

ความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย ความฉลาดทางอารมณ์ และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ต้องขังชาย
เรือนจำกลางคลองเปรม

สารนิพนธ์
ของ
นางสาวนพวรรณ บัวทอง

เสนอบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญา
การศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาพัฒนาการ
พฤษภาคม 2547
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

๖๖๘๕
พ.๕๕๖
๓.๖

ความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย ความฉลาดทางอารมณ์ และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ต้องขังชาย
เรือนจำกลางคลองเปรม

21 ก.ย. 2547

บทคัดย่อ
ของ
นางสาวนพวรรณ บัวทอง

เสนอบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญา
การศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาพัฒนาการ
พฤษภาคม 2547

h 251801

นพวรรณ บัวทอง. (2547). ความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย ความฉลาดทางอารมณ์ และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ต้องขังชายเรือนจำคลองเปรม. สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. คณะกรรมการควบคุม : อาจารย์สมเกียรติ ทิพย์ทัศน์, ผู้ช่วยศาสตราจารย์วัฒนา ศรีสัตย์วาจา.

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อการศึกษา ความสัมพันธ์ระหว่างความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย ความฉลาดทางอารมณ์และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองและเปรียบเทียบความเสี่ยงของการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขังที่มีระดับชั้นแตกต่างกัน กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ต้องขังชายเรือนจำคลองเปรมจำนวน 574 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบประเมินความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย, แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์, แบบประเมินความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าสัมประสิทธิ์ของเพียร์สัน และ One Way Anova

ผลการศึกษาพบว่า

1. ความฉลาดทางอารมณ์ มีความสัมพันธ์ทางลบ กับความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 $r = (-.410)$
2. ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง มีความสัมพันธ์ทางลบ กับความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 $r = (-.351)$
3. ความฉลาดทางอารมณ์ มีความสัมพันธ์ทางบวก กับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 $r = (1.69)$.169
4. ระดับชั้นของผู้ต้องขังที่ต่างกัน มีความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายไม่แตกต่างกัน

**SUICIDE RISK, EMOTIONAL INTELLIGENCE AND
SELF –ESTEEM OF MALE PRISONERS
IN KLONGPREM PRISON**

**AN ABSTRACT
BY
MISS NOPPHAWAN BUATHONG**

**Presented in partial fulfillment of the requirements
for the Master of Education degree in Development Psychology
at Srinakharinwirot University
May 2004**

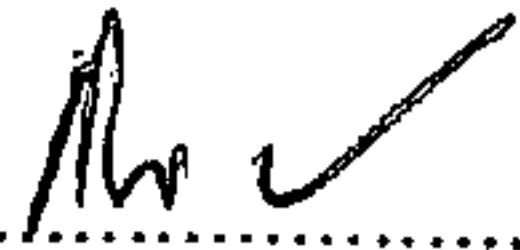
Noppawan Buathong. (2004). *Suicide Risk, Emotional intelligence and Self-Esteem of Male Prisoner in KlongPrem Prison*. Master Project, M. Ed (Developmental Psychology)
Bangkok : Graduate School, Srinakharinwirot University. Advisors Committee Somkiat
Tippayathead, Assist. Prof Wattana Srisanvaja

The purpose of this research was to study the suicide risk, emotional intelligence and self-esteem of male prisoners at the Klong Prem prison. The sample consisted of 574 inmates. The research instruments were (1) a suicide risk test, (2) an EQ. Test and (3) a Self-esteem test. The statistical methods for analyzing the data were Pearson's product-moment correlation coefficient and one-way analysis of variance.

The research results indicated that emotional intelligence and suicide risk were negatively correlated ($r = -.410$) at the .01 level of significance ; self-esteem and suicide risk were also negatively correlated ($r = -.351$) at the .01 level of significance, whereas emotional intelligence and suicide risk were positively correlated ($r = 1.69$) at the .01 level of significance. It was also found that there was no significant difference in suicide risk of classified prisoners on different levels.

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ประธานคณะกรรมการบริหารหลักสูตร และคณะกรรมการสอบ
ได้พิจารณาสารนิพนธ์ฉบับนี้แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษา
มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์



(อาจารย์สมเกียรติ ทิพย์ทัศน์)

ประธานคณะกรรมการบริหารหลักสูตร



(รองศาสตราจารย์ ดร.นวลละออ สุภาผล)

คณะกรรมการการสอบ



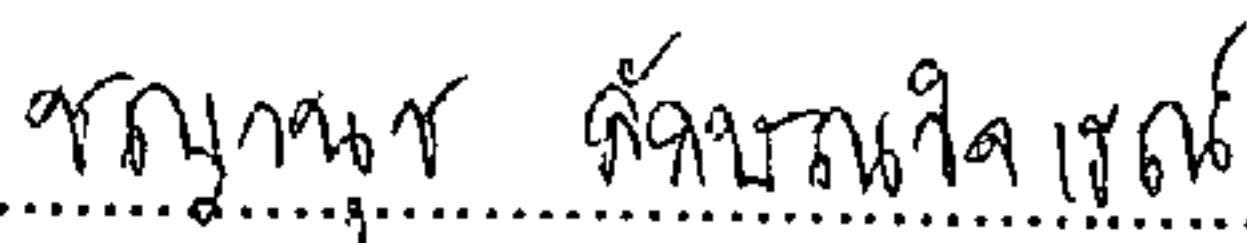
ประธาน

(อาจารย์สมเกียรติ ทิพย์ทัศน์)



กรรมการสอบสารนิพนธ์

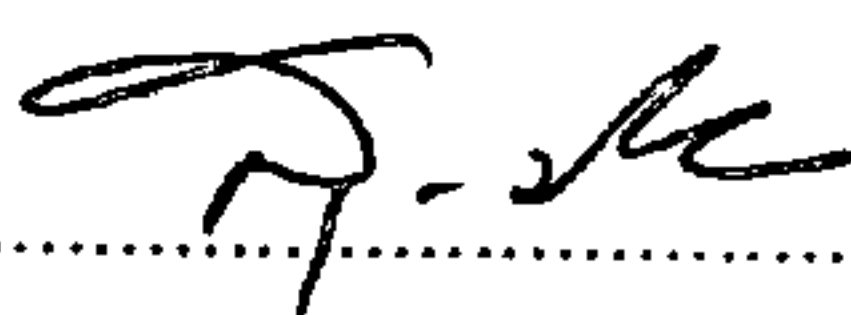
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์วัฒนา ศรีสัตย์วาจา)



กรรมการสอบสารนิพนธ์

(อาจารย์ชญานุช ลักษณะวิจารณ์)

อนุมัติให้รับสารนิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษา
มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ



คณบดีคณะมนุษยศาสตร์

(รองศาสตราจารย์ สุภา ปานเจริญ)

วันที่.....เดือน พฤษภาคม พ.ศ 2547

ประกาศคุณูปการ

สารนิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จด้วยความกรุณาของ อาจารย์สมเกียรติ ทิพย์ทัศน์ ประธานควบคุม
สารนิพนธ์ ที่สละเวลาอันมีค่า ให้ความรู้ คำแนะนำ และข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ ตลอดจนแก้ไขข้อบก
พร่องต่างๆ ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาที่ได้รับเป็นอย่างยิ่ง ขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ไว้ ณ. ที่นี้
ด้วย

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณนายแพทย์ปรากฏ ถมยางกูร ที่กรุณาให้ความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบ
เครื่องมือสำหรับการวิจัย

ขอขอบพระคุณ อธิบดีกรมราชทัณฑ์ ผู้บัญชาการเรือนจำกลางคลองเปรม ผู้อำนวยการทัณฑสถาน
โรงพยาบาลราชทัณฑ์ ที่กรุณาอนุญาตให้ดำเนินการเข้าเก็บข้อมูลในเรือนจำกลางคลองเปรม และขอขอบคุณ
ผู้ต้องขังกลุ่มตัวอย่างที่ให้ความร่วมมือในการเก็บข้อมูลเป็นอย่างดี

ขอขอบคุณ นายแพทย์ประวีร์ สิริเชียรธรรมณ์ ที่ให้กำลังใจและให้คำแนะนำในการศึกษาวิจัย

ท้ายสุดนี้ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อนพดล บัวทอง และคุณแม่บุญโรม บัวทองที่ให้ทุน
สนับสนุนการศึกษาวิจัยและให้กำลังใจด้วยความรักเสมอมาทำให้การศึกษาวิจัยครั้งนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดี

นพวรรณ บัวทอง

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ	1
ภูมิหลัง	1
ความมุ่งหมายของการวิจัย	2
ความสำคัญของการวิจัย	2
ขอบเขตของการวิจัย	3
ประชากรที่ใช้ในการวิจัย	3
กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย	3
ตัวแปรที่ศึกษา	3
นิยามศัพท์เฉพาะ	3
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	6
ผู้ต้องขัง	6
ความหมายของผู้ต้องขัง	6
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับผู้ต้องขัง	11
การฆ่าตัวตาย	14
ความหมายของการฆ่าตัวตาย	14
สาเหตุที่ทำให้คนคิดฆ่าตัวตาย	14
ผู้ที่มีภาวะเสี่ยงในการฆ่าตัวตาย	16
ทฤษฎีและแนวคิดเกี่ยวกับการฆ่าตัวตาย	17
กลไกทางจิตของการฆ่าตัวตาย	19
กระบวนการพฤติกรรมกรรมการฆ่าตัวตาย	21
ลักษณะสำคัญที่บ่งบอกถึงการฆ่าตัวตาย	22
ความคิดและความเชื่อเกี่ยวกับการฆ่าตัวตาย	24
การประเมินความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย	26
ผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย	26
ความฉลาดทางอารมณ์	30
ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์	30
ความเชื่อเกี่ยวกับเชาวน์อารมณ์	31
องค์ประกอบพื้นฐานของเชาว์อารมณ์	32
คุณลักษณะของผู้มีเชาว์อารมณ์	33
การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์	41
การประเมินความฉลาดทางอารมณ์	41
ผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์	42

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
2(ต่อ)	
การเห็นคุณค่าในตนเอง.....	45
ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเอง.....	45
องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง.....	44
การพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองตามแนวคิดมนุษยนิยม.....	47
ลักษณะของบุคคลที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงและต่ำ.....	47
การประเมินความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง.....	48
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	49
กรอบแนวคิด.....	51
สมมุติฐานของการวิจัย.....	50
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	52
การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	52
ประชากร.....	52
กลุ่มตัวอย่าง.....	53
การสร้างเครื่องมือและหาคุณภาพเครื่องมือ.....	53
วิธีสร้างเครื่องมือและหาคุณภาพเครื่องมือ.....	53
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	57
การจัดกระทำและวิเคราะห์ข้อมูล.....	57
4. ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	58
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	58
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	59
5. สรุปผล อภิปราย และข้อเสนอแนะ.....	64
สังเขปความมุ่งหมาย สมมุติฐาน และวิธีการดำเนินศึกษาค้นคว้า.....	64
สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	65
อภิปรายผล.....	65
ข้อเสนอแนะ.....	69
บรรณานุกรม.....	71
ภาคผนวก.....	77
ประวัติย่อผู้วิจัย.....	91

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 แสดงความถี่และร้อยละของข้อมูลส่วนตัวเกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถาม.....	59
2 แสดงค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของความฉลาดทางอารมณ์และความรู้สึก เห็นคุณค่าในตนเองของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม.....	60
3 แสดงความถี่และร้อยละของความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลาง คลองเปรม.....	60
4 แสดงการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับความเสี่ยงต่อ การฆ่าตัวตายของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม.....	61
5 แสดงค่าผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองกับ ความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม.....	61
6 แสดงผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับความรู้สึก เห็นคุณค่าในตนเองของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม.....	62
7 แสดงผลการเปรียบเทียบความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย จำแนกตามระดับชั้น ของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม.....	62

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ	หน้า
1 ลักษณะของการเรียนรู้ทางอารมณ์ของบุคคลเพื่อสร้างความฉลาดทางอารมณ์.....	33

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

สังคมในปัจจุบันนี้มีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็วทั้งทางด้าน สังคม เศรษฐกิจ วัฒนธรรม และเทคโนโลยีต่างๆ ตลอดจนความมั่นคงของประเทศไทย ซึ่งสภาพสังคมมีแต่ความวุ่นวาย และสลับซับซ้อน เพราะความเจริญก้าวหน้าทางวัตถุ และอารยธรรมโดยส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตของประชาชน ทำให้ไม่สามารถปรับตัวได้ตามสถานการณ์ก่อให้เกิดความเครียดซึ่งเป็นปัญหาเกี่ยวกับความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ส่งผลกระทบที่ตามมาคือไม่สามารถจัดการกับความรับผิดชอบภาระหน้าที่อื่นๆ จนเกิดปัญหาต่างๆ ตามมามากมาย หรือกล่าวได้ว่าการเปลี่ยนแปลงที่รวดเร็วในยุคสังคมโลกาภิวัตน์รวมทั้งการแข่งขันทางธุรกิจก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพจิตอย่างรุนแรง เช่น โรคจิต และปัญหาการฆ่าตัวตายตามมาซึ่งพบว่าอัตราการฆ่าตัวตายของคนไทยมีแนวโน้มสูงขึ้น

ดังที่ พริษฐ์ เอี่ยมพงษ์ไพบุลย์ (2541 : Internet) กล่าวถึงการศึกษาข้อมูลความคิดฆ่าตัวตายของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประชาชนมีความคิดฆ่าตัวตายมากขึ้นจากเดิมมีผู้คิดฆ่าตัวตายเป็น 1.9 ต่อแสนประชากร ในปี 2538 เพิ่มขึ้นเป็น 3.1 ต่อ แสนประชากร และในปี 2541 เพิ่มขึ้นเป็น 7.0 ต่อแสนประชากร ได้สอดคล้องกับข้อมูลของประเวช ตันติพิวัฒนสกุล และสุรสิงห์ วิศรุตรัตน์ (2542 : 1) กล่าวถึงรายงานจากองค์การอนามัยโลก พบว่า ในแต่ละปีมีคนฆ่าตัวตายประมาณ 400,000 คน หรือประมาณวันละ 1,096 คน และแต่ละภูมิภาคมีอัตราการฆ่าตัวตายแตกต่างกัน ซึ่งเชื่อว่าเกี่ยวข้องกับปัจจัยทางสังคมวัฒนธรรม

การฆ่าตัวตายนับเป็นสาเหตุการตายที่สำคัญ 10 อันดับแรก สำหรับกลุ่มอายุในแทบทุกประเทศ และการฆ่าตัวตายนับเป็นสาเหตุของการเสียชีวิตใน 3 อันดับแรกสำหรับประเทศไทยเนื่องจากประเทศไทยกำลังประสบกับปัญหาวิกฤตเศรษฐกิจ ซึ่งส่งผลกระทบต่อประชาชนโดยตรง ประชาชนต้องประสบกับปัญหาต่างๆ มากมาย ต้องเผชิญความเครียด ความกดดัน ปัญหาที่แก้ไม่ตกเมื่อสะสมเรื้อรัง ทำให้สภาพจิตย่ำแย่ ห่อเหี่ยวสิ้นหวัง คิดว่าการฆ่าตัวตายเป็นทางออกที่ดีที่สุด โดยเฉพาะการฆ่าตัวตายในเรือนจำของผู้ต้องขัง ผู้ต้องขังที่ประสบปัญหาการปรับตัว และปัญหาสุขภาพจิตอย่างรุนแรงมักจะลงท้ายด้วยการฆ่าตัวตาย

เนื่องจากผู้ต้องขังนั้นเมื่อเข้าสู่เรือนจำในระยะแรกจำเป็นต้องมีการปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อม เพื่อให้สามารถใช้ชีวิตอย่างปกติสุขในเรือนจำได้ ในระยะเวลาที่ถูกจองจำ ในการปรับตัวนั้นนอกจากจะปรับตัวให้เข้ากับสถานที่ซึ่งมีความเป็นอยู่ไม่เหมือน เช่นที่เคยได้รับ ยังจะต้องปรับตัวให้เข้ากับผู้ต้องขังด้วยกัน ยอมรับกฎระเบียบ และการปฏิบัติตนในกรอบกติกาของเรือนจำ ปรับตัวให้เข้ากับเจ้าหน้าที่ผู้ควบคุมรวมไปถึงการปรับอารมณ์ และความรู้สึกต่าง ๆ เพื่อลดความเครียดและความคับข้องใจ ประกอบกับในปัจจุบันจำนวนผู้ต้องขังได้ทวีจำนวนมากขึ้นส่งผลให้เกิดภาวะผู้ต้องขังล้นเรือนจำ (Crowding) ภาวะดังกล่าวส่งผลต่อชีวิตความเป็นอยู่และสุขภาพทั้งทางร่างกายและจิตใจเพิ่มขึ้น

จากการศึกษาของธำมรงค์ ทัดนาญชาลี (2530 : 16) และคณะพบว่าผู้ต้องขังส่วนใหญ่มีอาการซึมเศร้าและมีบุคลิกแบบต่อต้านสังคม ลักษณะดังกล่าวนี้อาจส่งผลต่อการพยายามฆ่าตัวตายและจากการศึกษาของ วีระวัฒน์ ปิ่นนิทามัย (2542 :17) ได้รายงานถึงการฆ่าตัวตายมีสาเหตุมาจากการขาดแรงจูงใจที่ดี การขาดการระงับและการควบคุมอารมณ์ความโกรธการขาดความมานะพยายาม การกลัวความล้มเหลวการที่ไม่สามารถทำในสิ่งที่คิดไว้ได้ไม่สามารถมองภาพรวมใหญ่ได้ครอบคลุมในหลายด้าน การสูญเสียสมาธิ

และความสนใจการไม่กล้าตัดสินใจ ความมั่นใจในตนเองมากหรือน้อยเกินไปและจากการศึกษาของ (จูปนีย ตั้งจิตภักดีสกุล, 2545 : 45) ปัจจัยที่ส่งผลต่อการฆ่าตัวตายของเยาวชนที่กระทำผิดเนื่องจากเสียสิ่งที่ตนเคยมีความภาคภูมิใจ หมดหวังขาดคุณค่าในตนเองจะรู้สึกว่าตนเองไม่มีความสามารถพอที่จะควบคุมสิ่งแวดล้อมหรือทำตามสิ่งที่คาดหวังได้รู้สึกสูญเสียความรัก เสียอำนาจ เสียหน้า เสียอนาคตท้ายสุดจึงกระทำการฆ่าตัวตาย ซึ่งสอดคล้องกับรายงานของ (กรมสุขภาพจิต, 2545 : 26) พบว่าปัจจัยที่ทำให้บุคคลใช้ชีวิตได้ดี ได้แก่ ความฉลาดทางอารมณ์ที่แสดงออกมาในรูป ความสามารถของบุคคลในการใช้สติรับรู้อารมณ์และควบคุมอารมณ์ตนเองได้อย่างเหมาะสมทำให้สามารถเข้าใจความรู้สึกอารมณ์ผู้อื่น แก้ไขปัญหาต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม มีความสามารถในการสร้างความสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น และการเห็นคุณค่าในตนเอง คือการตัดสินคุณค่าของตนเองตามความรู้สึกและทัศนคติที่มีต่อตนเองเกี่ยวกับความสามารถการประสบความสำเร็จการยอมรับนับถือตนเอง ความภาคภูมิใจและพึงพอใจตนเอง คิดว่าตนเองมีค่าในสังคมถ้าผู้ต้องขังสามารถปรับตัวและมีการพัฒนาในด้านความฉลาดทางอารมณ์ และการเห็นคุณค่าในตนเองได้แล้วนั้น ก็จะได้รับยอมรับจากบุคคลรอบข้าง จะทำให้ลดความเครียด ความวิตกกังวล และปัญหาสุขภาพจิตอื่นๆที่จะส่งผลต่อความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายได้

ดังนั้นผู้วิจัยในฐานะนักจิตวิทยาที่ทำหน้าที่ในการประเมินทางจิตวิทยาและให้การบำบัดแก้ไขฟื้นฟูสภาพจิตใจและพฤติกรรมของผู้ต้องขังจึงมีความสนใจศึกษาในเรื่องดังกล่าว อันจะเกิดประโยชน์ในการนำมาเป็นแนวทางป้องกันปัญหาการฆ่าตัวตายในเรือนจำและสามารถนำไปพัฒนาให้เกิดประโยชน์แก่สังคมต่อไป

ความมุ่งหมายของการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ตั้งความมุ่งหมายไว้ดังนี้

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขังชายเรือนจำคลองเปรม
2. เพื่อศึกษาหาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองกับความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม
3. เพื่อศึกษาหาความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม
4. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม จำแนกตามชั้นของผู้ต้องขัง

ความสำคัญของการวิจัย

1. เพื่อช่วยให้บุคลากรของกรมราชทัณฑ์ ได้เข้าใจและตระหนักถึงความสำคัญของความสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์ และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง นำมาเป็นส่วนร่วมในการวางแผนการป้องกันปัญหาการฆ่าตัวตายในผู้ต้องขัง
2. เพื่อเป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมเข้าไปช่วยให้ผู้ต้องขังได้มีการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองทำให้สามารถปรับตัวอยู่ในเรือนจำได้อย่างปกติสุขมีความสามารถในการแก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสมและมีความพร้อมที่จะออกสู่สังคมต่อไป

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย ความฉลาดทางอารมณ์และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองและระดับชั้นของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางคลองเปรมประชากร จำนวน 6,630 คน (จำนวนผู้ต้องขังเดือน ตุลาคม 2546)

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

เป็นผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางคลองเปรมกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ จำนวน 574 คน โดยได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างมาจากการสุ่มอย่างง่ายตามหลักยามาเน่ (Yamane. 1967 886-887)

★ ตัวแปรที่ศึกษา

1. การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง ความฉลาดทางอารมณ์ ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย ของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม มีตัวแปรดังต่อไปนี้

- 1.1 ความฉลาดทางอารมณ์
- 1.2 ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง
- 1.3 ความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย

2. ตัวแปรศึกษาเปรียบเทียบความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม ตามระดับชั้นของผู้ต้องขัง

2.1 ตัวแปรอิสระ ได้แก่ ระดับชั้นของผู้ต้องขัง แบ่งเป็น

- 2.1.1 ชั้นเยี่ยม
- 2.1.2 ชั้นดีมาก
- 2.1.3 ชั้นดี
- 2.1.4 ชั้นกลาง
- 2.1.5 ชั้นเลว
- 2.1.6 ชั้นเลวมาก

2.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ ความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย

นิยามศัพท์เฉพาะ

ผู้ต้องขังชาย

หมายถึง บุคคลชายที่กระทำผิดถูกจำคุกในเรือนจำกลางคลองเปรมภายหลังคำพิพากษาถึงที่สุด

ระดับชั้นของผู้ต้องขัง

หมายถึง กฎกระทรวงมหาดไทย ออกตามความในมาตรา 58 พ.ร.บ. ราชทัณฑ์ พ.ศ. 2479 ได้แบ่งนักโทษเด็ดขาดออกเป็น 6 ชั้น เพื่อใช้ในการพิจารณาและควบคุมความประพฤติผู้ต้องขัง ดังนี้

- ชั้นเยี่ยม หมายถึง ผู้ต้องขังชั้นดีมากที่ปฏิบัติตามกฎระเบียบของเรือนจำได้รับพิจารณาเลื่อนชั้น เป็นชั้นเยี่ยม

- **ชั้นดีมาก** หมายถึง ผู้ต้องขังชั้นดีมากที่ปฏิบัติตามกฎระเบียบของเรือนจำได้พิจารณาเลื่อนชั้นดีมาก
- **ชั้นดี** หมายถึง ผู้ต้องขังชั้นกลางที่ปฏิบัติตามกฎระเบียบของเรือนจำได้รับพิจารณาเลื่อนชั้นเป็นชั้นดี
- **ชั้นกลาง** หมายถึง การกำหนดชั้นให้แก่ผู้ต้องขังเข้าใหม่เพื่อใช้ในการควบคุมประพฤติ
- **ชั้นเลว** ผู้ต้องขังชั้นกลางที่ไม่ปฏิบัติตามกฎระเบียบของเรือนจำถูกพิจารณาลดชั้นเป็นชั้นเลว
- **ชั้นเลวมาก** หมายถึง ผู้ต้องขังชั้นเลวที่ไม่ปฏิบัติตามกฎระเบียบของเรือนจำถูกพิจารณาลดชั้น เป็นชั้นเลวมาก

นิยามศัพท์ปฏิบัติการ

ความฉลาดทางอารมณ์

หมายถึง เป็นความสามารถของบุคคลในการใช้สติรับรู้อารมณ์และควบคุมอารมณ์ตนเอง ทำให้สามารถเข้าใจและรับรู้อารมณ์ผู้อื่น ใช้ปัญญาในการแสดงอารมณ์และแก้ปัญหาอย่างถูกต้องเหมาะสม มีความคิดสร้างสรรค์ มีความเมตตา นำไปสู่สัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น ทำให้บุคคลมีความสุขและประสบความสำเร็จในชีวิต ซึ่งความฉลาดทางอารมณ์ ประกอบด้วย ปัจจัย 3 ประการ คือ

1.1 **ความดี** หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่น และมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม

1.2 **ความเก่ง** หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจสามารถตัดสินใจแก้ปัญหาและแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

1.3 **ความสุข** หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุขมีความภาคภูมิใจในตนเอง พอใจในชีวิตและมีความสุขใจ

ความฉลาดทางอารมณ์วัดได้จากแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์เป็นแบบวัดมาตรฐานของกรมสุขภาพจิต (กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. 2543) โดยคะแนนที่ได้จะเป็นดัชนีที่บอกความฉลาดทางอารมณ์ของแต่ละคน คะแนนมากหมายถึง บุคคลนั้นมีความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์สูง คะแนนน้อย หมายถึงบุคคลนั้นมีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำ

ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง

หมายถึง การตัดสินใจคุณค่าของตนเองตามความรู้สึกและทัศนคติที่มีต่อตนเอง เกี่ยวกับความสามารถ การประสบความสำเร็จ การยอมรับนับถือตนเองการพึ่งตนเอง คิดว่าตนเองมีคุณค่าในสังคม ตลอดจนได้รับการยอมรับจากครอบครัวคนรอบข้าง และสังคม ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง โดยใช้แบบประเมินความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองตามแนวคิดของโรเซนเบิร์ก (วาริ กังใจ. 2540 : 19 ; อ้างอิงจาก Stenberg. 1965 : 16) โดยคะแนนที่ได้จะเป็นดัชนีที่บอก ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของแต่ละบุคคล คะแนนมากหมายถึง บุคคลนั้นมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูง คะแนนน้อย หมายถึง บุคคลนั้นมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ

ความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย

หมายถึง ภาวะอารมณ์ความรู้สึก ความคิดและพฤติกรรมที่ส่งผลกระทบต่อบุคคลทำให้เกิดความรู้สึกที่ไม่เป็นสุข ไร้คุณค่า ท้อแท้ สิ้นหวัง จนกระทั่งมีความคิดหรือพฤติกรรมที่เสี่ยงในการฆ่าตัวตาย ความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายวัดได้จากแบบประเมินความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายซึ่งเป็นแบบวัดมาตรฐานของ กรมสุขภาพจิต (กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. 2543)

โดยคะแนนที่ได้จะเป็นดัชนีที่บอกความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของแต่ละบุคคลถ้าตอบ มี ใน ข้อ 1 หรือ 2 หมายถึงความเสี่ยงต่อการเป็นโรคซึมเศร้า ถ้าตอบ มี ในข้อ 3 หรือ 4 หมายถึง มีความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายอย่างมาก

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และได้นำเสนอตาม หัวข้อต่อไปนี้

1. ผู้ต้องขัง
2. การฆ่าตัวตาย
3. ความฉลาดทางอารมณ์
4. การเห็นคุณค่าในตนเอง

1. ผู้ต้องขัง

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์ ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตัวเอง และความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายในผู้ต้องขังชาย ในเรือนจำกลางคลองเปรม ซึ่งผู้วิจัยได้กำหนดหัวข้อในการศึกษาตามลำดับดังนี้ ผู้ต้องขัง ความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย ความฉลาดทางอารมณ์ ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ดังมีรายละเอียดต่อไปนี้

1.1 ความหมายของผู้ต้องขัง

วิสัย พฤษวัน (2544 : 14-21) กล่าวว่าคำว่าผู้ต้องขังเป็นคำรวมหมายถึงบุคคลดังต่อไปนี้

- 1.1.1 นักโทษเด็ดขาด
- 1.1.2 คนต้องขัง
- 1.1.3 คนฝาก

นักโทษเด็ดขาด

นักโทษเด็ดขาด คำนานักโทษเด็ดขาดนี้ จากการแก้ไขเพิ่มเติม พรบ.รท. โดย พรบ.รท. (ฉบับที่ 3) พ.ศ. 2522 ทำให้มีความหมายเป็น 2 ประการคือ

ประการที่ 1 “บุคคลที่ถูกขังตามหมายจำคุก ภายหลังคำพิพากษาถึงที่สุด” คำพิพากษาถึงที่สุดในที่นี้คือคำพิพากษาของศาลฎีกา ซึ่งเมื่อมีคำพิพากษาของศาลฎีกาแล้ว โจทก์ จำเลยไม่มีสิทธิร้องคัดค้านคำพิพากษาได้อีกต่อไป ตามพระธรรมนูญศาลยุติธรรม มาตรา 23 ซึ่งบัญญัติว่า “ศาลฎีกามีอำนาจพิจารณาพิพากษาบรรดาคดีที่อุทธรณ์คำพิพากษาหรือคำสั่งของศาลอุทธรณ์และศาลอุทธรณ์ภาค และคดีที่อุทธรณ์คำพิพากษาหรือคำสั่งของศาลชั้นต้นโดยตรงต่อศาลฎีกา ตามบทบัญญัติแห่งกฎหมายว่าด้วยการอุทธรณ์หรือฎีกาและคดีที่กฎหมายอื่นบัญญัติให้ศาลฎีกามีอำนาจพิจารณาพิพากษา รวมทั้งมีอำนาจวินิจฉัยชี้ขาดหรือสั่งคำร้องคำขอที่ยื่นต่อศาลฎีกาตามกฎหมาย คดีที่ศาลฎีกาได้พิจารณาพิพากษา หรือมีคำสั่งแล้ว คู่ความไม่มีสิทธิที่จะทูลเกล้าฯ ถวายฎีกาคัดค้านคดีนั้นต่อไป” คำพิพากษาของศาลอุทธรณ์ ซึ่งต้องห้ามฎีกาตามกฎหมาย หรือไม่ต้องฎีกาตามกฎหมายแต่โจทก์จำเลยไม่ยื่นฎีกา ในระยะเวลาที่กฎหมายกำหนด คำพิพากษาของศาลชั้นต้น ซึ่งต้องห้ามอุทธรณ์ตามกฎหมายหรือซึ่งโจทก์จำเลยไม่อุทธรณ์ในระยะเวลาที่กฎหมายกำหนด แม้ไม่ต้องห้าม อุทธรณ์ก็ตาม เมื่อมีคำพิพากษาถึงที่สุดแล้ว จะถือว่าผู้นั้นเป็นนักโทษเด็ดขาดก็ต่อเมื่อศาลได้ออกหมายแดงแจ้งโทษแล้ว ดังตัวอย่างคำพิพากษานี้

คำพิพากษาฎีกาที่ 715/2503...” นักโทษเด็ดขาด “ตามมาตรา 3 แห่งพระราชกฤษฎีกาพระราชทานอภัยโทษ พ.ศ. 2500 หมายความว่า นักโทษเด็ดขาดตาม พรบ.ราชทัณฑ์ พ.ศ. 2479 ซึ่งหมายแดงแจ้งโทษเด็ดขาดได้ออกก่อนหรือในวันที่พระราชกฤษฎีกานี้ใช้บังคับ”

หมายจำคุกนั้นศาลอาจออกให้เอง หรือออกให้เพราะจำเลยร้องขอก็ได้ ในกรณีหลังนี้ จำเลยอาจได้รับประโยชน์ เพราะศาลสามารถออกหมายจำคุกให้ตั้งแต่วันที่จำเลยร้องขอได้ ตามปกติเมื่อคดีถึงที่สุดโทษศาลตัดสินจำคุกจำเลย ศาลก็จะออกหมายจำคุก หรือที่จะเรียกหมายแดงแจ้งโทษ ให้จำคุกจำเลยไว้ มีกำหนดเวลาตามคำพิพากษาเพื่อส่งตัวให้เรือนจำดำเนินการตามกฎหมายต่อไป แต่ในบางกรณีซึ่งคดียังอยู่ในระยะเวลาที่โจทก์หรือจำเลยยื่นขออุทธรณ์หรือฎีกาคำพิพากษาของศาลล่างได้ แต่จำเลยไม่ประสงค์จะอุทธรณ์หรือฎีกาต่อไป จำเลยอาจยื่นคำร้องขอต่อศาล เพื่อให้ศาลออกหมายจำคุกให้ได้ ในกรณีเช่นนี้ศาลก็อาจออกหมายจำคุกให้แก่จำเลย ตั้งแต่วันที่จำเลยร้องขอเป็นต้นไป อันเป็นผลทำให้คดีถึงที่สุด จำเลยกลายเป็นนักโทษเด็ดขาด มีผลตามกฎหมายซึ่งอาจทำให้จำเลยได้รับผลจากพระราชกฤษฎีกาพระราชทานอภัยโทษดังตัวอย่างในคำพิพากษาฎีกา

หมายจำคุกมีสองชนิด คือหมายจำคุกระหว่างอุทธรณ์ - ฎีกา ซึ่งเป็นหมายจำคุกออกมาโดยที่จำเลยถูกศาลชั้นต้นหรือศาลอุทธรณ์พิพากษาให้จำคุก แต่โจทก์หรือจำเลยได้อุทธรณ์คำพิพากษานั้นทำคดียังไม่ถึงที่สุด ศาลจึงต้องออกหมายจำคุกจำเลยไว้ก่อนมิฉะนั้นต้องปล่อยตัวไป หมายจำคุกระหว่างอุทธรณ์-ฎีกานี้ใช้กระดาศสี่เหลี่ยม

ส่วนหมายจำคุกเมื่อคดีถึงที่สุดนั้นใช้กระดาศสีแดง ซึ่งเมื่อศาลออกหมายจำคุกชนิดนี้แล้ว จำเลยก็กลายเป็นนักโทษเด็ดขาดดังกล่าวข้างต้น ผลของการเป็นนักโทษเด็ดขาดนั้นมีความสำคัญต่อตัวนักโทษ เพราะทำให้ได้รับผลต่าง ๆ ตามที่กำหนดในกฎหมายนับแต่มีสภาพเป็นนักโทษเด็ดขาด ตัวอย่างเช่น

สิทธิในการเลื่อนชั้น เพราะนักโทษเด็ดขาดเท่านั้นจึงสามารถเลื่อนชั้นได้ ซึ่งมีผลต่อไปยังสิทธิประโยชน์อื่น ๆ ของนักโทษด้วย

สิทธิในการได้รับพระราชทานอภัยโทษ ตามพระราชกฤษฎีกาพระราชทานอภัยโทษในวาระต่างๆ

สิทธิในการยื่นเรื่องราว เพื่อทูลเกล้าถวายฎีกาต่อพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวขอพระราชทานอภัยโทษ

สิทธิอื่น ๆ ที่กำหนดสำหรับนักโทษเด็ดขาด เช่นพักการลงโทษจำคุก ลดวันต้องโทษในเรือนจำ สำหรับคดีที่มีคำพิพากษาของศาลชั้นต้นให้ลงโทษประหารชีวิตจำเลยหรือโทษจำคุกตลอดชีวิตแม้จะไม่มีการอุทธรณ์ คดีก็ยังไม่ถึงที่สุด ประมวลกฎหมายวิธีพิจารณาความอาญา มาตรา 245 บัญญัติศาลชั้นต้นส่งสำนวนคดีไปให้ศาลอุทธรณ์พิจารณา หากศาลอุทธรณ์พิพากษายืนตามคำพิพากษาของศาลชั้นต้น คำพิพากษานี้ถึงจะถึงที่สุด

ประการที่ 2 “บุคคลซึ่งถูกขังไว้ตามคำสั่งที่ชอบด้วยกฎหมายให้ลงโทษ” ตามปกติแล้วศาลเท่านั้นที่มีอำนาจสั่งขังหรือจำคุกบุคคลไว้ในเรือนจำ และจะต้องออกหมายขังตามเหตุผลที่กำหนดไว้ในประมวลกฎหมายวิธีพิจารณาความอาญา มาตรา 71 และ 87 เดิมพรบ.รท. มิได้ยอมรับอำนาจผู้อื่นนอกจากศาลที่จะสั่งจำคุกหรือขังผู้หนึ่งผู้ใดซึ่งเป็นหลักการที่ถูกต้องของกระบวนการยุติธรรมในนานาอารยประเทศ และการที่ พรบ.รท. มาตรา 8 ยอมรับ “เอกสารอันเป็นคำสั่งของเจ้าพนักงานผู้มีอำนาจ” ด้วย ก็หมายถึงในกรณีคนฝากควบคุมใน พรบ.รท. มาตรา 4(5) ซึ่งเป็นการฝากไว้ชั่วคราวตามกฎหมายเท่านั้น มิได้ให้อำนาจผู้ใดสั่งขังหรือจำคุกบุคคลใดๆโดยอำนาจเด็ดขาด “ไม่ผ่านกระบวนการยุติธรรมตามขั้นตอนที่ถูกต้อง

แต่ในประเทศไทยเราและในอีกหลายประเทศ บุคคลหรือกลุ่มบุคคลสามารถใช้อำนาจกำลังมิใช่อำนาจกฎหมาย ยึดกุมอำนาจสูงสุดของรัฐ และใช้อำนาจนั้นหรือยอมให้มีการใช้อำนาจนั้นโดยบัญญัติไว้ในธรรมนูญการปกครอง ให้อำนาจผู้นำหรือกลุ่มผู้นำ สั่งลงโทษผู้ใดก็ได้ โดยอำนาจพิเศษ ไม่ผ่านกระบวนการที่เป็นหลักของสังคม ด้วยเหตุนี้ จึงได้มีการแก้ไข พรบ.รท. (ฉบับที่3) เพิ่มเติมข้อความดังนี้ เมื่อบุคคลใดถูกสั่งขังด้วยอำนาจพิเศษแล้วก็จะกลายเป็นนักโทษเด็ดขาดไปทันทีที่มีสภาพเหมือนนักโทษเด็ดขาดตามคำพิพากษาของศาลด้วยทุกประการ คำสั่งนี้จึงมีความหมายเท่ากับหมายจำคุกเมื่อคดีถึงที่สุดตามคำพิพากษาของศาลนั่นเอง

คนต้องขัง คือบุคคลที่ถูกขังตามหมายขัง

หมายขังเป็นอาญาชนิดหนึ่ง (หมายอาญา ตามประมวลกฎหมายวิธีพิจารณาความอาญา มาตรา 2 (9) คือหมายจับ หมายขัง หมายจำคุก หมายปล่อยและหมายค้น) ผู้มีอำนาจออกหมายขังคือศาลซึ่งออกหมายขังได้กรณีดังนี้

พนักงานสอบสวนหรือพนักงานอัยการ ขอให้ศาลออกหมายขัง สั่งขังผู้ต้องหาระหว่างสอบสวน ซึ่งระยะเวลาที่กำหนดไว้สำหรับคดีประเภทต่างๆ ที่เรียกกันทั่วไปว่านำไปฝากขังนั่นเอง ศาลสั่งขังจำเลย ไว้ระหว่างไต่สวนมูลฟ้องหรือพิจารณาคดี กรณีนี้ศาลจะขังนานเท่าใดก็จะได้จนกว่าศาลจะสั่งให้ปล่อยตัวชั่วคราว หรือจำเลยถูกศาลพิพากษาให้ลงโทษจำคุก โดยศาลจะออกหมายปล่อยหรือจำคุกแทนแล้วแต่กรณี

คนฝาก

คนฝาก คือบุคคลที่ถูกฝากให้ควบคุมไว้ในเรือนจำโดยไม่มีหมายอาญา คือหมายขังหรือหมายจำคุก เพราะฉะนั้นบุคคลเหล่านี้จึงมิได้ถูกขังหรือจำคุก แต่ถูกคุมขังไว้ในเรือนจำด้วยเหตุผลอื่นเช่น ผู้ต้องหา หมายถึงบุคคลผู้ถูกกล่าวหาว่าได้กระทำความผิดแต่ยังมีได้ฟ้องต่อศาล บุคคลประเภทนี้คือบุคคลที่เจ้าหน้าที่ตำรวจจับ แล้วพนักงานสอบสวนตั้งข้อหาว่ากระทำความผิดอาญาสถานใดสถานหนึ่ง ดังนั้นหากพนักงานสอบสวนยังไม่ตั้งข้อหาที่ยังไม่ตกเป็นผู้ต้องหา เป็นแต่เพียง ผู้ต้องสงสัย หรือ ผู้ถูกจับ เท่านั้น

จำเลย หมายถึงบุคคลซึ่งถูกฟ้องยังศาลแล้ว โดยข้อหาว่ากระทำความผิด บุคคลที่ตกเป็นจำเลยนี้อาจถูกฟ้องโดยเอกชนซึ่งตั้งทนายขึ้นฟ้องร้องเองต่อศาลหรือฟ้องโดยพนักงานสอบสวนส่งตัวให้พนักงานอัยการซึ่งเปรียบเสมือนทนายความของรัฐทำการฟ้องร้องต่อศาลได้

ทวีรัตน์ นาคเนียม (2543 : 24-27) กล่าวว่าไว้ว่าการเลื่อนและลดชั้นนักโทษ การกำหนดชั้นของผู้ต้องขังนี้ กำหนดไว้เฉพาะนักโทษเด็ดขาดเท่านั้น วัตถุประสงค์ในการจัดแยกชั้นมีดังนี้

เพื่อแยกต่างหากจากผู้ต้องขังจำพวกที่มีประวัติการประกอบอาชญากรรมหรือนิสัยอันชั่วช้าเลวทราม ซึ่งโน้มน้าวผู้อยู่ใกล้ชิดให้ชั่วตามเพื่อแบ่งผู้ต้องขังออกเป็นชั้นๆ ให้สะดวกในการปฏิบัติเพื่อฟื้นฟูให้เขากลับเข้าสู่สังคมได้โดยปกติอธิบดีกรมราชทัณฑ์ได้ออกข้อกำหนดความสะดวกและประโยชน์บางประการของนักโทษเด็ดขาดแบ่งเป็นชั้นๆ ไว้ตามข้อบังคับอธิบดีกรมราชทัณฑ์ ฉบับที่ 3 ลงวันที่ 30 พฤศจิกายน 2480 ดังนี้

ชั้นเยี่ยม

ให้โอกาสได้รับการเยี่ยมเยียนของญาติสัปดาห์ละ 1 ครั้ง

อนุญาตให้ส่งจดหมายถึงญาติได้

ถ้าเรือนจำสะดวกที่จะจัดให้ ก็จะจัดอาหารพิเศษให้หรือเพิ่มกับข้าวให้มากกว่าที่จ่ายตามปกติแก่ผู้ที่อยู่ชั้นกลางขึ้นอีกไม่เกิน 3 อย่าง

อนุญาตให้รับประทานอาหารส่วนตัวได้

อนุญาตให้จ่ายเงินส่วนตัวซื้อสิ่งของมาใช้ ในระหว่างต้องขังได้ไม่เกินเดือนละ 8 บาท (แก้ไขใหม่แล้ว)

ยอมให้เล่นหรือมีส่วนในการรีนเริงหรือการดนตรี หรือมหรสพสัปดาห์สัปดาห์ละ 2 ครั้ง และยอมให้นำเครื่องดนตรีส่วนตัวที่ผู้บังคับบัญชาการเรือนจำเห็นสมควรเข้ามาเล่นได้

การอยู่หลับนอน ถ้าทางเรือนจำสะดวกที่จะจัดได้ ก็จะจัดให้เป็นพิเศษ และยอมให้นำเครื่องหลับนอนส่วนตัว ซึ่งผู้บังคับบัญชาเรือนจำเห็นสมควรเข้ามาใช้ได้

ในระหว่างเวลาว่างงาน ยอมผ่อนผันให้พักผ่อนมีอิสระภายในบริเวณ เรือนจำและตามเงื่อนไขที่ผู้บัญชาการเรือนจำกำหนดให้

ยอมให้อ่านหนังสือในห้องสมุดของเรือนจำ หรือให้ยืมหนังสือไปอ่านได้เป็นพิเศษกว่าผู้ที่อยู่ในชั้นต่ำกว่า

ผ่อนผันให้มีสมุดและเครื่องเขียนไว้กับตัว

ในเวลาที่มีการอบรมเจ้าพนักงานเรือนจำ ถึงศีลธรรมจรรยาและวิชาการสมาคมก็อนุญาตให้เข้าฟังได้

ชั้นดีมาก

ให้โอกาสรับการเยี่ยมเยียนของญาติมิตร 2 สัปดาห์ต่อ 1 ครั้ง

อนุญาตให้ส่งจดหมายถึงญาติมิตรได้สัปดาห์ละ 2 ครั้ง

ถ้าทางเรือนจำสะดวกที่จะจัดได้ก็จะจัดอาหารพิเศษให้หรือเพิ่มกับข้าวให้มากกว่าที่จะจ่ายตามปกติแก่ผู้ต้องขังที่อยู่ชั้นกลางอีกไม่เกิน 3 อย่าง

