

อิทธิพลของความวิตกกังวลทางสังคม และความเปราะบางในยามว่าง
ต่อการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ ในนิสิต/นักศึกษาระดับปริญญาตรี

นางสาว ธิดา ตันโชติกุล	เลขประจำตัวนิสิต 523 74425 38
นางสาว พิริยา ย้งรอด	เลขประจำตัวนิสิต 523 74608 38
นางสาว ลัภภรณ์ โชติรัตน์นิมล	เลขประจำตัวนิสิต 523 74769 38

โครงการทางจิตวิทยานี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต
สาขาวิชาจิตวิทยา
คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ปีการศึกษา 2555

EFFECTS OF SOCIAL ANXIETY AND LEISURE BOREDOM
ON MOBILE PHONE ADDICTION IN UNDERGRADUATE STUDENTS

Miss Teeta Tanchotikul 523 74425 38

Miss Piriya Youngrot 523 74608 38

Miss Lapporn Chotratanawimol 523 74769 38

A Senior Project in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Bachelor of Science in Psychology
Faculty of Psychology
Chulalongkorn University
Academic Year 2012

หัวข้อโครงการทางจิตวิทยา

อิทธิพลของความวิตกกังวลทางสังคม

โดย

และความเป็อหน่ายในยามว่างต่อการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่

นางสาว ธิตา ตันโชติกุล

นางสาว พิริยา ย้งรอด

นางสาว ลัภภรณ์ โชติรัตน์วิมล

สาขาวิชา จิตวิทยา

อาจารย์ที่ปรึกษาโครงการทางจิตวิทยาหลัก อาจารย์ ดร.อภิชนา ไชยวุฒิมิภรณ์วานิช

อาจารย์ที่ปรึกษาโครงการทางจิตวิทยาร่วม อาจารย์ สักกพัฒน์ งามเอก

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้นับโครงการทางจิตวิทยาฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่ง
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาบัณฑิต

..... คณะบดีคณะจิตวิทยา

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. คัดนางค์ มณีศรี)

คณะกรรมการสอบโครงการทางจิตวิทยา

..... อาจารย์ที่ปรึกษาโครงการทางจิตวิทยาหลัก

(ดร.อภิชนา ไชยวุฒิมิภรณ์วานิช)

..... อาจารย์ที่ปรึกษาโครงการทางจิตวิทยาร่วม

(อาจารย์ สักกพัฒน์ งามเอก)

..... กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เรวดี วัฒนากโกศล)

..... กรรมการ

(อาจารย์ ธนวัต ปุณยภน)

นางสาว ชีตา ต้นโชติกุล, นางสาว พิริยา ยंत्रรอด, นางสาว ลัทภรณ์ โชติรัตนนิมล :อิทธิพลของ
ความวิตกกังวลทางสังคม และความเบื่อหน่ายในยามว่างต่อการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ในนิสิต/
นักศึกษาระดับปริญญาตรี (EFFECTS OF SOCIAL ANXIETY AND LEISURE BOREDOM ON
MOBILE PHONE ADDICTION IN UNDERGRADUATE STUDENTS)

อาจารย์ที่ปรึกษาโครงการทางจิตวิทยาหลัก : อาจารย์ ดร.อภิษฎา ไชยวุฒิกุลวานิช

อาจารย์ที่ปรึกษาโครงการทางจิตวิทยาร่วม : อาจารย์ สักกพัฒน์ นามเอก, 68 หน้า

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของความวิตกกังวลทางสังคมและความเบื่อ
หน่ายในยามว่าง ต่อการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่โดยการเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนิสิต/นักศึกษา
ระดับปริญญาตรีระดับชั้น ปี 1 ถึง 4 ทั้งมหาวิทยาลัยรัฐบาล และมหาวิทยาลัยเอกชน ในเขตกรุงเทพฯและ
ปริมณฑลที่ใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ จำนวน 325 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ มาตรฐานความวิตกกังวล
ทางสังคมมาตรฐานความเบื่อหน่ายในยามว่าง และมาตรฐานการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่

ผลการวิจัยพบว่า

1. ความวิตกกังวลทางสังคมมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับ 4 องค์ประกอบของการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่
ได้แก่ ด้านการไม่สามารถควบคุมการใช้งาน ($r_c = .20, p < .01, \text{one-tailed}$) ด้านความรู้สึกวิตกกังวลหรือ
สูญเสียความมั่นใจ ($r_a = .18, p < .01, \text{one-tailed}$) ด้านการใช้เพื่อหลีกเลี่ยงจากอารมณ์หรือสถานการณ์ที่ไม่
พึงพอใจ ($r_e = .17, p < .01, \text{one-tailed}$) และด้านการสูญเสียผลสัมฤทธิ์ในการเรียน ($r_p = .21, p < .01,$
 one-tailed)

2. ความเบื่อหน่ายในยามว่างมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับ 3 องค์ประกอบของการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่
ได้แก่ ด้านการไม่สามารถควบคุมการใช้งาน ($r_c = .35, p < .01, \text{one-tailed}$) ด้านความรู้สึกวิตกกังวลหรือ
สูญเสียความมั่นใจ ($r_a = .28, p < .01, \text{one-tailed}$) และด้านการสูญเสียผลสัมฤทธิ์ในการเรียน ($r_p = .32,$
 $p < .01, \text{one-tailed}$) และมีสหสัมพันธ์กับด้านการใช้เพื่อหลีกเลี่ยงจากอารมณ์หรือสถานการณ์ที่ไม่พึงพอใจ
แต่ไม่ถึงระดับนัยสำคัญทางสถิติ ($r_e = .08, p > .05, \text{one-tailed}$)

3. ความวิตกกังวลทางสังคม และความเบื่อหน่ายในยามว่าง สามารถร่วมกันทำนายการติด
โทรศัพท์เคลื่อนที่ได้ร้อยละ 14.8 ($R^2 = .14$) เมื่อพิจารณาค่า β ของตัวแปรความวิตกกังวลทางสังคม มีค่า
เท่ากับ .12 ($p < .05$) และค่า β ของความเบื่อหน่ายในยามว่างมีค่าเท่ากับ .32 ($p < .05$)

สาขาวิชา.....จิตวิทยา.....ลายมือชื่อนิสิต.....

ปีการศึกษา.....2555.....ลายมือชื่อนิสิต.....

ลายมือชื่อนิสิต.....

ลายมือชื่อ อาจารย์ที่ปรึกษาโครงการทางจิตวิทยาหลัก.....

ลายมือชื่อ อาจารย์ที่ปรึกษาโครงการทางจิตวิทยา.....

5237442538, 5237460838, 5237476938 : MAJOR PSYCHOLOGY

KEYWORDS: SOCIAL ANXIETY / LEISURE BOREDOM / MOBILE PHONE ADDICTION

Miss Teeta Tanchotiukl, Miss Piriya Youngrot, Miss Lapporn Chotratanawimol:

EFFECTS OF SOCIAL ANXIETY AND LEISURE BOREDOM ON MOBILE PHONE
ADDICTION IN UNDERGRADUATE STUDENT SENIOR PROJECT

ADVISOR : APITCHAYA CHAIWUTIKORNWANICH, Ph.D.

CO-ADVISOR: SAKKAPHAT T. NGAMAKE, 68 pp.

This research studied the roles of social anxiety and leisure boredom on predicting mobile phone addiction in undergraduate students. Three hundred and twenty five undergraduate students in Bangkok completed a questionnaire package which contains the social anxiety scale, the leisure boredom scale and the mobile phone addiction scale.

Results reveal that:

1. Social anxiety was positively correlated with four sub-scales of Mobile phone addiction scale which were Inability to Control Craving ($r_c = .20, p < .01$, one-tailed), Feeling Anxious and Lost ($r_a = .18, p < .01$, one-tailed), Withdrawal/Escape ($r_e = .17, p < .01$, one-tailed) and Productivity Loss ($r_p = .21, p < .01$, one-tailed)

2. Leisure boredom was positively associated with three sub-scales of Mobile phone addiction scale which were Inability to Control Craving ($r_c = .35, p < .01$, one-tailed), Feeling Anxious and Lost ($r_a = .28, p < .01$, one-tailed) and Productivity Loss ($r_p = .32, p < .01$, one-tailed). Leisure boredom, however, was not significantly associated with a sub-scale of Mobile phone addiction which was Withdrawal/Escape ($r_e = .08, p > .05$, one-tailed).

3. Social anxiety and leisure boredom collectively explained the Mobile phone addiction ($R^2 = .14$). The standardized regression coefficients were .12 for social anxiety and .32 for leisure boredom.

Field of Study : Psychology Student's Signature.....

Academic Year : 2012 Student's Signature.....

Student's Signature.....

Advisor's Signature.....

Co-advisor's Signature.....

กิตติกรรมประกาศ

การค้นคว้าอิสระฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณอาจารย์ ดร.อภิชาญา ไชยวุฒิกุลกรณวณิช ผู้เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ที่กรุณาให้คำแนะนำ คำปรึกษา ตลอดจนตรวจสอบ และแก้ไขความบกพร่องต่างๆ มาโดยตลอด ด้วยความเมตตากรุณา และความเอาใจใส่ จนกระทั่งผู้วิจัยสามารถดำเนินการวิจัยได้สำเร็จและสมบูรณ์

ขอกราบขอบพระคุณ อาจารย์ สักกพัฒน์ งามเอก ผู้เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาร่วม ที่ถ่ายทอดความรู้ แนะนำ และตรวจแก้ไขงานของผู้วิจัยด้วยความเอาใจใส่ ทั้งยังส่งเสริมและสนับสนุนผู้วิจัยเสมอมา อีกทั้งยังให้คำแนะนำในการปรับปรุงความถูกต้องของการวิเคราะห์ข้อมูลของผู้วิจัยอย่างละเอียดถี่ถ้วน

ขอกราบขอบพระคุณคุณคุณจิรภัทร รวีภัทรกุล ที่กรุณาสละเวลาตรวจสอบ และให้คำแนะนำอันเป็นประโยชน์ยิ่งสำหรับผู้วิจัย รวมทั้งชี้ข้อบกพร่องเพื่อให้ผู้วิจัยได้แก้ไขงานวิจัยอย่างถูกต้องสมบูรณ์และครบถ้วน อีกทั้งยังให้ความช่วยเหลือทั้งทางด้านวิชาการและทางด้านจิตใจ

สุดท้ายนี้ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณครูอาจารย์ทุกท่านที่ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ให้แก่ศิษย์ และขอขอบพระคุณเพื่อนผู้ร่วมงานวิจัยที่สมัครสมานสามัคคี ช่วยเหลือเกื้อกูล และให้กำลังใจกันเสมอมา จนทำให้งานวิจัยสำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี

สารบัญ

หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ญ
สารบัญภาพ.....	ฎ
บทที่ 1 บทนำ	1
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
1.1 แนวคิดและทฤษฎี.....	3
1.1.1 การติดมือถือ (Mobile Phone Addiction).....	3
1.1.2 ความวิตกกังวลทางสังคม(Social Anxiety).....	6
1.1.3 ความเบื่อหน่ายในยามว่าง(Leisure Boredom).....	9
1.2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	10
1.3 วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	14
1.4 กรอบแนวความคิดในการการวิจัย.....	15
1.5 ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย.....	16
1.6 สมมติฐานงานวิจัย.....	16
1.7 ขอบเขตของการวิจัย.....	16
1.8 คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย.....	16
1.9 ประโยชน์ที่ได้รับ.....	17
บทที่ 2 วิธีการดำเนินการวิจัย.....	18
2.1 ประชากร.....	18
2.2 กลุ่มตัวอย่าง.....	18
2.3 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	19
2.4 การพัฒนาและตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	19
2.5 วิธีดำเนินการวิจัย.....	26
2.6 การวิเคราะห์ข้อมูล.....	28

หน้า

บทที่ 3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	29
บทที่ 4 อภิปรายผลการวิจัย.....	37
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ.....	40
รายการอ้างอิง.....	43
ภาคผนวก.....	45
ภาคผนวก ก.....	45
ภาคผนวก ข.....	63
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	64

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
1 เกณฑ์การให้คะแนนมาตรวัดการติดโทรศัพท์มือถือ.....	20
2 เกณฑ์การให้คะแนนมาตรวัดความเบื่อหน่ายในยามว่าง.....	24
3 เกณฑ์การให้คะแนนมาตรวัดความวิตกกังวลทางสังคม.....	25
4 จำนวนคนที่ใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ในรูปแบบต่างๆของกลุ่มตัวอย่างและค่าเฉลี่ยจำนวนชั่วโมงการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ในรูปแบบต่างๆใน 1 วัน (N=325).....	29
5 ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าต่ำสุด และค่าสูงสุดของตัวแปร(N=325).....	30
6 ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้นกับตัวแปรองค์ประกอบของตัวแปรการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ (N=325).....	31
7 วิเคราะห์การถดถอยของตัวแปรการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ นำหนักองค์ประกอบของตัวแปรการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ และความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร(N=325).....	32
8 สรุปผลการทดลองสมมติฐาน.....	36

สารบัญภาพ

ภาพที่	หน้า
1 โมเดลการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ของ Leung (2008).....	5
2 ผลการวิเคราะห์ความตรงของโมเดลทำนายของควมวิตกกังวลทางสังคมและความเบื่อ หน่ายในยามว่างต่อการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ใน 4 องค์ประกอบ.....	34

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในโลกปัจจุบันไม่สามารถปฏิเสธได้เลยว่าเทคโนโลยีสารสนเทศได้เข้ามามีบทบาทสำคัญต่อการดำรงชีวิตประจำวันของมนุษย์ไม่ว่าจะเป็น การใช้คอมพิวเตอร์ การใช้อินเทอร์เน็ตและเทคโนโลยีสารสนเทศอีกชนิดหนึ่งที่เข้ามามีบทบาทมากมีจำนวนผู้ใช้เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วและมีแนวโน้มที่จะเพิ่มจำนวนผู้ใช้ขึ้นเรื่อยๆ คือการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ จากการสำรวจจำนวนผู้ใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่พบว่ามีจำนวนของผู้ใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่เพิ่มขึ้นในทุกๆปีโดยผลสำรวจตั้งแต่ ปีพ.ศ. 2546 ถึง 2554 พบว่ามีจำนวนผู้ใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่เพิ่มขึ้นระหว่างปีดังกล่าวเกือบ 30 ล้านคน (สำนักงานสถิติแห่งชาติ กระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร, 2554) ซึ่งนับเป็นจำนวนประมาณเกือบครึ่งหนึ่งของจำนวนประชากรไทยทั้งหมด

โทรศัพท์เคลื่อนที่กำลังได้รับความนิยมเป็นอย่างมาก และดูเหมือนว่าเทคโนโลยีชนิดนี้จะกลายเป็นส่วนหนึ่งของยุคโลกาภิวัตน์ที่มนุษย์เราขาดไม่ได้ เนื่องจากคุณสมบัติที่สามารถสื่อสารถึงกันและกันได้ตลอดเวลา และแทบทุกสถานที่ที่สัญญาณไปถึง ทำให้จำนวนผู้ใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว นอกจากนี้ยังเป็นเพราะในอดีต โทรศัพท์เคลื่อนที่เคยเป็นอุปกรณ์ที่มีราคาสูงจึงเป็นเรื่องยากที่คนทั่วไปจะสามารถเป็นเจ้าของได้ แต่ปัจจุบันนี้ราคาของโทรศัพท์เคลื่อนที่ลดลง ทำให้จำนวนวัยรุ่นผู้ใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่เพิ่มสูงขึ้นอย่างรวดเร็ว โดยจากการสำรวจระหว่างปี 2546 – 2549 ของสำนักงานสถิติแห่งชาติ พบว่า กลุ่มวัยรุ่นมีสัดส่วนการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่เพิ่มขึ้นมากกว่าทุกกลุ่มอายุ โดยเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 25.3 ในปี 2546 เป็นร้อยละ 52.1 ในปี 2549 ซึ่งสามารถสังเกตได้จากชีวิตประจำวันของวัยรุ่นที่โทรศัพท์เคลื่อนที่เข้ามามีอิทธิพล และเป็นปัจจัยสำคัญของชีวิต โดยไม่ว่าจะไปที่ไหนกลุ่มวัยรุ่นจะมีโทรศัพท์เคลื่อนที่ติดตัวไปด้วยเสมอ และวัตถุประสงค์ของการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ของกลุ่มวัยรุ่นในปัจจุบันไม่ใช่เพียงเพื่อการสื่อสารเท่านั้น โทรศัพท์เคลื่อนที่ที่สามารถใช้งานอย่างอื่นได้อีกมากมาย จากการสำรวจของ ศูนย์วิจัยมหาวิทยาลัยกรุงเทพ (2555) โดยเก็บข้อมูลจากวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานครที่ใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่จำนวนทั้งสิ้น 1,701 คน พบว่า วัตถุประสงค์หลักในการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ของวัยรุ่น คือ พูดคุยสื่อสารและส่งข้อความ 57.7 เปอร์เซ็นต์ ฟังเพลง ฟังวิทยุ 20.3 เปอร์เซ็นต์ ถ่ายรูปถ่ายคลิปวิดีโอ 11.6 เปอร์เซ็นต์ เล่นเกม 5.6 เปอร์เซ็นต์ และเล่นอินเทอร์เน็ต 4.8 เปอร์เซ็นต์

โทรศัพท์เคลื่อนที่ถูกมองว่าเป็นรูปแบบหนึ่งของการสื่อสาร ยิ่งในปัจจุบันแล้วโทรศัพท์เคลื่อนที่ที่เป็นเทคโนโลยีที่สะดวก และสามารถเข้าถึงได้ง่ายที่สุด ถึงแม้ว่าโทรศัพท์เคลื่อนที่จะมีประโยชน์มากมายต่อสังคม และชีวิตประจำวัน แต่ปัญหาที่เกี่ยวข้องกับการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ก็มีมากเช่นกัน โดยเฉพาะหากใช้

โทรศัพท์เคลื่อนที่ไม่ถูกต้องวิธี หรือใช้มากเกินไปอาจส่งผลให้เกิดปัญหามากมาย โดยจากงานวิจัยทางการแพทย์ และทางวิทยาศาสตร์ พบว่า การใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่เป็นเวลานานเป็นปัจจัยเสี่ยงในการเกิดโรคต่างๆ เช่น ปวดศีรษะเมะเร็งสมอง หูอักเสบ มะเร็งเม็ดเลือดขาว และความจำเสื่อม ฯลฯ (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ, 2551) การใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ที่ไม่ถูกต้องวิธี อาจส่งผลให้เกิดปัญหาต่างๆ เช่น ปัญหาทางการเงิน เนื่องจากต้องจ่ายค่าโทรศัพท์ ปัญหาการละเมิดสิทธิส่วนบุคคล รวมไปถึงการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ของเด็ก ที่ใช้เป็นเครื่องมือในการกลั่นแกล้งกวนใจเพื่อน (Bianchi, 2005) นอกจากนี้ จากงานวิจัยของ Bianchi (2005) การใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ระหว่างขับรถมีความสัมพันธ์ทางบวกกับอุบัติเหตุรถชนโดยพบว่าผู้ที่พิมพ์หรืออ่านข้อความทางโทรศัพท์เคลื่อนที่ขณะขับรถมีโอกาสเกิดอุบัติเหตุรถชนถึง 23% (University of Utah, National Highway Traffic Safety Administration, & The Virginia Tech Transportation Institute, 2011)

ถึงแม้ว่าจะพบผลเสียมากมายเกี่ยวกับการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ที่ไม่ถูกต้องวิธี แต่ความนิยมในโทรศัพท์เคลื่อนที่ก็ไม่ได้ลดลงจากการสำรวจนักศึกษาในประเทศเกาหลีใต้กลับพบว่า 73 เปอร์เซ็นต์ของนักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่างรายงานว่ารู้สึกอึดอัดและหงุดหงิดง่าย เมื่อไม่ได้ใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ (Lee, 2002 อ้างถึงใน Park, 2005) ซึ่งความรู้สึกดังกล่าวเป็นสัญญาณของอาการถอน (Withdrawal) ของพฤติกรรมติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ (Mobile Phone Addiction) นอกจากนี้ยังพบผลที่คล้ายคลึงกันในชาวอเมริกันจากการศึกษา พบว่า พวกเขามีความหมกมุ่นต่อการพกโทรศัพท์เคลื่อนที่ไปในทุกๆ ที่ (Park, 2005) และยังแสดงอาการของการต้องพึ่งพาการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่อย่างมาก (Licoppe & Heurtin, 2001 อ้างถึงใน Park, 2005)

นอกจากงานวิจัยที่ศึกษาในเรื่องผลจากการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่แล้วยังมีงานวิจัยที่ศึกษาลักษณะทางจิตวิทยาที่เกี่ยวข้องกับการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ด้วย

ซึ่งจากงานวิจัยที่ผ่านมาพบว่า ผู้ที่ใช้สารเสพติดหรือผู้ที่มีลักษณะติดบางสิ่งบางอย่างมักจะมีระดับความเบื่อหน่ายในยามว่างสูง (Leisure boredom; Iso-Ahola & Weissinger, 1990) ซึ่ง Leung (2008) เสนอว่าความสัมพันธ์ระหว่างการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ และความเบื่อหน่ายในยามว่างเกิดขึ้นเนื่องจากวัยรุ่นที่มีเวลาว่างมาก และไม่มีอะไรทำจะใช้เวลาในการส่งข้อความ เล่นเกม เข้าอินเทอร์เน็ต อ่านข่าวออนไลน์ ถ่ายภาพ และต่างๆ อีกมากมายผ่านทางโทรศัพท์เคลื่อนที่

นอกจากนี้ยังมีงานวิจัย พบว่า ความวิตกกังวลทางสังคม (Social anxiety) มีอิทธิพลต่อการสื่อสารแบบไม่เห็นหน้า (non face-to-face communication) ซึ่งเป็นลักษณะของการสื่อสารผ่านทางโทรศัพท์เคลื่อนที่ (Pierce, 2009) เนื่องจากบุคคลที่มีความวิตกกังวลสูงจะไม่สามารถตอบสนองความต้องการทางสังคมของตนเองได้อย่างเต็มที่ เช่น รู้สึกกลัวที่จะปฏิสัมพันธ์แบบเห็นหน้า (face-to-face

communication) กับบุคคลอื่น หรือกลัวที่จะอยู่ท่ามกลางผู้คน ดังนั้นโทรศัพท์เคลื่อนที่จึงเป็นอุปกรณ์หนึ่ง ที่ช่วยให้บุคคลที่มีความวิตกกังวลสูงสามารถหลีกเลี่ยงสถานการณ์ทางสังคมที่ก่อให้เกิดความรู้สึกกังวลได้

