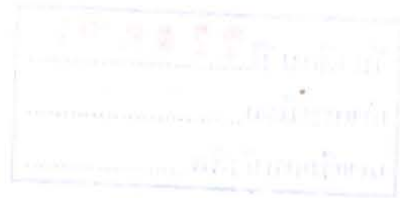


คณะจิตวิทยา

ความสัมพันธ์ระหว่างการพึ่งพาทางอารมณ์และความพึงพอใจในชีวิต

นางสาว เบญจจิตต์ ตระกูลเงินทอง

รหัสประจำตัว 473 74376 38



โครงการทางจิตวิทยานี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต

สาขาวิชาจิตวิทยา

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2550

THE RELATIONSHIP BETWEEN EMOTIONAL RELIANCE AND LIFE SATISFACTION

Miss Benjajit Trakoonngoenthong

ID 473 74376 38

A Senior Project Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements

For the Degree of Bachelor of Science in Psychology

Faculty of Psychology

Chulalongkorn University

Academic Year 2007

เบญจจิตต์ ตระกูลเงินทอง: ความสัมพันธ์ระหว่างการพึ่งพาทางอารมณ์และความพึงพอใจในชีวิต. (THE RELATIONSHIP BETWEEN EMOTIONAL RELIANCE AND LIFE SATISFACTION) อ. ที่ปรึกษา: ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ศักดิ์นางค์ มณีศรี, 51 หน้า.

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการพึ่งพาทางอารมณ์และความพึงพอใจในชีวิต กลุ่มตัวอย่างเป็นคนทำงานในวัยผู้ใหญ่ที่มีอายุระหว่าง 20-50 ปี จำนวน 200 คน แบ่งเป็นหญิงโสด หญิงสมรส ชายโสด ชายสมรส จำนวนอย่างละ 50 คน เครื่องมือในการวิจัยครั้งนี้ ผู้ร่วมการวิจัยตอบมาตราวัดการพึ่งพาทางอารมณ์ และมาตราวัดความพึงพอใจในชีวิต

ผลการวิจัยพบว่า

1. เพศหญิงมีระดับการพึ่งพาทางอารมณ์ไม่แตกต่างจากเพศชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
2. ชายสมรสมีการพึ่งพาทางอารมณ์ไม่แตกต่างจากชายโสดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
3. หญิงโสดมีการพึ่งพาทางอารมณ์แตกต่างจากหญิงสมรสอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติทางระดับ .001
4. การพึ่งพาทางอารมณ์มีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิต

หลักสูตร.....จิตวิทยา..... ลายมือชื่อนิสิต..... นส. นกนัทธนี ตระกูลเงินทอง.....
 สาขาวิชา.....จิตวิทยา..... ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา..... นส. นกนัทธนี.....
 ปีการศึกษา.....2550.....ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม.....

BENJAJIT TRAKOONNGOENTHONG: THE RELATIONSHIP BETWEEN EMOTIONAL RELIANCE AND LIFE SATISFACTION. SENIOR PROJECT ADVISOR: ASSIST. PROF. KAKANANG MANEESRI, Ph.D. 51 pp.

The purpose of this research was to study the relationship between emotional reliance and life satisfaction. Data were collected from 200 employed adults both men and women aged between 20-50 years old. Participants completed the emotional reliance scale and life satisfaction scale.

Results are as follows:

1. There is no significant difference between men and women on emotional reliance.
2. There is no significant difference between married men and single men on emotional reliance.
3. Single women have greater emotional reliance than do married women ($p < .001$).
4. Emotional reliance negatively correlates with life satisfaction ($p < .001$).

Program Psychology..... Student's signature *Benjajit Trakoonngoenthong*
 Field of studyPsychology..... Advisor's signature *Kakanang Maneesri*
 Academic year2007..... Co-advisor's signature.....

กิตติกรรมประกาศ

โครงการทางจิตวิทยาฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยความกรุณาช่วยเหลือและดูแลอย่างดี
 ยิ่งจากผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ศักนงศ์ มณีศรี อาจารย์ที่ปรึกษาโครงการ ซึ่งท่านได้ให้วิชา
 ความรู้ คำแนะนำ และข้อคิดเห็นต่างๆ ในการวิจัย ตลอดจนตรวจแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ด้วย
 ความเอาใจใส่เป็นอย่างดียิ่งจนโครงการทางจิตวิทยาฉบับนี้เสร็จสมบูรณ์ ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งและขอกราบ
 ขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

ขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์ทุกท่านในคณะจิตวิทยาที่ประสิทธิ์ประสาทความรู้ให้
 ผู้วิจัยตั้งแต่เริ่มเข้าศึกษา จนกระทั่งสำเร็จการศึกษา

ขอขอบคุณผู้ตอบแบบสอบถามทุกท่านที่ได้ให้ความร่วมมือในการเก็บข้อมูลในการวิจัย
 ครั้งนี้เป็นอย่างดี

ขอขอบคุณ เพื่อนๆ จิตวิทยารุ่นที่ 3 และรุ่นพี่ รุ่นน้อง ที่มอบกำลังใจและมิตรภาพที่งดงาม
 พร้อมทั้งให้คำปรึกษา คำแนะนำ และความช่วยเหลือในการดำเนินการวิจัยแก่ผู้วิจัยตลอดมา

สุดท้ายนี้ ผู้วิจัยขอโน้มรำลึกถึงพระคุณของคุณพ่อ และคุณแม่ของผู้วิจัย ผู้ให้ชีวิต
 สติปัญญา ความรัก ความอบอุ่น การดูแลเอาใจใส่ และให้การสนับสนุนในทุกด้าน ขอขอบคุณ
 พี่ชาย พี่สาว และญาติพี่น้องทุกคนในครอบครัวที่เป็นกำลังใจอยู่เสมอ ขอขอบคุณประสบการณ์ทุก
 อย่างและทุกๆ คนที่ผ่านเข้ามาในชีวิตของผู้วิจัย และขอขอบคุณทุกท่านที่มีส่วนในการสนับสนุนให้
 โครงการทางจิตวิทยาฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยดี

เบญจจิตต์ ตระกูลเงินทอง

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ค
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ง
กิตติกรรมประกาศ	จ
สารบัญ.....	ฉ
สารบัญตาราง	ช
สารบัญภาพ.....	ฌ
	หน้า
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง.....	3
แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับความพึงพอใจในชีวิต.....	3
แนวคิดเกี่ยวกับการพึ่งพาทางอารมณ์.....	9
ความสัมพันธ์ระหว่างการพึ่งพาทางอารมณ์และความพึงพอใจในชีวิต.....	15
วัตถุประสงค์ในการวิจัย.....	16
สมมติฐานการวิจัย.....	16
ขอบเขตในการวิจัย.....	16
คำจำกัดความในการวิจัย.....	17
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	18
บทที่ 2 วิธีดำเนินการวิจัย.....	19
กลุ่มตัวอย่าง.....	19
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	19
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	24
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	25
บทที่ 3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	26
บทที่ 4 อภิปรายผลการวิจัย.....	36

	หน้า
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ.....	40
รายการอ้างอิง.....	43
ภาคผนวก.....	46
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	47
ประวัติผู้เขียนโครงงาน.....	51

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
1 จำนวนตัวอย่าง โดยจำแนกตามเพศ สถานภาพสมรส อายุ ระดับ การศึกษา อาชีพ และรายได้ในปัจจุบัน.....	27
2 ค่าเฉลี่ยเลขคณิต (M) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนการพึงพาทาง อารมณ์และความพึงพอใจในชีวิต จำแนกตามเพศและสถานภาพการสมรส.....	28
3 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานคะแนนของการพึงพาทางอารมณ์และผลการ ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยระหว่างเพศหญิงและเพศชาย ด้วยสถิติที.....	29
4 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการพึงพาทางอารมณ์และผลการ ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยระหว่างชายสมรสและชายโสด ด้วยสถิติที.....	30
5 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการพึงพาทางอารมณ์และผลการ ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยระหว่างหญิงสมรสและหญิงโสด ด้วยสถิติที.....	31
6 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ระหว่างการพึงพาทางอารมณ์และความพึงพอใจในชีวิต..	32
7 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต่างๆ.....	32
8 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของคะแนนการพึงพาทางอารมณ์.....	33
9 ผลการเปรียบเทียบรายคู่ของค่าเฉลี่ยคะแนนการพึงพาทางอารมณ์ระหว่างกลุ่มคน โสดและกลุ่มคนที่สมรสแล้ว.....	34
10 ผลการเปรียบเทียบรายคู่ของค่าเฉลี่ยคะแนนการพึงพาทางอารมณ์ระหว่างเพศ ชายและเพศหญิง.....	35

สารบัญภาพ

ภาพที่	หน้า
1 ภาพแสดงลำดับขั้นความต้องการของ Maslow	4
2 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและสถานภาพสมรสของคะแนนการพึงพาทางอารมณ์.....	34

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

มนุษย์ได้รับปัจจัยต่างๆทั้งทางด้านพันธุกรรม การอบรมเลี้ยงดูตั้งแต่วัยเด็ก สิ่งแวดล้อม ภายนอก รวมทั้งประสบการณ์ต่างๆในชีวิตที่ส่งผลให้แต่ละคนมีความคิดและการแสดงออกที่เป็นลักษณะเฉพาะที่แตกต่างกัน จะเห็นได้จากการที่บางคนมีความมั่นใจในตนเอง กล้าแสดงออก มีความเป็นผู้นำ กล้าตัดสินใจ หรือเรียกร้องในสิทธิผลประโยชน์ของตน เน้นความคิดของตนเป็นหลัก ในขณะที่บางคนกลับไม่มั่นใจในความสามารถของตน ต้องการการสนับสนุนทางอารมณ์จากบุคคลอื่น ต้องการความใกล้ชิดสูง ไม่กล้าตัดสินใจ ประารถนาการติดต่อ ต้องการการยืนยัน การยอมรับจากผู้อื่นอยู่ตลอดเวลา (Hirschfeld, Klerman, Gough, Barrett, Korchin, & Chodoff, 1977) ซึ่งเราเรียกลักษณะนิสัยของบุคคลอย่างหลังว่า การพึ่งพาทางอารมณ์ (emotional reliance)

การพึ่งพาทางอารมณ์เป็นลักษณะภายในที่แสดงถึงบุคลิกภาพของบุคคล ซึ่งจะมีมากน้อยไม่เท่าเทียมกัน ทำให้มีผู้สนใจศึกษาเรื่องการพึ่งพาทางอารมณ์ขึ้น โดยศึกษาเปรียบเทียบในด้านความแตกต่างระหว่างเพศ ความสัมพันธ์และวัฒนธรรม (Ryan, Guardia, Solky-Butzel, Chirkov, & Kim, 2005) ผลการศึกษาพบว่าเพศหญิงมีการพึ่งพาทางอารมณ์สูงกว่าเพศชาย เนื่องจากเพศหญิงต้องการการพึ่งพา การช่วยเหลือมากกว่าเพศชาย เพศหญิงยังเป็นเพศที่เน้นการแสดงออกทางอารมณ์ สนใจในความคิดและการประเมินของผู้อื่นที่มีต่อตนเอง จึงมีส่วนทำให้มีการพึ่งพาทางอารมณ์สูงกว่า (Helgeson, 1994) แต่เมื่อมาเปรียบเทียบในกลุ่มตัวอย่างที่สมรสแล้ว นักวิจัยกลับพบว่า เพศชายมีการพึ่งพาทางอารมณ์สูงกว่าเพศหญิง โดยให้เหตุผลว่าเพศชายที่สมรสแล้วต้องการการสนับสนุนทางอารมณ์ การดูแลเอาใจใส่ จากภรรยามากกว่าที่ภรรยาต้องการจากสามี จึงทำให้เพศชายมีการพึ่งพามากกว่าเพศหญิง (Turner, 1999) จากงานวิจัยดังกล่าว ทำให้ผู้วิจัยเกิดคำถามขึ้นว่า ในบริบทของสังคมไทยที่มีสภาพสังคม วัฒนธรรม

ชีวิตความเป็นอยู่ที่แตกต่างจากประเทศทางตะวันตกนั้น จะนำมาซึ่งข้อค้นพบที่แตกต่างกันหรือไม่ อย่างไร

ในส่วนของ ความพึงพอใจในชีวิต (life satisfaction) เป็นประเด็นที่ได้รับความสนใจและมีผู้ศึกษาอย่างกว้างขวาง จึงทำให้ผู้วิจัยหลายคนต่างให้ความหมายของความพึงพอใจในชีวิตที่แตกต่างกันตามแนวคิดและทฤษฎีของตน เช่น Diener, Emmon, Larsen, และ Griffin (1985) ระบุว่า ความพึงพอใจในชีวิต หมายถึง การตัดสินคุณภาพชีวิตตามมาตรฐานหรือเกณฑ์ที่ได้ตั้งเอาไว้ โดยเปรียบเทียบกับสภาพที่ตนรับรู้กับสภาพชีวิตตามมาตรฐานของตน ซึ่งเป็นการประเมินด้านความคิดที่แสดงให้เห็นถึงการเปรียบเทียบที่เกิดขึ้นภายในตัวบุคคล Diener และคณะ เชื่อว่าแต่ละคนให้น้ำหนักในแต่ละด้านไม่เท่ากัน ตั้งมาตรฐานไม่เหมือนกัน ดังนั้น ตัวบุคคลเองจึงเป็นผู้ที่เหมาะสมที่สุดที่จะตัดสินความพึงพอใจของตนเอง

Neugarten, Havighurst, และ Tobin (1961) ได้ให้ความหมายของคำว่า "ความพึงพอใจในชีวิต" ว่าเป็นการประเมินชีวิตทั้งในอดีตและปัจจุบันด้วยกรอบอ้างอิง (frame of reference) ของแต่ละบุคคล ซึ่งจะเป็นความรู้สึกโดยรวมที่มีต่อสภาพที่กำลังเผชิญอยู่

จากที่กล่าวมาข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า ความพึงพอใจในชีวิต เป็นการตัดสินคุณภาพชีวิตโดยรวมของบุคคล เป็นการเปรียบเทียบระหว่างการดำเนินชีวิตในปัจจุบันและประสบการณ์ที่ผ่านมาของบุคคลกับมาตรฐานที่สร้างขึ้นภายในจิตใจแล้วระบุนอกมาว่าพึงพอใจมากน้อยเพียงใด ซึ่งบุคคลควรจะเป็นผู้ประเมินด้วยตนเอง ดังนั้น จึงเป็นที่น่าสนใจว่า ในบุคคลที่มีการพึ่งพาทางอารมณ์ ซึ่งเป็นบุคคลที่มีความไม่มั่นใจในตนเอง ปรารถนาการยืนยันและต้องการการยอมรับจากบุคคลอื่น รวมทั้งเอาชีวิตของตนไปขึ้นกับความคิดเห็น การตัดสินใจของบุคคลอื่น และในบางครั้งยังให้ผู้อื่นช่วยตัดสินชีวิตในเรื่องที่สำคัญๆของตนอีกด้วย บุคคลลักษณะนี้จะประเมินว่าตนนั้นมีความพึงพอใจ จะตัดสินชีวิตตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน โดยประเมินจากความรู้สึกจากตนเองหรือมองคุณภาพชีวิตที่ผ่านมาของตนว่าเป็นอย่างไร และประเมินว่าตนนั้นมีความพึงพอใจในชีวิตมากน้อยเพียงใด

งานวิจัยนี้จึงมุ่งศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการพึงพาทางอารมณ์กับความพึงพอใจในชีวิต และเปรียบเทียบการพึงพาทางอารมณ์ในกลุ่มตัวอย่างวัยผู้ใหญ่ที่ทำงานแล้ว ที่มีลักษณะที่ต่างกัน ในด้านส่วนบุคคล สังคม จำแนกตามเพศ อายุ สถานภาพการสมรส อาชีพ รายได้ว่าจะมีความแตกต่างในเรื่องการพึงพาทางอารมณ์อย่างไรบ้าง

แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จากการรวบรวมค้นคว้าเรื่องที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย สามารถแบ่งออกเป็นหัวข้อใหญ่ๆ ได้ดังนี้

1. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับความพึงพอใจในชีวิต
2. แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับการพึ่งพาทางอารมณ์
3. ความสัมพันธ์ระหว่างการพึ่งพาทางอารมณ์กับความพึงพอใจในชีวิต

แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับความพึงพอใจในชีวิต

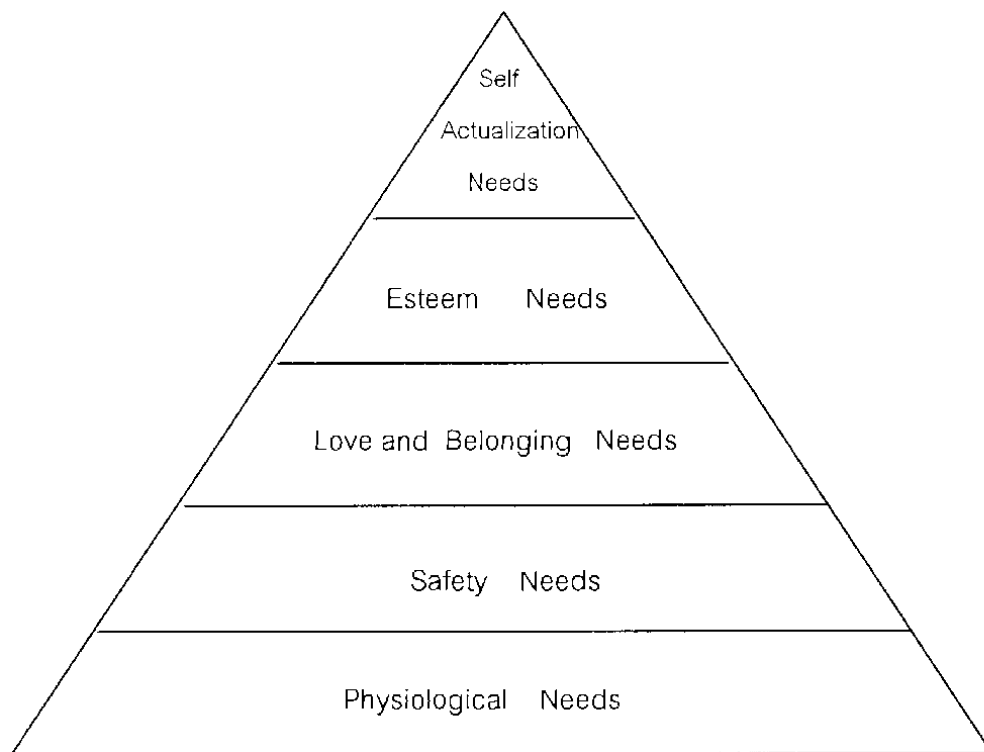
ความพึงพอใจในชีวิต เป็นความรู้สึกโดยรวมภายในตัวบุคคลที่มีต่อสภาพที่เป็นอยู่หรือสิ่งที่กำลังเผชิญอยู่ แม้บุคคลจะอยู่ในสถานการณ์เดียวกัน แต่สามารถมีความพึงพอใจในชีวิตที่แตกต่างกันได้ เนื่องจากแต่ละคนจะให้ความสนใจหรือน้ำหนักในเรื่องต่างๆ มากน้อยแตกต่างกันไป ดังนั้นความพึงพอใจในชีวิตจึงเป็นการประเมินหรือตัดสินคุณภาพชีวิตตามมาตรฐานที่ตนเองเป็นผู้กำหนดขึ้น (Shin & Johnson, 1977) ถ้าประเมินแล้วพบว่าสิ่งที่ตนได้รับหรือประสบการณ์ที่เกิดขึ้นเป็นไปตามมาตรฐานที่ตนตั้งไว้ บุคคลนั้นจะรายงานว่ามี ความพึงพอใจในชีวิตสูง แต่ถ้าประเมินแล้วพบว่ามีความน้อยกว่ามาตรฐานที่ตนตั้งไว้ บุคคลนั้นจะรายงานว่าไม่มีความพึงพอใจในชีวิต

นักจิตวิทยามีมุมมองในเรื่องความพึงพอใจในชีวิตที่แตกต่างกัน ดังนี้

แนวความคิดของ Maslow

Maslow กล่าวว่า มนุษย์เรามีความต้องการพื้นฐานบางอย่างที่เป็นตัวกระตุ้นให้แสดงพฤติกรรมเพื่อตอบสนองความต้องการเหล่านั้น ซึ่งความต้องการจะมีลักษณะที่แตกต่างกัน เขาพบว่าบุคคลมักดิ้นรนตอบสนองความต้องการในขั้นต่ำสุดก่อน เมื่อขั้นพื้นฐานได้รับการตอบสนองแล้ว ความต้องการขั้นสูงขึ้นไปจะถูกกระตุ้นตามลำดับ (Maslow, 1970 อ้างถึงใน

Hjelle & Zeigler, 1983) และความต้องการทั้ง 5 ชั้นนี้จะต้องเกิดเป็นลำดับขั้น ไม่มีการข้ามขั้น และเขายังเชื่อว่า การตอบสนองที่ได้รับในแต่ละชั้นไม่จำเป็นต้องได้รับทั้งหมด การได้รับการตอบสนองบ้างหรือบางส่วน ก็สามารถทำให้เกิดความต้องการในขั้นที่สูงในลำดับต่อไปได้ Maslow ได้แบ่งความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ (basic needs) ออกเป็น 5 ประการ ได้แก่



ภาพแสดงลำดับขั้นความต้องการของ Maslow

1. **ความต้องการทางกาย (Physiological Needs)** เป็นความต้องการปัจจัยพื้นฐานในการดำรงชีวิต เช่น ความหิว กระหาย ความต้องการทางเพศ การพักผ่อน มนุษย์ทุกคนมีความต้องการทางกายนี้อยู่เสมอจะขาดมิได้ ถ้าอยู่ในสภาพที่ขาดจะกระตุ้นให้มีกิจกรรม ขวนขวายเพื่อมาสนองความต้องการเหล่านี้ให้ได้

2. **ความต้องการความมั่นคง ปลอดภัย (Safety Needs)** คือ ความต้องการที่จะมีชีวิตที่มั่นคง ปลอดภัย เป็นอิสระจากความกลัว ขูเข็ญ บังคับ ปลอดภัยจากอันตรายต่างๆ ความต้องการประเภทนี้เริ่มตั้งแต่วัยทารกจนถึงวัยชรา หากขั้นนี้ได้รับการตอบสนอง จะนำไปเกิดความต้องการในขั้นสูงต่อไป

3. ความต้องการความรักและเป็นที่ยอมรับของกลุ่ม (Love and Belonging Needs)

ความต้องการในขั้นนี้จะสร้างความพอใจให้บุคคล โดยการตอบสนองจากทางครอบครัวและสังคม มนุษย์ทุกคนปรารถนาจะเป็นที่ยอมรับและเป็นที่ต้องการของผู้อื่น ต้องการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม เกิดขึ้นได้จากการมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น มีกลุ่มเพื่อน พวกพ้อง

4. ความต้องการที่จะรู้สึกว่ามีคุณค่า (Esteem Needs) ความต้องการนี้

ประกอบด้วยความต้องการที่จะประสบความสำเร็จในชีวิต เกียรติยศชื่อเสียง เป็นที่เคารพ นับหน้าถือตา ต้องการให้ผู้อื่นเห็นว่าตนนั้นมีความสามารถ มีคุณค่า และเป็นที่ยอมรับของบุคคลอื่น จนเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง พึงพอใจในชีวิตของตน

5. ความต้องการพัฒนาตนเองเต็มศักยภาพ (Self-Actualization Needs) เป็นความ

ต้องการที่จะรู้จักตนเองตามสภาพที่แท้จริง ยอมรับได้ในส่วนบกพร่องและพร้อมที่จะปรับปรุงแก้ไข เพื่อพัฒนาตนเองให้สมบูรณ์ตามศักยภาพที่ตนมีอยู่ ในขั้นนี้บุคคลจะความจริงใจต่อตนเอง เข้าถึงความสามารถ ความถนัด ความต้องการของตนโดยปราศจากการบิดเบือน มองชีวิตในแง่บวก สามารถแสดงความเป็นตัวของตัวเองได้อย่างเป็นอิสระ มีสัมพันธภาพที่ดีต่อผู้อื่น มีความคิดสร้างสรรค์

แนวความคิดของ Neugarten

Neugarten และคณะ (1961) ได้ศึกษาความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ และกล่าวว่า ความพึงพอใจในชีวิตเป็นการประเมินชีวิตทั้งในอดีตจนถึงปัจจุบันด้วยมาตรฐานของแต่ละบุคคล และยังเป็นตัวแปรที่แสดงถึงความเป็นอยู่ที่ดี มีคุณภาพชีวิตอีกด้วย บุคคลที่มีความพึงพอใจในชีวิตจะมีลักษณะที่ครอบคลุมองค์ประกอบ 5 ด้าน ดังนี้

1. มีความสุขในการดำเนินชีวิต (zest for life) หมายถึง การมีความสุขในกิจวัตร

ประจำวัน กระตือรือร้นที่จะทำสิ่งต่างๆด้วยความรู้สึกสนุก มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ และพึงพอใจในสภาพที่ตนเป็นอยู่

2. **มีความตั้งใจและอดทนในการดำเนินชีวิต** (resolution and fertitude) หมายถึง มีความตั้งใจในการต่อสู้กับปัญหาต่างๆในชีวิต มีความพยายาม มุมานะ ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคและมองปัญหาเหล่านั้นว่าเป็นประสบการณ์ที่ดี เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิต

3. **มีความสอดคล้องระหว่างเป้าหมายที่ต้องการกับสิ่งที่ทำสำเร็จ** (congruence between desired and achieved goals) หมายถึง ความรู้สึกว่าได้ทำเป้าหมายนั้นสำเร็จลุล่วง และให้ความสำคัญกับเป้าหมายที่ได้วางเอาไว้

4. **มีอัตมโนทัศน์ทางบวก** (positive self-concept) หมายถึง การรับรู้ตนเองในทางบวก ทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ มีความภาคภูมิใจในตนเอง รู้สึกว่าตนมีคุณค่า มีความสำคัญต่อผู้อื่น มีความพร้อมที่จะเผชิญกับปัญหาและการเปลี่ยนแปลงในชีวิต

5. **มีอารมณ์แจ่มใส** (mood tone) หมายถึง การเป็นผู้ที่มีความสุข มองโลกในแง่ดี อยู่กับความจริง มีการเปิดเผยเรื่องราวเกี่ยวกับชีวิตของตนในทางบวก อารมณ์ดี พอใจในเหตุการณ์ปัจจุบัน แสดงออกถึงพฤติกรรมที่มีความสุข เช่น การยิ้ม หัวเราะ

แนวความคิดของ Flanagan

Flanagan (1978) ได้รวบรวมองค์ประกอบที่ชาวอเมริกันคิดว่า เป็นลักษณะของความพึงพอใจในการดำเนินชีวิต ในสถานการณ์ต่างๆ จากกลุ่มตัวอย่าง 3,000 คน ที่มีความหลากหลายทางเชื้อชาติและศาสนา ซึ่งสามารถจำแนกออกเป็นปัจจัย 5 ด้าน ได้แก่

1. **ความสมบูรณ์ทางด้านกายภาพ** ได้แก่ การมีอาหาร ที่อยู่อาศัย ทรัพย์สินเงินทอง การมีสุขภาพที่ดี และมีความมั่นคง ปลอดภัยในชีวิต

2. **สัมพันธภาพกับผู้อื่น** ได้แก่ มีสัมพันธภาพกับคู่สมรสหรือคู่รัก มีบุตรหลานและเลี้ยงดูบุตร สัมพันธภาพกับบิดามารดา รวมทั้งสมาชิกคนอื่นๆในครอบครัว มีสัมพันธภาพกับเพื่อน

3. **กิจกรรมในสังคม** ได้แก่ กิจกรรมช่วยเหลือหรือส่งเสริมผู้อื่น ในรูปที่กระทำเป็นส่วนตัวหรือเป็นสมาชิกองค์การ กลุ่มอาสาสมัคร กิจกรรมในท้องถิ่นและในหน่วยงานของรัฐ

4. การพัฒนาและตอบสนองความต้องการของตนเอง ได้แก่ การเรียนรู้เพื่อเพิ่มการเข้าใจชีวิตให้มากขึ้น การมีวุฒิภาวะสูงขึ้น ยอมรับในข้อจำกัดของคน สามารถตัดสินใจและวางแผนการดำเนินชีวิตของตนเอง มีความสามารถที่จะแก้ไขปัญหาและทำงานให้ประสบความสำเร็จ มีความคิดสร้างสรรค์ กล้าแสดงออก

5. สันทนาการ ได้แก่ การเข้าสังคม มีโอกาสพบปะสังสรรค์กับบุคคลใหม่ๆ ได้ทำกิจกรรมที่ได้รับความสนุกสนาน เช่น ดูภาพยนตร์ ฟังเพลง เล่นเกมส์ต่างๆ

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของบุคคล

1. เพศและอายุ

เพศและอายุ เป็นปัจจัยที่สามารถส่งอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของบุคคลได้เช่นกัน กล่าวคือบุคคลในแต่ละช่วงอายุจะมีประสบการณ์ มีกระบวนการคิด มีพัฒนาการ ที่แตกต่างจากช่วงอายุอื่นๆ จึงส่งผลให้มีการประเมิน หรือมองชีวิตที่ผ่านมาของตนแตกต่างกันตามช่วงอายุ

Spreitzer และ Synder (1974) ได้ศึกษาตัวแปรที่มีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของบุคคลในวัยผู้ใหญ่ จำนวนทั้งสิ้น 413 คน แบ่งเป็นเพศหญิง 191 คนและเพศชาย 222 คน อายุระหว่าง 18-65 ปีขึ้นไป ผลจากการศึกษา พบว่า เพศหญิงมีความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่าเพศชายในตลอดช่วงอายุระหว่าง 18-65 ปี แต่เมื่อเปรียบเทียบในช่วงอายุที่มากขึ้น คือช่วง 65 ปีขึ้นไป กลับพบว่าเพศชายมีความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่า

Morganti, Nehrke, Hulicka, และ Catalde (1988) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในชีวิต อัตมโนทัศน์และความเชื่ออัตลิติต (locus of control) ใช้กลุ่มตัวอย่างทั้งเพศชายและหญิงที่มีอายุระหว่าง 14-80 ปีขึ้นไป โดยแบ่งเป็นช่วงอายุ 14-16 ปี เป็นตัวแทนของกลุ่มวัยรุ่น ช่วงอายุ 25-34 ปี เป็นตัวแทนของวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ช่วงอายุ 45-54 ปี เป็นตัวแทนของวัยผู้ใหญ่ตอนกลางและกลุ่มที่อยู่ในช่วงอายุ 60-80 ปี เป็นตัวแทนของกลุ่มผู้สูงอายุ ผลจากการวิจัยพบว่า ในกลุ่มตัวแทนของวัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่ตอนต้น มีความพึงพอใจชีวิตสูงกว่ากลุ่มอื่น