อนุญาตให้รับประทานอาหารส่วนตัวได้สัปดาห์ละ 3 ครั้ง

อนุญาตให้จ่ายเงินส่วนตัวซื้อสิ่งของมาใช้ในระหว่างต้องขังได้ไม่เกินเดือนละ 6 บาท

ยอมให้เล่นหรือมีส่วนในการรีนเริงหรือการดนตรี หรือมหรสพสัปดาห์ละ 1 ครั้งและยอมให้นำเครื่องดนตรีส่วนตัวที่ผู้บัญชาการเรือนจำเห็นสมควรเข้ามาเล่นได้

ชั้นดี

ให้โอกาสรับการเยี่ยมเยียนของญาติมิตร 3 สัปดาห์ต่อ 1 ครั้ง

อนุญาตให้ส่งจดหมายถึงญาติมิตรสัปดาห์ละ 1 ครั้ง

ถ้าทางการเรือนจำสะดวกที่จะจัดให้ก็จะจัดอาหารพิเศษให้หรือเพิ่มกับข้าวให้มากกว่าที่จ่ายตามปกติแก่ผู้ที่อยู่ในชั้นกลางอีกไม่เกิน 2 อย่าง

อนุญาตให้จ่ายเงินส่วนตัวซื้อสิ่งของมาใช้ระหว่างต้องขังได้ไม่เกินเดือนละ 4 บาท

อนุญาตให้รับประทานอาหารส่วนตัวได้สัปดาห์ละ 2 ครั้ง

ยอมให้เล่นหรือมีส่วนในการรีนเร้งหรือการดนตรีหรือมหรสพ 2 สัปดาห์ต่อ 1 ครั้งและ
ยอมให้นำเครื่องดนตรีส่วนตัวที่ผู้บัญชาการเรือนจำเห็นสมควรเข้ามาเล่นได้

ยอมให้เข้าไปอ่านหนังสือในห้องสมุดเรือนจำ หรือยืมหนังสือไปอ่านได้คราวละ 1 เล่ม

ชั้นกลาง

ให้โอกาสรับการเยี่ยมเยียนจากญาติ 5 สัปดาห์ต่อ 1 ครั้ง

อนุญาตให้จดหมายถึงญาติมิตร 2 สัปดาห์ต่อ 1 ครั้ง

ให้รับประทานอาหารที่ทางเรือนจำจัดให้ตามปกติ

อนุญาตให้รับประทานอาหารส่วนตัวได้สัปดาห์ละ 1 ครั้ง

อนุญาตให้จ่ายเงินส่วนตัวซื้อสิ่งของมาใช้ระหว่างต้องขังได้ไม่เกินเดือนละ 2 บาท

ยอมให้เล่นหรือมีส่วนในการรีนเร้ง หรือการดนตรี หรือมหรสพของเรือนจำ 3 สัปดาห์ต่อ 1 ครั้ง

ยอมให้เข้าไปอ่านหนังสือในห้องสมุดของเรือนจำได้สัปดาห์ละ 1 ครั้ง

ชั้นเลว

ให้โอกาสได้รับการเยี่ยมเยียนของญาติมิตร 5 สัปดาห์ต่อ 1 ครั้ง

อนุญาตให้ส่งจดหมายถึงญาติมิตร 3 สัปดาห์ต่อ 1 ครั้ง

ให้รับประทานที่ทางเรือนจำจัดให้ โดยมีกับข้าว 1 อย่าง

อนุญาตให้รับประทานอาหารส่วนตัวได้ 4 สัปดาห์ต่อ 1 ครั้ง

อนุญาตให้จ่ายเงินส่วนตัวซื้อสิ่งของมาใช้ระหว่างต้องขังได้ไม่เกินเดือนละ 0.50 บาท

ยอมให้เข้าอ่านหนังสือในห้องสมุดของเรือนจำได้ 2 สัปดาห์ 1 ครั้ง

ชั้นเลวมาก

ให้โอกาสรับการเยี่ยมเยียนของญาติ 6 สัปดาห์ต่อ 1 ครั้ง

อนุญาตให้ส่งจดหมายถึงญาติมิตร 4 สัปดาห์ต่อ 1 ครั้ง

ให้รับประทานอาหารที่ทางการเรือนจำจัดให้ โดยมีกับข้าว 1 อย่าง

ห้ามไม่ให้สูบบุหรี่และกินหมาก

เกี่ยวกับการเบิกจ่ายเงินส่วนตัวของผู้ต้องขัง ปัจจุบันได้มีข้อปฏิบัติตามระเบียบกรมราชทัณฑ์ ว่าด้วยการรับจ่ายเงินฝากผู้ต้องขังในเรือนจำหรือทัณฑสถาน (ฉบับที่ 2 พ.ศ.2535 ลงวันที่ 13 พฤศจิกายน 2535 ข้อ 15 ให้ผู้ต้องขัง ถอนเงินฝากสำหรับใช้จ่ายประจำวันได้วันละครั้ง ครั้งละไม่เกิน 100 บาท หาก เรือนจำหรือทัณฑสถานใดประสงค์จะให้ผู้ต้องขังถอนเงินใช้ประจำวันมากกว่าที่กำหนดไว้ท้ายระเบียบนี้ ให้ อนุมัติจากอธิบดีเป็นกรณีๆ ไป

หลักเกณฑ์ในการกำหนดชั้นนักโทษเด็ดขาดตามกระทรวงฯดังนี้

นักโทษเด็ดขาดเข้าใหม่จัดให้อยู่ชั้นกลาง

นักโทษเด็ดขาดซึ่งถูกจำคุกมากกว่า 1 ครั้ง หากการจำคุกครั้งปัจจุบันกับความผิดครั้งก่อน มิใช่ความผิดที่เป็นโทษ หรือการกระทำโดยประมาท ให้จัดอยู่ในชั้นเลว (กฎกระทรวงฯ ข้อ 45)

เมื่อเข้ามาอยู่ในเรือนจำภายในระยะเวลาและระเบียบ ตามที่กำหนดไว้ในระเบียบและวิธีการของกรมราชทัณฑ์แล้ว ก็จะได้รับเลื่อนชั้น หรือถ้าทำความผิดก็จะถูกลดชั้นตามที่กำหนดไว้ในกฎกระทรวงฯ ตามปกติอำนาจในการเลื่อนหรือลดชั้น กฎกระทรวงฯ ให้เป็นอำนาจของผู้บังคับบัญชาการเรือนจำเท่านั้น โดยมีรายละเอียดดังนี้

การเลื่อนชั้นประจำปีละ 2 ครั้ง คือในวันสิ้นเดือนกันยายนครั้งหนึ่ง และในวันสิ้นเดือนมีนาคมครั้งหนึ่ง จะดำเนินการเลื่อนชั้นช้ากว่าเวลานั้นมิได้ยกเว้นในกรณีผู้ต้องขังทำผิดวินัย แต่จะเลื่อนชั้นก่อนเวลานั้นได้ โดยต้องให้อธิบดีกรมราชทัณฑ์อนุมัติเสียก่อน

การเลื่อนชั้นหรือลดชั้นให้นักโทษเด็ดขาด จะลดหรือเลื่อนได้ครั้งละ 1 ชั้นเท่านั้นถ้าจะข้ามชั้นต้องมีเหตุผลพิเศษ และต้องอนุมัติอธิบดีเสียก่อน

1.2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับผู้ต้องขัง

ความสนใจสภาพจิตผู้ต้องขังได้มีมานานแล้ว แม้ว่าแต่เดิมแนวคิดในการควบคุมผู้ต้องขังในเรือนจำนั้นมุ่งเพียงแต่การกักกันตัวไม่ให้ออกไปกระทำผิด ไม่ได้เน้นในการส่งเสริมให้ผู้ต้องขังมีสุขภาพจิตที่ดี ทศนคติในการมองผู้ต้องขังนั้น มุ่งให้ได้รับความทุกข์ทรมานทางจิตใจ นอกเหนือสภาพความเป็นอยู่ที่เลวร้ายอยู่แล้ว นับว่าเพื่อเป็นการให้ได้รับบทเรียนจากการกระทำผิด แบล็คเบิร์น (Blackburn : 1980) ได้ทำการสำรวจวารสารจำนวน 18 ฉบับ และรายงานเกี่ยวกับโครงการด้านจิตวิทยา ที่เกี่ยวข้องกับผู้ต้องขังจำนวน 40 ฉบับ ที่ตีพิมพ์ระหว่างปี ค.ศ. 1973 และ 1978 พบว่าได้มีการใช้วิธีการทางจิตวิทยาที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมผู้ต้องขัง ในรายงานมากกว่าครึ่งของการสำรวจได้เสนอความต้องการของเรือนจำ ที่มีผลต่อสุขภาพจิตทั้งของผู้ต้องขังและเจ้าหน้าที่หรือผู้ที่ปฏิบัติงานในเรือนจำ ต้องมีการปรับปรุงและพัฒนาสภาพความแออัด สุขอนามัย นอกจากนี้ยังมีความต้องการพัฒนาทักษะต่างๆ ทั้งทางด้านวิชาการ วิชาชีพ ทักษะทางสังคมรวมไปถึงการใช้เวลาว่าง และการพัฒนาอารมณ์ความรู้สึกและทัศนคติ ผลจากการสำรวจในครั้งนี้ แบล็คเบิร์นได้เสนอแนวทางให้เมื่อกิจตวิทยาเข้าไปปฏิบัติงานกับผู้ต้องขังมากขึ้น

ปัญหาสุขภาพจิตของผู้ต้องขังนั้น เริ่มจากการปรับตัวที่ไม่ได้ (maladjustment) ซึ่งเป็นช่วงที่ประสบกับปัญหาชีวิตหลายๆ ด้านพร้อมกัน ในขณะที่เดียวกันในระหว่างที่ใช้ชีวิตอยู่ในเรือนจำก็จะประสบกับปัญหาต่างๆ ซึ่งจำเป็นต้องมีการลดความเครียด และเพิ่มกิจกรรมต่างๆ เพื่อปรับสุขภาพจิตรวมไปถึงการออกกำลังกาย

มีการรายงานว่า ผู้ต้องขังชายที่อยู่ในวัยรุ่น จะประสบปัญหาความเครียดมากกว่าผู้ต้องขังในวัยอื่นๆ ทั้งนี้เนื่องจากวัยรุ่นเป็นวัยที่กำลังมีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย และจิตใจส่วนตัวแล้ว ยังต้องประสบกับปัญหาการเปลี่ยนแปลงสถานที่ และการปรับตัวเข้ากับการใช้ชีวิตในเรือนจำด้วย ผู้ต้องขังวัยรุ่นจึงเป็นผู้ต้องขังที่ต้องการความช่วยเหลืออย่างมาก โดยเฉพาะปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพจิต ซึ่งจะกระทบไปถึงความเป็นอยู่ และสัมพันธภาพระหว่างผู้ต้องขังด้วยกัน หากปัญหาเหล่านี้ยังไม่ได้รับการแก้ไข อาจจะกลายเป็นความยุ่งยากอย่างรุนแรง และสร้างความยุ่งยากต่อผู้ต้องขังอื่นๆ

ปัญหาที่มีผลต่อสุขภาพจิตของผู้ต้องขังที่พบมากในยุโรป คือ

1. การไม่พูดคุยกุสสิ่งกับใคร (Not Talking) ผู้ต้องขังมักจะไม่ค่อยแสดงความรู้สึกใด ๆ ออกมา เก็บตัว พูดน้อย ซึ่งมักจะส่งผลให้เกิดความคับข้องใจ (frustration) โกรธ, ก้าวร้าว, รู้สึกโดดเดี่ยว และหวาดกลัว

2. ขาดการสนับสนุนทางสังคม (Lack of Social Support) ตามปกติผู้ต้องขังนั้นจะมีความผูกพันกับบ้านและกลุ่มเพื่อน การกลายมาเป็นผู้ต้องขังทำให้รู้สึกสูญเสียสิ่งที่สนับสนุนอย่างที่เคยได้รับ นักจิตวิทยาได้ทำการศึกษาถึงการสนับสนุนทางสังคม (Social Support) พบว่าเป็นปัจจัยที่ทำให้บุคคลใช้ชีวิตได้ดี (Well Being) สิ่งสนับสนุนในทางสังคมนั้น อาจรวมถึงสิ่งสนับสนุนทางอารมณ์และความรู้สึก (Emotional Support) ที่แสดงออกมาในรูปของความรู้สึก การดูแลเอาใจใส่ หรือเป็นสิ่งที่สนับสนุนในแง่ของศักดิ์ศรี (Esteem Support) ที่ทำให้ความรู้สึกว่าได้รับการยอมรับ มีคุณค่า รวมถึงสิ่งสนับสนุนทางด้านเครือข่ายคนรู้จัก (Network Support) ด้วย ซึ่งหากผู้ต้องขังสามารถปรับตัวได้ ได้รับการยอมรับจากเพื่อนผู้ต้องขังหรือเจ้าหน้าที่ผู้ควบคุมก็จะช่วยลดความเครียด ความวิตกกังวล และปัญหาสุขภาพจิตอื่นๆ ด้วย

3. ขาดการควบคุมเหนือสภาวะแวดล้อม ซึ่งหมายถึง การที่จะไม่ได้รับความสะดวก สบายจากที่อยู่ อากาศ อาหาร เสียงรบกวน ซึ่งก่อให้เกิดความคับข้องใจ การต้องอยู่อย่างแออัด (Crowding) ส่งผลต่อทางสุขภาพทางร่างกายและจิตใจอย่างมาก โดยเฉพาะการขาดความเป็นส่วนตัว

4. การขาดทางเลือก การขาดโอกาสที่จะเลือกนั้นทำให้บุคคลรู้สึกสูญเสียเอกลักษณ์ โดยเฉพาะการใช้ชีวิตในเรือนจำนั้น โอกาสที่ผู้ต้องขังจะมีโอกาสในการเลือกแทบจะไม่มี ทำให้เกิดความรู้สึกต่ำต้อย ทุกข์ทรมาน ยิ่งหากเป็นผู้ต้องขังที่ก่อนเข้ามาในเรือนจำ มีสถานภาพที่ดีสามารถเลือกและหาสิ่งต่างๆ มาตอบสนองความต้องการของตนได้อย่างง่ายดายแล้ว ยิ่งจะเกิดความทุกข์ทรมานอย่างมากภายในเรือนจำ

5. การฆ่าตัวตาย (Suicide) การฆ่าตัวตายในเรือนจำจะพบสูงมากในช่วงเดือนแรกของการเข้ามาอยู่ในเรือนจำของผู้ต้องขัง ผู้ต้องขังที่ประสบปัญหาการปรับตัว และปัญหาสุขภาพจิตอย่างแรงมักจะลงท้ายด้วยการฆ่าตัวตายการปรับตัวของผู้ต้องขัง (Coping With Life in Prison) เป็นสิ่งที่มีความสำคัญอย่างยิ่งสำหรับผู้ต้องขังที่เริ่มเข้ามาใช้ชีวิตในเรือนจำ ผู้ต้องขังแต่ละคนมีวิธีการในการปรับตัว (และปรับใจ) เพื่อใช้ชีวิตในเรือนจำแตกต่างกันออกไป

สอดคล้องกับการศึกษาของ ปาริชิ (วาร์ณี เทียนเครือ. 2545 : 9 ; อ้างอิงจาก Parisi. 1982 : 16) ได้จัดกลุ่มปัจจัยที่มีผลพฤติกรรมผู้ต้องขังในการปรับตัวพบว่ามีปัจจัยที่มีผลเกี่ยวข้องหลายประการ คือ ประสพการณ์การได้รับความทุกข์ทรมาน หรือความยากลำบากในชีวิต การวางแผนการใช้ชีวิต กลุ่มเพื่อน วิธีการใช้จัดการหรือลดความเครียดเป็นต้น ในการปรับตัวของผู้ต้องขังนั้น บางคนยอมรับเงื่อนไขในการปฏิบัติตัวของเรือนจำได้ง่าย บางคนปลื้มตัว บางคนยังจมอยู่ในความเศร้า บางคนพยายามเรียนรู้จากเพื่อนผู้ต้องขัง ในขณะที่อีกหลายๆ คนมีการปรับทุกข์ บางกลุ่มมีปฏิกริยาโกรธแค้น และนิยมใช้ความรุนแรงมักแสดงออกถึงพฤติกรรมพยายามฆ่าตัวตาย แบ่งออกเป็น 3 ลักษณะดังนี้

5.1 การฆ่าตัวตายแบบคุกคาม (self-inflicted, life threatened – suicide) เป็นพวกที่มีความคิดอยากทำร้ายตัวเอง แต่ในขณะเดียวกันก็กลัวการกระทำเช่นนั้น มักคิดซ้ำๆ ถึงการฆ่าตัวตาย หรือบางรายขู่ว่าจะฆ่าตัวตาย ทั้งที่ใจจริงนั้นไม่อยากตายและกลัวตาย ผู้กระทำประเภทนี้มักมีความวิตกกังวลสูง และมักเป็นพวกย้ำคิด พบมากในผู้ต้องขังคดีโทษระหว่างพิจารณาคดี (ัญญาลักษณ์ โลหิตเสถียร, 2530 :17)

5.2 การพยายามฆ่าตัวตายแบบจริงจัง (Serious suicidal attempt) เป็นพวกที่ตั้งใจทำร้ายตัวเองอย่างรุนแรงและจริงจัง คนพวกนี้มักจะคิดว่าไม่มีทางแก้ไขด้วยวิธีอื่น นอกจากตายจึงพ้นทุกข์ มักเห็นชีวิตว่างเปล่า ไร้ค่า ไร้ความหมาย ไร้ที่พึ่ง เขาคิดว่าการมีชีวิตอยู่ต่อไปนับวันแต่จะมีปัญหาเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ ในจำนวนที่พยายามฆ่าตัวตาย 8 คน จะมีคนที่ฆ่าตัวตายสำเร็จ 1 คน คิดเป็นอัตราส่วน 8 ต่อ 1 (สุพัตนา เดชชาติวงศ์ ณ อยุธยา. 2542 : 525 ; อ้างอิงจาก Adam. 1985 : 183.)

5.3 ความปรารถนาที่จะตาย (The wish to die) แสดงออกมาในลักษณะไม่เห็นคุณค่าของการมีชีวิต คิดว่าชีวิตนั้นมีแต่ความทุกข์ ลำบาก ขมขื่น เกือบกดและยอมแพ้ ไม่มีจุดมุ่งหมายในชีวิต ความปรารถนาที่จะตายมีผลทำให้ขาดกำลังใจที่จะต่อสู้กับโรคที่กำลังเป็นและตายไปในที่สุด (สุพัฒนา เดชชาติวงศ์ ณ อยุธยา. 2542 : 525 ; อ้างอิงจาก Menninger. 1966 : 23-72)

ชไนด์แมนและฟาร์เบอร์โรว์ (สุพัฒนา เดชชาติวงศ์ ณ อยุธยา. 2542 : 527 ; อ้างอิงจาก Shneidman and Farberow. 1957:15-17) เป็นบรรณาธิการหนังสือชื่อ The Clues to Suicide ได้แบ่งลักษณะของการฆ่าตัวตายโดยเน้นแรงจูงใจออกเป็น 3 ลักษณะ ดังนี้

1. การฆ่าตัวตายเป็นความก้าวร้าวที่ย้อนกลับเข้าหาตนเอง เป็นความปรารถนาที่จะทำลายสิ่งที่ตนเองรัก ความปรารถนาที่จะถูกฆ่าและความปรารถนาที่จะตาย ความโกรธ ความเกลียด ความลั้เลาะ ย้อนกลับสู่ตนเอง (introjection) ในรูปของความก้าวร้าวตั้งใจทำลายตนเองและตัวแทนของผู้ที่ตนรักภายในตัวเอง รวมทั้งลักษณะของการฆ่าตัวตายบางส่วน (partial suicide) เช่น ผู้ต้องขังโทษสูงถึงประหารชีวิต
2. การฆ่าตัวตายเป็นการเกิดใหม่ และการกลับคืนมาใหม่ ทำลายส่วนที่ไม่ดี เพื่อที่จะกลับมาเริ่มต้นชีวิตใหม่ที่ดีกว่า การหนีจากชีวิตที่เป็นทุกข์เพื่อจะพบความสุข
3. การฆ่าตัวตายจากการหมดหวัง ขาดคุณค่าในตนเอง สูญเสียสิ่งที่รัก เนื่องจากผู้กระทำมีระดับความคับข้องใจสูงเมื่อถูกปฏิเสธ จะรู้สึกว่ตนไม่มีความสามารถพอที่จะควบคุมสิ่งแวดล้อม หรือทำตามสิ่งที่คาดหวังได้ การฆ่าตัวตายเกิดจากการไม่ยอมรับความจริง สูญเสียความรัก เสียเงิน เสียอำนาจ เสียหน้า เสียสิ่งที่ตนเคยมีความภาคภูมิใจ เกิดความโศกเศร้า ซึมเศร้า มีอาการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายตามมา ท้ายสุดจึงกระทำการฆ่าตัวตาย

แรงจูงใจการพยายามฆ่าตัวตาย บุคคลเหล่านั้นมักจะเป็นคนรัก คู่ครอง หรือบุคคลในครอบครัวที่ผู้กระทำ มักมีความรู้สึกรุนแรงในใจ เช่น การถูกปฏิเสธ ทะเลาะ แยกหรือหย่า สภาพอารมณ์ของผู้กระทำในขณะนั้นส่อให้เห็นถึงความวุ่นวาย (agitation) ต้องการพึ่งพา(dependency) ขาดวุฒิภาวะ (immature) การตัดสินใจไม่ดีหรือหุนหันพลันแล่น (impulsion) ทำให้เกิดพฤติกรรมการพยายามฆ่าตัวตายขึ้น ซึ่งเหตุดังกล่าวจะมักเกิดกับผู้ต้องขัง เนื่องจากขณะจองจำมักพบว่าญาติไม่มาเยี่ยม คู่ครองขอแยกทาง ทำให้ยากต่อการปรับตัวขณะจองจำ ลักษณะดังกล่าวนี้ สเติงเกลเรียกว่า ผลอุทธรณ์ (appeal effect) ของการพยายามฆ่าตัวตาย (สุพัฒนา เดชชาติวงศ์ ณ อยุธยา. 2542 : 529 ; อ้างอิงจาก Stengel 1964 : 95-99)

วารุณี เทียนเครือ (2545 : 9 - 11) กล่าวว่าไว้ว่าผู้ต้องขังที่มีความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายได้แก่ พวกที่เคยมีประวัติฆ่าตัวตายขณะอยู่ในชุมชน ผู้ที่มีความเจ็บป่วยทางจิต ผู้ที่ติดยา สารเสพติดและสุรา และจากสถิติของต่างประเทศ ผู้ต้องขังหญิงมีพยายามฆ่าตัวตายมากกว่าผู้ต้องขังชาย 2 ถึง 3 เท่า แต่ผู้ต้องขังชายจะฆ่าตัวตายสำเร็จกว่าผู้ต้องขังหญิง 4 เท่า นอกจากนั้น 1 ใน 3 ของผู้ฆ่าตัวตายสำเร็จเคยพยายามฆ่าตัวตายมาก่อน และการฆ่าตัวตายครั้งที่ 2 มักเกิดภายใน 90 วันหลังจากครั้งแรก การฆ่าตัวตายสัมพันธ์กับโรคซึมเศร้า ผู้ต้องขังสูงอายุเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายสูงมาก รวมทั้งผู้ต้องขังกระทำผิดคดีทางเพศ ผู้ต้องขังที่ต้องโทษเป็นระยะเวลานานหรือจำคุกตลอดชีวิตโดยไม่ได้รับการอภัยโทษ ผู้ต้องขังฝ่าฝืนกฎขณะได้รับการพักโทษและต้องกลับเข้ามาในเรือนจำซึ่งมักจะมีความสัมพันธ์กับการติดยาเสพติดก็มีความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายสูง

ในขณะเดียวกันเมื่อเข้าอยู่ในเรือนจำยังมีปัจจัยในเรือนจำที่มีส่วนทำให้ผู้ต้องขังฆ่าตัวตายคือ สภาพแวดล้อมของเรือนจำหรือผู้ต้องขังกำลังเผชิญกับภาวะวิกฤต ความกลัวในสิ่งที่ไม่รู้ ความไม่ไว้วางใจในผู้ที่มีอำนาจเหนือกว่า ไม่สามารถควบคุมการกระทำของตนเองได้ ถูกแยกจากครอบครัว อันตรายที่ถูกคุมขัง เป็นต้น

ในยุโรปและอเมริกา ได้ศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมการฆ่าตัวตายอย่างกว้างขวาง จนสามารถแยกออกเป็นสาขาวิชาที่เรียกว่า วิทยาการฆ่าตัวตาย (Suicidology) (สุพัฒน์ เชาชาติวงศ์ ณ อยุธยา. 2542 : 527 ; อ้างอิงจาก Shneidman, in Ludwig, ed. 1972 : 389) ส่วนในประเทศไทยยังมีการศึกษาเกี่ยวกับเรื่องนี้น้อย มักศึกษาในเรื่องระบาดวิทยา และมีการศึกษาเป็นรายบุคคลบ้างซึ่งทำให้พบว่าปัจจัยที่จะเป็นพื้นฐานของการพยายาม และการฆ่าตัวตาย คือ บุคลิกภาพที่ผิดปกติอันเนื่องจากสภาพครอบครัว การอบรมเลี้ยงดูในวัยเด็ก ทำให้เติบโตขึ้นมาเป็นบุคคลที่มีอารมณ์โกรธ หุนหัน ซึมเศร้า หรือแสดงออกมาในทางทรนทนตัวเอง ทำให้ตนเจ็บเมื่อเกิดอารมณ์ไม่พอใจ และเลือกวิธีทำลายตนเอง เมื่อเผชิญปัญหา (สุวันทนา อารีพรรค 2522 : 38 ; อ้างอิงจาก Greer and Gunn. 1966 : 1355-1357, Robins, Schmidt and O'neal 1957 :221)

สรุป

พบว่าผู้ต้องเมื่อเข้าสู่เรือนจำในระยะแรก จำเป็นต้องปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อม เพื่อให้สามารถใช้ชีวิตอย่างเป็นปกติสุขได้ และระดับชั้นของผู้ต้องขังที่ถูกจองจำ มีความจำเป็นอย่างยิ่งเนื่องจากเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีส่วนกับความสามารถในการปรับตัวของผู้ต้องขัง ในขณะที่ถูกจองจำผู้ต้องขังจะมีความรู้สึกวิตกกังวลในการอยู่อาศัยที่เปลี่ยนไปจากเดิม ความรู้สึกหวั่นไหวรอบตัว กลัวถูกทอดทิ้ง รู้สึกอับอาย กลัวสังคมไม่ยอมรับโทษตนเอง เกิดการกระทำของตนเอง ทำให้เกิดความรู้สึกไม่มีค่า ส่งผลให้มีการแสดงออกของอารมณ์ไม่เหมาะสม อันจะส่งผลให้ผู้ต้องขังไม่สามารถปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมใหม่ได้ ทำให้ผู้ต้องขังมีภาวะเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย เพื่อหาทางออกของปัญหา

ด้วยเหตุนี้เอง ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์ กับการเห็นคุณค่าในตนเอง ที่มีผลต่อความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายในผู้ต้องขังชาย ในเรือนจำคลองเปรม เนื่องจากความฉลาดทางอารมณ์ และการรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง สามารถที่จะพัฒนาให้ดีขึ้นอันจะลดปัญหาการฆ่าตัวตายในผู้ต้องขังได้

2. การฆ่าตัวตาย (Suicide)

2.1 ความหมายของการฆ่าตัวตาย (Suicide)

จากการศึกษาของ ธนู ชาติธนานนท์ (2541:8) การฆ่าตัวตายเป็นวิธีการที่บุคคลใดบุคคลหนึ่ง หรือกลุ่มหนึ่ง กระทำกิจกรรมบางอย่างที่จะทำให้ชีวิตของตนสิ้นสุดลง กิจกรรมนั้น ๆ อาจจะเป็นการ กระทำอย่างตรงไปตรงมา หรือมีผลทางอ้อมให้ชีวิตสิ้นสุดลงส่วน

จินตนา บุญพันธ์ (2528 :14) อธิบายว่าเป็นพฤติกรรมที่ทำให้ชีวิตของคนต้องสิ้นสุดลง สอดคล้องกับความคิดเห็นของ มณีรัตน์ เฟื่องวุฒิชัย (2528:18) อธิบายไว้ว่า การฆ่าตัวตายเป็นการ ทำให้ชีวิตจบลงล่วงหน้า อาจเกิดขึ้นจากความรู้สึกน้อยใจ เสียใจ คับแค้นใจ รู้สึกพ่ายแพ้ อับจน หมดหนทางออก

จากรายงานของ เดอร์ไคม์ (Durkheim.1966 : 253) ให้ความหมายของการฆ่าตัวตายไว้ว่า การฆ่าตัวตายเป็นปรากฏการณ์หนึ่งทางสังคมที่เกิดเมื่อแรงยึดเหนี่ยวทางสังคม หรือการเป็นบูรณาการ (integration) ในสังคม รวมทั้งค่านิยม และปทัสถานทางสังคมอ่อนแอลง หรือสังคมไม่สามารถรวมเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันได้ จะมีผลทำให้บุคคลไม่ตกอยู่ภายใต้การ ควบคุมของสังคม และมีการแยกตัวออกจากสังคม หรือถูกละทิ้งให้พึ่งความสามารถของตนเอง และขาดความผูกพันทางสังคมกับเพื่อนฝูงผู้ใกล้ชิด ทำให้มีการฆ่าตัวตายเกิดขึ้น ส่วนอลิสา วัชรสินธุ (2538 : 234) กล่าวว่า การฆ่าตัวตายสำเร็จ (completed suicide) หมายถึง การตั้งใจทำร้ายตนเองด้วยวิธีใดวิธีหนึ่ง เป็นผลให้ตัวเองตาย ส่วนการพยายามฆ่า ตัวตาย

(attempted suicide) หมายถึง การทำร้ายตนเองแต่ไม่ตาย มีการศึกษาพบว่า 1 ใน 3 ของเด็กที่ฆ่าตัวตายสำเร็จเคยพยายามฆ่าตัวตายมาก่อน หรือกล่าวได้ว่าเด็กที่พยายามฆ่าตัวตายเป็นกลุ่มที่มีความเสี่ยงที่จะฆ่าตัวตายสำเร็จ

สุกมล วิภาวีพลกุล (2540 : 182) กล่าวว่า การฆ่าตัวตาย หมายถึง การกระทำเพื่อปลิดชีวิตของตนเองโดยเจตนา บุคคลที่มีพฤติกรรมทำร้ายตนเอง หรือบังเอิญทำให้ตนเองเสียชีวิต แต่ไม่มีเจตนาจะตายจริง ไม่ถือเป็นการฆ่าตัวตาย จนกว่าจะมีข้อมูลที่บ่งว่าการกระทำนั้นๆ เพื่อจบชีวิตของตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ อำไพวรรณ พุ่มศรีสวัสดิ์ (ฉวีวรรณ สัตยธรรม. 2541 : 350 ; อ้างอิงจาก อำไพวรรณ พุ่มศรีสวัสดิ์. 2531 : 24) การฆ่าตัวตายหรืออัตวินิบาตกรรม คือ การเริ่มมีความคิดอยากทำร้ายตนเอง เนื่องจากความรู้สึกว่าหมดหวังในชีวิต คิดว่าชีวิตไม่มีความหมาย และพยายามทำตาม ความคิดนั้น จนถึงขั้นทำได้สำเร็จโดยไม่มีสิ่งกีดขวาง พฤติกรรมที่แสดงออกมีทั้งการวางแผน ไว้ล่วงหน้า หรือหุนหัน เป็นได้ทั้งในระดับจิตสำนึกและไร้สำนึก ส่วนการศึกษาของ ทศพร ประเสริฐสุข (2542 : 4) กล่าวว่า การฆ่าตัวตาย หมายถึง การกระทำที่ปลิดชีวิตตนเองด้วยความสมัครใจและตั้งใจ สำหรับบุคคลที่จะทำลายตนเอง หรือมีพฤติกรรมที่จะทำให้ตนเองเสียชีวิต แต่ถ้าไม่เจตนาจะให้ตายจริงๆ ไม่ถือเป็นการฆ่าตัวตาย

คาแพลน และซาดีอด (เนาวรัตน์ ปูทอง. 2544 : 38 ; อ้างอิงจาก Kaplan and Sadock. 1991 : 803) ให้ความหมายของการฆ่า ตัวตาย หมายถึง การกระทำที่เป็นการตั้งใจหรือจงใจที่จะทำลายตนเองให้ถึงแก่ความตายได้สอดคล้องกับการศึกษาของ เคอร์ฮอฟ (เนาวรัตน์ ปูทอง. 2544 : 38 อ้างอิงมาจาก Kerkhof. 1994 : 18-20) ให้ความหมายของการฆ่าตัวตาย หมายถึง การกระทำโดยเจตนาที่จะจบชีวิตของตน เพื่อหลีกเลี่ยงสภาวะบางอย่างที่บุคคลนั้นทนทุกข์ทรมานอยู่ เช่น ความเจ็บปวด เหนงา สำนึกผิด สูญเสีย โรคภัย ซึมเศร้า ความรุนแรงและความยากจน ส่วนใหญ่จะมีสภาพจิตใจที่ห่อเหี่ยว ผิดหวังกับสภาพชีวิตของตน และประมาณร้อยละ 60 เป็นคนที่เคยฆ่าตัวตายมาก่อน

จากความหมายของการฆ่าตัวตายที่กล่าวมาแล้ว สรุปได้ว่า การฆ่าตัวตาย หมายถึง การที่บุคคลมีความคิดหรือกระทำการใด ๆ ที่เจตนาจะทำร้ายตนเอง เพื่อให้จบชีวิตลง เนื่องจาก ไม่อยากมีชีวิตอยู่ต่อไปจากการรายงานการประชุมของ กรมสุขภาพจิต (2542 : 4) ได้ให้ความหมายของการฆ่าตัวตายหรืออัตวินิบาตกรรม หมายถึง การที่บุคคลมีความคิดหรือลงมือกระทำให้ตนเองได้รับความเจ็บปวด หรือเป็นอันตราย ถือเป็นพฤติกรรมทำร้ายตนเองโดยตรง เพื่อให้เกิดการสิ้นสุดชีวิตของตนเอง ส่วนแนวคิดของ ชไนด์แมน (ขนิษฐา บำเพ็ญผล. 2542 : 11 ; อ้างอิงจาก Schneidman. 1985 : unpagged) กล่าวว่า การฆ่าตัวตาย หมายถึง การกระทำที่เหนียวแน่นให้ทำลายตนเองในระดับจิตสำนึก เป็นการแก้ปัญหาที่ประสบอยู่ ซึ่งไม่สามารถแก้ไขได้ ทำให้มีความรู้สึกหมดหวัง ท้อแท้ ไร้ค่า จึงต้องการหลีกเลี่ยงจากปัญหาดังกล่าว จึงทำการฆ่าตัวตาย โดยที่คนที่คิดฆ่าตัวตายจะมีสัญญาณเตือนให้เห็น

2.2 ความมุ่งหมายของการฆ่าตัวตาย

สมภพ เรืองตระกูลและคณะ (2536 : 213) กล่าวถึง การฆ่าตัวตายอาจทำไปด้วยจุดมุ่งหมายและความเชื่อถือต่าง ๆ ดังนี้

1. เป็นความเชื่อถือทางศาสนา เช่น การทรมานตนเองให้ถึงแก่ความตาย
2. เป็นความหลุดพ้นจากความทุกข์เคราะห์กรรม หรือความทรมานจากความเจ็บปวดเนื่องจากโรคทางกาย
3. มีความรู้สึกไม่สมควรมีชีวิตอยู่ต่อไป เพราะตนเองเป็นคนไร้ค่า ไม่มีประโยชน์ต่อใครอีกแล้ว

4. เพื่อไปเกิดใหม่ มีชีวิตใหม่ที่ดีกว่าเดิม
5. เป็นการแก้แค้น โดยเชื่อว่าบุคคลที่ยังมีชีวิตอยู่จะเกิดความรู้สึกเสียใจ และเป็นทุกข์ทรมานใจกับการสูญเสีย
6. เป็นการได้ไปอยู่ร่วมกันใหม่ในชาติหน้า (reunification) กับบุคคลอันเป็นที่รัก ซึ่งได้เสียชีวิตไปก่อนหน้านี้ หรือพร้อม ๆ กัน
7. เป็นการกระทำของผู้ป่วยโรคจิตเช่น ได้ยินเสียงบอกให้ฆ่าตัวตาย

2.3 สาเหตุที่ทำให้คนคิดฆ่าตัวตาย

การฆ่าตัวตาย ไม่มีสาเหตุใดเป็นสาเหตุที่แท้จริงเพียงสาเหตุเดียว หากเป็นผลรวมของความทุกข์จากหลาย ๆ สาเหตุด้วยกัน เป็นความคับข้องใจนานัปการที่ซับซ้อน กัดกิน ทั้งในจิต สำนึกและไร้สำนึก และแต่ละคนก็มีสาเหตุและความเป็นมาแตกต่างกันไป

ประเวศ ต้นติวัฒน์สกุล และสุรสิงห์ วิศรุตรัตน์ (2542 : 3-5) แบ่งสาเหตุของการฆ่าตัวตายดังนี้

1. ปัจจัยทางสังคม

ปัจจัยทางสังคม เช่น ปัญหาเศรษฐกิจ ปัญหาความรัก ความสัมพันธ์ สังคมที่มีความสับสนวุ่นวาย หรือสังคมที่เน้นความเป็นตัวของตัวเอง เน้นการแข่งขันกันในกลุ่มของเยาวชน ค่านิยมต่างๆ จะสั่นคลอนจะพบปัญหาต่าง ๆ ได้แก่ ภาวะซึมเศร้า การฆ่าตัวตายในวัยรุ่น การหย่าร้าง ความรุนแรงในรูปแบบต่าง ๆ เพิ่มมากขึ้น สมาชิกในสังคมจะเกิดความรู้สึกโดดเดี่ยวแปลกแยก ไม่รู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ขาดความหมายของการมีชีวิตอยู่ การฆ่าตัวตายในสังคมเช่นนี้จะเพิ่มมากขึ้น ภายหลังการนำเสนอข่าวหรือรายการโทรทัศน์ที่แสดงเรื่องราวและภาพการฆ่าตัวตาย การฆ่าตัวตายที่เกิดตามมามากใช้วิธีการเดียวกัน สถาบันครอบครัวก็มีส่วนสำคัญมากที่ทำให้คนคิดฆ่าตัวตาย ซิลบูร์ก (Zilboorg) พบว่าบุคคลที่ฆ่าตัวตายมักมีประวัติครอบครัวแตกแยกก่อนอายุ 15 ปี ซึ่งเหตุผลก็คือ ถูกพ่อแม่ทอดทิ้ง ขาดความรัก ความอบอุ่น อัมพร โอตระกูล (2540 : 143) พบว่าการไม่มีงานทำ การแตกแยกในชีวิตครอบครัว และการลอกเลียนแบบ เป็นปัจจัยการฆ่าตัวตายที่พบบ่อยในวัยรุ่น

สุพัฒนา เดชาติวงศ์ ณ อยุธยา (2542 : 115) กล่าวว่า เด็กที่ขาดพ่อ ขาดแม่ หรือพ่อแม่ชอบทะเลาะกัน ทะเลาะกับลูก จะมีแนวโน้มฆ่าตัวตายสูง และสุชาติ ศรีเลณวัติ (ม.ป.ป. : 77) พบว่าเด็กที่มีปัญหาครอบครัวแตกแยกเป็นสาเหตุการฆ่าตัวตาย

2. ปัจจัยทางจิตใจ

ผู้คิดฆ่าตัวตายกับมองตนเองว่าเป็นคนไร้ค่าไม่มีความสามารถ มองสังคมนรอบตัวว่าขาดความเป็นธรรม และไม่ยกย่องต่อความผิดพลาดของตน เกิดความรู้สึกท้อแท้ สิ้นหวัง เบื่อหน่าย และเศร้าใจ ผู้คิดฆ่าตัวตายมักเป็นผู้ที่ขาดทักษะในการแก้ปัญหาชีวิต จากการศึกษาพบว่า ผู้ที่ใช้ทักษะแก้ปัญหาเชิงรุกจะเครียดน้อยกว่าผู้เลี่ยงปัญหา หรือเน้นแต่การบรรเทาด้านอารมณ์ พรพิมล เจียมนาครินทร์ (2539 : 291) พบว่าเด็กวัยรุ่นที่ไม่สามารถจัดการกับปัญหาความขัดแย้งในครอบครัว ความรัก การเรียน ปัญหาเพื่อน ก็อาจนำไปสู่การฆ่าตัวตายได้ พิรุฑ เอี่ยมพงษ์ไพบูลย์ (2541 : internet) พบว่าคนที่ฆ่าตัวตาย มีสภาวะจิตใจที่เผชิญกับความเครียดมานาน ทำให้สภาพจิตใจแย่

3. ปัญหาทางชีวภาพ/การแพทย์

การศึกษาทางการแพทย์พบว่า ผู้ฆ่าตัวตายสำเร็จประมาณ 9 ใน 10 มีความเจ็บป่วยทางจิตเวชอย่างใดอย่างหนึ่ง ขณะทำการฆ่าตัวตาย โดยมีสาเหตุสำคัญ คือ ภาวะซึมเศร้าและการติดสุรา เนื่องจากตรวจพบการเปลี่ยนแปลงของสารเคมีในสมองของผู้มีอาการซึมเศร้า ซึ่งแสดงถึงกระบวนการทางชีวภาพที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการเกิดภาวะซึมเศร้า การรักษาด้วยยาเพื่อปรับการทำงานของระบบสารเคมี ในสมอง ช่วยให้อาการดีขึ้นเร็วกว่าการรักษาทางจิตใจ แต่การรักษาจะได้ผลดีที่สุด และช่วยป้องกันไม่ให้เป็นซ้ำ หากให้การรักษาทันทีทั้งทางยาและทางจิตใจควบคู่กันไป

ทศพร ประเสริฐสุข (2542 : 4) สรุปสาเหตุที่ทำให้คนฆ่าตัวตายมาจากสาเหตุต่าง ๆ 4 ประการ คือ

1. สภาพสังคม เศรษฐกิจตกต่ำ สังคมสับสน ต้องต่อสู้ดิ้นรน เพื่อชีวิตรอด แก่งแย่งชิงดีชิงเด่น ผู้ที่อ่อนแอกว่ามักเป็นผู้แพ้ อับอายผู้คน นำไปสู่การฆ่าตัวตาย

2. สาเหตุมาจากสภาพร่างกาย ร่างกายไม่สมประกอบ พิการ หรือไม่ก็เป็นโรคภัยที่ไม่อาจรักษาได้ หรือเกิดการเสียโฉม หรือเสียสมรรถภาพทางเพศ มักเกิดความท้อแท้ ไม่เห็นคุณค่าของชีวิตก็อาจคิดฆ่าตัวตายได้ มาโนช หล่อตระกูล (2538 : 151) พบว่าการเจ็บป่วยเรื้อรังอัมพาต มะเร็ง เป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย สุพัฒน์ เดชชาติวงศ์ ณ อยุธยา (2542 : 115) พบว่าผู้ที่มีโรคประจำตัวร้ายแรง สุขภาพเสื่อมโทรม จะมีแนวโน้มฆ่าตัวตายสูง

3. สาเหตุจากจิตใจหรือสภาพจิตเสื่อมโทรม เกิดจากความล้มเหลวในการเผชิญภาวะวิกฤตในชีวิต แล้วไม่สามารถจัดการกับความตึงเครียดนั้นๆ ได้ ทำให้ตกอยู่ในสภาพ เศร้าโศก เสียใจ หดท้อลงใจ สิ้นหวัง รู้สึกตนเองไร้ค่า นำมาซึ่งการฆ่าตัวตาย

สุพัฒน์ เดชชาติวงศ์ ณ อยุธยา (2542 : 115) พบว่า ภายหลังจากสูญเสียสิ่งสำคัญในชีวิตในระยะเวลา ไม่เกิน 6 เดือน หรือญาติแสดงท่าทีไร้ความสนใจ มีแนวโน้มฆ่าตัวตายสูง

4. สาเหตุจากการเลียนแบบ เกิดจากการเลียนแบบตัวแบบที่เป็นสื่อมาจากวิทยุ โทรทัศน์ หรือการฆ่าตัวตายจากญาติพี่น้อง ทำให้เป็นมูลเหตุจูงใจที่จะคิดฆ่าตัวตายตามแบบ

จากการที่กล่าวมาข้างต้น การฆ่าตัวตายไม่ได้เกิดจากสาเหตุเพียงสาเหตุเดียว แต่มี สาเหตุหลาย ๆ อย่างรวมกัน ซึ่งพอสรุปสาเหตุของการฆ่าตัวตาย คือ สาเหตุด้านสังคม ด้านจิตใจและด้านชีวภาพ

