

อิทธิพลของการควบคุมตนเองและการวางกรอบการตัดสินใจต่อเจตนาและ  
พฤติกรรมเพื่อมีส่วนร่วมในภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม



นางสาวจิรายุ เลิศเจริญวิช

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

CHULALONGKORN UNIVERSITY

บทคัดย่อและแฟ้มข้อมูลฉบับเต็มของวิทยานิพนธ์ตั้งแต่ปีการศึกษา 2554 ที่ให้บริการในคลังปัญญาจุฬาฯ (CUIR)  
เป็นแฟ้มข้อมูลของนิสิตเจ้าของวิทยานิพนธ์ ที่ส่งผ่านทางบัณฑิตวิทยาลัย

The abstract and full text of theses from the academic year 2011 in Chulalongkorn University Intellectual Repository (CUIR)  
are the thesis authors' files submitted through the University Graduate School.

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาจิตวิทยา

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2557

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

EFFECTS OF SELF-CONTROL AND DECISION FRAMING  
ON COOPERATIVE INTENTION AND BEHAVIOR IN SOCIAL DILEMMAS

Miss Jirayu Loetcharoenwanich



A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements  
for the Degree of Master of Arts Program in Psychology  
Faculty of Psychology  
Chulalongkorn University  
Academic Year 2014  
Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์	อิทธิพลของการควบคุมตนเองและการวางกรอบการ ตัดสินใจต่อเจตนาและพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมในภาวะ ยุ่งยากสองด้านทางสังคม
โดย	นางสาวจิรายุ เลิศเจริญวนิช
สาขาวิชา	จิตวิทยา
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศัคนางค์ มณีศรี

---

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโทมหาบัณฑิต

.....คณบดีคณะจิตวิทยา  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศัคนางค์ มณีศรี)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

.....ประธานกรรมการ  
(อาจารย์ ดร.วัชรภรณ์ บุญญศิริวัฒน์)

.....อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศัคนางค์ มณีศรี)

.....กรรมการ  
(อาจารย์ ดร.อภิษฎา ไชยวุฒิกิจวานิช)

.....กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย  
(อาจารย์ ดร.นำชัย ศุภฤกษ์ชัยสกุล)

จรรยา เลิศเจริญวนิช : อิทธิพลของการควบคุมตนเองและการวางกรอบการตัดสินใจต่อเจตนาและพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมในภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม (EFFECTS OF SELF-CONTROL AND DECISION FRAMING ON COOPERATIVE INTENTION AND BEHAVIOR IN SOCIAL DILEMMAS) อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก: ผศ. ดร.คัคณางค์ มณีศรี, 117 หน้า.

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาอิทธิพลปฏิสัมพันธ์ระหว่างการควบคุมตนเองและการวางกรอบการตัดสินใจต่อเจตนาและพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมในสถานการณ์ภาวะยุ่งยากทางสังคม และเพื่อศึกษาอิทธิพลของการวางกรอบการตัดสินใจต่อเจตนาและพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมในสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม ผู้ร่วมการวิจัยเป็นนิสิตระดับปริญญาตรี จำนวน 200 คน อายุระหว่าง 18-25 ปี โดยให้ผู้ร่วมการวิจัยตอบแบบสอบถามซึ่งประกอบไปด้วย มาตรการควบคุมตนเอง แบบสอบถามที่วางกรอบการตัดสินใจเพื่อเหนี่ยวนำให้ตีความในระดับต่ำหรือระดับสูง และแบบประเมินเจตนาเพื่อส่วนรวมในสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม จากนั้นประเมินพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมจากจำนวนใบปลิวเกี่ยวกับการพัฒนาการศึกษาในประเทศไทยที่ผู้ร่วมการวิจัยอาสาสมัครจะไปแจกให้

ผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณพบว่า การวางกรอบการตัดสินใจมีปฏิสัมพันธ์กับการควบคุมตนเองในการทำนายพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ไม่พบอิทธิพลปฏิสัมพันธ์นี้ในการทำนายเจตนาเพื่อส่วนรวม ทั้งนี้ยังพบอิทธิพลหลักของการวางกรอบการตัดสินใจในการทำนายทั้งเจตนาและพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และ .01 ตามลำดับ ผลการวิจัยในครั้งนี้ช่วยให้ทราบว่า การวางกรอบการตัดสินใจในระดับสูงช่วยกระตุ้นให้เกิดเจตนาและพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมมากขึ้นและสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในบริบทสังคมไทยได้

# # 5577604738 : MAJOR PSYCHOLOGY

KEYWORDS: SELF-CONTROL, DECISION FRAMING, COOPERATIVE INTENTION, 117  
BEHAVIOR

JIRAYU LOETCHAROENWANICH: EFFECTS OF SELF-CONTROL AND DECISION  
FRAMING ON COOPERATIVE INTENTION AND BEHAVIOR IN SOCIAL DILEMMAS.  
ADVISOR: ASST. PROF. KAKANANG MANEESRI, Ph.D., pp.

The purposes of this research are to study the interaction effects of decision framing and self-control on cooperative intention and behavior in social dilemmas and to investigate the type of decision framings that is more likely to promote both cooperative intention and behavior in such situations. Two hundred undergraduate students whose ages range from 18-25 years old completed a set of questionnaires consisting of a self-control scale, a set of questions aimed to either induce high or low construal level, and a measure of cooperative intention in social dilemmas. Finally, cooperative behavior was assessed by asking the participants to voluntarily distribute some flyers promoting education improvement in Thailand by indicating the amount of flyers they would help distribute.

Results from multiple regression analysis reveal an interaction effect of decision framing and self-control in predicting cooperative behavior in social dilemmas ( $p < .05$ ), not cooperative intention. There are main effects of decision framing in predicting both cooperative intention and behavior ( $p < .001$  and  $.01$  respectively). The results suggest the applicable strategy of high-level construal decision framing to encourage cooperative intentions and behaviors in Thai society.

Field of Study: Psychology

Academic Year: 2014

Student's Signature .....

Advisor's Signature .....

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์เล่มนี้สำเร็จลุล่วงลงได้ด้วยความกรุณาและความเสียสละของผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. คัคนางค์ มณีศรี อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ นอกจากอาจารย์จะถ่ายทอดความรู้ทั้งทางวิชาการและการวิจัยให้แก่ข้าพเจ้าแล้ว อาจารย์ยังให้คำแนะนำและตรวจแก้ข้อบกพร่องต่างๆ ในการทำวิทยานิพนธ์ด้วยความเอาใจใส่ ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งและขอกราบขอบพระคุณอาจารย์อย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณอาจารย์ ดร.นำชัย ศุภฤกษ์ชัยสกุล อาจารย์ ดร.อภิษฎา ไชยวุฒิ วรรณวานิช และ อาจารย์ ดร.วัชรภรณ์ บุญญศิริวัฒน์ ที่เป็นแบบอย่างและช่วยถ่ายทอดวิชาความรู้ที่มีค่า พร้อมให้คำแนะนำอันเป็นประโยชน์แก่ผู้วิจัยมาโดยตลอด

ขอขอบคุณ คุณชาญ รัตนะพิสิฐ ที่ให้การอนุเคราะห์ผู้วิจัยในการเข้าไปเก็บข้อมูล รวมถึงขอขอบคุณ คุณวิภาวี ภักทรุทธิพร คุณนรุตม์ พรประสิทธิ์ คุณพรสวรรค์ ต้นโชติศรีนนท์ คุณรวิดา ระย้านิล และคุณสุธาสิณี ใจสมิทธิ์ ที่คอยเป็นที่ปรึกษาและให้คำแนะนำในการทำวิทยานิพนธ์ยามที่ผู้วิจัยประสบปัญหา

ขอขอบคุณ คุณปาริฉัตร มาตรวิจิตร คุณธรรวิมล ดิษฐรักษ์ และเพื่อนๆ สาขาวิชาจิตวิทยาสังคมทุกท่านที่ร่วมกันฟันฝ่าอุปสรรคและคอยให้กำลังใจกันเสมอมา

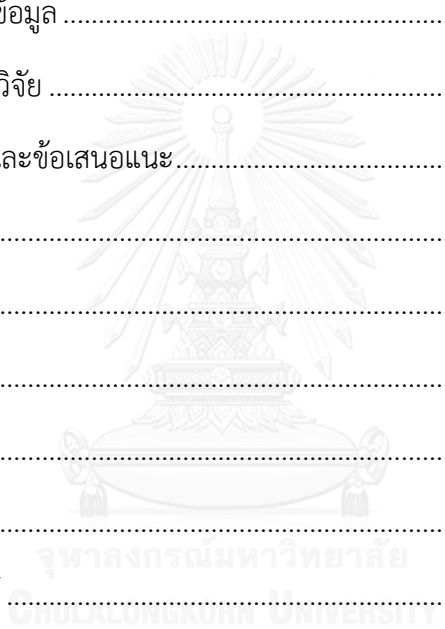
ขอขอบคุณคณะจิตวิทยาที่ให้ทุนผู้ช่วยวิจัย และให้ประสบการณ์ในการเรียนและการใช้ชีวิตตลอดระยะเวลากว่า 2 ปี

สุดท้ายนี้ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณบิดา มารดา ที่เฝ้าอบรมสั่งสอน มอบความรัก ความอบอุ่น และให้กำลังใจลูกเสมอมา ความรักของบิดา มารดาเปรียบเสมือนแสงสว่างนำทางให้ลูกสามารถก้าวเดินต่อไปได้อย่างไม่ย่อท้อในทุกๆ วัน และขอบคุณพี่สาวที่คอยให้ความช่วยเหลือและอยู่เคียงข้างกันมาโดยตลอด

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ฅ
สารบัญภาพ .....	ญ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา .....	1
แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง .....	5
แนวความคิดเรื่องภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม (Social Dilemmas).....	5
แนวความคิดเรื่องการควบคุมตนเอง (self-control) .....	24
แนวความคิดเรื่องการวางกรอบการตัดสินใจ (decision framing).....	36
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมตนเองและระดับการตีความในสถานการณ์ภาวะยุ่งยาก สองด้านทางสังคม .....	41
วัตถุประสงค์ในงานวิจัย .....	46
ขอบเขตในการวิจัย .....	46
ตัวแปรในการวิจัย.....	47
สมมติฐานในการวิจัย .....	47
คำจำกัดความในงานวิจัย .....	48
ประโยชน์ที่ได้รับ.....	50
บทที่ 2 วิธีดำเนินการวิจัย .....	51
กลุ่มตัวอย่าง .....	51
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย .....	52

ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือและการหาประสิทธิภาพของเครื่องมือ .....	52
1. มาตรการควบคุมตนเองฉบับย่อ .....	54
2. แบบสอบถามที่วางกรอบการตัดสินใจให้ผู้ร่วมการวิจัยตีความในระดับสูงและระดับต่ำ... ..	57
3. ข้อความบรรยายสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมและแบบประเมินเจตนาใน การกระทำเพื่อส่วนรวม.....	59
วิธีการทดลอง .....	61
บทที่ 3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล .....	65
บทที่ 4 อภิปรายผลการวิจัย .....	80
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ .....	84
รายการอ้างอิง .....	89
ภาคผนวก.....	102
ภาคผนวก ก .....	103
ภาคผนวก ข .....	109
ภาคผนวก ค .....	112
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์ .....	117





## สารบัญตาราง

ตารางที่ 1 การแบ่งประเภทของภาวะยุ่งยากทางสังคม (ดัดแปลงจาก Messick & Brewer, 1983).....	8
ตารางที่ 2 กลวิธีของการควบคุมตนเองเพื่อเพิ่มแรงจูงใจต่อเป้าหมายและลดแรงจูงใจจากสิ่งยั่ว... 33	
ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละของตัวอย่างที่ใช้ในขั้นเครื่องมือ (N = 160) .....	52
ตารางที่ 4 ค่าน้ำหนักองค์ประกอบของมาตรวัดการควบคุมตนเองที่ได้จากการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน .....	56
ตารางที่ 5 ลักษณะทางประชากรศาสตร์ของผู้ร่วมการวิจัย (N = 200) .....	66
ตารางที่ 6 การวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของการวางกรอบการตัดสินใจให้ผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยตีความในระดับสูงและต่ำโดยใช้สถิติที (t-test).....	68
ตารางที่ 7 ค่าต่ำสุด ค่าสูงสุด ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของตัวแปร.....	69
ตารางที่ 8 สหสัมพันธ์ของตัวแปรการวางกรอบการตัดสินใจให้ตีความในระดับสูงและต่ำ ตัวแปรการควบคุมตนเอง และตัวแปรเจตนาและพฤติกรรมเพื่อส่วนรวม (N = 200) .....	69
ตารางที่ 9 การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณเพื่อทำนายเจตนาเพื่อส่วนรวม (N = 200).....	73
ตารางที่ 10 การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณเพื่อทำนายพฤติกรรมเพื่อส่วนรวม (N = 200).....	76
ตารางที่ 11 การวิเคราะห์อิทธิพลของการวางกรอบการตัดสินใจต่อพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมในแต่ละระดับของการควบคุมตนเอง (N = 200) .....	77
ตารางที่ 12 สรุปผลการทดสอบสมมติฐาน .....	79

## สารบัญญภาพ

ภาพที่ 1	ทางเลือกและผลตอบแทนในเกมความลำบากใจของนักโทษ.....	12
ภาพที่ 2	โครงสร้างทฤษฎีการพึ่งพาอาศัยกันของ Van Lange และ Rusbult (2012).....	14
ภาพที่ 3	โมเดลกรอบความคิดเรื่องความเหมาะสมของ Weber และคณะ (2004) .....	16
ภาพที่ 4	สรุปลำดับขั้นการศึกษาภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมจากงานวิจัยของ Weber และคณะ (2004) .....	19
ภาพที่ 5	ขั้นตอนการทดลอง .....	64
ภาพที่ 6	โมเดลกรอบความคิดของสมมติฐานข้อที่ 1 ตามโมเดลที่ 1 ในโปรแกรม PROCESS .....	72
ภาพที่ 7	โมเดลทางสถิติของสมมติฐานข้อที่ 1 ตามโมเดลที่ 1 ในโปรแกรม PROCESS.....	73
ภาพที่ 8	โมเดลกรอบความคิดของสมมติฐานข้อที่ 2 ตามโมเดลที่ 1 ในโปรแกรม PROCESS .....	75
ภาพที่ 9	โมเดลทางสถิติของสมมติฐานข้อที่ 2 ตามโมเดลที่ 1 ในโปรแกรม PROCESS.....	75
ภาพที่ 10	อิทธิพลของตัวแปรการวางกรอบการตัดสินใจต่อพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมเมื่อมีปฏิสัมพันธ์กับตัวแปรการควบคุมตนเองระดับต่ำ ( $\beta = .06, p = .25$ ) การควบคุมตนเองระดับปานกลาง ( $\beta = .20, p = .002$ ) และการควบคุมตนเองระดับสูง ( $\beta = .32, p < .001$ ).....	78

# บทที่ 1

## บทนำ

### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในชีวิตประจำวันของคนเราต้องประสบกับสถานการณ์ต่างๆ มากมายที่การตัดสินใจของเราเป็นตัวกำหนดทิศทางและผลของสถานการณ์นั้นๆ บางสถานการณ์อาจง่ายต่อการตัดสินใจ แต่บางสถานการณ์ก็ส่งผลให้บุคคลเกิดความขัดแย้งในการตัดสินใจได้ ความขัดแย้งที่กล่าวถึงในที่นี้เป็นความขัดแย้งที่เกิดจากแรงจูงใจหลายด้าน (mixed-motive conflict) นั่นคือ การที่บุคคลต้องตัดสินใจว่าจะเลือกทางเลือกหนึ่งบนพื้นฐานของสิ่งที่เอื้อประโยชน์หรือความสะดวกสบายให้กับตนเองหรือบนพื้นฐานของสิ่งที่เอื้อประโยชน์ให้กับสังคมส่วนรวม หรือที่ Van Lange, Joireman, Parks, และ Van Dijk (2013) ได้เสนอว่าเป็นสถานการณ์ที่บุคคลต้องตัดสินใจเลือกระหว่างการกระทำที่ก่อให้เกิดผลประโยชน์ต่อตนเองทันที ณ เวลานั้น (Immediate self-interest) หรือการกระทำที่ก่อให้เกิดผลประโยชน์ต่อส่วนรวมในระยะยาว (Longer-term collective interests) ดังนั้นอาจกล่าวได้ว่าสถานการณ์นี้ที่ส่งผลให้บุคคลเกิดความต้องการที่จะเสียสละและร่วมมือกับส่วนรวมเพื่อให้สังคมดีขึ้น แต่ในขณะเดียวกันตนเองก็ต้องการความสะดวกสบายและต้องการได้รับประโยชน์นั้นๆ โดยเสียค่าใช้จ่ายหรือเสียผลประโยชน์ของตนให้น้อยที่สุดด้วย สถานการณ์ดังกล่าวนี้ทางพจนานุกรมศัพท์จิตวิทยา ฉบับราชบัณฑิตยสถาน (2553) ได้บัญญัติศัพท์ภาษาไทยว่า ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม (Social dilemmas)

ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมเป็นปัญหาที่พบในสถานการณ์จริงและมีอยู่หลายระดับ ไม่ว่าจะเป็นในระดับปัจเจกบุคคล ระดับกลุ่ม ไปจนถึงระดับสังคม ตัวอย่างเช่น ปัญหาการอ้อมแรงทางสังคม (social loafing) ที่พบในการทำงานเป็นกลุ่ม เนื่องจากทุกคนในกลุ่มจะได้รับรางวัลหรือผลตอบแทนเท่าๆ กันโดยไม่พิจารณาถึงความพยายามของแต่ละบุคคล จึงเพิ่มแรงจูงใจให้สมาชิกในกลุ่มบางคนตัดสินใจที่จะไม่ช่วยเหลือสมาชิกคนอื่นในการทำงาน เพื่อที่ตนเองจะได้มีเวลาว่างมากขึ้น

กล่าวคือบุคคลเลือกการกระทำที่เอื้อประโยชน์ให้ตนเองมากกว่าเอื้อประโยชน์ให้กับกลุ่ม แต่ถ้าสมาชิกทุกคนเลือกที่จะกระทำเช่นนี้ก็จะทำให้งานไม่เสร็จสมบูรณ์และส่งผลเสียต่อสมาชิกทุกๆ คน ปัญหาสวนสาธารณะที่เสื่อมโทรมเนื่องจากทุกคนในสังคมต่างมีสิทธิในการใช้สวนสาธารณะนั้นๆ แต่ไม่ช่วยกันดูแลรักษาบริจาคเงินบำรุง ปัญหาการขาดแคลนน้ำและไฟฟ้าเนื่องจากบุคคลเลือกที่จะใช้น้ำและไฟฟ้าเพื่ออำนวยความสะดวกสบายให้ตนเองตามต้องการโดยไม่คำนึงถึงส่วนรวม และปัญหาสิ่งแวดล้อมต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นปัญหาการตัดไม้ทำลายป่า ปัญหามลพิษทางอากาศ และปัญหาการทำลายทรัพยากรสัตว์น้ำ เป็นต้น ซึ่งปัญหาต่างๆ เหล่านี้จะลดลงถ้าทุกคนตัดสินใจเลือกที่จะกระทำเพื่อส่วนรวมมากขึ้น

ยสาขาเกิดความสนใจและจากปัญหาที่กล่าวมาข้างต้นส่งผลให้นักวิจัยในหลากหลายประยุกต์ใช้สถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมเพื่อศึกษาค้นหาวิธีที่มีประสิทธิภาพและสามารถกระตุ้นให้บุคคลเลือกตัดสินใจกระทำเพื่อส่วนรวมมากกว่าเพื่อตนเอง ตัวอย่างงานวิจัยเหล่านี้ได้แก่ การศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมผู้บริโภค (Sen, Gurhan-Canli, & Morwitz, 2001) การศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมความร่วมมือในองค์กร (Balliet & Ferris, 2013) การศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเมืองอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม (Kortenkamp & Moore, 2006) การศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมทางการเมือง (Van Lange, Bekkers, Chirumbolo, & Leone, 2012) นอกจากนี้ยังมีการศึกษาถึงวิธีแก้ปัญหภาวะยุ่งยากสองด้านที่เกิดขึ้นจริงในอดีตเช่น การศึกษาเกี่ยวกับการพัฒนาระบบขนส่งมวลชน (Joireman, Lasane, Bennett, Richards, & Solaimani, 2001) และการศึกษาเกี่ยวกับการใช้น้ำในครัวเรือนกับการรักษาทรัพยากรน้ำ (Van Vugt & Samuelson, 1999) เป็นต้น

จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า ในสาขาจิตวิทยานี้มีปัจจัยหลายด้านที่นักวิจัยต่างให้ความสนใจศึกษาและพบว่าส่งผลต่อการตัดสินใจในสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม ทั้งปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความแตกต่างระหว่างบุคคล ได้แก่ บุคลิกภาพ แรงจูงใจทางสังคม และประสบการณ์ เป็นต้น (Kurzban & Houser, 2001; Liebrand, Jansen, Rijken, & Suhre, 1986) และปัจจัยที่เกี่ยวกับสถานการณ์ เช่น กรอบการตัดสินใจ ขนาดของกลุ่ม และลักษณะการสื่อสาร เป็นต้น (Bouas & Komorita, 1996; Dawes, 1980; van Dijk & Wilke, 2000) งานวิจัยจำนวนมากเหล่านี้มีหลักฐานระบุสอดคล้องกันถึงกลวิธีที่มีประสิทธิภาพในการสร้างความร่วมมือระหว่างบุคคลในสถานการณ์ภาวะความยุ่งยากสองด้านทางสังคม นั่นคือกลวิธีทิฟฟอ์แทท (tit-for-tat strategy)

กล่าวคือในสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม บุคคลควรเริ่มต้นด้วยการเลือกกระทำเพื่อส่วนรวมก่อน จากนั้นจึงตอบโต้ในลักษณะเดียวกันกับที่อีกฝ่ายเลือกกระทำ (Komorita, Parks, & Hulbert, 1992) ส่วนกลยุทธ์อื่นๆ มักจะขึ้นอยู่กับอิทธิพลของปัจจัยด้านแรงจูงใจทางสังคม นอกจากนี้การศึกษากวีเคราะห์ยังพบด้วยว่า ความเชื่อใจ (trust) และบรรทัดฐานทางสังคม (social norm) ก็เป็นองค์ประกอบสำคัญที่ส่งเสริมให้เกิดการกระทำเพื่อส่วนรวมในสังคมขนาดใหญ่ (Van Lange et al., 2013)

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยมีความเห็นว่าควรจะศึกษาการตัดสินใจของบุคคลในภาวะยุ่งยาก สองด้านทางสังคมโดยแบ่งเป็นปัจจัยด้านบุคคลและปัจจัยด้านสถานการณ์ตามที่ได้พบทวนวรรณกรรมมา ซึ่งปัจจัยสำคัญด้านบุคคลที่ควรคำนึงถึงคือปัจจัยด้านการควบคุมตนเอง (self-control) อันหมายถึงความสามารถในการยับยั้งอารมณ์ พฤติกรรมและความปรารถนาตามธรรมชาติของบุคคลในการตอบสนองต่อเป้าหมายระยะสั้นเพื่อที่จะบรรลุเป้าหมายในระยะยาว ซึ่งตรงกับลักษณะของสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมและมีความสอดคล้องกับข้อเสนอของโมเดลและทฤษฎีการตัดสินใจที่จะกล่าวถึงต่อไป อีกทั้งที่ผ่านมายังมีงานวิจัยจำนวนไม่มากที่ศึกษาอิทธิพลของปัจจัยนี้ในสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม งานวิจัยเหล่านี้ต่างพบว่าบุคคลที่มีการควบคุมตนเองสูงมีแนวโน้มที่จะตัดสินใจกระทำเพื่อส่วนรวมมากกว่าบุคคลที่มีการควบคุมตนเองต่ำ (Dewitte & De Cremer, 2001) นอกจากนี้งานวิจัยของ Sheldon และ Fishbach (2011) ได้เสนอด้วยว่าการควบคุมตนเองช่วยส่งผลให้เกิดความเชื่อใจซึ่งเป็นปัจจัยที่ส่งเสริมให้บุคคลเลือกกระทำเพื่อส่วนรวมมากขึ้นนั่นเอง

จากการศึกษาทฤษฎีและงานวิจัยต่างๆ เพิ่มเติมทำให้พบว่าปัจจัยด้านสถานการณ์ที่เหมาะสมจะนำมาศึกษา ได้แก่ ปัจจัยด้านการวางกรอบการตัดสินใจ (decision framing) นั่นคือวิธีการเพื่อกำหนดการตัดสินใจที่ให้ความสำคัญกับเรื่องของคำอธิบายและการแบ่งแยกประเภทของสารหรือแง่มุมต่างๆ อย่างชัดเจน จากทฤษฎีระดับการตีความ (construal level theory) งานวิจัยพบว่า การวางกรอบการตัดสินใจให้บุคคลตีความในระดับสูง เช่น การเพิ่มระยะห่างด้านเวลา การอ้างอิงถึงบุคคลทั่วไปที่ไม่มีความสนิทสนม หรือการเหนี่ยวนำโดยใช้คำถามว่า “ทำไม” เป็นต้น จะส่งผลให้บุคคลประเมินสถานการณ์แบบภาพรวม ตระหนักถึงเป้าหมายและผลประโยชน์ส่วนรวมมากขึ้น อีกทั้งยังช่วยลดแรงจูงใจจากสิ่งยั่วยุที่ส่งอิทธิพลให้บุคคลเลือกกระทำเพื่อประโยชน์ส่วนตน ณ เวลานั้น

ด้วย ส่วนการวางกรอบการตัดสินใจให้บุคคลตีความในระดับต่ำ เช่น การลดระยะห่างด้านเวลา การอ้างอิงถึงบุคคลที่มีความสนิทสนม หรือการเหนี่ยวนำโดยใช้คำถามว่า “อย่างไร” เป็นต้น จะส่งผลให้บุคคลประเมินสถานการณ์แบบแบ่งส่วน ตระหนักถึงผลประโยชน์ที่ตนจะได้รับ ณ เวลานั้นมากกว่าผลที่จะตามมาในระยะยาว เพราะการวางกรอบการตัดสินใจแบบนี้จะส่งผลให้บุคคลพิจารณาเฉพาะข้อมูลที่มีความเจาะจงที่ดูน่าสนใจในสถานการณ์นั้นๆ ซึ่งจะเปลี่ยนไปตามบริบทและสังคม (Freitas, Gollwitzer, & Trope, 2004; Fujita & Han, 2009; Trope & Fishbach, 2000) นอกจากนี้ผลจากงานวิจัยภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมที่พบระดับการร่วมมือสูงกว่างานวิจัยอื่นๆ นั้นเป็นเพราะได้คำนึงถึงปัจจัยระยะห่างด้านสถานที่และเวลาด้วย (Marwell & Ames, 1979) ซึ่งมีความสอดคล้องกับเรื่องระดับการตีความดังที่กล่าวมา นอกจากนี้ Weber, Kopelman, และ Messick (2004) ยังได้สนับสนุนด้วยว่า การวางกรอบการตัดสินใจเป็นกลวิธีที่มีประสิทธิภาพมากวิธีหนึ่งในการส่งเสริมให้เกิดการกระทำเพื่อส่วนรวมเมื่อเทียบกับวิธีการอื่นๆ ทั้งนี้เพราะสามารถจัดกระทำได้ง่ายในสถานการณ์จริง ประกอบกับการที่บุคคลต้องอาศัยสิ่งชี้แนะง่ายๆ ทางสังคมในการตัดสินใจ การวางกรอบการตัดสินใจจึงเป็นสิ่งที่สามารถชี้นำพฤติกรรมต่างๆ ของบุคคลได้

การวิจัยครั้งนี้จึงเป็นการศึกษาอิทธิพลของระดับการควบคุมตนเองและการวางกรอบการตัดสินใจตามระดับการตีความต่อเจตนาและพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมในสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมภายใต้บริบทของสังคมไทย ผู้วิจัยคาดหวังว่างานวิจัยในครั้งนี้จะช่วยเพิ่มความรู้ความเข้าใจและนำเสนอวิธีการที่มีประสิทธิภาพในการกระตุ้นให้บุคคลกระทำเพื่อส่วนรวมมากขึ้น อีกทั้งยังสามารถนำข้อมูลที่ได้ไปประยุกต์ใช้กับศาสตร์แขนงอื่นๆ เพื่อร่วมกันแก้ไขปัญหาสังคมที่มีอยู่และปัญหาสังคมที่อาจจะเกิดขึ้นในอนาคต

## แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

### แนวความคิดเรื่องภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม (Social Dilemmas)

#### ความหมายของภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม

ทฤษฎีภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมมีรากฐานมาจากหลักการเรื่องโศกนาฏกรรมของสาธารณสมบัติ (tragedy of commons) จากบทความของ Hardin (1968) ที่กล่าวถึงแนวคิดเกี่ยวกับทรัพยากรที่เป็นสมบัติสาธารณะที่ทุกคนมีโอกาสเข้าถึงเพื่อใช้ประโยชน์ ตัวอย่างเช่นกรณีในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์ต่างเลี้ยงสัตว์ของตนในทุ่งหญ้าเดียวกัน ถ้าคนเลี้ยงสัตว์แต่ละคนต่างเพิ่มจำนวนสัตว์ของตนเองมากขึ้นเพื่อประโยชน์สูงสุดของตน ทุ่งหญ้าแห่งนั้นก็จะเสื่อมโทรมและไม่เหลือหญ้าเพียงพอสำหรับเลี้ยงสัตว์ได้อีก ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อผู้คนส่วนรวม

ในเวลาต่อมามีนักวิจัยหลายท่านที่ให้ความสนใจศึกษาเพิ่มเติมเกี่ยวกับหลักการเรื่องโศกนาฏกรรมของสาธารณสมบัติที่กล่าวมานี้ แต่ผลงานที่ได้รับความนิยมและถูกนำไปใช้อ้างอิงอย่างแพร่หลายเป็นของ Dawes (1980) ซึ่งเป็นผู้ที่ริเริ่มใช้คำว่า social dilemma หรือ ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม ได้อธิบายไว้ว่า ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม คือสถานการณ์ที่ประกอบไปด้วย 2 ลักษณะ ได้แก่ ก) ในสถานการณ์นั้นบุคคลสามารถเลือกที่จะไม่กระทำเพื่อส่วนรวมเพื่อให้ตนเองได้รับประโยชน์สูงสุดได้ ข) แต่ถ้าทุกๆ คนในสังคมหรือกลุ่มเลือกที่จะทำเพื่อตนเองมากกว่าเพื่อส่วนรวม ทุกคนที่เกี่ยวข้องจะได้รับผลเสียมากกว่าการเลือกกระทำเพื่อส่วนรวมตั้งแต่ต้น

Komorita และ Lapworth (1982) ได้เสนอเพิ่มเติมจากคำจำกัดความของ Dawes โดยกล่าวว่า ทางเลือกที่บุคคลเลือกกระทำเพื่อตนเองนั้นเป็นกลวิธีเด่น (dominating strategy) เพราะเป็นทางเลือกที่ให้ผลประโยชน์แก่บุคคลนั้นสูงสุด ส่วนผลเสียที่เกิดขึ้นจากการที่บุคคลเลือกกลวิธีเด่นนั้นทำให้เกิดดุลยภาพที่ไม่สมบูรณ์ (deficient equilibrium) ซึ่งสาเหตุที่กล่าวว่าเป็นความไม่สมบูรณ์นั้นเพราะมีทางเลือกอื่นที่สามารถให้ผลตอบแทนที่ดีกว่าแก่ส่วนรวม อย่างไรก็ตาม Van Lange และคณะ (2013) กล่าวว่าลักษณะของภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมที่กล่าวมาข้างต้น ไม่ได้ครอบคลุมถึง

ปัจจัยทางด้านเวลา (temporal or time dimension) ซึ่งเป็นส่วนสำคัญในการตัดสินใจเพราะผลที่ตามมาจากการกระทำนั้นๆ อาจเกิดในระยะสั้น (short-term) หรือระยะยาวก็ได้ (long-term)

Van Lange และคณะ (2013) ให้คำจำกัดความของภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมว่า เป็นสถานการณ์ที่บุคคลเห็นว่าพฤติกรรมที่กระทำเพื่อตนเอง ณ เวลานั้น เป็นพฤติกรรมที่น่าตัดสินใจเลือกมากกว่าเพราะให้ผลประโยชน์กับตนเองมากกว่าซึ่งมักจะเกิดผลในระยะสั้น แต่ถ้าทุกคนเลือกที่จะกระทำเพื่อตนเอง ทุกคนก็จะได้รับผลเสียมากกว่าการตัดสินใจกระทำเพื่อส่วนรวม ซึ่งมักจะเกิดผลในระยะยาว Van Lange และคณะ เห็นว่าคำจำกัดความนี้ครอบคลุมที่สุด แต่ก็ยังมีปัจจัยสำคัญที่ไม่สามารถรวมเข้ากันได้ นั่นคือ ความแตกต่างในเรื่องของลำดับในสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม ได้แก่ ภาวะยุ่งยากสองด้านลำดับแรก (first order dilemma) เป็นสถานการณ์โดยทั่วไปที่ส่งผลให้บุคคลต้องตัดสินใจเลือกร่วมมือหรือไม่ร่วมมือกับกลุ่มโดยไม่จำเป็นต้องคำนึงถึงกฎหรือระบบใดๆ จัดว่าเป็นความร่วมมือขั้นพื้นฐาน (elementary cooperation) และภาวะยุ่งยากสองด้านลำดับที่สอง (second order dilemma) ซึ่งเป็นสถานการณ์ที่บุคคลจะประสบเมื่อต้องตัดสินใจว่าจะนำเอากฎหรือระบบต่างๆ มาใช้เพื่อที่จะส่งเสริมให้เกิดการร่วมมือของสมาชิกในสังคมหรือไม่ เช่น ระบบการลงโทษหรือให้รางวัลแก่สมาชิก (Yamagishi, 1986) พฤติกรรมการกระทำเพื่อส่วนรวมในขั้นนี้เรียกว่าความร่วมมือตามกลวิธีเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย (instrumental cooperation) จากหลักฐานในงานวิจัยที่ผ่านมาพบว่า บุคคลส่วนใหญ่มีแนวโน้มที่จะร่วมลงทุนลงแรงเพื่อลงโทษผู้ที่ไม่กระทำเพื่อส่วนรวม และส่งเสริมผู้ที่กระทำเพื่อส่วนรวมโดยการให้รางวัล (Fehr & Gächter, 2000) จะเห็นได้ว่าปัจจัยด้านลำดับของภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมที่กล่าวมานี้ก็เป็นสิ่งที่ควรคำนึงถึงเมื่อศึกษาถึงสาเหตุในการตัดสินใจกระทำเพื่อส่วนรวมของบุคคลในสถานการณ์ต่างๆ ด้วยเช่นกัน

โดยรวมแล้ว สถานการณ์ที่จะเรียกได้ว่าเป็นภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมต้องอยู่ภายใต้เงื่อนไขดังต่อไปนี้ (ก) เป็นสถานการณ์ที่เกิดขึ้นกับส่วนรวมและไม่สามารถแยกบุคคลใดบุคคลหนึ่งออกจากสถานการณ์นั้นได้ (ข) เป็นสถานการณ์ที่กลุ่มจะได้รับประโยชน์จากการร่วมมือกันของสมาชิก (ค) การเลือกกระทำเพื่อส่วนรวมเป็นพฤติกรรมที่บุคคลต้องเสียสละและลงทุนลงแรง (ง) ไม่ว่าจะ เป็นกลุ่มเล็กหรือใหญ่ ค่าใช้จ่ายหรือการลงทุนลงแรงเพื่อผลประโยชน์ส่วนรวมนั้นจะคงที่ (จ) ผลประโยชน์ส่วนรวมนั้นสามารถแบ่งสรรได้ คือสมาชิกแต่ละคนสามารถเข้าถึงหรือได้รับผลประโยชน์นั้นด้วย (Heckathorn, 1998; Sell & Wilson, 1991) จากเงื่อนไขที่กล่าวมาทั้ง 5 ข้อนี้จะเห็นได้ว่า



มีแนวโน้มความเป็นไปได้ที่จะส่งผลให้สมาชิกบางคนเอาไรด์เอาเปรียบผู้อื่น (free riding) เพราะถึงแม้ว่าตนจะไม่ลงทุนลงแรงเท่าคนอื่น แต่ตนเองก็ไม่สามารถถูกแยกออกจากกลุ่มได้และยังคงได้รับผลประโยชน์เช่นเดิม แต่ถ้าทุกคนเลือกที่จะกระทำเช่นนี้ก็อาจจะส่งผลเสียต่อทั้งกลุ่มหรือสังคมได้ ดังนั้นการตระหนักถึงปัญหาจากสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมและการค้นหาวิธีในการส่งเสริมให้บุคคลเลือกกระทำเพื่อส่วนรวมนั้น จึงเป็นสิ่งสำคัญที่อาจจะทำให้สังคมเกิดการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นในอนาคต

### ประเภทของภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม

Messick และ Brewer (1983) ได้แบ่งประเภทของภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมตามมิติด้านเวลาทั้งในระยะสั้นและระยะยาว เป็น 2 ประเภท ดังนี้

1. กับดักทางสังคม (social traps) คือ สถานการณ์ที่พฤติกรรมที่ส่งผลทางบวกแก่ปัจเจกบุคคลจะนำไปสู่ผลทางลบแก่ส่วนรวม ตัวอย่างเช่น สถานการณ์ที่บุคคลเลือกที่จะขับรถยนต์ส่วนตัว แทนการใช้ระบบขนส่งสาธารณะเพื่ออำนวยความสะดวกสบายให้แก่ตนเอง แต่การกระทำเช่นนั้นอาจทำให้เกิดมลพิษทางอากาศมากขึ้น ซึ่งเป็นผลเสียแก่ส่วนรวม เป็นต้น จะเห็นได้ว่ากับดักทางสังคมจะเน้นไปที่การกระทำพฤติกรรมเพื่อให้ตนเองได้รับผลประโยชน์ บางครั้งกับดักทางสังคมจึงถูกเรียกว่า take some dilemmas หรือ commons (or resource) dilemmas

2. สิ่งกีดขวางทางสังคม (social fences) คือ สถานการณ์ที่พฤติกรรมที่ส่งผลทางลบแก่ปัจเจกบุคคลจะนำไปสู่ผลทางบวกแก่ส่วนรวม ถ้ามีจำนวนคนมากพอที่กระทำพฤติกรรมนั้นๆ ตัวอย่างเช่น สถานการณ์ที่บุคคลยอมเสียสละบริจาคเงินเพื่อบำรุงการศึกษาก็จะส่งผลให้สถาบันการศึกษานั้นๆ มีงบประมาณในการซื้อหนังสือมากขึ้น สามารถปรับปรุงห้องสมุดและระบบต่างๆ ภายในสถาบันให้ดียิ่งขึ้นซึ่งจะส่งผลดีต่อนักเรียนทุกคน เป็นต้น จะเห็นได้ว่าสิ่งกีดขวางทางสังคมจะเน้นไปที่การเสียสละบางสิ่งบางอย่างของบุคคล เช่น เวลา เงิน ความพยายาม บางครั้งสิ่งกีดขวางทางสังคมจึงถูกเรียกว่า give some dilemmas หรือ public goods dilemmas

สามารถสรุปได้ดังตารางที่ 1

## ตารางที่ 1

การแบ่งประเภทของภาวะยุ่งยากทางสังคม (ดัดแปลงจาก Messick & Brewer, 1983)

ผลที่เกิดกับส่วนรวม		
	ระยะสั้น	ระยะยาว
กัณฑ์ทางสังคม		
- Take some dilemmas	การเดินทางโดยรถยนต์ส่วนตัว (กับรถโดยสารสาธารณะ) ทำให้เกิดรถติดและมลพิษในอากาศ	การใช้ทรัพยากรมากเกินไป ส่งผลให้เกิดภาวะขาดแคลน
- Common/Resource Dilemmas		
สิ่งกีดขวางทางสังคม		
- Give some dilemmas	การไม่บริจาคเงินบำรุงสวนสาธารณะส่งผลให้สวนสาธารณะทรุดโทรม	การไม่เสียสละทำงาน นอกเหนือหน้าที่ ส่งผลให้บริษัทไม่เจริญก้าวหน้า
- Public goods dilemmas		

Forsyth (2010) ได้แบ่งประเภทของภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมนอกเหนือจากกัณฑ์ทางสังคมและสิ่งกีดขวางทางสังคม เพิ่มเติมอีก 2 ประเภท ดังนี้

1. ภาวะยุ่งยากสองด้านเกี่ยวกับความยุติธรรม (Fairness dilemmas) คือ สถานการณ์ที่เกิดขึ้นเมื่อมีการแบ่งสรรทรัพยากรให้แก่สมาชิกในกลุ่มหรือสังคม โดยต้องคำนึงถึงวิธีที่ยุติธรรมและเหมาะสมในการแบ่งทรัพยากรนั้นๆ สามารถแบ่งเป็น 2 แบบ ได้แก่

1.1 ความยุติธรรมทางวิธีการ (procedural justice) คือ การคำนึงถึงความยุติธรรมของวิธีการที่ใช้ตัดสินใจในการแบ่งสรรทรัพยากรให้แก่สมาชิก

1.2 ความยุติธรรมในการแบ่งสรร (distributive justice) คือ การคำนึงถึงความยุติธรรมของทรัพยากรที่ถูกรวบรวมให้แก่สมาชิก โดยขึ้นอยู่กับบรรทัดฐานในการแบ่งสรร ดังนี้

- ความยุติธรรม (equity) สมาชิกที่ลงแรงทั้งเวลา เงินและความพยายามในการกระทำเพื่อกลุ่มมากก็ย่อมได้รับส่วนแบ่งมากกว่าสมาชิกที่กระทำเพื่อกลุ่มน้อย
- ความเท่าเทียม (equality) สมาชิกทุกคนในกลุ่มได้รับส่วนแบ่งทรัพยากรเท่าๆ กันโดยไม่คำนึงว่าสมาชิกแต่ละคนนั้นลงทุนลงแรงให้กับกลุ่มมากหรือน้อย
- อำนาจ (power) สมาชิกที่มีอำนาจหรือสถานะอยู่เหนือสมาชิกคนอื่นภายในกลุ่มย่อมได้รับส่วนแบ่งมากที่สุด
- ความต้องการ (need) สมาชิกที่มีความต้องการใช้ทรัพยากรมากควรได้รับการแบ่งสรรทรัพยากรตามที่ต้องการ ส่วนสมาชิกที่มีต้องการน้อยก็ควรได้รับการแบ่งสรรทรัพยากรในจำนวนที่น้อยลง
- ความรับผิดชอบ (responsibility) สมาชิกที่มีทรัพยากรมากควรแบ่งสรรให้ที่มีทรัพยากรน้อยกว่าสมาชิกที่มีทรัพยากรน้อยกว่า