2. สถานภาพสมรส

สถานภาพสมรส เป็นตัวแปรหนึ่งที่มีผู้ศึกษาร่วมกับความพึงพอใจในชีวิตเป็นจำนวนมาก เช่นในงานของ Campbell (1976) ที่ได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์ของตัวแปรทางสังคมกับความพึงพอใจในชีวิต ใช้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 2,164 คน อายุตั้งแต่ 18 ปีขึ้นไป พบว่า กลุ่มชายโสดมีความพึงพอใจในชีวิตต่ำกว่าชายที่สมรสแล้ว เมื่อเปรียบเทียบในด้านเพศพบว่า หญิงโสดมีความพึงพอใจในชีวิตไม่แตกต่างจากกลุ่มชายโสดและหญิงที่สมรสแล้วมีความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่าชายที่สมรสแล้ว

Ball และ Richard (1983) ได้ศึกษาถึงปัจจัยทางด้านสังคมที่มีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตในกลุ่มหญิงผัวด่าในรัฐฟลอริดา พบว่า หญิงที่สมรสแล้ว หญิงหม้าย และหญิงที่หย่าร้างมีความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่าหญิงโสดและผู้หญิงที่แยกกันอยู่กับสามี

3. ระดับการศึกษา

Gardner และ Oswald (2002) พบว่า บุคคลที่มีการศึกษาสูงมีความพึงพอใจในชีวิตมากกว่าและมีความเครียดน้อยกว่า เนื่องจากการศึกษานำมาซึ่งรายได้ สถานะทางสังคมที่สูงขึ้น มีทางเลือกในการทำสิ่งต่างๆมากกว่าบุคคลที่มีการศึกษาต่ำ และรู้สึกว่าคุณสามารถควบคุมชีวิตของตนเองได้

Clark และ Anderson (1967 อ้างถึงใน Larson, 1978) รายงานผลการวิจัยว่า กลุ่มตัวอย่างสูงอายุที่มีระดับการศึกษาสูง มีความพึงพอใจในชีวิตสูงสุด ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Cameron (1975) ที่ได้ทำการศึกษาในด้านอารมณ์และปัจจัยอื่นๆที่มีความสัมพันธ์กับความรู้สึกเป็นสุข จากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 6,452 คน ในประเทศสหรัฐอเมริกา พบว่าบุคคลที่มีระดับการศึกษาสูงกว่ามีความพึงพอใจในชีวิต มีอารมณ์และความรู้สึกเป็นสุขมากกว่าบุคคลที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่า

4. รายได้

รายได้ มีส่วนสำคัญที่สามารถตอบสนองความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ได้ ทั้งที่อยู่อาศัย ยารักษาโรค เสื้อผ้า เครื่องนุ่งห่ม ยิ่งบุคคลมีรายได้สูงขึ้นก็ยังสามารถหาสิ่งที่จะมาตอบสนอง

ความต้องการได้มากขึ้น ทำให้มีชีวิตความเป็นอยู่ที่สะดวกสบาย มั่นคงปลอดภัยมากขึ้น รายได้ยังเป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้บุคคลเกิดความพึงพอใจในชีวิต ดังงานวิจัยของ Glatzer และ Mohr (1987) ที่ศึกษาในกลุ่มตัวอย่างชาวเยอรมัน พบว่ารายได้ที่สูงขึ้น ทำให้บุคคลมีความพึงพอใจในชีวิตของตนมากขึ้น นอกจากนี้ จากการวิจัยของ จูริรัตน์ ชุ่มอิม (2537) ก็พบผลเช่นเดียวกันคือ บุคคลในวัยผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีรายได้สูงกว่ามีความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่าบุคคลในวัยเดียวกันที่มีรายได้ต่ำกว่า

Chatfield (1977) ได้ทำการศึกษากลุ่มผู้เกษียณอายุในโคโลัมเบีย จำนวน 2,500 คน เกี่ยวกับรายได้และบทบาทในการทำงาน ผลการวิจัยพบว่า รายได้ที่ลดลงหลังเกษียณอายุส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ ผู้เกษียณอายุที่มีรายได้ต่ำลงนั้นมีความพึงพอใจในชีวิตต่ำกว่าผู้เกษียณอายุที่มีรายได้จากทางอื่นด้วย เช่น การทำงานพิเศษ เป็นต้น

แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับการพึ่งพาทางอารมณ์

บุคคลที่มีการพึ่งพาทางอารมณ์ เป็นผู้ที่ต้องการการสนับสนุนทางด้านอารมณ์ ต้องการความเชื่อมั่น การยืนยันจากบุคคลอื่น ไม่กล้าตัดสินใจ เชื่อว่าตนเองนั้นไม่มีความสามารถเพียงพอ ต้องพึ่งพิงผู้อื่น Bornstein (1993) แบ่งการพึ่งพาทางอารมณ์ ออกเป็น 4 องค์ประกอบดังนี้

1. **ด้านแรงจูงใจ (motivational)** บุคคลจะแสดงความต้องการการสนับสนุน การชี้แนะ การยอมรับจากบุคคลที่ตนพึ่งพาอยู่
2. **ด้านความคิด (cognitive)** คือ การรับรู้ที่ตนนั้นไม่มีอำนาจ ไม่มีประสิทธิภาพเพียงพอ และเชื่อว่าผู้อื่นสามารถควบคุมผลของสถานการณ์ได้
3. **ด้านอารมณ์ ความรู้สึก (affective)** คือ การมีความรู้สึกวิตกกังวล หวาดกลัว เมื่อต้องอยู่คนเดียว หรือกระทำสิ่งต่างๆที่มีผู้อื่นเป็นผู้ประเมิน
4. **ด้านพฤติกรรม (behavioral)** คือ มีแนวโน้มที่จะมองหาความช่วยเหลือ การสนับสนุน การยอมรับและคำแนะนำต่างๆจากบุคคลอื่น และยอมให้ผู้อื่นเป็นคนควบคุมความสัมพันธ์

การพึ่งพาทางอารมณ์ นั้นเป็นตัวแปรหนึ่งในมาตร Interpersonal Dependency ซึ่งมาตรวัดนี้ถูกสร้างขึ้นเพื่อวัดความต้องการในการพึ่งพาผู้อื่นของบุคคล (Hirschfeld et al., 1977) ในมาตรนี้ประกอบด้วยตัวแปรทั้งหมด 3 ตัวแปร คือ

1. การพึ่งพาทางอารมณ์ (emotional reliance) คือ ความปรารถนาที่จะติดต่อกับปฏิสัมพันธ์ ต้องการการสนับสนุนทางอารมณ์จากบุคคลที่เฉพาะเจาะจง กลัวการสูญเสียหรือถูกทอดทิ้ง ซึ่งจะเป็นลักษณะความสัมพันธ์ที่มีต่อบุคคลใดบุคคลหนึ่งเพียงคนเดียว
2. การขาดความเชื่อมั่นในตนเองทางสังคม (lack of social self-confidence) คือ ความปรารถนาความช่วยเหลือในด้านการตัดสินใจ ในสถานการณ์ที่อยู่ในสังคม ขาดความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ จะเป็นความสัมพันธ์ของตัวเรากับบุคคลทั่วไป
3. การยืนยันความเป็นตัวของตัวเอง (assertion of autonomy) คือ ความชอบที่จะอยู่คนเดียว เป็นอิสระ มีความเชื่อมั่นในตนเองโดยไม่ขึ้นกับการยอมรับจากบุคคลอื่น จะเป็นระดับที่แสดงถึงการเป็นอิสระจากการประเมินของผู้อื่น

มาตร Interpersonal Dependency นี้สร้างขึ้นโดยมีพื้นฐานทางทฤษฎีจากบุคคลที่มีบุคลิกภาพผิดปกติ แบบพึ่งพา (Dependent Personality Disorder) ซึ่งมีลักษณะดังนี้

บุคลิกภาพผิดปกติ (personality disorders) ใน คู่มือการวินิจฉัยและสถิติของความผิดปกติทางจิตของสมาคมจิตแพทย์อเมริกัน (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder IV) (1994) หมายถึง การที่บุคคลมีพฤติกรรมที่เบี่ยงเบนอย่างชัดเจน จากพฤติกรรมปกติในสังคมและวัฒนธรรมของผู้ป่วย พฤติกรรมดังกล่าวจะมีลักษณะไม่ยืดหยุ่น และมีการปรับตัวที่ไม่เหมาะสม ทำให้เกิดความบกพร่องในหน้าที่การงานและปัญหาความสัมพันธ์กับผู้อื่น ผู้ป่วยกลุ่มนี้มักมีความรู้ ความเข้าใจตนเองที่คลาดเคลื่อนไปจากความเป็นจริง ไม่รู้สึกกังวลต่อพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของตน จึงมักปฏิเสธการช่วยเหลือและไม่ยอมรับว่าตนมีปัญหา

โรคบุคลิกภาพผิดปกติแบ่งออกได้เป็น 3 กลุ่มใหญ่ ดังนี้

1. Cluster A ในกลุ่มนี้มีการแสดงออกของพฤติกรรมและความคิดที่ดูแปลก ประหลาด ประกอบด้วย Paranoid, Schizoid, Schizotypal

2. **Cluster B** ในกลุ่มนี้จะมีลักษณะเหมือนของการแสดงออกที่มากกว่าปกติ (dramatic) ชอบแสดงอารมณ์ (emotional) หรือไม่อยู่กับร่องกับรอย (erratic) ประกอบด้วยโรค Antisocial, Borderline, Histrionic และ Narcissistic

3. **Cluster C** ในกลุ่มนี้มีลักษณะวิตกกังวล (anxious) และหวาดกลัว (fearful) เป็นลักษณะเด่น ประกอบด้วย Avoidant, Dependent และ Obsessive-Compulsive

บุคลิกภาพแบบพึ่งพาผู้อื่นหรือ **Dependent Personality Disorder (DPD)** นั้นถูกจัดอยู่ในกลุ่ม C มีลักษณะอาการทางคลินิก คือ

ผู้ป่วยจะมีพฤติกรรมยึดถือ พึ่งพาและยอมให้ผู้อื่นรับผิดชอบตัดสินใจเรื่องสำคัญของชีวิตตน ถ้าจำเป็นต้องตัดสินใจจะต้องได้รับคำแนะนำและความมั่นใจจากผู้อื่นเป็นอย่างมาก หลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่ต้องอยู่คนเดียว ไม่กล้าแสดงความไม่เห็นด้วยกับผู้อื่นเพราะกลัวว่าจะไม่เป็นที่ยอมรับ ไม่กล้าเสนอโครงการหรือทำสิ่งต่างๆด้วยตนเอง เนื่องจากขาดความมั่นใจในความสามารถมากกว่าที่จะขาดแรงจูงใจหรือพลังกำลังที่จะทำ

ผู้ป่วยจะมีความรู้สึกไม่สบายหรือสิ้นหวัง วิตกกังวลเมื่อต้องอยู่คนเดียว กลัวการถูกทอดทิ้ง เพราะกลัวเกินจริงว่าไม่มีความสามารถที่จะดูแลตนเองได้ ผู้ป่วยจะริบหาความสัมพันธ์ใหม่ทันทีเมื่อความสัมพันธ์เก่าสิ้นสุดลง โดยขาดการพิจารณาอย่างรอบคอบว่าผู้ที่ตนจะไม่มีสัมพันธ์ภาพใหม่นั้นจะเป็นคนลักษณะเช่นใด

บุคลิกภาพชนิดนี้ เป็นโรคที่พบบ่อยที่สุดตามคลินิกสุขภาพจิต ซึ่งพบในผู้หญิงมากกว่าผู้ชายในอัตราส่วน 3 ต่อ 1 ส่วนสาเหตุของโรค ยังไม่ทราบแน่ชัด แต่ผู้เชี่ยวชาญบางท่านได้ตั้งสมมติฐานว่า โรคนี้เกิดจากการได้รับการตามใจมากเกินไปหรือน้อยเกินไปในระยะ oral stage ซึ่งสมมติฐานนี้เข้าได้กับการศึกษาที่พบว่า ผู้ป่วยมักได้รับการปกป้องจากมารดามากเกินไป นอกจากนี้ ปัจจัยทางวัฒนธรรม สังคม และพันธุกรรม ก็มีส่วนเกี่ยวข้องกับการเกิดโรคด้วยเช่นกัน

มาตรวัดการพึ่งพาทางอารมณ์

Hirschfeld และคณะ (1977) ได้สร้างมาตร Interpersonal Dependency Inventory (IDI) เพื่อวัดการพึ่งพาระหว่างบุคคล ซึ่งหมายถึง ความซับซ้อนทางความคิด ความรู้สึก ความเชื่อ และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับความต้องการความใกล้ชิด ความต้องการที่จะมีปฏิสัมพันธ์ และคุณค่าที่ผู้อื่นมอบให้ ในความหมายนี้ จะหมายถึงลักษณะการพึ่งพาของบุคคลปกติ ยังไม่เป็นการผิดปกติใดๆ Hirschfeld และคณะ สร้างมาตรนี้โดยอ้างอิงจากทฤษฎีจิตวิเคราะห์ ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม ที่เกี่ยวกับการพึ่งพาและทฤษฎีด้านความผูกพัน

มาตร IDI ประกอบด้วยข้อกระทงทั้งหมด 48 ข้อกระทง แบ่งออกเป็น 3 ส่วน คือ การพึ่งพาทางอารมณ์ (emotional reliance) 18 ข้อ การขาดความเชื่อมั่นในตนเองทางสังคม (lack of social self-confidence) 16 ข้อ และการยืนยันความเป็นตัวของตัวเอง (assertion of autonomy) 14 ข้อ โดยแบ่งศึกษาออกเป็น 2 ส่วน ส่วนแรกศึกษากับกลุ่มตัวอย่างเป็นกลุ่มคนปกติ 220 คน มีอายุเฉลี่ย เท่ากับ 24 ปี และส่วนที่สองเป็นคนที่มีความผิดปกติในด้านต่างๆ ทั้งหมด 180 คน อายุเฉลี่ย เท่ากับ 34 ปี มาตรที่ใช้วัดเป็นมาตรแบบลิเคิร์ต (likert scale) โดยให้ผู้ตอบประเมินตนเองว่าตรงกับข้อความในแต่ละข้อมากน้อยเพียงใด แบ่งออกเป็น 4 ช่วง

- | | |
|-----------|--------------------|
| 4 หมายถึง | ตรงกับฉันอย่างยิ่ง |
| 3 หมายถึง | ค่อนข้างตรงกับฉัน |
| 2 หมายถึง | ตรงกับฉันบางส่วน |
| 1 หมายถึง | ไม่ตรงกับฉันเลย |

ตัวอย่างข้อคำถาม ในส่วนของการพึ่งพาทางอารมณ์ (emotional reliance)

- 1. ฉันเชื่อว่าบุคคลอื่นสามารถทำสิ่งต่างๆได้มากกว่าฉัน ถ้าเขาต้องการจะทำ
- 2. การถูกปฏิเสธ เป็นสิ่งที่เจ็บปวดสำหรับฉัน
- 3. ฉันต้องมีใครสักคนที่พิเศษกับฉัน

ความเที่ยงของมาตร มาตรวัดการพึ่งพาทางอารมณ์ของ Hirschfeld และคณะ (1977) ใช้วิธีการหาค่าความเที่ยงแบบแบ่งครึ่ง (split-half reliability) ผลจากการศึกษา ได้แสดงเป็นตารางไว้ดังนี้ และมีค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาโดยรวม เท่ากับ .80

องค์ประกอบด้านต่าง ๆ	ความเที่ยงที่ได้จากการคำนวณคนปกติ	ความเที่ยงที่ได้จากการคำนวณของคนผิดปกติ
การพึ่งพาทางอารมณ์	0.86	0.85
การขาดความเชื่อมั่นในตนเองทางสังคม	0.76	0.84
การยืนยันความเป็นตัวของตัวเอง	0.84	0.91