จะเห็นได้ว่าการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ทำให้เกิดปัญหาในชีวิตประจำวันได้ เพราะการติด โทรศัพท์เคลื่อนที่เป็นสาเหตุซึ่งก่อให้เกิดอันตรายทั้งตัวบุคคลและสังคม (Park, 2005) แต่ในประเทศไทย กลับมีการศึกษาเพียงเล็กน้อยเกี่ยวกับการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ โดยเฉพาะในเรื่องการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ ผู้วิจัยจึงต้องการที่จะศึกษาความวิตกกังวลทางสังคม และความเบื่อหน่ายในยามว่างต่อการติด โทรศัพท์เคลื่อนที่ ซึ่งจะช่วยให้เข้าใจถึงอิทธิพลของความวิตกกังวลทางสังคม และความเบื่อหน่ายในยาม ว่างต่อการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ ในนิสิต/นักศึกษาระดับปริญญาตรี และเพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนา โปรแกรมที่จะช่วยลดปัญหาที่เกี่ยวข้องกับการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ในกลุ่มนิสิต/นักศึกษาอย่างเหมาะสม

แนวคิดและทฤษฎี

ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดและทฤษฎีจากบทความ และเอกสารงานวิจัยทั้งในและต่างประเทศ โดยสรุป เป็นหัวข้อดังนี้

1. การติดโทรศัพท์เคลื่อนที่
2. ความวิตกกังวลทางสังคม
3. ความเบื่อหน่ายในยามว่าง

1.การติดมือถือ (Mobile Phone Addiction)

โดยทั่วไปเมื่อกล่าวถึงเรื่องการติด (Addiction) เราจะพิจารณาอยู่บนพื้นฐานทางการแพทย์ว่าเป็น การใช้สารเสพติดมากเกินไป จนเกิดเป็นการพึ่งพิงสิ่งนั้นทั้งทางด้านร่างกาย และจิตใจ ซึ่งจะมีรูปแบบของ พฤติกรรมที่ไม่แน่นอน แต่การศึกษาในปัจจุบันได้ขยายพฤติกรรมการติดให้มีความครอบคลุมถึงการติด เทคโนโลยีซึ่งเป็นรูปแบบหนึ่งของพฤติกรรมการติด

การติดเทคโนโลยี คือ การใช้เทคโนโลยีต่างๆที่มากเกินไป เช่น การเล่นอินเทอร์เน็ต การดูโทรทัศน์ การเล่นเกมคอมพิวเตอร์ ในระยะเวลาที่ยาวนาน ซึ่งนักวิชาการได้ระบุว่าเป็นพฤติกรรมที่เป็นปัญหา

สำหรับโทรศัพท์เคลื่อนที่ ซึ่งเป็นเทคโนโลยีที่มีความนิยมเนื่องมาจากมีการพัฒนาให้มีหน้าที่ที่ หลากหลาย และซับซ้อนมากขึ้น คือ ไม่ได้มีไว้เพื่อการสื่อสารทางเสียง หรือผ่านทางข้อความเท่านั้น (SMS) แต่ยังเป็นเครื่องมือในการหาข่าวสารออนไลน์ ถ่ายรูป และถ่ายวิดีโอ เป็นเครื่องมือที่ทำให้เกิดความ สนุกสนานใช้เพื่อความผ่อนคลาย ใช้เพื่อให้ฆ่าเวลา และสามารถใช้เวลาทำสิ่งต่างๆ ได้อีกมากมาย ซึ่งแล้วแต่

ผู้ใช้งานจะเลือกเครื่องมือใดๆ มาใช้ ดังนั้นจึงส่งผลให้ผู้ใช้งานหลายๆ คนกลายเป็นผู้ที่ต้องพึ่งพา หรือเกิดพฤติกรรมติดโทรศัพท์เคลื่อนที่โดยเฉพาะอย่างยิ่งในผู้ใช้ที่เป็นเด็กหรือวัยรุ่น

การติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ที่เป็นความผิดปกติที่ไม่สามารถควบคุมเวลาในการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ของตนเองได้ ซึ่งจะมีลักษณะคล้ายกับการติดการพนัน โดย Bianchi และ Phillips (2005) ได้ระบุอาการของการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ และพัฒนามาตรวัดการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ และพบว่าการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่เป็นพฤติกรรมที่ถูกครอบงำโดยโทรศัพท์เคลื่อนที่ เช่น เมื่อไม่มีโทรศัพท์เคลื่อนที่หรืออยู่ห่างจากโทรศัพท์เคลื่อนที่ จะรู้สึกวิตกกังวลว่าจะมีคนโทรเข้ามา อีกทั้งยังใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่เพื่อให้เกิดความพึงพอใจ และผู้ที่ติดโทรศัพท์เคลื่อนที่มักจะไม่ประสบความสำเร็จในการควบคุมตนเองในการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ มักจะมีความรู้สึกไม่สบายใจ หงุดหงิด เครียด หรือกระวนกระวาย เมื่อแบตเตอรี่โทรศัพท์เคลื่อนที่หมด มักจะใช้เวลาอยู่กับโทรศัพท์เคลื่อนที่นานมากกว่าที่ตั้งใจไว้ หลบหลีกการอยู่กับครอบครัวและเพื่อนๆ หรือปกปิดพฤติกรรมการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ที่มากเกินไปไม่ให้คนอื่นรู้ และมักจะใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่เพื่อหลีกเลี่ยงปัญหา หรือเพื่อผ่อนคลายอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ เช่น ความรู้สึกโดดเดี่ยว ความรู้สึกวิตกกังวล ความรู้สึกเหงา และความรู้สึกซึมเศร้า เป็นต้น

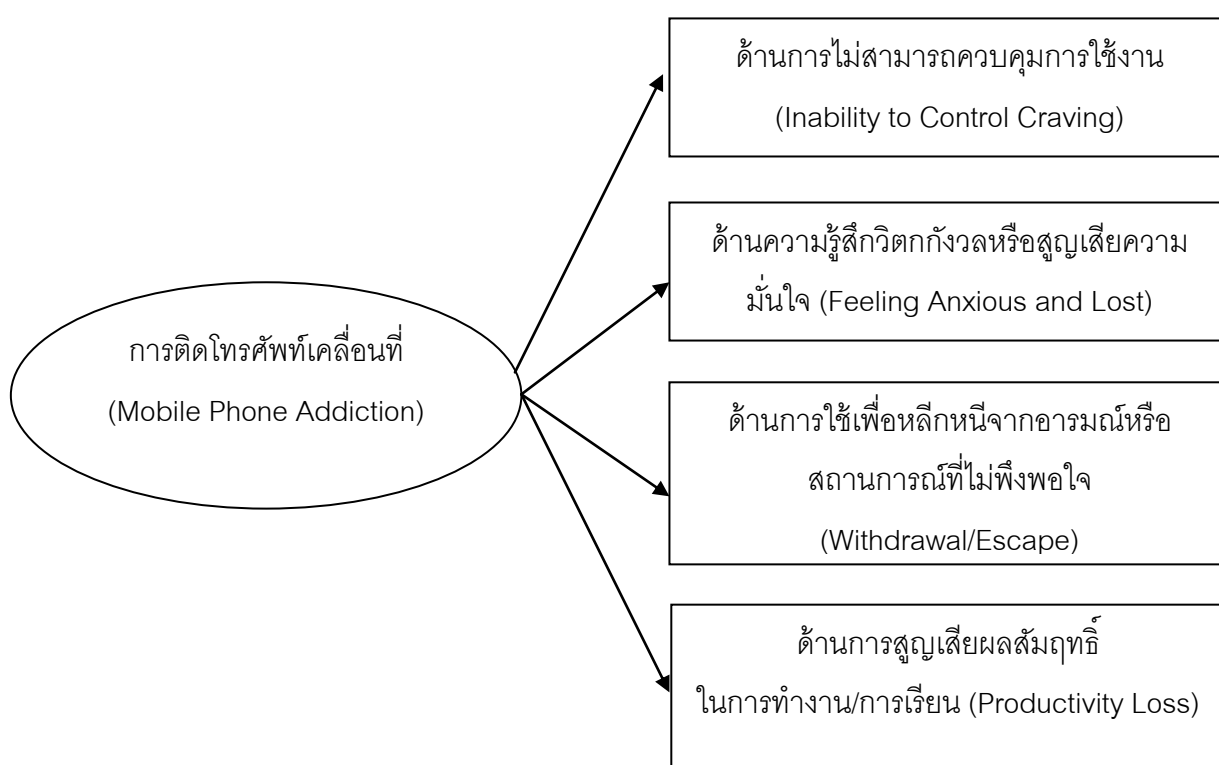
นอกจากนั้น Hong, Chiu และ Huang (2012) ได้กล่าวถึงการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ว่า การติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับจำนวนเวลาการใช้โทรศัพท์ จำนวนครั้งในการโทร การส่งข้อความ นอกจากนี้ยังบอกถึง 3 องค์ประกอบในการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ ดังนี้

1. ปัญหาการบริหารและการจัดการเวลา เช่น พยายามจะลดจำนวนเวลาในการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ แต่ไม่ประสบความสำเร็จ
2. ปัญหาทางการเรียน เช่น การใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ส่งผลกระทบต่อผลการเรียน
3. Reality substitute เช่น ก่อนจะทำอะไรก็ตามจะต้องเช็คโทรศัพท์มือถือถือเป็นประจำเพื่อดูว่ามีสายที่ไม่ได้รับ หรือข้อความที่ส่งมาหรือไม่

Leung (2008) ได้ให้คำนิยามการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ทางด้านคลินิก ซึ่งเปรียบเทียบกับเกณฑ์การวินิจฉัยการพึ่งพาสารเสพติดของ DSM ที่ระบุว่า การพึ่งพาสารเสพติดที่มากเกินไปจะนำไปสู่รูปแบบการปรับตัวที่ผิดปกติ ที่ส่งผลกระทบต่อความบกพร่องทางด้านจิตใจซึ่งความบกพร่องนี้จะแสดงออกให้เห็นใน 7 กลุ่มอาการ ได้แก่ การถอน (Withdrawal) ความทนทาน (Tolerance) การหมกมุ่นอยู่กับสารเสพติด ขาดการควบคุมตนเองในการใช้สารเสพติด มีการใช้สารเสพติดมากกว่าที่ตั้งใจไว้ มีการใช้อีกอย่างต่อเนื่องทั้งที่ทราบว่าจะเกิดผลเสียตามมา และมีความสนใจในสังคม งาน และกิจกรรมต่างๆ ลดลง

นอกจากนี้ยังมีโมเดลการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ของ Leung (2008) โดยโมเดลการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่นี้ประกอบไปด้วย 4 องค์ประกอบ คือ

1. ด้านการไม่สามารถควบคุมการใช้งาน (Inability to Control Craving) เช่น การนอนหลับไม่เพียงพอเนื่องจากใช้เวลาไปกับโทรศัพท์เคลื่อนที่ หรือใช้เวลาอยู่กับโทรศัพท์เคลื่อนที่นานกว่าที่ตั้งใจ
 2. ด้านความรู้สึกวิตกกังวลหรือสูญเสียความมั่นใจ (Feeling Anxious and Lost) เช่น เมื่อไม่มีโทรศัพท์เคลื่อนที่อยู่กับตัว ผู้ที่ติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ จะหมกมุ่นอยู่กับความคิดที่ว่า จะมีสายที่ไม่ได้รับ
 3. ด้านการใช้เพื่อหลีกเลี่ยงจากอารมณ์หรือสถานการณ์ที่ไม่พึงพอใจ (Withdrawal/Escape) เช่น การใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่สื่อสารกับผู้อื่นเมื่อรู้สึกโดดเดี่ยว หรือเมื่อรู้สึกเหงา
 4. ด้านการสูญเสียผลสัมฤทธิ์ในการทำงาน/การเรียนรู้ (Productivity Loss) เช่น ประสิทธิภาพในการเรียนหรืองานอื่นๆ ต่ำลง เนื่องจากเสียเวลาไปกับการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ หรือการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ระหว่างชั่วโมงเรียน
- (จากภาพที่ 1.1)



ภาพที่ 1.1 โมเดลการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ของ Leung (2008 p.101)

ซึ่งจากองค์ประกอบในการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ของ Leung (2008) และของ Hong, Chiu & Huang (2012) ได้มีบางองค์ประกอบที่คล้ายคลึงกัน ทางกลุ่มผู้วิจัยเลือกที่จะใช้มาตรวัดของการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ของ Leung (2008) เนื่องจากมาตรวัดมีความสมบูรณ์ และครอบคลุมมากกว่า คือ มาตรวัดของการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ของ Leung (2008) ตรงกับคำนิยามของผู้วิจัย และครอบคลุมในเรื่องของการใช้โทรศัพท์เพื่อหลีกเลี่ยงหนีต่ออารมณ์ที่ไม่พึงปรารถนาด้วย

จากที่กล่าวมาข้างต้นผู้วิจัยจึงสรุปความหมายตามโมเดลของ Leung (2008) ได้ว่า การติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ คือ การใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่เป็นระยะเวลานานจนไม่สามารถควบคุมการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ของตนเองได้ มีความรู้สึกวิตกกังวล และมีความไม่มั่นใจเมื่อขาดหรือไม่ได้อยู่กับโทรศัพท์เคลื่อนที่ และใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่เพื่อเป็นหนทางที่จะหลีกเลี่ยงหนีอารมณ์ที่ไม่น่าพึงประสงค์ อีกทั้งยังส่งผลทำให้สูญเสียผลสัมฤทธิ์ในการทำงานหรือการเรียน

2. ความวิตกกังวลทางสังคม (Social Anxiety)

ในช่วงก่อนปี 1970 นักวิจัยด้านพยาธิสภาพทางจิต ยังไม่ค่อยให้ความสนใจในเรื่องความวิตกกังวลทางสังคมเท่าใดนัก เมื่อเปรียบเทียบกับโรควิตกกังวลอื่นๆ ความวิตกกังวลทางสังคมจึงเป็นโรควิตกกังวลที่ “ถูกมองข้าม” (Neglected Anxiety Disorder; Liebowitz et al., 2001) คำว่า “Social Anxiety” จะใช้เป็นเพียงคำเฉพาะในการศึกษาบางเรื่องเท่านั้น เช่น ความวิตกกังวลเมื่อต้องนัดพบกับเพศตรงข้าม ความวิตกกังวลในการพูด ความอาย ความวิตกกังวลในการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น เป็นต้น จนกระทั่งในปี 1970 มีงานวิจัยเกี่ยวกับลักษณะของโรค และการรักษาอาการวิตกกังวลทางสังคมเพิ่มขึ้น ทั้งในเชิงจิตวิทยาสังคม จิตวิทยาบุคลิกภาพ จิตวิทยาการปรึกษา และจิตวิทยาคลินิก (Leary, 1983) ต่อมาในปี 1980 สมาคมจิตเวชแห่งสหรัฐอเมริกา (American Psychiatric Association) บรรจุกำว่าความวิตกกังวลทางสังคม (Social Anxiety Disorder) หรือใช้อีกคำหนึ่งว่า โรคกลัวสถานการณ์ทางสังคม (Social Phobia) เข้ามาอยู่ในกลุ่มของโรควิตกกังวลอย่างเป็นทางการครั้งแรกไว้ในคู่มือจิตเวชสากล ฉบับ DSM-III (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders ;DSM American Psychiatric Association, 1980) และยังคงใช้อยู่อย่างต่อเนื่องจนถึงฉบับปัจจุบัน

คู่มือจิตเวชสากลฉบับ DSM-IV-TR กล่าวว่าความวิตกกังวลทางสังคม หรือเรียกอีกอย่างว่าโรคกลัวสถานการณ์ทางสังคม (social phobia) เป็นความกลัวอย่างมากในสถานการณ์ต่างๆ ตั้งแต่หนึ่งสถานการณ์ขึ้นไป อาจเกี่ยวกับการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นการแสดงออกทางสังคม หรือเกี่ยวพันกับสถานการณ์ที่อาจมีผู้อื่นพิจารณาอยู่เช่นในการเข้าสังคมหรือสถานการณ์ที่ต้องทำบางสิ่งต่อหน้าผู้อื่นที่รู้สึกไม่คุ้นเคยและเกิดความกลัวว่าตนเองจะแสดงความวิตกกังวลไปในทางที่น่าอับอายหรือน่าขายหน้า (American Psychiatric Association, 2000)

นอกจากนี้ ยังมีผู้อื่นที่ให้ความหมายคำว่าความวิตกกังวลทางสังคม ไว้หลายความหมาย ดังต่อไปนี้

Leary (1983) กล่าวว่า ความวิตกกังวลทางสังคมเป็นสภาวะ (State) หรือลักษณะเฉพาะอย่างหนึ่งของความวิตกกังวล (Anxiety) ที่เกิดขึ้นเมื่อบุคคลต้องเข้าไปมีส่วนร่วม หรือมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น รวมถึงอาการกลัวที่เกิดจากการจินตภาพ การคิด คาดการณ์โดยที่ยังไม่ได้อยู่ในสถานการณ์จริงโดยจะคิดว่าผู้อื่นจะมองหรือประเมินตัวเขาอย่างไร ซึ่งความวิตกกังวลทางสังคมที่เกิดขึ้นนั้นอาจเกิดมาจากการมีประสบการณ์ทางลบในอดีต บุคคลที่มีความวิตกกังวลทางสังคมจึงมักหลีกเลี่ยงการเผชิญหน้ากับบุคคลอื่นเพื่อไม่ให้ตนต้องตกอยู่ในสถานการณ์ที่ตึงเครียด โดยมีความหมายใกล้เคียงกับที่ Schlenker & Leary (1983) ซึ่งได้ให้ความหมายว่าความวิตกกังวลทางสังคมเป็นความวิตกกังวลที่มีผลมาจากการคาดการณ์สถานการณ์ทางสังคมขึ้นมาเอง ถึงแม้ว่าในอดีตที่ผ่านมายังไม่เคยมีประสบการณ์ทางลบเกี่ยวกับสถานการณ์ทางสังคมนั้นมาก่อน หรือเป็นผลมาจากการประเมินสถานการณ์ทางสังคมที่เกิดขึ้นจริง

องค์การอนามัยโลก (World Health Organization; WHO, 1993) ได้ให้ความหมายเกี่ยวกับความวิตกกังวลทางสังคมว่า เป็นความกลัวอย่างมากซึ่งสามารถเห็นได้ชัดเจนเมื่อต้องกลายเป็นจุดสนใจ หรือกลัวว่าจะกระทำพฤติกรรมที่น่าอับอายหรือขายหน้าออกไป และพยายามหลีกเลี่ยงต่อการเป็นจุดสนใจ หรือสถานการณ์ในสังคมที่ทำให้เกิดความไม่สบายใจ โดยบุคคลนั้นทราบดีว่าความกลัวนั้นไม่มีเหตุผล และมีมากเกินไป

ความวิตกกังวลทางสังคม เป็นความอาย หรือความวิตกกังวลอย่างมาก เมื่อบุคคลต้องแสดงออกต่อสถานการณ์ทางสังคมต้องมีปฏิสัมพันธ์กับคนอื่น หรือมีความเชื่อว่าเขาอาจกลายเป็นจุดสนใจจากคนอื่น ๆ (Anotony & Swinson, 2000; Leary, 1983) ส่งผลให้เกิดเป็นความทุกข์ และรู้สึกไม่ดีอย่างเห็นได้ชัด อีกทั้งคนที่มีความวิตกกังวลทางสังคมมักจะกลัวว่าตนเองจะได้รับการประเมินทางลบจากผู้อื่น (Leary, 1983) ทำให้เกิดประสบการณ์แห่งความทุกข์ใจ ความไม่สบายใจ ความกลัว และความวิตกกังวลในสถานการณ์ทางสังคมอย่างมาก โดยส่งผลให้ผู้ที่มีความวิตกกังวลทางสังคมตั้งใจ และใคร่ครวญคิดหาทางหลีกเลี่ยงต่อสถานการณ์ทางสังคม ซึ่งก่อให้เกิดความรู้สึกหงุดหงิด และไม่สะดวกสบายโดยเฉพาะในสถานการณ์ที่ต้องอยู่กับบุคคลที่ไม่คุ้นเคยหรือบุคคลที่ไม่รู้จัก (Papanis, 2007) และนอกจากนั้นความวิตกกังวลทางสังคมมีความเชื่อมโยงกับความประหม่า ขี้อาย (Lorant, Henderson, & Zimbardo, 2000) โดยพบว่าบุคคลที่ขี้อายมีการแสดงออกที่คล้ายคลึงกับผู้ที่มีความวิตกกังวลทางสังคม เมื่อต้องตอบสนองต่อเหตุการณ์ทางสังคมบุคคลที่มีความวิตกกังวลทางสังคม จะกลัวการถูกปฏิเสธ มักคิดว่าตนเองถูกตกเป็นเป้าสายตาของผู้อื่น และไม่สามารถสร้างภาพประทับใจทางสังคมอย่างที่บุคคลนั้นปรารถนา ซึ่งนำไปสู่การรู้สึกด้อยค่าในตนเอง และส่งผลกระทบต่อบุคคลในการดำรงชีวิตในสังคม

นอกจากนั้น จิตรดา ดุษฎีเมธา (2548) ได้ให้ความหมายความวิตกกังวลทางสังคมว่า เป็นความกลัวที่เกิดขึ้นเมื่อต้องเผชิญ หรือแสดงพฤติกรรมใดพฤติกรรมหนึ่งในสถานการณ์ทางสังคม โดยมีผลมาจากความคิดในทางลบที่มีต่อตนเองว่าจะแสดงพฤติกรรมที่น่าอับอายออกไป และคิดว่าบุคคลอื่นจะประเมินตนเองในแง่ลบ จึงพยายามหลีกเลี่ยงการเผชิญกับสถานการณ์ หรือเหตุการณ์ต่างๆทางสังคม

ประทักษ์ ลิขิตเลอสรวง (2548) กล่าวว่า ภาวะวิตกกังวลทางสังคม คือ อาการทางจิตใจและพฤติกรรมที่เกิดจากความวิตกกังวล หรือเกิดจากความกลัวในการประกอบกิจกรรมทางสังคม เช่น การกินอาหาร การสนทนาท่ามกลางผู้คน อาจเกิดในสถานการณ์เฉพาะ หรือสถานการณ์ทั่วไปก็ได้ อาการต่างๆเหล่านี้ทำให้เกิดพฤติกรรมหลีกเลี่ยง มักปรากฏอาการตั้งแต่วัยเด็กถึงวัยรุ่น สาเหตุของความวิตกกังวลทางสังคมอาจเกี่ยวกับปัจจัยทางชีวภาพ คือ สมอบางส่วนอาจตื่นตัวมากเกินไป ทำให้จดจำแต่เรื่องร้ายๆ หรือซีงกังวลไว้วางใจผู้คน หรือสถานการณ์ได้ยาก หรืออาจมาจากปัจจัยทางจิตใจ เช่น การอบรมเลี้ยงดูแบบไม่ให้กล้าแสดงออก เติบโตมาจากครอบครัวที่พ่อแม่ซีงกลัว หรือพ่อแม่ปกป้องคุ้มครองมากเกินไป