2. ภาวะยุ่งยากสองด้านเกี่ยวกับความรับผิดชอบ (responsibility dilemma) คือ สถานการณ์ที่เกิดขึ้นภายหลังที่กลุ่มทำงานเสร็จจุลวงแล้วได้ประสบความสำเร็จหรือล้มเหลว สมาชิกในกลุ่มถกเถียงกันถึงความสำเร็จหรือความล้มเหลวนั้นๆ ว่าควรยกย่องให้เป็นผลงานของใครหรือตำหนิให้เป็นความบกพร่องของใคร ถ้าสมาชิกมองความรับผิดชอบในลักษณะกลุ่ม (group-serving/sociocentric) จะยกย่องความสำเร็จให้กับกลุ่ม และมองความผิดพลาดนั้นๆ ว่ามีสาเหตุมาจากภายนอก แต่ถ้าสมาชิกมองความรับผิดชอบในลักษณะบุคคล (self-serving/ego-centric) จะอ้างรับความสำเร็จแต่เพียงผู้เดียว และตำหนิสมาชิกคนอื่นถึงความผิดพลาดที่เกิดขึ้น ซึ่งการอ้างความรับผิดชอบอย่างหลังนี้ส่งผลให้กลุ่มขาดความเหนียวแน่นและนำไปสู่ความขัดแย้งภายในกลุ่มได้

นอกจากนี้ Schwartz-Shea และ Orbell (1992) ยังได้กล่าวถึงเรื่องความสมมาตรและความไม่สมมาตรของภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม (symmetric/asymmetric social dilemma) นั่นคือ การตั้งคำถามว่าเป็นไปได้หรือไม่ที่ผลตอบแทนที่เกิดขึ้นในสถานการณ์นั้นๆ จะได้รับการแบ่งสรรอย่างเท่าๆ กันแก่สมาชิกทุกคนในกลุ่มเพราะทุกๆ คนยอมเข้าถึงและครอบครองทรัพยากรส่วนกลางได้ในระดับที่แตกต่างกัน ต่อมา Van Dijk และ Wilke (1995) ได้ทำการทดลองเกี่ยวกับความไม่สมมาตรทั้งในสถานการณ์กับดักทางสังคม (social traps/resource dilemmas) และสิ่งกีดขวางทางสังคม (social fences/public goods dilemmas) พบว่าบรรทัดฐานของความเท่าเทียม

(norm of fairness) เข้ามามีบทบาทในการกำหนดระดับของสิ่งที่บุคคลควรจะได้รับแบ่งสรรให้กับส่วนกลาง นั่นคือ ในสถานการณ์สิ่งกีดขวางทางสังคม บุคคลควรจะได้รับแบ่งสรรให้กับส่วนกลางตามกำลังและความสามารถของตนโดยบุคคลที่ครอบครองทรัพยากรมากย่อมถูกคาดหวังให้แบ่งสรรแก่ส่วนกลางมากเพื่อให้เกิดความยุติธรรม (proportionality rule) แต่สำหรับสถานการณ์กับดักทางสังคมนั้น บุคคลคาดหวังว่าในที่สุดแล้วสมาชิกทุกคนจะได้รับส่วนแบ่งทรัพยากรในระดับที่เท่ากัน (equal final outcome rule)

Van Dijk และ Wilke (1995) ได้นำข้อมูลที่พบไปประยุกต์ใช้ในสถานการณ์การอนุรักษ์ทรัพยากรน้ำ กล่าวคือ ในภาวะปกติบุคคลพึงพอใจที่จะจ่ายค่าน้ำตามปริมาณน้ำที่ตนเองใช้ (proportionality rule) แต่ในภาวะแห้งแล้งนั้นบุคคลแต่ละคนควรจะได้รับและใช้น้ำในปริมาณเท่าๆกัน (equal final outcome rule) นอกจากนี้ยังพบว่าบุคคลมีแนวโน้มที่จะร่วมมือกับสมาชิกคนอื่นในสถานการณ์กับดักทางสังคมมากกว่าในสถานการณ์สิ่งกีดขวางทางสังคมเพราะบุคคลมีความไวต่อการสูญเสียมากกว่าการได้รับ ดังนั้นจึงสังเกตที่จะต้องเสียสละทรัพยากรของตนในสถานการณ์สิ่งกีดขวางทางสังคมมากกว่าการได้รับประโยชน์ในสถานการณ์กับดักทางสังคม

### เทคนิคเฉพาะในการศึกษาภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม

ในการศึกษาแรงจูงใจหลายด้านในภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมนั้น นักวิจัยใช้เทคนิคพิเศษในการจำลองสถานการณ์ทางสังคมเพื่อให้ผู้เล่นได้ปฏิสัมพันธ์กัน โดยรวมทั้งสถานการณ์ที่มีเป้าหมายเพื่อให้บุคคลร่วมมือกันและให้บุคคลแข่งขันกัน ตัวอย่างเทคนิคเหล่านี้ได้แก่ เกมความลำบากใจของนักโทษ (prisoner's dilemma game (PDG) ที่ได้รับความนิยมนำมาศึกษาอย่างแพร่หลาย เกมไก่ (chicken dilemma game) (Kelly, Holmes, Kerr, Reis, Rusbult, & Van Lange, 2003) เกมเชื่อใจ (assurance (trust) dilemma) (Heckathorn, 1998; Kollock, 1998) และเกมผู้เสียสละ (Altruists' dilemma game) ซึ่งเป็นเกมที่แตกต่างจากเกมที่กำลังกล่าวมาข้างต้น เพราะกลยุทธ์เด่นในการเล่นเกมนี้อาจเป็นการให้ทั้งสองฝ่ายเลือกที่จะไม่ร่วมมือกัน ทั้งนี้เป็นเกมที่แสดงให้เห็นว่า การเลือกร่วมมือกันของทั้งสองฝ่ายไม่ได้ส่งผลดีที่สุดเสมอไป (Heckathorn, 1998) ตัวอย่างเช่นในสถานการณ์การคิดตามกลุ่ม (group think) ที่สมาชิกทุกคนมีความคิดไปในทางเดียวกันทั้งหมดโดยมองว่าเป็นการร่วมมือกับกลุ่ม แต่การทำแบบนี้อาจจะส่งผลเสียต่อกลุ่มเนื่องจากข้อมูลหรือทรัพยากรที่แบ่งปัน

กันในกลุ่มไม่มีความหลากหลาย ดังนั้นวิธีแก้ไขคือสมาชิกคนใดคนหนึ่งควรเลือกที่จะไม่ร่วมมือโดย แสดงความเห็นโต้แย้งกับกลุ่ม แม้ว่าจะได้รับแรงกดดันจากกลุ่มให้คล้อยตามก็ตาม (Van Lange et al., 2013) ในส่วนนี้จะขอยกตัวอย่างเฉพาะเกมความลำบากใจของนักโทษเพราะเป็นเทคนิคที่นักวิจัย ยังคงนำมาใช้กันอยู่ในปัจจุบัน

### เกมความลำบากใจของนักโทษ (prisoner's dilemma game (PDG))

แนวคิดของเกมนี้แรกเริ่มถูกพัฒนาขึ้นโดย Flood และ Dresher ในปี ค.ศ.1950 จากนั้น Tucker นำมาปรับปรุงโดยการเพิ่มเนื้อหาเกี่ยวกับนักโทษ จากนั้นจึงตั้งชื่อว่า เกมความลำบากใจของนักโทษ (Poundstone, 1992) ซึ่งเป็นเกมพื้นฐานที่ได้รับความนิยมในการศึกษาและอธิบายภาวะยุ่งยากสองด้านตั้งแต่อดีตมาจนถึงปัจจุบัน โดยรูปแบบของการเล่นเกมมีลักษณะใกล้เคียงกับคำจำกัดความของภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมของ Dawes (1980) เกมความลำบากใจของนักโทษเป็นเกมที่มีผู้เล่น 2 คนและทางเลือก 2 ทาง โดยที่ผู้เล่นทั้งสองฝ่ายพยายามเลือกทางเลือกที่ได้ผลตอบแทนมากที่สุด แต่ทางเลือกนั้นกลับทำให้ผลตอบแทนรวมที่ได้ต่ำลงซึ่งส่งผลเสียกับทั้งสองฝ่าย มีสถานการณ์ดังนี้

คนร้ายสองคนคือ A และ B ถูกตำรวจจับและถูกแยกไปสอบปากคำที่ละคน ตำรวจไม่สามารถดำเนินคดีกับคนร้ายทั้งสองได้ทันทีเพราะไม่มีพยาน คนร้ายแต่ละคนมีทางเลือกสองทางคือ รับสารภาพและไม่รับสารภาพ ถ้าคนร้ายคนหนึ่งรับสารภาพแต่อีกคนไม่รับสารภาพ ตำรวจจะกันคนที่รับสารภาพไว้เป็นพยานและปล่อยตัวไป และจะส่งฟ้องคนที่ไม่รับสารภาพ ซึ่งมีโทษจำคุก 20 ปี ถ้าทั้งสองคนรับสารภาพจะได้รับการลดโทษเหลือจำคุกคนละ 10 ปี แต่ถ้าทั้งสองคนไม่รับสารภาพ ตำรวจจะสามารถส่งฟ้องได้เพียงข้อหาเล็กน้อยเท่านั้นซึ่งมีโทษจำคุก 1 ปี

จะเห็นได้ว่าทางเลือกในการรับสารภาพเป็นการเลือกที่จะไม่ร่วมมือกับผู้ร้ายอีกคนหนึ่ง (competitive choice) และทางเลือกที่จะไม่รับสารภาพเป็นการเลือกที่จะร่วมมือกับผู้ร้ายอีกคนหนึ่ง (cooperative choice) ซึ่งจากสถานการณ์ที่กล่าวมา กลวิธีเด่นของผู้เล่นทั้งสองฝ่ายคือการรับสารภาพ เพราะไม่ว่าผู้เล่นอีกฝ่ายจะตัดสินใจอย่างไรก็จะได้ผลตอบแทนที่ดีกว่าเสมอ แต่ถ้าผู้เล่นทั้ง

สองฝ่ายเลือกทางเลือกนี้กลับไม่ได้รับผลตอบแทนที่ดีที่สุด ถึงแม้ผู้เล่นจะทราบว่าผลตอบแทนที่ดีที่สุดจะเกิดขึ้นเมื่อทั้งสองฝ่ายไม่รับสารภาพแต่ก็มีหลายปัจจัยที่ส่งผลให้ผู้เล่นไม่เลือกทางเลือกนี้ จึงทำให้ทั้งสองฝ่ายต้องได้รับผลตอบแทนที่ต่ำลง (-10, -10) ดังภาพที่ 1

		ทางเลือกผู้ต้องหา B	
		รับสารภาพ	ไม่รับสารภาพ
ทางเลือกผู้ต้องหา A	รับสารภาพ	-10	-20
	ไม่รับสารภาพ	0	-1

ภาพที่ 1 ทางเลือกและผลตอบแทนในเกมความลำบากใจของนักโทษ

งานวิจัยหลายงานได้ศึกษาถึงปัจจัยที่ส่งผลให้ผู้เล่นเลือกที่จะไม่ร่วมมือกับผู้เล่นอีกฝ่ายซึ่งทำให้เกิดผลเสียแก่ทั้งสองฝ่าย พบว่ามีปัจจัยหลายประการไม่ว่าจะเป็นความสัมพันธ์ระหว่างผู้เล่น บุคลิกภาพ ความคาดหวัง การใช้คำอธิบายผู้เล่นว่าเป็นคู่แข่งก็ส่งผลให้การไม่ร่วมมือของผู้เล่นเพิ่มขึ้นมากกว่าการใช้คำอธิบายว่าเป็นคู่แข่ง (Burnham, McCabe, & Smith, 2000) การที่ผู้เล่นรับรู้ว่าคุณได้เล่นเกมกับผู้เล่นคนเดิมก็ส่งผลให้เกิดความร่วมมือเพิ่มขึ้น (Bó, 2005) นอกจากนี้ยังพบด้วยว่าลักษณะทางเลือกของผู้เล่นต่างส่งผลซึ่งกันและกัน (behavioral assimilation) นั่นคือถ้าผู้เล่นคนหนึ่งเลือกที่จะไม่ร่วมมือก็มีแนวโน้มว่าผู้เล่นอีกคนหนึ่งจะเลือกไม่ร่วมมือเช่นเดียวกัน (reciprocity) (Falk & Fischbacher, 2006) โดย Kelly และ Stahelski (1970) พบว่าการตอบโต้ทางเลือกในการไม่ร่วมมือมีอิทธิพลรุนแรงกว่าการร่วมมือ นั่นคือ ถ้าผู้เล่นคนแรกเลือกที่จะร่วมมือแต่ผู้เล่นคนที่สองเลือกที่จะไม่ร่วมมือ ผู้เล่นคนแรกจะเปลี่ยนมาเล่นเกมแบบไม่ร่วมมือก่อนที่ผู้เล่นคนที่สองจะเปลี่ยนมาเล่นเกมแบบร่วมมือ

อย่างไรก็ตามเกมต่างๆ ที่กล่าวมาข้างต้นได้รับข้อวิพากษ์วิจารณ์ว่าเป็นเกมสำหรับผู้เล่นเพียง 2 คน ซึ่งมีความแตกต่างจากภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมในสถานการณ์จริงที่ประกอบไปด้วย

บุคคลจำนวนมากเพราะในเกมที่มีผู้เล่นเพียงสองคนนั้นผลเสียจากการไม่ร่วมมือจะถูกเน้นไปที่ผู้เล่นอีกฝ่ายเพียงคนเดียวเท่านั้น และถ้าภาวะยุ่งยากสองด้านนั้นๆ เกิดขึ้นซ้ำๆ พฤติกรรมในอดีตของผู้เล่นทั้งสองจะเป็นตัวกำหนดกลยุทธ์ในการเล่นรอบต่อไป อีกทั้งงานวิจัยที่ผ่านมามีส่วนใหญ่อำนาจกระทำในห้องทดลองจึงอาจไม่มีความตรงภายนอก (external validity) เนื่องจากมีปัจจัยหลายอย่างในสถานการณ์จริงที่ไม่สามารถจัดกระทำทั้งหมดพร้อมกันได้ ไม่ว่าจะเป็นขนาดของกลุ่ม ความแตกต่างของผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยในด้านความคิดต่อผลตอบแทนที่ได้รับและข้อมูลที่มีส่วนร่วมในการวิจัยแต่ละคนได้รับ เป็นต้น (Van Lange, Liebrand, Messick, & Wilke, 1992)

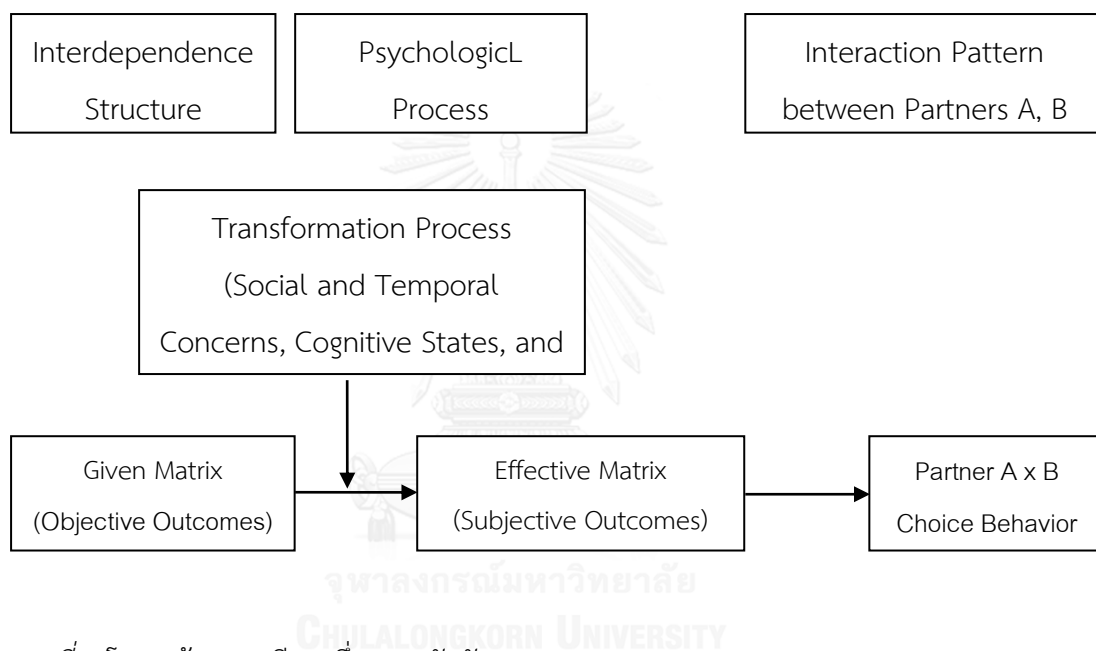
### กรอบความคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม

ในการศึกษาเกี่ยวกับภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมที่ผ่านมามีการวิพากษ์วิจารณ์ถึงการขาดกรอบความคิดและทฤษฎีที่สามารถนำมาครอบคลุมประเด็นนี้ได้ ทั้งนี้เป็นเพราะในการศึกษาที่ผ่านมานักวิจัยได้เสนอทฤษฎีและสมมติฐานที่เน้นเพียงตัวแปรและกระบวนการที่ค่อนข้างจำกัด อย่างไรก็ตามได้มีการพัฒนาทฤษฎีต่างๆ ขึ้นมาใหม่เพื่อให้มีประสิทธิภาพในการอธิบายปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้น ไม่ว่าจะเป็นทฤษฎีการพึ่งพาอาศัยกัน (interdependence theory) กรอบความคิดเรื่องความเหมาะสม (the appropriateness framework) (Weber, Kopelman, & Messick, 2004) และแนวความคิดด้านวิวัฒนาการ ดังที่จะกล่าวถึงต่อไปนี้

#### ทฤษฎีการพึ่งพาอาศัยกัน (Interdependence Theory)

ทฤษฎีการพึ่งพาอาศัยกันเป็นทฤษฎีที่รวบรวมกรอบความคิดทั้งด้านการปฏิสัมพันธ์กันในสังคมและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลโดยมีรากฐานมาจากทฤษฎีเกม (Kelly & Thibaut, 1978; Van Lange & Rusbult, 2012) โดยอธิบายว่าการปฏิสัมพันธ์อย่างพึ่งพาอาศัยกันนั้นประกอบไปด้วยโครงสร้างการพึ่งพาอาศัยกัน (interdependence structure) เช่น เกมความลำบากใจของนักโทษ คู่ที่มีปฏิสัมพันธ์กัน (interacting partners) เช่น ผู้เล่น A และผู้เล่น B และพลวัตในการมีปฏิสัมพันธ์กัน (interaction dynamics) เช่น การใช้กลยุทธ์ทิฟฟออร์ทาโดยการโต้ตอบในลักษณะเดียวกับที่ผู้เล่นคนอื่นกระทำ (tit-for-tat strategy) นั่นคือ บุคคลจะปรับเปลี่ยนรูปแบบหรือโครงสร้างของสถานการณ์ที่สนองความพึงพอใจของบุคคลในระยะสั้นๆ ตามความต้องการ ทักษะและอื่นๆ มาเป็น

โครงสร้างสถานการณ์ที่มีคุณภาพมากขึ้นโดยการพิจารณาถึงปัจจัยด้านสังคมอื่นๆ เช่น ผลตอบแทนที่ผู้อื่นจะได้รับ ผลระยะยาวที่จะตามมาหลังจากที่ตนได้ตัดสินใจกระทำพฤติกรรมนั้นๆ และอารมณ์การรู้สึกในขณะนั้น ซึ่งจะนำไปสู่ทางเลือกของพฤติกรรมที่สอดคล้องกับสถานการณ์และเชื่อมโยงกับตัวบุคคลในขณะนั้น เกิดเป็นรูปแบบการปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลทั้งสองในสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม ดังภาพที่ 2



ภาพที่ 2 โครงสร้างทฤษฎีการพึ่งพาอาศัยกันของ Van Lange และ Rusbult (2012)

ในระยะต่อมามีนักวิจัยหลายท่านที่พัฒนาแนวความคิดเกี่ยวกับกระบวนการปรับเปลี่ยนโครงสร้างของสถานการณ์ (transformation Process) เพื่อให้เกิดความชัดเจนมากยิ่งขึ้น โดยบางโมเดลอธิบายว่า การปรับเปลี่ยนโครงสร้างของสถานการณ์นั้นคือการที่บุคคลให้น้ำหนักผลตอบแทนที่ได้รับโดยคำนึงถึงตนเอง บุคคลอื่น และความเสมอภาคในผลตอบแทนนั้น (Van Lange, 1999) นอกจากนี้ โมเดลเหล่านี้ยังระบุด้วยว่าการเสียสละ (altruism) วัฒนธรรมคิตรวมหมู่ (collectivism) และความเสมอภาค (egalitarianism) เป็นแรงจูงใจสำคัญที่ส่งผลให้เกิดทางเลือกของพฤติกรรมการร่วมมือ (Van Lange, De Cremer, Van Dijk, & Van Vugt, 2007) นอกจากนี้ยังได้มีการศึกษา



เพิ่มเติมถึงบทบาทของการปรับเปลี่ยนอารมณ์และความรู้สึก เช่น การศึกษาความรู้สึกเห็นอกเห็นใจ ต่อความร่วมมือ (Van Lange, 2008) และการศึกษาการปรับเปลี่ยนด้านเวลาหรือการคำนึงถึงผลที่จะตามมาในอนาคตจากการเลือกกระทำพฤติกรรมนั้นๆ (Van Lange & Joireman, 2008) ซึ่งช่วยสร้างความเข้าใจในสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมที่ประกอบไปด้วยความขัดแย้งทางสังคม (ตนเองหรือส่วนรวม) และความขัดแย้งด้านเวลา (ระยะสั้นหรือระยะยาว)

จากแนวความคิดการพึ่งพาอาศัยกันนี้ สิ่งสำคัญที่ถือเป็นความท้าทายในการศึกษาภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมนั้นคือ ปัจจัยด้านการควบคุมตนเอง (self-control) ทั้งนี้เพราะการควบคุมตนเองเพราะเป็นสิ่งที่ช่วยสนับสนุนให้บุคคลได้ตระหนักถึงผลที่จะตามมาในระยะยาวจากการกระทำของตนในขณะนั้น (Joireman, Balliet, Sprott, Spangenberg & Schultz, 2008) ถ้าสถานการณ์สามารถส่งเสริมให้บุคคลควบคุมตนเองและตระหนักถึงผลที่ตามมาในระยะยาวได้ก็จะส่งผลให้บุคคลเลือกที่จะร่วมมือกับสังคมมากขึ้น (Insko et al., 1998; Joireman et al., 2008; Van Lange, Klapwijk, & Van Munster, 2011) หรือส่งเสริมให้บุคคลเลือกที่จะตอบสนองต่อบุคคลที่ไม่ร่วมมือในแง่บวก เช่น การให้อภัย (Balliet, Li, & Joireman, 2011) เป็นต้น

#### กรอบความคิดเรื่องความเหมาะสม (the appropriateness framework)

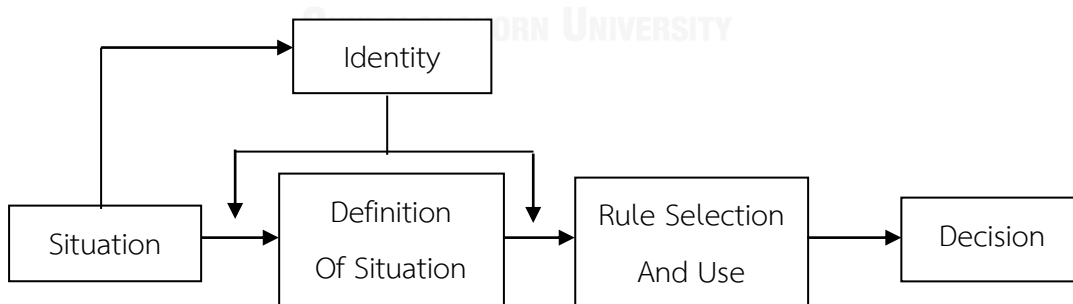
Weber, Kopelman, และ Messick (2004) พัฒนากรอบความคิดเรื่องความเหมาะสมจากกรอบความคิดเรื่องตรรกะของความเหมาะสม (logic of appropriateness framework) ของ March (1994) โดยได้อธิบายว่า บุคคลจะตั้งคำถามกับตนเองก่อนที่จะตัดสินใจเลือกทางเลือกใดทางเลือกหนึ่งว่า “บุคคลแบบฉันจะทำอย่างไรในสถานการณ์แบบนี้” ซึ่งคำถามนี้ระบุให้เห็นถึงองค์ประกอบ 3 อย่างในกรอบความคิดนี้ ได้แก่

1. การระบุสถานการณ์ (recognition) ตัวอย่างเช่น การระบุลักษณะของสถานการณ์ในเวลา นั้นว่าเป็นสถานการณ์ที่ต้องอาศัยความร่วมมือหรือไม่ เป็นงานเดี่ยวหรืองานกลุ่ม เป็นต้น การระบุสถานการณ์ถือเป็นการจำแนกประเภทหนึ่ง ดังนั้นถ้าสถานการณ์มีความใกล้เคียงกับสิ่งที่บุคคลเคยประสบมามากเท่าไร บุคคลก็จะมีคามมั่นใจมากขึ้นเท่านั้น เพราะสามารถจำแนกสถานการณ์ได้

โดยง่ายและรวดเร็ว นอกจากนี้บุคคลยังระบุสถานการณ์โดยอาศัยบริบททางสังคมด้วยว่าบุคคลอื่นมีพฤติกรรมอย่างไรในสถานการณ์นั้นๆ และคาดหวังให้ตนเองปฏิบัติตนอย่างไร

2. อัตลักษณ์ (identity) ในกรอบความคิดนี้ อัตลักษณ์ถือเป็นปัจจัยที่มีความซับซ้อน ใช้อธิบายถึงความแตกต่างระหว่างบุคคลในทุกๆ ด้านที่ปรากฏอยู่ในสถานการณ์นั้นๆ ไม่ว่าจะเป็นบุคลิกภาพ แรงจูงใจทางสังคม ศาสนา ประสบการณ์ ค่านิยม และสถานะ เป็นต้น

3. การเลือกใช้กฎและสิ่งชี้แนะ (decision rules or heuristics) กฎและสิ่งชี้แนะเป็นสิ่งที่ช่วยลดตัวเลือกสำหรับการตัดสินใจของบุคคลลงเมื่อประสบกับสถานการณ์หนึ่งๆ ทั้งนี้กฎที่กล่าวถึงไม่ใช่เฉพาะกฎที่เป็นรูปธรรมและแสดงให้เห็นอย่างชัดเจน แต่ยังรวมถึงสิ่งชี้แนะโดยนัยด้วย เช่น การเคารพผู้ใหญ่หรือการแบ่งสิ่งที่ได้มาให้กับบุคคลอื่นอย่างเท่าๆ กัน เป็นต้น ทั้งนี้นักวิจัยหลายท่านได้แสดงความเห็นถึงความแตกต่างระหว่างกฎและสิ่งชี้แนะ (Chaiken & Trope, 1999) ว่าสิ่งชี้แนะส่งผลให้บุคคลเกิดกระบวนการคิดที่ง่ายและไม่ซับซ้อน ส่วนกฎส่งผลให้บุคคลเกิดกระบวนการคิดที่ซับซ้อนและต้องใช้ความพยายามมากกว่า โดยสรุปแล้วกฎและสิ่งชี้แนะเป็นผลที่เกิดจากการรับรู้บรรทัดฐานของสังคม ดังที่ Cialdini, Bator, และ Guadagno (1999 อ้างถึงใน Weber et al., 2004) ได้กล่าวไว้ว่า บรรทัดฐานของสังคมคือกฎที่ทุกคนเข้าใจและเป็นสิ่งชี้แนะที่นำไปสู่พฤติกรรมที่คาดหวังและเป็นที่ยอมรับในสังคม



ภาพที่ 3 โมเดลกรอบความคิดเรื่องความเหมาะสมของ Weber และคณะ (2004)

จากภาพที่ 3 จะเห็นได้ว่า สถานการณ์ส่งผลต่อทั้งอัตลักษณ์และการระบุสถานการณ์ของบุคคล อีกทั้งอัตลักษณ์ของบุคคลก็มีอิทธิพลต่อการระบุสถานการณ์และการเลือกใช้กฎหรือสิ่ง

ชี้แนะจากการระบุสถานการณ์นั้นๆ ด้วยเช่นกัน ซึ่งนำไปสู่การตัดสินใจครั้งสุดท้าย Weber และคณะ เน้นปัจจัยด้านสถานการณ์ที่ส่งผลต่อบุคคลเช่นเดียวกับทฤษฎีการพึ่งพาอาศัยกัน แต่ได้เน้นการ พิจารณาถึงปัจจัยด้านอัตลักษณ์ของบุคคลและสิ่งชี้แนะทางสังคมที่มีส่วนเกี่ยวข้องอย่างมากต่อการ ตัดสินใจของบุคคลในการศึกษาสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมนี้

### ทฤษฎีด้านวิวัฒนาการ

นักวิจัยได้พัฒนากรอบความคิดจากทฤษฎีด้านวิวัฒนาการเพื่อศึกษาเกี่ยวกับการเสียสละ (altruism) และความร่วมมือ (cooperation) ในที่นี้ขอนำเสนอแนวความคิด 4 รูปแบบ ที่สำคัญและ สามารถช่วยให้เกิดความเข้าใจมากยิ่งขึ้น ได้แก่

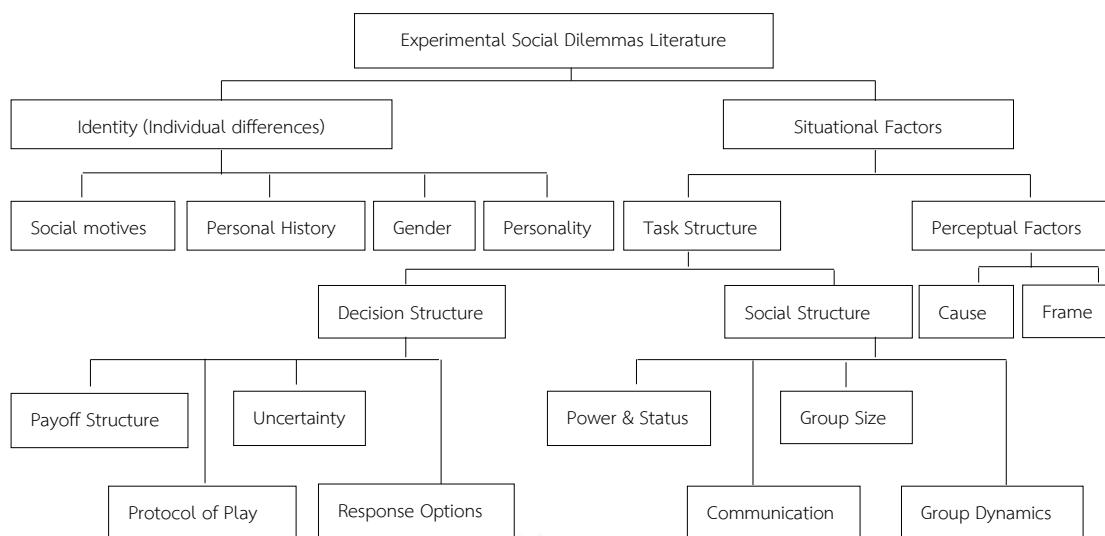
1. การเลือกเฉพาะญาติพี่น้อง (kin selection) เสนอว่า บุคคลมีแนวโน้มที่จะช่วยเฉพาะ บุคคลที่ตนเองมีความเกี่ยวข้องทางพันธุกรรม (Hamilton, 1964) กล่าวคือบุคคลมีแนวโน้มที่จะ ช่วยเหลือญาติพี่น้องมากกว่า ทำร้ายญาติพี่น้องน้อยกว่า และอดทนต่อความไม่ยุติธรรมที่เกิดจาก ญาติพี่น้องมากกว่า โดยเฉพาะอย่างยิ่งในสถานการณ์ที่มีความเสี่ยงสูง แต่ในสถานการณ์ที่มีความ เสี่ยงต่ำ ความเป็นญาติพี่น้องจะไม่มีอิทธิพลมากนัก (Burnstein, Crandall, & Kitayama, 1994)
2. การต่างตอบแทนด้วยความเสียสละหรือการต่างตอบแทนทางตรง (reciprocal altruism หรือ direct reciprocity) Travis (1971) จากหลักฐานงานวิจัยที่ผ่านมาพบว่า พฤติกรรมการร่วมมือ ของบุคคลมีแนวโน้มว่าจะได้รับอิทธิพลจากพฤติกรรมการร่วมมือของบุคคลอื่น ดังนั้นถ้าบุคคล คาดหวังที่จะให้ผู้อื่นร่วมมือกับตน บุคคลต้องแสดงพฤติกรรมเช่นเดียวกันนั้นด้วย (Van Lange, 1999)
3. การต่างตอบแทนทางอ้อม (indirect reciprocity) บุคคลจะตอบโต้บุคคลอื่นแบบร่วมมือ หรือไม่ร่วมมือขึ้น ขึ้นอยู่กับชื่อเสียงหรือข้อมูลของบุคคลนั้นว่าเป็นบุคคลที่มีพฤติกรรมความร่วมมือ หรือไม่ ซึ่งมียุทธศาสตร์จากงานวิจัยที่แสดงให้เห็นว่าในสถานการณ์ที่บุคคลไม่สามารถตอบโต้ทางตรงได้ บุคคลจะร่วมมือกับคนที่เคยช่วยเหลือหรือร่วมมือกับผู้อื่นในอดีต ซึ่งสามารถนำมาอธิบายถึงการ พัฒนาการร่วมมือให้ยั่งยืนในกรณีที่บุคคลมีข้อมูลเกี่ยวกับลักษณะของบุคคลอื่นๆ (Wedekind & Milinski, 2000)

4. การให้สัญญาณที่แสดงถึงคุณค่าและความพยายาม (costly signaling) มีความใกล้เคียงกับการตอบโต้ทางอ้อม กล่าวคือ บุคคลมีแนวโน้มที่จะเข้าร่วมในกิจกรรมที่ต้องอาศัยความพยายามเพื่อบ่งบอกถึงคุณลักษณะที่เป็นที่ปรารถนาของบุคคลอื่น เช่น การบริจาคเงินจำนวนมาก ซึ่งไม่เพียงแสดงถึงความมีน้ำใจ แต่ยังแสดงถึงความร่ำรวยและสถานะทางสังคมอีกด้วย ดังนั้นถ้าพฤติกรรมความร่วมมือนั้นแสดงถึงคุณลักษณะที่เป็นที่ต้องการมากเท่าไร บุคคลยิ่งมีแนวโน้มที่จะร่วมมือมากขึ้น (Hardy & Van Vugt, 2006)

โดยสรุปแล้วทฤษฎีการพึ่งพาอาศัยกัน (interdependence theory) ช่วยให้เกิดความเข้าใจในเรื่องของสถานการณ์และกระบวนการที่บุคคลจะจัดการกับสถานการณ์นั้น ส่วนกรอบความคิดเรื่องความเหมาะสม (the appropriateness framework) ช่วยให้เกิดความเข้าใจเพิ่มเติมโดยการเน้นไปที่ปัจจัยด้านอัตลักษณ์ของบุคคล บรรทัดฐานทางสังคม และสิ่งชี้แนะที่บุคคลใช้ในการตัดสินใจในสถานการณ์นั้นๆ และสุดท้ายคือทฤษฎีวิวัฒนาการที่ช่วยอธิบายถึงพฤติกรรมความร่วมมือที่พัฒนาอย่างมีระบบตามธรรมชาติและตามบริบทในช่วงเวลาต่างๆ ซึ่งเน้นไปที่การตอบโต้ทางตรงและทางอ้อม บทบาทของชื่อเสียงและการให้สัญญาณที่บ่งบอกถึงคุณลักษณะที่เป็นที่ต้องการ ในช่วงที่ผ่านมามีการศึกษาและพัฒนาแนวความคิดนี้เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง (Van Lange et al., 2013) จากที่กล่าวมาจะเห็นได้ว่าปัจจัยสำคัญในการศึกษาพฤติกรรมและการตัดสินใจในสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมที่มีความสอดคล้องกันในทฤษฎีและแนวคิดต่างๆ เหล่านี้สามารถแบ่งออกได้เป็นปัจจัยด้านบุคคลและปัจจัยด้านสถานการณ์หรือสิ่งแวดล้อม

#### **การศึกษาวิธีการแก้ปัญหาในสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม**

งานวิจัยที่ผ่านมาตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบันได้ศึกษาวิธีการแก้ปัญหาในสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมตามปัจจัยด้านบุคคลและด้านสถานการณ์ ดังภาพที่ 4



ภาพที่ 4 สรุปลำดับขั้นการศึกษาภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมจากงานวิจัยของ Weber และคณะ (2004)

จากการศึกษาตามปัจจัยด้านบุคคลและสถานการณ์ สามารถนำมาสรุปรวมเป็นวิธีการสำคัญๆ ที่ใช้แก้ไขปัญหาสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมได้ 2 รูปแบบ ได้แก่ วิธีการทางพฤติกรรม (behavioral solutions) ซึ่งเน้นไปที่การส่งเสริมให้บุคคลเลือกที่จะร่วมมือกับกลุ่มหรือสังคม และวิธีการทางโครงสร้าง (structural solutions) ซึ่งเน้นไปที่การปรับเปลี่ยนสถานการณ์ให้หมดไปจากการเป็นภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม (Messick & Brewer, 1983) ต่อมา Kollock (1998) ได้แบ่งวิธีการทางพฤติกรรมออกเป็น ลักษณะย่อย ได้แก่ วิธีการทางแรงจูงใจ 2 (motivational solutions) ซึ่งเน้นเปลี่ยนพฤติกรรมของบุคคลที่ให้ความสำคัญกับบรรทัดฐานทางสังคม และวิธีการทางกลวิธี (strategic solutions) ซึ่งเน้นเปลี่ยนพฤติกรรมของบุคคลที่เน้นตนเองเป็นสำคัญ แต่ Kollock ก็ยอมรับว่าแนวทางทั้งสองนี้อาจสัมพันธ์กันได้ ขึ้นอยู่กับบุคคลและสถานการณ์

### วิธีการทางพฤติกรรม (behavioral solutions)

#### วิธีการทางแรงจูงใจ (motivational solutions)

1. การสื่อสาร (communication) งานวิจัยที่ผ่านมาพบว่าการสื่อสารช่วยเพิ่มระดับการร่วมมือของสมาชิกในกลุ่มเล็กๆ ทั้งนี้เพราะการสื่อสารเป็นตัวกลางที่ช่วยให้สมาชิกแต่ละคนได้มีโอกาสปรึกษาถึงกลวิธีในการแก้ไขปัญหาภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม ส่งเสริมให้เกิดอัตลักษณ์และบรรทัดฐานแบบกลุ่ม (Van Lange et al., 1992) อีกทั้งยังส่งผลให้สมาชิกเกิดความรู้สึกว่าต้องกระทำตามสิ่งที่กลุ่มเห็นพ้อง ซึ่งนำไปสู่ความเชื่อใจและส่งผลให้สมาชิกทุกคนกระทำในแบบเดียวกันอีกด้วย (Ostrom, 1998) นอกจากนี้งานวิจัยของ Meleady, Hopthrow, และ Crisp (2013) ยังพบด้วยว่า แม้เพียงให้ผู้ร่วมการทดลองจินตนาการถึงการสนทนาภายในกลุ่มก็สามารถกระตุ้นให้เกิดการร่วมมือได้ในระดับใกล้เคียงกับการสนทนาจริงๆ

2. กรอบการตัดสินใจ (decision framing) กรอบการตัดสินใจเป็นสิ่งที่มีความสำคัญในการตัดสินใจที่จะเลือกร่วมมือหรือไม่ร่วมมือกับกลุ่ม ตัวอย่างเช่น บุคคลมีความไวต่อการสูญเสียมากกว่าการได้รับ ดังนั้นเมื่อเสนอภาวะยุ่งยากสองด้านในสถานการณ์กับดักทางสังคม ก็มีแนวโน้มที่บุคคลจะเลือกร่วมมือมากกว่าในสถานการณ์สิ่งกีดขวางทางสังคม เป็นต้น (Liebrand et al., 1992) นอกจากนี้ ในการวางกรอบการตัดสินใจควรคำนึงถึงปัจจัยในหลายๆ ด้าน ไม่ว่าจะเป็นด้านความแตกต่างระหว่างบุคคล แรงจูงใจทางสังคม ลักษณะการประมวลผล และประสบการณ์ในอดีตเพื่อให้อาจเกิดประสิทธิภาพสูงที่สุด

3. อัตลักษณ์แบบกลุ่ม (group identity) บุคคลที่แสดงออกว่าตนมีอัตลักษณ์แบบกลุ่มมีแนวโน้มที่จะร่วมมือกับสมาชิกในกลุ่มมากขึ้น ทั้งนี้เพราะบุคคลนั้นได้เปลี่ยนเป้าหมายของตนให้เข้าไปในแนวทางเดียวกับกลุ่มและให้คุณค่าของผลตอบแทนที่กลุ่มจะได้รับมากขึ้น (De Cremer & Van Vugt, 1999)

4. ทุนทางสังคม (social capital) Ostrom (1998) กล่าวว่าความเชื่อใจและบรรทัดฐานทางสังคมถือเป็นส่วนสำคัญที่มีส่วนช่วยสนับสนุนให้เกิดการร่วมมือกันของสมาชิกในสังคม เป็นสิ่งที่ช่วยให้เกิดแนวทางในการแก้ไขปัญหาภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมได้

5. แรงจูงใจทางสังคม (Social value orientation) เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณค่าของผลตอบแทนหรือประโยชน์ที่บุคคลได้รับ แรงจูงใจทางสังคมที่ได้รับความสนใจศึกษามีทั้งหมด 4 รูปแบบ ได้แก่ แบบปัจเจกนิยม (individualism) แบบนิยมการแข่งขัน (competition) ซึ่งจัดอยู่ในหมวดบุคคลที่เน้นกระทำการที่เป็นประโยชน์แก่ตนเอง (proself) และแบบนิยมการร่วมมือ (cooperation) แบบนิยมการเสียสละ (altruism) ซึ่งจัดอยู่ในหมวดบุคคลที่เน้นกระทำการที่เป็นประโยชน์แก่สังคม (prosocial) (McClintock, 1972) ผลจากงานวิจัยพบว่า ในสถานการณ์กับดักทางสังคม บุคคลที่มีลักษณะแบบเน้นกระทำการที่เป็นประโยชน์แก่ตนเองจะใช้ทรัพยากรจากส่วนกลางมากกว่าบุคคลที่มีลักษณะแบบเน้นกระทำการที่เป็นประโยชน์แก่สังคม (Kramer, McClintock, & Messick, 1986) ในทำนองเดียวกันบุคคลที่มีลักษณะแบบเน้นกระทำการที่เป็นประโยชน์แก่สังคมก็มีแนวโน้มที่จะใช้ทรัพยากรสาธารณะมากกว่าและแสดงการตระหนักรู้ถึงผลกระทบจากปัญหาสิ่งแวดล้อมมากกว่าบุคคลที่มีลักษณะแบบเน้นกระทำการที่เป็นประโยชน์แก่ตนเองอีกด้วย (Van Vught, Meertens, & Van Lange, 1995)