หมายเหตุ: ข้อมูลที่แสดงในตารางดัดแปลงมาจาก Hirschfeld และคณะ (1977) หน้า 616

จากงานวิจัยพบว่า กลุ่มคนที่มีความผิดปกติทั้งชายและหญิงมีคะแนนจากมาตรนี้สูงกว่ากลุ่มคนปกติ ($p < .01$) แต่ไม่พบความแตกต่างระหว่างเพศในทั้งสองกลุ่ม นอกจากนี้เรายังพบว่าการพึ่งพาทางอารมณ์และการขาดความเชื่อมั่นในตนเองทางสังคม ยังมีความสัมพันธ์กับบุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ (neuroticism) ภาวะซึมเศร้า (depression) ความวิตกกังวล (anxiety) และความต้องการเป็นที่ชื่นชอบทางสังคม (social desirability) อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

Gardner และ Helmes (2007) ได้พัฒนามาตร Interpersonal Dependency เพื่อใช้สำหรับวัดลักษณะการพึ่งพาในบุคคลวัยชรา และเพื่อเป็นเครื่องมือในการคัดกรองบุคคลเข้ารับบริการสุขภาพ ใช้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 350 คน จากบ้านพักคนชรา 3 แห่ง ที่มีอายุระหว่าง 65-90 ปี มาตรนี้ประกอบด้วยข้อกระทงทั้งหมด 85 ข้อ ผลการศึกษาในด้านความแตกต่างระหว่างเพศพบว่า ได้ผลตรงข้ามกับงานวิจัยที่ผ่านมา นั่นคือ ชายมีคะแนนการพึ่งพาผู้อื่นสูงกว่าหญิง อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 นอกจากนี้ยังพบว่า อายุมีสหสัมพันธ์กับการพึ่งพาผู้อื่น ($r = .18$)

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพึ่งพาทางอารมณ์

Overholser (1990) ได้ศึกษาเรื่องการสูญเสียบุคคลใกล้ชิดและการพึ่งพาทางอารมณ์ที่ส่งผลกระทบต่ออาการซึมเศร้า โดยศึกษาในกลุ่มตัวอย่างที่เป็นคนไข้ที่มีอาการซึมเศร้าในโรงพยาบาลจำนวน 114 คน แบ่งออกเป็นผู้ที่มีประสบการณ์การสูญเสียและไม่เคยมีการสูญเสียบุคคลใกล้ชิด จากการวิจัยพบว่า การพึ่งพาทางอารมณ์และการสูญเสียบุคคลใกล้ชิดมีความสัมพันธ์กับอาการซึมเศร้า โดยบุคคลที่มีการพึ่งพาทางอารมณ์ในระดับสูงแต่ไม่เคยมีประวัติการสูญเสียมาก่อนจะมีระดับความซึมเศร้ามากกว่าและมีแนวโน้มที่จะมีความผิดปกติแบบพึ่งพามากกว่าบุคคลที่มีการพึ่งพาทางอารมณ์ในระดับสูงและมีประสบการณ์สูญเสียบุคคลใกล้ชิดร่วมด้วย

เนื่องจาก เป็นเรื่องปกติธรรมดาที่บุคคลที่มีการสูญเสียบุคคลใกล้ชิดไปจะรู้สึกต้องการการพึ่งพาในระดับสูงและรู้สึกซึมเศร้าเพื่อปรับตัวต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นแต่ในบุคคลที่ไม่เคยมีการสูญเสีย นั้น และยังคงต้องการการพึ่งพาทางอารมณ์ในระดับสูง กลับมีอาการซึมเศร้ามากกว่า น่าจะมีแนวโน้มที่มีความผิดปกติแบบพึ่งพาร่วมด้วย

Hill (1991) พบว่า บุคคลที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมพันธ์ (affiliative need) สูงจะแสดงความสนใจมองหาการปฏิสัมพันธ์ที่เน้นการสนับสนุนทางอารมณ์เมื่อคู่ของตนมีลักษณะอบอุ่น เข้าใจ แต่จะหลีกเลี่ยงการปฏิสัมพันธ์ หากคู่ของตนมีลักษณะอบอุ่น เข้าใจ น้อยกว่า ส่วนบุคคลที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมพันธ์ต่ำ จะไม่ค่อยสนใจหรือหลีกเลี่ยงการปฏิสัมพันธ์ ไม่ว่าคู่ของตนจะมีลักษณะใดก็ตาม

Turner (1999) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ของปัจจัยทางด้านเพศและสถานภาพทางสังคมที่มีต่อ การพึ่งพาทางอารมณ์ และความสัมพันธ์ระหว่างการพึ่งพาทางอารมณ์และภาวะซึมเศร้า โดยใช้กลุ่มตัวอย่าง 1,393 คน อายุระหว่าง 18-55 ปี ที่อาศัยอยู่ในรัฐโตรอนโต ประเทศแคนาดา จากการศึกษา พบว่า การพึ่งพาทางอารมณ์สัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้า โดยหญิงไม่เพียงจะมีการพึ่งพาทางอารมณ์สูงกว่าชาย แต่ยังมีแนวโน้มที่จะเป็นโรคซึมเศร้ามากกว่าชายด้วย ส่วนในด้าน สถานภาพการสมรส พบว่า บุคคลที่สมรสแล้วมีการพึ่งพาทางอารมณ์สูงกว่าคนโสด โดยชายที่สมรสแล้วจะมีการพึ่งพาทางอารมณ์สูงมากกว่าหญิง เนื่องจากชายได้รับการสนับสนุนทางอารมณ์และการดูแลจากภรรยา มากกว่าที่ภรรยาได้รับจากสามี นั่นจึงเป็นเหตุผลที่ว่า เมื่อแต่งงาน ชายมักจะซึมเศร้าน้อยกว่าหญิง นอกจากนี้ยังพบว่า บุคคลที่มีระดับการศึกษาสูง จะมีการพึ่งพาทางอารมณ์ต่ำลง เพราะการได้รับการศึกษาและทักษะต่างๆ ช่วยให้บุคคลมีอารมณ์มั่นคงขึ้น มีวุฒิภาวะทางอารมณ์มากขึ้น และมีความต้องการการพึ่งพาน้อยลง

Ryan และคณะ (2005) ศึกษาความแตกต่างระหว่างการพึ่งพาทางอารมณ์ในเพศ ความสัมพันธ์และวัฒนธรรมที่แตกต่างกัน โดยอ้างอิงพื้นฐานจากทฤษฎีการกำหนดตนเอง (self-determination theory) จากงานวิจัยพบว่า เพศหญิงมีแนวโน้มที่จะพึ่งพาผู้อื่น ต้องการการสนับสนุนทางอารมณ์มากกว่าชาย เมื่อเปรียบเทียบทางด้านวัฒนธรรม พบว่า วัฒนธรรมแบบคตินิยมหมู่ (collectivism) จะให้ความสนใจ ใส่ใจในความรู้สึกของผู้อื่นมากกว่าแต่หันเข้าหาผู้อื่น น้อยกว่าวัฒนธรรมแบบปัจเจกบุคคล (individualism)

Deci, Laguardia, Molle, Scheine, และ Ryan (2006) ทำการวิจัยพบว่า คู่เพื่อนสนิทที่เป็น ชาย-ชาย ทั้งคู่รายงานว่ามีการพึงพาทางอารมณ์ต่ำกว่าคู่เพื่อนสนิทหญิง-หญิง นอกจากนี้คู่ที่เป็นหญิง-หญิงยังมีการพูดคุย แลกเปลี่ยนความคิดเห็นของกันและกัน มีความมั่นคงในความสัมพันธ์และพร้อมปรับตัวเข้าหากันมากกว่าคู่เพื่อนสนิทชาย-ชายอีกด้วย

3. ความสัมพันธ์ระหว่างการพึ่งพาทางอารมณ์และความพึงพอใจในชีวิต

จากการทบทวนวรรณกรรม ในเรื่องการพึ่งพาทางอารมณ์และความพึงพอใจในชีวิต ผู้วิจัยพบว่า ยังไม่มีผู้ใดศึกษาในด้านความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งสองนี้เลย แต่จากการศึกษาค้นคว้าในเรื่องการพึ่งพาทางอารมณ์ซึ่งเป็นลักษณะของบุคคลที่ไม่มั่นใจในตนเอง มองหาการช่วยเหลือ คำแนะนำจากผู้อื่น ต้องการการติดต่อสัมพันธ์ มองว่าตนเองนั้นไม่มีความสามารถเพียงพอในการทำสิ่งต่างๆ ต้องได้รับคำยืนยัน การตัดสินใจจากผู้อื่นเสียก่อน ในขณะที่ความพึงพอใจในชีวิต เป็นการมองชีวิตของตนตามประสบการณ์ที่ตนประสบ ตามความรู้สึกในขณะนั้น แล้วนำมาเปรียบเทียบกับมาตรฐานที่ตนได้ตั้งไว้

ผู้วิจัยมองว่า บุคคลที่มีการพึ่งพาทางอารมณ์สูง จะมีความต้องการการพึ่งพาจากบุคคลอื่นในด้านการตัดสินใจค่อนข้างมาก ไม่ว่าจะเรื่องที่เผชิญอยู่นั้นจะเป็นเรื่องสำคัญต่อชีวิตหรือไม่ก็ตาม และมีความรู้สึกวิตกกังวลเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่ต้องอยู่คนเดียวหรือสถานการณ์ที่มีผู้อื่นประเมิน จากลักษณะดังกล่าว บุคคลประเภทนี้จึงน่าจะประเมินว่าตนเองมีความพึงพอใจในชีวิตต่ำ เพราะจะมองว่าตนเองไม่มีความสามารถ ไม่มีอำนาจในการควบคุมเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ต้องมีผู้อื่นคอยให้คำแนะนำ คำยืนยันต่างๆ มีลักษณะมองตนเองและตีความสถานการณ์ต่างๆ ในทางลบ ยิ่งบุคคลที่มีการพึ่งพาทางอารมณ์สูงเท่าใด ก็จะต้องต้องการการพึ่งพาและมองตนเองในทางลบมากขึ้น สำหรับบุคคลที่มีความพึงพอใจในชีวิตสูง จะเป็นคนมองโลกในแง่ดี ประสบความสำเร็จในหน้าที่การงานและชีวิต มองว่าชีวิตของตนมีคุณค่า มีความหมายต่อผู้อื่น จะไม่ค่อยพึ่งพิงผู้อื่นมากนัก เพราะเห็นว่าตนมีความสามารถเพียงพอที่จะทำสิ่งต่างๆ สำเร็จลุล่วงได้ นอกจากนี้จากการศึกษาของงานวิจัย ส่วนใหญ่พบว่า การพึ่งพาทางอารมณ์มีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้า เช่น งานวิจัยของ Lewinsohn, Rohde, และ Seeley (2000) ซึ่งให้เห็นว่าบุคคลที่มี

การพึงพาทางอารมณ์ที่มากเกินไป ทำให้ยิ่งเกิดความรู้สึกซึมเศร้าและมีแนวโน้มที่จะมีความผิดปกติชนิดอื่นๆ การพึ่งพาทางอารมณ์ยังเป็นตัวแปรหนึ่งที่สามารถเป็นตัวทำนายภาวะซึมเศร้าได้ ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับงานวิจัยเรื่องอื่นๆ ด้วย เช่น Sanatara, Gardner, Preacott, และ Kendle (2003) และ Birtchnell (1984) และจากการศึกษามาตรวัดความพึงพอใจในชีวิตของ Pavot และ Diener (1993) พบว่ามีสหสัมพันธ์ทางลบกับคะแนนจากมาตรวัดความซึมเศร้าของ Beck, Ward, Mendelson, Mock, และ Erbaugh (1961 อ้างถึงใน Pavot และ Diener, 1993) ในระดับสูง โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ -0.72 ($p < .001$)

จากงานวิจัยต่างๆข้างต้น ผู้วิจัยจึงคาดว่า การพึ่งพาทางอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางลบกับความพึงพอใจในชีวิต นั่นคือ บุคคลที่มีการพึ่งพาทางอารมณ์สูงน่าจะมี ความพึงพอใจในชีวิตต่ำกว่าบุคคลที่มีการพึ่งพาทางอารมณ์ในระดับต่ำ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. ศึกษาเปรียบเทียบลักษณะการพึ่งพาทางอารมณ์ระหว่างเพศชายและเพศหญิง
2. ศึกษาเปรียบเทียบลักษณะการพึ่งพาทางอารมณ์ของคนโสดและคนสมรสแล้ว
3. ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการพึ่งพาทางอารมณ์กับความพึงพอใจในชีวิต

สมมติฐานการวิจัย

1. เพศหญิงมีระดับการพึ่งพาทางอารมณ์สูงกว่าเพศชาย
2. ชายที่สมรสแล้วมีการพึ่งพาทางอารมณ์สูงกว่าชายโสด
3. หญิงที่สมรสแล้วมีการพึ่งพาทางอารมณ์สูงกว่าหญิงโสด
4. การพึ่งพาทางอารมณ์มีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับความพึงพอใจในชีวิต

ขอบเขตการวิจัย

1. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ บุคคลในวัยผู้ใหญ่ที่ทำงานแล้ว ในเขตกรุงเทพมหานครโดยจำแนกตามเพศและสถานภาพการสมรส จำนวนทั้งสิ้น 200 คน เหตุที่ผู้วิจัย

เลือกกลุ่มตัวอย่างที่อยู่ในวัยผู้ใหญ่ทำงานแล้ว เนื่องจากวัยผู้ใหญ่เป็นวัยที่มีบุคลิกภาพคงที่ ไม่เปลี่ยนแปลงไปตามสถานการณ์ภายนอก และเป็นวัยที่เริ่มต้นประกอบอาชีพ เริ่มมีความเป็นอิสระจากพ่อแม่มากขึ้น มีความรับผิดชอบต่อตนเองและครอบครัว และสามารถเลือกทางเดินชีวิตของตนได้

2. ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

สมมติฐานข้อที่ 1 ถึง ข้อที่ 3

1. ตัวแปรอิสระ (independent variable) ได้แก่ เพศ และสถานภาพการสมรส

1.1. เพศ แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ เพศชาย และเพศหญิง

1.2. สถานภาพการสมรส แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ โสดและสมรสแล้ว

2. ตัวแปรตาม (dependent variable) ได้แก่ การพึงพาทางอารมณ์

สมมติฐานข้อที่ 4

1. ตัวแปรอิสระ (independent variable) ได้แก่ การพึงพาทางอารมณ์

2. ตัวแปรตาม (dependent variable) ได้แก่ ความพึงพอใจในชีวิต

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

1. ความพึงพอใจในชีวิต หมายถึง ระดับความรู้สึกที่เกิดขึ้นในการดำเนินชีวิตของตนเองโดยทั่วไปตามกรอบอ้างอิงของ Diener (1984) เป็นการประเมินทางความคิดที่แสดงให้เห็นการเปรียบเทียบภายในของบุคคลเอง โดยที่ไม่ถูกชักนำจากปัจจัยภายนอก ซึ่งเป็นการมองส่วนประกอบย่อยๆ ในชีวิต แล้วประเมินออกมาเป็นความรู้สึกในภาพรวมที่สะท้อนให้เห็นถึงความพึงพอใจ หรือ ไม่พึงพอใจในชีวิต ในการวิจัยครั้งนี้ หมายถึง คะแนนจากมาตรวัดความพึงพอใจในชีวิตที่พัฒนาโดยนางสาวดวงหทัย คชเสนี เป็นมาตรประมาณค่าแบบลิเคิร์ต 5 ช่อง ให้ผู้ตอบรายงานว่าข้อความแต่ละข้อตรงกับพฤติกรรมหรือความรู้สึกของตนมากน้อยเพียงใด

2. การพึ่งพาทางอารมณ์ หมายถึง ลักษณะของบุคคลที่ต้องการความใกล้ชิดสูง บำรุงรักษาการติดต่อสัมพันธ์ ต้องการการสนับสนุนทางอารมณ์ การยอมรับจากบุคคลรอบข้าง ไม่