นอกจากนั้นยังเสนอว่าอาการของความวิตกกังวลประกอบไปด้วย 3 กลุ่มอาการ คือ

1. อาการทางร่างกาย (Physiological reactions) คือ มือสั่น ใจสั่น หน้าแดง เหงื่อออก หายใจเร็ว ท้องไส้ปั่นป่วน เป็นต้น
2. อาการทางจิตใจ (Emotion and cognition) คือ กลัว ซีงเศร้า ย้ำคิด คิดไม่สมเหตุสมผล เป็นต้น
3. อาการแสดงทางพฤติกรรม (Behavior) คือ คอยหลีกเลี่ยงสถานการณ์ ไม่มั่นใจในตัวเอง ย้ำทำ มีข้อจำกัดในการดำเนินชีวิต เป็นต้น

สิ่งสำคัญที่บุคคลที่มีความวิตกกังวลทางสังคมสูงมีความแตกต่างจากบุคคลอื่น คือ จะมีลักษณะนิสัยซีงอาย ซึ่งเป็นธรรมชาติของบุคคลนั้นในสถานการณ์ทางสังคมที่จะมีความวิตกกังวลเวลาที่มีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น บุคคลที่ซีงอายจะมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นต่ำ ไม่กระตือรือร้นที่จะมีปฏิสัมพันธ์ มีการสื่อสารทางอวัจนภาษาน้อย ไม่ค่อยแสดงท่าทาง หรือภาษาทางกายมักไม่เปิดเผยตนเอง แต่จะมีการสื่อสารแบบไม่เห็นหน้ามากกว่าแบบเห็นหน้า เพื่อเป็นการหลีกเลี่ยงสถานการณ์ทางสังคมที่ทำให้รู้สึกกลัว และไม่สบายใจ โดยจะเปิดเผยตนเองมากขึ้น และสร้างความสัมพันธ์ใหม่ได้ง่ายกว่าเมื่อสื่อสารแบบไม่เห็นหน้า (พรหมพร ผลาเกษ, 2554)

จากที่กล่าวมาข้างต้นจึงสรุปความหมายได้ว่า ความวิตกกังวลทางสังคม คือ อาการทางจิตใจและพฤติกรรมที่เกิดจากความวิตกกังวล หรือความกลัวในการเผชิญสถานการณ์ทางสังคม หรือการทำอะไรต่อหน้าผู้อื่น ซึ่งบุคคลนั้นไม่คุ้นเคยโดยกลัวว่าจะกระทำ หรือแสดงความวิตกกังวลไปในทางที่อับอาย หรือน่าขายหน้า รวมไปถึงอาการกลัวที่เกิดขึ้นจากจินตภาพ การคิด การคาดการณ์ ถึงแม้ว่ายังไม่ได้อยู่ในสถานการณ์จริงก็ตาม และนอกจากนั้นยังส่งผลให้เกิดความพยายามที่จะหลีกเลี่ยงการเป็นจุดสนใจ หรือคอยหลบเลี่ยงการเผชิญหน้า เพื่อไม่ให้ตนต้องตกอยู่ในสถานการณ์ที่ตึงเครียด และไม่สบายใจ

3. ความเบื่อหน่ายในยามว่าง (Leisure Boredom)

ความเบื่อหน่ายเป็นปรากฏการณ์ที่ซับซ้อนอาจอธิบายได้ คล้ายกับความวิตกกังวลเกี่ยวกับการขาดความหมาย หรือการไม่มีเป้าหมายในการทำกิจกรรมหรือสถานการณ์บางอย่าง และสิ่งเหล่านี้มาพร้อมกับความรู้สึกไม่พึงพอใจ หงุดหงิด กระสับกระส่าย ความเครียด และความรู้สึกเกี่ยวกับการติดกับดัก (Sense of entrapment) ความเบื่อหน่ายในยามว่างจะเกิดขึ้นเมื่อบุคคลรับรู้ประสบการณ์ในยามว่างของตนเองว่าเป็นสิ่งที่ไม่เพียงพอในการตอบสนองความต้องการต่อความตื่นตัวที่เหมาะสมของตนเอง (Wegner, 2011)

Iso-Ahola และ Weissinger (1990) กล่าวว่า ความเบื่อหน่ายในยามว่าง คือ การรับรู้ส่วนบุคคลจากการมีประสบการณ์ที่มีระดับการตื่นตัวในเวลาว่างไม่เพียงพอต่อความต้องการ การรับรู้ว่าเวลาว่างเป็นความเบื่อหน่ายเกี่ยวข้องกับผลกระทบทางลบ สามารถแสดงให้เห็นจากความเชื่อว่ามีประสบการณ์ในเวลาว่างไม่บ่อยเพียงพอ รู้สึกว่าตนเองไม่มีส่วนร่วมในสิ่งที่ทำ ไม่มีความตื่นเต้น ไม่แตกต่างหรือไม่แปลกใหม่ และความเบื่อหน่ายในยามว่างเกิดจากความไม่เข้ากันระหว่างลักษณะความต้องการความตื่นตัวในเวลาว่าง และการรับรู้หรือเวลาว่างที่มีอยู่จริง

การที่บุคคลมีพฤติกรรมในยามว่างที่มีระดับความตื่นตัวเพียงพอต่อความต้องการเปรียบเสมือนการได้รับรางวัลทางจิตใจ (Psychologically rewarding) บุคคลจะพึงพอใจกับชีวิต และเวลาว่างของตนเองเมื่อรับรู้ว่ามีปริมาณที่เหมาะสมของเวลาสำหรับกิจกรรมในยามว่าง ไม่มากหรือน้อยจนเกินไป ดังนั้นความเบื่อหน่ายในยามว่างจะเกิดจากผลของความขัดแย้งทางการรับรู้ คือ การมีเวลาว่างมาก และการไม่มีอะไรทำ

Lisa Wegner and Alan J Flisher (2009) ได้ถึงอิทธิพลที่ส่งผลต่อความเบื่อหน่ายในยามว่างของบุคคลมาจาก 4 ปัจจัย ดังนี้

1. การไม่มีอะไรทำในยามว่าง สิ่งนี้ได้ส่งอิทธิพลต่อการเลือกที่จะเข้าไปมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างของวัยรุ่น โดยพบว่าวัยรุ่นที่ต้องการเข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ ในยามว่าง และมีแรงจูงใจภายในในการทำกิจกรรมต่างๆสูง จะไม่ประสบกับความเบื่อหน่ายในยามว่างซึ่งเปรียบเทียบกับวัยรุ่นที่รายงานการเข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมว่าต้องทำหรือไม่มีอะไรอย่างอื่นให้ทำจะพบว่ากลุ่มหลังจะมีความเบื่อหน่ายในยามว่างมากกว่า นอกจากนั้น Larson and Richards(1991) อ้างถึงใน Lisa Wegner and Alan J Flisher (2009) กล่าวว่าวัยรุ่นที่มีความเบื่อหน่ายในช่วงเวลาเรียน เกิดจากการที่พวกเขาไม่ชอบการเรียนและถูกบังคับให้เข้าเรียน แต่สาเหตุของความเบื่อหน่ายในยามว่างเมื่ออยู่นอกเหนือเวลาเรียนจะมาจาก การที่ไม่มีอะไรทำ

2. แหล่งกิจกรรมที่ทำในยามว่าง เป็นการขาดการตระหนักถึงคุณประโยชน์ของเวลาว่าง และสภาพแวดล้อมที่มีกิจกรรมในยามว่าง ส่งผลให้เกิดการรับรู้ว่ามีอะไรทำ และส่งผลให้ระดับความเบื่อหน่ายในยามว่างสูงขึ้น พบว่า วัยรุ่นที่ตระหนักถึงแหล่งกิจกรรมต่างๆ ในเวลาว่างจะมีความเบื่อหน่ายในยามว่างน้อยกว่าวัยรุ่นกลุ่มที่ขาดการตระหนักถึงแหล่งกิจกรรม อีกทั้งยังพบอีกว่าบุคคลที่ชอบทำกิจกรรมที่ทำหายต่างๆ ในเวลาว่างจะมีความเบื่อหน่ายในยามว่างน้อย ความเบื่อหน่ายในยามว่างถูกพบว่าจะมีระดับสูงในกลุ่มของวัยรุ่นนิวดำหรือผิวสี ประเทศแอฟริกาใต้ (Wegner et al. 2009) ซึ่งพวกเขาได้กล่าวว่า อาจมาจากสภาพการเป็นอยู่ที่ยากจน และการไม่มีแหล่งกิจกรรมทำในยามว่าง

3. ขาดความท้าทาย คือ เมื่อกิจกรรมต่างๆ ถูกรับรู้ว่ามีค่าความท้าทายต่ำ และกิจกรรมเหล่านี้ไม่สามารถกระตุ้นระดับการตื่นตัวได้อย่างเพียงพอวัยรุ่นจะรู้สึกเบื่อหน่าย โดยทั่วไปการทำกิจกรรมในยามว่างที่อยู่เฉยๆ เช่น การดูโทรทัศน์ จะทำให้เกิดความรู้สึกเบื่อหน่าย ซึ่งนี่เป็นประสบการณ์ทั่วไปที่วัยรุ่นประสบ

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. เอกสารที่เกี่ยวข้อง

ทฤษฎีการติด (Addiction Theory)

การติดเป็นภาวะสันนิษฐานทางสังคม ซึ่งเป็นสิ่งที่ไม่สามารถให้คำนิยามเพียงอย่างเดียวได้ ตามการนำเสนอของทฤษฎีต่างๆ ได้ระบุว่า การติดสามารถมองเห็นจากการแสดงออกทางพฤติกรรมที่ติดเป็นนิสัย โดยถูกวางเงื่อนไขจากระบบแรงจูงใจในพฤติกรรมแสวงหารางวัลอย่างไม่สามารถควบคุมได้ ดังนั้นจึงเป็นสิ่งที่ไม่เหมาะสมที่จะให้ความสนใจเพียงแต่การทำกิจกรรมที่ได้รับการมอบหมายเท่านั้น บ่อยครั้งที่การติดจะเป็นสิ่งสำคัญในการระบุนุอาการต่างๆ เช่น อาการการพึ่งพาแอลกอฮอล์ (Alcohol dependence syndrome) ซึ่งเกี่ยวข้องกับอาการอยากหรืออาการถอน

การติดอาจเป็นผลมาจากความแตกต่างหลายอย่างของความผิดปกติ และบางครั้งเป็นสิ่งที่เหมาะสมที่จะพิจารณาว่าเป็นอาการมากกว่าการเป็นความผิดปกติเพียงอย่างเดียว การติดมีความแตกต่างกันในเรื่องของระดับความรุนแรง และความแตกต่างของแบบแผนพฤติกรรมที่ปรากฏออกมาจากความผิดปกติในช่วงที่ทำกิจกรรมบางอย่างมากเกินไปจนประสบกับระดับของความเรื้อรังในการทำกิจกรรม

ตามภาวะสันนิษฐานทางสังคม การติดเป็นขอบเขตที่คลุมเครือ จึงทำให้เป็นปัญหาในความชัดเจน ซึ่งคนส่วนใหญ่ระบุว่าการติดเป็นสิ่งสามารถมองเห็นได้ แต่คนบางส่วนไม่คิดเช่นนั้น นอกจากนี้ยังมีกรณีความขัดแย้งในเรื่องของความไม่เห็นด้วยในหลักเกณฑ์ที่ตั้งไว้เพื่อพิจารณาการติด ไม่ว่าจะปัญหาใน

การติดหรือคุณลักษณะบางอย่างที่คล้ายกับการติด ในประเด็นนี้การติดไม่มีความแตกต่างกันในเรื่องของวิทยาศาสตร์ทางชีววิทยา และสังคมศาสตร์ แต่สิ่งสำคัญที่จะสนใจ คือ การแบ่งประเภทของอาการที่สังเกตได้และวิธีการที่ดีที่สุดที่จะจัดการกับปัญหาเหล่านั้น (West, 2006)

ทฤษฎีการใช้ประโยชน์และความพึงพอใจ (Uses and Gratifications Theory)

กฤติมา กลม (2554) กล่าวว่าทฤษฎีการใช้ประโยชน์และความพึงพอใจ (Uses and gratifications theory) เป็นทฤษฎีที่ทำความเข้าใจในการใช้งานสื่อ (Media) และสื่อสารมวลชน (Mass communications) ของบุคคล เช่น หนังสือพิมพ์ โทรทัศน์ และอินเทอร์เน็ตจากทฤษฎีนี้พบว่ามนุษย์ใช้เทคโนโลยีเพื่อตอบสนองความต้องการทางสังคมและทางจิตวิทยานอกจากนี้ทฤษฎีการใช้ประโยชน์ และความพึงพอใจยังอธิบายเหตุผลและผลลัพธ์ของการใช้เทคโนโลยีโทรศัพท์เคลื่อนที่ในประเทศต่างๆ ซึ่งสามารถสรุปได้ว่าความพึงพอใจในการใช้งานโทรศัพท์เคลื่อนที่มี 3 ประการที่สำคัญ คือ

ประการที่ 1 โทรศัพท์เคลื่อนที่เป็นสิ่งอำนวยความสะดวกในการติดต่อระหว่างเครือข่ายที่สามารถเติมเต็มความพอใจในทางสังคม

ประการที่ 2 การใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่เพื่อตอบสนองความพึงพอใจของตนเอง โดยการให้ความบันเทิง เพิ่มความมั่นใจในตนเอง และเพิ่มระดับสถานะของตนเองในหมู่เพื่อน

ประการที่ 3 การใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่เพื่อเป็นเครื่องมือในการใช้ประโยชน์สำหรับการจัดระเบียบชีวิต เช่นสามารถวางแผนงานโดยใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ในการบันทึกตารางนัดหมายลงในปฏิทิน และสามารถตั้งเตือนสำหรับการนัดหมายต่างๆ เป็นต้น

การใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่อาจมีวัตถุประสงค์แตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล ในกรณีที่บุคคลรู้สึกเหงา เบื่อ มีความทุกข์ หรือเกิดภาวะซึมเศร้า การใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ที่สามารถชดเชยอารมณ์นั้นๆ โดยการติดต่อบุคคลอื่นๆ ผ่านโทรศัพท์เคลื่อนที่ ซึ่งเป็นวิธีการที่ช่วยให้บุคคลรู้สึกดีขึ้น

การเสพติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ (Mobile Addiction)

การเสพติดเทคโนโลยีสามารถสังเกตผ่านพฤติกรรม หรืออาการต่างๆ เช่น ความสามารถในการควบคุมแรงกระตุ้นอยู่ในระดับต่ำ (Beard & Wolf, 2001) มีการบิดเบือนความรู้ มีพฤติกรรมย้ำคิดย้ำทำ (Chou & Ting, 2003) มีพฤติกรรมทางสังคมผิดปกติ หลบเลี่ยงความเป็นจริง โดยการปล่อยอารมณ์ไปตามจินตนาการ หรือสิ่งบันเทิงมีความอ่อนแอทางอารมณ์ ทำตามแรงผลักดันทางใจ (Whang, Lee & Chang, 2003)

Brown (1997) กล่าวว่า การเสพติดเทคโนโลยีคล้ายกับพฤติกรรมการเสพติดอื่นๆ ซึ่งสามารถเห็นได้จากอาการต่อไปนี้

1. ความเด่นชัด (Salience) คือ การมีอำนาจเหนือความคิดของบุคคลและพฤติกรรม
2. การผ่อนคลาย (Relief) คือ การทำกิจกรรมที่ทำให้ผ่อนคลายหรือตื่นเต้นเร้าใจ
3. ความทนทาน (Tolerance) คือ ต้องดำเนินกิจกรรมไประยะเวลาหนึ่งเพื่อให้อยู่ในอารมณ์เชิงบวกเสมอ
4. การถอน (Withdrawal) คือ ไร้ความสามารถในการทำกิจกรรมในขณะที่มีอารมณ์เชิงลบ
5. ไม่สามารถหักห้ามใจได้ (Relapse and reinstatement) คือ ความล้มเหลวในการพยายามที่จะลดความอยากหรือการกระทำกิจกรรมนั้นๆ
6. ความขัดแย้ง (Conflict) คือ การกระทำที่สร้างความขัดแย้งกับบุคคลอื่นและงาน

2. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยที่สนับสนุนเรื่องความวิตกกังวลทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ คือ งานวิจัยของ Hong, Chiu และ Huang (2012) ได้ศึกษารูปแบบความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะทางจิตวิทยาการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ และการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ ในนักศึกษาเพศหญิงประเทศไต้หวัน จำนวน 269 คน พบความสัมพันธ์ทางบวกของความวิตกกังวล (anxiety) กับการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่และพฤติกรรมการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ ซึ่งแสดงให้เห็นว่าผู้ที่มีความวิตกกังวลสูง มักจะมีความรู้สึกไม่มั่นคง และรู้สึกกลัวในความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ดังนั้นจึงหันมาใช้ในการติดต่อผ่านทางโทรศัพท์เคลื่อนที่แทนสถานการณ์การเผชิญหน้า (face-to-face situation) อีกทั้งผู้ที่มีความวิตกกังวลทางสังคม (social anxiety) จะมีความไวในความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลมากกว่า และรู้สึกลำบากใจที่จะติดต่อสื่อสารกับผู้อื่นแบบเห็นหน้า (face-to-face communication)

งานวิจัยของ Pierce (2009) สนับสนุนความสัมพันธ์ทางบวกระหว่างความวิตกกังวลทางสังคมกับการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่เช่นกัน โดยเขาได้ศึกษาการใช้เทคโนโลยีในการสื่อสารของวัยรุ่น เช่น การใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่การส่งข้อความ และการใช้สื่อออนไลน์ และศึกษาบทบาทความวิตกกังวลทางสังคมต่อการติดต่อสื่อสารวัยรุ่นกับบุคคลอื่นซึ่งแยกเป็นการติดต่อโดยใช้เทคโนโลยี หรือการติดต่อแบบเห็นหน้า (face-to-face communication) โดยสำรวจนักเรียนมัธยมปลายจำนวน 280 คนผลพบว่าเด็กวัยรุ่นที่มีความวิตกกังวลทางสังคมจะมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการติดต่อสื่อสารกับบุคคลอื่นโดยการใช้สื่อออนไลน์ และการส่งข้อความอิเล็กทรอนิกส์เนื่องจากพวกเขาจะรู้สึกไม่สะดวกในการติดต่อกับผู้อื่นโดยการสื่อสารแบบเห็นหน้า หรือรู้สึกไม่สบายใจในสถานการณ์ทางสังคม ดังนั้นพวกเขาจึงหันมาใช้ในการติดต่อสื่อสารกับบุคคลอื่นแบบไม่เห็นหน้าแทน

และงานวิจัยของพรหมพร ผลาเกษ (2554) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลทางสังคมกับการติดการส่งข้อความอิเล็กทรอนิกส์ โดยมีกลุ่มตัวอย่าง คือพนักงานประจำของบริษัทเอกชนในกรุงเทพมหานครที่มีอายุระหว่าง 23-60 ปี และเป็นผู้ใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ผ่านโปรแกรมการสื่อสารผ่านการส่งข้อความ พบว่าความวิตกกังวลทางสังคมมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับการติดการส่งข้อความอิเล็กทรอนิกส์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ อาจเป็นเพราะผู้ที่มีความวิตกกังวลทางสังคมมักจะหลีกเลี่ยงสถานการณ์ทางสังคม จึงชอบที่จะใช้การสื่อสารแบบไม่เห็นหน้าและฟังการสื่อสารในรูปแบบการส่งข้อความอิเล็กทรอนิกส์ นำไปสู่การติดการส่งข้อความอิเล็กทรอนิกส์ในที่สุด

ส่วนงานที่วิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเบื่อหน่ายในยามว่างสัมพันธ์ทางบวกกับการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ซึ่งไม่มีงานวิจัยโดยตรงที่ศึกษาเกี่ยวกับความสัมพันธ์นี้ แต่มีงานวิจัยเชิงคุณภาพของ Wegner (2011) ที่ได้ศึกษางานวิจัยเชิงคุณภาพเกี่ยวกับการรับรู้ความเบื่อหน่ายในยามว่างกับพฤติกรรมเสี่ยงที่เกิดขึ้นในเวลาว่างในกลุ่มวัยรุ่นประเทศแอฟริกาใต้ พบว่าการใช้สารเสพติด เช่น บุหรี่ เครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ เป็นสิ่งที่ช่วยบรรเทาความรู้สึกเบื่อหน่าย โดยผู้ร่วมการวิจัยจะรับรู้ความรู้สึกเบื่อหน่ายในยามว่างเชื่อมโยงกับความรู้สึกกระสับกระส่าย จึงเป็นผลให้เกิดการมองหาความสนุกสนานในรูปแบบของงานอดิเรก หรือพฤติกรรมเสี่ยง นอกจากนี้พฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ ที่ทำเพื่อบรรเทาความเบื่อหน่ายยังทำให้เกิดปัญหาอื่นๆ ตามมาได้ เช่น การติดสารเสพติด และการออกจากโรงเรียนกะทันหัน เป็นต้น

งานวิจัยของ Leung (2008) ศึกษาเกี่ยวกับการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ของวัยรุ่นในประเทศฮ่องกงซึ่งมีวัตถุประสงค์หลักในการวิจัย คือ เพื่อบ่งชี้ลักษณะของการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ของวัยรุ่น และตรวจสอบตัวแปรทางจิตวิทยาหลายตัว และหนึ่งในตัวแปรทางจิตวิทยานั้น คือ ความเบื่อหน่ายในยามว่าง ที่เกี่ยวข้องต่อการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ โดยงานวิจัยนี้เก็บข้อมูลจากกลุ่มวัยรุ่น และวัยผู้ใหญ่ตอนต้นจำนวน 402 คนอายุตั้งแต่ 14-20 ปีจากการสำรวจการวิเคราะห์องค์ประกอบของการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ ซึ่งมีปัจจัยบ่งชี้ 4 กลุ่มอาการของการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ คือ การไม่สามารถควบคุมการใช้งานความรู้สึกวิตกกังวลหรือสูญเสียความมั่นใจ การใช้เพื่อหลีกเลี่ยงจากอารมณ์หรือสถานการณ์ที่ไม่พึงพอใจ และการสูญเสียผลสัมฤทธิ์ในการทำงาน/เรียน พบว่าการมีสภาวะความเบื่อหน่ายในยามว่างเป็นเวลานานทำให้บุคคลเหล่านั้นมีแนวโน้มสูงที่จะติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ อีกทั้งยังมีอาการในการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่แสดงออกมามาก

