

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น



วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช)
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล
พ.ศ. 2552

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยมหิดล

วิทยานิพนธ์

เรื่อง

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น

นางสาวลัดดาวัลย์ พลชัย

ผู้วิจัย

ผู้ช่วยศาสตราจารย์โสภณ แสงอ่อน,

Ph.D. (Nursing)

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

ผู้ช่วยศาสตราจารย์พัชรินทร์ นันทจันทร์,

Ph.D. (Nursing)

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม

ศาสตราจารย์บรรจง มไหสวริยะ,

พ.บ.

คณบดี

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล

รองศาสตราจารย์อรสา พันธุ์ศักดิ์,

พย.ค.

ประธานคณะกรรมการบริหารหลักสูตร

พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต

คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี

มหาวิทยาลัยมหิดล

วิทยานิพนธ์

เรื่อง

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น

ได้รับการพิจารณาให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช)

วันที่ 2 ตุลาคม พ.ศ. 2552

ศาสตราจารย์

นางสาวลัดดาวัลย์ พลชัย

ผู้วิจัย

ผู้ช่วยศาสตราจารย์โสภณ แสงอ่อน,
Ph.D. (Nursing)
กรรมการสอบวิทยานิพนธ์

ผู้ช่วยศาสตราจารย์นพวรรณ เปียชื่อ,
Ph.D. (Nursing)
ประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

นางสาวรังสิมันต์ สุนทรไชยา,
Ph.D. (Nursing)
กรรมการสอบวิทยานิพนธ์

ผู้ช่วยศาสตราจารย์พัชรินทร์ นินทจันทร์,
Ph.D. (Nursing)
กรรมการสอบวิทยานิพนธ์

ศาสตราจารย์บรรจง มไหสวริยะ,
พ.บ.
คณบดี
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล

ศาสตราจารย์อร่าม โรจนสกุล,
พ.บ.
รองคณบดีฝ่ายบริหาร รักษาการแทน
คณบดีคณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี
มหาวิทยาลัยมหิดล

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดีเนื่องจากได้รับความช่วยเหลือเป็นอย่างดีจากผู้ช่วยศาสตราจารย์โสภณ แสงอ่อน อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์พัชรินทร์ นินทจันทร์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม ที่ให้คำแนะนำแนวคิดตลอดจนคำปรึกษาจนกระทั่งวิทยานิพนธ์เสร็จสมบูรณ์ ขอขอบคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์นพวรรณ เปียชื่อ ที่ช่วยให้คำแนะนำในเรื่องการตรวจสอบเครื่องมือ ขอขอบคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์ปาริชาติ ภูษ ที่ช่วยให้คำแนะนำในเรื่องการใช้สถิติและการวิเคราะห์ผลวิจัย และขอขอบคุณคณาจารย์โรงเรียนบางเลนวิทยา และโรงเรียนสถาพรวิทยา รวมถึงนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่เป็นกลุ่มตัวอย่างที่เอื้ออำนวยความสะดวกและให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี ตลอดจนคณาจารย์ทุกท่านที่ให้ความช่วยเหลือและให้กำลังใจเสมอมา

สุดท้ายนี้ขอขอบคุณคุณพ่อคุณแม่ น้อง ลูก สามิ และพี่ ร่วมศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช ตลอดจนพี่และเพื่อนร่วมงานงานอุบัติเหตุ-ฉุกเฉิน ที่เอื้ออำนวยความสะดวก ให้ความช่วยเหลือและให้กำลังใจเสมอมา จนกระทั่งวิทยานิพนธ์เสร็จสมบูรณ์

ลัดดาวัลย์ พลชัย

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น

FACTORS RELATED TO HAPPINESS IN JUNIOR HIGH SCHOOL STUDENTS

ลัดดาวัลย์ พลชัย 4737439 RAMH/M

พย.ม. (การพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช)

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ : โสภณ แสงอ่อน, Ph.D. (Nursing), พัทรินทร์ นันทจันทร์, Ph.D. (Nursing)

บทคัดย่อ

การศึกษานี้เป็นการวิจัยแบบบรรยายความสัมพันธ์ (Descriptive Correlational research) เพื่อศึกษาระดับความสุขและปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่กำลังศึกษาในภาคการศึกษาที่ 1 ปีการศึกษา 2552 ในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษาในจังหวัดนครปฐม จำนวน 409 คน เก็บข้อมูลโดยให้นักเรียนตอบแบบสอบถามที่ประกอบด้วย 5 ส่วน คือ แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับวัยรุ่น (อายุ 12-17 ปี) แบบวัดดัชนีชี้วัดความสุขคนไทยฉบับสั้น แบบประเมินแรงสนับสนุนทางสังคม และแบบสอบถามการมีคุณค่าในตนเองของโรเซนเบิร์ก โดยเก็บข้อมูลในระหว่างเดือนมิถุนายนถึงเดือนกรกฎาคม พ.ศ. 2552 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติบรรยาย สถิติสัมพันธ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของสเปียร์แมน และสถิติวิเคราะห์ความแปรปรวน

ผลการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความสุขอยู่ในระดับต่ำและปกติใกล้เคียงกัน ส่วนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมมีความสัมพันธ์กับระดับความสุข โดยพบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์โดยรวม อยู่ในระดับปกติมีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขสูงกว่ากลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมอยู่ในระดับต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) กลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมอยู่ในระดับปกติ มีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขสูงกว่ากลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมอยู่ในระดับสูงอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ และความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุขมีความสัมพันธ์กับความสุข โดยพบว่า นักเรียนกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุขปกติมีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขสูงกว่ากลุ่มต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) แต่พบว่ากลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุขสูง มีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขต่ำกว่ากลุ่มปกติอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนระดับสัมพันธภาพในครอบครัว ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน แรงสนับสนุนทางสังคม และการมีคุณค่าในตนเองไม่มีความสัมพันธ์กับความสุข

ผลการศึกษาชี้ให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความสุขอยู่ในระดับต่ำถึงปกติ และความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์กับความสุข ดังนั้นบุคลากรผู้ปฏิบัติงานกับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ควรตระหนักถึงระดับความสุข และส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์เพื่อพัฒนาความสุขให้แก่ นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น

คำสำคัญ : ระดับสัมพันธภาพในครอบครัว / ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน / ความฉลาดทางอารมณ์ / การมีคุณค่าในตนเอง / แรงสนับสนุนทางสังคม / ความสุข

FACTORS RELATED TO HAPPINESS IN JUNIOR HIGH SCHOOL STUDENTS

LADDAWAN POLCHAI 4737439 RAMH/M

M.N.S. (MENTAL HEALTH AND PSYCHIATRY NURSING)

THESIS ADVISORY COMMITTEE: SOPIN SANGON, Ph.D. (Nursing),
PATCHARIN NINTACHAN, Ph.D. (Nursing)

ABSTRACT

The present study was descriptive correlational research aimed at investigating the level of happiness and factors related to happiness in early secondary school students. The study sample consisted of 409 early secondary students in Nakhon Pathom province in the first semester of the academic year, 2009. Five questionnaires including a demographic characteristic questionnaire, Emotional Quotient (EQ) Questionnaire, Personal Resource Questionnaire (PRQ – 85), Rosenberg Self-Esteem Scale and Thai Happiness Indicators Questionnaire were used to collect data between June and July, 2009. Data were then analyzed by means of Pearson's product moment correlation coefficient, Spearman's rank correlation coefficient, and F test.

The findings revealed that the two largest groups of subjects had happiness at a low and a normal level. In addition, it was found that the overall emotional quotient was related to the level of happiness. That is, the subjects whose overall emotional quotient was at a normal level had higher scores of happiness than those whose overall emotional quotient was at a low level with statistical significance ($p < .05$). However, the subjects whose overall emotional quotient was at a normal level had higher scores of happiness than those whose overall emotional quotient was at a high level, with no statistical significance. The findings also indicated that the EQ happiness aspect was associated with happiness. That is, those subjects whose EQ happiness aspect was at a normal level had higher scores of happiness than those showing a low level, with statistical significance ($p < .05$). However, the subjects whose EQ happiness aspect was at a high level had happiness scores lower than those subjects whose EQ happiness aspect was at a normal level, with no statistical significance. Finally, the findings showed that there was no relationship between family relationship, relationship with friends, social support, or self-esteem and happiness.

The study findings have led to two conclusions: that most of our subjects have a low or normal level of happiness, and that emotional quotient is related to happiness. Therefore, healthcare personnel who work with early secondary school students should be aware of their students' level of happiness, and help them develop their emotional quotient so as to promote happiness among these students.

KEY WORDS : FAMILY RELATIONSHIP / RELATIONSHIP WITH FRIENDS /
EMOTIONAL QUOTIENT / SELF-ESTEEM / SOCIAL SUPPORT /
HAPPINESS

186 pages

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ค
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
สารบัญตาราง	ช
สารบัญภาพ	ญ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
กรอบแนวคิดในการศึกษา	4
วัตถุประสงค์การวิจัย	8
ปัญหาการวิจัย	8
ขอบเขตการวิจัย	8
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	8
นิยามตัวแปร	8
บทที่ 2 ทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	11
แนวคิดเกี่ยวกับวัยรุ่น	11
แนวคิดเกี่ยวกับความสุข	14
ความสุขในวัยรุ่น	26
ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความสุขในวัยรุ่น	27
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	37
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	37
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	41
การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง	48
การเก็บรวบรวมข้อมูล	49
การวิเคราะห์ข้อมูล	50
การทดสอบข้อตกลงเบื้องต้นของการใช้สถิติ	51

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 4 ผลการวิจัย	53
บทที่ 5 อภิปรายผล	65
บทที่ 6 สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	73
สรุปผลการวิจัย	73
ข้อจำกัดการวิจัย	76
ข้อเสนอแนะจากงานวิจัย	76
บทสรุปสมมุติฐานแบบภาษาไทย	77
บทสรุปสมมุติฐานแบบอังกฤษ	101
รายการอ้างอิง	129
ภาคผนวก	140
ประวัติผู้วิจัย	186

สารบัญตาราง

ตาราง		หน้า
1	เกณฑ์ปกติของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ตามช่วงอายุ	42
2	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แอลฟาของ ครอนบาค ของเครื่องมือ	48
3	จำนวน และร้อยละ ของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามลักษณะส่วนบุคคล	54
4	ค่าพิสัย ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของระดับสัมพันธภาพในครอบครัว ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน ความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม การมีคุณค่าในตนเอง และความสุข	58
5	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับความฉลาดทางอารมณ์	59
6	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับความสุข	59
7	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) แบบเพียร์สันระหว่าง แรงสนับสนุนทางสังคม กับความสุขของกลุ่มตัวอย่าง	60
8	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) แบบสเปียร์แมนระหว่าง ระดับสัมพันธภาพ ในครอบครัว ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน ความฉลาดทางอารมณ์ และการมีคุณค่าในตนเองกับความสุขของกลุ่มตัวอย่าง	61
9	การวิเคราะห์ความแปรปรวนระหว่างค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขกับ ความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมของกลุ่ม สูง ปกติ และต่ำ	62
10	ผลการวิเคราะห์การเปรียบเทียบพหุคูณของค่าเฉลี่ยคะแนนความสุข ในกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์โดยรวม สูง ปกติ และต่ำ ด้วยวิธี Turkey's Honestly Significant Difference (HSD)	62
11	ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนระหว่างค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขกับ ความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี กลุ่มสูง ปกติ และต่ำ	62
12	ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของค่าเฉลี่ยคะแนนความสุข ในกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่ง สูง ปกติ และต่ำ	63

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตาราง		หน้า
13	ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของค่าเฉลี่ยคะแนนความสุข ในกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุข สูง ปกติ และต่ำ	63
14	ผลการวิเคราะห์การเปรียบเทียบพหุคูณของค่าเฉลี่ยคะแนนความสุข ในกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุข สูง ปกติ และต่ำ ด้วยวิธี Turkey's Honestly Significant Difference (HSD)	64

สารบัญภาพ

ภาพ		หน้า
1	กรอบแนวคิดความสุข	7
2	รายละเอียดจำนวนกลุ่มตัวอย่าง (ครั้งที่ 1)	40
3	รายละเอียดจำนวนกลุ่มตัวอย่าง (ครั้งที่ 1)	41



บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

วัยรุ่น วัยแห่งการเปลี่ยนผ่านจากวัยเด็กสู่วัยผู้ใหญ่ เป็นวัยหัวเลี้ยวหัวต่อที่มีการเปลี่ยนแปลงหลายด้าน ทั้งทางด้านร่างกาย สติปัญญา จิตใจ และสังคม โดยมีการเจริญเติบโตด้านร่างกายมากที่สุดในช่วงชีวิตมนุษย์ คือ มีความสมบูรณ์ทางเพศอย่างชัดเจน เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมน เช่น เด็กหญิงมีเต้านมใหญ่ขึ้น สดส่วนร่างกายเปลี่ยนแปลงไป มีประจำเดือน มีขนรักแร้และมีขนบริเวณอวัยวะเพศ ส่วนเด็กชายจะมีขนบริเวณอวัยวะเพศ มีน้ำเสียงทุ้มมีลักษณะห้าวขึ้น หรือที่เรียกว่า เสียงแตกพาน เป็นต้น ส่วนการเปลี่ยนแปลงทางด้านสติปัญญา จิตใจ และสังคม พบว่าวัยรุ่นเป็นวัยแห่งการแสวงหาเอกลักษณ์ของตนเองเป็นระยะที่มีความสับสนทางจิตใจมากกว่าวัยอื่น เรียนรู้และยอมรับความสามารถของตน มีความเข้าใจในนามธรรมที่ซับซ้อน มีเหตุผลในการคิดวิเคราะห์ เริ่มรู้จักใช้ความคิดอย่างลึกซึ้ง มีจินตนาการที่กว้างขวางขึ้น เริ่มสนใจในเรื่องเพศ ต้องการความเป็นอิสระและต้องการเป็นที่ยอมรับของสังคม จากการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวทำให้วัยรุ่นต้องเผชิญกับภาวะการปรับตัวอยู่ตลอดเวลาและประสบปัญหาในช่วงชีวิตได้มากกว่าช่วงวัยอื่น โดยเฉพาะวัยรุ่นตอนต้นที่ต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงมากที่สุด ซึ่งหากวัยรุ่นไม่มีความสุขหรือขาดความสมบูรณ์ในตนเอง ก็จะรู้สึกขาดและพร่องอยู่เรื่อยไป ต้องหาอะไรมาเติมเต็ม เช่น ยาเสพติด ความรุนแรง (ประเวศ วะสี, 2543 อ้างใน ระวีวรรณ ถวายทรัพย์, 2545)

ปัจจุบันจากความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีทำให้การรับรู้ข้อมูลข่าวสารจากทั่วโลกรวดเร็วขึ้น ซึ่งข้อมูลมีทั้งด้านบวกและด้านลบ หากวัยรุ่นไม่มีความสุขหรือขาดความสมบูรณ์ในตนเองทำให้มีโอกาสเสี่ยงที่จะเลือกเรียนรู้ในด้านลบได้สูง เนื่องจากสภาพสังคมจะเป็นแนวทางและต้นแบบพฤติกรรมของวัยรุ่น (ศรีเรือน แก้วสังวาลย์, 2540 อ้างใน อัจฉรา สุขารมณ์ และอรพินทร์ ชุชม, 2548) ดังเห็นได้จากข่าวสารและสื่อต่างๆ ในปัจจุบันที่พบว่าปัญหาที่เกิดขึ้นกับวัยรุ่นมีอัตราสูงมากขึ้น ตั้งแต่ปัญหาเล็กน้อยถึงปัญหาใหญ่ เช่น ปัญหาเด็กวัยรุ่นติดตู้เกมส์ ปัญหาการใช้ยาเสพติด ปัญหาการทำร้ายร่างกาย ปัญหาการก่ออาชญากรรม ปัญหาการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ ปัญหาการใช้สารเสพติด ปัญหาการกระทำชำเราและถูกกระทำชำเรา เป็นต้น ซึ่งจากสถิติคดีเด็กและ

เยาวชนที่ถูกดำเนินคดีโดยสถานพินิจทั่วประเทศตั้งแต่ปี พ.ศ. 2546 – 2550 พบว่าจำนวนเด็กและเยาวชนที่ถูกดำเนินคดีคิดเป็นรายต่อปีมีอัตราสูงมากขึ้น ดังนี้ 29,915; 33,308; 36,080; 48,218; และ 51,128 ตามลำดับ ซึ่งเด็กและเยาวชนที่ถูกดำเนินคดีส่วนใหญ่เป็นนักเรียนนักศึกษา ร้อยละ 33.23 การศึกษาอยู่ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ร้อยละ 33.97 การคบเพื่อนเป็นสาเหตุการกระทำผิด ร้อยละ 39.54 และความผิดเกี่ยวกับลักทรัพย์ ร้อยละ 28.88 รองลงมาเป็นความผิดเกี่ยวกับยาเสพติดให้โทษ ร้อยละ 20.10 (กรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน, 2552)

นอกจากนี้ยังพบปัญหาเจ็บป่วยทางจิตใจที่เกิดขึ้นกับวัยรุ่น เช่น ปัญหาภาวะซึมเศร้า และปัญหาการฆ่าตัวตาย เป็นต้น ซึ่งจากสถิติการศึกษาภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นไทยพบว่ามีอัตราสูงมากขึ้น (วรพร อินทบุหรั่น, 2534; จันทนา เทศวัดนา, 2546; จุลจราพร ศรีเพชร, 2543; ช่อเพชร เบ้าเงิน, 2537; รัชณา สิงห์ทอง, 2546) ดังการศึกษาภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นที่กระทำผิดกฎหมายในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กกลาง 300 คน พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีภาวะซึมเศร้า ร้อยละ 66.3 (วรพร อินทบุหรั่น, 2534) และวัยรุ่นที่กระทำผิดกฎหมายในสถานพินิจคุ้มครองเด็กและเยาวชน จังหวัดสุราษฎร์ธานี จำนวน 182 คน พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีภาวะซึมเศร้า ร้อยละ 82.97 (จันทนา เทศวัดนา, 2546) และภาวะซึมเศร้าในนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 4-6 จำนวน 400 คน ในจังหวัดสุพรรณบุรี พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีภาวะซึมเศร้า ร้อยละ 44.80 (จุลจราพร ศรีเพชร, 2543) และภาวะซึมเศร้าในนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 600 คน ในจังหวัดสมุทรปราการ พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีภาวะซึมเศร้า ร้อยละ 49.8 (ช่อเพชร เบ้าเงิน, 2537) และภาวะซึมเศร้าในนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา อำเภอเมือง จังหวัดสุราษฎร์ธานีจำนวน 526 คน พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีภาวะซึมเศร้า ร้อยละ 41.6 (รัชณา สิงห์ทอง, 2546)

จากข้อมูลปัญหาของวัยรุ่นดังกล่าวข้างต้น ส่อให้เห็นถึงภาวะวิกฤตของความสุขในวัยรุ่น และจากการทบทวนวรรณกรรมเรื่องความสุขในวัยรุ่นพบว่าวัยรุ่นส่วนใหญ่มีความสุขอยู่ในระดับต่ำถึงปานกลาง ดังผลการศึกษาความสุขของประชาชน อำเภอท่าปลา จังหวัดอุตรดิตถ์ พบว่าความสุขในวัยรุ่นช่วงอายุ 18-22 ปี อยู่ในระดับน้อยถึงปานกลาง ร้อยละ 86.2 (สุภาณี สุขะนาคินทร์, 2549) ซึ่งสอดคล้องกับความสุขในนักศึกษามหาวิทยาลัยระดับชั้นปีที่ 1 พบว่าอยู่ในระดับต่ำถึงปานกลาง ร้อยละ 83.2 (ดวงเดือน พิพัฒน์ชูเกียรติ, 2541) และสอดคล้องกับความสุขของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายพบว่าอยู่ในระดับต่ำถึงปานกลาง ร้อยละ 55.2 (วรรัตน์ กัจฉมาภรณ์ และคณะ, 2549) เช่นเดียวกับผลความสุขของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นพบว่ามีความสุขอยู่ในระดับต่ำถึงปานกลาง ร้อยละ 61.72 (Natvig, Albrektsen & Qvarnstrn, 2003) ซึ่งความสุขเป็นเป้าหมายของชีวิตมนุษย์ เป็นสิ่งสำคัญที่มนุษย์ทุกคนปรารถนา และเป็นความรู้สึกที่สื่อถึงคุณภาพชีวิตทั้งหมด (Adler, 2008) ที่เกิดจากการประเมินปัจจัยที่เข้ามาในชีวิต (Veenhoven, 1994)

ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความสุขในวัยรุ่นมีหลายด้าน ซึ่งอาจสรุปได้เป็นปัจจัยภายในตัวบุคคลและปัจจัยภายนอกตัวบุคคล ปัจจัยภายในตัวบุคคล ได้แก่ ความฉลาดทางอารมณ์ การมีคุณค่าในตนเอง การรับรู้การเจ็บป่วย เป็นต้น ซึ่งการรับรู้ถึงความสุขในชีวิต จะส่งผลให้เกิดความรู้สึกมีความหมายและเกิดเป้าหมายในชีวิต กล่าวคือ รู้ว่าตนเองต้องการทำอะไรเพื่ออะไร สิ่งใดเหมาะสมกับตนเองในปัจจุบัน มองโลกในแง่ดี มองเห็นชีวิตและวันเวลาเป็นสิ่งที่มีความหมาย มีความพึงพอใจที่จะสัมพันธ์ภาพกับบุคคลรอบข้าง และมีความภาคภูมิใจในตนเอง (Highfield & Carson, 1983 อ้างใน กัลยา พลอยใหม่, 2545) ส่วนปัจจัยภายนอกตัวบุคคล ได้แก่ แรงสนับสนุนทางสังคม สัมพันธภาพระหว่างเพื่อน สัมพันธภาพในครอบครัว และสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนและครูผู้สอน เป็นต้น

จากการทบทวนวรรณกรรมในประเทศไทยที่เกี่ยวกับความสุขในวัยรุ่น พบว่าส่วนใหญ่เป็นการศึกษาปัญหาในวัยรุ่นซึ่งเป็นการศึกษาจิตวิทยาด้านลบ เช่น ปัญหาการสูบบุหรี่ ปัญหาการตั้งครรภ์ ไม่พึงประสงค์ เป็นต้น ส่วนการศึกษาความสุขในวัยรุ่นซึ่งเป็นจิตวิทยาด้านบวกยังมีการศึกษาอยู่น้อยและไม่พบการศึกษาความสุขที่เจาะจงในกลุ่มวัยรุ่นตอนต้น ทั้งที่ความสุขเป็นเป้าหมายที่สำคัญของชีวิตและเป็นแรงขับเคลื่อนในการดำรงชีวิตของบุคคลให้ประสบความสำเร็จในชีวิตได้มากขึ้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาระดับความสุข และปัจจัยที่สัมพันธ์กับความสุขในวัยรุ่นตอนต้น ในพื้นที่อำเภอบางเลน จังหวัดนครปฐม เนื่องจากพื้นที่อำเภอบางเลนมีการพัฒนาจากสังคมเกษตรกรรมสู่สังคมอุตสาหกรรมอย่างรวดเร็ว ส่งผลต่อวิถีชีวิตความเป็นอยู่และเกิดการแข่งขันทางเศรษฐกิจสูง ซึ่งจากสถิติของสกอ.บางเลน พบว่ามีอุบัติการณ์การเกิดปัญหาการทำร้ายร่างกาย ปัญหาการใช้สารเสพติด ปัญหาการกระทำชำเราและถูกกระทำชำเราที่เกิดกับวัยรุ่นมีอัตราสูงมากขึ้น และวิธีการการก่อเหตุทวีความรุนแรงขึ้น เช่น ปัญหาการทำร้ายร่างกาย เป็นต้น (สกอ.บางเลน, 2551) และจากสถิติการเข้ารับการรักษาของโรงพยาบาลบางเลน พบว่าปัญหาการทำร้ายร่างกาย ปัญหาการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ ปัญหาถูกกระทำชำเรา และปัญหาการฆ่าตัวตาย ในพื้นที่อำเภอบางเลนมีอุบัติการณ์ที่เกิดกับวัยรุ่นสูงมากขึ้นเช่นเดียวกัน (โรงพยาบาลบางเลน, 2551) ดังนั้นเพื่อให้มีความเข้าใจเรื่องความสุขและปัจจัยที่สัมพันธ์กับความสุขในวัยรุ่นตอนต้นในพื้นที่นี้ และเพื่อประโยชน์ในการส่งเสริมความสุขและการป้องกันการเกิดปัญหากับวัยรุ่นในอนาคตต่อไป

กรอบแนวคิดในการศึกษา

กรอบแนวคิดในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้จากการทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสุข และความสุขในวัยรุ่น ซึ่งพบว่าปัจจัยหลักที่กล่าวถึงเกี่ยวข้องกับความสุขในวัยรุ่น คือ ปัจจัยภายใน และปัจจัยภายนอก

ปัจจัยภายในที่เกี่ยวข้องกับความสุขในวัยรุ่นที่ศึกษาในครั้งนี้ คือ ความฉลาดทางอารมณ์ และการมีคุณค่าในตนเอง

- ความฉลาดทางอารมณ์เป็นความสามารถทางอารมณ์ในการเข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่น สามารถแก้ไขความขัดแย้งได้ และช่วยให้การดำเนินชีวิตเป็นไปอย่างสร้างสรรค์และมีความสุข (กรมสุขภาพจิต, 2544) ซึ่งการพัฒนามนุษย์ให้มีคุณภาพและอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขต้องพัฒนา 3 ด้าน คือ ด้านความรู้ความคิด ด้านพฤติกรรมและการแสดงออก และด้านอารมณ์ ความรู้สึก (นันทนา วงษ์อินทร์, 2543: 20) ซึ่งความฉลาดทางอารมณ์มีบทบาทที่สำคัญต่อความสำเร็จและการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข (ญาดา หลาวเพชร, 2544) จากการศึกษาพบว่าความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์กับความสุข (Hill & Argle, 2001; Chamoro-Premuzic, Bennett, & Furnham, 2006; Shutte, Malouff, Thorsteinsson, Bhullar, & Rooke, 2006)

- การมีคุณค่าในตนเอง จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า การมีคุณค่าในตนเอง เป็นทัศนคติที่บุคคลมีต่อตนเองทั้งในด้านบวกและด้านลบ โดยเป็นส่วนหนึ่งของโครงสร้างเกี่ยวกับตนในการประเมินตนเอง ในเรื่องคุณค่า ความสามารถและคุณสมบัติเฉพาะบุคคล ถือเป็นโครงสร้างอัตมโนภาพ (Rosenberg, 1989) แบ่งเป็น 2 ด้าน คือ (1) ด้านอัตตะในด้านสัญญาหรือการรับรู้ตนเอง (cognitive self) เป็นเรื่องความรู้ ความเข้าใจที่บุคคลมีต่อตนเองจากการที่บุคคลเป็นเจ้าของตำแหน่ง สถานภาพ ภายในโครงสร้างสังคมที่บุคคลอาศัยหรือเป็นสมาชิกอยู่ และทำให้บุคคลมีเอกลักษณ์เป็นของตนเอง และ (2) ด้านอัตตะในด้านประเมินหรือการประเมินตนเอง (evaluative self) เป็นการอธิบายตนเองของตัวบุคคล ได้มาจากการที่บุคคลนำตนเองไปประเมินกับสิ่งอื่นหรือคนอื่น เพื่อที่จะให้บุคคลรู้ว่าเขามีคุณค่าหรือมีความภาคภูมิใจในตนเองสูงหรือต่ำเพียงไรซึ่งการมีคุณค่าในตนเอง (self-esteem) เป็นความต้องการขั้นพื้นฐานของมนุษย์เป็นปรากฏการณ์ของการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นตลอดช่วงอายุขัยของมนุษย์ (Muhlenkamp & Sayles, 1986 อ้างใน คาริกา ธารบัวสวรรค์, 2540) มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุข (Mahon & Yarcheski, 2002; Cheng & Furnham, 2003) และมีความสัมพันธ์กับระดับความสุขและความสำเร็จสูง (Bowles, 1999; Davis & Brember, 1999) ซึ่งการมีคุณค่าในตนเอง เป็นลักษณะของบุคคลที่มีความสุข (Mayers & Diener, 1995)

ปัจจัยภายนอกที่เกี่ยวข้องกับความสุขในวัยรุ่นที่ศึกษาในครั้งนี้ คือ ระดับสัมพันธภาพในครอบครัว ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน และแรงสนับสนุนทางสังคม

- ระดับสัมพันธภาพในครอบครัว เป็นการรับรู้ความสัมพันธ์ของวัยรุ่นกับบุคคลในครอบครัวที่อาศัยอยู่ร่วมกัน เช่น พ่อ แม่ ลูก จากการศึกษาพบว่าครอบครัวเป็นสังคมแรกของมนุษย์ทุกคนซึ่งเป็นสังคมพื้นฐานในการดำรงชีวิต ครอบครัวจึงมีอิทธิพลสำคัญต่อมนุษย์ทุกคน ซึ่งครอบครัวที่สมาชิกในครอบครัวมีความรักผูกพันที่ดีต่อกัน มันคงปลอดภัยจะมีความสุขด้านจิตใจสูงสุด (นงเยาว์ นวลพรหม, 2550) ดังนั้นความสัมพันธ์ในครอบครัวมีความสัมพันธ์กับความสุข (ริชาร์ด เลยาร์ด, 2550) ซึ่งสัมพันธภาพที่ดีของบิดามารดากับบุตรส่งผลให้บุตรมีความมั่นคงทางจิตใจ มีความไว้วางใจตนเองและผู้อื่น และให้ความร่วมมือผู้อื่นได้ดี และเป็นเครื่องมือป้องกันปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นวัยรุ่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ (จารุวรรณ ชูปวา, 2541) และการสนับสนุนของพ่อแม่ ได้แก่ การให้กำลังใจ ความชื่นชมยินดี การสัมผัสและการให้ความรัก สามารถทำนายความสุขในชีวิตได้ (Sillick & Schutte, 2006) สัมพันธภาพกับพ่อแม่มีความสัมพันธ์กับความสุข (Cheng & Furnham, 2003) และจากการศึกษาพบว่านักเรียนที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวดีมีสุขภาพจิตดีกว่านักเรียนที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวไม่ดี (อมราวดี ณ อุบล, 2544) ความสัมพันธ์ระหว่างบุตรและบิดามารดาที่ดีทำให้นักเรียนมีความสุขมาก (ประชิด สุขอนันต์, 2544)

- ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนเป็นการรับรู้ความสัมพันธ์ระหว่างวัยรุ่นกับเพื่อนที่มีความเกี่ยวข้องกัน จากการศึกษาพบว่าวัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องการความเป็นอิสระ ต้องการดูแลตนเองมากขึ้น ต้องการการยอมรับจากสังคม โดยวัยรุ่นจะยึดถือเพื่อนมากกว่าครอบครัว ซึ่งสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนเป็นพื้นฐานเบื้องต้นของความสุข (Lane, 2000) จากผลการศึกษาพบว่าความสัมพันธ์กับเพื่อนมีอิทธิพลต่อภาวะซึมเศร้าซึ่งสะท้อนถึงอิทธิพลต่อความสุขด้วย (จุลจรรยา ศรีเพชร, 2543) สังคมและเพื่อนฝูงมีความสัมพันธ์กับความสุข (ริชาร์ด เลยาร์ด, 2550) ดังนั้นสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนจึงเป็นปัจจัยที่สัมพันธ์กับช่วงอายุวัยรุ่น

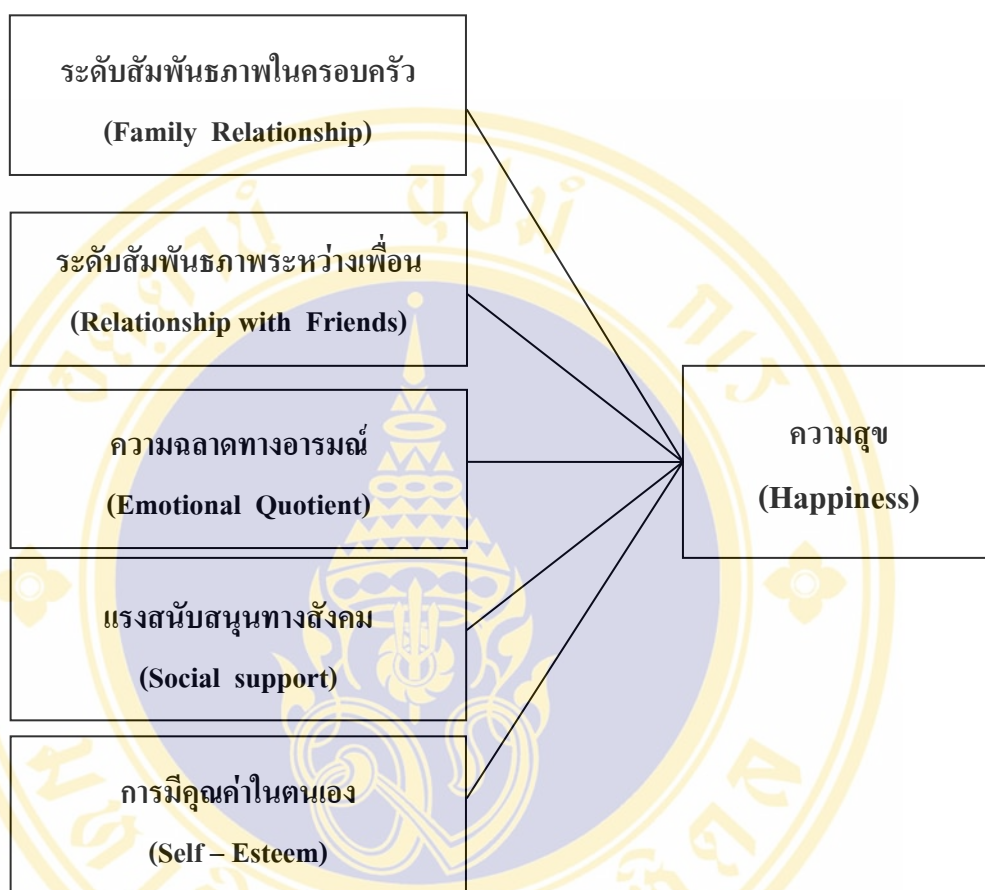
- แรงสนับสนุนทางสังคมเป็นแหล่งประโยชน์ที่ช่วยให้บุคคลสามารถปรับตัวต่อความเครียดที่เกิดขึ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ เป็นความพึงพอใจต่อความจำเป็นพื้นฐานทางสังคมที่ได้จากการติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่น (กังสดาล สุทธีวิสิตรักษ์, 2535: 24) เป็นปัจจัยทางจิตสังคมที่มีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมของบุคคล (ศิริพร พงษ์ระวีวงศ์, 2543) แรงสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุข (Mahon & Yarcheski, 2002) ทักษะทางสังคมและแรงสนับสนุนทางสังคมเป็นส่วนประกอบให้เกิดความสุข (Diener, 2002 อ้างใน กรมสุขภาพจิต, 2550)

สรุปปัจจัยสำคัญที่น่าจะมีความสัมพันธ์กับความสุขในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในการศึกษาครั้งนี้เป็นปัจจัยภายใน และปัจจัยภายนอก ประกอบด้วย ระดับสัมพันธภาพในครอบครัว ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน ความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม และการมีคุณค่าในตนเอง

โดยมีกรอบแนวคิดในการวิจัย ดังนี้



กรอบแนวคิดในการศึกษา



ภาพ 1 กรอบแนวคิดความสุข

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความสุขของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนมัธยมศึกษาในพื้นที่อำเภอบางเลน จังหวัดนครปฐม
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของระดับสัมพันธภาพในครอบครัว ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน ความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม และการมีคุณค่าในตนเองกับความสุขของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนมัธยมศึกษา ในพื้นที่อำเภอบางเลน จังหวัดนครปฐม

ปัญหาการวิจัย

1. ความสุขของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนมัธยมศึกษา ในพื้นที่อำเภอบางเลน จังหวัดนครปฐมมีระดับความสุขอย่างไร
2. ระดับสัมพันธภาพในครอบครัว ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน ความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม และการมีคุณค่าในตนเอง มีความสัมพันธ์กับความสุขของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนมัธยมศึกษา ในพื้นที่อำเภอบางเลน จังหวัดนครปฐมหรือไม่อย่างไร

ขอบเขตการวิจัย

การศึกษานี้เป็นการศึกษาวิจัยแบบบรรยายความสัมพันธ์ (Descriptive Correlational Research) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างระดับสัมพันธภาพในครอบครัว ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน ความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม และการมีคุณค่าในตนเอง กับความสุขของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่กำลังศึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา อำเภอบางเลน จังหวัดนครปฐม ปีการศึกษา พ.ศ.2552 โดยศึกษาระหว่าง เดือนมิถุนายน ถึง เดือนกรกฎาคม พ.ศ. 2552

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เพื่อทราบระดับความสุข และปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในพื้นที่อำเภอบางเลน จังหวัดนครปฐม
2. เพื่อนำข้อมูลที่ได้มาเป็นข้อมูลพื้นฐานในการศึกษาและส่งเสริมความสุขให้แก่ นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นต่อไป

นิยามศัพท์

ระดับสัมพันธภาพในครอบครัว หมายถึง การรับรู้ความสัมพันธ์ของวัยรุ่นกับบุคคลในครอบครัวที่อาศัยอยู่ร่วมกัน เช่น พ่อ แม่ ลูก ประเมินข้อความถามโดยการให้ค่าคะแนน 0 - 10 คะแนน

ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน หมายถึง การรับรู้ความสัมพันธ์ระหว่างวัยรุ่นกับเพื่อนที่มีความเกี่ยวข้องกัน ประเมินข้อความถามโดยการให้ค่าคะแนน 0 - 10 คะแนน

ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถทางอารมณ์ที่จะช่วยดำเนินชีวิตอย่างสร้างสรรค์และเป็นสุข กรมสุขภาพจิตแบ่งออกเป็น 3 องค์ประกอบ (กรมสุขภาพจิต, 2544) คือ

ด้านดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่น และมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม

ด้านเก่ง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจแก้ปัญหาและแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนมีความสัมพันธ์ทางที่ดีกับผู้อื่น

ด้านสุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข มีความภูมิใจในตนเอง พอใจในชีวิตและมีความสุขสงบทางใจ

ประเมินโดยแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับวัยรุ่น (อายุ 12-17 ปี) จำนวน 52 ข้อ ลักษณะคำถามเป็นการให้ประเมินตนเองและเป็นมาตราประมาณ ค่า 4 ระดับ ตั้งแต่ 1-4 คะแนนรวมตั้งแต่ 52-208 คะแนน ซึ่งผู้ที่มีคะแนนมาก หมายถึง มีความฉลาดทางอารมณ์สูง (กรมสุขภาพจิต, 2544)

แรงสนับสนุนทางสังคม หมายถึง การรับรู้ของวัยรุ่นเกี่ยวกับการให้และรับความช่วยเหลือจากบุคคลในเครือข่ายทางสังคมใน 5 มิติ (ฉัตรวลัย ใจอารีย์, 2533) คือ 1) ความรักใคร่ผูกพัน 2) การได้รับความช่วยเหลือในด้านต่างๆ เช่น การได้รับข้อมูล คำแนะนำ การสนับสนุนทางด้านอารมณ์และการช่วยเหลือทางด้านวัตถุสิ่งของ 3) การแลกเปลี่ยนประโยชน์ซึ่งกันและกัน เช่น การมีโอกาสดูแลหรือให้ความช่วยเหลือบุคคลอื่น 4) การรับรู้ว่าเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มสังคม และ 5) การรับรู้ถึงคุณค่าของตนเอง ประเมินโดยแบบสอบถามแรงสนับสนุนทางสังคม (The Personal Resource Questionnaire: PRQ – Part II) ฉบับภาษาไทย (ฉัตรวลัย ใจอารีย์, 2533) จำนวน 25 ข้อ เป็นแบบประมาณค่า 7 ระดับ ตั้งแต่ 1-7 คะแนนรวมมีค่าตั้งแต่ 25 - 175 คะแนน ผู้ที่มีคะแนนรวมสูง หมายถึง ผู้ที่มีแรงสนับสนุนทางสังคมระดับสูง (Weinert, 1987)

การมีคุณค่าในตนเอง หมายถึง การรับรู้ของวัยรุ่นเกี่ยวกับความเคารพที่มีต่อตนเอง มองเห็นว่าตนเองเป็นคนมีค่าโดยไม่จำเป็นต้องเปรียบเทียบกับบุคคลอื่นว่าดีกว่าหรือเลวกว่าและไม่คิดว่าตนเองต้องเป็นคนเลวเลิศแต่ควรตระหนักในข้อจำกัดของตนและสามารถคาดหวังได้ว่าจะปรับปรุงตนเองให้ดีขึ้นอย่างไร (Rosenberg, 1965) ประเมินโดยแบบสอบถามการมีคุณค่าในตนเองของโรเซนเบิร์ก (Rosenberg self-esteem scale : RSE) แปลเป็นภาษาไทย โดยพัศตร์วิไล ศรีแสง (2003) มีจำนวนทั้งหมด 10 ข้อ เป็นแบบประมาณค่า 4 ระดับ ตั้งแต่ 1-4 คะแนนรวมมีค่าตั้งแต่ 10 - 40 คะแนน คะแนนสูง หมายถึง การเห็นคุณค่าในตนเองสูง คะแนนต่ำ หมายถึง การเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ (Rosenberg, 1965 อ้างใน นพพร ว่องสิริมาศ, 2008)

ความสุข หมายถึง สภาพชีวิตที่เป็นสุขอันเป็นผลจากการมีความสามารถในการจัดการปัญหาในการดำเนินชีวิต มีศักยภาพที่จะพัฒนาตนเองเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดี โดยครอบคลุมถึงความดีงามภายในจิตใจภายใต้สภาพสังคมและสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป ประกอบด้วย 4 องค์ประกอบ

หลัก อันได้แก่ สภาพจิตใจ สมรรถภาพของจิตใจ คุณภาพของจิตใจ และปัจจัยสนับสนุน (อภิชาติ มงคลและคณะ, 2544) ประเมินโดยแบบสอบถามดัชนีชี้วัดความสุขคนไทย (Thai Happiness Indicators : THI – 15) จำนวน 15 ข้อ มีมาตราประมาณ ค่า 4 ระดับ ตั้งแต่ 0 - 3 คะแนนรวมมีค่า ตั้งแต่ 0 - 45 คะแนน ซึ่งผู้ที่มีคะแนนมาก หมายถึง มีความสุขมาก และผู้ที่มีคะแนนน้อย หมายถึง มีความสุขน้อย (อภิชาติ มงคลและคณะ, 2544)



บทที่ 2

การทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาวิจัยในครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา (Descriptive research) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างระดับสัมพันธภาพในครอบครัว ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน ความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม และการมีคุณค่าในตนเอง กับความสุขของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่กำลังศึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา อำเภอบางเลน จังหวัดนครปฐม ปีการศึกษา พ.ศ.2552 โดยทำการศึกษาระหว่างเดือนมิถุนายนถึงเดือนกรกฎาคม พ.ศ.2552 ผู้วิจัยได้ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

1. แนวคิดเกี่ยวกับวัยรุ่น
2. แนวคิดเกี่ยวกับความสุข
 - 2.1 ความหมายของความสุข
 - 2.2 แนวคิดเกี่ยวกับความสุข
 - 2.3 แบบวัดความสุข
 - 2.4 ปัจจัยเกี่ยวกับความสุข
3. ความสุขในวัยรุ่น
4. ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความสุขในวัยรุ่น
 - 4.1 ระดับสัมพันธภาพในครอบครัว
 - 4.2 ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน
 - 4.3 ความฉลาดทางอารมณ์
 - 4.4 แรงสนับสนุนทางสังคม
 - 4.5 การมีคุณค่าในตนเอง

1. แนวคิดเกี่ยวกับวัยรุ่น

ความหมายของวัยรุ่น

วัยรุ่น (Adolescent) มีรากศัพท์เดิมมาจากคำว่า Adolescere ในภาษาละติน แปลว่า เจริญเติบโตไปสู่วุฒิภาวะ หมายถึง ช่วงระยะของวัยเด็กที่ย่างเข้าสู่ความเป็นผู้ใหญ่โดยมีพัฒนาการ

พร้อมทั้ง 4 ด้าน ทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สติปัญญา และสังคม (สุชา จันทร์อม, 2529) วัยรุ่นเป็นช่วงชีวิตที่คั่นกลางระหว่างความเป็นเด็กและผู้ใหญ่ เป็นวัยที่สังคมยังไม่ยอมรับในบทบาทและความรับผิดชอบเท่าเทียมผู้ใหญ่ โดยในการแบ่งเกณฑ์วัยรุ่นจึงถือความพร้อมของวุฒิภาวะทางเพศเป็นจุดเริ่มต้น ซึ่งไม่สามารถแบ่งได้อย่างแน่นอนเนื่องจากต่อมฮอร์โมนเพศจะผันแปรตามแต่ละบุคคล (ญาดา หลาวเพชร, 2544) มีช่วงอายุอยู่ตั้งแต่ 13 – 21 ปี และนักจิตวิทยาได้แบ่งพัฒนาการของวัยรุ่นออกเป็น 3 ระยะ (สุชา จันทร์อม, 2529) คือ วัยรุ่นตอนต้น วัยรุ่นตอนกลาง และวัยรุ่นตอนปลาย ซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้

วัยรุ่นตอนต้น (Early Adolescence) ช่วงอายุ 13 - 15 ปี ร่างกายมีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วและมีความสมบูรณ์ทางเพศทั้งในเด็กหญิงและเด็กชายอย่างชัดเจน เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมน เช่น เด็กหญิงมีเต้านมใหญ่ขึ้น สัดส่วนร่างกายเปลี่ยนแปลงไป มีประจำเดือน มีขนรักแร้และมีขนบริเวณอวัยวะเพศ ส่วนในเพศชายการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายยังไม่บ่งชี้ชัดนักแต่อาจพบได้ คือ การหลั่งอสุจิในครั้งแรก มีขนตามอวัยวะเพศ น้ำเสียงพูดมีลักษณะห้าวขึ้น หรือที่เรียกว่า เสียงแตกพาน สิ่งเหล่านี้บ่งบอกได้ว่าเป็นระยะเริ่มเข้าสู่วัยรุ่นแล้ว (สุชา จันทร์อม, 2529) ซึ่งวัยรุ่นตอนต้นจะมีลักษณะค่อนข้างหลงตนเอง (Narcissistic phase) มีความเพ้อฝัน (Magical Thinking) มีความเป็นอิสระ (Emancipation) แต่ยังคงพึ่งพาพ่อแม่ และมีสนใจเพศเดียวกัน (ศิริกุล อิศรานุรักษ์, 2551) โดยวัยรุ่นตอนต้นจะมีลักษณะอารมณ์แปรปรวน สับสน อ่อนไหวไม่มั่นคง และมีอารมณ์รุนแรงเปิดเผยตรงไปตรงมา (ญาดา หลาวเพชร, 2544)

วัยรุ่นตอนกลาง (Middle Adolescence) ช่วงอายุ 15 - 18 ปี ในระยะนี้การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายจะช้าลง เริ่มมีความสมบูรณ์เต็มที่ พัฒนาการด้านอารมณ์ยังไม่คงที่แต่สามารถควบคุมอารมณ์ได้มากกว่าวัยรุ่นตอนต้น โดยอารมณ์จะเปลี่ยนแปลงตามสิ่งเร้าทำให้บางครั้งมีความรุนแรง (ญาดา หลาวเพชร, 2544) จึงเป็นวัยที่ดื้อรั้น โมโหง่าย และมีความขัดแย้งกับพ่อแม่สูง ซึ่งในระยะนี้เพื่อนจะมีอิทธิพลสูงและเข้ากับเพื่อนได้ดีกว่าวัยรุ่นตอนต้น เริ่มสนใจเพศตรงข้าม และแสวงหาเอกลักษณ์ของตนเองเป็นระยะที่เริ่มทดลองเกี่ยวกับเพศซึ่งหากขาดความรู้และการป้องกันจะก่อให้เกิดปัญหาดังครกไม่พึงประสงค์ หรือโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ได้ (ศิริกุล อิศรานุรักษ์, 2551)

วัยรุ่นตอนปลาย (Late Adolescence) ช่วงอายุ 18 - 21 ปี ระยะนี้เป็นการเจริญเติบโตเข้าสู่ผู้ใหญ่เต็มที่ (สุชา จันทร์อม, 2529) มีการพัฒนาทักษะทางสังคมเพิ่มมากขึ้นอย่างชัดเจน มีการควบคุมอารมณ์ที่ดีขึ้น สุขุมเยือกเย็นขึ้น รู้จักบทบาทของเพศตนเองเต็มที่ มีความเป็นอิสระเต็มที่ในการดำรงชีวิตการประกอบอาชีพและยอมรับฟังคำแนะนำต่างๆ ได้ง่ายกว่าวัยรุ่นตอนต้น (ศิริกุล อิศรานุรักษ์, 2551)

พัฒนาการต่างๆของวัยรุ่น

จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า การเจริญเติบโตของวัยรุ่นประกอบไปด้วยพัฒนาการหลายด้าน ซึ่งสามารถแบ่ง 4 ด้าน คือ พัฒนาการทางร่างกาย พัฒนาการทางอารมณ์ พัฒนาการทางสติปัญญา และพัฒนาการทางสังคม (สุชา จันทรเฒ, 2529; วิทยา นาควัชระ, 2537) ดังนี้

พัฒนาการทางร่างกาย พบว่าการเจริญเติบโตทางร่างกายเริ่มชัดเจนขึ้นจากการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมนของร่างกายโดยในเพศหญิงพบว่า สะโพกผาย เสียงเล็กแหลม ทรวงอกขยายขนาดขึ้น มีขนขึ้นบริเวณอวัยวะเพศ และเริ่มมีประจำเดือนซึ่งเป็นสัญลักษณ์ของความสมบูรณ์ของเพศหญิง ส่วนในเพศชายพบว่าเริ่มมีหนวดเครา เสียงห้าว มีขนขึ้นบริเวณอวัยวะเพศ และขนขึ้นบริเวณแขนขามากขึ้น มีกล้ามเนื้อมากขึ้น เมื่ออายุประมาณ 14 ปี อาจเกิดภาวะผื่นเปื่อย เนื่องจากการทำงานของน้ำสุจิ มักมีอาการเวลนอนหลับ ซึ่งนับเป็นภาวะสมบูรณ์ของเพศชาย (สุชา จันทรเฒ, 2529)

พัฒนาการทางอารมณ์ พบว่าวัยรุ่นมีความหลากหลายของอารมณ์ และมีอารมณ์ที่รุนแรง ที่เรียกว่า “พายุบุแคม” หมายถึง การมีอารมณ์รุนแรง เต็มไปด้วยความเชื่อมั่นของตนเอง ขาดการยั้งคิด จึงมักมีความคิดขัดแย้งกับผู้ใหญ่เสมอ (สุชา จันทรเฒ, 2529) ซึ่งสามารถแบ่งประเภทอารมณ์ของวัยรุ่นได้เป็น 3 ประเภท คือ 1) ประเภทอารมณ์ก้าวร้าวรุนแรง เช่น อารมณ์โกรธ อิจฉาเกลียดชัง 2) ประเภทอารมณ์เก็บกด เช่น ความกลัว ความวิตกกังวล ความเศร้าใจ กระอักกระอ่วน สดุดหู่ ขยะแขยง เสียใจ 3) ประเภทอารมณ์สนุก เช่น ความรัก ชอบ สุขสบาย พอใจ ตื่นเต้น ซึ่งการที่วัยรุ่นมีอารมณ์เปลี่ยนแปลงง่ายและรุนแรงเนื่องจากสาเหตุที่สำคัญคือการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย การเปลี่ยนแปลงของอวัยวะภายใน ต่อมไร้ท่อ และการปรับตัวให้กับสิ่งแวดล้อมใหม่ๆ นอกจากนี้ยังมีการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจที่ส่งผลต่ออารมณ์ของวัยรุ่นด้วย กล่าวคือ 1) ความต้องการและความปรารถนาใหม่ๆเกิดขึ้นอย่างรุนแรง เช่น สนใจตนเองมากขึ้น ถ้าสิ่งที่ต้องการไม่สมปรารถนาจะทำให้มีพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไป เช่น โกรธ เศร้า เป็นต้น 2) ความรู้สึกทางเพศเกิดขึ้นอันเนื่องมาจากการเติบโตของร่างกาย 3) ความวิตกกังวลกระวนกระวายใจในเรื่องการเติบโตของร่างกาย 4) สติปัญญาและความคิดเจริญก้าวหน้ากว้างขวางออกไป สนใจแสวงหาความรู้ใหม่ๆ เริ่มเข้าใจความสวยงาม ความไพเราะ ความดีมากขึ้น 5) เริ่มมีความรับผิดชอบ 6) จินตนาการมาก 7) ความเชื่อมั่นในตนเองสูง และ 8) ต้องการเป็นอิสระ (สุชา จันทรเฒ, 2529)

พัฒนาการทางสติปัญญา พบว่าพัฒนาการทางสติปัญญา Piaget กล่าวว่า วัยรุ่นเริ่มมีความคิดเป็นนามธรรม (abstract thinking) สามารถเข้าใจสิ่งที่ซับซ้อนได้ เช่น ปรัชญา (มาโนช หล่อตระกูล และปราโมทย์ สุคนิษฐ์, 2543) คิดอย่างมีเหตุผลเหมือนผู้ใหญ่ ความคิดอ่านลึกซึ้งขึ้น อยากรู้ อยากเห็น อยากทดลอง และแสวงหาคำตอบ เริ่มคิดถึงชีวิต อดีต ปัจจุบัน และอนาคต เกิดความ

กระตือรือร้นที่จะเรียนรู้หรือฝึกอาชีพเพื่อความก้าวหน้า ต้องการให้ผู้ใหญ่รับฟังความคิดเห็นของตน มีอุดมคติ หัวรุนแรง ต้องการให้สังคมมีความยุติธรรม เสมอภาค (ศิริกุล อิศรานุรักษ์, 2551) สนใจผู้อื่นสนใจความแตกต่างด้านบุคลิกภาพ มีทัศนคติต่อบุคคลและสิ่งต่างๆที่ดี สามารถใช้ความคิดของตนเองได้อย่างมีเหตุผลและแสดงความคิดเห็นร่วมกับผู้อื่นได้ รู้จักสังเกตความรู้สึกของผู้อื่นที่มีต่อตนเองได้มากขึ้น ต้องการทำตนเองให้ผู้อื่นประทับใจ พยายามขบถพร่องของตนเองเพื่อแก้ไขตนเอง ชอบทำสิ่งใหม่ๆ แปลกๆ ชอบใช้ภาษาที่ตนเองคิดขึ้นให้เห็นเป็นของโก้เก๋ สามารถสรุปพัฒนาการทางสติปัญญาของวัยรุ่นได้ ดังนี้ คือ 1) วัยรุ่นเพิ่มความสนใจตนเองและมองเห็นเหตุการณ์ไกลได้ พยายามรู้จักตนเองชัดเจนเกลียดพฤติกรรมให้ดีขึ้นอยู่เสมอทำให้มีศีลธรรม รู้จักอดกลั้น และเข้าสังคมได้ดีขึ้น 2) ปลุกฝังการพึ่งตนเอง ต้องการมีอิสระของความคิด 3) ปรับปรุงตัวและจงรักภักดีต่อบุคคลในครอบครัว โรงเรียนและชุมชน (สุชา จันทร์อม, 2529)

พัฒนาการทางสังคม พบว่าวัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องการเป็นที่ยอมรับของเพื่อน พยายามเลียนแบบกลุ่ม เช่น การแต่งกาย ทรงผม หรือภาษาที่ใช้เฉพาะกลุ่ม อีกทั้งเชื่อถือและรับฟังเพื่อนมากกว่าพ่อแม่ พยายามแยกตัวห่างจากพ่อแม่ เพื่อหาคู่และรับผิชอบตนเอง เริ่มสนใจที่จะมีเพื่อนต่างเพศ แต่อารมณ์รักมักหิวหยาเปลี่ยนแปลงง่าย ชอบเปรียบเทียบตนเองและเพื่อนฝูง รู้สึกมีปมด้อย ท้อแท้ใจได้ง่าย (ศิริกุล อิศรานุรักษ์, 2551)

สรุปวัยรุ่นเป็นช่วงระยะวิกฤตของชีวิต ที่มีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว ทั้งลักษณะภายในและภายนอกที่ส่งผลโดยตรงในการดำรงชีวิตของวัยรุ่น โดยเฉพาะวัยรุ่นตอนต้นที่ต้องเผชิญภาวะการปรับตัวมากกว่าช่วงวัยรุ่นตอนกลางและตอนปลาย หากการปรับตัวมีความสมดุลในแต่ละด้านจะส่งผลให้มีความพอใจ และความสุขในชีวิต แต่หากมีอุปสรรคมาขัดขวางย่อมทำให้เกิดความไม่สบายใจ ความคับข้องใจ ความเครียด ความกดดันทางอารมณ์และมีความสุขได้ (ชนันภรณ์ ลักษมีพิเชษฐ์, 2545)

2. แนวคิดเกี่ยวกับความสุข

2.1 ความหมายของความสุข

จากการศึกษาเรื่องความสุขพบว่าเริ่มมีการศึกษาดังแต่สมัยกรีก ซึ่งมีผู้สนใจศึกษาและกล่าวถึงความหมายความสุขไว้หลายท่าน ดังนี้

Campbell (1976) กล่าวว่า ความสุข หมายถึง ประสบการณ์การเรียนรู้ การรับรู้ต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจริงเปรียบเทียบกับเหตุการณ์ที่บุคคลต้องการหรือปรารถนาอยากให้เป็น หากพึงพอใจมากบ่งชี้ว่า มีความสุขมาก

Seligman (1998) กล่าวว่า ความสุข หมายถึง การพอใจในชีวิต พอใจในอารมณ์ และการพัฒนาทักษะการคิด

Veenhoven (1997) กล่าวว่า ความสุข หมายถึง การประเมินชีวิตตนเองว่ามีคุณภาพชีวิตที่ดี มีความคุ้มค่าและประสบความสำเร็จตามเป้าหมาย

Seymour (2003) กล่าวว่า ความสุข หมายถึง ความสุขทางใจที่มีอิทธิพลมาจากความคิด ทั้งความรู้สึกรู้สึกต่อตัวเองและต่อผู้อื่น เข้าใจเหตุการณ์โดยผ่านการเรียนรู้ การสื่อสาร และรักษาไว้ซึ่งสัมพันธภาพของบุคคล รวมทั้งความสามารถในการเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงเหตุการณ์ในชีวิต

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต, 2547) กล่าวว่า ความสุข หมายถึง ความสบายหรือความสำราญ สามารถแยกได้เป็นความสุขทางกาย และความสุขทางใจที่มีความสัมพันธ์กันต้องพึ่งพาอาศัยกันและกันไม่สามารถแยกขาดออกจากกันได้ โดยความสุขทางกาย ได้แก่ ความสุขที่สัมผัสได้จากประสาททั้ง 5 คือ รูป เสียง กลิ่น รส และผิวหนัง เรียกว่า “กามคุณ 5” จัดว่าเป็นฝ่ายรูป และความสุขทางใจ ได้แก่ ความสุขที่สัมผัสได้จากจิต คือ ความสบายใจ ความสุขใจ ความอิ่มใจ ความพอใจ อันเกิดจากจิตใจที่สงบและเย็น จัดเป็นฝ่ายนาม

ประเวศ วะสี (2544 : 41-46) กล่าวว่า ความสุข หมายถึง การสิ้นไปของความทุกข์ ซึ่งความทุกข์เกิดจากการบีบคั้นทางกาย สังคม จิตใจและปัญญา

อภิชัย มงคล และคณะ (2544: 229-230) กล่าวว่า ความสุข หมายถึง สภาพชีวิตที่เป็นสุขอันเป็นผลจากการมีความสามารถในการจัดการปัญหาในการดำเนินชีวิตมีศักยภาพที่จะพัฒนาตนเองเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดี โดยครอบคลุมถึงความดีงามภายในจิตใจภายใต้สภาพสังคมและสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป

จากการทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับความหมายของความสุขข้างต้นพบที่มีความหมายไปในทิศทางเดียวกัน ซึ่งในการศึกษาครั้งนี้ใช้ความหมายความสุขของอภิชัย มงคลและคณะ (2544) ที่กล่าวว่า ความสุข หมายถึง สภาพชีวิตที่เป็นสุขอันเป็นผลจากการมีความสามารถในการจัดการปัญหาในการดำเนินชีวิตมีศักยภาพที่จะพัฒนาตนเองเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดี โดยครอบคลุมถึงความดีงามภายในจิตใจภายใต้สภาพสังคมและสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป ซึ่งเป็นความหมายที่มีความชัดเจน เข้าใจง่าย และสอดคล้องกับงานวิจัย

2.2 แนวคิดเกี่ยวกับความสุข

จากการทบทวนวรรณกรรม พบว่าการศึกษาและแนวคิดเกี่ยวกับความสุขส่วนใหญ่เป็นการศึกษาจากนักจิตวิทยาและนักปรัชญาเป็นส่วนใหญ่ ซึ่งมีผู้สนใจศึกษาและกล่าวถึงแนวคิดเกี่ยวกับความสุขไว้หลายท่าน ดังนี้

1. แนวคิดสี่คุณภาพชีวิต (Four quality of life) จากการทบทวนวรรณกรรมตามแนวคิดของ Veenhoven (2000) กล่าวว่า ความสุข คือ คุณภาพชีวิตที่เกิดขึ้นภายใต้ความรู้สึกดี และเชื่อว่าคุณภาพชีวิตที่ดีจะทำให้มีความสุขในชีวิต โดยได้อธิบายความสุขผ่านแนวคิดสี่คุณภาพชีวิต ได้แก่ ความสะดวกสบายของสิ่งแวดล้อม ความสามารถของบุคคล ประโยชน์ของชีวิต และความพึงพอใจในชีวิต ซึ่งแบ่งเป็น 2 ด้านใหญ่ๆ คือ คุณภาพชีวิตภายในตัวบุคคลและคุณภาพชีวิตภายนอกตัวบุคคล (Veenhoven, 2007) โดยมีรายละเอียด ดังนี้

ความสะดวกสบายของสิ่งแวดล้อม (Livability of environment) คือ คุณภาพชีวิตภายนอกตัวบุคคลโดยประเมินจากปัจจัยภายนอกที่เข้ามาในชีวิตว่าเป็นอย่างไร ได้แก่ สภาพความเป็นอยู่ คุณภาพของสังคม เช่น สภาพแวดล้อม อากาศ และมลพิษ เป็นต้น (Lane, 1994; Veenhoven, 2007)

ความสามารถของบุคคล (Life-ability of the person) คือ คุณภาพชีวิตภายในตัวบุคคลโดยประเมินจากโอกาสที่เข้ามาในชีวิตว่าเป็นอย่างไร ได้แก่ คุณภาพและประสิทธิภาพของบุคคลในการเผชิญปัญหาและการเปลี่ยนแปลงในชีวิต เช่น การประเมินภาวะสุขภาพ เป็นต้น (Sen, 1992; Veenhoven, 2007)

ประโยชน์ของชีวิต (Utility of life) คือ คุณภาพชีวิตภายนอกตัวบุคคลโดยประเมินจากผลลัพธ์ของชีวิตว่าเป็นอย่างไร เช่น สภาพความเป็นอยู่ คุณภาพของสังคมและปัจจัยภายนอกอื่นๆ ก่อให้เกิดประโยชน์แก่ชีวิตหรือไม่ (Gerson, 1992; Veenhoven, 2007)

ความพึงพอใจในชีวิต (Satisfaction with life) คือ คุณภาพชีวิตภายในตัวบุคคลโดยประเมินจากผลลัพธ์ของชีวิตว่าเป็นอย่างไร โดยใช้แนวคิดร่วมกับสถิติปัญญาเพื่อนำมาตัดสินว่ามีความสุขในชีวิตหรือไม่ (Veenhoven, 2007)

