

155.๑๐42

ศ ๖3๑๗

ร.3

กลวิธีเผชิญภาวะเครียดและพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น

๒๕ พ.ค. ๒๕๖๑

ปริญญานิพนธ์

ของ

สุกัญญา คมสัน

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาพัฒนาการ

มีนาคม ๒๕๕๐

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

๒๒ ๖

กลวิธีเผชิญภาวะเครียดและพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น

บทคัดย่อ
ของ
สุกัญญา กมสัน

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาพัฒนาการ
มีนาคม ๒๕๔๐

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อ 1.) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างกลวิธีเผชิญภาวะเครียด 3 รูปแบบ (คือ แบบมุ่งแก้ไขปัญหา แบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ และแบบหลีกเลี่ยง) กับพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น 2.) ศึกษาผลของปฏิสัมพันธ์ระหว่างกลวิธีเผชิญภาวะเครียด 3 รูปแบบนั้น ที่มีต่อพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น 3.) เปรียบเทียบกลวิธีเผชิญภาวะเครียดและพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ตามตัวแปรชีวสังคมด้าน เพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว และตำแหน่งหน้าที่การงาน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นพนักงานรัฐวิสาหกิจจากองค์กร 5 แห่ง ในเขตจังหวัดนครราชสีมา ในปี พ.ศ.2539 จำนวน 277 คน ซึ่งได้มาโดยวิธีสุ่มแบบกลุ่ม

เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย คือ แบบวัดกลวิธีเผชิญภาวะเครียด และแบบวัดพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน t-test การวิเคราะห์ความแปรปรวนชนิดทางเดียว และสามทาง

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ส่วนกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาและแบบหลีกเลี่ยงไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

2. ปฏิสัมพันธ์ระหว่างกลวิธีเผชิญภาวะเครียดทั้ง 3 รูปแบบ ไม่มีผลกระทบต่อพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

3. กลุ่มตัวอย่างเพศหญิงและเพศชายมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาไม่แตกต่างกัน แต่เพศหญิงมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์และแบบหลีกเลี่ยงมากกว่าเพศชาย ส่วนกลุ่มตัวอย่างที่มีสถานภาพสมรสแตกต่างกัน จะมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดทั้ง 3 รูปแบบไม่แตกต่างกัน และกลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษา หรือสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว หรือตำแหน่งหน้าที่การงานสูงกว่า มีแนวโน้มใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาสูงกว่า แต่ใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ และแบบหลีกเลี่ยงต่ำกว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษา หรือสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวหรือตำแหน่งหน้าที่การงานต่ำกว่า

4. กลุ่มตัวอย่างเพศชายมีพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สูงกว่าเพศหญิง แต่กลุ่มตัวอย่างที่มี สถานภาพสมรส หรือระดับการศึกษา หรือสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว หรือตำแหน่งหน้าที่การงานแตกต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ไม่แตกต่างกัน

COPING STRATEGIES AND DRINKING BEHAVIOR IN YOUNG ADULTS

**AN ABSTRACT
BY
SUKUNYA KOMSON**

**Presented in partial fulfillment of the requirements for the Master
of Education degree in Developmental Psychology
at Srinakharinwirot University
March 1997**

The purposes of this research were : 1.) to study relations between each of the three coping strategies (focused problem, focused emotion and avoidant) and drinking behavior of young adults.; 2.) to study interaction effects of the three coping strategies to drinking behavior of young adults.; 3.) to compare coping strategies and drinking behavior among group of young adults with different sex, marital status, educational level, family economical status and working level.

The sample of this study consisted of 277 employees from 5 enterprises at nakornrachasima province in 1997. They were drawn by cluster random sampling.

The instrument employed in this study were the Coping Strategies Test and the Drinking Behavior test.

The Pearson Product Moment Correlation, One-way and Three-way ANOVA and t-test were employed for analyzing the data.

The major findings are :

1. Significant relation was found between emotion focused coping strategies and drinking behavior but not found between problem focused coping strategies or between avoidant coping strategies and drinking behavior.
2. There were not any interaction effects of the three coping strategies to drinking behavior.
3. Significant differences on problem focused coping strategies were not found among subjects with different sex but found that female used emotion and avoidant focused coping strategies significantly higher than male. Significant differences on all coping strategies were not found among subjects with different marital status. In addition, subjects with higher educational level or economical status or working level tended to used more on problem focused coping strategies but less on emotion focused and avoidance coping strategies than those with lower one.
4. Significant differences on drinking behavior were found among subjects with different sex (male > female) but were not found among subjects with different marital status, educational level, family economical status and working level.

คณะกรรมการควบคุมและคณะกรรมการสอบ ได้พิจารณาปรินุณยานิพนธ์ฉบับนี้แล้ว
เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอก
จิตวิทยาพัฒนาการ ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

คณะกรรมการควบคุม

..... 2/2 ประธาน
(ดร.นิยะดา จิตต์จรัส)

..... กรรมการ
(อาจารย์สมเกียรติ ทิพย์ทัศน์)

คณะกรรมการสอบ

..... 2/2 ประธาน
(ดร.นิยะดา จิตต์จรัส)

..... กรรมการ
(อาจารย์สมเกียรติ ทิพย์ทัศน์)

..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์วัฒนา ศรีสัตย์วาจา)

..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ประณต เล้าฉิม)

บัณฑิตวิทยาลัยอนุมัติให้รับปรินุณยานิพนธ์ฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาพัฒนาการ ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(ดร.ศิริภา พูลสุวรรณ)

วันที่ 5 เดือนมีนาคม พ.ศ. 2540

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยดี ทั้งนี้เนื่องจากความเมตตาและความกรุณาของ
อาจารย์ ดร. นิยะดา จิตต์จรัส ซึ่งคอยช่วยเหลือให้คำแนะนำ ให้ข้อคิดในการทำวิจัยและการแก้ไข
ข้อบกพร่องต่าง ๆ อันเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่องานวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยรู้สึกทราบซึ่ง และระลึกถึง
ความกรุณาของท่านตลอดมา ขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณ อาจารย์สมเกียรติ ทิพย์ทัศน์ และคณาจารย์ภาควิชาจิตวิทยาทุกท่าน
ที่กรุณาให้คำแนะนำ และแก้ไขข้อบกพร่อง ทำให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สมบูรณ์มากยิ่งขึ้น

ขอขอบคุณพนักงานรัฐวิสาหกิจทั้ง 5 แห่ง ในจังหวัดนครราชสีมาที่ได้ให้ความช่วยเหลือ
อำนวยความสะดวก และให้ความร่วมมือในการทำวิจัยครั้งนี้เป็นอย่างดี

ขอขอบคุณเพื่อน ๆ ร่วมรุ่นทุกท่าน โดยเฉพาะอย่างยิ่ง คุณนเรศ นิลประดิษฐ์ ที่ช่วยเหลือ
ให้คำแนะนำ และคุณจันทร์เพ็ญ ธรรมเจริญ ที่ช่วยเหลือในการวิเคราะห์ข้อมูล

ท้ายที่สุดนี้ขอน้อมระลึกถึงพระคุณของบิดา มารดา และ คุณชวเดช คมสัน ที่ให้กำลังใจ
กำลังทรัพย์ และคอยช่วยเหลือผู้วิจัยตลอดมา

สุกัญญา คมสัน

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ.....	1
ภูมิหลัง.....	1
จุดมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า.....	5
ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า.....	6
ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า.....	6
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	8
นิยามปฏิบัติการ.....	8
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	12
แนวคิดเกี่ยวกับกลวิธีเผชิญภาวะเครียด.....	13
งานวิจัยที่เกี่ยวกับกับกลวิธีเผชิญภาวะเครียด.....	34
แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์.....	38
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์.....	49
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกลวิธีเผชิญภาวะเครียดและ พฤติกรรมกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์.....	53
กรอบความคิด.....	56
สมมติฐานงานวิจัย.....	57
3 วิธีการดำเนินการวิจัย.....	58
การกำหนดขนาดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	58
การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	59
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	63
การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	64
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	65
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	65
การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	65

5 บทย่อ สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	99
บทย่อ.....	99
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า.....	99
สมมติฐานในการศึกษาค้นคว้า.....	99
วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า.....	100
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	101
สรุปผลการศึกษาค้นคว้า.....	102
อภิปรายผล.....	104
ข้อเสนอแนะ.....	113
ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป.....	114
บรรณานุกรม.....	115
ภาคผนวก.....	120
ประวัติย่อของผู้วิจัย.....	136

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 ชนิดของเครื่องดื่มน้ำแอลกอฮอล์ ปริมาณ และความร้อน.....	40
2 ปริมาณการบริโภคเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ ในช่วงปี พ.ศ. 2529-2533.....	41
3 ปริมาณเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่มีผลต่อผู้บริโภค.....	48
4 จำนวนและร้อยละของพนักงานรัฐวิสาหกิจในเขตจังหวัดนครราชสีมาจำแนกตาม ตัวแปรที่ศึกษา.....	67
5 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนกลวิธีเผชิญภาวะเครียด และพฤติกรรมกรบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์.....	69
6 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างกลวิธีเผชิญภาวะเครียดรูปแบบต่าง ๆ กับ พฤติกรรมกรบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์.....	70
7 วิเคราะห์ความแปรปรวนของพฤติกรรมกรบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ใน ผู้ใหญ่ออนต้น โดยมีกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา (1) แบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ (2) และแบบหลีกเลี่ยง (3) เป็นตัวแปรอิสระ.....	71
8 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา แบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ และแบบหลีกเลี่ยง เมื่อจำแนกตามตัวแปรชีวสังคมด้านเพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว และ ตำแหน่งหน้าที่การงาน.....	72
9 เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา ระหว่างเพศหญิงและเพศชาย.....	74
10 วิเคราะห์ความแปรปรวนของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาในผู้ใหญ่ออนต้น เมื่อจำแนกตามสถานภาพสมรส.....	74
11 วิเคราะห์ความแปรปรวนของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาในผู้ใหญ่ออนต้น เมื่อจำแนกตามระดับการศึกษา.....	75
12 เปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีเผชิญภาวะ เครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาในผู้ใหญ่ออนต้นที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน.....	76

13	วิเคราะห์ความแปรปรวนของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาใน ผู้ใหญ่ออนตัน เมื่อจำแนกตามสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว.....	77
14	เปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีเผชิญภาวะ เครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา ในผู้ใหญ่ออนตันที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของ ครอบครัวแตกต่างกัน.....	78
15	วิเคราะห์ความแปรปรวนของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาในผู้ใหญ่ออนตัน เมื่อจำแนกตามตำแหน่งหน้าที่การงาน.....	79
16	เปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีเผชิญภาวะ เครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาในผู้ใหญ่ออนตันที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานแตกต่างกัน....	79
17	เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ ระหว่างเพศหญิงและเพศชาย.....	80
18	วิเคราะห์ความแปรปรวนของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ในผู้ใหญ่ออนตัน เมื่อจำแนกตามสถานภาพสมรส.....	81
19	วิเคราะห์ความแปรปรวนของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ในผู้ใหญ่ออนตัน เมื่อจำแนกตามระดับการศึกษา.....	82
20	เปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีเผชิญภาวะ เครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ในผู้ใหญ่ออนตันที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน.....	83
21	วิเคราะห์ความแปรปรวนของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ใน ผู้ใหญ่ออนตันเมื่อจำแนกตามสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว.....	84
22	เปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีเผชิญภาวะ เครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ในผู้ใหญ่ออนตันที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของ ครอบครัวแตกต่างกัน.....	84
23	วิเคราะห์ความแปรปรวนของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ใน ผู้ใหญ่ออนตันเมื่อจำแนกตามตำแหน่งหน้าที่การงาน.....	85
24	เปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีเผชิญภาวะ เครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ในผู้ใหญ่ออนตันที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานแตกต่างกัน...	86

25	เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลักหนีระหว่างเพศหญิงและเพศชาย.....	86
26	วิเคราะห์ความแปรปรวนของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลักหนีในผู้ใหญ่ตอนต้นเมื่อจำแนกตามสถานภาพสมรส.....	87
27	วิเคราะห์ความแปรปรวนของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลักหนีในผู้ใหญ่ตอนต้นจำแนกตามระดับการศึกษา.....	88
28	เปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลักหนีในผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน.....	88
29	วิเคราะห์ความแปรปรวนของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลักหนีในผู้ใหญ่ตอนต้นเมื่อจำแนกตามสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว.....	89
30	เปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลักหนีในผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวแตกต่างกัน.....	90
31	วิเคราะห์ความแปรปรวนของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลักหนีในผู้ใหญ่ตอนต้นเมื่อจำแนกตามตำแหน่งหน้าที่การงาน.....	91
32	เปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลักหนีในผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานแตกต่างกัน.....	91
33	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เมื่อจำแนกตามตัวแปรชีวสังคมด้าน เพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว และตำแหน่งหน้าที่การงาน.....	92
34	เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ระหว่างเพศหญิงและเพศชาย.....	94
35	วิเคราะห์ความแปรปรวนของพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในผู้ใหญ่ตอนต้นเมื่อจำแนกตามสถานภาพสมรส.....	94
36	วิเคราะห์ความแปรปรวนของพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในผู้ใหญ่ตอนต้นเมื่อจำแนกตามระดับการศึกษา.....	95

37	วิเคราะห์ความแปรปรวนของพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในผู้ใหญ่ ตอนต้นเมื่อจำแนกตามสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว.....	96
38	วิเคราะห์ความแปรปรวนของพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในผู้ใหญ่ ตอนต้นเมื่อจำแนกตามตำแหน่งหน้าที่การงาน.....	97
39	สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้านการเปรียบเทียบกลวิธีเผชิญภาวะเครียดรูปแบบต่าง ๆ ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้นตามตัวแปรชีวสังคมด้าน เพศ สถานภาพสมรส ระดับการ ศึกษา สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว และตำแหน่งหน้าที่การงาน.....	98
40	สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้านการเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่ม แอลกอฮอล์ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้นตามตัวแปรชีวสังคมด้านเพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว และตำแหน่งหน้าที่การงาน.....	98
41	ค่าอำนาจจำแนกรายข้อและความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างของแบบสอบถาม กลวิธีเผชิญภาวะเครียด.....	130
42	ค่าอำนาจจำแนกรายข้อและความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างของแบบสอบถาม พฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์.....	132
43	ความถี่และร้อยละรายข้อในการตอบแบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภค เครื่องดื่มแอลกอฮอล์.....	133

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ	หน้า
1 กระบวนการเผชิญภาวะเครียดขั้นประเมินสถานการณ์ขั้นที่หนึ่ง.....	29
2 กระบวนการเผชิญภาวะเครียดประเมินสถานการณ์ขั้นที่สอง.....	30
3 กระบวนการเผชิญภาวะเครียด.....	31

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

สภาพสังคมในปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทั้งทางด้านเศรษฐกิจ สังคม และวัฒนธรรมรวมทั้งเทคโนโลยีต่าง ๆ การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวย่อมมีทั้งผลดีและผลเสีย ผลดีก็คือ มนุษย์มีความสะดวกสบายในการดำรงชีวิตเพิ่มมากขึ้น ส่วนผลเสียก็คือ ปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นมาจากผลิตผลที่มนุษย์สร้างขึ้นมีแนวโน้มควบคู่ไปกับอัตราการเพิ่มของประชากร เช่น ปัญหาสิ่งแวดล้อมเป็นพิษ ปัญหาอาชญากรรม ปัญหายาเสพติด ปัญหาโสเภณี เป็นต้น ปัญหา ดังกล่าวได้ชี้ให้เห็นว่า ทุกคนในสังคมต้องต่อสู้ดิ้นรนเพื่อความอยู่รอด มีการแข่งขันชิงดีชิงเด่น ขาดความเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกันจึงทำให้เกิดความเครียด (เย็นยง ไทยใจดี. 2537 : 1-2 ; อ้างอิงมาจาก สมชัย วุฒิปรีชา. 2534) ความเครียดเป็นปฏิกิริยาของร่างกายและจิตใจที่ตอบสนองต่อความกดดัน ทั้งภายในร่างกายและสภาพแวดล้อมภายนอก ซึ่งขัดขวางต่อความต้องการ ทำให้ภาวะของร่างกายและจิตใจขาดความสมดุล (เย็นยง ไทยใจดี. 2537 ; อ้างอิงมาจาก Baron and Greenberg. 1990).

(ก) ความเครียดจัดเป็นประสบการณ์ทางจิตประการหนึ่ง ที่คนเราทุกคนเคยพบมาในชีวิตส่วนจะพบมากน้อยเพียงใดนั้นขึ้นอยู่กับประสบการณ์และเหตุการณ์ส่วนตัวที่เราได้เข้าไปมีส่วนพัวพันอยู่ด้วย (ลิจิต กาญจนารมณ์. 2530 : 154) สิ่งที่เกิดติดตามมาจากความเครียดคือ ความรู้สึกหรือประสบการณ์ทางอารมณ์ ซึ่งแน่นอนว่าเป็นอารมณ์ที่ไม่มีความสุขเป็นทุกข์ อารมณ์ดังกล่าวนี้ ต่อไปจะสัมพันธ์กับพฤติกรรมที่คนเราต้องปรับปรุงแก้ไขเพื่อความอยู่รอด ทำให้เกิดพฤติกรรมใหม่ในการแก้ปัญหา ซึ่งจัดเป็นพฤติกรรมเผชิญภาวะเครียดเพื่อให้ความรู้สึกไม่สบาย หรือเป็นทุกข์ดังกล่าวลดน้อยลง และในบางครั้งความเครียดอาจเป็นแรงจูงใจอย่างหนึ่งที่จะทำให้มนุษย์ใช้ความพยายามในการขวนขวาย กระตือรือร้นมากขึ้น และจัดการกับปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นให้ลุล่วงไปได้ (เพ็ญศรี วรสัมปติ. 2537 : 2) บุคคลที่เคยมีประสบการณ์การแก้ปัญหาที่ถูกต้องเหมาะสม และประสบผลสำเร็จ จะช่วยให้มีพัฒนาการที่ดีต่อไปตามวัย สามารถปรับตัวได้ดี การดำเนินชีวิตก็จะมีความสุข สุขภาพจิตที่ดีก็จะตามมาด้วย ส่วนบุคคลที่แก้ไขภาวะเครียดหรือมีการปรับตัวที่ไม่ดีก็จะทำให้เกิดการเสียสมดุลจนถึงขั้นวิกฤติได้ (Garland

and Bush, 1986)

ลาซารัส (Lazarus, 1986 : 33) ได้แบ่งกลวิธีที่บุคคลใช้ในการเผชิญภาวะเครียดออกเป็น 2 วิธี คือ

1. กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา (Problem Focused Coping Strategies) เป็นการเลือกวิธีการแก้ไขปัญหาคือดีที่สุดมาใช้ โดยมุ่งเน้นไปที่การแก้ปัญหาสิ่งแวดล้อม และตนเองโดยตรง (Direct Action) ซึ่งจะแตกต่างกันไปตามชนิดของปัญหาที่ได้รับ เช่น การใช้วิธีแก้ปัญหาหลาย ๆ วิธี การตั้งเป้าหมายในการแก้ปัญหา การนำประสบการณ์เดิมมาช่วยแก้ปัญหา เป็นต้น

2. กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ (Emotion Focused Coping Strategies) เป็นวิธีการที่บุคคลแสดงเพื่อลดความกดดัน บรรเทา หรือกำจัดสิ่งคุกคาม (Palliation) โดยการจัดการกับอารมณ์ที่เกิดขึ้นในสถานการณ์มากกว่าการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตนเองหรือเปลี่ยนแปลงสถานการณ์ เช่น การบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การพึ่งยาแก้ปวดประสาท และยานอนหลับ การฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อ การใช้กลวิธีป้องกันตัว เป็นต้น

ต่อมาในปี 1989 คาร์เวอร์และคณะ (Fromme and Rivet, 1994 ; citing Carver et al. 1989) ได้แบ่งกลวิธีเผชิญภาวะเครียดออกเป็น 3 ประเภท โดยได้แยกการเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงออกจากกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ ดังที่ลาซารัสได้แบ่งไว้ข้างต้นและเขาเรียกกลวิธีนี้ว่ากลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยง (Avoidant Coping Strategies) หรือแบบได้ประโยชน์น้อย (Less Useful Coping Strategies) เช่น การปฏิเสธทั้งทางด้านจิตใจและพฤติกรรม โดยการไม่คิด และไม่ปฏิบัติการใด ๆ ทั้งสิ้น ซึ่งรวมทั้งการไม่พึ่งยาและเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เป็นต้น

จะเห็นได้ว่าการปรับตัวหรือการเผชิญภาวะเครียดของบุคคลนั้นมีหลายวิธีการ และหนึ่งในหลายวิธีนั้น วิธีที่ง่ายและนิยมปฏิบัติก็คือ การบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จากรายงานของสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติพบว่า ในรอบระยะ 5 ปีที่ผ่านมา (ปี พ.ศ. 2529-2533) ปริมาณการบริโภคสุราและเบียร์มีแนวโน้มสูงขึ้นตลอดมา โดยในปี 2529 มีปริมาณการบริโภคสุราเฉลี่ยต่อคนเท่ากับ 18.6 ลิตร ปี 2530 มีปริมาณการบริโภคสุราเฉลี่ยต่อคนเพิ่มขึ้นเล็กน้อยคือ 18.8 ลิตร ในปี 2531 มีปริมาณการบริโภคสุราเฉลี่ยต่อคนเท่ากับ 20.2 ลิตร ต่อมาในปี 2532 ปริมาณการบริโภคสุราเฉลี่ยต่อคนเพิ่มขึ้นเป็น 21.2 ลิตร และในปี 2533 ปริมาณการบริโภคสุราเฉลี่ยต่อคนสูงถึง 33.3 ลิตร ส่วนการบริโภคเบียร์เฉลี่ยต่อคนตั้งแต่ปี 2529 ถึงปี 2533 เป็น 4.8, 5.1, 6.5, 9.3 และ 13.2 ลิตร ตามลำดับ (กองบัญชาการตำรวจสันติบาล สำนักงาน

คณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. 2527) จากสถิติดังกล่าวนี้แสดงให้เห็นว่า เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้กลายเป็นเครื่องดื่มที่บุคคลนิยมบริโภคเพิ่มมากขึ้น จนกลายเป็นค่านิยมและเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวัน ซึ่งจะเห็นได้จากไม่ว่าในยามปกติ ในงานพิธี ในงานประเพณีต่าง ๆ หรือในงานเลี้ยงสังสรรค์ใดก็ตาม จะต้องมีการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์กันอยู่เสมอ หรือแม้แต่ในยามที่ต้องเผชิญกับความทุกข์ความเครียดในชีวิตประจำวัน เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ก็ถูกนำมาบริโภคเพื่อทำให้จิตใจสบายในช่วงขณะหนึ่ง ทั้ง ๆ ที่เครื่องดื่มแอลกอฮอล์จัดเป็นสิ่งเสพติดชนิดหนึ่ง ซึ่งองค์การอนามัยโลกได้ระบุว่าเป็นสิ่งเสพติดในประเภท Alcohol Type (อรเพ็ญ นาควัชร. 2526 : 14) แต่บุคคลส่วนใหญ่เห็นว่า เครื่องดื่มแอลกอฮอล์มิใช่สิ่งเสพติด เนื่องจากเป็นสิ่งเสพติดที่กฎหมาย และสังคมยอมรับ ด้วยเหตุผลดังกล่าว เครื่องดื่มแอลกอฮอล์จึงแพร่หลายอยู่ในสังคมทั่วไป ซึ่งผลของการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นประจำนั้นจะก่อให้เกิดโทษแก่ร่างกาย และจิตใจของผู้บริโภคโดยตรง กล่าวคือ เครื่องดื่มแอลกอฮอล์สามารถทำให้เกิดความผิดปกติต่อระบบต่าง ๆ เช่น ระบบประสาท ระบบทางเดินอาหาร ระบบทางเดินหายใจ ระบบขับถ่าย ระบบการไหลเวียนโลหิต เป็นต้น เมื่อบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ติดต่อกันมาเรื่อย ๆ เป็นเวลาหลายปี โดยที่ไม่สามารถจะหยุดบริโภคได้ ในที่สุดจะเกิดอาการติดสารแอลกอฮอล์ และกลายเป็นโรคพิษสุราเรื้อรัง (Alcoholism) ซึ่งถือว่าเป็นการป่วยเรื้อรังทั้งทางร่างกายและจิตใจ (สุพัฒน์ ชีรเวชเจริญชัย. 2525 : 26) จากผลการวิจัยสุขภาพจิตในประชากรที่สมรสแล้ว ในเขตตำบลบ้านช่างหล่อ และอำเภอบางกอกน้อย พบว่ามีผู้ป่วยโรคจิตร้อยละ 47 และในจำนวนนั้นป่วยเป็นโรคพิษสุราเรื้อรังถึงร้อยละ 5 (ต่อศักดิ์ ธรรมวงศ์. 2531 ; อ้างอิงมาจาก โรงพยาบาลพญาไท. 2526) การบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์นอกจากจะส่งผลกระทบต่อโดยตรงต่อผู้บริโภคแล้ว ยังส่งผลกระทบต่อครอบครัว เศรษฐกิจ และสังคม เช่น ทำให้ป่วยเป็นโรคพิษสุราเรื้อรัง (Alcoholism) ซึ่งมีผลต่อการสูญเสียผลผลิตรายได้ส่วนรวมของสถานประกอบการ และยังก่อให้เกิดปัญหาอาชญากรรม ดังเช่นจากรายงานของศูนย์ข้อมูลข้อสนเทศ สำนักงานแผนงานและงบประมาณ กรมตำรวจ ปี พ.ศ. 2536 พบว่ามูลเหตุการกระทำผิดในกลุ่มคดีฆ่าผู้อื่นโดยเจตนาอันเนื่องมาจากการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ มีถึงร้อยละ 2.68 ส่วนกลุ่มคดีทำร้ายร่างกายมีถึงร้อยละ 14 (ศูนย์ข้อมูลข้อสนเทศ สำนักงานแผนงานและงบประมาณ กรมตำรวจ. 2536) นอกจากนี้ยังก่อให้เกิดปัญหาด้านอุบัติเหตุ ดังจะเห็นได้จากรายงานประจำปี 2537 ของกองวิศวกรรมจราจรกรมทางหลวง ซึ่งพบว่าความบกพร่องของผู้ขับขี่โดยอ้อม อันเนื่องมาจากการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทำให้เกิดอุบัติเหตุบนทางหลวงถึง 284 ครั้ง ซึ่งคิดเป็นร้อยละ 1.36 ของสาเหตุการเกิดอุบัติเหตุทั้งหมด (กองวิศวกรรมจราจร กรมทางหลวง. 2537)

จากสถิติดังกล่าว จะเห็นได้ว่า ปัญหาที่เกิดจากการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นปัญหาที่รุนแรง เรื้อรัง ยากแก่การแก้ไข และเป็นปัญหาที่แพร่กระจายไปทั่วทุกสังคม

วัยผู้ใหญ่ตอนต้นเป็นระยะที่บุคคลเจริญเติบโตเต็มที่ บรรลุวุฒิภาวะโดยสมบูรณ์ ดังนั้น บุคคลวัยนี้จะเริ่มมีพฤติกรรมแน่นอนขึ้น การเปลี่ยนแปลงจะมีน้อยลง วัยผู้ใหญ่ตอนต้นจะมีอายุในช่วง 20-35 ปี เป็นช่วงชีวิตที่ถือว่ามีความซับซ้อนและยาวนานมาก มีการเปลี่ยนแปลงหลาย ๆ อย่างเกิดขึ้น ซึ่งต้องการการปรับตัวอย่างมีประสิทธิภาพ นอกจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย ซึ่งสมบูรณ์เต็มที่แล้ว การเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ ก็จะเปลี่ยนแปลงไปสู่ความมั่นคงดีกว่าในวัยวัยรุ่น วัยผู้ใหญ่ตอนต้นเป็นวัยที่ต้องประสบกับความตึงเครียดทางอารมณ์ในเรื่องต่าง ๆ เพราะเป็นวัยที่มีหน้าที่และความรับผิดชอบมากขึ้น คนที่เป็นโรคจิตหรือโรคประสาทจึงมักอยู่ในวัยนี้ (เชียรศรี วิวิธศิริ. 2534 : 52) จากงานวิจัยของคลาร์กและมิดานิก (Fromme and Rivet. 1994 : 86 ; citing Clark and Midanick. 1982) พบว่าวัยผู้ใหญ่ตอนต้นเป็นช่วงชีวิตที่มีประสบการณ์ด้านการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มากที่สุด นอกจากนี้ฟิลมอร์ (Fromme and Rivet. 1994 : 86 ; citing Filmore. 1974) ยังเชื่อว่า วัยผู้ใหญ่ตอนต้นเป็นช่วงระยะเวลาที่มีการสร้างรูปแบบของกลวิธีเผชิญภาวะเครียด (Coping Forming) และพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

สาเหตุและปัจจัยที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการเลือกใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดและการเกิดพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ไม่ว่าจะเป็นการบริโภคบางครั้งบางคราว หรือการบริโภคเป็นประจำจนติดเป็นนิสัยนั้นมียากหลายประการ ทั้งนี้อาจขึ้นอยู่กับความแตกต่างระหว่างบุคคล เช่น เพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว และตำแหน่งหน้าที่การงาน เป็นต้น ซึ่งบุคคลที่มีความแตกต่างกันในด้านต่าง ๆ เหล่านี้อาจจะใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดที่แตกต่างกัน รวมทั้งอาจมีพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่แตกต่างกันได้ และจากงานวิจัยของคูเปอร์และคณะ (Cooper et al. 1988) ได้พบว่าบุคคลที่มีการเผชิญภาวะเครียดแบบหลักหนีปัญหามีความสัมพันธ์กับการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในทางที่ผิด จากเหตุผลข้างต้นทำให้ผู้วิจัยมองเห็นความสำคัญของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดที่บุคคลเลือกใช้ หากเราสามารถทำความเข้าใจกลวิธีเผชิญภาวะเครียดที่แต่ละบุคคลเลือกใช้นั้นได้ จะทำให้เราสามารถมองหาแนวทางในการแก้ไขและปรับปรุงกลวิธีเผชิญภาวะเครียดของบุคคลที่มีแนวโน้มเสี่ยงต่อการบริโภคแอลกอฮอล์ในทางที่ผิดให้มีความเหมาะสมกับสถานการณ์ที่บุคคลนั้นเกิดความเครียด

จากการศึกษาวรรณคดีและผลงานวิจัยทั้งในประเทศและต่างประเทศพบว่า งานวิจัยเกี่ยวกับกลวิธีเผชิญภาวะเครียด และพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในต่างประเทศนั้น มีผู้ศึกษามากพอควร แนวทางการศึกษาแตกต่างกันออกไปอย่างกว้างขวาง ส่วนงานวิจัยภายในประเทศเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งสอง ยังไม่มีผู้ใดทำการศึกษามาก่อน ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจใคร่ศึกษาว่า กลวิธีเผชิญภาวะเครียดมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของคนไทยในวัยผู้ใหญ่ตอนต้นหรือไม่ และตัวแปรชีวสังคมที่ผู้วิจัยคาดว่าจะมีความเกี่ยวข้องกับกลวิธีเผชิญภาวะเครียด และพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ได้แก่ เพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว และตำแหน่งหน้าที่การงาน จึงได้นำมาศึกษาร่วมด้วยโดยจะเปรียบเทียบกลวิธีเผชิญภาวะเครียดและพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ตามตัวแปรชีวสังคมดังกล่าว ทั้งนี้เพื่อนำข้อมูลที่ได้ไปใช้ในการวางแผนแก้ปัญหา และให้ความช่วยเหลือให้มีกลวิธีเผชิญภาวะเครียดที่เหมาะสม ช่วยป้องกันการเกิดปัญหาสุขภาพจิต และการมีพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในทางที่ผิด อีกทั้งยังเป็นแนวในการส่งเสริมสุขภาพจิตของวัยผู้ใหญ่ตอนต้นให้ดียิ่งขึ้นต่อไป

ความมุ่งหมายของการศึกษากันคว่า

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างกลวิธีเผชิญภาวะเครียดในแต่ละรูปแบบกับพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น
2. เพื่อศึกษาผลของปฏิสัมพันธ์ระหว่างกลวิธีเผชิญภาวะเครียดในรูปแบบต่าง ๆ ที่มีต่อพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
3. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบกลวิธีเผชิญภาวะเครียดในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ตามตัวแปรชีวสังคมทางด้าน เพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว และตำแหน่งหน้าที่การงาน
4. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้นตามตัวแปรชีวสังคมทางด้าน เพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว และตำแหน่งหน้าที่การงาน

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

ผลการวิจัยนี้จะทำให้ทราบความเกี่ยวข้องระหว่าง กลวิธีเผชิญภาวะเครียดในแต่ละรูปแบบกับพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ว่ามีความสัมพันธ์กันอย่างไร ซึ่งจะช่วยให้เห็นถึงความสำคัญของการเลือกใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดในแต่ละบุคคลและทำให้ทราบข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับลักษณะของกลวิธีเผชิญภาวะเครียด และพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของพนักงานรัฐวิสาหกิจ ในเขตจังหวัดนครราชสีมา ซึ่งผู้บริหารองค์การรัฐวิสาหกิจสามารถใช้เป็นแนวทางประกอบการพิจารณาในการวางแผนป้องกัน แก้ไข ปรับปรุง และส่งเสริมสุขภาพจิตของพนักงานในองค์กรให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น อีกทั้งอาจเป็นแนวทางในการป้องกันและแก้ไขปัญหาเกี่ยวกับการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของพนักงานรัฐวิสาหกิจ และยังเป็นประโยชน์ต่อแวดวงวิชาการ และการนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวันของบุคคลทั่วไปได้

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

1. ประชากร ได้แก่ พนักงานขององค์การรัฐวิสาหกิจ ในเขตจังหวัดนครราชสีมา ในปี พ.ศ. 2539 ที่มีอายุระหว่าง 20-35 ปี จำนวน 5 แห่ง ได้แก่ พนักงานจาก การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย การรถไฟแห่งประเทศไทย ธนาคารกรุงไทย องค์การโทรศัพท์ส่วนภูมิภาค และการไฟฟ้าส่วนภูมิภาค จำนวนทั้งสิ้น 900 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ พนักงานขององค์การรัฐวิสาหกิจ ในเขตจังหวัดนครราชสีมา ในปี พ.ศ. 2539 ที่มีอายุระหว่าง 20-35 ปี จำนวน 5 แห่ง ได้แก่ พนักงานจาก การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย การรถไฟแห่งประเทศไทย ธนาคารกรุงไทย องค์การโทรศัพท์ส่วนภูมิภาค และการไฟฟ้าส่วนภูมิภาค ซึ่งมาจากการสุ่มประชากรด้วยวิธีการสุ่มแบบกลุ่ม (Cluster Sampling) จำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 277 คน

3. ตัวแปรที่ศึกษา

3.1 ตัวแปรต้น ได้แก่

3.1.1 เพศ

3.1.1.1 ชาย

3.1.1.2 หญิง

3.1.2 สถานภาพสมรส แบ่งเป็น 5 สถานะ คือ

3.1.2.1 โสด

3.1.2.2 สมรส (อยู่ด้วยกัน)

3.1.2.3 สมรส (แยกกันอยู่)

3.1.2.4 หม้าย

3.1.2.5 หย่า

3.1.3 ระดับการศึกษา แบ่งเป็น 4 ระดับ คือ

3.1.3.1 ระดับปริญญาตรี

3.1.3.2 อนุปริญญา หรือปวส.

3.1.3.3 อาชีวะ 3 ปี (ปวช.)

3.1.3.4 ม.3-ม.6

3.1.4 สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว แบ่งเป็น 3 ระดับ คือ

3.1.4.1 สูง ทางการเงิน

3.1.4.2 กลาง

3.1.4.3 ต่ำ

3.1.5 ตำแหน่งหน้าที่การงาน แบ่งเป็น 3 ระดับ คือ

3.1.5.1 สูง

3.1.5.2 กลาง

3.1.5.3 ต่ำ

3.2 ตัวแปรตาม ได้แก่

3.2.1 กลวิธีเผชิญภาวะเครียด แบ่งเป็น 3 ประเภท คือ

3.2.1.1 กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา (Problem Focused Coping Strategies)

3.2.1.2 กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ (Emotion Focused Coping Strategies)

3.2.1.3 กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบได้ประโยชน์น้อยหรือแบบหลีกเลี่ยง

(Less Useful or Avoidant Coping Strategies)

3.2.2 พฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. วัยผู้ใหญ่ตอนต้น (Young Adults) หมายถึง บุคคลวัยผู้ใหญ่ที่มีอายุระหว่าง 20-35 ปี เป็นพนักงานขององค์การรัฐวิสาหกิจ ในเขตจังหวัดนครราชสีมา ได้แก่ พนักงานจากการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย การรถไฟแห่งประเทศไทย ธนาคารกรุงไทย องค์การโทรศัพท์ส่วนภูมิภาค และการไฟฟ้าส่วนภูมิภาค
2. เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หมายถึง เครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์เป็นส่วนผสมอยู่ทุกชนิด เช่น วิสกี้ ไวน์ เบียร์ รัม บรั่นดี คอนยัค แชมเปญ วอดก้า สุราโรง สุราเถื่อน อุ กระแช่ สาโท น้ำตาลเมา เป็นต้น

นิยามปฏิบัติการ

1. เพศ หมายถึง ลักษณะทางพันธุกรรมที่แสดงออกถึงความเป็นหญิงหรือชาย ซึ่งได้จากคำรายงานในแบบสอบถามของกลุ่มตัวอย่าง
2. สถานภาพสมรส หมายถึง สถานภาพการครองชีวิตคู่ในปัจจุบัน ซึ่งได้จากคำรายงานในแบบสอบถามของกลุ่มตัวอย่าง แบ่งเป็น 5 สถานะ คือ
 - 2.1 โสด
 - 2.2 สมรส (อยู่ด้วยกัน)
 - 2.3 สมรส (แยกกันอยู่)
 - 2.4 หม้าย
 - 2.5 หย่า
3. ระดับการศึกษา หมายถึง การศึกษาชั้นสูงสุดของพนักงานรัฐวิสาหกิจซึ่งได้รับการรับรองอย่างเป็นทางการ เป็นข้อมูลที่ได้จากคำรายงานในแบบสอบถามของกลุ่มตัวอย่าง แบ่งเป็น 4 ระดับ คือ
 - 3.1 ระดับปริญญาตรี

3.2 อนุปริญา หรือปวส.

3.3 อาชีวะ 3 ปี (ปวช.)

