

## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

#### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของคน โสดและคนที่สมรสแล้วในวัยผู้ใหญ่  
ตอนกลางในกรุงเทพมหานคร

#### กลุ่มตัวอย่าง

คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่มีอายุ 40-50 ปี ในกรุงเทพมหานคร ที่มีวุฒิการศึกษาดั้งแต่  
ปริญญาตรีขึ้นไป ทำงานแล้วโดยแบ่งเป็น 2 กลุ่มที่มีสถานภาพโสดหรือกลุ่มที่ไม่เคยใช้ชีวิตคู่มา  
ก่อนและกลุ่มที่มีสถานภาพสมรสแต่งงานมาแล้วไม่ต่ำกว่า 5 ปี

ขั้นตอนที่ 1. ให้กลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่มทำแบบสอบถามความพึงพอใจในการทำงาน  
และคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่แสดงถึงเป็นผู้มีความพึงพอใจในการทำงาน

ขั้นตอนที่ 2. กลุ่มตัวอย่างที่มีสถานภาพโสดทำแบบสอบถามความพึงพอใจในชีวิต  
โสด คัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง ที่แสดงถึงเป็นผู้ไม่มีความ โดดเดี่ยวอ้างว้าง

กลุ่มตัวอย่างที่มีสถานภาพสมรสทำแบบสอบถามความพึงพอใจในชีวิตสมรส  
คัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง ที่แสดงถึงเป็นผู้มีความพึงพอใจในชีวิตสมรส

ขั้นตอนที่ 3. คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติตามที่กำหนด แบ่งเป็น

กลุ่มที่มีสถานภาพสมรส 120 คน เป็นชาย 60 คน หญิง 60 คน

กลุ่มที่มีสถานภาพโสด 120 คน เป็นชาย 60 คน หญิง 60 คน

#### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้ แบ่งออกเป็น 5 ส่วนดังนี้คือ

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล

ส่วนที่ 2 แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง

ส่วนที่ 3 แบบวัดความพึงพอใจในการทำงาน

ส่วนที่ 4 แบบวัดความพึงพอใจในชีวิตสมรส

ส่วนที่ 5 แบบวัด UCLA Loneliness Scale

## วิธีดำเนินการวิจัย

- 1.หาประสิทธิภาพและทดลองใช้แบบสอบถามทั้ง 5 ชุด กับกลุ่มประชากรที่ใกล้เคียงกลุ่มประชากรจริงวัยผู้ใหญ่ ทำงานแล้ว ที่มีอายุระหว่าง 40- 50 ปีในกรุงเทพมหานคร
- 2.นำแบบสอบถามทั้ง 5 ชุด ซึ่งผ่านการทดลองใช้และได้หาประสิทธิภาพของเครื่องมือเป็นที่เรียบร้อยแล้ว ไปเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นวัยผู้ใหญ่อายุ 40-50 ปี ทำงานแล้ว ในกรุงเทพมหานคร โดยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามเกณฑ์ที่กำหนด จำนวน 240 คน

## การวิเคราะห์ข้อมูล

- 1.สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistic) เพื่อสรุปข้อมูลที่ได้จากการศึกษาบรรยายให้ทราบถึงลักษณะของข้อมูลกลุ่มตัวอย่าง เช่น ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนที่ได้จากแบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเอง แยกตามเพศและสถานภาพสมรส
- 2.สถิติเชิงวิเคราะห์ (Analysis Statistic) หาความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเอง และทดสอบความมีนัยสำคัญโดยวิธีการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง (Two way Analysis of Variance )

## ผลการวิจัย

- 1.ชายมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าหญิง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
- 2.ชายที่สมรสแล้วมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองไม่แตกต่างกับชายโสด
- 3.หญิงที่แต่งงานแล้วมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองไม่แตกต่างกับหญิงโสด

## ข้อเสนอแนะ

- 1.ควรได้มีการศึกษาเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยจำกัดปัจจัยอื่นๆ ที่นอกเหนือจาก ปัจจัยเรื่อง อายุ การศึกษา เพศ สถานภาพสมรส ความพึงพอใจในการทำงาน ความโดดเดี่ยวอ้างว้างในชีวิต และ ความพึงพอใจในชีวิตสมรส
- 2.จากการที่ผู้วิจัยศึกษาแนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่ผ่านมาทั้งในประเทศและนอกประเทศพบว่า มีการศึกษาเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเองในวัยผู้ใหญ่ค่อนข้างน้อยซึ่งการศึกษาถึงปัจจัยที่ส่งผลถึงการเห็นคุณค่าในตนเองของชายหญิงถือเป็นประโยชน์อย่างยิ่งในการเสริมสร้างความ เป็นอยู่ที่ดีมีความสุขให้กับบุคคลและจะได้ส่งเสริมและตระหนักถึงความเท่าเทียมกัน ในสังคมระหว่างหญิงชาย