นอกจากนี้ Veenhoven (2007) ได้แบ่งความสุขเป็น 4 ระดับ คือ ความพอใจ ความสุขที่มีขอบเขต ประสบการณ์ที่ดี และความสุขในชีวิต โดยนำระยะเวลา และภาพรวมในชีวิตมาร่วมในการประเมินกล่าวคือ ความพอใจและประสบการณ์ที่ดีเป็นความสุขภายนอกซึ่งเป็นการประเมินระยะสั้น โดยพบว่าความพอใจเป็นการประเมินความสุขเพียงบางส่วนแต่ประสบการณ์ที่ดีเป็นการประเมินผลโดยรวม ส่วนความสุขที่มีขอบเขตและมีความสุขในชีวิตเป็นความสุขภายในซึ่งเป็นการประเมินระยะยาว โดยพบว่าความสุขที่มีขอบเขตเป็นการประเมินผลเพียงบางส่วนแต่ความสุขในชีวิตเป็นการประเมินผลโดยรวม

ตัวอย่างเช่น เมื่อเราตั้งใจทำงานแล้วผลงานที่ได้ออกมาดีมีคุณภาพ ทำให้เกิดความพอใจซึ่งเป็นความสุขภายนอกที่เป็นการประเมินความสุขระยะสั้นในบางส่วน และเมื่อพิจารณาโดยรวมจะทำให้เกิดประสบการณ์ที่ดี และเมื่อพิจารณาความสุขภายในซึ่งเป็นการประเมิน

ความสุขระยะยาวในบางส่วน พบว่าจะทำให้เกิดความภูมิใจในตนเองซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของความสุขที่มีขอบเขตซึ่งเป็นความสุขที่ไม่ยั่งยืน ซึ่งหากการทำงานที่มีคุณภาพมีความต่อเนื่องเมื่อพิจารณาโดยรวมจะทำให้เกิดความสุขในตนเองที่เป็นความสุขในชีวิตที่ยั่งยืนและแท้จริง เป็นต้น

สรุปความสุขตามแนวคิดของ Veenhoven (2000) ความสุขเป็นคุณภาพชีวิตทั้งหมด แบ่งเป็น 2 ด้าน คือ คุณภาพชีวิตภายในตัวบุคคลและคุณภาพชีวิตภายนอกตัวบุคคล (Veenhoven, 2007) ซึ่งคุณภาพชีวิตภายในตัวบุคคล ได้แก่ ความสามารถของบุคคล และความสุขในชีวิต ส่วนคุณภาพชีวิตภายนอกตัวบุคคล ได้แก่ ความสะดวกสบายของสิ่งแวดล้อมและประโยชน์ของชีวิต โดยแบ่งความสุขเป็น 4 ระดับ คือ ความพอใจ ความสุขที่มีขอบเขต ประสบการณ์ที่ดี และความสุขในชีวิต

2. ความสุขตามแนวคิดของอภิชัย มงคล และคณะ (2544) เป็นความสุขในบริบทคนไทยที่อ้างอิงความสุขผ่านแนวคิดทางพุทธศาสนาเป็นหลัก โดยแบ่งเป็น 4 องค์ประกอบ คือ สภาพจิตใจ สมรรถภาพของจิตใจ คุณภาพของจิตใจ และปัจจัยสนับสนุน ซึ่งมีรายละเอียดแต่ละองค์ประกอบ (อภิชัย มงคล และคณะ, 2544) ดังนี้

สภาพจิตใจ (Mental state) หมายถึง สภาพจิตใจที่เป็นสุข หรือทุกข์ การรับรู้สภาวะสุขภาพของตนเอง ความเจ็บป่วยทางด้านร่างกายที่ส่งผลกระทบต่อทางด้านจิตใจ และการเจ็บป่วยทางจิต ซึ่งนำมาจาก 3 แนวคิด ได้แก่ 1) แนวคิดของเฮลล์และเนกพอล (1992; อ้างใน อภิชัย มงคล และคณะ, 2544) ในด้านความรู้สึกรู้สึกเป็นสุข อารมณ์ด้านบวกและอารมณ์ด้านลบและดัชนีที่เกี่ยวข้องกับการเจ็บป่วยทางจิต เนื่องจากเป้าหมายของคน คือ ความสุขโดยวัดจากความรู้สึก อารมณ์ ความคิด และพฤติกรรมว่า ณ ปัจจุบันเป็นอย่างไร และมีโรคหรืออาการของโรคเกิดขึ้นหรือไม่ 2) แนวคิดของอัมพร โอตระกูล และคณะ (2540; อ้างใน อภิชัย มงคล และคณะ, 2544) กล่าวว่า องค์ประกอบสุขภาพจิตมี 3 องค์ประกอบ ซึ่งมีหนึ่งองค์ประกอบที่สอดคล้องกับองค์ประกอบสภาพจิตใจ คือ การรับรู้ทางความคิด การแสดงออกทางอารมณ์ และการกระทำที่ตอบสนองต่อตนเอง และ 3) แนวคิดจาโฮดา (1958; อ้างใน อภิชัย มงคล และคณะ, 2544) กล่าวว่า ความสุขเป็นทัศนคติของบุคคลที่มีต่อตนเองและคุณภาพชีวิต คือ การรับรู้สภาพร่างกายของบุคคลที่มีผลต่อชีวิตประจำวัน

สมรรถภาพของจิตใจ (Mental capacity) หมายถึง ความสามารถของจิตใจในการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นและการจัดการกับปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นเพื่อการดำเนินชีวิตอย่างเป็นปกติสุข ซึ่งเป็นการมองในเรื่องความสามารถในการแก้ปัญหาโดยนำแนวคิดมาจากองค์การอนามัยโลกที่เกี่ยวกับลักษณะทางด้านจิตใจ ซึ่งสมรรถภาพของจิตใจเป็นความสามารถในการเผชิญปัญหาหรือสมรรถภาพการแก้ปัญหาในชีวิตที่สำคัญ 3 ด้าน (อภิชัย มงคล และคณะ, 2544) คือ 1) ปัญหา

การอยู่ร่วมกับบุคคลอื่น สร้างความสัมพันธ์และธำรงรักษาความสัมพันธ์ให้อยู่ด้วยกันอย่างราบรื่น 2) ปัญหาจากสิ่งแวดล้อมหรือปัญหาภายนอกที่มากดดัน มีความสามารถในการปรับตัวให้อยู่ได้ในสถานการณ์นั้นๆ และมีผลผลิตของงานที่ดี มีคุณค่า สร้างประโยชน์ได้ ซึ่งเป็นความสามารถของบุคคลที่อยู่ได้ในสังคมและสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป และ 3) ปัญหาที่เกิดจากภายในจิตใจของตนเอง ซึ่งเป็นความต้องการตามสัญชาตญาณหรือความต้องการพื้นฐานของมนุษย์เกิดการขัดแย้งกัน และดูความสามารถของจิตใจในการสร้างความสมดุลและแก้ปัญหาข้อขัดแย้งในใจซึ่งเป็นความสามารถในการแก้ปัญหาที่สำคัญของชีวิต (อภิชัย มงคล และคณะ, 2544)

คุณภาพของจิตใจ (Mental quality) หมายถึง คุณลักษณะที่ดีงามของจิตใจ ในการดำเนินชีวิตอย่างเกิดประโยชน์ต่อตนเองและสังคม ซึ่งเป็นการประเมินการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นได้แก่การเป็นคนดี คนเก่ง และมีความสุขซึ่งเป็นลักษณะทางจิตใจที่สำคัญที่หมายถึง “คุณภาพของจิตใจ” โดยนำแนวคิดมาจากองค์การอนามัยโลกและจาโฮดา (1958; อ้างใน อภิชัย มงคล และคณะ, 2544) ที่กล่าวว่า ผู้ที่มีสุขภาพจิตดี คือ ผู้ที่มีทัศนคติที่ดีต่อตนเอง ต้องการทำตนให้เป็นประโยชน์ บุคลิกภาพผสมผสานกันดี มีความเป็นตัวของตัวเอง มีการดำเนินชีวิตอย่างสร้างสรรค์ เป็นต้น ซึ่งคุณภาพของจิตใจทำให้เกิด 1) ความสัมพันธ์ที่ดี สามารถให้บุคคลอื่นชอบเราได้ เป็นคนที่ดี ทำให้คนอื่นมองว่าเป็นคนดีซึ่งเป็นความสามารถที่มีมากกว่าสมรรถภาพของจิตใจ คือ สามารถช่วยเหลือบุคคลอื่นๆ ได้ และเป็นคุณลักษณะที่ไม่ใช่มองเพียงตนเองแต่ยังมองถึงประโยชน์ต่อส่วนรวมด้วย คือ การอยู่ร่วมกันกับบุคคลอื่นอย่างมีคุณภาพ 2) อยู่ในสังคมอย่างสร้างสรรค์ มีความกระตือรือร้น มีความมุ่งมั่นในการสร้างประโยชน์ สร้างงาน สร้างสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่ตนเองและส่วนรวม ทำให้ตนเองก้าวหน้า มีคุณสมบัติและแรงจูงใจที่จะทำให้ตนเองมีความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น และ 3) มีคุณลักษณะที่เสริมสร้างความสุขให้แก่ตนเอง ตั้งแต่การดำเนินชีวิตอย่างราบเรียบหรือพึงพอใจในความเป็นอยู่ของตนเอง มีความสุขร่วมกับผู้อื่น สุขสงบในใจตนเอง

ปัจจัยสนับสนุน (Supporting factors) หมายถึง ปัจจัยที่สนับสนุนให้บุคคลมีสุขภาพจิตที่ดี เป็นปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับคนในครอบครัว ชุมชน ความปลอดภัยทางร่างกาย และความมั่นคงในชีวิต การเข้าถึงบริการสาธารณสุข ตลอดจนการอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดีและมีโอกาสพักผ่อนหย่อนใจ ซึ่งปัจจัยสนับสนุนเป็นสิ่งแวดล้อมภายนอกที่มากกระทบในชีวิตโดยนำมาจากแนวคิดความผาสุกของบุคคล (Subjective well – being) และคุณภาพชีวิต (Quality of Life) ที่มองว่าบุคคลจะมีการรับรู้เกี่ยวกับบุคคลแวดล้อมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อจิตใจและการดำเนินชีวิต

สรุปองค์ประกอบที่สำคัญที่เกี่ยวข้องกับความสุขของบุคคลตามแนวคิดของอภิชัย มงคล และคณะ (2544) คือ 1) สภาพจิตใจ เป็นลักษณะของความสุข ความทุกข์ของบุคคลในปัจจุบันที่รับรู้ได้จากการประเมินตนเองทั้งในด้านบวกและด้านลบ รับรู้จากสภาวะสุขภาพของตนเอง ความ

เจ็บป่วยที่เกิดขึ้นทั้งด้านร่างกาย จิตใจ รวมถึงการยอมรับในภาพลักษณ์และรูปร่างของตนเอง 2) สมรรถภาพของจิตใจ เป็นความสามารถในการแก้ไขปัญหา เพื่อให้คงสภาพการดำเนินชีวิตอย่างปกติ 3) คุณภาพของจิตใจ เป็นการดำเนินชีวิตที่มีคุณภาพ 3 ด้าน ได้แก่ การอยู่ร่วมกับบุคคลอื่น สร้างประโยชน์ให้กับคนอื่น การดำรงชีวิตการทำงานให้ก้าวหน้า และความสามารถในการสร้างความสุขให้ตนเองซึ่งทำให้ชีวิตดีขึ้น และ 4) ปัจจัยสนับสนุน ซึ่งเป็นสิ่งแวดล้อมภายนอกที่มากระทบโดยเชื่อว่าความสุขไม่ได้เกิดจากตนเองเพียงอย่างเดียว

3. แนวคิดกลุ่มสุขนิยม (Hedonism) จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่าความสุขตามแนวคิดของกลุ่มสุขนิยมเชื่อว่าความสุขของชีวิตเป็นสิ่งที่ดีที่สุดของชีวิตเป็นเป้าหมายและสิ่งสุดท้ายของมนุษย์ โดยการลดการเจ็บปวด เลิกและหลีกเลี่ยงความทุกข์เพื่อเพิ่มความสุข (Ryle, 1954) และใช้ประสาทสัมผัสทั้ง 5 ในการประเมิน อันได้แก่ การมองเห็น การได้ยิน การดมกลิ่น การชิมรส และการสัมผัส (สุภาณี สุชนะนรินทร์, 2549) โดยในการประเมินต้องอยู่ภายใต้คุณธรรม จริยธรรมและความดีงามด้วย ซึ่งสามารถสรุปแนวคิดกลุ่มสุขนิยมได้ ดังนี้ คือ 1) ความสุขเป็นการวิเคราะห์ทางจิตวิทยาในทางที่ผิด เนื่องจากการประเมินจากภาวะความต้องการของร่างกายที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติก่อน เช่น หิว เมื่อได้รับการตอบสนองก็จะเกิดความสุขตามมา 2) ความสุขเป็นตัวกระตุ้นการกระทำ 3) จิตใจมนุษย์ไม่สามารถคำนวณปริมาณความสุข และไม่สามารถเปรียบเทียบความพอใจกับเจ็บปวดที่เป็นผลมาจากการกระทำได้ 4) การเสียดสี และการลดการเห็นแก่ตัวจะก่อให้เกิดความสุข 5) ความสุขที่เกิดขึ้นได้ต้องอยู่ภายใต้ศีลธรรมของบุคคลที่พิจารณา ระหว่างการถูกหรือผิด 6) ความสุขอยู่คู่กับคุณธรรมเสมอ (Feldman, 2001) จากแนวคิดกลุ่มสุขนิยมพบว่าความสุขสิ่งที่ดีที่สุดและเป็นเป้าหมายของมนุษย์ ซึ่งส่วนใหญ่เป็นการประเมินความสุขด้านร่างกาย โดยแนวคิดของกลุ่มสุขนิยมเชื่อว่าหากเกิดความสุขทางร่างกายแล้วความสุขทางใจย่อมเกิดตามมา แต่ในการประเมินต้องอยู่ภายใต้คุณธรรม (Bentham, 1789)

4. แนวคิดกลุ่มอสุขนิยม (Non-Hedonism) จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่าแนวคิดกลุ่มอสุขนิยมนี้ สร้างขึ้นมาเพื่อโต้แย้งแนวคิดของสุขนิยมเพราะเชื่อว่าความสุขของมนุษย์เกิดจากความสุขภายในจิตใจหรือการมีจิตใจที่สงบเยือกเย็นจะทำให้มนุษย์มีความสุขอย่างแท้จริง ไม่ใช่เพียงมีความสุขทางร่างกายจากความต้องการของประสาทสัมผัสทั้ง 5 เท่านั้น ซึ่งกลุ่มอสุขนิยมยังมีกลุ่มย่อยที่ศึกษาถึงความสุขไว้หลายกลุ่มด้วยกัน (สุภาณี สุชนะนรินทร์, 2549) คือ

กลุ่มปัญญานิยม (Rationalism) โดยกลุ่มปัญญานิยมเชื่อว่าความสุขจะเกิดขึ้นได้ต้องอาศัยปัญญา เพราะปัญญาเป็นความรู้ที่ดีที่สุดที่มนุษย์แสวงหาที่จะนำไปสู่ชีวิตที่หลุดพ้นจากความต้องการทางกายไปสู่โลกของจิตหรือปัญญาที่เกิดจากความรู้ที่บริสุทธิ์ เป็นสัจธรรม มีจิตใจที่สงบ ไม่แก่งแย่งกัน (สุภาณี สุชนะนรินทร์, 2549)

กลุ่มวิมุตตินิยม (Salvationism) กลุ่มวิมุตตินิยมมีแนวคิดเกี่ยวกับความสุขว่า ความสงบใจมีค่ามากกว่าความสุขและความสุข ไม่ใช่สาระของชีวิตโดยเน้นเรื่องการดับกิเลสหรือความต้องการทางกายและให้ความสุขเป็นทางสายกลางในการดำเนินชีวิตคือมีความพอดีในการใช้ชีวิต (สุภาณี สุชนะนาคินทร์, 2549)

5. แนวคิดกลุ่มอัตถิภาวะนิยม (Existentialism) จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า ความสุขตามแนวคิดของอัตถิภาวะนิยมเชื่อว่าความสุขเป็นการตระหนักถึงเสรีภาพที่เป็นธาตุแท้จริงของมนุษย์ ในการเลือกที่จะทำสิ่งต่างๆ ได้อย่างอิสระเสรีเป็นสิ่งจำเป็นโดยในการเลือกทุกครั้งต้องอยู่ในความรับผิดชอบของตนเอง ซึ่งในปัจจุบันมีความก้าวหน้าทางด้านเทคโนโลยีมาก ทำให้มนุษย์ติดภาพความสะดวกสบายมากขึ้น ส่งผลให้มนุษย์ต้องทำงานมากขึ้นและขาดเสรีภาพในชีวิตมากขึ้น เช่น การหลับนอน การขาดหายของอิสระในการใช้ชีวิต เป็นต้น อันนำมาซึ่งความสุขของมนุษย์ลดลงตามไปด้วย (สุภาณี สุชนะนรินทร์, 2549)

6. ความสุขในบริบทคนไทย จากการศึกษาค้นคว้าความสุขในบริบทคนไทยพบว่าความสุขจะเกิดขึ้นได้ต้องประกอบไปด้วยองค์ประกอบหลายด้าน ทั้งความสุขด้านร่างกายและจิตใจ โดยเฉพาะความสุขด้านจิตใจพบว่ามีการอ้างอิงความสุขผ่านทางพระพุทธศาสนาเป็นหลัก ดังนี้

6.1 ความสุขตามแนวคิดของประเวศ วะสี (อภิชัย มงคล และคณะ, 2544; สุภาณี สุชนะนาคินทร์, 2549) จากการทบทวนวรรณกรรมความสุขตามแนวคิดของประเวศ วะสี พบว่าความสุขในชีวิตเกิดจากองค์ประกอบความเป็นอยู่ที่ดี 4 ประการ คือ 1) ความสมบูรณ์ทางกาย หมายถึง ร่างกายสมบูรณ์แข็งแรง คล่องแคล่ว มีกำลัง ไม่มีโรค ไม่พิการ มีเศรษฐกิจหรือปัจจัยที่จำเป็นเพียงพอ ไม่เป็นอุปถัมภ์ใคร มีสิ่งแวดล้อมที่ส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้ถึงความสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันของตน รับรู้ถึงพลังกำลังในการดำเนินชีวิตประจำวันความเป็นอิสระที่ไม่ต้องพึ่งพาผู้อื่น การรับรู้ที่ตนเองไม่ต้องพึ่งพาอาศัยใครหรือการรักษาทางการแพทย์อื่นๆ 2) ความสมบูรณ์ทางจิต หมายถึง จิตใจที่มีความสุข รื่นเริง คล่องแคล่ว ไม่ติดขัด มีความเมตตา สัมผัสกับความงามของสรรพสิ่ง มีสติ มีสมาธิ มีปัญญา รวมถึงลดความเห็นแก่ตัว เป็นการรับรู้สภาพทางจิตใจของตนเอง (กรมสุขภาพจิต, 2547) 3) ความสมบูรณ์ทางสังคม หมายถึงการอยู่ร่วมกันด้วยดี มีครอบครัวอบอุ่น ชุมชนเข้มแข็ง สังคมมีความยุติธรรม มีความเสมอภาค มีภราดรภาพ มีสันติภาพ ความเป็นประชาธิปไตยมีระบบบริการที่ดีและระบบบริการเป็นกิจการทางสังคม และ 4) ความสมบูรณ์ทางจิตวิญญาณหรือปัญญาหมายถึง สุขภาวะที่เกิดขึ้นเมื่อทำความดีหรือจิตสัมผัสกับสิ่งที่มีคุณค่าอันสูงสุด เช่นการเสียสละ การมีเมตตากรรม (สุภาณี สุชนะนาคินทร์, 2549)

6.2 ความสุขตามแนวคิดของศาสนาพุทธ จากการทบทวนวรรณกรรม
ความสุขตามแนวคิดพระธรรมปิฎก (2536 อ้างในอภิษฐ์ มงคลและคณะ, 2544) แบ่งเป็น 2 ประเภท

คือ 1) ความสุขจากภายใน หมายถึง ความสงบภายในตนเอง หรือความสุขจากการรู้เท่าทันเข้าใจความจริงของสิ่งทั้งหลายเป็นความสุขทางปัญญาเนื่องจากเห็นแจ้งความจริงเป็นความโปร่งโล่งไม่มีความติดขัดบีบคั้นใจ 2) ความสุขภายนอก หมายถึง ความสุขที่เกิดจากวัตถุภายนอก ได้แก่ สิ่งแวดล้อม สังคม และเพื่อให้เกิดความเข้าใจเกี่ยวกับความสุขมากขึ้นพระธรรมปิฎกได้จัดแบ่งระดับความสุขไว้เป็น 3 ระดับ คือ (พระธรรมปิฎก, 2536 อ้างใน อภิชัย มงคล และคณะ, 2544) ความสุขระดับที่ 1 ความสุขด้านรูปธรรมที่ตามองเห็นหรือเห็นได้กับตา คือ การมีสุขภาพดี การมีทรัพย์สินเงินทอง การมีอาชีพการงานเป็นหลักเป็นฐาน การมียศ ฐานะ ตำแหน่ง การเป็นที่ยอมรับในสังคม การมีมิตรสหายบริวารและการมีชีวิตครอบครัวที่ดี ความสุขระดับที่ 2 ความสุขด้านนามธรรมที่ลึกลับยากตามองเห็น คือ เรื่องของคุณธรรม ความดีงามการมีความสุขที่เกิดจากความมั่นใจในคุณค่าของชีวิต การได้บำเพ็ญประโยชน์ช่วยเหลือเกื้อกูลแก่เพื่อนมนุษย์ ความมีศรัทธาในสิ่งที่ดีงามที่เป็นหลักของจิตใจและการมีปัญญาที่ทำให้รู้จักการปฏิบัติต่อสิ่งทั้งหลายได้ถูกต้องและแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ทำให้ชีวิตเป็นอยู่ด้วยดี และความสุขระดับที่ 3 ความสุขด้านนามธรรมขั้นโลกุตระที่อยู่เหนือการไหลเวียนของโลกธรรมคือความเป็นผู้มีจิตใจเป็นอิสระด้วยความรู้เท่าทันต่อสิ่งทั้งหลาย รู้โลกและชีวิตตามความเป็นจริง จนกระทั่งว่าโลกธรรมเกิดขึ้นมากระทบกระทั่งก็ไม่หวั่นไหว วางใจและปฏิบัติได้ถูกต้องตามเหตุปัจจัยปล่อยให้กฎธรรมชาติทั้งหลายเป็นกฎธรรมชาติอยู่ตามธรรมชาติ ความทุกข์ที่มีอยู่ในธรรมชาตีก็คงเป็นทุกข์ของธรรมชาติไป ไม่เข้ามากระทบกระทั่งบีบคั้นจิตใจของเราได้ เป็นผู้มีสุขอยู่กับตนเองตลอดเวลาชีวิตก็สมบูรณ์แล้ว (สุภาณี สุขะนาคินทร์, 2549) นอกจากนี้ยังมีการแบ่งระดับความสุขตามแนวคิดพุทธทาสภิกขุ (อภิชัย มงคล และคณะ, 2544) ได้แบ่งระดับความสุขออกเป็น 3 ระดับ คือ ระดับความสุขที่ 1 เป็นความสุขที่เกิดจากการไม่เบียดเบียน การไม่เห็นแก่ตัวซึ่งเป็นความสุขด้านสังคมหรือหมู่คณะ ระดับความสุขที่ 2 เป็นความสุขที่อยู่เหนืออำนาจามหรือความสุขที่อยู่เหนือกิเลสที่มากระทบตัวเราเป็นความรักหลงใหลในสิ่งต่างๆ หรือการกำหนดยินดี อารมณ์ที่เกิดขึ้นถือว่าเป็นกามอย่างหนึ่ง การที่หลงใหลทั้งบุคคล วัตถุก่อให้เกิดความทุกข์ได้ทั้งสิ้น ระดับความสุขที่ 3 เป็นความสุขจากการละตัวตนเสียได้เพราะถ้าไม่มีการยึดมั่นว่าตัวกูของกู อยาจะเห็นผู้อื่น

สรุปจากการทบทวนวรรณกรรมแนวคิดเกี่ยวกับความสุขพบว่าความสุขเป็นสิ่งที่จำเป็นของชีวิตมนุษย์ ถึงแม้แต่ละแนวคิดจะมีความแตกต่างกันในเรื่องของรายละเอียดหรือส่วนประกอบแต่สิ่งสำคัญที่เหมือนกัน คือ ความสุขของมนุษย์แต่ละคนที่จะเกิดขึ้นได้นั้นต้องเกิดจากการรับรู้การประเมินของตัวบุคคลเองโดยมีปัจจัยต่างๆเป็นเพียงส่วนประกอบในการประเมินความสุขเท่านั้น ซึ่งมุมมองที่แตกต่างกันในแต่ละแนวคิดนี้สามารถแบ่งได้เป็น 2 ประเภทหลักๆ คือ ความสุขที่เกิดจากปัจจัยภายใน และความสุขที่เกิดจากปัจจัยภายนอกซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ได้เลือกความสุข

ตามแนวคิดของอภิชัย มงคล และคณะ เนื่องจากมีความกระชับ ชัดเจน เข้าใจง่าย และเหมาะสมกับสังคมไทย

2.3 แบบวัดความสุข

แบบวัดความสุขเป็นสื่อการประเมินภาวะความสุขของบุคคลซึ่งมีการศึกษาพัฒนามาอย่างต่อเนื่องตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวก ซึ่งมีผู้สนใจศึกษาแบบวัดความสุขไว้หลายท่าน ดังนี้

1. Oxford Happiness Inventory (OHI) มีจำนวนคำถาม 29 ข้อ มีช่วงระดับคะแนนตั้งแต่ 1 - 7 คะแนน (ตั้งแต่เห็นด้วยอย่างยิ่งจนถึงไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง จากการนำแบบสอบถามไปทดสอบ พบว่าหาค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือ จากการทดสอบในช่วงระยะ 7 สัปดาห์ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .78 และทดสอบในช่วง 5 เดือน ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .67 มีค่า Cronbach's Alpha Coefficient เท่ากับ .90 - .92 (Argyle et al., 1989) มีค่าคะแนนตั้งแต่ 0-87 คะแนน ผู้ที่มีคะแนนมาก หมายถึง มีระดับความสุขมาก (Bekhet, Zauszniewski & Nakhla, 2008)

2. The Happiness Subscale of the short version of the Adolescent General Well-being (Columbo, 1984/1986) มีจำนวนคำถาม 9 ข้อ มีช่วงระดับคะแนนตั้งแต่ 1- 4 คะแนน มีค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือ ค่า Cronbach's Alpha Coefficient ระหว่าง .87 ถึง .90 (Bekhet et al., 2008) มีค่าคะแนนตั้งแต่ 5-49 คะแนน ผู้ที่มีคะแนนมาก หมายถึง มีระดับความสุขมาก (Bekhet, Zauszniewski & Nakhla, 2008)

3. The Satisfaction With Life Scale ได้พัฒนาเครื่องมือ The Satisfaction With Life Scale โดย Diener มีจำนวนข้อคำถามทั้งหมด 5 ข้อ ให้ค่าคะแนนตั้งแต่ 1 - 7 คะแนน ค่าคะแนนเท่ากับ 1, 2 และ 3 คะแนน หมายถึง ไม่จริงเลย ค่าคะแนนเท่ากับ 4 และ 5 คะแนน หมายถึง จริงปานกลาง ค่าคะแนนเท่ากับ 6 และ 7 คะแนน หมายถึง จริงมากที่สุด มีค่าคะแนนรวมทั้งหมดเท่ากับ 5-35 คะแนน ผลคะแนนที่ได้มีค่ามาก หมายถึง มีความพึงพอใจในชีวิตมาก (กรมสุขภาพจิต, 2550) จากการศึกษาไม่ปรากฏการทดสอบเครื่องมือ

4. Subjective Well - Being (SWB) มีจำนวนข้อคำถามจำนวน 1 ข้อ มีค่าการให้ระดับคะแนนหลายค่าคะแนน ประกอบจากปัจจัยหลัก 3 ประการคือ เกิดความรู้สึกทางบวก ไม่เกิดความรู้สึกทางลบ และมีความพอใจในชีวิต ซึ่งคำถาม SWB มี 2 ลักษณะคือ ข้อคำถามทางบวก เช่น คุณมีความสุขมากใช่ไหม? หรือ ความสุขของชีวิตทั้งหมดวันนี้เป็นอย่างไร? เป็นต้น ส่วนข้อคำถามทางลบ เช่น คุณไม่มีความสุขอย่างมากใช่ไหม? หรือ คุณไม่มีความสุขทั้งหมดใช่ไหม? (Mayers & Diener, 1995) มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .5 - .7 (Diener, 1994; Magnus & Diener, 1991 cited in Mayers & Diener, 1995)

5. ดัชนีชี้วัดความสุขคนไทย Thai Happiness Indicators (THI – 15) มีจำนวน 15 ข้อ ที่พัฒนาโดยอภิชัย มงคล และคณะ ของกรมสุขภาพจิตกระทรวงสาธารณสุข ซึ่งประกอบด้วย 4 องค์ประกอบหลัก ได้แก่ ดัชนีชี้วัดความสุขคนไทย Thai Happiness Indicators (THI – 15) แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มข้อคำถามทางบวก และกลุ่มที่ 2 ข้อคำถามทางลบ ความตรงของเนื้อหา (content validity) โดยทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องและประชุมร่วมผู้ทรงคุณวุฒิทางด้านสุขภาพจิตเพื่อพิจารณาความตรงของเนื้อหาที่ต้องการประเมินและการตรวจสอบความตรงตามโครงสร้าง (construct validity) โดยวิเคราะห์ปัจจัย (factor analysis) พิจารณาคัดข้อคำถามโดยคัดเลือกเฉพาะข้อคำถามที่มีค่า factor loading ตั้งแต่ .40 ขึ้นไป (ยกเว้นบางข้อคำถามที่ผู้ทรงคุณวุฒิลงความเห็นว่าเป็นต้องมีข้อนี้ ค่า factor loading อาจต่ำกว่า .40) การตรวจสอบความตรงตามสภาพ (concurrent validity) ได้มีการศึกษาความตรงร่วมสมัย โดยใช้ดัชนีชี้วัดสุขภาพจิตของอัมพร โอตระกูล และคณะ จำนวน 12 ข้อ ควบคู่ไปด้วย ผลการศึกษาพบว่าดัชนีชี้วัดความสุขคนไทย 15 ข้อกับดัชนีชี้วัดสุขภาพจิตของอัมพร โอตระกูล และคณะ (2540) มีความสัมพันธ์กันในระดับปานกลางอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = .01$) โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อันดับของสเปียร์แมน (Spearman's correlation coefficient) เท่ากับ .49 การตรวจสอบความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (reliability) มีค่า Cronbach's Alpha Coefficient เท่ากับ .70

สรุปจากการทบทวนวรรณกรรมพบว่าแบบสอบถามความสุขมีหลากหลาย ซึ่งแต่ละเครื่องมือมีการปรับให้เหมาะกับกลุ่มประชากรที่ต้องการศึกษาเพื่อให้ได้ผลการศึกษาที่น่าเชื่อถือที่สุด ในศึกษานี้ได้เลือกเครื่องมือดัชนีชี้วัดความสุขคนไทยเนื่องจากเครื่องมือมีความสอดคล้องกับเนื้อหาวัฒนธรรมของประชากรที่ต้องการศึกษา

2.4 ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความสุข

จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่าความสุขในชีวิตที่เกิดขึ้นนั้น ประกอบไปด้วยปัจจัยหลายประการ ซึ่งสามารถแบ่งออกได้เป็น 2 ประเภท คือ ปัจจัยภายนอก และปัจจัยภายใน

1) ปัจจัยภายนอก หมายถึง ปัจจัยภายนอกตัวบุคคลที่มีอิทธิพลต่อความสุขในชีวิต ได้แก่ อายุ สถานภาพสมรส เศรษฐกิจ สัมพันธภาพทางสังคม ภาวะสุขภาพ ระดับการศึกษา แรงสนับสนุนทางสังคม ดังนี้

อายุ มนุษย์มีการเจริญเติบโตและพัฒนาตนเองแตกต่างกันออกไปตามช่วงวัยของชีวิต โดยเฉพาะความสามารถในการจัดการกับตนเอง การรับรู้ การตัดสินใจ การแปลความหมาย และการเข้าใจความหมายของชีวิต ทำให้ความรับผิดชอบและการทำหน้าที่ในชีวิตแตกต่างกันในแต่ละช่วงอายุและส่งผลต่อความสุขในชีวิต ซึ่งมาสโลว์เชื่อว่า เมื่ออายุมากขึ้นจะสามารถตอบสนองความต้องการขั้นสูงได้มากขึ้น แต่จากการศึกษาพบว่าการมีอายุมากกว่ามีโอกาสเกิดปัญหาทาง

สุขภาพจิตมากกว่าการมีอายุน้อย เนื่องจากต้องรับผิดชอบมากขึ้น (นภาพร ตั้งพลผลวนิชย์, 2542; สมชาย จักรพันธุ์, 2544)

สถานภาพสมรส จากการศึกษพบว่าการทำงานทำให้เกิดความรู้สึกที่มั่นคงและการเห็นคุณค่าในตนเองที่มีต่อคนในครอบครัว (Frey & Stutzer, 2004 อ้างใน กรมสุขภาพจิต, 2544) ซึ่งสถานภาพ สมรสมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุข (นงเยาว์ นวลพรหม, 2550) และจากการศึกษาของวรรณรัตน์ กัจฉมาภรณ์และคณะ (2006) ศึกษาระดับความสุขและปัจจัยที่เกี่ยวข้องของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนขอนแก่นวิทยายน จังหวัดขอนแก่น ปีการศึกษา 2549 พบว่าสถานภาพสมรสของบิดามารดามีความสัมพันธ์กับระดับของความสุขอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P < 0.05$) สอดคล้องกับการศึกษาของ สุภาณี สุชนะนาคินทร์(2549) ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขของประชาชน อำเภอท่าปลา จังหวัดอุตรดิตถ์ พบว่าการศึกษาสถานภาพสมรสมีความสัมพันธ์กับความสุขด้านกายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = 0.05$)

เศรษฐกิจ สถานการณ์การเงิน และระดับรายได้ พบว่าสังคมปัจจุบันมีการเติบโตทางเศรษฐกิจ และเกิดการแข่งขันกันสูง ส่งผลต่อวิถีชีวิตการดำรงชีพในปัจจุบัน โดยพบว่าภาวะเศรษฐกิจหรือรายได้ในครัวเรือนมีบทบาทสำคัญต่อความสุขในชีวิต ดังผลการศึกษาของสุภาณี สุชนะนาคินทร์ (2549) ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขของประชาชน อำเภอท่าปลา จังหวัดอุตรดิตถ์ พบว่าเศรษฐกิจมีความสัมพันธ์กับความสุขโดยรวม ความสุขด้านกาย ความสุขด้านจิต และความสุขด้านปัญญา สอดคล้องกับการศึกษาของดิเรก ภาคกุล (2550) ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความสุขและความเครียดของบุคลากรสาธารณสุข จังหวัดยะลา พบว่ารายได้ครัวเรือนมีผลต่อระดับความสุข เช่นเดียวกับการศึกษาของวรรณรัตน์ กัจฉมาภรณ์และคณะ (2006) ศึกษาความสุขและปัจจัยที่เกี่ยวข้องของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนขอนแก่นวิทยายน จังหวัดขอนแก่น ปีการศึกษา 2549 พบว่ารายรับของครอบครัวมีความสัมพันธ์กับความสุขอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P < 0.05$) และการศึกษาของดิเรก ภาคกุล (2550) พบว่ารายได้ครัวเรือนมีความสัมพันธ์กับความสุขอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เช่นเดียวกับการศึกษาของ สมชาย จักรพันธุ์ (2544) ที่ศึกษาเรื่องสุขภาพจิตคนไทยและปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับสุขภาพจิต พบว่า การมีรายได้สูงมีความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตดีหรือการมีรายได้สูงมีความสัมพันธ์กับความสุขนั่นเอง อีกทั้งยังมีการศึกษาของ ธนา นิลชัยโกวิท และคณะ (2539) ที่ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับปัญหาสุขภาพจิตของประชาชนเขตหนองจอก กรุงเทพมหานคร พบว่า ระดับรายได้เป็นปัจจัยที่สูงที่สุดที่มีความสัมพันธ์กับปัญหาสุขภาพจิตในช่วง 1 เดือน

สัมพันธภาพทางสังคม จากการศึกษทางสังคมศาสตร์พบว่ามนุษย์เป็นสัตว์สังคมที่ต้องอาศัยอยู่ร่วมกัน ดังนั้นสัมพันธภาพระหว่างบุคคลจึงเป็นสิ่งจำเป็นในการดำรงชีวิต โดยเฉพาะ

สังคมทางเอเชียตะวันออกที่มองเรื่องสัมพันธภาพเป็นสิ่งสำคัญและมีความสัมพันธ์กับความสุข (Uchida, Norasakkunkit & Kitayama, 2004; Myers, 1999; Myer & Diener, 1995) ซึ่งจากการศึกษาของวรรัตน์ กัจฉมาภรณ์และคณะ (2006) ศึกษาระดับความสุขและปัจจัยที่เกี่ยวข้องของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนขอนแก่นวิทยายน จังหวัดขอนแก่น ปีการศึกษา 2549 พบว่าการเข้ากับเพื่อนในห้องเรียนหรือปัญหาเกี่ยวกับเพื่อนมีความสัมพันธ์กับความสุขมีพบว่าการสนับสนุนจากเพื่อนทำให้มีความสุขเพิ่มขึ้น ซึ่งสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนและครอบครัวสำคัญที่สุดในนักเรียนมัธยมศึกษา (Konu et al., 2002; Layard, 2005) สัมพันธภาพในสังคมเป็นปัจจัยร่วมทำนายความสุข (Campton, 2000; Diener, 2001)

ภาวะสุขภาพ จากการศึกษพบว่าภาวะสุขภาพเป็นปัจจัยพื้นฐานเบื้องต้นของมนุษย์ หากมีร่างกายแข็งแรงปราศจากโรคเป็นปัจจัยสำคัญที่ก่อให้เกิดความสุขในชีวิต (ประเวศ วะสี, 2543; อภิสิทธิ์ รวงรวงูร อ้างในอภิชัย มงคลและคณะ, 2544) ซึ่งภาวะสุขภาพมีความสัมพันธ์กับความสุข (Argyle, 1987, 1997) โดยพบว่าบุคคลที่เจ็บป่วยมีความสุขน้อยกว่าคนทั่วไป และจากการศึกษาพบว่าผู้ที่มีความสุขจะรับรู้การเจ็บป่วยน้อย (Mahon, Yarcheski & Yarcheski, 2009)

ระดับการศึกษา จากการศึกษพบว่าระดับการศึกษาเป็นปัจจัยที่สำคัญที่มีบทบาทต่อบุคคลในสังคมเนื่องจากเป็นระดับการศึกษาสามารถเป็นตัวช่วยกำหนดบทบาทหน้าที่ การทำงานในสังคม โดยพบว่าผู้ที่จบการศึกษาสูงมีโอกาสเข้างานที่ดีได้มากกว่าผู้มีการศึกษาน้อย ทั้งด้านความปลอดภัย รายได้และสวัสดิการต่างๆ เป็นต้น (สุภาณี สุชนะนรินทร์, 2549) ซึ่งจากพบว่าการศึกษามีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุข (นงเยาว์ นวลพรหม, 2550) เช่นเดียวกับการศึกษาของดิเรก ภาคกุล (2550) พบว่าระดับการศึกษามีความสัมพันธ์กับความสุขอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

แรงสนับสนุนทางสังคม จากการศึกษพบว่าแรงสนับสนุนทางเป็นปัจจัยภายนอกที่เป็นแหล่งประโยชน์ที่ช่วยให้บุคคลสามารถปรับตัวต่อความเครียดที่เกิดขึ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ (Antonovsky, 1982, Lazarus & Folkman, 1978 อ้างใน กังสดาล สุทธีวิสรรค์, 2535) แรงสนับสนุนทางสังคมเป็นความพึงพอใจต่อความจำเป็นพื้นฐานทางสังคมที่ได้จากการติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่น (กังสดาล สุทธีวิสรรค์, 2535) โดยแรงสนับสนุนทางสังคมเป็นปัจจัยทางจิตสังคมที่มีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมของบุคคล (Bruhn & Phillips, 1984 อ้างใน ศิริพร พงษ์ระวีวงศ์, 2543) จากการศึกษากของ Mahon & Yarcheski (2002) พบว่าแรงสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุขอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

2) ปัจจัยภายใน หมายถึง ปัจจัยภายในตัวบุคคลที่มีอิทธิพลต่อความสุขในชีวิต ได้แก่ การมีคุณค่าในตนเอง ความฉลาดทางอารมณ์ เป็นต้น ดังนี้

การมีคุณค่าในตนเอง จากการศึกษพบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นปัจจัยภายในตัวบุคคลที่เป็นความต้องการขั้นพื้นฐานของมนุษย์เป็นปรากฏการณ์ของการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นตลอดช่วงอายุขัยของมนุษย์ (Muhlenkamp & Sayles, 1986) ซึ่งการมีคุณค่าในตนเองเป็นการประเมินตนเอง การแสดงออกถึงทัศนคติของความรู้สึกรับชอบ ความพอใจหรือไม่พอใจ (Coopersmith, 1984) และเป็นจิตวิทยาเชิงบวก จากผลการศึกษาพบว่า การมีคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์กับความสุข (ประจิต สุขอนันต์, 2544; Campbell, 1981; Diener & Diener, 1995; Lucas et al., 1996; Scheier et al., 1990; Schimmack & Diener, 2003; Battistich et al., 1993; Furnta, & Cheng, 2000) โดยมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุข (Cammock, Joseph, & Lewis, 1994; Campton, 2000) และเป็นปัจจัยที่สำคัญในการทำนายความสุข (Uchida, 2005)

ความฉลาดทางอารมณ์จากการศึกษาพบว่า ความฉลาดทางอารมณ์เป็นปัจจัยภายในตัวบุคคลที่มีผลต่อความรู้สึกรู้จักคิด การตัดสินใจ และพฤติกรรมและเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้บุคคลอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างมีความสุข โดยช่วยในการอธิบายลักษณะส่วนบุคคล เช่น การมองโลกในแง่ดี นิสัยเปิดเผย การมองโลกในแง่ดี ซึ่งความฉลาดทางอารมณ์อธิบายความสุขได้มากกว่าลักษณะส่วนบุคคลอื่น (Furnham & Petrides, 2003) และพบว่าความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (Shutte, Malouff, Thorsteinsson, Bhullar, & Rooke, 2006)

3. ความสุขในวัยรุ่น

จากการศึกษาพบว่า ความสุขเป็นแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกที่เริ่มมีการศึกษามากขึ้นในปัจจุบัน แต่จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่าความสุขที่ทำการศึกษามากเป็นศึกษาความสุขที่อ้างอิงการเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจ แต่การศึกษาความสุขด้านจิตใจยังมีอยู่น้อย โดยเฉพาะความสุขในกลุ่มวัยรุ่นที่เป็นวัยแห่งการเปลี่ยนผ่านจากวัยเด็กสู่ผู้ใหญ่ หรือเป็นช่วงระยะวิกฤตของชีวิต (WHO, 2000) ที่มีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ สังคมและสิ่งแวดล้อม ทำให้วัยรุ่นมีลักษณะพิเศษที่สำคัญ คือ เริ่มเป็นหนุ่มสาว มีความคิดเป็นของตนเอง และมีการเปลี่ยนแปลงบทบาทในสังคม (Steinberg, 1996) และเป็นวัยที่พบปัญหาและบ่อยที่สุด เนื่องจากวัยรุ่นมีความต้องการที่พิเศษ ต้องการความรัก คือ ต้องการให้ผู้อื่นเป็นที่รักและต้องการให้ตนเองเป็นที่รักของผู้อื่น ต้องการตำแหน่งในสังคม คือ ต้องการเป็นคนสำคัญ เป็นที่ยอมรับนับถือของเพื่อนฝูงและบุคคลอื่น ต้องการให้ผู้อื่นรู้ว่าตนเองมีคุณค่า ต้องการอิสระ ต้องการมีปรัชญาชีวิตที่น่าพอใจ ความต้องการทางเพศ เนื่องจากมีการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมน ต้องการหาเลี้ยงชีพด้วยตนเอง ต้องการการยอมรับนับถือว่าเป็นผู้ใหญ่ (สุธา จันทน์เฒ, 2529) ซึ่งความต้องการของวัยรุ่นดังกล่าวยังต้องอยู่ภายใต้การดูแลของผู้ใหญ่ ทำให้มีโอกาสนในการเกิดข้อขัดแย้งได้สูง (Barnes & Olson, 1985) ซึ่ง

พบว่าวัยรุ่นในช่วงอายุ 11 – 15 ปี จะมีความสุขในครอบครัวลดลง (Bergman & Scott, 2001) และยึดติดครอบครัวลดลง (Ohanessian & Lerner, 1995) โดยเฉพาะในปัจจุบันที่วัยรุ่นต้องอยู่ภายใต้สังคมที่เจริญเติบโตทางเทคโนโลยีอย่างรวดเร็ว หากปราศจากศีลธรรม และมีความสุขหรือขาดความสมบูรณ์ในตนเอง ก็จะรู้สึกขาดและพร่องอยู่เรื่อยไป ต้องหาอะไรมาเติมเต็ม เช่น ยาเสพติด ความรุนแรง (ประเวศ วะสี, 2543 อ้างใน ระวีวรรณ ถวายทรัพย์, 2545) จากการศึกษาของประชิด สุขอนันต์ (2544) เรื่องปัจจัยส่วนบุคคลและสถานการณ์ที่มีความสัมพันธ์กับความสุขและพฤติกรรมการฆ่าตัวตายในนักเรียนมัธยมศึกษา พบว่า สถานการณ์แวดล้อมด้านครอบครัว การอบรมเลี้ยงดู การนับถือศาสนา มีความสัมพันธ์กับความสุขและพฤติกรรมการฆ่าตัวตายในวัยรุ่น ซึ่งแนวคิดความสุขเป็นความสมดุลของความพอใจและไม่พอใจโดยใช้ประสบการณ์เป็นส่วนช่วยตัดสินใจ ความสุขจึงเป็นแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกที่มีความน่าสนใจที่มีอิทธิพลที่สำคัญกับวัยรุ่น

4. ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความสุขวัยรุ่น

ถึงแม้ปัจจุบันการศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขในวัยรุ่นมีน้อย แต่จากการทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับความสุข แนวคิดที่เกี่ยวกับความสุขและงานวิจัยที่เกี่ยวกับความสุขในวัยรุ่น ตลอดจนพัฒนาการของวัยรุ่น ทำให้ผู้วิจัยสามารถพิจารณาเลือกศึกษาปัจจัยที่น่าจะมีความสัมพันธ์กับความสุขในวัยรุ่นซึ่งปัจจัยที่ศึกษาในครั้งนี้ คือ ระดับสัมพันธภาพในครอบครัว ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน ความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม และการมีคุณค่าในตนเอง ดังนี้

4.1 ระดับสัมพันธภาพในครอบครัว

ระดับสัมพันธภาพในครอบครัว หมายถึง การรับรู้ความสัมพันธ์ของวัยรุ่นกับบุคคลในครอบครัวที่อาศัยอยู่ร่วมกัน เช่น พ่อ แม่ ลูก จากการศึกษาพบว่าครอบครัวเป็นสังคมแรกและเป็นสังคมพื้นฐานในการดำรงชีวิตของมนุษย์ทุกคน ครอบครัวจึงมีอิทธิพลที่สำคัญต่อมนุษย์ โดยพบว่าครอบครัวเป็นพื้นฐานของความรักและความเชื่อ (วิทยา นาควัชระ, 2537; สมชาย จักรพันธุ์, 2549) ซึ่งสัมพันธภาพที่ดีของสมาชิกในครอบครัวขึ้นอยู่กับความร่วมมือ ร่วมใจของสมาชิกหากมีความแน่นแฟ้นมากทำให้ครอบครัวมีความราบรื่น มีความสุขกายสบายใจและมีสุขภาพจิตดี (เจริญศักดิ์ พิรศักดิ์โสภณ, 2547) ซึ่งครอบครัวที่สมาชิกในครอบครัวมีความรักผูกพันที่ดีต่อกัน มั่นคงปลอดภัย จะมีความสุขด้านจิตใจสูงสุด (นงเยาว์ นวลพรหม, 2550) สอดคล้องกับแนวคิดของริชาร์ด เลยาร์ด ที่กล่าวว่า ความสัมพันธ์ในครอบครัวมีความสัมพันธ์กับความสุข (Lane, 2000 ; สมชาย จักรพันธุ์, 2549; ริชาร์ด เลยาร์ด, 2550) โดยเฉพาะสัมพันธภาพที่ดีของบิดามารดากับบุตรส่งผลให้บุตรมีความมั่นคงทางจิตใจ มีความไว้วางใจตนเองและผู้อื่น และให้ความร่วมมือผู้อื่นได้ดี (จารุวรรณ ชูปวา,

2541) และการสนับสนุนของพ่อแม่ ได้แก่ การให้กำลังใจ ความชื่นชมยินดี การสัมผัสและการให้ความรัก สามารถทำนายความสุขในชีวิตได้ (Sillick & Schutte, 2006) สัมพันธภาพกับพ่อแม่มีความสัมพันธ์กับความสุข (Cheng & Furnham, 2003) และจากการศึกษาสัมพันธภาพในครอบครัวพบว่านักเรียนที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวดีมีสุขภาพจิตดีกว่านักเรียนที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวไม่ดี (อมราวดี ณ อุบล, 2544) ความสัมพันธ์ระหว่างบุตรและบิดามารดาที่ดีทำให้นักเรียนมีความสุขมาก (ประชิด สุขอนันต์, 2544) ซึ่งด้วยลักษณะวัยรุ่นพบว่าไม่ชอบรวมกลุ่มกับสมาชิกในครอบครัว ต้องการมีอิสระ ทำให้ความใกล้ชิดในครอบครัวลดน้อยลง (สุชา จันทร์เอม, 2529) แต่ยังคงอยู่ภายใต้การดูแลของพ่อแม่หรือผู้ใหญ่เนื่องจากวัยรุ่นยังไม่ดูแลตนเองได้ทั้งหมด ซึ่งหากบิดามารดาและวัยรุ่นมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน เข้าใจกันที่ดี ปัญหาต่างๆก็ยากที่จะเกิดขึ้น (สุชา จันทร์เอม, 2529) ซึ่งสัมพันธภาพในครอบครัวเป็นพื้นฐานเบื้องต้นของความสุข (Lane, 2000) ดังนั้นสัมพันธภาพในครอบครัวจึงมีความสำคัญต่อวัยรุ่น (ซึ่งระดับสัมพันธภาพในครอบครัวเป็นผลการรับรู้ความสัมพันธ์ของวัยรุ่นกับบุคคลในครอบครัวที่อาศัยอยู่ร่วมกัน เช่น พ่อ แม่ ลูก เป็นต้น ประเมินโดยการให้ค่าคะแนน 0 - 10 คะแนน) และมีความสัมพันธ์กับวัยรุ่นตอนต้น

4.2 ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน

ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน หมายถึง การรับรู้ความสัมพันธ์ระหว่างวัยรุ่นกับเพื่อนที่มีความเกี่ยวข้องกัน จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่าวัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องการความเป็นอิสระ ต้องการการยอมรับจากสังคมรอบข้าง ต้องการเป็นที่ยอมรับของเพื่อน ต้องการแสวงหาเอกลักษณ์ของตนเองและอยากหยุดการเอาแบบอย่างจากพ่อแม่ (วิทยา นาควัชระ, 2537) และวัยรุ่นจึงยึดถือเพื่อนมากกว่าครอบครัว ซึ่งการเข้ากลุ่มเพื่อนของวัยรุ่นเป็นพัฒนาการทางสังคมที่สำคัญ เพื่อตอบสนองความต้องการทางสังคมขั้นพื้นฐานและเสริมความมั่นใจในตนเอง โดยกลุ่มเพื่อนจะทำให้รู้สึกอบอุ่นไม่โดดเดี่ยวและสูญเสียความเป็นอิสระในตนเอง โดยเลือกกลุ่มเพื่อนเพศเดียวกันก่อนในช่วงแรกและมีการคบเพื่อนต่างเพศมากขึ้น โดยมีเพื่อนสนิทที่สามารถเปิดเผยความลับได้อย่างน้อย 1 คน ซึ่งส่วนใหญ่วัยรุ่นชายจะมีกลุ่มเพื่อนมากกว่ากลุ่มวัยรุ่นหญิงดังนั้นเพื่อนจึงมีอิทธิพลต่อวัยรุ่นสูง ซึ่งพบว่าวัยรุ่นตอนต้นที่ประสบความสำเร็จในการเข้ากลุ่มเพื่อน มักมีประสบการณ์ทางสังคมที่ดีจากบ้านเป็นพื้นฐาน (กิติกร มีทรัพย์, 2533) ส่วนวัยรุ่นที่ไม่สามารถเข้ากลุ่มเพื่อนได้มักจะหลบซ่อนไม่เข้ากลุ่มเพื่อนฝูง (สุชา จันทร์เอม, 2529) สังคมและเพื่อนฝูงมีความสัมพันธ์กับความสุข (ริชาร์ด เลย์รด์, 2550) สัมพันธภาพที่ดีของครอบครัวทำให้คนมีความสุข (สมชาย จักรพันธุ์, 2549; Lane, 2000; Borooah, 2006; Chan & Lee, 2006) เช่นเดียวกับการศึกษาของนุสรา นามเดช และคณะ (2550) ที่ศึกษาเรื่องความสุขของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสระบุรี พบว่าความสัมพันธ์กับเพื่อนและอาจารย์เป็นปัจจัยที่สำคัญที่สุดที่มีความสัมพันธ์กับ

ความสุข และจากผลการศึกษาของจุลจราพร ศรีเพชร พบว่าความสัมพันธ์กับเพื่อนที่ไม่ดีในวัยรุ่นมีอิทธิพลต่อการเกิดภาวะซึมเศร้าสูงขึ้น และมีระดับความสุขลดลงซึ่งสัมพันธ์ภาพระหว่างเพื่อนเป็นพื้นฐานเบื้องต้นของความสุข (Lane, 2000) ดังนั้นสัมพันธ์ภาพระหว่างเพื่อนจึงมีความสำคัญกับวัยรุ่น (ซึ่งระดับสัมพันธ์ภาพระหว่างเพื่อนเป็นผลการรับรู้ความสัมพันธ์ระหว่างวัยรุ่นกับเพื่อนที่เกี่ยวข้องกัน และระดับสัมพันธ์ภาพระหว่างเพื่อนในการศึกษานี้ประเมินโดยการให้ค่าคะแนน 0 - 10 คะแนน) และมีความสัมพันธ์กับวัยรุ่นตอนต้น

4.3 ความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Quotient)

ความฉลาดทางอารมณ์เป็นปัจจัยหนึ่งที่สำคัญ ที่ทำให้นักคล้อยร่วมกันในสังคมได้อย่างมีความสุข ดังสมการ ความฉลาดทางอารมณ์ = เข้าใจตนเอง + เข้าใจผู้อื่น + แก้ไขความขัดแย้ง (กรมสุขภาพจิต, 2544) นอกจากนี้นักวิชาการอาจใช้คำอื่นที่มีความหมายใกล้เคียงกัน เช่น Emotional Intelligence, Emotional Ability, Interpersonal Intelligence, Multiple Intelligence โดยได้มีการศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ไว้หลากหลายแนวคิด ดังนี้

4.3.1 ความฉลาดทางอารมณ์ตามแนวคิดของซาโลเวย์และเมเยอร์

ซาโลเวย์และเมเยอร์ กล่าวว่า ความฉลาดทางอารมณ์ว่า เป็นรูปแบบหนึ่งของความฉลาดทางสังคมที่ประกอบด้วยความสามารถในการรับรู้อารมณ์ ความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น สามารถแยกความแตกต่างของอารมณ์ที่เกิดขึ้น และใช้ข้อมูลนี้เป็นเครื่องชี้นำในการคิดและกระทำสิ่งต่างๆ (ซาโลเวย์และเมเยอร์, 1990 อ้างใน กรมสุขภาพจิต, 2544) โดยแบ่งองค์ประกอบความฉลาดทางอารมณ์เป็น 4 ประการ ได้แก่ 1) การรับรู้อารมณ์ (Perceiving emotions) คือ ความสามารถในการรับรู้อารมณ์ การประเมินอารมณ์จากใบหน้า รูปภาพ จากเสียง และสิ่งต่างๆ รวมถึงความสามารถในการแยกแยะอารมณ์ของตนเอง 2) การใช้อารมณ์ (Using emotions) คือ ความสามารถในการรับรู้ควบคุมอารมณ์ และการแสดงออกของอารมณ์ เช่น การแก้ไขปัญหาต่างๆ 3) การเข้าใจอารมณ์ (Understanding emotions) คือ ความสามารถในการเข้าใจอารมณ์ของตนเอง และ 4) การจัดการกับอารมณ์ (Managing emotions) คือ ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ที่เกิดขึ้นทั้งของตนเองและผู้อื่น

4.3.2 ความฉลาดทางอารมณ์ตามแนวคิดของโกลแมน

โกลแมน ได้ให้ความหมาย ความฉลาดทางอารมณ์ว่าเป็นความสามารถในการตระหนักรู้ถึงความรู้ถึงความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น สามารถบริหารจัดการอารมณ์ของตนเพื่อสร้างแรงจูงใจในการมีสัมพันธ์ภาพกับคนอื่นได้อย่างประสบความสำเร็จ (โกลแมน, 1998 อ้างใน กรมสุขภาพจิต, 2544) โดยแบ่งองค์ประกอบความฉลาดทางอารมณ์เป็น 2 หมวด 5 องค์ประกอบหลัก และ 25 องค์ประกอบย่อย (กรมสุขภาพจิต, 2544) ได้แก่ หมวดที่ ก สมรรถนะทางสังคม คือ

การสร้างและรักษาสัมพันธภาพ ประกอบด้วย 2 องค์ประกอบหลัก คือ 1) เอาใจเขามาใส่ใจเรา ประกอบด้วย 5 องค์ประกอบย่อย คือ 1.1) การเข้าใจและรู้ถึงความรู้สึกตลอดจนความต้องการและห่วงใยของผู้อื่น 1.2) มีจิตมุ่งบริการ รับรู้และตอบสนองความต้องการของผู้อื่น 1.3) พัฒนาผู้อื่นทราบความต้องการและส่งเสริม 1.4) สร้างโอกาสในความหลากหลาย และ 1.5) ตระหนักถึงทักษะและความคิดเห็นของกลุ่ม และ 2) ทักษะทางสังคม คือ ความคล่องแคล่วในการก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่พึงประสงค์จากความร่วมมือของผู้อื่น ประกอบด้วย 8 องค์ประกอบย่อย คือ 2.1) โน้มน้าวได้ผล 2.2) สื่อสารชัดเจนน่าเชื่อถือ 2.3) เป็นผู้นำโน้มน้าวกลุ่ม 2.4) กระตุ้นให้เปลี่ยนแปลง 2.5) บริหารความขัดแย้ง เกรงใจ แก้อใจ 2.6) สร้างสายสัมพันธ์ เสริมสร้างความร่วมมือ 2.7) ร่วมมือร่วมใจกับผู้อื่นเพื่อบรรลุเป้าหมาย และ 2.8) สมรรถนะของทีม มั่นใจในความสามารถและคุณค่าของตน และหมวดที่ ข สมรรถนะส่วนบุคคล คือ การบริหารจัดการตัวเองอย่างไร ประกอบด้วย 3 องค์ประกอบหลัก คือ 1) การตระหนักรู้ตนเอง ประกอบด้วย 3 องค์ประกอบย่อย คือ 1.1) รู้เท่าทันอารมณ์ตน สาเหตุ ผล 1.2) ประเมินตนตามความเป็นจริง และ 1.3) มั่นใจในความสามารถและคุณค่าตนเอง 2) การควบคุมตนเอง ประกอบด้วย 5 องค์ประกอบย่อย คือ 2.1) ควบคุมและจัดการกับสภาวะอารมณ์ได้ 2.2) ไว้วางใจได้ รักษาความซื่อสัตย์และคุณความดี 2.3) ใช้สติปัญญา ความรับผิดชอบ 2.4) สามารถปรับตัว ยืดหยุ่น จัดการกับความเปลี่ยนแปลง และ 2.5) สร้างสิ่งใหม่ เปิดใจกว้างกับแนวคิดข้อมูลใหม่ และ 3) การสร้างแรงจูงใจและแนวโน้มของอารมณ์ที่เกื้อหนุนการมุ่งสู่เป้าหมาย ประกอบด้วย 4 องค์ประกอบย่อย คือ 3.1) แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ พยายามปรับปรุงให้ได้มาตรฐานดีเลิศ 3.2) จงรักภักดี ยึดมั่นเป้าหมายของกลุ่ม 3.3) ความคิดริเริ่ม พร้อมปฏิบัติตามโอกาส และ 3.4) มองโลกในแง่ดี แม้มีอุปสรรคไม่ย่อท้อ

4.3.3 ความฉลาดทางอารมณ์ตามแนวคิดของกรมสุขภาพจิต

กรมสุขภาพจิต ได้ให้ความหมาย ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถทางอารมณ์ที่จะช่วยให้การดำเนินชีวิตเป็นไปอย่างสร้างสรรค์และมีความสุข (กรมสุขภาพจิต, 2544) โดยแบ่งองค์ประกอบความฉลาดทางอารมณ์ไว้ 3 ด้าน คือ 1) ด้านดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่น และมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม 2) ด้านเก่ง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจ แก้ปัญหาและแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น และ 3) ด้านสุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข มีความภูมิใจในตนเอง พอใจในชีวิตและมีความสุขสงบทางใจ

จากการทบทวนแนวคิดความฉลาดทางอารมณ์พบว่าแต่ละแนวคิดของความฉลาดทางอารมณ์มีการแบ่งที่แตกต่างกันในรายละเอียดย่อยตามลักษณะแนวคิดของผู้ศึกษาแต่ละท่าน ซึ่งมี

เนื้อหาหลักสำคัญเน้นในเรื่องการรับรู้ เข้าใจ และการควบคุมอารมณ์เช่นเดียวกัน โดยในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยเลือกใช้แนวคิดความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิตเนื่องจากมีความกระชับ ชัดเจน เข้าใจง่าย และเหมาะกับสังคมไทย

การประเมินความฉลาดทางอารมณ์

จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า การประเมินความฉลาดทางอารมณ์มีการปรับปรุงพัฒนาอย่างต่อเนื่องหลากหลายโดยอ้างอิงทฤษฎีแนวคิดในการสร้างและปรับปรุงแบบสอบถามให้กับกลุ่มประชากร สถานการณ์และช่วงเวลาในการศึกษาขณะนั้น แบบสอบถามความฉลาดทางอารมณ์ตั้งแต่การสัมภาษณ์โดยตรง การใช้แบบสอบถามทั้งแบบสอบถามแบบปลายเปิดที่เป็นการศึกษาเชิงคุณภาพหรือแบบสอบถามแบบปลายปิดที่ใช้ช่วงคะแนนในการวัดความฉลาดทางอารมณ์ ตลอดจนการใช้รูปภาพในการวัดความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งมีแบบสอบถามที่มีความนิยมที่นำมาปรับใช้ในการศึกษาที่พบมาก คือ

1. แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ตามแนวคิดของสโโลเวย์และคณะ (1995) สร้างเครื่องมือวัดชื่อ Trait – Meta – Mood Scale (TMMS) มีจำนวน 48 ข้อ มี 3 องค์ประกอบ ได้แก่ การใส่ใจในความรู้สึก ความชัดเจนของอารมณ์ และการปรับปรุงภาวะอารมณ์ ต่อมา มีการปรับปรุงให้เหลือ 30 ข้อ โดยมีจำนวนข้อรายด้านทั้ง 3 ด้านดังนี้ 1) ด้านใส่ใจในอารมณ์ จำนวน 13 ข้อ 2) ด้าน “ซุ่มซ่าม” อารมณ์ จำนวน 6 ข้อ และ 3) ด้านความชัดเจนทางอารมณ์ จำนวน 11 ข้อ โดยให้ผู้ตอบแบบสอบถามประเมินตนเองโดยมีมาตราการประเมินจากระดับ 1 ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง จนถึง 5 เห็นด้วยอย่างยิ่ง (วีระวัฒน์ ปิ่นนิตามัย, 2542)

2. แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ตามแนวคิดของโกลแมน (1999) สร้างแบบวัดเชิงสถานการณ์ 10 เหตุการณ์ ที่สมมติขึ้น เช่น ท่านเป็นนิสิตมหาวิทยาลัยที่หวังว่าจะได้ A ในรายวิชานี้ แต่ท่านพบว่าตัวท่านเองได้ C ในตอนกลางเทอม ท่านจะอย่างไรโดยมีตัวเลือก คือ 1) วางแผนอย่างชัดเจนสำหรับ วิธีการที่จะปรับปรุงผลการเรียนและแก้ปัญหาตามแผนที่วางไว้ 2) แก้ปัญหาเพื่อที่จะทำให้ดีขึ้นในอนาคต 3) บอกตัวเองว่าไม่ใช่สิ่งสำคัญที่คุณทำได้วิชานี้ และมุ่งไปในวิชาอื่นซึ่งคะแนนคุณสูงกว่า และ 4) พบอาจารย์และพยายามคุยกับอาจารย์ เพื่อให้คะแนนของคุณดีขึ้น แบบสอบถามนี้มีความสัมพันธ์สูงกับความเข้าใจผู้อื่น การควบคุมอารมณ์ และองค์ประกอบด้านการจัดการกับอารมณ์ (วีระวัฒน์ ปิ่นนิตามัย, 2542; กรมสุขภาพจิต, 2550)

3. แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับประชาชนไทย อายุ 12-60 ปี ที่พัฒนาโดยยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์ และคณะ (กรมสุขภาพจิต, 2544) ได้พัฒนาเครื่องมือแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับประชาชนไทยอายุ 12-60 ปี โดยใช้แนวคิดแบบประเมินของ Goleman และ Bar – On เป็นแนวทางในการศึกษาและปรับเปลี่ยนข้อคำถามมาเรื่อยๆ เหลือข้อคำถาม 52

ข้อ 3 องค์ประกอบหลัก คือ ด้านดี ด้านเก่ง และด้านสุข โดยแต่ละด้านมีองค์ประกอบย่อยด้านละ 3 ข้อ ลักษณะคำถามเป็นการให้ประเมินตนเองมีมาตราประมาณค่า 4 ระดับ คือ ไม่จริง จริงบางครั้ง ก่อนข้างจริง จริงมาก โดยให้ผู้ตอบเลือกตอบแบบคำถามในช่องที่คิดว่าตรงกับตัวเองมากที่สุด ต่อมาขงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์ และคณะ ได้มีการปรับเปลี่ยนประเมินความฉลาดทางอารมณ์และการแปลผลให้เหมาะกับประชาชนแต่ละช่วงอายุโดยแบ่งเป็น ช่วงอายุ 3-5 ปี, อายุ 6-11 ปี, อายุ 12-17 ปี, และอายุ 18-60 ปี ตามลำดับ (กรมสุขภาพจิต , 2544)

จากการทบทวนการประเมินความฉลาดทางอารมณ์พบว่าแต่ละแบบการประเมินความฉลาดทางอารมณ์มีความแตกต่างกันตามแนวคิด ซึ่งในการศึกษาครั้งนี้เลือกใช้แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับวัยรุ่น (อายุ 12-17 ปี) ที่พัฒนาโดยขงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์ และคณะ (กรมสุขภาพจิต, 2544) ซึ่งแบบสอบถามมีข้อคำถามเหมือนกับแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับประชาชนไทย อายุ 12-60 ปี โดยปรับการแปลผลคะแนนให้เหมาะกับวัยรุ่น ซึ่งแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับวัยรุ่น (อายุ 12-17 ปี) มีความกระชับ ชัดเจน เข้าใจง่าย และเหมาะกับประชากรที่ศึกษา

ความสัมพันธ์ความฉลาดทางอารมณ์กับความสุข

จากการทบทวนวรรณกรรมความฉลาดทางอารมณ์ จากการศึกษา Furnham (2003) พบว่า ความฉลาดทางอารมณ์สามารถทำนายความสุข ซึ่งความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์กับความสุข (Sillick & Schutte, 2006) สอดคล้องกับการศึกษาของ Chamorro-Premuzic et al. (2007) ที่ศึกษาในกลุ่มนักเรียนและบุคคลทั่วไปที่มีอายุระหว่าง 13 – 59 ปี พบว่าความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์กับความสุข ($p < .01$) โดยความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาพจิต (Schutte, Malouff, Thorsteinsson, Bhullar & Rooke, 2007) ดังนั้นความฉลาดทางอารมณ์จึงเป็นตัวแปรที่มีบทบาทที่น่าสนใจในการศึกษาความสุข ผู้วิจัยจึงเลือกความฉลาดทางอารมณ์เข้าร่วมในการศึกษาครั้งนี้

4.4 แรงสนับสนุนทางสังคม

จากการศึกษาวรรณกรรมพบว่าแรงสนับสนุนทางสังคมเป็นแหล่งประโยชน์ที่ช่วยให้บุคคลสามารถปรับตัวต่อความเครียดที่เกิดขึ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ (Antonovsky, 1982, Lazarus & Folkman, 1978 อ้างใน กังสดาล สุทธิวิศรีสรรค์, 2535) แรงสนับสนุนทางสังคมเป็นความพึงพอใจต่อความจำเป็นพื้นฐานทางสังคมที่ได้จากการติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่น (กังสดาล สุทธิวิศรีสรรค์, 2535) โดยแรงสนับสนุนทางสังคมเป็นปัจจัยทางจิตสังคมที่มีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมของบุคคล (Bruhn & Phillips, 1984 อ้างใน ศิริพร พงษ์ระวีวงศ์, 2543) โดยมีผู้ศึกษาแรงสนับสนุนทางสังคมไว้หลายท่าน คือ

ไวส์ กล่าวว่า แรงสนับสนุนทางสังคมเป็นความรู้สึกอึดใจหรือพึงพอใจต่อความต้องการทางสังคมจากความสำเร็จในสัมพันธภาพ ซึ่งประกอบด้วย 5 มิติ คือ 1) ความรักใคร่ผูกพัน 2) การได้รับความช่วยเหลือในด้านต่างๆ 3) การแลกเปลี่ยนประโยชน์ซึ่งกันและกัน 4) การรับรู้ว่าเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มสังคม และ 5) การรับรู้ถึงคุณค่าของตนเอง (Weiss, 1974 cited in Brandt & Weinert, 1981)

แคปแลน กล่าวว่าแรงสนับสนุนทางสังคมมี 2 ด้าน คือ 1) แรงสนับสนุนทางสังคมคือความพอใจต่อความจำเป็นพื้นฐานทางสังคม ได้แก่ การได้รับการยกย่องนับถือ การยอมรับ การได้รับการเห็นใจและความช่วยเหลือซึ่งได้จากการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลในสังคม 2) แรงสนับสนุนทางสังคมคือความสัมพันธ์กับบุคคลที่มีความสำคัญกับบุคคลนั้นสามารถรับรู้ได้จากกลุ่มสังคมที่ให้การสนับสนุนนั้น (Caplan, 1974 อ้างใน ศิริพร พงษ์ระวีวงศ์, 2543)

เฮาส์ กล่าวว่า แรงสนับสนุนทางสังคมเป็นปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลซึ่งประกอบด้วยความรักใคร่และความห่วงใย ความไว้วางใจ ความช่วยเหลือทางการเงิน ข้อมูลข่าวสาร วัตถุประสงค์ของ แรงงาน ตลอดจนการให้ข้อมูลป้อนกลับเพื่อการเรียนรู้และการประเมินตนเอง โดยแบ่งแรงสนับสนุนทางสังคมตามลักษณะความสัมพันธ์เป็น 2 กลุ่ม คือ 1) กลุ่มที่มีความสัมพันธ์อย่างไม่เป็นทางการ หมายถึง บุคคลที่ให้ความช่วยเหลือแก่บุคคลอื่นโดยมีความสัมพันธ์ตามธรรมชาติไม่เกี่ยวข้องกับบทบาทการทำงานหรือวิชาชีพ ได้แก่ พ่อ แม่ คู่สมรส ลูก เครือญาติ หรือเพื่อนฝูง 2) กลุ่มที่มีความสัมพันธ์กันอย่างเป็นทางการ หมายถึง บุคคลที่ให้ความช่วยเหลือแก่บุคคลอื่นโดยเกี่ยวข้องกับบทบาทการทำงานหรือวิชาชีพ ซึ่งเป็นลักษณะการช่วยเหลือที่เฉพาะเจาะจงประเภทใดประเภทหนึ่งเป็นส่วนใหญ่ เช่น หัวหน้าที่ทำงาน เพื่อนร่วมงาน เป็นต้น (House, 1981; Brown, 1986 อ้างใน ศิริพร พงษ์ระวีวงศ์, 2543)

แบบวัดแรงสนับสนุนทางสังคม

จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า แบบสอบถามแรงสนับสนุนทางสังคมมีผู้พัฒนาเครื่องมือไว้ดังนี้

1. แบบวัดแหล่งสนับสนุนทางสังคม (The Personal Resource Questionnaire: PRQ85) พัฒนาโดยแบรนท์และไวเนอร์ท (Brandt & Weinert, 1981; Weinert, 1987) จากแนวคิดของ Weiss ซึ่งแบบวัดนี้มีการวัดแรงสนับสนุนทางสังคมของบุคคล 2 ส่วน คือ โครงสร้าง และหน้าที่ โดยส่วนที่ 1 เป็นข้อมูลเกี่ยวกับแหล่งสนับสนุนทางสังคม และส่วนที่ 2 เป็นการประเมินการรับรู้ของบุคคลเกี่ยวกับการให้และการได้รับการช่วยเหลือจากบุคคลในเครือข่ายทางสังคมใน 5 องค์ประกอบ คือ 1) ความใกล้ชิดผูกพัน (Attachment) 2) การเป็นส่วนหนึ่งของสังคม (Social integration) 3) การมีโอกาสให้ความช่วยเหลือผู้อื่น (Opportunity for nurturance) 4) การได้รับการยอมรับคุณค่าใน

ตนเอง (Reassurance of worth) 5) การได้รับความช่วยเหลือและคำแนะนำ (The obtaining of guidance) ประกอบด้วยคำถาม 25 ข้อ แต่ละข้อให้ค่าคะแนน 1-7 คะแนนรวมมีค่าตั้งแต่ 25-175 คะแนน ผลคะแนนที่มีค่ามาก หมายถึง การรับรู้แหล่งสนับสนุนทางสังคมสูง แบบวัดนี้มีค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือโดยมีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค เท่ากับ .89

2. แบบประเมินการสนับสนุนระหว่างบุคคล (The Interpersonal Support Evaluation List: ISEL) พัฒนาขึ้นโดยโคเฮนและโฮเบอร์แมน (Cohen & Hoberman, 1985; Cohen et al., 2000) เพื่อการรับรู้แรงสนับสนุนทางสังคมในด้านอารมณ์ สิ่งของ มิตรภาพ และการดำรงรักษาความมีคุณค่าในตนเอง ประกอบด้วยคำถามทั้งหมด 40 ข้อ โดยมีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค เท่ากับ .90 ซึ่งในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เลือกแบบวัดแหล่งสนับสนุนทางสังคมของบุคคล ส่วนที่ 2 (The Personal Resource Questionnaire: PRQ85) พัฒนาโดยแบรนท์และไวเนอร์ท (1981) เนื่องจากเป็นแบบสอบถามที่มีคุณภาพของเครื่องมือสูง โดยมีค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือโดยมีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค เท่ากับ .89 เป็นที่นิยมโดยมีผู้นำไปศึกษาผ่านการทดสอบอย่างกว้างขวาง

จากการทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับแรงสนับสนุนทางสังคม ผู้วิจัยเลือกแนวคิดของ ไวส์ และแบบวัดแหล่งสนับสนุนทางสังคม (The Personal Resource Questionnaire: PRQ85) พัฒนาโดยแบรนท์และไวเนอร์ท (1981) ซึ่งเป็นแนวคิดที่มีความหมายชัดเจน เข้าใจง่าย สอดคล้องกับงานวิจัย ตลอดจนแบบวัดเป็นที่ นิยมใช้และทดสอบในการวัดแรงสนับสนุนอย่างแพร่หลาย และมีคุณภาพของเครื่องมือสูงโดยมีค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือ คือ ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค เท่ากับ .88

ความสัมพันธ์ของแรงสนับสนุนทางสังคมและความสุข

จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่าแรงสนับสนุนทางสังคมสามารถป้องกันความเครียดที่เกิดจากความเครียดในชีวิตหรือช่วยลดระดับความรุนแรงของภาวะความเครียดที่เกิดกับบุคคลได้ (Beeber, 1996; Brown & Harris, 1978; Cohen & Wills, 1985; Israel et al., 2002; Parry, 1986 อ้างในมณีกานต์ สุภาเส, 2551) การเปลี่ยนแปลงของครอบครัวมีความสัมพันธ์กับความสุขเด็กโดยตรง (Steinberg, 1996) คุณภาพกลุ่มเพื่อนที่โรงเรียนมีความสัมพันธ์กับการเรียนรู้บทบาท กระบวนการทางสังคม ระเบียบวินัยและความสุขในวัยรุ่นด้วย (Steinberg, 1996) นอกจากนี้ยังพบการศึกษาของ นพพร ว่องสิริมาศ (2008) ศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างภาวะซึมเศร้าในมารดา เพศ และภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นไทย : บทบาทการส่งผ่านของสถานการณ์ความเครียดการสนับสนุนทางสังคม และการเห็นคุณค่าในตนเอง พบว่า การรับรู้การสนับสนุนทางสังคมมีอิทธิพลต่อภาวะซึมเศร้า โดยส่งผ่านความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง กล่าวคือหากการรับรู้แรงสนับสนุนมากส่งผลให้เกิดความรู้สึกมี

คุณค่าในตนเองมาก เกิดภาวะซึมเศร้าลดลง และมีความสุขมากขึ้น ดังนั้นผู้วิจัยจึงนำแรงสนับสนุนทางสังคมเข้าร่วมในการศึกษาด้วย

4.5 การมีคุณค่าในตนเอง (self esteem)

การมีคุณค่าในตนเอง (self esteem) เป็นความต้องการขั้นพื้นฐานของมนุษย์เป็นปรากฏการณ์ของการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นตลอดช่วงอายุขัยของมนุษย์ (Muhlenkamp & Sayles, 1986 อ้างใน คาริกา ธารบัวสวรรค์, 2540) และเป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุข จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า มีผู้ศึกษาการมีคุณค่าในตนเองไว้หลายท่าน ดังนี้

โรเซนเบิร์ก (Rosenberg, 1989) กล่าวว่า การมีคุณค่าในตนเอง เป็นทัศนคติที่บุคคลมีต่อตนเองทั้งในด้านบวกและด้านลบ โดยเป็นส่วนหนึ่งของโครงสร้างเกี่ยวกับตนในด้านการประเมินตนเอง ในเรื่องคุณค่า ความสามารถและคุณสมบัติเฉพาะบุคคล ถือเป็นโครงสร้างอัตมโนภาพ Rosenberg ได้แยกพิจารณาเป็น 2 ด้าน คือ (1) ด้านอัตตะในด้านสัญญาหรือการรับรู้ตนเอง (cognitive self) เป็นเรื่องความรู้ ความเข้าใจที่บุคคลมีต่อตนเองจากการที่บุคคลเป็นเจ้าของตำแหน่งสถานภาพ ภายในโครงสร้างสังคมที่บุคคลอาศัยหรือเป็นสมาชิกอยู่ และทำให้บุคคลมีเอกลักษณ์เป็นของตนเอง และ (2) ด้านอัตตะในด้านประเมินหรือการประเมินตนเองรับรู้ตนเอง (evaluative self) เป็นการอธิบายตนเองของตัวบุคคล ได้มาจากการที่บุคคลนำตนเองไปประเมินกับสิ่งอื่นหรือคนอื่น เพื่อที่จะให้บุคคลรู้ว่าเขามีคุณค่าหรือมีความภาคภูมิใจในตนเองสูงหรือต่ำเพียงไร

คูเปอร์สมิธ (Coopersmith, 1984) กล่าวว่า การมีคุณค่าในตนเอง เป็นการประเมินตนเอง การแสดงออกถึงทัศนคติของความรู้สึกชอบ ความพอใจหรือไม่พอใจ

ดังนั้น การมีคุณค่าในตนเอง คือ การประเมินความรู้สึกและทัศนคติที่มีต่อตนเองว่ามีคุณค่า มีความสามารถ มีความสำคัญ เป็นที่ยอมรับของบุคคลอื่นและสังคม สามารถทำอะไรให้ตนประสบความสำเร็จ ซึ่งในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ให้ความหมายการมีคุณค่าในตนเองตามแนวคิดของโรเซนเบิร์ก กล่าวว่า การมีคุณค่าในตนเอง เป็นทัศนคติที่บุคคลมีต่อตนเองทั้งในด้านบวกและด้านลบ (Rosenberg, 1989) เนื่องจากมีความกระชับ ชัดเจนและเข้าใจง่าย

การประเมินการมีคุณค่าในตนเอง การประเมินการมีคุณค่าในตนเองส่วนใหญ่เป็นแบบสอบถามความรู้สึกของบุคคลโดยตรง (Self reporting) โดยมีเครื่องมือที่นิยมใช้ในการวัดการมีคุณค่าในตนเองของวัยรุ่นในประเทศไทย มี 2 ท่าน คือ

1. แบบวัดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของคูเปอร์สมิธ (Coopersmith self-esteem inventory : SEI) เป็นเครื่องมือวัดที่ประกอบด้วยความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง 4 ด้าน คือ ด้านทั่วไป ด้านสังคม ด้านการงาน และด้านกลุ่มเพื่อน โดยให้เลือกว่า เห็นด้วย และไม่เห็นด้วย จำนวน 25 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือเท่ากับ .92

2. แบบวัดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของโรเซนเบิร์ก (Rosenberg self-esteem scale : RSE) แบบวัดนี้มีมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ มีจำนวนคำถาม 10 ข้อ ประกอบด้วยข้อความที่มีความหมายทางบวกจำนวน 5 ข้อ และข้อความทางลบ 5 คะแนนสูงหมายถึงการมีคุณค่าในตนเองสูง คะแนนต่ำ หมายถึง การมีคุณค่าในตนเองต่ำ เมื่อเริ่มใช้โรเซนเบิร์ก (Rosenberg , 1965) ได้นำไปวัดการมีคุณค่าในตนเองในนักเรียนมัธยมศึกษาได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .97

จากการทบทวนแบบสอบถามการประเมินความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองพบว่า แบบวัดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของโรเซนเบิร์ก มีความกระชับ ชัดเจนและสอดคล้องกับงานวิจัย ผู้วิจัยจึงเลือกใช้แบบประเมินการมีคุณค่าในตนเองของโรเซนเบิร์กในการศึกษาครั้งนี้

ความสัมพันธ์ของการมีคุณค่าในตนเองกับความสุขในวัยรุ่น

จากการศึกษาการมีคุณค่าในตนเองพบว่า การมีคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์กับความสุขอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (Sillick & Schutte, 2006) การมีคุณค่าในตนเองเป็นตัวทำนายความสุขที่ดีที่สุด (Uchida et al., 2005) บุคคลที่มีความภาคภูมิใจในตนเองสูงใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุข มีแนวโน้มประสบความสำเร็จสูง จากการศึกษพบว่า การมีคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์ความสุข (ประชิด สุขอนันต์, 2544)

สรุปการทบทวนวรรณกรรม

จากการทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับความสุขในวัยรุ่น เพื่อการอธิบายความสุขในวัยรุ่นตอนต้น พบว่าความสุขประกอบด้วย ปัจจัยภายนอกตัวบุคคลและปัจจัยภายในตัวบุคคล ซึ่งทำให้เข้าใจความสุขและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความสุขมากขึ้น ทั้งนี้จากสถิติที่พบว่าวัยรุ่นเป็นวัยที่พบปัญหาและบ่อบ่อยที่สุด และยังมีผลกระทบต่อครอบครัวและสังคมโดยรวม ซึ่งจากการทบทวนวรรณกรรมพบว่าการศึกษาความรู้เกี่ยวกับวัยรุ่นส่วนใหญ่เป็นการศึกษาเกี่ยวกับปัญหาในวัยรุ่นที่เกิดขึ้นแล้วซึ่งเป็นจิตวิทยาเชิงลบแต่การศึกษาเรื่องความสุขซึ่งเป็นจิตวิทยาเชิงบวกยังมีการศึกษาอยู่น้อย และจากการศึกษาวิจัยที่ผ่านมาพบว่ามีหลายปัจจัยที่มีความเกี่ยวข้องกับความสุขในช่วงอายุวัยรุ่น ดังนั้นในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาระดับความสุข และปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขในวัยรุ่นโดยให้นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นเป็นตัวแทนในการศึกษา ซึ่งประกอบด้วยระดับสัมพันธภาพในครอบครัว ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน ความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม และการมีคุณค่าในตนเอง ทั้งนี้เพื่อเพิ่มพูนความรู้เกี่ยวกับความสุขในวัยรุ่น และเพื่อประโยชน์ในการส่งเสริมความสุขในวัยรุ่น รวมทั้งการป้องกันการเกิดปัญหากับวัยรุ่นในอนาคตต่อไป

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

รูปแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบบรรยายความสัมพันธ์ (Descriptive Correlational Research) เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ในเขตพื้นที่อำเภอบางเลน จังหวัดนครปฐม ซึ่งปัจจัยที่ศึกษาในครั้งนี้ คือ ระดับสัมพันธภาพในครอบครัว ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน ความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม และการมีคุณค่าในตนเอง บทนี้เป็นการนำเสนอถึงวิธีดำเนินการวิจัย ประกอบด้วย ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง การเก็บรวบรวมข้อมูล การวิเคราะห์ข้อมูลและการทดสอบข้อตกลงเบื้องต้นของการใช้สถิติ

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรในการศึกษาครั้งนี้ (Population) คือ นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น โดยมีประชากรเป้าหมาย (Target population) เป็นนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนมัธยมศึกษาสังกัดกรมสามัญศึกษาในเขตพื้นที่อำเภอบางเลน จังหวัดนครปฐม มีทั้งหมด 4 โรงเรียน ได้แก่ โรงเรียนบางเลนวิทยา โรงเรียนบางหลวงวิทยา โรงเรียนบัวปากท่า และโรงเรียนสถาพรวิทยา มีจำนวนนักเรียนทั้งหมด 1,374 คน สุ่มตัวอย่างโดย Cluster Sampling กลุ่มตัวอย่างในการศึกษานี้ (Population sample) คือ นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่กำลังศึกษาในโรงเรียนบางเลนวิทยาและโรงเรียนสถาพรวิทยา ภาคการศึกษาที่ 1 ปีการศึกษา 2552

เกณฑ์การคัดเลือกเข้า (Inclusion Criteria)

1. เป็นนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่ศึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษาพื้นที่อำเภอบางเลน จังหวัดนครปฐม
2. นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่ศึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษาพื้นที่อำเภอบางเลน จังหวัดนครปฐม ที่เป็นคนไทย และยินยอมให้ความร่วมมือในการศึกษา

ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

การศึกษาครั้งนี้ ขนาดกลุ่มตัวอย่างคำนวณโดยวิธีของ Taro Yamane (Yamane, 1967) ที่ระดับความเชื่อมั่น 95 % และยอมให้มีความคลาดเคลื่อนของกลุ่มตัวอย่างได้ 5 % ตามสูตร ดังนี้

$$\text{สูตร} \quad n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

โดยที่ n = จำนวนกลุ่มตัวอย่าง

N = จำนวนนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นทั้งหมด

e = ค่าความคลาดเคลื่อนของการกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้

โดยกำหนดความมีนัยสำคัญทางสถิติไว้ที่ .05

$$\begin{aligned} \text{ดังนั้น} \quad n &= \frac{1,374}{1 + 1,374 (0.05)^2} \\ &= 309.80 \text{ คน} \approx 310 \text{ คน} \end{aligned}$$

เพื่อป้องกันความคลาดเคลื่อนจากการตอบแบบสอบถามที่ไม่สมบูรณ์ไม่สามารถนำมาใช้ได้หรือมีการสูญหายของข้อมูลและให้มั่นใจว่าการศึกษาในครั้งนี้มีจำนวนตัวอย่างที่เพียงพอจำเป็นต้องเพิ่มจำนวนของตัวอย่างเพิ่มขึ้นอีก 20% (Lemeshow, Hosmer, Klar, & Lwanga, 1990) ดังนั้นจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่กำหนดในการศึกษาครั้งนี้ คือ 372 คน

การสุ่มคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง (Sampling)

ขั้นตอนในการหาตัวแทนโรงเรียนมัธยมศึกษาด้วยวิธีการสุ่มตัวอย่างแบบกลุ่มเฉพาะเจาะจง (Cluster Sampling) ดังนี้ คือ

1. เขียนรายชื่อโรงเรียนมัธยมศึกษาในพื้นที่อำเภอบางเลน จังหวัดนครปฐมทั้งหมดจำนวน 4 โรงเรียน หลังจากนั้นสุ่มรายชื่อโรงเรียนมัธยมศึกษาขึ้นมาจากจำนวน 4 โรงเรียน โดยใช้จำนวนประชากรที่คำนวณได้ในการกำหนดการสุ่มคัดเลือกโรงเรียน ครั้งแรกสุ่มเลือกได้โรงเรียนสหภาพวิทยาแต่พบว่ามิมีจำนวนนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นเพียง 265 คน ซึ่งมีจำนวนกลุ่มตัวอย่างไม่เพียงพอจึงดำเนินการสุ่มรายชื่อโรงเรียนมัธยมศึกษาเพิ่มอีก 1 โรงเรียน ได้เป็นโรงเรียนบางเลนวิทยาที่มีจำนวนนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น 635 คน หลังจากนั้นนำจำนวนประชากรที่คำนวณได้มาคำนวณตัวแทนของทั้ง 2 โรงเรียน ตามสูตร ดังนี้

$$\text{กลุ่มตัวอย่างแต่ละโรงเรียน} = \frac{\text{ตัวอย่างเป้าหมายทั้งหมด} \times \text{จำนวนประชากรเป้าหมายของโรงเรียนมัธยมศึกษาแต่ละโรงเรียน}}{\text{จำนวนประชากรทั้งหมด}}$$

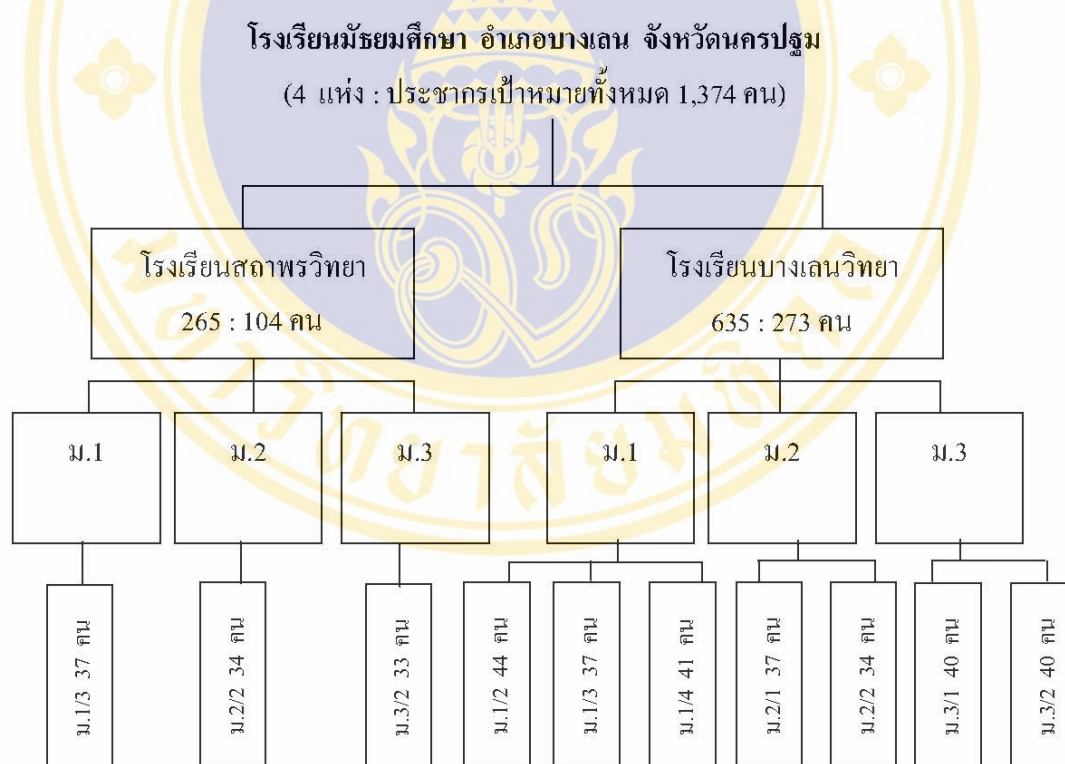
ได้จำนวนนักเรียนมัธยมศึกษาโรงเรียนสถาพรวิทยา จำนวน 109 คน และนักเรียนมัธยมศึกษาโรงเรียนบางเลนวิทยา จำนวน 263 คน

2. เมื่อได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างนักเรียนของแต่ละโรงเรียนแล้ว กลุ่มตัวอย่างที่โรงเรียนโดยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างจากทุกระดับชั้น ได้แก่ ม.1, ม.2 และม.3 หลังจากนั้นเขียนรายชื่อห้องเรียนแต่ละระดับชั้นแยกใส่ในภาชนะระดับชั้นละ 1 ใบ แล้วจึงดำเนินการสุ่มกลุ่มตัวอย่างครั้งละ 1 ห้องเรียนจาก 3 ระดับชั้นจนครบทั้ง 3 ระดับชั้น จากนั้นนำจำนวนนักเรียนในแต่ละห้องเรียนที่ผ่านการสุ่มคัดเลือกทั้ง 3 ระดับ มาคำนวณรวบรวมจำนวนกลุ่มตัวอย่างว่าได้จำนวนเพียงพอตามที่กำหนดหรือไม่ ถ้าได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างเพียงพอตามที่กำหนดแล้วจึงหยุดสุ่ม แต่หากจำนวนกลุ่มตัวอย่างไม่เพียงพอตามที่กำหนดก็ทำการสุ่มต่อไปเช่นเดิมจนครบซึ่งในการสุ่มตัวอย่างของโรงเรียนบางเลนวิทยา พบว่าหลังจากสุ่มกลุ่มตัวอย่างด้วยวิธีเดิม 2 ครั้งแล้วยังขาดกลุ่มตัวอย่างจำนวน 34 คน ในครั้งสุดท้ายผู้วิจัยจึงนำแต่ละระดับชั้นปี ได้แก่ ม.1, ม.2 และม.3 มาสุ่มคัดเลือกระดับชั้นปีก่อนพบว่าสุ่มคัดเลือกได้กลุ่มตัวอย่างระดับชั้น ม.1 จึงดำเนินการสุ่มห้องเรียนจากกลุ่มตัวอย่างระดับชั้น ม.1 ที่ยังไม่ผ่านการคัดเลือกอีก 1 ห้อง ซึ่งในการสุ่มแต่ละครั้งใช้จำนวนกลุ่มตัวอย่างเป็นตัวกำหนด และจากผลการสุ่มตัวอย่างพบว่าโรงเรียนสถาพรวิทยาได้ห้องเรียน ม.1/3, ม.2/2 และ ม.3/2 โรงเรียนบางเลนวิทยาได้ห้องเรียน ม.1/2, ม.1/3, ม.1/4, ม.2/1, ม.2/2, ม.3/1 และ ม.3/2 รวมกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดได้เท่ากับ 377 คน

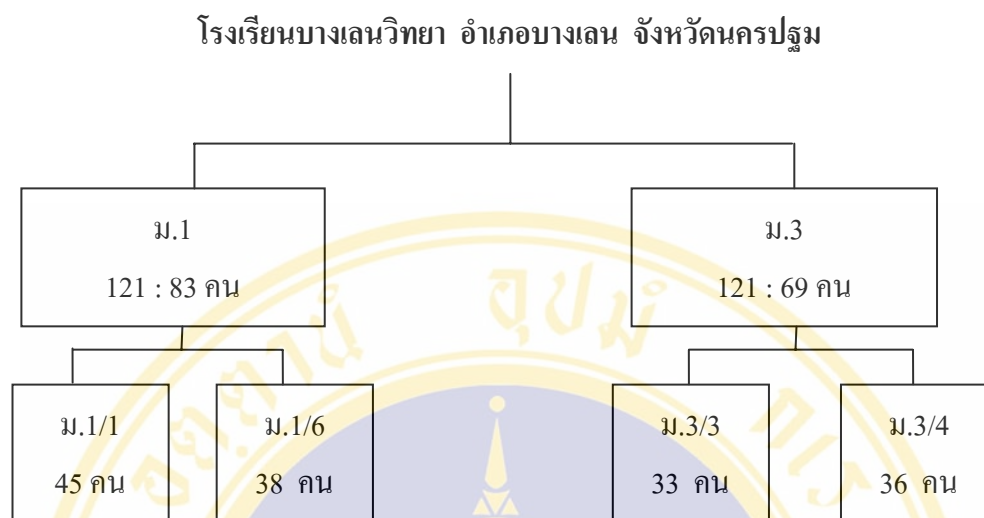
3. หลังเก็บข้อมูลครบถ้วนผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามมาตรวจสอบความสมบูรณ์พบว่า มีจำนวนแบบสอบถามที่สมบูรณ์จำนวน 283 คน คิดเป็นร้อยละ 75.06 ซึ่งมีจำนวนของกลุ่มตัวอย่างไม่เพียงพอโดยพบว่าแบบสอบถามส่วนใหญ่ที่ไม่สมบูรณ์ร้อยละ 20 เป็นกลุ่มตัวอย่างของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนบางเลนวิทยา ผู้วิจัยจึงดำเนินการเลือกนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นของโรงเรียนบางเลนวิทยาในห้องเรียนที่ยังไม่ได้รับคัดเลือกเข้าสู่การคัดเลือกสุ่มตัวอย่างอีกครั้ง ซึ่งต้องเก็บเพิ่มเป็นจำนวน 89 คน โดยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างจากทุกระดับชั้น ได้แก่ ม.1, ม.2 และม.3 หลังจากนั้นเขียนรายชื่อห้องเรียนแต่ละระดับชั้นที่ยังไม่ผ่านการคัดเลือกแยกใส่ในภาชนะระดับชั้นละ 1 ใบ แล้วจึงดำเนินการสุ่มกลุ่มตัวอย่างครั้งละ 1 ห้องเรียนจาก 3 ระดับชั้นจนครบ จากนั้นนำจำนวนนักเรียนในแต่ละห้องเรียนที่ผ่านการสุ่มคัดเลือกมาคำนวณรวบรวมจำนวนกลุ่มตัวอย่างว่าได้จำนวนเพียงพอตามที่กำหนดหรือไม่ ถ้าได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างเพียงพอตามที่กำหนดแล้วจึงหยุดสุ่ม แต่หากจำนวนกลุ่มตัวอย่างไม่เพียงพอตามที่กำหนดก็ทำการสุ่มต่อไปเช่นเดิมจนครบ แต่เนื่องจากช่วงเวลาที่เก็บข้อมูลเพิ่มเพื่อทดแทนแบบสอบถามในส่วนที่ไม่สมบูรณ์นั้น นักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 2 มีกิจกรรมเข้าค่ายนอกสถานที่ กลุ่มตัวอย่างที่เพิ่มในส่วนนี้จึงเป็นเพียงนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 และปีที่ 3 โดยในการสุ่มกลุ่มตัวอย่างครั้งแรกพบว่ามีจำนวนแบบสอบถามที่ไม่

สมบูรณ์ คิดเป็นร้อยละ 24.96 เพื่อป้องกันความคลาดเคลื่อนจากการตอบแบบสอบถามที่ไม่สมบูรณ์ ไม่สามารถนำมาใช้ได้หรือมีการสูญหายของข้อมูลและให้มั่นใจว่าการศึกษาในครั้งนี้มีจำนวนตัวอย่างที่เพียงพอผู้วิจัยจึงเพิ่มจำนวนของตัวอย่างเพิ่มขึ้นจากจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการ 89 คน อีก 50% ดังนั้นจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่กำหนดในการศึกษาค้างนี้ คือ 134 คน และจากผลการสุ่มตัวอย่างพบว่าได้ระดับชั้น ม. 1/1 , ม.1/6 , ม.3/3 และ ม.3/4 รวมกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดได้เท่ากับ 152 คน หลังเก็บข้อมูลครบถ้วนผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามมาตรวจสอบความสมบูรณ์พบว่ามีความกลุ่มตัวอย่างที่ตอบข้อมูลสมบูรณ์จำนวน 126 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 82.89

ดังนั้นพบว่าจำนวนกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาค้างนี้จากการสุ่มกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 ครั้ง มีจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถามที่สมบูรณ์ทั้งหมด 409 คน โดยได้แสดงรายละเอียดจำนวนตัวอย่างนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่ใช้ในการศึกษาค้างนี้ ดังภาพ 2 และภาพ 3



ภาพ 2 แสดงรายละเอียดจำนวนกลุ่มตัวอย่าง (ครั้งที่ 1)



ภาพ 3 แสดงรายละเอียดจำนวนกลุ่มตัวอย่าง (ครั้งที่ 2)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามที่ประกอบด้วย 5 ส่วน รวมจำนวนข้อคำถามทั้งหมด 116 ข้อ โดยมีรายละเอียดดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ประกอบด้วยข้อคำถามเกี่ยวกับ อายุ เพศ ศาสนา ระดับชั้นการศึกษา เกรดเฉลี่ย จำนวนพี่น้อง การมีชีวิตอยู่ของพ่อแม่ สถานภาพสมรสของพ่อแม่ บุคคลที่ผู้ตอบแบบสอบถามอาศัยอยู่ด้วย ลักษณะที่อยู่อาศัย สัมพันธภาพในครอบครัว สัมพันธภาพระหว่างเพื่อน ระดับสัมพันธภาพในครอบครัว และระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน รวมจำนวนคำถามทั้งหมด 14 ข้อ

ส่วนที่ 2 แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับวัยรุ่น (อายุ 12-17 ปี) ที่พัฒนาโดยยุทธร วงศ์ภิรมย์สานต์ และคณะ กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข มีจำนวนข้อคำถามทั้งหมด 52 ข้อ แบ่งองค์ประกอบเป็น 3 ด้าน แต่ละด้านประกอบด้วยข้อคำถาม ดังนี้ คือ (1) ด้านคิด จำนวน 18 ข้อ ได้แก่ ข้อคำถามข้อที่ 1 - 18 (2) ด้านเก่ง จำนวน 18 ข้อ ได้แก่ ข้อคำถามข้อที่ 19 - 36 และ (3) ด้านสุข จำนวน 16 ข้อ ได้แก่ ข้อคำถามข้อที่ 37 - 52 ลักษณะคำถามเป็นการให้ประเมินตนเองและเป็นมาตราประมาณ ค่า 1 - 4 โดยให้ผู้ตอบเลือกตอบแบบคำถามในช่องที่คิดว่าตรงกับตัวเองมากที่สุด คำถามประกอบด้วยข้อคำถามเชิงบวกและเชิงลบ ข้อคำถามเชิงบวกมีจำนวน 28 ข้อ ได้แก่ ข้อ 1 , 4 , 6 , 7 , 10 , 12 , 14 , 15 , 17 , 20 , 22 , 23 , 25 , 28 , 31 , 32 , 34 , 36 , 38 , 39 , 41 , 42 , 43 , 44 , 46 , 48 , 49 และ 50 และข้อคำถามเชิงลบมีจำนวน 24 ข้อ ได้แก่ 2 , 3 , 5 , 8 , 9 , 11 ,

13 , 16, 18 , 19 , 21 , 24 , 26 , 27 , 29 , 30 , 33 , 35 , 37 , 40 , 45 , 47 , 51 และ 52 โดยมีการให้คะแนนดังนี้

คำตอบ	ด้านบวก	ด้านลบ
ไม่จริง	ให้ 1 คะแนน	ให้ 4 คะแนน
จริงบางครั้ง	ให้ 2 คะแนน	ให้ 3 คะแนน
ค่อนข้างจริง	ให้ 3 คะแนน	ให้ 2 คะแนน
จริงมาก	ให้ 4 คะแนน	ให้ 1 คะแนน

แปลผลการประเมินความฉลาดทางอารมณ์ โดยรวมคะแนนจากข้อคำถาม จำนวน 52 ข้อ คะแนนรวมมีค่าตั้งแต่ 52 - 208 คะแนน ผู้มีคะแนนสูง หมายถึง ผู้มีความฉลาดทางอารมณ์ระดับสูง (กรมสุขภาพจิต, 2544) และสามารถแปลผลการประเมินได้จากตารางเกณฑ์การแปลผลความฉลาดทางอารมณ์ (ตาราง 1)

ตาราง 1 เกณฑ์ปกติของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ตามช่วงอายุ

ความฉลาดทางอารมณ์	ช่วงอายุ 12- 17 ปี		
	ต่ำ	ปกติ	สูง
โดยรวม	<140	140-170	>170
ด้านดี	<48	48-58	>58
- ควบคุมอารมณ์	<13	13-17	>17
- เห็นใจผู้อื่น	<16	16-20	>20
- รับผิดชอบ	<16	16-22	>22
ด้านเก่ง	<45	45-57	>57
- มีแรงจูงใจ	<14	14-20	>20
- ตัดสินใจและแก้ปัญหา	<13	13-19	>19
- สัมพันธภาพกับผู้อื่น	<14	14-20	>20
ด้านสุข	<40	40-55	>55
- ภูมิใจในตนเอง	<9	9-13	>13
- พึงพอใจในชีวิต	<16	16-22	>22
- สุขสงบทางใจ	<15	15-21	>21

ที่มา : รายงานการวิจัย การพัฒนาแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับประชาชนไทย อายุ 12 – 60 ปี (กรมสุขภาพจิต, 2544ก)

คุณภาพของเครื่องมือ (Validity and Reliability)

ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์ และคณะ (กรมสุขภาพจิต, 2544ก) ได้พัฒนาแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับวัยรุ่น (อายุ 12-17 ปี) โดยใช้แนวคิดของ Goleman และ Bar – On เป็นแนวทาง ในช่วงแรกข้อคำถามแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์มีจำนวน 236 ข้อ ซึ่งมีจำนวนมากเกินไปและบางข้อคำถามสื่อความหมายไม่ชัดเจน จึงมีการปรับเปลี่ยนข้อคำถามมาเรื่อยๆจนเหลือข้อคำถาม 52 ข้อ 3 องค์ประกอบหลัก คือ ด้านดี ด้านเก่ง และด้านสุข และตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือด้านความตรงตามเนื้อหา (content validity) โดยทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องและประชุมร่วมผู้ทรงคุณวุฒิทางด้านสุขภาพจิต หลังจากนั้นได้นำแบบประเมินมาตรวจสอบความเที่ยงในกลุ่มตัวอย่างประชากร 12-60 ปี จากเขตกรุงเทพมหานครและจังหวัดทางภาคเหนือ ภาคใต้ ภาคกลาง และภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จำนวนทั้งสิ้น 6,812 คน ผลการศึกษาพบว่าแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์มีค่าความเที่ยงแบบความสอดคล้องภายในวิเคราะห์โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficients) ในด้านดีเท่ากับ .75 ด้านเก่งเท่ากับ .76 ด้านสุขเท่ากับ .81 และโดยรวมเท่ากับ .85 และค่าความสอดคล้องภายในแบบการแบ่งครึ่ง (Split-half reliability) ในด้านดีเท่ากับ .83 ด้านเก่งเท่ากับ .86 ด้านสุขเท่ากับ .71 และโดยรวมเท่ากับ .84 ต่อมาคณะกรรมการพบว่าแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ที่ใช้ในกลุ่มอายุ 12-60 ปี มีความแตกต่างของช่วงอายุในการศึกษามากอาจส่งผลต่อการแปลผลที่ได้ ทางคณะกรรมการจึงมีการศึกษาและปรับเปลี่ยนการแปลผลของเครื่องมือความฉลาดทางอารมณ์วัยรุ่นในช่วงอายุ 12- 17 ปี ให้มีความเหมาะสมแก่กลุ่มอายุโดยสามารถใช้แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ชุดเดิม ทั้งนี้มีผู้นำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ฉบับนี้ไปใช้ได้แก่ บัณฑิตวิทยาลัย และคณะ (2546) ได้ใช้แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ในนักเรียนวัยรุ่นเพศหญิงที่กำลังศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4-6 ปีการศึกษา 2545 ในโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษาจังหวัดลพบุรี จำนวน 2,596 คน โดยก่อนนำไปใช้ผู้ศึกษาได้นำไปตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาของแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์โดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน มีค่าความตรงของเนื้อหาเท่ากับ .90 ทดสอบความเชื่อมั่นวิเคราะห์โดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficients) ได้ค่าความเชื่อมั่นโดยรวม ด้านดี ด้านเก่ง และด้านสุข เท่ากับ .87 , .67 , .78 และ .79 ตามลำดับ

ก่อนที่นำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์นี้ไปใช้ ผู้วิจัยได้นำไปทดลองใช้กับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 35 คน พบว่าค่าความเชื่อมั่นวิเคราะห์โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคของแบบประเมินโดยรวม ด้านดี ด้านเก่ง และด้านสุข เท่ากับ .78, .62, .42 และ .66 ตามลำดับ

ส่วนที่ 3 แบบวัดดัชนีชี้วัดความสุขคนไทยฉบับสั้น (Thai Happiness Indicators : THI – 15) พัฒนาโดยอภิชัย มงคล และคณะ กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข มีจำนวน 15 ข้อ ประกอบด้วย 4 องค์ประกอบหลัก ได้แก่ สภาพจิตใจ สมรรถภาพของจิตใจ คุณภาพของจิตใจ และปัจจัยสนับสนุน ลักษณะคำถามเป็นการให้ประเมินตนเองและเป็นมาตราประมาณค่า 0 - 3 โดยให้ผู้ตอบเลือกตอบแบบคำถามในช่องที่คิดว่าตรงกับตัวเองมากที่สุด คำถามประกอบด้วยข้อคำถามเชิงบวกและเชิงลบ ข้อคำถามเชิงบวกมีจำนวน 12 ข้อ ได้แก่ ข้อ 1, 2, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 13, 14 และข้อ 15 และข้อคำถามเชิงลบมีจำนวน 3 ข้อ ได้แก่ ข้อ 3, 8 และข้อ 12 โดยมีการให้คะแนนดังนี้

คำตอบ	ด้านบวก	ด้านลบ
ไม่เลย	ให้ 0 คะแนน	ให้ 3 คะแนน
เล็กน้อย	ให้ 1 คะแนน	ให้ 2 คะแนน
มาก	ให้ 2 คะแนน	ให้ 1 คะแนน
มากที่สุด	ให้ 3 คะแนน	ให้ 0 คะแนน

แปลผลการวัดดัชนีชี้วัดความสุขคนไทย โดยรวมคะแนน 15 ข้อ คะแนนรวมมีค่าตั้งแต่ 0 - 45 คะแนน สามารถแปลผลความสุขจากการเปรียบเทียบกับเกณฑ์ที่กำหนด ดังนี้

33 - 45 คะแนน	หมายถึง	มีความสุขมากกว่าคนทั่วไป (Good)
27 - 32 คะแนน	หมายถึง	มีความสุขเท่ากับคนทั่วไป (Fair)
26 คะแนนหรือน้อยกว่า	หมายถึง	มีความสุขน้อยกว่าคนทั่วไป (Poor)

คุณภาพของเครื่องมือ (Validity and Reliability)

อภิชัย มงคล และคณะ (กรมสุขภาพจิต, 2544) ได้ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาของแบบวัดดัชนีชี้วัดความสุขคนไทยฉบับสั้น 15 ข้อ โดยทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องและประชุมร่วมผู้ทรงคุณวุฒิทางด้านสุขภาพจิตตรวจสอบความตรงตามโครงสร้าง (construct validity) โดยการวิเคราะห์ปัจจัย (factor analysis) โดยคัดเลือกเฉพาะข้อคำถามที่มีค่า factor loading ตั้งแต่ .40 ขึ้นไป (ยกเว้นบางข้อคำถามที่ผู้ทรงคุณวุฒิลงความเห็นว่าเป็นต้องมีข้อนี้ ค่า factor loading อาจต่ำกว่า .40) และตรวจสอบความตรงร่วมสมัย (concurrent validity) โดยการเปรียบเทียบกับดัชนีชี้วัดสุขภาพจิตของอัมพร โอตระกูล และคณะ จำนวน 12 ข้อ (ไม่ปรากฏกลุ่มประชากรที่ศึกษา) พบว่าแบบวัดดัชนีชี้วัดความสุขคนไทยฉบับสั้นกับดัชนีชี้วัดสุขภาพจิตมีความสัมพันธ์กันในระดับปานกลางอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อันดับของสเปียร์แมน (Spearman's correlation coefficient) เท่ากับ .49 สำหรับการตรวจสอบความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (reliability) มีค่า Cronbach's Alpha Coefficient เท่ากับ .70 ศึกษาในประชากรอายุ 14 - 60 ปี

ที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลเมือง เทศบาลนคร และองค์การบริหารส่วนตำบล ในภาคกลาง ภาคเหนือ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ภาคตะวันออกและภาคใต้ ต่อมาได้มีการนำไปใช้ในการศึกษาของ วรรัตน์ กัจฉมาภรณ์ และคณะ ศึกษาเรื่องระดับความสุขและปัจจัยที่เกี่ยวข้องของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนขอนแก่นวิทยายน จังหวัดขอนแก่น ปีการศึกษา 2549 ซึ่งไม่ปรากฏค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (reliability) ไว้ในบทความ

ก่อนที่นำแบบวัดดัชนีชี้วัดความสุขคนไทยฉบับสั้นไปใช้ ผู้วิจัยได้นำไปทดลองใช้กับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 35 คน พบว่าค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค เท่ากับ .76

ส่วนที่ 4 แบบประเมินแรงสนับสนุนทางสังคม (The Personal Resource Questionnaire : PRQ – Part 2) พัฒนาโดยแบรนต์และไวเนอร์ท (Brandt & Weinert, 1981) โดยใช้แนวคิดแรงสนับสนุนทางสังคมของไวส์ (Weiss, 1974) มีข้อคำถามทั้งหมด 25 ข้อ แบ่งแรงสนับสนุนทางสังคมเป็น 5 ด้าน โดยแต่ละด้านประกอบด้วยข้อคำถาม ดังนี้ คือ (1) ความใกล้ชิดผูกพัน จำนวน 5 ข้อ ได้แก่ ข้อ 1, 10, 11, 19 และข้อ 20 (2) การเป็นส่วนหนึ่งของสังคม จำนวน 5 ข้อ ได้แก่ ข้อ 6, 8, 9, 16 และข้อ 18 (3) การมีโอกาสให้ความช่วยเหลือผู้อื่น จำนวน 5 ข้อ ได้แก่ ข้อ 7, 12, 17, 21 และข้อ 24 (4) การรับรู้ถึงคุณค่าในตนเอง จำนวน 5 ข้อ ได้แก่ ข้อ 2, 3, 5, 13 และข้อ 23 และ (5) การได้รับความช่วยเหลือและคำแนะนำ จำนวน 5 ข้อ ได้แก่ ข้อ 4, 14, 15, 22 และข้อ 25 ลักษณะคำถามเป็นการประเมินตนเองและเป็นมาตราประมาณค่า 7 ระดับ โดยให้ผู้ตอบเลือกคำตอบที่คิดว่าตรงกับตัวเองมากที่สุด ข้อคำถามประกอบด้วยข้อคำถามเชิงบวกและเชิงลบ ข้อคำถามเชิงบวกมีจำนวน 20 ข้อ ได้แก่ ข้อ 1, 2, 3, 5, 6, 8, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23 และข้อ 25 และข้อคำถามเชิงลบมีจำนวน 5 ข้อ ได้แก่ ข้อ 4, 7, 10, 16 และข้อ 24 โดยมีการให้คะแนนดังนี้

คำตอบ	ด้านบวก	ด้านลบ
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ให้ 1 คะแนน	ให้ 7 คะแนน
ไม่เห็นด้วย	ให้ 2 คะแนน	ให้ 6 คะแนน
ค่อนข้างไม่เห็นด้วย	ให้ 3 คะแนน	ให้ 5 คะแนน
เฉยๆ	ให้ 4 คะแนน	ให้ 4 คะแนน
ค่อนข้างไม่เห็นด้วย	ให้ 5 คะแนน	ให้ 3 คะแนน
เห็นด้วยมาก	ให้ 6 คะแนน	ให้ 2 คะแนน
เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ให้ 7 คะแนน	ให้ 1 คะแนน

แปลผลการประเมินแรงสนับสนุนทางสังคม โดยรวมคะแนนข้อคำถาม 52 ข้อ คะแนนรวมมีค่าตั้งแต่ 25 – 175 คะแนน ผู้ที่มีคะแนนรวมสูง หมายถึง ผู้ที่มีแรงสนับสนุนทางสังคมระดับสูง (Weinert, 1987)

คุณภาพเครื่องมือ (Validity and Reliability)

เป็น PRQ85 ซึ่งประเมินใน 5 ด้าน และตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือด้านความตรงตามเนื้อหา (content validity) โดยพยาบาลผู้เชี่ยวชาญการวิจัยทางการแพทย์ในประเทศไทยได้มีการนำแบบสอบถามมาแปลใช้ในการวิจัยหลายท่าน ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้แบบประเมินแรงสนับสนุนทางสังคมฉบับที่แปลเป็นภาษาไทยโดยฉัตรวลัย ใจอารีย์ (2533) ที่แปลจากแบบสอบถาม PRQ85 part II มีระดับมาตราประมาณ 7 ระดับ โดยทดสอบความเชื่อมั่นของแบบวัดในผู้ป่วยโรคหัวใจวายเฉียบพลันจำนวน 20 ราย และ 100 ราย ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคเท่ากับ .84 และ .92 ตามลำดับ ซึ่งพบว่าแบบประเมินนี้มีคุณภาพสูงในการประเมินแรงสนับสนุนทางสังคม

ก่อนที่นำแบบสอบถามแรงสนับสนุนทางสังคม PRQ85 part II ไปใช้ในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำไปทดลองใช้กับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 35 คน พบว่าค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค เท่ากับ .83

ส่วนที่ 5 แบบสอบถามการมีคุณค่าในตนเองของโรเซนเบิร์ก (Rosenberg self-esteem scale : RSE) เป็นแบบสอบถามที่สร้างขึ้นเพื่อวัดความรู้สึกการมีคุณค่าในตนเองโดยโรเซนเบิร์ก (Rosenberg, 1965) มีจำนวนข้อคำถาม 10 ข้อ แบบสอบถามเป็นการประเมินตนเองและเป็นมาตราประมาณค่า 4 ระดับ ลักษณะคำถามมีทั้งข้อคำถามเชิงบวกและข้อคำถามเชิงลบ ข้อคำถามเชิงบวกมีจำนวน 5 ข้อ ได้แก่ ข้อ 1, 2, 4, 6 และข้อ 7 และข้อคำถามเชิงลบมีจำนวน 5 ข้อ ได้แก่ ข้อ 3, 5, 8, 9 และข้อ 10 โดยมีการให้คะแนน ดังนี้

คำตอบ	ด้านบวก	ด้านลบ
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ให้ 1 คะแนน	ให้ 4 คะแนน
ไม่เห็นด้วย	ให้ 2 คะแนน	ให้ 3 คะแนน
เห็นด้วย	ให้ 3 คะแนน	ให้ 2 คะแนน
เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ให้ 4 คะแนน	ให้ 1 คะแนน

แปลผลการประเมินความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองโดยรวมคะแนนข้อคำถาม 10 ข้อ คะแนนรวมมีค่าตั้งแต่ 10 - 40 คะแนน ผู้ที่มีคะแนนรวมสูง หมายถึง ผู้ที่มีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองสูง (Rosenberg, 1965 อ้างใน นพพร ว่องสิริมาศ, 2008)

คุณภาพเครื่องมือ (Validity and Reliability)

Rosenberg (1965) พัฒนาเครื่องมือตั้งแต่ปี ค.ศ.1960 โดยศึกษาในนักเรียนมัธยมศึกษาจำนวน 5,204 คน จากการสุ่ม 10 โรงเรียนในนิวยอร์ก (Rosenberg, 1965 อ้างใน นพพร ว่องสิริมาศ, 2008) วิเคราะห์ด้วยวิธี test – retest correlations พบว่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือมีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคเท่ากับ .82 ถึง .88 และ .77 ถึง .88 ตามลำดับ (Silbert, 1965 อ้างใน นพพร ว่องสิริมาศ, 2008) ในประเทศไทยได้มีการศึกษานำแบบสอบถามการมีคุณค่าในตนเองมาแปลใช้อย่างแพร่หลาย จากการศึกษาพบแบบสอบถามการมีคุณค่าในตนเองที่แปลเป็นภาษาไทยโดยพัศตร์วิไล ศรีแสง (2003) โดยวิธี Back translation ได้มีผู้นำแบบสอบถามดังกล่าวไปใช้ศึกษาในวัยรุ่นจำนวน 30 คน และจำนวน 460 คน ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคเท่ากับ .88 และ .78 ตามลำดับ (นพพร ว่องสิริมาศ, 2008) ซึ่งพบว่าแบบสอบถามนี้มีคุณภาพสูงในการวัดการมีคุณค่าในตนเอง ผู้วิจัยจึงเลือกแบบสอบถามการมีคุณค่าในตนเองที่แปลโดยพัศตร์วิไล ศรีแสง (2003) เนื่องจากเป็นแบบสอบถามที่มีคุณภาพสูงในการวัดการมีคุณค่าในตนเองและมีเนื้อหาตรงกับแบบสอบถามต้นฉบับ

ก่อนที่นำแบบสอบถามการมีคุณค่าในตนเองไปใช้ ผู้วิจัยนำไปทดลองใช้กับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 30 คน พบว่าค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค เท่ากับ .77

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ (Quality of Instruments)

เนื่องจากเครื่องมือที่ผู้วิจัยนำมาใช้ศึกษานี้ พบว่าคุณภาพสูงทุกตัวจากการตรวจสอบทุกแบบวัดมีความตรงและความเชื่อมั่นสูง ดังนั้นผู้วิจัยจึงตรวจสอบเฉพาะความเชื่อมั่น (reliability) การตรวจสอบความเชื่อมั่นใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ซึ่งมีสูตรดังนี้

$$\alpha = \frac{n}{n-1} \frac{[1 - \sum s_1^2]}{s_1^2}$$

เมื่อ α = ค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่น

n = จำนวนข้อของเครื่องมือ

$\sum s_1^2$ = ผลรวมของความแปรปรวนของคะแนนรายข้อ

s_1^2 = ความแปรปรวนของคะแนนรายข้อ

ตาราง 2 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha coefficient) ของเครื่องมือ

เครื่องมือ	การทดสอบ	การศึกษา
1) ความฉลาดทางอารมณ์	.78	.78
2) แรงสนับสนุนทางสังคม	.83	.88
3) การมีคุณค่าในตนเอง	.77	.65
4) ความสุข	.76	.76

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยคำนึงถึงการพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่างโดยก่อนทำการวิจัยผู้วิจัยเสนอโครงการวิจัยให้คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคน คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี เพื่อพิจารณาความเหมาะสมทางจริยธรรมก่อนทำการศึกษา หลังจากนั้นผู้วิจัยได้ติดต่อผู้อำนวยการสำนักงานการศึกษาจังหวัดนครปฐมเขตพื้นที่การศึกษาที่ 2 ผู้อำนวยการโรงเรียนบางเลนวิทยา ผู้อำนวยการโรงเรียนสถาพรวิทยา ตามลำดับ เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัย ขั้นตอนการวิจัย และขออนุญาตเก็บข้อมูลวิจัยในนักเรียนมัธยมศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง เมื่อได้รับการอนุญาตครบตามขั้นตอนแล้ว ผู้วิจัยจึงขอพบนักเรียนมัธยมศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่างเพื่อแนะนำตัว ชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัย ขั้นตอนการวิจัย พร้อมทั้งขอความร่วมมือจากกลุ่มตัวอย่างและขออนุญาตผู้ปกครองในการเข้าร่วมงานวิจัย ซึ่งในการเข้าร่วมงานวิจัยครั้งนี้ กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมงานวิจัยทุกคนเป็นไปด้วยความสมัครใจโดยไม่มีการบังคับใดๆทั้งสิ้น และสามารถออกจากงานวิจัยได้ตลอดเวลาที่ผู้เข้าร่วมงานวิจัยต้องการ ซึ่งไม่มีผลกระทบใดๆต่อการเรียนทั้งสิ้น โดยในการเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างจะเลือกเวลาที่ไม่มีการเรียนการสอน ตลอดจนการเก็บรวบรวมข้อมูลผู้วิจัยจะเก็บข้อมูลเป็นความลับโดยไม่มีการแจ้งชื่อผู้ให้ข้อมูลและนำเสนอผลงานวิจัยในภาพรวม และเมื่อกลุ่มตัวอย่างสมัครใจเข้าร่วมการวิจัย ผู้วิจัยจึงชี้แจงสิทธิของกลุ่มตัวอย่างซ้ำอีกครั้งและขอให้กลุ่มตัวอย่างนำหนังสือยินยอมเข้าร่วมงานวิจัยให้ผู้ปกครองลงลายมือชื่อไว้ในหนังสือยินยอมเข้าร่วมการวิจัย (ภาคผนวก)

การเก็บรวบรวมข้อมูล (Data Collection Procedure)

ในการรวบรวมข้อมูลครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองทั้งหมด หลังจากโครงร่างวิจัยผ่านการอนุมัติการวิจัยจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคน คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดีเป็นที่เรียบร้อยแล้ว มีขั้นตอนดังนี้

1. ผู้วิจัยขอหนังสือแนะนำตัวจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดลยื่นเสนอต่อผู้อำนวยการสำนักงานการศึกษาจังหวัดนครปฐมเขตพื้นที่การศึกษาที่ 2 ผู้อำนวยการโรงเรียนบางเลนวิทยา และผู้อำนวยการโรงเรียนสถาพรวิทยา
2. เมื่อได้รับการอนุมัติให้ดำเนินการเก็บข้อมูลแล้ว ผู้วิจัยเข้าพบติดต่อประสานงานกับอาจารย์ที่เกี่ยวข้องเพื่อแนะนำตัว ชี้แจงรายละเอียดในการดำเนินการวิจัย ได้แก่ วัตถุประสงค์ ขั้นตอนการดำเนินงาน และวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยขออนุญาตอาจารย์เข้าพบนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นโดยใช้เวลาช่วงก่อนกิจกรรมสวดมนต์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นทั้งหมดในห้องประชุมในโรงเรียนสถาพรวิทยา และในช่วงเวลาก่อนเรียนกิจกรรมลูกเสือเนตรนารีในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นทั้งหมดของโรงเรียนบางเลนวิทยาโดยใช้เวลาประมาณ 15 นาที เพื่อแนะนำตัว ชี้แจงวัตถุประสงค์ แนวทางการวิจัยและสิทธิของกลุ่มตัวอย่างเพื่อขออนุญาตผู้ปกครองเข้าร่วมในงานวิจัย
3. ผู้วิจัยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามคุณสมบัติที่กำหนดและกำหนดเลขที่ของแบบสอบถามให้ตรงกันทั้ง 5 ชุด หลังจากนั้นติดต่อประสานงานกับอาจารย์ที่เกี่ยวข้องเพื่อร่วมกำหนด วันที่และเวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูล ในเดือนมิถุนายน ถึง เดือนกรกฎาคม พ.ศ.2552 และขอพบนักเรียนกลุ่มตัวอย่างเพื่อชี้แจงสิทธิของกลุ่มตัวอย่างซ้ำอีกครั้งและขอให้กลุ่มตัวอย่างนำหนังสือยินยอมเข้าร่วมงานวิจัยให้ผู้ปกครองลงลายมือชื่อไว้ในหนังสือยินยอมเข้าร่วมการวิจัย และนัดเก็บหนังสือยินยอมเข้าร่วมงานวิจัยในวันเวลาที่เก็บข้อมูล
4. ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลในวันที่และเวลาที่กำหนดในทั้งสองโรงเรียนด้วยตนเอง ซึ่งแต่ละโรงเรียนกลุ่มตัวอย่างทุกคนที่เข้าร่วมงานวิจัยจะอยู่พร้อมกันในห้องประชุมและได้รับแบบสอบถามพร้อมกัน โดยทุกคนจะได้รับแบบสอบถาม 5 ฉบับ ที่มีเลขรหัสเดียวกัน ในการตอบแบบสอบถามทั้งหมดใช้เวลาประมาณ 40 นาที
5. เมื่อผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลครบตามกำหนดแล้ว ผู้วิจัยดำเนินการตรวจสอบแบบสอบถามทั้งหมดที่ได้รับ และลงรหัสของข้อมูลในแบบสอบถาม ซึ่งพบว่าแบบสอบถามที่ได้รับมีความสมบูรณ์จำนวน 283 ชุด คิดเป็นร้อยละ 74.8 ผู้วิจัยจึงดำเนินการติดต่อประสานงานกับอาจารย์โรงเรียนบางเลนวิทยาอีกครั้งเพื่อขอเก็บรวบรวมข้อมูลในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นเพิ่มเติม และร่วมกำหนดวันที่และเวลาในการเก็บข้อมูล ซึ่งในการเก็บข้อมูลครั้งนี้ผู้วิจัยเลือก

