 24(มีนาคม): 261-282.

✓ สุวัฒนา อารีพรค. (2524). ความผิดปกติทางจิต. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์.

เสงี่ยม สารบัณฑิตสกุลและคนอื่นๆ. (2539). รายงานการวิจัยเรื่องการศึกษาการฆ่าตัวตาย 7 จังหวัดภาคตะวันออกเฉียงเหนือ. โรงพยาบาลจิตเวช ขอนแก่น.

เสงี่ยม สารบัณฑิตกุล และคณะ. (2541). “การศึกษาการฆ่าตัวตาย 7 จังหวัดภาคตะวันออกเฉียงเหนือ”. ที่ประชุมวิชาการกรมสุขภาพจิต. ครั้งที่ 4, 7-9 กันยายน.

แสงอุษา สุทธิชนกุล. (2546). พฤติกรรมการฆ่าตัวตาย. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน.

อมรรัตน์ ศุภมาศ. (2547). ปัจจัยที่สัมพันธ์กับความคิดฆ่าตัวตายของนักเรียนวัยรุ่นที่ไม่มีประวัติการฆ่าตัวตาย. ปรินญาณิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

อัญมณี สมตัว. (2543). การศึกษาสัมพันธภาพในครอบครัวที่มีความสัมพันธ์กับการอบรมสั่งสอนลูก เรื่องทางเพศ และการคบเพื่อนต่างเพศ : ศึกษาเฉพาะครอบครัวของนักเรียนหญิงในโรงเรียนบางละมุง อำเภอบางละมุง จังหวัดชลบุรี. สารนิพนธ์. ชลบุรี: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา

อุบล เลี้ยววาริณ. (2538). “ความสำคัญของการศึกษาที่มีต่อจิตลักษณะและพฤติกรรมสุขภาพของผู้ปฏิบัติงานในเขตกรุงเทพมหานคร”. ข่าวสำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ. ปีที่ 36, ฉบับที่ 396(มิถุนายน): 14-16

อุมาพร ตรังคสมบัติ. (2540). จิตบำบัดและการให้คำปรึกษาครอบครัว. กรุงเทพฯ: ชันดีการพิมพ์.

อุมาพร ตรังคสมบัติ และดุสิต ลิขนะพิชิตกุล. (2539). “พฤติกรรมฆ่าตัวตายในเด็ก : การศึกษาในผู้ป่วยนอกแผนกกุมารเวชศาสตร์”. วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย. 41(3) (กรกฎาคม-กันยายน): 174-182.

อุมาพร ตรังคสมบัติ และอรรพรรณ หนูแก้ว. (2541). “จิตพยาธิสภาพของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมฆ่าตัวตาย”. วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย. (43)1(มกราคม-มีนาคม).

อารมณ มัตตะเดช. (2543). การศึกษาการใช้กลไกการปรับตัวด้านสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษาในกรุงเทพมหานคร. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

- ✓ เอมอร์ งามธรรมนิตย์. (2546). **ความเครียดในการปฏิบัติงานและความเชื่ออำนาจภายใน-ภายนอกตนกับความสามารถในการปฏิบัติงานของโรงพยาบาลศิริราช**. สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตมหาวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- เอมอร์ ชินพัฒนพงศ์. (2530). **การศึกษาระบาดวิทยาของผู้พยายามทำอัตวินิบาตกรรมในกลุ่มอายุ 15-39 ปี**. วิทยานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- Anderson, C.R. (1977) "Locus of Control, Coping Behaviors and Performance in Stress: A Longitudinal Study". **Journal of Applied Psychology**. 62: 446-451.
- Barbee, M.A., & Bricker, P. (1996). **Suicide**. In K.M. Fortinash & P.A. Holiday – Worst (Eds.), **Psychiatric mental health nursing**. St.Louis: Mosby: 613-633.
- Barry, P.D. and Morgan, A.J. (1985). **Mental Health and mental Illness**. 3rd ed. Philadelphia: J.B. Lippincott Company.
- Barry, P.D. (1989). **Psychosocial Nursing : Assessment and Intervention Care of the Physically Ill Person**. 2nd ed. Philadelphia: J.B Lippincott Company.
- Beck AT, Kovacs M, Weissman A. (1979). Assessment of suicidal intention: the scale of suicide ideation. **Journal Consult Clinical Psychology**. 47: 343-52.
- Blaine, B., & Crocker, J. (1993). **Self-Esteem and self-serving biases in reactions to position and negative events : An integrative review**. New York: Plenum Press.
- Chickering, S.W. (1969). **Education and Identity**. San Francisco: Jossey-Bass.
- Coopersmith, S. (1981). **The Antecedent of Self-Esteem**. Palo Alto, California: Consulting Psychologists Press, Inc.
- Coopersmith, S. (1984). **SEI : Self-Esteem Inventories**. 2nd ed. Palo Alto: California: Consulting Psychologists Press, Inc.
- Cull, J.& Gill, W. (1982). **Suicide Probability Scale Manual**. Los Angeles: Western Psychological Services.
- Curra, John. (1993). **Understanding Social Deviance: From the Near Side to the Outer Limits**. New York: Harper Collins College Publishers.
- Dacey, J. & Kenny, M. (1997). **Adolescent Development**. Chicago, Iowa: Brown and Benchmark.

- Distefano, M.K. and C.E. Smith. (1973). "Comparison of Normal Adolescents, Psychiatric Patients and Adults on the Internal – External Control". **Journal of Clinical Psychology**. 40: 151-153; February.
- Eferakeya, A.E. (1984). "Drug and Suicide Attempted in Berlin city, Nigeria". **British Journal of Psychiatry**. 145(3): 70-73.
- Emile, D. (1966, June). **Suicide**. New York: The Free Press.
- Faigel, H. (1966). **Suicide among young persons: A review of its incidence and causes, and methods for its prevention**. Clinical Pediatrics, 5, 187-90.
- Hurlock, E. B. (1967). **Personality Development**. New York: Mc Graw-Hill Book Company.
- Johnson, B.S. (1997). **Psychiatric-mental health nursing: Adaptation and growth (4th ed.)**. Philadelphia: J.B. Lippincott.
- Julie Ann, P. (1985). "Coping Mechanisms in Dual – Career Couples (Locus of Control, Sex – Roles)". **Dissertation Abstracts International**. 48(2): 571-B; August.
- Kalellis, P.M. (1982). **A New Self-Image : Restoring a Positive Sense of Self**. Texas: Argus Communications.
- Kaplan, A.G. and Sedney, M.A. (1980). **Psychology and Sex Role : An Androgynous Perspective**. Boston: Little Brown and Company.
- Kohn, Melvin L. (1963). "Social Class and Parent – Child Relationship: An Interpretation". **Child Development Abstracts and Bibliography**. 38:19; October – December.
- Lefcourt, H.M. (1983). **Research with the Locus of Control**. Vol.2, New York: Academic Press.
- Linda L. Walkup. (1972, August). "A concept of Crisis". **Nursing of Families in Crisis**. ed by Joanne E. Hall Barbara R. Wearer, (Philadelphia: J.B. Lippincott Company). (2): 151-157.
- Maris, R. (1981). **Pathways to suicide**. Baltimore. MD: Johns Hopkins University Press.
- Maslow, A.H. (1970). **Motivation and Personality**. 2nd ed. New York: Harper & Row Publishers, Inc.
- Mussen and Conger. (1956). **Child Development and Personality**. New York: 569.
- Nancy, C. (1991, February). "Social Support Systems of Suicidal High School Adolescents". **Journal of Psychosocial Nursing**. 29(3): 15-19.

- Parkes, K.R. (1984). "Locus of Control, Cognitive Appraisal; and Coping in Stressful Episodes". **Journal of Personality and Psychology**. 46(3): 655-668.
- Poll, I.B. and A. Kaplan De-Nour. (1980). "Locus of Control and Adjustment to Chronic Haemodialysis". **Psychological Medicine**. 10: 153-157.
- Pope, A.W., Michale, S.M., & Craighead, W.E. (1988). **Self-esteem enhancement with children and adolescents**. Needham Heights, MA: Allyn and Bacon.
- Robert, E. and Catherine, R. (1998). "Suicide Thinking Among Adolescents With a History of Attempted Suicide". **Journal of the American Academy of Child & Adolescent**
- Robinson, J.P. ; & Shaver, P.R. (1980). **Measures of Social Psychological Attitudes**. 6 Michigan: The University of Michigan: 171-173.
- Rosenberg, M. (1965). **Society and the Adolescent Self-Image**. New Jersey: Princeton University Press.
- Rosenberg, M. (1979). **Conceiving the self**. New York: Basic book.
- Rotter, Julian B. (1966). "Generalized Expectancies for Internal Versus External Control of Reinforcement". **Psychological Monographs : General and Applied**. 80: 1 - 25: 609.
- Saroj Kothari. (1993). "Effect of Locus of Control on Anxiety and Achievement, Motivation". **Indian Journal of Psychometric & Education**. **Psychological Abstract**. 24(2): July.
- Sasse, C.R. (1978). **Person to Person**, Illinois: Bennep Publishing.
- Sheras, P. (1983). **Suicide in adolescence**. Handbook of Clinical Child Psychology. New York: John Wiley.
- Shrauger, J. S. (1975). **Responses to evaluation as a function of initial self-perceptions**. **Psychological Bulletin**, 83, 581-596.
- Solomon, D. And M.I. Oberlander. (1974). "Locus of Control in the Classroom". **Psychological Concepts in the Classroom**. New York: Harper and Row Publishers: 123.
- Stengel, Erwin. (1971). "External Control and Internal Control,". **Psychology Today**: 28.
- Strickland, B.R. (1977). "Internal – External Control of Reinforcement". **Personality Variables in Social Behavior**. New York: John Wiley & Sons: 150-151; 247-255.