#### วิธีการทางกลวิธี (strategic solutions)

1. การต่างตอบแทน (Reciprocity) กลวิธีที่มีหลักฐานสนับสนุนว่ามีประสิทธิภาพมากที่สุดวิธีหนึ่งคือ ทิทฟอร์แทท Tit-For-Tat (TFT) นั่นคือการเริ่มที่จะเลือกร่วมมือก่อน จากนั้นตอบโต้ในลักษณะเดียวกับที่ฝ่ายตรงข้ามเลือกกระทำ (Axelrod, 1984; อ้างถึงใน Van Lange et al., 2013) จากการศึกษาที่ผ่านมาทำให้สามารถสรุปได้ว่า ก) ทิทฟอร์แททเป็นวิธีที่ดีที่สุดในการกระตุ้นให้เกิดความร่วมมือระหว่างสมาชิก ข) กลยุทธ์ที่กำหนดให้ร่วมมืออย่างไม่มีเงื่อนไขส่งผลให้บุคคลถูกเอารัดเอาเปรียบ (ค) สามารถชี้แนะให้บุคคลในลักษณะปัจเจกนิยมเลือกร่วมมือได้เมื่อสร้างความเข้าใจว่าทางเลือกนั้นให้ผลดีที่ดีที่สุด (Van Lange et al., 2013) แต่อย่างไรก็ตาม Van Lange, Ouwerkerk, & Tazelaar (2002) ได้โต้แย้งว่า ในสถานการณ์ที่มีสิ่งรบกวน (noise) วิธีทิทฟอร์แททมีประสิทธิภาพในการกระตุ้นให้เกิดการร่วมมือน้อยกว่าการให้บุคคลแสดงพฤติกรรมในลักษณะร่วมมือกับฝ่ายตรงข้ามเพียงอย่างเดียวโดยไม่ต้องพิจารณาถึงพฤติกรรมที่ฝ่ายตรงข้ามเลือกกระทำ Weber และ Murnighan (2008) ยังพบด้วยว่าผู้ที่เลือกร่วมมืออย่างคงเส้นคงวา สามารถกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมความร่วมมือในสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมได้ นอกจากนี้ก็วิจัยหลายท่านได้ศึกษาเพิ่มเติมถึงการต่างตอบแทนทางอ้อม (indirect reciprocity) พบว่าบุคคลมีแนวโน้มที่จะเลือกร่วมมือ

กับผู้ที่มิประพฤติกรรมกร่วมมือในอดีต และยังพบว่าผู้ที่บุคคลเลือกที่จะร่วมมือนั้นมีสาเหตุมาจากความต้องการในการสร้างภาพลักษณ์ทางบวกให้แก่ตนเอง (Wedekind & Milinski, 2000)

2. ตัวเลือกในการตอบโต้ (Response option) งานวิจัยของ Komorita และ Lapworth (1982) พบว่า การเพิ่มทางเลือกที่สามเพิ่มเติมจากทางเลือกในการร่วมมือและการไม่ร่วมมือ เป็นวิธีที่มีประสิทธิภาพในการกระตุ้นให้เกิดการเจรจาต่อรองอันจะนำไปสู่ตัวเลือกที่มีประสิทธิภาพสูงสุดในสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม

3. ความเป็นเจ้าของ (ownership) การจัดกระทำให้พฤติกรรมที่ดีของบุคคลหนึ่งมีความเด่นชัดจะส่งผลให้บุคคลอื่นแสดงพฤติกรรมนั้นๆ มากขึ้นด้วย (De Cremer & De Witte, 2002) ยกตัวอย่างจากการศึกษาพฤติกรรมจริยศีลของ McKenzie-Mohr (2000) เมื่อกำหนดให้ครอบครัวหนึ่งนำถังขยะรีไซเคิลของตนไปวางไว้ริมทางเดินที่มีคนเห็นได้ชัด พบว่าในเวลาต่อมามีถังขยะรีไซเคิลในชุมชนเพิ่มมากขึ้น แสดงให้เห็นว่าครอบครัวที่ไม่ได้รีไซเคิลตั้งแต่แรกหันมาให้ความร่วมมือมากขึ้นเพราะต้องการให้ผู้อื่นสังเกตเห็นถังขยะและรับรู้พฤติกรรมจริยศีลของตน

#### วิธีการทางโครงสร้าง (structural solutions)

1. ระบบการลงโทษ (sanctioning system) คือการลงโทษผู้ที่ไม่ให้ความร่วมมือกับกลุ่ม และให้รางวัลแก่ผู้ที่มีความร่วมมือกับกลุ่ม ซึ่งงานวิจัยที่ผ่านมาพบว่าระบบการลงโทษช่วยสนับสนุนให้เกิดพฤติกรรมกร่วมมือของบุคคลได้ (Van Vugt & De Cremer, 1999) ทั้งนี้เพราะระบบการลงโทษเป็นการเปลี่ยนโครงสร้างการได้รับผลตอบแทนในภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม ซึ่งส่งผลให้ทางเลือกในการไม่ร่วมมือนั้นมีความดึงดูดใจลดลงมากกว่าทางเลือกในการร่วมมือ แต่อย่างไรก็ตามระบบการลงโทษก็อาจก่อให้เกิดผลเสียได้ ผลจากงานวิจัยของ Tenbrunsel and Messick (1999) พบว่า เมื่อนำระบบการลงโทษมาปรับใช้ในสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมจะเปลี่ยนระบบกรอบความคิดในการตัดสินใจของบุคคลจากเดิมที่เลือกตัดสินใจบนพื้นฐานด้านศีลธรรมคือเลือกกระทำสิ่งที่ถูกต้อง มาเป็นการเลือกตัดสินใจบนพื้นฐานทางธุรกิจคือเลือกกระทำสิ่งที่ต้องเสียผลประโยชน์ให้น้อยที่สุด นอกจากนี้ข้อโต้แย้งนี้ยังได้รับการสนับสนุนจากการศึกษาของ Yamigishi (1988) ที่พบว่า เมื่อไม่มีการใช้ระบบการลงโทษในสถานการณ์สิ่งกีดขวางทางสังคม ผู้ร่วมการทดลองที่เป็นชาวอเมริกันแสดงความร่วมมือมากกว่าผู้ร่วมการทดลองชาวญี่ปุ่น ทั้งๆ ที่บุคคลในวัฒนธรรมคติ



รวมหมู่ น่าจะแสดงออกโดยการให้ความร่วมมือมากกว่าบุคคลในวัฒนธรรมปัจเจกนิยม ทั้งนี้ Yamigishi ได้อธิบายว่าระบบการลงโทษที่เข้มข้นจะไปลดคุณค่าของความร่วมมือที่บุคคลมีโดยสมัครใจ ดังเช่นกรณีนี้ สังคมของชาวญี่ปุ่นประกอบไปด้วยระบบการลงโทษที่ชัดเจนและเข้มข้นจึงส่งผลให้คนญี่ปุ่นเชื่อในระบบการลงโทษมากกว่าบุคคลที่ตนมีปฏิสัมพันธ์ด้วย ซึ่งได้รับการสนับสนุนจากผลการทดลองที่แสดงให้เห็นว่าชาวอเมริกันมีระดับความเชื่อใจระหว่างบุคคลสูงกว่าชาวญี่ปุ่น

2. ผู้นำ (leaders) วิธีการทั่วไปในระดับองค์กรเพื่อใช้แก้ปัญหาพนักงานที่ชอบเอาไรด์เอาเปรียบ (free rider) นั่นคือ การตั้งหัวหน้าเพื่อจัดการกับทรัพยากรส่วนกลางนั้นๆ (Van Vugt & De Cremer, 1999) ซึ่งคุณลักษณะของหัวหน้าที่จะสามารถแก้ไขปัญหาภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมได้อย่างประสบความสำเร็จนั้นขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายประการ เช่น จากงานวิจัยของ De Cremer และ Van Vugt (2002) พบว่าผู้นำที่สามารถแก้ไขปัญหาได้นั้นต้องเป็นผู้นำที่สามารถทำตามความต้องการและความคาดหวังของลูกน้องทั้งในด้านการงาน เช่น การแก้ไขปัญหาบุคคลที่ชอบเอาไรด์เอาเปรียบ และในด้านความสัมพันธ์ เช่น สร้างอัตลักษณ์แบบกลุ่มและสามารถทำให้สมาชิกรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม

3. การแปรรูปรัฐวิสาหกิจ (privatization) เป็นวิธีการที่เน้นเปลี่ยนลักษณะของภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมที่ว่าต้องเป็นสถานการณ์ที่เกิดขึ้นเป็นส่วนรวมและไม่สามารถแยกบุคคลใดบุคคลหนึ่งออกจากสถานการณ์นั้นได้ โดยใช้การควบคุมการเข้าถึงและการออกจากการใช้ทรัพยากรส่วนกลาง ไปจนถึงความเป็นเจ้าของในทรัพยากรนั้นๆ เพื่อลดความรู้สึกของความเป็นส่วนกลางลง (Kollock, 1998) แต่ทั้งนี้ต้องเป็นไปด้วยความยุติธรรม Van Vugt (1997) กล่าวว่าความสำเร็จของวิธีการนี้ขึ้นอยู่กับลดค่าใช้จ่ายหรือสิ่งที่บุคคลต้องลงทุนลงแรง และเพิ่มผลประโยชน์ที่บุคคลจะได้รับ

จากแนวความคิดที่กล่าวมาข้างต้นแสดงให้เห็นถึงความสอดคล้องกันว่าสิ่งที่ควรคำนึงถึงในการศึกษาเกี่ยวกับการตัดสินใจและวิธีการแก้ปัญหาในสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมโดยการส่งเสริมให้บุคคลร่วมมือกับกลุ่มหรือกระทำเพื่อส่วนรวมมากขึ้นนั้นประกอบไปด้วย 2 ปัจจัย ได้แก่ ปัจจัยด้านบุคคลและปัจจัยด้านสถานการณ์หรือสิ่งแวดล้อม ทั้งสองปัจจัยนี้จึงเป็นองค์ประกอบสำคัญในการวิจัยครั้งนี้ จากการทบทวนวรรณกรรมและทฤษฎีต่างๆ ทำให้พบว่าปัจจัยที่มีความเหมาะสม ได้แก่ การควบคุมตนเอง (self-control) ซึ่งเป็นปัจจัยด้านบุคคลและการวางกรอบการ

ตัดสินใจ (decision framing) ซึ่งเป็นปัจจัยด้านสถานการณ์ ดังที่จะอธิบายถึงโดยละเอียดใน ส่วนต่อไป

## แนวความคิดเรื่องการควบคุมตนเอง (self-control)

### ความหมายของการควบคุมตนเองและความสัมพันธ์กับภาวะสันนิษฐานอื่น

การควบคุมตนเอง (self-control) เป็นคำจำกัดความที่ใช้เพื่ออธิบายถึงความสามารถในการ เปลี่ยนหรือยับยั้งอารมณ์ พฤติกรรมและความปรารถนาตามธรรมชาติของบุคคลในการตอบสนองต่อ เป้าหมายระยะสั้นที่มีความดึงดูดใจเพื่อที่จะบรรลุเป้าหมายในระยะยาว และเพื่อเป็นการกระทำตาม กฎหรือบรรทัดฐานของสังคม อาจกล่าวได้ว่าการควบคุมตนเองประกอบไปด้วย 4 ขั้นตอน ได้แก่ (ก) การยับยั้งการตอบสนองที่มีอิทธิพลแรกเริ่มในสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่ง ข) ทิศทางการ) ตอบสนองของบุคคล (ค) ที่ส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ตามมาเพราะการตอบสนองอย่างมีทิศทางเข้ามาแทนที่การตอบสนองแรกเริ่มที่เกิดขึ้น ง) โดยมองที่ความเป็นไปได้ของผลที่จะตามมาใน) อนาคตซึ่งเป็นปัจจัยหลักที่ส่งผลต่อการเปลี่ยนการตอบสนองนั้นๆ ของบุคคล

อย่างไรก็ตามการควบคุมตนเองมีความหมายใกล้เคียงกับภาวะสันนิษฐานของการกำกับตนเอง (self-regulation) ซึ่งมีนักวิจัยหลายท่านที่ใช้คำทั้งสองนี้ในความหมายเดียวกัน แต่นักวิจัยอีกหลายท่านได้ให้ข้อโต้แย้งไว้ว่า การกำกับตนเองให้ความหมายถึงบริบทที่กว้างกว่าการควบคุมตนเอง เพราะหมายรวมไปถึงกระบวนการปรับปรุงแก้ไขพฤติกรรมของตนเองเพื่อที่จะสามารถดำรงอยู่บนเส้นทางที่จะนำไปสู่เป้าหมายนั้นๆ โดยไม่จำเป็นว่าพฤติกรรมนั้นจะต้องยับยั้งการตอบสนองอื่นๆ หรือเป็นเพียงแค่การตอบสนองต่อสิ่งรบกวนภายนอก อีกทั้งแรงจูงใจในการกำกับตนเองนั้นจะต้องมีจุดกำเนิดมาจากภายในตัวบุคคลนั่นเอง ทั้งนี้ Fitzsimons & Bargh (2004) เสนอว่าการกำกับตนเองเป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นอย่างอัตโนมัติและไม่จำเป็นต้องอาศัยการพิจารณาอย่างละเอียดรอบคอบ ส่วนการควบคุมตนเองนั้นเป็นลักษณะย่อยๆ ที่มีความหมายเฉพาะเจาะจงอยู่ภายใต้การกำกับตนเองอีกทีหนึ่ง ซึ่งในทางกลับกันสถานการณ์ที่บุคคลต้องอาศัยการควบคุมตนเองนั้นส่งผลให้บุคคลต้องใช้ความพยายามในการปรับเปลี่ยนการตอบสนองของตนโดยยับยั้งการตอบสนองพื้นฐานเพื่อนำไปสู่ทางเลือกในการตอบสนองอื่นๆ ที่ตนให้คุณค่ามากกว่า ตัวอย่างเช่น การตั้งนาฬิกาปลุกก่อนนอน

เพื่อที่จะตื่นในตอนเช้าวันรุ่งขึ้น แสดงให้เห็นว่าเราให้คุณค่าการตื่นเช้ามากกว่าการนอนหลับอยู่บนเตียง แต่ก็มีโอกาสที่บุคคลจะเปลี่ยนพฤติกรรมและความตั้งใจเมื่อถึงเวลาที่นาฬิกาปลุกในตอนเช้า ซึ่งการควบคุมตนเองโดยการตั้งเวลาปลุกตั้งแต่แรกเป็นสิ่งที่ช่วยให้เราเห็นว่าสิ่งใดที่เราให้คุณค่ามากที่สุด ทั้งนี้การควบคุมตนเองได้รับความสนใจจากนักจิตวิทยาทั้งในระดับทฤษฎีเพราะเป็นสิ่งสำคัญในการเข้าใจธรรมชาติของบุคคล และการนำไปประยุกต์ใช้โดยมีหลักฐานงานวิจัยที่น่าปัจจัยการควบคุมตนเองไปปรับใช้ในหลายบริบททั้งด้านสุขภาพ ความสัมพันธ์และพฤติกรรมที่จะกล่าวถึงในส่วนต่อไป (Baumeister, Heatherton, & Tice, 1993; Baumeister, Vohs, & Tice, 2007; Carver & Scheier, 1982, 1998; Tangney, Baumeister, & Boone, 2004; Vohs & Baumeister, 2004) งานวิจัยในครั้งนี้จะขอกกล่าวถึงเฉพาะแนวคิดเกี่ยวกับการควบคุมตนเองเพราะค่อนข้างสอดคล้องกับสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมที่ต้องการศึกษา

การควบคุมตนเองนั้นหมายรวมไปถึงการจัดการระหว่างแรงจูงใจ 2 ประเภท ได้แก่ แรงกระตุ้นทางธรรมชาติ (natural impulse) และความต้องการทางวัฒนธรรม (natural demand) แรงกระตุ้นโดยธรรมชาติเป็นการตอบสนองพื้นฐานที่กระทำเพื่อตนเองในลักษณะค่อนข้างเห็นแก่ตัว ในขณะที่ความต้องการทางวัฒนธรรมเป็นระบบที่เกิดจากกฎและบรรทัดฐานของกลุ่มหรือสังคม (Hofmann, Friese, & Strack, 2009) การควบคุมตนเองเป็นสิ่งที่คอยยับยั้งการกระตุ้นโดยธรรมชาติและส่งเสริมให้เกิดพฤติกรรมที่สอดคล้องกับสังคม ทั้งนี้บุคคลส่วนใหญ่ล้วนมีความต้องการเป็นที่ยอมรับของสังคม (Baumeister et al., 2007) และส่วนใหญ่สามารถเรียนรู้ได้ว่าแม้พฤติกรรมที่เห็นแก่ตัวจะส่งผลดีแก่ตนเองในระยะสั้นแต่อาจนำไปสู่การถูกปฏิเสธจากผู้อื่นในสังคมได้ ดังนั้นการควบคุมตนเองจึงส่งผลให้เกิดพฤติกรรมในการช่วยเหลือผู้อื่นซึ่งจะส่งผลดีแก่ความสัมพันธ์ที่ต้องพึ่งพาอาศัยกัน

Tangney, Baumeister, และ Boone (2004) ได้เสนอเพิ่มเติมถึงความแตกต่างระหว่างสภาวะการควบคุมตนเอง (state self-control) และลักษณะนิสัยการควบคุมตนเอง (dispositional self-control) นั่นคือ สภาวะการควบคุมตนเองจะเปลี่ยนไปตามสถานการณ์และเวลา ซึ่งมีงานวิจัยหลายงานที่พบว่าความสามารถในการควบคุมตนเองของบุคคลขึ้นอยู่กับอิทธิพลทางสถานการณ์ รวมไปถึงความพยายามในการควบคุมตนเองในอดีต (Muraven & Baumeister, 2000) อารมณ์และแรงจูงใจ (Tice, Baumeister, Shmueli, & Muraven, 2007) เป็นต้น ส่วนลักษณะนิสัยการ

ควบคุมตนเองนั้นมีแนวโน้มที่จะคงที่ข้ามเวลาและสถานการณ์มากกว่าสถานะการควบคุมตนเอง ซึ่งผู้ที่มีลักษณะนิสัยการควบคุมตนเองสูงจะสามารถควบคุมอารมณ์ พฤติกรรมหรือความปรารถนาของตนได้ดีกว่า และแสดงความก้าวร้าวในความสัมพันธ์น้อยกว่าเมื่อเปรียบเทียบกับผู้ที่มีลักษณะนิสัยการควบคุมตนเองต่ำ (Rothbart, Ellis, Rueda, & Posner, 2003) สำหรับงานวิจัยในครั้งนี้จะมุ่งเน้นเฉพาะแนวความคิดเกี่ยวกับลักษณะนิสัยการควบคุมตนเองเท่านั้น

### กรอบความคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการควบคุมตนเอง

ในส่วนนี้จะกล่าวถึงกรอบความคิดและทฤษฎีต่างๆ เกี่ยวกับการควบคุมตนเองที่ผู้วิจัยเห็นว่ามีความสำคัญและเกี่ยวข้องกับกระบวนการตัดสินใจของบุคคลในสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม ดังนี้

โมเดลระบบการประมวลผลผ่านทางความคิดและความรู้สึก (Hot/cool systems within cognitive-affective processing system model (CAPS))

แนวความคิดนี้ได้เสนอถึงการประมวลผลผ่านระบบ 2 ระบบที่สัมพันธ์กันซึ่งเป็นสิ่งที่ส่งผลต่อความสามารถในการควบคุมตนเองและการอดทนรอคอยต่อเป้าหมายที่มีคุณค่าของบุคคล (delay of gratification) ได้แก่ ระบบทางความคิดหรือระบบเย็น (cognitive “cool” system) และระบบทางความรู้สึกหรือระบบร้อน (emotional “hot” system)

การควบคุมตนเองถูกจัดว่าเป็นส่วนหนึ่งในระบบทางความคิดหรือระบบเย็น ซึ่งเป็นระบบที่เชื่อมโยงข้อมูลที่มีความเป็นเหตุเป็นผล มีความซับซ้อน ส่งผลให้เกิดพฤติกรรมที่มุ่งไปสู่เป้าหมายระยะยาวที่กำหนดไว้และช่วยให้บุคคลสามารถยับยั้งการตอบสนองแรกเริ่มที่เกิดจากสิ่งยั่วยุต่างๆ ได้ ในทางกลับกันระบบทางอารมณ์หรือระบบร้อนเป็นระบบที่ง่ายและรวดเร็ว ซึ่งจากมุมมองทางวิวัฒนาการระบบนี้เป็นระบบที่ช่วยให้มนุษย์อยู่รอดจากการตอบสนองต่อสิ่งเร้าอย่างรวดเร็ว เช่น การตัดสินใจสู้หรือหนีเมื่อประสบกับสิ่งอันตราย ระบบทางความรู้สึกถูกพัฒนามาอยู่กับมนุษย์ตั้งแต่วัยแรกเกิด แต่ก็ก็เป็นสิ่งที่ขัดขวางความสามารถในการควบคุมตนเองของบุคคลด้วยเช่นกัน อย่างไรก็ตามระบบทั้งสองนี้มีความเชื่อมโยงต่อเนื่องกัน ดังนั้นการส่งเสริมให้ระบบทางความคิดเข้ามาแทนที่ระบบ

ทางอารมณ์ในกลไกการตัดสินใจของคุณก็อาจจะส่งผลให้คุณมีความพยายามในการควบคุมตนเองเพื่อต้านทานสิ่งยั่วยุที่เข้ามาขัดขวางเป้าหมายในระยะยาวที่มีคุณค่าได้ (willpower) (Metcalfe & Mischel, 1999)

ข้อสันนิษฐานเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างระบบทางความคิดและระบบทางอารมณ์มี 2 ข้อ ได้แก่ ก) ความสมดุสนี้ขึ้นอยู่กับพัฒนาการของคุณ จากที่กล่าวมาข้างต้นว่าระบบทางอารมณ์พัฒนาพร้อมกับมนุษย์มาตั้งแต่เกิด ในขณะที่ระบบทางความคิดซึ่งมีความละเอียดซับซ้อนจะพัฒนาขึ้นตามอายุและวุฒิภาวะ เช่นจากงานวิจัยของ Rodriguez, Mischel, และ Shoda (1989) พบว่าการใช้ระบบทางอารมณ์ที่เป็นไปตามธรรมชาติในเด็กมีความสัมพันธ์กับทั้งอายุและความฉลาดทางด้านภาษา อีกทั้งยังเด็กยังสามารถอดทนต่อสิ่งยั่วยุในสถานการณ์นั้นๆ ได้อีกด้วย (ข) ความสมดุสนี้ขึ้นอยู่กับระดับความเครียดทั้งจากปัจจัยด้านสถานการณ์และบุคคล โดยบุคคลที่มีความเครียดในระดับน้อยหรือปานกลางจะยังคงสามารถใช้ระบบทางความคิดได้ แต่ในทางกลับกันถ้าบุคคลมีความเครียดสูงก็มีความเป็นไปได้ว่าจะใช้ระบบทางอารมณ์ซึ่งจะเพิ่มขึ้นตามระดับของความเครียดด้วย (Metcalfe & Mischel, 1999) จะเห็นได้จากงานวิจัยของ Mischel, Ebbesen, และ Zeiss (1972) ที่พบว่าการอดทนรอคอยต่อเป้าหมายที่มีคุณค่าของเด็กๆ จะยากขึ้นเมื่อเด็กเหล่านี้ได้รับความเครียด โดยการเหนี่ยวนำในคิดถึงสิ่งที่ไม่ทำให้พวกเขาไม่มีความสุข แต่การอดทนรอคอยนั้นจะง่ายขึ้นเมื่อทำให้ความเครียดลดลงโดยการเหนี่ยวนำให้พวกเขาคิดถึงสิ่งที่สนุกสนาน

โมเดลความเข้มแข็งในการควบคุมตนเอง (The self-regulatory strength model of self-control)

โมเดลนี้เสนอว่าคุณจะประเมินระหว่างสถานะปัจจุบันของตัวคุณกับสถานะที่คาดหวัง ถ้าบุคคลพบความเหลื่อมล้ำระหว่างสถานะทั้งสองมากก็จะส่งผลให้คุณมีความต้องการที่จะลดความเหลื่อมล้ำนั้นซึ่งเป็นการกระทำที่ต้องใช้ความพยายามและทรัพยากรทางจิตที่ตนเองมีอยู่เพื่อควบคุมตนเองหรือเปลี่ยนพฤติกรรมให้เป็นไปในแนวทางที่ใกล้เคียงกับเป้าหมายที่ตนเองคาดหวังมากที่สุด ทั้งนี้ รวมไปถึงการวางแผนการแก้ไขปัญหา การตัดสินใจ รวมไปถึงการใช้ความคิดในลักษณะต่างๆ ดังนั้นเมื่อทรัพยากรทางจิตของคุณลดน้อยลงจากการใช้งานในด้านอื่นๆ ย่อมส่งผลโดยตรงต่อความล้มเหลวในการควบคุมตนเอง (Baumeister & Heatherton, 1996)

โมเดลอื่นๆ ได้เสนอมุมมองเกี่ยวกับการควบคุมตนเองในลักษณะที่ต่างกัน มีทั้งที่เสนอว่าความสามารถในการควบคุมตนเองเป็นทักษะที่คงที่และไม่เปลี่ยนแปลง อีกทั้งยังสามารถพัฒนาได้เมื่อได้รับการฝึกฝน หรือโมเดลที่เสนอว่าการควบคุมตนเองเป็นโครงสร้างทางความรู้ที่สามารถกระตุ้นให้เกิดขึ้นและสนับสนุนให้เกิดพฤติกรรมที่ต้องใช้การควบคุมตนเองได้ ซึ่งข้อเสนอกจากโมเดลทั้งสองนี้แสดงให้เห็นว่าการควบคุมตนเองเป็นสิ่งที่น่าจะมีค่าคงที่และไม่เปลี่ยนแปลงหลังจากที่ได้พยายามควบคุมตนเองในครั้งแรก ซึ่งต่างจากโมเดลความเข้มแข็งในการควบคุมตนเองที่เสนอว่าการควบคุมตนเองเป็นความเข้มแข็งมากกว่าทักษะหรือกระบวนการทางความคิดและเป็นทรัพยากรที่มีจำกัดซึ่งจะลดลงหลังจากที่ต้องใช้การควบคุมตนเองหลายๆ ครั้ง แม้ว่าโมเดลทั้งสามแบบที่กล่าวมาจะมีความขัดแย้งกัน แต่งานวิจัยส่วนใหญ่ก็มีหลักฐานรองรับโมเดลความเข้มแข็งในการควบคุมตนเอง โดยกล่าวถึงปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นว่าเป็นการลดพร่องของอัตตา (ego depletion) และกิจกรรมต่างๆ ที่ต้องอาศัยการควบคุมตนเอง เช่น การอดทนต่อสิ่ง ยั่วยุ การอดกลั้นความคิดและความรู้สึก และการเลือกกระทำสิ่งที่ทำลายล้างเป็นสิ่งที่ได้รับผลกระทบจากการลดพร่องนี้ทั้งสิ้น (Baumeister, Bratslavsky, Muravan, & Tice, 1998) อย่างไรก็ตามมีงานวิจัยหลายงานที่ศึกษาถึงแนวทางการรับมือในกรณีที่บุคคลมีทรัพยากรในการควบคุมตนเองลดลง เช่นงานวิจัยของ Tice, Baumeister, Shmueli, และ Muravan (2007) ที่พบว่าอารมณ์ทางบวกช่วยให้บุคคลสามารถกลับมาควบคุมตนเองได้มากขึ้นหลังจากที่เกิดการลดพร่องของอัตตา และงานวิจัยของ Schmeichel และ Vohs (2009) ที่พบว่าการยืนยันคุณค่าของตนเอง (self-affirmation) ช่วยให้บุคคลสามารถควบคุมตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพเพราะเป็นการเปิดมุมมองของบุคคลให้กว้างขึ้นและเชื่อมโยงไปสู่แนวทางในการบรรลุเป้าหมายในระยะยาวที่มีคุณค่า อีกทั้งการหมั่นฝึกฝนโดยการปรับเปลี่ยนอารมณ์ให้ดีขึ้น การปรับเปลี่ยนท่าทางหรือการควบคุมอาหารที่รับประทานก็สามารถช่วยให้ระดับการควบคุมตนเองสูงขึ้นได้อีกด้วย (Muravan, Baumeister, and Tice, 1999)

กรอบความคิดและทฤษฎีที่กล่าวมาข้างต้นช่วยให้เกิดความเข้าใจในแง่มุมต่างๆ ของการควบคุมตนเองเพิ่มมากขึ้น อีกทั้งยังแสดงให้เห็นว่าการควบคุมตนเองเป็นปัจจัยที่ช่วยสนับสนุนให้เกิดพฤติกรรมที่ดีในการมุ่งไปสู่เป้าหมายระยะยาวและยับยั้งพฤติกรรมที่เกิดจากสิ่งยั่วยุต่างๆ ในระยะสั้น ซึ่งตรงกับลักษณะของภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมได้พอดี Sheldon และ Fishbach (2011) ได้เสนอเพิ่มเติมด้วยว่าการเชื่อใจผู้อื่นซึ่งเป็นปัจจัยที่ส่งเสริมให้บุคคลเลือกร่วมมือกระทำเพื่อส่วนรวม

มากขึ้นก็เป็นผลจากการควบคุมตนเองนั่นเอง นอกจากนี้การควบคุมตนเองยังส่งผลดีต่อพฤติกรรมในหลายๆ ด้านอีกด้วย

### ผลทางบวกของการควบคุมตนเองต่อพฤติกรรมต่างๆ

ความสามารถในการควบคุมตนเองนั้นส่งผลดีต่อบุคคลในหลายๆ ด้าน จากการศึกษาของ Tangney และคณะ (2004) ได้เสนอว่าลักษณะนิสัยการควบคุมตนเองนั้นมีแนวโน้มที่จะส่งผลต่อพฤติกรรมใน 5 หมวดหมู่ ได้แก่ ความสำเร็จและประสิทธิภาพในการทำงาน (achievement and task performance) การควบคุมพฤติกรรมที่ขาดความยับยั้งชั่งใจ (impulse control) จิตพยาธิวิทยาและอารมณ์ (psychological adjustment) ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (interpersonal functioning) และความรู้สึกด้านศีลธรรม (moral emotions) จากข้อเสนอนี้สามารถกล่าวได้ว่าบุคคลที่มีระดับการควบคุมตนเองสูงจะมีผลสัมฤทธิ์ใน 5 หมวดหมู่นี้ในระดับดีกว่าบุคคลที่มีระดับการควบคุมตนเองต่ำ เช่น ประสบความสำเร็จในการเรียนและการทำงาน เลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ สามารถควบคุมและจัดการอารมณ์ความรู้สึกทางลบได้ มีความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้คนรอบข้าง แสดงความรู้สึกผิดและต้องการแก้ไขสิ่งต่างๆ ให้ดีขึ้น เป็นต้นนอกจากนี้ De Ridder, Mulders, Finkenauer, Stok, และ Baumeister (2012) ยังได้รวบรวมงานวิจัยต่างๆ เพิ่มเติมเกี่ยวกับการควบคุมตนเองและพฤติกรรมต่างๆ โดยสามารถแบ่งแยกย่อยได้เป็น 9 หมวดหมู่ ได้แก่ การเรียนและความสำเร็จในการทำงาน การกินและพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับรูปร่างน้ำหนัก พฤติกรรมทางเพศ พฤติกรรมการเสพติด ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล การควบคุมอารมณ์ความรู้สึก ความเป็นอยู่ที่ดี และการปรับตัว พฤติกรรมแปลกแยก และหมวดสุดท้ายคือการวางแผนและการตัดสินใจ ซึ่งจากการทำอภิวเคราะห์พบว่า การควบคุมตนเองส่งผลครอบคลุมในทุกๆ หมวดหมู่ แต่จะส่งผลต่อพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับสังคมและสิ่งแวดล้อมภายนอก เช่น การเรียนและการทำงาน มากกว่าพฤติกรรมที่ถูกกำกับจากระบบทางชีววิทยาด้วย เช่น การรับประทานอาหาร

แม้ว่าทฤษฎีและกรอบความคิดต่างๆ จะมีความสอดคล้องกันโดยเสนอว่าการควบคุมตนเองช่วยสนับสนุนให้เกิดพฤติกรรมที่พึงปรารถนาและยับยั้งพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนาในระดับที่เท่าเทียมกัน หรือบางทฤษฎีที่เสนอว่าการควบคุมตนเองไม่ได้ช่วยสนับสนุนให้เกิดพฤติกรรมที่พึงปรารถนาแต่เป็นผลที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติจากการที่บุคคลยับยั้งพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนาได้ แต่

งานวิจัยเหล่านี้ก็มุ่งเน้นศึกษาเฉพาะพฤติกรรมที่พึงปรารถนาหรือไม่พึงปรารถนาด้านใดด้านหนึ่งเท่านั้น ซึ่งนักวิจัยส่วนใหญ่มักจะสันนิษฐานว่าเมื่อการควบคุมตนเองส่งผลต่อพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนา เช่น การไม่รับประทานอาหารที่มีน้ำตาลสูง ก็เป็นการบอกโดยนัยว่าการควบคุมตนเองนี้ส่งผลต่อพฤติกรรมที่พึงปรารถนาด้วย เช่น การรับประทานอาหารที่ดีต่อสุขภาพ (Tangney et al., 2004) อย่างไรก็ตามยังไม่มีหลักฐานเชิงประจักษ์มารองรับข้อสันนิษฐานนี้ ซึ่งงานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับความแตกต่างระหว่างผลทางบวกและผลทางลบพบว่าเหตุการณ์ทางลบ หรือพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนา จะส่งผลกระทบต่อน้ำตาลต่างๆ ในชีวิตของคุณมากกว่าเหตุการณ์ทางบวกหรือพฤติกรรมที่พึงปรารถนา (Baumeister, Bratlavsky, Finkenauer, & Vohs, 2001) แสดงให้เห็นถึงความเป็นไปได้ 2 ทาง คือ การควบคุมตนเองส่งผลต่อการยับยั้งพฤติกรรมไม่พึงปรารถนาน้อยกว่าการสนับสนุนพฤติกรรมที่พึงปรารถนา หรือการควบคุมตนเองส่งผลต่อการยับยั้งพฤติกรรมไม่พึงปรารถนามากกว่าการสนับสนุนพฤติกรรมที่พึงปรารถนา ในที่นี้พฤติกรรมที่ปรารถนาหมายถึงพฤติกรรมของคุณที่เกี่ยวกับเป้าหมายที่ดี หน้าที่ ความรับผิดชอบ การปรับตัวให้เหมาะสมกับบรรทัดฐานทางสังคมและการมีชีวิตที่ดี ส่วนพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนานั้นหมายรวมถึงพฤติกรรมของคุณที่ขัดขวางเป้าหมายที่ดี การต่อต้านสังคม พฤติกรรมที่ขาดการยั้งคิด และความขัดแย้งระหว่างบุคคล เป็นต้น แต่การศึกษาอภิวเคราะห์ของ De Ridder และคณะ (2012) พบว่าการควบคุมตนเองส่งผลต่อพฤติกรรมที่น่าพึงปรารถนาอย่างคงที่มากกว่าพฤติกรรมที่ไม่น่าพึงปรารถนาซึ่งขัดแย้งกับทฤษฎีส่วนใหญ่ที่เน้นไปที่การยับยั้งพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนา De Ridder และคณะได้แสดงความเห็นเพิ่มเติมว่ายังมีความเป็นไปได้ที่การควบคุมตนเองจะมีประสิทธิภาพในการยับยั้งพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนาบางพฤติกรรมมากกว่า ส่วนการสนับสนุนให้เกิดพฤติกรรมที่พึงปรารถนานั้นถือเป็นผลข้างเคียงที่เกิดขึ้น

### ผลทางลบของการควบคุมตนเองต่อพฤติกรรม

แม้จะเป็นที่ยอมรับว่าการควบคุมตนเองเป็นสิ่งที่จำเป็นสำหรับบุคคลในการยับยั้งพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนาหรือการบังคับตนเองให้กระทำในสิ่งที่ตนพยายามหลีกเลี่ยง เช่น การออกกำลังกาย อย่างไรก็ตามจากมุมมองทางวิวัฒนาการที่เกี่ยวกับความขัดแย้งระหว่างเป้าหมายภายในบุคคลและเป้าหมายระหว่างบุคคลแสดงให้เห็นถึงแนวโน้มในการใช้การควบคุมตนเองเพื่อกระทำพฤติกรรมที่



ส่งผลเสียต่อตนเองเพื่อให้ได้รับการยอมรับจากกลุ่มและสังคม (Vohs & Heatherton, 2000) เช่น พฤติกรรมการเล่นการพนัน แม้ว่าบุคคลนั้นจะมีรายได้น้อยและต้องเก็บออมเงินสำหรับการใช้จ่ายแต่ก็ต้องบังคับตนเองให้เล่นการพนันต่อไปเพราะนั่นเป็นหนทางเดียวในการได้รับการยอมรับจากเพื่อน สำหรับกรณีทั่วไปการเล่นการพนันอาจถูกมองว่าเป็นความล้มเหลวของการควบคุมตนเอง แต่จากกรณีที่กล่าวมาข้างต้นแสดงให้เห็นว่าต้องใช้การควบคุมตนเองสูงในการกระทำพฤติกรรมนั้นๆ (Finkel & Campbell, 2001) นอกจากนี้ยังรวมไปถึงพฤติกรรมการสูบบุหรี่ พฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ พฤติกรรมการใช้สารเสพติดและพฤติกรรมทางเพศด้วย ซึ่งปัจจัยทางสังคมนี้เป็นสิ่งสำคัญที่ควรคำนึงถึงเพื่อนำมาใช้แก้ปัญหาจากการใช้การควบคุมตนเองเพื่อเป้าหมายที่อาจส่งผลเสียต่อบุคคลนั้นได้

### การวัดการควบคุมตนเอง

มาตรวัดการควบคุมตนเองได้รับการพัฒนาขึ้นเป็นจำนวนมากตั้งแต่ปีคริสต์ศักราช 1975 เช่น มาตรการพฤติกรรมควบคุมตนเอง (the Self-Control Behavior Inventory) ของ Fagen, Long, และ Stevens (1975) มาตรการย่อยของการควบคุมตนเองในมาตรวัดบุคลิกภาพแคลิฟอร์เนีย (the Self-Control subscale of the California Personality Inventory) ของ Gough (1987) และแบบสอบถามการควบคุมตนเอง (the Self-Control Questionnaire) ของ Brandon, Oescher, และ Loftin (1990) แต่มาตรเหล่านี้ถูกพัฒนาขึ้นเพื่อวัดพฤติกรรมควบคุมตนเองเพียงเฉพาะด้าน เช่น ด้านสุขภาพ และนำมาใช้กับประชากรที่มีความเฉพาะเจาะจง เช่น กลุ่มตัวอย่างจากคลินิก บางมาตรก็ล้าสมัยเพราะไม่ได้รับการพัฒนาจึงไม่เป็นที่นิยมมากนัก (De Ridder et al., 2012) อย่างไรก็ตามมาตรที่นิยมนำมาใช้กันอย่างแพร่หลายในการวัดพฤติกรรมควบคุมตนเองและได้นำไปใช้กับประชากรที่มีความหลากหลายทั้งนักเรียน บุคคลวัยทำงาน และคู่รัก ได้แก่ มาตรการควบคุมตนเอง (Self-Control Scale) ของ Tangney, Baumeister, และ Boone (2004) ซึ่งเป็นมาตรที่วัดความสามารถของบุคคลในการยับยั้งหรือเปลี่ยนการตอบสนองหรือแนวโน้มพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ มาตรฉบับเต็มมี 36 ข้อ มีค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายในแบบอัลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha coefficient of internal consistency) เท่ากับ .89 และมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์จากการทดสอบซ้ำ (test-retest reliability) เท่ากับ .89 ต่อมา Tangney และคณะ

(2004) จึงได้พัฒนามาตรฉบับย่อ 13 ข้อ ซึ่งมีค่าสหสัมพันธ์กับมาตรการควบคุมตนเองแบบเต็มเท่ากับ .93 จึงมีความเหมาะสมที่จะนำมาใช้แทนมาตรฉบับเต็ม มาตรการควบคุมตนเองนี้เป็นมาตรประเมินค่าแบบลิเคิร์ต 5 ระดับ สามารถแบ่งได้เป็น 5 องค์ประกอบ ได้แก่ ด้านการมีวินัยในตนเอง (self-discipline) ด้านพฤติกรรมที่มีความยับยั้งชั่งใจ (deliberative/nonimpulsive action) ด้านพฤติกรรมที่พึงประสงค์ (healthy habits) ด้านจรรยาบรรณในการทำงาน (work ethic) และด้านความน่าเชื่อถือ (reliability) จะเห็นได้ว่าองค์ประกอบเหล่านี้ครอบคลุมถึงพฤติกรรมกว้างๆ ในหลายๆ ด้าน ซึ่งมีความเหมาะสมที่จะนำมาศึกษาในสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมที่เกิดขึ้นจริงในบริบทสังคมที่มีความหลากหลาย

### การควบคุมตนเองกับภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม

ในภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมที่บุคคลต้องประสบกับสถานการณ์ที่ประกอบไปด้วยทางเลือกระหว่างผลประโยชน์ส่วนตัวที่มีความดึงดูดใจ ณ เวลานั้นกับผลประโยชน์ส่วนรวมในระยะยาวก็มักจะส่งผลให้เกิดภาวะยุ่งยากสองด้านในการควบคุมตนเองด้วยเช่นกัน (self-control dilemma) (Trope & Fishbach, 2000) นั่นคือแม้ว่าบุคคลจะตระหนักว่าต้องพยายามควบคุมตนเองเพื่อกระทำตามแนวทางที่จะนำไปสู่เป้าหมายในระยะยาวที่มีคุณค่า แต่ในขณะที่เดียวกันก็มีแรงจูงใจที่จะเติมเต็มความต้องการที่เกิดจากสิ่งยั่วยุที่เกิดขึ้นในขณะนั้นด้วย ซึ่งมีความเป็นไปได้ที่ในบางครั้งบุคคลเลือกที่จะกระทำตามความต้องการในขณะนั้นเพราะไม่ได้ตระหนักถึงผลเสียที่จะตามมาในอนาคต ดังนั้นการระบุให้เห็นถึงความแตกต่างระหว่างสิ่งยั่วยุและเป้าหมายที่แท้จริงจึงเป็นสิ่งที่สำคัญ การควบคุมตนเองอย่างมีประสิทธิภาพสามารถเพิ่มแรงจูงใจต่อเป้าหมายและลดความงุนงงใจของสิ่งยั่วยุตามบริบทของสถานการณ์ที่แตกต่างกันได้ ทั้งจากทฤษฎีการพึ่งพาอาศัยกัน (Van Lange & Rusbult, 2012) ที่เสนอว่าเมื่อบุคคลประสบสถานการณ์ความยุ่งยากสองด้านทางสังคม การตอบสนองแรกคือการกระทำเพื่อผลประโยชน์ของตนในขณะนั้น แต่การควบคุมตนเองเป็นสิ่งที่ช่วยยับยั้งการตอบสนองพื้นฐานนี้และช่วยให้บุคคลตระหนักถึงการกระทำในมุมมองที่กว้างขึ้น สอดคล้องกับบรรทัดฐานของสังคม ค่านิยมและเป้าหมายระยะยาว ในส่วนนี้ผู้วิจัยจะกล่าวถึงกลวิธีของการควบคุมตนเองที่ช่วยแก้ปัญหาความขัดแย้งระหว่างเป้าหมายและสิ่งยั่วยุ ส่วนการระบุความแตกต่างระหว่างปัจจัยทั้งสองนั้นจะกล่าวถึงในเรื่องของกรอบการตัดสินใจในส่วนต่อไป