กล้าตัดสินใจ ในการวิจัยครั้งนี้ หมายถึง ระดับคะแนนที่ได้จากการทำมาตรวัดการพึ่งพาทาง
 อารมณ์ที่พัฒนาโดยนางสาวธนิศา เบ็งสงวน เป็นมาตรฐานค่าแบบลิเคิร์ต 5 ช่วง ให้ผู้ตอบ
 ระบุว่าแต่ละข้อความตรงกับพฤติกรรมหรือความรู้สึกมากน้อยเพียงใด

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ทำให้ทราบถึงความสัมพันธ์ระหว่างการพึ่งพาทางอารมณ์กับความพึงพอใจในชีวิต
2. ทำให้ทราบถึงความแตกต่างของลักษณะการพึ่งพาทางอารมณ์ระหว่างเพศชายและ
 เพศหญิง
3. ทำให้ทราบถึงความแตกต่างของลักษณะการพึ่งพาทางอารมณ์ระหว่างคนโสดและ
 คนที่สมรสแล้ว

บทที่ 2

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ โดยมีวัตถุประสงค์หลักเพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการพึ่งพาทางอารมณ์และความพึงพอใจในชีวิต

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ บุคคลในวัยผู้ใหญ่ที่อาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานคร อายุระหว่าง 20 ถึง 50 ปีจำนวนทั้งสิ้น 200 คน โดยแบ่งเป็น 4 กลุ่มดังนี้

1. หญิงโสด	จำนวน 50 คน
2. หญิงที่สมรสแล้ว	จำนวน 50 คน
3. ชายโสด	จำนวน 50 คน
4. ชายที่สมรสแล้ว	จำนวน 50 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัย ประกอบด้วย มาตรฐานวัดการพึ่งพาทางอารมณ์และมาตรฐานวัดความพึงพอใจในชีวิต

มาตรฐานวัดการพึ่งพาทางอารมณ์

มาตรฐานวัดการพึ่งพาทางอารมณ์ที่ผู้วิจัยใช้เก็บข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ นำมาจากมาตรฐานที่นางสาวธนิศา เบ็งสงวน ได้พัฒนาและแปลข้อคำถามจากมาตรฐานภาษาอังกฤษ ชื่อว่า Emotional reliance subscale ซึ่งอยู่ในมาตร The Interpersonal Dependency Inventory (IDI) ของ Hirschfeld และคณะ (1977)

1. ลักษณะของมาตรฐานวัดการพึ่งพาทางอารมณ์

มาตรฐานวัดการพึ่งพาทางอารมณ์ เป็นแบบวัดที่ให้ผู้ตอบรายงานตนเอง (self-report) มีลักษณะเป็นมาตรประมาณค่า (likert scale) มีจำนวนข้อกระทงทั้งสิ้น 36 ข้อ ตูภาคผนวก

2. การตอบแบบวัด

ในแต่ละข้อให้ผู้ตอบแบบสอบถามประเมินตนเองว่ามีพฤติกรรมและความรู้สึกตรงกับข้อความแต่ละข้อมากน้อยเพียงใด แบ่งเป็น 5 ระดับ ดังนี้

- 1 = ไม่ตรงกับฉันอย่างยิ่ง หมายถึง ท่านเห็นว่าข้อความนั้นไม่ตรงกับตัวท่านอย่างยิ่ง
- 2 = ไม่ตรงกับฉัน หมายถึง ท่านเห็นว่าข้อความนั้นไม่ตรงกับตัวท่าน
- 3 = ตรงและไม่ตรงกับฉันพอกัน หมายถึง ท่านเห็นว่าข้อความนั้นตรงและไม่ตรงพอกัน
- 4 = ตรงกับฉัน หมายถึง ท่านเห็นว่าข้อความนั้นตรงกับตัวท่าน
- 5 = ตรงกับฉันอย่างยิ่ง หมายถึง ท่านเห็นว่าข้อความนั้นตรงกับตัวท่านอย่างยิ่ง

3. เกณฑ์การให้คะแนน

มาตรวัดการพึ่งพาทางอารมณ์มีคะแนนรายข้อ ตั้งแต่ 1-5 คะแนน ในมาตรวัดประกอบไปด้วยข้อความทางบวกและทางลบ เกณฑ์การให้คะแนน มีดังนี้

คำตอบ	คะแนนข้อความทางบวก	คะแนนข้อความทางลบ
1 (ไม่ตรงกับฉันอย่างยิ่ง)	1	5
2 (ไม่ตรงกับฉัน)	2	4
3 (ตรงและไม่ตรงกับฉันพอกัน)	3	3
4 (ตรงกับฉัน)	4	2
5 (ตรงกับฉันอย่างยิ่ง)	5	1

ข้อความทางบวกในมาตรวัดการพึ่งพาทางอารมณ์ มีจำนวน 17 ข้อ

ข้อความทางลบในมาตรวัดการพึ่งพาทางอารมณ์ มีจำนวน 19 ข้อ

4. ขั้นตอนการพัฒนามาตรวัดการพึ่งพาทางอารมณ์

นางสาวธนิศา เบ็งสงวน ได้นำข้อกระทงจากมาตรย่อยการพึ่งพาทางอารมณ์ Emotional reliance subscale (Hirschfeld et al., 1977) จำนวน 17 ข้อ มาดัดแปลงให้เป็นภาษาไทย และสร้างข้อกระทงใหม่เพิ่มอีก 33 ข้อ รวมทั้งหมดเป็น 50 ข้อ โดยแบ่งเป็นข้อกระทงทางบวกและข้อกระทงทางลบอย่างละ 25 ข้อ แล้วนำไปให้ให้อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ อาจารย์ ดร.อภิชญา ไชยวุฒิมิภรณ์วานิช ตรวจสอบความถูกต้องและความเหมาะสมด้านภาษา

ตัวอย่างข้อกระทง

- เมื่อฉันรู้สึกเหงาฉันจะโทรหาเพื่อนหรือคนรักทันที
- ความคิดที่ว่า ฉันจะสูญเสียเพื่อนสนิททำให้ฉันรู้สึกกลัวมาก
- ฉันเชื่อว่าฉันเป็นคนที่มีความสามารถโดยไม่ต้องได้รับคำยืนยันจากผู้อื่น

5. การหาคุณภาพของเครื่องมือ

การประเมินคุณภาพของเครื่องมือ เริ่มจากนำมาตรวจวัดการพึงพาทางอารมณ์ที่สร้างขึ้น ไปเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นนิสิตที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับปริญญาตรี จำนวน 120 คน แบ่งเป็นเพศชาย 45 คน และเพศหญิง 75 คน แล้วเก็บรวบรวมข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ข้อกระทง ด้วยวิธีแบ่งกลุ่มสูง-กลุ่มต่ำโดยใช้เปอร์เซ็นไทล์ที่ 27 และ 73 เป็นเกณฑ์ในการแบ่ง แล้วนำกลุ่มตัวอย่างที่แบ่งเป็นกลุ่มสูงและกลุ่มต่ำที่ได้มาเปรียบเทียบค่าสถิติที (*t*-test) จากนั้นจึงนำมาวิเคราะห์รายข้อ (item analysis) โดยใช้วิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับผลรวมของข้ออื่นๆ ในมาตร (Corrected item-total correlation หรือ CITC) โดยกำหนดนัยสำคัญที่ระดับ .05 ตามตารางของ Herzberg (1983) ($N = 120$) และนำมาวิเคราะห์หาค่าความเที่ยงด้วยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ความคงที่แบบแอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient of internal consistency) ได้ข้อกระทงที่ผ่านเกณฑ์ทั้งหมด 36 ข้อ แบ่งเป็นข้อกระทงที่แปลจากภาษาอังกฤษ 9 ข้อ ข้อกระทงที่สร้างใหม่ 27 ข้อ เป็นข้อกระทงทางบวก 17 ข้อ และข้อกระทงทางลบ 19 ข้อ มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .82

มาตรวัดความพึงพอใจในชีวิต

มาตรวัดความพึงพอใจในชีวิตที่ผู้วิจัยใช้เก็บข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ คือ แบบวัดความพึงพอใจในชีวิต ของนางสาว ดวงหทัย คชเสนี ซึ่งได้มีการหาค่าความเที่ยงและความตรงของมาตรไว้เรียบร้อยแล้ว นอกจากนี้ยังมีการแปลจากภาษาอังกฤษและปรับปรุงให้เหมาะสมที่จะนำมาใช้วัดความพึงพอใจในชีวิตในกลุ่มตัวอย่างที่เป็นคนไทยอีกด้วย ดูภาคผนวก

1. ลักษณะของมาตรวัดความพึงพอใจในชีวิต

มาตรวัดความพึงพอใจในชีวิตเป็นแบบวัดที่ให้ผู้ตอบรายงานตนเอง (self-report) มีลักษณะเป็นมาตรประมาณค่า (likert scale) มีจำนวนข้อกระทงทั้งสิ้น 30 ข้อ

2. การตอบแบบวัด

ในแต่ละข้อจะให้ผู้ตอบประเมินตนเองว่า มีพฤติกรรมหรือความรู้สึกตรงกับข้อความแต่ละข้อมากน้อยเพียงใด แบ่งเป็น 5 ระดับ โดยแต่ละข้อมีคำตอบให้เลือก ดังนี้

- 1 = ตรงน้อยที่สุด หมายถึง ท่านเห็นว่าข้อความนั้นไม่ตรงกับตัวท่านเลย
 2 = ตรงน้อย หมายถึง ท่านเห็นว่าข้อความนั้นตรงกับตัวท่านน้อย
 3 = ตรงพอควร หมายถึง ท่านเห็นว่าข้อความนั้นตรงกับตัวท่านพอสมควร
 4 = ตรงมาก หมายถึง ท่านเห็นว่าข้อความนั้นตรงกับตัวท่านมาก
 5 = ตรงมากที่สุด หมายถึง ท่านเห็นว่าข้อความนั้นตรงกับตัวท่านอย่างยิ่ง

3. เกณฑ์การให้คะแนน

มาตรวัดความพึงพอใจในชีวิตมีคะแนนรายข้อตั้งแต่ 1-5 คะแนน ในมาตรวัดประกอบไปด้วยข้อความทางบวกและทางลบ เกณฑ์การให้คะแนนมีดังนี้

คำตอบ	คะแนนข้อความทางบวก	คะแนนข้อความทางลบ
1 (ตรงน้อยที่สุด)	1	5
2 (ตรงน้อย)	2	4
3 (ตรงพอควร)	3	3
4 (ตรงมาก)	4	2
5 (ตรงมากที่สุด)	5	1

ข้อความทางบวกในมาตรวัดความพึงพอใจในชีวิต มีจำนวน 26 ข้อ

ข้อความทางลบในมาตรวัดความพึงพอใจในชีวิต มีจำนวน 4 ข้อ

4. การพัฒนาแบบวัดความพึงพอใจในชีวิตของนางสาวดวงหทัย คชเสณี

4.1 ศึกษาทฤษฎี แนวคิด งานวิจัยและแบบวัดความพึงพอใจในชีวิตดัชนีเอ (Life Satisfaction Index A) ของ Neugarten และคณะ(1961) และทฤษฎี แนวคิด งานวิจัย และ แบบวัดความพึงพอใจในชีวิตโดยรวมของ Pavot และ Diener (1993) เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาข้อคำถามของแบบวัดให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง

4.2 ศึกษาแบบวัดความพึงพอใจในชีวิตฉบับที่มีผู้แปลเป็นภาษาไทยแล้ว ได้แก่ แบบวัดความพึงพอใจในชีวิตของ ช่อทิพย์ บุญยานันท์ (2534) จุริรัตน์ ชุ่มอิม (2537) เยาวลักษณ์ มั่นประชา (2542) และวัชรภรณ์ เฟ่งจิตต์ (2543)

4.3 เขียนข้อคำถามเพิ่มเติมโดยอาศัยแนวคิดของ Neugarten และคณะ (1961) ประกอบกับแนวคิดของ Pavot และ Diener (1993) และเพิ่มเติมข้อคำถามที่สอดคล้องกับบริบทสังคมไทย

5. การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

5.1 การประเมินความตรง (Validity)

5.1.1 การตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity)

เริ่มจากการศึกษาทฤษฎี และมาตรฐานวัดความพึงพอใจในชีวิต ตามแนวคิดของ Neugarten และคณะ (1961) และแนวคิดของ Pavot และ Diener (1993) แล้วแปลมาตรฐานทั้งหมดเป็นภาษาไทย จากนั้นเขียนข้อคำถามเพิ่มเติม โดยอาศัยกรอบอ้างอิงของ Neugarten และคณะ (1961) และของ Pavot และ Diener (1993) และเพิ่มข้อคำถามให้สอดคล้องกับบริบทในสังคมไทย

นางสาวดวงหทัย คชเสนี นำข้อคำถามเดิมที่มีผู้แปลไว้แล้ว ข้อคำถามที่แปลจากต้นฉบับภาษาอังกฤษ และข้อคำถามที่พัฒนาและเขียนขึ้นใหม่ทั้งหมดไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาพิจารณาความเหมาะสมของข้อคำถาม ปรับแก้ และคัดเลือกข้อคำถาม เพื่อให้แบบวัดความพึงพอใจในชีวิตโดยรวมมีความสอดคล้องกับแนวคิด ทฤษฎีเดิม นอกจากนี้ยังได้เปลี่ยนแปลงช่วงการตอบแบบวัดเป็น 5 ช่วง โดยให้ 1 คือไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ถึง 5 คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง รวมข้อคำถามทั้งหมด 81 ข้อ แบ่งออกเป็น 2 ฉบับ คือฉบับเอ (41 ข้อ) และฉบับบี (40 ข้อ)

5.1.2 การตรวจสอบความตรงตามสภาพ (Concurrent Validity)

ในการทดลองใช้แบบวัดครั้งที่ 1 นางสาวดวงหทัย คชเสนีนำแบบวัดที่ปรับปรุงตามคำแนะนำและได้รับความเห็นชอบจากผู้ทรงคุณวุฒิทั้งสองท่านแล้ว ไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างในขั้นพัฒนาแบบวัด ฉบับละ 100 คน เพื่อวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อด้วยการทดสอบค่าที (t -test) แบบอิสระโดยใช้กลุ่มคะแนนสูงและกลุ่มคะแนนต่ำร้อยละ 27 และคำนวณค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมของรายข้อที่เหลือของแบบวัดทั้งหมด (Corrected Item Total Correlation) และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมของรายข้อที่เหลือของแบบวัดในแต่ละด้าน เพื่อคัดเลือกเฉพาะข้อคำถามที่ผ่านการทดสอบค่าทีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมของรายข้อที่เหลือของแบบวัดทั้งหมด และค่าสัมประสิทธิ์

สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อ กับคะแนนรวมของรายข้อที่เหลือของแบบวัดในแต่ละด้านมากกว่า .19 ขึ้นไป

ในการทดลองใช้แบบวัดครั้งที่ 2 นางสาวดวงหทัย คชเสนี นำแบบวัดที่ปรับปรุงตามคำแนะนำและได้รับความเห็นชอบจากผู้ทรงคุณวุฒิทั้งสองท่านแล้วไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างในขั้นพัฒนาแบบวัด จำนวน 50 คน เพื่อวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อด้วยการทดสอบค่าที (t -test) แบบอิสระโดยชักกลุ่มคะแนนสูงและกลุ่มคะแนนต่ำร้อยละ 27 และคำนวณค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมของรายข้อที่เหลือของแบบวัดทั้งหมด และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมของรายข้อที่เหลือของแบบวัดในแต่ละด้าน เพื่อคัดเลือกเฉพาะข้อคำถามที่ผ่านการทดสอบค่าทีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมของรายข้อที่เหลือของแบบวัดทั้งหมด และ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมของรายข้อที่เหลือของแบบวัดในแต่ละด้านมากกว่า .27 ขึ้นไป ผลพบว่ามีข้อคำถามที่ไม่ผ่านเกณฑ์ที่กำหนดไว้ 4 ข้อ และได้เลือกข้อคำถามออกอีก 2 ข้อ เพื่อให้ได้จำนวนข้อคำถามตามที่ต้องการ จนได้แบบวัดฉบับสมบูรณ์ซึ่งประกอบด้วยข้อคำถามทั้งสิ้น 30 ข้อ