- Taft, L.B. (1985). "Self-Esteem in Later Life: a nursing perspective". **Advance in Nursing Science**. 8: 77-84; October.
- Taro Yamane. (1967). *Statistic: an introductory analysis*. 2nd ed. New York; Harter.
- Taylor, M.C. (1982). "The need for Self-Esteem". **Human Needs and Nursing Process**. Edited by Yura, H. & Walse, M.B. : Appleton Century-Crofuts; 117-153.
- Teicher and Jacobs. (1968). "Adolescents Who Attempt Suicide : Preliminary Findings". **American Journal of Psychiatry**. 122.
- Tousignant, M., & Hanigan, D. (1993). Crisis support among suicidal students following a loss vent. **Journal of Community Psychology**. 21; 83-96.
- Weissman, M.M. and Conn, N.H. (1974). "The Epidemiology of Suicide Attempts, 1960 to 1971". **Archives of General Psychiatry**. 30; 737-746.
- Worchell, S. and G.R. Goethals. (1989). **Adjustment : Pathways to Personal Growth**. (2ed) Prentice-Hall, Inc. U.S.A.



ภาควิชา

ภาคผนวก ก
รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

กลุ่ม 1

1. นางสาวชลธิชา ชาติชาตรี
2. นางสาวทิพวัลย์ จังสิริมงคล
3. นางสาวนภาศิริ แก้วเกิด
4. นางสาวรุจิรา จารุทัตยกันต์
5. นางสาววรสิริ ม่วงศรี
6. นายวิชญ ผาติหัตถกร

กลุ่ม 2

1. นายภูษะณัฐ อิงกุลานนท์
2. นายณรงค์รักษ์ ต่อศรีเจริญ
3. นางสาวยาใจ เพชรสงฆ์
4. นางสาววามดา จินตามาศย์
5. นางสาวอภิญญา สุลีรัตน์
6. นายกิตติศักดิ์ จิตรภักดี

กลุ่ม 10

1. นางสาวกนกวรรณ ชมชื่น
2. นางสาวฐิติรัตน์ ล้อเพ็ญภพ
3. นางสาวธนวรรณ รอดกลับ
4. นางสาวหทัยรัตน์ คัมภีร์พิทักษ์
5. นางสาวพัฒนชีตา ตั้งศิริดำรงค์พร



ภาคผนวก ข



ที่ ศธ 0519.6.02/04/49

ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110

5 มกราคม 2549

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลประกอบการทำวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี

สิ่งที่ส่งมาด้วย รายชื่อนิสิต

เนื่องด้วยนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 4 วิชาเอกจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ซึ่งขณะนี้กำลังศึกษารายวิชา วิธีการวิจัยในจิตวิทยาพัฒนาการ โดยมี อ.ดร.เรวดี ทระเที่ยง เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา มีความประสงค์จะทำการเก็บข้อมูลเพื่อนำเสนอรายงานวิจัย เรื่อง “ปัจจัยทางจิต – สังคม ที่ส่งผลต่อความคิดฆ่าตัวตายของวัยรุ่น เขตกรุงเทพมหานคร” ในการนี้ ได้พิจารณาเห็นว่า โรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี เป็นแหล่งข้อมูลที่สามารถนำไปประกอบการทำวิจัยได้เป็นอย่างดี จึงใคร่ขอความอนุเคราะห์จากท่านในการอนุญาตให้นิสิตวิชาเอกจิตวิทยา จำนวน 5 คน เข้าไปเก็บรวบรวมข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 6 จำนวน 400 คน พร้อมทั้งขอใช้สถานที่ในการดำเนินการดังกล่าว ในเดือนมกราคม 2549 และหากท่านมีข้อเสนอแนะใด ๆ กรุณาติดต่อกับนางสาวกนกพร จริยะโพธิ์ชัย ที่หมายเลขโทรศัพท์ 0 4094 6367

ภาควิชาจิตวิทยา หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านในการอำนวยความสะดวก ให้แก่นิสิตในเรื่องดังกล่าวข้างต้นด้วย จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ประนต คำจิม)

หัวหน้าภาควิชาจิตวิทยา

ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์

โทร. 02-260-1770 ต่อ 6236

โทรสาร 02-260-1770 ต่อ 6236

รายชื่อนิสิตภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มศว
ที่เข้าร่วมเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบการทำวิจัย
ณ โรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี

1. นางสาวกนกพร วิริยะโพธิ์ชัย
2. นางสาวกนกอร ไม้ทอง
3. นายนันทเนศร์ เอื้อกิตติโรจน์
4. นางสาวศรินทิพย์ ชูพึงอาตม์
5. นางสาวภรภัทร ธนะภูรี





แบบสอบถามประสบการณ์ชีวิต

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้ ประกอบด้วย 6 ตอน ดังนี้

- ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว
- ตอนที่ 2 แบบสอบถามความคิดฆ่าตัวตาย
- ตอนที่ 3 แบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเอง
- ตอนที่ 4 แบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน
- ตอนที่ 5 แบบสอบถามสัมพันธภาพกับครอบครัว
- ตอนที่ 6 แบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อน

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว

คำชี้แจง กรุณากรอกข้อมูลลงในช่องว่างหน้าข้อความตามความเป็นจริงของท่าน

1. เพศ () ชาย
() หญิง
2. อายุ _____ ปี
3. ลำดับการเกิด : มีพี่น้องทั้งหมด _____ คน ท่านเป็นคนที่ _____
4. ระดับการศึกษา

() ม.1	() ม.4
() ม.2	() ม.5
() ม.3	() ม.6
5. รายได้ของครอบครัว (ผู้ปกครองหรือบิดามารดารวมกัน)

() รายได้ต่ำกว่า 15,000 บาท/เดือน
() รายได้ 15,000 - 25,000 บาท/เดือน
() รายได้สูงกว่า 25,000 บาท/เดือน

ตอนที่ 2 แบบสอบถามความคิดเห็นส่วนตัว

คำชี้แจง

แบบสอบถามนี้มี 15 ข้อ ซึ่งเกี่ยวกับความคิดเห็นความรู้สึกต่อเหตุการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ขอให้ท่านพิจารณาข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงของท่านมากที่สุด และตอบด้วยความสบายใจ ไม่มีคำตอบที่ถือว่าถูกหรือผิด แล้วตอบข้อความ โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ต้องการ

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นความรู้สึกของท่านมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นความรู้สึกของท่านมาก
ไม่ค่อยจริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นความรู้สึกของท่านบ้างเล็กน้อย
ไม่จริงเลย	หมายถึง	ข้อความนั้นไม่ตรงกับความคิดเห็นความรู้สึกของท่าน

ข้อความ	จริงที่สุด	จริง	ไม่ค่อยจริง	ไม่จริงเลย
1. ข้าพเจ้าคิดว่าปัญหาทุกอย่างย่อมมีทางออก				
2. ข้าพเจ้ารู้สึกเบื่อหน่ายบางคนหรือบางสิ่งจนไม่อยากมีชีวิตอยู่				
3. ข้าพเจ้ารู้จักยับยั้งชั่งใจได้ด้วยเหตุผลและการคิดไตร่ตรอง				
4. ข้าพเจ้าเคยบอกคนสนิทเรื่องแผนการฆ่าตัวตายของข้าพเจ้า				
5. หากข้าพเจ้าล้มเหลวในการเรียน ทำให้พ่อแม่ผิดหวังมาก ข้าพเจ้าอาจลงโทษตัวเองด้วยการฆ่าตัวตาย				
6. ข้าพเจ้าคิดว่ามีความสุขและความสุขซ่อนอยู่ในทุกสถานการณ์				
7. ข้าพเจ้าเคยตั้งใจแน่วแน่ว่าจะฆ่าตัวตาย โดยคิดวางแผนไว้แล้ว แต่ยังไม่กล้าพอที่จะลงมือทำ				
8. ข้าพเจ้าเคยพยายามทำสิ่งต่างๆเพื่อให้ตายมาแล้วแต่ไม่สำเร็จ				
9. ข้าพเจ้าคิดว่า การฆ่าตัวตายไม่ได้ช่วยคลี่คลายปัญหา				
10. ข้าพเจ้าเคยคิดและพยายามวางแผนเพื่อหาวิธีที่จะทำร้ายตนเอง				
11. ข้าพเจ้าอาจฆ่าตัวตายหากไม่สามารถแก้ปัญหาในชีวิตได้				
12. ข้าพเจ้ารู้สึกดีใจที่ได้เกิดมาบนโลกใบนี้				
13. แม้จะอยู่ท่ามกลางผู้คนมากมาย แต่ข้าพเจ้ากลับรู้สึกเหมือนอยู่คนเดียวในโลก				
14. ข้าพเจ้าเคยทำร้ายตนเองเพื่อประชดบุนกศลที่รัก				
15. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าเหงา เศร้าใจและเศร้าใจอยู่เสมอ				

ตอนที่ 3 แบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเอง

คำชี้แจง

แบบสอบถามนี้มี 10 ข้อ ซึ่งเกี่ยวกับความรู้สึกทั่วไปต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันของท่าน ขอให้ท่านพิจารณาข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงของท่านมากที่สุด และตอบด้วยความสบายใจ ไม่มีคำตอบที่ถือว่าถูกหรือผิด แล้วตอบข้อความ โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ต้องการ

จริงมากที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านมากที่สุด
จริงมาก	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านมาก
จริงปานกลาง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านบ้างพอสมควร
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านน้อยที่สุด