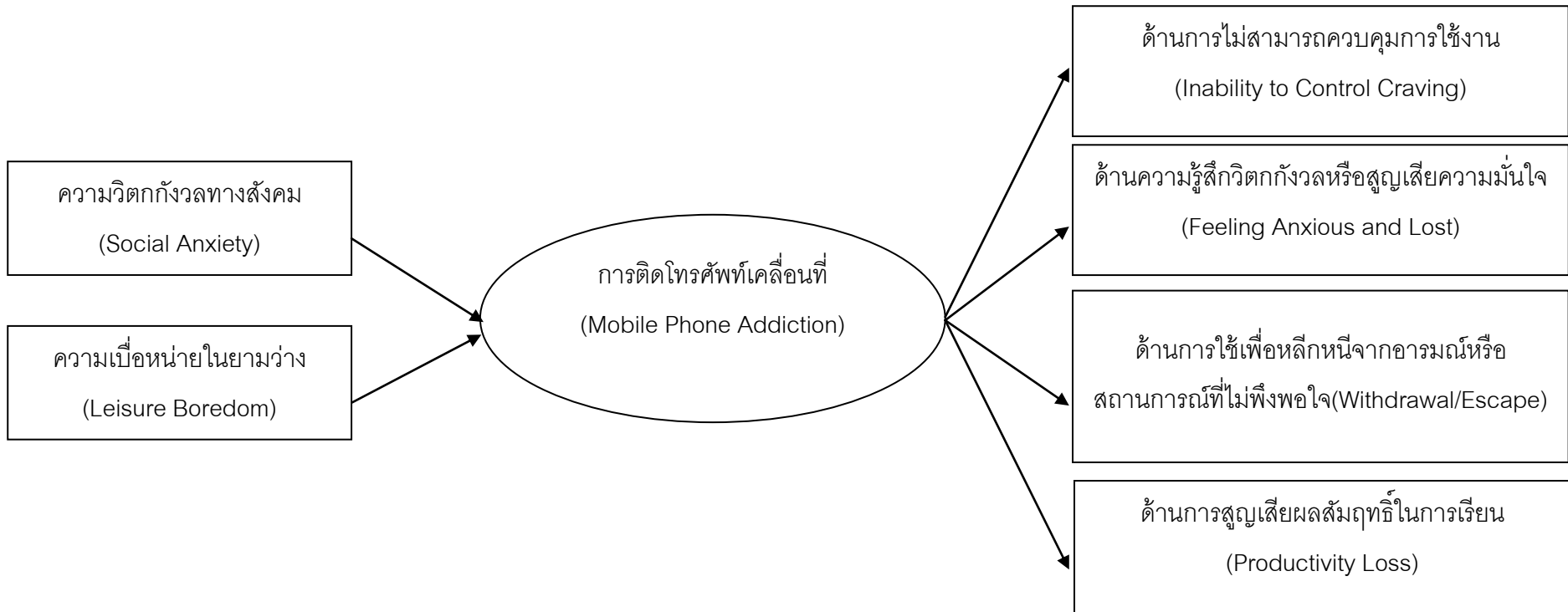
จากการทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องข้างต้น จะเห็นได้ว่าความวิตกกังวลทางสังคมและความเบื่อหน่ายในยามว่างมีอิทธิพลต่อการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ ซึ่งผู้วิจัยคาดว่าความวิตกกังวลทางสังคม เช่น ความรู้สึกกังวลเมื่อต้องปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น และความเบื่อหน่ายในยามว่าง เช่น การรับรู้ว่าคุณเองไม่มีอะไรทำในเวลาว่างส่งผลให้เกิดการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่มากขึ้น และนำไปสู่ปัญหาทางสังคมและปัญหาสุขภาพผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาอิทธิพลของความวิตกกังวลทางสังคมและความเบื่อหน่ายในยาม

ว่างต่อการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาโปรแกรมที่จะช่วยลดปัญหาที่เกี่ยวข้องกับการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของความวิตกกังวลทางสังคมและความเบื่อหน่ายในยามว่าง กับการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ในนิสิต/นักศึกษาปริญญาตรี

กรอบแนวความคิดในการการวิจัย



ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

ตัวแปรทำนาย คือ 1. ความวิตกกังวลทางสังคม (Social Anxiety)

2. ความเบื่อหน่ายในยามว่าง (Leisure Boredom)

ตัวแปรเกณฑ์ คือ การติดโทรศัพท์มือถือ (Mobile Phone Addiction)

สมมติฐานงานวิจัย

1. ความวิตกกังวลทางสังคมมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับ 4 องค์ประกอบของการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่
2. ความเบื่อหน่ายในยามว่างมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับ 4 องค์ประกอบของการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่
3. ความวิตกกังวลทางสังคมและความเบื่อหน่ายในยามว่าง สามารถทำนายการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ได้

ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ โดยการสุ่มแบบลำดับขั้น แบ่งออกเป็นชั้นที่ 1 สุ่มมหาวิทยาลัย หลังจากนั้นชั้นที่ 2 สุ่มนิสิต/นักศึกษาในมหาวิทยาลัยนั้นๆตามสะดวก เพื่อศึกษาอิทธิพลของความวิตกกังวลทางสังคมและความเบื่อหน่ายในยามว่าง ต่อการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ในนิสิต/นักศึกษาปริญญาตรี ปี 1 ถึง 4 ทั้งมหาวิทยาลัยรัฐบาล และมหาวิทยาลัยเอกชน ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ที่ใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

1. ความวิตกกังวลทางสังคม คือความรู้สึกรุนแรงจากความกลัวในสถานการณ์ทางสังคมต่างๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง สถานการณ์ที่ไม่คุ้นเคย หรือสถานการณ์ที่ต้องอยู่ท่ามกลางผู้คน ทำให้บุคคลนั้นพยายามที่จะหลีกเลี่ยงต่อการเป็นจุดสนใจ หรือคอยหลบเลี่ยงการเผชิญหน้าเพื่อไม่ให้ตกอยู่ในสถานการณ์ที่ตึงเครียดและไม่สบายใจ โดยผู้วิจัยพัฒนามาตรวัดความวิตกกังวลทางสังคมของ พรหมพร ผลาเกษม (2554) ซึ่งพัฒนาจากมาตรวัด Interaction Anxiousness Scale (Leary, 1983)

2. ความเบื่อหน่ายในยามว่างคือ การที่บุคคลมีการรับรู้ว่าคุณเองมีประสบการณ์ที่มีระดับการตื่นตัวในเวลาว่างที่ไม่เพียงพอต่อความต้องการ และมีความเชื่อว่า ประสบการณ์ในเวลาว่างไม่บ่อยเพียงพอ รู้สึกว่าคุณเองไม่มีส่วนร่วมในสิ่งที่ทำ ไม่มีความตื่นเต้น ไม่แตกต่างหรือไม่แปลกใหม่ และความเบื่อหน่ายในยามว่างเกิดจากความไม่เข้ากันระหว่างลักษณะความต้องการความตื่นตัวในเวลาว่างและการรับรู้หรือ

เวลาว่างที่มีอยู่จริง โดยผู้วิจัยใช้มาตรวัดซึ่งพัฒนาจากมาตรวัด Leisure Boredom Scale ของ Iso-Ahola&Weissinger (1990)

3. การติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ คือ การใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ เป็นระยะเวลาจนไม่สามารถควบคุมการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ของตนเองได้ มีความรู้สึกวิตกกังวล และมีความไม่มั่นใจเมื่อขาดหรือไม่ได้อยู่กับโทรศัพท์เคลื่อนที่ และใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่เพื่อเป็นหนทางที่จะหลีกเลี่ยงอารมณ์ที่ไม่น่าพึงพอใจ อีกทั้งยังส่งผลทำให้สูญเสียผลสัมฤทธิ์ในการเรียน โดยการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่นี้จะเกี่ยวข้องกับการพูดคุยสื่อสาร การส่งข้อความ รวมไปถึงการใช้ Applications ต่างๆ เช่น ฟังเพลง ฟังวิทยุ ถ่ายรูป ถ่ายคลิปวิดีโอ เล่นเกม และเล่นอินเทอร์เน็ต โดยผู้วิจัยพัฒนามาตรวัดการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ The Mobile Phone Addiction index (MPAI) scale ของ Louis Leung (2008)

4. นิสิต/นักศึกษาระดับปริญญาตรีที่ใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ หมายถึง นิสิต/นักศึกษาระดับปริญญาตรี ปี 1 ถึง 4 ทั้งมหาวิทยาลัยรัฐบาล และมหาวิทยาลัยเอกชน ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ที่ใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้ทราบถึงความสัมพันธ์ของความวิตกกังวลทางสังคมและความเบื่อหน่ายในยามว่าง กับการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ในนิสิต/นักศึกษาระดับปริญญาตรี
2. เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาโปรแกรมที่ช่วยลดปัญหาที่เกี่ยวข้องกับการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ ในกลุ่มนิสิต/นักศึกษา

บทที่ 2 วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิเคราะห์ถดถอยเชิงพหุ โดยมีความวิตกกังวลทางสังคมและความเบื่อหน่ายในยามว่างเป็นตัวแปรทำนาย และมีการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่เป็นตัวแปรเกณฑ์ ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

ประชากร

ประชากรในการวิจัย คือ นิสิต/นักศึกษาปริญญาตรี ปี 1 ถึง 4 ทั้งมหาวิทยาลัยรัฐบาล และมหาวิทยาลัยเอกชน ในเขตกรุงเทพและปริมณฑล และเป็นผู้ที่ใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งที่ 1 อันได้แก่ มาตรการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ มาตรการวัดความวิตกกังวลทางสังคม และมาตรการวัดความเบื่อหน่ายในยามว่าง สำหรับกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยนี้ ผู้วิจัยสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบลำดับขั้น แบ่งออกเป็นชั้นที่ 1 สุ่มมหาวิทยาลัยมา 2 มหาวิทยาลัยจากมหาวิทยาลัยทั้งหมดในกรุงเทพมหานคร หลังจากนั้นชั้นที่ 2 จึงสุ่มนิสิต/นักศึกษาในมหาวิทยาลัยนั้นๆตามสะดวก ซึ่งเป็นนิสิต/ศึกษาระดับปริญญาตรีมหาวิทยาลัยรัฐบาลและมหาวิทยาลัยเอกชนในเขตกรุงเทพ จำนวน 72 คน

สำหรับมาตรการที่มีการแก้ไขภาษาจะมีการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งที่ 2 อันได้แก่ มาตรการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ และมาตรการวัดความวิตกกังวลทางสังคม สำหรับกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยนี้ ผู้วิจัยสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบลำดับขั้น แบ่งออกเป็นชั้นที่ 1 สุ่มมหาวิทยาลัยมา 2 มหาวิทยาลัยจากมหาวิทยาลัยทั้งหมดในกรุงเทพมหานคร หลังจากนั้นชั้นที่ 2 จึงสุ่มนิสิต/นักศึกษาในมหาวิทยาลัยนั้นๆตามสะดวกซึ่งเป็นนิสิต/ศึกษาระดับปริญญาตรีมหาวิทยาลัยรัฐบาลและมหาวิทยาลัยเอกชนในเขตกรุงเทพ จำนวน 72 คน

สำหรับกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยนี้ ซึ่งประกอบไปด้วยตัวแปรทำนาย 2 ตัว คือ ความวิตกกังวลทางสังคม และความเบื่อหน่ายในยามว่าง และตัวแปรเกณฑ์ คือ การติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ ผู้วิจัยสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบลำดับขั้น แบ่งออกเป็นชั้นที่ 1 สุ่มมหาวิทยาลัยมา 4 มหาวิทยาลัยจากมหาวิทยาลัยทั้งหมดในกรุงเทพมหานคร หลังจากนั้นชั้นที่ 2 จึงสุ่มนิสิต/นักศึกษาในมหาวิทยาลัยนั้นๆตามสะดวก ซึ่งเป็นนิสิต/นักศึกษาในมหาวิทยาลัยรัฐบาลและมหาวิทยาลัยเอกชน ในเขตกรุงเทพและปริมณฑลชั้นปี 1 ถึง 4 จำนวน 325 คน และจึงนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ผลโดยใช้สถิติวิเคราะห์ถดถอยเชิงพหุโดยมีความวิตกกังวลทางสังคมและความเบื่อหน่ายในยามว่างเป็นตัวแปรทำนาย และมีการติดโทรศัพท์มือถือเป็นตัวแปรเกณฑ์

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ สามารถแบ่งได้เป็น 4 ตอน ดังนี้

1. แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป
2. มาตรการวัดการติดโทรศัพท์มือถือ ผู้วิจัยพัฒนามาตรการวัด Cell Phone Addiction ของ Leung (2008)
3. มาตรการวัดความเบื่อหน่ายในยามว่าง ซึ่งผู้วิจัยใช้มาตรการของ Bovornusvakool (2012) ซึ่งพัฒนารูปแบบมาจากมาตร Leisure Boredom Scale ของ Iso-Ahola&Weissinger (1990)
4. มาตรการวัดความวิตกกังวลทางสังคม ผู้วิจัยพัฒนามาตรการวัด ความวิตกกังวลทางสังคม ของ พรหมพร ผลาเกษ (2554) ซึ่งนำมาตรการ Interaction Anxiousness Scale ของ Leary (1983) มาพัฒนา

การพัฒนาและตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป

แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป ประกอบด้วย เพศ อายุ คณะ ชั้นปี คะแนนเฉลี่ยสะสมยี่หื้อ โทรศัพท์เคลื่อนที่ที่ใช้ รุ่นของโทรศัพท์เคลื่อนที่ที่ใช้ การใช้บริการอินเทอร์เน็ตบนโทรศัพท์เคลื่อนที่ รูปแบบของการใช้และจำนวนเวลาที่ใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่โดยประมาณต่อวันความถี่ในการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ในสถานการณ์ต่างๆจำนวนหน่วยกิตที่ลงทะเบียนเรียนในภาคการศึกษาปัจจุบัน การทำงาน Part-time กลุ่มตัวอย่างจะตอบคำถามโดยการเลือกตอบและเติมคำตอบลงในช่องว่างของแบบสอบถามตอนที่ 1 (ภาคผนวกข)

ตรวจสอบความตรงของเนื้อหา (Content Validity) และตรวจสอบความเหมาะสมทางภาษา โดยนำไปให้อาจารย์ ดร.อภิญาไชยวุฒิกฤณ์วานิช และอาจารย์ศักดิ์พัฒน์ งามเอกตรวจสอบและพิจารณาว่าข้อคำถามแต่ละข้อมีความเหมาะสมในการนำมาใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานของผู้ตอบแบบสอบถามในครั้งนีหรือไม่

2. มาตรการวัดการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่

ผู้วิจัยได้ใช้มาตรการวัดการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ของ Leung (2008) ซึ่งพัฒนามากจากมาตรการวัด The 27-item Mobile Phone Problem Use Scale (MPPUS) ของ Bianchi & Phillips (2005) ประกอบด้วยข้อกระทงทั้งสิ้น 17 ข้อเป็นข้อกระทงทางบวกทั้งหมด แบ่งออกเป็น 4 องค์ประกอบ ดังนี้

1. ด้านการไม่สามารถควบคุมการใช้งาน (Inability to Control Craving) ประกอบด้วยข้อกระทง 7 ข้อ องค์ประกอบนี้มีความเที่ยง (reliability) ซึ่งคำนวณด้วยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) โดยมีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .83

2. ด้านความรู้สึกวิตกกังวลหรือสูญเสียความมั่นใจ (Feeling Anxious and Lost) ประกอบด้วยข้อ
 กระทบ 4 ข้อ องค์ประกอบนี้มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .76

3. ด้านการใช้เพื่อหลีกเลี่ยงจากอารมณ์หรือสถานการณ์ที่ไม่พึงพอใจ (Withdrawal/Escape)
 ประกอบด้วยข้อกระทบ 3 ข้อ องค์ประกอบนี้มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .81

4. ด้านการสูญเสียผลสัมฤทธิ์ในการเรียน (Productivity Loss) ประกอบด้วยข้อกระทบ 3 ข้อ
 องค์ประกอบนี้มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .60

มาตรวัดการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่นี้มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .89 และมีลักษณะเป็นมาตร
 รวมการประมาณค่า (Likert scales) แบบ 5 ระดับคะแนนได้แก่ เป็นประจำ บ่อยครั้ง บางครั้ง แทบจะไม่
 ไม่เคยเลยมีรายละเอียดเกณฑ์การให้คะแนนดังตารางที่ 2.1

ตารางที่ 2.1 เกณฑ์การให้คะแนนมาตรวัดการติดโทรศัพท์มือถือ

ระดับความ คิดเห็น	ไม่เคยเลย	แทบจะไม่	บางครั้ง	บ่อยครั้ง	เป็นประจำ
ข้อกระทบทางบวก	1	2	3	4	5
ข้อกระทบทางลบ	5	4	3	2	1

2.1 ขั้นตอนการพัฒนามาตรวัด

2.1.1 ผู้วิจัยได้แปลมาตรวัดการติดโทรศัพท์มือถือของ Leung (2008) ทั้ง 4 องค์ประกอบจาก
 ภาษาอังกฤษเป็นภาษาไทยและดัดแปลงเนื้อหาให้เข้ากับบริบทของสังคมไทยและเพิ่มข้อกระทบทางลบใน
 แต่ละองค์ประกอบ องค์ประกอบละ 1 ข้อรวมทั้งหมดมีข้อกระทบทางลบ 4 ข้อ และข้อกระทบทางบวก 17
 ข้อ รวมมีข้อกระทบ 21 ข้อ จากนั้นนำข้อกระทบทั้งหมดไปให้อาจารย์ ดร.อภิชนา ไชยวุฒิมิภรณ์วานิชและ
 อาจารย์ศักดิ์พัฒน์ งามเอก ตรวจสอบความเหมาะสมทางภาษา

2.1.2 ผู้วิจัยนำมาตรวัดการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ไปทดลองใช้ (try out) กับกลุ่มทดสอบที่มี
 ลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 72 คน

2.1.3 หลังจากนั้นนำคะแนนที่ได้มาวิเคราะห์เพื่อคัดเลือกข้อกระทบสำหรับนำไปใช้จริง โดย
 วิเคราะห์กลุ่มสูงกลุ่มต่ำด้วยการทดสอบค่าที (t-test) กำหนดให้กลุ่มสูงเป็นกลุ่มที่มีคะแนนมากกว่าหรือ
 เท่ากับเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 73 และกลุ่มต่ำเป็นกลุ่มที่มีคะแนนน้อยกว่าหรือเท่ากับเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 27 โดยผล
 การวิเคราะห์พบว่า

องค์ประกอบที่ 1 ด้านการไม่สามารถควบคุมการใช้งาน (inability to control craving) มีกลุ่มที่มี
 คะแนนมากกว่าหรือเท่ากับเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 73 จำนวน 19 คน และมีกลุ่มที่มีคะแนนน้อยกว่าหรือ

เท่ากับเปอร์เซ็นต์ที่ 27 จำนวน 19 คน และมีข้อกระทงที่ผ่านการทดสอบค่าที่จำนวน 8 ข้อ ปรากฏในตารางที่ 1 (ภาคผนวก ก)

องค์ประกอบที่ 2 ด้านความรู้สึกวิตกกังวลหรือสูญเสียความมั่นใจ (feeling anxious and lost) มีกลุ่มที่มีคะแนนมากกว่าหรือเท่ากับเปอร์เซ็นต์ที่ 73 จำนวน 19 คน และมีกลุ่มที่มีคะแนนน้อยกว่าหรือเท่ากับเปอร์เซ็นต์ที่ 27 จำนวน 22 คน และมีข้อกระทงที่ผ่านการทดสอบค่าที่จำนวน 5 ข้อ ปรากฏในตารางที่ 2 (ภาคผนวก ก)

องค์ประกอบที่ 3 ด้านการใช้เพื่อหลีกเลี่ยงหนีจากอารมณ์หรือสถานการณ์ที่ไม่พึงพอใจ (withdrawal/escape) มีกลุ่มที่มีคะแนนมากกว่าหรือเท่ากับเปอร์เซ็นต์ที่ 73 จำนวน 19 คน และมีกลุ่มที่มีคะแนนน้อยกว่าหรือเท่ากับเปอร์เซ็นต์ที่ 27 จำนวน 23 คน และมีข้อกระทงที่ผ่านการทดสอบค่าที่จำนวน 3 ข้อ ไม่ผ่าน 1 ข้อ ปรากฏในตารางที่ 3 (ภาคผนวก ก)

องค์ประกอบที่ 4 ด้านการสูญเสียผลสัมฤทธิ์ในการเรียน (productivity loss) มีกลุ่มที่มีคะแนนมากกว่าหรือเท่ากับเปอร์เซ็นต์ที่ 73 จำนวน 20 คน และมีกลุ่มที่มีคะแนนน้อยกว่าหรือเท่ากับเปอร์เซ็นต์ที่ 27 จำนวน 20 คน และมีข้อกระทงที่ผ่านการทดสอบค่าที่จำนวน 4 ข้อ ปรากฏในตารางที่ 4 (ภาคผนวก ก)

2.1.4 นำข้อกระทงที่ผ่านการทดสอบค่าที่มาวิเคราะห์เพื่อคัดเลือกข้อกระทงโดยการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ (Corrected item-total correlation หรือ CITC) โดยกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เทียบค่าวิกฤตของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson correlation coefficient) ที่ระดับ .232 ($\alpha=.05$) เพื่อคัดข้อกระทงที่ผ่านเกณฑ์ จากการวิเคราะห์ข้อกระทงรวมทุกข้อของมาตรวัดนี้พบว่า มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .70 และการวิเคราะห์แยกตามองค์ประกอบทั้ง 4 องค์ประกอบได้ผลพบดังที่ปรากฏในตารางที่ 12 (ภาคผนวก ก) ซึ่งแยกตามองค์ประกอบได้ ดังนี้

องค์ประกอบที่ 1 ด้านการไม่สามารถควบคุมการใช้งาน (inability to control craving) แก้วไขภาษา 1 ข้อ เหลือข้อกระทงที่ผ่านค่า CITC 8 ข้อ เป็นข้อกระทงทางบวก 7 ข้อ และข้อกระทงทางลบ 1 ข้อ องค์ประกอบนี้มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .79

องค์ประกอบที่ 2 ด้านความรู้สึกวิตกกังวลหรือสูญเสียความมั่นใจ (feeling anxious and lost) จากการวิเคราะห์ผลพบว่า ข้อกระทงผ่านเกณฑ์ทุกข้อ โดยมีข้อกระทงทั้งหมด 5 ข้อ เป็นข้อกระทงทางบวก 4 ข้อ และข้อกระทงทางลบ 1 ข้อ องค์ประกอบนี้มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .87