5.2 การประเมินความเที่ยง (Reliability)

การทดลองใช้	มาตรวัดความพึงพอใจในชีวิต	จำนวนข้อ	ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟ่า
ครั้งที่ 1	ฉบับ เอ	41	0.90
	ฉบับ บี	40	0.92
ครั้งที่ 2	ก่อนการคัดเลือก	36	0.93
	หลังการคัดเลือก	30	0.93

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยทำการแจกแบบสอบถามและเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยนำไปแจกให้กลุ่มตัวอย่างในย่านธุรกิจและตามร้านอาหารต่างๆ ทำตามความสมัครใจ มีการอธิบายวิธีการตอบแบบสอบถามและรอรบคืนเมื่อผู้ตอบแบบสอบถามตอบเสร็จเรียบร้อยแล้ว จนครบจำนวน 200 คน

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้ทั้งหมด มาวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for Windows โดยแบ่งการวิเคราะห์ข้อมูลออกเป็น 3 ตอนดังนี้

ตอนที่ 1 การวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นเพื่อให้รู้ลักษณะของกลุ่มตัวอย่างและสภาพของตัวแปร โดยใช้สถิติเชิงพรรณนาหาค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation) ค่าความถี่ (Frequency) และร้อยละ (Percent)

ตอนที่ 2 หาคความแตกต่างระหว่างเพศและสถานภาพสมรสที่มีต่อการพึ่งพาทางอารมณ์ โดยการทดสอบหาค่าที (t-test)

ตอนที่ 3 หาคความสัมพันธ์ระหว่างการพึ่งพาทางอารมณ์และความพึงพอใจในชีวิต โดยหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's Correlation)

นอกจากนี้ ผู้วิจัยได้มีการวิเคราะห์เพิ่มเติมเพื่อตอบคำถามที่ผู้วิจัยสนใจโดยศึกษาตัวแปรในด้านต่างๆว่ามีความสัมพันธ์กับการพึ่งพาทางอารมณ์และความพึงพอใจในชีวิตอย่างไรบ้าง ผู้วิจัยจึงทำการวิเคราะห์เพิ่มเติมโดยหาคความสัมพันธ์ระหว่างอายุ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ ที่มีต่อการพึ่งพาทางอารมณ์และที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิต ด้วยการวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบสเปียร์แมน (Spearman's Correlation) และวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง (Two-way Analysis of Variance) ของการพึ่งพาทางอารมณ์จำแนกตามเพศและสถานภาพการสมรส เมื่อพบความแตกต่างจึงทำการวิเคราะห์รายคู่ด้วยสถิติ Bonferroni

บทที่ 3

ผลการวิจัย

ในการวิจัยนี้ ผู้วิจัยขอเสนอผลการวิจัยเป็นลำดับขั้นตอนดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

ตอนที่ 2 ค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรในการวิจัย

ตอนที่ 3 ผลการทดสอบสมมติฐานของการวิจัย ซึ่งประกอบด้วยผลวิเคราะห์ t -test ของการพึ่งพาทางอารมณ์และความพึงพอใจในชีวิต โดยจำแนกตามเพศ และสถานภาพสมรสและผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการพึ่งพาทางอารมณ์และความพึงพอใจในชีวิต

ตอนที่ 4 ผลการวิเคราะห์เพิ่มเติม ประกอบด้วย ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างอายุระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ในปัจจุบันกับการพึ่งพาทางอารมณ์และความพึงพอใจในชีวิต

เพื่อให้เกิดความสะดวกในการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยจึงใช้สัญลักษณ์แทนความหมายต่างๆ ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยมีจำนวนทั้งสิ้น 200 คน แบ่งเป็นชายโสด 50 คน หญิงโสด 50 คน ชายสมรส 50 คน และหญิงสมรส 50 คน ผู้วิจัยได้แสดงลักษณะต่างๆของกลุ่มตัวอย่างโดยจำแนกตามอายุ ระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้ในปัจจุบัน ดังแสดงไว้ในตารางที่ 1

ตารางที่ 1

จำนวนตัวอย่างจำแนกตามเพศ สถานภาพสมรส อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้ในปัจจุบัน (N = 200)

ลักษณะ	สถานภาพการสมรส				จำนวน (คน)	ร้อยละ
	ชายโสด	หญิงโสด	ชายสมรส	หญิงสมรส		
1. อายุ						
20 – 25 ปี	17	19	3	5	44	22
26 – 30 ปี	14	14	6	3	37	18.5
31 – 35 ปี	9	8	7	7	31	15.5
36 – 40 ปี	7	3	14	9	33	16.5
41 – 45 ปี	2	2	9	7	20	10
46 – 50 ปี	0	1	3	13	17	8.5
51 ปีขึ้นไป	1	3	8	6	18	9
รวม	50	50	50	50	200	100
2. ระดับการศึกษา						
ต่ำกว่าปริญญาตรี	11	7	22	21	61	30.5
ระดับปริญญาตรี	30	36	18	15	99	49.5
สูงกว่าปริญญาตรี	9	7	10	14	40	20
รวม	50	50	50	50	200	100
3. อาชีพ						
ข้าราชการ	2	2	4	4	12	6
ประกอบธุรกิจส่วนตัว	4	6	5	14	29	14.5
ค้าขาย	4	2	13	8	28	13.5
พนักงานประจำ	33	34	16	13	96	49
รับจ้าง	7	5	10	7	29	14.5
อื่นๆ	0	1	2	4	7	3.5

ลักษณะ	สถานภาพการสมรส				จำนวน (คน)	ร้อยละ
	ชายโสด	หญิงโสด	ชายสมรส	หญิงสมรส		
4. รายได้ปัจจุบัน						
ต่ำกว่า 10,000 บาท	10	6	5	8	29	14.5
10,001-20,000 บาท	19	24	8	12	63	31.5
20,001-30,000 บาท	11	10	15	13	49	24.5
30,001-40,000 บาท	5	3	11	3	22	11
40,001-50,000 บาท	3	5	5	7	20	10
50,001-60,000 บาท	1	2	5	3	11	5.5
60,001-70,000 บาท	1	0	1	1	2	1
อื่นๆ	0	0	0	3	4	2
รวม	50	50	50	50	200	100

ตอนที่ 2 ค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรในการวิจัย

ผู้วิจัยได้แสดงคะแนนจากการตอบมาตรวัดการพึงพาทางอารมณ์และความพึงพอใจในชีวิต

โดยจำแนกตามเพศและสถานภาพการสมรส ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2

ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนการพึงพาทางอารมณ์และความพึงพอใจในชีวิต จำแนกตามเพศและสถานภาพการสมรส

ตัวแปร	ชายโสด ($n = 50$)		หญิงโสด ($n = 50$)		ชายสมรส ($n = 50$)		หญิงสมรส ($n = 50$)		รวม	
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
การพึงพาทางอารมณ์	3.00	0.34	3.08	0.37	2.91	0.30	2.75	0.48	2.94	0.40
ความพึงพอใจในชีวิต	3.72	0.41	3.66	0.48	3.72	0.34	3.92	0.55	3.76	0.46

จากตารางที่ 2 จะเห็นได้ว่ากลุ่มตัวอย่างที่เป็นหญิงโสดมีคะแนนเฉลี่ยของการพึงพาทางอารมณ์สูงสุด ($M = 3.08$, $SD = 0.37$) รองลงมาคือ ชายโสด ($M = 3.00$, $SD = 0.34$) ชายสมรส ($M = 2.91$, $SD = 0.30$) และหญิงสมรส ($M = 2.75$, $SD = 0.48$) ตามลำดับ ส่วนคะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจในชีวิตพบว่า หญิงสมรสมีคะแนนเฉลี่ยสูงสุด ($M = 3.92$, $SD = 0.55$) รองลงมาคือ ชายโสด ($M = 3.72$, $SD = 0.41$) และชายสมรส ($M = 3.72$, $SD = 0.34$) มีคะแนนเฉลี่ยจากมาตรวัดเท่ากันคือ 3.72 แต่กลุ่มชายโสดมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานที่แสดงการกระจายของคะแนนมากกว่ากลุ่มชายสมรสแล้วเล็กน้อย และลำดับสุดท้ายคือกลุ่มหญิงโสด ($M = 3.66$, $SD = 0.48$)

ตอนที่ 3 ผลการทดสอบสมมติฐานของการวิจัย

สมมติฐานข้อที่ 1 เพศหญิงมีการพึงพาทางอารมณ์สูงกว่าเพศชาย

การทดสอบสมมติฐานข้อนี้ ทำโดยนำค่าเฉลี่ยของคะแนนการพึงพาทางอารมณ์ของเพศชายและเพศหญิงมาเปรียบเทียบกันและทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยระหว่างเพศหญิงและเพศชายโดยใช้สถิติที (Independent sample t -test) ผลการวิเคราะห์นี้แสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3

ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการพึงพาทางอารมณ์และผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยระหว่างเพศหญิงและเพศชาย ด้วยสถิติที

เพศ	การพึงพาทางอารมณ์		t
	M	SD	
เพศหญิง ($n = 100$)	2.92	0.46	-.63
เพศชาย ($n = 100$)	2.95	0.34	

จากตารางที่ 3 พบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนการพึงพาทางอารมณ์ของเพศหญิง ($M = 2.92$, $SD = 0.46$) ต่ำกว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนการพึงพาทางอารมณ์ของเพศชาย ($M = 2.95$, $SD = 0.34$) เมื่อทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของการพึงพาทางอารมณ์ระหว่างเพศหญิงและเพศชาย

พบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนทั้งสองกลุ่มไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนั้นสมมติฐานข้อที่ 1 จึงไม่ได้รับการสนับสนุน

สมมติฐานข้อที่ 2 ชายสมรสมีการพึงพาทางอารมณ์สูงกว่าชายโสด

การทดสอบสมมติฐานข้อนี้ ทำโดยนำค่าเฉลี่ยของคะแนนการพึงพาทางอารมณ์ของชายที่สมรสแล้วและชายโสดมาเปรียบเทียบกันและทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยระหว่างกลุ่มชายสมรสและชายโสด โดยใช้สถิติที (Independent sample *t*-test) ผลการวิเคราะห์แสดงในตารางที่ 4

ตารางที่ 4

ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการพึงพาทางอารมณ์และผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยระหว่างชายสมรสและชายโสด ด้วยสถิติที

กลุ่มตัวอย่าง	การพึงพาทางอารมณ์		<i>t</i>
	<i>M</i>	<i>SD</i>	
ชายสมรส (<i>n</i> = 50)	2.91	0.31	-1.25
ชายโสด (<i>n</i> = 50)	3.00	0.37	

จากตารางที่ 4 พบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนการพึงพาทางอารมณ์ของชายสมรส ($M = 2.91$, $SD = 0.31$) ต่ำกว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนการพึงพาทางอารมณ์ของชายโสด ($M = 3.00$, $SD = 0.37$) เมื่อทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของการพึงพาทางอารมณ์ระหว่างชายสมรสและชายโสด พบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนทั้งสองกลุ่มไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนั้นสมมติฐานข้อที่ 2 จึงไม่ได้รับการสนับสนุน

สมมติฐานข้อที่ 3 หญิงสมรสมีการพึงพาทางอารมณ์สูงกว่าหญิงโสด

การทดสอบสมมติฐานข้อนี้ ทำโดยนำค่าเฉลี่ยของคะแนนการพึงพาทางอารมณ์ของหญิงสมรสและหญิงโสดมาเปรียบเทียบกันและทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยระหว่างหญิงสมรสและหญิงโสด โดยใช้สถิติที (Independent sample *t*-test) ผลการวิเคราะห์แสดงในตารางที่ 5

ตารางที่ 5

ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการพึงพาทางอารมณ์และผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยระหว่างหญิงสมรสและหญิงโสด ด้วยสถิติที่

กลุ่มตัวอย่าง	การพึงพาทางอารมณ์		t
	M	SD	
หญิงสมรส (n = 50)	2.75	0.48	-4.02***
หญิงโสด (n = 50)	3.08	0.37	

*** $p < .001$ หนึ่งหาง.

จากตารางที่ 5 พบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนการพึงพาทางอารมณ์ของหญิงสมรส ($M = 2.74$, $SD = 0.48$) น้อยกว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนการพึงพาทางอารมณ์ของหญิงโสด ($M = 3.08$, $SD = 0.37$) เมื่อทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนการพึงพาทางอารมณ์ระหว่างหญิงสมรสและหญิงโสด พบว่าค่าเฉลี่ยเลขคณิตของคะแนนทั้งสองกลุ่มมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($t(91.77) = -4.02$, $p < .001$) แต่เป็นความแตกต่างในทิศทางที่ตรงข้ามกับสมมติฐาน กล่าวคือ หญิงโสดมีการพึงพาทางอารมณ์สูงกว่าหญิงสมรส

จากผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนการพึงพาทางอารมณ์ระหว่างหญิงสมรสและหญิงโสดพบว่า ไม่สนับสนุนสมมติฐาน และสวนทางกับสมมติฐาน กล่าวคือเมื่อพิจารณาถึงค่าเฉลี่ยเลขคณิตระหว่างสองกลุ่ม กลับพบว่าผู้หญิงโสดมีการพึงพาทางอารมณ์สูงกว่าผู้หญิงแต่งงานแล้วอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

สมมติฐานข้อที่ 4 การพึงพาทางอารมณ์มีสหสัมพันธ์ทางลบกับความพึงพอใจในชีวิต
การทดสอบสมมติฐาน ระหว่างการพึงพาทางอารมณ์และความพึงพอใจในชีวิต ทำโดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Correlation) ผลการวิเคราะห์แสดงในตารางที่ 6

ตารางที่ 6

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ระหว่างการพึงพาทางอารมณ์และความพึงพอใจในชีวิต ($N = 200$)

ตัวแปร	1	2
1. ความพึงพอใจในชีวิต	1.00	-.36***
2. การพึ่งพาทางอารมณ์		1.00

*** $p < .001$ หนึ่งหาง.

ผลการวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการพึ่งพาทางอารมณ์และความพึงพอใจในชีวิต ดังเสนอในตารางที่ 6 พบว่า การพึ่งพาทางอารมณ์มีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับความพึงพอใจในชีวิต ($r = -.36, p < .001$) จึงสรุปได้ว่าสมมติฐานข้อที่ 4 ได้รับการสนับสนุน

ตอนที่ 4 ผลการวิเคราะห์เพิ่มเติม

ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต่างๆ เช่น อายุ ระยะเวลาการทำงาน รายได้ ว่าสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตและการพึ่งพาทางอารมณ์อย่างไร โดยการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต่างๆ กับความพึงพอใจในชีวิตและการพึ่งพาทางอารมณ์ ด้วยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบสเปียร์แมน (Spearman Correlation) เนื่องจากตัวแปร อายุ ระยะเวลาการทำงานและรายได้ เป็นมาตราจัดอันดับ (ordinal scale) พบผลดังตารางที่ 7

ตารางที่ 7

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่ศึกษา ($N = 200$)

ตัวแปร	1	2	3	4
1. อายุ				
2. ระยะเวลาการทำงาน	.83**			
3. รายได้	.52**	.55**		
4. ความพึงพอใจในชีวิต	.14*	.18*	.16*	
5. การพึ่งพาทางอารมณ์	-.15*	-.14*	-.09	-.36***

* $p < .05$ สองหาง., ** $p < .01$ สองหาง., *** $p < .001$ สองหาง.