3.4 ม.3-ม.6

4. สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว หมายถึง รายได้รวมของครอบครัวต่อหนึ่งเดือน เป็นข้อมูลที่ได้จากคำรายงานในแบบสอบถามของกลุ่มตัวอย่าง แบ่งเป็น 3 ระดับ คือ

4.1 สูง คือ รายได้รวมของครอบครัวต่อหนึ่งเดือนสูงกว่า 30,000 บาท

4.2 กลาง คือ รายได้รวมของครอบครัวต่อหนึ่งเดือนอยู่ระหว่าง 10,000-30,000

บาท

4.3 ต่ำ คือ รายได้รวมของครอบครัวต่อหนึ่งเดือนต่ำกว่า 10,000 บาท

5. ตำแหน่งหน้าที่การงาน หมายถึง หน้าที่ที่พนักงานรัฐวิสาหกิจได้รับมอบหมายให้ปฏิบัติ รับผิดชอบ ซึ่งเป็นไปตามตำแหน่งที่กำหนดไว้ตามพระราชบัญญัติรัฐวิสาหกิจ เป็นข้อมูลที่ได้จากคำรายงานในแบบสอบถามของกลุ่มตัวอย่าง แบ่งเป็น 3 ระดับ คือ

5.1 สูง คือ ตำแหน่งหน้าที่การงานตั้งแต่ระดับ 5 ถึง 6

5.2 กลาง คือ ตำแหน่งหน้าที่การงานตั้งแต่ระดับ 3 ถึง 4

5.3 ต่ำ คือ ตำแหน่งหน้าที่การงานตั้งแต่ระดับ 1 ถึง 2

6. กลวิธีเผชิญภาวะเครียด (Coping Strategies) หมายถึง การใช้ความพยายามทางความคิด (Cognitive) และพฤติกรรม (Behavior) ที่จะแก้ไขจัดการกับสิ่งที่ผู้ใหญ่อ่อนด้นประเมินว่าเป็นสิ่งที่คุกคามหรือละเมิดชีวิตความเป็นอยู่ของตน เป็นพฤติกรรมที่ผู้ใหญ่อ่อนด้นเลือกใช้เมื่อมีความไม่สบายใจ ไม่พึงพอใจเกี่ยวกับปัญหาต่าง ๆ ที่พบในชีวิตประจำวัน ซึ่งสามารถวัดได้จากแบบสอบถามที่ผู้วิจัยดัดแปลง และปรับปรุงมาจากแบบสอบถามกลวิธีเผชิญภาวะเครียดของจาโรวิก (Jalowiec, 1981) จำนวน 40 ข้อ โดยอาศัยแนวความคิดของคาร์เวอร์ (Fromme and Rivet, 1994 : 84-87 ; citing Carver, 1981) ในการแบ่งกลวิธีเผชิญภาวะเครียดออกเป็น 3 ประเภท คือ

6.1 กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา (Problem Focused Coping Strategies) เป็นการเลือกวิธีการแก้ไขปัญหาคือสิ่งที่ผู้ใหญ่อ่อนด้นเลือกใช้ โดยมุ่งเน้นไปที่การแก้ปัญหาสิ่งแวดล้อม และตนเองโดยตรงซึ่งจะแตกต่างกันไปตามชนิดของปัญหาที่ได้รับ พฤติกรรมของกลวิธีนี้ ได้แก่ การยอมรับสถานการณ์ การค้นหาความหมายของสถานการณ์ การแยกแยะสถานการณ์ออกเป็นส่วนตัว การตั้งเป้าหมายในการแก้ไขปัญหา การอภิปรายปัญหากับผู้อื่น การควบคุมสถานการณ์

บางส่วนเท่าที่สามารถทำอะไรได้ การพยายามเปลี่ยนแปลงสถานการณ์อย่างกระตือรือร้น การค้นหาข้อมูลเกี่ยวกับปัญหา การนำประสบการณ์เดิมมาช่วยแก้ไขปัญหา การคิดและใช้วิธีแก้ไข ปัญหาหลาย ๆ วิธี การทำทุกสิ่งทุกอย่างที่พอจะแก้ปัญหาก็ได้ การหาคนอื่นมาช่วยเหลือในการแก้ ปัญหา และการเริ่มต้นทำสิ่งอื่นที่ดีที่สุดในขณะนั้น ข้อคำถามของกลวิธีนี้มีจำนวนทั้งหมด 15 ข้อ

6.2 กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ (Emotion Focused Coping Strategies) เป็นวิธีการที่บุคคลพยายามจะจัดการกับอารมณ์ และความรู้สึกต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น อันเนื่องมาจากสถานการณ์ที่ตึงเครียด โดยมีได้มุ่งแก้ไขที่ปัญหาหรือสาเหตุ พฤติกรรมของกลวิธีนี้ได้แก่ การมองในแง่ดี การมองในแง่ร้าย การแข่งคำ การหงุดหงิด การวิตกกังวล การร้องไห้ หรือเศร้าใจ การนอน การสวดมนต์หรือการไหว้พระ การฝึกสมาธิ การเล่นโยคะ การออกกำลังกาย การระบายความเครียดออกกับคนอื่นหรือสิ่งของอื่น ๆ การหาความสบายใจจากคนที่ใกล้ชิด การยอมแพ้ต่อสถานการณ์เพราะคิดว่าหมดหวัง การยอมแพ้ต่อสถานการณ์เพราะคิดว่าเป็นชะตากรรม การปล่อยให้สถานการณ์คลี่คลายไปเอง การปลอบใจตนเองให้เลิกวิตกกังวล การแยกตัวเอง การตำหนิผู้อื่น การกินมากหรือสูบบุหรี่ การบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และการใช้สารมึนเมา ข้อคำถามของกลวิธีนี้มีจำนวนทั้งหมด 15 ข้อ

6.3 กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบได้ประโยชน์น้อยหรือแบบหลีกเลี่ยง (Less Useful or Avoidant Coping Strategies) เป็นวิธีการที่บุคคลพยายามหลีกเลี่ยงจากปัญหาหรือสาเหตุที่เกิดขึ้น โดยการปฏิเสธทั้งด้านการคิดและพฤติกรรม คือไม่คิดและไม่กระทำพฤติกรรมใด ๆ ทั้งสิ้น ซึ่งจะรวมทั้งการไม่ฟังยา สารเสพติด และเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เป็นการหลีกเลี่ยงจากปัญหาโดยสิ้นเชิง พฤติกรรมของกลวิธีนี้ได้แก่ การฝันกลางวันว่าปัญหาไม่ได้เกิดขึ้นหรือปัญหาได้รับการแก้ไขไปแล้ว การปิดปัญหาออกจากความคิด และการหนีจากปัญหา ข้อคำถามของกลวิธีนี้มีจำนวนทั้งหมด 10 ข้อ

ลักษณะของแบบสอบถามประกอบด้วย ข้อความเกี่ยวกับกลวิธีเผชิญภาวะเครียดที่กลุ่มตัวอย่างเลือกใช้ เมื่อเผชิญกับสถานการณ์จริงในชีวิตประจำวัน ให้กลุ่มตัวอย่างเลือกตอบตามความถี่ที่ใช้อย่างจริง โดยตอบบนมาตราประมาณค่า 5 ระดับ และมีการให้คะแนนเป็นรายข้อแบบ Likert's scale โดยแบ่งช่วงคะแนนตั้งแต่ 1-5 ดังนี้

- ไม่เคยเลย 1 คะแนน
- น้อยมาก 2 คะแนน

- บางครั้ง 3 คะแนน
- บ่อยครั้ง 4 คะแนน
- บ่อยที่สุด 5 คะแนน

7. พฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หมายถึง ระดับความถี่ในการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในสถานการณ์ต่าง ๆ ของพนักงานรัฐวิสาหกิจ ในเขตจังหวัดนครราชสีมา ซึ่งวัดได้จาก แบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ที่ผู้วิจัยได้ดัดแปลงและปรับปรุงมาจากแบบสอบถามพฤติกรรมการดื่มสุราของค่อศักดิ์ ธรรมวงศ์ (2531) ลักษณะของแบบสอบถามประกอบด้วย ข้อความเกี่ยวกับความถี่ในการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในสถานการณ์ต่าง ๆ ของกลุ่มตัวอย่างในปัจจุบัน โดยให้กลุ่มตัวอย่างเลือกตอบตามความถี่ที่บริโภคจริง แบบสอบถามจะมีคำตอบให้เลือกเป็นมาตรฐานค่า 4 ระดับ ให้เลือกตอบเพียง 1 ระดับการให้คะแนนรายชื่อเป็นแบบ Likert's scale โดยมีช่วงคะแนนตั้งแต่ 0 - 3 แบ่งดังนี้

- ไม่เคยเลย 0 คะแนน
- นาน ๆ ครั้ง 1 คะแนน
- บ่อยครั้ง 2 คะแนน
- เป็นประจำ 3 คะแนน

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

กลวิธีเผชิญภาวะเครียดจัดเป็นกลไกหนึ่งของมนุษย์ ที่มีการตอบสนองของพฤติกรรมต่ออารมณ์ที่เกิดขึ้น ซึ่งเป็นความสามารถในการรู้คิด (Cognitive) ของบุคคลนั้น (Fromme and Rivet. 1994 : 85-86) มีนักจิตวิทยาหลายท่านได้เสนอความหมาย และใช้เกณฑ์ในการแบ่งประเภทกลวิธีเผชิญภาวะเครียดที่แตกต่างกัน สำหรับงานวิจัยครั้งนี้จะใช้แนวคิดของคาร์เวอร์เป็นหลัก เนื่องจากเป็นแนวคิดที่มีความชัดเจนมากที่สุด จากนั้นจะกล่าวถึงความซับซ้อนของกระบวนการของกลวิธีเผชิญภาวะเครียด และพัฒนาการของกลวิธีเผชิญภาวะเครียด รวมทั้งปัจจัยที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับกลวิธีเผชิญภาวะเครียด และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งภายในและภายนอกประเทศ

ส่วนตัวแปรด้านพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จะกล่าวถึงความหมาย และประเภทของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ซึ่งมีมากมายหลายชนิด สถิติของการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในปัจจุบัน ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ รวมทั้งผลกระทบที่เกิดจากการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งภายในและภายนอกประเทศ

ในหัวข้อสุดท้ายจะกล่าวถึง การศึกษาความเกี่ยวข้องระหว่างกลวิธีเผชิญภาวะเครียด และพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในรูปแบบต่าง ๆ

จากที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยได้ศึกษาทฤษฎีและเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเสนอเป็นหัวข้อต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

1. กลวิธีเผชิญภาวะเครียด

- 1.1 ความหมายของกลวิธีเผชิญภาวะเครียด
- 1.2 ประเภทของกลวิธีเผชิญภาวะเครียด
- 1.3 กระบวนการของกลวิธีเผชิญภาวะเครียด
- 1.4 พัฒนาการของกลวิธีเผชิญภาวะเครียด
- 1.5 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อกลวิธีเผชิญภาวะเครียด
- 1.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกลวิธีเผชิญภาวะเครียด

- 2.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
3. กลวิธีเผชิญภาวะเครียดและพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
4. กรอบความคิด
5. สมมติฐานการวิจัย

1. กลวิธีเผชิญภาวะเครียด (Coping Strategies)

1.1 กลวิธีเผชิญภาวะเครียด (Coping Strategies) หมายถึง พฤติกรรมที่บุคคลนำมาใช้หรือแสดงออกเพื่อป้องกันการรบกวนทางจิตใจจากปัญหาชีวิต ซึ่งทำหน้าที่โดยการกำจัดหรือแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้น โดยการควบคุมการรับรู้ต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นเพื่อให้ปัญหาเบาบางลงหรือเป็นการควบคุมอารมณ์ให้เหมาะสมกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น (ปัทมา ทัพเสริผไท. 2522 ; อ้างอิงมาจาก Pearlin and Schooler. 1978) หรืออาจกล่าวได้ว่า พฤติกรรมการเผชิญภาวะเครียดเป็นตัวเชื่อมระหว่างผลกระทบถึงสิ่งกระตุ้นความเครียดกับการปรับตัวได้ (Adaptation) กลวิธีเผชิญภาวะเครียดประกอบด้วย พฤติกรรมที่มีอิทธิพลมาจากการใช้สติปัญญาไตร่ตรองปฏิกิริยาโต้ตอบความเครียดทางอารมณ์ และปฏิกิริยาโต้ตอบความเครียดทางร่างกาย โดยทั้งสามส่วนนี้มีปฏิสัมพันธ์กัน (Interaction) จึงได้แสดงออกมาเป็นกลวิธีการเผชิญภาวะเครียด (ศิริพร โอภาสวัตชัย. 2530 : 23-24)

โฟล์คแมนและลาซารัส (Folkman and Lazarus. 1980 : 220) กล่าวว่า กลวิธีเผชิญภาวะเครียด (Coping Strategies) หมายถึง ความรู้ความเข้าใจและพฤติกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อบุคคลในการที่จะควบคุมหรือบรรเทา ทำให้บุคคลสามารถอดทนต่อข้อเรียกร้องภายในและ/หรือภายนอกที่เกิดขึ้นจากความเครียดที่เผชิญอยู่ นิวแมน (ประพิมพรรณ สุวรรณภู. 2533 ; อ้างอิงมาจาก Newman. 1983 : 445) ได้กล่าวถึงกลวิธีเผชิญภาวะเครียด (Coping Strategies) ว่าหมายถึง การกระทำที่ช่วยเหลือให้บุคคลลดความเครียด เพื่อแก้ปัญหาความยุ่งยากของชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไป โดยเน้นที่คุณสมบัติส่วนบุคคล (Personal Resource) และความพร้อมที่จะทำให้นักบุคคลสามารถทนต่อสภาวะการณ์แต่ละอย่างที่ทำนายได้

พจนานุกรมฉบับบัณฑิตยสถาน (2525 : 56) กล่าวถึงกลวิธี (Strategies) ว่าหมายถึง วิธีพลิกแพลงโดยอาศัยความรู้ ความชำนาญ

ดังนั้นกลวิธีเผชิญภาวะเครียด (Coping Strategies) จึงหมายถึง การที่บุคคลมีความรู้ ความเข้าใจ และพฤติกรรมที่เป็นประโยชน์ในการควบคุม หรือบรรเทาภาวะเครียดที่เผชิญอยู่ให้

บุคคลมีความพร้อมที่จะอดทนต่อปัญหา หรือความยุ่งยากของสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดได้

1.2 ประเภทของกลวิธีเผชิญภาวะเครียด

เบอร์นสไตน์ และคณะ (ประพิมพ์พรณ สุวรรณภู. 2533 ; อ้างอิงมาจาก Brunstein et al. 1988) กล่าวว่า กลวิธีเผชิญภาวะเครียดของบุคคลจะมีการตอบสนองใน 3 ด้านใหญ่ ๆ คือ

1.2.1 กลวิธีการแก้ปัญหาด้านความนึกคิด (Cognitive Coping Strategies) ดังที่กล่าวแล้วว่า ความนึกคิดของบุคคลเกี่ยวกับความเครียดมีผลอย่างมากต่อการรับรู้ความรุนแรงที่เกิดขึ้น เป็นการแสดงถึงการเปลี่ยนแปลงไปของบุคคล และครอบคลุมไปถึงการตอบสนองที่เกิดจากการตีความหมายของความเครียด หากบุคคลใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดด้วย การใช้ความรู้ ความเข้าใจแล้ว ก็จะช่วยให้บุคคลนั้นคิดได้อย่างสงบ มีเหตุผลและหลักการ โดยจากการทำตามความคิดที่ว่า "ตนได้กระทำสิ่งนั้นตามความสามารถอย่างที่สุดแล้ว" เรียกวิธีนี้ว่าการแก้ไขโครงสร้างของความนึกคิด (Cognitive Restructuring) (Lazarus. 1971 : 220-221) ความสำเร็จของวิธีการนี้ไม่ได้ขึ้นกับการที่ความเครียดถูกกำจัดออกไป แต่จะเป็นการทำให้บุคคลรู้สึกว่าเขาเองถูกคุกคาม และมีความยุ่งยากน้อยลง วิธีการบอกกับตนเองเช่นนี้ยังเป็นผลให้บุคคลสนใจที่จะทำงานต่อไปมากกว่าการกังวลถึงความล้มเหลวที่จะเกิดขึ้น และยังเป็นประโยชน์แก่บุคคลทางด้านสภาวะอารมณ์อีกด้วย

1.2.2 กลวิธีการแก้ปัญหาด้านพฤติกรรม (Behavioral Coping Strategies) เป็นวิธีการลดผลกระทบของความเครียด โดยแสดงการกระทำที่ใช้กระบวนการแก้ปัญหา (Problem Solving) ซึ่งมี 4 ประการ คือ

1.2.2.1 การคิดถึงตัวปัญหาให้มากกว่าคิดถึงเพียงแต่ผลลัพธ์ที่ต้องการให้เกิด

1.2.2.2 ค้นหาแนวทางที่ยังเป็นปัญหาและผลลัพธ์ที่ยังไม่แจ่มชัด

1.2.2.3 ต้องหุ้มเหที่คิดเพื่อให้เกิดความเข้าใจ หรือวินิจฉัยปัญหาที่เกิดขึ้น

1.2.2.4 หาหนทางในการที่จะขจัดปัญหา (ยีนยง ไทยใจดี. 2537 ; อ้างอิงมาจาก Bernstein et al. 1988)

หากมีรายละเอียดเกี่ยวกับคุณและโทษ การกระทำที่แก้ปัญหาจะช่วยให้วิเคราะห์ปัญหาได้อย่างรอบคอบและมีเหตุผล กล่าวโดยสรุปคือ พฤติกรรมและทักษะในความนึกคิดมีปฏิสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด การคิดอย่างสงบจะช่วยพัฒนาความมีสติที่จะวางแผนพฤติกรรมเผชิญภาวะเครียดเมื่อความเครียดลดลงหรือถูกกำจัด บุคคลก็จะคิดและรู้สึกต่อตนเองดีขึ้น

1.2.3 พฤติกรรมแก้ปัญหาด้านร่างกาย (Physiological Coping Strategies) โดยส่วน

ใหญ่แล้ว บุคคลทั่วไปมักใช้การเผชิญภาวะเครียดในด้านนี้แบบวิธีตรง คือ ใช้ร่างกายตอบสนองต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นระหว่างการเกิดและภายหลังการเกิดเหตุการณ์ วิธีที่ใช้กันมาก โดยทั่วไปในข้อนี้ คือ การไข้ และ การพึ่งพาเครื่องค้ำแอลกอฮอล์ ซึ่งในบางครั้งได้ผลในกรณีที่เกิดการสูญเสียกระทันหัน แต่บางครั้งความเครียดที่เกิดในระยะยาว เช่น การว่างงาน ความไม่ปรองดองในชีวิตสมรส ถ้าไข้หรือพึ่งพาเครื่องค้ำแอลกอฮอล์นานครั้งอาจเกิดปัญหาการติดยาหรือเป็นโรคพิษสุราเรื้อรังได้ ก่อให้เกิดปัญหาความเจ็บป่วยทางร่างกาย และมีหนี้สิน เป็นต้น การไข้หรือพึ่งพาเครื่องค้ำแอลกอฮอล์จึงไม่ใช่วิธีที่ใช้ทักษะของตนเองแก้ปัญหา นอกจากนี้ฤทธิ์ของยาหรือสารแอลกอฮอล์จากเครื่องค้ำยังอาจไปรบกวนความสามารถด้านความนึกคิด และพฤติกรรมของบุคคลได้ ดังนั้นจึงเป็นเหตุผลที่ไม่นิยมให้ใช้สารเคมีต่อร่างกาย แต่จะใช้เป็นโปรแกรมการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อแทน เช่น ไบโอฟีดแบค (Biofeedback) และการนั่งสมาธิ เป็นต้น

รูปแบบของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดครอบคลุมทั้งพฤติกรรมทางร่างกาย และพฤติกรรมทางความคิดที่มีเป้าหมาย 2 ประการ คือ ประการที่หนึ่ง ครอบคลุมพฤติกรรมที่มีเป้าหมายจะทำให้สภาพการเป็นสิ่งแวดล้อมความเครียดของสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่งหมดไป ประการที่สองครอบคลุมพฤติกรรมเป้าหมายที่จะรักษาความมั่นคง (Integrity) ของตนเองโดยการควบคุมปฏิกิริยาโต้ตอบความเครียดที่เกิดขึ้นทางอารมณ์และร่างกาย (Scott, Obert and Dropkin, 1968)

นับตั้งแต่ได้มีการศึกษาการวิจัยเผชิญภาวะเครียด นักวิจัยได้พยายามรวบรวมพฤติกรรมที่จัดเป็นพฤติกรรมเผชิญภาวะเครียดแล้วกำหนดโครงสร้างของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดขึ้น เช่น เบล (ฉัชชา พัฒนากุล. 2532 ; อ้างอิงมาจาก Bell, 1977) ได้แบ่งกลวิธีเผชิญภาวะเครียดออกเป็นกลวิธีเผชิญภาวะเครียดในระยะสั้นและระยะยาว (Short-term and Long-term) จิตเติบโตและคณะ (ฉัชชา พัฒนากุล. 2532 ; อ้างอิงมาจาก Sidle et al. 1969) แบ่งกลวิธีเผชิญภาวะเครียดกับกลไกทางจิต (Coping and Defense) ในปี 1966 ลาซารัส (Lazarus, 1966) เคยแบ่งเป็นกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบทางตรงและทางอ้อม (Direct and Indirect Method) ต่อมาในปี 1986 ลาซารัส (Lazarus, 1986) ได้เปลี่ยนแปลงประเภทของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดใหม่เป็นกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา และกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ สำหรับการศึกษากลวิธีเผชิญภาวะเครียดในปัจจุบัน คาร์เวอร์และคณะ (Fromme and Rivet, 1994 : 88-90 ; citing Carver et al. 1984) ได้แบ่งกลวิธีเผชิญภาวะเครียดให้เห็นโครงสร้างที่ชัดเจนยิ่งขึ้น คือแบ่งกลวิธีเผชิญภาวะเครียดออกเป็น 3 กลวิธี ดังนี้

1. กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา (Problem Focused Coping Strategies)

2. กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ (Emotional Focused Coping Strategies)

3. กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบได้ประโยชน์น้อยหรือแบบหลีกเลี่ยง (Less Useful or Avoidant Coping Strategies)

1. กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา (Problem Focused Coping Strategies)
หมายถึง พฤติกรรมที่บุคคลพยายามกระทำกับสิ่งที่มากระตุ้นให้เกิดความเครียดโดยตรง (Folkman et al. 1986) เป็นการใช้กระบวนการแก้ปัญหาในการตัดสินใจเลือกวิธีที่จะจัดการกับสถานการณ์ โดยมุ่งเน้นที่ต้นเหตุของปัญหา (Fromme and Rivet. 1994 : 86-87 ; citing Folkman et al. 1986) จากการรวบรวมของจาโรวิก และคณะ (Jalowiec et al. 1982 : 137-161) พฤติกรรมที่จัดเป็นกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหารวบรวมได้ทั้งหมด 15 พฤติกรรม คือ

1. การยอมรับสถานการณ์
2. การค้นหาความหมายของสถานการณ์
3. การแยกแยะสถานการณ์ออกเป็นส่วนย่อย
4. การตั้งเป้าหมายในการแก้ปัญหา
5. การอภิปรายปัญหากับผู้อื่น
6. การพยายามเปลี่ยนแปลงสถานการณ์อย่างกระตือรือร้น
7. การควบคุมสถานการณ์บางส่วนเท่าที่สามารถจะทำได้
8. การค้นหาข้อมูลเกี่ยวกับปัญหา
10. การนำประสบการณ์เดิมมาช่วยแก้ปัญหา
11. การคิดวิธีแก้ปัญหาไว้หลาย ๆ วิธี
12. การทำทุกสิ่งทุกอย่างที่พอจะแก้ปัญหาได้
13. การใช้วิธีแก้ปัญหาหลาย ๆ วิธี
14. การหาคนอื่นมาช่วยเหลือในการแก้ปัญหา
15. การเริ่มต้นทำสิ่งอื่นที่ดีที่สุดในขณะนั้น

2. กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ (Emotional Focused Coping Strategies)

หมายถึง พฤติกรรมที่บุคคลแสดงเพื่อลดความกดดัน (Emotion Distress) โดยการจัดการกับอารมณ์ที่เกิดขึ้นในสถานการณ์มากกว่าการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเอง หรือเปลี่ยนแปลงสถานการณ์ (Jalowiec et al. 1982 : 157) กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ทำให้มีความรู้สึกว่าอันตรายจากสถานการณ์นั้นลดลง แต่ความจริงแล้วอันตรายนั้นไม่ได้ลดลง สถานการณ์ไม่ได้เปลี่ยนแปลงไป จาโลวีกและคณะ (Jalowiec et al. 1982 : 157 - 161) ได้รวบรวมพฤติกรรมที่จัดเป็นกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ไว้ได้ 25 พฤติกรรม คือ

1. การมองในแง่ดี
2. การมองในแง่ร้าย
3. การแข่งคำ
4. การหงุดหงิด
5. การวิตกกังวล
6. การร้องไห้ เศร้าใจ
7. การนอน
8. การสวมมนต์ ไหว้พระ
9. การฝึกสมาธิ เล่น โยคะ
10. การออกกำลังกาย
11. การระบายความเครียดออกกับคนอื่นหรือสิ่งของอื่น ๆ
12. การหาความสบายใจจากคนที่ใกล้ชิด
13. การยอมแพ้ต่อสถานการณ์เพราะคิดว่าหมดหวัง
14. การยอมแพ้ต่อสถานการณ์เพราะคิดว่าเป็นชะตากรรม
15. การปล่อยให้อาการคลี่คลายไปเอง
16. การปลอบใจตนเองให้เลิกวิตกกังวล
17. การแยกตัวเอง
18. การตำหนิผู้อื่น
19. การกินมากหรือสูบบุหรี่

20. การใช้ยาทำให้จิตใจสบาย
21. การบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
22. การใช้อารมณ์ขัน
23. การฝันกลางวันว่าปัญหาไม่ได้เกิดขึ้น หรือปัญหาได้รับการแก้ไขไปแล้ว*
24. การปิดปัญหาออกจากความคิด*
25. การหนีจากปัญหา*

จะเห็นได้ว่า กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์มีเป้าหมายเดียวกันกับกลวิธีป้องกันทางจิต คือ เพื่อลดความไม่สบายใจที่เกิดขึ้นในตัวบุคคล โฟลค์แมนและลาซารัสได้กล่าวสรุปไว้ว่า รูปแบบของกลวิธีป้องกันทางจิตทั้งหมด จัดเป็นกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ (Folkman and Lazarus. 1980 : 222) ในขณะที่คาร์เวอร์ (Fromme and Rivet. 1994 : 86-87 ; citing Carver et al. 1989) ได้แยกการปฏิเสธปัญหาโดยการฝันกลางวัน การปิดปัญหาออกจากความคิด และการหนีจากปัญหา ออกจากกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ โดยเรียกกลวิธีนี้ใหม่ว่ากลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบได้ประโยชน์น้อย หรือแบบหลีกเลี่ยง (Less useful or Avoidant Coping Strategies) เนื่องจากเขาเห็นว่า เป็นการปฏิเสธปัญหาโดยสิ้นเชิงทั้งทางด้านจิตใจและพฤติกรรม ในขณะที่กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์นั้นเป็นเพียงการบรรเทาความเครียดที่เกิดจากปัญหาเท่านั้น แต่จิตใจและพฤติกรรมยังมีส่วนเกี่ยวข้องกับความเครียดหรือปัญหานั้น ๆ อยู่

การ์แลนด์และบัช (Garland and Bush. 1983 : 13) ได้ให้คำจำกัดความของกลวิธีป้องกันทางจิตไว้ว่า

กลวิธีป้องกันทางจิต (Defense Mechanisms) คือกระบวนการภายในจิตไร้สำนึกที่บุคคลใช้ป้องกันตนเองจากความวิตกกังวลด้วยการบิดเบือนความจริงในลักษณะต่าง ๆ โดยวิธีการบิดเบือนความจริงเหล่านี้ มิได้ทำให้สถานการณ์ที่เป็นอันตรายเปลี่ยนแปลงไปแต่เปลี่ยนแปลงการรับรู้ และความคิดเกี่ยวกับสถานการณ์เท่านั้น กลวิธีป้องกันทางจิต (Defense Mechanisms) เป็นกลไกที่เกิดขึ้นในระดับจิตใต้สำนึกจนถึงระดับจิตสำนึก ฉะนั้นความซับซ้อนของกลไกนี้ จึงมีตั้งแต่ซับซ้อนมากจนถึงซับซ้อนน้อย ความสามารถในการเข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมของตนเองกับเหตุการณ์ที่เป็นสาเหตุจึงขึ้นอยู่กับระดับความซับซ้อนของกลไก เมื่อนำกลวิธีป้องกันทางจิตมาเรียงลำดับ จากแบบที่มีความซับซ้อนมาก (จิตใต้สำนึก) ไปสู่แบบที่มีความซับซ้อนน้อย (จิตสำนึก) จะได้ดังนี้ (สุวนีย์ ดันติพัฒนานันท์. 2522 : 43)

1. การปฏิเสธ (Denial) หมายถึง การไม่ยอมรับรู้อารมณ์ ความคิด ความต้องการ พฤติกรรมหรือสถานการณ์บางอย่างที่ก่อให้เกิดความกระทบกระเทือนใจ ปฏิเสธไม่ยอมรับว่า สิ่งเหล่านั้นได้เกิดขึ้นจริง และทำเสมือนตนไม่ได้ความกระทบกระเทือนจากเหตุการณ์นั้น รูปแบบการปฏิเสธมักถูกใช้บ่อยในการเผชิญกับความตายของบุคคล (รพาทิมพ์ เมฆศรีอรุณ. 2535 ; อ้างอิงมาจาก Ruthus and Nevin. 1980) เช่น บุคคลที่รู้ว่าคนรักของตนกำลังจะตาย เขาอาจเลือกคำอธิบายว่า "หมอวินิจฉัยโรคผิด" และหาวิธีการรักษาโรคด้วยวิธีการอื่น ๆ อีกต่อไป แครนซ์ และคณะ (Avery and Baker. 1990 citing Krantz et al. 1985) ได้กล่าวไว้ว่า การปฏิเสธเป็น กลวิธีการเผชิญภาวะเครียดที่ช่วยลดความเครียดได้ในระยะสั้นเท่านั้น จึงเป็นเหตุผลที่ว่า เด็ก มักใช้ปฏิเสธมากกว่าวัยรุ่น ซึ่งวัยรุ่นมีการพัฒนากลวิธานทางจิตที่ดีกว่า

2. การบิดเบือนสิ่งแวดล้อมไปตามความปรารถนาของตนเอง (Distortion) รวมทั้ง ความเชื่อที่ไม่เป็นความจริง อาการประสาทหลอน และอาการหลงผิดไปตามความปรารถนา ของตนเองเช่น นักเรียนบางคนเชื่อว่าตนเองได้ทำข้อสอบอย่างดีที่สุดแล้วแม้ว่าจะสอบตกเป็น ความเชื่อที่ตรงข้ามกับความจริง เมื่อบุคคลเชื่อเช่นนั้นแล้วทำให้จิตใจสบายขึ้น (Garland and Bush. 1983 : 22)

3. การฉายภาพ (Projection) หมายถึง การย้ายความคิด ความรู้สึก ความต้องการ หรือลักษณะที่ไม่ดีของตนเองไปให้ผู้อื่น เช่น ผู้ที่ชอบวิจารณ์ผู้อื่นอาจจะเห็นว่า ผู้อื่นชอบวิจารณ์ ใจแคบ และชอบทำร้ายความรู้สึกของผู้อื่น ทั้ง ๆ ที่ความจริงแล้วไม่ได้เป็นเช่นนั้น (รพาทิมพ์ เมฆศรีอรุณ. 2535 ; อ้างอิงมาจาก มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ คณะมนุษยศาสตร์. 2527)

4. กลวิธานป้องกันทางจิตแบบเลียนแบบ (Identification) หมายถึง กลวิธานป้องกันทางจิตที่บุคคลลอกแบบหรือรับเอาบุคลิกลักษณะ รวมทั้งเอกลักษณ์บางอย่างของบุคคลอื่น มาเป็นของตัวเอง เป็นการเลียนแบบให้เหมือนเพื่อให้ตนเองได้รับการยอมรับจากคนอื่น ช่วย ให้เกิดความมั่นใจ

5. กลวิธานป้องกันทางจิตแบบชดเชย (Compensation) หมายถึง กลวิธานป้องกันทางจิตแบบที่บุคคลลบล้าง ชดเชยสิ่งที่บุคคลรู้สึกว่าเป็นจุดอ่อน เป็นปมด้อยหรือจุดบกพร่อง ของตนเอง โดยการสร้างจุดเด่นในทางอื่น ๆ (สุวนีย์ ดันติพัฒนานันท์. 2522 : 44) หรือด้วยการใช้ความพยายามอย่างมาก เพื่อเอาชนะจุดอ่อนของตนเอง (Garland and Bush. 1983 : 21)

6. การเพ้อฝัน (Fantasy) คือ การจินตนาการสิ่งที่ตนปรารถนาซึ่งไม่อาจเป็นจริงได้ ขึ้นมาเอง ในระยะที่เขายังไม่เชื่อว่าสิ่งที่จินตนาการขึ้นมานั้นเป็นความจริง เขาจะปฏิบัติต่อผู้อื่น

ในแบบที่ยอมรับได้ แต่ถ้าเขาเชื่อว่าการจินตนาการของคนเป็นความจริง การปฏิบัติต่อผู้อื่นจะ ถูกประเมินว่าผิดปกติ

7. การแสดงความเจ็บป่วยทางกาย (Hypochondriasis) คือ การเรียกร้องความสนใจ จากผู้อื่นโดยใช้ความเจ็บป่วยทางกาย การเจ็บป่วยนี้เดิมทีอาจจะไม่ได้มีการเจ็บป่วยมาก่อน แต่ หลังจากได้เชื่อว่าตนเองป่วยเป็นระยะเวลาหนึ่ง ความเจ็บป่วยก็จะเกิดขึ้นเองและรุนแรงขึ้นเรื่อย ๆ

8. การก้าวร้าวแบบซ่อนเร้น (Passive Aggressive Behavior) คือ การที่บุคคลแสดง ความก้าวร้าวออกมาโดยทางอ้อม โดยทั่ว ๆ ไปมักแสดงออกโดยการทำร้ายตัวเอง เช่น เด็กที่ทำ การบ้านไม่ได้ อาจเป็นการแสดงความก้าวร้าวเพื่อทำร้ายจิตใจพ่อแม่ทางอ้อมก็ได้ หรืออาจจะ แสดงออกโดยการต่อต้านคำสั่ง ไม่ให้ความร่วมมือ หน่วงเหนี่ยว อ้างว่าหลงลืมหรืออ้างว่าไม่มี ความสามารถ แอบทำหลายสิ่งต่าง ๆ อย่างเงียบ ๆ สิ่งเหล่านี้ทำให้บุคคลเป้าหมายไม่พอใจ (รพพพิมพ์ เมฆศรีอรุณ. 2535 ; อ้างอิงมาจาก Luetje and Murray. 1983)

9. กลวิธีทางป้องกันทางจิตแบบแสดงออกโดยไม่ยับยั้ง (Acting-Out) เป็นกลไกทาง จิตแบบที่บุคคลแสดงความรู้สึกที่แท้จริงของจิตไร้สำนึกออกมา โดยไม่มีการยับยั้งพฤติกรรม ที่แสดงออกมีลักษณะมั่วหยาบ หลงพล่าน เช่น การแสดงอารมณ์โกรธหรือเสียใจไม่พอใจออกมา อย่างเต็มที่

10. กลวิธีทางป้องกันทางจิตแบบตัดอารมณ์ (Intellectualization) คือ กลวิธีทางป้องกัน ทางจิตแบบที่บุคคลใช้การระมัดระวังตนเองไว้ก่อนที่จะแสดงความรู้สึกทางอารมณ์ต่อสถานการณ์ ที่เป็นอันตรายกับตนเองออกมา เป็นการคิดถึงความปลอดภัยของตนเองอย่างเป็นทางการ โดยตัด อารมณ์ที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเหล่านั้นออกไปเพื่อป้องกันมิให้แสดงพฤติกรรมทางอารมณ์นั้น เช่น พยายามหลุดถึงความตายของผู้ป่วยด้วยน้ำเสียงปกติ เพราะกลวิธีทางป้องกันทางจิตแบบลบเลือน ความผิด (Undoing) ซึ่งเป็นการกระทำอะไรบางอย่างเป็นประจำ เพื่อลบเลือนความรู้สึกผิดที่เกิด ขึ้นจากการกระทำของตนเองในอดีต

11. การถดถอย (Regression) หมายถึง กลวิธีทางจิตแบบที่บุคคลถดถอยกลับไปสู่ พฤติกรรมในระดับการพัฒนาของจิตใจและอารมณ์ในระดับต้น ๆ หลังจากที่ได้ก้าวเลยขั้นนั้น มาแล้ว (สุวนีย์ ดันติพัฒนานันท์. 2522 : 51)

12. กลวิธีทางป้องกันทางจิตแบบหยุดชะงัก (Fixation) หมายถึง กลวิธีทางป้องกันทาง จิตแบบที่บุคคลมีการพัฒนาการทางอารมณ์และจิตใจหยุดชะงักจนไม่ก้าวหน้าและไม่พัฒนาให้ สูงขึ้นตามอายุ (สุวนีย์ ดันติพัฒนานันท์. 2522 : 48) เนื่องมาจากการเก็บกดหรือปฏิเสธที่จะ

เผชิญกับความเครียดที่เกี่ยวข้องเนื่องกับการพัฒนาในขั้นต่อไป (Garland and Bush. 1983 : 20)

13. การเก็บกด (Repression) เป็นกลวิธานป้องกันทางจิตแบบที่บุคคลเก็บกดความคิด ความรู้สึก อารมณ์ และประสบการณ์เก่า ๆ ที่ก่อให้เกิดความไม่สบายใจ กังวลใจ คับข้องใจไว้ในจิตไร้สำนึกโดยไม่รู้ตัว เป็นการลืมทั้งหมดอย่างแท้จริงแต่ก็ยังมีสัญลักษณ์บางอย่างที่เป็นตัวแทนของสิ่งที่พยายามเก็บกดไว้ แสดงว่าสิ่งที่เก็บกดยังมีอิทธิพลต่อการกระทำในปัจจุบันอยู่

14. การแทนที่ (Displacement) เป็นกลวิธานป้องกันทางจิตแบบที่บุคคลถ่ายเทอารมณ์ความรู้สึกที่มีต่อบุคคลหรือสิ่งของหนึ่งไปสู่บุคคลอื่นหรือสิ่งของอื่น โดยที่บุคคลหรือสิ่งของนั้นไม่ได้เป็นตัวกระตุ้นความรู้สึก หรืออารมณ์แต่อย่างใด (สุวนิชย์ คันติพัฒนานันท์. 2522 : 46) อารมณ์และความรู้สึกที่ถูกถ่ายเทไปนั้นมักเป็นไปในทางลบ หรือเป็นสิ่งที่ถูกคามตนเอง (Garland and Bush. 1983 : 19)

15. การกระทำตรงข้าม (Reaction formation) เป็นกลวิธานป้องกันทางจิตแบบที่บุคคลพยายามจะเก็บกดความปรารถนา ความคิด ความรู้สึกที่ยอมรับไม่ได้ไว้ในจิตไร้สำนึก แล้วรับเอาความคิดที่ตรงข้ามกับความปรารถนาที่ถูกเก็บกดเอาไว้เข้ามา พฤติกรรมที่แสดงออกจะเป็นตรงข้ามโดยไม่รู้ตัว เช่น บุคคลที่มีความรู้สึกเกี่ยวกับเรื่องเพศ จะมีการพัฒนามุขลักษณะแบบเจ้าระเบียบ ถือเนื้อ ถือตัว และรังเกียจพฤติกรรมต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับเพศสัมพันธ์ (Garland and Bush. 1983 : 18 ; citing Sheahan. 1973)

16. การเปลี่ยนบุคลิกภาพ (Dissociation) เป็นกลวิธานป้องกันทางจิตแบบที่บุคคลแยกบางส่วนของบุคลิกภาพออกไปชั่วคราว เพื่อหลีกเลี่ยงความขัดแย้งหรือปัญหาของตนเอง พฤติกรรมที่เป็นกลไกทางจิตแบบนี้ ได้แก่ การลืมตนเอง และสิ่งแวดล้อมไปชั่วระยะเวลาหนึ่ง (Fuges) การเกิดอาการผิดปกติทางกายโดยไม่มีพยาธิสภาพ (Hysterical Conversion Reaction) (Garland and Bush. 1983 : 19)