2.4 ผู้ที่มีภาวะเสี่ยงในการฆ่าตัวตาย

สุกมล วิชาวิพลกุล (2540 : 188-190) กล่าวถึง ประเด็นที่สำคัญที่ควรตระหนักในผู้ที่มีภาวะเสี่ยงในการฆ่าตัวตาย และมีอันตรายสูงที่จะฆ่าตัวตาย ซึ่งสามารถรวบรวมได้ ดังนี้

1. เคยมีประวัติการฆ่าตัวตายมาก่อน

1 ใน 3 ของผู้ฆ่าตัวตายสำเร็จเคยพยายามฆ่าตัวตายมาก่อน การกระทำครั้งที่ 2 มักเกิดภายในเวลา 90 วัน หลังจากครั้งแรก และมักทำได้สำเร็จมากกว่าผู้ที่ยังไม่เคยทำมาก่อน สอดคล้องกับการศึกษาของ นิลวรรณ อึ้งสกุล (2542 : 28) พบว่าผู้ที่กระทำการฆ่าตัวตาย มีประวัติการฆ่าตัวตายมาก่อน

2. การแสดงเจตนาฆ่าตัวตายสูง

อาจแสดงด้วยคำพูด หรือเขียนจดหมายลาตาย พบว่าประมาณ 1 ใน 3 ของผู้ฆ่าตัวตายสำเร็จ ได้แสดงเจตนาโดยแน่ชัดไว้ก่อนด้วยคำพูด หรือเขียนจดหมายลาตาย สุรสิงห์ วิศรุตรัตน์และคณะ

(2542 : บทคัดย่อ) พบว่าผู้ที่ฆ่าตัวตายมีการส่งสัญญาณแสดงที่ทำว่าจะทำร้ายตนเองกับคนใกล้ชิดด้วยวิธีการวิธีหนึ่ง

3. สุขภาพทางกาย

พบว่าโรคทางกาย 3 กรณีต่อไปนี้ ผู้ป่วยมีโอกาสฆ่าตัวตายสูง

3.1 โรคเรื้อรังรักษาไม่หาย

3.2 โรคทางกายระยะสุดท้าย

3.3 โรคที่ก่อให้เกิดการเจ็บปวดทรมาน

สุรสิงห์ วิศรุตรัตน์และคณะ (2542 : บทคัดย่อ) พบว่าปัจจัยการฆ่าตัวตายเกี่ยวข้องกับ การติดเชื่อเอดส์ และเป็นโรคเรื้อรัง

4. เพศ

การพยายามฆ่าตัวตายพบว่า เพศหญิงมากกว่าเพศชาย 3 : 1 ส่วนการฆ่าตัวตาย สำเร็จพบว่า เพศชายมากกว่าเพศหญิง 3 : 1 และใช้วิธีการรุนแรง มาโนช หล่อตระกูล (2541 : บทคัดย่อ) พบว่าเพศชายมีอัตราการฆ่าตัวตายมากกว่าเพศหญิง และใช้วิธีการที่รุนแรงมากกว่า และนรีรา พรเดชวงศ์ (2533 : บทคัดย่อ) พบว่าเพศหญิงมีความคิดอยากฆ่าตัวตายมากกว่าเพศชาย

5. อายุ

อัตราการฆ่าตัวตายจะสูงขึ้นเรื่อย ๆ ตามอายุ โดยเฉพาะผู้สูงอายุชาย แต่ในระยะหลัง พบมากขึ้นในวัยรุ่น ปัจจุบันการฆ่าตัวตายเกิดขึ้นในช่วงอายุ 15-44 ปี นีรา พรเดชวงศ์ (2533 : บทคัดย่อ) พบว่าเพศหญิงมีความคิดอยากฆ่าตัวตาย พบในช่วงอายุ 15-19 ปี และเสียมม สารบัณฑิตกุล และคณะ (2539 : บทคัดย่อ) พบว่ากลุ่มอายุที่มีการฆ่าตัวตายมากที่สุด คือ 15 - 24 ปี

6. สถานภาพสมรส

คนโสดมีโอกาสเสี่ยงมากที่สุด รองลงมาได้แก่ ม่าย หย่า แต่งงานแต่ไม่มีบุตร และ อันดับสุดท้ายคือ แต่งงานและมีบุตร นอกจากนี้ มีผู้ที่อยู่คนเดียวไม่มีญาติพี่น้อง คนที่เพิ่ง สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก ภายในระยะเวลา 6-12 เดือน ตลอดจนความสัมพันธ์ในครอบครัว หากได้รับการปฏิเสธหรือรังเกียจ จากครอบครัว ก็เป็นปัจจัยที่คิดฆ่าตัวตายได้

7. การงานและอาชีพ

ผู้ที่ตกงานหรือประกอบอาชีพที่เผชิญความเครียดสูง มีโอกาสเสี่ยงสูง (สถิติในประเทศไทย พบว่าส่วนใหญ่มีอาชีพรับจ้าง นักเรียนและนักศึกษา และส่วนใหญ่มีระดับการศึกษาน้อย) นิลวรรณ อึ้งสกุล (2542 : 29) พบการฆ่าตัวตายในบุคคลว่างงานมากที่สุด

8. ประวัติครอบครัว

ผู้ที่มีประวัติญาติสนิท คนในครอบครัวฆ่าตัวตาย มีอัตราเสี่ยงสูงกว่าครอบครัวที่ ไม่มี ประวัติการฆ่าตัวตาย นอกจากนี้ยังมีพบในครอบครัวที่มีประวัติบ้านแตก หรือครอบครัวแตกแยก (Broken Home) ก่อนอายุ 15 ปี หรือในครอบครัวที่ขาดพ่อแม่ หรือพ่อแม่ทะเลาะกับลูก หรือพ่อแม่ไม่ต้องการ ชีวิต ครอบครัวเช่นนี้จะทำให้ Ego ของเด็กไม่เข้ารองเข้ารอบ ทำให้ทน ความผิดหวังไม่ได้ โดยเฉพาะการถูก ปฏิเสธจากผู้อื่น นิตยา เฉลิมกุลและคณะ (2542 : 49) พบว่าการปรับตัวของผู้ที่พยายามฆ่าตัวตาย โดยการ ใช้การลอกเลียนแบบการฆ่าตัวตายจากบุคคล ใกล้ชิดในครอบครัว ดารณี ตั้งตรงมิตรและคณะ (2542 : 65) พบปัจจัยเสี่ยงในครอบครัวที่ สัมพันธ์กับการฆ่าตัวตายในกลุ่มวัยรุ่น คือ ความไม่เข้าใจกันระหว่างพ่อ แม่ ลูก ขาดความเอาใจใส่จากพ่อ แม่

2.5 ทฤษฎีและแนวคิดเกี่ยวกับการฆ่าตัวตาย

ทฤษฎีและแนวคิดที่อธิบายเกี่ยวกับการฆ่าตัวตายมีอยู่หลายทฤษฎี ทั้งในแง่ชีววิทยา จิตวิทยา และสังคมวิทยา

ด้านชีววิทยา

อัมพร โอตระกูล (2540 : 142) จากการศึกษาในระบบนิวโรทรานสมิตเตอร์ (Neurotransmitter System) ในผู้ที่มีอาการซึมเศร้า ในสารที่เกี่ยวข้องกับนอร์เอพิเนเฟริน โดพามีน เซโรโตนิน แอสเซทิลโคลีน พบว่าสารเซโรโตนิน พรี้เคอร์เซอร์ (Serotonin Precursor) คือ กรด 5-ไฮดร็อกซี อินดอลแอซีติก (5-Hydroxyindolaceticacid, 5-HIAA) และ 5-ไฮดร็อกซี ทริปโทแฟน (5-Hydroxytryptophane, 5- HIAA และ 5- HIP ลดลง และจากการศึกษาผู้ที่ฆ่าตัวตาย สำเร็จด้วยวิธีรุนแรง พบว่า 5-HIAA ซึ่งเป็นการเผาผลาญของ เซโรโตนินต่ำกว่าปกติ จึงเชื่อว่า เซโรโตนินที่ต่ำ ทำให้บุคคลควบคุมตนเองไม่ได้ และจำทำร้ายตนเองเมื่อ เกิดความเครียด

ด้านสังคมวิทยา

เคอร์ไคม์ (Durkhei. 1966 : 236) ได้ศึกษาปัญหาการฆ่าตัวตายและปัญหาปัจเจกบุคคล ในด้านความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม ได้แบ่งการฆ่าตัวตายเป็น 3 แบบ

1. การฆ่าตัวตายอันเนื่องมาจากบุคคลผู้นั้นมีความสัมพันธ์อย่างมากกับสังคม (Altruistic Suicide) โดยสังคมมีข้อกำหนดเรียกร้องกับบุคคล และบุคคลไม่สามารถปฏิเสธ กฎเกณฑ์นั้นได้ เพราะหมายถึง การไม่เป็นที่ยอมรับของชุมชน หรือสังคมนั้น ๆ ได้ จึงฆ่าตัวตาย เป็นการฆ่าตัวตายที่ยึดถือกลุ่ม (Identity) เป็นทางเลือกของกลุ่มซึ่งได้รับการยอมรับ แบ่งได้ดังนี้

1.1 การฆ่าตัวตายแบบถูกบังคับ (Obligatory altruistic suicide) เกิดจากสภาพของ วัฒนธรรมและประเพณีของสังคมนั้น ๆ เช่น กรณีที่ภรรยาต้องฆ่าตัวตายตามสามี โดยกระโดด เข้ากองไฟใน ขณะที่เผาศพสามีของชาวอินเดีย

1.2 การฆ่าตัวตายแบบเลือกได้ (Optional altruistic suicide) เป็นการฆ่าตัวตายเพื่อ รักษาเกียรติภูมิของครอบครัวและสังคม เช่น การฮาราคีรีในญี่ปุ่น หรือหน่วยกามิกาเซ่ ในสมัย สงครามโลก ครั้งที่ 2

1.3 การฆ่าตัวตายอย่างรุนแรง (Acute altruistic suicide) เช่น การเผาตนเองเพื่อเป็น การประท้วงการเมืองของพระในสงครามเวียดนาม

2. การฆ่าตัวตายในสังคมที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว (Anomic suicide) เกิดสภาวะปั่นป่วน ขาดบรรทัดฐานที่แน่นอนในการปฏิบัติเกิดขึ้นมากในสังคมที่เจริญสุดด้านเศรษฐกิจ หรือการเปลี่ยนแปลง อย่างฉับพลันในความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสังคม เช่น คนที่มีฐานะร่ำรวย เกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างฉับพลัน การสูญเสียความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิด

3. การฆ่าตัวตายที่บุคคลมีความผูกพันกันน้อย (Egoistic suicide) รู้สึกว่าตนเองไม่สามารถ ที่จะเป็นส่วนหนึ่งของสังคมหรือชุมชนนั้น ไม่มีความผูกพัน แยกแยกและชีวิต ไร้ความหมาย ร่วมมือระหว่างกัน น้อย เห็นแก่ตัวมากขึ้น ทำให้บางคนไม่สามารถปรับตัวเข้ากับ สังคมได้ จึงฆ่าตัวตาย พบบ่อยในประเทศ ตะวันตก ประเทศที่มีการพัฒนาทางเศรษฐกิจ ประเทศ ตะวันออกที่มีการพัฒนาทางอุตสาหกรรม

ด้านจิตวิทยา

ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ (Psychoanalytic theory) ซิกมันด์ ฟรอยด์ (นันทา กัญมาศ. 2542 : 15 ; อ้างอิงจาก Sigmund Freud. n.d. : unpagged) ได้ให้ทัศนะของการฆ่าตัวตายไว้ 2 ประการ คือ

1. คนที่ฆ่าตัวตายมักเป็นคนที่ต้องสูญเสียบุคคลที่ตนเองรัก และแค้นมากในเวลา เดียวกัน เป็นความรู้สึกแบบสองฝักสองฝ่าย โดยที่ความแค้นกดดันก่อให้เกิดความก้าวร้าว ที่จะทำร้าย แต่ขณะเดียวกัน ความรักที่มีอยู่ จะเบี่ยงเบนความก้าวร้าวให้เข้าหาตนเอง (Introjection) กลับกลายเป็นการลงโทษตนเอง คิดว่าตนเองไม่ดี ควรได้รับการลงโทษ ถ้าความตึงเครียดรุนแรงถึงขนาด ก็จะทำให้บุคคลนั้นตัดสินใจ ทำลายตนเองได้

2. คนที่ฆ่าตัวตายเพราะสัญชาตญาณการทำลายต่อตนเองเป็นพื้นฐาน โดยมักมี ความก้าวร้าว เมื่อประสบเหตุการณ์ที่ต้องสูญเสีย มักมีความโกรธต่อสิ่งนั้น และความโกรธดังกล่าวพลิกกลับมาทำลายตนเอง กลายเป็นโกรธ เกลียดตนเอง จึงลงโทษด้วยการตัดสินใจฆ่าตัวตาย

ทฤษฎีเมนิงเจอร์ (สุพัตรา สุภาพ. 2542 : 136 ; อ้างอิงจาก Meninger. n.d. : unpagged) เมนิงเจอร์ เชื่อว่าการพยายามฆ่าตัวตายในการฆาตกรรมตนเอง (Self – murder) เนื่องมาจากความต้องการ 3 อย่าง คือ

1. ความต้องการที่จะฆ่า (The wish to kill) เนื่องจากความก้าวร้าวที่ปรารถนาจะฆ่า และแรงกระตุ้นที่ขับออกมา ทำให้เกิดความต้องการที่จะฆ่าตนเอง

2. ความต้องการถูกฆ่า (The wish to be killed) เป็นการยอมจำนนต่อความเจ็บปวดทรมาน ไปจนถึงที่สุด คือความตาย เพราะความเจ็บปวดที่ได้รับเป็นสิ่งที่ทำให้เกิดความสุข เกิดจากสัญชาตญาณความก้าวร้าวที่ทำงานในระดับจิตไร้สำนึก และความสำนึกผิด การที่ตนได้รับความเจ็บปวดไปจนถึงความตาย ทำให้จิตไร้สำนึกได้รับความพอใจ

3. ความต้องการที่จะตาย (The wish to die) มีสมมติฐานที่ว่า ผู้ที่ฆ่าตัวตายต้องการจะเปลี่ยนจิตใจใหม่ โดยเข้าใจว่าการฆ่าตัวตายเป็นการหนีไปเพื่อจะได้กลับมาใหม่ และความแตกต่างระหว่างจิตสำนึกและจิตไร้สำนึก ในความที่ต้องการตายและไม่ต้องการตาย เป็นผลให้เกิดความขัดแย้ง (Conflict) อันนำไปสู่การฆ่าตัวตาย

ซัลลิแวน (กรรณิการ์ เกาหมอ และศิริมา เนาวรัตน์. 2542 : 8 ; อ้างอิงจาก Sullivan. n.d. : unpagged) กล่าวถึงทฤษฎีเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลว่า ลักษณะของบุคคล (ME) มี 3 ประการ คือ

1. ในยามที่อยู่ในสภาวะมั่นคงปลอดภัย บุคคลก็จะเป็นสิ่งที่ดี (good me)
2. ในยามที่อยู่ในสภาวะกังวล บุคคลก็จะเป็นสิ่งที่ไม่ดี (bad me)
3. ในยามที่อยู่ในสภาพจิตใจที่เลวร้าย บุคคลก็จะอยู่ในสภาพไม่มีตัวตน (not me)

ซึ่งบุคคลจะประเมินตนเองจากการปฏิบัติของบุคคลอื่นที่ดีกว่าตน เมื่อใดก็ตามที่ความมั่นคงและปลอดภัยไม่สามารถแก้ไขได้ ก็อาจเปลี่ยนสภาพจาก bad me ไปสู่ not me และการคิดทำลายตนเอง ก็เป็นหนทางหนึ่งในการที่จะหลุดพ้นจากความเศร้าเสียใจได้ หลักใหญ่ของทฤษฎีนี้คือ การถูกชักจูงและตอบสนองจากบุคคลที่มีความสำคัญกว่า มีอิทธิพลต่อบุคคล และจุดสำคัญอยู่ที่ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

ชไนด์แมนและเฟร์เบอร์ไรว์ (Schneidman and Farberow. 1970 : 114) เชื่อว่าคนที่ฆ่าตัวตายเกิดจากแรงจูงใจ (Motive) ที่ซับซ้อน ซึ่งแบ่งเป็น 4 ลักษณะ

1. เชื่อว่าจะได้ไปเริ่มชีวิตใหม่ที่ดีกว่า
2. เพื่อหลีกเลี่ยงความทุกข์ทรมาน ความเจ็บป่วย

3. เพราะมีอาการกำเริบทางโรคจิต ซึ่งเกิดจากอาการประสาทหลอน เสียงแว่ว ชักชวน ให้ฆ่าตัวตาย

4. เพื่อเป็นการประชด แก่แค้นคนที่ตนเองรัก

สเติงเกล (Stengel. 1970 : 398) ให้แนวคิดเกี่ยวกับการฆ่าตัวตายในด้านการสื่อ หมายความว่า เป็นรูปแบบของการทำลายตนเองและรูปแบบของการร้องขอความช่วยเหลือ และความเห็นใจจากบุคคลแวดล้อมหรือความต้องการหนีให้พ้นจากสภาพที่ทนไม่ได้ หรือสภาพจิตถูกรบกวนมาก แนวคิดนี้จะอิงทฤษฎีของชัลลิแวน ในเรื่องสัมพันธภาพระหว่างผู้ที่กระทำกับบุคคลที่มีความสำคัญต่อผู้กระทำ บุคคลเหล่านั้นมักจะเป็นคนรัก คู่ครอง หรือบุคคลในครอบครัวที่ผู้กระทำมีความรู้สึกรุนแรงในใจ เช่น การถูกปฏิเสธ ทะเลาะเป็นต้น สภาพผู้ที่ กระทำในขณะนั้นสื่อให้เห็นถึงความวุ่นวาย (agitation) ต้องการพึ่งพา (dependency) ขาดวุฒิภาวะ (immature) การตัดสินใจไม่ดีและหุนหันพลันแล่น (impulsion) เมื่อเกิดพฤติกรรมการ พยายามฆ่าตัวตายขึ้นแล้ว บุคคลที่สำคัญต่อผู้กระทำจะรู้สึกเสียใจ รู้สึกผิด สงสาร อยากจะทำ เป็นการแก้ตัว ความรู้สึกเหล่านี้เป็นการปรับตัวของบุคคลที่สำคัญต่อผู้กระทำ เป็นลักษณะที่เป็น ผลอุทธรณ์ของการพยายามฆ่าตัวตาย

อัลเฟรด แอดเลอร์ (กรณีการ เกาหมอ และศิริมา เนาวรัตน์. 2542 : 8 ; อ้างอิงจาก Alfred Adler. n.d. unpagel) อธิบายไว้ในทฤษฎีจิตวิทยาบุคคล (Individual Psychology) ว่าการต่อสู้ปัญหาอุปสรรคของมนุษย์นั้น เป็นการพยายามที่จะเอาชนะปมด้อยของตนเอง แต่ หากไม่สามารถเอาชนะปัญหาได้ ก็จะมุ่งทำลายสิ่งรอบตัวเป็นการประชดตนเอง การฆ่าตัวตาย จึงเป็นการปกปิดความผิดของตนเองที่ไปทำร้ายผู้อื่น

2.6 กลไกทางจิตของการฆ่าตัวตาย

นงคราญ ผาสุก (2535 : 142-144) กล่าวว่า บุคคลที่พยายามฆ่าตัวตาย มีความคับแค้นทางอารมณ์สูงสุด จากภาวะจิตใจที่ต่อสู้กับความคับแค้นใจที่เปี่ยมล้นในเหตุการณ์ของชีวิต ซึ่งมากจนตนเองไม่สามารถจะต่อสู้ป้องกันได้ และได้พยายามใช้กลไกทางจิตแล้ว แต่ประสบความล้มเหลว จึงนำไปสู่พฤติกรรม การฆ่าตัวตาย สอดคล้องกับการศึกษาของ

อุดมศิลป์ ศรีแสงนาม (2541 : internet) กล่าวว่า สภาพจิตใจของคนที่ฆ่าตัวตาย มีทั้งความอยากตายและไม่อยากตาย เพราะโดยธรรมชาติของมนุษย์และสัตว์ทั้งหลายมีสัญชาตญาณของ การมีชีวิตอยู่ แต่เหตุที่ฆ่าตัวตายเพราะทนทุกข์ทรมานเกินกว่าที่จะทนอยู่ต่อไปไหว ซึ่งเป็นความรู้สึกของเขา และจากบทความของ อินทิรา ปัทมินทร (2541 : internet) กล่าวว่า คนที่คิดฆ่าตัวตายนั้น ความจริงไม่อยากจะตายหรอก เพียงแต่อยากหนีให้พ้นความทุกข์ทรมานจิตใจ หรือทางร่างกายเท่านั้น เขาอยากหนีปัญหาหรือสถานการณ์ที่คิดว่าร้ายแรงเกินความสามารถที่จะแก้ไขได้ และไม่มีใครช่วยได้ คนที่คิดฆ่าตัวตายไม่ได้คิดเดี๋ยวนั้น กระทำเดี๋ยวนั้น แต่จะคิดมานานพอสมควร และเคยส่งสัญญาณเตือนขอความช่วยเหลือมาก่อน ถ้าไม่ได้รับการช่วยเหลืออย่างถูกต้องและทันทั่วทั้งที่ จึงฆ่าตัวตาย

สุพัฒนา เดชชาติวงศ์ ณ อยุธยา (2542 : 117) ได้สรุปกลไกจิตใจและความสัมพันธ์ของความคิดที่ฆ่าตัวตายว่า วามคิดอยากฆ่าตัวตายชั่วขณะหรือชั่วอารมณ์วูบหนึ่ง อาจเกิดขึ้นได้ในคนปกติ แต่ถ้าคิดซ้ำซากก็เป็นพยาธิสภาพ คนฆ่าตัวตายไม่จำเป็นต้องมีจิตใจที่ผิดปกติเสมอไป แต่การฆ่าตัวตายเป็นพฤติกรรมผิดปกติ เพราะคนส่วนมากไม่ฆ่าตัวตาย แม้จะตกอยู่ในสภาวะเช่นเดียวกัน ทั้งการพยายามฆ่าตัวตายและการฆ่าตัวตายอย่างจริงจัง ไม่ผูกพันกับ พยาธิสภาพอย่างหนึ่งอย่างใดโดยเฉพาะ มักพบบ่อยในผู้ป่วยที่มีความเศร้า คนฆ่าตัวตายทุกคน มีความรู้สึกสองฝักสองฝ่าย (Ambivalent) คือ ทั้งอยากตายและอยากมีชีวิตอยู่ในขณะเดียวกัน เพียงแต่มีความรู้สึกฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งเท่านั้น การฆ่าตัวตายอาจเป็นการลงโทษ

ตนเอง เป็นการแก้แค้นผู้อื่นหรือเนื่องมาจากความเชื่อเรื่องเกิดใหม่ในชาติหน้าร่วมกันคนที่ตนรักก็ได้ ทุกคนที่คิดฆ่าตัวตายจะมีความรู้สึกอย่างหนึ่งคล้ายกัน คือ รู้สึกว่าตน "ขาดความรัก" การฆ่าตัวตายจึงเป็นการทำให้การสำนึกผิดบังเกิดแก่บุคคลสำคัญในชีวิตของเขาซึ่งละเลยหรือทอดทิ้งเขา ถือเป็นการแก้แค้นวิธีหนึ่ง

แมคโดนัลด์ (Macdonald) (นงคราญ ภาสกร. 2535 : 142 ; อ้างอิงจาก Macdonald. n.d. : unpagged) กล่าวว่าคนที่ไม่เคยพยายามฆ่าตัวตาย มีแนวโน้มที่จะฆ่าผู้อื่นสูงกว่าผู้ที่เคยพยายาม ฆ่าตัวตาย แต่คนที่ฆ่าใครต่อใครมาอาจฆ่าตัวตายก็ได้ เหตุของการฆาตกรรมมักได้แก่ ญาติ หรือเพื่อนสนิท

2.7 กระบวนพฤติกรรมกรรมการฆ่าตัวตาย

วีณา อัสสรณินทร์ (2525 : 1-3) ได้สรุปกระบวนพฤติกรรมกรรมการฆ่าตัวตายว่า เมื่อ บุคคลประสบปัญหาทางด้านสังคม หรือทางด้านจิตใจ หรือทางด้านสุขภาพทางกาย จะทำให้ บุคคลเกิดความคับข้องใจ และวิตกกังวลสูง ถ้าบุคคลเหล่านี้ประสบกับความล้มเหลวในการปรับตัวแก้ปัญหา ทางออกก็คือ การฆ่าตัวตาย ทั้งนี้เพื่อหนีความกดดันต่าง ๆ ที่ประสบอยู่ การฆ่าตัวตาย จึงเปรียบเสมือนทางออกสุดท้ายจากผลของความล้มเหลวในการปรับตัวต่อการแก้ปัญหา

คนที่ฆ่าตัวตายจำนวนมาก ใช้วิธีฆ่าตัวตายในครั้งแรกๆ เป็นสัญญาณเตือนภัย เป็นการประท้วงหรือเรียกร้องความสนใจจากผู้ใกล้ชิด หรือสังคมรอบข้าง ซึ่งการพยายามฆ่าตัวตายจึง เป็นเสมือนการร้องขอความช่วยเหลือ (cry for help) หรือประท้วงประชนสังคม ดังนั้น ผู้ที่อยู่ ใกล้ชิดหรือสังคมรอบข้างสามารถให้ความอบอุ่นทางใจแก่บุคคลเหล่านี้ได้ โดยการแสดง ความเข้าใจ ใส่ใจ ยอมรับฟังความทุกข์ยาก และให้ความช่วยเหลือแบ่งเบาภาระเศร้าโศกเสียใจ (depress) ความคิดอยากฆ่าตัวตายก็จะไม่เกิดขึ้น แต่ถ้าไม่มีผู้แบ่งเบาภาระเศร้าโศกเสียใจ ปลอบ ให้ทุกข์แล้วทุกข์อีก เมื่อความทุกข์สะสมมากขึ้น ก็จะทำให้เกิดความคิดอยากฆ่าตัวตาย (Suicidal idea) และต่อมาจะมีพฤติกรรมแสดงออกมาว่าจะฆ่าตัวตาย (Suicidal gesture) เพื่อ เรียกร้องความสนใจหรือเพื่อขอความช่วยเหลือทั้ง ๆ ที่ไม่ยอมตายจริง แต่ถ้าในระยะนี้ไม่ได้รับความสนใจหรือความช่วยเหลืออีก ก็จะพยายามฆ่าตัวตายจริง ๆ (Attempted suicide) ด้วยวิธีการที่รุนแรงกว่าเดิม แต่ยังมีคามหวาดกลัวการฆ่าตัวตายอยู่บ้าง และถ้าไม่มีใครเข้าใจพฤติกรรมของเขา ในที่สุดจะฆ่าตัวตายจริง ๆ จนสำเร็จ (Committed suicide)

ประเวช ตันติพิวัฒนสกุล และสุรสิงห์ วิศรุตรัตน์ (2542 : 5-9) แบ่งพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการฆ่าตัวตายเป็น 3 ระดับ คือ

1. การคิดฆ่าตัวตาย (Suicidal idea)

คนทั่วไปอาจมีความคิดชั่ววูบที่อยากตาย ความคิดเช่นนี้มักเกิดขึ้นในช่วงที่ชีวิต ประสบปัญหายุ่งยาก เกิดความเครียด ทำให้รู้สึกว่าชีวิตไม่มีความหมายหรือเกิดความน้อยเนื้อต่ำใจ รู้สึกไม่เป็นที่รัก โดยคนบางกลุ่มอาจมีความคิดเช่นนี้มากกว่าคนทั่วไป เช่น ผู้ตกงาน ผู้ป่วยโรคเรื้อรัง ผู้กำลังประสบกับปัญหาชีวิต และผู้ป่วยจิตเวช เป็นต้น

2. การทำร้ายตนเองแต่ไม่เสียชีวิต (Attempted suicide)

ผู้ที่คิดและพยายามฆ่าตัวตาย มักจะมองการฆ่าตัวตายเป็นทางออกเพียงทางเดียวที่ เขา มีอยู่ในขณะนั้น และมองว่าการตายเป็นทางเลือกที่ดีกว่าการทนอยู่กับปัญหา หรือความเจ็บ ปวดทางจิตใจที่เขาเผชิญอยู่ เขามีความรู้สึกถูกบีบคั้นจากปัญหาจนทนไม่ได้ หหมดความหวัง จึงต้องการหยุดการรับรู้ลง และการตายเปรียบเสมือนการหลีกหนีความเจ็บปวดที่เขาไม่ต้องการ ผู้ที่ตกอยู่ในภาวะจิตเช่นนี้ ส่วนใหญ่จะมีความรู้สึกสองจิตสองใจ ในหนึ่งอยากตายเพื่อจบปัญหาลง อีกใจกระทบอีกเพียงเล็กน้อยก็อาจตัดสินใจ

ทำร้ายตนเองได้ จากการศึกษาพบว่า ผู้ที่ทำร้ายตนเองแต่ไม่เสียชีวิต ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงอายุน้อย สาเหตุที่กระตุ้นที่สำคัญ คือ ปัญหาความสัมพันธ์ภายในครอบครัวและปัญหาเศรษฐกิจ มักไม่มีความเจ็บป่วยทางจิตเวช และทำร้ายตนเองขณะโกรธเคืองด้วยอารมณ์ชั่ววูบ มากกว่าการกระทำเพราะสิ้นหวังในชีวิต

3. การฆ่าตัวตาย (Committed suicide)

ผู้ฆ่าตัวตายสำเร็จมักเป็นผู้ชาย มีความเจ็บป่วยทางจิตเวช มีการวางแผนฆ่าตัวตาย ไว้ล่วงหน้า ใช้วิธีการที่เป็นอันตรายต่อชีวิต และทำในช่วงเวลาและสถานที่ที่คนอื่นช่วยเหลือได้ยาก ผู้ทำร้ายตนเองไม่มากที่ตั้งใจจะจบชีวิตตนเองลงจริง ส่วนใหญ่ทำไปเพราะเหตุผลอื่น เช่น ความน้อยใจ ขุ่นเคืองใจ ซึ่งถือเป็นวิธีการหนึ่งในการสื่อสารเพื่อร้องขอความช่วยเหลือ แต่ผู้ที่ ฆ่าตัวตายสำเร็จ ส่วนใหญ่เสียชีวิตจากการลงมือทำครั้งแรก

จากการศึกษาของ จีวีวรรณ สัตยธรรม (2541 : 350) กล่าวถึงพฤติกรรมฆ่าตัวตายมี 3 แบบ ดังนี้

1. การฆ่าตัวตายที่กระทำสำเร็จ (Committed หรือ Successful suicide)
2. การพยายามที่จะฆ่าตัวตาย (Attempted suicide) บุคคลที่พยายามฆ่าตัวตายมี 3 ลักษณะ คือ พวกแรกเป็นพวกที่หุนหันพลันแล่น แสดงความโกรธรุนแรงเมื่อมีความเครียด พวกที่สองเป็นพวกที่ไม่สามารถแก้ปัญหาวิกฤตได้ ใช้การฆ่าตัวตายเป็นการแก้ปัญหา และพวกสุดท้ายเป็นพวกที่มีพยาธิสภาพที่รุนแรง หรือมีความผิดปกติทางจิตใจอย่างรุนแรง
3. การสร้างกระทำการฆ่าตัวตาย เรียกร้องความสนใจโดยมิได้ตั้งใจจะตายจริง (suicide idea หรือ Suicidal gestures)

2.8 ลักษณะสำคัญที่บ่งบอกถึงการฆ่าตัวตาย

กรมสุขภาพจิต (2542 : 23) ได้กล่าวถึง ลักษณะสำคัญที่บ่งบอกถึงการฆ่าตัวตาย คือ

1. ด้านความคิด

มีความคิดอยากตายสูง ดำเนินตนเองตลอดเวลา ย้ำเรื่องสุขภาพมากเกินไป ไม่รู้สาเหตุของอารมณ์ซึมเศร้าที่เกิดขึ้น มีความคิดแคบ ๆ คิดเรื่องเก่า ๆ ซ้ำ ๆ ซาก ๆ มีความคิดที่จะติดขัด คิดอะไรไม่ออก
2. ด้านอารมณ์

เศร้าและโกรธง่าย หรือเกิดขึ้นทั้งสองฝ่ายอย่างรวมกันโดยไม่สมเหตุสมผล ซึมเศร้าหมดหวัง ไม่ต้องการความช่วยเหลือจากใคร รู้สึกไม่มีความสุข เจ็บเมื่อย ขอบร้องไห้ ไม่รับรู้สิ่งใด อ่อนแอ ไม่มีกำลัง ไม่มีความหวัง รู้สึกผิด วิตกกังวลหรือกลัวตลอดเวลา กลัวจนเกินเหตุ ไม่มีความสุขและขาดความสนุกสนาน
3. ด้านพฤติกรรม

พยายามฆ่าตัวตาย และมีพฤติกรรมเสี่ยงต่าง ๆ กินยาเกินขนาดและดื่มจัด ไม่อยากทำงาน ไม่อยากไปโรงเรียน ไม่สนใจเรื่องเพศและความคิดสับสน แยกตัวจากครอบครัวจากเพื่อน ไม่ยิ้มแย้มเหมือนเมื่อก่อน ไม่ร่าเริง ขอบเก็บตัวตามลำพัง หวาดกลัว ตั้งอยู่ในความประมาท ขอบใช้ความเร็วในการขับขียานพาหนะ มีปัญหาเรื่องการหลับนอน มีพฤติกรรมพึ่งพาผู้อื่นตลอดเวลา ปล่อยเนื้อ ปล่อยตัวกรูกรัง ซึมเศร้า เบื่ออาหาร บางครั้งรับประทานมากผิดปกติ และน้ำหนักเปลี่ยนแปลง ฟังเพลงซ้ำ วาดรูป แต่งกลอน

ต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับอารมณ์เศร้า ขาดความสนใจใฝ่ดีต่อสิ่งรอบข้าง บางรายมีพฤติกรรมต่อต้านสังคม เช่น ลักขโมย พุดปด ทำร้ายร่างกายผู้อื่น หรือแสดงอาการโกรธและแฉ่งกร้าวออกมา

สอดคล้องกับการศึกษาของ นิตยา เฉลิมกุลและคณะ (2542 : 44) พบว่าผู้พยายามฆ่าตัวตายจะมีบุคลิกภาพหลาย ลักษณะด้วยกัน คือ

1. บุคลิกภาพแบบแสดงตัว ได้แก่ ชอบทำกิจกรรมตื่นเต้น ชอบเสี่ยง ไม่ไคร่ระวัง หุนหันพลันแล่น แสดงอารมณ์หรือความรู้สึกเปิดเผย มีแนวโน้มแสดงความก้าวร้าวและ ความไม่พอใจออกมา
2. บุคลิกภาพแปรปรวน มีความวิตกกังวลสูง อารมณ์เปลี่ยนแปลงง่าย ขาดความไว้วางใจ ขาดความมั่นใจ ไม่เป็นตัวของตัวเอง ชอบพึ่งพาผู้อื่น รู้สึกผิดและไร้ค่า ตึงเครียดง่าย ใช้อารมณ์ตัดสินปัญหา ระบายความโกรธด้วยการทำร้ายตนเอง

3. บุคลิกภาพแบบเก็บตัว ชอบอยู่โดดเดี่ยว เก็บตัว ขาดความมั่นใจที่จะคบหาสมาคม กับสังคม หมกมุ่นเรื่องของตนเอง

4. บุคลิกภาพแบบสมยอม (ซึมเศร้า) มีความวิตกกังวลสูง ซึมเศร้า ไม่ร่าเริง แจ่มใส นิลวรรณ อึ้งสกุล (2542 : 28) กล่าวถึงลักษณะก่อนการกระทำการฆ่าตัวตายของผู้ป่วย จิตเวช 2 สัปดาห์ ซึ่งมีลักษณะดังนี้

1. ลักษณะพฤติกรรม ส่วนใหญ่แยกตนเอง ไม่ค่อยพูดคุย
2. ลักษณะอารมณ์และความรู้สึก จะรู้สึกตนเองไร้ค่า วิตกกังวล เบื่อหน่าย กลุ้มใจ
3. ลักษณะความคิด จะคิดไม่ตก ไม่มีหนทางแก้ปัญหา คิดว่าเป็นภาระให้ผู้อื่น ตายไปแล้วจะพ้นทุกข์ ในส่วนของ เวสเตอร์ และคณะ (สุปรีชา วงษ์พุทธา 2543 : 27 อ้างอิงมาจาก Westercamp. 1985 : 613-615) ได้กล่าวถึงลักษณะอาการของวัยรุ่นที่เสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย พอสรุปได้ดังนี้ อ่อนเพลียมาก นอนไม่หลับ กระวนกระวาย ตื่นในเวลาดึก เบื่ออาหารอย่างกะทันหัน หรือบริโภคอาหารมากกว่าปกติ เจ็บเมื่อย เบื่อ ไม่ยอมทำกิจกรรมใด ๆ น้ำตาลลอยอยู่ตลอดเวลา แยกตัวจากเพื่อนหรือกิจกรรมต่าง ๆ ที่เคยปฏิบัติอย่างสนุกสนาน ดื่มเหล้าและของมีเมาอื่น ๆ เขียนจดหมายถึงเพื่อนมากมาย ละเลยไม่สนใจสมบัติส่วนตัว เมื่อมีเหตุการณ์ที่พลัดพราก สูญเสีย จะมีอาการโศกเศร้าเสียใจเป็นเวลานาน เป็นโรคเรื้อรังที่รักษาไม่หาย มีประวัติการฆ่าตัวตายในครอบครัว ความคิด ความเชื่อเกี่ยวกับการฆ่าตัวตาย

2.9 ความคิดและความเชื่อเกี่ยวกับการฆ่าตัวตาย

อัมไพชนิษฐ์ สมานวงศ์ไทยและคณะ (2542 : 18-20) ได้รวบรวมเกี่ยวกับเรื่องความคิด ความเชื่อเกี่ยวกับการฆ่าตัวตาย ได้ดังนี้

ความเชื่อ (Myth) คือ ความเชื่อที่ผิดที่ได้รับการบอกเล่าสืบต่อกันมา ซึ่งจะมีผลต่อพฤติกรรม / การกระทำของบุคคล หากผู้ให้คำปรึกษามีความเชื่อที่ผิดเกี่ยวกับการฆ่าตัวตายในประเด็นต่าง ๆ จะทำให้ไม่สนใจหรือไม่ให้การช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษาที่กำลังอยู่ในภาวะเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย

ความเชื่อที่ผิด ๆ	ความจริง
1. ผู้ที่พูดถึงการฆ่าตัวตาย มักจะไม่ฆ่าตัวตายจริง	1. ผู้ที่ฆ่าตัวตายสำเร็จ มักจะแสดงท่าที หรือบอกเป็นนัยก่อนตาย เราต้องให้ความสนใจ อย่างจริงจังกับผู้ที่พูดถึงการฆ่าตัวตาย
2. การถามผู้รับคำปรึกษาว่ามีความคิดฆ่าตัวตายหรือไม่ อาจเป็นการชี้นำให้กระรอก ทำให้เขาตัดสินใจฆ่าตัวตายจริง	2. การถามเกี่ยวกับความคิดฆ่าตัวตาย จะช่วยลดความกดดัน ความกังวลใจ ผู้ที่คิดฆ่าตัวตายมีหลายราย จะรู้สึกโล่งใจที่ได้พูดถึงความคิดฆ่าตัวตาย และทำให้คลายความเครียดลง จนอาจไม่คิดฆ่าตัวตาย
3. การฆ่าตัวตายเป็นการเรียกร้อง ความสนใจ ความเชื่อที่ผิด ๆ	3. การฆ่าตัวตายที่ไม่สำเร็จ มักเป็นการเรียกร้องความจริงขอความช่วยเหลือรูปแบบหนึ่ง มากกว่าจะเป็นการเรียกร้องความสนใจ
4. ผู้ที่ฆ่าตัวตายแล้วไม่สำเร็จ เขามักจะ พยายามฆ่าตัวตายไม่สำเร็จ	4. ผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายแต่ไม่สำเร็จ อาจฆ่าตัวตายสำเร็จได้ในโอกาสต่อมา
5. ผู้ที่คิดฆ่าตัวตาย ต้องการตายจริง	5. ผู้ที่คิดฆ่าตัวตายจำนวนมาก มักอยู่ในภาวะลังเลเพราะในใจมีความต้องการระหว่างการมีชีวิตอยู่ต่อและความต้องการจบชีวิตตนเอง และมีผู้คิดตายหลายราย จะร้องขอความช่วยเหลือ หลังจากที่ได้พยายามฆ่าตัวตายแล้ว
6. ผู้ที่ฆ่าตัวตายทุกรายมีอารมณ์เศร้า	6. แม้ว่าความรู้สึกอยากตาย ส่วนใหญ่มักเกี่ยวกับอารมณ์เศร้า แต่ผู้ฆ่าตัวตายสำเร็จกลุ่มหนึ่งเพียงส่วนหนึ่งเท่านั้น ที่มีอารมณ์เศร้าอย่างชัดเจนจำนวนหนึ่งจะมีความวิตกกังวล จำนวนหนึ่งจะมีอาการโรคของจิต หรืออาจมีความต้องการหนีจากสถานการณ์ชีวิต

ความเชื่อที่ผิด ๆ	ความจริง
7. การฆ่าตัวตายถ่ายทอดทางกรรมพันธุ์ได้	7. พฤติกรรมการฆ่าตัวตาย ไม่มีการถ่ายทอดทางกรรมพันธุ์ แต่เป็นการเลียนแบบ
8. ผู้ฆ่าตัวตาย มีความเจ็บป่วยทางจิตเวช	8. ผู้ที่ฆ่าตัวตายสำเร็จ พบว่าร้อยละ 80-90 มีความเจ็บป่วยทางจิตเวช (Psychiatric disorder) แต่ผู้ที่มีปัญหาสุขภาพจิตที่เกิดขึ้นชั่วคราว หรือต่อเนื่องเรื้อรัง ก็สามารถฆ่าตัวตายได้
9. ผู้หญิงมักไม่ฆ่าตัวตายจริง และใช้วิธีฆ่าตัวตายแบบไม่รุนแรง	9. ผู้หญิงฆ่าตัวตายมากกว่าผู้ชาย แต่ฆ่าตัวตายสำเร็จน้อยกว่าผู้ชาย และไม่สามารถสรุปได้ว่าผู้หญิงทุกรายที่ฆ่าตัวตาย ไม่คิดตายจริง
10. เด็กอายุ 12-15 ปี ยังอายุน้อยเกินกว่าจะคิดเรื่องฆ่าตัวตาย	10. จากสถิติการฆ่าตัวตายพบว่า ผู้ฆ่าตัวตายสำเร็จจำนวนหนึ่งเป็นวัยรุ่น และมีแนวโน้มจะเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ ผู้ที่มีอายุน้อยอาจฆ่าตัวตายด้วยวิธีการรุนแรงได้

2.10 การประเมินความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย

ผู้วิจัยได้ใช้แบบประเมินความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายในวัยผู้ใหญ่ ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข จำนวน 4 ข้อ

2.11 ผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย

✓ สมภพ เรื่องตระกูล (2536) ได้ศึกษาผู้ป่วยพยายามฆ่าตัวตายจำนวน 105 คน ภายในโรงพยาบาลศิริราช ผลการศึกษาพบว่า อายุที่พบส่วนใหญ่คือ 13-50 ปี เป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชายประมาณ 2 เท่า เป็นโสด การศึกษาระดับประถมศึกษา อาชีพรับจ้าง รองลงมาคือ นักเรียน แม่บ้าน สาเหตุกระตุ้นที่สำคัญคือ ปัญหาครอบครัว ปัญหาชีวิตสมรส ปัญหาความยากจน และโรคทางจิตเวช ครึ่งหนึ่งของผู้ป่วยกระทำเพราะอารมณ์ชั่ววูบ 1 ใน 3 จะมีประวัติพยายามฆ่าตัวตายมาก่อน ครึ่งหนึ่งของผู้ป่วยมีประวัติโรคทางจิตเวชในครอบครัว และโรคทางจิตเวชที่พบมากในผู้ป่วย คือ โรคประสาท โดยมีอาการซึมเศร้า และบุคลิกภาพที่ผิดปกติ

ในกรณีของ สุวัทนา อารีพรรค (2522) ศึกษาการพยายามฆ่าตัวตายในคนไทยที่ได้รับการรักษาตัวในโรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ และโรงพยาบาลตำรวจจำนวน 40 คน พบว่าปัจจัยที่เสี่ยงสูงต่อการพยายามฆ่าตัวตายคือ เพศหญิง อายุน้อย การศึกษาสูง และระดับเศรษฐกิจสูง ผู้ที่เป็นโสด ม่าย แยกหรือหย่าร้าง และคนที่ดำเนินชีวิตอยู่อย่างลับ ๆ มีอัตราเสี่ยงสูงกว่าคนที่ใช้ชีวิตสมรสราบรื่น วิธีการพยายามฆ่าตัวตายที่นิยมที่สุดคือ การกินยาและสารพิษ มากกว่าครึ่งหนึ่งของผู้ป่วยไม่มี อาการเตือนให้ทราบล่วงหน้า ผู้ป่วย

เกือบทุกรายมีบุคลิกภาพที่ผิดปกติ และประมาณร้อยละ 80 มีอาการทางจิตก่อนพยายามฆ่าตัวตาย ปัจจัยกระตุ้นที่สำคัญคือ ปัญหาครอบครัวและปัญหาการสมรส มีอาการหลงผิดและประสาทหลอน