จากตารางที่ 7 จะเห็นได้ว่า อายุ ระยะเวลาการทำงาน และรายได้มีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตที่ระดับ .05 ($r = .14$, $r = .18$ และ $r = .16$ ตามลำดับ) นั่นคือ ยิ่งบุคคลมีอายุมากขึ้น มีระยะเวลาการทำงานมากขึ้น และมีรายได้เพิ่มขึ้น ก็จะทำให้มีความพึงพอใจในชีวิตเพิ่มขึ้นด้วย

เมื่อศึกษาความสัมพันธ์กับการพึงพาทางอารมณ์ พบว่าอายุและระยะเวลาการทำงานมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับการพึงพาทางอารมณ์ที่ระดับ .05 ($r = -.15$, $r = -.14$) ส่วนค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างรายได้กับการพึงพาทางอารมณ์ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

นอกจากนี้ผู้วิจัยยังสนใจที่จะศึกษาความแตกต่างระหว่างเพศและสถานภาพการสมรส ที่มีต่อการพึงพาทางอารมณ์ โดยเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการพึงพาทางอารมณ์ จำแนกตามเพศและสถานภาพสมรส ด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบสองทาง (Two-way ANOVA) เมื่อพบความแตกต่างจึงทำการวิเคราะห์รายคู่ด้วยสถิติ Bonferroni ผลการวิเคราะห์แสดงในตารางที่ 8

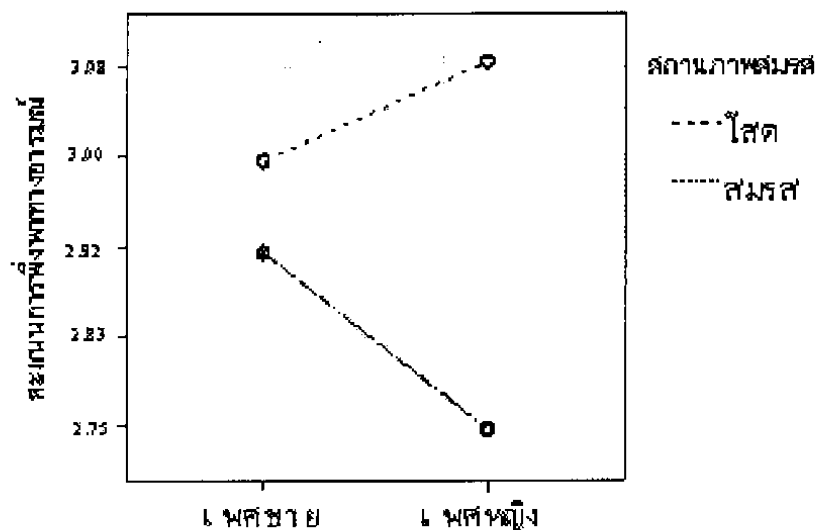
ตารางที่ 8

ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของคะแนนการพึงพาทางอารมณ์

แหล่งความแปรปรวน	df	F	p
เพศ (A)	1	0.44	.51
สถานภาพสมรส (B)	1	15.30***	.00
AxB	1	5.49*	.02
ความคลาดเคลื่อน	196		

* $p < .05$ สองทาง., *** $p < .001$ สองทาง.

ผลจากการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบสองทางในตารางที่ 8 แสดงให้เห็นว่า เพศ และสถานภาพการสมรสมีปฏิสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ, $F(1,196) = 5.49$, $p < .05$ โดยผลของปฏิสัมพันธ์แสดงในภาพที่ 1



ภาพที่ 1 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและสถานภาพสมรสของคะแนนการพึ่งพาทางอารมณ์

จากการที่ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและสถานภาพสมรสมีนัยสำคัญทางสถิติ จึงมีการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของตัวแปรที่แต่ละระดับด้วยสถิติ Bonferroni ผลการทดสอบแสดงในตารางที่ 9 และตารางที่ 10

ตารางที่ 9

ผลการเปรียบเทียบรายคู่ของค่าเฉลี่ยคะแนนการพึ่งพาทางอารมณ์ระหว่างกลุ่มคนโสดและกลุ่มคนที่สมรสแล้ว

สถานภาพการสมรส	M	F
1. กลุ่มคนโสด		
เพศชาย	3.00	1.14
เพศหญิง	3.08	
2. กลุ่มคนสมรส		
เพศชาย	2.91	4.51*
เพศหญิง	2.75	

* $p < .05$, สองหาง.

เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยระหว่างคนโสดและคนที่สมรสแล้ว พบว่าในกลุ่มคนโสด ค่าเฉลี่ยของคะแนนการพึ่งพาทางอารมณ์ของเพศชายและเพศหญิงไม่มีความแตกต่าง

กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่ในกลุ่มคนสมรสพบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนการพึงพาทางอารมณ์ของเพศชายและเพศหญิงมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยชายสมรส ($M = 2.91$) มีคะแนนการพึงพาทางอารมณ์สูงกว่าหญิงสมรส ($M = 2.75$)

ตารางที่ 10

ผลการเปรียบเทียบรายคู่ของค่าเฉลี่ยคะแนนการพึงพาทางอารมณ์ระหว่างเพศชายและเพศหญิง

เพศ	M	F
1. เพศชาย		
คนโสด	3.00	1.23
คนที่สมรสแล้ว	2.91	
2. เพศหญิง		
คนโสด	3.08	19.57***
คนที่สมรสแล้ว	2.75	

*** $p < .001$, สองหาง.

เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนการพึงพาทางอารมณ์ระหว่างเพศชายและเพศหญิง ปรากฏว่า ในกลุ่มชาย ค่าเฉลี่ยของคะแนนการพึงพาทางอารมณ์ระหว่างคนโสด ($M = 3.00$) และคนที่สมรสแล้ว ($M = 3.08$) ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่ในกลุ่มเพศหญิงพบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนการพึงพาทางอารมณ์ระหว่างคนโสดและคนที่สมรสแล้วมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 โดยหญิงโสด ($M = 3.08$) มีคะแนนการพึงพาทางอารมณ์สูงกว่าหญิงสมรส ($M = 2.75$)

นอกจากนี้พบว่าผลหลัก (Main Effect) ของสถานภาพสมรสมีนัยสำคัญทางสถิติ, $F(1,196) = 15.30, p < .001$ เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยคะแนนการพึงพาทางอารมณ์ระหว่างคนโสด ($M = 3.04$) และคนที่สมรสแล้ว ($M = 2.83$) ปรากฏว่าคนโสดมีคะแนนการพึงพาทางอารมณ์สูงกว่าคนที่สมรสแล้ว ส่วนผลหลักของเพศไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

บทที่ 4

อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการพึ่งพาทางอารมณ์และความพึงพอใจในชีวิต จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลสามารถอธิบายผลการวิจัยตามสมมติฐาน ดังนี้

สมมติฐานข้อที่ 1 เพศหญิงมีการพึ่งพาทางอารมณ์สูงกว่าเพศชาย

ผลการวิจัยไม่สนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 1 คือ เมื่อพิจารณาโดยรวมแล้วพบว่าเพศหญิงมีคะแนนเฉลี่ยการพึ่งพาทางอารมณ์ไม่แตกต่างจากเพศชาย ซึ่งขัดแย้งกับงานวิจัยของ Ryan และคณะ (2005) ที่พบว่า เพศหญิงมีการพึ่งพาทางอารมณ์สูงกว่าเพศชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่พบเช่นนี้อาจเป็นเพราะ กลุ่มตัวอย่างเพศหญิงในการวิจัยนี้ ทั้งกลุ่มโสดและกลุ่มที่สมรสแล้วเป็นผู้หญิงที่ทำงานนอกบ้าน หรือต้องรับผิดชอบทั้งงานในบ้านและงานบ้านทั้งหมด จึงทำให้บุคคลกลุ่มนี้รู้สึกมีความมั่นใจในตนเอง รู้สึกว่าต้องพึ่งตนเองมากขึ้น อีกทั้งในปัจจุบันผู้หญิงมีบทบาทในสังคมมากขึ้น เพื่อที่จะได้ทัดเทียมกับฝ่ายชาย ประกอบกับความกดดันและการแข่งขันที่สูงในสังคม จึงทำให้เพศหญิงต้องใช้ทักษะความสามารถของตนเองในการประกอบอาชีพเพื่อพิสูจน์ตนเอง ทำให้เพศหญิงมีความแข็งแกร่งขึ้น มีความเป็นตัวของตัวเอง ตัดสินใจเลือกทำสิ่งต่างๆด้วยตนเองมากกว่าที่จะหันไปพึ่งพาคนอื่น การหวังพึ่งคนอื่น หรือทำตามคำแนะนำของบุคคลอื่นจึงเป็นสิ่งที่ไม่ทันเหตุการณ์ นอกจากนี้ในปัจจุบันผู้ปกครองมีการอบรมเลี้ยงดูบุตรให้มีความแตกต่างทางเพศน้อยลง ให้มีความเท่าเทียมกันมากขึ้น สิ่งที่คุณชายทำได้ ผู้หญิงก็สามารถทำได้เหมือนกัน จึงทำให้เพศหญิงมีการพึ่งพาทางอารมณ์ไม่แตกต่างจากเพศชาย

สมมติฐานข้อที่ 2 ชายสมรสมีการพึ่งพาทางอารมณ์สูงกว่าชายโสด

ผลการวิจัยไม่สนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 2 คือ ชายที่สมรสแล้วมีการพึ่งพาทางอารมณ์ไม่แตกต่างจากชายโสด เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยการพึ่งพาทางอารมณ์ของชายโสดและชายที่สมรสแล้วพบว่าอยู่ในระดับที่ใกล้เคียงกัน จากผลการวิจัยนี้ขัดแย้งกับงานวิจัยของ Turner (1999) ที่ศึกษาเปรียบเทียบการพึ่งพาทางอารมณ์ของคนโสดและคนที่สมรสแล้วพบว่า ชายที่สมรสแล้วมีการพึ่งพาทางอารมณ์สูงกว่าชายโสด เนื่องจากเพศชาย ตั้งแต่เด็กจะถูกสอนให้เป็น

ตัวของตัวเอง (independence) มุ่งความสำคัญไปที่ความสำเร็จ (achievement-driven) รักอิสระและค้นหาลักษณะเฉพาะของตนเอง จึงทำให้ชายฝั่งตนเอง เมื่อมีปัญหา มักเลือกการแก้ปัญหาด้วยตนเองมากกว่าที่จะขอคำแนะนำหรือการตัดสินใจจากผู้อื่น เมื่อชายแต่งงาน ทำให้เขามีภรรยาที่เข้าใจ คอยห่วงใย ให้กำลังใจ สามารถรับฟังและร่วมแก้ไขปัญหาอุปสรรคได้ตลอดเวลา จึงทำให้ชายสมรสในประเทศทางตะวันตกมีการพึ่งพาทางอารมณ์สูงขึ้น ซึ่งตรงข้ามกับลักษณะของสังคมไทยที่บุคคลเมื่อแต่งงาน ฝ่ายชายต้องรับหน้าที่เป็นหัวหน้าครอบครัว หารายได้เลี้ยงดูภรรยาและบุตรของตน ฝ่ายชายจะถูกคาดหวังให้มีความเข้มแข็ง เป็นผู้นำ มีความรับผิดชอบทั้งในหน้าที่การทำงานและครอบครัวมากขึ้น อีกทั้งฝ่ายชายจะต้องแสดงลักษณะเป็นตัวอย่างที่ดีให้แก่บุตรชายของตนด้วย ด้วยเหตุนี้จึงทำให้ชายสมรสและชายโสดมีการพึ่งพาทางอารมณ์ที่ไม่แตกต่างกัน

สมมติฐานข้อที่ 3 หญิงสมรสมีการพึ่งพาทางอารมณ์สูงกว่าหญิงโสด

ผลการวิจัยไม่สนับสนุนสมมติฐานและสวนทางกับสมมติฐานข้อที่ 3 คือ จากผลการวิจัยเมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยกลับพบว่าหญิงโสดมีคะแนนการพึ่งพาทางอารมณ์สูงกว่าหญิงที่สมรสแล้วอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งผลที่ได้ขัดแย้งกับงานวิจัยของ Turner (1999) ที่พบว่าหญิงที่สมรสแล้วมีการพึ่งพาทางอารมณ์สูงกว่าหญิงโสดอย่างมาก ทั้งนี้อาจเป็นเพราะในสังคมไทยที่มีวิถีการเลี้ยงดูแตกต่างจากตะวันตก ที่จะคอยช่วยเหลือ ให้การสนับสนุนในเรื่องต่างๆ แม้บุคคลจะประกอบอาชีพ ทำงานมีรายได้เป็นของตนเอง แต่ก็ยังต้องการความช่วยเหลือในการตัดสินใจ การพึ่งพาจากครอบครัว จากบุคคลซึ่งมีความสำคัญต่อเขามากกว่าคนในประเทศทางตะวันตก แต่สำหรับหญิงสมรสเมื่อแต่งงาน สถานภาพและบทบาทก็เปลี่ยนไป ดังที่กล่าวแล้วว่าหญิงสมรสถูกคาดหวังให้มีหน้าที่ ต้องดูแลครอบครัว รับผิดชอบความเป็นอยู่ภายในบ้าน และหญิงในยุคปัจจุบันที่ทำงานนอกบ้าน จึงต้องดูแลทั้งงานภายในและภายนอกบ้าน และเมื่อมีบุตร ฝ่ายหญิงรับหน้าที่การดูแลบุตร มีบุตรที่ต้องเลี้ยงดู หันเหความสนใจมาอยู่ที่ลูกแทน ทำให้มีความเป็นผู้นำมากขึ้น ตัดสินใจแก้ปัญหาด้วยตนเองมากขึ้น จึงทำให้หญิงสมรสในงานวิจัยนี้มีการพึ่งพาทางอารมณ์น้อยลง

สมมติฐานข้อที่ 4 การพึงพาทางอารมณ์มีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับความพึงพอใจในชีวิต

ผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 4 คือ การพึ่งพาทางอารมณ์มีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับความพึงพอใจในชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = -.36$) นั่นคือ หากบุคคลมีการพึ่งพาทางอารมณ์ในระดับสูงก็จะมี ความพึงพอใจในชีวิตต่ำ ดังที่กล่าวแล้วว่าการพึ่งพาทางอารมณ์เป็นลักษณะของบุคคลที่ต้องการคำแนะนำ การสนับสนุนจากบุคคลอื่น เพื่อช่วยในการตัดสินใจบางอย่างแม้ว่าเหตุการณ์นั้นจะสำคัญหรือไม่ก็ตาม การมีบุคคลที่เขาสามารถพึ่งพาได้ทำให้รู้สึกอุ่นใจ จึงทำให้เขาต้องการการพึ่งพาอยู่ตลอดเวลา บุคคลที่มีการพึ่งพาทางอารมณ์สูงจะมองตนเองและตีความสถานการณ์ต่างๆในทางลบ มองตนเองว่าไม่มีความสามารถ ไม่มีอำนาจเพียงพอที่จะควบคุมสถานการณ์ที่เกิดขึ้นได้ ต้องให้บุคคลอื่นเป็นผู้กำหนดชีวิตของตน ดังนั้นบุคคลที่มีการพึ่งพาทางอารมณ์สูงจึงมีความพึงพอใจในชีวิตต่ำ

นอกจากนี้ ผู้วิจัยยังได้ทำการวิเคราะห์เพิ่มเติม โดยหาความสัมพันธ์ระหว่างอายุ ระยะเวลาการทำงาน และรายได้ กับความพึงพอใจในชีวิตและการพึ่งพาทางอารมณ์ จากผลการวิจัยพบดังนี้

1. อายุมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($r = .14$) ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Diener และ Suh (2000) ที่พบว่าความพึงพอใจในชีวิตจะค่อยๆเพิ่มสูงขึ้นตามช่วงอายุ โดยเขาได้ศึกษากับกลุ่มตัวอย่างซึ่งมีอายุตั้งแต่ 20 ถึง 80 ปี

2. ระยะเวลาการทำงาน และรายได้ ต่างมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตที่ระดับ .05 ($r = .16, r = .18$ ตามลำดับ) ซึ่งผลการวิจัยสอดคล้องกับงานวิจัยของ Glatzer และ Mohr (1987) ที่กล่าวว่า ระยะเวลาการทำงานที่มากขึ้น นำมาซึ่งรายได้ที่มากขึ้น และรายได้ก็เป็นส่วนสำคัญต่อการดำรงชีวิต สามารถตอบสนองความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ได้มากขึ้น มีชีวิตความเป็นอยู่สะดวกสบาย มีความมั่นคงปลอดภัยมากขึ้น พร้อมทั้งมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ดังนั้นระยะเวลาการทำงานที่มากขึ้น มีรายได้สูงขึ้น ทำให้บุคคลประเมินว่าตนมีความพึงพอใจในชีวิตที่สูงขึ้น

3. อายุมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับการพึงพาทางอารมณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($r = -.15$) เมื่อบุคคลมีอายุมากขึ้น ทำให้บุคคลมีประสบการณ์ทั้งในเรื่องชีวิตและการทำงาน ประสบปัญหาต่างๆมากกว่าวัยหนุ่มสาว จึงทำให้เขามีความเป็นผู้ใหญ่ มีวุฒิภาวะ และสามารถนำความรู้ ความเข้าใจในเรื่องต่างๆมาคิดวิเคราะห์ มาประกอบในการตัดสินใจได้ดีขึ้น จึงทำให้บุคคลพึ่งตนเองมากขึ้นและพึ่งพาผู้อื่นน้อยลง

4. ระยะเวลาการทำงานมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับการพึ่งพาทางอารมณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($r = -.14$) นั่นคือ ระยะเวลาการทำงานที่มากขึ้น หมายถึง การมีประสบการณ์ในการทำงานที่เพิ่มมากขึ้น ทำให้บุคคลมีความรู้ ความเชี่ยวชาญเกี่ยวกับงานของตน มีความเข้าใจ สามารถแก้ไขปัญหาที่หลากหลายได้จึงทำให้บุคคลพึ่งตนเองมากขึ้น ตัดสินใจเลือกที่จะแก้ปัญหาด้วยตนเองมากกว่าที่จะคอยขอคำแนะนำหรือคำปรึกษาจากผู้อื่น

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ โดยมีวัตถุประสงค์หลักเพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการพึ่งพาทางอารมณ์และความพึงพอใจในชีวิต

สมมติฐานการวิจัย

1. หญิงมีระดับการพึ่งพาทางอารมณ์สูงกว่าชาย
2. ชายที่สมรสแล้วมีการพึ่งพาทางอารมณ์สูงกว่าชายโสด
3. หญิงที่สมรสแล้วมีการพึ่งพาทางอารมณ์สูงกว่าหญิงโสด
4. การพึ่งพาทางอารมณ์มีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับความพึงพอใจในชีวิต

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ บุคคลในวัยผู้ใหญ่ที่อาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานคร มีอายุระหว่าง 20 ถึง 50 ปี จำนวนทั้งสิ้น 200 คน โดยแบ่งเป็น 4 กลุ่มดังนี้

1. หญิงโสด	จำนวน 50 คน
2. หญิงที่สมรสแล้ว	จำนวน 50 คน
3. ชายโสด	จำนวน 50 คน
4. ชายที่สมรสแล้ว	จำนวน 50 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย มาตรฐานวัดการพึ่งพาทางอารมณ์และมาตรฐานวัดความพึงพอใจในชีวิต

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยทำการแจกแบบสอบถามและเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยนำไปแจกให้กลุ่มตัวอย่างในย่านธุรกิจและตามร้านอาหารต่างๆ ให้ทำตามความสมัครใจ มีการอธิบายวิธีการตอบแบบสอบถามและรอรับคืนเมื่อผู้ตอบแบบสอบถามตอบเสร็จเรียบร้อย จนครบจำนวน 200 คน

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้ทั้งหมด มาวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for Windows โดยแบ่งการวิเคราะห์ข้อมูลออกเป็น 3 ตอนดังนี้

ตอนที่ 1 การวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นเพื่อให้รู้ลักษณะของกลุ่มตัวอย่างและสภาพของตัวแปร โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา หาค่าเฉลี่ย (Mean) ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ค่าความถี่ (Frequency) และร้อยละ (Percent)

ตอนที่ 2 การทดสอบสมมติฐาน

ผู้วิจัยทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเลขคณิตของการพึงพาทางอารมณ์ระหว่างกลุ่มตัวอย่างสองกลุ่ม จำแนกตามเพศและสถานภาพสมรสด้วยการใช้สถิติค่าที (Independent Sample *t*-test) และหาค่าความสัมพันธ์ระหว่างการพึงพาทางอารมณ์และความพึงพอใจในชีวิต โดยวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's correlation)

ตอนที่ 3 การวิเคราะห์เพิ่มเติม

นอกจากการทดสอบสมมติฐานข้างต้นแล้ว ผู้วิจัยยังมีความสนใจศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต่างๆที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตและการพึงพาทางอารมณ์ว่าเป็นอย่างไร ผู้วิจัยจึงทำการวิเคราะห์เพิ่มเติมโดยการหาสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบสเปียร์แมน (Spearman's Correlation) และศึกษาความแตกต่างเพศและสถานภาพการสมรส ที่มีต่อการพึงพาทางอารมณ์ ด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบสองทาง (Two-way ANOVA) เมื่อพบปฏิสัมพันธ์ที่มีนัยสำคัญทางสถิติจึงทำการทดสอบความแตกต่างรายคู่ด้วยสถิติ Bonferroni

ผลการวิจัย

1. เพศหญิงมีการพึงพาทางอารมณ์ไม่แตกต่างจากเพศชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
2. ชายสมรสมีการพึงพาทางอารมณ์ไม่แตกต่างจากชายโสดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
3. หญิงโสดมีการพึงพาทางอารมณ์สูงกว่าหญิงสมรสอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ

.001

4. การพึงพาทางอารมณ์มีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับความพึงพอใจในชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($r = -.36$)

ข้อเสนอแนะ

กลุ่มตัวอย่างเพศหญิงควรครอบคลุมทั้งผู้หญิงทำงานและผู้หญิงที่ไม่ทำงานนอกบ้านเพื่อให้เป็นตัวแทนของประชากรเพศหญิงที่สมบูรณ์

รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

- จूरี่รัตน์ ชุ่มอ้อม. (2537). *การศึกษาความพึงพอใจในชีวิตของวัยผู้ใหญ่ตอนต้นที่ทำงานแล้วในกรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ดวงหทัย คชเสนี. (2549). *ความขัดแย้งระหว่างงานกับครอบครัวและความพึงพอใจในชีวิตของผู้สมรสที่ทำงานในกรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วัชรภรณ์ เฟ่งจิตต์. (2543). *ความสัมพันธ์ระหว่างค่านิยมทางวัตถุกับความพึงพอใจในชีวิต: การศึกษาเปรียบเทียบระหว่างผู้ปฏิบัติศาสนกิจตามแนวสันตือโคก ผู้เป็นสมาชิกสโมสรโรตารี และพนักงานทั่วไปในองค์กรขนาดใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาสังคม คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ภาษาอังกฤษ

- American Psychiatric Association. (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (4th ed.). Washington, DC: Author.
- Ball, R. E. (1983). Marital status, household structure, and life satisfaction of black women. *Social Problems*, 30, 400-409.
- Birtchnell, J. (1984). Dependence and its relationship to depression. *British Journal of Medical Psychology*, 57, 215-225.
- Bornstein, R. F. (1993). *The dependent personality*. New York: The Guilford Press.
- Bornstein, R. F. (2005). The dependent patient: Diagnosis, assessment, and treatment. *Professional Psychology Research and Practice*, 36, 82-89.
- Cameron, P. (1975). Mood as an indicator of happiness: Age, sex, social class and situational difference. *Journal of Gerontology*, 30, 216-224.
- Campbell, A. (1976). Subjective measures of well-being. *American Psychologist*, 31, 117-124.
- Chatfield, W. F. (1977). Economic and sociological factors influencing life satisfaction of the aged. *Journal of Gerontology*, 32, 593-599.

- Deci, E. L., Laguardia, J. G., Moller, A. C., Scheiner, M. J., & Ryan, R. M. (2006). On the benefits of giving as well as receiving autonomy support: Mutuality in close friendships. *Journal of Personality and Social Psychology, 32*, 313-327.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment, 49*, 71-75.
- Flanagan, J. C. (1978). A research approach to improve our quality of life. *American Psychology, 10*, 138-147.
- Gardner, D. & Helmes, E. (2007). Development of the interpersonal dependency scale for older adults. *Journal on Ageing, 26*, 40-44.
- Gilbert, L. A. (1987). Female and male emotional dependency and its implications for the therapist-client relationship. *Professional Psychology: Research & Practice, 18*, 555-561.
- Glatzer, W., & Mohr, H. M. (1987). Living conditions and their assessment. *Social Indicator Research, 19*, 39-121.
- Helgeson, V. S. (1994). Relation of agency and communion to well-being: Evidence and potential explanations. *Psychological Bulletin, 116*, 412-428.
- Hill, C. A. (1991). Seeking emotional support: The influence of affiliative need and partner warmth. *Journal of Personality and Social Psychology, 60*, 112-121.
- Hirschfeld, R. M. A., Klerman, G. L., Gough, H. G., Barrett, J., Korchin, S. J., & Chodoff, P. (1977). A measure of interpersonal dependency. *Journal of Personality Assessment, 17*, 477-478.
- Hjelle, L. A., & Ziegler, D. J. (1992). *Personality theories: Basic assumptions, research, and applications*. New York: McGraw Hill.
- Jack, D. C. (1991). Silencing the self. *Women and depression*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- La Guardia, J. G., Ryan, R. M., Couchman, C. E., & Deci, E. L. (2000). Within-person variation in security of attachment: A self-determination theory perspective on attachment, need fulfillment, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 79*, 367-384.
- Larson, R. B. (1978). Thirty years of research in the subjective well-being of older

- americans. *Journal of Gerontology*, 33, 109-125.
- Lewinsohn, P., Rohm, P., & Seeley, J. (2000). Natural course of adolescent major depressive disorder in a community sample: Predictors of recurrence in young adults. *Journal of Psychiatry*, 157, 1584-1591.
- Morganti, J. B., Nehrke, M. F., Hulicka, I. M., & Catalde, J. E. (1988). Life-span difference in life satisfaction, self concept and locus of control. *Journal of Aging and Human Development*, 26, 45-56.
- Neugarten, B. L., Havighurst, R. J. & Tobin, S. S. (1961). The measurement of life satisfaction. *Journal of Gerontology*, 16, 134-143.
- Overholser, J. (1990). Emotional reliance and social loss: Effects on depressive symptomatology. *Journal of Personality Assessment*, 55, 618-629.
- Pavot, W., & Diener, E. (1993). Reviews of the satisfaction with life scale. *Psychological Assessment*, 5, 164-172.
- Ryan, R. M., La Guardia, J. G., Solky-Butzel, J., Chirkov, V., & Kim, Y. (2005). On the interpersonal regulation of emotions: Emotional reliance across gender, relationships and cultures. *Personal Relationships*, 12, 145-163.
- Sanatara, V. A., Gardner, C. O., Prescott, C. A., Kendler, K. S. (2003). Interpersonal dependence and major depression: Aetiological inter-relationship and gender differences. *Psychological Medicine*, 33, 927-931.
- Shin, D. C., & Johnson, D. M. (1977). Avowed happiness as an overall assessment of the quality of life. *Social Indicators Research*, 5, 475-492.
- Spreitzer, E., & Synder, E. E. (1974). Correlates of life satisfaction among the aged. *Journal of Gerontology*, 29, 454-458.
- Turner, R. J. (1999). Gender, social status, and emotional reliance. *Journal of Health and Social Behavior*, 40, 360-373.

ภาคผนวก

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

แบบสำรวจตนเอง

คำชี้แจง แบบสอบถามต่อไปนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อสอบถามความคิดเห็นที่ท่านมีต่อตนเอง
กรุณาอ่านและพิจารณาข้อความแต่ละข้อโดยละเอียดก่อนกาเครื่องหมาย **V** ลงในช่องที่ตรงกับ
ตัวท่านมากที่สุด โดยแต่ละช่องมีความหมายดังนี้

- 5 หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านมากที่สุด
- 4 หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านมาก
- 3 หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านพอควร
- 2 หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านน้อย
- 1 หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับตัวท่านน้อยที่สุด

ตัวอย่างข้อคำถามแบบวัดความพึงพอใจในชีวิต

ข้อความ	ตรงมากที่สุด 5	ตรงมาก 4	ตรงพอควร 3	ตรงน้อย 2	ตรงน้อยที่สุด 1
1. ฉันพึงพอใจในชีวิตของฉัน	5	4	3	2	1
2. ฉันรู้สึกว่าคุณค่าและมีความสำคัญ	5	4	3	2	1
3. ชีวิตของฉันวันนี้ดูจะแย่งกว่าเมื่อก่อน	5	4	3	2	1
4. เมื่อเทียบกับคนอื่น ฉันรู้สึกเศร้าและหดหู่น้อยครั้ง	5	4	3	2	1

มาตรวัดความรู้สึกต่อตนเองและผู้อื่น

คำชี้แจง : กรุณาอ่านข้อความแต่ละข้ออย่างระมัดระวังและทำเครื่องหมาย ล้อมรอบ

ตัวเลขคำตอบที่ตรงกับความเห็นของท่านมากที่สุด โปรดตอบทุกข้อให้ตรงตามความเป็นจริงโดย

พิจารณาว่าการตอบเช่นนั้น สามารถอธิบายลักษณะของท่านได้ถูกต้องที่สุด

ในแต่ละตัวเลือก มีความหมายดังนี้

5 หมายถึง ตรงกับฉันอย่างยิ่ง

4 หมายถึง ตรงกับฉัน

3 หมายถึง ตรงและไม่ตรงกับฉันพอก ๆ กัน

2 หมายถึง ไม่ตรงกับฉัน

1 หมายถึง ไม่ตรงกับฉันอย่างยิ่ง

ตัวอย่างข้อคำถามมาตรวัดการพึงพาทางอารมณ์

ข้อความ	ตรงกับฉัน อย่างยิ่ง	ตรงกับ ฉัน	ตรงและไม่ ตรงกับฉัน พอก ๆ กัน	ไม่ตรงกับ ฉัน	ไม่ตรงกับ ฉันอย่างยิ่ง
	5	4	3	2	1
1.ฉันจำเป็นต้องมีใครสักคนที่ให้ความสำคัญกับฉันมากกว่าคนอื่น ๆ	5	4	3	2	1
2.การไม่ได้รับการยอมรับจากคนที่ฉันให้ความสำคัญ ทำให้ฉันรู้สึกเจ็บปวด	5	4	3	2	1
3.ฉันเห็นด้วยกับประโยคที่บอกว่า "ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน"	5	4	3	2	1
4.ความคิดเห็นของคนอื่นไม่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจของฉัน	5	4	3	2	1

ประวัติผู้เขียนโครงการ

นางสาวเบญจจิตต์ ตระกูลเงินทอง เกิดเมื่อวันที่ 31 พฤษภาคม พ.ศ. 2528 ที่ กรุงเทพมหานคร สำเร็จการศึกษามัธยมศึกษาตอนปลายที่โรงเรียนสตรีมหาพฤฒาราม ในปี การศึกษา 2547 เข้าศึกษาต่อในหลักสูตรวิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อปี 2548