17. การคาดคะเน (Anticipation) เป็นกลวิธานป้องกันทางจิตแบบที่บุคคลวางแผนไว้ล่วงหน้าสำหรับความไม่สบายใจ ความยุ่งยากที่จะเกิดขึ้นจริงในอนาคต เช่น การเตรียมตัวเตรียมใจสำหรับการผ่าตัด การเตรียมตัวสำหรับต้องแยกทางจากคนรักหรือการเตรียมตัวสำหรับความตาย (Garland and Bush. 1983 : 18 ; citing Vaillant. 1971)

18. การเก็บความรู้สึกไว้ไม่แสดงออก (Suppression) เป็นกลวิธานป้องกันทางจิตชนิดที่บุคคลพยายามข่ม กดเก็บความรู้สึก อารมณ์ และประสบการณ์ที่สร้างความไม่สบายใจ ความไม่มั่นใจหรือไม่เป็นที่ยอมรับ โดยการเลื่อนการตัดสินใจ หรือการคิดถึงเรื่องนั้น ๆ ออก

ไปก่อนอย่างตั้งใจหรือถึงไม่ตั้งใจแต่ก็ยังจำได้ว่าตนเองจะต้องนำเรื่องนี้ขึ้น (Garland and Bush. 1983 : 18)

19. การใช้อารมณ์ขัน (Humor) เป็นกลวิธานป้องกันทางจิตแบบที่บุคคลพยายามมองสถานการณ์ที่เป็นภาวะเครียดในบางจุดในแง่ของความขบขัน อารมณ์ขันจะช่วยลดความตึงเครียดลงซึ่ง จะทำให้ไม่ถอยหนีสถานการณ์หรือไม่แสดงกริยาที่ไม่สมควรอื่น ๆ (Lachman. 1983 : 59)

20. การอุทิศตนเพื่อคนอื่น (Altruism) เป็นกลวิธานป้องกันทางจิตแบบที่บุคคลสร้างความพึงพอใจด้วยการอุทิศตนหรือเสียสละแก่ผู้อื่นด้วยความจริงใจ ความพึงพอใจจะเกิดขึ้นเมื่อได้รับรู้ว่าผู้ที่ตนได้เสียสละให้นั้นได้รับประโยชน์จากการอุทิศตนเองและพลอยมีความพึงพอใจไปด้วย ความพึงพอใจนี้เป็นเรื่องอื่นที่ไม่ได้เกี่ยวข้องกับเรื่องที่ทำให้เกิดความเครียดแก่ตนเองอยู่ขณะนั้น (Garland and Bush. 1983 : 18)

21. การทดแทน (Sublimation) เป็นกลไกทางจิตแบบที่บุคคลเปลี่ยนพลังงานที่เกิดขึ้นจากความต้องการความประสงค์ที่สังคมไม่ยอมรับไปเป็นวิธีการที่สังคมยอมรับ เช่น การที่ผู้มีความก้าวร้าวเลือกอาชีพนักมวย เพื่อปลดปล่อยพลังความก้าวร้าวออกมา โดยการต่อสู้กับฝ่ายตรงข้ามตามกติกา (สุวนีย์ คันติพัฒนานันท์. 2522 : 18)

3. กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบได้ประโยชน์น้อยหรือแบบหลีกเลี่ยง (Less Useful or Avoidant Coping Strategies) เป็นวิธีการที่บุคคลพยายามหลีกเลี่ยงจากปัญหาหรือสาเหตุที่เกิดขึ้น โดยการปฏิเสธทั้งด้านการคิดและพฤติกรรม คือไม่คิดและไม่กระทำพฤติกรรมใด ๆ ทั้งสิ้น ซึ่งจะรวมทั้งการไม่ฟังยา สารเสพติด และเครื่องคืมแอลกอฮอล์ เป็นการหลีกเลี่ยงจากปัญหาโดยสิ้นเชิง การเวอร์และคณะ (Fromme and Rivet. 1994 : 88-90 ; citing Carver et al. 1984) ได้รวบรวมพฤติกรรมที่จัดเป็นกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบได้ประโยชน์น้อยหรือแบบหลีกเลี่ยง ไว้ดังนี้ คือ

1. การฝันกลางวันว่าปัญหาไม่ได้เกิดขึ้นหรือปัญหาได้รับการแก้ไขไปแล้ว
2. การปิดปัญหาออกจากความคิด
3. การหนีจากปัญหา

สำหรับงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยเลือกใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดตามแนวคิดของคาร์เวอร์เป็นหลัก เนื่องจากมีการแบ่งพฤติกรรมได้ละเอียด และมีความชัดเจนมากที่สุด สำหรับพฤติกรรมที่จัดเป็นกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์นั้น จะมีเพียง 22 พฤติกรรม ส่วนอีก 3 พฤติกรรม คือ การฝันกลางวันว่าปัญหาไม่ได้เกิดขึ้นหรือปัญหาได้รับการแก้ไขไปแล้ว การปิดปัญหาออกจากความคิด และการหนีจากปัญหาจะถูกจัดเป็นพฤติกรรมของกลวิธีเผชิญภาวะเครียด

แบบได้ประโยชน์น้อยหรือแบบหลีกเลี่ยง

1.3 กระบวนการของกลวิธีเผชิญภาวะเครียด (Coping Process)

1.3.1 ภาวะเครียด (Stress) ภาวะเครียดเกิดจากการมีปฏิสัมพันธ์ (Interaction) ระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อม เมื่อบุคคลแปลความหมายสิ่งกระตุ้น (Stimuli) ว่าเป็นอันตรายคุกคาม หรือท้าทายโดยทั่ว ๆ ไป สถานการณ์ที่เป็นความเครียดทำให้บุคคลรู้สึกว่ามีคามจำเป็นต้องนำแหล่งผลประโยชน์ของตนเองมาใช้ในการแก้ไขแหล่งประโยชน์นั้นอาจได้แก่ ความช่วยเหลือจากเพื่อนหรือญาติ ความสามารถของตนเองหรืออาจจะเป็นทรัพย์สินเงินทอง สิ่งที่ยึดมั่นให้บุคคลต้องแก้ไขบางสิ่งบางอย่างนั้นอาจจะเป็นเพราะมีความกดดันทางด้านสังคม วัฒนธรรม ความกดดันที่เกิดจากจิตใจของบุคคลแต่โดยพื้นฐานแล้วความกดดันนั้นทำให้ความสมดุลระหว่างความกดดันกับความสามารถที่บุคคลจะจัดการกับมันซึ่งเคยมีอยู่เดิมนั้นเสียไป สิ่งกระตุ้นให้เกิดความเครียดนั้นจะแตกต่างกันไปทั้งรูปแบบและความรุนแรงตามการรับรู้ของบุคคล ความสามารถที่จะทนต่อระดับความเครียดที่เกิดแก่ร่างกายภายหลังประสบการณ์ในอดีต ความเชื่อเกี่ยวกับตนเอง (Self Concept) และปัจจัยอื่น ๆ

1.3.2 การประเมิน (Appraisal) เป็นขั้นตอนหนึ่งในกระบวนการเผชิญภาวะความเครียด มีขั้นตอนที่จะต้องพิจารณาสิ่งแวดล้อมของตนเองโดยใช้ข้อมูลต่าง ๆ เพื่อตัดสินใจ 3 ขั้นตอน คือ

1.3.2.1 การประเมินสถานการณ์ขั้นที่ 1 (Primary Appraisal) คือ การที่บุคคลใช้สติปัญญา ความรู้ ประสบการณ์ ประเมินสถานการณ์เพื่อตัดสินใจว่าสิ่งแวดล้อมของตนเองนั้น สิ่งใดไม่เกี่ยวข้องกับตนเอง (Irrelevance) สิ่งใดเกี่ยวข้องกับตนเองในทางที่ดี (Benign) สิ่งใดเป็นอันตรายกับตนเอง (Stressful) ถ้าการประเมินขั้นที่หนึ่งบุคคลตัดสินใจว่าสิ่งแวดล้อมของกันนั้น เป็นสิ่งที่มีอันตรายกับตนเอง บุคคลจะต้องพิจารณาตัดสินใจด้วยว่าอันตรายนั้นอยู่ในระดับใดใน 3 ระดับนี้ คือ

1.3.2.1.1 จากการคาดการณ์แล้วอันตรายนั้นจะเกิดขึ้นอย่างแน่นอนหรือไม่ อาจหลีกเลี่ยงได้ (Threat)

1.3.2.1.2 อันตรายนั้นได้เกิดขึ้นแล้ว และส่งผลแล้ว (Harm/Loss)

1.3.2.1.3 อันตรายอาจจะเกิดขึ้นภายหน้า แต่คนคาดการณ์ว่าสามารถจะจัดการกับสถานการณ์นั้นได้ (Challenge)

จะเห็นได้ว่าการประเมินสถานการณ์ขั้นที่หนึ่งนี้เป็นการรับรู้สถานการณ์ว่าเป็น

อันตรายกับคน สถานการณ์ใดที่บุคคลรับรู้ว่าเป็นสิ่งที่ไม่เกี่ยวข้องกับตนหรือเกี่ยวข้องกับทางที่ตึกจึงไม่ใช่สิ่งที่ก่อให้เกิดความเครียด

1.3.2.2 การประเมินสถานการณ์ในขั้นที่สอง (Secondary Appraisal) คือการให้บุคคลใช้สติปัญญา ความรู้ ประสบการณ์ ประเมินแหล่งประโยชน์และทางเลือกของตนเองเพื่อที่กำจัดอันตรายจากสิ่งที่ตนรับรู้ว่าเป็นอันตรายแก่ตนเอง และการประเมินสถานการณ์ใหม่เพื่อทบทวนว่าการประเมินสถานการณ์ขั้นที่หนึ่งถูกต้องดีแล้วหรือไม่ พฤติกรรมเผชิญความเครียดในการประเมินสถานการณ์ขั้นที่หนึ่งมีประสิทธิภาพหรือไม่ การประเมินแหล่งประโยชน์และทางเลือกของตนเองนี้เป็นการนำความสามารถ ความช่วยเหลือ รวมทั้งทรัพย์สินที่บุคคลมีอยู่มาพิจารณาว่าสิ่งเหล่านี้สามารถจะเอื้ออำนวยให้ตนเองได้กระทำการบางอย่าง เพื่อกำจัดอันตราย และการกระทำเหล่านั้นมีทางใดเป็นทางเลือกที่ดีที่สุด จากการวิจัยของโฟล์คแมนและลาซารัส (Folkman and Lazarus, 1980 : 231-232) พบว่าการประเมินสถานการณ์มีอิทธิพลต่อกลวิธีเผชิญภาวะความเครียดอย่างมีนัยสำคัญ คือ สถานการณ์ใดที่บุคคลประเมินว่า ตนเองไม่สามารถเปลี่ยนแปลงแก้ไขสถานการณ์ได้แล้ว บุคคลจะใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์มากกว่า สถานการณ์ที่บุคคลประเมินว่าสามารถจะเปลี่ยนแปลงแก้ไขสถานการณ์บางอย่างได้ ส่วนสถานการณ์ที่บุคคลประเมินว่าสามารถจะเปลี่ยนแปลงแก้ไขบางอย่างได้ และสถานการณ์ที่บุคคลประเมินว่าต้องค้นหาข้อมูลเพิ่มเติมเพื่อที่จะนำมาแก้ไขสถานการณ์นั้น บุคคลจะใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหามากกว่า

จะเห็นได้ว่า การประเมินสถานการณ์เป็นขั้นตอนสำคัญของกระบวนการประเมินภาวะเครียดที่มีอิทธิพลต่อกลวิธีเผชิญภาวะเครียด การประเมินสถานการณ์ว่ารุนแรงเกินความเป็นจริงหรือการประเมินสถานการณ์ว่า เป็นสิ่งที่ไม่สามารถแก้ไขเปลี่ยนแปลงได้จะทำให้บุคคลเลือกใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์มากกว่า ซึ่งหมายความว่า สถานการณ์จะไม่ได้รับการแก้ไขให้บรรเทาอันตรายลง

1.3.2.3 การประเมินซ้ำ (Reappraisal) หลังจากบุคคลได้แสดงความพยายามที่จะกำจัดอันตรายทั้งทางรูปธรรมทางความคิดออกมาแล้วบุคคลจะประเมินสถานการณ์ซ้ำเพื่อพิจารณาอันตรายที่ตนได้รับรู้นั้นยังมีอยู่หรือลดลงหรือได้ถูกกำจัดไปแล้ว ขั้นตอนนี้ถือได้ว่าเป็นการเริ่มวงจรการประเมินสถานการณ์ครั้งที่หนึ่งใหม่ได้ ถ้าผลจากการประเมินซ้ำนี้ บุคคลรับรู้ว่ายังมีอันตรายนั้นอยู่ หรือเกิดอันตรายขึ้นใหม่

1.3.3 การทำงานของสมอง (Neurocognitive Activation) ในการประเมินสถานการณ์ขั้นที่หนึ่ง ขั้นที่สอง และการประเมินสถานการณ์ซ้ำแต่ละครั้ง สมองจะต้องทำงานโดยใช้ระบบ

ต่าง ๆ ของสมอง เช่น ระบบความจำ ระบบอารมณ์และระบบอุปมาน ทำการวิเคราะห์เชิงเหตุผล โดยการคิดแบบขบวนการแก้ปัญหาเพื่อให้สามารถตัดสินใจในการประเมินสถานการณ์แต่ละขั้นได้

1.3.4 ปฏิกริยาโต้ตอบความเครียดทางอารมณ์ (Emotional Response to Stress)

ปฏิกริยาทางอารมณ์นี้มีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับการประเมินสถานการณ์อย่างมาก การรับรู้สถานการณ์แตกต่างกันพบว่าทำให้มีอารมณ์เกิดขึ้นในตัวบุคคลต่างกันและพบว่าอารมณ์ต่าง ๆ นี้มีความสัมพันธ์กับการใช้กลวิธีชดเชยป้องกันทางจิตแบบชดเชย (Compensation) และจะมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมค้นหาสิ่งที่จะทดแทนการสูญเสียของตนเองได้

ภายหลังการประเมินสถานการณ์ขั้นที่หนึ่ง ปฏิกริยาทางอารมณ์จะเป็นแบบทั่ว ๆ ไปได้แก่ ความวิตกกังวล เมื่อเวลาผ่านไปบุคคลได้พิจารณาสถานการณ์และได้ประเมินสถานการณ์ครั้งที่สอง ปฏิกริยาทางอารมณ์จะเปลี่ยนไปเป็นแบบที่เฉพาะเจาะจงมากขึ้น เช่น ความโกรธ ความกลัว การคาดการณ์สถานการณ์ เมื่อบุคคลได้ประเมินสถานการณ์นี้ซ้ำถึงประสิทธิภาพของพฤติกรรมเผชิญภาวะเครียดของคนแล้ว ปฏิกริยาทางอารมณ์นี้จะเปลี่ยนแปลงเป็นทัศนคติได้

1.3.5 ปฏิกริยาโต้ตอบความเครียดทางร่างกาย (Physiological Response to Stress)

ปฏิกริยาทางร่างกายต่อความเครียดจะเกิดขึ้นพร้อม ๆ กับปฏิกริยาทางอารมณ์และมีความสัมพันธ์กับปฏิกริยาทางอารมณ์ด้วย ปฏิกริยาทางร่างกายที่เกิดขึ้นมี 3 ขั้นตอน คือ

1.3.5.1 ระบบต่อมไร้ท่อถูกกระตุ้น

1.3.5.2 ระบบประสาทซิมพาเทติกถูกกระตุ้น

1.3.5.3 อวัยวะเป้าหมายมีปฏิกริยา

ภายหลังการประเมินสถานการณ์ขั้นที่หนึ่ง ปฏิกริยาทางร่างกายจะเป็นแบบทั่ว ๆ ไป คือ ต่อมพิทูอิทารีและต่อมหมวกไตจะทำงานมากขึ้น แต่ภายหลังการประเมินสถานการณ์ขั้นที่สองและการประเมินสถานการณ์ซ้ำ ปฏิกริยาทางร่างกายจะเป็นผลรวมของการที่ฮอร์โมนทั้งหมดถูกกระตุ้น ระบบประสาทถูกกระตุ้น และอวัยวะเป้าหมายที่ถูกกระตุ้นจะมากขึ้น

1.3.6 ปฏิกริยาโต้ตอบความเครียดทางพฤติกรรม (Behavioral Response) หมายถึง พฤติกรรมทั้งหมดของบุคคลที่สังเกตได้ หรือบุคคลรายงานออกมาได้ อาจจะเป็นพฤติกรรมที่เกิดขึ้นในขณะที่สมองกำลังทำงาน หรือเกิดขึ้นจากปฏิกริยาโต้ตอบความเครียดทางร่างกาย หรือเกิดขึ้นจากปฏิกริยาโต้ตอบความเครียดทางอารมณ์ หรือเป็นพฤติกรรมซึ่งเกิดจากการเลือกหนทางที่

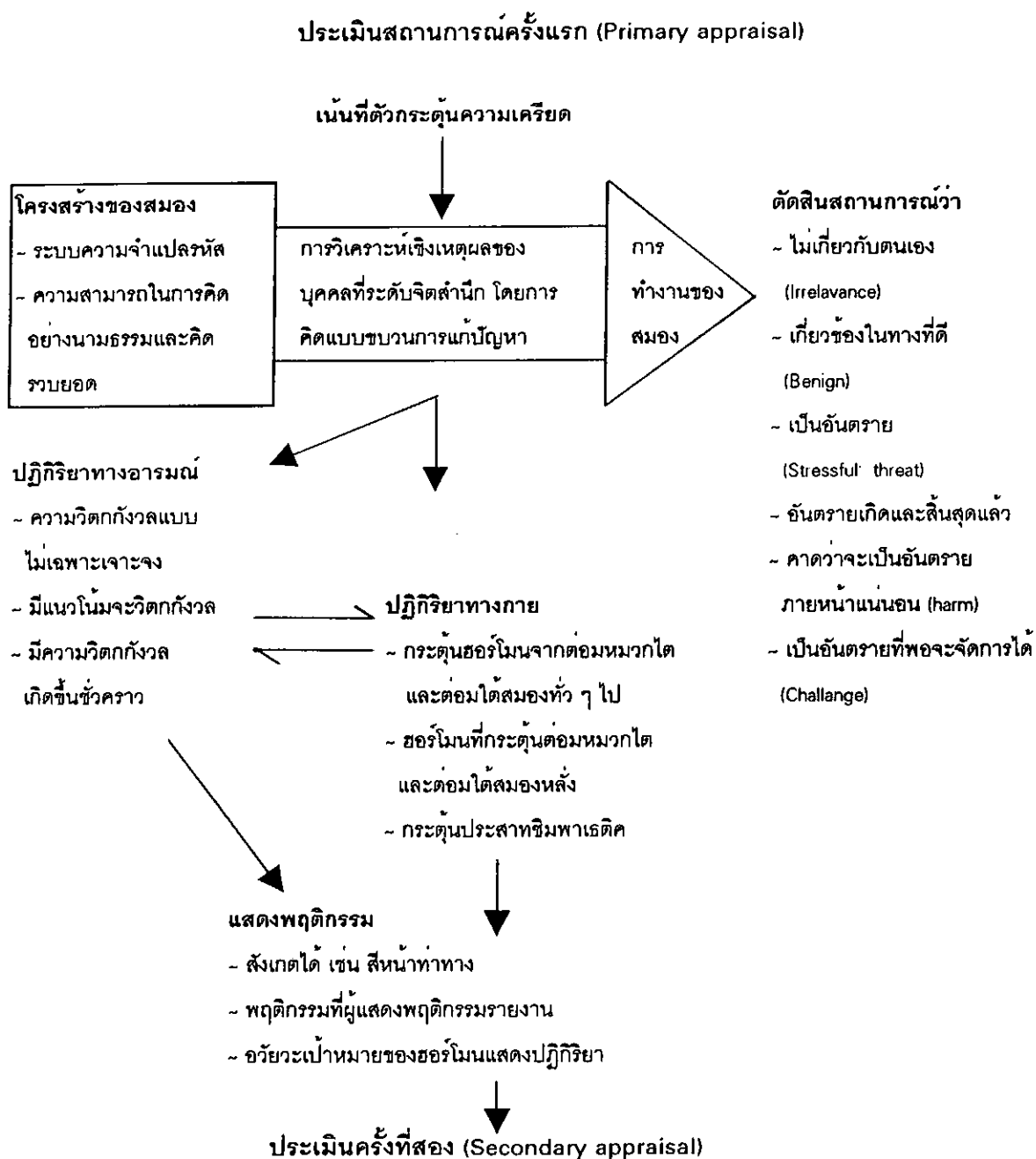
ดีที่สุดในการแก้ไขอันตรายก็ได้ ลำดับการเกิดขึ้นตอนต่าง ๆ ในกระบวนการเผชิญภาวะเครียด ทั้งหมด แสดงดังแผนภูมิ 1, 2 และ 3

1.3.7 กลวิธีเผชิญภาวะเครียด (Coping Strategies) กลวิธีเผชิญภาวะเครียดเป็นตัวเชื่อมระหว่างผลกระทบของสิ่งกระตุ้นความเครียดกับการปรับตัวได้ (Adaptation) กลวิธีเผชิญภาวะเครียดทั้งหมดประกอบด้วย พฤติกรรมที่มีอิทธิพลมาจากการใช้สติปัญญาไตร่ตรอง ปฏิกริยาโต้ตอบความเครียดทางอารมณ์ และปฏิกริยาโต้ตอบความเครียดทางร่างกาย โดยทั้งสามส่วนนี้มีปฏิสัมพันธ์กัน (Interaction) จึงได้แสดงออกมาเป็นกลวิธีเผชิญภาวะเครียด กลวิธีเผชิญภาวะเครียด คือ พฤติกรรมที่มีเป้าหมาย 2 ประการ คือ พฤติกรรมที่แสดงออก โดยมีเป้าหมายที่จะทำให้สิ่งกระตุ้นความเครียดที่บุคคลประเมินได้หมดสิ้นสภาพการเป็นสิ่งกระตุ้นความเครียดต่อไปและพฤติกรรม หรือความคิด หรือความรู้สึก ที่มีเป้าหมายจะรักษาความมั่นคงของตนเองไว้ (Integrity) ด้วยการพยายามควบคุมปฏิกริยาทางร่างกายและทางอารมณ์ได้ การจะรู้ว่าพฤติกรรมใดประสบผลสำเร็จหรือไม่ จำเป็นต้องอาศัยระยะเวลาช่วงหนึ่ง

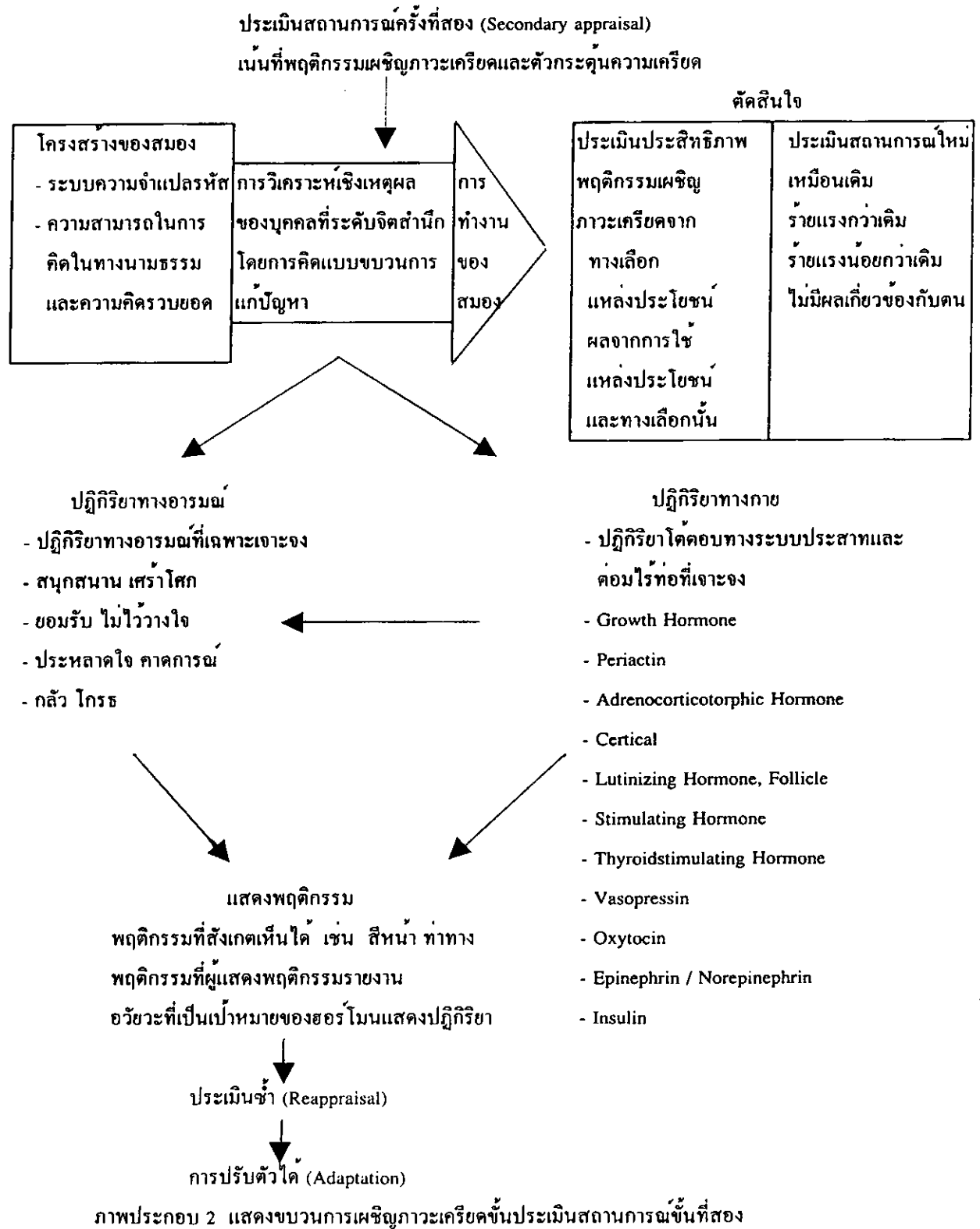
1.3.8 การปรับตัวได้ (Adaptation) การปรับตัวได้ คือ ผลลัพธ์ (Result) ของความพยายามที่จะรักษาความมั่นคงของตนเองไว้ได้ด้วยการสามารถสร้างความสมดุลระหว่างแรงกดดันกับความสามารถที่จะจัดการกับแรงกดดันนั้นไว้ได้ ผลลัพธ์ที่ถือว่าเป็นการปรับตัวได้ อาจจะได้แก่ การสามารถลดความพิการที่เกิดขึ้นร่างกายให้เหลือน้อยที่สุดได้ การที่สามารถหาความสมดุลทางการเงินในการใช้จ่าย เช่น สามารถหาเงินมาพอกับค่าใช้จ่ายได้ สามารถที่จะพิจารณาสิ่งแวดล้อมแล้วพลิกแพลงให้เหมาะสมกับตนเองได้ การมีความเจริญงอกงามทางปัญญา มีการเรียนรู้ใหม่ ๆ หรือสามารถประสบผลสำเร็จตามเป้าหมาย

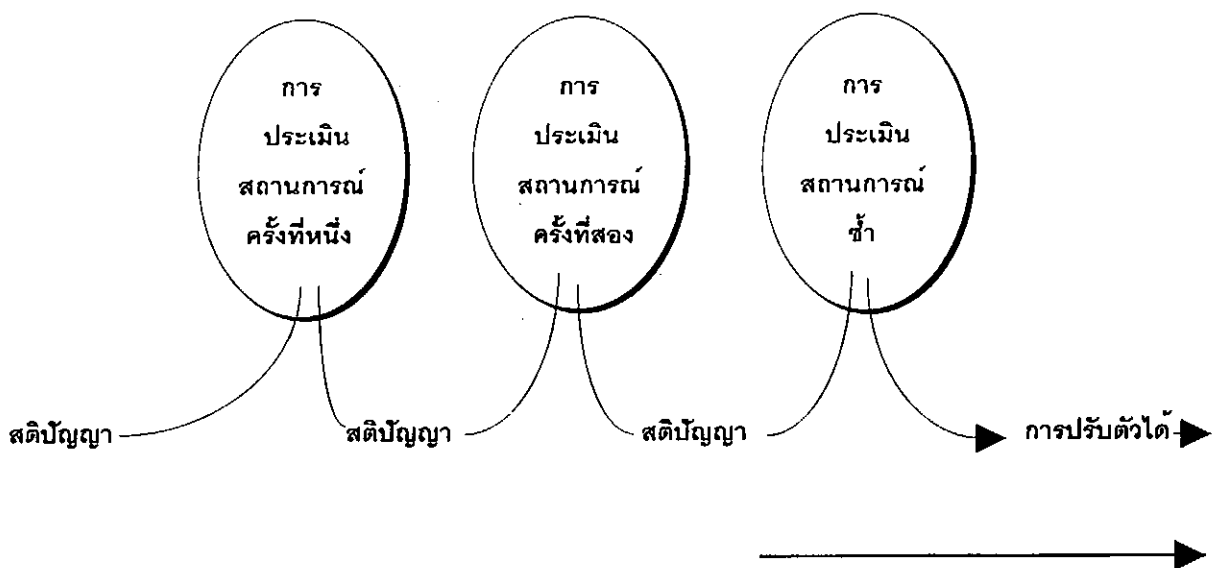
จากกระบวนการเผชิญภาวะเครียด จะเห็นได้ว่ากลวิธีเผชิญภาวะเครียดเป็นตัวเชื่อมระหว่างผลกระทบของสิ่งกระตุ้นความเครียดกับการปรับตัวได้ พฤติกรรมที่เกิดขึ้นในระหว่างกระบวนการเผชิญภาวะเครียดนี้ อาจจะมีเป้าหมายเพื่อให้สิ่งกระตุ้นความเครียดที่บุคคลได้ประเมินได้ ความสำคัญของกระบวนการเผชิญภาวะเครียดจึงมีอยู่ในทุกขั้นตอน หากบุคคลสามารถสร้างสมดุลในกระบวนการได้ ภาวะเครียดที่เกิดขึ้นก็จะหายไปหรือบรรเทาเบาบางลง หากบุคคลไม่สามารถสร้างสมดุลจากกระบวนการนี้ได้ นั่นก็หมายความว่าบุคคลมีความเครียดเกิดขึ้นไม่สามารถแก้ไขความเครียดนั้นได้และความเครียดดังกล่าวได้ส่งผลกระทบต่อบุคคลทั้งทางร่างกายและจิตใจ ซึ่งมีผลต่อพฤติกรรมและการดำเนินชีวิตของบุคคล

สรุป กลวิธีเผชิญภาวะเครียดเป็นผลจากระบวนการเผชิญภาวะเครียด ซึ่งบุคคลใช้ในการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทันทีที่สถานการณ์ถูกรับรู้ว่าเป็นสิ่งคุกคามตนเอง เมื่อนั้นกระบวนการเผชิญภาวะเครียดจะเริ่มขึ้น โดยเริ่มจากบุคคลประเมินสถานการณ์ขั้นที่หนึ่ง ซึ่งเน้นที่การประเมินอันตรายของสถานการณ์แล้วติดตามมาด้วยการประเมินสถานการณ์ขั้นที่สองซึ่งเน้นที่จะประเมินแหล่งประโยชน์ และวิธีการที่จะเผชิญกับสิ่งที่มาคุกคามตนเอง กลวิธีเผชิญภาวะเครียด คือ พฤติกรรมทั้งหมดที่เกิดขึ้นในระหว่างกระบวนการนี้ซึ่งมีเป้าหมายเพื่อกำจัดสิ่งที่มาคุกคามโดยตรง หรือมีเป้าหมายเพื่อลดความรู้สึกไม่สบายใจในตัวบุคคล หลังจากแสดงกลวิธีเผชิญภาวะเครียดไปแล้ว บุคคลจะประเมินซ้ำอีก การประเมินซ้ำนี้จะเป็นการเริ่มต้นกระบวนการเผชิญภาวะเครียดอีกด้วย ถ้าผลจากการประเมินนี้พบว่ายังมีสิ่งคุกคามตนเองอยู่ในสถานการณ์



ภาพประกอบ 1 แสดงขบวนการเผชิญภาวะเครียดขั้นประเมินสถานการณ์ขั้นที่หนึ่ง





ภาพประกอบ 3 แสดงกระบวนการเผชิญภาวะเครียด

1.4 พัฒนาการของกลวิธีเผชิญภาวะเครียด

กลวิธีเผชิญภาวะเครียดในแต่ละบุคคลจะมีพัฒนาการไปพร้อม ๆ กับขั้นของพัฒนาการด้านอื่น ๆ (Garland and Bush. 1982 : 110 ; citing Vaillant. 1971) การพัฒนาจากวัยทารกสู่วัยรุ่น บุคคลจะต้องประสบกับสถานการณ์หลายด้านตามขั้นพัฒนาการเหล่านั้น การเผชิญกับสถานการณ์ในรูปแบบต่าง ๆ ก็คือ การพัฒนากลวิธีเผชิญภาวะเครียดในตัวบุคคลนั่นเอง การพิจารณาพัฒนาการของพฤติกรรมแบ่งเป็น 2 แบบ คือ

1.4.1 พัฒนาการของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์คือ พฤติกรรมทั้งหมดที่เกิดขึ้นในกระบวนการเผชิญภาวะเครียดซึ่งมีเป้าหมายเพื่อลดความไม่สบายใจในตัวบุคคลทั้งระดับจิตสำนึกและระดับจิตใต้สำนึก เวลแลนด์ (Garland and Bush. 1982 : 19-95 ; citing Vaillant. 1971) ได้อธิบายพัฒนาการของกลวิธีป้องกันทางจิตซึ่งเป็นพฤติกรรมเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ว่า กลวิธีป้องกันทางจิตแบ่งออกเป็น 4 ประเภทใหญ่ ๆ คือ

1.4.1.1 กลวิธีป้องกันทางจิตแบบรักตนเอง (Narcissistic Defense)

1.4.1.2 กลวิธีป้องกันทางจิตแบบไม่บรรลุนิติภาวะ (Immature Defense)

1.4.1.3 กลวิธีป้องกันทางจิตแบบโรคประสาท (Neurotic Defense)

1.4.1.4 กลวิธีป้องกันทางจิตแบบบรรลุนิติภาวะ (Mature Defense)

กลวิธีป้องกันทางจิตแบบรักตัวเองเป็นกลวิธีป้องกันทางจิตที่มีระดับพัฒนาการต่ำสุดซึ่งจะพบได้ในเด็กที่มีอายุต่ำกว่า 5 ขวบ เมื่ออายุมากขึ้นกลวิธีป้องกันทางจิตแบบเก่าจะหมดไป และจะมีกลวิธีป้องกันทางจิตแบบใหม่เข้ามาแทนที่ กลวิธีป้องกันทางจิตแบบที่มีระดับของพัฒนาการสูงขึ้น คือ กลวิธีป้องกันทางจิตแบบไม่บรรลุนิติภาวะซึ่งจะพบได้ปกติในเด็กอายุ 3-16 กลวิธีป้องกันทางจิตระดับที่สาม ได้แก่ กลวิธีป้องกันทางจิตแบบโรคประสาทซึ่งจะพบได้ในทุกวัย โดยจะเริ่มเกิดขึ้นตั้งแต่อายุประมาณ 3 ขวบ กลวิธีป้องกันทางจิตแบบบรรลุนิติภาวะจะพบได้ในผู้ที่มีสุขภาพจิตดีทั่ว ๆ ไป โดยจะเริ่มพัฒนาขึ้นในช่วงอายุประมาณ 12 ปี และเชื่อว่าจะเกิดขึ้นหลังจากที่บุคคลสามารถพัฒนาเอกลักษณ์ของตนเองได้สำเร็จ (Garland and Bush. 1982 : 110) กลวิธีป้องกันทางจิตแบบบรรลุนิติภาวะเป็นกลวิธีป้องกันทางจิตที่มีกลไกการเกิดไม่ซับซ้อนและมีระดับการรู้สำนึกสูงที่สุดถือเป็นลักษณะของผู้ใหญ่ที่มีสุขภาพจิตดี

1.4.2 พัฒนาการของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา

กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาคือ พฤติกรรมทั้งหมดที่เกิดขึ้นในกระบวนการเผชิญภาวะเครียด ซึ่งมีเป้าหมายเพื่อกำจัดสิ่งที่คุกคามตนเองในสถานการณ์โดยตรง กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหามักเกิดขึ้นในตัวบุคคล จากกลไก 3 ประการ คือ ประการแรกเกิดจากการได้รับการอบรมสั่งสอนจากพ่อแม่ ญาติ พี่น้อง หรือได้รับการถ่ายทอดความรู้จากบุคคลอื่นในสิ่งแวดล้อมของบุคคล (Garland and Bush. 1982 : 12) ประการที่สองได้เขียนแบบอย่างมาจากผู้อื่นในสังคม โดยมีได้รับการสั่งสอนหรือการให้ความรู้โดยตรง (Aguilera and Messick. 1982 : 12) ประการที่สามจากการลองผิดลองถูกของบุคคลเอง (Garland and Bush. 1982 : 12 ; citing Millon. 1969) เมื่อกลวิธีเผชิญภาวะเครียดได้เกิดขึ้นแล้ว กลวิธีนั้นได้แก่ การแสดงพฤติกรรมแล้วเกิดผลลัพธ์ที่บุคคลพึงพอใจ การประสบความสำเร็จในการกำจัดสิ่งคุกคามภายในสถานการณ์ไปได้ พฤติกรรมที่ได้รับแรงเสริมในการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดในสถานการณ์ต่าง ๆ เช่นนี้จะสะสมในตัวบุคคล และพัฒนาเป็นความเชื่อว่า สถานการณ์เช่นไรที่ตนเองสามารถจะจัดการได้ (ทัศนคติต่อสถานการณ์) และพัฒนาให้บุคคลมีความเชื่อว่า ตนมีทักษะในการใช้พฤติกรรมเฉพาะอย่างเป็นอย่างดี (Fromme and Rivet. 1994 ; citing Sugarman. 1986)

สรุปได้ว่า กลวิธีเผชิญภาวะเครียดเกิดขึ้นและพัฒนาไปในตัวบุคคลพร้อม ๆ กับขั้นของการพัฒนาด้านอื่นๆ ในการพัฒนาจากวัยทารกสู่วัยชรา บุคคลจะต้องประสบกับสถานการณ์หลายด้าน พฤติกรรมเผชิญภาวะเครียดจะเกิดขึ้นในระหว่างที่เผชิญกับสถานการณ์ต่างๆตามขั้นของพัฒนาการเหล่านั้น กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์จะเริ่มเกิดขึ้นเมื่ออายุประมาณ 3 ขวบ และจะพัฒนาเข้าสู่ระดับที่มีวุฒิภาวะสูงสุดในช่วงวัยรุ่น กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหามักเกิดขึ้นครั้งแรกจากการได้รับการอบรมสั่งสอนในวัยเด็ก หรือได้รับการถ่ายทอดความรู้จากผู้อื่น หรือได้เขียนแบบจากผู้อื่น หรือเกิดจากการลองผิดลองถูกของตนเองแล้วได้รับแรงเสริมในทางบวกจากประสบการณ์ในการใช้พฤติกรรมนั้น ๆ พฤติกรรมจึงคงอยู่ต่อไปและสามารถจะพัฒนาเป็นทัศนคติของบุคคลต่อสถานการณ์และต่อพฤติกรรมของตนได้ในที่สุด

1.5 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อกลวิธีเผชิญภาวะเครียด

1.5.1 พัฒนาการกลวิธีเผชิญภาวะเครียดเกิดขึ้นในตัวบุคคลและจะมีพัฒนาการไปพร้อม ๆ กับขั้นของการพัฒนาด้านอื่น ๆ

1.5.2 ประสบการณ์ สถานการณ์ที่บุคคลประสบมีความรุนแรงมากน้อยแตกต่างกัน หากบุคคลสามารถผ่านพ้นสถานการณ์ที่ตึงเครียดได้จะทำให้บุคคลนั้นมีพัฒนาการของกลวิธี

เผชิญภาวะเครียดในทางที่ดีขึ้น

1.5.3. การถ่ายทอดความรู้ กลวิธีเผชิญภาวะเครียดสามารถจะได้รับการถ่ายทอดความรู้มาจาก การอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่ ญาติพี่น้อง และบุคคลอื่น ๆ ได้ การถ่ายทอดความรู้ในปัจจุบันมิใช่มีเฉพาะการอบรมเลี้ยงดูจากพ่อแม่พี่น้องหรือการถ่ายทอดตัวต่อตัวเท่านั้น แต่ทำได้ด้วยการให้การศึกษาอบรมอย่างเป็นระบบ เช่น การเรียนในโรงเรียน การศึกษาในมหาวิทยาลัยการเข้าอบรมเฉพาะเรื่องในสถาบันต่าง ๆ การได้รับการศึกษา โดยวิธีการเหล่านี้จะช่วยให้บุคคลมีความรู้กว้างขวางในเรื่องความเป็นไปของสังคม และมีความรู้ลึกซึ้งในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง ซึ่งเป็นความรู้ที่นำไปประกอบอาชีพได้ การศึกษาช่วยให้บุคคลมีความรู้ซึ่งจะนำไปใช้ในการพิจารณาสิ่งคุกคามตนเองได้อย่างถูกต้องสามารถแยกแยะได้ว่าอะไรคือปัจจัยที่จะช่วยบรรเทาอันตรายจากสิ่งคุกคามตนเอง และสามารถเลือกใช้วิธีการ และแหล่งประโยชน์ที่ถูกต้องในการบรรเทาอันตรายจากสิ่งคุกคามตนเอง (ศิริพร โอภาสวัตรชัย. 2530 ; อ้างอิงมาจาก Lazarus. 1966) การไม่มีความรู้ทำให้บุคคลมีแนวโน้มประเมินสถานการณ์อย่างไม่เหมาะสม เช่น บางสิ่งที่เป็นอันตรายอาจจะถูกพิจารณาว่าเป็นอันตรายได้เนื่องจากไม่มีความรู้เกี่ยวข้องกับเรื่องนั้น ๆ การไม่มีความรู้จะบังคับไม่ให้บุคคลมองเห็นวิธีการและแหล่งประโยชน์ที่สามารถจะนำมาใช้ในการบรรเทาภาวะเครียดได้

การประเมินสถานการณ์ และการเลือกใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดที่เหมาะสมนั้นต้องอาศัยความรู้ที่เกี่ยวข้องกับเรื่องนั้น ๆ โดยตรง ความรู้ที่มีอยู่นี้จะต้องเป็นความรู้ที่ถูกต้องอย่างแท้จริง มิเช่นนั้นแล้วจะทำให้ประเมินความรุนแรงของสิ่งคุกคามนั้นเกินความจริง หรือน้อยกว่าความจริงไปได้

1.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกลวิธีเผชิญภาวะเครียด

1.6.1 งานวิจัยในประเทศไทย

จากงานวิจัยของวรรณี บรรเทิง (พรศิริ โรจน์รัตนเกียรติ. 2535 ; อ้างอิงมาจากวรรณี บรรเทิง. 2527) ศึกษาเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวกับพฤติกรรมเผชิญภาวะเครียดก่อนผ่าตัด ในผู้ป่วยเด็กวัยเรียนอายุระหว่าง 8-12 ปี ที่เข้ารับการเตรียมผ่าตัดในระบบหู คอ จมูก แผนกโสต นาสิก และลาริงซ์วิทยา โรงพยาบาลศิริราช และโรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ จำนวน 50 ราย เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย ได้แก่ แบบบันทึกข้อมูลส่วนตัวและแบบประเมินพฤติกรรมเผชิญภาวะเครียดก่อนการผ่าตัด ซึ่งดัดแปลงมาจาก แบบสัมภาษณ์พฤติกรรมเผชิญภาวะเครียดก่อนผ่าตัด ในผู้ป่วยเด็กวัยเรียนของ ลามอนแท็ก (La Montagne.