องค์ประกอบที่ 3 ด้านการใช้เพื่อหลีกเลี่ยงจากอารมณ์หรือสถานการณ์ที่ไม่พึงพอใจ (withdrawal/escape) จากการวิเคราะห์ผลพบว่าข้อกระทงผ่านเกณฑ์ทุกข้อ เป็นข้อกระทงทางบวก 3 ข้อ องค์ประกอบนี้มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ.87

องค์ประกอบที่ 4 ด้านการสูญเสียผลสัมฤทธิ์ในการเรียน (productivity loss) เปลี่ยนข้อกระทงทางลบเป็นข้อกระทงทางบวก 1 ข้อ และเพิ่มข้อกระทงทางลบ 1 ข้อ รวมทั้งสิ้นมีข้อกระทงทั้งหมด 4 ข้อ เป็นข้อกระทงทางบวก 3 ข้อและเป็นข้อกระทงทางลบ 1 ข้อ องค์ประกอบนี้มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ.52

2.1.5 เนื่องจากมีการแก้ไขภาษา ผู้วิจัยนำมาตรการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ไปทดลองใช้ (try out) อีกครั้งหนึ่งกับกลุ่มทดสอบที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 72คน

2.1.6 หลังจากนั้นนำคะแนนที่ได้มาวิเคราะห์เพื่อคัดเลือกข้อกระทงสำหรับนำไปใช้จริง โดยวิเคราะห์กลุ่มสูงกลุ่มต่ำด้วยการทดสอบค่าที (t-test) กำหนดให้กลุ่มสูงเป็นกลุ่มที่มีคะแนนมากกว่าหรือเท่ากับเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 73 และกลุ่มต่ำเป็นกลุ่มที่มีคะแนนน้อยกว่าหรือเท่ากับเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 27 โดยผลการวิเคราะห์พบว่า

องค์ประกอบที่ 1 ด้านการไม่สามารถควบคุมการใช้งาน (inability to control craving) มีกลุ่มที่มีคะแนนมากกว่าหรือเท่ากับเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 73 จำนวน 19 คน และมีกลุ่มที่มีคะแนนน้อยกว่าหรือเท่ากับเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 27 จำนวน 19 คน และมีข้อกระทงที่ผ่านการทดสอบค่าที่จำนวน 8 ข้อ ปรากฏในตารางที่ 7 (ภาคผนวก ก)

องค์ประกอบที่ 2 ด้านความรู้สึกวิตกกังวลหรือสูญเสียความมั่นใจ (feeling anxious and lost) มีกลุ่มที่มีคะแนนมากกว่าหรือเท่ากับเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 73 จำนวน 19 คน และมีกลุ่มที่มีคะแนนน้อยกว่าหรือเท่ากับเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 27 จำนวน 20 คน และมีข้อกระทงที่ผ่านการทดสอบค่าที่จำนวน 5 ข้อ ปรากฏในตารางที่ 8 (ภาคผนวก ก)

องค์ประกอบที่ 3 ด้านการใช้เพื่อหลีกเลี่ยงจากอารมณ์หรือสถานการณ์ที่ไม่พึงพอใจ มีกลุ่มที่มีคะแนนมากกว่าหรือเท่ากับเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 73 จำนวน 22 คน และมีกลุ่มที่มีคะแนนน้อยกว่าหรือเท่ากับเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 27 จำนวน 21 คน และมีข้อกระทงที่ผ่านการทดสอบค่าที่จำนวน 3 ข้อ (withdrawal/escape) ปรากฏในตารางที่ 9 (ภาคผนวก ก)

องค์ประกอบที่ 4 ด้านการสูญเสียผลสัมฤทธิ์ในการเรียน (productivity loss) มีกลุ่มที่มีคะแนนมากกว่าหรือเท่ากับเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 73 จำนวน 19 คน และมีกลุ่มที่มีคะแนนน้อยกว่าหรือเท่ากับเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 27 จำนวน 26 คน และมีข้อกระทงที่ผ่านการทดสอบค่าที่จำนวน 5 ข้อ ปรากฏในตารางที่ 10 (ภาคผนวก ก)

2.1.7 นำข้อกระทงที่ผ่านการทดสอบค่าที่มาวิเคราะห์เพื่อคัดเลือกข้อกระทงโดยการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ (Corrected item-total correlation หรือ CITC) โดยกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เทียบค่าวิกฤตของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson correlation coefficient) ที่ระดับ.232 ($\alpha=.05$) จากการวิเคราะห์ข้อกระทงรวมทุกข้อของมาตรวัดนี้พบว่าค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ.82 และการวิเคราะห์แยกตามองค์ประกอบทั้ง 4 องค์ประกอบได้ผลพบ ดังที่ปรากฏในตารางที่ 12 (ภาคผนวก ก) ซึ่งแยกตามองค์ประกอบได้ ดังนี้

องค์ประกอบที่ 1 ด้านการควบคุมการใช้งาน (inability to control craving) จากการวิเคราะห์ผลพบว่าข้อกระทงผ่านเกณฑ์ทุกข้อ โดยมีข้อกระทงทั้งหมด 8 ข้อเป็นข้อกระทงทางบวก 7 ข้อและข้อกระทงทางลบ 1 ข้อ องค์ประกอบนี้มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ.87

องค์ประกอบที่ 2 ด้านความรู้สึกรู้สึกวิตกกังวลหรือสูญเสียความมั่นใจ (feeling anxious and lost) โดยมีข้อกระทงทั้งหมด 5 ข้อเป็นข้อกระทงทางบวก 4 ข้อและข้อกระทงทางลบ 1 ข้อ ข้อกระทงผ่านเกณฑ์ทุกข้อมีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .75

องค์ประกอบที่ 3 ด้านการใช้เพื่อหลีกเลี่ยงจากอารมณ์หรือสถานการณ์ที่ไม่พึงพอใจ (withdrawal/escape) ข้อกระทงผ่านเกณฑ์ทุกข้อโดยมีข้อกระทงทั้งหมด 3ข้อเป็นข้อกระทงทางบวก 3 ข้อ มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .83

องค์ประกอบที่ 4 ด้านผลสัมฤทธิ์ในการเรียน (productivity loss) จากการวิเคราะห์ผลพบว่าข้อกระทงผ่านเกณฑ์ทุกข้อ โดยมีข้อกระทงทั้งหมด 5 ข้อเป็นข้อกระทงทางบวก 4 ข้อและข้อกระทงทางลบ 1 ข้อ องค์ประกอบนี้มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ.74

3.มาตรวัดความเบื่อหน่ายในยามว่าง

ผู้วิจัยได้ใช้มาตรวัดความเบื่อหน่ายในยามว่างซึ่งพัฒนาโดย Bovornusvakool (2012) จากมาตรวัด The Leisure Boredom Scale ของ Iso-Ahola และ Weissinger (1990) ประกอบด้วยข้อกระทงทั้งสิ้น 16 ข้อ เป็นข้อกระทงทางบวก 8 ข้อ โดยมีข้อกระทงเช่น “เวลาว่างเป็นช่วงเวลาที่ช่างดูเนิ่นนานสำหรับฉัน” และข้อกระทงทางลบ 8 ข้อโดยมีข้อกระทงเช่น “ในช่วงเวลาว่างของฉัน ฉันเพลิดเพลินมากกับสิ่งที่ฉันทำ” มาตรวัดความเบื่อหน่ายในยามว่างนี้มีลักษณะเป็นมาตรแบบประมาณค่า (Likert scales) แบบ 5 ระดับ คะแนน ได้แก่ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วยเห็นด้วยและไม่เห็นด้วยพอกัน ไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่งมีรายละเอียดเกณฑ์การให้คะแนนดังตารางที่ 2.2

ตารางที่ 2.2 เกณฑ์การให้คะแนนมาตรวัดความเบื่อหน่ายในยามว่าง

ระดับความ คิดเห็น	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง	ไม่เห็นด้วย	เห็นด้วยและไม่ เห็นด้วยพอกๆกัน	เห็นด้วย	เห็นด้วย อย่างยิ่ง
ข้อกระทงทางบวก	1	2	3	4	5
ข้อกระทงทางลบ	5	4	3	2	1

มาตรวัดความเบื่อหน่ายในยามว่างนี้มีความเที่ยงของมาตรวัดซึ่งคำนวณด้วยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) โดยมีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .89 และตรวจสอบความตรงร่วมสมัย (Concurrent validity) โดยพบว่ามีความสัมพันธ์ทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับมาตรวัดความสามารถในการรับรู้สังคม (measures of perceived social competence), มาตรวัดความบันเทิงในตนเอง (self-as-entertainment), มาตรวัดแรงจูงใจที่แท้จริงในยามว่าง (intrinsic leisure motivation), มาตรวัดความพอใจในสังคม (social desirability) และมาตรวัดความพึงพอใจในเวลาว่าง (leisure satisfaction)

3.1 ขั้นตอนการพัฒนามาตรวัด

3.1.1 ผู้วิจัยนำมาตรที่พัฒนาโดย Bovornusvakool (2012) ไปทดลองใช้ (try out) กับกลุ่มทดสอบที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 72 คน

3.1.2 หลังจากนั้นก็ให้นำคะแนนที่ได้มาวิเคราะห์เพื่อคัดเลือกข้อกระทงสำหรับนำไปใช้จริง โดยวิเคราะห์กลุ่มสูงกลุ่มต่ำด้วยการทดสอบค่าที (t-test) กำหนดให้กลุ่มสูงเป็นกลุ่มที่มีคะแนนมากกว่าหรือเท่ากับเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 73 ซึ่งมีจำนวน 19 คน ส่วนกลุ่มต่ำเป็นกลุ่มที่มีคะแนนน้อยกว่าหรือเท่ากับเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 27 ซึ่งมีจำนวน 19 คน โดยตัดข้อกระทงออก 1 ข้อ และมีข้อกระทงที่ผ่านการทดสอบค่าที่จำนวน 15 ข้อ ปรากฏในตารางที่ 5 (ภาคผนวก ก)

3.1.3 นำข้อกระทงที่ผ่านการทดสอบค่าที่มาวิเคราะห์เพื่อคัดเลือกข้อกระทงโดยการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงกับคะแนนรวมของข้ออื่น ๆ (Corrected item-total correlation หรือ CITC) โดยกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เทียบค่าวิกฤตของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson correlation coefficient) ที่ระดับ .232 ($\alpha=.05$) เพื่อคัดข้อกระทงที่ผ่านเกณฑ์ จากการวิเคราะห์ผลพบว่าข้อกระทงผ่านค่า CITC ทุกข้อ รวมทั้งหมดมีข้อกระทง 15 ข้อ โดยเป็นข้อกระทงทางบวก 8 ข้อและข้อกระทงทางลบ 7 ข้อ ปรากฏในตารางที่ 13 (ภาคผนวก ก)

3.1.4 ตรวจสอบความเที่ยง (reliability) ของมาตรวัดโดยการคำนวณค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ของมาตรวัด ซึ่งค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .87

4. มาตรวัดความวิตกกังวลทางสังคม

ผู้วิจัยได้ใช้มาตรวัดความวิตกกังวลทางสังคมซึ่งพัฒนาจากมาตรวัด Interaction Anxiousness Scale ของ Leary (1983) โดยพรหมพร ผลาเกษ (2011) ประกอบด้วยข้อกระทงทั้งสิ้น 26 ข้อ เป็นข้อกระทงทางบวก 18 ข้อโดยมีข้อกระทงเช่น “ฉันรู้สึกกังวลเมื่อต้องพูดคุยกับคนแปลกหน้า” และข้อกระทงทางลบ 8 ข้อ โดยมีข้อกระทงเช่น “ฉันสามารถพูดคุยกับเพศตรงกันข้ามได้อย่างไร้ความกังวล” โดยมาตรวัดนี้มีลักษณะเป็นมาตรรวมการประมาณค่า (Likert scales) แบบ 5 ระดับคะแนน ได้แก่ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย เห็นด้วยและไม่เห็นด้วยพอๆกัน ไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่งมีรายละเอียดเกณฑ์การให้คะแนนดังตารางที่ 2.3

ตารางที่ 2.3 เกณฑ์การให้คะแนนมาตรวัดความวิตกกังวลทางสังคม

ระดับความคิดเห็น	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ไม่เห็นด้วย	เห็นด้วยและไม่เห็นด้วยพอๆกัน	เห็นด้วย	เห็นด้วยอย่างยิ่ง
ข้อกระทงทางบวก	1	2	3	4	5
ข้อกระทงทางลบ	5	4	3	2	1

มาตรวัดความวิตกกังวลทางสังคมนี้มีความเที่ยง (Reliability) ของมาตรวัดซึ่งคำนวณด้วยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) โดยมีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .91 และตรวจสอบความตรงร่วมสมัย (Concurrent validity) โดยหาความสัมพันธ์ร่วมกับมาตรวัดลักษณะนิสัยแบบวิตกกังวลเฉพาะมาตรวัดแบบ Trait หรือ STAI Form Y-2 ของ Spielberger (1983) ซึ่งได้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน โดยมีค่า $r = .049$ ที่ระดับนัยสำคัญที่ .001

4.1 ขั้นตอนการพัฒนามาตรวัด

4.1.1 ผู้วิจัยนำมาตรที่พัฒนาโดยพรหมพร ผลาเกษ (2011) ไปทดลองใช้ (try out) กับกลุ่มทดสอบที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 72 คน

4.1.2 หลังจากนั้นนำคะแนนที่ได้มาวิเคราะห์เพื่อคัดเลือกข้อกระทงสำหรับนำไปใช้จริง โดยวิเคราะห์กลุ่มสูงกลุ่มต่ำด้วยการทดสอบค่าที (t-test) กำหนดให้กลุ่มสูงเป็นกลุ่มที่มีคะแนนมากกว่าหรือเท่ากับเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 73 ซึ่งมีจำนวน 19 คน ส่วนกลุ่มต่ำเป็นกลุ่มที่มีคะแนนน้อยกว่าหรือเท่ากับเปอร์เซ็นต์

ไทลท์ที่ 27 ซึ่งมีจำนวน 19 คน และมีข้อกระทงที่ผ่านการทดสอบค่าที่จำนวน 25 ข้อ ไม่ผ่าน 1 ข้อ ปรากฏในตารางที่ 6 (ภาคผนวก ก)

4.1.3 นำข้อกระทงที่ผ่านการทดสอบค่าที่มาวิเคราะห์เพื่อคัดเลือกข้อกระทงโดยการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ (Corrected item-total correlation หรือ CITC) โดยกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เทียบค่าวิกฤตของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson correlation coefficient) ที่ระดับ.232 ($\alpha=.05$) เพื่อคัดข้อกระทงที่ผ่านเกณฑ์ จากการวิเคราะห์ผลพบว่ามีแก้ไขภาษา 1 ข้อ เหลือข้อกระทงที่ผ่านค่า CITC 25 ข้อเป็นข้อกระทงทางบวก 18 ข้อ และข้อกระทงทางลบ 7 ข้อ ปรากฏในตารางที่ 14 (ภาคผนวก ก)

4.1.4 ตรวจสอบความเที่ยง (reliability) ของมาตรวัดโดยการคำนวณค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ของมาตรวัด ซึ่งค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .88

4.1.5 เนื่องจากมีการแก้ไขภาษา ผู้วิจัยนำมาตรวจวัดความวิตกกังวลทางสังคมไปทดลองใช้ (try out) อีกครั้งหนึ่งกับกลุ่มทดสอบที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 72 คน

4.1.6 หลังจากนั้นนำคะแนนที่ได้มาวิเคราะห์เพื่อคัดเลือกข้อกระทงสำหรับนำไปใช้จริง โดยวิเคราะห์กลุ่มสูงกลุ่มต่ำด้วยการทดสอบค่าที่ (t-test) กำหนดให้กลุ่มสูงเป็นกลุ่มที่มีคะแนนมากกว่าหรือเท่ากับเปอร์เซ็นต์ไทลท์ที่ 73 ซึ่งมีจำนวน 21 คน ส่วนกลุ่มต่ำเป็นกลุ่มที่มีคะแนนน้อยกว่าหรือเท่ากับเปอร์เซ็นต์ไทลท์ที่ 27 ซึ่งมีจำนวน 20 คน และมีข้อกระทงที่ผ่านการทดสอบค่าที่จำนวน 25 ข้อ ปรากฏในตารางที่ 11 (ภาคผนวก ก)

4.1.7 นำข้อกระทงที่ผ่านการทดสอบค่าที่มาวิเคราะห์เพื่อคัดเลือกข้อกระทงโดยการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ (Corrected item-total correlation หรือ CITC) โดยกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เทียบค่าวิกฤตของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson correlation coefficient) ที่ระดับ.232 ($\alpha=.05$) เพื่อคัดข้อกระทงที่ผ่านเกณฑ์จากการวิเคราะห์ผลพบว่าข้อกระทงผ่านเกณฑ์ทุกข้อ โดยมีข้อกระทงทั้งหมด 25 ข้อ เป็นข้อกระทงทางบวก 18 ข้อ และข้อกระทงทางลบ 7 ข้อ ปรากฏในตารางที่ 14 (ภาคผนวก ก)

4.1.8 ตรวจสอบความเที่ยง (reliability) ของมาตรวัดโดยการคำนวณค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ของมาตรวัด ซึ่งค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .90

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ มีการเก็บรวบรวมข้อมูล 3 ครั้ง

การเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งที่ 1

ผู้วิจัยเก็บข้อมูลจากนิสิต/นักศึกษาทั้งมหาวิทยาลัยรัฐบาลและมหาวิทยาลัยเอกชน ในเขตกรุงเทพฯ ที่ใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่โดยเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างจาก จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และมหาวิทยาลัยหอการค้าไทย จำนวน 72 คน เพื่อวิเคราะห์คุณภาพของมาตรวัด

การเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งที่ 2

เนื่องจากการตัดข้อกระทงบางข้อ และ เปลี่ยนภาษาของมาตรวัด ผู้วิจัยจึงเก็บรวบรวมข้อมูลอีกครั้ง ซึ่งเก็บข้อมูลจากนิสิต/นักศึกษาทั้งมหาวิทยาลัยรัฐบาลและมหาวิทยาลัยเอกชน ในเขตกรุงเทพฯ ที่ใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่โดยเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างจาก จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และมหาวิทยาลัยหอการค้าไทย จำนวน 72 คน เพื่อวิเคราะห์คุณภาพของมาตรวัด

การเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งที่ 3

มีจุดมุ่งหมายเพื่อวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐานที่กำหนดไว้การเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้ ผู้วิจัยขอความร่วมมือจากนิสิต/นักศึกษาทั้งมหาวิทยาลัยรัฐบาลและมหาวิทยาลัยเอกชน ในเขตกรุงเทพฯ และบริเวณชานเมืองที่ใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ได้แก่ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย และ มหาวิทยาลัยรังสิต

ในการเก็บข้อมูลครั้งที่ 3 ผู้วิจัยเป็นผู้เก็บข้อมูลด้วยตนเองโดยผู้วิจัยไม่ได้แจ้งถึงวัตถุประสงค์ที่แท้จริงของการวิจัยให้แก่ผู้ร่วมการวิจัยทราบระบุเพียงว่าเป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการใช้โทรศัพท์มือถือเพื่อความบันเทิงในยามว่าง และการรับรู้การมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นและเน้นว่าข้อมูลที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้จะถูกเก็บเป็นความลับซึ่งแบบสอบถามที่แจกแก่กลุ่มตัวอย่างมีทั้งสิ้น 3 ชุด ได้แก่ มาตรวัดการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ มาตรวัดความเบื่อหน่ายในยามว่างและมาตรวัดความวิตกกังวลทางสังคม สุดท้ายได้แบบสอบถามที่มีข้อมูลสมบูรณ์ทั้งหมด จำนวน 325 ชุดมาใช้ในการวิเคราะห์ผลการวิจัย

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยนี้ใช้โปรแกรมเอสพีเอสเอสเฟอร์ วินโดว์ 16 (SPSS for Windows 16) และโปรแกรมอาร์ (R Program) เพื่อการวิเคราะห์ถดถอยเชิงพหุ (Multiple Regression) โดยแบ่งการวิเคราะห์ค่าสถิติต่างๆซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

1. ใช้โปรแกรมเอสพีเอสเอสเฟอร์ วินโดว์ วิเคราะห์ข้อมูลสถิติบรรยาย (Descriptive statistics) ประกอบด้วยการแจกแจงความถี่ (frequency) และค่านวนค่าร้อยละ (percentage) ของเพศและอายุของกลุ่มตัวอย่างและการแจกแจงความถี่รูปแบบการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่และค่านวนค่าเฉลี่ยการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ต่อหนึ่งคนในรูปแบบต่างๆ

2. ใช้โปรแกรม อาร์ วิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติเพื่อทดสอบสมมติฐานวิจัยวิเคราะห์โมเดลสมการเชิงโครงสร้าง (Structural Equation Model) ใช้ตัวแปรความวิตกกังวลทางสังคมและตัวแปรความเบื่อหน่ายในยามว่างต่อการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ ตามกรอบแนวคิดการวิจัยตามสมมติฐานดังนี้

1. ความวิตกกังวลทางสังคมมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับ 4 องค์ประกอบของการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่
2. ความเบื่อหน่ายในยามว่างมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับ 4 องค์ประกอบของการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่
3. ความวิตกกังวลทางสังคมและความเบื่อหน่ายในยามว่าง สามารถทำนายการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ได้

บทที่ 3

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของความวิตกกังวลทางสังคม และความเปราะบาง ในยามว่าง กับการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ ซึ่งจะนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลโดยแบ่งออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลกลุ่มตัวอย่าง

ส่วนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลกลุ่มตัวอย่าง

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลของกลุ่มตัวอย่าง พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีจำนวน 325 คน แบ่งเป็นเพศชาย 137 คน และเพศหญิง 188 คน ซึ่งกลุ่มตัวอย่างจะมีอายุเฉลี่ยเท่ากับ 20.26 และมีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.32

ตารางที่ 3.1 จำนวนคนที่ใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ในรูปแบบต่างๆของกลุ่มตัวอย่างและค่าเฉลี่ยจำนวนชั่วโมงการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ในรูปแบบต่างๆใน 1 วัน (N=325)

รูปแบบการใช้	จำนวนคนที่ใช้		ร้อยละของคนที่ใช้		ค่าเฉลี่ยการใช้	
	(คน)	(%)	ต่อ 1 คน	SD	(ชั่วโมง/วัน)	
1. ใช้เพื่อโทรศัพท์	308	94.8	1.4	2.04		
2. ใช้เพื่อส่งข้อความ	210	64.6	2.0	3.63		
3. ใช้เพื่อเล่นเกม	188	57.8	1.1	2.22		
4. ใช้เพื่อดูหนัง	213	65.5	1.3	2.48		
5. ใช้เพื่อเล่นอินเทอร์เน็ต	253	77.8	3.0	4.43		

