

ความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบ จิตอาสา และสุขภาวะทางจิตในนิสิต
นักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต

นางสาวแพรวดาว พงศาจารย์		เลขประจำตัวนิสิต 513 74802 38
นางสาวเรวดี พจนบรรพต		เลขประจำตัวนิสิต 513 74883 38
นายนิธิพัฒน์ กุศลสร้าง		เลขประจำตัวนิสิต 513 74562 38

โครงการทางจิตวิทยานี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต

สาขาวิชาจิตวิทยา

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2554

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

RELATIONSHIPS AMONG BIG FIVE PERSONALITY, VOLUNTEERISM,
AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF UNIVERSITY STUDENTS

MISS PRAEWDAO PONGSAJARU ID 513 74802 38

MISS REWADEE POTJANABANPOT ID 513 74883 38

MR. NITIPAT KUSOLSRANG ID 513 74562 38

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

Faculty of Psychology Chulalongkorn University

Academic Year 2011

Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อโครงการวิจัย

ความสัมพันธ์ระหว่าง บุคลิกภาพห้า องค์ประกอบ จิตอาสา
และสุขภาวะทางจิตในนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต

โดย

แพรวดาว พงศาจารย์ เรวดี พจนบรพต และ

นิธิพัฒน์ กุศลสร้าง

หลักสูตร

ปริญญาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา

อาจารย์ที่ปรึกษาโครงการ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. อรัญญา ต้อยคำภีร์

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้นับโครงการวิจัยฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่ง
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาบัณฑิต

..... อาจารย์ที่ปรึกษาโครงการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. อรัญญา ต้อยคำภีร์)

แพรวดาว พงศาจารุ เรวดี พจนบรพต และนิธิพัฒน์ กุศลสร้าง: ความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบ จิตอาสา และสุขภาวะทางจิตในนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต (RELATIONSHIPS AMONG BIG FIVE PERSONALITY, VOLUNTEERISM, AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF UNIVERSITY STUDENTS) อาจารย์ที่ปรึกษา : ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. อรัญญา ต๋อยคำภีร์, 66 หน้า.

การศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบ จิตอาสา และสุขภาวะทางจิตในนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบ จิตอาสา และสุขภาวะทางจิตในนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรี กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาคั้งนี้คือ นิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 400 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือแบบสอบถามข้อมูลทั่วไป ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา คณะ เป็นต้น แบบวัดบุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบ แบบวัดแรงจูงใจอาสา และแบบวัดสุขภาวะทางจิต สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลคือ การวิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เป็นต้น และการวิเคราะห์ใช้สถิติอ้างอิง ได้แก่ การวิเคราะห์หาค่าสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน และการวิเคราะห์ถดถอยเชิงพหุคูณ ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. บุคลิกภาพด้านแสดงตัว ด้านเปิดรับประสบการณ์ ด้านมีจิตสำนึก และด้านประนีประนอมมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับจิตอาสา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยที่มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ ($r = .256, p < .01$), ($r = .284, p < .01$), ($r = .103, p < .05$) , ($r = .108, p < .05$) ตามลำดับ
2. บุคลิกภาพด้านหวั่นไหวไม่มีสัมพันธ์กับจิตอาสาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .042, p < .05$)
3. บุคลิกภาพด้านแสดงตัว ด้านเปิดรับประสบการณ์ ด้านมีจิตสำนึก และด้านประนีประนอมมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาวะทางจิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยที่มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ ($r = .406, r = .309, r = .316, r = .192, p < .01$) ตามลำดับ
4. บุคลิกภาพด้านหวั่นไหวมีสหสัมพันธ์ทางลบกับสุขภาวะทางจิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = -.596, p < .01$)
5. จิตอาสาไม่มีสหสัมพันธ์กับสุขภาวะทางจิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .068, p < .01$)
6. บุคลิกภาพด้านแสดงตัว บุคลิกภาพด้านเปิดรับประสบการณ์ บุคลิกภาพด้านมีจิตสำนึก บุคลิกภาพด้านประนีประนอม บุคลิกภาพด้านหวั่นไหว และจิตอาสาพร้อมกันทำนายสุขภาวะทางจิตของนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรีได้ โดยค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน (β) ของลักษณะบุคลิกภาพด้านแสดงตัว มีค่าเท่ากับ .251 ($p < .05$) ลักษณะบุคลิกภาพด้านการเปิดรับประสบการณ์ มีค่าเท่ากับ .101 ($p < .05$) ลักษณะบุคลิกภาพด้านการมีจิตสำนึก มีค่าเท่ากับ .131 ($p < .05$) ลักษณะบุคลิกภาพด้านประนีประนอม มีค่าเท่ากับ .004 ($p > .05$) ลักษณะบุคลิกภาพด้านหวั่นไหว มีค่าเท่ากับ -.477 ($p < .05$) และจิตอาสา มีค่าเท่ากับ -.059 ($p > .05$) และสามารถร่วมกันทำนายความแปรปรวนของสุขภาวะทางจิตได้ร้อยละ 45.6

หลักสูตร..ปริญญาบัณฑิต จิตวิทยา.. ลายมือชื่อนิสิต.....
ปีการศึกษา.....2554..... ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา.....

513 74802 38, 513 74883 38, 513 74562 38 : MAJOR BACHELOR OF SCIENCES IN
PSYCHOLOGY

KEYWORDS : BIG5 PERSONALITY / VOLUNTEERISM / PSYCHOLOGICAL WELL-
BEING

PRAEWDAO PONGSAJARU, REWADEE POTJANABANPOT, NITIPAT KUSOLSRANG
: RELATIONSHIPS AMONG BIG FIVE PERSONALITY, VOLUNTEERISM, AND
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF UNIVERSITY STUDENTS. PROJECT
ADVISOR: ASSISTANT PROFESSOR ARUNYA TUICOMEPEE, PH.D, 66 PP.

The purposes of this study were to study correlation between Big5 Personality,
Volunteerism and Psychological Well-Being Participants included 400 Bachelor Degree in
Chulalongkorn University The instruments were general information questionnaires (such as sex,
age and faculty), Big5 Personality test, Volunteerism test and Psychology Well-Being test.
Results showed that:

1. Personality Dimension of Extraversion, Openness to Experience,
Conscientiousness and Agreeableness have positive correlation with Volunteerism significantly. ($r = .256, p < .01$), ($r = .284, p < .01$), ($r = .103, p < .05$), ($r = .108, p < .05$)
2. Personality Dimension of Neuroticism has negative correlation with Volunteerism significantly. ($r = .042, p < .05$)
3. Personality Dimension of Extraversion, Openness to Experience,
Conscientiousness and Agreeableness have positive correlation with Psychological Well-Being significantly. ($r = .406, r = .309, r = .316, r = .192, p < .01$)
4. Personality Dimension of Neuroticism has negative correlation with Psychological Well-Being significantly. ($r = -.596, p < .01$)
5. Volunteerism has not correlation with Psychological Well-Being significantly. ($r = .068, p = < .01$)
6. Personality Dimension of Extraversion, Openness to Experience,
Conscientiousness, Agreeableness, Neuroticism and Volunteerism can predict Psychological Well-Being of Bachelor Degree student which it have regression coefficient. ($\beta .251, .101, .131, .004, -.477, -.059, p > .05$)

Field of Study : Bs.c. in Psychology

Student's Signature

Academic Year : 2011

Advisor's Signature

กิตติกรรมประกาศ

การศึกษาโครงการฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี ด้วยความอนุเคราะห์และสนับสนุนจากผู้มีพระคุณหลายท่าน โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อรุณญา ตูย์คำภีร์ อาจารย์ที่ปรึกษาโครงการซึ่งให้ความช่วยเหลือ ให้ความรู้ และสละเวลามาให้คำแนะนำโดยตลอดทุกขั้นตอนของการศึกษาครั้งนี้

ขอขอบพระคุณท่านอาจารย์หยกฟ้า อิศรานนท์ ซึ่งเป็นผู้ให้คำแนะนำ ให้ความรู้เกี่ยวกับการประเมินผลทางสถิติ

ขอขอบพระคุณอาจารย์ธนวัต ปุณยกนก ที่สละเวลามาตรวจสอบความตรงของเนื้อหาของมาตรวัดที่ใช้ในการวิจัย

ขอขอบพระคุณเจ้าหน้าที่คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยทุกท่าน ที่คอยอำนวยความสะดวก แจ้งข่าวสาร รวมถึงให้ความช่วยเหลือ ให้คำแนะนำมาโดยตลอด ซึ่งเป็นประโยชน์มากต่อการวิจัยครั้งนี้

สุดท้ายขอขอบพระคุณนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยทุกท่านที่สละเวลาตอบแบบสอบถามให้อย่างตั้งใจ

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ซ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
บทที่ 2 วิธีดำเนินการวิจัย.....	29
บทที่ 3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	36
บทที่ 4 อภิปรายผล.....	45
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ.....	51
รายการอ้างอิง.....	55
ภาคผนวก ก.....	58
ภาคผนวก ข.....	59
ภาคผนวก ค.....	66

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง.....	37
2	ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของตัวแปรทั้งหมด.....	39
3	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันระหว่างตัวแปรลักษณะบุคลิกภาพด้านการแสดงตัว ลักษณะบุคลิกภาพด้านการเปิดรับประสบการณ์ ลักษณะบุคลิกภาพด้านมีจิตสำนึก ลักษณะบุคลิกภาพด้านประนีประนอม ลักษณะบุคลิกภาพด้านห่วงใยและจิตอาสา.....	41
4	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันระหว่างตัวแปรลักษณะบุคลิกภาพด้านการแสดงตน ลักษณะบุคลิกภาพด้านการเปิดรับประสบการณ์ ลักษณะบุคลิกภาพด้านมีจิตสำนึก ลักษณะบุคลิกภาพด้านประนีประนอม ลักษณะบุคลิกภาพด้านห่วงใย และสุขภาวะทางจิต.....	42
5	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันระหว่างตัวแปรจิตอาสาและสุขภาวะทางจิต.....	42
6	แสดงผลการวิเคราะห์สถิติถดถอยมาตรฐานระหว่างตัวแปรในขั้นตอนการวิเคราะห์โดยใช้สถิติถดถอยอย่างง่าย (Simple regression analysis).....	43

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในปัจจุบันสังคมไทยนั้นนิสิตนักศึกษาไทยต่างก็มีค่านิยมที่ให้ความสำคัญกับระดับของผลการศึกษาเป็นหลักมากขึ้นเรื่อยๆ ซึ่งเห็นได้จากการสอบคัดเลือกเข้าเรียนต่อในระดับมหาวิทยาลัย ที่มีผู้สมัครเข้าสอบคัดเลือกในระบบเป็นจำนวนมากและคะแนนของเกณฑ์การคัดเลือกนั้นก็ยิ่งสูงขึ้นเรื่อยๆ ในทุกปี ซึ่งทำให้ทางมหาวิทยาลัยได้คัดเลือกผู้เรียนที่มีคุณสมบัติด้านความรู้ ความสามารถทางด้านวิชาการที่มีคุณภาพดีมากขึ้น แต่ในทางกลับกันอาจไม่ได้พิจารณาถึงคุณลักษณะที่พึงประสงค์ภายในตัวผู้เรียนบางประการไป เช่น การมีคุณธรรม จริยธรรมของบุคคล การเรียนรู้และรู้จักพัฒนาตนเองโดยการใช้ความสามารถภายในตนเองออกมา ในทางสร้างสรรค์ที่นอกเหนือจากการเรียน ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญที่ช่วยให้นิสิตนักศึกษากลายเป็นผู้ที่มีแนวทางในการดำเนินชีวิตที่ดี มีความอดทนและสามารถรับมือกับปัญหาต่างๆที่จะเข้ามาในชีวิตได้ดีขึ้น

หนึ่งในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 10 (พ.ศ.2550 - 2554) ที่ต้องการมุ่งเน้นพัฒนาให้คนไทยรวมทั้งเด็กและเยาวชนเป็นคนที่มีคุณภาพในทุกมิติ ทั้งความรู้ มีทักษะ ความสามารถ มีทักษะชีวิต มีพื้นฐานจิตใจที่ดีงาม มีคุณธรรมและมีจิตสาธารณะ โดยเฉพาะนิสิตนักศึกษาซึ่งเป็นผู้ที่มีบทบาทสำคัญที่จะเข้ามาพัฒนาประเทศในภายภาคหน้าให้เป็นบุคคลที่มีคุณธรรมจริยธรรม มีความรับผิดชอบทั้งต่อตนเองและผู้อื่น ส่งผลให้ทางมหาวิทยาลัยต่างๆ จัดตั้งนโยบายที่ส่งเสริมให้นิสิตนักศึกษาทุกคนตระหนักถึงการมีจิตอาสา เพื่อให้เป็นนิสิตนักศึกษาที่มีคุณภาพและสามารถออกไปทำประโยชน์เพื่อสังคมได้ จึงเห็นได้จากการที่หลายมหาวิทยาลัยได้มีการกระตุ้นให้นิสิตนักศึกษา มีความตระหนัก และมีใจรักในการทำกิจกรรม ให้อุทิศตัวเพื่อสังคม และมีการจัดกิจกรรมต่างๆที่พร้อมจะสนับสนุนให้นิสิตนักศึกษาได้พัฒนาศักยภาพของตน ในช่วงชีวิตของการศึกษาในระดับมหาวิทยาลัยและปลูกฝังการมีน้ำใจ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ การเห็นประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าส่วนตน กระตุ้นการมีจิตสำนึกที่จะทำเพื่อสังคม ส่งเสริมให้นิสิตทุกคนมีจิตอาสาในการทำประโยชน์เพื่อสังคมโดยไม่หวังผลตอบแทน โดยความพร้อมที่จะอาสาทำสิ่งต่างๆเพื่อส่วนรวมและทำกิจกรรมต่างๆด้วยความสมัครใจนั้นคือสิ่งที่เรียกว่า การมีจิตอาสาของตนเอง

จิตอาสา (Volunteerism) หมายถึง ความสำนึกของบุคคลที่มีต่อสังคม ส่วนรวม โดยการเอาใจใส่ และการช่วยเหลือ ผู้ที่มีจิตอาสาจะแสดงออกซึ่งพฤติกรรมที่อาสาทำประโยชน์เพื่อ

ส่วนรวม เช่น การเสียสละเงิน สิ่งของ เวลา แรงกาย และสติปัญญาเพื่อช่วยเหลือผู้อื่นและสังคม โดยไม่หวังผลตอบแทน (พระไพศาล วิสาโล, 2544; มิชิคา จำปาเทศ รอดสุทธิ, 2550 อ้างถึงใน ญัฐณิชากร ศรีบริบูรณ์, 2550) นอกจากนี้จากหนังสือการพัฒนาจิตเพื่อสุขภาพ สุขุขภาวะ จากการมีจิตใจสูงทั้งประเทศ (ประเวศ วะสี, 2547) ได้กล่าวเพิ่มเติมว่า การอาสาสมัครเพื่อสังคม ยังเป็นการให้ที่สำคัญ คือการให้ตัวเองเข้าไปร่วมทุกข์ ไปรับใช้ ไปช่วยเหลือ หากมีอาสาสมัครเต็ม สังคม ก็จะเกิดความอบอุ่นและปลอดภัย ต้องทำสภีรตแห่งการเป็นอาสาสมัครเพื่อสังคมให้เกิด เต็มประเทศ เช่น นักเรียน นิสิต นักศึกษา ข้าราชการ พนักงาน สามารถใช้เวลาส่วนหนึ่งในการเป็นอาสาสมัครเพื่อสังคม เช่น อาสาสมัครไปทำงานในโรงพยาบาล สถานเด็กกำพร้า บ้านพักคนชรา ในชุมชน กับคนที่ไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ ฯลฯ ในทางที่ตนเองทำได้ สิ่งเหล่านี้จะทำให้ สังคมเย็นลง ผู้คนมีจิตใจสูงขึ้นและนำผู้คนเข้ามาแลกเปลี่ยนเรียนรู้เรื่องของเพื่อนมนุษย์ ไม่เกิดความแปลกแยกและทอดทิ้งกันเหมือนอย่างที่เราเห็นในปัจจุบัน

ทั้งนี้นิสิตนักศึกษาที่มีจิตอาสาจึงต้องเป็นนิสิตที่มีลักษณะจิตใจ ความคิดหรือทัศนคติที่ดี ต่อการทำเพื่อสังคม ทำสิ่งที่เป็นประโยชน์เพื่อส่วนรวม มีความเสียสละโดยทั้งกำลังกาย กำลังใจ และกำลังทรัพย์ อย่างสมัครใจและไม่หวังผลตอบแทนใดๆทั้งสิ้น งานวิจัยที่ผ่านมาในเรื่องจิตอาสา ระบุว่าจิตอาสาเป็นตัวแปรสำคัญต่อการมีสุขภาวะทางจิตที่ดี ดังเช่น งานของ กุศล สุนทร ชาติดา และ กมลชนก ขำสุวรรณ (2551) ที่ศึกษาการทำกิจกรรมเพื่อสังคมกับความเป็นอยู่ที่ดีของเด็กและเยาวชน พบว่าผลลัพธ์ของการเข้าร่วมกิจกรรมของเด็ก (อายุต่ำกว่า 18 ปีบริบูรณ์) และ เยาวชน (อายุตั้งแต่ 18 - 24 ปีบริบูรณ์) จำนวนทั้งหมด 500 คน ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลง พฤติกรรมไปในทางที่ดีขึ้น ได้แก่ การมีมุมมองใหม่ๆและทักษะในการดำเนินชีวิต เรียนรู้สังคมและ เข้าใจผู้อื่น การปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้อื่น การเรียนรู้จากการทำกิจกรรมต่างๆยังช่วยขัดเกลาอุปนิสัยใจคอทั้งด้านการงานและใช้ชีวิต ซึ่งส่งผลให้เด็กและเยาวชนมีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น

งานวิจัยที่ผ่านมา เช่น งานวิจัยของ Musick และ Wilson (2003) ได้ศึกษาเพิ่มเติม เกี่ยวกับการมีจิตอาสากับความซึมเศร้า โดยเชื่อว่าปัจจัยทางสังคม เช่น การมีส่วนร่วมทางสังคม การมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม และปัจจัยทางจิตวิทยา เช่น การเห็นคุณค่าในตนเองจะช่วยลดความ ซึมเศร้าของผู้ที่ทำกิจกรรมอาสาสมัคร ซึ่งผลการศึกษาพบว่าการมีจิตอาสาของทั้งสองกลุ่มอายุ มี ผลทางลบกับความซึมเศร้า แม้จะมีผลเพียงเล็กน้อยในกลุ่มวัยรุ่น แต่ถ้าหากมีจิตอาสาที่ค่อนข้าง ยาวนานต่อเนื่องผลกระทบทางลบที่มีต่อความซึมเศร้าก็อาจจะเพิ่มขึ้นได้ นอกจากนี้ยังมีงานวิจัย ที่ศึกษา ความสัมพันธ์ระหว่างการทำอาสา(อย่างเป็นทางการ) และการรายงานตนเองถึงสุขภาพ และความสุข ซึ่งพบว่าการทำอาสาอย่างเป็นทางการ เช่น เพื่อศาสนาและองค์กรมีสหสัมพันธ์เชิง บวกอย่างสูงทั้งสุขภาพและความสุข และยังมีความถี่ในการทำอาสามากขึ้น ก็จะมีสัมพันธ์กัน สูงขึ้นในการรายงานว่าตนสุขภาพดีและมีความสุขมากขึ้น

จะเห็นว่างานวิจัยที่ผ่านมาได้ศึกษาปัจจัยในหลายๆด้านที่ส่งผลต่อการมีจิตอาสา ทั้งปัจจัยภายในตัวบุคคล สภาพแวดล้อมภายนอก แต่การศึกษาในครั้งนี้กลุ่มผู้วิจัยเลือกที่จะศึกษาปัจจัยทางด้านบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบ เนื่องจากสามารถอธิบายความแตกต่างทางบุคลิกภาพของบุคคลได้อย่างครอบคลุมและเป็นตัวชี้วัดที่เห็นได้ชัดว่าการที่บุคคลมีจิตอาสานั้นมาจากแรงขับเคลื่อนภายในของตนเองให้กระทำพฤติกรรม มิได้เกิดจากปัจจัยของสภาพแวดล้อมเป็นตัวกำหนดให้กระทำ นอกจากนี้การที่บุคคลเกิดจิตอาสาพร้อมกิจกรรมด้วยความสมัครใจ เต็มใจที่จะทำ แม้จะไม่ได้รับผลตอบแทนใดๆ ผู้วิจัยจึงมีความสนใจเกี่ยวกับความรู้สึกพึงพอใจของผู้ที่ชอบทำเพื่อสังคมดังกล่าว ว่าตัวบุคคลเองนั้นจะมีความสุข ความพึงพอใจ ความภูมิใจและมีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองเกิดขึ้นอย่างไรบ้าง

คณะผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาความสัมพันธ์ของตัวแปร 2 ตัวแปรนี้ คือ การมีจิตอาสาและการมีสุขภาวะจิตที่ดีว่ามีความสัมพันธ์กัน โดยมีสมมติฐานว่า การมีจิตอาสา มีความสัมพันธ์ในทางบวกกับการมีสุขภาวะจิตที่ดี เพราะคณะผู้วิจัยคิดว่าเมื่อนิสิตได้ทำกิจกรรมเพื่อสังคมด้วยความเต็มใจแล้ว นิสิตจะเกิดความรู้สึกภายในจิตใจที่ดีต่อตนเอง เข้าใจตนเองมากขึ้นและยังช่วยส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาศักยภาพได้ ดังนั้นการศึกษาในครั้งนี้คณะผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาสิ่งที่เป็นปัจจัยเกี่ยวข้องกับการเกิดจิตอาสาและการส่งผลให้นิสิตกลายเป็นผู้เรียนที่มีสุขภาวะจิตที่ดีในการเรียนระดับมหาวิทยาลัย เพราะความแตกต่างระหว่างบุคคลดังกล่าวนั้นอาจจะส่งผลให้บุคคลมีเจตคติต่อการมีจิตอาสาในรูปแบบที่แตกต่างกัน และมีแรงจูงใจในการทำเพื่อสังคมตามจิตอาสาที่ต่างกัน เพื่อนำผลที่ได้ไปเป็นข้อมูลให้กับทางมหาวิทยาลัยสำหรับการรณรงค์ให้นิสิตตระหนักถึงการมีจิตอาสา พัฒนากิจกรรมที่จะทำให้นิสิตเข้าร่วมมากขึ้น สามารถแผ่ขยายกิจกรรมไปยังกลุ่มของนิสิตนักศึกษาต่างๆ ได้ทั่วถึงมากขึ้นและการทำกิจกรรมนอกจากเพื่อสังคมแล้วยังช่วยพัฒนาสุขภาวะจิตที่ดีให้กับตนเองในการใช้ชีวิตมหาวิทยาลัยได้อีกด้วย

แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

คณะผู้วิจัยได้ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับ บุคลิกภาพห้าองค์ประกอบ จิตอาสา และสุขภาวะทางจิต ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. บุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบ (Five-Factor Personality)

1.1 นิยามและขอบเขต

Digman (1990 อ้างถึงใน อโนมา หอวิเชียร, 2008) ได้เรียบเรียงความเป็นมาของแนวคิดที่เกี่ยวกับบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบไว้ ดังต่อไปนี้ โดยเริ่มจาก Allport และ Odbert (1936) ได้พยายามจัดระบบของภาษาที่ใช้อธิบายบุคลิกภาพของมนุษย์ โดยรวบรวมคำคุณศัพท์ที่อธิบายถึง

บุคลิกภาพจากพจนานุกรมในภาษาอังกฤษ ซึ่งงานของเขามีผลโดยตรงต่อความพยายามอย่างเป็นระบบในการศึกษาบุคลิกภาพในเวลาต่อมาของ Cattell (1943, 1946, 1947 และ 1948) โดย Cattell ได้นำลักษณะต่างๆของบุคลิกภาพที่สามารถอธิบายบุคลิกภาพของบุคคลทั่วไปได้เท่าที่ปรากฏในภาษาอังกฤษมาแยกแยะด้วยวิธีการทางสถิติที่เรียกว่า การวิเคราะห์องค์ประกอบ (factor analysis) จนเหลือลักษณะบุคลิกภาพขั้นพื้นฐาน 16 องค์ประกอบ ซึ่ง Cattell ได้นำลักษณะบุคลิกภาพพื้นฐาน 16 ลักษณะนี้มาสร้างเป็นแบบทดสอบเรียกว่า 16 PF Cattell (1970) ซึ่งในช่วงต้นๆของการศึกษาของ Cattell นั้น Fiske (1949) นำงานของ Cattell มาศึกษาซ้ำด้วยมาตรวัดของ Cattell ที่เรียกว่า 21 Bipolar Scales แต่เขาไม่สามารถพบองค์ประกอบใดที่ซับซ้อนไปกว่าองค์ประกอบห้าด้าน (Five Factor Solution) ต่อมา Tupes และ Christal (1961) ได้รายงานผลการศึกษาของพวกเขาที่ใช้มาตรวัด 30 Bipolar Scales ของ Cattell โดยได้ผลเช่นเดียวกับการศึกษาของ Fiske คือ ไม่สามารถพบองค์ประกอบใดที่มีความซับซ้อนมากไปกว่าองค์ประกอบห้าด้าน (Five Factors) ดังนั้นพวกเขาจึงวิเคราะห์ความสัมพันธ์ของงานก่อนหน้านี้นี้ของ Cattell และงานของ Fiske พบองค์ประกอบห้าด้าน ได้แก่ การแสดงออก (Surgency) การประนีประนอม (Agreeableness) การพึ่งพาได้ (Dependability) ความมั่นคงทางอารมณ์ (Emotional Stability) และวัฒนธรรม (Culture)

Costa และ McCrae (1985, 1989, 1990 อ้างถึงใน อโนมา หอวิเชียร, 2008) ร่วมกันศึกษาแนวคิดทฤษฎีของ Eysenck (1970) ซึ่งแบ่งกลุ่มลักษณะนิสัยออกเป็น 2 กลุ่มใหญ่ คือ เก็บตัว (Introverted) – แสดงตัว (Extroverted) และหวั่นไหว (Neuroticism) – ความมั่นคงทางใจ (Stability) ต่อมา Eysenck & Eysenck (1975) ได้เสนอลักษณะของบุคลิกภาพอีกลักษณะหนึ่งเรียกว่า “Psychoticism” โดยบุคคลที่มีลักษณะอยู่ในกลุ่มที่มีแนวโน้มที่จะเห็นแก่ตัว ก้าวร้าว เย็นชาและไม่ค่อยคิดถึงคนอื่น Costa & McCrae ได้พิจารณาทฤษฎีของ Eysenck ร่วมกับความคิดบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบของ Norman (1963) และพัฒนาขึ้นเป็นบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบ โดยในช่วงแรกบุคลิกภาพที่อธิบายลักษณะของมนุษย์ตามแนวคิดของพวกเขา มีเพียงสามองค์ประกอบ ได้แก่ ความหวั่นไหว (Neuroticism) การเปิดเผย (Extraversion) และการเปิดรับประสบการณ์ (Openness to experience) ต่อมาพวกเขาพบว่าองค์ประกอบที่พวกเขาพัฒนาขึ้นนั้นมีความคล้ายคลึงกับบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบมาก จึงได้เพิ่มองค์ประกอบอีกสองด้านได้แก่ การประนีประนอม (Agreeableness) และการมีจิตสำนึก (Conscientiousness) จนกลายเป็นบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบในที่สุด

เนื่องจากนักจิตวิทยาได้ศึกษาบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบตามพื้นฐานแนวคิดในทฤษฎีของตนอย่างหลากหลายทำให้มีการตั้งชื่อองค์ประกอบแต่ละด้านแตกต่างกันไปบ้างแต่เป็นที่ปรากฏในงานวิจัยในช่วงหลายปีที่ผ่านมาว่าการเรียกชื่อองค์ประกอบแต่ละด้านตามแนวความคิด

บุคลิกภาพห้าองค์ประกอบของ Costa & McCrae (1992) ได้ถูกนำไปใช้อย่างแพร่หลายโดยองค์ประกอบทั้งห้าด้านตามแนวคิดของ Costa & McCrae ประกอบด้วย

1. บุคลิกภาพด้านหวั่นไหว (Neuroticism)
2. บุคลิกภาพด้านแสดงตัว (Extraversion)
3. บุคลิกภาพด้านเปิดรับประสบการณ์ (Openness to experience)
4. บุคลิกภาพด้านประนีประนอม (Agreeableness)
5. บุคลิกภาพด้านมีจิตสำนึก (Conscientiousness)

สำหรับงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบและจิตสำนึกในการให้บริการ ได้แก่ งานวิจัยของ Carraher (2002, อ้างถึงใน อโนมา หอวิเชียร, 2008) ซึ่งพบว่า จิตสำนึกในการให้บริการ (Service Orientation) นั้นมีความสัมพันธ์กับลักษณะบุคลิกภาพจากทฤษฎีบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบ 3 ด้านด้วยกันคือ บุคลิกภาพด้านแสดงตัว (Extraversion) บุคลิกภาพด้านเปิดรับประสบการณ์ (Openness to experience) และบุคลิกภาพด้านประนีประนอม (Agreeableness)

การศึกษาบุคลิกภาพพบว่าผู้วิจัยให้ความหมายของบุคลิกภาพแตกต่างกันไป ซึ่งผู้วิจัยแต่ละท่านจะมีมุมมองที่แตกต่างกันขึ้นอยู่กับประเด็นที่ผู้วิจัยต้องการศึกษา ซึ่งการศึกษาเกี่ยวกับบุคลิกภาพของบุคคลมีแนวคิดที่หลากหลาย แต่แนวทางศึกษาทางจิตวิทยาสาขาบุคลิกภาพจะมีความเป็นเอกลักษณ์ของตนเอง และมีความแตกต่างจากสาขาวิชาอื่น ดังนี้ (Hjelle, 1992 อ้างถึงใน อัมพร พิพิธเจริญพร, 2545)

1. ศาสตร์ของบุคลิกภาพเน้นการศึกษาความแตกต่างของบุคคล เพื่อให้เข้าใจว่า ทำไมบุคคลจึงแตกต่างจากบุคคลอื่น และแตกต่างอย่างไร
2. นักจิตวิทยาบุคลิกภาพมุ่งเน้นความสนใจที่รูปแบบปกติของบุคคลที่มีความคงที่ และเป็นไปอย่างต่อเนื่อง แม้ว่าเวลาจะผ่านไปหรือสถานการณ์จะเปลี่ยนไป
3. นักจิตวิทยาบุคลิกภาพเน้นการศึกษาเชิงประจักษ์ (Empirical study) เป็นภาพรวมของบุคคล

จากแนวทางการศึกษาดังกล่าว อัมพร พิพิธเจริญพร (2545) ได้สรุปความหมายของบุคลิกภาพไว้ในงานวิจัยว่า เป็นลักษณะเฉพาะตัวของแต่ละบุคคลในด้านต่างๆ ทั้งที่อยู่ภายในและปรากฏออกมาภายนอก ซึ่งทำให้บุคคลนั้นแตกต่างจากบุคคลอื่น นอกจากนี้ ธิดาพร เอื้องวิจิตร (2545) สรุปความหมายอีกมุมมองหนึ่งของบุคลิกภาพ โดยให้ความหมายว่าเป็นลักษณะประกอบด้วยรูปร่าง ท่าทาง ลักษณะนิสัย พฤติกรรมภายนอก และภายใน ที่เป็นแบบฉบับของแต่ละบุคคล พร้อมทั้งจะแสดงออกต่อสิ่งแวดล้อมหรือสิ่งเร้าภายนอก ซึ่งแตกต่างกันไปตามบุคลิกภาพประกอบด้วยปัจจัยหลายอย่าง จึงยากแก่การจำกัดความ แต่ก็อาจอธิบายได้ว่าเป็นรูปแบบของ

พฤติกรรมที่ค่อนข้างมั่นคง และมีแนวโน้มที่จะบอกได้ถึงความแตกต่างของแต่ละบุคคลรวมทั้ง Schenmerthorn et al. (2000 อ้างถึงใน อโนมา หอวิเชียร, 2008) ได้ให้ความหมายไว้ว่า บุคลิกภาพ คือ การแสดงถึงทุกสิ่งทุกอย่างหรือการรวมกันของคุณลักษณะที่สังเกตเห็นได้ ซึ่งเป็นธรรมชาติของแต่ละบุคคลที่แสดงออกต่อสิ่งต่างๆ โดยที่ Cook and Hunsaker (2001) สรุปความหมายของคำว่า บุคลิกภาพ คือ คุณลักษณะและพฤติกรรมซึ่งเป็นคุณลักษณะเฉพาะของแต่ละบุคคล

1.2 องค์ประกอบหลักของบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบ

แนวความคิดบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบ (Five Factor Model) ได้ถูกพัฒนามาจาก ทฤษฎีวิเคราะห์ห้าองค์ประกอบ (Factor Analytic Theory) ของ Raymond Bernard Cattell เป็นพื้นฐาน Costa & McCrae ก็เช่นเดียวกัน แต่จุดมุ่งหมายในการพัฒนาทฤษฎีบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบของ Costa & McCrae คือ การบรรยายลักษณะของบุคลิกภาพไม่ใช่มุ่งหมายที่สาเหตุในการเกิด (Cloninger, 2000)

ทฤษฎีบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบของ Costa & McCrae ประกอบด้วย 5 องค์ประกอบ ดังนี้ (Cloninger, 2000)

1) บุคลิกภาพด้านความหวุ่นไหว (Neuroticism) หมายถึงบุคคลที่มีอารมณ์ทางด้านลบบ่อยครั้ง เช่น ความวิตกกังวล ความรู้สึกไม่ปลอดภัย มีสภาวะอารมณ์ที่ไม่คงที่ ส่วนบุคคลที่ได้คะแนนด้านความหวุ่นไหวต่ำเป็นบุคคลที่มีสภาวะอารมณ์คงที่ สามารถควบคุมอารมณ์ได้ มีโอกาสที่เข้มแข็ง บุคคลเหล่านี้จะมีความสุขและมีความพึงพอใจในชีวิตมากกว่าพวกที่ได้คะแนนด้านความหวุ่นไหวสูง ลักษณะด้านความหวุ่นไหวประกอบด้วย ความวิตกกังวล (Anxiety) ความเกลียดชัง (Hostility) ความซึมเศร้าไม่เบิกบาน (Depression) ความมีสำนึกต่อตนเอง (Self-Consciousness) ความหุนหัน (Impulsiveness) ความไม่มั่นคง อ่อนแอ (Vulnerability) บุคคลที่ได้คะแนนด้านนี้สูงจะมีลักษณะ มีความวิตก (Worrying) เต็มไปด้วยอารมณ์ความรู้สึก (Emotional) มีความอ่อนแอไม่มั่นคง (Vulnerable) มีความวิตกกังวล (Anxious) บุคคลที่ได้คะแนนด้านนี้ต่ำจะมีลักษณะ ใจเย็น สงบ (Calm) ไม่มีอารมณ์ความรู้สึก (Unemotional) เข้มแข็ง (Hardy) ควบคุมตนเองได้ (Self-Controlled) มีความพึงพอใจในตนเอง (Sense of Well-being)

2) บุคลิกภาพด้านแสดงตัว (Extraversion) สามารถทำนายพฤติกรรมทางสังคมของบุคคลได้ เป็นการวัดการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ด้านการแสดงออกทางสังคม ประกอบด้วย ความอบอุ่น (Warmth) การชอบอยู่ร่วมกันเป็นกลุ่ม (Gregariousness)

การแสดงออกที่เหมาะสม (Assertiveness) ซอปปิกิจกรรม (Activity) การแสวงหาความตื่นเต้นท้าทาย (Excitement-seeking) อารมณ์ทางด้านบวก (Positive emotions)

บุคคลที่มีคะแนนด้านนี้สูง จะมีลักษณะช่างพูดช่างคุย (Talkative) เต็มไปด้วยความรู้สึก (Passionate) กระตือรือร้น (Active) มีลักษณะเด่น (Dominant) ซอปปสังคม พบปะสังสรรค์ (Social)

บุคคลที่มีคะแนนด้านนี้ต่ำ จะมีลักษณะ เงียบขรึม (Quiet) ไร้ความรู้สึก (Unfeeling) เฉื่อยชา (Passive)

3) บุคลิกภาพด้านเปิดรับประสบการณ์ (Openness to experience) คือการที่บุคคลมีการเปิดกว้างต่อประสบการณ์ต่างๆ บุคคลที่ได้คะแนนสูงทางด้านนี้เป็นบุคคลที่มีค่านิยมทางด้านความช่างคิด ความมีจินตนาการ ใจกว้าง ส่วนบุคคลที่ได้คะแนนด้านนี้ต่ำจะมีลักษณะตรงข้ามคือมีค่านิยมทางด้านระเบียบแบบแผน ประเพณี บุคลิกด้านการเปิดกว้างนี้ประกอบด้วย ความน่าอัศจรรย์ใจ (Fantasy) ความนิยมความงาม (Aesthetics) ความรู้สึก (Feeling) การแสดงออก (Actions) ความคิด ความเชื่อ (Ideas) ค่านิยม (Value)

บุคคลที่ได้คะแนนด้านนี้สูงจะมีลักษณะ มีความคิดสร้างสรรค์ (Creative) มีจินตนาการ (Imaginative) ซอปปความหลากหลาย (Prefers variety)

บุคคลที่ได้คะแนนด้านนี้ต่ำจะมีลักษณะไม่มีความคิดสร้างสรรค์ (Uncreative) มีลักษณะติดดิน (Down-to-earth) ซอปปสิ่งที่เป็นปกติเป็นประจำ (Prefers routine)

4) บุคลิกภาพด้านประนีประนอม (Agreeableness) เป็นด้านที่บ่งชี้ถึงความเป็นมิตร การเป็นบุคคลที่มีความยอมรับผู้อื่น หลีกเลียงการสร้าง ความเกลียดชัง องค์ประกอบด้านการยอมรับผู้อื่นประกอบไปด้วย ความไว้วางใจ (Trust) มีความซื่อตรง เห็นแก่ประโยชน์ของคนอื่น (Altruism) ตรงไปตรงมา (Straightforwardness) การยอมรับผู้อื่น (Compliance) ความตั้งใจให้ความช่วยเหลือ (Tender mindedness) ถ่อมตน (Modesty)

บุคคลที่ได้คะแนนด้านนี้สูง จะมีลักษณะ มีนิสัยดี (Good-natured) ใจดีอ่อนโยน (Soft-hearted) เชื่อถือไว้วางใจได้ (Trusting)

บุคคลที่ได้คะแนนด้านนี้ต่ำ จะมีลักษณะ หงุดหงิด ขุนเคี้ยว (Irritable) ซอปปความรุนแรง ไม่มีเมตตา (Ruthless) ไม่น่าไว้วางใจ น่าสงสัย (Suspicious)

5) บุคลิกภาพด้านมีจิตสำนึก (Conscientiousness) เป็นองค์ประกอบที่หมายถึงบุคคลที่มีความรอบคอบ มีระเบียบ ความมุ่งมั่นต่อความสำเร็จ องค์ประกอบด้านนี้ประกอบด้วย ความสามารถ (Competence) ความมีระเบียบแบบแผน (Order) ความเคารพ เชื่อฟัง

(Dutifulness) ความพยายามเพื่อสำเร็จ (Achievement striving) ความสุขุม รอบคอบ
 (Deliberation) การรักษาวินัยในตนเอง (Self-discipline)
 บุคคลที่ได้คะแนนด้านนี้สูงจะมีลักษณะ มีสติรอบคอบ (Conscientious) ทำงานหนัก
 (Hardworking) มีความทะเยอทะยาน (Ambitious) มีความรับผิดชอบ (Responsible)
 บุคคลที่ได้คะแนนด้านนี้ต่ำจะมีลักษณะ ขาดความระมัดระวัง ไม่เอาใจใส่ (Negligent)
 เกียจคร้าน (Lazy) ไม่มีจุดหมาย (Aimless) ไม่มีความรับผิดชอบ (Irresponsible)

2.จิตอาสา (Volunteerism)

2.1 นิยามและขอบเขต

ผู้วิจัยได้สืบค้นความหมายของคำว่า จิตอาสา จิตสาธารณะ จิตสำนึกสาธารณะ จิตสำนึกต่อสังคม พฤติกรรมเอื้อต่อสังคม และพบว่ามีความหมายไว้ดังนี้

จิตอาสา (Volunteer mind) หมายถึง จิตที่ต้องการให้ผู้อื่น ตั้งแต่การให้เงิน สิ่งของ แรงงาน แรงสมอง หรือที่เรียกกันว่า อาสาสมัคร เพื่อช่วยให้ผู้อื่นหรือสังคมมีความสุขมากขึ้น การให้หรือเสียสละนี้สามารถทำได้จนถึงการเสียสละความเป็นตัวตนหรืออัตตาของเรา ลงไปเรื่อยๆ (มิชิตา จำปาเทศ รอดสุทธิ, 2550 อ้างถึงใน ณัฐนิชากร ศรีบริบูรณ์, 2550)

จิตอาสา คือ จิตที่ไม่นิ่งดูตายต่อสังคม หรือความทุกข์ยากของผู้คน และปรารถนาเข้าไปช่วย ไม่ใช่ด้วยการให้ทานให้เงิน แต่ด้วยการสละเวลา ลงแรงเข้าไปช่วย และด้วยจิตที่เป็นสุขที่ได้ช่วยผู้อื่น (ไพศาล วิสาโล, 2550 อ้างถึงใน ณัฐนิชากร ศรีบริบูรณ์, 2550)

โกศล มีความดี (2547) ให้ความหมายของคำว่า จิตสาธารณะ(Public mind) หมายถึง การกระทำที่แสดงออกถึงความรับผิดชอบต่อสาธารณสมบัติ ด้วยการเอาใจใส่ดูแล เป็นธุระ และเข้าร่วมในเรื่องส่วนรวมที่เป็นประโยชน์ร่วมกันของกลุ่ม โดยพิจารณาจากการที่บุคคลหลีกเลี่ยงการใช้หรือกระทำสิ่งๆที่ทำให้เกิดความชำรุดเสียหายต่อส่วนรวม มุ่งปฏิบัติเพื่อส่วนรวมในการดูแลรักษาของส่วนรวม เช่น การทำตามหน้าที่ที่กำหนด การดูแลความสงบเรียบร้อย การรักษาสาธารณสมบัติ รับผิดชอบต่อปัญหาที่เกิดขึ้น มีส่วนร่วมในการหาแนวทางป้องกันแก้ไข และติดตามประเมินผล รวมไปถึงการรับอาสาทำบางอย่างเพื่อส่วนรวม เคารพสิทธิของผู้อื่นในการใช้ของส่วนรวม ไม่ปิดกั้นการใช้ของบุคคลอื่น มีการแบ่งปันหรือเปิดโอกาส

จิตสำนึกสาธารณะ (Public consciousness) หมายถึง เป็นความตระหนักของบุคคลถึงปัญหาที่เกิดขึ้นในสังคมทำให้เกิดความรู้สึกปรารถนาที่จะช่วยเหลือสังคม ต้องการเข้าไปแก้วิกฤตการณ์ โดยรับรู้ถึงสิทธิควบคู่ไปกับหน้าที่และความรับผิดชอบ สำนึกถึงพลังของตนเองสามารถร่วมแก้ไขปัญหาได้ และลงมือกระทำเพื่อให้เกิดการแก้ปัญหาด้วยวิธีการต่างๆ โดยการเรียนรู้และแก้ปัญหาร่วมกันกับคนในสังคม (หฤทัย อาจปฐ, 2547 อ้างถึงใน ญัฐนิชากร ศรีบริบูรณ์, 2550)

สุภัทธา ภูษิตรัตนาวลี (2547) จิตสำนึกต่อสังคม (Social consciousness) หมายถึง ภาวะที่รู้ตัวของบุคคลที่มีความโน้มเอียงทางความคิด ความรู้สึกก่อนที่จะเข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมที่มีส่วนช่วยให้ผู้คนในสังคมเกิดการเปลี่ยนแปลง หรือได้รับการส่งเสริมด้านต่างๆ ในทิศทางที่ดีขึ้น

พฤติกรรมเอื้อต่อสังคม (Prosocial behavior) หมายถึง พฤติกรรมอันเป็นประโยชน์กับบุคคลอื่น โดยที่ผู้แสดงพฤติกรรมมีความตั้งใจในการกระทำพฤติกรรม ไม่ว่าจะเป็นการเสียสละเวลา ทรัพย์สินเงินทอง แรงกายแรงใจ หรืออาจเป็นชีวิตเพื่อให้เกิดประโยชน์กับบุคคลอื่น โดยไม่หวังสิ่งใดเป็นเครื่องตอบแทนในภายหลัง พฤติกรรมดังกล่าวแสดงออกมาในรูปของการช่วยเหลือ การแบ่งปัน และการปลอบโยน (วันดี ละอองทิพรส, 2540 อ้างถึงใน ญัฐนิชากร ศรีบริบูรณ์, 2550)

อนุ เจริญวงศ์ระยัย (2552) การอาสาสมัครนั้น หมายถึง การที่บุคคลแสดงพฤติกรรมหรือการทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่มุ่งบำเพ็ญประโยชน์ต่อส่วนรวมโดยสมัครใจ โดยการทำกิจกรรมนั้นมีการวางแผนในการปฏิบัติไว้ก่อน ล่วงหน้าภายใต้การจัดการขององค์กร มีความต่อเนื่อง และประเภทของกิจกรรมนั้นมีความหลากหลายขึ้นอยู่กับความสนใจและความถนัดของบุคคล

ผู้วิจัย จึงขอสรุปความหมายของ คำว่า จิตอาสา เพื่อใช้ในการวิจัยครั้งนี้ว่า หมายถึง ความสำนึกคิดของนิสิตที่มีต่อสังคม และผู้อื่น ซึ่งเป็นแรงจูงใจส่งผลให้นิสิตตั้งใจเข้าไปมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมต่างๆ เพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อสังคม ทั้งการให้ความช่วยเหลือ แบ่งปันและเอาใจใส่ ด้วยความสมัครใจ แม้จะต้องสละทรัพย์สิน สิ่งของ เวลา และแรงกาย โดยไม่หวังผลตอบแทนใดๆ

2.2 ประวัติและความเป็นมาเกี่ยวกับจิตอาสา

อาสาสมัคร หรือจิตอาสาสมัครที่ในศัพท์ภาษาอังกฤษเรียกว่า Volunteer มีการใช้ครั้งแรกในช่วงศตวรรษที่ 17 หมายถึงผู้ที่สมัครเข้าเป็นทหารโดยไม่ได้ถูกบังคับ นั่นคือสมัครใจที่จะเป็นเอง และยังใช้รวมไปถึงการสมัครใจทำในงานใดๆโดยไม่ได้รับค่าตอบแทน ซึ่งมีคำที่เกี่ยวข้องกับคำว่าอาสาสมัคร อีก 2 คำ คือ Voluntarism มีความหมายถึง กิจกรรมที่ทำด้วยความสมัครใจ ภายในองค์กรเอกชนที่ไม่ได้ถูกระบุให้ทำหน้าที่นั้นๆตามกฎหมาย และ Volunteerism ที่ใช้กันอย่างแพร่หลาย หมายถึง การอาสาเข้าไปทำเรื่องใดๆ โดยไม่จำกัดประเภทของกลุ่มและองค์กร ดังนั้นจุดต่างของ 2 คำนี้คือ Voluntarism เน้นที่องค์กรเอกชนที่ไม่หวังผลกำไร ส่วน Volunteerism จะครอบคลุมหน่วยงานทุกประเภททั้งเอกชนและภาครัฐด้วย (Susan, 2003 อ้างถึงใน สุภรัตน์ รัตนมุขย์, 2003)

เมื่อพิจารณาความหมายของคำว่า อาสาสมัคร ซึ่งเทียบเคียงกับคำภาษาอังกฤษทั้ง 2 คำคือ “Volunteer” และ “Volunteerism” แล้วผู้เชี่ยวชาญในวงการอาสาสมัคร ได้แก่ Susan และ Katerines (2003 อ้างถึงใน สุภรัตน์ รัตนมุขย์, 2003) ได้ให้ความหมายไว้ว่า เป็นการเลือกกระทำสิ่งต่างๆที่เห็นว่าเป็นสิ่งที่ควรกระทำ และเป็นความรับผิดชอบต่อสังคมโดยไม่หวังผลตอบแทนเป็นเงินทอง และการกระทำนี้ไม่ใช่ภาระงานที่ต้องทำตามหน้าที่ จากความหมายดังกล่าว จะเห็นถึงองค์ประกอบที่สำคัญของคำว่า อาสาสมัคร มีอยู่ 4 ประการคือ

1. การเลือก (Choose) ที่เน้นความอิสระที่จะมีเจตจำนงที่จะกระทำ หรือไม่กระทำใดๆ
2. ความรับผิดชอบต่อสังคม (Social responsibility) หมายถึง การกระทำที่ทำเพื่อประโยชน์ต่อผู้อื่นและส่วนรวม
3. การไม่หวังผลตอบแทนเป็นเงินทอง (Without monetary profit) หมายถึง ไม่ได้หวังผลรายได้ตอบแทน แต่อาจได้รับค่าใช้จ่ายทดแทนที่ตนเองได้จ่ายไป
4. ไม่ใช่ภาระงานที่ต้องทำตามหน้าที่ (Beyond basic obligations) หมายถึง สิ่งที่ทำนั้นอยู่นอกเหนือความจำเป็น หรือที่ถูกคาดหวังว่าจะต้องทำตามภาระหน้าที่

และสามารถแบ่งลักษณะงานอาสาสมัครออกได้เป็น 4 แบบ United Nations Development Programme (2003 อ้างถึงใน สุภรัตน์ รัตนมุขย์, 2003) คือ

1. การให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกัน หรือการพึ่งตนเอง (Mutual aid or Self-help)
2. การช่วยเหลือบริการผู้อื่น (Philanthropy or Service to others)
3. การมีส่วนร่วม (Participation)

4. การสนับสนุนหรือเรียกร้องความเป็นธรรมเพื่อสังคม (Advocacy or Campaigning)

สำหรับที่มาของคำว่า อาสาสมัคร จากที่กล่าวมาจึงหมายถึง การกระทำสิ่งใดๆโดยไม่หวังสิ่งตอบแทน และเกิดผลประโยชน์แก่ส่วนรวม ซึ่งมีความหมายสอดคล้องกับคำว่า จิตอาสา จิตสาธารณะและ จิตสำนึกสาธารณะ โดยทั้งสิ้น ดังนั้นการศึกษาในครั้งนี้ผู้วิจัยจึงได้ใช้คำว่า จิตอาสา เพื่อเป็นคำที่ระบุถึงคุณลักษณะสำคัญที่ศึกษาในงานวิจัยนี้

หน่วยงานที่มีลักษณะเด่นในเรื่องจิตอาสา คือ มูลนิธิชื้อจี้ในประเทศไต้หวัน ที่มีการดำเนินงานในด้านการให้ความช่วยเหลือสังคมมาตั้งแต่ปี พ.ศ. 2509 ด้วยการยึดหลักคำสอนของพุทธศาสนาที่เน้นให้ช่วยเหลือ เสียสละต่อผู้อื่น และปฏิบัติเพื่อส่วนรวม โดยธรรมาจารย์เจิ้งเหยียน ผู้เป็นประมุขได้ให้หลักคำสอนที่สำคัญว่ามนุษย์ทุกคนควรมีจิตวิญญาณของการอาสาสมัคร ด้วยการมีจิตใจเมตตา กรุณา ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน นอกจากนี้ยังมีการนำพุทธธรรมด้านความเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา มาปฏิบัติเพื่อช่วยเหลือผู้อื่น ด้วยแรงกาย กำลังทรัพย์ และสติปัญญา โดยยึดหลักศรัทธาในการทำความดี มีปัญญา และการจัดการ (พระไพศาล วิสาโล, 2550; อัมพลจินดาวัฒน์, 2550 อ้างถึงใน ณัฐนิชากรณ์ ศรีบริบูรณ์, 2550)

กระบวนการปลูกฝังคุณธรรมให้กับนักเรียนของชื้อจี้ จะสอนและกล่อมเกลานักเรียนให้ เป็นคนที่ไม่เห็นแก่ตัว โดยมีกระบวนการสอนคุณธรรมแบ่งเป็น 6 ขั้นตอน ได้แก่ การสร้างความเข้าใจ การคิด การแสดงออก การกระตุ้นจิตเมตตา การลงมือทำทันที และการสนับสนุนและทำซ้ำ ซึ่งมีลักษณะเหมือนสังคมไทย คือ ใช้หลักความเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา มาปฏิบัติเพื่อช่วยเหลือผู้อื่น ด้วยแรงกาย กำลังทรัพย์ และสติปัญญา โดยความร่วมมือของโรงเรียน บ้าน วัด และสังคม

กลุ่มเครือข่ายจิตอาสา ที่เกิดจากการรวมตัวของกลุ่มคนทั้งจากองค์กรภาครัฐและเอกชน ที่เห็นความสำคัญของงานอาสาสมัครและต้องการสานต่อพลังแห่งน้ำใจของคนที่มีจิตอาสาจำนวนมาก โดยริเริ่มจากการร่วมมือกันให้ความช่วยเหลือผู้ประสบภัยสึนามิในช่วงต้นปี 2548 มีการติดต่อประสานความร่วมมือและส่งเสริมการทำงานขององค์กรในการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ทำให้เกิดการอาสาสมัคร ความสามัคคีการมีส่วนร่วม และสร้างสรรค์ ด้วยพลังจิตอาสาเพื่อให้สังคมเกิดความสงบสุข มั่นคงและยั่งยืน

2.3 แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับจิตอาสา

เคลรีและคณะ (1998) ได้ระบุคุณลักษณะของการอาสาสมัครไว้ว่าเป็น

- (1) ความพยายามหาโอกาสช่วยเหลือผู้อื่นอย่างกระตือรือร้น

(2) มีการใช้เวลา และความตั้งใจทุ่มเทให้กับงานอาสาสมัครโดยเฉพาะกิจกรรมที่ตรงกับความต้องการส่วนตัว (Personal need) ผู้อาสา

(3) อาจมีความผูกพันกับการช่วยเหลือผู้อื่นซึ่งทำให้มีการใช้เวลาในการเป็นอาสาสมัครเป็นระยะเวลายาวนาน มีการทุ่มเทกำลัง และโอกาสในการเป็นอาสาสมัคร

การอาสาสมัครเป็นชนิดหนึ่งของพฤติกรรมช่วยเหลือสังคม (Prosocial behavior) เช่นเดียวกับการช่วยเหลือผู้อื่น (Helping behavior) แต่การเป็นอาสาสมัครนั้นจะมีความแตกต่างกับการให้ความช่วยเหลือ (Helping) โดยจะมีความเป็นทางการมากกว่า (Formal volunteering) และส่วนใหญ่จะอยู่ในบริบทขององค์การ ส่วนการช่วยเหลือนั้นเป็นการอาสาที่ไม่เป็นทางการ (Informal volunteering) ส่วนใหญ่จะอยู่ในบริบทส่วนบุคคลไม่เกี่ยวกับองค์การ เช่น การช่วยเหลือเพื่อน คนใกล้ชิด เป็นต้น (Wilson และ Musick, 1997) ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยจะเน้นศึกษาที่การอาสาสมัครที่เป็นทางการ (Formal volunteering) ซึ่งเรียกว่า “การอาสาสมัครนิยม” (Volunteerism) เนื่องจากการทำกิจกรรมดังกล่าวจะส่งผลดีต่อสังคมส่วนรวม อาจมีการทำกิจกรรมผ่านกระบวนการจัดการขององค์การอย่างเป็นระบบ ทำให้การทำกิจกรรมมีลักษณะที่ยั่งยืน (Sustain) แต่ต่างจากการช่วยเหลืออย่างไม่เป็นทางการซึ่งจะขึ้นอยู่กับบุคคลนั้นไปพบเจอเหตุการณ์ที่ต้องการความช่วยเหลือหรือไม่

เพ็นเนอร์ (2004 อ้างถึงใน อนุ เจริญวงศ์ระยับ, 2552) ได้อธิบายความแตกต่างระหว่างการอาสาสมัครกับพฤติกรรมช่วยเหลือสังคมด้านอื่นๆ ใน 5 คุณลักษณะได้แก่ ระยะเวลาในการทำกิจกรรม (Longevity) มีการวางแผน (Planfulness) ช่วยเหลืออย่างไม่มีข้อผูกพัน (Nonobligatory helping) บริบทขององค์การ (Organizational context) และมีพลังร่วมในการแก้ไขปัญหาสังคมได้มากกว่า

(1) ระยะเวลาในการทำกิจกรรม การอาสาสมัครมักจะเกี่ยวข้องกับการทำกิจกรรมที่ต่อเนื่อง ยกตัวอย่างเช่น การสำรวจระดับชาติเกี่ยวกับการอาสาสมัครในสหรัฐอเมริกา ในปี 1999 พบว่าเกือบร้อยละ 50 ของประชาชนที่เป็นอาสาสมัครจะทำกิจกรรมเป็นปกติมากกว่าการทำกิจกรรมเพียงครั้งเดียว และจากการศึกษาระยะยาวกับอาสาสมัครพบว่า เมื่อบุคคลที่ได้เป็นอาสาสมัครเป็นครั้งแรก จะมีร้อยละของการทำกิจกรรมอย่างต่อเนื่องอยู่อีกมาก (Omoto และ Snyder, 1995; Penner และ Finkelstein, 1998; Penner และ Friszsche, 1993 อ้างถึงใน อนุ เจริญวงศ์ระยับ, 2552)

(2) มีการวางแผน การเข้าร่วมและการทำกิจกรรมเป็นการกระทำที่ใช้ความคิดและมีการวางแผนไว้อย่างดี ในสหรัฐอเมริกาเคยมีการสำรวจอาสาสมัครว่า การเข้าร่วมกิจกรรมของอาสาสมัครเป็นไปด้วยความสมัครใจของตนเองหรือไม่ กว่าร้อยละ 90 ตอบว่าเป็นความสมัครใจ

ของตนเอง (Penner, 2002 อ้างถึงใน อนุ เจริญวงศ์ระยัย, 2552) นอกจากนี้จากงานของเดวิส (Davis, 1999 และ Penner, 2002 อ้างถึงใน อนุ เจริญวงศ์ระยัย, 2552) ยังชี้ให้เห็นว่า ก่อนที่อาสาสมัครจะเข้าร่วมทำกิจกรรมอาสาสมัครได้ใช้พิจารณาญาณในการไตร่ตรองถึงผลดีผลเสียของการเข้าร่วมกิจกรรมเป็นอย่างดี กระบวนการตัดสินใจดังกล่าวแตกต่างจากกระบวนการช่วยเหลือผู้อื่นในเหตุการณ์ฉุกเฉิน การช่วยเหลือนั้นเป็นกิจกรรมที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว มีเวลาให้คิดน้อย และได้รับอิทธิพลอย่างมาก จากลักษณะสถานการณ์ที่เกิดขึ้นเป็นการเฉพาะหน้าของผู้ช่วยเหลือ (Dovidio และ Penner, 2001 อ้างถึงในอนุ เจริญวงศ์ระยัย, 2552) อย่างไรก็ตามไม่ใช่การอาสาสมัครจะไม่เกี่ยวข้องกับลักษณะสถานการณ์เสียทั้งหมด ตัวอย่างเช่น เหตุการณ์สึนามิในจังหวัดภาคใต้เมื่อปี พ.ศ. 2547 ได้เกิดการรวมตัวกันขององค์กรอาสาสมัครเพื่อมาช่วยเหลือผู้ประสบภัยพิบัติ รวมทั้งเกิดการจัดตั้งองค์กรใหม่ๆ เพื่อช่วยเหลือผู้ประสบภัยด้วย รวมทั้งการรวมตัวกันของนิสิตนักศึกษาสถาบันต่างๆ จัดตั้งเป็นองค์กรเฉพาะกิจเพื่อช่วยเหลือผู้ประสบภัยด้วยเช่นเดียวกัน

(3) *ช่วยเหลืออย่างไม่มีข้อผูกพัน* เนื่องจากผู้ที่ได้รับผลประโยชน์จากกิจกรรมอาสาสมัครนั้นจะเป็นบุคคลที่ไม่เคยรู้จักกับอาสาสมัครหรือเป็นองค์กรที่ช่วยเหลือผู้ที่ได้รับประโยชน์เหล่านั้น ดังนั้นอาสาสมัครจะไม่ได้เกิดแรงจูงใจเกี่ยวกับความผูกพันส่วนบุคคลที่จะช่วยเหลือคนเหล่านั้น (Omoto และ Snyder, 1995 อ้างถึงใน อนุ เจริญวงศ์ระยัย, 2552) เรียกคุณลักษณะนี้ว่า การช่วยเหลืออย่างไม่มีข้อผูกพัน ซึ่งแตกต่างไปจากการช่วยเหลือเพื่อนสนิทหรือญาติที่เกิดมาจากความผูกพันแต่เก่าก่อน และความสัมพันธ์ส่วนตัวระหว่างผู้ช่วยเหลือและผู้ถูกช่วยเหลือ ลักษณะการช่วยเหลือดังกล่าวจึงเกิดจากความผูกพันส่วนตัวทั้งที่ซ่อนเร้นและเปิดเผย

(4) *อยู่ในบริบทขององค์กร* คุณลักษณะนี้ทำให้อาสาสมัครมีลักษณะที่แตกต่างไปจากการช่วยเหลือประเภทอื่นๆ มากที่สุด เนื่องจากอาสาสมัครส่วนใหญ่ (มากกว่าร้อยละ 85) ทำกิจกรรมอยู่ภายใต้การดำเนินการขององค์กรด้านอาสาสมัคร (Independent Sector, 1999 และ Penner, 2002 อ้างถึงใน อนุ เจริญวงศ์ระยัย, 2552) ดังนั้นตัวแปรเกี่ยวกับองค์กรจึงมีความสัมพันธ์กับการอาสาสมัครมากกว่าการช่วยเหลือแบบตัวต่อตัวเป็นอย่างมาก

(5) *มีพลังร่วมของอาสาสมัครมากกว่าพฤติกรรมอื่นๆ* เนื่องจากการอาสาสมัครเป็นการทำงานร่วมกันของสมาชิกในองค์กรเดียวกัน พลังของการช่วยเหลือจึงมีแบบแผนและให้ประโยชน์กับสังคมภาพรวมได้มากกว่าการช่วยเหลือประเภทอื่นๆ

นอกจากนี้ในการศึกษางานวิจัยเกี่ยวกับการอาสาช่วยเหลือผู้อื่น (Volunteerism) ที่ผ่านมาพบว่า Penner, Dovidio, Piliavin และ Schroeder (2005) ได้ให้คำจำกัดความของคำว่า พฤติกรรมอาสาช่วยเหลือผู้อื่น (Volunteer Behaviors) คือ พฤติกรรมที่บุคคลสละแรงงานทั้งทาง

กาย ทางความคิด และทางอารมณ์ รวมถึงสละเวลาส่วนตัวเพื่อเข้าร่วมกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์ แก่ผู้อื่นและส่วนรวม โดยผ่านการคิดไตร่ตรองและตัดสินใจในการเป็นอาสาสมัคร โดยมีการ คำนึงถึงเงื่อนไขของการเป็นอาสาสมัครก่อน ซึ่งได้แก่ ระยะเวลาและค่าใช้จ่ายระหว่างการเข้าร่วม กิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์แก่ผู้อื่น และศักยภาพของตนเอง เป็นต้น ดังนั้น พฤติกรรมอาสา ช่วยเหลือผู้อื่นจึงเป็นพฤติกรรมที่เป็นไปโดยเจตนา มีความตั้งใจ แรงจูงใจ และการวางแผนของ อาสาสมัครหรือที่นักจิตวิทยาเรียกว่า “Planned Helping” และมีใช้เป็นการช่วยเหลือ (Helping) ในเหตุการณ์เฉพาะหน้าที่เกิดเหตุการณ์ที่ต้องการความช่วยเหลืออย่างเร่งด่วน ซึ่งส่งผลให้บุคคล ช่วยเหลือผู้อื่นโดยมิได้ตั้งใจหรือมีการวางแผนที่จะช่วยเหลือมาก่อน หรือที่เรียกว่า “Spontaneous Helping” (Piliavin และ Charng, 1990) และเป็นรูปแบบหนึ่งของพฤติกรรมที่เอื้อต่อสังคม (Prosocial Behavior) ได้มีนักวิจัยหลายท่านศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมอาสา ช่วยเหลือผู้อื่น (DeChant, 2001) และยกตัวอย่างของพฤติกรรมอาสาช่วยเหลือผู้อื่น ได้แก่ การ อาสาพัฒนาชุมชน การอาสาดูแลสุขภาพผู้ป่วยในโรงพยาบาลหรือสถานบำบัด การอาสาให้ คำปรึกษาแก่ผู้ที่กำลังประสบปัญหา การอาสาเป็นครูสอนหนังสือแก่ผู้ที่ขาดโอกาสทางการศึกษา การอาสาเข้าร่วมกิจกรรมเกี่ยวกับการช่วยเหลือเด็กที่ถูกทอดทิ้ง การอาสาทำงานในองค์กรไม่ แสวงหาผลกำไร และการอาสาเข้าร่วมกิจกรรมในโครงการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม

สาเหตุของการเข้าร่วมอาสาสมัคร ในส่วนเหตุผลของการมีพฤติกรรมอาสาช่วยเหลือ ผู้อื่น Omoto และ Snyder (1995) ได้ทำการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับลักษณะอุปนิสัย (Traits) แรงจูงใจ (Motivation) และอิทธิพลจากการสนับสนุนทางสังคม (Social Support) ที่มีต่อการตัดสินใจที่จะ เป็นอาสาสมัครดูแลผู้ป่วยโรคเอดส์ และได้เสนอแนวคิดกระบวนการอาสาช่วยเหลือผู้อื่น (Volunteer Process Model) ซึ่งเป็นแนวคิดที่ได้จากการวิเคราะห์ขั้นตอนของการเป็นอาสาสมัคร ช่วยเหลือผู้อื่น ดังนี้

(1) ขั้นก่อนเป็นอาสาสมัคร (Antecedents) เป็นการค้นหาสาเหตุที่ทำให้บุคคลมีความ ประสงค์ที่จะเป็นอาสาสมัครช่วยเหลือผู้อื่น Omoto และ Snyder พบว่าปัจจัยของการเป็น อาสาสมัครหรือที่เรียกว่า “Dispositional Variables” มีดังนี้ (1) ลักษณะบุคลิกภาพ (Personality traits) ซึ่งได้แก่ ความเอื้อเฟื้อ (Altruistic) การช่วยเหลือ (Helping) เป็นต้น (2) ปัจจัยสาเหตุที่ ส่งผลให้บุคคลเกิดความต้องการที่จะเป็นอาสาสมัครช่วยเหลือผู้อื่น และ (3) การสนับสนุนทาง สังคม (Social Support) เช่น ครอบครัว เพื่อน เป็นต้น

(2) ขั้นเป็นอาสาสมัคร (Experiences) Omoto และ Snyder วิเคราะห์พบว่าความพึง พอใจ (Satisfaction) และความเพลิดเพลิน (Enjoy) จากการเป็นอาสาสมัคร และความรู้สึกที่ว่าตน เป็นส่วนหนึ่งขององค์กร (Organizational Integration) เป็นปัจจัยและตัวทำนายนายช่วงระยะเวลา (Duration) ของการเป็นอาสาสมัคร

(3) ผลของการเป็นอาสาสมัคร (Consequences) Omoto และ Snyder เสนอว่า ช่วงระยะเวลาของการเป็นอาสาสมัครเป็นผลมาจากเจตคติ (Attitude) ที่บุคคลมีต่อการเป็นอาสาสมัครที่เปลี่ยนไปจากเจตคติในขั้นก่อนเป็นอาสาสมัคร (Antecedents) และเจตคติในขั้นเป็นอาสาสมัคร (Experiences) ทำให้บุคคลอาจเกิดเจตคติทางบวก (Positive Attitude) ต่อการเป็นอาสาสมัคร (Antecedents) และเจตคติในขั้นเป็นอาสาสมัคร (Experiences) ทำให้บุคคลอาจเกิดเจตคติทางบวก (Positive Attitude) ต่อการเป็นอาสาสมัครและส่งผลให้บุคคลเป็นอาสาสมัครยาวนานขึ้น

นอกจากนี้ Omoto และ Snyder (1995) ได้เสนอแนวคิดการวิเคราะห์หน้าที่ (Functional Analysis Model) ซึ่งเป็นแนวคิดที่เสนอปัจจัยสาเหตุที่ส่งผลให้บุคคลเกิดความต้องการที่จะเป็นอาสาสมัครช่วยเหลือผู้อื่น (ซึ่งในงานวิจัยของ Omoto และ Snyder (1995) คือ อาสาสมัครดูแลผู้ป่วยโรคเอดส์ 6 ประการ ดังนี้

1. ปัจจัยด้านค่านิยม (Value) เกี่ยวกับการเอื้อเฟื้อและมนุษยธรรม
2. ปัจจัยด้านการเข้าใจ (Understanding) ได้แก่ ความต้องการประสบการณ์ใหม่และความต้องการเพิ่มพูนความรู้จากประสบการณ์ตรง
3. ปัจจัยด้านสังคม (Social) หมายถึง ความต้องการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น และความต้องการรางวัลทางสังคมและหลีกเลี่ยงการลงโทษทางสังคม
4. ปัจจัยด้านชุมชน (Community) หมายถึง ความรู้สึกที่ตนเป็นสมาชิกของชุมชนมีหน้าที่และความรับผิดชอบต่อส่วนรวม
5. ปัจจัยด้านการปกป้อง (Protection) หมายถึง การปกป้องตน (Ego) เพื่อมิให้เกิดความรู้สึกทางลบ (Negative Feeling) ต่อตนเอง และเพื่อลดความรู้สึกผิด (Guilty)
6. ปัจจัยด้านการเพิ่มพูน (Enhancement) หมายถึง การพัฒนาตน (Ego) เพื่อนำมาซึ่งความรู้สึกว่าตนมีคุณค่า (Self-esteem)

ทฤษฎีแนวคิดหน้าที่ (Functionalist Approach) เป็นการอธิบายกระบวนการของแรงจูงใจพื้นฐานเกิดจากเหตุผล วัตถุประสงค์ ความต้องการ และเป้าหมาย ที่ทำให้บุคคลแสดงพฤติกรรมส่วนบุคคลและพฤติกรรมทางสังคมออกมา ในมุมมองของนักจิตวิทยาากลุ่มหน้าที่นิยม (Functionalism) มองว่า บุคคลสามารถแสดงพฤติกรรมที่เหมือนกันโดยมีหน้าที่ทางจิตที่แตกต่างกัน ในกรณีของการศึกษาการอาสาสมัครนั้น หมายถึง บุคคลทำกิจกรรมอาสาสมัครโดยมีแรงจูงใจที่แตกต่างกัน และหน้าที่ที่อาสาสมัครได้รับจากการอาสาสมัครจากสภาพแวดล้อมในการอาสาสมัครจะทำให้เกิดพลวัตรในการเริ่มต้นและรักษาพฤติกรรมอาสาสมัครของบุคคลไว้ (Snyder, 2000 อ้างถึงใน อนุ เจริญวงศ์ระยับ, 2552)

เมื่อศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับแรงจูงใจอาสาตามกลยุทธ์หน้าที่ พบว่ามีการกำหนดหน้าที่ (Function) ไว้ 6 หน้าที่ ได้แก่ การให้คุณค่า (Value) การทำความเข้าใจ (Understanding) หน้าที่ การงาน (Career) การเข้าสังคม (Social) การปกป้องตนเอง (Protective) การสนองความต้องการ ของตน (Enhancement) (เคลรีและคณะ, 1998)

(1) การให้คุณค่า เป็นการอธิบายแรงจูงใจของการอาสาสมัครว่าเกิดมาจากบุคคลให้คุณค่ากับความรู้สึกเอื้อเฟื้อผู้อื่น (Altruistic motive) โดย Smith (1981 อ้างถึงใน อนุ เจริญวงศ์ รัชย์ 2552) ได้ให้ความหมายความเอื้อเฟื้อไว้ว่าเป็นแรงจูงใจของมนุษย์ที่แสดงถึงระดับของแรง ขยับของความพึงพอใจภายในหรือรางวัลทางจิตใจสำหรับความพยายามที่จะรักษาความสมดุล ความพึงพอใจภายในของบุคคลอื่นๆ โดยปราศจากความคาดหวังให้ผู้อื่นตอบแทนตนเองให้เกิด ความพึงพอใจกลับมา

(2) การทำความเข้าใจ เป็นการอธิบายแรงจูงใจของการอาสาสมัครว่าทำให้เกิดโอกาสให้ เกิดการเรียนรู้ใหม่ๆ และมีโอกาสที่จะได้ใช้ความรู้ ทักษะ และความสามารถที่มีอยู่ ซึ่งไม่สามารถ ไปฝึกหัดจากแหล่งอื่นได้ ยกตัวอย่างเช่นอาสาสมัครในสถาบันสุขภาพจะตั้งความหวังในการเป็น อาสาสมัครทำให้ตนเองได้รับประโยชน์ เช่น ได้พัฒนาตนเอง เกิดการเรียนรู้ และอื่นๆ ในชีวิตผ่าน การได้ทำงานบริการสังคม

(3) หน้าที่การงาน เป็นการอธิบายแรงจูงใจของการอาสาสมัครว่าทำให้มีโอกาสในการได้ ทำงานใหม่ หรือเป็นการรักษางานที่ตนเองกำลังทำอยู่

(4) การเข้าสังคม เป็นการอธิบายแรงจูงใจในการเป็นอาสาสมัครเพื่อสร้างความสัมพันธ์ กับผู้อื่น ผู้ที่มีแรงจูงใจในหน้าที่นี้มองว่าการเป็นอาสาสมัครทำให้ตนเองมีโอกาสอยู่ร่วมกับเพื่อน เพิ่มมากขึ้น หรือผู้ที่มีความสำคัญกับอาสาสมัครได้ทำกิจกรรมอาสาสมัครอยู่ก่อน และหากตนเอง เข้าร่วมการทำกิจกรรมด้วยแล้วจะสร้างความพึงพอใจให้กับผู้ที่มีความสำคัญกับตนเอง

(5) การปกป้องตนเอง หน้าที่นี้มีความเกี่ยวข้องกับอีโก้ (Ego) แรงจูงใจนี้ให้ความสนใจกับ การปกป้องเอกลักษณ์ต่อลักษณะทางลบของตนเอง ในกรณีของอาสาสมัครอาจเป็นการลด ความรู้สึกผิดที่มีโอกาสมากกว่าผู้อื่นและเพื่อค้นหาปัญหาที่มีอยู่ในตนเอง

(6) การสนองความต้องการของตน มีลักษณะที่แสดงถึงอีโก้ของอาสาสมัครเช่นเดียวกับการ ปกป้องตนเอง ที่มีลักษณะเป็นการปกป้องตนเองจากอารมณ์ทางลบ แต่การสนองความ ต้องการของตนเป็นลักษณะอารมณ์ทางบวก คือ ต้องการพัฒนาตนเอง ต้องการพัฒนาการเห็น คุณค่าแห่งตน (Self-esteem) เป็นต้น

การวัดแรงจูงใจอาสา เคลรีและคณะ (1998) ได้ทำการพัฒนาแบบวัดแรงจูงใจอาสา (Volunteers' Function Inventory: VFI) ขึ้น เป็นมาตรวัดประเมินค่า 7 ระดับ จำนวน 30 ข้อ เป็นการถามผู้ตอบแบบวัดว่า “จากจำนวนเหตุผล 30 ข้อนั้นแต่ละข้อมีความสำคัญกับคุณมากเท่าใด

ในการทำกิจกรรมอาสาสมัคร” ตั้งแต่ 1 (ไม่มีความสำคัญเลย) ถึง 7 (สำคัญมากที่สุด) เคลลี่และคณะได้ทำการศึกษาเพื่อแสดงหลักฐานว่าแบบวัด VFI ที่สร้างขึ้นมีความเที่ยงตรง โดยทำการศึกษากับกลุ่มตัวอย่างหลายกลุ่มตามหลักฐานความเที่ยงตรงที่ต้องการแสดง ทั้งอาสาสมัครในองค์กรต่างๆ นักศึกษา มหาวิทยาลัย และอาสาสมัครสูงอายุ

โดยเริ่มจากการตรวจสอบโครงสร้างของตัวแปรว่ามีองค์ประกอบจริงหรือไม่ โดยการวิเคราะห์ส่วนประกอบ (Principal Component Analysis) กับกลุ่มตัวอย่างอาสาสมัครในองค์กรต่างๆ จำนวน 467 คน พบว่า เมื่อใช้เกณฑ์ค่าไอเกนเกิน 1 และสกีพล็อตแล้วพบว่าจำนวนองค์ประกอบที่เหมาะสมกับข้อความ 30 ข้อที่สร้างขึ้นคือ 6 นอกจากนี้ยังมีการตรวจสอบอีกว่าลักษณะองค์ประกอบสามารถมีได้น้อยหรือมากกว่า 6 องค์ประกอบหรือไม่ คณะผู้วิจัยจึงทำการวิเคราะห์องค์ประกอบอีกครั้งโดยใช้วิธีสกัดองค์ประกอบแบบ Principal axis และหมุนแกนแบบมุมแหลม โดยกำหนดจำนวนองค์ประกอบเป็น 5 องค์ประกอบ และ 7 องค์ประกอบ พบว่า เมื่อกำหนดเป็น 5 องค์ประกอบ ข้อความในองค์ประกอบทำให้ การทำความเข้าใจ หน้าที่การทำงาน การเข้าสังคม มีลักษณะเหมือนกับโมเดล 6 องค์ประกอบ แต่องค์ประกอบการ ปกป้องตนเองและการสนองความต้องการมีสัมประสิทธิ์ร่วมเป็นองค์ประกอบเดียวกัน โดย ข้อความการสนองความต้องการจำนวน 1 ข้อยังคงมีค่าสัมประสิทธิ์สูงอยู่ในองค์ประกอบการทำงานทำความเข้าใจเหมือนเดิม และโมเดล 7 องค์ประกอบมีลักษณะองค์ประกอบเช่นเดียวกับโมเดล 6 องค์ประกอบ โดยมี 1 องค์ประกอบที่ไม่มีข้อความใดเลยที่มีค่าสัมประสิทธิ์สูงกว่าเกณฑ์ขั้นต่ำที่ตั้งไว้ หลังจากนั้นคณะผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันซ้ำอีกครั้งและพบว่าโมเดล 6 องค์ประกอบมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์เป็นอย่างดี (GFI=.91, NFI=.90, RMR=.057) เมื่อทดสอบความแตกต่างของค่าไคสแควร์แล้วพบว่าโมเดล 6 องค์ประกอบมีความกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ดีกว่าโมเดล 5 องค์ประกอบและไม่แตกต่างกับโมเดล 7 องค์ประกอบ ดังนั้นจึงสรุปได้ว่าโมเดล 6 องค์ประกอบที่ได้มีความชัดเจนค่อนข้างสูงว่ามีความเที่ยงตรงเชิงองค์ประกอบ

สำหรับค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นแบบความสอดคล้องภายในโดยวิธีอัลฟาของครอนบัก ในแต่ละองค์ประกอบได้แก่ การให้คุณค่า = .80 การทำความเข้าใจ = .81 หน้าที่การทำงาน = .89 การเข้าสังคม = .83 การปกป้องตนเอง = .81 การสนองความต้องการของตน = .84

2.4 จิตอาสาและสุขภาวะทางจิต

ศุภรัตน์ รัตนมุขย์ (2548) กล่าวไว้ว่า การมีจิตอาสาก่อให้เกิดประโยชน์กับทั้งตัวอาสาสมัครเองและสังคมส่วนรวม โดยตัวอาสาสมัครจะได้รับประโยชน์ ได้แก่

1. มีสภาวะทางอารมณ์และจิตใจที่มั่นคงขึ้น

2. รู้สึกตัวเองมีคุณค่าต่อสังคม มีความรู้สึกทางบวกต่อตนเอง ทั้งยังก่อให้เกิดน้ำใจ มีนิสัยชอบช่วยเหลือผู้อื่นด้วย
3. เพิ่มพูนความรู้และทักษะการทำงาน เป็นการเพิ่มศักยภาพในการทำงานต่อไปด้วย
4. ได้รับความสนุกสนาน ทำหายจากกิจกรรม
5. ผลการเรียนรู้ดีขึ้น เนื่องมาจากมีความสามารถในการจัดการเวลาและสิ่งรอบตัวได้มากยิ่งขึ้น
6. ได้มิตรภาพใหม่ๆจากเพื่อนที่ร่วมกิจกรรม ทั้งยังได้เปิดโลกทัศน์ให้กับตนเองอีกด้วย
7. เรียนรู้ที่จะให้ความเคารพแก่ผู้อื่น แม้จะมีฐานะ ทัศนคติ หรือพฤติกรรมที่แตกต่างกันออกไป แต่ก็รู้จักเข้าใจผู้อื่นตามที่เขาเป็น
8. พัฒนาตนในด้านภาวะความเป็นผู้นำ
9. มีความรับผิดชอบต่อสังคม เป็นพลเมืองที่ดีของชาติ

สรุป การมีจิตอาสา ก่อให้เกิดภาวะจิตใจที่มีความสุข มีศักยภาพในการจัดการสิ่งรอบตัว มีปฏิสัมพันธ์ต่อบุคคลรอบข้าง สามารถปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ต่างๆได้ ซึ่งเหล่านี้แสดงถึงการมีสุขภาวะทางจิตที่ดีด้วย

3. สุขภาวะทางจิต (Psychological Well-Being)

3.1 นิยามและขอบเขต

องค์การอนามัยโลก นิยามคำว่า “สุขภาพ” ไว้ว่าเป็น สุขภาวะที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย ทางจิตใจ ทางสังคม และจิตวิญญาณ

ผู้วิจัยได้สืบค้นความหมายของคำว่า ความผาสุกทางใจ สุขภาพจิต และสุขภาวะทางจิต พบว่ามีผู้ให้ความหมายไว้ ดังนี้

ความผาสุกทางใจ หมายถึง ภาวะจิตใจในช่วงเวลาหนึ่งในชีวิตของบุคคล ประกอบด้วย ความรู้สึกด้านบวก และความรู้สึกด้านลบ ของบุคคลที่แสดงออกมาสะท้อนอารมณ์ตน (Bradburn, 1969 อ้างถึงใน ปรียารวรรณ สุดจ่านงค์, 2552)

ความผาสุกทางใจ หมายถึง การรับรู้ของบุคคลถึงอารมณ์ ความรู้สึกของตนเองทั้งในด้านบวกและด้านลบ หากมีความรู้สึกด้านบวกมากก็就会有ความผาสุกทางใจ (Friedman และ King, 1994 อ้างถึงใน ปรียารวรรณ สุดจ่านงค์, 2552)

ความผาสุกทางใจ หมายถึง การมองสิ่งรอบตัวในแง่ดี มีพฤติกรรมที่แสดงออกถึงการมีคุณภาพชีวิตดี (Lawton, 1983 อ้างถึงใน ปรียารวรรณ สุดจำนงค์, 2552)

สุขภาพจิต หมายถึง การดำเนินชีวิตได้อย่างเป็นสุข มีสภาพจิตใจที่มีความสุข (โรงพยาบาลจิตเวชนครสวรรค์ราชชนครินทร์ กรมสุขภาพจิต, 2550)

สุขภาพจิต หมายถึง ชีวิตที่มีความสุข ซึ่งเป็นผลจากการมีความสามารถในการจัดการกับปัญหาในชีวิต มีศักยภาพในการพัฒนาตนเองเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีและความดีงามในจิตใจ ภายใต้สังคมที่เปลี่ยนแปลงไป (อภิชัย มงคล; วัชณี หัตถพนม; ภัสรา เศรษฐ์โชติศักดิ์; วรรณประภา ชลอรกุล; ละเอียด ปัญญาใหญ่; สุจิต สุวรรณชีพ, 2544)

สุขภาพจิต หมายถึง ภาวะที่ทั้งร่างกายและจิตใจมีความสุข (กายและจิตไม่สามารถแยกจากกันได้) โดยสิ่งแวดล้อมที่บุคคลอยู่อาศัยถือเป็นปัจจัยสำคัญ (นายแพทย์อภิสิทธิ์ อังระวงษ์, 2542 อ้างถึงใน อภิชัย มงคล และคณะ, 2544)

สุขภาวะทางจิต หมายถึง ภาวะจิตใจที่มีความสุข รื่นเริง ไหลลื่นไม่ติดขัด มีความเมตตา เห็นถึงความงามของสิ่งรอบตัว มีสติ มีสมาธิ มีปัญญา และไม่เห็นแก่ตัว (กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, 2554)

สุขภาวะทางจิต หมายถึง การแสดงความรู้สึกของตนต่อสถานการณ์ปัจจุบัน ซึ่งความรู้สึกที่แสดงออกมามีทั้งด้านบวกและด้านลบรวม 6 ด้าน โดยความรู้สึกสามารถเปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลา ขึ้นกับการรับรู้สุขภาวะทางจิตของแต่ละบุคคลด้วย (Dupuy, 1997 อ้างถึงใน สุรชา เศรษฐา, 2552)

สุขภาวะทางจิต หมายถึง ความรู้สึกมีความสุขเนื่องมาจากความพึงพอใจในชีวิต (Ryff, 1989; 1995)

จากความหมายของความผาสุกทางใจ สุขภาพจิต และสุขภาวะทางจิตจะเห็นได้ว่ามีทุกคำมีความหมายที่คล้ายคลึงกัน จึงอาจใช้คำเหล่านี้แทนกันได้ ในการวิจัยนี้ ผู้วิจัยขอใช้คำว่า “สุขภาวะทางจิต”

กล่าวโดยสรุป สุขภาวะทางจิต หมายถึง ภาวะอารมณ์ของบุคคลต่อสถานการณ์รอบตัวในขณะนั้น ซึ่งมีทั้งอารมณ์ทางบวกและอารมณ์ทางลบ โดยภาวะอารมณ์นี้สามารถเปลี่ยนแปลงได้ตลอด ขึ้นกับการรับรู้ของบุคคล

3.2 การประเมินสุขภาวะทางจิต

Lawton (1983 อ้างถึงใน ปรียารวรรณ สุดจำนงค์, 2552) แบ่งองค์ประกอบของ ความสุขทางใจ ออกเป็น 4 ประการ ดังนี้

1. ความรู้สึกทางลบ (Negative effect) ได้แก่ การมองโลกในแง่ร้าย วิตกกังวล ซึมเศร้า และภาวะบีบคั้นทางใจที่แสดงออกผ่านระบบประสาท
2. ความรู้สึกทางบวก (Positive effect) เป็นอารมณ์ที่แสดงออกถึงความพึงพอใจในระยะเวลานั้นๆ โดยไม่อาศัยเหตุผล
3. ความสุข เป็นความรู้สึกดีๆกับสิ่งที่ผ่านมาในชีวิต
4. การได้รับการตอบสนองความต้องการอย่างสอดคล้องกับความปรารถนา

โรงพยาบาลจิตเวชนครสวรรค์ราชชนครินทร์ กรมสุขภาพจิต (2550) ระบุว่า สุขภาพจิตจะดีเพียงไร สามารถดูได้จากสมรรถภาพของจิตใจในเรื่องต่างๆดังนี้

1. การกระชับมิตร คือ ความสามารถในการสร้างมิตรภาพที่ดีและรักษาความสัมพันธ์ไว้ได้ รวมถึง สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างเป็นสุข
2. พืชอุปสรรค คือ สามารถแก้ไขปัญหา ปรับตัว และก่อให้เกิดประโยชน์แก่สังคมได้ ท่ามกลางความเปลี่ยนแปลงไปของสังคม
3. รู้จักพอ คือยอมรับในสิ่งที่ตนมี ตนเป็นได้อย่างพอใจ

อภิชัย มงคล และคณะ (2544) ระบุว่า องค์ประกอบของสุขภาพจิตมี 4 องค์ประกอบ คือ

1. สภาพจิตใจ (Mental state) หมายถึง สภาวะจิตใจที่เป็นทุกข์หรือสุข การรับรู้ภาวะสุขภาพของตนเองด้านร่างกายซึ่งส่งผลกระทบต่อจิตใจและการเจ็บป่วยทางจิต
2. สมรรถภาพของจิตใจ (Mental capacity) หมายถึง ความสามารถในการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น และสามารถแก้ไขปัญหาในชีวิตได้ ดำรงชีวิตอย่างมีความสุข
3. คุณภาพของจิตใจ (Mental quality) หมายถึง ความดีงามของจิตใจที่จะดำเนินชีวิตอย่างเป็นประโยชน์แก่ตัวเองและสังคมได้
4. ปัจจัยสนับสนุน (Supporting factors) หมายถึง ปัจจัยที่มีส่วนช่วยให้บุคคลมีสภาพจิตใจที่ดี อันได้แก่ ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับคนในครอบครัว ชุมชน สังคม ความปลอดภัยทางร่างกาย ความมั่นคงในชีวิต การเข้าถึงบริการสาธารณสุขและการอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี

นายแพทย์อภิสิทธิ์ อังกรวรางกูร (2542) อ้างถึงใน อภิชัย มงคล และคณะ, (2544) ได้แบ่งองค์ประกอบของสุขภาพจิตออกเป็น 8 เรื่อง ดังนี้

1. ความสุขจากการที่มีความมั่นคงในชีวิตเช่น มีผู้ดูแลเมื่อเกิด แก่ เจ็บ ตาย รวมไปถึงการมีทรัพย์สิน

2. ความสุขจากการมีสุขภาพที่ดีทั้งกายและใจ

3. ความสุขจากการมีครอบครัวที่อบอุ่น ดูแลกัน

4. ความสุขจากการมีชุมชนที่เหนียวแน่น เข้มแข็ง

5. ความสุขจากการมีความภาคภูมิใจ มีลูกหลานที่สามารถพึ่งตนเองได้ และการมีความรู้ที่จะถ่ายทอดสู่ลูกหลานหรือผู้ที่สนใจ ความสุขจากการมีอิสรภาพ ทั้งในด้านการคิด การพูดและการกระทำ โดยไม่สร้างความเดือดร้อนแก่ผู้อื่น รวมถึงการไม่มีหนี้สิน

6. ความสุขจากการบรรลุธรรม หมายถึง การมีปัญญารู้เท่าทันความเปลี่ยนแปลงในตนเองและสิ่งแวดล้อม

7. มีสิ่งแวดล้อม ดิน น้ำ ป่า ต้นไม้ใหญ่

Ryff (1989 และ 1995) มีการแยกองค์ประกอบ สุขภาวะทางจิต ออกเป็น 6 องค์ประกอบ โดย

1. การยอมรับตนเอง (Self-acceptance) การพึงพอใจในตนเอง มีทัศนคติที่ดีต่อตัวเอง ทั้งในอดีตและปัจจุบัน มองตัวเองในทางบวก

2. ความงอกงามในตน (Personal Growth) ความรู้สึกว่าตนเติบโตและมีการพัฒนาทั้งร่างกายและจิตใจอย่างต่อเนื่อง มีการพัฒนาศักยภาพของตนอย่างสม่ำเสมอ

3. การมีจุดมุ่งหมายในชีวิต (Purpose in life) มีความมุ่งมั่นที่จะไปถึงเป้าหมาย เพื่อให้ชีวิตมีความหมายมากขึ้น

4. การมีสัมพันธภาพเชิงบวกกับผู้อื่น (Positive Relations with Others) การมีความสัมพันธ์ที่มีคุณภาพกับบุคคลอื่น มีความรักและมีมิตรภาพที่ดีแก่ผู้อื่น

5. ความสามารถในการจัดการกับสภาพแวดล้อม (Environmental Mastery) ความสามารถในการจัดการกับสถานการณ์และสภาพแวดล้อมรอบตัวให้สอดคล้องกับความต้องการของตนเองได้

6. การพึ่งพาตนเองได้ (Autonomy) ความสามารถในการตัดสินใจสิ่งต่างๆด้วยตนเองอย่างเป็นอิสระ สามารถเลือกสิ่งที่เหมาะสมที่สุดให้กับตนเองได้

Dupuy (1997 อ้างถึงใน สุรชา เศษฏา, 2552) ระบุองค์ประกอบของสุขภาวะทางจิตว่ามี 6 ด้าน ดังนี้

1. ความวิตกกังวล (Anxiety) คือ การไม่มั่นใจในสถานการณ์ที่เกิดขึ้น ทำให้มีอาการเครียด กลัว กระวนกระวายใจ และวิตกกังวลโดยมีการแสดงออกทางกายและอารมณ์

2. ภาวะซึมเศร้า (Depressed mood) คือ ความผิดปกติทางอารมณ์ จะมีอาการซึมเศร้า มัก ร่วมกับอาการเบื่ออาหาร นอนไม่หลับ อ่อนเพลีย ไม่สนใจกิจกรรมที่เคยชอบ เป็นต้น

3. สุขภาวะทางบวก (Sense of positive well-being) คือความรู้สึกทางบวก อาจสังเกตได้จากความพึงพอใจในชีวิต การรับรู้ความสุขในการดำเนินชีวิต

4. การควบคุมตนเอง (Self-Control) คือความสามารถในการควบคุมอารมณ์ ความคิด ความรู้สึกและพฤติกรรมของตนได้ เพื่อเผชิญกับปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ

5. ความมีชีวิตชีวา (Vitality) คือความรู้สึกสดชื่น เบิกบานใจ มีพลังในการทำสิ่งต่างๆ

6. ภาวะสุขภาพทั่วไป (General Health) คือ ภาวะความเจ็บป่วยของร่างกาย ที่ส่งผลกระทบต่อจิตใจ ทำให้ไม่มีความสุข

ในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยใช้แบบประเมินสุขภาวะทางจิตที่ดัดแปลงและพัฒนามาจาก Dupuy (1977) และ สุรชา เศษฏาธนาพร (2552) ประกอบด้วยข้อคำถาม 18 ข้อ แบ่งเป็นข้อคำถามทางบวก 7 ข้อ และข้อคำถามทางลบ 11 ข้อ

4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ณัฐธิดากร ศรีบริบูรณ์ (2550) ศึกษาการพัฒนาโมเดลเชิงสาเหตุของจิตอาสาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน พบว่าองค์ประกอบของจิตอาสา มี 3 องค์ประกอบ คือ 1) การช่วยเหลือผู้อื่น 2) การเสียสละต่อสังคม 3) ความมุ่งมั่นพัฒนา โดยแต่ละองค์ประกอบมีตัวชี้วัด ดังนี้คือ ด้านการช่วยเหลือ มีตัวชี้วัด 3 ตัว คือ การช่วยแนะนำสิ่งที่ถูกที่ควรแก่ผู้อื่น การอำนวยความสะดวกให้กับผู้อื่น และการแบ่งปันสิ่งของให้กับผู้อื่น ด้านการเสียสละต่อสังคม มีตัวชี้วัด 2 ตัวคือ การสละเงิน แรงกาย เพื่อผู้อื่นและ

สังคม การใช้เวลาและการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ต่อสังคม ด้านความมุ่งมั่นพัฒนา ตัวชี้วัด 2 ตัวคือ การสนใจในปัญหาและการเปลี่ยนแปลงพร้อมทั้งเสนอความคิดที่จะพัฒนาสังคม และการร่วมพัฒนากิจกรรมการเสริมสร้างจิตอาสาเพื่อสังคมอย่างสร้างสรรค์และหลากหลาย และพบว่าสภาพจิตอาสาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายมีอยู่ในระดับปานกลาง และเมื่อพิจารณาในแต่ละองค์ประกอบ พบว่าด้านการช่วยเหลือผู้อื่นมีระดับสูงมาก ส่วนด้านการเสียสละต่อสังคม และมุ่งมั่นพัฒนาอยู่ในระดับปานกลาง สำหรับตัวชี้วัดทั้ง 7 ตัว ตัวชี้วัดที่อยู่ในระดับสูงคือ การแนะนำสิ่งที่ถูกที่ควรแก่ผู้อื่น การใช้เวลาและการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ต่อสังคม และการร่วมพัฒนากิจกรรมการเสริมสร้างจิตอาสาเพื่อสังคมอย่างสร้างสรรค์และหลากหลาย โดยมีปัจจัยที่ส่งผลต่อจิตอาสา 6 ด้านคือ ด้านสังคม/ชุมชน ครอบครัว เพื่อน สื่อมวลชน โรงเรียน/ครู และนักเรียน และผลการพัฒนาโมเดลเชิงสาเหตุของจิตอาสาพบความสัมพันธ์กับข้อมูลเชิงประจักษ์

Musick และ Wilson (2003) ได้ทำการศึกษาผลของการทำงานอาสาสมัครกับความซึ่มเศร้า โดยศึกษาในบริบททางด้านจิตวิทยาและสังคม ในกลุ่มตัวอย่างอายุที่แตกต่างกัน คือกลุ่มที่มีอายุน้อยกว่า 65 ปีและกลุ่มที่มีอายุมากกว่า 65 ปี ผลการศึกษาได้จากข้อมูลที่แบ่งเก็บเป็น 3 ช่วง ปรากฏผลออกมาว่าการเป็นอาสาสมัครมีผลต่อการปรับตัวด้านความซึ่มเศร้าในอาสาสมัครทั้งด้านศาสนาและด้านที่ไม่เกี่ยวกับศาสนา โดยการทำงานอาสาสมัครทำให้มีระดับความซึ่มเศร้าต่ำในกลุ่มคนที่มีอายุมากกว่า 65 ปีขึ้นไปและพบว่าการเห็นคุณค่าในตนเองที่สูงขึ้น มีความเกี่ยวข้องกับการลดลงของอาการซึ่มเศร้าในทั้งสองกลุ่มอายุที่ต่างกัน และการอาสาสมัครที่เป็นกิจกรรมทางศาสนาจะมีความสัมพันธ์เชิงบวกต่อสุขภาพจิตมากกว่ากิจกรรมอาสาสมัครด้านอื่นๆในกลุ่มที่มีอายุสูงกว่า 65 ปี และ Wuthnow (1991 อ้างถึงใน Musick และ Wilson, 2003) กล่าวว่า การทำงานอาสาสมัครช่วยส่งเสริมสุขภาพจิตเนื่องจากเป็นกิจกรรมที่ช่วยเพิ่มการมองเห็นคุณค่าในตนเอง โดยได้ทำการศึกษาแล้วพบความสัมพันธ์ทางบวกระหว่างการทำงานอาสาสมัครและการเห็นคุณค่าในตนเอง

นอกจากนี้ งานวิจัยของ Borgonovi (2008) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความถี่ในการทำอาสาและการรายงานตนเองถึงสุขภาพและความสุข โดยเก็บจากกลุ่มตัวอย่าง 140 คน ที่เป็นอาสาสมัครตามจำนวนความถี่ที่ต่างกันและไม่ได้เป็นอาสาสมัคร ซึ่งนำข้อมูลการเข้าร่วมทำอาสาจาก องค์การ SCCBS ซึ่งเป็นองค์กรเก็บรวบรวมข้อมูลการเข้าร่วมทำการอาสาของนักศึกษาใน Harvard University พบว่าคนที่ทำอาสาสมัครรายงานถึงผลที่ดีกว่าคนที่ไม่ได้เป็นอาสาสมัครทั้งด้านสุขภาพและความสุข ซึ่งความสัมพันธ์นี้ไม่ได้เป็นผลจากความแตกต่างของสถานะทางสังคม แต่ผู้ที่เป็นอาสาสมัครมีแนวโน้มที่จะรายงานตนเองว่ามีความสุขไม่ว่าจะมีสถานะทางสังคมเป็นอย่างไร งานวิจัยที่เกี่ยวข้องพบว่า คนที่เป็นอาสาสมัครพึงพอใจกับสุขภาพกายและจิตที่ดี พวกเขาจะมีระดับอัตราการตายที่ต่ำ และมีแนวโน้มที่สูงต่อการมีสุขภาพดี

ผลการวิเคราะห์จากการศึกษานี้ พบว่า การทำอสาสามีสัมพันธ์ทางบวกอย่างสูงทั้ง สุขภาพและความสุข และยิ่งมีความถี่ในการทำอสาสามากขึ้นก็จะยิ่งสัมพันธ์กันยิ่งขึ้น คนที่ทำ การอสาสามีน้อยกว่า 1 ครั้งต่อเดือน มี ร้อยละ 4.5 ที่มีแนวโน้มจะรายงานว่าคุณภาพดีเยี่ยม และ ร้อยละ 7 มีแนวโน้มจะรายงานว่าคุณมีความสุขมาก ซึ่งมากกว่าพวกที่ไม่เข้าร่วมการทำอสาสามเลย พวกที่ทำ การอสาสามทุกเดือนหรือทุกสัปดาห์มี ร้อยละ 6 มีแนวโน้มที่จะรายงานตนเองว่าตนเองสุขภาพดี แต่ ความถี่ของการทำอสาสามที่มากกว่ารายสัปดาห์นั้นไม่ส่งผลที่มีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนในด้าน สุขภาพจิตพบว่าคนที่ทำอสาสามทุกเดือนแต่ไม่ถึงกับทำทุกสัปดาห์มี ร้อยละ 12 ที่มีแนวโน้มรายงาน ตนเองว่าคุณมีความสุข ส่วนพวกที่ทำอสาสามทุกสัปดาห์มี ร้อยละ 16 ที่รายงานตนเองว่าคุณมีความสุข มาก

Chambre (1984 อ้างถึงใน ธิดา ทองวิเชียร, 2550) ศึกษาผู้สูงอายุชาวอเมริกันที่ทำ กิจกรรมอสาสามัครเพื่อประโยชน์ของสังคม พบว่า ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมอสาสามัครมีสุข ภาวะทางจิต (Psychological Well-Being) ที่ดี เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงบทบาทใหม่ หลังจากการเกษียณ ซึ่งทำให้ผู้สูงอายุมีโอกาสได้ใช้เวลาว่างทำประโยชน์แก่สังคม มีปฏิสัมพันธ์ กับผู้อื่น สร้างความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองและรู้สึกได้รับการยอมรับจากสังคม ก่อให้เกิดความรู้สึกที่ดี มีความสุขในชีวิต นำไปสู่การมีสุขภาวะทางจิตที่ดีของผู้สูงอายุ

Bradburn (1969 อ้างถึงใน เสาวนีย์ สำนวน, 2545) ศึกษาพบว่า อายุมีความสัมพันธ์กับ สุขภาวะทางจิต โดยบุคคลที่มีอายุน้อยจะมีสุขภาวะทางจิตที่ดีกว่าบุคคลที่อายุมาก เนื่องจาก บุคคลที่อายุมากกว่าจะมีการคิด ไตร่ตรองต่อเรื่องต่างๆมากกว่าผู้ที่มีอายุน้อย ที่มักมีลักษณะการ คิดเร็ว ตัดสินใจเร็ว ใช้เวลาในการไตร่ตรองปัญหาไม่มาก นำไปสู่การมีสุขภาวะทางจิตที่ดีกว่า บุคคลที่มีอายุมาก

เกรียงศักดิ์ ผิวสุข (2550) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบและอัต มโนทัศน์ของวัยรุ่นตอนกลาง โดยที่นิยามอัตมโนทัศน์ว่าเป็นการมองตนเองเป็นภาพรวม สิ่งต่างๆ ที่เรากำลังคิดถึงตัวเอง ผู้ที่มีอัตมโนทัศน์สูงจะมีลักษณะเป็นคนที่มีเหตุผล ระวัง มองโลกในแง่ดี ชอบผจญภัย เพื่อนเยอะ ชอบสังสรรค์ ชอบกิจกรรมสังคม ส่วนผู้ที่มีอัตมโนทัศน์ต่ำจะมีลักษณะ เป็นคนที่ไม่ดีมีเหตุผล เศร้าหมอง ก้าวร้าว ท้อแท้ ซื่อๆ ตกใจง่าย มองโลกในแง่ร้าย ไม่ชอบอยู่กับ สังคม โดยงานวิจัยนี้เก็บกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 200 คน และนำมาหาค่าทางสถิติด้วยวิธีใช้สถิติ ทดสอบหาค่าสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Correlation) เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่าง บุคลิกภาพห้าองค์ประกอบและอัตมโนทัศน์ พบว่า บุคลิกภาพด้านห้วนใจมีความสัมพันธ์เชิงลบ กับอัตมโนทัศน์ด้านสังคม และยังมีสัมพันธ์เชิงลบกับอัตมโนทัศน์โดยรวม

Gutierrez, Jimenez, Hernandez และ Puente (2005) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง บุคลิกภาพห้าองค์ประกอบ กับ สุขภาวะทางจิต กับ ตัวแปรทางด้านประชากร โดยเก็บกลุ่ม

ตัวอย่างเป็นผู้ที่ทำงานด้านพยาบาลจำนวน 236 คน เป็นเพศชาย 32 คน (13.6%) และเพศหญิง 204 คน (86.4%) ในช่วงอายุที่ต่างกัน โดยเฉลี่ยที่ 35 ปี ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 8 โดยเป็นผู้ที่สมรสแล้ว 171 คน (72.5%) ผลการวิจัยจากการหาค่าสหสัมพันธ์พบว่า บุคลิกภาพด้านการแสดงตัว บุคลิกภาพด้านการเปิดรับประสบการณ์ บุคลิกภาพด้านประนีประนอม และบุคลิกภาพด้านการมีจิตสำนึก มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาวะทางจิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนบุคลิกภาพด้านหวั่นไหวพบว่ามีสหสัมพันธ์ทางลบกับสุขภาวะทางจิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติเช่นกัน และในการใช้วิธีสถิติการถดถอยเพื่อทำนายสุขภาวะทางจิตโดยมีตัวแปรต้นคือตัวแปรด้านประชากร พบว่าปัจจัยทางด้านอายุ และ ปัจจัยทางด้านสถานะสมรส สามารถอธิบายการมีสุขภาวะทางจิตได้ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบ จิตอาสา และสุขภาวะทางจิต ในนิสิตนักศึกษาในระดับปริญญาตรี

สมมติฐานการวิจัย

1. บุคลิกภาพด้านแสดงตัว (Extraversion) ด้านเปิดรับประสบการณ์ (Openness to experience) ด้านมีจิตสำนึก (Conscientiousness) และด้านประนีประนอม (Agreeableness) มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับจิตอาสา
2. บุคลิกภาพด้านหวั่นไหว (Neuroticism) มีสหสัมพันธ์ทางลบกับจิตอาสา
3. บุคลิกภาพด้านแสดงตัว (Extraversion) ด้านเปิดรับประสบการณ์ (Openness to experience) ด้านมีจิตสำนึก (Conscientiousness) และด้านประนีประนอม (Agreeableness) มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาวะทางจิต
4. บุคลิกภาพด้านหวั่นไหว (Neuroticism) มีสหสัมพันธ์ทางลบกับสุขภาวะทางจิต
5. จิตอาสา (Volunteerism) มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาวะทางจิต (Psychology Well-being)
6. บุคลิกภาพด้านแสดงตัว (Extraversion) ด้านเปิดรับประสบการณ์ (Openness to experience) ด้านมีจิตสำนึก (Conscientiousness) ด้านประนีประนอม (Agreeableness) บุคลิกภาพด้านหวั่นไหว (Neuroticism) และจิตอาสาร่วมกันทำนายสุขภาวะทางจิตของนิสิต นักศึกษาปริญญาตรีได้

ขอบเขตของงานวิจัย

1. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาคั้งนี้ ได้แก่ นิสิตที่กำลังศึกษาระดับปริญญาตรี

ตั้งแต่ปี 1 – 4 ในจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

2. ตัวแปรที่ใช้ในงานวิจัย

- ตัวแปรต้น คือ 1.บุคลิกภาพห้าองค์ประกอบ

2. จิตอาสา

- ตัวแปรตาม คือ สุขภาวะทางจิต

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

1.บุคลิกภาพตามแนวคิดบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบของ Costa และ McCrae (1992)

ซึ่งประกอบด้วย

1.1 บุคลิกภาพด้านแสดงตัว (Extraversion) คือบุคคลที่มีการแสดงออกทางสังคมที่เหมาะสม มีอารมณ์ทางด้านบวก ช่างพูดช่างคุย มีความกระตือรือร้น ชอบสังคม

1.2 บุคลิกภาพด้านเปิดรับประสบการณ์ (Openness to experience) คือบุคคลที่มีการเปิดกว้างต่อประสบการณ์ต่างๆ มีค่านิยมทางด้านความช่างคิด ใจกว้าง มีความคิดสร้างสรรค์ (Creative) มีจินตนาการ (Imaginative) ชอบความหลากหลาย (Prefer variety)

1.3 บุคลิกภาพด้านมีจิตสำนึก (Conscientiousness) คือบุคคลที่มีความรอบคอบ มีระเบียบ ความมุ่งมั่นต่อความสำเร็จ มีความสามารถ (Competence) มีระเบียบแบบแผน (Order) มีความเคารพ เชื่อฟัง (Dutifulness) มีความพยายามเพื่อความสำเร็จ (Achievement striving) มีความรับผิดชอบ (Responsible) มีความสุขุม รอบคอบ (Deliberation) และรักษาวินัยในตนเอง (Self-discipline)

1.4 บุคลิกภาพด้านประนีประนอม (Agreeableness) คือบุคคลที่มีความเป็นมิตร ยอมรับผู้อื่น หลีกเลี่ยงการสร้าง ความเกลียดชัง องค์ประกอบด้านการยอมรับผู้อื่นนี้ ประกอบไปด้วย ความไว้วางใจ (Trust) มีความซื่อตรง ตรงไปตรงมา (Straightforwardness) เห็นแก่ประโยชน์ของคนอื่น (Altruism) การยอมรับผู้อื่น (Compliance) ถ่อมตน (Modesty) ความตั้งใจให้ความช่วยเหลือ (Tender mindedness)

1.5 บุคลิกภาพด้านหวั่นไหว (Neuroticism) คือบุคคลที่มีอารมณ์ทางด้านลบบ่อยครั้ง เช่น ความวิตกกังวล ความรู้สึกไม่ปลอดภัย มีสภาวะอารมณ์ที่ไม่มั่นคงที่

ทั้งนี้บุคลิกภาพห้าองค์ประกอบในงานวิจัยครั้งนี้คือค่าคะแนนจากแบบวัดบุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบ พัฒนาโดย ขวัญเรือน แสงจีน (2546)