สอดคล้องกับการวิจัยของ เรณู ปทุมมณี (2523) ศึกษาผู้ที่พยายามอัตวินิบาตกรรมที่มารับการรักษาตัวที่ โรงพยาบาลศิริราช โรงพยาบาลศรีธัญญา โรงพยาบาลสมเด็จพระเจ้าพระยา และโรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้าจำนวน 96 ราย พบว่าเป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย 2 เท่า อยู่ในช่วงอายุ 10-24 ปี มากที่สุดรองลงมาคืออายุ 25-44 ปี อาชีพรับจ้าง รองลงมาเป็นผู้ไม่ได้ประกอบอาชีพ การศึกษาอยู่ในระดับประถมศึกษา เป็นผู้ที่สมรสแล้วมากกว่าเป็นโสด การประกอบอัตวินิบาตกรรมมีความสัมพันธ์กับระดับภาวะวิกฤตในชีวิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และภาวะวิกฤตในชีวิตของผู้ที่อัตวินิบาตกรรมในเพศชาย เพศหญิง และสถานภาพสมรสที่เป็นโสด และแต่งงานแล้วมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ปิยฉัตร เนนเลิศ (2524) ได้ศึกษาปัญหาสังคมของผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายที่มารับการรักษาในภาควิชาจิตเวช โรงพยาบาลศิริราชจำนวน 50 ราย พบว่าผู้ที่พยายามฆ่าตัวตาย ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง พบมากในช่วงอายุ 16-20 ปี เป็นโสด เป็นนักเรียน นักศึกษา รายได้ค่อนข้างต่ำ การศึกษาอยู่ในระดับประถมศึกษา เป็นบุตรคนกลาง ครอบครัวมีลักษณะแตกแยก วิธีการที่ใช้ คือกินยาตาย สาเหตุกระตุ้นส่วนมากเป็นปัญหาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

ส่วน สุนทร ชมนันตี (2524) ได้ศึกษาการพยายามฆ่าตัวตาย และการฆ่าตัวตายของผู้ป่วยที่มารับบริการที่โรงพยาบาลนครเชียงใหม่ พบว่าผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายเป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย มีอายุระหว่าง 12-25 ปี ในช่วงอายุน้อยนี้ เพศหญิงพยายามฆ่าตัวตายมากกว่าเพศชาย และเมื่ออายุมากขึ้น เพศชายพยายามฆ่าตัวตายมากกว่าเพศหญิง เป็นโสดมากกว่าผู้ที่สมรสแล้ว อาชีพเกษตรกร และเป็นกรรมกรมากที่สุด ส่วนใหญ่ใช้วิธีดื่มยาพิษ ยิงตัวตาย และผูกคอตาย ตามลำดับ

สุชาติ พหลภาคย์ และผกาพันธ์ วุฒิลักษณ์ (2527) ได้ศึกษาข้อมูลส่วนตัวและข้อมูล จิตวิทยา ก่อนฆ่าตัวตายจากญาติใกล้ชิด หรือเพื่อนผู้ใกล้ชิดกับผู้ฆ่าตัวตายสำเร็จ ที่เป็นข่าวการฆ่าตัวตายในหนังสือพิมพ์ 4 ฉบับ คือ ไทยรัฐ เดลินิวส์ ข่าวสด บ้านเมือง พบว่าผู้ชายฆ่าตัวตายเป็น 1.8 เท่าของผู้หญิง ผู้ที่มีอัตราเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายสูงคือ อายุ 15-34 ปี เป็นโสด ม่าย หย่า แต่งงานแล้ว แยกกันอยู่ ผู้ที่มีอาการทางจิตประสาท ผู้ที่มีโรคทางกายรุนแรงและเรื้อรัง ผู้ที่มีญาติสนิทฆ่าตัวตาย นอกจากนี้ยังพบว่า ผู้ชายเลือกวิธีการฆ่าตัวตายที่รวดเร็ว และรุนแรงกว่าผู้หญิง

✓ เอมอร ชินพัฒนพงษ์ (2530) ศึกษาประวัติชีวิตของผู้ที่พยายามกระทำอัตวินิบาตกรรมในกลุ่มอายุ 15-30 ปี ที่มารับการตรวจรักษาที่โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ จำนวน 100 ราย พบว่าส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง อายุ 15-19 ปี เป็นโสด การศึกษาอยู่ในระดับประถมศึกษา วิธีการที่ใช้ คือ การรับประทานยา ซึ่งส่วนใหญ่เป็นยาแก้ปวดประสาทและยานอนหลับ สาเหตุที่เป็นปัจจัยกระตุ้นคือ ปัญหาชีวิตสมรส รองลงมาคือ ปัญหาครอบครัวและปัญหาความรัก ตามลำดับ ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการพยายามอัตวินิบาตกรรม ได้แก่ ประวัติการใช้ยาเสพติด ประวัติการพยายามอัตวินิบาตกรรมก่อนความอบอุ่นของครอบครัวที่ไม่ดีในวัยเด็ก การมีปัญหาวิตสมรส อุปนิสัยเย็บแค้น เก็บตัว เจ้าอารมณ์ รุนแรงชอบสนุก น้อยใจ และคิดมาก และได้พบว่า มีเนื้อหาสอดคล้องกับการศึกษาของ

ธนู ชาติธนานนท์, ธีราพร มณีนาถ, วัชณี หัตถพนม และอินทรศักดิ์ หอวิจิตร (2533) ศึกษาการฆ่าตัวตายของผู้ป่วยในโรงพยาบาลจิตเวชขอนแก่น ระหว่างปี พ.ศ. 2529 ถึง 2531 พบว่ามีผู้ป่วยฆ่าตัวตายสำเร็จ 7 ราย และพยายามฆ่าตัวตาย สถานภาพสมรสโสดหรืออยู่คนเดียว (ม่าย หย่าร้าง แยกกันอยู่) มีอายุ

น้อยกว่า 44 ปี เคยเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลมากกว่า 1 ครั้ง ไม่มีบุตร ไม่มีประวัติเสพยาเสพติด เคยมีประวัติการพยายามฆ่าตัวตาย

อุมพร ตรังคสมบัติ และอรรณพ หนูแก้ว (2541) ศึกษาเด็กอายุ 10-15 ปี ที่มารักษาในแผนกกุมารเวชศาสตร์แบบผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ด้วยอาการเจ็บป่วยทางกาย จำนวน 92 ราย พบว่าผู้ป่วยมีประวัติของพฤติกรรมฆ่าตัวตาย มีจำนวน 35 ราย คิดเป็นความชุกของพฤติกรรมฆ่าตัวตายร้อยละ 38 ลักษณะของพฤติกรรมฆ่าตัวตายแบ่งเป็น ความคิดจะฆ่าตัวตาย การขู่จะฆ่าตัวตาย และการพยายามฆ่าตัวตาย วิธีการที่พบบ่อยที่สุดคือ การใช้มีดแทงตนเอง เหตุการณ์ที่กระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมฆ่าตัวตายบ่อยที่สุดคือ การถูกบิดา มารดาลงโทษ เด็กที่มีพฤติกรรมฆ่าตัวตายมาก่อนมีภาวะซึมเศร้า และปัจจัยความเครียดทางจิตสังคมสูงกว่าเด็กที่ไม่เคยมีพฤติกรรมดังกล่าวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ปัจจัยเสี่ยงที่สำคัญของพฤติกรรมฆ่าตัวตายคือ ภาวะซึมเศร้า การไม่มีที่อยู่เป็นหลักแหล่ง การเจ็บป่วยรุนแรงหรือเรื้อรังของตัวเด็กและการถูกทารุณทางกาย

เสียม สारบัณฑิตกุลและคณะ (2539) ศึกษาการฆ่าตัวตาย 7 จังหวัด ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ กลุ่มตัวอย่างเป็นญาติของผู้ฆ่าตัวตายสำเร็จ และญาติผู้พยายามฆ่าตัวตาย ซึ่งมารับบริการที่โรงพยาบาลประจำจังหวัด โรงพยาบาลชุมชน สถานีอนามัย จำนวน 202 ราย พบว่า ร้อยละ 77.72 ไม่เคยมีประวัติในการฆ่าตัวตายมาก่อน ร้อยละ 35.64 มีประวัติเจ็บป่วยทางจิต วิธีการฆ่าตัวตายใช้วิธีกินยามากที่สุด รองลงมาใช้วิธีผูกคอตาย ปัจจัยด้านจิตใจที่ตัดสินใจฆ่าตัวตาย เนื่องจากรู้สึกว่าเป็นคนไร้ค่าพบมากที่สุด รองลงมาเป็นการตัดสินใจหนีปัญหาที่แก้ไม่ตก การเจ็บป่วยเรื้อรัง ปัจจัยด้านสังคม พบว่าการตัดสินใจฆ่าตัวตายเพื่อหนีปัญหาคบคั่วมากที่สุด รองลงมาเป็นปัญหาเศรษฐกิจ สอดคล้องกับงานวิจัยของ ธนา นิลชัยโกวิทย์ และจักรกฤษณ์ สุขยิ่ง (2540) ศึกษาความคิอดอยากฆ่าตัวตายในประชาชนเขตหนองจอก กรุงเทพมหานคร จำนวน 826 คน พบว่ามีความชุกของความคิอดอยากฆ่าตัวตายเป็นร้อยละ 5.3 โดยมีปัจจัยต่าง ๆ ที่มีความสัมพันธ์กับการมีความคิอดอยากฆ่าตัวตายเป็นสูง ได้แก่ เพศหญิง ศาสนาพุทธและคริสต์ การมีปัญหาสุขภาพจิต กลุ่มที่ไม่มียาได้หรือมียาได้ต่ำกว่า 2,000 บาทต่อเดือน การมีความขัดแย้งในครอบครัว การเจ็บป่วยทางกาย การมีบุคคลในครอบครัวป่วยทางจิต การมีบุคคลในครอบครัวเจ็บป่วยร้ายแรง การมีบุคคลในครอบครัวเสียชีวิต การมีปัญหาด้านจิตสังคมต่าง ๆ คือ ปัญหากับคู่สมรส ปัญหากับสมาชิกในครอบครัว และปัญหากับเพื่อน โดยตัวแปรที่สามารถทำนายความคิอดอยากฆ่าตัวตายได้ดีที่สุดคือ การมีปัญหาสุขภาพจิต การเจ็บป่วยทางกาย การมีบุคคลในครอบครัวเสียชีวิต และการมีปัญหาเกี่ยวกับเพื่อน

✓ มาโนช หล่อตระกูล (2541 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาวิจัยแนวโน้มการฆ่าตัวตายในประเทศไทย : แ่งมุมทางเพศและช่วงวัย โดยเปรียบเทียบแนวโน้มพฤติกรรมฆ่าตัวตายของคนไทยในช่วง 2 ทศวรรษหลัง เน้นความแตกต่างทางเพศและช่วงวัย โดยศึกษาข้อมูลจากสำนักนโยบายและสาธารณสุข กระทรวงสาธารณสุข ซึ่งรวบรวมสถิติจากมรณบัตรทั่วประเทศในแต่ละปี วิเคราะห์อัตราการฆ่าตัวตายระหว่าง พ.ศ. 2535-2539 โดยจำแนกตามเพศและช่วงอายุ ผลการศึกษาวิจัยพบว่า ค่าเฉลี่ยอัตราการฆ่าตัวตายเพิ่มขึ้นจาก 6.4 ต่อแสนประชากร ในช่วง 10 ปีแรก (พ.ศ. 2520-2529) เป็น 6.7 ต่อแสนประชากรในช่วงปีหลัง (พ.ศ. 2530-2539) โดยในช่วงทศวรรษหลัง เพศชายมีอัตราการฆ่าตัวตายเพิ่มสูงขึ้นกว่าเพศหญิง โดยเฉพาะในช่วงวัย 20-24 ปี (21.7 ต่อแสนประชากร ใน พ.ศ. 2529) สำหรับเพศหญิงพบการฆ่าตัวตายเป็นสูงในช่วงอายุ 15-19 ปี (6.6 ต่อแสนประชากร ใน พ.ศ. 2539) และวัยสูงอายุพบการฆ่าตัวตายเป็นไม่มาก วิธีการฆ่าตัวตายที่พบบ่อยในเพศชาย ได้แก่ การแขวนคอ ส่วนเพศหญิง คือการกินยาเกินขนาด หรือใช้สารเคมี

✓ อุมพร ตรังสมบัติ และอรรณพ หนูแก้ว (2541 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาวิจัยเรื่องจิตพยาธิสภาพของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมฆ่าตัวตาย เพื่อศึกษาความชุกของพฤติกรรมฆ่าตัวตายในวัยรุ่น และจิตพยาธิสภาพของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมดังกล่าว กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 ที่อาศัยอยู่วัดสระแก้ว จังหวัดอ่างทอง จำนวน 257 คน ผลการวิจัยพบว่า ความชุกของพฤติกรรมฆ่าตัวตายในระยะเวลา 1 ปี เท่ากับร้อยละ 34.2 โดยเป็นความคิดฆ่าตัวตายเป็นร้อยละ 24.1 และการพยายามฆ่าตัวตายเป็นร้อยละ 10.1 อายุที่เริ่มมีพฤติกรรมฆ่าตัวตายครั้งแรก ส่วนใหญ่อยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนต้นและตอนกลาง วิธีที่ใช้อย่างน้อยที่สุด คือ การกินสารพิษหรือการกินยาเกินขนาด ปัจจัยที่กระตุ้นให้มีพฤติกรรมฆ่าตัวตาย คือ ความรู้สึกท้อแท้และสิ้นหวังเกี่ยวกับอนาคต กลุ่มที่มี พฤติกรรมฆ่าตัวตายมีจิตพยาธิสภาพรุนแรงกว่า โดยพบการเจ็บป่วยทางจิตเวชสูงกว่าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ มีระดับความซึมเศร้าและปัญหาทางสุขภาพจิตรุนแรงกว่ากลุ่มควบคุมและมีการเจ็บป่วยทางจิตเวชในครอบครัว การเจ็บป่วยทางกาย การถูกบิดา มารดาทอดทิ้งและการถูกทารุณทางกาย

✓ ธนู ชาติชนานนท์, สุวัฒน์ มหัตนรินทร์กุล และวนิดา พุ่มไพศาลชัย (2541 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาผลกระทบของภาวะวิกฤตทางเศรษฐกิจต่อภาวะความเครียด กลไกการจัดการความเครียด และความรุนแรงความคิดฆ่าตัวตายของคนไทย โดยการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน คนไทยทั่วประเทศ ยกเว้นกรุงเทพมหานคร จำนวน 7,462 คน เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสำรวจข้อมูลประชากร แบบวัดความเครียด SPST-20 และแบบวัดกลไกการจัดการกับความเครียดของ Jalowiec ผลการศึกษาค้นพบว่า กว่าร้อยละ 86 ของประชากร ได้รับผลกระทบจากภาวะวิกฤติ และร้อยละ 38.3 รู้สึกเครียดมากถึงเครียดที่สุด ผลกระทบส่วนใหญ่เป็นเรื่องทางการเงิน ร้อยละ 7.5 มีความคิดฆ่าตัวตาย และในจำนวนนี้ร้อยละ 0.34 ได้เคยพยายามฆ่าตัวตายแล้วแต่ไม่สำเร็จ ประชากรในภาคต่าง ๆ มีปฏิกิริยาต่อภาวะวิกฤตที่ต่างกัน ภาคกลางและภาคเหนือรุนแรงที่สุด ภาคใต้พบน้อยที่สุด กลวิธีรับมือกับความเครียดที่ได้ผลดี ได้แก่ การเผชิญหน้ากับปัญหา (confrontive) การมองโลกในแง่ดี (optimistic) และการพึ่งตนเอง ความไว้วางใจในตนเอง (Self-reliant)

✓ นิตยา เฉลิมกุล, ชะลอ ชูพงษ์ และมณฑิพย์ บริสุทธิ์ (2542 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาวิจัยเรื่องครอบครัวกับการพยายามฆ่าตัวตายเชิงคุณภาพ กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้พยายามฆ่าตัวตายที่ได้รับการรักษาพยาบาลในโรงพยาบาลแก่งหางแมว และโรงพยาบาลสอยดาว จังหวัดจันทบุรี โดยการศึกษาเชิงคุณภาพเก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์ระดับลึก ผู้พยายามฆ่าตัวตายจำนวน 10 คน และบุคคลในครอบครัวผู้พยายามฆ่าตัวตายจำนวน 20 คน บุคคลทั่วไปและบุคคลในครอบครัวที่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกับครอบครัวผู้พยายามฆ่าตัวตายจำนวน 20 คน ที่อาศัยอยู่ในชุมชนเดียวกัน ผลการศึกษาค้นพบว่า ลักษณะครอบครัวของผู้พยายามฆ่าตัวตายเป็นครอบครัวเดี่ยว มีบิดาเป็นผู้นำครอบครัว มีวิธีการอบรมเลี้ยงดูที่เข้มงวดกวดขัน และวิธีเลี้ยงแบบตามใจ ความสัมพันธ์ของบุคคลในครอบครัวส่วนใหญ่ไม่ดี สมาชิกต่างคนต่างอยู่ การสื่อสารร่วมกันมีน้อย ไม่เข้าใจบทบาทของตนเอง เป็นผู้เก็บกด

✓ เขียวชัย งามทิพย์วัฒนา และสุชีวา ภัทรารุณวรรณ (2542 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาวิจัยความคิดเห็นต่อปัญหาการฆ่าตัวตายในสังคมไทย เพื่อหาความชุกของความคิดฆ่าตัวตายและทัศนคติที่มีต่อการฆ่าตัวตาย กลุ่มตัวอย่างจำนวน 148 คน ที่เข้าร่วมฟังการบรรยายในหัวข้อ "ปัญหาการฆ่าตัวตายในสังคมไทย" วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการใช้สถิติเชิงบรรยาย และทำการคำนวณหาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่ต้องการศึกษาด้วยสถิติไคว์สแควร์ ผลการวิจัย พบความคิดฆ่าตัวตายเป็นร้อยละ 17.6 และสามารถจำแนกประชากรออกเป็น 3 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ไม่มีความคิดฆ่าตัวตาย กลุ่มที่เคยคิดฆ่าตัวตาย และกลุ่มที่ยังคงคิดฆ่าตัวตายหากประสบกับวิกฤตในชีวิต ซึ่งทั้งสามกลุ่มมีความเห็นสอดคล้องกันว่า คนที่คิดฆ่าตัวตายจริง ๆ จะไม่บอกผู้อื่น และไม่แน่ใจว่าควรถามและเอาใจใส่ผู้ที่ฆ่าตัวตายหรือไม่ กลุ่มที่ไม่เคยคิดฆ่าตัวตายและกลุ่มที่เคยคิดฆ่าตัวตายมีทัศนคติใน

ด้านลบต่อการฆ่าตัวตายว่าเป็นการหนีปัญหา แต่กลุ่มที่ยังคิดฆ่าตัวตายมองเป็นการแก้ไขและเป็นทางออกของปัญหา แต่กลุ่มที่ยังคิดฆ่าตัวตายมองเป็นการแก้ไขและเป็นทางออกของปัญหา และพบความสัมพันธ์ระหว่างความคิดที่จะฆ่าตัวตายกับการมีบุคคลใกล้ชิดคิดฆ่าตัวตายในกลุ่มตัวอย่างที่มีความคิดฆ่าตัวตาย

3. ความฉลาดทางอารมณ์

3.1 ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์

นักจิตวิทยาและนักวิชาการต่าง ๆ ในต่างประเทศได้ให้ความหมายของ EQ ไว้ดังนี้

สโลเวย์ & เมเยอร์ (สุปรีชา วงษ์พุทธา. 2543 : 9 ; อ้างอิงจาก Salovey & Mayer. 1995 : Unpage) ให้ความหมายของ EQ ว่า “เป็นความสามารถของบุคคลที่จะตระหนักรู้เท่าทันในความคิด ความรู้สึกและภาวะอารมณ์ของตนเองและของผู้อื่นได้ มีความสามารถในการควบคุมอารมณ์ของตนเอง ชี้นำความคิดและการกระทำของตนได้อย่างสมเหตุสมผล สอดคล้องกับการทำงานและการดำเนินชีวิต โดยมีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น”

ในปี ค.ศ. 1997 เมเยอร์ และ สโลเวย์ (Mayer & Salovey. 1997:185) ได้ให้ความหมายของ EQ ใหม่ว่า “เป็นความสามารถในการรับรู้ ประเมินและแสดงอารมณ์ของตนได้อย่างเหมาะสม สามารถเข้าถึงและสร้างความรู้สึกที่ดีที่เกื้อกูลความคิดได้ รวมทั้งมีการแก้ไขปัญหาที่สร้างสรรค์ได้ เข้าใจอารมณ์ แยกแยะวิเคราะห์อารมณ์และกระบวนการของอารมณ์ได้ดี คิดใคร่ครวญและควบคุมภาวะอารมณ์ได้ดีในทางที่จะส่งเสริมให้สุขภาพจิตและสติปัญญาดี สามารถจัดการกับอารมณ์ของตน ผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม”

बारอน (สมทรง สุวรรณเลิศ. 2542 : 7 ; อ้างอิงจาก Bar-on. 1992 : Unpage) ให้ความหมายของ EQ ว่า “เป็นองค์ประกอบของความสามารถด้านส่วนตัว ด้านอารมณ์และด้านสังคมของบุคคล ที่จะปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมได้อย่างประสบความสำเร็จ”

ในปี ค.ศ. 1997 Bar-On ได้ให้ความหมายของ EQ ใหม่ว่า “เป็นองค์ประกอบของขีดความสามารถ สมรรถนะและทักษะทางจิตพิสัย (Affective Domain) ที่ส่งผลต่อความสามารถ ที่จะประสบความสำเร็จในการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อการมีสุขภาพจิตที่ดี และประสบความสำเร็จในชีวิต”

คูเปอร์ & ซาอฟ (สมทรง สุวรรณเลิศ. 2543 : 7 ; อ้างอิงจาก Cooper & Sawaf. 1997 : Unpage) ให้ความหมายของ EQ ว่า “เป็นความสามารถของบุคคลในการรับรู้ เข้าใจและรู้จักใช้พลังทางอารมณ์ของตนเป็นรากฐานในการสร้างสัมพันธภาพ และโน้มน้าวจิตใจผู้อื่นได้” สอดคล้องกับแนวคิดของ Goleman (Goleman. 1998 : 136) ให้ความหมายของ EQ ว่า “เป็นความสามารถในการตระหนักรู้ถึง ความรู้สึกของตนเองและความรู้สึกของผู้อื่น สามารถบริหารจัดการอารมณ์ของตนเพื่อเป็นแรง จูงใจในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้อย่างประสบความสำเร็จ”

ไวซิงเจอร์ (สุจิตรา อูสาหะ. 2542 : 11 ; อ้างอิงจาก Weisinger. 1998 : Unpage) ให้ความหมายของ EQ ว่า “เป็นการใช้อารมณ์อย่างฉลาด โดยมีความตั้งใจทำให้อารมณ์ของตนทำงาน หรือทำประโยชน์ให้กับตนเอง ใช้อารมณ์ในการนำ พฤติกรรมและความคิดของตนในทางที่จะส่งเสริมผลงานของตนเอง”

สำหรับในประเทศพบว่า มีนักจิตวิทยาและนักวิชาการต่าง ๆ ให้ความหมายของ EQ ไว้ดังนี้

จอม ชุมช่วย (2539:17) ให้ความหมายของ EQ ตามแนวคิดของ Howard Gardner ว่า เป็นความสามารถหรือศักยภาพทางอารมณ์ของแต่ละบุคคล ซึ่งจำแนกออกเป็น 2 ลักษณะ ดังนี้

1. Interpersonal Emotional Intelligence หมายถึง ความสามารถในการรับรู้และตอบสนองต่ออารมณ์และความต้องการของผู้อื่นอย่างเหมาะสม

2. Intrapersonal Emotional Intelligence หมายถึง การรับรู้อารมณ์ของตนเอง และสามารถแยกแยะ ตลอดจนจัดการกับอารมณ์ตนเอง เพื่อนำไปสู่พฤติกรรมที่เหมาะสมได้

สุรพงษ์ อัมพวันวงศ์ (2541 : 22) ให้ความหมายของ EQ ว่า เป็นวุฒิภาวะทางอารมณ์ที่มีองค์ประกอบในการรู้จักตนเอง รู้ว่าตนเองเป็นใคร มาจากไหน ต้องการอะไรในชีวิต มีความสามารถในการจัดการควบคุมอารมณ์ตนเอง มีวินัยสูง บังคับใจตนเองได้ รู้จักผิดชอบชั่วดี มีความสามารถในการจัดการอารมณ์ของผู้อื่น มีอารมณ์ร่วมกับผู้อื่นสอดคล้องกับแนวพุทธศาสนาของ พระราชวรมุนี (ประยูร ฐัมมจิตโต) (อ้างถึงใน พรหมณี บุญประกอบ. 2542) ได้ให้ความหมายของ EQ ว่า “เป็นการใช้ปัญญากำกับการแสดงอารมณ์ที่ออกมาให้มีเหตุผล เป็นการแสดงอารมณ์ความรู้สึกออกมาในแต่ละสถานการณ์ โดยถือว่าอารมณ์หรือความรู้สึกนั้นเป็นพลังให้เกิดพฤติกรรม ซึ่งถ้าพลังขาดปัญญากำกับก็จะเป็นพลังตามอด ปัญญาจึงเป็นตัวที่จะมากำกับชีวิตของเราให้การแสดงออกเป็นไปในทางที่ถูกต้อง

เทอดศักดิ์ เดชคง (2542:9) ให้ความหมายของ EQ ว่า “เป็นความสามารถของบุคคลในการนำไปสู่การเป็นคนดี มีคุณค่า และมีความสุข” โดยอธิบายความหมายของคำว่า คนดี มีคุณค่าและมีความสุขไว้ดังนี้

การเป็นคนดี หมายถึง ความเห็นอกเห็นใจของผู้อื่น ซึ่งก็คือ ความเมตตา กรุณา ในแง่ของพุทธศาสนาก็คือ “ศีล” นั่นเอง

การมีคุณค่า มีความหมายสอดคล้องกับการมีสติรู้ตัว (Awareness)

ส่วนการมีความสุข เกิดจากการรู้จักมองโลก เลือกหาความสุขใส่ตัวเมื่อเกิดความทุกข์ก็หาวิธีแก้ไข ซึ่งก็คือการใช้ “ปัญญา” นั่นเอง

ทศพร ประเสริฐสุข (2542:14) ให้ความหมายของ EQ ว่า “เป็นความสามารถลักษณะหนึ่งของบุคคลที่จะตระหนักถึงความรู้สึก/ความคิดและอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น สามารถควบคุมอารมณ์และแรงกระตุ้นภายใน ตลอดจนสามารถตอบสนองการตอบสนองความต้องการของตนเองได้อย่างเหมาะสม ถูกกาลเทศะ สามารถให้กำลังใจตนเองในการที่จะเผชิญกับอุปสรรคและข้อขัดแย้งต่างๆ ได้อย่างไม่ดับข้องใจ รู้จักขจัดความเครียดที่จะขัดขวางความคิดริเริ่มสร้างสรรค์อันมีค่าของตนเองได้ สามารถชี้นำความคิดและการกระทำของตนในการทำงานร่วมกับผู้อื่น ทั้งในฐานะผู้นำหรือผู้ตามได้อย่างมีความสุข จนประสบผลสำเร็จในการเรียนในอาชีพ ตลอดจนประสบความสำเร็จในชีวิต”

EQ ในทัศนะของ ศันสนีย์ จัตรคุปต์ (2542:6) ให้ความหมายของ EQ ว่า “เป็นความสามารถในการพัฒนาอารมณ์” ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต) (สมทรง สุวรรณเลิศ. 2542 : 12 อ้างอิงมาจาก พระธรรมปิฎก. 2542) ให้ความหมายของ EQ ว่า “เป็นความสามารถทางอารมณ์ หรือปรีชาเชิงอารมณ์” ซึ่งจะต้องมีการพัฒนาบุคคลทั้งด้านพฤติกรรม (ศีล) จิตใจ (สมาธิ) และปัญญา โดยเฉพาะปัญญา ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญสุดท้ายในฐานะตัวปรับแก้ และปลดปล่อยที่จะทำให้จิตใจ รวมทั้งอารมณ์ให้เป็นอิสระพ้นจากการบีบคั้นครอบงำของสิ่งแวดลอมทำให้เกิดจิตใจอันมีอารมณ์ ความรู้สึกที่เกื้อกูล เป็นคุณทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น

วิระวัฒน์ ปันนิตามัย (2542:32) ให้ความหมายของ EQ ว่า “เป็นการเรียนรู้อารมณ์ ความรู้สึกของตนให้ตระหนัก มีสติรู้เท่าทันสาเหตุและความแปรผันด้านอารมณ์ของตนเอง เป็นการเรียนรู้ พุดคุยภายในตน (Intraindividual Talk) บริหารจัดการอารมณ์ ภาวะอารมณ์ อุปนิสัยใจคอของตนไปในทางที่สร้างประโยชน์แก่ทุกฝ่าย สร้างแรงจูงใจที่ดีให้แก่ตนเองในทางที่สร้างสรรค์ นำเขาวินิจฉัยอารมณ์ของตนออกมาติดต่อกับสัมพันธ์กับผู้อื่น (Interpersonal Relations) ทั้งรูปแบบของการสื่อสาร ความเก่งคน ความเข้าอกเข้าใจคน เอาใจเขามาใส่ใจเรา

(Empathy) และเป็นการที่บุคคลมี A Sense of proportion รักษาความสมดุลของเหตุผลกับอารมณ์ บริหารจัดการความสัมพันธ์งานในหน้าที่ของตนกับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี

มนัส บุญประกอบ (2542 : 55) ให้ความหมายของ EQ ว่า “เป็นความสามารถที่จะอ่านใจหรือรู้ถึงใจเขาใจเราของบุคคลได้ ตลอดจนการรู้จักควบคุมและใช้อารมณ์ ความรู้สึกได้อย่างเหมาะสม มองโลกในแง่ดี มีความเป็นผู้นำ รู้จักที่จะรักษาสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นไว้ได้อีกด้วย

สรุปความหมายของ EQ ได้ว่า “เป็นความสามารถของบุคคลในการใช้สติรับรู้อารมณ์ และควบคุมอารมณ์ของตนเอง ทำให้สามารถเข้าใจและรับรู้อารมณ์ของผู้อื่น ใช้ปัญญาในการแสดงอารมณ์และแก้ไขปัญหาได้อย่างถูกต้อง เหมาะสม มีความคิดสร้างสรรค์ มีความเมตตา กรุณา นำไปสู่สัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น ทำให้บุคคลมีความสุขและประสบความสำเร็จในชีวิต” นั่นก็คือ การเป็นผู้ที่วุฒิภาวะทางอารมณ์สมบูรณ์นั่นเอง

3.2 ความเชื่อเกี่ยวกับเชาวน์อารมณ์

วีรวัฒน์ ปันนิตามัย (2542:56-59) ได้เสนอความเชื่อเกี่ยวกับเชาวน์อารมณ์ ไว้ดังนี้

1. เป็นผลร่วมจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับสิ่งแวดล้อมในแต่ละวัฒนธรรม โดยเชื่อว่าแหล่งที่มีบทบาทต่อพฤติกรรมที่แสดงถึงบุคคลที่มี EQ สูง ได้แก่ บ้าน ครอบครัว สื่อ โรงเรียน บทบาทของสถานการณ์และวัฒนธรรมหรืออนุวัฒนธรรม เป็นต้น

2. EQ เกี่ยวข้องอย่างมากกับวุฒิภาวะอารมณ์ที่เจริญสมวัย (Maturity) โดยเชื่อว่า อายุมีความสัมพันธ์กับ EQ บุคคลในช่วงวัยเด็ก วัยรุ่น อาจมี EQ ที่แตกต่างไปจากระดับ EQ ของคน ๆ เดียวกันเมื่อเติบโตเข้าสู่วัยผู้ใหญ่หรือเมื่ออายุมากขึ้นแล้ว

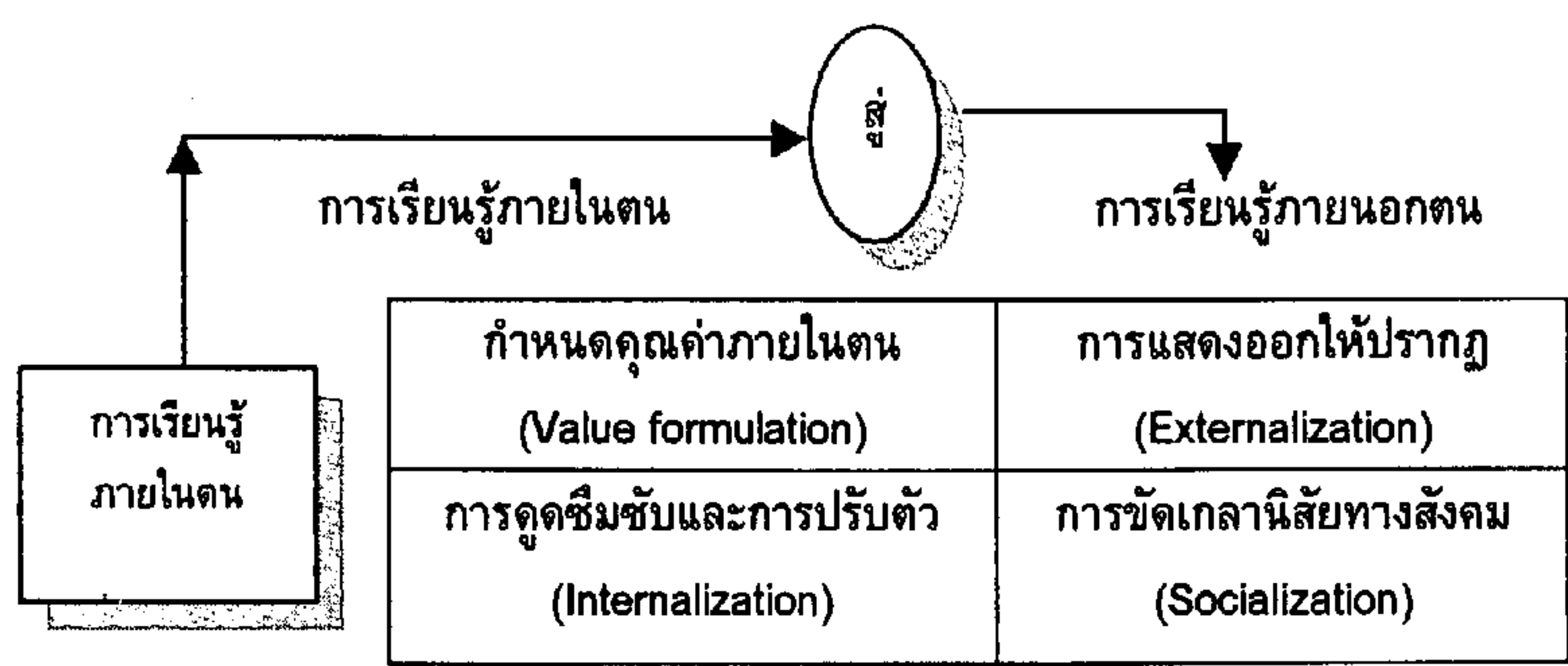
3. เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพแบบฉบับที่เป็นปกติวิสัยของบุคคลนั้น เชื่อว่า การเรียนรู้ของ EQ มักจะเกิดขึ้นกับชีวิตช่วงหลังจากการศึกษาเล่าเรียนเป็นส่วนมาก

4. EQ สามารถเรียนรู้ได้ ฝึกฝนได้และพัฒนาได้

โกลแมน (Goleman.1998:148) กล่าวถึงการพัฒนา EQ ว่า EQ ไม่ได้ถูกกำหนดตายตัวจากพันธุกรรม และไม่ได้พัฒนามากในช่วงวัยเด็กตอนต้นเหมือน IQ แต่เกิดจากการเรียนรู้และสามารถดำเนินต่อไปเรื่อย ๆ การพัฒนา EQ เป็นการฝึกสมองทั้ง 2 ด้าน โดยเฉพาะในสมองซีกของ Limbic System แต่ต้องใช้ความอดทนและเอาจริงเอาจัง ซึ่งเกี่ยวข้องโดยตรงกับระดับประสบการณ์ของบุคคล การเรียนรู้ของ EQ มีทั้งที่ไม่ปรากฏให้เห็น ซึ่งถือเป็นการเรียนรู้โต้ตอบกันภายในตัวบุคคล หรืออาจแสดงออกมาอย่างชัดเจนก็ได้ บารอน (Bar-On. 1997 : 48) เชื่อว่า EQ พัฒนาได้ตั้งแต่ในวัยเด็กไปจนถึงอายุ 50 กว่า ๆ โดยจะมีจุดสูงสุดช่วงอายุระหว่าง 45-55 ปี

5. ประเมินได้ในนัยของความเหมาะสม สามารถประเมิน EQ ได้โดยใช้ความ เหมาะสมมากกว่าจะกำหนดเป็นเรื่องของความถูก-ผิด หรือขาว-ดำ ดี-ชั่ว หรือการประเมินเป็นแต้มคะแนน ระดับ EQ ของบุคคลในการประเมินแต่ละครั้งอาจมีค่าที่ผันแปรได้ การประเมิน EQ ควรใช้เครื่องมือวัดหลาย ๆ รูปแบบประกอบร่วมกัน

6. มีหลายองค์ประกอบร่วม (Mutifactorial) EQ เป็นผลมาจากการการอบรมเลี้ยงดูภาวะแวดล้อม วัฒนธรรม การเรียนรู้ทั้งที่เป็นทางการบุคลิกภาพที่ผลต่อพัฒนาการทางสังคม อารมณ์ สติปัญญา บุคคลและผลจากการเรียนรู้ภายในตนและภายนอกตน



ภาพประกอบ 1 ลักษณะของการเรียนรู้ทางอารมณ์ของบุคคลเพื่อสร้าง EQ
ที่มา : วีระวัฒน์ ปันนิตามัย. (2542.) *เชาว์อารมณ์ดัชนีวัดความสำเร็จในชีวิต* : 36

การกำหนดความหมาย และการอบรมขัดเกลานิสัยทางสังคมของบุคคล เป็นผลร่วมของ ปฏิสัมพันธ์ใน 2 ลักษณะ คือ การซึมซับเข้าสู่ตัวเองกับการแสดงออกกับสิ่งแวดล้อมภายนอก การหล่อหลอม พัฒนา EQ เป็นผลร่วมจากทั้ง 4 ปัจจัย ได้แก่ การกำหนดคุณค่าภายในตน การดูดซึมซับและการปรับตัว การขัดเกลานิสัยทางสังคมและการแสดงออกให้ปรากฏ

7. ความสัมพันธ์ของ EQ กับ IQ ไม่แน่นอน ผู้ที่มี EQ สูงมักมีแนวโน้มที่จะมี IQ สูงด้วย เนื่องจากองค์ประกอบของ EQ จะช่วยเสริมให้บุคคลเรียนรู้และแก้ไขปัญหาได้ยิ่งขึ้น กลุ่มบุคคลที่มี IQ สูง 120-140 เมื่อเข้าทำงานด้วยกัน ร่วมกันแก้ไขปัญหาต่าง ๆ เป็นทีม พบว่า IQ ของกลุ่มอาจเหลือแค่ 80-90 ก็ได้ ดังนั้น EQ รายบุคคลสูงจึงไม่ได้เป็นหลักประกันว่า EQ ของกลุ่มจะสูงตามไปด้วย

อีซินก์ (วีระวัฒน์ ปันนิตามัย. 2542 : 32 ; อ้างอิงจาก Eysenck. 1994 : Unpage) เชื่อว่า เชาว์ทางสังคม (Social Intelligence) เป็นผลร่วมของหลาย ๆ ตัวแปรด้วยกัน อาทิ แรงจูงใจ อาหาร ปัจจัยทางวัฒนธรรม ครอบครัว การศึกษา บุคลิกภาพ สุขภาพ ประสบการณ์ ฐานะทางเศรษฐกิจและสังคม พัฒนาการของเชาว์ทางสังคมจะได้ก็ต่อเมื่อบุคคลมีสภาพความพร้อมทางสรีระทางพันธุกรรมและชีวเคมี ซึ่งเรียกโดยรวมว่าเชาว์ทางชีววิทยา (Biological Intelligence) ซึ่งจะส่งผลถึงพัฒนาการของเชาว์ปัญญาทางสมอง (Psychometric Intelligence) มีองค์ประกอบสำคัญ 4 อย่างคือ ปัจจัยของครอบครัว วัฒนธรรม ฐานะทางเศรษฐกิจและสังคม และการศึกษาที่ได้รับ

อีซินก์ (วีระวัฒน์ ปันนิตามัย. 2542 : 39 ; อ้างอิงจาก Eysenck. 1994 : Unpage) เชื่อว่า มนุษย์ทุกคนมีภาวะอารมณ์พื้นฐานอยู่ในตัวเหมือนกัน แต่ในระดับที่แตกต่างกัน ซึ่งอารมณ์มีการเปลี่ยนแปลง ไม่แน่นอน แต่มีผลต่อความสุขและมีความเกี่ยวข้องกับสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ของโลก

3.3 องค์ประกอบพื้นฐานของเชาว์อารมณ์

นักวิชาการและนักจิตวิทยาต่าง ๆ ได้ให้แนวความคิดเกี่ยวกับโครงสร้างและองค์ประกอบของ EQ ไว้มากมาย ดังนี้

เวกเนอร์ & สเทนเบิร์ก (วิลาสลักษณ์ ชวัลลสี. 2542 : 39 ; อ้างอิงจาก Wagner – Sternberg. 1985 : Unpage) ได้เสนอ ‘Practical Intelligence’ ว่าเป็นพฤติกรรมของผู้ที่มีความสามารถในการจัดการเพื่อ

ส่งเสริมเกื้อหนุนให้ตนประสบความสำเร็จในวิชาชีพในการบริหารและในชีวิต โดยมีความสามารถใน 3 ด้าน ดังนี้

1. การครองตน (Managing Self) หมายถึง ความสามารถในการบริหารจัดการตนเอง ให้บรรลุเป้าหมายได้ผลผลิตสูงสุด โดยการจัดลำดับกิจกรรมที่จะต้องกระทำ การกระตุ้นชี้นำตนให้มุ่งสู่ผลสัมฤทธิ์ และการสร้างแรงจูงใจที่ดีให้แก่ตนเอง

2. การครองคน (Managing Others) หมายถึง การมีทักษะความรู้ในการบริหารผู้ใต้บังคับบัญชา และมีความสัมพันธ์อันดีทางสังคม ความสามารถเข้ากับผู้อื่นได้ การบริหารจัดการงานให้ตรงกับความสามารถของบุคคล การให้รางวัลตามผลงานและความเหมาะสม

3. การครองงาน (Managing Career) หมายถึง ความสามารถในการบริหารจัดการงาน บรรลุตามเป้าหมายขององค์การ สร้างชื่อเสียงและประโยชน์ต่อองค์การ สังคมและประเทศชาติ

สโลเวย์ & เมเยอร์ (วิลาสลักษณ์ ชวัลลสี. 2542 : 41 ; อ้างอิงจาก Salovey-Mayer. 1990 : Unpage) เป็นผู้บัญญัติศัพท์คำว่า EQ และได้เสนอองค์ประกอบของ EQ ไว้ 3 ขั้นตอน ดังนี้

1. ขั้นการรู้จักภาวะอารมณ์ของตน เป็นการประเมินภาวะอารมณ์และแสดงอารมณ์ของตนได้อย่างถูกต้อง เหมาะสมกับบุคคลที่มีความสามารถในการปรับตัวได้ดีจะต้องเป็นผู้ที่สามารถรับรู้ ระบุ และจำแนกภาวะอารมณ์ของตนได้ โดยเชื่อว่าระดับอายุมีผลต่อการรับรู้อารมณ์ บุคคลที่มีอายุมากขึ้นจะมีการรับรู้อารมณ์ของตนเองและผู้อื่นได้อย่างถูกต้องมากขึ้นด้วย

2. ขั้นการควบคุมอารมณ์ เป็นการควบคุมกำกับดูแลภาวะอารมณ์ของตนเองได้อย่างถูกต้องเหมาะสมกับกาลเทศะ ตลอดจนสามารถควบคุมอารมณ์ของผู้อื่นได้ด้วย

3. ขั้นการใช้ชวณอารมณ์ ภาวะอารมณ์ที่แตกต่างกันจะมีผลต่อการแก้ไขปัญหาได้แตกต่างกัน รวมทั้งมีผลต่อการปรับตัวที่แตกต่างกัน และพบว่าบุคคลแต่ละคนจะมีความสามารถในการใช้ประโยชน์จากภาวะอารมณ์ของตนได้แตกต่างกัน

ในปี ค.ศ.1997 เมเยอร์ & สโลเวย์ (วิลาสลักษณ์ ชวัลลสี.2542:41 อ้างอิงมาจาก Mayer-Salovey.1990:Unpage)ได้ปรับปรุงองค์ประกอบของ EQ ใหม่ โดยเสนอไว้ 4 ขั้นตอน แต่ละขั้นตอนจะเรียงลำดับความสามารถของ EQ จากง่ายไปหายาก ดังนี้