โรงเรียนบางเลนวิทยาเพียงโรงเรียนเดียว เนื่องจากมีจำนวนเพียงพอต่อกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการเพิ่มเติม หลังจากนั้นผู้วิจัยดำเนินการสุ่มคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างจากชั้นเรียนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนบางเลนวิทยาที่ยังไม่ได้รับการคัดเลือกเป็นกลุ่มตัวอย่างในครั้งแรกและเมื่อกำหนดวันที่และเวลาได้แล้วพบว่านักเรียนมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 2 มีกิจกรรมเข้าค่ายนอกสถานที่ ผู้วิจัยจึงดำเนินการสุ่มตัวอย่างใหม่อีกครั้งจากนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 และปีที่ 3

6. เมื่อได้กลุ่มตัวอย่างที่ต้องการแล้วผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลอีกครั้งในวันที่และเวลาที่กำหนดโดยกลุ่มตัวอย่างทุกคนที่เข้าร่วมงานวิจัยจะอยู่พร้อมกันในห้องประชุมเช่นเดิมและได้รับแบบสอบถามพร้อมกัน โดยทุกคนจะได้รับแบบสอบถาม 5 ฉบับ ที่มีเลขรหัสเดียวกัน ในการตอบแบบสอบถามทั้งหมดใช้เวลาประมาณ 40 นาที

7. เมื่อผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลครบตามกำหนดแล้ว ผู้วิจัยดำเนินการตรวจสอบแบบสอบถามทั้งหมดที่ได้รับ และลงรหัสของข้อมูลในแบบสอบถาม ซึ่งพบว่าได้แบบสอบถามที่ได้รับมีความสมบูรณ์จำนวน 126 ชุด คิดเป็นร้อยละ 82.89 เมื่อนำข้อมูลทั้งหมดมารวบรวมพบว่ามีข้อมูลเพียงพอ ถูกต้องสามารถนำไปใช้ได้จึงดำเนินการวิเคราะห์ต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล (Data Analysis)

หลังจากรวบรวมข้อมูลได้ครบแล้ว ทำการลงรหัสข้อมูลนำข้อมูลที่ได้นำมาลงโปรแกรมประมวลผลและดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปสำหรับการวิเคราะห์การวิจัยด้วยสถิติบรรยาย และสถิติสัมพันธ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) กำหนดความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังนี้ คือ

1. สถิติบรรยาย (Descriptive statistics) ใช้เพื่อแสดงลักษณะของกลุ่มตัวอย่างนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ซึ่งสถิติเชิงบรรยายที่นำมาใช้ คือ

1.1) การแจกแจงความถี่ และร้อยละ อธิบายข้อมูลคุณลักษณะส่วนบุคคล อายุ เพศ ศาสนา ระดับชั้นการศึกษา เกรดเฉลี่ย จำนวนพี่น้อง การมีชีวิตอยู่ของพ่อแม่ สถานภาพสมรสของพ่อแม่ บุคคลที่ผู้ตอบแบบสอบถามอาศัยอยู่ด้วย ลักษณะที่อยู่อาศัย สัมพันธภาพในครอบครัว ระดับสัมพันธภาพในครอบครัว สัมพันธภาพระหว่างเพื่อน และระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน

1.2) ค่าพิสัย ค่าเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน อธิบายระดับสัมพันธภาพในครอบครัว ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน ความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม การมีคุณค่าในตนเอง และความสุข

2. สถิติอ้างอิง (Inferential statistics) เพื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างระดับสัมพันธภาพในครอบครัว ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน ความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุน

ทางสังคม และการมีคุณค่าในตนเองกับความสุขในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นด้วยสถิติสหสัมพันธ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) ซึ่งก่อนการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้ทดสอบข้อตกลงเบื้องต้นของการใช้สถิติสหสัมพันธ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) ดังข้อมูลด้านล่าง

การทดสอบข้อตกลงเบื้องต้นของการใช้สถิติ (Test of Assumptions)

โดยก่อนที่จะทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติสหสัมพันธ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) ผู้วิจัยได้ทำการทดสอบข้อตกลงเบื้องต้นดังต่อไปนี้

1. Normal distribution ตัวแปรอิสระทุกตัวและตัวแปรตาม ต้องมีการแจกแจงแบบปกติ โดยดูจาก Histogram, Box plot, Normal probability Plot และทดสอบด้วย Kolmogorov – Smirnov Test โดยข้อมูลตัวแปรจะมีการแจกแจงแบบปกติเมื่อค่า Kolmogorov – Smirnov ของตัวแปรทุกตัวมีค่า p มากกว่า .05 จากผลการทดสอบ Kolmogorov - Smirnov Test พบว่าแรงสนับสนุนทางสังคม และความสุขมีค่านัยสำคัญทางสถิติแอลฟามากกว่า .05 ซึ่งยอมรับสมมติฐานนี้ แสดงว่าข้อมูลมีการแจกแจงแบบโค้งปกติ ส่วนระดับสัมพันธภาพในครอบครัว ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน ความฉลาดทางอารมณ์ และการมีคุณค่าในตนเอง มีค่านัยสำคัญทางสถิติแอลฟาน้อยกว่า .05 ซึ่งไม่ยอมรับสมมติฐานนี้ แสดงว่าข้อมูลไม่มีการแจกแจงแบบโค้งปกติ ดังแสดงไว้ในภาคผนวก

2. Linearity Relationship ค่าเฉลี่ยของตัวแปรสำหรับทุกค่าของตัวแปรอิสระจะต้องมีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงกับตัวแปรตาม ทดสอบโดยดูจากลักษณะการกระจายของ Scatter Plot จากผลการทดสอบพบว่ากลุ่มตัวแปรอิสระไม่ค่อยสัมพันธ์เป็นเส้นตรงกับตัวแปรตาม ดังแสดงไว้ในภาคผนวก

สรุปจากการทดสอบข้อตกลงเบื้องต้นของการใช้สถิติ (Test of Assumptions) สหสัมพันธ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) สามารถสรุปสถิติที่ใช้ในงานวิจัยนี้ได้ ดังนี้

- วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคมกับความสุขโดยสถิติสหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) เนื่องจากทั้ง 2 ตัวแปรมีการแจกแจงแบบปกติและมีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรง
- วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างระดับสัมพันธภาพในครอบครัว ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน และการมีคุณค่าในตนเองกับความสุข โดยสถิติสหสัมพันธ์ของ สเปียร์แมน (Spearman rank – order Correlation Coefficient) เนื่องจากตัวแปรอิสระทั้ง 3 ตัว ไม่มีการแจกแจงแบบปกติ

- วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับความสุข โดยสถิติวิเคราะห์ความแปรปรวน (Analysis of Variance : ANOVA) เนื่องจากความฉลาดทางอารมณ์ไม่มีการแจกแจงแบบโค้งปกติ และไม่ค่อยสัมพันธ์เป็นเส้นตรงกับสุข โดยวิเคราะห์ความแตกต่างของระดับความสุขในกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์ สูง ปกติ และต่ำ โดยทดสอบข้อตกลงเบื้องต้นในการวิเคราะห์ความแปรปรวน 3 ข้อ คือ 1) กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ศึกษาแต่ละกลุ่มเป็นอิสระจากกัน 2) ตัวแปรตามในแต่ละกลุ่มมีการกระจายแบบปกติ และ 3) ความแปรปรวนของตัวแปรตามในแต่ละกลุ่มมีค่าเท่ากัน พบว่าเป็นไปตามข้อตกลงเบื้องต้นของการใช้สถิตินี้



บทที่ 4

ผลการวิจัย

การศึกษานี้เป็นการวิจัยเชิงบรรยายเพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างระดับสัมพันธภาพในครอบครัว ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน ความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม และการมีคุณค่าในตนเองกับความสุขของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น โดยทำการศึกษาในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่กำลังศึกษาในโรงเรียนบางเลนวิทยาและโรงเรียนสถาพรวิทยา ในภาคการศึกษาที่ 1 ปีการศึกษา พ.ศ. 2552 ผลการวิจัยนำเสนอตามลำดับดังนี้

ส่วนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ลักษณะส่วนบุคคลของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น โดยใช้สถิติบรรยาย

ส่วนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตัวแปรที่ศึกษา ได้แก่ ระดับสัมพันธภาพในครอบครัว ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน ความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม การมีคุณค่าในตนเอง และความสุข โดยใช้สถิติบรรยาย

ส่วนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่าง แรงสนับสนุนทางสังคมกับความสุข โดยใช้สถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient)

ส่วนที่ 4 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่าง ระดับสัมพันธภาพในครอบครัว ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน และการมีคุณค่าในตนเองกับความสุข โดยใช้สถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของสเปียร์แมน (Spearman rank - order Correlation Coefficient)

ส่วนที่ 5 ผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของระดับความสุขในกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์ สูง ปกติ และต่ำ วิเคราะห์ทั้งคะแนนโดยรวมและรายด้าน โดยใช้สถิติวิเคราะห์ความแปรปรวน (Analysis of Variance : ANOVA)

ส่วนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ลักษณะส่วนบุคคลของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น โดยใช้สถิติบรรยาย

จากการวิเคราะห์ข้อมูลโดยสถิติบรรยายพบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีอายุ 14 ปี คิดเป็นร้อยละ 36.9 (Mean = 13.58, SD = 1.02) เป็นเพศหญิง ร้อยละ 55 นับถือศาสนาพุทธ ร้อยละ

99.3 ศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 3 ร้อยละ 44.7 เกรตเฉลี่ยอยู่ในช่วง 3.01 - 4.00 ร้อยละ 37.7 (Mean = 2.82, SD = .69) จำนวนพี่น้อง 2 คน ร้อยละ 46.9 พ่อและแม่ยังมีชีวิตอยู่ทั้งสองท่าน ร้อยละ 92.4 พ่อและแม่มีสถานภาพสมรสอยู่ด้วยกัน ร้อยละ 79.5 อาศัยอยู่กับพ่อแม่ ร้อยละ 70.9 ลักษณะที่อยู่อาศัยเป็นชนบท สวน ไร่ นา ร้อยละ 43.9 สัมพันธภาพในครอบครัวมีลักษณะกลมเกลียวกันดี ร้อยละ 59.6 สัมพันธภาพระหว่างเพื่อนมีลักษณะกลมเกลียวกันดี ร้อยละ 55.3 ระดับสัมพันธภาพในครอบครัวน้อยกว่า 9 คะแนน ร้อยละ 61.1 (Mean = 8.21, Median = 9, SD = 1.87) ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนน้อยกว่า 9 คะแนน ร้อยละ 64.5 (Mean = 8.12, Median = 9, SD = 1.93) (ตาราง 3)

ตาราง 3 จำนวน และร้อยละ ของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามลักษณะส่วนบุคคล (n = 409)

ลักษณะส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
อายุ		
11 ปี	1	0.25
12 ปี	77	18.8
13 ปี	98	24.0
14 ปี	151	36.9
15 ปี	81	19.8
16 ปี	1	0.25
Mean = 13.58 , SD = 1.02 , Min = 11, Max = 16		
เพศ		
ชาย	184	45.0
หญิง	225	55.0
ศาสนา		
พุทธ	409	99.3
คริสต์	2	0.5
อื่น	1	0.2
ระดับชั้นการศึกษา		
ระดับมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 1	153	37.4
ระดับมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 2	73	17.8
ระดับมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 3	183	44.8

ตาราง 3 จำนวน และร้อยละ ของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามลักษณะส่วนบุคคล (n = 409) (ต่อ)

ลักษณะส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
เกรดเฉลี่ย		
0.75 – 1.5 (ระดับแก้ไข)	12	2.5
1.51 – 2.5 (ระดับพอใช้)	112	26.1
2.51 – 3.00 (ระดับดี)	74	17.6
3.01 – 4.00 (ระดับดีมาก)	144	37.7
ไม่เปิดเผยข้อมูล	66	16.1
Mean = 2.82 , SD = .69 , Min = 0.75, Max = 4		
จำนวนพี่น้อง		
1 คน	90	22.0
2 คน	192	46.9
3 คน	95	23.2
4 คน	25	6.1
มากกว่า 4 คน	7	1.8
Mean = 2.21 , SD = 0.99 , Min = 1, Max = 9		
การมีชีวิตอยู่ของพ่อแม่		
มีชีวิตอยู่ทั้งสองท่าน	378	92.4
พ่อเสียชีวิต	22	5.4
แม่เสียชีวิต	9	2.2
สถานภาพสมรสของพ่อแม่		
อยู่ด้วยกันทั้งสองท่าน	325	79.5
หย่าร้าง	84	20.5

ตาราง 3 จำนวน และร้อยละ ของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามลักษณะส่วนบุคคล (n = 409) (ต่อ)

ลักษณะส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
บุคคลที่อาศัยอยู่ด้วย		
อยู่กับพ่อแม่และแม่	290	70.9
อยู่กับพ่อ	24	5.9
อยู่กับแม่	44	10.8
อยู่กับญาติ	48	11.7
อื่นๆ	3	0.7
ลักษณะที่อยู่อาศัย		
ไม่มีที่พักเป็นหลักแหล่ง	1	0.2
บ้านจัดสรร	51	12.5
ห้องแถวย่านการค้า	16	3.9
ชนบท สวน ไร่ นา	179	43.8
แหล่งชุมชนแออัด	21	5.1
อื่นๆ เช่น บ้านตนเองในหมู่บ้าน	140	34.3
ไม่เปิดเผยข้อมูล	1	0.2
สัมพันธภาพในครอบครัว		
กลมเกลียวกันดี	244	59.6
ทะเลาะกันนานๆครั้ง	76	18.6
ทะเลาะกันบางครั้ง	83	20.3
ทะเลาะกันเป็นประจำ	6	1.5
สัมพันธภาพระหว่างเพื่อน		
กลมเกลียวกันดี	226	55.3
ทะเลาะกันนานๆครั้ง	86	21.0
ทะเลาะกันบางครั้ง	88	21.5
ทะเลาะกันเป็นประจำ	9	2.2

ตาราง 3 จำนวน และร้อยละ ของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามลักษณะส่วนบุคคล (n = 409) (ต่อ)

ลักษณะส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
ระดับสัมพันธภาพในครอบครัว		
น้อยกว่า 9 คะแนน	250	61.1
9.01 - 10 คะแนน	141	34.5
ไม่เปิดเผยข้อมูล	18	4.4
Mean = 8.21 , Medain = 9 , SD = 1.87 , Min = 1 , Max = 10		
ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน		
น้อยกว่า 9 คะแนน	264	64.5
9.01 - 10 คะแนน	127	31.1
ไม่เปิดเผยข้อมูล	18	4.4
Mean = 8.12 , Medain = 9 , SD = 1.93 , Min = 0 , Max = 10		

ส่วนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตัวแปรที่ศึกษา ได้แก่ ระดับสัมพันธภาพในครอบครัว ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน ความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม การมีคุณค่าในตนเอง และความสุข โดยใช้สถิติบรรยาย

จากการวิเคราะห์ข้อมูลตัวแปร ระดับสัมพันธภาพในครอบครัว ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน ความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม การมีคุณค่าในตนเอง และความสุข โดยใช้สถิติบรรยายพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีระดับสัมพันธภาพในครอบครัวเฉลี่ยเท่ากับ 8.21 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.87 ซึ่งจัดอยู่ในระดับสูง ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนเฉลี่ยเท่ากับ 8.12 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.93 จัดอยู่ในระดับสูง ความฉลาดทางอารมณ์เฉลี่ยเท่ากับ 136.35 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 15.88 จัดอยู่ในระดับต่ำ แรงสนับสนุนทางสังคมเฉลี่ยเท่ากับ 120.49 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 19.22 จัดอยู่ในระดับปานกลาง การมีคุณค่าในตนเองเฉลี่ยเท่ากับ 26.43 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 4.64 จัดอยู่ในระดับปานกลาง และความสุขเฉลี่ยเท่ากับ 29.30 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 6.03 จัดอยู่ในระดับปานกลาง (ตาราง 4)

ตาราง 4 ค่าพิสัย ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของระดับสัมพันธภาพในครอบครัว ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน ความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม การมีคุณค่าในตนเอง และความสุข (n =409)

ตัวแปรที่ศึกษา	ช่วงคะแนน		ค่าเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ระดับคะแนนตัวแปรที่ศึกษา
	ค่าที่เป็นไปได้	ค่าที่เป็นจริง			
ระดับสัมพันธภาพในครอบครัว	0-10	1-10	8.21	1.87	สูง
ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน	0-10	0-10	8.12	1.93	สูง
ความฉลาดทางอารมณ์	52-208	99-178	136.35	15.88	ต่ำ
แรงสนับสนุนทางสังคม	5-175	37-169	120.49	19.22	ปานกลาง
การมีคุณค่าในตนเอง	10-40	14-37	26.43	4.64	ปานกลาง
ความสุข	0-45	14-45	29.30	6.03	ปานกลาง

ตาราง 5 แสดงการวิเคราะห์คะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น โดยวิเคราะห์คะแนนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมและรายด้าน (ดี เก่ง สุข) ผลเป็น ดังนี้

คะแนนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมส่วนใหญ่อยู่ในระดับต่ำ คิดเป็นร้อยละ 64.55 รองลงมาอยู่ในระดับปกติ คิดเป็นร้อยละ 31.78

คะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านดีส่วนใหญ่อยู่ในระดับต่ำและระดับปกติ คิดเป็นร้อยละ 44.75 และร้อยละ 44 ตามลำดับ

คะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่งส่วนใหญ่อยู่ในระดับต่ำ คิดเป็นร้อยละ 50.10 รองลงมา มีค่าคะแนนอยู่ในระดับปกติ คิดเป็นร้อยละ 46.20

คะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุขส่วนใหญ่อยู่ในระดับปกติ คิดเป็นร้อยละ 55.75 รองลงมา มีค่าคะแนนอยู่ในระดับต่ำ คิดเป็นร้อยละ 40.58

ตาราง 5 จำนวน และร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับคะแนนความฉลาดทางอารมณ์
(n = 409)

ระดับคะแนนความฉลาดทางอารมณ์	จำนวน (คน)	ร้อยละ
โดยรวม		
- ระดับต่ำ (<140)	264	64.55
- ระดับปกติ (140-170)	130	31.78
- ระดับสูง (>170)	15	3.67
ด้านดี		
- ระดับต่ำ (<48)	183	44.75
- ระดับปกติ (48-58)	180	44.00
- ระดับสูง (>58)	46	11.25
ด้านเก่ง		
- ระดับต่ำ (<45)	205	50.10
- ระดับปกติ (45-57)	189	46.20
- ระดับสูง (>57)	15	3.70
ด้านสุข		
- ระดับต่ำ (<40)	166	40.58
- ระดับปกติ (40-55)	228	55.75
- ระดับสูง (>55)	15	3.67

ตาราง 6 จำนวน และร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับความสุข (n = 409)

ตัวแปรที่ศึกษา	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ความสุข		
ระดับต่ำกว่าคนทั่วไป (0 – 26)	143	35.0
ระดับปกติเท่าคนทั่วไป (27-32)	145	35.4
ระดับสูงกว่าคนทั่วไป (33-45)	121	29.6

ตาราง 6 แสดงผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขพบว่าระดับความสุขของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่อยู่ในระดับปกติและระดับต่ำกว่าคนทั่วไป คิดเป็นร้อยละ 35.4 และ 35.0 ตามลำดับ

ส่วนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่าง แรงสนับสนุนทางสังคมกับความสุข โดยใช้สถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient)

จากการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคมกับความสุข โดยใช้สถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) พบว่าแรงสนับสนุนทางสังคมไม่มีความสัมพันธ์กับความสุข (ตาราง 7)

ตาราง 7 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) แบบเพียร์สันระหว่าง แรงสนับสนุนทางสังคมกับความสุขของกลุ่มตัวอย่าง (n=409)

ตัวแปร	ความสุข (r)	p-value
แรงสนับสนุนทางสังคม	.02	.63

ส่วนที่ 4 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่าง ระดับสัมพันธภาพในครอบครัว ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน และการมีคุณค่าในตนเองกับความสุข ด้วยสถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของสเปียร์แมน (Spearman rank Correlation Coefficient)

จากการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างระดับสัมพันธภาพในครอบครัว ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน และการมีคุณค่าในตนเองกับความสุขด้วยสถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของสเปียร์แมน (Spearman rank Correlation Coefficient) พบว่าสัมพันธภาพในครอบครัว สัมพันธภาพระหว่างเพื่อน และการมีคุณค่าในตนเองไม่มีความสัมพันธ์กับความสุข (ตาราง 8)

ตาราง 8 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) แบบสเปียร์แมนระหว่างระดับสัมพันธภาพในครอบครัว ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน และการมีคุณค่าในตนเองกับความสุขของกลุ่ม ตัวอย่าง (n=409)

ตัวแปร	ความสุข	p-value
1) ระดับสัมพันธภาพในครอบครัว	-.00	.84
2) ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน	.01	.47
3) การมีคุณค่าในตนเอง	.02	.58

ส่วนที่ 5 ผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขในกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์ สูง ปกติ และต่ำ วิเคราะห์คะแนนโดยรวมและรายด้าน (ดี เก่ง สุข) โดยใช้สถิติวิเคราะห์ความแปรปรวน (Analysis of Variance : ANOVA)

ตาราง 9 แสดงผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขในกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์โดยรวม สูง ปกติ และต่ำ ซึ่งพบว่าค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขในกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์โดยรวม สูง ปกติ และต่ำ มีอย่างน้อย 1 กลุ่มแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ หรือระดับความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมมีความสัมพันธ์กับระดับความสุข ($F_{2, 406} = 3.22$; $p = .04$) และทำการวิเคราะห์การเปรียบเทียบพหุคูณเพื่อทดสอบความแตกต่างว่าคู่ใดบ้างที่มีความแตกต่างกัน โดยใช้วิธี Turkey's Honestly Significant Difference (HSD) ผลการวิเคราะห์ พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมอยู่ในระดับปกติมีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขสูงกว่ากลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมอยู่ในระดับต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และพบว่านักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมอยู่ในระดับปกติ มีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขสูงกว่ากลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมอยู่ในระดับสูงอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ (ตาราง 10)

ตาราง 9 การวิเคราะห์ความแปรปรวนระหว่างค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขกับความฉลาดทางอารมณ์ โดยรวมของกลุ่ม สูง ปกติ และต่ำ (n = 409)

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	p-value
ความฉลาดทางอารมณ์ โดยรวม					
ระหว่างกลุ่ม	231.760	2	115.880	3.218	.041*
ภายในกลุ่ม	14617.849	406	36.005		
รวม	14849.609	408			

* $p < .05$

ตาราง 10 ผลการวิเคราะห์การเปรียบเทียบพหุคูณของค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขในกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์โดยรวม สูง ปกติ และต่ำ ด้วยวิธี Turkey's Honestly Significant Difference (HSD) (n = 409)

กลุ่มความฉลาดทางอารมณ์โดยรวม	Mean	ต่ำ	ปกติ	สูง
ต่ำ	28.84	-	-	-
ปกติ	30.38	1.536*	-	-
สูง	28.00	-.841	-2.377	-

* $p < .05$

ตาราง 11 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนระหว่างค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขกับความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี กลุ่มสูง ปกติ และต่ำ (n = 409)

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	p-value
ความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี					
ระหว่างกลุ่ม	10.544	2	5.272	.144	.866
ภายในกลุ่ม	14839.065	406	36.549		
รวม	14849.609	408			

ตาราง 11 แสดงผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขในกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี สูง ปกติ และต่ำ พบว่าค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขในกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี สูง ปกติ และต่ำไม่แตกต่างกัน

ตาราง 12 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขในกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่ง สูง ปกติ และต่ำ (n = 409)

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	p-value
ความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่ง					
ระหว่างกลุ่ม	138.121	2	69.061	1.906	.150
ภายในกลุ่ม	14711.488	406	36.235		
รวม	14849.609	408			

ตาราง 12 แสดงผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขในกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่ง สูง ปกติ และต่ำ พบว่าค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขในกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่ง สูง ปกติ และต่ำ ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 13 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขในกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุข สูง ปกติ และต่ำ (n = 409)

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	p-value
ความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุข					
ระหว่างกลุ่ม	265.351	2	132.676	3.693	.026*
ภายในกลุ่ม	14584.257	406	35.922		
รวม	14849.609	408			

* $p < .05$

ตาราง 13 แสดงผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขในกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุข สูง ปกติ และต่ำ พบว่าค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขในกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุขแตกต่างกันอย่างน้อย 1 คู่ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ หรือความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุขมีความสัมพันธ์กับความสุข ($F_{2, 406} = 3.69$; $p = .03$) และทำการวิเคราะห์เปรียบเทียบพหุคูณโดยใช้วิธี Turkey's Honestly Significant Difference (HSD) ผลการวิเคราะห์พบว่า นักเรียนกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุขปกติมีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขสูงกว่ากลุ่มต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่พบว่ากลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุขสูง มีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขต่ำกว่ากลุ่มปกติอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตาราง 14 ผลการวิเคราะห์การเปรียบเทียบพหุคูณของค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขในกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุข สูง ปกติ และต่ำ ด้วยวิธี Turkey's Honestly Significant Difference (HSD) (n = 409)

กลุ่มความฉลาดทางอารมณ์	Mean	ต่ำ	ปกติ	สูง
ด้านสุข				
ต่ำ	28.33	-	-	-
ปกติ	29.98	1.653*	-	-
สูง	29.73	1.408	-.245	-

* p < .05

บทที่ 5

อภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างระดับสัมพันธภาพในครอบครัว ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน ความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม และการมีคุณค่าในตนเองกับความสุขในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ผลการศึกษาสามารถอภิปรายตามวัตถุประสงค์และปัญหาการวิจัย ได้ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นกลุ่มตัวอย่าง

ส่วนที่ 2 ระดับความสุขของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นกลุ่มตัวอย่าง

ส่วนที่ 3 ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นกลุ่มตัวอย่าง

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 409 คน ส่วนใหญ่มีอายุอยู่ในช่วง 12 – 16 ปี (99.6%) อายุเฉลี่ย 13.58 ปี เป็นเพศหญิง (55%) เพศชาย (45%) ส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ (99.3%) มีเกรดเฉลี่ยอยู่ในช่วงเท่ากับและมากกว่า 2.5 ขึ้นไป (55.3%) ส่วนใหญ่มีพี่น้อง 1-2 คน (68.9%) โดยบิดามารดายังมีชีวิตอยู่ทั้งสองท่าน (92.4%) และบิดามารดามีสถานภาพสมรสอยู่ด้วยกัน (79.5%) ซึ่งส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับพ่อแม่ (70.9%) สถานที่อยู่อาศัยมีลักษณะเป็นชนบท สวน ไร่ นา (43.8%) และเป็นบ้านตนเองในหมู่บ้าน (34.3%) มีสัมพันธภาพในครอบครัวกลมเกลียวกันดี (59.6%) และมีสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนกลมเกลียวกันดี (55.3%)

จากข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่างพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความสอดคล้องกับกลุ่มประชากรนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นส่วนใหญ่ ทั้งในเรื่อง อายุ เพศ เกรดเฉลี่ย การนับถือศาสนา การมีชีวิตอยู่ของบิดามารดา สถานภาพสมรสของบิดามารดา และการอาศัยอยู่ โดยส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับบิดามารดาและมีลักษณะที่อยู่อาศัยแบบชนบท ที่อยู่ในสวน ไร่ นา ซึ่งเป็นบ้านที่ปลูกสร้างในพื้นที่ของตนเอง และมีสัมพันธภาพในครอบครัวกลมเกลียวกันดี ซึ่งสอดคล้องกับวัฒนธรรมการดำรงชีพของประชากรในพื้นที่ที่ประกอบอาชีพเกษตรกรรมเป็นส่วนใหญ่ ทำให้มีโอกาสใกล้ชิดกับครอบครัวได้สูง และมีการแข่งขันน้อยกว่าในสังคมเมือง ทำให้สัมพันธภาพในครอบครัวมีความ

กลมเกลียวกันดี ส่วนสัมพันธ์ภาพระหว่างเพื่อนพบว่าเป็นไปตามกลุ่มอายุโดยพบว่าวัยรุ่นเป็นวัยที่ยึดถือเพื่อนเป็นศูนย์กลาง (สุชา จันทร์อม, 2529)

ส่วนที่ 2 ระดับความสุขของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นกลุ่มตัวอย่าง

ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความสุขอยู่ในระดับต่ำถึงปกติ (70.4%) โดยมีความสุขระดับปกติ (35.4%) และระดับต่ำ (35%) ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้แตกต่างจากการศึกษาของดวงเดือน พิพัฒน์ชูเกียรติ (2541) ศึกษาเรื่องปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต พบว่า ระดับความสุขของนักศึกษาส่วนใหญ่อยู่ในระดับปกติ (66.7%) ระดับต่ำ (16.8%) และระดับสูง (16.5%) เช่นเดียวกับการศึกษาของวรรัตน์ กัจจนภรณ์ และคณะ (2549) ศึกษาเรื่องระดับความสุขและปัจจัยที่เกี่ยวข้องของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนขอนแก่นวิทยายน จังหวัดขอนแก่น ปีการศึกษา 2549 พบว่าระดับความสุขส่วนใหญ่มีระดับปกติ (45.1%) และระดับสูง (44.8%) และจากการศึกษาของ Natvig et.al (2003) ที่ศึกษาเรื่องปัจจัยทางจิตสังคมที่มีความสัมพันธ์กับความสุขของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นพบว่ามีความสุขอยู่ในระดับปกติ (52.46%) และระดับสูง (38.28%) จะเห็นได้ว่าจากผลการศึกษาในครั้งนี้พบว่าความสุขอยู่ในระดับต่ำถึงปกติซึ่งแตกต่างจากการศึกษาที่ผ่านมา คือมีระดับความสุขอยู่ในช่วงปกติถึงสูง ทั้งนี้เนื่องจากวัยรุ่นตอนต้นเป็นวัยที่ต้องเผชิญกับภาวะการเปลี่ยนแปลงมากที่สุดในช่วงชีวิตเพื่อก้าวสู่การเปลี่ยนผ่านจากวัยเด็กสู่วัยผู้ใหญ่ อาจทำให้เกิดความสับสนทั้งการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม โดยเฉพาะบทบาททางสังคมตั้งแต่การดำรงชีวิตประจำวันทำให้เกิดความขัดแย้งสูงทั้งภายในตนเองและระหว่างบุคคลโดยเฉพาะบิดามารดาหรือผู้ปกครอง (สุชา จันทร์อม, 2529) ดังนั้นวัยรุ่นตอนต้นจึงมีความสุขน้อยกว่าวัยรุ่นตอนปลายและวัยรุ่นอื่นๆ อีกทั้งความแตกต่างทางวัฒนธรรมส่งผลต่อความเชื่อและการรับรู้ความสุขได้ โดยจากการศึกษาพบว่าความสุขที่ศึกษาในประเทศทางตะวันตกเชื่อว่าความสุขจะเกิดจากตัวบุคคลเอง แต่ความสุขในประเทศทางตะวันออกจะให้ความสำคัญกับสัมพันธ์ภาพและบุคคลอื่นมากกว่าตนเอง จึงส่งผลให้ระดับความสุขที่ได้มีความแตกต่างกัน และในปัจจุบันมีความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีอย่างรวดเร็วโดยเฉพาะความเจริญก้าวหน้าในเรื่องการสื่อสารส่งผลให้การรับรู้เรื่องความสุขของบุคคลมีความคลาดเคลื่อนไป โดยยึดติดกับความสะดวกสบายและการเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจเป็นหลัก ไม่เว้นแม้แต่วัยรุ่นเห็นได้จากการแข่งขันกันในเรื่องการแต่งกาย รุ่นโทรศัพท์มือถือที่ใช้ และรุ่นจักรยานยนต์ที่ใช้ เป็นต้น ซึ่งความเข้าใจความสุขที่คลาดเคลื่อนดังกล่าวจึงส่งผลให้ระดับความสุขของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในพื้นที่อำเภอบางเลนที่ศึกษาอยู่ในระดับต่ำถึงปกติ

ส่วนที่ 3 ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นกลุ่มตัวอย่าง

ปัจจัยที่ศึกษาในครั้งนี้ ประกอบด้วย ปัจจัยภายนอก (ระดับสัมพันธภาพในครอบครัว ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน และแรงสนับสนุนทางสังคม) และปัจจัยภายใน (ความฉลาดทางอารมณ์และการมีคุณค่าในตนเอง) ซึ่งผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นกลุ่มตัวอย่าง โดยได้แสดงผลการศึกษาและอภิปรายในแต่ละปัจจัยดังต่อไปนี้

ระดับสัมพันธภาพในครอบครัว

ผลการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับสัมพันธภาพในครอบครัวมีช่วงคะแนน น้อยกว่า 9 (61.1%) ค่าเฉลี่ย 8.21 ซึ่งช่วงคะแนนอยู่ในระดับค่อนข้างสูง และผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างระดับสัมพันธภาพในครอบครัวกับความสุข พบว่า ระดับสัมพันธภาพในครอบครัวไม่มีความสัมพันธ์กับความสุข ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้แตกต่างจากการศึกษาของริชาร์ด เลยาร์ด (2005) ศึกษาเรื่องความสุขของคนทั่วไปในสหรัฐอเมริกา พบว่า ความสัมพันธ์ในครอบครัวมีความสัมพันธ์กับความสุข (Lane, 2000 ;สมชาย จักรพันธุ์, 2549; ริชาร์ด เลยาร์ด, 2005) และจากการศึกษาของ Cheng & Furnham (2003) ที่ศึกษาความสุขในวัยผู้ใหญ่พบว่า สัมพันธภาพกับพ่อแม่มีความสัมพันธ์กับความสุข และการสนับสนุนของพ่อแม่ ได้แก่ การให้กำลังใจ ความชื่นชมยินดี การสัมผัสและการให้ความรัก สามารถทำนายความสุขในชีวิตได้ (Sillick & Schutte, 2006) และจากการศึกษาของอมราวดี ณ อุบล (2544) เรื่องสัมพันธภาพในครอบครัว พบว่านักเรียนที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวดีมีสุขภาพจิตดีกว่านักเรียนที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวไม่ดี (อมราวดี ณ อุบล, 2544) โดยความสัมพันธ์ระหว่างบุตรและบิดามารดาที่ดีทำให้นักเรียนมีความสุขมาก (ประจิต สุขอนันต์, 2544) จะเห็นได้ว่าจากผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีระดับสัมพันธภาพในครอบครัวอยู่ในระดับค่อนข้างสูง แสดงว่า กลุ่มตัวอย่างมีความสัมพันธ์กับบุคคลในครอบครัวอยู่ในเกณฑ์ที่ดี น่าเป็นผลมาจากสภาพสังคมในพื้นที่บางเลนที่มีวิถีชีวิตค่อนข้างไปทางชนบท ทำให้นักเรียนในครอบครัวมีเวลาให้แก่มากกว่าประชากรที่อาศัยอยู่ในชุมชนเมือง เช่น การเสียเวลากับการเดินทาง เป็นต้น ประกอบกับสิ่งอำนวยความสะดวกยังมีน้อย เช่น ตู้เกมส์ ร้านอินเทอร์เน็ต ห้างสรรพสินค้า เป็นต้น ทำให้ดัดสิ่งกระตุ้นการเกิดปัญหาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นและป้องกันความขัดแย้งระหว่างนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นกับครอบครัวในเรื่องดังกล่าวได้มาก ดังนั้นระดับสัมพันธภาพในครอบครัวก็เป็นสิ่งจำเป็นต่อนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นและนับเป็นต้นทุนทางจิตใจของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่สร้างความเชื่อมั่นในเรื่องสัมพันธภาพระหว่างบุคคลในการออกไปเผชิญสู่สังคมภายนอกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ถึงแม้ผลการวิเคราะห์

ความสัมพันธ์พบว่า ระดับสัมพันธภาพในครอบครัวไม่มีความสัมพันธ์กับความสุข ทั้งนี้เนื่องจากนักเรียนส่วนใหญ่มีระดับสัมพันธภาพในครอบครัวอยู่ในระดับสูงทำให้ไม่มีความหลากหลายในระดับสัมพันธภาพในครอบครัวจึงไม่พบความสัมพันธ์กับความสุข

ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน

ผลการศึกษา พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนมีช่วงคะแนนน้อยกว่า 9 (64.5)ค่าเฉลี่ย 8.12 และผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนกับความสุข พบว่า ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนไม่มีความสัมพันธ์กับความสุข ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้แตกต่างจากการศึกษาของริชาร์ด เลยาร์ด (2005) ศึกษาเรื่องความสุขของคนทั่วไปในสหรัฐอเมริกา พบว่า สังคมและเพื่อนฝูงมีความสัมพันธ์กับความสุข (ริชาร์ด เลยาร์ด, 2005) โดยพบว่าสัมพันธภาพที่ดีของคนรอบข้างทำให้คนมีความสุข (สมชาย จักรพันธุ์, 2549; Lane, 2000; Borooah, 2006; Chan and Lee, 2006) โดยคุณภาพกลุ่มเพื่อนที่โรงเรียนมีความสัมพันธ์กับการเรียนรู้บทบาท กระบวนการทางสังคม ระเบียบวินัยและความสุขในวัยรุ่นด้วย (Steinberg, 1996) จะเห็นได้ว่าจากผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนอยู่ในระดับค่อนข้างสูง แสดงว่า กลุ่มตัวอย่างมีความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนอยู่ในเกณฑ์ที่ดี ซึ่งเป็นไปตามพัฒนาการของวัยรุ่นตอนต้นที่พบว่า วัยรุ่นเป็นวัยที่ยึดเพื่อนเป็นศูนย์กลาง ถึงแม้ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์พบว่า ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนไม่มีความสัมพันธ์กับความสุข ทั้งนี้เนื่องจากนักเรียนส่วนใหญ่มีระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนอยู่ในระดับสูงทำให้ไม่มีความหลากหลายในระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนจึงไม่พบความสัมพันธ์กับความสุข

แรงสนับสนุนทางสังคม

ผลการศึกษา พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีคะแนนแรงสนับสนุนทางสังคมอยู่ในระดับปานกลาง (ช่วงคะแนน 37 – 169 คะแนน คะแนนเฉลี่ย 120.49 คะแนน ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 19.223) และผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคมกับความสุข พบว่า แรงสนับสนุนทางสังคมไม่มีความสัมพันธ์กับความสุข ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้แตกต่างจากการทบทวนวรรณกรรม การศึกษาของนพพร ว่องสิริมาศ (2008) ศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างภาวะซึมเศร้าในมารดา เพศ และภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นไทย : บทบาทการส่งผ่านของสถานการณ์ความเครียด การสนับสนุนทางสังคม และการเห็นคุณค่าในตนเอง พบว่า การรับรู้การสนับสนุนทางสังคมมีอิทธิพลต่อภาวะซึมเศร้า โดยส่งผ่านความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง กล่าวคือหากการรับรู้แรงสนับสนุนมากส่งผลให้เกิดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองมาก เกิดภาวะซึมเศร้ามลดลง และมีความสุขมากขึ้น และจากการศึกษาของ Natvig et.al (2003) ที่ศึกษาเรื่องปัจจัยทางจิตสังคมที่มีความสัมพันธ์กับความสุขของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นพบว่าแรงสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์กับ

ความสุขอย่างนัยสำคัญทางสถิติ ($p = .05$) โดยแรงสนับสนุนทางสังคมสามารถป้องกันความเครียดที่เกิดจากความเครียดในชีวิตหรือช่วยลดระดับความรุนแรงของภาวะความเครียดที่เกิดกับบุคคลได้ (Beeber, 1996; Brown & Harris, 1978; Cohen & Wills, 1985; Israel et al., 2002; Parry, 1986 อ้างในมนีกานต์ สุภาเส, 2551) จะเห็นได้ว่าจากผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีแรงสนับสนุนทางสังคมอยู่ในระดับปานกลาง แสดงว่า กลุ่มตัวอย่างมีความรู้สึกอึดอัดหรือพึงพอใจต่อความต้องการทางสังคมจากความสำเร็จในสัมพันธภาพ ทั้ง 5 มิติ ได้แก่ 1) ความรักใคร่ผูกพัน 2) การได้รับความช่วยเหลือในด้านต่างๆ 3) การแลกเปลี่ยนประโยชน์ซึ่งกันและกัน 4) การรับรู้ว่าคุณค่าของตนเองเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มสังคม และ 5) การรับรู้ถึงคุณค่าของตนเอง ปานกลาง ทั้งนี้เนื่องจากสังคมและวัฒนธรรมไทยมักไม่นิยมการแสดงออกถึงความรัก การห่วงใยให้แก่กันในเชิงประจักษ์ เช่น การกอด เป็นต้นซึ่งส่งผลต่อการรับรู้แรงสนับสนุนทางสังคมของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น อีกทั้งสังคมไทยยังเปิดโอกาสให้วัยรุ่นแสดงออกทั้งด้านความคิด และความสามารถน้อย ทำให้ผลการศึกษาของกลุ่มตัวอย่างมีแรงสนับสนุนทางสังคมอยู่ในระดับปานกลาง และจากผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ พบว่า แรงสนับสนุนทางสังคมไม่มีความสัมพันธ์กับความสุข ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากการประเมินแรงสนับสนุนทางสังคมอาจจะไม่เฉพาะเจาะจงกับกลุ่มวัยรุ่นตอนต้น และเครื่องมือมีจำนวนตัวเลือกมากถึง 7 ตัวเลือก ส่งผลให้ไม่เห็นความสัมพันธ์ของแรงสนับสนุนทางสังคมกับความสุข แต่อย่างไรก็ตามจากการทบทวนวรรณกรรมพบว่าแรงสนับสนุนทางสังคมเป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุข จึงควรมีการศึกษาในประเด็นนี้ต่อไป และควรตระหนักถึงการประเมินแรงสนับสนุนทางสังคมที่เฉพาะกับกลุ่มวัยรุ่นตอนต้น

การมีคุณค่าในตนเอง

ผลการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีคะแนนการมีคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับปานกลาง (ช่วงคะแนน 14 - 37 คะแนน ค่าเฉลี่ย 26.43 คะแนน ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.642) และผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการมีคุณค่าในตนเองกับความสุข พบว่า การมีคุณค่าในตนเองไม่มีความสัมพันธ์กับความสุข ซึ่งต่างจากการศึกษาของ Sillick & Schutte (2006) พบว่าการมีคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์กับความสุขอย่างนัยสำคัญทางสถิติ (Sillick & Schutte, 2006) การมีคุณค่าในตนเองเป็นตัวทำนายความสุขที่ดีที่สุด (Uchida et al., 2005) บุคคลที่มีความภาคภูมิใจในตนเองสูงใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุข มีแนวโน้มประสบความสำเร็จสูง จากการศึกษาพบว่า การมีคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์กับความสุข (ประจิต สุขอนันต์, 2544) จะเห็นได้ว่าจากผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีการมีคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับปานกลาง แสดงว่า กลุ่มตัวอย่างมีทัศนคติต่อตนเองในเรื่องการมีคุณค่า ความสามารถ ความสำคัญ เป็นที่ยอมรับของบุคคลอื่นและสังคม และสามารถทำอะไรให้ตนประสบความสำเร็จปานกลาง ทั้งนี้อาจเป็นเพราะนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นต้อง

เผชิญกับการเปลี่ยนแปลงหลายด้านทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และขาดการยอมรับในบทบาทจากผู้ใหญ่ อีกทั้งการเลี้ยงดูในสังคมไทยที่เปิดโอกาสและให้อิสระในการคิดกับเด็กและวัยรุ่นค่อนข้างน้อย ทำให้นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นยังขาดความมั่นใจในตนเองต้องพึ่งพาอาศัยบิดามารดาค่อนข้างมาก ส่งผลต่อความการคุณค่าในตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น และจากผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ พบว่า การมีคุณค่าในตนเองไม่มีความสัมพันธ์กับความสุข ทั้งนี้อาจเนื่องจากความแตกต่างทางวัฒนธรรมและแนวคิดเกี่ยวกับความสุข โดยจากการทบทวนวรรณกรรมพบว่ามุมมองความสุขของประชากรในประเทศทางตะวันตกจะให้ความสำคัญกับปัจจัยในส่วนบุคคลมากกว่า เช่น การมีคุณค่าในตนเอง แต่มุมมองความสุขในประเทศทางตะวันออกพบว่าให้ความสำคัญของสัมพันธภาพมากกว่าปัจจัยในส่วนบุคคลจึงทำให้การมีคุณค่าในตนเองไม่พบความสัมพันธ์กับความสุข

ความฉลาดทางอารมณ์

ผลการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมอยู่ในระดับต่ำ (คะแนน 99 – 178 คะแนน ค่าเฉลี่ย 136.35 คะแนน ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 15.88) หมายถึง กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมมีค่าคะแนนที่ต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานของเยาวชนในอายุ 12-17 ปี (กรมสุขภาพจิต, 2543) เมื่อพิจารณาความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มตัวอย่างรายด้านทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านดี ด้านเก่ง และด้านสุข พบว่ามีคะแนนอยู่ในระดับปกติ ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้แตกต่างจากการศึกษาของบัวทิพย์ ใจตรงดี และคณะ (2546) ที่ศึกษาความฉลาดทางอารมณ์และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นหญิง พบว่าค่าเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมอยู่ในระดับปกติ ค่าเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ด้านดีและด้านสุขมีระดับสูงกว่าเกณฑ์ปกติส่วนด้านเก่งมีระดับต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ จะเห็นได้ว่าจากผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมอยู่ในระดับต่ำ เมื่อพิจารณาความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มตัวอย่างรายด้านทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านดี ด้านเก่ง และด้านสุข พบว่ามีคะแนนอยู่ในระดับปกติ ซึ่งแสดงให้เห็นว่าถึงแม้ความฉลาดทางอารมณ์รายด้านทั้ง 3 ด้าน จะอยู่ในระดับปกติก็ตามแต่ค่าคะแนนเฉลี่ยที่ได้มีค่าคะแนนเฉลี่ยที่เกินจากระดับต่ำเพียงเล็กน้อย ส่งผลให้ความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมมีค่าคะแนนต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน ทั้งนี้เนื่องจากวัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงหลายด้านก่อให้เกิดความสับสนในตนเองได้ง่าย เช่น การเปลี่ยนแปลงทางฮอร์โมนอาจส่งผลต่อการควบคุมอารมณ์ และการขาดประสบการณ์ในการดำเนินชีวิตทำให้ส่งผลต่อการแก้ปัญหาต่างๆ เป็นต้น ซึ่งจากทบทวนวรรณกรรมพบว่าความฉลาดทางอารมณ์ ประกอบด้วย การเข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่น และแก้ไขข้อขัดแย้งได้ ดังนั้นจึงส่งผลให้คะแนนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมต่ำ ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้แตกต่างจากการศึกษาของบัวทิพย์ ใจตรงดี และคณะ (2546) อาจเนื่องจากกลุ่มตัวอย่างแตกต่างกัน และผล

การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับความสุข พบว่า ระดับความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมและความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุขมีความสัมพันธ์กับระดับความสุขอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) โดยผลการวิเคราะห์ พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมอยู่ในระดับปกติมีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขสูงกว่ากลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมอยู่ในระดับต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = .05$) และนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุขอยู่ในระดับปกติมีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขสูงกว่ากลุ่มต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = .05$)) แต่กลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุขสูง มีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขต่ำกว่ากลุ่มปกติอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Furnham (2003) พบว่า ความฉลาดทางอารมณ์สามารถทำนายความสุข ซึ่งความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์กับความสุข (Sillick & Schutte, 2006) สอดคล้องกับการศึกษาของ Chamorro-Premuzic et al. (2007) ที่ศึกษาในกลุ่มนักเรียนและบุคคลทั่วไปที่มีอายุระหว่าง 13 – 59 ปี พบว่า ความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์กับความสุข ($p < .01$) โดยความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาพจิต (Schutte, Malouff, Thorsteinsson, Bhullar and Rooke, 2007) ซึ่งจากผลการวิจัยพบที่มีความสอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมา คือ ความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์กับความสุข โดย พบว่า ระดับความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมและความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุขมีความสัมพันธ์กับระดับความสุข ซึ่งความฉลาดทางอารมณ์นับเป็นปัจจัยพื้นฐานที่แฝงอยู่ในตัวบุคคลทุกคน และจากนิยามการศึกษาของกรมสุขภาพจิต (2544) พบว่า ความฉลาดทางอารมณ์ คือ การเข้าใจตนเองร่วมกับการเข้าใจผู้อื่นและสามารถแก้ไขความขัดแย้งได้ โดยสามารถอธิบายแยกแยะตามนิยามได้ ดังนี้ คือ การเข้าใจตนเอง หมายถึง ความฉลาดทางอารมณ์ด้านดีซึ่งเป็นความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการ รู้จักเห็นใจผู้อื่น มีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม การเข้าใจผู้อื่น หมายถึง ความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุขซึ่งเป็นความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข มีความภูมิใจในตนเอง พอใจในชีวิตและมีความสุขสงบทางใจ และความสามารถแก้ไขความขัดแย้ง หมายถึง ความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่งซึ่งเป็นความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจ แก้ปัญหาและแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งจากนิยามและความหมายข้างต้นจะเห็นว่าความฉลาดทางอารมณ์ที่ดีไม่ใช่การมีคะแนนที่สูงเท่านั้นต้องดูองค์ประกอบรายด้านด้วยว่าเป็นอย่างไร โดยพบว่าความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุขซึ่งเป็นการเข้าใจผู้อื่นนั้นมีความสัมพันธ์กับความสุข โดยพบว่าคะแนนความฉลาดที่ปกติถึงค่อนข้างสูงจะมีความสุขสูง แต่ถ้ามีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์สูงจะส่งผลให้มีความสุขต่ำได้ เนื่องจากหากนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นมีความเข้าใจคนอื่นมากเกินไปจะส่งผลให้ขาดความเป็นตัวของตัวเอง ดังนั้นความฉลาดทางอารมณ์ที่ดีควรประกอบด้วยกันทั้ง 3 ด้าน อย่างสมดุล หากด้านใดด้านหนึ่งมาก

เกินไปจะส่งผลต่อความสุขได้ โดยส่งเสริมพัฒนาการด้านความฉลาดทางอารมณ์อย่างถูกต้องตั้งแต่วัยเด็กจึงเป็นสิ่งสำคัญ ตั้งแต่การเลี้ยงดูของพ่อแม่ และการหล่อหลอมของสังคมจะส่งผลให้เด็กที่จะเติบโตมาเป็นวัยรุ่นมีระดับความฉลาดทางอารมณ์ดีขึ้นและสามารถเข้าใจตนเอง เข้าใจคนอื่น รวมถึงการแก้ไขความขัดแย้งได้ดี (กรมสุขภาพจิต, 2543) นับเป็นการลดวิกฤตและเพิ่มโอกาสให้กับวัยรุ่นเพราะหากวัยรุ่นมีระดับความฉลาดทางอารมณ์ที่ดีจะช่วยเป็นภูมิคุ้มกันให้แก่วัยรุ่นในการดำรงชีวิตและเผชิญปัญหาได้ดีมากขึ้น



บทที่ 6

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

ในบทนี้เป็นการบรรยายถึง การสรุปผลการศึกษา ข้อเสนอแนะจากงานวิจัย และข้อจำกัดของการศึกษา ซึ่งได้อธิบายดังต่อไปนี้

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบบรรยายความสัมพันธ์ (Descriptive Correlational Research) เพื่อศึกษาถึงระดับความสุข และปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ปัจจัยที่ศึกษา ได้แก่ ระดับสัมพันธภาพในครอบครัว ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน ความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม และการมีคุณค่าในตนเอง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นเขตพื้นที่อำเภอบางเลน จังหวัดนครปฐม ที่กำลังศึกษาในโรงเรียนบางเลนวิทยาและโรงเรียนสถาพรวิทยา ภาคการศึกษาที่ 1 ปีการศึกษา 2552 จำนวน 409 คน เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบกลุ่มเฉพาะเจาะจง (Cluster Sampling) ซึ่งมีเกณฑ์การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง คือ เป็นนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่ศึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษาพื้นที่อำเภอบางเลน จังหวัดนครปฐม ที่เป็นคนไทย และยินยอมให้ความร่วมมือในการศึกษา ซึ่งการศึกษานี้ได้รับการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคน คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี การเก็บข้อมูลประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับวัยรุ่น (อายุ 12-17 ปี) แบบวัดดัชนีชี้วัดความสุขคนไทยฉบับสั้น แบบประเมินแรงสนับสนุนทางสังคม และแบบสอบถามการมีคุณค่าในตนเอง โดยก่อนที่จะนำแบบสอบถามไปใช้ในการศึกษาจริงผู้วิจัยได้ทดลองใช้ในกลุ่มนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่มีคุณสมบัติคล้ายกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 35 คน ได้ค่าความเชื่อมั่นโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคของแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับวัยรุ่น (อายุ 12-17 ปี) แบบวัดดัชนีชี้วัดความสุขคนไทยฉบับสั้น แบบประเมินแรงสนับสนุนทางสังคม และแบบสอบถามการมีคุณค่าในตนเอง คือ .78, .76, .83, และ .77 ตามลำดับ และจากการศึกษาพบว่ามีค่าความเชื่อมั่นโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคของแบบวัด คือ .78, .88, .65, และ .76 ตามลำดับ เก็บข้อมูลระหว่างเดือนมิถุนายน 2552 ถึงเดือนกรกฎาคม 2552 และวิเคราะห์ข้อมูลใช้โปรแกรมสำเร็จรูปสำหรับการวิเคราะห์ในการ

วิจัยทางสังคมศาสตร์ กำหนดความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 วิเคราะห์ข้อมูลลักษณะส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่างและข้อมูลของตัวแปรที่ศึกษาโดยใช้สถิติบรรยาย (Descriptive Statistics) วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคมกับความสุขโดย สถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างระดับสัมพันธภาพในครอบครัว ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน และการมีคุณค่าในตนเองกับความสุขโดยสถิติสหสัมพันธ์ของสเปียร์แมน (Spearman rank – order Correlation Coefficient) และวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับความสุขโดยสถิติวิเคราะห์ความแปรปรวน (Analysis of Variance : ANOVA) ซึ่งผลการวิจัยมีดังต่อไปนี้

1. ข้อมูลส่วนบุคคลของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 409 คน พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 12-16 ปี อายุเฉลี่ย 13.58 ปี (SD = 1.02) เพศหญิง (55%) และเพศชาย (45%) นับถือศาสนาพุทธ (99.3%) เกรดเฉลี่ยเท่ากับและมากกว่า 2.5 ขึ้นไป (55.3%) มีพี่น้อง 2 คน (46.9%) บิดาและมารดายังมีชีวิตอยู่ทั้งสองท่าน (92.4%) บิดาและมารดามีสถานภาพสมรสอยู่ด้วยกัน (79.5%) อาศัยอยู่กับบิดามารดา (70.9%) ลักษณะที่อยู่อาศัยเป็นชนบท สวน ไร่ นา (43.9%) และบ้านตนเองในหมู่บ้าน (34.3%) มีสัมพันธภาพในครอบครัวมีลักษณะกลมเกลียวกันดี (59.6%) และมีสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนมีลักษณะกลมเกลียวกันดี (55.3%)

2. ระดับความสุขของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับความสุขอยู่ในช่วงต่ำถึงปกติ (70.4%) โดยมีความสุขอยู่ในระดับปกติ (35.4%) ระดับต่ำ (35%) และระดับสูง (29.6%) ตามลำดับ

3. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

ระดับสัมพันธภาพในครอบครัว

พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับสัมพันธภาพในครอบครัวมีช่วงคะแนน น้อยกว่า 9 (61.1%) ค่าเฉลี่ย 8.21 คะแนน จัดอยู่ในระดับค่อนข้างสูง และพบว่าระดับสัมพันธภาพในครอบครัวไม่มีความสัมพันธ์กับความสุข

ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน

พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนมีช่วงคะแนน น้อยกว่า 9 (64.5%) ค่าเฉลี่ย 8.12 คะแนน จัดอยู่ในระดับค่อนข้างสูง และพบว่าระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนไม่มีความสัมพันธ์กับความสุข

แรงสนับสนุนทางสังคม

พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีคะแนนแรงสนับสนุนทางสังคมในช่วง 37 – 169 คะแนน ร้อยละ 68.85 (Mean = 120.49, SD = 19.22) จัดอยู่ในระดับปานกลาง และพบว่าแรงสนับสนุนทางสังคมไม่มีความสัมพันธ์กับความสุข

การมีคุณค่าในตนเอง

พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีคะแนนการมีคุณค่าในตนเองอยู่ระหว่าง 14 - 37 คะแนน ร้อยละ 68.85 (Mean = 26.43, SD = 4.64) จัดอยู่ในระดับปานกลาง และพบว่าการมีคุณค่าในตนเองไม่มีความสัมพันธ์กับความสุข

ความฉลาดทางอารมณ์

พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวม อยู่ในระดับต่ำ (64.55%) (Mean = 136.35, SD = 15.88) สำหรับรายด้าน พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านดีส่วนใหญ่อยู่ในระดับต่ำ (44.75%) และระดับปกติ (44%) (Mean = 49.42, SD = 7.08) ด้านเก่งส่วนใหญ่อยู่ในระดับต่ำ (50.10%) และระดับปกติ (46.2%) (Mean = 45.14, SD = 6.10) และด้านสุขส่วนใหญ่อยู่ในระดับปกติ (55.75%) และระดับต่ำ (40.58%) (Mean = 41.79, SD = 6.77)

ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับความสุข พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมอยู่ในระดับปกติมีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขสูงกว่ากลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมอยู่ในระดับต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = .05$) และพบว่านักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมอยู่ในระดับปกติ มีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขสูงกว่ากลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมอยู่ในระดับสูงอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ และเมื่อวิเคราะห์ความฉลาดทางอารมณ์รายด้านทั้ง 3 ด้าน พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขในกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี และด้านเก่ง สูง ปกติ และต่ำ ไม่แตกต่างกัน หรือความฉลาดทางอารมณ์ด้านดีและด้านเก่งไม่มีความสัมพันธ์กับความสุข แต่พบว่า นักเรียนกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุขปกติมีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขสูงกว่ากลุ่มตัวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่พบว่ากลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุขสูง มีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขต่ำกว่ากลุ่มปกติอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

โดยสรุปการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับความสุข พบว่า ระดับความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมและความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุขมีความสัมพันธ์กับระดับความสุขอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$)

ข้อจำกัดของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจงจึงอาจทำให้มีข้อจำกัดในการนำผลไปใช้อ้างอิงในประชากรกลุ่มอื่นได้

ข้อเสนอแนะจากงานวิจัย

จากผลการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยสามารถสรุปข้อเสนอแนะออกเป็นด้านปฏิบัติการพยาบาล และการวิจัย ดังนี้

ด้านการปฏิบัติการพยาบาล

จากผลการวิจัยครั้งนี้พบว่า ร้อยละ 70.4 ของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับความสุขอยู่ในช่วงต่ำถึงปกติ โดยมีระดับความสุขอยู่ในระดับปกติร้อยละ 35.4 และระดับต่ำร้อยละ 35 ซึ่งเป็นข้อมูลสำคัญที่บ่งชี้ถึงภาวะสุขภาพจิตของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น และพบว่าปัจจัยที่ศึกษาที่มีความสัมพันธ์กับความสุข คือ ความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งผลการวิจัยในครั้งนี้จะเป็นข้อมูลพื้นฐานให้พยาบาลและบุคลากรทางสุขภาพในการหาแนวทางส่งเสริมความสุข และป้องกันหรือลดความเสี่ยงของการเกิดปัญหาทางสุขภาพจิต และปัญหาพฤติกรรมที่อาจเกิดแก่วัยรุ่นได้ จึงควรนำผลการวิจัยที่ได้ไปใช้ในการวางแผนและปฏิบัติการพยาบาลในวัยรุ่นด้วย

ด้านการวิจัย

1. ควรมีการศึกษาระดับความสุขในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นทั่วประเทศ เพื่อให้ทราบระดับความสุขในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในภาพรวมของประเทศ
2. ควรมีการศึกษาระดับความสุขในวัยรุ่นในกลุ่มอื่น เช่น นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย นักเรียนอาชีวศึกษา และนักศึกษาระดับอุดมศึกษา เป็นต้น เพื่อให้ทราบระดับความสุขในกลุ่มวัยรุ่นมากขึ้น
3. ควรมีการศึกษาปัจจัยอื่น เช่น การรับรู้ความเจ็บป่วย รูปแบบการเลี้ยงดูบุตร เป็นต้น ที่มีความสัมพันธ์กับความสุขในนักเรียนมัธยมศึกษาและวัยรุ่น เพื่อให้เกิดความเข้าใจความสุขและปัจจัยที่เกี่ยวกับความสุขในนักเรียนมัธยมศึกษาและวัยรุ่นมากขึ้น

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น

FACTORS RELATED TO HAPPINESS IN HIGH SCHOOL STUDENTS

ลัดดาวัลย์ พลชัย 4737439 RAMH/M

พย.ม. (การพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช)

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ : โสภณ แสงอ่อน, Ph.D. (Nursing) , พัทรินทร์ นันทจันทร์,
Ph.D. (Nursing)

บทสรุปแบบสมบูรณ์

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

วัยรุ่น วัยแห่งการเปลี่ยนผ่านจากวัยเด็กสู่วัยผู้ใหญ่ เป็นวัยหัวเลี้ยวหัวต่อที่มีการเปลี่ยนแปลงหลายด้าน ทั้งทางด้านร่างกาย สติปัญญา จิตใจ และสังคม โดยมีการเจริญเติบโตด้านร่างกายมากที่สุดในช่วงชีวิตมนุษย์ คือ มีความสมบูรณ์ทางเพศอย่างชัดเจน เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมน เช่น เด็กหญิงมีเต้านมใหญ่ขึ้น สดส่วนร่างกายเปลี่ยนแปลงไป มีประจำเดือน มีขนรักแร้และมีขนบริเวณอวัยวะเพศ ส่วนเด็กชายจะมีขนบริเวณอวัยวะเพศ มีน้ำเสียงทุ้มมีลักษณะห้าวขึ้น หรือที่เรียกว่า เสียงแตกพาน เป็นต้น ส่วนการเปลี่ยนแปลงทางด้านสติปัญญา จิตใจ และสังคม พบว่าวัยรุ่นเป็นวัยแห่งการแสวงหาเอกลักษณ์ของตนเองเป็นระยะที่มีความสับสนทางจิตใจมากกว่าวัยอื่น เรียนรู้และยอมรับความสามารถของตน มีความเข้าใจในนามธรรมที่ซับซ้อน มีเหตุผลในการคิดวิเคราะห์ เริ่มรู้จักใช้ความคิดอย่างลึกซึ้ง มีจินตนาการที่กว้างขวางขึ้น เริ่มสนใจในเรื่องเพศ ต้องการความเป็นอิสระและต้องการเป็นที่ยอมรับของสังคม จากการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวทำให้วัยรุ่นต้องเผชิญกับภาวะการปรับตัวอยู่ตลอดเวลาและประสบปัญหาในช่วงชีวิตได้มากกว่าช่วงวัยอื่น โดยเฉพาะวัยรุ่นตอนต้นที่ต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงมากที่สุด ซึ่งหากวัยรุ่นไม่มีความสุขหรือขาดความสมบูรณ์ในตนเอง ก็จะรู้สึกขาดและพร่องอยู่เรื่อยไป ต้องหาอะไรมาเติมเต็ม เช่น ยาเสพติด ความรุนแรง (ประเวศ วะสี, 2543 อ้างใน ระวีวรรณ ถวายทรัพย์, 2545)

ปัจจุบันจากความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีทำให้การรับรู้ข้อมูลข่าวสารจากทั่วโลกรวดเร็วขึ้น ซึ่งข้อมูลมีทั้งด้านบวกและด้านลบ หากวัยรุ่นไม่มีความสุขหรือขาดความสมบูรณ์ในตนเองทำให้มีโอกาสเสี่ยงที่จะเลือกเรียนรู้ในด้านลบได้สูง เนื่องจากสภาพสังคมจะเป็นแนวทางและต้นแบบพฤติกรรมของวัยรุ่น (ศรีเรือน แก้วสังวาลย์, 2540 อ้างใน อัจฉรา สุขารมณ และอรพินทร์ ชุชม, 2548) ดังเห็นได้จากข่าวสารและสื่อต่างๆ ในปัจจุบันที่พบว่าปัญหาที่เกิดขึ้นกับวัยรุ่นมีอัตราสูงมากขึ้น ตั้งแต่ปัญหาเล็กน้อยถึงปัญหาใหญ่ เช่น ปัญหาเด็กวัยรุ่นติดตู้เกมส์ ปัญหาการใช้จ่ายฟุ่มเฟือย ปัญหาการทำร้ายร่างกาย ปัญหาการก่ออาชญากรรม ปัญหาการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ ปัญหาการใช้สารเสพติด ปัญหาการกระทำชำเราและถูกกระทำชำเรา เป็นต้น ซึ่งจากสถิติคดีเด็กและเยาวชนที่ถูกดำเนินคดีโดยสถานพินิจทั่วประเทศตั้งแต่ปี พ.ศ. 2546 – 2550 พบว่าจำนวนเด็กและเยาวชนที่ถูกดำเนินคดีคิดเป็นรายต่อปีมีอัตราสูงมากขึ้น ดังนี้ 29,915; 33,308; 36,080; 48,218; และ 51,128 ตามลำดับ ซึ่งเด็กและเยาวชนที่ถูกดำเนินคดีส่วนใหญ่เป็นนักเรียนนักศึกษา ร้อยละ 33.23 การศึกษาอยู่ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ร้อยละ 33.97 การคบเพื่อนเป็นสาเหตุการกระทำผิด ร้อยละ 39.54 และความผิดเกี่ยวกับลักทรัพย์ ร้อยละ 28.88 รองลงมาเป็นความผิดเกี่ยวกับยาเสพติดให้โทษ ร้อยละ 20.10 (กรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน, 2552) นอกจากนี้ยังพบปัญหาเจ็บป่วยทางจิตใจที่เกิดขึ้นกับวัยรุ่น เช่น ปัญหาภาวะซึมเศร้า และปัญหาการฆ่าตัวตาย เป็นต้น ซึ่งจากสถิติการศึกษภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นไทยพบว่าอัตราสูงมากขึ้น (วรพร อินทบุหรั้น, 2534; จันทนา เทศวัฒนา, 2546; จุลจรรยาพร ศรีเพชร, 2543; ช่อเพชร เบ้าเงิน, 2537; รัชฉณา สิงห์ทอง, 2546) จากข้อมูลปัญหาของวัยรุ่นดังกล่าวข้างต้นสื่อให้เห็นถึงภาวะวิกฤตของความสุขในวัยรุ่น และจากการทบทวนวรรณกรรมเรื่องความสุขในวัยรุ่นพบว่าวัยรุ่นส่วนใหญ่มีความสุขอยู่ในระดับต่ำถึงปานกลาง ดังผลการศึกษาความสุขของประชาชน อำเภอท่าปลา จังหวัดอุตรดิตถ์ พบว่าความสุขในวัยรุ่นช่วงอายุ 18-22 ปี อยู่ในระดับน้อยถึงปานกลาง ร้อยละ 86.2 (สุภาณี สุชนะนากินทร์, 2549) ซึ่งสอดคล้องกับความสุขในนักศึกษามหาวิทยาลัยระดับชั้นปีที่ 1 พบว่าอยู่ในระดับต่ำถึงปานกลาง ร้อยละ 83.2 (ดวงเดือน พิพัฒน์ชูเกียรติ, 2541) และสอดคล้องกับความสุขของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย พบว่าอยู่ในระดับต่ำถึงปานกลาง ร้อยละ 55.2 (วรรัตน์ กัจฉมาภรณ์ และคณะ, 2549) เช่นเดียวกับผลความสุขของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นพบว่ามีความสุขอยู่ในระดับต่ำถึงปานกลาง ร้อยละ 61.72 (Natvig, Albrektsen & Qvarnström, 2003) ซึ่งความสุขเป็นเป้าหมายของชีวิตมนุษย์ เป็นสิ่งสำคัญที่มนุษย์ทุกคนปรารถนา และเป็นความรู้สึที่สื่อถึงคุณภาพชีวิตทั้งหมด (Adler, 2008) ที่เกิดจากการประเมินปัจจัยที่เข้ามาในชีวิต (Veenhoven, 1994)

ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความสุขในวัยรุ่นมีหลายด้าน ซึ่งอาจสรุปได้เป็นปัจจัยภายในตัวบุคคลและปัจจัยภายนอกตัวบุคคล ปัจจัยภายในตัวบุคคล ได้แก่ ความฉลาดทางอารมณ์ การมีคุณค่า

ในตนเอง การรับรู้การเจ็บป่วย เป็นต้น ซึ่งการรับรู้ถึงความสุขในชีวิต จะส่งผลให้เกิดความรู้สึกมีความหมายและเกิดเป้าหมายในชีวิต กล่าวคือ รู้ว่าตนเองต้องการทำอะไรเพื่ออะไร สิ่งใดเหมาะสมกับตนเองในปัจจุบัน มองโลกในแง่ดี มองเห็นชีวิตและวันเวลาเป็นสิ่งที่มีความหมาย มีความพึงพอใจที่จะสัมพันธ์กับบุคคลรอบข้าง และมีความภาคภูมิใจในตนเอง (Highfield & Carson, 1983 อ้างใน กัลยา พลอยใหม่, 2545) ส่วนปัจจัยภายนอกตัวบุคคล ได้แก่ แรงสนับสนุนทางสังคม สัมพันธภาพระหว่างเพื่อน สัมพันธภาพในครอบครัว และสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนและครูผู้สอน เป็นต้น

จากการทบทวนวรรณกรรมในประเทศไทยที่เกี่ยวกับความสุขในวัยรุ่น พบว่าส่วนใหญ่เป็นการศึกษาปัญหาในวัยรุ่นซึ่งเป็นการศึกษาจิตวิทยาผ่านแบบ เช่น ปัญหาการสูบบุหรี่ ปัญหาการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ เป็นต้น ส่วนการศึกษาความสุขในวัยรุ่นซึ่งเป็นจิตวิทยาผ่านแบบยังมีการศึกษาอยู่น้อยและไม่พบการศึกษาความสุขที่เจาะจงในกลุ่มวัยรุ่นตอนต้น ทั้งที่ความสุขเป็นเป้าหมายที่สำคัญของชีวิตและเป็นแรงขับเคลื่อนในการดำรงชีวิตของบุคคลให้ประสบความสำเร็จในชีวิตได้มากขึ้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาระดับความสุข และปัจจัยที่สัมพันธ์กับความสุขในวัยรุ่นตอนต้น ในพื้นที่อำเภอบางเลน จังหวัดนครปฐม เนื่องจากพื้นที่อำเภอบางเลนมีการพัฒนาจากสังคมเกษตรกรรมสู่สังคมอุตสาหกรรมอย่างรวดเร็ว ส่งผลต่อวิถีชีวิตความเป็นอยู่และเกิดการแข่งขันทางเศรษฐกิจสูง ซึ่งจากสถิติของสกอ.บางเลน พบว่ามีอุบัติการณ์การเกิดปัญหาการทำร้ายร่างกาย ปัญหาการใช้สารเสพติด ปัญหาการกระทำชำเราและถูกกระทำชำเราที่เกี่ยวกับวัยรุ่นมีอัตราสูงมากขึ้น และวิธีการการก่อเหตุทวีความรุนแรงขึ้น เช่น ปัญหาการทำร้ายร่างกาย เป็นต้น (สกอ.บางเลน, 2551) และจากสถิติการเข้ารับการรักษาของโรงพยาบาลบางเลน พบว่าปัญหาการทำร้ายร่างกาย ปัญหาการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ ปัญหาถูกกระทำชำเรา และปัญหาการฆ่าตัวตาย ในพื้นที่อำเภอบางเลนมีอุบัติการณ์ที่เกี่ยวกับวัยรุ่นสูงมากขึ้นเช่นเดียวกัน (โรงพยาบาลบางเลน, 2551) ดังนั้นเพื่อให้มีความเข้าใจเรื่องความสุขและปัจจัยที่สัมพันธ์กับความสุขในวัยรุ่นตอนต้นในพื้นที่นี้ และเพื่อประโยชน์ในการส่งเสริมความสุขและการป้องกันการเกิดปัญหากับวัยรุ่นในอนาคตต่อไป

กรอบแนวคิดในการศึกษา

กรอบแนวคิดในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้จากการทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสุข และความสุขในวัยรุ่น ซึ่งพบว่าปัจจัยหลักที่คาดว่าจะเกี่ยวข้องกับความสุขในวัยรุ่น คือ ปัจจัยภายใน และปัจจัยภายนอก

ปัจจัยภายในที่เกี่ยวข้องกับความสุขในวัยรุ่นที่ศึกษาในครั้งนี้ คือ ความฉลาดทางอารมณ์ และการมีคุณค่าในตนเอง

- ความฉลาดทางอารมณ์เป็นความสามารถทางอารมณ์ในการเข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่น สามารถแก้ไขความขัดแย้งได้ และช่วยให้การดำเนินชีวิตเป็นไปอย่างสร้างสรรค์และมีความสุข (กรมสุขภาพจิต, 2544) ซึ่งการพัฒนาบุคคลให้มีคุณภาพและอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขต้องพัฒนา 3 ด้าน คือ ด้านความรู้ ความคิด ด้านพฤติกรรมและการแสดงออก และด้านอารมณ์ ความรู้สึก (นันทนา วงษ์อินทร์, 2543: 20) ซึ่งความฉลาดทางอารมณ์มีบทบาทที่สำคัญต่อความสำเร็จและการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข (ญาดา หลาวเพชร, 2544) จากการศึกษาพบว่าความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์กับความสุข (Hill & Argle, 2001; Chamoro-Premuzic, Bennett, & Furnham, 2006; Shutte, Malouff, Thorsteinsson, Bhullar, & Rooke, 2006)

- การมีคุณค่าในตนเอง จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่าการมีคุณค่าในตนเองเป็นทัศนคติที่บุคคลมีต่อตนเองทั้งในด้านบวกและด้านลบ โดยเป็นส่วนหนึ่งของโครงสร้างเกี่ยวกับตนในการประเมินตนเอง ในเรื่องคุณค่า ความสามารถและคุณสมบัติจำเพาะบุคคล ถือเป็นโครงสร้างอัตมโนภาพ (Rosenberg, 1989) แบ่งเป็น 2 ด้าน คือ (1) ด้านอัตตะในด้านสัญญาหรือการรับรู้ตนเอง (cognitive self) เป็นเรื่องความรู้ ความเข้าใจที่บุคคลมีต่อตนเองจากการที่บุคคลเป็นเจ้าของตำแหน่ง สถานภาพ ภายในโครงสร้างสังคมที่บุคคลอาศัยหรือเป็นสมาชิกอยู่ และทำให้บุคคลมีเอกลักษณ์เป็นของตนเอง และ (2) ด้านอัตตะในด้านการประเมินหรือการประเมินตนเองรับรู้ตนเอง (evaluative self) เป็นการอธิบายตนเองของตัวบุคคล ได้มาจากการที่บุคคลนำตนเองไปประเมินกับสิ่งอื่นหรือคนอื่น เพื่อที่จะให้บุคคลรู้ว่าเขามีคุณค่าหรือมีความภาคภูมิใจในตนเองสูงหรือต่ำเพียงไรซึ่งการมีคุณค่าในตนเอง (self-esteem) เป็นความต้องการขั้นพื้นฐานของมนุษย์เป็นปรากฏการณ์ของการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นตลอดช่วงอายุขัยของมนุษย์ (Muhlenkamp & Sayles, 1986 อ้างใน คาริกา ธารบัวสวรรค์, 2540) มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุข (Mahon & Yarcheski, 2002; Cheng & Furnham, 2003) และมีความสัมพันธ์กับระดับความสุขและความสำเร็จสูง (Bowles, 1999; Davis & Brember, 1999) ซึ่งการมีคุณค่าในตนเอง เป็นลักษณะของบุคคลที่มีความสุข (Mayers & Diener, 1995)

ปัจจัยภายนอกที่เกี่ยวข้องกับความสุขในวัยรุ่นที่ศึกษาในครั้งนี้ คือ ระดับสัมพันธภาพในครอบครัว ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน และแรงสนับสนุนทางสังคม

- ระดับสัมพันธภาพในครอบครัว (Level of Family Relationship) เป็นการรับรู้ความสัมพันธ์ของวัยรุ่นกับบุคคลในครอบครัวที่อาศัยอยู่ร่วมกัน เช่น พ่อ แม่ ลูก จากการศึกษาพบว่าครอบครัวเป็นสังคมแรกของมนุษย์ทุกคนซึ่งเป็นสังคมพื้นฐานในการดำรงชีวิต ครอบครัวจึงมีอิทธิพลสำคัญต่อมนุษย์ทุกคน ซึ่งครอบครัวที่สมาชิกในครอบครัวมีความรักผูกพันที่ดีต่อกันมั่นคงปลอดภัยจะมีความสุขด้านจิตใจสูงสุด (นงเยาว์ นวลพรหม, 2550) ดังนั้นความสัมพันธ์ใน

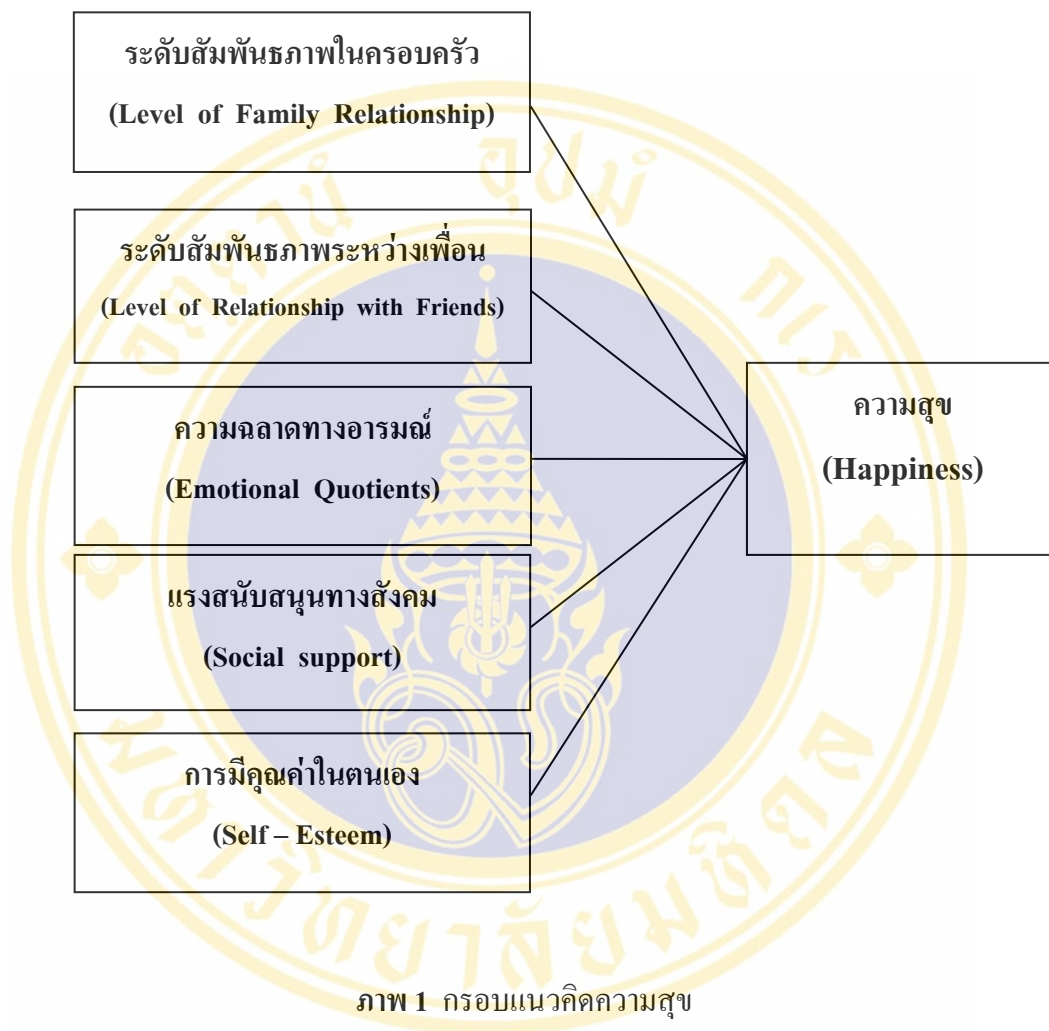
ครอบครัวมีความสัมพันธ์กับความสุข (ริชาร์ด เลยาร์ด, 2550) ซึ่งสัมพันธ์ภาพที่ดีของบิดามารดากับบุตรส่งผลให้บุตรมีความมั่นคงทางจิตใจ มีความไว้วางใจตนเองและผู้อื่น และให้ความร่วมมือผู้อื่นได้ดี และเป็นเครื่องมือป้องกันปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นวัยรุ่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ (จารุวรรณ ชูปวา, 2541) และการสนับสนุนของพ่อแม่ ได้แก่ การให้กำลังใจ ความชื่นชมยินดี การสัมผัสและการให้ความรัก สามารถทำนายความสุขในชีวิตได้ (Sillick & Schutte, 2006) สัมพันธภาพกับพ่อแม่มีความสัมพันธ์กับความสุข (Cheng & Furnham, 2003) และจากการศึกษาพบว่านักเรียนที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวดีมีสุขภาพจิตดีกว่านักเรียนที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวไม่ดี (อมราวดี ณ อุบล, 2544) ความสัมพันธ์ระหว่างบุตรและบิดามารดาที่ดีทำให้นักเรียนมีความสุขมาก (ประชิด สุขอนันต์, 2544)

- ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนเป็นการรับรู้ความสัมพันธ์ระหว่างวัยรุ่นกับเพื่อนที่มีความเกี่ยวข้องกัน จากการศึกษาพบว่าวัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องการความเป็นอิสระ ต้องการดูแลตนเองมากขึ้น ต้องการการยอมรับจากสังคม โดยวัยรุ่นจะยึดถือเพื่อนมากกว่าครอบครัว ซึ่งสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนเป็นพื้นฐานเบื้องต้นของความสุข (Lane, 2000) จากผลการศึกษาพบว่าความสัมพันธ์กับเพื่อนมีอิทธิพลต่อภาวะซึมเศร้าซึ่งสะท้อนถึงอิทธิพลต่อความสุขด้วย (จุลจราพร ศรีเพชร, 2543) สังคมและเพื่อนฝูงมีความสัมพันธ์กับความสุข (ริชาร์ด เลยาร์ด, 2550) ดังนั้นสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนจึงเป็นปัจจัยที่สัมพันธ์กับช่วงอายุวัยรุ่น

- แรงสนับสนุนทางสังคมเป็นแหล่งประโยชน์ที่ช่วยให้บุคคลสามารถปรับตัวต่อความเครียดที่เกิดขึ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ เป็นความพึงพอใจต่อความจำเป็นพื้นฐานทางสังคมที่ได้จากการติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่น (กังสดาล สุทรวีรสรค์, 2535: 24) เป็นปัจจัยทางจิตสังคมที่มีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมของบุคคล (ศิริพร พงษ์ระวีวงศ์, 2543) แรงสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุข (Mahon & Yarcheski, 2002) ทักษะทางสังคมและแรงสนับสนุนทางสังคมเป็นส่วนประกอบให้เกิดความสุข (Diener, 2002 อ้างใน กรมสุขภาพจิต, 2550)

สรุปปัจจัยสำคัญที่น่าจะมีความสัมพันธ์กับความสุขในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในการศึกษาครั้งนี้เป็นปัจจัยภายใน และปัจจัยภายนอก ประกอบด้วย ระดับสัมพันธภาพในครอบครัว ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน ความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม และการมีคุณค่าในตนเอง โดยมีกรอบแนวคิดในการวิจัย ดังนี้

กรอบแนวคิดในการศึกษา



วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความสุขของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนมัธยมศึกษาในพื้นที่อำเภอบางเลน จังหวัดนครปฐม
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของระดับสัมพันธภาพในครอบครัว ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน ความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม และการมีคุณค่าในตนเองกับความสุขของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนมัธยมศึกษา ในพื้นที่อำเภอบางเลน จังหวัดนครปฐม

ปัญหาการวิจัย

1. ความสุขของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนมัธยมศึกษา ในพื้นที่อำเภอบางเลน จังหวัดนครปฐมมีระดับความสุขอย่างไร
2. ระดับสัมพันธภาพในครอบครัว ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน ความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม และการมีคุณค่าในตนเอง มีความสัมพันธ์กับความสุขของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนมัธยมศึกษา ในพื้นที่อำเภอบางเลน จังหวัดนครปฐมหรือไม่อย่างไร

ขอบเขตการวิจัย

การศึกษานี้เป็นการศึกษาวิจัยแบบบรรยายความสัมพันธ์ (Descriptive Correlational Research) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างระดับสัมพันธภาพในครอบครัว ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน ความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม และการมีคุณค่าในตนเอง กับความสุขของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่กำลังศึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา อำเภอบางเลน จังหวัดนครปฐม ปีการศึกษา พ.ศ.2552 โดยศึกษาระหว่างเดือนมิถุนายน ถึงเดือนกรกฎาคม พ.ศ.2552

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เพื่อทราบระดับความสุข และปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในพื้นที่อำเภอบางเลน จังหวัดนครปฐม
2. เพื่อนำข้อมูลที่ได้มาเป็นข้อมูลพื้นฐานในการศึกษาและส่งเสริมความสุขให้แก่ นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นต่อไป

นิยามศัพท์

ระดับสัมพันธภาพในครอบครัว หมายถึง การรับรู้ความสัมพันธ์ของวัยรุ่นกับบุคคลในครอบครัวที่อาศัยอยู่ร่วมกัน เช่น พ่อ แม่ ลูก ประเมินข้อความถามโดยการให้ค่าคะแนน 0 - 10 คะแนน

ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน หมายถึง การรับรู้ความสัมพันธ์ระหว่างวัยรุ่นกับเพื่อนที่มีความเกี่ยวข้องกัน ประเมินข้อความถามโดยการให้ค่าคะแนน 0 - 10 คะแนน

ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถทางอารมณ์ที่จะช่วยดำเนินชีวิตอย่างสร้างสรรค์และเป็นสุข กรมสุขภาพจิตแบ่งออกเป็น 3 องค์ประกอบ (กรมสุขภาพจิต, 2544) คือ

ด้านดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่น และมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม

ด้านเก่ง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจแก้ปัญหาและแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนมีความสัมพันธ์ทางที่ดีกับผู้อื่น

ด้านสุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข มีความภูมิใจในตนเอง พอใจในชีวิตและมีความสุขสงบทางใจ

ประเมินโดยแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับวัยรุ่นอายุ 12-17 ปี (กรมสุขภาพจิต, 2544)

แรงสนับสนุนทางสังคม หมายถึง การรับรู้ของวัยรุ่นเกี่ยวกับการให้และรับความช่วยเหลือจากบุคคลในเครือข่ายทางสังคมใน 5 มิติ (ฉัตรวลัย ใจอารีย์, 2533) คือ 1) ความรักใคร่ผูกพัน 2) การได้รับความช่วยเหลือในด้านต่างๆ เช่น การได้รับข้อมูล คำแนะนำ การสนับสนุนทางด้านอารมณ์และการช่วยเหลือทางด้านวัตถุสิ่งของ 3) การแลกเปลี่ยนประโยชน์ซึ่งกันและกัน เช่น การมีโอกาสดูแลหรือให้ความช่วยเหลือบุคคลอื่น 4) การรับรู้ว่าเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มสังคม และ 5) การรับรู้ถึงคุณค่าของตนเอง ประเมินโดยแบบสอบถามแรงสนับสนุนทางสังคม (The Personal Resource Questionnaire: PRQ – Part II) ฉบับภาษาไทยโดยฉัตรวลัย ใจอารีย์ (2533)

การมีคุณค่าในตนเอง หมายถึง การรับรู้ของวัยรุ่นเกี่ยวกับความเคารพที่มีต่อตนเอง มองเห็นว่าตนเองเป็นคนมีค่าโดยไม่จำเป็นต้องเปรียบเทียบกับบุคคลอื่นว่าดีกว่าหรือเลวกว่าและไม่คิดว่าตนเองต้องเป็นคนเลวเลิศแต่ควรตระหนักในข้อจำกัดของตนและสามารถคาดหวังได้ว่าจะปรับปรุงตนเองให้ดีขึ้นอย่างไร (Rosenberg, 1965) ประเมินโดยแบบสอบถามการมีคุณค่าในตนเองของโรเซนเบิร์ก (Rosenberg self-esteem scale : RSE) แปลเป็นภาษาไทย โดยพัศตร์วิไล ศรีแสง (2003)

ความสุข หมายถึง สภาพชีวิตที่เป็นสุขอันเป็นผลจากการมีความสามารถในการจัดการปัญหาในการดำเนินชีวิต มีศักยภาพที่จะพัฒนาตนเองเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดี โดยครอบคลุมถึงความดีงามภายในจิตใจภายใต้สภาพสังคมและสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป ประกอบด้วย 4 องค์ประกอบหลัก อันได้แก่ สภาพจิตใจ สมรรถภาพของจิตใจ คุณภาพของจิตใจ และปัจจัยสนับสนุน (อภิชัย มงคลและคณะ, 2544) โดยอภิชัย มงคล และคณะ (2544)

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบบรรยายความสัมพันธ์ (Descriptive Correlational Research) เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ในเขตพื้นที่อำเภอบางเลน จังหวัดนครปฐม ซึ่งปัจจัยที่ศึกษาในครั้งนี้ คือ ระดับสัมพันธภาพในครอบครัว ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน ความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม และการมีคุณค่าในตนเอง

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรในการศึกษาครั้งนี้ (Population) คือ นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น โดยมีประชากรเป้าหมาย (Target population) เป็นนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนมัธยมศึกษาสังกัดกรมสามัญศึกษาในเขตพื้นที่อำเภอบางเลน จังหวัดนครปฐม มีทั้งหมด 4 โรงเรียน ได้แก่ โรงเรียนบางเลนวิทยา โรงเรียนบางหลวงวิทยา โรงเรียนบัวปากท่า และโรงเรียนสถาพรวิทยา มีจำนวนนักเรียนทั้งหมด 1,374 คน กลุ่มตัวอย่างโดย Cluster Sampling กลุ่มตัวอย่างในการศึกษานี้ (Population sample) คือ นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่กำลังศึกษาในโรงเรียนบางเลนวิทยาและโรงเรียนสถาพรวิทยา ภาคการศึกษาที่ 1 ปีการศึกษา 2552

เกณฑ์การคัดเลือกเข้า (Inclusion Criteria)

1. เป็นนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่ศึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษาพื้นที่อำเภอบางเลน จังหวัดนครปฐม
2. นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่ศึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษาพื้นที่อำเภอบางเลน จังหวัดนครปฐม ที่เป็นคนไทย และยินยอมให้ความร่วมมือในการศึกษา

ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

การศึกษานี้ ขนาดกลุ่มตัวอย่างคำนวณโดยวิธีของ Taro Yamane (Yamane, 1967) ที่ระดับความเชื่อมั่น 95 % และยอมให้มีความคลาดเคลื่อนของกลุ่มตัวอย่างได้ 5 % ตามสูตร ดังนี้

$$\text{สูตร} \quad n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

โดยที่ n = จำนวนกลุ่มตัวอย่าง

N = จำนวนนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นทั้งหมด

e = ค่าความคลาดเคลื่อนของการกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้

โดยกำหนดความมีนัยสำคัญทางสถิติไว้ที่ .05

$$\begin{aligned} \text{ดังนั้น } n &= \frac{1,374}{1 + 1,374 (0.05)^2} \\ &= 309.80 \text{ คน } \approx 310 \text{ คน} \end{aligned}$$

เพื่อป้องกันความคลาดเคลื่อนจากการตอบแบบสอบถามที่ไม่สมบูรณ์ไม่สามารถนำมาใช้ได้หรือมีการสูญหายของข้อมูลและให้มั่นใจว่าการศึกษาในครั้งนี้มีจำนวนตัวอย่างที่เพียงพอจำเป็นต้องเพิ่มจำนวนของตัวอย่างเพิ่มขึ้นอีก 20% (Lemeshow, Hosmer, Klar, & Lwanga, 1990) ดังนั้นจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่กำหนดในการศึกษาครั้งนี้ คือ 372 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามที่ประกอบด้วย 5 ส่วน รวมจำนวนข้อคำถามทั้งหมด 116 ข้อ โดยมีรายละเอียดดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ประกอบด้วยข้อคำถามเกี่ยวกับ อายุ เพศ ศาสนา ระดับชั้นการศึกษา เกรดเฉลี่ย จำนวนพี่น้อง การมีชีวิตอยู่ของพ่อแม่ สถานภาพสมรสของพ่อแม่ บุคคลที่ผู้ตอบแบบสอบถามอาศัยอยู่ด้วย ลักษณะที่อยู่อาศัย สัมพันธภาพในครอบครัว สัมพันธภาพระหว่างเพื่อน ระดับสัมพันธภาพในครอบครัว และระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน รวมจำนวนคำถามทั้งหมด 14 ข้อ

ส่วนที่ 2 แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับวัยรุ่น (อายุ 12-17 ปี) ที่พัฒนาโดยงุฑุทธ วงศ์ภิรมย์สานต์ และคณะ (กรมสุขภาพจิต, 2544) มีจำนวนข้อคำถามทั้งหมด 52 ข้อ แบ่งองค์ประกอบเป็น 3 ด้าน คือ ด้านดี ด้านเก่ง และด้านสุข จำนวน 52 ข้อ ลักษณะคำถามเป็นการให้ประเมินตนเองและเป็นมาตราประมาณ ค่า 4 ระดับ ตั้งแต่ 1- 4 คะแนนรวมตั้งแต่ 52-208 คะแนน ซึ่งผู้ที่มีคะแนนมาก หมายถึง มีความฉลาดทางอารมณ์สูง (กรมสุขภาพจิต, 2544) ได้ค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคจากการนำไปทดลองใช้กับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่มีคุณสมบัติคล้ายกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 35 คน เท่ากับ .78 และจากการศึกษาเท่ากับ .78

ส่วนที่ 3 แบบวัดดัชนีชี้วัดความสุขคนไทยฉบับสั้น (Thai Happiness Indicators : THI – 15) พัฒนาโดยอภิชัย มงคล และคณะ(กรมสุขภาพจิต, 2544) มีจำนวน 15 ข้อ ประกอบด้วย 4 องค์ประกอบหลัก ได้แก่ สภาพจิตใจ สมรรถภาพของจิตใจ คุณภาพของจิตใจ และปัจจัยสนับสนุน ลักษณะคำถามเป็นการให้ประเมินตนเองและเป็นมาตราประมาณค่า 4 ระดับ ตั้งแต่ 0 - 3 คะแนน

รวมมีค่าตั้งแต่ 0 - 45 คะแนน ซึ่งผู้ที่มีคะแนนมาก หมายถึง มีความสุขมาก และผู้ที่มีคะแนนน้อย หมายถึง มีความสุขน้อย (อภิชัย มงคลและคณะ, 2544) ได้ค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคจากการนำไปทดลองใช้กับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่มีคุณสมบัติคล้ายกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 35 คน เท่ากับ .76 และจากการศึกษา เท่ากับ .76

ส่วนที่ 4 แบบประเมินแรงสนับสนุนทางสังคม (The Personal Resource Questionnaire : PRQ – Part 2) พัฒนาโดยเบรนต์และไวเนอร์ท (Brandt & Weinert, 1981) โดยใช้แนวคิดแรงสนับสนุนทางสังคมของไวส์ (Weiss, 1974) มีข้อคำถามทั้งหมด 25 ข้อ แบ่งแรงสนับสนุนทางสังคมเป็น 5 ด้าน คือ (1) ความใกล้ชิดผูกพัน (2) การเป็นส่วนหนึ่งของสังคม (3) การมีโอกาสให้ความช่วยเหลือผู้อื่น (4) การรับรู้ถึงคุณค่าในตนเอง และ (5) การได้รับความช่วยเหลือและคำแนะนำ ลักษณะคำถามเป็นการประเมินตนเองและเป็นมาตราประมาณค่า 7 ระดับ ตั้งแต่ 1 - 7 คะแนนรวมมีค่าตั้งแต่ 25 - 175 คะแนน ผู้ที่มีคะแนนรวมสูง หมายถึง ผู้ที่มีแรงสนับสนุนทางสังคมระดับสูง (Weinert, 1987) ได้ค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคจากการนำไปทดลองใช้กับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่มีคุณสมบัติคล้ายกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 35 คน เท่ากับ .83 และจากการศึกษา เท่ากับ .88

ส่วนที่ 5 แบบสอบถามการมีคุณค่าในตนเองของโรเซนเบิร์ก (Rosenberg self-esteem scale : RSE) เป็นแบบสอบถามที่สร้างขึ้นเพื่อวัดความรู้สึกการมีคุณค่าในตนเองโดยโรเซนเบิร์ก (Rosenberg, 1965) มีจำนวนข้อคำถาม 10 ข้อ แบบสอบถามเป็นการประเมินตนเองเป็นแบบประมาณค่า 4 ระดับ ตั้งแต่ 1 - 4 คะแนน รวมมีค่าตั้งแต่ 10 - 40 คะแนน คะแนนสูง หมายถึง การเห็นคุณค่าในตนเองสูง คะแนนต่ำ หมายถึง การเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ (Rosenberg, 1965 อ้างใน นพพร ว่องสิริมาศ, 2008) ได้ค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคจากการนำไปทดลองใช้กับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่มีคุณสมบัติคล้ายกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 35 คน เท่ากับ .77 และจากการศึกษา เท่ากับ .65

จริยธรรมการวิจัย

การวิจัยนี้ได้ผ่านการพิจารณาและอนุมัติจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคน คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี

ขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้เก็บรวบรวมข้อมูล โดยใช้แบบสอบถามให้กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ตอบเอง มีขั้นตอนการดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

1. ผู้วิจัยขอหนังสือแนะนำตัวจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดลขึ้นเสนอต่อผู้อำนวยการสำนักงานการศึกษาจังหวัดนครปฐมเขตพื้นที่การศึกษาที่ 2 ผู้อำนวยการโรงเรียนบางเลนวิทยา และผู้อำนวยการโรงเรียนสถาพรวิทยา
2. เมื่อได้รับการอนุมัติให้ดำเนินการเก็บข้อมูลแล้ว ผู้วิจัยเข้าพบติดต่อประสานงานคณาจารย์ที่เกี่ยวข้องเพื่อแนะนำตัว ซึ่งแจ้งรายละเอียดในการดำเนินการวิจัย ได้แก่ วัตถุประสงค์ ขั้นตอนการดำเนินงาน และวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยขออนุญาตอาจารย์เข้าพบนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นโดยใช้เวลาช่วงก่อนกิจกรรมสวดมนต์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นทั้งหมดในห้องประชุมในโรงเรียนสถาพรวิทยา และในช่วงเวลาก่อนเรียนกิจกรรมลูกเสือเนตรนารีในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นทั้งหมดของโรงเรียนบางเลนวิทยาโดยใช้เวลาประมาณ 15 นาที เพื่อแนะนำตัว ซึ่งแจ้งวัตถุประสงค์ แนวทางการวิจัยและสิทธิของกลุ่มตัวอย่างเพื่อขออนุญาตผู้ปกครองเข้าร่วมในงานวิจัย
3. ผู้วิจัยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามคุณสมบัติที่กำหนดและกำหนดเลขที่ของแบบสอบถามให้ตรงกันทั้ง 5 ชุด หลังจากนั้นติดต่อประสานงานกับคณาจารย์ที่เกี่ยวข้องเพื่อร่วมกำหนด วันที่และเวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูล ในเดือนมิถุนายน ถึง เดือนกรกฎาคม พ.ศ.2552 และขอพบนักเรียนกลุ่มตัวอย่างเพื่อชี้แจงสิทธิของกลุ่มตัวอย่างซ้ำอีกครั้งและขอให้กลุ่มตัวอย่างนำหนังสือยินยอมเข้าร่วมงานวิจัยให้ผู้ปกครองลงลายมือชื่อไว้ในหนังสือยินยอมเข้าร่วมการวิจัย และนัดเก็บหนังสือยินยอมเข้าร่วมงานวิจัยในวันเวลาที่เก็บข้อมูล
4. ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลในวันที่และเวลาที่กำหนดในทั้งสองโรงเรียนด้วยตนเอง ซึ่งแต่ละโรงเรียนกลุ่มตัวอย่างทุกคนที่เข้าร่วมงานวิจัยจะอยู่พร้อมกันในห้องประชุมและได้รับแบบสอบถามพร้อมกัน โดยทุกคนจะได้รับแบบสอบถาม 5 ฉบับ ที่มีเลขรหัสเดียวกัน ในการตอบแบบสอบถามทั้งหมดใช้เวลาประมาณ 40 นาที
5. เมื่อผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลครบตามกำหนดแล้ว ผู้วิจัยดำเนินการตรวจสอบแบบสอบถามทั้งหมดที่ได้รับ และลงรหัสของข้อมูลในแบบสอบถาม ซึ่งพบว่าแบบสอบถามที่ได้รับมีความสมบูรณ์จำนวน 283 ชุด คิดเป็นร้อยละ 74.8 ผู้วิจัยจึงดำเนินการติดต่อประสานงานกับคณาจารย์โรงเรียนบางเลนวิทยาอีกครั้งเพื่อขอเก็บรวบรวมข้อมูลในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นเพิ่มเติม และร่วมกำหนดวันที่และเวลาในการเก็บข้อมูล ซึ่งในการเก็บข้อมูลครั้งนี้ผู้วิจัยเลือกโรงเรียนบางเลนวิทยาเพียงโรงเรียนเดียวเนื่องจากมีจำนวนเพียงพอต่อกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการเพิ่มเติม หลังจากนั้นผู้วิจัยดำเนินการสุ่มคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างจากชั้นเรียนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนบางเลนวิทยาที่ยังไม่ได้รับการคัดเลือกเป็นกลุ่มตัวอย่างในครั้งแรกและเมื่อกำหนด

วันที่และเวลาได้แล้วพบว่านักเรียนมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 2 มีกิจกรรมเข้าค่ายนอกสถานที่ ผู้วิจัยจึงดำเนินการสุ่มตัวอย่างใหม่อีกครั้งจากนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 และปีที่ 3

6. เมื่อได้กลุ่มตัวอย่างที่ต้องการแล้วผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลอีกครั้งในวันที่และเวลาที่กำหนดโดยกลุ่มตัวอย่างทุกคนที่เข้าร่วมงานวิจัยจะอยู่พร้อมกันในห้องประชุม เช่นเดิมและได้รับแบบสอบถามพร้อมกัน โดยทุกคนจะได้รับแบบสอบถาม 5 ฉบับ ที่มีเลขรหัสเดียวกัน ในการตอบแบบสอบถามทั้งหมดใช้เวลาประมาณ 40 นาที

7. เมื่อผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลครบตามกำหนดแล้ว ผู้วิจัยดำเนินการตรวจสอบแบบสอบถามทั้งหมดที่ได้รับ และลงรหัสของข้อมูลในแบบสอบถาม ซึ่งพบว่าได้แบบสอบถามที่ได้รับมีความสมบูรณ์จำนวน 126 ชุด คิดเป็นร้อยละ 82.89 เมื่อนำข้อมูลทั้งหมดมารวบรวมพบว่ามีข้อมูลเพียงพอ ถูกต้องสามารถนำไปใช้ได้จึงดำเนินการวิเคราะห์ต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล (Data Analysis)

ดำเนินการวิเคราะห์ทางสถิติโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปสำหรับการวิเคราะห์ในการวิจัยทางสังคมศาสตร์ กำหนดความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยใช้สถิติบรรยาย (Descriptive statistics) คือ การแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าพิสัย ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน อธิบายข้อมูลคุณลักษณะส่วนบุคคลและตัวแปรอิสระ และใช้สถิติอ้างอิง (Inferential statistics) คือ สถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคมกับความสุข สถิติสหสัมพันธ์ของสเปียร์แมน (Spearman rank – order Correlation Coefficient) วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างระดับสัมพันธภาพในครอบครัว ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน และการมีคุณค่าในตนเองกับความสุข และสถิติวิเคราะห์ความแปรปรวน (Analysis of Variance : ANOVA) วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับความสุข โดยได้มีการทดสอบข้อตกลงเบื้องต้นก่อนการวิเคราะห์โดยใช้สถิติพบว่า ข้อมูลมีความเหมาะสมในการใช้สถิติดังกล่าวข้างต้นในการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการวิจัย

1. ข้อมูลส่วนบุคคลของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 409 คน ส่วนใหญ่มีอายุอยู่ในช่วง 12 – 16 ปี (99.6%) อายุเฉลี่ย 13.58 ปี เป็นเพศหญิง (55%) เพศชาย (45%) ส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ (99.3%) มีเกรดเฉลี่ยอยู่ในช่วงเท่ากับและมากกว่า 2.5 ขึ้นไป (55.3%) ส่วนใหญ่มีพี่น้อง 1-2 คน (68.9%) โดยบิดามารดามีชีวิตอยู่ทั้งสองท่าน (92.4%) และบิดามารดามีสถานภาพสมรส

อยู่ด้วยกัน (79.5%) ซึ่งส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับพ่อแม่ (70.9%) สถานที่อยู่อาศัยมีลักษณะเป็นชนบท ส่วน ไร่ นา (43.8%) และเป็นบ้านตนเองในหมู่บ้าน (34.3%) มีสัมพันธภาพในครอบครัวกลมเกลียว กันดี (59.6%) และมีสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนกลมเกลียวกันดี (55.3%)

2. ระดับความสุขของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นกลุ่มตัวอย่าง

ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีระดับความสุขอยู่ในช่วงต่ำถึงปกติ (70.4%) โดย ส่วนใหญ่มีระดับความสุขอยู่ในระดับปกติ (35.4%) รองลงมาเป็นระดับต่ำ (35%)

3. ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์โดยใช้สถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างแรง สนับสนุนทางสังคมกับความสุข พบว่า แรงสนับสนุนทางสังคมไม่มีความสัมพันธ์กับความสุข (ตาราง 1)

4. ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์โดยใช้สถิติสหสัมพันธ์ของสเปียร์แมน (Spearman rank – order Correlation Coefficient) วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างระดับสัมพันธภาพใน ครอบครัว ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน และการมีคุณค่าในตนเองกับความสุข พบว่า ระดับ สัมพันธภาพในครอบครัว ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน และการมีคุณค่าในตนเองไม่มีความ สัมพันธ์กับความสุข(ตาราง 2)

5. ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์โดยใช้สถิติวิเคราะห์ความแปรปรวน (Analysis of Variance : ANOVA) วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับความสุข พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขในกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์โดยรวม สูง ปกติ และต่ำ มีอย่างน้อย 1 คู่ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ หรือระดับความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมมีความสัมพันธ์กับ ระดับความสุข ($F_{2, 406} = 3.22$; $p = .04$) (ตาราง 3) และวิเคราะห์การเปรียบเทียบพหุคูณเพื่อทดสอบ ความแตกต่างว่าคู่ใดบ้างที่มีความแตกต่างกันโดยใช้วิธี Turkey's Honestly Significant Difference (HSD) ผลการวิเคราะห์ พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์โดย รวมอยู่ในระดับปกติมีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขสูงกว่ากลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมอยู่ใน ระดับต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = .05$) และพบว่านักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นกลุ่มที่มีความ ฉลาดทางอารมณ์โดยรวมอยู่ในระดับปกติ มีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขสูงกว่ากลุ่มที่มีความฉลาดทาง อารมณ์โดยรวมอยู่ในระดับสูงอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ (ตารางที่ 4) และเมื่อวิเคราะห์รายด้านทั้ง 3 ด้าน พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขในกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี และด้านเก่ง สูง ปกติ และต่ำ ไม่แตกต่างกัน หรือความฉลาดทางอารมณ์ด้านดีและด้านเก่งไม่มีความสัมพันธ์กับความสุข (ตาราง 5 และ 6) แต่พบว่าค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขในกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุข สูง ปกติ และต่ำ อย่างน้อย 1 คู่ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ หรือความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุข

มีความสัมพันธ์กับความสุข ($F_{2,406}=3.69$; $p = .03$) (ตารางที่ 7) และวิเคราะห์เปรียบเทียบพหุคูณโดยใช้วิธี Turkey's Honestly Significant Difference (HSD) ผลการวิเคราะห์ พบว่า นักเรียนกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุขปกติมีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขสูงกว่ากลุ่มต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = .05$) แต่พบว่ากลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุขสูง มีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขต่ำกว่ากลุ่มปกติอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ โดยสรุปการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับความสุข พบว่า ระดับความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมและความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุขมีความสัมพันธ์กับระดับความสุขอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) (ตาราง 8)

ตาราง 1 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) แบบเพียร์สันระหว่าง แรงสนับสนุนทางสังคมกับความสุขของกลุ่มตัวอย่าง (n=409)

ตัวแปร	ความสุข (r)	p-value
แรงสนับสนุนทางสังคม	.02	.63

ตาราง 2 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) แบบสเปียร์แมนระหว่างระดับสัมพันธภาพในครอบครัว ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน และการมีคุณค่าในตนเองกับความสุขของกลุ่มตัวอย่าง (n=409)

ตัวแปร	ความสุข	p-value
1) ระดับสัมพันธภาพในครอบครัว	-.00	.84
2) ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน	.01	.47
3) การมีคุณค่าในตนเอง	.02	.58

ตาราง 3 การวิเคราะห์ความแปรปรวนระหว่างค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขกับความฉลาดทางอารมณ์ โดยรวมของกลุ่ม สูง ปกติ และต่ำ (n = 409)

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	p-value
ความฉลาดทางอารมณ์โดยรวม					
ระหว่างกลุ่ม	231.760	2	115.880	3.218	.041*
ภายในกลุ่ม	14617.849	406	36.005		
รวม	14849.609	408			

* $p < .05$

ตาราง 4 ผลการวิเคราะห์การเปรียบเทียบพหุคูณของค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขในกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์โดยรวม สูง ปกติ และต่ำ ด้วยวิธี Turkey's Honestly Significant Difference (HSD) (n = 409)

กลุ่มความฉลาดทางอารมณ์โดยรวม	Mean	ต่ำ	ปกติ	สูง
ต่ำ	28.84	-	-	-
ปกติ	30.38	1.536*	-	-
สูง	28.00	-.841	-2.377	-

* p < .05

ตาราง 5 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนระหว่างค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขกับความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี กลุ่มสูง ปกติ และต่ำ (n = 409)

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	p-value
ความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี					
ระหว่างกลุ่ม	10.544	2	5.272	.144	.866
ภายในกลุ่ม	14839.065	406	36.549		
รวม	14849.609	408			

ตาราง 6 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขในกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่ง สูง ปกติ และต่ำ (n = 409)

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	p-value
ความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่ง					
ระหว่างกลุ่ม	138.121	2	69.061	1.906	.150
ภายในกลุ่ม	14711.488	406	36.235		
รวม	14849.609	408			

ตาราง 7 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขในกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุข สูง ปกติ และต่ำ (n = 409)

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	p-value
ความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุข					
ระหว่างกลุ่ม	265.351	2	132.676	3.693	.026*
ภายในกลุ่ม	14584.257	406	35.922		
รวม	14849.609	408			

* $p < .05$

ตาราง 8 ผลการวิเคราะห์การเปรียบเทียบพหุคูณของค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขในกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุข สูง ปกติ และต่ำ ด้วยวิธี Turkey's Honestly Significant Difference (HSD) (n = 409)

กลุ่มความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุข	Mean	ต่ำ	ปกติ	สูง
ต่ำ	28.33	-	-	-
ปกติ	29.98	1.653*	-	-
สูง	29.73	1.408	-.245	-

* $p < .05$

อภิปราย

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 409 คน ส่วนใหญ่มีอายุอยู่ในช่วง 12 – 16 ปี (99.6%) อายุเฉลี่ย 13.58 ปี เป็นเพศหญิง (55%) เพศชาย (45%) ส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ (99.3%) มีเกรดเฉลี่ยอยู่ในช่วงเท่ากับและมากกว่า 2.5 ขึ้นไป (55.3%) ส่วนใหญ่มีพี่น้อง 1-2 คน (68.9%) โดยบิดามารดายังมีชีวิตอยู่ทั้งสองท่าน (92.4%) และบิดามารดามีสถานภาพสมรสอยู่ด้วยกัน (79.5%) ซึ่งส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับพ่อแม่ (70.9%) สถานที่อยู่อาศัยมีลักษณะเป็นชนบท สวน ไร่ นา (43.8%) และเป็นบ้านตนเองในหมู่บ้าน (34.3%) มีสัมพันธภาพในครอบครัวกลมเกลียวกันดี (59.6%) และมีสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนกลมเกลียวกันดี (55.3%)

จากข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่างพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความสอดคล้องกับกลุ่มประชากรนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นส่วนใหญ่ ทั้งในเรื่อง อายุ เพศ เกรดเฉลี่ย การนับถือศาสนา การมีชีวิตอยู่ของบิดามารดา สถานภาพสมรสของบิดามารดา และการอาศัยอยู่ โดยส่วนใหญ่อาศัย

อยู่กับบิดามารดาและมีลักษณะที่อยู่อาศัยแบบชนบท ที่อยู่ในสวน ไร่ นา ซึ่งเป็นบ้านที่ปลูกสร้างในพื้นที่ของตนเอง และมีสัมพันธภาพในครอบครัวกลมเกลียวกันดี ซึ่งสอดคล้องกับวัฒนธรรมการดำรงชีพของประชากรในพื้นที่ที่ประกอบอาชีพเกษตรกรรมเป็นส่วนใหญ่ ทำให้มีโอกาสดใกล้ชิดกับครอบครัวได้สูง และมีการแข่งขันน้อยกว่าในสังคมเมือง ทำให้สัมพันธภาพในครอบครัวมีความกลมเกลียวกันดี ส่วนสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนพบว่า เป็นไปตามกลุ่มอายุ โดยพบว่าวัยรุ่นเป็นวัยที่ยึดถือเพื่อนเป็นศูนย์กลาง (สุชา จันทรเฒ, 2529)

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความสุขอยู่ในระดับต่ำถึงปกติ (70.4%) โดยมีความสุขระดับปกติ (35.4%) และระดับต่ำ (35%) ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้แตกต่างจากการศึกษาของดวงเดือน พิพัฒนชูเกียรติ (2541) ศึกษาเรื่องปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต พบว่า ระดับความสุขของนักศึกษาส่วนใหญ่อยู่ในระดับปกติ (66.7%) ระดับต่ำ (16.8%) และระดับสูง (16.5%) เช่นเดียวกับการศึกษาของวรรณ กังจนมาภรณ์ และคณะ (2549) ศึกษาเรื่องระดับความสุขและปัจจัยที่เกี่ยวข้องของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนขอนแก่นวิทยายน จังหวัดขอนแก่น ปีการศึกษา 2549 พบว่าระดับความสุขส่วนใหญ่มีระดับปกติ (45.1%) และระดับสูง (44.8%) และจากการศึกษาของ Natvig et.al (2003) ที่ศึกษาเรื่องปัจจัยทางจิตสังคมที่มีความสัมพันธ์กับความสุขของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นพบว่ามีความสุขอยู่ในระดับปกติ (52.46%) และระดับสูง (38.28%) จะเห็นได้ว่าจากผลการศึกษาในครั้งนี้พบว่าความสุขอยู่ในระดับต่ำถึงปกติซึ่งแตกต่างจากการศึกษาที่ผ่านมา คือ มีระดับความสุขอยู่ในช่วงปกติถึงสูง ทั้งนี้เนื่องจากวัยรุ่นตอนต้นเป็นวัยที่ต้องเผชิญกับภาวะการเปลี่ยนแปลงมากที่สุดในช่วงชีวิต เพื่อก้าวสู่การเปลี่ยนผ่านจากวัยเด็กสู่วัยผู้ใหญ่ อาจทำให้เกิดความสับสนทั้งการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม โดยเฉพาะบทบาททางสังคมตั้งแต่การดำรงชีวิตประจำวันทำให้เกิดความขัดแย้งสูงทั้งภายในตนเองและระหว่างบุคคล โดยเฉพาะบิดามารดาหรือผู้ปกครอง (สุชา จันทรเฒ, 2529) ดังนั้นวัยรุ่นตอนต้นจึงมีความสุขน้อยกว่าวัยรุ่นตอนปลายและวัยรุ่นอื่นๆ อีกทั้งความแตกต่างทางวัฒนธรรมส่งผลต่อความเชื่อและการรับรู้ความสุขได้ โดยจากการศึกษาพบว่าความสุขที่ศึกษาในประเทศทางตะวันตกเชื่อว่าความสุขจะเกิดจากตัวบุคคลเองแต่ความสุขในประเทศทางตะวันออกจะให้ความสำคัญกับสัมพันธภาพและบุคคลอื่นมากกว่าตนเอง จึงส่งผลให้ระดับความสุขที่ได้มีความแตกต่างกัน และในปัจจุบันมีความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีอย่างรวดเร็ว โดยเฉพาะความเจริญก้าวหน้าในเรื่องการสื่อสารส่งผลให้การรับรู้เรื่องความสุขของบุคคลมีความคลาดเคลื่อนไปโดยยึดติดกับความสะดวกสบายและการเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจเป็นหลัก ไม่เว้นแม้แต่วัยรุ่นเห็นได้จากการแข่งขันกันในเรื่องการแต่งกาย รุ่นโทรศัพท์มือถือที่ใช้ และรุ่นจักรยานยนต์ที่ใช้ เป็นต้น

ซึ่งความเข้าใจความสุขที่คลาดเคลื่อนดังกล่าวจึงส่งผลให้ระดับความสุขของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในพื้นที่อำเภอบางเลนที่ศึกษาอยู่ในระดับต่ำถึงปกติ

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับสัมพันธภาพในครอบครัวมีช่วงคะแนน น้อยกว่า 9 (61.1%) ค่าเฉลี่ย 8.21 ซึ่งช่วงคะแนนอยู่ในระดับค่อนข้างสูง และผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างระดับสัมพันธภาพในครอบครัวกับความสุข พบว่า ระดับสัมพันธภาพในครอบครัวไม่มีความสัมพันธ์กับความสุข ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้แตกต่างจากการศึกษาของริชาร์ด เลยาร์ด (2005) ศึกษาเรื่องความสุขของคนทั่วไปในสหรัฐอเมริกา พบว่า ความสัมพันธ์ในครอบครัวมีความสัมพันธ์กับความสุข (Lane, 2000 ;สมชาย จักรพันธุ์, 2549; ริชาร์ด เลยาร์ด, 2005) และจากการศึกษาของ Cheng & Furnham (2003) ที่ศึกษาความสุขในวัยผู้ใหญ่พบว่าสัมพันธภาพกับพ่อแม่มีความสัมพันธ์กับความสุข และการสนับสนุนของพ่อแม่ ได้แก่ การให้กำลังใจ ความชื่นชมยินดี การสัมผัสและการให้ความรัก สามารถทำนายความสุขในชีวิตได้ (Sillick & Schutte, 2006) และจากการศึกษาของ อมราวดี ณ อุบล (2544) เรื่องสัมพันธภาพในครอบครัวพบว่านักเรียนที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวดีมีสุขภาพจิตดีกว่านักเรียนที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวไม่ดี (อมราวดี ณ อุบล, 2544) โดยความสัมพันธ์ระหว่างบุตรและบิดามารดาที่ดีทำให้นักเรียนมีความสุขมาก (ประชิด สุขอนันต์, 2544) จะเห็นได้ว่าจากผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีระดับสัมพันธภาพในครอบครัวอยู่ในระดับค่อนข้างสูง แสดงว่า กลุ่มตัวอย่างมีความสัมพันธ์กับบุคคลในครอบครัวอยู่ในเกณฑ์ที่ดี น่าเป็นผลมาจากสภาพสังคมในพื้นที่บางเลนที่มีวิถีชีวิตค่อนข้างไปทางชนบท ทำให้นักลในครอบครัวมีเวลาให้แกกันมากกว่าประชากรที่อาศัยอยู่ในชุมชนเมือง เช่น การเสียเวลากับการเดินทาง เป็นต้น ประกอบกับสิ่งอำนวยความสะดวกยังมีน้อย เช่น ตู้เกมส์ ร้านอินเทอร์เน็ต ห้างสรรพสินค้า เป็นต้น ทำให้ตัดสิ่งกระตุ้นการเกิดปัญหาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นและป้องกันความขัดแย้งระหว่างนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นกับครอบครัวในเรื่องดังกล่าวได้มาก ดังนั้นระดับสัมพันธภาพในครอบครัวก็เป็นสิ่งจำเป็นต่อนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นและนับเป็นต้นทุนทางจิตใจของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่สร้างความเชื่อมั่นในเรื่องสัมพันธภาพระหว่างบุคคลในการออกไปเผชิญสู่สังคมภายนอกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ถึงแม้ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์พบว่า ระดับสัมพันธภาพในครอบครัวไม่มีความสัมพันธ์กับความสุข ทั้งนี้เนื่องจากนักเรียนส่วนใหญ่มีระดับสัมพันธภาพในครอบครัวอยู่ในระดับสูงทำให้ไม่มีความหลากหลายในระดับสัมพันธภาพในครอบครัวจึงไม่พบความสัมพันธ์กับความสุข

ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน

ผลการศึกษา พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนมีช่วงคะแนน น้อยกว่า 9 (64.5) ค่าเฉลี่ย 8.12 และผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างระดับ

สัมพันธภาพระหว่างเพื่อนกับความสุข พบว่า ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนไม่มีความสัมพันธ์กับความสุข ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้แตกต่างจากการศึกษาของริชาร์ด เลยาร์ด (2005) ศึกษาเรื่องความสุขของคนทั่วไปในสหรัฐอเมริกา พบว่า สังคมและเพื่อนฝูงมีความสัมพันธ์กับความสุข (ริชาร์ด เลยาร์ด, 2005) โดยพบว่าสัมพันธภาพที่ดีของคนรอบข้างทำให้คนมีความสุข (สมชาย จักรพันธุ์, 2549; Lane, 2000; Borooah, 2006; Chan and Lee, 2006) โดยคุณภาพกลุ่มเพื่อนที่โรงเรียนมีความสัมพันธ์กับการเรียนรู้บทบาท กระบวนการทางสังคม ระเบียบวินัยและความสุขในวัยรุ่นด้วย (Steinberg, 1996) จะเห็นได้ว่าจากผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนอยู่ในระดับค่อนข้างสูง แสดงว่า กลุ่มตัวอย่างมีความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนอยู่ในเกณฑ์ที่ดี ซึ่งเป็นไปตามพัฒนาการของวัยรุ่นตอนต้นที่พบว่า วัยรุ่นเป็นวัยที่ยึดเพื่อนเป็นศูนย์กลาง ถึงแม้ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์พบว่า ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนไม่มีความสัมพันธ์กับความสุข ทั้งนี้เนื่องจากนักเรียนส่วนใหญ่มีระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนอยู่ในระดับสูงทำให้ไม่มีความหลากหลายในระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนจึงไม่พบความสัมพันธ์กับความสุข

● แรงสนับสนุนทางสังคม

ผลการศึกษา พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีคะแนนแรงสนับสนุนทางสังคมอยู่ในระดับปานกลาง (อยู่ในช่วง 37 – 169 คะแนน ค่าคะแนนเฉลี่ย 120.49 คะแนน ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 19.223) และผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคมกับความสุข พบว่า แรงสนับสนุนทางสังคมไม่มีความสัมพันธ์กับความสุข ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้แตกต่างจากบททบทวนวรรณกรรม การศึกษาของนพพร ว่องสิริมาศ (2008) ศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างภาวะซึมเศร้าในมารดา เพศ และภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นไทย : บทบาทการส่งผ่านของสถานการณ์ความเครียด การสนับสนุนทางสังคม และการเห็นคุณค่าในตนเอง พบว่า การรับรู้การสนับสนุนทางสังคมมีอิทธิพลต่อภาวะซึมเศร้า โดยส่งผ่านความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง กล่าวคือหากการรับรู้แรงสนับสนุนมากส่งผลให้เกิดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองมาก เกิดภาวะซึมเศร้าลดลง และมีความสุขมากขึ้น และจากการศึกษาของ Natvig et.al (2003) ที่ศึกษาเรื่องปัจจัยทางจิตสังคมที่มีความสัมพันธ์กับความสุขของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นพบว่าแรงสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์กับความสุขอย่างนัยสำคัญทางสถิติ ($p = .05$) โดยแรงสนับสนุนทางสังคมสามารถป้องกันความเครียดที่เกิดจากความเครียดในชีวิตหรือช่วยลดระดับความรุนแรงของภาวะความเครียดที่เกิดกับบุคคลได้ (Beeber, 1996; Brown & Harris, 1978; Cohen & Wills, 1985; Israel et al., 2002; Parry, 1986 อ้างในมณี กานต์ สุภาเส, 2551) จะเห็นได้ว่าจากผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีแรงสนับสนุนทางสังคมอยู่ในระดับปานกลาง แสดงว่า กลุ่มตัวอย่างมีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองหรือพึงพอใจต่อความต้องการทาง สังคมจากความสำเร็จในสัมพันธภาพ ทั้ง 5 มิติ ได้แก่ 1) ความรักใคร่ผูกพัน 2) การ

ได้รับความช่วยเหลือในด้านต่างๆ 3) การแลกเปลี่ยนประโยชน์ซึ่งกันและกัน 4) การรับรู้ว่าคุณค่าของตนเองเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มสังคม และ 5) การรับรู้ถึงคุณค่าของตนเอง ปานกลาง ทั้งนี้เนื่องจากสังคมและวัฒนธรรมไทยมักไม่นิยมการแสดงออกถึงความรัก การห่วงใยให้แก่กันในเชิงประจักษ์ เช่น การกอด เป็นต้นซึ่งส่งผลต่อการรับรู้แรงสนับสนุนทางสังคมของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น อีกทั้งสังคมไทยยังเปิดโอกาสให้วัยรุ่นแสดงออกทั้งด้านความคิด และความสามารถน้อย ทำให้ผลการศึกษาของกลุ่มตัวอย่างมีแรงสนับสนุนทางสังคมอยู่ในระดับปานกลาง และจากผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ พบว่า แรงสนับสนุนทางสังคมไม่มีความสัมพันธ์กับความสุข ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากการประเมินแรงสนับสนุนทางสังคมอาจจะไม่เฉพาะเจาะจงกับกลุ่มวัยรุ่นตอนต้น และเครื่องมือมีจำนวนตัวเลือกมากถึง 7 ตัวเลือก ส่งผลให้ไม่เห็นความสัมพันธ์ของแรงสนับสนุนทางสังคมกับความสุข แต่อย่างไรก็ตามจากการทบทวนวรรณกรรมพบว่าแรงสนับสนุนทางสังคมเป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุข จึงควรมีการศึกษาในประเด็นนี้ต่อไป และควรตระหนักถึงการประเมินแรงสนับสนุนทางสังคมที่เฉพาะกับกลุ่มวัยรุ่นตอนต้น