ข้อความ	จริงมากที่สุด	จริงมาก	จริงปานกลาง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
1. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าตนเองเป็นคนล้มเหลวด้านการเรียน					
2. ข้าพเจ้าสามารถแก้ไขปัญหาได้ด้วยตนเอง					
3. ข้าพเจ้าเป็นคนไร้ค่า					
4. ข้าพเจ้าสามารถทำสิ่งต่างๆ ได้ดีเท่าเทียมกับผู้อื่น					
5. ข้าพเจ้าไม่มีความภาคภูมิใจในตนเอง					
6. ข้าพเจ้าไม่เคยตัดสินใจได้ด้วยตนเอง					
7. ข้าพเจ้ามีคุณค่าทัดเทียมผู้อื่น					
8. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าตัวเองทำสิ่งใดก็ไม่ประสบความสำเร็จ					
9. ข้าพเจ้าดูแลตัวเองได้เสมอ ไม่ว่าจะอยู่ในสถานการณ์ใดๆ ก็ตาม					
10. ข้าพเจ้าเป็นคนมีคุณสมบัติที่ดีอยู่หลายอย่าง					

ตอนที่ 4 แบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน

คำชี้แจง

แบบสอบถามนี้มี 10 ข้อ ซึ่งเกี่ยวกับความเชื่อและความรู้สึกทั่วไปต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันของท่าน ขอให้ท่านพิจารณาข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงของตัวท่านมากที่สุด และตอบด้วยความสบายใจ ไม่มีคำตอบที่ถือว่าถูกหรือผิด แล้วตอบข้อความ โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ต้องการ

จริงมากที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านมากที่สุด
จริงมาก	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านมาก
จริงปานกลาง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านบ้างพอสมควร
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านน้อยที่สุด

ข้อความ	จริงมากที่สุด	จริงมาก	จริงปานกลาง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
1. ข้าพเจ้าไม่พยายามทำอะไรอย่างเต็มที่เพราะจะไม่คุ้มค่าหากสิ่งต่างๆ ไม่ให้ผลตามที่เรต้องการ					
2. ข้าพเจ้าเชื่อว่ารางวัลหรือความสำเร็จที่ได้รับในแต่ละครั้งเป็นผลมาจากการกระทำของข้าพเจ้าเอง					
3. หากข้าพเจ้าโชคดียังแต่เช้า สิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นในวันนั้นก็จะต้องดีไปด้วย					
4. หากข้าพเจ้าไม่ประสบความสำเร็จในสิ่งที่ทำ ข้าพเจ้าก็จะล้มเลิกสิ่งนั้นๆ					
5. เมื่อข้าพเจ้าทำผิดพลาดไป ข้าพเจ้าจะแก้ไขและทำใหม่ให้ถูกต้อง					
6. ข้าพเจ้าบนบานกับสิ่งศักดิ์สิทธิ์เพื่อขอสิ่งที่ต้องการ					
7. ข้าพเจ้าคิดว่าคนอื่นจะชอบข้าพเจ้าหรือไม่ขึ้นอยู่กับ การกระทำของข้าพเจ้าเอง					
8. ข้าพเจ้าสามารถเปลี่ยนแปลงสิ่งที่จะเกิดขึ้นในวันพรุ่งนี้ได้ด้วยสิ่งที่ทำในวันนี้					
9. เมื่อมีคนไม่ชอบข้าพเจ้า ข้าพเจ้าก็ไม่สามารถแก้ไขอะไรได้					
10. ข้าพเจ้าประสบความสำเร็จในการทำงานได้ เพราะความพยายามมุ่งมั่นของตัวเอง					

ตอนที่ 5 แบบสอบถามสัมพันธภาพกับครอบครัว

คำชี้แจง

แบบสอบถามนี้มี 10 ข้อ ซึ่งเกี่ยวกับสัมพันธภาพระหว่างตัวท่านกับครอบครัวต่อเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ขอให้ท่านพิจารณาข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงของตัวท่านมากที่สุด และตอบด้วยความสบายใจ ไม่มีคำตอบที่ถือว่าถูกหรือผิด แล้วตอบข้อความ โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ต้องการ

จริงมากที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านมากที่สุด
จริงมาก	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านมาก
จริงปานกลาง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านบ้างพอสมควร
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านน้อยที่สุด

ข้อความ	จริงมากที่สุด	จริงมาก	จริงปานกลาง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
1. พ่อแม่หรือผู้ปกครองของข้าพเจ้าเอาใจใส่ทุกข์สุขซึ่งกันและกัน					
2. ข้าพเจ้ารับประทานอาหารเย็นตามลำพังโดยไม่มีพ่อแม่หรือผู้ปกครอง					
3. พ่อหรือแม่คำวาถึงพฤติกรรมของอีกฝ่ายให้ข้าพเจ้าฟังทุกครั้งที่ท่านมีเรื่องกลุ้มใจ					
4. ข้าพเจ้าสามารถปรึกษาปัญหาส่วนตัวกับพี่น้องหรือสมาชิกในครอบครัวได้					
5. พ่อแม่หรือผู้ปกครองไม่เข้าใจในตัวข้าพเจ้า					
6. พ่อแม่หรือผู้ปกครองของข้าพเจ้าเตรียมของขวัญให้แก่กันในวันสำคัญต่างๆ					
7. ข้าพเจ้ามีเรื่องทะเลาะเบาะแว้งกับพี่น้องหรือสมาชิกในครอบครัวเวลาที่อยู่ด้วยกัน					
8. เมื่อข้าพเจ้ามีปัญหาพ่อแม่หรือผู้ปกครองจะเป็นคนแรกที่ข้าพเจ้านึกถึงทุกครั้ง					
9. ข้าพเจ้ารู้สึกเป็นอิสระถ้าพี่น้องหรือสมาชิกในครอบครัวไม่อยู่บ้าน					
10. พ่อแม่หรือผู้ปกครองและข้าพเจ้ามีความเข้าใจกันดี					

ตอนที่ 6 แบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อน

คำชี้แจง

แบบสอบถามนี้มี 10 ข้อ ซึ่งเกี่ยวกับสัมพันธภาพระหว่างตัวท่านกับเพื่อน ต่อเหตุการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ขอให้ท่านพิจารณาข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงของตัวท่านมากที่สุด และตอบด้วยความสบายใจ ไม่มีคำตอบที่ถือว่าถูกหรือผิด แล้วตอบข้อความ โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ต้องการ

จริงมากที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านมากที่สุด
จริงมาก	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านมาก
จริงปานกลาง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านบ้างพอสมควร
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านน้อยที่สุด

ข้อความ	จริงมากที่สุด	จริงมาก	จริงปานกลาง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
1. เพื่อนส่วนใหญ่เห็นแก่ตัว					
2. ในการทำงานกลุ่ม ข้าพเจ้ายินดีและเต็มใจให้ความร่วมมือ					
3. ข้าพเจ้าขัดแย้งกับเพื่อน					
4. เพื่อนในกลุ่มมีความรักใคร่กลมเกลียวกันดี					
5. เพื่อนส่วนใหญ่ไม่เห็นด้วยกับความคิดของข้าพเจ้า					
6. ข้าพเจ้าแบ่งปันขนมหรือสิ่งของให้กับเพื่อน					
7. เพื่อนๆ ไม่เข้าใจข้าพเจ้า					
8. ข้าพเจ้าน้อยเนื้อต่ำใจ เมื่อเพื่อนไม่ยอมรับในความสามารถของข้าพเจ้า					
9. ข้าพเจ้าชอบแสดงความคิดเห็นร่วมกับเพื่อน					
10. ข้าพเจ้าได้รับความเห็นอกเห็นใจจากเพื่อนเสมอ					

ภาคผนวก ง

ตาราง 8 ค่าอำนาจจำแนกแบบสอบถามความคิดฆ่าตัวตาย

ข้อคำถามที่	ค่าอำนาจจำแนก
1	.776
2	.667
3	.704
4	.655
5	.649
6	.688
7	.709
8	.818
9	.597
10	.828
11	.602
12	.738
13	.447
14	.707
15	.589

ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามความคิดฆ่าตัวตายเท่ากับ .924

ตาราง 9 ค่าอำนาจจำแนกแบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเอง

ข้อคำถามที่	ค่าอำนาจจำแนก
1	.708
2	.566
3	.724
4	.644
5	.772
6	.759
7	.472
8	.846
9	.593
10	.411

ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเอง เท่ากับ .870

ตาราง 10 ค่าอำนาจจำแนกแบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน

ข้อคำถามที่	ค่าอำนาจจำแนก
1	.599
2	.503
3	.422
4	.741
5	.334
6	.424
7	.512
8	.522
9	.407
10	.572

ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน เท่ากับ .719

ตาราง 11 ค่าอำนาจจำแนกแบบสอบถามสัมพันธภาพกับครอบครัว

ข้อคำถามที่	ค่าอำนาจจำแนก
1	.584
2	.689
3	.580
4	.695
5	.637
6	.460
7	.639
8	.659
9	.538
10	.709

ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามสัมพันธภาพกับครอบครัว เท่ากับ .838

ตาราง 12 ค่าอำนาจจำแนกแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อน

ข้อคำถามที่	ค่าอำนาจจำแนก
1	.664
2	.718
3	.588
4	.737
5	.544
6	.569
7	.806
8	.732
9	.576
10	.618

ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อน เท่ากับ .866



การวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์

ภาพที่ 2 ตารางแสดงการกรอกข้อมูล

	sex	age	birth	salary	se1	se2	se3	se4	se5	se6
1	1.00	1.00	3.00	3.00	2.00	4.00	1.00	5.00	5.00	1.00
2	1.00	1.00	3.00	1.00	2.00	4.00	1.00	5.00	1.00	2.00
3	1.00	1.00	1.00	2.00	2.00	4.00	1.00	4.00	2.00	2.00
4	2.00	1.00	2.00	2.00	1.00	3.00	1.00	3.00	1.00	1.00
5	2.00	1.00	3.00	2.00	2.00	3.00	1.00	3.00	1.00	2.00
6	2.00	1.00	1.00	2.00	1.00	2.00	2.00	3.00	1.00	2.00
7	2.00	1.00	1.00	1.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00
8	1.00	1.00	3.00	1.00	2.00	3.00	1.00	3.00	1.00	4.00
9	2.00	1.00	3.00	2.00	3.00	3.00	1.00	3.00	2.00	1.00
10	2.00	1.00	3.00	2.00	2.00	3.00	1.00	5.00	2.00	3.00
11	1.00	1.00	1.00	1.00	3.00	3.00	2.00	2.00	4.00	1.00
12	1.00	1.00	3.00	3.00	1.00	3.00	1.00	5.00	3.00	1.00
13	1.00	1.00	1.00	2.00	3.00	2.00	2.00	3.00	4.00	5.00
14	2.00	1.00	1.00	2.00	2.00	4.00	1.00	4.00	2.00	2.00
15	2.00	1.00	1.00	3.00	2.00	3.00	1.00	3.00	1.00	1.00
16	2.00	1.00	1.00	1.00	1.00	3.00	1.00	4.00	1.00	3.00
17	2.00	1.00	1.00	2.00	3.00	3.00	2.00	4.00	2.00	2.00
18	2.00	1.00	1.00	1.00	1.00	2.00	1.00	4.00	3.00	2.00
19	2.00	1.00	2.00	2.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	2.00
20	2.00	1.00	2.00	2.00	1.00	2.00	1.00	4.00	4.00	1.00
21	2.00	1.00	3.00	2.00	1.00	3.00	1.00	4.00	1.00	1.00

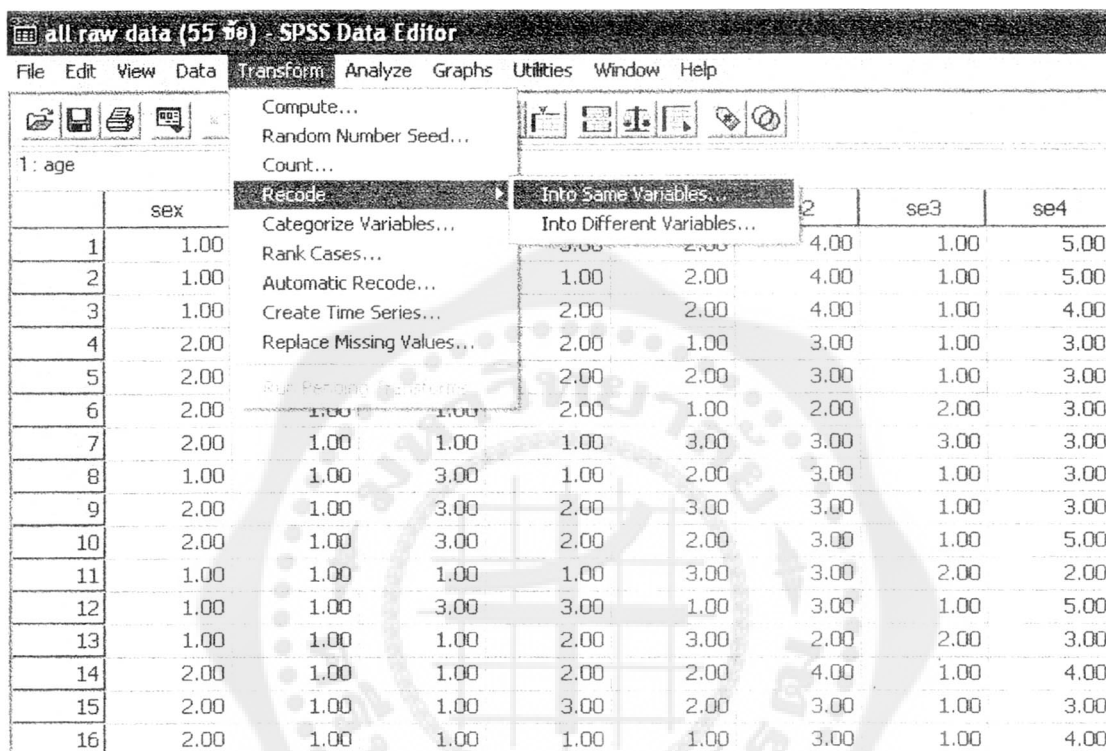
การคีย์ข้อมูลจากแบบสอบถามที่เราได้เก็บรวบรวมข้อมูลโดยตั้งชื่อตัวแปรต่างๆ และกำหนดเลขให้กับตัวแปรเหล่านั้น

ภาพที่ 3 หน้าต่างแสดงการตั้งค่าตัวแปรต่าง ๆ

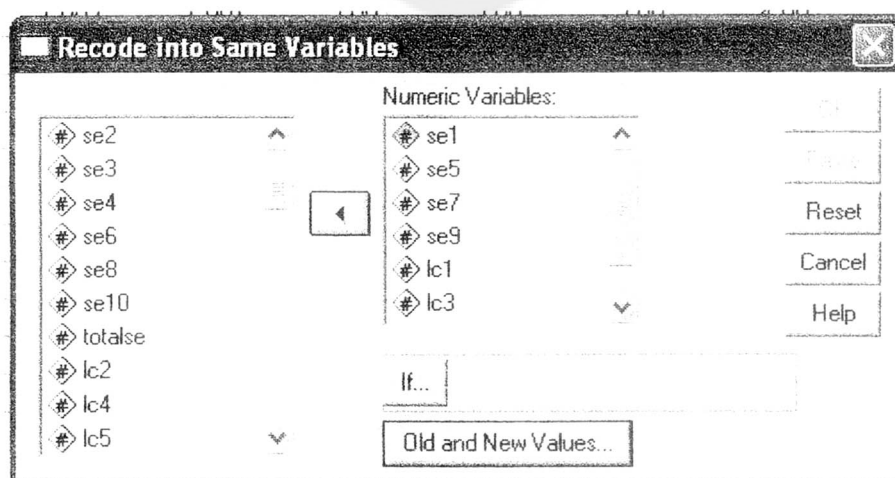
	Name	Type	Width	Decimals	Label	Values	Missing	Columns	Align	
1	sex	Numeric	8	2		{1.00, male}...	None	8	Right	Sca
2	age	Numeric	8	2		{1.00, 12 - 16}	None	8	Right	Sca
3	birth	Numeric	8	2		{1.00, first}...	None	8	Right	Sca
4	salary	Numeric	8	2		{1.00, lower 1	None	8	Right	Sca
5	se1	Numeric	8	2		None	None	8	Right	Sca
6	se2	Numeric	8	2		None	None	8	Right	Sca
7	se3	Numeric	8	2		None	None	8	Right	Sca
8	se4	Numeric	8	2		None	None	8	Right	Sca
9	se5	Numeric	8	2		None	None	8	Right	Sca
10	se6	Numeric	8	2		None	None	8	Right	Sca
11	se7	Numeric	8	2		None	None	8	Right	Sca
12	se8	Numeric	8	2		None	None	8	Right	Sca
13	se9	Numeric	8	2		None	None	8	Right	Sca
14	se10	Numeric	8	2		None	None	8	Right	Sca
15	totalse	Numeric	8	2		None	None	8	Right	Sca
16	lc1	Numeric	8	2		None	None	8	Right	Sca
17	lc2	Numeric	8	2		None	None	8	Right	Sca
18	lc3	Numeric	8	2		None	None	8	Right	Sca
19	lc4	Numeric	8	2		None	None	8	Right	Sca
20	lc5	Numeric	8	2		None	None	8	Right	Sca
21	lc6	Numeric	8	2		None	None	8	Right	Sca
22	lc7	Numeric	8	2		None	None	8	Right	Sca
23	lc8	Numeric	8	2		None	None	8	Right	Sca

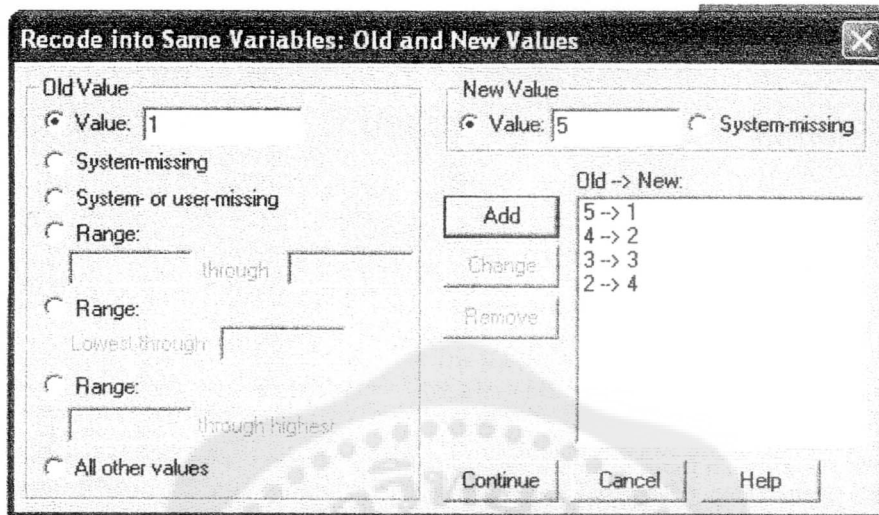
ผู้วิจัยสามารถตั้งค่าตัวแปรต่าง ๆ ได้ที่ช่อง Values ส่วนช่อง Types เป็นการกำหนดระดับ
มาตราตัวเลข คือ ระดับ Nominal Ordinal Interval และ Ratio

ภาพที่ 4 ขั้นตอนการแปลงค่าคะแนนทางบวกให้เป็นคะแนนทางลบ (Recode)



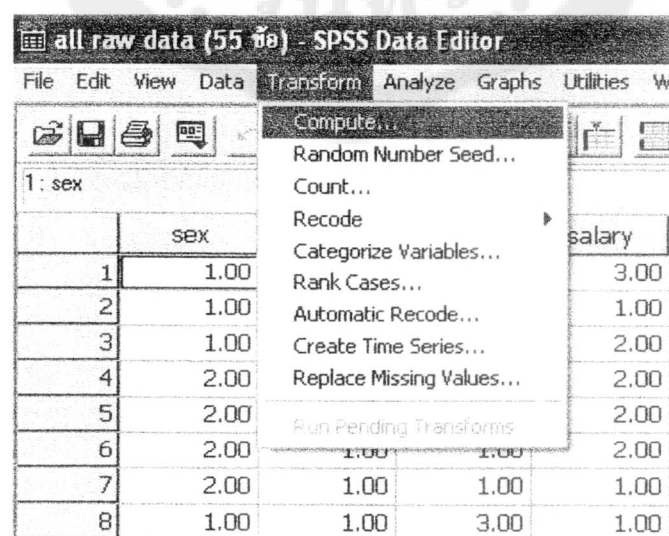
การแสดงค่า Recode คะแนน โดยเริ่มจาก คลิกที่ Transform → Recode → Into Same Variables



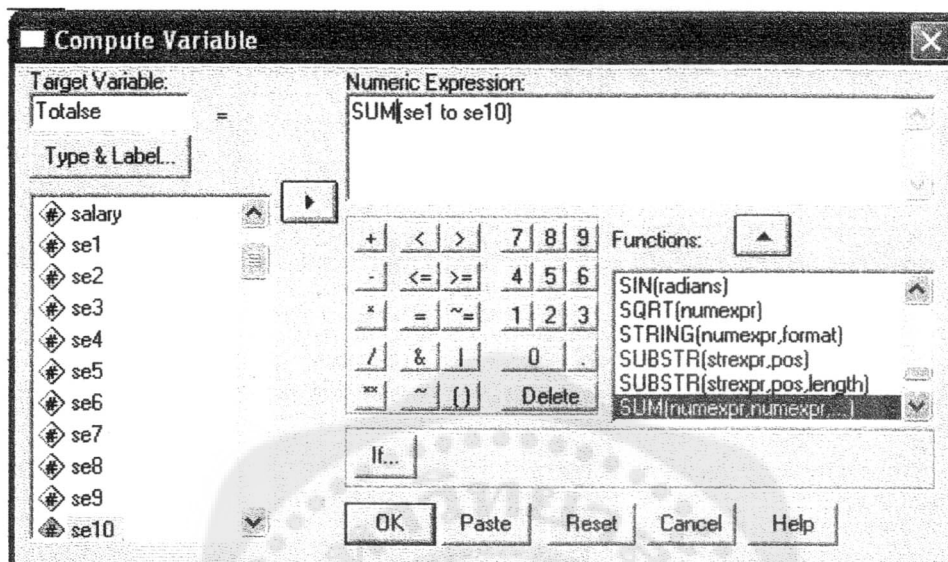


เลือกข้อที่เราต้องการจะแปลงคะแนนมาใส่ที่ช่อง Variables จากนั้นคลิกที่ Old and New Values เมื่อปรากฏหน้าต่าง Recode into Same Variables: Old and New Values ที่ช่อง Old Value ให้พิมพ์ค่าคะแนนเดิม ส่วน New Value ให้พิมพ์ค่าคะแนนใหม่ แล้วคลิก Add เช่น 5 → 1 เป็นต้น หลังจากนั้นคลิก Continue และกด OK

ภาพที่ 5 ขั้นตอนการหาคะแนนรวม (Total)



การหาคะแนนรวม (Total) ของแต่ละด้าน เริ่มจากการคลิก Transform → Compute

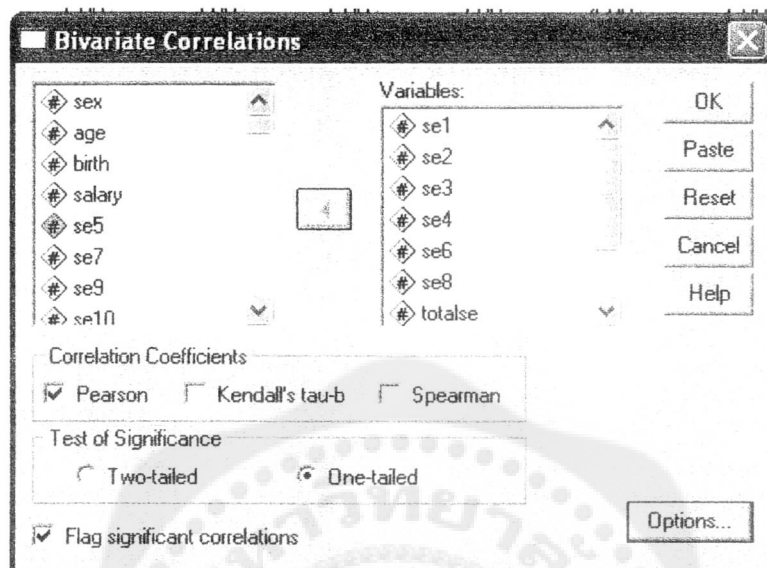


โดยเริ่มจากพิมพ์ช่อง Target Variable (ซ้ายมือ) ชื่อเดียวกับช่องที่ตั้งไว้ใน Data View ส่วนช่องทางขวามือคลิกเลือกคำสั่ง SUM แล้วพิมพ์ชื่อข้อวัดที่ต้องการคำนวณตั้งแต่ข้อแรกจนถึงข้อสุดท้าย และพิมพ์คำว่า to เพื่อเชื่อมการคำนวณของทุกข้อ

ภาพที่ 6 ขั้นตอนการหาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ

all raw data (55 ข้อ) - SPSS Data Editor

	sex	age	se1	se2
1	1.00	1.00		
2	1.00	1.00		
3	1.00	1.00		
4	2.00	1.00		
5	2.00	1.00		
6	2.00	1.00		
7	2.00	1.00		
8	1.00	1.00		
9	2.00	1.00		
10	2.00	1.00	3.00	2.00
11	1.00	1.00	1.00	1.00
12	1.00	1.00	3.00	3.00
13	1.00	1.00	1.00	2.00
14	2.00	1.00	1.00	2.00



ขั้นแรกคลิกที่ Analyze → Correlate → Bivariate... เลือกข้อทั้งหมดรวมทั้ง Total เข้าไปใส่ไว้ในช่อง Variables เลือก One-tailed แล้วกด OK การดูค่าอำนาจจำแนกรายข้อ ดูที่ช่อง Total ถ้ามี * แสดงว่า sig ที่ .05 และ ** แสดงว่า sig ที่ .01

ภาพที่ 7 ขั้นตอนการหาความสัมพันธ์ทั้งฉบับ

all raw data (55 ข้อ) - SPSS Data Editor

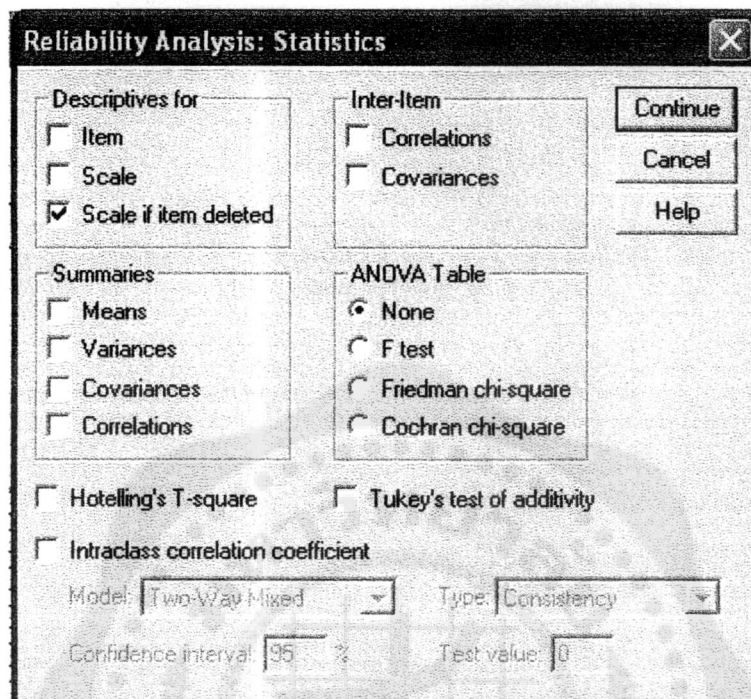
File Edit View Data Transform Analyze Graphs Utilities Window Help

1: age

	sex	age	se1	se2	se3
1	1.00	1.00			
2	1.00	1.00			
3	1.00	1.00			
4	2.00	1.00			
5	2.00	1.00			
6	2.00	1.00			
7	2.00	1.00			
8	1.00	1.00			
9	2.00	1.00			
10	2.00	1.00	3.00	2.00	3.00
11	1.00	1.00	1.00	1.00	3.00
12	1.00	1.00	3.00	3.00	1.00

Reports
Descriptive Statistics
Compare Means
General Linear Model
Mixed Models
Correlate
Regression
Loglinear
Classify
Data Reduction
Scale
Nonparametric Tests
Survival
Multiple Response

Reliability Analysis...
Multidimensional Scaling...