1. การรับรู้ การประเมินหรือการตีความ และการแสดงออกของอารมณ์ได้อย่างถูกต้องเหมาะสม มีลักษณะ ดังนี้คือ ความสามารถในการระบุภาวะอารมณ์ ความรู้สึกนึกคิดของตนเองได้ถูกต้อง ความสนใจในการระบุภาวะอารมณ์ของผู้อื่นได้ถูกต้อง ความสามารถในการแสดงออกของอารมณ์ได้ถูกต้อง แสดงความต้องการได้ตรงตามความรู้สึกอย่างเหมาะสมและถูกกาลเทศะ และความสามารถในการจำแนกความรู้สึกต่าง ๆ ได้ถูกต้อง

2. การเกื้อหนุนการคิดของอารมณ์ มีลักษณะ ดังนี้คือ ความรู้สึกอารมณ์ สามารถช่วยในการจัดลำดับความสำคัญเพื่อแก้ปัญหาได้ อารมณ์ที่เกิดขึ้นอย่างชัดเจน จะเกื้อหนุนในการตัดสินใจได้ดียิ่งขึ้น โดยรู้ว่าจะไม่ให้เหตุการณ์นั้น ๆ เกิดขึ้นอีกและจดจำความรู้สึกต่าง ๆ ได้ดียิ่งขึ้น อารมณ์หรือความรู้สึกที่เปลี่ยนไป ทำให้ความคิดเปลี่ยนไปด้วย สามารถคิดในทางสร้างสรรค์ ละเอียดยรอบคอบ และมองสถานการณ์หรือปัญหาได้หลายด้านมากยิ่งขึ้น และภาวะอารมณ์ต่าง ๆ ทำให้บุคคลคิดหาแนวทางแก้ไขปัญหิต่าง ๆ ได้ดีขึ้น รู้สึกเป็นสุข ทำให้จิตใจเปิดกว้าง รับฟังความคิดเห็น มีเหตุผล มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์

3. การเข้าใจ การวิเคราะห์ และการใช้ความรู้สึกเกี่ยวกับอารมณ์ มีลักษณะ ดังนี้คือ สามารถระบุความรู้สึกหรืออารมณ์ได้ และเป็นความเชื่อมโยงระหว่างอารมณ์กับพฤติกรรมและคำพูดได้ สามารถตีความหมายของอารมณ์ที่เกิดขึ้นสืบเนื่องจากอารมณ์หนึ่ง ๆ ได้ เช่น การพลัดพรากสูญเสียทำให้เกิดความเศร้าใจ เป็นต้น สามารถเข้าใจอารมณ์ที่ซับซ้อนได้ เข้าใจอารมณ์ความรู้สึกหลายอย่างที่เกิดขึ้นใกล้เคียงกันได้ เช่น ความรู้สึกทั้งรัก ทั้งเกลียด ทั้งขบขันขบขัน เป็นผลจากอารมณ์ร่วมของความโกรธและความกลัว เป็นต้น และสามารถเข้าใจความผันแปรของอารมณ์หรือความรู้สึกต่าง ๆ ได้

4. การคิดใคร่ครวญและการควบคุมอารมณ์ของตนเอง เพื่อพัฒนาความฉลาดทางสติปัญญา และอารมณ์บุคคล มีลักษณะ ดังนี้คือ สามารถยอมรับหรือเปิดใจรับต่อความรู้สึกหรืออารมณ์ต่างๆ ทั้งในด้านบวกและด้านลบได้ตามความจริง สามารถคิดใคร่ครวญได้ว่าจะยึดถือหรือปล่อยวางตนออกจากอารมณ์ความรู้สึกอันใดอันหนึ่งได้ โดยพิจารณาจากข้อมูลที่ได้รับและคำนึงถึงประโยชน์จะเกิดขึ้นต่อตนเองและผู้อื่น รับรู้และเข้าใจความรู้สึกหรืออารมณ์เหล่านั้นอย่างชัดเจนและถูกต้อง มีเหตุผล รู้ว่าอารมณ์เหล่านั้นจะส่งผลต่อการปฏิบัติของตนเองอย่างไร และสามารถบริหารจัดการภาวะอารมณ์ของตนเองและผู้อื่นได้ ลดความรุนแรงของอารมณ์ทางลบได้ รวมทั้งสามารถแสดงอารมณ์ในทางบวกได้โดยไม่บิดเบือน หรือมีกลวิธีในการป้องกันตนเองมากเกินไป

บารอน (Bar-on.1997 : 112) ได้เสนอองค์ประกอบของ EQ โดยแบ่งออกเป็น 5 ด้าน 15 ลักษณะที่สำคัญ ดังนี้

1. ความสามารถภายในตนเอง ได้แก่ การตระหนักรู้ถึงอารมณ์ของตนเอง ความกล้าแสดงสิทธิแห่งตน การคำนึงถึงตนเอง การตระหนักรู้แห่งตนและความเป็นอิสระเอกเทศ

2. ความสามารถระหว่างบุคคล ได้แก่ ความเอื้ออาทรต่อผู้อื่น ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และความรับผิดชอบต่อสังคม

3. ความสามารถในการปรับตัว ได้แก่ การแก้ปัญหา การทดสอบความจริงและความยืดหยุ่น

4. ความสามารถในการจัดการความเครียด ได้แก่ การอดทนต่อความเครียดและการควบคุมความวุ่นวาย

5. ความสามารถในการจูงใจตนเองและภาวะอารมณ์ ได้แก่ ความเป็นสุขและการมองโลกในแง่ดี
คูเปอร์ & ซาวอฟ (สุจิตรา อูสาหะ.2542:8 อ้างอิงมาจาก Cooper-Sawarf.1997:Unpage) ได้เสนอโครงสร้าง EQ ไว้เพื่อสะดวกแก่การวัดที่เรียกว่า EQ Map ซึ่งประกอบไปด้วยองค์ประกอบหลัก 4 ด้าน คือ

1. ความรอบรู้ในอารมณ์ (Emotional Literacy) หมายถึง การรู้จักอารมณ์ของตนเอง รู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงในอารมณ์ของตน ซึ่งจะทำให้เกิดการรับรู้ การควบคุมตัวเอง และมีความเชื่อมั่นในตนเอง มีพลังอำนาจในตัวเอง ได้แก่ ความซื่อสัตย์ทางอารมณ์ (Emotional honesty)

2. ความเหมาะสมทางอารมณ์ (Emotional Fitness) หมายถึง การปรับวางอารมณ์ของตนได้อย่างยืดหยุ่น เป็นการสร้างแรงบันดาลใจให้ตนเองและผู้อื่น ได้แก่ การสร้างความเชื่อใจได้ให้เกิดขึ้นแก่ตนเอง (Authenticity) การเป็นผู้ที่ไว้วางใจได้

3. ความลึกซึ้งทางอารมณ์ (Emotional Depth) หมายถึง ระดับความลึกซึ้งของอารมณ์ที่เอื้อต่อการพัฒนา เป็นการสำรวจแนวทางที่จะปรับชีวิต และหน้าที่การงานของตนให้ตรงกับเป้าหมาย และศักยภาพของตนเอง ได้แก่ ความผูกพันในงาน ความรับผิดชอบและการมีสติ การมีเป้าหมายและศักยภาพที่โดดเด่น

4. ความผันแปรของอารมณ์ (Emotional Alchemy) เป็นความสามารถในการใช้อารมณ์และสัญชาตญาณด้านความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ และมีสมรรถภาพในการเผชิญปัญหาและความกดดันต่าง ๆ ได้แก่ การแสดงการหยั่งรู้ได้ ความสามารถในการคิดใคร่ครวญ การเล็งเห็นโอกาสและการสร้างอนาคต

โกลแมน (Goleman, 1998 : 145) ได้เสนอองค์ประกอบของ EQ ตามแนวคิดของ Salovey & Mayer (1990) ไว้ 5 ด้าน คือ

1. การตระหนักรู้อารมณ์ของตนเอง (Know one's Emotional หรือ Self Awareness) หมายถึง การเข้าใจหยั่งรู้ในการเปลี่ยนแปลงของอารมณ์ ความต้องการของตนตามกาลเวลาและสถานการณ์ และสามารถควบคุมอารมณ์และความรู้สึกของตนได้

2. การบริหารจัดการอารมณ์ของตนเอง (Managing Emotions) หมายถึง ความสามารถในการบริหารจัดการกับอารมณ์ของตน ควบคุมจัดการกับความทุกข์หรือภาวะอารมณ์ที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสมตามสถานการณ์และความเป็นจริง ไม่สร้างความทุกข์ให้เกิดขึ้นกับตนและสามารถนำพาอารมณ์ที่เปลี่ยนแปลงไปของตนให้กลับสู่สภาวะปกติได้อย่างรวดเร็ว

3. ความสามารถในการจูงใจของตน (Motivating Oneself) หมายถึง ความสามารถในการควบคุมความต้องการของตนเอง และแรงกระตุ้นในตัวเองได้อย่างเหมาะสม สามารถกระตุ้นเตือนตนให้เป็นผู้มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ผลักดันตนเองให้ไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้ มองโลกในแง่ดี มีการจูงใจและให้กำลังใจตนเองได้

4. ความสามารถในการรับรู้อารมณ์ และความต้องการของผู้อื่น (Recognizing Emotions in Other) หมายถึง ความสามารถในการเห็นอกเห็นใจผู้อื่น เอาใจเขามาใส่ใจเรา รู้เท่าทันในความรู้สึก ความต้องการ ความเดือดร้อน วิดกกังวลของผู้อื่นได้ มีไหวพริบ และสามารถแสดงออกได้อย่างเหมาะสม

5. ความสามารถในการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น (Handling Relationship) หมายถึง ความสามารถในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น และสามารถรักษาสัมพันธภาพไว้ได้เป็นอย่างดี

ต่อมาในปี ค.ศ.1998 Goleman ได้เสนอกรอบแนวคิดเกี่ยวกับ The Emotional Competence Framework กล่าวถึง สมรรถนะของ EQ ไว้ 2 สมรรถนะใหญ่ ๆ คือ

1. สมรรถนะทางด้านสังคม เป็นการสร้างและรักษาความสัมพันธ์อันดีกับผู้อื่น ประกอบด้วย

1.1 การเอาใจเขามาใส่ใจเรา (Empathy) หมายถึง การตระหนักรู้ถึงความรู้สึก ความต้องการและความห่วงใยของผู้อื่น ได้แก่ การเข้าใจผู้อื่น รู้ถึงความรู้สึกนึกคิดและมุมมองของผู้อื่น สนใจในความวิตกกังวลของผู้อื่น มีจิตใจให้บริการ (Service minded) รับรู้ คาดคะเน และตอบสนองความต้องการของผู้อื่น หรือผู้ที่มาติดต่อสัมพันธ์กับเราได้ดี

1.2 ทักษะทางสังคมด้านมนุษยสัมพันธ์ (Human Relations) หมายถึง ความคล่องแคล่วในการติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่น สามารถทำให้ผู้อื่นให้ความร่วมมือได้ ได้แก่ ความสามารถในการโน้มน้าวจูงใจ เป็นความสามารถในการโน้มน้าวใจหรือผลักดันกลุ่มได้ และถูกทิศทาง ความสามารถในการบริหารการเปลี่ยนแปลง (Managing Change) เป็นความสามารถในการกระตุ้นให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้น มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ความสามารถในการบริหารความขัดแย้ง (Conflict management) เป็นความสามารถในการเจรจาต่อรองและแก้ไขปัญหารวมถึงการหาทางยุติความขัดแย้งได้อย่างเหมาะสม

2. สมรรถนะส่วนบุคคล เป็นความสามารถในการบริหารจัดการกับตนเอง ได้แก่

2.1 การตระหนักรู้ตนเอง (Self-awareness) เป็นการตระหนักรู้ความรู้สึกและความโน้มเอียงของตนเอง(เป็นผู้ที่มีสติ) สามารถหยั่งรู้และสำรวจตนเองถึงความเป็นไปได้ และความพร้อมของตนเองต่อการตอบสนองต่อสิ่งเร้าต่าง ๆ รอบตัว ได้แก่ การรู้เท่าทันอารมณ์ของตนเอง รู้ถึงสาเหตุที่ทำให้เกิดความรู้สึกนั้น ๆ และคาดคะเนผลที่จะเกิดตามมาได้ สามารถประเมินตนเองได้ตามความเป็นจริง รู้จุดเด่นและจุดด้อยของตนเอง และมีความมั่นใจในตนเอง เชื่อมั่นในความสามารถและความมีคุณค่าของตนเอง

2.2 ความสามารถในการควบคุมตนเอง (Self-regulation) เป็นความสามารถในการจัดการกับความรูสึกภายในตนเองได้ ซึ่งถือว่าเป็นปัจจัยที่สำคัญของ EQ ได้แก่ การควบคุมตนเอง เป็นความสามารถในการจัดการกับภาวะอารมณ์หรือความฉุนเฉียวต่าง ๆ ของตัวเองได้ เป็นผู้ที่มีสติปัญญาและมีความรับผิดชอบ มีความสามารถในการปรับตัว ยืดหยุ่นในการจัดการกับการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ได้

2.3 สามารถสร้างแรงจูงใจและจูงใจตนเองได้ (Motivation Oneself) เป็นความสามารถในการโน้มน้าวใจ และอารมณ์ของตนเองให้เกื้อหนุน และเกิดประโยชน์ต่อการมุ่งสู่เป้าหมายที่ต้องการ ได้แก่ การมีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (Achievement motive) เป็นความพยายามที่จะปรับปรุงภารกิจต่าง ๆ ให้ได้มาตรฐานที่ดีเลิศ (Standard of excellence) การมีความจงรักภักดี (Royalty) เป็นการยึดมั่นกับเป้าหมายของกลุ่มและเป้าหมายขององค์กร การมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ มีความพร้อมที่จะปฏิบัติสิ่งใหม่ ๆ ที่สร้างสรรค์ตามโอกาสจะอำนวย

วชิงเจอร์ (Weisinger.1998 : 98) ได้เสนอองค์ประกอบ EQ ออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้

1. Intrapersonal Emotional Intelligence เป็นการใช้ EQ ภายในตนเอง เป็นการใช้เชาวน์อารมณ์เพื่อพัฒนาตนเอง ได้แก่

1.1 การพัฒนาความตระหนักรู้จักตนเองให้สูงขึ้น Weisinger เห็นว่าการรู้จักตนเองในขั้นสูง คือ ความสามารถในการดูแลตนเอง รู้ในการกระทำของตนเองและมีอิทธิพลต่อการกระทำของตนเอง เพื่อก่อประโยชน์ต่อตนเอง

1.2 การบริหารจัดการอารมณ์ตนเอง หมายถึง การจัดการกับสถานการณ์และอารมณ์ของตน โดยเริ่มจากการรู้และเข้าใจในอารมณ์ของตนเอง

1.3 การสร้างแรงจูงใจที่ดีให้แก่ตนเอง เป็นการกระตุ้นตนเองที่จะทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ และมุ่งสู่เป้าหมายที่ต้องการ สามารถจัดการกับความท้อถอยที่เกิดขึ้นได้

2. Interpersonal Emotional Intelligence เป็นการใช้ EQ ของตนเพื่อเสริมสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น ได้แก่

2.1 การพัฒนาทักษะการสื่อสารที่ดี ประกอบด้วยทักษะ 5 อย่าง คือ การเปิดเผยตัวเอง การยับยั้ง การฟังอย่างมีประสิทธิภาพ การวิจารณ์ และการสื่อสารแบบเป็นทีม

2.2 การพัฒนาความชำนาญในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น เป็นความสามารถในการติดต่อกับผู้อื่น เพื่อแลกเปลี่ยนข้อมูลอย่างมีความหมายและเหมาะสม สามารถที่จะวิเคราะห์ความสัมพันธ์เพื่อหาวิธีการให้เกิดผลดีและประสิทธิภาพ

2.3 การช่วยเหลือผู้อื่นให้ช่วยตัวเองได้ องค์การจะประสบความสำเร็จได้ นอกจากจะมีบุคลากรที่มีความรู้ ความสามารถแล้ว จะต้องมีการช่วยเหลือซึ่งกันและกันในการจัดการกับอารมณ์ การติดต่อสื่อสาร การแก้ปัญหา การแก้ไขความขัดแย้งและได้รับแรงบันดาลใจ และการช่วยเหลือจากบุคคลรอบข้าง

เช่น ครอบครัว ครูอาจารย์และเพื่อนร่วมงาน ซึ่งพื้นฐานเหล่านี้จะช่วยให้ได้รับกำลังใจและสนับสนุนความมั่นใจมากขึ้นได้

พระราชวรมณี (ประยูร ธมมจิตโต) (พรรณี บุญประกอบ. 2542 : 12 ; อ้างอิงจาก พระราชวรมณี. 2542 : ไม่ปรากฏเลขหน้า) ได้เสนอแนวคิดของ EQ ในทางพระพุทธศาสนา ไว้ดังนี้

ในทางพระพุทธศาสนา เราไม่สามารถแยกสิ่งที่เป็นอารมณ์ออกจากตัวปัญญา Emotional Intelligence เป็นอารมณ์ที่แสดงออกโดยมีสติปัญญากำกับ ปัญญาในทางพระพุทธศาสนา มี 3 ชั้น คือ

ขั้นที่ 1 สุตมยปัญญา เป็นปัญญาที่เกิดจากการจดจำข้อมูล รับข้อมูล จัดระบบข้อมูล ต่างๆ ในความคิด เป็นความรู้ขึ้นจำอย่างเป็นระบบ

ขั้นที่ 2 จินตมยปัญญา เป็นความรู้ขั้นคิด วิเคราะห์ย่อยข้อมูลที่ได้จากขั้นสุตมยปัญญา

ขั้นที่ 3 ภาวนามยปัญญา เป็นความรู้ที่เกี่ยวกับตนเอง ภายในตัวเอง ความรู้จากตัวเอง รู้จักที่จะจัดการกับอารมณ์ของตนเอง ความรู้ขั้นนี้อาศัยการทำจิตให้สงบ คือ การทำสมาธิ

เปรียบ EQ และ IQ กับปัญญาในทางพระพุทธศาสนาได้ว่า IQ เป็นการเน้นปัญญาใน ขั้นที่ 1 และ 2 ส่วน EQ เป็นปัญญาขั้นที่ 3 และในทางปฏิบัติจริง ๆ ทั้งปัญญา ทั้งอารมณ์และความรู้ที่ถูกต้องจะต้องไปด้วยกันทั้งหมด

กรมสุขภาพจิต (2542) ได้พัฒนาแนวคิดเรื่องความฉลาดทางอารมณ์ ประกอบด้วย ปัจจัยสำคัญ 3 ประการ คือ

1. ความดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่น และมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม

2. ความเก่ง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจ แก้ปัญหา และแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

3. ความสุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข มีความภูมิใจใน ตนเอง พอใจในชีวิตและมีความสุขทางใจ ความสำคัญและประโยชน์ของเขาวินิจฉัยอารมณ์

Goleman (สุจิตรา อูสาหะ. 2542 : 10 ; อ้างอิงจาก Golman. 1998 : Unpage) กล่าวว่า EQ สามารถทำนายความสำเร็จในการเรียน การทำงานและในชีวิตได้ อยู่เบื้องหลังของความสุข ความสามารถในการปรับตัว และความสำเร็จต่าง ๆ ในชีวิตของมนุษย์ ไวซิงเจอร์ (Weisinger.1998 : 98) กล่าวว่า การขาด EQ จะเป็นการทำลายความเจริญก้าวหน้าของความสำเร็จของบุคคลและองค์กร วีระวัฒน์ ปันนิตามัย (2542) เสนอว่า ผู้ที่มี EQ ที่ดีจะเป็นผู้ที่รู้จักใช้ความคิดอ่านต่ออารมณ์ของตนเองและของผู้อื่น ให้เกิดประโยชน์ในทางสร้างสรรค์ได้เป็นอย่างดี ทำให้ผู้อื่นเป็นสุขและตนเองก็เป็นสุขไปด้วย และได้กล่าวถึงประโยชน์ของ EQ ไว้ดังนี้

1. พัฒนาการด้านอารมณ์ บุคลิกภาพของเด็ก

EQ มีบทบาทในการกำหนดบุคลิกภาพที่พึงประสงค์ สร้างวุฒิภาวะทางอารมณ์ที่เหมาะสมตามวัยวุฒิ มีความสามารถในการปรับตัวและแก้ไขปัญหาทางอารมณ์ เช่น ความเครียดและแรงกดดันต่าง ๆ ในชีวิตได้เป็นอย่างดี

2. การสื่อสาร การแสดงความรู้สึก อารมณ์ของตน

ผู้ที่มี EQ สูงจะมีความสามารถในการสื่อสาร การแสดงความรู้สึกและแสดงอารมณ์ของตนได้ถูกต้องเหมาะสมตามกาลเทศะ เข้าใจความรู้สึกของตนและผู้อื่น ยึดได้แม้จะรู้สึกเศร้า รับฟังปัญหาของผู้อื่นได้อย่างตั้งอกตั้งใจ ไม่รู้สึกแปลกแยกจากเพื่อนมนุษย์ จากธรรมชาติและจากชีวิตของตนเอง

3. การปฏิบัติงาน

ผู้ที่มี EQ สูง จะเป็นผู้ที่ให้การยอมรับผู้อื่น มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ สามารถสร้างผลิตผลที่สนองเป้าหมายได้ ลดการลางาน ขาดงานหรือย้ายงาน ที่เกิดจากความขัดแย้งระหว่างบุคคล เสริมสร้างการทำงานที่มีประสานสัมพันธ์กันมากขึ้น

4. การให้บริการ

ผู้ที่มี EQ สูง จะสามารถเข้าใจผู้รับบริการได้ถูกต้อง รับฟังความต้องการของผู้รับบริการ และตอบสนองความต้องการของผู้รับบริการได้เป็นอย่างดี ทำให้ผู้รับบริการประทับใจ สร้างความจงรักภักดีในการใช้สินค้าและบริการขององค์กรมากยิ่งขึ้น

5. การบริหารจัดการ

ผู้ที่มี EQ สูง จะเป็นผู้ที่มีอัจฉริยภาพของความเป็นผู้นำที่มีศิลปะในการรู้จักใช้คนและการครองใจคนได้ เปิดโอกาสให้ผู้บริหารได้เรียนรู้และพัฒนาตนเอง สามารถโน้มน้าวผู้อื่นให้ทำสิ่งที่ตนต้องการได้สำเร็จ ใฝ่งานที่มีประสิทธิภาพและผู้ร่วมงานมีความสุข เกิดความรักงาน รักองค์กร และมีความจงรักภักดีมากขึ้น ผู้นำหรือผู้บริหารที่มี EQ ที่ดีจะเป็นผู้ที่มีคำพูดและการกระทำที่ตรงกัน (Integrity)

6. การเข้าใจชีวิตของตนเองและผู้อื่น

ผู้ที่มี EQ สูงจะเป็นผู้ที่มีการศึกษาให้เข้าใจในตนเอง (Insight) การรู้จักและเข้าใจตนเองตามความเป็นจริง โดยการมองคุณธรรมของตนเองให้เข้าใจแล้ว จึงจะสามารถรู้จักและเข้าใจผู้อื่นได้ทำให้เกิดปฏิสัมพันธ์ระหว่างกันขึ้น มีความเข้าใจชีวิตในทุกด้านและก่อให้เกิดความสุขตามมา

เทอดศักดิ์ เดชคง (2542) กล่าวถึงประโยชน์ของ EQ โดยแบ่งออกเป็น 3 ด้าน คือ

1. ด้านตนเอง

ผู้ที่มี EQ สูงจะเป็นผู้ที่เรียนหนังสือได้อย่างมีประสิทธิภาพ ส่งผลสัมฤทธิ์ต่อการเรียนที่ดี รักการศึกษาค้นคว้าหาความรู้ สามารถปรับอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสม ทำให้มีความสุขและสมควรตามอัตภาพ เมื่อเป็นผู้ใหญ่ก็จะเป็นผู้ที่มีเป้าหมายในชีวิต รู้จักปรับปรุงตนเองอยู่เสมอ รู้ว่าตนต้องการอะไร เปรียบเทียบศักยภาพของตนเองและสามารถเลือกกระทำสิ่งต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม สามารถทำงานให้ประสบความสำเร็จเนื่องจากเป็นผู้ที่มีบุคลิกภาพอ่อนน้อม เน้นการร่วมมือในการทำงาน สามารถแก้ไขความขัดแย้งหรือปัญหาต่าง ๆ ได้ดี

2. ด้านครอบครัว

ผู้ที่มี EQ สูง จะเป็นผู้ที่มีความเห็นใจและเข้าใจผู้อื่น แก้ไขปัญหาข้อขัดแย้งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้เป็นอย่างดี สร้างความสัมพันธ์อันดีต่อกัน ทำให้ชีวิตครอบครัวมีความสุข

3. ด้านสังคมแวดล้อม

ผู้ที่มี EQ สูง จะเป็นผู้ที่มีความสามารถลดข้อขัดแย้งต่างๆ ทำให้การเอาเปรียบเห็นแก่ตัวในสังคมลดน้อยลง สร้างความรักใคร่ปรองดอง คิดถึงใจเขาใจเรา ทำให้สังคมน่าอยู่และมีความสุข

วิลาศลักษณ์ ชวัลลสี (2542 : 41) กล่าวถึงประโยชน์ของ EQ ต่อการทำงานว่า ผู้ที่มี EQ สูงจะเป็นผู้ที่มีความสามารถที่จะทำงานเป็นทีมได้เป็นอย่างดี มีความรับผิดชอบ มีความเข้าใจและมีความเอื้ออาทรต่อผู้ร่วมงาน สามารถผลัดกันเป็นผู้นำได้ มีความตื่นตัวที่จะเรียนรู้และพัฒนาตนเองอยู่เสมอ มีความสามารถในการปรับตัวได้เป็นอย่างดี ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผล รวมทั้งมีความสุขด้วย

สรุปได้ว่า EQ มีความสำคัญและมีประโยชน์ในทุกๆด้าน ผู้ที่มี EQ สูงจะเป็นผู้ที่มีความสามารถในการเข้าใจตนเองและเข้าใจผู้อื่น สามารถปรับตัวได้ดี แก้ไขปัญหาทุกอย่างได้อย่างสร้างสรรค์ และก่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อตนเองและผู้อื่น ชีวิตมีความสุขรวมทั้งประสบความสำเร็จในชีวิต

3.4 คุณลักษณะของผู้ที่มีเชาวน์อารมณ์

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2542 : 16) เสนอคุณลักษณะของผู้ที่มีเชาวน์อารมณ์ ไว้ดังนี้ รู้จักและเข้าใจความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น รู้จุดเด่น จุดด้อยของตนเอง สามารถควบคุมจัดการและแสดงอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม มีสติที่สามารถรับรู้และตระหนักรู้ได้ว่าขณะนี้กำลังทำอะไร รู้สึกอย่างไร ตลอดจนสามารถรับรู้เกี่ยวกับสภาพแวดล้อมได้อย่างเหมาะสม มีพลังใจ มีแรงบันดาลใจที่จะกระทำให้สิ่งหนึ่งสิ่งใดให้บรรลุเป้าหมายในชีวิต สามารถอดทนอดกลั้นต่อสภาพต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ตลอดจนสามารถเผชิญต่อสภาพแวดล้อมต่าง ๆ ที่ก่อให้เกิดความเครียดได้อย่างเหมาะสม มีความยืดหยุ่น ไม่ยึดมั่นถือมั่น จนทำให้ปรับตัวไม่ได้ มีความสามารถที่จะควบคุมตนเอง มี Impulse Control มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น มีสัมพันธภาพที่บ่งบอกถึงความไว้วางใจผู้อื่น มีความจริงใจและซื่อสัตย์ มีความคิดริเริ่ม มีความคิดสร้างสรรค์ และสามารถมองโลกในแง่ดี

และวีระวัฒน์ ปันนิตามัย (2542 : 140) ได้เสนอลักษณะของผู้ที่มีเชาวน์อารมณ์ไว้ ดังนี้ คือ เป็นผู้ที่รู้จักตนเอง รู้เท่าทันภาวะอารมณ์ของตน รู้จุดเด่นและจุดด้อยในความเป็นตัวของตัวเอง สามารถควบคุมอารมณ์ ความรู้สึกและการแสดงออกของตนเองได้อย่างถูกต้องเหมาะสมกับกาลเทศะ ปรับตัวเองให้เข้ากับสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ดี สามารถสร้างแรงจูงใจที่ดีให้แก่ตนเอง มองโลกในแง่ดี มีความคิดริเริ่ม ไม่ย่อท้อหรือทอดง่าย แสดงความเอื้ออาทร เห็นอกเห็นใจผู้อื่น ตระหนักรู้ในความรู้สึกและความต้องการของผู้อื่น ได้ดี สร้างและรักษาสายสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นได้ และมีทักษะ มีมารยาท มีอารมณ์ขัน สามารถแก้ไขเหตุการณ์เฉพาะหน้าต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี มีไหวพริบ สร้างความร่วมมือร่วมใจจากหลายฝ่ายได้

สตีฟ ฮีน (วีระวัฒน์ ปันนิตามัย. 2542 : 143 ; อ้างอิงจาก Steve Hein.1990 : Unpage) ได้เสนอลักษณะของผู้ที่มี EQ สูงและต่ำ ไว้ดังนี้

ลักษณะผู้ที่มี EQ สูง จะมีลักษณะดังต่อไปนี้คือ สามารถแสดงความรู้สึกของตนออกมาได้ชัดเจน ตรงไปตรงมา ไม่ถูกครอบงำโดยความรู้สึกในทางลบต่าง ๆ สามารถอ่านภาษาท่าทางในการสื่อสารได้ดี ชีวิตผาสุกจากเหตุผล ความเห็นจริง ธรรมดาและความรู้สึกอย่างได้ดุล สามารถนำภาวะอารมณ์ของตนกับคืนสู่ภาวะปกติได้ มองโลกในแง่ดี ไม่ยอมแพ้กับอุปสรรคหรือปัญหาสนใจ และให้ความสำคัญกับความรู้สึกผู้อื่น ไม่ถูกครอบงำโดยความกลัวหรือความวิตกกังวล สามารถระบุนิยามความรู้สึก ภาวะอารมณ์ทางลบต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเองในขณะนั้นได้ รู้สึกเป็นธรรมชาติเมื่อพูดถึงความรู้สึกนึกคิดต่าง ๆ ชีวิตไม่ถูกชี้นำโดยอำนาจ ความร่ำรวย เกียรติศักดิ์ศรี ตำแหน่งชื่อเสียงหรือการได้รับการยอมรับ กล้าเผยความรู้สึกนึกคิดของตนเองออกมา ไม่พยายามสอดแทรกความคิดไว้ในความรู้สึกของตนเอง

ลักษณะผู้ที่มี EQ ต่ำ จะมีลักษณะดังนี้คือ เป็นผู้ที่ไม่รับผิดชอบต่อความรู้สึกของตน แต่วิพากษ์ตำหนิผู้อื่น บอกไม่ได้ว่าทำไมตนถึงคิดรู้สึกเช่นนั้น กล่าวหาโจมตี ตำหนิ ตัดสินทำลายขวัญกำลังใจผู้อื่น มุ่งวิเคราะห์ผู้อื่นมากกว่าแสดงความเข้าใจ เข้าใจ บ่มบ่มที่กัก มักคิดแทนเรา เช่น “ผมคิด (เชื่อหรือเอา) ว่าคุณ...” แสดงความไม่ซื่อตรงเกี่ยวกับความรู้สึกนึกคิดของตน พุดสะท้อนความรู้สึกนึกคิดของตนสูง หรือต่ำกว่าความเป็นจริง ทำเรื่องเล็กให้เป็นเรื่องใหญ่ บางทีก็แสดงปฏิกิริยากับสิ่งเล็ก ๆ น้อยๆ อย่างเกินเหตุ ขาดสติสัมปชัญญะ สิ่งที่เกิดขึ้นกับสิ่งที่ทำไม่ตรงกัน ผูกใจเจ็บ อาฆาตแค้น ให้อภัยคนไม่ได้ ชอบทำให้ผู้อื่นรู้สึกว่าเขาผิด ยัดเยียดความรู้สึกนึกคิดต่าง ๆ ให้ผู้ฟังหรือคนอื่น เผยความรู้สึกที่แท้จริงที่เกิดขึ้นกับตัวเองไม่ได้ ไม่

ใส่ใจในความรู้สึกนึกคิดของผู้อื่น พุดออกมาโดยไม่คิดถึงห้วงผู้อื่น ยึดมั่นในความคิดเชื่อของตนเอง ใจไม่เปิดกว้าง เป็นผู้ฟังที่ไม่ดี พุดขัดจังหวะ บั่นทอนขวัญและกำลังใจผู้สนทนา เน้นข้อเท็จจริงมากเกินไปโดยไม่คำนึงถึงความรู้สึก และใช้ภูมิปัญญาของตน วิพากษ์ตำหนิผู้อื่น สร้างภาพว่าตนฉลาดเหนือกว่าผู้อื่น ไม่รู้ไม่สนใจว่าคนอื่นจะมองตนอย่างไร

3.5 การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์

การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ จะเกิดขึ้นได้ด้วยการฝึกทักษะทางอารมณ์ ซึ่งเมื่อเปรียบเทียบผลการฝึกทักษะทางอารมณ์พบว่า เด็กที่พ่อ แม่มีการฝึกทักษะทางอารมณ์ มีสุขภาพจิตดีกว่า มีคะแนนเรียนสูงกว่า มีเพื่อนมากกว่า มีปัญหาพฤติกรรมน้อยกว่า ก้าวร้าวน้อยกว่า มีอารมณ์ด้านลบน้อยกว่า และมีสุขภาพจิตกว่าด้วย โกลแมน (Goleman.1998 : 99)

การฝึกทักษะทางอารมณ์ มี 5 ขั้นตอน ดังนี้

1. ให้ความเห็นอกเห็นใจ เป็นพื้นฐานของการฝึก คือ แสดงให้เด็กรู้ว่าเข้าใจ ตระหนักรู้ถึงอารมณ์ของเด็กว่ามีอะไรเกิดขึ้นในใจเขา หลีกเลี่ยงการตำหนิหรือตำหนิตีเยียน
2. ใช้เงื่อนไขที่เกิดอารมณ์นั้น ให้เป็นโอกาสได้ใกล้ชิดและสอนทักษะทางอารมณ์ให้กับเด็ก ไม่ว่าอารมณ์ที่เกิดขึ้นนั้น จะเป็นด้านบวกหรือด้านลบ ก็ให้ความสำคัญเหมือน ๆ กัน โดยเฉพาะทางด้านลบ จะทำให้เด็กรู้จักและเข้าใจตนเองมากขึ้น เช่น การรู้สึกอิจฉาเพื่อนที่เป็นที่ชื่นชอบของอาจารย์ เป็นต้น
3. รับฟังอย่างเห็นอกเห็นใจ ต้องยอมรับความรู้สึกที่เกิดขึ้นกับเด็กว่าเป็นสิ่งที่ไม่ผิด รับฟังและรวบรวมข้อมูล ใช้จินตนาการและมุมมองของเขาสะท้อนคำพูดและความรู้สึกของเขา
4. ช่วยหาคำพูดที่ตรงกับอารมณ์ที่เกิดขึ้นของเด็ก ๆ ช่วยหาคำอธิบายเกี่ยวกับอารมณ์ เพื่อให้เขารู้จักอารมณ์ที่เกิดขึ้นอย่างชัดเจน เด็กจะได้ไม่เกิดความสับสนใจตนเอง
5. กำหนดขอบเขตของพฤติกรรมที่เกิดขึ้น สำรวจขั้นตอนที่จะแก้ปัญหาที่นั้น เพื่อให้เด็กเข้าใจว่าความรู้สึกทุกอย่างเป็นสิ่งที่ยอมรับได้ แต่ไม่ใช่พฤติกรรมทุกพฤติกรรมจะเป็นที่ยอมรับได้ คอยชี้แนะขอบเขตของพฤติกรรมที่เหมาะสม หรือวิธีการแสดงออกที่ดีกว่าให้กับเขานั้นเอง

การฝึกทักษะทางอารมณ์ต้องใช้ความอดทนสูงและใจเย็น โดยเฉพาะต้องไม่ปิดกั้นการแสดงอารมณ์ด้านลบของเด็ก ๆ เพื่อให้เขาได้แสดงออกมา แล้วเราคอยแนะนำพฤติกรรมที่เหมาะสมให้เขา แม้จะต้องเหน็ดเหนื่อยมาก แต่ผลที่ได้คุ้มค่ากว่า ซึ่งเด็กเหล่านี้จะเป็นผู้ปรับตัวได้ดีและสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข

3.6 การประเมินความฉลาดทางอารมณ์

ผู้วิจัยได้ใช้แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ในวัยผู้ใหญ่ ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. 2543 ซึ่งแบ่งความฉลาดทางอารมณ์ออกเป็น 3 ด้าน จำนวน 52 ข้อ ซึ่งประกอบด้วย

- ความดี
- ความเก่ง
- ความสุข

3.7 ผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์

เวนสต็อก วินเทอร์ (วีระวัฒน์ ปันนิตามัย. 2542 : 119 ; อ้างอิงจาก Weinstock Wynters. 1996 : Unpage) ศึกษาถึงการสอนด้วยวิธีการรักษาทางจิต จากการแสดงกับบทละครย้อนหลัง โดยนำเอาเชาวน์อารมณ์มาผสมผสาน พบว่า การสอนด้วยวิธีนี้สามารถช่วยให้ผู้เรียนพัฒนาศักยภาพด้านการวิพากษ์วิจารณ์ และความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ เพราะต้องใช้สติปัญญาหลายด้าน รวมทั้งเชาวน์อารมณ์ ในขณะเดียวกันผู้เรียนยังได้ฝึกฝนให้ด้านต่าง ๆ เช่น ภาษาศาสตร์ การประเมินภาพและเสียง ดนตรี การสื่อสารกับตนเองและผู้อื่น ตลอดจนตรรกวิทยาและการใช้เหตุผล มีความคิดที่มีเหตุผล การใช้และผสมผสานเชาวน์อารมณ์เป็นวิธีการสอนที่มีประสิทธิผล ช่วยให้คิดค้นหัวข้อที่ซับซ้อนขึ้นในสถานการณ์ที่บีบคั้น เมื่ออารมณ์และกายภาพสามารถปลดปล่อยพลังออกมาได้สำเร็จ จนกลายเป็นส่วนหนึ่งของบทเรียนในชั้นเรียน ผู้เรียนสามารถเข้าถึงเนื้อหาและองค์ความรู้ได้อย่างสร้างสรรค์ และมีการไตร่ตรองรอบคอบขึ้น

เมเยอร์ & เบร (วีระวัฒน์ ปันนิตามัย. 2542 : 120 ; อ้างอิงจาก Mayer-Behr. 1996 : Unpage) ศึกษาพบว่า การรับรู้อารมณ์ของบุคลิกลักษณะในสถานการณ์ต่าง ๆ มีส่วนเกี่ยวข้องกับคะแนน Xcholastic Aptitude Test (SAT) การเปิดเผยด้านอารมณ์ของตนและการเห็นอกเห็นใจผู้อื่น บุคลิกภาพเป็นตัวแปรที่มีผลกระทบต่อระดับ EQ และ IQ ที่รับผลมาจากวัฒนธรรมเป็นสำคัญ

รูโต้ (สุจิตรา อุสาหะ. 2542 : 17 ; อ้างอิงจาก Rudo. 1997 : Unpage) ศึกษาลักษณะทางอารมณ์ พฤติกรรม สังคมและการเรียนรู้ของเด็กที่ได้รับ การกระทบกระเทือนทางอารมณ์สูง โดยศึกษาจากเด็กที่ได้รับความกระทบกระเทือนทางอารมณ์สูงจำนวน 94 คน เป็นเด็กที่ได้รับทารุณกรรมทางร่างกายจำนวน 48 คน และอีก 46 คน ไม่ได้รับทารุณกรรม พบว่าการทำร้ายร่างกายส่งผลเสียแก่เด็ก และเกี่ยวพันกับการตัดสินใจของเด็กและเยาวชน ซึ่งให้เห็นว่าสังคมควรให้ความสำคัญแก่การบริการทางสังคม การศึกษา ระบบศาลสถิตยุติธรรม เพื่อให้การช่วยเหลือเด็กในทุกวิถีทาง

สตีเวิร์ด (สมทรง สุวรรณเลิศ. 2542 : 9 ; อ้างอิงจาก Stewart. 1997 : Unpage) ศึกษา Practical Intelligence โดยสุ่มตัวอย่างจากมหาวิทยาลัย Southeastern University พบว่า Practical Intelligence มีความสัมพันธ์กับความฉลาดทางสังคม เชาวน์อารมณ์และความฉลาดทางการศึกษา โดยความฉลาดทางสังคมแสดงออกโดยลักษณะทางสังคม เช่น การเข้าสังคม การปรับตัว เชาวน์อารมณ์ แสดงออกโดยการระบุมารมณ์ต่าง ๆ การชี้ให้เห็นถึงอารมณ์ และ Practical Intelligence สามารถทำนายการแสดงออกหรือพฤติกรรมที่ตามมา

เซาเทม-กิโร (ต้นสนีย์ ฉัตรคุปต์. 2545 : 5 ; อ้างอิงจาก Southam-Gerow. 1997 : Unpage) ศึกษาถึงบทบาทของความเข้าใจอารมณ์ในวัยเด็ก กลุ่มตัวอย่างในกลุ่มเด็กที่มีความทุกข์และความวิตกกังวลจำนวน 17 คน และกลุ่มที่ไม่มีความวิตกกังวล จำนวน 22 คน อายุระหว่าง 7.5-15 ปี (อายุเฉลี่ย 11.5) โดยมีบิดา มารดาให้ข้อมูลด้วยการเขียนรายงานส่วนตัว และทำการสัมภาษณ์เด็ก ๆ เพื่อวัดความเข้าใจอารมณ์ พบว่าเด็กที่มีความเครียดจะมีความเข้าใจอารมณ์ตนเองต่ำ และไม่เข้าใจอารมณ์ที่แปรปรวนของตน รวมทั้งไม่สามารถเข้าใจอารมณ์ที่ซับซ้อนของตนเองได้ เมื่อเปรียบเทียบกับเด็กที่ไม่มีความเครียด นอกจากนี้ยังพบว่าความรู้ทางสังคมของเด็กมีความสัมพันธ์กับความเข้าใจทางอารมณ์ แต่ความเฉลียวฉลาดทางสติปัญญาไม่มี ความสัมพันธ์ทางสถิติกับความเข้าใจอารมณ์ของบุคคล

เบคเคนเดม (วีระวัฒน์ ปันนิตามัย. 2542 : 120 ; อ้างอิงจาก Bekendem. 1997 : Unpage) ได้ทำการศึกษามิติของ EQ : ความรักใคร่ผูกพัน การควบคุมอารมณ์ ภาวะ Alexithymia (จินตนาการเหตุการณ์ต่าง ๆ ออกมาให้ฟังไม่ได้) และการเอาใจใส่ความรู้สึกของผู้อื่น กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้บริหารชายจำนวน 167 คน

พบว่า EQ มีบทบาทในการประเมินและควบคุมสภาพทางอารมณ์ของบุคคลใดบุคคลหนึ่ง รวมทั้งมีส่วนในการช่วยให้บุคคล ตอบสนองต่ออารมณ์ของบุคคลอื่นได้อย่างถูกต้องเหมาะสม และพบว่า การเอาใจใส่ความรู้สึกของผู้อื่นมีความสำคัญอย่างมาก ต่อความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ความรักใคร่ผูกพันมีความสัมพันธ์ทางบวกกับอารมณ์การปรับตัว และมีความสัมพันธ์ทางลบกับภาวะ Personal Depress (ความบกพร่องทางบุคลิกภาพ) และภาวะ Alexithymia และเสนอว่า เด็กที่ได้รับทารุณกรรมโดยขาดการสนับสนุนทางสังคม เข้าช่วยเหลือจะมีภาวะความกลัวสูง

ซูตาโซ (วิราสลักษณ์ ชวัลลี .2542 : 51 ; อ้างอิงจาก Sutarso. 1998 : Unpage) ศึกษาความแตกต่างทางเพศกับระดับเชาวน์อารมณ์โดยใช้เครื่องมือ EQ-I ซึ่งมีความเชื่อมั่น Cronbach alpha ที่ระดับ .88 ผลการทดสอบซ้ำที่ระดับ .85 โดยศึกษาตามหลักแนวคิดของ Salovey (1990), Mayer (1995) และ Goleman (1995 : 1998) ใน 5 องค์ประกอบ คือ การจงใจตนเอง ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น การดำรงความสัมพันธ์กับผู้อื่น การรู้อะไรควร ไม่ควรและจัดการ หรือควบคุมอารมณ์ของตนเอง ศึกษาในผู้ชายจำนวน 129 คน ผู้หญิง 329 คน ช่วงอายุ 17-54 ปี พบว่าผู้หญิงจะมีระดับเชาวน์อารมณ์สูงกว่าผู้ชาย (วัดโดยคะแนนรวมทั้ง 5 ด้าน) โดยเฉพาะในช่วงวัย 20-40 ปี ผู้หญิงโสดและผู้หญิงที่แต่งงานแล้ว ก็มีระดับเชาวน์อารมณ์สูงกว่าผู้ชาย แต่ใน ผู้หญิงโสดจะมีคะแนนความสัมพันธ์กับผู้อื่นต่ำ และพบว่าผู้ชายที่แต่งงานแล้ว จะมีระดับสติปัญญาทางสมอง และเชาวน์อารมณ์สูงกว่าคู่สมรส สรุปได้ว่า ผู้ชายและผู้หญิงมีระดับเชาวน์อารมณ์ที่แตกต่างกัน มีความสัมพันธ์กับอายุและสถานภาพสมรส