2. จิตอาสา หมายถึง ความสำนึกคิดของนิสิตที่มีต่อสังคม และผู้อื่น ที่ตั้งใจจะเข้าไปมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมต่างๆที่จัดโดยมหาวิทยาลัยและองค์กรภายนอก ทั้งการให้ความช่วยเหลือผู้อื่น แบ่งปันและเอาใจใส่เพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อสังคม เป็นการกระทำด้วยความสมัครใจแม้จะต้องสละทรัพย์สิน สิ่งของ เวลา และร่างกาย โดยไม่หวังผลตอบแทนใดๆ ทั้งนี้จิตอาสาในงานวิจัยครั้งนี้คือค่าคะแนนจากแบบวัดแรงจูงใจอาสา ตามแนวคิดของ เคลลี่และคณะ (1998)

3. แรงจูงใจอาสา (Volunteer Motivation) หมายถึง กลุ่มของสาเหตุที่ทำให้อาสาสมัครมีความต้องการที่จะทำกิจกรรมอาสาสมัคร จำนวน 6 สาเหตุ ได้แก่

3.1 การให้คุณค่า หมายถึง ความต้องการให้บุคคลอื่นได้รับผลประโยชน์โดยไม่หวังสิ่งตอบแทนใดๆ

3.2 การทำความเข้าใจหมายถึง การทำกิจกรรมอาสาสมัครเพื่อต้องการเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ มีโอกาสที่จะได้ใช้ความรู้ ทักษะและความสามารถที่มีอยู่

3.3 หน้าที่การงาน หมายถึง การทำกิจกรรมอาสาสมัครเพื่อสร้างโอกาสด้านการทำงาน สร้างโอกาสในการเรียนเพิ่มมากขึ้น

3.4 การเข้าสังคม หมายถึง การทำกิจกรรมอาสาสมัครเพื่อต้องการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น สร้างโอกาสอยู่ร่วมกับผู้อื่นเพิ่มมากขึ้น หรือสร้างความพึงพอใจให้กับผู้ที่มีความสำคัญกับตนเอง

3.5 การปกป้องตนเอง หมายถึง การทำกิจกรรมอาสาสมัครเพื่อลดหรือหลีกเลี่ยงความรู้สึกผิดของตนเอง

3.6 การสนองความต้องการของตนหมายถึง การทำกิจกรรมอาสาสมัครเพื่อสร้างความรู้สึกทางบวกให้กับตนเอง แรงจูงใจอาสาสามารถวัดได้จากแบบวัดที่ผู้วิจัยพัฒนามาจากแบบวัดของเคลลี่และคณะ (1998)

4. สุขภาวะทางจิต หมายถึง ภาวะอารมณ์ของบุคคลต่อสถานการณ์รอบตัวในขณะนั้น ซึ่งมีทั้งอารมณ์ทางบวกและอารมณ์ทางลบ โดยภาวะอารมณ์นี้สามารถเปลี่ยนแปลงได้ตลอด ขึ้นกับการรับรู้ของบุคคล ซึ่งการมีสุขภาวะทางจิตที่ดี จะสามารถวัดได้โดยการดัดแปลงและพัฒนามาตรวัดสุขภาวะทางจิตตามแนวคิดของ Dupuy (1997)

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เพื่อทราบความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบ จิตอาสา และ สุขภาวะทางจิตของนิสิตนักศึกษา
2. เพื่อเป็นแนวทางในการกระตุ้นให้นิสิตนักศึกษาเกิดการตระหนักในการมีจิตอาสาและเห็นคุณค่าในการทำประโยชน์เพื่อสังคม ตลอดจนการมีสุขภาวะทางจิตที่ดี

บทที่ 2

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสหสัมพันธ์ (Correlational Research) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบ จิตอาสา และสุขภาวะทางจิตของนิสิต นักศึกษาระดับปริญญาตรี โดยมีรายละเอียดการดำเนินการวิจัยดังนี้

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นิสิตระดับปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 400 คน คณะผู้วิจัยกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยคำนึงถึงข้อตกลงเบื้องต้นของการวิเคราะห์ถดถอยแบบพหุคูณที่กำหนดเกณฑ์ไว้ว่าตัวแปรต้น 1 ตัว ควรมีการสุ่มตัวอย่างอย่างน้อย 20 คน (Hair, Black, Babin, และ Anderson, 2009) ซึ่งในงานวิจัยนี้มีตัวแปรต้น 6 ตัว คือ บุคลิกภาพ 5 ด้าน จิตอาสา และสุขภาวะจึงต้องการกลุ่มตัวอย่างอย่างน้อย 120 คน แต่คณะผู้วิจัยเลือกใช้จำนวนกลุ่มตัวอย่าง 400 คน เพื่อเพิ่มอำนาจทางสถิติในการวิเคราะห์ และโดยใช้วิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบตามสะดวก (Convenient Sampling)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบวัดบุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบ แบบวัดจิตอาสา และแบบวัดสุขภาวะทางจิต ดังมีรายละเอียดต่อไปนี้

1. แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป ได้แก่ อายุ เพศ ระดับการศึกษา คณะ ประสบการณ์การทำกิจกรรมอาสา ประสบการณ์การเป็นสมาชิกชมรมอาสา เป็นข้อคำถามแบบเลือกตอบและเติมคำตอบ

2. แบบวัดบุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบ

มาตรวัดบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบเป็นแบบวัดที่ใช้เพื่อประเมินลักษณะบุคลิกภาพของบุคคลซึ่งเป็นลักษณะเฉพาะตัวของแต่ละบุคคลเอง ซึ่งทฤษฎีบุคลิกภาพตามแนวคิดบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบของ Costa และ McCrae (1992) ประกอบด้วยองค์ประกอบ 5 มิติดังนี้

1) มิติด้านการแสดงตัว (Extraversion) คือบุคคลที่มีการแสดงออกทางสังคมที่เหมาะสม มีอารมณ์ทางด้านบวก ช่างพูดช่างคุย มีความกระตือรือร้น ชอบสังคม

2) มิติด้านการเปิดรับประสบการณ์ (Openness to experience) คือบุคคลที่มีการเปิดกว้างต่อประสบการณ์ต่างๆ มีค่านิยมทางด้านความช่างคิด ใจกว้าง มีความคิดสร้างสรรค์ (Creative) มีจินตนาการ (Imaginative) ชอบความหลากหลาย (Prefer variety)

3) มิติด้านการมีจิตสำนึก (Conscientiousness) คือบุคคลที่มีความรอบคอบ มีระเบียบ ความมุ่งมั่นต่อความสำเร็จ มีความสามารถ (Competence) มีระเบียบแบบแผน (Order) มีความเคารพ เชื่อฟัง (Dutifulness) มีความพยายามเพื่อความสำเร็จ (Achievement striving) มีความรับผิดชอบ (Responsible) มีความสุขุม รอบคอบ (Deliberation) และรักษาวินัยในตนเอง (Self-discipline)

4) มิติด้านความประนีประนอม (Agreeableness) คือบุคคลที่มีความเป็นมิตร ยอมรับผู้อื่น หลีกเลี่ยงการสร้างความเกลียดชัง องค์ประกอบด้านการยอมรับผู้อื่นนี้ ประกอบไปด้วย ความไว้วางใจ (Trust) มีความซื่อตรง ตรงไปตรงมา (Straightforwardness) เห็นแก่ประโยชน์ของคนอื่น (Altruism) การยอมรับผู้อื่น (Compliance) ถ่อมตน (Modesty) ความตั้งใจให้ความช่วยเหลือ (Tender mindedness)

5) มิติด้านความหวั่นไหว (Neuroticism) คือบุคคลที่มีอารมณ์ทางด้านลบบ่อยครั้ง เช่น ความวิตกกังวล ความรู้สึกไม่ปลอดภัย มีสภาวะอารมณ์ที่ไม่มั่นคงที่

แบบวัดชุดนี้ผู้วิจัยได้พัฒนาโดยใช้เอกสารมาตรฐานวัดจากงานวิจัยของ ขวัญเรือน แสงเงิน (2545) ซึ่งได้พัฒนามาตรวัดมาจากแนวคิดของ Costa และ McCrae (2535) โดยใช้วิธีวิเคราะห์องค์ประกอบจากมาตรวัดจำนวน 150 ข้อ เป็นมาตรวัดจำนวน 50 ข้อ โดยตัวมาตรวัดแบ่งเป็นข้อกระทงทางบวกจำนวน 33 ข้อ และข้อกระทงทางลบจำนวน 17 ข้อ แต่ละมิติมีข้อกระทงที่เกี่ยวข้องมิติละ 10 ข้อ

1) บุคลิกภาพด้านหวั่นไหว (Neuroticism) มีข้อกระทงที่เกี่ยวข้องคือข้อ 1, 6, 11, 16, 21, 26, 31, 36, 41 และ 46

บุคคลที่ได้คะแนนด้านนี้สูงจะมีลักษณะ มีความวิตก (Worrying) เต็มไปด้วยอารมณ์ความรู้สึก (Emotional) มีความอ่อนแอไม่มั่นคง (Vulnerable) มีความวิตกกังวล (Anxious)

บุคคลที่ได้คะแนนด้านนี้ต่ำจะมีลักษณะ ใจเย็น สงบ (Clam) ไม่มีอารมณ์ความรู้สึก (Unemotional) เข้มแข็ง (Hardy) ควบคุมตนเองได้ (Self-controlled) มีความพึงพอใจในตนเอง (Sense of well-being)

2) บุคลิกภาพด้านแสดงตัว (Extraversion) มีข้อกระทงที่เกี่ยวข้องคือข้อ 2, 7, 12, 17, 22, 27, 32, 37, 42 และ 47

บุคคลที่มีคะแนนด้านนี้สูง จะมีลักษณะช่างพูดช่างคุย (Talkative) เต็มไปด้วยความรู้สึก (Passionate) กระตือรือร้น (Active) มีลักษณะเด่น (Dominant) ชอบสังคม พบปะสังสรรค์ (Social)

บุคคลที่มีคะแนนด้านนี้ต่ำ จะมีลักษณะ เงียบขรึม (Quiet) ไร้ความรู้สึก (Unfeeling) เฉื่อยชา (Passive)

3) บุคลิกภาพด้านเปิดรับประสบการณ์ (Openness to experience) ข้อกระทงที่เกี่ยวข้องคือข้อ 3, 8, 13, 18, 23, 28, 33, 38, 43 และ 48

บุคคลที่ได้คะแนนด้านนี้สูงจะมีลักษณะ มีความคิดสร้างสรรค์ (Creative) มีจินตนาการ (Imaginative) ชอบความหลากหลาย (Prefers variety)

บุคคลที่ได้คะแนนด้านนี้ต่ำจะมีลักษณะไม่มีความคิดสร้างสรรค์ (Uncreative) มีลักษณะติดดิน (Down-to-earth) ชอบสิ่งที่เป็นปกติเป็นประจำ (Prefers routine)

4) บุคลิกภาพด้านประนีประนอม (Agreeableness) ข้อกระทงที่เกี่ยวข้องคือข้อ 4, 9, 14, 19, 24, 29, 34, 39, 44 และ 49

บุคคลที่ได้คะแนนด้านนี้สูง จะมีลักษณะ มีนิสัยดี (Good-natured) ใจดีอ่อนโยน (Soft-hearted) เชื่อถือไว้วางใจได้ (Trusting)

บุคคลที่ได้คะแนนด้านนี้ต่ำ จะมีลักษณะ หงุดหงิด ฉุนเฉียว (Irritable) ชอบความรุนแรง ไม่มีเมตตา (Ruthless) ไม่น่าไว้วางใจ น่าสงสัย (Suspicious)

5) บุคลิกภาพด้านมีจิตสำนึก (Conscientiousness) ข้อกระทงที่เกี่ยวข้องคือข้อ 5, 10, 15, 20, 25, 30, 35, 40 และ 45

บุคคลที่ได้คะแนนด้านนี้สูงจะมีลักษณะ มีสติรอบคอบ (Conscientious) ทำงานหนัก (Hardworking) มีความทะเยอทะยาน (Ambitious) มีความรับผิดชอบ (Responsible)

บุคคลที่ได้คะแนนด้านนี้ต่ำจะมีลักษณะ ขาดความระมัดระวัง ไม่เอาใจใส่ (Negligent) เกียจคร้าน (Lazy) ไม่มีจุดหมาย (Aimless) ไม่มีความรับผิดชอบ (Irresponsible)

มีข้อกระทงที่ต้องกลับคะแนนคือข้อ 1, 4, 5, 10, 11, 12, 15, 24, 29, 30, 32, 35, 37, 42, 46, 47 และ 50

ในการตรวจสอบคุณภาพของมาตรครั้งแรก ขวัญเรือน แสงจัน (2545) นำไปศึกษาในกลุ่มตัวอย่างพบว่ามีความสัมพันธ์อัลฟาของครอนบาคของแต่ละด้านมีดังนี้

$N = 0.72$, $E = 0.77$, $A = 0.65$, $C = 0.78$, $O = 0.68$

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ตรวจสอบค่าความเที่ยงแบบสอดคล้องภายใน (Internal Consistency Reliability) จากข้อกระทงจำนวน 50 ข้อ ผ่านการทดสอบจำนวน 48 ข้อ โดยแบ่งเป็นมาตรวัดบุคลิกภาพด้านหวั่นไหว จำนวน 9 ข้อ, มาตรวัดบุคลิกภาพด้านแสดงตัว จำนวน 10 ข้อ, มาตรวัดบุคลิกภาพด้านเปิดรับประสบการณ์ จำนวน 10 ข้อ, มาตรวัดบุคลิกภาพด้านประนีประนอม จำนวน 9 ข้อ และมาตรวัดบุคลิกภาพด้านจิตสำนึก จำนวน 10 ข้อ รวมเป็น 48 ข้อ

3. แบบวัดแรงจูงใจอาสา

แบบวัดแรงจูงใจอาสาเป็นแบบการวัดเกี่ยวกับสาเหตุที่จูงใจให้บัณฑิตนักศึกษาร่วมทำกิจกรรม แบ่งเป็น 6 องค์ประกอบ ได้แก่ 1. การให้คุณค่า คือการทำกิจกรรมอาสาสมัครเพื่อต้องการให้บุคคลอื่นได้รับผลประโยชน์ 2. การทำความเข้าใจ คือการทำเพื่อต้องการเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ 3. หน้าที่การงาน คือเพื่อหาโอกาสด้านการทำงานในด้านใหม่ 4. การเข้าสังคม คือทำเพื่อสร้างสัมพันธ์กับบุคคลอื่น 5. การปกป้องตนเอง เพื่อลดความรู้สึกผิดของตนเอง 6. การสนองความต้องการของตน คือเพื่อสร้างความรู้สึทางบวกให้กับตนเอง ซึ่งวัดจากแบบวัดที่ผู้วิจัยดัดแปลงมาจากแบบวัดแรงจูงใจอาสา (Volunteers' Function Inventory: VFI) ของ เคลรีและคณะ (1998) จำนวน 30 ข้อ โดยมีค่าชี้แจงในการทำแบบวัดว่าให้ระบุระดับความสำคัญเกี่ยวกับสาเหตุจูงใจให้บัณฑิตนักศึกษาเข้าร่วมการทำกิจกรรมอาสาสมัคร

ลักษณะแบบวัดเป็นมาตรประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

น้อยมากหรือไม่สำคัญเลย	1	คะแนน
สำคัญน้อย	2	คะแนน
สำคัญปานกลาง	3	คะแนน
สำคัญมาก	4	คะแนน
สำคัญที่สุด	5	คะแนน

ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 30 ข้อ เป็นข้อคำถามเชิงบวกทั้งหมด ตัวอย่างข้อกระทง เช่น “ฉันเป็นห่วงคนเหล่านั้นที่เจอเรื่องเลวร้ายกว่าฉัน” หรือ “การเป็นอาสาสมัครทำให้ฉันรู้สึกว่าคุณเป็นคนสำคัญ” เป็นต้น

ในการตรวจสอบคุณภาพของมาตรวัดครั้งแรก เคลลี่และคณะ (1998) นำไปศึกษาในกลุ่มตัวอย่างโดยทำการศึกษากับกลุ่มตัวอย่างหลายกลุ่มทั้งอาสาสมัครในองค์กรต่างๆ นักศึกษา มหาวิทยาลัยและอาสาสมัครสูงอายุ พบว่าค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นแบบความสอดคล้องภายในโดยวิธีอัลฟาของครอนบาคในแต่ละองค์ประกอบได้แก่ การให้คุณค่า = .80 การทำความเข้าใจ = .81 หน้าที่การงาน = .89 การเข้าสังคม = .83 การปกป้องตนเอง = .81 การสนองความต้องการของตน = .84

3.1 ขั้นตอนในการพัฒนามาตรวัด

ผู้วิจัยได้นำมาตรวัดแรงจูงใจอาสาของ เคลลี่และคณะ (1998) ประกอบไปด้วยข้อคำถามจำนวน 30 ข้อ แบ่งเป็นองค์ประกอบ 6 ด้านด้านละ 5 ข้อ มาทำการแปลแล้วนำไปวัดหาความตรงตามภาวะสันนิษฐาน (Construct Validity) โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่านพิจารณาตรวจสอบความถูกต้องในเนื้อหาแต่ละข้อกระทง รวมทั้งการใช้ภาษาและการเรียบเรียงคำ จากนั้นนำมาตรึงที่ได้ไปลองใช้ (Try out) กับกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจริงจำนวน 60 คน เมื่อนำมาตรวัดที่ผ่านการทดลองใช้มาวิเคราะห์หาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างรายข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆทั้งหมด (Corrected Item-Total Correlation: CITC) กับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 60 คน โดยกำหนดเกณฑ์ในการผ่านค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์รายข้อโดยยึดค่าวิกฤต (Critical r) ที่ระดับนัยสำคัญ .05 โดยตัดข้อกระทงที่มีค่าสหสัมพันธ์ระหว่างรายข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆทั้งหมดที่ต่ำกว่าระดับนัยสำคัญทางสถิติออก และคำนวณหาค่าความเที่ยง (Reliability) ด้วยวิธีความสอดคล้องภายใน (Internal Consistency) โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) .896 และพบว่าข้อกระทงทั้ง 30 ข้อนั้นผ่านหมดทุกข้อ

4. แบบวัดสุขภาวะทางจิต

มาตรวัดสุขภาวะทางจิต เป็นมาตรวัดระดับสุขภาวะทางจิตของบุคคล โดยผู้วิจัยเลือกใช้มาตรวัดสุขภาวะทางจิตของ สุรชา เศษฐานาพร (2552) ซึ่งได้พัฒนามาตรวัดมาจากแนวความคิดของ Dupuy (1977) และมาตรวัดของ ภณิดา ชนวิทยาสิทธิกุล และสุภาพรรณ โคตรจรัส (2548) ซึ่งแปลและพัฒนามาตรวัดสุขภาวะทางจิตมาจากแนวความคิดของ Dupuy (1977) มาประกอบกัน

มาตรวัดสุขภาวะทางจิต มีข้อคำถามทั้งหมด 18 ข้อ แบ่งออกเป็นข้อกระทงทางบวก 7 ข้อ และข้อกระทงทางลบ 11 ข้อ ซึ่งมาตรวัดสุขภาวะทางจิตนี้จะวัดความรู้สึกทั้งหมด 6 ด้าน คือ

- ด้านความวิตกกังวล 4 ข้อ ได้แก่ ข้อ 2, 5, 8 และ 16
- ด้านความซึมเศร้า 3 ข้อ ได้แก่ ข้อ 4, 12 และ 18
- ด้านความรู้สึกทางบวก 3 ข้อ ได้แก่ ข้อ 1, 6 และ 11
- ด้านการควบคุมตนเอง 3 ข้อ ได้แก่ ข้อ 3, 7 และ 13
- ด้านความมีชีวิตชีวา 3 ข้อ ได้แก่ ข้อ 9, 14 และ 17
- ด้านสุขภาพทั่วไป 2 ข้อ ได้แก่ ข้อ 10 และ 15

มาตรวัดสุขภาวะทางจิตในการศึกษาครั้งนี้มีลักษณะแบบวัดเป็นมาตรประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ มีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

ข้อคำถามทางบวก

เป็นประจำหรือเกือบตลอดเวลา	5	คะแนน
บ่อยมาก	4	คะแนน
บ่อยปานกลาง	3	คะแนน
น้อย	2	คะแนน
น้อยมากหรือไม่มีเลย	1	คะแนน

ข้อคำถามทางลบ

เป็นประจำหรือเกือบตลอดเวลา	1	คะแนน
บ่อยมาก	2	คะแนน
บ่อยปานกลาง	3	คะแนน
น้อย	4	คะแนน
น้อยมากหรือไม่มีเลย	5	คะแนน

ในการตรวจสอบคุณภาพของมาตร สุรชา เศษภูวนาพร (2552) นำไปศึกษาในกลุ่มตัวอย่างพนักงานบริษัทในเขตกรุงเทพฯและปริมณฑล จำนวน 62 คนที่มีความคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างจริง พบว่ามีค่าสัมประสิทธิ์อัลฟ่าของครอนบัค (Cronbach's Alpha Coefficient) รวมทั้งฉบับเท่ากับ .947 และมีค่าความเที่ยงในแต่ละองค์ประกอบ ดังนี้ ด้านความวิตกกังวล .913 ด้าน

ความเข้มเศร้า .961 ด้านความรู้สึกทางบวก .766 ด้านการควบคุมตนเอง .852 ด้านความมีชีวิตชีวา .902 และด้านสุขภาพทั่วไป .892 (สุรชา เศษฏาธนาพร, 2552)

การวิจัยครั้งนี้เมื่อผู้วิจัยได้ตรวจสอบหาค่าความเที่ยงแบบสอดคล้องภายใน (Internal Consistency Reliability) จากข้อกระทงจำนวน 18 ข้อ พบว่านำไปใช้ได้ทั้ง 18 ข้อ และมีค่าสัมประสิทธิ์แบบอัลฟาของครอนบาค เท่ากับ .884

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้วิธีแจกแบบสอบถาม จำนวน 400 ชุด ให้กับนิสิตระดับปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โดยใช้ 2 วิธีการในการเก็บแบบสอบถาม คือ วิธีที่หนึ่ง ใช้การเก็บแบบสอบถามโดยขอความร่วมมือจากชมรมอาสาและบำเพ็ญประโยชน์ต่างๆภายในมหาวิทยาลัย ในการแจกแบบสอบถามให้แก่สมาชิกของชมรม และวิธีที่สอง คือ การเก็บกลุ่มตัวอย่างแบบสุ่ม จากนิสิตระดับชั้นปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ทั้งนี้ผู้วิจัยคัดเลือกเฉพาะแบบสอบถามชุดที่มีความสมบูรณ์เท่านั้นในการนำมาวิเคราะห์ข้อมูล ส่วนแบบสอบถามที่ไม่สมบูรณ์ คือ ตอบไม่ครบทุกข้อ จะไม่นำมาใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติในการคำนวณและวิเคราะห์ค่าต่างๆดังต่อไปนี้

1. วิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของกลุ่มตัวอย่าง โดยจำแนกตามลักษณะปัจจัยส่วนบุคคล

2. วิเคราะห์ใช้สถิติอ้างอิง ได้แก่

2.1 การวิเคราะห์หาค่าสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ระหว่างตัวแปรลักษณะ

บุคลิกภาพด้านการแสดงตัว ลักษณะบุคลิกภาพด้านการเปิดรับประสบการณ์ ลักษณะบุคลิกภาพด้านมีจิตสำนึก ลักษณะบุคลิกภาพด้านประนีประนอม ลักษณะบุคลิกภาพด้านห่วงใย จิตอาสา และสุขภาวะทางจิต

2.2 การวิเคราะห์ถดถอย เพื่อทดสอบว่าบุคลิกภาพด้านแสดงตัว บุคลิกภาพด้านเปิดรับประสบการณ์ บุคลิกภาพด้านมีจิตสำนึก บุคลิกภาพด้านประนีประนอม บุคลิกภาพด้านห่วงใย และจิตอาสาช่วยกันทำนายสุขภาวะทางจิตของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรี

บทที่ 3

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบ จิตอาสา และสุขภาวะทางจิตในนิสิต นักศึกษามหาวิทยาลัย ผู้วิจัยขอนำเสนอผลการวิเคราะห์เป็น 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ เพศ อายุ ชั้นปีที่กำลังศึกษา คณะประสบการณ์การทำจิตอาสา และการเข้าร่วมชมรมที่เกี่ยวข้องกับจิตอาสา

ส่วนที่ 2 ข้อมูลพื้นฐานทางสถิติของตัวแปรที่ใช้ในการวิจัยทั้งหมด ได้แก่ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของ ลักษณะบุคลิกภาพด้านหัวนี้ไหว ลักษณะบุคลิกภาพด้านแสดงตัว ลักษณะบุคลิกภาพด้านเปิดรับประสบการณ์ ลักษณะบุคลิกภาพด้านมีจิตสำนึก ลักษณะบุคลิกภาพด้านประนีประนอม จิตอาสา และสุขภาวะทางจิต

ส่วนที่ 3 ผลการทดสอบสมมติฐานการวิจัย

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 - 4 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวนทั้งหมด 400 คน แสดงในรูปแบบจำนวนและร้อยละ รายละเอียดดังต่อไปนี้ กลุ่มตัวอย่างเป็นเพศชาย จำนวน 147 คนและเพศหญิง จำนวน 253 คน คิดเป็นร้อยละ 36.7 และ 63.3 ตามลำดับ อายุของกลุ่มตัวอย่างนั้นส่วนใหญ่มีอายุ 21 - 22 ปี จำนวน 178 คน คิดเป็นร้อยละ 44.5 รองลงมาคือ อายุ 19 - 20 ปี จำนวน 156 คน คิดเป็นร้อยละ 39.1 อายุ 23 - 24 ปี จำนวน 35 คน คิดเป็นร้อยละ 8.7 และอายุ 17-18 ปี จำนวน 31 คน คิดเป็นร้อยละ 7.7 กลุ่มตัวอย่างนั้นส่วนใหญ่กำลังศึกษาอยู่ชั้นปีที่ 4 จำนวน 149 คน คิดเป็นร้อยละ 37.3 รองลงมาคือ ชั้นปีที่ 2 จำนวน 101 คน คิดเป็นร้อยละ 25.3 ชั้นปีที่ 1 จำนวน 86 คน คิดเป็นร้อยละ 21.5 ชั้นปีที่ 3 จำนวน 54 คน คิดเป็นร้อยละ 13.5 ส่วนชั้นปีที่ 5 จำนวน 7 คนและชั้นปีที่ 6 จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 1.8 และ 0.8 ตามลำดับ กลุ่มตัวอย่างกำลังศึกษาอยู่ที่มีความถี่สูงสุด 3 ลำดับคือ คณะจิตวิทยา

จำนวน 118 คน คิดเป็นร้อยละ 29.7 รองลงมาคือคณะวิทยาศาสตร์ จำนวน 51 คนคิดเป็นร้อยละ 12.8 และคณะครุศาสตร์ จำนวน 32 คนคิดเป็นร้อยละ 8.1 ตามลำดับ กลุ่มตัวอย่างทั้งหมดจำนวน 400 ได้เคยผ่านประสบการณ์การทำกิจกรรมอาสามาแล้วทั้งสิ้น แต่กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ยังไม่เคยมีประสบการณ์การเป็นสมาชิกชมรมอาสา จำนวน 322 คน คิดเป็นร้อยละ 80.5 ส่วนกลุ่มที่มีประสบการณ์การเป็นสมาชิกชมรมอาสา มีจำนวน 78 คน คิดเป็นร้อยละ 19.5 ดังในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด (N=400)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน(คน)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	147	36.7
หญิง	253	63.3
รวม	400	100
อายุ		
17-18 ปี	31	7.7
19-20 ปี	156	39.1
21-22 ปี	178	44.5
23-24 ปี	35	8.7
รวม	400	100
ชั้นปี		
ชั้นปีที่ 1	86	21.5
ชั้นปีที่ 2	101	25.3
ชั้นปีที่ 3	54	13.5
ชั้นปีที่ 4	149	37.3
ชั้นปีที่ 5	7	1.8
ชั้นปีที่ 6	3	0.8
รวม	400	100

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน(คน)	ร้อยละ
คณะที่กำลังศึกษา		
คณะวิศวกรรมศาสตร์	11	2.8
คณะอักษรศาสตร์	16	4.1
คณะวิทยาศาสตร์	51	12.8
คณะรัฐศาสตร์	16	4.1
คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์	2	0.5
คณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี	30	7.5
คณะครุศาสตร์	32	8.1
คณะนิเทศศาสตร์	7	1.8
คณะเศรษฐศาสตร์	7	1.8
คณะแพทยศาสตร์	5	1.3
คณะสัตวแพทยศาสตร์	16	4.0
คณะทันตแพทยศาสตร์	24	6.2
คณะเภสัชศาสตร์	19	4.5
คณะนิติศาสตร์	2	0.5
คณะศิลปกรรมศาสตร์	1	0.3
คณะพยาบาลศาสตร์	0	0
คณะสหเวชศาสตร์	21	4.5
คณะจิตวิทยา	118	29.7
คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา	20	5.0
สำนักวิชาการจัดการวิจัยทรัพยากร การเกษตร	2	0.5
รวม	400	100
ประสบการณ์การทำกิจกรรมอาสา		
เคยทำ	400	100
ไม่เคยทำ	0	0
รวม	400	100

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน(คน)	ร้อยละ
ประสบการณ์การเป็นสมาชิกชมรมอาสา		
เป็น	78	19.5
ไม่เป็น	322	80.5
รวม	400	100

ส่วนที่ 2 ข้อมูลพื้นฐานทางสถิติของตัวแปรที่ใช้ในการวิจัยทั้งหมด

ในการศึกษาครั้งนี้ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบ จิตอาสา และสุขภาวะทางจิตในนิสิตนักศึกษาในระดับปริญญาบัณฑิต ผู้วิจัยได้ใช้มาตรในการศึกษาตัวแปรทั้ง 3 ตัวแปรดังกล่าว ดังต่อไปนี้

เมื่อทำการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานทางสถิติของตัวแปรที่ใช้ในการวิจัยทั้งหมด พบผลต่างๆ ดังนี้ คือ ค่าเฉลี่ยของ ลักษณะบุคลิกภาพด้านแสดงตัว 37.73 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 5.75 ลักษณะบุคลิกภาพด้านการเปิดรับประสบการณ์ 37.80 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 4.10 ลักษณะบุคลิกภาพด้านมีจิตสำนึก 33.56 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 5.80 ลักษณะบุคลิกภาพด้านประนีประนอม 30.18 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.95 ลักษณะบุคลิกภาพด้านห่วงใยทางอารมณ์ 26.72 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 5.54 ส่วนค่าเฉลี่ยของ แรงจูงใจจิตอาสา 107.40 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 15.01 และค่าเฉลี่ยของสุขภาวะทางจิต 65.81 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 11.47 รายละเอียดดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของตัวแปรทั้งหมด

ตัวแปร	M	SD
ลักษณะบุคลิกภาพด้านแสดงตัว	37.73	5.75
ลักษณะบุคลิกภาพด้านการเปิดรับประสบการณ์	37.80	4.10
ลักษณะบุคลิกภาพด้านมีจิตสำนึก	33.56	5.80
ลักษณะบุคลิกภาพด้านประนีประนอม	30.18	3.95

ตัวแปร	M	SD
ลักษณะบุคลิกภาพด้านหัวน้ําไหวทางอารมณ์	26.72	5.54
แรงจูงใจจิตอาสา	107.40	15.01
สุขภาวะทางจิต	65.81	11.47

ส่วนที่3 ผลการทดสอบสมมติฐาน

การวิจัยครั้งนี้มีสมมติฐานการวิจัย 6 ข้อดังต่อไปนี้

1. บุคลิกภาพด้านแสดงตัว ด้านเปิดรับประสบการณ์ ด้านมีจิตสำนึก และด้านประนีประนอมมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับจิตอาสา
2. บุคลิกภาพด้านหัวน้ําไหว มีสหสัมพันธ์ทางลบกับจิตอาสา
3. บุคลิกภาพด้านแสดงตัว ด้านเปิดรับประสบการณ์ ด้านมีจิตสำนึก และด้านประนีประนอมมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาวะทางจิต
4. บุคลิกภาพด้านหัวน้ําไหวมีสหสัมพันธ์ทางลบกับสุขภาวะทางจิต
5. จิตอาสา มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาวะทางจิต
6. บุคลิกภาพด้านแสดงตัว ด้านเปิดรับประสบการณ์ ด้านมีจิตสำนึก ด้านประนีประนอมด้านหัวน้ําไหว และจิตอาสา ร่วมกันทำนายสุขภาวะทางจิตของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีได้

ในการทดสอบสมมติฐานข้อ 1 ถึงข้อ 5 นั้นทำการทดสอบการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันระหว่างตัวแปรลักษณะบุคลิกภาพด้านการแสดงตัว ลักษณะบุคลิกภาพด้านการเปิดรับประสบการณ์ ลักษณะบุคลิกภาพด้านมีจิตสำนึก ลักษณะบุคลิกภาพด้านประนีประนอม ลักษณะบุคลิกภาพด้านหัวน้ําไหว จิตอาสา และสุขภาวะทางจิต เมื่อทำการทดสอบสมมติฐานทั้ง 5 ข้อ ผลการวิเคราะห์พบว่า เป็นไปตามที่ได้ตั้งสมมติฐานไว้บางส่วน ดังนี้

1. บุคลิกภาพด้านแสดงตัวด้านเปิดรับประสบการณ์ ด้านมีจิตสำนึก ด้านประนีประนอมมีค่าสหสัมพันธ์ทางบวกกับจิตอาสา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยที่มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ ($r = .256, p < .01$), ($r = .284, p < .01$), ($r = .103, p < .05$), ($r = .108, p < .05$) ตามลำดับ ซึ่งสนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้ นั่นคือ นิสิตนักศึกษาที่มีลักษณะบุคลิกภาพด้านแสดงตัว ด้านเปิดรับประสบการณ์ ด้านมีจิตสำนึก ด้านประนีประนอมสูง บุคคลนั้นจะมีแรงจูงใจอาสาอยู่ในระดับที่สูงตาม

2. บุคลิกภาพด้านหัวน้ใจไม่มีสัมพันธ์กับจิตอาสาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .042, p < .05$) ซึ่งไม่สนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้ กล่าวคือ นิสิตนักศึกษาที่มีลักษณะบุคลิกภาพด้านหัวน้ใจสูง บุคคลนั้นอาจจะไม่ได้เป็นผู้ที่มีแรงจูงใจอาสาต่ำ ดังแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันระหว่างตัวแปรลักษณะบุคลิกภาพด้านการแสดงตัว ลักษณะบุคลิกภาพด้านการเปิดรับประสบการณ์ ลักษณะบุคลิกภาพด้านมีจิตสำนึก ลักษณะบุคลิกภาพด้านประนีประนอม ลักษณะบุคลิกภาพด้านหัวน้ใจและจิตอาสา

ตัวแปร	M	SD	จิตอาสา
ด้านแสดงตัว	37.73	5.75	.256**
ด้านการเปิดรับประสบการณ์	37.80	4.10	.284**
ด้านมีจิตสำนึก	33.56	5.80	.103*
ด้านประนีประนอม	30.18	3.95	.108*
ด้านหัวน้ใจ	26.72	5.54	-.042

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

3. บุคลิกภาพด้านแสดงตัว ด้านเปิดรับประสบการณ์ ด้านมีจิตสำนึก และด้านประนีประนอมมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาวะทางจิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยที่มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ ($r = .406, r = .309, r = .316, r = .192, p < .01$) ตามลำดับ ซึ่งสนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้ นั่นคือ นิสิตนักศึกษาที่มีลักษณะบุคลิกภาพด้านแสดงตัว ด้านเปิดรับประสบการณ์ ด้านมีจิตสำนึก ด้านประนีประนอมสูง บุคคลนั้นจะเป็นผู้ที่มีสุขภาวะทางจิตที่ดี

4. บุคลิกภาพด้านหัวน้ใหวมีสหสัมพันธ์ทางลบกับสุขภาวะทางจิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = -.596, p < .01$) ซึ่งสนับสนุนสมมติฐาน นั่นคือ นิสิตนักศึกษาที่มีลักษณะบุคลิกภาพด้านหัวน้ใหวสูง บุคคลนั้นจะเป็นผู้ที่มีสุขภาวะทางจิตที่ไม่ดี ดังแสดงในตารางที่ 4

ตารางที่ 4 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันระหว่างตัวแปรลักษณะบุคลิกภาพด้านการแสดงตน ลักษณะบุคลิกภาพด้านการเปิดรับประสบการณ์ ลักษณะบุคลิกภาพด้านมีจิตสำนึก ลักษณะบุคลิกภาพด้านประนีประนอม ลักษณะบุคลิกภาพด้านหัวน้ใหว และสุขภาวะทางจิต

ตัวแปร	M	SD	สุขภาวะทางจิต
ด้านแสดงตัว	37.73	5.75	.406**
ด้านการเปิดรับประสบการณ์	37.80	4.10	.309**
ด้านมีจิตสำนึก	33.56	5.80	.316**
ด้านประนีประนอม	30.18	3.95	.192**
ด้านหัวน้ใหว	26.72	5.54	-.596**

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

5. จิตอาสาไม่สัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาวะทางจิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .068, p < .01$) ซึ่งไม่สนับสนุนสมมติฐาน กล่าวคือ ไม่พบความสัมพันธ์ระหว่างผู้ที่มีระดับจิตอาสาสูงกับการมีสุขภาวะทางจิตที่ดี ดังแสดงในตารางที่ 5

ตารางที่ 5 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันระหว่างตัวแปรจิตอาสาและสุขภาวะทางจิต

ตัวแปร	M	SD	สุขภาวะทางจิต
จิตอาสา	107.40	15.01	.068
สุขภาวะทางจิต	65.81	11.473	1

* $p < .05$

ในการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 6 ได้ใช้การวิเคราะห์การถดถอยเพื่อทดสอบว่าบุคลิกภาพด้านแสดงตัว บุคลิกภาพด้านเปิดรับประสบการณ์ บุคลิกภาพด้านมีจิตสำนึก บุคลิกภาพด้านประนีประนอม บุคลิกภาพด้านหวั่นไหว และจิตอาสา ร่วมกันทำนายสุขภาวะทางจิตของนิสิต นักศึกษาปริญญาตรีได้

ตารางที่ 6 แสดงผลการวิเคราะห์สถิติถดถอยมาตรฐานระหว่างตัวแปรในขั้นตอนการวิเคราะห์ โดยการใช้สถิติถดถอยอย่างง่าย (Simple regression analysis)

การวิเคราะห์ถดถอยเลือกตัวแปรแบบ Enter

ตัวแปร	B	SE B	β	R	R ²	Adjusted r square
ค่าคงที่	3.244	.379	-	.675*	.456*	.448
E	.278	.045	.251*			
O	.158	.064	.101*			
C	.144	.044	.131*			
A	.006	.057	.004			
N	-.494	.042	-.477*			
V	-.075	.051	-.059			

* $p < .01$

หมายเหตุ :

E คือ บุคลิกภาพด้านแสดงตัว (Extraversion)

O คือ บุคลิกภาพด้านเปิดรับประสบการณ์ (Openness to experience)

C คือ บุคลิกภาพด้านมีจิตสำนึก (Conscientiousness)

A คือ บุคลิกภาพด้านประนีประนอม (Agreeableness)

N คือ บุคลิกภาพบุคลิกภาพด้านหวั่นไหว (Neuroticism)

V คือ จิตอาสา (Volunteerism)

ผลการวิเคราะห์ถดถอยในตารางที่ 6 แสดงให้เห็นว่า ลักษณะบุคลิกภาพด้านแสดงตัว บุคลิกภาพด้านเปิดรับประสบการณ์ บุคลิกภาพด้านมีจิตสำนึก บุคลิกภาพด้านประนีประนอม

บุคลิกภาพด้านหวั่นไหว และจิตอาสาสามารถร่วมกันทำนายสุขภาวะทางจิตได้ โดยค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณเท่ากับ .675 ($R = .675, p < .001$) และตัวแปรอิสระทั้งหมดตัว ได้แก่ บุคลิกภาพด้านแสดงตัว บุคลิกภาพด้านเปิดรับประสบการณ์ บุคลิกภาพด้านมีจิตสำนึก บุคลิกภาพด้านประนีประนอม บุคลิกภาพด้านหวั่นไหว และจิตอาสาสามารถร่วมกันทำนายความแปรปรวนของสุขภาวะทางจิตได้ร้อยละ 45.6 ($R^2 = .456, p < .001$) ซึ่งสนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้ โดยที่ตัวแปรบุคลิกภาพด้านแสดงตัวมีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน (β) เท่ากับ .251 ตัวแปรบุคลิกภาพด้านเปิดรับประสบการณ์มีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน (β) เท่ากับ .101 ตัวแปรบุคลิกภาพด้านมีจิตสำนึกมีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน (β) เท่ากับ .131 ตัวแปรบุคลิกภาพด้านประนีประนอมมีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน (β) เท่ากับ .004 ตัวแปรบุคลิกภาพด้านหวั่นไหวมีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน (β) เท่ากับ -.477 และตัวแปรจิตอาสา มีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน (β) เท่ากับ -.059 ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .001

ผลการทดสอบสมมติฐานวิจัยครั้งนี้สรุปได้ว่า บุคคลที่มีบุคลิกภาพด้านแสดงตัวสูง บุคคลที่มีบุคลิกภาพด้านเปิดรับประสบการณ์สูง บุคคลที่มีบุคลิกภาพด้านมีจิตสำนึกสูง บุคคลที่มีบุคลิกภาพด้านประนีประนอมสูง บุคคลที่มีบุคลิกภาพด้านหวั่นไหวต่ำ และบุคคลที่มีจิตอาสา มีแนวโน้มที่จะมีสุขภาวะทางจิตในระดับสูงด้วย ดังที่แสดงในตารางที่ 6

บทที่ 4

การอภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบจิตอาสา และสุขภาวะทางจิตในนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัย ซึ่งสามารถอภิปรายผลการวิจัยได้ตามสมมติฐานการวิจัยได้ดังนี้

สมมติฐานการวิจัย

สมมติฐานข้อที่ 1 บุคลิกภาพด้านแสดงตัว ด้านเปิดรับประสบการณ์ ด้านมีจิตสำนึก และด้านประนีประนอม มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับจิตอาสา

ผลการทดสอบสมมติฐาน สนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้

จากการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1

พบว่า นิสิตนักศึกษาที่มีบุคลิกภาพด้านแสดงตัว ด้านเปิดรับประสบการณ์ ด้านมีจิตสำนึก และด้านประนีประนอม มีค่าสหสัมพันธ์ทางบวกกับจิตอาสาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .256, p < .01$), ($r = .284, p < .01$), ($r = .103, p < .05$), ($r = .108, p < .05$) ตามลำดับ ซึ่งสนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้

จากการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่านิสิตนักศึกษาที่มีลักษณะบุคลิกภาพด้านแสดงตัว ด้านเปิดรับประสบการณ์ ด้านมีจิตสำนึก และด้านประนีประนอม มีค่าความสัมพันธ์ในทิศทางบวกกับจิตอาสา คือ นิสิตนักศึกษาที่มีลักษณะบุคลิกภาพด้านแสดงตัว ด้านเปิดรับประสบการณ์ ด้านมีจิตสำนึก ด้านประนีประนอมสูง บุคคลนั้นจะมีแรงจูงใจอาสาอยู่ในระดับที่สูงตาม ซึ่งเมื่อพิจารณา ลักษณะบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบของ Costa และ McCrae (1992) ที่ได้กล่าวว่า ลักษณะบุคลิกภาพด้านแสดงตัว สามารถทำนายพฤติกรรมทางสังคมของบุคคลนั้นได้ โดยบอกได้ถึงมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น มีการแสดงออกทางสังคม ชอบอยู่ร่วมกันเป็นกลุ่ม เป็นผู้ที่มีการแสดงออกที่เหมาะสม และชอบกิจกรรม ส่วนผู้ที่มีบุคลิกภาพด้านเปิดรับประสบการณ์จะมีลักษณะเป็นคนที่มีความคิดสร้างสรรค์ มีจินตนาการ ชอบความหลากหลาย มีค่านิยมทางด้านความช่างคิดและใจกว้าง ส่วนผู้ที่มีบุคลิกภาพด้านมีจิตสำนึก จะเป็นคนที่มีความรับผิดชอบ สามารถทำงานที่หนักได้ และเป็นคนมีสติรอบคอบ และผู้ที่มีบุคลิกภาพด้านประนีประนอม จะมีลักษณะเห็นแก่ประโยชน์ของคนอื่น ใจดีอ่อนโยน ให้การยอมรับผู้อื่น และมีความตั้งใจให้ความช่วยเหลือ

จากผลการวิจัยในครั้งนี้ สามารถสรุปได้ว่า นิสิตนักศึกษาที่มีลักษณะบุคลิกภาพด้านแสดงตัว ด้านเปิดรับประสบการณ์ ด้านมีจิตสำนึก และด้านประนีประนอมสูง จะมีแนวโน้มที่จะมีแรงจูงใจอาสาในระดับสูง ดังที่ได้อภิปรายถึงลักษณะบุคลิกภาพที่สอดคล้องกับผลการวิจัยครั้งนี้

สมมติฐานข้อที่ 2 บุคลิกภาพด้านหวั่นไหว มีสหสัมพันธ์ทางลบกับจิตอาสา

ผลการทดสอบสมมติฐาน ไม่สนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้

จากการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2

พบว่า นิสิตนักศึกษาที่มีบุคลิกภาพด้านหวั่นไหวไม่พบความสัมพันธ์กับจิตอาสาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .042, p < .05$) ซึ่งไม่สนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้

จากการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า นิสิตนักศึกษาที่มีลักษณะบุคลิกภาพด้านหวั่นไหว ไม่มีความสัมพันธ์กับจิตอาสา กล่าวคือ บุคคลที่มีลักษณะหวั่นไหวสูง นั้นอาจจะไม่ได้เป็นผู้ที่มีแรงจูงใจอาสาต่ำ หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งคือไม่สามารถอธิบายได้ถึงแรงจูงใจอาสาในนิสิตนักศึกษาที่มีลักษณะบุคลิกภาพด้านหวั่นไหว แม้ว่าจากที่ Costa และ McCrae (1992) ได้อธิบายถึงลักษณะบุคลิกภาพหวั่นไหวว่าเป็นบุคคลที่มีอารมณ์ทางด้านลบบ่อยครั้ง มีความวิตกกังวลและความรู้สึกไม่ปลอดภัยเมื่อมีผู้อื่นอยู่รอบข้าง บุคคลจึงมีแนวโน้มที่จะมองตนเองและมองความสัมพันธ์กับผู้อื่นไม่ดีและมีความกังวลต่อการเข้าสังคม

แต่อย่างไรก็ตามงานวิจัยของ เกรียงศักดิ์ ผิวสุข (2553) ที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบและอัตมโนทัศน์ของวัยรุ่นตอนกลาง กลับพบว่าผู้ที่มีลักษณะบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวไม่มีความสัมพันธ์กับอัตมโนทัศน์ด้านการเข้าสังคมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งสนับสนุนผลการวิจัยในครั้งนี้ที่ว่า ลักษณะบุคลิกภาพด้านหวั่นไหว ไม่มีความสัมพันธ์กับการทำจิตอาสาซึ่งเป็นกิจกรรมทางสังคมรูปแบบหนึ่ง

จากผลการวิจัยในครั้งนี้ สามารถสรุปได้ว่า นิสิตนักศึกษาที่มีลักษณะหวั่นไหวสูง นั้นอาจจะไม่ได้เป็นผู้ที่มีแรงจูงใจอาสาต่ำ หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งคือไม่สามารถอธิบายได้ถึงแรงจูงใจอาสาในนิสิตนักศึกษาที่มีลักษณะบุคลิกภาพด้านหวั่นไหว ดังที่ได้อภิปรายถึงลักษณะบุคลิกภาพที่สอดคล้องกับผลการวิจัยครั้งนี้

สมมติฐานข้อที่ 3 บุคลิกภาพด้านแสดงตัว ด้านเปิดรับประสบการณ์ ด้านมีจิตสำนึก และด้านประนีประนอม มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาวะทางจิต

ผลการทดสอบสมมติฐาน สนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้

จากการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 3

พบว่า นิสิตนักศึกษาที่มีบุคลิกภาพด้านแสดงตัว ด้านเปิดรับประสบการณ์ ด้านมีจิตสำนึก และด้านประนีประนอมมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาวะทางจิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยที่มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ ($r = .406, r = .309, r = .316, r = .192, p < .01$) ตามลำดับ ซึ่งสนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้

จากการวิเคราะห์ข้อมูล นิสิตนักศึกษาที่มีลักษณะบุคลิกภาพด้านแสดงตัว ด้านเปิดรับประสบการณ์ ด้านมีจิตสำนึก และด้านประนีประนอม มีค่าความสัมพันธ์ในทิศทางบวกกับสุขภาวะทางจิต คือ นิสิตนักศึกษาที่มีลักษณะบุคลิกภาพด้านแสดงตัว ด้านเปิดรับประสบการณ์ ด้านมีจิตสำนึก และด้านประนีประนอมสูง ก็จะมีสุขภาวะทางจิตที่ดี ซึ่งเมื่อพิจารณาถึงลักษณะบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบของ Costa และ McCrae (1992) ที่กล่าวว่า ลักษณะบุคลิกภาพด้านแสดงตัวเป็นผู้ที่ชอบการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ด้านการแสดงออกทางสังคม การชอบอยู่ร่วมกันเป็นกลุ่ม การแสดงออกที่เหมาะสมและชอบกิจกรรม ลักษณะบุคลิกภาพด้านเปิดรับประสบการณ์จะมีความคิดสร้างสรรค์ มีจินตนาการและชอบความหลากหลาย ส่วนลักษณะบุคลิกภาพด้านประนีประนอม จะให้การยอมรับผู้อื่น มีความตั้งใจให้ความช่วยเหลือและเห็นแก่ประโยชน์ของคนอื่น และบุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึก จะมีความมุ่งมั่นต่อความสำเร็จ มีสติรอบคอบ และมีความรับผิดชอบ ซึ่งสอดคล้องกับงานของ Ryff (1995) ที่กล่าวถึงองค์ประกอบของผู้ที่มีสุขภาวะทางจิตคือเป็นผู้ที่ยอมรับตนเอง มีสัมพันธ์ภาพเชิงบวกกับผู้อื่น มองตัวเองในทางบวก การมีจุดมุ่งหมายในชีวิต ความงอกงามในตน มีการพัฒนาศักยภาพของตนอย่างสม่ำเสมอ

จากผลการวิจัยในครั้งนี้ สามารถสรุปได้ว่า นิสิตนักศึกษาที่มีลักษณะบุคลิกภาพด้านแสดงตัว ด้านเปิดรับประสบการณ์ ด้านมีจิตสำนึก และด้านประนีประนอมสูง จะมีสุขภาวะทางจิตที่ดีได้ ดังที่ได้อภิปรายถึงลักษณะบุคลิกภาพที่สอดคล้องกับผลการวิจัยครั้งนี้

สมมติฐานข้อที่ 4 บุคลิกภาพด้านห้วนไหว มีสหสัมพันธ์ทางลบกับสุขภาวะทางจิต

ผลการทดสอบสมมติฐาน สนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้

จากการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 4

พบว่า นิสิตนักศึกษาที่มีบุคลิกภาพด้านห้วนไหวมีความสัมพันธ์ทางลบกับสุขภาวะทางจิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = -.596, p < .01$) ซึ่งสนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้

จากการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า นิสิตนักศึกษาที่มีบุคลิกภาพด้านห้วนไหวมีความสัมพันธ์ในทิศทางลบกับสุขภาวะทางจิต กล่าวคือผู้ที่มีลักษณะบุคลิกภาพด้านห้วนไหวสูง จะเป็นผู้ที่มีสุขภาวะทางจิตต่ำ อธิบายได้ว่าบุคคลที่มีบุคลิกภาพด้านห้วนไหวจะมีลักษณะที่เต็มไปด้วยอารมณ์

ความรู้สึกทางลบ มีความอ่อนแอไม่มั่นคง มีความวิตกกังวล ดังนั้นบุคคลจึงมีแนวโน้มที่จะมีสุขภาวะทางจิต ซึ่งเป็นภาวะอารมณ์ของบุคคลต่อสถานการณ์รอบตัวในขณะนั้น ที่มีแต่ อารมณ์ทางลบ และอาจมีความสุขลดลง แต่ทั้งนี้ภาวะอารมณ์ดังกล่าวสามารถเปลี่ยนแปลงได้ ตลอด ขึ้นอยู่กับการรับรู้ของบุคคล

จากผลการวิจัยในครั้งนี้ สามารถสรุปได้ว่า นิสิตนักศึกษาที่มีลักษณะบุคลิกภาพด้าน หนึ่งไหว จะมีสุขภาวะทางจิตต่ำ ดังที่ได้อภิปรายไว้

สมมติฐานข้อที่ 5 จิตอาสาที่มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาวะทางจิต

ผลการทดสอบสมมติฐาน ไม่สนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้

จากการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 5

พบว่า นิสิตนักศึกษาที่มีจิตอาสาไม่พบความสัมพันธ์กับสุขภาวะทางจิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .068, p < .01$) ซึ่งไม่สนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้

จากการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า นิสิตนักศึกษาที่มีจิตอาสาไม่พบความสัมพันธ์กับการมีสุขภาวะทางจิต กล่าวคือผู้ที่มีจิตอาสาสูง อาจจะไม่ได้มีสุขภาวะทางจิตที่ดี หรืออีกนัยหนึ่งคือไม่พบความสัมพันธ์ระหว่างผู้ที่มีระดับจิตอาสาสูงกับการมีสุขภาวะทางจิตที่ดี ซึ่งอภิปรายผลได้ดังนี้คือ กลุ่มตัวอย่างอาจจะมีการรับรู้ว่าสิ่งที่ตนได้ทำนั้นกำลังอยู่ในบริบทขององค์การไม่ใช่การทำด้วยตนเอง เพราะงานส่วนใหญ่ที่เข้าร่วม เช่น ค่าอาสาของชมรม คณะหรือมหาวิทยาลัย หน่วยงานอาสาที่ก่อตั้งเพื่อช่วยเหลือน้ำท่วม ชมรมอาสาขององค์การอิสระต่างๆ จะต้องเข้าร่วมผ่านองค์กรต่างๆ เสียก่อน ซึ่งคุณลักษณะนี้จึงทำให้อาสาสมัครมีลักษณะที่แตกต่างไปจากการช่วยเหลือประเภทอื่นๆ มากที่สุด เนื่องจากอาสาสมัครส่วนใหญ่ (มากกว่าร้อยละ 85) ทำกิจกรรมอยู่ภายใต้การดำเนินการขององค์การด้านอาสาสมัคร (Independent Sector, 1999 และ Penner, 2002 อ้างถึงใน อนุ เจริญวงศ์ระยัย, 2552) ดังนั้นตัวแปรเกี่ยวองค์การจึงมีความสัมพันธ์กับการอาสาสมัครมากกว่าการช่วยเหลือแบบตัวต่อตัวเป็นอย่างมาก กลุ่มตัวอย่างอาจรับรู้ว่าคุณทำเพื่อองค์กรที่เข้าร่วมอยู่ในขณะนั้น ซึ่งอาจจะเข้าร่วมเพราะเพื่อนคนรอบข้างหรือทำเพราะเป็นกระแสสังคมในขณะนั้น จึงไม่ได้ตระหนักว่าเป็นการช่วยเหลือที่มาจากความรู้สึกภายในของตัวคุณเองอยากช่วยเหลือผู้อื่นจึงอาจจะส่งผลให้ความรู้สึกที่ได้ช่วยเหลือผู้อื่นแล้วตัวคุณมีความสุขจากการเป็นผู้ให้มันชัดเจนเท่าไรนัก ทำให้ให้กลุ่มตัวอย่างที่มีจิตอาสายังไม่ค่อยตระหนักถึงความรู้สึกที่ได้รับจากการทำจิตอาสาเท่าที่ควร

นอกจากนี้จากการเก็บข้อมูลของผู้วิจัยได้เก็บข้อมูลมาตรวจวัดแรงจูงใจอาสาและมาตรวจวัดสุขภาวะทางจิตในกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้ที่มีประสบการณ์การทำกิจกรรมอาสาเท่านั้น จึงอนุมานได้

ว่ากลุ่มตัวอย่างไม่มีความหลากหลายหรือไม่มีผลแตกต่างระหว่างผู้ที่มีประสบการณ์และไม่มีความประสบการณ์การทำกิจกรรมอาสา ส่งผลให้ไม่พบความแตกต่างของระดับสุขภาวะทางจิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

จากผลการวิจัยในครั้งนี้ สามารถสรุปได้ว่า นิสิตนักศึกษาที่มีจิตอาสาไม่พบความสัมพันธ์กับสุขภาวะทางจิต ดังที่ได้อภิปรายไว้

สมมติฐานข้อที่ 6 บุคลิกภาพด้านแสดงตัว ด้านเปิดรับประสบการณ์ ด้านมีจิตสำนึก ด้านประนีประนอม ด้านหวั่นไหว และจิตอาสาส่วนกันทำนายสุขภาวะทางจิตของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีได้

ผลการทดสอบสมมติฐาน สนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้

จากการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 6

พบว่า นิสิตที่มีลักษณะบุคลิกภาพด้านแสดงตัว บุคลิกภาพด้านเปิดรับประสบการณ์ บุคลิกภาพด้านมีจิตสำนึก บุคลิกภาพด้านประนีประนอม บุคลิกภาพด้านหวั่นไหว และจิตอาสาสามารถร่วมกันทำนายสุขภาวะทางจิตได้ โดยค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณเท่ากับ .675 ($R = .675, p < .001$) และตัวแปรอิสระทั้งหมดตัว ได้แก่ บุคลิกภาพด้านแสดงตัว บุคลิกภาพด้านเปิดรับประสบการณ์ บุคลิกภาพด้านมีจิตสำนึก บุคลิกภาพด้านประนีประนอม บุคลิกภาพด้านหวั่นไหว และจิตอาสาสามารถร่วมกันทำนายความแปรปรวนของสุขภาวะทางจิตได้ร้อยละ 45.6 ($R^2 = .456, p < .001$) ซึ่งสนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้

ผลการวิจัยพบว่าตัวแปรบุคลิกภาพด้านแสดงตัวมีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน (β) เท่ากับ .251 ตัวแปรบุคลิกภาพด้านเปิดรับประสบการณ์มีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน (β) เท่ากับ .101 ตัวแปรบุคลิกภาพด้านมีจิตสำนึกมีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน (β) เท่ากับ .131 ตัวแปรบุคลิกภาพด้านประนีประนอมมีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน (β) เท่ากับ .004 ตัวแปรบุคลิกภาพด้านหวั่นไหวมีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน (β) เท่ากับ -.477 และตัวแปรจิตอาสา มีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน (β) เท่ากับ -.059 ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .001

จากผลการวิจัยสามารถอภิปรายได้ว่า บุคคลที่มีบุคลิกภาพด้านแสดงตัวสูง บุคคลที่มีบุคลิกภาพด้านเปิดรับประสบการณ์สูง บุคคลที่มีบุคลิกภาพด้านมีจิตสำนึกสูง บุคคลที่มีบุคลิกภาพด้านประนีประนอมบุคคลที่มีสูง บุคคลที่มีบุคลิกภาพด้านหวั่นไหวต่ำ และบุคคลที่มีจิตอาสา มีแนวโน้มที่จะมีสุขภาวะทางจิตในระดับสูงด้วย เนื่องจากได้รับอิทธิพลที่ดีจากทั้งหมดตัวแปรย่อมจะส่งผลให้นิสิตนักศึกษามีระดับสุขภาวะทางจิตที่ดี อันจะส่งผลให้นิสิตนักศึกษาเกิดความตระหนักในความสำคัญและเข้าร่วมกิจกรรมอาสา และจากการศึกษานี้พบว่าลักษณะ

บุคลิกภาพห้าองค์ประกอบและจิตอาสาเป็นอีกปัจจัยที่สำคัญต่อการมีสุขภาวะทางจิตที่ดีในนิสิต นักศึกษา ดังนั้นหากมหาวิทยาลัยต้องการส่งเสริมและพัฒนานโยบายจิตอาสาเพื่อพัฒนา ศักยภาพของนิสิต จึงควรสนับสนุนให้มีกิจกรรมอาสาที่สอดคล้องกับลักษณะบุคลิกภาพของนิสิต ผู้เข้าร่วมซึ่งจะส่งผลดีต่อการพัฒนาตัวนิสิตนักศึกษาต่อไปในอนาคต

การวิจัยในครั้งนี้สอดคล้องกับการศึกษาของงานวิจัยของ Borgonovi (2008) ที่ศึกษา ความสัมพันธ์ระหว่างความถี่ในการทำอาสาและการรายงานตนเองถึงสุขภาพและความสุข โดย เก็บจากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นอาสาสมัครตามจำนวนความถี่ที่ต่างกันและไม่ได้เป็นอาสาสมัคร พบว่า การทำอาสามีสหสัมพันธ์ทางบวกอย่างสูงทั้งสุขภาพและความสุข และยังมีความถี่ในการทำอาสามากขึ้นก็จะยิ่งสัมพันธ์กันยิ่งขึ้น นอกจากนี้งานของหุทัย อัจจุ (2544) ยังได้สนับสนุน ว่าการมีจิตสำนึกสาธารณะของนักศึกษาพยาบาลในเขตพื้นที่กรุงเทพมหานคร มีความสัมพันธ์กัน ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ภาวะผู้นำ รูปแบบการดำเนินชีวิต และความสามารถในการเรียนรู้ด้วย ตนเอง กับการมีจิตสำนึกสาธารณะ โดยพบว่า ภาวะผู้นำ รูปแบบการดำเนินชีวิต แบบกลุ่ม วิชาการ กลุ่มวิชาชีพ กลุ่มก้าวหน้า กลุ่มกิจกรรม กลุ่มสังคม และความสามารถในการเรียนรู้ด้วย ตนเอง มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการมีจิตสำนึกสาธารณะ

ซึ่งการที่นักศึกษามีรูปแบบการดำเนินชีวิตที่แตกต่างกันออกไป ก็จะส่งผลให้เป็นแต่ละ บุคคลมีลักษณะบุคลิกภาพต่างๆ เช่น นักศึกษากลุ่มวิชาการที่มีความกระตือรือร้นรับผิดชอบ กลุ่ม วิชาชีพที่มีความมุ่งมั่นตั้งใจในวิชาชีพของตน ก็จะเป็นผู้ที่มีลักษณะบุคลิกภาพด้านมีจิตสำนึก หรือกลุ่มก้าวหน้าที่ต้องคอยหาแนวทางใหม่อยู่เสมอ มีความคิดอิสระ เปิดรับสิ่งใหม่ๆ ก็จะเป็นผู้ที่มี ลักษณะบุคลิกภาพด้านเปิดรับประสบการณ์ กลุ่มกิจกรรมที่ชอบการทำกิจกรรมเพื่อพัฒนา ความสามารถการทำงาน มักจะเป็นผู้ที่มีบุคลิกภาพด้านแสดงตัว กลุ่มสมาคมที่ชอบการมีมนุษยสัมพันธ์ รักสนุก มีเพื่อนมาก จะเป็นผู้ที่มีบุคลิกภาพด้านประนีประนอม ที่มีความเป็นมิตร ยอมรับ ผู้อื่น และกลุ่มเก็บตัวที่ชอบอยู่คนเดียว ไม่สนใจผู้อื่น รู้สึกเกรงกลัวเมื่อต้องพบอาจารย์เพื่อขอ ความคิดเห็นซึ่งอาจเป็นผู้ที่มีลักษณะบุคลิกภาพด้านหัวน้าว ที่มักมีอารมณ์ทางลบและรู้สึกว่าตน ไม่ปลอดภัย

ดังนั้น สามารถสรุปได้ว่าผลการวิจัยครั้งนี้มีความสอดคล้องกับผลการวิจัยตามที่ได้เสนอ ข้างต้น ซึ่งได้สนับสนุนความสัมพันธ์ของตัวแปรที่ได้ศึกษา กล่าวคือ ลักษณะบุคลิกภาพห้า องค์ประกอบและจิตอาสา สามารถร่วมกันทำนาย สุขภาวะทางจิตของนิสิตนักศึกษาได้อย่างมี นัยสำคัญทางสถิติ ดังที่ได้อภิปรายไว้ถึงเหตุผล และงานวิจัยที่สอดคล้องกับผลการวิจัยนี้

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบ จิตอาสา และสุขภาวะทางจิต
ในนิสิตนักศึกษาในระดับปริญญาตรี

ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

1. ตัวแปรต้น คือ
 - 1.1 บุคลิกภาพห้าองค์ประกอบ
 - 1.2 จิตอาสา
2. ตัวแปรตาม คือ สุขภาวะทางจิต

สมมติฐานการวิจัย

1. บุคลิกภาพด้านแสดงตัว (Extraversion) ด้านเปิดรับประสบการณ์ (Openness to experience) ด้านมีจิตสำนึก (Conscientiousness) และด้านประนีประนอม (Agreeableness) มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับจิตอาสา
2. บุคลิกภาพด้านหวั่นไหว (Neuroticism) มีสหสัมพันธ์ทางลบกับจิตอาสา
3. บุคลิกภาพด้านแสดงตัว (Extraversion) ด้านเปิดรับประสบการณ์ (Openness to experience) ด้านมีจิตสำนึก (Conscientiousness) และด้านประนีประนอม (Agreeableness) มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาวะทางจิต
4. บุคลิกภาพด้านหวั่นไหว (Neuroticism) มีสหสัมพันธ์ทางลบกับสุขภาวะทางจิต
5. จิตอาสา (Volunteerism) มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาวะทางจิต (Psychological Well-being)
6. บุคลิกภาพด้านแสดงตัว (Extraversion) ด้านเปิดรับประสบการณ์ (Openness to experience) ด้านมีจิตสำนึก (Conscientiousness) ด้านประนีประนอม (Agreeableness) บุคลิกภาพด้านหวั่นไหว (Neuroticism) และจิตอาสาร่วมกันทำนายสุขภาวะทางจิตของนิสิต
นักศึกษาปริญญาตรีได้

วิธีดำเนินการวิจัย

1. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นิสิตระดับปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 400 คน

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย 4 ส่วน ได้แก่

- 1.1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล
- 1.2 มาตรฐานบุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบ ของ Costa และ McCrae (1992)
- 1.3 มาตรฐานแรงจูงใจอาสา (Volunteers' Function Inventory: VFI) ที่ผู้วิจัยพัฒนามาจากของ เคลร์และคณะ (1998)
- 1.4 มาตรฐานสุขภาวะทางจิต ของ สุรชา เศษฏาภนาพร (2552)

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้วิธีแจกแบบสอบถาม จำนวน 400 ชุด ให้กับนิสิตระดับปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โดยใช้ 2 วิธีการในการเก็บแบบสอบถาม คือ วิธีที่หนึ่ง ใช้การเก็บแบบสอบถามโดยขอความร่วมมือจากชมรมอาสาและบำเพ็ญประโยชน์ต่างๆภายในมหาวิทยาลัย ในการแจกแบบสอบถามให้แก่สมาชิกของชมรม และวิธีที่สอง คือ การเก็บกลุ่มตัวอย่างแบบสุ่ม จากนิสิตระดับชั้นปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ทั้งนี้ผู้วิจัยคัดเลือกเฉพาะแบบสอบถามชุดที่มีความสมบูรณ์เท่านั้นในการนำมาวิเคราะห์ข้อมูล ส่วนแบบสอบถามที่ไม่สมบูรณ์ คือ ตอบไม่ครบทุกข้อ จะไม่นำมาใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติในการคำนวณและวิเคราะห์ค่าต่างๆดังต่อไปนี้

1. วิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของกลุ่มตัวอย่าง โดยจำแนกตามลักษณะปัจจัยส่วนบุคคล

2. วิเคราะห์ใช้สถิติอ้างอิง ได้แก่

2.1 การวิเคราะห์หาค่าสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ระหว่างตัวแปรลักษณะ

บุคลิกภาพด้านการแสดงตัว ลักษณะบุคลิกภาพด้านการเปิดรับประสบการณ์ ลักษณะบุคลิกภาพด้านมีจิตสำนึก ลักษณะบุคลิกภาพด้านประนีประนอม ลักษณะบุคลิกภาพด้านห่วงใย จิตอาสา และสุขภาวะทางจิต

2.2 การวิเคราะห์ถดถอย เพื่อทดสอบว่าบุคลิกภาพด้านการแสดงตัว บุคลิกภาพด้านเปิดรับประสบการณ์ บุคลิกภาพด้านมีจิตสำนึก บุคลิกภาพด้านประนีประนอม บุคลิกภาพด้านห่วงใย และจิตอาสา ร่วมกันทำนายสุขภาวะทางจิตของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรี

ผลการวิจัย

1. บุคลิกภาพด้านการแสดงตัว ด้านเปิดรับประสบการณ์ ด้านมีจิตสำนึก ด้านประนีประนอมมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับจิตอาสา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยที่มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ ($r = .256, p < .01$), ($r = .284, p < .01$), ($r = .103, p < .05$), ($r = .108, p < .05$) ตามลำดับ

2. บุคลิกภาพด้านห่วงใยไม่มีสัมพันธ์ทางลบกับจิตอาสาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .042, p < .05$)

3. บุคลิกภาพด้านการแสดงตัว ด้านเปิดรับประสบการณ์ ด้านมีจิตสำนึก และด้านประนีประนอมมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาวะทางจิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยที่มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ ($r = .406, r = .309, r = .316, r = .192, p < .01$) ตามลำดับ

4. บุคลิกภาพด้านห่วงใยมีสหสัมพันธ์ทางลบกับสุขภาวะทางจิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = -.596, p < .01$)

5. จิตอาสาไม่มีสหสัมพันธ์กับสุขภาวะทางจิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .068, p < .01$)

6. บุคลิกภาพด้านการแสดงตัว บุคลิกภาพด้านเปิดรับประสบการณ์ บุคลิกภาพด้านมีจิตสำนึก บุคลิกภาพด้านประนีประนอม บุคลิกภาพด้านห่วงใย และจิตอาสา ร่วมกันทำนายสุขภาวะทางจิตของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีได้ โดยค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน (β) ของ

ลักษณะบุคลิกภาพด้านแสดงตัว มีค่าเท่ากับ .251 ($p < .05$) ลักษณะบุคลิกภาพด้านการเปิดรับประสบการณ์ มีค่าเท่ากับ .101 ($p < .05$) ลักษณะบุคลิกภาพด้านการมีจิตสำนึก มีค่าเท่ากับ .131 ($p < .05$) ลักษณะบุคลิกภาพด้านประนีประนอม มีค่าเท่ากับ .004 ($p > .05$) ลักษณะบุคลิกภาพด้านหัวน้ไหว มีค่าเท่ากับ $-.477$ ($p < .05$) และจิตอาสา มีค่าเท่ากับ $-.059$ ($p > .05$) และสามารถร่วมกันทำนายความแปรปรวนของสุขภาวะทางจิตได้ร้อยละ 45.6

ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไป

การวิจัยในครั้งนี้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบ จิตอาสา และสุขภาวะทางจิตในนิสิตศึกษามหาวิทยาลัย ผู้วิจัยขอเสนอแนวทางการศึกษาครั้งต่อไปว่าควรนำตัวแปรความถี่ในการทำกิจกรรมอาสาเข้ามาร่วมเป็นตัวแปรต้นในการวิจัยด้วย เพื่อศึกษาความถี่ในการทำกิจกรรมอาสาว่าส่งผลต่อความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบ จิตอาสา และสุขภาวะทางจิตอย่างไร

นอกจากนี้กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาเป็นนิสิตศึกษามหาวิทยาลัยเท่านั้น ผู้วิจัยจึงเสนอให้ศึกษาในกลุ่มตัวอย่างที่มีช่วงอายุอื่นด้วย เพื่อศึกษากลุ่มอายุว่าส่งผลต่อความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบ จิตอาสา และสุขภาวะทางจิตอย่างไรและควรเก็บข้อมูลจากผู้ที่ไม่ใช่ประสบการณ์การทำจิตอาสาด้วย เพื่อศึกษาความแตกต่างของแรงจูงใจอาสาที่มีต่อสุขภาวะทางจิต

บรรณานุกรม

ภาษาไทย

- กุศล สุนทรธาดา และ กมลชนก ข้าสุวรรณ. (2551). *การทำกิจกรรมเพื่อสังคมกับความเป็นอยู่ที่ดีของเด็กและเยาวชน*. สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.
- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (ไม่ระบุปีที่พิมพ์). *สุขภาพจิต*. คัดมาเมื่อ 30 สิงหาคม 2554, จากผู้แต่งในเว็บไซต์ <http://www.dmh.go.th/news/view.asp?id=464>
- เกรียงศักดิ์ ผิวสุข. (2550). *การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบและอัตมโนทัศน์ของวัยรุ่นตอนกลาง*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- โกศล มีความดี. (2547). *ปัจจัยทางจิตสังคมที่เกี่ยวข้องกับการมีจิตสาธารณะ*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ณัฐนิชากร ศรีบริบูรณ์. (2550). *การพัฒนาโมเดลเชิงสาเหตุของจิตอาสาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาวิชาวิจัยการศึกษา ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยา การศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ธิดา ทองวิเชียร. (2550). *ความผาสุกทางใจของผู้สูงอายุในจังหวัดสมุทรปราการ*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ (สาธารณสุขศาสตร์) สาขาวิชาเอกพยาบาลสาธารณสุข บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ปรียาวรรณ สุดจำนงค์. (2552). *ปัจจัยทำนายความผาสุกทางใจของผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมอาสาสมัคร*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. โรงพยาบาลจิตเวชนครสวรรค์ราชชนนครินทร์ กรมสุขภาพจิต. (2550). *สุขภาพจิต*. คัดมาเมื่อ 30 สิงหาคม 2554, จากผู้แต่งในเว็บไซต์ <http://www.nph.go.th/knowledge/sukapabjit/sukapabjit.html>
- ศุภรัตน์ รัตนมุขย์. (2548). *อาสาสมัคร : การพัฒนาตนเองและสังคม*. คัดมาเมื่อ 26 สิงหาคม 2554, จากผู้แต่งในเว็บไซต์ http://www.gvc.tu.ac.th/th/download/magazine/mag_years1_vol2/mag_years1_vol2_02.pdf

- สุดาพรรณ บินนอก. (2551). *โมเดลเชิงสาเหตุของจิตอาสาของนิสิตระดับปริญญาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิจัย การศึกษา ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาการศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.*
- สุภัทรา ภูษิตรัตนาลี. (2547). *ปัจจัยและกระบวนการที่เอื้อต่อการพัฒนาจิตสำนึกต่อสังคมของ นิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิจัยการศึกษา ครุ ศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.*
- สุรชา เศษภูวนาพร. (2552). *ความสัมพันธ์ระหว่างความขัดแย้งระหว่างการทำงานกับครอบครัว ความฉลาดทางอารมณ์ กับสุขภาวะทางจิต. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.*
- เสาวนีย์ สำนวน. (2545). *ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การประเมินความเครียด การ เผชิญความเครียด ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง และความผาสุกทางใจของวัยรุ่นที่เสพติ ดยาบ้า ขณะรับ การบำบัดรักษา ในแผนกผู้ป่วยนอก สถาบันธัญญารักษ์. วิทยานิพนธ์ ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช คณะ พยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.*
- อภิชัย มงคล, วัชณี หัตถพนม, ภัศรา เชษฐโชติศักดิ์, วรรณประภา ชะลอกุล, ละเอียด ปัญญาใหญ่ และสุจิต สุวรรณชีพ. (2544). *ความสุขและสุขภาพจิตในบริบทของสังคมไทย. วารสาร สมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย, 46(3), 227-232*
- อโนมา หอวีเชียร. (2551). *ความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพตามแนวทางบุคลิกภาพห้า องค์ประกอบ การสนับสนุนจากองค์กรตามการรับรู้ และจิตสำนึกในการให้บริการ. วิทยานิพนธ์หลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาอุตสาหกรรมและ องค์การ คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.*
- อนุ เจริญวงศ์ระยับ (2552). *การรับรู้สภาพแวดล้อมภายในสถานศึกษาและลักษณะส่วนบุคคลที่ เอื้อต่อการเป็นอาสาสมัครอย่างยั่งยืนในนักศึกษาในระดับปริญญาตรี. วิทยานิพนธ์ปริญญา วิทยาศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์ มหาวิทยาลัยศรีนคริ นทรวิโรฒ.*

ภาษาอังกฤษ

- Borgonovi F. (2008). Doing well by doing good. The relationship between formal volunteering and self-reported health and happiness. *Journal of social science and medicine*, 66, 2321-2334

- Carol D. Ryff & Corey Lee M. Keyes. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727
- Clary, E. G., Snyder, M., Ridge, R. D., Copeland, J., Stukas, A. A., Haugen, J., et al.. (1998). Understanding and Assessing the Motivations of Volunteers: A Functional Approach. *Journal of Personality and Social Psychology*. 74(6): 1516-1530
- DeChant, G. (2001), A study of prosocial personality characteristics & leadership traits involving PTA volunteer. *Undergraduate Journal of Psychology*, 14,14 - 19
- Dupuy, H.J. (1977). The general well-being schedule. In McDowell, & Clair Newell (Eds.). *A measuring health: A guide to rating scales and questionnaires*. New York: Oxford university press
- Gutierrez & Jimenez & Hernandez & Puente. (2005). Personality and subjective well-being: Big five correlates and demographic variable. *Personality and individual differences*, 38, 1561-1569
- Omoto, Allen. M.; & Snyder, Mark. (1995). Sustained Helping Without Obligation: Motivation, Longevity of Service, and Perceived Attitude Change Among AIDS Volunteers. *Journal of Personality and Social Psychology*. 68(4): 671-686
- Piliavin, J., & Charng, H. (1990), Altruism: A review of recent theory and research. *Annual Review of Psychology*, 41, 27 - 65, 14,14 - 19
- Vocino, A., & Polonsky, M. J. (2011). *Volunteering for Research: A Test of the Psychometric Properties of the Volunteer Functions Inventory with Online Panellists*. *International Journal of Public Opinion Research*, 23, 4
- Wilson, J., & Musick, M. A. (1997). Who Cares? Toward an Integrated Theory of Volunteer Work. *American Sociological Review*. 62: 694-713
- Wilson, J., & Musick, M. A. (2003). Volunteering and depression: the role of psychological and social resources in different age groups. *Journal of social Science & Medicine*, 56, 259-269

ภาคผนวก ก

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาของมาตรฐานที่ใช้ในการวิจัย

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อรัญญา ต้อยคำภีร์

อาจารย์ประจำคณะจิตวิทยา

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

2. อาจารย์ธนวัต ปุณยกนก

อาจารย์ประจำคณะจิตวิทยา

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาคผนวก ข

การหาคุณภาพของเครื่องมือวัด

ตารางที่ 1 ผลการวิเคราะห์มาตราวัดบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบ (50 ข้อ) โดยการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆของมาตราวัด (Corrected item-total correlation, N=80)

ข้อ	คำถาม	ทิศทาง	CITC 1	CITC 2	ข้อที่ผ่านทั้งหมด
ด้านหวั่นไหว		Cronbach's Alpha = .743			
1	ฉันไม่ใช่คนตกใจง่าย	-	.396	.283	✓
6	ฉันเป็นคนขี้กังวล	+	.472	.473	✓
11	ฉันไม่ใช่คนที่มีอารมณ์อ่อนไหว	-	.265	.287	✓
16	ฉันมักทำตามความรู้สึกที่เกิดขึ้นขณะนั้น	+	.154		
21	ฉันตื่นตระหนกทุกครั้งเมื่อเจอเหตุการณ์ฉุกเฉิน	+	.621	.636	✓
26	เรื่องไม่สบายอารมณ์เล็กๆน้อยๆ ก็สามารถทำให้ฉันหงุดหงิดได้	+	.353	.409	✓
31	บ่อยครั้งที่ฉันรู้สึกเศร้าและว้าเหว่	+	.529	.534	✓
36	เมื่อบางอย่างไม่เป็นไปตามแผน ฉันมักรู้สึกท้อแท้หมดกำลังใจ	+	.426	.499	✓
41	เมื่อฉันทำอะไรผิดพลาดต่อหน้าผู้อื่น ฉันจะรู้สึกอับอายแทบแทรกแผ่นดิน	+	.305	.364	✓
46	ฉันไม่เคยรู้สึกสิ้นหวังเมื่อเผชิญกับปัญหาเฉพาะหน้า	-	.233	.321	✓
ด้านการแสดงตัว		Cronbach's Alpha = .821			
2	ฉันสนิทสนมกับคนอื่นได้ง่าย	+	.589	.589	✓
7	ฉันรู้สึกสนุกเมื่อได้พบปะกับคนมากมาย	+	.443	.443	✓
12	คนที่ฉันรู้จักหลายคนเคยบอกว่าฉันเป็นคนเย็นชา	-	.381	.381	✓
17	ฉันชอบอยู่รวมกลุ่มกับผู้คนมากๆ	+	.446	.446	✓
22	ฉันเป็นคนร่าเริงและมองโลกในแง่ดี	+	.590	.590	✓
27	ฉันเป็นคนที่เข้ากับผู้อื่นได้ง่าย	+	.626	.626	✓

ข้อ	คำถาม	ทิศทาง	CITC 1	CITC 2	ข้อที่ผ่านทั้งหมด
32	ถ้าฉันเลือกได้ ฉันอยากแยกไปอยู่คนเดียวมากกว่าอยู่กันเป็นกลุ่ม	-	.657	.657	✓
37	ฉันไม่ค่อยหัวเราะบ่อยนัก	-	.548	.548	✓
42	ฉันชอบทำอะไรตามลำพังคนเดียว	-	.541	.541	✓
47	หลายคนมองว่าฉันไม่ค่อยร่าเริง	-	.589	.589	✓
ด้านเปิดรับประสบการณ์		Cronbach's Alpha = .841			
3	สิ่งที่เกี่ยวข้องกับความสุนทรีย์และศิลปะมีความหมายกับฉันมาก	+	.394	.394	✓
8	ฉันสนุกกับการแก้ปัญหาที่ต้องใช้ความคิด	+	.347	.347	✓
13	เมื่ออารมณ์ของฉันเปลี่ยนแปลงฉันจะรู้สึกได้ทันที	+	.106	.106	✓
18	เมื่อต้องทำอะไรสักอย่าง ฉันชอบลองหาวิธีทำแบบใหม่ๆ	+	.417	.417	✓
23	ฉันเป็นคนที่มีความสงสัยใคร่รู้	+	.359	.359	✓
28	ฉันหลงใหลในความงามของศิลปะและธรรมชาติ	+	.467	.467	✓
33	ฉันคิดว่าความรู้สึกหรืออารมณ์ที่ฉันมีเป็นสิ่งสำคัญในชีวิต	+	.199	.199	✓
38	ฉันรับรู้ความรู้สึกของตนเองอยู่ตลอดเวลา	+	.350	.350	✓
43	ฉันชอบลองทำกิจกรรมใหม่ๆ ที่มีความหลากหลาย	+	.348	.348	✓
48	ฉันยินดีรับฟังความคิดเห็นใหม่ๆ	+	.359	.359	✓
ด้านประนีประนอม		Cronbach's Alpha = .661			
4	บางคนคิดว่าฉันเป็นคนอวดดี	-	.534	.509	✓
9	ผู้คนมองว่าฉันเป็นคนเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่	+	.249	.250	✓
14	ฉันเป็นคนว่านอนสอนง่าย	+	.252	.345	✓
19	ผู้คนมักมองว่าฉันเป็นคนที่เห็นอกเห็นใจและห่วงใยผู้อื่น	+	.382	.393	✓
24	ฉันมักใช้เล่ห์เหลี่ยมเล็กๆ น้อยๆ เพื่อให้ได้สิ่งที่ต้องการ	-	.372	.274	✓
29	ฉันไม่ลังเลที่จะแสดงความโกรธออกมาเมื่อจำเป็น	-	.271	.341	✓