การมีคุณค่าในตนเอง

ผลการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีคะแนนการมีคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับปานกลาง (ช่วงคะแนน 14 - 37 คะแนน ค่าเฉลี่ย 26.43 คะแนน ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.642) และผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการมีคุณค่าในตนเองกับความสุข พบว่า การมีคุณค่าในตนเองไม่มีความสัมพันธ์กับความสุข ซึ่งต่างจากการศึกษาของ Sillick & Schutte (2006) พบว่าการมีคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์กับความสุขอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (Sillick & Schutte, 2006) การมีคุณค่าในตนเองเป็นตัวทำนายความสุขที่ดีที่สุด (Uchida et al., 2005) บุคคลที่มีความภาคภูมิใจในตนเองสูงใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุข มีแนวโน้มประสบความสำเร็จสูง จากการศึกษาพบว่าการมีคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์ความสุข (ประชิด สุขอนันต์, 2544) จะเห็นได้ว่าจากผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีการมีคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับปานกลาง แสดงว่า กลุ่มตัวอย่างมีทัศนคติต่อตนเองในเรื่องความมีคุณค่า ความสามารถ ความสำคัญ เป็นที่ยอมรับของบุคคลอื่นและสังคม และสามารถทำอะไรให้ตนประสบความสำเร็จปานกลาง ทั้งนี้อาจเป็นเพราะนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงหลายด้านทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และขาดการยอมรับในบทบาทจากผู้ใหญ่ อีกทั้งการเล็งดูในสังคมไทยที่เปิดโอกาสและให้อิสระในการคิดกับเด็กและวัยรุ่นค่อนข้างน้อย ทำให้นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นยังขาดความมั่นใจในตนเองต้องพึ่งพาอาศัยบิดามารดาค่อนข้างมาก ส่งผลต่อความการคุณค่าในตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น และจากผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ พบว่า การมีคุณค่าในตนเองไม่มีความสัมพันธ์กับความสุข ทั้งนี้อาจเนื่องจากความแตกต่างทางวัฒนธรรมและแนวคิดเกี่ยวกับความสุขโดยจากการทบทวนวรรณกรรม

พบว่ามุมมองความสุขของประชากรในประเทศทางตะวันตกจะให้ความสำคัญกับปัจจัยในตัวบุคคลมากกว่า เช่น การมีคุณค่าในตนเอง แต่มุมมองความสุขในประเทศทางตะวันออกพบว่าให้ความสำคัญของสัมพันธภาพมากกว่าปัจจัยในตัวบุคคลจึงทำให้การมีคุณค่าในตนเองไม่พบความสัมพันธ์กับความสุข

ความฉลาดทางอารมณ์

ผลการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมอยู่ในระดับต่ำ (คะแนน 99 – 178 คะแนน ค่าเฉลี่ย 136.35 คะแนน ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 15.88) หมายถึง กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมมีค่าคะแนนที่ต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานของเยาวชนในอายุ 12-17 ปี (กรมสุขภาพจิต, 2543) เมื่อพิจารณาความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มตัวอย่างรายด้านทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านดี ด้านเก่ง และด้านสุข พบว่ามีคะแนนอยู่ในระดับปกติ ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้แตกต่างจากการศึกษาของบัวทิพย์ ใจตรงดี และคณะ (2546) ที่ศึกษาความฉลาดทางอารมณ์และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นหญิง พบว่าค่าเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมอยู่ในระดับปกติ ค่าเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ด้านดีและด้านสุขมีระดับสูงกว่าเกณฑ์ปกติ ส่วนด้านเก่งมีระดับต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ จะเห็นได้ว่าจากผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมอยู่ในระดับต่ำ เมื่อพิจารณาความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มตัวอย่างรายด้านทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านดี ด้านเก่ง และด้านสุข พบว่ามีคะแนนอยู่ในระดับปกติ ซึ่งแสดงให้เห็นว่าถึงแม้ความฉลาดทางอารมณ์รายด้านทั้ง 3 ด้าน จะอยู่ในระดับปกติก็ตามแต่ค่าคะแนนเฉลี่ยที่ได้มีค่าคะแนนเฉลี่ยที่เกินจากระดับต่ำเพียงเล็กน้อย ส่งผลให้ความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมมีค่าคะแนนต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน ทั้งนี้เนื่องจากวัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงหลายด้านก่อให้เกิดความสับสนในตนเองได้ง่าย เช่น การเปลี่ยนแปลงทางฮอร์โมนอาจส่งผลต่อการควบคุมอารมณ์ และการขาดประสบการณ์ในการดำเนินชีวิตทำให้ส่งผลต่อการแก้ปัญหาต่างๆ เป็นต้น ซึ่งจากบททวนวรรณกรรมพบว่าความฉลาดทางอารมณ์ ประกอบด้วย การเข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่น และแก้ไขข้อขัดแย้งได้ ดังนั้นจึงส่งผลให้คะแนนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมต่ำ ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้แตกต่างจากการศึกษาของบัวทิพย์ ใจตรงดี และคณะ (2546) อาจเนื่องจากกลุ่มตัวอย่างแตกต่างกัน และผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับความสุข พบว่า ระดับความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมและความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุขมีความสัมพันธ์กับระดับความสุขอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) โดยผลการวิเคราะห์ พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมอยู่ในระดับปกติมีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขสูงกว่ากลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมอยู่ในระดับต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = .05$) และนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุขอยู่ในระดับปกติมีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขสูงกว่ากลุ่มต่ำ

อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = .05$)) แต่กลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุขสูง มีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขต่ำกว่ากลุ่มปกติอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Furnham (2003) พบว่า ความฉลาดทางอารมณ์สามารถทำนายความสุข ซึ่งความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์กับความสุข (Sillick & Schutte, 2006) สอดคล้องกับการศึกษาของ Chamorro-Premuzic et al. (2007) ที่ศึกษาในกลุ่มนักเรียนและบุคคลทั่วไปที่มีอายุระหว่าง 13 – 59 ปี พบว่า ความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์กับความสุข ($p < .01$) โดยความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาพจิต (Schutte, Malouff, Thorsteinsson, Bhullar and Rooke, 2007) ซึ่งจากผลการวิจัยพบว่ามีผลสอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมา คือ ความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์กับความสุข โดย พบว่า ระดับความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมและความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุขมีความสัมพันธ์กับระดับความสุข ซึ่งความฉลาดทางอารมณ์นับเป็นปัจจัยพื้นฐานที่แฝงอยู่ในตัวบุคคลทุกคน และจากนิยามการศึกษาของกรมสุขภาพจิต (2544) พบว่า ความฉลาดทางอารมณ์ คือ การเข้าใจตนเองร่วมกับการเข้าใจผู้อื่นและสามารถแก้ไขความขัดแย้งได้ โดยสามารถอธิบายแยกแยะตามนิยามได้ ดังนี้ คือ การเข้าใจตนเอง หมายถึง ความฉลาดทางอารมณ์ด้านดีซึ่งเป็นความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการ รู้จักเห็นใจผู้อื่น มีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม การเข้าใจผู้อื่น หมายถึง ความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุขซึ่งเป็นความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข มีความภูมิใจในตนเอง พอใจในชีวิตและมีความสุขสงบทางใจ และความสามารถแก้ไขความขัดแย้ง หมายถึง ความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่งซึ่งเป็นความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจ แก้ปัญหาและแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งจากนิยามและความหมายข้างต้นจะเห็นว่าความฉลาดทางอารมณ์ที่ดีไม่ใช่การมีคะแนนที่สูงเท่านั้นต้องดูองค์ประกอบรายด้านด้วยว่าเป็นอย่างไร โดยพบว่าความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุขซึ่งเป็นการเข้าใจผู้อื่นนั้นมีความสัมพันธ์กับความสุข โดยพบว่าคะแนนความฉลาดที่ปกติถึงค่อนข้างสูงจะมีความสุขสูง แต่ถ้ามีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์สูงจะส่งให้มีความสุขต่ำได้ เนื่องจากหากนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นมีความเข้าใจคนอื่นมากเกินไปจะส่งผลให้ขาดความเป็นตัวของตัวเอง ดังนั้นความฉลาดทางอารมณ์ที่ดีควรประกอบด้วยกันทั้ง 3 ด้าน อย่างสมดุล หากด้านใดด้านหนึ่งมากเกินไปจะส่งผลต่อความสุขได้ โดยส่งเสริมพัฒนาการด้านความฉลาดทางอารมณ์อย่างถูกต้องตั้งแต่วัยเด็กจึงเป็นสิ่งสำคัญ ตั้งแต่การเลี้ยงดูของพ่อแม่ และการหล่อหลอมของสังคมจะส่งผลให้เด็กที่เติบโตมาเป็นวัยรุ่นมีระดับความฉลาดทางอารมณ์ดีขึ้นและสามารถเข้าใจตนเอง เข้าใจคนอื่น รวมถึงการแก้ไขความขัดแย้งได้ดี (กรมสุขภาพจิต, 2543) นับเป็นการลดวิกฤตและเพิ่มโอกาสให้กับวัยรุ่นเพราะหากวัยรุ่นมีระดับความฉลาดทางอารมณ์ที่ดีจะช่วยเป็นภูมิคุ้มกันให้แก่วัยรุ่นในการดำรงชีวิตและเผชิญปัญหาได้ดีมากขึ้น

ข้อจำกัดของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจงจึงอาจทำให้มีข้อจำกัดในการนำผลไปใช้อ้างอิงในประชากรกลุ่มอื่นได้

ข้อเสนอแนะจากงานวิจัย

จากผลการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยสามารถสรุปข้อเสนอแนะออกเป็นด้านปฏิบัติการพยาบาล และการวิจัย ดังนี้

ด้านการปฏิบัติการพยาบาล

จากผลการวิจัยครั้งนี้พบว่า ร้อยละ 70.4 ของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับความสุขอยู่ในช่วงต่ำถึงปกติ โดยมีระดับความสุขอยู่ในระดับปกติร้อยละ 35.4 และระดับต่ำร้อยละ 35 ซึ่งเป็นข้อมูลสำคัญที่บ่งชี้ถึงภาวะสุขภาพจิตของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น และพบว่าปัจจัยที่ศึกษาที่มีความสัมพันธ์กับความสุข คือ ความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งผลการวิจัยในครั้งนี้จะเป็นข้อมูลพื้นฐานให้พยาบาลและบุคลากรทางสุขภาพในการหาแนวทางส่งเสริมความสุข และป้องกันหรือลดความเสี่ยงของการเกิดปัญหาทางสุขภาพจิต และปัญหาพฤติกรรมที่อาจเกิดแก่วัยรุ่นได้ จึงควรนำผลการวิจัยที่ได้ไปใช้ในการวางแผนและปฏิบัติการพยาบาลในวัยรุ่นด้วย

ด้านการวิจัย

1. ควรมีการศึกษาระดับความสุขในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นทั่วประเทศ เพื่อให้ทราบระดับความสุขในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในภาพรวมของประเทศ
2. ควรมีการศึกษาระดับความสุขในวัยรุ่นในกลุ่มอื่น เช่น นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายนักเรียนอาชีวศึกษา และนักศึกษาระดับอุดมศึกษา เป็นต้น เพื่อให้ทราบระดับความสุขในกลุ่มวัยรุ่นมากขึ้น
3. ควรมีการศึกษาปัจจัยอื่น เช่น การรับรู้ความเจ็บป่วย รูปแบบการเลี้ยงดูบุตร เป็นต้น ที่มีความสัมพันธ์กับความสุขในนักเรียนมัธยมศึกษาและวัยรุ่น เพื่อให้เกิดความเข้าใจความสุขและปัจจัยที่เกี่ยวกับความสุขในนักเรียนมัธยมศึกษาและวัยรุ่นมากขึ้น

FACTORS RELATED TO HAPPINESS IN JUNIOR HIGH SCHOOL STUDENTS

LADDAWAN POLCHAI 4737439 RAMH/M

M.N.S. (MENTAL HEALTH AND PSYCHIATRIC NURSING)

THESIS ADVISORY COMMITTEE: SOPIN SANGON, Ph.D. (Nursing),
PATCHARIN NINTACHAN, Ph.D. (Nursing)**EXTENDED SUMMARY****Background and Significance of the Study**

Adolescence is a transition period when children become adults. It is a crucial period in life as adolescents have to undergo various physiological, intellectual, psychological, and social changes. It can be said that adolescence is the period when humans undergo the most drastic physiological growth. That is, they have achieved complete sexuality due to hormonal changes. For example, girls will have enlarged breasts, their figure becomes more curvaceous, their menstruation begins, and their pubic hair starts to grow. As for boys, their pubic hair begins to grow, their voice becomes hoarse, etc. With regard to intellectual, psychological, and social changes, it has been found that adolescence is the period when individuals try to search for their identity. They experience more psychological confusion, and they learn to accept their own capacity. In addition, adolescents are more able to understand complex abstract thinking and perform logical and critical thinking. They begin to have wider imagination, and they develop interests in the opposite sex. Furthermore, adolescents need freedom and crave acceptance from society. Such changes make adolescents encounter continuous adaptations, so they may experience problems in life more than during any other period. In particular, early adolescents have to deal with the most changes. If they do not have happiness or lack fulfillment in themselves, they may constantly feel that they lack something in life, and they may mistakenly turn to drugs

or violence when they search for fulfillment (Pravate Vasee, B.E. 2543 cited in Raweewan Thawaisap, B.E. 2545).

At present, technological advancements make reception of information from all over the world much faster. Adolescents are currently bombarded with both positive and negative information. If they lack happiness or sense of self-fulfillment, they are likely to learn and accept negative information. In general, social condition is a guidance and model for behaviors of adolescents (Sriruen Kaewkangwan, B.E. 2540 cited in Achara Sukharom & Orapin Choochom, B.E. 2548). At the moment, it can be seen from different media that there are numerous problems related to adolescents, and these problems tend to increase. Examples of such social problems of adolescents are addiction to computer games, spending beyond one's means, physical violence, crime, unwanted pregnancy, substance abuse, and sexual abuse, etc. According to the existing statistics, the number of children and adolescents who were convicted at Juvenile Observation and Protection Centers all over the country between 2003 and 2007 continuously increased, accounting for 29,913, 33,308, 36,080, 48,218, and 51,218 cases, respectively. Of these, 33.23% were students, 33.97% were early secondary students, and 39.54% committed an offence as they were hanging out with the wrong peers. As regards the types of offence, 28.88% were convicted for theft and 20.10% were accused of substance abuse (Department of Juvenile Observation and Protection, B.E. 2552). Besides this, a number of psychological problems suffered by adolescents have been identified including depression and suicidal attempts. Previous studies have reported that the incidence of depression among Thai adolescents has steadily increased (Woraporn Intaburan, B.E. 2534; Chantana Teswattana, B.E. 2546; Juljaraporn Sripetch, B.E. 2543; Chorpetch Baongern, B.E. 2537; Ratcjana Singthong, B.E. 2546). Thus, it can be seen that there is a crisis when it comes to happiness of adolescents. A review of literature on happiness in adolescents has revealed that most adolescents have happiness at a low or moderate level. For instance, Supanee Sukhanakin (B.E. 2549) investigated happiness of residents in Ta Pla District, Uttaradit Province and found that 86.2% of adolescents aged 18 to 22 years had a low or moderate level of happiness. Likewise, Duangduan Pipatchookiat (B.E. 2541) found that 83.3% of first-year university students had a low and moderate level of happiness, and Worrarat Katchamaporn et al. (B.E. 2549) found that 55.2% of

secondary school students had a low and moderate level of happiness. A similar finding has been reported in another study conducted abroad by Natvig, Albrektsen, and Qvarnstrn (2003) that 61.72% of early secondary students had a low and moderate level of happiness. According to Adler (2008), happiness is a goal in life of human beings. It is an important thing that all human beings desire, and it reflects total quality of life of humans. Happiness results from assessment of incoming factors in life (Veenhoven, 1994).

In general, there are various factors that are related to happiness of early adolescents. These factors can be divided into internal factors and external factors. The former include emotional quotient, self-esteem, and perceived sickness, etc. Perceived happiness in life leads to sense of meaning and goals in life. That is, when individuals are happy, they understand what they want to do and why they want to do it. Also, they understand what is suitable for their present life. Therefore, they will develop sense of optimism, realize the value of life and time in life, are satisfied with establishment of relationships with people around them, and have sense of self-pride (Highfield & Carson, 1993 cited in Kalaya Ploymai, B.E. 2545). The latter factors involve social support, relationship with friends, family relationship, and relationship between the teacher and students, etc.

A review of literature on happiness in adolescents conducted in Thailand has shown that most of the studies investigated problems in adolescence, which are considered studies of negative psychology such as smoking problems, problems with unwanted pregnancy, etc. It is worth noting that there are few studies on positive psychology, and there is no study on happiness in early adolescents in particular. As happiness is a major goal in life and it is an important driving force behind individuals' success in life, the researcher was interested in investigating the level of happiness and factors related to happiness in early adolescents who resided in Bang Lane District, Nakhon Pathom Province. This is because Bang Lane District has rapidly changed from a agricultural society to an industrial society in the past decades, and such rapid changes have affected ways of life of its residents and brought about fierce economic competitions. The statistics of Bang Lane District has revealed that the rates of physical assaults, substance abuses, and sexual abuses of adolescents tend to rise, and the level of severity tends to increase (Bang Lane District, B.E. 2551).

The statistics of Bang Lane Hospital has also revealed that problems of physical assaults, unwanted pregnancy, sexual assaults, and suicides among adolescents in Bang Lane District have continued to increase (Bang Lane Hospital, B.E. 2551). Therefore, it was anticipated that the findings of the present study would shed light on happiness and factors related to happiness in early adolescents in Bang Lane District so that appropriate solutions can be subsequently implemented to promote happiness and prevent various problems among early adolescents who live in the area.

Conceptual Framework of the Study

In this study, an extensive review of literature on happiness and happiness in adolescents has been conducted. It has been discovered that major factors that are supposed to be associated with happiness in adolescents can be divided into internal factors and external factors.

The internal factors related to happiness in adolescents that have been selected in this study are emotional quotient and self-esteem.

1. Emotional quotient refers to individuals' emotional capacity to understand self and others, to solve conflicts, and to live their life creatively and happily (Department of Mental Health, B.E. 2544). In order to develop individuals to have quality and to enable them to co-exist happily, three aspects of life have to be reinforced. They are cognition, behaviors and expressions, and feelings and emotions (Nantana Wong-in, B.E. 2543: 20). Generally, emotional quotient plays a major role in success and happiness in life (Yada Laopetch, B.E. 2544). Previous studies have also confirmed that emotional quotient is associated with happiness (Hill & Argle, 2001; Chamoro-Premuzic, Bennett, & Furnham, 2006; Shutte, Malouff, Thorsteinsson, Bhullar, & Rooke, 2006).

2. Self-esteem, as defined in existing literature, refers to individuals' attitudes toward themselves, both positive and negative attitudes. It is part of the self-structure that is used to assess oneself in terms of values, capacity, and individual characteristics. According to Rosenberg (1989), self-esteem is a self-concept which can be divided into two aspects of (1) cognitive self and (2) evaluative self. Cognitive self involves knowledge and understanding individuals have for themselves which is derived from the position or status that the individuals occupy in the social structure

that the individuals belong to and that gives them their identity. On the other hand, evaluative self refers to individuals' explanation of themselves when they evaluate themselves in comparison with other individuals or objects so as to conclude how much value or pride they have. Self-esteem is a basic need of individuals. It is a learning phenomenon that takes place all through individuals' lifetime (Muhlenkamp & Sayles, 1986 cited in Darika Tarnbuasawan, B.E. 2540). Self-esteem is positively related to happiness (Mahon & Yarcheski, 2002; Cheng & Furnham, 2003) and is also associated with the level of happiness and success at a high level (Bowles, 1999; Davis & Brember, 1999). In brief, self-esteem is a characteristic of happy individuals (Mayers & Diener, 1995).

The external factors related to happiness in adolescents which have been selected in this study are family relationship, relationship with friends, and social support.

1. Family relationship is adolescents' perception of their relationships with members of their family who live with them such as the father, mother, and siblings. A previous study has pointed out that family is the first society of all human beings, which is a basic society for living. Thus, family has a significant influence on all individuals. If family members have love and attachment for one another, the members will have security in life, which results in a high level of mental happiness (Nongyao Nualprom, B.E. 2550). In other words, there is a relationship between family relationship and happiness (Richard Layard, B.E. 2550). Furthermore, a good relationship between the father and the mother makes children develop mental security, as well as trust in themselves and others, and they are likely to be more cooperative. As a result, it can be stated that good family relationship can effectively prevent problems among adolescents (Jaruwan Chupwa, B.E. 2541). Moreover, previous studies have found that support from the parents including encouragement, praise, touching, and love can predict happiness in life (Sillick & Schutte, 2006) and that relationship with the parents is related to happiness (Cheng & Furnham, 2003). In Thailand, Amarawadee Na Ubol (B.E. 2544) has reported that students with good family relationships had better mental health status than those who had poor family relationships. Similarly, Prachit Sukanan (B.E. 2544) has found that a good relationship between the parents and their children made students very happy.

2. Relationship with friends refers to perception of the relationship adolescents share with their friends. In general, adolescence is the period of time when individuals need freedom. They need to take care of themselves more, and they crave social acceptance. For these reasons, they tend to pay more attention to their friends rather than their family. Lane (2000) contends that relationship with friend is a basis for happiness in life. Previous studies have reported that the level of relationship with friends had an influence on depression, which, in turn, reflected the level of happiness (Juljaraporn Sripetch, B.E. 2543) and that society and peers are associated with happiness (Richard Layard, B.E. 2550). Therefore, relationship with friends is another significant factor in the life of adolescents.

3. Social support is a resource that enables individuals to effectively adjust themselves to stress. It is individuals' satisfaction with basic necessities in society that are derived from their contacts and relationships with others (Kangsadan Suthavireesan, B.E. 2535: 4). Social support is a psychosocial factor that influences individuals' living in society (Siriporn Pongraweewongsa, B.E. 2543). Social support is positively related to happiness (Mahon & Yarcheski, 2002), and social skills and social support are components that lead to happiness (Diener, 2002 cited in Department of Mental Health, B.E. 2550).

In conclusion, the factors that are likely to be associated with happiness of junior high school students in the present study are internal factors and external factors including family relationship, relationship with friends, emotional quotient, social support, and self-esteem. The conceptual framework of the present study is illustrated in Figure 1 below.

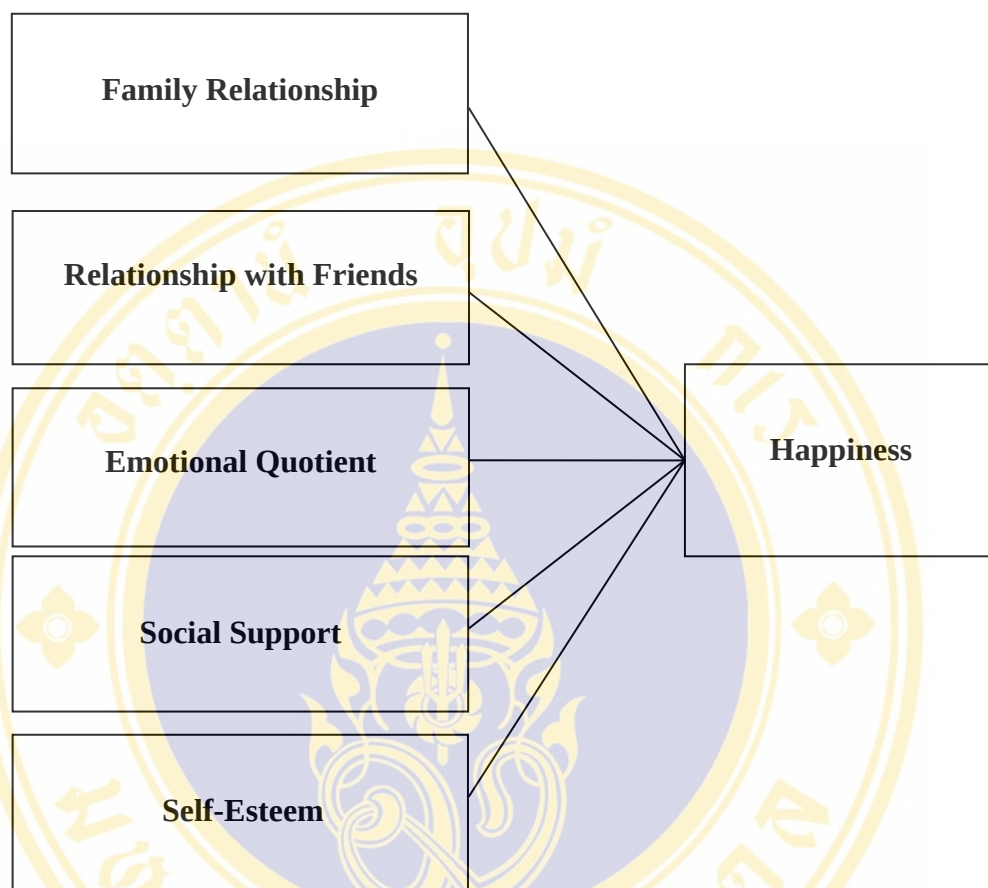


Figure 1 Conceptual Framework of the Study

Objectives of the Study

1. To investigate the level of happiness of early secondary students in Bang Lane District, Nakhon Pathom Province
2. To examine the relationship between family relationship, relationship with friends, emotional quotient, social support, and self-esteem and happiness of junior high school students in Bang Lane District, Nakhon Pathom Province

Research Questions

1. What is the level of happiness of junior high school students in Bang Lane District, Nakhon Pathom Province?

2. What is the relationship between family relationship, relationship with friends, emotional quotient, social support, and self-esteem and happiness of junior high school students in Bang Lane District, Nakhon Pathom Province?

Scope of the Study

The present study was descriptive correlational research which aimed at investigating the relationship between family relationship, relationship with friends, emotional quotient, social support, and self-esteem and happiness of early secondary students in Bang Lane District, Nakhon Pathom Province in the first semester of the academic year 2009. Data collection took place between June and July 2009.

Expected Outcomes and Benefits

1. The findings of the study would shed light on level of happiness and factors related to happiness of junior high school students in Bang Lane District, Nakhon Pathom Province.
2. The findings of the study could be used as baseline data to further study and promote happiness in junior high school students.

Definition of Terms

Family relationship refers to adolescents' perception of their relationship with other members of their family including the father, mother, and siblings. In this study, family relationship was assessed using a questionnaire whose items ranged in scores from 0 to 10 points.

Relationship with friends refers to adolescents' perception of their relationship with their friends. In this study, relationship with friend was assessed using a questionnaire whose items ranged in scores from 0 to 10 points.

Emotional quotient refers to adolescents' emotional capacity that enables them to live their life creatively and happily. According to the Department of Mental Health (B.E. 2544), there are three components of emotional quotient as follows:

The good aspect refers to the ability to control emotions and needs of oneself, compassion for others, and responsibility for others.

The efficient aspect refers to the ability to know oneself, to develop motivation, to make decisions, to solve problems, to effectively express oneself, and to establish a good relationship with others.

The happy aspect refers to the ability to live one's life happily with self-pride and self-satisfaction, and with peace of mind.

In this study, emotional quotient was assessed using the emotional quotient assessment scale for adolescents aged 12 to 17 years (Department of Health, B.E. 2544).

Social support refers to adolescents' perception of provision and reception of assistance from individuals in their social network, which can be expressed in five dimensions as follows (Chatwalai Jaiaree, B.E. 2533): 1) love and attachment, 2) assistance in the forms of advice, emotional support, and tangible support, 3) exchange of mutual benefits such as taking care or helping others, 4) perceived sense of belonging to a social group, and 5) perceived self-esteem. In this study, social support was assessed using the Thai version of the Personal Resource Questionnaire: PRQ – Part II translated by Chatwalai Jaiaree (B.E. 2533).

Self-esteem refers to adolescents' perception of their self-respect. Adolescents with self-esteem realize that they are valuable persons without having to compare themselves to others—whether they are better or worse, and without having to think that they are superior to all. However, they are aware of their own limitations and have expectation of how they can improve themselves (Rosenberg, 1965). In this study, self-esteem was assessed using Rosenberg's Self-Esteem Scale (RSE) which was translated into the Thai language by Pakvilai Srisang (B.E. 2546).

Happiness refers to the satisfactory condition of life which results from individuals' ability to manage problems in their living and to develop their potential to ensure good quality of life. Happiness also refers to mental virtues under the changing social and environmental conditions. Happiness can be divided into four major aspects of mental condition, mental capacity, mental quality, and supporting factors (Apichai Mongkol et al., B.E. 2544).

Research Methodology

The present study was descriptive correlational research which aimed at investigating the factors related to happiness in junior high school students in Bang Lane District, Nakhon Pathom Province. The factors under study included the relationship between family relationship, relationship with friends, emotional quotient, social support, and self-esteem.

Population and Sample

The population in this study was junior high school students. The target population of the study consisted of junior high school students in Bang Lane District, Nakhon Pathom Province. There were altogether four schools under the Department of General Education, Ministry of Education. They were Bang Lane Wittaya School, Bang Luang Wittaya School, Bua Pak Ta School, and Sathaporn Wittaya School. The total number of students was 1,374. Clustered random sampling was used to recruit the study sample, who were junior high school students studying at Bang Lane Wittaya School and Sathaporn Wittaya School in the first semester of the academic year 2009.

Inclusion criteria

The sample recruited in this study had to meet the following inclusion criteria:

1. They were early secondary students in Bang Lane District, Nakhon Pathom Province
2. They were Thai citizens.
3. They were willing to participate in the study.

Sample size

The formula proposed by Taro Yamane (1967) was used to calculate the sample size, with the confidence level set at 95% and with the variance of the sample allowable at 5% as follows:

$$n = \frac{N}{1+Ne^2}$$

When n = number of subjects in the sample

N = total number of early secondary students

$$\begin{aligned}
 e &= \text{variance of the sample size in this study} \\
 &\text{with the significance level set at .05} \\
 \text{Thus, } n &= \frac{1,374}{1 + 1,374 (0.05)^2} \\
 &= 309.80 \text{ subjects} \approx 310 \text{ subjects}
 \end{aligned}$$

To prevent variance caused by incomplete responses to the questionnaires or loss of subjects, and to make sure that the sample size was sufficiently large, 20% of the calculated sample size was added (Lemeshow, Hosmer, Klar, & Lwanga, 1990). Therefore, the final number of subjects in this study was 372.

Research Instruments

The instruments used in this study were questionnaires which could be divided into five parts, totaling 116 items as follows:

Part I: Demographic Characteristics Questionnaire

This questionnaire was designed to elicit data regarding the subjects' demographic characteristics including age, gender, religion, level of education, grade point average, number of siblings, family type, marital status of parents, persons the subjects were living with, type of residence, family relationship, relationship with friends, score of family relationship, and score of relationship with friends. The total number of items in this part was 14.

Part II: The Emotional Quotient Assessment Scale for Adolescents (Aged 12 to 17 years)

The scale was developed by Yongyuth Wongpiromsan et al. (Department of Mental Health, B.E. 2544). It consisted of 52 items, which could be divided into three aspects of emotional quotient of the good aspect, the efficient aspect, and the happy aspect. The self-assessment scale was arranged in a four-point rating scale ranging from 1 to 4, with the total scores ranging from 52 to 208 points. Higher scores reflected higher emotional quotient and vice versa (Department of Mental Health, B.E. 2544). As for reliability of the scale, when the scale was tried out with 35 junior high school students who shared similar characteristics with the study subjects, Cronbach's

alpha coefficient was equal to .78. Likewise, when the scale was used with the subjects in the main study, Cronbach's alpha coefficient was equal to .78 as well.

Part III: Thai Happiness Indicators (THI-15)

The Thai Happiness Indicators (THI-15) was constructed by Apichai Mongkol et al. (Department of Mental Health, B.E. 2544). It consisted of 15 items which involved four major components of happiness—mental condition, mental capacity, mental quality, and supporting factors. This self-assessment scale was arranged in a four-point rating scale ranging from 0 to 3 points, with the total scores ranging from 0 to 45 points. Higher scores reflected a higher level of happiness, and vice versa (Apichai Mongkol et al., B.E. 2544). With regard to reliability of the questionnaire, when the questionnaire was tried out with 35 junior high school students who shared similar characteristics with the study subjects, Cronbach's alpha coefficient was equal to .76. Similarly, when the scale was used with the subjects in the main study, Cronbach's alpha coefficient was equal to .76 as well.

Part IV: The Personal Resource Questionnaire: PRQ – Part 2

This instrument was developed by Brandt & Weinert (1981) based on the concept of social support proposed by Weiss (1974). There were 25 items in the questionnaire, which divided social support into five aspects of 1) closeness and attachment, 2) belonging to society, 3) opportunity to assist others, 4) perceived self-esteem, and 5) reception of support and guidance. The items were arranged in a seven-point rating scale ranging from 1 to 7 points, with the total scores ranging from 25 to 175 points. Higher scores indicated that the persons had higher levels of social support, and vice versa (Weinert, 1987). Regarding reliability of the questionnaire, when the questionnaire was tried out with 35 junior high school students who shared similar characteristics with the study subjects, Cronbach's alpha coefficient was equal to .83. When the scale was used with the subjects in the main study, Cronbach's alpha coefficient was equal to .88.

Part IV: Rosenberg Self-Esteem Scale (RSE)

The instrument was constructed by Rosenberg (1965) to assess the sense of self-esteem, and it consisted of ten items which were arranged in a four-point rating scale of 1 to 4. The total scores ranged from 10 to 40 points, with higher scores indicating higher levels of self-esteem and vice versa (Rosenberg, 1965 cited in

Nopporn Vongsirimas, 2008). As regards reliability of the questionnaire, when the questionnaire was tried out with 35 junior high school students who shared similar characteristics with the study subjects, Cronbach's alpha coefficient was equal to .77. When the scale was used with the subjects in the main study, Cronbach's alpha coefficient was equal to .65.

Research Ethics

The present study was approved by Ethical Committee on Research Involving Human Subjects of the Faculty of Medicine, Ramathibodi Hospital, Mahidol University.

Data Collection

Data were collected by means of the self-administered questionnaires, and data collection was conducted in the following sequence:

1. The researcher asked for an introductory letter from the Graduate School of Mahidol University to be submitted to the Directors of Nakhon Pathom Education Office Area 2, Bang Lane School, and Sathaporn Wittaya School.
2. After permission to collect data was granted, the researcher approached the teachers in the schools to introduce herself, explain research objectives and data collection procedures, and ask for cooperation in data collection. The researcher asked for permission to meet all the junior high school students at Sathaporn Wittaya School in the morning before classes started and at Bang Lane Wittaya School before Boys' and Girls' Scout Activities started. The meeting lasted approximately 15 minutes, during which the researcher introduced herself, explained research objectives and procedures, and asked for permission from the students' parents to protect the rights of the human subjects.
3. The researcher selected the junior high school students who met the inclusion criteria previously set. The researcher then coded all five questionnaires and coordinated with related teachers at the schools to set the date and time of data collection between June and July 2009. After that, the researcher met the students one more time to explain the protection of the rights of human subjects and asked them to

take the informed consent form back home for their parents or guardians to sign. The form was to be returned to the researcher on the day of data collection.

4. The researcher collected data on the day and at the time scheduled at both schools by herself. During data collection, all subjects in each school were present at the school auditorium. All of the subjects received the questionnaires at the same time, and each of them received five questionnaires with the same code number. Data collection lasted approximately 40 minutes.

5. After the questionnaires were returned, the researcher examined them to ensure completeness of the data and coded the questionnaires. It was found that there were 283 sets of questionnaires that were fully completed by the subjects, accounting for 74.8% of the total. Therefore, the researcher had to contact the teachers of Bang Lane Wittaya School to conduct data collection one more time. It is worth noting that the second data collection was conducted only at Bang Lane Wittaya School as the number of students was large enough. In so doing, the researcher randomly selected the subjects from junior high school students who were not included in the first data collection. However, on the schedule day, it was found that Mathayomsuksa 2 students had to go to a camp outside the school, so the researcher had to randomly select Mathayomsuksa 1 and 3 students one more time.

6. After the desired number of subjects was obtained, the researcher conducted data collection one more time on the scheduled date and time. All subjects in the second data collection were present at the school auditorium and received the questionnaires at the same time. Each of the subjects received five questionnaires with the same code number. Data collection lasted approximately 40 minutes.

7. After the questionnaires were returned, the researcher coded the questionnaires. It was found that there were 126 sets of questionnaires that were fully completed by the subjects, accounting for 82.89% of the total. However, after all the questionnaires from the first and second administrations were combined, it was discovered that there were sufficient questionnaires, so the researcher proceeded with data analysis.

Data Analysis

Data analysis was conducted using the SPSS Computer Program with the significance level set at .05. Descriptive statistics of frequency distribution, percentage, range, mean, and standard deviation were used to analyze the subjects' demographic characteristics and independent variables, while inferential statistics of Pearson's Product Moment Correlation Coefficient was employed to analyze the relationship between social support and happiness, Spearman's Rank-order Correlation Coefficient was utilized to analyze the relationship between family relationship, relationship with friends, and self-esteem and happiness, and Analysis of Variance: ANOVA was used to analyze the relationship between emotional quotient and happiness. A preliminary test was conducted to test the initial agreement before data analysis commenced, and the result showed that the data were suitable for analysis with the aforementioned statistical formulas.

Research Findings

1. Demographic characteristics of junior high school students

There were 409 junior high school students who participated in the study. Almost all of them, or 99.6%, were between 12 and 16 years old, and their mean age was 13.58 years old. As regards gender, 55% were female, and 45% were male. Almost all, or 99.3% were Buddhists, and more than half, or 55.3%, had their grade point average equal to or higher than 2.5. In addition, more than two-thirds, or 68.9%, had one to two siblings, and almost all, or 92.4%, had both parents who were still alive. With regard to their living conditions, more than three-fourths, or 79.5%, had parents who were still married, and 70.9% lived with their parents. Furthermore, close to half, or 43.8%, lived in a farm or an orchard in a rural area, and about one-third, or 34.3%, lived in their own house in the village. Finally, 59.6% had good family relationships, and 55.3% had good relationships with their friends.

2. Level of happiness of junior high school students

According to the study findings, 70.4% of the subjects had a low to normal level of happiness, 35.4% had a normal level of happiness, and 35% had a low level of happiness.

3. Relationship between social support and happiness

Pearson's Product Moment Correlation Coefficient showed that there was no relationship between social support and happiness (see Table 1).

4. Relationship between family relationship, relationship with friends, and self-esteem and happiness

Spearman's Rank-order Correlation Coefficient was utilized to analyze the relationship between family relationship, relationship with friends, and self-esteem and happiness. It was found that family relationship, relationship with friends, and self-esteem were not associated with happiness (see Table 2).

5. Relationship between emotional quotient and happiness

Analysis of Variance (ANOVA) was used to analyze the relationship between emotional quotient and happiness. The results indicated that there was at least one pair of mean scores of happiness of the subjects with high, normal, and low overall emotional quotient that was different with statistical significance. In other words, the overall emotional quotient was related to happiness ($F_{2, 406} = 3.22$; $p = .04$) (see Table 3). Also, Turkey's Honestly Significant Difference (HSD) was used to test the differences of the pairs, and it was found that junior high school students with overall emotional quotient at a normal level had mean scores of happiness higher than those of secondary school students with overall emotional quotient at a low level with statistical significance ($p = .05$). Furthermore, the findings revealed that junior high school students with overall emotional quotient at a normal level had mean scores of happiness higher than those of junior high school students with overall emotional quotient at a high level with no statistical significance (see Table 4). When analyzing three aspects of emotional quotient, it was found that the subjects whose scores of happiness in the good aspect and the efficient aspect were high, normal, or low did not have any differences in their mean scores of happiness. Put another way, the good and the efficient aspects of emotional quotient were not associated with happiness (see Tables 5 and 6). However, it was found that for the subjects whose mean scores of the happy aspect of emotional quotient were at a high, normal, or low level, there was at least one pair that was found to be statistically significantly different. Put another way, the happy aspect of the emotional quotient was associated with happiness ($F_{2, 406} = 3.69$; $p = .03$) (see Table 7). Besides this, Turkey's Honestly Significant Difference

(HSD) was used, and the results showed that the junior high school students who had the happy aspect of the emotional quotient had higher mean scores of happiness than those whose scores were at a low level with statistical significance ($p = .05$). On the other hand, the junior high school students who had the happy aspect of the emotional quotient at a high level had mean scores of happiness lower than those of the students with normal levels with no statistical significance. In conclusion, the analysis of the relationship between emotional quotient and happiness revealed that overall emotional quotient and the happy aspect of the emotional quotient were associated with level of happiness with statistical significance ($p < .05$) (see Table 8).

Table 1 Pearson's Product Moment Correlation Coefficient (r) between social support and happiness of the sample (n = 409)

Variable	Happiness (r)	p-value
Social support	.02	.63

Table 2 Spearman's Rank-order Correlation Coefficient between family relationship, relationship with friends, and self-esteem and happiness of the sample (n = 409)

Variables	Happiness	p-value
1) family relationship	-.00	.84
2) relationship with friends	.01	.47
3) self-esteem	.02	.58

Table 3 Analysis of Variance (ANOVA) between happiness and overall emotional quotient of the high, normal, and low groups (n = 409)

Sources of variance	SS	df	MS	F	p-value
Overall emotional quotient					
Between groups	231.760	2	115.880	3.218	.041*
Within groups	14617.849	406	36.005		
Total	14849.609	408			

* p < .05

Table 4 Comparison of mean scores of happiness in the sample with overall emotional quotient at a high, normal, and low level using Turkey's Honestly Significant Difference (HSD) (n = 409)

Overall emotional quotient	Mean	Low	Normal	High
Low	28.84	-	-	-
Normal	30.38	1.536*	-	-
High	28.00	-.841	-2.377	-

* p < .05

Table 5 Analysis of variance of mean scores of happiness in the sample and the good aspect of emotional quotient at a high, normal, and low level (n = 409)

Source of variance	SS	df	MS	F	p-value
The good aspect of emotional quotient					
Between groups	10.544	2	5.272	.144	.866
Within groups	14839.065	406	36.549		
Total	14849.069	408			

Table 6 Analysis of variance of mean scores of happiness in the sample and the efficient aspect of emotional quotient at a high, normal, and low level (n = 409)

Source of variance	SS	df	MS	F	p-value
The efficient aspect of emotional quotient					
Between groups	138.121	2	69.061	1.906	.150
Within groups	14711.488	406	36.235		
Total	14849.609	408			

Table 7 Analysis of variance of mean scores of happiness in the sample and the happy aspect of emotional quotient at a high, normal, and low level (n = 409)

Source of variance	SS	df	MS	F	p-value
The happy aspect of emotional quotient					
Between groups	265.351	2	132.676	3.693	.026*
Within groups	14584.257	406	35.922		
Total	14849.609	408			

* p < .05

Table 8 Comparison of mean scores of happiness in the sample with the happy aspect of emotional quotient at a high, normal, and low level using Turkey's Honestly Significant Difference (HSD) (n = 409)

The happy aspect of emotional quotient	Mean	Low	Normal	High
Low	28.33	-	-	-
Normal	29.98	1.653*	-	-
High	29.73	1.408	-.245	-

* p < .05

Discussion of Findings

The subjects were 409 junior high school students. Almost all of them, or 99.6%, were between 12 and 16 years old, and their mean age was 13.58 years old. As regards gender, 55% were female, and 45% were male. Almost all, or 99.3% were Buddhists, and more than half, or 55.3%, had their grade point average equal to or higher than 2.5. In addition, more than two-thirds, or 68.9%, had one to two siblings, and almost all, or 92.4%, had both parents who were still alive. With regard to their living conditions, more than three-fourths, or 79.5%, had parents who were still married, and 70.9% lived with their parents. Furthermore, close to half, or 43.8%, lived in a farm or an orchard in a rural area, and about one-third, or 34.3%, lived in their own house in the village. Finally, 59.6% had good family relationships, and 55.3% had good relationships with their friends.

It can be seen that the subjects shared similar characteristics with most junior high school students in terms of age, gender, grade point average, religion, living condition of the parents, parents' marital status, and type of residence. Most of the subjects lived with their father and mother, and they lived in their own house in a farm or orchard in a rural area. Also, most had a good family relationship. These findings were consistent with the living condition of Thai people who mostly live in an agricultural area. Generally, as there is less competition in life in a rural area, people tend to have a good relationship with their family. As for relationship with friends, the subjects in this study, like adolescents in general who have their friends as the center of their attention (Sucha Chan-aim, B.E. 2529), also had a good relationship with their friends.

With regard to happiness, according to the study findings, 70.4% of the subjects had a low to normal level of happiness, 35.4% had a normal level of happiness, and 35% had a low level of happiness. Such findings were inconsistent with the findings of Duangduan Pipatchukiat (B.E. 2541) who investigated the factors related to happiness of first-year students at Thammasat University and found that 66.7% of the subjects had a normal level of happiness, 16.8% had a low level of happiness, and 16.5% had a high level of happiness. Likewise, Worrarat Katchamaporn et al. (B.E. 2549) examined the level of happiness and related factors of high school students at Khon Kaen Wittayakom School in Khon Kaen Province and

reported that 45.1% of the subjects had a normal level of happiness and 44.8% had a high level of happiness. In addition, Natvig et al. (2003) studied psychosocial factors associated with happiness of junior high school students and found that 52.46% had a normal level of happiness and 38.28% had a high level of happiness. However, in this study, most of the subjects had their happiness at a low to normal level, which was different from the findings of previous studies which reported that the subjects had a normal to high level. This could be explained that early adolescents have to undergo drastic changes in life during the transition period to become adults, including physiological, psychological, emotional, and social changes. In particular, the change in their social roles and their daily living result in a high level of conflicts—both the conflicts within the adolescents themselves and the conflicts between the adolescents and their parents or guardians (Sucha Chan-aim, B.E. 2529). Therefore, early adolescents tend to have less happiness when compared to late adolescents or individuals in other age groups. Moreover, it can be stated that cultural differences can affect beliefs and perceptions of happiness of individuals. Studies on happiness in the western world have indicated that for westerners, happiness results from within the individuals themselves. On the other hand, for easterners, more significance is given to relationships with others than on oneself. Thus, the levels of happiness of people in both hemispheres may be different. In addition, at present, rapid advancement in technology, especially communication technology, may distort individuals' perception of happiness. Individuals are more likely to give more significance to convenience and economic growth, including adolescents. For instance, adolescents compete with their peers when it comes to how to dress, what model of cellular phones to use, or what model of motorcycles to ride, etc. Such a wrong concept of happiness may have explained why the junior high school students in this study had a low to normal level of happiness.

More than half of the subjects in this study (61.1%) had the range of scores of family relationship lower than 9, with the mean of 8.21, which was rather high. An analysis of the family relationship and happiness revealed that there was no relationship between the family relationship and happiness. Such finding was not consistent with the findings of Richard Layard (2005) who investigated happiness of general people in the United States and found that the family relationship was related

to happiness (Lane, 2000; Somchai Chakrabhand, B.E. 2549; Richard Layard, 2005). Furthermore, Cheng & Furnham (2003) studied happiness in adulthood and found that relationship with parents was related to happiness. Also, parental support such as encouragement, praise, touching, and love can predict happiness in life (Sillick & Schutte, 2006). In Thailand, Amarawadee Na Ubol (B.E. 2544) conducted a study to explore the family relationship and found that students who had a good family relationship had better mental health condition when compared to students with a poor family relationship. Finally, Prachit Sukanan (B.E. 2544) has reported that a good relationship between students and their parents made students very happy. In this study, the subjects had scores of family relationship at a rather high level, thus indicating that they had a good relationship with their family members. This may have been because in the ways of life in Bang Lane District are rather similar to the ways of life in rural areas of the country. Thus, family members are likely to have more time for one another when compared to people who live in a city who have to waste a great deal of their time on commuting. Moreover, there are less social distractions in the area such as game arcades, Internet stores, or department stores, so there are fewer factors that can cause conflicts between junior high school students and their family. In fact, good family relationship is a necessary for early secondary students and it is seen as a psychological factor that causes students to have confidence in interpersonal relationships when they have to live their life outside the house. Even though the findings of the present study indicated that there was no relationship between family relationship and happiness, it may have been because most of the students had a high level of family relationship, so there was no variation in the level of family relationship. As a result, no relationship between family relationship and happiness was found.

With regard to level of relationship with friends, more than half of the subjects in this study (64.5%) had the range of scores of level of relationship with friends lower than 9, with the mean of 8.12. An analysis of the level of level of relationship with friends and happiness showed that there was no relationship between level of relationship with friends and happiness. Such finding was different from the findings of Richard Layard (2005) who investigated happiness of general people in the United States and found that society and friends were related to happiness (Lane,

2000; Somchai Chakrabhand, B.E. 2549; Borooah, 2006; Chan and Lee, 2006). In general, the quality of peer groups at school is associated with adolescents' learning of their roles, social processes, disciplines, and happiness (Steinberg, 1996). In this study, the subjects had level of relationship with friends at a rather high level, which is consistent with the developmental stages of early adolescents who are likely to have their peers as their center of attention. Even though the study findings indicated that there was no relationship between level of relationship with friends and happiness, it may be explained that most of the students had a high level of relationship with friends, so there was no variation in the level of relationship with friends. Consequently, no relationship between relationship with friends and happiness was found.

According to the study findings, most of the subjects had social support scores at a moderate level (ranging from 37 to 169 points, with the mean of 120.49 points and the standard deviation of 19.223). An analysis of the relationship between social support and happiness indicated that social support was not related to happiness. Such finding was contradictory to the finding of Nopporn Wongsirimas (2008) who studied maternal depression, gender, and depression in Thai adolescents and found that perceived social support had an influence on depression through perceived self-esteem. To explain, if adolescents had a high level of perceived social support, they would have a high level of perceived self-esteem, so their depression would be decreased and they would be happier. In another study, Natvig et al. (2003) investigated the psychosocial factors related to happiness of early secondary students and reported that social support was associated with happiness with statistical significance ($p = .05$). That is, social support could prevent stress in life or decrease the severity of stress in life (Beeber, 1996; Brown & Harris, 1978; Cohen & Wills, 1985; Israel et al., 2002; Parry, 1986 cited in Maneekarn Supasay, B.E. 2551). In the present study, the subjects had social support at a moderate level. This means that the subjects had satisfaction with their social needs in all five dimensions of 1) love and attachment, 2) assistance in the forms of advice, emotional support, and tangible support, 3) exchange of mutual benefits such as taking care or helping others, 4) perceived sense of belonging to a social group, and 5) perceived self-esteem at a moderate level. One plausible explanation is that in Thai society, people do not like to

display their love and affection through physical touches. This may have affected perceived social support of the subjects of this study. Besides, in Thai society, adolescents have less chance to express their thoughts and ability, so this may have explained why the subjects of this study had social support at a moderate level. An analysis of relationship showed that there was no relationship between social support and happiness. This may have been because the assessment of social support was not specific to early adolescents and the instrument used to assess social support in this study contained as many as seven response-choices. Therefore, the relationship between social support and happiness was not found. However, as a review of literature has shown that social support is a factor that affects individuals' happiness, further studies should be conducted in which perceived social support of early adolescents is specifically assessed.

Regarding self-esteem, the study findings indicated that most of the subjects had their self-esteem scores at a moderate level (ranging from 14 to 37 points, with the mean of 26.43 and the standard deviation of 4.642). An analysis of the relationship between self-esteem and happiness revealed that there was no relationship between self-esteem and happiness. In contrast, Sillick and Schutte (2006) conducted a study and reported that self-esteem was associated with happiness with statistical significance, and Uchida et al. (2005) point out that self-esteem is the best predictor of happiness. In general, individuals who have a high level of self-pride are likely to live their life happily and are also likely to succeed. In another study, Prachit Sukanan (B.E. 2544) found that self-esteem was related to happiness as well. However, in the present study, the subjects had their self-esteem scores at a moderate level only. This means that the subjects had their attitudes toward their values, capability, significance, social acceptance, and success at a moderate level. One possible explanation is that early secondary students generally have to undergo various physical, psychological, emotional, and social changes, but they do not receive role acceptance from adults in their life. Also, in Thai society, adolescents do not have much opportunity to express themselves freely. As a consequence, early adolescents in Thai society lack self-confidence and feel that they still need to depend on their parents. Thus, their self-esteem is affected. In this study, an analysis of relationship showed that self-esteem was not associated with happiness. This may have been because of differences in

cultures and concepts of happiness. A review of literature has shown that in the western world, people give more significance to internal factors of individuals such as self-esteem. On the contrary, Asian people emphasize the significance of the interpersonal relationships more than internal factors of individuals. As a result, there was no relationship between self-esteem and happiness found in this study.

According to the study findings, most of the subjects had overall emotional quotient scores at a low level (ranging from 99 to 178 points, with the mean score of 136.35 and the standard deviation of 15.88). Thus, it can be concluded that the subjects had overall emotional quotient scores lower than the standard criteria of adolescents aged 12 to 17 years (Department of Mental Health, B.E. 2543). When considering the three aspects of emotional quotient of the subjects—the good aspect, the efficient aspect, and the happy aspect, it was found that the scores were at a normal level. The findings of the present study were not consistent with the findings reported by Buatip Jaitrongdee et al. (B.E. 2546) who studied emotional quotient and risk behaviors of female adolescents and found that the subjects had overall emotional quotient scores at a normal level, the scores of the good and happy aspects at a higher than normal level, and the scores of the efficient aspect at a lower than normal level. In this study, the subjects had scores of overall emotional quotient at a low level, but their scores of the good, efficient, and happy aspects were at a normal level. Thus, it can be seen that even though the scores of the three aspects were at a normal level, but the mean scores obtained were only slightly higher than the low level, so the scores of overall emotional quotient were at a low level. In general, adolescents have to undergo various changes which can easily cause confusion. For example, hormonal changes may affect their ability to control their own emotions and lack of experience in life may affect their problem-solving ability, etc. A review of literature has revealed that emotional quotient consists of understanding of self and others as well as ability to resolve conflicts. Thus, the scores of overall emotional quotients of the subjects were at a low level. Another explanation for the discrepancy in the study findings and the findings of Buatip Jaitrongdee et al. (B.E. 2546) is that the subjects in the two studies had different demographic characteristics. In this study, an analysis of relationship showed that overall emotional quotient and the happy aspect of emotional quotient were related to happiness with statistical significance ($p < .05$). It was found

that junior high school students whose scores of overall emotional quotient was at a normal level had higher mean scores of happiness when compared to those whose scores of overall emotional quotient was at a low level with statistical significance ($p = .05$). In addition, junior high school students whose scores of the happy aspect of emotional quotient was at a normal level had higher mean scores of happiness when compared to those whose scores of the happy aspect of emotional quotient was at a low level with statistical significance ($p = .05$). However, junior high school students whose scores of the happy aspect of emotional quotient was at a high level had lower mean scores of happiness when compared to those whose scores of the happy aspect of emotional quotient was at a normal level with no statistical significance. Such findings yielded support to the findings of Furnham (2003) who reported that emotional quotient could predict happiness and of Sillick and Schutte (2006) that emotional quotient was related to happiness. Furthermore, the study findings were also congruent with the findings of Chamorro-Premuzic et al. (2007) who conducted a study in students and general people aged between 13 and 59 years old and reported that there was a relationship between emotional quotient and happiness ($p < .01$). In another study, Schutte, Malouff, Thorsteinsson, Bhullar, and Rooke (2007) found that there was a positive relationship between emotional quotient and happiness. In this study, the findings showed that overall emotional quotient and the happy aspect of emotional quotient were related to happiness. In general, emotional quotient is a basic factor underlying all human beings. According to the Department of Mental Health (B.E. 2544), emotional quotient refers to understanding of oneself and others and ability to resolve conflicts. Each aspect of emotional quotient can be explained as follows. Self-understanding refers to the good aspect of emotional quotient which is individuals' ability to control their emotions and needs. It includes compassion for others and responsibility for others as well. As for understanding of others, it refers to the happy aspect of emotional quotient which enables individuals to live their life happily and with self-pride, satisfaction with life, and peace of mind. Finally, the ability to resolve conflicts refers to the efficient aspect of emotional quotient which refers to individuals' ability to get to know themselves, to develop motivation, and to make decisions to solve problems effectively. Based on these definitions, emotional quotient cannot be assessed only on the overall. Instead, each aspect of emotional

quotient has to be taken into consideration. In this study, the findings showed that the happy aspect of emotional quotient was related to happiness. The students whose scores of emotional quotient were at a rather high level were more likely to be happy. However, the students whose scores of emotional quotient were high may also have a low level of happiness if they had too much understanding of others and became too dependent on others. Therefore, desirable emotional quotient should consist of the three aspects with none of the aspect exceeding the others. This is unbalanced emotional quotient may adversely affect happiness. For these reasons, development of emotional quotient should be appropriately and correctly promoted since childhood. Appropriate upbringing from parents and social learning should enable adolescents to develop a desirable level of emotional quotient, hence making them able to understand themselves, understand others, and resolve conflicts (Department of Mental Health, B.E. 2543). In so doing, it can be said that possible crises in adolescents' life will be reduced and opportunities in life for adolescents will be increased. This is because emotional quotient will act as immunity that enables them to live their life and solve problems more efficiently and effectively.

Limitations of the Study

The study sample was selected by means of purposive sampling, so the study findings may not be generalized to other groups of junior high school students in the population.

Recommendations

Based on the study findings, the following recommendations can be made:

For nursing practice

The study findings showed that 70.4% of the subjects had a low to normal level of happiness, 35.4% had a normal level of happiness, and 35% had a low level of happiness. Such findings can be used as an indicator of the mental health condition of early secondary students. Also, it was found in this study that the factor that was associated with happiness was emotional quotient. Such findings can be used as baseline data for nurses and other healthcare team members who should seek ways to promote happiness and reduce or prevent mental health problems and behavioral

problems that may take place with early adolescents. In other words, the study findings should be implemented when devising nursing care plans for adolescents.

For nursing research

1. Studies should be conducted to investigate the level of happiness of early secondary students all over the country to shed light on the overall picture of level of happiness of early adolescents in Thailand.
2. Further studies should be carried out to explore levels of happiness of other groups of adolescents such as high school students, vocational students, and university students so as to obtain better understanding of levels of happiness among adolescents in the country.
3. Other factors that may have an effect on early adolescents' levels of happiness should also be investigated such as perceived sickness, parenting styles, etc. so as to expand the existing body of knowledge on happiness of early adolescents and adolescents in general.

รายการอ้างอิง

- กรมสุขภาพจิต. (2544). รายงานการวิจัยการพัฒนาแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับประชาชนไทย อายุ 12-60 ปี. กรุงเทพฯ : วงศ์กมลโปรโมชั่น.
- กรมสุขภาพจิต. (2549). ความสุขที่แท้จริง.[ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก : <http://www.dmh.go.th/news/veiw.asp?id=980>. (วันที่ค้นข้อมูล: 27 พฤศจิกายน 2550).
- กรมสุขภาพจิต. (2549). ดัชนีความสุขแห่งชาติ : กับหลากหลายมุมมอง.[ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก : <http://www.dmh.go.th/news/view.asp?id=1025>. (วันที่ค้นข้อมูล: 27 พฤศจิกายน 2550).
- กรมสุขภาพจิต. (2549). ศาสตร์แนวใหม่แห่งความสุข.[ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก : <http://www.dmh.go.th/news/view.asp?id=942>. (วันที่ค้นข้อมูล: 27 พฤศจิกายน 2550).
- กรมสุขภาพจิต. (2549). ความสุขคนไทย เวอร์ชันใหม่. [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก : <http://www.dmh.go.th/news/view.asp?id=1026>. (วันที่ค้นข้อมูล: 5 พฤศจิกายน 2550).
- กรมสุขภาพจิต. (2544). คู่มือความฉลาดทางอารมณ์ (ฉบับปรับปรุง). กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- กรมสุขภาพจิต. (2550). อีคิว: คู่มือความฉลาดทางอารมณ์ (ฉบับปรับปรุง). (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- กังสดาล สุทธิวิริสรักษ์. (2535). ความเข้มแข็งในการมองโลก แรงสนับสนุนทางสังคม และความเหนียวแน่นของพยาบาลในหอบริบาลผู้ป่วยหนัก. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- กิตติกร มีทรัพย์. (2533). วัยรุ่นกับกลุ่มเพื่อน. เอกสารการสอนชุดวิชาพัฒนาการวัยรุ่นและการอบรม. สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- กิตติศักดิ์ เชื้ออาษา. (2536). ความสัมพันธ์ระหว่างสภาพแวดล้อมบางประการกับบุคลิกภาพของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์. (2542, มกราคม - มิถุนายน). “บทบาทสถาบันครอบครัวต่อการพัฒนาเยาวชนยุคใหม่”. *ภาษาและวัฒนธรรม*, 18(1) : 61-66.
- คมเพชร นัตรสกุลกุล. (2542). ความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ปัจจัยที่ส่งเสริมความสำเร็จในชีวิต. *วิชาการศึกษาศาสตร์*, 1(1), 35-38.

- จรรยา สุวรรณทัต. (2533). *วัยรุ่นกับกลุ่มเพื่อน*. เอกสารการสอนชุดวิชาพัฒนาการวัยรุ่นและการอบรม. สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- จรัญศักดิ์ พิรศักดิ์โสภณ. (2547). *ความสัมพันธ์ระหว่างการถ่ายทอดทางสังคมด้านอารมณ์จากครอบครัวและจากเพื่อนกับปรีชาเชิงอารมณ์ของนักเรียนวัยรุ่นตอนต้น*. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์.
- จรัญรัตน์ รอดเนียม. (2544). *ความสัมพันธ์ระหว่างเหตุการณ์ในชีวิต แรงสนับสนุนทางสังคม และความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของวัยรุ่นในโรงเรียนศึกษาสงเคราะห์แห่งหนึ่ง*. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- จันทราภา พูลสนอง. (2546). *การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับเขาวนปัญญาทางอารมณ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3*. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (สาขาการวิจัยและสถิติทางการศึกษา). บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- จารุวรรณ ชูปวา. (2541). *ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง สัมพันธภาพระหว่างคู่สมรสและการแสดงบทบาทการเป็นบิดาของคู่สมรสมารดาวัยรุ่น*. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- จุลจราพร ศรีเพชร. (2543). *ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่น*. เอกสารประชุมวิชาการกรมสุขภาพจิต ครั้งที่ 7 ปี 2544 “ความสุขที่พอเพียง” หน้า 148.
- นิตรวลัย ใจอารีย์. (2533). *ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคม พฤติกรรมการดูแลสุขภาพกับคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยหัวใจวายเฉียบพลัน*. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (พยาบาลศาสตร์), บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ชนมน สุขวงศ์. (2543). *ความสัมพันธ์ระหว่างการอบรมเลี้ยงดูกับความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1*. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (จิตวิทยาการศึกษา). บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- ช่อเพชร เบ้าเงิน. (2537). *ภาวะซึมเศร้าของนักเรียนวัยรุ่นในจังหวัดสมุทรปราการ*. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ชนันภรณ์ ลักษณะพิเศษฐ์. (2545). *การศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4-6 โรงเรียนพระโขนงพิทยาลัย กรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษามหาบัณฑิต (จิตวิทยาการแนะแนว). บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ชนิดา ราธิ. (2543). *การเห็นคุณค่าในตนเองของนักศึกษาพยาบาลในสถาบันอุดมศึกษาเอกชน*. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.

- ชิดกมล สังข์ทอง. (2536). *การศึกษาองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อวินัยของวัยรุ่น*. วิทยานิพนธ์ปริญญา
ครุศาสตรมหาบัณฑิต (จิตวิทยาพัฒนาการ). บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ญาดา หลาวเพชร. (2544). *บทบาทของบิดา บทบาทของมารดา กับความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์
ของนักเรียนวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต.
จิตวิทยาพัฒนาการ). บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ดวงเดือน พิพัฒน์ชูเกียรติ. (2541). *ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาชั้นปีที่ 1
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ศูนย์รังสิต*. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต
(สาขาสุขศึกษา). บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ดวงเดือน มุลประดับ. (2541). *แรงสนับสนุนทางสังคมกับการปรับตัวของวัยรุ่นตอนต้น*. วิทยานิพนธ์
ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (สาธารณสุขศาสตร์). บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย
มหิดล.
- ดาริกา ชารบัวสวรรค์. (2540). *ความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคมกับความรู้สึที่มีคุณค่า
ในตนเองของผู้ป่วยโรคหัวใจวัยผู้ใหญ่ตอนต้น*. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตร
มหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ดิเรก ภาคกุล. (2550). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขและความเครียดของบุคลากรสาธารณสุข จังหวัด
ฉะเชิงเทรา*. วารสารวิจัยระบบสาธารณสุข, 1, 3-4.
- หัตถดาว ลิ้มพะสุต. (2543). *แบบแผนการอบรมเลี้ยงดูบุตรและสัมพันธ์ภาพในครอบครัว*. วิทยานิพนธ์
ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต. (สังคมวิทยาประยุกต์). บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย
เกษตรศาสตร์.
- เทอดศักดิ์ เดชคง. (2542). *จากความฉลาดทางอารมณ์สู่สติปัญญา*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มติชน.
- ธานินทร์ ศิลป์จารุ. (2550). *การวิจัยและวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติด้วย SPSS*. (พิมพ์ครั้งที่ 9). เอส. อาร์.
พรินติ้ง แมสโปรดักส์ จำกัด. นนทบุรี.
- นงเยาว์ นวลพรหม. (2550). *ปัจจัยที่สัมพันธ์กับความสุขของประชาชนจังหวัดประจวบคีรีขันธ์*.
[ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก : <http://www.pcko.moph.go.th>. (วันที่ค้นข้อมูล : 27
พฤศจิกายน 2550).
- นพพร ว่องสิริมาศ. (2008). *ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะซึมเศร้าในมารดา เพศ และภาวะซึมเศร้าใน
วัยรุ่นไทย: บทบาทการส่งผ่านของสถานการณ์ความเครียด การสนับสนุนทางสังคม
และการเห็นคุณค่าในตนเอง*. วิทยานิพนธ์ปริญญาคุุณบัณฑิต (การพยาบาล). บัณฑิต
วิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.

- นันทนา วงษ์อินทร์. (2542-2543). การมีความรู้เรื่อง EQกับการใช้ EQ. *วารสารแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา*, 2 (3-4), 20-24.
- บัวทิพย์ ใจตรงดี, เทียมสร ทองสวัสดิ์, และลาวัลย์ สมบูรณ์. (2546). ความฉลาดทางอารมณ์และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นหญิง. *พยาบาลสาร*, 30(2).
- ประชิด สุขอนันต์. (2544). *ปัจจัยส่วนบุคคลและสถานการณ์ที่มีความสัมพันธ์กับความสุขและพฤติกรรมการฆ่าตัวตายในนักเรียนมัธยมศึกษา*. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (พัฒนาลังคม). สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.
- ประเวศ วะสี. (2543). สุขภาพในฐานะอุดมการณ์ของมนุษย์. *วารสารหมออนามัย*, 9(6), 13-36.
- ประเวศ วะสี. (2544). สุขภาวะทางจิต-สุขภาวะทางจิตวิญญาณ. *วารสารหมอชาวบ้าน*, 22(261), 41-46.
- พงษ์สุดา รัตนมาสมงคล. (2533). *ทัศนคติของบิดาต่อบทบาทของการเป็นบิดาและความสัมพันธ์กับบุคลิกภาพด้านการปรับตัวของบุตรวัยรุ่น*. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- พระธรรมโกศาจารย์ (ปัญญา นันททิกขุ). (ม.ป.ป.). *ชีวิตที่เป็นสุข ความสุขยิ่งกว่าความสงบใจไม่มี*. กรุงเทพฯ : ธรรมสภา, ม.ป.ป., 8-14.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต). (2547). ธรรมเนียมปฏิบัติโดยพระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก : <http://www.dhammadjak.net/dhamma05/p06.htm>. (วันที่ค้นข้อมูล : 27 พฤศจิกายน 2550).
- พุทธทาสภิกขุ. (2542). *ความสุขสามระดับ*. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์สุภาพใจ.
- มธุริน คำวงษ์ปิ่น. (2543). *ความเครียด วิธีการปรับแก้ และแรงสนับสนุนทางสังคมของบุคคลที่เคยพยายามฆ่าตัวตาย*. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- มานิช หล่อตระกูล และปราโมทย์ สุคนิชย์. (2543). *จิตเวชศาสตร์*. (พิมพ์ครั้งที่ 5). กรุงเทพฯ : สวีชาญการพิมพ์.
- ยุวดี ภาษา และคณะ. (2540). *วิจัยทางการพยาบาล*. (พิมพ์ครั้งที่ 6). โครงการตำราภาควิชาพยาบาลศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล.
- รัชณา สิงห์ทอง. (2546). *ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการเผชิญปัญหา ความพึงพอใจในชีวิต แรงสนับสนุนทางสังคม และภาวะซึมเศร้าของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียน ขยายโอกาสทางการศึกษา อำเภอเมือง จังหวัดสุราษฎร์ธานี*. เอกสารการประชุมวิชาการ นานาชาติ ครั้งที่ 2, สุขภาพจิตและยาเสพติด ปี 2546, หน้า 171.

- รัชนก กชไกร. (2541). *ความเครียด บุคลิกภาพแบบเข้มแข็ง แรงสนับสนุนทางสังคม กับพฤติกรรม การเผชิญปัญหาของวัยรุ่น : นักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 5 สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต. (อนามัยครอบครัว). บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.*
- ริชาร์ด เลเซอร์. (2550). *ความสุข หลากหลายข้อค้นพบของศาสตร์ใหม่แห่งความสุข. (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์สวนเงินมีมา.*
- ริชาร์ด เลเซอร์. (2548). *ความสุข : บทเรียนจากวิทยาศาสตร์แนวใหม่. สำนักวางแผนเศรษฐกิจมหภาค สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก: <http://www.dmh.go.th/news/view.asp?id=981>. (วันที่ค้นข้อมูล: 27 พฤศจิกายน 2550).*
- ลักขณา แพทยานันท์. (2542). *ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจทางจิตวิญญาณกับเชาวน์อารมณ์ ของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาล สังกัดกระทรวงสาธารณสุข. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต. (การพยาบาลศึกษา). บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.*
- วรพร อินทบุหรัณ. (2534). *การศึกษาความชุกของภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นที่กระทำผิดกฎหมาย วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.*
- วรรัตน์ กัจฉาภรณ์ และคณะ. (2550). *ระดับความสุขและปัจจัยที่เกี่ยวข้องของนักเรียนมัธยมศึกษา ตอนปลายโรงเรียนขอนแก่นวิทยายน จังหวัดขอนแก่น ปีการศึกษา 2549. วารสาร ศรีนครินทร์เวชสาร, 22(3).*
- วิทยา นาควัชร. (2537). *หมอวิทยาช่วยแก้ปัญหาการเลี้ยงลูกและวัยรุ่น. บริษัทสามัคคีสาส์น (ดอกหญ้า) จำกัด.*
- วีระวัฒน์ ปันนิตามัย. (2542). *เชาวน์อารมณ์ดัชนีวัดความสำเร็จของชีวิต. บริษัทเอ็กซ์เพอร์เน็ท จำกัด.*
- ศักดิ์นา บุญเปี่ยม. (2551). *สุขใดเล่า...เท่าสุขใจ. [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก : <http://www.gotonow.org/1email/sakdina>. (วันที่ค้นข้อมูล : 20 พฤศจิกายน 2549).*
- ศรีประภา ชัยสินธพ. (2551). *สภาพจิตใจของเด็ก ผู้ใหญ่ และผู้สูงอายุ. [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก: <file:///F:/สภาพจิตใจของวัยรุ่น.htm>. (วันที่ค้นข้อมูล : 25 มีนาคม 2551).*
- ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2530). *จิตวิทยาพัฒนาการ. (พิมพ์ครั้งที่ 4). พระนคร: สำนักพิมพ์ประกายพรึก.*
- ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2539). *ทฤษฎีจิตวิทยานุคลิกภาพ. (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพฯ : หมอชาวบ้าน.*
- ศิริกุล อิศรานุรักษ์. (2551). *สุขภาพเด็กวัยรุ่นและการดูแล. [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก : <http://i.am/thaidoc>. (วันที่ค้นข้อมูล : 3 มีนาคม 2551).*

- ศิริชัย กาญจนวาสี, ทวีวัฒน์ ปิตยานนท์, และดิเรก ศรีสุขโข. (2537). *การเลือกใช้สถิติที่เหมาะสมสำหรับการวิจัย*. (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศุภวัฒนากร วงศ์ชนสุ และพิรสิทธิ์ คำนวนศิลป์. (2550). *สถิติพื้นฐานเพื่องานวิจัยท้องถิ่น*. กรุงเทพฯ : ธรรมการพิมพ์.
- สมชาย จักรพันธุ์. (2549). *ความสุขคนไทย...ความสุขที่พอเพียง*. กรมสุขภาพจิต. [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก : <http://www.dmh.go.th/news/veiw.asp?id=1024>. (วันที่ค้นข้อมูล : 27 พฤศจิกายน 2549).
- สันทิ ศัลยศิริ และคณะ. (2548). *EQ บริหารอารมณ์อย่างฉลาด*. (พิมพ์ครั้งที่ 3). สำนักพิมพ์บาปบลิซซิ่ง จำกัด.
- สัมพันธุ์ พันธุ์ฤกษ์. (2541). *สถิติประยุกต์เพื่อการวิจัย*. (พิมพ์ครั้งที่ 3). คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- สุชา จันทรเฒ. (2536). *จิตวิทยาเด็ก*. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- สุชา จันทรเฒ. (2529). *จิตวิทยาวัยรุ่น*. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- สุชา จันทรเฒ. (2531). *จิตวิทยาทั่วไป*. (พิมพ์ครั้งที่ 5). กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- ประวิทย์ สุนทรสีมะ, สุทธิ อธิปัญญาคม. (2534). *สถิติประยุกต์ทางการสาธารณสุขและชีววิทยา*. (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ.
- สุภาพร พิสิฐพัฒน์. (2543). *การสร้างแบบทดสอบวัดเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์สำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 3*. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สุภาณี สุขะนาคินทร์. (2549). *ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขของประชาชน อำเภอท่าปลา จังหวัดอุตรดิตถ์*. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต. (การวิจัยและพัฒนาท้องถิ่น). มหาวิทยาลัยราชภัฏอุตรดิตถ์.
- อมราวดี ณ อุบล. (2544). *สุขภาพจิตของนักเรียนวัยรุ่นที่มีลักษณะครอบครัว การอบรมเลี้ยงดูและสัมพันธภาพในครอบครัวต่างกัน*. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต. (จิตวิทยาให้คำปรึกษา). บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- อนุพงษ์ สุธรรมนิรันดร์. (2544). *ความภูมิใจแห่งตนและภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นที่ไร้ยาบ้า*. *วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย*, 46(1):3-12.
- อภิชัย มงคล และคณะ. (2544). *การศึกษาดัชนีชี้วัดสุขภาพจิตคนไทย*. เอกสารประกอบการประชุมวิชาการ กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.

- อภิชัย มงคล และคณะ. (2544). *สุขภาพจิตคนไทย: มุมมองของประชาชนชาวอีสาน*. (พิมพ์ครั้งที่ 1).
ขอนแก่น: โรงพยาบาลจิตเวชขอนแก่น. โรงพิมพ์คลังน่านาวิทยา.
- อภิชัย มงคล และคณะ. (2544). *การศึกษาดัชนีวัดสุขภาพจิตคนไทย (ระดับบุคคล)*. (พิมพ์ครั้งที่ 1).
ขอนแก่น: โรงพยาบาลจิตเวชขอนแก่น. โรงพิมพ์คลังน่านาวิทยา.
- อภิชัย มงคล และคณะ. (2547). *การพัฒนาและทดสอบดัชนีวัดสุขภาพจิตคนไทยฉบับใหม่*. (พิมพ์ครั้งที่ 2).
ขอนแก่น: โรงพยาบาลจิตเวชขอนแก่นราชนครินทร์. โรงพิมพ์พระธรรมขันธ์.
- อภิชัย มงคล และคณะ. (2551). *การสำรวจความสุขคนไทยปี พ.ศ.2548*.
ขอนแก่น: โรงพิมพ์พระธรรมขันธ์.
- อังรา รักยุติธรรม และเตือนใจ ชีว่อง. (2548). *ดัชนีความสุขแห่งชาติ*. สำนักงานข่าวประชาธรรม
แผนงานพัฒนานโยบายสาธารณะเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดี. มูลนิธิสาธารณะสุขแห่งชาติ.
[ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก : <http://www.dmh.go.th/news/veiw>. (วันที่ค้นข้อมูล : 27
พฤศจิกายน 2549).
- อังรา สุขารมณ์ และอรพินทร์ ชูชม. (2548). *โปรแกรมการส่งเสริมและพัฒนาความฉลาดทาง
อารมณ์ตามแนวตะวันออกสำหรับเยาวชนไทยเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดี*. รายงานการวิจัย
ฉบับที่ 102 สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- อุทุมพร (ทองอุไทย) จามรมาน. (2530). *การสุ่มตัวอย่างทางการศึกษา*. (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ :
โครงการตำราวิทยาศาสตร์อุตสาหกรรม.
- อุมาพร ตรังคสมบัติ. (2544). *สร้าง EQ ลูกคุณ*. กรุงเทพฯ : ศูนย์วิจัยและพัฒนาเครื่องมือ.
- Adler, M.J. (2008). *Aristotle's Ethics: The theory of Happiness – I*. [Online]. Available :
<http://www.radicalacademy.com/adleraristotleethics1.htm>. (Access date : April 4,
2008).
- Adler, M.J. (2008). *Aristotle's Ethics: The theory of Happiness – II*. . [Online]. Available :
<http://www.radicalacademy.com/adleraristotleethics2.htm>. (Access date : April 4,
2008).
- Argyle, M. (1987). *The psychology of happiness*. New York: Methun & Co.
- Argyle, M. (2001). *The psychology of happiness (2nd ed.)*. London : Routledge.
- Argyle, M., Martin, M., & Crossland, J. (1989). Happiness as a function of personality and
social encounters. In J. P. Forgas & M. Innes (Eds.), *Recent advances in social
psychology : an international perspective*. North Holland : Elsevier.

- Averill, J. R. & More, T.A. (1993). Happiness. In M. Lewis & J.A. Haviland (Eds.), *Handbook of emotion* (pp. 612 – 629). New York: The Guilford Press
- Brandt, P.A., & Weinert, C. (1981). The PRQ-a social support measure. *Nursing Research*, 30(5), 277-280.
- Brody, L.R., & Hall, J.A. (1993). Gender and emotion. In M. Louis & J.A. Haviland (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 447-460). New York: Guilford.
- Caprara, G.V. et al. (2006). “Looking for adolescents’ well-being: self-efficacy beliefs as determinants of positive thinking and happiness”. *Epidemiologia e Psichiatria Sociale*. 15(1), 30-43.
- Cheng, H. & Furnham, A. (2002). Personality, peer relation, and self-efficacy as predictors of happiness and loneliness. *Journal of Adolescent*, 25, 327-339.
- Chekola, M. (1974). *The concept of happiness*. University of Michigan.
- Cohen, S. (1976). Social support as moderator of life stress. *Psychosomatic Medicine*, 34, 374-378.
- Columbo, S.A. (1986). General well-being in adolescents: Its nature and measurement. *Dissertation Abstracts International*, 46, 2246B.
- Compton, W.C. (2000). Meaningfulness as a mediator of subjective well-being. *Psychological Report*, 87, 156-160.
- Coopersmith, S. (1984). *SEI: Self-esteem Inventories* (2nd ed.). California: Consulting Psychologists Press, Inc, 5.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Furnham, A., & Cheng, H. (2000). Perceived parental behavior, self-esteem and happiness. *Social Psychiatry & Psychiatric Epidemiology*, 35, 463-470.
- Glazebrook, P. (1985). *Happiness and Fulfilment in Dentistry*. England : Quintessence Publishing Company limited.
- Gray, R. & Kramanon, R. (2007). *A feeling of self sufficiency and happiness among Thai People*. Institute for Population and Social Research, Mahidol University.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence : Why it can matter more than IQ*. New York : Bantam Books.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. New York: Bantam Books.

- Goleman, D. (1998). *Emotional Intelligence : Working with Emotional Intelligence*. New York: Basic Books.
- Hewitt, J. P. (1998). *The myth of self-esteem: Finding happiness and solving problems in America*. New York: St. Martin's Press.
- Heylighen, F. (1999). *Happiness*. [Online]. Available : <http://pespmc1.vub.ac.be/HAPPINES.html>. (Access date : May 22, 2008).
- Jahoda M. (1958). *Currents concepts of positive mental health*. New York: Basic Books, Inc.,
- Joronen, K, & Astedt-Kurki, P. (2005). Familial contribution to adolescent subjective well – being. *International Journal of Nursing Practice*, 11, 125-133.
- Joubert, C. E. (1990). Relationship among self-esteem, psychological reactance, and other personality variables. *Psychological Reports*, 66, 1147-1151.
- Konu, A.I. et al. (2002). Factors associated with schoolchildren's general subjective well-being. *Health Education Research*, 17(2), 155-165.
- Lane, M.P. (1994). Quality of life and quality of persons: A new role for government? *Political Theory*, 22, 219-252.
- Layard, R. (2005). *Happiness: Lessons from a New Science*. London: Penguin Books.
- Lauren, G.W., Alan, J.F., Arvin, B., & Carl, L. (2004). Associations among Adolescent risk behaviours and self-esteem in six domain. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. [Online]. Available : [http://www. Blackwellsynergy.com/doi/pdf/10.1111/j1469-7610.2004.00330.x/full](http://www.Blackwellsynergy.com/doi/pdf/10.1111/j1469-7610.2004.00330.x/full). (Access date : May 22, 2008).
- Lu, L. (1999). Personal or environmental causes of happiness: A longitudinal analysis. *Journal of Social Psychology*, 139, 79-90.
- Mahon, N.E., Yarcheski, A., & Yarcheski, T.J. (2005). Happiness as Related to Gender and Health in Early Adolescents. *Clinical Nursing Research*. [Online]. Available: <http://cnr.sagepub.com>. (Access date : February 17, 2009).
- Mahon, N.E., & Yarcheski, A. (2002). Alternative theories of happiness in early adolescents. *Clinical Nursing Research*, 11(3), 306-323.
- Mayer, D.G., & Diener, E. (1995). "Who is happy?". *Psychological Science*, 6 (1),10-19.
- Mayers, D.G. & Diener, E. (1995). Who is happy?. *American Psychological Society*, 6 (1), 10-17.

- Michalos, A.C. (1991). *Global report on student well-Being: Volume 1, Life Satisfaction and happiness*. New York: Springer-Verlag.
- Mruk, C. (1995). *Self-esteem: Research, theory, and practice*. New York: Springer.
- Muhlemkamp, A. F. & Sayles, J. A. (1986). Self-esteem, social support and positive health practice. *Nursing Research*, 35(6), 334-338.
- Myers, D.G. (2000). Hope and happiness. In J.E.Gillhan(Ed.), *The science of optimism and hope: Research essays in honor of Martin E.P. Seligman* (pp.323-336). Philadelphia: Templeton Foundation Press.
- Rosenberg, M. (1989). *Society and the Adolescent Self-image*. Connecticut: Wesleyan University.
- Salovey, M., John D., Peter, & Caruso David. (1998). *Model of Emotional Intelligence*. New York : Cambridge University Press.
- Salovey, P., & Mayer, J.D. (1989). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9, 185-211.
- Schutte, N.S. et al. (2007). A meta-analytic investigation of the relationship between emotional intelligence and health. *Personality and Individual Differences*, 42, 921-933.
- Seligman, M.E.P.(2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. New York: Free Press.
- Sen, A. (1992). Capability and wellbeing. In Sen, A. & Nussbaum, M.(Eds.), *The quality of life*. U.K.: Clarendon Press.
- Uchida, Y. et al. (2004). Cultural constructions of happiness: theory and empirical evidence. *Journal of Happiness Studies*, 5, 233-239.
- Veenhoven, R. (1992). *World Database of Happiness*. Printout September RISBO, Erasmus University, Rotterdam, The Netherlands.
- Veenhoven, R. (1991a). Is happiness relative?. *Social Indicators Research*, 24, 1-34.
- Veenhoven, R. (1993b). *Happiness in Nations* . RISBO : Rotterdam.
- Veenhoven, R. (1994). Is happiness a trait?. *Social Indicators Research*, 32, 101-160.
- Veenhoven, R. (2000a). The four qualities of life. *Journal of Happiness Studies*, 1, 1-39.
- Veenhoven, R. (2007). *Measure of gross national happiness*. Netherlands : Erasmus University Rotterdam.

Weinert, C. (1987). A social support measure : PRQ85. *Nursing Research*, 36(5), 173-277.

Weinert, C., & Brandt, P.A. (1987). Measuring social support with the personal resource questionnaire. *Western Journal of Nursing Research*, 9(4), 589-602.





ภาคผนวก ก

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูลส่วนบุคคล

ข้อมูลชุดที่.....

วัน/เดือน/ปี.....

แบบสอบถามส่วนที่ 1 แบบสอบถามส่วนบุคคล

คำชี้แจง กรุณาตอบแบบสอบถามเกี่ยวกับตัวท่าน โดยทำเครื่องหมาย (/) หน้าข้อความ หรือ
เติมคำในช่องว่าง (โปรดตอบคำถามตามความเป็นจริงและตอบทุกข้อ)

1. อายุ.....ปี

2. เพศ

() ชาย

() หญิง

14. ระดับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนของท่านเป็นอย่างไร ขอให้ท่านทำเครื่องหมาย X ให้
คะแนนบนเส้นคะแนนต่อไปนี้ เส้นคะแนนให้ค่าระดับคะแนนตั้งแต่ 0 – 10 คะแนน

0

10

ทะเลาะเบาะแว้งเป็นประจำ

กลมเกลียวกันดี

ภาคผนวก ข

แบบสอบถามความฉลาดทางอารมณ์

คำชี้แจง : แบบประเมินนี้เป็นประโยชน์ข้อความที่เกี่ยวข้องกับอารมณ์และความรู้สึกที่แสดงออกในลักษณะต่างๆขอให้ท่านพิจารณาและเลือกคำตอบที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด และกรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องคำตอบทางขวาให้ตรงกับความเป็นจริงตามความรู้สึกของท่าน มีคำตอบให้เลือก 4 คำตอบ โดยแต่ละคำตอบมีความหมาย ดังนี้

ไม่จริง	หมายถึง ข้อความนั้นไม่ตรงกับอารมณ์และความรู้สึกของท่านเลย
จริงบางครั้ง	หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับอารมณ์และความรู้สึกของท่านเล็กน้อย
ค่อนข้างจริง	หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับอารมณ์และความรู้สึกของท่านค่อนข้างมาก
จริงมาก	หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับอารมณ์และความรู้สึกของท่านมากที่สุด

โปรดตอบคำถามตามความเป็นจริงและตอบทุกข้อ

ข้อ ที่	ข้อความ	ไม่ จริง	จริง บาง ครั้ง	ค่อนข้าง จริง	จริง มาก
1.	เวลาโกรธหรือไม่สบายฉันรับรู้ได้ว่าเกิดอะไรขึ้นกับฉัน				
2.	ฉันบอกไม่ได้ว่าอะไรที่ทำให้ฉันรู้สึกโกรธ				
3.	เมื่อถูกขัดใจ ฉันมักรู้สึกหงุดหงิดจนควบคุมอารมณ์ไม่ได้				
.					
.					
.					
.					
.					
.					
52.	ฉันมักทุกข์ร้อนกับเรื่องเล็กน้อยๆที่เกิดขึ้นเสมอ				

ภาคผนวก ก

ดัชนีชี้วัดความสุขคนไทย

คำชี้แจง : กรุณาเลือกคำตอบที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด คำถามต่อไปนี้จะถามถึงประสบการณ์ของท่านในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา ให้ท่านสำรวจตัว ท่านเองและประเมินเหตุการณ์ อาการหรือความคิดเห็นและความรู้สึกของท่านว่าอยู่ในระดับใด และ กรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องคำตอบทางขวาให้ตรงกับความเป็นจริงตามความรู้สึกของท่านโดยคำตอบจะมี 4 ตัวเลือก โดยแต่ละคำตอบมีความหมาย ดังนี้

ไม่เลย หมายถึง ไม่เคยมีเหตุการณ์ อาการ ความรู้สึก หรือไม่เห็นด้วยกับเรื่องนั้น ๆ

เล็กน้อย หมายถึง เคยมีเหตุการณ์ อาการ ความรู้สึกในเรื่องนั้น ๆ เพียงเล็กน้อยหรือเห็นด้วยกับเรื่องนั้น ๆ เพียงเล็กน้อย

มาก หมายถึง เคยมีเหตุการณ์ อาการ ความรู้สึกในเรื่องนั้น ๆ มาก หรือเห็นด้วยกับเรื่องนั้น ๆ มาก

มากที่สุด หมายถึง เคยมีเหตุการณ์ อาการ ความรู้สึกในเรื่องนั้น ๆ มากที่สุด หรือเห็นด้วยกับเรื่องนั้น ๆ มากที่สุด

โปรดตอบคำถามตามความเป็นจริงและตอบทุกข้อ

ข้อ ที่	ข้อความ	ไม่ เลย	เล็กน้อย	มาก	มาก ที่สุด
1.	ท่านรู้สึกว่าชีวิตของท่านมีความสุข				
2.	ท่านรู้สึกภูมิใจในตนเอง				
.					
.					
.					
.					
.					
15.	ท่านมีโอกาสดำรงชีพผ่อนคลายเครียด				

ภาคผนวก ง

แบบสอบถามวัดแรงสนับสนุนทางสังคม

คำชี้แจง : แบบสอบถามชุดนี้สอบถามเกี่ยวกับ การได้รับการสนับสนุนช่วยเหลือจากครอบครัว เพื่อนๆ ตลอดจนผู้ใกล้ชิดเมื่อท่านเกิดปัญหาขึ้น ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 25 ข้อ กรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องคำตอบทางขวาให้ตรงกับความเป็นจริงตามความรู้สึกของท่านต่อการได้รับการช่วยเหลือหรือได้รับการสนับสนุนจากครอบครัว หรือเพื่อน ในข้อความนั้นๆ

ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	หมายถึง	ผู้ตอบมีความรู้สึกไม่เห็นด้วยอย่างยิ่งกับข้อความในประโยคนั้น
ไม่เห็นด้วย	หมายถึง	ผู้ตอบมีความรู้สึกไม่เห็นด้วยกับข้อความในประโยคนั้น
ไม่ค่อนข้างเห็นด้วย	หมายถึง	ผู้ตอบมีความรู้สึกค่อนข้างไม่เห็นด้วยกับข้อความในประโยคนั้น
เฉยๆ	หมายถึง	ผู้ตอบไม่มีความรู้สึกใดๆกับข้อความในประโยคนั้นหรือความรู้สึกเห็นด้วยเท่ากับความรู้สึกไม่เห็นด้วย
ค่อนข้างเห็นด้วย	หมายถึง	ผู้ตอบมีความรู้สึกค่อนข้างเห็นด้วยกับข้อความในประโยคนั้น
เห็นด้วย	หมายถึง	ผู้ตอบมีความรู้สึกเห็นด้วยกับข้อความในประโยคนั้น
เห็นด้วยอย่างยิ่ง	หมายถึง	ผู้ตอบมีความรู้สึกเห็นด้วยอย่างยิ่งกับข้อความในประโยคนั้น

โปรดตอบคำถามตามความเป็นจริงและตอบทุกข้อ

ข้อที่	ข้อคำถาม	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ไม่เห็นด้วย	ค่อนข้างไม่เห็นด้วย	เฉยๆ	ค่อนข้างเห็นด้วย	เห็นด้วย	เห็นด้วยอย่างยิ่ง
1.	ฉันมีคนใกล้ชิดที่ทำให้ฉันรู้สึกอบอุ่นหรือปลอดภัย							
2.	ฉันรู้สึกว่าตนเองมีความสำคัญต่อกลุ่ม							

ภาคผนวก จ

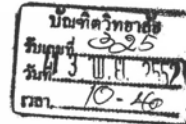
แบบวัดการมีคุณค่าในตนเอง

คำชี้แจง : แบบสอบถามชุดนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อต้องการทราบความรู้สึกการมีคุณค่าในตนเอง โดยให้ท่านอ่านข้อความแต่ละข้อแล้วพิจารณาข้อความที่ตรงกับความรู้สึกมากที่สุด กรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องคำตอบทางขวาให้ตรงกับความเป็นจริงตามความรู้สึกของท่าน โดยแต่ละข้อมีความหมาย ดังนี้

ไม่ตรงกับความรู้สึก	หมายถึง	ข้อความนั้น ไม่ตรงกับความรู้สึก และ ความคิดเห็นของท่านเลย
ตรงกับความรู้สึกเล็กน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึก และ ความคิดเห็นของท่านเล็กน้อย
ตรงกับความรู้สึกค่อนข้างมาก	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึก และ ความคิดเห็นของท่านค่อนข้างมาก
ตรงกับความรู้สึกมาก	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึก และ ความคิดเห็นของท่านทั้งหมดมากที่สุด

ข้อความ	ไม่ตรงกับ ความรู้สึก	ตรงกับ ความรู้สึก เล็กน้อย	ตรงกับ ความรู้สึก ค่อนข้างมาก	ตรงกับ ความรู้สึกมาก
1. ฉันรู้สึกว่าตนเองมีค่าเหมือนกับคนอื่น				
2. ฉันรู้สึกว่าฉันมีสิ่งที่ดีหลายอย่างอยู่ใน ตนเอง				
3. ฉันรู้สึกว่าฉันไม่ประสบความสำเร็จใน ชีวิต				
.				
.				
.				
10. ฉันรู้สึกว่าฉันไม่มีอะไรดี				

ภาคผนวก จ



ที่ ศธ 0514.6.1.1.1/

5223

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น
อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น 40002

9 พฤศจิกายน 2552

เรื่อง อนุญาตให้ใช้เครื่องมือวิจัย

เรียน คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล

อ้างถึง หนังสือที่ ศธ 0517.02/7735 ลงวันที่ 22 ตุลาคม 2552

สิ่งที่ส่งมาด้วย 1.เอกสารเครื่องมือวิจัย ฉบับภาษาไทย จำนวน 1 ชุด

ตามที่ นางสาวลัดดาวัลย์ พลชัย นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช ภาควิชาพยาบาลศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี และบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล มีความสนใจในการทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง "ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น" โดยมี ผศ.ดร.โสภณ แสงอ่อน เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาโครงงานวิทยานิพนธ์ ในการนี้ นักศึกษามีประสงค์จะขออนุญาตใช้เครื่องมือวิจัย คือ The Rosenberg's Self-Esteem (RSE) Scale (แบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเอง) ฉบับแปลเป็นภาษาไทย ของ ผศ.ดร.พัทรวีไล ศรีแสง ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของงานวิจัย เรื่อง "Self-esteem stressful life events, social Support and postpartum depression in adolescent mothers in Thailand" ความละเอียดดังแจ้งแล้ว นั้น

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น ใคร่ขอแจ้งให้ทราบว่า ผศ.ดร.พัทรวีไล ศรีแสง อนุญาตให้นักศึกษาใช้เครื่องมือวิจัยดังกล่าวได้ และได้แนบเอกสารเครื่องมือดังกล่าวมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.เอี่ยมพร ทองกระจ่าย)
คณบดีคณะพยาบาลศาสตร์

หน่วยกรเจ้าหน้าที่ สำนักงานคณบดี

โทร.0-4320-2407 ต่อ 111

โทรสาร 0-4334-8301

E-mail : nudean1@kku.ac.th

P54



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล
สาขาคณะวิทยาศาสตร์ ดิจิทัล ชั้น 1
ถนนพระราม 6 เขตราชเทวี กทม. 10400

ที่ ศธ 0517.02 (วท)/ 142.1

วันที่ ๕ มิถุนายน 2552

เรื่อง ขออนุญาตเคราะห้ให้นักศึกษาได้มาเก็บข้อมูล เพื่อประกอบการทำวิทยานิพนธ์

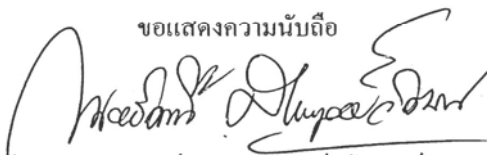
เรียน ผู้อำนวยการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาที่ 2 จังหวัดนครปฐม

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม จำนวน 1 ชุด

ด้วย นางสาวลัดดาวัลย์ พลชัย นักศึกษามหาวิทยาลัยมหิดล หลักสูตรปริญญาโท สาขาวิชาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี กำลังอยู่ระหว่างการทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น (FACTORS RELATED TO HAPPINESS IN JUNIOR HIGH SCHOOL STUDENTS)” อยู่ในความควบคุมของ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. โสภณ แสงอ่อน ซึ่งในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ นักศึกษามีความประสงค์จะเก็บข้อมูลจากนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่ศึกษาอยู่ในระดับ มัธยมศึกษาปีที่ 1, 2 และ 3 ในโรงเรียนบางเลนวิทยา และ โรงเรียนสถาพรวิทยา โดยใช้วิธีส่งแบบสอบถามด้วยตนเอง ตั้งแต่วันที่ 20 มิถุนายน 2552 ถึงวันที่ 31 กรกฎาคม 2552

บัณฑิตวิทยาลัย จึงใคร่ขอความกรุณาจากท่านโปรดอนุเคราะห์ให้นักศึกษาได้เก็บข้อมูลเพื่อประกอบการทำวิทยานิพนธ์ ตามที่เห็นสมควรด้วย จะเป็นพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ


(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. กัญยรัตน์ สุไพฑูริย์วัฒน)

รองคณบดีฝ่ายประชาสัมพันธ์และสื่อสารองค์กร

ปฏิบัติงานแทน คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

ติดต่อประสานคณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์: ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. โสภณ แสงอ่อน

โทร. 0-2201-5440

โทรสาร 0-2201-2344

e-mail: rasopin-s@staff2.mahidol.ac.th



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล
สาขาคณะวิทยาศาสตร์ ดิถวิทย์ ชั้น 1
ถนนพระราม 6 เขตราชเทวี กทม. 10400

ที่ ศธ 0517.02 (วท)/ 1425

วันที่ ๕ มิถุนายน 2552

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ให้นักศึกษาได้มาเก็บข้อมูล เพื่อประกอบการทำวิทยานิพนธ์

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนบางเลนวิทยา

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม จำนวน 1 ชุด

ด้วย นางสาวลัดดาวัลย์ พลชัย นักศึกษابัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล หลักสูตรปริญญาโท สาขาวิชาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี กำลังอยู่ในระหว่างการทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น (FACTORS RELATED TO HAPPINESS IN JUNIOR HIGH SCHOOL STUDENTS)” อยู่ในความควบคุมของ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. โสภณ แสงอ่อน ซึ่งในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ นักศึกษามีความประสงค์จะเก็บข้อมูลจากนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่ศึกษาอยู่ในระดับ มัธยมศึกษาปีที่ 1, 2 และ 3 ในโรงเรียนบางเลนวิทยา โดยใช้วิธีส่งแบบสอบถามด้วยตนเอง ตั้งแต่วันที่ 20 มิถุนายน 2552 ถึงวันที่ 31 กรกฎาคม 2552

บัณฑิตวิทยาลัย จึงใคร่ขอความกรุณาจากท่านโปรดอนุเคราะห์ให้นักศึกษาได้เก็บข้อมูลเพื่อประกอบการทำวิทยานิพนธ์ ตามที่เห็นสมควรด้วย จะเป็นพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. กัญยรัตน์ สุไพบุลย์วัฒน)

รองคณบดีฝ่ายประชาสัมพันธ์และสื่อสารองค์กร

ปฏิบัติงานแทน คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

ติดต่อประธานคณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์: ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. โสภณ แสงอ่อน

โทร. 0-2201-5440

โทรสาร 0-2201-2344

e-mail: rasopin-s@staff2.mahidol.ac.th



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล
สาขาคณะวิทยาศาสตร์ คีทวิทย์ ชั้น 1
ถนนพระราม 6 เขตราชเทวี กทม. 10400

ที่ ศธ 0517.02 (วท)/ 1426

วันที่ ๕ มิถุนายน 2552

เรื่อง ขอลาอนุเคราะห์ให้นักศึกษาได้มาเก็บข้อมูล เพื่อประกอบการทำวิทยานิพนธ์

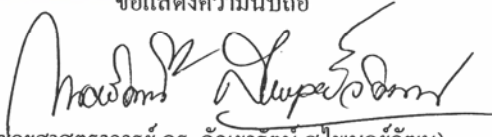
เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนสถาพรวิทยา

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม จำนวน 1 ชุด

ด้วย นางสาวลัดดาวัลย์ พลชัย นักศึกษามหาวิทยาลัยบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล หลักสูตรปริญญาโท สาขาวิชาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี กำลังอยู่ในระหว่างการทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น (FACTORS RELATED TO HAPPINESS IN JUNIOR HIGH SCHOOL STUDENTS)” อยู่ในความควบคุมของ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. โสภณ แสงอ่อน ซึ่งในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ นักศึกษามีความประสงค์จะเก็บข้อมูลจากนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่ศึกษาอยู่ในระดับ มัธยมศึกษาปีที่ 1, 2 และ 3 ในโรงเรียนสถาพรวิทยา โดยใช้วิธีส่งแบบสอบถามด้วยตนเอง ตั้งแต่วันที่ 20 มิถุนายน 2552 ถึงวันที่ 31 กรกฎาคม 2552

บัณฑิตวิทยาลัย จึงใคร่ขอความกรุณาจากท่าน โปรดอนุเคราะห์ให้นักศึกษาได้เก็บข้อมูลเพื่อประกอบการทำวิทยานิพนธ์ ตามที่เห็นสมควรด้วย จะเป็นพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ


(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. กัมปารัตน์ สุโพธิ์วัฒน์)

รองคณบดีฝ่ายประชาสัมพันธ์และสื่อสารองค์กร

ปฏิบัติงานแทน คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

ติดต่อประธานคณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์: ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. โสภณ แสงอ่อน

โทร. 0-2201-5440

โทรสาร 0-2201-2344

e-mail: rasopin-s@staff2.mahidol.ac.th

สำเนา



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล

25/25 ถ.พุทธมณฑลสาย 4 ศาลายา นครปฐม 73170

โทร. 0-2441-4125 ต่อ 109-111 โทรสาร 0-2441-9834

ที่ ศธ 0517.02 / 5471

วันที่ 6 สิงหาคม 2552

เรื่อง อนุญาตให้ใช้เครื่องมือวิจัย

เรียน รองคณบดีฝ่ายการศึกษาระดับหลังปริญญา คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี

ตามที่ นางสาวลัดดาวัลย์ พลชัย นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชา
การพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช ภาควิชาพยาบาลศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี
มีความประสงค์จะขออนุญาตใช้เครื่องมือวิจัย คือ แบบวัดแรงสนับสนุนทางสังคม (Social support: PRG II)
ของ นางสาวลัดดาวัลย์ ใจอารีย์ ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของวิทยานิพนธ์ตามหลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ และบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล พ.ศ. 2553 เรื่อง
“ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคม พฤติกรรมการดูแลสุขภาพกับคุณภาพชีวิตของผู้ป่วย

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล ได้พิจารณาแล้วไม่ขัดข้องอนุญาตให้ นางสาวลัดดาวัลย์
พลชัย ใช้เครื่องมือวิจัยดังกล่าวได้ เนื่องจากการศึกษาวิจัยทางด้านวิชาการ แต่ทั้งนี้ขอได้โปรดระบุ
ให้ชัดเจนคำว่าใช้เครื่องมือวิจัยทุกแบบสอบถามหรือบางส่วน และให้ระบุว่าเครื่องมือวิจัยดังกล่าวมาจาก
วิทยานิพนธ์ของนักศึกษาระดับหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหิดล ถ้าหากมีการละเมิด
เกิดขึ้นข้าพเจ้ายินยอมให้ คณะพยาบาลศาสตร์ ดำเนินการตามกฎหมาย และขอให้ดำเนินการชำระค่าบริการขอ
ใช้เครื่องมือวิจัยดังกล่าวข้างต้น จำนวน 200 บาท (สองร้อยบาทถ้วน) สำหรับเครื่องมือวิจัย 2 ชุด โดยส่ง
ธนาคาส่งจ่าย ป.ณ. ศิริราช ในนาม

หลักสูตรบัณฑิตศึกษา (เพื่อการขอใช้เครื่องมือวิจัย)

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

เลขที่ 2 ถนนพหลโยธิน แขวงศิริราช

เขตบางกอกน้อย กรุงเทพมหานคร 10700

โทร. 0-2419-7466-80 ต่อ 1411, 1412

(รองศาสตราจารย์ ดร.พญ.พัชรีย์ เลิศฤทธิ์)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติงานแทน คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

หมายเหตุ ผู้ที่มาติดต่อเรื่องเครื่องมือวิจัยที่หลักสูตรฯ ให้ติดต่อตั้งแต่เวลา 8.30-14.30 น.

สำเนาเรียน ประธานหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี



ที่ สร ๐๘๐๖/ ๒๒๒

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข
ถนนติวานนท์ จังหวัดนนทบุรี ๑๑๐๐๐

๒๒ มิถุนายน ๒๕๕๒

เรื่อง อนุญาตให้ใช้เครื่องมือวิจัย

เรียน คณะบดีบัณฑิตวิทยาลัย

อ้างถึง หนังสือมหาวิทยาลัยมหิดลที่ สร ๐๕๑๗.๐๒/๓๘๘๒ ลงวันที่ ๑๒ มิถุนายน ๒๕๕๒

ตามหนังสือที่อ้างถึงมหาวิทยาลัยมหิดล โดยนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตร-
มหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช ภาควิชาพยาบาลศาสตร์ มีความประสงค์จัดทำ
วิทยานิพนธ์ เรื่อง “ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น” ขออนุญาต
ใช้เครื่องมือวิจัย คือ แบบสอบถามดัชนีวัดความสุข คนไทย ฉบับย่อ (THI-๑๕) และแบบประเมินความ
ฉลาดทางอารมณ์สำหรับวัยรุ่น (อายุ๑๒-๑๗ ปี) โดยมีอาจารย์ที่ปรึกษาชื่อ ผศ.ดร. โสภณ แสงอ่อน นั้น

กรมสุขภาพจิต พิจารณาแล้วเห็นว่าวิทยานิพนธ์ดังกล่าวเป็นประโยชน์ต่อการศึกษาและ
ดำเนินงานของมหาวิทยาลัยมหิดล จึงอนุญาตให้ใช้เครื่องมือวิจัย ฯ ของกรมสุขภาพจิตในการทำวิทยานิพนธ์
ดังกล่าว และขอให้จัดส่งวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ เล่ม มายังกรมสุขภาพจิต

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบและดำเนินการในส่วนที่เกี่ยวข้องต่อไปด้วย จะเป็นพระคุณ

ขอแสดงความนับถือ

(นายเกียรติภูมิ วงศ์รจิต)
รองอธิบดี ปฏิบัติราชการแทน
อธิบดีกรมสุขภาพจิต

สำนักพัฒนาสุขภาพจิต

โทร. ๐ ๒๕๕๐ ๘๒๐๓

โทรสาร. ๐ ๒๕๕๑ ๑๓๘๔



คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

ถนนพระราม 6 กทม. 10400

โทร. (662) 354-7275, 201-1296 โทรสาร (662) 354-7233

Faculty of Medicine, Ramathibodi Hospital, Mahidol University
Rama VI Road, Bangkok 10400, Thailand

Tel. (662) 354-7275, 201-1296 Fax (662) 354-7233

ที่ จวก ๑๑๖๑/๒๕๕๒

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคน

วันที่ ๒๑ มิถุนายน ๒๕๕๒

เรื่อง แจ้งผลการพิจารณาของคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคน

เรียน นางสาวลัดดาวัลย์ พลชัย

อ้างถึงโครงการวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น

หมายเลขโครงการวิจัย ID ๐๖-๕๒-๐๘ ย

ในนามของคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคน ผมขอแสดงความยินดีที่โครงการวิจัยดังกล่าวข้างต้นของท่านได้ผ่านความเห็นชอบจากคณะกรรมการฯ แล้ว

เพื่อให้สอดคล้องกับระเบียบปฏิบัติคณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี ว่าด้วยการศึกษาวิจัยและการทดลองในมนุษย์ พ.ศ. ๒๕๕๔ คณะกรรมการฯ ขอให้ท่านถือปฏิบัติโดยเป็นไปตามข้อแนะนำดังต่อไปนี้

๑. การดำเนินการวิจัยจะต้องเป็นไปตามโครงร่างวิจัยล่าสุดที่ผ่านการพิจารณาจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคนแล้ว
๒. การดำเนินการวิจัยจะต้องไม่เบี่ยงเบนไปจากโครงร่างวิจัยหรือมีการเปลี่ยนโครงร่างการวิจัยก่อนที่การแก้ไขเพิ่มเติมโครงร่างวิจัยนั้นจะได้รับการอนุมัติและเห็นชอบจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคนก่อน ยกเว้นในกรณีจำเป็นที่จะต้องกระทำไปก่อนเพื่อขจัดอันตรายเฉพาะหน้าที่เกิดขึ้นกับผู้ยินยอมคนให้ทำวิจัย
๓. ในกรณีที่มีการเปลี่ยนแปลงชื่อโครงการจากชื่อเดิมที่เสนอไว้ ต่อคณะกรรมการฯ ต้องแจ้งชื่อมายังคณะกรรมการฯ เพื่อออกหนังสือรับรองให้เสมอ
๔. ผู้ยินยอมคนให้ทำวิจัยจะต้องได้รับเอกสารชี้แจงข้อมูล/คำแนะนำแก่ผู้ยินยอมคนให้ทำวิจัย (Patient/Participant Information Sheet) และลงนามในหนังสือยินยอมโดยได้รับการบอกกล่าวและเต็มใจ (Informed Consent Form) ก่อนเริ่มดำเนินการวิจัย
๕. ในเอกสารชี้แจงข้อมูล/คำแนะนำแก่ผู้ยินยอมคนให้ทำวิจัย (Patient's Information Sheet) จะต้องพิมพ์ข้อความดังต่อไปนี้ไว้ด้วยทุกครั้ง

“ ถ้าท่านมีข้อข้องใจหรือมีความกังวลใจเกี่ยวกับวิธีดำเนินการวิจัยของโครงการวิจัยนี้ ท่านสามารถติดต่อได้ที่ ประธานกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคน คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดีหน่วยจริยธรรมการวิจัยในคนชั้น ๓ สำนักงานวิจัยคณะฯ อาคารวิจัยและสวัสดิการ โทรศัพท์ ๐๒-๒๐๑ ๑๕๔๔ ในเวลาราชการ ”

๖. ความลับของผู้ยินยอมคนให้ทำวิจัย จะต้องถูกปกปิดไว้ตลอดเวลา ยกเว้นถ้าเป็นคำสั่งตามกฎหมาย

สุดท้ายนี้ ขอให้โครงการวิจัยของท่านประสบผลสำเร็จตามความมุ่งหมายอันจะนำมาซึ่งความเจริญก้าวหน้าทางวิชาการ และเพื่อประโยชน์ของมนุษยชาติสืบต่อไป

ขอแสดงความนับถือ

(ศาสตราจารย์บุญส่ง องค์กรพัฒนกุล)

ประธานกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคน



คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

ถนนพระราม 6 กทม. 10400

โทร. (662) 354-7275, 201-1296 โทรสาร (662) 354-7233

Faculty of Medicine, Ramathibodi Hospital, Mahidol University

Rama VI Road, Bangkok 10400, Thailand

Tel. (662) 354-7275, 201-1296 Fax (662) 354-7233

**Documentary Proof of Ethical Clearance Committee on Human Rights
Related to Researches Involving Human Subjects
Faculty of Medicine, Ramathibodi Hospital, Mahidol University**

MURA2009/1487

Title of Project	Factors Related to Happiness in Junior High School Students
Protocol Number	ID 06-52-08
Principal Investigator	Miss. Laddawan Polchai
Official Address	Department of Nursing Faculty of Medicine, Ramathibodi Hospital Mahidol University

The aforementioned project has been reviewed and approved by Committee on Human Rights Related to Researches Involving Human Subjects, based on the Declaration of Helsinki.

Signature of Secretary

Committee on Human Rights Related to
Researches Involving Human Subjects

Assoc. Prof. Duangrudee Wattanasirichaigoon, M.D.

Signature of Chairman

Committee on Human Rights Related to
Researches Involving Human Subjects

Prof. Boonsong Ongphiphadhanakul, M.D.

Date of Approval

June 17, 2009



คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

ถนนพระราม 6 กทม. 10400

โทร. (662) 354-7275, 201-1296 โทรสาร (662) 354-7233

Faculty of Medicine, Ramathibodi Hospital, Mahidol University
Rama VI Road, Bangkok 10400, Thailand

Tel. (662) 354-7275, 201-1296 Fax (662) 354-7233

เอกสารรับรองโดยคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคน

คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามธิบดี

มหาวิทยาลัยมหิดล

เลขที่ ๒๕๕๒/๑๔๘๓

ชื่อโครงการ

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น

เลขที่โครงการ/รหัส

ID ๐๖-๕๒-๐๘ ย

ชื่อหัวหน้าโครงการ

นางสาวลัดดาวัลย์ พลชัย

ที่ทำงาน

ภาควิชาพยาบาลศาสตร์
คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามธิบดี
มหาวิทยาลัยมหิดล

ขอรับรองว่าโครงการดังกล่าวข้างต้นได้ผ่านการพิจารณาเห็นชอบโดยสอดคล้องกับแนวปฎิญญา เสดชิงกิ
จากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคน คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามธิบดี

ลงนาม

กรรมการและเลขานุการจริยธรรมการวิจัยในคน

(รองศาสตราจารย์ แพทย์หญิงดวงฤดี วัฒนศิริชัยกุล)

ลงนาม

ประธานกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคน

(ศาสตราจารย์ นายแพทย์บุญส่ง องค์พิพัฒน์กุล)

วันที่รับรอง

๑๓ มิถุนายน ๒๕๕๒

เอกสารประกอบ 3



เอกสารแจ้งข้อมูล/คำแนะนำแก่ผู้เข้าร่วมการวิจัย
(Patient/Participant Information Sheet)

ชื่อโครงการ ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น
(FACTORS RELATED TO HAPPINESS IN JUNIOR HIGH SCHOOL STUDENTS)

ชื่อผู้วิจัย นางสาวลัดดาวัลย์ พลชัย

สถานที่วิจัย โรงเรียนบางเลนวิทยา และโรงเรียนสอาดพินิจวิทยา อำเภอบางเลน จังหวัดนครปฐม
บุคคลและวิธีการติดต่อเมื่อมีเหตุฉุกเฉินหรือความผิดปกติที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย

เมื่อมีเหตุฉุกเฉินหรือความผิดปกติเกิดขึ้นที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย ผู้เข้าร่วมวิจัยสามารถที่จะติดต่อกับผู้ดำเนินการศึกษาที่หมายเลขโทรศัพท์ มือถือ 089-1409807 และ หมายเลขโทรศัพท์ โรงพยาบาลบางเลน จังหวัดนครปฐม 034-391126 คอ 117, 126 หากผู้ดำเนินการศึกษาไม่สามารถแก้ปัญหาได้ จะติดต่อขอรับคำปรึกษาหรือขอความช่วยเหลือจากอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ จำนวน 2 ท่าน ประจำที่คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล ซึ่งมีหน้าที่รับผิดชอบดูแล มีดังนี้

1. ศศ.ดร.โสภณ แสงอ่อน โทรศัพท์ 02-2012344
2. ศศ.ดร.พัชรินทร์ นันทจันทร์ โทรศัพท์ 084-1060202

ผู้สนับสนุนการวิจัย.....

ความเป็นมาของโครงการ

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสิ่งแวดล้อมรอบตัว ส่งผลต่อการปรับตัว ปรับบทบาทและการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อแสวงหาเอกลักษณ์ของตนเอง ซึ่งเป็นช่วงระยะวิกฤตของชีวิต และจากอุบัติเหตุในสังคมปัจจุบันพบว่ามีปัญหาในวัยรุ่น เช่น ปัญหาการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ ปัญหาการคิดสารเสพติด ปัญหาการฆ่าตัวตาย ปัญหาการเกิดอาชญากรรม เป็นต้น ซึ่งปัญหาที่เกิดขึ้นในวัยรุ่นนี้ส่งผลให้วัยรุ่นมีความสุขในชีวิตลดลงทั้งของตัวเอง ครอบครัวและส่งผลกระทบสู่สังคม จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่าวัยรุ่นส่วนใหญ่มีความสุขอยู่ในระดับค่อนข้างต่ำถึงปานกลาง และจากการศึกษาในต่างประเทศพบว่าระดับความสุขของวัยรุ่นมีความสัมพันธ์กับปัญหาต่างๆ ในวัยรุ่น โดยพบว่าวัยรุ่นที่มีความสุขมากมีปัญหาในชีวิตน้อย ซึ่งจากการทบทวนวรรณกรรมพบว่าในประเทศไทยยังข้อมูลการศึกษาองค์ความรู้เรื่องความสุขในวัยรุ่นค่อนข้างน้อย ดังนั้นการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับความสุขในวัยรุ่น จะเป็นข้อมูลพื้นฐานที่สำคัญที่จะเพิ่มองค์ความรู้และทำให้เกิดความเข้าใจเกี่ยวกับความสุข

ในวัยรุ่นมากขึ้น และเป็นพื้นฐานองค์ความรู้เพื่อก้าวสู่การพัฒนาส่งเสริมความสุขให้แก่วัยรุ่นในอนาคต

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาระดับความสุข และปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขในวัยรุ่น

รายละเอียดที่จะปฏิบัติต่อผู้เข้าร่วมการวิจัย

ผู้วิจัยขอความร่วมมือตอบแบบสอบถามเกี่ยวกับความสุขและปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขจากนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่ศึกษาอยู่ในโรงเรียนบางเลนวิทยา และโรงเรียนสหพรวิทยา ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 – 3 โดยใช้ช่วงเวลาวางจากการเรียนการสอน แบบสอบถามจำนวน 106 ข้อ ซึ่งใช้เวลาในการตอบโดยเฉลี่ย 45 นาทีต่อคน การตอบคำถามเป็นไปด้วยความสมัครใจ ดังนั้นถ้าผู้เข้าร่วมวิจัยรู้สึกไม่สะดวกที่จะตอบคำถามใดก็สามารถเว้นว่างไว้ ไม่ว่าผู้เข้าร่วมวิจัยจะตอบคำถามหรือไม่ก็ตามจะไม่มีผลกระทบใดๆกับผู้เข้าร่วมวิจัยทั้งสิ้น โดยเอกสารการยินยอมการเข้าร่วมการศึกษาวิจัยเห็นชื่อของผู้ปกครองนักเรียนและของผู้อำนวยการโรงเรียนทั้งสองแห่งนั้นจะไม่มีการนำไปเชื่อมโยงกับแบบสอบถามที่ผู้เข้าร่วมวิจัยตอบ

ประโยชน์และผลข้างเคียงที่จะเกิดแก่ผู้เข้าร่วมการวิจัย

ผู้เข้าร่วมวิจัยอาจจะไม่ได้รับผลประโยชน์โดยตรงจากการศึกษานี้ อย่างไรก็ตามข้อมูลต่างๆที่คณะผู้วิจัยได้รับจากการศึกษาครั้งนี้จะช่วยในการพัฒนาส่งเสริมความสุขในวัยรุ่นต่อไป

การเก็บข้อมูลเป็นความลับ

คณะผู้วิจัยจะไม่นำคำตอบของผู้ร่วมวิจัยไปพูดคุยกับผู้ใดทั้งสิ้น ผู้วิจัยจะไม่อ้างถึงชื่อของผู้เข้าร่วมวิจัยในการนำเสนอผลการศึกษาค้นคว้าหรือการเขียน ผลของการศึกษาจะถูกลบชื่อและรายงานผลในลักษณะกลุ่มข้อมูล ดังนั้นจะไม่สามารถที่จะบ่งชี้ถึงผู้ใดได้จากการรายงานหรือการตีพิมพ์ผลการศึกษา

ถ้าท่านมีข้อสงสัยหรือรู้สึกกังวลเกี่ยวกับการเข้าร่วมใน โครงการวิจัยนี้ ท่านสามารถติดต่อกับประธานกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคน ตำแหน่งงานวิจัยคณะฯ อธิการวิจัยและสวัสดิการ คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี

ภาคผนวก ข

NPAR TESTS
 /K-S(NORMAL)= fascore fescore sumEQ sumSO sumSE sumHap
 /MISSING ANALYSIS.

NPar Tests

[DataSet1] C:\Documents and Settings\Administrator\Desktop\fon hapiness data.sav

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		family relationship score	friend relationship score	sum total EQ	sum total social support
N		391	391	409	409
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	8.218	8.123	136.35	120.49
	Std. Deviation	1.8757	1.9381	15.883	19.223
Most Extreme Differences	Absolute	.212	.183	.090	.062
	Positive	.171	.166	.090	.062
	Negative	-.212	-.183	-.050	-.035
Kolmogorov-Smirnov Z		4.182	3.628	1.823	1.246
Asymp. Sig. (2-tailed)		.000	.000	.003	.090

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		sum total self esteem	sum happiness
N		409	409
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	26.43	29.30
	Std. Deviation	4.642	6.033
Most Extreme Differences	Absolute	.069	.057
	Positive	.069	.057
	Negative	-.063	-.031
Kolmogorov-Smirnov Z		1.403	1.160
Asymp. Sig. (2-tailed)		.039	.136

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

EXAMINE
 VARIABLES=fascore fescore sumEQ sumSO sumSE sumHap
 /PLOT BOXPLOT STEMLEAF HISTOGRAM NPLOT
 /COMPARE GROUP
 /STATISTICS NONE
 /CINTERVAL 95
 /MISSING LISTWISE
 /NOTOTAL.

Explore

[DataSet1] C:\Documents and Settings\Administrator\Desktop\fon hapiness data.sav

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
family relationship score	388	94.9%	21	5.1%	409	100.0%
friend relationship score	388	94.9%	21	5.1%	409	100.0%
sum total EQ	388	94.9%	21	5.1%	409	100.0%
sum total social support	388	94.9%	21	5.1%	409	100.0%
sum total self esteem	388	94.9%	21	5.1%	409	100.0%
sum happiness	388	94.9%	21	5.1%	409	100.0%

Tests of Normality

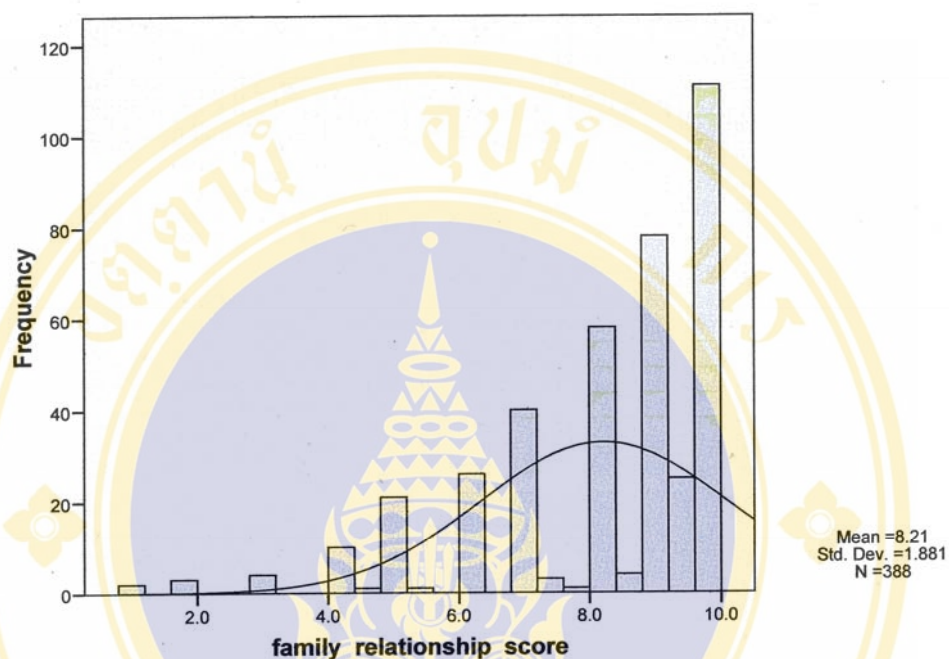
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
family relationship score	.211	388	.000	.851	388	.000
friend relationship score	.183	388	.000	.853	388	.000
sum total EQ	.088	388	.000	.968	388	.000
sum total social support	.061	388	.001	.987	388	.001
sum total self esteem	.077	388	.000	.981	388	.000
sum happiness	.058	388	.003	.994	388	.098

a. Lilliefors Significance Correction

family relationship score

— Normal

Histogram



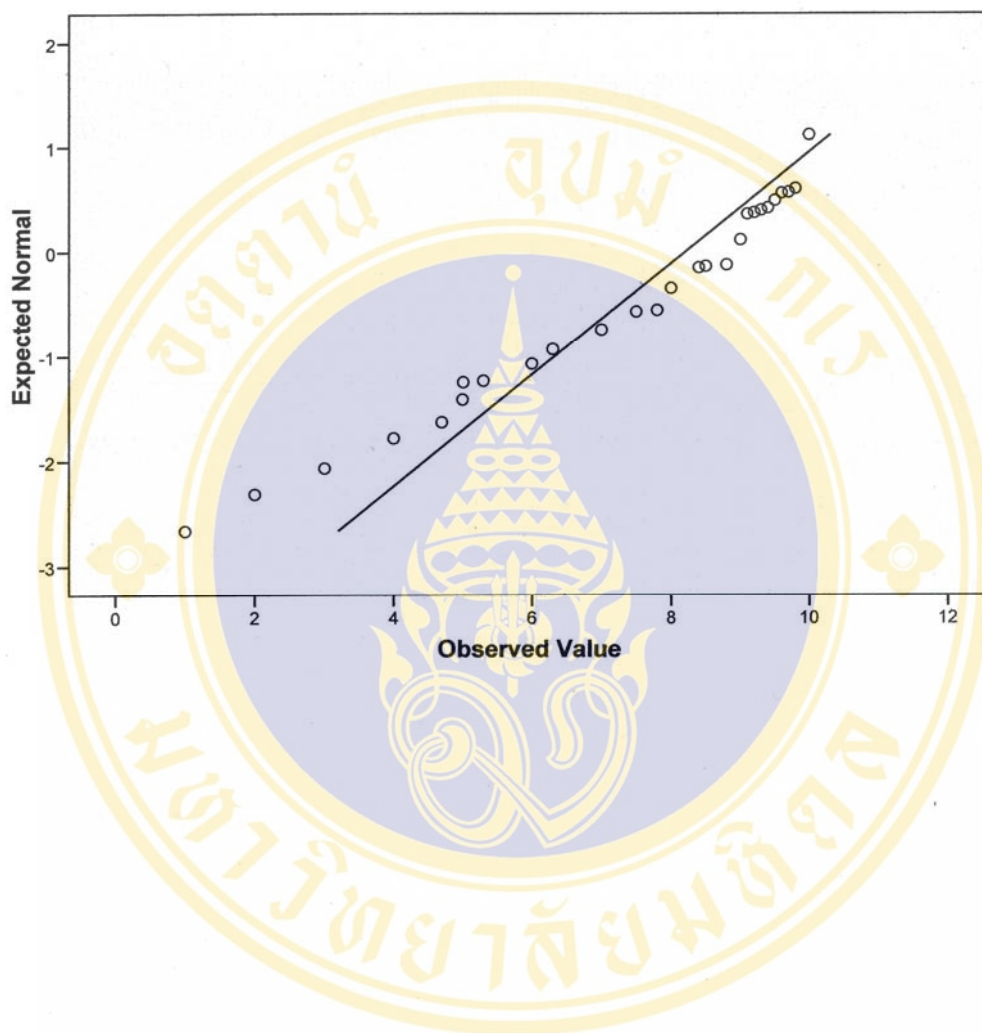
family relationship score Stem-and-Leaf Plot

Frequency	Stem & Leaf
5.00	Extremes (= < 2.0)
4.00	3 . 0
.00	3 .
10.00	4 . 000
1.00	4 . &
22.00	5 . 0000000&
.00	5 .
26.00	6 . 00000000&
.00	6 .
40.00	7 . 0000000000000
4.00	7 . 5&
59.00	8 . 000000000000000000&
4.00	8 . 5&
83.00	9 . 0000000000000000000000000234&
28.00	9 . 555555888&
102.00	10 . 00000000000000000000000000000000

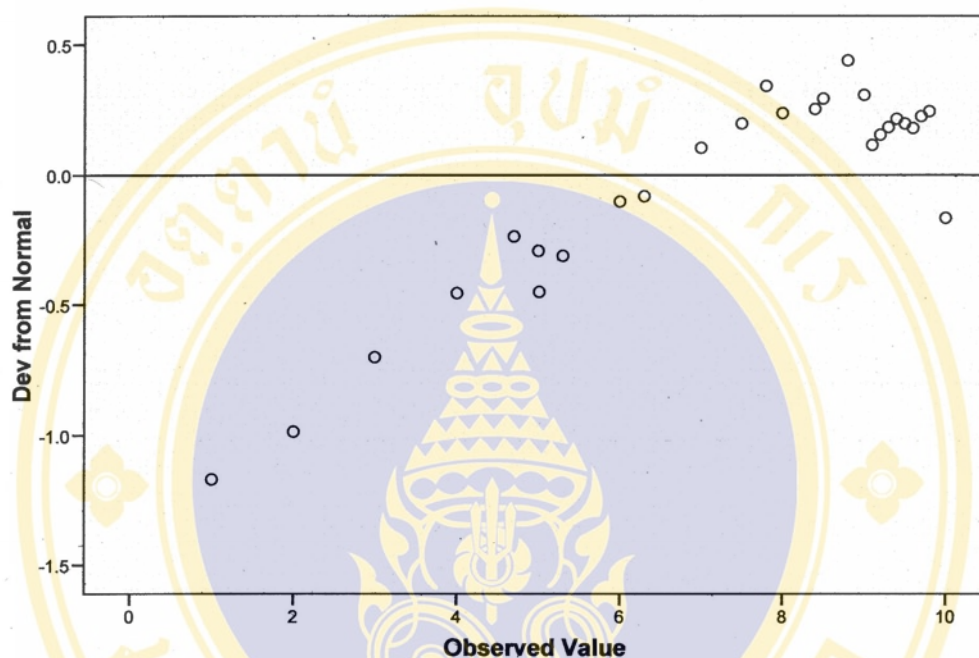
Stem width: 1.0
Each leaf: 3 case(s)

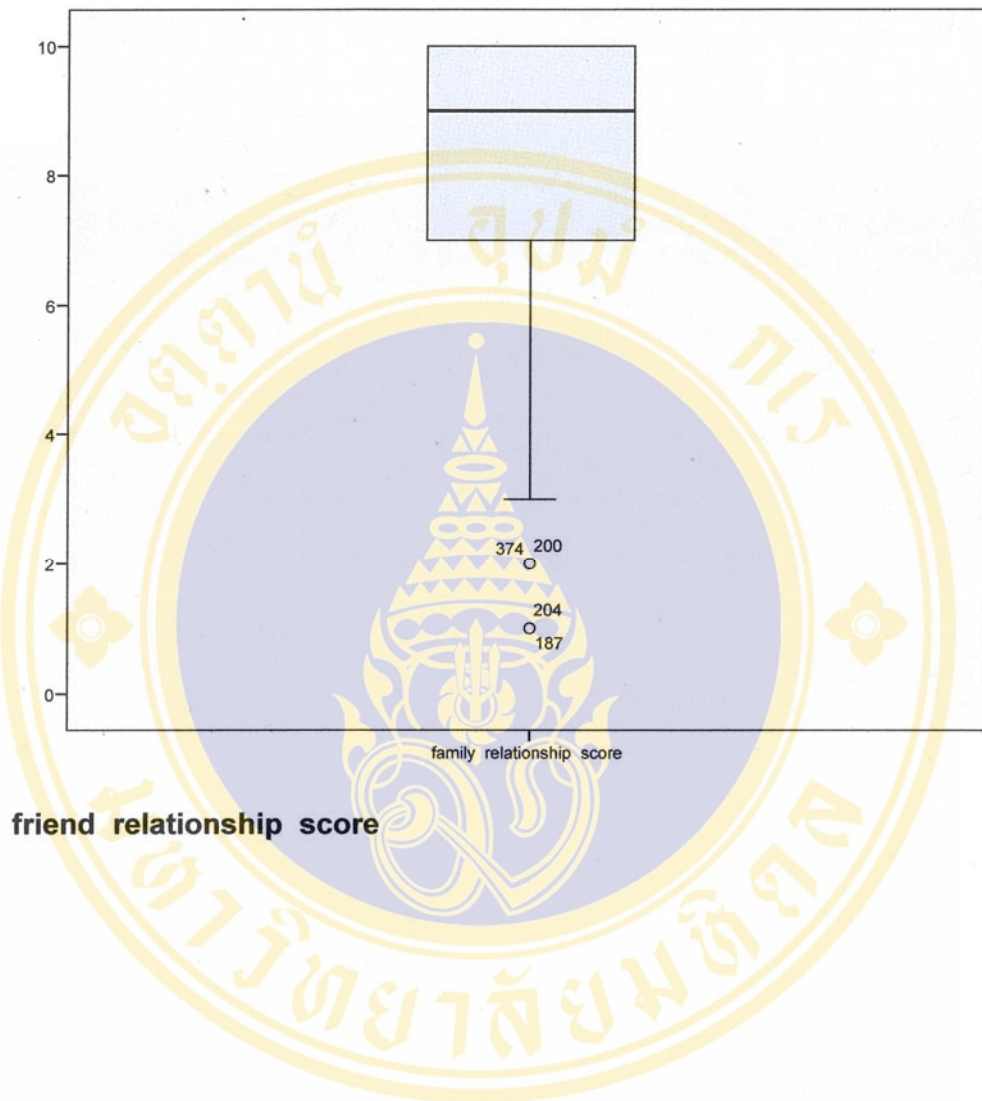
& denotes fractional leaves.