1984) ผลการศึกษาพบว่า ผู้ป่วยเด็กที่มีระดับฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการเผชิญภาวะเครียดก่อนผ่าตัดแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P < .05$) และผลการทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มพบว่า ผู้ป่วยเด็กที่มีระดับฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวต่ำมีพฤติกรรมการเผชิญภาวะเครียดก่อนผ่าตัดแตกต่างจากผู้ป่วยเด็กที่มีระดับฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวปานกลางและสูงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่ไม่พบความแตกต่างระหว่างกลุ่มที่มีระดับฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวปานกลางและสูง

✓ จากงานวิจัยของปัทมา คุปตจิต (2533 : 20) ซึ่งศึกษาเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างฐานะทางเศรษฐกิจกับพฤติกรรมเผชิญภาวะเครียดในผู้ป่วยมะเร็งเต้านม ภายหลังได้รับการผ่าตัดเต้านม โดยใช้แนวความคิดของลาซารัส ในการแบ่งประเภทกลวิธีเผชิญภาวะเครียด คือ กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาและแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ ผู้วิจัยได้อภิปรายผลการวิจัยไว้ว่าฐานะทางเศรษฐกิจเป็นปัจจัยสำคัญในการดำรงชีวิตประจำวัน ดังนั้นคนที่มีความเป็นอยู่ที่ดีย่อมสามารถเผชิญต่อภาวะเครียดได้ดีกว่าบุคคลที่ขาดปัจจัย

ในขณะที่งานวิจัยของวรารักษ์ นาครัตน์ (2533 : 82) ที่ศึกษาเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างฐานะทางเศรษฐกิจกับพฤติกรรมเผชิญภาวะเครียด ของผู้ป่วยโรคหัวใจ ได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 150 ราย ที่มารับการรักษา ณ แผนกผู้ป่วยนอกในโรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า ราชวิถี วชิรพยาบาล และรามาริบัติ โดยใช้แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคลประเมินรายได้ครอบครัว ต่อเดือนและแบบสอบถามพฤติกรรมเผชิญภาวะเครียดของผู้ป่วยโรคหัวใจ ซึ่งดัดแปลงมาจากแบบสัมภาษณ์วัดพฤติกรรมเผชิญภาวะเครียดในผู้สูงอายุของ จงรักษ์ ศุภกิจเจริญ และอาศัยแนวความคิดของลาซารัส ในการแบ่งประเภทกลวิธีเผชิญภาวะเครียด ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้ครอบครัวต่างกันจะมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดแตกต่างกัน อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($P > .05$)

✓ เพ็ญศรี วรสัมปติ (2536 : 74) ได้ศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมการเผชิญภาวะเครียดในวัยรุ่นตอนต้นกับตัวแปรฐานะทางเศรษฐกิจ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ปีการศึกษา 2536 จากโรงเรียนวัดสังเวช โรงเรียนชินโรสวิทยาลัย โรงเรียนมัธยมวัดดุสิตาราม จำนวน 402 คน เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย คือ แบบสอบถามที่ผู้วิจัยแปลมาจากแบบวัดพฤติกรรมเผชิญภาวะเครียดของลาซารัสและฟอล์คแมน (1984) ผลการวิจัยพบว่า วัยรุ่นตอนต้นที่มีฐานะทางเศรษฐกิจแตกต่างกันจะมีพฤติกรรมการเผชิญความเครียดแตกต่างกัน ดังนี้คือ วัยรุ่นตอนต้นที่มีฐานะทางเศรษฐกิจปานกลางและสูง มีพฤติกรรมเผชิญภาวะเครียดดีกว่าวัยรุ่นตอนต้นที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนวัยรุ่นตอนต้นที่มี

ฐานะทางเศรษฐกิจปานกลางและสูงมีพฤติกรรมการเผชิญภาวะเครียดไม่แตกต่างกัน

1.6.2 งานวิจัยในต่างประเทศ

ได้แก่ งานวิจัยของโฟล์คแมนและลาซารัส (Folkman and Lazarus. 1980) ได้วิเคราะห์การเผชิญภาวะเครียดกับสิ่งรบกวนในชีวิตประจำวันช่วง 1 ปี ในกลุ่มชายและหญิงวัยกลางคนในชุมชน จำนวน 100 คน ใช้เครื่องมือวัดการเผชิญของ Ways of Coping โดยแบ่งกลวิธีเผชิญภาวะเครียดออกเป็น 2 ประเภท คือแบบมุ่งแก้ไขปัญหามาและแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ ผลการศึกษาพบว่าสิ่งรบกวนในชีวิตประจำวัน 4 ประเภท คือ ด้านสุขภาพ การทำงาน ครอบครัว และอื่น ๆ ปัญหาด้านสุขภาพจะใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ การทำงานจะใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา ส่วนสถานการณ์ต่าง ๆ จะใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาล้วนส่วนอิทธิพลด้านอายุไม่มีผลแตกต่างกัน แต่เพศจะมีความแตกต่างกันในด้าน การเผชิญภาวะเครียดคือ เพศชายจะใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหามากกว่าเพศหญิง โดยเฉพาะปัญหาเกี่ยวกับงานและสถานการณ์

ต่อมาแพนซารีน (Panzarine. 1985 : 51) ซึ่งอาศัยแนวคิดของลาซารัสเช่นเดียวกัน ได้พบว่าสภาพสิ่งแวดล้อมที่แตกต่างกันทำให้นักลประเมีนความรุนแรงของความเครียดแตกต่างกันและทำให้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแตกต่างกันด้วย ซึ่งได้แก่ ฐานะทางเศรษฐกิจ ถ้าฐานะทางเศรษฐกิจต่ำก็จะทำให้การเผชิญภาวะเครียดมีประสิทธิภาพลดลง

และจากการศึกษาของ แมคคับบินและคณะ (McCubbin et al. 1983 : 359-368) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างรายได้ของครอบครัวกับกลวิธีเผชิญภาวะเครียดของบิดามารดาที่มีบุตรเจ็บป่วยด้วยโรคซิสติกไฟโบรซิส (Cystic Fibrosis) จำนวน 100 ครอบครัว แบ่งกลวิธีโดยใช้แนวคิดของลาซารัสในแบบวัดกลวิธีเผชิญความเครียดในภาวะสุขภาพสำหรับบิดามารดาจะประกอบด้วย

1. ความสามัคคีและความร่วมมือในครอบครัว
2. การสนับสนุนทางสังคม ความภาคภูมิใจในตนเอง และความมั่นคงทางอารมณ์
3. ความเข้าใจในสภาพการณ์ทางการแพทย์ จากการพูดคุยกับบิดามารดาคนอื่น

และบุคลากรทางการแพทย์

ในกลุ่มตัวอย่าง 100 ครอบครัวจะมีเด็กเจ็บป่วยด้วยโรคซิสติกไฟโบรซิสจำนวนตั้งแต่ 1 คนขึ้นไปที่มาับการรักษาในศูนย์รักษาโรคซิสติกไฟโบรซิสสำหรับเด็กในโรงพยาบาลมินเนสโซต้า ผลการศึกษาพบว่า รายได้ครอบครัวไม่สัมพันธ์กับรูปแบบการเผชิญความเครียด

ของมารดาแต่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเผชิญภาวะเครียดของบิดา ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของจาโรวิกและพาวเวอร์ (Jalowiec and Power. 1980 : 12) ที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างฐานะทางเศรษฐกิจกับพฤติกรรมเผชิญภาวะเครียด ในผู้ป่วยความดันโลหิตสูงและผู้ป่วยที่อยู่ในห้องฉุกเฉินที่เจ็บป่วยด้วยโรคเฉียบพลันที่ไม่รุนแรง 25 คน และมีอายุระหว่าง 20-60 ปี เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย ได้แก่ แบบสอบถามเหตุการณ์ในชีวิตที่ก่อให้เกิดความเครียดของโฮลเมสและเรย์ (Holmes and Rahe. 1967) และแบบสอบถามพฤติกรรมเผชิญภาวะเครียด ผลการศึกษาพบว่าฐานะทางเศรษฐกิจมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมเผชิญภาวะเครียด

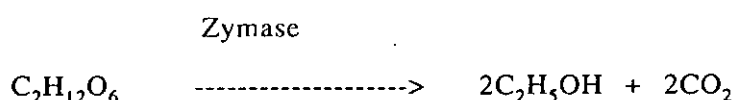
จากงานวิจัยข้างต้นที่รวบรวมมานี้จะเห็นได้ว่างานวิจัยที่เกี่ยวกับกลวิธีเผชิญภาวะเครียดและตัวแปรด้านเศรษฐกิจ จะมีเพียงงานวิจัยของวราภรณ์ นาครัตน์ (2533) ที่พบความแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนงานวิจัยของแมคคับบินและคณะ (McCubbin et al. 1983 : 359-368) ที่พบว่า รายได้ครอบครัวไม่มีความสัมพันธ์กับรูปแบบการเผชิญภาวะเครียดของมารดาแต่มีความสัมพันธ์กับรูปแบบการเผชิญภาวะเครียดของบิดา และจากงานวิจัยของจาโรวิกและพาวเวอร์ (Jalowiec and Power. 1980 : 12) พบว่าฐานะทางเศรษฐกิจมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมเผชิญภาวะเครียด ซึ่งแพนซารีน (Panzarine. 1985 : 51) กล่าวว่า ถ้าฐานะทางเศรษฐกิจต่ำก็จะทำให้การเผชิญภาวะเครียดมีประสิทธิภาพลดลงทำให้ผู้วิจัยมีความเชื่อว่าฐานะทางเศรษฐกิจของบุคคลที่แตกต่างกันน่าจะส่งผลให้วัยผู้ใหญ่ตอนต้นมีกลวิธีเผชิญภาวะเครียดที่แตกต่างกันด้วย ส่วนงานวิจัยที่เกี่ยวกับกลวิธีเผชิญภาวะเครียด และตัวแปรด้านเพศ การทำงานและครอบครัวของโฟล์คแมนและลาซารัส (Folkman and Lazarus. 1980) พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีเพศการทำงาน และครอบครัวแตกต่างกันจะมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดที่แตกต่างกัน ส่วนตัวแปรด้านอายุนั้นไม่พบความแตกต่าง

ส่วนตัวแปรชีวสังคมด้านระดับการศึกษานั้น ผู้วิจัยเห็นว่า ยังไม่มีผู้ใดทำการศึกษามาก่อน ดังนั้นในงานวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงได้ศึกษาตัวแปรชีวสังคมด้านระดับการศึกษาด้วย เนื่องจากเห็นว่า กระบวนการเรียนการสอนมีส่วนในการส่งเสริมการคิด และการตัดสินใจของบุคคล ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาว่า ตัวแปรชีวสังคมด้าน เพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว และตำแหน่งหน้าที่การงานว่ามีความเกี่ยวข้องกับกลวิธีเผชิญภาวะเครียดหรือไม่ โดยตั้งสมมติฐานสำหรับการวิจัยครั้งนี้ว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีตัวแปรชีวสังคมด้านเพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวหรือตำแหน่งหน้าที่การงานแตกต่างกัน จะมีกลวิธีเผชิญภาวะเครียดที่แตกต่างกัน

2. พฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (Drinking Behavior)

2.1 ความหมาย

เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หมายถึง เครื่องดื่มที่มีเอซิลแอลกอฮอล์เป็นส่วนผสมอยู่ทุกชนิด เช่น วิสกี้ บรั่นดี คอนยัค แชมเปญ บีน รัม เบียร์ ไวน์ สุราโรง สุราเถื่อน อุ กระแช่ สาโท น้ำตาลเมา ฯลฯ (ต่อศักดิ์ ธรรมวงศ์. 2531 ; อ้างอิงมาจาก บุญพฤกษ์ จาญามระ. 2521 : 17) ซึ่งเครื่องดื่มแอลกอฮอล์หรือสุราทำมาจากพืชหรือผลไม้ที่มีแป้งหรือน้ำตาล โดยใช้การหมัก หรืออาศัยการเปลี่ยนแปลงทางเคมี โดยเอนไซม์ (Enzyme) ของยีสต์ (Yeast) ชื่อซายเมส (Zymase) จะเปลี่ยนน้ำตาลให้เป็นแอลกอฮอล์และก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ตามสูตรสมการเคมี ดังนี้ (ต่อศักดิ์ ธรรมวงศ์. 2531 ; อ้างอิงมาจาก สุพัฒน์ ชีรเวชเจริญชัย. 2525 : 87-89)



2.2 ประเภทของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

เครื่องดื่มแอลกอฮอล์มีหลายชนิด โดยเรียกชื่อแตกต่างกันไปตามวิธีการปรุงและผลิต ตลอดจนความเข้มข้นของแอลกอฮอล์ที่ผสมอยู่ด้วย ดังเช่น

2.2.1 บรั่นดี เป็นเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้จากการกลั่นไวน์องุ่น แล้วจึงนำไปเก็บบ่มในถังไม้เชอร์รี่ก่อนจะนำออกบรรจุขวดขาย จึงปรุงแต่งรสชาติ นอกจากนี้บรั่นดียังมีชื่อเรียกแตกต่างกันออกไป เช่น คอนยัค บิสโกพินท์ กราฟพา เมตาซา เป็นต้น

2.2.2 วิสกี้ เป็นเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่ได้จาก การกลั่นสุราหมักจากข้าวต่าง ๆ เช่น ข้าวบาเลย์ ข้าวไรย์ ข้าวโอ๊ต ข้าวโพด ข้าวเหนียว เป็นต้น แล้วนำไปเก็บบ่มในถังไม้โอ๊ค ก่อนจะนำบรรจุขวดขายจึงปรุงแต่งรสชาติ นอกจากนี้วิสกี้ยังมีชื่อเรียกแตกต่างกันออกไป เช่น วิสกี้ไรย์ วิสกี้มอลท์ วิสกี้เบอร์เบิน เป็นต้น

2.2.3 รัม เป็นเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่ได้จากการกลั่นสุราที่หมักจาก น้ำอ้อย กากน้ำตาล และน้ำเชื่อม

2.2.4 บีน เป็นเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่ได้จากการกลั่นคล้าย ๆ กับวิสกี้ แล้วนำสุราที่

กลั่นได้ไปผสมกับพวกเครื่องเทศ เช่น ผักชี ยี่ห่วย วนน้ำ ฯลฯ แล้วนำไปกลั่นซ้ำอีกครั้ง

2.2.5 วอดก้า เป็นเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่มีลักษณะคล้ายวิสกี้ โดยวิสกี้ก็นั่นกลั่นออกมาด้วยดีกรีต่ำ แต่วอดก้ากลั่นออกมาด้วยดีกรีที่สูงกว่า

2.2.6 อาร์แรคส์ หรือสุราขาวหรือสุราโรง เป็นเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่กลั่นมาจากสุราหมักจากกาก น้ำตาล ข้าว น้ำตาลมะพร้าว น้ำตาลโคโค เป็นต้น

2.2.7 คอกเทลต่าง ๆ คอกเทล คือการนำเอาเครื่องดื่มแอลกอฮอล์หลายชนิดมาผสมกันตามสูตร ซึ่งขึ้นอยู่กับรสนิยมของผู้ดื่ม

2.2.8 แชมเปญ เป็นเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่ได้จากการหมักองุ่นซึ่งแชมเปญเป็นเครื่องดื่มแอลกอฮอล์องุ่นประเภทมีฟอง โดยมีก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ผสมเจือปนอยู่คล้าย ๆ เบียร์

2.2.9 ไวน์และไซเดอร์ เป็นเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่ได้จากการหมักองุ่นหรือผลไม้อื่น ๆ อาจจะใช้องุ่นผสมกับผลไม้ในการผลิตได้ แต่สำหรับไวน์นั้นจะต้องใช้องุ่นในการหมักไม่ว่าจะน้อยกว่าร้อยละ 60 ถ้าต่ำกว่าร้อยละ 60 ก็เรียกเป็นไซเดอร์

2.2.10 เบียร์ เป็นเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่ได้จากการหมักมอลท์ของข้าวบาเลย์อบและบดแล้วต้มให้สุกใส่ถังหมักได้ที่แล้วจึงเติมดอกฮอปและใส่เชื้อยีสต์ นอกจากนี้เบียร์ยังแบ่งเป็น 4 ชนิดด้วยกัน คือ แลเกอร์เบียร์ เอลเบียร์ สเตาท์เบียร์ และฟอตเตอร์เบียร์

2.2.11 สุราหมักพื้นบ้าน เป็นเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่ใช้วัตถุดิบพวกข้าว ผลไม้ น้ำตาลมาหมักเป็นสุรา เช่น อุ กระแช่ สาโท น้ำข้าว น้ำตาลเมา ฯลฯ

เครื่องดื่มแอลกอฮอล์แต่ละชนิดจะมีปริมาณของแอลกอฮอล์ และปริมาณความร้อนแตกต่างกัน (ต่อศักดิ์ ธรรมวงศ์, 2531) แสดงให้เห็นดังตาราง 1 สำหรับสุราเถื่อน เช่น น้ำตาลเมา น้ำตาลขาว นั้นไม่มีมาตรฐานและความเข้มข้นของแอลกอฮอล์ที่แน่นอน และถึงแม้ว่าแอลกอฮอล์จะให้พลังงานความร้อนแต่ก็ไม่มีสารอาหาร (Nutrient) อยู่เลย จึงไม่สามารถใช้ให้เป็นประโยชน์ต่อร่างกายได้

ตาราง 1 แสดงชนิดของเครื่องดื่มมีแอลกอฮอล์ ปริมาณแอลกอฮอล์และปริมาณความร้อน

ชนิดของเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์	ปริมาณแอลกอฮอล์ (ดีกรี*)	ปริมาณความร้อน** (แคลอรี/สุรา 1 ลิตร)
ไซเดอร์	2 - 6	112 - 336
เบียร์	4 - 8	224 - 448
ไวน์	8 - 15	448 - 840
วิสกี้หรือบรันดี	28 - 95	1,568 - 5,320
รัม	45 - 50	2,520 - 2,800
ลีเกอร์	20 - 65	1,120 - 3,640
อาเปรีตีฟ	15 - 75	840 - 4,200

* สุรา 1 ดีกรี หมายถึง จำนวนแอลกอฮอล์ 8 กรัมที่อยู่ในสุรา 1 ลิตร

** แอลกอฮอล์ 1 กรัมที่ถูกเผาผลาญในร่างกายให้พลังงานความร้อน 7 แคลอรี

2.3 สถิติการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

จากงานวิจัยของสำนักงานสถิติแห่งชาติปี พ.ศ. 2533 พบว่า ในช่วง 5 ปีที่ผ่านมา (2529-2533) แนวโน้มปริมาณการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สูงขึ้นตลอดมา แสดงให้เห็นดังตาราง 2

ตาราง 2 แสดงปริมาณการบริโภคเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ในช่วงปี พ.ศ. 2529-2533

	2529	2530	2531	2532	2533
- การบริโภคสุรา ทั้งสิ้น (พันลิตร)	328,658	340,219	376,341	408,480	657,980
- การบริโภคสุรา เฉลี่ยต่อคน (ลิตร)	18.6	18.8	20.2	21.2	33.3
- การบริโภคเบียร์ ทั้งสิ้น (พันลิตร)	85,297	92,551	127,035	178,634	260,672
การบริโภคเบียร์ เฉลี่ยต่อคน (ลิตร)	4.8	5.1	6.5	9.3	13.2

ที่มา : กองบัญชาประชาชนชาติ สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ

จากตาราง 2 จะเห็นได้ว่าเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ได้เป็นที่นิยมบริโภคกันอย่างแพร่หลาย จากการสำรวจในปี 2534 (สำนักงานสถิติแห่งชาติ : 2537) พบว่าในจำนวนประชากรทั้งหมดที่บริโภคสุรา มีผู้ที่บริโภคทุกวันร้อยละ 8 ในขณะที่ผู้ที่บริโภคนาน ๆ ครั้ง มีประมาณครึ่งหนึ่งของผู้ที่บริโภคสุราทั้งหมด

จากสถิติข้างต้นจะเห็นได้ว่า เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้เข้ามามีบทบาทในชีวิตประจำวันมี

การบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์กันอย่างแพร่หลาย แม้กระทั่งในหมู่นักเรียนนักศึกษา เช่น จากงานวิจัยของนายแพทย์วี สุวรรณกิจ และคณะ (2532) ที่ทำการสำรวจอัตราการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในนักเรียนอาชีวะ ในเขตอำเภอหาดใหญ่ พบว่า มีการบริโภคเบียร์ร้อยละ 31.33 ไวน์ร้อยละ 12.57 และวิสกีร้อยละ 9.41 และพบว่าจะมีท่าทีการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในอนาคตอีก ประมาณร้อยละ 40

อัตราปริมาณการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ คาดว่าจะสูงขึ้นเรื่อย ๆ เนื่องจากการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในปัจจุบันได้รับการยอมรับและกลายเป็นค่านิยม ซึ่งจะเห็นได้จากงานเลี้ยงเนื่องในโอกาสพิเศษต่างซึ่งล้วนแล้วแต่ขาดเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ไม่ได้ทั้งสิ้น

2.4 สาเหตุของการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

การบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในแต่ละบุคคลนั้นแตกต่างกัน โดยขั้นต้นก็เป็นการบริโภคหรือดื่มเพื่อสังคม (Social Drink) เมื่อบริโภคบ่อยครั้งติดต่อกันอยู่เสมอก็จะทำให้บริโภคจนเป็นนิสัย (Habitual Drink) ในที่สุดไม่สามารถควบคุมการบริโภคได้จึงพอใจอยู่แต่เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ความสัมพันธ์ในครอบครัวและมิตรสหายเสื่อมลง มักดื่มตามลำพัง และเพิ่มความไม่เอาใจใส่สิ่งแวดล้อม ขาดความรับผิดชอบในหน้าที่การงาน หากถึงขั้นนี้ก็นับได้ว่าเป็นผู้ที่ติดสุรา (Alcoholic) และถ้ายังบริโภคต่อไปนาน ๆ ก็จะเป็นโรคพิษสุราเรื้อรัง (Alcoholism) ซึ่งถือว่าการป่วยเรื้อรังทั้งทางร่างกายและจิตใจ (สุพัฒน์ ชีรเวชเจริญชัย. 2525 : 26)

สาเหตุของการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์นั้นมีสาเหตุต่าง ๆ กัน ซึ่ง สุวิทย์ รุ่งวิสัย (2521 : 120-123) ได้แบ่งออกเป็น 4 ประการ ดังนี้

1. ความอยากรู้อยากลอง มักเกิดขึ้นกับเยาวชนซึ่งมีอายุอยู่ในช่วง 13-20 ปี คนที่อยู่ในวัยดังกล่าวมีความเจริญเติบโตทางด้านร่างกายอย่างรวดเร็ว จากวัยเด็กกลายเป็นวัยผู้ใหญ่อาภรณ์ก็พลอยตื่นเต้นไปกับการเจริญเติบโตของร่างกายไปด้วย คนในวัยนี้ส่วนมากจะเกิดความอยากรู้อยากลองในทุกสิ่งทุกอย่างมากกว่าวัยอื่น ๆ ส่วนหนึ่งจะลองบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ว่าจะมีรสชาติเป็นอย่างไร แม้จะมีรสชาติที่ขมเล็กน้อยเพื่อนิด ๆ ก็ต้องทน พอบริโภคนาน ๆ เข้าก็จะเกิดการติดสุรา

2. ดื่มเพื่อรักษาโรคภัยไข้เจ็บและความผิดหวัง เช่น โรคผอมแห้งแรงน้อย มียาบางชนิดต้องผสมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ดื่ม ระยะแรกก็จะเจริญอาหาร แต่พอบริโภคไปอีกไม่นานก็เกิดการ

เสพติดและต้องบริโภคเป็นประจำ โรคผอมแห้งที่เคยเป็นในระบะนั้น ในระยะหลังเมื่อติดเครื่องดื่มแอลกอฮอล์หรือสุราแล้วก็จะเกิดโรคอย่างอื่นเข้าแทรกซ้อนอีกนอกจากโรคทางกายแล้ว ความกลัดกลุ้ม หงุดหงิด ผิดหวังซึ่งถือว่าเป็นโรคทางจิตเหมือนกัน มีคนเป็นจำนวนไม่น้อยเข้าใจผิดคิดว่า การบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นการรักษาความกลัดกลุ้ม หงุดหงิด ผิดหวังต่าง ๆ ให้หายได้ เช่น ทะเลาะกับคนรักหรือคนที่แต่งงานมีครอบครัวแล้วบางคนก็ชอบนำเงินไปใช้จ่ายฟุ่มเฟือยนอกบ้านจนขาดความรับผิดชอบ เมื่อถูกฝ่ายหนึ่งชี้แจงถึงความผิดก็จะไม่รับฟังและกลายเป็นคนพาลไม่ยอมรับความผิดของตน จนต้องเกิดการทะเลาะวิวาทกัน จึงเกิดความหงุดหงิดและผิดหวัง หรือพวกที่ก่อการทะเลาะวิวาทบาดหมางในครอบครัว ได้ยินเขาว่าบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จะทำให้หายจากการกลัดกลุ้ม หงุดหงิด ผิดหวังต่าง ๆ ได้ อันที่จริงแล้วทุกข์ต่าง ๆ ก็ยังอยู่ในใจ แต่ความเมามัมนามากกว่าเลยทำให้คนบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มาก ๆ พอสร้างเมา ทุกข์นั้นก็ยังมีให้กลัดกลุ้มอีกต่อไป พอบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์บ่อย ๆ ก็เลยติดเครื่องดื่มแอลกอฮอล์หรือสุราไปด้วย

3. บริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพื่อให้จิตใจเข้มแข็งหรือขมใจ เพราะคนเราเชื่อว่าการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทำให้เกิดความกล้า การกระทำที่มีลักษณะกล้านั้นมิใช่เกิดจากความเข้มแข็งของจิตใจ แต่เกิดจากฤทธิ์ของความเมา พฤติกรรมที่แสดงออกมิได้อยู่ในความควบคุมของจิตใจที่มีสติสัมปชัญญะ คนที่คิดจะทำผิดอาชญากรรมในขณะที่ยังไม่กล้าตัดสินใจเพราะยังมีจิตใจละอายต่อบาปบุญคุณโทษอยู่ เมื่อบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เข้าไปฤทธิ์ของสารแอลกอฮอล์จะทำให้มีเมามา คนเราจึงไม่มีความรับผิดชอบที่สมบูรณ์และได้กระทำความผิดจริง ๆ ความผิดส่วนมากมักจะเป็นการประทุษร้ายต่อชีวิต ต่อร่างกาย และความผิดเกี่ยวกับเพศ เป็นต้น

4. การบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยเห็นว่าเป็นค่านิยมของสังคม ค่านิยมที่คนส่วนมากยกย่อง แสวงหา อยากมีอยากเป็นเช่นกัน เช่น ความรู้ การมีทรัพย์สิน ตำแหน่งที่มีเกียรติหรือความเป็นผู้ดี เป็นต้น ดังนั้นการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ซึ่งมีผู้เข้าใจว่าเป็นค่านิยมของสังคมซึ่งพอแยกได้เป็น

4.1 เขาชนบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยเข้าใจว่า สังคมของผู้ใหญ่เขาทำกัน เนื่องจากตนมีร่างกายเป็นผู้ใหญ่แล้ว ก็อยากจะลอกเลียนแบบให้เหมือนกิจกรรมที่ผู้ใหญ่ทำกันก็เลยบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ถึงแม้จะเกิดความระคายเคืองลำคออย่างไรก็ทนเมื่อบริโภคบ่อยครั้งก็เกิดการติด

4.2 ผู้ใหญ่ก็อยากลอกเลียนแบบสังคมชั้นสูงเพราะเข้าใจว่าสังคมผู้ดีชั้นสูงนั้น จะต้องมีการสังสรรค์กันด้วยการดื่มบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ถ้าไม่มีเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

สังสรรค์กันจะถือว่าเป็นสังคมผู้ดีไม่ได้ เครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นสิ่งเสพติดชนิดหนึ่งและเป็นอบายมุขอย่างหนึ่งด้วย ดังนั้นการสังสรรค์กันด้วยเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จึงมิใช่ลักษณะสังคมที่ผู้ดีเขากระทำกัน

4.3 คนบางกลุ่มชอบทำตัวเลียนแบบชาวต่างประเทศไปอ่านเจอตำราเรื่องการจัดงานสังสรรค์ต่าง ๆ แต่ละงานมีวิธีผสมเหล้าอยู่ด้วยก็คิดว่าฝรั่งเป็นพวกสังคมชั้นสูง เราจึงเอาอย่างเขาบ้าง

4.4 ความเข้าใจผิดคิดว่าเป็นค่านิยมอย่างหนึ่ง คือ การบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แล้วทำให้สมองแจ่มใส เขียนกาพย์ กลอนหรือหนังสือได้ดี เช่น สุนทรภู่หรือคนอื่น อันที่จริงเวลาแต่งท่านเหล่านี้นี้มิได้ดื่มสุรา

4.5 ตัวอย่างจากละคร โทรทัศน์ และภาพยนตร์ ทำให้เกิดการลอกเลียนแบบเพราะคิดว่าการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นสิ่งที่ดีและเป็นค่านิยมที่ถูกต้อง ฉะนั้นในความเป็นจริงและข้อเท็จจริงแล้ว การบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มิได้ทำให้ผู้อื่นเป็นผู้มีเกียรติสูงหรืออยู่ในสังคมของผู้ดีแต่อย่างไร แต่เป็นสังคมของคนเมาซึ่งมีความคิดเห็นว่าการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นของดี ซึ่งเป็นความเข้าใจในค่านิยมที่ผิดทั้งนั้น

สุพัฒน์ วีระเวชเจริญชัย (2525 : 26-27) ได้กล่าวถึงสาเหตุของการดื่มสุรา ดังนี้

1. สาเหตุทางด้านร่างกาย โดยบริโภคเพื่อช่วยเจริญอาหาร ลดความเจ็บปวดในยามป่วยไข้ บางคน ไข้แก้ปัญหาราไคนอนไม่หลับ และบางคนไข้แก้หนาว แก้อ่อน เป็นต้น

2. สาเหตุทางด้านจิตใจ ผู้บริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์คิดว่า การบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สามารถสร้างความมั่นใจให้กับตัวเอง หรือลดปมด้อยบางประการ ลดความกังวล ความเครียด ความกลัว และขจัดความผิดหวัง บริโภคเพื่อย้อมใจ และเพื่อใช้เป็นเครื่องมือ แสดงความก้าวร้าวต่อผู้อื่น หรือก่ออาชญากรรม

3. ค่านิยมทางสังคม เยาวชนมักบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เนื่องมาจากความอยากรู้อยากเห็น และอยากทดลอง ถูกชักชวนจากเพื่อน และเลียนแบบจากผู้ใหญ่ สำหรับผู้ใหญ่เองก็ลอกเลียนแบบจากสังคมชั้นสูง เพราะเข้าใจว่าสังคมชั้นสูงจะต้องมีการสังสรรค์กันด้วยการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ นอกจากนี้บางคนอาจเข้าใจว่าการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทำให้สมองแจ่มใส มีความสามารถในการศิลปะเพิ่มขึ้น ซึ่งล้วนแล้วแต่เป็นการเข้าใจผิดทั้งสิ้น

อรเพ็ญ นาควัชร (2526 : 66) ได้สรุปถึงสาเหตุที่ทำให้บริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์หรือดื่มสุราไว้ว่า

1. อยากทำตนเหมือนคนอื่น
2. เนื่องจากต้องการใช้สุราทำให้จิตใจเข้มแข็ง
3. เนื่องจากการใช้สุราทำให้จิตใจแจ่มใสร่าเริง
4. เนื่องจากต้องการใช้สุราระงับอารมณ์วิตกกังวล หวาดกลัว เสียใจ โกรธ
5. เนื่องจากคิดว่าสุราทำให้ความคิดอ่านแจ่มใสขึ้น
6. เนื่องจากคิดว่าสุราเป็นเครื่องแสดงถึงความเป็นผู้ใหญ่

จะเห็นได้ว่าสาเหตุส่วนใหญ่ที่ทำให้บริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ก็เนื่องมาจากตัวบุคคลซึ่งได้แก่ สภาพร่างกายและสภาพจิตใจ สังคมและสิ่งแวดล้อม

2.5 ผลกระทบจากการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

เนื่องจากเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นสิ่งเสพติดชนิดหนึ่ง ดังนั้นเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จึงก่อให้เกิดโทษต่อสุขภาพของผู้บริโภค และนอกจากนี้การบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ยังมีผลกระทบต่อครอบครัว เศรษฐกิจ และสังคม ซึ่งโทษของการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ มีดังต่อไปนี้

2.5.1 ผลกระทบต่อสุขภาพ

สุรามีโทษต่อสุขภาพร่างกายและจิตใจ โดยสุราทำให้เกิดความผิดปกติต่อระบบต่าง ๆ ของร่างกายดังต่อไปนี้

2.5.1.1 ระบบทางเดินอาหาร

กระเพาะอาหารและลำไส้เล็ก แอลกอฮอล์จะกระตุ้นให้มีการหลั่งกรดและน้ำย่อยในกระเพาะออกมามากขึ้น ซึ่งช่วยให้เจริญอาหารแต่ถ้าแอลกอฮอล์มีปริมาณมากและความเข้มข้นสูงจะเป็นสาเหตุให้มีการระคายเคืองและเกิดอักเสบของเยื่อบุกระเพาะอาหารและลำไส้เล็ก เมื่อเกิดอักเสบเรื้อรังก็ทำให้การดูดซึมอาหารลดลง ซึ่งเป็นผลให้ร่างกายขาดสารอาหาร และวิตามินหลายชนิด เช่น วิตามินบีหนึ่ง เป็นต้น นอกจากนี้ยังทำให้กระเพาะอาหารเป็นแผลเกิดโรคแทรกซ้อนขึ้นตลอดจนมีอาการท้องอืด ปวดท้อง ท้องเสีย ท้องผูก เบื่ออาหาร และอาจอาเจียนเป็นโลหิตได้

ตับอ่อน แอลกอฮอล์มีผลทำให้น้ำย่อยของตับอ่อนเพิ่มขึ้นแต่ขณะเดียวกันก็ทำให้เกิดการอุดตันของท่อในตับอ่อน เป็นเหตุให้น้ำย่อยที่เพิ่มขึ้นไม่สามารถออกไปได้ จึงเป็นต้นเหตุทำให้ตับอ่อนอักเสบ ซึ่งจะมีอาการ แน่นท้อง ท้องอืด ท้องเฟ้อ อาหารไม่ย่อย ปวด

ท้องบริเวณลิ้นปี่หรือระดับสะดือมาก คลื่นไส้อาเจียน ไข้ขึ้นสูง และอาจช็อคถึงตายได้

ตับ เป็นอวัยวะสำคัญในการเผาผลาญหรือทำลายพิษของแอลกอฮอล์ ซึ่งขณะเดียวกันแอลกอฮอล์ก็จะทำให้มีไขมันแทรกอยู่ที่ตับมากขึ้น เป็นเหตุให้เซลล์ของตับตาย แล้วเกิดแผลเป็นมีพังผืดบาง ๆ เกิดขึ้นในบริเวณนั้น ถ้าเกิดตับอักเสบร่วมด้วยจะมีการทำลายเซลล์มากขึ้น ในที่สุดก็จะกลายเป็นตับแข็ง และอาจนำไปสู่การเป็นมะเร็งที่ตับได้ ผู้ที่ตับอักเสบจากพิษสุราจะมีอาการไข้ขึ้นสูง คีซ่าน เจ็บปวดบริเวณใต้ชายโครงขวา คลื่นไส้อาเจียน เบื่ออาหาร ตับโตและอาจเสียชีวิตได้