กลวิธีของการควบคุมตนเองมีหลายรูปแบบ ไม่ว่าจะเป็นการอดทนรอคอยต่อเป้าหมายที่มีคุณค่า(delay of gratification) (Metcalfe & Mischel, 1999) การเพิ่มความตั้งใจในการกระทำให้เกิดผลสำเร็จ (implementation of intentions) ที่เสนอให้บุคคลวางแผนและฝึกฝนเจตนาที่จะมุ่งไปสู่เป้าหมายเพื่อที่จะสามารถหลีกเลี่ยงแรงจูงใจจากสิ่งยั่วยู่ได้ (Gollwitzer & Brandstatter, 1997) การควบคุมตนเองจากพฤติกรรมที่ขาดความยับยั้งชั่งใจ (control over impulsive behavior) (Baumeister & Heatherton, 1996) จากทฤษฎีการควบคุมแรงจูงใจจากสิ่งยั่วยู่ (counteractive control theory) (Trope & Fishbach, 2000) กลวิธีต่างๆ เหล่านี้ถูกนำมาใช้เพื่อขัดขวางอิทธิพลจากสิ่งยั่วยู่โดยการปรับเปลี่ยนแรงจูงใจเพื่อให้เกิดความไม่สมดุลระหว่างเป้าหมายและสิ่งยั่วยู่ กล่าวคือการทำให้บุคคลมีแรงจูงใจต่อเป้าหมายอย่างชัดเจนและมากขึ้น ในทางกลับกันก็ทำให้บุคคลมีแรงจูงใจต่อสิ่งยั่วยู่ลดลง โดยบางกลวิธีเน้นไปที่การปรับเปลี่ยนทางสถานการณ์ เช่น การเพิ่มปัจจัยด้านรางวัลและการลงโทษ บางกลวิธีเน้นไปที่การปรับเปลี่ยนความหมายทางการรับรู้ของตัวเลือกในสถานการณ์ เช่น การลดหรือเพิ่มคุณค่าของพฤติกรรมนั้นๆ ซึ่ง Fishbach และ Converse (2011) ได้รวบรวมวิธีการที่มีความสอดคล้องกันของแต่ละกลวิธีดังปรากฏในตารางที่ 2 ซึ่งผู้วิจัยมีความเห็นว่าจะสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมได้

## ตารางที่ 2

กลวิธีของการควบคุมตนเองเพื่อเพิ่มแรงจูงใจต่อเป้าหมายและลดแรงจูงใจจากสิ่งยั่วยู่

(ดัดแปลงจาก Fishbach & Converse, 2011)

	สิ่งยั่วยู่ (temptations)	เป้าหมาย (goals)
การปรับเปลี่ยนทางสถานการณ์ (changing the choice situation)	-การแสดงความรับผิดชอบล่วงหน้า (Precommitment to forego) -การกำหนดบทลงโทษ (Self-imposed penalties) -การหลีกเลี่ยง (Avoidance)	-การแสดงความรับผิดชอบ โดยการกระทำตามแผน (Precommitment to pursue) -การกำหนดรางวัล (Self-imposed rewards) -การมุ่งเข้าหา (Approach)

ตารางที่ 2 (ต่อ)

	สิ่งยั่วยุ (temptations)	เป้าหมาย (goals)
การปรับเปลี่ยน	-การยับยั้ง	-การกระตุ้น
ความหมายทาง	(Inhibit)	(Activate)
การรับรู้ของตัวเลือก	-การลดคุณค่า	-การส่งเสริม
ในสถานการณ์	(Devalue)	(Bolster)
(changing the	-การตั้งความคาดหวังในระดับต่ำ	-การตั้งความคาดหวังในระดับสูง
psychological	(Setting low expectations)	(Setting high expectations)
meaning of	-การตีความแบบนามธรรม	-การตีความแบบรูปธรรม
choice options)	และการใช้ความคิด	และการใช้อารมณ์
	(Cool and abstract construal)	(hot and concrete construal)

### กลวิธีในการปรับเปลี่ยนทางสถานการณ์

1. การแสดงความรับผิดชอบ (precommitment) เมื่อเกิดความขัดแย้งระหว่างเป้าหมายและสิ่งยั่วยุ บุคคลที่มีการควบคุมตนเองสูงจะควบคุมสถานการณ์โดยการกำจัดตัวเลือกที่เกี่ยวข้องกับสิ่งยั่วยุนั้นๆ และเพิ่มตัวเลือกที่สอดคล้องกับเป้าหมายให้มากขึ้นโดยการแสดงความรับผิดชอบ เช่น การศึกษาของ Ariely และ Wertenbroch (2002) ที่สร้างสถานการณ์ให้นักเรียนแสดงความรับผิดชอบโดยการตั้งเป้าหมายล่วงหน้าว่าจะส่งงานก่อนกำหนด ซึ่งนอกจากจะเป็นการเพิ่มความเสี่ยงในการถูกทำโทษหากส่งงานช้าแล้ว การกระทำเช่นนี้ยังเป็นการลดแรงจูงใจในการเข้าหาสิ่งยั่วยุต่างๆ เช่น การเล่นเกม การออกไปเที่ยวกับเพื่อน ทั้งยังเป็นการเพิ่มแรงจูงใจในการเรียนของตนด้วย

2. การลงโทษและการให้รางวัล (penalties and rewards) เป็นการเพิ่มแรงจูงใจต่อเป้าหมายโดยให้รางวัลตนเองเมื่อได้กระทำตามเป้าหมายที่วางไว้ และลดแรงจูงใจต่อสิ่งยั่วยุโดยการเพิ่มบทลงโทษหากเผลอกระทำตามสิ่งยั่วยุนั้นๆ เช่น การให้รางวัลตนเองด้วยการออกไปซื้อเสื้อผ้าหลังจากลดน้ำหนักได้ตามเป้าหมาย หรือการตัดสินใจลงโทษตนเองด้วยการงดดูรายการทีวีที่ชอบทุกครั้งหากไม่ได้ออกกำลังกาย เป็นต้น นอกจากนี้ยังมีงานวิจัยที่ศึกษากับนักวิ่งมาราธอนพบว่ายิ่งสิ่งยั่วยุ

มีความเข้มข้นมากก็จะยิ่งส่งผลให้นักวิ่งมาราธอนเพิ่มบทลงโทษให้กับตนเองมากยิ่งขึ้น (Trope & Fishbach, 2000)

3. การเข้าหาและการหลีกเลี่ยง (approach and avoidance) บุคคลจะเพิ่มแรงจูงใจต่อเป้าหมายโดยการสร้างสถานการณ์ที่เพิ่มความใกล้ชิดกับเป้าหมายนั้นๆ และลดแรงจูงใจต่อสิ่งยั่วยุ โดยการรักษาระยะห่างจากสิ่งยั่วยุนั้นๆ (Schelling, 1984) ตัวอย่างเช่น นักเรียนที่มีแรงจูงใจในการเรียนจะเลือกห้องพักที่อยู่ใกล้ห้องสมุดและห่างจากสถานบันเทิงเพื่อส่งเสริมให้เกิดบรรยากาศในการเรียนและหลีกเลี่ยงงานสังสรรค์ เป็นต้น

#### กลวิธีในการปรับเปลี่ยนความหมายทางการรับรู้ของตัวเลือกในสถานการณ์

1. การกระตุ้นและการยับยั้ง (activation and inhibition) เป็นหนึ่งในกลยุทธ์ที่เน้นการจัดกระทำเพื่อให้เกิดความไม่สมดุลระหว่างแรงจูงใจจากเป้าหมายและสิ่งยั่วยุ นั่นคือ การกระตุ้นให้บุคคลนึกถึงเป้าหมายต่างๆ ของตนก็จะส่งผลให้บุคคลนั้นตระหนักได้ว่าแรงจูงใจจากสิ่งยั่วยุต่างๆ เป็นเพียงสิ่งที่เข้ามาบงกชหนทางที่จะไปสู่เป้าหมายที่วางไว้ บุคคลก็จะยิ่งเพิ่มพื้นที่ความคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมที่มีความสอดคล้องกับเป้าหมายมากขึ้น ในขณะที่การยับยั้งไม่ทำให้บุคคลนึกถึงสิ่งยั่วยุก็จะส่งผลให้บุคคลนั้นตระหนักถึงเป้าหมายมากขึ้นและลดพื้นที่ความคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมที่มีความสอดคล้องกับสิ่งยั่วยุนั้นๆ ลง ซึ่งจากงานวิจัยพบว่ากลวิธีนี้สามารถกระทำได้ทั้งในระดับที่บุคคลตระหนักรู้และไม่ตระหนักรู้ (Fishbach, Friedman, & Kruglanski, 2003)

2. คุณค่า (value) บุคคลสามารถส่งเสริมคุณค่าและความสำคัญของเป้าหมายโดยการเชื่อมโยงผลสำเร็จจากเป้าหมายนั้นเข้ากับตนเองและนึกถึงศักยภาพของตนเองในอนาคต หรือคิดวิเคราะห์ข้อดีต่างๆ ของเป้าหมายนั้น ในขณะที่เดียวกันบุคคลก็สามารถลดคุณค่าของสิ่งยั่วยุโดยการตัดความเชื่อมโยงระหว่างสิ่งยั่วยุกับตนเองหรือการเพิกเฉยต่อแง่มุมด้านบวกของสิ่งยั่วยุเหล่านี้ (Fishbach, Shah, & Kruglanski, 2004)

3. ความคาดหวัง (expectation) การกระตุ้นหรือยับยั้งและการเพิ่มหรือลดคุณค่าต่างเป็นวิธีที่เพิ่มและลดแรงจูงใจที่เกี่ยวข้องกับเป้าหมายและสิ่งยั่วยุโดยตรง อย่างไรก็ตามกลวิธีทางการรับรู้นี้สามารถรวมไปถึงแผนการของการกระทำด้วยเช่นกัน นั่นคือ การเหนี่ยวนำให้บุคคลรับรู้แผนการของ

การกระทำนั้นๆ ในแง่บวกซึ่งหมายถึงการเพิ่มแนวโน้มให้บุคคลคาดหวังถึงผลดีที่จะเกิดขึ้นในอนาคตจากการกระทำตามเป้าหมายและไม่กระทำตามสิ่งยั่วยุ การตั้งความคาดหวังเช่นนี้เปรียบเสมือนการตั้งมาตรฐานให้แก่ตนเอง ส่งผลให้บุคคลเพิ่มแรงจูงใจและความพยายามเพื่อเอาชนะอุปสรรคและประสบความสำเร็จให้ได้ตามที่คาดหวังไว้ (Zhang & Fishbach, 2010)

4. ระดับการตีความ (levels of construal) เป็นการเปลี่ยนแรงจูงใจระหว่างเป้าหมายและสิ่งยั่วยุโดยอาศัยการตีความทั้งการใช้ระบบทางความคิดหรือแบบนามธรรมที่เพิ่มระยะห่างทางจิตหรือระบบทางอารมณ์หรือแบบรูปธรรมที่ลดระยะห่างทางจิต การตีความสิ่งยั่วยุแบบนามธรรมจะช่วยลดความคุกคามที่สิ่งยั่วยุนั้นส่งผลต่อเป้าหมายได้ ส่วนการตีความแบบรูปธรรมจะช่วยเพิ่มแรงจูงใจในการเข้าหาสิ่งนั้นๆ มากขึ้นซึ่งเหมาะที่จะใช้กับเป้าหมายที่บุคคลให้ความสำคัญ (Fujita & Han, 2009) กลวิธีด้านระดับการตีความนี้มีความเหมาะสมที่จะนำมาประยุกต์ใช้ในสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมเพราะการตีความในลักษณะรูปธรรมมีความสอดคล้องกับแรงจูงใจจากผลประโยชน์ส่วนตัวใน ณ เวลานั้น ส่วนการตีความในลักษณะนามธรรมมีความสอดคล้องกับแรงจูงใจจากผลประโยชน์ส่วนรวมในระยะยาวดังที่จะกล่าวถึงในเรื่องของการออกแบบการตัดสินใจในส่วนต่อไป

### **แนวความคิดเรื่องการวางกรอบการตัดสินใจ (decision framing)**

การวางกรอบการตัดสินใจเป็นปัจจัยด้านสถานการณ์ที่ผู้วิจัยเห็นว่ามีความเหมาะสมในการศึกษาควบคู่ไปกับการควบคุมตนเองในภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมเพราะเป็นกลวิธีที่มีประสิทธิภาพในการส่งเสริมให้บุคคลร่วมมือกันกระทำเพื่อส่วนรวมเมื่อเปรียบเทียบกับกลวิธีอื่นๆ ทั้งนี้เพราะสามารถจัดกระทำได้ง่ายในสถานการณ์จริง ประกอบกับการตัดสินใจของบุคคลที่ต้องอาศัยสิ่งชี้แนะง่ายๆ ทางสังคม การวางกรอบการตัดสินใจจึงเป็นสิ่งที่สามารถชี้นำพฤติกรรมต่างๆ ของบุคคลได้ (Weber, Kopelman, & Messick, 2004) อย่างไรก็ตามการวางกรอบการตัดสินใจเป็นแนวความคิดที่กว้างครอบคลุมในหลายมิติและได้รับความนิยมในการศึกษา แต่ในที่นี้จะขอกกล่าวถึงเฉพาะความเป็นมาและการวางกรอบการตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมและการควบคุมตนเองเท่านั้น

### การวางกรอบการตัดสินใจกับภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม

การวางกรอบการตัดสินใจ (decision framing) เป็นวิธีการที่ให้ความสำคัญกับเรื่องของคำอธิบายและการแบ่งแยกประเภทของสารหรือแง่มุมต่างๆ ให้ชัดเจน ทั้งนี้จุดกำเนิดของการศึกษาเรื่องการวางกรอบการตัดสินใจนั้นมาจากทฤษฎีคุณค่าของการได้และการเสีย (prospect theory) ของ Kahneman และ Tversky (1979) ที่เสนอว่าบุคคลจะตอบสนองต่อผลลัพธ์แตกต่างกันไปขึ้นอยู่กับว่าบุคคลนั้นได้รับคำอธิบายในการได้หรือการเสีย (gains or losses) โดยเฉพาะอย่างยิ่งสถานการณ์ที่บุคคลต้องสูญเสียจะมีลักษณะความมากกว่าสถานการณ์ที่บุคคลได้รับถ้าเปรียบเทียบจากปริมาณสิ่งของในระดับเท่าๆ กัน การวางกรอบสามารถเปลี่ยนแปลงได้ตามบริบทที่ใช้ในขณะนั้น เช่น เงินทุนจำนวน 17,000 บาทสำหรับนิสิตคณะจิตวิทยา อาจถูกบรรยายในลักษณะทางบวก (positive frame) ว่าเป็นจำนวนที่มากกว่าเงินทุนของนิสิตคณะอื่น 2,000 บาท หรือในลักษณะทางลบ (negative frame) ว่าเป็นจำนวนที่น้อยกว่าเงินทุนของนิสิตคณะอื่น 2,000 บาท ก็ได้

ในงานวิจัยภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมก็มีการนำเสนอโครงสร้างของสถานการณ์ด้วยการใช้คำอธิบายที่แตกต่างกัน เช่น สถานการณ์สิ่งกีดขวางทางสังคม (public goods dilemma) มีโครงสร้างที่ส่งผลบุคคลต้องตัดสินใจเลือกที่จะแบ่งทรัพยากรของตนให้กับส่วนรวม แต่ในสถานการณ์กับดักทางสังคม (common/resource dilemma) เป็นการกำหนดให้บุคคลตัดสินใจแบ่งเอาทรัพยากรจากส่วนกลางตามปริมาณที่ตนต้องการใช้ ซึ่งเมื่อวางกรอบการตัดสินใจมุ่งไปที่ผลประโยชน์ของปัจเจกบุคคล บุคคลในสถานการณ์สิ่งกีดขวางทางสังคมจะร่วมมือกับส่วนรมน้อยกว่าบุคคลในสถานการณ์กับดักทางสังคม ในทางกลับกันถ้าวางกรอบการตัดสินใจมุ่งไปที่ผลประโยชน์ของส่วนรวม บุคคลในสถานการณ์สิ่งกีดขวางทางสังคมจะร่วมมือกับส่วนรวมมากกว่าบุคคลในสถานการณ์กับดักทางสังคม สาเหตุอาจเป็นเพราะสถานการณ์กับดักทางสังคมประกอบไปด้วยการตัดสินใจว่าจะใช้ไปเท่าไรและจะเหลือไว้เท่าไร เป็นสถานการณ์ที่เหนี่ยวนำให้บุคคลตระหนักถึงการได้ผลตอบแทนอย่างเท่าเทียมกัน ส่วนโครงสร้างในสถานการณ์สิ่งกีดขวางทางสังคมประกอบไปด้วยการตัดสินใจว่าจะให้เท่าไรและจะเก็บไว้เท่าไร ซึ่งคำกริยาเหล่านี้เองที่อาจเป็นสิ่งชี้แนะที่ส่งผลต่อทางเลือกของบุคคลมากกว่าการคำนวณผลตอบแทนจากทางเลือกนั้นๆ (Brewer & Kramer, 1986; De dreu, Emans, & Van de Vliert, 1992; McDaniel & Sistrunk, 1991; Van Dijk & Wilke, 1995, 2000)

กรอบความคิดเรื่องความเหมาะสม (appropriateness framework) เสนอว่า คำอธิบาย เพื่อแบ่งแยกประเภทของสิ่งต่างๆ ที่ใช้วางกรอบการตัดสินใจในภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมจะ กระตุ้นให้เกิดการตีความที่แตกต่างกันซึ่งส่งผลให้เกิดพฤติกรรมที่แตกต่างกันในแต่ละสถานการณ์ด้วย มีงานวิจัยจำนวนมากที่สนับสนุนข้อเสนอนี้ ดังเช่นงานวิจัยของ De Dreu และ McCusker (1997) พบว่าการวางกรอบการตัดสินใจแบบการได้และการเสียมีอิทธิพลที่แตกต่างกันต่อบุคคลที่ชอบ ช่วยเหลือผู้อื่น (prosocial) และบุคคลในวัฒนธรรมปัจเจกนิยม (individualist) โดยบุคคลที่ชอบ ช่วยเหลือผู้อื่นมีแนวโน้มที่จะร่วมมือในการวางกรอบในเชิงการเสียมากกว่าการวางกรอบในเชิงการได้ ส่วนบุคคลในวัฒนธรรมปัจเจกนิยมแนวโน้มที่จะร่วมมือในการวางกรอบในเชิงการได้มากกว่าการวาง กรอบในเชิงการเสีย และงานวิจัยของ Batson และ Moran (1999) พบว่าในเกมความลำบากใจของ นักโทษมีอัตราความร่วมมือเพิ่มมากขึ้นเมื่อบรรยายลักษณะของเกมว่าเป็นการศึกษาการแลกเปลี่ยน ทางสังคมมากกว่าบรรยายว่าเป็นการศึกษาการดำเนินการทางธุรกิจ

กรอบการตัดสินใจอีกรูปแบบหนึ่งคือเรื่องของสิทธิครอบครอง หรือการวางกรอบให้บุคคล จัดการกับสิ่งที่เป็นของส่วนตัวหรือสิ่งที่เป็นของส่วนรวม งานวิจัยของ van Dijk และ Wilke (1997) พบว่าเมื่ออธิบายว่าทรัพยากรเป็นของส่วนกลาง บุคคลจะใช้สอยทรัพยากรนั้นน้อยกว่าเมื่ออธิบายว่า เป็นทรัพยากรของส่วนตัวเพราะต้องตระหนักถึงผลของการกระทำต่อส่วนรวม นอกจากนี้กรอบการ ตัดสินใจยังสามารถถูกกระตุ้นทางอ้อมโดยลักษณะของสถานการณ์ โดยสรุปแล้วการวางกรอบการ ตัดสินใจในภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมเป็นวิธีที่มีประสิทธิภาพมากวิธีหนึ่งที่สามารถส่งผลต่อการ เลือกรกระทำเพื่อส่วนรวมของบุคคลได้

### **การวางกรอบการตัดสินใจกับการควบคุมตนเอง**

#### การวางกรอบเพื่อระบุแบ่งแยกระหว่างเป้าหมายและสิ่งยั่วยุ

จากที่ได้กล่าวถึงก่อนหน้านี้ว่าการควบคุมตนเองมีส่วนช่วยให้บุคคลเลือกรกระทำตาม เป้าหมายที่มีคุณค่าหรือสิ่งที่เป็นผลประโยชน์ส่วนรวมระยะยาวในภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม แทนที่จะเลือกรกระทำตามสิ่งยั่วยุหรือผลประโยชน์ส่วนตัวในขณะนั้น แต่การควบคุมตนเองที่มี ประสิทธิภาพนั้นขึ้นอยู่กับความสามารถในการระบุแบ่งแยกระหว่างสิ่งที่เป็นเป้าหมายที่แท้จริงและสิ่ง



ยั่วๆ ถ้าไม่สามารถระบุได้ก็จะส่งผลให้เกิดความขัดแย้งในการควบคุมตนเองได้ คุณลักษณะที่สำคัญของการวางกรอบเพื่อแยกแยะปัจจัยทั้งสองมีดังต่อไปนี้

1. ความกว้าง (width) การวางกรอบสิ่งชี้แนะในบริบทอย่างกว้างๆ เช่น การใช้คำว่าฤดูร้อน แทนคำว่าวันนี้ สร้างโอกาสให้บุคคลพิจารณาถึงรูปแบบการตอบสนองที่มีอยู่ทั้งหมดและสร้างความเป็นไปได้ในการระบุถึงเป้าหมายที่บุคคลต้องการอย่างแท้จริง (Read, Loewenstein, & Rabin, 1999) ตัวอย่างเช่นงานวิจัยของ Myrseth และ Fishbach (2009) จัดกระทำโดยการแจกอาหารที่มีประโยชน์และไม่มีประโยชน์ฟรีในมหาวิทยาลัย พบว่าการวางกรอบแบบกว้างโดยใช้คำว่า “อาหารสำหรับฤดูใบไม้ผลิ” ส่งผลให้นักเรียนเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์มากกว่าการวางกรอบแบบแคบโดยใช้คำว่า “อาหารสำหรับวันที่ 12 เมษายน” เป็นต้น

2. ความคงเส้นคงวา (consistency) ในการระบุแบ่งแยกระหว่างเป้าหมายและสิ่งยั่วๆนั้น นอกจากจะต้องพิจารณาถึงทางเลือกแบบกว้างๆ ในแง่ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจุบันและอนาคตแล้วยังต้องพิจารณาถึงความคงเส้นคงวาของทางเลือกนั้นด้วย สามารถแบ่งได้ 2 รูปแบบ ได้แก่ พลวัตแบบสมดุล (balancing dynamic) คือการสลับแรงจูงใจไปมาระหว่างเป้าหมายและสิ่งยั่วๆเช่น การรวมอาหารที่มีประโยชน์และไม่มีประโยชน์ไว้ในจานเดียวกันซึ่งไม่ส่งผลให้บุคคลเกิดความขัดแย้งในการควบคุมตนเองเพราะทำให้เกิดความคิดว่าสามารถรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ชดเชยหลังจากรับประทานอาหารที่ไม่มีประโยชน์เมื่อไหร่ก็ได้ ส่งผลให้บุคคลไม่สามารถแยกแยะระหว่างเป้าหมายและสิ่งยั่วๆอย่างชัดเจนได้ และพลวัตแบบเน้นความสำคัญ (highlighting dynamic) คือการแบ่งแยกแรงจูงใจระหว่างเป้าหมายและสิ่งยั่วๆอย่างชัดเจน เช่น การแยกอาหารที่มีประโยชน์และไม่มีประโยชน์ไว้คนละจานซึ่งส่งผลให้บุคคลเกิดความขัดแย้งในการควบคุมตนเองและพยายามที่จะบังคับตนเองให้กระทำตามเป้าหมายที่แท้จริงโดยการเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ (Fishbach & Zhang, 2008)

การตระหนักถึงโอกาสที่มีแนวโน้มจะเกิดขึ้นจากทางเลือกในหลายๆ รูปแบบรวมกับการตระหนักถึงแนวทางที่จะสามารถกระทำพฤติกรรมที่จะนำไปสู่เป้าหมายได้อย่างคงเส้นคงวาล้วนเป็นสิ่งสำคัญที่ควรคำนึงถึงในการวางกรอบให้บุคคลสามารถแบ่งแยกระหว่างเป้าหมายและสิ่งยั่วๆได้ เพราะเมื่อบุคคลมั่นใจกับเป้าหมายนั้นแล้วก็จะพยายามควบคุมตนเองเพื่อกระทำให้สำเร็จตาม

เป้าหมายโดยใช้กลวิธีต่างๆ ที่กล่าวไว้ในส่วนที่แล้ว ซึ่งกลวิธีอย่างหนึ่งที่มีความเชื่อมโยงกับทั้งภาวะ  
 ยุ่งยากสองด้านทางสังคมและการระบุแบ่งแยกระหว่างเป้าหมายและสิ่งยั่วยุ นั่นคือระดับการตีความ  
 (levels of construal)

### การวางกรอบการตัดสินใจตามทฤษฎีระดับการตีความ

จากทฤษฎีระดับการตีความ (construal level theory) ระยะห่างทางจิตมีบทบาทสำคัญใน  
 การนำเสนอวัตถุหรือเหตุการณ์ต่างๆ สามารถแบ่งได้หลายมิติ ไม่ว่าจะเป็นระยะห่างด้านเวลา (อดีต  
 ปัจจุบันหรืออนาคต) ระยะห่างด้านสังคม (เรา เขา เธอหรือฉัน) ระยะห่างตามสมมติฐาน (โอกาสใน  
 อนาคตหรือความมั่นคงในปัจจุบัน) ซึ่งมีมิติเหล่านี้ล้วนถูกนำเสนอในการรับรู้ของบุคคล (Trope &  
 Liberman, 2003) การนำเสนอวัตถุหรือเหตุการณ์ที่อยู่ห่างไกลออกไปส่งผลให้เกิดการตีความใน  
 ระดับสูง (high-level construal) ซึ่งมีลักษณะเป็นนามธรรมและเป็นโครงสร้าง เป็นการตีความที่  
 เน้นองค์ประกอบและข้อมูลสำคัญหลักๆ ที่มีความมั่นคงโดยไม่ตระหนักถึงรายละเอียดที่ทำให้  
 ความหมายของสิ่งๆ นั้นเปลี่ยนไป ในทางตรงกันข้าม การนำเสนอวัตถุหรือเหตุการณ์ที่อยู่ใกล้ส่งผล  
 ให้เกิดการตีความในระดับต่ำ (low-level construal) ซึ่งมีลักษณะเป็นรูปธรรม เน้นรายละเอียด  
 ปลีกย่อย และขาดโครงสร้างในการแยกแยะส่วนสำคัญออกจากสิ่งที่ไม่เกี่ยวข้อง หลักฐานจาก  
 งานวิจัยของ Fujita, Henderson, Eng, Trope, และ Liberman (2006) พบว่าเมื่อผู้ร่วมการทดลอง  
 คาดหวังว่าจะได้ร่วมกิจกรรมหนึ่งๆ ในอนาคตและในสถานที่ห่างไกล ผู้ร่วมการทดลองมีแนวโน้มที่จะ  
 อธิบายวัตถุประสงค์ของกิจกรรมในลักษณะนามธรรม เมื่อลดระยะห่างทางจิตของกิจกรรมลง เช่น  
 การร่วมกิจกรรมในวันพรุ่งนี้ในสถานที่ใกล้ๆ พบว่าผู้ร่วมการทดลองก็ใช้คำอธิบายกิจกรรมในลักษณะ  
 รูปธรรมมากขึ้น

โดยสรุปแล้วการตีความในระดับสูงมีแนวโน้มที่จะส่งผลให้เกิดการประเมินโดยภาพรวม  
 (global evaluation) ซึ่งเป็นการประเมินโดยรวมข้อมูลที่เป็นองค์ประกอบสำคัญเกี่ยวกับสิ่งหนึ่ง  
 มีความคงที่แม้ว่าจะเปลี่ยนไปในบริบทใดก็ตาม ส่วนการตีความในระดับต่ำมีแนวโน้มที่จะส่งผลให้เกิด  
 การประเมินแบบแบ่งส่วน (local evaluation) ซึ่งเป็นการประเมินโดยรวมข้อมูลที่มีความ  
 เฉพาะเจาะจงที่ถูกนำเสนอในสถานการณ์นั้นๆ และอาจจะเปลี่ยนไปตามบริบทสังคม อย่างไรก็ตาม  
 สิ่งที่ควรตระหนักถึงคือการตีความในระดับสูงจะมีอิทธิพลเฉพาะในสถานการณ์ที่มีความขัดแย้ง

ระหว่างผลประโยชน์ในระยะยาวกับผลประโยชน์ที่บุคคลจะได้รับ ณ เวลานั้น รวมถึงค่าใช้จ่ายหรือความพยายามที่ต้องใช้เพื่อให้ได้รับผลประโยชน์ในระยะยาวนั้น อีกทั้งเป้าหมายที่กล่าวถึงนี้ต้องเป็นสิ่งที่บุคคลให้ความสำคัญด้วย ถ้าเป้าหมายไม่มีความสำคัญ การตีความในระดับสูงจะยิ่งไปลดความตั้งใจจากเป้าหมายนั้น (Fujita, Trope, Liberman, & Levin-Sagi, 2006)

### ทฤษฎีระดับการตีความกับภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม

จากงานวิจัยเกี่ยวกับภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมตามทฤษฎีระดับการตีความนี้ พบว่าวมมือหรือเลือกกระทำเพื่อบุคคลมีแนวโน้มที่จะให้ความรู้ลประโยชน์ส่วนรวมเมื่อตีความภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมนั้นๆ ในระดับนามธรรมหรือการตีความในระดับสูง ในทางกลับกันหากบุคคลนั้นตีความภาวะยุ่งยากสองด้านในระดับรูปธรรมหรือในระดับต่ำก็มีแนวโน้มที่จะอ้างอิงการกระทำจากบริบทโดยอาจยึดเอาการกระทำของฝ่ายตรงข้ามหรือตระหนักถึงเฉพาะผลประโยชน์ที่ตนจะได้รับในขณะนั้นซึ่งส่งผลให้บุคคลเลือกที่จะไม่ร่วมมือได้ ผลจากงานวิจัยศึกษาสถานการณ์สิ่งกีดขวางทางสังคมที่พบอัตราการร่วมมือสูงกว่างานวิจัยทั่วไปมีสาเหตุมาจากการออกแบบการทดลองที่รวมเอาแง่มุมด้านเวลา (ผู้ร่วมการทดลองต้องตัดสินใจภายใน 2-3 วันหรือตอนนั้น) และแง่มุมด้านระยะห่างทางพื้นที่ (ผู้ร่วมการทดลองรายงานการตัดสินใจผ่านโทรศัพท์หรือรายงานผ่านบุคคลที่อยู่ในห้องทดลองเดียวกัน) ซึ่งเป็นปัจจัยที่มักจะถูกละเลย นอกจากนี้การเพิ่มหรือลดระยะห่างทางจิตกับสิ่งอื่นที่ไม่เกี่ยวข้องกับสถานการณ์ก็สามารถเหนี่ยวนำให้บุคคลเลือกประเมินสถานการณ์โดยภาพรวมหรือแบบแบ่งส่วนได้ จากข้อค้นพบที่กล่าวมาแสดงให้เห็นถึงความสำคัญของการเพิ่มระยะห่างทางจิตที่ส่งผลให้บุคคลประเมินโดยภาพรวมและเลือกที่จะตอบสนองโดยการร่วมมือในสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมที่ต่างกัน (Marwell & Ames, 1979)

### **งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมตนเองและระดับการตีความในสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม**

#### งานวิจัยที่ 1

Sheldon และ Fishbach (2011) ศึกษาการใช้การควบคุมตนเองเพื่อยับยั้งการเลือกแข่งขันในสถานการณ์ที่เหนี่ยวนำให้เกิดความขัดแย้งระหว่างผลประโยชน์ส่วนตนกับผลประโยชน์ส่วนรวม

โดยใช้เกมการเจรจาต่อรองระหว่างบุคคล 2 คน ในสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม แบ่งเป็น 3 การทดลอง ดังนี้

การทดลองที่ 1 เกมเซนทิปีด (the centipede game) เป็นการทดสอบระดับความร่วมมือระหว่างเงื่อนไขอุปสรรคที่คาดหวังแบบเล็กน้อยกับอุปสรรคที่คาดหวังแบบหนักแน่น ในเกมนี้ผู้เล่น 2 คนจะผลัดกันเลือกว่าจะยึดเอาเงินส่วนกลางที่ค่อยๆ เพิ่มมากขึ้นไว้เองหรือแบ่งให้กับผู้เล่นอีกคนหนึ่ง ถ้าผู้เล่นทั้งสองต่างแบ่งให้แก่กันและกัน สัดส่วนในกองกลางจะมีเพิ่มมากขึ้น แต่ถ้าผู้เล่นคนหนึ่งยึดเอาไว้เอง ผู้เล่นอีกคนจะได้รับส่วนแบ่งน้อยลงกว่ารอบการเล่นที่ผ่านมา เป็นเกมที่แสดงให้เห็นถึงภาวะยุ่งยากสองด้านในการควบคุมตนเอง จากนั้นเป็นการจัดกระทำอุปสรรคที่ขัดขวางความสำเร็จ โดยในกลุ่มเงื่อนไขอุปสรรคเล็กน้อย ผู้วิจัยจะขอให้เขียนเหตุผลของสิ่งที่จะทำให้บุคคลรู้สึกไม่กังวลในงานที่จะทำครั้งต่อไป ส่วนในเงื่อนไขอุปสรรคหนักแน่น ผู้วิจัยจะขอให้เขียนเหตุผลของสิ่งที่จะส่งผลให้บุคคลรู้สึกกลัวในงานที่กำลังทำอยู่ ผลการทดลองพบว่าผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขอุปสรรคหนักแน่นเลือกที่จะร่วมมือกับผู้เล่นอีกฝ่ายมากกว่าผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขอุปสรรคเล็กน้อย

การทดลองที่ 2 เกมความลำบากใจของนักโทษ (the prisoner's dilemma game) การทดลองนี้เป็นการทดสอบระดับความร่วมมือระหว่างเงื่อนไขอุปสรรคที่คาดหวังแบบเล็กน้อยและอุปสรรคที่คาดหวังแบบหนักแน่นกับเงื่อนไขการรับรู้การควบคุมระหว่างบุคคลโดยแบ่งเป็นระดับสูง กลางและต่ำ ในสถานการณ์ที่เหนียวนำไปเกิดความขัดแย้งในการควบคุมตนเอง ในเงื่อนไขอุปสรรคเล็กน้อย ผู้วิจัยให้คำแนะนำแก่ผู้ร่วมการทดลองว่าการจะทำงานที่ได้รับมอบหมายให้ดีเป็นเรื่องง่าย และมีผู้ร่วมการทดลองจำนวนมากที่สามารถทำงานได้ในระดับดีมาก ส่วนเงื่อนไขอุปสรรคหนักแน่น ผู้วิจัยให้คำแนะนำแก่ผู้ร่วมการทดลองว่าการจะทำงานที่ได้รับมอบหมายให้ดีเป็นเรื่องยากและมีผู้ร่วมการทดลองจำนวนน้อยที่สามารถทำงานได้ในระดับดีมาก ในการจัดกระทำการรับรู้การควบคุมระหว่างบุคคลนั้นเงื่อนไขการรับรู้การควบคุมระหว่างบุคคลสูงจะได้รับแจ้งว่าฝ่ายตรงข้ามจะเล่นเกมหลังจากที่ตนเองเล่น ในเงื่อนไขการรับรู้การควบคุมระหว่างบุคคลปานกลางจะได้รับแจ้งว่าฝ่ายตรงข้ามจะเล่นเกมพร้อมกับตนเอง ในเงื่อนไขการรับรู้การควบคุมระหว่างบุคคลต่ำจะได้รับแจ้งว่าฝ่ายตรงข้ามจะได้เล่นเกม ผลการทดลองพบว่า ผู้ร่วมการทดลองเลือกร่วมมือกับฝ่ายตรงข้ามมากขึ้นในเงื่อนไขอุปสรรคหนักแน่นแต่เฉพาะเมื่อผู้ร่วมการทดลองมั่นใจว่าการตัดสินใจร่วมมือของตนจะส่งอิทธิพลให้ฝ่ายตรงข้ามร่วมมือด้วย ถ้าขาดการรับรู้ด้านนี้ อุปสรรคที่คาดหวังจะยิ่งส่งเสริมให้บุคคล

เลือกที่จะแข่งขันมากขึ้น อย่างไรก็ตามไม่พบผลอย่างมีนัยสำคัญของการรับรู้การควบคุมระหว่างบุคคลกับระดับการร่วมมือ ผู้วิจัยอธิบายว่าการรับรู้การควบคุมระหว่างบุคคลจะส่งอิทธิพลต่อการตอบสนองต่ออุปสรรคที่ขัดขวางความสำเร็จโดยเฉพาะอุปสรรคที่หนักแน่น แต่ไม่ได้ส่งอิทธิพลต่อการร่วมมือโดยตรง

การทดลองที่ 3 การเจรจาต่อรอง (union-management negotiation) เป็นการทดสอบระดับความร่วมมือระหว่างเงื่อนไขอุปสรรคที่คาดหวังแบบเล็กน้อยและอุปสรรคที่คาดหวังแบบหนักแน่นกับเงื่อนไขการรับรู้การควบคุมระหว่างบุคคลแบ่งเป็นระดับสูง กลางและต่ำ เพื่อศึกษาว่าอุปสรรคที่คาดหวังจะช่วยเพิ่มความร่วมมือในกรณีที่บุคคลต้องมีปฏิสัมพันธ์กับฝ่ายตรงข้ามอย่างต่อเนื่อง ผลการทดลองให้หลักฐานสนับสนุนเพิ่มเติมจากการทดลองที่ 1 และ 2 ว่าการมีอุปสรรคขัดขวางความสำเร็จช่วยส่งเสริมให้บุคคลร่วมมือกับฝ่ายตรงข้ามแต่ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับระดับการรับรู้การควบคุมระหว่างบุคคลด้วย

ผลจากงานวิจัยของ Sheldon และ Fishbach (2011) แสดงให้เห็นว่าการจัดกระทำให้บุคคลตระหนักถึงอุปสรรคที่ขัดขวางความสำเร็จเป็นสิ่งที่ช่วยให้บุคคลรับรู้ถึงความขัดแย้งระหว่างเป้าหมายและสิ่งยั่วยุ ผลที่ตามมาคือบุคคลจะเลือกกระทำตามพฤติกรรมที่สามารถช่วยให้บรรลุเป้าหมายที่แท้จริงได้ นั่นคือบุคคลเลือกที่จะร่วมมือกับฝ่ายตรงข้ามมากขึ้น อีกทั้งกรณีที่มีการร่วมมือเพิ่มมากขึ้นเฉพาะเมื่อบุคคลรับรู้ว่าการตัดสินใจร่วมมือของตนจะส่งอิทธิพลให้ฝ่ายตรงข้ามร่วมมือด้วย แสดงให้เห็นว่าการเชื่อใจฝ่ายตรงข้ามซึ่งเป็นผลจากการควบคุมตนเองก็เข้ามามีบทบาทด้วยเช่นกัน

## งานวิจัยที่ 2

Fujita, Trope, Liberman, และ Levin-Sagi (2006) ศึกษาผลของระดับการตีความและการควบคุมตนเองที่ส่งผลต่อการตัดสินใจและพฤติกรรม โดยแบ่งออกเป็น 5 การทดลอง มีรายละเอียดโดยย่อดังนี้

การทดลองที่ 1 เป็นการศึกษาผลของระดับการตีความและความพึงพอใจของบุคคลต่อสิ่งตอบแทนที่จะได้รับ ณ เวลานั้นกับสิ่งตอบแทนที่จะได้รับในระยะยาว การจัดกระทำเงื่อนไขการ

ตีความนั้นประยุกต์ใช้มาจากวิธีการที่ได้รับการทดสอบว่ามีประสิทธิภาพจากงานวิจัยของ Freitas, Gollwitzer, และ Trope (2004) โดยผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการตีความในระดับสูงจะได้รับคำถามเหนี่ยวนำโดยใช้คำว่า “ทำไม” ส่วนเงื่อนไขการตีความในระดับต่ำจะได้รับคำถามเหนี่ยวนำโดยใช้คำว่า “อย่างไร” ส่วนความพึงพอใจระหว่างสิ่งตอบแทนที่จะได้รับ ณ เวลานั้นกับผลตอบแทนที่จะได้รับในระยะยาววัดจากความแตกต่างของจำนวนเงินที่ผู้ร่วมการทดลองตั้งใจจะจ่ายเพื่อแลกกับสิ่งตอบแทนนั้นมา ผลการทดลองพบว่าผู้ร่วมการทดลองที่ได้รับการเหนี่ยวนำให้ตีความในระดับสูงมีความพึงพอใจต่อสิ่งตอบแทนที่จะได้รับในระยะสั้นน้อยกว่าผู้ร่วมการทดลองที่ได้รับการเหนี่ยวนำให้ตีความในระดับต่ำ ทั้งนี้เพราะการตีความในระดับสูงช่วยให้บุคคลพิจารณาถึงคุณค่าที่แก่นแท้ของสิ่งตอบแทนนั้นๆ และลดการพิจารณาถึงความแตกต่างด้านระยะเวลาที่จะได้รับสิ่งตอบแทนลงซึ่งเป็นสิ่งที่มีความสำคัญน้อยกว่า

การทดลองที่ 2 เป็นการศึกษาผลของระดับการตีความกับความอดทนทางกายซึ่งเป็นการวัดการควบคุมตนเองในลักษณะของพฤติกรรม จัดกระทำเงื่อนไขระดับการตีความเป็นไปในลักษณะเดียวกับการทดลองที่ 1 ส่วนความอดทนทางกายวัดได้จากการให้ผู้ร่วมการทดลองบีบเครื่องบีบมือ (handgrip) โดยมีเงื่อนไขว่าถ้าบีบได้นานเท่าไรก็จะได้ข้อมูลเกี่ยวกับตนเองที่มีความถูกต้องมากเท่านั้น ส่งผลให้ผู้ร่วมการทดลองเกิดความขัดแย้งและต้องเลือกระหว่างข้อมูลเกี่ยวกับตนเองที่มีความถูกต้องกับการไม่ต้องอดทนเจ็บมือจากการบีบเครื่องบีบมือ ผลการทดลองพบว่าผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการตีความในระดับสูงมีความอดทนทางกายเพิ่มมากขึ้นจึงสามารถอดทนบีบเครื่องบีบมือได้นานกว่าผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการตีความในระดับต่ำ