ขั้นแรก คลิกที่ Analyze → Scale → Reliability Analysis... เลือกข้อทั้งหมดเข้าไปใส่ไว้ในช่อง Item คลิกที่ Statistics หลังจากนั้นเลือกที่ Scale if item deleted คลิกที่ Continue แล้วกด OK

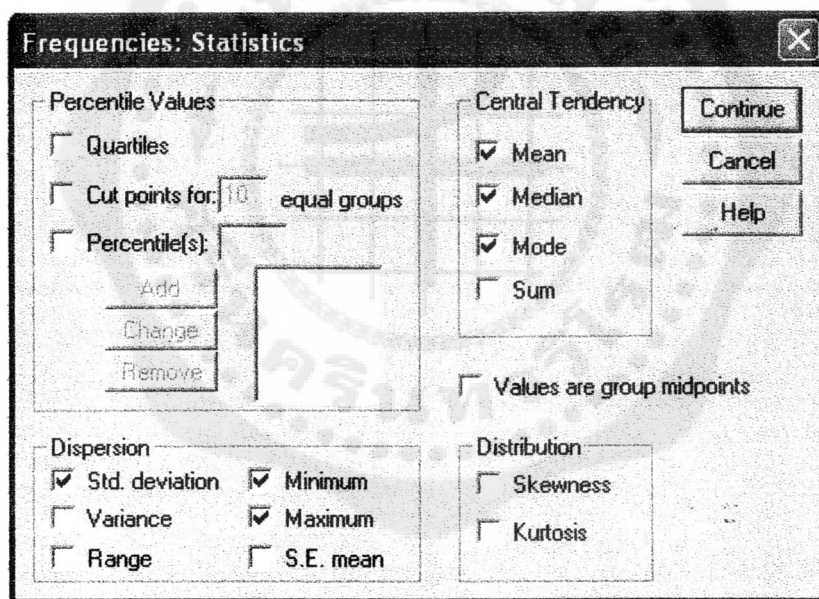
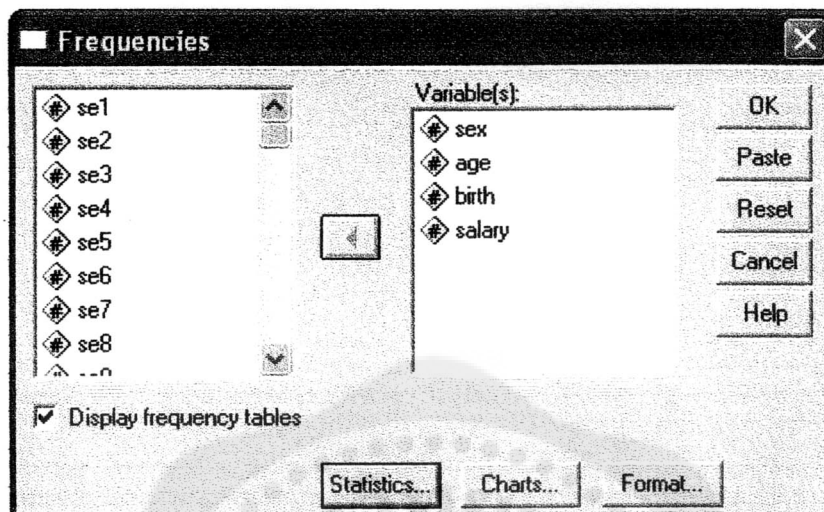
ภาพที่ 8 ขั้นตอนการหาสถิติพื้นฐาน

all raw data (55 ข้อ) - SPSS Data Editor

File Edit View Data Transform Analyze Graphs Utilities Window Help							
1: age							
	sex	age					
1	1.00	1.00					
2	1.00	1.00					
3	1.00	1.00					
4	2.00	1.00					
5	2.00	1.00					
6	2.00	1.00					
7	2.00	1.00					
8	1.00	1.00					
9	2.00	1.00					
10	2.00	1.00	3.00	2.00	2.00	3.00	
11	1.00	1.00	1.00	1.00	3.00	3.00	

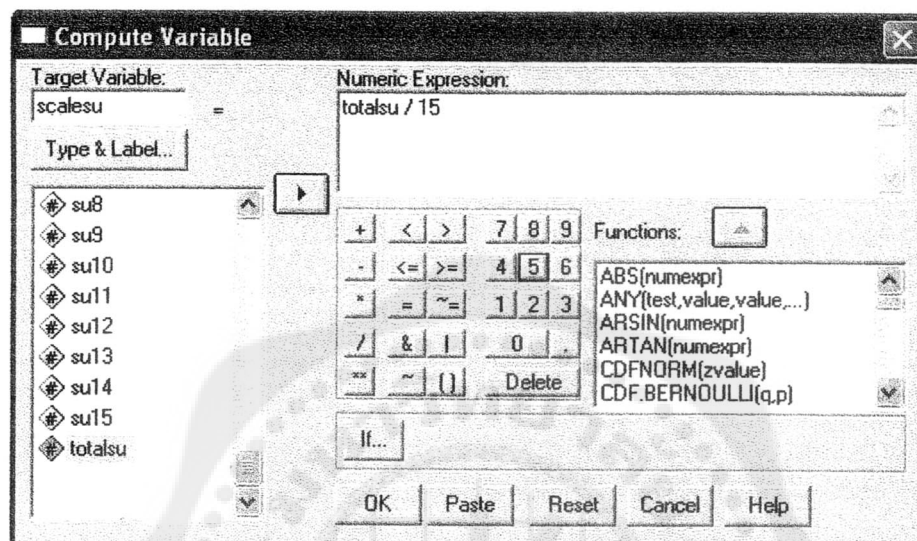
Reports

- Descriptive Statistics
 - Frequencies...
 - Descriptives...
 - Explore...
 - Crosstabs...
 - Ratio...
- Compare Means
- General Linear Model
- Mixed Models
- Correlate
- Regression
- Loglinear
- Classify
- Data Reduction
- Scale
- Nonparametric Tests
- Survival
- Multiple Response



คลิกที่ Analyze → Descriptive Statistics → Frequencies... เลือกตัวแปรที่ต้องการหาค่าสถิติพื้นฐานหลังจากนั้นคลิกที่ Statistics... เลือก Mean Median Mode Minimum Maximum และ Std. deviation และคลิกที่ Continue แล้วกด OK

ภาพที่ 9 ขั้นตอนการหาค่าคะแนนของระดับความคิดมาตัวตาย



เริ่มจากการเข้า Transform → Compute และช่องทางซ้ายมือ (Target) พิมพ์ชื่อเดียวกับช่องใน Data View ส่วนช่องทางขวามือให้คลิกคะแนนรวมทั้งหมด และคลิกเครื่องหมายหาร (/) เพื่อนำมาหารกับข้อทั้งหมด และกด OK เพื่อหาผลลัพธ์ออกมาเป็นระดับ scale

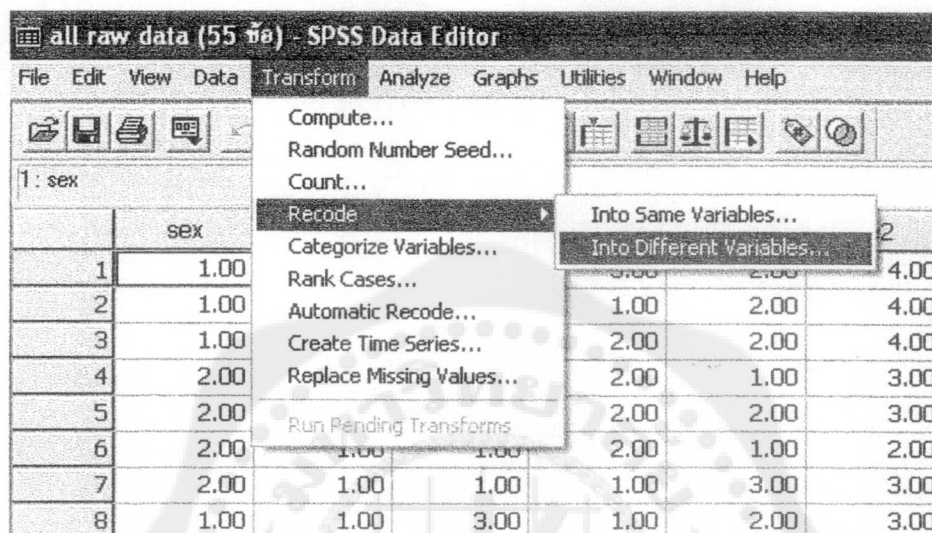
all raw data (55 ข้อ) recode #. หา total หักค่าเฉลี่ย - SPSS Data Editor

File Edit View Data Transform Analyze Graphs Utilities Window Help

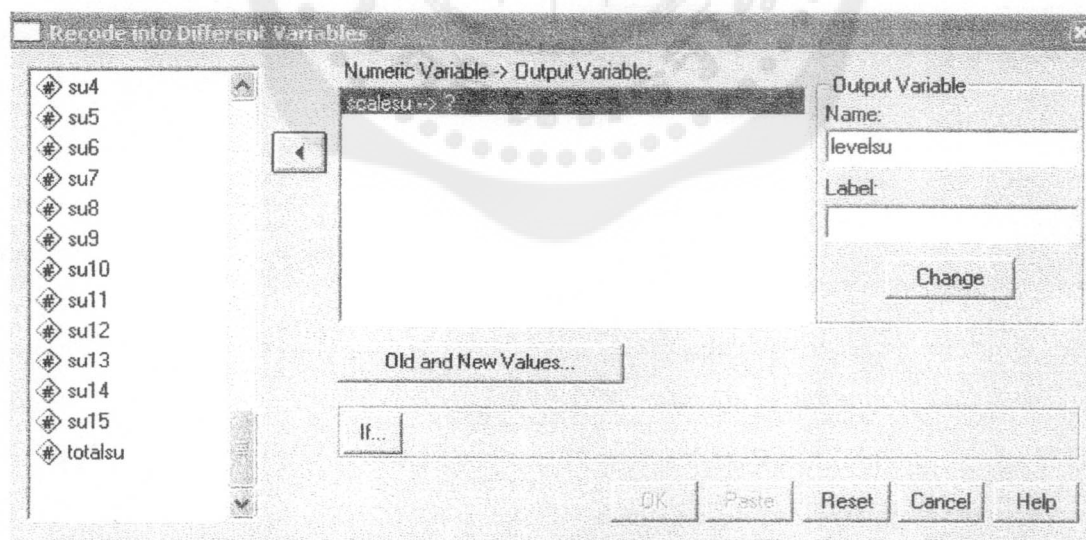
1:

	su11	su12	su13	su14	su15	totalsu	scalesu
1	1.00	1.00	2.00	1.00	1.00	18.00	1.20
2	1.00	1.00	1.00	1.00	2.00	20.00	1.33
3	1.00	1.00	2.00	1.00	1.00	20.00	1.33
4	1.00	2.00	1.00	1.00	1.00	20.00	1.33
5	1.00	1.00	2.00	1.00	1.00	21.00	1.40
6	1.00	2.00	1.00	1.00	2.00	25.00	1.67
7	2.00	3.00	2.00	2.00	2.00	35.00	2.33
8	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	20.00	1.33
9	1.00	1.00	3.00	1.00	2.00	24.00	1.60