2.5.1.2 ระบบต่อมไร้ท่อ แอลกอฮอล์ทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดต่ำลง จนถึงกับทำให้หมดสติและอาจเป็นอันตรายถึงชีวิตได้ เนื่องจากแอลกอฮอล์สกัดกั้นการสร้างน้ำตาลกลูโคสจากไกลโคเจนในตับ ในทางตรงข้ามแอลกอฮอล์สามารถทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดสูงขึ้น หรือมีอาการของเบาหวานได้เนื่องจากมีการทำลายเซลล์ของตับอ่อนซึ่งสร้างอินซูลิน (Insulin) ให้แก่ร่างกาย แอลกอฮอล์ทำให้กรดแลคติก (Lactic) ในเลือดสูงขึ้นเป็นเหตุให้การขับถ่ายกรดยูริกทางไตน้อยลง ระดับกรดยูริกในเลือดจึงสูงขึ้นและตกตะกอนในส่วนต่าง ๆ ของร่างกายทำให้เกิดการอักเสบ เช่น เกิดการอุดตันในท่อไตและไตอักเสบ ตลอดจนข้ออักเสบที่เรียกว่า เก๊าท์ (Gout) นอกจากนี้แอลกอฮอล์ยังกระตุ้นการหลั่งของเลือดที่ไตและสกัดกั้นการหลั่งฮอร์โมนแอนตี้ไดยูเรติก (Antidiuretic Hormone) จากต่อมหมวกไตซึ่งเป็นฮอร์โมนที่ทำหน้าที่เก็บน้ำไว้ในร่างกายเป็นเหตุให้มีการถ่ายปัสสาวะมากขึ้นกว่าปกติ

2.5.1.3 ระบบประสาทส่วนกลาง แอลกอฮอล์จะไปกดการทำงานของสมองทำให้เกิดผลต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

ผลต่อความรู้สึกและการรับรู้ แอลกอฮอล์ทำให้ความไวต่อกลิ่น และรสเสื่อมลง หูอื้อ ตาพร่า ความสามารถในการแยกความเข้มของแสงลดลง โดยเฉพาะแสงสีแดงการคาดคะเนความเร็วและระยะทางของวัตถุต่ำกว่าความเป็นจริง เป็นเหตุให้เกิดอุบัติเหตุได้ง่าย นอกจากนี้ความไวต่อการเจ็บปวดก็น้อยลงเพราะเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มีฤทธิ์เหมือนยาสลบ

ผลต่อกลไกการเคลื่อนไหว แอลกอฮอล์ทำให้ปลายประสาทเกิดการอักเสบ เป็นเหตุให้กล้ามเนื้ออ่อนกำลังลง และไม่ประสานงานกัน ผู้บริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จึงพูดไม่ชัดเจนเหมือนคนลื่นไถล ยืนโอนเอนไปมา เดินไม่ตรงทาง หรือบางครั้งถึงกับเดินไม่ได้เพราะเกิดตะคริวบ่อย ๆ มีอาการชาตามปลายมือและปลายเท้า ทั้งนี้เพราะขาดวิตามินบีหนึ่งนั่นเอง

ผลต่ออารมณ์ แอลกอฮอล์ทำให้ขาดความยับยั้งชั่งใจในการ

พูด และการแสดงออกผู้บริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จึงมักจะไม่พูดจา กิริยาก้าวร้าว กล้าและยอมรับการเสี่ยงมากขึ้น มีอารมณ์เคลิ้มฝัน การตัดสินใจและปฏิกิริยาตอบสนองช้าลง ตลอดจนประสาธรับความรู้สึกและสติปัญญาเสื่อมลง

ผลต่อความรู้สึกทางเพศ แอลกอฮอล์จะทำให้ผู้บริโภคมีความรู้สึกรับผิดชอบต่อสาธารณชนน้อยลง ความรู้สึกอยากแสดงความรักมีมากขึ้น ยิ่งกว่านั้นบางคนยังดูเหมือนว่ามีความสามารถต่อกิจกรรมทางเพศภายหลังการบริโภคเท่านั้น ข้อสังเกตนี้เป็นอันตรายต่อการสนับสนุนสมมติฐานที่ว่า แอลกอฮอล์ส่งเสริมหรือช่วยปรับปรุงกิจกรรมทางเพศ ข้อเท็จจริงก็คือแอลกอฮอล์กระตุ้นให้เกิดความต้องการทางเพศ แต่ก็เป็นไปได้ในทางปฏิบัติ นอกจากนี้ผู้ที่บริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มากจะทำให้สมรรถภาพทางเพศลดลง ส่วนผู้ที่ติดสุราจะมีความบกพร่อง และไร้อสมรรถภาพทางเพศ ผู้มีประวัติเป็นโรคพิษสุราเรื้อรังจะชราภาพและต่อมเพศเสื่อมก่อนเวลาอันสมควร ตลอดจนเพิ่มปัญหาทางเพศให้แก่คู่ชีวิตอีกด้วย

ผลต่อการนอนหลับ ผู้ที่ดื่มอย่างหนักมาแล้ว เมื่อเข้านอนจะพลิกตัวกลับไปกลับมาเป็นพัก ๆ และตื่นขึ้นมาตอนเช้าด้วยอาการปวดศีรษะ อ่อนเพลียมาก นอกจากแอลกอฮอล์จะไปกดสมองและระบบประสาทส่วนกลาง ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงต่อความรู้สึก การรับรู้กลไกการเคลื่อนไหวและอารมณ์ ซึ่งเป็นผลทำให้เกิดอุบัติเหตุต่าง ๆ และการทำผิดกฎหมายสูงขึ้นแล้วแอลกอฮอล์ยังทำให้เกิดการอักเสบและบวมที่เยื่อหุ้มสมองและเนื้อสมองเองอีกด้วย

2.5.1.4 ระบบหัวใจและหลอดเลือด แอลกอฮอล์ทำให้การทำงานของกล้ามเนื้อหัวใจต่ำลง เนื่องจากการสะสมไขมันและสารที่สำคัญ เช่น Norepinephrine Magnesium Calcium และ เอ็นไซม์ต่าง ๆ นอกจากนี้ในผู้ที่บริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นเวลานาน จะพบโรคที่เกิดจากพิษสุราเรื้อรัง (Alcoholic Cardiomyopathy) โดยมีอาการหายใจลำบาก ใจสั่น ไอ หัวใจโต และเต้นผิดปกติ หัวใจเสื่อมลง และเกิดภาวะหัวใจวายได้ คือ ทำให้เหนื่อยหอบนอนราบไม่ได้ต้องบวม เท้าบวมทั้งสองข้าง แอลกอฮอล์ทำให้หลอดเลือดขยาย ความดันสูงขึ้น อัตราการเต้นของหัวใจเร็วขึ้นแต่การไหลเวียนของโลหิตจะขัดข้องได้ง่าย เพราะโลหิตไม่สามารถผ่านตัวได้สะดวก เนื่องจากตัวแข็ง นอกจากนี้แอลกอฮอล์ยังทำให้เกิดโรคโลหิตจาง เนื่องจากการทำงานของไขกระดูกซึ่งมีหน้าที่สร้างเม็ดเลือดเสียไป

สรุป ผลของการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่มีต่อร่างกาย แสดงดังตาราง 3

ตาราง 3 แสดงปริมาณแอลกอฮอล์ที่มีผลต่อผู้บริโภค

ปริมาณแอลกอฮอล์ (กรัม/โลหิต 1000 ลบ.ซม)	อาการของผู้บริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
0.5 - 1 กรัม	- ครีมนอกครีมีใจและว่องไวแต่ยังไม่ถึงกับเมา
1 กรัมขึ้นไป	- เริ่มมีอาการมึน สติปัญญาเสื่อม นึกคิดหรือทำอะไรช้าลง
1 - 1.5 กรัม	- เริ่มมีอาการเมาและควบคุมตัวเองได้น้อยลง
1.5 - 2.0 กรัม	- เมาอย่างมาก และควบคุมตัวเองได้ยากหรือไม่ได้เลย
2 - 4 กรัม	- เมาอย่างหนักจนถึงกับหลับหรือหมดสติ
4 - 6 กรัม	- ผู้บริโภคจะหมดสติและเสียชีวิตได้

2.5.2 ผลกระทบต่อครอบครัว เศรษฐกิจ และสังคม

การบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จะมีโทษต่อสุขภาพของผู้บริโภคเองแล้วยังมีผลกระทบต่อสภาพครอบครัว เศรษฐกิจและสังคม ดังต่อไปนี้

2.5.2.1 เกิดการแตกแยกในครอบครัวเป็นสาเหตุทำให้เกิดการหย่าร้าง

ครอบครัวไม่มีความสุข และเด็ก ๆ ขาดความอบอุ่น เนื่องจากการแตกแยกของบิดามารดา นอกจากนี้ยังเป็นสาเหตุทำให้ถูกไล่ออกจากงานด้วย

2.5.2.2 อุบัติเหตุและปัญหาอาชญากรรม เนื่องจากแอลกอฮอล์มีฤทธิ์ไปกดสมองและประสาทส่วนกลางทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงต่อความรู้สึก การรับรู้กลไกการเคลื่อนไหวและอารมณ์ทำให้ขาดความระมัดระวังจึงทำให้เกิดอุบัติเหตุจราจรเพิ่มมากขึ้น นอกจากนี้ยังทำให้ศีลธรรมเสื่อมโทรม จึงทำให้เกิดปัญหาอาชญากรรมเพิ่มมากขึ้น

2.5.2.3 เกิดการสูญเสียทางเศรษฐกิจ เนื่องจากในปีหนึ่ง ๆ สังคมต้องสูญเสียเงินเป็นจำนวนมาก เพื่อใช้ในการซื้อเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ นอกจากนี้ยังทำให้สูญเสียกำลังคนขาดประสิทธิภาพในการทำงาน และสูญเสียผลผลิตรายได้ส่วนรวมของสถานประกอบการ จะเห็นได้ว่าการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ นอกจากจะทำให้สุขภาพทรุดโทรมแล้วยังก่อให้เกิดปัญหาต่าง ๆ มากมาย ทำให้เป็นภาระของสังคมที่จะต้องดำเนินการแก้ไขปัญหาเกี่ยวกับการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์กันต่อไป

2.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

2.6.1 งานวิจัยในประเทศไทย

ในปี พ.ศ. 2518 มุกดา วัฒนกุล (2519 : 44-45) ได้ศึกษาเกี่ยวกับผู้ติดสุราและผู้ป่วยโรคพิษสุราเรื้อรังในการไฟฟ้านครหลวง โดยสุ่มตัวอย่างจาก พนักงานที่เคยติดสุราหรือป่วยเป็นโรคพิษสุราเรื้อรัง 118 ราย ศึกษาเฉพาะกรณี 5 ราย และทัศนคติของผู้บังคับบัญชา 35 รายพบว่า

1. สาเหตุที่ทำให้บริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เกิดจากนิสัยของบุคคล มีปัญหาครอบครัวปัญหาเศรษฐกิจและการทำงาน และภาวะจิตใจอ่อนแอ

2. พนักงานส่วนใหญ่เห็นว่า การบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทำให้มีเพื่อนมาก เข้าสังคมได้ดี สัมผัสทุกสิ่งได้ แต่ถาบริโภคบ่อย ๆ ในปริมาณมากเกินไปทำให้ป่วยเป็นโรคพิษสุราเรื้อรังและเปลืองเงิน

3. พนักงานเริ่มบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เมื่อ อายุเฉลี่ย 22 ปี เพราะถูกชักชวนอยากลอง ต่อมาบริโภคเพราะต้องการบริโภคด้วยความเคยชินหรือปฏิเสธคำชักชวนของเพื่อนไม่ได้ ส่วนใหญ่มักบริโภคกับเพื่อน ญาติ และพี่น้อง

4. ผู้บังคับบัญชามีความเห็นต่อการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของพนักงานว่า สาเหตุการติดสุรามาจาก นิสัยส่วนบุคคล สภาพแวดล้อม ปัญหาครอบครัวและที่ทำงาน

5. การศึกษาเฉพาะกรณีพบว่า พนักงานติดสุรา เนื่องจากการเลี้ยงดูในวัยเด็กมีปัญหาครอบครัว หนีสิน และสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ซึ่งทำให้สุขภาพอ่อนแอ ภายในครอบครัวไม่มีความสุขการทำงานอ่อนสมรรถภาพลง

ในปี พ.ศ. 2522 อัมพร เดียวตระกูลวัฒน์ (2522 : 129) ได้ศึกษาทัศนคติที่มีต่อยาเสพติด และบรรทัดฐานกลุ่มอ้างอิงของนักศึกษาวิทยาลัยครู ซึ่งผลการวิจัยนี้มีส่วนเกี่ยวข้องกับการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ดังนี้คือ

1. นักศึกษาที่เคยดื่มสุรามีทัศนคติต่อการดื่มสุรามากขึ้นและมีแนวโน้มที่จะทำตามความคาดหวัง หรือจากการชักจูงจากบุคคลอื่น ๆ มากกว่านักศึกษาที่ไม่เคยดื่มสุรา

2. อายุ เพศ ลักษณะที่อยู่อาศัย ระดับผลการเรียน ระดับการศึกษาของมารดา พฤติกรรมของเพื่อนสนิทและตัวนักศึกษามีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยนักศึกษาที่เคยบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ส่วนใหญ่ใหญ่เป็นเพศชาย อยู่ในช่วงอายุ 22 ปี พักอยู่ตามบ้านเช่า วัด หรือกับบุคคลอื่น ๆ นักศึกษาที่เคยบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มักมีผลการเรียนต่ำ มารดาจบการศึกษาระดับต่ำ และมีเพื่อนสนิทที่บริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

3. ระดับการศึกษาของบิดาและพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของบิดามารดาไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักศึกษา

ในปี พ.ศ. 2523 สมพร บุญวาทกิจ และคณะ (2523 : 148-157) ได้ศึกษาลักษณะการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของคนไทย โดยสุ่มตัวอย่างเอาจากประชากรตำบลศิริราชและบ้านช่างหล่อ อำเภอบางกอกน้อย จำนวน 400 คน ชาย 200 คน หญิง 200 คน พบว่า

1. ผู้หญิงที่เป็นลูกคนรองมีแนวโน้มจะบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มากกว่าลูกคนโตและลูกคนสุดท้าย ส่วนผู้ชายไม่ว่าจะเป็นลูกคนที่เท่าใด ลักษณะการบริโภคไม่แตกต่างกัน

2. ผู้หญิงบริโภคบ้างเป็นครั้งคราวเพื่อสังคม เพื่อสุขภาพเช่นเดียวกับผู้ชาย แต่ผู้หญิงบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นประจำมีจำนวนน้อยมาก ประมาณร้อยละ 1.25

3. คนเริ่มบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เมื่ออายุประมาณ 20 ปี หรือก่อนนั้น

4. มีผู้บริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่บ่อย ค่ำจัด และติดสุราร้อยละ 12.5 เป็นชายร้อยละ 18 หญิงร้อยละ 3.5

5. มีผู้บริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ร้อยละ 64 และไม่บริโภคร้อยละ 36 ชายบริโภคเป็นครั้งคราวเพื่อสังคมน้อยละ 52.5 หญิงบริโภคนาน ๆ ครั้ง หรือบริโภคขาดแคลนประมาณร้อยละ 50

ต่อมาในปี พ.ศ. 2527 ยุพา ชูสิทธิสกุล (2527 : 59-63) ได้ศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างความตั้งใจในการดื่มสุรากับพฤติกรรมการดื่มสุราของนักศึกษา วิทยาลัยพลศึกษา ซึ่งผลการวิจัยพบว่า

1. ความตั้งใจในการดื่มสุรามีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดื่มสุราของนักศึกษา โดยพบว่านักศึกษาที่มีความตั้งใจในการดื่มสุราสูง จะมีแนวโน้มพฤติกรรมการดื่มสุราของนักศึกษา
2. ทักษะต่อการดื่มสุรากับพฤติกรรมการดื่มสุรา มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยพบว่า นักศึกษาที่มีทักษะที่ดีต่อการดื่มสุรามีแนวโน้มที่จะประกอบพฤติกรรมการดื่มสุรามากยิ่งขึ้น
3. บรรทัดฐานกลุ่มอ้างอิงกับพฤติกรรมการดื่มสุรา มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยพบว่านักศึกษาที่ดื่มสุรามักมีเพื่อนสนิทที่ดื่มสุรด้วย
4. ระดับชั้นการศึกษา พฤติกรรมการดื่มสุราของกลุ่มเพื่อนสนิท พฤติกรรมการดื่มสุราก่อนเข้าศึกษามีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดื่มสุรอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยนักศึกษาชั้นปีที่ 2 มีจำนวนผู้ดื่มสุรามากกว่านักศึกษาชั้นปีที่ 1 และนักศึกษาที่มีพฤติกรรมการดื่มสุรามักจะมีเพื่อนสนิทที่ดื่มสุรด้วย และมีพฤติกรรมการดื่มสุราก่อนเข้าการศึกษา
5. ระดับผลการเรียน รายได้ที่ได้รับขณะศึกษา ลักษณะที่พักอาศัยในขณะศึกษาและพฤติกรรมการดื่มสุราของบิดามารดา ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดื่มสุราของนักศึกษา

ปี 2538 นันทิกา ทวิชาชาติ (2538 : 650-660) ได้ศึกษาความชุกของความผิดปกติในการดื่มสุราในชุมชนจังหวัดนครสวรรค์ ได้สัมภาษณ์ประชากร 409 คน โดยผู้สัมภาษณ์ได้รับการฝึกอบรมเป็นผู้สัมภาษณ์ โดยใช้แบบสอบถามซึ่งประกอบด้วย ข้อมูลส่วนตัวพฤติกรรม การดื่ม รูปแบบของการดื่ม และแบบสอบถามเพื่อค้นหาความผิดปกติของการดื่มสุราของ Hasin จากการศึกษาพบว่า ความชุกของความผิดปกติของการดื่มสุราพบได้ร้อยละ 30.8 และเพศชายมีความผิดปกติในการดื่มมากกว่าเพศหญิง ช่วงอายุที่ดื่มมากที่สุดคือ 25-34 ปี และยังพบว่าผู้ที่ติดสุรา โดยส่วนใหญ่แล้วเป็นผู้ที่สมรสแล้ว รายได้รวมของครอบครัวต่ำ ระดับการศึกษาต่ำ รวมทั้งบุคคลในครอบครัวมีประวัติดื่มสุรา

2.6.2 งานวิจัยในต่างประเทศ

ในปี ค.ศ. 1979 คอลแลน (Doland. 1979 : 331-A) ได้ใช้วิธีการดำนมนุษยวิทยา ศึกษาเพื่อทำนายลักษณะการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ส่วนบุคคลจาก ข้อมูลวัฒนธรรมสังคม

โดยแยกวิเคราะห์ตัวแปรซึ่งเป็นลักษณะบุคคลจากความเชื่อ ค่านิยม และพฤติกรรมที่รวบรวมจากการเก็บข้อมูลที่ชนบทในเกาะบาฮาเมียน เก็บข้อมูลจากชายในหมู่บ้านจำนวน 75 คน (ร้อยละ 15) โดยกำหนดโครงสร้างทางวัฒนธรรมสังคม 11 อย่าง เป็นตัวทำนายในการวิเคราะห์ ซึ่งพบว่าโครงสร้างทางวัฒนธรรมสังคมทางด้าน ความเชื่อพื้นเมือง ค่านิยม และกิจกรรมการใช้เวลาว่างมีส่วนเป็นเหตุในการบริโภคได้มากกว่าร้อยละ 60 และผลการวิจัยสรุปไว้ว่ากิจกรรมปะทะสังสรรค์กันในสังคมมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับลักษณะการบริโภคส่วนบุคคล

เกรซ (Grace. 1994 : 183-201) ได้ศึกษาอิทธิพลของครอบครัวที่มีต่อพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในทางที่ผิดและพฤติกรรมที่เป็นปัญหาในวัยรุ่น โดยศึกษาในกลุ่มตัวอย่างที่เป็นเด็กวัยรุ่นทั้งผิวขาวและผิวดำ จำนวน 699 คน รวมทั้งศึกษากับผู้ปกครองของเด็กที่เป็นกลุ่มตัวอย่างด้วย ใช้เวลาในการศึกษานาน 4 ปี คือ เริ่มตั้งแต่เด็กวัยรุ่นอายุ 13 ไปจนถึง 16 ปี ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่เป็นเด็กผิวดำมีผู้ปกครองที่รับภาระของครอบครัวเพียงคนเดียวมากกว่าเด็กผิวขาว และรายได้รวมของครอบครัวของเด็กผิวดำต่ำกว่าครอบครัวของเด็กผิวขาว แต่อัตราการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และการเกิดพฤติกรรมที่เป็นปัญหาในเด็กผิวดำสูงกว่าเด็กผิวขาวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ในปี 1994 ฮาร์เบอร์แมน (Harberman. 1994 : 85-100) ได้ทำการสำรวจการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในนักศึกษาวิทยาลัย โดยศึกษากับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษาวิทยาลัยจำนวน 440 คน ผลการวิจัยพบว่า มีกลุ่มตัวอย่างที่เคยบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มาก่อน และในปัจจุบันก็ยังบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ต่อถึงร้อยละ 90 กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 39 มีการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างน้อยสัปดาห์ละ 1 ครั้ง และพบว่าผู้มีที่บริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทุกวันร้อยละ 1

ในปีเดียวกัน ลิวอิสและคณะ (Lewis et al. 1994 : 139-149) ได้ศึกษาเปรียบเทียบอัตราการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และการคิดฆ่าตัวตายในเพศชายและหญิง โดยศึกษาในกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษา ในวิทยาลัยจำนวน 96 คน ใช้แบบสอบถามสำหรับคัดเลือกบุคคลที่คิดฆ่าตัวตาย ผลการศึกษาพบว่า เพศหญิงมีแนวโน้มที่จะฆ่าตัวตาย และมีการบริโภคแอลกอฮอล์มากกว่าผู้ชาย และยังพบว่า ทั้งเพศหญิงและเพศชายมีแนวโน้มที่จะเชื่อมโยงระหว่างการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และการฆ่าตัวตาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

จากการรวบรวมงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทั้งหมด จะเห็นว่า จากงานวิจัยของมุกดา วัฒนกุล (2519 : 44-45) พบว่า สาเหตุที่เกี่ยวกับการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์นั้นเกิดจากนิสัยส่วนบุคคล ปัญหาครอบครัว ปัญหาเศรษฐกิจ และปัญหา

จากการทำงาน ในขณะที่งานวิจัยของอัปสร เดียวตระกูลวัฒน์ (2522 : 129) พบว่า อายุ เพศ ลักษณะที่อยู่อาศัย ระดับผลการเรียน ระดับการศึกษาของมารดา พฤติกรรมของเพื่อนสนิทและตัวนักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แต่ งานวิจัยของยุพา ชูสิทธิสกุล (2527 : 59-63) พบว่า ระดับผลการเรียน รายได้ ลักษณะที่พักอาศัย และพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของบิดามารดาไม่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ เกรซ (1994 : 183-201) ที่พบว่า ลักษณะครอบครัว ที่พักอาศัย รายได้ของครอบครัว ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ส่วนตัวแปรชีวสังคมด้านเพศของงานวิจัยในประเทศไทยนั้นพบว่า เพศชายบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มากกว่าเพศหญิง ในขณะที่งานวิจัยของต่างประเทศที่รวบรวมมานั้นพบว่า เพศหญิงมีการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มากกว่าเพศชาย

3. กลวิธีเผชิญภาวะเครียดและพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

ในปัจจุบันพบว่า ประเทศไทยยังไม่มียานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างกลวิธีเผชิญภาวะเครียดและพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยตรง ส่วนใหญ่จะเป็นการศึกษาวิจัยในต่างประเทศ ซึ่งผู้วิจัยได้พยายามศึกษาและรวบรวมผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องมาเสนอเพื่อเป็นแนวทางในการทำวิจัยครั้งนี้ ดังนี้คือ

ในปี ค.ศ. 1993 ฟราเดต (Fradet. 1993 : 181) ได้ศึกษาเปรียบเทียบกลวิธีเผชิญภาวะเครียดในเด็กชายวัยรุ่นที่มีปัญหาและไม่มีปัญหาในการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จากนักศึกษายชายในมหาวิทยาลัย จำนวน 189 คน โดยใช้แนวคิดของคาร์เวอร์เป็นเกณฑ์ในการแบ่งประเภทของกลวิธีเผชิญภาวะเครียด โดยแบ่งเป็น 3 กลวิธีคือ กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญห แบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ และแบบหลีกเลี่ยง ผลการวิจัยพบว่า

1. นักศึกษาที่มีปัญหาในการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (บริโภคในทางที่ผิด) มีกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมีการควบคุมตนเอง

2. นักศึกษาที่มีปัญหาการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ไม่มีกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงซึ่งผลการวิจัยนี้ขัดแย้งกับงานวิจัยอื่นที่ว่า กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงมีความสัมพันธ์กับการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในทางที่ผิด

3. นักศึกษาที่อยู่ในครอบครัวที่มีการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในทางที่ผิดมีกลวิธี

เผชิญภาวะเครียดที่ไม่แตกต่างจากนักศึกษาที่อยู่ในครอบครัวที่ไม่มีปัญหาในการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

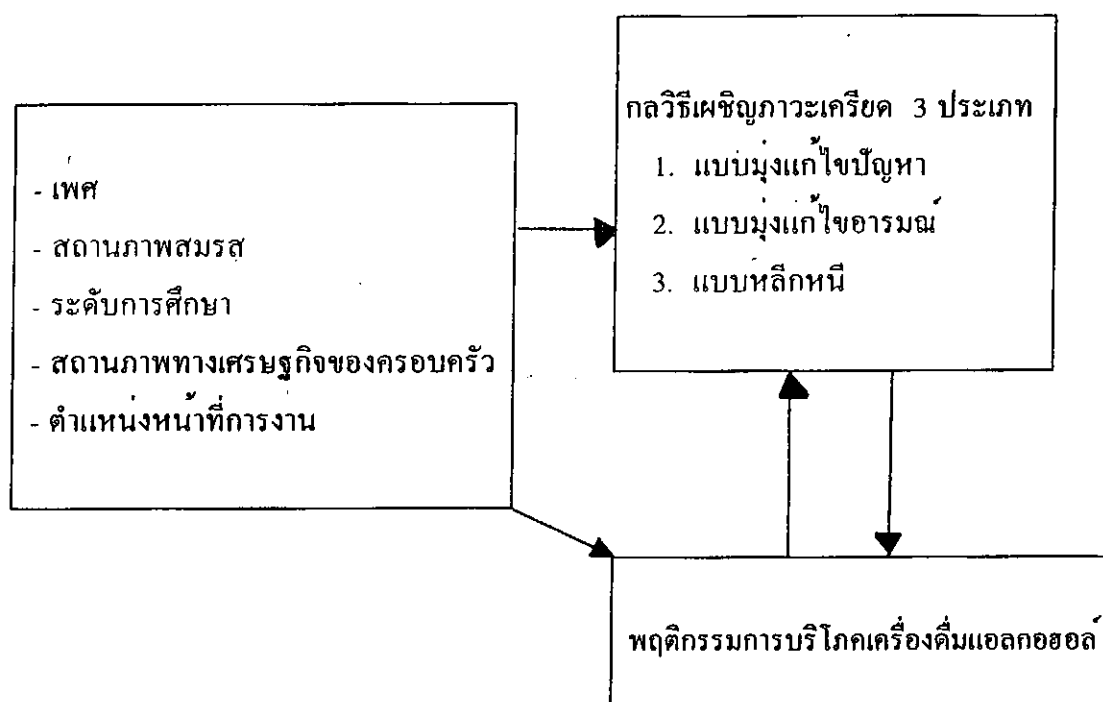
ในปีต่อมาฟรอมม์และริเวท (Fromme and Rivet. 1994 : 85) ได้ศึกษากลวิธีเผชิญภาวะเครียด ที่ใช้ทำนายพฤติกรรมกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และการตอบสนองต่อเหตุการณ์ประจำวันในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาในคอร์สจิตวิทยา จำนวน 105 คน แบ่งประเภทของกลวิธีเผชิญภาวะเครียด โดยใช้หลักของคาร์เวอร์ คือ แบบมุ่งแก้ไขปัญหา แบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ และแบบหลีกเลี่ยง ให้แบบสอบถามพฤติกรรมเผชิญภาวะเครียด (COPE Questionnaire) แบบวัดการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในแต่ละวัน (the Dairy Drinking Questionnaire) และแบบวัดปริมาณและความถี่ในการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์(Quantity/Frequency Index) ผลการวิจัยพบว่า

1. กลวิธีเผชิญภาวะเครียดสามารถทำนายพฤติกรรมกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ในระดับปานกลาง
2. บุคคลที่มีกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์และแบบหลีกเลี่ยง ในระดับต่ำจะมีการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มากกว่าบุคคลที่มีกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงในระดับต่ำแต่แบบมุ่งแก้ไขอารมณ์สูง
3. บุคคลที่ไม่มีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ และแบบหลีกเลี่ยง จะบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์น้อยกว่าบุคคลที่มีกลวิธีเผชิญภาวะเครียดในรูปแบบอื่น
4. เพศหญิงมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์และแบบหลีกเลี่ยงมากกว่าเพศชาย
5. บุคคลที่เผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา มีการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในระดับต่ำ

จากงานวิจัยที่รวบรวมมา จะเห็นได้ว่า งานวิจัยของฟรอมม์และริเวท พบว่ากลวิธีเผชิญภาวะเครียดสามารถทำนายพฤติกรรมกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ในระดับปานกลาง และพบว่า บุคคลที่ไม่มีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงจะมีการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์น้อยกว่าบุคคลที่มีกลวิธีเผชิญภาวะเครียดในรูปแบบอื่น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของฟราเคท์ที่พบว่า บุคคลที่มีปัญหาในการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ไม่มีกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยง ซึ่งผลการวิจัยนี้ขัดแย้งกับงานวิจัยของคูเปอร์ที่ว่ากลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงมีความสัมพันธ์กับการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในทางที่ผิด

จากผลการวิจัยข้างต้น ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาว่ากลวิธีเผชิญภาวะเครียดมีความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างไร ซึ่งจะทำให้การศึกษาทั้งในเชิงหาความสัมพันธ์ระหว่างกลวิธีเผชิญภาวะเครียดและพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และในเชิงหาผลของปฏิสัมพันธ์ระหว่างกลวิธีเผชิญภาวะเครียดรูปแบบต่าง ๆ ที่มีต่อพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

4. กรอบความคิด



5. สมมติฐานงานวิจัย

5.1 กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแต่ละรูปแบบในวัยผู้ใหญ่ตอนต้นมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น

5.2 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างกลวิธีเผชิญภาวะเครียดในรูปแบบต่าง ๆ มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น

5.3 ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มี เพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว และตำแหน่งหน้าที่การงานแตกต่างกันจะมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแต่ละรูปแบบแตกต่างกัน

5.4 ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มี เพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว และตำแหน่งหน้าที่การงานแตกต่างกันจะมีพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แตกต่างกัน

บทที่ 3

วิธีการดำเนินการวิจัย

การศึกษครั้งนี้ ผู้วิจัยได้แบ่งวิธีดำเนินการออกเป็นขั้นตอน ดังต่อไปนี้

1. การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง
2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากร ได้แก่ พนักงานขององค์การรัฐวิสาหกิจ ในเขตจังหวัดนครราชสีมา ที่มีอายุระหว่าง 20-35 ปี ในปี พ.ศ.2539 จำนวน 5 แห่ง ได้แก่ พนักงานจากการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย การรถไฟแห่งประเทศไทย ธนาคารกรุงไทย องค์การโทรศัพท์ส่วนภูมิภาค และการไฟฟ้าส่วนภูมิภาค มีจำนวนทั้งสิ้น 900 คน

1.2 กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ พนักงานขององค์การรัฐวิสาหกิจในเขตจังหวัดนครราชสีมาที่มีอายุระหว่าง 20-35 ปี ในปี พ.ศ.2539 จำนวน 5 แห่ง ได้แก่ พนักงานจากการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย การรถไฟแห่งประเทศไทย ธนาคารกรุงไทย องค์การโทรศัพท์ส่วนภูมิภาค และการไฟฟ้าส่วนภูมิภาค ซึ่งมาจากการสุ่มประชากรด้วยวิธีการสุ่มแบบกลุ่ม (Cluster Sampling) จำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 277 คน/กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรของ Taro Yamane (เพ็ญศรี วรสัมปติ. 2536 ; อ้างอิงมาจาก ประคอง กรรณสูตร. 2529 : 10)

2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้ แบ่งเป็น 3 ส่วน ดังนี้

- 2.1 แบบสอบถามรายละเอียดส่วนตัว
- 2.2 แบบวัดกลวิธีเผชิญภาวะเครียด

2.3 แบบวัดพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

2.1 แบบสอบถามรายละเอียดส่วนตัว

เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลรายละเอียดของกลุ่มตัวอย่างที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นตามตัวแปรชีวสังคมที่ศึกษา ได้แก่ เพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว และตำแหน่งหน้าที่การงาน

2.2 แบบวัดกลวิธีเผชิญภาวะเครียด

เป็นแบบวัดกลวิธีเผชิญภาวะเครียด ซึ่งผู้วิจัยได้ดัดแปลงและปรับปรุงจากแบบวัดกลวิธีเผชิญภาวะเครียดของจาโรวิก (Jalowiec. 1981) และใช้แนวคิดของคาร์เวอร์ (Fromme and Rivet. 1994 : 84-87 ; citing Carver. 1981) เป็นเกณฑ์ในการแบ่งประเภทกลวิธีเผชิญภาวะเครียด ซึ่งแบ่งเป็น 3 ประเภท คือ กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหากลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ และกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบได้ประโยชน์น้อยหรือแบบหลีกเลี่ยง

วิธีสร้างเครื่องมือดำเนินงานตามลำดับ ดังนี้

1. ศึกษาทฤษฎี เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกลวิธีเผชิญภาวะเครียดในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น เพื่อช่วยกำหนดความหมายของกลวิธีเผชิญภาวะเครียด และสร้างประโยคที่ใช้วัดกลวิธีเผชิญภาวะเครียด

2. กำหนดคำนิยามของกลวิธีเผชิญภาวะเครียด และคำนิยามของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดทั้ง 3 รูปแบบ ได้แก่ กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหากลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ และกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยง

3. เขียนข้อความตามคำถามของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดให้ครอบคลุมทุกกลวิธี จะได้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหากลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ 40 ข้อ และกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยง 25 ข้อ รวมทั้งหมด 105 ข้อ ลักษณะของข้อความ เป็นประโยคให้เลือกถึงกลวิธีที่กลุ่มตัวอย่างเลือกใช้ในชีวิตประจำวัน เป็นข้อความทางบวกทั้งหมด โดยตอบตามความถี่ที่เลือกใช้จริง ลักษณะคำตอบประกอบด้วยมาตราส่วนประมาณค่า 5 อันดับ โดยให้ผู้ตอบเลือกเพียง 1 คำตอบ การให้คะแนนเป็นรายข้อแบบ Likert's scale โดยมีช่วงคะแนนตั้งแต่ 1-5 ซึ่งเกณฑ์การให้คะแนนในแต่ละข้อคำถาม เป็นดังนี้

ถ้าตอบในช่อง	- ไม่เคยเลย ให้	1 คะแนน
	- น้อยมาก ให้	2 คะแนน
	- บางครั้ง ให้	3 คะแนน
	- บ่อยครั้ง ให้	4 คะแนน

- บ่อยที่สุด ให้ 5 คะแนน

การแปลผลคะแนน ในแต่ละกลวิธี ผู้ที่ได้คะแนนสูงกว่า คือ ผู้ที่ใช้กลวิธีนั้น ๆ มากกว่าผู้ที่ได้คะแนนต่ำกว่า สำหรับการศึกษาปฏิสัมพันธ์ระหว่างกลวิธีทั้ง 3 รูปแบบ ผู้วิจัยจะแบ่งกลุ่มตัวอย่างตามตัวแปรกลวิธีในแต่ละกลวิธี ออกเป็น 2 กลุ่ม คือ ใช้กลวิธีนั้น ๆ มาก และใช้กลวิธีนั้น ๆ น้อย ทั้งนี้โดยใช้ค่าเฉลี่ยของคะแนนในแต่ละกลวิธีเป็นจุดแบ่ง ซึ่งในการศึกษาครั้งนี้ได้ผลดังนี้ คือ

1. กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา

1.1 มีกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาน้อย เมื่อคะแนนเท่ากับหรือต่ำกว่า 3.47 คะแนน

1.2 มีกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหามาก เมื่อคะแนนเท่ากับหรือสูงกว่า 3.48 คะแนน

2. กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์

2.1 มีกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์น้อย เมื่อคะแนนเท่ากับหรือต่ำกว่า 2.62 คะแนน

2.2 มีกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์มาก เมื่อคะแนนเท่ากับหรือสูงกว่า 2.63 คะแนน

3. วิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงหรือแบบได้ประโยชน์น้อย

3.1 มีกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงน้อย เมื่อคะแนนเท่ากับหรือต่ำกว่า 2.42 คะแนน

3.2 มีกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงมาก เมื่อคะแนนเท่ากับหรือสูงกว่า 2.43 คะแนน

ตัวอย่างแบบสอบถาม

ข้อความต่อไปนี้ เป็นสิ่งที่ท่านปฏิบัติเมื่อเกิดความคับข้องใจ ไม่สบายใจ หรือมีความเครียดเกิดขึ้น จากการเผชิญกับสถานการณ์ที่เป็นปัญหาในชีวิตประจำวัน กรุณาขีดเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับความเป็นจริงที่ท่านเลือกใช้มากที่สุด โดยในแต่ละข้อมีเพียงคำตอบเดียว กรุณาตอบทุกข้อ

กลวิธี	เมื่อเกิดความเครียดจากการประสบปัญหาในชีวิตประจำวันข้าพเจ้าจะ.....	ไม่เคยเลย	น้อยครั้ง	บางครั้ง	บ่อยครั้ง	บ่อยที่สุด
1 มุ่งแก้ไขปัญหา	0 ใด่รตรองปัญหาอย่างรอบคอบ โดยปราศจากอคติ					
2 มุ่งแก้ไขอารมณ์	00 ร้องไห้เพื่อระบายอารมณ์					
3. หลีกหนีปัญหา	000 พยายามบอกกับตนเองว่าสิ่งที่เกิดขึ้น ไม่ใช่ความจริง					

4. ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิทางด้านจิตวิทยาพิจารณาตรวจสอบกลวิธีเผชิญภาวะเครียดในแต่ละด้านว่า กลวิธีต่าง ๆ ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นนั้น สามารถวัดได้ตรงตามคุณลักษณะต่าง ๆ ตามคำนิยามศัพท์เฉพาะที่ตั้งไว้หรือไม่ แล้วนำผลการตรวจสอบมาปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสมตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ

5. นำแบบทดสอบไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่าง ที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างจริง ซึ่งเป็นพนักงานรัฐวิสาหกิจในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 60 คน นำผลที่ได้มาตรวจให้คะแนนและวิเคราะห์หาความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง (Construct Validity) ด้วยวิธีหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรวมแต่ละข้อกับคะแนนรวมเฉพาะด้านของแต่ละกลวิธีนั้น ๆ โดยใช้สูตรของเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation) โดยถือว่าคะแนนรวมของกลวิธีแต่ละด้านเป็นคะแนนที่แทนโครงสร้างรวมของกลวิธีในด้านที่ต้องการวัด ดังนั้นข้อความที่มีค่าสหสัมพันธ์กับ