การทดลองที่ 3 เป็นการศึกษาผลของระดับการตีความกับความขัดแย้งและเจตนา การทดลองนี้จัดกระทำเงื่อนไขการตีความแตกต่างจากสองการทดลองที่ผ่านมา โดยผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการตีความในระดับสูงจะได้รับมอบหมายให้คิดชื่อหมวดหมู่ของสิ่งของต่างๆ ส่วนผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการตีความในระดับต่ำจะได้รับมอบหมายให้คิดตัวอย่างสิ่งของจากหมวดหมู่ที่ได้รับเรื่องความขัดแย้งจัดกระทำโดยการนำเสนอกิจกรรมที่มีประโยชน์แต่ต้องเสียค่าใช้จ่ายหรือมีข้อเสียเล็กน้อย 2 สถานการณ์ และไม่มีค่าใช้จ่ายหรือข้อเสียอีก 2 สถานการณ์เพื่อเปรียบเทียบกัน จากนั้นจึงวัดเจตนาในการเข้าร่วมกิจกรรมของผู้ร่วมการทดลอง ผลการทดลองพบว่าผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการตีความในระดับสูงมีความตั้งใจที่จะเข้าร่วมกิจกรรมที่มีประโยชน์แต่ต้องเสียค่าใช้จ่ายหรือ

มีข้อเสียเล็กน้อยมากกว่าผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการตีความในระดับต่ำ แสดงให้เห็นว่าการตีความในระดับสูงช่วยให้บุคคลตระหนักถึงประโยชน์ที่จะได้รับการเข้าร่วมกิจกรรม แต่จะส่งผลกระทบกับสถานการณ์ที่ส่งผลให้บุคคลเกิดความขัดแย้งในการตัดสินใจ และประโยชน์ที่ได้รับนั้นๆ ต้องเป็นสิ่งที่คุณค่าและมีความสำคัญด้วย

การทดลองที่ 4 เป็นการศึกษาผลของระดับการตีความกับการประเมินสิ่งช่วยเหลือ การทดลองนี้จัดกระทำเงื่อนไขการตีความเช่นเดียวกับการทดลองที่ 3 จากนั้นให้ผู้ร่วมการทดลองประเมินคำศัพท์ต่างๆ ที่ได้รับ คำศัพท์เหล่านี้มีทั้งคำทางบวก คำทางลบและคำที่เกี่ยวข้องกับสิ่งช่วยเหลือที่เป็นอุปสรรคต่อการเรียน จากนั้นถามผู้ร่วมการทดลองว่าให้ความสำคัญกับการเรียนมากน้อยแค่ไหนผลการทดลองพบว่าผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการตีความในระดับสูงประเมินคำศัพท์ที่เกี่ยวข้องกับสิ่งช่วยเหลือในแง่ลบมากกว่าผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการตีความในระดับต่ำแต่เฉพาะในกรณีที่ผู้ร่วมการทดลองให้ความสำคัญกับการเรียนเท่านั้นเพราะบุคคลเหล่านี้รับรู้ถึงความขัดแย้งเมื่อต้องประเมินคำศัพท์ที่เกี่ยวข้องกับสิ่งช่วยเหลือที่ส่งผลเสียต่อการเรียน ส่วนการประเมินคำศัพท์อื่นๆ ไม่มีความแตกต่างกันไม่ว่าจะเป็นเงื่อนไขการตีความในระดับสูงหรือต่ำ แสดงให้เห็นว่าการตีความในระดับสูงส่งผลต่อเป้าหมายที่บุคคลให้ความสำคัญเท่านั้น

การทดลองที่ 5 เป็นการศึกษาผลของระดับการตีความกับการประเมินสิ่งช่วยเหลือเช่นเดียวกับการทดลองที่ 4 แต่การจัดกระทำเงื่อนไขการตีความในการทดลองนี้ถูกนำเสนอในลักษณะของสถานการณ์ต่างๆ ที่บรรยายถึงความขัดแย้งในการควบคุมตนเอง 5 สถานการณ์ ได้แก่ การรับประทานเค้ก การเปิดเครื่องปรับอากาศทิ้งไว้เพราะความขี้เกียจ การลอกข้อสอบ การหนีเรียน และการทิ้งหมากรังลงบนถนน โดยในเงื่อนไขการตีความในระดับสูง ผู้ร่วมการทดลองจะได้อ่านสถานการณ์ที่ใช้คำอธิบายแบบกว้างๆ ในลักษณะนามธรรม เช่น วันนี้คุณจะไปบ้านเพื่อน ส่วนเงื่อนไขการตีความในระดับต่ำ ผู้ร่วมการทดลองจะได้อ่านสถานการณ์ที่ใช้คำอธิบายแบบเฉพาะเจาะจง ในลักษณะรูปธรรม เช่น วันนี้คุณจะไปบ้านเพื่อนตามที่ได้วางแผนไว้ เมื่อมาถึงคุณเคาะประตูและสนทนากับเพื่อนสั้นๆ ก่อนจะเข้าไปในบ้าน เป็นต้น จากนั้นให้ผู้ร่วมการทดลองประเมินสิ่งช่วยเหลือแต่ละสถานการณ์โดยให้ระบุระดับความรู้สึกเสียใจถ้าได้กระทำตามแรงจูงใจจากสิ่งยั่วยุนั้นๆ ผลการทดลองพบว่าผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการตีความในระดับสูงประเมินพฤติกรรมที่กระทำตามแรงจูงใจจากสิ่งยั่วยุในแง่ลบมากกว่าผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการตีความในระดับต่ำ

ผลจากงานวิจัยของ Fujita และคณะ (2006) สามารถสรุปได้ว่าการตีความในระดับสูงช่วยให้บุคคลประเมินสถานการณ์และสิ่งต่างๆ แบบภาพรวม สามารถแยกแยะระหว่างสิ่งยั่วและเป้าหมายได้ ส่งผลให้บุคคลสามารถยับยั้งพฤติกรรมที่ได้รับแรงจูงใจจากสิ่งยั่วเพื่อกระทำตามเป้าหมายที่แท้จริง อย่างไรก็ตามบุคคลต้องรับรู้ถึงความขัดแย้งระหว่างแรงจูงใจของสิ่งยั่วและเป้าหมาย อีกทั้งเป้าหมายนั้นต้องเป็นสิ่งที่บุคคลให้คุณค่าและมีความสำคัญด้วย จากการทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยข้างต้นช่วยให้เห็นถึงความสำคัญของอิทธิพลจากปัจจัยด้านการควบคุมตนเองและการวางกรอบการตัดสินใจที่ส่งผลต่อเจตนาและพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมในสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมที่จะนำมาศึกษาในงานวิจัยครั้งนี้

### วัตถุประสงค์ในงานวิจัย

1. เพื่อศึกษาอิทธิพลปฏิสัมพันธ์ระหว่างการวางกรอบการตัดสินใจและการควบคุมตนเองต่อเจตนาและพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมในสถานการณ์ภาวะยุ่งยากทางสังคม
2. เพื่อศึกษาอิทธิพลของการวางกรอบการตัดสินใจต่อระดับเจตนาและพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมในสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม

### ขอบเขตในการวิจัย

งานวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาถึงอิทธิพลของการควบคุมตนเองและการวางกรอบการตัดสินใจต่อเจตนาและพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมในสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม โดยอาศัยแนวคิดจากโครงสร้างทฤษฎีการพึ่งพาอาศัยกัน (interdependence theory) ของ Van Lange และ Rusbult (2012) โมเดลกรอบความคิดเรื่องความเหมาะสม (the appropriateness framework) ของ Weber, Kopelman, และ Messick (2004) และแนวความคิดเรื่องระดับการตีความจากงานวิจัยของ Freitas, Goolwitzer, และ Trope (2004) กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตระดับปริญญาตรีอายุระหว่าง 18-25 ปี



## ตัวแปรในการวิจัย

### ตัวแปรอิสระ

1. การควบคุมตนเอง (self-control)
2. การวางกรอบการตัดสินใจ (decision framing) จำแนกเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่
  - การวางกรอบการตัดสินใจให้ตีความในระดับสูง  
(high-level construal decision framing)
  - การวางกรอบการตัดสินใจให้ตีความในระดับต่ำ  
(low-level construal decision framing)

### ตัวแปรตาม

1. เจตนาเพื่อส่วนรวมในสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม
2. พฤติกรรมเพื่อส่วนรวมในสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม

### สมมติฐานในการวิจัย

**สมมติฐานข้อที่ 1** การวางกรอบการตัดสินใจมีปฏิสัมพันธ์กับการควบคุมตนเองต่อเจตนาเพื่อส่วนรวม กล่าวคือ เมื่อวางกรอบการตัดสินใจให้ตีความในระดับสูง ผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองสูงมีเจตนาเพื่อส่วนรวมมากกว่าผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองต่ำ ในขณะที่การวางกรอบการตัดสินใจให้ตีความในระดับต่ำไม่ส่งผลให้ผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองสูงหรือผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองต่ำมีเจตนาเพื่อส่วนรวมแตกต่างกัน

**สมมติฐานข้อที่ 2** การวางกรอบการตัดสินใจมีปฏิสัมพันธ์กับการควบคุมตนเองต่อพฤติกรรมเพื่อส่วนรวม กล่าวคือ เมื่อวางกรอบการตัดสินใจให้ตีความในระดับสูง ผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองสูงมีพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมมากกว่าผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองต่ำ ในขณะที่การวางกรอบการตัดสินใจให้ตีความในระดับต่ำไม่ส่งผลให้ผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองสูงหรือผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองต่ำมีพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมแตกต่างกัน

## คำจำกัดความในงานวิจัย

1. **ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม (social dilemmas)** หมายถึง สถานการณ์ที่ส่งผลให้บุคคลเกิดความขัดแย้งในการตัดสินใจว่าจะเลือกกระทำเพื่อผลประโยชน์ส่วนตน ณ เวลานั้นหรือผลประโยชน์ส่วนรวมซึ่งมักจะเห็นผลในระยะยาว ซึ่งผลประโยชน์ส่วนตน ณ เวลานั้นเป็นสิ่งที่มีความแรงจูงใจให้ตัดสินใจเลือกมากกว่า เพราะเห็นผลทันทีและได้รับประโยชน์มากกว่า อย่างไรก็ตามหากทุกคนเลือกที่จะกระทำเพื่อตนเองก็จะก่อให้เกิดผลเสียกับส่วนรวมมากกว่าการเลือกกระทำเพื่อส่วนรวมตั้งแต่แรก

ในการวิจัยครั้งนี้ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมหมายถึงสถานการณ์ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นตามคำจำกัดความที่กล่าวไว้ข้างต้น และเพิ่มเงื่อนไขอีก 5 ประการ ตามแนวความคิดของ Heckathorn (1998) มีลักษณะต่อไปนี้ (ก) เป็นสถานการณ์ที่เกิดขึ้นกับส่วนรวมและไม่สามารถแยกบุคคลใดบุคคลหนึ่งออกจากสถานการณ์นั้นได้ (ข) เป็นสถานการณ์ที่กลุ่มจะได้รับประโยชน์จากการร่วมมือกันของสมาชิก (ค) การเลือกกระทำเพื่อส่วนรวมเป็นพฤติกรรมที่บุคคลต้องเสียสละและลงทุนลงแรง (ง) ว่าจะจะเป็นกลุ่มเล็กหรือใหญ่ ค่าใช้จ่ายหรือการลงทุนลงแรงเพื่อผลประโยชน์ส่วนรวมนั้นจะคงที่ (จ) ผลประโยชน์ส่วนรวมนั้นสามารถแบ่งสรรได้ คือสมาชิกแต่ละคนสามารถเข้าถึงหรือได้รับผลประโยชน์นั้นด้วย

2. **การควบคุมตนเอง (self-control)** หมายถึง ความสามารถในการเปลี่ยนหรือยับยั้งอารมณ์ พฤติกรรมและความปรารถนาตามธรรมชาติของบุคคลในการตอบสนองต่อเป้าหมายระยะสั้นที่มีความดึงดูดใจเพื่อที่จะบรรลุเป้าหมายในระยะยาว และเพื่อเป็นการกระทำตามกฎหมายหรือบรรทัดฐานของสังคม

ในการวิจัยครั้งนี้ การควบคุมตนเองหมายถึงคะแนนที่ได้จากการตอบมาตราวัดการควบคุมตนเองฉบับย่อของ Tangney และคณะ (2004) ที่แปลเป็นภาษาไทย จำนวน 13 ข้อ เป็นมาตราประเมินค่าแบบลิเคิร์ต 5 ระดับ ตั้งแต่ 1 ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ไปจนถึง 5 เห็นด้วยอย่างยิ่ง แบ่งได้เป็น 5 องค์ประกอบ ได้แก่ ด้านการมีวินัยในตนเอง (self-discipline) ด้านพฤติกรรมที่มีการยับยั้งชั่งใจ (deliberative/nonimpulsive action) ด้านพฤติกรรมที่พึงประสงค์ (healthy habits) ด้านจรรยาบรรณในการทำงาน (work ethic) และด้านความน่าเชื่อถือ (reliability)

**3. การวางกรอบการตัดสินใจ (decision framing)** หมายถึง วิธีการเพื่อกำหนดการตัดสินใจที่ให้ความสำคัญกับเรื่องของคำอธิบายและการแบ่งแยกประเภทของสารหรือแง่มุมต่างๆ อย่างชัดเจน ในการวิจัยครั้งนี้แบ่งการวางกรอบการตัดสินใจออกเป็น 2 ลักษณะ ได้แก่

3.1 การวางกรอบการตัดสินใจให้ตีความในระดับสูง (high-level construal decision framing) ในการวิจัยครั้งนี้หมายถึง การวางกรอบการตัดสินใจโดยใช้บทความและคำถามเหนี่ยวนำว่า “ทำไม” ฉบับที่แปลเป็นภาษาไทย ตามแนวความคิดของ Freitas และคณะ (2004) เพื่อให้บุคคล ประเมินสถานการณ์โดยการรวบรวมข้อมูลที่เป็นองค์ประกอบสำคัญเกี่ยวกับสิ่งๆ หนึ่งซึ่งมีความคงที่ ในทุกบริบท หรือเรียกว่าการประเมินโดยรวม (global evaluation) ซึ่งมีลักษณะเป็นนามธรรมและเป็นโครงสร้าง เป็นการตีความที่เน้นองค์ประกอบและข้อมูลสำคัญหลักๆ ที่มีความคงที่และไม่ใส่รายละเอียดที่ทำให้ความหมายของสิ่งๆ นั้นเปลี่ยนไป

3.2 การวางกรอบการตัดสินใจให้ตีความในระดับต่ำ (low-level construal decision framing) ในการวิจัยครั้งนี้หมายถึง การวางกรอบการตัดสินใจโดยใช้บทความและคำถามเหนี่ยวนำว่า “อย่างไร” ฉบับที่แปลเป็นภาษาไทย ตามแนวความคิดของ Freitas และคณะ (2004) เพื่อให้บุคคล ประเมินสถานการณ์โดยรวบรวมข้อมูลที่มีความเฉพาะเจาะจงที่ถูกรับเสนอในสถานการณ์นั้นๆ ซึ่งจะเปลี่ยนไปตามบริบทและสังคม หรือเรียกว่าการประเมินแบบแบ่งส่วน (local evaluation) ซึ่งมีลักษณะเป็นรูปธรรม เน้นรายละเอียดปลีกย่อยและขาดโครงสร้างในการแยกแยะส่วนสำคัญและสิ่งที่ไม่เกี่ยวข้องออกจากกัน

**4. เจตนาเพื่อส่วนรวม (cooperative intention)** หมายถึงเจตนาที่บุคคลเลือกตัดสินใจกระทำการใดสิ่งหนึ่งบนพื้นฐานของประโยชน์ส่วนรวมหรือประโยชน์ที่จะได้รับในระยะยาวตามวัตถุประสงค์ของเป้าหมายที่แท้จริงมากกว่าเลือกกระทำเพื่อประโยชน์ส่วนตนหรือประโยชน์ที่จะได้รับทันที ณ เวลานั้นตามแรงจูงใจจากสิ่งยั่วยุ ในการวิจัยครั้งนี้หมายถึงคะแนนที่ได้จากการตอบแบบสอบถามถึงเจตนาเพื่อส่วนรวมในสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม มีลักษณะเป็นมาตรประเมินค่าแบบลิเคิร์ต 7 ระดับ ตั้งแต่ 1 น้อยที่สุด จนถึง 7 มากที่สุด

**5. พฤติกรรมเพื่อส่วนรวม (cooperative behavior)** หมายถึงพฤติกรรมที่บุคคลเลือกกระทำบนพื้นฐานของประโยชน์ส่วนรวมหรือประโยชน์ที่จะได้รับในระยะยาวตามวัตถุประสงค์ของเป้าหมายที่แท้จริงมากกว่าเลือกกระทำเพื่อประโยชน์ส่วนตนหรือประโยชน์ที่จะได้รับทันที ณ เวลานั้นตามแรงจูงใจจากสิ่งยั่วยุ ในการวิจัยครั้งนี้พฤติกรรมเพื่อส่วนรวมหมายถึงจำนวนใบปลิวที่มีข้อมูลเกี่ยวกับกิจกรรมเพื่อพัฒนามหาวิทยาลัยในประเทศไทยที่ผู้ร่วมการวิจัยอาสาจะนำไปแจกจ่าย หลังจากที่ได้ตอบแบบสอบถามเกี่ยวกับเจตนาเพื่อส่วนรวมในช่วงแรกเสร็จเรียบร้อยแล้ว โดยให้ผู้ร่วมการวิจัยระบุจำนวนตั้งแต่ 0 ถึง 30 แผ่น ทั้งนี้จำนวนใบปลิวดังกล่าวสามารถแสดงถึงพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมแบ่งออกได้เป็น 5 ระดับ คือ

0 – 6 แผ่น	หมายถึง มีพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมในระดับต่ำ
7 – 12 แผ่น	หมายถึง มีพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมในระดับค่อนข้างต่ำ
13 – 18 แผ่น	หมายถึง มีพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมในระดับปานกลาง
19 – 24 แผ่น	หมายถึง มีพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมในระดับค่อนข้างสูง
25 – 30 แผ่น	หมายถึง มีพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมในระดับสูง

#### ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ได้มาตรฐานวัดการควบคุมตนเองฉบับภาษาไทยที่มีการประเมินคุณภาพตามหลักวิชา
2. ได้ความรู้ในการวางรูปแบบการวางกรอบการตัดสินใจที่ช่วยเพิ่มเจตนาและพฤติกรรมเพื่อส่วนรวม สามารถนำไปประยุกต์ใช้เพื่อกระตุ้นการกระทำเพื่อส่วนรวมได้

## บทที่ 2

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (experimental research) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาอิทธิพลของการควบคุมตนเองและการวางกรอบการตัดสินใจตามระดับการตีความต่อเจตนาและพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมในสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม มีรายละเอียดในการดำเนินการวิจัยดังต่อไปนี้

#### กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตระดับปริญญาตรี อายุระหว่าง 18-25 ปี จำนวน 220 คน การคำนวณกลุ่มตัวอย่างอ้างอิงจาก Hair, Black, Babin, และ Anderson (2010) ที่เสนอให้มีกลุ่มตัวอย่างอย่างน้อย 50 คน ต่อ 1 ตัวแปรทำนาย ในการวิจัยครั้งนี้มีตัวแปรทำนาย 3 ตัวแปร ได้แก่ การควบคุมตนเอง การวางกรอบการตัดสินใจซึ่งแบ่งเป็น 2 ระดับ คือการวางกรอบการตัดสินใจให้ตีความในระดับสูงและต่ำ และปฏิสัมพันธ์ระหว่างการควบคุมตนเองและการวางกรอบการตัดสินใจ มีตัวแปรตามที่ต้องการศึกษา 2 ตัวแปร คือ เจตนาเพื่อส่วนรวมและพฤติกรรมเพื่อส่วนรวม จึงคำนวณได้ขนาดกลุ่มตัวอย่าง 200 คน และเพื่อในกรณีที่ข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างไม่สมบูรณ์หรือมีปัญหาซึ่งจะส่งผลให้ไม่สามารถนำมาวิเคราะห์ได้ จึงเพิ่มจำนวนกลุ่มตัวอย่างอีกประมาณร้อยละ 10 รวมเป็นกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดจำนวน 220 คน ส่วนสาเหตุที่เลือกกลุ่มตัวอย่างนี้เพราะนิสิตเป็นวัยที่กำลังเรียนรู้เพื่อจะก้าวเข้าสู่การทำงาน มีความสำคัญต่อการพัฒนาประเทศ ดังนั้นถ้าการวิจัยครั้งนี้สามารถส่งเสริมให้นิสิตมีความรู้ความเข้าใจและกระทำเพื่อส่วนรวมมากขึ้นก็จะเป็นประโยชน์ต่อทั้งองค์กรต่างๆ และสังคมไทยในอนาคต

## เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย

1. มาตรการควบคุมตนเองฉบับย่อ
2. แบบสอบถามที่วางกรอบการตัดสินใจให้ผู้ร่วมการวิจัยตีความในระดับสูงและระดับต่ำ
3. ข้อความบรรยายสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมสำหรับประเมินเจตนาในการกระทำเพื่อส่วนรวม

## ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือและการหาประสิทธิภาพของเครื่องมือ

ผู้วิจัยได้พัฒนามาตรมาตรการควบคุมตนเองฉบับย่อ แบบสอบถามที่วางกรอบการตัดสินใจให้ผู้ร่วมการวิจัยตีความในระดับสูงและระดับต่ำ และข้อความบรรยายสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมสำหรับแบบประเมินเจตนาในการกระทำเพื่อส่วนรวมพร้อมกัน แบ่งการเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างเป็น 2 ครั้ง โดยได้รวมมาตรวัดทั้งหมดให้อยู่ในแบบสอบถามฉบับเดียวกัน แล้วนำแบบสอบถามไปเก็บข้อมูลกับกลุ่มนิสิตปริญญาตรี รอบแรกเก็บข้อมูลทั้งหมด 102 คน รอบที่สองเก็บข้อมูลเพิ่มอีก 58 คน เฉพาะมาตรการควบคุมตนเองเพื่อใช้ในการหาความตรงเชิงภาวะสันนิษฐานของมาตรการควบคุมตนเอง รวมทั้งหมด 160 คน อายุระหว่าง 18-25 ปี ส่วนใหญ่เป็นนิสิตคณะจิตวิทยา ที่เหลือเป็นนิสิตคณะอื่นๆ มีรายละเอียดดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3

จำนวนและร้อยละของตัวอย่างที่ใช้ในขั้นเครื่องมือ ( $N = 160$ )

	รายการ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เพศ	ชาย	57	35.6
	หญิง	103	64.4
อายุ (ปี)	18	35	21.9
	19	48	30

ตารางที่ 3 (ต่อ)

รายการ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
20	36	22.5
21	25	15.6
22	12	7.5
23	3	1.9
24	1	0.6
<b>ชั้นปีการศึกษา</b>		
ปีที่1	49	30.6
ปีที่2	45	28.1
ปีที่3	34	21.3
ปีที่4	32	20
<b>คณะ</b>		
วิศวกรรมศาสตร์	7	4.4
อักษรศาสตร์	2	1.2
วิทยาศาสตร์	10	6.2
รัฐศาสตร์	4	2.5
สถาปัตยกรรมศาสตร์	4	2.5
พาณิชยศาสตร์และการบัญชี	7	4.4
ครุศาสตร์	1	0.6
นิเทศศาสตร์	2	1.2
เศรษฐศาสตร์	4	2.5
ศิลปกรรมศาสตร์	8	5
จิตวิทยา	113	68.8
วิทยาศาสตร์การกีฬา	1	0.6
<b>รวม</b>	<b>160</b>	<b>100</b>

ทั้งนี้จำนวนตัวอย่างที่ใช้การหาความเที่ยงของมาตรการควบคุมตนเองฉบับย่อ ตรวจสอบการ จัดกระทำของแบบสอบถามที่วางกรอบการตัดสินใจให้ผู้ร่วมการวิจัยตีความในระดับสูงและระดับต่ำ และคัดเลือกข้อความบรรยายสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมเป็นกลุ่มตัวอย่างเดียวกัน จำนวน 102 คน มีเพียงการหาความตรงเชิงภาวะสันนิษฐานของมาตรการควบคุมตนเองฉบับย่อ เท่านั้นที่ใช้กลุ่มตัวอย่างที่เก็บมาเพิ่มอีก 58 คน รวมเป็น 160 คน

### 1. มาตรการควบคุมตนเองฉบับย่อ

าตรการควบคุมตนเองฉบับย่อของการวิจัยครั้งนี้ใช้ Tangney และคณะ (2004) จำนวน 13 ข้อกระทง ทั้งนี้มาตรการควบคุมตนเองฉบับเต็มมีจำนวน 36 ข้อกระทง มีค่าสัมประสิทธิ์ความ สอดคล้องภายในแบบอัลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha coefficient of internal consistency) เท่ากับ .89 และเมื่อนำมาตรฉบับย่อมาหาค่าสหสัมพันธ์กับมาตรการควบคุมตนเอง ฉบับเต็มมีค่าเท่ากับ .93 อีกทั้งยังพบว่าข้อกระทงในมาตรฉบับย่อนี้มีเนื้อหาครอบคลุมการ ควบคุมตนเองในด้านต่างๆ เทียบเท่ากับมาตรฉบับเต็ม

ในงานวิจัยครั้งนี้ได้นำมาตรฉบับย่อนี้มาใช้โดยแปลเป็นภาษาไทย แต่ไม่มีการเพิ่มหรือตัดข้อ กระทงใดๆ เพราะข้อกระทงแต่ละข้อได้รับการตรวจสอบอย่างเหมาะสมแล้ว มีขั้นตอนการพัฒนา มาตราดังนี้

1. แปลข้อกระทงทั้ง 13 ข้อ จากมาตรการควบคุมตนเองแบบย่อของ Tangney และคณะ (2004) เป็นภาษาไทย โดยอยู่ภายใต้คำแนะนำของผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศศินางค์ มณีศรี อาจารย์ที่ ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ข้อกระทงทั้ง 13 ข้อนี้ ประกอบไปด้วยข้อกระทงทางบวก 4 ข้อ และทางลบ 9 ข้อ จากนั้นนำข้อกระทงที่ได้มาจัดเรียงเป็นมาตรวัด ซึ่งเป็นมาตรประมาณค่าแบบลิเคิร์ต 5 ช่วง ตั้งแต่ 1 ไม่ตรงกับตัวฉันอย่างยิ่ง ไปจนถึง 5 ตรงกับตัวฉันอย่างยิ่ง

2. นำมาตรวัดการควบคุมตนเองที่สร้างขึ้นไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะใกล้เคียง กับกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยจริง คือนิสิตระดับปริญญาตรี อายุ 18-25 ปี จำนวน 102 คน ดังที่ ระบุไว้ข้างต้นในตารางที่ 3



3. นำข้อมูลที่ได้ประมวลผลด้วยโปรแกรม SPSS for Windows เริ่มต้นด้วยการใช้สถิติทดสอบที ( $t$ -test independent) วิเคราะห์ข้อกระทงรายข้อ โดยกำหนดเกณฑ์เปอร์เซ็นต์ที่ 73 หรือสูงกว่าแบ่งเป็นกลุ่มสูง และเปอร์เซ็นต์ที่ 27 หรือต่ำกว่าเป็นกลุ่มต่ำ พบว่ามีกลุ่มสูง 33 คน (ช่วงคะแนน 46-65 คะแนน) และกลุ่มต่ำ 28 คน (ช่วงคะแนน 13-36 คะแนน) เมื่อหาค่าคะแนนความแตกต่างของคะแนนรายข้อของทั้ง 2 กลุ่ม โดยใช้การทดสอบค่าที่ระดับนัยสำคัญ .05 ปรากฏว่า ข้อกระทงทุกข้อผ่านเกณฑ์

4. นำข้อกระทงที่ผ่านเกณฑ์ข้างต้นมาวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ ในมาตร (corrected item-total correlation หรือ CITC) แล้วนำไปเทียบกับค่า  $r$  วิฤตของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันที่ระดับนัยสำคัญ .05 สำหรับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 102 คน ผู้วิจัยใช้เกณฑ์ค่า  $r = .165$  ข้อกระทงใดที่มีค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ ในมาตรต่ำกว่าค่า  $r$  ที่กำหนดไว้จะถูกคัดออก ออก พบว่าข้อกระทงผ่านทุกข้อ (ภาคผนวก ข) และมีค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายในแบบแอลฟาของครอนบาคเท่ากับ .78

5. ตรวจสอบความตรงเชิงภาวะสันนิษฐานของมาตรการควบคุมตนเองที่สร้างขึ้น โดยนำข้อกระทงที่ผ่านการทดสอบมาวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน (confirmatory factor analysis) ในโปรแกรม LISREL ในขั้นตอนนี้ใช้กลุ่มตัวอย่างในการวิเคราะห์ทั้งหมด 160 คน เนื่องจากมาตรการควบคุมตนเองฉบับย่อ มีข้อที่ผ่านการทดสอบทั้งหมด 13 ข้อกระทง ควรใช้กลุ่มตัวอย่างอย่างน้อยข้อกระทงละ 10 คน ผลการทดสอบเบื้องต้นพบว่า โมเดลไม่สอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยพิจารณาจากค่าค่าไค-สแควร์ซึ่งเท่ากับ 109.45 มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ดัชนีวัดระดับความกลมกลืน (GFI) เท่ากับ .91 ดัชนีวัดระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (AGFI) เท่ากับ .87 ดัชนีรากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของส่วนเหลือ (RMR) เท่ากับ .06 ดัชนีค่ารากที่สองของความคลาดเคลื่อนในการประมาณค่า (RMSEA) = .06

ผู้วิจัยจึงทำการปรับโมเดลโดยพิจารณาจากดัชนีปรับรูปแบบ (modification indices) ซึ่งยอมให้ความคลาดเคลื่อนมีความสัมพันธ์กันได้ ผลจากการปรับโมเดลเพื่อทดสอบเปรียบเทียบโมเดลที่สร้างจากทฤษฎีกับข้อมูลเชิงประจักษ์ พบว่าค่าดัชนีวัดความสอดคล้องของโมเดลค่าสถิติไค-สแควร์เท่ากับ 62.08 ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ( $df = 58$ ) ค่าไค-สแควร์สัมพันธ์ เท่ากับ 1.06

( $\chi^2/df$ ) ( $< 3$ ) ดัชนีวัดระดับความกลมกลืน (GFI) เท่ากับ .95 ( $> .90$ ) ดัชนีวัดระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (AGFI) เท่ากับ .91 ( $> .90$ ) ดัชนีวัดระดับความกลมกลืนเปรียบเทียบ (CFI) เท่ากับ .99 ซึ่งเข้าใกล้ 1 ดัชนีรากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของส่วนเหลือ (RMR) เท่ากับ .04 ( $\leq .05$ ) ดัชนีค่ารากที่สองของความคลาดเคลื่อนในการประมาณค่า (RMSEA) เท่ากับ .02 ( $\leq .05$ ) แสดงว่าโมเดลองค์ประกอบตามสมมติฐานสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยสรุปแล้วมาตรที่สร้างมีความตรงเชิงภาวะสันนิษฐาน

6. วิเคราะห์ค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐาน (standardized lambda-X parameters) ซึ่งแสดงความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้กับตัวแปรแฝง พบว่าข้อกระทงทุกข้อมีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในระดับที่ยอมรับได้ ( $> 0.30$ ) ดังตารางที่ 4 (ดูภาพที่ ข1 ภาคผนวก ข)

ตารางที่ 4

ค่าน้ำหนักองค์ประกอบของมาตรวัดการควบคุมตนเองที่ได้จากการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน

มาตรการควบคุมตนเอง	ค่าน้ำหนักองค์ประกอบ
ฉบับย่อ	
ข้อที่ 1	
ฉันสามารถเอาชนะสิ่งยั่วใจได้	0.35
ข้อที่ 2	
มันลำบากมากสำหรับฉันที่จะเลิกนิสัยแย่ๆ	0.43
ข้อที่ 3	
ฉันเป็นคนขี้เกียจ	0.54
ข้อที่ 4	
ฉันพูดในสิ่งที่ไม่ควรพูด	0.33
ข้อที่ 5	
ฉันทำสิ่งที่เป็นผลเสียกับฉันหากเป็นเรื่องสนุก	0.60
ข้อที่ 6	
ฉันปฏิเสธสิ่งที่ไม่ดีต่อตัวฉัน	0.33

## ตารางที่ 4 (ต่อ)

มาตรการควบคุมตนเอง	ค่าน้ำหนักองค์ประกอบ
ฉบับย่อ	
ข้อที่ 7	
ฉันอยากมีวินัยในตนเองมากกว่านี้	0.44
ข้อที่ 8	
ผู้คนมักพูดว่าฉันเป็นคนที่มีความวินัยในตนเองอย่างเคร่งครัด	0.51
ข้อที่ 9	
บางครั้งฉันมีเวลาแต่เล่นสนุกจนทำงานไม่เสร็จ	0.56
ข้อที่ 10	
ฉันไม่ค่อยมีสมาธิ	0.55
ข้อที่ 11	
ฉันสามารถทำงานเพื่อให้บรรลุเป้าหมายระยะยาวได้อย่างมีประสิทธิภาพ	0.45
ข้อที่ 12	
บางครั้งฉันก็ไม่สามารถห้ามตนเองจากการทำบางสิ่งบางอย่างได้ แม้จะรู้ว่าผิด	0.49
ข้อที่ 13	
ฉันมักจะลงมือทำโดยไม่คำนึงถึงทางเลือกทั้งหมดที่มีอยู่อย่างถี่ถ้วน	0.41

มาตรวัดการควบคุมตนเองเป็น มาตรฐานค่าแบบลิเคิร์ต มีระดับการตอบ 5 ระดับ ตั้งแต่ 1 หมายถึง ไม่ตรงกับตัวฉันอย่างยิ่ง 2 หมายถึง ค่อนข้างไม่ตรงกับตัวฉัน 3 หมายถึง ตรงและไม่ตรงกับตัวฉันพอๆ กัน 4 หมายถึง ค่อนข้างตรงกับตัวฉัน 5 หมายถึง ตรงกับตัวฉันอย่างยิ่ง เป็นข้อ กระทั่งทางบวก 4 ข้อ และทางลบ 9 ข้อ รวมทั้งหมด 13 ข้อ (ดูภาคผนวก ก)

## 2. แบบสอบถามที่วางกรอบการตัดสินใจให้ผู้ร่วมการวิจัยตีความในระดับสูงและระดับต่ำ

เทคนิคในการสร้างแบบสอบถามเพื่อเหนี่ยวนำให้ผู้ร่วมการวิจัยตีความในระดับสูงและต่ำในการวิจัยครั้งนี้ได้แนวคิดมาจากจากงานวิจัยของ Freitas, Gollwitzer, และ Trope (2004) ที่พบว่า

นอกจากการนำเสนอวัตถุประสงค์หรือเหตุการณ์ที่อยู่ใกล้ตัวบุคคลเพื่อเหนี่ยวนำให้เกิดการตีความในระดับสูง และการนำเสนอวัตถุประสงค์หรือเหตุการณ์ที่อยู่ใกล้ตัวบุคคลเพื่อเหนี่ยวนำให้เกิดการตีความในระดับต่ำแล้ว การใช้คำถามเหนี่ยวนำว่า “ทำไม” ก็ส่งผลให้บุคคลตีความในระดับสูงและประเมินสถานการณ์แบบ ภาพรวม ส่วนการใช้คำถามเหนี่ยวนำว่า “อย่างไร” ก็ส่งผลให้บุคคลตีความในระดับต่ำและประเมิน สถานการณ์แบบแบ่งส่วนเช่นเดียวกัน โดยนำเสนอในลักษณะของข้อความแทนการถามคำถามเพียง อย่างเดียวเพื่อสร้างความเข้าใจและสร้างให้การเหนี่ยวนำมีความเข้มข้นมากขึ้นและเป็นไปในทิศทางที่ ต้องการ รายละเอียดการพัฒนามีดังนี้

1. แปลข้อความที่ Freitas และคณะ (2004) ใช้ในการเหนี่ยวนำผู้ร่วมการวิจัยก่อนให้ตอบ คำถามจากภาษาอังกฤษเป็นภาษาไทย โดยอยู่ภายใต้คำแนะนำของ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. คัดนางค์ มณีศรี อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ทั้งนี้พิจารณาแล้วว่าข้อความมีความเหมาะสมที่จะนำมาใช้ใน ภาษาเบริทสังคมไทยโดยอาจต้องปรับแก้หาเพียงเล็กน้อย จากนั้นนำข้อความที่แปลเสร็จเรียบร้อยแล้ว มาเรียบเรียงและนำไปทำเป็นแบบสอบถามที่วางกรอบเพื่อเหนี่ยวนำให้ผู้ร่วมการทดลองตีความใน ระดับสูงและต่ำจัดคู่กับกระดาษคำตอบที่มีรูปแบบเฉพาะ ในเงื่อนไขการตีความในระดับสูง ผู้ร่วมการ วิจัยจะได้รับคำถามว่า “ทำไมคุณต้องดูแลสุขภาพของตนเอง” โดยคำถามจะอยู่ในกรอบด้านล่างสุด และมีลูกศรชี้ขึ้นไปตามกรอบที่เป็นส่วนให้ตอบคำถามด้านบน 4 กรอบ เพื่อให้ผู้ร่วมการวิจัยไล่ตอบ จากด้านล่างขึ้นบนตามทิศทางของลูกศร ส่วนเงื่อนไขการตีความในระดับต่ำ ผู้ร่วมการวิจัยจะได้รับ คำถามว่า “คุณดูแลสุขภาพของตนเองอย่างไร” โดยคำถามจะอยู่ในกรอบด้านบนสุดและมีลูกศรชี้ลง ไปตามกรอบที่เป็นส่วนให้ตอบคำถามด้านล่าง 4 กรอบ เพื่อให้ผู้ร่วมการวิจัยไล่ตอบจากด้านบนลง ล่างตามทิศทางของลูกศร

2. ตรวจสอบว่าเงื่อนไขการจำกัดกระทำที่กล่าวมาข้างต้นสามารถเหนี่ยวนำให้ผู้ร่วมวิจัยตีความ ในระดับสูงและต่ำได้จริง จึงทำการตรวจสอบการจำกัดกระทำเงื่อนไข (manipulation check) ที่พัฒนา เพิ่มเติมจากแนวความคิดจากงานวิจัยของ Fujita, Trope, Liberman, และ Levin-Sagi (2006) และ Vallacher และ Wegner (1989) มีลักษณะเป็นข้อความปลายปิดที่เป็นประโยคสั้นๆ และให้ผู้ร่วม การวิจัยเลือกตัวเลือก 1 ตัวเลือกระหว่าง ก และ ข ที่บรรยายประโยคนั้นๆ ในลักษณะที่แตกต่างกัน โดยได้แปลประโยคแต่ละประโยคเป็นภาษาไทย คัดประโยคที่อาจทำให้ผู้ร่วมการวิจัยสับสนเนื่องจาก ความแตกต่างทางวัฒนธรรมออกไป และปรับข้อความและตัวเลือกให้มีความสอดคล้องกับบริบท

ของสังคมไทยภายใต้คำแนะนำของของผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศัคนางค์ มณีศรี อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ รวมทั้งหมด 10 ข้อคำถาม โดยตัวเลือกทั้ง 2 ตัวเลือกนั้น ตัวเลือกหนึ่งจะแสดงถึงการประเมินสถานการณ์แบบภาพรวม ซึ่งเป็นลักษณะการประเมินของผู้ที่มีการตีความในระดับสูง (มีคะแนนเท่ากับ 1) ส่วนอีกตัวเลือกหนึ่งจะแสดงถึงการประเมินสถานการณ์แบบแบ่งส่วน ซึ่งเป็นลักษณะการประเมินของผู้ที่มีการตีความในระดับต่ำ (มีคะแนนเท่ากับ 0) ดังนั้นถ้าการเหนี่ยวนำเงื่อนไขมีประสิทธิภาพ ผู้ที่ได้รับการเหนี่ยวนำให้ตีความในระดับสูงย่อมจะมีคะแนนมากกว่าผู้ที่ได้รับการเหนี่ยวนำให้ตีความในระดับต่ำ

3. แจกแบบสอบถามแก่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 102 คน รายละเอียดตามตารางที่ 3 ข้างต้น โดยสุ่มให้แต่ละคนได้รับแบบสอบถามเพียงเงื่อนไขเดียวเท่านั้น ดังนั้นกลุ่มตัวอย่างจำนวน 51 คน จะได้ตอบแบบสอบถามที่เหนี่ยวนำให้เกิดการตีความในระดับสูง ส่วนอีก 51 คน จะได้ตอบแบบสอบถามที่เหนี่ยวนำให้เกิดการตีความในระดับต่ำ จากนั้นนำคะแนนมาหาค่าเฉลี่ยที่เป็นดัชนีชี้วัด ซึ่งจะอยู่ในช่วง 0 - 1 คะแนน พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่ได้รับแบบสอบถามที่เหนี่ยวนำให้ตีความในระดับสูง ( $M = .71, SD = .13$ ) มีความแตกต่างจากกลุ่มตัวอย่างที่ได้รับแบบสอบถามที่เหนี่ยวนำให้ตีความในระดับต่ำ ( $M = .57, SD = .15$ ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 แสดงให้เห็นว่าการจัดกระทำเงื่อนไขมีประสิทธิภาพยอมรับได้และเหมาะสมที่จะนำมาใช้ในงานวิจัยครั้งนี้

แบบสอบถามที่วางกรอบการตัดสินใจให้ผู้ร่วมการวิจัยตีความในระดับสูงและระดับต่ำ ประกอบไปด้วยส่วนข้อคำถามปลายเปิด 1 คำถาม พร้อมช่องว่างให้ตอบคำถาม และส่วนของการตรวจสอบการจัดกระทำเงื่อนไขที่ประกอบไปด้วยข้อคำถามปลายปิดทั้งหมด 10 ข้อ มีคำตอบให้เลือก 2 ตัวเลือก คือ ก หรือ ข (ดูภาคผนวก ก)

### 3. ข้อความบรรยายสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมและแบบประเมินเจตนาในการกระทำเพื่อส่วนรวม

การพัฒนาข้อความบรรยายสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมเพื่อนำมาใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นไปตามคำจำกัดความที่ว่าเป็นสถานการณ์ที่ส่งผลให้บุคคลเกิดความขัดแย้งในการตัดสินใจว่าจะเลือกกระทำเพื่อผลประโยชน์ส่วนตน ณ เวลานั้นหรือผลประโยชน์ส่วนรวมซึ่งมักจะเห็น