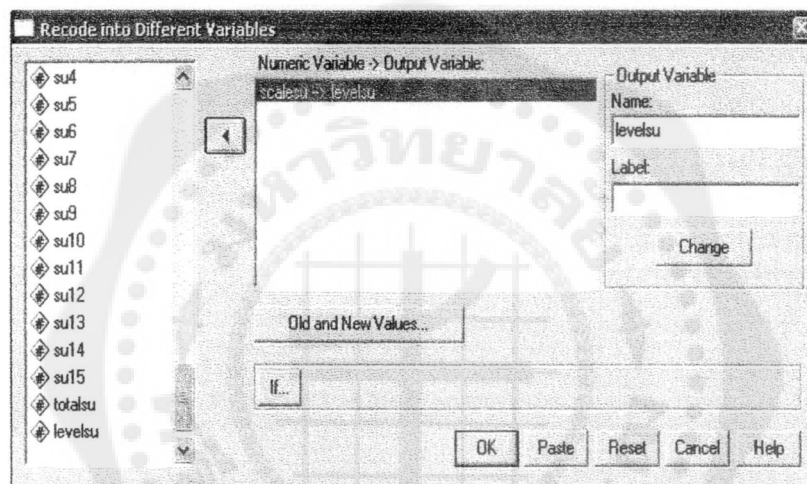
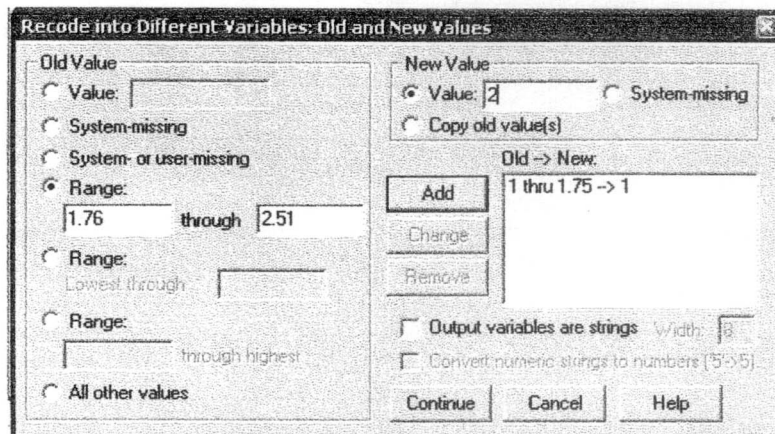
ภาพที่ 10 ขั้นตอนการหาค่าระดับความคิดฆ่าตัวตายเพื่อแยกเป็น 4 ระดับ (levelsu)



การทำให้เป็นระดับความคิดฆ่าตัวตาย 4 ระดับ เริ่มจากการตั้งค่าในแต่ละระดับ ซึ่งมีทั้ง 4 ระดับ โดยคลิก Transform → Recode เลือกแบบ Into Different Variables...



การแปลงค่า scale ให้เป็น 4 ระดับ เริ่มจากการคลิก scalesu ที่อยู่ช่องทางซ้ายมือให้ไปอยู่ในช่องทางกลาง และช่องทางขวามือให้พิมพ์ชื่อใหม่ที่ต้องการซึ่งเป็นชื่อเดียวกันกับที่ตั้งไว้ใน Data View หลังจากนั้นคลิก Old and New Values...

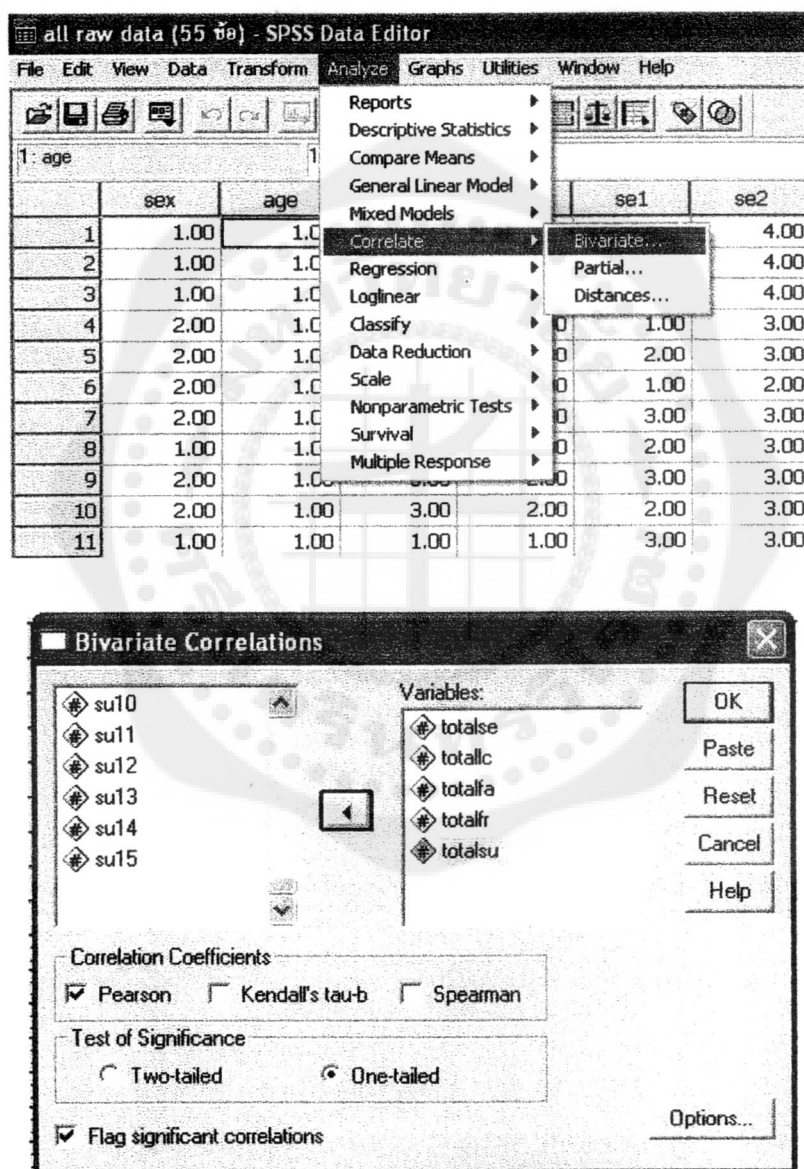


การกำหนดระดับความคิดฆ่าตัวตายให้เป็น 4 ระดับ (ค่าที่ใช้กำหนดได้มาจากการหาค่าพิสัย) เริ่มจากการคลิกปุ่ม Range และพิมพ์ค่าตัวเลขที่ต้องการกำหนดจากเท่าไรถึงเท่าไรให้เป็นระดับใด (เช่น กำหนดให้ค่า 1 - 1.75 เป็นระดับ 1) แล้วกด Add ทำเช่นนั้นจนครบทั้ง 4 ระดับ กด Continue จากนั้นกด Change ค่า ได้ผลลัพธ์ออกมาเป็นระดับความคิดฆ่าตัวตาย 4 ระดับ

all raw data (55 obs) recode + มา total หกส่วนแล้ว - SPSS Data Editor								
File Edit View Data Transform Analyze Graphs Utilities Window Help								
1: levelsu								
	su11	su12	su13	su14	su15	totalsu	scalesu	levelsu
1	1.00	1.00	2.00	1.00	1.00	18.00	1.20	1.00
2	1.00	1.00	1.00	1.00	2.00	20.00	1.33	1.00
3	1.00	1.00	2.00	1.00	1.00	20.00	1.33	1.00
4	1.00	2.00	1.00	1.00	1.00	20.00	1.33	1.00
5	1.00	1.00	2.00	1.00	1.00	21.00	1.40	1.00
6	1.00	2.00	1.00	1.00	2.00	25.00	1.67	1.00
7	2.00	3.00	2.00	2.00	2.00	35.00	2.33	2.00
8	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	20.00	1.33	1.00