จากตาราง 3.1 พบว่า กลุ่มตัวอย่างใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่เพื่อการโทรมีจำนวนมากที่สุด รองลงมาเป็นการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่เพื่อเล่นอินเทอร์เน็ต ใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่เพื่อดูหนัง ฟังเพลง ใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่เพื่อส่งข้อความ และสุดท้ายใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่เพื่อเล่นเกม ตามลำดับ

ตารางที่ 3.2 ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าต่ำสุด และค่าสูงสุดของตัวแปร (N = 325)

ตัวแปร	M	SD	Range	Minimum	Maximum
SA	74.98	11.45	86	29	115
LB	39.89	7.05	41	18	59
MPA					
Control	19.72	6.04	28	8	36
Escape	9.88	2.76	12	3	15
Anxious	13.78	4.46	20	5	25
Product	13.73	3.32	19	5	24

หมายเหตุ	SA	หมายถึง ความวิตกกังวลทางสังคม (Social anxiety)
	LB	หมายถึง ความเบื่อหน่ายในยามว่าง (Leisure boredom)
	MPA	หมายถึง การติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ (Mobile Phone Addiction)
	Control	หมายถึง ด้านการไม่สามารถควบคุมการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ (Inability to control craving)
	Anxious	หมายถึง ด้านความรู้สึกวิตกกังวลหรือการสูญเสียความมั่นใจ (Feeling anxious and lost)
	Escape	หมายถึง ด้านการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่เพื่อหลีกเลี่ยงจากอารมณ์หรือสถานการณ์ที่ไม่พึงพอใจ (Withdrawal/ escape)
	Product	หมายถึง ด้านการสูญเสียผลสัมฤทธิ์ในการเรียน (Productivity loss)

ส่วนที่ 2 ผลการทดสอบสมมติฐาน

ตารางที่ 3.3 ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้นกับตัวแปรองค์ประกอบของตัวแปรการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่
(N = 325)

ตัวแปร	MPA			
	1. Control	2. Anxious	3. Escape	4. Product
SA	.20*	.18*	.17*	.21*
LB	.35*	.28*	.08	.32*

หมายเหตุ * $p < .01$, one-tailed

จากวิเคราะห์ตารางที่ 3.3พบว่า ตัวแปรความวิตกกังวลทางสังคมมีความสัมพันธ์กับตัวแปรองค์ประกอบด้านการสูญเสียผลสัมฤทธิ์ในการเรียนเท่ากับ .21 มีความสัมพันธ์ตัวแปรองค์ประกอบด้านการไม่สามารถควบคุมการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่เท่ากับ .20 มีความสัมพันธ์กับตัวแปรองค์ประกอบด้านความรู้สึกรู้สึกวิตกกังวลหรือการสูญเสียความมั่นใจเท่ากับ .18 และมีความสัมพันธ์กับตัวแปรองค์ประกอบด้านการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่เพื่อหลีกเลี่ยงจากอารมณ์หรือสถานการณ์ที่ไม่พึงพอใจเท่ากับ .17 ซึ่งตัวแปรความวิตกกังวลทางสังคมมีความสัมพันธ์กับตัวแปรองค์ประกอบของการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ทั้ง 4 องค์ประกอบอย่างมีนัยสำคัญ

ส่วนตัวแปรความเบื่อหน่ายในยามว่างมีความสัมพันธ์กับตัวแปรองค์ประกอบด้านการไม่สามารถควบคุมการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่เท่ากับ .35 มีความสัมพันธ์กับตัวแปรองค์ประกอบด้านการสูญเสียผลสัมฤทธิ์ในการเรียนเท่ากับ .32 มีความสัมพันธ์กับตัวแปรองค์ประกอบด้านความรู้สึกรู้สึกวิตกกังวลหรือการสูญเสียความมั่นใจเท่ากับ .28 และมีความความสัมพันธ์กับตัวแปรองค์ประกอบด้านการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่เพื่อหลีกเลี่ยงจากอารมณ์หรือสถานการณ์ที่ไม่พึงพอใจเท่ากับ .08 ซึ่งตัวแปรความเบื่อหน่ายในยามว่างมีความสัมพันธ์กับตัวแปรองค์ประกอบของการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ 3 องค์ประกอบอย่างมีนัยสำคัญ แต่ไม่มีความสัมพันธ์กับองค์ประกอบด้านการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่เพื่อหลีกเลี่ยงจากอารมณ์หรือสถานการณ์ที่ไม่พึงพอใจ

ตารางที่ 3.4 วิเคราะห์การถดถอยของตัวแปรการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ นำหนักองค์ประกอบของตัวแปรการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ และความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร (N = 325)

ตัวแปร	Unstandardized	SE	Standardized
สัมประสิทธิ์การถดถอย			
SA → MPA	.05	.02	.12*
LB → MPA	.24	.04	.32*
น้ำหนักองค์ประกอบ			
MPA → Control	1.00	-	.89*
MPA → Anxious	.60	.04	.73*
MPA → Escape	.29	.02	.58*
MPA → Product	.49	.03	.80*
ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร			
SA ↔ LB	27.58	4.72	.34*

หมายเหตุ * $p < .05$

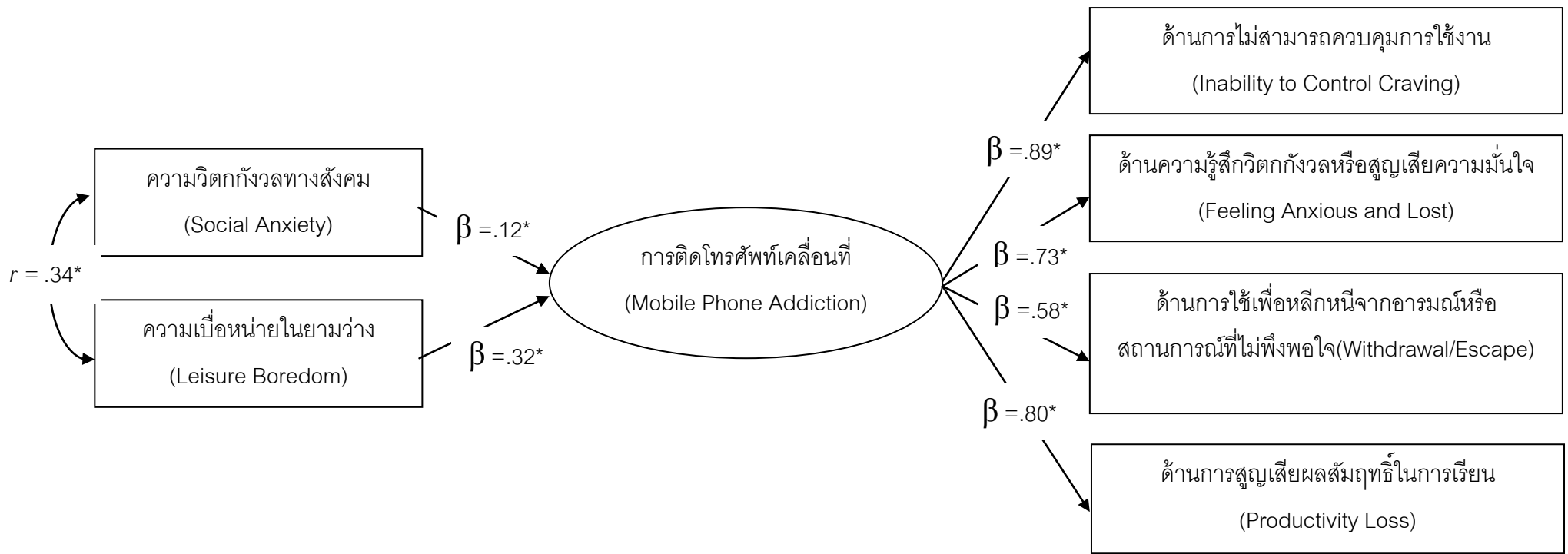
$$R^2 = .148$$

เมื่อดูค่าความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรความวิตกกังวลทางสังคม และความเบื่อหน่ายในยามว่าง พบว่า ค่าความสัมพันธ์ระหว่างสองตัวแปร มีค่าเท่ากับ .34 จึงไม่มีปัญหาในเรื่อง Multicollinearity assumption

เมื่อพิจารณาผลการวิเคราะห์อิทธิพลที่ส่งผลต่อการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ จากตารางที่ 3.4 พบว่า ความวิตกกังวลทางสังคมและความเบื่อหน่ายในยามว่าง สามารถร่วมกันทำนายความแปรปรวนของการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ได้ 14.8 % โดยที่ตัวแปรความวิตกกังวลทางสังคมมีค่า $\beta = .12$ และตัวแปรความเบื่อหน่ายในยามว่างมีค่า $\beta = .32$ ซึ่งตัวแปรความเบื่อหน่ายในยามว่างสามารถทำนายตัวแปรการติด

โทรศัพท์เคลื่อนที่ได้มากกว่าตัวแปรความวิตกกังวลทางสังคม แต่ตัวแปรทั้งสองตัวนั้นสามารถทำนายตัวแปรการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่อย่างมีนัยสำคัญ

จากตารางที่ 3.4 องค์ประกอบการควบคุมการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบมากที่สุด เท่ากับ .89 องค์ประกอบด้านการสูญเสียผลสัมฤทธิ์ในการเรียน มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบเท่ากับ .80 ส่วนองค์ประกอบความรู้สึกริติกังวลหรือการสูญเสียความมั่นใจ มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบเท่ากับ .73 และองค์ประกอบการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่เพื่อหลีกเลี่ยงจากอารมณ์หรือสถานการณ์ที่ไม่พึงพอใจ โดยมีค่าน้ำหนักองค์ประกอบเท่ากับ .58 ดังนั้นองค์ประกอบที่ไม่สามารถควบคุมการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ องค์ประกอบผลสัมฤทธิ์ในการเรียน และองค์ประกอบความรู้สึกริติกังวลหรือการสูญเสียความมั่นใจ มีความสัมพันธ์กับตัวแปรการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่มาก ส่วนองค์ประกอบการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่เพื่อหลีกเลี่ยงจากอารมณ์หรือสถานการณ์ที่ไม่พึงพอใจ มีความสัมพันธ์กับตัวแปรการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ปานกลาง



ภาพที่ 3.1 ผลการวิเคราะห์ความตรงของโมเดลทำนายของความวิตกกังวลทางสังคมและความเบื่อหน่ายในยามว่างต่อการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ใน 4 องค์ประกอบ

หมายเหตุ * $p < .05$

สมมติฐานที่ 1 ความวิตกกังวลทางสังคมมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับ 4 องค์ประกอบของการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่

ผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐานที่ 1 โดยพบว่าค่าสหสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลทางสังคมกับตัวแปรองค์ประกอบของตัวแปรแฝงการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ทั้ง 4 องค์ประกอบอย่างมีนัยสำคัญโดยที่มีความสัมพันธ์กับตัวแปรองค์ประกอบผลสัมฤทธิ์ในการเรียน เท่ากับ .21 มีความสัมพันธ์ตัวแปรองค์ประกอบการควบคุมการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ เท่ากับ .20 มีความสัมพันธ์กับตัวแปรองค์ประกอบความรู้สึกรู้สึกวิตกกังวลหรือการสูญเสียความมั่นใจ เท่ากับ .18 และมีความสัมพันธ์กับตัวแปรองค์ประกอบการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่เพื่อหลีกเลี่ยงจากอารมณ์หรือสถานการณ์ที่ไม่พึงพอใจ เท่ากับ .17 โดยที่มีค่า $p < .01$, one-tailed ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานการวิจัยที่ตั้งไว้

สมมติฐานที่ 2 ความเบื่อหน่ายในยามว่างมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับ 4 องค์ประกอบของการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่บางส่วน

ผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐานที่ 2 พบว่า ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างความเบื่อหน่ายในยามว่างกับตัวแปรองค์ประกอบของตัวแปรแฝงการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่เพียง 3 องค์ประกอบ คือ ตัวแปรองค์ประกอบการควบคุมการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ เท่ากับ .35 มีความสัมพันธ์กับตัวแปรองค์ประกอบการสูญเสียผลสัมฤทธิ์ในการเรียน เท่ากับ .32 มีความสัมพันธ์กับตัวแปรองค์ประกอบความรู้สึกรู้สึกวิตกกังวลหรือการสูญเสียความมั่นใจ เท่ากับ .28 และตัวแปรความเบื่อหน่ายในยามว่างไม่มีความสัมพันธ์กับตัวแปรองค์ประกอบการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่เพื่อหลีกเลี่ยงจากอารมณ์หรือสถานการณ์ที่ไม่พึงพอใจ เท่ากับ .08 โดยที่มีค่า $p < .01$, one-tailed

สมมติฐานที่ 3 สมมติฐานที่ 3 ความวิตกกังวลทางสังคมและความเบื่อหน่ายในยามว่างสามารถร่วมทำนายการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ได้

ผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐานที่ 3 โดยตัวแปรความวิตกกังวลทางสังคมและความเบื่อหน่ายในยามว่าง สามารถร่วมกันทำนายการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ได้ร้อยละ 14.8 ซึ่งจากผลการวิเคราะห์โมเดลสมการเชิงโครงสร้าง พบว่าความวิตกกังวลทางสังคมและความเบื่อหน่ายในยามว่างสามารถร่วมกันทำนายการติดโทรศัพท์มือถือได้ ผลการวิจัยนี้จึงสนับสนุนสมมติฐานที่ 3

ทั้งนี้ได้สรุปผลการทดลองสมมติฐาน ตามตารางที่ 3.5

ตาราง 3.5สรุปผลการทดลองสมมติฐาน

สมมติฐาน	ผลการวิจัย
1. ความวิตกกังวลทางสังคมมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับตัวแปรองค์ประกอบของตัวแปรการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่	สนับสนุนสมมติฐาน $r_c(325) = .20, p < .01$ (one-tailed) $r_a(325) = .18, p < .01$ (one-tailed) $r_e(325) = .17, p < .01$ (one-tailed) $r_p(325) = .21, p < .01$ (one-tailed)
2. ความเบื่อหน่ายในยามว่างมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับตัวแปรองค์ประกอบของตัวแปรการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่	สนับสนุนสมมติฐานบางส่วน $r_c(325) = .35, p < .01$ (one-tailed) $r_a(325) = .28, p < .01$ (one-tailed) $r_e(325) = .08, p > .05$ (one-tailed) $r_p(325) = .32, p < .01$ (one-tailed)
3. ความวิตกกังวลทางสังคม และความเบื่อหน่ายในยามว่าง สามารถทำนายการติดโทรศัพท์มือถือได้	สนับสนุนสมมติฐาน $R^2 = .14, p < .05$ 1. ความวิตกกังวลทางสังคม $\beta = .12$ 2. ความเบื่อหน่ายในยามว่าง $\beta = .32$
หมายเหตุ	r_c หมายถึง ค่าสหสัมพันธ์ขององค์ประกอบด้านการไม่สามารถควบคุมการใช้งาน (Inability to Control Craving) r_a หมายถึง ค่าสหสัมพันธ์ขององค์ประกอบด้านความรู้สึกวิตกกังวลหรือสูญเสียความมั่นใจ (Feeling Anxious and Lost) r_e หมายถึง ค่าสหสัมพันธ์ขององค์ประกอบด้านการใช้เพื่อหลีกเลี่ยงจากอารมณ์หรือสถานการณ์ที่ไม่พึงพอใจ (Withdrawal/ escape) r_p หมายถึง ค่าสหสัมพันธ์ขององค์ประกอบด้านการสูญเสียผลสัมฤทธิ์ในการเรียน (Productivity Loss)

บทที่ 4

อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาอิทธิพลของความวิตกกังวลทางสังคม และความเปราะบางในยามว่าง ต่อการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ โดยจะอภิปรายผลการวิจัยตามสมมติฐานดังนี้

สมมติฐานการวิจัย

สมมติฐานที่ 1 ความวิตกกังวลทางสังคมมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับ 4 องค์ประกอบของการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่

ผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐานที่ 1 ที่ว่าความวิตกกังวลทางสังคมมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับ 4 องค์ประกอบของการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานการวิจัยที่ตั้งไว้ ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ Hong, Chiu และ Huang (2012) ที่ศึกษารูปแบบความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะทางจิตวิทยาและการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ ซึ่งตัวแปรทางจิตวิทยานั้นคือตัวแปรความวิตกกังวลทางสังคมพบว่า คนที่มีความวิตกกังวลทางสังคมจะเกิดความรู้สึกไม่มั่นคงในสถานการณ์ทางสังคม และเกิดความรู้สึกกลัวในความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ดังนั้นบุคคลเหล่านี้จะหันมาใช้ในการติดต่อผ่านทางโทรศัพท์เคลื่อนที่แทนสถานการณ์การเผชิญหน้า (face-to-face situation) และงานวิจัยของ Pierce (2009) ซึ่งได้ศึกษาการใช้เทคโนโลยีในการสื่อสารของวัยรุ่น และบทบาทความวิตกกังวลทางสังคมต่อการติดต่อสื่อสารระหว่างวัยรุ่นกับบุคคลอื่น พบว่า เด็กวัยรุ่นที่มีความวิตกกังวลทางสังคมจะติดต่อสื่อสารกับบุคคลอื่นโดยการใช้สื่อออนไลน์ และการส่งข้อความอิเล็กทรอนิกส์ในโทรศัพท์เคลื่อนที่ เนื่องจากพวกเขาจะรู้สึกไม่สะดวกในการติดต่อกับผู้อื่นโดยการสื่อสารแบบเห็นหน้า หรือรู้สึกไม่สบายใจในสถานการณ์ทางสังคม นอกจากนี้ผลงานวิจัยนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยที่ศึกษาในประเทศไทยของพรหมพรผลาเกษ (2554) ที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลทางสังคมกับการติดการส่งข้อความอิเล็กทรอนิกส์ ได้พบผลเช่นเดียวกันคือผู้ที่มีความวิตกกังวลทางสังคมสูงจะเลือกใช้การสื่อสารแบบไม่เห็นหน้าโดยการส่งข้อความอิเล็กทรอนิกส์ดังนั้นจากงานวิจัยต่างๆข้างต้นมีความสอดคล้องกับผลงานวิจัยคือคนที่มีความวิตกกังวลทางสังคมสูงจะหลีกเลี่ยงสถานการณ์ทางสังคมและหลีกเลี่ยงการสื่อสารแบบเผชิญหน้าโดยใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ในการติดต่อสื่อสารไม่ว่าจะโดยการสื่อสารทางเสียง หรือทางข้อความและเมื่อคนเหล่านี้เลือกที่จะใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่บ่อยครั้งจึงนำไปสู่การติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ในที่สุด

สมมติฐานที่ 2 ความเบื่อหน่ายในยามว่างมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับ 4 องค์ประกอบของการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่

ผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐานที่ 2 บางส่วนคือ ความเบื่อหน่ายในยามว่างมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับ 3 องค์ประกอบของการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ ได้แก่ ด้านการไม่สามารถที่จะควบคุมการใช้งาน (Inability to Control Craving) ด้านความรู้สึกวิตกกังวลหรือสูญเสียความมั่นใจ (Feeling Anxious and Lost) และด้านการสูญเสียผลสัมฤทธิ์ในการเรียน (Productivity Loss) แต่ไม่มีความสัมพันธ์กับองค์ประกอบด้านการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่เพื่อหลีกเลี่ยงจากอารมณ์หรือสถานการณ์ที่ไม่พึงพอใจ (Withdrawal and Escape)

โดยภาพรวมผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ Leung (2008) ซึ่งบ่งชี้ลักษณะของการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ของวัยรุ่นและรวมไปถึงการศึกษาความเบื่อหน่ายในยามว่างกับการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ พบว่าการมีสภาวะความเบื่อหน่ายในยามว่างเป็นเวลานานทำให้บุคคลเหล่านี้มีคะแนนในมาตรวัดความเบื่อหน่ายในยามว่างสูง และบุคคลเหล่านี้จะมีคะแนนสูงในมาตรวัดการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่เช่นกัน เนื่องจากบุคคลที่มีความเบื่อหน่ายในยามว่างสูง มักมีแนวโน้มที่จะทำกิจกรรมต่างๆ เพื่อบรรเทาความรู้สึกเบื่อหน่ายที่บุคคลนั้นประสบ ดังนั้นการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่จึงเป็นสิ่งที่ผู้ที่มีความเบื่อหน่ายในยามว่างสูงมีแนวโน้มที่จะหยิบขึ้นมาใช้งาน เพื่อลดความรู้สึกเบื่อหน่าย เช่น การเล่นเกม การดูหนังฟังเพลง เป็นต้น และเมื่อคนเหล่านี้เลือกที่จะใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่บ่อยครั้งจะนำไปสู่การติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ในที่สุดซึ่งมีความสอดคล้องกับผลงานวิจัย

จากผลการวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์พบว่า ความเบื่อหน่ายในยามว่างไม่มีความสัมพันธ์กับองค์ประกอบด้านการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่เพื่อหลีกเลี่ยงจากอารมณ์หรือสถานการณ์ที่ไม่พึงพอใจ (Withdrawal and Escape) อาจเป็นเพราะการหลีกเลี่ยงจากอารมณ์หรือสถานการณ์ที่ไม่พึงพอใจเป็นสิ่งที่ซับซ้อนเกินกว่าค่าสหสัมพันธ์เพียงอย่างเดียวจะสามารถอธิบายได้ เพราะการหลีกเลี่ยงจากอารมณ์หรือสถานการณ์ที่ไม่พึงพอใจ อาจมีผลลัพธ์ที่แยกออกเป็น 2 มิติ คือ การหลีกเลี่ยงจากอารมณ์ที่ไม่พึงปรารถนาได้สำเร็จ และ การหลีกเลี่ยงจากอารมณ์ที่ไม่พึงปรารถนาไม่สำเร็จ ซึ่งผู้วิจัยไม่ได้วัดถึงผลลัพธ์ของการหลีกเลี่ยงจากอารมณ์หรือสถานการณ์ที่ไม่พึงพอใจว่าบุคคลเหล่านี้สามารถหลีกเลี่ยงได้สำเร็จหรือไม่ และไม่ได้วัดถึงการรับรู้ของบุคคลว่าการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่เมื่อเกิดสถานการณ์หรืออารมณ์ที่ไม่พึงพอใจ จะทำให้บุคคลรู้สึกว่าคุณเองมีความเบื่อหน่ายในยามว่างลดลงหรือไม่

จากผลการวิจัยพบว่า ตัวแปรความเบื่อหน่ายในยามว่าง มีค่าสหสัมพันธ์ทางบวกกับองค์ประกอบด้านการควบคุมการใช้งานและด้านการสูญเสียผลสัมฤทธิ์ในการเรียนที่สูง อาจมีสาเหตุมาจากบุคคลที่มีความเบื่อหน่ายในยามว่างเลือกที่จะใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่เพื่อลดความเบื่อหน่ายในเวลาที่ยาวนานสำหรับบุคคลเหล่านั้น และเมื่อใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่เป็นเวลานานก็อาจนำไปสู่การพึ่งพาการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่

จนไม่สามารถควบคุมเวลาในการใช้งานได้ และอาจส่งผลทำให้เสียเวลาส่วนใหญ่ไปกับการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่จนทำให้ให้ผลสัมฤทธิ์ในการเรียนลดลงในที่สุด

สมมติฐานที่ 3 ความวิตกกังวลทางสังคมและความเบื่อหน่ายในยามว่างสามารถร่วมทำนายการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ได้

จากผลการวิเคราะห์โมเดลสมการเชิงโครงสร้าง พบว่าความวิตกกังวลทางสังคมและความเบื่อหน่ายในยามว่างสามารถร่วมกันทำนายการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ได้ ($R^2 = .14$) ผลการวิจัยนี้จึงสนับสนุนสมมติฐานที่ 3

ความวิตกกังวลทางสังคมสามารถทำนายการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ได้ ซึ่งมีความสอดคล้องกับงานวิจัยของ พรหมพร ผลาเกษ(2554) ที่พบว่าความวิตกกังวลสามารถทำนายการติดการส่งข้อความอิเล็กทรอนิกส์ได้ เพราะ ความวิตกกังวลทางสังคมมีความเกี่ยวข้องกับสถานการณ์ทางสังคม และเกี่ยวข้องกับความรุนแรงจากการกลั่นในสถานการณ์ทางสังคม โดยเฉพาะอย่างยิ่งในสถานการณ์ที่ไม่คุ้นเคย หรือในสถานการณ์ที่จะถูกประเมินจากบุคคลรอบข้าง ซึ่งส่งผลให้รู้สึกวิตกกังวล และเกิดความกลัวต่อการสื่อสารแบบเผชิญหน้า ทำให้บุคคลที่มีความวิตกกังวลทางสังคมหันไปใช้การสื่อสารโดยใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่แทน

ความเบื่อหน่ายในยามว่างสามารถทำนายการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ได้ ซึ่งมีความสอดคล้องกับงานวิจัยของ Leung (2008) ที่พบว่าคนที่มีคะแนนความเบื่อหน่ายในยามว่างสูง จะมีคะแนนในมาตรวัดการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ และมีจำนวนชั่วโมงในการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่มาก เนื่องจากบุคคลที่มีความเบื่อหน่ายในยามว่างสูงจะมีแนวโน้มที่จะทำกิจกรรมบางอย่างเพื่อบรรเทาความรู้สึกเบื่อหน่าย จึงทำให้มีแนวโน้มที่จะหยิบโทรศัพท์เคลื่อนที่มาใช้งานเพื่อที่จะหลีกเลี่ยงความรู้สึกเบื่อหน่ายในยามว่างของบุคคลนั้น

จากผลการวิจัยทั้งหมดจึงสรุปได้ว่า ความวิตกกังวลทางสังคมและความเบื่อหน่ายในยามว่างสามารถร่วมกันทำนายการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ได้ ซึ่งกลุ่มผู้วิจัยคิดว่า การติดโทรศัพท์เคลื่อนที่อาจมีสาเหตุร่วมกันหลายปัจจัย และจากการได้ทบทวนวรรณกรรมต่างๆ ทำให้พบว่า นอกจาก ตัวแปรความวิตกกังวลทางสังคม และความเบื่อหน่ายในยามว่างแล้ว ตัวแปรอื่นๆ ก็สามารถที่จะทำนายการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ได้เช่นกัน ซึ่งอาจทำการศึกษาต่อไปได้ในอนาคต

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาอิทธิพลของความวิตกกังวลทางสังคมและความเบื่อหน่ายในยามว่าง ต่อการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ในนิสิต/นักศึกษาปริญญาตรี

สมมติฐานในการวิจัย

1. ความวิตกกังวลทางสังคมมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับ 4 องค์ประกอบของการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่
2. ความเบื่อหน่ายในยามว่างมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับ 4 องค์ประกอบของการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่
3. ความวิตกกังวลทางสังคมและความเบื่อหน่ายในยามว่าง สามารถทำนายการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ได้

กลุ่มตัวอย่าง

นิสิต/นักศึกษาระดับปริญญาตรี ปี 1 ถึง 4 ทั้งมหาวิทยาลัยรัฐบาล และมหาวิทยาลัยเอกชน ในเขตกรุงเทพและปริมณฑล และเป็นผู้ที่ใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ จำนวน 325 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย 3 มาตรฐาน ดังนี้

1. มาตรฐานวัดความวิตกกังวลทางสังคม ผู้วิจัยพัฒนาจากมาตรฐานวัด ความวิตกกังวลทางสังคม ของ พรหมพร ผลาเกษ (2554)
2. มาตรฐานวัดความเบื่อหน่ายในยามว่าง ผู้วิจัยใช้มาตรฐานวัดของ Bovornusvakool (2012)
3. มาตรฐานวัดการติดโทรศัพท์มือถือ ผู้วิจัยพัฒนามาตรฐานวัด Cell Phone Addiction ของ Leung (2008)

วิธีการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยนี้ใช้โปรแกรมเอสพีเอสเอสเฟอว์ วินโดว์ (SPSS for Window) การหาสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) และใช้โปรแกรม อาร์ วิเคราะห์โมเดลสมการเชิงโครงสร้าง (Structural Equation Model)

ผลการวิจัย

1. ความวิตกกังวลทางสังคมมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับ 4 องค์ประกอบของการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ได้แก่ด้านการไม่สามารถควบคุมการใช้งาน ($r_c = .20, p < .01, \text{one-tailed}$) ด้านความรู้สึกรู้สึกวิตกกังวลหรือ

สูญเสียความมั่นใจ ($r_a = .18, p < .01, \text{one-tailed}$) ด้านการใช้เพื่อหลีกเลี่ยงจากอารมณ์หรือสถานการณ์ที่ไม่พึงพอใจ ($r_c = .17, p < .01, \text{one-tailed}$) และด้านการสูญเสียผลสัมฤทธิ์ในการเรียน ($r_p = .21, p < .01, \text{one-tailed}$) หรือผู้ที่มีความวิตกกังวลทางสังคมชอบที่จะใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่และฟังเพลงสื่อสารรูปแบบนี้อยู่เสมอเพื่อหลีกเลี่ยงสถานการณ์ทางสังคม และนำไปสู่การติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ในที่สุด ซึ่งผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐาน

2. ความเบื่อหน่ายในยามว่างมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับ 3 องค์ประกอบของการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ได้แก่ด้านการไม่สามารถควบคุมการใช้งาน ($r_c = .35, p < .01, \text{one-tailed}$) ด้านความรู้สึกวิตกกังวลหรือสูญเสียความมั่นใจ ($r_a = .28, p < .01, \text{one-tailed}$) และด้านการสูญเสียผลสัมฤทธิ์ในการเรียน ($r_p = .32, p < .01, \text{one-tailed}$) อย่างไรก็ตามความเบื่อหน่ายในยามว่างไม่มีสหสัมพันธ์กับองค์ประกอบด้านการใช้เพื่อหลีกเลี่ยงจากอารมณ์หรือสถานการณ์ที่ไม่พึงพอใจ ($r_e = .08, p > .01, \text{one-tailed}$) ดังนั้นผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐานบางส่วนได้แก่ด้านการไม่สามารถควบคุมการใช้งาน ด้านความรู้สึกวิตกกังวลหรือสูญเสียความมั่นใจ และด้านการสูญเสียผลสัมฤทธิ์ในการเรียน

3. ความวิตกกังวลทางสังคม และความเบื่อหน่ายในยามว่าง สามารถร่วมกันทำนายการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ได้ ($R^2 = .14, p < .05$) โดยความวิตกกังวลทางสังคมสามารถทำนายการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ ($\beta = .12, p < .05$) และความเบื่อหน่ายในยามว่างสามารถทำนายการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ ($\beta = .32, p < .05$) ดังนั้น การที่ตัวแปรทำนายทั้งสองสามารถทำนายตัวแปรเกณฑ์ได้ ผลการวิจัยจึงสนับสนุนสมมติฐาน

ข้อเสนอแนะสำหรับงานวิจัยในอนาคต

1. ในงานวิจัยครั้งต่อไปอาจศึกษาตัวแปรทางจิตวิทยาอื่นๆเพิ่มเติมที่สามารถนำไปสู่การติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ เช่น ความเหงา (Loneliness) ความเครียด (Stress) เป็นต้น เพราะ จาก 4 องค์ประกอบของการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ มีองค์ประกอบหนึ่ง ซึ่งก็คือด้านการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่เพื่อหลีกเลี่ยงจากอารมณ์หรือสถานการณ์ที่ไม่พึงพอใจ (Withdrawal and Escape) ซึ่งอารมณ์นั้นก็รวมไปถึงความเหงา ความเครียด ผู้วิจัยจึงมีความคิดว่าควรศึกษาตัวแปรเหล่านี้ยิ่งยงเนื่องจากโทรศัพท์เคลื่อนที่เป็นที่นิยมมากในปัจจุบัน และแนวโน้มของผู้ใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ก็เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว ซึ่งผลที่ตามมาอาจกลายเป็นปัญหาสุขภาพต่างๆในอนาคตได้ ดังนั้น การทำความเข้าใจ และศึกษาตัวแปรทางจิตวิทยาอื่นๆเพิ่มเติมอาจทำให้ทราบถึงสาเหตุที่แน่ชัดของการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ได้

2. ศึกษาการติดสื่ออิเล็กทรอนิกส์อื่นๆ ไม่ว่าจะเป็น คอมพิวเตอร์ หรือ อุปกรณ์ที่ใช้ในการสื่อสารอื่นๆ เพื่อเป็นการขยายผลการวิจัย อีกทั้งสื่ออิเล็กทรอนิกส์เหล่านี้ได้เข้ามามีอิทธิพลในสังคมปัจจุบัน ดังนั้น การศึกษาเพิ่มเติมอาจครอบคลุมมากยิ่งขึ้น

3. จากโมเดลเชิงทำนายเห็นได้ว่า ความเบื่อหน่ายในยามว่างสามารถทำนายการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ได้มากกว่าความวิตกกังวลทางสังคม รวมไปถึงความวิตกกังวลทางสังคม มีสาเหตุมาจากทั้งจากปัจจัยทางชีวภาพและสาเหตุทางจิตใจ (ประทักษ์ ลิขิตเลอสรวง, 2548) ดังนั้นการแก้ปัญหาอาจจะทำได้ยากกว่า เพราะอาจต้องแก้ปัญหาในเรื่องของการทำงานของสมอง เป็นต้น การจัดการจากสาเหตุความเบื่อหน่ายในยามว่างอาจส่งผลที่คุ้มค่ากว่า เนื่องจาก ความเบื่อหน่ายในยามว่างสามารถทำนายได้มากกว่า ซึ่งวิธีการแก้ปัญหาอาจทำโดยเพิ่มทักษะในการทำกิจกรรมที่สร้างสรรค์ต่างๆ เพื่อไม่ให้วัยรุ่นเกิดความเบื่อหน่ายในยามว่าง พร้อมบอกถึงผลเสียของการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ด้วยข้อมูลเชิงประจักษ์ให้กลุ่มวัยรุ่นเข้าใจและตระหนักถึงข้อเสียของปัญหาจากการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่

4. ควรมีการศึกษาที่พฤติกรรมการใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่เพิ่มเติม และอาจจะวัดระดับของการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่เพื่อดูอิทธิพลในการทำนายการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ เช่น ถ้าคนติดในระดับปกติ อาจมีอิทธิพลมาจากความเบื่อหน่ายในยามว่าง หรือถ้าคนที่ติดในระดับสูง หรือมีการใช้งานโทรศัพท์เคลื่อนที่ในทางที่ผิด ก็อาจได้รับอิทธิพลจากความวิตกกังวลทางสังคมมาก เป็นต้น

รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

กฤตมา กมล. 2554. *ตัวขับเคลื่อนและผลสืบเนื่องของการเสพติดโปรแกรมประยุกต์บนโทรศัพท์เคลื่อนที่.*

ปริญญาานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ปทุมธานี.

จิตรราษฏ์เมธา. 2548. *การลดความวิตกกังวลทางสังคมด้วยการบำบัดความคิดพฤติกรรม.*

ปริญญาานิพนธ์การศึกษาดุษฎีบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. กรุงเทพฯ.

ประทักษ์ลิขิตเลอสรวง. (2548). *ภาวะวิตกกังวลทางสังคม. วิทยุทศจุลสาร, 32, 55-56.*

พรหมพร ผลาเกษ. (2554). *ความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง ความวิตกกังวลทางสังคม กับการติดเกมส์ข้อความอิเล็กทรอนิกส์. ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต.*

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. กรุงเทพฯ.

ศูนย์วิจัยมหาวิทยาลัยกรุงเทพ. (2552). *วัยรุ่นกับโทรศัพท์มือถือ.8 พฤศจิกายน 2555.*

<http://bangkokpoll.bu.ac.th/poll/result/poll429.php?pollID=270&Topic=วัยรุ่นกับโทรศัพท์มือถือ.pdf>.

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. (2551). *วัยรุ่นไทยใช้โทรศัพท์มือถือ. 8 พฤศจิกายน 2555.*

<http://www.thaihealth.or.th/healthcontent/article/4534>.

สำนักสถิติพยากรณ์ สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2554). *จำนวนผู้ใช้โทรศัพท์มือถือ จำแนกตามเพศ และกลุ่มอายุ ที่วราขอาณานิคม พ.ศ.2546 – 2554. กรุงเทพฯ.*

ภาษาอังกฤษ

Antony, M. M., & Swinson, R. P. (2008). *The shyness and social anxiety workbook: Proven, Step-By-Step Techniques for Overcoming Your Fear.* Oakland, CA: New Harbinger.

Beard, B.W., & Wolf, E.M. (2001). Modification in the proposed diagnostic criteria for internet Addiction. *Cyberpsychology and behavior, 4, 377-383.*

Bianchi, A., & Phillips, J. G. (2005). Psychological predictors of problem mobilephone use. *Cyberpsychology and Behavior, 8(1), 39-51.*

Bovomusvakool, W., Vodanovich, S.J., Ariyabuddhipongs, K., & Ngamake, S.T. (2012). Examining the antecedents and consequences of workaholism. *The Psychologist-Manager Journal, 15, 56-70.*

Chou, T.-J., & Ting, C.-C. (2003). The role of flow experience in cyber-game addiction. *Cyberpsychology and behavior, 6, 663-675.*

Fresco, D.M., Coles, M.E., Heimberg, R.G., Liebowitz, M.R., Hami, S., Stein, M.B. & Goetz, D.

- (2001). Theliebowitz social anxiety scale: a comparison of the psychometric properties of self-report and clinician-administered formats. *Psychological Medicine*, 31, 1025-1035.
- Hong, F.-Y., Chiu, S.-I., & Huang, D.-H. (2012). A model of the relationship between psychological characteristics, mobile phone addiction and use of mobile phones by Taiwanese university female students. *Computers in Human Behavior*, 28(6), 2152-2159.
- Iso-Ahola SE and Weissinger E.(1990). Perceptions of boredom in leisure: Conceptualization, reliability and validity of the leisure boredom scale. *Journal of Leisure Research*,22, 1-17.
- Leary, M. R. (1983). *Understanding social anxiety*. Beverly Hills,CA: Sage.
- Leary, M. R.,and Kowalski, R. M. (1995). *Social anxiety* (pp.2-3). New York: Guilford Press.
- Leung, L. (2008).Linking psychological attributes to addiction and improper use of the mobile phone among adolescents in Hong Kong.*Journal of Children and Media*, 2(2), 93-113.
- Park, W. (2005).*Mobile phone addiction mobile communications*, 31, 253-272.London:Springer.
- Parkview Health. (2011). Don't text and drive. Retrieved November 10,2012.
<http://www.donttextdrive.com/statistics/>.
- Pierce, T. (2009). Social anxiety and technology: Face-to-face communication versus technological communication among teens. *Computers in Human Behavior*, 25(6), 1367-1372.
- St. Lorant, T. A., Henderson, L., &Zimbardo, P. G. (2000).Comorbidity in chronic shyness.[Article].*Depression & Anxiety* (1091-4269), 12(4), 232-237.
- Wegner, L., &Flisher, A.J. (2009).Leisure boredom and adolescent risk behavior :A systematic literature review. *Journal of Child and Adolescent Mental Health*, 21(1), 1–28.
- Wegner, L., (2011). Through the lens of a peer: Understanding leisure boredomand risk behaviour in adolescence. *South African journal of occupational therapy*,41, 18-24.
- West, R. (2006). Outline of a synthetic theory of addiction. University College London and Cancer Research UK, London, UK.
- Whang, L.S.-M., Lee, S., & Chang, G. (2003). Internet over-users' psychological profiles: A behavior sampling analysis on internet addiction. *Cyberpsychology and behavior*, 6, 143-150.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

ตารางที่ 1 ผลการวิเคราะห์ค่าที (t-test) ของข้อกระทงของมาตรวัดการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ใน
องค์กรประกอบด้านการไม่สามารถควบคุมการใช้งาน

ข้อที่	ทิศทาง	การวิเคราะห์ข้อกระทงกลุ่มสูง - กลุ่มต่ำ						ข้อที่ผ่าน การ วิเคราะห์ ทั้งหมด
		กลุ่มสูง (n=19)		กลุ่มต่ำ (n=19)		t	p	
		M	SD	M	SD			
1	+	3.37	.95	1.53	1.02	5.74	< .05	ผ่าน
2	+	3.11	1.24	1.53	.61	4.96	< .05	ผ่าน
3	+	4.26	.56	1.53	.69	13.32	< .05	ผ่าน
4	+	3.63	1.16	1.16	.37	8.81	< .05	ผ่าน
5	+	3.58	1.07	1.37	.76	7.33	< .05	ผ่าน
6	-	3.63	.83	2.16	1.30	4.15	.02	ผ่าน
7	+	2.89	1.10	1.16	.37	6.51	< .05	ผ่าน
8	+	4.21	.78	2.21	1.22	5.97	< .05	ผ่าน

ตารางที่ 2 ผลการวิเคราะห์ค่าที (t-test) ของข้อกระทงของมาตรวัดการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ใน
องค์ประกอบด้านความรู้สึกรีดกั่วงวลหรือสูญเสียความมั่นใจ

ข้อที่	ทิศทาง	การวิเคราะห์ข้อกระทงกลุ่มสูง - กลุ่มต่ำ						ข้อที่ผ่าน การ วิเคราะห์ ทั้งหมด
		กลุ่มสูง (n=19)		กลุ่มต่ำ (n=22)		t	p	
		M	SD	M	SD			
1	-	4.42	.76	2.36	.95	7.52	< .05	ผ่าน
2	+	4.26	.99	1.73	.63	9.90	< .05	ผ่าน
3	+	3.63	1.01	1.32	.47	9.13	< .05	ผ่าน
4	+	4.11	.80	1.41	.50	12.99	< .05	ผ่าน
5	+	4.42	.70	1.77	.61	12.86	< .05	ผ่าน

ตารางที่ 3 ผลการวิเคราะห์ค่าที (t-test) ของข้อกระทงของมาตรวัดการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ใน
องค์ประกอบด้านการใช้เพื่อหลีกเลี่ยงจากอารมณ์หรือสถานการณ์ที่ไม่พึงพอใจ

ข้อที่	ทิศทาง	การวิเคราะห์ข้อกระทงกลุ่มสูง - กลุ่มต่ำ						ข้อที่ผ่าน การ วิเคราะห์ ทั้งหมด
		กลุ่มสูง (n=19)		กลุ่มต่ำ (n=23)		t	p	
		M	SD	M	SD			
1	+	4.26	.56	2.35	.71	9.50	< .05	ผ่าน
2	-	3.57	.88	3.13	.98	1.51	.06	-
3	+	4.26	.65	2.17	.71	9.78	< .05	ผ่าน
4	+	4.11	.80	1.87	.69	9.63	< .05	ผ่าน

ตารางที่ 4 ผลการวิเคราะห์ค่าที (t-test) ของข้อกระทงของมาตรวัดการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ใน
องค์ประกอบด้านการสูญเสียผลสัมฤทธิ์ในการเรียน

ข้อที่	ทิศทาง	การวิเคราะห์ข้อกระทงกลุ่มสูง - กลุ่มต่ำ						ข้อที่ผ่านการ วิเคราะห์ ทั้งหมด
		กลุ่มสูง (n=20)		กลุ่มต่ำ (n=20)		t	p	
		M	SD	M	SD			
1	+	3.50	1.00	1.80	.61	6.47	< .05	ผ่าน
2	-	4.10	1.11	3.00	1.21	2.97	< .05	ผ่าน
3	+	3.60	.94	1.30	.47	9.78	< .05	ผ่าน
4	+	3.80	.83	1.60	.59	9.59	< .05	ผ่าน

ตารางที่ 5 ผลการวิเคราะห์ค่าที (t-test) ของข้อกระทงของมาตรวัดความเบื่อหน่ายในยามว่าง

ข้อที่	ทิศทาง	การวิเคราะห์ข้อกระทงกลุ่มสูง - กลุ่มต่ำ						ข้อที่ผ่านการวิเคราะห์ทั้งหมด
		กลุ่มสูง (n=19)		กลุ่มต่ำ (n=19)		t	p	
		M	SD	M	SD			
1	+	3.47	1.07	1.74	.99	5.18	< .05	ผ่าน
2	-	3.05	.62	1.63	.76	6.30	< .05	ผ่าน
3	+	3.53	1.07	1.26	.45	8.46	< .05	ผ่าน
4	-	2.89	.99	1.37	.83	5.13	< .05	ผ่าน
5	+	3.42	.90	2.74	.87	2.37	< .05	ผ่าน
6	+	3.16	.83	1.79	.63	5.70	< .05	ผ่าน
7	-	2.19	1.07	2.09	0.88	1.69	.07	-
8	-	2.68	1.00	1.63	.83	3.52	< .05	ผ่าน
9	-	3.21	1.18	1.84	.89	4.01	< .05	ผ่าน
10	+	4.11	.93	2.05	.97	6.63	< .05	ผ่าน
11	-	2.91	.86	1.53	.61	5.71	< .05	ผ่าน
12	-	2.47	.96	1.63	.59	3.23	< .05	ผ่าน
13	-	3.32	.82	2.00	.81	4.95	< .05	ผ่าน
14	+	3.55	.79	1.63	.83	7.28	< .05	ผ่าน
15	+	3.05	.70	1.29	.61	8.18	< .05	ผ่าน
16	+	3.42	1.01	2.21	.53	4.59	< .05	ผ่าน