คะแนนรวมเฉพาะด้านต่ำ ข้อความนั้นจะถูกตัดไป จากนั้นจะคัดเลือกข้อคำถาม 40 ข้อแรก ซึ่งประกอบด้วย ข้อคำถามของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา 15 ข้อ ข้อคำถามของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ 15 ข้อ และข้อคำถามของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยง 10 ข้อ ซึ่งทุกข้อจะมีค่าสหสัมพันธ์ทางบวกกับคะแนนรวมเฉพาะด้าน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ดังนี้ กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหามีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง 0.30-0.71 กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง 0.26-0.60 และกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง 0.20-0.65 และการวิเคราะห์หาค่าความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างในลักษณะนี้เป็นการหาค่าอำนาจจำแนกของข้อสอบรายข้อ (Item Analysis) ไปในคราวเดียวกัน

6. นำข้อสอบที่คัดเลือกแล้วจากข้อ 5 มาหาค่าความเชื่อมั่น โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (α -Coefficient) ของครอนบาช (Cronbach) พบว่ามีค่าความเชื่อมั่น ดังนี้ กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหามีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.7132 กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.6830 และกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.7251

2.3 แบบวัดพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

เป็นแบบวัดพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่ผู้วิจัยได้ดัดแปลงและปรับปรุงมาจากแบบวัดพฤติกรรมการดื่มสุราของต่อศักดิ์ ธรรมวงศ์ (2531 : 75-77) โดยเครื่องมือดังกล่าวผู้วิจัยได้นำไปทดสอบกับกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ศึกษา จำนวน 60 คน เดิมแบบวัดนี้มีข้อคำถาม 40 ข้อ ผู้วิจัยได้ดัดแปลงและปรับปรุงแบบวัดพฤติกรรมการดื่มสุราดังกล่าวให้มีจำนวนข้อคำถาม 30 ข้อ

ในการวิจัยครั้งนี้ ได้ค่าความเชื่อมั่นโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) ของครอนบาช (Cronbach) เท่ากับ 0.94 ลักษณะของแบบวัดเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 อันดับให้ผู้ตอบเลือกตามความถี่ที่บริโภคจริงเพียง 1 คำตอบ การให้คะแนนเป็นรายข้อแบบ Likert's scale โดยมีช่วงคะแนนตั้งแต่ 0-3 ซึ่งเกณฑ์การให้คะแนนในแต่ละข้อคำถาม เป็นดังนี้

- | | | |
|--------------|---------------|---------|
| ถ้าตอบในช่อง | - ไม่เคยเลย | 0 คะแนน |
| | - นาน ๆ ครั้ง | 1 คะแนน |
| | - บ่อยครั้ง | 2 คะแนน |
| | - เป็นประจำ | 3 คะแนน |

การแปลผลคะแนน

- คะแนน 0.00-0.50 มีพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ระดับต่ำมาก
- คะแนน 0.51-1.50 มีพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ระดับต่ำ
- คะแนน 1.51-2.50 มีพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ระดับสูง
- คะแนน 2.51-3.00 มีพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ระดับสูงมาก

ตัวอย่างแบบสอบถาม

คำชี้แจง ให้ท่านพิจารณาว่าตามปกติแล้วท่านบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างไร.....โดย
ทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับความเป็นจริงของตัวท่านมากที่สุดเพียงช่องเดียว

ข้อที่	ตามปกติแล้วท่านบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างไร.....	ไม่เคย เลย	นานๆ ครั้ง	บ่อย ครั้ง	เป็น ประจำ
0	เพื่อเจริญอาหาร				
00	เพื่อความสนุกสนาน				

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ตามขั้นตอน ดังนี้

1. ติดต่อคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ วิทยาเขตประสานมิตร เพื่อขออนุญาตเก็บข้อมูล
2. ชี้แจงวัตถุประสงค์และขอความช่วยเหลือในการตอบแบบสอบถาม จากพนักงานรัฐวิสาหกิจ แล้วแจกแบบสอบถามให้แก่ กลุ่มตัวอย่างที่จะทำการศึกษา
3. รับแบบสอบถามคืน
4. นำแบบสอบถามที่ได้มาตรวจสอบความสมบูรณ์ถูกต้อง ก่อนนำข้อมูลที่ได้ไปวิเคราะห์ด้วยวิธีการทางสถิติ

4. การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

สถิติที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS/PC+ (Statistical Package for the Social Science) ซึ่งมีรายละเอียด ดังต่อไปนี้

4.1 แจกแจงความถี่เป็นร้อยละของข้อมูลเกี่ยวกับ เพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว และตำแหน่งหน้าที่การงาน

4.2 หาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนกลวิธีเผชิญภาวะเครียด และคะแนนพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

4.3 หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product Moment Coefficient) ระหว่างคะแนนกลวิธีเผชิญภาวะเครียดรูปแบบต่าง ๆ กับคะแนนพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น

4.4 หาปฏิสัมพันธ์ระหว่างกลวิธีเผชิญภาวะเครียดในแต่ละรูปแบบที่มีต่อพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยผู้ใหญ่ตอนต้น โดยใช้การทดสอบ Three Way ANOVA

4.5 เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของ 2 กลุ่ม โดยใช้การทดสอบค่าที (t-Test)

4.6 ใช้วิธีการวิเคราะห์ความแปรปรวนชนิดทางเดียว (One-Way ANOVA) เพื่อทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยของตัวแปรที่มีมากกว่า 2 กลุ่มขึ้นไป โดยใช้สถิติค่าเอฟ (F-Test) ในกรณีที่พบมีความแตกต่างระหว่างกลุ่มจะทำการทดสอบต่อโดยการเปรียบเทียบรายคู่โดยใช้ Student q-Statistic แบบ Newman Keuls Method

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

เพื่อให้เกิดความเข้าใจในการแปลผลและความหมายของการวิเคราะห์ข้อมูลได้ตรงกัน จึงได้กำหนดสัญลักษณ์และอักษรย่อดังต่อไปนี้

- N แทน จำนวนพนักงานรัฐวิสาหกิจในกลุ่มตัวอย่าง
- $\bar{X}$ แทน ค่าเฉลี่ยของคะแนน
- S.D. แทน ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
- df แทน ชั้นแห่งความเป็นอิสระ (Degree of Freedom)
- SS แทน ผลบวกกำลังสองของคะแนน (Sum of Square)
- MS แทน ค่าเฉลี่ยของผลบวกกำลังสองของคะแนน (Mean of Square)
- F แทน ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาใน F - Distribution
- q แทน Studentized Range Statistic
- * แทน ความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
- ** แทน ความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลและการแปลความหมายของการวิเคราะห์ข้อมูล ได้เสนอเป็นลำดับขั้น ดังนี้

ตอนที่ 1 แสดงข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตาม เพศ สถานภาพสมรส ระดับ การศึกษา สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว และตำแหน่งหน้าที่การงาน

ตอนที่ 2 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนกลวิธีเผชิญภาวะเครียด และพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

ตอนที่ 3 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างกลวิธีเผชิญภาวะเครียดรูปแบบ

ต่าง ๆ กับพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

ตอนที่ 4 แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนของพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในผู้ใหญ่ตอนต้น โดยมีกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา แบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ และแบบหลีกเลี่ยงนี้ เป็นตัวแปรอิสระ

ตอนที่ 5 เปรียบเทียบกลวิธีเผชิญภาวะเครียดรูปแบบต่าง ๆ โดยจำแนกตามเพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว และตำแหน่งหน้าที่การงาน

ตอนที่ 6 เปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยจำแนกตามเพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว และตำแหน่งหน้าที่การงาน

ตอนที่ 1 ลักษณะของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามตัวแปรที่ศึกษา

ตาราง 4 จำนวนและร้อยละของพนักงานรัฐวิสาหกิจในเขตจังหวัดนครราชสีมาจำแนกตามตัวแปรที่ศึกษา

ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง	จำนวน	ร้อยละ
1. เพศ		
หญิง	105	37.9
ชาย	172	62.1
รวม	277	100.0
2. สถานภาพสมรส		
โสด	117	42.2
สมรส (อยู่ด้วยกัน)	130	46.9
สมรส (แยกกันอยู่)	19	6.9
หม้าย	5	1.8
หย่า	6	2.2
รวม	277	100.0
3. ระดับการศึกษา		
ม.3 - ม.6	33	11.9
อาชีวฯ 3 ปี (ปวช.)	70	25.3
อนุปริญญา หรือ ปวส.	71	25.6
ปริญญาตรี	103	37.2
รวม	277	100.0

ตาราง 4 (ต่อ)

ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง	จำนวน	ร้อยละ
4. สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว		
ระดับต่ำ	93	33.6
ระดับกลาง	160	57.8
ระดับสูง	24	8.7
รวม	277	100.0
5. ตำแหน่งหน้าที่การงาน		
ระดับต่ำ	156	56.3
ระดับกลาง	103	37.2
ระดับสูง	18	6.5
รวม	277	100.0

กลุ่มตัวอย่างพนักงานรัฐวิสาหกิจในการศึกษาครั้งนี้มีจำนวนทั้งสิ้น 277 คน โดยพนักงานเหล่านี้เป็นชาย 172 คน หญิง 105 คน ซึ่งทำงานในองค์กรรัฐวิสาหกิจในเขตจังหวัด นครราชสีมา จำนวน 5 แห่ง คือ พนักงานจากพนักงานจาก การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย การรถไฟแห่งประเทศไทย ธนาคารกรุงไทย องค์การโทรศัพท์ส่วนภูมิภาค และการไฟฟ้าส่วนภูมิภาค จากตารางพบว่า พนักงานรัฐวิสาหกิจที่สมรสแล้ว (อยู่ด้วยกัน) มีจำนวนมากที่สุด (ร้อยละ 46.9) รองลงมาคือโสด (ร้อยละ 42.2) และสมรสแล้วแต่แยกกันอยู่ (ร้อยละ 6.9) ส่วนพนักงานที่หย่า และเป็นหม้ายมีน้อยที่สุด (ร้อยละ 1.8 และ 2.2 ตามลำดับ) ในด้านของระดับการศึกษาพบว่า พนักงานรัฐวิสาหกิจมีการศึกษาในระดับปริญญาตรีมากที่สุด (ร้อยละ 37.2) รองลงมา คือ ระดับอนุปริญญาหรือปวส. และอาชีวะ 3 ปีหรือปวช (ร้อยละ 25.6 และ 25.3 ตามลำดับ) ส่วนระดับ ม.3-ม.6 นั้นมีจำนวนน้อยที่สุด (ร้อยละ 11.9) สำหรับสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวนั้น พบว่า กลุ่มพนักงานรัฐวิสาหกิจที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของ

ครอบครัวในระดับปานกลางนั้นมีจำนวนมากที่สุด (ร้อยละ 57.8) รองลงมาคือ กลุ่มพนักงานรัฐวิสาหกิจที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวในระดับต่ำ (ร้อยละ 33.6) ส่วนกลุ่มพนักงานรัฐวิสาหกิจที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวในระดับสูงมีจำนวนน้อยที่สุด (ร้อยละ 8.7) ในด้านตำแหน่งหน้าที่การงานนั้นพบว่า กลุ่มพนักงานที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานในระดับต่ำมีจำนวนมากที่สุด (ร้อยละ 56.3) รองลงมาคือ กลุ่มพนักงานที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานในระดับปานกลาง (ร้อยละ 37.2) และกลุ่มพนักงานที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานในระดับสูงมีจำนวนน้อยที่สุด (ร้อยละ 6.5)

ตอนที่ 2 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนกลวิธีเผชิญภาวะเครียดรูปแบบต่าง ๆ และพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

ตาราง 5 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนกลวิธีเผชิญภาวะเครียดรูปแบบต่าง ๆ และพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

ตัวแปร	ช่วงคะแนนที่เป็นไปได้	Mean	S.D
กลวิธีเผชิญภาวะเครียด			
- แบบมุ่งแก้ไขปัญหา	1-5	3.47	.44
- แบบมุ่งแก้ไขอารมณ์	1-5	2.62	.43
- แบบหลีกเลี่ยง	1-5	2.42	.55
พฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์	0-3	.62	.47

จากตาราง 5 จะเห็นได้ว่าพนักงานรัฐวิสาหกิจที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหามากที่สุด รองลงมา คือ กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์

และกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงน้อยที่สุด เมื่อพิจารณาตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ในหน้า 60 และพนักงานรัฐวิสาหกิจที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อยู่ในระดับต่ำ เมื่อพิจารณาตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ในหน้า 62-63

ตอนที่ 3 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างกลวิธีเผชิญภาวะเครียดรูปแบบต่าง ๆ กับพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1 ที่ว่ากลวิธีเผชิญภาวะเครียดรูปแบบต่าง ๆ ในผู้ใหญ่ตอนต้นมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในผู้ใหญ่ตอนต้น

ตาราง 6 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างกลวิธีเผชิญภาวะเครียดรูปแบบต่าง ๆ กับพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

ตัวแปร	พฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
แบบมุ่งแก้ไขปัญหา	-.039
แบบมุ่งแก้ไขอารมณ์	.188**
แบบหลีกเลี่ยง	.046

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตาราง 6 แสดงให้เห็นว่า กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา และแบบหลีกเลี่ยงไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 1 ส่วนกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์พบว่ามี ความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในผู้ใหญ่ตอนต้น ($r = .188$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 1

ตอนที่ 4 แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนของพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในผู้ใหญ่ตอนต้น โดยมีกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา แบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ และแบบหลีกเลี่ยงเป็นตัวแปรอิสระ เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ว่ากลวิธีเผชิญภาวะ

เครือข่ายในรูปแบบต่าง ๆ ในผู้ใหญ่ตอนต้น มีปฏิสัมพันธ์กันซึ่งส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในผู้ใหญ่ตอนต้น

ตาราง 7 แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนของพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในผู้ใหญ่ตอนต้น โดยมีกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา (1) แบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ (2) และแบบหลีกเลี่ยง (3) เป็นตัวแปรอิสระ

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
ผลหลัก	3	2.179	.726	3.510
มุ่งแก้ไขปัญหา (1)	1	.077	.077	.370
มุ่งแก้ไขอารมณ์ (2)	1	1.404	1.404	6.785*
หลีกเลี่ยง (3)	1	.076	.076	.369
ปฏิสัมพันธ์สองทาง	3	1.541	.514	2.482
1 x 2	1	.695	.695	3.361
1 x 3	1	.165	.165	.798
2 x 3	1	.136	.136	.659
ปฏิสัมพันธ์สามทาง	1	.542	.542	2.622
1 x 2 x 3	1	.542	.542	2.622
ส่วนที่เหลือ	269	55.659	.207	
รวม	276	59.921	.217	

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 7 จะเห็นได้ว่า ไม่พบปฏิสัมพันธ์ระหว่างกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา แบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ และแบบหลีกเลี่ยง ไม่ว่าจะพิจารณาปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้ง 3 ตัวพร้อมกันหรือตัวแปรทีละ 2 ตัวพร้อมกัน หมายความว่าพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในผู้ใหญ่ตอนต้นไม่แตกต่างกัน เมื่อคำนึงถึงกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไข

ปัญหาแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ และแบบหลีกเลี่ยงปัญหา และพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในผู้ใหญ่ตอนต้นไม่แตกต่างกัน เมื่อคำนึงถึงกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาและแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ แบบมุ่งแก้ไขปัญหาและแบบหลีกเลี่ยงปัญหา แบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ และแบบหลีกเลี่ยงปัญหา ส่วนการพิจารณาตัวแปรรายด้านพบว่า พฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในผู้ใหญ่ตอนต้นแตกต่างกันเมื่อคำนึงถึงกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์เพียงอย่างเดียว

ตอนที่ 5 เปรียบเทียบกลวิธีเผชิญภาวะเครียดรูปแบบต่าง ๆ โดยจำแนกตามตัวแปรชีวสังคมด้าน เพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว และตำแหน่งหน้าที่การงาน

ตาราง 8 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา แบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ และแบบหลีกเลี่ยงปัญหา เมื่อจำแนกตามตัวแปรชีวสังคมด้าน เพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว และตำแหน่งหน้าที่การงาน

ตัวแปร	จำนวน (n)	มุ่งแก้ไขปัญหา		มุ่งแก้ไขอารมณ์		หลีกเลี่ยง	
		$\bar{X}$	S.D	$\bar{X}$	S.D	$\bar{X}$	S.D
1. เพศ							
หญิง	105	3.469	.416	2.733	.421	2.536	.479
ชาย	172	3.469	.461	2.548	.429	2.345	.581
รวม	277	3.469	.444	2.618	.435	2.417	.552
2. สถานภาพสมรส							
โสด	117	3.488	.436	2.664	.452	2.437	.557
สมรส (อยู่ด้วยกัน)	130	3.445	.450	2.560	.405	2.407	.545
สมรส (แยกกันอยู่)	19	3.541	.411	2.663	.515	2.295	.498
หม้าย	5	3.627	.555	2.680	.378	2.360	.764
หย่า	6	3.289	.524	2.800	.444	2.683	.640

ตาราง 8 (ต่อ)

ตัวแปร	จำนวน (n)	มุ่งแก้ไขปัญหา		มุ่งแก้ไขอารมณ์		หลีกเลี่ยง	
		$\bar{X}$	S.D	$\bar{X}$	S.D	$\bar{X}$	S.D
รวม	277	3.469	.444	2.618	.435	2.417	.552
3. ระดับการศึกษา							
ม.3-ม.6	33	3.004	.407	2.596	.489	2.439	.574
อาชีวะ 3 ปี (ปวช.)	70	3.382	.442	2.774	.419	2.561	.556
อนุปริญญา (ปวส.)	71	3.580	.392	2.633	.423	2.431	.556
ปริญญาตรี	103	3.601	.376	2.509	.407	2.303	.520
รวม	277	3.469	.444	2.618	.435	2.417	.552
4. สถานภาพทางเศรษฐกิจ ของครอบครัว							
ระดับต่ำ	93	3.304	.484	2.773	.446	2.497	.522
ระดับกลาง	160	3.525	.397	2.565	.399	2.411	.556
ระดับสูง	24	3.739	.359	2.369	.436	2.154	.567
รวม	277	3.469	.444	2.618	.435	2.417	.552
5. ตำแหน่งหน้าที่การงาน							
ระดับต่ำ	156	3.364	.467	2.701	.441	2.489	.566
ระดับกลาง	103	3.566	.366	2.562	.395	2.381	.499
ระดับสูง	18	3.826	.326	2.222	.332	2.011	.541
รวม	277	3.469	.444	2.618	.435	2.417	.552

5.1 เปรียบเทียบกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาเมื่อจำแนกตามเพศ เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 3 ที่ว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีเพศแตกต่างกัน จะมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาแตกต่างกัน ดังผลที่แสดงไว้ในตาราง 9 ดังนี้

ตาราง 9 เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาระหว่างเพศหญิงและเพศชาย

เพศ	$\bar{X}$	SD	t
หญิง	3.469	.416	1.230
ชาย	3.469	.461	

จากตาราง 9 จะเห็นได้ว่า เพศหญิงและเพศชายมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหามาไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3

5.2 เปรียบเทียบกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา เมื่อจำแนกตามสถานภาพสมรส เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 3 ที่ว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพสมรสแตกต่างกันจะมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหามาไม่แตกต่างกัน ดังผลที่แสดงไว้ในตาราง 10 ดังนี้

ตาราง 10 วิเคราะห์ความแปรปรวนของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา ในผู้ใหญ่ตอนต้น เมื่อจำแนกตามสถานภาพสมรส

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	4	.534	.134	.675
ภายในกลุ่ม	272	3.78	.198	
รวม	276	54.314		

จากตาราง 10 จะเห็นได้ว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพสมรสแตกต่างกัน มีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหามาไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3

5.3 เปรียบเทียบกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา เมื่อจำแนกตามระดับการศึกษาเพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 3 ที่ว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกันจะมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาแตกต่างกัน ดังผลที่แสดงไว้ในตาราง 11

ตาราง 11 วิเคราะห์ความแปรปรวนของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา ในผู้ใหญ่ตอนต้น เมื่อจำแนกตามระดับการศึกษา

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	3	10.347	3.449	21.416*
ภายในกลุ่ม	273	43.967	.161	
รวม	276	54.314		

จากตาราง 11 จะเห็นได้ว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน มีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงได้ทำการตรวจสอบเป็นรายคู่เพื่อดูว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน 4 กลุ่มนี้ มีคู่ใดบ้างที่มีกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาแตกต่างกัน โดยใช้วิธีการของ Newman Keuls ได้ผลดังปรากฏในตาราง 12

ตาราง 12 เปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาในผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน

ระดับการศึกษา	$\bar{X}$	ม.3-ม.6	ปวช.	ปวส.	ปริญญาตรี
		3.004	3.382	3.580	3.601
ม.3-ม.6	3.004		.378*	.576*	.597*
ปวช.	3.382			.198*	.219*
ปวส.	3.580				.021
ปริญญาตรี	3.601				

จากตาราง 12 จะเห็นได้ว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีการศึกษาในระดับสูงกว่ามีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหามากกว่าผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีการศึกษาในระดับต่ำกว่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3 ยกเว้นผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีการศึกษาในระดับ ปวส. นั้น พบว่ามีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาไม่แตกต่างกับผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีการศึกษาในระดับปริญญาตรี ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3

5.4 เปรียบเทียบกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา เมื่อจำแนกตามสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 3 ที่ว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวแตกต่างกัน จะมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาแตกต่างกัน ดังผลที่แสดงไว้ในตาราง 13 ดังนี้

ตาราง 13 วิเคราะห์ความแปรปรวนของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา ในผู้ใหญ่ตอนต้น เมื่อจำแนกตามสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	2	4.784	2.392	13.231*
ภายในกลุ่ม	274	49.530	.181	
รวม	276	54.314		

จากตาราง 13 จะเห็นได้ว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวแตกต่างกัน มีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงได้ทำการตรวจสอบเป็นรายคู่เพื่อดูว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวแตกต่างกัน 3 กลุ่มนี้มีคู่ใดบ้างที่มีกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาแตกต่างกัน โดยใช้วิธีการของ Newman Keuls ได้ผลดังปรากฏในตาราง 14

ตาราง 14 เปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาในผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวแตกต่างกัน

สถานภาพทางเศรษฐกิจ		ต่ำ	กลาง	สูง
ของครอบครัว	$\bar{X}$	3.304	3.525	3.739
ต่ำ	3.304		.221*	.435*
กลาง	3.525			.214*
สูง	3.739			

จากตาราง 14 จะเห็นได้ว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวในระดับสูงกว่า มีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหามากกว่าผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวในระดับต่ำกว่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3

5.5 เปรียบเทียบกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา เมื่อจำแนกตามตำแหน่งหน้าที่การงาน เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 3 ที่ว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานแตกต่างกันจะมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาแตกต่างกัน ดังผลที่แสดงไว้ในตาราง 15 ดังนี้

ตาราง 15 วิเคราะห์ความแปรปรวนของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา ในผู้ใหญ่ตอนต้น เมื่อจำแนกตามตำแหน่งหน้าที่การงาน

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	4	8.040	2.010	13.847*
ภายในกลุ่ม	272	46.274	.170	
รวม	276	54.314		

จากตาราง 15 จะเห็นได้ว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานแตกต่างกันมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3 จึงได้ทำการตรวจสอบเป็นรายคู่เพื่อดูว่าผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานแตกต่างกัน 3 กลุ่มนี้มีคู่ใดบ้างที่มีกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาแตกต่างกัน โดยใช้วิธีการของ Newman Keuls ได้ผลดังปรากฏในตาราง 16

ตาราง 16 เปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาในผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานแตกต่างกัน

ตำแหน่งหน้าที่		ต่ำ	กลาง	สูง
การงาน	$\bar{X}$	3.364	3.566	3.826
ต่ำ	3.364		.202*	.463*
กลาง	3.566			.260*
สูง	3.826			

จากตาราง 16 จะเห็นว่าผู้ใหญ่ออนต้นที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานระดับสูงกว่า มีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหามากกว่าผู้ใหญ่ออนต้นที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานในระดับต่ำกว่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3

5.6 เปรียบเทียบกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ เมื่อจำแนกตามเพศ เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 3 ที่ว่า ผู้ใหญ่ออนต้นที่มีเพศแตกต่างกัน จะมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์แตกต่างกัน ดังผลที่แสดงไว้ในตาราง 17 ดังนี้

ตาราง 17 เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ ระหว่างเพศหญิงและเพศชาย

เพศ	$\bar{X}$	SD	t
หญิง	2.733	.421	3.501*
ชาย	2.548	.429	

จากตาราง 17 จะเห็นว่า เพศหญิงมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์มากกว่าเพศชาย อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3

5.7 เปรียบเทียบกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ เมื่อจำแนกตามสถานภาพสมรสเพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 3 ที่ว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพสมรสแตกต่างกัน จะมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์แตกต่างกัน ดังผลที่แสดงไว้ในตาราง 18 ดังนี้

ตาราง 18 วิเคราะห์ความแปรปรวนของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ในผู้ใหญ่ตอนต้น เมื่อจำแนกตามสถานภาพสมรส

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	4	.947	.237	1.258
ภายในกลุ่ม	272	51.198	.188	
รวม	276	52.145		

จากตาราง 18 จะเห็นว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพสมรสแตกต่างกัน มีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ไม่แตกต่างกันซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3

5.8 เปรียบเทียบกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ เมื่อจำแนกตามระดับการศึกษาเพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 3 ที่ว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกันจะมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์แตกต่างกัน ดังผลที่แสดงไว้ในตาราง 19 ดังนี้

ตาราง 19 วิเคราะห์ความแปรปรวนของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ในผู้ใหญ่ตอนต้น เมื่อจำแนกตามระดับการศึกษา

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	3	2.971	.990	5.498*
ภายในกลุ่ม	273	49.174	.180	
รวม	276	52.145		

จากตาราง 19 จะเห็นได้ว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน มีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงได้ทำการตรวจสอบเป็นรายคู่เพื่อดูว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน 4 กลุ่มนี้มีคู่ใดบ้างที่มีกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์แตกต่างกัน โดยใช้วิธีการของ Newman Keuls ได้ผลดังปรากฏในตาราง 20

ตาราง 20 เปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ในผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน

ระดับการศึกษา	$\bar{X}$	ม.3-ม.6	ปวช.	ปวส.	ปริญญาตรี
		2.596	2.774	2.633	2.509
ม.3-ม.6	2.596		.1783	.0369	.087
ปวช.	2.774			.141	.266*
ปวส.	2.633				.124
ปริญญาตรี	2.509				

จากตาราง 20 จะเห็นได้ว่าผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีการศึกษาในระดับปริญญาตรีมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ต่ำกว่าผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีการศึกษาในระดับปวช. อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3 ส่วนผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีการศึกษาในระดับอื่นนั้นพบว่า มีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3

5.9 เปรียบเทียบกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ เมื่อจำแนกตามสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 3 ที่ว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวแตกต่างกัน จะมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์แตกต่างกัน ดังผลที่แสดงไว้ในตาราง 21 ดังนี้

ตาราง 21 วิเคราะห์ความแปรปรวนของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ใน
ผู้ใหญ่ตอนต้น เมื่อจำแนกตามสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	2	4.153	2.076	11.854*
ภายในกลุ่ม	274	47.993		
รวม	276	52.145		

จากตาราง 21 จะเห็นได้ว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวแตกต่างกัน มีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงได้ทำการตรวจสอบเป็นรายคู่เพื่อดูว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวแตกต่างกัน 3 กลุ่มนี้มีคู่ใดบ้างที่มีกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์แตกต่างกัน โดยใช้วิธีการของ Newman Keuls ได้ผลดังปรากฏในตาราง 22

ตาราง 22 เปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ในผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวแตกต่างกัน

สถานภาพทางเศรษฐกิจ ของครอบครัว	$\bar{X}$	ต่ำ	กลาง	สูง
		2.773	2.565	2.3694
ต่ำ	2.773		.207*	.403*
กลาง	2.565			.196*
สูง	2.369			

จากตาราง 22 จะเห็นได้ว่าผู้ใหญ่ออนันต์ที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวในระดับที่สูงกว่ามีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์น้อยกว่าผู้ใหญ่ออนันต์ที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวในระดับต่ำกว่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3

5.10 เปรียบเทียบกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ เมื่อจำแนกตามตำแหน่งหน้าที่การงานเพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 3 ที่ว่า ผู้ใหญ่ออนันต์ที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานแตกต่างกันจะมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์แตกต่างกัน ดังผลที่แสดงไว้ในตาราง 23 ดังนี้

ตาราง 23 วิเคราะห์ความแปรปรวนของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ในผู้ใหญ่ออนันต์ เมื่อจำแนกตามตำแหน่งหน้าที่การงาน

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	4	4.788	1.197	12.050*
ภายในกลุ่ม	272	47.357	.174	
รวม	276	52.145		

จากตาราง 23 จะเห็นได้ว่า ผู้ใหญ่ออนันต์ที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานแตกต่างกันมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงได้ทำการตรวจสอบเป็นรายคู่เพื่อดูว่า ผู้ใหญ่ออนันต์ที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานแตกต่างกัน 3 กลุ่มนี้มีคู่ใดบ้างที่มีกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์แตกต่างกัน โดยใช้วิธีการของ Newman Keuls ได้ผลดังปรากฏในตาราง 24

ตาราง 24 เปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ในผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานแตกต่างกัน

ตำแหน่งหน้าที่การงาน	$\bar{X}$	ต่ำ	กลาง	สูง
		2.701	2.562	2.222
ต่ำ	2.701		.139*	.479*
กลาง	2.562			.340*
สูง	2.222			

จากตาราง 24 จะเห็นว่าผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานในระดับสูงกว่ามีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์น้อยกว่าผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานในระดับต่ำกว่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3

5.11 เปรียบเทียบกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงนี้ เมื่อจำแนกตามเพศเพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 3 ที่ว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีเพศแตกต่างกันจะมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงนี้แตกต่างกัน ดังผลที่แสดงไว้ในตาราง 25 ดังนี้

ตาราง 25 เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงนี้ระหว่างเพศหญิงและเพศชาย

เพศ	$\bar{X}$	SD	t
หญิง	2.5362	.479	1.470*
ชาย	2.3448	.581	

จากตาราง 25 จะเห็นได้ว่า เพศหญิงมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงมากกว่าเพศชาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3

5.12 เปรียบเทียบกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยง เมื่อจำแนกตามสถานภาพสมรส เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 3 ที่ว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพสมรสแตกต่างกันจะมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงแตกต่างกัน ดังผลที่แสดงไว้ในตาราง 26 ดังนี้

ตาราง 26 วิเคราะห์ความแปรปรวนของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงในผู้ใหญ่ตอนต้น เมื่อจำแนกตามสถานภาพสมรส

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	4	.783	.196	.640
ภายในกลุ่ม	272	83.174	.306	
รวม	276	83.957		

จากตาราง 26 จะเห็นได้ว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพสมรสแตกต่างกันมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงไม่แตกต่างกันซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3

5.13 เปรียบเทียบกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยง เมื่อจำแนกตามระดับการศึกษา เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 3 ที่ว่าผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกันจะมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงแตกต่างกัน ดังผลที่แสดงไว้ในตาราง 27 ดังนี้

ตาราง 27 วิเคราะห์ความแปรปรวนของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงในผู้ใหญ่ตอนต้น
เมื่อจำแนกตามระดับการศึกษา

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	3	2.831	.974	3.176*
ภายในกลุ่ม	273	81.126	.298	
รวม	276	83.957		

จากตาราง 27 จะเห็นได้ว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกันมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงนี้แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงได้ทำการตรวจสอบเป็นรายคู่เพื่อดูว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน 4 กลุ่มนี้มีคู่ใดบ้างที่มีกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงนี้แตกต่างกัน โดยใช้วิธีการของ Newman Keuls ได้ผลดังปรากฏในตาราง 28 ดังนี้

ตาราง 28 เปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงในผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน

ระดับการศึกษา	$\bar{X}$	ม.3-ม.6	ปวช.	ปวส.	ปริญญาตรี
		2.439	2.562	2.431	2.303
ม.3-ม.6	2.439		.122	.009	.137
ปวช.	2.561			.130	.259*
ปวส.	2.431				.128
ปริญญาตรี	2.303				

จากตาราง 28 จะเห็นได้ว่าผู้ใหญ่ออนต้นที่มีการศึกษาในระดับปริญญาตรีมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงต่ำกว่าผู้ใหญ่ออนต้นที่มีการศึกษาในระดับ ปวช. อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3 ส่วนผู้ใหญ่ออนต้นที่มีการศึกษาในระดับอื่นนั้นพบว่าการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3

5.14 เปรียบเทียบกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยง เมื่อจำแนกตามสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 3 ที่ว่า ผู้ใหญ่ออนต้นที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวแตกต่างกัน จะมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงแตกต่างกันดังผลที่แสดงไว้ในตาราง 29 ดังนี้

ตาราง 29 วิเคราะห์ความแปรปรวนของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงในผู้ใหญ่ออนต้นเมื่อจำแนกตามสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	2	2.256	1.128	.3.783*
ภายในกลุ่ม	274	81.701	.298	
รวม	276	83.957		

จากตาราง 29 จะเห็นได้ว่า ผู้ใหญ่ออนต้นที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวแตกต่างกันมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงได้ทำการตรวจสอบเป็นรายคู่เพื่อดูว่าผู้ใหญ่ออนต้นที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวแตกต่างกัน 3 กลุ่มนี้ มีคู่ใดบ้างที่มีกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงแตกต่างกัน โดยใช้วิธีการของ Newman Keuls ได้ผลดังปรากฏในตาราง 30

ตาราง 30 เปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกหนีในผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวแตกต่างกัน

สถานภาพทางเศรษฐกิจ ของครอบครัว	$\bar{X}$	ต่ำ	กลาง	สูง
		2.497	2.411	2.154
ต่ำ	2.497		.0862	.343*
กลาง	2.411			.256*
สูง	2.154			

จากตาราง 30 จะเห็นได้ว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวในระดับสูงมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกหนีน้อยกว่าผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวในระดับกลางและระดับต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3 และผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวในระดับกลางนั้น พบว่า มีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกหนีไม่แตกต่างจากผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวในระดับต่ำ ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3

5.15 เปรียบเทียบกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกหนี เมื่อจำแนกตามตำแหน่งหน้าที่การงาน เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 3 ที่ว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานแตกต่างกันจะมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกหนีแตกต่างกัน ดังผลที่แสดงไว้ในตาราง 31 ดังนี้

ตาราง 31 วิเคราะห์ความแปรปรวนของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงในผู้ใหญ่ตอนต้น
เมื่อจำแนกตามตำแหน่งหน้าที่การงาน

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	4	3.924	.981	6.672*
ภายในกลุ่ม	272	80.033	.294	
รวม	276	83.957		

จากตาราง 31 จะเห็นว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานแตกต่างกันมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 จึงได้ทำการตรวจสอบเป็นรายคู่เพื่อดูว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานแตกต่างกัน 3 กลุ่มนี้มีคู่ใดบ้างที่มีกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงแตกต่างกัน โดยใช้วิธีการของ Newman Keuls ได้ผลดังปรากฏในตาราง 32

ตาราง 32 เปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงในผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานแตกต่างกัน

ตำแหน่งหน้าที่ การงาน	$\bar{X}$	ต่ำ	กลาง	สูง
		2.489	2.381	2.011
ต่ำ	2.489		.108	.477*
กลาง	2.381			.370*
สูง	2.011			

จากตาราง 32 จะเห็นว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานในระดับสูงมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงต่ำกว่าผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานในระดับกลาง และระดับต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3 และผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานในระดับกลางนั้น พบว่ามีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงไม่แตกต่างจากผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานในระดับต่ำ ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3

ตอนที่ 6 เปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เมื่อจำแนกตามตัวแปรชีวสังคมด้าน เพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว และตำแหน่งหน้าที่การงาน

ตาราง 33 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เมื่อจำแนกตามตัวแปรชีวสังคมด้าน เพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว และตำแหน่งหน้าที่การงาน

ตัวแปร	จำนวน (n)	พฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์	
		$\bar{X}$	S.D
1. เพศ			
หญิง	105	.520	.499
ชาย	172	.681	.444
รวม	277	.620	.466
2. สถานภาพสมรส			
โสด	117	.570	.423
สมรส (อยู่ด้วยกัน)	130	.681	.450
สมรส (แยกกันอยู่)	19	.511	.399
หม้าย	5	.707	.298
หย่า	6	.544	.726

ตาราง 33 (ต่อ)

ตัวแปร	จำนวน (n)	พฤติกรรมกรรการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์	
		$\bar{X}$	S.D
รวม	277	.620	.466
3. ระดับการศึกษา			
ม.3-ม.6	33	.714	.496
อาชีวะ 3 ปี (ปวช.)	70	.550	.407
อนุปริญญา (ปวส.)	71	.610	.447
ปริญญาตรี	103	.644	.504
รวม	277	.620	.466
4. สถานภาพทางเศรษฐกิจ ของครอบครัว			
ระดับต่ำ	93	.595	.430
ระดับกลาง	160	.660	.490
ระดับสูง	24	.449	.316
รวม	277	.620	.466
5. ตำแหน่งหน้าที่การงาน			
ระดับต่ำ	156	.589	.438
ระดับกลาง	103	.677	.520
ระดับสูง	18	.556	.340
รวม	277	.620	.466

6.1 เปรียบเทียบพฤติกรรมบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เมื่อจำแนกตามเพศ เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 4 ที่ว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีเพศแตกต่างกันจะมีพฤติกรรมกรรการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แตกต่างกัน ดังผลที่แสดงไว้ในตาราง 34 ดังนี้

ตาราง 34 เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ระหว่างเพศหญิงและเพศชาย

เพศ	$\bar{X}$	SD	t
หญิง	.520	.486	2.810*
ชาย	.681	.444	

จากตาราง 34 จะเห็นได้ว่า เพศชายมีพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มากกว่าเพศหญิง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 4

6.2 เปรียบเทียบพฤติกรรมบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เมื่อจำแนกตามสถานภาพสมรส เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 4 ที่ว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพสมรสแตกต่างกันจะมีพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แตกต่างกัน ดังผลที่แสดงไว้ในตาราง 35 ดังนี้

ตาราง 35 วิเคราะห์ความแปรปรวนของพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในผู้ใหญ่ตอนต้นเมื่อจำแนกตามสถานภาพสมรส

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	4	1.071	.268	1.238
ภายในกลุ่ม	272	58.850	.216	
รวม	276	59.921		

จากตาราง 35 จะเห็นได้ว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพสมรสแตกต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ไม่แตกต่างกันซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 4

6.3 เปรียบเทียบพฤติกรรมบริโภครีจิมแอลกอฮอล์ เมื่อจำแนกตามระดับการศึกษา เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 4 ที่ว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกันจะมีพฤติกรรมการบริโภครีจิมแอลกอฮอล์แตกต่างกัน ดังผลที่แสดงไว้ในตาราง 36 ดังนี้

ตาราง 36 วิเคราะห์ความแปรปรวนของพฤติกรรมการบริโภครีจิมแอลกอฮอล์ในผู้ใหญ่ตอนต้นเมื่อจำแนกตามระดับการศึกษา

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	3	.702	.234	1.079
ภายในกลุ่ม	273	59.219	.217	
รวม	276	59.921		

จากตาราง 36 จะเห็นได้ว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภครีจิมแอลกอฮอล์ไม่แตกต่างกันซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 4