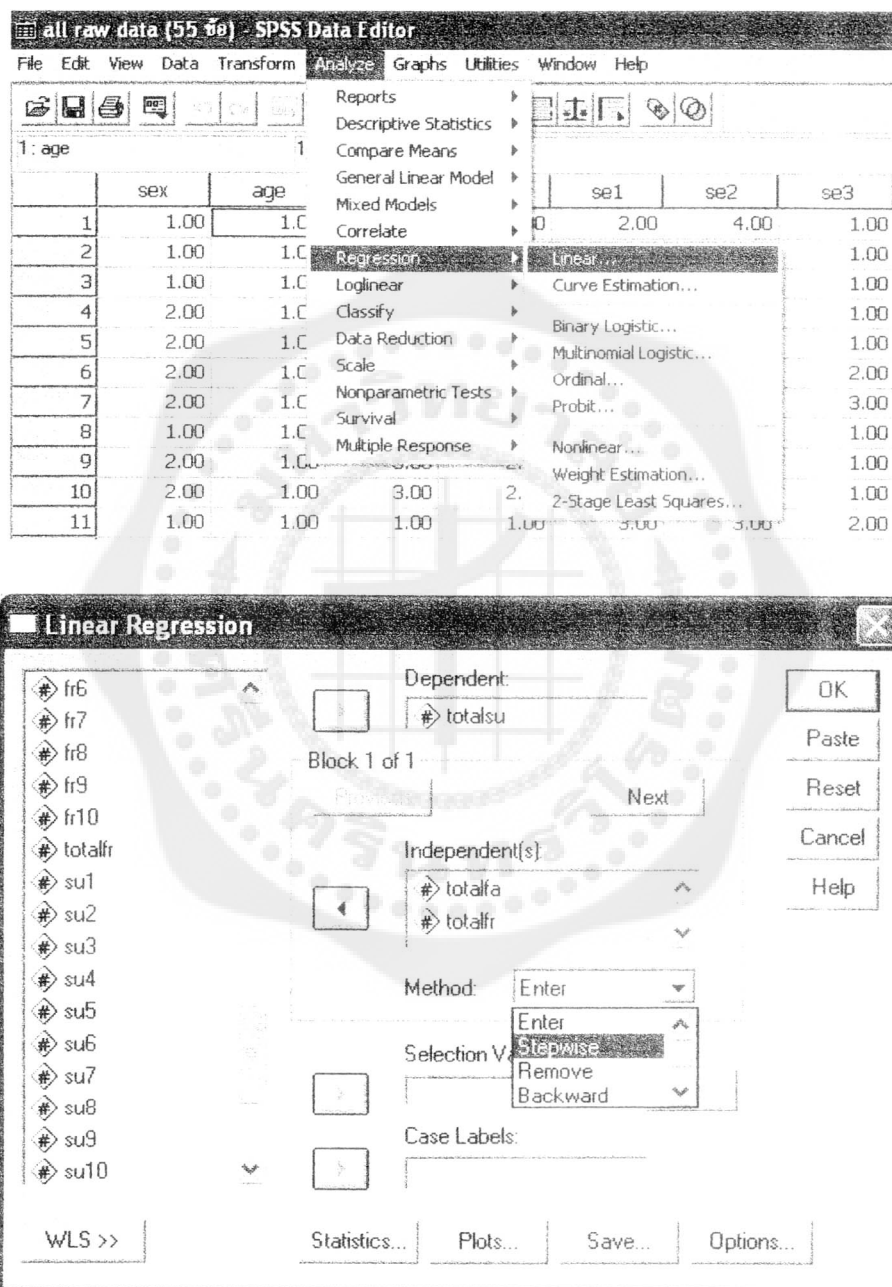
การทดสอบสมมติฐาน

ภาพที่ 11 ขั้นตอนการหาสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน

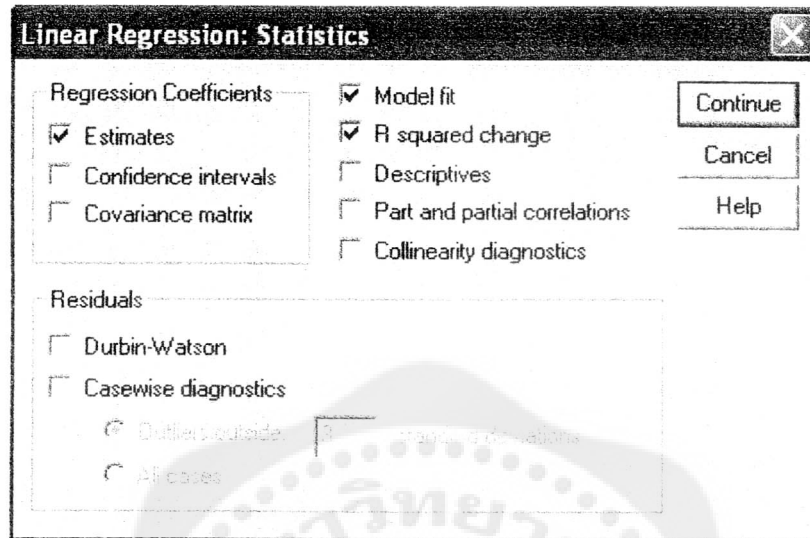


ขั้นแรกคลิกที่ Analyze → Correlate → Bivariate... เลือกผลรวม (Total) ทั้งหมดเข้าไปใส่ไว้ในช่อง Variables เลือก One-tailed (เนื่องจากการตั้งสมมติฐานเป็นแบบมีทิศทางชัดเจน) แล้วกด OK

ภาพที่ 12 ขั้นตอนการหาสัมประสิทธิ์การถดถอยพหุคูณ



ขั้นแรกคลิกที่ Analyze → Regression → Linear เลือกผลรวม (Total) ของตัวแปรตาม ใส่ในช่อง Dependent: Linear เลือกผลรวม (Total) ของตัวแปรอิสระทั้งหมดใส่ในช่อง Independent(s): ถ้าต้องการหาแบบใด เลือกที่ช่อง Method



จากนั้น คลิกที่ Statistics... แล้วเลือก R squared change แล้วคลิก Continue และกด OK จะได้ตารางแสดงค่าสัมประสิทธิ์การทำนายพหุคูณแบบขั้นตอน (Stepwise) โดยดูจากค่า R Square ในตาราง Model Summary ได้ค่าอำนาจการทำนายร่วมกันทั้ง 4 ตัวแปร เท่ากับ ร้อยละ 36.5

Model Summary^e

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	.485 ^a	.235	.234	5.81731	
2	.555 ^b	.308	.306	5.53730	
3	.591 ^c	.350	.346	5.37337	
4	.604 ^d	.365	.361	5.31408	1.816

a. Predictors: (Constant), totalfr

b. Predictors: (Constant), totalfr, totalfa

c. Predictors: (Constant), totalfr, totalfa, totalfc

d. Predictors: (Constant), totalfr, totalfa, totalfc, totale

e. Dependent Variable: totalsu

ภาคผนวก ฉ
ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ - สกุล	นางสาวกนกพร วิริยะโพธิ์ชัย
วันเดือนปีเกิด	21 พฤษภาคม 2527
สถานที่เกิด	ผดุงครรภ์ เทศเวศร์
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	650-652 ซ.ตลาดศรีเขมา ถ.พระราชราษฎร์สาย 1 เขตบางซื่อ กรุงเทพมหานคร 10800
ตำแหน่งหน้าที่	-
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	-
ประวัติการศึกษา	พ.ศ. 2533 - พ.ศ. 2538 ประถมศึกษา โรงเรียนวัดปากน้ำ(พิบูลสงคราม) พ.ศ. 2539 - พ.ศ. 2544 มัธยมศึกษา โรงเรียนสตรีนนทบุรี พ.ศ. 2545 - พ.ศ. 2548 วท.บ. (จิตวิทยา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ - สกุล	นางสาวกนกอร ไผ่ทอง
วันเดือนปีเกิด	3 ตุลาคม 2526
สถานที่เกิด	โรงพยาบาลราชวิถี
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	180 ซ.พร้อมพรรณ (ลิ้มทอง) ถ.ประชาสงเคราะห์ เขตดินแดง กรุงเทพมหานคร 10400
ตำแหน่งหน้าที่	-
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	-
ประวัติการศึกษา	พ.ศ. 2533 - พ.ศ. 2538 ประถมศึกษา โรงเรียนแม่พระฟาติมา พ.ศ. 2539 - พ.ศ. 2544 มัธยมศึกษา โรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี พ.ศ. 2545 - พ.ศ. 2548 วท.บ. (จิตวิทยา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ - สกุล	นางสาวภรภัทร ฐนะภูรี
วันเดือนปีเกิด	15 เมษายน 2527
สถานที่เกิด	โรงพยาบาลราชวิถี
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	933/171 หมู่บ้านพิมพ์ทอง ซ.ลาดพร้าว 101 แขวงวังทองหลาง เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร 10310
ตำแหน่งหน้าที่	-
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	-
ประวัติการศึกษา	พ.ศ. 2533 - พ.ศ. 2538 ประถมศึกษา โรงเรียนแม่พระฟาติมา พ.ศ. 2539 - พ.ศ. 2544 มัธยมศึกษา โรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี พ.ศ. 2545 - พ.ศ. 2548 วท.บ. (จิตวิทยา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ - สกุล	นางสาวศรินทิพย์ ชูเฟื่องอาตม์
วันเดือนปีเกิด	12 พฤศจิกายน 2526
สถานที่เกิด	โรงพยาบาลรามาริบัติ
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	11 ซ.เทอดไท 23 ถ.เทอดไท บุคคโล ชนบุรี กรุงเทพมหานคร 10600
ตำแหน่งหน้าที่	-
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	-
ประวัติการศึกษา	พ.ศ. 2533 - พ.ศ. 2538 ประถมศึกษา โรงเรียนสมาคมสตรีไทย พ.ศ. 2539 - พ.ศ. 2544 มัธยมศึกษา โรงเรียนศึกษานารี พ.ศ. 2545 - พ.ศ. 2548 วท.บ. (จิตวิทยา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ - สกุล	นายณัฏฐเนตร์ เอื้อกิตติโรจน์
วันเดือนปีเกิด	12 พฤศจิกายน 2526
สถานที่เกิด	โรงพยาบาลกรุงเทพ
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	304/10 ซ.เกียรติชัย ถ.อโศกดินแดง แขวงดินแดง เขตดินแดง กรุงเทพมหานคร 10320
ตำแหน่งหน้าที่	-
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	-
ประวัติการศึกษา	พ.ศ. 2533 - พ.ศ. 2538 ประถมศึกษา โรงเรียนพระมหาไถ่ศึกษา พ.ศ. 2539 - พ.ศ. 2544 มัธยมศึกษา โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ พ.ศ. 2545 - พ.ศ. 2548 วท.บ. (จิตวิทยา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