รัชกิน (วิราสลักษณ์ ชวัลลี. 2542 : 51 ; อ้างอิงจาก Ruchkin. 1998 : Unpage) ได้ศึกษาถึงสาเหตุของอาชญากรรมในเยาวชน : ประสบการณ์การเลี้ยงดู ความก้าวร้าวและพยาธิสภาพทางจิต โดยศึกษาในวัยรุ่นชายที่กระทำผิด พบว่าประสบการณ์เลี้ยงดูมีความสัมพันธ์กับบุคลิกภาพของบุคคล และเชื่อว่ามีอิทธิพลซึ่งกันและกัน ประสบการณ์การเลี้ยงดู ครอบครัวที่มีความอบอุ่น มีอิทธิพลต่ออารมณ์และบุคลิกภาพ ความก้าวร้าวและปัญหาด้านจิตใจ

แมสซี่ (สุจิตรา อูสาหะ. 2542 : 21 ; อ้างอิงจาก Massey. 1999 : Unpage) ได้ศึกษาถึงบทบาทใหม่ของผู้นำกับการสนทนาที่เกี่ยวข้องกับเชาวน์อารมณ์ เพื่อไปสู่ความสำเร็จ พบว่ากลุ่มสนทนาที่มีเชาวน์อารมณ์สูงมักจะถูกมองว่าเป็นหัวหน้า หรือผู้นำกลุ่ม และพบว่าเชาวน์อารมณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับผู้นำในการสนทนา เชาวน์อารมณ์มีความสัมพันธ์กับการปรับตัว และนำไปสู่ความสำเร็จในขบวนการดำเนินการและการสนทนา

ฟิลิทีลี (วีระวัฒน์ ปันนิตามัย. 2542 : 121 ; อ้างอิงจาก Pelitteri. 1999 : Unpage) ศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างเชาวน์อารมณ์ การหาเหตุผลและกลไกการป้องกันและปรับตัว โดยศึกษากับนักศึกษาจากมหาวิทยาลัย 2 แห่ง จำนวน 107 คน มีทั้งคนผิวขาว อเมริกันดำ และกลุ่มที่มีเชื้อสเปน (ที่พูดภาษาสเปนได้) พบว่าเชาวน์อารมณ์มีความสัมพันธ์กับการหาเหตุผลในการรับรู้ที่ระดับ 0.34 การปรับตัวมีความสัมพันธ์กับเชาวน์อารมณ์ ขบวนการในการปรับตัวสามารถช่วยพัฒนาเชาวน์อารมณ์ในด้านความเข้าใจอารมณ์และการหาเหตุผล นอกจากนี้ยังพบว่าเชาวน์อารมณ์มีความสัมพันธ์กับทักษะการติดต่อทางจิตสำนึกมากกว่ากลไกการป้องกันโดยไม่รู้ตัว (อย่างไร้จิตสำนึก)

จากการศึกษาของสถานศึกษาหลายแห่งในสหรัฐอเมริกา (อ้างถึงในวีระวัฒน์ ปันนิตามัย, 2542 : 168-169) ได้ออกแบบโปรแกรมการพัฒนาระดับ EQ ให้แก่นักเรียน เช่น โปรแกรมพัฒนาสังคม และโปรแกรมทักษะทางสังคม ตั้งแต่ระดับอนุบาลจนถึงเกรด 12 (ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย) พบว่านักเรียนที่มีระดับ EQ สูงมักเป็นผู้ที่มีความรับผิดชอบ กล้าแสดงสิทธิของตน เป็นที่รู้จักในหมู่เพื่อนฝูง ชอบช่วยเหลือผู้อื่น แสดงความ

เห็นอกเห็นใจผู้อื่น ห่วงใย มีทักษะในการแก้ไขปัญหาหรือความขัดแย้งได้ดี ควบคุมตนเองได้ คิดก่อนพูด คิดก่อนทำ มีความรู้สึกที่ดี ผูกพันต่อครอบครัวและโรงเรียน เด็กชายแสดงความก้าวร้าวลดลง เด็กหญิงลดการทำร้ายตัวเอง แสดงความเป็นอันธพาลหรือเข้าหาสารเสพติดน้อยลง เด็กที่มีระดับผลสัมฤทธิ์ต่ำ ก็มีโอกาสของการผูกพันการเรียน หรือถูกไล่ออกน้อยลง คะแนนผลการสอบแบบทดสอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเพิ่มขึ้น มีความสามารถในการแก้ไขปัญหา ควบคุมอารมณ์ความรู้สึกของตน มีทักษะในการต่อสู้กับความเครียดได้ดี พฤติกรรมในชั้นเรียนดีขึ้น เช่น การทะเลาะวิวาทลดลง บรรยายภาศในชั้นเรียนที่เกื้อกูล เต็มใจให้ความร่วมมือ เข้าอกเข้าใจกัน สื่อสารพูดคุยกันดีขึ้น เห็นถึงผลของพฤติกรรมของตน สร้างทักษะวิธีการเรียนรู้ให้แก่ตนเองได้ ในกรณีของกลุ่มเด็กลักษณะพิเศษ ผลของการพัฒนา EQ ก็มีผลส่งเสริมพฤติกรรมที่ดีในชั้นเรียนมากขึ้น อาทิ ควบคุมอารมณ์หรือความรู้สึกไม่พึงพอใจได้ มีทักษะทางสังคมที่กล้าแสดงตน มุ่งงาน คบกับเพื่อนได้มากขึ้น เข้าสังคมได้ รู้จักแบ่งปัน ในด้านอารมณ์ความรู้สึกเด็กพิเศษเหล่านี้สามารถที่จะระบุลักษณะของอารมณ์ รับรู้และเข้าใจอารมณ์ได้ดี การรายงานตนรู้สึกเสียใจ เศร้าซึมลดลง ไม่ค่อยเก็บตัวหรือแสดงความวิตกกังวล จึงอาจกล่าวได้ว่า ผลของการพัฒนา EQ จะมีผลสร้างคุณลักษณะของจิตใจในทางบวกได้มากขึ้น ลดทอนการแสดงภาวะอารมณ์หรือความรู้สึกทางลบ ซึ่งนับว่าเป็นผลดีต่อชีวิตและอนาคตของเด็กอย่างแน่นอน

วีระวัฒน์ ปันนิตามัยและอุสา สุทธิสาคร (2542 : 29) ได้ทำการศึกษารูปแบบประเมิน EQ ขึ้น โดยเรียกชื่อว่า 'EQ99' มีจำนวนทั้งสิ้น 90 ข้อ โดยให้ผู้ตอบรายงานว่าข้อความนั้น ๆ เกิดขึ้นกับตนทั้งในแง่ความคิด ความรู้สึก อารมณ์และการแสดงออกในระดับใด ใน 5 ช่วงค่า กล่าวคือ ระดับค่า "ไม่เคยเลย หรือปฏิบัติน้อยที่สุด" ไปจนถึง 5 "บ่อยครั้งที่สุด หรือรู้สึกเห็นด้วยเป็นอย่างยิ่ง" จากการศึกษาพบว่าเครื่องมือนี้มีค่าประมาณการเชื่อถือได้ของแบบทดสอบทั้งฉบับแรก คือ .92 และการทดสอบฉบับที่ 2 (ห่างจากครั้งแรก 10 สัปดาห์) พบว่าค่าประมาณการเชื่อถือได้ คือ .93 ซึ่งให้เห็นว่าช่วงห่างของเวลาไม่ผลกระทบต่อลักษณะของการตอบ และการประเมิน EQ น้อยมาก หรืออีกนัยหนึ่งก็คือ องค์ประกอบของ EQ ที่วัดโดยแบบทดสอบ 'EQ99' มีความเชื่อถือได้

วีระวัฒน์ ปันนิตามัยและอุสา สุทธิสาคร (2542) ได้ทำการศึกษาถึงองค์ประกอบด้านชีวประวัติ (Biodata) ของนักศึกษาระดับปริญญาตรีกับความสามารถทาง EQ พบว่าเพศหญิงโดยภาพรวมมีความสามารถด้านความเอื้ออาทร วุฒิภาวะทางอารมณ์ และการควบคุมอารมณ์ของตนเองสูงกว่าเพศชายอย่างมีนัยสำคัญ โดยเฉพาะด้านความเอื้ออาทร สถานภาพทางเศรษฐกิจและรู้จักอารมณ์ของตนเอง และการมีแรงจูงใจที่ดีอย่างมีนัยสำคัญ การปรึกษาหารือกับพี่น้องและครู อาจารย์ เมื่อมีปัญหา มีความสัมพันธ์กับนัยสำคัญกับ EQ สภาพความสัมพันธ์กับบิดา มารดามีผลอย่างมีนัยสำคัญต่อความเอื้ออาทร การมีแรงจูงใจที่ดี การควบคุมอารมณ์ของตน และทักษะทางสังคมของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญ การประเมินตนว่าเป็นคนมุ่งความสำเร็จ ใฝ่สัมพันธและมุ่งสู่อำนาจมีผลต่อความสามารถด้านความเอื้ออาทร และการมีแรงจูงใจที่ดีอย่างมีนัยสำคัญ อายุมีความสัมพันธ์กับการมีแรงจูงใจที่ดีสูงสุด

เทอดศักดิ์ เดชคง (2542 : 59-60) ได้ศึกษาระดับ EQ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 4 ในกรุงเทพมหานคร จำนวนมากกว่า 200 คน วัด 3 ส่วน ดังนี้ ส่วนที่ 1 และส่วนที่ 2 เป็นการประเมินโดยให้เด็กทำเอง ส่วนที่ 3 เป็นการประเมินโดยครูประจำชั้น พบว่าเด็กห้องเก่งมี EQ เฉลี่ยต่ำกว่าห้องธรรมดา เด็กห้องเก่งมักมีระดับความสุขต่ำกว่าเด็กห้องธรรมดา เด็กห้องเก่งมีแนวโน้มที่จะมองตนเองว่ามีความสามารถทางอารมณ์ (ความพึงพอใจ ความคิดแง่บวก ความรับผิดชอบ น้ำใจ เป็นต้น) และครูมีแนวโน้มที่จะให้คะแนนความสุขและการเป็นคนดีแก่เด็กห้องเก่งสูงกว่าเด็กห้องธรรมดาอย่างเห็นได้ชัด

4. การเห็นคุณค่าในตนเอง

4.1 ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเอง

คำว่า “ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง” มีผู้ให้ความหมายไว้หลาย ๆ แบบในแนวนุษนิยม ดังนี้

มาสโลว์ (สุมิตรา อินทุยศ. 2538 : 12 ; อ้างอิงจาก Maslow. 1970 : 45) กล่าวว่า เป็นความรู้สึกของบุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า มีความเข้มแข็ง มีสมรรถภาพในการทำสิ่งต่าง ๆ มีความเชี่ยวชาญและมีความสามารถ

เบรนเดน (อรชมา พุ่มสวัสดิ์. 2538 : 21 ; อ้างอิงจาก Branden. 1981 : 110-125) กล่าวว่า เป็นลักษณะของความเชื่อมั่นและความนับถือในตนเอง ที่เกิดจากความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง ความมั่นใจในความสามารถของตนเองที่จะประสบความสำเร็จในสิ่งที่พอใจ

คูเปอร์สมิท (สุวันทนา อารีพรรค และวันเพ็ญ บุญประกอบ. 2539 : 28 ; อ้างอิงจาก Coopersmith. 1984 : 5) กล่าวว่า “...เป็นการตัดสินความสามารถของตนเอง ซึ่งแสดงเจตคติที่มีต่อตนเอง เป็นการยอมรับตนเอง และการแสดงถึงขอบเขตของความเชื่อที่บุคคลมีต่อความสามารถ ความสำคัญ ความสำเร็จ และค่าของตนเอง”

เกรนี (สุมิตรา อินทุยศ. 2538 : 12 ; อ้างอิงจาก Gurney. 1988 : 13) กล่าวสรุปได้ว่า ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเป็นสิ่งที่เกี่ยวข้องกับระดับของการยอมรับความสามารถ ซึ่งบุคคลนั้นมีต่อตนเอง

กล่าวโดยสรุป ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง ความคิดนึกที่บุคคลมีต่อตนเองจากการประเมินว่า ตนมีคุณค่า มีความสามารถ มีความเชื่อมั่น ที่จะกระทำสิ่งต่าง ๆ ให้สำเร็จได้ตามที่ตนพอใจ

ในทัศนะของ มาสโลว์ (กาญจนา พงศ์พฤษ. 2531 : 19 ; อ้างอิงจาก Maslow. 1970 : 45) เชื่อว่า บุคคลทุกคนมีความต้องการเห็นคุณค่า (self-needs) ซึ่งมีองค์ประกอบ 2 ประการ คือ

1. ความต้องการเห็นคุณค่าในตนเอง (self-esteem) คือ ความปรารถนาของบุคคลที่ต้องการให้ตนเองมีความเข้มแข็ง มีความสำเร็จ มีความสามารถเพียงพอ มีความเชี่ยวชาญ มีความมั่นใจที่จะเผชิญหน้ากับสิ่งต่าง ๆ โดยไม่ต้องพึ่งพาผู้อื่น และมีความเป็นอิสระ

2. ความต้องการเห็นคุณค่าจากผู้อื่น (esteem of others) คือ ความปรารถนาของบุคคลที่ต้องการให้ผู้อื่นเห็นว่า ตนเองเป็นผู้มีชื่อเสียง มีเกียรติ มีตำแหน่งฐานะ มีบารมี มีลักษณะเด่นเป็นที่ยอมรับได้รับความสนใจ มีความสำคัญ มีศักดิ์ศรี และเป็นที่ชื่นชมของผู้อื่น

ความต้องการเห็นคุณค่านี้ หากบุคคลได้รับก็จะเกิดความเชื่อมั่นในตนเอง รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า มีความเข้มแข็ง มีศักยภาพ มีความสามารถเพียงพอ ซึ่งสิ่งเหล่านี้มีประโยชน์สำหรับการดำเนินชีวิต และจำเป็นสำหรับการอยู่ในสังคม ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ทำให้บุคคลมีโอกาสนำไปสู่ภาวะการบรรลุศักยภาพแห่งตน (self-actualization)

4.2 องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง

จากการศึกษาพบว่า องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองมี 2 ประการ คือ องค์ประกอบภายในตน และองค์ประกอบภายนอกตน คูเปอร์สมิท (ปริประภา สารีบุตร. 2545 : 22 ; อ้างอิงจาก Coopersmith. 1981 : 118-129)

1. องค์ประกอบภายในตน หมายถึง องค์ประกอบที่เป็นลักษณะเฉพาะของบุคคล ประกอบด้วย

1.1 ลักษณะทางกายภาพ (Physical attributes) เช่น รูปร่าง ความแข็งแรง

ความคล่องแคล่ว รวดเร็วของร่างกาย ผู้ที่มีลักษณะกายภาพที่ดี จะมีการเห็นคุณค่าในตนเองดีกว่าผู้ที่มีลักษณะทางกายภาพที่ไม่ดี แต่อย่างไรก็ตาม ค่านิยมที่เกี่ยวกับลักษณะทางกายภาพของแต่ละสังคมแตกต่างกัน ลักษณะทางกายภาพแบบใดจะส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองเพียงใดนั้น ขึ้นอยู่กับค่านิยมของสังคมนั้นๆ

1.2 สมรรถภาพ ความสามารถ และผลงาน (General capacity, ability and performance) ลักษณะทั้ง 3 ด้านนี้ จะสัมพันธ์เกี่ยวเนื่องกัน แต่ละลักษณะจะสัมพันธ์กับแรงจูงใจ และศักยภาพ ในการบรรลุถึงผลสำเร็จของบุคคล จึงมีผลลัพธ์ในทางบวกกับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคล

1.3 ภาวะทางอารมณ์ (Affective stages) ภาวะทางอารมณ์ของบุคคลมีความสัมพันธ์ อย่างมีนัยสำคัญ กับการประเมินตนเองของบุคคล พบว่าบุคคลมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ จะมีอารมณ์ที่ไม่เป็นสุขมากกว่าบุคคลที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าปานกลางหรือสูง และยังพบว่าคนที่มีความวิตกกังวลต่อตนเอง ในทางบวก จะมีความสุขสนุกสนานร่าเริง และมีการแสดงออกถึงอารมณ์ที่เป็นสุข และปราศจากความวิตกกังวล มากกว่า

1.4 ปัญหา และความเจ็บป่วย (Problems and pathology) Coopersmith พบว่าบุคคล ที่มีความรู้เห็นคุณค่าในตนเองต่ำ จะมีพฤติกรรมในทางทำลาย มีความวิตกกังวล และมีอาการของโรคทาง กายที่เกิดจากจิตมากกว่าบุคคลที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองปานกลางและสูง มีหลายทฤษฎีเชื่อว่า ผู้ที่มี ปัญหาพฤติกรรมเบี่ยงเบน เช่น พวกที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว หรือต่อต้านสังคม เป็นผลมาจากมีความรู้สึกเห็น ค่าคุณค่าในตนเองต่ำ

1.5 ค่านิยมส่วนบุคคล (Self-values) บุคคลจะประเมินตนเองกับสิ่งที่ตนให้คุณค่า ให้ ความสำคัญ ถ้าได้มีการกระทำที่สอดคล้องกับค่านิยมของตนเองแล้ว บุคคลนั้นจะมีแนวโน้มที่มีความรู้สึกเห็น ค่าคุณค่าในตนเองมากขึ้น

1.6 ระดับความมุ่งหวัง (Level of aspiration) การตัดสินคุณค่าของตนอยู่บนพื้นฐาน ของการเปรียบเทียบผลงานและความสามารถ กับระดับเกณฑ์ความสำเร็จที่ตนตั้งไว้ ถ้าบุคคลมีผลงานและ ความสามารถตรงตามเกณฑ์ หรือดีกว่าเกณฑ์ที่กำหนด บุคคลจะเกิดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง

2. องค์ประกอบภายนอกตน หมายถึง สภาพแวดล้อมภายนอกที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์ด้วย จากการศึกษานี้ของ คูเปอร์สมิธ (ปริวรรต สารีบุตร.2545:26 อ้างอิงมาจาก Coopersmith.1981:236) พบว่า สภาพแวดล้อมภายนอกดังกล่าวประกอบด้วย

2.1 ความสัมพันธ์กับพ่อแม่ ทางบ้าน

ปัจจัยที่ส่งผลอย่างมีนัยสำคัญต่อเด็กในการพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง คือ สัมพันธภาพระหว่างพ่อ แม่ กับเด็กภายในสภาพดังนี้

2.1.1 การที่พ่อ แม่ ยอมรับเด็กทั้งหมดหรือเกือบทั้งหมด เกี่ยวกับความคิด ความรู้สึก และคุณค่าอย่างที่เป็นอยู่

2.1.2 การที่พ่อ แม่ กำหนดขอบเขตของการกระทำไว้อย่างชัดเจน และดูแลให้เด็ก ทำตาม ทำให้เด็กเกิดความรู้สึกมั่นคง ปลอดภัย

2.1.3 การที่พ่อ แม่ ให้ความนับถือ ให้ความสำคัญอิสระแก่เด็กในขอบเขตการกระทำ ที่กำหนดไว้ และเน้นการให้รางวัลมากกว่าการลงโทษ

2.2 โรงเรียน

โรงเรียนสามารถจัดสภาพแวดล้อม ในการพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของเด็ก ต่อจากทางบ้านได้ โดยครูเปิดโอกาสให้เด็กได้ทำกิจกรรมต่าง ๆ อย่างอิสระ และไม่ขัดต่อกฎระเบียบที่กำหนดไว้ การให้ความช่วยเหลือเด็กในการแก้ไขปัญหาต่าง ๆ

2.3 กลุ่มเพื่อน

การเป็นสมาชิกในสังคม โดยเฉพาะอย่างยิ่งเพื่อนในวัยเดียวกัน มีอิทธิพลต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของเด็ก บุคคลที่ไม่ได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน ไม่เป็นที่ประทับใจ หรือไม่อยู่ในความสนใจของเพื่อน จะไม่ชอบคลุกคลีกับใคร ไม่แบ่งปันความคิดเห็น ความรู้สึกส่วนตัวกับเพื่อน ในที่สุดเพื่อนจะไม่ไว้วางใจและเขาจะรู้สึกว่าไม่มีใครชอบ และไม่นับถือตัวเอง (วารี กังใจ. 2540 : 25 ; อ้างอิงจาก Rosenberg. 1965:158)

4.3 การพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองตามแนวมนุษยนิยม

การพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง นักมนุษยนิยมเชื่อว่าบุคคลทุกคนต่างมีคุณค่าในตนเอง แต่ก็มีบุคคลจำนวนมากไม่อาจตระหนักถึงคุณค่าที่ตนมีอยู่ อย่างไรก็ตาม บุคคลเหล่านี้สามารถตระหนักถึงคุณค่าของตนเองได้ ถ้าอยู่ในสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม ด้วยการมี ปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นโดยใช้กระบวนการกลุ่มต่าง ๆ กิจกรรมกลุ่มตามแนวมนุษยนิยม สามารถนำมาพัฒนาให้สมาชิกในกลุ่มเกิดความรู้สึกได้รับการยอมรับ มีความมั่นใจ มีความเป็นอิสระ และมีความกล้าแสดงออก เมื่อสมาชิกกลุ่มรู้สึกตนเองได้รับการยอมรับอย่างจริงใจจากสมาชิกคนอื่น ๆ เขาจะเกิดความเชื่อมั่นในตนเอง กล้าเผชิญหน้ากับปัญหาต่าง ๆ ซึ่งช่วยให้เขาเกิดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง (วารี กังใจ. 2540 : 32 ; อ้างอิงจาก Trotzer. 1977 : 56) ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะนำกิจกรรมกลุ่มที่สร้างขึ้นตามแนวคิดของนักจิตวิทยากลุ่มมนุษยนิยม โดยผู้วิจัยเป็นผู้สร้างขึ้นเอง ซึ่งมุ่งเน้นที่จะเพิ่มความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคล ประกอบด้วยกิจกรรมที่สามารถเพิ่มความเชื่อมั่นในตนเอง การกล้าแสดงออก มีความรับผิดชอบ การมีส่วนร่วมในการทำงานเป็นกลุ่ม หรือทำงานร่วมกับผู้อื่น และมีความคิดสร้างสรรค์ ในบรรยากาศที่มีความอบอุ่นปลอดภัย ซึ่งมีสมาชิกที่เข้าร่วมโปรแกรมนั้นไม่เกิน 10 คน เนื่องจากเนื้อหาของกิจกรรมนั้น มีการให้โอกาสแก่สมาชิกทุกคนอย่างเท่าเทียมกัน ในการแสดงความสามารถในระยะเวลาที่จำกัด ประมาณ 90 นาที ซึ่งไม่ควรที่จะให้สมาชิกภายในกลุ่มทำกิจกรรมใด ๆ ซ้ำ ๆ กันภายในระยะเวลาที่ยาวนาน เนื่องจากสมาชิกที่เป็นกลุ่มตัวอย่างในการศึกษา เป็นเด็กที่กำลังเริ่มเข้าสู่วัยรุ่นตอนต้น ซึ่งจะเกิดความเบื่อหน่าย และให้ความสนใจต่อกิจกรรมน้อยลง ผู้วิจัยสนใจที่จะสร้างโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มตามแนวมนุษยนิยม เพื่อใช้ทดลองกับกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นวัยรุ่นตอนต้น เพื่อศึกษาผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มตามแนวมนุษยนิยมต่อการพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง

4.4 ลักษณะของบุคคลที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงและต่ำ

Coopersmith (พรรณี จันประดับ. 2538 : 29 ; อ้างอิงจาก Coopersmith.1984 : 262-264) ได้ทำการทดลองจากกลุ่มเด็กชายอายุตั้งแต่ 10 ปี จนถึงวัยรุ่นตอนต้น (early adult) เด็กทั้งหมดมาจากครอบครัวระดับกลางและไม่มี ความแตกต่างกันเลย นอกจากความสัมพันธ์กับพ่อ แม่ เขาแบ่งเด็กทั้งหมดออกเป็น 3 กลุ่ม คือ กลุ่มที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองในระดับสูง กลาง และต่ำ ด้วยวิธีทดสอบเชิงจิตวิทยา (Psychological tests) และการให้คะแนนตนเอง (self-ratings) Coopersmith พบว่ากลุ่มที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูง (high self-esteem) จะเป็นเด็กสนุกสนาน ร่าเริง มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีความรู้สึกต่อตนเอง

ในทางบวก ยอมรับตนเองตามความเป็นจริง ไม่สนใจคำวิพากษ์วิจารณ์ มักประสบความสำเร็จด้านการศึกษา และด้านสังคม ส่วนกลุ่มที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับปานกลาง (medium self-esteem) มักจะชอบแสดงความสามารถ แต่ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง และรู้สึกว่าตนเองมีค่าน้อย มีความวิตกกังวลมากกับการที่จะต้องเป็นที่ยอมรับของสังคม สำหรับกลุ่มที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ (low self-esteem) จะมีลักษณะซึมเศร้า ชอบอยู่ตามลำพัง มีความกลัว ไม่เต็มใจที่จะเข้าร่วมกลุ่ม อ่อนไหวง่ายต่อความวิพากษ์วิจารณ์ เด็กกลุ่มนี้มีความรู้สึกต่อตนเองในระดับต่ำกว่าความเป็นจริง ซึ่งทำให้มีผลต่อการเรียนไม่ดีนัก

Coopersmith (พรวณีย์ จันประดับ. 2538 : 31 ; อ้างอิงจาก Coopersmith.1984 : 263-264) ได้สรุปผลการวิจัยของเขาไว้ดังนี้

กลุ่มที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูง (high self-esteem) มักมาจากครอบครัวที่ให้ความสำคัญและความเคารพนับถือซึ่งกันและกัน มีการแสดงความคิดเห็นและยอมรับฟัง ยึดถือกฎเกณฑ์หรือข้อบังคับ มีการลงโทษที่ไม่รุนแรง เด็กกลุ่มนี้จะรู้สึกว่าพ่อ แม่ ให้ความยุติธรรม ให้ความยุติธรรมและเห็นคุณค่าของเขา จึงมักวางจุดหมายในชีวิตไว้อย่างใกล้เคียงกับความสามารถที่แท้จริง และมักประสบความสำเร็จในชีวิต

ในทางตรงกันข้าม กลุ่มที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ (low self-esteem) จะมีความรู้สึกที่ว่า พ่อ แม่ ไม่ให้ความยุติธรรมต่อเขา ในบ้านมักมีการลงโทษรุนแรง กฎเกณฑ์ต่าง ๆ เป็นไปอย่างไม่สม่ำเสมอ ความไม่คงเส้นคงวาของพ่อ แม่ ทำให้เด็กรู้สึกสับสน ไม่แน่ใจว่าเขาควรปฏิบัติตนอย่างไร การชี้แจง แนะนำจากพ่อ แม่มีน้อย ทำให้เด็กกลุ่มนี้รู้สึกว่าตนไม่ได้รับความสนใจจาก พ่อ แม่ ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง หวั่นไหวต่อคำวิพากษ์วิจารณ์ และมักวางจุดหมายในชีวิตไว้ต่ำ หรือสูงกว่าความสามารถที่แท้จริงของตนเอง ทำให้ประสบความสำเร็จต่ำในชีวิต

4.5 การประเมินความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้แบบประเมินความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองซึ่งผู้วิจัยอาศัยแนวคิดของโรเซนเบิร์ก (วารี กังใจ. 2540 : 42 ; อ้างอิงจาก Rosenbergs's Self-esteem. 1965 : Unpage) และดัดแปลงให้เหมาะสม มีทั้งหมด 10 ข้อประกอบด้วยข้อความด้านบวก 5 ข้อ และข้อความด้านลบ 5 ข้อ เป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับของ Likert

ผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง

ในด้านผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง กับพฤติกรรมเผชิญความเครียดนั้น วอลเลซ คูนนิ่งแฮม และมอนเต้ (วารี กังใจ. 2540 : 37 ; อ้างอิงจาก Wallace Cunningham & Monte. 1984 : 261-262) ได้รวบรวมการศึกษาหลายฉบับที่กล่าวถึงความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองสูงมักจะเชื่อในอำนาจการกระทำของตน เมื่อประสบภาวะเครียดหรือการเปลี่ยนแปลงต่างๆ จะพยายามค้นหาข้อเท็จจริงและแก้ไขสถานการณ์นั้น ในขณะที่ผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตนมักจะยอมรับเหตุการณ์โดยไม่คิดแก้ไข แสดงว่าผู้ที่รู้สึกว่าตนเองมีค่าน้อยเชื่อมั่นว่า การกระทำของตนก่อให้เกิดผลตามที่ต้องการ ซึ่งย่อมรวมถึงการกระทำที่เกี่ยวกับการเผชิญความเครียดด้วย

แคปแลนและคณะ (ปริประภา สาริบุตร. 2545 : 21 ; อ้างอิงจาก Kaplan et. Al.1987 : 146) กล่าวว่า การที่บุคคลจะมีพฤติกรรมที่ลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคได้นั้น ปัจจัยหนึ่งขึ้นอยู่กับความเคารพนับถือตนเอง หรือความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง กอร์ดอนและเคาด้า (อรชума พุ่มสวัสดิ์. 2538 : 11 ; อ้างอิงจาก Gordon & klouda.1989 : 157) กล่าวว่า บุคคลที่มีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองสูง จะมีความเชื่อมั่นในตนเอง

และสามารถกระทำสิ่งต่างๆ เพื่อดำรงรักษาสุขภาพของตนไว้ ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองในหญิงตั้งครรภ์ ที่มีภาวะเสี่ยงนั้นจะทำให้หญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะเสี่ยงรู้สึกว่าคุณค่าตนมีความสำคัญ มีความหมาย มีคุณค่า และมีประโยชน์ต่อสังคม ก็จะก่อให้เกิดแรงจูงใจ มีกำลังใจ กำลังกายที่เข้มแข็ง สามารถเผชิญปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ รวมทั้งมีความสนใจที่จะแสวงหาความรู้อื่นจะก่อให้เกิดการรับรู้ที่ถูกต้อง และส่งผลในการปฏิบัติตนที่ถูกต้องและเหมาะสมต่อไป

จากการศึกษางานวิจัยต่าง ๆ เกี่ยวกับความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง กับพฤติกรรมสุขภาพ มีดังนี้ มูเลนแคมป์และเซเลส (พรรณี จันประดับ. 2538 : 33 ; อ้างอิงจาก Muhlenkamp & Sayles. 1986 : 338) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคม ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง และการดูแลสุขภาพในกลุ่มผู้ใหญ่ที่พักในอพาร์ทเมนต์ จำนวน 98 ราย ผลการศึกษาพบว่า ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองมีผลโดยตรงต่อการปฏิบัติกิจกรรมการดูแลสุขภาพตนเองในทางบวก สอดคล้องกับการศึกษาของยา เชียกและมาฮูน (พรรณี จันประดับ. 2538 : 33 ; อ้างอิงจาก Yarcheaki & Mahoo. 1989 : 88-93) ได้ศึกษาในกลุ่มนักเรียนระดับเตรียมอุดมและอุดมศึกษา จำนวน 165 ราย พบว่าความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมสุขภาพ

จากการศึกษาของซันสเตอร์ม (อรชума พุ่มสวัสดิ์. 2538 : 14 ; อ้างอิงจาก Sunstroem Cited in Pender. 1982 : 69) ได้ทำการศึกษาในวัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่ตอนต้น 221 คน พบว่าความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์กับระดับความรู้ ความสามารถของร่างกายตามด้วยปฏิบัติต่อร่างกายจริง ๆ

เยาวลักษณ์ มหาสิทธิวัฒน์ (2530) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ การเปลี่ยนแปลงทางกาย จิตสังคม ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง และพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสระบุรี จำนวน 200 ราย พบว่าความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุ

เสาวภา วิชิตวาทย์ (2543) ศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง การสนับสนุนทางสังคมกับพฤติกรรม การดูแลสุขภาพของผู้ป่วยที่สูญเสียขา พบว่าความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเอง

นอกจากความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองแล้ว การสนับสนุนทางสังคมก็เป็นปัจจัยที่สำคัญอีกประการหนึ่ง ที่จะทำให้หญิงตั้งครรภ์มีภาวะเสี่ยง สามารถเผชิญกับความเครียดได้ดี และมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดที่เหมาะสม ซึ่งจะได้กล่าวต่อไปนี้

4.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

พรประภา แก้วกล้า (2534) ได้ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม ตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงต่อการลดการเสพติด และการเพิ่มการเห็นคุณค่าตนเองของผู้ถูกคุมความประพฤติ กลุ่มตัวอย่างเป็นเพศชายอายุระหว่าง 18-35 ปี มีการศึกษาตั้งแต่ระดับประถมศึกษาตอนปลายขึ้นไป และได้คะแนนจากแบบวัดการเห็นคุณค่าของตนเองน้อยที่สุดเรียงลำดับขึ้นมา 12 คน สุ่มแบบเป็นกลุ่มทดลอง 6 คน กลุ่มควบคุม 6 คน กลุ่มทดลองเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริงเป็นเวลา 5 สัปดาห์ ๆ ละ 2 ครั้ง ๆ ละ 2 ชั่วโมง รวม 20 ชั่วโมง โดยมีผู้วิจัยเป็นผู้นำกลุ่ม เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบวัดเห็นคุณค่าตนเองของ นาทยา วงศ์หลีกภัย แปลและดัดแปลงมาจากแบบวัดการเห็นคุณค่าตนเอง โดยการทดสอบค่า ที (t-test) ผลการวิจัยปรากฏว่า ผู้ถูกคุมความประพฤติในกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริง มีการเสพติดลดลง และมีการเห็นคุณค่าของตน

เองเพิ่มขึ้นมากกว่าผู้ที่ถูกคุมความประพฤติกลุ่มควบคุม ซึ่งมารายงานตัวต่อพนักงานคุมประพฤติตามปกติ ทั้งในระยะหลังทดลองและระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สุมิตรา อินทุยศ (2538) ได้ศึกษาองค์ประกอบในสถานศึกษาตามการรับรู้ของนักศึกษาที่มีอิทธิพลต่อความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ของนักศึกษาวิทยาลัยพลศึกษาในภาคใต้ พบว่าจากองค์ประกอบสถานศึกษาที่กำหนดไว้ในงานวิจัย จำนวน 8 ด้าน มี 3 ด้าน ที่สามารถร่วมกันพยากรณ์ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของนักศึกษาได้ดีที่สุด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 องค์ประกอบทั้ง 3 ด้านนั้น ได้แก่ ลักษณะและสัมพันธภาพของบรรยากาศการเรียนการสอน (ซึ่งล้วนเป็นองค์ประกอบทางบวกของอาจารย์และเพื่อน ๆ ในสถานศึกษา หรือประสบความสำเร็จ มีการรับรู้เกี่ยวกับการสอน และบรรยากาศการเรียนการสอนดี) จะมีผลทำให้นักศึกษามีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองสูงกว่า นักศึกษาที่มีการรับรู้ว่าคุณค่าในตนเองไม่ประสบความสำเร็จ หรือนักศึกษาที่รับรู้เกี่ยวกับการสอน และบรรยากาศการเรียน การสอนไม่ดี องค์ประกอบในสถานศึกษาทั้ง 3 ด้าน สามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของคะแนนความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองได้ร้อยละ 26.38 ที่ระดับความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 โดยความคลาดเคลื่อนมาตรฐานเท่ากับ 4.01

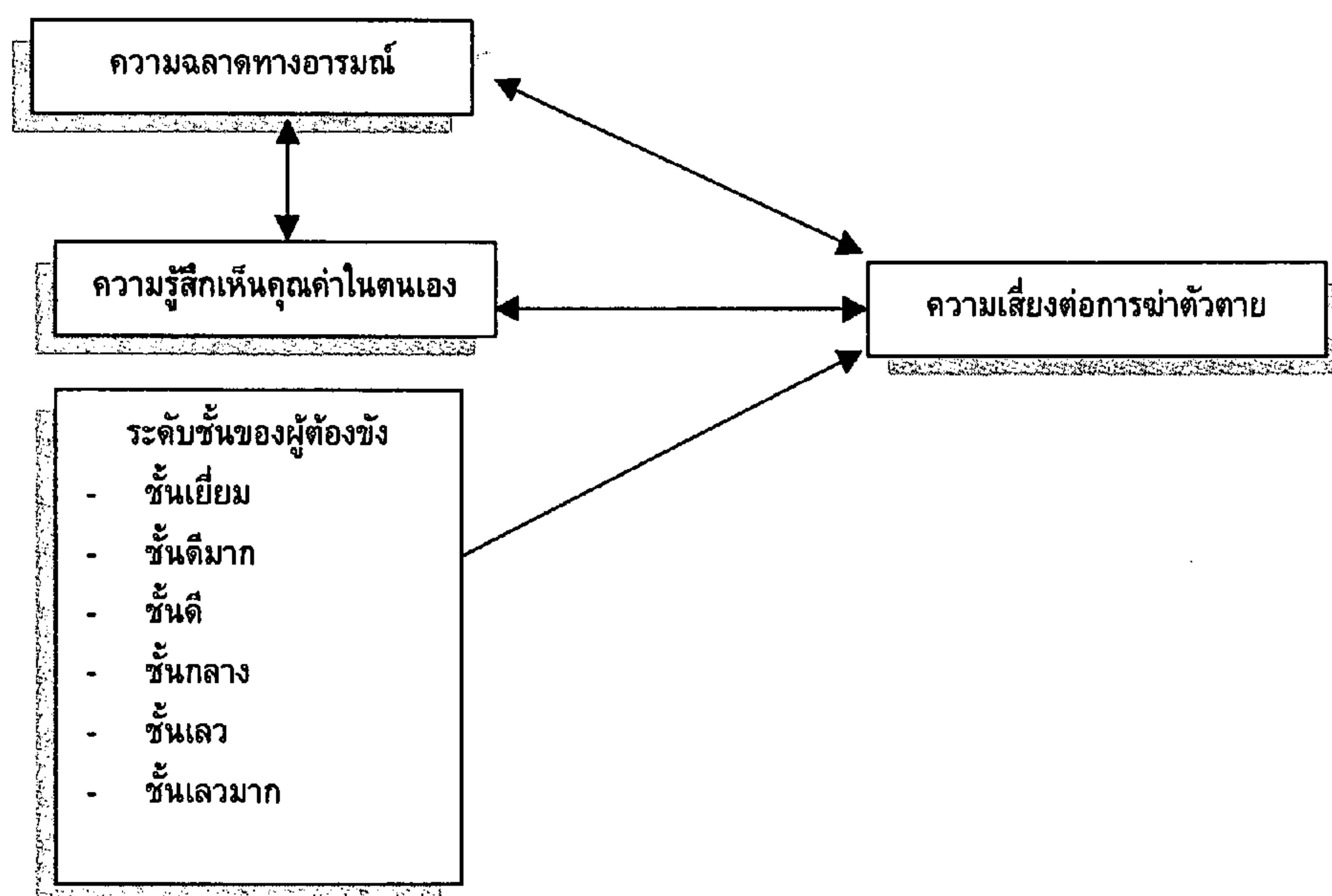
ฟอง - ทอย (ปริประกาศา สารีบุตร. 2545 : 39 ; อ้างอิงจาก Fong - Toy.1985 : 2655-A) ได้ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม ที่มีต่อความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของเด็ก ที่มาจากครอบครัวหย่าร้างและครอบครัวที่สมบูรณ์ ซึ่งเป็นนักเรียนอายุระหว่าง 10-14 ปี จำนวน 107 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลองจำนวน 47 คน เข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม 8 ครั้ง ๆ ละ 45 นาที และกลุ่มควบคุมจำนวน 60 คน ให้เข้าชั้นเรียนตามปกติ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ The Coopersmith Self-esteem Inventory, Behavioral Academic Self-Esteem Rating Scale ผลการวิจัยพบว่าไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญของคะแนนความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม แต่พบว่ากลุ่มทดลองที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง มีคะแนนความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองโดยรวมด้านตนเองด้านสังคมเพื่อนเพิ่มขึ้น

แอบบ๊อท (สุวันทนา อารีพรรค และวันเพ็ญ บุญประกอบ. 2539 : 18 ; อ้างอิงจาก Abbott.1985 : 1989) ได้ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม ตามแนวทฤษฎีการบำบัดแบบพิจารณาเป็นจริงต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กวัยรุ่นเกรด 6-8 ที่ไม่มีความสามารถในการเรียน และมีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ กลุ่มตัวอย่างจำนวน 20 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 10 คน และกลุ่มควบคุม 10 คน กลุ่มทดลองเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม 10 ครั้ง ๆ ละ ประมาณ 45 นาที กลุ่มควบคุมได้รับการฝึกทักษะในการเรียน ซึ่งใช้เวลานานเท่ากับกลุ่มทดลอง เครื่องมือที่ใช้คือ The Coopersmith Self-Esteem inventory, The Jasness Behavior Checklist, Behavioral Academic Self-Esteem Rating Scale ผลจากการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองมีการเห็นคุณค่าในตนเอง และมีพฤติกรรมทางการเรียนสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญ แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญจากคะแนนการประเมินพฤติกรรมของนักเรียนซึ่งครูเป็นผู้ประเมิน

แมคเบรด์ (ปริประกาศา สารีบุตร. 2545 : 39 ; อ้างอิงจาก McBride.1994 : Unpage) ได้ศึกษาเกี่ยวกับการหย่าร้างของพ่อ แม่ มีผลกระทบต่อลูกในทัศนคติเรื่องการศึกษา กลุ่มตัวอย่างอายุระหว่าง 16-44 ปี ซึ่งมาจากครอบครัว 2 ประเภท คือ ครอบครัวที่สมบุรณ์กับครอบครัวที่หย่าร้าง โดยให้กลุ่มตัวอย่างอ่านบทภาพยนตร์สั้น ๆ ซึ่งเป็นเรื่องเกี่ยวกับสถานการณ์ขัดแย้งที่มีขึ้นในสถานศึกษา จำนวน 8 เรื่อง กลุ่มตัวอย่างจะถูกแยกแยะว่ามีความรู้สึกสนุกสนาน หรือเครียดแค่ไหน เมื่ออ่านบทภาพยนตร์แต่ละบท นอกจากนี้การวิจัยยังเน้นไปถึงว่าการแตกแยกในครอบครัว จะส่งผลต่อหญิงหรือชายอย่างไร ผลการวิจัยปรากฏว่าบุคคลจากครอบครัวที่มีการหย่าร้าง มีความรู้สึกที่แตกต่างจากครอบครัวที่สมบุรณ์เพียง

เล็กน้อย และหญิงมีความรู้สึกเครียดมากกว่าชาย เมื่ออ่านบทภาพยนตร์ นอกจากนี้การวิจัยพบว่าหญิงมีความรู้สึกคล้อยตามบทภาพยนตร์มากกว่าชาย แต่อย่างไรก็ตาม ตัวกำหนดความรู้สึกของบุคคลที่สำคัญ คือ ชีวิตความเป็นอยู่หลังจากพ่อ แม่หย่าร้างกัน และจำนวนครั้งที่แม่แต่งงานใหม่ กลุ่มตัวอย่างที่มาจากครอบครัวที่หย่าร้าง อาจจะทุกข์ใจจากการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำมากกว่ากลุ่มตัวอย่างที่มาจากครอบครัวที่สมบูรณ์ และบุคคลที่มาจากครอบครัวที่สมบูรณ์จะได้รับอิทธิพลจากพ่อ แม่ด้วย

กรอบแนวคิดในการวิจัย



สมมติฐานของการวิจัย

1. ความฉลาดทางอารมณ์ มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางคลองเปรม
2. ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางคลองเปรม
3. ความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม
3. ผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางคลองเปรมที่มีชั้นต่างกันมีความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายแตกต่างกัน

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

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

★ การกำหนดประชากรและการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม โดยไม่จำกัดอายุและลักษณะการกระทำผิด จำนวน 6,630 คน

กลุ่มตัวอย่าง

ที่ใช้ผู้วิจัยเลือกสุ่มแบบแบ่งชั้นและสุ่มอย่างง่ายจำนวน 574 คน ที่มีค่าความเชื่อมั่นร้อยละ 96 (Yamane. 1967 886-887) ซึ่งได้มาจากการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) โดยใช้ระดับชั้นของผู้ต้องขังเป็นชั้น (Strata) โดยมีการสุ่มตัวอย่างดังนี้

1. ผู้วิจัยแบ่งผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรมตามระดับชั้นซึ่งมีทั้งหมด 6 ชั้นมีจำนวนผู้ต้องขังทั้งสิ้น 6,630 คน คือ ชั้นเยี่ยมจำนวน 3,992 คน ชั้นดีมากจำนวน 845 คน ชั้นดีจำนวน 694 คน ชั้นกลางจำนวน 785 คน ชั้นเลวจำนวน 244 คน ชั้นเลวมากจำนวน 66 คน

2. หลังจากแบ่งชั้นที่เป็นประชากรแล้ว ได้สุ่มตัวอย่างที่มีความเชื่อมั่นร้อยละ 96 ตามหลักยามาเน่ (Yamane.1976:886-887) ใช้การสุ่มแบบแบ่งชั้น โดยมีระดับชั้นของผู้ต้องขังเป็นชั้น โดยมีการสุ่มตัวอย่างจำนวน 574 คน ดังแสดงในตาราง 1

แสดงจำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับชั้นของผู้ต้องขัง

ระดับชั้น	ประชากร	กลุ่มตัวอย่าง
ชั้นเยี่ยม	3,992	344
ชั้นดีมาก	846	73
ชั้นดี	694	60
ชั้นกลาง	785	67
ชั้นเลว	313	30
รวม	6,630	574

หมายเหตุ เนื่องจากจำนวนผู้ต้องขังในระดับชั้นเลวมากมีจำนวนกลุ่มตัวอย่างไม่เพียงพอในการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ ดังนั้นผู้วิจัยจึงนำเอากลุ่มตัวอย่างในชั้นเลวมากไปรวมกับชั้นเลว

✳️การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

- เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาคั้งนี้เป็นแบบวัดประกอบด้วย 4 ส่วนดังนี้
- ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ระดับชั้นของผู้ต้องขัง
 - ส่วนที่ 2 แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์
 - ส่วนที่ 3 แบบประเมินความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง
 - ส่วนที่ 4 แบบประเมินความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย

วิธีสร้างเครื่องมือและหาคุณภาพเครื่องมือ

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล เกี่ยวกับระดับชั้นของผู้ต้องขัง : ตัวอย่าง
ปัจจุบันท่านอยู่ในระดับชั้นใด (กรุณาวางกลมในข้อที่ตรงกับท่านมากที่สุด)

- 1. ชั้นเยี่ยม
- 2. ชั้นดีมาก
- 3. ชั้นดี
- 4. ชั้นกลาง
- 5. ชั้นเลว
- 6. ชั้นเลวมาก

ส่วนที่ 2 แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์เป็นแบบวัดมาตรฐานของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์: 2543) มีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ จำนวน 52 ข้อประกอบด้วย คำถามวัดความสามารถทางอารมณ์ทั้งหมด 3 ด้าน ได้แก่ ด้านดี(ควบคุมตนเอง เห็นใจผู้อื่น รับผิดชอบ) , ด้านเก่ง (มีแรงจูงใจ ตัดสินใจและแก้ปัญหา สัมพันธ์ภาพ) , ด้านสุข (ภูมิใจในตนเอง พอใจในชีวิต สุขสงบทางใจ)

ตัวอย่างแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ทางอารมณ์

คำชี้แจง แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์นี้มีข้อความที่เกี่ยวข้องกับอารมณ์และความรู้สึกที่แสดงออกในลักษณะต่างๆ แม้ว่าบางประโยคอาจไม่ตรงกับที่ท่านเป็นอยู่ก็ตาม ขอให้ท่านเลือกคำตอบที่ตรงกับท่านมากที่สุด ไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด ดีหรือไม่ดี โปรดตอบตามความเป็นจริงและตอบทุกข้อ

ขอให้ท่านอ่านข้อความต่อไปนี้ทีละข้อแล้วเลือกคำตอบที่ท่านคิดว่าตรงกับตัวท่านมากที่สุดเพียงหนึ่งคำตอบแล้วใส่เครื่องหมาย ลงในช่องที่กำหนดเพียงข้อละหนึ่งเครื่องหมายคำตอบแต่ละคำตอบมีความหมายดังนี้

- จริงมาก หมายถึง ตรงกับลักษณะของอารมณ์และความรู้สึกของท่านมาก
- ค่อนข้างจริง หมายถึง ค่อนข้างตรงกับลักษณะของอารมณ์และความรู้สึกของท่าน
- จริงบางครั้ง หมายถึง ค่อนข้างไม่ตรงกับลักษณะของอารมณ์และความรู้สึกของท่าน
- ไม่จริง หมายถึง ไม่ตรงกับลักษณะของอารมณ์และความรู้สึกของท่าน

ข้อความ	ไม่จริง	จริงบางครั้ง	ค่อนข้างจริง	จริงมาก
0) เวลาโกรธหรือไม่สบายฉัน รับรู้ได้ว่าเกิดอะไรขึ้นกับฉัน				
00) ฉันบอกไม่ได้ว่าอะไรทำให้ ฉันรู้สึกโกรธ				
000) เมื่อถูกขัดใจ ฉันมักรู้สึก หงุดหงิดจนควบคุมอารมณ์ ไม่ได้				

เกณฑ์การให้คะแนน

กลุ่มที่ 1 ข้อความทางบวกให้คะแนนดังต่อไปนี้

ตอบไม่จริง	ให้	1	คะแนน
ตอบจริงบางครั้ง	ให้	2	คะแนน
ตอบค่อนข้างจริง	ให้	3	คะแนน
ตอบจริงมาก	ให้	4	คะแนน

กลุ่มที่ 2 ข้อความทางลบให้คะแนนดังต่อไปนี้

ตอบไม่จริง	ให้	4	คะแนน
ตอบจริงบางครั้ง	ให้	3	คะแนน
ตอบค่อนข้างจริงมาก	ให้	2	คะแนน
ตอบจริงมาก	ให้	1	คะแนน

เกณฑ์ในการแปลความฉลาดทางอารมณ์ (กรมสุขภาพจิต : 2543)

คะแนนเฉลี่ย	ระดับความฉลาดทางอารมณ์
ต่ำกว่า 138	ความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) ต่ำกว่าปกติ
138-170	ความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) อยู่ในเกณฑ์ปกติ
สูงกว่า 170	ความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) สูงกว่าปกติ

ส่วนที่ 3 แบบประเมินความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งผู้วิจัยอาศัยแนวคิดของโรเซนเบิร์ก (Rosenbergs's Self-esteem Scale, 1965) และดัดแปลงให้เหมาะสม มีทั้งหมด 10 ข้อประกอบด้วยข้อความด้านบวก 5 ข้อ และข้อความด้านลบ 5 ข้อเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับของ Likert

ตัวอย่างแบบสอบถามความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง

คำชี้แจง แบบประเมินนี้ต้องการทราบความรู้สึกหรือความคิดเห็นของท่านที่มีต่อตัวท่านเองแต่ละข้อไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด และคำตอบที่ดีที่สุดคือคำตอบที่ตรงกับความรู้สึกหรือตรงกับสภาพที่แท้จริงของท่านมากที่สุด ดังนั้นโปรดตอบตามความรู้สึกจริงของท่านโดยมีวิธีการดังนี้

ขอให้ท่านกาเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ต้องการเพียงข้อละหนึ่งช่องเท่านั้น และขอให้ท่านตอบทุกข้อแต่ละคำตอบมีความหมายดังนี้

- ไม่จริงเลย หมายถึง เมื่อท่านไม่เคยรู้สึกตรงตามข้อความนั้นเลย
- จริงน้อย หมายถึง เมื่อท่านรู้สึกตรงตามข้อความนั้นนานๆ ครั้งหรือน้อยครั้ง
- จริงบางครั้ง หมายถึง เมื่อท่านรู้สึกตรงตามข้อความนั้นเป็นบางครั้ง
- จริงมาก หมายถึง เมื่อท่านรู้สึกตรงตามข้อความนั้นอยู่บ่อยครั้ง
- จริงที่สุด หมายถึง เมื่อท่านรู้สึกตรงตามข้อความนั้นเกือบตลอด

ข้อความ	ไม่จริงเลย	จริงน้อย	จริงบางครั้ง	จริงมาก	จริงมากที่สุด
0) ข้าพเจ้าไม่เคยยอมแพ้อะไรง่ายๆ					
00) ข้าพเจ้ามักกล้าเร่ร่อนแสบกับทุกๆคน					
000) ข้าพเจ้ารู้ว่าตนเองไม่มีอะไรดีเลย					

เกณฑ์การให้คะแนน

กลุ่มที่ 1 ข้อความทางด้านบวกให้คะแนนดังต่อไปนี้

ตอบไม่จริงเลย	ให้	1	คะแนน
ตอบจริงน้อย	ให้	2	คะแนน
ตอบจริงบางครั้ง	ให้	3	คะแนน
ตอบจริงมาก	ให้	4	คะแนน
ตอบจริงมากที่สุด	ให้	5	คะแนน

กลุ่มที่ 2 ข้อความทางด้านลบให้คะแนนดังต่อไปนี้

ตอบไม่จริง	ให้	5	คะแนน
ตอบจริงน้อย	ให้	4	คะแนน
ตอบจริงบางครั้ง	ให้	3	คะแนน
ตอบจริงมาก	ให้	2	คะแนน
ตอบจริงมากที่สุด	ให้	1	คะแนน

เกณฑ์ในการแปลความหมายความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง

คะแนนทั้งหมดของแบบประเมินความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ระหว่าง 10-50 คะแนน

ผู้ที่มีคะแนนสูง แสดงว่า เป็นผู้ที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูง

ผู้ที่มีคะแนนต่ำ แสดงว่า เป็นผู้ที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ

การหาความเที่ยงตรง

Free Valid.

การหาความเที่ยงตรง ผู้วิจัยหาความเที่ยงตรงของแบบประเมินความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 2 ท่าน เป็นผู้พิจารณาตรวจสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหา (CONTENT VALIDITY) ผู้ทรงคุณวุฒิประกอบด้วย

จิตแพทย์

1 ท่าน

อาจารย์ผู้เชี่ยวชาญทางด้านจิตวิทยา

1 ท่าน

การหาความเชื่อมั่นของเครื่องมือ

นำแบบประเมินความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองไปทดลองกับผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม ที่มีลักษณะเดียวกันกับกลุ่มตัวอย่างที่จะศึกษา จำนวน 30 ราย นำมาหาค่าอำนาจจำแนกรายข้อโดยใช้ $t - test$ (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2536 : 131-132) พบว่ามีค่า t อยู่ระหว่าง 4.26 – 16.815 แล้วคำนวณหาความเชื่อมั่นของแบบประเมิน โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์อัลฟ่า ของคอนบราค (Cronbach's Alpha Coefficient) โดยการวิเคราะห์ด้วยโปรแกรม SPSS Version10 ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .83

ส่วนที่ 4 แบบประเมินความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายเป็นแบบวัดมาตรฐานของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข(แบบประเมินความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย : 2544)มีลักษณะเป็นแบบเช็ครายข้อมี 2 คำตอบ จำนวน 4 ข้อ

ตัวอย่างแบบประเมินความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย

คำชี้แจง แบบประเมินความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายนี้มีข้อความที่เกี่ยวข้องกับความรู้สึกนึกคิด ขอให้ท่านเลือกคำตอบที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด ไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด โปรดตามความเป็นจริงและตอบทุกข้อ

ขอให้ท่านอ่านข้อความต่อไปนี้ทีละข้อแล้วเลือกคำตอบที่ตรงกับท่านให้มากที่สุดเพียงหนึ่งคำตอบ แล้วใส่เครื่องหมาย / ลงในช่องที่กำหนดเพียงข้อละหนึ่งเครื่องหมายเท่านั้นแต่ละคำตอบมีความหมายดังนี้

ตอบมี

หมายถึง

ตรงกับลักษณะความรู้สึกนึกคิดของท่าน

ตอบไม่มี

หมายถึง

ไม่ตรงกับลักษณะความรู้สึกนึกคิดของท่าน

ข้อความ	มี	ไม่มี
(1) คุณมีเรื่องกดดัน คับแค้นใจ		
(2) คุณรู้สึกท้อแท้ เบื่อหน่ายลี้หลังหรือไม่		
(3) คุณรู้สึกเป็นทุกข์จนไม่อยากมีชีวิตอยู่ หรือไม่		
(4) ขณะนี้คุณมีความคิดฆ่าตัวตาย หรือหาวิธีฆ่าตัวตายหรือไม่		

เกณฑ์ในการแปลความหมายของความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย
ตอบมี ในข้อ 1 หรือ 2 หมายถึง มีความเสี่ยงต่อการเป็นโรคซึมเศร้า
ตอบมี ในข้อ 3 หรือ 4 หรือทั้งสองข้อ หมายถึง มีความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายอย่างมาก
ตอบไม่มี ในข้อ 1 – 4 หมายถึง ไม่มีความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายและการเสี่ยงต่อการเป็นโรคซึมเศร้า

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยขอหนังสือแนะนำตัวจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อขออนุญาตและขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามไปยังผู้บัญชาการเรือนจำกลางคลองเปรม
2. ผู้วิจัยนำหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒไปยังกรมราชทัณฑ์ เพื่อขออนุญาตและขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูล
3. ผู้วิจัยนำหนังสือขออนุญาตและขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกรมราชทัณฑ์ ถึงผู้บัญชาการเรือนจำกลางคลองเปรม เพื่อขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล
4. ผู้วิจัยนำแบบประเมินไปทดสอบกับผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรมด้วยตนเองโดยผู้วิจัยได้ชี้แจงรายละเอียดเกี่ยวกับจุดมุ่งหมาย และวิธีการในการตอบแบบประเมินให้ผู้ตอบแบบประเมินเข้าใจ
5. เก็บรวบรวมแบบสอบถาม โดยผู้วิจัยคัดเลือกเฉพาะฉบับที่สมบูรณ์ และนำมาตรวจให้คะแนนแต่ละชุดตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้
6. นำแบบประเมินที่สมบูรณ์มาทำการวิเคราะห์ด้วยวิธีทางสถิติ

การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

1. หาค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าเฉลี่ย (Mean) ความเบี่ยงเบนมาตรฐาน(Standard Deviation) ความแปรปรวน (Variance) เพื่อพิจารณาผลการวิจัยและทดสอบสมมติฐานที่ตั้งไว้
2. หาค่าความสัมพันธ์โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation Coefficient) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1,2 และ 3
3. เปรียบเทียบความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย ตามตัวแปรระดับชั้นของผู้ต้องขังโดยใช้ค่าสถิติ One Way Anova เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 4

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

✓ สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

$\bar{X}$	แทน	ค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง
S.D.	แทน	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)
n	แทน	จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง
t	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาใน t-distribution
df	แทน	ระดับชั้นของความเป็นอิสระ (Degree of Freedom)
SS	แทน	ผลบวกกำลังสองของคะแนน (Sum of Square)
MS	แทน	ค่าเฉลี่ยผลบวกกำลังสองของคะแนน (Mean of Square)
*	แทน	มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
**	แทน	มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
r	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์
F-Prop., p	แทน	ความน่าจะเป็นสำหรับบอกนัยสำคัญทางสถิติ



การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลโดยแบ่งการนำเสนอออกเป็น 5 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 แสดงผลข้อมูลจำนวน (ความถี่) และร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามระดับชั้นของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม

ตอนที่ 2 แสดงผลข้อมูลค่าเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานของความฉลาดทางอารมณ์และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม

ตอนที่ 3 แสดงผลข้อมูลจำนวน (ความถี่) และร้อยละของความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม

ตอนที่ 4 แสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลการทดสอบสมมติฐาน ดังต่อไปนี้

สมมติฐานข้อที่ 1 ความฉลาดทางอารมณ์ มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางคลองเปรม

สมมติฐานข้อที่ 2 ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางคลองเปรม

สมมติฐานข้อที่ 3 ความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม

สมมติฐานข้อที่ 4 ผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางคลองเปรมที่มีชั้นต่างกันมีความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายแตกต่างกัน

 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 แสดงผลข้อมูลจำนวน (ความถี่) และร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามระดับชั้นของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม

ตาราง 1 แสดงจำนวน (ความถี่) และร้อยละ ของข้อมูลส่วนตัวเกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถาม

ระดับชั้นของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม	จำนวน	ร้อยละ
ชั้นเยี่ยม	344	59.90
ชั้นดีมาก	73	12.70
ชั้นดี	60	10.50
ชั้นกลาง	67	11.70
ชั้นเลว	30	5.20
ชั้นเลวมาก	-	-
รวม	574	100

จากตาราง 1 พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามซึ่งเป็น ผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรมจำนวนทั้งหมด 574 คน ส่วนใหญ่เป็นผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรมระดับชั้นเยี่ยม จำนวน 344 คน คิดเป็นร้อยละ 59.90 รองลงมา คือ ผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรมระดับชั้นดีมาก จำนวน 73 คน คิดเป็นร้อยละ 12.70 ผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรมระดับชั้นกลาง จำนวน 67 คน คิดเป็นร้อยละ 11.70 ผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรมระดับชั้นดี จำนวน 60 คน คิดเป็นร้อยละ 10.50 และผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรมระดับชั้นเลว จำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 5.20 ตามลำดับ

ตอนที่ 2 แสดงผลข้อมูลค่าเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานของความฉลาดทางอารมณ์ของ
ผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม

ตาราง 2 แสดงค่าเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานของความฉลาดทางอารมณ์และความรู้สึกเห็น
คุณค่าในตนเองของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม

ตัวแปร	ระดับความคิดเห็น	
	$\bar{x}$	S.D.
✓ ความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม	152.98	19.662
ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม	5.96	0.881

จากตาราง 2 พบว่า ความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม อยู่ในเกณฑ์
ปกติ โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 152.98 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 19.662 และพบว่ามีความรู้สึกเห็นคุณค่า
ในตนเองของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรมมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 35.96 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ
6.881 แสดงว่าผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรมมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูง

ตอนที่ 3 แสดงผลข้อมูลจำนวน (ความถี่) และร้อยละของความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขัง
ชายเรือนจำกลางคลองเปรม

ตาราง 3 แสดงจำนวน (ความถี่) และร้อยละ ของความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลาง
คลองเปรม

ความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขังชาย	จำนวน	ร้อยละ
1. มีความเสี่ยงต่อการเป็นโรคซึมเศร้า	256	44.60
2. มีความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย	121	21.10
3. ไม่มีความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย	197	34.30
รวม	574	100

จากตาราง 3 พบว่า ผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรมมีความเสี่ยงต่อการเป็นโรคซึมเศร้า
จำนวน 256 คน คิดเป็นร้อยละ 44.60 ไม่มีความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย จำนวน 197 คน คิดเป็นร้อยละ
34.30 และมีความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย จำนวน 121 คน คิดเป็นร้อยละ 21.10

ตอนที่ 4 แสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลการทดสอบสมมติฐาน
สมมติฐานข้อที่ 1 ความฉลาดทางอารมณ์ มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางคลองเปรม

ตาราง 4 แสดงผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางคลองเปรม

ตัวแปร	N	ความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขังชาย ในเรือนจำกลางคลองเปรม	
		r	p
ความฉลาดทางอารมณ์	574	-.410**	.000

จากตาราง 4 แสดงผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ความฉลาดทางอารมณ์กับความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางคลองเปรม พบว่า ความฉลาดทางอารมณ์ มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางคลองเปรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) เท่ากับ -.410 แสดงว่า ตัวแปรทั้งสองมีความสัมพันธ์ไปในทิศทางลบ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

สมมติฐานข้อที่ 2 ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางคลองเปรม

ตาราง 5 แสดงผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองกับความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางคลองเปรม

ตัวแปร	N	ความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขังชายใน เรือนจำกลางคลองเปรม	
		r	p
ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง	574	-.351**	.000

จากตาราง 5 แสดงผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองกับความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางคลองเปรม พบว่า ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางคลองเปรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) เท่ากับ -.351 แสดงว่า ตัวแปรทั้งสองมีความสัมพันธ์ไปในทิศทางลบ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

สมมติฐานข้อที่ 3 ความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม

ตาราง 6 แสดงผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางคลองเปรม

ตัวแปร	N	ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ต้องขังชาย ในเรือนจำกลางคลองเปรม	
		r	p
ความฉลาดทางอารมณ์	574	.169**	.000

จากตาราง 6 แสดงผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ความฉลาดทางอารมณ์กับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางคลองเปรม พบว่า ความฉลาดทางอารมณ์ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) เท่ากับ .169 แสดงว่า ตัวแปรทั้งสองมีความสัมพันธ์ไปในทิศทางบวก ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

สมมติฐานข้อที่ 4 ผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางคลองเปรมที่มีชั้นต่างกันมีความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายแตกต่างกัน

ตาราง 7 แสดงผลการเปรียบเทียบความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย จำแนกตามระดับชั้นของผู้ต้องขังชายเรือนจำ กลางคลองเปรม

ตัวแปร	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F-Ratio	F-Prop
ความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย	ระหว่างกลุ่มภายใน	4	5.010	1.253	2.353	0.053
	กลุ่มรวม	569	302.927	0.532		
		573	307.937			

จากตาราง 7 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างระดับชั้นของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางคลองเปรมที่เป็นผู้ตอบแบบสอบถามกับความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย พบว่า ความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายมีค่า F-Prop. (Sig.) เท่ากับ .053 ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 แสดงว่า ผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางคลองเปรมที่มีชั้นต่างกันมีความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

บทที่ 5

สรุปผล อภิปราย และข้อเสนอแนะ

สังเขปความมุ่งหมาย สมมติฐาน และวิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

การศึกษาวิจัยครั้งนี้มุ่งศึกษาความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย ความฉลาดทางอารมณ์ และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม เพื่อช่วยให้บุคลากรของกรมราชทัณฑ์ ได้เข้าใจ และตระหนักถึงความสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์ และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง นำมาเป็นส่วนร่วมในการวางแผนการป้องกันปัญหาการฆ่าตัวตายในผู้ต้องขัง รวมทั้งเพื่อช่วยให้ผู้ต้องขังได้มีการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองทำให้สามารถปรับตัวอยู่ในเรือนจำได้อย่างปกติสุขมีความสามารถในการแก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสมและมีความพร้อมที่จะออกสู่สังคมต่อไป และเป็นแนวทางวิจัยหรือความรู้ในประเด็นที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์ ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง และความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายให้เกิดประโยชน์ต่อไป

ความมุ่งหมายของการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ตั้งความมุ่งหมายไว้ดังนี้

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม
2. เพื่อศึกษาหาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองกับความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม
3. เพื่อศึกษาหาความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม
4. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม จำแนกตามชั้นของผู้ต้องขัง

สมมติฐานในการวิจัย

1. ความฉลาดทางอารมณ์ มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางคลองเปรม
2. ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางคลองเปรม
3. ความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม
4. ผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางคลองเปรมที่มีชั้นต่างกันมีความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายแตกต่างกัน

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์ ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองและความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายและระดับชั้นของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางคลองเปรมประชากร จำนวน 6,630 คน โดยใช้แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. 2544, แบบประเมินความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของโรเซนเบิร์ก, แบบประเมินความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของกรมสุขภาพจิตกระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. 2544

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

เป็นผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางคลองเปรมกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ จำนวน 574 คน โดยได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างมาจากการสุ่มอย่างง่าย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นแบบวัดประกอบด้วย 4 ส่วนดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ระดับชั้นของผู้ต้องขัง

ส่วนที่ 2 แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์

ส่วนที่ 3 แบบประเมินความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง

ส่วนที่ 4 แบบประเมินความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยขอหนังสือแนะนำตัวจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อขออนุญาตและขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามไปยังผู้บัญชาการเรือนจำกลางคลองเปรม

2. ผู้วิจัยนำหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒไปยังกรมราชทัณฑ์ เพื่อขออนุญาตและขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

3. ผู้วิจัยนำหนังสือขออนุญาตและขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกรมราชทัณฑ์ถึงผู้บัญชาการเรือนจำกลางคลองเปรม เพื่อขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล

4. ผู้วิจัยนำแบบประเมินไปทดสอบกับผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรมด้วยตนเองโดยผู้วิจัยได้ชี้แจงรายละเอียดเกี่ยวกับจุดมุ่งหมาย และวิธีการในการตอบแบบประเมินให้ผู้ตอบแบบประเมินเข้าใจ

5. เก็บรวบรวมแบบสอบถาม โดยผู้วิจัยคัดเลือกเฉพาะฉบับที่สมบูรณ์ และนำมาตรวจให้คะแนนแต่ละชุดตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้

6. นำแบบประเมินที่สมบูรณ์มาทำการวิเคราะห์ด้วยวิธีทางสถิติ

การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

1. หาค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าเฉลี่ย (Mean) ความเบี่ยงเบนมาตรฐาน(Standard Deviation) ความแปรปรวน (Variance) เพื่อพิจารณาผลการวิจัยและทดสอบสมมติฐานที่ตั้งไว้

2. หาความสัมพันธ์โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation Coefficient) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1,2 และ 3

3. เปรียบเทียบความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย ตามตัวแปรระดับชั้นของผู้ต้องขังโดยใช้ค่าสถิติ One Way Anova เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 4

สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐาน

สมมติฐานข้อที่ 1

จากการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่า ความฉลาดทางอารมณ์ มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางคลองเปรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) เท่ากับ -.410

สมมติฐานข้อที่ 2

จากการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่า ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางคลองเปรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) เท่ากับ -.351

สมมติฐานข้อที่ 3

จากการวิเคราะห์ข้อมูล สรุปได้ว่า ความฉลาดทางอารมณ์ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) เท่ากับ .169

สมมติฐานข้อที่ 4

จากการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่า ความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย มีค่า p เท่ากับ .053 ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 จึงยอมรับสมมติฐานหลัก (H_0) แสดงว่า ผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางคลองเปรมที่มีชั้นต่างกัน มีความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายไม่แตกต่างกัน ดังนั้นจึงไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

อภิปรายผล

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย ความฉลาดทางอารมณ์ และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม อภิปรายผลได้ดังนี้

1. สมมติฐานข้อที่ 1 ความฉลาดทางอารมณ์ มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางคลองเปรม

จากการวิเคราะห์ข้อมูล สรุปได้ว่า ความฉลาดทางอารมณ์ มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางคลองเปรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 กล่าวคือ ผู้ต้องขังชายที่มีความฉลาดทางอารมณ์หรือ EQ สูงจะมีความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายต่ำ/ซึ่งลักษณะของผู้ที่มี EQ สูง จะมีลักษณะดังต่อไปนี้คือ สามารถแสดงความรู้สึกของตนออกมาได้ชัดเจนตรงไปตรงมา ไม่ถูกครอบงำโดยความรู้สึกในทางลบต่าง ๆ สามารถอ่านภาษาท่าทางในการสื่อสารได้ดี ชีวิตผาสุกจากเหตุผล ความเห็นจริง ตระหนักและมีความรู้สึกอย่างได้ดุล สามารถนำภาวะอารมณ์ของตนกับคืนสู่ภาวะปกติได้ มองโลกในแง่ดี ไม่ยอมแพ้กับอุปสรรคหรือปัญหาสนใจ และให้ความสำคัญกับความรู้สึกผู้อื่น ไม่ถูกครอบงำโดยความกลัวหรือความวิตกกังวล สามารถระบุความรู้สึก ภาวะอารมณ์ทางลบต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเองในขณะนั้นได้ รู้สึกเป็นธรรมชาติเมื่อพูดถึงความรู้สึกนึกคิดต่าง ๆ ชีวิตไม่ถูกชี้นำโดยอำนาจ ความร่ำรวย เกียรติศักดิ์ศรี ตำแหน่งชื่อเสียง หรือการได้รับการยอมรับ กล้าเผยความรู้สึกนึกคิดของตนเองออกมา ไม่พยายามสกดแทรกความคิดไว้ใน

ความรู้สึกของตนเอง/สตีฟ ฮีน (วิระวัฒน์ ปันนิตามัย. 2542 : 143 ; อ้างอิงจาก Steve Hein.1990 : Unpage) สอดคล้องกับงานวิจัยของ ฟิลีเทลี (วิระวัฒน์ ปันนิตามัย. 2542 : 121 ; อ้างอิงมาจาก Pelitteri.1999 : Unpage) ศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างเชาวน์อารมณ์ การหาเหตุผลและกลไกการป้องกันและปรับตัว โดยศึกษาเกี่ยวกับนักศึกษาจากมหาวิทยาลัย 2 แห่ง จำนวน 107 คน มีทั้งคนผิวขาว อเมริกันดำ และกลุ่มที่มีเชื้อสเปน (ที่พูดภาษาสเปนได้) พบว่า เชาวน์อารมณ์มีความสัมพันธ์กับการหาเหตุผลในการรับรู้ที่ระดับ 0.34 การปรับตัวมีความสัมพันธ์กับเชาวน์อารมณ์ ขบวนการในการปรับตัวสามารถช่วยพัฒนาเชาวน์อารมณ์ในด้านความเข้าใจอารมณ์และการหาเหตุผล นอกจากนี้ยังพบว่าเชาวน์อารมณ์มีความสัมพันธ์กับทักษะการติดต่อทางจิตสำนึก มากกว่ากลไกการป้องกันโดยไม่รู้ตัว (อย่างไร้จิตสำนึก) และจากการศึกษาของสถานศึกษาหลายแห่งในสหรัฐอเมริกา (อ้างอิงในวิระวัฒน์ ปันนิตามัย, 2542 : 168-169) ได้ออกแบบโปรแกรมการพัฒนาระดับ EQ ให้แก่นักเรียน เช่น โปรแกรมพัฒนาสังคม และโปรแกรมทักษะทางสังคม ตั้งแต่ระดับอนุบาลจนถึงเกรด 12 (ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย) พบว่านักเรียนที่มีระดับ EQ สูง มักเป็นผู้ที่มีความรับผิดชอบ กล้าแสดงสิทธิของตนเอง เป็นที่รู้จักในหมู่เพื่อนฝูง ชอบช่วยเหลือผู้อื่น แสดงความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ห่วงใย มีทักษะในการแก้ไขปัญหาหรือความขัดแย้งได้ดี ควบคุมตนเองได้ คิดก่อนพูด คิดก่อนทำ มีความรู้สึกที่ดี ผูกพันต่อครอบครัว และโรงเรียน เด็กชายแสดงความก้าวร้าวลดลง เด็กหญิงลดการทำร้ายตัวเอง แสดงความเป็นอันธพาลหรือเข้าหาสารเสพติดน้อยลง เด็กที่มีระดับผลสัมฤทธิ์ต่ำ ก็มีโอกาสของการผูกพันการเรียน หรือถูกไล่ออกน้อยลง คะแนนผลการสอบแบบทดสอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเพิ่มขึ้น มีความสามารถในการแก้ไขปัญหา ควบคุมอารมณ์ความรู้สึกของตนเอง มีทักษะในการต่อสู้กับความเครียดได้ดี พฤติกรรมในชั้นเรียนดีขึ้น เช่น การทะเลาะวิวาทลดลง บรรยายภาคในชั้นเรียนที่เกือบลด เต็มใจให้ความร่วมมือ เข้าอกเข้าใจกัน สื่อสารพูดคุยกันดีขึ้น เล็งเห็นผลของพฤติกรรมของตน สร้างทักษะวิธีการเรียนรู้ให้แก่ตนเองได้ ในกรณีของกลุ่มเด็กลักษณะพิเศษ ผลของการพัฒนา EQ ก็มีผลส่งเสริมพฤติกรรมที่ดีในชั้นเรียนมากขึ้น อาทิ ควบคุมอารมณ์หรือความรู้สึกไม่พึงพอใจได้ มีทักษะทางสังคมที่กล้าแสดงตน มุ่งงาน คบกับเพื่อนได้มากขึ้น เข้าสังคมได้ รู้จักแบ่งปัน ในด้านอารมณ์ความรู้สึกเด็กพิเศษเหล่านี้สามารถที่จะระบุลักษณะของอารมณ์ รับรู้และเข้าใจอารมณ์ได้ดี การรายงานตนรู้สึกว่าเป็นเสียใจ เศร้าซึมลดลง ไม่ค่อยเก็บตัวหรือแสดงความวิตกกังวล จึงอาจกล่าวได้ว่า ผลของการพัฒนา EQ จะมีส่วนสร้างคุณลักษณะของจิตใจในทางบวกได้มากขึ้น ลดทอนการแสดงภาวะอารมณ์หรือความรู้สึกทางลบ ซึ่งนับว่าเป็นผลดีต่อชีวิตและอนาคตของเด็กอย่างแน่นอน

ส่วนผู้ต้องขังชายที่มีความฉลาดทางอารมณ์หรือ EQ ต่ำจะมีความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายสูง//ซึ่งลักษณะของผู้ที่มี EQ ต่ำ จะมีลักษณะดังนี้คือ เป็นผู้ที่ไม่รับผิดชอบต่อความรู้สึกของตน แต่วิพากษ์ตำหนิผู้อื่น บอกไม่ได้ว่าทำไมตนถึงคิดรู้สึกเช่นนั้น กล่าวหาโจมตี ตำหนิ ตัดสินทำลายขวัญกำลังใจผู้อื่น มุ่งวิเคราะห์ผู้อื่นมากกว่าแสดงความเข้าใจ บ่มบ่ามทิฐิ มักคิดแทนเรา เช่น “ผมคิด (เชื่อหรือเดา) ว่าคุณ...” แสดงความไม่ซื่อตรงเกี่ยวกับความรู้สึกนึกคิดของตน พูดสะท้อนความรู้สึกนึกคิดของตนสูง หรือต่ำกว่าความเป็นจริง ทำเรื่องเล็กให้เป็นเรื่องใหญ่ บางทีก็แสดงปฏิกิริยากับสิ่งเล็ก ๆ น้อยๆ อย่างเกินเหตุ ขาดสติสัมปชัญญะ สิ่งที่ถูกกับสิ่งที่ทำไม่ตรงกัน ผูกใจเจ็บ อาฆาตแค้น ให้อภัยคนไม่ได้ ชอบทำให้ผู้อื่นรู้สึกว่าเขาผิด ยัดเยียดความรู้สึกนึกคิดต่าง ๆ ให้ผู้ฟังหรือคนอื่น เผยความรู้สึกที่แท้จริงที่เกิดขึ้นกับตัวเองไม่ได้ ไม่ใส่ใจในความรู้สึกนึกคิดของผู้อื่น พูดออกมาโดยไม่คิดถึงห้วงอกผู้อื่น ยึดมั่นในความผิดเชื่อของตนเอง ใจไม่เปิดกว้าง เป็นผู้ฟังที่ไม่ดี พูดขัดจังหวะ บั่นทอนขวัญและกำลังใจผู้อื่น เน้นข้อเท็จจริงมากเกินไปโดยไม่คำนึงถึงความรู้สึก และใช้ภูมิปัญญาของตน วิพากษ์ตำหนิผู้อื่น สร้างภาพว่าตนฉลาดเหนือกว่าผู้อื่น ไม่รู้ไม่สนใจว่าคนอื่นจะมองตนอย่างไร/สตีฟ ฮีน (วิระวัฒน์ ปันนิตามัย. 2542 : 143 ; อ้างอิงจาก Steve Hein. 1990 : Unpage) สอด

คล้องกับงานวิจัยของ แบคเคนเดม (วีระวัฒน์ ปิ่นนิทามัย. 2542 : 120 ; อ้างอิงจาก Bekendam. 1997 : Unpage) ได้ทำการศึกษามิติของ EQ : ความรักใคร่ผูกพัน การควบคุมอารมณ์ ภาวะ Alexithymia (จินตนาการเหตุการณ์ต่าง ๆ ออกมาให้ฟังไม่ได้) และการเอาใจใส่ความรู้สึกของผู้อื่น กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้บริหารชายจำนวน 167 คน พบว่า EQ มีบทบาทในการประเมินและควบคุมสภาพทางอารมณ์ของบุคคลใดบุคคลหนึ่ง รวมทั้งมีส่วนในการช่วยให้บุคคล ตอบสนองต่ออารมณ์ของบุคคลอื่นได้อย่างถูกต้องเหมาะสม และพบว่าการเอาใจใส่ความรู้สึกของผู้อื่นมีความสำคัญอย่างมาก ต่อความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ความรักใคร่ผูกพันมีความสัมพันธ์ทางบวกกับอารมณ์การปรับตัว และมีความสัมพันธ์ทางลบกับภาวะ Personal Depress (ความบกพร่องทางบุคลิกภาพ) และภาวะ Alexithymia และเสนอว่า เด็กที่ได้รับการดูแลโดยขาดการสนับสนุนทางสังคม เข้าช่วยเหลือจะมีภาวะความกลัวสูง และสอดคล้องกับงานวิจัยของ รัชกิน (วิราสลักษณ์ ชั่ววัลลี. 2541 : 51 ; อ้างอิงจาก Ruchkin. 1998 : Unpage) ได้ศึกษาถึงสาเหตุของอาชญากรรมในเยาวชน : ประสพการณ์การเลี้ยงดู ความก้าวร้าวและพยาธิสภาพทางจิต โดยศึกษาในวัยรุ่นชายที่กระทำผิด พบว่า ประสพการณ์เลี้ยงดูมีความสัมพันธ์กับบุคลิกภาพของบุคคล และเชื่อว่ามีอิทธิพลซึ่งกันและกัน ประสพการณ์การเลี้ยงดู ครอบครัวที่มีความอบอุ่น มีอิทธิพลต่ออารมณ์และบุคลิกภาพ ความก้าวร้าวและปัญหาด้านจิตใจ

2. สมมติฐานข้อที่ 2 ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางคลองเปรม

จากการวิเคราะห์ข้อมูล สรุปได้ว่า ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางคลองเปรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 กล่าวคือ/ผู้ต้องขังชายที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูง จะมีความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายต่ำ ส่วนผู้ต้องขังชายที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ จะมีความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายสูง/

คูเปอร์สมิธ (พรรณี จันประดับ. 2538 : 29 ; อ้างอิงจาก Davis.1995 : 263-264) ได้สรุปผลการวิจัยของเขาไว้ดังนี้ กลุ่มที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูง (high self-esteem) มักมาจากครอบครัวที่ให้ความสำคัญและความเคารพนับถือซึ่งกันและกัน มีการแสดงความคิดเห็นและยอมรับฟัง ยึดถือกฎเกณฑ์หรือข้อบังคับ มีการลงโทษที่ไม่รุนแรง เด็กกลุ่มนี้จะรู้สึกว่าพ่อ แม่ ให้ความยุติธรรม ให้ความยุติธรรมและเห็นคุณค่าของเขา จึงมักวางจุดหมายในชีวิตไว้ใกล้เคียงกับความสามารถที่แท้จริง และมักประสบความสำเร็จในชีวิต ในทางตรงกันข้าม กลุ่มที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ (low self-esteem) จะมีความรู้สึกว่า พ่อ แม่ ไม่ให้ความยุติธรรมต่อเขา ในบ้านมักมีการลงโทษรุนแรง กฎเกณฑ์ต่าง ๆ เป็นไปอย่างไม่สมมาเสมอ ความไม่คงเส้นคงวาของพ่อ แม่ ทำให้เด็กรู้สึกสับสน ไม่แน่ใจว่าเขาควรปฏิบัติตนอย่างไร การชี้แจง แนะนำจากพ่อ แม่ มีน้อย ทำให้เด็กกลุ่มนี้รู้สึกว่าตนไม่ได้รับความสนใจจาก พ่อ แม่ ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง หวั่นไหวต่อคำวิพากษ์วิจารณ์ และมักวางจุดหมายในชีวิตไว้ต่ำ หรือสูงกว่าความสามารถที่แท้จริงของตนเอง ทำให้ประสบความสำเร็จในชีวิต นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ พรประภา แก้วกล้า (2534) ได้ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม ตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงต่อการลดการเสพติด และการเพิ่มการเห็นคุณค่าตนเองของผู้ถูกคุมความประพฤติ ผลการวิจัยปรากฏว่า ผู้ถูกคุมความประพฤติในกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความจริง มีการเสพติดลดลง และมีการเห็นคุณค่าของตนเองเพิ่มขึ้นมากกว่าผู้ที่ถูกคุมความประพฤติกลุ่มควบคุม ซึ่งมารายงานตัวต่อพนักงานคุมประพฤติตามปกติทั้งในระยะหลังทดลองและระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

3. สมมติฐานข้อที่ 3 ความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม

จากการวิเคราะห์ข้อมูล สรุปได้ว่า ความฉลาดทางอารมณ์ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 กล่าวคือ ผู้ต้องขังชายที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูง จะมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงด้วย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ แมสซี (กาญจนา พงศพฤษ. 2531 : 19 ; อ้างอิงจาก Massey. 1999 : Unpage) พบว่ากลุ่มสนทนาที่มีเชาวน์อารมณ์สูงมักจะถูกมองว่าเป็นหัวหน้า หรือผู้นำกลุ่ม และพบว่าเชาวน์อารมณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับผู้นำในการสนทนา เชาวน์อารมณ์มีความสัมพันธ์กับการปรับตัว และนำไปสู่ความสำเร็จในขบวนการดำเนินการและการสนทนา และสอดคล้องกับงานวิจัยของ วีระวัฒน์ ปันนิตามัยและอุสา สุทธิสาคร (2542) ได้ทำการศึกษาถึงองค์ประกอบด้านชีวประวัติ (Biodata) ของนักศึกษาระดับปริญญาตรีกับความสามารถทาง EQ พบว่าเพศหญิงโดยภาพรวมมีความสามารถด้านความเอื้ออาทร วุฒิภาวะทางอารมณ์ และการควบคุมอารมณ์ของตนเองสูงกว่าเพศชายอย่างมีนัยสำคัญ โดยเฉพาะด้านความเอื้ออาทร สถานภาพทางเศรษฐกิจ และรู้จักอารมณ์ของตนเอง และการมีแรงจูงใจที่ดีอย่างมีนัยสำคัญ การปรึกษาหารือกับพี่น้องและครู อาจารย์ เมื่อมีปัญหา มีความสัมพันธ์กับนัยสำคัญกับ EQ สภาพความสัมพันธ์กับบิดา มารดามีผลอย่างมีนัยสำคัญต่อความเอื้ออาทร การมีแรงจูงใจที่ดี การควบคุมอารมณ์ของตน และทักษะทางสังคมของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญ การประเมินตนเองว่าเป็นคนมุ่งความสำเร็จ ไม่สัมพันธ์และมุ่งสู่อำนาจมีผลต่อความสามารถด้านความเอื้ออาทร และการมีแรงจูงใจที่ดีอย่างมีนัยสำคัญ อายุมีความสัมพันธ์กับการมีแรงจูงใจที่ดีสูงสุด

4. สมมติฐานข้อที่ 4 ผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางคลองเปรมที่มีชั้นต่างกันมีความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายแตกต่างกัน

จากการวิเคราะห์ข้อมูล สรุปได้ว่า ผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางคลองเปรมที่มีชั้นต่างกันมีความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายไม่แตกต่างกัน ดังนั้นจึงไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ เนื่องจากไม่ว่าผู้ต้องขังชายจะอยู่ในระดับชั้นเยี่ยม ชั้นดีมาก ชั้นดี ชั้นกลาง หรือชั้นเลว ก็ตาม ต่างก็ได้รับความทุกข์จากหลาย ๆ สาเหตุด้วยกัน อันมีผลต่อความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย ซึ่ง ประเวศ ตันติวัฒนสกุล และสุรสิงห์ วิศรุตรัตน์ (2542 : 3-5) กล่าวถึงสาเหตุของการฆ่าตัวตาย เกิดจาก 1. ปัจจัยทางสังคม เช่น ปัญหาเศรษฐกิจ ปัญหาความรัก ความสัมพันธ์สังคมที่มีความสับสนวุ่นวาย หรือสังคมที่เน้นความเป็นตัวของตัวเอง เน้นการแข่งขันกันในหมู่ของเยาวชน ค่านิยมต่าง ๆ จะสั่นคลอน จะพบปัญหาต่าง ๆ ได้แก่ ภาวะซึมเศร้า การฆ่าตัวตายในวัยรุ่น การหย่าร้าง ความรุนแรงในรูปแบบต่าง ๆ เพิ่มมากขึ้น สมาชิกในสังคมจะเกิดความรู้สึกโดดเดี่ยวแปลกแยก ไม่รู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ขาดความหมายของการมีชีวิตอยู่ การฆ่าตัวตายในสังคมเช่นนี้จะเพิ่มมากขึ้น ภายหลังการนำเสนอข่าวหรือรายการโทรทัศน์ที่แสดงเรื่องราวและภาพการฆ่าตัวตาย การฆ่าตัวตายที่เกิดตามมามาก ใช้วิธีการเดียวกัน สถาบันครอบครัวก็มีส่วนสำคัญมากที่ทำให้คนคิดฆ่าตัวตาย มักมีประวัติ ครอบครัวแตกแยก ก่อนอายุ 15 ปี ซึ่งเหตุผลก็คือ ถูกพ่อแม่ทอดทิ้ง ขาดความรัก ความอบอุ่น อัมพร โอตระกูล (2540 : 143) พบว่าการไม่มีงานทำ การแตกแยกในชีวิตครอบครัว และการลอกเลียนแบบ เป็นปัจจัยการฆ่าตัวตายที่พบบ่อยในวัยรุ่น 2. ปัจจัยทางจิตใจ ผู้คิดฆ่าตัวตายกับมองตนเองว่าเป็นคนไร้ค่าไม่มีความสามารถ มองสังคมรอบตัวว่า ขาดความเป็นธรรม และไม่เอื้ออำนวยต่อความผิดพลาดของตน เกิดความรู้สึกท้อแท้ สิ้นหวัง เบื่อหน่าย และเศร้าใจ ผู้คิดฆ่าตัวตายมักเป็นผู้ที่ขาดทักษะในการแก้ปัญหาชีวิต จากการศึกษาพบว่า ผู้ที่ใช้ทักษะแก้ปัญหาเชิงรุกจะเครียดน้อยกว่าผู้เลี่ยงปัญหา หรือเน้นแต่การบรรเทาอารมณ์ พรพิมล เจียมนาครินทร์ (2539 : 291) พบว่าเด็กวัยรุ่นที่ไม่สามารถจัดการกับปัญหาความขัดแย้งในครอบครัว ความรัก การเรียน

ปัญหากับเพื่อน ก็อาจนำไปสู่การฆ่าตัวตายได้ พริฐ เอี่ยมพงษ์ไพบูลย์ (2541 : internet) พบว่าคนที่ฆ่าตัวตาย มีสภาวะจิตใจที่เผชิญกับความเครียดมานาน ทำให้สภาพจิตใจแย่ 3. ปัญหาทางชีวภาพ/การแพทย์

การศึกษาทางการแพทย์พบว่า ผู้ฆ่าตัวตายสำเร็จประมาณ 9 ใน 10 มีความเจ็บป่วย ทางจิตเวช อย่างใดอย่างหนึ่ง ขณะทำการฆ่าตัวตาย โดยมีสาเหตุสำคัญ คือ ภาวะซึมเศร้าและการติดสุรา เนื่องจากตรวจพบการเปลี่ยนแปลงของสารเคมีในสมองของผู้มีอาการซึมเศร้า ซึ่งแสดงถึงกระบวนการทางชีวภาพที่มีส่วน เกี่ยวข้องกับการเกิดภาวะซึมเศร้า การรักษาด้วยยาเพื่อปรับการทำงานของระบบสารเคมีในสมอง ช่วยให้ อารมณ์ดีขึ้นเร็วกว่าการรักษาทางจิตใจ แต่การรักษาจะได้ผลดีที่สุด และช่วยป้องกันไม่ให้เป็นซ้ำ หากให้การ รักษาทั้งทางยาและทางจิตใจควบคู่กันไป

✓ ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัย

1. ควรมีการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์หรือ EQ ของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรมจาก เกณฑ์ปกติ ให้มีความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้นหรืออยู่ในเกณฑ์สูงกว่าปกติ ซึ่งจะเกิดขึ้นได้ด้วยการฝึกทักษะ ทางอารมณ์ เพื่อช่วยลดปัญหาความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขัง เพราะในขณะถูกจองจำผู้ต้องขังจะมี ความรู้สึกวิตกกังวลในการอยู่อาศัยที่เปลี่ยนไปจากเดิม ความรู้สึกห่วงครอบครัว กลัวถูกทอดทิ้ง รู้สึกอับอาย กลัวสังคมไม่ยอมรับ โทษตนเอง เกลียดการกระทำของตนเอง ทำให้เกิดความรู้สึกไม่มีค่า ส่งผลให้มีการ แสดงออกของอารมณ์ไม่เหมาะสม อันจะส่งผลให้ผู้ต้องขังไม่สามารถปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมใหม่ได้ ทำให้ ผู้ต้องขังมีภาวะเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย เพื่อหาทางออกของปัญหา

2. ควรมีการหาวิธีการแก้ปัญหาความเสี่ยงต่อการเป็นโรคซึมเศร้าของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลาง คลองเปรม เนื่องจากผลการวิจัยพบว่า ผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรมมีปัญหาการเป็นโรคซึมเศร้ามาก ที่สุด ซึ่งเป็นปัญหาทางชีวภาพ โดยมีการเปลี่ยนแปลงของสารเคมีในสมอง ดังนั้นจึงควรมีการจัดกิจกรรม ดำเนินการทำกลุ่มจิตบำบัดและจัดกิจกรรมเข้าช่วยเหลือเพื่อปรับพฤติกรรมซึมเศร้าให้ดีขึ้น เนื่องจากภาวะ ซึมเศร้าเป็นสาเหตุหนึ่งของการฆ่าตัวตาย

3. ควรมีการพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม ให้อยู่ ในระดับสูงอยู่ตลอดเวลา เพื่อลดความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย ซึ่งสามารถทำได้โดยการนำกิจกรรมกลุ่มที่สร้าง ขึ้นตามแนวคิดของนักจิตวิทยากลุ่มมนุษยนิยม และใช้กระบวนการกลุ่มต่าง ๆ ซึ่งมุ่งเน้นที่จะเพิ่มความรู้สึก เห็นคุณค่าในตนเองของบุคคล ประกอบด้วยกิจกรรมที่สามารถเพิ่มความเชื่อมั่นในตนเอง การกล้าแสดงออก มีความรับผิดชอบ การมีส่วนร่วมในการทำงานเป็นกลุ่ม หรือทำงานร่วมกับผู้อื่น และมีความคิดสร้างสรรค์ ใน บรรยากาศที่มีความอบอุ่นปลอดภัย เมื่อผู้ต้องขังชายรู้สึกตนเองได้รับการยอมรับอย่างจริงใจจากสมาชิกคน อื่น ๆ เขาจะเกิดความเชื่อมั่นในตนเอง กล้าเผชิญหน้ากับปัญหาต่าง ๆ ซึ่งช่วยให้เขาเกิดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองมากขึ้น

✓ ข้อเสนอแนะในการวิจัยในอนาคต

1. ควรมีการขยายขอบเขตการศึกษากลุ่มตัวอย่างเพิ่มเติม นอกเหนือจากกลุ่มผู้ต้องขังชายเรือนจำ กลางคลองเปรม เช่น กลุ่มผู้ต้องขังชายเรือนจำอื่นๆ และนำผลการศึกษาที่ได้มาเปรียบเทียบกับผลการศึกษา ที่ได้จากงานวิจัยชิ้นนี้

2. ควรมีการศึกษาปัจจัยอื่นๆ ที่มีอิทธิพลต่อความเสี่ยงในการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขัง อาทิ อายุและ การศึกษาของผู้ต้องขัง เพื่อนำผลการศึกษาที่ได้มาเปรียบเทียบกับผลการศึกษาที่ได้จากงานวิจัยชิ้นนี้

3. ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย ความฉลาดทางอารมณ์และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ต้องขังหญิง เพื่อนำผลการศึกษาที่ได้มาเปรียบเทียบกับผลการศึกษาที่ได้จากงานวิจัยชิ้นนี้

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กนกทิพย์ อุณหะวานิชพงษ์. (2530). ความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลเมื่อเข้าสู่โรงพยาบาล เจตคติต่อการตั้งครรภ์กับสัมพันธ์ภรรยาของมารดาและบุตร ในหญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะเสี่ยงสูง. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (พยาบาลแม่และเด็ก). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ถ่ายเอกสาร.
- กรรณิการ์ เกาหมอ และศิริมา เนาวรัตน์. (2542). ครอบครัวกับการพยายามฆ่าตัวตายในจังหวัดนครสวรรค์. นครสวรรค์ : โรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์.
- กาญจนา พงศ์พฤกษ์. (2531). ความสัมพันธ์ระหว่างกันของพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก ความวิตกกังวลและความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- ชนิษฐา บำเพ็ญผล. (2542). ครอบครัวกับการพยายามฆ่าตัวตายในจังหวัดนครปฐม. นครปฐม : โรงพยาบาลนิติจิตเวช นครปฐม.
- จินตนา ยูนิพันธ์. (2528). การพยาบาลจิตเวช. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : ภาควิชาพยาบาลศาสตร์ คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เจียงคำ อินทวิชัย. (2533). ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการ การสนับสนุนทางสังคม กับพฤติกรรมเผชิญความเครียดของมารดาเด็กป่วยด้วยโรคเรื้อรัง. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (พยาบาลแม่และเด็ก). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ถ่ายเอกสาร.
- จอม ชุ่มช่วย. (2539, พฤษภาคม-สิงหาคม). Emotion intelligence. วารสารยุวประชา. 6(2) : 7-11.
- ฉวีวรรณ สัตยธรรม. (2541). การพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต. พิมพ์ครั้งที่ 3. นนทบุรี : ยุทธะรินทร์การพิมพ์.
- ดารณี ตั้งตรงมิตร และคณะ. (2542). การมีส่วนร่วมของชุมชนในการป้องกันและช่วยเหลือผู้ที่มีภาวะเสี่ยงและพยายามฆ่าตัวตาย จังหวัดนครพนม. นครพนม : สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด.
- ทศพร ประเสริฐสุข. (2542, มกราคม-มิถุนายน). "สังคมวิกฤต คนคิดฆ่าตัวตาย สาเหตุ การป้องกันแก้ไข," วารสารการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา. 1(2) : 3-4.
- ทศพร ประเสริฐสุข. (2542). "เซวอารมณ์กับการศึกษา," วารสารพฤติกรรมศาสตร์. 5(1) : 12-14.
- ทวีรัตน์ นาคเนียม. (2543). "สิทธิการเลื่อนขั้นของผู้ต้องขัง," วารสารราชทัณฑ์. 47(3) : 24-27.
- เทอดศักดิ์ เดชคง. (2542). ความฉลาดทางอารมณ์. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์มติชน.
- ธัญญลักษณ์ โรहितเสถียร. (2546, มกราคม-มีนาคม). "การช่วยเหลือ เฝ้าระวัง ผู้คิดฆ่าตัวตาย," วารสารสุขภาพจิต. 10(1) : 10-11.
- ธนา นิลโกวิทย์ และจักรกฤษ สุทธิชัย. (2545, พฤษภาคม - สิงหาคม). "ปัญหาสุขภาพจิต," วารสารสมาคมนักจิตวิทยาแห่งประเทศไทย. 9(2) : 21-23.
- ธนู ชาติธนานนท์, สุวัฒน์ มหัตนรินทร์กุล และวนิดา พุ่มไพศาลชัย. (2541-2542, ตุลาคม). "ภาวะเครียดกลไกจัดการกับภาวะเครียด และความคิดฆ่าตัวตายของคนในภาวะวิกฤตเศรษฐกิจ," วารสารสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย. 7(1) : 32-35.
- ธำรงศักดิ์ ทศนาญชาลี. (2546, มกราคม-มีนาคม). "ปัญหาการฆ่าตัวตายในวัยรุ่น," วารสารสุขภาพจิต. 10(1) : 12-13.

- ธีรพร มณีนาถ และวัชรี หัตถพนม. (2533). การพัฒนาคุณภาพชีวิต. กรุงเทพฯ : ห้างหุ้นส่วนจำกัดตีวพร.
 เรียบร้อย งามทิพย์วัฒนา และสุธีรา ภัทรายุทธวรรณ์. (2542, ตุลาคม-ธันวาคม). "ความคิดเห็นต่อปัญหาการ
 ฆ่าตัวตายในสังคมไทย," วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย. 44(4) : 52-53.
- นงคราญ ผาสุก. (2541). หลักการพยาบาลจิตเวช. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : สุริยาสาสน์.
- นิตยา เฉลิมกุล, ชะลอ ชูพงษ์, และมณฑิพย์ บริสุทธิ์. (2542). ครอบครัวกับการพยายามฆ่าตัวตายการศึกษา
 เชิงคุณภาพ. จันทบุรี : สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด.
- นิภา เกสร. (2543). กลวิธีการพัฒนาจริยธรรม สำหรับวิชาชีพพยาบาล. กรุงเทพฯ : สาสน์สภาการ
 พยาบาล.
- นิลวรรณ อึ้งสกุล. (2542). การฆ่าตัวตายของผู้ป่วยจิตเวชในโรงพยาบาลสวนสราญรมย์ จังหวัด
 สุราษฎร์ธานี. สุราษฎร์ธานี : โรงพยาบาลสราญรมย์ กรมสุขภาพจิต กระทรวงสุขภาพจิต.
- นිරา พรเดชวงศ์. (2533). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการพยายามฆ่าตัวตายของผู้ป่วยในโรงพยาบาลสังกัด
 กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ สด.ม. (สังคมสงเคราะห์). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย
 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.
- นันทา กัญมาศ. (2542). ครอบครัวกับการฆ่าตัวตายของโรงพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี. จันทบุรี :
 โรงพยาบาลพระปกเกล้า.
- นฤจร อธิธิ์ระจรัส. (2535). สังคมวิทยา. พิมพ์ครั้งที่ 13. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.
- เนาวรัตน์ บุษทอง. (2544). ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อภาวะเสี่ยงในการฆ่าตัวตาย. วิทยานิพนธ์
 กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). พิษณุโลก : มหาวิทยาลัยนเรศวร. ถ่ายเอกสาร.
- บุญนำ เล้าโสภา. (2542). "พัฒนาสุขภาพจิต เพื่อชีวิตมีสุข," วารสารพฤติกรรมศาสตร์. 5(1) : 42-45.
- ปรีประภา สาริบุตร. (2545). การพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
 โรงเรียนเทศบาล 3 (ยมราชสามัคคี) จังหวัดนครราชสีมา โดยใช้โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มตาม
 แนวมนุษยนิยม. วิทยานิพนธ์ สด.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย
 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.
- ประเวช ตันติพิพัฒน์สกุล และสุรสิงห์ วิศรุตรัตน์. (2542). การฆ่าตัวตาย : การสอบสวนหาสาเหตุและ
 ป้องกัน. พิมพ์ครั้งที่ 2. เชียงใหม่ : โรงพิมพ์อินทนนท์การพิมพ์.
- ปิยะฉัตร เนนเลิศ. (2542). การศึกษาปัญหาสังคมของผู้พยายามกระทำอัตวินิบาตกรรม ศึกษาเฉพาะกรณี
 ผู้มารับการรักษา ในภาควิชาจิตเวชศาสตร์ โรงพยาบาลศิริราช. วิทยานิพนธ์ สด.ม. (สังคม
 สงเคราะห์). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.
- ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. (2542). "อิทธิพลความสำเร็จ," วารสารพฤติกรรมศาสตร์. 5(1) : 58.
- พรประภา แก้วกล้า. (2534). การศึกษาบุคลิกภาพของผู้ต้องขังที่กระทำผิดต่อชีวิตและร่างกายใน
 ทักษสถานหญิง. วิทยานิพนธ์ สด.ม. (สังคมศาสตร์). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย
 มหาวิทยาลัยมหิดล. ถ่ายเอกสาร.
- พรพิมล เจียมนาครินทร์. (2539). พัฒนาการวัยรุ่น. กรุงเทพฯ : คอมฟอร์ม.
- พรรณี จันทะดับ. (2538). ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง การสนับสนุนทางสังคม กับ
 พฤติกรรมการเผชิญความเครียดในหญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะเสี่ยง. วิทยานิพนธ์ พบ.ม. (พยาบาล
 ศาสตร์). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ถ่ายเอกสาร.
- พรรณี บุญประกอบ. (2542). "อิทธิพลในแนวพุทธศาสนา," วารสารพฤติกรรมศาสตร์. 5(1) : 23-25.

- พริฐ เอี่ยมพงศ์ไพบุรย์. (2541). คนฆ่าตัวตายไม่สบายอย่างที่คิด. Internet.<http://www.gocities.com/tokyo/2093/>.
- มาโนช หล่อตระกูล. (2538). การสัมภาษณ์และการตรวจทางจิต. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตเวชศาสตร์.
มหาวิทยาลัยมหิดล.
- มาโนช หล่อตระกูล. (2541, มกราคม-มีนาคม). "แนวโน้มการฆ่าตัวตายในประเทศไทย : แง่มุมทางเพศและช่วงวัย". วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย. 43(1) : 52-54.
- มณีรัตน์ เฟื่องวุฒิ. (2528). อัจฉริยภาพ. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ชวนพิมพ์.
- มนัส บุญประกอบ. (2542). "กรณีศึกษา คุณโสภณ สุภาพงษ์ ภาพสะท้อนอีคิวจากความสำเร็จ," วารสารพฤติกรรมศาสตร์. 5(1) : 55.
- เขาวลัษณ์ มหาสิทธิวัฒน์. (2530). ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้เกี่ยวกับประสบการณ์การคลอด
อัตโนมัติกับสัมพันธ์ภาพระหว่างมารดาและบุตรในมารดาที่มีภาวะเสี่ยงสูง. วิทยานิพนธ์
พบ.ม. (การพยาบาลแม่และเด็ก). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
ถ่ายเอกสาร.
- เรณู ปทุมมณี. (2523). ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะวิกฤตในชีวิตกับการประกอบอาชีพ. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
ถ่ายเอกสาร.
- วารี กังใจ. (2540). ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ความสามารถในการดูแลตนเองและคุณภาพชีวิตของ
ผู้สูงอายุ. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). ชลบุรี : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย
บูรพา. ถ่ายเอกสาร.
- วารุณี เทียนเครือ. "การฆ่าตัวตายในผู้ต้องขัง," วารสารราชทัณฑ์. 4(49) : 9-11.
- วิสัย พฤกวัน. (2544). สิทธิผู้ต้องขัง : กฎระเบียบงานราชทัณฑ์. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ราชทัณฑ์.
- วีระวัฒน์ ปันนิตามัย. (2542, มกราคม-มิถุนายน). "เขาวลัษณ์ อีคิววัดความสำเร็จในชีวิต," วารสาร
แนะแนวทางจิตวิทยาการศึกษา. 2(2) : 32.
- วีระวัฒน์ ปันนิตามัย และอุสา สุทธิสาคร. (2542, พฤษภาคม-ธันวาคม). "พัฒนาอีคิว," วารสารแนะแนวทาง
จิตวิทยาการศึกษา. 3(4) : 17.
- วิลาศลักษณ์ ชวัลลสี. (2542). "การพัฒนาสติปัญญาทางอารมณ์ เพื่อความสำเร็จในการทำงาน," วารสาร
พฤติกรรมศาสตร์. 5(1) : 37-52.
- ตันสนีย์ ฉัตรคุปต์. (2545). "สิ่งแวดล้อมและการเรียนรู้สร้างสมองให้เด็กฉลาดได้," วารสารแม่และเด็ก.
5(2) : 54-56.
- วีณา อัสสธรณินทร์. (2525). อัจฉริยภาพ. สงขลา : มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- สมทรง สุวรรณเลิศ. (2542). "พัฒนาอีคิวให้สอดคล้องกับมาตรฐานวิชาชีพจิตวิทยาคลินิก," วารสาร
จิตวิทยาคลินิก. 31(1) : 52-53.
- สมภพ เรืองตระกูล. (2536). คู่มือจิตเวชศาสตร์. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์เรือนแก้ว.
- สมหมาย กาญจนภา. (2530). การวิเคราะห์สาเหตุความรุนแรงของการกระทำผิดเกี่ยวกับชีวิตร่างกาย
ของเยาวชน. วิทยานิพนธ์ สค.ม. (สังคมศาสตร์). กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล.
ถ่ายเอกสาร.
- สมบูรณ์ ประสพเนตร. (2538). งานเกี่ยวกับ อำนาจหน้าที่ และความรับผิดชอบของเจ้าพนักงานเรือนจำ.
พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : กรมราชทัณฑ์.

- สุมล วิภาวีพลกุล. (2540). การช่วยเหลือผู้มีแนวโน้มการฆ่าตัวตาย : การให้คำปรึกษา. กรุงเทพฯ : สามเจริญพานิชย์.
- สุขภาพจิต, กรม. (2542). คู่มือการให้ความช่วยเหลือทางสังคมจิตใจเพื่อป้องกันปัญหาการฆ่าตัวตายสำหรับเจ้าหน้าที่สถานเฝ้าระวัง. พิมพ์ครั้งที่ 2. นนทบุรี : สำนักพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.
- สุจิตรา อุดาหะ. (2542). ความฉลาดทางอารมณ์. เอกสารประกอบการบรรยาย. กรุงเทพฯ : โรงพยาบาลสมเด็จพระเจ้าพระยา.
- สุชาติ พหลภาคย์ และถาปนีย์ วุฒิลักษณ์. (2527). การฆ่าตัวตายในสังคมไทย. รวมบทคัดย่อผลงานวิจัย. มูลนิธิฝน แสงสิงแก้ว.
- สุธิตา หงษาชาติ. (2539). ความสัมพันธ์ระหว่างสภาพแวดล้อมในสถาบันบุคลิกภาพ และพฤติกรรม การรับข่าวสารกับความรู้และการตอบสนองต่อภาวะวิกฤตทางสังคมและสิ่งแวดล้อมของนักศึกษาพยาบาล. วิทยานิพนธ์ พบ.ม. (การพยาบาลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- สุนีย์ ละกำป็น. (2530). ความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพ แบบการเรียนรู้กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล. วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยมหิดล.
- สุปรีชา วงษ์พุทธา. (2543). ปัจจัยที่ส่งผลต่อการฆ่าตัวตายในผู้ป่วยจิตเวช. นครปฐม : โรงพยาบาลนิติจิตเวช นครปฐม.
- สมิตรา อินทุยศ. (2538). การศึกษาอัตมโนทัศน์ของวัยรุ่นเพศชายที่กระทำผิดในสถานฝึกอบรมของสถานพินิจและคุ้มครองเด็ก. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- สุรพงศ์ อัมพันวงศ์. (2541, 22 พฤศจิกายน). "รักสุขภาพ รักครอบครัว," เดลินิวส์.
- สุรสิงห์ วิตรูตรัตน์. ประเวช ตันติพิวัฒนสกุล และศรีเกษ ัญญาวิณิชกุล. (2542, กุมภาพันธ์-พฤษภาคม). "การฆ่าตัวตายในจังหวัด เชียงใหม่ : ลักษณะเฉพาะกลุ่มเป้าหมายและเปรียบเทียบอัตรากับ จังหวัดต่าง ๆ ในประเทศไทย," วารสารสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย. 7(2) : 52-54.
- สุนทร ชมนันดี. (2541). "การศึกษาการฆ่าตัวตายในสถานศึกษา," วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย. 43(1) : 49-53.
- สุวดี ศรีเลณวดี. (2542). จิตวิทยากับการพยาบาลผู้ป่วยเด็ก. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์เรือนแก้ว.
- สุพัทธา สุภาพ. (2542). ปัญหาสังคม. พิมพ์ครั้งที่ 16. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิชย์.
- สุพัทธา เดชชาติวงศ์ ณ อยุธยา. (2542). การฆ่าตัวตาย : จิตเวชสำหรับประชาชน. เชียงใหม่ : โรงพิมพ์ นันทพันธ์.
- สุวันทนา อารีพรรคและวันเพ็ญ บุญประกอบ. (2538). องค์ประกอบในสถานศึกษาตามการรับรู้ของนักเรียนที่มีอิทธิพลต่อความรู้สึกถึงคุณค่าในตนเองของนักศึกษาวิทยาลัยพลศึกษาในภาคใต้.
- เสงี่ยม สารบัณฑิตกุล และคณะ. (2539). การศึกษาการฆ่าตัวตาย 7 จังหวัดภาคตะวันออกเฉียงเหนือ. ขอนแก่น : โรงพยาบาลจิตเวชขอนแก่น.
- เสาวภา วิชิตวาท. (2538). ส่งเสริมความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของเยาวชนในสถานพินิจ. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.

- อรชุนา พุ่มสวัสดิ์. (2538). การเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กวัยรุ่นที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูในรูปแบบที่แตกต่างกันตามการรับรู้ของตนเอง. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ).
กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- อลิสา วัชรสินธุ์. (2538). การฆ่าตัวตาย : จิตเวชเด็กสำหรับกุมารแพทย์. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ชวนพิมพ์.
- อินทรา ปัทมินทร์. (2541). ทำไมต้องฆ่าตัวตาย. [Internet]. <http://www.geocities.com/Tokyo/>.
- อุดมศิลป์ ศรีแสงนาม. (2541). ปัจจัยที่ส่งผลต่อการคิดฆ่าตัวตาย. [Internet]. <http://www.geocities.com/Tokyo/>.
- อุมาพร ตรังคสมบัติ. (2541). จิตบำบัดและการให้คำปรึกษารอบครัว. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : เพื่องฟ้า
พรินติ้ง.
- อุมาพร ตรังคสมบัติ และอรรณพ หนูแก้ว. (2541, มกราคม-มีนาคม). "จิตพยาธิสภาพของวัยรุ่นที่มี
พฤติกรรมฆ่าตัวตาย," วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย. 43(1) : 22-48.
- เอมพร ชินพัฒนพงศ์. (2530). การศึกษาระบาดวิทยาของผู้พยายามกระทำอัตวินิบาตกรรมในกลุ่มอายุ
15-30 ปี. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (พยาบาลศาสตร์). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย
มหิดล. ถ่ายเอกสาร.
- อำไพชนิษฐ์ สมานวงศ์ไทย และคณะ. (2542). คู่มือการให้คำปรึกษาผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายและการเจรจา
ต่อรอง. กรุงเทพฯ : ม.ป.พ.,
- อัมพร โอตระกูล. (2540). สุขภาพจิต. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : พิมพ์ดี.
- Bar-On, (1997). *Emotion Quotient Inventory*. Toronto Canada : Multi-Health System.
- Durkheim, E. (1966). *Suicide*. New York : Memillan Publishing.
- Goleman, D. (1988). *Working with Emotion Intelligence*. New York : Bantam.
- Salovey, Mayer. (1997). *Emotion Intelligence, Imagination, Cognition and Personality*. Florida :
The Maemillan Limited.
- Schneidman, E.S and Farberow, N.L. (1972). *The Psychology of Suicide*. New York : Science
House.
- Stengel, (1970). *Sucide and Attemped Suicide*. Middlesex : Penquin Books.
- Weisinger, H. (1998). *Emotion Intelligence at Work*. San Francisco : Jossy – Bass Publishers.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

หนังสือขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล

ที่ ศธ 0519.12/ 6632



บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๑๗ กันยายน 2546

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน ผู้อำนวยการโรงพยาบาลราชวิถี

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม

เนื่องด้วย นางสาวนพวรรณ บัวทอง นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำสารนิพนธ์เรื่อง “ความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย ความฉลาดทางอารมณ์ และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม” โดยมี อาจารย์สมเกียรติ ทิพย์ทัศน์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ นายแพทย์ปดการ ถมยารวกร จิตแพทย์ประจำกรมราชทัณฑ์ เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบสอบถามความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย ความฉลาดทางอารมณ์ และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ข้าราชการในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบสอบถามให้ นางสาวนพวรรณ บัวทอง และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์นภาพรณ์ หะวานนท์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 02-664-1000 ต่อ 5618, 5731

หมายเหตุ : ต้องการสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 02-5895250 มือถือ 06-9732094

ที่ ศธ 0519.12/ 6 ๖๖๙



บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

/ ตุลาคม 2546

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เพื่อพัฒนาเครื่องมือการวิจัย

เรียน ผู้บัญชาการเรือนจำกลางคลองเปรม

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม

เนื่องด้วย นางสาวนพวรรณ บัวทอง นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำสารนิพนธ์เรื่อง “ความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย ความฉลาดทางอารมณ์ และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม” โดยมี อาจารย์สมเกียรติ ทิพย์ทัศน์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูล เพื่อพัฒนาเครื่องมือการวิจัย โดยขอให้ผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม จำนวน 30 คน เป็นกลุ่มตัวอย่าง ตอบแบบสอบถามความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ในระหว่างเดือนตุลาคม 2546

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวนพวรรณ บัวทอง ได้เก็บข้อมูล ในการทำสารนิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษา และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์นภวรรณ หะวานนท์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 02-664-1000 ต่อ 5618, 5731

หมายเหตุ : ต้องการสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 02-5895250 มือถือ 06-9732094

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ที่ ศธ 0519.12/ ๒๕๖๖



เลขรับ.....4633.....

บัณฑิตวิทยาลัย 15 ต.ค. ๒๕๖๖

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

14 ตุลาคม 2546

- ☐ อธิการบดี
- ☐ คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
- ☐ คณบดีคณะศึกษาศาสตร์
- ☐ คณบดีคณะศึกษาศาสตร์
- ☐ คณบดีคณะศึกษาศาสตร์
- ☐ คณบดีคณะศึกษาศาสตร์

เรื่อง ขอกความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย

เรียน อธิบดีกรมราชทัณฑ์

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบทดสอบ

4501
15 ตุลาคม 2546

เนื่องด้วย นางสาวนพวรรณ บัวทอง นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำสารนิพนธ์เรื่อง “ความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย ความฉลาดทางอารมณ์ และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม” โดยมี อาจารย์สมเกียรติ ทิพย์ทัศน์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูล เพื่อการวิจัย โดยขอให้ผู้ต้องขังชายในเรือนจำ จำนวน 571 คน ทำแบบทดสอบความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย ความฉลาดทางอารมณ์ และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ในระหว่างเดือนตุลาคม 2546

จึงเรียนมาเพื่อขอกความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวนพวรรณ บัวทอง ได้เก็บข้อมูล ในการทำสารนิพนธ์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์นภวรรณ หะวานนท์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

ปฏิบัติราชการแทนอธิการบดี

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 02-664-1000 ต่อ 5618, 5731

หมายเหตุ : ต้องการสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 02-5895250 มือถือ 09-6929828

ที่ ยธ 0708/

3735



กรมราชทัณฑ์

222 ถนนนนทบุรี 1 ตำบลสวนใหญ่

อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี 11000

29 ตุลาคม 2546

เรื่อง ให้ความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย

เรียน คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

อ้างถึง หนังสือบัณฑิตวิทยาลัย ที่ ศธ 0519.12/6967 ลงวันที่ 14 ตุลาคม 2546

ตามหนังสือ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒที่อ้างถึง ขออนุญาตให้นางสาวนพวรรณ บัวทอง นิติระดับปริญญาโท สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ เข้าเก็บข้อมูลเพื่อการทำสารนิพนธ์ เรื่อง “ความเลื่อมใสต่อการฆ่าตัวตาย ความฉลาดทางอารมณ์และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ต้องขังชาย เรือนจำกลางคลองเปรม” ณ เรือนจำกลางคลองเปรม ในระหว่างเดือนตุลาคม 2546 นั้น

กรมราชทัณฑ์พิจารณาแล้ว อนุญาตให้ นางสาวนพวรรณ บัวทอง เข้าเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย ณ เรือนจำกลางคลองเปรม ในวันที่ 31 ตุลาคม 2546 โดยให้นักศึกษาประสานงานโดยตรงกับเรือนจำกลางคลองเปรมต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

ขอแสดงความนับถือ

(นายไพโรจน์ ถัดทะพงษ์)

รองอธิบดี ปฏิบัติราชการแทน

อธิบดีกรมราชทัณฑ์

กองบริการทางการแพทย์

โทร. 0 2967 3354

โทรสาร 0 2967 3350



ที่ บธ 0708/ 15557

กรมราชทัณฑ์

222 ถนนนนทบุรี 1 ตำบลสวนใหญ่

อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี 11000

29 ตุลาคม 2546

เรื่อง ให้นักศึกษาเข้าเก็บข้อมูล

เรียน ผู้บัญชาการเรือนจำกลางคลองเปรม

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบทดสอบ จำนวน 1 ชุด

ด้วยกรมราชทัณฑ์ ได้อนุญาตให้ นางสาวนพวรรณ บัวทอง นิติระดับปริญญาโท สาขา
จิตวิทยาพัฒนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เข้าเก็บข้อมูลเพื่อการทำสารนิพนธ์ เรื่อง “ความเสี่ยง
ต่อการฆ่าตัวตาย ความฉลาดทางอารมณ์ และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ต้องขังชาย เรือนจำกลาง
คลองเปรม” ตามแบบทดสอบที่ส่งมาด้วยนี้ กับผู้ต้องขังภายในเรือนจำกลางคลองเปรม จำนวน 571 คน
ในวันที่ 31 ตุลาคม 2546

ทั้งนี้ ให้เรือนจำกลางคลองเปรม อำนวยความสะดวกแก่นักศึกษาดังกล่าว และได้แจ้งให้
นางสาวนพวรรณ บัวทอง ประสานงานโดยตรงกับเรือนจำกลางคลองเปรมด้วยแล้ว

จึงเรียนมาเพื่อพิจารณาดำเนินการต่อไป

ขอแสดงความนับถือ

(นายไพโรจน์ ถัดทะพงษ์)

รองอธิบดี ปฏิบัติราชการแทน

อธิบดีกรมราชทัณฑ์

กองบริการทางการแพทย์

โทร. 0 2967 3354

โทรสาร 0 2967 3350

ภาคผนวก ข
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

แบบสอบถามเพื่อการวิจัย
เรื่อง

ความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย ความฉลาดทางอารมณ์ และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของ
ผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม

คำชี้แจง

แบบสอบถามฉบับนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย ความฉลาดทางอารมณ์ และ
ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม แบบสอบถามแบ่งออกเป็น 4 ตอน
คือ

- ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว
ตอนที่ 2 แบบสอบถามความฉลาดทางอารมณ์
ตอนที่ 3 แบบสอบถามความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง
ตอนที่ 4 แบบสอบถามความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย

ขอความกรุณาให้ท่านตอบแบบสอบถามให้ครบถ้วน และตรงความเป็นจริงคำตอบที่ได้จะเป็นข้อมูล
เพื่อวิจัยครั้งนี้เท่านั้น ไม่กระทบต่อตัวท่านประการใด

ขอขอบคุณที่ร่วมในการตอบแบบสอบถามครั้งนี้ด้วย

นพวรรณ บัวทอง
นิสิตปริญญาโท สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว

คำชี้แจง แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนตัวของผู้ต้องขังชายเรือนจำกลางคลองเปรม โปรดทำ
เครื่องหมาย ✓ () หน้าข้อความที่ตรงกับสภาพความเป็นจริง

ขณะนี้ท่านอยู่ในระดับชั้น

- () ชั้นเยี่ยม
- () ชั้นดีมาก
- () ชั้นดี
- () ชั้นกลาง
- () ชั้นเลว
- () ชั้นเลวมาก

แบบสอบถาม EQ

มีคำตอบ 4 คำตอบ สำหรับข้อความแต่ละประโยค ไม่จริง จริงบางครั้ง ก่อนข้างจริง จริงมาก
โปรดใส่เครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ท่านคิดว่าตรงกับตัวท่านมากที่สุด

โปรดตอบตามความเป็นจริงและตอบทุกข้อ

ข้อความ		ไม่ จริง	จริง บาง ครั้ง	ก่อน ข้าง จริง	จริง มาก	คะแนน
1	เวลาโกรธหรือไม่สบาย ฉันรับรู้ได้ว่าเกิดอะไรขึ้นกับฉัน					
2	ฉันบอกไม่ได้ว่าอะไรทำให้ฉันรู้สึกโกรธ					
3	เมื่อถูกขัดใจ ฉันมักรู้สึกหงุดหงิดจนควบคุมอารมณ์ไม่ได้					
4	ฉันสามารถคอยเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่พอใจ					
5	ฉันมักมีปฏิกิริยาโต้ตอบรุนแรงต่อปัญหาเพียงเล็กน้อย					
6	เมื่อถูกบังคับให้ทำในสิ่งที่ไม่ชอบฉันจะอธิบายเหตุผลจนผู้อื่นยอมรับได้					
รวม						
7	ฉันสังเกตได้เมื่อคนใกล้ชิดมีอาการเปลี่ยนแปลง					
8	ฉันไม่สนใจกับความทุกข์ของผู้อื่นที่ฉันไม่รู้จัก					
9	ฉันไม่ยอมรับในสิ่งที่ผู้อื่นทำต่างจากที่ฉันคิด					
10	ฉันยอมรับได้ว่าผู้อื่นก็อาจมีเหตุผลที่จะไม่พอใจในการกระทำของฉัน					
11	ฉันรู้สึกว่าผู้อื่นชอบเรียกร้องความสนใจมากเกินไป					
12	แม้จะมีภาระที่ต้องทำ ฉันก็ยังยินดีรับฟังความทุกข์ของผู้อื่นที่ต้องการความช่วยเหลือ					
รวม						
13	เป็นเรื่องธรรมดาที่จะเอาเปรียบผู้อื่นเมื่อมีโอกาส					
14	ฉันเห็นคุณค่าในน้ำใจที่ผู้อื่นมีต่อฉัน					
15	เมื่อทำผิดฉันสามารถกล่าวคำ “ขอโทษ” ผู้อื่นได้					
16	ฉันยอมรับข้อผิดพลาดของผู้อื่นได้ยาก					
17	ถึงแม้จะต้องเสียประโยชน์ส่วนตัวไปบ้าง ฉันก็ยังดีที่จะทำเพื่อส่วนรวม					
18	ฉันรู้สึกลำบากใจในการทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งเพื่อผู้อื่น					
รวม						

ข้อความ		ไม่ จริง	จริง บาง ครั้ง	ค่อนข้าง จริง	จริง มาก	คะแนน
19	ฉันไม่รู้ว่าคุณเก่งเรื่องอะไร					
20	แม้จะเป็นงานยาก ฉันก็มั่นใจว่าสามารถทำได้					
21	เมื่อทำอะไรไม่สำเร็จ ฉันรู้สึกหมดกำลังใจ					
22	ฉันรู้สึกมีคุณค่าเมื่อได้ทำอะไรต่าง ๆ อย่างเต็มความสามารถ					
23	เมื่อต้องเผชิญกับอุปสรรคและความผิดหวัง ฉันก็จะไม่ยอมแพ้					
24	เมื่อเริ่มทำอะไรหนึ่งสิ่งใด ฉันมักทำต่อไปไม่สำเร็จ					
รวม						
25	ฉันพยายามหาสาเหตุ ที่แท้จริงของปัญหาโดยไม่คิดเอาเอง					
26	บ่อยครั้งที่ฉันไม่รู้ว่าจะอะไรทำให้ฉันไม่มีความสุข					
27	ฉันรู้สึกว่า การตัดสินใจแก้ปัญหาเป็นเรื่องยากสำหรับฉัน					
28	เมื่อต้องทำอะไรหลายอย่างในเวลาเดียวกัน ฉันตัดสินใจได้ว่า จะทำอะไรก่อนหลัง					
29	ฉันลำบากใจเมื่อต้องอยู่กับคนแปลกหน้าหรือคนที่ไม่คุ้นเคย					
30	ฉันทนไม่ได้เมื่อต้องอยู่ในสังคมที่มีกฎระเบียบขัดกับความเคยชินของฉัน					
รวม						
31	ฉันทำความรู้จักผู้อื่นได้ง่าย					
32	ฉันมีเพื่อนสนิทหลายคนที่คบกันมานาน					
33	ฉันไม่กล้าบอกความต้องการของฉันให้ผู้อื่นรู้					
34	ฉันทำในสิ่งที่ต้องการโดยไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน					
35	เป็นการยากสำหรับฉันที่จะโต้แย้งกับผู้อื่น แม้จะมีเหตุผลเพียงพอ					
36	เมื่อไม่เห็นด้วยกับผู้อื่น ฉันสามารถอธิบายเหตุผลที่เขายอมรับได้					
รวม						
37	ฉันรู้สึกด้อยกว่าผู้อื่น					
38	ฉันทำหน้าที่ได้ดี ไม่ว่าจะอยู่ในบทบาทใด					
39	ฉันสามารถทำงานที่ได้รับมอบหมายได้ดีที่สุด					
40	ฉันไม่มั่นใจในการทำงานที่ยากลำบาก					
รวม						
41	แม้สถานการณ์จะเลวร้าย ฉันก็มีความหวังว่าจะดีขึ้น					
42	ทุกปัญหามักมีทางออกเสมอ					

ข้อความ		ไม่จริง	จริงบ้างครั้ง	ค่อนข้างจริง	จริงมาก	คะแนน
43	เมื่อมีเรื่องที่ทำให้เครียด ฉันมักปรับเปลี่ยนให้เป็นเรื่องผ่อนคลายหรือสนุกสนานได้					
44	ฉันสนุกสนานทุกครั้งกับกิจกรรมในวันสุดสัปดาห์และวันหยุดพักผ่อน					
45	ฉันรู้สึกไม่พอใจที่ผู้อื่นได้รับสิ่งต่าง ๆ มากกว่าฉัน					
46	ฉันพอใจกับสิ่งที่ฉันเป็นอยู่					
รวม						
47	ฉันไม่รู้ว่าทำอะไรทำ เมื่อรู้สึกเบื่อหน่าย					
48	เมื่อว่างจากภาระหน้าที่ ฉันมีวิธีผ่อนคลายอารมณ์ได้					
49	เมื่อรู้สึกไม่สบายใจ ฉันมีผ่อนคลายอารมณ์ได้					
50	ฉันสามารถผ่อนคลายตนเองได้ แม้จะเหน็ดเหนื่อยจากภาระหน้าที่					
51	ฉันไม่สามารถทำให้เป็นสุขได้จนกว่าจะได้ทุกสิ่งที่ต้องการ					
52	ฉันมักมีทุกข์ร้อนกับเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ ที่เกิดขึ้นเสมอ					
รวม						

แบบสอบถามความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง

คำชี้แจง แบบประเมินนี้ต้องการทราบความรู้สึกนึกคิดของท่านเองแต่ละข้อไม่มีคำตอบที่ถูกต้องหรือผิดและคำตอบที่ดีที่สุดคือคำตอบที่ตรงกับความรู้สึกหรือตรงกับสภาพที่แท้จริงของท่านมากที่สุด ดังนั้นโปรดตอบตามความรู้สึกจริงท่านโดยวิธีการ ดังนี้

ไม่จริงเลย	หมายถึง	เมื่อท่านไม่เคยรู้ตรงตามข้อความนั้นเลย
จริงน้อย	หมายถึง	เมื่อท่านรู้สึกตรงตามข้อความนั้นนานๆ ครั้งหรือน้อยครั้ง
จริงบางครั้ง	หมายถึง	เมื่อท่านรู้สึกตรงตามข้อความนั้นเป็นบางครั้ง
จริงมาก	หมายถึง	เมื่อท่านรู้สึกตรงตามข้อความนั้นอยู่บ่อยครั้ง
จริงที่สุด	หมายถึง	เมื่อท่านรู้สึกตรงตามข้อความนั้นเกือบตลอด

ที่	ข้อความ	จริงที่สุด	จริงมาก	จริงบางครั้ง	ไม่จริงเลย
1	ข้าพเจ้ารู้สึกประสบความสำเร็จอยู่เสมอเป็นนิจ				
2	ข้าพเจ้าพอใจในความสามารถของตนเอง				
3	นับว่าโชคดีมากที่เกิดเป็นข้าพเจ้า				
4	ถ้าเลือกได้ข้าพเจ้าไม่เลือกเกิดเป็นตัวข้าพเจ้าเอง				
5	เมื่อประสบปัญหาต่าง ๆ ข้าพเจ้ามีจิตใจมั่นคง				
6	ข้าพเจ้ามักวิตกกังวลกับการกระทำของตนเองบ่อย ๆ				
7	ข้าพเจ้าคิดว่าตนเองไม่มีค่าเลย				
8	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าไม่มีใครสนใจข้าพเจ้าเลย				
9	ข้าพเจ้าชอบช่วยเหลือผู้อื่น				
10	ข้าพเจ้าเป็นคนที่ยอมรับในหมู่เพื่อน ๆ ผู้ต้องขัง				

แบบประเมินความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย

คำชี้แจง แบบประเมินความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายนี้มีข้อความที่เกี่ยวข้องกับความรู้สึกนึกคิด ขอให้ท่านเลือกคำตอบที่ตรงกับท่านมากที่สุด ไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด โปรดตอบตามความเป็นจริงและตอบทุกข้อ โปรดใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่กำหนดเพียงข้อละหนึ่งเครื่องหมายเท่านั้น แต่ละคำตอบมีความหมายดังนี้

ตอบมี

หมายถึง

ตรงกับลักษณะความรู้สึกนึกคิดของท่าน

ตอบไม่มี

หมายถึง

ไม่ตรงกับลักษณะความรู้สึกนึกคิดของท่าน

รายการ	มี	ไม่มี
1. คุณมีเรื่องกดดันหรือคับแค้นใจหรือไม่		
2. คุณรู้สึกท้อแท้ เบื่อหน่ายสิ้นหวังหรือไม่		
3. คุณรู้สึกเป็นทุกข์จนไม่อยากมีชีวิตอยู่หรือไม่		
4. ขณะนี้คุณมีความคิดฆ่าตัวตาย หรือหาวิธีฆ่าตัวตายหรือไม่		

ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ	นางสาวนพวรรณ บัวทอง
วันเดือนปีเกิด	7 ตุลาคม 2517
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	79/103 หมู่บ้านเศรษฐีวิลล่า ถ.บ้านกล้วย-ไทรน้อย ต.พิมลราช อ.บางบัวทอง จ.นนทบุรี 11110
ตำแหน่งหน้าที่การงาน	นักจิตวิทยา 4
สถานที่ทำงาน	ทันตสถานโรงพยาบาลราชทัณฑ์
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2536	มัธยมศึกษาปีที่ 6 จาก โรงเรียนสวนกุหลาบวิทยาลัยนนทบุรี
พ.ศ. 2541	วทบ. (จิตวิทยาคลินิกและชุมชน) จาก มหาวิทยาลัยรามคำแหง
พ.ศ. 2547	กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ) จาก มหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร