

คณะจิตวิทยา

ความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในชีวิตของวัยรุ่นที่มีรูปแบบความผูกพันแตกต่างกัน

นางสาวพันทิพา หั่นหาญ

โครงการทางจิตวิทยานี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต

สาขาวิชาจิตวิทยา

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2551

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

RELATIONSHIP BETWEEN LIFE SATISFACTION OF ADOLESCENTS WITH DIFFERENT  
ATTACHMENT STYLES

Miss. Puntipa Hunhaboon

A Senior Project Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements  
for the Bachelor of Science Program in Psychology

Faculty of Psychology

Chulalongkorn University

Academic Year 2008

Copyright of Chulalongkorn University

พันทิพา หันหาบุญ : ความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในชีวิตของวัยรุ่นที่มีรูปแบบความผูกพันแตกต่างกัน. (RELATIONSHIP BETWEEN LIFE SATISFACTION OF ADOLESCENTS WITH DIFFERENT ATTACHMENT STYLES) อ.ที่ปรึกษาโครงการทางจิตวิทยาหลัก :  
รศ. ประไพพรรณ ภูมิวุฒิสาร, 65 หน้า.

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบความผูกพันที่ต่างกับกับความพึงพอใจในชีวิตในวัยรุ่นตอนปลาย กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ถึง 4 จำนวน 196 คน ในจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ได้ใช้แบบสอบถามคือ 1. แบบวัดความพึงพอใจในชีวิต 2. แบบวัดความผูกพัน

การวิเคราะห์ข้อมูล 1. การวิเคราะห์หาค่าพื้นฐานทางสถิติ 2. การวิเคราะห์หาค่าความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA) 3.ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่ (Multiple Comparison) โดยวิธีการของ Bonferroni

ผลการวิจัยพบว่า ในรูปแบบความผูกพันทั้ง 4 รูปแบบนั้น

1. รูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง มีความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่า รูปแบบความผูกพันแบบกังวล ทะนงตน และหวาดกลัว ( $p < .001$ )
2. รูปแบบความผูกพันแบบทะนงตน มีความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่า รูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัว ( $p < .001$ )
3. รูปแบบความผูกพันแบบกังวล มีความพึงพอใจในชีวิตไม่แตกต่างกับกลุ่มที่มีรูปแบบความผูกพันแบบทะนงตน และแบบหวาดกลัวอย่างมีนัยสำคัญ

สาขาวิชา.....จิตวิทยา.....ลายมือชื่อนิสิต.....พันทิพา หันหาบุญ.....  
ปีการศึกษา.....2551.....ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา.....

## 4837436038 : MAJOR PSYCHOLOGY

KEYWORDS : LIFE SATISFACTION / ATTACHMENT STYLES

PUNTIPA HUNHABOON : RELATIONSHIP BETWEEN LIFE SATISFACTION  
OF ADOLESCENTS WITH DIFFERENT ATTACHMENT STYLES.

ADVISOR : ASSO. PROF. PRAPAIPAN POOMWUTTHISAN, 65 pp.

The purpose of this research was to study the relationship between life satisfaction of adolescents with different attachment styles. The participants were 196 first , second ,third and forth year students in Chulalongkorn University. Two instruments were used in this Study : Life satisfaction scales and Close Relationship Scales-Revised (ECR-R). The data were analyzed by One-way ANOVA and Multiple correlation (Bonferroni).

Results of this study were as follow :

1. Adolescents with secure attachment style showed a significant higher life satisfaction scores than adolescent with preoccupied , dismissive and fearful attachment style. ( $p < .001$ )
2. Adolescents with dismissive attachment style showed a significant higher life satisfaction scores than adolescent with fearful attachment style. ( $p < .001$ )
3. No significant different of life satisfaction scores between adolescents with preoccupied attachment style and either dismissive or fearful attachment style.

Field of Study : ..... Psychology .....

Student's Signature

*พุ่มทิพย์ หุ่นหอบูน*

Academic Year : ..... 2008 .....

Advisor's Signature

*จ. ปoomwutthisan*



## กิตติกรรมประกาศ

โครงการทางจิตวิทยานี้สำเร็จลงได้เป็นอย่างดี ด้วยความเมตตาของอาจารย์ประไพพรรณ ภูมิวุฒิสาร อาจารย์ที่ปรึกษาโครงการ ซึ่งได้ถ่ายทอดวิชาความรู้ แนะนำแนวทางในการทำวิจัย ชี้แนะ และแก้ไขข้อผิดพลาดต่างๆ อย่างใส่รายละเอียดในทุกๆ ส่วน รวมทั้งคอยให้กำลังใจในการทำวิจัย ครั้งนี้ด้วยความห่วงใยตลอดมา ผู้วิจัยจึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณ อาจารย์สมบุญ จารุเกษมทวิ ที่ได้อนุญาตให้ใช้แบบวัดรูปแบบ ความผูกพัน ในการทำโครงการวิจัยนี้

ขอขอบพระคุณ จุรีรัตน์ ชุ่มอ้อม ที่อนุญาตให้ใช้แบบสอบถามความพึงพอใจในชีวิต ในการทำโครงการวิจัยนี้

ขอขอบพระคุณ สิริทิพย์ วงศ์วิวัฒน์ ที่สละเวลาช่วยให้คำแนะนำ ปรึกษาในการ วิเคราะห์ผลการวิจัย ด้วยความเอาใจใส่เป็นอย่างดี

สุดท้ายนี้ผู้วิจัย ขอขอบพระคุณ คุณพ่อ คุณแม่ คนในครอบครัว และเพื่อนๆ ทุกคน ที่คอย ช่วยเหลือ และเป็นกำลังใจให้ ตลอดการทำโครงการวิจัยครั้งนี้

พันทิพา หันหาบุญ

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ช
สารบัญ.....	๗
บทที่	
1. บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
แนวคิด และทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบความผูกพัน.....	2
แนวคิด และทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในชีวิต.....	10
แนวคิด และทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับวัยรุ่น.....	17
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	21
ขอบเขตการวิจัย.....	23
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	24
ตัวแปรในการวิจัย.....	24
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย.....	24
2. วิธีดำเนินงานวิจัย.....	27
ระเบียบวิธีวิจัย.....	27
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	27
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	27
การเก็บข้อมูล.....	34
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	34
3. การวิเคราะห์ข้อมูล.....	36
วัตถุประสงค์การวิจัย.....	36
ตัวแปรในการวิจัย.....	36
วิเคราะห์ผลการวิจัย.....	37

	หน้า
4. อภิปรายผลการวิจัย.....	44
5. สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ.....	48
รายการอ้างอิง.....	50
ภาคผนวก.....	52
ภาคผนวก ก.....	53
ภาคผนวก ข.....	61
ภาคผนวก ค.....	65



## สารบัญญัตราง

ตารางที่		หน้า
1	จำนวน ร้อยละของนิสิตที่มีรูปแบบความผูกพันแตกต่างกัน จำแนกตามเพศ อายุ และ ชั้นปี .....	38
2	ค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนความพึงพอใจในชีวิต ของนิสิต จำแนกตามรูปแบบความผูกพัน.....	40
3	การวิเคราะห์ค่าความเป็นเอกพันธ์ของคะแนนความพึงพอใจในชีวิต ของ นักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแตกต่างกัน.....	41
4	การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวของคะแนนความพึงพอใจในชีวิต ของ นักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแตกต่างกัน.....	42
5	ผลต่างค่าเฉลี่ย ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน คะแนนความเห็นคุณค่า ในตนเองระหว่างกลุ่มที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูที่แตกต่างกัน.....	43
6	การวิเคราะห์กลุ่มตัวอย่างแบ่งตามรูปแบบความผูกพัน.....	61
7	การวิเคราะห์กลุ่มตัวอย่างแบ่งตามชั้นปี.....	62
8	การวิเคราะห์กลุ่มตัวอย่างแบ่งตามอายุ.....	62
9	การวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD).....	63
10	การวิเคราะห์ความเป็นเอกพันธ์ของความแปรปรวน.....	63
11	การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way Anova).....	64
12	การเปรียบเทียบรายคู่ (Multiple Comparisons).....	64

## บทที่ 1

### บทนำ

#### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ความพึงพอใจในชีวิต เป็นความรู้สึกอึดอัด มีความสุขใจในการดำเนินชีวิต ซึ่งเป็นองค์ประกอบของการใช้ชีวิตอย่างมีคุณภาพ ซึ่งนับเป็นปัจจัยพื้นฐานที่มนุษย์ทุกคนต้องการ แต่ในปัจจุบันนี้ ทั้งความเครียด การแข่งขัน ฐานะทางเศรษฐกิจ และปัจจัยด้านอื่นๆ ล้วนส่งผลกระทบต่อความพึงพอใจในชีวิตของบุคคลทุกเพศทุกวัย โดยเฉพาะในวัยรุ่นซึ่งเป็นวัยแห่งการเปลี่ยนแปลง ทั้งด้านร่างกาย การเข้าสังคม และอารมณ์ และเนื่องจากสิ่งต่างๆ ที่เข้ามากระทบต่อชีวิตของวัยรุ่นซึ่งทำให้วัยรุ่นต้องมีการปรับตัว รวมทั้งมีความเครียดเกิดขึ้นทำให้วัยรุ่นต้องรับมือกับความเครียด และถ้าวัยรุ่นมีการรับมือกับความเครียดได้ดี วัยรุ่นก็จะมีการปรับตัวกับความเครียดที่ดี ส่วนหนึ่งมาจากการสร้างความรักใคร่ผูกพันในวัยเด็ก (Attachment) ดังเช่น Keep และ Neimeyer (1999) ศึกษาความผูกพัน (Attachment) ระหว่างบุคคลกับสถานการณ์ การแสดงออก และการเผชิญกับความเครียด พบว่า รูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง (Secure Attachment) เมื่อเปรียบเทียบกับรูปแบบอื่น เช่น รูปแบบความผูกพันแบบกังวล (Insecure Attachment) จะมีระดับกลุ่มอาการทางจิตและมีระดับความซึมเศร้า ต่ำกว่าบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง (Insecure Attachment)

นอกจากนี้รูปแบบของความรักใคร่ผูกพันมีหลายรูปแบบซึ่งจะส่งผลต่อการใช้ชีวิตที่แตกต่างกัน ดังเช่น Pietromonace และ Barrett (1997) ได้ศึกษาเปรียบเทียบรูปแบบความผูกพันกับการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมในชีวิตประจำวัน พบว่า บุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบตนเอง และความผูกพันแบบมั่นคง มีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองแตกต่างกับบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัว และความผูกพันแบบกังวล Simpson (1990) ศึกษาผลกระทบของรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง แบบวิตกกังวล และหลีกเลี่ยง ที่มีต่อสัมพันธ์ภาพของความรัก พบว่า ทั้งชายและหญิงที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง จะมีความสัมพันธ์กับสัมพันธ์ภาพแบบพึ่งพาอาศัยกัน มีสัญญาผูกพันกัน มีความไว้วางใจ รวมทั้งมีความพึงพอใจกัน สูงกว่าผู้ที่มีรูปแบบความผูกพันแบบกังวลและหลีกเลี่ยง และผู้ที่มีรูปแบบความผูกพันแบบกังวลและแบบหลีกเลี่ยง จะมีอารมณ์ทางบวกน้อย แต่จะมีอารมณ์ทางลบมากในการมีสัมพันธ์ภาพ นอกจากนี้ในทฤษฎี Psychoanalysis Theory เช่น Erikson, 1968 และ Freud (1950) และพวก Ethologists เช่น Bowlby (1969) มีความเชื่อว่า ความรู้สึกอบอุ่น เชื่อใจ และมั่นคงที่เด็กทารกได้ พัฒนารูปร่างจาก

ความรัก ความผูกพันแบบมั่นคง (Secure Attachment) จะทำให้เด็กมีพัฒนาการที่ดี มีจิตใจที่แข็งแกร่ง ในชีวิตต่อมา ในขณะที่เดียวกันเด็กที่มีความรักความผูกพันแบบไม่มั่นคง (Insecure Attachment) จะพัฒนาในทิศทางตรงกันข้าม

ในการศึกษาระยะหลังพบว่าเด็กที่มีความผูกพันแบบไม่มั่นคง (Insecure Attachment) ตอนเด็กจะไม่ค่อยพยายามทำในสิ่งที่ท้าทายต่างๆ (Moss&St-Laurent, 2001) และยังมีความสัมพันธ์กับเพื่อนในทางที่ไม่ดี มีเพื่อนสนิทน้อย และมีพฤติกรรมเบี่ยงเบนมากเช่น มีพฤติกรรมไม่เชื่อฟังครูที่โรงเรียน หรือไม่ทำตามกฎเกณฑ์ของทางโรงเรียน นอกจากนี้ยังมีอาการทางจิตในช่วงวัยเด็กและวัยรุ่น (Aller et al., 1998; Carlson, 1998; De Mulder, 2000) และยังมีผลการวิจัยยืนยันว่าผลจากความผูกพันแบบต่างๆ จะอยู่จนถึงโต เช่น Hamilton, 2000; Waters et al.; 2000 พบว่า มีวัยรุ่นและผู้ใหญ่จำนวนมาก ที่แสดงพฤติกรรมในลักษณะเดิมอย่างต่อเนื่องตามรูปแบบความผูกพันแบบเดิมที่เคยเกิดขึ้นเมื่อตอนเป็นเด็ก

ดังนั้น รูปแบบความผูกพัน (Attachment Styles) น่าจะเกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในการใช้ชีวิต ซึ่งผู้วิจัยจึงสนใจศึกษารูปแบบความผูกพันที่แตกต่างกัน ว่ามีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในการใช้ชีวิตของวัยรุ่นอย่างไร

## **แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง**

### แนวคิด และทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

#### 1. แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบความผูกพัน

##### 1.1 ความหมายของพฤติกรรมความผูกพัน

Craig (2000) กล่าวว่า ความผูกพัน หมายถึงการผูกมัดทางอารมณ์ที่ถูกพัฒนาขึ้นระหว่างบุคคลในวัยเด็กกับผู้เลี้ยงดู โดยทั่วไปการผูกมัดทางอารมณ์เบื้องต้นนั้นเกิดขึ้นในวัยทารก ซึ่งเป็นผลมาจาก การพึ่งพาทางความรู้สึกและอารมณ์ นอกจากนั้น Ainsworth (1978) ยังกล่าวว่า ความผูกพันเป็นแนวความคิดพื้นฐานที่ว่า บุคคลในวัยทารกจะมีความสามารถพื้นฐานในการที่จะสร้างความรู้สึกมั่นคงต่อตนเอง และสิ่งแวดล้อมรอบตัว หากผู้เลี้ยงดูให้การดูแลเอาใจใส่และตอบสนองให้ความสุขสบายและปกป้องอย่างสม่ำเสมอ (Ainsworth, 1978 อ้างถึงใน Bradford และ Lyddon, 1994) และ Bowlby (1973) กล่าวว่า ความผูกพัน หมายถึง คุณลักษณะที่เป็นข้อผูกมัดทางอารมณ์ระหว่างผู้เลี้ยงดูกับบุคคลในวัยทารกที่ก่อให้เกิดความรู้สึกที่มั่นคงปลอดภัยอันจะนำมาซึ่งการสำรวจสิ่งแวดล้อมรอบๆ ตัวของทารก และคุณลักษณะดังกล่าวจะเป็นต้นแบบในการกำหนดสัมพันธ์ภาพที่ใกล้ชิดของบุคคลในช่วงวัยต่อไป และ Berk (1994) กล่าวว่า ความ

ผูกพันหมายถึง การผูกมัดทางอารมณ์ที่มั่นคง โดยทั่วไปเป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นกับบุคคลสำคัญ ซึ่งนำไปสู่ความรู้สึกที่เป็นสุขเบิกบานใจเมื่ออยู่ใกล้ในภาวะที่กดดัน

กล่าวโดยสรุป ความผูกพัน เป็นคุณลักษณะทางอารมณ์ระหว่างผู้เลี้ยงดูกับทารก ซึ่งทารกจะแสดงพฤติกรรมต่างๆ โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อความรู้สึกที่มั่นคงทางจิตใจ อันจะนำมาซึ่งการสำรวจสิ่งแวดล้อมรอบๆ ตัว และการกำหนดรูปแบบของการสร้างสัมพันธ์ภาพกับบุคคลอื่น

## 1.2 ทฤษฎีความผูกพันของ Bowlby

Bowlby (1988 อ้างถึงใน สมบุญ จารุเกษมทวี, 1994) กล่าวว่า ทารกทุกคนเกิดมาพร้อมกับพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดความผูกพันกับบุคคลอื่นรอบตัว เช่น การร้องไห้ การยิ้ม การมอง เป็นต้น ซึ่งพฤติกรรมดังกล่าวเป็นลักษณะของการแสวงหาการเอาใจใส่ของบุคคลที่อ่อนแอกว่าที่มีต่อบุคคลที่แข็งแรงกว่า

ทารกในช่วงเดือนแรกจะแสดงพฤติกรรมต่างๆ เพื่อทดสอบว่า พฤติกรรมใดก่อให้เกิดความผูกพันระหว่างตนกับบุคคลรอบๆ ตัว เช่น การยิ้ม การร้องไห้ และการส่งเสียงอ้อแอ้ และเมื่อทารกอายุประมาณ 6 เดือน ทารกจะมีพัฒนาการที่แสดงออกถึงความสามารถในการแยกความแตกต่างระหว่างมารดาหรือผู้เลี้ยงดูกับบุคคลอื่นได้จากเสียง กลิ่น และรูปแบบการอุ้ม รวมทั้งรับรู้ว่าการร้องไห้มีความหมายสำหรับตน อันจะนำมาซึ่งการตอบสนองของความต้องการเมื่อทารกรู้สึกไม่สุขสบาย

ระยะ 9 เดือนแรกของทารก พฤติกรรมความผูกพันจะพัฒนาขึ้นอย่างเป็นระบบ โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อคงไว้ซึ่งความใกล้ชิดกับมารดา หรือผู้เลี้ยงดู และทารกยังมีความสามารถในการพัฒนาระบบความคิดในการจดจำมารดา หรือผู้เลี้ยงดูของตนได้ ดังนั้นในระยะนี้ทารกจะปฏิเสธหรือแสดงอาการร้องไห้เมื่อบุคคลแปลกหน้าเข้าใกล้ นอกจากนี้ทารกยังได้พัฒนารูปแบบการทำงาน (Working model) ของตน ในการรับรู้การตอบสนองของมารดาหรือผู้เลี้ยงดูของตนด้วย โดยมีจุดประสงค์เพื่อเปรียบเทียบ ภาวะที่มารดาหรือผู้เลี้ยงดูอยู่ใกล้ๆ ตน กับภาวะที่มารดาหรือผู้เลี้ยงดูไม่ได้อยู่ใกล้ๆ ตน ซึ่งรูปแบบการทำงานของทารกนี้จะพัฒนาขึ้นเพื่อรับรู้ปฏิสัมพันธ์และการตอบสนองที่มารดาหรือผู้เลี้ยงดูมีต่อตน โดยทารกจะคงรูปแบบการทำงานนี้ไว้เพื่อใช้ในการรับรู้ปฏิสัมพันธ์การตอบสนองที่บุคคลอื่น เช่น บิดาที่มีต่อตนด้วย

ดังนั้นเมื่อทารกได้รับการเลี้ยงดู การตอบสนองที่สม่ำเสมอ สอดคล้องกับความต้องการของตนจากมารดาหรือผู้เลี้ยงดู ทารกก็จะสร้างรูปแบบการทำงานด้วยความรู้สึกที่มั่นคง มีความเชื่อมั่นในบิดามารดาของตน รับรู้ว่าตนมีคุณค่า อันจะนำไปสู่การสำรวจสิ่งแวดล้อมใหม่ รวมทั้งความมั่นใจการสร้างการปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นด้วย

ทารกที่ได้รับการเลี้ยงดู และมีการตอบสนองที่ไม่สม่ำเสมอ รวมทั้งมีความไม่สอดคล้องกับความต้องการของตนจากมารดา หรือผู้เลี้ยงดู รูปแบบการทำงานที่ทารกสร้างขึ้นนั้นจะเกิดจากความรู้สึกไม่แน่ใจ และความวิตกกังวลว่าตนจะได้รับคุณค่า และการตอบสนองจากมารดา หรือผู้เลี้ยงดูหรือไม่ ลักษณะดังกล่าวจะนำมาซึ่ง ความขัดแย้งภายในจิตใจ ความวิตกกังวลจากการแยกจาก (Separation anxiety) และความกังวลในการสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น

ในขณะที่ทารกที่ต้องการการดูแลเอาใจใส่ และการตอบสนองจากมารดาหรือผู้เลี้ยงดู แต่กลับได้รับการปฏิเสธ การถูกละเลย ทารกจะสร้างรูปแบบการทำงานที่รับรู้ว่าตนดำรงชีวิตอยู่โดยปราศจากความรัก และการสนับสนุนจากผู้อื่น ทารกจะพัฒนาความพึงพอใจใจตนเอง (Self-sufficient) หรือไม่ก็มีความรู้สึกว่าคุณค่าอันจะนำมาซึ่งการหลีกเลี่ยง การปฏิเสธที่จะสร้างสัมพันธภาพที่ใกล้ชิดในช่วงวัยต่อไป (Ainsworth, 1978 อ้างถึงใน Bowlby, 1988)

กล่าวโดยสรุป ทฤษฎีความผูกพันของ Bowlby นั้นมุ่งเน้นที่สัมพันธภาพระหว่างทารกกับมารดาหรือผู้เลี้ยงดู โดยสัมพันธภาพดังกล่าวจะนำมาซึ่งการสร้างรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเอง และผู้อื่นของทารก ซึ่งรูปแบบการทำงานนี้มีแนวโน้มที่จะคงอยู่อย่างถาวรจนถึงวัยผู้ใหญ่ และบุคคลจะใช้รูปแบบการทำงานดังกล่าวนี้เป็นปัจจัยในการกำหนดรูปแบบปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับบุคคลอื่น

### 1.3 รูปแบบการทำงานภายใน (Internal Working Model)

รูปแบบการทำงานภายใน เป็นระบบการรู้คิดของบุคคลที่พัฒนามาจาก สัมพันธภาพระหว่างทารกกับผู้เลี้ยงดูในช่วงแรกของชีวิต โดยประกอบด้วยโครงสร้าง 2 ส่วน ได้แก่ รูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเอง (Model of self) เป็นผลมาจากการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถที่จะเรียกร้องความต้องการต่างๆ ในภาวะที่ตนถูกคุกคามและการรับรู้ว่าคุณเป็นที่รักของบุคคลอื่น และรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่น (Model of other) เกิดจากการคาดหวังเพื่อที่จะได้รับคุณค่าจากบุคคลอื่น โดยรูปแบบการทำงานภายในจะทำหน้าที่ในการกำหนดโครงสร้างการรู้คิด รูปแบบการสื่อสารและพฤติกรรมในการสร้างสัมพันธภาพที่ใกล้ชิดกับบุคคลอื่น

Colins และ Read (1994 อ้างถึง Freeney และ Noller, 1996) ได้กล่าวถึงอิทธิพลของรูปแบบการทำงานภายในในการที่มีต่อบุคคลในการสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นไว้ดังนี้

1. การตอบสนองด้านการรู้คิดทางปัญญา (Cognitive Response) อิทธิพลของรูปแบบการทำงานภายในที่มีต่อระบบการรู้คิดทางปัญญามี 3 ลักษณะดังนี้

ประการแรก คือกระบวนการคิดสรรของบุคคล โดยรูปแบบการทำงานภายในของบุคคลจะกำหนดการเลือกที่จะสนใจหรือเลือกที่จะเพิกเฉยต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น โดยรูปแบบการทำงานภายในจะเลือกตอบสนองต่อเหตุการณ์ที่สัมพันธ์กับจุดมุ่งหมาย ความเชื่อ แรงจูงใจ และทัศนคติของบุคคลที่มีอยู่เดิม เช่น บุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบกังวลจะถูกกระตุ้นเพื่อที่จะแสวงหาความพอใจจากผู้อื่น และปฏิเสธการหลีกเลี่ยงการแยกจาก จากผู้อื่น ในทางตรงกันข้าม บุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัวและทะนงตน บุคคลจะมีความกังวลจากการมีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิด และมีความยากลำบากในการที่จะไว้ใจบุคคลอื่น

ประการที่สอง อิทธิพลของรูปแบบการทำงานภายในที่ตอบสนองต่อระบบการรู้คิดทางปัญญาของบุคคล คือความทรงจำที่เป็นอคติ เมื่อบุคคลพบกับเหตุการณ์ที่มีลักษณะใกล้เคียงกับประสบการณ์เก่าที่เจ็บปวด รูปแบบการทำงานภายในจะกระตุ้นความทรงจำที่เป็นอคติ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง เมื่อบุคคลที่มีรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมอง มองผู้อื่นในด้านลบ บุคคลจะมีความพยายามที่จะควบคุมการผ่อนคลายจากเหตุการณ์ที่มีลักษณะใกล้เคียงกับประสบการณ์ในอดีตที่เจ็บปวด โดยมีข้อบ่งชี้ที่ชัดเจนว่าความทรงจำที่ถูกเรียกคืนมานั้นจะเป็นการย้ำการคงอยู่ของรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเอง และผู้อื่นให้มีความคงทนมากยิ่งขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ประสบการณ์ความทรงจำในอดีตที่เจ็บปวดจะมีความคงทนมากกว่าความทรงจำที่เป็นที่พึงพอใจ

ประการที่สาม อิทธิพลของรูปแบบการทำงานภายในที่ตอบสนองต่อระบบการรู้คิดทางปัญญาของบุคคล จะทำงานผ่านกระบวนการการอนุมานและการอธิบายประสบการณ์ในอดีต โดยบุคคลที่มีรูปแบบการทำงานที่มั่นคงจะสะท้อนถึงการรับรู้ที่มั่นคง และความเชื่อมั่นที่มีต่อการตอบสนองของบุคคลอื่น ในขณะที่บุคคลที่มีรูปแบบการทำงานแบบไม่มั่นคงจะสะท้อนถึงการรับรู้ที่ผู้อื่นไม่สามารถตอบสนองความต้องการของตนได้อย่างเพียงพอ และบุคคลที่มีรูปแบบการทำงานภายในแบบหลีกเลี่ยง บุคคลจะมีกระบวนการอธิบายเหตุการณ์ต่างๆ ที่เป็นลบ อันจะนำมาซึ่งความไม่ไว้ใจต่อสถานการณ์รอบข้างและผู้อื่น

## 2. การตอบสนองด้านอารมณ์ (Emotional Response)

รูปแบบการทำงานภายในต่อการตอบสนองทางอารมณ์ในขั้นปฐมภูมิ จะทำหน้าที่ในการกำหนดทิศทางของปฏิกิริยาทางอารมณ์ โดยการตอบสนองทางอารมณ์จะถูกกระตุ้นในทันทีทันใดเมื่อเกิดสถานการณ์เฉพาะ เช่น เมื่อบุคคลต้องการความใกล้ชิด

สนิทสนมแต่กลับถูกปฏิเสธ บุคคลจะตอบสนองด้วยความโศกเศร้ามากหรือน้อยขึ้นอยู่กับโครงสร้างการทำงานภายในของแต่ละบุคคล นอกจากนี้การตอบสนองทางอารมณ์ เช่น ความโกรธ ความขี้เมี้ยว จะนำไปสู่ความรู้สึกในทิศทางลบที่มากยิ่งขึ้นด้วย เช่น บุคคลที่มีความขี้เมี้ยวมาก จะมีแนวโน้มที่จะมุ่งเน้นในการหาข้อมูลที่ก่อให้เกิดอารมณ์ที่ขุ่นมัวมากยิ่งขึ้น โดยเฉพาะบุคคลที่มีรูปแบบการทำงานภายในที่มองตนเองในด้านลบ บุคคลจะมุ่งเน้นที่ความรู้สึกอันเกิดจากประสบการณ์แห่งความล้มเหลว การถูกเพิกเฉยจากบุคคลอื่น

รูปแบบการทำงานภายในต่อการตอบสนองทางอารมณ์ในขั้นทุติยภูมิ เป็นทิศทางของกระบวนการการตอบสนองทางอารมณ์ในขั้นปฐมภูมิ ซึ่งจะคงอยู่หรือหายไปขึ้นอยู่กับ การแปลความหมายจากประสบการณ์ในอดีตของบุคคล โดยบุคคลที่มีประสบการณ์ในอดีตที่ดีและมั่นคงจากการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น บุคคลก็จะมุ่งเน้นที่จะแปลความหมายในทิศทางของความรู้สึกที่เป็นบวกให้กับตนเอง ในขณะที่บุคคลที่มีประสบการณ์ในอดีตที่เจ็บปวด จากการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น บุคคลก็จะมุ่งเน้นที่จะแปลความหมายในทิศทางความรู้สึกที่เป็นลบ

### 3. การตอบสนองด้านพฤติกรรม (Behavioral Response)

รูปแบบการทำงานภายในที่ส่งผลต่อพฤติกรรมมีด้วยกัน 2 ประการ

3.1 รูปแบบการทำงานภายในจะเป็นเสมือนแหล่งสะสมของรูปแบบหรือกลวิธีทางพฤติกรรมของบุคคลในการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ซึ่งเป็นผลมาจากการสะสมรูปแบบหรือกลวิธีในการมีปฏิสัมพันธ์ในช่วงวัยเด็ก วัยรุ่น และวัยผู้ใหญ่ และจะดำเนินต่อไปตลอดช่วงชีวิตของบุคคล

3.2 รูปแบบการทำงานภายในยังส่งผลต่อการสร้างรูปแบบทางพฤติกรรมหรือกลวิธีใหม่ๆ ของบุคคลในการสร้างสัมพันธภาพ โดยเมื่อบุคคลต้องเผชิญกับสถานการณ์ใหม่ๆ ก็จะทำหน้าที่ในการตัดสินใจ และจัดการกับปัญหาหรือหลีกเลี่ยงปัญหา และเมื่อบุคคลต้องพบกับสัมพันธภาพที่เป็นปัญหา บุคคลที่มีรูปแบบการทำงานภายในที่มั่นคงมีแนวโน้มที่จะผสมผสาน กระบวนการทางปัญญาและอารมณ์ในการแก้ปัญหา โดยปราศจากการครอบงำทางความคิดจากบุคคลอื่น ในขณะที่บุคคลที่มีรูปแบบการทำงานภายในที่ไม่มั่นคงจะมีแนวโน้มที่จะมุ่งเน้นการจัดการกับปัญหาในกระบวนการทางปัญญา หรือทางอารมณ์ อย่างใดอย่างหนึ่งเท่านั้น

กล่าวโดยสรุป รูปแบบการทำงานภายในเป็นระบบการรู้คิดทางปัญญา ของบุคคลที่ส่งผลต่อกระบวนการรู้คิดทางปัญญา การตอบสนองทางอารมณ์ พฤติกรรม ที่บุคคลใช้ในการสร้างและคงไว้ซึ่งสัมพันธภาพที่ตนมีต่อบุคคลอื่น

#### 1.4 แนวคิดรูปแบบความผูกพันที่สำคัญ

##### 1.4.1 แนวคิดรูปแบบความผูกพันของ Hazan และ Shaver

Hazan และ Shaver (1987) ได้เริ่มต้นขยายแนวคิดทฤษฎีความผูกพันของ Bowlby โดยสังเกต พบว่า สัมพันธภาพความรักในวัยผู้ใหญ่มีลักษณะพลวัตคล้ายคลึงกับรูปแบบความผูกพัน ในวัยทารกที่สังเกตโดย Ainsworth ซึ่ง Hazan และ Shaver พบว่าผู้ใหญ่จะมีความรู้สึกที่มั่นคง เมื่อบุคคลที่ตนรักอยู่ใกล้และให้การตอบสนองทางความรู้สึกแก่ตน โดยบุคคลจะใ้บุคคลที่ตนรัก เป็นฐานความมั่นคง (secure base) ในการตรวจสอบสิ่งแวดล้อม โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อบุคคล เกิดความรู้สึกโศกเศร้า เจ็บป่วยหรือถูกคุกคาม ซึ่ง

Hazan และ Shaver ได้จำแนกรูปแบบความผูกพันในวัยผู้ใหญ่ได้ 3 ลักษณะ ดังนี้

1. รูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง (secure adult attachment) ประมาณร้อยละ 56 ของผู้ใหญ่ พบว่ามีรูปแบบความผูกพันลักษณะนี้ โดยบุคคลจะมีความไว้วางใจใน สัมพันธภาพและมิตรภาพที่ผู้อื่นมีให้ มีความเชื่อมั่นในตนเอง ยอมรับและมองบุคคลอื่น ในแง่ดี มีความรักและมิตรภาพที่มั่นคง มีสัมพันธภาพกับผู้อื่นอย่างใกล้ชิดสนิทสนม โดยเฉลี่ยมีสัมพันธภาพกับผู้อื่นยาวนาน 10.02 ปี นอกจากนี้ พบว่า บุคคลที่มีรูปแบบความ ผูกพันในวัยผู้ใหญ่แบบมั่นคงจะมีการรับรู้วาทะนั้น ได้รับการดูแลเอาใจใส่อย่างดี และมี สัมพันธภาพที่อบอุ่นที่ได้รับจากบิดามารดาในอดีต

2. รูปแบบความผูกพันแบบวิตกกังวล-ไม่แน่ใจ (anxious-ambivalent adult attachment) ประมาณร้อยละ 19 ของผู้ใหญ่ พบว่ามีรูปแบบความผูกพันในลักษณะนี้ โดยบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันจะมีความวิตกกังวลในสัมพันธภาพ มีความไม่แน่ใจใน ความรักและมิตรภาพที่บุคคลอื่นมีให้ มีความวิตกกังวลจากการแยกจากสูง (separation anxiety) หลงรักผู้อื่นง่าย มีความกลัว ความรู้สึกโดดเดี่ยว และความอิจฉาสูง โดยเฉลี่ยมี สัมพันธภาพกับผู้อื่นยาวนาน 3.86 ปี นอกจากนี้บุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันในวัย ผู้ใหญ่แบบวิตกกังวล-ไม่แน่ใจ จะรับรู้วาทะนั้นได้รับการเลี้ยงดูจากบิดามารดาในบางครั้ง เหมาะสมกับความต้องการของตนและบางครั้งไม่เหมาะสมกับความต้องการของตน และ ยังรับรู้วาทะบิดาไม่มีความยุติธรรมต่อตนเอง



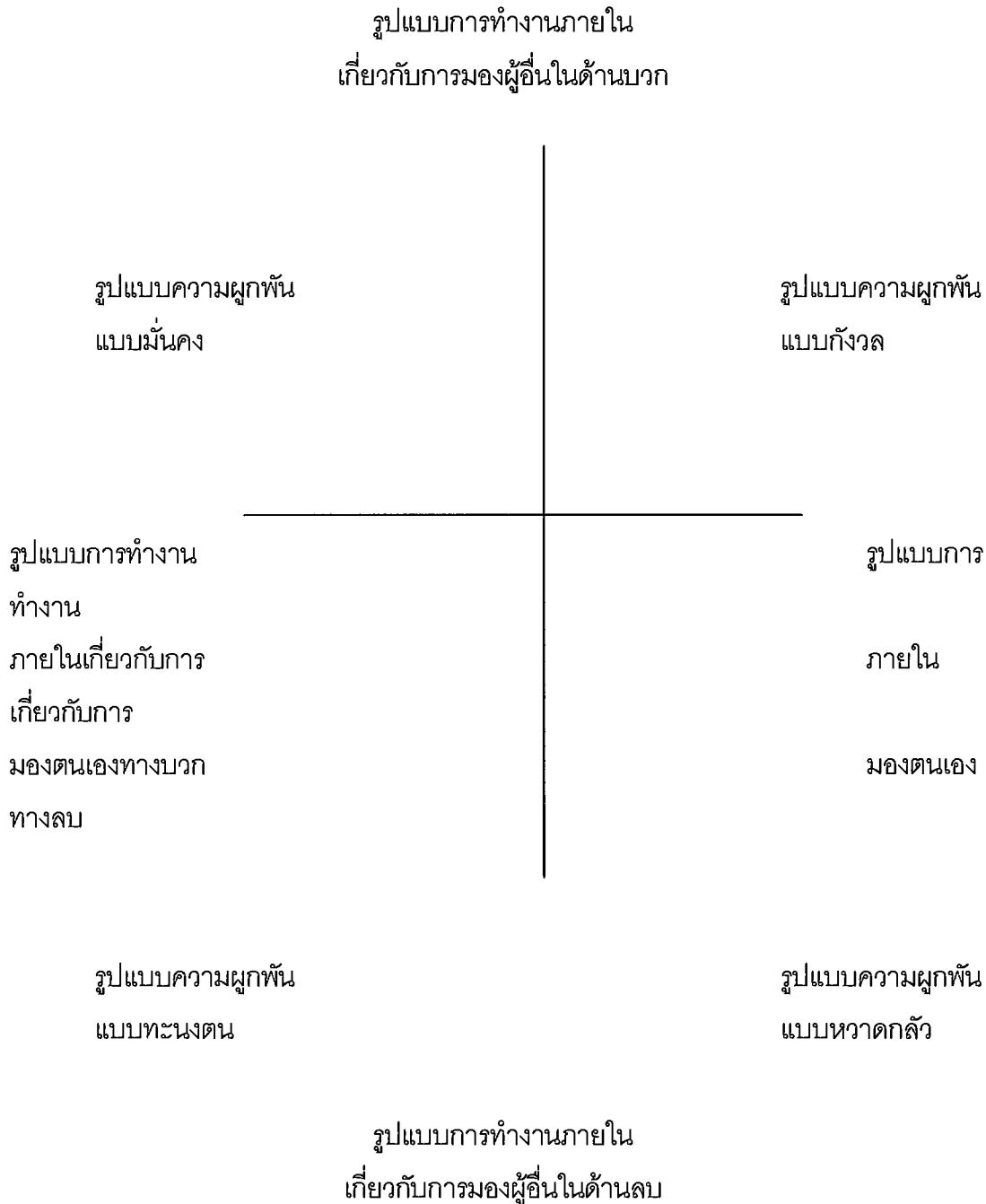
3. รูปแบบความผูกพันแบบหลีกเลี่ยง (avoidant adult attachment) ประมาณร้อยละ 25 ของผู้ใหญ่มีรูปแบบความผูกพันลักษณะนี้ โดยบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบหลีกเลี่ยงจะมีลักษณะการหลีกเลี่ยงการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น และหลีกเลี่ยงการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น บุคคลจะรักษาระยะห่างการมีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิด และมีความยากลำบากในการยอมรับความรักและสัมพันธภาพกับผู้อื่นสูง โดยเฉพาะจะมีสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น 5.97 ปี นอกจากนี้บุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันในวัยผู้ใหญ่แบบหลีกเลี่ยง จะรับรู้วาทนได้รับการเลี้ยงดู เอาใจใส่ในลักษณะเย็นชา หรือถูกปฏิเสธจากการได้รับการเลี้ยงดูจากพ่อแม่ หรือคนเลี้ยงดู

#### 1.4.2 แนวคิดรูปแบบความผูกพันของ Bartholomew และ Horowitz

Bartholomew และ Horowitz (1991) ได้สังเกตรูปแบบความผูกพันในวัยผู้ใหญ่ตามแนวคิดของ Hazan และ Shaver พบว่า รูปแบบความผูกพันในวัยผู้ใหญ่แบบหลีกเลี่ยงมีลักษณะที่คลุมเครือระหว่างการมีลักษณะที่หลีกเลี่ยงแบบหวาดกลัว (fearful-avoidance) โดยบุคคลดังกล่าวจะหลีกเลี่ยงในการมีสัมพันธภาพอย่างสิ้นเชิงอันเนื่องมาจากกลัวความเสียใจ และความเจ็บปวดจากการมีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิด และลักษณะการหลีกเลี่ยงแบบทะนงตน (dismissing-avoidance) บุคคลจะมีกลไกในการป้องกันตนเองโดยจะมีความไว้วางใจในตนเองรักษาความรู้สึกที่เป็นอิสระจากการมีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิด

ดังนั้น Bartholomew และ Horowitz (1991) ได้จัดความคลุมเครือของรูปแบบความผูกพันของ Hazan และ Shaver โดยกำหนดรูปแบบความผูกพันจากคำจำกัดความของรูปแบบการทำงานภายในของ Bowlby โดยจำแนกรูปแบบความผูกพันเป็น 4 ลักษณะ ได้แก่ รูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง (secure) รูปแบบความผูกพันแบบกังวล (preoccupied) รูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัว (fearful) และรูปแบบความผูกพันแบบทะนงตน (dismissing) รูปแบบความผูกพันทั้ง 4 ลักษณะเป็นผลสะท้อนมาจากการมีปฏิสัมพันธ์ของรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองเห็นตนเองสามารถจำแนกได้ 2 ลักษณะได้แก่ การมองเห็นตนเองในด้านบวกและการมองเห็นตนเองในด้านลบ และรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองเห็นผู้อื่นสามารถจำแนกได้ 2 ลักษณะเช่นกันได้แก่ การมองเห็นผู้อื่นในด้านบวกและการมองเห็นผู้อื่นในด้านลบ โดยรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองเห็นตนเองนั้นจะสัมพันธ์กับระดับความรู้สึกของการเห็นคุณค่าในตนเองมากหรือน้อย และลักษณะการรับรู้วาทนมีคุณค่าจากการคาดหวังจากบุคคลอื่น นอกจากนี้ยังสัมพันธ์กับประสบการณ์ความวิตกกังวลและการพึ่งพาจากสัมพันธภาพที่ใกล้ชิด รูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองเห็นผู้อื่นนั้นจะแสดงถึงระดับการคาดหวังของบุคคลในการรับรู้วาทนมีบุคคลอื่นที่มี

คุณค่าและคอยให้ความช่วยเหลือตน ดังนั้นรูปแบบการทำงานภายใต้การมองผู้อื่นในด้านลบ (ดังภาพ)



แผนภาพแสดงโครงสร้างรูปแบบความผูกพันของผู้ใหญ่แบบต่างๆ

ที่มา: Bartholomew และ Horowitz (1991)

คุณลักษณะของรูปแบบความผูกพัน จากการศึกษาคุณลักษณะของรูปแบบความผูกพันของ Bartholomew และ Horowitz (1991) พบว่า แบ่งออกได้ ดังนี้

1. บุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง จะมีระดับความวิตกกังวลและระดับการหลีกเลี่ยงจากการมีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิดต่ำ มีการมองเห็นคุณค่าในตนเองสูง เชื่อมั่นในความสามารถของผู้อื่น มีความสามารถในการประเมินบุคคลอื่นอย่างเหมาะสม มีความไว้วางใจ ในสัมพันธภาพที่ใกล้ชิด รับรู้ว่าคุณมีบุคคลอื่นที่จะช่วยเหลือตนและยอมรับตน มีความเชื่อมั่นในตนเองสูง และมีความยืดหยุ่นในการแก้ปัญหา

2. บุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบกังวล จะมีระดับความวิตกกังวลจากการมีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิดสูง แต่มีระดับการหลีกเลี่ยงจากการมีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิดต่ำ มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ มีลักษณะการแสดงออกทางอารมณ์สูง มักมองบุคคลอื่นในแง่ดี มีการพึ่งพาผู้อื่นสูง มีความริษยาและความวิตกกังวลจากการแยกจากสูง มีความโศกเศร้าสูงเมื่อสัมพันธภาพที่ใกล้ชิดสิ้นสุดลง และมีการสร้างสัมพันธภาพใหม่ได้ง่ายแต่มีความกังวลที่จะมีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิด

3. บุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัว จะมีระดับความวิตกกังวลจากการมีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิดสูง มีระดับการพึ่งพาสูง แต่จากการมองบุคคลอื่นในด้านลบ จึงส่งผลทำให้หลีกเลี่ยงการมีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิดเพราะกลัวการถูกปฏิเสธและสูญเสีย ไม่มีความไว้วางใจในการมีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิดจากผู้อื่น มีความลังเลสูง อ่อนแอ มักมองตนเองในด้านลบ มักตำหนิตนเอง มีความโศกเศร้าสูง และกลัวการเปิดเผยตนเอง

4. บุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบทะนงตน จะมีระดับความวิตกกังวลจากการมีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิดต่ำ แต่มีระดับการหลีกเลี่ยงจากการมีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิดสูง เนื่องจากการคาดการณ์จากบุคคลอื่นในด้านลบ มีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูง มีความเป็นตัวของตัวเองสูง มีการพึ่งพาตนเองสูงโดยปราศจากการพึ่งพาผู้อื่น มักไม่แสดงออกทางอารมณ์ และมักไม่เห็นคุณค่าของการ มีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิด

## 2. แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวกับความพึงพอใจในชีวิต (Life Satisfaction)

ความพึงพอใจในชีวิตเกิดขึ้นจากกระบวนการประเมินชีวิตโดยรวมของตนเองของบุคคล บุคคลจะสร้างหรือกำหนดมาตรฐานที่เหมาะสมกับตนตามการรับรู้ของตน จากนั้นบุคคลจะเปรียบเทียบระหว่างมาตรฐานที่ตนสร้างหรือกำหนดขึ้นกับสิ่งที่เกิดขึ้นจริงในชีวิต อาจกล่าวได้ว่าเป็นกระบวนการประเมินจากภายในบุคคลมากกว่าที่เป็นการประเมินด้วยมาตรฐานจากภายนอก (pivot et al, 1991:190) เมื่อบุคคลเปรียบเทียบระหว่างมาตรฐานหรือเกณฑ์ของตนในการดำเนิน

ชีวิตกับประสบการณ์ที่เกิดขึ้นแล้วพบว่าประสบการณ์ที่เกิดขึ้นมีคุณค่าเกินมาตรฐานหรือเกณฑ์ที่ตนกำหนดไว้บุคคลก็จะประเมินชีวิตตนเองและรู้ว่าตนเองมีความพึงพอใจในชีวิต แต่ถ้าเป็นในทางตรงข้ามคือเมื่อเปรียบเทียบประสบการณ์ที่เกิดขึ้นแล้วพบว่ามีความค่าน้อยกว่ามาตรฐานหรือเกณฑ์ที่บุคคลกำหนดไว้ บุคคลก็จะประเมินตนเองว่า ไม่มีความพึงพอใจในชีวิต (Meadow et al, 1992:25) ซึ่งสอดคล้องกับ Cantril, 1965 cited in Campbell (1976:119) กล่าวว่าความพึงพอใจในชีวิตเป็นการเปรียบเทียบการรับรู้ของบุคคลในสภาพปัจจุบันกับสิ่งที่เข้าต้องการหรือคาดหวังไว้ ส่วนต่างที่เกิดขึ้นจากการเปรียบเทียบระหว่างการรับรู้ชีวิตของบุคคลกับความคาดหวังของบุคคล จึงแสดงให้เห็นถึงความพึงพอใจ หรือไม่พึงพอใจในชีวิต นอกจากนี้ความพึงพอใจในชีวิต เป็นความรู้สึกอึดอัดใจ เป็นความสุขใจของบุคคลในการดำเนินชีวิต ซึ่งจัดเป็นองค์ประกอบที่สำคัญของการมีชีวิตอยู่อย่างมีคุณภาพของบุคคล (dubos, 1976 อ้างใน ชรัสนิกุล ยัมบุญนะ, 2532:1) และ Borrow and Smith (1979:56) กล่าวถึงความพึงพอใจในชีวิตว่าเป็นความสุข ความสนุกสนาน การมีประสบการณ์ที่ดีจากสิ่งต่างๆ เช่นการได้รับรางวัล การได้รับการตอบรับที่ดีในการทำกิจกรรมต่างๆ การมีสัมพันธภาพ ที่มีความหมายกับผู้อื่น นอกจากนี้ยังหมายถึงการที่ปราศจากความเศร้า ความเครียด และสิ่งที่ไม่พึงปรารถนาทั้งปวง และ Jackle (1974:362) ได้กล่าวถึงความพึงพอใจในชีวิตว่า หมายถึงความยินดีต่อชีวิตของบุคคลที่เกิดจากการทำกิจวัตรประจำวัน ซึ่งบุคคลจะรับรู้ชีวิตของเขามีความหมาย เขาสามารถพัฒนาชีวิตของตนต่อไปได้ เขาจึงรู้สึกพอใจในสภาพที่เป็นอยู่

จากการจำกัดความและความหมายดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า ความพึงพอใจในชีวิต หมายถึง การที่บุคคลมีความรู้สึกที่ชีวิตของตนเองมีความสุขมีความรู้สึกยินดีต่อการมีชีวิตอยู่ มีอารมณ์สนุกสนาน และรับรู้ชีวิตของตนเองดำรงอยู่อย่างมีความหมาย

ในช่วงระยะเวลา 30 ปีที่ผ่านมา มีนักวิจัยจำนวนมากที่ให้ความสนใจศึกษาเรื่องความพึงพอใจในชีวิต ซึ่งนำไปสู่ความพยายามอย่างมากที่จะวัดความพึงพอใจในชีวิตในแง่มุมที่แตกต่างกันไป เช่น การวัดคุณภาพชีวิต (quality of life) การวัดสุขภาพ (subjective well-being) การวัดความสุข (happiness) หรือ การวัดขวัญกำลังใจ (morale) เป็นต้น (Meadow, 1992:23) ความพึงพอใจในชีวิตนับว่าเป็นสิ่งที่ทุกคนปรารถนา รวมทั้งยังปรารถนาให้บุคคลที่ตนรักหรือคนใกล้ชิดมีความพึงพอใจในชีวิตด้วย (สาลิกา ไควบุญงาม, 2533:13) ดังนั้นความพึงพอใจในชีวิตจึงเป็นตัวแปรที่มีผู้สนใจศึกษากันอย่างต่อเนื่องอยู่ตลอดเวลา ไม่ว่าจะเป็นนักสังคมวิทยา และนักจิตวิทยา (Huebner, 1995:71) ซึ่งผู้วิจัยแต่ละท่านก็มีแนวคิดและมุมมองที่แตกต่างกันไป ในการศึกษาและวิจัยเกี่ยวกับเรื่องความพึงพอใจในชีวิตมีหลายแนวคิด ดังนี้

## 2.1 แนวคิดของ Diener (1984)

สำหรับ Diener แล้วความพึงพอใจในชีวิต คือ การที่บุคคลเปรียบเทียบระหว่างเป้าหมายที่ตั้งไว้กับสิ่งที่เกิดขึ้นจริง ถ้าผลลัพธ์ที่ได้จากการเปรียบเทียบเกินจากมาตรฐานที่ตนตั้งไว้ บุคคลนั้นจะเกิดความพึงพอใจในชีวิต ซึ่งมาตรฐานที่ใช้ในการเปรียบเทียบนั้น มักเป็นมาตรฐานที่บุคคลกำหนดขึ้นเอง ดีเนอร์จะให้ความสำคัญกับการตัดสินความพึงพอใจในชีวิตด้วยมาตรฐานที่บุคคลนั้นกำหนดขึ้น เพราะเมื่อบุคคลตัดสินความพึงพอใจในชีวิตโดยมีเกณฑ์ของตนเองเป็นตัวตัดสินจะแสดงให้เห็นถึงการเปรียบเทียบอันเกิดจากภายในตัวของบุคคลเอง โดยที่บุคคลไม่ได้ถูกชักนำมาจากภายนอก ดังนั้นจึงเป็นสิ่งที่เชื่อถือได้

Diener ได้พัฒนาแบบวัดความพึงพอใจในชีวิต (Satisfaction with Life Scale) ขึ้นเป็นการวัดความพึงพอใจในชีวิตโดยรวม Diener ให้เหตุผลว่า แม้ว่าการชี้เฉพาะที่ปัจจัยใดปัจจัยหนึ่ง เช่น สุขภาพ ความมั่งมี และชีวิตสมรส จะเป็นสิ่งสำคัญในการตัดสินความพึงพอใจในชีวิตโดยรวมก็ตาม แต่ในที่สุดการให้น้ำหนักในการประเมินแต่ละปัจจัยก็จะมีน้ำหนักพอๆ กัน แบบวัดความพึงพอใจในชีวิตของ Diener นี้สามารถใช้ได้กับทุกกลุ่มคน และทุกระดับอายุ แต่ควรใช้ร่วมกับแบบวัดอื่นที่ใช้วัดในปัจจัยที่เฉพาะเจาะจงร่วมกัน

## 2.2 แนวคิดของ Campbell (1976)

Campbell ได้ทำการศึกษาคุณภาพชีวิตของคนอเมริกัน และแนวคิดเกี่ยวกับการมีชีวิตที่เป็นสุข พบว่าการที่ชีวิตมีความสุขเกิดจากการที่บุคคลเปรียบเทียบการรับรู้ในสถานภาพปัจจุบันกับสิ่งที่เขาคาดหวังให้เป็น ถ้าบุคคลได้รับผลตามที่คาดหวังไว้ก็จะเกิดความพึงพอใจ แต่ถ้าไม่ได้รับผลตามที่คาดหวังเอาไว้ก็จะไม่พึงพอใจ นอกจากนี้ Campbell (Campbell et al, 1976 อ้างใน ศรีเกียรติ อนันต์สวัสดิ์, 2530:11) ยังได้ข้อสรุปถึงสิ่งที่เป็นตัวบ่งชี้ความสุขและความพึงพอใจในชีวิต ซึ่งเมืองค์ประกอบ 5 ด้าน คือ 1) ด้านร่างกายและปัจจัยในการดำรงชีวิต 2) ด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคล 3) ด้านกิจกรรมในสังคม 4) ด้านการพัฒนาตนเองและความมุ่งหวังในงาน และ 5) ด้านการพักผ่อนหย่อนใจ

## 2.3 แนวคิดของ Flanagan (1978)

Flanagan สนใจศึกษาคุณภาพชีวิตคนอเมริกันด้วยการวิจัยเชิงประจักษ์ (empirical research) โดยการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างจำนวน 3,000 คน การเลือกกลุ่มตัวอย่างนี้มาจากคนหลากหลายอายุ เชื้อชาติ และภูมิภาค โดยสัมภาษณ์บุคคลเหล่านี้หลังจากบุคคลเหล่านี้ประสบเหตุการณ์วิกฤติในชีวิตที่เขาารวบรวมไว้ทั้งสิ้น 6,500 เหตุการณ์ เป็นเหตุการณ์วิกฤติที่เกิดขึ้นในชีวิตของคนอเมริกันทั่วประเทศ เช่น วิกฤติที่เกิดขึ้นกับคนชนบทในรัฐมิสซิสซิปปีและโอไฮโอ วิกฤติที่เกิดขึ้นกับคนผิวดำในนิวยอร์ก เป็นต้น จากนั้นเขาได้ข้อสรุปถึงองค์ประกอบของการมีคุณภาพชีวิตที่ดีว่ามีองค์ประกอบ 5 ด้าน คือ

### 2.3.1 ด้านร่างกายและปัจจัยในการดำรงชีวิต

2.3.1.1 มีความสุขกับวัตถุและมีความมั่นคงทางการเงิน เช่น มีอาหารดี มีบ้าน มีความสะดวกสบาย มีความหวังในอนาคต มีความมั่นคงทางการเงิน ซึ่งถือเป็นปัจจัยสำคัญ

2.3.1.2 มีสุขภาพดี และมีความปลอดภัยในส่วนบุคคล มีความสนุกสนาน ไม่เจ็บไข้ สภาพร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ ไม่ประสบอุบัติเหตุ ไม่ติดยาเสพติด รวมทั้งได้รับการดูแล สุขภาพอย่างมีประสิทธิภาพ

### 2.3.2 ด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคล

2.3.2.1 ด้านสัมพันธภาพกับคู่สมรสหรือคู่รัก หมายถึงการแต่งงานหรือมีคู่รักเป็นสัมพันธภาพที่เกี่ยวข้องกับความรัก มิตรภาพ มีความพึงพอใจในเพศสัมพันธ์ มีการสื่อสารที่ก่อให้เกิดความเข้าใจอันดีต่อกัน และรู้คุณค่าของฝ่ายตรงข้าม

2.3.2.2 การมีและการได้เลี้ยงบุตร หมายถึงการมีลูกและการเป็นพ่อแม่ ซึ่งสัมพันธภาพนี้จะเกี่ยวข้องกับการได้เห็นพัฒนาการของลูก ได้ใช้เวลาอยู่ด้วยกันและมีความสุขร่วมกัน รวมไปถึงการชี้แนะ การช่วยเหลือ ความยินดี และการได้ร่วมเรียนรู้จากกันและกัน

2.3.2.3 สัมพันธภาพกับบิดามารดาและบุคคลอื่นในครอบครัว หมายถึงการมีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลในครอบครัวได้ติดต่อถึงกันได้ไปเยี่ยมเยียนกัน มีความสุข ความเข้าใจ ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน รู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัว สามารถพูดคุยด้วยเรื่องต่างๆ กันได้

2.3.2.4 สัมพันธภาพกับเพื่อน หมายถึงการได้มีโอกาสทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกัน เพื่อน มีความสนใจในสิ่งเดียวกัน เป็นที่ยอมรับของเพื่อน มีการพบปะเยี่ยมเยียน และได้รับการช่วยเหลือ มีความรัก ความไว้วางใจ การสนับสนุนจากเพื่อน

### 2.3.3 ด้านกิจกรรมทางสังคมหรือชุมชน

2.3.3.1 กิจกรรมที่ได้ช่วยเหลือคนอื่น หมายถึงได้ช่วยเด็กหรือผู้ใหญ่ซึ่งอาจจะ เป็นเพื่อน หรือญาติ ได้เป็นสมาชิกขององค์กร สโมสร โบสถ์ และอาสาสมัครบำเพ็ญประโยชน์

2.3.3.2 กิจกรรมที่เกี่ยวกับท้องถิ่นหรือรัฐบาล หมายถึงการได้มีส่วนร่วมเกี่ยวกับการเลือกตั้ง การมีอิสระทางความคิดเกี่ยวกับการเมือง และอิสระในการนับถือศาสนา

### 2.3.4 ด้านการพัฒนาตนเองและความสมหวังในงาน

2.3.4.1 มีการพัฒนาด้านสติปัญญา หมายถึงศึกษาหาความรู้และสามารถแก้ไขปัญหาได้ รวมถึงการทำกิจกรรมทั้งในโรงเรียนและนอกโรงเรียน

2.3.4.2 การวางแผนในชีวิตและการเข้าใจตนเอง หมายถึงมีการพัฒนาตนเอง มีเป้าหมาย และมีหลักการในการดำเนินชีวิต ตระหนักรู้ในตนเอง ยอมรับจุดเด่น และข้อจำกัดของตนเองได้ ตระหนักถึงการมีชีวิตที่มีความสำคัญ รวมถึงมีความสามารถในการตัดสินใจและวางแผนชีวิตได้

2.3.4.3 การประกอบอาชีพ หมายถึงการมีงานที่น่าสนใจ น่าท้าทาย และทำได้อย่างดีด้วยความสามารถที่ตนเองมีอยู่ มีการพัฒนาการเรียนรู้ใส่ใจในการทำงานจนสามารถประสบความสำเร็จในงานที่ทำ

2.3.4.4 มีความคิดสร้างสรรค์และเปิดเผยตนเองหมายถึงการแสดงออกถึงความคิดสร้างสรรค์ มีจินตนาการในทางดนตรี ศิลปะ งานเขียน งานฝีมือ การถ่ายภาพ การแสดงละคร นอกจากนี้ยังรวมไปถึงการเปิดเผยตนเองในความสำเร็จของตนด้วย

### 2.3.5 ด้านนันทนาการ

2.3.5.1 การเข้าสังคม หมายถึงการมีกิจกรรมบันเทิงภายในบ้านและนอกบ้าน มีการเข้าร่วมในงานสังคมต่างๆ ได้พบปะเพื่อนใหม่ และมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลต่างๆ ซึ่งรวมถึง การเข้าร่วมเป็นส่วนหนึ่งของสมาคมหรือสโมสรทางสังคมด้วย

2.3.5.2 การได้รับความบันเทิงจากกิจกรรมต่างๆ หมายถึงการได้ดูโทรทัศน์ ฟังเพลง อ่านหนังสือ ดูภาพยนตร์ และการชมการแข่งขันกีฬาต่างๆ ซึ่งยังรวมถึงการชานซิ่งในศิลปะ

2.3.5.3 การทำกิจกรรมที่ก่อให้เกิดความบันเทิง หมายถึงการได้เข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรม เช่น การเล่นกีฬา การล่าสัตว์ การตกปลา การพายเรือ การเข้าค่ายพักแรม การไปท่องเที่ยวตามสถานที่ต่างๆ เป็นต้น

## 2.4 แนวคิดของ Meadow (1992)

Meadow นำทฤษฎีการประเมิน (Judgement Theory) มาเป็นแนวคิดและเนื้อหาในการประเมินความพึงพอใจในชีวิตกล่าวคือ ระดับความพึงพอใจในชีวิตที่บุคคลนั้นมีประสบการณ์ โดยใช้เวลาในการเปรียบเทียบระหว่างมาตรฐานบางอย่างกับสิ่งที่เกิดขึ้นจริง ถ้าเปรียบเทียบกันแล้วมีส่วนที่ทำให้รู้สึกพอใจมากกว่าไม่พอใจ ก็แสดงว่าบุคคลนั้นมีความพึงพอใจในชีวิต แต่ถ้าเปรียบเทียบกันแล้วมีส่วนที่ทำให้รู้สึกไม่พอใจมากกว่า ก็แสดงว่าบุคคลนั้นไม่มีความพึงพอใจในชีวิต

การประเมินความพึงพอใจในชีวิตตามทฤษฎีการประเมินใช้การเขียนรายงาน (self-report) เกี่ยวกับความสุขในชีวิตตน ซึ่งผู้ประเมินก็จะประเมินก็จะประเมินถึงอารมณ์โดยทั่วไป

ของบุคคล และเปรียบเทียบความสัมพันธ์ระหว่างมาตรฐานของผู้ตอบกับสิ่งที่เขาได้รับว่าเป็นไป  
ในลักษณะใด ซึ่งมีหลากหลายไม่ซ้ำมีเพียงมาตรฐานเดียว

ทฤษฎีการประเมินนี้พัฒนามาจากทฤษฎีความเหมาะสม (Congruity Theory)(Sirgy,  
1994:237) ซึ่งเป็นการประเมินชีวิตของตน โดยเปรียบเทียบระหว่างการรับรู้ความสำเร็จในชีวิต  
และการตั้งมาตรฐานของตน ซึ่งมาตรฐานที่หลากหลายนั้น บุคคลจะได้รับอิทธิพลมาจากการ  
ประสบความสำเร็จของญาติพี่น้อง เพื่อน ประสบการณ์อดีตและจุดเด่นจุดด้อยของตน เป็นต้น  
รูปแบบของการประเมินความสำเร็จในชีวิต ขึ้นอยู่กับมาตรฐาน 5 ประการ คือ

1. ผลที่บุคคลคิดไว้ในใจตามอุดมคติของตน
2. ผลที่บุคคลคาดหวังว่าควรจะเป็นเช่นไร
3. ผลที่สมควรจะได้รับ
4. ผลที่จะได้รับขั้นค่าสุด
5. ผลที่จะได้รับจากการทำนายล่วงหน้า

## 2.5 แนวคิดของ Maslow (1943) หรือ Maslow's Need of Gratification

Maslow กล่าวว่า ความต้องการพื้นฐานของมนุษย์มีพฤติกรรมที่ต้องตอบสนองให้เกิด  
ความพึงพอใจ ความต้องการนั้นจะมีความแตกต่างกันไป และปรากฏออกมาในรูปของความพึง  
พอใจ มาสโลว์ได้กล่าวถึงความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ 5 ประการได้แก่ 1) ความต้องการ  
ทางด้านกายภาพ 2) ความต้องการความมั่นคงปลอดภัย 3) ความต้องการความรักและเป็น  
เจ้าของ 4) ความต้องการมีคุณค่า และ 5) ความต้องการเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ มาสโลว์เน้นว่าบุคคล  
จะมีโลกทัศน์เกี่ยวกับตนเองโดยรวม และมุ่งไปสู่พฤติกรรมที่พึงพอใจในเวลาเดียวกัน ลำดับขั้น  
ความต้องการตามแนวคิดของมาสโลว์มีดังนี้

2.5.1 ความต้องการด้านกายภาพ (physiological needs) เป็นความต้องการขั้นพื้นฐานที่  
ช่วยในการดำรงชีวิตได้แก่ ความต้องการอาหาร น้ำดื่ม อากาศ ที่อยู่อาศัย ตลอดจนจนความ  
ต้องการที่จะรับสัมผัสแรงขับเหล่านี้จะสัมผัสโดยตรงกับความอยู่รอดของชีวิต ความพึง  
พอใจที่ได้รับในขั้นนี้จะกระตุ้นให้เกิดความต้องการในขั้นต่อไป หากบุคคลไม่บรรลุ ความ  
ต้องการในขั้นนี้ก็จะมีผลรบกวนต่อการกระทำต่างๆ ตลอดจนจนการเรียนรู้ของบุคคล

2.5.2 ความต้องการความมั่นคงปลอดภัย (safety need) เป็นธรรมชาติของมนุษย์ที่จะ  
รู้สึกได้ถึงความไว้วางใจ ความต้องการความมั่นคงปลอดภัยเป็นแรงขับที่อยู่เบื้องหลังการ  
กระทำของบุคคล โดยปกติบุคคลจะต้องการความมั่นคงปลอดภัย โดยจะไม่พยายามทำ  
อะไรที่เสี่ยงไม่ว่าจะเป็นการใช้ชีวิตประจำวันโดยทั่วไป ก็หลีกเลี่ยงการเข้าไปเกี่ยวข้องกับ  
ในสถานที่ที่เป็นอันตรายต่อร่างกายของตน ความต้องการความมั่นคง ปลอดภัย ยังหมาย  
รวมทั้งร่างกายและจิตใจ ซึ่งแบ่งเป็น 5 ด้าน คือ ความมั่นคงปลอดภัยในวัตถุประสงค์



ภายนอก ความมั่นคงปลอดภัยในการไว้วางใจผู้อื่น และความมั่นคงปลอดภัยในการไว้วางใจหรือเชื่อมั่นในตนเอง

### 2.5.3 ความต้องการความรักและความเป็นเจ้าของ (love and belonging) Maslow

ชี้ให้เห็นว่า คนเราทุกคนต้องการความรักจากกลุ่มคนที่เขาอยู่ร่วมด้วย การขาดความสัมพันธ์อันดีกับครอบครัว เพื่อน หรือคนอื่นๆ เป็นผลให้เกิดความเหงา และความรู้สึกแปลกแยก ทุกคนต้องการเป็นทั้งผู้ให้และผู้รับความรัก ความรักเป็นสิ่งที่ยากต่อความเข้าใจ เพราะเป็นสิ่งที่เกี่ยวข้องกับความรู้สึกและความใส่ใจ บางครั้งเป็นการยากที่จะแสดงความรักได้อย่างเหมาะสม เช่นเดียวกับความยากลำบากที่จะบอกว่า เมื่อไรควรแสดงความรัก เพราะการถูกปฏิเสธเป็นสิ่งที่ไม่ดีที่มนุษย์ไม่ต้องการ การที่บุคคลแสดงความรักบุคคลนั้นก็ต้องการให้อีกฝ่ายหนึ่งยอมรับด้วย จึงจะทำให้เขารู้สึกว่าเป็นส่วนหนึ่งของความรักนั้น

### 2.5.4 ความต้องการมีคุณค่า (esteem needs) Maslow

กล่าวว่า การมีคุณค่านั้น เราจะได้จากผู้อื่นและได้จากความรู้สึกที่มีต่อตนเอง บุคคลจะพึงพอใจเมื่อรู้สึกว่าตนเองมีค่า มีความเข้มแข็ง มีประโยชน์ และมีความมั่นใจในตนเอง ความต้องการมีคุณค่าเกี่ยวข้องกับเรื่องของคุณค่าจากความนับถือ การประสบความสำเร็จ และความรับผิดชอบ บุคคลนั้นก็เกิดความนับถือตนเองและผู้อื่น ดังนั้น การที่จะให้ความนับถือนั้นคงอยู่ บุคคลจึงต้องมีความรับผิดชอบอยู่ตลอดเวลา

### 2.5.5 ความต้องการสัจการแห่งตน (self-actualization)

เริ่มแรกต้องแยกกันระหว่างสัจการแห่งตน (self-actualization) และความต้องการสัจการแห่งตน (need for self-actualization) สัจการแห่งตน คือสิ่งที่อยู่ในมนุษย์ทุกคน ส่วนความต้องการสัจการแห่งตนเป็นแรงจูงใจที่ส่งผลต่อการกระทำ สัจการแห่งตน หมายถึงความรู้สึกที่เป็นตัวของตัวเองได้อย่างอิสระ มีความปรารถนาอย่างแรงกล้าที่จะช่วยเหลือผู้อื่น มีสัมพันธภาพทางสังคมที่ดี มีความคิดสร้างสรรค์ เป็นธรรมชาติ และมีความยืดหยุ่น เมื่อมีปัญหาจะมองปัญหาเป็นศูนย์กลาง ไม่ได้ยึดตนเองเป็นศูนย์กลาง ถึงแม้ว่าจะง่ายที่จะอธิบายความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์แต่ยากที่จะเป็นได้ เพราะคนที่ทำได้จริงๆ จะไม่คิดว่าตอนนี้ตนเองกำลังเป็นบุคคลที่สมบูรณ์ นั่นคือทุกสิ่งทุกอย่างที่เขาแสดงออกจะเป็นไปโดยอัตโนมัติ

## 2.6 แนวคิดของ Neugarten et al.(1961)

Neugarten et al. และคณะได้เสนอแนวคิดเกี่ยวกับความพึงพอใจในชีวิตไว้ว่า ความพึงพอใจในชีวิตเป็นเรื่องของจิตใจ เป็นความรู้สึกที่ดี บุคคลที่มีความพึงพอใจในชีวิตจะเป็นบุคคลที่ประสบความสำเร็จ ความพึงพอใจในชีวิตเป็นเครื่องหมายของการมีสุขภาพจิตที่ดี รวมทั้งการมี

คุณภาพชีวิตที่ดีด้วย ซึ่งจะนำไปสู่ภาวะที่เป็นสุข (well-being) ของบุคคล ซึ่งบุคคลที่มีความพึงพอใจในชีวิตจะมีลักษณะที่ครอบคลุมองค์ประกอบ 5 ด้าน คือ

2.6.1 ความกระตือรือร้นในชีวิต (zest for life) หมายถึงการเป็นผู้ที่มีความสุขในการทำกิจกรรมประจำวัน มีความกระตือรือร้นที่จะทำสิ่งต่างๆ ด้วยความรู้สึกสนุกสนานมีกิจกรรมที่สร้างความพอใจกับตนเอง ไม่ว่าจะเป็นกิจกรรมที่ทำอยู่กับบ้าน หรือกิจกรรมที่ต้องติดต่อกับผู้อื่น มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ และมีความพอใจในสถานภาพที่เป็นอยู่

2.6.2 ความตั้งใจและอดทนในการดำเนินชีวิต (resolution and fortitude) หมายถึงการที่บุคคลยอมรับในชีวิตของตน โดยถือว่าตนเองเป็นผู้รับผิดชอบชีวิตของตน บุคคลจะมีความตั้งใจที่จะสู้กับปัญหา เมื่อชีวิตมีปัญหา โดยยอมรับและยืดหยุ่นที่จะต่อสู้กับปัญหานั้นๆ โดยไม่คิดว่าเขาอยากเปลี่ยนแปลงเหตุการณ์ต่างๆ แต่มองว่าปัญหาเหล่านั้นจะเป็นประสบการณ์ที่ดีสำหรับตนในการที่จะดำเนินชีวิตต่อไป

2.6.3 ความสอดคล้องระหว่างเป้าหมายที่ต้องการและที่ได้รับ (congruence between desired and achieved goals) หมายถึงการที่บุคคลรู้สึกว่าตนเองประสบความสำเร็จในชีวิตตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ ไม่ว่าจะเป้าหมายนั้นจะเป็นอะไรก็ตาม บุคคลนั้นก็จะให้ความสำคัญเสมอ

2.6.4 ทัศนคติทางบวก (positive self-concept) หมายถึงการมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่า ร่างกาย จิตใจ และการสังคมของเขาดีพอๆ กัน มีแนวคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นคนฉลาด นุ่มนวล อ่อนหวาน รู้สึกภูมิใจในตนเอง เห็นคุณค่าในตนเอง รู้สึกว่าชีวิตตนเองมีความหมายทั้งต่อตนเอง ต่อบุคคลที่สำคัญในชีวิต และต่อผู้อื่น มีความรู้สึกว่าตนได้ทำสิ่งที่ดีที่สุด และพร้อมที่จะเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงในชีวิตได้

2.6.5 ระดับอารมณ์ (mood tone) หมายถึง การเป็นผู้ที่มีความสุข มองโลกในแง่ดี อยู่กับความจริง มีการเปิดเผยเรื่องราวเกี่ยวกับชีวิตตนเองในทางบวก การมีทัศนคติ และอารมณ์ดี มีความพอใจในเหตุการณ์ปัจจุบัน การแสดงพฤติกรรมที่แสดงออกถึงความสุข เช่นการยิ้ม การหัวเราะ มีความพอใจที่จะติดต่อกับบุคคลต่างๆ และไม่รู้สึกโดดเดี่ยว

### 3. วัยรุ่น

วัยรุ่น หมายถึง วัยแห่งการเปลี่ยนแปลง ซึ่งเชื่อมต่อระหว่างวัยเด็ก (childhood) กับวัยผู้ใหญ่ (adulthood) ในช่วงวัยรุ่นนี้บุคคลจะมีสิ่งที่เปลี่ยนไปคือ การเข้าสังคม อารมณ์ และความเป็นส่วนตัวสิ่งที่เปลี่ยนแปลงไปนี้คือการเตรียมพร้อมสู่ความเป็นผู้ใหญ่ในวันหน้า (Dusek, 1987:14)

Hurlock (1965) ได้กล่าวว่า คำว่า “วัยรุ่น” ตรงกับคำว่า “adolescence” ในภาษาอังกฤษ ซึ่งมีความหมายว่า เจริญเติบโตทั้ง 4 ด้าน ไปพร้อมกัน ได้แก่ ร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ลักษณะของวัยรุ่นสรุปได้ดังนี้

1. เป็นวัยแห่งการเปลี่ยนแปลง กล่าวคือ เปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ ความคิดเห็น และความสนใจ
2. เป็นวัยแห่งการเสริมสร้าง คือ เด็กจะเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว โดยเฉพาะทางร่างกาย เช่น ด้านความสูง และน้ำหนัก
3. เป็นวัยที่ต้องการความเป็นอิสระ ต้องการพึ่งตนเองและมีแนวความคิดต่อต้านผู้ใหญ่ บางครั้งถึงกับมีการโต้เถียงกันอย่างรุนแรง
4. เป็นวัยที่ต้องการแสวงหาความรู้ อยากรู้ อยากเห็น จะทดลองทำสิ่งแปลกๆ ใหม่ๆ ที่ตนเองยังไม่เคยทำ
5. ต้องการปรัชญาชีวิตและแนวทางชีวิตของตน
6. เป็นวัยที่ต้องเผชิญปัญหามากเพราะเป็นหัวเลี้ยวหัวต่อที่สำคัญยิ่ง เป็นวัยแห่งการยุ่งยากสับสน และการปรับตัว

จากลักษณะของวัยรุ่น ตามที่ผู้วิจัยนำเสนอไว้ข้างต้นดังกล่าวแสดงให้เห็นการเปลี่ยนแปลงในวัยรุ่นมากมายที่เห็นได้ชัดเจนคือ การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายที่มีการเจริญเติบโตขึ้น เช่น ด้านความสูงและน้ำหนัก นอกจากนี้แล้ววัยรุ่นยังมีพัฒนาการในด้านต่างๆ ที่สำคัญมีดังนี้

### 3.1.1 พัฒนาการทางกาย

โดยทั่วไปวัยรุ่นจะมีการทำงานของร่างกาย อวัยวะต่างๆ และรูปร่างที่เปลี่ยนไปอย่างเห็นได้ชัดในช่วงอายุ 11-15 ปี พัฒนาการทางด้านร่างกายโดยทั่วไปจะเห็นว่ามี ความสูง และน้ำหนักเพิ่มอย่างรวดเร็วแต่ก็จะแตกต่างกันไปเป็นรายบุคคล หลังจากอายุ 15 ปี แล้ว อัตราการเจริญเติบโตจะช้าลง ลักษณะทางกายที่มีการพัฒนาจากวัยเด็กไปอย่างชัดเจน คือ การเติบโตของอวัยวะสืบพันธุ์ที่มีการทำงานอย่างรวดเร็ว ทั้งภายนอกและภายใน โดยการควบคุมของต่อมไร้ท่อ ทำให้เด็กหญิงมีลักษณะแตกต่างจากเด็กชายคือ เด็กหญิงจะมีไขมันเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะบริเวณสะโพก และหน้าอก มีประจำเดือนซึ่งจะเริ่มราวอายุ 13 ปี ส่วนเด็กผู้ชายจะมีหนวดเคราขึ้นประปราย มีข้อสังเกตว่าเด็กชายจะเข้าสู่ วัยรุ่นช้ากว่าเด็กหญิงเล็กน้อย การเปลี่ยนแปลงนี้นับว่ามีส่วนเกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพในตอนที่เป็นผู้ใหญ่ เด็กหญิงที่มีการเจริญเติบโตเร็ว จะมีความกระดากในตัวเอง ไม่กล้าเข้าใกล้เพื่อน ไม่กล้าแต่งตัว เป็นต้น ซึ่งจากการศึกษาสุขภาพจิตของวัยรุ่น พบว่าเด็กหญิงที่เติบโตช้าจะมีสุขภาพดีกว่าเด็กหญิงที่เติบโตเร็ว ส่วนเด็กชายถ้าเติบโตเร็ว มีรูปร่างดี เสี่ยง

แต่ก่อนเพื่อนฝูงจะเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง ถ้าได้รับการสนับสนุนจะกลายเป็นผู้นำกลุ่ม มีความมั่นใจใจตนเอง แต่สำหรับเด็กชายที่เก็บโตช้าจะถูกล้อเลียน และเกิดเป็นปมด้อยได้ (วาสนา ศรมณี และคณะ, 2516:3-5)

### 3.1.2 พัฒนาการทางอารมณ์

อารมณ์ของวัยรุ่นมีลักษณะที่แตกต่างจากอารมณ์ของเด็ก กล่าวคือ อารมณ์ของวัยรุ่นจะรุนแรงและเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ทั้งนี้เนื่องจากการเติบโตของต่อมต่างๆ และความจำเป็นในการปรับตัวใหม่ทำให้เด็กวัยรุ่นมีความสับสน รู้สึกไม่แน่ใจ ไม่ปลอดภัย และทำให้เกิดอารมณ์ที่แปรปรวนง่าย แต่ถ้าหากได้รับความช่วยเหลือจากบิดามารดา ผู้ปกครอง ครูอาจารย์ หรือผู้ใหญ่ที่อยู่แวดล้อม เสนอแนะแนวทางในการพัฒนาและควบคุมอารมณ์ ก็จะช่วยให้วัยรุ่นพัฒนาไปสู่การเป็นผู้มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ได้ ลักษณะอารมณ์ของวัยรุ่นที่ปรากฏชัดเช่นมีดังนี้ (มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช, สาขาวิชาศึกษาศาสตร์, 2532:147)

1. มีความรุนแรง ถ้าหากวัยรุ่นได้รับความกระทบกระเทือนใจแม้เพียงเล็กน้อยก็อาจแสดงพฤติกรรมที่รุนแรงได้ เช่นถูกบิดามารดาตำหนิ หรือบิดามารดาไม่เห็นด้วยกับความคิดของตนก็อาจทำให้เขาตัดสินใจหนีออกจากบ้านได้ หรือ เมื่อผิดหวังจากความรักก็อาจฆ่าตัวตายได้ เป็นต้น
  2. มีอารมณ์ไม่คงที่ วัยรุ่นมักจะเกิดอารมณ์ต่างๆ เปลี่ยนอารมณ์อย่างรวดเร็ว เช่นดีใจง่าย และมีอารมณ์ที่ผันแปรอย่างรวดเร็ว แต่ถ้าเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับอุดมคติก็มักจะมีความสัมพันธ์กับอารมณ์เจ็บป่นอยู่ด้วย เช่น ความรัก พวกพ้อง ความยุติธรรม ความรักสถาบัน การศึกษา อารมณ์เหล่านี้จะเป็นอารมณ์ที่ถาวร และกล้าที่จะแสดงออก
  3. มีอารมณ์ค้าง การมีอารมณ์ค้างนี้มักเกิดกับวัยรุ่นที่ผิดหวัง เรื่องความรัก ก็มักจะแสดงอารมณ์ที่เศร้าหมอง ห่อเหี่ยว และอาจรุนแรงถึงขั้นฆ่าตัวตายได้
  4. ขาดการควบคุมทางอารมณ์ วัยรุ่นมักจะแสดงออกทางอารมณ์อย่างเปิดเผย เช่นผิดหวังเรื่องความรัก ก็มักจะแสดงความไม่พอใจ ทั้งด้านกริยาท่าทางและคำพูดที่ค่อนข้าง รุนแรง และขาดความยั้งคิด
- ถ้าหากบิดามารดา หรือผู้ที่ใกล้ชิดกับวัยรุ่นเข้าใจถึงธรรมชาติของวัยรุ่นและยอมรับในการแสดงออกทางอารมณ์ของวัยรุ่นว่าเป็นการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นตามวัยก็จะทำให้วัยรุ่นไม่เกิดปัญหาในการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น แต่ถ้าบิดามารดา

หรือผู้ใกล้ชิดกับวัยรุ่นไม่เข้าใจธรรมชาติการแสดงออกทางอารมณ์ของวัยรุ่น ก็จะมีส่งผลกระทบต่อการทำงานของวัยรุ่นนำไปสู่พฤติกรรมที่มีปัญหาต่อไปได้

### 3.1.3 พัฒนาการทางด้านจิตใจ

พัฒนาการทางด้านจิตใจที่สำคัญของวัยรุ่นมี 2 ประการคือ (วาสนา ศรมณี และคณะ, 2516:7-12)

1. ความต้องการเป็นตัวของตัวเอง วัยรุ่นต้องการเป็นตัวของตัวเอง ไม่ต้องการเป็นลูกอ่อนของพ่อแม่ แม้จะอยากเป็นตัวของตัวเอง อยากเป็นอิสระ แต่เด็กก็ก้าวไปสู่ความเป็นผู้ใหญ่โดยไม่แน่ใจว่าจะอะไรจะเกิดขึ้นข้างหน้า อาจมีความสงสัย ฉะนั้นแม้เด็กจะต้องการอิสระแต่ผู้ปกครองก็ควรเป็นที่พึ่งคอยให้คำแนะนำช่วยเหลือเด็ก เมื่อเด็กต้องการพึ่งผู้ใหญ่ สิ่งนี้ทำให้เด็กมีรากฐานต่อไปที่จะเป็นอิสระ แต่ถ้าผู้ใหญ่ผลักดันเด็กไปสู่อิสระอยู่ตลอดเวลาโดยไม่ทำตัวเป็นที่พึ่ง ที่ปรึกษา หรือแนะนำช่วยเหลือเขาเลยก็จะส่งผลต่อเด็กทำให้เขามีรากฐานที่ไม่มั่นคง

2. ความต้องการทางเพศ ด้วยความเจริญทางด้านร่างกายโดยต่อมที่ควบคุมการเจริญเติบโตต่างๆ มีการผลิตฮอร์โมนมากระตุ้นเรื่องเพศ จึงทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางกายในวัยรุ่น ซึ่งวัยรุ่นจะสังเกตความเปลี่ยนแปลงของร่างกายด้วยความวิตกกังวล รู้สึกไม่แน่ใจ รู้สึกสับสนไม่รู้ว่าจะอะไรเป็นอะไร ระยะเวลาเด็กจะมีความสนใจต่อเพศตรงข้าม ดังนั้นพ่อควรเป็นตัวอย่างที่ดีในการปฏิบัติตัวให้สมเป็นชาย อาจให้คำแนะนำเล่าประสบการณ์ให้กับวัยรุ่น บอกความนึกคิดว่าอะไรผิดอะไรถูก ซึ่งในบางครั้งอาจจะพบว่าวัยรุ่นชอบพูดจาสองแง่สองง่าม ซึ่งถือเป็นการกระตุ้นเรื่องทางเพศ หรือการทำงานของอวัยวะสืบพันธุ์ พ่ออาจมีส่วนช่วยในการค่อยๆ บอกถึงสิ่งที่ควรทำและไม่ควรทำ เป็นต้น ส่วนวัยรุ่นหญิงนั้นผู้ที่เป็นที่ปรึกษาได้ดีคือ แม่ อย่างเช่น การมีประจำเดือน เด็กบางคนอาจตกใจจนช็อก ถ้าหากแม่เข้าใจเด็กโดยอธิบายให้เด็กฟัง ไม่ใช่ให้เด็กรับรู้และเข้าใจอย่างไม่ถูกต้องหรือไปปรึกษาเพื่อนแทนที่จะปรึกษาพ่อแม่ ดังนั้นพ่อแม่สามารถเป็นที่ปรึกษาให้กับเด็กวัยรุ่นได้อย่างดี ซึ่งจะช่วยให้เด็กวัยรุ่นรู้สึกสบายใจขึ้น ความวิตกกังวลก็จะหายไป

### 3.1.4 พัฒนาการทางสังคม

พัฒนาการทางสังคม หมายถึง ปฏิภาณสนองตอบของบุคคลที่มีต่อกันตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป และสามารถสร้างความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นได้ดี การพัฒนาทางสังคมของวัยรุ่นเริ่มต้นตั้งแต่แรกเกิด ประสบการณ์เบื้องต้นของชีวิตและทุกๆ สิ่งที่เกี่ยวข้องกับการมีชีวิตอยู่รอดนั้นต้องอาศัยความช่วยเหลือของผู้อื่นตลอดมา ความสัมพันธ์ที่มีกับผู้อื่นจะค่อยๆ เพิ่มพูนมากขึ้นตามวัยที่ผ่านไปตั้งแต่วัยทารก และประสบการณ์ต่างๆ ที่เด็กได้รับ เช่น การยอมรับ ความเป็นที่ต้องการของบุคคลที่อยู่รอบข้างจะทำให้เด็กมีประสบการณ์ ทาง

สังคมมากขึ้นตามลำดับ เมื่อเด็กเข้าโรงเรียนเด็กจะมีพัฒนาการทางสังคมขยายกว้างออกไปเพราะเด็กจะต้องปรับตัวเพื่อให้เข้ากับสังคมใหม่ คือเพื่อนและครูที่โรงเรียน เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นก็จะมีแนวโน้มที่จะสนใจองค์การที่ทำกิจกรรมเฉพาะ เช่น การเข้าเป็นสมาชิกในองค์การหรือชมรมที่ตนสนใจ (มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช, สาขาวิชาศึกษาศาสตร์, 2532:162-163)

วัยรุ่นเมื่ออยู่ในครอบครัวมักจะชอบอยู่ตามลำพัง ทั้งนี้เพราะการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นคือ การเปลี่ยนแปลงทางการ อารมณ์ และความคิด การที่เด็กไม่ชอบรวมกลุ่มกับสมาชิกในครอบครัวเป็นเพราะต้องการอิสระที่จะทำงานของตน ส่วนในเรื่องความสัมพันธ์กับเพื่อน วัยรุ่นทั้ง 2 เพศมีความต่างกันคือ วัยรุ่นหญิงชอบคบเพื่อนกลุ่มเล็กๆ ประมาณ 2-3 คน และมีเพื่อนสนิทเพียง 1 คน ที่พอจะบอกความลับได้ แต่เมื่ออายุประมาณ 15 ปี การคบเพื่อนจะเป็นกลุ่มใหญ่มากขึ้น ส่วนวัยรุ่นชายยังไม่มีเพื่อนสนิท ทางด้านความสัมพันธ์กับเพศตรงข้ามนั้น วัยรุ่นชายจะสนใจวัยรุ่นหญิงเมื่อตนเองอายุประมาณ 14 ปี ส่วนความสนใจเพศตรงข้ามของวัยรุ่นหญิงนั้น คือ วัยรุ่นหญิงชอบวัยรุ่นชายมากกว่า และวัยรุ่นหญิงจะมีวุฒิภาวะทางเพศเร็วกว่าวัยรุ่นชายที่อยู่ในวัยเดียวกัน

### งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

รูปแบบความผูกพัน ทำให้เกิดความรู้สึกผูกพันทางจิตใจ อันจะนำมาซึ่งการสำรวจสิ่งแวดล้อมรอบๆตัว และมีบทบาทในการกำหนดรูปแบบความสัมพันธ์กับผู้อื่น เช่น รูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง(Secure Attachment) ทำให้เกิดความมั่นใจในตนเอง เชื่อมมั่นในตนเองสูง มีความยืดหยุ่นในการแก้ปัญหา ยอมรับและมองบุคคลอื่นในแง่ดี สามารถสร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่นได้อย่างยาวนาน รวมถึงอยู่ร่วมกับสิ่งแวดล้อมในรูปแบบต่างๆได้เป็นอย่างดี มีการเรียนรู้สิ่งต่างๆได้อย่างรวดเร็ว ซึ่งทำให้เราสามารถปรับตัวในสถานการณ์ที่หลากหลาย และการแก้ปัญหาต่างๆ ในชีวิตได้เป็นอย่างดี ซึ่งทั้งหมดนี้ล้วนเป็นปัจจัยที่ทำให้เรามีความสุข อันจะนำมาซึ่งความพึงพอใจในชีวิต

เนื่องจากมนุษย์เราต้องมีการเรียนรู้อยู่ตลอดเวลาบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงก็จะสามารถดำรงชีวิตอยู่บนโลกใบนี้โดยปราศจากความหวาดระแวง สามารถเปิดรับการเรียนรู้ใหม่ๆได้ดีกว่า ทำให้มีความสุข และความพึงพอใจในชีวิตมากกว่า ดังเช่น Bartholomew และ Horowitz (1991) ได้ศึกษาเปรียบเทียบรูปแบบความผูกพันที่ส่งผลต่อปฏิสัมพันธ์กับลักษณะทางบุคลิกภาพ และลักษณะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลจากกลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษา โดยบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงและแบบ

ทะเบียนจะมีการรายงานว่ามีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูง เมื่อเปรียบเทียบกับบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัว และแบบกังวล สอดคล้องกับ Feeney และ Noller (1990) ศึกษารูปแบบความผูกพันที่เป็นตัวพยากรณ์สัมพันธ์ภาพในวัยผู้ใหญ่ (Adult Romantic Relationships) ซึ่งรวมไปถึงความสัมพันธ์ของรูปแบบความผูกพันกับการเห็นคุณค่าในตนเอง พบว่า นักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงมีความสัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเองทั้งในด้านครอบครัว ส่วนตัว และด้านสังคมสูงกว่านักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแบบหลีกเลี่ยงและวิตกกังวลในสัมพันธ์ภาพ นอกจากนี้ยังพบว่ารูปแบบความผูกพันที่แตกต่างกันส่งผลต่อการปรับตัวในสังคม ซึ่งการที่เราสามารถปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมรอบตัวได้ดี ก็ย่อมนำมาซึ่งความพึงพอใจในชีวิต ดังเช่น Cooper , Shaver และ Collins (1998) ศึกษาความแตกต่างของความไม่มั่นคงทางอารมณ์ อึดอัดในทัศน และความเสี่ยงหรือพฤติกรรมที่เป็นปัญหาในแต่ละรูปแบบความผูกพัน พบว่า วัยรุ่นที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงเป็นกลุ่มที่มีการปรับตัวที่ดีที่สุด และมักไม่มีพฤติกรรมเสี่ยง วัยรุ่นที่มีรูปแบบความผูกพันแบบวิตกกังวลในสัมพันธ์ภาพเป็นกลุ่มที่มีการปรับตัวไม่เหมาะสมที่สุด มีอึดอัดในทัศนในทางลบ และมีระดับของความไม่มั่นคงทางอารมณ์สูงและมีอึดอัดในทัศนทางลบ

นอกจากนั้นผู้ที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง(Secure Attachment) มีการมองเห็นคุณค่าในตนเองสูง มีความสามารถในการสร้างสัมพันธ์ภาพกับบุคคลและสิ่งแวดล้อมที่หลากหลาย นำมาซึ่งความพึงพอใจในชีวิตที่มากกว่า ทำให้มีระดับความโศกเศร้าที่ต่ำกว่าด้วย เช่น Pietromonaco และ Barrett (1997) ได้ศึกษาเปรียบเทียบรูปแบบความผูกพันกับปฏิสัมพันธ์ทางสังคมในชีวิตประจำวัน โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรี ผลการวิจัยพบว่า บุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบทะเบียนและมั่นคง มีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองแตกต่างกับบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัว และกังวล แต่ไม่พบความแตกต่างระหว่างบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบทะเบียนและมั่นคง โดยบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงจะมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูงที่สุด และบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบกังวล มีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำที่สุด นอกจากนี้ยังพบว่า บุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบทะเบียนและมั่นคงมีระดับความโศกเศร้าแตกต่างกับบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัว และกังวล แต่ไม่พบความแตกต่างระหว่างบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบทะเบียนและมั่นคง โดยบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบกังวลจะมีระดับความโศกเศร้าสูงที่สุด และบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง มีระดับความโศกเศร้าต่ำที่สุด และจากงานวิจัยของ Mayer (1998) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบความผูกพันกับ

บุคลิกภาพในนักศึกษา พบว่า นักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง จะมีคะแนน การเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่านักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแบบหลีกเลี่ยงและแบบวิตก กังวลในสัมพันธ์ภาพ นอกจากนี้ นักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง ยังมีระดับ ความสามารถส่วนบุคคลสูง และมีความใฝ่หาทางจิตใจต่ำกว่านักศึกษามีรูปแบบ ความผูกพันแบบหลีกเลี่ยง และแบบวิตกกังวลในสัมพันธ์ภาพ สอดคล้องกับงานวิจัย Keep and Neimeyer (1999) ศึกษาความผูกพันระหว่างบุคคลกับประสบการณ์ การแสดงออก และการเผชิญกับความเครียดโดยมีกลุ่มตัวอย่างจำนวน 193 คน ผลการศึกษาพบว่า รูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง เมื่อเปรียบเทียบกับรูปแบบอื่นเช่นรูปแบบความผูกพัน แบบกังวลจะมีระดับกลุ่มอาการทางจิตและมีระดับความใฝ่หาทางจิตใจสูงกว่าบุคคลที่มี รูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง แต่สำหรับรูปแบบของการเผชิญปัญหา ซึ่งแบ่งออกเป็น แสวงหาการสนับสนุนจากสังคม และการหลีกเลี่ยงห่างจากสังคม พบว่าไม่มีความสัมพันธ์ กับรูปแบบความผูกพัน และยังสอดคล้องกับ Vivona(2000) ศึกษารูปแบบความผูกพัน ของบิดามารดาของวัยรุ่นตอนปลายกับคุณภาพของสัมพันธ์ภาพความผูกพันและการ ปรับตัว พบว่า วัยรุ่นตอนปลายที่มีรูปแบบความผูกพันแบบไม่มั่นคงคงจะมีการรายงาน ถึงอาการซึมเศร้าและความวิตกกังวลสูงกว่าผู้ที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง

ดังนั้นการมีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงอันจะทำให้เกิดบุคลิกภาพที่ดี เห็น คุณค่าในตนเอง รับรู้ว่าตนเองและผู้อื่นมีคุณค่า ปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้เป็นอย่างดี มีอารมณ์ความซึมเศร้าต่ำ ส่งผลให้มีความมั่นใจในตนเอง เชื่อมมั่นในตนเองสูง มีความ ยืดหยุ่นในการแก้ปัญหา สามารถสร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่นได้อย่างยาวนาน ลักษณะ เหล่านี้เกิดความพึงพอใจในชีวิต หากบุคคลต่างๆ มีความพึงพอใจในชีวิตก็จะสามารถทำ กิจกรรมต่างๆในสังคมได้เป็นอย่างดี พัฒนาความสามารถของตน ดึงศักยภาพออกมาใช้ ประโยชน์ได้อย่างเต็มที่ ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงมีความสนใจศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง รูปแบบความผูกพันที่แตกต่างกันกับความพึงพอใจในชีวิต

### วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในชีวิตของวัยรุ่นที่มีรูปแบบความผูกพัน แตกต่างกัน



## ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในชีวิตของวัยรุ่นที่มีรูปแบบความผูกพันแตกต่างกัน ของนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ถึง 4

## ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เพื่อทราบถึงรูปแบบความผูกพันของวัยรุ่น
2. เพื่อทราบความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบความผูกพันที่แตกต่างกัน กับความพึงพอใจในชีวิตของวัยรุ่น
3. เพื่อเป็นแนวทางในการศึกษารูปแบบความผูกพัน กับความพึงพอใจในชีวิตต่อไป

## ตัวแปรในการวิจัย

ตัวแปรต้น คือ รูปแบบความผูกพันของวัยรุ่น 4 ลักษณะ ดังนี้

1. รูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง
2. รูปแบบความผูกพันแบบกังวล
3. รูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัว
4. รูปแบบความผูกพันแบบทะนงตน

ตัวแปรตาม คือ ความพึงพอใจในชีวิต

## คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

**ความพึงพอใจในชีวิต** หมายถึง ความรู้สึกยินดีต่อการมีชีวิตอยู่ ในการวิจัยครั้งนี้ใช้นิยามของความพึงพอใจในชีวิตตามความหมายของ Neugarten et al. (1996) ซึ่งอธิบายความพึงพอใจในชีวิตไว้ดังนี้ คือ เป็นความรู้สึกสุขใจ ความรู้สึกอึดใจ ความรู้สึกว่าตนเองมีค่า ความรู้สึกพอใจในการทำงาน การทำใจยอมรับได้ทั้งความสำเร็จและล้มเหลวของชีวิตที่ผ่านมา มีทัศนคติที่ดีต่อตนเอง รับรู้ชีวิตตนเอง ผู้อื่น สังคม และโลกในแง่ดี ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยประเมินความพึงพอใจในชีวิตด้วยค่าคะแนนที่ได้จากแบบวัดความพึงพอใจในชีวิตที่ปรับปรุงมาจากแบบวัดความพึงพอใจชีวิตดัชนีบ่งชี้ ชุด เอ (Life Satisfaction Index A) ของ Neugarten et al. ประกอบไปด้วยองค์ประกอบ 5 ด้าน คือ 1. ภาระหรือรันทในชีวิต 2. ความตั้งใจและอดทนในการดำเนินชีวิต 3. ความสอดคล้องระหว่างเป้าหมายที่ต้องการและที่ได้รับ 4. อึดมโนทัศน์ทางบวก 5. ระดับอารมณ์

**รูปแบบความผูกพัน** หมายถึง คุณลักษณะความสัมพันธ์และการผูกมัดทางอารมณ์ของบุคคลที่มีต่อบุคคลอื่น ซึ่งคุณลักษณะดังกล่าวจะส่งผลต่อการสร้าง และคงไว้ซึ่งการใกล้ชิดกับบุคคลอื่น โดยรูปแบบความผูกพันของบุคคลจะถูกกำหนดโดยรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเอง และผู้อื่น

รูปแบบความผูกพันในการวิจัยครั้งนี้มาจากแนวคิดของ Bartholomew และ Horowitz (1991) ซึ่งการวิจัยครั้งนี้หมายถึง คะแนนที่ได้จากแบบวัดความผูกพันของ สมบุญ จารุเกษมทวี (2544) ที่พัฒนามาจากแบบวัดประสบการณ์ในการมีสัมพันธ์ภาพที่ใกล้ชิดฉบับปรับปรุงโดย Fraley , Waller และ Brennan (2000) ซึ่งสามารถจำแนกความผูกพันได้ 4 ลักษณะ ดังนี้

1. รูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง หมายถึง การมีรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองและผู้อื่นในด้านบวก รับรู้ว่าคุณค่าและผู้อื่นมีคุณค่า โดยบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงในการวิจัยครั้งนี้หมายถึง บุคคลที่มีคะแนนเฉลี่ยรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองด้านลบตั้งแต่ 3.99 ลงไป และมีคะแนนเฉลี่ยรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นด้านลบตั้งแต่ 3.99 ลงไป

2. รูปแบบความผูกพันแบบกังวล หมายถึง การมีรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองด้านลบและมีรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นในด้านบวก รับรู้ว่าคุณค่าไม่มีคุณค่าแต่รับรู้ว่าคุณค่าคนอื่นมีคุณค่า โดยบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบกังวลในการวิจัยครั้งนี้ หมายถึง บุคคลที่มีคะแนนเฉลี่ยรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองด้านลบตั้งแต่ 4.00 ขึ้นไป และมีคะแนนเฉลี่ยรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นด้านลบตั้งแต่ 3.99 ลงไป

3. รูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัว หมายถึง การมีรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองด้านลบและมีรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นในด้านลบ รับรู้ว่าคุณค่าไม่มีคุณค่าและรับรู้ว่าคุณค่าคนอื่นไม่มีคุณค่าด้วย โดยบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัวในการวิจัยครั้งนี้ หมายถึง บุคคลที่มีคะแนนเฉลี่ยรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองด้านลบตั้งแต่ 4.00 ขึ้นไป และมีคะแนนเฉลี่ยรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นด้านลบตั้งแต่ 4.00 ขึ้นไป

4. รูปแบบความผูกพันแบบทะนงตน หมายถึง การมีรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองด้านบวกและมีรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นในด้านลบ รับรู้ว่าคุณค่ามีคุณค่าแต่รับรู้ว่าคุณค่าคนอื่นไม่มีคุณค่า โดยบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบทะนงตนในการวิจัยครั้งนี้ หมายถึง บุคคลที่มีคะแนนเฉลี่ยรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเอง

ด้านลบตั้งแต่ 3.99 ลงไป และมีคะแนนเฉลี่ยรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นด้าน  
ลบตั้งแต่ 4.00 ขึ้นไป

## บทที่ 2

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในชีวิตของวัยรุ่นที่มีรูปแบบความผูกพันแตกต่างกัน โดยมีวิธีการวิจัย ดังต่อไปนี้

#### ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยเชิงพรรณนา และเชิงสำรวจ

#### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

นิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ถึง 4 จำนวน 196 คน โดยใช้วิธีการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling)

#### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย

1. แบบวัดความพึงพอใจในชีวิต จากแบบวัดความพึงพอใจในชีวิตดัชนีบ่งชี้ชุด เอ (Self Satisfaction Index A) ของ Neugarten et al (1961) ที่ได้รับการพัฒนาโดยเขา ลักษณ์ มั่นประชา (2542) แบบวัดประกอบด้วยคำถาม 30 ข้อ องค์ประกอบที่เป็นองค์ประกอบในการประเมินมีดังนี้ คือ

- 1.1 องค์ประกอบที่ 1 ความกระตือรือร้นในชีวิต (Zest for life)
- 1.2 องค์ประกอบที่ 2 ความตั้งใจและอดทนในการดำเนินชีวิต (Resolution and fortitude)
- 1.3 องค์ประกอบที่ 3 ความสอดคล้องระหว่างเป้าหมายที่ต้องการ และที่ได้รับ (Congruence between desired and achieved goals)
- 1.4 องค์ประกอบที่ 4 อคติในทัศนคติทางบวก (Positive self concept)
- 1.5 องค์ประกอบที่ 5 ระดับอารมณ์ (Mood tone)

โดยแบบวัดนี้เป็นมาตราส่วนประมาณค่า (rating scale) ชนิด 5 ระดับ ผู้ตอบจะทำเครื่องหมาย (X) ลงในช่องตัวเลขที่ตรงกับความรู้สึกตนเอง โดยเลือกหมายเลข 1-5 มีทั้งข้อความทางบวกและทางลบ โดยเลือกตอบตามระดับความรู้สึกดังนี้

ข้อกระทงเชิงบวก (positive)

ตรงกับความรู้สึกมากที่สุด

ให้

5

คะแนน

ตรงกับความรู้สึกมาก	ให้	4	คะแนน
ตรงกับความรู้สึกพอควร	ให้	3	คะแนน
ตรงกับความรู้สึกน้อย	ให้	2	คะแนน
ตรงกับความรู้สึกน้อยที่สุด	ให้	1	คะแนน
<u>ข้อกระทงเชิงลบ (negative)</u>			
ตรงกับความรู้สึกมากที่สุด	ให้	1	คะแนน
ตรงกับความรู้สึกมาก	ให้	2	คะแนน
ตรงกับความรู้สึกพอควร	ให้	3	คะแนน
ตรงกับความรู้สึกน้อย	ให้	4	คะแนน
ตรงกับความรู้สึกน้อยที่สุด	ให้	5	คะแนน

### การประเมินคุณภาพของมาตรวัด

#### 1. การหาค่าความตรง (Validity)

เขาวลักษณะ มั่นประชา (2542) ได้แปลแบบวัดความพึงพอใจในชีวิตดัดขึ้น บ่งชี้ชุดเอทั้ง 20 ข้อ และสร้างข้อกระทงเพิ่มอีก 22 ข้อ รวมเป็น 42 ข้อ ซึ่งมีความรู้เกี่ยวกับการวัดทางจิตวิทยา 3 ท่าน ได้แก่ รองศาสตราจารย์ สุภาพรพรณ โคตรจรัส รองศาสตราจารย์ ดร.โสรัช โพธิ์แก้ว และอาจารย์อัญญา ตัญค์มกีร์ ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (content validity) โดยพิจารณาสิ่งต่างๆ ดังนี้ 1) ความเหมาะสมของภาษาที่ใช้ 2) ความถูกต้องตามนิยามที่กำหนด โดยผู้ทรงคุณวุฒิทั้ง 3 ท่าน ประเมินความถูกต้องตามนิยาม ผู้วิจัยคัดเลือกข้อกระทง ข้อที่ผู้ทรงคุณวุฒิ 2 ใน 3 ท่าน มีความเห็นสอดคล้องกันได้ และปรับปรุงข้อกระทงตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ ได้ข้อกระทงทั้งสิ้น 39 ข้อ

จากนั้นตรวจสอบคุณภาพของแบบวัด ดังนี้

#### 1.1 การหาความตรงตามสภาพ (concurrent validity)

โดยใช้เทคนิคการจำแนกกลุ่มที่รู้ลักษณะแล้ว (know groups) 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ 1 เป็นกลุ่มนักเรียนที่มีลักษณะของความพึงพอใจในชีวิต ประกอบด้วยนักเรียนกลุ่มปกติ จำนวน 25 คน และนักเรียนกลุ่มที่มีความพิการจำนวน 25 คน นักเรียนทั้งสองกลุ่มนี้ได้มาโดยการเลือกของครูผู้สอน อาจารย์แนะแนว และอาจารย์ที่ปรึกษา โดยมีเกณฑ์ว่า เป็นนักเรียนที่มีความกระตือรือร้น สนใจสิ่งที่เขาทำอยู่ตลอดเวลา มีความรับผิดชอบต่อตนเอง ไม่ย่อท้อเมื่อมีปัญหา เป็นคนมีเป้าหมายในการทำสิ่งต่างๆ และพยายามทำให้สำเร็จตามเป้าหมายนั้น มี

ลักษณะของการรับรู้ตนเองทางบวก และเห็นคุณค่าในตนเอง เป็นคนที่มีอารมณ์แจ่มใสและมองโลกในแง่ดี และกลุ่มที่ 2 เป็นกลุ่มนักเรียนที่ไม่มีลักษณะของความพึงพอใจในชีวิตหรือมีบ้างแต่น้อย ประกอบด้วยนักเรียนกลุ่มปกติ จำนวน 25 คน และนักเรียนกลุ่มที่มีความพิการจำนวน 25 คน นักเรียนทั้งสองกลุ่มนี้ได้มาโดยการเลือกของครูผู้สอน อาจารย์แนะแนว และอาจารย์ที่ปรึกษา โดยมีเกณฑ์ว่า เป็นนักเรียนที่ไม่มีความกระตือรือร้น ขาดความมานะพยายาม ไม่อดทนเมื่อพบอุปสรรค เป็นคนไม่มีเป้าหมายในการทำสิ่งต่างๆ มีลักษณะของการรับรู้ตนเองทางลบและ เป็นคนที่มีอารมณ์ไม่แจ่มใสและมองโลกในแง่ร้าย

### 1.2. การวิเคราะห์คุณภาพรายข้อ (Item Analysis)

หาโดยการทดสอบคะแนนแต่ละค่าด้วยการทดสอบสถิติที (t-test) และหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์รายข้อของแบบวัด (item total correlation) ในการคัดเลือกข้อกระทงที่ผ่านเกณฑ์ จะพิจารณาทั้งค่าที่ และค่าสหสัมพันธ์รายข้อไปพร้อมๆกัน ข้อกระทงที่เลือกไว้จะต้องมีเกณฑ์ใดเกณฑ์หนึ่ง ดังนี้ (1) เป็นข้อกระทงที่มีค่าที (t-test) ที่ระดับนัยสำคัญ .05ขึ้นไป หรือ (2) เป็นข้อกระทงที่มีค่าสหสัมพันธ์ (item-total correlation) ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมทั้งฉบับ ที่มีค่าตั้งแต่ .214 ขึ้นไป หรือ (3) เป็นข้อกระทงที่ผ่านเกณฑ์ทั้ง 2 ข้อแรก ผลการวิเคราะห์ข้อกระทงพบว่า มีข้อกระทงที่ผ่านเกณฑ์ทั้งสิ้น 33 ข้อ

### 1.3. การหาค่าสหสัมพันธ์รายข้อของแบบวัด (item-total correlation)

ผู้วิจัยนำข้อกระทงที่ผ่านเกณฑ์ทั้ง 33 ข้อ จากข้อ 2 มาตรวจคะแนนใหม่เพื่อหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่าง ข้อกระทงแต่ละข้อในแต่ละองค์ประกอบกับคะแนนรวมทั้งฉบับของแบบวัดความพึงพอใจในชีวิตเพื่อคัดเลือกข้อกระทงที่มีค่าสหสัมพันธ์ตั้งแต่ .214 ขึ้นไป

1.4. การหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบมีเป้าหมายเพื่อทดสอบความสัมพันธ์ขององค์ประกอบของความพึงพอใจในชีวิตทั้ง 5 องค์ประกอบที่สอดคล้องกัน โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson product moment correlation) พบว่าองค์ประกอบทั้ง 5 มีความเกี่ยวเนื่องสัมพันธ์กันทางบวกโดยมีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

## 2. การหาค่าความเที่ยง (Reliability)

นิวการ์เทิน และคณะตรวจสอบความเที่ยงของมาตรวัดความพึงพอใจในชีวิต โดยใช้วิธีแบ่งครึ่ง (Split half method) ได้ค่าความเที่ยง คือ 0.87

เขาวัดลักษณะ มั่นประชา(2542) ตรวจคะแนนข้อกระทงที่คัดเอาไว้ทั้ง 30 ข้อใหม่อีกครั้ง จึงได้ค่าความเที่ยง ( $\alpha$ ) ที่เป็นการประเมินค่าความคงที่ภายใน (Internal consistency) จากสูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha reliability coefficient) ได้ค่าความเที่ยง ดังนี้

1. ความเที่ยงรวมทั้งฉบับ	= .90
2. ด้านความกระตือรือร้น	= .63
3. ด้านความตั้งใจและ อดทนในการดำเนินชีวิต	= .65
4. ด้านความสอดคล้องระหว่าง เป้าหมายที่ต้องการและที่ได้รับ	= .69
5. ด้านอัตมโนทัศน์ทางบวก	= .73
6. ด้านระดับอารมณ์	= .70

#### แบบวัดความพึงพอใจในชีวิตฉบับสมบูรณ์ที่ใช้ในงานวิจัยนี้

แบบวัดความพึงพอใจในชีวิตที่ผู้วิจัยปรับปรุงขึ้นโดยเป็นแบบวัดฉบับสมบูรณ์ที่ใช้ในงานวิจัยนี้ มีลักษณะดังนี้

##### 1. องค์ประกอบของแบบวัดความพึงพอใจในชีวิต

องค์ประกอบที่ 1 ความกระตือรือร้นในชีวิต (Zest for life) ข้อกระทงในองค์ประกอบนี้มีจำนวน 5 ข้อ ได้แก่ ข้อ 2, 10, 18, 23 และ 26 แบ่งออกเป็น ข้อความเชิงบวก 4 ข้อ ได้แก่ ข้อ 2, 10, 18 และ 26

ข้อความเชิงลบ 1 ข้อ ได้แก่ ข้อ 23

องค์ประกอบที่ 2 ความตั้งใจและอดทนในการดำเนินชีวิต (Resolution and fortitude) ข้อกระทงในองค์ประกอบนี้มีจำนวน 5 ข้อ ได้แก่ ข้อ 5, 9, 14, 17 และ 22 แบ่งออกเป็น

ข้อความเชิงบวก 4 ข้อ ได้แก่ ข้อ 5, 9, 14 และ 17

ข้อความเชิงลบ 1 ข้อ ได้แก่ ข้อ 22

องค์ประกอบที่ 3 ความสอดคล้องระหว่างเป้าหมายที่ต้องการและที่ได้รับ (Congruence between expect and achieved goals) ข้อกระทงในองค์ประกอบนี้มีจำนวน 7 ข้อ ได้แก่ ข้อ 1, 4, 8, 13, 21, 25 และ 29

ข้อความเชิงบวก 3 ข้อ ได้แก่ ข้อ 1, 4 และ 13

ข้อความเชิงลบ 4 ข้อ ได้แก่ ข้อ 8, 21, 25 และ 29

องค์ประกอบที่ 4 อึดมโนทัศน์ทางบวก (Positive self concept) ข้อ  
 กระทั่งในองค์ประกอบนี้มีจำนวน 6 ข้อ ได้แก่ข้อ 3, 6, 11, 15, 19 และ 24  
 ข้อความเชิงบวก 2 ข้อ ได้แก่ข้อ 6 และ 24  
 ข้อความเชิงลบ 4 ข้อ ได้แก่ข้อ 3, 11, 15 และ 19

องค์ประกอบที่ 5 ระดับอารมณ์ (Mood tone) ข้อกระทั่งในองค์ประกอบ  
 นี้มีจำนวน 7 ข้อ ได้แก่ข้อ 7, 12, 16, 20, 27, 28 และ 30  
 ข้อความเชิงบวก 3 ข้อ ได้แก่ข้อ 16, 27 และ 30  
 ข้อความเชิงลบ 4 ข้อ ได้แก่ข้อ 7, 12, 20 และ 28

## 2. วิธีการตอบแบบวัด

วิธีการตอบแบบวัด คือ ให้ผู้ตอบอ่านข้อกระทั่งข้อและพิจารณาข้อ  
 กระทั่งในแบบวัดว่าตรงกับความรู้สึกของผู้ตอบในระดับใด แล้วเลือกตอบโดนใส่  
 เครื่องหมาย / ในช่องที่ตรงกับความรู้สึกมากที่สุด

- 5 หมายถึง ตรงกับความรู้สึกมากที่สุด
- 4 หมายถึง ตรงกับความรู้สึกมาก
- 3 หมายถึง ตรงกับความรู้สึกพอควร
- 2 หมายถึง ตรงกับความรู้สึกน้อย
- 1 หมายถึง ตรงกับความรู้สึกน้อยที่สุด

## 3. การคิดคะแนน

การคิดคะแนนจะคิดโดยการรวมคะแนนทั้ง 30 ข้อ ของผู้ตอบเข้าด้วยกัน  
 เป็นคะแนนของความพึงพอใจในชีวิตของผู้ตอบแบบวัด

2. แบบวัดความผูกพัน จากแบบวัดประสบการณ์ในการมีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิดฉบับ  
 ปรับปรุง โดย Fraley , Waller และ Brennan (2000) ( The Experience in Close  
 Relationship scales - Revised (ECR-R) ) ที่ได้รับการพัฒนาโดยสมบูรณ์ จารุเกษม  
 ทวี (2544) แบบวัดประกอบด้วยคำถาม 36 ข้อ เพื่อประเมินองค์ประกอบ 2  
 องค์ประกอบหลัก ได้แก่

- 1.1 ความวิตกกังวลในการมีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิด (Anxiety) จำนวน 18 ข้อ โดย  
 ความวิตกกังวลในการมีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิดนี้เป็นแนวคิดที่ Brennan และ  
 คณะ (1998) พัฒนามาจากแนวคิดรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการ



มองตนเองด้านลบ (negative model of self) ของ Brathalomew และ Horowitz (1991)

1.2 การหลีกเลี่ยงการมีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิด (Avoidance) จำนวน 18 ข้อ โดยการหลีกเลี่ยงการมีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิดนี้เป็นแนวคิดที่ Brennan และคณะ (1998) พัฒนามาจากแนวคิดรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นด้านลบ (negative model of other) ของ Brathalomew และ Horowitz (1991)

โดยแบบวัดนี้เป็นแบบประเมินค่าแบบ Likert Scale โดยข้อคำถามแต่ละข้อมีค่า 7 ระดับ ผู้ตอบจะทำเครื่องหมาย (X) ลงในช่องตัวเลขที่ตรงกับความรู้สึกตนเอง โดยเลือกหมายเลข 1-7 โดยมีทั้งข้อความทางบวกและทางลบ โดยเกณฑ์ในการให้คะแนนมีดังนี้

#### คะแนน

คะแนน

ข้อความทางบวก

ข้อความทางลบ

หมายเลข 1 หมายถึง ไม่ตรงเลย	7	1
หมายเลข 2 หมายถึง ส่วนใหญ่ไม่ตรงเลย	6	2
หมายเลข 3 หมายถึง ไม่ค่อยตรง	5	3
หมายเลข 4 หมายถึง ตรงและไม่ตรงพอๆกัน	4	4
หมายเลข 5 หมายถึง ค่อนข้างตรง	3	5
หมายเลข 6 หมายถึง ตรงมาก	2	6
หมายเลข 7 หมายถึง ตรงมากที่สุด	1	7

#### การประเมินคุณภาพแบบวัด

##### 1. การตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา

แบบวัดประสบการณ์ในการมีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิดฉบับปรับปรุงของ Fraley Waller และ Brennan (2000) ได้พัฒนามาจากแบบวัดประสบการณ์ในการมีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิด (1998) โดยข้อคำถามได้นำมาจากการศึกษาทฤษฎีเอกสารแบบวัดต่างๆ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบความผูกพัน นำเอาข้อมูลดังกล่าวมาสร้างข้อความจำนวน 482 ข้อความ โดยสามารถจัดกลุ่มได้ 60

กลุ่ม จากนั้นได้ตัดข้อความที่ไม่เกี่ยวข้องออก ทำให้มีข้อความคงเหลือ 323 ข้อความ ในโครงสร้าง 60 กลุ่ม

ในส่วนของ สมบุญ จารุเกษมทวี(2544) ได้นำแบบวัดประสบการณ์ในการมีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิดฉบับปรับปรุงของ Fraley Waller และ Brennan (2000) มาหาค่าความตรงเชิงเนื้อหาของแบบวัดความผูกพัน ที่แปลมาจาก Fraley , Waller และ Brennan (2000) ไปตรวจสอบความถูกต้องในการแปลความตรงตามเนื้อหา โดยผู้ทรงคุณวุฒิเป็นอาจารย์ประจำคณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 3 ท่าน คือ รองศาสตราจารย์ ดร. ชุมพร ยงกิตติกุล รองศาสตราจารย์สุภาพวรรณ โคตรจรัส และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. กวรรณิการ์ นลราชสุวัจน์ โดยผู้ทรงคุณวุฒิได้ประชุมเพื่อปรับปรุงสำนวนภาษา ความถูกต้องในการแปล และความตรงตามเนื้อหาพร้อมกัน

## 2. การตรวจสอบความตรงเชิงโครงสร้าง

Brennan , Clark และ Shaver (1988) ได้นำข้อความทั้ง 60 กลุ่ม จำนวน 323 ข้อ มาทำการวิเคราะห์องค์ประกอบ (factor-analysis) โดยผลที่ได้ก่อให้เกิดโครงสร้างหลัก 2 องค์ประกอบ ได้แก่ ความวิตกกังวลจากการมีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิด และการหลีกเลี่ยงจากการมีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิด โดยมีข้อกระทบคงเหลือ 36 ข้อ ในปี 2000 Brennan , Clark และ Shaver ได้นำเอาข้อความ 323 ข้อ ที่ใช้ในการวิเคราะห์องค์ประกอบมาทำการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติโดยวิธี Item response theory เพื่อตรวจสอบความสัมพันธ์ระหว่างการตอบสนองของบุคคลที่มีต่อข้อความ และลักษณะบุคลิกภาพที่ซ่อนเร้น โดยผลการวิเคราะห์พบว่า ข้อความที่มีค่าแอลฟาสูงสุด 36 ข้อความ จาก 323 ข้อความ

## 3. การตรวจสอบความตรงตามสภาพ

สมบุญ จารุเกษมทวี(2544) นำเอาแบบวัดไปตรวจสอบความสอดคล้องของเนื้อหาของแบบวัด โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สัมพันธ์ ( $r$ ) ระหว่างรายข้อกับคะแนนรวมรายด้านรวม พบว่ามีข้อคำถามที่มีค่า  $r$  สูงกว่า 0.20 จำนวน 32 ข้อ โดยมีค่า  $r$  ตั้งแต่ 0.21-0.76 มีข้อคำถาม 4 ที่ได้ ค่า  $r$  ต่ำกว่า 0.20

จากนั้นนำข้อคำถามดังกล่าวมาปรับปรุงร่วมกับณัฐสุดา เต้พันธ์ และรัชนิย์ แก้วคำศรีและนำเสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน คือ รองศาสตราจารย์ ดร. ชุมพร ยงกิตติกุล, รองศาสตราจารย์สุภาพวรรณ โคตรจรัส และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กวรรณิการ์ นลราชสุวัจน์ เพื่อพิจารณาปรับปรุงแก้ไขร่วมกัน แล้วนำแบบวัดที่ปรับปรุงแก้ไข ไปทำการตรวจสอบหาค่าความตรงตามสภาพ

โดยผู้วิจัยได้แบ่งกลุ่มตัวอย่างโดยจำแนกเป็นกลุ่มคะแนนสูง 33% และกลุ่มคะแนนต่ำ 33% เพื่อหาค่าอำนาจจำแนกรายข้อด้วยวิธีการทดสอบค่าที (t-test) แบบกลุ่มอิสระกับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษาจำนวน 86 คน โดยคัดเลือกข้อที่มีค่าอำนาจจำแนกสูงหรือมีค่าที (t-test) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ( $t > 1.67$ ) พบว่ามีข้อคำถามที่มีค่าสูงกว่า 1.67 จำนวน 35 ข้อ และนำข้อคำถามที่มีค่า  $t$  ต่ำกว่า 1.67 มาปรับปรุงแก้ไขร่วมกับณัฐสุดา เต็มพันธ์ และ รัชนิย์ แก้วคำศรี แล้วนำไปเสนอให้ผู้ทรงคุณวุฒิทั้ง 3 ท่านคือ รองศาสตราจารย์ ดร.ชุมพร ยงกิตติกุล, รองศาสตราจารย์ สุภาพรพรณ โคตรจรัส และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กวรรณิการ์ นลราชสุวัจน์ พิจารณาปรับปรุงแก้ไข ก่อนนำไปใช้เก็บข้อมูลจริง

### 3. การหาความเที่ยงของแบบวัด (Reliability)

Fraley , Waller และ Brennan (2000) ได้นำแบบวัดประสบการณ์ในการมีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิดฉบับปรับปรุงมาตรวจสอบค่าความเที่ยงโดยวิธีการทดสอบซ้ำ (Test - Retest) กับนักศึกษาจำนวน 1085 คน โดยมาตรวจวัดความวิตกกังวลในการมีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิดมีค่าความเที่ยง 0.93 และมาตรวจวัดการหลีกเลี่ยงสัมพันธภาพที่ใกล้ชิดมีค่าความเที่ยง 0.95

จากนั้น สมบุญ จารุเกษมทวี (2544) ได้นำแบบวัดความผูกพันที่ผ่านการตรวจสอบค่าความตรงเชิงเนื้อหา ความตรงเชิงสภาพ มาตรวจสอบค่าความเที่ยงโดยวิธีการหาค่าความสอดคล้องภายใน (Internal consistency) ด้วยสูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronhach's Alpha Coefficient) พบว่า รูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองมีค่าความเที่ยง 0.86 รูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นมีค่าความเที่ยง 0.83

### การเก็บข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูล โดยแจกแบบสอบถามให้นิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยชั้นปีที่ 1 ถึง 4 จำนวน 200 คน ซึ่งกลุ่มตัวอย่าง 1 คนจะได้รับแบบสอบถามคนละ 2 ชุด จำนวน 8 หน้า ประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบบวัดความผูกพัน และแบบสอบถามความพึงพอใจในชีวิต จากนั้นจึงเก็บรวบรวมข้อมูลแบบสอบถามที่ได้รับการตอบแล้ว

### การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยใช้ โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS ในการวิเคราะห์ค่าสถิติต่างๆ ดังนี้

1. หาค่าสถิติพื้นฐาน เช่น ร้อยละ ค่ามัชฌิมเลขคณิต (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) เป็นต้น
2. วิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว ( One-way ANOVA ) เพื่อความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในชีวิตของวัยรุ่นกับรูปแบบความผูกพันที่แตกต่างกัน
3. ถ้าผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จะทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่ โดยวิธีการของ Bonferroni

### บทที่ 3

#### การวิเคราะห์ข้อมูล

การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการศึกษาวิจัยเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในชีวิตของวัยรุ่นที่มีรูปแบบความผูกพันแตกต่างกัน โดยมีวัตถุประสงค์การวิจัยเพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในชีวิตของวัยรุ่นที่มีรูปแบบความผูกพันแตกต่างกัน โดยกลุ่มตัวอย่าง คือ นิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในระดับปริญญาตรี นิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ชั้นปีที่ 1 ถึง 4 จากคณะต่างๆ จำนวน 200 คน

#### ตัวแปรในการวิจัย

ตัวแปรต้น คือ รูปแบบความผูกพันของวัยรุ่น 4 ลักษณะ ดังนี้

5. รูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง
6. รูปแบบความผูกพันแบบกังวล
7. รูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัว
8. รูปแบบความผูกพันแบบทะนงตน

ตัวแปรตาม คือ ความพึงพอใจในชีวิต

ผู้วิจัยได้แบ่งรูปแบบความผูกพัน โดยการนำคะแนนรวมรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเอง และผู้อื่น มาคำนวณหาค่าเฉลี่ย และพิจารณาตามหลักเกณฑ์ ดังนี้

1. รูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง จะมีคะแนนเฉลี่ยรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองด้านลบตั้งแต่ 3.99 ลงไป และมีคะแนนเฉลี่ยรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นด้านลบตั้งแต่ 3.99 ลงไป
2. รูปแบบความผูกพันแบบกังวล จะมีคะแนนเฉลี่ยรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองด้านลบตั้งแต่ 4.00 ขึ้นไป และมีคะแนนเฉลี่ยรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นด้านลบตั้งแต่ 3.99 ลงไป
3. รูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัว จะมีคะแนนเฉลี่ยรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองด้านลบตั้งแต่ 4.00 ขึ้นไป และมีคะแนนเฉลี่ยรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นด้านลบตั้งแต่ 4.00 ขึ้นไป

4. รูปแบบความผูกพันแบบทะนงตน จะมีคะแนนเฉลี่ยรูปแบบการทำงานภายใน เกี่ยวกับการมองตนเองด้านลบตั้งแต่ 3.99 ลงไป และมีคะแนนเฉลี่ยรูปแบบการทำงานภายใน เกี่ยวกับการมองผู้อื่นด้านลบตั้งแต่ 4.00 ขึ้นไป

จากนั้น นำข้อมูลที่แบ่งกลุ่ม กลุ่มตัวอย่างตามรูปแบบความผูกพันแล้ว มาวิเคราะห์ข้อมูล ทางสถิติ โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวน ( One-way ANOVA ) และเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ ด้วยวิธีของ Bonferroni

นำเสนอเป็น 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ตอนที่ 2 การวิเคราะห์ผลทางสถิติ

1. การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (ANOVA)
2. การทดสอบเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ ด้วยวิธีของ Bonferroni

## ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง จัดแสดงในรูปแบบของจำนวน และร้อยละ ดังในตาราง 1  
ต่อไปนี  
ตารางที่ 1  
แสดงจำนวน ร้อยละของนิสิตที่มีรูปแบบความผูกพันแตกต่างกัน จำแนกตามเพศ อายุ และ ชั้นปี  
(n=196)

	ชาย		หญิง		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
<b>กลุ่มรูปแบบความผูกพัน</b>						
แบบมั่นคง	33	23.7	106	76.3	139	70.9
แบบกังวล	6	33.3	12	66.7	18	9.2
แบบทะนงตน	15	65.2	8	34.8	23	11.7
แบบหวาดกลัว	7	43.8	9	56.3	16	8.2
รวม	61	31.1	135	68.9	196	100.0
<b>ชั้นปี</b>						
ปี 1	11	18.0	31	23.0	42	21.4
ปี 2	26	42.6	42	31.1	68	34.7
ปี 3	13	21.3	47	34.8	60	30.6
ปี 4	11	18.0	15	11.1	26	13.3
รวม	61	31.1	135	68.9	196	100.0
<b>อายุ</b>						
ต่ำกว่า 18 ปี	2	3.3	1	.7	3	1.5
18 – 21 ปี	58	95.1	128	94.8	186	94.9
22 – 25 ปี	1	1.6	6	4.4	7	3.6
รวม	61	31.1	135	68.9	196	100.0

จากตารางที่ 1 พบว่า กลุ่มตัวอย่างเป็นเพศหญิงจำนวน 135 คน โดยคิดเป็นร้อยละ 68.9 ของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด และเป็นเพศชายจำนวน 61 คน โดยคิดเป็นร้อยละ 31.1 ของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด นอกจากนี้กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงจำนวน 139 คน โดยคิดเป็นร้อยละ 70.9 ของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด รองลงมาคือกลุ่มตัวอย่างที่มีรูปแบบความผูกพันแบบทะนงตน และกังวลคิดเป็นร้อยละ 11.74 และ 9.18 ตามลำดับ และกลุ่มตัวอย่างที่มีจำนวนน้อยที่สุด คือ รูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัวคิดเป็นร้อยละ 8.16

จำแนกกลุ่มตัวอย่างตามชั้นปีที่ 1 ถึง 4 มีจำนวนทั้งหมด 42 , 68 , 60 และ 26 คิดเป็นร้อยละ 21.4 , 34.7 , 30.6 และ 13.3 ตามลำดับ และจำแนกตามอายุ แบ่งเป็น ต่ำกว่า 18 ปี , 18 - 21 ปี และ 22 - 25 ปี มีจำนวนทั้งหมด 3 , 186 และ 7 คิดเป็นร้อยละ 1.5 , 94.9 และ 3.6 ตามลำดับ



## ตอนที่ 2 การวิเคราะห์ทางสถิติ

การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA)

ในการวิเคราะห์ข้อมูลโดยสถิติวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (ANOVA) นั้น มีขั้นตอนดังนี้ 1) การวิเคราะห์ทางสถิติเพื่อหาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของตัวแปร 2) การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว 3) การเปรียบเทียบรายคู่ รายละเอียดการวิเคราะห์ แสดงดังตารางที่ 2 ถึง 5

ตารางที่ 2

แสดงค่าเฉลี่ย ( $M$ ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ( $SD$ ) ของคะแนนความพึงพอใจในชีวิตของนิสิตจำแนกตามรูปแบบความผูกพัน

	$M$	$SD$
1. ความผูกพันแบบมั่นคง( $n=139$ )	110.66	14.67
2. ความผูกพันแบบกังวล( $n=18$ )	91.06	17.97
3. ความผูกพันแบบทะนงตน( $n=23$ )	95.09	14.74
4. ความผูกพันแบบหวาดกลัว( $n=16$ )	81.38	14.53
5. ความพึงพอใจในชีวิต( $n=196$ )	104.64	17.87

จากตารางที่ 2 พบว่า คะแนนค่าเฉลี่ยความพึงพอใจในชีวิตของกลุ่มตัวอย่างเท่ากับ 104.64 โดยนิสิตที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 110.66 รองลงมา คือ นิสิตที่มีรูปแบบความผูกพันแบบทะนงตนค่าเฉลี่ยเท่ากับ 95.09 ลำดับที่สามคือ นิสิตที่มีรูปแบบความผูกพันแบบกังวลมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 91.06 และลำดับสุดท้าย คือ นิสิตที่มีรูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัวมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 81.38

## ตารางที่ 3

แสดงการวิเคราะห์ค่าความเป็นเอกพันธ์ของคะแนนความพึงพอใจในชีวิต ของนักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแตกต่างกัน

Levene Statistic	df ระหว่างกลุ่ม	df ภายในกลุ่ม	F
1.091	3	192	.354

จากตารางที่ 3 พบว่า การทดสอบความเป็นเอกพันธ์ของความแปรปรวนของตัวแปรตาม ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนั้นแม้ว่าสัดส่วนของกลุ่มตัวอย่างในรูปแบบความผูกพันต่างๆ จะแตกต่างกันมาก ก็เป็นไปตามข้อตกลงเบื้องต้นของการวิเคราะห์ความแปรปรวน (สมบุญ จารุเกษมทวี , 2542)

ผู้วิจัยจึงวิเคราะห์ความแปรปรวนต่อไป โดยถ้าพบว่ามี ความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ผู้วิจัยจะทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธีการของ Bonferroni

ตารางที่ 4 แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวของคะแนนความพึงพอใจในชีวิต ของนักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแตกต่างกัน

	SS	df	MS	F	Sig.
ความแปรปรวน ระหว่างกลุ่ม	19121.372	3	6373.791	28.372***	.000
ความแปรปรวน ภายในกลุ่ม	43133.628	192	224.654		
รวมความ แปรปรวน	62255.000	195			

\*\*\* $p < .001$

จากตารางที่ 4 นิสิตที่มีรูปแบบความผูกพันแตกต่างกันมีคะแนนความพึงพอใจในชีวิตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001  $F = (3, 192) = 28.372$  ผู้วิจัยจึงทำการทดสอบเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธีของ Bonferroni

## ตารางที่ 5

ผลต่างค่าเฉลี่ย ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน คะแนนความเห็นคุณค่าในตนเองระหว่าง  
กลุ่มที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูที่แตกต่างกัน

	M	SD	1	2	3	4
1. รูปแบบความผูกพัน แบบมั่นคง	110.66	14.67	-	-	-	-
2. รูปแบบความผูกพัน แบบกังวล	91.06	17.97	19.61***	-	-	-
3. รูปแบบความผูกพัน แบบทะนงตน	95.09	14.74	15.57***	-4.03	-	-
4. รูปแบบความผูกพัน แบบหวาดกลัว	81.36	14.53	29.29***	9.68	13.71***	-

\*\*\* $p < .001$

จากตารางที่ 5 พบว่า

กลุ่มที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง มีคะแนนความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่ากลุ่มที่มี  
รูปแบบความผูกพันแบบกังวล ทะนงตน และหวาดกลัว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

กลุ่มที่มีรูปแบบความผูกพันแบบกังวล มีคะแนนความพึงพอใจในชีวิตไม่แตกต่างกับกลุ่ม  
ที่มีรูปแบบความผูกพันแบบทะนงตน และแบบหวาดกลัวอย่างมีนัยสำคัญ

นอกจากนี้กลุ่มที่มีรูปแบบความผูกพันแบบทะนงตน มีคะแนนความพึงพอใจในชีวิตสูง  
กว่ากลุ่มรูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

## บทที่ 4

### การอภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาหาความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในชีวิตของวัยรุ่นที่มีรูปแบบความผูกพันแตกต่างกัน โดยผลการวิเคราะห์ข้อมูลสามารถอภิปรายได้ดังนี้

#### 1. รูปแบบความผูกพันของนักศึกษา

ผลการวิจัย พบว่า จากกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด จำนวน 196 คน มีกลุ่มตัวอย่างที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงร้อยละ 70.92 รองลงมาตามลำดับ คือ รูปแบบความผูกพันแบบทะนงตน ร้อยละ 9.18 รูปแบบความผูกพันแบบกังวลร้อยละ 11.74 และลำดับสุดท้าย คือ รูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัวร้อยละ 8.16 จะเห็นได้ว่ามีกลุ่มตัวอย่างที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงจำนวนมากที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของต่างประเทศ ได้แก่ งานวิจัยของ Brennan, Clark และ Shaver (1998 อ้างถึงใน fraley และคณะ 2000) ที่พบว่าบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงมีจำนวนมากกว่าบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบอื่นๆ คิดเป็นร้อยละ 42 และบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัวมีจำนวนน้อยกว่าบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบอื่นๆ คิดเป็นร้อยละ 17 นอกจากนี้ยังพบว่าผลการวิจัยดังกล่าวมีความสอดคล้องตรงกับ ญัฐสุดา เต้พันธ์ (2544) ,สมบุญ จารุเกษมทวี (2544) , รัชนิย์ แก้วคำศรี (2545) และอรพรรณ ภาวพบ (2546) ซึ่งพบว่า ในกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษาไทย มีค่าร้อยละ(%) ที่แตกต่างกัน ในแต่ละรูปแบบความผูกพัน โดยรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงมีจำนวนมากที่สุด และรูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัวมีจำนวนน้อยที่สุด

บุคคลที่มีความผูกพันแบบมั่นคง มีการเห็นคุณค่าในตนเอง และเห็นคุณค่าในผู้อื่น รับรู้ว่าคุณค่าตนเองและผู้อื่นมีคุณค่า บุคคลกลุ่มนี้ก็จะปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้เป็นอย่างดี มีอารมณ์ความเข้มเศร้าในระดับต่ำ ส่งผลให้มีความมั่นคงทางอารมณ์ มีความมั่นใจและเชื่อมั่นในตนเอง มีความยืดหยุ่นในการแก้ปัญหาได้ดี และสามารถสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้อย่างยาวนาน ซึ่งลักษณะเหล่านี้นำมาซึ่งความพึงพอใจในชีวิต ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาวิจัยในกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อันเป็นมหาวิทยาลัยชั้นนำแห่งหนึ่งในประเทศไทย ดังนั้นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่จึงน่าจะมีความภูมิใจในตนเอง รับรู้ว่าคุณค่าตนเองมีความสามารถที่จะทำสิ่งต่างๆได้ และเห็นว่าตนเองมีคุณค่า รวมทั้งยอมรับในศักยภาพผู้อื่นด้วยเช่นกัน นอกจากนี้ในกลุ่มตัวอย่างนี้ยังได้รับการคัดเลือกจากเหล่าคณาจารย์ผู้ทรงคุณวุฒิในแต่ละคณะแล้วว่า มีเจตคติ และบุคลิกลักษณะที่เหมาะสม ดังนั้นจึงทำให้กลุ่มตัวอย่างนี้ส่วนใหญ่เป็นกลุ่มที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง

นอกจากนั้น สังคมไทยเป็นสังคมที่อยู่กันแบบครอบครัวใหญ่ ญาติพี่น้องใกล้ชิดสนิทสนมกัน มีความโอบอ้อมอารีต่อกัน มอบความรักความผูกพันให้แก่กัน จึงทำให้เด็กแสดงออกถึงการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมอย่างเต็มใจ ดังเช่นงานวิจัยของ Bowlby (1988) เมื่อทารกได้รับการเลี้ยงดู การตอบสนองที่สม่ำเสมอ สอดคล้องกับความต้องการ ของตนจากมารดาหรือผู้เลี้ยงดู ทารกก็จะสร้างรูปแบบการทำงานด้วยความรู้สึกที่มั่นคง มีความเชื่อมั่นในบิดามารดาของตน รับรู้ว่าตนมีคุณค่า อันจะนำไปสู่การสำรวจสิ่งแวดล้อมใหม่ รวมทั้งความมั่นใจการสร้างการปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นด้วย ซึ่งการสร้างสัมพันธ์ภาพเหล่านี้จะส่งผลต่อบุคลิกภาพในอนาคต เมื่อก้าวเข้าสู่วัยรุ่นต่อไปด้วยเหตุนี้ประชากรส่วนใหญ่ในสังคมไทยจึงน่าจะมีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง

## 2. รูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในตนเอง

ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง มีคะแนนความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่ากลุ่มที่มีรูปแบบความผูกพันแบบกังวล ทะนงตน และหวาดกลัว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และรูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัวมีความพึงพอใจในชีวิตต่ำที่สุด ซึ่งเป็นผลตามที่ผู้วิจัยได้ตั้งไว้ ดังเช่นแนวคิดรูปแบบความผูกพันของ Hazan and Shaver et al. (1987) ได้กล่าวไว้ว่า บุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง จะมีระดับความวิตกกังวลและระดับการหลีกเลี่ยงจากการมีสัมพันธ์ภาพใกล้ชิดต่ำ มีการมองเห็นคุณค่าในตนเองสูง เชื่อมั่นในความสามารถของผู้อื่น มีความสามารถในการประเมินบุคคลอื่นอย่างเหมาะสม มีความไว้วางใจในสัมพันธ์ภาพที่ใกล้ชิด รับรู้ว่าตนมีบุคคลอื่นที่จะช่วยเหลือและยอมรับตน มีความเชื่อมั่นในตนเองสูง และมีความยืดหยุ่นในการแก้ปัญหา ลักษณะเหล่านี้จะนำไปสู่การได้รับความพึงพอใจในชีวิตตามแนวคิดของ Neugarten et al. (1961) ซึ่งกล่าวว่า ความพึงพอใจในชีวิตเป็นเรื่องของจิตใจ เป็นความรู้สึกที่ดี บุคคลที่มีความพึงพอใจในชีวิตจะเป็นบุคคลที่ประสบความสำเร็จ มีความสุขในการทำกิจกรรมต่างๆ เมื่อประสบปัญหาอะไรก็ตามในชีวิต ก็สามารถยอมรับ และกล้าเผชิญหน้ากับปัญหาต่างๆ ได้ รับรู้ว่าตนประสบความสำเร็จในชีวิต รู้สึกภูมิใจ และเห็นคุณค่าในตนเอง เป็นผู้ที่มีความสุขมองโลกในแง่ดี จึงทำให้บุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง มีความพึงพอใจสูงกว่าบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันอีก 3 รูปแบบ ได้แก่ รูปแบบความผูกพันแบบกังวล ที่รับรู้ว่าตนไม่มีคุณค่า แต่ผู้อื่นมีคุณค่า รูปแบบความผูกพันแบบทะนงตน ที่รับรู้ว่าตนเองมีคุณค่า แต่ผู้อื่นไม่มีคุณค่า และรูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัว ที่รับรู้ว่าทั้งตนเองและผู้อื่นไม่มีคุณค่า สอดคล้องกับงานวิจัยของ Feeney และ Noller (1990) พบว่า นักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงมีความสัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเองทั้งในด้านครอบครัว ส่วนตัว และด้านสังคมสูงกว่า นักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแบบหลีกเลี่ยงและวิตกกังวลในสัมพันธ์ภาพ และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ Cooper, Shaver และ Collins (1998) พบว่า วัยรุ่นที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงเป็นกลุ่มที่มีการปรับตัวที่ดีที่สุด และมักไม่มีพฤติกรรมเสี่ยง และงานวิจัยของ Mayer (1998)

ที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบความผูกพันกับบุคลิกภาพในนักศึกษา พบว่า นักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง จะมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่านักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแบบหลีกเลี่ยงและแบบวิตกกังวลในสัมพันธภาพ นอกจากนี้นักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง ยังมีระดับความสามารถส่วนบุคคลสูง และมีความใฝ่หาความสำเร็จต่ำกว่า นักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแบบหลีกเลี่ยง และแบบวิตกกังวลในสัมพันธภาพ

จากผลการวิจัยยังพบอีกว่า กลุ่มที่มีรูปแบบความผูกพันแบบความผูกพันแบบกังวล มีคะแนนความพึงพอใจในชีวิตไม่แตกต่างกับกลุ่มที่มีรูปแบบความผูกพันแบบทะนงตน และแบบหวาดกลัวอย่างมีนัยสำคัญ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดรูปแบบความผูกพันของ Bartholomew and Horowitz (1991) ที่ว่า กลุ่มที่มีรูปแบบความผูกพันแบบกังวล จะมีระดับความวิตกกังวลจากการมีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิดสูง แต่มีระดับการหลีกเลี่ยงการมีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิดต่ำ มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ มีลักษณะการแสดงออกทางอารมณ์สูง มักมองบุคคลอื่นในแง่ดี มีการพึ่งพาผู้อื่นสูง มีความริษยาและความวิตกกังวลจากการแยกจากสูง มีความใฝ่หาสูงเมื่อสัมพันธภาพที่ใกล้ชิดสิ้นสุดลง (Hazan และ Shaver, 1987) และมีการสร้างสัมพันธภาพใหม่ได้ง่ายแต่มีความกังวลที่จะมีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิด บุคคลกลุ่มนี้จะแสวงหาความใกล้ชิด และการยอมรับจากบุคคลอื่นที่มีคุณค่าต่อตนเอง ในขณะที่เดียวกันก็คิดว่าตนไม่มีคุณค่าเพียงพอสำหรับความสัมพันธ์นั้น (Baron & Byrne, 2000) ทำให้บุคคลกลุ่มนี้เป็นทุกข์ มีความซึมเศร้าเมื่อไม่ได้รับความสนใจ หรือการเป็นที่ยอมรับต่อผู้อื่น และแม้ว่าจะเป็นที่ยอมรับต่อผู้อื่นก็ยังรู้สึกที่ตนต่ำต้อยไร้ค่า ไม่สามารถรับผิดชอบต่อชีวิตตนได้ ซึ่งลักษณะเหล่านี้ทำให้บุคคลกลุ่มนี้มีความพึงพอใจในชีวิตต่ำ ส่วนกลุ่มที่มีความผูกพันแบบทะนงตนนั้น จะมีระดับความวิตกกังวลจากการมีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิดต่ำ แต่มีระดับการหลีกเลี่ยงการมีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิดสูง เนื่องจากการมีการคาดหวังจากบุคคลอื่นในด้านลบ มีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูง มีความเป็นตัวของตัวเองสูง มีการพึ่งพาตนเองสูงโดยปราศจากการพึ่งพาผู้อื่น มักไม่แสดงออกทางอารมณ์ และมักไม่เห็นคุณค่าของการมีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิด จากลักษณะดังกล่าวนี้แม้ว่า จะเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งก็จะมีค่าเพียงพอในชีวิตอยู่กับตนเอง แต่ขาดการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น เมื่อมีปัญหาเข้ามา มักแก้ไขด้วยตัวเอง เก็บอารมณ์ความรู้สึกเอาไว้คนเดียว ทำให้มีความพึงพอใจในชีวิต ในระดับที่ต่ำกว่าผู้ที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง และบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัว จะมีระดับความวิตกกังวลจากการมีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิดสูง มีระดับการพึ่งพาสูง แต่จากการมองบุคคลอื่นในด้านลบ จึงส่งผลทำให้หลีกเลี่ยงการมีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิดเพราะกลัวการถูกปฏิเสธและสูญเสีย ไม่มีความไว้วางใจในการมีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิดจากผู้อื่น มีความดั่งเลสูง อ่อนแอ มักมองตนเองในด้านลบ มักตำหนิตนเอง มีความใฝ่หาสูง และกลัวการเปิดเผยตนเอง และจะพยายามพึ่งพาตนเอง (Hazan และ Shaver, 1987) ซึ่งลักษณะดังกล่าวมานี้ นอกจากจะทำให้เป็นทุกข์จากการรับรู้ที่ตนเองไร้ค่า ไร้

ความสำคัญแล้ว ยังขาดการเห็นคุณค่า และสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่นๆ ด้วย ดังนั้นเมื่อต้องประสบกับภาวะกดดัน หรือปัญหาต่างๆ เข้ามารุมเร้า ก็ไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ และไม่พึ่งพาความช่วยเหลือจากภายนอก จึงทำให้มีความโศกเศร้าสูง และส่งผลให้มีความพึงพอใจในชีวิตที่ต่ำ จากที่ได้กล่าวมานี้ จึงน่าจะส่งผลให้กลุ่มที่มีรูปแบบความผูกพันแบบความผูกพันแบบกังวล มีคะแนนความพึงพอใจในชีวิตไม่แตกต่างกับกลุ่มที่มีรูปแบบความผูกพันแบบทะนงตน และแบบหวาดกลัว

นอกจากนี้จากผลการวิจัย ยังพบว่า กลุ่มที่มีรูปแบบความผูกพันแบบทะนงตน มีคะแนนความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่ากลุ่มที่มีรูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ Bartholomew and Horowitz(1991) ที่กล่าวว่า รูปแบบความผูกพันแบบทะนงตนนั้น จะมีระดับความวิตกกังวลจากการมีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิดต่ำ แต่มีระดับการหลีกเลี่ยงจากการมีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิดสูง มีรูปแบบการมองตนเองทางบวก แต่มีรูปแบบการมองผู้อื่นทางลบ มักเผชิญหน้ากับปัญหาโดยตรง และหลีกเลี่ยงความช่วยเหลือจากผู้อื่น มีความเป็นตัวของตัวเองสูง ร้องไห้ยาก มักไม่แสดงออกทางอารมณ์ มีความมั่นใจในตนเองสูงมาก ไม่เห็นคุณค่าของการมีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิด ไม่สนใจว่าผู้อื่นจะมองตนอย่างไร บุคคลเหล่านี้จึงมีความพึงพอใจอยู่แต่ในชีวิตของตน และเนื่องจากบุคคลเหล่านี้มักจะหลีกเลี่ยงความสัมพันธ์ และการแสดงอารมณ์ที่แท้จริงต่อผู้อื่น ดังนั้นหากบุคคลในกลุ่มนี้มีความไม่พึงพอใจในการดำรงชีวิต ก็มีแนวโน้มที่จะไม่เปิดเผยความรู้สึกที่แท้จริงของตนออกมา ส่วนบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัว เป็นผู้มีรูปแบบการมองตนเองทางลบ และมีรูปแบบการมองผู้อื่นทางลบด้วย กลัวการปฏิเสธจากผู้อื่น มีความมั่นใจในตนเองต่ำ ไม่สามารถตัดสินใจด้วยตัวเองได้ เมื่อประสบปัญหา หรือภาวะทุกข์ใจ จะเลือกที่จะหนีปัญหา และตำหนิตนเองตลอดเวลา ไม่กล้าเปิดเผยตนเอง และมักคิดไปเองว่าตนเองถูกปฏิเสธจากผู้อื่นเสมอ ซึ่งบุคคลที่มีลักษณะเหล่านี้ ขาดการเห็นคุณค่าในตนเอง จึงมีความพึงพอใจในชีวิตของตนเองในระดับที่ต่ำ นอกจากนั้นบุคคลในกลุ่มนี้ ยังมีการรับรู้เกี่ยวกับผู้อื่นในด้านลบ ทำให้ขาดการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ยิ่งทำให้ขาดที่พึ่งทางจิตใจ และจมอยู่กับความทุกข์ตลอดเวลา จึงน่าจะมีความพึงพอใจในชีวิตต่ำกว่า รูปแบบความผูกพันแบบทะนงตน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Bartholomew and Horowitz(1991) ที่พบว่า รูปแบบความผูกพัน 4 แบบ ได้แก่ แบบมั่นคง ทะนงตน กังวล และหวาดกลัว มีปฏิสัมพันธ์กับระดับความเชื่อมั่นในตนเองแตกต่างกัน โดยบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบทะนงตนมีระดับความเชื่อมั่นในตนเองสูงที่สุด และบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัวมีระดับความเชื่อมั่นในตนเองต่ำที่สุด

#### ปัญหาในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างมีจำนวนน้อยเกินไป ทำให้สัดส่วนประชากรแต่ละรูปแบบแตกต่างกันมาก



## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

#### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในชีวิตของวัยรุ่นที่มีรูปแบบความผูกพันแตกต่างกัน

#### วิธีดำเนินงานวิจัย

##### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างประชากรในการศึกษาคั้งนี้เป็นนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในระดับปริญญาตรี นิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ชั้นปีที่ 1 ถึง 4 จากคณะต่างๆ จำนวน 200 คน

#### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป
2. แบบวัดความพึงพอใจในชีวิต ที่นำมาจากแบบวัดความพึงพอใจในชีวิต ดัชนีพึงซู้ด เอ (Self Satisfaction Index A) ของ Neugarten et al (1961) ที่ได้รับการพัฒนาโดยเยาวลักษณ์ มั่นประชา (2542) แบบสำรวจการยอมรับเลี้ยงดู
3. แบบวัดความผูกพัน จากแบบวัดประสบการณ์ในการมีสัมพันธ์ภาพที่ใกล้ชิดฉบับปรับปรุง โดย Fraley , Waller และ Brennan (2000) ( The Experience in Close Relationship scales - Revised (ECR-R)) ที่ได้รับการพัฒนาโดยสมบุญ จารุเกษมทวิ (2544)

#### การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูล โดยแจกแบบสอบถามให้นิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยชั้นปีที่ 1 ถึง 4 จำนวน 200 คน ซึ่งกลุ่มตัวอย่าง 1 คนจะได้รับแบบสอบถามคนละ 2 ชุด จำนวน 7 หน้า ประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบบวัดความผูกพัน และแบบประเมินความพึงพอใจ และเก็บรวบรวมข้อมูลแบบสอบถามที่ได้รับการตอบแล้ว

#### การวิเคราะห์ข้อมูล

4. หาค่าสถิติพื้นฐาน เช่น ร้อยละ ค่ามัชฌิมเลขคณิต (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) เป็นต้น

5. วิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว ( One-way ANOVA ) เพื่อความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในชีวิตของวัยรุ่นที่มีรูปแบบความผูกพันแตกต่างกัน
- 3 ถ้าผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จะทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่ โดยวิธีการของ Bonferroni

#### ผลการวิจัย

1. รูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง มีความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่า รูปแบบความผูกพันแบบกังวล ทะนงตน และหวาดกลัว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001
2. รูปแบบความผูกพันแบบแบบกังวล มีความพึงพอใจในชีวิตไม่แตกต่างกับกลุ่มที่มีรูปแบบความผูกพันแบบทะนงตน และแบบหวาดกลัวอย่างมีนัยสำคัญ
3. รูปแบบความผูกพันแบบทะนงตน มีความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่า รูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

#### ข้อเสนอแนะ

1. การเก็บกลุ่มตัวอย่างในครั้งนี้ มีจำนวนน้อยเกินไป ทำให้สัดส่วนของจำนวนประชากรที่ได้ในแต่ละรูปแบบแตกต่างกันมาก มีบางรูปแบบมีจำนวนประชากรจำนวนมาก ได้แก่กลุ่มรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง และมีบางรูปแบบมีจำนวนประชากรน้อย ได้แก่กลุ่มรูปแบบความผูกพันแบบทะนงตน กังวล และมั่นคง ดังนั้นในการทำวิจัยครั้งต่อไป จึงควรเก็บกลุ่มตัวอย่างในจำนวนที่มากขึ้น

2. ในการวิจัยครั้งนี้เก็บกลุ่มตัวอย่างเฉพาะที่เป็นนิสิตเท่านั้น ซึ่งบุคคลในกลุ่มนี้สามารถผ่านการแข่งขันเข้ามาสู่รั้วมหาวิทยาลัยได้นั้น ก็น่าจะมีความภูมิใจ และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่นอยู่ระดับหนึ่ง ทำให้ได้กลุ่มตัวอย่างส่วนมากมีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง ดังนั้นในการทำวิจัยต่อไปในอนาคตจึงควรเลือกเก็บในกลุ่มประชากรที่เหมาะสมกับรูปแบบความผูกพันแต่ละรูปแบบอย่างชัดเจน โดยเฉพาะกลุ่มตัวอย่างที่มีความเฉพาะเจาะจง เพื่อให้ได้กลุ่มตัวอย่างได้ในแต่ละรูปแบบในปริมาณที่เท่าๆ กัน

## รายการอ้างอิง

### ภาษาไทย

- ปรีชาพล จิตต์ธรรมวงศ์ (2550). *ความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบความผูกพันกับครอบครัวและการเผชิญปัญหาของวัยรุ่น*. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- รัชนิย์ แก้วคำศรี. (2545). *ความสัมพันธ์ของรูปแบบความผูกพัน การเห็นคุณค่าในตนเองและกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษา*. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เยาวลักษณ์ มั่นประชา. (2542). *ผลของกลุ่มจิตสัมพันธ์ต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักเรียนปกติและนักเรียนที่มีความพิการ*. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สมบุญ จารุเกษมทวี. (2544). *ความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบความผูกพัน ความวิตกกังวล และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษา*. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อรรถพรณ ภารพบ. (2546). *รูปแบบความผูกพันกับการอนุมานสาเหตุการกระทำของตนเองและผู้อื่นในสถานการณ์ทางลบ*. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาสังคม คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

### ภาษาต่างประเทศ

- Bartholomew, K. & Horowitz, L. M. (1991). Attachment style among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-224.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss: Vol. 1: Attachment*. London: Hogarth Press.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base*. New York: Basic Books.
- Campbell, A. (1976). Subjective measure of well being. *American Psychologist*, 31, 117-124.
- Dusek, J/B. *Adolescent Development and behavior*. New Jersey: Prentice-Hall, inc.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Erikson, Erik H. (1963). *Childhood and Society*. (2nd ed.) New York: WW Norton.
- Erikson, E.H. (1968). *Identity, youth, and crisis*. New York: Norton.
- Flanagan, J.C. (1978). A Research Approach to Improving Quality of Life. *American Psychologist*, 138-147.
- Jackle, M.J. (1974). Life Satisfaction and Kidney Dialysis. *Nursing Forum*, 13, 360-371.

- Hamilton, C.E. (2000). *Continuity and discontinuity of attachment from infancy through adolescence*. *Child Development*, 71, 690-694.
- Kemp, M.A. & Neimeyer, G.J. (1999). Interpersonal attachment: experiencing, expressing, and coping with stress. *Journal of counseling Psychology*, 46, 388-394.
- Meadow, H.L. et al. (1992). A Life satisfaction measure based on judgment theory. *Social Indicator research*, 33, 193-236.
- Neugarten, B.L., Havighurst, R.J. and Tobin, S.S. (1961). The measurement of life satisfaction. *Journal of Gerontology*, 16, 134-143.
- Simpson, J.A. (1990). Influence of attachment styles on romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 971-980.
- Sirgy, M.J. et al. (1994). A Life satisfaction measure based on judgment theory. *Social Indicator research*, 34, 237-259.

ภาคผนวก

**ภาคผนวก ก**  
**แบบสอบถามที่ใช้ในการวิจัย**

**คำชี้แจง**

ข้อมูลที่ผู้วิจัยได้รับจากแบบสอบถามชุดนี้ เป็นไปเพื่อการศึกษาหาความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบความผูกพันที่ต่างกัน กับความพึงพอใจในชีวิตในวัยรุ่นตอนปลาย ชั้นปีที่ 1, 2, 3 และ 4 ในจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ผู้วิจัยรับรองว่าคำตอบของนิสิตจะเป็นความลับ และใช้เพื่อการศึกษาวิจัยเท่านั้น ผลการวิจัยจะเสนอเป็นภาพรวม โดยไม่มีการนำเสนอเป็นรายบุคคล

**ส่วนที่ 1**

**ข้อมูลส่วนบุคคล**

กรุณาใส่เครื่องหมายถูก / ลงในช่องสี่เหลี่ยมที่ตรงกับตัวท่าน

1. เพศ

ชาย

หญิง

2. อายุ

ต่ำกว่า 18 ปี

18-21 ปี

22-25ปี

25 ปีขึ้นไป

3. คณะ.....สาขาวิชา.....ชั้นปี.....

4. สถานภาพสมรสของบิดามารดา

อยู่ด้วยกัน

หย่า

แยกกันอยู่

บิดามารดาเสียชีวิต

## ส่วนที่ 2

### แบบประเมินตนเองชุดที่ 1

#### คำชี้แจงในการทำแบบสอบถาม

ข้อความด้านล่างต่อไปนี้ เป็นข้อความแสดงความรู้สึก ที่ท่านมีต่อเพื่อนสนิท

เพื่อนสนิท ในที่นี้หมายถึง บุคคลที่ท่านมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดมากที่สุดเพียงคนเดียวเท่านั้น ซึ่งอาจจะเป็นเพศเดียวกัน หรือต่างเพศ หรือ แฟน หรือ คนรัก หากท่านเลือกบุคคลดังกล่าวแล้ว ขอให้ท่านนึกถึงความสัมพันธ์ที่มีต่อบุคคลดังกล่าว ในการตอบข้อคำถามทุกข้อ

กรุณาอ่านและพิจารณาข้อความแต่ละข้อความโดยละเอียดก่อนจะกาเครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับความรู้สึกของท่านมากที่สุด โดยแต่ละช่องมีความหมายดังนี้

1. หมายความว่า ไม่ตรงเลย
2. หมายความว่า ส่วนใหญ่ไม่ตรง
3. หมายความว่า ไม่ค่อยตรง
4. หมายความว่า ตรงและไม่ตรง พอๆ กัน
5. หมายความว่า ค่อนข้างตรง
6. หมายความว่า ตรงมาก
7. หมายความว่า ตรงที่สุด

ข้อความ	ไม่ ตรง เลย	ส่วน ใหญ่ ไม่ ตรง	ไม่ ค่อย ตรง	ตรง และ ไม่ ตรง พอๆ กัน	ค่อนข้าง ตรง	ตรง มาก	ตรง ที่ สุด
	1	2	3	4	5	6	7
1. ฉันเกรงว่าเพื่อนสนิทจะไม่ชอบฉัน							
2. ฉันกังวลว่าเพื่อนสนิทจะขัดใจกับฉัน							
3. ฉันกังวลว่าเพื่อนสนิทจะไม่จริงใจกับฉัน							
4. ฉันกังวลว่าเพื่อนสนิทจะไม่ห่วงใยฉันมาก เท่าที่ ฉันห่วงใยเขา							
5. ฉันต้องการให้ความรู้สึกของเพื่อนสนิท ที่มีต่อ ฉันเทียบเท่ากับความรู้สึกของฉัน ที่มีต่อเขา							
6. ฉันกังวลมากเกี่ยวกับความผูกพันที่มี ต่อ เพื่อนสนิท							
7. เมื่อฉันไม่พบกับเพื่อนสนิทเป็นเวลานาน ฉัน เกรงว่าเขาจะไปสนิทกับคนอื่น							
8. เมื่อฉันไม่แสดงความรู้สึกของฉันที่มีต่อเพื่อน สนิทออกไป ฉันเกรงว่าเขาจะไม่เข้าใจ ความรู้สึก ที่ฉันแสดงออกไป							
9. ฉันไม่ค่อยกังวลว่าเพื่อนสนิทจะห่างเหินฉัน							
10. เพื่อนสนิททำให้ฉันไม่แน่ใจในตนเอง							
11. ฉันไม่ค่อยกังวลว่าเพื่อนสนิทจะเลิกคบกับ ฉัน							
12. เพื่อนสนิทไม่ยอมไกล่เกลี่ยฉัน เท่าที่ฉันอยาก เป็น							
13. บางครั้งเพื่อนสนิทของฉันเปลี่ยนไปโดยไม่มี เหตุผลที่ชัดเจน							



ข้อความ	ไม่ ตรง เลย	ส่วน ใหญ่ ไม่ ตรง	ไม่ ค่อย ตรง	ตรง และ ไม่ ตรง พอ ๆ กัน	ค่อนข้าง ตรง	ตรง มาก	ตรง ที่ สุด
	1	2	3	4	5	6	7
14. บางครั้งฉันต้องการใกล้ชิดกับผู้อื่น แต่กลับทำให้เขาถอยหนี							
15. ฉันเกรงว่าถ้าเพื่อนสนิทรู้จักตัวตนที่แท้จริงของฉันแล้ว เขาจะไม่ชอบฉัน							
16. ฉันโกรธเมื่อฉันไม่ได้รับความรัก และกำลังใจจากเพื่อนสนิท							
17. ฉันกังวลว่าตนเองจะไม่ทัดเทียมกับผู้อื่น							
18. เพื่อนสนิทจะสนใจฉันต่อเมื่อฉันโกรธเท่านั้น							
19. ฉันไม่แสดงความรู้สึกที่แท้จริงให้เพื่อนสนิทรู้							
20. ฉันสบายใจที่ได้บอกความรู้สึกนี้กับใคร							
21. ฉันลำบากใจที่จะต้องพึ่งพาเพื่อนสนิท							
22. ฉันรู้สึกสนิทใจกับเพื่อนสนิทของฉัน							
23. ฉันอึดอัดที่จะเปิดใจกับเพื่อนสนิท							
24. ฉันไม่ชอบใกล้ชิดกันเพื่อนสนิทมากเกินไป							
25. ฉันอึดอัดเมื่อเพื่อนสนิทเข้ามาสนิทสนมฉันมากเกินไป							
26. ฉันสนิทสนมกับเพื่อนได้ง่าย							
27. การสนิทสนมกับเพื่อน ไม่ใช่เรื่องยากสำหรับฉัน							
28. ฉันมักปรับทุกข์กับเพื่อนสนิท							
29. ฉันพึ่งพาเพื่อนสนิทได้ในยามที่ฉันต้องการ							
30. ฉันพูดคุยกับเพื่อนสนิทได้ทุกเรื่อง							
31. ฉันสามารถพูดถกเถียงโต้แย้งกับเพื่อนสนิทได้ทุกเรื่อง							

ข้อความ	ไม่ ตรง เลย  1	ส่วน ใหญ่ ไม่ ตรง  2	ไม่ ค่อย ตรง  3	ตรง และ ไม่ ตรง พอๆ กัน  4	ค่อนข้าง ตรง  5	ตรง มาก  6	ตรง ที่ สุด  7
32. ฉันรู้สึกว่ารุ่นใจที่เพื่อนสนิทเข้ามาใกล้ชิดกับฉัน							
33. ฉันรู้สึกสบายใจ แม้ฉันจะต้องพึ่งพาเพื่อนสนิท							
34. การพึ่งพาเพื่อนสนิทเป็นเรื่องที่ฉันทำได้ง่าย							
35. ฉันรัก ผูกพัน และเอื้ออาทร กับเพื่อนสนิทอย่างลึกซึ้ง							
36. เพื่อนสนิทเข้าใจฉัน และความต้องการของฉัน							

## แบบประเมินตนเองชุดที่ 2

### คำชี้แจงในการทำแบบสอบถาม

แบบสอบถามนี้ต้องการประเมินในด้านลักษณะนิสัย ความคิด ความรู้สึกบางประการของท่าน ว่าท่านมีลักษณะนั้นๆ ในระดับใด แต่ละข้อไม่มีคำตอบว่าถูก หรือ ผิด เพราะแต่ละคนมีลักษณะนิสัย ความคิด และความรู้สึกไม่เหมือนกัน ดังนั้นคำตอบที่ดีที่สุด คือ คำตอบที่ตรงกับความรู้สึกที่เป็นจริงของท่านที่สุด และคำตอบตามความเป็นจริงของท่านนั้นจะเป็นประโยชน์อย่างมากต่อการค้นคว้าทางการศึกษาต่อไป

### การตอบแบบสอบถาม

1. ขอให้ท่านอ่านข้อความละเอียด แล้วตอบคำถามในแต่ละข้อ โดยพิจารณาว่าคำตอบใดตรงกับความรู้สึกของท่านมากที่สุด โดยใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่าง ที่แสดงลำดับความรู้สึกในแต่ละข้อมากที่สุดโดยเลือกตามลำดับความรู้สึกดังนี้

- 5 หมายถึง ตรงกับความรู้สึกมากที่สุด
- 4 หมายถึง ตรงกับความรู้สึกมาก
- 3 หมายถึง ตรงกับความรู้สึกพอควร
- 2 หมายถึง ตรงกับความรู้สึกน้อย
- 1 หมายถึง ตรงกับความรู้สึกน้อยที่สุด

2. กรุณาตอบให้ครบทุกข้อ

ข้อความ	ตรง มาก ที่สุด	ตรง มาก	ตรงพอ ควร	ตรง น้อย	ตรง น้อย ที่สุด
	5	4	3	2	1
1. เมื่อฉันสำรวจชีวิตที่ผ่านมา ฉันรู้สึกค่อนข้างพอใจ					
2. เมื่อฉันอายุมากขึ้นสิ่งต่างๆ ดูเหมือนจะดีกว่าที่ฉันคิดไว้					
3. เมื่อเปรียบเทียบกับคนอื่นในวัยเดียวกัน ฉันได้ตัดสินใจ ผิดพลาดมากมาย					
4. สำหรับอดีตของฉัน ถ้าฉันเปลี่ยนแปลงมันได้ ฉันก็จะไม่ เปลี่ยนแปลงอะไร					
5. ไม่ว่าจะอะไรจะเกิดขึ้น ฉันพร้อมจะยอมรับทุกเมื่อ					
6. ฉันรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า และมีความสำคัญ					
7. สิ่งต่างๆ ส่วนใหญ่ที่ฉันทำล้นหน้าเบือ และซ้ำซาก					
8. เมื่อคิดถึงชีวิตที่ผ่านมา ฉันไม่ได้ในสิ่งที่สำคัญๆ อย่างที่ ต้องการ					
9. ฉันสามารถยอมรับความผิดพลาดที่เกิดขึ้นได้					
10. สิ่งต่างๆ ที่ฉันทำน่าสนใจเหมือนอย่างเคย					
11. ฉันรู้สึกว่าจิตใจของฉันอ่อนแอ					
12. เวลานี้เป็นช่วงที่มีดมนเหตุที่สุดในชีวิต					
13. ฉันค่อนข้างสมปรารถนาในสิ่งที่คาดหวังในชีวิต					
14. ฉันไม่รู้สึกเสียใจในอดีตที่ผ่านมาของฉัน					
15. ฉันรู้สึกว่าตนเองเป็นคนไม่มีความสามารถ					
16. ฉันรู้สึกมีความสุขเหมือนสมัยเมื่อฉันเป็นเด็ก					
17. ฉันสามารถเผชิญและต่อสู้เหตุการณ์ที่ผ่านเข้ามาใน ชีวิตได้					
18. เมื่อเปรียบเทียบกับคนอื่นในวัยเดียวกันฉันดูดีกว่า					
19. ฉันมักดูถูกตนเอง					
20. ชีวิตของฉันควรจะมีสุขมากกว่านี้					

ข้อความ	ตรง มาก ที่สุด	ตรง มาก	ตรงพอ ควร	ตรง น้อย	ตรง น้อย ที่สุด
	5	4	3	2	1
21. ฉันคาดว่าในอนาคตฉันจะพบความยุ่งยากและลำบาก					
22. ชีวิตของฉันวันนี้แย่ลงกว่าเมื่อก่อน					
23. ฉันรู้สึกท้อแท้ต่อปัญหาต่างๆ ที่ผ่านเข้ามาในชีวิต					
24. ฉันสามารถทำสิ่งต่างๆ ได้อีกมากมาย					
25. ฉันพลาดโอกาสดีๆ ในชีวิตหลายครั้ง					
26. ฉันพอใจในสถานภาพที่เป็นอยู่ปัจจุบัน					
27. ฉันรู้สึกพอใจในชีวิตของฉัน					
28. ฉันเป็นคนขี้โมโหหงุดหงิด					
29. ฉันคิดว่าตนเองน่าจะมีความสุขมากกว่านี้					
30. ฉันเป็นคนมีอารมณ์แจ่มใส					

ภาคผนวก ข

ตารางการวิเคราะห์ทางสถิติ

ตารางที่ 6

การวิเคราะห์กลุ่มตัวอย่างแบ่งตามรูปแบบความผูกพัน

	gender				Total	
	male		female			
	Count	% within gender	Count	% within gender	Count	% within gender
รูปแบบความผูกพันแบบ						
หวาดกลัว	7	11.5%	9	6.7%	16	8.2%
ทะนงตน	15	24.6%	8	5.9%	23	11.7%
กังวล	6	9.8%	12	8.9%	18	9.2%
มั่นคง	33	54.1%	106	78.5%	139	70.9%
รวม	61	100.0%	135	100.0%	196	100.0%

## ตารางที่ 7

การวิเคราะห์กลุ่มตัวอย่างแบ่งตามชั้นปี

	gender				Total	
	male		female			
	Count	% within gender	Count	% within gender	Count	% within gender
class 1 st year	11	18.0%	31	23.0%	42	21.4%
2 nd year	26	42.6%	42	31.1%	68	34.7%
3 rd year	13	21.3%	47	34.8%	60	30.6%
4 th year	11	18.0%	15	11.1%	26	13.3%
Total	61	100.0%	135	100.0%	196	100.0%

## ตารางที่ 8

การวิเคราะห์กลุ่มตัวอย่างแบ่งตามอายุ

	gender				Total	
	male		female			
	Count	% within gender	Count	% within gender	Count	% within gender
age < 18 years	2	3.3%	1	.7%	3	1.5%
18 - 21 years	58	95.1%	128	94.8%	186	94.9%
22 - 25 years	1	1.6%	6	4.4%	7	3.6%
Total	61	100.0%	135	100.0%	196	100.0%

## ตารางที่ 9

การวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD)

รูปแบบ ความ ผูกพัน	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
หวาดกลัว	16	81.38	14.53	3.63	73.63	89.12	57	99
ทระนงตน	23	95.09	14.74	3.07	88.71	101.46	63	124
กังวล	18	91.06	17.97	4.24	82.12	99.99	58	121
มั่นคง	139	110.66	14.67	1.24	108.20	113.12	58	141
รวม	196	104.64	17.87	1.28	102.13	107.16	57	141

## ตารางที่ 10

การวิเคราะห์ความเป็นเอกพันธ์ของความแปรปรวน

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
1.091	3	192	.354



ตารางที่ 11

การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way Anova)

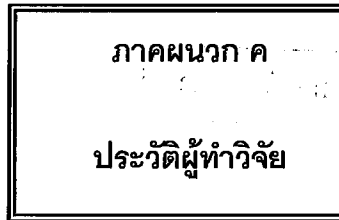
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	19121.372	3	6373.791	28.372	.000
Within Groups	43133.628	192	224.654		
Total	62255.000	195			

ตารางที่ 12

การเปรียบเทียบรายคู่ (Multiple Comparisons)

รูปแบบความ ผูกพัน (I)	รูปแบบความ ผูกพัน (J)	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
					Lower Bound	Upper Bound
แบบหวาดกลัว	แบบทะนงตน	-13.71196*	4.87939	.033	-26.7198	-.7041
	แบบกังวล	-9.68056	5.14992	.370	-23.4096	4.0485
	แบบมั่นคง	-29.28687*	3.95691	.000	-39.8355	-18.7383
แบบทะนงตน	แบบหวาดกลัว	13.71196*	4.87939	.033	.7041	26.7198
	แบบกังวล	4.03140	4.71682	1.000	-8.5430	16.6058
	แบบมั่นคง	-15.57491*	3.37399	.000	-24.5695	-6.5803
แบบกังวล	แบบหวาดกลัว	9.68056	5.14992	.370	-4.0485	23.4096
	แบบทะนงตน	-4.03140	4.71682	1.000	-16.6058	8.5430
	แบบมั่นคง	-19.60631*	3.75460	.000	-29.6156	-9.5970
แบบมั่นคง	แบบหวาดกลัว	29.28687*	3.95691	.000	18.7383	39.8355
	แบบทะนงตน	15.57491*	3.37399	.000	6.5803	24.5695
	แบบกังวล	19.60631*	3.75460	.000	9.5970	29.6156

\*. The mean difference is significant at the 0.05 level.



นางสาวพันทิพา หันหาบุญ เกิดวันที่ 30 พฤศจิกายน พ.ศ. 2528 ที่จังหวัดกรุงเทพมหานคร  
กำลังศึกษาในหลักสูตรวิทยาศาสตรบัณฑิต คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในปีการศึกษา  
2551