ตารางที่ 6 ผลการวิเคราะห์ค่าที (t-test) ของข้อกระทงของมาตรฐานวัดความวิตกกังวลทางสังคม

ข้อที่	ทิศทาง	การวิเคราะห์ข้อกระทงกลุ่มสูง - กลุ่มต่ำ						ข้อที่ผ่านการวิเคราะห์ทั้งหมด
		กลุ่มสูง (n=19)		กลุ่มต่ำ (n=19)		t	p	
		M	SD	M	SD			
1	+	2.89	.80	1.95	1.07	3.06	< .05	ผ่าน
2	-	2.95	.97	1.58	.69	5.00	< .05	ผ่าน
3	+	3.47	1.02	1.84	.68	5.77	< .05	ผ่าน
4	+	3.11	.87	1.89	.73	4.61	< .05	ผ่าน
5	+	3.68	.82	2.47	1.02	4.03	< .05	ผ่าน
6	+	4.42	.60	3.05	1.17	4.50	< .05	ผ่าน
7	+	4.32	.94	3.26	1.14	3.08	< .05	ผ่าน
8	-	3.21	.63	2.37	.83	3.52	< .05	ผ่าน
9	+	4.05	.78	2.37	1.16	5.23	< .05	ผ่าน
10	+	3.63	.68	2.63	1.06	3.44	< .05	ผ่าน
11	+	3.74	.80	2.37	.95	4.77	< .05	ผ่าน
12	+	4.11	.80	2.95	1.07	3.74	< .05	ผ่าน
13	+	3.89	.56	2.74	.87	4.85	< .05	ผ่าน
14	+	3.95	.78	2.11	.73	7.48	< .05	ผ่าน
15	-	3.95	.52	2.47	.84	6.48	< .05	ผ่าน
16	+	3.58	.83	2.11	.87	5.30	< .05	ผ่าน
17	-	3.42	.83	2.26	.73	4.53	< .05	ผ่าน
18	-	3.42	.90	2.42	.69	3.83	< .05	ผ่าน
19	-	3.53	1.21	2.26	.73	3.87	< .05	ผ่าน

ข้อที่	ทิศทาง	การวิเคราะห์ข้อกระทงกลุ่มสูง - กลุ่มต่ำ						ข้อที่ผ่าน การ วิเคราะห์ ทั้งหมด
		กลุ่มสูง (n=19)		กลุ่มต่ำ (n=19)		t	p	
		M	SD	M	SD			
20	-	3.42	1.01	2.58	.96	2.62	< .05	ผ่าน
21	+	2.53	1.07	2.16	.60	4.56	.10	-
22	-	3.37	.68	2.47	.51	1.30	< .05	ผ่าน
23	+	3.00	.74	2.42	.69	2.48	< .05	ผ่าน
24	+	3.42	.90	1.79	.71	6.18	< .05	ผ่าน
25	+	3.26	.87	1.74	.93	5.20	< .05	ผ่าน
26	+	3.53	1.02	2.21	1.08	3.85	< .05	ผ่าน

ตารางที่ 7 ผลการวิเคราะห์ค่าที (t-test) ของข้อกระทงของมาตรวัดการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ใน
องค์ประกอบด้านการไม่สามารถควบคุมการใช้งาน ครั้งที่ 2

ข้อที่	ทิศทาง	การวิเคราะห์ข้อกระทงกลุ่มสูง - กลุ่มต่ำ						ข้อที่ผ่าน การ วิเคราะห์ ทั้งหมด
		กลุ่มสูง (n=19)		กลุ่มต่ำ (n=19)		t	p	
		M	SD	M	SD			
1	+	3.42	.83	1.21	.41	10.28	<.05	ผ่าน
2	+	3.47	.69	1.32	.58	10.35	<.05	ผ่าน
3	+	4.00	.74	1.63	.83	9.25	<.05	ผ่าน
4	+	3.63	.83	1.05	.22	13.04	<.05	ผ่าน
5	+	3.68	1.25	1.11	.31	8.72	<.05	ผ่าน
6	-	3.16	1.01	1.26	.56	7.12	<.05	ผ่าน
7	+	2.68	1.33	1.16	.50	4.66	<.05	ผ่าน
8	+	4.05	.84	2.21	.97	6.20	<.05	ผ่าน

ตารางที่ 8 ผลการวิเคราะห์ค่าที (t-test) ของข้อกระทงของมาตรวัดการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ใน
องค์ประกอบด้านความรู้สึกวิตกกังวลหรือสูญเสียความมั่นใจ ครั้งที่ 2

ข้อที่	ทิศทาง	การวิเคราะห์ข้อกระทงกลุ่มสูง - กลุ่มต่ำ						ข้อที่ผ่าน การ วิเคราะห์ ทั้งหมด
		กลุ่มสูง (n=19)		กลุ่มต่ำ (n=20)		t	p	
		M	SD	M	SD			
1	-	3.79	1.03	1.90	.70	6.81	<.05	ผ่าน
2	+	4.26	.56	1.48	.87	11.86	<.05	ผ่าน
3	+	3.63	1.01	1.52	.68	7.65	<.05	ผ่าน
4	+	3.47	.84	1.62	1.02	6.22	<.05	ผ่าน
5	+	3.84	.76	2.00	.94	6.71	<.05	ผ่าน

ตารางที่ 9 ผลการวิเคราะห์ค่าที (t-test) ของข้อกระทงของมาตรวัดการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ใน
องค์ประกอบด้านการใช้เพื่อหลีกเลี่ยงจากอารมณ์หรือสถานการณ์ที่ไม่พึงพอใจ ครั้งที่ 2

ข้อที่	ทิศทาง	การวิเคราะห์ข้อกระทงกลุ่มสูง - กลุ่มต่ำ						ข้อที่ผ่าน การ วิเคราะห์ ทั้งหมด
		กลุ่มสูง (n=22)		กลุ่มต่ำ (n=21)		t	p	
		M	SD	M	SD			
1	+	4.50	.51	2.00	.63	14.28	<.05	ผ่าน
2	+	4.45	.59	2.05	.80	11.18	<.05	ผ่าน
3	+	4.36	.49	2.05	.86	10.72	<.05	ผ่าน

ตารางที่ 10 ผลการวิเคราะห์ค่าที (t-test) ของข้อกระทงของมาตรวัดการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ใน
องค์ประกอบด้านการสูญเสียผลสัมฤทธิ์ในการเรียน ครั้งที่ 2

ข้อที่	ทิศทาง	การวิเคราะห์ข้อกระทงกลุ่มสูง - กลุ่มต่ำ						ข้อที่ผ่านการ วิเคราะห์ ทั้งหมด
		กลุ่มสูง (n=19)		กลุ่มต่ำ (n=26)		t	p	
		M	SD	M	SD			
1	+	3.74	.87	1.87	.85	7.17	<.05	ผ่าน
2	+	3.79	.91	2.42	.85	5.12	<.05	ผ่าน
3	+	4.00	.88	1.35	.62	11.79	<.05	ผ่าน
4	+	3.53	1.17	1.58	.57	6.68	<.05	ผ่าน
5	-	3.95	.78	2.38	.85	6.29	<.05	ผ่าน

ตารางที่ 11 ผลการวิเคราะห์ค่าที (t-test) ของข้อกระทงของมาตรวัดความวิตกกังวลทางสังคม ครั้งที่ 2

ข้อที่	ทิศทาง	การวิเคราะห์ข้อกระทงกลุ่มสูง – กลุ่มต่ำ						ข้อที่ผ่านการวิเคราะห์ทั้งหมด
		กลุ่มสูง (n=21)		กลุ่มต่ำ (n=20)		t	p	
		M	SD	M	SD			
1	+	2.81	.87	1.95	.82	3.23	<.05	ผ่าน
2	-	3.10	.99	1.60	.59	5.79	<.05	ผ่าน
3	+	3.29	1.00	1.85	.74	5.16	<.05	ผ่าน
4	+	3.05	.97	1.75	.63	5.01	<.05	ผ่าน
5	+	3.43	.92	2.25	1.07	3.77	<.05	ผ่าน
6	+	4.19	.75	3.20	1.05	3.47	<.05	ผ่าน
7	+	4.43	.59	3.55	1.27	2.80	<.05	ผ่าน
8	-	3.38	.66	2.30	.92	4.30	<.05	ผ่าน
9	+	3.67	.73	2.05	.99	5.93	<.05	ผ่าน
10	+	4.00	.94	2.75	1.29	3.54	<.05	ผ่าน
11	+	3.52	.98	1.95	1.09	4.84	<.05	ผ่าน
12	+	4.05	.92	2.55	.75	5.66	<.05	ผ่าน
13	+	3.86	.79	2.15	.93	6.32	<.05	ผ่าน
14	+	3.95	.92	1.90	.85	7.39	<.05	ผ่าน
15	-	3.67	.91	2.00	.56	7.07	<.05	ผ่าน
16	+	3.33	1.01	1.90	.78	5.02	<.05	ผ่าน
17	-	3.71	.84	2.40	.82	5.04	<.05	ผ่าน
18	-	3.00	.94	2.15	.81	3.07	<.05	ผ่าน
19	-	3.43	.92	2.45	.82	3.56	<.05	ผ่าน
20	-	4.24	.62	3.10	1.02	4.28	<.05	ผ่าน
21	+	2.86	.79	1.95	.60	4.10	<.05	ผ่าน
22	-	2.81	.87	1.70	.65	4.58	<.05	ผ่าน
23	+	2.52	1.25	1.60	1.04	2.56	<.05	ผ่าน

ข้อที่	ทิศทาง	การวิเคราะห์ข้อกระทงกลุ่มสูง - กลุ่มต่ำ						ข้อที่ผ่านการวิเคราะห์ทั้งหมด
		กลุ่มสูง (n=15)		กลุ่มต่ำ (n=22)		t	p	
		M	SD	M	SD			
24	+	3.38	.80	2.05	.99	4.71	<.05	ผ่าน
25	+	3.57	.92	2.00	.97	5.29	<.05	ผ่าน

ตารางที่ 12 ผลการวิเคราะห์มาตรวัดการติดโทรศัพท์เคลื่อนที่ โดยการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ ในมาตรวัด (Corrected item-total correlation) (N=52)

ข้อความ	ทิศทาง	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ	
		ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2
ด้านการไม่สามารถควบคุมการใช้งาน			
1. เพื่อนหรือคนในครอบครัวบ่นเกี่ยวกับการใช้โทรศัพท์มือถือของคุณ	+	.69	.57
2. คุณพยายามลดระยะเวลาในการใช้โทรศัพท์มือถือแต่ไม่ประสบความสำเร็จ	+	.41	.77
3. คุณพบว่าตนเองใช้เวลาอยู่กับโทรศัพท์มือถือนานกว่าที่ตั้งใจ	+	.74	.73
4.	+	.77	.85
5.	+	.52	.68
6a	-	-.06	-
6b	-	-	.51
7.	+	.51	.44
8.	+	.42	.48
α		.79	.87
ด้านความรู้สึกวิตกกังวลหรือสูญเสียความมั่นใจ			
1. คุณใช้ชีวิตประจำวันได้อย่างปกติเมื่อไม่มีโทรศัพท์มือถือ	-	.64	.45
2. คุณพบว่าเป็นการยากที่จะปิดโทรศัพท์มือถือ	+	.72	.65
3. เมื่อคุณไม่มีโทรศัพท์มือถืออยู่กับตัวคุณจะหมกมุ่นอยู่กับความคิดว่าจะมีสายที่ไม่ได้รับ	+	.68	.52
4.	+	.67	.51
5.	+	.77	.60
α		.87	.75

ข้อความ	ทิศทาง	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ	
		ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2
ด้านการใช้เพื่อหลีกเลี่ยงจากอารมณ์หรือสถานการณ์ที่ไม่พึงพอใจ			
1. คุณใช้โทรศัพท์มือถือเพื่อสื่อสารกับคนอื่นเมื่อคุณรู้สึกโดดเดี่ยว	+	.72	.77
2. เมื่อคุณรู้สึกท้อใจการใช้โทรศัพท์ไม่ได้ทำให้คุณรู้สึกสบายใจขึ้น	-	-	-
3.	+	.80	.69
4.	+	.73	.59
α		.87	.83
ด้านการสูญเสียผลสัมฤทธิ์ในการทำงาน/การเรียน			
1. บางครั้งคุณเลือกที่จะใช้โทรศัพท์มือถือมากกว่าที่จะจัดการกับงานเร่งด่วน	+	.31	.41
2a คุณไม่เคยใช้โทรศัพท์มือถือระหว่างชั่วโมงเรียน	-	.00	-
2b คุณใช้โทรศัพท์มือถือระหว่างชั่วโมงเรียน	+	-	.41
3.	+	.50	.58
4.	+	.53	.65
5.	-	-	.49
α		.52	.74
α รวมข้อกระทงทั้งหมด		.70	.82

$r_{critical} = .273$, $df = 50$, $\alpha = .05$, one-tailed

ตารางที่ 13 ผลการวิเคราะห์มาตรวัดความเบื่อหน่ายในยามว่าง โดยการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ ในมาตรวัด (Corrected item-total correlation) (N=52)

ข้อความ	ทิศทาง	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ
1. เวลาว่างเป็นช่วงเวลาที่ช่างดูเนิ่นนานสำหรับฉัน	+	.43
2. ในช่วงเวลาว่างของฉัน ฉันเพลิดเพลินมากกับสิ่งที่ฉันทำ	-	.65
3. เวลาว่างนั้นน่าเบื่อ	+	.63
4.	-	.51
5.	+	.22
6.	+	.57
7.	-	.43
8.	-	.55
9.	+	.68
10.	-	.67
11.	-	.27
12.	-	.48
13.	+	.67
14.	+	.50
15.	+	.45
α		.87

r critical = .273 , df = 50, α = .05,

ตารางที่ 14 ผลการวิเคราะห์หามาตรวัดความวิตกกังวลทางสังคม โดยการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ ในมาตรวัด (Corrected item-total correlation)

(N=52)

ข้อความ	ทิศทาง	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ	
		ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2
1. ฉันมักจะรู้สึกกังวลใจแม้จะอยู่ในบรรยากาศการสังสรรค์สบายๆ	+	.40	.24
2. ฉันสามารถพูดคุยกับเพศตรงกันข้ามได้อย่างไร้ความกังวล	-	.40	.59
3. ฉันวิตกกังวลเมื่อต้องพูดคุยกับครูหรือหัวหน้า	+	.67	.58
4.	+	.55	.59
5.	+	.50	.48
6.	+	.44	.48
7.	+	.41	.46
8.	-	.42	.41
9.	+	.51	.60
10.	+	.36	.40
11.	+	.46	.55
12.	+	.42	.54
13.	+	.49	.69
14.	+	.65	.70
15.	-	.60	.61
16.	+	.55	.46
17.	-	.39	.47
18.	-	.35	.38
19.	-	.40	.44
20.	-	.43	.53
21.	+	-	-

ข้อความ	ทิศทาง	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ	
		ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2
22.	-	.49	.46
23.	+	.26	.54
24.	+	.58	.24
25.	+	.49	.49
26a	+	.20	-
26b	+	-	.52
α		.88	.90

r critical = .273 , $df = 50$, $\alpha = .05$, one-tailed

ภาคผนวก ข

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
แบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับการใช้โทรศัพท์มือถือ

คำชี้แจง

แบบสอบถามชุดนี้เป็นแบบสอบถามที่ใช้ประกอบการวิจัยเรื่อง “ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการใช้โทรศัพท์มือถือ ความเบื่อหน่ายในยามว่างและการรับรู้การมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น”

ขอความกรุณาจากท่านโปรดตอบแบบสอบถามชุดนี้ด้วยความถูกต้องตรงกับความจริงมากที่สุด และกรุณาตอบให้ครบทุกข้อ เพื่อให้คณะผู้วิจัยสามารถนำข้อมูลที่ได้รับจากท่านไปใช้ให้เกิดประโยชน์ทางวิชาการ ข้อมูลที่ได้รับจากแบบสอบถามจะถูกเก็บเป็นความลับ และนำไปใช้ในการวิจัยเท่านั้น

ขอขอบคุณอย่างสูง

คณะผู้วิจัย

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

เพศ ชาย หญิง

อายุ.....

คณะ..... ชั้นปี.....

คะแนนเฉลี่ยสะสม (GPAX).....

ยี่ห้อโทรศัพท์มือถือที่ใช้ iPhone BlackBerry Samsung

Nokia อื่นๆ (ระบุยี่ห้อ).....

รุ่นของโทรศัพท์มือถือที่ใช้.....

คุณใช้บริการอินเทอร์เน็ตบนโทรศัพท์มือถือ ใช่ ไม่ใช่

รูปแบบของการใช้และจำนวนเวลาที่ใช้โทรศัพท์มือถือโดยประมาณต่อวัน
(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ และกรุณาระบุเวลาการใช้)

ตัวอย่าง : คุณใช้โทรศัพท์มือถือเพื่อส่งข้อความเป็นเวลาประมาณ 5 ชั่วโมง 30 นาทีต่อวัน

ใช้เพื่อส่งข้อความ 5.....ชั่วโมง 15 นาที 30 นาที 45 นาที

ใช้เพื่อโทรศัพท์ชั่วโมง 15 นาที 30 นาที 45 นาที

ใช้เพื่อส่งข้อความชั่วโมง 15 นาที 30 นาที 45 นาที

(เช่น การส่งข้อความแบบทั่วไป,WhatsApp, Line เป็นต้น)

เล่นเกมส์ชั่วโมง 15 นาที 30 นาที 45 นาที

ดูหนัง ฟังเพลงชั่วโมง 15 นาที 30 นาที 45 นาที

เล่นอินเทอร์เน็ตชั่วโมง 15 นาที 30 นาที 45 นาที

(เช่น การเข้าเว็บไซต์, Facebook, Instagram เป็นต้น)

คุณใช้โทรศัพท์มือถือในสถานการณ์ดังต่อไปนี้บ่อยแค่ไหน

- ขณะเดินทางคนเดียว ไม่เคยเลย บางครั้ง บ่อยครั้ง เป็นประจำ
- อยู่กับเพื่อน ไม่เคยเลย บางครั้ง บ่อยครั้ง เป็นประจำ
- ทานอาหารคนเดียว ไม่เคยเลย บางครั้ง บ่อยครั้ง เป็นประจำ
- อยู่กับคนแปลกหน้า ไม่เคยเลย บางครั้ง บ่อยครั้ง เป็นประจำ

ในภาคการศึกษานี้คุณลงทะเบียนเรียนกี่หน่วยกิตหน่วยกิต

คุณมีงาน Part-time หรือไม่ มีชั่วโมง/สัปดาห์ ไม่มี

(งาน Part-time คือ งานที่ทำแล้วได้รายได้เสริม เช่น การสอนพิเศษ เป็นต้น)

ตอนที่ 2

คำชี้แจง : โปรดอ่านและพิจารณาข้อความแต่ละข้อโดยทำเครื่องหมาย X ลงในช่องที่ตรงกับความรู้ของท่านมากที่สุดเพียงเครื่องหมายเดียว ในแต่ละข้อ และโปรดตอบให้ครบทุกข้อ

1 หมายถึง **ไม่เคยเลย**

2 หมายถึง **แทบจะไม่**

3 หมายถึง **บางครั้ง**

4 หมายถึง **บ่อยครั้ง**

5 หมายถึง **เป็นประจำ**

แบบสอบถามพฤติกรรมการใช้โทรศัพท์มือถือ

ข้อ	คำถาม	ระดับความคิดเห็น				
		1 ไม่เคยเลย	2 แทบจะไม่	3 บางครั้ง	4 บ่อยครั้ง	5 เป็นประจำ
1	บางครั้งคุณเลือกที่จะใช้โทรศัพท์มือถือมากกว่าที่จะจัดการกับงานเร่งด่วน					

หมายเหตุ แบบสอบถามที่ใช้จริงมีจำนวน 21 ข้อ

ตอนที่ 3

คำชี้แจง : โปรดอ่านและพิจารณาข้อความแต่ละข้อโดยทำเครื่องหมาย X ลงในช่องที่ข้อความแต่ละข้อสามารถอธิบายตัวคุณโดยทั่ว ๆ ไป เพียงเครื่องหมายเดียว ในแต่ละข้อ และโปรดตอบให้ครบทุกข้อ

- 1 หมายถึง ท่านรู้สึกไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
- 2 หมายถึง ท่านรู้สึกไม่เห็นด้วย
- 3 หมายถึง ท่านรู้สึก เห็นด้วยและไม่เห็นด้วยพอกๆกัน
- 4 หมายถึง ท่านรู้สึกเห็นด้วย
- 5 หมายถึง ท่านรู้สึกเห็นด้วยอย่างยิ่ง

แบบสอบถามความเบื่อหน่ายในยามว่าง

ข้อ	คำถาม	ระดับความคิดเห็น				
		1 ไม่เห็น ด้วยอย่าง ยิ่ง	2 ไม่เห็น ด้วย	3 เห็นด้วย และไม่เห็น ด้วย พอกๆกัน	4 เห็นด้วย	5 เห็นด้วย อย่างยิ่ง
1	เวลาว่างเป็นช่วงเวลาที่ช่างดูเนิ่นนานสำหรับฉัน					

หมายเหตุ แบบสอบถามที่ใช้จริงมีจำนวน 15 ข้อ

ตอนที่ 4

คำชี้แจง : โปรดอ่านและพิจารณาข้อความแต่ละข้อโดยทำเครื่องหมาย X ลงในช่องที่ตรงกับความรู้สึกของท่านมากที่สุดเพียงเครื่องหมายเดียว ในแต่ละข้อ และโปรดตอบให้ครบทุกข้อ

- 1 หมายถึง ท่านรู้สึก **ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง**
- 2 หมายถึง ท่านรู้สึก **ไม่เห็นด้วย**
- 3 หมายถึง ท่านรู้สึก **เห็นด้วยและไม่เห็นด้วยพอกๆกัน**
- 4 หมายถึง ท่านรู้สึก **เห็นด้วย**
- 5 หมายถึง ท่านรู้สึก **เห็นด้วยอย่างยิ่ง**

แบบสอบถามการรับรู้การมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น

ข้อ	คำถาม	ระดับความคิดเห็น				
		1	2	3	4	5
		ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ไม่เห็นด้วย	เห็นด้วยและไม่เห็นด้วยพอกๆกัน	เห็นด้วย	เห็นด้วยอย่างยิ่ง
1	ฉันมักจะรู้สึกกังวลใจแม่จะอยู่ในบรรยากาศการสังสรรค์สบายๆ					

หมายเหตุ แบบสอบถามที่ใช้จริงมีจำนวน 25 ข้อ