6.4 เปรียบเทียบพฤติกรรมบริโภครีเอด์เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เมื่อจำแนกตามสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 4 ที่ว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวแตกต่างกัน จะมีพฤติกรรมการบริโภครีเอด์เครื่องดื่มแอลกอฮอล์แตกต่างกัน ดังผลที่แสดงไว้ในตาราง 37 ดังนี้

ตาราง 37 วิเคราะห์ความแปรปรวนของพฤติกรรมการบริโภครีเอด์เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในผู้ใหญ่ตอนต้นเมื่อจำแนกตามสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	2	1.015	.507	2.360
ภายในกลุ่ม	274	58.906	.215	
รวม	276	59.921		

จากตาราง 37 จะเห็นได้ว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภครีเอด์เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 4

6.5 เปรียบเทียบพฤติกรรมบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เมื่อจำแนกตามตำแหน่งหน้าที่การงาน เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 4 ที่ว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานแตกต่างกันจะมีพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แตกต่างกัน ดังผลที่แสดงไว้ในตาราง 38 ดังนี้

ตาราง 38 วิเคราะห์ความแปรปรวนของพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในผู้ใหญ่ตอนต้นเมื่อจำแนกตามตำแหน่งหน้าที่การงาน

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	2	.560	.280	1.293
ภายในกลุ่ม	274	59.360	.217	
รวม	276	59.921		

จากตาราง 38 จะเห็นได้ว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวแตกต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 4

ตาราง 39 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้านการเปรียบเทียบกลวิธีเผชิญภาวะเครียดรูปแบบต่าง ๆ ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้นตามตัวแปรชีวสังคมด้าน เพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว และตำแหน่งหน้าที่การงาน

ตัวแปร	กลวิธีเผชิญภาวะเครียด		
	มุ่งแก้ไขปัญหา	มุ่งแก้ไขอารมณ์	หลีกเลี่ยง
เพศ	ไม่แตกต่าง	หญิง>ชาย	หญิง>ชาย
สถานภาพสมรส	ไม่แตกต่าง	ไม่แตกต่าง	ไม่แตกต่าง
ระดับการศึกษา	ป.ตรี=ปวส.>ปวช.>ม.3-ม.6	ปวช.>ป.ตรี	ปวช.>ป.ตรี
สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว	สูง>กลาง>ต่ำ	ต่ำ>กลาง>สูง	ต่ำ=กลาง>สูง
ตำแหน่งหน้าที่การงาน	สูง>กลาง>ต่ำ	ต่ำ>กลาง>สูง	ต่ำ=กลาง>สูง

ตาราง 40 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้านการเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้นตามตัวแปรชีวสังคมด้าน เพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว และตำแหน่งหน้าที่การงาน

ตัวแปร	พฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
เพศ	ไม่แตกต่าง
สถานภาพสมรส	ไม่แตกต่าง
ระดับการศึกษา	ไม่แตกต่าง
สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว	ไม่แตกต่าง
ตำแหน่งหน้าที่การงาน	ไม่แตกต่าง

บทที่ 5

บทย่อ สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

บทย่อ

ความมุ่งหมายในการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแต่ละรูปแบบกับพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น
2. เพื่อศึกษาปฏิสัมพันธ์ระหว่างกลวิธีเผชิญภาวะเครียดในรูปแบบต่าง ๆ ที่มีต่อพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น
3. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบกลวิธีเผชิญภาวะเครียดรูปแบบต่าง ๆ ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้นตามตัวแปรชีวสังคมด้าน เพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว และตำแหน่งหน้าที่การงาน
4. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้นตามตัวแปรชีวสังคมด้านเพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว และตำแหน่งหน้าที่การงาน

สมมติฐานในการศึกษาค้นคว้า

1. กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแต่ละรูปแบบในวัยผู้ใหญ่ตอนต้นมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น
2. ปฏิสัมพันธ์ระหว่างกลวิธีเผชิญภาวะเครียดในรูปแบบต่าง ๆ มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
3. ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มี เพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว และตำแหน่งหน้าที่การงานแตกต่างกันจะมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแตกต่างกัน
4. ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มี เพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว และตำแหน่งหน้าที่การงานแตกต่างกัน จะมีพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แตกต่างกัน

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

1. ประชากร ได้แก่ พนักงานขององค์การรัฐวิสาหกิจ ในเขตจังหวัดนครราชสีมา ในปี พ.ศ. 2539 ที่มีอายุระหว่าง 20-35 ปี จำนวน 5 แห่ง ได้แก่ พนักงานจาก การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย การรถไฟแห่งประเทศไทย ธนาคารกรุงไทย องค์การโทรศัพท์ส่วนภูมิภาค และการไฟฟ้าส่วนภูมิภาค จำนวนทั้งสิ้น 900 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ พนักงานขององค์การรัฐวิสาหกิจ ในเขตจังหวัดนครราชสีมา ในปี พ.ศ. 2539 ที่มีอายุระหว่าง 20-35 ปี จำนวน 5 แห่ง ได้แก่ พนักงานจากการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย การรถไฟแห่งประเทศไทย ธนาคารกรุงไทย องค์การโทรศัพท์ส่วนภูมิภาค และการไฟฟ้าส่วนภูมิภาค จำนวนทั้งสิ้น 277 คน โดยส่งแบบสอบถามจำนวน 350 ชุด แต่ได้รับแบบสอบถามที่ครบถ้วนสมบูรณ์สำหรับวิเคราะห์จำนวน 277 ชุด คิดเป็นร้อยละ 79.14

3. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วยแบบวัด 2 แบบ ดังมีรายละเอียดต่อไปนี้ คือ

3.1 แบบวัดกลวิธีเผชิญภาวะเครียด เป็นแบบวัดที่ผู้วิจัยดัดแปลงและปรับปรุงมาจากของแบบวัดกลวิธีเผชิญภาวะเครียดของจาโรวิก (Jalowiec. 1981) สร้างขึ้นโดยอาศัยแนวคิดตามทฤษฎีของคาร์เวอร์ ประกอบด้วยข้อคำถาม 52 ข้อ โดยมีข้อคำถามเกี่ยวกับกลวิธีเผชิญภาวะเครียดที่กลุ่มตัวอย่างใช้ 3 กลวิธี คือ กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา 20 ข้อ กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ 22 ข้อ และกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยง 10 ข้อ นำแบบสอบถามชุดนี้ไปทดสอบกับกลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติคล้ายกับกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการศึกษาจำนวน 60 คนแล้วนำไปหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถามโดยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α -Coefficient) พบว่า กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหามีค่าความเชื่อมั่น 0.7132 กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์มีค่าความเชื่อมั่น 0.6830 กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงมีค่าความเชื่อมั่น 0.7251 สำหรับความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง คือ ข้อความแต่ละข้อที่มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ในทางบวกกับคะแนนรวมของแต่ละกลวิธีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ได้ข้อคำถามทั้งหมด 40 ข้อ คือ กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา 15 ข้อ ซึ่งมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมของกลวิธีนี้อยู่ระหว่าง 0.30-0.71 กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ 15 ข้อ ซึ่งมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมของกลวิธีนี้อยู่ระหว่าง 0.26-0.60 และกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยง 10 ข้อ ซึ่งมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมของกลวิธีนี้อยู่ระหว่าง 0.20-0.65

3.2 แบบวัดพฤติกรรมกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เป็นแบบวัดที่ผู้วิจัยดัดแปลง

และปรับปรุงมาจากแบบสอบถามพฤติกรรมการดื่มสุราของด็อกเตอร์ ธรรมวงศ์ (2531) ประกอบด้วยข้อคำถาม 40 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่น (Reliability) 0.9795 โดยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α -Coefficient) สำหรับความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างคือ ข้อความแต่ละข้อที่มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ในทางบวกกับคะแนนรวมทั้งฉบับอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ได้ทั้งหมด 30 ข้อ มีค่าอยู่ระหว่าง 0.30 ถึง 0.83 นำข้อคำถามที่คัดเลือกและปรับปรุงแล้ว จำนวน 30 ข้อนี้ไปหาค่าความเชื่อมั่นโดยใช้สูตร α -Coefficient พบว่า มีค่าความเชื่อมั่น 0.940

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้นำแบบวัดฉบับที่สมบูรณ์ลงรหัสในแบบรายการ เพื่อนำเข้าเครื่องคอมพิวเตอร์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS/PC + (Statistical Package for the Social Science) และทำการวิเคราะห์ข้อมูลพร้อมทั้งทดสอบนัยสำคัญทางสถิติของข้อมูลดังต่อไปนี้

1. ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแต่ละรูปแบบกับพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน แล้วทดสอบความมีนัยสำคัญของค่าสัมประสิทธิ์ที่คำนวณได้ โดยใช้การทดสอบค่าที (t - test)
2. ศึกษาผลของปฏิสัมพันธ์ระหว่างกลวิธีเผชิญภาวะเครียดในรูปแบบต่าง ๆ ที่มีต่อพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทาง (Three way ANOVA)
3. เปรียบเทียบการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแต่ละรูปแบบ ระหว่างผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีเพศแตกต่างกัน โดยใช้การทดสอบค่าที (t - test)
4. เปรียบเทียบการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแต่ละรูปแบบ ระหว่างผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพสมรส ระดับการศึกษา สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว และตำแหน่งหน้าที่การงานแตกต่างกัน โดยใช้สถิติเอฟทดสอบ (F - test) และเมื่อพบว่าผลการทดสอบค่าเอฟที่คำนวณได้มีนัยสำคัญ จะทำการทดสอบความแตกต่างโดยการเปรียบเทียบรายคู่ โดยใช้วิธีการของ Newman Keuls
5. เปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีเพศแตกต่างกัน โดยใช้การทดสอบค่าที (t - Test)
6. เปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในผู้ใหญ่ตอนต้น ที่มีสถานภาพสมรส ระดับการศึกษา สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว และตำแหน่งหน้าที่การงานแตกต่างกัน

โดยใช้สถิติเอฟทดสอบ (F - test) และเมื่อพบว่าการทดสอบค่าเอฟที่คำนวณได้มีนัยสำคัญ จะทำการทดสอบความแตกต่างโดยการเปรียบเทียบรายคู่ โดยใช้วิธีการของ Newman Keuls

สรุปผลการวิจัย

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแต่ละรูปแบบกับพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น สรุปได้ดังนี้

กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ($r=.1880$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา และแบบหลีกเลี่ยงไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น

2. ศึกษาผลของปฏิสัมพันธ์ระหว่างกลวิธีเผชิญภาวะเครียดในรูปแบบต่าง ๆ ที่มีต่อพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น สรุปได้ดังนี้

ปฏิสัมพันธ์ระหว่างกลวิธีเผชิญภาวะเครียดทั้ง 3 รูปแบบ คือ แบบมุ่งแก้ไขปัญหา แบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ และแบบหลีกเลี่ยง รวมทั้งปฏิสัมพันธ์รายคู่ระหว่างกลวิธีทั้ง 3 รูปแบบดังกล่าว ไม่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น

3. เปรียบเทียบการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแต่ละรูปแบบ ระหว่างผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีเพศสถานภาพสมรส ระดับการศึกษา สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว และตำแหน่งหน้าที่การงาน แตกต่างกัน สรุปได้ดังนี้

3.1 เพศ

ผู้ใหญ่ตอนต้นเพศหญิงและเพศชายมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาไม่แตกต่างกัน แต่ผู้ใหญ่ตอนต้นเพศหญิงมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ และแบบหลีกเลี่ยงสูงกว่าผู้ใหญ่ตอนต้นเพศชาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3.2 สถานภาพสมรส

ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพสมรสแตกต่างกันมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดทั้ง 3 รูปแบบไม่แตกต่างกัน

3.3 ระดับการศึกษา

6. เปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในผู้ใหญ่ตอนต้นที่มี เพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว และตำแหน่งหน้าที่การงานแตกต่างกันสรุปได้ดังนี้

ผู้ใหญ่ตอนต้นเพศชายบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มากกว่าเพศหญิง ส่วนผู้ใหญ่ตอนต้นที่มี สถานภาพสมรส หรือระดับการศึกษา หรือสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว หรือ ตำแหน่งหน้าที่การงานแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ไม่แตกต่างกัน

อภิปรายผล

1. ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแต่ละรูปแบบกับพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ผลการวิจัยพบว่า

กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ($r=.1880$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 1 ส่วนกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา และแบบหลีกเลี่ยงไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1

ทั้งนี้อาจเนื่องจาก กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา นั้นเป็นพฤติกรรมที่บุคคลพยายามกระทำกับสิ่งที่มากระตุ้นให้เกิดความเครียดโดยตรง (Folkman et al. 1986) โดยมุ่งเน้นที่ต้นเหตุของปัญหาแต่การบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นเพียงการบรรเทาความเครียดของอารมณ์ ไม่ได้แก้ที่สาเหตุของปัญหาที่เกิดขึ้น ซึ่งเบอร์นสไตน์และคณะ (Brunstein et al. 1988) ได้กล่าวไว้ว่าการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ไม่ใช่วิธีการที่ใช้ทักษะของตนเองในการแก้ไขปัญหา ดังนั้น พฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จึงไม่มีความสัมพันธ์กับกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา ส่วนกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์นั้นเป็นพฤติกรรมที่บุคคลแสดงเพื่อลดความกดดัน ซึ่งเน้นการจัดการกับอารมณ์ที่เกิดขึ้นในสถานการณ์มากกว่าการเปลี่ยนแปลงตนเอง หรือสถานการณ์ (Jalowiec et al. 1982) และการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นอีกวิธีหนึ่งที่บุคคลนิยมใช้เพื่อทำให้จิตใจสบายขึ้น (ต่อศักดิ์ ธรรมวงศ์. 2531) ฉะนั้นพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จึงมีความสัมพันธ์กับกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ ส่วนกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงนั้นพบว่า ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ฟราเดต (Fradet. 1993) ที่พบว่า บุคคลที่มีปัญหา

ในการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จะไม่มีกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลักหนี ในขณะที่เดียวกันผลการวิจัยในครั้งนี้ไม่สอดคล้องกับผลการวิจัยของ ลิวอิสและคณะ (Lewis, et al. 1994) ซึ่งพบว่า การบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มีแนวโน้มเชื่อมโยงกับกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลักหนี และงานวิจัยของฟรอมม์และริเวท (Fromme and Rivet. 1994) ที่พบว่า กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลักหนีมีความสัมพันธ์กับการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในทางที่ผิด ทั้งนี้อธิบายได้ว่า กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลักหนีนั้น เป็นวิธีการที่บุคคลพยายามถอยหนีหรือหลีกเลี่ยงหนีจากปัญหาหรือสถานการณ์ที่เกิดขึ้น โดยไม่เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับด้านความคิดและพฤติกรรม คือ ปฏิเสธที่จะนำปัญหามาคิด ปฏิเสธที่จะทำให้จิตใจสบายขึ้นโดยพึ่งยา และเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (Fromme and Rivet. 1994 ; citing Carver, et al. 1981) ดังนั้นกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลักหนี จึงไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ แต่งานวิจัยของฟราเดต (Fradet. 1993) งานวิจัยของลิวอิสและคณะ (Lewis et al. 1994) และงานวิจัยของฟรอมม์และริเวท (Fromme and Rivet. 1994) ที่พบว่ากลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลักหนีมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์นั้นอาจเป็นเพราะว่า งานวิจัยทั้งสามนี้ใช้หลักของลาซารัส (Lazarus. 1966) เป็นเกณฑ์ในการแบ่งกลวิธีเผชิญภาวะเครียด คือ แบบมุ่งแก้ไขปัญหาและแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ โดยเขาได้จัดพฤติกรรมแบบหลักหนีรวมเข้าไว้กับกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์เช่นเดียวกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทำให้ทั้งสองพฤติกรรมนี้มีความเกี่ยวข้องกัน แต่ในงานวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้หลักของคาร์เวอร์และคณะ (Fromme and Rivet. 1994 ; citing Carver, et al. 1981) เป็นเกณฑ์ คือ มีการแยกพฤติกรรมแบบหลักหนีออกจากกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ ทำให้ทั้งสองส่วนนี้ไม่มีความเกี่ยวข้องกัน

เป็นที่สังเกตว่า ผลการวิเคราะห์สหสัมพันธ์นี้สอดคล้องกับการวิเคราะห์ความแปรปรวนในส่วนของผลหลัก (Main Effect) ที่พบว่า กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์มีผลกระทบต่อการพฤติกรรมกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ส่วนกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาและแบบหลักหนีนั้นไม่มีผลกระทบต่อการพฤติกรรมกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

2. ศึกษาผลของปฏิสัมพันธ์ระหว่างกลวิธีเผชิญภาวะเครียดในรูปแบบต่าง ๆ ที่มีต่อการพฤติกรรมกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ผลการวิจัยพบว่า

ปฏิสัมพันธ์ระหว่างกลวิธีเผชิญภาวะเครียดทั้ง 3 รูปแบบ คือ แบบมุ่งแก้ไขปัญหา แบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ และแบบหลักหนี ไม่มีผลกระทบต่อการพฤติกรรมกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น รวมทั้งปฏิสัมพันธ์รายคู่ระหว่าง 3 กลวิธีดังกล่าว คือ เผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา และแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ แบบมุ่งแก้ไขปัญหาและแบบหลักหนี แบบมุ่งแก้ไขอารมณ์และแบบหลักหนีไม่มีผลต่อการพฤติกรรมกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐาน

ข้อที่ 2

จากผลการวิจัยดังกล่าวแสดงว่า ความแตกต่างของพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ไม่ได้เกี่ยวข้องกับความแตกต่างของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดทั้ง 3 กลวิธี หรือ 2 กลวิธีพร้อม ๆ กัน แต่ งานวิจัยนี้พบว่า พฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เกี่ยวข้องกับกลวิธีเดียว คือ แบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ ซึ่งแสดงให้เห็นว่า สำหรับกลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยนี้ การทำความเข้าใจพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในเชิงความสัมพันธ์กับกลวิธีเผชิญภาวะเครียดนั้น อาจพิจารณาได้จากกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์เพียงอย่างเดียวก็เพียงพอ ไม่จำเป็นต้องพิจารณาอีก 2 กลวิธี หรือ อีกนัยหนึ่ง คือ ความเกี่ยวข้องระหว่างพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์กับกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์มีแบบแผนที่คงที่ ไม่ว่าบุคคลนั้นจะมีกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาหรือ แบบหลีกเลี่ยงหนีอยู่ในระดับใดก็ตาม

3. เปรียบเทียบการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแต่ละรูปแบบระหว่างผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีเพศสถานภาพสมรส ระดับการศึกษา สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว และตำแหน่งหน้าที่การงานแตกต่างกัน ผลการวิจัยพบว่า

3.1 เพศ

ผู้ใหญ่ตอนต้นเพศหญิงและเพศชายมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 3 แต่ผู้ใหญ่ตอนต้นเพศหญิงมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ และแบบหลีกเลี่ยงหนีสูงกว่าผู้ใหญ่ตอนต้นเพศชาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 3 ในขณะที่งานวิจัยของโฟล์คแมนและลาซารัส (Folkman and Lazarus, 1980) พบว่าเพศชายมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหามากกว่าเพศหญิง การที่ผลงานวิจัยครั้งนี้ไม่เป็นไปตามสมมติฐาน ทั้งนี้อาจเนื่องจากในปัจจุบันเพศหญิงมีบทบาทในการทำงานนอกบ้านมากขึ้น ปัญหาที่เกิดจากการทำงานนั้นจำเป็นต้องได้รับการแก้ไขโดยตรง เพศหญิงจึงมีแนวโน้มที่จะใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหามากขึ้นกว่าในอดีต ฉะนั้นแนวโน้มของการใช้กลวิธีแก้ไขแบบมุ่งแก้ไขปัญหาในเพศหญิงและเพศชายจึงไม่แตกต่างกัน ส่วนผลการวิจัยด้านกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์และแบบหลีกเลี่ยงหนีนั้นพบว่าสนับสนุนงานวิจัยของฟรอมม์และริเวท (Fromme and Rivet, 1994) ซึ่งพบว่าเพศหญิงมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์และแบบหลีกเลี่ยงหนีมากกว่าเพศชาย ทั้งนี้อธิบายได้ว่าสังคมมีการยอมรับวิธีการระบายอารมณ์และความรู้สึกของเพศหญิงมากกว่าเพศชายโดยเพศหญิงจะถูกมองว่าเป็นเพศที่อ่อนแอ มีอารมณ์ที่อ่อนไหวมากกว่าเพศชาย ส่วนเพศชายควรเป็นเพศที่มีความเข้มแข็งบุคลิกภาพต้องมั่นคง และเป็นที่พึ่งพาแก่ผู้อื่น ฉะนั้นการแสดงออกถึงอารมณ์และความรู้สึกของเพศหญิงจึงได้รับการยอมรับจากสังคมมากกว่า

เพศชาย จากคำกล่าวข้างต้นนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของเบล (ปีทมา ทัพเสรีฟไท. 2533 ; อ้างอิงมาจาก Bell. 1977) ที่พบว่าพฤติกรรมเผชิญภาวะเครียดของเพศหญิงและชายแตกต่างกันเพราะสังคมยอมรับวิธีการระบายอารมณ์และความรู้สึกของเพศหญิงและชายแตกต่างกัน

3.2 สถานภาพสมรส

ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพสมรสแตกต่างกันมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดทั้ง 3 รูปแบบ คือ แบบมุ่งแก้ไขปัญหา แบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ และแบบหลีกเลี่ยงไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 3

จากผลการวิจัยข้างต้นอธิบายเหตุผลได้ว่า ในอดีตบุคคลให้ความสำคัญกับสถานภาพสมรส ผู้ที่แต่งงานหรือมีครอบครัวแล้วจะต้องมีความรับผิดชอบอย่างสูง ความเป็นอิสระในการหาความสุขใส่ตนย่อมมีคณ้อยลง แนวโน้มของการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาของผู้ที่มีครอบครัวแล้ว จึงมากกว่าสถานภาพสมรสอื่น (Panzarine. 1985) ส่วนกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์และแบบหลีกเลี่ยงจะน้อยลงตามลำดับ ในขณะที่บุคคลที่หย่าหรือเป็นหม้ายกลับมีความเครียดสูงเนื่องจากการต้องเปลี่ยนแปลงตนเองอย่างมากต่อการสูญเสีย อีกทั้งการยอมรับจากสังคมมีน้อย (Panzarine. 1985) แต่สภาพสังคมในปัจจุบัน มีการยอมรับสถานภาพสมรสของบุคคลได้ทุกสถานะ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความสามารถในการปรับตัว และความสามารถในการทำงานของบุคคลนั้นด้วย ความแตกต่างในการเผชิญภาวะเครียดด้วยรูปแบบต่าง ๆ ของบุคคลที่มีสถานภาพสมรสที่แตกต่างกัน จึงไม่พบดังเช่นในอดีต

3.3 ระดับการศึกษา

ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีการศึกษาในระดับสูงกว่ามีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาสูงกว่าผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีการศึกษาในระดับต่ำกว่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ยกเว้นส่วนผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีการศึกษาระดับปริญญาตรีมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาไม่แตกต่างกับผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีการศึกษาในระดับ ปวส. ส่วนกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์และแบบหลีกเลี่ยงนั้นพบว่าผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีการศึกษาในระดับ ปวช. จะมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ และแบบหลีกเลี่ยงสูงกว่าผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีการศึกษาในระดับปริญญาตรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนระดับการศึกษาอื่นมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์และแบบหลีกเลี่ยงไม่แตกต่างกัน

ทั้งนี้อธิบายได้ว่า การศึกษาเป็นกระบวนการเรียนการสอนที่เน้นให้บุคคลได้ใช้ทักษะการคิดพิจารณาที่มีเหตุผล รอบคอบ และทำให้บุคคลรับรู้ต่อความเครียดที่เกิดขึ้นได้ถูกต้อง คำกล่าวนี้สอดคล้องกับแนวคิดของฮาเบอร์ (ปีทมา ทัพเสรีฟไท. 2533 อ้างอิงมาจาก ; Haber. 1978) ที่กล่าว

ว่าการเผชิญภาวะเครียดจะมีประสิทธิภาพเพียงใดต้องอาศัยปัจจัยในหลาย ๆ ด้านมาเป็นตัวช่วย ซึ่งการศึกษาจัดเป็นปัจจัยทางสังคมประการหนึ่งที่ทำให้บุคคลมีความคิด พิจารณา และมีทักษะในการแก้ไขปัญหาได้ดียิ่ง ดังนั้นบุคคลที่ได้รับการศึกษาในระดับสูง จึงมีโอกาสได้เรียนรู้และฝึกฝนการใช้ทักษะแก้ไขปัญหา ด้วยเหตุผลและหลักการที่ถูกต้องมากกว่าบุคคลที่ได้รับการศึกษาในระดับต่ำ แนวโน้มของการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาจึงพบในผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีการศึกษาในระดับสูงกว่ามากกว่าผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีการศึกษาในระดับที่ต่ำกว่า สำหรับผลการวิจัยบางส่วนที่พบว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีการศึกษาระดับปริญญาตรีมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา ไม่แตกต่างกับผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีการศึกษาระดับปวส. อย่างไรก็ตาม เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยจะเห็นแนวโน้มว่าเป็นไปตามสมมติฐาน คือ ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีการศึกษาระดับปริญญาตรีมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา ($\bar{X}=3.601$) มากกว่าผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีการศึกษาระดับปวส. ($\bar{X}=3.580$)

ในด้านกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ และแบบหลีกเลี่ยงนั้น พบว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีการศึกษาระดับ ปวช. มีการใช้กลวิธี 2 รูปแบบนี้มากกว่าระดับปริญญาตรี ทั้งนี้ อธิบายได้ว่า โดยส่วนใหญ่แล้วผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีการศึกษาระดับ ปวช. เป็นผู้ที่มีความจำเป็นหน้าที่การทำงานระดับต่ำจนถึงกลาง และส่วนมากมักจะชวนช่วยเรียนต่อเพื่อให้ได้ระดับ ปวส. หรือระดับปริญญาตรี เพื่อความเจริญก้าวหน้าในหน้าที่การงานจึงมีความเครียดทั้งในหน้าที่การงานและในด้านการเรียนควบคู่กันไป ฉะนั้นจึงมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ และแบบหลีกเลี่ยงควบคู่กันมากกว่าผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีการศึกษาระดับปริญญาตรี เพื่อรักษาสภาวะสมดุลทางจิตใจไว้ ไม่ให้เกิดความเครียดมากเกินไป และเป็นไปได้ว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีการศึกษาระดับปวช. ส่วนหนึ่งมีแนวคิดว่าการละทิ้งปัญหาบางอย่างไว้เบื้องหลัง จึงอาจเป็นกลวิธีที่ถูกต้องได้ ดังคำกล่าวของไวท์ (พรศิริโรจนรัตน์เกียรติ. 2533 ; อ้างอิงมาจาก White. 1974) ที่ว่าการเผชิญภาวะเครียดต้องการความสามารถที่จะทำใหบุคคลเป็นอิสระจากสิ่งแวดล้อม การละทิ้งสถานการณ์ไว้เบื้องหลังอาจเป็นกลวิธีที่ถูกต้องได้เช่นกัน ส่วนระดับการศึกษาอื่นนั้น ถึงแม้ว่าไม่พบความแตกต่าง แต่เมื่อพิจารณาจากค่าเฉลี่ยแล้ว (แบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ ได้แก่ $\bar{X}$ ม.3-ม.6=2.596 $\bar{X}$ ปวช.=2.774 $\bar{X}$ ปวส.=2.633 $\bar{X}$ ปริญญาตรี=2.509 และแบบหลีกเลี่ยง ได้แก่ $\bar{X}$ ม.3-ม.6=2.439 $\bar{X}$ ปวช.=2.561 $\bar{X}$ ปวส.=2.431 $\bar{X}$ ปริญญาตรี=2.303) จะเห็นว่าแนวโน้มที่ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีระดับการศึกษาต่ำจะจะมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ และแบบหลีกเลี่ยงมากกว่าผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีระดับการศึกษาสูงกว่า ยกเว้น ม.3-ม.6 ซึ่งอธิบายได้ด้วยเหตุผลเดียวกันแล้ว

3.4 สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว

ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวในระดับสูงกว่ามีการใช้กลวิธี

เผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหามากกว่าผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวในระดับต่ำกว่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวระดับต่ำกว่า มีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์สูงกว่าผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวระดับสูงกว่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3 ส่วนกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงนั้นพบว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวระดับต่ำ มีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงไม่แตกต่างกับผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวระดับปานกลาง แต่ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวระดับต่ำและปานกลาง มีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงสูงกว่าผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวระดับสูง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3 และผลการวิจัยนี้สนับสนุนแนวคิดของ แพนซารีน (Panzarine, 1985) ที่กล่าวว่า ฐานะทางเศรษฐกิจมีผลทำให้การเผชิญความเครียดของแต่ละบุคคลแตกต่างกัน คือ ถ้าฐานะทางเศรษฐกิจต่ำก็จะทำให้พฤติกรรมเผชิญความเครียดมีประสิทธิภาพลดลงด้วย

จากผลการวิจัยข้างต้นอธิบายได้ว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวในระดับสูงกว่าจะมีความสะดวกสบายในการดำเนินชีวิตที่ดีกว่า (พรศิริ โรจนรัตน์เกียรติ, 2533) ทำให้ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวในระดับสูงกว่ามีความรู้สึว่าตนเองมีความทุกข์ในด้านการครองชีพน้อยกว่า ดังนั้นจึงใช้เวลาสำหรับความพยายามที่จะแก้ไขปัญหา หรือสถานการณ์ที่ตนเองถูกคุกคามได้มากกว่าผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวระดับต่ำกว่า ดังนั้นแนวโน้มในการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาก็พบในผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวระดับสูง มากกว่าระดับต่ำกว่า

ส่วนกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์นั้นอธิบายได้ว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวในระดับต่ำกว่า ย่อมมีความวิตกกังวลต่อการหาเลี้ยงชีพ เพื่อให้เพียงพอกับความเป็นอยู่ของครอบครัว ฉะนั้นจึงมีความวิตกกังวลและมีความเครียดสูงกว่าผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวในระดับที่สูงกว่า ดังนั้นจึงต้องใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์มากกว่า เพราะต้องการรักษาภาพสมดุลทางจิตใจไว้

สำหรับกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงนั้นพบว่า ผลการวิจัยที่ได้นี้สอดคล้องกับงานวิจัยของวรรณิ บรรเทิง (พรศิริ โรจนรัตน์เกียรติ, 2533; อ้างอิงมาจาก วรรณิ บรรเทิง, 2527 : ค) ที่พบว่า ระดับฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวที่แตกต่างกันทำให้มีพฤติกรรมการเผชิญความเครียดแตกต่างกัน ทั้งนี้อาจอธิบายได้ว่า ผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีรายได้ที่ไม่เพียงพอต่อความเป็นอยู่

ของครอบครัวมักจะมีความกังวลต่อการเข้าร่วมสังคมกับเพื่อนฝูง เพราะคิดถึงปมด้อยของตนเอง และกลัวว่าคนอื่นจะรังเกียจตน ทำให้ไม่มีความมั่นใจในตนเองและมักหลีกเลี่ยง โดยการเก็บตัวตามลำพัง (เพ็ญศรี วรสัมปติ. 2536 ; อ้างอิงมาจาก House. 1981) ดังนั้นผู้ใหญ่ออนไลน์ที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวในระดับต่ำกว่า (กลุ่มกลาง และกลุ่มต่ำ) จะมีกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงมากกว่าผู้ใหญ่ออนไลน์ที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวระดับสูงกว่า (กลุ่มสูง) อย่างไรก็ตาม ก็ตีพบว่า ผู้ใหญ่ออนไลน์ที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวระดับต่ำ มีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงไม่แตกต่างกับผู้ใหญ่ออนไลน์ที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวระดับปานกลาง แต่เมื่อพิจารณาจากค่าเฉลี่ยแล้วจะเห็นแนวโน้มว่า ผู้ใหญ่ออนไลน์ที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวระดับต่ำมีแนวโน้มจะใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยง ($\bar{X}=2.497$) มากกว่าผู้ใหญ่ออนไลน์ที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวระดับปานกลาง ($\bar{X}=2.411$) ซึ่งอธิบายได้ดังเหตุผลข้างต้น

3.4 ตำแหน่งหน้าที่การงาน

ผู้ใหญ่ออนไลน์ที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานระดับสูงกว่ามีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหามากกว่าผู้ใหญ่ออนไลน์ที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานระดับต่ำกว่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และผู้ใหญ่ออนไลน์ที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานระดับต่ำกว่ามีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์สูงกว่าผู้ใหญ่ออนไลน์ที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานระดับต่ำกว่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงนั้นพบว่า ผู้ใหญ่ออนไลน์ที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานระดับต่ำมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงไม่แตกต่างกับผู้ใหญ่ออนไลน์ที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานระดับปานกลาง แต่ผู้ใหญ่ออนไลน์ที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานระดับต่ำและระดับปานกลาง มีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงสูงกว่าผู้ใหญ่ออนไลน์ที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานระดับสูง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ผลการวิจัยครั้งนี้สนับสนุนงานวิจัยของโฟล์คแมนและลาซารัส (Folkman and Lazarus. 1980) ที่พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีการทำงานแตกต่างกันจะมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาแตกต่างกัน

ในส่วนของกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ อธิบายได้ว่าทั้งผู้ใหญ่ออนไลน์ที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานระดับสูงต้องเป็นผู้ที่มีความรับผิดชอบสูง ต้องใช้ความรู้ความสามารถ ประกอบกับต้องเผชิญกับเหตุการณ์เฉพาะหน้าต่าง ๆ (พรศิริ โรจนรัตน์เกียรติ. 2533) ฉะนั้นโอกาสในการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาก็มีมากกว่าผู้ใหญ่ออนไลน์ที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานระดับต่ำกว่า ส่วนผู้ใหญ่ออนไลน์ที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานระดับกลางก็มีหน้าที่ ความรับผิดชอบ

รองลงมาจากผู้ใหญ๋ตอนต้นที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานระดับสูงการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาลงมือลงและผู้ใหญ๋ตอนต้นที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานระดับต่ำเป็นผู้ที่โดยส่วนใหญ่แล้วไม่สามารถตัดสินใจหรือมีอิสระที่จะกระทำตามความคิดเห็นของตนเองได้มากนัก โอกาสในการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาลงมือน้อยกว่าผู้ใหญ๋ตอนต้นที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานในระดับสูงกว่า ดังนั้นผู้ใหญ๋ตอนต้นที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานระดับสูงกว่าจึงมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหามากกว่า ผู้ใหญ๋ตอนต้นที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานระดับต่ำกว่า

ในส่วนของการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ อธิบายได้ว่าการเผชิญภาวะเครียดต้องการความสามารถในการรักษาและควบคุมที่อยู่เหนือสภาวะอารมณ์ของบุคคล โดยที่อารมณ์เป็นเรื่องของความละเอียดอ่อน ดังนั้นจึงอาจแสดงออกได้ในบางครั้งบางคราวหรืออาจต้องมีการยับยั้งไว้ (พรศิริ โรจนรัตน์เกียรติ, 2533 ; อ้างอิงมาจาก White, 1974) ผู้ใหญ๋ตอนต้นที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานระดับสูงจะมีหน้าที่การงานมั่นคงและแน่นอน การปรับตัวเข้ากับลักษณะงาน และเพื่อนร่วมงานย่อมดีกว่าผู้ใหญ๋ตอนต้นที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานระดับต่ำกว่า อีกทั้งบุคลิกภาพของผู้ใหญ๋ตอนต้นที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานระดับสูงจะต้องมีความเชื่อมั่นในตนเอง มีอารมณ์ที่มั่นคง การแสดงออกของอารมณ์อาจต้องมีการยับยั้งไว้ ฉะนั้นโอกาสในการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์จึงมีน้อยกว่าผู้ใหญ๋ตอนต้นที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานระดับต่ำกว่า ส่วนผู้ใหญ๋ตอนต้นที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานระดับกลางจะต้องทุ่มเวลาให้กับการประกอบอาชีพ เนื่องจากอยู่ในระยะเริ่มแรกของการก่อสร้างตัวและเพื่อความก้าวหน้าในอาชีพ ทำให้มีความตึงเครียดสูง ผู้ใหญ๋ตอนต้นที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานระดับกลางจึงต้องหาวิธีระบายอารมณ์เพื่อคงความสมดุลของสภาวะทางจิตใจไว้ ฉะนั้นโอกาสในการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์จึงมีมากกว่าผู้ใหญ๋ตอนต้นที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานระดับสูง ส่วนผู้ใหญ๋ตอนต้นที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานระดับต่ำนั้น มีโอกาสในการตัดสินใจอย่างมีอิสระที่จะกระทำตามความคิดเห็นของตนเองน้อย จึงทำให้ผู้ใหญ๋ตอนต้นที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานระดับต่ำมีความยุ่งยากใจคับข้องใจ หรือมีปัญหาในที่ทำงานมาก การระบายอารมณ์ด้วยวิธีต่าง ๆ จึงมากด้วย ฉะนั้นโอกาสในการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์จึงมีมากกว่าผู้ใหญ๋ตอนต้นที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานระดับสูงกว่า

และในส่วนของการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยง อธิบายได้ว่า ผู้ใหญ๋ตอนต้นที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานระดับสูงจะต้องรับผิดชอบ และดำเนินงานขององค์กรให้ประสบผลสำเร็จตามเป้าหมาย การใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงนี้จึงไม่ใช่คุณสมบัติของผู้บริหาร ผู้ใหญ๋ตอนต้นที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานระดับสูงจึงใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยง ($\bar{X}=2.011$) ต่ำกว่าผู้ใหญ๋ตอนต้นที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานระดับอื่น ($\bar{X}$ กลาง=2.381 $\bar{X}$ ต่ำ=2.489) ส่วนผู้ใหญ๋ตอนต้นที่มี

ตำแหน่งหน้าที่การงานระดับกลางและต่ำนั้น เนื่องจากจำนวนพนักงานในระดับนี้มีมาก และลักษณะงานมักเป็นแบบการรับผิดชอบร่วมกัน โอกาสในการเลี่ยงความรับผิดชอบจึงมีปรากฏบ้าง กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงจึงพบมากกว่าผู้ใหญ่ออนันต์ที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานระดับสูง หรืออาจเป็นไปได้ว่า ผู้ใหญ่ออนันต์ที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานระดับกลางและต่ำ มีแนวคิดว่า การละทิ้งปัญหาบางอย่างไว้เบื้องหลังอาจเป็นกลวิธีที่ถูกต้องได้เช่นกัน ดังคำกล่าวของไวท์ (พรศิริ โรจนรัตน์เกียรติ. 2533 ; อ้างอิงมาจาก White. 1974) ที่ว่า การเผชิญภาวะเครียดต้องการความสามารถที่จะทำให้นักกลเป็นอิสระจากสิ่งแวดล้อม การละทิ้งสถานการณ์ไว้เบื้องหลังอาจเป็นกลวิธีที่ถูกต้องได้เช่นกัน สำหรับผู้ใหญ่ออนันต์ที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานระดับกลางและระดับต่ำนั้นพบว่า มีกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงไม่แตกต่างกัน แต่อย่างไรก็ดีในงานวิจัยนี้พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานระดับกลางมีแนวโน้มที่จะใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงต่ำกว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานระดับต่ำ

4. เปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในผู้ใหญ่ออนันต์ที่มี เพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว และตำแหน่งหน้าที่การงานแตกต่างกัน ผลการวิจัยพบว่า

ผู้ใหญ่ออนันต์เพศชายบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มากกว่าเพศหญิง ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 4 ส่วนผู้ใหญ่ออนันต์ที่มีสถานภาพสมรส ระดับการศึกษา สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว และตำแหน่งหน้าที่การงานแตกต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 4