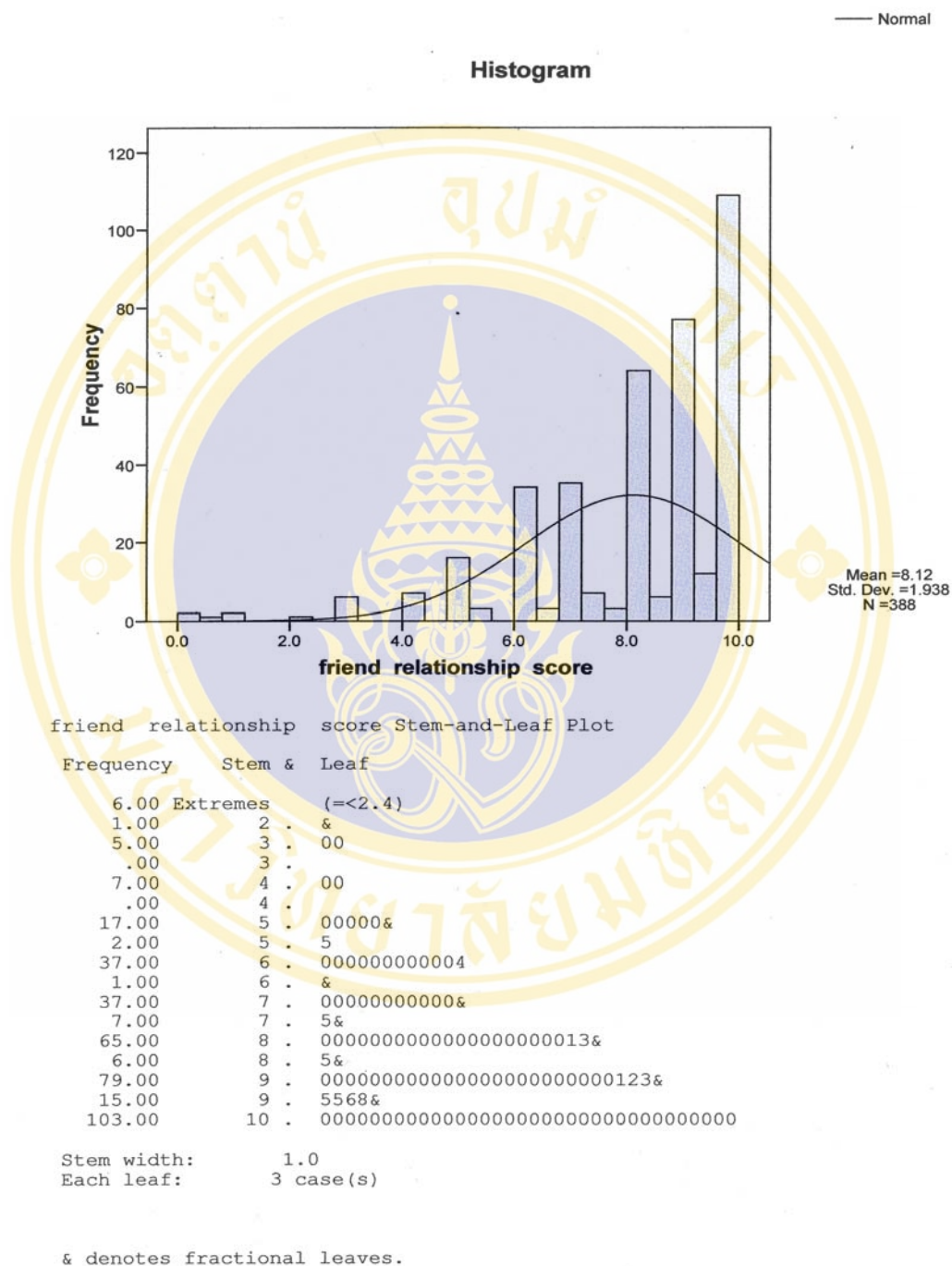
Normal Q-Q Plot of family relationship score



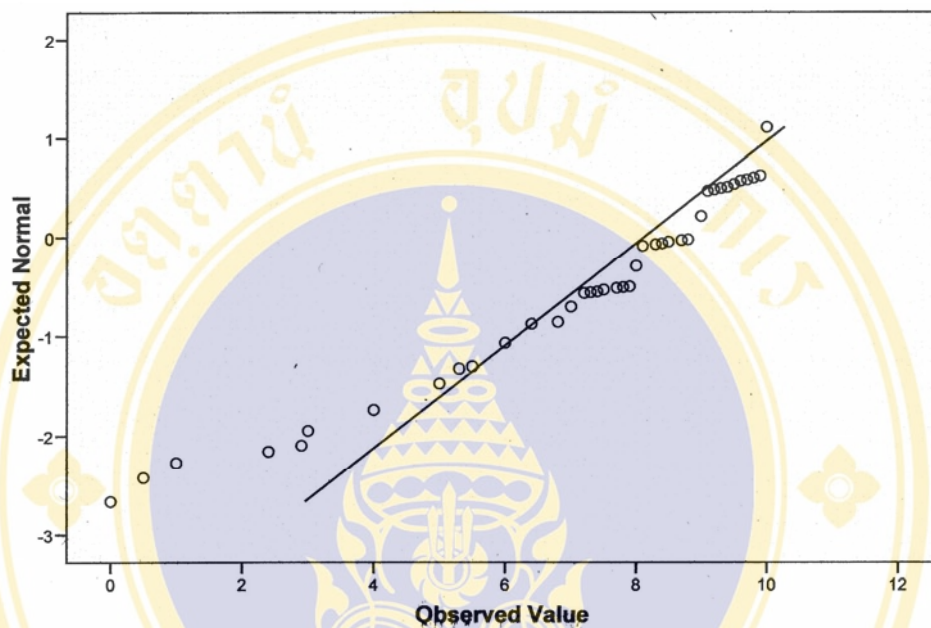
Detrended Normal Q-Q Plot of family relationship score



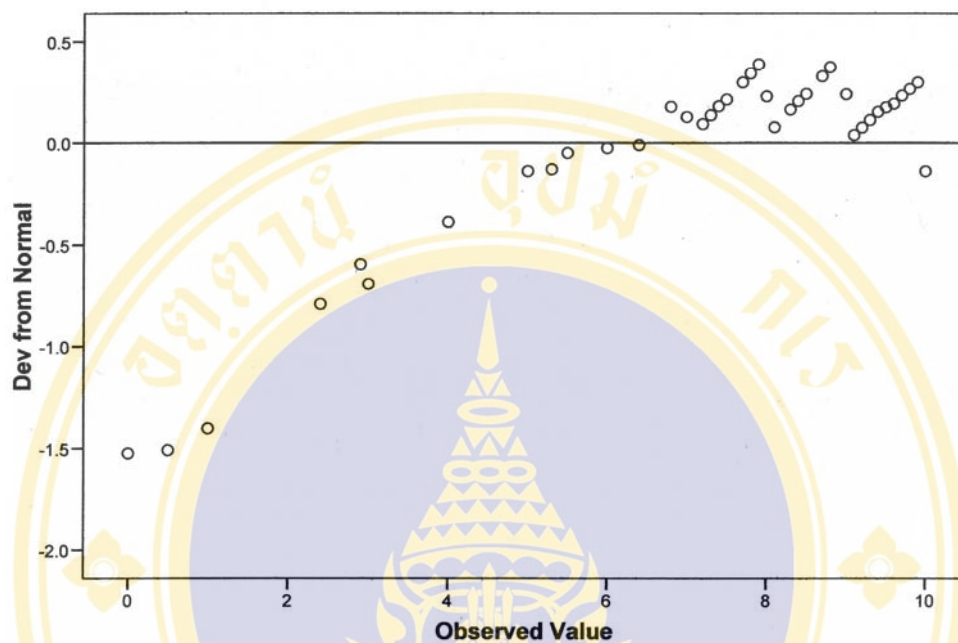


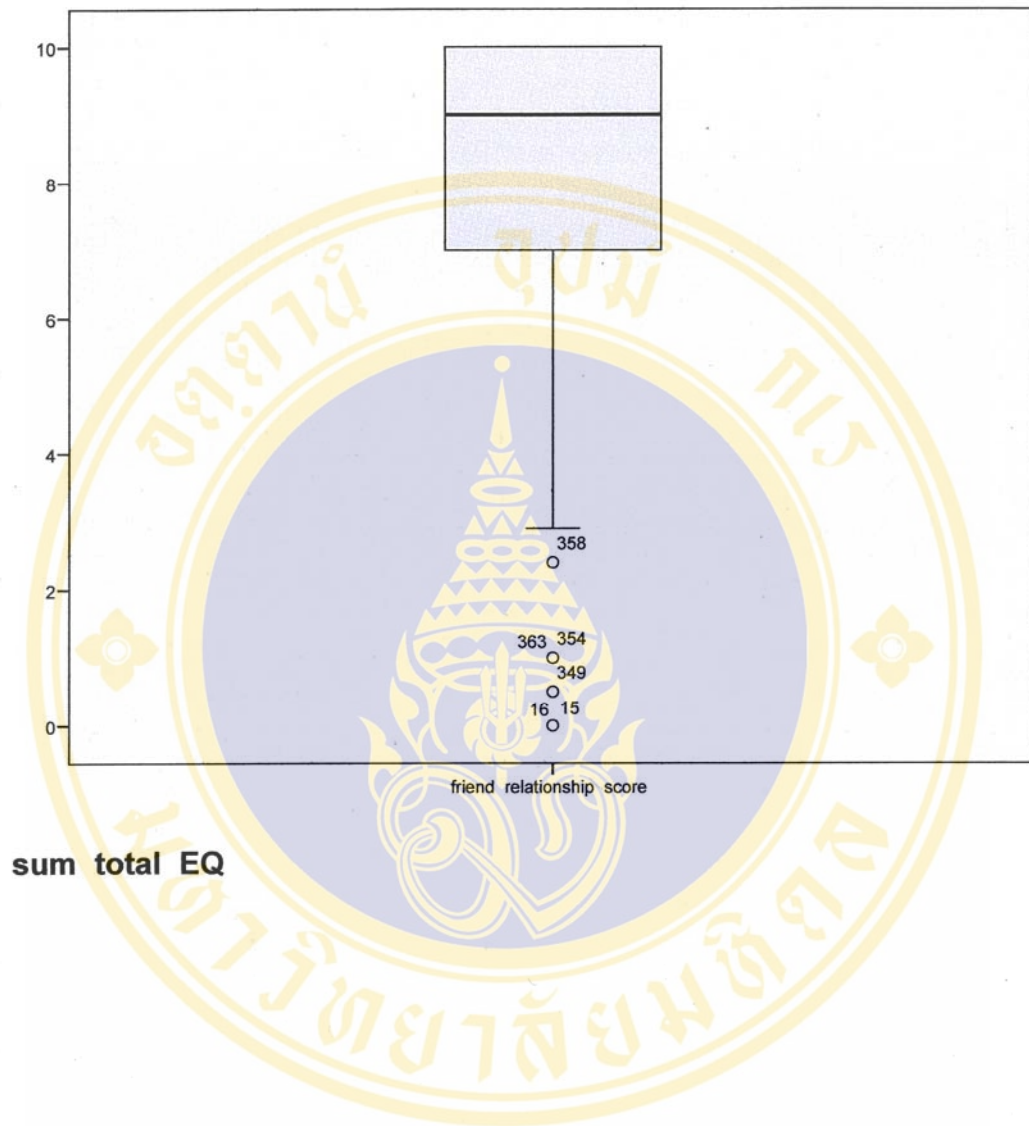


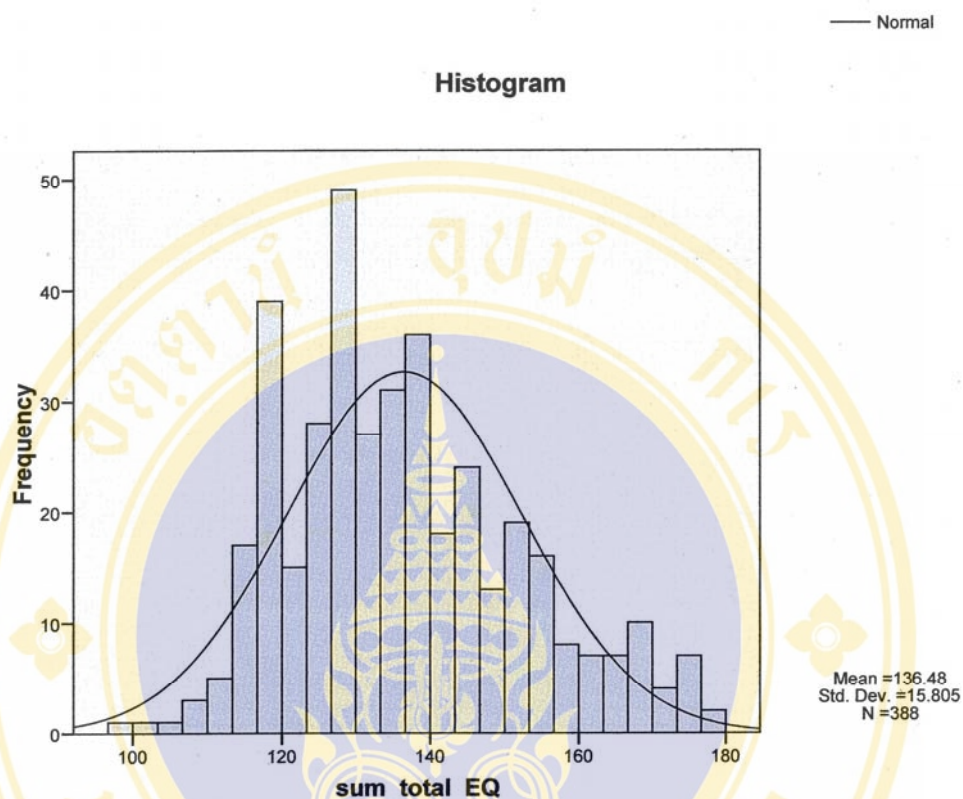
Normal Q-Q Plot of friend relationship score



Detrended Normal Q-Q Plot of friend relationship score





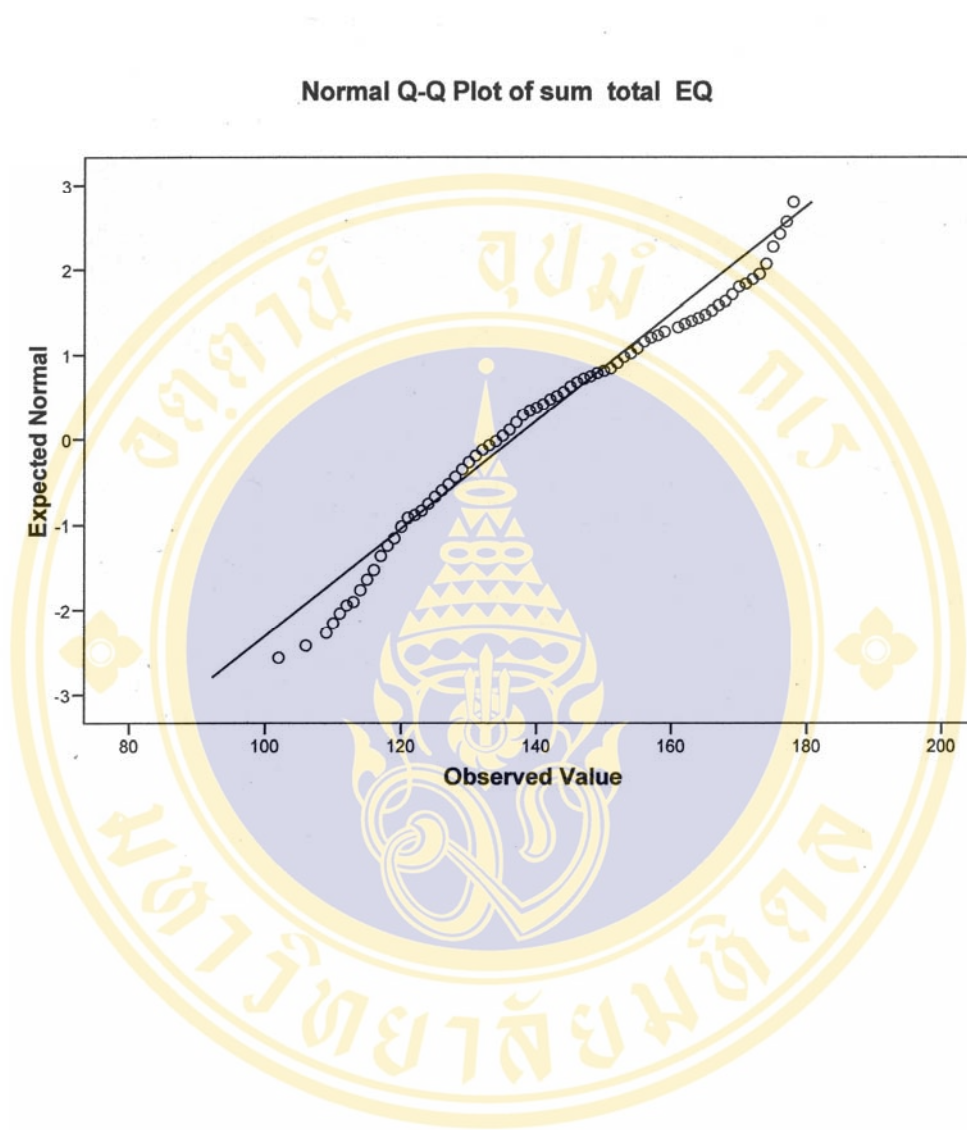


sum total EQ Stem-and-Leaf Plot

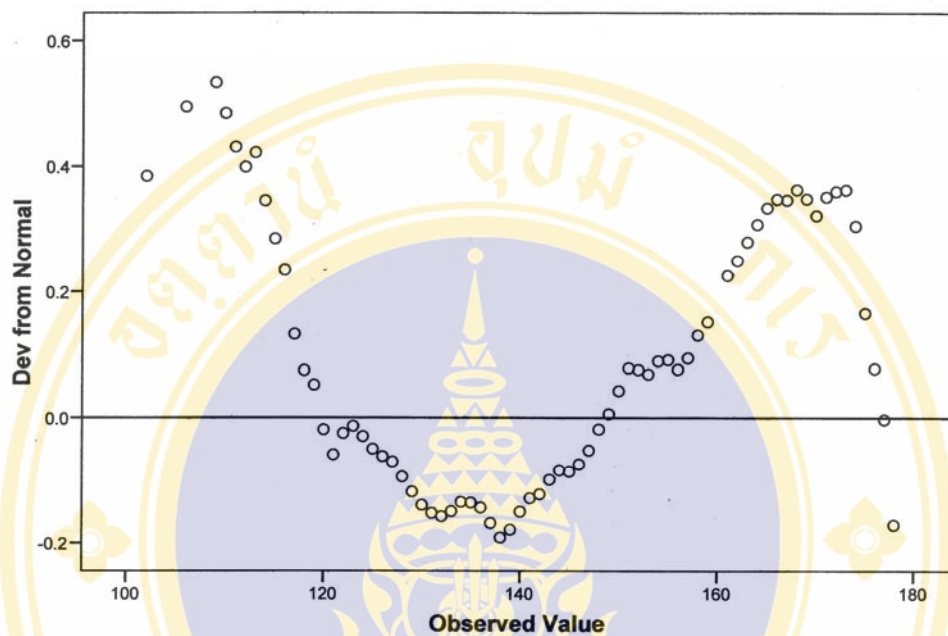
Frequency	Stem & Leaf
1.00	9 . &
1.00	10 . &
3.00	10 . 9&
13.00	11 . 1444&
33.00	11 . 5666677777888999
40.00	12 . 000000011233334444
55.00	12 . 5555566667777788888999999
49.00	13 . 0000011111222223334444
53.00	13 . 55555666667777778888899
34.00	14 . 001112222344444
25.00	14 . 55566678899
23.00	15 . 112222334&
21.00	15 . 5555667899
9.00	16 . 1234
14.00	16 . 56799&
9.00	17 . 244&
4.00	17 . 5&
1.00	Extremes (>=178)

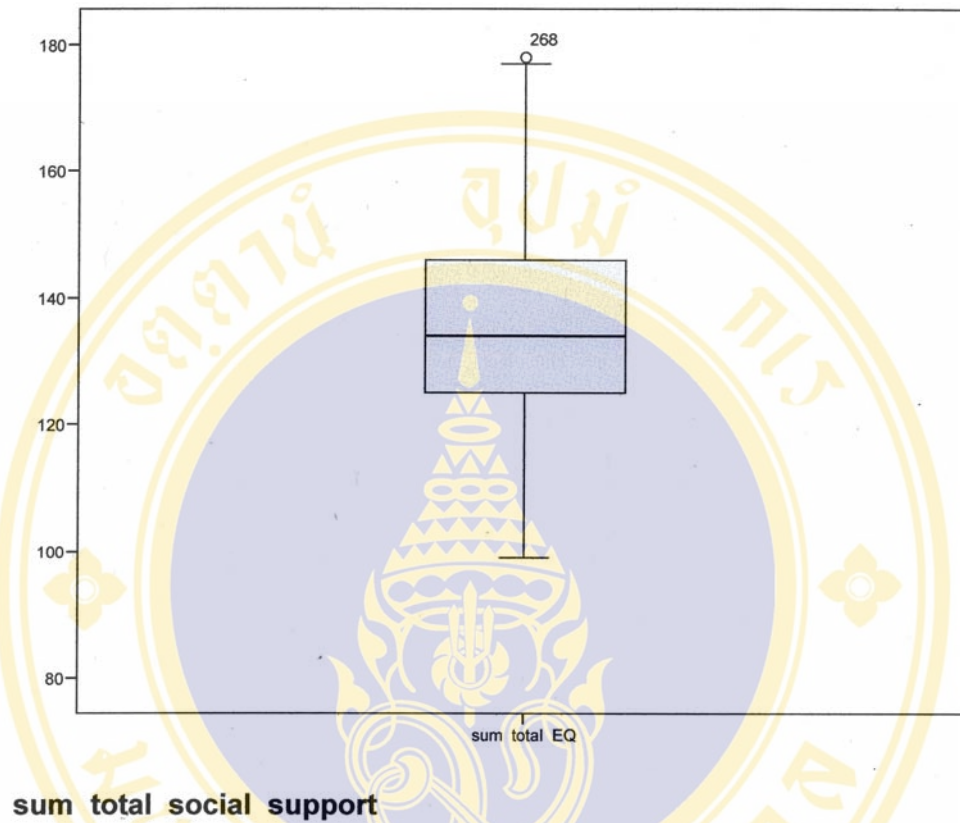
Stem width: 10
Each leaf: 2 case(s)

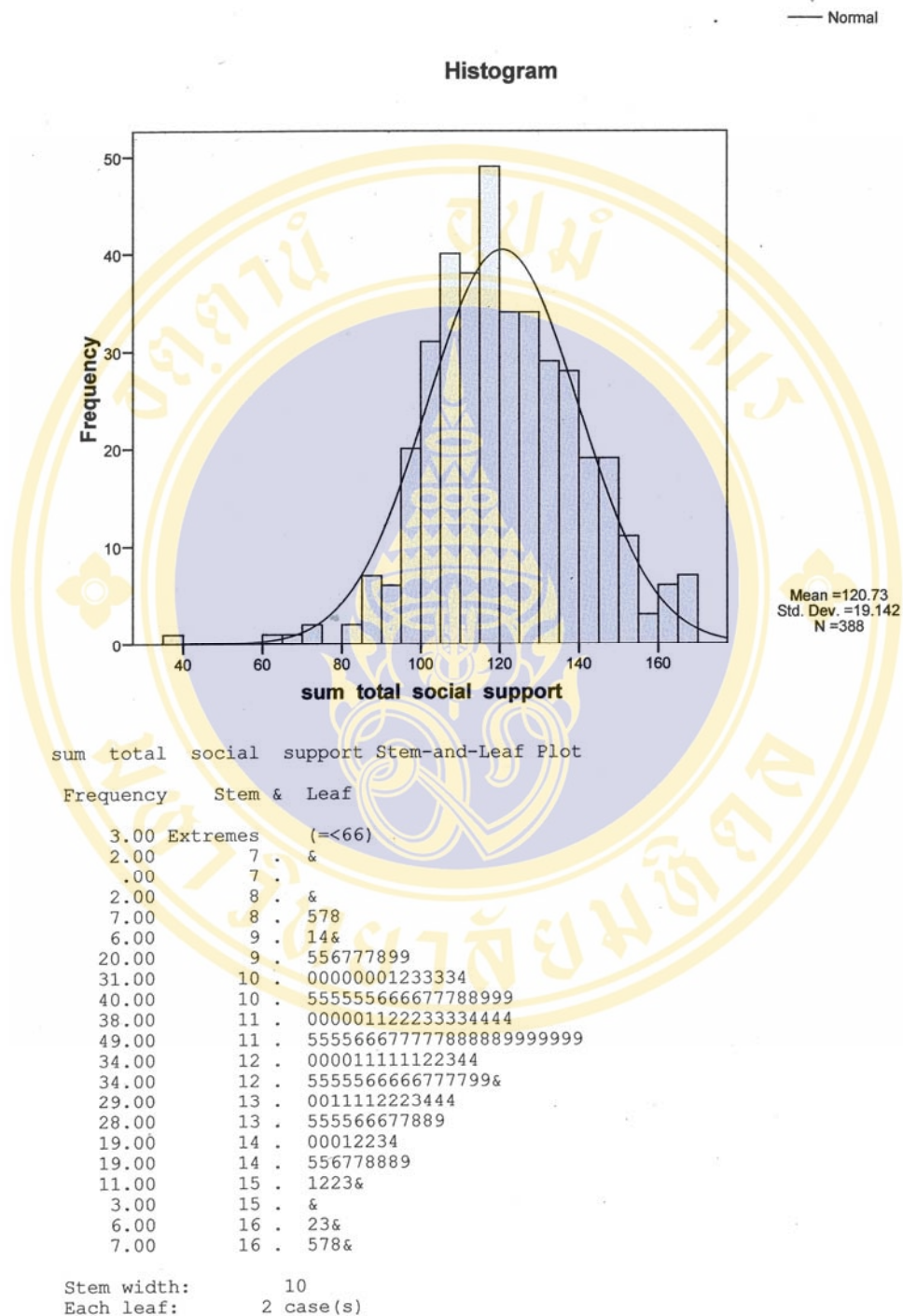
& denotes fractional leaves.



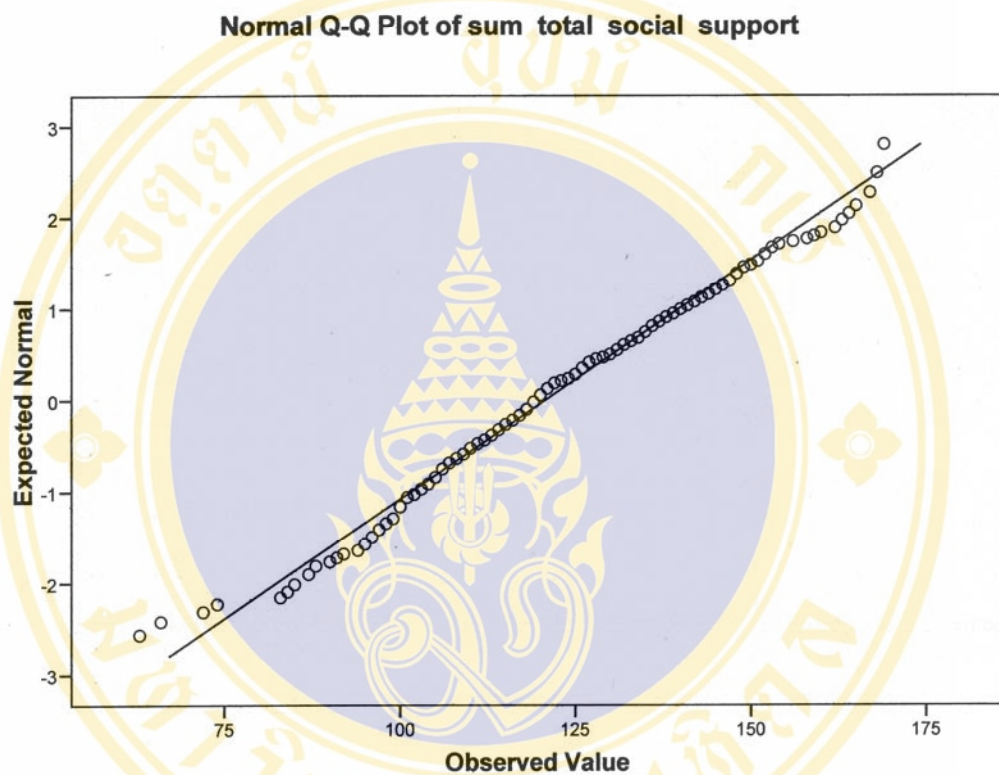
Detrended Normal Q-Q Plot of sum total EQ



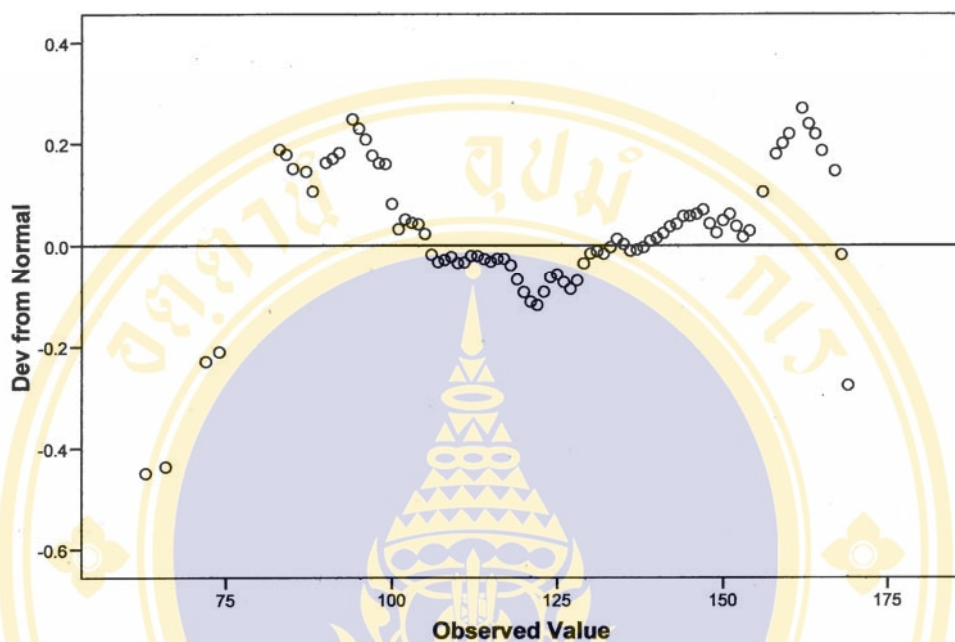


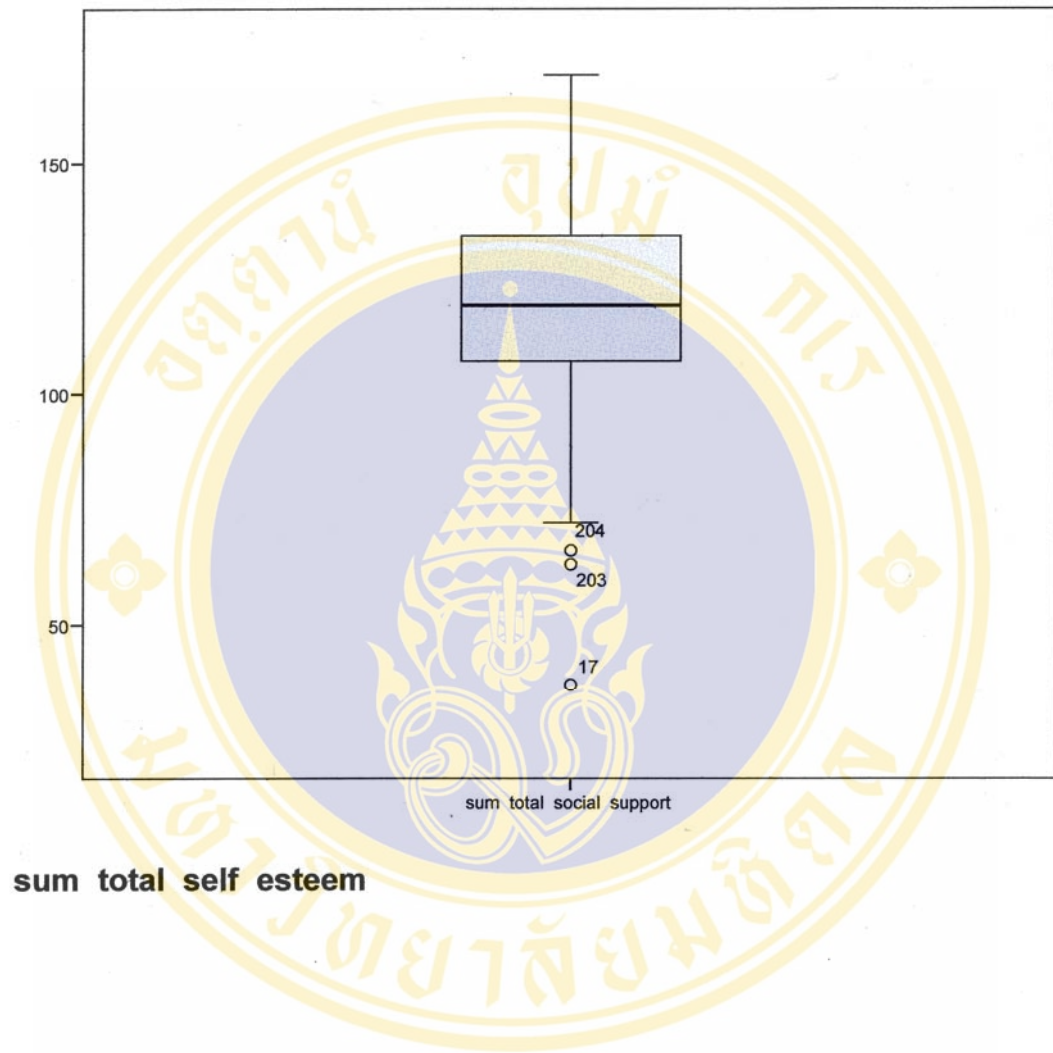


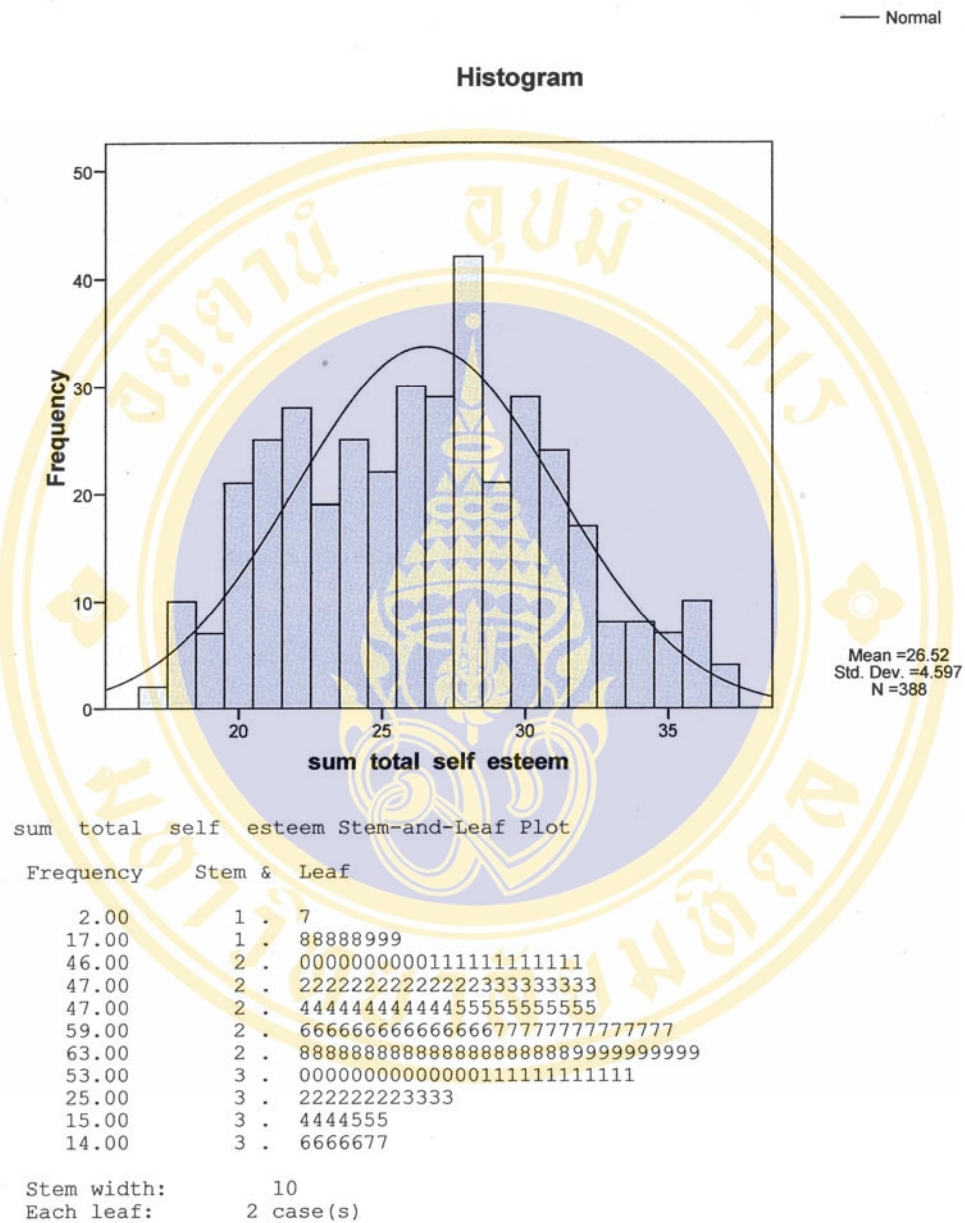
& denotes fractional leaves.

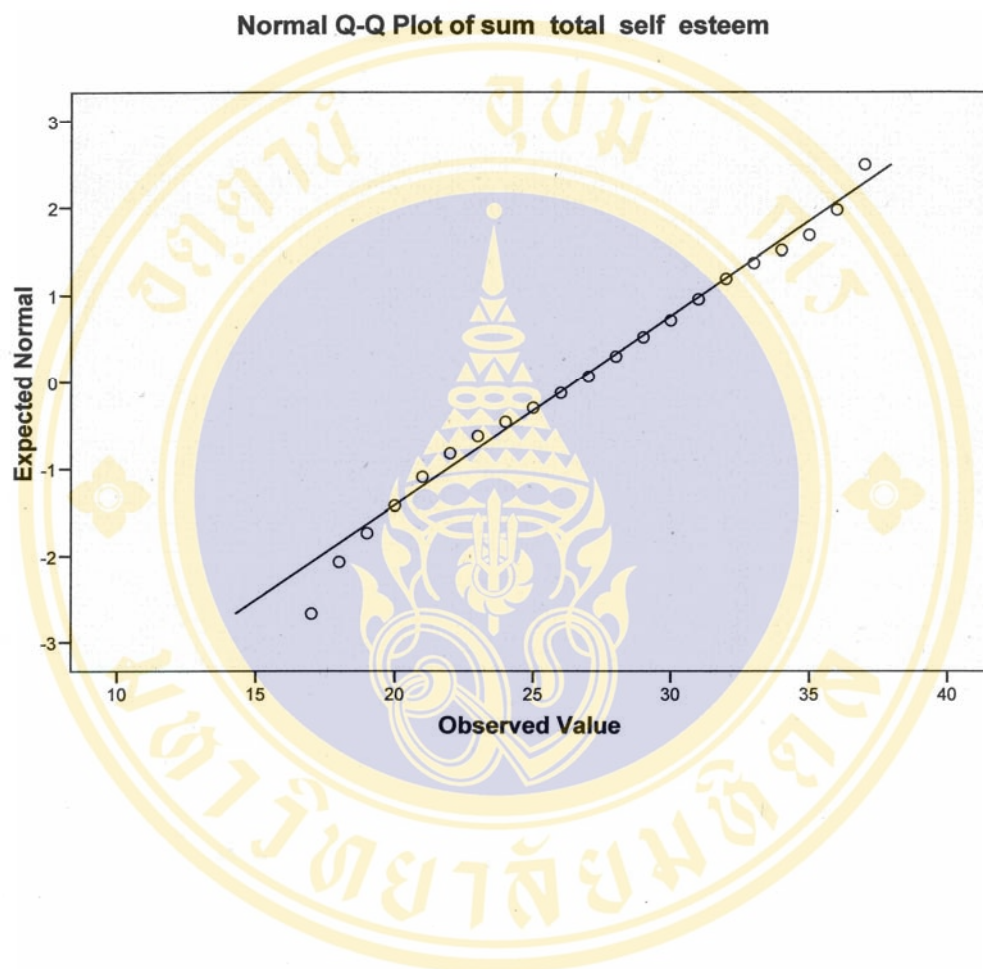


Detrended Normal Q-Q Plot of sum total social support

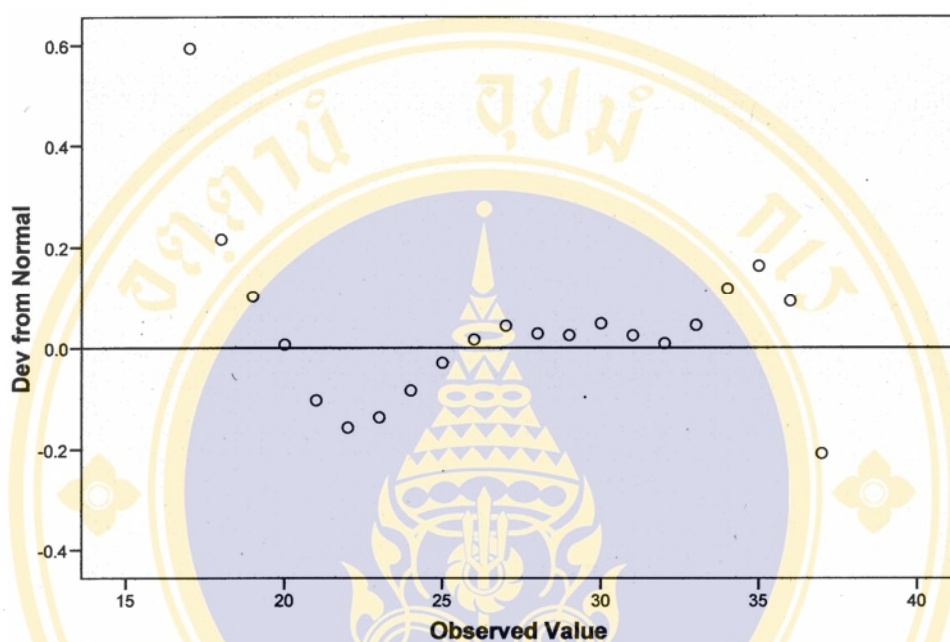


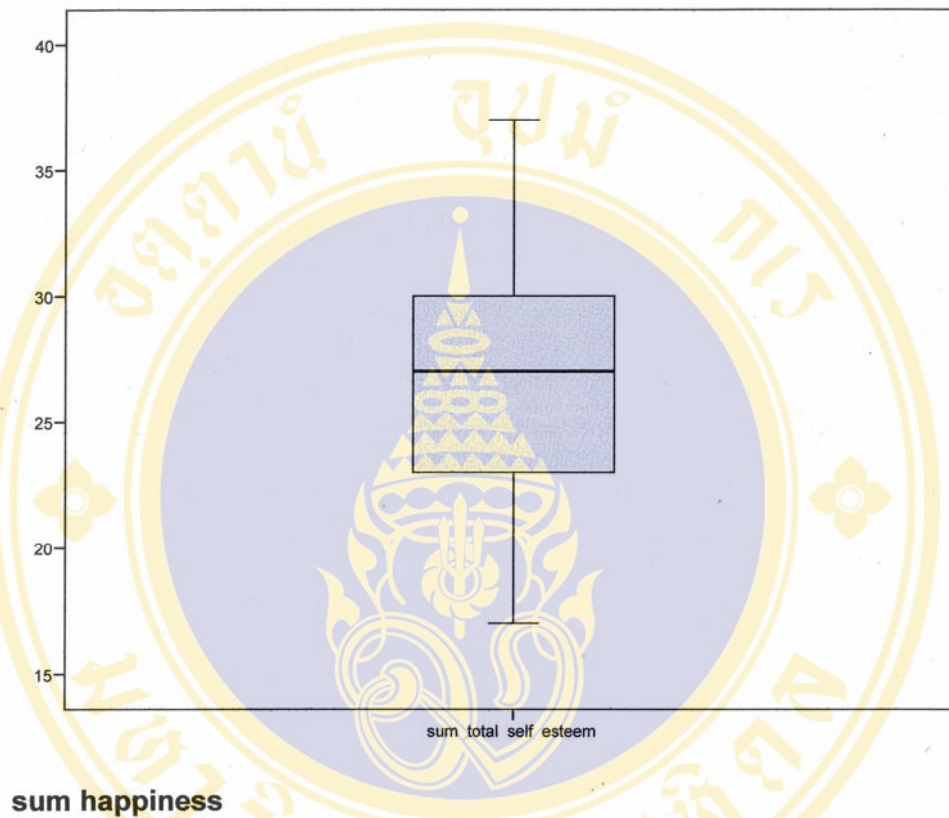


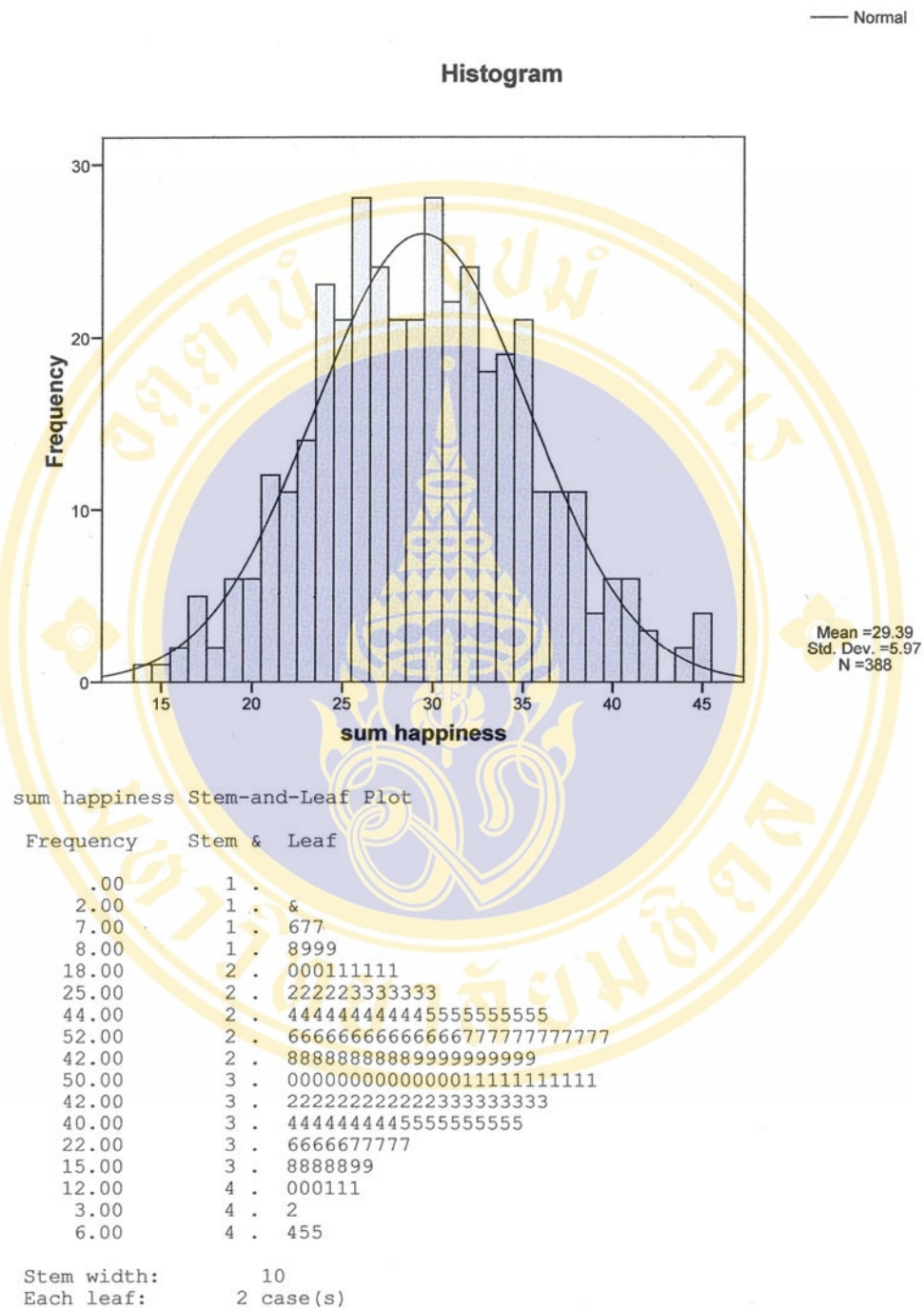




Detrended Normal Q-Q Plot of sum total self esteem

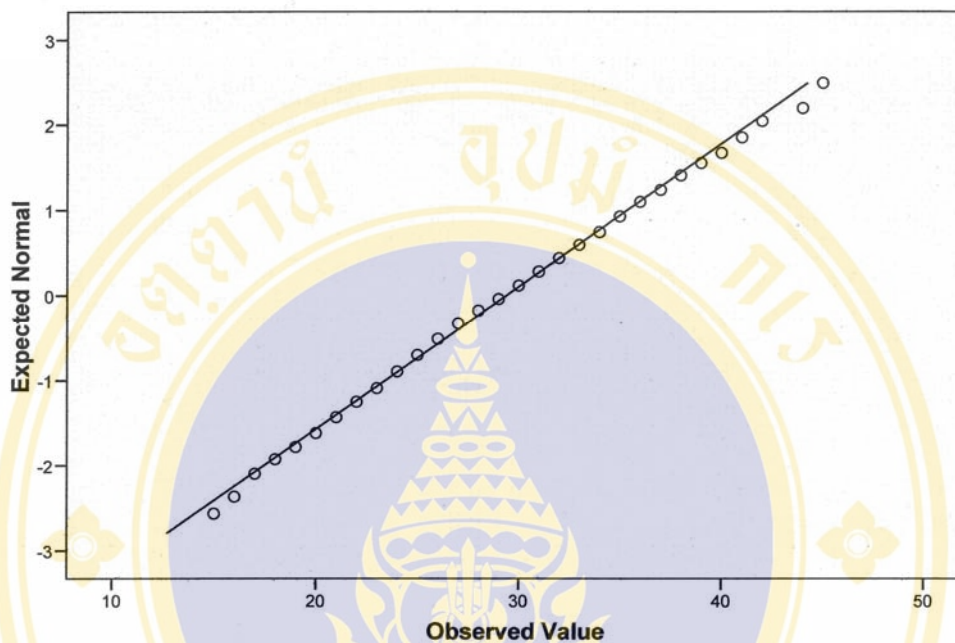




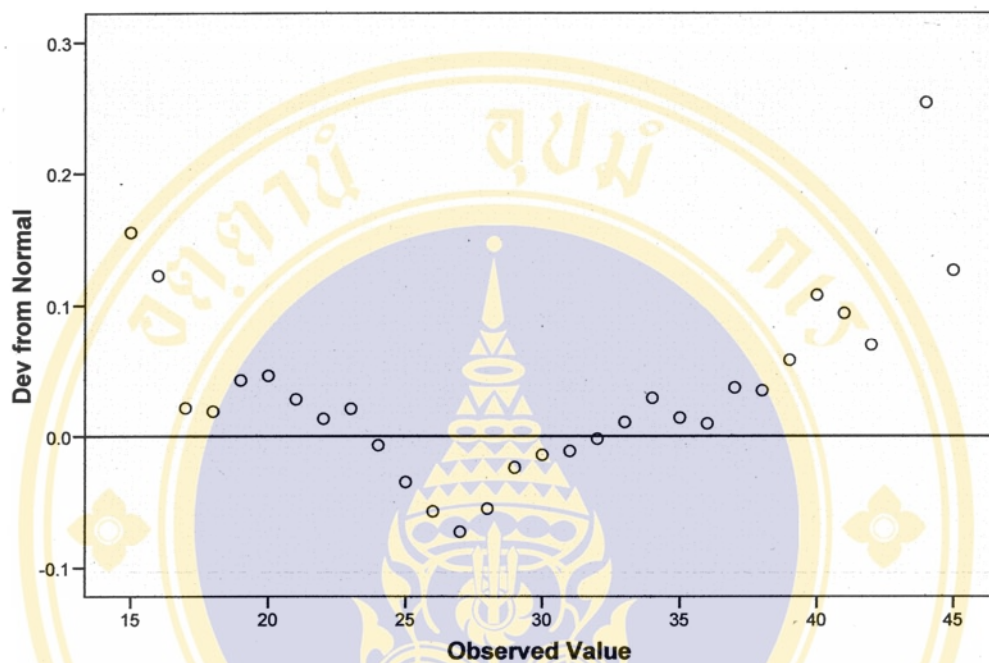


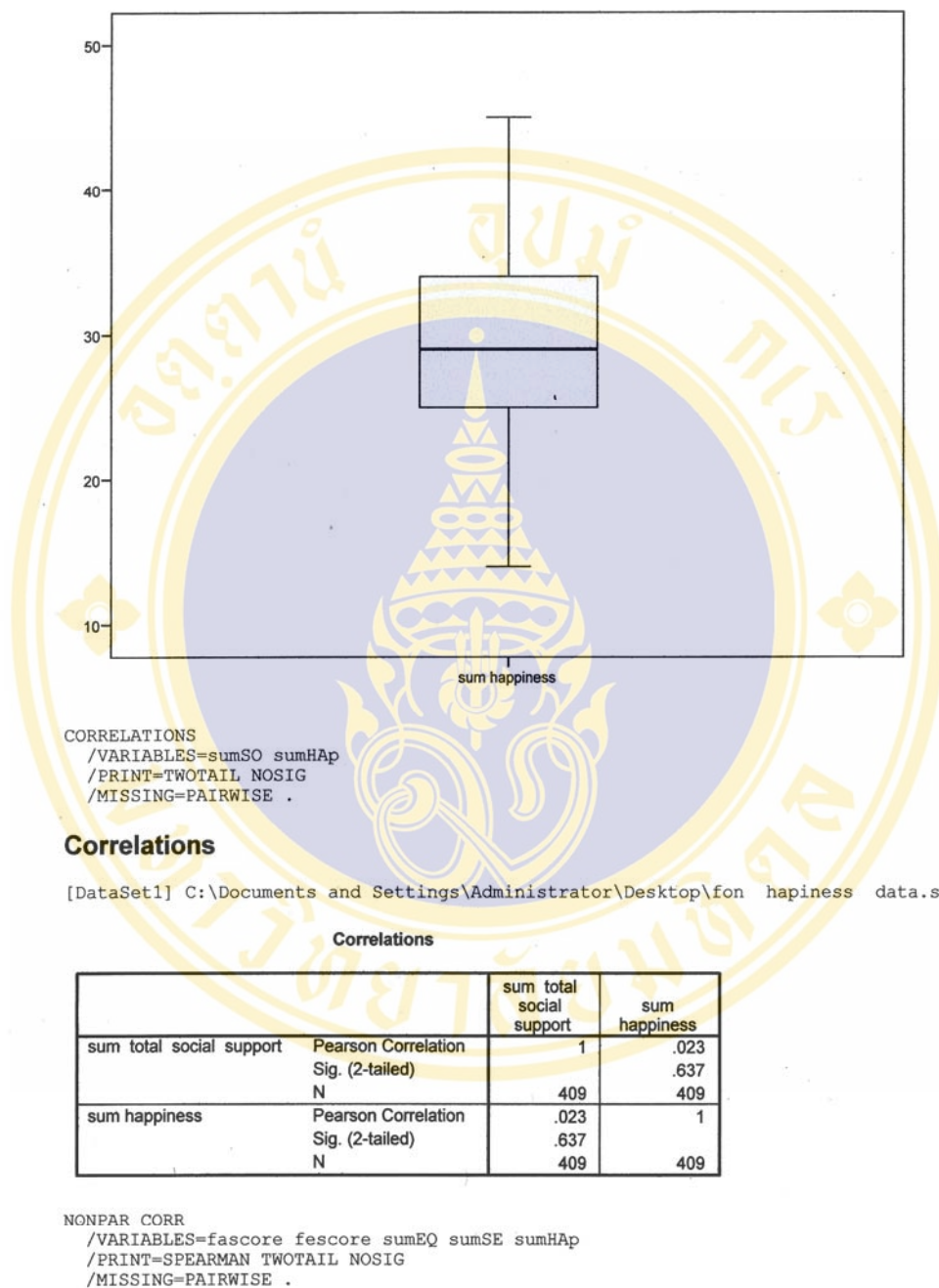
& denotes fractional leaves.

Normal Q-Q Plot of sum happiness



Detrended Normal Q-Q Plot of sum happiness





Nonparametric Correlations

[DataSet1] C:\Documents and Settings\Administrator\Desktop\fon hapiness data.sav

Correlations

			family relationship score	friend relationship score
Spearman's rho	family relationship score	Correlation Coefficient	1.000	.619**
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	391	388
	friend relationship score	Correlation Coefficient	.619**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	388	391
	sum total EQ	Correlation Coefficient	-.087	-.062
		Sig. (2-tailed)	.085	.218
		N	391	391
	sum total self esteem	Correlation Coefficient	.048	.069
		Sig. (2-tailed)	.340	.176
		N	391	391
	sum happiness	Correlation Coefficient	-.008	.015
		Sig. (2-tailed)	.873	.773
		N	391	391

Correlations

			sum total EQ	sum total self esteem
Spearman's rho	family relationship score	Correlation Coefficient	-.087	.048
		Sig. (2-tailed)	.085	.340
		N	391	391
	friend relationship score	Correlation Coefficient	-.062	.069
		Sig. (2-tailed)	.218	.176
		N	391	391
	sum total EQ	Correlation Coefficient	1.000	.006
		Sig. (2-tailed)	.	.900
		N	409	409
	sum total self esteem	Correlation Coefficient	.006	1.000
		Sig. (2-tailed)	.900	.
		N	409	409
	sum happiness	Correlation Coefficient	.080	.027
		Sig. (2-tailed)	.105	.585
		N	409	409

Correlations

			sum happiness
Spearman's rho	family relationship score	Correlation Coefficient	-.008
		Sig. (2-tailed)	.873
		N	391
	friend relationship score	Correlation Coefficient	.015
		Sig. (2-tailed)	.773
		N	391
	sum total EQ	Correlation Coefficient	.080
		Sig. (2-tailed)	.105
		N	409
	sum total self esteem	Correlation Coefficient	.027
		Sig. (2-tailed)	.585
		N	409
	sum happiness	Correlation Coefficient	1.000
		Sig. (2-tailed)	.
		N	409

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

>Error # 2085

>The temporary period for running SPSS for Windows without a license has
>expired. Use the License Authorization Wizard to contact SPSS for a
>license code.

>This command not executed.

>Specific symptom number: 37

End of job: 0 command lines 1 errors 0 warnings 1 CPU seconds

>Error # 7001

>There is no license for SPSS for Windows.
>This command not executed.

>Specific symptom number: 18

End of job: 0 command lines 1 errors 0 warnings 1 CPU seconds

ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ	นางสาวลัดดาวัลย์ พลชัย
วัน เดือน ปี เกิด	14 มิถุนายน พ.ศ. 2521
สถานที่เกิด	กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย
ประวัติการศึกษา	วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี พ.ศ. 2540-2544 มหาวิทยาลัยมหิดล พยาบาลศาสตรบัณฑิต (พยาบาลและผดุงครรภ์) มหาวิทยาลัยมหิดล พ.ศ. 2547-2552 พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช
ตำแหน่งและสถานที่ทำงานปัจจุบัน	พยาบาลประจำการ งานอุบัติเหตุ - ฉุกเฉิน กลุ่มการพยาบาล โรงพยาบาลบางเลน สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนครปฐม 80 ม. 6 ต. บางเลน อ. บางเลน จ. นครปฐม 73130 เบอร์โทรศัพท์ 034-391126 # 117, 126
สถานที่อยู่อาศัยปัจจุบัน	64/2 ม. 10 ต. บางภาษี อ. บางเลน จ. นครปฐม 73130 เบอร์โทรศัพท์ 089-1409807