ข้อ	คำถาม	ทิศทาง	CITC 1	CITC 2	ข้อที่ผ่านทั้งหมด
34	คนส่วนใหญ่มองว่าฉันเป็นคนสงบเสงี่ยมเจียมตัว	+	.237	.321	✓
39	เมื่อเกิดความขัดแย้งขึ้น ฉันพร้อมที่จะลืมและให้อภัยคนอื่นเสมอ	+	.124	.196	✓
44	ฉันไม่ชอบใช้กลอุบายให้คนอื่นทำตามที่ต้องการ	+	.361	.451	✓
49	ฉันมักจะเกรงใจและคำนึงถึงคนอื่นอยู่เสมอ	+	.061		
ด้านการมีจิตสำนึก		Cronbach's Alpha = .776			
5	ฉันไม่สามารถจัดระบบสิ่งของรอบๆตัวได้	-	.381	.381	✓
10	ฉันชอบอยู่สบายๆ โดยไม่ต้องมีเป้าหมายในชีวิต	-	.192	.192	✓
15	ฉันไม่ใช่คนที่มีระเบียบมากนัก	-	.673	.673	✓
20	ฉันเป็นคนที่มีความมั่นใจในตนเอง	+	.706	.706	✓
25	ฉันชอบให้สิ่งของอยู่เป็นที่เป็นทาง	+	.540	.540	✓
30	บ่อยครั้งที่ฉันไม่สามารถทำงานจนเสร็จได้	-	.125	.125	✓
35	ฉันมักเก็บของไม่เป็นที่	-	.694	.694	✓
40	ฉันทำงานที่ได้รับมอบหมายอย่างระมัดระวัง	+	.403	.403	✓
45	ฉันให้ความสำคัญกับความเป็นระเบียบเรียบร้อย	+	.627	.627	✓
50	บ่อยครั้งที่ฉันไม่ได้คืนสิ่งของที่ยืมมาเพราะหลงลืม	-	.262	.262	✓

หมายเหตุ : ค่าวิกฤตของ $r(65) = 0.178$, $\alpha = .05$

ตารางที่ 2 ผลการวิเคราะห์มาตรวัดแรงจูงใจอาสา (30 ข้อ) โดยการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆของมาตรวัด (Corrected item-total correlation, N=80)

ข้อ	ข้อความ	ทิศทาง	CITC1	ข้อที่ผ่านทั้งหมด
1	ฉันเป็นห่วงคนเหล่านั้นที่เจอเรื่องเลวร้ายกว่าฉัน	+	.222	✓
2	ฉันมีความเป็นห่วงต่อกลุ่มคนที่ฉันกำลังให้ความช่วยเหลืออย่างแท้จริง	+	.232	✓
3	ฉันรู้สึกเห็นใจต่อคนที่กำลังตกทุกข์ได้ยาก	+	.394	✓
4	ฉันรู้สึกว่าการช่วยเหลือผู้อื่นเป็นสิ่งสำคัญสำหรับฉัน	+	.488	✓
5	ฉันสามารถทำในสิ่งที่มีคุณค่าได้	+	.223	✓
6	ฉันรู้ตัวมากขึ้นว่าเหตุใดจึงมาเป็นอาสาสมัคร	+	.602	✓
7	การเป็นอาสาสมัครทำให้ฉันได้รับมุมมองใหม่ๆ	+	.319	✓
8	การเป็นอาสาสมัครทำให้ฉันได้เรียนรู้จากการได้ลงมือทำจริง	+	.381	✓
9	ฉันสามารถสำรวจจุดแข็งของตนเองจากการเป็นอาสาสมัคร	+	.224	✓
10	ฉันได้เรียนรู้วิธีการที่จะรับมือกับผู้คนที่หลากหลาย	+	.267	✓
11	การเป็นอาสาสมัครจะช่วยเพิ่มโอกาสให้ฉันได้ทำงานในองค์กรที่ฉันต้องการได้	+	.627	✓
12	ฉันสามารถทำความรู้จักกับคนใหม่ๆที่อาจช่วยฉันในด้านธุรกิจหรือการทำงาน	+	.708	✓
13	การเป็นอาสาสมัครทำให้ฉันได้ทดลองทำงานในสายอาชีพต่างๆ	+	.436	✓
14	การเป็นอาสาสมัครจะช่วยให้ฉันประสบความสำเร็จในสายอาชีพที่ฉันเลือก	+	.545	✓

ข้อ	ข้อความ	ทิศทาง	CITC1	ข้อที่ผ่านทั้งหมด
15	การทำงานอาสาสมัครทำให้ประวัติการทำงานของฉันดูดี	+	.554	✓
16	เพื่อนๆ ของฉันต่างก็เป็นอาสาสมัคร	+	.492	✓
17	คนใกล้ชิดของฉันต้องการให้ฉันเป็นอาสาสมัคร	+	.584	✓
18	คนที่ฉันรู้จักก็มีความสนใจเกี่ยวกับการเป็นอาสาสมัครเหมือนกับฉัน	+	.599	✓
19	คนใกล้ชิดของฉันให้ความสำคัญกับการทำงานอาสาสมัคร	+	.543	✓
20	คนสนิทของฉันมองว่าการเป็นอาสาสมัครเป็นกิจกรรมที่มีความสำคัญ	+	.553	✓
21	การเป็นอาสาสมัครทำให้ฉันรู้สึกว่าคุณเป็นคนที่สำคัญ	+	.589	✓
22	การเป็นอาสาสมัครทำให้ฉันมองเห็นคุณค่าในตนเองมากขึ้น	+	.496	✓
23	การเป็นอาสาสมัครทำให้ฉันรู้สึกว่าฉันเป็นที่ต้องการ	+	.461	✓
24	การเป็นอาสาสมัครทำให้ฉันรู้สึกดีกับตนเองมากขึ้น	+	.468	✓
25	การเป็นอาสาสมัครเป็นวิธีการหาเพื่อนใหม่	+	.394	✓
26	การเป็นอาสาสมัครช่วยให้ฉันลิ้มความรู้สึกไม่ดีที่ฉันมี	+	.389	✓
27	การเป็นอาสาสมัครทำให้ฉันรู้สึกเหงาน้อยลง	+	.421	✓
28	การเป็นอาสาสมัครช่วยบรรเทาความรู้สึกผิดต่อผู้อื่นที่ฉันคิดว่าดีกว่าพวกเขา	+	.310	✓
29	การเป็นอาสาสมัครช่วยเยียวยาปัญหาในใจของฉันได้	+	.440	✓
30	การเป็นอาสาสมัครช่วยทำให้สบายใจขึ้นจากเรื่องที่กังวล	+	.354	✓
ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของมาตรวัดแรงจูงใจอาสาสมัครทั้งหมด			Cronbach's Alpha = .896	

หมายเหตุ : ค่าวิกฤตของ $r(65) = 0.178$, $\alpha = .05$

ตารางที่ 3 ผลการวิเคราะห์มาตรวัดสุขภาพทางจิต (18 ข้อ) โดยการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆของมาตรวัด (Corrected item-total correlation, N=80)

ข้อ	ข้อกระทง (ในช่วงเวลา 1 เดือนที่ผ่านมา)	ทิศทาง	CITC1	ข้อที่ผ่าน ทั้งหมด
1	ฉันรู้สึกมีความสุขในชีวิต	+	.408	✓
2	ฉันรู้สึกหงุดหงิด กระวนกระวายใจจนแทบจะทำอะไรไม่ได้	-	.548	✓
3	ฉันรู้สึกว่าฉันสามารถควบคุมพฤติกรรม ความคิดและอารมณ์ของตนเองได้เป็นอย่างดี	+	.234	✓
4	ฉันรู้สึกเสียใจ ผิดหวัง หรือเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ มากมาย จนแทบจะหมดหวังในชีวิต	-	.650	✓
5	ฉันรู้สึกว่าฉันกำลังตกอยู่ในภาวะตึงเครียดหรือกดดันอย่างมาก	-	.673	✓
6	ฉันรู้สึกพอใจและมีความสุขมากกับชีวิต	+	.606	✓
7	ฉันรู้สึกเหมือนว่าฉันอาจจะเสียสติหรือเสียการควบคุมตนเองได้ง่าย ๆ	-	.478	✓
8	ฉันรู้สึกวิตกกังวล หงุดหงิด อย่างมาก	-	.451	✓
9	ฉันนอนหลับพักผ่อนเต็มที่และตื่นขึ้นมาอย่างสดชื่น	+	.523	✓
10	ฉันรู้สึกไม่ค่อยสบาย เจ็บโน่น ปวดนี้ และเอาแต่กังวลกับสุขภาพของตนเอง	-	.371	✓
11	ฉันมีแต่เรื่องตื่นเต้น น่าสนใจในชีวิต	+	.339	✓
12	ฉันรู้สึกแยะอยู่ตลอดเวลา	-	.642	✓
13	ฉันรู้สึกมั่นใจและมั่นคงในชีวิต	+	.441	✓
14	ฉันรู้สึกเหน็ดเหนื่อย อ่อนล้าและหมดพลังในการทำสิ่งต่าง ๆ	-	.668	✓
15	ฉันกังวลกับสุขภาพของตนเอง	-	.486	✓
16	ฉันรู้สึกเครียดอยู่เสมอ	-	.621	✓

ข้อ	ข้อกระทง (ในช่วงเวลา 1 เดือนที่ผ่านมา)	ทิศทาง	CITC1	ข้อที่ผ่าน ทั้งหมด
17	ฉันรู้สึกสดชื่น มีชีวิตชีวา มีพลังในการทำสิ่งต่าง ๆ	+	.418	✓
18	ฉันรู้สึกหดหู่ เศร้าใจ อยู่เสมอ	-	.704	✓
ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของมาตรวัดสุขภาวะทางจิตรวมทั้งฉบับ		Cronbach's Alpha = .884		

หมายเหตุ : ค่าวิกฤตของ ของ $r(65) = 0.178$, $\alpha = .05$

ภาคผนวก ค

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

คำชี้แจง

1. แบบสอบถามนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาโครงการวิจัยเรื่อง “ความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพ จิตอาสา และสุขภาวะทางจิตในนิสิตศึกษามหาวิทยาลัย” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเสริมสร้างความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับ บุคลิกภาพ แรงจูงใจอาสาที่ส่งผลต่อสุขภาวะจิตของนิสิตศึกษามหาวิทยาลัย
2. แบบสอบถามฉบับนี้แบ่งออกเป็น 4 ตอน ได้แก่
ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล
ตอนที่ 2 แบบวัดบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบ
ตอนที่ 3 แบบวัดแรงจูงใจอาสา
ตอนที่ 4 แบบวัดสุขภาวะทางจิต

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล

เพศ () ชาย () หญิง อายุ

คณะ.....ชั้นปี.....

ท่านเคยเข้าร่วมกิจกรรมอาสาหรือไม่ () เคย () ไม่เคย

หากเคยโปรดระบุกิจกรรมอาสาที่ท่านเคยทำ

มา.....

ท่านเป็นสมาชิกของชมรมที่เกี่ยวข้องกับการอาสาหรือไม่ () เคย () ไม่เคย

หากเคยโปรด

ระบุ.....

ตอนที่ 2 แบบวัดบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบ

แบบวัดฉบับนี้ประกอบด้วยข้อความ 50 ข้อ โปรดอ่านและพิจารณาข้อความดังกล่าวว่าสามารถอธิบายลักษณะของท่านได้หรือไม่ จากนั้นโปรดทำเครื่องหมายถูก (✓) ลงในช่องว่างให้ตรงกับความเห็นของท่านมากที่สุด เพียงช่องเดียวในแต่ละข้อและโปรดตอบทุกข้อ

ข้อ	คำถาม	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง 1	ไม่เห็นด้วย 2	เห็นด้วยและไม่เห็นด้วยพอ ๆ กัน 3	เห็นด้วย 4	เห็นด้วยอย่างยิ่ง 5
1	ฉันไม่ใช่คนตกใจง่าย	1	2	3	4	5
2	ฉันสนิทสนมกับคนอื่นได้ง่าย	1	2	3	4	5
3	สิ่งที่เกี่ยวข้องกับความสุนทรีย์และศิลปะมีความหมายกับฉันมาก	1	2	3	4	5
4	บางคนคิดว่าฉันเป็นคนอวดดี	1	2	3	4	5
5	ฉันไม่สามารถจัดระบบสิ่งของรอบๆตัวได้	1	2	3	4	5
6	ฉันเป็นคนขี้กังวล	1	2	3	4	5
7	ฉันรู้สึกสนุกเมื่อได้พบปะกับคนมากมาย	1	2	3	4	5
8	ฉันสนุกกับการแก้ปัญหาที่ต้องใช้ความคิด	1	2	3	4	5
9	ผู้คนมองว่าฉันเป็นคนเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่	1	2	3	4	5
10	ฉันชอบอยู่สบายๆ โดยไม่ต้องมีเป้าหมายในชีวิต	1	2	3	4	5
11	ฉันไม่ใช่คนที่มีอารมณ์อ่อนไหว	1	2	3	4	5
12	คนที่ฉันรู้จักหลายคนเคยบอกว่าฉันเป็นคนเย็นชา	1	2	3	4	5
13	เมื่ออารมณ์ของฉันเปลี่ยนแปลงฉันจะรู้สึกได้ทันที	1	2	3	4	5
14	ฉันเป็นคนอ่านหนังสือง่าย	1	2	3	4	5
15	ฉันไม่ใช่คนที่มีระเบียบมากนัก	1	2	3	4	5
16	ฉันชอบอยู่รวมกลุ่มกับผู้คนมากๆ	1	2	3	4	5
17	เมื่อต้องทำอะไร ฉันชอบลองหาวิธีทำแบบใหม่ๆ	1	2	3	4	5

ข้อ	คำถาม	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง 1	ไม่เห็น ด้วย 2	เห็นด้วยและ ไม่เห็นด้วย พอ ๆ กัน 3	เห็น ด้วย 4	เห็นด้วย อย่างยิ่ง 5
18	ผู้คนมักมองว่าฉันเป็นคนที่เห็นอกเห็นใจและ ห่วงใยผู้อื่น	1	2	3	4	5
19	ฉันเป็นคนที่มีความมั่นใจในตนเอง	1	2	3	4	5
20	ฉันตื่นตระหนกทุกครั้งเมื่อเจอเหตุการณ์ ฉุกเฉิน	1	2	3	4	5
21	ฉันเป็นคนร่าเริงและมองโลกในแง่ดี	1	2	3	4	5
22	ฉันเป็นคนที่มีความสงสัยใคร่รู้	1	2	3	4	5
23	ฉันมักใช้เล่ห์เหลี่ยมเล็กน้อย เพื่อให้ได้สิ่งที่ ต้องการ	1	2	3	4	5
24	ฉันชอบให้สิ่งของอยู่เป็นที่ เป็นทาง	1	2	3	4	5
25	เรื่องไม่สบายอารมณ์เล็กน้อย ก็สามารถทำให้ ฉันหงุดหงิดได้	1	2	3	4	5
26	ฉันเป็นคนที่เข้ากับผู้อื่นได้ง่าย	1	2	3	4	5
27	ฉันหลงใหลในความงามของศิลปะและ ธรรมชาติ	1	2	3	4	5
28	ฉันไม่ลังเลที่จะแสดงความโกรธออกมาเมื่อ จำเป็น	1	2	3	4	5
29	บ่อยครั้งที่ฉันไม่สามารถทำงานจนเสร็จได้	1	2	3	4	5
30	บ่อยครั้งที่ฉันรู้สึกเศร้าและว่าเหว่	1	2	3	4	5
31	ถ้าฉันเลือกได้ ฉันอยากแยกไปอยู่คนเดียว มากกว่าอยู่กันเป็นกลุ่ม	1	2	3	4	5
32	ฉันคิดว่าความรู้สึกหรืออารมณ์ที่ฉันมีเป็นสิ่ง สำคัญในชีวิต	1	2	3	4	5
33	คนส่วนใหญ่มองว่าฉันเป็นคนสงบเสงี่ยม เรียบร้อย	1	2	3	4	5
34	ฉันมักเก็บของไม่เป็นที่	1	2	3	4	5
35	เมื่อบางอย่างไม่เป็นไปตามแผน ฉันมักรู้สึก ท้อแท้หมดกำลังใจ	1	2	3	4	5

ข้อ	คำถาม	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง 1	ไม่เห็น ด้วย 2	เห็นด้วยและ ไม่เห็นด้วย พอ ๆ กัน 3	เห็น ด้วย 4	เห็นด้วย อย่างยิ่ง 5
36	ฉันไม่ค่อยหัวเราะบ่อยนัก	1	2	3	4	5
37	ฉันรับรู้ความรู้สึกของตนเองอยู่ตลอดเวลา	1	2	3	4	5
38	เมื่อเกิดความขัดแย้งขึ้น ฉันพร้อมที่จะล้มและ ให้อภัยคนอื่นเสมอ	1	2	3	4	5
39	ฉันทำงานที่ได้รับมอบหมายอย่างระมัดระวัง	1	2	3	4	5
40	เมื่อฉันทำอะไรผิดพลาดต่อหน้าผู้อื่น ฉันจะ รู้สึกอับอายแทบแทรกแผ่นดิน	1	2	3	4	5
41	ฉันชอบทำอะไรตามลำพังคนเดียว	1	2	3	4	5
42	ฉันชอบลองทำกิจกรรมใหม่ๆ ที่มีความ หลากหลาย	1	2	3	4	5
43	ฉันไม่ชอบใช้กลยุทธ์ให้คนอื่นทำตามที่ฉัน ต้องการ	1	2	3	4	5
44	ฉันให้ความสำคัญกับความเป็นระเบียบ เรียบร้อย	1	2	3	4	5
45	ฉันไม่เคยรู้สึกสิ้นหวังเมื่อเผชิญกับปัญหา เฉพาะหน้า	1	2	3	4	5
46	หลายคนมองว่าฉันไม่ค่อยจริงจัง	1	2	3	4	5
47	ฉันยินดีรับฟังความคิดเห็นใหม่ๆ	1	2	3	4	5
48	บ่อยครั้งที่ฉันไม่ได้คืนสิ่งของที่ยืมมาเพราะ หลงลืม	1	2	3	4	5

ตอนที่ 3 แบบวัดแรงจูงใจอาสา

โปรดอ่านและพิจารณาข้อความเกี่ยวกับสาเหตุจูงใจที่ทำให้ท่านเข้าร่วมกิจกรรมอาสา จากนั้นโปรดทำเครื่องหมายถูก (✓) ลงในช่องว่างให้ตรงกับความเห็นของท่านมากที่สุด เพียง ช่องเดียว ในแต่ละข้อ และโปรดตอบทุกข้อ

ข้อ	ข้อความ	ไม่ สำคัญ เลย 1	สำคัญ น้อย 2	สำคัญ ปาน กลาง 3	สำคัญ มาก 4	สำคัญ ที่สุด 5
1	ฉันเป็นห่วงคนเหล่านั้นที่เจอเรื่องเลวร้ายกว่าฉัน	1	2	3	4	5
2	ฉันมีความเป็นห่วงต่อกลุ่มคนที่ฉันกำลังให้ความช่วยเหลืออย่างแท้จริง	1	2	3	4	5
3	ฉันรู้สึกเห็นใจต่อคนที่กำลังตกทุกข์ได้ยาก	1	2	3	4	5
4	ฉันรู้สึกว่าความช่วยเหลือผู้อื่นเป็นสิ่งสำคัญสำหรับฉัน	1	2	3	4	5
5	ฉันสามารถทำในสิ่งที่มีคุณค่าได้	1	2	3	4	5
6	ฉันรู้ตัวมากขึ้นว่าเหตุใดจึงมาเป็นอาสาสมัคร	1	2	3	4	5
7	การเป็นอาสาสมัครทำให้ฉันได้รับมุมมองใหม่ๆ	1	2	3	4	5
8	การเป็นอาสาสมัครทำให้ฉันได้เรียนรู้จากการได้ลงมือทำจริง	1	2	3	4	5
9	ฉันสามารถสำรวจจุดแข็งของตนเองจากการเป็นอาสาสมัคร	1	2	3	4	5
10	ฉันได้เรียนรู้วิธีการที่จะรับมือกับผู้คนที่หลากหลาย	1	2	3	4	5
11	การเป็นอาสาสมัครจะช่วยเพิ่มโอกาสให้ฉันได้ทำงานในองค์กรที่ฉันต้องการได้	1	2	3	4	5
12	ฉันสามารถทำความรู้จักกับคนใหม่ๆ ที่อาจช่วยฉันในด้านธุรกิจหรือการงาน	1	2	3	4	5
13	การเป็นอาสาสมัครทำให้ฉันได้ทดลองทำงานในสายอาชีพต่างๆ	1	2	3	4	5

ข้อ	ข้อความ	ไม่ สำคัญ เลย 1	สำคัญ น้อย 2	สำคัญ ปาน กลาง 3	สำคัญ มาก 4	สำคัญ ที่สุด 5
14	การเป็นอาสาสมัครจะช่วยให้ฉันประสบความสำเร็จในสายอาชีพที่ฉันเลือก	1	2	3	4	5
15	การทำงานอาสาสมัครทำให้ประวัติการทำงานของฉันดูดี	1	2	3	4	5
16	เพื่อนๆ ของฉันต่างก็เป็นอาสาสมัคร	1	2	3	4	5
17	คนใกล้ชิดของฉันต้องการให้ฉันเป็นอาสาสมัคร	1	2	3	4	5
18	คนที่ฉันรู้จักก็มีความสนใจเกี่ยวกับการเป็นอาสาสมัครเหมือนกับฉัน	1	2	3	4	5
19	คนใกล้ชิดของฉันให้ความสำคัญกับการทำงานอาสาสมัคร	1	2	3	4	5
20	คนสนิทของฉันมองว่าการเป็นอาสาสมัครเป็นกิจกรรมที่มีความสำคัญ	1	2	3	4	5
21	การเป็นอาสาสมัครทำให้ฉันรู้สึกว่าคุณเป็นคนสำคัญ	1	2	3	4	5
22	การเป็นอาสาสมัครทำให้ฉันมองเห็นคุณค่าในตนเองมากขึ้น	1	2	3	4	5
23	การเป็นอาสาสมัครทำให้ฉันรู้สึกว่าคุณเป็นที่ต้องการ	1	2	3	4	5
24	การเป็นอาสาสมัครทำให้ฉันรู้สึกดีกับตนเองมากขึ้น	1	2	3	4	5
25	การเป็นอาสาสมัครเป็นวิธีการหาเพื่อนใหม่	1	2	3	4	5
26	การเป็นอาสาสมัครช่วยให้ฉันลิ้มความรู้สึที่ไม่ดีที่ฉันมี	1	2	3	4	5
27	การเป็นอาสาสมัครทำให้ฉันรู้สึกเหนื่อยลง	1	2	3	4	5
28	การเป็นอาสาสมัครช่วยบรรเทาความรู้สึกผิดต่อผู้อื่นที่ฉันโชคดีกว่าพวกเขา	1	2	3	4	5
29	การเป็นอาสาสมัครช่วยเยียวยาปัญหาในใจของฉันได้	1	2	3	4	5
30	การเป็นอาสาสมัครช่วยทำให้สบายใจขึ้นจากเรื่องที่ยกกังวล	1	2	3	4	5

ตอนที่ 4 แบบวัดสุขภาพทางจิต

ในช่วงเวลา 1 เดือนที่ผ่านมา ท่านรู้สึกอย่างไรบ้างกับชีวิตของท่าน กรุณาอ่านข้อความด้านล่าง และตอบว่าท่านรู้สึกเช่นนั้นบ้างหรือไม่ และบ่อยเพียงใด โดยทำเครื่องหมายถูก (✓) ลงใน ช่องว่าง **เพียงช่องเดียวในแต่ละข้อและโปรดตอบทุกข้อ**

ข้อ	ในช่วงเวลา 1 เดือนที่ผ่านมา	น้อยมาก หรือไม่มี เลย 1	น้อย 2	บ่อย ปาน กลาง 3	บ่อย มาก 4	เป็นประจำ หรือเกือบ ตลอดเวลา 5
1	ฉันรู้สึกมีความสุขในชีวิต	1	2	3	4	5
2	ฉันรู้สึกหงุดหงิด กระวนกระวายใจจนแทบจะทำอะไรไม่ได้	1	2	3	4	5
3	ฉันรู้สึกว่าฉันสามารถควบคุมพฤติกรรม ความคิดและอารมณ์ของตนเองได้เป็นอย่างดี	1	2	3	4	5
4	ฉันรู้สึกเสียใจ ผิดหวัง หรือเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ มากมาย จนแทบจะหมดหวังในชีวิต	1	2	3	4	5
5	ฉันรู้สึกว่าฉันกำลังตกอยู่ในภาวะตึงเครียดหรือกดดันอย่างมาก	1	2	3	4	5
6	ฉันรู้สึกพอใจและมีความสุขมากกับชีวิต	1	2	3	4	5
7	ฉันรู้สึกเหมือนว่าฉันอาจจะเสียสติหรือเสียการควบคุมตนเองได้ง่าย ๆ	1	2	3	4	5
8	ฉันรู้สึกวิตกกังวล หงุดหงิด อย่างมาก	1	2	3	4	5
9	ฉันนอนหลับพักผ่อนเต็มที่และตื่นขึ้นมาอย่างสดชื่น	1	2	3	4	5
10	ฉันรู้สึกไม่ค่อยสบาย เจ็บโน่น ปวดนี้ และเอาแต่กังวลกับสุขภาพของตนเอง	1	2	3	4	5
11	ฉันมีแต่เรื่องตื่นเต้น น่าสนใจในชีวิต	1	2	3	4	5
12	ฉันรู้สึกแะอยู่ตลอดเวลา	1	2	3	4	5

ข้อ	ในช่วงเวลา 1 เดือนที่ผ่านมา	น้อยมาก หรือไม่มี เลย 1	น้อย 2	บ่อย ปาน กลาง 3	บ่อย มาก 4	เป็นประจำ หรือเกือบ ตลอดเวลา 5
13	ฉันรู้สึกมั่นใจและมั่นคงในชีวิต	1	2	3	4	5
14	ฉันรู้สึกเหน็ดเหนื่อย อ่อนล้าและหมดพลังในการทำสิ่ง ต่าง ๆ	1	2	3	4	5
15	ฉันกังวลกับสุขภาพของตนเอง	1	2	3	4	5
16	ฉันรู้สึกเครียดอยู่เสมอ	1	2	3	4	5
17	ฉันรู้สึกสดชื่น มีชีวิตชีวา มีพลังในการทำสิ่ง ต่าง ๆ	1	2	3	4	5
18	ฉันรู้สึกหดหู่ เศร้าใจ อยู่เสมอ	1	2	3	4	5