ผลในระยะยาว ซึ่งผลประโยชน์ส่วนตน ณ เวลานั้นเป็นสิ่งที่มีความแรงจูงใจให้ตัดสินใจเลือกมากกว่า เพราะเห็นผลทันทีและได้รับประโยชน์มากกว่า อย่างไรก็ตามหากทุกคนเลือกที่จะกระทำเพื่อตนเองก็จะก่อให้เกิดผลเสียกับส่วนรวมมากกว่าการเลือกกระทำเพื่อส่วนรวมตั้งแต่แรก และเพิ่มเงื่อนไขอีก 5 ประการ ตามแนวความคิดของ Heckathorn (1998) มีลักษณะดังนี้ (ก) เป็นสถานการณ์ที่เกิดขึ้นกับส่วนรวมและไม่สามารถแยกบุคคลใดบุคคลหนึ่งออกจากสถานการณ์นั้นได้ (ข) เป็นสถานการณ์ที่กลุ่มจะได้รับประโยชน์จากการร่วมมือกันของสมาชิก (ค) การเลือกกระทำเพื่อส่วนรวมเป็นพฤติกรรมที่บุคคลต้องเสียสละและลงทุนลงแรง (ง) ไม่ว่าจะเป็กลุ่มเล็กหรือใหญ่ ค่าใช้จ่ายหรือการลงทุนลงแรงเพื่อผลประโยชน์ส่วนรวมนั้นจะคงที่ (จ) ผลประโยชน์ส่วนรวมนั้นสามารถแบ่งสรรได้ คือสมาชิกแต่ละคนสามารถเข้าถึงหรือได้รับผลประโยชน์นั้นด้วย มีรายละเอียดการพัฒนาดังนี้

1. สร้างข้อความบรรยายสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมตามคำจำกัดความข้างต้น จำนวน 10 สถานการณ์ ภายใต้คำแนะนำของผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศัคนางค์ มณีศรี

2. นำสถานการณ์ที่สร้างขึ้นมามีทั้ง 10 สถานการณ์ (ดูภาคผนวก ค) มาสร้างเป็นแบบประเมินคุณภาพของสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม และนำมาให้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 102 คน รายละเอียดตามตารางที่ 3 ข้างต้น ประเมินว่าสถานการณ์เหล่านี้ส่งผลให้เกิดความรู้สึกขัดแย้งในการตัดสินใจเลือกระหว่างผลประโยชน์ส่วนตนที่จะได้รับ ณ เวลานั้น (สิ่งยั่วยุ) และผลประโยชน์ส่วนรวมที่จะได้รับในระยะยาว (เป้าหมาย) มากน้อยเพียงใด และประเมินด้วยว่าผลประโยชน์ส่วนรวมที่จะได้รับในระยะยาวนี้มีความสำคัญต่อนิสิตมากน้อยเพียงใด โดยแบบประเมินคุณภาพสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมเป็นมาตรฐานค่าแบบลิเคิร์ต 7 ช่วงคำตอบ ตั้งแต่ 1 ไม่ขัดแย้งเลย ไปจนถึง 7 ขัดแย้งอย่างยิ่ง และ 1 ไม่สำคัญเลย ไปจนถึง 7 สำคัญมากที่สุด

3. นำคะแนนประเมินรวมของแต่ละสถานการณ์มาหาค่าเฉลี่ยและจัดลำดับ เพื่อเลือกสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมที่มีค่าเฉลี่ยในด้านความขัดแย้งในการตัดสินใจและเป็นสถานการณ์ที่บุคคลให้ความสำคัญมากที่สุด 2 สถานการณ์ (ดูตารางที่ ค1 ภาคผนวก ค) ทั้งนี้เพราะการวางกรอบการตัดสินใจตามระดับการตีความจะส่งผลเฉพาะสถานการณ์ที่ส่งผลให้บุคคลเกิดความขัดแย้งในการตัดสินใจและยังต้องเป็นสถานการณ์ที่บุคคลให้ความสำคัญอีกด้วย จากนั้นนำมาเรียบเรียงจัดทำเป็นแบบสอบถามถึงเจตนาในการกระทำเพื่อส่วนรวมในสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้าน

ทางสังคม โดยเพิ่มสถานการณ์ที่ต้องตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องทั่วไปอีก 2 สถานการณ์ เพื่อป้องกันไม่ให้ผู้ร่วมการวิจัยคาดเดาถึงจุดประสงค์ที่แท้จริงของการวิจัยได้ ทั้งนี้ไม่ได้นำข้อมูลจากทั้ง 2 สถานการณ์ที่เพิ่มเข้ามาใช้ในการวิเคราะห์ผล

แบบสอบถามเจตนาเพื่อส่วนรวมในภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมประกอบไปด้วย สถานการณ์จำลองภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมทั้งหมด 4 สถานการณ์ แต่ละสถานการณ์มีข้อความคำถาม 3 ข้อ เป็นมาตรฐานประมาณค่าแบบลิเคิร์ต 7 ช่วงคำตอบ ตั้งแต่ 1 ไม่สนใจเลย ไปจนถึง 7 สนใจอย่างมาก (ดูภาคผนวก ก) ทั้งนี้ข้อความคำถามทั้ง 3 ข้อ แบ่งออกเป็น

1. ข้อคำถามเพื่อประเมินเจตนาเพื่อส่วนรวม เฉพาะคำตอบที่ได้จากข้อนี้เท่านั้นที่จะนำไปใช้ในการวิเคราะห์เจตนาเพื่อส่วนรวม

2. ข้อคำถามเพื่อประเมินความรู้สึกขัดแย้งในการตัดสินใจ คำตอบที่ได้จากข้อนี้จะใช้เป็นเกณฑ์ในการคัดเลือกข้อมูลเข้าไปวิเคราะห์ในขั้นต่อไป ข้อมูลที่ผ่านเกณฑ์คือ ช่วงคำตอบที่มากกว่าค่าเฉลี่ยด้านความขัดแย้งในการตัดสินใจที่ได้จากการคัดเลือกสถานการณ์ทั้ง 2 สถานการณ์ ( $M = 3.90$ ,  $M = 3.67$ ) นั่นคือ ผู้ร่วมการวิจัยต้องระบุความขัดแย้งในการตัดสินใจในมาตรฐานค่าแบบลิเคิร์ต 7 ช่วงคำตอบ ที่ระดับ 4 ขึ้นไป

3. ข้อคำถามเพื่อประเมินความสำคัญของสถานการณ์นั้นๆ คำตอบที่ได้จากข้อนี้จะใช้เป็นเกณฑ์ในการคัดเลือกข้อมูลเข้าไปวิเคราะห์ในขั้นต่อไปเช่นเดียวกัน ข้อมูลที่ผ่านเกณฑ์คือ ช่วงคำตอบที่มากกว่าค่าเฉลี่ยด้านความสำคัญของสถานการณ์ที่ได้จากการคัดเลือกสถานการณ์ทั้ง 2 สถานการณ์ ( $M = 5.92$ ,  $M = 5.82$ ) นั่นคือ ผู้ร่วมการวิจัยต้องระบุความสำคัญของสถานการณ์ในมาตรฐานค่าแบบลิเคิร์ต 7 ช่วงคำตอบ ที่ระดับ 6 ขึ้นไป

### วิธีการทดลอง

1. ผู้วิจัยเก็บข้อมูลจากนิสิตระดับปริญญาตรี อายุ 18-25 ปี จำนวน 220 คน
2. แจกแบบสอบถามให้ นิสิต ประกอบไปด้วยส่วนที่ต้องกรอกข้อมูลส่วนตัว ได้แก่ เลขประจำตัว นิสิต อายุ เพศ ชั้นปี คณะและสาขาวิชา มาตรการวัดการควบคุมตนเอง แบบสอบถามที่วางกรอบการตัดสินใจ ซึ่งจะแบ่งเป็น 2 เงื่อนไข ได้แก่ การวางกรอบการตัดสินใจให้ตีความในระดับสูง

และการวางกรอบการตัดสินใจให้ตีความในระดับต่ำ โดยผู้ร่วมการวิจัยถูกสุ่มเข้าสู่เงื่อนไขใดเงื่อนไขหนึ่งเท่านั้น (random assignment) แบบสอบถามการตรวจสอบการจัดกระทำและแบบสอบถามเพื่อประเมินเจตนาในการกระทำเพื่อส่วนรวม โดยการวางกรอบการตัดสินใจทั้งสองเงื่อนไขมีรายละเอียดดังนี้

#### เงื่อนไขการวางกรอบการตัดสินใจให้ตีความในระดับสูง

ผู้ร่วมการวิจัยได้รับแบบสอบถามเกี่ยวกับการดูแลรักษาสุขภาพของบุคคล โดยใช้บทความและคำถามเหนี่ยวนำว่า “ทำไมคุณต้องดูแลสุขภาพของตนเอง” จากนั้นให้ตอบคำถาม 4 คำตอบ ลงในกระดาษคำตอบซึ่งมีลักษณะเป็นช่องให้ตอบจากด้านล่างสุดของกระดาษไล่ขึ้นไปด้านบนสุดของกระดาษตามทิศทางของลูกศร (ดูภาคผนวก ก)

#### เงื่อนไขการวางกรอบการตัดสินใจให้ตีความในระดับต่ำ

ผู้ร่วมการวิจัยได้รับแบบสอบถามเกี่ยวกับการดูแลรักษาสุขภาพของบุคคล โดยใช้บทความและคำถามเหนี่ยวนำว่า “ทำไมคุณต้องดูแลสุขภาพของตนเอง” จากนั้นให้ตอบคำถาม 4 คำตอบ ลงในกระดาษคำตอบซึ่งมีลักษณะเป็นช่องให้ตอบจากด้านบนสุดของกระดาษไล่ลงมาที่ด้านล่างสุดของกระดาษตามทิศทางของลูกศร (ดูภาคผนวก ก)

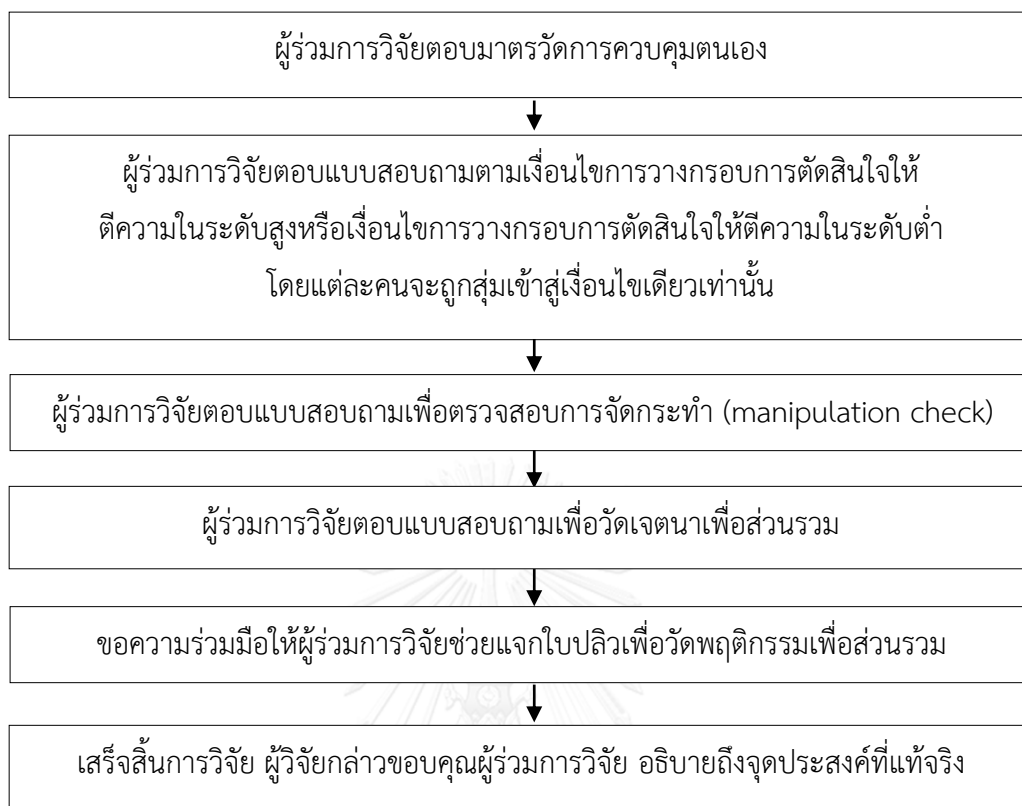
ผู้ร่วมการวิจัยทั้งสองเงื่อนไขที่ตอบว่าสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมที่ได้อ่านไปเป็นสถานการณ์ที่พวกเขารู้สึกขัดแย้งในการตัดสินใจ (ระบุความขัดแย้งในการตัดสินใจในมาตรประมาณค่าแบบลิเคิร์ต 7 ช่วงคำตอบ ที่ระดับ 4 ขึ้นไป) และเป็นสถานการณ์ที่ให้ความสำคัญ (ระบุความสำคัญของสถานการณ์ในมาตรประมาณค่าแบบลิเคิร์ต 7 ช่วงคำตอบ ที่ระดับ 6 ขึ้นไป) เท่านั้น จึงจะผ่านการคัดเลือก

4. เมื่อผู้ร่วมการวิจัยตอบแบบสอบถามทั้งหมดเรียบร้อยแล้ว ผู้วิจัยประกาศขอความร่วมมือจากผู้ร่วมการวิจัยให้ช่วยแจกใบปลิวเกี่ยวกับการพัฒนามหาวิทยาลัยในประเทศไทยตามความสนใจ โดยมีข้อกำหนดชัดเจนว่าให้ผู้ร่วมการวิจัยนำเอาใบปลิวไปเฉพาะส่วนที่ตนต้องการ ไม่ให้เอาไปเผื่อเพื่อน เป็นไปในลักษณะที่ต่างคนต่างแจก เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดความคลาดเคลื่อนในการทดสอบ จากนั้นให้ผู้ร่วมการวิจัยลงชื่อและเขียนจำนวนใบปลิวที่ต้องการจะนำกลับไป ตั้งแต่ 0 - 30 แผ่น โดย



ในใบรายชื่อจะมีชื่อบุคคลที่ลงชื่อและเขียนจำนวนใบปลิวที่นำกลับไปแล้วก่อนหน้านั้น เพื่อให้ใกล้เคียงกับสถานการณ์จริงมากที่สุด ขั้นตอนนี้เป็นกรรวัตพฤติกรรมเพื่อส่วนรวม สาเหตุที่ใช้สถานการณ์ขออาสาสมัครในการแจกใบปลิวเพราะนิสิตกำลังเรียนอยู่ในมหาวิทยาลัยต่างๆ ดังนั้นข้อความในใบปลิวเกี่ยวกับการพัฒนามหาวิทยาลัยในประเทศไทยจึงเป็นสิ่งที่เกี่ยวข้องกับนิสิตโดยตรง ถ้านิสิตเลือกที่จะกระทำเพื่อส่วนรวมโดยการแจกใบปลิว นิสิตอาจต้องลงทุนลงแรงออกไปยื่นแจกใบปลิวตามที่ต่างๆ แต่นั่นหมายความว่านิสิตเป็นส่วนหนึ่งในการเผยแพร่ข้อมูลเกี่ยวกับการพัฒนามหาวิทยาลัยในประเทศไทยซึ่งอาจจะนำไปสู่การผลักดันให้เกิดการพัฒนาอย่างแท้จริง ผู้ที่ได้รับประโยชน์ไม่เพียงแต่เฉพาะนิสิตเท่านั้น แต่ยังรวมไปถึงมหาวิทยาลัย และประเทศชาติในองค์รวมซึ่งถือเป็นเป้าหมายระยะยาว แต่ถ้านิสิตเลือกที่จะไม่ช่วยแจกใบปลิว นิสิตอาจจะไม่ต้องลำบากในการออกไปแจกใบปลิวซึ่งเป็นเพียงเป้าหมายระยะสั้น แต่คนทั่วไปก็จะไม่ได้รับข้อมูลเกี่ยวกับการพัฒนามหาวิทยาลัยในประเทศไทย ไม่ส่งผลให้เกิดการผลักดันจากบุคคลหลายๆ ฝ่าย มหาวิทยาลัยก็จะไม่พัฒนาไปตามความรู้และเทคโนโลยีที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว ซึ่งจะส่งผลให้นิสิตไม่มีความรู้ความสามารถในการทำงานในอนาคต ผลเสียที่เกิดขึ้นก็จะกระทบกับส่วนรวมอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้

5. หลังจากที่ได้เก็บแบบสอบถามและผู้ร่วมการวิจัยลงชื่อและระบุจำนวนใบปลิวที่ต้องการจะนำกลับไปแจกจ่ายเรียบร้อยแล้ว ผู้วิจัยกล่าวขอบคุณ อธิบายถึงวัตถุประสงค์ที่แท้จริงของการวิจัย จากนั้นให้ผู้ร่วมการวิจัยซักถามถึงข้อสงสัยที่อาจมีต่อวัตถุประสงค์ของการวิจัย สรุปขั้นตอนการทดลองดังภาพที่ 5



ภาพที่ 5 ขั้นตอนการทดลอง

#### การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลใช้โปรแกรม PROCESS (Hayes, 2013) ซึ่งเป็นโปรแกรมเสริมใน SPSS เพราะเป็นโปรแกรมที่เหมาะสมสำหรับการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ (multiple regression analysis) เพื่อทดสอบอิทธิพลปฏิสัมพันธ์ของการวางกรอบการตัดสินใจและการควบคุมตนเองต่อเจตนาและพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมตามสมมติฐาน

### บทที่ 3

#### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลงานวิจัย “อิทธิพลของการควบคุมตนเองและการวางกรอบการตัดสินใจตามระดับการตีความในภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม” แบ่งเป็น 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่1 การวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐาน

ตอนที่2 ผลการทดสอบสมมติฐานการวิจัยข้อที่ 1 และ 2 ด้วยการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) ระหว่างเจตนาและพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมซึ่งเป็นตัวแปรตาม โดยมีการควบคุมตนเอง การวางกรอบการตัดสินใจให้ตีความในระดับสูงและต่ำ อิทธิพลปฏิสัมพันธ์ระหว่างการควบคุมตนเองและการวางกรอบการตัดสินใจเป็นตัวแปรทำนาย

#### สัญลักษณ์ที่ใช้ในงานวิจัย

$N$	หมายถึง จำนวนตัวอย่างทั้งหมดที่ใช้ในการวิจัย
$M$	หมายถึง ค่ามัชฌิมเลขคณิตของคะแนน
$SD$	หมายถึง ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนน
$Min$	หมายถึง คะแนนต่ำสุด
$Max$	หมายถึง คะแนนสูงสุด
$r$	หมายถึง ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน
$B$	หมายถึง ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอย
$\beta$	หมายถึง ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน
$SE B$	หมายถึง ค่าคลาดเคลื่อนมาตรฐานของ B
$R$	หมายถึง ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ
$R^2$	หมายถึง ค่าสัมประสิทธิ์การตัดสินใจ
Frame	หมายถึง การวางกรอบการตัดสินใจ

SC	หมายถึง การควบคุมตนเอง
Frame x SC	หมายถึง ปฏิสัมพันธ์ระหว่างการวางกรอบการตัดสินใจและการควบคุมตนเอง
Cointent	หมายถึง เจตนาเพื่อส่วนรวม
Cobehav	หมายถึง พฤติกรรมเพื่อส่วนรวม

## ตอนที่ 1 การวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐาน

### 1.1 ลักษณะทางประชากรศาสตร์ของผู้ร่วมการวิจัย

ผู้ร่วมการวิจัยเป็นนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 - 4 จำนวน 200 คน อายุระหว่าง 18-23 ปี ( $M = 19.95$ ,  $SD = 1.04$ ) เป็นเพศชาย 57 คน เพศหญิง 143 คน ส่วนใหญ่เป็นนิสิตชั้นปีที่ 2 ร้อยละ 69 รองลงมาเป็นนิสิตชั้นปีที่ 4 ร้อยละ 21 และส่วนใหญ่เป็นนิสิตคณะอักษรศาสตร์ ร้อยละ 32.5 รองลงมาเป็นนิสิตคณะจิตวิทยา ร้อยละ 27 และคณะวิทยาศาสตร์ ร้อยละ 16.5 ตามลำดับ ดังรายละเอียดที่แสดงในตารางที่ 5

ตารางที่ 5

ลักษณะทางประชากรศาสตร์ของผู้ร่วมการวิจัย ( $N = 200$ )

รายการ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	57	28.50
หญิง	143	71.50
อายุ (ปี)		
18	6	3
19	72	36

ตารางที่ 5 (ต่อ)

รายการ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
อายุ (ปี)		
20	70	35
21	31	15.50
22	20	10
23	1	0.50
ชั้นปีการศึกษา		
ปีที่1	2	1
ปีที่2	138	69
ปีที่3	18	9
ปีที่4	42	21
คณะ		
วิศวกรรมศาสตร์	4	2
อักษรศาสตร์	65	32.50
วิทยาศาสตร์	33	16.50
รัฐศาสตร์	6	3
พาณิชยศาสตร์และการบัญชี	19	9.50
ครุศาสตร์	3	1.50
เศรษฐศาสตร์	16	8
จิตวิทยา	54	27
รวม	200	100

## 1.2 การตรวจสอบการจัดกระทำ

เพื่อตรวจสอบว่าเงื่อนไขการจัดกระทำที่กล่าวมาข้างต้นว่าสามารถเหนี่ยวนำให้ผู้ร่วมวิจัยตีความในระดับสูงและต่ำได้จริง จึงทำการตรวจสอบการจัดกระทำเงื่อนไข (manipulation check) ที่พัฒนาเพิ่มเติมจากแนวความคิดจากงานวิจัยของ Fujita, Trope, Liberman, และ Levin-Sagi (2006) และ งานวิจัยของ Vallacher และ Wegner (1989) มีลักษณะเป็นข้อความปลายปิดที่เป็นประโยคสั้นๆ และให้ผู้ร่วมการวิจัยเลือกตัวเลือก 1 ตัวเลือกระหว่าง ก และ ข ที่บรรยายประโยคนั้นๆ ในลักษณะที่แตกต่างกัน รวมทั้งหมด 10 ข้อคำถาม โดยตัวเลือกทั้ง 2 ตัวเลือกนั้น ตัวเลือกหนึ่งจะแสดงถึงการประเมินสถานการณ์แบบภาพรวม ซึ่งเป็นลักษณะการประเมินของผู้ที่มีการตีความในระดับสูง (มีคะแนนเท่ากับ 1) ส่วนอีกตัวเลือกหนึ่งจะแสดงถึงการประเมินสถานการณ์แบบแบ่งส่วน ซึ่งเป็นลักษณะการประเมินของผู้ที่มีการตีความในระดับต่ำ (มีคะแนนเท่ากับ 0) นำคะแนนรวมของผู้ที่ได้รับเงื่อนไขทั้งสองแบบมาทดสอบความแตกต่างโดยใช้สถิติที (*t*-test) พบว่าผู้ร่วมการวิจัยที่ได้รับการเหนี่ยวนำให้ตีความในระดับสูง ( $M = .68, SD = .16$ ) มีความแตกต่างจากผู้ร่วมการวิจัยที่ได้รับการเหนี่ยวนำให้ตีความในระดับต่ำ ( $M = .56, SD = .17$ ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ตามตารางที่ 6 แสดงว่าการจัดกระทำมีประสิทธิภาพ ข้อมูลจึงมีความเหมาะสมที่จะนำไปวิเคราะห์ในขั้นต่อไป

### ตารางที่ 6

การวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของการวางกรอบการตัดสินใจให้ผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยตีความในระดับสูงและต่ำโดยใช้สถิติที (*t*-test)

ระดับการตีความ	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i>
การตีความระดับต่ำ	100	.56	.17	5.02***
การตีความระดับสูง	100	.68	.16	

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

### 1.3 ข้อมูลเบื้องต้นของตัวแปร

ค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรประกอบด้วยค่าต่ำสุด (*Min*) ค่าสูงสุด (*Max*) ค่าเฉลี่ย (*M*) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (*SD*) และค่าสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร ดังรายละเอียดที่แสดงไว้ในตารางที่ 7 และ 8

ตารางที่ 7

ค่าต่ำสุด ค่าสูงสุด ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของตัวแปร

ตัวแปร	ช่วงคะแนนที่เป็นไปได้	MIN	MAX	M	SD
Frame	(dummy 0, 1)	0	1	-	-
SC	1-5	1.77	4.54	3.09	.48
Coint	1-7	1.50	6.50	4.72	1.04
Cobehav	0 - 30	0	30	8.15	7.11

ตารางที่ 8

สหสัมพันธ์ของตัวแปรการวางกรอบการตัดสินใจให้ตีความในระดับสูงและต่ำ ตัวแปรการควบคุมตนเอง และตัวแปรเจตนาและพฤติกรรมเพื่อส่วนรวม ( $N = 200$ )

ตัวแปร	Age	Sex	UnivYear	Faculty	Frame	SC	Coint	Cobehav
Age	-							
Sex	-.22**	-						
UnivYear	.76**	-.23*	-					
Faculty	-.05	-.32*	.03	-				
Frame	.09	.10	.06	-.19*	-			
SC	.05	-.01	.06	-.13	.07	-		
Coint	.06	.05	.13	-.07	.51**	.17*	-	
Cobehav	.05	.02	.11	-.07	.22**	.19**	.17*	-

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

จากตารางที่ 7 และ 8 แสดงให้เห็นว่า ผู้ร่วมการวิจัยโดยเฉลี่ยมีการควบคุมตนเองในระดับปานกลาง ( $M = 3.09, SD = .48$ ) มีเจตนาเพื่อส่วนรวมในระดับปานกลาง ( $M = 4.72, SD = 1.04$ ) และมีพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมในระดับค่อนข้างต่ำ ( $M = 8.15, SD = 7.11$ ) เมื่อพิจารณาค่าสหสัมพันธ์ของตัวแปรทั้งหมดพบว่า ตัวแปรการวางกรอบการตัดสินใจมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับเจตนาและพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนตัวแปรการควบคุมตนเองมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับเจตนาและพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ .01 ตามลำดับ แต่ตัวแปรการวางกรอบการตัดสินใจมีสหสัมพันธ์กับการควบคุมตนเองอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ เมื่อพิจารณาตัวแปรด้านประชากรศาสตร์อื่นๆ ได้แก่ อายุ เพศ ชั้นปีการศึกษาและคณะ พบว่ามีความสัมพันธ์กับตัวแปรการควบคุมตนเอง เจตนาเพื่อส่วนรวมและพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนั้นความแตกต่างทางด้านตัวแปรด้านประชากรศาสตร์เหล่านี้จึงไม่มีอิทธิพลที่ส่งผลต่อการทำนายเจตนาและพฤติกรรมเพื่อส่วนรวม และไม่จำเป็นต้องนำมาควบคุมในโมเดลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ

#### 1.4 การตรวจสอบข้อมูลเบื้องต้น

การตรวจสอบข้อมูลเบื้องต้นไม่พบข้อมูลสูญหาย (missing data) และเมื่อทำการตรวจสอบค่าสุดโต่งของข้อมูล (Outlier) โดยการตรวจสอบค่า Cook's distance ที่ใช้การวัดการเปลี่ยนแปลงค่าคลาดเคลื่อนเมื่อตัดข้อมูลใดข้อมูลหนึ่งออกไป พบว่ามีค่าน้อยกว่า 1 แสดงว่าภาพรวมไม่มีข้อมูลสุดโต่งแบบหลายตัวแปร (กัลยา วาณิชยบัญชา, 2555) และมีค่าคลาดเคลื่อนมาตรฐาน (standardized residual) น้อยกว่า 3 ข้อมูลจึงมีความเหมาะสมที่จะนำไปวิเคราะห์ต่อไป (Hair, Black, Babin, & Anderson, 2010)

### ตอนที่ 2 ผลการทดสอบสมมติฐานการวิจัย

#### 1. การเตรียมข้อมูลก่อนการทดสอบสมมติฐาน

ผู้วิจัยได้ทำการปรับคะแนนของตัวแปรการควบคุมตนเองตามวิธีการปรับค่ากลาง (centering) โดยนำคะแนนของผู้ร่วมการวิจัยแต่ละคนหักด้วยค่าเฉลี่ยของตัวแปร ดังนั้นตัวแปรที่



ทำการปรับค่าแล้วจะมีค่าเฉลี่ยเท่ากับศูนย์ ทั้งนี้การปรับค่าจะช่วยลดปัญหาในการเกิดภาวะร่วมเส้นตรงพหุ (Multicollinearity) อย่างไรก็ตามไม่จำเป็นต้องปรับค่ากลางให้กับตัวแปรการวางกรอบการตัดสินใจเพราะมีลักษณะเป็นตัวแปรดัมมี่ (dummy variable) นั่นคือ การวางกรอบการตัดสินใจให้ตีความในระดับต่ำมีค่าตัวแปรดัมมี่เท่ากับ 0 และการวางกรอบการตัดสินใจให้ตีความในระดับสูงมีค่าตัวแปรดัมมี่เท่ากับ 1 จึงสามารถนำมาใช้ในการวิเคราะห์ได้เลย จากนั้นสร้างตัวแปรปฏิสัมพันธ์โดยการนำตัวแปรการควบคุมตนเองที่ปรับค่ากลางแล้วมาคูณกับตัวแปรการวางกรอบการตัดสินใจ จากนั้นนำตัวแปรอิสระแต่ละตัวและนำตัวแปรปฏิสัมพันธ์ที่สร้างขึ้นไปวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณเพื่อทดสอบอิทธิพลปฏิสัมพันธ์ที่มีต่อตัวแปรตามทั้ง 2 ตัวแปร ได้แก่ เจตนาเพื่อส่วนรวมและพฤติกรรมเพื่อส่วนรวม

## 2. การตรวจสอบข้อตกลงเบื้องต้นในการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ

2.1 ตัวแปรมีการแจกแจงแบบโค้งปกติ เมื่อพิจารณาจากกราฟฮิสโตแกรม (Histogram) ควบคู่ไปกับสถิติ Komogorov-Smirnov ที่ไม่พบนัยสำคัญทางสถิติ

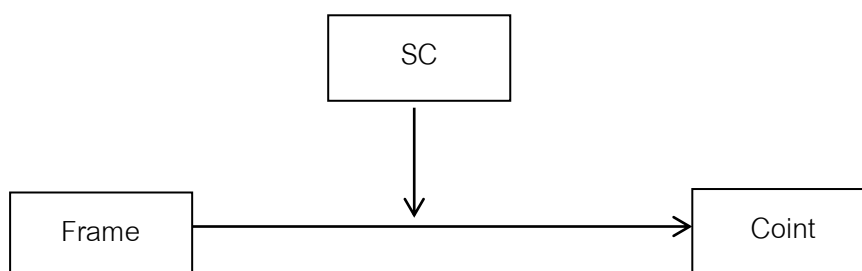
2.2 เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (Correlation) พบว่าตัวแปรที่ใช้ในการวิเคราะห์ทั้งหมด 4 ตัวแปร ได้แก่ ตัวแปรการวางกรอบการตัดสินใจ ตัวแปรการควบคุมตนเอง ตัวแปรเจตนาเพื่อส่วนรวมและตัวแปรพฤติกรรมเพื่อส่วนรวม มีค่าอยู่ระหว่าง .07 ถึง .51 ตามตามตารางที่ 8 ซึ่งมีค่าต่ำกว่า .80 แสดงว่าตัวแปรอิสระและตัวแปรตามมีความสัมพันธ์กันเชิงเส้นตรง

2.3 เมื่อพิจารณาค่าสถิติที่ใช้ตรวจสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทำนาย (measures of collinearity) พบว่าตัวแปรการวางกรอบการตัดสินใจ ตัวแปรการควบคุมตนเอง มีค่าเกณฑ์ความคลาดเคลื่อน (tolerance) เท่ากับ .99 และ .59 ซึ่งมากกว่า .10 มีค่าปัจจัยปรับตามความแปรปรวนเพื่อ (variance inflation factor หรือ VIF) เท่ากับ 1.01 และ 1.68 ซึ่งน้อยกว่า 10 และมีค่าดัชนีเงื่อนไขน้อยกว่า 20 ดังนั้นตัวแปรทำนายจึงเป็นอิสระจากกัน ไม่พบปัญหาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทำนาย (Hair, Black, Babin, & Anderson, 2010)

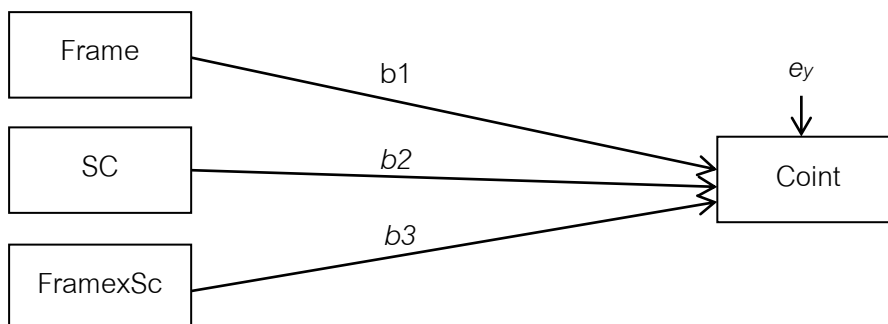
### 3. ผลการทดสอบสมมติฐานการวิจัยข้อที่ 1

**สมมติฐานข้อที่ 1** การวางกรอบการตัดสินใจมีอิทธิพลปฏิสัมพันธ์กับการควบคุมตนเองต่อ เจตนาเพื่อส่วนรวม กล่าวคือ เมื่อวางกรอบการตัดสินใจให้ตีความในระดับสูง ผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองสูงจะมีเจตนาเพื่อส่วนรวมมากกว่าผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองต่ำ ในขณะที่การวางกรอบการตัดสินใจให้ตีความในระดับต่ำไม่ส่งผลให้ผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองสูงหรือผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองต่ำมีเจตนาเพื่อส่วนรวมแตกต่างกัน

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้การวิเคราะห์ด้วยโปรแกรม PROCESS (Hayes, 2013) ซึ่งเป็นโปรแกรมการวิเคราะห์เสริมใน SPSS เพราะเป็นโปรแกรมที่สร้างขึ้นเพื่อนำมาใช้ในการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณโดยมีอิทธิพลจากตัวแปรกำกับโดยเฉพาะ ซึ่งมีความสอดคล้องและเหมาะสมกับการวิจัยในครั้งนี้ โดยผู้วิจัยเลือกใช้รูปแบบความสัมพันธ์ที่ 1 (Model 1) เพราะเป็นโมเดลที่เหมาะสมสำหรับตัวแปรทำนายที่เป็นตัวแปรแบบกลุ่มหรือตัวแปรแบบต่อเนื่อง จำนวน 3 ตัวแปร ต่อตัวแปรตาม 1 ตัวแปร ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ประกอบไปด้วยตัวแปรการวางกรอบการตัดสินใจซึ่งเป็นตัวแปรอิสระที่มีลักษณะเป็นตัวแปรแบบกลุ่มและตัวแปรการควบคุมตนเองซึ่งเป็นตัวแปรกำกับมีลักษณะเป็นตัวแปรแบบต่อเนื่อง และตัวแปรปฏิสัมพันธ์ระหว่างการวางกรอบการตัดสินใจและการควบคุมตนเอง เพื่อทำนายตัวแปรตาม ได้แก่ เจตนาเพื่อส่วนรวม ดังภาพที่ 6 และภาพที่ 7



ภาพที่ 6 โมเดลกรอบความคิดของสมมติฐานข้อที่ 1 ตามโมเดลที่ 1 ในโปรแกรม PROCESS



ภาพที่ 7 โมเดลทางสถิติของสมมติฐานข้อที่ 1 ตามโมเดลที่ 1 ในโปรแกรม PROCESS

### ผลการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1

ผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณปรากฏว่า ไม่พบผลปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรการวางกรอบ การตัดสินใจและการควบคุมตนเองในการทำนายเจตนาเพื่อส่วนรวมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $\beta = .08, p = .15$ ) ผลการวิจัยนี้ไม่สนับสนุนสมมติฐานที่ 1 มีรายละเอียดผลการวิเคราะห์ดังตารางที่ 9

ตารางที่ 9

การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณเพื่อทำนายเจตนาเพื่อส่วนรวม ( $N = 200$ )

ตัวแปร	$B$	$SE B$	$\beta$	$t$	$R$	$R^2$
Intercept	4.19	.09	-	47.30	.53	.29
Frame	1.04	.13	.50***	8.32***		
Self-control	.17	.17	.07	.99		
Frame x Self-control	.28	.27	.08	1.03		

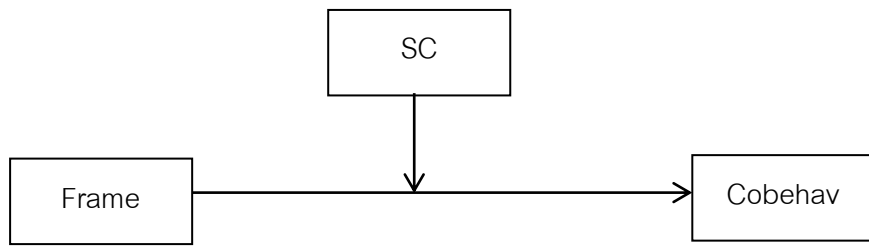
\*\*\* $p < .001$ , หนึ่งหาง.

จากตารางที่ 9 แม้ว่าผลจากการวิเคราะห์ข้อมูลจะไม่สนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 1 นั่นคือ ตัวแปรการวางกรอบการตัดสินใจไม่มีอิทธิพลต่อเจตนาเพื่อส่วนรวมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติเมื่อบุคคลมีระดับการควบคุมตนเองสูงหรือต่ำ อย่างไรก็ตามตัวแปรการวางกรอบการตัดสินใจมีอิทธิพลหลักต่อเจตนาเพื่อส่วนรวมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $\beta = .50, p < .001$ ) กล่าวคือ การวางกรอบการตัดสินใจในระดับสูงช่วยให้บุคคลมีเจตนาเพื่อส่วนรวมมากกว่าการวางกรอบการตัดสินใจในระดับต่ำ 1.04 หน่วย ซึ่งมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่าการวางกรอบการตัดสินใจมีอิทธิพลต่อเจตนาเพื่อส่วนรวมไม่ว่าผู้ร่วมการวิจัยจะมีการควบคุมตนเองอยู่ในระดับต่ำหรือสูงก็ตาม

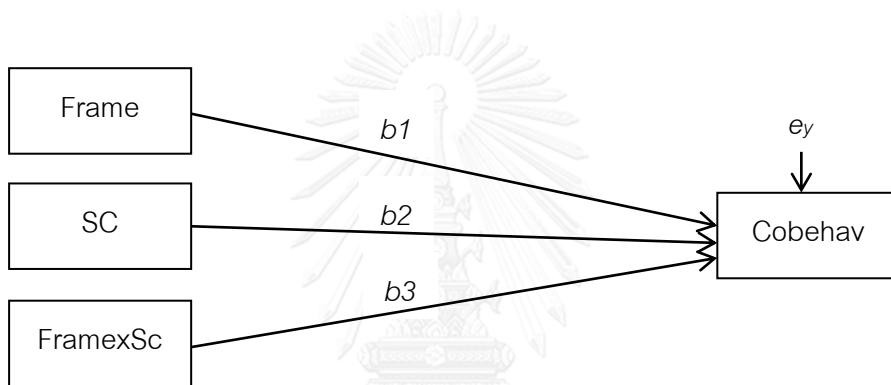
#### 4. ผลการทดสอบสมมติฐานการวิจัยข้อที่ 2

**สมมติฐานข้อที่ 2** การวางกรอบการตัดสินใจมีอิทธิพลปฏิสัมพันธ์กับการควบคุมตนเองต่อพฤติกรรมเพื่อส่วนรวม กล่าวคือ เมื่อวางกรอบการตัดสินใจให้ตีความในระดับสูง ผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองสูงจะมีพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมมากกว่าผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองต่ำ ในขณะที่การวางกรอบการตัดสินใจให้ตีความในระดับต่ำไม่ส่งผลให้ผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองสูงหรือผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองต่ำมีพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมแตกต่างกัน

ในลักษณะเดียวกันกับสมมติฐานข้อที่ 1 การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้การวิเคราะห์ด้วยโปรแกรม PROCESS (Hayes, 2013) ซึ่งเป็นโปรแกรมการวิเคราะห์เสริมใน SPSS เพราะเป็นโปรแกรมที่สร้างขึ้นเพื่อนำมาใช้ในการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณโดยมีอิทธิพลจากตัวแปรกำกับโดยเฉพาะ ซึ่งมีความสอดคล้องและเหมาะสมกับการวิจัยในครั้งนี้ โดยผู้วิจัยเลือกใช้รูปแบบความสัมพันธ์ที่ 1 (Model 1) เพราะเป็นโมเดลที่เหมาะสมสำหรับตัวแปรทำนายที่เป็นตัวแปรแบบกลุ่มหรือตัวแปรแบบต่อเนื่อง จำนวน 3 ตัวแปร ต่อตัวแปรตาม 1 ตัวแปร ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ประกอบไปด้วยตัวแปรการวางกรอบการตัดสินใจซึ่งเป็นตัวแปรอิสระที่มีลักษณะเป็นตัวแปรแบบกลุ่มและตัวแปรการควบคุมตนเองซึ่งเป็นตัวแปรกำกับมีลักษณะเป็นตัวแปรแบบต่อเนื่อง และตัวแปรปฏิสัมพันธ์ระหว่างการวางกรอบการตัดสินใจและการควบคุมตนเอง เพื่อทำนายตัวแปรตาม ได้แก่ พฤติกรรมเพื่อส่วนรวม ดังภาพที่ 8 และภาพที่ 9



ภาพที่ 8 โมเดลกรอบความคิดของสมมติฐานข้อที่ 2 ตามโมเดลที่ 1 ในโปรแกรม PROCESS



ภาพที่ 9 โมเดลทางสถิติของสมมติฐานข้อที่ 2 ตามโมเดลที่ 1 ในโปรแกรม PROCESS

### ผลการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2

ผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณปรากฏว่า พบปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรการวางกรอบการตัดสินใจและการควบคุมตนเองในการทำนายพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $\beta = .17, p = .03$ ) ผลการวิจัยนี้ สนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 2 มีรายละเอียดผลการวิเคราะห์ดังตารางที่ 10

## ตารางที่ 10

การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณเพื่อทำนายพฤติกรรมเพื่อส่วนรวม ( $N = 200$ )

ตัวแปร	$B$	$SE B$	$\beta$	$t$	$R$	$R^2$
Intercept	6.64	.68	-	9.74	.31	.10
Frame	2.87	.97	.21**	2.97**		
Self-control	1.08	1.31	.07	.83		
Frame x Self-control	4.08	2.07	.17*	1.97*		

\* $p < .05$ , หนึ่งหาง. \*\* $p < .01$ , หนึ่งหาง.

จากตารางที่ 10 ผลจากการวิเคราะห์ข้อมูลสนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 2 นั่นคือ ตัวแปรการวางกรอบการตัดสินใจมีปฏิสัมพันธ์กับการควบคุมตนเองในการทำนายพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $\beta = .17, p = .03$ ) กล่าวคือ ปฏิสัมพันธ์ระหว่างการกรอบการตัดสินใจและการควบคุมตนเองส่งผลให้บุคคลมีพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมมากขึ้น 4.08 หน่วย โดยการวางกรอบการตัดสินใจในระดับสูงจะส่งผลให้ผู้ที่มีการควบคุมตนเองสูงมีพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมมากกว่าผู้ที่มีการควบคุมตนเองต่ำ 2.87 หน่วย ซึ่งมีนัยสำคัญ แต่การวางกรอบการตัดสินใจในระดับต่ำส่งผลให้ผู้ที่มีการควบคุมตนเองในระดับสูงมีพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมมากกว่าผู้ที่มีการควบคุมตนเองในระดับต่ำ 1.08 หน่วย ซึ่งไม่มีนัยสำคัญแสดงว่าพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมจากการวางกรอบการตัดสินใจในระดับต่ำนี้ไม่มีความแตกต่างกันในกลุ่มผู้ที่มีการควบคุมตนเองสูงและต่ำซึ่งมีความสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 2 นอกจากนี้ยังพบว่าตัวแปรการวางกรอบการตัดสินใจมีอิทธิพลหลักต่อพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $\beta = .21, p = .002$ )

จากผลปฏิสัมพันธ์ระหว่างการวางกรอบการตัดสินใจและการควบคุมตนเองที่สามารถทำนายพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ผู้วิจัยจึงวิเคราะห์ simple slope เพื่อตรวจสอบอิทธิพลของการวางกรอบการตัดสินใจต่อพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมจำแนกตามบุคคลที่มีการควบคุมตนเองระดับต่ำ ปานกลางและสูง โดยกลุ่มที่มีการควบคุมตนเองสูงจะวิเคราะห์ถดถอยโดยแทนค่า

กลุ่มที่มีการควบคุมตนเองที่ทำการปรับค่ากลางด้วยค่า 1 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (+1 SD) กลุ่มที่มีการควบคุมตนเองระดับปานกลางวิเคราะห์ด้วยกลุ่มที่มีการควบคุมตนเองที่ได้ปรับค่ากลางซึ่งมีค่าเท่ากับศูนย์ ส่วนกลุ่มที่มีการควบคุมตนเองต่ำวิเคราะห์ถดถอยโดยแทนค่ากลุ่มที่มีการควบคุมตนเองที่ทำการปรับค่ากลางด้วยค่า -1 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (-1 SD) (Aiken & West, 1991) ผลการวิเคราะห์ดังตารางที่ 11

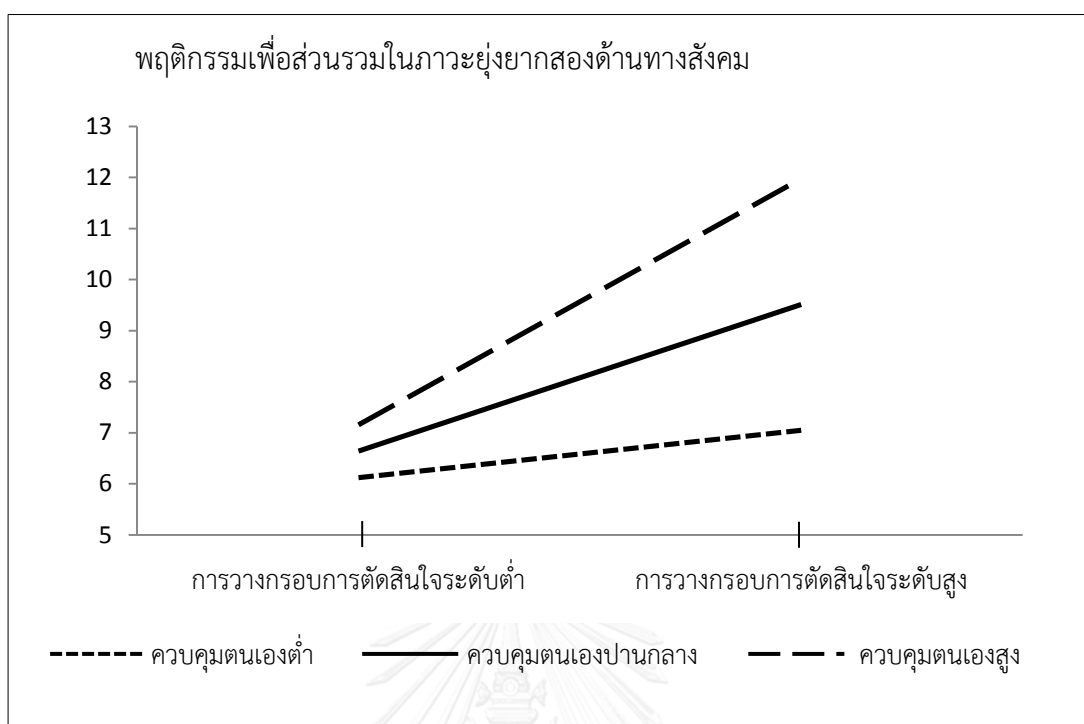
ตารางที่ 11

การวิเคราะห์อิทธิพลของการวางกรอบการตัดสินใจต่อพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมในแต่ละระดับของการควบคุมตนเอง (N = 200)

ตัวแปร	การวางกรอบการตัดสินใจ			
	B	SE B	$\beta$	t
การควบคุมตนเองระดับต่ำ	.93	1.39	.06	.67
การควบคุมตนเองระดับปานกลาง	2.87	.96	.20**	2.98**
การควบคุมตนเองระดับสูง	4.82	1.37	.32***	3.52***

\*\* $p < .01$ , หนึ่งหาง. \*\*\* $p < .001$ , หนึ่งหาง.

จากตารางที่ 11 เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยของการวางกรอบการตัดสินใจต่อพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมในกรณีที่บุคคลมีการควบคุมตนเองในระดับสูง ( $\beta = .32, p < .001$ ) มีการควบคุมตนเองในระดับปานกลาง ( $\beta = .20, p = .002$ ) และมีการควบคุมตนเองในระดับต่ำ ( $\beta = .06, p = .25$ ) พบว่า การวางกรอบการตัดสินใจมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมเมื่อบุคคลมีการควบคุมตนเองในระดับปานกลางและระดับสูง แต่ไม่พบอิทธิพลเช่นเดียวกันนี้เมื่อบุคคลมีการควบคุมตนเองในระดับต่ำ ผลดังกล่าวแสดงไว้ในภาพที่ 10



ภาพที่ 10 อิทธิพลของตัวแปรการวางกรอบการตัดสินใจต่อพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมเมื่อมีปฏิสัมพันธ์กับตัวแปรการควบคุมตนเองระดับต่ำ ( $\beta = .06, p = .25$ ) การควบคุมตนเองระดับปานกลาง ( $\beta = .20, p = .002$ ) และการควบคุมตนเองระดับสูง ( $\beta = .32, p < .001$ )

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

โดยสรุปแล้วผลจากการวิเคราะห์สมมติฐานข้อที่ 2 นั้นคือ การวางกรอบการตัดสินใจมีอิทธิพลปฏิสัมพันธ์กับการควบคุมตนเองต่อพฤติกรรมเพื่อส่วนรวม โดยเมื่อวางกรอบการตัดสินใจให้ตีความในระดับสูง ผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองสูงมีพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมมากกว่าผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองต่ำ ในขณะที่การวางกรอบการตัดสินใจให้ตีความในระดับต่ำไม่ส่งผลให้ผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองสูงหรือผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองต่ำมีพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมแตกต่างกัน



## ตารางที่ 12

## สรุปผลการทดสอบสมมติฐาน

ข้อ	สมมติฐาน	ผลการวิเคราะห์
1	<p><b>การวางกรอบการตัดสินใจมีอิทธิพลปฏิสัมพันธ์กับการควบคุมตนเองต่อเจตนาเพื่อส่วนรวม</b></p> <p>กล่าวคือ เมื่อวางกรอบการตัดสินใจให้ตีความในระดับสูง ผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองสูงมีเจตนาเพื่อส่วนรวมมากกว่าผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองต่ำ ในขณะที่การวางกรอบการตัดสินใจให้ตีความในระดับต่ำไม่ส่งผลให้ผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองสูงหรือผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองต่ำมีเจตนาเพื่อส่วนรวมแตกต่างกัน</p>	ไม่สนับสนุน
2	<p><b>การวางกรอบการตัดสินใจมีอิทธิพลปฏิสัมพันธ์กับการควบคุมตนเองต่อพฤติกรรมเพื่อส่วนรวม</b></p> <p>กล่าวคือ เมื่อวางกรอบการตัดสินใจให้ตีความในระดับสูง ผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองสูงมีพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมมากกว่าผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองต่ำ ในขณะที่การวางกรอบการตัดสินใจให้ตีความในระดับต่ำไม่ส่งผลให้ผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองสูงหรือผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองต่ำมีพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมแตกต่างกัน</p>	สนับสนุน

## บทที่ 4

### อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาอิทธิพลปฏิสัมพันธ์ของการวางกรอบการตัดสินใจและการควบคุมตนเองต่อเจตนาและพฤติกรรมเพื่อส่วนรวม จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลซึ่งได้นำเสนอแล้วในบทที่ผ่านมา ผู้วิจัยได้อภิปรายผลการวิจัยดังนี้

จากผลการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1 ที่ว่า การวางกรอบการตัดสินใจมีอิทธิพลปฏิสัมพันธ์กับการควบคุมตนเองต่อเจตนาเพื่อส่วนรวม กล่าวคือ เมื่อวางกรอบการตัดสินใจให้ตีความในระดับสูง ผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองสูงมีเจตนาเพื่อส่วนรวมมากกว่าผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองต่ำ ในขณะที่การวางกรอบการตัดสินใจให้ตีความในระดับต่ำไม่ส่งผลให้ผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองสูงหรือผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองต่ำมีเจตนาเพื่อส่วนรวมแตกต่างกัน ปรากฏว่าผลจากการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณไม่สนับสนุนสมมติฐานเนื่องจากไม่พบอิทธิพลปฏิสัมพันธ์ของการวางกรอบการตัดสินใจที่ส่งผลต่อเจตนาเพื่อส่วนรวมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $\beta = .08, p = .15$ ) ซึ่งไม่สอดคล้องกับการทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่ผ่านมา (Fujita, Trope, Liberman, & Levin-Sagi, 2006)

จากผลการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ว่า การวางกรอบการตัดสินใจมีอิทธิพลปฏิสัมพันธ์กับการควบคุมตนเองต่อพฤติกรรมเพื่อส่วนรวม กล่าวคือ เมื่อวางกรอบการตัดสินใจให้ตีความในระดับสูง ผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองสูงมีพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมมากกว่าผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองต่ำ ในขณะที่การวางกรอบการตัดสินใจให้ตีความในระดับต่ำไม่ส่งผลให้ผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองสูงหรือผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองต่ำมีพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมแตกต่างกัน ปรากฏว่าผลจากการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณสนับสนุนสมมติฐาน คือพบอิทธิพลปฏิสัมพันธ์ของตัวแปรการวางกรอบการตัดสินใจและการควบคุมตนเองที่ส่งผลต่อพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

( $\beta = .17, p = .03$ ) ซึ่งสอดคล้องกับการทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่ผ่านมา (Fujita, Trope, Liberman, & Levin-Sagi, 2006)

แม้ผลจากการวิเคราะห์อิทธิพลปฏิสัมพันธ์ระหว่างการวางกรอบการตัดสินใจและการควบคุมตนเองจะไม่สนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 1 ซึ่งเป็นการทำนายเจตนาเพื่อส่วนรวม แต่ผลการวิเคราะห์ก็สนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 2 ซึ่งเป็นการทำนายพฤติกรรมเพื่อส่วนรวม ทั้งนี้เมื่อเปรียบเทียบกันแล้ว พฤติกรรมยอมมีน้ำหนักรมากกว่าเจตนาเพราะพฤติกรรมเป็นสิ่งที่บุคคลได้กระทำจริงในสถานการณ์นั้นๆ แต่เจตนาเป็นเพียงความตั้งใจเท่านั้นซึ่งบุคคลอาจจะกระทำหรือไม่กระทำจริงก็ได้ในสถานการณ์ดังกล่าว ผลการวิเคราะห์ที่สนับสนุนพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมจึงมีความเป็นรูปธรรมมากกว่าและนำไปสู่ผลลัพธ์ที่แท้จริง ทั้งนี้ประเด็นความแตกต่างระหว่างเจตนาและพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมอาจกล่าวได้ว่าเป็นผลจากความแตกต่างด้านลักษณะของสถานการณ์ นั่นคือในการทดสอบเจตนาเพื่อส่วนรวม ผู้ร่วมการวิจัยต้องระบุความสนใจในการกระทำกิจกรรมนั้นๆ จากข้อความบรรยายสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมในกระดาษซึ่งเปรียบได้กับสถานการณ์จำลอง โดยผู้ร่วมการวิจัยอาจจะตระหนักว่า ไม่ต้องกระทำตามสิ่งที่ตัดสินใจจริงๆ เพราะเป็นเพียงการแสดงความคิดเห็นเท่านั้น ในขณะที่การทดสอบพฤติกรรมเพื่อส่วนรวม ผู้ร่วมการวิจัยต้องระบุความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นจริงๆ นั่นคือ การเข้าร่วมแจกใบปลิวโดยระบุจำนวนใบปลิวที่ต้องการจะนำไปแจก ทั้งนี้สามารถกล่าวได้ว่านิสิตเชื่อว่าจะต้องกระทำกิจกรรมนั้นจริงๆ เพราะหลังจากให้ระบุจำนวนใบปลิวแล้ว นิสิตส่วนใหญ่ทวงถามว่าจะได้รับใบปลิวเมื่อไหร่และขอรับใบปลิวในตอนนั้นเลย พร้อมทั้งถามรายละเอียดการแจกที่จะต้องแจกกับกลุ่มคนช่วงอายุเท่าไร และที่ไหนบ้าง นอกจากนี้ผลการวิเคราะห์ยังมีความสอดคล้องกับข้อเสนอของ Allport (1961) ที่เสนอว่าบุคลิกภาพจะมีอิทธิพลมากในสถานการณ์จริงที่มีความสำคัญต่อปัจเจกบุคคลนั้นๆ ดังนั้นในการทำนายพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมซึ่งถือเป็นสถานการณ์จริง จึงพบความแตกต่างที่เกิดขึ้นกับการควบคุมตนเองในระดับต่างๆ ซึ่งถือเป็นปัจจัยด้านบุคลิกภาพ กล่าวคือ การวางกรอบการตัดสินใจมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมเมื่อบุคคลมีการควบคุมตนเองระดับปานกลางไปจนถึงระดับสูงเท่านั้น แสดงว่านอกจากการวางกรอบการตัดสินใจแล้ว การที่บุคคลจะกระทำเพื่อส่วนรวมนั้น บุคคลต้องสามารถควบคุมตนเองได้ในระดับหนึ่งด้วยเพราะพฤติกรรมเป็นสิ่งที่ส่งผลอย่างต่อเนื่องข้ามสถานการณ์และไม่ได้จบลงเพียงการตัดสินใจในสถานการณ์ที่มีความเฉพาะเจาะจงอย่างเจตนาเพื่อส่วนรวม

นอกจากนี้ยังพบอิทธิพลหลักของตัวแปรการวางกรอบการตัดสินใจต่อการทำนายทั้งเจตนา และพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมในภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม โดยเฉพาะเจตนาเพื่อส่วนรวมที่ไม่พบปฏิสัมพันธ์ระหว่างการวางกรอบการตัดสินใจกับการควบคุมตนเอง แสดงว่าการวางกรอบการตัดสินใจส่งผลต่อเจตนาเพื่อส่วนรวมโดยที่บุคคลไม่จำเป็นต้องมีระดับการควบคุมตนเองสูงหรือต่ำ ดังนั้นการวางกรอบการตัดสินใจให้ตีความในระดับสูงจึงเป็นปัจจัยทางสถานการณ์ที่เข้ามามีบทบาทสำคัญในการเหนี่ยวนำให้บุคคลมีเจตนาและพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมมากขึ้น โดยในการวิจัยครั้งนี้ใช้เทคนิคการเหนี่ยวนำตามงานวิจัยของ Freitas, Gollwitzer, และ Trope (2004) ที่แบ่งการวางกรอบการตัดสินใจตามระดับการตีความแบ่งออกเป็น 2 ระดับ คือ การตีความในระดับต่ำ ซึ่งสามารถเหนี่ยวนำได้โดยการถามคำถามว่า “อย่างไร” หรือ นำเสนอวัตถุหรือเหตุการณ์ที่อยู่ใกล้ๆ เช่น วันนี้ หรือ เพื่อนสนิทของคุณ และการตีความในระดับสูง ซึ่งสามารถเหนี่ยวนำได้โดยการถามคำถามว่า “ทำไม” หรือ การนำเสนอวัตถุหรือเหตุการณ์ที่อยู่ไกลๆ เช่น ปีหน้า หรือ คนส่วนใหญ่ เป็นต้น

สาเหตุที่การวางกรอบการตัดสินใจช่วยให้บุคคลมีเจตนาเพื่อส่วนรวมมากขึ้นนั้นเป็นเพราะการวางกรอบการตัดสินใจตามระดับการตีความช่วยให้บุคคลสามารถแยกแยะระหว่างเป้าหมายที่แท้จริงและสิ่งยั่วยุ ณ เวลานั้น ได้ชัดเจนมากขึ้น อีกทั้งยังช่วยให้บุคคลตระหนักถึงผลที่จะตามมาในอนาคตด้วย เพราะในบางสถานการณ์ ตัวเลือกที่เป็นสิ่งยั่วยุมีแรงจูงใจให้บุคคลเลือกกระทำมากกว่าตัวเลือกที่เป็นเป้าหมายในระยะยาว (Trope & Fishbach, 2000) ดังเช่นในการวิจัยครั้งนี้ คือ การต้องเลือกระหว่างสิ่งของที่อยากได้และหนังสือเพื่อทำงานกลุ่ม กับ การต้องเลือกระหว่างลงทะเบียนเรียนในวิชาที่อาจจะได้ความรู้น้อยแต่ได้เกรดง่ายและวิชาที่ได้ความรู้ชั้นสูงแต่ได้เกรดยาก กล่าวคือ ถ้าไม่เหนี่ยวนำให้เกิดการตีความในระดับสูง นิสิตอาจจะเลือกสิ่งของที่อยากได้หรือวิชาที่ได้เกรดง่าย เพราะมีแรงจูงใจให้เลือกมากกว่า แต่การเหนี่ยวนำให้เกิดการตีความในระดับสูงช่วยให้นิสิตตระหนักถึงผลที่จะตามมาในระยะยาวและเลือกที่จะมีเจตนาเพื่อส่วนรวมมากขึ้น

อย่างไรก็ตาม ไม่พบบทบาทของการควบคุมตนเองที่ส่งผลต่อเจตนาและพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมในภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม ทั้งนี้บุคคลที่มีการควบคุมตนเองสูง หมายถึง บุคคลที่มีความสามารถในการเปลี่ยนหรือยับยั้งอารมณ์ พฤติกรรมและความปรารถนาตามธรรมชาติของบุคคล ในการตอบสนองต่อเป้าหมายระยะสั้นที่มีความดึงดูดใจเพื่อที่จะบรรลุเป้าหมายในระยะยาว และเพื่อเป็นการกระทำตามกฎหรือบรรทัดฐานของสังคม (Tangney, Baumeister, & Boone, 2004)

อย่างไรก็ตามผลต่างๆ ที่เกิดขึ้นจากการควบคุมตนเองนี้ย่อมขึ้นอยู่กับคุณค่าของเป้าหมายของแต่ละบุคคล กล่าวคือ บุคคลส่วนใหญ่ย่อมต้องการเป็นที่ยอมรับของสังคม ถ้าสังคมรอบข้างให้คุณค่ากับการพึ่งพาอาศัยกัน บุคคลย่อมใช้ความสามารถในการควบคุมตนเองนั้นช่วยเหลือผู้อื่นและเลือกที่จะกระทำเพื่อส่วนรวม แต่ในขณะเดียวกัน หากสังคมรอบข้างให้คุณค่ากับพฤติกรรมที่อาจเป็นผลเสีย เช่น การสูบบุหรี่ การพนัน หรือแม้แต่การบริโภคเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ เป็นต้น บุคคลย่อมใช้ความสามารถในการควบคุมตนเองกระทำพฤติกรรมเหล่านี้ถึงแม้จะรู้ว่าเป็นสิ่งก่อให้เกิดผลเสียต่างๆ ตามมา (Vohs & Heatherton, 2000) ดังเช่นในงานวิจัยของ Hurst, Dittmar, Bond, และ Kasser (2013) ที่ศึกษาเรื่องของค่านิยมทางวัตถุกับเจตคติและพฤติกรรมต่อสิ่งแวดล้อม พบว่าบุคคลที่ให้คุณค่ากับวัตถุสิ่งของมีเจตคติและพฤติกรรมที่ส่งผลเสียต่อสิ่งแวดล้อม ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อส่วนรวมรวมไปถึงตัวบุคคลนั่นเองด้วย แต่บุคคลนั้นก็ตระหนักว่าตนเองจะต้องปรับเปลี่ยนพฤติกรรมนั้น เพราะพฤติกรรมการนิยมวัตถุและสิ่งของ เช่น การขับรถยนต์แพงแต่ใช้ทรัพยากรน้ำมันปริมาณมาก ช่วยให้บุคคลนั้นบรรลุเป้าหมายของตนเอง จะเห็นได้ว่าบุคคลที่มีการควบคุมตนเองสูงสามารถเลือกที่จะกระทำสิ่งต่างๆ ให้สอดคล้องกับเป้าหมายของตนได้ในหลายรูปแบบ แต่ในการวิจัยครั้งนี้ต้องการทำนายเฉพาะเจตนาและพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมเท่านั้น จึงอาจเป็นสาเหตุที่การควบคุมตนเองไม่มีส่งผลต่อทั้งเจตนาและพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมในภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม

กล่าวโดยสรุป การวางกรอบการตัดสินใจมีอิทธิพลปฏิสัมพันธ์กับการควบคุมตนเองต่อพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมในภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม แต่ไม่พบผลเช่นเดียวกันนี้ต่อเจตนาเพื่อส่วนรวมในภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม แสดงให้เห็นว่า เฉพาะการควบคุมตนเองไม่ส่งผลต่อพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมแต่ต้องมีปฏิสัมพันธ์กับการวางกรอบการตัดสินใจ ดังนั้นการที่จะใช้เทคนิคในการวางกรอบการตัดสินใจได้อย่างมีประสิทธิภาพในการส่งเสริมให้เกิดพฤติกรรมเพื่อส่วนรวม การค้นหาวิธีการเพื่อเพิ่มระดับการควบคุมตนเองของบุคคลให้อยู่ในระดับปานกลางและระดับสูงจึงเป็นสิ่งที่มีความจำเป็นเช่นเดียวกัน ข้อค้นพบจากงานวิจัยในครั้งนี้ช่วยสร้างความรู้ความเข้าใจและสามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้บริบทสังคมไทยทั้งในสื่อโฆษณา สิ่งพิมพ์ เช่น การเลือกใช้อุณหภูมิหรือคำต่างๆ ด้วยการนำเสนอถึงวัตถุหรือสิ่งที่ไกลออกไปสำหรับกระตุ้นให้บุคคลตระหนักถึงเป้าหมายและสิ่งที่จะตามมาในอนาคตซึ่งสามารถนำไปสู่พฤติกรรมเพื่อส่วนรวมซึ่งช่วยแก้ไขปัญหาสังคมและสิ่งแวดล้อมต่างๆ ที่เกิดจากการไม่กระทำเพื่อส่วนรวมที่กำลังเกิดขึ้นและที่อาจจะเกิดขึ้นได้ในอนาคต

## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

#### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาอิทธิพลปฏิสัมพันธ์ระหว่างการวางกรอบการตัดสินใจและการควบคุมตนเองต่อเจตนาและพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมในสถานการณ์ภาวะยุ่งยากทางสังคม
2. เพื่อศึกษาอิทธิพลของการวางกรอบการตัดสินใจต่อระดับเจตนาและพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมในสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม

#### สมมติฐานของการวิจัย

**สมมติฐานข้อที่ 1** การวางกรอบการตัดสินใจมีปฏิสัมพันธ์กับการควบคุมตนเองต่อเจตนา เพื่อส่วนรวม กล่าวคือ เมื่อวางกรอบการตัดสินใจให้ตีความในระดับสูง ผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองสูงจะมีเจตนาเพื่อส่วนรวมมากกว่าผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองต่ำ ในขณะที่การวางกรอบการตัดสินใจให้ตีความในระดับต่ำไม่ส่งผลให้ผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองสูงหรือผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองต่ำมีเจตนาเพื่อส่วนรวมแตกต่างกัน

**สมมติฐานข้อที่ 2** การวางกรอบการตัดสินใจมีปฏิสัมพันธ์กับการควบคุมตนเองต่อพฤติกรรม เพื่อส่วนรวม กล่าวคือ เมื่อวางกรอบการตัดสินใจให้ตีความในระดับสูง ผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองสูงจะมีพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมมากกว่าผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองต่ำ ในขณะที่การวางกรอบการตัดสินใจให้ตีความในระดับต่ำไม่ส่งผลให้ผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองสูงหรือผู้ที่มีระดับการควบคุมตนเองต่ำมีพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมแตกต่างกัน

## กลุ่มตัวอย่างที่ใช้การวิจัย

กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตระดับปริญญาตรี อายุระหว่าง 18-25 ปี จำนวน 200 คน

## เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ใช้เครื่องมือทั้งหมด 3 เครื่องมือ ได้แก่

### 1. มาตรการควบคุมตนเองฉบับย่อ

มาตรการที่การควบคุมตนเองฉบับย่อที่ผู้วิจัยแปลเป็นภาษาไทยร่วมกับผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. คัดนางค์ มณีศรี ที่ปริญญาวิทยานิพนธ์ มีที่มาจากมาตรการควบคุมตนเองฉบับย่อของ Tangney, Baumeister, และ Boone (2004) จำนวน 13 ข้อกระทง เป็นข้อกระทงที่คัดมาจากมาตรฉบับเต็ม ซึ่งมี 36 ข้อ ครอบคลุมทั้ง 5 องค์ประกอบ ได้แก่ ด้านการมีวินัยในตนเอง (self-discipline) ด้านพฤติกรรมที่มีการยับยั้งชั่งใจ (deliberative/nonimpulsive action) ด้านพฤติกรรมเกี่ยวกับสุขภาพ (healthy habits) ด้านจรรยาบรรณในการทำงาน (work ethic) และด้านความน่าเชื่อถือ (reliability) โดยมาตรการควบคุมตนเองฉบับย่อที่เป็นภาษาไทยนี้เป็นมาตรฐานค่าแบบลิเคิร์ต มีระดับการตอบ 5 ระดับ ตั้งแต่ 1 หมายถึง ไม่ตรงกับตัวฉันอย่างยิ่ง 2 หมายถึง ค่อนข้างไม่ตรงกับตัวฉัน 3 หมายถึง ตรงและไม่ตรงกับตัวฉันพอๆ กัน 4 หมายถึง ค่อนข้างตรงกับตัวฉัน 5 หมายถึง ตรงกับตัวฉันอย่างยิ่ง เป็นข้อกระทงทางบวก 4 ข้อ และทางลบ 9 ข้อ รวมทั้งหมด 13 ข้อ มีค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายในแบบแอลฟาของครอนบาคเท่ากับ .78

### 2. แบบสอบถามที่วางกรอบการตัดสินใจให้ผู้ร่วมการวิจัยตีความในระดับสูงและระดับต่ำ

แบบสอบถามที่วางกรอบการตัดสินใจนี้พัฒนามาจากแนวความคิดในงานวิจัยของ Freitas, Gollwitzer, และ Trope (2004) โดยเป็นลักษณะของข้อคำถามปลายเปิด 1 คำถามพร้อมข้อความให้อ่านเพื่อสร้างความเข้าใจและเพื่อเหนี่ยวนำให้เกิดความเข้มข้น และมีส่วนของกรอบช่องว่างสำหรับให้ตอบคำถาม แบบสอบถามที่วางกรอบการตัดสินใจให้ตีความในระดับสูง มีข้อคำถามคือ “ทำไมคุณต้องดูแลสุขภาพของตนเอง” พร้อมช่องคำตอบไล่จากล่างขึ้นบน ส่วนแบบสอบถามที่วางกรอบการ

ตัดสินใจให้ตีความในระดับต่ำ คำถามคือ “คุณดูแลสุขภาพของตนเองอย่างไร” พร้อมช่องคำตอบได้จากบนลงล่าง พร้อมแบบสอบถามตรวจสอบการจัดกระทำที่ประกอบไปด้วยคำถามปลายปิดทั้งหมด 10 ข้อ มีคำตอบให้เลือก 2 ตัวเลือก คือ ก หรือ ข

### 3. ข้อความบรรยายสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมและแบบประเมินเจตนาในการกระทำเพื่อส่วนรวม

แบบสอบถามเจตนาเพื่อส่วนรวมในภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมประกอบไปด้วยสถานการณ์จำลองภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมทั้งหมด 4 สถานการณ์ แต่ละสถานการณ์มีข้อความ 3 ข้อ เพื่อใช้ประเมินเจตนาเพื่อส่วนรวม ความรู้สึกขัดแย้งในการตัดสินใจ และความสำคัญของสถานการณ์นั้นๆ โดยจะนำเฉพาะคะแนนจากข้อการประเมินเจตนาเพื่อส่วนรวมเท่านั้นมาใช้ในการวิเคราะห์ ส่วนคะแนนอีก 2 ข้อด้านความขัดแย้งและความสำคัญใช้เป็นเกณฑ์ในการคัดเลือกข้อมูลเพื่อนำไปวิเคราะห์ในขั้นต่อไป แบบประเมินเจตนาเพื่อส่วนรวมเป็นมาตรการประเมินค่าแบบลิเคิร์ต 7 ช่วงคำตอบ ตั้งแต่ 1 ไม่สนใจเลย ไปจนถึง 7 สนใจอย่างมาก

#### วิธีดำเนินการวิจัย

1. ผู้วิจัยเก็บข้อมูลจากนิสิตระดับปริญญาตรี อายุ 18-25 ปี จำนวน 220 คน แต่นำข้อมูลมาวิเคราะห์จำนวน 200 คน โดยตอบแบบสอบถามซึ่งประกอบด้วย มาตรการวัดการควบคุมตนเอง แบบสอบถามที่วางกรอบการตัดสินใจ ซึ่งจะแบ่งเป็น 2 เงื่อนไข ได้แก่ การวางกรอบการตัดสินใจให้ตีความในระดับสูง และการวางกรอบการตัดสินใจให้ตีความในระดับต่ำ โดยผู้ร่วมการวิจัยจะถูกสุ่มเข้าสู่เงื่อนไขใดเงื่อนไขหนึ่งเท่านั้น (random assignment) แบบสอบถามการตรวจสอบการจัดกระทำและแบบสอบถามเพื่อประเมินเจตนาในการกระทำเพื่อส่วนรวม

2. เมื่อผู้ร่วมการวิจัยตอบแบบสอบถามทั้งหมดเรียบร้อยแล้ว ผู้วิจัยจะประกาศขอความร่วมมือจากผู้ร่วมการวิจัยให้ช่วยแจกใบปลิวเกี่ยวกับการพัฒนามหาวิทยาลัยในประเทศไทยตามความสมัครใจ จากนั้นให้ผู้ร่วมการวิจัยลงชื่อและเขียนจำนวนใบปลิวที่ต้องการจะนำกลับไป เริ่มตั้งแต่ 0-30 แผ่น ขั้นตอนนี้เป็นกรวัดพฤติกรรมเพื่อส่วนรวม



3. ผู้วิจัยกล่าวขอบคุณ อธิบายถึงวัตถุประสงค์ที่แท้จริงของการวิจัย จากนั้นให้ผู้ร่วมการวิจัยซักถามถึงข้อสงสัยที่อาจมีต่อวัตถุประสงค์ของการวิจัย

### การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลใช้โปรแกรม PROCESS (Hayes, 2013) ซึ่งเป็นโปรแกรมเสริมใน SPSS เพราะเป็นโปรแกรมที่เหมาะสมสำหรับการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ (multiple regression analysis) เพื่อทดสอบอิทธิพลปฏิสัมพันธ์ของการวางกรอบการตัดสินใจและการควบคุมตนเองต่อเจตนาและพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมตามสมมติฐาน

### ผลการวิจัย

1. การวางกรอบการตัดสินใจไม่มีอิทธิพลปฏิสัมพันธ์กับการควบคุมตนเองในการทำนายเจตนาเพื่อส่วนรวมได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $\beta = .08, p = .15$ ) แต่พบว่า การวางกรอบการตัดสินใจมีอิทธิพลหลักในการทำนายเจตนาเพื่อส่วนรวม ( $\beta = .50, p < .001$ ) และพฤติกรรมเพื่อส่วนรวม ( $\beta = .21, p = .002$ ) ได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

2. การวางกรอบการตัดสินใจมีอิทธิพลปฏิสัมพันธ์กับการควบคุมตนเองในการทำนายพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $\beta = .17, p = .03$ )

### ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ได้มาตรฐานวัดการควบคุมตนเองฉบับภาษาไทยที่มีการประเมินคุณภาพตามหลักวิชา
2. ได้ความรู้ในการวางรูปแบบการวางกรอบการตัดสินใจที่ช่วยเพิ่มเจตนาและพฤติกรรมเพื่อส่วนรวม สามารถนำไปประยุกต์ใช้เพื่อกระตุ้นการกระทำเพื่อส่วนรวมได้

### ข้อเสนอแนะ

1. การศึกษาในอนาคตควรคำนึงถึงปัจจัยด้านประชากรศาสตร์ต่างๆ ในการวิเคราะห์ด้วย เช่น เพศ อายุ หรือวัฒนธรรม เพราะอาจเป็นตัวแปรที่ทำให้ผลการวิจัยแตกต่างออกไป

2. จากผลการวิจัยที่พบอิทธิพลปฏิสัมพันธ์ระหว่างการวางกรอบการตัดสินใจกับการควบคุมตนเองในการทำนายพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมแต่ไม่พบในการทำนายเจตนาเพื่อส่วนรวมจึงมีความน่าสนใจที่จะการศึกษาหาสาเหตุที่เกิดผลดังกล่าวในการวิจัยครั้งต่อไป

### ข้อจำกัด

สถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมและทางเลือกสำหรับประเมินเจตนาเพื่อส่วนรวมที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ อาจจะยังมีความคลุมเครือและไม่ชัดเจนเท่าที่ควรว่าเป็นสถานการณ์ที่ให้ผู้ร่วมการวิจัยเลือกกระทำเพื่อกลุ่มหรือเพื่อส่วนรวม ซึ่งทั้งความเป็นกลุ่มและความเป็นส่วนรวมมีระดับที่แตกต่างกัน อีกทั้งในบางสถานการณ์หรือการวัดพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมที่เป็นการแจกใบปลิว ผู้ร่วมการวิจัยอาจไม่สามารถเชื่อมโยงได้อย่างชัดเจนว่าแต่ละทางเลือกจะส่งผลอย่างไร ดังนั้นในการศึกษาครั้งต่อไป ผู้วิจัยควรคำนึงถึงปัจจัยต่างๆ ในการสร้างสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมให้มีความรัดกุมมากขึ้นเพื่อผลการวิจัยที่ชัดเจนและมีความน่าเชื่อถือ

## รายการอ้างอิง

### ภาษาไทย

กัลยา วาณิชย์ปัญญา. (2555). การใช้ *SPSS for Windows* ในการวิเคราะห์ข้อมูล. กรุงเทพมหานคร: ธรรมสาร.

ราชบัณฑิตยสถาน. (2553). *พจนานุกรมศัพท์จิตวิทยา ฉบับราชบัณฑิตยสถาน*. กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ลักษณ์.

### ภาษาอังกฤษ

Aiken, L. S., & West, S. G. (1991). *Multiple regression: Testing and interpreting interactions*. Newbury Park, CA: Sage.

Allport, G. W. (1961). *Pattern and growth in personality*. New York: Holt, Rinehart.

Ariely, D., & Wertenbroch, K. (2002). Procrastination, deadlines, and performance: Self-control by precommitment. *Psychological Science, 13*, 219-224.

Balliet, D., & Ferris, D. L. (2013). Ostracism and prosocial behavior: A social dilemma perspective. *Organizational Behavior and Human Decision Processes, 120*, 298-308.

Balliet, D., Li, N., & Joireman, J. (2011). Relating trait self-control and forgiveness within prosocials and proselves: Compensatory vs. synergistic models. *Journal of Personality and Social Psychology, 101*, 1090-1105.

Baumeister, R. F., & Heatherton, T. F. (1996). Self-regulation failure: An overview. *Psychological Inquiry, 7*, 1-15.

Baumeister, R. F., Bratslavsky, E., Finkenauer, C., & Vohs, K. D. (2001). Bad is stronger than good. *Review of General Psychology, 5*, 323-370.

- Baumeister, R. F., Bratslavsky, E., Muravan, M., & Tice, D. M. (1998). Ego depletion: Is the active self a limited resource? *Journal of Personality and Social Psychology, 74*, 1252-1256.
- Baumeister, R. F., Heatherton, T. F., & Tice, D. M. (1993). When ego threats lead to self-regulation failure: Negative consequences of high self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology, 64*, 141-156.
- Baumeister, R. F., Vohs, K. D., & Tice, D. M. (2007). The strength model of self-control. *Current Directions in Psychological Science, 16*, 351-355.
- Bó, P. D. (2005). Cooperation under the shadow of the future: Experimental evidence from infinitely repeated games. *American Economic Review, 95*, 1591-1604.
- Bouas, K. S., & Komorita, S. S. (1996). Group discussion and cooperation in social dilemmas. *Personality and Social Psychology Bulletin, 22*, 1144-1150.
- Brewer, M. B., & Kramer, R. M. (1986). Choice behavior in social dilemmas: Effects of social identity, group size, and decision framing. *Journal of Personality and Social Psychology, 50*, 543-549.
- Burnham, T., McCabe, K., & Smith, V. L. (2000). Friend-or-foe intentionality priming in an extensive form trust game. *Journal of Economic Behavior & Organization, 43*, 57-73.
- Burnstein, E., Crandall, C., & Kitayama, S. (1994). Some neo-Darwinian decision rules for altruism: Weighing cues for inclusive fitness as a function of biological importance of the decision. *Journal of Personality and Social Psychology, 67*, 773-789.
- Buss, A. R. (1979). The trait-situation controversy and the concept of interaction. *Personality and Social Psychology Bulletin, 5*, 191-195.

- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1982). Control theory: A useful conceptual framework for personality—Social, clinical, and health psychology. *Psychological Bulletin*, *92*, 111-135.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1998). *On the self-regulation of behavior*. New York: Cambridge University Press.
- Chaiken, S., & Trope, Y. (1999). *Dual-process theories in social psychology*. New York: Guilford.
- Dawes, R. M. (1980). Social dilemmas. *Annual Review of Psychology*, *31*, 169–193.
- De Cremer, D., & Van Vught, M. (1999). Social identification effects in social dilemmas: A transformation of motives. *European Journal of Social Psychology*, *29*, 871-893.
- De Cremer, D., & Van Vught, M. (2002). Intergroup and intragroup aspects of leadership in social dilemmas: A relational model of cooperation. *Journal of Experimental Social Psychology*, *38*, 126-136.
- De Dreu, C. K., Emans, B. J., & Van de Vliert, E. (1992). Frames of reference and cooperative social decision-making. *European Journal of Social Psychology*, *22*, 297–302.
- De Dreu, C. K. W., & McCusker, C. (1997). Gain-loss frames and cooperation in two-person social dilemmas: A transformational analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, *72*, 1093–1106.
- De Ridder, D. T. D., Lensvelt-Mulders, G., Finkenauer, C., Stok, F. M., & Baumeister, R. F. (2012). Taking stock of self-control: A meta-analysis of how trait self-control relates to a wide range of behaviors. *Personality and Social Psychology Review*, *16*, 76-99.

- Dewitte, S., & De Cremer, D. (2001). Self-control and cooperation: Different concepts, similar decisions? A question of the right perspective. *The Journal of Psychology, 135*, 1-21.
- Falk, A., & Fischbacher, U. (2006). A theory of reciprocity. *Game and Economic Behavior, 54*, 293-315.
- Fehr, E., & Gächter, S. (2000). Fairness and retaliation: The economics of reciprocity. *Journal of Economic Perspectives, 14*, 159–181.
- Finkel, E. J., & Campbell, W. K. (2001). Self-control and accommodation in close relationships: An interdependence analysis. *Journal of Personality and Social Psychology, 81*, 263-277.
- Fishbach, A., & Converse, B. A. (2011). Identifying and battling temptation. In K. D. V. R. F. Baumeister (Ed.), *Handbook of self-regulation: Research, theory, and applications* (2nd ed., pp. 244-260). New York, : Guilford.
- Fishbach, A., & Zhang, Y. (2008). Together or apart: When goals and temptations complement versus compete with each other. *Journal of Personality and Social Psychology, 94*, 547-559.
- Fishbach, A., Friedman, R. S., & Kruglanski, A. W. (2003). Leading us not unto temptation: Momentary allurements elicit overriding goal activation. *Journal of Personality and Social Psychology, 84*, 296-309.
- Fishbach, A., Shah, J. Y., & Kruglanski, A. W. (2004). Emotional transfer in goal systems. *Journal of Experimental Social Psychology, 40*, 723-738.
- Fitzsimons, G. M., & Bargh, J. A. (2004). Automatic self-regulation. In R. F. B. K. D. Voh (Ed.), *Handbook of self-regulation: Research, theory, and applications* (pp. 151-170). New York: Guildford.
- Forsyth, D. R. (2010). *Group dynamics* (5th ed.). Belmont, CA: Wadsworth/Thompson.

- Freitas, A. L., Gollwitzer, P., & Trope, Y. (2004). The influence of abstract and concrete mindsets on anticipating and guiding others' self-regulatory efforts. *Journal of Experimental Psychology, 40*, 739-752.
- Fujita, K., & Han, H. A. (2009). Moving beyond deliberative control of impulses: The effect of construal levels on evaluative associations in self-control conflicts. *Psychological Science, 20*, 799-804.
- Fujita, K., Henderson, M. D., Eng, J., Trope, Y., & Liberman, N. (2006). Spatial distance and mental construal of social events. *Psychological Science, 17*, 278-282.
- Fujita, K., Trope, Y., Liberman, N., & Levin-Sagi, M. (2006). Construal levels and self-control. *Journal of Personality and Social Psychology, 90*, 351-367.
- Gollwitzer, P. M., & Brandstatter, V. (1997). Implementation intentions and effective goal pursuit. *Journal of Personality and Social Psychology, 73*, 186-199.
- Hair, J. F., Jr., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2010). *Multivariate data analysis*. New Jersey, NJ: Pearson Prentice Hall.
- Hamilton, W. D. (1964). The genetical evolution of social behaviour (I and II). *Journal of Theoretical Biology, 7*, 1-52.
- Hardin, G. (1968). The Tragedy of the Commons. *Science, 162*, 1243-1248.
- Hardy, C., & Van Vugt, M. (2006). Nice guys finish first: The competitive altruism hypothesis. *Personality and Social Psychology Bulletin, 32*, 1402-1413.
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis*. New York: The Guilford Press.
- Heckathorn, D. (1998). Collective action, social dilemmas and ideology. *Rationality and Society, 10*, 451-479.

- Heller, D., Perunovic, W. Q. E., Reichman, D. (2009). The future of person-situation integration in the interface between traits and goals: A bottom-up framework. *Journal of Research in Personality, 43*, 171-178.
- Hofmann, W. F., M., & Strack, F. (2009). Impulse and self-control from a dual-systems perspective. *Perspectives on Psychological Science, 4*, 162-176.
- Hurst, M., Dittmar, H., Bond, R., & Kasser, Tim. (2013). The relationship between materialistic values and environmental attitudes and behaviors: A meta-analysis. *Journal of Environmental Psychology, 36*, 257-269.
- Insko, C. A., Schopler, J., Pemberton, M. B., Wieselquist, J., McIlraith, S. A., & Currey, D. P. (1998). Long-term outcome maximization and the reduction of interindividual–intergroup discontinuity. *Journal of Personality and Social Psychology, 75*, 695–711.
- Joireman, J., Balliet, D., Sprott, D., Spangenberg, E., & Schultz, J. (2008). Consideration of future consequences, ego-depletion, and self-control: Support for distinguishing between CFC-immediate and CFC-future sub-scales. *Personality and Individual Differences, 48*, 15–21.
- Joireman, J. A., Lasane, T. P., Bennett, J., Richards, D., & Solaimani, S. (2001). Integrating social value orientation and the consideration of future consequences within the extended norm activation model of proenvironmental behavior. *British Journal of Social Psychology, 40*, 133–155.
- Kahneman, D., & Tversky, A. (1979). Prospect theory: An analysis of decision under risk. *Econometrica, 47*, 263–291.
- Kelley, H. H., & Thibaut, J. W. (1978). *Interpersonal relations: A theory of interdependence*. New York: Wiley.



- Kelley, H. H., Holmes, J. G., Kerr, N. L., Reis, H. T., Rusbult, C. E., & Van Lange, P. A. M. (2003). *An atlas of interpersonal situations*. Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Kelley, H. H. S., A. J. (1970). Social interaction basis of cooperators' and competitors' beliefs about others. *Journal of Personality and Social Psychology*, 16(1), 66-91.
- Kollock, P. (1998). Social dilemmas: The anatomy of cooperation. *Annual Review of Sociology*, 24, 183-214.
- Komorita, S. L., C. (1982). Alternative choices in social dilemma. *Journal of Conflict Resolution*, 24, 692-708.
- Komorita, S. S., Parks, C. D., & Hulbert, L. G. (1992). Reciprocity and the induction of cooperation in social dilemmas. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, 607-617.
- Kortenkamp, K. V., & Moore, C. F. (2006). Time, uncertainty, and individual differences in decisions to cooperate in resource dilemmas. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32, 603-615.
- Kramer, R. M., McClintock, C. G., & Messick, D. M. (1986). Social values and cooperative response to a simulated resource conservation crisis. *Journal of Personality*, 54, 576-592.
- Kurzban, R., & Houser, D. (2001). Individual differences in cooperation in a circular public goods game. *European Journal of Personality*, 15, 37-52.
- Liebrand, W., Jansen, R. W., Rijken, V. M., & Suhre, C. J. (1986). Might over morality: Social values and the perception of other players in experimental games. *Journal of Experimental Social Psychology*, 22, 203-215.

- Liebrand, W., Messick, D. & Wilke, H. (1992). Current theoretical issues. In D. M. H. W. W. Liebrand (Ed.), *Social Dilemmas: Theoretical issues and research findings* (pp. 29-39). Oxford: Pergamon.
- March, J. (1994). *A primer on decision-making: How decisions happen*. New York: Free Press.
- Marwell, G., & Ames, R. E. (1979). Experiments on the provision of public goods: I. Resources, interest, group size, and the free-rider problem. *American Journal of Sociology*, *84*, 1335-1360.
- McClintock, C. G. (1972). Social motivation: A set of proportions. *Behavioral Science*, *17*(5), 438-455.
- McDaniel, W. C., & Sistrunk, F. (1991). Management dilemmas and decisions: Impact of framing and anticipated responses. *Journal of Conflict Resolution*, *35*, 21–42.
- McKenzie-Mohr, D. (2000). Promoting sustainable behavior: An introduction to community based social marketing. *Journal of Social Issues*, *56*, 543-554.
- Meleady, R., Hopthrow, T., & Crisp, R. J. (2013). Simulating Social dilemmas: Promoting cooperative behavior through imagined group discussion. *Journal of Personality and Social Psychology*, *104*, 839-853.
- Messick, D. M., & Brewer, M. B. (1983). Solving social dilemmas. In L. W. P. Shaver (Ed.), *Review of personality and social psychology: Vol 4* (pp. 11–44). Beverly Hills, CA: Sage.
- Metcalf, J., & Mischel, W. (1999). A hot/cool system analysis of delay of gratification: Dynamics of willpower. *Psychological Review*, *106*, 3-19.
- Mischel, W., Ebbesen, E. B., & Zeiss, A. R. (1972). Cognitive and attentional mechanisms in delay of gratification. *Journal of Personality and Social Psychology*, *21*, 204-218.

- Muraven, M., & Baumeister, R. F. (2000). Self-regulation and depletion of limited resources: Does self-control resemble a muscle? . *Psychological Bulletin*, *126*, 247-259.
- Muraven, M., & Baumeister, R. F., & Tice, D. M. (1999). Longitudinal improvement of self-regulation through practice: Building self-control through repeated exercise. *Journal of Personality and Social Psychology*, *139*, 446-457.
- Myrseth, K. O. R., & Fishbach, A. (2009). Self-control: A function of knowing when and how to exercise restraint. *Current Directions in Psychological Science*, *18*, 247-252.
- Ostrom, E. (1998). A behavioral approach to the rational choice theory of collective action: Presidential address, American political science association. *American Political Science Review*, *92*, 1-22.
- Poundstone, W. (1992). *Prisoner's Dilemma*. New York: Doubleday.
- Read, D., Loewenstein, G., & Rabin, M. (1999). Choice bracketing. *Journal of Risk and Uncertainty*, *19*, 171-197.
- Rodriguez, M. L., Mischel, W., & Shoda, Y. (1989). Cognitive person variables in the delay of gratification of older children at-risk. *Journal of Personality and Social Psychology*, *57*, 358-367.
- Rothbart, M. K., Ellis, L. K., Rueda, M. R., & Posner, M. I. (2003). Developing mechanisms of temperamental effortful control. *Journal of Personality*, *71*, 1113-1143.
- Schelling, T. C. (1984). Self-command in practice, in policy, and in the theory of rational choice. *American Economic Review*, *74*, 1-11.
- Schmeichel, B. J., & Vohs, K. (2009). Self-affirmation and self-control: Affirming core values counteracts ego depletion. *Journal of Personality and Social Psychology*, *96*, 770-782.

- Schwartz-Shea, P., & Orbell, J. (1992). Simple dilemmas, complex dilemmas and experimental research. *Small Group Research, 23*, 4-25.
- Sell, J., & Wilson, R. (1991). Levels of information and contributions to public goods. *Social Forces, 70*, 107-124.
- Sen, S., Gurhan-Canli, Z., & Morwitz, V. G. (2001). Withholding consumption: A social dilemma perspective on consumer boycotts. *Journal of Consumer Research, 28*, 399-417.
- Sheldon, O. J. F., A. (2011). Resisting the temptation to compete: Self-control promotes cooperation in mixed-motive interactions. *Journal of Experimental Social Psychology, 47*, 403-410.
- Tangney, J., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality, 72*, 271-324.
- Tenbrunsel, A. E., & Messick, D. M. (1999). Sanctioning systems, cooperation and decision construals. *Administrative Science Quarterly, 44*, 684-707.
- Tice, D. M., Baumeister, R. F., Shmueli, D., & Muraven, M. (2007). Restoring the self: Positive affect helps improve self-regulation following ego depletion. *Journal of Experimental Social Psychology, 43*, 379-384.
- Trope, Y., & Fishbach, A. (2000). Counteractive self-control in overcoming temptation. *Journal of Personality and Social Psychology, 79*, 493-506.
- Trope, Y., & Liberman, N. (2003). Temporal construal. *Psychological Review, 110*, 430-421.
- Vallacher, R. R., & Wegner, D. M. (1989). Levels of Personal Agency: Individual Variation in Action Identification. *Journal of Personality and Social Psychology, 57*, 660-671.

- van Dijk, E., & Wilke, H. (1995). Coordination rules in asymmetric social dilemmas: A comparison between public goods dilemmas and resource dilemmas. *Journal of Experimental Psychology, 31*, 1-27.
- van Dijk, E., & Wilke, H. (1997). Is it mine or is it ours? Framing property rights and decision making in social dilemmas. *Organizational Behavior and Human Decision Processes, 71*, 195–209.
- van Dijk, E., & Wilke, H. (2000). Decision-induced focusing in social dilemmas: Give-some, keep-some, take-some, and leave-some dilemmas. *Journal of Personality and Social Psychology, 78*, 92–104.
- Van Lange, P. A. M. (1999). The pursuit of joint outcomes and equality in outcomes: An integrative model of social value orientation. *Journal of Personality and Social Psychology, 77*, 337–349.
- Van Lange, P. A. M. (2008). Does empathy trigger only altruistic motivation – How about selflessness and justice? *Emotion, 8*, 766–774.
- Van Lange, P. A. M., & Joireman, J. A. (2008). How we can promote behavior that serves all of us in the future. *Social Issues and Policy Review, 2*, 127–157.
- Van Lange, P. A. M., & Rusbult, C. E. (2012). Interdependence theory. In A. W. K. P. A. M. Van Lange, & E. T. Higgins (Ed.), *Handbook of theories of social psychology* (pp. 251–272). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Van Lange, P. A. M., Bekkers, R., Chirumbolo, A., & Leone, L. (2012). Are conservatives less likely to be prosocial than liberals? From games to ideology, political preferences and voting. *European Journal of Personality, 26*, 461–473.
- Van Lange, P. A. M., De Cremer, D., Van Dijk, E., & Van Vugt, M. (2007). Self-interest and beyond: Basic principles of social interaction. In A. W. K. E. T. Higgins (Ed.), *Social psychology: Handbook of basic principles* (pp. 540–561). New York: Guilford.

- Van Lange, P. A. M., Joireman, J., Parks, C. D., & Van Dijk, E. (2013). The psychology of social dilemmas: A review. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, *120*, 125-141.
- Van Lange, P. A. M., Klapwijk, A., & Van Munster, L. (2011). How the shadow of the future might promote cooperation. *Group Processes and Intergroup Relations*, *14*, 857-870.
- Van Lange, P. A. M., Liebrand, W., Messick, D. & Wilke, H. (1992). Social dilemmas: The state of the art – introduction and literature review. In D. M. H. W. W. Liebrand (Ed.), *Social Dilemmas: Theoretical issues and research findings* (pp. 3-27). Oxford: Pergamon.
- Van Lange, P. A. M., Ouwerkerk, J. W., & Tazelaar, M. J. A. (2002). How to overcome the detrimental effects of noise in social interaction: The benefits of generosity. *Journal of Personality and Social Psychology*, *82*, 768-780.
- Van Vugt, M. (1997). Concerns about privatization of public goods: A social dilemma analysis. *Social Psychology Quarterly*, *60*, 355-367.
- Van Vugt, M., & De Cremer, D. (1999). Leadership in social dilemmas: The effects of group identification on collective actions to provide public goods. *Journal of Personality and Social Psychology*, *76*, 587-599.
- Van Vugt, M., & Samuelson, C. D. (1999). The impact of personal metering in the management of a natural resource crisis: A social dilemma analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *25*, 735-750.
- Van Vugt, M., Meertens, R. M., & Van Lange, P. A. M. (1995). Car versus public transportation? The role of social value orientations in a real-life social dilemma. *Journal of Applied Social Psychology*, *25*, 258-278.

- Vohs, K. D., & Baumeister, R. F. . (2004). Understanding self-regulation. In R. F. B. K. D. Vohs (Ed.), *Handbook of self-regulation: Research, theory, and applications* (pp. 1-9). New York: Guilford.
- Vohs, K. D., & Heatherton, T. F. (2000). Self-regulatory failure: A resource-depletion approach. *Psychological Science, 11*, 249-254.
- Weber, J. M., & Murnighan, J. K. (2008). Suckers or saviors? Consistent contributors in social dilemmas. *Journal of Personality and Social Psychology, 95*, 1340–1353.
- Weber, J. M., Kopelman, S., & Messick, D. M. (2004). A conceptual review of decision making in social dilemmas: Applying a logic of appropriateness. *Personality and Social Psychology Review, 8*, 281–307.
- Wedekind, C., & Milinski, M. (2000). Cooperation through image scoring in humans. *Science, 288*, 850–852.
- Yamagishi, T. (1986). The provision of a sanctioning system as a public good. *Journal of Personality and Social Psychology, 51*, 110–116.
- Yamagishi, T. (1988). The provision of a sanctioning system in the United States and Japan. *Social Psychology Quarterly, 51*, 265–271.
- Zhang, Y., & Fishbach, A. (2010). Counteracting obstacles with optimistic predictions. *Journal of Experimental Psychology: General, 139*, 16-31.



ภาคผนวก

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY





ภาคผนวก ก

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY

### ตัวอย่างแบบสอบถามการควบคุมตนเอง

#### ข้อมูลส่วนตัว

โปรดกรอกข้อความลงในช่องว่างและใส่เครื่องหมาย x ลงใน  หน้าข้อความ

1. รหัสประจำตัวนิสิต.....
2. อายุปี.....
3. เพศ  ชาย  หญิง
4. กำลังศึกษาอยู่ชั้นปีที่  1  2  3  4
5. คณะ.....สาขาวิชา.....

คำชี้แจง โปรดพิจารณาข้อความแต่ละข้อ ทั้งหมด 13 ข้อ ต่อไปนี้ แล้วทำเครื่องหมาย  ลงในช่องตัวเลขที่ตรงกับความรู้สึกและพฤติกรรมของคุณมากที่สุด เพียงช่องเดียวเท่านั้น

ข้อ	ข้อความ	ไม่ตรงกับตัวฉันอย่างยิ่ง	ค่อนข้างไม่ตรงกับตัวฉัน	ตรงและตรงกับตัวฉันพอๆกัน	ค่อนข้างตรงกับตัวฉัน	ตรงกับตัวฉันอย่างยิ่ง
		1	2	3	4	5
1.	ฉันสามารถเอาชนะสิ่งยั่วใจได้	1	2	3	4	5
2.	มันลำบากมากสำหรับฉันที่จะเลิกนิสัยแย่ๆ	1	2	3	4	5
3.	ฉันเป็นคนขี้เกียจ	1	2	3	4	5
4.	ฉันพุดในสิ่งที่ไม่ควรพุด	1	2	3	4	5
5.	ฉันทำสิ่งที่เป็นผลเสียกับฉันหากเป็นเรื่องสนุก	1	2	3	4	5

\*หมายเหตุ มาตรฐานวัดการควบคุมตนเองที่ใช้จริงมี 13 ข้อ

### ตัวอย่างแบบสอบถามเหนี่ยวนำให้เกิดการตีความในระดับสูง

คำชี้แจง โปรดอ่านและพิจารณาข้อความต่อไปนี้ แล้วตอบคำถามในช่องว่างด้านล่างให้ตรงกับความคิดของคุณมากที่สุด โดยเริ่มตอบจากช่องว่างด้านล่างไล่ขึ้นด้านบนตามลำดับ ทั้งหมด 4 คำตอบ

ทุกๆ สิ่งที่เราเลือกกระทำมักจะมีเหตุผลรองรับเสมอว่า **ทำไม** เราถึงทำเช่นนั้น นอกจากนี้เรายังจะสามารถหาสาเหตุที่เรากระทำพฤติกรรมนั้นๆ จากเป้าหมายกว้างๆ ในชีวิตได้ ยกตัวอย่างเช่น คุณกำลังเข้าร่วมการวิจัยทางจิตวิทยา คุณอาจถามตนเองว่าทำไมคุณถึงเลือกทำสิ่งนี้ บางทีเหตุผลคือเพื่อให้สอบผ่านวิชาจิตวิทยาทั่วไป แล้วทำไมคุณจะต้องสอบผ่าน บางทีอาจเป็นเพราะคุณต้องการจะเรียนจบในระดับอุดมศึกษา แล้วทำไมคุณจะต้องเรียนจบ บางทีอาจเป็นเพราะคุณต้องการจะมีอาชีพการงานที่ดีหรือคุณต้องการจะมีความรู้มากขึ้น และสาเหตุที่คุณต้องการทั้งสองสิ่งนี้อาจเป็นเพราะคุณรู้สึกว่าเป็นสิ่งที่จะทำให้ชีวิตคุณมีความสุข

งานวิจัยเสนอว่าการฝึกฝนความคิดเหมือนที่กล่าวมาข้างต้น นั่นคือ การคิดว่าการกระทำของเรามีความสัมพันธ์กับเป้าหมายสูงสุดในชีวิตอย่างไร สามารถช่วยให้บุคคลมีความพึงพอใจในชีวิตมากขึ้น ซึ่งเป็นสิ่งที่เรากำลังทดสอบอยู่ การฝึกฝนความคิดในงานวิจัยครั้งนี้ มุ่งเน้นให้คุณถามตัวเองว่า **ทำไม** คุณถึงได้ทำสิ่งต่างๆ โดยขอให้คุณพิจารณาถึงกิจกรรมต่อไปนี้ **“ทำไมคุณต้องดูแลรักษาสุขภาพของตนเอง”**

#### ตัวอย่างการตอบ

เพื่อให้ชีวิตมีความสุข	
ทำไม ↑	
เพื่อจะได้มีอาชีพการงานที่ดี	
ทำไม ↑	
เพื่อเรียนจบในระดับอุดมศึกษา	
ทำไม ↑	
สอบผ่านวิชาจิตวิทยาทั่วไป	
ไม่ทำ ↑	
ทำไมคุณต้องเข้าร่วมการวิจัยทางจิตวิทยา	ทำไมคุณต้องดูแลรักษาสุขภาพของตนเอง

### ตัวอย่างแบบสอบถามเหนี่ยวนำให้เกิดการตีความในระดับสูง

คำชี้แจง โปรดอ่านและพิจารณาข้อความต่อไปนี้ แล้วตอบคำถามในช่องว่างด้านล่างให้ตรงกับความคิดของคุณมากที่สุด โดยเริ่มตอบจากช่องว่างด้านบนไล่ลงด้านล่างตามลำดับ ทั้งหมด 4 คำตอบ

ทุกๆ สิ่งที่เราเลือกกระทำมักจะมีกระบวนการเป็นขั้นตอนที่เราทำสิ่งเหล่านั้น **อย่างไร** นอกจากนี้เรายังจะสามารถย้อนจากเป้าหมายกว้างๆ ในชีวิตของเรากลับไปสู่พฤติกรรมเฉพาะเจาะจงที่เราเคยกระทำยกตัวอย่างเช่น ถ้าคุณคาดหวังให้ชีวิตมีความสุข คุณอาจถามตนเองว่า แล้วฉันจะทำได้อย่างไร บางทีอาจทำได้โดยการมีอาชีพการงานที่ดี หรือการมีความรู้มากๆ แล้วคุณจะทำทั้งสองสิ่งนี้ได้ได้อย่างไร บางทีอาจทำได้โดยการเรียนจบในระดับอุดมศึกษา แล้วคุณจะเรียนจบระดับอุดมศึกษาได้อย่างไร บางทีอาจทำได้โดยการเรียนให้ผ่านตามจุดประสงค์ของวิชาเรียน แล้วคุณจะผ่านได้อย่างไร ในกรณีนี้อาจจะผ่านได้โดยการเข้าร่วมการวิจัยทางจิตวิทยา ซึ่งเป็นสิ่งที่คุณกำลังทำอยู่

งานวิจัยเสนอว่าการฝึกฝนความคิดเหมือนที่กล่าวมาข้างต้น นั่นคือ การคิดว่าพฤติกรรมที่เฉพาะเจาะจงของตนจะช่วยให้บรรลุเป้าหมายสูงสุดในชีวิตได้อย่างไร ช่วยให้บุคคลมีความพึงพอใจในชีวิตมากขึ้น ซึ่งเป็นสิ่งที่เรากำลังทดสอบอยู่ การฝึกฝนความคิดในงานวิจัยครั้งนี้ มุ่งเน้นให้คุณถามตัวเองว่า คุณทำสิ่งต่างๆ **อย่างไร** โดยขอให้คุณพิจารณาถึงกิจกรรมต่อไปนี้ **“คุณดูแลรักษาสุขภาพของตนเองอย่างไร”**

#### ตัวอย่างการตอบ

<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <b>คุณจะมีมีความสุขได้อย่างไร</b> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <b>คุณต้องดูแลรักษาสุขภาพของตนเอง</b> </div>
อย่างไร ↓	อย่างไร ↓
มีอาชีพการงานที่ดี	ว่าง
อย่างไร ↓	ว่าง ↓
มีความรู้มากๆ	ว่าง
อย่างไร ↓	ว่าง ↓
เรียนจบระดับอุดมศึกษา	ว่าง
อย่างไร ↓	ว่าง ↓
เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ในการเรียน	ว่าง

## ตัวอย่างแบบสอบถามเพื่อตรวจสอบการจัดกระทำการวางแผนการเงินไขการตีความ

คำชี้แจง พฤติกรรมต่างๆ สามารถนำมาอธิบายได้ในหลายลักษณะที่แตกต่างกัน งานวิจัยครั้งนี้ ต้องการรับรู้ความคิดเห็นของคุณว่า ข้อความใดเหมาะที่จะนำมาอธิบายพฤติกรรมต่างๆ ทั้งหมด 10 พฤติกรรม ขอให้คุณวงกลมล้อมรอบตัวเลือกที่คุณเห็นว่าเหมาะสมที่สุดเพียงตัวเลือกเดียว ทั้งนี้ขอให้คุณตระหนักว่าไม่มีคำตอบใดที่ถูกหรือผิด

### 1. อ่านหนังสือ

ก ทบทวนสิ่งที่บันทึกไว้

ข แสดงความมีวินัยในตนเอง

### 2. เปิดบัญชีธนาคาร

ก เก็บเงินไว้สำหรับอนาคต

ข ฝากเงิน ถอนเงิน

### 3. ซื้อสินค้าราคาแพง

ก ใช้บัตรเครดิต

ข ทำสิ่งที่สนองความพึงพอใจ

### 4. ไปงานรวมญาติ

ก ปฏิบัติตามประเพณี

ข รับประทานอาหารนอกบ้าน

### 5. รีไซเคิล

ก แยกกระดาษ แก้วและกระป๋อง

ข คำนึงถึงสิ่งแวดล้อม

### 6. ทำความรู้จักเพื่อนใหม่

ก ขยายเครือข่ายทางสังคม

ข ทักทายและพูดคุย

### 7. ติเบต

ก ได้ลูกขนไก่ไปมากับเพื่อน

ข ทำให้ร่างกายแข็งแรง

### 8. กิน

ก เคี้ยวให้ละเอียดแล้วกลืน

ข ได้รับสารอาหารต่างๆ

### 9. ปลุกต้นไม้

ก สร้างความร่มรื่น

ข ขุดดิน ใส่ปุ๋ย รดน้ำ พรวนดิน

### 10. ทักทายผู้อื่น

ก กล่าวคำว่า สวัสดี

ข แสดงความเป็นมิตร

### ตัวอย่างแบบประเมินเจตนาเพื่อส่วนรวมในสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม

คำชี้แจง โปรดอ่านสถานการณ์ทั้งหมด 4 สถานการณ์ต่อไปนี้ และจินตนาการว่าคุณได้เข้าไปมีส่วนร่วมในสถานการณ์นั้นจริงๆ จากนั้นตอบคำถามด้านล่างให้ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด

#### สถานการณ์ที่ 1

ขณะที่คุณกำลังเดินเลือกซื้อหนังสือเรียนเพื่อทำงานกลุ่มที่ห้างสรรพสินค้าแห่งหนึ่ง คุณสังเกตเห็นป้ายลดราคาสินค้าที่คุณอยากได้มานาน แต่คุณเตรียมเงินมาพอซื้อของอย่างใดอย่างหนึ่งเท่านั้น คุณต้องตัดสินใจเลือกระหว่างหนังสือเรียนและสินค้าที่อยากได้ คุณยังสนใจที่จะซื้อหนังสือเรียนสำหรับทำงานกลุ่มหรือไม่

#### 1. คุณสนใจที่จะซื้อหนังสือเรียนสำหรับทำงานกลุ่มหรือไม่

ไม่สนใจเลย	ไม่สนใจ	ค่อนข้างไม่สนใจ	สนใจและไม่สนใจพอๆกัน	ค่อนข้างสนใจ	สนใจ	สนใจอย่างมาก
1	2	3	4	5	6	7

#### 2. คุณรู้สึกขัดแย้งในการตัดสินใจหรือไม่

ไม่ขัดแย้งเลย	ไม่ขัดแย้ง	ค่อนข้างไม่ขัดแย้ง	ขัดแย้งและไม่ขัดแย้งพอๆกัน	ค่อนข้างขัดแย้ง	ขัดแย้ง	ขัดแย้งอย่างมาก
1	2	3	4	5	6	7

#### 3. คุณให้ความสำคัญกับการทำงานกลุ่มหรือไม่

ไม่สำคัญเลย	ไม่สำคัญ	ค่อนข้างไม่สำคัญ	สำคัญและไม่สำคัญพอๆกัน	ค่อนข้างสำคัญ	สำคัญ	สำคัญอย่างมาก
1	2	3	4	5	6	7

ข้อคิดเห็นเพิ่มเติม \_\_\_\_\_



ภาคผนวก ข

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY

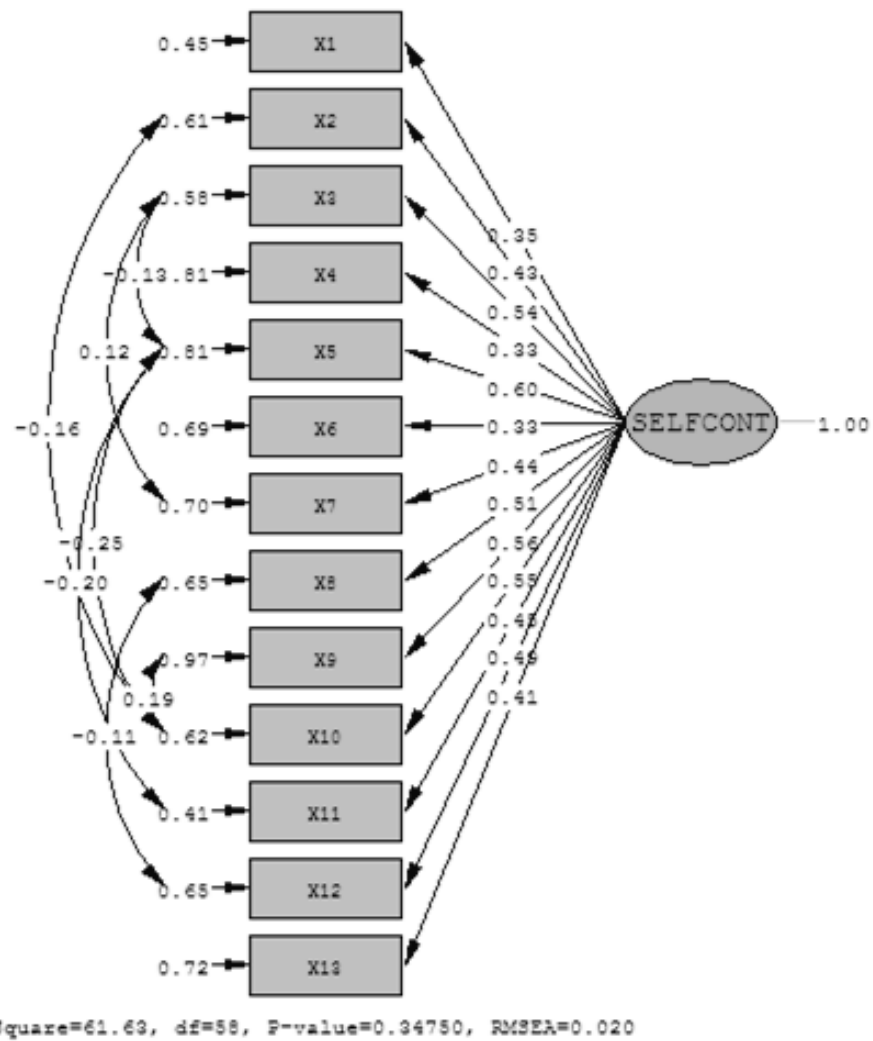
## ตารางที่ ข1

ผลการวิเคราะห์ข้อกระทงและค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อคะแนนรวมของข้ออื่นๆ ของมาตรวัดการควบคุมตนเอง ( $n = 102$ )

ข้อ ที่	ทิศทาง	การวิเคราะห์ข้อกระทง วิธีกลุ่มสูงกลุ่มต่ำ-				$t$	ค่า CITC ( $N = 102$ ) จำนวน 13 ข้อ	ข้อที่ผ่านการ วิเคราะห์ ทั้งหมด
		กลุ่มสูง ( $n = 33$ )		กลุ่มต่ำ ( $n = 28$ )				
		M	SD	M	SD			
1	+	3.55	0.71	2.64	0.78	4.73***	.38	ผ่าน
2	-	3.61	0.66	2.68	0.95	4.37***	.29	ผ่าน
3	-	3.61	0.75	2.11	0.69	8.17***	.52	ผ่าน
4	-	3.97	0.64	2.89	1.03	4.80***	.29	ผ่าน
5	-	4.27	0.84	2.79	1.10	5.85***	.44	ผ่าน
6	+	3.85	0.87	3.18	0.86	3.01**	.20	ผ่าน
7	-	2.85	0.94	1.46	0.69	6.60***	.46	ผ่าน
8	+	3.58	0.66	2.39	1.06	5.09***	.43	ผ่าน
9	-	3.85	1.00	1.89	0.63	9.25***	.53	ผ่าน
10	-	3.76	0.71	2.14	0.71	8.89***	.54	ผ่าน
11	+	4.15	0.44	3.11	0.79	6.24***	.49	ผ่าน
12	-	3.52	0.76	2.50	0.79	5.11***	.42	ผ่าน
13	-	3.94	0.89	3.04	1.10	3.46***	.32	ผ่าน
$\alpha = .78$								

หมายเหตุ ค่า  $t$  ที่ขีดเส้นใต้เป็นการวิเคราะห์โดยแยกความแปรปรวน  
CITC ครั้งที่ 1 คือ ค่าสหสัมพันธ์ของข้อกระทงนั้นๆ กับข้อกระทงที่เหลือทั้งหมด  
ค่า  $r$  วิฤต ( $100, .05, \text{หนึ่งทาง}$ ) = .165  
\* $p < .05$ ,  $\text{หนึ่งทาง}$ . \*\*  $p < .01$ ,  $\text{หนึ่งทาง}$ . \*\*\* $p < .001$ ,  $\text{หนึ่งทาง}$ .





ภาพที่ ข1 โมเดลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันของมาตรวัดการควบคุมตนเอง  
(N = 160)



ภาคผนวก ค

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY

## ตัวอย่างสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมที่นำมาคัดเลือกทั้ง 10 สถานการณ์

### สถานการณ์ที่ 1

คุณไปออกกำลังกายที่สวนสาธารณะแห่งหนึ่งในตอนเย็น หลังจากที่คุณออกกำลังกายเสร็จแล้ว คุณได้ซื้อน้ำหวาน 1 แก้ว แต่แก้วน้ำล้นมากจนคุณถือไม่ถนัด ปรากฏว่าคุณทำแก้วน้ำหวานตกพื้นและมือและเสื้อผ้าของคุณ คุณอยากทิ้งแก้วน้ำหวานแต่ไม่เห็นถึงขยะบริเวณนั้น คุณสนใจที่จะถือแก้วน้ำไปเรื่อยๆ จนกว่าจะเจอถังขยะหรือไม่

### สถานการณ์ที่ 2

คุณไปออกกำลังกายที่สวนสาธารณะแห่งหนึ่งเป็นประจำ แต่เมื่อระยะเวลาผ่านไป สวนสาธารณะแห่งนี้เสื่อมโทรมลงมาก ผู้ที่มาใช้สวนสาธารณะหลายๆ คน จึงตกลงกันว่า จะทำความสะอาดและปลูกต้นไม้เพื่อบำรุงรักษาสวนสาธารณะให้ดีขึ้น แต่มีข้อแม้ว่าทุกคนต้องเตรียมอุปกรณ์ต่างๆ มาเอง คุณสนใจที่จะเข้าร่วมกิจกรรมบำรุงรักษาสวนสาธารณะนี้หรือไม่

### สถานการณ์ที่ 3

ขณะที่คุณกำลังเดินเลือกซื้อหนังสือเรียนเพื่อทำงานกลุ่มที่ห้างสรรพสินค้าแห่งหนึ่ง คุณสังเกตเห็นป้ายลดราคาสินค้าที่คุณอยากได้มานาน แต่คุณเตรียมเงินมาพอซื้อของอย่างใดอย่างหนึ่งเท่านั้น คุณต้องตัดสินใจเลือกระหว่างหนังสือเรียนและสินค้าที่อยากได้ คุณยังสนใจที่จะซื้อหนังสือเรียนสำหรับทำงานกลุ่มหรือไม่

---

\*หมายเหตุ คำอธิบายสถานการณ์ที่ 3 การทำงานกลุ่มเป็นสถานการณ์ที่ทุกคนจะได้รับทั้งผลดีและผลเสียร่วมกัน จากพฤติกรรมของสมาชิกภายในกลุ่ม ซึ่งถ้าบุคคลเลือกซื้อ “หนังสือเรียน” กลุ่มและตัวบุคคลนั้นก็จะได้ประโยชน์โดยจะได้รับความรู้และมีข้อมูลในการทำงานกลุ่มมากขึ้นซึ่งถือเป็นเป้าหมายระยะยาว แต่บุคคลต้องเสียสละไม่ซื้อสินค้าที่ตนเองอยากได้ แต่ถ้าบุคคลเลือกซื้อ “สินค้าที่อยากได้” แม้ว่าบุคคลนั้นจะได้สินค้าตามต้องการซึ่งถือเป็นเป้าหมายระยะสั้น แต่สมาชิกในกลุ่มก็จะมีหนังสือและขาดข้อมูลในการทำงาน และสุดท้ายแล้วสมาชิกในกลุ่มรวมไปถึงตัวบุคคลนั้นเองก็จะได้ผลเสียอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้

#### สถานการณ์ที่ 4

ขณะที่คุณกำลังเดินลงมาจากรถจักรยานหลังจากเรียนคาบสุดท้ายเสร็จ คุณสังเกตเห็นหนังสือหล่นอยู่บนพื้น คุณหยิบขึ้นดู ปรากฏว่าเป็นหนังสือเรียนของเพื่อนคนหนึ่งที่จะต้องนำมาสอบในชั้นเรียนวันพรุ่งนี้ คุณโทรติดต่อเพื่อนไม่ได้ อีกทั้งบ้านเพื่อนอยู่ค่อนข้างไกลทำให้เดินทางไม่สะดวก คุณสนใจที่จะนำหนังสือเล่มนั้นไปคืนให้เพื่อนหรือไม่

#### สถานการณ์ที่ 5

ในช่วงเปิดภาคเรียน ขณะที่คุณกำลังศึกษาอยู่มีโครงการเลือกตั้งนิสิตเพื่อเป็นประธานในการจัดกิจกรรมต่างๆ ถ้าทุกคนมาร่วมลงคะแนนก็จะได้ประธานนิสิตที่มีความเป็นเอกฉันท์มากที่สุด วันที่ลงคะแนนเสียงตรงกับวันที่คุณมีวิชาเรียนแค่ตอนเช้า แต่การเลือกตั้งจะเริ่มขึ้นตอนสี่โมงเย็นเป็นต้นไป คุณสนใจจะอยู่ที่คณะเพื่อรอลงคะแนนเสียงหรือไม่

#### สถานการณ์ที่ 6

ในช่วงเปิดภาคเรียน คุณต้องลงทะเบียนเรียนวิชาเลือก โดยมี 2 วิชา ที่คุณสามารถเลือกได้ วิชาแรกเป็นวิชาที่บอกต่อกันมาว่าเป็นวิชาที่ได้เกรดง่าย แต่ไม่รับรองว่าจะได้ความรู้มากหรือน้อย ส่วนวิชาที่สองเป็นวิชาที่บอกต่อกันมาว่าเป็นวิชาที่ได้เกรดยาก แต่จะได้ความรู้ขั้นลึกกว่าวิชาทั่วไป คุณสนใจจะเลือกลงทะเบียนเรียนวิชาที่สองที่ได้เกรดยากหรือไม่

---

\*หมายเหตุ คำอธิบายสถานการณ์ที่ 6 การเรียนการสอนในมหาวิทยาลัยต่างๆ เป็นการเรียนรู้ร่วมกันระหว่างอาจารย์และนิสิต กล่าวคือ ถ้านิสิตเลือกเรียน “วิชาที่ได้เกรดยาก แต่ได้ความรู้ชั้นสูง” แสดงว่านิสิตให้ความสำคัญกับองค์ความรู้ซึ่งเป็นเป้าหมายระยะยาว ส่งผลให้อาจารย์ก็ต้องพัฒนาตนเองและพัฒนาการสอนเพื่อให้นิสิตได้รับความรู้ที่ต้องการ ทุกฝ่ายก็จะได้ประโยชน์ ไม่เพียงอาจารย์และนิสิตเท่านั้น แต่ยังรวมถึงคณะ มหาวิทยาลัย และองค์กรต่างๆ ที่ได้พนักงานที่มีความสามารถในอนาคต ในทางกลับกันถ้านิสิตเลือกเรียน “วิชาที่ได้เกรดง่ายแต่ไม่รับรองเรื่องความรู้ที่ได้” แม้จะได้เกรดที่ดีซึ่งเป็นเป้าหมายระยะสั้น แต่องค์ความรู้มีความสำคัญในการทำงานจริงๆ มากกว่า ถ้าวิชาเรียนที่นิสิตเลือกเรียนไม่ให้องค์ความรู้ นิสิตก็ไม่สามารถทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพในอนาคต รวมไปถึงคุณภาพของคณะและมหาวิทยาลัยก็จะลดลงซึ่งจะส่งผลเสียแก่ส่วนรวมอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้

### สถานการณ์ที่ 7

คุณกำลังออกกำลังกายด้วยเครื่องออกกำลังกายที่ทางมหาวิทยาลัยจัดสร้างไว้ตามพื้นที่ส่วนรวมต่างๆ คุณสังเกตเห็นเครื่องออกกำลังกายเครื่องหนึ่งชำรุด คุณลองสอบถามเจ้าหน้าที่ทำให้ทราบว่าเครื่องนี้เรื่องซ่อมอุปกรณ์ต้องเตรียมเอกสารยุ่งยากหลายขั้นตอน อีกทั้งคุณต้องเป็นตัวแทนคอยติดตามเรื่องกับทางเจ้าหน้าที่ คุณสนใจที่จะยื่นเรื่องซ่อมบำรุงหรือไม่

### สถานการณ์ที่ 8

ประธานเขตชุมชนที่คุณอาศัยอยู่มีโครงการที่จะจัดงานแสดงดอกไม้ไฟและงานดนตรีในช่วงปีใหม่ แต่งานดังกล่าวนี้มีรายละเอียดสิ่งของที่จะต้องใช้ในการงานมากมาย ทั้งของประดับ เวทีและอุปกรณ์การแสดงต่างๆ ประธานจึงต้องขอความร่วมมือจากสมาชิกในชุมชนให้มาช่วยกันเตรียมงานตามวันเวลาที่สะดวก คุณสนใจที่จะมาช่วยเตรียมงานหรือไม่

### สถานการณ์ที่ 9

ภาคการศึกษานี้มีนักศึกษาแลกเปลี่ยนจากประเทศอังกฤษมาร่วมเรียนในคลาสเดียวกับคุณ นักเรียนคนนี้พูดภาษาไทยไม่ได้ซึ่งอาจจะเป็นปัญหาในการทำงานกลุ่มตลอดทั้งภาคการเรียนอาจารย์จึงรับสมัครนักศึกษาเพื่อช่วยสอนภาษาไทยให้นักศึกษาแลกเปลี่ยนคนนี้นอกเวลาเรียน คุณสนใจที่จะสมัครเพื่อช่วยสอนภาษาไทยให้กับนักศึกษาแลกเปลี่ยนคนนี้หรือไม่

### สถานการณ์ที่ 10

ช่วงกลางเดือนเมษายนเป็นช่วงที่อากาศร้อนมากจึงมีอัตราการใช้ไฟฟ้าในมหาวิทยาลัยมากที่สุดในรอบปี ทางมหาวิทยาลัยจึงมีโครงการปิดเครื่องปรับอากาศวันละ 2 ชั่วโมง เพื่อประหยัดพลังงาน แต่ช่วงเวลาดังกล่าวเป็นช่วงเวลาที่คุณต้องนั่งทำรายงานในห้องเรียน คุณสนใจที่จะร่วมปิดเครื่องปรับอากาศในเวลาดังกล่าวหรือไม่

ตารางที่ ค1

ผลการคัดเลือกสถานการณ์ภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคมที่นำไปใช้ในการทดลอง ( $n = 102$ )

สถานการณ์	ด้านความขัดแย้งในการตัดสินใจ		ด้านความสำคัญของสถานการณ์		สถานการณ์ที่นำไปใช้จริง
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	
สถานการณ์ที่ 1	2.50	1.28	5.91	0.74	-
สถานการณ์ที่ 2	2.74	1.16	5.51	0.93	-
สถานการณ์ที่ 3	<b>3.90</b>	1.56	<b>5.92</b>	0.81	<b>√</b>
สถานการณ์ที่ 4	3.08	1.40	5.49	0.93	-
สถานการณ์ที่ 5	2.72	1.26	5.00	1.34	-
สถานการณ์ที่ 6	<b>3.67</b>	1.62	<b>5.82</b>	0.89	<b>√</b>
สถานการณ์ที่ 7	2.91	1.33	4.46	1.23	-
สถานการณ์ที่ 8	2.62	1.13	4.72	1.30	-
สถานการณ์ที่ 9	2.52	1.28	5.36	1.03	-
สถานการณ์ที่ 10	2.77	1.41	5.29	1.10	-

### ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นางสาวจิรายุ เลิศเจริญวนิช เกิดเมื่อวันที่ 2 สิงหาคม พ.ศ. 2531 ปัจจุบันอาศัยอยู่ที่ 3/2 ซี่หูกอนโดมิเนียม ถนนลาดพร้าว 7 แขวงจอมพล เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร 10900 สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมศึกษาจากโรงเรียนบุรีรัมย์พิทยาคม จังหวัดบุรีรัมย์ และสำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรี หลักสูตรศิลปศาสตรบัณฑิต สาขาการออกแบบนิเทศศิลป์ คณะมัณฑนศิลป์ มหาวิทยาลัยศิลปากร ในปีการศึกษา 2552 จากนั้นศึกษาต่อในหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาสังคม คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในปีการศึกษา 2555