จากผลการวิจัยดังกล่าว อธิบายได้ว่า ในสังคมไทยนั้นยอมรับการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของเพศชายมากกว่าเพศหญิง ซึ่งจะเห็นได้จาก โอกาสในการดื่มของเพศชายมีหลากหลายมากกว่าเพศหญิง เช่น การดื่มเพราะต้องการเอาใจเพื่อน การดื่มเพื่อเข้าสังคม การดื่มเมื่อมีเพื่อนมาเยี่ยมเยียน เป็นต้น (ต่อศักดิ์ ธรรมวงศ์. 2531) ในขณะที่เพศหญิงจะถูกมองว่าการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นเรื่องที่ไม่เหมาะสม แม้ว่าในปัจจุบันเพศหญิงจะมีแนวโน้มการบริโภคเพิ่มมากขึ้นก็ตาม (สมพร บุญวาทกิจ และคณะ. 2523) แต่ก็ยังไม่เป็นที่ยอมรับกันมากนัก ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ นันทิกา ทวิชาชาติ (2538) ที่พบว่า เพศชายดื่มมากกว่าเพศหญิง และสอดคล้องกับคำกล่าวที่ว่า ค่านิยม สังคม และสิ่งแวดล้อมเป็นส่วนหนึ่งที่เกี่ยวข้องกับสาเหตุหรือโอกาสในการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ส่วนกลุ่มตัวอย่างที่มี สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว และตำแหน่งหน้าที่การงานแตกต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ไม่แตกต่างกันนั้นอาจเป็นเพราะว่า กลุ่มตัวอย่างทุกกลุ่มของตัวแปรชีวสังคมดังกล่าว

นั้น ต่างก็มีพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อยู่ในระดับต่ำ ($\bar{X} = 0.62$ จากช่วงคะแนนที่เป็นไปได้ = 0-3 และ S.D. = 0.47) และส่วนมากบริโภคเพื่อเข้าสังคม (ภาคผนวก ข) ดังนั้นกลุ่มตัวอย่างทุกกลุ่มของตัวแปรชีวสังคมจึงมีพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ไม่แตกต่างกัน ซึ่งผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับผลการวิจัยของ มิลตัน (Milton, 1982 : 3760-A) ที่พบว่า สถานภาพสมรส ไม่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ สอดคล้องกับงานวิจัยของ สมพร (สมพร บุญวาทิจ และคณะ, 2523) คนไทยทุกระดับชั้น (ฐานะทางเศรษฐกิจ ระดับการศึกษา ตำแหน่งหน้าที่ การงาน) นิยมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ด้วยกันทั้งนั้น และสอดคล้องกับคำกล่าวของวรัญ (วรัญ ตันชัยสวัสดิ์, 2527) ที่ว่าผู้ที่มีปัญหาในการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มีทั้งรวยและจน ในกลุ่มคนที่มีฐานะดีก็มีกำลังซื้อมากพอที่จะหาเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มาเพื่อบำรุงความสุขของตน และในขณะที่กลุ่มคนที่มีฐานะต่ำก็พยายามใช้เครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพื่อดับทุกข์ของตน

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัยครั้งนี้พบว่า พฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ไม่มีความสัมพันธ์กับตัวแปรชีวสังคมโดยยกเว้น เพศ และไม่เกี่ยวข้องกับการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียด 2 วิธี หรือ 3 วิธีพร้อม ๆ กัน แต่พบว่ามีเพียงกลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์เท่านั้นที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ดังนั้นบุคคลที่ใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์สูงจึงมีแนวโน้มที่จะบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สูง ทำให้เกิดแนวคิดในการวางแผนช่วยเหลือ และส่งเสริมให้ผู้ใหญ่ตอนต้นมีการเลือกใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ให้มีประสิทธิภาพดียิ่งขึ้น เป็นการป้องกันการเกิดปัญหาสุขภาพจิตจากการมีพฤติกรรมการเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม เช่น การพึ่งพาเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และสารเสพติด เป็นต้น ผลการวิจัยนี้ยังอาจใช้เป็นแนวทางในการป้องกัน และแก้ไขปัญหาดังกล่าวเกี่ยวกับการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ด้วย ดังนั้นผู้วิจัยจึงขอเสนอแนะ ดังนี้

1. การส่งเสริมให้พนักงานได้ใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดที่เหมาะสม มีประสิทธิภาพซึ่งอาจใช้ทั้ง 3 กลวิธี หรือ 2 กลวิธีพร้อม ๆ กัน แต่การใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์นั้นต้องมีความเหมาะสม เช่น การยอมรับและยกย่องพนักงานที่ไม่บริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์หรือพึ่งพาสารเสพติด การรณรงค์ต่อต้านการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์หรือสารเสพติดต่าง ๆ โดยการจัดโครงการ นิทรรศการหรือกิจกรรม เพื่อส่งเสริมความรู้ และเพื่อเป็นข้อเตือนใจถึงผลเสียที่ตามมา รวมทั้งส่งเสริมให้มีการงดบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวันสำคัญต่าง ๆ เช่น วันพระ วันสำคัญทางศาสนา เป็นต้น

2. เสริมสร้างค่านิยมและทัศนคติที่มีต่อการบริโภคเครื่องคัมแอลกอฮอล์ใหม่ เช่น ในงานเลี้ยงสังสรรค์ต่าง ๆ ควรให้ความสำคัญกับเครื่องคัมแอลกอฮอล์คนน้อยลง

3. ควรจัดให้มีการฝึกสมาธิประจำสัปดาห์ เพราะผลจากการฝึกสมาธิจะทำให้มีความเครียดลดลง มีความจำ และความคล่องแคล่วในการทำงานดีขึ้น และมีการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมสูงขึ้น (เพ็ญศรี วรสัมปติ. 2533 ; อ้างอิงมาจาก สมทรง เพ็งสุวรรณ. 2528) ทำให้สามารถที่จะเผชิญกับความเครียดด้วยความหนักแน่น มั่นคง มีการใช้ปัญญามากกว่าอารมณ์ยิ่งขึ้น

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยต่อไป

แม้ว่างานวิจัยนี้ จะไม่พบความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการบริโภคเครื่องคัมแอลกอฮอล์กับกลวิธีเผชิญภาวะเครียดทั้ง 3 รูปแบบ แต่งานวิจัยของต่างประเทศนั้นพบ ฉะนั้นควรศึกษาเพิ่มเติมกับกลุ่มตัวอย่างอื่น ๆ ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้นอีก เพื่อยืนยันผลการวิจัยนี้เพราะของไทยยังไม่มีการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมทั้งสองนี้ รวมทั้งควรศึกษาในวัยอื่นด้วยเพื่อจะได้ทำการเปรียบเทียบการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดกับพฤติกรรมบริโภคเครื่องคัมแอลกอฮอล์ว่ามีความแตกต่างกันอย่างไร และผลการวิจัยครั้งนี้ยังพบว่า ตัวแปรทางชีวสังคมไม่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคเครื่องคัมแอลกอฮอล์ยกเว้นตัวแปรเพศ ดังนั้นอาจศึกษาความเกี่ยวข้องกันระหว่างพฤติกรรมการบริโภคเครื่องคัมแอลกอฮอล์กับตัวแปรอื่น ๆ เช่น ตัวแปรสภาพแวดล้อม อันได้แก่ การอบรมเลี้ยงดู การมี/ไม่มีบุคคลใกล้ชิดบริโภคหรือตัวแปรจิตลักษณะส่วนบุคคล เช่น การเชื่ออำนาจภายในและภายนอกตน ทัศนคติต่อการบริโภคเครื่องคัมแอลกอฮอล์ เป็นต้น ทั้งนี้เพื่อช่วยให้เข้าใจพฤติกรรมการบริโภคเครื่องคัมแอลกอฮอล์ได้ดียิ่งขึ้น และข้อมูลที่ได้ อาจจะจะเป็นประโยชน์ในการหาแนวทางป้องกัน และแก้ไข ปัญหาของพฤติกรรมการบริโภคเครื่องคัมแอลกอฮอล์ได้

นอกจากนี้แล้ว เนื่องจากเครื่องมือของงานวิจัยนี้เน้นการวัดพฤติกรรมการบริโภคเครื่องคัมแอลกอฮอล์ที่เกิดจากโอกาสหรือความหลากหลายของสถานการณ์ในการบริโภคเครื่องคัมแอลกอฮอล์ แต่งานวิจัยของต่างประเทศได้มีการศึกษาโดยใช้เครื่องมือวัดพฤติกรรมการบริโภคเครื่องคัมแอลกอฮอล์ ซึ่งจะวัดทั้งปริมาณและความถี่ในการบริโภคควบคู่กัน (Fromme and Rivet. 1994) การวิจัยครั้งต่อไปอาจจะนำเครื่องมือดังกล่าวของต่างประเทศมาใช้วัดกับคนไทย ซึ่งอาจจะทำให้ข้อมูลที่ได้มีความชัดเจนยิ่งขึ้น และในงานวิจัยครั้งนี้มีประเภทของเครื่องคัมแอลกอฮอล์มาก งานวิจัยครั้งต่อไปอาจจะเน้นการศึกษาประเภทของเครื่องคัมแอลกอฮอล์ที่เฉพาะลงไป เช่น เหล้า หรือเบียร์ หรือไวน์ เป็นต้น เพื่อให้ข้อมูลที่ได้มีความแน่นอนทั้งด้านปริมาณมาตรฐาน และลักษณะการบริโภคที่ชัดเจนยิ่งขึ้น

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กวี สุวรรณกิจ และคณะ. "การใช้สุราและยาเสพติดในนักเรียนอาชีวะในเขตอำเภอหาดใหญ่," วารสารสุศึกษา. 12 (1) : 247-278 ; มีนาคม 2532).
- วิศวกรรมจรรยาจร, กอง, รายงานประจำปี 2537. กรุงเทพฯ : กรมทางหลวง กระทรวงคมนาคม, 2537.
- คณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, สำนักงาน. เครื่องชี้ภาวะสังคม 2533. กรุงเทพฯ : สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2533.
- เชียรศรี วิวิธสิริ. จิตวิทยาการเรียนรู้ของผู้ใหญ่. ภาควิชาการศึกษาผู้ใหญ่ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ วิทยาเขตประสานมิตร, 2534.
- ณัชชา พัฒนากุล. ผลของการใช้กระบวนการเผชิญสถานการณ์ในการสอนต่อความสามารถในการตัดสินใจแก้ปัญหาและสัมฤทธิ์ทางการเรียนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ป.3. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2532. อัดสำเนา.
- ต่อศักดิ์ ธรรมวงศ์. การศึกษาพฤติกรรมการดื่มสุราของอาจารย์วิทยาลัยพลศึกษา. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2531. อัดสำเนา.
- ประพิมพรรณ สุวรรณกฎ. การศึกษาความเครียดของพยาบาลที่ปฏิบัติงานในโรงพยาบาลนพรัตนราชธานี. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2533. อัดสำเนา.
- ปัทมา คุปตจิต. ความสัมพันธ์ระหว่างภาพลักษณ์ สัมพันธภาพในคู่สมรส กับพฤติกรรมการเผชิญความเครียด ในผู้ป่วยมะเร็งเต้านม ภายหลังได้รับการผ่าตัดเต้านม. วิทยานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2533. อัดสำเนา.
- ปัทมา ทัพเสริฟไท. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนตัว การสนับสนุนทางสังคมกับการเผชิญภาวะเครียดของครอบครัวผู้ป่วยจิตเภทผู้ใหญ่. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2522. อัดสำเนา.
- ผ่องศรี ศรีมรกต. วิธีการเผชิญปัญหาและการปรับตัวด้านจิตใจในผู้ป่วยอุบัติเหตุที่รับไว้รักษาไว้ในโรงพยาบาล. วิทยานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2526. อัดสำเนา.

แผนงานและงบประมาณ, สำนักงาน. สถานภาพอาชญากรรมทั่วราชอาณาจักร ประจำปี 2536.

กรุงเทพฯ : ศูนย์ข้อมูลสารสนเทศ สำนักงานแผนงานและงบประมาณ กรมตำรวจ, 2536.

พรศิริ โรจน์รัตนเกียรติ. การศึกษาความตึงเครียดในบทบาท และกลวิธีเผชิญภาวะเครียดใน

สตรีที่มีหลายบทบาท. ปรินูญานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ประสานมิตร, 2535. อัดสำเนา.

เพ็ญศรี วรสัมปติ. ความสัมพันธ์ระหว่างความเครียด สติปัญญา และการสนับสนุนทางสังคมกับ

พฤติกรรมการเผชิญความเครียดในวัยรุ่นตอนต้น. ปรินูญานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ :

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2536. อัดสำเนา.

นุกดา วัฒนกุล. ผู้คิดสูตรและป่วยโรคพิษสุราในการไฟฟ้านครหลวง. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม.

กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2519. อัดสำเนา.

ยีนยง ไทยใจดี. ปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเครียดและวิธีการจัดการกับความเครียดในการปฏิบัติงาน

ของผู้บริหาร โรงเรียนมัธยมศึกษา ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ. ปรินูญานิพนธ์

กศ.ด. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2537. อัดสำเนา.

ยุพา ชูสิทธิสกุล. ความสัมพันธ์ระหว่างความตั้งใจในการดื่มสุรากับพฤติกรรมการดื่มสุรของตนเอง

นักศึกษาวิทยาลัยพลศึกษา. วิทยานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2527.

อัดสำเนา.

รพานิพพ์ เมฆศรีอรุณ. สาเหตุของความเครียดในการปฏิบัติงานของบรรณารักษ์ห้องสมุด

มหาวิทยาลัยของรัฐ. ปรินูญานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ประสานมิตร, 2535. อัดสำเนา.

ลิขิต กาญจนารักษ์. จิตวิทยาพื้นฐานพฤติกรรมมนุษย์. ภาควิชาจิตวิทยาพื้นฐาน คณะมนุษยศาสตร์

มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2530.

วราภรณ์ นาครัตน์. ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมกับพฤติกรรมการเผชิญความ

เครียดของผู้ป่วยโรคหัวใจ. วิทยานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล,

2533, อัดสำเนา.

ศิริพร โอภาสวัตรชัย ความสัมพันธ์ระหว่างภูมิหลังกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดของพยาบาล

จิตเวช. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2530. อัดสำเนา.

สถิติแห่งชาติ, สำนักงาน. เครื่องชี้ภาวะสังคม 2537. กรุงเทพฯ : สำนักงานสถิติแห่งชาติ

สำนักนายกรัฐมนตรี, 2537.

- สมพร บุขวากิจ และคนอื่น ๆ. "ลักษณะการดื่มสุราของคนไทย," สมาคมจิตแพทย์. 5(1) : 148-157 ; มิถุนายน 2533.
- สุพัฒน์ ชีรเวชเจริญชัย. "การติดสุรา," สุขภาพ-พลศึกษา-สันทนาการ. 3(1) : 26-31 ; กรกฎาคม 2525.
- สุรางค์ เปื้องเดช. ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมสุขภาพจะเครียดกับความร่วมมือในการรักษาผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงชนิดไม่ทราบสาเหตุ. วิทยานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2533. อัดสำเนา.
- สุวนีย์ เกียวกิ่งแก้ว. "ความเครียดและภาวะวิกฤติในชีวิต," ใน เอกสารคำสอนวิชาการพยาบาลจิตเวชชุมชน. หน้า 91-106. ภาควิชาการพยาบาลจิตเวช คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2527.
- สุวิทย์ รุ่งวิสัย. "สุรากับปัญหาสังคม," ใน รายงานและบทความการประชุมสัมมนาและฝึกอบรมทางวิชาการเรื่อง ปัญหายาเสพติดให้โทษ. หน้า 119-128. เชียงใหม่ : ส่งเสริมธุรกิจ, 2521.
- อนันต์ ศรีโสภ. หลักการวิจัยเบื้องต้น. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : วัฒนาพานิช, 2521.
- อรเพ็ญ นาควัชระ. ปัญหาสิ่งเสพติดและการควบคุม. กรุงเทพฯ : ภาควิชาเวชศาสตร์ชุมชน คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2526.
- อัปสร เดียวตระกูลวัฒน์. ทัศนคติที่มีต่อยาเสพติดและปกติวิสัยเชิงอัตนัยของนักศึกษาครู วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2522. อัดสำเนา.
- Avery, G. and E. Barker. Psychology at Work. New York : Prentice Hall, 1990.
- Cooper, M.L., M. Russel. and W. H. George. "Coping, expectancies and alcohol abuse," Journal Abnormal Psychology. 97 (2) : 218-230 ; June, 1988.
- Doland, Perter M. "Predicting Individual Alcohol Consumption form Socioculture Data : An Anthropological Model and Field Study," in Dissertation Abstracts International : The Humanities and Social Sciences. p.331-A. 1979.
- Folkman, S. and R.S. Lazarus. Stress, Appraisal, and Coping. New York : Springer, 1971.
- Folkman, S. and R.S. Lazarus. "An Analysis of Coping in a Middle-aged Community Sample," Journal of Health and Social Behavior. 21 : 219-239 ; 1980.

- Folkman, S. et al. "The Dynamics of a Stressful Encounter : Cognitive Appraisal, Coping, an Encounter Outcomes," Journal of Personal Social Psychology. 34 (2) : 219-239 ; March, 1986.
- Fradet Christiane. "Coping Strategies in Young men with and without Drinking Problems (Alcohol Abuse)," Journal of Ottawa (Canada). 1993.
- Fromme, K. and K. Rivet. "Young Adults Coping Style as a Predictor of Their Alcohol use and Response to Daily Events," Journal of Youth and Adolescence. 84-97 ; 1994.
- Garland, L.M. and C.T. Bush. Coping Behavior and Nursing. Virginia : Reston Publishing Company, 1986.
- Garland, L.M. and C.T. Bush. "Prediction, Understanding, and Control as Antidotes to Organizational Stress," Handbook of Organizational Behavior Prentice-Hall, Eagle Wood Cliff, 1983.
- Homes, T. H. and R. H. Rahe. "The Social Readjustment Rating Scale," Journal of Psychosomatic Research. 213-218 ; 1967.
- Jalowiec et. al. "Coping, Expectancies, and Alcohol Abuse," Journal Abnormal Psychology. 1982.
- Jalowiec, A. and M.J. Powers. "Stress and Coping in Hypertensive and Emergency Room Patients," Nursing Research. 30 : 10-15 ; January-February, 1980.
- Lazarus, R.S. Behavior therapy and beyond. New York : McGraw-Hill, 1971.
- Lazarus, R.S. Psychological Stress and Coping Process. New York : McGraw-Hill, 1966.
- Lewis, R.J. "Gender Different in Distributions about Suicide and Alcohol Use," Journal of Death and Dying. 139-149 ; 1994.
- McCubbin, H. and B.B. Bahl. Marriage and Family : Individuals and Life Cycles. New York : Macmillan Publishing Company, 1983.
- Panzarine, S. "Coping : Conceptual and Methodological Issues," Advance in Nursing Science. 49-56 ; July. 1985.
- Scott, D.W., M.T. Obert and M.J. Dropkin. "Stress Coping Model Advances," in Nursing Science. 3(1) : 9-23 ; 1968.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

แบบสอบถามเกี่ยวกับรายละเอียดส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม

แบบสอบถามการเผชิญภาวะเครียด

แบบสอบถามการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ ๑ 10110

24 ตุลาคม 2539

เรียน พนักงานรัฐวิสาหกิจ

ด้วยข้าพเจ้ามีความประสงค์จะศึกษาเรื่อง “กลวิธีเผชิญภาวะเครียดและพฤติกรรมการบริโภค เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น” ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาในระดับการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชา จิตวิทยาพัฒนาการ ดังนั้นในการศึกษาครั้งนี้จึงจำเป็นต้องอาศัยความร่วมมือจากท่านในการตอบแบบสอบถาม ข้าพเจ้าขอชี้แจงว่าการตอบแบบสอบถามของท่านในครั้งนี้จะไม่มีผลกระทบกระเทือนต่อตัวท่านด้วยประการใด ๆ ทั้งสิ้น ขอให้ท่านโปรดตอบแบบสอบถามให้ตรงกับสภาพที่เป็นจริงเกี่ยวกับตัวท่านให้มากที่สุด ซึ่งคำตอบทั้งหมดในการตอบแบบสอบถามจะใช้ในการทำปริญญานิพนธ์เท่านั้น และจะเก็บไว้เป็นความลับ โดยที่ท่านไม่ต้องลงชื่อ

ข้าพเจ้าหวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความกรุณาในการตอบแบบสอบถามจากท่าน จึงขอขอบคุณในการให้ความร่วมมือไว้ ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(นางสาวสุกัญญา คมสัน)

นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับรายละเอียดส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย / ลงในช่อง ☐ ที่ตรงกับความเป็นจริงของท่านในปัจจุบัน

1. เพศ

☐ หญิง

☐ ชาย

2. สถานภาพสมรส

☐ โสด

☐ สมรส (อยู่ด้วยกัน)

☐ สมรส (แยกกันอยู่)

☐ หย่า

☐ หม้าย

3. ระดับการศึกษา

☐ ม.3 - ม.6

☐ อาชีวฯ 3 ปี (ปวช.)

☐ อนุปริญญา หรือ ปวส.

☐ ระดับปริญญาตรี

4. รายได้รวมของครอบครัวต่อหนึ่งเดือน

☐ ต่ำกว่า 10,000 บาท

☐ อยู่ระหว่าง 10,000 - 30,000 บาท

☐ สูงกว่า 30,000 บาท

5. ตำแหน่งหน้าที่การงาน

☐ ระดับ 1 - 2

☐ ระดับ 3 - 4

☐ ระดับ 5 - 6

ตอนที่ 2 แบบสอบถามการเผชิญภาวะเครียด

คำชี้แจง ข้อความต่อไปนี้ เป็น สิ่งที่ท่านปฏิบัติเมื่อเกิดความคับข้องใจ ไม่สบายใจ หรือมีความเครียด เกิดขึ้นจากการเผชิญกับสถานการณ์ที่เป็นปัญหาในชีวิตประจำวัน กรุณาขีดเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับความเป็นจริงที่ท่านเลือกใช้มากที่สุด โดยในแต่ละข้อมีเพียงคำตอบเดียว กรุณาตอบทุกข้อ การเลือกตอบถือเกณฑ์ดังนี้

- ไม่เคยเลย หมายถึง ข้อความนั้นไม่ตรงกับความเป็นจริงของท่านเลย หรือท่านไม่เคยเลือกใช้วิธีนั้นในการจัดการกับปัญหาหรือความเครียดที่เกิดขึ้น
- น้อยครั้ง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความเป็นจริงของท่านบ้างเล็กน้อย หรือท่านเคยเลือกใช้วิธีนั้นนาน ๆ ครั้ง
- บางครั้ง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความเป็นจริงของท่านเพียงครั้งหนึ่ง หรือท่านเคยเลือกใช้วิธีนั้นบางครั้ง
- บ่อยครั้ง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความเป็นจริงของท่านเป็นส่วนมาก หรือท่านเคยเลือกใช้วิธีนั้นบ่อย ๆ
- บ่อยที่สุด หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความเป็นจริงของท่านมากที่สุด หรือท่านเคยเลือกใช้วิธีนั้นทุกครั้งหรือเกือบทุกครั้ง

ข้อที่	เมื่อเกิดความเครียดจากการประสบปัญหาในชีวิตประจำวัน ข้าพเจ้าจะ.....	ไม่เคยเลย	น้อยครั้ง	บางครั้ง	บ่อยครั้ง	บ่อยที่สุด
1	ยอมรับสิ่งที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง					
2	พยายามถอยห่างออกจากปัญหาที่เป็นอยู่					
3	พยายามจะมองสิ่งต่าง ๆ จากมุมมองของคนอื่น					
4	พรับบอกกับตนเองว่าสิ่งที่เกิดขึ้น ไม่ใช่ความจริง					
5	เขานอน โดยคิดว่าทุกสิ่งอาจดีขึ้นในเช้าวันรุ่งขึ้น					
6	กลัวว่าปัญหาอาจเลวร้ายลงกว่านี้					
7	มุ่งมั่นเพื่อให้ได้ในสิ่งที่ตนเองต้องการ					
8	ถกปัญหากับผู้ที่เคยเจอกับปัญหาเช่นเดียวกันมาก่อน					
9	พยายามนำประสบการณ์เดิมมาใช้ในการแก้ปัญหา					

ข้อที่	เมื่อเกิดความเครียดจากการประสบปัญหาในชีวิตประจำวัน ข้าพเจ้าจะ.....	ไม่เคย	น้อย	บาง	บ่อย	บ่อยที่สุด
10	พยายามที่จะไม่คิดถึงปัญหาที่เกิดขึ้น					
11	ใคร่ครองปัญหาอย่างรอบคอบ โดยปราศจากอคติ					
12	คิดหาวิธีการต่าง ๆ เพื่อควบคุมสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด					
13	สวดอ้อนวอนสิ่งศักดิ์สิทธิ์เพื่อให้ทุกสิ่งคลี่คลายในทางที่ดี					
14	ยอมรับในสิ่งที่ต้องลงมาจากสิ่งที่ต้องการจริง ๆ					
15	ปลงตกเพราะถือว่าเป็นชะตากรรม					
16	คิดฝันว่าแก้ไขปัญหานั้นได้ ทั้ง ๆ ที่ยังไม่ไดลงมือปฏิบัติ					
17	ตำหนิว่าคนอื่นเป็นต้นเหตุแห่งปัญหา					
18	ปรึกษากับใครบางคนเพื่อให้ปัญหานั้นชัดเจนขึ้น					
19	ลำดับความสำคัญของการทำงานว่าสิ่งใดควรจัดการก่อน					
20	สร้างมโนภาพว่าปัญหานั้นสิ้นสุดลงแล้ว					
21	ไม่คิดถึงปัญหานั้นหากตนเองไม่สามารถแก้ไขปัญหานั้นได้					
22	รู้สึกท้อแท้สิ้นหวังต่อปัญหาที่เกิดขึ้น					
23	พยายามมองปัญหาในแง่บวกขึ้น					
24	ใช้เวลาว่างพักผ่อนหย่อนใจตามลำพัง					
25	พยายามลืมปัญหานั้น					
26	วิตกกังวลจนนอนไม่คอยหลับ					
27	รอดูว่าอะไรจะเกิดขึ้น ก่อนที่จะทำอะไรลงไป					
28	คิดว่าสิ่งที่เกิดขึ้นเป็นเพียงความฝัน					
29	ร้องไห้เพื่อระบายอารมณ์					
30	รู้สึกหงุดหงิดและเบื่อหน่ายสิ่งที่อยู่รอบตัว					

ข้อที่	เมื่อเกิดความเครียดจากการประสบปัญหาในชีวิตประจำวัน ข้าพเจ้าจะ.....	ไม่เคย	น้อย	บาง	บ่อย	บ่อยที่สุด
31	ดื่มเหล้า เบียร์ หรือเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์เพื่อให้ความรู้สึกดีขึ้น					
32	ทำสมาธิ หรือใช้โยคะ หรือฝึกพลังจิตให้สงบ					
33	เปลี่ยนแปลงบางสิ่งบางอย่างเกี่ยวกับตัวเอง					
34	สาบแช่ง สบถสาบานให้ผู้ที่ก่อให้เกิดปัญหาประสบกับความเดือดร้อน					
35	คิดหาวิธีในการแก้ไขปัญห					
36	ปลอบใจตนเองให้เลิกวิตกกังวล ทุกอย่างคงจะคลี่คลายไปในทางที่ดี					
37	พยายามแจ่มแจ้งปัญหาออกเป็นส่วนย่อย ๆ					
38	พยายามเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ เกี่ยวกับสิ่งที่ก่อให้เกิดปัญหานั้นเพื่อสามารถเผชิญกับปัญหานั้นได้ดีขึ้น					
39	คิดว่ามิใช่ปัญหาของตนเองเพียงคนเดียว ปลอบใจผู้อื่นที่พร้อมกว่าแก้ไขไปก่อน					
40	ปฏิเสธที่จะพูดถึงเกี่ยวกับปัญหาที่เกิดขึ้นไม่ว่ากับใคร					

ตอนที่ 3 แบบสอบถามการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

คำชี้แจง เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หมายถึง เครื่องดื่มที่มีเอธิลแอลกอฮอล์เป็นส่วนผสมอยู่ทุกชนิด เช่น วิสกี้ เหล้า บรั่นดี คอนยัค แชมเปญ ยิน รัม เบียร์ ไวน์ สุราโรง สุราเถื่อน อู กระแช่ สาโท น้ำตาลเมา คอกเทลต่าง ๆ ฯลฯ

ให้ท่านพิจารณาว่า ตามปกติแล้วท่านบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างไร... โดยทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับความเป็นจริงของตัวท่านมากที่สุด เพียงช่องเดียว

ข้อที่	ตามปกติแล้วท่านบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างไร.....	ไม่เคย เลข	นานๆ ครั้ง	บ่อย ครั้ง	เป็น ประจำ
1	เพื่อเจริญอาหาร				
2	เพื่อระงับอาการนอนไม่หลับ				
3	เพราะปกติชอบดื่มอยู่แล้ว				
4	ดื่มคนเดียว				
5	ดื่มในตอนเช้าเพื่อแก้อาการเมาค้าง				
6	เพราะต้องการทดลองรสชาติ				
7	เพื่อความสนุกสนาน				
8	เพื่อผ่อนคลายอารมณ์				
9	เพื่อระงับอาการตื่นเต้น				
10	เพื่อระงับความโกรธ				
11	เพื่อระงับความผิดหวัง				
12	เพื่อสร้างความมั่นใจในตนเอง				
13	เพื่อคลายความกลัดกลุ้ม				
14	เพื่อระงับความกลัว				
15	เพื่อระงับความหงุดหงิด				
16	เพื่อระงับความเศร้าโศกเสียใจ				
17	เพื่อแก้เหงา				

ข้อที่	ตามปกติแล้วท่านบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างไร.....	ไม่เคย เลย	นานๆ ครั้ง	บ่อย ครั้ง	เป็น ประจำ
18	เพื่อระงับอาการกระวนกระวายใจ				
19	เพื่อเป็นการฆ่าเวลา				
20	เพื่อหวังผลในการติดต่อประสานงาน				
21	เพราะต้องการเอาใจเพื่อน				
22	เพราะต้องการเอาใจบุคคลใกล้ชิด เช่น สามี ภรรยา ญาติพี่น้อง เป็นต้น				
23	เมื่อมีเพื่อนสนิทมาเยี่ยมเยือน				
24	เพราะไม่สามารถปฏิเสธบุคคลที่ท่านเกรงใจได้				
25	เมื่อไปในงานเลี้ยง				
26	เพราะทำให้อารมณ์แจ่มใสขึ้น				
27	เพื่อฉลองความสำเร็จในหน้าที่การงาน				
28	เนื่องในโอกาสพิเศษ เช่น วันเกิด วันปีใหม่ เป็นต้น				
29	เพื่อฉลองความโชคดีบางอย่าง เช่น ถูกลอตเตอรี่ เป็นต้น				
30	เพราะในสังคมของท่านชอบดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์				

ภาคผนวก ข

ตารางแสดงค่าอำนาจจำแนกรายข้อและความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง
ของแบบสอบถามกลวิธีเผชิญภาวะเครียด

ตารางแสดงค่าอำนาจจำแนกรายข้อและความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง
ของแบบสอบถามการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

ตารางแสดงความถี่และร้อยละรายข้อในการตอบแบบสอบถามพฤติกรรม
การบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

ตาราง 41 ค่าอำนาจจำแนกรายข้อและความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างของแบบสอบถามกลวิธีเผชิญ
ภาวะเครียดในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น โดยใช้ค่าสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ระหว่างคะแนนรายข้อกับ
คะแนนรวมเฉพาะด้านของแต่ละกลวิธี (Item-Test Correlation)

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก (r)	ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก (r)
1.	.56	21.	.63
2.	.57	22.	.36
3.	.69	23.	.44
4.	.64	24.	.38
5.	.56	25.	.58
6.	.39	26.	.40
7.	.30	27.	.32
8.	.70	28.	.55
9.	.48	29.	.40
10.	.65	30.	.60
11.	.52	31.	.26
12.	.66	32.	.56
13.	.42	33.	.33
14.	.71	34.	.50
15.	.55	35.	.68
16.	.52	36.	.47
17.	.62	37.	.42
18.	.56	38.	.60
19.	.67	39.	.21
20.	.51	40.	.53

1. กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา 15 ข้อ ได้แก่ 1, 3, 7, 8, 9, 11, 12, 14, 18, 19, 27, 33, 35, 37, 38
2. กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ 15 ข้อ ได้แก่ 5, 6, 13, 15, 17, 22, 23, 24, 26, 29, 30, 31, 32, 34, 36
3. กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบหลีกเลี่ยงหนี 10 ข้อ ได้แก่ 2, 4, 10, 16, 20, 21, 25, 28, 39, 40

ตาราง 42 ค่าอำนาจจำแนกรายข้อและความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างของแบบสอบถามพฤติกรรม
การบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น โดยใช้ค่าสหสัมพันธ์แบบเพียร์สันระหว่าง
คะแนนรายข้อกับคะแนนรวมทั้งฉบับ

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก (r)	ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก (r)
1.	.55	21.	.60
2.	.54	22.	.81
3.	.61	23.	.61
4.	.51	24.	.65
5.	.31	25.	.67
6.	.50	26.	.72
7.	.83	27.	.69
8.	.77	28.	.76
9.	.76	29.	.67
10.	.57	30.	.52
11.	.72		
12.	.57		
13.	.80		
14.	.65		
15.	.68		
16.	.69		
17.	.76		
18.	.51		
19.	.56		
20.	.30		

ตาราง 43 ความถี่และร้อยละรายข้อในการตอบแบบสอบถามพฤติกรรมการใช้เครื่องเค็มแอลกอฮอล์

ข้อที่	ตามปกติแล้วท่านบริโภคเครื่องเค็มแอลกอฮอล์ อย่างไร.....	ไม่เคยเลย (0)	นานๆครั้ง (1)	บ่อยครั้ง (2)	เป็นประจำ (3)
1	เพื่อเจริญอาหาร	162 (58.5)	70 (25.3)	38 (13.7)	7 (2.5)
2	เพื่อระงับอาการนอนไม่หลับ	223 (80.5)	32 (11.6)	20 (7.2)	2 (.7)
3	เพราะปกติชอบเค็มอยู่แล้ว	157 (56.7)	100 (36.1)	18 (6.5)	2 (.7)
4	เค็มคนเดียว	188 (67.9)	77 (27.8)	9 (3.2)	3 (1.1)
5	เค็มในตอนเช้าเพื่อแก้อาการเมาค้าง	231 (83.4)	37 (13.4)	7 (2.5)	2 (.7)
6	เพราะต้องการทดลองรสชาติ	137 (49.5)	59 (21.3)	61 (22)	20 (7.2)
7	เพื่อความสนุกสนาน	79 (28.5)	98 (35.4)	74 (26.7)	26 (9.4)
8	เพื่อผ่อนคลายอารมณ์	89 (32.1)	87 (31.4)	69 (24.9)	32 (11.5)
9	เพื่อระงับอาการคันคอ	202 (72.9)	53 (19.1)	18 (6.5)	4 (1.4)
10	เพื่อระงับความโกรธ	212 (76.5)	43 (15.5)	19 (6.9)	3 (1.1)
11	เพื่อระงับความผิดหวัง	167 (60.3)	58 (20.9)	38 (13.7)	14 (5.1)
12	เพื่อสร้างความมั่นใจในตนเอง	209 (75.4)	45 (16.3)	16 (5.8)	7 (2.5)

ตาราง 43 (ต่อ)

ข้อที่	ตามปกติแล้วท่านบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ อย่างไร.....	ไม่เคยเลย (0)	นานๆครั้ง (1)	บ่อยครั้ง (2)	เป็นประจำ (3)
13	เพื่อคลายความกดดัน	157 (56.7)	75 (27.1)	20 (7.2)	25 (9)
14	เพื่อระงับความกลัว	219 (79.1)	32 (11.6)	22 (7.9)	4 (1.4)
15	เพื่อระงับความหงุดหงิด	198 (71.5)	57 (20.6)	13 (4.7)	9 (3.2)
16	เพื่อระงับความเศร้าโศกเสียใจ	177 (63.9)	72 (26)	18 (6.5)	10 (3.6)
17	เพื่อแก้เหงา	172 (62.1)	79 (28.5)	19 (6.9)	7 (2.5)
18	เพื่อระงับอาการกระวนกระวายใจ	205 (74)	44 (15.9)	17 (6.1)	11 (4.0)
19	เพื่อเป็นการฆ่าเวลา	201 (72.6)	47 (17)	24 (8.6)	5 (1.8)
20	เพื่อหวังผลในการติดต่อประสานงาน	182 (65.7)	73 (26.4)	8 (2.9)	14 (5.0)
21	เพราะต้องการเอาใจเพื่อน	152 (54.9)	53 (19.1)	52 (18.8)	20 (7.2)
22	เพราะต้องการเอาใจบุคคลใกล้ชิด เช่น สามี ภรรยา ญาติ พี่น้อง เป็นต้น	153 (55.3)	63 (22.7)	49 (17.7)	12 (4.3)
23	เมื่อมีเพื่อนสนิทมาเยี่ยมเยียน	69 (24.9)	86 (31.1)	92 (33.2)	30 (10.8)
24	เพราะไม่สามารถปฏิเสธบุคคลที่ท่านเกรงใจได้	65 (23.4)	78 (28.2)	88 (31.8)	46 (16.6)

ตาราง 43 (ต่อ)

ข้อที่	ตามปกติแล้วท่านบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ อย่างไร.....	ไม่เคยเลย (0)	นานๆครั้ง (1)	บ่อยครั้ง (2)	เป็นประจำ (3)
25	เมื่อไปในงานเลี้ยง	55 (19.9)	67 (24.2)	101 (36.5)	54 (19.4)
26	เพราะทำให้อารมณ์แจ่มใสขึ้น	174 (62.8)	79 (28.5)	14 (5.1)	10 (3.6)
27	เพื่อฉลองความสำเร็จในหน้าที่การงาน	85 (30.7)	95 (34.3)	77 (27.8)	20 (7.2)
28	เนื่องในโอกาสพิเศษ เช่น วันเกิด วันปีใหม่ เป็นต้น	66 (23.9)	98 (35.4)	83 (29.9)	30 (10.8)
29	เพื่อฉลองความโชคดีบางอย่าง เช่น ถูกลอตเตอรี่ เป็นต้น	178 (64.3)	71 (25.6)	22 (7.9)	6 (2.2)
30	เพราะในสังคมของท่านชอบดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์	134 (48.4)	67 (24.2)	51 (18.4)	25 (9)

ประวัติย่อของผู้วิจัย

ชื่อ	นางสาวสุกัญญา คมสัน
เกิดวันที่	19 กรกฎาคม 2512
สถานที่เกิด	จังหวัดขอนแก่น
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	บ้านเลขที่ 5/1 ซอยรัชฎาภรณ์ ถ.ราชปรารภ แขวงมักกะสัน เขตราชเทวี จ.กรุงเทพมหานคร 10400
ตำแหน่งหน้าที่การงานในปัจจุบัน	พยาบาลระดับ 5
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	ตึกนวมินทร์ราชินี 4 หน่วยทารกแรกเกิด โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์
ประวัติการศึกษา	
	พ.ศ. 2529 เตรียมอุดมศึกษา (แผนกวิทยาศาสตร์) โรงเรียนมารีย์วิทยา นครราชสีมา
	พ.ศ. 2534 พยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลสภากาชาดไทย (สถาบันสมทบจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย)
	พ.ศ. 2539 การศึกษามหาบัณฑิต (จิตวิทยาพัฒนาการ) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร