

ความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล การมองโลกในแง่ดี
และการเห็นคุณค่าในตนเองของนิสิตมหาวิทยาลัย

นายทรงเกียรติ ลั่นหลาม

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2550

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

RELATIONSHIPS AMONG TRAIT ANXIETY, OPTIMISM,
AND SELF-ESTEEM OF UNIVERSITY STUDENTS

Mr. Songkiat Lonhlam

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Master of Arts Program in Developmental Psychology

Faculty of Psychology

Chulalongkorn University

Academic Year 2007

Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์

ความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล การมองโลกในแง่ดี และการเห็นคุณค่าในตนเองของนิสิตมหาวิทยาลัย

โดย

นายทรงเกียรติ ลั่นหลาม

สาขาวิชา

จิตวิทยาพัฒนาการ

อาจารย์ที่ปรึกษา

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พรณระพี สุทธิสุวรรณ


คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต


.....คณบดีคณะจิตวิทยา
(รองศาสตราจารย์ ดร. สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์


.....ประธานกรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร. พรณทิพย์ ศิริวรรณบุศย์)


.....อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พรณระพี สุทธิสุวรรณ)


.....กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย
(รองศาสตราจารย์ ไพบูลย์ เทวรักษ์)


.....กรรมการ
(อาจารย์ ดร.กุลยา พิธิษฐ์สังฆการ)

ทรงเกียรติ ลั่นหลาม : ความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล การมองโลกในแง่ดี และการเห็นคุณค่าของตนเองของนิสิตมหาวิทยาลัย. (RELATIONSHIPS AMONG TRAIT ANXIETY, OPTIMISM, AND SELF-ESTEEM OF UNIVERSITY STUDENTS) อ. ที่ปรึกษา: ผศ. ดร. พรรณระพี สุทธิวรรณ, 127 หน้า.

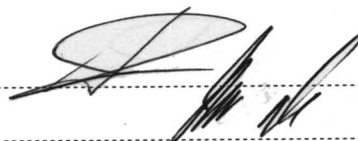
การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล การมองโลกในแง่ดี และการเห็นคุณค่าในตนเองของนิสิตมหาวิทยาลัย และทดสอบโมเดลความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลกับการเห็นคุณค่าในตนเองโดยมีการมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรสื่อที่เปลี่ยนแปลงตามระดับบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล เครื่องมือในการวิจัย ได้แก่ มาตรฐานบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล มาตรฐานลักษณะนิสัยในการดำเนินชีวิต และมาตรฐานการเห็นคุณค่าในตนเอง กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยคือ นิสิตระดับปริญญาตรีทั้งหมดจำนวน 400 คน แบ่งเป็น นิสิตชายจำนวน 200 คน และนิสิตหญิงจำนวน 200 คนที่กำลังศึกษาในปีการศึกษา 2550

ผลการวิจัยพบว่า

1. บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมีความสัมพันธ์ทางลบกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ทั้งในกลุ่มนิสิตโดยรวม ($r = -.69, p < .05$) นิสิตชาย ($r = -.68, p < .05$) และนิสิตหญิง ($r = -.71, p < .05$)
2. บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมีความสัมพันธ์ทางลบกับการมองโลกในแง่ดี ทั้งในกลุ่มนิสิตโดยรวม ($r = -.64, p < .05$) นิสิตชาย ($r = -.63, p < .05$) และนิสิตหญิง ($r = -.64, p < .05$)
3. การเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการมองโลกในแง่ดี ทั้งในกลุ่มนิสิตโดยรวม ($r = .71, p < .05$) นิสิตชาย ($r = .70, p < .05$) และนิสิตหญิง ($r = .72, p < .05$)
4. บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองในโดยมีการมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรสื่อบางส่วน โดยความสัมพันธ์นี้ไม่เปลี่ยนแปลงตามระดับบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล ทั้งในกลุ่มนิสิตโดยรวม นิสิตชาย และนิสิตหญิง นั่นคือ
 - 4.1 ในกลุ่มนิสิตโดยรวม บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมีอิทธิพลรวมต่อการเห็นคุณค่าในตนเองในระดับ $\beta = -.69$ ($p < .05$) โดยเป็นอิทธิพลทางตรงในระดับ $\beta = -.40$ ($p < .05$) และเป็นอิทธิพลทางอ้อมผ่านการมองโลกในแง่ดีในระดับ $\beta = -.29$ ($Z = -9.27, p < .05$)
 - 4.2 ในกลุ่มนิสิตชาย บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมีอิทธิพลรวมต่อการเห็นคุณค่าในตนเองในระดับ $\beta = -.68$ ($p < .05$) โดยเป็นอิทธิพลทางตรงในระดับ $\beta = -.39$ ($p < .05$) และเป็นอิทธิพลทางอ้อมผ่านการมองโลกในแง่ดีในระดับ $\beta = -.28$ ($Z = -6.30, p < .05$)
 - 4.3 ในกลุ่มนิสิตหญิง บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมีอิทธิพลรวมต่อการเห็นคุณค่าในตนเองในระดับ $\beta = -.71$ ($p < .05$) โดยเป็นอิทธิพลทางตรงในระดับ $\beta = -.42$ ($p < .05$) และเป็นอิทธิพลทางอ้อมผ่านการมองโลกในแง่ดีในระดับ $\beta = -.29$ ($Z = -6.66, p < .05$)

สาขาวิชา จิตวิทยาพัฒนาการ ลายมือชื่อนิสิต

ปีการศึกษา 2550 ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา



4978272238 : MAJOR DEVELOPMENTAL PSYCHOLOGY

KEY WORD: SELF-ESTEEM / OPTIMISM / TRAIT ANXIETY

SONGKIAT LONHLAM: RELATIONSHIPS AMONG TRAIT ANXIETY, OPTIMISM, AND SELF-ESTEEM OF UNIVERSITY STUDENTS. THESIS ADVISOR: ASST.PROF.PANRAPEE SUTIWAN,Ph.D., 127 pp.

The purposes of this research study were to examine the relationships among trait anxiety, optimism, and self-esteem of university students and to test a moderated mediation model of trait anxiety and self-esteem, with the mediating effect of optimism and moderating effect of trait anxiety. Participants were 400 undergraduates, 200 males and 200 females, (from Chulalongkorn University). The instruments used were: 1) Trait Anxiety Inventory Form Y Scale, 2) Coopersmith Self-Esteem Inventory Scale, and 3) The Revised Life Orientation Scale.

Results indicated that :

1. Trait anxiety was significantly and negatively correlated with self-esteem in all participants ($r = -.69, p < .05$), male participants ($r = -.68, p < .05$), and female participants ($r = -.71, p < .05$).

2. Trait anxiety was significantly and negatively correlated with optimism in all participants ($r = -.64, p < .05$), male participants ($r = -.63, p < .05$), and female participants ($r = -.64, p < .05$).

3. Self-esteem was significantly and positively correlated with optimism in all participants ($r = .71, p < .05$), male participants ($r = .70, p < .05$), and female participants ($r = .72, p < .05$).

4. In all 3 groups, optimism mediated the relationship between trait anxiety and self-esteem with out moderating effects of trait anxiety. The results in each group were as follow;

4.1 In all participants, the total effect of trait anxiety on self-esteem was at $\beta = -.69 (p < .05)$, with a direct effect of trait anxiety at $\beta = -.40 (p < .05)$, and a mediating-effect of optimism on the relationship between trait anxiety and self-esteem at $\beta = -.29 (Z= -9.27, p < .05)$ across the levels of trait anxiety.

4.2 In male participants, the total effect of trait anxiety on self-esteem was at $\beta = -.68 (p < .05)$, with a direct effect of trait anxiety at $\beta = -.39 (p < .05)$, and a mediating effect of optimism on the relationship between trait anxiety and self-esteem at $\beta = -.28 (Z= -6.30, p < .05)$ across the levels of trait anxiety.

4.3 In female participants, the total effect of trait anxiety on self-esteem was at $\beta = -.71 (p < .05)$, with a direct effect of trait anxiety at $\beta = -.42 (p < .05)$, and a mediating effect of optimism on the relationship between trait anxiety and self-esteem at $\beta = -.29 (Z= -6.66, p < .05)$ across the levels of trait anxiety.

Field of study Developmental Psychology Student's signature.....

Academic year 2007

Advisor's signature.....

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์เล่มนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความสามารถอย่างสูงจากผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พรพรรณระพี สุทธิวรรณ ที่กรุณาเป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ พร้อมทั้งสละเวลาเพื่อตรวจทานแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ให้คำแนะนำและความรู้ต่างๆ ในทุกขั้นตอนของการทำงาน ซึ่งเป็นพื้นฐานการทำวิทยานิพนธ์ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.พรพรรณทิพย์ ศิริวรรณบุศย์ ที่ได้กรุณาให้โอกาสผู้วิจัยเข้าไปเก็บข้อมูลในชั้นเรียน

ขอขอบพระคุณ อาจารย์ กุลยา พิธิษฐสังฆการ ที่ได้กรุณาให้คำแนะนำและตรวจทานแก้ไขเนื้อหาบางส่วนในงานวิจัยนี้

ขอขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.ดาราวรรณ ต๊ะปินตา ที่ได้กรุณาให้เครื่องมือมาใช้เก็บข้อมูลในงานวิจัยนี้

ขอขอบพระคุณ อาจารย์ สันทัด พรประเสริฐมานิต ที่ได้กรุณาให้ความรู้ทางด้านสถิติและตรวจทานการวิเคราะห์สถิติอันเป็นประโยชน์ต่อผู้วิจัย

ขอขอบพระคุณ นางสาว ณัฐนันท์ คงคาหลวง ที่ได้กรุณาอนุญาตให้คำแนะนำและเครื่องมือมาใช้เก็บข้อมูลในงานวิจัยนี้

ขอขอบคุณน้องๆ นิสิตปริญญาตรีที่น่ารักทุกคน ที่ยินดีให้ความร่วมมือสละเวลาตอบแบบสอบถามด้วยความเต็มใจ ตั้งใจ และมอบความไว้วางใจให้ข้อมูลแก่ผู้วิจัย

ขอขอบคุณพี่ๆ น้องๆ เพื่อนๆ และบุคลากรทุกท่านในคณะจิตวิทยาที่ให้ความช่วยเหลือ ติดต่อประสานงานในทุกด้านเป็นอย่างดีตลอดมา

ขอขอบคุณพี่ๆ น้องๆ เพื่อนๆ พนักงานธนาคารออมสินสาขาห้วยขวาง ที่ได้กรุณาให้โอกาสและให้ความช่วยเหลือผู้วิจัยในหลายด้าน

สุดท้ายนี้ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ พ่อ แม่ ที่ให้ชีวิตและเป็นกำลังใจที่ดีมาก ทำให้ผู้วิจัยทำงานวิจัยสำเร็จลุล่วงด้วยดีในช่วงที่ผ่านมา

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ฅ
สารบัญภาพ.....	ฎ
บทที่	
1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	6
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	43
ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย.....	44
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย.....	44
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	45
2 วิธีการดำเนินการวิจัย.....	46
กลุ่มตัวอย่าง.....	46
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	46
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	58
3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	59
4 อภิปรายผลการวิจัย.....	89
5 สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ.....	101
รายการอ้างอิง.....	105
ภาคผนวก.....	118
ภาคผนวก ก.....	119
ภาคผนวก ข.....	120
ภาคผนวก ค.....	121
ภาคผนวก ง.....	122
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์.....	127

สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
1 ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายใน (Cronbach Alpha) และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทง แต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น (Corrected Item-Total Correlation: CITC) ของแบบประเมินการเห็นคุณค่าในตนเอง.....	50
2 ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายใน (Cronbach Alpha) และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น (Corrected Item-Total Correlation: CITC) ของแบบประเมินบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (STAI Form Y-2).....	54
3 ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายใน (Cronbach Alpha) และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น (Corrected Item-Total Correlation: CITC) ของมาตรวัดการมองโลกในแง่ดี (The Revised Life Orientation Test).....	56
4 ผลการวิเคราะห์ร้อยละของข้อมูลกลุ่มตัวอย่าง ($N = 400$).....	60
5 ผลการวิเคราะห์แสดงสถิติเชิงพรรณนา ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เมตริกซ์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบ Pearson ระหว่างตัวแปร ในกลุ่มนิสิตโดยรวม นิสิตชาย และนิสิตหญิง	63
6 ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานระหว่างตัวแปรในขั้นตอนการวิเคราะห์ถดถอยอย่างง่ายและวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณตามแนวทางการทดสอบตัวแปรสี่ในกลุ่มนิสิตโดยรวม ($N = 400$).....	72
7 สรุปผลการวิเคราะห์ที่แสดงค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานและค่าสถิติ Z ที่ส่งผ่านการมองโลกในแง่ดี (ตัวแปรสี่) ในความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลกับการเห็นคุณค่าในตนเองในกลุ่มนิสิตโดยรวม ($N=400$).....	75
8 ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานปฏิสัมพันธ์ของการมองโลกในแง่ดี (ตัวแปรต้น) และบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (ตัวแปรกำกับ) กับการเห็นคุณค่าในตนเอง (ตัวแปรตาม) ในกลุ่มนิสิตโดยรวม ($N=400$).....	76
9 ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานระหว่างตัวแปรในขั้นตอนการวิเคราะห์ถดถอยอย่างง่ายและวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณตามแนวทางการทดสอบตัวแปรสี่ในกลุ่มนิสิตชาย ($n=200$).....	78

10	สรุปผลการวิเคราะห์ที่แสดงค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานและค่าสถิติ Z ที่ส่งผ่านการมองโลกในแง่ดี (ตัวแปรสื่อ) ในความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลกับการเห็นคุณค่าในตนเองในกลุ่มนิสิตชาย ($n=200$).....”.....	81
11	ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานปฏิสัมพันธ์ของการมองโลกในแง่ดี (ตัวแปรต้น) และบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (ตัวแปรกำกับ) กับการเห็นคุณค่าในตนเอง (ตัวแปรตาม) ในกลุ่มนิสิตชาย ($n=200$).....	82
12	ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานระหว่างตัวแปรในขั้นตอนการวิเคราะห์ถดถอยอย่างง่ายและวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณตามแนวทางการทดสอบตัวแปรสื่อในกลุ่มนิสิตหญิง ($n=200$).....	84
13	สรุปผลการวิเคราะห์ที่แสดงค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานและค่าสถิติ Z ที่ส่งผ่านการมองโลกในแง่ดี (ตัวแปรสื่อ) ในความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลกับการเห็นคุณค่าในตนเองในกลุ่มนิสิตหญิง ($n=200$).....	87
14	ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานปฏิสัมพันธ์ของการมองโลกในแง่ดี (ตัวแปรต้น) และบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (ตัวแปรกำกับ) กับการเห็นคุณค่าในตนเอง (ตัวแปรตาม) ในกลุ่มนิสิตหญิง ($n=200$).....	88

สารบัญภาพ

ภาพประกอบ	หน้า
1 การพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง.....	11
2 รูปแบบของความวิตกกังวลปกติของ Lader & Mark	22
3 รูปแบบของความวิตกกังวลปกติของ Spielberg	25
4 สมมติฐานโมเดลความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล การมองโลกในแง่ดี และการเห็นคุณค่าในตนเอง	43
5 โมเดลทดสอบตัวแปรสี่.....	64
6 โมเดลทดสอบตัวแปรห้า.....	67
7 แสดงค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานอิทธิพลทางตรงระหว่างบุคลิกภาพ แบบวิตกกังวลกับการเห็นคุณค่าในตนเองและอิทธิพลทางอ้อมที่มีการมองโลกในแง่ดี เป็นตัวแปรสี่ในกลุ่มนิสิตโดยรวม.....	74
8 แสดงค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานอิทธิพลทางตรงระหว่างบุคลิกภาพ แบบวิตกกังวลกับการเห็นคุณค่าในตนเองและอิทธิพลทางอ้อมที่มีการมองโลกในแง่ดี เป็นตัวแปรสี่ในกลุ่มนิสิตชาย.....	80
9 แสดงค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานอิทธิพลทางตรงระหว่างบุคลิกภาพ แบบวิตกกังวลกับการเห็นคุณค่าในตนเองและอิทธิพลทางอ้อมที่มีการมองโลกในแง่ดี เป็นตัวแปรสี่ในกลุ่มนิสิตหญิง	86
10 แสดงโมเดลความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลกับการเห็นคุณค่าในตนเอง และอิทธิพลทางอ้อมที่มีการมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรสี่ ในกลุ่มนิสิตโดยรวม นิสิตชาย และนิสิตหญิง	97
11 สมมติฐานโมเดลความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล การมองโลกในแง่ดี และการเห็นคุณค่าในตนเอง	101

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

จากสภาพสังคมไทยในปัจจุบัน ผู้คนต้องเผชิญกับปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นในสังคม เช่น ประสบกับปัญหาทางเศรษฐกิจที่ไม่แน่นอน รวมถึงปัจจัยแวดล้อมต่างๆที่เข้ามากดดันชีวิตหรือ บางทีอาจเป็นปัญหาที่เกิดขึ้นจากสาเหตุของโรคภัยไข้เจ็บต่างๆที่เข้ามาคุกคามชีวิต ซึ่งกลุ่มนิสิต นักศึกษานั้น นอกจากจะประสบกับปัญหาดังกล่าวแล้วนิสิตนักศึกษาายังต้องเผชิญกับปัญหาด้าน การเรียนอีกด้วย ปัญหาเหล่านี้ได้เข้ามามีผลกระทบต่อขั้นตอนกำลังใจในการดำเนินชีวิตและ กำลังใจในการเผชิญกับปัญหาต่างๆที่เข้ามาของนิสิตนักศึกษาแต่ละบุคคล

นิสิตนักศึกษาส่วนใหญ่จะอยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนปลาย และเริ่มเข้าศึกษาในมหาวิทยาลัย ตั้งแต่อายุ 17-18 ปีเป็นต้นไปจนกระทั่งถึงอายุ 21-22 ปี การใช้ชีวิตเพื่อศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัย ถือได้ว่าเป็นช่วงเวลาที่สำคัญ เนื่องจากครอบคลุมชีวิตของบุคคลตั้งแต่ในช่วงวัยรุ่นตอนปลาย จนกระทั่งเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ และในช่วงของวัยรุ่นตอนปลายนี้ยังคงมีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องในหลายด้าน ทั้งทางด้านร่างกาย สติปัญญา บุคลิกภาพและสังคม ซึ่งการเปลี่ยนแปลง ที่เกิดขึ้นนี้จะเริ่มมาตั้งแต่ในช่วงต้นของวัยรุ่น นิสิตนักศึกษาซึ่งอยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนปลายมักจะเริ่ม มีการจัดรูปแบบชีวิตของตนเอง เริ่มมีการฝึกความชำนาญในสายอาชีพที่ตนเองมุ่งหวังจะทำต่อไป ในอนาคต สามารถรู้จักตนเอง สามารถเชื่อมโยงบทบาทหน้าที่ของตนเองให้เข้ากับสังคม รู้คุณค่า ของชีวิตและสร้างจุดหมายให้กับชีวิตได้ ทำให้พัฒนาการที่เกิดขึ้นของนิสิตนักศึกษาซึ่งอยู่ในช่วง วัยรุ่นตอนปลายนั้นเริ่มเข้าสู่การมีวุฒิภาวะที่สมบูรณ์ โดยเฉพาะวุฒิภาวะทางด้านจิตใจมากกว่า ทางด้านร่างกาย ซึ่งเกี่ยวข้องกับความคิดและปรัชญาชีวิต (ประไพพรรณ ภูมิวุฒิสาร, 2530)

การพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของนิสิตนักศึกษาซึ่งอยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนปลายนั้น เกิดขึ้นจากความสามารถทางสติปัญญาที่มีความสามารถ รู้จักตนเองและผู้อื่นได้ สามารถประเมิน ตนเองในอุดมคติกับตนเองในความเป็นจริงได้ ซึ่งความสามารถดังกล่าวถือว่ามีความสำคัญมาก สำหรับประเมินการเห็นคุณค่าในตนเอง นิสิตนักศึกษาส่วนใหญ่ประเมินการเห็นคุณค่าในตนเอง จากลักษณะทางกายภาพ ทัศนคติ ค่านิยม ความสามารถทางสติปัญญาและความสามารถของ ตนเองในด้านต่างๆ ตลอดจนประเมินจากการที่ตนเองได้รับการยอมรับและยกย่องจากบุคคลอื่น รับรู้ว่าตนเองเป็นที่รักของบุคคลอื่นและการประสบความสำเร็จที่ตนได้รับ นิสิตนักศึกษาในช่วง วัยรุ่นตอนปลายนี้มักจะต้องการเป็นขึ้นชอบของบุคคลอื่น เพื่อให้ตนเองเกิดความรู้สึกมั่นใจ

ภูมิใจและความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองขึ้น ทั้งนี้ในทางจิตวิทยาถือว่าการเห็นคุณค่าในตนเองนั้น เป็นพัฒนาการทางด้านบุคลิกภาพและสังคมของบุคคล ซึ่งแสดงออกอย่างเด่นชัดมากในช่วงวัยรุ่น และสามารถพัฒนาได้ต่อเนื่องตลอดชีวิต การเห็นคุณค่าในตนเองจะช่วยให้บัณฑิตนักศึกษาสามารถดำเนินชีวิตไปในแนวทางที่เป็นประโยชน์ทั้งต่อตนเองและสังคมได้ (Goebal & Brown, 1981)

ทั้งนี้สอดคล้องกับเป้าหมายของการอุดมศึกษาที่เป็นมโนทัศน์หลัก ได้แก่ สร้างความรู้ สร้างคน สร้างสังคม เพื่อพัฒนาให้เป็นบุคคลที่สมบูรณ์ของสังคมต่อไป โดยมีจุดมุ่งหมายหลักเน้น การพัฒนานิสิตนักศึกษาเพื่อที่จะให้เป็นพลเมืองที่ดี มีการใช้ชีวิตที่มีความหมาย มีคุณค่า รู้จักตนเอง รู้สึกเห็นคุณค่าของตนเองและคุณค่าของผู้อื่น อันจะเป็นประโยชน์ทั้งต่อตนเองและสังคม อย่างแท้จริงและปัญหาอันเป็นปัจจุบันของนิสิตนักศึกษาส่วนใหญ่ คือ ปัญหาการเรียน ซึ่งส่งผลกระทบต่อนิสิตนักศึกษาโดยตรง ทำให้ไม่กล้าที่จะเผชิญกับอุปสรรคในชีวิต มีความวิตกกังวล หรืออาจจะทำให้สูญเสียความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองได้ ซึ่งสามารถเป็นตัวบ่งชี้คุณภาพชีวิตของนิสิตนักศึกษา (ไพฑูริย์ สีนลารัตน์, 2543)

ในการศึกษาวิจัยทางด้านจิตวิทยาจำนวนมากมีผู้ที่สนใจศึกษา แนวความคิดในเรื่อง การเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-esteem) ซึ่งมีบทบาทสำคัญอย่างมากต่อบุคคล โดยจะเข้าไปเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์ต่อการสร้างอัตมโนทัศน์ของบุคคล (Self-Concept) ในลักษณะของการประเมินตนเองในด้านคุณค่าและความสามารถที่ตนเองมี ทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกว่าตนเป็นที่ยอมรับและต้องการของผู้อื่น มีความสามารถ มีเกียรติ มีศักดิ์ศรี มีคุณค่า และมีประโยชน์ต่อสังคม สิ่งเหล่านี้เปรียบเสมือนเป็นพลังที่ช่วยให้บุคคลสามารถเผชิญอุปสรรคต่างๆ ที่ผ่านเข้ามาในชีวิตได้ด้วย ความมั่นใจ สามารถที่จะดำรงชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ บุคคลที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง มักจะเป็นผู้ที่มีอุปนิสัยว่าเจริง วิตกกังวลต่ำ ปรับตัวได้ดี อยากรู้ อยากเห็น เป็นที่รู้จักที่ของผู้อื่น มีความสัมพันธ์ที่ดีในกลุ่มสังคม เชื่อสัจต่อตนเองและใช้กลไกการป้องกันตนเองในระดับต่ำ สิ่งเหล่านี้มีส่วนช่วยลดปัญหาต่างๆ ที่อาจจะเกิดขึ้นจากการดำเนินชีวิต ไม่ว่าจะเป็นทั้งทางด้านร่างกายหรือทางด้านจิตใจ ซึ่งเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กับการมีความสุขในชีวิต

(Coopersmith, 1984; Sheldon, 2004)

จากที่กล่าวมาแสดงให้เห็นว่าการเห็นคุณค่าในตนเองเป็นสิ่งสำคัญและอาจมีผลต่อพัฒนาการของบุคคลจากวัยหนึ่งส่งผลต่อเนื่องไปสู่พัฒนาการของวัยต่อไปได้ โดยเฉพาะพัฒนาการทางด้านบุคลิกภาพและสังคม ซึ่งในทางจิตวิทยานั้นถือว่าการเห็นคุณค่าในตนเองเป็นสิ่งดี จึงเป็นเหตุให้มีผู้สนใจศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง รวมทั้งปัจจัยที่มีผลกับการเห็นคุณค่าในตนเองเป็นจำนวนมาก เช่น งานวิจัยของ Sheldon (2004) รายงานว่าการเห็นคุณค่าในตนเองเป็นพื้นฐานทางจิตใจที่ดีและจำเป็นต่อความสามารถในการปรับตัวของบุคคลได้อย่างถูกต้องเหมาะสมในการเผชิญอุปสรรคต่างๆ และสัมพันธ์กับชีวิตการเป็นอยู่ที่ดี สอดคล้องกับ

งานวิจัยของ Wylie (1979), Hansford & Hattie (1982) และ Baumeister (2003) ได้รายงานในลักษณะที่ว่า การเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในช่วงวัยรุ่นและงานวิจัยของ Kawashe (1982), Abrams (1988), Francis & Jame (1996), Francis (1997), Swickert, Hittner, Kitos, & Cox-Fuenzalida (2004) ได้รายงานว่าบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Trait Anxiety) อารมณ์ทางบวก (Positive Affect) ความตื่นเต้น (exciting) ความภูมิใจ (Pride) นิสัยชอบเข้าสังคม (Extraversion) เป็นปัจจัยที่มีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองทั้งในทางตรงและทางอ้อม

นอกจากนี้มีการศึกษาวิจัยจำนวนมากได้ให้ความสำคัญกับความสัมพันธ์ของการเห็นคุณค่าในตนเองที่เกี่ยวข้องกับสภาวะอารมณ์และการปรับตัวในทุกๆด้าน ยกตัวอย่าง งานวิจัยที่รายงานว่า การเห็นคุณค่าในตนเองในระดับต่ำมีความสัมพันธ์กับบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Greenberg, Solomon, & Pyszczynski, 1992), ความซึมเศร้า (Pelkonen, 2003), ความคิดฆ่าตัวตาย (Palmer, 2004; Wild, Flisher, & Lombard, 2004), การตกเป็นเหยื่อ (Slee & Rigby, 1993), การเป็นยิวอาชญากร (Heaven, 1996; Jang & Thornberry, 1998), การกินที่ผิดปกติ (Gual et al, 2002) และมีความสุขในระดับต่ำ (Furnham & Cheng, 2002) ซึ่งงานวิจัยในผู้ใหญ่เหล่านี้สอดคล้องกับการศึกษาวิจัยของ Aunola, Stattin, & Nurmi (2000) ที่รายงานว่าเด็กที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงมักจะมีพฤติกรรมที่เป็นปัญหาในระดับต่ำและพบว่าการเห็นคุณค่าตนเองสูงในเด็กมีความสัมพันธ์ในทิศทางตรงข้ามกับการรายงานของพ่อแม่ ซึ่งเกี่ยวข้องกับความล้มเหลวในเรื่องการปรับตัวของลูกในช่วงวัยรุ่น เช่น การคาดหวังในเรื่องความล้มเหลวหรือหมกมุ่นอยู่กับกิจกรรมที่ไม่เป็นประโยชน์เป็นต้น และจากการศึกษาวิจัยระยะยาวของ Heaven (1996) รายงานว่าการเห็นคุณค่าในตนเองมีผลต่อจิตใจและการปรับตัวของเด็ก โดยการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กสามารถทำนายการเกิดปัญหาอาชญากรได้จากการติดตามผลในสองปีต่อมา และงานวิจัยระยะยาวของ Robinson, Garber, & Hillsman (1995) พบว่าหากบุคคลมีการเห็นคุณค่าในตนเองลดลงจะมีอาการซึมเศร้าตามมา

การเห็นคุณค่าในตนเองได้ถูกนำเสนอโดย Maslow (1968) แนวคิดเรื่องแรงจูงใจขั้นตอนต่างๆของมนุษย์ โดย Maslow (1968) ได้จัดลำดับความต้องการของมนุษย์ออกเป็น 5 ขั้น โดยมีลำดับจากต่ำไปสูง คือ ความต้องการทางร่างกาย (Physiological needs) ความต้องการความปลอดภัย (Safety needs) ความต้องการความรักและความเป็นเจ้าของ (Belongingness & Love needs) ความต้องการความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง (Esteem needs) ความต้องการบรรลุศักยภาพแห่งตน (Self-actualization needs) ซึ่งการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self – esteem) อยู่ในความต้องการลำดับขั้นที่ 4 และถือเป็นสิ่งสำคัญสำหรับมนุษย์ซึ่ง Maslow (1968) ได้อธิบายว่า ความต้องการของมนุษย์ในด้านการเห็นคุณค่าในตนเองมีความสำคัญต่อการมีสุขภาพจิตดี

โดยเฉพาะการที่มนุษย์มีความรู้สึกนับถือและเคารพตนเอง รวมทั้งการได้รับการนับถือจากผู้อื่นที่ไม่เป็นลักษณะฉาบฉวย จอมปลอม และมนุษย์ทุกคนในสังคมมีความต้องการหรือความปรารถนาที่จะรู้สึกมั่นคง มีความนับถือตนเอง เห็นคุณค่าตนเองและต้องการมีคุณค่าสำหรับบุคคลอื่น โดยความต้องการในลำดับขั้น ความต้องการความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง (Esteem needs) นั้นจะนำไปสู่ความรู้สึกมั่นใจในตนเอง รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า เข้มแข็ง มีความสามารถ และรู้สึกเพียงพอ รู้สึกว่าตนเองมีประโยชน์และมีความสำคัญต่อโลกนี้ แต่ในงานวิจัยของ Brown, Collins, & Schmidt (1988) และ Baumeister (1993) ได้รายงานว่าการพัฒนาสร้างเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองนั้นจะทำให้บุคคลมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตดีขึ้น ตรงกันข้ามถ้าหากการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลไม่ประสบผลสำเร็จ บุคคลจะเกิดความรู้สึกด้อย รู้สึกตนเองอ่อนแอ และไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ ดังนั้นจากความสำคัญของการเห็นคุณค่าในตนเองที่กล่าวมา จึงนำมาเป็นเหตุให้ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาเรื่องการเห็นคุณค่าในตนเองรวมถึงปัจจัยเฉพาะของบุคคลที่เกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าในตนเองด้วย

มีผู้สนใจศึกษาวิจัยพบว่าปัจจัยที่น่าจะเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเอง คือ บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Trait Anxiety) ซึ่งพบว่ามีความสัมพันธ์ในทางลบกับการเห็นคุณค่าในตนเอง (Greenberg, Solomon, & Pyszczynski, 1992; Scheier, Carver, & Bridges, 1994; Bruce, 2000; Van de vliet et al., 2002; Sedikides, Rudich, Gregg, Kumashiro, & Rusbult, 2004; Benetti & Kambouropoulos, 2006) จากข้อสรุปและหลักฐานดังกล่าวจึงมีความหมายโดยนัยว่าน่าจะมีโมเดลแสดงอิทธิพลระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Trait Anxiety) กับการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self – esteem)

และจากการศึกษาค้นคว้าพบว่าอีกปัจจัยหนึ่งที่น่าจะเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self – esteem) คือ การมองโลกในแง่ดี (Optimism) (Scheier, & Carver 1985; Aspinwall, & Taylor, 1992; Scheier, Carver, & Bridges, 1994; Wengler, & Rosen, 1995; Makikangas, & Kinnunen, 2003; Makikangas, Kinnunen, & Feldt, 2004; Swickert, Hittner, Kitos, & Cox-Fuenzalida, 2004) ซึ่งจากรายงานการวิจัยของนักวิจัยในหลายกลุ่มนี้รายงานว่าพบความสัมพันธ์ในทางบวกระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองกับการมองโลกในแง่ดี ซึ่งมีความหมายโดยนัยว่าน่าจะมีโมเดลแสดงความสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดี กับการเห็นคุณค่าในตนเอง ทั้งนี้ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาเพิ่มเติมจากงานวิจัยของ Scheier, Carver, & Bridges (1994), Bromberger & Matthews (1996), Vuaghan & Kinnier (1996), Raikkonen, Matthew, Flory, Owens, & Gump (1999), Schweizer & Koch (2001) และ Lancaster & Boivin (2005) ว่าบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Trait Anxiety) และการมองโลกในแง่ดี (Optimism) มีความสัมพันธ์

กันในทางลบ ซึ่งทั้งสองเป็นลักษณะของบุคลิกภาพ และอาจจะเป็นปัจจัยสำคัญที่มีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self – esteem) ได้

อาจกล่าวโดยสรุปจากหลักฐานที่พบในงานวิจัยต่างๆว่า บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Trait Anxiety) และการมองโลกในแง่ดี (Optimism) มีความสัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self – esteem) และนอกจากนี้ยังพบความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลกับการมองโลกในแง่ดี อีกด้วยจึงมีความหมายโดยนัยว่าน่าที่จะมีโมเดลที่แสดงอิทธิพลความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทางจิตวิทยาทั้งสามตัว ซึ่งในปัจจุบันยังไม่พบการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับความสัมพันธ์ของตัวแปรทั้งสามนี้ ผู้วิจัยจึงนำมาเป็นประเด็นที่น่าสนใจศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งสาม คือ บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Trait Anxiety) การมองโลกในแง่ดี (Optimism) และการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self – esteem) รวมทั้งการเสนอโมเดลแสดงอิทธิพลความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Trait Anxiety) กับการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self – esteem) โดยมีการมองโลกในแง่ดี (Optimism) เป็นตัวแปรสื่อ โดยพิจารณาถึงความแตกต่างในระดับบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล และความแตกต่างทางด้านเพศ ในการอธิบายโมเดลเพื่อให้เกิดความเข้าใจและอาจจะทำให้ทราบถึงปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าในตนเอง รวมทั้งแนวทางการพัฒนาส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองของนิสิตนักศึกษาให้เพิ่มมากขึ้น ทั้งในกลุ่มนิสิตชายและกลุ่มนิสิตหญิง

แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องในการวิจัยครั้งนี้ จากเอกสารบทความ และรายงานการวิจัยทั้งในประเทศและต่างประเทศ โดยสรุปรวบรวมและนำเสนอหัวข้อตามลำดับดังนี้

1. แนวความคิดเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง
2. แนวความคิดเกี่ยวกับความวิตกกังวล
3. แนวความคิดเกี่ยวกับการมองโลกในแง่ดี
4. แนวความคิดเกี่ยวกับวัยรุ่น
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. แนวความคิดเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง

1.1 ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเอง

Rosenberg (1979) กล่าวว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง ความคิดในทางบวก หรือทางลบที่บุคคลมีต่อตนเอง เมื่อบุคคลมีลักษณะเห็นคุณค่าในตนเองสูง ไม่ได้หมายความว่า ผู้นั้นจะดีเลิศ มีลักษณะหยิ่ง อวดดี ดูถูกเหยียดหยามบุคคลอื่น แต่จะหมายถึงบุคคลนั้นเคารพ ยอมรับ นับถือตนเอง และมองตนเองว่าเป็นบุคคลที่มีคุณค่าและมีประโยชน์ อีกแนวคิดหนึ่งเป็น แนวคิดของ Coopersmith (1981) ได้นิยามการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-Esteem) ว่าเป็นการ ประเมินค่าตนเองเพื่อสร้างหรือแสดงถึงคุณค่าภายในที่อยู่ภายในตนเอง โดยจะออกมาในรูปของ เจตคติ ซึ่งนำไปสู่การแสดงให้เห็นถึงความเชื่อของบุคคลนั้นหรือมีความคิดต่อตนเองว่า ตนเองนั้น มีความสามารถเป็นบุคคลที่มีความหมาย มีคุณค่า และประสบความสำเร็จ ซึ่งความรู้สึกเหล่านี้มี ที่มาจากประสบการณ์ในอดีตที่แตกต่างกันไปของแต่ละบุคคล และบุคคลจะแสดงความรู้สึกนี้ให้ ผู้อื่นรับรู้จากการสื่อสารด้วยคำพูดหรือการกระทำพฤติกรรม ซึ่งการเห็นคุณค่าในตนเองนั้นจะ สัมพันธ์กับเรื่องของการประเมินค่าตนเองภายใต้เงื่อนไขของประสบการณ์ที่บุคคลได้กระทำสิ่ง ต่างๆ นอกจากนี้ Coopersmith (1981) ได้กล่าวว่าบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงจะมีความคงทนในความรู้สึกภาคภูมิใจกับตนเองอยู่เป็นเวลานาน กล่าวคือบุคคลที่เห็นคุณค่าใน ตนเองจะมีความรู้สึกที่ตนเองเป็นคนที่มีค่าและความรู้สึกภูมิใจนี้จะคงอยู่ในช่วงเวลาหนึ่งโดย จะ ไม่เปลี่ยนแปลงไปได้อย่างง่ายดาย ทั้งนี้แนวคิดของ Coopersmith (1981) ยังได้กล่าวถึงการ พัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองว่ามีที่มาจากแหล่งสำคัญซึ่งบุคคลใช้เป็นสิ่งตัดสินความสำเร็จ ของตนเองในลักษณะโดยรวม (Global Self-Esteem) โดยมีที่มาจาก 4 แหล่ง ดังนี้คือ

1. การมีความสามารถ (Competence) หมายถึง การประสบผลสำเร็จในการกระทำสิ่งต่างๆหรือสามารถบรรลุเป้าหมายที่ตนเองต้องการ
2. การมีอำนาจ (Power) หมายถึง การมีความสามารถในการควบคุมสถานการณ์ต่างๆหรือรับรู้ว่าคุณเองสามารถมีอิทธิพลสามารถควบคุมบุคคลอื่นได้
3. การมีคุณความดี (Virtue) หมายถึง การยึดมั่นตามมาตรฐานทางจริยธรรมและศีลธรรมรวมทั้งจรรยาบรรณตามมาตรฐานสังคม
4. การได้รับการยอมรับ (Significance) หมายถึง การได้รับการยอมรับได้รับการใส่ใจรวมทั้งได้รับความรักจากบุคคลอื่น

Coopersmith (1981) ได้กล่าวเพิ่มเติมอีกว่า การเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลจะพัฒนาขึ้นมาได้จากความสัมพันธ์ของบุคคลนั้นกับบุคคลอื่นที่อยู่ใกล้ชิดบุคคลนั้นความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในกลุ่มสังคม มีผลทำให้แต่ละบุคคลมีการเห็นคุณค่าในตนเองแตกต่างกัน บุคคลที่รับรู้ว่าคุณเองเป็นผู้มีความสำคัญต่อกลุ่มจะมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าบุคคลที่รับรู้ว่าคุณเองไม่ใช่คนสำคัญของกลุ่มสังคม อีกแนวความคิดหนึ่งในเรื่องการเห็นคุณค่าในตนเองของ Bandura (1986) ได้ให้คำจำกัดความการเห็นคุณค่าในตนเองไว้สอดคล้องกับ Coopersmith (1981) กล่าวคือ การประเมินตนเองของบุคคลจะเป็นอย่างไรขึ้นอยู่กับว่า ถ้าบุคคลใดมีความรู้สึกว่าตนเองเป็นบุคคลที่ไร้ค่า อาจกล่าวได้ว่าบุคคลนั้นเป็นผู้ที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ ในขณะที่บุคคลใดได้แสดงความภาคภูมิใจในตนเอง จะกล่าวได้ว่าบุคคลนั้นเป็นผู้ที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงและ Bandura (1986) ยังได้อธิบายเพิ่มเติมว่า การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นพื้นฐานในการประเมินตนเองทั้งด้านบวกและด้านลบ การเห็นคุณค่าในตนเองได้รับการพัฒนาขึ้นมาจากความรู้สึกว่าคุณเองเป็นบุคคลที่มีความสามารถ มีความภาคภูมิใจในตนเอง อาจกล่าวโดยรวมแล้วคือ บุคคล มีความพึงพอใจกับมาตรฐานการกระทำของตนเองที่ได้ตั้งไว้ ในขณะที่บุคคลใดก็ตามเมื่อประเมินตนเองแล้วพบว่าตนเองล้มเหลวหรือกระทำกิจกรรมใดๆ ไม่ได้ตามมาตรฐานที่ตนเองกำหนดไว้ บุคคลนั้นจะรู้สึกไม่พอใจต่อตนเองและ Bandura (1986) ยังกล่าวไว้ดีกว่า การตัดสินจากสังคม (Social Judgment) มีอิทธิพลต่อการรับรู้ของบุคคลว่าจะประเมินตนเองออกมาในลักษณะใด และการเห็นคุณค่าในตนเองนั้นมักจะเกี่ยวข้องกับการประเมินคุณค่าของตนเอง ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับวัฒนธรรมประเพณีของสังคมนั้นๆว่า ให้คุณค่ากับบุคคลนั้นอย่างไรและบุคคลนั้นได้มีพฤติกรรมตอบสนองต่อคุณค่าทางสังคมได้อย่างเหมาะสมตามมาตรฐานของสังคมนั้นได้ดีมากน้อยเพียงใดอีกด้วย (Bandura, 1986) จากแนวคิดที่กล่าวมาทั้งหมดสามารถสรุปได้ว่าการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลหมายถึง การที่บุคคลมีความรู้สึกเกี่ยวกับตนเอง ซึ่งได้มาจากการประเมินสิ่งที่ตนเองกระทำหรือสิ่งที่ตนเองเป็น โดยตนเองจะให้ความสำคัญและมองว่ามีคุณค่าน่ายอมรับนับถือ และการประเมินตนเองนั้นก็จะมีผลจะมาจากสิ่งที่บุคคลอื่นให้คุณค่าและให้

ความสำคัญ ดังนั้นการเห็นคุณค่าในตนเองจะส่งผลต่อความรู้สึกนึกคิด การแสดงออกของบุคคล ความสามารถของตนเองในการปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นในสังคม และการกระทำตามบทบาทหน้าที่ของตน ซึ่งจะถือเป็นการประสบความสำเร็จของแต่ละบุคคลในอนาคต

1.2 องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง

จากการศึกษาองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองซึ่ง Coopersmith (1981) กล่าวว่า มี 2 องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง คือ องค์ประกอบภายในตนเองและองค์ประกอบภายนอกตนเอง

1.2.1. **องค์ประกอบภายในตนเอง** หมายถึงลักษณะเฉพาะของบุคคลแต่ละคน ที่ส่งผลให้บุคคลมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ประกอบด้วย

1. **ลักษณะทางกายภาพ (Physical Attribution)** นั้นมีส่วนช่วยให้บุคคลมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองมากขึ้น เช่น การมีรูปร่างหน้าตาดี มีความคล่องแคล่ว หรือการมีลักษณะทางกายภาพดี เป็นต้น บุคคลที่มีลักษณะทางกายภาพหรือมีรูปร่างหน้าตาดีมักจะมีการเห็นคุณค่าในตนเองมากกว่าบุคคลที่มีลักษณะทางกายภาพที่ด้อย แต่อย่างไรก็ตามลักษณะทางกายภาพใดๆ จะสามารถมีอิทธิพลต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่อบุคคลมากน้อยเพียงใดนั้นก็ขึ้นอยู่กับค่านิยมของแต่ละสังคมเป็นสำคัญ (Coopersmith, 1981)

2. **สมรรถภาพ ความสามารถและผลงาน (General Capacity, Ability and Performance)** องค์ประกอบทั้ง 3 มีความสัมพันธ์ต่อกันและมีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองโดยจะเป็นตัวบ่งชี้ถึงความถี่ของการประสบความสำเร็จหรือล้มเหลวในสิ่งที่กระทำ โดยที่将有เรื่องของระดับสติปัญญาเข้ามาเกี่ยวข้องด้วย โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ที่ยังอยู่ในวัยเล่าเรียน ซึ่งจะหมายถึงผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน กิจกรรมภายในโรงเรียน ครอบครัวหรือสังคม โดยสติปัญญาจะมีผลต่อสมรรถภาพและผลการเรียนของนักเรียนด้วย นำไปสู่การเพิ่มความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง เมื่อใดที่บุคคลประสบความสำเร็จในการเรียนหรือการทำงาน ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองจะเพิ่มขึ้นทันที ตรงกันข้ามเมื่อใดที่ประสบกับความล้มเหลว บุคคลจะรู้สึกว่าตนเองนั้นด้อยคุณค่า (Coopersmith, 1981)

3. **สภาวะทางอารมณ์ (Affective states)** เป็นภาพสะท้อนให้เห็นถึงความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง เช่น ความรู้สึกเป็นสุข ความพึงพอใจ ความวิตกกังวล หรือภาวะที่อยู่ในตัวบุคคล เป็นต้น สภาวะทางอารมณ์เหล่านี้เป็นผลสืบเนื่องมาจากการประเมินสิ่งที่ตนประสบหรือเป็นผลมาจากการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นแล้วส่งผลต่อการประเมินตนเอง บุคคลที่ประเมินตนเองไปในทางที่ดีจะแสดงความรู้สึกพึงพอใจ มีความสุข และแสดงอารมณ์ทางด้านบวก ในขณะที่บุคคล

ที่ประเมินสภาวะปัจจุบันของตนเองไปในทางที่ไม่ดี จะไม่มีความพอใจในชีวิตตนเอง รู้สึกหมดหวังและมองว่าตนเองไม่สามารถประสบความสำเร็จได้ในอนาคต (Coopersmith, 1981)

4. ค่านิยมส่วนบุคคล (Self-value) โดยทั่วไปบุคคลจะให้ความสำคัญกับสิ่งต่างๆ มากน้อยแตกต่างกันออกไป บุคคลจะประเมินตัวเองกับสิ่งที่ตนเองให้คุณค่าและสังคมให้คุณค่า ทั้งนี้ถ้าม่านิยมส่วนตัวของบุคคลสอดคล้องกับค่านิยมของสังคม บุคคลจะเห็นคุณค่าในตนเองสูง แต่ถ้าค่านิยมส่วนตัวเขาไม่สอดคล้องกับค่านิยมของสังคม บุคคลจะเห็นคุณค่าในตนเองต่ำลง (Coopersmith, 1981)

5. ความทะเยอทะยาน (Aspiration) การตัดสินใจเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคล เกิดจากมีการเปรียบเทียบผลงานและความสามารถของตนเองกับเกณฑ์ความสำเร็จที่ตนได้ตั้งไว้ ประสบการณ์ของการได้รับความสำเร็จจะนำไปสู่ความคาดหวังต่อความสำเร็จในครั้งต่อไป ซึ่งความสามารถที่บุคคลสามารถทำได้ตามเกณฑ์ที่ตนเองกำหนดหรือดีกว่าเกณฑ์ที่ตนเองตั้งไว้ จะสามารถช่วยพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองให้เพิ่มขึ้น ในทางตรงกันข้ามถ้าผลงานและความสามารถไม่เป็นไปตามเกณฑ์หรือต่ำกว่าเกณฑ์ที่ตนเองได้วางไว้ บุคคลจะรู้สึกว่าตนเองล้มเหลวไร้ค่า (Coopersmith, 1981)

6. เพศ (sex) สังคมและวัฒนธรรมส่วนใหญ่จะให้ความสำคัญกับเพศชายและการประสบความสำเร็จของเพศชายมักจะถูกมองว่าเกิดจากความสามารถ แต่ถ้าเป็นเพศหญิง กลับถูกมองว่าเป็นเพราะความพยายามหรือการโชคดี ดังนั้นจึงพบว่าส่วนใหญ่แล้วเพศชายจะมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าเพศหญิง (Coopersmith, 1981)

7. ปัญหาต่างๆและโรคภัยไข้เจ็บ (Problems and pathology) ได้แก่ปัญหาสุขภาพจิตต่างๆไป หรือความผิดปกติทางพฤติกรรมและระบบประสาท (Psychophysiological disorder) กล่าวคือ ผู้ที่มีปัญหาดังกล่าวสูงจะมีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำและจะแสดงออกมาในลักษณะวิตกกังวลและมีความทุกข์ ส่วนผู้ที่มีปัญหาดังกล่าวน้อยจะมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง (Coopersmith, 1981)

1.2.2 องค์ประกอบภายนอกตนเอง หมายถึงสภาพแวดล้อมภายนอกที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์ด้วย ซึ่งจะส่งผลให้บุคคลเกิดมีการเห็นคุณค่าในตนเองที่แตกต่างกันออกไป ประกอบด้วย

1. ความสัมพันธ์ระหว่างครอบครัวหรือพ่อแม่ ความสัมพันธ์กับครอบครัวหรือพ่อแม่จะมีอิทธิพลต่อเด็กในการพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเป็นอย่างมาก ดังนั้นประสบการณ์ช่วงวัยเด็กที่บุคคลเคยได้รับจากความสัมพันธ์ภายในครอบครัว จึงเป็นรากฐานที่สำคัญในชีวิต เด็กที่ได้รับความรัก ความอบอุ่น คนในครอบครัวให้การสนับสนุน ให้การยอมรับ ความคิด ความรู้สึก ให้กำลังใจและให้สิทธิเสรีภาพในการกระทำของเด็ก ครอบครัวมีการจัดวาง

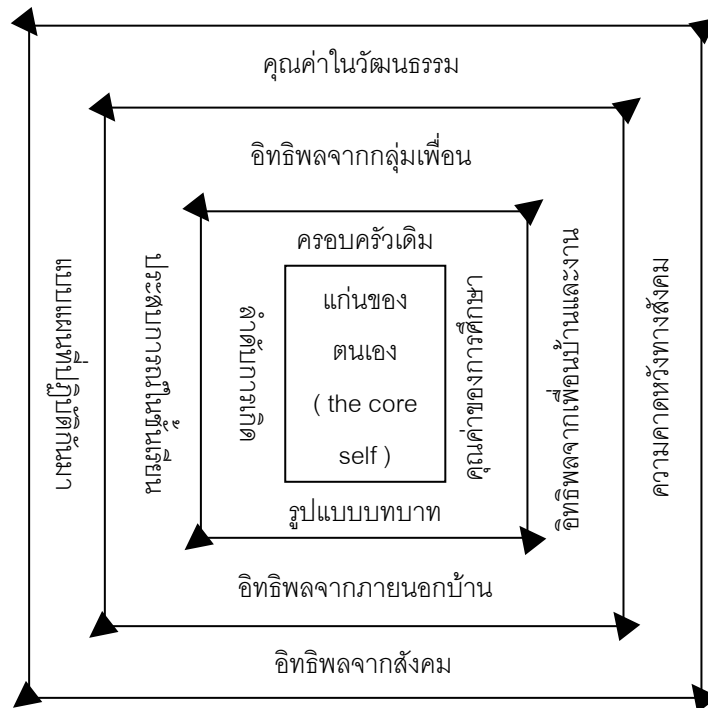
ระเบียบกฎเกณฑ์ในการปกครองลูกและจัดให้เด็กได้มีอิสระในขอบเขตอันสมควร โดยให้มีโอกาสแสดงออกถึงความสามารถและความรับผิดชอบ สิ่งเหล่านี้จะทำให้เด็กเกิดความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย และสามารถพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองให้เกิดขึ้นได้ (Coopersmith, 1981)

2. โรงเรียนและการศึกษา เป็นสถานที่พัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองต่อจากครอบครัว โรงเรียนมีหน้าที่ช่วยอบรมให้เด็กนักเรียนมีความรู้ความสามารถมีทักษะ มีความเชื่อมั่นในตนเองและมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง เมื่ออยู่ในโรงเรียนและประสบการณ์ที่เด็กได้รับจากโรงเรียนจะช่วยส่งเสริมความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองให้เพิ่มขึ้นจากการที่เด็กได้รับจากครอบครัว เช่น เปิดโอกาสให้เด็กได้ทำกิจกรรมต่างๆ ฝึกการแก้ไขปัญหาต่างๆ เพื่อส่งเสริมให้เด็กเกิดมีความมั่นใจในตนเองและมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองขึ้น (Coopersmith, 1981)

3. สถานภาพทางสังคม เป็นการเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นโดยพิจารณาจากลักษณะอาชีพตำแหน่งการงาน บทบาทสังคม รายได้หรือสถานะทางเศรษฐกิจ วงศ์ตระกูล เป็นต้น บุคคลที่มาจากสถานภาพทางสังคมในระดับสูง จะได้รับการปฏิบัติที่ทำให้เกิดความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าสูงกว่าบุคคลที่มาจากสถานภาพทางสังคมในระดับปานกลางหรือต่ำ แต่อย่างไรก็ตามจากการศึกษาวิจัยพบว่าสถานภาพทางสังคมมีความสัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าตนเองอย่างไม่ชัดเจนเนื่องจากบุคคลที่มาจากสถานภาพทางสังคมในระดับต่ำนั้นจะมีทั้งบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองในระดับสูงและในระดับต่ำ (Coopersmith, 1981)

4. สังคมและกลุ่มเพื่อน การที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์กับสังคมและเพื่อนจะช่วยในการพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคล ส่วนหนึ่งเกิดจากการรับรู้ในการมองตนเองตามสภาพที่เป็นอยู่แล้วเปรียบเทียบกับคนอื่น ๆ ถ้าเมื่อเกิดการเปรียบเทียบแล้วพบว่าตนเองนั้นมีความสามารถ มีทักษะในการเรียนรู้ในการทำกิจกรรมต่าง ๆ หรือมีความถนัดในเรื่องใดเรื่องหนึ่งมากกว่ากลุ่มเพื่อนในวัยเดียวกัน บุคคลนั้นก็จะมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น ตรงข้ามกันเมื่อใดบุคคลพบว่าตนเองขาดทักษะหรือความถนัดในการดำเนินกิจกรรมใด ๆ บุคคลจะเกิดความรู้สึกว่าตนเองไม่มีความสามารถ ไม่เป็นที่ยอมรับของกลุ่มเพื่อนและจะส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลลดลง บุคคลจะกลายเป็นคนที่เงียบขี้นม ชอบเก็บตัว และมักจะไม่เป็นที่ชื่นชมของเพื่อนวัยเดียวกัน (Coopersmith, 1981)

นอกจากนี้ยังมี Golden และ Lesh (1994) ได้อธิบายถึงองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองและสอดคล้องกับ Coopersmith (1981) ซึ่ง Golden และ Lesh (1994) ได้นำเสนอเป็นแผนภาพแบ่งเป็น 4 ชั้น (ดังแสดงในภาพ 1)



แผนภาพ 1 การพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง ที่มา: Golden & Lesh (1994)

ขั้นที่ 1 คือ แก่นของตนเอง ซึ่งบุคคลมีมาตั้งแต่กำเนิดเป็นพันธุกรรมที่ได้รับการถ่ายทอดลักษณะต่างๆมาจากพ่อแม่เป็นส่วนแรกที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคล

ขั้นที่ 2 คือ ครอบครัวและผู้เลี้ยงดู ซึ่งจะมีผลกับบุคคลตั้งในช่วงแรกของชีวิต จนกระทั่งโตเป็นผู้ใหญ่ ในขั้นนี้ครอบครัวจะใกล้ชิดกับบุคคลมากที่สุด จึงทำให้ครอบครัวมีอิทธิพลอย่างมากในการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคล เมื่อบุคคลได้รับความรักและการดูแลเอาใจใส่ ซึ่งการพัฒนาที่เกิดขึ้นในขั้นนี้จะทำให้บุคคลแข็งแกร่งและพร้อมจะเผชิญกับสิ่งต่าง ๆ

ขั้นที่ 3 คือ โลกภายนอกบ้าน ได้แก่ โรงเรียน เพื่อนเล่น ครูอาจารย์ และผู้อื่นที่มีความสำคัญต่อบุคคล สำหรับสำหรับเด็กจะเป็นโรงเรียนแต่สำหรับผู้ใหญ่แล้วอาจเป็นสถานที่ทำงาน ซึ่งอยู่ถัดมาจากขั้นของครอบครัวแล้ว ในขั้นนี้จะมีอิทธิพลต่อการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองมากที่สุดเพราะบุคคลจะประเมินตนเองเมื่อตนเองได้เข้าไปอยู่อยู่ในสังคม

ขั้นที่ 4 คือ สังคมและวัฒนธรรม บุคคลจะรับรู้ความแตกต่างของตนเองได้จากสังคมและวัฒนธรรมที่ตนเองอยู่ได้เช่นกัน ในขั้นนี้จะอยู่ถัดมาจากขั้นของโลกภายนอก บุคคลจะประเมินตนเองกับบุคคลอื่นส่วนใหญ่ในสังคมและวัฒนธรรมที่ตนเองอยู่ ซึ่งสังคมก็จะมีอิทธิพลต่อการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลได้เช่นกัน ซึ่งมีความแตกต่างขึ้นอยู่กับแต่ละสังคม

จากองค์ประกอบของการสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลที่กล่าวมาข้างต้น ทั้ง 4 ขั้นดังในแผนภาพ 1 อธิบายได้ว่า ลำดับการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลนั้น สามารถพัฒนา โดยเริ่มจากตนเอง ต่อมาที่ครอบครัว กลุ่มเพื่อน และสังคมตามลำดับ ซึ่งจากสิ่งที่สังคมให้คุณค่านั้น ก็สามารถมีอิทธิพลย้อนกลับไปที่การเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลได้ ดังนั้นถ้าหากบุคคลมีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำก็จะมีผลกระทบก่อให้เกิดปัญหาขึ้นตามมาในขั้นต่อไปได้ โดยเฉพาะปัญหาทางด้านบุคลิกภาพของตนเองและอาจจะก่อให้เกิดความเครียดหรือความวิตกกังวลได้ รวมทั้งมีปัญหในสังคมที่ตนเองอยู่ด้วย ดังนั้นผู้ที่เห็นคุณค่าในตนเองต่ำจึงควรมีการเปลี่ยนแปลง สร้างเสริมพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองให้เกิดขึ้นกับตนเอง เพื่อที่จะพัฒนาตนเองให้ดีขึ้น ทั้งนี้ Greenberg & Gold (1994) ได้เสนอแนะวิธีการสร้างเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองไว้ดังนี้

1. การยอมรับตนเอง เป็นสิ่งสำคัญมากสำหรับการสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง เป็นการเรียนรู้ที่จะยอมรับและมั่นใจในความสามารถของตนเองที่มี พยายามชื่นชมตนเองและรู้จักเห็นคุณค่าในตนเอง
2. การตนเองในทางบวก หมายถึงการที่บุคคลพยายามบอกกับตนเองในสิ่งที่ดี ๆ ในทางสร้างสรรค์ ในทางบวกให้กับตนเอง ยกตัวอย่าง เช่น ฉันมีความสามารถ ฉันมีพรสวรรค์ สามารถทำงานชิ้นนี้ได้ยอดเยี่ยม เป็นต้น โดยพยายามหลีกเลี่ยงการบอกตนเองในทางลบด้วย ซึ่งก็เท่ากับเป็นการทำลายการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคล
3. หาสิ่งที่ตนเองทำได้ดี งานอดิเรกของบุคคล เช่น เล่นกีตาร์ เล่นฟุตบอล แต่งกลอน วาดรูป เป็นต้น เมื่อบุคคลกระทำสิ่งใดแล้วเกิดความรู้สึกดีและมีความสุข การกระทำนั้นจะช่วยทำให้บุคคลสามารถสร้างความมั่นใจให้เกิดขึ้น เกิดการเห็นคุณค่าในตนเองได้มากขึ้น และจะทำให้บุคคลมีความกล้าที่จะทดลองกระทำสิ่งใหม่ ๆ ต่อไป
4. ใช้คำแทนตนเองว่า “ฉัน” ถ้าบุคคลมีความรับผิดชอบกับความรู้สึกของตนเองและมีการเห็นคุณค่าในตนเองในระดับสูง บุคคลนั้นจะใช้คำว่า “ฉัน” แทนตนเอง แต่ถ้าหากบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ ก็จะกลัวที่จะใช้คำว่า “ฉัน” เนื่องจากความกลัวการวิพากษ์วิจารณ์จากบุคคลอื่น เมื่อเกิดความผิดพลาดขึ้นและไม่กล้าที่จะยอมรับความผิดพลาดที่เกิดขึ้นกับตนเอง
5. การสนับสนุนจากกลุ่ม แรงสนับสนุนจากกลุ่มเพื่อนที่บุคคลไว้วางใจและสามารถพูดคุยได้อย่างเปิดเผย การพัฒนาความสัมพันธ์จากกลุ่มเพื่อน และในกลุ่มเพื่อนที่ดีนั้น มักจะไม่สร้างความกดดันหรือล้อเลียนให้บุคคลขาดความมั่นใจ ตรงกันข้ามกลุ่มเพื่อนจะพยายามช่วยสร้างให้บุคคลเกิดความรู้สึกที่ดี มีความมั่นใจ ก็จะเท่ากับเป็นช่วยสร้างเสริมให้บุคคลเกิดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองนั้นมีมากขึ้นได้

6. การต่อต้านแรงกดดันจากกลุ่มเพื่อน บุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ มักจะ
ไม่มีความมั่นใจในการออกความคิดเห็นหรือสามารถตัดสินใจได้ด้วยตนเอง ผลกระทบที่ตามมา
คือ บุคคลจะได้รับอิทธิพลแรงกดดันและถูกชักจูงจากเพื่อนได้มาก ดังนั้นการช่วยให้บุคคลมี
ความสามารถที่จะตัดสินใจได้ด้วยตนเอง ก็เท่ากับเป็นการสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองและสร้าง
ความมั่นใจให้เกิดขึ้นกับบุคคลได้

7. การกระทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยความซื่อตรง บุคคลที่ชื่นชมและเห็นคุณค่าของตนเอง
ก็จะสามารถเห็นคุณค่าของบุคคลอื่นได้เช่นเดียวกัน ดังนั้น การปฏิบัติด้วยความซื่อตรงและความ
รับผิดชอบของตนเองที่มีต่อบุคคลอื่นนั้น จะทำให้เกิดความรู้สึกดีกับตนเองซึ่งก็จะเป็นการสร้าง
เสริมการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลขึ้นได้

1.3 ลักษณะของบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงและต่ำ

บุคคลจะแสดงถึงระดับของการเห็นคุณค่าในตนเองแตกต่างกัน ทำให้เกิดความรู้สึก
เกี่ยวกับตนเองที่แตกต่างกันในแต่ละบุคคลและแนวทางในการสะท้อนภาพของตนเองไปสู่บุคคล
อื่นนั้นก็แตกต่างกันออกไป (Coopersmith, 1981)

ลักษณะของบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง (High self-esteem) คือ
บุคคลจะไม่มีความคิดว่า ตนเองเป็นบุคคลที่เฉื่อยหรือแย่ไปกว่าคนอื่นและไม่คิดว่าตนเองดีและ
สมบูรณ์แบบกว่าบุคคลอื่นหรือตนเองเป็นบุคคลที่ไม่ดีหรือบกพร่อง แต่บุคคลจะรับรู้ถึงข้อจำกัดของ
ตนเองว่าตนเองมีข้อจำกัดหรือมีข้อดีและข้อเด่นในด้านใดบ้าง รวมทั้งสามารถรับรู้คุณค่าของ
ตนเองตามความเป็นจริงว่าบุคคลโดยทั่วไป และรวมทั้งตนเองด้วยนั้น สามารถที่จะมีข้อบกพร่อง
ผิดพลาดเกิดขึ้นได้ในบางเรื่อง ซึ่งในมนุษย์โดยทั่วไปแล้วไม่จำเป็นต้องสมบูรณ์แบบ หากแต่เมื่อ
บุคคลพบข้อบกพร่องหรือข้อผิดพลาด แล้วบุคคลสามารถที่จะปรับปรุงและพัฒนาจุดบกพร่องของ
ตนเองนั้นให้ดีขึ้นได้โดยการพยายามอย่างไม่สิ้นหวัง และพร้อมที่จะปรับปรุงแก้ไข สามารถยอมรับ
ได้ว่า มนุษย์ทุกคนย่อมจะมีการตัดสินใจผิดพลาดได้เป็นบางครั้งคราว ไม่มีใครสามารถที่จะทำทุก
อย่างได้ดีและทำได้ถูกต้องทุกครั้ง รวมทั้งจะต้องยอมรับได้ว่า ในสังคมที่ตนเองอยู่นั้นคนแต่ละคน
อาจจะเป็นที่รักและที่ชังของบุคคลอื่นได้ ดังนั้นบุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองในระดับสูงนั้น
จะเป็นบุคคลที่มีลักษณะที่ดีหลายอย่าง เช่น เข้าใจผู้อื่น มีความอดทนสูง รู้จักที่จะให้อภัยผู้อื่น
มีน้ำใจกับผู้อื่น ไม่สิ้นหวัง อารมณ์แจ่มใส (Hamachek, 1978; Coopersmith, 1981)

บุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงจะมีความรู้สึกที่ดีกับทั้งตนเองและบุคคลอื่น
รวมทั้งเคารพในการเป็นมนุษย์และเห็นคุณค่าของการมีชีวิต โดยไม่จำเป็นต้องพิสูจน์ถึงคุณค่าใดๆ
หรือเงื่อนไขข้อกำหนดใดๆในทางสังคม เช่น ชื่อเสียง เกียรติยศและเงินทอง แต่อาจจะมีเงื่อนไขใน
ลักษณะที่เป็นมาตรฐานของตัวบุคคลเองเข้ามาเกี่ยวข้อง เช่น เรื่องศีลธรรมและความสามารถของ

บุคคล รวมทั้งการเคารพตนเอง ซึ่งจะก่อให้เกิดเป็นแรงจูงใจขึ้นกับตนเองในการป้องกันความเจ็บป่วยและรู้สึกเห็นคุณค่าของการที่ตนเองมีสุขภาพดี มีความเชื่อมั่นในอำนาจและการกระทำของตนเองว่าจะเกิดผลสำเร็จในแบบที่ตนเองต้องการ ทั้งนี้บุคคลจะพยายามรักษาสุขภาพของตนเองไว้ให้ดี ทำให้ลดพฤติกรรมเสี่ยงต่ออันตราย รวมทั้งเมื่อบุคคลนั้นเกิดอาการป่วยขึ้นก็จะสามารถฟื้นฟูสุขภาพกลับสู่เป็นปกติได้เร็ว (Hamachek, 1978; Coopersmith, 1981)

บุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง จะเป็นคนที่มีความเชื่อมั่นในตนเองสูง มีความเชื่อถือในความคิดของตนเอง แสดงพฤติกรรมออกมาได้อย่างเหมาะสม มีความกระตือรือร้น เชื่อมั่นในตนเองว่ามีความสามารถในการทำงานให้ประสบความสำเร็จ กล้าคิด กล้าแสดงออก มีความคิดสร้างสรรค์ มองโลกในแง่ดี สามารถแก้ไขปัญหาได้ มีความรับผิดชอบทั้งต่อตนเองและต่อผู้อื่น รวมทั้งสามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อบุคคลรอบข้างได้ แต่ขณะเดียวกันก็ยอมรับความล้มเหลวของตนเองได้ ทำให้มีชีวิตอยู่อย่างไม่วิตกกังวล มีความยืดหยุ่นในการดำรงชีวิตทำให้ชีวิตดำรงอยู่อย่างมีความสุข (Hamachek, 1978; Coopersmith, 1981)

ลักษณะของบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ (low self-esteem) คือ บุคคลนั้นจะไม่กล้าแสดงความคิดเห็นที่แตกต่างไปจากบุคคลอื่น เนื่องจากมีความกังวลใจขึ้น รู้สึกกลัวว่าจะได้รับการปฏิเสธหรือได้รับการตำหนิ กลัวว่าตนเองจะทำให้ผู้อื่นโกรธและไม่พอใจต่อคำวิจารณ์จากบุคคลอื่น นอกจากนี้บุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำนั้น จะมีความรู้สึกเก็บกดอยู่ภายในจิตใจ และมักจะไม่ยอมรับนับถือตนเอง เกิดความรู้สึกว่าตนเองไม่มีคุณค่า รู้สึกไม่มั่นใจ มีความวิตกกังวล และคิดว่าตนเองมีข้อบกพร่อง (Rosenberg, 1979) บุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองต่ำ มักเป็นบุคคลที่ขาดความมั่นใจ ไม่กล้าพูด ไม่กล้าแสดงออก ไม่ค่อยดูแลเอาใจใส่ตนเอง มักจะชอบกินและดื่ม เช่น ดิสุราหรือยาเสพติด บางครั้งชอบทำลายสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น บุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองต่ำบางคนอาจจะใช้ “การปกป้องคุณค่าในตนเอง (defensive self-esteem)” เช่น การแกล้งทำพฤติกรรมที่มั่นใจมากเกินไปหรืออาจแสดงความก้าวร้าวทดแทนการไม่มั่นใจ (Hamachek, 1978; Coopersmith, 1981) บุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำจะมีลักษณะตรงกันข้ามกับบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงคือ มักจะไม่เห็นความสำคัญของตนเอง มีความวิตกกังวลเกี่ยวกับตนเอง ไม่ชอบแสดงตัว ประหม่า หวั่นไหว เมื่อรู้ว่าตนเองตกอยู่ในสายตาของผู้อื่น ชอบแสวงหาการยอมรับจากบุคคลอื่น เพื่อให้ผู้อื่นเกิดการยอมรับตนเอง และมักจะไม่ค่อยยอมรับความล้มเหลวและความผิดพลาดของตนที่เกิดขึ้น ซึ่งมีผลทำให้ตนเองเกิดความเครียดและความวิตกกังวลสูง (Hamachek, 1978; Coopersmith, 1981)

และจากการศึกษาพบว่าปัจจัยที่มีอิทธิพลส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลอย่างหนึ่ง คือ การรับรู้ความสามารถของตนเอง (self-efficacy) (Harter, 1996) รวมทั้งในเรื่องของอาชีพการงาน และรวมไปถึงเรื่องความสามารถในการรับผิดชอบต่อตนเอง ความสามารถ

ในการจัดการหรือทำสิ่งต่างๆด้วยตนเองโดยไม่ต้องพึ่งพิงผู้อื่น และการเห็นคุณค่าในตนเองนั้นจะส่งผลต่อการแสดงพฤติกรรมต่างๆให้เหมาะสมกับบุคคลด้วยเช่นกัน และการที่บุคคลไม่สามารถแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมได้เนื่องจากบุคคลมีความกลัวหรือมีความวิตกกังวล เข้ามาขัดขวางการแสดงพฤติกรรมที่ถูกต้องและทำให้บุคคลไม่กล้าพูด หรือกระทำในสิ่งที่ควรจะทำหรือกระทำเพราะเกิดความรู้สึกไม่มั่นใจและวิตกกังวลอย่างมาก เมื่อรู้สึกว่าคุณค่าของตนเองพูดหรือกระทำสิ่งใดลงไปแล้วจะก่อให้เกิดผลในทางลบ ดังนั้นพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออกหรือพฤติกรรมไม่เหมาะสมที่แสดงออกจนกลายเป็นนิสัยและแสดงออกถึงความวิตกกังวลควบคู่กันไป ซึ่งมีการศึกษาวิจัยในประเทศไทยพบว่าความวิตกกังวลมีความสัมพันธ์ในทางลบกับการเห็นคุณค่าในตนเอง (กาญจนา พงศ์พฤกษ์, 2523) สอดคล้องกับงานวิจัยของ จงกลณี ต้อยเจริญ (2540) ที่ศึกษาพบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์กับความสามารถในการปรับตัวของวัยรุ่น กล่าวคือ วัยรุ่นที่เห็นคุณค่าในตนเองสูงจะสามารถปรับตัวได้ดีกว่าวัยรุ่นที่เห็นคุณค่าในตนเองปานกลางและต่ำ

มีงานวิจัยในต่างประเทศที่ศึกษาถึงความสัมพันธ์ของการเห็นคุณค่าในตนเองกับปัจจัยอื่นๆพบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองสัมพันธ์กับการประสบความสำเร็จที่ผ่านมาในชีวิตและความพึงพอใจ (Life satisfaction) ความวิตกกังวล (Anxiety) และความซึมเศร้า (Depress) ซึ่งในงานวิจัยของ Roffey (1994) ศึกษาความเครียดกับการเห็นคุณค่าในตนเองของนักศึกษา มหาวิทยาลัย ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงจะมีความเครียดน้อยกว่านักศึกษาที่เห็นคุณค่าในตนเองต่ำ และถ้าหากความแตกต่างระหว่างภาพลักษณ์ของตนเองที่แท้จริงกับในอุดมคติแตกต่างกันมาก นักศึกษาก็มักจะแสดงถึงระดับการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ ตรงกันข้ามนักศึกษาจะเห็นคุณค่าในตนเองสูง เมื่อภาพลักษณ์ของตนเองที่แท้จริงกับในอุดมคติใกล้เคียงกัน นอกจากนี้มีการรายงานของ Hamachek, Bartholomae, & Mckenry (2000) รายงานว่า การเห็นคุณค่าในตนเองส่งผลต่อความสามารถในการปรับตัวของนักศึกษา ทั้งด้านอารมณ์ สังคม การเรียน และจะสามารถพยายามผลักดันตนเองไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ

1.4 การพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง

พื้นฐานที่สำคัญของการเห็นคุณค่าในตนเองมีพัฒนาการมาจากความรักและการที่ครอบครัวหรือพ่อแม่ให้การยอมรับตั้งแต่วัยเด็ก จากการศึกษาของ Coopersmith (1981) พบว่าสภาพการณ์ที่เกิดขึ้นภายในครอบครัวและความสัมพันธ์ที่ตึงเครียดระหว่างเด็กกับพ่อแม่จะมีผลอย่างมากในการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองทั้งสิ้นโดยมีเงื่อนไขดังนี้ เช่น พ่อแม่ให้การยอมรับเด็กในเรื่องต่างๆที่เด็กสามารถทำได้หรือไม่สามารถทำได้ มีการกำหนดขอบเขต กฎเกณฑ์ การกระทำให้เด็กเข้าใจอย่างชัดเจนและพยายามหมั่นคอยดูแลกำกับเด็ก ให้ปฏิบัติไม่ออกนอกขอบเขตที่กำหนดขึ้น

พ่อแม่ให้เด็กได้มีอิสระเสรีต่อการกระทำบางเรื่องของเด็กถ้าเห็นว่าเด็กยังปฏิบัติอยู่ในขอบเขตที่กำหนดให้ได้อย่างถูกต้องเหมาะสมและไม่เกินขอบเขตที่กำหนดไว้

เงื่อนไขดังกล่าวข้างต้นนี้เป็นพื้นฐานของการเห็นคุณค่าในตนเอง ที่จะช่วยจะสร้างเสริมความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กเพิ่มขึ้น เด็กจะเกิดความรู้สึกรักตนเองและคาดหวังให้ผู้อื่นมารักตอบ สิ่งเหล่านี้จะเกิดมาจากการที่เด็กได้รับความรัก ความเอาใจใส่จากพ่อแม่ รวมทั้งการประสบความสำเร็จของเด็กที่เกิดขึ้น โดยในขั้นต้นนี้ เด็กจะปฏิบัติตนเพื่อให้พ่อแม่เกิดความพอใจและต้องการให้บุคคลอื่นพอใจด้วย (Mcneil, 1975 อ้างอิงใน นภาพร พุ่มพุกษ์, 2529)

นอกจากนี้การอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่ การดูแลเอาใจใส่ การให้การยอมรับลูกตั้งแต่วัยเด็กนั้นมีความสำคัญและส่งผลกระทบต่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กได้มาก เนื่องจากการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กนั้นเป็นผลมาจากความรักที่เด็กได้รับกลับมาจากลักษณะท่าทีของผู้ที่ให้การอบรมเลี้ยงดูหรือพ่อแม่มากกว่าสถานภาพทางสังคมและปริมาณวัตถุหรือสิ่งของที่เด็กได้รับ Hamachek (1978) และ Atwater (1979) รายงานว่าคุณภาพของผู้เลี้ยงดูนั้นมีความสำคัญมากต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็ก การที่เด็กเกิดความรู้สึกว่าได้รับความรัก ความอบอุ่น ได้รับการดูแลเอาใจใส่ ให้การสนับสนุน ให้กำลังใจจากผู้เลี้ยงดู และให้อิสเสรีภาพในการศึกษาค้นคว้าสิ่งต่างๆ รวมทั้งให้ความสนใจต่อกฎระเบียบที่วางไว้อย่างเคร่งครัด จะทำให้เด็กเกิดรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น ซึ่งก็สอดคล้องกับงานวิจัยของ Coopersmith (1981) รายงานว่าการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กนั้นมีความสัมพันธ์โดยตรงกับพฤติกรรมของพ่อแม่ในการกำหนดกฎเกณฑ์และการจัดการดูแลเด็กให้ปฏิบัติตามสิ่งที่พ่อแม่กำหนดกฎเกณฑ์ขึ้น และการเห็นคุณค่าในตนเองนั้นเป็นสิ่งที่สามารถเรียนรู้ได้ สามารถเปลี่ยนแปลงและพัฒนาให้เกิดขึ้นได้จากประสบการณ์ที่แต่ละบุคคลได้รับ ดังนั้นนักจิตวิทยาจึงได้เสนอแนวทางการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองไว้ ดังนี้ Coopersmith (1981) กล่าวว่าบุคคลสามารถพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองได้ ดังต่อไปนี้

1. การได้รับการยอมรับนับถือ หมายถึง การที่บุคคลได้รับการตอบสนองกลับจากบุคคลอื่นซึ่งมีความสำคัญในชีวิต
2. การประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่ตนเองหรือสังคมกำหนด ซึ่งจะมีผลให้บุคคลเป็นที่รู้จักอย่างแพร่หลายและมีผลต่อสถานภาพและตำแหน่งในสังคม
3. การได้กระทำในสิ่งที่สอดคล้องกับค่านิยมและความปรารถนาของตนเอง
4. ลักษณะการตอบโต้ต่อการที่ตนเองถูกลดคุณค่าลง ซึ่งบุคคลอาจจะได้รับการกระทบกระเทือนหรือถูกลดคุณค่าการกระทำอันจะทำให้รู้สึกว่าการเห็นคุณค่าในตนเองลดลง ทั้งนี้บุคคลอาจจะ ปฏิเสธหรือไม่ใส่ใจกับการตัดสินของผู้อื่นที่มีต่อตนเอง ตรงกันข้ามกับบุคคลอาจเพิ่มการรับรู้ให้สูงขึ้น หรือตระหนักต่อการตัดสินของผู้อื่นมากขึ้น ซึ่งการกระทำดังกล่าว

เท่ากับเป็นการปกป้องการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลไม่ให้ลดลงและอาจจะนำไปสู่ความวิตกกังวลที่จะเกิดขึ้นได้ในอนาคตนอกจากนี้ยังช่วยให้บุคคลยังคงสามารถรักษาคุณภาพแห่งตนได้

1.5 ความต้องการการเห็นคุณค่า (Esteem needs)

จากแนวคิดเรื่องแรงจูงใจขั้นตอนต่างๆของมนุษย์ของ Maslow (1970) ได้จัดลำดับความต้องการของมนุษย์ออกได้เป็นขั้นๆจำนวน 5 ขั้น ซึ่งความต้องการการเห็นคุณค่า (Esteem needs) นั้นจัดอยู่ในลำดับขั้นที่ 4 รองลงมาจากลำดับความต้องการขั้นสูงสุด ได้แก่ ความต้องการบรรลุศักยภาพแห่งตน (Self-actualization) การเห็นคุณค่าในตนเองเกิดขึ้นจากการที่ได้รับการยอมรับผู้อื่นโดยการตัดสินใจจากการตอบสนองของพ่อแม่ ครอบครัว ญาติพี่น้อง และเพื่อนวัยเดียวกัน และยังต้องอาศัยความเชี่ยวชาญหรือความสามารถบางอย่างของบุคคล มาประกอบด้วยการประเมินจะออกมาในรูปของทัศนคติหรือความเชื่อที่ตนจะประสบความสำเร็จหรือล้มเหลวในการทำสิ่งต่างๆนั้นต้องใช้ความพยายามมากน้อยเพียงใด และเสียใจหรือไม่ถ้าหากผิดพลาดล้มเหลว ถ้าประเมินแล้วอยู่ในด้านบวก บุคคลจะเกิดการเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งจะนำไปสู่ความรู้สึกว่าตนเองมีประโยชน์และมีความสำคัญต่อสังคม ในทางตรงข้ามกลับกันหากประเมินตนเองอยู่ในด้านลบ บุคคลจะรู้สึกที่ตนเองเกิดปมด้อย รู้สึกว่าตนเองไม่มีประโยชน์และไม่มีค่า

บุคคลทั่วไปโดยปรกติแล้วย่อมปรารถนาที่จะมีความมั่นใจในตนเอง มีความนับถือตนเองและรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง รวมทั้งมีความต้องการการได้รับการตัดสินใจจากบุคคลอื่นว่าตนเองมีคุณค่า ในทางจิตวิทยานั้นถือว่าการเห็นการคุณค่าในตนเองเป็นสิ่งที่ดี เนื่องจากลักษณะแบบนี้จะช่วยบุคคลมีการเตรียมสภาวะทางจิตใจให้มีความสอดคล้องกับความคาดหวังในความสำเร็จที่เกิดขึ้น สามารถยอมรับความล้มเหลวได้เกิดความเข้มแข็งทางจิตใจมากขึ้น ซึ่งจะส่งผลให้บุคคลสามารถปรับตัวต่อสภาพแวดล้อมได้ดีขึ้น

Maslow (1970) ได้เสนอแนวคิดเรื่องการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยแบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ

1.5.1. ประเภทที่เกี่ยวกับการรับรู้ความรู้สึกในคุณค่าของตนเอง (self-respect)

หมายถึง เป็นการยอมรับนับถือและการประเมินคุณค่าตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเองประเภทนี้ประกอบไปด้วยปัจจัยต่างๆ ได้แก่ การมีจุดเด่น (Strength) ผลสัมฤทธิ์ (Achievement) ความสามารถ (Mastery and competence) ความเชื่อมั่น (Confidence) การพึ่งตนเองและความมีอิสระเสรี (Independence and freedom)

1.5.2 ประเภทที่เกี่ยวข้องกับการได้รับการตัดสินใจประเมินคุณค่าโดยบุคคลอื่น (esteem from other) เช่น ความปรารถนาในชื่อเสียงเกียรติยศ ตำแหน่ง ความรุ่งเรือง มีอำนาจเหนือผู้อื่น ได้รับการยอมรับและความสนใจ มีความสำคัญ มีสถานภาพเด่น มีความสำคัญเป็นที่รู้จักและเป็นที่น่าสนใจ มีศักดิ์ศรีหรือเป็นที่ชื่นชมสำหรับบุคคลอื่นในสังคม

ทั้งนี้ความพึงพอใจในคุณค่าของตนเอง จะนำไปสู่ความรู้สึกมั่นใจในตนเอง รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า รู้สึกว่าตนเองมีประโยชน์และเป็นคนสำคัญ แต่ถ้าความต้องการเห็นคุณค่าในตนเองไม่ประสบผล บุคคลจะรู้สึกด้อย รู้สึกอ่อนแอ และรู้สึกว่าตนเองไร้ค่า

1.6 การวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง

การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นความนึกคิดที่บุคคลมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง การวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลจึงกระทำได้ค่อนข้างยากมาก อย่างไรก็ตามได้มีการผู้สร้างแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยใช้วิธีการรายงานตนเอง เช่น แบบวัด Tennessee Self-Concept Scale แบบวัด Self-Esteem Scale (Rosenberg, 1985) และ แบบวัด Self-Esteem Inventory (Coopersmith, 1984) เป็นต้น เนื่องจากการศึกษาแสดงให้เห็นว่า เป็นวิธีการรายงานตนเองซึ่งให้ข้อมูลที่ถูกต้องกว่าวิธีอื่น นอกจากนี้ Robinson (1973) ได้แสดงความคิดเห็นว่าในการพัฒนาแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองโดยวิธีการรายงานตนเองอย่างมีมาตรฐานนั้นผู้สร้างควรกำหนดให้มี สเกลการตอบไม่ตรงกับความเป็นจริงไว้ในแบบวัดของตนเพื่อป้องกันไม่ให้ผู้ตอบแบบวัด ตอบแบบวัดในลักษณะที่ทำให้ตนเป็นที่ยอมรับของบุคคลอื่นๆ นอกจากนี้ควรมีการศึกษาว่าวิธีการรายงานตนเองเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเองมีความสอดคล้องกับการประเมินพฤติกรรมจากบุคคลต่างๆ เช่น นักจิตวิทยา พ่อแม่ ครู ตลอดจนเพื่อนหรือไม่ แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยทั่วไปมักขาดคุณสมบัติดังที่กล่าว ซึ่งจะรวมถึงแบบวัด Tennessee Self-Concept Scale ด้วยเนื่องจากจะมีเฉพาะสเกลการตอบไม่ตรงกับความเป็นจริง ส่วนแบบวัด Self-Esteem Scale (Rosenberg, 1979) นั้นไม่มีทั้งสเกลการตอบที่ไม่ตรงกับความจริงและประเมินพฤติกรรมของบุคคลอื่น ในขณะที่แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองของ Coopersmith (1984) นั้นจะมีคุณสมบัติทั้งสองลักษณะ กล่าวคือ จะมีทั้งสเกลการตอบไม่ตรงกับความจริงและมีการประเมินพฤติกรรมของตนเองจากบุคคลอื่น

Coopersmith (1984) ได้สร้างแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง (Coopersmith Self-Esteem Inventory, 1984) โดยใช้รูปแบบของการรายงานตนเอง โดยสร้างแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง 3 ฉบับคือ ฉบับนักเรียน (School Form) ฉบับสั้น (School Short Form) และฉบับผู้ใหญ่ (Adult Form) แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองฉบับนักเรียนเหมาะสมกับเด็กอายุ 8 – 15 ปี ลักษณะของแบบวัดเป็นข้อความที่เป็นการรายงานตนเอง 50 ข้อ แบ่งออกเป็นหมวดต่างๆ คือ ตนโดยทั่วไป ตนทางสังคม พ่อแม่ และทางบ้าน โรงเรียนและการศึกษาและหมวดการตอบลง ซึ่งที่ไม่ตรงกับความเป็นจริง แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองฉบับนักเรียนนี้ ได้มีผู้ศึกษาค่าความเที่ยง โดยตรวจสอบความคงที่ภายในของแบบวัดกับกลุ่มตัวอย่างนักเรียนเกรด 5, 9, และ 12 รวม 600 คน ได้ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายในเท่ากับ .81, .86, .80 ตามลำดับและมีค่า

สัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายใน จากการศึกษากับนักเรียนเกรด 4 – 8 จำนวน 2,600 คน สูงถึง .87 – .92 ส่วนความตรงได้ทดสอบกับนักเรียนเกรด 4 – 8 จำนวน 7,600 คนได้ผลยืนยันความตรงตามโครงสร้างทฤษฎี (Coopersmith, 1984)

Coopersmith (1984) ได้นำแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองฉบับที่ใช้กับนักเรียนมาดัดแปลงและสร้างความเป็นแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองฉบับสั้น แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองฉบับสั้นประกอบด้วยข้อกระทงย่อย 25 ข้อมีการศึกษาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง ฉบับนักเรียนกับแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองฉบับสั้น ได้ค่า .86 ต่อมาได้มีการดัดแปลงภาษาและสถานการณ์ในข้อกระทงของแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองฉบับสั้นเป็นแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองฉบับผู้ใหญ่เพื่อให้เหมาะสมกับบุคคลที่มีอายุตั้งแต่ 16 ปีขึ้นไป มีการศึกษากับนักเรียนและนักศึกษาวิทยาลัยจำนวน 647 คน โดยให้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมดทำแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองฉบับสั้นและแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองฉบับผู้ใหญ่แล้วหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างแบบวัดทั้ง 2 ฉบับได้ค่าสหสัมพันธ์สูงถึง.80 รวมทั้งแสดงให้เห็นว่าแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองทั้ง 3 ฉบับ วัดในสิ่งเดียวกัน ดังนั้นในการวิจัยนี้ผู้วิจัยจึงมีความประสงค์ที่จะนำแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองของ Coopersmith (1984) ฉบับที่ใช้กับผู้ใหญ่ แปลโดย ณัฐนันท์ คงคาหลวง (2548) มาใช้เก็บรวบรวมข้อมูลและนำไปทดสอบค่าความตรงและค่าความเที่ยง (กล่าวในบทที่ 2 ต่อไป) เพื่อใช้ในการวัดการเห็นคุณค่าในตนเองของกลุ่มตัวอย่างต่อไป

2. แนวคิดเกี่ยวกับความวิตกกังวล

2.1 ความหมายของความวิตกกังวล

คำว่า ความวิตกกังวล ในภาษาอังกฤษใช้คำว่า “Anxiety” มีรากศัพท์มาจากภาษากรีกและละติน ความหมายว่า “หายใจไม่ออก อึดอัด หรือถูกบีบรัด” จากรากศัพท์ทั้ง 2 ภาษา ความหมายของความวิตกกังวลนั้นมีความสอดคล้องไปในลักษณะคล้ายกัน หมายถึง ความไม่สบาย ความกดดัน นอกจากนี้ยังมีความหมายครอบคลุมไปถึง ความรู้สึกหงุดหงิด ไม่สบายใจต่อสถานการณ์ที่ไม่แน่นอน ความรู้สึกหวั่นเกรงต่อผลที่จะเกิดขึ้น ความรู้สึกกระสับกระส่าย ความรู้สึกอึดอัด รู้สึกตื่นตระหนก รู้สึกไม่มั่นใจในอนาคต ความวิตกกังวลเป็นสภาวะทางด้านอารมณ์ของบุคคล ที่ก่อให้เกิดความไม่สบายใจ แต่ก็ป็นสิ่งปกติที่พบได้ในชีวิตของคนทุกคน ความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน มักจะมากกระตุ้นให้เราคิดวางแผนเพื่อหาทางเอาชนะอุปสรรคที่มาขัดขวาง มีส่วนช่วยในการเจริญเติบโตและพัฒนาด้านร่างกายและจิตใจ แต่ความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นมากเกินไปโดยมีสาเหตุจากการกระตุ้นเพียงเล็กน้อยก็จะตอบสนองมากเกินไปขอบเขตหรือความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นโดยไม่มีสาเหตุเด่นชัด มีลักษณะรุนแรงและเกิดขึ้นอย่าง

ต่อเนื่องจะส่งผลต่อบุคคลโดยจะทำให้บุคคลอยู่ในสภาวะตึงเครียดตลอดเวลา (Ladder & Mark, 1971 อ้างถึงใน รังรอง งามศิริ, 2540)

คู่มือสมาคมจิตแพทย์อเมริกัน (Manual of Mental Disorder Fourth Edition or DSM-IV [APA], 1994) ได้อธิบายความหมายของความวิตกกังวลไว้ว่า ความวิตกกังวล หมายถึง ความไม่สุขสบาย อึดอัด กระวนกระวาย หรือความหวาดกลัวอันตรายซึ่งคิดว่าอาจเกิดขึ้น เป็นความรู้สึกที่ไม่ได้สัดส่วนกับอันตรายที่เกิดขึ้นจริง หรือมีความรู้สึกมากเกินไปเกินจริง และมีอาการอันเป็นผลเนื่องมาจากการที่ระบบประสาทอัตโนมัติทำงานมากขึ้น โดยความวิตกกังวลมีอาการที่แสดงแตกต่างกันซึ่งสามารถจำแนกได้ดังนี้

1. ความวิตกกังวลทั่วไป (generalized anxiety disorder)
2. ความวิตกกังวลจากการพลัดพราก (separation anxiety disorder)
3. ความกลัวการอยู่ในที่โล่ง (agoraphobia)
4. ความกลัวการเข้าสังคม (social phobia)
5. ความกลัวในวัตถุเฉพาะ (simple phobia)
6. การย้ำคิด ย้ำคิด (obsessive – compulsive disorder)
7. ความกังวลหลังจากการเกิดเหตุการณ์ที่กระทบกระเทือนจิตใจอย่างรุนแรง (post - traumatic stress disorder)
8. ความวิตกกังวลอย่างเฉียบพลัน (panic disorder)

Spielberger (1966) กล่าวว่า ความวิตกกังวล คือ ความรู้สึกที่ก่อให้เกิดพฤติกรรม อารมณ์ และลักษณะทางสรีระวิทยาที่ตอบสนองของกระบวนการทางการคิด การเข้าใจ ของบุคคล โดยบุคคลรับรู้และประเมินสถานการณ์ว่าเป็นการคุกคามตน ดังนั้นความวิตกกังวลจึงไม่ได้เป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นกับบุคคลโดยตรงจากสถานการณ์ที่เข้ามากระทบ แต่เป็นกระบวนการที่เกิดจากการที่บุคคลประเมินได้จากความน่าจะเป็นของเหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้นในอนาคต ซึ่งเป็นผลมาจากการที่บุคคลเรียนรู้จากประสบการณ์ในอดีตที่ตนเองได้ถูกคุกคาม ในงานวิจัยของ Epstein (1985) ได้รายงานไว้ว่า ความวิตกกังวลเกิดขึ้นจากความไม่สอดคล้องหรือไม่ตรงกันระหว่างตนเองที่เป็นจริง (real self) กับตนเองในอุดมคติ (ideal self) ลักษณะความไม่สอดคล้องที่เกิดขึ้นดังกล่าว จะส่งผลทำให้สภาวะจิตใจไม่สมดุลและทำให้เกิดความวิตกกังวลขึ้น ซึ่งการรายงานสอดคล้องกับแนวคิดของ Ausubel (1968) ที่ได้รายงานไว้ว่า ความวิตกกังวลในแง่ของสภาวะอารมณ์ของบุคคลนั้นมีสาเหตุเกิดขึ้นมาจากการที่บุคคลสูญเสียความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองไปนั่นเอง (Self - Esteem)

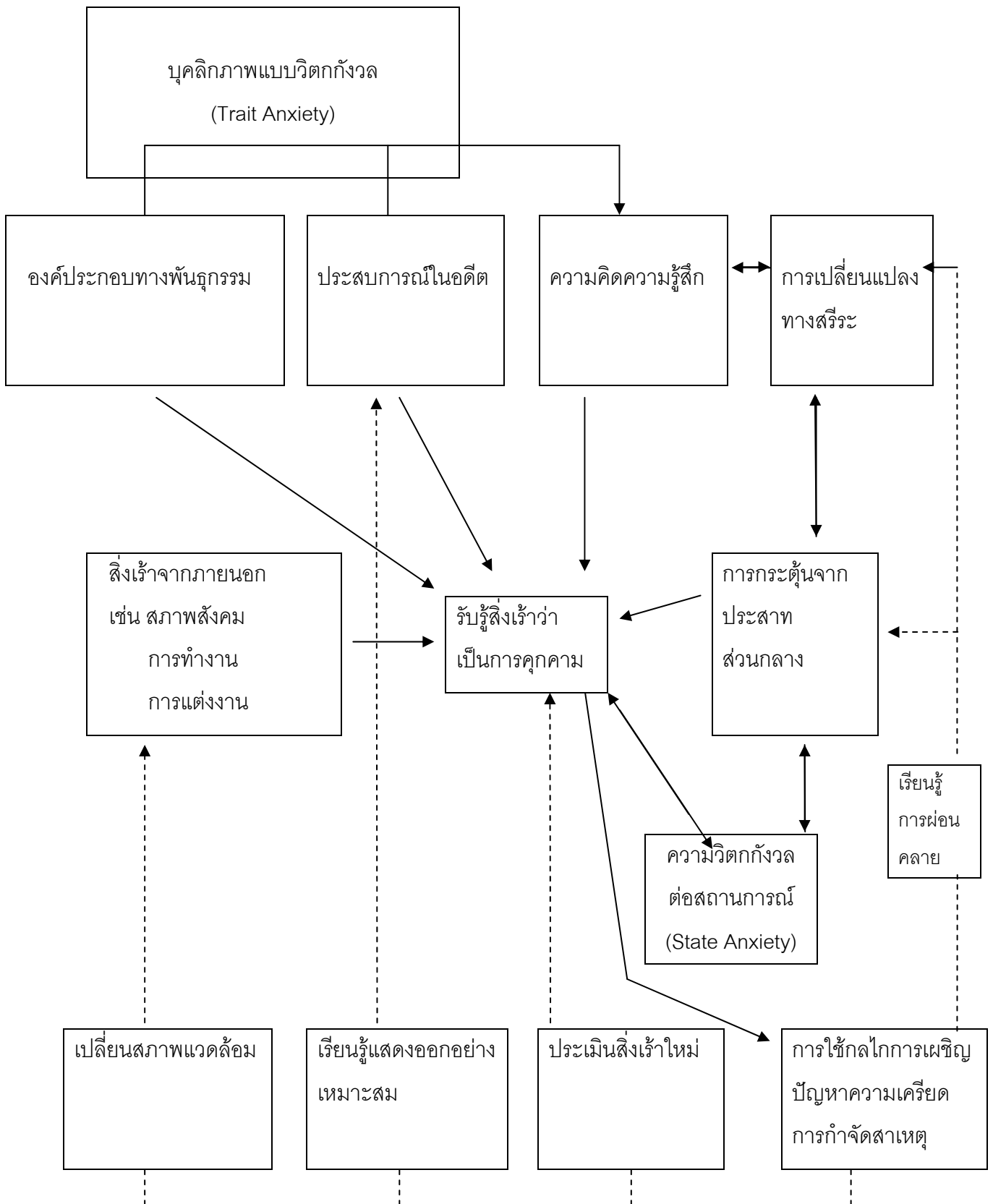
กล่าวโดยสรุป ความวิตกกังวล หมายถึง เป็นภาวะทางอารมณ์ของบุคคลที่ส่งผลต่อความรู้สึกไม่มีความสุข หงุดหงิด อึดอัด กัดดัน และกระวนกระวาย โดยเกิดจากการที่บุคคลรับรู้หรือประเมินสถานการณ์ที่ยังมาไม่ถึงว่าจะสามารถคุกคามและเป็นอันตรายต่อตนเองได้

2.2 แนวคิดความวิตกกังวล

แนวคิดความวิตกกังวลของ Spielberger (1972 อ้างถึงใน รักรอง งามศิริ, 2540) กล่าวว่า ความวิตกกังวลเกิดจากการคาดคะเนหรือการประเมินสิ่งเร้าของบุคคลว่าจะเป็นการควบคุมหรือเกิดความไม่พึงพอใจตนเอง ซึ่งแต่ละบุคคลจะประเมินและคาดคะเนแตกต่างกันไปตามการรับรู้และการคิดของแต่ละบุคคล โดยบุคคลที่ประเมินว่าสิ่งเร้านั้นจะทำให้เกิดอันตรายขึ้นกับตนเองก็จะมีพฤติกรรมตอบสนองต่อสิ่งเร้านั้นมาก บางครั้งอาจมีพฤติกรรมที่ตอบสนองมากเกินไป เมื่อเทียบกับอันตรายของสิ่งเร้าที่จะสามารถส่งผลกระทบต่อบุคคลได้ ถ้าหากบุคคลประเมินสิ่งเร้าแล้วเกิดรู้สึกว่าสิ่งเร้าจะสามารถเป็นอันตรายอย่างมากต่อตนเอง บุคคลอาจจะไม่มีความคิดที่จะช่วยเหลือตนเองในการที่จะจัดการกับสิ่งเร้านั้นได้ (Epstein, 1972) ซึ่งงานวิจัยของ Lader & Mark (1972 อ้างถึงใน รักรอง งามศิริ, 2540) ได้เขียนรูปแบบความวิตกกังวลแบบปกติ (Model of Normal Anxiety) ตามแนวความคิดของ Spielberger (1972) ซึ่งเป็นพื้นฐานของความวิตกกังวล เพื่อแสดงให้เห็นถึงสาเหตุของการเกิดความวิตกกังวล กลไกการรับรู้ของสมอง ปฏิกริยาตอบสนองปฏิกริยาการลดความวิตกกังวลเมื่อสิ่งเร้าเข้าสู่กระบวนการการรับรู้และการประเมินของบุคคล (ดังแผนภาพ 2)

จากแผนภาพ 2 แสดงให้เห็นว่าองค์ประกอบทางพันธุกรรม ประสบการณ์ในอดีต และความคิดของบุคคล โดยทั้งสามตัวแปรข้างต้นมีปฏิสัมพันธ์กัน จนกลายเป็นส่วนหนึ่งของบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Trait anxiety) ดังนั้นเมื่อเกิดมีสิ่งเร้าเกิดขึ้นบุคคลจะประเมินว่าสิ่งเร้าที่เกิดขึ้นจะสามารถคุกคามหรือทำอันตรายต่อบุคคลได้หรือไม่ ซึ่งการประเมินนี้จะเป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้บุคคลเกิดความวิตกกังวลขึ้น ถ้าหากบุคคลประเมินว่าสิ่งเร้านั้นสามารถคุกคามตนเองได้ บุคคลนั้นก็ทำให้เกิดบุคลิกภาพวิตกกังวลขึ้นโดยที่บุคคลจะมีการแสดงออก ดังนี้

1. เกิดมีการกระตุ้นการทำงานจากระบบประสาทส่วนกลางทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางสรีระ
 2. เกิดความวิตกกังวลต่อสภาพการณ์
 3. มีการใช้กลไกการเผชิญกับปัญหาเพื่อกำจัดสาเหตุของความวิตกกังวล
- การแสดงออกความวิตกกังวลทั้ง 3 ประการนี้ จะปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกันแล้ว ทำให้บุคคลที่ประเมินได้ว่าตนมีความวิตกกังวลพยายามหาวิธีลดความวิตกกังวลลง ดังต่อไปนี้
1. เปลี่ยนสภาพแวดล้อมที่ทำให้เกิดความวิตกกังวล
 2. เรียนรู้ที่จะแสดงออกอย่างเหมาะสม
 3. มีการประเมินสิ่งเร้าใหม่
 4. เรียนรู้วิธีลดความวิตกกังวลโดยตรง เพื่อลดการกระตุ้นระบบประสาทส่วนกลางและการเปลี่ยนแปลงทางสรีระ



แผนภาพ 2 รูปแบบของความวิตกกังวลปกติ ของ Lader & Mark

ที่มา : Lader & Mark, 1972 อ้างถึงใน รัจรอง งามศิริ, 2540

2.3 ประเภทของความวิตกกังวล

Spielberger (1972) ได้แบ่งลักษณะความวิตกกังวลออกเป็น 2 ประเภท คือ Trait-Anxiety or (A-Trait) และ State-Anxiety or (A-State)

1. บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Trait Anxiety or A-Trait) คือ ความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะประจำตัวของแต่ละบุคคล และจะเป็นตัวเสริมหรือตัวประกอบของความวิตกกังวลที่มีต่อสภาพการณ์ (A-State) เช่น เมื่อมีสิ่งเร้าที่ไม่พึงพอใจหรือสามารถเป็นอันตรายได้มากระดับบุคคลที่มีลักษณะบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (A-Trait) สูงจะรับรู้ตอบสนองต่อสิ่งเร้าได้เร็วกว่าและมีระยะเวลาการเกิดความวิตกกังวลนานกว่าบุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลต่ำ

2. ความวิตกกังวลที่มีต่อสภาพการณ์ (State Anxiety or A-State) คือ ความวิตกกังวลเกิดขึ้นเพื่อสนองตอบต่อสถานการณ์เฉพาะที่เข้ามากระทบในขณะนั้น โดยเมื่อมีสิ่งใดที่ทำให้เกิดความไม่พึงใจหรือมีแนวโน้มที่จะเกิดอันตรายหรือคุกคาม จะสังเกตเห็นได้บุคคลจะแสดงพฤติกรรมได้ตอบสนองความวิตกกังวลแบบ (A-State) ซึ่งช่วงระยะเวลาที่ถูกกระตุ้นนั้นเป็นภาวะที่บุคคลรู้สึกตึงเครียด หวาดหวั่น กระวนกระวาย ระบบการทำงานของประสาทอัตโนมัติตื่นตัวสูง ความรุนแรงและระยะเวลาที่เกิดความวิตกกังวลขึ้นนั้นจะแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล จะขึ้นอยู่กับลักษณะบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลที่เป็นลักษณะประจำตัว (A-Trait) และประสบการณ์ในอดีตของแต่ละบุคคล

จะเห็นได้ว่า บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (A-trait) เป็นบุคลิกภาพของบุคคลที่มีแนวโน้มจะเกิดความวิตกกังวลขึ้นจนเป็นนิสัย เป็นบุคลิกภาพที่ฝังแน่นของแต่ละบุคคล ส่วนความวิตกกังวลที่มีต่อสถานการณ์ (A-State) เป็นลักษณะที่เกิดขึ้นเฉพาะแต่ละสถานการณ์เมื่อบุคคลได้เผชิญกับสถานการณ์ที่รู้สึกว่าคุณถูกคุกคามหรือมีอันตราย จะเกิดขึ้นในลักษณะชั่วคราว ความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (A-trait) กับความวิตกกังวลที่มีต่อสถานการณ์ (A-State) ทั้งสองมีความสัมพันธ์กันโดยสามารถอธิบายได้ดังนี้ เมื่อมีสิ่งเร้าเข้ามากระทบบุคคลหรือกระบวนการทางปัญญาของบุคคล เช่น ความคิด ความเชื่อ เป็นต้น บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (A-trait) ของบุคคลจะประเมินสิ่งเร้าที่เข้ามากระทบจากประสบการณ์ในอดีตและถ้าบุคคลประเมินได้ว่าสิ่งเร้าจะเข้ามาทำอันตรายหรือคุกคามตนเอง ก็จะทำให้เกิดปฏิกิริยาตอบสนองกลับต่อสภาพการณ์ดังกล่าว (A-State) โดยแสดงออกทางพฤติกรรม ทางสภาพจิตใจและทางสภาพร่างกาย ดังนั้นถ้าบุคคลมีบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลสูงก็จะเท่ากับว่าเป็นตัวเสริมให้ความวิตกกังวลที่มีต่อสถานการณ์ค่อนข้างสูงกว่าบุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลต่ำ นอกจากนี้ปฏิกิริยาที่ตอบสนองกลับต่อสิ่งเร้าก็สามารถส่งผลย้อนกลับไม่มีผลต่อกระบวนการทางปัญญาได้อีกด้วย (Spielberger, 1972 อ้างถึงใน ดารารวรรณ ตีะปินตา, 2535)

2.4 ระดับความวิตกกังวล

ความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นกับบุคคลนั้นจะมีระดับความรุนแรงมากหรือน้อย ขึ้นอยู่กับบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (A-trait) ประสบการณ์ในอดีต การรับรู้ของบุคคล ความสามารถในการปรับตัวเมื่อเผชิญกับปัญหา และสถานการณ์ต่างๆที่บุคคลนั้น (Spielberger, 1972 อ้างถึงใน รังรอง งามศิริ, 2540) ได้แบ่งระดับความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นกับบุคคลในด้านความรู้สึกและพฤติกรรมที่แสดงออกเป็น 4 ระดับ คือ

1. ความวิตกกังวลในระดับต่ำ (Mild anxiety) ความวิตกกังวลระดับนี้มักจะพบได้ทั่วไป เช่น ความตึงเครียดจากการดำรงชีวิตประจำวัน เป็นระดับที่ทำให้บุคคลเกิดความตื่นตัว กระตือรือร้นที่จะเอาชนะปัญหา มีการรับรู้ที่ไวต่อไว ความจำดี สมาธิดี อารมณ์ดี และการกระทำไม่เปลี่ยนแปลงไปจากปกติมากนัก มีการเปลี่ยนแปลงทางสรีระเนื่องมาจากระบบประสาทอัตโนมัติถูกกระตุ้น เช่น หัวใจเต้นเร็วขึ้น ม่านตาขยาย ฝ่ามือมีเหงื่อออก การเคลื่อนไหวเร็วขึ้น บุคคลยังสามารถควบคุมตนเองได้ โดยอาจจะต้องการความช่วยเหลือบ้างเพียงเล็กน้อย เช่น ต้องการข้อมูลเพิ่มเติม ต้องการความสะดวก ต้องการให้ผู้อื่นรับรู้และเข้าใจ
2. ความวิตกกังวลระดับปานกลาง (Moderate anxiety) ความต้องการระดับนี้จะมีผลทำให้ประสาทสัมผัสและการรับรู้แคบลง ความสนใจน้อยลง ความสามารถในการเรียนรู้ลดลง อาจมีอาการทางกาย เช่น หายใจเข้าออกแรง มีความรู้สึกปั่นป่วนในกระเพาะอาหาร หรือปวดศีรษะ เป็นต้น แต่บุคคลยังสามารถที่จะแก้ปัญหาในสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเองได้
3. ความวิตกกังวลระดับรุนแรง (Severe anxiety) ความวิตกกังวลในระดับนี้ จะมีความรุนแรงมากขึ้นกว่าปกติ มีผลทำให้ประสาทสัมผัสและการรับรู้แคบลง ทำให้หมกมุ่นในรายละเอียดมากจนเกินไป ไม่สามารถจับสาระสำคัญของเรื่องใดได้ ความสามารถในการแก้ปัญหาลดลงและทำงานได้ไม่เต็มสมรรถภาพ เกิดความสับสน มีพฤติกรรมที่แสดงออกเพื่อปกป้องตนเองมีมากขึ้นและมักเป็นพฤติกรรมซ้ำๆ ที่สังเกตเห็นได้ เช่น กระวนกระวาย หงุดหงิด โมโหง่าย เรียกร้องเกินกว่าเหตุ ต่อต้าน ตีนกั้ว ตัวสั่น เกร็ง และปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ ปวดศีรษะ ท้องเดิน หรือท้องผูก นอนไม่หลับ ซึ่งบุคคลที่มีความวิตกกังวลระดับนี้ เป็นบุคคลที่มีความต้องการความช่วยเหลือจากผู้อื่น
4. ความวิตกกังวลระดับรุนแรงมาก (Panic anxiety) ความวิตกกังวลในระดับนี้จะมีผลทำให้บุคคลเกิดความกลัวอย่างรุนแรงมาก อาจจะเรียกว่า เป็นความกลัวสุดขีด เนื่องมาจากพลังงานที่เกิดขึ้นในตัวบุคคลมีมากที่สุด ทำให้บุคคลขาดการควบคุมตนเองและ สามารถแสดงพฤติกรรมที่ไม่มีในสภาวะปกติ เช่น การกรีดร้อง และการวิ่งหนีไปอย่างรวดเร็ว ไร้จุดหมาย หรือตกตะลึง แนนิงหมดสติทันทีทันใด ระดับนี้บุคคลจะสูญเสียความเป็นตัวของตัวเองไม่สามารถทำภารกิจเหมือนคนปกติได้

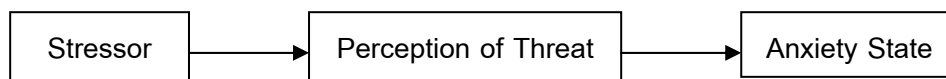
สรุปได้ว่า ความวิตกกังวลนั้นไม่ใช่สภาวะอารมณ์ทางลบเท่านั้น แต่ความวิตกกังวลในระดับเล็กน้อยและปานกลาง จะมีประโยชน์เป็นตัวกระตุ้นให้เกิดการตื่นตัวให้เกิดการเรียนรู้แก้ปัญหา ทำกิจกรรมต่างๆ ได้ดีขึ้น และเกิดความคิดสร้างสรรค์ แต่ถ้าความวิตกกังวลในระดับสูงและรุนแรงมาก จะมีผลเสียต่อบุคคลอาจทำให้เกิดพยาธิสภาพทางจิตใจ เช่น โรคจิต โรคประสาท

2.5 สาเหตุของความวิตกกังวล

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาความวิตกกังวลตามแนวทฤษฎีของ Spielberger (1972) ได้อธิบายสาเหตุของความวิตกกังวลว่าเป็นผลของกระบวนการในการเผชิญความเครียด (Stress) ที่ประกอบด้วย

1. การเผชิญกับสิ่งเร้าหรือสถานการณ์ที่จะสามารถทำให้เกิดอันตรายได้ (Stressor)
2. การรับรู้ถึงสิ่งเร้าที่คุกคามต่อตนเอง (Perception of Threat)
3. เกิดสภาวะวิตกกังวล (Anxiety State)

กระบวนการดังกล่าวแสดงได้ดังภาพ 3 ต่อไปนี้



แผนภาพ 3 รูปแบบของความวิตกกังวลปกติ ของ Spielberger

ที่มา : Spielberger, 1972 อ้างถึงใน ดารารวรรณ ต๊ะปิ่นตา, 2535

Spielberger (1972 อ้างถึงใน ดารารวรรณ ต๊ะปิ่นตา, 2535) ได้เสนอว่าเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดนั้น เป็นสิ่งที่เราต้องเผชิญทุกวันและทุกชั้นของพัฒนาการ โดยเฉพาะความเครียดที่เกิดขึ้นก่อนการคลอดมีอิทธิพลต่อทั้งมารดาและทารก ซึ่งอาจมีผลเสียก่อให้เกิดภาวะแทรกซ้อนทางสูติศาสตร์ และความพิการของทารกตั้งแต่กำเนิดได้สอดคล้องกับผลรายงานการวิจัยของ Spielberger (1972) ได้ศึกษาพบสาเหตุของความวิตกกังวลไว้ 3 ประการ คือ

1. มีสิ่งเร้าทางกายภาพมากระตุ้นหรือทำอันตรายต่อบุคคล จนเกินขีดความสามารถของบุคคลที่จะอดทน บุคคลจะแสดงออกถึงความเจ็บปวดทางร่างกาย ความกลัวทางจิตใจ และความวิตกกังวล เป็นต้น
2. ความไม่สอดคล้องตรงกันทางความคิด ระหว่างความคิดที่เป็นความคาดหวังของตนเองและความเป็นจริงตามประสบการณ์ของตนเอง จะทำใ้บุคคลนั้นจึงรู้สึกว่าคุณค่าตนเองถูกคุกคาม และมีอันตราย ซึ่งจะนำไปสู่อาการวิตกกังวลได้

3. การไม่สามารถตอบสนองต่อสิ่งเร้าได้ อาจจะเนื่องมาจากการที่บุคคลไม่ทราบว่ามีสิ่งใดที่เป็นสิ่งเร้าที่ทำให้ตนเองเกิดความวิตกกังวล หรืออาจจะเกิดจากบุคคลมีความขัดแย้งในการเลือกหาวิธีที่จะตอบสนองต่อสิ่งเร้าได้อย่างถูกต้องเหมาะสม สภาวะข้างต้นจะทำให้บุคคลเกิดความวิตกกังวลขึ้นได้เช่นกัน จะเห็นได้ว่า ความวิตกกังวลจะเกิดขึ้นได้มักจะต้องมีสถานการณ์ที่เกิดขึ้นแล้วสามารถทำหน้าที่เป็นสิ่งเร้าได้และสถานการณ์นั้นสามารถทำให้เกิดความวิตกกังวลขึ้น

2.6 ผลของความวิตกกังวล

ความวิตกกังวลมีผลต่อบุคคลทั้งทางร่างกาย จิตใจ ความคิดและพฤติกรรม ซึ่งสรุปผลของความวิตกกังวลที่เกิดขึ้น ได้ดังนี้ Spielberg (1972, อ้างถึงใน รักรอง งามศิริ, 2540)

1. ทางปฏิกิริยาชีวเคมีภายในร่างกาย โดยความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นจะมีผลต่อปฏิกิริยาชีวเคมีในร่างกายโดยสมองจะกระตุ้น Hypothalamus และ Pituitary gland ให้มีการเพิ่มการบีบปริมาตรเลือดออกจากหัวใจให้มากขึ้น มีการหลั่งน้ำย่อยมากขึ้น มีการควบคุมสมดุลของเกลือแร่ การเผาผลาญอาหารพวกโปรตีน ไขมัน รวมทั้งระบบขับถ่ายปัสสาวะให้สูงเกินปกติ

2. ทางระบบสรีระต่างๆทางร่างกาย ความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นจะมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงในระบบต่างๆของร่างกาย ซึ่งจะขึ้นอยู่กับระดับความวิตกกังวลด้วย สามารถสรุปการเปลี่ยนแปลงระบบต่างๆของร่างกายได้ดังนี้ ระบบกล้ามเนื้อจะปวดเมื่อย อ่อนเพลีย กระตุก ระบบหัวใจและหลอดเลือด หัวใจเต้นเร็วแรง ความกดดันเลือดสูงขึ้น เจ็บหน้าอก หายใจขัด ระบบทางเดินอาหารอาจมีอาการท้องเดิน คลื่นไส้ อาเจียน ระบบปัสสาวะ ระบบสืบพันธุ์ มีอาการถ่ายปัสสาวะบ่อย กลั้นปัสสาวะไม่อยู่ ประจำเดือนมาไม่ปกติ และระบบผิวหนังจะมีอาการหน้าแดง ร้อนวูบวาบ ผิวหนังเย็นขึ้น เหงื่อออก เป็นต้น ความวิตกกังวลและความกลัวจะไปกระตุ้นระบบประสาท Sympathetic และมีการหลั่งสาร Catecholamine จากต่อมหมวกไต (Adrenal gland) ทำให้หัวใจทำงานมากขึ้น หัวใจจะเต้นเร็วและแรงขึ้น ความดันสูงขึ้น ผู้ป่วยโรคหัวใจ ซึ่งมีพยาธิสภาพของโรคหัวใจอยู่เดิมนั้นก็จะมีโอกาสที่จะเกิดภาวะหัวใจวาย หัวใจเต้นผิดปกติ หรือหัวใจขาดเลือดไปเลี้ยงโดยเฉพาะในผู้ป่วยที่มีภาวะกล้ามเนื้อหัวใจตาย

3. ทางสภาวะจิตใจและอารมณ์ ความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นจะมีผลต่อสภาวะทางจิตใจ มีผลทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกหวาดหวั่น กังวลใจ ไม่สบายใจ กลัว หงุดหงิด กระสับกระส่าย ตกใจง่าย รู้สึกเหนื่อย ซึมเศร้า ท้อแท้ เสียใจ ไม่มีความหวัง แยกตัว เป็นต้น

4. ทางกระบวนการทางปัญญา ความคิด ความจำและการรับรู้ ความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นจะมีผลต่อกระบวนการทางปัญญา โดยจะส่งผลให้บุคคลเกิดมีอาการหมกมุ่น ครุ่นคิด สมาธิสั้น ลืมง่าย สับสน ขาดความมั่นใจ ความจำลดลง การรับรู้ลดลง เป็นต้น นอกจากนี้ยังส่งผลต่อพฤติกรรม โดยจะแสดงความรู้สึกแบบเปิดเผยหรือปกปิดหรือเบนความสนใจและจะนำไปสู่การ

เกิดความเจ็บป่วยทางด้านร่างกายและจิตใจก่อให้เกิดความวิตกกังวล รู้สึกเก็บกด ซึมเศร้าและมีพฤติกรรมถดถอยไปสู่พัฒนาการในวัยต้นๆ (Regression) ทั้งนี้เพื่อเป็นการปรับตัวของบุคคลเพื่อลดความวิตกกังวล

2.7 การประเมินความวิตกกังวล

เนื่องจากความวิตกกังวลเป็นอารมณ์ซึ่งแต่ละบุคคลมีความรู้สึกที่แตกต่างกันออกไป ดังนั้น เพื่อจะทราบถึงความวิตกกังวลของแต่ละบุคคล จึงได้มีการประเมินความวิตกกังวลไว้ 3 วิธี ดังนี้ Spielberg (1972, อ้างถึงใน รังรอง งามศิริ, 2540)

1. การประเมินความเปลี่ยนแปลงทางสรีระวิทยา (Physiological Measure of Anxiety) เป็นการประเมินความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นทางร่างกาย เช่น อัตราการเต้นของหัวใจ อัตราการหายใจ ความดันโลหิต การขยายของม่านตาและการมีเหงื่อออก เป็นต้น โดยใช้เครื่องมือต่างๆ เช่น เครื่องมือวัดอัตราการเต้นของหัวใจ (Electrocardiogram) เครื่องมือดูการขยายของม่านตา (Pupillography) เป็นต้น

2. การสังเกตพฤติกรรมที่แสดงออก (Behavior Measure of Anxiety) โดยจะสังเกตความผันแปรในด้านการเคลื่อนไหว คำพูด ภาษาท่าทาง การรับรู้ ความสอดคล้องกันของการทำงานของร่างกายกับการรับรู้ ความจำ การเรียนรู้ที่ง่าย ๆ หรือซับซ้อน เนื่องจากมีความเชื่อว่าพฤติกรรมของมนุษย์ที่แสดงออกมานั้นเป็นปฏิกริยาสะท้อนมาจากอารมณ์ภายในจิตใจ ซึ่งบุคคลอื่นจะสามารถสังเกตได้ เช่น มีอาการกระสับกระส่าย ลุกลุกกลน มือสั่น พุดรัว หรือร้องไห้ เป็นต้น (สุจิตตรา เขียวชัยวัฒนากุล, 2536)

3. การประเมินความวิตกกังวลโดยการประเมินจากแบบสอบถามด้วยตนเอง (Self Measure of Anxiety) เป็นการประเมินความวิตกกังวล ซึ่งเกิดจากการประเมินความรู้สึกที่บุคคลรับรู้ได้ด้วยตนเอง โดยใช้แบบสอบถามให้ตอบตามความรู้สึกของตนเองแล้วจึงนำมาประเมินระดับความวิตกกังวลซึ่งแบบสอบถามดังกล่าวมีผู้สร้างขึ้น เช่น The State-Trait Anxiety Inventory ของ Spielberg (1972) เป็นแบบประเมินความวิตกกังวลของบุคคลในขณะที่ทำแบบทดสอบ และในสถานการณ์ทั่วไป ในการวิจัยนี้จะใช้แนวคิดของ Spielberg (1972) เป็นหลักในการศึกษาโดยผู้วิจัยได้นำแบบวัดความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะประจำตัวของบุคคล (A-Trait) ตามแนวคิดของ Spielberg (1972) ที่แปลเป็นภาษาไทยโดย ดาราวรรณ ตีปะปิตา (2535) มาใช้เก็บรวบรวมข้อมูลและนำไปทดสอบค่าความตรงและค่าความเที่ยง (กล่าวในบทที่ 2 ต่อไป) เพื่อใช้ในการวัดระดับบุคคลิกภาพแบบวิตกกังวลของกลุ่มตัวอย่างต่อไป

3. แนวความคิดเกี่ยวกับการมองโลกในแง่ดี

3.1 ความหมายของการมองโลกในแง่ดี

คุณลักษณะการมองโลกในแง่ดี ได้มีผู้ให้ความหมายการมองโลกในแง่ดีไว้ดังนี้ Seligman (1992) นักจิตวิทยาคลินิกได้อธิบายว่า การมองโลกในแง่ดีเป็นกระบวนการทางปัญญา สามารถเรียนรู้ได้เป็นผลมาจากรูปแบบการคิดของบุคคล โดยบุคคลที่มีรูปแบบการอธิบายสาเหตุต่อสถานการณ์ที่ดีที่เกิดขึ้นว่า สิ่งที่เกิดขึ้นนั้นสามารถอธิบายได้ว่ามีสาเหตุมาจากภายในตนเอง เกิดขึ้นอย่างสม่าเสมอและจะเกิดขึ้นในเหตุการณ์กรณีอื่นทั่วๆไปด้วย หรือมีรูปแบบการอธิบายสาเหตุต่อสถานการณ์ที่เลวร้ายที่เกิดขึ้นว่า สิ่งที่เกิดขึ้นนั้นสามารถอธิบายได้ว่ามีสาเหตุมาจากภายนอกตนเอง ไม่คงทนถาวร และเป็นสาเหตุที่เกิดขึ้นเฉพาะกรณีเท่านั้น จากรูปแบบการคิด การอธิบายสาเหตุต่อสถานการณ์ในลักษณะดังกล่าวถือว่าเป็นผู้ที่มีรูปแบบการอธิบายการมองโลกในแง่ดี ซึ่งก็สอดคล้องกับ Schiere & Carver (1985) ซึ่งได้ให้ความหมายของการมองโลกในแง่ดี ว่าเป็นความคาดหวังเรื่องทั่วๆไปในทางที่ดีไม่เห็นด้วยกับสิ่งไม่ดีเมื่อต้องเผชิญกับปัญหาที่ผ่านเข้ามาในชีวิต ซึ่งเป็นองค์ประกอบที่ทำให้บุคคลมีสุขภาพจิตดี ช่วยลดความเสี่ยงในการป่วยทางร่างกาย และทำให้บุคคลสามารถเผชิญต่อการถูกคุกคามทางสภาพจิตใจ ทำให้สามารถต่อสู้กับสภาวะซึมเศร้าได้เป็นอย่างดี ซึ่งการรายงานในลักษณะดังกล่าวนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ Segerstrom, Taylor, Kememy, & Fahey (1998) ที่รายงานว่าลักษณะของผู้ที่มองโลกในแง่ดีนั้นจะเป็นผู้ที่สามารถการเผชิญปัญหาในเชิงสร้างสรรค์ อันได้แก่ การมุ่งแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นมา ทั้งทางพฤติกรรมและความคิด สามารถหาแหล่งช่วยเหลือจากบุคคลที่อยู่รอบตนเองได้ ซึ่งก็จะให้ผลดีต่อทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิตของบุคคล และมักจะหลีกเลี่ยงการแสดงพฤติกรรมหลีกเลี่ยงนี้เมื่อต้องเผชิญกับปัญหาต่างๆ ทั้งนี้ผู้มองโลกในแง่ดีมักจะไม่มีอาการโรคนอนไม่หลับ เนื่องจากจะไม่ค่อยวิตกกังวลหรือซึมเศร้า ดังนั้น การมองโลกในแง่ดี จึงถือได้ว่าสำคัญในทางการแพทย์ ซึ่งใช้บอกถึงระดับภูมิคุ้มกันโรคของบุคคลที่มีอยู่ในระดับสูง มีทั้งสุขภาพร่างกายและสุขภาพจิตที่สมบูรณ์แข็งแรง ส่วนในประเทศไทยมีผู้ให้ความหมาย การมองโลกในแง่ดีว่า ผู้ที่มองโลกในแง่ดีจะเป็นผู้ที่มีคุณสมบัติดังนี้ คือ เป็นผู้ที่สามารถพึ่งตนเองได้ เชื้อมั่นในตนเอง รู้จักให้อภัย ใฝ่รู้ ปรับตัวเข้ากับผู้อื่นได้ดี มีความจริงใจ เป็นกันเอง มีความไว้วางใจผู้อื่น เอาใจใส่กับบุคคลรอบข้าง อดทน เป็นมิตร เปิดเผย มีชีวิตชีวา มีขวัญกำลังใจในการทำงาน และมองผู้อื่นด้วยทัศนคติที่ดี (ปยุตโต, 2542)

3.2 ลักษณะการมองโลกและรูปแบบการอธิบาย (Explanatory Style)

Seligman (1992) เสนอว่ารูปแบบการอธิบายสาเหตุในสถานการณ์ที่เกิดขึ้นของบุคคลทั้งสถานการณ์ทางบวกและทางลบ เป็นเกณฑ์ที่ใช้บ่งชี้ได้ว่าบุคคลจะเป็นผู้มองโลกในแง่ดี (optimist) หรือเป็นผู้มองโลกในแง่ร้าย (pessimist)

ผู้ที่มีโลกในแง่ดี (Optimism) เป็นบุคคลที่อนุมานสาเหตุของเหตุการณ์ทางบวกว่าเกิดจากปัจจัยภายใน มีความคงทนถาวร และแผ่ขยายไปครอบคลุมทุกสถานการณ์ และอนุมานสาเหตุของเหตุการณ์ทางลบว่าเกิดจากปัจจัยภายนอก เป็นสิ่งที่ชั่วคราวและถูกจำกัดอยู่แค่สถานการณ์เดียว ส่วนผู้ที่มีโลกในแง่ร้าย (Pessimism) เป็นบุคคลที่อนุมานสาเหตุของเหตุการณ์ทางบวกว่าเกิดจากปัจจัยภายนอก เป็นสิ่งที่ชั่วคราวและมีความจำเพาะเจาะจงแค่สถานการณ์เดียว และอนุมานสาเหตุของเหตุการณ์ทางลบว่าเกิดจากปัจจัยภายใน มีความคงทนถาวร และแผ่ขยายไปครอบคลุมทุกสถานการณ์

รูปแบบของการอธิบายของบุคคลจะแสดงให้เห็นถึงการอธิบายสาเหตุของสถานการณ์ที่เกิดขึ้นระหว่างผู้มองโลกในแง่ดีและผู้มองโลกในแง่ร้าย ด้วยรูปแบบการให้เหตุผล การอธิบายสาเหตุอันเป็นตัวแปรทางบุคลิกภาพด้านปัญญาที่แตกต่างกัน เป็นผลมาจากลักษณะการคิดที่แตกต่างกันของบุคคลที่ใช้อธิบายถึงสาเหตุของเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ใน 3 มิติ ดังต่อไปนี้ คือ มิติแห่งแหล่งกำเนิดของสาเหตุ มิติแห่งความสม่ำเสมอ มิติแห่งความทั่วไป Seligman (1992 อ้างถึงใน กนกวรรณ สุพรรณวรรษา, 2544) รายละเอียดของแต่ละมิติ มีดังนี้

3.2.1 มิติแหล่งกำเนิดของสาเหตุ (Personalization) แบ่งออกเป็น 2 ลักษณะใน

การอธิบายถึงแหล่งกำเนิดของสาเหตุที่เกิดขึ้นทั้งสถานการณ์ที่ดีและสถานการณ์ที่เลวร้าย คือ

1. การอนุมานสาเหตุจากภายนอก (external) หมายถึง การอธิบายสาเหตุเกิดขึ้นกับตนเองว่าเกิดจากปัจจัยภายนอก เช่น สถานการณ์รอบข้าง สิ่งแวดล้อม หรือบุคคลอื่น
2. การอนุมานสาเหตุจากภายใน (internal) หมายถึง การอธิบายสาเหตุเกิดขึ้นกับตนเองว่าเกิดจากปัจจัยภายในหรือเกิดจากตนเอง เช่น การตำหนิตนเอง การโทษตนเอง

ตัวอย่างเช่น

ในสถานการณ์ที่เลวร้าย (Bad event) ที่เกิดขึ้นกับผู้ที่มีรูปแบบการมองโลกในแง่ดี (Optimistic Style) เขาจะพิจารณาสถานการณ์เลวร้ายที่ตนเองประสบว่า เกิดขึ้นจากปัจจัยสาเหตุภายนอก เช่น งานของฉันไม่ค่อยดีเพราะปัจจัยอื่น ซึ่งเป็นการอนุมานสาเหตุจากปัจจัยภายนอก รูปแบบวิธีการคิดแบบนี้จะไม่ทำให้บุคคลสูญเสียคุณค่าในตนเองไป หมายความว่า บุคคลจะมีความพอใจกับสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเองแม้ว่าจะตกอยู่ในสถานการณ์ที่เลวร้าย ตรงข้ามกับกับบุคคลผู้

ที่มีรูปแบบการมองโลกในแง่ร้าย (Pessimistic Style) จะพิจารณาสถานการณ์เลวร้ายที่ตนประสบว่าเกิดขึ้นจากตนเอง เช่น คิดว่าตนทำไม่ได้ ไม่มีความสามารถ ซึ่งรูปแบบวิธีการคิดแบบนี้มีสาเหตุการอนุมานสาเหตุจากปัจจัยสาเหตุภายในตนเอง แสดงให้เห็นว่ามีการเห็นคุณค่าของตนเองต่ำ

ในกรณีสถานการณ์ที่ดี (Good event) ที่เกิดขึ้นกับผู้ที่มีรูปแบบการมองโลกในแง่ดี (Optimistic Style) เขาจะพิจารณาสถานการณ์ที่ดีที่ตนเองประสบว่า เกิดขึ้นจากปัจจัยสาเหตุภายใน เช่น งานของฉันได้สำเร็จเพราะฉันเก่ง ฉันทำได้ ซึ่งเป็นการอนุมานสาเหตุจากปัจจัยภายใน รูปแบบวิธีการคิดแบบนี้จะแสดงให้เห็นว่าบุคคลมีการเห็นคุณค่าในตนเอง หมายความว่า บุคคลจะมีความพอใจกับสิ่งที่เกิดขึ้น ภูมิใจในตนเอง กับเรื่องสิ่งดีที่เกิดขึ้นกับตนเอง ตรงข้ามกันกับบุคคลผู้ที่มีรูปแบบการมองโลกในแง่ร้าย (Pessimistic Style) จะพิจารณาสถานการณ์ที่ดีที่เกิดขึ้นกับตนเองว่ามีสาเหตุเกิดขึ้นจากปัจจัยภายนอก เช่น ความสำเร็จเป็นเรื่องของโชคหรือเกิดจากบุคคลอื่นช่วยให้สำเร็จ ซึ่งรูปแบบวิธีการคิดแบบนี้ มีสาเหตุการอนุมานสาเหตุจากปัจจัยสาเหตุภายนอก แสดงให้เห็นว่าบุคคลไม่มั่นใจในตนเองหรือมีการเห็นคุณค่าของตนเองในระดับต่ำ

3.2.1 มิติแห่งความสม่ำเสมอ (Permanence) แบ่งออก 2 ลักษณะในการอธิบายสาเหตุที่เกิดขึ้นทั้งในสถานการณ์ที่ดีและสถานการณ์ที่เลวร้าย คือ

1. ความไม่สม่ำเสมอ (unstable) หมายถึง เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นนั้นจะไม่มีผลในระยะยาวและจะเกิดขึ้นชั่วคราวระยะเวลาหนึ่ง ไม่สม่ำเสมอ
2. ความสม่ำเสมอ (stable) หมายถึง เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นนั้นจะคงอยู่ตลอดและจะมีผลต่อบุคคลในระยะยาวเสมอ

ตัวอย่างเช่น

ในสถานการณ์ที่เลวร้าย (Bad event) ที่เกิดขึ้นกับผู้ที่มีรูปแบบการมองโลกในแง่ดี (Optimistic Style) เขาจะพิจารณาสถานการณ์เลวร้ายที่เกิดขึ้นกับตนเองว่า เมื่อประสบกับความล้มเหลว เหตุการณ์เลวร้ายนั้นจะเกิดขึ้นชั่วคราว ไม่เกิดขึ้นสม่ำเสมอ รูปแบบวิธีการคิดแบบนี้จะไม่ทำให้บุคคลรู้สึกว่าตนเองจะตกอยู่ในสถานการณ์ที่เลวร้ายตลอดไปและสิ่งนั้นคงอยู่ในช่วงเวลาหนึ่งแล้วจะผ่านพ้นไป เช่น งานชิ้นนี้เท่าที่ฉันไม่ถนัด หรือช่วงนี้เท่าที่ฉันทำงานตนเองผิดพลาด เป็นการอธิบายสาเหตุแบบไม่สม่ำเสมอ ตรงข้ามกันกับบุคคลผู้ที่มีรูปแบบการมองโลกในแง่ร้าย (Pessimistic Style) จะพิจารณาสถานการณ์เลวร้ายที่เกิดขึ้นกับตนเองโดยมีความคิดว่า จะเหตุการณ์จะต้องเกิดขึ้นอย่างแน่นอน เกิดขึ้นเป็นประจำ และคงอยู่นาน ตลอดจนจะมีผลกระทบต่อชีวิตของตนเอง เช่น จะเกิดเรื่องร้ายๆขึ้นเสมอ หรือ ฉันทำงานผิดพลาด จึงเป็นการอธิบายสาเหตุแบบสม่ำเสมอ

ในกรณีสถานการณ์ที่ดี (Good event) ที่เกิดขึ้นกับผู้ที่มีรูปแบบการมองโลกในแง่ดี (Optimistic Style) เขาจะพิจารณาสถานการณ์ที่ดีที่เกิดขึ้นกับตนเองว่า เมื่อตนเองประสบกับความสำเร็จ เหตุการณ์นั้นเป็นเรื่องที่เกิดขึ้นเป็นประจำและจะคงอยู่ตลอด รูปแบบวิธีการคิดแบบนี้จะแสดงถึงการมีความสามารถของบุคคล บุคคลจะพยายามมากขึ้นเพื่อให้ประสบความสำเร็จ เช่น ฉันมักทำได้สำเร็จเสมอหรือฉันเป็นผู้มีพรสวรรค์และความสามารถอย่างสูง เป็นการอธิบายสาเหตุแบบสม่าเสมอ ตรงข้ามกันกับบุคคลผู้ที่มีรูปแบบการมองโลกในแง่ร้าย (Pessimistic Style) จะพิจารณาสถานการณ์เลวร้ายที่เกิดขึ้นกับตนเองโดยมีความคิดว่า เป็นเหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้นชั่วคราว ไม่คงอยู่ตลอด แม้เมื่อประสบกับความสำเร็จขึ้น ความสำเร็จนั้นไม่ได้เกิดบ่อยครั้ง แต่จะเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นครั้งนี้เท่านั้นมีมุมมองว่าความสำเร็จเป็นเรื่องบังเอิญ เช่น วันนี้เป็นวันที่ฉันได้เพราะโชคดี หรือฉันทำได้เฉพาะครั้งนี้เท่านั้น จึงเป็นการอธิบายสาเหตุแบบไม่สม่าเสมอ

3.2.3 มิติการแผ่ขยาย (Pervasiveness) แบ่งเป็น 2 ลักษณะในการอธิบายสาเหตุ

1. ความจำเพาะกรณี (specific) หมายถึง สาเหตุที่เกิดขึ้นนั้นจะเกิดขึ้นเพียงในกรณีของเหตุการณ์ที่เหมือนกันเท่านั้นแต่จะไม่เกิดในทุกเหตุการณ์
2. ความทั่วไป (global) หมายถึง สาเหตุที่เกิดขึ้นนั้นจะเกิดขึ้นบ่อยและจะเกิดมีผลต่อเหตุการณ์อื่นๆ ด้วย

ตัวอย่างเช่น

ในกรณีสถานการณ์เลวร้าย (Bad event) ที่เกิดกับผู้ที่มีรูปแบบการมองโลกในแง่ดี (Optimistic Style) เขาจะพิจารณาสถานการณ์เลวร้ายที่เกิดขึ้นกับตนเองว่า เมื่อประสบกับความล้มเหลว เหตุการณ์เลวร้ายนั้นจะเกิดขึ้นจำเพาะเท่านั้น ไม่ได้เกิดขึ้นในลักษณะทั่วไป รูปแบบวิธีการคิดแบบนี้จะทำให้บุคคลรู้สึกว่าการณ์ที่เลวร้ายเกิดขึ้นเฉพาะเรื่องนี้เท่านั้น ไม่ได้เกิดในเรื่องที่ว่ไป เช่น ข้อสอบชุด 1 เท่านั้นที่ฉันทำไม่ได้หรือเฉพาะเวลาสอบเท่านั้นที่ฉันรู้สึกไม่สบาย เป็นการอธิบายสาเหตุแบบมีลักษณะจำเพาะ ตรงข้ามกับบุคคลผู้ที่มีรูปแบบการมองโลกในแง่ร้าย (Pessimistic Style) จะพิจารณาสถานการณ์เลวร้ายที่เกิดขึ้นกับตนเองนั้นว่าจะเกิดขึ้นและมีผลต่อทุกสถานการณ์โดยทั่วๆ ไป โดยมีความคิดว่าเหตุการณ์เลวร้ายจะต้องเกิดขึ้นและมีผลกระทบต่อชีวิตของตนเองในทุกๆเรื่องและ เช่น เพื่อนทุกคนไม่ชอบฉัน หรือหัวหน้าไม่ยุติธรรมในทุกเรื่อง จึงเป็นการอธิบายสาเหตุลักษณะทั่วไป

ในกรณีสถานการณ์ที่ดี (Good event) ที่เกิดขึ้นกับผู้ที่มีรูปแบบการมองโลกในแง่ดี (Optimistic Style) เขาจะพิจารณาสถานการณ์ที่ดีที่เกิดขึ้นกับตนเองว่า เหตุการณ์ที่ดีนั้นจะเกิดขึ้นกับตนเองได้ในลักษณะที่ว่ไปทุกสถานการณ์ ไม่เป็นความจำเพาะ รูปแบบวิธีการคิดแบบนี้

จะทำให้บุคคลรู้สึกว่าการณ์ที่ดีเกิดขึ้นในทุกๆเรื่อง เช่น ฉันทง่ในทุกรื่องหรือ ฉันทง่เป็นผู้หญิง มีเสน่ห์ เป็นการอธิบายสาเหตุแบบลักษณะทั่วไป ตรงข้ามกับผู้ที่มีรูปแบบการมองโลกในแง่ร้าย (Pessimistic Style) จะพิจารณาการณ์ที่ดีที่เกิดขึ้นกับตนเองนั้นว่าจะเกิดขึ้นในกรณีนี้ เท่านั้นและมักจะไม่เกิดขึ้นในหลายการณ์โดยทั่วยุ่ไป มีความคิดว่าการณ์ที่ดีจะเกิดขึ้น และมีผลกระทบต่อชีวิตของตนเองในเรื่องนี้เท่านั้น เช่น ฉันทง่เฉพาะวิชาคณิตศาสตร์ หรือ ฉันทง่ดี เมื่อใส่เสื้อตัวนี้เท่านั้น จึงเป็นการอธิบายสาเหตุลักษณะจำเพาะ

3.3 ปัจจัยของรูปแบบการอธิบายสาเหตุของบุคคล

จากการศึกษาเกี่ยวกับรูปแบบการอธิบายสาเหตุและอาการซึมเศร้่า สรุปปัจจัยที่มีผลต่อรูปแบบการอธิบายสาเหตุของบุคคลได้ดังนี้ (Peterson and Seligman, 1984)

3.3.1 การได้รับการปลูกฝังจากผู้ปกครอง (Intergenerational transmission)

หมายถึงการที่เด็กได้เรียนรู้และรับรู้ แนวทางการอธิบายสาเหตุของการณ์ดีและเหตุการณ์ที่เลวร้ายจากผู้ปกครองอย่างต่อเนื่องตั้งแต่วัยเด็ก โดยเด็กมักจะเลือกรูปแบบที่คล้ายคลึงกับผู้ปกครองเนื่องจากเด็กใช้เวลาส่วนใหญ่อยู่กับผู้ปกครอง พบว่ามีความสัมพันธ์ทางบวกในรูปแบบการอธิบายสาเหตุระหว่างแม่กับลูก (Peterson and Seligman, 1984)

3.3.2 การให้ข้อมูลตอบกลับของผู้ใหญ่ (The role of adult feedback) คำวิจารณ์ที่

เด็กได้รับกลับมาจากกรให้ข้อมูลป้อนกลับของผู้ใหญ่ เมื่อประสบความล้มเหลว จะมีความแตกต่างกันระหว่างเด็กชายและเด็กหญิง พบว่าเด็กชายเมื่อได้รับการประเมินในด้านลบ ส่วนใหญ่จะไม่เกี่ยวข้องกับสติปัญญา แต่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมที่แสดงออก ตรงกันข้ามกับเด็กหญิงที่ได้รับการประเมินด้านลบ การประเมินนั้นมักจะเน้นในเรื่องการขาดความสามารถทางปัญญา ดังนั้นเมื่อเด็กได้รับข้อมูลป้อนกลับต่อความล้มเหลวที่เป็นการชี้แนะว่าขาดความสามารถ เด็กเหล่านี้จะเริ่มอธิบายความล้มเหลวในลักษณะการอนุมานสาเหตุภายใน มีความสม่ำเสมอ และมีความทั่วยุ่ไป ซึ่งจะเป็นพื้นฐานของรูปแบบการอธิบายที่ไม่เหมาะสม โดยจะพบลักษณะรูปแบบการอธิบายดังกล่าวในเด็กหญิงมากกว่าเด็กชาย (Peterson and Seligman, 1984)

3.3.3 การได้รับความความเจ็บปวดทางจิตใจอย่างรุนแรงครั้งแรก (First major

trauma) เป็นช่วงเวลาและสภาพความเป็นจริงของบุคคลที่ได้รับความบอบช้ำทางจิตใจ เช่น การสูญเสียมารดา การถูกทารุณ เป็นต้น ซึ่งผู้ที่ประสบกับเหตุการณ์เลวร้ายเหล่านี้ในวัยเด็ก มักจะกระตุ้นให้เกิดรูปแบบการอธิบายสาเหตุ ในลักษณะการมองโลกในแง่ร้าย (Peterson and Seligman, 1984)

3.3.4 ความไม่ประสบความสำเร็จในการแก้ปัญหา (When solutions do not work)

เป็นสิ่งที่มื่อทธิพลต่อการพัฒนารูปแบบการอธิบายในช่วงวัยเด็ก เนื่องจากเป็นงานที่เด็กต้องให้

การคิดและความเข้าใจ แต่เด็กมักล้มเหลวในการแก้ปัญหาเกี่ยวกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น เช่น ในเรื่อง การตอบคำถามถึงสาเหตุที่เกิดขึ้น โดยใช้คำถามว่า “ทำไม” เด็กเล็กจะตอบคำถามโดยไม่มี การอธิบาย แต่เด็กโตจะตอบคำถามในลักษณะการอธิบายสาเหตุ ซึ่งการแก้ปัญหาจะเกิดขึ้นก่อนการ อธิบายสาเหตุ ทั้งนี้เมื่อเด็กเกิดความล้มเหลวในการแก้ปัญหาเรื่องหนึ่งเรื่องใด เด็กจะเกิดการ พัฒนาด้านความคิดและทฤษฎีนามธรรมขั้นสูงขึ้น เพื่อที่จะนำไปสู่คำตอบใหม่และกระบวนการ คิดและความเข้าใจของเด็ก (Thought process) จะเป็นเป้าหมายก่อนให้เกิดการพัฒนา รูปแบบการ อธิบายถึงสาเหตุที่เกิดขึ้น (Peterson and Seligman, 1984)

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยให้ความสนใจกับนิยาม “การมองโลกในแง่ดี” ของ Schiere & Carver (1985) ซึ่งได้ให้ความหมายของการมองโลกในแง่ดี ว่าเป็นความคาดหวังเรื่องต่างๆไป ในทางที่ดีไม่เห็นด้วยกับสิ่งไม่ดี เมื่อต้องเผชิญกับปัญหาที่ผ่านเข้ามาในชีวิต Schiere & Carver (1994) ได้ปรับปรุงและพัฒนามาตรวัดการมองโลกในแง่ดีขึ้น คือ มาตรวัดการมองโลกในแง่ดี (The Revised Life Orientation Test: R- LOT, 1994) มาตรวัดฉบับนี้ Schiere และคณะได้นำ แบบวัดการมองโลกในแง่ดี ซึ่งเกิดจากการประเมินความรู้สึกที่บุคคลรับรู้ได้ด้วยตนเอง ไปทดสอบ กับกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัย คือ มหาวิทยาลัย Carnegie Mellon จำนวน 2,055 คน ทำแบบทดสอบ และรายงานค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายในได้ค่าเท่ากับ .78 ส่วน ความตรงได้ผลยืนยันความตรงตามโครงสร้างแนวคิดของ Schiere & Carver (1994) ซึ่งการ ศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยมีความประสงค์ที่จะนำแบบวัดการมองโลกในแง่ดี มาแปลและนำมาใช้เก็บ รวบรวมข้อมูลและนำไปทดสอบค่าความตรงและค่าความเที่ยง(กล่าวในบทที่ 2 ต่อไป) เพื่อใช้ในการ วัดการมองโลกในแง่ดีของกลุ่มตัวอย่างต่อไป

4. แนวความคิดเกี่ยวกับวัยรุ่น

4.1 ความหมายของวัยรุ่น

Hurlock (1974) ได้อธิบายคำว่า “วัยรุ่น” ซึ่งตรงกับคำว่า “Adolescence” ใน ภาษาอังกฤษและมีรากศัพท์เดิมมาจากภาษาลาตินว่า Adolescere ซึ่งมีความหมายว่าเจริญเติบโต ไปสู่วุฒิภาวะ (Maturity) ซึ่งการบรรลุถึงขั้นวุฒิภาวะจะรวมถึงทั้งการเจริญเติบโตทางร่างกายและ การเจริญเติบโตทางจิตใจด้วย กล่าวคือ จะต้องมีการพัฒนาการทั้ง 4 ด้านไปพร้อมๆกัน อันได้แก่ ร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา

Roger (1962) ได้ให้นิยาม วัยรุ่น โดยพิจารณาออกเป็น 3 ด้านด้วยกันคือ

1. พิจารณาจากพัฒนาการทางร่างกาย (Physical Development) ซึ่งการเปลี่ยนแปลง ทางร่างกายถือว่าเป็นส่วนที่สำคัญยิ่งเพราะเป็นการเปลี่ยนแปลงจากวัยเด็กเข้าสู่วัยรุ่นอย่างเห็นได้

เด่นชัด โดยร่างกายจะมีการเปลี่ยนแปลง เช่น เสียงเปลี่ยนโดยเด็กชายมีเสียงห้าวขึ้น เด็กหญิงเสียงแหลมขึ้น มีขนขึ้นตามที่ต่างๆของร่างกาย สัดส่วนของร่างกายเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว และต่อมเพศเริ่มทำงานมีผลทำให้เด็กผู้หญิงเริ่มมีประจำเดือนเป็นครั้งแรก ส่วนเด็กผู้ชายจะเริ่มมีการหลั่งน้ำกามครั้งแรก เป็นต้น

2. พิจารณาจากช่วงอายุ (Chronological Age Span) การแบ่งวัยรุ่นโดยการใช้ช่วงอายุนั้น มักจะพบว่าไม่ตรงกับสภาพความเป็นจริงมากนัก เนื่องจากเด็กแต่ละคนจะเจริญเติบโตเข้าสู่วัยรุ่นไม่พร้อมกันจึงถือเป็นเพียงการประมาณการช่วงอายุเท่านั้น

3. พิจารณาจากเกณฑ์ทางสังคม (Sociological Phenomenon) การพิจารณาตามเกณฑ์นี้นั้นจะขึ้นอยู่กับกรอบยอมรับของแต่ละสังคมว่าจะยอมรับวัยรุ่นในฐานะผู้ใหญ่เมื่อใด ทั้งนี้ต้องอาศัยพื้นฐานของวัฒนธรรม ศาสนา จารีตประเพณีของสังคมเป็นหลัก

World Health Organization (1987 อ้างถึงใน สุขชา จันทรเอม, 2536) ได้ให้ความหมายของวัยรุ่นไว้ว่า วัยรุ่นเป็นผู้ที่มีลักษณะ 3 ประการ คือ มีพัฒนาการทางด้านร่างกายตั้งแต่เริ่มมีการเปลี่ยนแปลงของอวัยวะเพศจนกระทั่งถึงมีวุฒิภาวะทางเพศอย่างสมบูรณ์ มีพัฒนาการทางด้านจิตใจโดยมีการเปลี่ยนแปลงจากเด็กไปเป็นผู้ใหญ่ และมีการเปลี่ยนแปลงสภาวะทางด้านเศรษฐกิจไปสู่การพึ่งพาตนเอง

4.2 การแบ่งระยะของวัยรุ่น

ในแต่ละสังคมจะกำหนดระยะเวลาที่อยู่ในวัยรุ่นไม่เท่ากัน ในสังคมที่ไม่สลัซซ์ซ็อนระยะของวัยรุ่นจะสั้นกว่าวัยรุ่นที่อยู่ในสังคมที่ซัซซ์ซ็อน และสำหรับในสังคมไทย ระยะวัยรุ่นนั้นจะเริ่มขึ้นตั้งแต่เมื่อเด็กเริ่มมีการเปลี่ยนแปลงต่างๆทางร่างกายขึ้น โดยเฉพาะการเปลี่ยนแปลงทางเพศ เช่น เด็กผู้หญิงเริ่มมีประจำเดือนเป็นครั้งแรก ส่วนเด็กผู้ชายจะเริ่มมีการหลั่งน้ำกามครั้งแรก ซึ่งจะอยู่ในช่วงอายุประมาณ 13 ปี และระยะที่สิ้นสุดวัยรุ่น คือระยะที่เด็กสำเร็จการศึกษา เริ่มมีงานทำ สามารถเป็นอิสระทางเศรษฐกิจจากพ่อแม่ ผู้ปกครอง ในระยะนี้เด็กจะอยู่ในช่วงอายุประมาณ 21 ปี ดังนั้นระยะในวัยรุ่นไทยจึงอยู่ในช่วง 13 - 21 ปี ซึ่งนับเป็นช่วงระยะเวลาที่ยาวนานและสามารถแบ่งระยะวัยรุ่นออกเป็น 3 ระยะด้วยกัน คือ

4.2.1. ระยะวัยรุ่นตอนต้น ระยะนี้เป็นระยะที่เด็กเริ่มเข้าสู่วัยรุ่น อยู่ในช่วงอายุ 13 - 15 ปี วัยรุ่นระยะนี้จะเป็นช่วงของการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงต่างๆ โดยเฉพาะการเปลี่ยนแปลงต่อสภาพร่างกายที่เปลี่ยนไป พฤติกรรมของเด็กวัยรุ่นระยะนี้จึงมุ่งเข้าหาตัวเอง มีความสนใจในรูปร่างของตน มีการพิจารณาถึงการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายต่างๆที่เกิดขึ้น ทั้งการเปลี่ยนแปลงที่สังเกตเห็นได้ภายนอกโดยเฉพาะการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นจากการเปลี่ยนแปลงทางเพศ

4.2.2. ระยะวัยรุ่นตอนกลาง ระยะวัยรุ่นตอนกลางอยู่ในช่วงอายุประมาณ 15 -18 ปี วัยรุ่นระยะนี้เป็นระยะที่ผ่านการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ได้แล้ว ดังนั้นการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสติปัญญาของวัยรุ่น ระยะนี้จะมีลักษณะค่อยเป็นค่อยไปเด็กวัยรุ่นระยะนี้จะมุ่งความสนใจเพื่อค้นหาเอกลักษณ์แห่งตนเอง ดังนั้นพฤติกรรมของวัยรุ่นในช่วงระยะนี้ จึงชอบอิสระ ชอบทดลอง และต้องการความเป็นตัวของตัวเอง โดยจะมีทัศนคติและค่านิยมของตนเอง ตลอดจนมีการวางแผนในอนาคต และในระยะนี้เด็กวัยรุ่นจะเริ่มมีปฏิสัมพันธ์กับเพศตรงข้ามกับตนเองอีกด้วย

4.2.3. ระยะวัยรุ่นตอนปลาย เป็นระยะวัยรุ่นช่วงสุดท้ายก่อนที่จะเข้าสู่ผู้ใหญ่ ระยะนี้จะอยู่ในช่วงอายุประมาณ 18 - 21 ปี ซึ่งเป็นระยะที่เด็กวัยรุ่นเริ่มจะจัดรูปแบบชีวิตของตนเอง เริ่มมีการฝึกความชำนาญในสายอาชีพของตนตามที่ได้มุ่งหวังไว้จะทำต่อไปในอนาคต รู้จักตนเอง และสามารถเชื่อมโยงบทบาทหน้าที่ของตนเองให้เข้ากับสังคมใหม่ที่ตนอยู่ได้ รู้จักการมีคุณค่าของชีวิต และสร้างจุดมุ่งหมายให้กับชีวิต ในระยะนี้พัฒนาการของวัยรุ่นจะเริ่มเข้าสู่การมีวุฒิภาวะอย่างสมบูรณ์แบบ ซึ่งมักจะมีพัฒนาการทางด้านจิตใจมากกว่าทางด้านร่างกาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งในด้านที่เกี่ยวข้องกับความคิดและปรัชญาชีวิต

สรุปได้ว่าวัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงจากเด็กไปเป็นผู้ใหญ่ มีการเจริญเติบโตไปสู่การมีวุฒิภาวะที่สมบูรณ์ทั้งทางร่างกาย สติปัญญา จิตใจ อารมณ์ และสังคม โดยถือเอาความพร้อมและวุฒิภาวะทางเพศเป็นจุดเริ่มต้น และจะสิ้นสุดเมื่อมีความพร้อมและวุฒิภาวะทางจิตใจ เศรษฐกิจและสังคม ซึ่งระยะของวัยรุ่นสามารถแบ่งออกเป็น 3 ระยะข้างต้น

4.3 ทฤษฎีจิตวิทยาวัยรุ่น

ปัจจุบันได้มีผู้สนใจศึกษาพฤติกรรมของวัยรุ่นเพิ่มมากขึ้น และได้มีทฤษฎีหลายทฤษฎีอธิบายพัฒนาการที่เกี่ยวกับวัยรุ่นเป็นจำนวนมาก ซึ่งจากทฤษฎีพัฒนาการด้านบุคลิกภาพและสังคมของ Erikson (1968) นั้นได้ให้ทัศนะคติเกี่ยวกับวัยรุ่นว่า เป็นระยะที่เด็กมีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว มีวุฒิภาวะทางเพศ และที่สำคัญที่สุด คือ จะเป็นช่วงวัยที่เด็กจะมีการค้นหาเอกลักษณ์ของตนเอง (Ego Identify) ซึ่ง Erikson (1968) ได้ตั้งทฤษฎีที่ใช้อธิบายเกี่ยวกับวัยรุ่นนี้ว่า ทฤษฎีพัฒนาการการหาเอกลักษณ์ คือ กล่าวได้ว่าในช่วงวัยรุ่นนั้นจะมีการค้นหาตนเองว่า ตนเองเป็นใคร ต้องการอะไรที่แท้จริง และเริ่มมีการวางแผนในอนาคตให้เหมาะสมกับความสามารถของตนอย่างไร และได้กล่าวถึงระยะพัฒนาการของวัยรุ่นในทฤษฎีพัฒนาการทางสังคม (Psychosocial Development) หรือ Eight Stages of Man โดยจะเน้นถึงความสำคัญของบุคลิกภาพของบุคคลว่า บุคคลจะมีพัฒนาการด้านบุคลิกภาพดีหรือไม่ ขึ้นอยู่กับว่าในแต่ละช่วงอายุหรือช่วงวัยนั้น บุคคลสามารถประสบความสำเร็จในงานพัฒนาการ (Developmental task) ที่จะเกิดขึ้นในแต่ละขั้นของ

พัฒนาการได้หรือไม่ ถ้าหากบุคคลประสบความสำเร็จในงานพัฒนาการในขั้นต้น ก็จะทำให้บุคคลมีโอกาสจะประสบความสำเร็จในงานพัฒนาการขั้นต่อไป สำหรับระยะของเด็กวัยรุ่นนั้นจะอยู่ในระยะที่ 5 ของทฤษฎีพัฒนาการทางสังคม คือ เป็นระยะพัฒนาความมีเอกลักษณ์ของตนเองหรือสับสน โดยวัยรุ่นจะค้นหาเอกลักษณ์ของตนเองได้จากการประเมินตนเองในด้านต่างๆ เช่น ทางด้านความสามารถต่างๆของตน หน้าที่ความรับผิดชอบของตน การยอมรับจากผู้อื่น เป็นต้น นอกจากนี้วัยรุ่นยังมีการค้นหาลักษณะอาชีพที่เหมาะสมกับตนเองและค้นหาปรัชญาชีวิตของตน เพื่อใช้ในการวางแผนอนาคตต่อไป แต่ถ้าหากวัยรุ่นที่อยู่ในระยะนี้ไม่สามารถค้นหาเอกลักษณ์ของตนเองได้ วัยรุ่นก็จะพัฒนาไปสู่ความสับสนในเอกลักษณ์ของตนเองซึ่งจะมีผลทำให้ไม่สามารถค้นหาตัวเองที่แท้จริง Erikson (1968) ได้เปรียบเทียบระยะวัยรุ่นไว้ว่า คล้ายกับเป็นระยะที่เปิดโอกาสให้ทดลองบทบาทต่างๆก่อนที่จะเป็นผู้ใหญ่อย่างแท้จริงแต่วัยรุ่นจะยังคงมีพฤติกรรมทั้งเด็กและผู้ใหญ่ผสมกันอยู่ ดังนั้นวัยรุ่นจะพยายามเลียนแบบพฤติกรรมของผู้ใหญ่ทั้งที่ตนเองยังไม่มีประสบการณ์ วัยรุ่นมีความต้องการอิสรภาพ ต้องการความเป็นส่วนตัว ต้องการเป็นที่ยอมรับของคนอื่น และสนใจว่าคนอื่นจะมอง คิด และวิจารณ์เกี่ยวกับตนเองว่าอย่างไร มีความสามารถที่จะประเมินตนเองได้ ตระหนักรู้ถึงศักยภาพของตนเองที่มีและเข้าใจตนเองตามสภาพความเป็นจริงได้ ในช่วงวัยรุ่นจึงให้ความสำคัญต่อการเห็นคุณค่าในตนเองมากกว่าช่วงวัยอื่น

Havighurst (1953) ได้อธิบายเกี่ยวกับงานพัฒนาการของมนุษย์แต่ละวัยและวัยรุ่นก็เป็นวัยหนึ่งซึ่งมีงานพัฒนาการที่จะต้องทำให้สำเร็จ คือ การมีความชำนาญ มีความรู้ มีความคิด มีทัศนคติ สิ่งเหล่านี้มีอิทธิพลสำหรับการมีวุฒิภาวะของวัยรุ่น และพัฒนาการของวัยรุ่นที่เกิดขึ้นนั้นอยู่ระหว่างความต้องการของวัยรุ่นเองและความคาดหวังของสังคมที่มีต่อวัยรุ่น ว่าวัยรุ่นควรทำอะไรให้ได้ในวัยรุ่น ถ้างานพัฒนาการที่วัยรุ่นทำให้เกิดประสบความสำเร็จในงานพัฒนาการ จะมีผลให้วัยรุ่นนั้นมีการปรับตัวได้ดีและสามารถทำงานพัฒนาการในวัยผู้ใหญ่ต่อไปได้สำเร็จ ในทางตรงกันข้ามถ้าหากวัยรุ่นประสบความสำเร็จล้มเหลวในงานพัฒนาการ วัยรุ่นนั้นก็จะมีปัญหาในการปรับตัว มีความวิตกกังวล สังคมไม่ยอมรับและมีผลทำให้ไม่สามารถทำงานพัฒนาการในขั้นต่อไปให้สำเร็จได้ด้วยดี

จากแนวคิดที่เกี่ยวกับข้อบกพร่องจิตวิทยาวัยรุ่นดังที่กล่าวมา อาจกล่าวโดยสรุปได้ว่าในช่วงวัยรุ่นนั้นเป็นช่วงวัยที่อยู่ระหว่างช่วงต่อจากวัยเด็กและวัยผู้ใหญ่ เป็นช่วงวัยที่เกิดการเปลี่ยนแปลงในหลายด้าน ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม วัยรุ่นจึงต้องพยายามค้นหาเอกลักษณ์ของตนเอง พร้อมกับต้องประพฤติปฏิบัติตนตามความคาดหวังของสังคม จึงทำให้วัยรุ่นมีความสับสน มีความกดดัน แสดงออกทางอารมณ์ที่รุนแรง ดังนั้นเพื่อจะทำให้ตนเองเกิดสภาวะสมดุลย์ วัยรุ่นจึงต้องอาศัยความมั่นใจในตนเอง ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง เพื่อที่จะทำให้วัยรุ่นสามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นได้และถ้าหากวัยรุ่นประสบความสำเร็จล้มเหลวในการพัฒนาการเห็นคุณค่า

ในตนเองแล้ว อาจจะทำให้เกิดเป็นปัญหาต่างๆกับวัยรุ่นตามมาได้ เช่น ความเครียด ความกังวล มีพฤติกรรมเบี่ยงเบนและเกิดปัญหาสุขภาพจิตได้ (Erikson, 1978; Havighurst, 1953)

งานวิจัยที่ศึกษาในเรื่องการเห็นคุณค่าในตนเองในช่วงวัยรุ่นตอนปลายนั้น ส่วนมากจะทำการศึกษากับกลุ่มนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัย เช่น การรายงานของ Diener & Diener (1995) และ Harju & Bolen (1998) รายงานว่านักศึกษาที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงจะมีความพึงพอใจในชีวิตด้านต่างๆและมีแนวโน้มมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตดีกว่าผู้ที่เห็นคุณค่าในตนเองต่ำ ซึ่งการรายงานเป็นไปในแนวเดียวกันกับการรายงานของ Leung (1981) ที่รายงานว่านักศึกษาที่เห็นคุณค่าในตนเองสูงจะมีวุฒิภาวะทางอารมณ์ดีกว่านักศึกษาที่เห็นคุณค่าในตนเองต่ำ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Aspinwall & Taylor (1992) และ Scheier, Carver, & Bridge (1994) รายงานว่านักศึกษาเห็นคุณค่าในตนเองสูงจะสามารถจัดการกับปัญหาได้ดีกว่านักศึกษาที่เห็นคุณค่าในตนเองต่ำ และจากงานวิจัยของ Roffey (1994) พบว่านักศึกษาที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงจะมีความเครียดน้อยกว่านักศึกษาที่เห็นคุณค่าในตนเองต่ำ และถ้าหากความแตกต่างระหว่างภาพลักษณ์ของตนเองที่แท้จริงกับในอุดมคติแตกต่างกันมาก นักศึกษาก็มักจะแสดงถึงระดับการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ ตรงกันข้ามเมื่อภาพลักษณ์ของตนเองที่แท้จริงกับในอุดมคติใกล้เคียงกัน นักศึกษาจะเห็นคุณค่าในตนเองสูง นอกจากนี้มีการรายงานของ Hamachek, Bartholomae, & Mckenry (2000) รายงานว่า การเห็นคุณค่าในตนเองส่งผลต่อความสามารถในการปรับตัวของนักศึกษา ทั้งด้านอารมณ์ สังคม การเรียน และจะสามารถพยายามผลักดันตนเองไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยที่เกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเองของวัยรุ่นในประเทศไทยของ จงกลณี ตัญเจริญ (2540) ได้ศึกษาพบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองของวัยรุ่นมีความสัมพันธ์กับความสามารถในการปรับตัว กล่าวคือ กลุ่มวัยรุ่นที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงจะสามารถปรับตัวได้ดีกว่ากลุ่มที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองปานกลางและต่ำ

อาจสรุปได้ว่าในช่วงวัยรุ่นตอนปลายอายุระหว่าง 17 -22 ปี นั้นส่วนใหญ่เป็นกลุ่มนิสิตนักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในสถาบันอุดมศึกษาระดับมหาวิทยาลัย ทั้งนี้ นิสิตนักศึกษาได้เริ่มมีการฝึกความชำนาญในสายอาชีพของตนเองตามที่ได้มุ่งหวังไว้จะทำต่อไปในอนาคต รู้จักตนเองและสามารถเชื่อมโยงบทบาทหน้าที่ของตนเองให้เข้ากับสังคมใหม่ที่ตนอยู่ได้ รู้จักคุณค่าของชีวิตและสร้างจุดมุ่งหมายให้กับชีวิต ดังนั้นการพัฒนาสร้างเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองในกลุ่มนิสิตนักศึกษาที่อยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนปลายนั้น จึงมีความสำคัญต่อการมีพัฒนาการที่สมบูรณ์ด้านบุคลิกภาพและสังคม เนื่องจากการเห็นคุณค่าในตนเองนั้นสามารถพัฒนาได้อย่างต่อเนื่องตั้งแต่ช่วงวัยรุ่นจนกระทั่งเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ต่อไป แต่ถ้าหากนิสิตนักศึกษาสูญเสียการเห็นคุณค่าในตนเองไปก็อาจมีผลต่อพัฒนาการทางด้านบุคลิกภาพและสังคม ตลอดจนอาจจะนำไปสู่ปัญหาต่างๆที่จะเกิดขึ้นตามมาต่อไปได้ในอนาคต

5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

5.1 ความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองและบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล

จากการศึกษาค้นคว้ารายงานการวิจัยทั้งในประเทศและต่างประเทศ พบว่าการเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์ในทางลบกับบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Trait anxiety) (Greenberg, Solomon, & Pyszczynski, 1992; Scheier, Carver, & Bridges 1994; Lee & Robbins, 1998; Bruce, 2000; Van de vliet et al, 2002; Sedikides, Rudich, Gregg, Kumashiro, & Rusbult, 2004; Benetti & Kambouropoulos, 2006) มีการรายงานเพิ่มเติมจากการศึกษาวิจัยของ Smith, Pope, Rhodewalt, & Poulton (1989) และ Watson & Clark (1984) ที่รายงานว่าผู้ที่มีบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลสูง (high trait anxiety) มีความสัมพันธ์กับการมีอาการทางประสาท (Neuroticism) สอดคล้องกับการรายงานของ Van de vliet, et al. (2002) ว่าการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-esteem) มีความสัมพันธ์ทางลบกับปัญหาความผิดปกติต่างๆทางด้านอารมณ์ โดยจะมีอาการซึมเศร้า (Depress) และมีความวิตกกังวล (Anxiety) อาจจะสามารถกล่าวได้ว่าการเห็นคุณค่าในตนเองนั้นมีผลกระทบในทางตรงต่อปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นดังกล่าวด้วย ซึ่งก็สอดคล้องกับงานวิจัยในประเทศไทยของ กาญจนา พงศ์พุกษ์ (2523) ที่รายงานว่าพบความสัมพันธ์ในทางลบระหว่างความวิตกกังวลกับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง และงานวิจัยของ จงกลณี ต้อยเจริญ (2540) รายงานว่าการเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์กับความสามารถในการปรับตัวของวัยรุ่นอย่างมีนัยสำคัญ กล่าวคือ กลุ่มที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงจะสามารถปรับตัวได้ดีกว่ากลุ่มที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองปานกลางและต่ำ

เนื่องจากมีรายงานการวิจัยจำนวนมาก พุ่งประเด็นไปที่บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Trait Anxiety) ซึ่งเป็นปัจจัยค่อนข้างคงที่เปลี่ยนแปลงได้ยาก และอาจจะเกี่ยวข้องกับการทำให้บุคคลรู้สึกสูญเสียการเห็นคุณค่าในตนเองได้ (Scheier, Carver, & Bridges, 1994; Sedikides et al, 2004; Benetti & Kambouropoulos, 2006) สอดคล้องกับงานวิจัยของ Gray (1987), Carver & White (1994), Zelenski & Larsen (1999) ที่รายงานว่าคนที่มีบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมักจะรายงานเรื่องต่างๆที่เกิดขึ้นกับตนเองในลักษณะที่เกี่ยวข้องในแง่ร้าย ถูกคุกคามหรือมีอันตราย ซึ่งตรงกับการรายงานของ Hodges & Spielberger (1966) ว่าบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมีความสัมพันธ์กับการถูกคุกคาม และทำให้รู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองลดลง ทั้งนี้บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลไม่ใช่ผลที่เกิดมาจากการถูกคุกคามทางร่างกายและในงานวิจัยของ Bennett & Holmes (1975), Burish & Houston (1979), Greenberg, Solomon, & Pyszczynski (1992) พบว่าบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลสามารถป้องกันได้โดยเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองและในขณะเดียวกันถ้าความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองถูกคุกคามจะทำให้เกิดบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลขึ้น

สรุปจากหลักฐานงานวิจัยต่างประเทศที่ทดสอบพบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งสอง คือ บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Trait Anxiety) และการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-esteem) มีความหมายโดยนัยว่าน่าที่จะมีโมเดลแสดงอิทธิพลทางตรงระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง จึงเป็นเหตุให้ผู้วิจัยสนใจศึกษาในประเด็น บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Trait Anxiety) แต่ผู้วิจัยก็พบหลักฐานจากงานวิจัยอื่นๆเพิ่มเติมอีกว่า อาจจะมีตัวแปรอื่นเข้ามา มีอิทธิพลระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลและการเห็นคุณค่าในตนเองได้ เช่น งานวิจัยของ Benetti & Kambouropoulos (2006) พบว่าบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Trait Anxiety) มีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง ทั้งทางตรงและทางอ้อม โดยมีปัจจัยอารมณ์ความรู้สึกในทางลบ (Negative affect) เป็นตัวแปรสื่อและในขณะเดียวกันลักษณะความยืดหยุ่นและสามารถปรับตัวได้ดี (Trait resilience) ก็ยังมีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองทั้งทางตรงและทางอ้อม โดยมีปัจจัยอารมณ์ความรู้สึกในทางบวก (Positive affect) เป็นตัวแปรสื่อ จากงานวิจัยที่กล่าวมานี้ ได้ศึกษาพบว่าบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมีความสัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเองในทิศทางตรงกันข้าม

5.2 ความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองและการมองโลกในแง่ดี

จากการศึกษาค้นคว้าพบหลักฐานเพิ่มเติมว่า พบปัจจัยอื่นๆที่เข้ามาเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเองด้วย ยกตัวอย่าง เช่น พบในงานวิจัยของ Kawash (1982), Abram (1988), Francis & James (1996), Francis (1997) รายงานว่าบุคลิกภาพแบบแสดงตัว (extraversion) มีความสัมพันธ์และมีผลทางตรงต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-esteem) ในขณะเดียวกันก็พบการรายงานของ Carver & Scheier (2000) รายงานว่ามีปัจจัยอื่นเข้ามาเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเอง เช่น การมองโลกในแง่ดี (Optimism) อารมณ์ในทางบวก (Positive affect) การสนับสนุนทางสังคม (Social support) อารมณ์ในทางลบ (Negative affect) มีความสัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเองทั้งสิ้น ซึ่งการรายงานดังกล่าวสอดคล้องกับการรายงานของ Newby-Clark (2002) และ Schweizer (2000) ที่รายงานว่าการมองโลกในแง่ดีมีความสัมพันธ์ในทิศทางบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเอง และผู้ที่มีการมองโลกในแง่ดี จะมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูง ซึ่งเป็นไปในแนวทางเดียวกับการศึกษาวิจัยอื่นๆอีกเป็นจำนวนมาก เช่น งานวิจัยของ Tharenou (1979), Scheier & Carver (1992), Locke, McClear, & Kinght (1996), Carver & Scheier (1999), Scheier, Carver, & Bridge (2001), Carver & Scheier (2002) ที่สนใจศึกษาวิจัยในเรื่องการมองโลกในแง่ดีกับการเห็นคุณค่าในตนเองและรายงานพบว่ามีความสัมพันธ์กันในทางบวก

และจากการรายงานของ Diener & Diener (1995), Harju & Bolen (1998), ROysamb & Strype (2002) ศึกษาวิจัยพบว่าผู้ที่มองโลกในแง่ดีและเห็นคุณค่าในตนเองสูง จะมีความพึงพอใจในชีวิตในด้านต่างๆและมีแนวโน้มที่จะมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตดีกว่าผู้ที่ไม่เห็นคุณค่าในตนเองต่ำ สอดคล้องกับงานวิจัยของ Scheier & Carver (1985), Aspinwall & Taylor (1992), Scheier, Carver, & Bridge (1994), Change (1998) และ Brissette, Scheier, & Carver (2002) รายงานว่าผู้ที่มองโลกในแง่ดีจะสามารถจัดการกับปัญหาได้ดีกว่าผู้ที่รับรู้ว่าคุณภาพของตนเองประสบกับความเครียดและมองโลกในแง่ร้าย โดยสรุปผลการวิจัยต่างๆออกมาในแนวเดียวกัน ทั้งนี้มีการศึกษาวิจัยของ Scheier & Carver (1985) และ Scheier et al. (1994) พิสูจน์ให้เห็นว่ามีความแตกต่างในเชิงโครงสร้างระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองและการมองโลกในแง่ดี ซึ่งการเห็นคุณค่าในตนเองนั้น หมายถึง การที่บุคคลประเมินเกี่ยวกับตนเองจากอดีตที่ผ่านมาแล้วรู้สึกว่าคุณค่า (self's value) ในขณะที่ยังมองโลกในแง่ดี นั้นเป็นความรู้สึกคาดหวังในเรื่องต่างๆไปว่าจะเกิดสิ่งที่ดีขึ้นในอนาคต (positive outcome) ซึ่งทั้งสองลักษณะมีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กัน นอกจากนี้ยังมีหลักฐานอีกจากงานวิจัยของ Major, Richards, Cooper, Cozzarelli, & Zubek (1998) และ Wanberg & Banas (2000) พบว่าทั้งการเห็นคุณค่าในตนเองและการมองโลกในแง่ดี เป็นองค์ประกอบของบุคลิกภาพที่มีความยืดหยุ่นและปรับตัวได้ดี (Trait Resilience) และเพิ่มเติมจากงานวิจัยของ Rutter (1990) และ Major et al. (1998) พบว่าลักษณะทั้งสองส่งผลต่อการมีสุขภาพจิตที่ดี เช่น เรื่องการแก้ปัญหาและตอบสนองต่อสถานการณ์ต่างๆที่ก่อให้เกิดความเครียดและความวิตกกังวล และบุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบที่มีความยืดหยุ่นและปรับตัวได้ดีนั้น (Trait Resilience) จะมีทัศนคติในทางที่ดีเกี่ยวกับตนเอง และสามารถปรับเปลี่ยนมุมมองต่อสิ่งต่างๆที่เกิดขึ้นในอนาคตจะเป็นไปในทางที่ดี ซึ่งสอดคล้องตรงกับงานวิจัยของ Judge and Bono (2001) รายงานว่าลักษณะการมองโลกในแง่ดีและการเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์กันสูง และทั้งคู่เป็นลักษณะของการประเมินตนเองและเป็นองค์ประกอบที่สำคัญของลักษณะบุคลิกภาพที่มีความยืดหยุ่นและปรับตัวได้ดี (Trait Resilience) และเป็นลักษณะที่ตรงกันข้ามกับลักษณะของบุคคลที่มีอาการทางประสาท (Neuroticism)

การศึกษาวิจัยของ Swickert, Hittner, Kitos, & Cox-Fuenzalida (2004) พบว่าปัจจัยการมองโลกในแง่ดี (Optimism) และอารมณ์ความรู้สึกในทางลบ (Negative affect) มีผลทางตรงต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-esteem) มากกว่าปัจจัยในเรื่องอารมณ์ความรู้สึกในทางบวก (Positive affect) และการสนับสนุนทางสังคม (Social support) ซึ่งผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับผลการวิจัยของ Makikangas, Kinnunen, & Feldt (2004) รายงานว่าการมองโลกในแง่ดี (Optimism) มีความสัมพันธ์ในทางบวกและส่งผลทางตรงต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยผู้ที่มองโลกในแง่ดีนั้นจะแสดงออกอย่างมากมายในเรื่องของการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-esteem) เนื่องจาก

มีงานวิจัยต่างประเทศจำนวนมาก สนับสนุนว่า การมองโลกในแง่ดี (Optimism) เข้ามาเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเอง มีความหมายโดยนัยว่าน่าที่จะมีโมเดลแสดงอิทธิพลการมองโลกในแง่ดี (Optimism) กับการเห็นคุณค่าในตนเอง ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งสองคือ การมองโลกในแง่ดีและการเห็นคุณค่าในตนเอง

5.3 ความสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดีและบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล

ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมยังพบหลักฐานอีกว่า บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลและการมองโลกในแง่ดี มีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กัน อาจจะเป็นไปได้ว่าตัวแปรทั้งสองเป็นสิ่งสำคัญและมีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง จากงานวิจัยของ Scheire & Carver (1985), Taylor (1989), Peterson & Bossio (1991), Seligman (1992) และ Schweizer & Koch (2001) ศึกษาพบว่า การมองโลกในแง่ดี (Optimism) เป็นลักษณะหนึ่งของบุคลิกภาพและลักษณะบุคลิกภาพแบบนี้เป็นสิ่งสำคัญสำหรับการมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตดี และในลักษณะที่คล้ายกัน Spielberger, Gorsuch, & Lushene (1970) และ Watson & Clark (1984) รายงานว่า ผู้ที่มีบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Trait Anxiety) สัมพันธ์กับอาการทางประสาท (Neuroticism) จากการศึกษาพบรายงานว่ามีความสัมพันธ์กันระหว่างการมองโลกในแง่ดี (Optimism) และบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Trait Anxiety) โดยการศึกษาวิจัยของ Smith et al. (1989), Robbin, Spence, & Clark (1991), Anderson (1996), Vaughan & Kinnier (1996), Schweizer & Koch (2001) และ Lancaster & Boivin (2005) พบว่าลักษณะบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Trait Anxiety) และการมองโลกในแง่ดี (Optimism) มีความสัมพันธ์สูงในทางลบ สอดคล้องกับงานวิจัยของ Smith, Pope, Rhodewalt, & Poulton (1989) และ Watson & Clark (1984) รายงานว่าการมองโลกในแง่ดี (Optimism) ช่วยลดความบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Trait Anxiety) รวมทั้งการมีอาการทางประสาท (Neuroticism) และลดอาการเจ็บป่วยทางร่างกาย (Physical Symptom) ซึ่งในงานวิจัยของ Bolger & Schilling (1991) รายงานว่าบุคคลที่มีอาการทางประสาท (Neuroticism) จะเป็นผู้ที่ตอบสนองต่อความเครียดด้วยอารมณ์ที่รุนแรงสม่ำเสมอตลอดเวลาและจะพบว่ามักเกิดปัญหาการทะเลาะวิวาทกับผู้อื่นบ่อยๆและมีการศึกษาวิจัยระยะยาวของ Bromberger & Matthews (1996) รายงานว่าทั้งการมองโลกในแง่ดี (Optimism) และบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Trait Anxiety) เป็นตัวแปรที่สำคัญในการทำนายการเกิดความเครียดและมีอาการซึมเศร้าเกิดขึ้นในวัยผู้ใหญ่

พบรายงานการวิจัยของ Wilson, Raglin, & Pritchard (2002) ว่าการมองโลกในแง่ดีมีผลต่อนักกีฬา โดยที่การมองโลกในแง่ดี (Optimism) สามารถช่วยให้บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลของนักกีฬาในขณะก่อนการแข่งขันมีในระดับต่ำกว่านักกีฬาที่มองโลกในแง่ร้าย ซึ่งผลสรุปการวิจัย

ในแนวเดียวกับงานวิจัยของ Myers & Steed (1999) รายงานว่าบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Trait Anxiety) อาจจะเป็นองค์ประกอบหลักเกี่ยวกับมุมมองโลกในแง่ดี (Optimism) เนื่องจากพบว่าบุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลต่ำจะมีการมองโลกในแง่ดีสูงกว่าบุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลสูง แต่ก็มีการศึกษาของ Mroczek et al. (1993) รายงานระบุว่าอารมณ์มองโลกในแง่ดี (Optimism) และอาการทางประสาท (Neuroticism) เป็นลักษณะบุคลิกภาพของบุคคลซึ่งไม่สามารถทดแทนกันได้ ทั้งนี้ในการศึกษาของ Change (1998) และ Scheier et al. (1994) รายงานว่าบุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบความวิตกกังวลสูงหรือมีลักษณะอาการทางประสาท (Neuroticism) จะไม่พบการมองโลกในแง่ดี และรายงานว่าลักษณะของการมองโลกในแง่ดีนั้นสามารถแยกบุคคลซึ่งมีอาการทางประสาท (Neuroticism) ออกจากอาการอื่นๆได้ อย่างไรก็ตามจากข้อสรุปและหลักฐานจากงานวิจัยพบความแตกต่างระหว่างทั้งสองตัวแปร คือ บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Trait Anxiety) ซึ่งเป็นลักษณะบุคลิกภาพค่อนข้างคงที่ (Trait) ของบุคคลโดยมีระดับต่างๆที่แตกต่างกันและการมองโลกในแง่ดีเป็นลักษณะที่ยืดหยุ่นและเปลี่ยนแปลงได้ (Trait Resilience) และอาจมีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเองได้ทั้งคู่ ดังนั้นมีความหมายโดยนัยว่าน่าที่จะมีโมเดลแสดงอิทธิพลระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล การมองโลกในแง่ดี และการเห็นคุณค่าในตนเอง ทั้งนี้ผู้วิจัยสนใจศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งสามรวมทั้งจากหลักฐานที่พบในงานวิจัยต่างๆมากมายได้ทดสอบพบว่า ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลในระดับที่แตกต่างกันมีอิทธิพลต่อการการมองโลกในแง่ดีและการเห็นคุณค่าในตนเองในระดับที่แตกต่างกัน อาจมีความหมายโดยนัยว่าน่าที่จะมีโมเดลที่แสดงอิทธิพลระหว่างตัวแปรทั้งสาม ซึ่งในปัจจุบันยังไม่พบการศึกษาวิจัยที่เกี่ยวกับความสัมพันธ์ของตัวแปรทั้งสามดังกล่าว ผู้วิจัยจึงนำมาเป็นประเด็นที่น่าสนใจศึกษาถึงความสัมพันธ์และนำเสนอโมเดลแสดงอิทธิพลระหว่างตัวแปรทั้งสาม เพื่อทดสอบว่าการมองโลกในแง่ดีนั้นจะสามารถทำหน้าที่เป็นตัวแปรสื่อในความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองได้หรือไม่ และอิทธิพลของตัวแปรสื่อที่เกิดขึ้นนั้นจะมีการเปลี่ยนแปลงไปตามระดับบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลที่แตกต่างกันหรือไม่ เนื่องจากมีการศึกษาวิจัยรายงานพบว่าอาจมีความแตกต่างกันได้

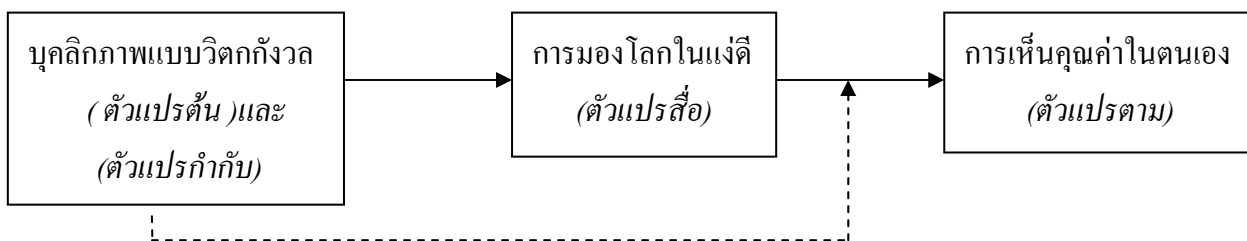
วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Trait Anxiety) การมองโลกในแง่ดี (Optimism) และการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-esteem)
2. เพื่อทดสอบโมเดลความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Trait Anxiety) ต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-esteem) โดยมีการมองโลกในแง่ดี (Optimism) เป็นตัวแปรสื่อที่เปลี่ยนแปลงตามระดับบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล

เหตุผลและสมมติฐานของการวิจัย

บุคคลโดยทั่วไปจะมีการประเมินการเห็นคุณค่าในตนเองจากเหตุการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้นอยู่เสมอ การประเมินการเห็นคุณค่าในตนเองสูงหรือต่ำ มีความสัมพันธ์กับบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล และการมองโลกในแง่ดีซึ่งเป็นทัศนคติที่ดีต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในอนาคต ผู้วิจัยสนใจว่าระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองกับบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลน่าจะมีการมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรสื่อ ดังนั้นในการศึกษาครั้งนี้จึงวางกรอบความคิดในการวิจัยไว้ดังต่อไปนี้

สมมติฐานโมเดลตัวแปรสื่อแบบกำกับ (Moderated Mediation)



แผนภาพ 4 สมมติฐานโมเดลความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Trait Anxiety) การมองโลกในแง่ดี (Optimism) การเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-Esteem)

สมมติฐานการวิจัย

1. บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล มีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรง**ทางลบ** กับการเห็นคุณค่าในตนเอง
2. บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล มีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรง**ทางลบ** กับการมองโลกในแง่ดี
3. การมองโลกในแง่ดี มีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรง**ทางบวก** กับการเห็นคุณค่าในตนเอง
4. บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยมีการมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรสื่อที่เปลี่ยนแปลงตามระดับบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล

ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาวิจัย

1. ตัวแปรต้น คือ บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Trait Anxiety)
2. ตัวแปรสื่อ คือ การมองโลกในแง่ดี (Optimism)
3. ตัวแปรตาม คือ การเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-esteem)
4. ตัวแปรกำกับ คือ บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Trait Anxiety)

ข้อจำกัดของงานวิจัย

1. มิได้ควบคุมตัวแปร ในด้าน คณะ ระดับสติปัญญา และความสัมฤทธิ์ทางผลการเรียน
ฐานะเศรษฐกิจของกลุ่มตัวอย่าง
2. การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสหสัมพันธ์ซึ่งไม่สามารถบอกความสัมพันธ์เชิงสาเหตุได้

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

1. **บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Trait Anxiety or A-Trait)** หมายถึง ความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะประจำตัวของแต่ละบุคคลค่อนข้างคงที่และจะเป็นตัวเสริมหรือตัวประกอบของความวิตกกังวลที่มีต่อสถานการณ์ (State Anxiety or A-State) ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ หมายถึง คะแนนที่ได้จากแบบวัดบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Trait Anxiety or A-Trait) ของ Spielberger (1983) ที่แปลโดย ดารารวรรณ ต๊ะปินตา (2535)

2. **การเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-esteem)** หมายถึง การที่บุคคลมีความรู้สึกเกี่ยวกับตนเองซึ่งได้จากการประเมินสิ่งที่ตนเองกระทำ หรือสิ่งที่ตนเองเป็น โดยมองว่ามีความสำคัญ มีคุณค่า น่ายอมรับนับถือ และการประเมินตนเองนี้มีผลมาจากระบบความเชื่อภายในตนเอง และประสบการณ์ภายนอกประกอบกันซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ หมายถึง คะแนนที่ได้จากแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองของ Coopersmith (1984) ที่แปลโดย ญัฐนันท์ คงคาหลวง (2548)

3. **การมองโลกในแง่ดี (Optimism)** หมายถึง การที่บุคคลคาดหวังเรื่องราวๆไปในทางที่ดี ไม่เห็นด้วยกับสิ่งไม่ดี เมื่อต้องเผชิญกับปัญหาที่ผ่านเข้ามาในชีวิต ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ หมายถึง คะแนนที่ได้มาจากแบบวัดการมองโลกในแง่ดี ซึ่งผู้วิจัยได้แปลจากแบบทดสอบ The Revised Life Orientation Test ของ Schiere & Carver (1994)

4. **นิสิต** หมายถึง นิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปี 1 ถึงปี 4 ปัจจุบันกำลังศึกษาอยู่ใน
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยปีการศึกษา 2550

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เพื่อให้ทราบถึงลักษณะความสัมพันธ์ระหว่าง การเห็นคุณค่าในตนเอง บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล และการมองโลกในแง่ดี ซึ่งผู้วิจัยคาดว่าจะการวิจัยครั้งนี้ น่าจะก่อให้เกิดประโยชน์ เช่น อาจทำให้บุคคลสามารถเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มมากขึ้น โดยสร้างลักษณะการมองโลกในแง่ดี ควบคู่ไปด้วยเนื่องจากลักษณะการมองโลกในแง่ดี เป็นสิ่งที่บุคคลสามารถเรียนรู้ได้ และอาจจะช่วยลดความวิตกกังวลได้

2. เพื่อประโยชน์ทางการประยุกต์ผลการวิจัย โดยอาจใช้เป็นแนวทางสำหรับนักจิตวิทยา และผู้ที่สนใจ นำไปใช้ศึกษาทำความเข้าใจในเรื่องของการเห็นคุณค่าในตนเอง รวมทั้งหาวิธีการป้องกัน เพื่อไม่ให้บุคคลรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองลดลงและอาจจะช่วยให้บุคคลรู้สึกผ่อนคลาย และทำให้บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลของบุคคลลดลงได้ โดยผ่านกิจกรรมต่างๆที่จัดขึ้นเพื่อ เสริมสร้างความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนิสิตมหาวิทยาลัย

3. เพื่อประโยชน์กับผู้สนใจศึกษาเกี่ยวกับเรื่องของการเห็นคุณค่าในตนเอง ในการทำงานวิจัย เพื่อหาแนวทางป้องกันความผิดปกติที่อาจเกิดขึ้นได้จากการสูญเสียความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งอาจจะส่งผลกระทบต่อไปในพัฒนาการทางด้านบุคลิกภาพอารมณ์และสังคมของบุคคลในวัยผู้ใหญ่ต่อไป

บทที่ 2

วิธีการดำเนินการวิจัย

งานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงสหสัมพันธ์ เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Trait Anxiety) การมองโลกในแง่ดี (Optimism) และการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-esteem) และ ทดสอบโมเดลความสัมพันธ์ระหว่าง บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Trait Anxiety) ต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-esteem) โดยมีการมองโลกในแง่ดี (Optimism) เป็นตัวแปรสื่อที่เปลี่ยนแปลงตามระดับบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล

ประชากร

ประชากรในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นิสิตระดับปริญญาตรีของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่กำลังศึกษาในปีการศึกษา 2550 จำนวนทั้งสิ้น 20,734 คน โดยแบ่งเป็นนิสิตชายจำนวน 8,038 คน และนิสิตหญิง จำนวน 12,696 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นิสิตระดับปริญญาตรีของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ชั้นปีที่ 1 – ชั้นปีที่ 4 ที่กำลังศึกษาในปีการศึกษา 2550 จำนวน 400 คน แบ่งเป็น นิสิตชายจำนวน 200 คนและนิสิตหญิงจำนวน 200 คน โดยผู้วิจัยใช้วิธีการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบ Convenience Sampling โดยพิจารณาจากตารางกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง Power Statistic ของ MacKinnon (2004) ดังแสดงในตารางภาคผนวก ข

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ แบ่งเป็น 4 ส่วนด้วยกัน คือ

1. แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป
2. มาตรการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self - esteem)
3. มาตรการบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Trait Anxiety or A-Trait)
4. มาตรการมองโลกในแง่ดี (Optimism)

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

1. มาตรการวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-esteem)

มาตรการวัดนี้เป็นมาตรการวัดการเห็นคุณค่าในตนเองซึ่ง ญัฐนันท์ คงคาหลวง (2548) แปลจาก Coopersmith (Coopersmith Self-Esteem Inventory Adult Form, (2002)) มีลักษณะเป็นแบบประเมินค่า Rating scale 2 ระดับ จำนวน 25 ข้อกระทง แบ่งเป็น ข้อกระทงทางบวก 8 ข้อ และเป็นข้อกระทงทางลบ 17 ข้อ

การรายงานคุณภาพของมาตรการวัด

- 1.1 มาตรการวัดการเห็นคุณค่าในตนเองตามแนวคิดของ Coopersmith (Coopersmith Self-Esteem Inventory Adult Form, 2002) ใช้สำหรับประเมินการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลทั่วไปในระดับอายุ 16 ปี ขึ้นไป ประกอบด้วยองค์ประกอบย่อย 4 ด้าน ดังนี้

1.1.1 การเห็นคุณค่าในตนเองด้านทั่วไป (General Self-Esteem Scale)

มีจำนวน 12 ข้อ

1.1.2 ด้านสังคมและกลุ่มเพื่อน (Social Self-Esteem Scale) มีจำนวน 4 ข้อ

1.1.3 ด้านครอบครัว (Home Self-Esteem Scale) มีจำนวน 6 ข้อ

1.1.4 ด้านการเรียน (School Self-Esteem Scale) มีจำนวน 3 ข้อ

Coopersmith (2002) ได้ทำการตรวจสอบคุณภาพมาตรการวัดกับกลุ่มตัวอย่าง เพศชายและหญิง อายุระหว่าง 16 – 34 ปี จำนวน 226 คน และรายงานค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายใน (Cronbach alpha) ของมาตรการวัดเท่ากับ .81

- 1.2 มาตรการวัดการเห็นคุณค่าในตนเองตามแนวคิดของ Coopersmith (Coopersmith Self-Esteem Inventory Adult Form, 2002) ที่แปลโดย ญัฐนันท์ คงคาหลวง (2548) ได้ผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity) ของมาตรการวัดโดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบความถูกต้องในการแปลเนื้อหาแต่ละข้อกระทง และผ่านการตรวจสอบคุณภาพของมาตรการวัดกับกลุ่มตัวอย่าง ผู้หญิงอายุระหว่าง 17 – 34 ปี จำนวน 60 คน โดยผ่านขั้นตอนการแปลเป็นภาษาไทยทั้ง forward translation และ backward translation โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิซึ่งเป็นผู้เชี่ยวชาญด้านภาษาและจิตวิทยา ทั้งที่เป็นคนไทยและอเมริกัน และมีการปรับแก้ภาษาในข้อกระทงรวมทั้งมีการตรวจสอบค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆในมาตร (Corrected Item-Total Correlation) ถึง 5 ขั้นตอนจนได้แบบวัดที่เป็นที่เชื่อถือได้และได้รายงานค่า

สัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายใน (Cronbach alpha) มีค่าเท่ากับ .86 (ดูรายละเอียดตาราง 1) ในงานวิจัยนี้ผู้วิจัยนำมาตรวจวัดการเห็นคุณค่าในตนเองของ Coopersmith ที่แปลโดย ญัฐนันท์ คงคาหลวง (2548) จำนวน 25 ข้อ ไปใช้ในงานวิจัยกับกลุ่มตัวอย่างนิสิตจุฬาลงกรณ์ จำนวน 400 คน โดยไม่มีการแก้ไข ดัดแปลงข้อความและไม่มีการเพิ่มหรือลดจำนวนข้อคำถามแต่อย่างใด และผู้วิจัยรายงานค่าความสอดคล้องภายใน (Cronbach alpha) และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทง แต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆในมาตรวัด (Corrected Item-Total Correlation) เมื่อได้ทดสอบกับกลุ่มตัวอย่างแล้วดังในตาราง 1 เพื่อที่จะเป็นการรายงานคุณภาพของมาตรวัดและเป็นประโยชน์สำหรับผู้สนใจนำมาตรวัดนี้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์อีกต่อไป

1.3 เกณฑ์การให้คะแนน

มาตรวัดการเห็นคุณค่าในตนเองฉบับภาษาไทยนี้ มีการให้คะแนนตามเกณฑ์ของCoopersmith (2002 อ้างถึงใน ญัฐนันท์ คงคาหลวง, 2548) มีลักษณะการเลือกตอบแบบCheck list จำนวน 25 ข้อ โดยแบ่งการให้คะแนนข้อกระทงออกเป็น 2 แบบดังนี้

- ข้อความที่มีความหมายในทางบวกมีจำนวน 8 ข้อ คือ ข้อ 1, 4, 5, 8, 9, 14, 19 และ
- ข้อความที่มีความหมายในทางลบ (Negative Items) มีจำนวน 17 ข้อ คือ ข้อ 2, 3, 6, 7, 10, 11, 12, 13, 15, 16, 17, 18, 21, 22, 23, 24, และ 25

ระดับความคิดเห็น	ข้อความทางบวก (คะแนน)	ข้อความทางลบ (คะแนน)
ใช่	1	0
ไม่ใช่	0	1

1.4 การแปลผลคะแนน

ในการแปลผลตามคู่มือ Coopersmith (Self-Esteem Inventory Adult Form) ของ Coopersmith (2002, อ้างถึงใน ญัฐนันท์ คงคาหลวง, 2548) มีการคิดคะแนนดังนี้ คะแนนดิบ (Raw score) คือ คะแนนที่ได้ทั้งหมดจากการตอบคำถามทุกข้อ นำมารวมกัน ซึ่งคะแนนดิบสูงสุดที่จะเป็นไปได้คือ 25 คะแนน คะแนนรวม (Total score) คือ คะแนนดิบคูณด้วย 4 เพื่อให้ได้คะแนนเต็มเป็น 100 คะแนน และคะแนนรวมสูงสุดที่จะเป็นไปได้คือ 100 คะแนน

เกณฑ์การแปลผลเชิงคุณภาพ (Coopersmith, 2002 อ้างถึงใน ญัฐนันท์ คงคาหลวง , 2548) คะแนนรวมที่สูงกว่าค่าเฉลี่ยมาตรฐาน คือ 70 คะแนน ($SD = 19$) หมายถึง การเห็นคุณค่าในตนเองสูง และคะแนนรวมที่ต่ำกว่าค่าเฉลี่ยมาตรฐาน คือ 70 คะแนน ($SD = 19$) หมายถึง การเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ

ในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยใช้คะแนนดิบ (Raw score) ในการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ เท่านั้นและไม่มีการแปลความหมายของคะแนนในเชิงคุณภาพแต่อย่างใด

ตาราง 1 ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายใน (Cronbach Alpha) และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น (Corrected Item-Total Correlation: CITC) ของแบบประเมินการเห็นคุณค่าในตนเอง

ข้อกระทง	ค่า CITC (ณัฐนันท์ คงคาหลวง, 2548) (N = 65)	ค่า: CITC ในงานวิจัยนี้ (N = 81)
1.ฉันตัดสินใจ.....	.5521*	.3208*
2.ฉันไม่มั่นใจ.....	.2903*	.4211*
3.มีหลายอย่างในตัวฉัน.....	.2614*	.2257*
4.ฉันมั่นใจ.....	.7436*	.3693*
5.ฉันเป็นคน.....	.4328*	.3868*
6.ฉันหงุดหงิด.....	.4833*	.1679*
7.ฉันต้องใช้เวลานานมาก.....	.6924*	.4876*
8.ฉันเป็นที่ชื่นชอบ.....	.7401*	.3495**
9.คนในครอบครัว.....	.4205*	.2978*
10.ฉันคล้อยตาม.....	.3918*	.2789*
11.ครอบครัวของฉัน.....	.5345*	.3044*
12.ชีวิตของฉัน.....	.4936*	.4042*
13.ชีวิตของฉันมีแต่.....	.4625*	.3624*
14.ฉันมักจะมี.....	.4918*	.2898*
15.ฉันรู้สึก.....	.5616*	.3694*
16.มีหลายครั้ง.....	.4943*	.4986*
17.ฉันรู้สึกไม่พอใจ.....	.3826*	.5050*
18.ฉันดูดี.....	.5014*	.6008*
19.ฉันสามารถพูด.....	.4323*	.3305*
20.ครอบครัวของฉัน.....	.7012*	.2429*
21.คนส่วนใหญ่.....	.5033*	.1980*
22.ฉันรู้สึกว่าครอบครัว.....	.3127*	.2449*
23.ฉันมักจะท้อแท้.....	.6135*	.4297*
24.ฉันไม่ชอบตัวเอง.....	.5726*	.3572*
25.ฉันไม่สามารถ.....	.5942*	.3204*
ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายใน (Cronbach Alpha)	0.86	0.80

หมายเหตุ * $p < .05$

2. มาตรฐานบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Trait Anxiety or A-Trait)

มาตรวัดนี้เป็นมาตรฐานบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลที่เป็นลักษณะประจำตัวของบุคคลของ Spielberger (1983) ซึ่งแปลเป็นภาษาไทยโดย ดารารวรรณ ต๊ะปิ่นตา (2535) มีลักษณะเป็นแบบประเมินค่า Rating scale 4 ระดับ จำนวน 20 ข้อ ซึ่งเป็นข้อกระทงทางบวก 9 ข้อและทางลบ 11 ข้อ

การรายงานคุณภาพของมาตรวัด

2.1 มาตรวัดความวิตกกังวลตามแนวคิดของ Spielberger (1983) (State-Trait Anxiety Inventory Form Y: STAI Form Y) สร้างขึ้นโดย Spielberger และคณะในปี 1977 และพัฒนาใหม่ในปี 1983 โดยมีแนวคิดพื้นฐานที่ให้ความสนใจต่อสิ่งเร้าที่มากระทบต่อกระบวนการทางปัญญา ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในกระบวนการทางปัญญา และแสดงออกทางพฤติกรรม ลักษณะของมาตรวัดมีลักษณะเป็นข้อกระทงที่มีคำตอบให้เลือก เพื่อจะประเมินความวิตกกังวลด้วยตนเอง มีทั้งข้อกระทงที่มีลักษณะทางบวกและลบ และคำตอบเป็นมาตรประมาณค่า 4 ระดับ มีข้อกระทงทั้งสิ้น 40 ข้อแบ่งออกเป็น 2 ส่วนคือ

2.1.1 STAI Form Y-1 เป็นแบบประเมิน A-State หรือความวิตกกังวลต่อ

สถานการณ์เฉพาะเป็นความวิตกกังวลในขณะเผชิญสถานการณ์ มีจำนวนทั้งหมด 20 ข้อ ได้แก่ ข้อ 1 – 20 ระดับที่ใช้ประเมินความวิตกกังวลมี 4 ระดับคือ ไม่เห็นด้วย เห็นด้วยเล็กน้อย เห็นด้วยปานกลางและเห็นด้วยอย่างยิ่ง

2.1.2 STAI Form Y-2 เป็นแบบประเมิน A-Trait หรือความวิตกกังวลของตนเอง

ทุกๆไป มีจำนวน 20 ข้อ ได้แก่ ข้อ 20 – 40 ระดับที่ใช้ประเมินความวิตกกังวลมี 4 ระดับ ตั้งแต่ เกือบจะไม่เคยเกิด เกิดเป็นบางครั้ง เกิดบ่อยครั้ง และเกิดเกือบตลอดเวลา แต่เดิมนั้นข้อคำถามบางข้อของ STAI Form Y-1 และ STAI Form Y-2 จะเหมือนกันโดย Spielberger (1983) ให้เหตุผลว่าการแสดงออกถึงความวิตกกังวลทั้งแบบปกติ (A-trait) หรือ สภาวะได้ตอบต่อสถานการณ์เฉพาะ (A-state) มีลักษณะคล้ายกันต่อมา Spielberger (1983) ได้พบว่าความวิตกกังวลทั้งสองแบบมีลักษณะที่แตกต่างกันอยู่ จึงปรับมาตรวัดใหม่โดยข้อคำถามของ STAI Form Y-2 จะเลือกเฉพาะที่มีลักษณะค่อนข้างสม่ำเสมอ ในระยะเวลาหนึ่งและไม่ได้ถูกรบกวนจากสภาพการณ์ที่เปลี่ยนแปลงไป ส่วน STAI Form Y-1 จะเลือกข้อคำถามที่มีลักษณะความวิตกกังวลเปลี่ยนแปลงไปตามสถานการณ์ ดังนั้นจึงมีข้อที่เป็นลักษณะความวิตกกังวลที่พบทั้งสองลักษณะซึ่งข้อคำถามของ STAI จะไม่มีลักษณะการตัดสินว่าถูกหรือผิด ผู้ตอบ

คำถามจะต้องไม่ใช้เวลานานเกินไปในการเลือกตัดสินใจตอบในแต่ละข้อจึงจะเป็นการประเมินที่ตรงกับภาวะจริงมากที่สุด

2.1.3 Spielberger (1983) ได้ตรวจสอบคุณภาพมาตรวัด STAI Form Y กับกลุ่มตัวอย่างที่เป็น นักเรียน นักศึกษามหาวิทยาลัย รวมทั้งบุคคลที่มีระดับ การศึกษาน้อยและผู้มีปัญหาทางด้านอารมณ์ อายุตั้ง 19 – 39 ปี โดยการ ทดสอบซ้ำ 2 ครั้งระยะเวลาทดสอบห่างกัน 30 วันและ 60 วัน และรายงาน ค่าความเที่ยง (Reliability) ของแบบวัดมีค่าเท่ากับ .65 และ .77 ตามลำดับ และรายงานค่าความสอดคล้องภายใน (Cronbach alpha) เท่ากับ .90 - .92 มาตรวัดของ Spielberger (1983) นี้เป็นที่ยอมรับและนิยมใช้กันแพร่หลาย มากเนื่องจากไม่ค่อยพบปัญหาในเรื่องการใช้มาตรวัดข้ามวัฒนธรรม

2.2 มาตรวัดความวิตกกังวล STAT From Y (State-Trait Anxiety Inventory From Y) ตามแนวคิดของ Spielberger (1983) ที่แปลโดย ดารารวรรณ ตีะปินตา (2535) ผ่าน การตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity)และความถูกต้องของการ แปลมาตรวัดโดยผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่านตรวจสอบและผ่านการตรวจสอบคุณภาพของ มาตรวัดกับพยาบาลที่ดูแลผู้ป่วยโรคเอดส์ ในโรงพยาบาลนครพิงค์ จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 86 คน โดยผ่านขั้นตอนการแปลเป็นภาษาไทยทั้ง forward translation และ backward translation โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิซึ่งเป็นผู้เชี่ยวชาญด้านภาษาและ จิตวิทยา และมีการปรับแก้ภาษาในข้อกระทงรวมทั้งมีการตรวจสอบค่าสัมประสิทธิ์ สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆในมาตรวัด (Corrected Item-Total Correlation) ถึง 3 ขั้นตอนจนได้ มาตรวัดที่เป็นที่เชื่อถือได้ และรายงานค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายใน (Cronbach alpha) เท่ากับ .90

ในงานวิจัยนี้ผู้วิจัยนำมาตรวัดความวิตกกังวลเฉพาะมาตรวัดแบบ trait หรือ STAI Form Y-2 ของ Spielberger ที่แปลโดย ดารารวรรณ ตีะปินตา (2535) จำนวน 20 ข้อ ไปทดสอบคุณภาพกับกลุ่มตัวอย่างนิสิตจุฬาลงกรณ์ 81คน โดยมีการแก้ไข ดัดแปลงสำนวนภาษาเพียงเล็กน้อยเพื่อให้ข้อกระทงชัดเจนและเข้าใจได้ง่ายขึ้นโดย ไม่ได้เปลี่ยนแปลงความหมายหลักและไม่มีการลดหรือเพิ่มจำนวนข้อคำถามแต่ อย่างใดและผู้วิจัยรายงานค่าความสอดคล้องภายใน (Cronbach alpha) และ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆใน มาตรวัด (Corrected Item-Total Correlation)เมื่อได้ทดสอบกับกลุ่มตัวอย่างแล้ว (ดูรายละเอียดตาราง2) เพื่อที่จะเป็นการรายงานคุณภาพของมาตรวัดและเป็น ประโยชน์สำหรับผู้สนใจนำมาตรวัดนี้ไปใช้ก่อให้เกิดประโยชน์ต่อไป

2.3 เกณฑ์การให้คะแนน

มาตรวัดบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล ที่เป็นลักษณะประจำตัวของบุคคล (A-Trait) ของ Spielberg (1983) ซึ่งแปลเป็นภาษาไทยโดย ดารารวรรณ ต๊ะปิ่นตา (2535) มีลักษณะการตอบเป็นมาตร Rating Scale 4 ระดับ จำนวน 20 ข้อ โดยแบ่งการให้คะแนนข้อกระทงออกเป็น 2 แบบ ดังต่อไปนี้

- ข้อกระทงทางบวก จำนวน 9 ข้อ ได้แก่ ข้อ 21, 23, 26, 27, 30, 33, 34, 36, 39
- ข้อกระทงทางลบ จำนวน 11 ข้อ ได้แก่ ข้อ 22, 24, 25, 28, 29, 31, 32, 35, 37, 38 และ 40

ระดับความคิดเห็น	ข้อความทางบวก (คะแนน)	ข้อความทางลบ (คะแนน)
แทบจะไม่เคยเลย	4	1
บางครั้ง	3	2
บ่อยครั้ง	2	3
เกือบตลอดเวลา	1	4

2.4 การแปลผลคะแนน

ในการแปลผลตามคู่มือ State-Trait Anxiety Inventory Form Y ของ Spielberg (1983 อ้างใน ดารารวรรณ ต๊ะปิ่นตา, 2535) มีรูปแบบการคิดคะแนน ดังนี้

คะแนนดิบ (Raw score) คือ คะแนนที่ได้ทั้งหมดจากการตอบคำถามทุกข้อนำมา รวมกัน ซึ่งคะแนนดิบสูงสุดที่จะเป็นไปได้คือ 80 คะแนน

คะแนนรวม (Total score) คือ คะแนนรวมสูงสุดที่จะเป็นไปได้คือ 80 คะแนน

เกณฑ์การแปลผลเชิงคุณภาพ (Spielberger, 1983 อ้างใน ดารารวรรณ ต๊ะปิ่นตา, 2535)

คะแนนรวมที่อยู่ระหว่าง 20 – 39 คะแนน แสดงว่ามีบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลต่ำ

คะแนนรวมที่อยู่ระหว่าง 40 – 59 คะแนน แสดงว่ามีบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลปานกลาง

คะแนนรวมที่อยู่ระหว่าง 60 – 80 คะแนน แสดงว่ามีบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลสูง

ในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยใช้คะแนนดิบ (Raw score) ในการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ เท่านั้น และไม่มีการแปลความหมายของคะแนนในเชิงคุณภาพแต่อย่างใด

ตาราง 2 ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายใน (Cronbach Alpha) และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น (Corrected Item-Total Correlation: CITC) ของแบบประเมินบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (STAI Form Y-2)

ข้อกระทง	ค่า CITC ตารางวรรณ ตีะปินตา (2535) (N = 86)	ค่า CITC ในงานวิจัยนี้ (N = 81)
1.ฉันรู้สึก.....	.5874*	.5404*
2.ฉันรู้สึกกระวนกระวาย.....	.6569*	.6705*
3.ฉันรู้สึกพอใจ.....	.5445*	.5482*
4.ฉันอยาก.....	.4151*	.3137*
5.ฉันรู้สึกว่าตนเอง.....	.5027*	.4680*
6.ฉันรู้สึก.....	.5971*	.5300*
7.ฉันเป็นคน.....	.3012*	.3010*
8.ฉันรู้สึกว่าปัญหา.....	.6083*	.6084*
9.ฉันกังวล.....	.5849*	.5417*
10.ฉันมี.....	.6622*	.6293*
11.ฉันมีความคิด.....	.5408*	.5309*
12.ฉันขาดความมั่นใจ.....	.3597*	.3214*
13.ฉันรู้สึกมั่นคง.....	.5305*	.4685*
14.ฉันตัดสินใจ.....	.3619*	.3285*
15.ฉันรู้สึกไร้.....	.5889*	.5637*
16.ฉันพอใจ.....	.5495*	.4864*
17.ความคิดจริงจัง.....	.6986*	.6591*
18.ฉันจริงจังมาก.....	.6125*	.5984*
19.ฉันเป็นคน.....	.4538*	.3491*
20.เมื่อนึกถึงเรื่อง.....	.5804*	.5712*
ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายใน (Cronbach Alpha)	0.90	0.88

หมายเหตุ * $p < .05$

3. มาตรการวัดการมองโลกในแง่ดี (Optimism)

มาตรการวัดนี้เป็นมาตรการวัดการมองโลกในแง่ดี (The Revised Life Orientation Test) ของ Schiere & Carver (1994) มีจำนวน 10 ข้อ ลักษณะเป็นมาตราประเมินค่า Rating scale 4 ระดับ ผู้วิจัยได้รับอนุญาตจาก Mr.Schiere & Mr.Carver ให้แปลมาตรการวัดจากต้นฉบับภาษาอังกฤษของ Schiere & Carver (1994) ตามขั้นตอนของการแปลแบบประเมินทั้ง forward translation และ backward translation อย่างครบถ้วนโดยไม่มีการแก้ไขตัดแปลงข้อความและไม่มีการลดหรือเพิ่มจำนวนข้อคำถามแต่อย่างใด

การรายงานคุณภาพของมาตรการวัด

3.1 มาตรการวัดการมองโลกในแง่ดี (The Revised Life Orientation Test :R-LOT) ของ Schiere, Carver, & Bridges (1994) สร้างขึ้นโดย Schiere & Carver ในปี 1985 และพัฒนาใหม่ในปี 1994 โดยมีแนวคิดพื้นฐานที่ให้ความสนใจต่อการที่บุคคลคาดหวังเรื่องต่างๆไปในทางที่ดีเมื่อต้องเผชิญกับปัญหาที่ผ่านเข้ามาในชีวิต มาตรการวัดนี้จะประกอบด้วยข้อกระทงโดยมีจำนวน 10 ข้อ ประกอบด้วยข้อกระทงที่มีความหมายในทางบวก (Positive Items) และข้อกระทงที่มีความหมายในทางลบ (Negative Items) มีจำนวนเท่ากันอย่างละ 3 ข้อ และข้อกระทงลวง (Filler Items) อีกจำนวน 4 ข้อและระดับที่ใช้ประเมินการมองโลกในแง่ดีมี 5 ระดับ Schiere & Carver & Bridges ได้ทำการตรวจสอบคุณภาพมาตรการวัดกับกลุ่มตัวอย่างนักศึกษา มหาวิทยาลัย Carnegie Mellon จำนวน 2,055 คน และรายงานค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายใน (Cronbach alpha) ของมาตรการวัดเท่ากับ .78 และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆในมาตรการวัด (Corrected Item-Total Correlation) มีค่าอยู่ระหว่าง .43 - .63 ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05

3.2 ขั้นตอนการแปลมาตรการวัด

3.2.1 ผู้วิจัยนำมาตรการวัดมาแปลเป็นภาษาไทยและนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิทางจิตวิทยา และภาษาจำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบความถูกต้องของการแปลและความชัดเจนของภาษาและปรับปรุงจนข้อความในมาตรการวัดเป็นที่เห็นพ้องตรงกันทุกท่าน

3.2.2 นำมาตรการวัดที่ผ่านขั้นตอน3.2.1 ไปให้บัณฑิตที่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 10 คน ทดลองทำแบบสอบถามเพื่อตรวจสอบความเข้าใจ ภาษาและสำนวนที่ใช้แล้วจึงปรับแก้สำนวนภาษาเพื่อให้เข้าใจชัดเจนขึ้น

3.2.3 นำมาตรวัดที่ผ่านขั้นตอน 3.2.2 ที่ปรับแก้สำนวนภาษาแล้วไปเก็บข้อมูลกับกลุ่มทดสอบที่เป็นนิสิตจำนวน 81 คนและไม่ใช้กลุ่มตัวอย่างและวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ ในมาตรวัด (Corrected Item-Total Correlation) โดยพบว่าทุกข้อผ่านเกณฑ์ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติระดับ.05และมีค่าความสอดคล้องภายใน (Cronbach alpha) ทั้งฉบับเท่ากับ .70 (ดูรายละเอียดตาราง 3)

ตาราง 3 ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายใน (Cronbach Alpha) และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ (Corrected Item-Total Correlation: CITC) ของมาตรวัดการมองโลกในแง่ดี (The Revised Life Orientation Test: R-LOT)

ข้อกระทง	ค่า CITC (Schiere & Carver, 1994) (N = 2,055)	ค่า CITC ในงานวิจัยนี้ (N = 81)
1. เวลาที่ฉันไม่แน่ใจ.....	.43*	.44*
2. เป็นเรื่องง่าย.....	-	-
3. ถ้ามีความเสี่ยงว่า.....	.48*	.40*
4. ฉันนึกถึงอนาคต.....	.50*	.45*
5. ฉันสนุกมาก.....	-	-
6. ฉันต้องคอยหา.....	-	-
7. ฉันแทบจะไม่เคย.....	.63*	.39*
8. ฉันไม่ใช่.....	-	-
9. ฉันแทบจะ.....	.57*	.46*
10. โดยรวมแล้ว ฉันคาดหวัง.....	.56*	.46*
ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายใน (Cronbach Alpha)	0.78	0.70

หมายเหตุ * $p < .05$

3.3 เกณฑ์การให้คะแนน

มาตรวัดการมองโลกในแง่ดีเป็นมาตรวัด แบบ Rating scale 5 ระดับ และในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ใช้ลักษณะการตอบและเกณฑ์ในการให้คะแนนตามเกณฑ์ของ Schiere & Carver (1994) จำนวน 10 ข้อ ดังนี้

- ข้อความที่มีความหมายในทางบวกมีจำนวน 3 ข้อ คือ ข้อ 1, 4 และ 10
- ข้อความที่มีความหมายในทางลบ มีจำนวน 3 ข้อ คือ ข้อ 3, 7 และ 9
- ข้อความลวงที่ไม่นำมาคิดคะแนน มีจำนวน 4 ข้อ คือ ข้อ 2, 5, 6 และ 8

ระดับความคิดเห็น	ข้อความทางบวก (คะแนน)	ข้อความทางลบ (คะแนน)
ไม่ตรงเลย	0	4
ค่อนข้างไม่ตรง	1	3
ตรงและไม่ตรงพอๆกัน	2	2
ค่อนข้างตรง	3	1
ตรงที่สุด	4	0

3.4 การแปลผลคะแนน

ในการแปลผลตาม Schiere & Carver (1994) มีรูปแบบการคิดคะแนนดังนี้ คะแนนดิบ (Raw score) คือ คะแนนที่ได้ทั้งหมดจากการตอบคำถามทุกข้อนำมา รวมกัน ซึ่งคะแนนดิบสูงสุดที่จะเป็นไปได้คือ 24 คะแนน

คะแนนรวม (Total score) คือ คะแนนรวมสูงสุดที่จะเป็นไปได้คือ 24 คะแนน

เกณฑ์การแปลผลเชิงคุณภาพ ตาม Schiere & Carver (1994)

คะแนนรวมการมองโลกในแง่ดีสูงแสดงว่ามีการมองโลกในแง่ดีสูง

คะแนนรวมการมองโลกในแง่ดีต่ำแสดงว่ามีการมองโลกในแง่ดีต่ำ

ในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยใช้คะแนนดิบ (Raw score) ในการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ เท่านั้น และไม่มีการแปลความหมายของคะแนนในเชิงคุณภาพแต่อย่างใด

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โดยมีขั้นตอนดำเนินการดังนี้

1. จัดเตรียมเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบสอบถามจำนวน 1 ฉบับ ประกอบด้วย 4 ชุดย่อย
 - ชุดที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปส่วนบุคคล ประกอบด้วยคำถามเกี่ยวกับ เพศ อายุ คณะ ชั้นปี
 - ชุดที่ 2 แบบสอบถามการมองโลกในแง่ดี จำนวน 10 ข้อ
 - ชุดที่ 3 แบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเอง จำนวน 25 ข้อ
 - ชุดที่ 4 แบบสอบถามบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล จำนวน 20 ข้อ
2. ผู้วิจัยเก็บข้อมูลจากนิสิตโดยแจกแบบสอบถามด้วยตนเองและตรวจสอบความครบถ้วนของข้อมูล ในงานวิจัยนี้ได้แบบสอบถามที่มีข้อมูลการตอบครบถ้วน สมบูรณ์จำนวน 400 ฉบับ ผู้วิจัยต้องเก็บข้อมูลของนิสิตทั้งสิ้น 430 คน คิดเป็นสัดส่วนของแบบสอบถามที่สมบูรณ์เป็นร้อยละ 93.02

บทที่ 3

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยขอเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลออกไปเป็น 3 ตอน ได้แก่

ตอนที่ 1 ข้อมูลสถิติพื้นฐานของตัวแปรทั้งหมด ประกอบไปด้วย

- 1.1 ลักษณะข้อมูลส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ อายุ คณะ และชั้นปี
- 1.2 ตัวแปรการเห็นคุณค่าในตนเอง การมองโลกในแง่ดี และบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลและวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรดังกล่าวด้วยการหาสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบ Pearson (Pearson's Product-Moment Correlation Coefficient)

ตอนที่ 2 แนวทางการทดสอบสมมติฐานตัวแปรสื่อแบบกำกับมีขั้นตอนการทดสอบ 2 รูปแบบ ดังนี้

- 2.1 ทดสอบตัวแปรสื่อ โดยการวิเคราะห์ความถดถอยตามหลักการของ Baron & Kenny (1986) วิเคราะห์การถดถอยและถดถอยพหุคูณ ระหว่างตัวแปรดังนี้
 - 2.1.1 วิเคราะห์การถดถอยระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (*ตัวแปรต้น*) กับการมองโลกในแง่ดี (*ตัวแปรสื่อ*)
 - 2.1.2 วิเคราะห์การถดถอยระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (*ตัวแปรต้น*) กับการเห็นคุณค่าในตนเอง (*ตัวแปรตาม*)
 - 2.1.3 วิเคราะห์การถดถอยพหุคูณระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (*ตัวแปรต้น*) และการมองโลกในแง่ดี (*ตัวแปรสื่อ*) กับการเห็นคุณค่าในตนเอง (*ตัวแปรตาม*)
 - 2.1.4 วิเคราะห์ตัวแปรสื่อจากสูตรของ Sobel (1982)
- 2.2 ทดสอบตัวแปรกำกับ โดยการวิเคราะห์ความถดถอยตามหลักการของ Baron & Kenny (1986) วิเคราะห์การถดถอยพหุคูณและวิเคราะห์การถดถอยพหุเชิงชั้นระหว่างตัวแปร ดังนี้
 - 2.2.1 วิเคราะห์การถดถอยพหุคูณระหว่างการมองโลกในแง่ดี (*ตัวแปรต้น*) และบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (*ตัวแปรกำกับ*) กับการเห็นคุณค่าในตนเอง (*ตัวแปรตาม*)

- 2.2.2 วิเคราะห์การถดถอยพหุเชิงซ้อนระหว่างการเมืองโลกในแง่ดี (ตัวแปรต้น) บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (ตัวแปรกำกับ) และปฏิสัมพันธ์ระหว่างการเมืองโลกในแง่ดี X บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (ตัวแปรต้น X ตัวแปรกำกับ) เพื่อทำนายการเห็นคุณค่าในตนเอง (ตัวแปรตาม) ตามหลักการของ Baron & Kenny (1986)

ตอนที่ 3 ผลการทดสอบสมมติฐาน

- 3.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐานในกลุ่มนิสิตโดยรวม
 3.1.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐานในกลุ่มนิสิตชาย
 3.1.2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐานในกลุ่มนิสิตหญิง

ตอนที่ 1 ข้อมูลสถิติพื้นฐานของตัวแปร

- 1.1 ลักษณะข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ เพศ อายุ คณะ และชั้นปี จากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 400 คน (ดูรายละเอียดตาราง 4)

ตาราง 4 ผลการวิเคราะห์ร้อยละของข้อมูลกลุ่มตัวอย่าง ($N = 400$)

ข้อมูลส่วนบุคคล		ชาย	หญิง	รวม
เพศ		200	200	400
อายุ	17 ปี	-	1	1
	18 ปี	31	44	75
	19 ปี	76	75	151
	20 ปี	43	41	84
	21 ปี	28	26	54
	22 ปี	18	11	29
	23 ปี	3	1	4
	24 ปี	1	1	2

ตาราง 4 (ต่อ)

ข้อมูลส่วนบุคคล		ชาย	หญิง	รวม
คณะ	ครุศาสตร์	1	9	10
	จิตวิทยา	5	2	7
	ทันตแพทยศาสตร์	5	-	5
	นิติศาสตร์	2	3	5
	นิเทศศาสตร์	8	19	27
	พาณิชยศาสตร์และการบัญชี	17	51	68
	แพทยศาสตร์	3	1	4
	เภสัชศาสตร์	4	8	12
	รัฐศาสตร์	13	-	13
	วิทยาศาสตร์	28	48	76
	วิทยาศาสตร์การกีฬา	1	-	1
	วิศวกรรมศาสตร์	63	8	71
	ศิลปกรรมศาสตร์	5	6	11
	เศรษฐศาสตร์	34	27	61
	สถาปัตยกรรมศาสตร์	3	6	9
	สหเวชศาสตร์	3	5	8
	สัตวแพทยศาสตร์	3	7	10
	อักษรศาสตร์	2	-	2
	ชั้นปี	ปีที่1	81	111
ปีที่2		55	46	101
ปีที่3		39	26	65
ปีที่4		25	17	42

จากข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยนี้อยู่ในช่วงอายุ 17 – 24 ปี แบ่งเป็นนิสิตชายจำนวน 200 คนและนิสิตหญิง จำนวน 200 คน กำลังศึกษาในระดับปริญญาตรี ตั้งแต่ในชั้นปีที่ 1 ถึง ปีที่ 4 จากคณะต่างๆ ในปีการศึกษา 2550 โดยส่วนใหญ่แล้วอยู่ในระดับชั้นปีที่1และปีที่ 2

1.2. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นโดยใช้สถิติเชิงพรรณนาหาค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแสดงได้ดังตาราง 5 เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ย (M) ของการเห็นคุณค่าในตนเอง การมองโลกในแง่ดี บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลของนิสิตโดยรวม นิสิตชาย และนิสิตหญิง พบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 19.00 ($SD = 3.22$), 18.87 ($SD = 3.29$) และ 19.10 ($SD = 3.16$) ตามลำดับ การมองโลกในแง่ดีมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 15.95 ($SD = 2.87$), 15.83 ($SD = 2.91$) และ 16.00 ($SD = 2.83$) ตามลำดับ และบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 40.28 ($SD = 6.80$), 40.26 ($SD = 7.14$) และ 40.20 ($SD = 6.45$) ตามลำดับ

เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเอง การมองโลกในแง่ดี และบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลในกลุ่มนิสิตชาย นิสิตหญิง และโดยรวม พบว่ามีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทุกคู่ที่ระดับ .05 ดังในตาราง 5 โดยที่การเห็นคุณค่าในตนเองกับบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมีความสัมพันธ์กันในทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติทั้งในกลุ่มนิสิตโดยรวม นิสิตชาย และนิสิตหญิง ($r = -.69, -.68$ และ $-.71$ ตามลำดับ, $p < .05$) และความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองกับการมองโลกในแง่ดี มีความสัมพันธ์กันในทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติทั้งในกลุ่มนิสิตโดยรวม นิสิตชาย และนิสิตหญิง ($r = .71, .70$ และ $.72$ ตามลำดับ, $p < .05$) และความสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดีกับบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมีความสัมพันธ์กันในทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติทั้งในกลุ่มนิสิตโดยรวม นิสิตชาย และนิสิตหญิง ($r = -.64, -.63$ และ $-.64$ ตามลำดับ, $p < .05$)

ตารางที่ 5 ผลการวิเคราะห์แสดงสถิติเชิงพรรณนา ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เมตริกซ์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบ Pearson ระหว่างตัวแปรในกลุ่มนิสิตชาย นิสิตหญิง และโดยรวม

ตัวแปร	นิสิตโดยรวม (N=400)			นิสิตชาย (n=200)			นิสิตหญิง (n=200)								
	M	SD	1	2	3	M	SD	1	2	3	M	SD	1	2	3
	1.การเห็นคุณค่าในตนเอง	19.00	3.22	(.80)			18.87	3.29	(.80)			19.13	3.16	(.80)	
2.บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล	40.28	6.80	-.69*	(.88)		40.26	7.14	-.68*	(.88)		40.29	6.45	-.71*	(.88)	
3.การมองโลกในแง่ดี	15.95	2.87	.71*	-.64*	(.70)	15.83	2.91	.70*	-.63*	(.70)	16.07	2.83	.72*	-.64*	(.70)

*p < .05

หมายเหตุ : ตัวเลขในวงเล็บแนวเส้นทแยงมุม คือ ค่าสัมประสิทธิ์ครอนบาคแอลฟาเป็นสัมประสิทธิ์ความเที่ยงของมาตรวัดคำนวณด้วยวิธีความสอดคล้องภายใน (Internal Consistency)

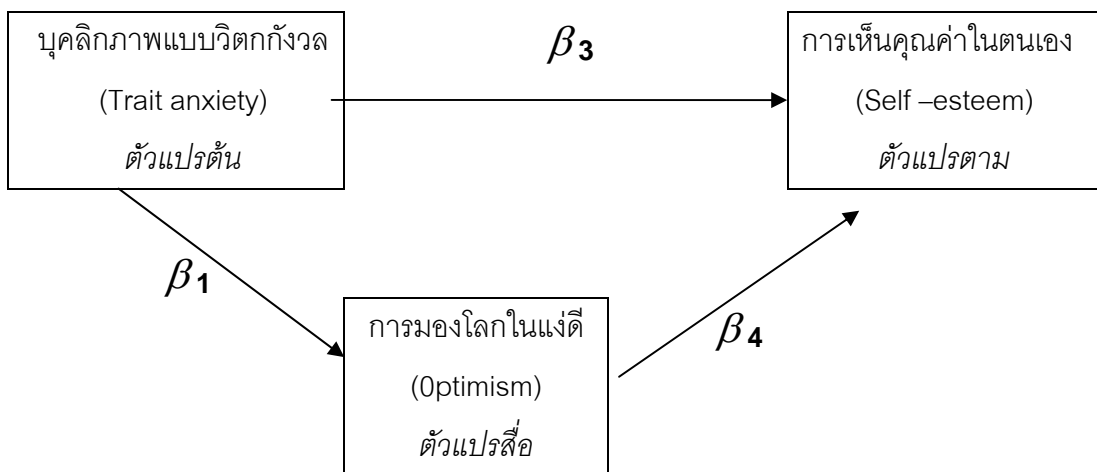
- 1) บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล มีคะแนน ตั้งแต่ 1 – 4 ได้แก่ แทบจะไม่เคยเลย (1 คะแนน) บางครั้ง (2 คะแนน) บ่อยครั้ง (3 คะแนน) เกือบตลอดเวลา (4 คะแนน) โดยมีคะแนนเต็มเท่ากับ 80 คะแนน
- 2) การมองโลกในแง่ดี มีคะแนน ตั้งแต่ 0 – 4 ได้แก่ ไม่ตรงเลย (0 คะแนน) ค่อนข้างไม่ตรง (1 คะแนน) ตรงและไม่ตรงพอๆกัน (2 คะแนน) ค่อนข้างตรง (3 คะแนน) ตรงที่สุด (4 คะแนน) โดยมีคะแนนเต็มเท่ากับ 24 คะแนน
- 3) การเห็นคุณค่าในตนเอง มีคะแนน ตั้งแต่ 0 – 1 ได้แก่ ใช่ (1 คะแนน) ไม่ใช่ (0 คะแนน) โดยมีคะแนนเต็มเท่ากับ 25 คะแนน

ตอนที่ 2 แนวทางการทดสอบสมมติฐานการวิจัย

การทดสอบตามสมมติฐานในการวิจัยครั้งนี้ จะเป็นการทดสอบสมมติฐานว่าบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองโดยมีการมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรสื่อที่เปลี่ยนแปลงตามระดับบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Moderated Mediation) โดยมีขั้นตอนการทดสอบ 2 รูปแบบดังนี้ คือ การทดสอบโมเดลตัวแปรสื่อ (Mediator) และการทดสอบโมเดลตัวแปรกำกับ (Moderator)

2.1 แนวทางการทดสอบตัวแปรสื่อ (Mediator) ในการวิจัยนี้เสนอสมมติฐานโมเดลความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Trait anxiety) (ตัวแปรต้น) ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self –Esteem) (ตัวแปรตาม) โดยมีการมองโลกในแง่ดี (Optimism) เป็นตัวแปรสื่อ แสดงนำเสนอในแผนภาพ 5

สมมติฐานโมเดลตัวแปรสื่อ (Mediator)

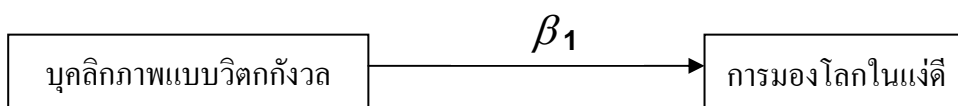


แผนภาพ 5 โมเดลทดสอบตัวแปรสื่อ ในงานวิจัยนี้

แนวทางการทดสอบตัวแปรสี่ตามหลักการของ Baron & Kenny (1986) แบ่งการวิเคราะห์เป็น 4 ขั้นตอนและรายงานตามแนวทางของ จูนิวาร์ตน์ (2550) มีหลักการทดสอบตัวแปรสี่ดังนี้

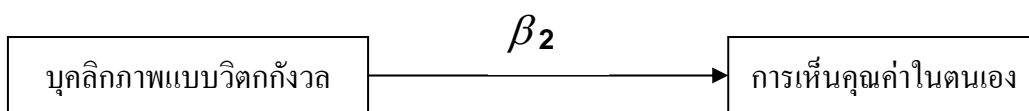
2.1.1 วิเคราะห์การถดถอยอย่างง่าย (Simple Regression analysis) ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (*ตัวแปรต้น*) กับ การมองโลกในแง่ดี (*ตัวแปรสี่*)

แนวทางทดสอบในขั้นนี้ คือ ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน (β_1) ของบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี**ต้องมีนัยสำคัญทางสถิติ**

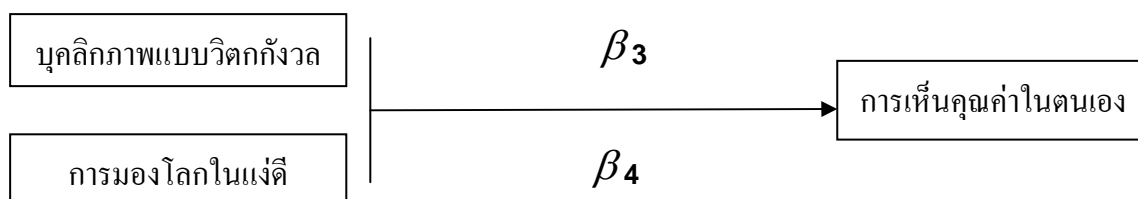


2.1.2 วิเคราะห์การถดถอยอย่างง่าย (Simple Regression analysis) ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (*ตัวแปรต้น*) กับ การเห็นคุณค่าในตนเอง (*ตัวแปรตาม*)

แนวทางทดสอบในขั้นนี้ คือ ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน (β_2) ของบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลที่ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง**ต้องมีนัยสำคัญทางสถิติ**



2.1.3 วิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression analysis) ระหว่างความวิตกกังวล (*ตัวแปรต้น*) กับ การมองโลกในแง่ดี (*ตัวแปรสี่*) และการเห็นคุณค่าในตนเอง (*ตัวแปรตาม*)



แนวทางทดสอบในขั้นนี้ได้จากค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานของบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (β_3) และค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานของการมองโลกในแง่ดี (β_4) ที่ได้จากการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ โดยใช้เกณฑ์ดังต่อไปนี้

เกณฑ์การทดสอบตัวแปรสื่อ	ค่า β_3	ค่า β_4
การมองโลกในแง่ดี <u>ไม่</u> เป็นตัวแปรสื่อ	-	<u>ไม่มี</u> นัยสำคัญทางสถิติ
การมองโลกในแง่ดี <u>เป็น</u> ตัวแปรสื่อแบบบางส่วน	มีนัยสำคัญทางสถิติ	มีนัยสำคัญทางสถิติ
การมองโลกในแง่ดี <u>เป็น</u> ตัวแปรสื่อแบบสมบูรณ์	<u>ไม่มี</u> นัยสำคัญทางสถิติ	มีนัยสำคัญทางสถิติ

นั่นคือ

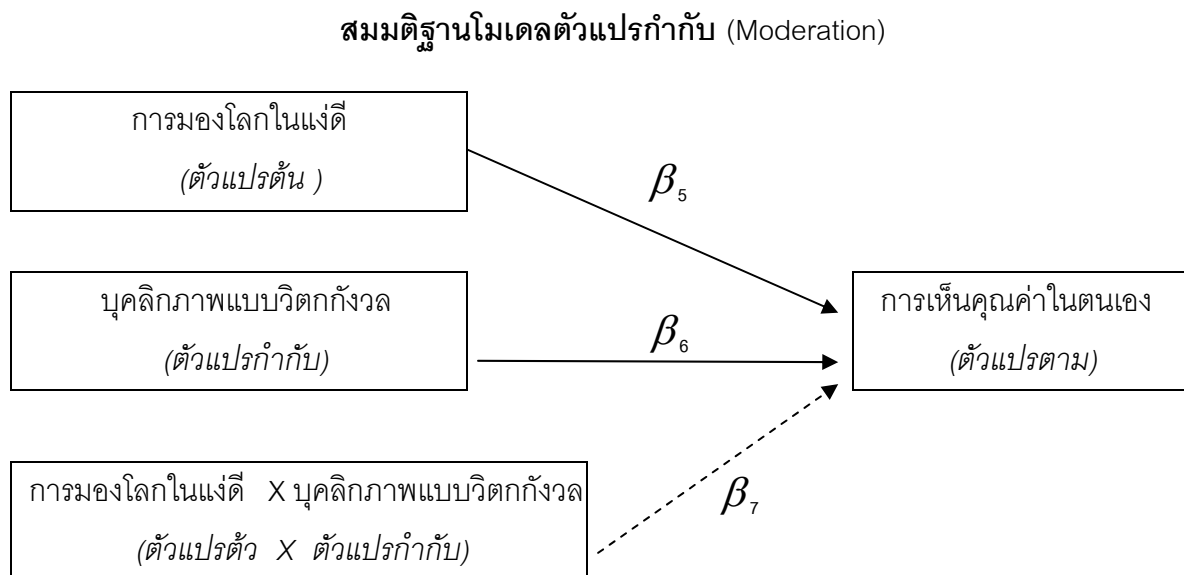
2.1.3.1 การมองโลกในแง่ดีไม่เป็นตัวแปรสื่อ เมื่อค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานของการมองโลกในแง่ดี (ตัวแปรสื่อ) (β_4) ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

2.1.3.2 การมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรสื่อแบบบางส่วน เมื่อค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานของบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (ตัวแปรต้น) (β_3) และค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานของการมองโลกในแง่ดี (ตัวแปรสื่อ) (β_4) มีนัยสำคัญทางสถิติทั้งคู่

2.1.3.3. การมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรสื่อแบบสมบูรณ์ เมื่อค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานของความวิตกกังวล (ตัวแปรต้น) (β_3) ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ และค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานของการมองโลกในแง่ดี (ตัวแปรสื่อ) (β_4) มีนัยสำคัญทางสถิติ

2.1.4. การทดสอบของ Sobel (1982) ใช้ค่าสถิติ Z เพื่อยืนยันว่าการมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรสื่อ แนวทางการทดสอบในขั้นนี้ได้ค่า Z ต้องมีนัยสำคัญทางสถิติ จึงสรุปได้ว่าการมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรสื่อ แต่จะเป็นสื่อสมบูรณ์หรือสื่อบางส่วนให้พิจารณาจากเกณฑ์การทดสอบตัวแปรสื่อเบื้องต้นในขั้นตอนที่ 2.1.3.1 – 2.1.3.3

2.2 แนวทางการทดสอบตัวแปรกำกับ (Moderator) ในการวิจัยนี้เสนอสมมติฐานโมเดลความสัมพันธ์ระหว่าง การมองโลกในแง่ดี (Optimism) (ตัวแปรต้น) ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-Esteem) (ตัวแปรตาม) โดยมีบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Trait anxiety) เป็นตัวแปรกำกับ ดังที่นำเสนอในแผนภาพ 6



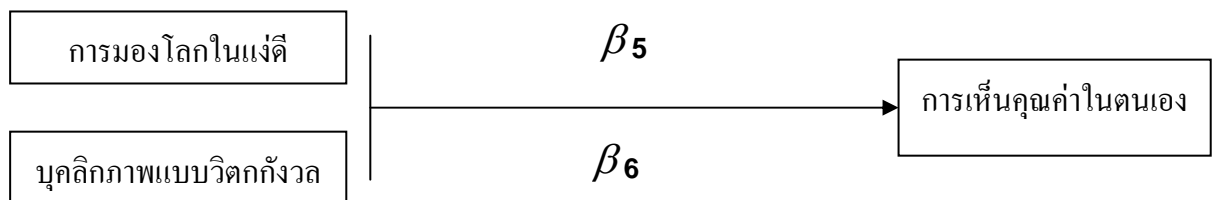
แผนภาพ 6 โมเดลทดสอบตัวแปรกำกับ ในงานวิจัยนี้

จากแผนภาพ 6 ซึ่งแสดงสมมติฐานโมเดลความสัมพันธ์ระหว่าง การมองโลกในแง่ดี (Optimism) (ตัวแปรต้น) ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-esteem) (ตัวแปรตาม) โดยมีบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Trait anxiety) เป็นตัวแปรกำกับ จะเห็นได้ว่าเส้นทางอิทธิพลของตัวแปรต่างๆที่มีต่อตัวแปรตามมี 3 เส้นทาง คือ เส้นทางอิทธิพลจากตัวแปรต้น (β_5) เส้นทางอิทธิพลจากตัวแปรกำกับ (β_6) และเส้นทางอิทธิพลจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้นกับตัวแปรกำกับ (β_7) โดยโมเดลตัวแปรกำกับจะเป็นจริงก็ต่อเมื่อปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้นกับตัวแปรกำกับ คือ β_7 มีอิทธิพลต่อตัวแปรตามอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เมื่อควบคุมตัวแปรต้นและตัวแปรกำกับให้คงที่ (Baron & Kenny, 1986)

ในการวิเคราะห์โมเดลตัวแปรกำกับในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยวิเคราะห์ด้วยการถดถอยพหุเชิงชั้น (Hierarchical Multiple Regression Analysis) เพื่อทดสอบความเป็นตัวแปรกำกับ จากแนวคิดของ Baron & Kenny (1986) โดยกำหนดให้บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลเป็น*ตัวแปรกำกับ* การมองโลกในแง่ดี เป็น*ตัวแปรต้น* และการเห็นคุณค่าในตนเองเป็น*ตัวแปรตาม* ดังแผนภาพ 6

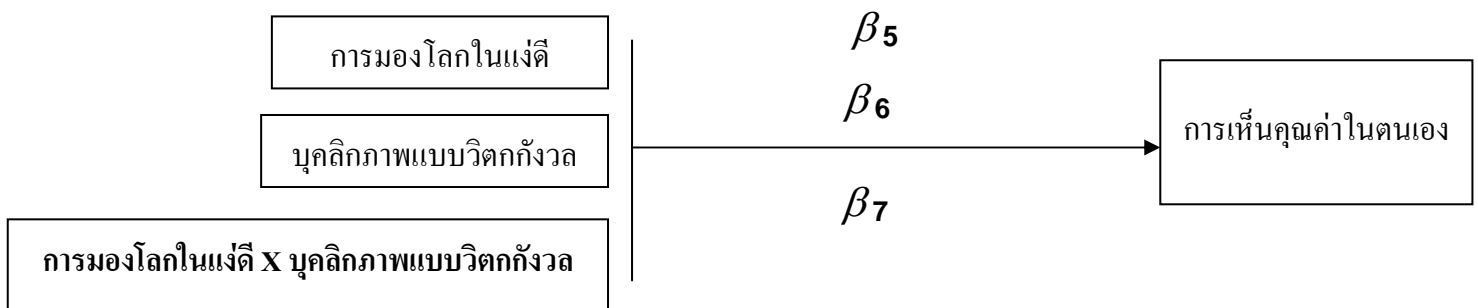
ดังนั้นลำดับการใส่ตัวแปรในการวิเคราะห์ถดถอยพหุเชิงชั้น เพื่อทดสอบความเป็นตัวแปรกำกับตามสมมติฐานการวิจัย จึงเป็นดังนี้

2.2.1 วิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression analysis) ระหว่างการมองโลกในแง่ดี (*ตัวแปรต้น*) กับบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (*ตัวแปรกำกับ*) เพื่อทำนายการเห็นคุณค่าในตนเอง (*ตัวแปรตาม*)



แนวทางทดสอบในขั้นนี้คือ ค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยมาตรฐาน การมองโลกในแง่ดี (*ตัวแปรต้น*) (β_5) และค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานของบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (*ตัวแปรกำกับ*) (β_6) ที่ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง (*ตัวแปรตาม*) **ต้องมีนัยสำคัญทางสถิติ**

2.2.2 วิเคราะห์การถดถอยพหุเชิงชั้น (Hierarchical Multiple Regression Analysis) โดยมีการมองโลกในแง่ดี (*ตัวแปรต้น*) บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (*ตัวแปรกำกับ*) และปฏิสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดี X บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (*ตัวแปรต้น X ตัวแปรกำกับ*) เพื่อทำนายการเห็นคุณค่าในตนเอง (*ตัวแปรตาม*)



แนวทางทดสอบตัวแปรกำกับในขั้นนี้ ดูได้จากค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานของ ปฏิสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดี X บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (*ตัวแปรต้น X ตัวแปรกำกับ*) (β_7) ที่ได้จากการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณเชิงชั้น โดยใช้เกณฑ์ต่อไปนี้

เกณฑ์การทดสอบตัวแปรกำกับ	ค่า β_7
บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล <u>ไม่เป็น</u> ตัวแปรกำกับ	ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ
บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล <u>เป็น</u> ตัวแปรกำกับ	มีนัยสำคัญทางสถิติ

นั่นคือ

1. บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล ไม่เป็นตัวแปรกำกับ เมื่อค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน ปฏิสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดี X บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (β_7) ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ
 2. บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล เป็นตัวแปรกำกับ เมื่อค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน ปฏิสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดี X บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (β_7) มีนัยสำคัญทางสถิติ
- ผังแผนภาพ 6 (Baron and Kenny, 1986)

ตอนที่ 3 ผลการทดสอบสมมติฐานการวิจัย

สมมติฐานในงานวิจัยมี 4 สมมติฐาน คือ

สมมติฐานที่ 1. บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรง**ทางลบ**กับการเห็นคุณค่าในตนเอง วิเคราะห์โดยการวิเคราะห์หาสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงแบบ Pearson (Pearson's Product-Moment Correlation Coefficient)

สมมติฐานที่ 2. บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรง**ทางลบ**กับการมองโลกในแง่ดีวิเคราะห์โดยการวิเคราะห์หาสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงแบบ Pearson (Pearson's Product-Moment Correlation Coefficient)

สมมติฐานที่ 3. การมองโลกในแง่ดีมีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรง**ทางบวก**กับการเห็นคุณค่าในตนเอง วิเคราะห์โดยการวิเคราะห์หาสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงแบบ Pearson (Pearson's Product-Moment Correlation Coefficient)

สมมติฐานที่ 4. บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยมีการมองโลกในแง่ดีเป็น**ตัวแปรสื่อที่เปลี่ยนแปลง**ตามระดับบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล ผู้วิจัยทดสอบโดยวิเคราะห์ 2 ขั้นตอน คือ

ขั้นตอนที่ 1 บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยมีการมองโลกในแง่ดีเป็น**ตัวแปรสื่อ** ทดสอบโดยการวิเคราะห์ตัวแปรสื่อตามหลักการของ Baron and Kenny (1986)

ขั้นตอนที่ 2 บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลเป็น**ตัวแปรกำกับ**ที่มีผลต่อความสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดีส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง ทดสอบโดยการวิเคราะห์ตัวแปรกำกับตามหลักการของ Baron and Kenny (1986)

ผู้วิจัยวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร การเห็นคุณค่าในตนเอง การมองโลกในแง่ดี และบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลดังกล่าวด้วยการหาสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบ Pearson (Pearson's Product-Moment Correlation Coefficient) โดยแบ่งเป็นการวิเคราะห์ในกลุ่มนิสิตโดยรวม นิสิตชาย และนิสิตหญิง ดังที่นำเสนอในตาราง 5 หน้า 63

3.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐานในกลุ่มนิสิตโดยรวม

สมมติฐานที่ 1. บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับการเห็นคุณค่าในตนเอง วิเคราะห์โดยการวิเคราะห์หาสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงแบบ Pearson เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล และการเห็นคุณค่าในตนเองในกลุ่มนิสิตโดยรวม พบว่ามีความสัมพันธ์กันในทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังในตารางที่ 5 ($r = -.64, p < .05$) ดังนั้นจึงสนับสนุนสมมติฐานที่ 1

สมมติฐานที่ 2. บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับการมองโลกในแง่ดี วิเคราะห์โดยการวิเคราะห์หาสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงแบบ Pearson เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่าง บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล และการมองโลกในแง่ดีในกลุ่มนิสิตโดยรวม พบว่ามีความสัมพันธ์กันในทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังในตารางที่ 5 ($r = -.69, p < .05$) ดังนั้นจึงสนับสนุนสมมติฐานที่ 2

สมมติฐานที่ 3. การมองโลกในแง่ดีมีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเอง วิเคราะห์โดยการวิเคราะห์หาสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงแบบ Pearson เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่าง การเห็นคุณค่าในตนเอง และการมองโลกในแง่ดีในกลุ่มนิสิตโดยรวม พบว่ามีความสัมพันธ์กันในทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังในตารางที่ 5 ($r = .71, p < .05$) ดังนั้นจึงสนับสนุนสมมติฐานที่ 3

สมมติฐานที่ 4. บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยมีการมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรสื่อที่เปลี่ยนแปลงตามระดับบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลในกลุ่มนิสิตโดยรวม ผู้วิจัยทดสอบโดยวิเคราะห์ 2 ขั้นตอน คือ

การทดสอบสมมติฐานที่ 4 ขั้นตอนที่ 1 ผู้วิจัยได้ทดสอบโดยการวิเคราะห์ตัวแปรสื่อตามหลักการของ Baron & Kenny (1986) ตามแนวทางที่ได้นำเสนอไว้ในตอนที่ 2 หน้า 65 ตามแนวทางการนำเสนอของ จูริตารัตน์ (2550) ดังสรุปได้ในตาราง 6

ตาราง 6 ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานระหว่างตัวแปรในขั้นตอนการวิเคราะห์ถดถอยอย่างง่ายและวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณตามแนวทางการทดสอบตัวแปรสี่ใน กลุ่มนิสิตโดยรวม ($N = 400$)

วิเคราะห์ถดถอยตัวแปรอิสระแบบ Enter		สัญลักษณ์	ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน β	ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอย B	ค่าคลาดเคลื่อนมาตรฐาน Std. Error
2.1.1 ผลการวิเคราะห์การถดถอยอย่างง่าย (Simple Regression analysis)	บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล(ตัวแปรต้น) กับการมองโลกในแง่ดี(ตัวแปรสี่)	β_1 (รวม)	-.635*	-.268	0.016
2.1.2 ผลการวิเคราะห์การถดถอยอย่างง่าย (Simple Regression analysis)	บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล(ตัวแปรต้น) กับการเห็นคุณค่าในตนเอง (ตัวแปรตาม)	β_2 (รวม)	-.691*	-.327	0.017
2.1.3 ผลวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression analysis)	บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล(ตัวแปรต้น)	β_3 (รวม)	-.401*	-.190	0.019
และการมองโลกในแง่ดี(ตัวแปรสี่) กับการเห็นคุณค่าในตนเอง (ตัวแปรตาม)	กับการมองโลกในแง่ดี(ตัวแปรสี่)	β_4 (รวม)	.457*	.512	0.046

หมายเหตุ : * $p < .05$

เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานจากการวิเคราะห์การถดถอยอย่างง่ายพบว่า ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน β_1 (รวม) มีค่าเท่ากับ $-.635^*$, $p < .05$ จึงสนับสนุนแนวทางการทดสอบในข้อ 2.1.1 คือ ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน β_1 (รวม) ของบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีมีนัยสำคัญทางสถิติ

เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานจากการวิเคราะห์การถดถอยอย่างง่ายพบว่า มีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน β_2 (รวม) มีค่าเท่ากับ $-.691^*$, $p < .05$ จึงสนับสนุนแนวทางการทดสอบในข้อ 2.2 คือ ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน β_2 (รวม) ของบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองมีนัยสำคัญทางสถิติ

เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานจากการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณพบว่าค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยมาตรฐานของบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (*ตัวแปรต้น*) β_3 (รวม) มีค่า $-.401^*$, $p < .05$ และค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานของการมองโลกในแง่ดี (*ตัวแปรสื่อ*) β_4 (รวม) มีค่าเท่ากับ $.457^*$, $p < .05$ โดยทั้ง β_3 (รวม) และ β_4 (รวม) นี้มีนัยสำคัญทางสถิติทั้งคู่ จึงสนับสนุนแนวทางทดสอบในขั้นตอน 2.1.3 ว่าการมองโลกในแง่ดีเป็น*ตัวแปรสื่อแบบบางส่วน*

จากการทดสอบค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน ดังตารางที่ 6 สามารถคำนวณอิทธิพลทางตรง อิทธิพลทางอ้อมและอิทธิพลรวมระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลและการมองโลกในแง่ดีที่ส่งผลไปยังการเห็นคุณค่าในตนเองได้ดังนี้

$$\text{อิทธิพลรวม} = \text{อิทธิพลทางตรง} + \text{อิทธิพลทางอ้อม}$$

อิทธิพลรวม คือ ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ที่ได้จากการวิเคราะห์ในขั้นตอนที่ 2.1.2 β_2 (รวม) มีค่าเท่ากับ $-.691^*$, $p < .05$

อิทธิพลทางตรง คือ ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลที่ได้จากการวิเคราะห์ในขั้นตอนที่ 2.1.3 ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลและการมองโลกในแง่ดี กับการเห็นคุณค่าในตนเอง β_3 (รวม) มีค่าเท่ากับ $-.401^*$, $p < .05$

อิทธิพลทางอ้อม คือ ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลกับการมองโลกในแง่ดีที่ได้จากการวิเคราะห์ในขั้นตอนที่ 2.1.1 β_1 (รวม) มีค่าเท่ากับ $-.635^*$, $p < .05$ คูณกับค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานของการมองโลกในแง่ดี ที่ได้จากการวิเคราะห์ในขั้นตอนที่ 2.1.3 ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลและการมองโลกในแง่ดีกับการเห็นคุณค่าในตนเอง β_4 (รวม) มีค่าเท่ากับ $.457^*$, $p < .05$

แทนค่าสูตร อิทธิพลรวม (รวม) = อิทธิพลทางตรง (รวม) + อิทธิพลทางอ้อม (รวม)

$$\beta_2 \text{ (รวม)} = \beta_3 \text{ (รวม)} + (\beta_1 * \beta_4) \text{ (รวม)}$$

$$-.691 = (-.401) + (-.635 * .457)$$

$$-.691 = (-.401) + (-.290)$$

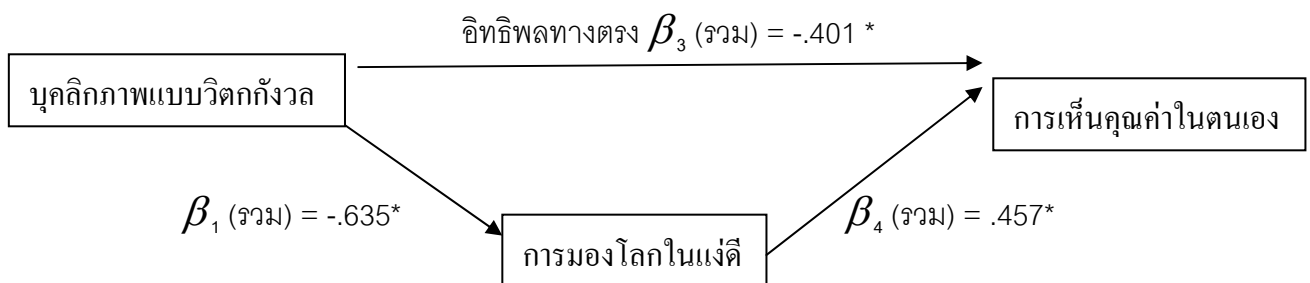
วิเคราะห์ได้ว่า อิทธิพลรวม = $-.691$, $p < .05$

$$\text{อิทธิพลทางตรง} = -.401, p < .05$$

$$\text{อิทธิพลทางอ้อม} = -.290$$

จากการวิเคราะห์ตัวแปรสื่อจะเห็นได้ว่าบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมีอิทธิพลรวมทั้งหมดต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง β_2 (รวม) มีค่าเท่ากับ $-.691$, $p < .05$ โดยบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมีอิทธิพลโดยตรงต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง β_3 (รวม) มีค่าเท่ากับ $-.401$, $p < .05$ และส่งอิทธิพลทางอ้อมผ่านการมองโลกในแง่ดีไปยังการเห็นคุณค่าในตนเอง ($\beta_1 * \beta_4$) (รวม) มีค่าเท่ากับ $-.290$ สามารถแสดงเส้นทางอิทธิพลที่ส่งผลทางตรงและทางอ้อม ได้ดังแผนภาพ 7

แผนภาพ 7 แสดงค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานอิทธิพลทางตรงระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลกับการเห็นคุณค่าในตนเองและอิทธิพลทางอ้อมที่มีการมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรสื่อในกลุ่มนิสิตโดยรวม



หมายเหตุ : * $p < .05$

ในขั้นตอนการวิเคราะห์ของ Sobel (1982) ตามแนวทางการทดสอบในขั้นตอนที่ 2.1.4 หน้า 66 เป็นการทดสอบตัวแปรสื่อ โดยหาค่า Z -value (รวม) ถ้าหาค่า Z (รวม) มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่าการมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรสื่อ โดยแทนค่าได้จากสูตร

Sobel test equaton

$$Z\text{-value} = a_1 b_1 / \text{SQRT} (a_1^2 S_{b_1}^2 + b_1^2 S_{a_1}^2)$$

a_1 (รวม) คือ ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลกับการมองโลกในแง่ดี มีค่าเท่ากับ $-.268$

S_{a_1} (รวม) คือ ค่าความคลาดเคลื่อนของ a_1 (รวม) มีค่าเท่ากับ $.016$

b_1 (รวม) คือ ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยระหว่างการมองโลกในแง่ดีกับการเห็นคุณค่าในตนเอง มีค่าเท่ากับ $.512$

S_{b_1} (รวม) คือ ค่าความคลาดเคลื่อนของ b_1 (รวม) มีค่าเท่ากับ $.046$

$$\text{แทนค่าในสูตร } Z\text{-value (รวม)} = (-.268)(.512) / \text{SQRT} [((-268)^2(.046)^2) + ((.512)^2(.016)^2)]$$

$$Z\text{-value (รวม)} = -9.270^*, p < .05$$

ในการวิเคราะห์ขั้นนี้ เป็นการสนับสนุนผลการวิเคราะห์ในขั้นตอน 2.1.3 หน้า 65 ที่สนับสนุนว่าการมองโลกในแง่ดีเป็น**ตัวแปรสื่อ**

ตาราง 7 สรุปผลการวิเคราะห์ที่แสดงค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานและค่าสถิติ Z ที่ส่งผ่านการมองโลกในแง่ดี (**ตัวแปรสื่อ**) ในความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลกับการเห็นคุณค่าในตนเองในกลุ่มนิสิตโดยรวม (N=400)

	การมองโลกในแง่ดี (ตัวแปรสื่อ)	การเห็นคุณค่าในตนเอง (ตัวแปรตาม)
ค่า β ของบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (ตัวแปรต้น)	β_1 (รวม) = -.635*	β_2 (รวม) = -.691* (อิทธิพลรวม)
ค่า β ของบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (ตัวแปรต้น) โดยควบคุมการมองโลกในแง่ดี (ตัวแปรสื่อ)		β_3 (รวม) = -.401* (อิทธิทางตรง)
ค่า β ของการมองโลกในแง่ดี (ตัวแปรสื่อ)		β_4 (รวม) = .457*
ค่าสถิติ Z (รวม)		-9.270*

หมายเหตุ : * $p < .05$

จากผลการวิเคราะห์ตามแนวทางการทดสอบตัวแปรสื่อของ Baron & Kenny (1986) ในขั้นตอนที่ 2.1.1- 2.1.4 สามารถรวบรวมและสรุปผลการวิเคราะห์ดังตาราง 7 และแสดงให้เห็นว่าผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐานในกลุ่มนิสิตโดยรวม คือ **บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองโดยมีการมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรสื่อแบบบางส่วน**

ในการทดสอบสมมติฐานที่ 4 ขั้นตอนที่ 2 ผู้วิจัยได้ทดสอบโดยการวิเคราะห์ตัวแปรกำกับของ Baron & Kenny (1986) ตามแนวทางที่ได้นำเสนอไว้ในตอนที่ 2 หน้า 69 ได้ผลดังในตาราง 8

ตาราง 8 ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานปฏิสัมพันธ์ของการมองโลกในแง่ดี (ตัวแปรต้น) และบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (ตัวแปรกำกับ) กับการเห็นคุณค่าในตนเอง (ตัวแปรตาม) ในกลุ่มนิสิตโดยรวม (N=400)

วิเคราะห์ถดถอยตัวแปรอิสระแบบ Enter		สัญลักษณ์	ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน
1. การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression analysis)	การมองโลกในแง่ดี (ตัวแปรต้น)	β_5 (รวม)	.457*
ของการมองโลกในแง่ดี (ตัวแปรต้น) และบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (ตัวแปรกำกับ) กับการเห็นคุณค่าในตนเอง (ตัวแปรตาม)	บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (ตัวแปรกำกับ)	β_6 (รวม)	-.401*
2. การวิเคราะห์การถดถอยพหุเชิงชั้น (Hierarchical Multiple Regression Analysis)	การมองโลกในแง่ดี X บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (ตัวแปรต้น X ตัวแปรกำกับ) กับการเห็นคุณค่าในตนเอง (ตัวแปรตาม)	β_7 (รวม)	.038

หมายเหตุ : * $p < .05$

จากตาราง 8 พบว่าเมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน β_7 (รวม) ของปฏิสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดีและบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลที่ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองในกลุ่มนิสิตโดยรวม ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ (β_7 (รวม) = .038, $p > .05$) ทั้งนี้การวิเคราะห์การถดถอยพหุเชิงชั้นแสดงให้เห็นว่า บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลไม่ใช่ตัวแปรกำกับที่เข้ามาส่งผลต่อความสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดี (ตัวแปรต้น) กับการเห็นคุณค่าในตนเอง (ตัวแปรตาม)

จากการวิเคราะห์สมมติฐานที่ 4 ตามที่นำเสนอมาข้างต้น สามารถสรุปได้ว่าผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐานที่ 4 เพียงบางส่วน คือ ในกลุ่มนิสิตโดยรวมบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองโดยมีการมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรสื่อและความสัมพันธ์นี้ไม่เปลี่ยนแปลงไปตามระดับบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล

3.1.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐานในกลุ่มนิสิตชาย

สมมติฐานที่ 1. บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับการเห็นคุณค่าในตนเอง วิเคราะห์โดยการวิเคราะห์หาสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงแบบ Pearson เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล และการเห็นคุณค่าในตนเองในกลุ่มนิสิตชาย พบว่ามีความสัมพันธ์กันในทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังในตารางที่ 5 ($r = -.676, p < .05$) ดังนั้นจึงสนับสนุนสมมติฐานที่ 1

สมมติฐานที่ 2. บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับการมองโลกในแง่ดี วิเคราะห์โดยการวิเคราะห์หาสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงแบบ Pearson เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่าง บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล และการมองโลกในแง่ดีในกลุ่มนิสิตชาย พบว่ามีความสัมพันธ์กันในทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังในตารางที่ 5 ($r = -.632, p < .05$) ดังนั้นจึงสนับสนุนสมมติฐานที่ 2

สมมติฐานที่ 3. การมองโลกในแง่ดีมีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเอง วิเคราะห์โดยการวิเคราะห์หาสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงแบบ Pearson เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่าง การเห็นคุณค่าในตนเอง และการมองโลกในแง่ดีในกลุ่มนิสิตชาย พบว่ามีความสัมพันธ์กันในทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังในตารางที่ 5 ($r = .698, p < .05$) ดังนั้นจึงสนับสนุนสมมติฐานที่ 3

สมมติฐานที่ 4. บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองโดยมีการมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรสื่อที่เปลี่ยนแปลงตามระดับบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลในกลุ่มนิสิตชาย ผู้วิจัยทดสอบโดยวิเคราะห์ 2 ขั้นตอน คือ

การทดสอบสมมติฐานที่ 4 ขั้นตอนที่ 1 ผู้วิจัยได้ทดสอบโดยการวิเคราะห์ตัวแปรสื่อตามหลักการของ Baron & Kenny (1986) ตามแนวทางที่ได้นำเสนอไว้ในตอนที่ 2 หน้า 65 ตามแนวทางการนำเสนอของ จูิตาร์ตน์ (2550) ดังสรุปได้ในตาราง 9

ตาราง 9 ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานระหว่างตัวแปรในขั้นตอนการวิเคราะห์ถดถอยอย่างง่ายและวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณตามแนวทางการทดสอบตัวแปรสี่ในกลุ่มนิสิตชาย ($n=200$)

วิเคราะห์ถดถอยตัวแปรอิสระแบบ Enter	สัญลักษณ์	ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน β	ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอย B	ค่าคลาดเคลื่อนมาตรฐาน Std. Error
2.1.1 ผลการวิเคราะห์การถดถอยอย่างง่าย (Simple Regression analysis)	บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล(ตัวแปรต้น) กับ การมองโลกในแง่ดี (ตัวแปรสี่)	β_1 (ชาย)	-0.632*	0.022
2.1.2 ผลการวิเคราะห์การถดถอยอย่างง่าย (Simple Regression analysis)	บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล(ตัวแปรต้น) กับ การเห็นคุณค่าในตนเอง (ตัวแปรตาม)	β_2 (ชาย)	-0.676*	0.024
2.1.3 ผลวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression analysis)	บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล(ตัวแปรต้น) และการมองโลกในแง่ดี(ตัวแปรสี่) กับ การเห็นคุณค่าในตนเอง (ตัวแปรตาม)	β_3 (ชาย) β_4 (ชาย)	-0.392* .450*	0.027 0.067

หมายเหตุ : * $p < .05$

เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานจากการวิเคราะห์การถดถอยอย่างง่าย พบว่า ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน β_1 (ชาย) มีค่าเท่ากับ -0.632*, $p < .05$ จึงสนับสนุนแนวทางการทดสอบในข้อ 2.1.1 คือ ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน β_1 (ชาย) ของบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีมีนัยสำคัญทางสถิติ

เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานจากการวิเคราะห์การถดถอยอย่างง่าย พบว่า มีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน β_2 (ชาย) มีค่าเท่ากับ -0.676*, $p < .05$ จึงสนับสนุนแนวทางการทดสอบในข้อ 2.2 คือ ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน β_2 (ชาย) ของบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองมีนัยสำคัญทางสถิติ

เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานจากการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณพบว่า ค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยมาตรฐานของบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (ตัวแปรต้น) β_3 (ชาย) มีค่า $-.392^*$, $p < .05$ และค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานของการมองโลกในแง่ดี (ตัวแปรสื่อ) β_4 (ชาย) มีค่าเท่ากับ $.450^*$, $p < .05$ โดยทั้ง β_3 (ชาย) และ β_4 (ชาย) นี้มีนัยสำคัญทางสถิติทั้งคู่ จึงสนับสนุนแนวทางทดสอบในขั้นตอน 2.1.3 ว่าการมองโลกในแง่ดีเป็น**ตัวแปรสื่อแบบบางส่วน**

จากการทดสอบค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน ดังตารางที่ 9 สามารถคำนวณ อิทธิพลทางตรง อิทธิพลทางอ้อมและอิทธิพลรวมระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลและการมองโลกในแง่ดีที่ส่งผลไปยังการเห็นคุณค่าในตนเองได้ดังนี้

$$\text{อิทธิพลรวม} = \text{อิทธิพลทางตรง} + \text{อิทธิพลทางอ้อม}$$

อิทธิพลรวม คือ ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ที่ได้จากการวิเคราะห์ในขั้นตอนที่ 2.1.2 β_2 (ชาย) มีค่าเท่ากับ $-.676^*$, $p < .05$

อิทธิพลทางตรง คือ ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลที่ได้จากการวิเคราะห์ในขั้นตอนที่ 2.1.3 ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลและการมองโลกในแง่ดี กับการเห็นคุณค่าในตนเอง β_3 (ชาย) มีค่าเท่ากับ $-.392^*$, $p < .05$

อิทธิพลทางอ้อม คือ ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลกับการมองโลกในแง่ดีที่ได้จากการวิเคราะห์ในขั้นตอนที่ 2.1.1 β_1 (ชาย) มีค่าเท่ากับ $-.635^*$, $p < .05$ คูณกับค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานของการมองโลกในแง่ดี ที่ได้จากการวิเคราะห์ในขั้นตอนที่ 2.1.3 ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลและการมองโลกในแง่ดีกับการเห็นคุณค่าในตนเอง β_4 (ชาย) มีค่าเท่ากับ $.450^*$, $p < .05$

แทนค่าสูตร อิทธิพลรวม (ชาย) = อิทธิพลทางตรง (ชาย) + อิทธิพลทางอ้อม (ชาย)

$$\beta_2 \text{ (ชาย)} = \beta_3 \text{ (ชาย)} + (\beta_1 * \beta_4) \text{ (ชาย)}$$

$$-.676 = (-.392) + (-.632 * .450)$$

$$-.676 = (-.392) + (-.284)$$

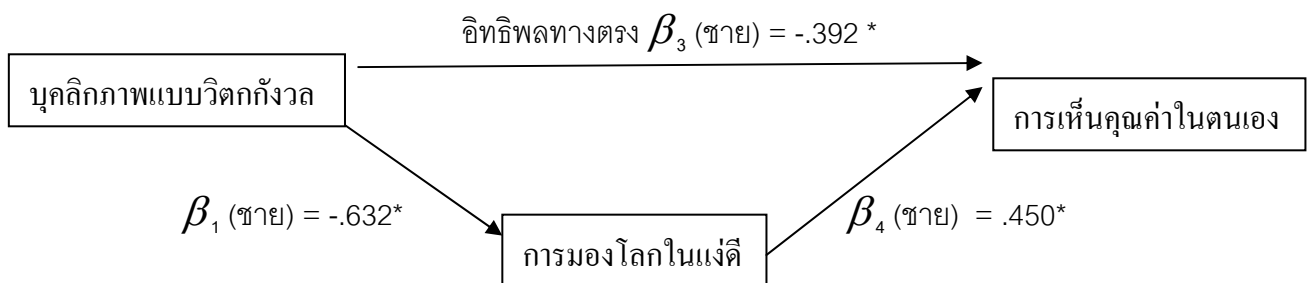
วิเคราะห์ได้ว่า อิทธิพลรวม = $-.676$, $p < .05$

$$\text{อิทธิพลทางตรง} = -.392, p < .05$$

$$\text{อิทธิพลทางอ้อม} = -.284$$

จากการวิเคราะห์ตัวแปรสื่อจะเห็นได้ว่าบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมีอิทธิพลรวมทั้งหมดต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง β_2 (ชาย) มีค่าเท่ากับ $-.676$, $p < .05$ โดยบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมีอิทธิพลโดยตรงต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง β_3 (ชาย) มีค่าเท่ากับ $-.392$, $p < .05$ และส่งอิทธิพลทางอ้อมผ่านการมองโลกในแง่ดีไปยังการเห็นคุณค่าในตนเอง ($\beta_1 * \beta_4$) (ชาย) มีค่าเท่ากับ $-.284$ สามารถแสดงเส้นทางอิทธิพลที่ส่งผลทางตรงและทางอ้อม ได้ดังแผนภาพ 8

แผนภาพที่ 8 แสดงค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานอิทธิพลทางตรงระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลกับการเห็นคุณค่าในตนเองและอิทธิพลทางอ้อมที่มีการมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรสื่อในกลุ่มนิสิตชาย



หมายเหตุ : * $p < .05$

ในขั้นตอนการวิเคราะห์ของ Sobel (1982) ตามแนวทางการทดสอบในขั้นตอนที่ 2.1.4 หน้า 66 เป็นการทดสอบตัวแปรสื่อ โดยหาค่า Z -value (ชาย) ถ้าหาค่า Z (ชาย) มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่าการมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรสื่อ โดยแทนค่าได้จากสูตร

Sobel test equaton

$$Z\text{-value} = a_1 b_1 / \text{SQRT} (a_1^2 S_{b_1}^2 + b_1^2 S_{a_1}^2)$$

a_1 (ชาย) คือ ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลกับการมองโลกในแง่ดี มีค่าเท่ากับ $-.258$

S_{a_1} (ชาย) คือ ค่าความคลาดเคลื่อนของ a_1 (ชาย) มีค่าเท่ากับ $.022$

b_1 (ชาย) คือ ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยระหว่างการมองโลกในแง่ดีกับการเห็นคุณค่าในตนเอง มีค่าเท่ากับ $.508$

S_{b_1} (ชาย) คือ ค่าความคลาดเคลื่อนของ b_1 (ชาย) มีค่าเท่ากับ $.067$

แทนค่าในสูตร $Z\text{-value (ชาย)} = (-.258)(.507) / \text{SQRT} [((-258)^2(.068)^2) + ((.507)^2(.022)^2)]$

$$Z\text{-value (ชาย)} = -6.292^*, p < .05$$

ในการวิเคราะห์ขั้นนี้ เป็นการสนับสนุนผลการวิเคราะห์ในขั้นตอน 2.1.3 หน้า 65 ที่สนับสนุนว่าการมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรสื่อ

ตาราง 10 สรุปผลการวิเคราะห์ที่แสดงค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานและค่าสถิติ Z ที่ส่งผ่านการมองโลกในแง่ดี (ตัวแปรสื่อ) ในความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลกับการเห็นคุณค่าในตนเองในกลุ่มนิสิตชาย ($n=200$)

	การมองโลกในแง่ดี (ตัวแปรสื่อ)	การเห็นคุณค่าในตนเอง (ตัวแปรตาม)
ค่า β ของบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (ตัวแปรต้น)	β_1 (ชาย) = -0.632^*	β_2 (ชาย) = -0.676^* (อิทธิพลรวม)
ค่า β ของบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (ตัวแปรต้น) โดยควบคุมการมองโลกในแง่ดี (ตัวแปรสื่อ)		β_3 (ชาย) = -0.392^* (อิทธิทางตรง)
ค่า β ของการมองโลกในแง่ดี (ตัวแปรสื่อ)		β_4 (ชาย) = 0.450^*
ค่าสถิติ Z (ชาย)		-6.292^*

หมายเหตุ : $*p < .05$

จากผลการวิเคราะห์ตามแนวทางการทดสอบตัวแปรสื่อของ Baron & Kenny (1986) ในขั้นตอนที่ 2.1.1- 2.1.4 สามารถรวบรวมและสรุปผลการวิเคราะห์ดังตาราง 10 และแสดงให้เห็นว่าผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐานในกลุ่มนิสิตชาย คือ บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองโดยมีการมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรสื่อแบบบางส่วน

ในการทดสอบสมมติฐานที่ 4 ขั้นตอนที่ 2 ผู้วิจัยได้ทดสอบโดยการวิเคราะห์ตัวแปรกำกับของ Baron & Kenny (1986) ตามแนวทางที่ได้นำเสนอไว้ในตอนที่ 2 หน้า 69 ได้ผลดังในตาราง 11

ตาราง 11 ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานปฏิสัมพันธ์ของการมองโลกในแง่ดี (ตัวแปรต้น) และบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (ตัวแปรกำกับ) กับการเห็นคุณค่าในตนเอง (ตัวแปรตาม) ในกลุ่มนิสิตชาย ($n=200$)

วิเคราะห์ถดถอยตัวแปรอิสระแบบ Enter		สัญลักษณ์	ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน
1. การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression analysis)	การมองโลกในแง่ดี (ตัวแปรต้น)	β_5 (ชาย)	.450*
ของการมองโลกในแง่ดี(ตัวแปรต้น)และบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล(ตัวแปรกำกับ) กับการเห็นคุณค่าในตนเอง (ตัวแปรตาม)	บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (ตัวแปรกำกับ)	β_6 (ชาย)	-.392*
2.การวิเคราะห์การถดถอยพหุเชิงชั้น (Hierarchical Multiple Regression Analysis)	การมองโลกในแง่ดี X	β_7 (ชาย)	.016
ของปฏิสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดี X บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (ตัวแปรต้น X ตัวแปรกำกับ) กับการเห็นคุณค่าในตนเอง (ตัวแปรตาม)	บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (ตัวแปรต้น X ตัวแปรกำกับ)		

หมายเหตุ : * $p < .05$

จากตาราง 11 พบว่าเมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน β_7 (ชาย) ของปฏิสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดีและบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลที่ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองในกลุ่มนิสิตชาย ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ (β_7 (ชาย) = .016, $p > .05$) ทั้งนี้การวิเคราะห์การถดถอยพหุเชิงชั้นแสดงให้เห็นว่า **บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลไม่ใช่ตัวแปรกำกับที่เข้ามาส่งผลต่อความสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดี (ตัวแปรต้น) กับการเห็นคุณค่าในตนเอง (ตัวแปรตาม)**

จากการวิเคราะห์สมมติฐานที่ 4 ตามที่นำเสนอมาข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า**ผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐานที่ 4 เพียงบางส่วน** คือ ในกลุ่มนิสิตชายบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองโดยมีการมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรสื่อและความสัมพันธ์นี้ไม่เปลี่ยนแปลงไปตามระดับบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล

3.1.2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐานในกลุ่มนิสิตหญิง

สมมติฐานที่ 1. บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับการเห็นคุณค่าในตนเอง วิเคราะห์โดยการวิเคราะห์หาสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงแบบ Pearson เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล และการเห็นคุณค่าในตนเองในกลุ่มนิสิตหญิง พบว่ามีความสัมพันธ์กันในทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังในตารางที่ 5 ($r = -.710, p < .05$) ดังนั้นจึงสนับสนุนสมมติฐานที่ 1

สมมติฐานที่ 2. บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับการมองโลกในแง่ดี วิเคราะห์โดยการวิเคราะห์หาสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงแบบ Pearson เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่าง บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล และการมองโลกในแง่ดีในกลุ่มนิสิตหญิง พบว่ามีความสัมพันธ์กันในทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังในตารางที่ 5 ($r = -.640, p < .05$) ดังนั้นจึงสนับสนุนสมมติฐานที่ 2

สมมติฐานที่ 3. การมองโลกในแง่ดีมีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเอง วิเคราะห์โดยการวิเคราะห์หาสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงแบบ Pearson เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่าง การเห็นคุณค่าในตนเอง และการมองโลกในแง่ดีในกลุ่มนิสิตชาย พบว่ามีความสัมพันธ์กันในทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังในตารางที่ 5 ($r = .724, p < .05$) ดังนั้นจึงสนับสนุนสมมติฐานที่ 3

สมมติฐานที่ 4. บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองโดยมีการมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรสื่อที่เปลี่ยนแปลงตามระดับบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลในกลุ่มนิสิตหญิง ผู้วิจัยทดสอบโดยวิเคราะห์ 2 ขั้นตอน คือ

การทดสอบสมมติฐานที่ 4 ขั้นตอนที่ 1 ผู้วิจัยได้ทดสอบโดยการวิเคราะห์ตัวแปรสื่อตามหลักการของ Baron & Kenny (1986) ตามแนวทางที่ได้นำเสนอไว้ในตอนที่ 2 หน้า 65 ตามแนวทางการนำเสนอของ จูริตารัตน์ (2550) ดังสรุปได้ในตาราง 12

ตาราง 12 ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานระหว่างตัวแปรในขั้นตอนการวิเคราะห์ถดถอยอย่างง่ายและวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณตามแนวทางการทดสอบตัวแปรสี่ใน กลุ่มนิสิตหญิง ($n=200$)

วิเคราะห์ถดถอยตัวแปรอิสระแบบ Enter		สัมประสิทธิ์	ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน	ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอย	ค่าคลาดเคลื่อนมาตรฐาน
			β	B	Std. Error
2.1.1 ผลการวิเคราะห์การถดถอยอย่างง่าย (Simple Regression analysis)	บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล(ตัวแปรต้น) กับการมองโลกในแง่ดี(ตัวแปรสี่)	β_1 (หญิง)	-.640*	-.281	0.024
2.1.2 ผลการวิเคราะห์การถดถอยอย่างง่าย (Simple Regression analysis)	บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล(ตัวแปรต้น) กับการเห็นคุณค่าในตนเอง(ตัวแปรตาม)	β_2 (หญิง)	-.710*	-.347	0.025
2.1.3 ผลวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression analysis)	บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล(ตัวแปรต้น)	β_3 (หญิง)	-.417*	-.204	0.028
	บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล(ตัวแปรต้น) และการมองโลกในแง่ดี(ตัวแปรสี่) กับการเห็นคุณค่าในตนเอง(ตัวแปรตาม)	β_4 (หญิง)	.458*	.510	0.063

หมายเหตุ : * $p < .05$

เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานจากการวิเคราะห์การถดถอยอย่างง่าย พบว่า ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน β_1 (หญิง) มีค่าเท่ากับ $-.640^*$, $p < .05$ จึงสนับสนุนแนวทางการทดสอบในข้อ 2.1.1 คือ ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน β_1 (หญิง) ของบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีมีนัยสำคัญทางสถิติ

เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานจากการวิเคราะห์การถดถอยอย่างง่าย พบว่า มีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน β_2 (หญิง) มีค่าเท่ากับ $-.710^*$, $p < .05$ จึงสนับสนุนแนวทางการทดสอบในข้อ 2.2 คือ ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน β_2 (หญิง) ของบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองมีนัยสำคัญทางสถิติ

เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานจากการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณพบว่า ค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยมาตรฐานของบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (*ตัวแปรต้น*) β_3 (หญิง) มีค่า $-.417^*$, $p < .05$ และค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานของการมองโลกในแง่ดี (*ตัวแปรสื่อ*) β_4 (หญิง) มีค่าเท่ากับ $.458^*$, $p < .05$ โดยทั้ง β_3 (หญิง) และ β_4 (หญิง) นี้มีนัยสำคัญทางสถิติทั้งคู่ จึงสนับสนุนแนวทางทดสอบในขั้นตอน 2.1.3 ว่าการมองโลกในแง่ดีเป็น*ตัวแปรสื่อแบบบางส่วน*

จากการทดสอบค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน ดังตารางที่ 12 สามารถคำนวณ อิทธิพลทางตรง อิทธิพลทางอ้อมและอิทธิพลรวมระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลและการมองโลกในแง่ดีที่ส่งผลไปยังการเห็นคุณค่าในตนเองได้ดังนี้

$$\text{อิทธิพลรวม} = \text{อิทธิพลทางตรง} + \text{อิทธิพลทางอ้อม}$$

อิทธิพลรวม คือ ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ที่ได้จากการวิเคราะห์ในขั้นตอนที่ 2.1.2 β_2 (หญิง) มีค่าเท่ากับ $-.710^*$, $p < .05$

อิทธิพลทางตรง คือ ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลที่ได้จากการวิเคราะห์ในขั้นตอนที่ 2.1.3 ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลและการมองโลกในแง่ดีกับการเห็นคุณค่าในตนเอง β_3 (หญิง) มีค่าเท่ากับ $-.417^*$, $p < .05$

อิทธิพลทางอ้อม คือ ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลกับการมองโลกในแง่ดีที่ได้จากการวิเคราะห์ในขั้นตอนที่ 2.1.1 β_1 (หญิง) มีค่าเท่ากับ $-.640^*$, $p < .05$ คูณกับค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานของการมองโลกในแง่ดี ที่ได้จากการวิเคราะห์ในขั้นตอนที่ 2.1.3 ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลและการมองโลกในแง่ดีกับการเห็นคุณค่าในตนเอง β_4 (หญิง) มีค่าเท่ากับ $.458^*$, $p < .05$

แทนค่าสูตร อิทธิพลรวม(หญิง) = อิทธิพลทางตรง (หญิง) + อิทธิพลทางอ้อม (หญิง)

$$\beta_2 \text{ (หญิง)} = \beta_3 \text{ (หญิง)} + (\beta_1 * \beta_4) \text{ (หญิง)}$$

$$-.710 = (-.417) + (-.640 * .458)$$

$$-.710 = (-.417) + (-.293)$$

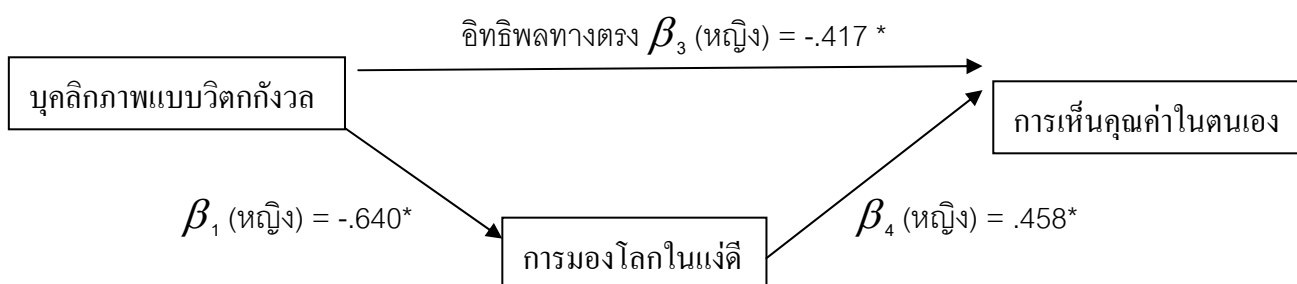
วิเคราะห์ได้ว่า อิทธิพลรวม = $-.710$, $p < .05$

$$\text{อิทธิพลทางตรง} = $-.417$, $p < .05$$$

$$\text{อิทธิพลทางอ้อม} = $-.293$$$

จากการวิเคราะห์ตัวแปรสื่อจะเห็นได้ว่าบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมีอิทธิพลรวมทั้งหมดต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง β_2 (หญิง) มีค่าเท่ากับ -0.710 , $p < .05$ โดยบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมีอิทธิพลโดยตรงต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง β_3 (หญิง) มีค่าเท่ากับ -0.417 , $p < .05$ และส่งอิทธิพลทางอ้อมผ่านการมองโลกในแง่ดีไปยังการเห็นคุณค่าในตนเอง ($\beta_1 * \beta_4$) (หญิง) มีค่าเท่ากับ -0.293 สามารถแสดงเส้นทางอิทธิพลที่ส่งผลทางตรงและทางอ้อม ได้ดังแผนภาพ 9

แผนภาพที่ 9 แสดงค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานอิทธิพลทางตรงระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลกับการเห็นคุณค่าในตนเองและอิทธิพลทางอ้อมที่มีการมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรสื่อในกลุ่มนิสิตหญิง



หมายเหตุ : * $p < .05$

ในขั้นตอนการวิเคราะห์ของ Sobel (1982) ตามแนวทางการทดสอบในขั้นตอนที่ 2.1.4 หน้า 66 เป็นการทดสอบตัวแปรสื่อ โดยหาค่า Z -value (หญิง) ถ้าหาค่า Z (หญิง) มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่าการมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรสื่อ โดยแทนค่าได้จากสูตร

Sobel test equaton

$$Z\text{-value} = a_1 b_1 / \text{SQRT} (a_1^2 S_{b_1}^2 + b_1^2 S_{a_1}^2)$$

a_1 (หญิง) คือ ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลกับการมองโลกในแง่ดี มีค่าเท่ากับ -0.281

S_{a_1} (หญิง) คือ ค่าความคลาดเคลื่อนของ a_1 (หญิง) มีค่าเท่ากับ $.024$

b_1 (หญิง) คือ ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยระหว่างการมองโลกในแง่ดีกับการเห็นคุณค่าในตนเอง มีค่าเท่ากับ $.510$

S_{b_1} (หญิง) คือ ค่าความคลาดเคลื่อนของ b_1 (หญิง) มีค่าเท่ากับ $.063$

แทนค่าในสูตร $Z\text{-value (หญิง)} = (-.281)(.510) / \text{SQRT} [((-281)^2(.063)^2) + ((.510)^2(.024)^2)]$

$$Z\text{-value (หญิง)} = -6.659^*, p < .05$$

ในการวิเคราะห์ขั้นนี้ เป็นการสนับสนุนผลการวิเคราะห์ในขั้นตอน 2.1.3 หน้า 65 ที่สนับสนุนว่าการมองโลกในแง่ดีเป็น**ตัวแปรสื่อ**

ตาราง 13 สรุปผลการวิเคราะห์ที่แสดงค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานและค่าสถิติ Z ที่ส่งผ่านการมองโลกในแง่ดี (**ตัวแปรสื่อ**) ในความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลกับการเห็นคุณค่าในตนเองในกลุ่มนิสิตหญิง ($n=200$)

	การมองโลกในแง่ดี (ตัวแปรสื่อ)	การเห็นคุณค่าในตนเอง (ตัวแปรตาม)
ค่า β ของบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (ตัวแปรต้น)	β_1 (หญิง) = -.640*	β_2 (หญิง) = -.710* (อิทธิพลรวม)
ค่า β ของบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (ตัวแปรต้น) โดยควบคุมการมองโลกในแง่ดี (ตัวแปรสื่อ)		β_3 (หญิง) = -.417* (อิทธิทางตรง)
ค่า β ของการมองโลกในแง่ดี (ตัวแปรสื่อ)		β_4 (หญิง) = .458*
ค่าสถิติ Z (หญิง)		-6.659*

หมายเหตุ : * $p < .05$

จากผลการวิเคราะห์ตามแนวทางการทดสอบตัวแปรสื่อของ Baron & Kenny (1986) ในขั้นตอนที่ 2.1.1- 2.1.4 สามารถรวบรวมและสรุปผลการวิเคราะห์ดังตาราง 13 และแสดงให้เห็นว่าผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐานในกลุ่มนิสิตหญิง คือ **บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองโดยมีการมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรสื่อแบบบางส่วน**

ในการทดสอบสมมติฐานที่ 4 ขั้นตอนที่ 2 ผู้วิจัยได้ทดสอบโดยการวิเคราะห์ตัวแปรกำกับของ Baron & Kenny (1986) ตามแนวทางที่ได้นำเสนอไว้ในตอนที่ 2 หน้า 69 ได้ผลดังในตาราง 14

ตาราง 14 ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานปฏิสัมพันธ์ของการมองโลกในแง่ดี (ตัวแปรต้น) และบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (ตัวแปรกำกับ) กับการเห็นคุณค่าในตนเอง (ตัวแปรตาม) ในกลุ่มนิสิตหญิง ($n=200$)

วิเคราะห์ถดถอยตัวแปรอิสระแบบ Enter		สัญลักษณ์	ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน
1. การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression analysis) ของการมองโลกในแง่ดี(ตัวแปรต้น)และบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล(ตัวแปรกำกับ) กับการเห็นคุณค่าในตนเอง (ตัวแปรตาม)	การมองโลกในแง่ดี (ตัวแปรต้น)	β_5 (หญิง)	.458*
	บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (ตัวแปรกำกับ)	β_6 (หญิง)	-.417*
2.การวิเคราะห์การถดถอยพหุเชิงชั้น (Hierarchical Multiple Regression Analysis) ของปฏิสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดี X บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (ตัวแปรต้น X ตัวแปรกำกับ) กับการเห็นคุณค่าในตนเอง (ตัวแปรตาม)		β_7 (หญิง)	.058

หมายเหตุ : * $p < .05$

จากตาราง 14 พบว่าเมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน β_7 (หญิง) ของปฏิสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดีและบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลที่ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองในกลุ่มนิสิตหญิง **ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ** (β_7 (หญิง) =.058, $p > .05$) ทั้งนี้การวิเคราะห์การถดถอยพหุเชิงชั้นแสดงให้เห็นว่า **บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลไม่ใช่ตัวแปรกำกับที่เข้ามาส่งผลต่อความสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดี (ตัวแปรต้น) กับการเห็นคุณค่าในตนเอง (ตัวแปรตาม)**

จากการวิเคราะห์สมมติฐานที่ 4 ตามที่นำเสนอมาข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า**ผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐานที่ 4 เพียงบางส่วน** คือ ในกลุ่มนิสิตหญิงบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองโดยมีการมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรสื่อและความสัมพันธ์นี้ไม่เปลี่ยนแปลงไปตามระดับบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล

บทที่ 4

การอภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยนี้มุ่งศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล การมองโลกในแง่ดี และการเห็นคุณค่าในตนเอง และทดสอบโมเดลความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองโดยมีการมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรสื่อที่เปลี่ยนแปลงตามระดับบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลในกลุ่มนิสิตมหาวิทยาลัยโดยรวม กลุ่มนิสิตชาย และกลุ่มนิสิตหญิง ผู้วิจัยจึงขอเสนอการอภิปรายผลการวิจัยตามสมมติฐานการวิจัย ดังนี้

สมมติฐานการวิจัยที่ 1 บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับการเห็นคุณค่าในตนเอง

ผลการวิจัยพบว่าบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับการเห็นคุณค่าในตนเองของนิสิตทั้งในกลุ่มนิสิตโดยรวม ($r = -.69, p < .05$) นิสิตชาย ($r = -.68, p < .05$) และนิสิตหญิง ($r = -.71, p < .05$) ดังนั้นจึง **สนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้**

ผลการวิจัยดังกล่าวสามารถอธิบายได้ว่า บุคคลผู้ที่มีบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลสูงจะมีแนวโน้มที่จะเห็นคุณค่าในตนเองต่ำและบุคคลผู้ที่มีบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลต่ำมีแนวโน้มที่จะเห็นคุณค่าในตนเองสูง ซึ่งผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับผลการวิจัยต่างๆ เช่น Greenberg, Solomon, & Pyszczynski (1992), Scheier, Carver, & Bridges (1994), Bruce (2000), Van de vliet, et al. (2002), Sedikides, Rudich, Gregg, Kumashiro, & Rusbult (2004), Benetti & Kambouropoulos (2006), กาญจนา พงศ์พฤกษ์ (2523) ที่รายงานว่าบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลและการเห็นคุณค่าในตนเอง มีความสัมพันธ์กันในทางลบ บุคคลผู้ที่มีบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลสูงมีแนวโน้มที่จะดูถูกตนเองหรือรู้สึกว่าตนเองไม่มีคุณค่า ไม่มีความหมาย และมีแนวโน้มที่จะแสดงออกซึ่งพฤติกรรมในทางลบ เช่น ตื่นเต้น ตกใจง่าย ไม่เป็นตัวของตัวเอง ซ้ำอาย ประหม่า ไม่กล้าแสดงออก ขาดความมั่นใจในตนเอง มีนิสัยเก็บตัว ซึ่งล้วนแต่เป็นลักษณะของบุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองต่ำทั้งสิ้น นอกจากนี้บุคคลที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ มีแนวโน้มที่จะโทษผู้อื่นและมีความเชื่อว่าผู้อื่นประเมินคุณค่าของตัวเองต่ำหรือมองว่าเขาด้อยคุณค่า บุคคลประเภทนี้จึงมักจะมีพฤติกรรมหลีกเลี่ยงในการที่จะต้องตกเป็นเป้าสายตาของผู้อื่น หรือพยายามหลีกเลี่ยงไม่ยอมให้มีบทบาทเด่นในการทำงาน เพื่อที่จะไม่ต้องแสดงบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลของตน

ออกมาให้ผู้อื่นเห็น เนื่องจากลักษณะการเก็บตัวและไม่มั่นใจในตนเอง และจากลักษณะต่างๆดังที่กล่าวมาทั้งหมดนี้เป็นลักษณะที่ตรงข้ามกับกับผู้ที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูง ซึ่งเป็นผู้ที่สามารถรับรู้สภาพความเป็นจริงของตนเองและสิ่งแวดล้อมต่างๆได้ดี มีความเชื่อมั่นในตนเอง อารมณ์มั่นคง และมักจะชอบปรากฏตัวในสังคมและเป็นที่รู้จักของคนอื่น Spielberg (1972), Smith et al. (1989) และ Scheier, Carver, & Bridges (1994) รายงานว่าบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลจะเกี่ยวข้องกับการสูญเสียความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง โดยบุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมักจะตอบสนองต่อเหตุการณ์หรือสถานการณ์ต่างๆ ด้วยความกลัวเพราะมีความรู้สึกว่าเหตุการณ์หรือสถานการณ์นั้นๆ จะทำให้เขาต้องสูญเสียความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองไป ซึ่งแสดงให้เห็นว่าบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลกับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง จึงเป็นลักษณะที่ไม่ไปด้วยกันหรืออาจจะกล่าวได้ว่าบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลจะเกิดขึ้นเมื่อบุคคลเริ่มรู้สึกว่าเขาจะสูญเสียความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองไปนั่นเอง

Sedikides et al. (2004) รายงานว่าบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลสัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเองในทางลบ และสัมพันธ์กับสภาวะอารมณ์ด้านลบในทางบวก เนื่องจากบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลเป็นลักษณะที่ทำให้บุคคลสูญเสียการเห็นคุณค่าในตนเอง จึงส่งผลให้บุคคลนั้นเกิดสภาวะอารมณ์และแสดงออกพฤติกรรมในทางลบ เช่น เกิดความกังวล รู้สึกอาย ประหม่า และไม่กล้าแสดงออก และพยายามหลีกเลี่ยงต่อสถานการณ์ที่ทำให้ตนเองเครียด รู้สึกกดดัน หรือรู้สึกด้อยค่าและในงานวิจัยได้รายงานเพิ่มเติมอีกว่าสภาวะอารมณ์ทางลบนั้นเกี่ยวข้องกับการที่บุคคลรู้สึกว่าตนเองถูกคุกคามหรือถูกลงโทษ

นอกจากนี้ยังมีรายงานว่าบุคคลที่รู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงนั้นมีแนวโน้มที่จะมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตดี เป็นบุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลระดับต่ำ ตรงข้ามกับบุคคลที่รู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำและมีบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลระดับสูงมักจะมีแนวโน้มที่จะเกิดปัญหาต่างๆ ขึ้นตามมาได้จากความวิตกกังวลที่เกิดขึ้น (Lipsitt, 1958; French, 1968; Rosenberg, & Simmon, 1972) ซึ่งผลการวิจัยดังกล่าวรายงานไปในแนวทางเดียวกันกับงานวิจัยของ Bennett & Holmer (1975) และ Burish & Houston (1979) ซึ่งรายงานว่าเมื่อบุคคลเพิ่มความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองจะสามารถช่วยลดการเกิดลักษณะบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลได้ ในทางตรงข้ามหากบุคคลถูกคุกคามหรือมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองลดลง ก็อาจจะมีผลทำให้บุคคลเกิดบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลขึ้น ทั้งนี้มีงานวิจัยต่างๆมากมายที่นิยมใช้ตัวแปรการเห็นคุณค่าในตนเองและบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลในการสะท้อนให้เห็นถึงสุขภาพจิตและความตึงเครียดทางร่างกายของบุคคล และอาจกล่าวได้ว่าเมื่อทำให้บุคคลเกิดการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นหรือเมื่อมีการป้องกันไม่ให้อุบัติการเห็นคุณค่าในตนเอง ก็เท่ากับว่าเป็นการลดการกระตุ้นให้เกิดลักษณะบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลลงได้ (Greenberg et al., 1986) ซึ่งก็สอดคล้องกับการวิจัยเชิง

ทดลองของ Bennett & Holmer (1975) และ Burish & Houston (1979) ที่ได้ทำการทดลองในสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดการคุกคามการเห็นคุณค่าในตนเองขึ้น และรายงานผลการทดลองในลักษณะเดียวกันว่าการเห็นคุณค่าในตนเองช่วยป้องกันบุคคลจากการเกิดลักษณะบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลในสถานการณ์ต่างๆได้ แต่ถ้าหากบุคคลเกิดความรู้สึกเสียการเห็นคุณค่าในตนเองไป บุคคลนั้นก็จะมีโอกาสเกิดลักษณะบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลขึ้นได้ในสถานการณ์นั้น อาจกล่าวได้ว่าการเห็นคุณค่าในตนเองช่วยบรรเทาลักษณะบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลได้ ในขณะที่การรายงานของ Greenberg et al. (1992) ได้รายงานว่าลักษณะของการเห็นคุณค่าในตนเองนั้นเกี่ยวกับประสบการณ์ความสำเร็จของบุคคลที่ผ่านมา โดยจะสัมพันธ์กับความเชื่อมั่นในตนเอง และพึงพอใจต่อสภาพชีวิตของตนเอง ซึ่งตรงข้ามกับการปฏิเสธตนเองหรือไม่ยอมรับตนเอง ทั้งนี้หากความต้องการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลถูกขัดขวาง บุคคลจะเกิดความรู้สึกว่าตนเองมีปมด้อยหรือขาดความเชื่อมั่นและรู้สึกสูญเสียการเห็นคุณค่าในตนเองไป และอาจจะมีผลกระทบต่อบุคคลในเรื่องการปรับตัว รวมทั้งอาจเกิดปัญหาสุขภาพจิตต่างๆที่อาจเกิดขึ้นตามมาได้ เช่น โรคซึมเศร้า โรควิตกกังวล หรืออาจฆ่าตัวตาย เป็นต้น ปัญหาดังที่กล่าวนี้จะเกิดผลเสียต่อบุคคล โดยจะทำให้บุคคลไม่ประสบความสำเร็จในชีวิต ทั้งในเรื่องส่วนตัว เรื่องครอบครัว ในเรื่องอาชีพ การงานและสังคมได้

สมมติฐานการวิจัยที่ 2 บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล มีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับการมองโลกในแง่ดี

ผลการวิจัยพบว่าบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรง **ทางลบ**กับการมองโลกในแง่ดีของนิสิตทั้งในกลุ่มนิสิตโดยรวม ($r = -.64, p < .05$) นิสิตชาย ($r = -.63, p < .05$) และนิสิตหญิง ($r = -.64, p < .05$) ดังนั้นจึง **สนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้**

ผลการวิจัยดังกล่าวสามารถอธิบายได้ว่า บุคคลผู้ที่มีบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลในระดับสูงย่อมจะมีแนวโน้มที่จะเป็นบุคคลผู้ที่มีมองโลกในแง่ดีต่ำ และบุคคลผู้ที่มีบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลในระดับต่ำย่อมจะมีแนวโน้มที่จะเป็นบุคคลผู้ที่มีมองโลกในแง่ดีสูง ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับงานวิจัยต่างๆ เช่น Scheier & Carver (1985), Aspinwall & Taylor (1992), Scheier, Carver, & Bridges (1994), Wengler & Rosen (1995), Makikangas & Kinnunen (2003), Makikangas, Kinnunen, & Feldt (2004) และ Swickert, Hittner, Kitos, & Cox-Fuenzalida (2004) ที่รายงานว่าบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลและการมองโลกในแง่ดีมีความสัมพันธ์กันในทางลบ โดยอธิบายได้ว่าการแสดงออกซึ่งการมองโลกในแง่ดีต่ำหรือมองโลกในแง่ร้ายสูงนั้น

มีผลกระทบต่อทั้งสภาพจิตใจและสภาพร่างกายในแต่ละวันเมื่อต้องเผชิญกับเหตุการณ์ต่างๆที่ทำให้เกิดความเครียดหรือเกิดความเบื่อหน่ายในการใช้ชีวิตอยู่ในแต่ละวัน ซึ่งลักษณะนี้จะเกิดขึ้นกับผู้ที่บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลสูงมากกว่าผู้ที่มีบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลต่ำ และพบว่าผู้ที่มีบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลสูงมักจะแก้ปัญหาความเครียดที่เกิดขึ้นโดยการพยายามหลีกเลี่ยงหรือหลีกเลี่ยงปัญหาโดยการพาตนเองออกจากสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียดมากกว่าที่จะเผชิญกับปัญหาและหาวิธีการจัดการกับปัญหาโดยตรง ซึ่งจะแตกต่างจากผู้ที่มีมองโลกในแง่ดีที่คาดหวังต่อสิ่งต่างๆในทางบวก ขณะที่ต้องเผชิญกับปัญหาและก่อให้เกิดความเครียดที่มีอยู่เป็นประจำทุกวันนั้น ผู้ที่มีมองโลกในแง่ดีจะมองว่าปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นนั้นเป็นสิ่งท้าทายความสามารถ ส่วนผู้ที่มีมองโลกในแง่ร้ายมักคาดหวังว่าปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นจะเป็นไปในทางลบและไม่คาดหวังว่าจะสามารถแก้ปัญหาได้สำเร็จ

นอกจากนี้การรายงานของ Sheire & Craver (1985, 1994) ยังรายงานว่าบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลและการมองโลกในแง่ดีจะมีความสัมพันธ์กันในทางลบแล้วยังสัมพันธ์กับรูปแบบการใช้กลยุทธ์ในการแก้ปัญหาต่างๆของแต่ละบุคคลด้วย และยังได้รายงานเพิ่มเติมจากการศึกษาผู้ป่วยโรคหัวใจหลังการรักษาด้วยการผ่าตัดหัวใจ พบว่าผู้ป่วยที่มีมองโลกในแง่ดีจะฟื้นตัวและหายป่วยได้เร็วกว่าผู้ที่มีมองโลกในแง่ร้าย แต่ทั้งนี้การมองโลกในแง่ดีของผู้ป่วยนั้นไม่ได้สัมพันธ์กับชนิดของโรคหรือความรุนแรงของโรคและความเจ็บป่วยแต่อย่างใด ซึ่งก็สอดคล้องกับการวิจัยของ Bromberger & Matthewl (1996) ที่รายงานว่าพบความสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดีบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล และอาการซึมเศร้า โดยนักวิจัยกลุ่มนี้ทำการศึกษาวิจัยระยะยาวและรายงานว่าผู้หญิงที่มีมองโลกในแง่ร้ายจะมีบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลและมีอาการซึมเศร้ามากกว่าผู้หญิงที่มีมองโลกในแง่ดี โดยเฉพาะผู้หญิงที่มีมองโลกในแง่ร้ายมักจะรายงานว่าตนเองประสบกับปัญหาต่างๆที่ก่อให้เกิดความวิตกกังวลและความเครียดขึ้น รวมทั้งมักจะมีอาการป่วยเป็นโรคซึมเศร้าและโรควิตกกังวล

และจากการรายงานของ Smith et al. (1989) ที่ได้รายงานความสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดี การมองโลกในแง่ร้าย และบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล ในรูปแบบของการตอบสนองต่อความเครียดและสภาวะกลไกทางจิตใจที่มีผลกระทบต่อสภาวะทางร่างกาย โดยอธิบายว่าการมองโลกในแง่ดีและบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลนั้นมีเอกลักษณ์เฉพาะตัวและมีความสัมพันธ์กัน และสามารถส่งผลกระทบต่อสภาพร่างกาย จิตใจและชีวิตความเป็นอยู่ของบุคคลได้ ผู้มองโลกในแง่ดีมักจะเป็นผู้มีชีวิตยืนยาว มีสุขภาพดี ส่วนผู้ที่มีมองโลกในแง่ร้ายมักจะเป็นผู้ที่มีบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมีชีวิตสั้นกว่า และสุขภาพไม่ค่อยดี และจากการศึกษาวิจัยของ Sheire & Craver (1994) ที่รายงานความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล การมองโลกในแง่ดี และอาการเจ็บป่วยทางร่างกายของนักศึกษามหาวิทยาลัย พบว่าตัวแปรทั้งสามนี้มีความสัมพันธ์กันสูง ซึ่งนักศึกษาที่

มองโลกในแง่ร้ายและมีลักษณะบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมักจะรายงานว่ามีอาการเจ็บป่วยเกิดขึ้นเป็นประจำและมักประสบปัญหาอย่างหนักในการที่จะจัดการกับปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นได้ ซึ่งก็สอดคล้องกับผลการวิจัยของ Mroczek et al. (1993) และ Robbin et al. (1991) ที่ได้รายงานพบความสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดีกับอาการเจ็บป่วย ว่าผู้ป่วยที่มองโลกในแง่ดีจะหายจากอาการป่วยได้เร็วกว่าผู้ป่วยที่มองโลกในแง่ร้าย ซึ่งผู้ป่วยที่มองโลกในแง่ดีนั้นเป็นผู้ที่คาดหวังสิ่งต่างๆที่เกิดขึ้นในอนาคตในทางบวก เมื่อต้องตกอยู่ในสถานการณ์ที่กระตุ้นให้เกิดความเครียดเขาจะมีความรู้สึกว่าจะสามารถแก้ปัญหาความเครียดที่เกิดขึ้นได้สำเร็จ ซึ่งแตกต่างไปจากผู้ที่มีมองโลกในแง่ร้ายที่มักจะคาดหวังสิ่งต่างๆเป็นไปในทางลบและไม่คาดหวังว่าตนเองจะสามารถแก้ปัญหาความเครียดที่เกิดขึ้นได้ ตรงกับงานวิจัยของ Raikkonen et al. (1999) ที่รายงานพบความสัมพันธ์ทางลบสูงระหว่างการมองโลกในแง่ดี บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล และความดันโลหิต ซึ่งได้อธิบายว่าทั้งการมองโลกในแง่ดีและบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลนั้น มีความเกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงของปฏิกิริยาที่อยู่ในร่างกายโดยเฉพาะความดันโลหิต จากการศึกษาได้รายงานว่ามีผู้ป่วยที่มองโลกในแง่ร้ายสูงและมองโลกในแง่ดีต่ำ มักจะมีความดันโลหิตในร่างกายสูง เนื่องจากปฏิกิริยาต่างๆที่เกิดขึ้นภายในร่างกายของผู้ที่มีบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลสูงเมื่อต้องเผชิญกับความเครียดร่างกายจะตอบสนองต่อสถานการณ์ต่างๆได้เร็วและมักจะทำให้ความดันโลหิตและอัตราการเต้นของหัวใจสูงขึ้นได้ง่ายกว่าผู้ที่มีบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลต่ำ

นอกจากนี้ยังมีการรายงานว่าทั้งบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล การมองโลกในแง่ดี การมองโลกในแง่ร้ายนั้นสัมพันธ์กับสภาวะทางอารมณ์อีกด้วย โดยผู้ที่มีมองโลกในแง่ดีมักจะมีสภาวะอารมณ์ทางบวกอยู่เป็นประจำ ซึ่งแตกต่างจากผู้ที่มีมองโลกในแง่ร้ายที่มักจะมีสภาวะอารมณ์ทางลบและผู้ที่มีมองโลกในแง่ร้ายรายงานว่าจะประสบกับปัญหาทะเลาะวิวาทกับผู้อื่นบ่อยครั้ง รวมทั้งมีความเครียดเกิดขึ้นบ่อยครั้งมากกว่าผู้ที่มีมองโลกในแง่ดี ซึ่งลักษณะของบุคคลผู้ที่มีมองโลกในแง่ดีต่ำหรือมองโลกในแง่ร้าย จึงตกอยู่ในสภาวะอารมณ์ทางลบได้ง่าย เกิดความเครียดขึ้นบ่อยรวมทั้งมีบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลอยู่เป็นประจำ (Larsen & Ketelaar, 1991; Marshall et al., 1992 ; Scheier et al., 1994)

สมมติฐานการวิจัยที่ 3 การมองโลกในแง่ดี มีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเอง

ผลการวิจัยพบว่าการมองโลกในแง่ดีมีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเองในกลุ่มนิสิตโดยรวม ($r = .71, p < .05$) นิสิตชาย ($r = .70, p < .05$) และนิสิตหญิง ($r = .72, p < .05$) ดังนั้นจึง **สนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้**

ผลการวิจัยดังกล่าวสามารถอธิบายได้ว่าบุคคลที่มีลักษณะการมองโลกในแง่ดีสูงนั้นมีแนวโน้มที่จะเห็นคุณค่าในตนเองสูง ในขณะที่บุคคลที่มีลักษณะการมองโลกในแง่ดีต่ำมีแนวโน้มที่จะเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับงานวิจัยต่างๆ ของ Tharenon (1979), Scheier, Carver, & Bridges (1994), Bromberger & Matthews (1996), Vuaghan, & Kinnier (1996), Carver & Scheier (1999), Raikkonen et al. (1999), Scheier, Carver, & Bridges (2001), Schweizer & Koch (2001) และ Lancaster & Boivin (2005) ที่ได้รายงานว่าการเห็นคุณค่าในตนเองและมีการมองโลกในแง่ดีมีความสัมพันธ์กันในทางบวก โดยอธิบายได้ว่าผู้ที่เห็นคุณค่าในตนเองสูง มักจะเป็นผู้ที่สามารถรับรู้สภาพความเป็นจริงของตนเองและสิ่งแวดล้อมรอบๆ ได้ดี มีความเชื่อมั่นในตนเอง อารมณ์มั่นคง มีสภาวะอารมณ์ในทางบวก มีการมองโลกในแง่ดี และชอบปรากฏตัวในสังคมและเป็นที่รู้จักของคนทั่วไป ในขณะที่เดียวกันผู้ที่มองโลกในแง่ดีนั้น มักจะเป็นผู้ที่คาดหวังต่อสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นในอนาคตในทางบวกและจะมองปัญหาที่เกิดขึ้นว่าเป็นปัญหาที่เกิดขึ้นสิ่งทำลาย คาดหวังว่าปัญหาต่างๆ จะผ่านไปทางบวกและเชื่อมั่นว่าตนเองสามารถแก้ปัญหาได้สำเร็จ และบุคคลที่มีลักษณะของการเห็นคุณค่าในตนเองสูงนั้นก็มักจะมี การมองโลกในแง่ดีสูงด้วย รวมทั้งมีแนวโน้มที่จะทำให้บุคคลนั้นเป็นผู้ที่มีทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดีกว่าบุคคลอื่น และจะเป็นผู้ที่สามารถเผชิญกับปัญหาและรับมือกับปัญหาที่ทำให้เกิดความเครียดได้ดี รวมทั้งพึงพอใจในชีวิตของตนเองในทุกๆ ด้าน มากกว่าผู้ที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำและมองโลกในแง่ดีต่ำ (Scheier & Carver, 1985; Aspinwall & Taylor, 1992; Brissette, Scheier, & Carver, 1992; Schiere & Carver, & Bridges, 1994; Chang, 1998) ถึงแม้ว่าทั้งสองลักษณะระหว่าง การเห็นคุณค่าในตนเองและการมองโลกในแง่ดีนั้นจะแสดง พฤติกรรมออกมาในลักษณะที่คล้ายกัน เช่น มีอารมณ์ในทางบวก อารมณ์มั่นคง มีความเชื่อมั่นในตนเอง ชอบปรากฏตัวในสังคม เป็นต้น แต่อย่างไรก็ตามในด้านกรอบแนวคิดแล้วทั้งสองลักษณะนี้ก็พบว่ามีความแตกต่างกัน จากการวิจัยของ Scheier & Carver (1985) และ Schiere, Carver, & Bridges (1994) ที่ได้รายงานว่ามีความแตกต่างในเชิงโครงสร้างระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเอง และการมองโลกในแง่ดี โดยที่การเห็นคุณค่าในตนเองนั้นจะเกี่ยวกับการที่บุคคลประเมินตนเอง จากอดีตที่ผ่านมาแล้วรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า (self's value) ในขณะที่การมองโลกในแง่ดีนั้น เป็น ความรู้สึกคาดหวังในเรื่องต่างๆ ไปว่าจะเกิดสิ่งที่ดีๆ ขึ้นในอนาคต (positive outcome) และลักษณะ ทั้งสองนั้นเกี่ยวข้องสัมพันธ์กัน ซึ่งมีการรายงานว่าลักษณะทั้งสองน่าจะเป็นองค์ประกอบลักษณะ ของบุคลิกภาพที่ยืดหยุ่น (Personal Resilience) โดยเป็นลักษณะของบุคคลที่สุขภาพจิตดี ซึ่ง ลักษณะของผู้ที่มีบุคลิกภาพแบบยืดหยุ่นนั้น ได้แก่ การที่บุคคลมีมุมมองที่ดีเกี่ยวกับตนเองและ ผู้อื่นมีมุมมองทางบวกกับการใช้ชีวิตต่อไปในอนาคต สามารถปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมได้ดี รู้จักใช้ยุทธวิธีต่างๆ ในการแก้ปัญหาต่างๆ ได้ถูกต้องเหมาะสม เป็นต้น และเมื่อบุคคลผู้ที่มี

บุคลิกภาพแบบยืดหยุ่นต้องเผชิญสถานการณ์ที่เกิดความเครียด ในมุมมองของเขานั้นจะเป็นไปในทางบวกมักจะมองสถานการณ์นั้นเป็นเรื่องที่ดีและท้าทายความสามารถของตนเองในการปรับตัว เพื่อให้สามารถอยู่ในสถานการณ์นั้นๆ ได้ (Major et al., 1998) ซึ่งสอดคล้องกับการรายงานของ Sheier et al. (1994) และ Makikangas et al. (2004) ที่ได้รายงานว่าความสัมพันธ์ในทางบวกระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองและการมองโลกในแง่ดีที่เกิดขึ้นนั้น จะมีขนาดความสัมพันธ์เกิดขึ้นในเพศหญิงสูงกว่าเพศชาย ซึ่งผลการวิจัยเป็นไปในแนวเดียวกับการศึกษาวิจัยระยะยาวของ Fontaine and Jones (1997) ที่ได้ทำการศึกษากการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้หญิงตั้งครรภ์ โดยทำการศึกษาต่อเนื่องระยะยาวตั้งแต่ ช่วงแรกหลังคลอดบุตรและติดตามอย่างต่อเนื่องในระยะ 2 สัปดาห์และระยะ 6 สัปดาห์ต่อมาและรายงานว่าลักษณะของความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองและการมองโลกในแง่ดีนั้น มีขนาดความสัมพันธ์กันสูงในทุกครั้งที่ทำการทดสอบและได้รายงานเพิ่มเติมอีกว่า การเห็นคุณค่าในตนเองสัมพันธ์ทางลบกับลักษณะอาการของโรควิตกกังวลและโรคซึมเศร้า ในขณะที่การเห็นคุณค่าในตนเองสูงนั้นมีความสัมพันธ์กับการที่บุคคลมีสุขภาพจิตที่ดีมากกว่าลักษณะการมองโลกในแง่ดีสูง ซึ่งก็สอดคล้องตรงกับการรายงานของ Aspinwall & Taylor (1992) ที่ได้รายงานว่าผลการวิจัยเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าในตนเอง การมองโลกในแง่ดี และการปรับตัว สุขภาพร่างกาย แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษามหาวิทยาลัย นั้น พบว่าความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองและการมองโลกในแง่ดีมีความสัมพันธ์กันทางบวกในระดับสูง โดยที่การมองโลกในแง่ดีนั้นสามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษามหาวิทยาลัยได้โดยตรงและยังทำนายทั้งสุขภาพร่างกาย จิตใจ และการปรับตัวที่ดีของนักศึกษาในมหาวิทยาลัยได้ทางอ้อม การรายงานเป็นไปในแนวเดียวกับรายงานการวิจัยของ Wengler & Rosen (1995) ที่รายงานว่าอาการป่วยทางร่างกายและจิตใจมีความสัมพันธ์ทางลบสูงกับการเห็นคุณค่าในตนเองและการมองโลกในแง่ดี และยังรายงานเพิ่มเติมว่าระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองและการมองโลกในแง่ดีมีความสัมพันธ์กันเองอีกด้วย นอกจากนี้แล้วยังมีการรายงานของ Makikangas et al. (2004) ที่รายงานพบความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองและการมองโลกในแง่ดี มีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตการทำงาน โดยรายงานว่าความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองและการมองโลกในแง่ดี เป็นปัจจัยที่ช่วยทำให้เกิดความพึงพอใจในการทำงานและยังช่วยป้องกันความเครียดที่เกิดขึ้นจากการทำงานได้

จากงานวิจัยของ Major et al. (1998) และ Wanberg & Banas (2000) ได้รายงานสรุปผลการวิจัยว่ามีความเชื่อมโยงเกี่ยวพันกันระหว่างความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองและการมองโลกในแง่ดี ซึ่งทั้งสองลักษณะเป็นลักษณะของโครงสร้างบุคลิกภาพแบบยืดหยุ่น (Resilience Personality) ที่มีลักษณะองค์ประกอบหลักที่สำคัญดังนี้ คือ จะเป็นผู้ที่สามารถในการปรับตัวที่ดีเห็นคุณค่าในตนเอง มีการมองโลกในแง่ดี มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีสภาวะอารมณ์ทางบวก

มีอารมณ์มั่นคง เป็นต้น ซึ่งก็สอดคล้องกับ Judge and Bono (2001) ที่รายงานว่าการเห็นคุณค่าในตนเองและการมองโลกในแง่ดีนั้นเป็นลักษณะแบบเดียวกันที่เรียกว่า ลักษณะบุคลิกภาพแบบประเมินตนเอง (Self-evaluation) และลักษณะบุคลิกภาพแบบนี้สำคัญมากต่อการที่จะมีสุขภาพจิตดีมากกว่าสุขภาพกายดีของบุคคล ซึ่งตรงกันกับการศึกษาของ Makikangas et al. (2004) ที่รายงานว่าลักษณะทั้งการเห็นคุณค่าในตนเองและการมองโลกในแง่ดีนั้น เป็นองค์ประกอบหลักที่สำคัญสำหรับโครงสร้างบุคลิกภาพแบบยืดหยุ่น (Resilience Personality) และมีผลต่อร่างกายโดยจะสามารถช่วยให้ผู้ป่วยนั้นหายจากอาการป่วยได้เร็วขึ้นแต่ที่สำคัญที่สุดคือ การให้ผู้ป่วยมีสุขภาพจิตที่ดีมากกว่ามีสุขภาพจิตที่ไม่ดี และจากผลการศึกษาของ Newby-Clark (2002) พบว่าบุคคลที่มีระดับการมองโลกในแง่ดีสูงย่อมมีการแสดงออกมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูงด้วย

สมมติฐานการวิจัยที่ 4 บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองโดยมีการมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรสื่อที่เปลี่ยนแปลงตามระดับบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล

ผลการวิจัยพบว่าบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองโดยมีการมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรสื่อที่ไม่เปลี่ยนแปลงตามระดับบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลในกลุ่มนิสิตโดยรวม ($\beta = -.29, p < .05$) นิสิตชาย ($\beta = -.28, p < .05$) และนิสิตหญิง ($\beta = -.29, p < .05$) ดังนั้นจึง **สนับสนุนสมมติฐานบางส่วน**

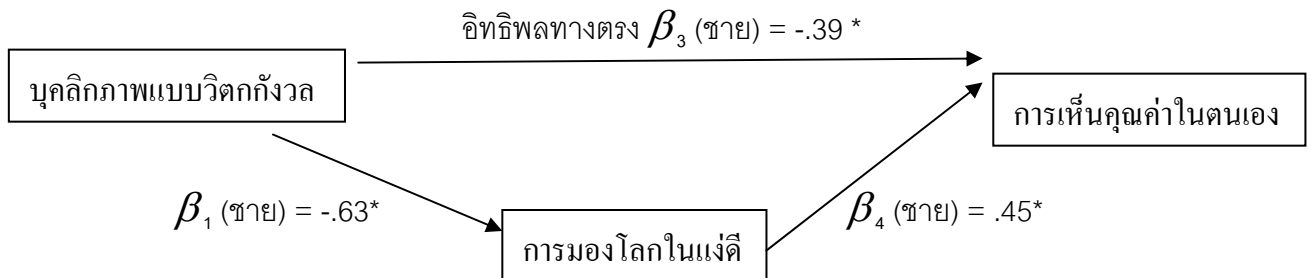
ผลการวิจัยนี้แสดงให้เห็นว่าบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองโดยมีการมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรสื่อทั้งในกลุ่มนิสิตโดยรวม ($\beta = -.29, p < .05$) นิสิตชาย ($\beta = -.28, p < .05$) และนิสิตหญิง ($\beta = -.29, p < .05$) โดยความสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นไม่เปลี่ยนแปลงไปตามระดับบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลที่ต่างกัน ข้อสรุปที่ได้จากการทดสอบโมเดลความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งสามนี้ ทั้งกลุ่มนิสิตโดยรวม นิสิตชายและนิสิตหญิงนั้น มีพื้นฐานมาจากงานวิจัยต่างๆในเรื่องตัวแปรสื่อและตัวแปรกำกับที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรทั้งสาม ได้แก่ บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Schiere, & Carver, & Bridges, 1994) การมองโลกในแง่ดี (Fry, 1995; Lai, 1996; Sumi Etal, 1997) และการเห็นคุณค่าในตนเอง (Mossholder et al., 1982; Ganster & Schaubroeck, 1991; Wiener et al., 1992, Pierce et al., 1993, Fernandez et al., 1998; Jex & Elacqua, 1999) เป็นต้น

สรุปผลการวิจัยได้ว่าไม่ว่าจะเป็นกลุ่มนิสิตโดยรวม นิสิตชาย หรือนิสิตหญิง ผลการวิจัยได้ผลออกมาเหมือนกัน นั่นก็คือบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองโดยมีการมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรสื่อ และความสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นนั้นไม่เปลี่ยนแปลงตามระดับบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลที่ต่างกัน ดังแผนภาพนี้

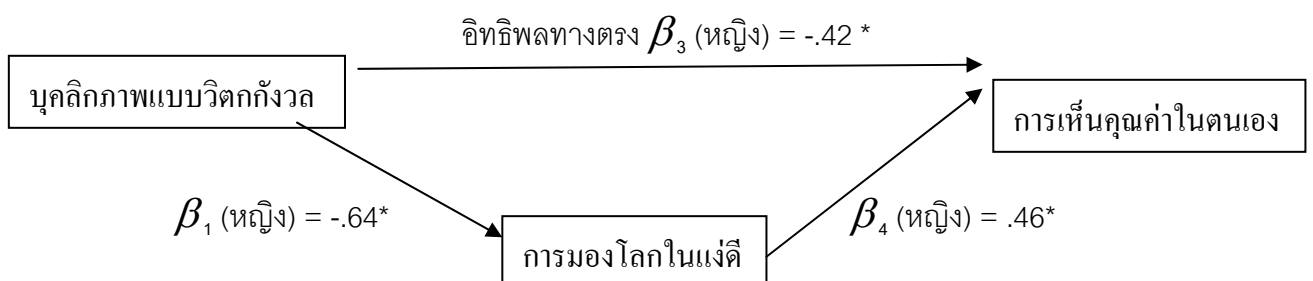
แผนภาพ 10 แสดงโมเดลความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลกับการเห็นคุณค่าในตนเองและอิทธิพลทางอ้อมที่มีการมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรสื่อ ในกลุ่มนิสิตโดยรวม นิสิตชาย และนิสิตหญิง



หมายเหตุ : * $p < .05$



หมายเหตุ : * $p < .05$



หมายเหตุ : * $p < .05$

อธิบายโมเดลความสัมพันธ์แผนภาพได้ว่า บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมีอิทธิพลทางตรง (Direct effect) ต่อการเห็นคุณค่าในตนเองในกลุ่มนิสิตโดยรวม ($\beta = -.40, p < .05$) นิสิตชาย ($\beta = -.39, p < .05$) และนิสิตหญิง ($\beta = -.42, p < .05$) แท้ที่จริงแล้วและบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมีอิทธิพลทางอ้อม (Indirect effect) ต่อการเห็นคุณค่าในตนเองโดยมีอิทธิพลผ่านการมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรสื่อทั้งกลุ่มนิสิตโดยรวม ($\beta = -.29, p < .05$) นิสิตชาย ($\beta = -.28, p < .05$) และนิสิตหญิง ($\beta = -.29, p < .05$) จากโมเดลที่เกิดขึ้นสามารถอธิบายได้ดังนี้ **ไม่ว่าจะเป็นนิสิตหญิงหรือนิสิตชาย และไม่ว่าบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลจะระดับสูงหรือต่ำ ถ้าหากต้องการจะเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเองให้มากขึ้น ก็น่าจะทำได้โดยการเพิ่มการมองโลกในแง่ดีให้มากขึ้น และถึงแม้ว่าบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลของบุคคลอาจจะเปลี่ยนแปลงได้ยาก แต่โมเดลในงานวิจัยนี้ก็ยังสามารถให้แนวความคิดเชิงบวกในการช่วยเพิ่มระดับการเห็นคุณค่าในตนเองให้กับผู้ที่มีบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลได้ โดยการปรับให้บุคคลนั้นมีการมองโลกในแง่ดีหรือการพยายามฝึกวิธีการมองโลกในแง่ดีให้มากขึ้น**

จากโมเดลความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่เกิดขึ้นในการวิจัยครั้งนี้ พบว่าการมองโลกในแง่ดี อาจจะเป็นตัวแปรสื่อช่วยเพิ่มระดับการเห็นคุณค่าในตนเองให้มากขึ้นได้และอาจจะช่วยลดอิทธิพลของบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองลงได้ ซึ่งสามารถนำข้อสรุปที่ได้จากงานวิจัยไปประยุกต์ใช้กับกลุ่มนิสิตได้ดังนี้ ถ้าหากนิสิตเพิ่มการมองโลกในแง่ดีให้มากขึ้นก็อาจจะมีผลช่วยทำให้การเห็นคุณค่าในตนเองของนิสิตเพิ่มมากขึ้นได้ ไม่ว่านิสิตจะมีบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลในระดับสูงหรือระดับต่ำ เพศชายหรือเพศหญิง ทั้งนี้ Seligman (1992) นักจิตวิทยาคลินิกได้อธิบายว่าการมองโลกในแง่ดีนั้น เป็นลักษณะบุคลิกภาพด้านปัญญาของบุคคลที่ค่อนข้างมีความยืดหยุ่น ซึ่งสามารถเรียนรู้และเปลี่ยนแปลงได้ เป็นผลอันเนื่องมาจากนิสัยของบุคคลที่มักจะมีลักษณะนิสัยในการคิดถึงสถานการณ์เลวร้ายต่างๆที่เกิดขึ้นกับตนเอง โดยผู้ที่มองโลกในแง่ดีนั้นจะมีการอธิบายเหตุการณ์หรือสถานการณ์ที่เกิดขึ้นว่าเกิดจากสาเหตุปัจจัยภายนอกไม่คงทนถาวร เกิดขึ้นเฉพาะกรณีเท่านั้นและจะไม่เกิดขึ้นในสถานการณ์อื่นๆทั่วไป ซึ่งบุคคลที่มีรูปแบบการคิดลักษณะดังกล่าวนี้จะเป็นผู้มองโลกในแง่ดี ทั้งนี้การมองโลกในแง่ดีนั้นเป็นสิ่งที่บุคคลสามารถเรียนรู้และสร้างเสริมให้เกิดขึ้นกับตนเองได้

ดังนั้นถ้าหากนิสิตเพิ่มการมองโลกในแง่ดีให้มากขึ้นก็อาจจะช่วยส่งอิทธิพลทำให้มีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นได้ อาจกล่าวได้ว่าการมองโลกในแง่ดีจะเข้าไปแทรกแซงช่วยเหลือ (intervention) ทำให้การเห็นคุณค่าในตนเองของนิสิตเพิ่มขึ้นได้ และการที่จะเพิ่มการมองโลกในแง่ดีให้มากขึ้นนั้น สามารถทำได้โดยวิธีการสอนลักษณะการใช้ชีวิตให้กับนิสิต สอนลักษณะการคิดและมุมมองที่มีต่อเหตุการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้น ทำให้มองโลกในแง่ดีและมีความคิดในทางบวกต่อสิ่งต่างๆให้มากขึ้น ซึ่งถ้าหากนิสิตมีการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มมากขึ้นแล้ว ก็อาจจะมีผลช่วยลด

ผลกระทบหรือปัญหาต่างๆที่จะเกิดขึ้นตามมาได้เมื่อนิสิตมีการเห็นคุณค่าในตนเองลดลง เช่น อาการวิตกกังวล (Greenberg, Solomon, & Pyszczynski, 1992) อาการซึมเศร้า (Pelkonen, 2003) การฆ่าตัวตาย (Palmer, 2004; Wild, Flisher, & Lombard, 2004) การตกเป็นเหยื่อ (Slee & Rigby, 1993) การเป็นยิวอาชญากร (Heaven, 1996; Jang & Thornberry, 1998) การกินที่ผิดปกติ (Gual et al, 2002) และการมีความสุขในระดับต่ำ (Furnham & Cheng, 2002) เป็นต้น อย่างไรก็ตามนอกจากจะให้ความสำคัญกับการมองโลกในแง่ดีแล้วยังคงจะต้องให้ความสำคัญกับบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลที่เป็นลักษณะประจำตัวของแต่ละบุคคลด้วย เนื่องจากผลการวิจัยพบว่าการมองโลกในแง่ดีเป็นสื่อช่วยลดอิทธิพลของบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลที่มีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองได้เพียงบางส่วนเท่านั้น ดังนั้นอาจจะมีคุณลักษณะด้านอื่นๆที่สามารถเข้ามาเกี่ยวข้องและทำหน้าที่เป็นตัวแปรสื่อได้อีกเป็นจำนวนมาก อาจกล่าวโดยสรุปได้ว่าในการที่จะสร้างเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองของนิสิตให้เพิ่มมากขึ้น ควรจะต้องให้ความสำคัญกับทั้งสองลักษณะคือ การมองโลกในแง่ดีและบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล นอกจากจะเพิ่มการมองโลกในแง่ดีให้มากขึ้นแล้วยังต้องพยายามลดบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลลงด้วย ซึ่งสามารถทำได้โดยการสอนให้นิสิตพยายามทำตนเองให้ รู้สึกผ่อนคลายและพยายามควบคุมอารมณ์ เพื่อลดความกังวล ความกดดัน ความเครียดที่อาจจะเกิดขึ้นได้ รวมทั้งการใส่ใจดูแลรักษาสุขภาพของตนเองให้แข็งแรง มีครอบครัว มีเพื่อนคอยให้คำปรึกษาและช่วยเหลือแก้ไขปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้น ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะสามารถช่วยให้ลักษณะบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลของนิสิตลดลงได้เช่นกัน และอาจจะมีอิทธิพลโดยตรงทำให้การเห็นคุณค่าในตนเองของนิสิตเพิ่มขึ้นได้อีกทางหนึ่ง แต่ถึงอย่างไรการเห็นคุณค่าในตนเองนั้นประกอบไปด้วยหลายองค์ประกอบซึ่งมีความสลับซับซ้อน ในการที่จะสร้างเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองให้มากขึ้น ควรจะต้องพิจารณาถึงองค์ประกอบหรือปัจจัยด้านอื่นๆ ซึ่งอาจจะเข้ามาเกี่ยวข้องสัมพันธ์และอาจจะส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองได้

ทั้งนี้ในปัจจุบันยังไม่พบการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับรูปแบบความสัมพันธ์ของตัวแปรทั้งสามซึ่งในงานวิจัยครั้งนี้ได้ให้ความสำคัญกับตัวแปรทางจิตวิทยาสามตัวแปรนี้ คือ บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล การมองโลกในแง่ดี และการเห็นคุณค่าในตนเอง รวมทั้งทดสอบโมเดลเพื่อแสดงให้เห็นว่าการมองโลกในแง่ดีนั้นสามารถเป็นตัวแปรสื่อส่งอิทธิพลทางอ้อมไปที่การเห็นคุณค่าในตนเองได้ และอาจจะทำให้นิสิตมีการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น ทั้งในกลุ่มนิสิตที่มีระดับบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลสูงและต่ำ ทั้งเพศชายและเพศหญิง แต่ถึงอย่างไรก็ยังคงมีตัวแปรทางจิตวิทยาตัวอื่นๆที่สามารถทำหน้าที่เป็นตัวแปรสื่อส่งอิทธิพลไปที่การเห็นคุณค่าในตนเองได้อีกมาก เช่น การรายงานของ Benetti & Kambouropoulos (2004) ที่รายงานว่า อารมณ์ทางลบ เป็นตัวแปรสื่อส่งอิทธิพลทางอ้อมต่อความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลและการเห็นคุณค่าในตนเอง และจากการศึกษาวิจัยของ Swickert et al. (2004) ได้รายงานว่าทั้งการมองโลกในแง่ดีและทักษะทาง

สังคม สามารถเป็นตัวแปรสื่อส่งอิทธิพลทางอ้อมต่อความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบแสดงตัว และการเห็นคุณค่าในตนเองได้ รวมทั้งในงานวิจัยของ Fry (1995), Lai (1996) และ Sumi, Horie, & Hayakawa (1997) ที่ได้รายงานว่าการมองโลกในแง่ดีนั้นเป็นตัวแปรกำกับความสัมพันธ์ระหว่างปัญหาสุขภาพและความเครียดของนักศึกษามหาวิทยาลัย

งานวิจัยนี้ยังคงมีข้อจำกัดเนื่องจากเป็นงานวิจัยเชิงสำรวจความสัมพันธ์และทดสอบโมเดลของความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร อาจจะไม่สามารถสรุปในลักษณะเชิงเหตุและผลได้ และวิธีการรายงานบุคลิกภาพที่เป็นลักษณะแบบรายงานตนเองและผู้ตอบอาจมีแนวโน้มที่จะตอบในลักษณะที่เข้าข้างตนเองและอาจไม่แสดงความรู้สึกจริงๆออกมาหรือตั้งใจตอบคำถามอย่างแท้จริง ทั้งนี้การวัดลักษณะบุคลิกภาพของบุคคลที่ดี ควรจะใช้วิธีการวัดที่หลากหลายมากขึ้นเพื่อให้ได้ข้อมูลที่แท้จริงจากผู้เข้าร่วมมากที่สุด ซึ่งจะทำให้ทราบรูปแบบความสัมพันธ์ ได้ข้อสรุปที่ชัดเจนในความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งสามมากขึ้นและนำมาซึ่งข้อพิสูจน์ที่หลากหลายมากขึ้น ส่วนในเรื่องกลุ่มตัวอย่างนั้นก็จะเป็นอีกข้อจำกัดหนึ่งของงานวิจัยนี้ เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างมีขนาดเล็กและส่วนมากมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองค่อนข้างสูง และข้อจำกัดของวิธีการเลือกตัวอย่างแบบ Convenience Sampling นั้น อาจจะทำให้ไม่ได้ตัวอย่างที่เป็นตัวแทนที่ดีของประชากรและไม่สามารถคำนวณหาความผิดพลาดในการประมาณค่าพารามิเตอร์หรือลักษณะที่สำคัญของประชากรได้ จึงทำให้ไม่สามารถทราบคุณภาพของค่าประมาณที่คำนวณจากตัวอย่างในการที่จะสรุปอ้างอิงผลการวิจัยไปสู่ทุกกลุ่มของประชากร ซึ่งการเลือกตัวอย่างที่ไม่ทราบความน่าจะเป็น อาจจะมีผลต่อขนาดของความสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นนั้นสูงหรือต่ำความเป็นจริงได้ และจากผลการวิจัยที่พบว่า การมองโลกในแง่ดีนั้นเป็นปัจจัยหนึ่งที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเองแล้วนั้น ก็อาจจะมีตัวแปรทางจิตวิทยาตัวอื่นๆ ซึ่งอาจจะเข้ามาเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์และสามารถเป็นตัวแปรสื่อส่งอิทธิพลทางอ้อมจากบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลไปสู่การเห็นคุณค่าในตนเองได้อีกมาก รวมถึงการทดสอบโมเดลในงานวิจัยนี้น่าจะนำไปทดสอบเพื่อเปรียบเทียบโมเดลในกลุ่มตัวอย่างอื่นๆ เช่น กลุ่มวัยเด็ก วัยผู้ใหญ่ หรือคนไข้ในโรงพยาบาลที่มีอาการวิตกกังวลสูงหรือมีลักษณะอาการทางประสาท อาจจะทำให้ได้ข้อสรุปที่หลากหลายมากขึ้นและเป็นคำถามที่น่าจะค้นหาคำตอบจากงานวิจัยอื่นๆต่อไปในอนาคต

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Trait Anxiety) การมองโลกในแง่ดี (Optimism) และการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-esteem)
2. เพื่อทดสอบโมเดลความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Trait Anxiety) ต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-esteem) โดยมีการมองโลกในแง่ดี (Optimism) เป็นตัวแปรสื่อที่เปลี่ยนแปลงตามระดับบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล

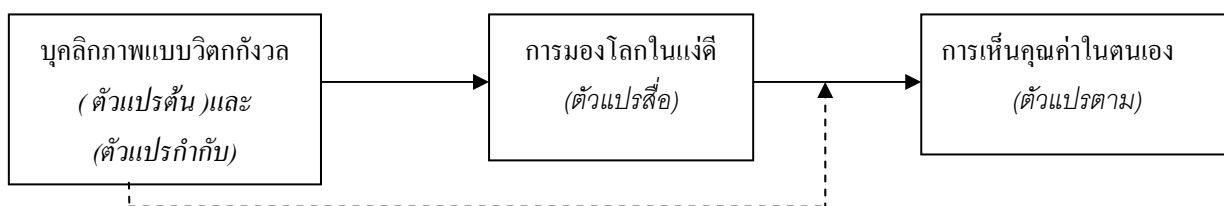
ตัวแปรที่ใช้ในงานวิจัย

- ตัวแปรอิสระ : ได้แก่ บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Trait anxiety)
- ตัวแปรสื่อ : ได้แก่ การมองโลกในแง่ดี (Optimism)
- ตัวแปรกำกับ : ได้แก่ บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Trait anxiety)
- ตัวแปรตาม : ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง (Self – esteem)

สมมติฐานการวิจัย

1. บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับการเห็นคุณค่าในตนเอง
2. บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับการมองโลกในแง่ดี
3. การมองโลกในแง่ดีมีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเอง
4. เพื่อศึกษาบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองโดยมีการมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรสื่อที่เปลี่ยนแปลงตามระดับบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล

สมมติฐานโมเดลตัวแปรสื่อแบบกำกับ (Moderated Mediation)



แผนภาพ 11 สมมติฐานโมเดลความสัมพันธ์ระหว่าง บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Trait Anxiety) การมองโลกในแง่ดี (Optimism) การเห็นคุณค่าในตนเอง (Self – Esteem)

วิธีการดำเนินการวิจัย

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นิสิตระดับปริญญาตรีของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ชั้นปีที่ 1 – ชั้นปีที่ 4 ที่กำลังศึกษาในปีการศึกษา 2550 จำนวน 400 คน แบ่งเป็น นิสิตชายจำนวน 200 คนและนิสิตหญิงจำนวน 200 คน โดยผู้วิจัยใช้วิธีการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบ Convenience Sampling โดยพิจารณาจากตารางกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง Power Statistic ของ MacKinnon (2004) ดังแสดงในตารางภาคผนวก ข

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ แบ่งเป็น 4 ส่วนด้วยกัน คือ

1. แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป
2. มาตรการวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self - esteem)
3. มาตรการวัดบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (Trait Anxiety or A-Trait)
4. มาตรการวัดการมองโลกในแง่ดี (Optimism)

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โดยมีขั้นตอนดำเนินการดังนี้

1. จัดเตรียมเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบสอบถามจำนวน 1 ฉบับ ประกอบด้วย 4 ชุดย่อย
 - ชุดที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปส่วนบุคคล ประกอบด้วยข้อคำถามเกี่ยวกับ เพศ อายุ คณะ ชั้นปี
 - ชุดที่ 2 แบบสอบถามการมองโลกในแง่ดี จำนวน 10 ข้อ
 - ชุดที่ 3 แบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเอง จำนวน 25 ข้อ
 - ชุดที่ 4 แบบสอบถามบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล จำนวน 20 ข้อ
2. ผู้วิจัยเก็บข้อมูลจากนิสิตโดยแจกแบบสอบถามด้วยตนเองและตรวจสอบความครบถ้วนของข้อมูล ในงานวิจัยนี้ได้แบบสอบถามที่มีข้อมูลการตอบครบถ้วน สมบูรณ์จำนวน 400 ฉบับ ผู้วิจัยต้องเก็บข้อมูลของนิสิตทั้งสิ้น 430 คน คิดสัดส่วนของแบบสอบถามที่สมบูรณ์เป็นร้อยละ 93.02

การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูลออกเป็น 2 ตอน ดังนี้ คือ

ตอนที่ 1 ข้อมูลสถิติพื้นฐานของตัวแปรทั้งหมด ประกอบไปด้วย

- 1.1 ลักษณะข้อมูลส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ อายุ คณะ และชั้นปี
- 1.2 ตัวแปรการเห็นคุณค่าในตนเอง การมองโลกในแง่ดี และบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลและวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรดังกล่าวด้วยการหาสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบ Pearson (Pearson's Product-Moment Correlation Coefficient)

ตอนที่ 2 แนวทางการทดสอบสมมติฐานโดยมีขั้นตอน 2 รูปแบบ ดังนี้

- 2.1 **ทดสอบตัวแปรสื่อ** ด้วยการวิเคราะห์ความถดถอยตามหลักการของ Baron & Kenny (1986) วิเคราะห์การถดถอยและถดถอยพหุคูณ ระหว่างตัวแปรดังนี้
 - 2.1.1. วิเคราะห์การถดถอยระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (*ตัวแปรต้น*) กับการมองโลกในแง่ดี (*ตัวแปรสื่อ*)
 - 2.1.2. วิเคราะห์การถดถอยระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (*ตัวแปรต้น*) กับการเห็นคุณค่าในตนเอง (*ตัวแปรตาม*)
 - 2.1.3. วิเคราะห์การถดถอยพหุคูณระหว่างบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (*ตัวแปรต้น*) และการมองโลกในแง่ดี (*ตัวแปรสื่อ*) กับการเห็นคุณค่าในตนเอง (*ตัวแปรตาม*)
 - 2.1.4. วิเคราะห์ตัวแปรสื่อจากสูตรของ Sobel (1982)
- 2.2 **ทดสอบตัวแปรกำกับ** ด้วยการวิเคราะห์ความถดถอยตามหลักการของ Baron & Kenny (1986) วิเคราะห์การถดถอยพหุคูณและวิเคราะห์การถดถอยพหุเชิงชั้นระหว่างตัวแปร ดังนี้
 - 2.2.1 วิเคราะห์การถดถอยพหุคูณระหว่างการมองโลกในแง่ดี (*ตัวแปรต้น*) และบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (*ตัวแปรกำกับ*) กับการเห็นคุณค่าในตนเอง (*ตัวแปรตาม*)
 - 2.2.2 วิเคราะห์การถดถอยพหุเชิงชั้นระหว่างการมองโลกในแง่ดี (*ตัวแปรต้น*) บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (*ตัวแปรกำกับ*) และปฏิสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดี X บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (*ตัวแปรต้น X ตัวแปรกำกับ*) เพื่อทำนายการเห็นคุณค่าในตนเอง (*ตัวแปรตาม*) ตามหลักการของ Baron & Kenny (1986)

ผลการวิจัย

1. บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมีความสัมพันธ์ทางลบกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ทั้งในกลุ่ม นิสิตโดยรวม ($r = -.69, p < .05$) นิสิตชาย ($r = -.68, p < .05$) และนิสิตหญิง ($r = -.71, p < .05$)

2. บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมีความสัมพันธ์ทางลบกับการมองโลกในแง่ดี ทั้งในกลุ่ม นิสิตโดยรวม ($r = -.64, p < .05$) นิสิตชาย ($r = -.63, p < .05$) และนิสิตหญิง ($r = -.64, p < .05$)

3. การเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการมองโลกในแง่ดี ทั้งในกลุ่ม นิสิตโดยรวม ($r = .71, p < .05$) นิสิตชาย ($r = .70, p < .05$) และนิสิตหญิง ($r = .72, p < .05$)

4. บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองในโดยมีการมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรสื่อบางส่วนโดยความสัมพันธ์นี้ไม่เปลี่ยนแปลงตามระดับบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล ทั้งในกลุ่ม นิสิตชาย นิสิตหญิง และนิสิตโดยรวม นั่นคือ

4.1 ในกลุ่มนิสิตโดยรวม บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมีอิทธิพลรวมต่อการเห็นคุณค่าในตนเองในระดับ $\beta = -.69 (p < .05)$ โดยเป็นอิทธิพลทางตรงในระดับ $\beta = -.40 (p < .05)$ และเป็นอิทธิพลทางอ้อมผ่านการมองโลกในแง่ดีในระดับ $\beta = -.29 (Z = -9.27, p < .05)$

4.2 ในกลุ่มนิสิตชาย บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมีอิทธิพลรวมต่อการเห็นคุณค่าในตนเองในระดับ $\beta = -.68 (p < .05)$ โดยเป็นอิทธิพลทางตรงในระดับ $\beta = -.39 (p < .05)$ และเป็นอิทธิพลทางอ้อมผ่านการมองโลกในแง่ดีในระดับ $\beta = -.28 (Z = -6.30, p < .05)$

4.3 ในกลุ่มนิสิตหญิง บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมีอิทธิพลรวมต่อการเห็นคุณค่าในตนเองในระดับ $\beta = -.71 (p < .05)$ โดยเป็นอิทธิพลทางตรงในระดับ $\beta = -.42 (p < .05)$ และเป็นอิทธิพลทางอ้อมผ่านการมองโลกในแง่ดีในระดับ $\beta = -.29 (Z = -6.66, p < .05)$

ข้อเสนอแนะ

1. ควรมีการทดสอบโมเดลความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้นหรือตัวแปรสื่อทางจิตวิทยาในด้านอื่นๆ เช่น อารมณ์ทางบวก อารมณ์ทางลบ พฤติกรรมเก็บตัว พฤติกรรมแสดงตัว รูปแบบความผูกพัน รูปแบบการอบรมเลี้ยงดู การสนับสนุนทางสังคม การรับรู้ความสามารถของตนเอง เป็นต้นอาจทำให้ได้ข้อสรุปที่หลากหลายมากขึ้น

2. ควรศึกษาโมเดลความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองกับตัวแปรทางจิตวิทยาอื่นๆ ซึ่งอาจจะสามารถทำหน้าที่เป็นตัวแปรสื่อหรือตัวแปรกำกับในโมเดลที่ใหญ่ขึ้นและสามารถส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองได้ให้เพิ่มขึ้น จะได้เห็นภาพชัดเจนมากขึ้นในตัวแปรที่สามารถมีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคล

3. ควรศึกษาทดสอบเปรียบเทียบโมเดลในงานวิจัยนี้กับกลุ่มตัวอย่างอื่นๆ เช่น วิทยาลัยผู้ใหญ่วัยใหญ่ หรือคนไข้ในโรงพยาบาล เป็นต้น อาจจะทำให้ได้ข้อสรุปของโมเดลที่หลากหลายมากขึ้น

รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

- กนกวรรณ สุพรรณวรรณ (2544). *การวิเคราะห์การมองโลกในแง่ดี และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิต นักศึกษามหาวิทยาลัย*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- กาญจนา พงศ์พุกฤษ (2523). *ความสัมพันธ์ระหว่างกันของพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกความวิตกกังวล และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- จงกลณี ต้อยเจริญ (2540). *สัมพันธภาพของวัยรุ่นกับบิดามารดา การเห็นคุณค่าในตนเองกับการปรับตัวของวัยรุ่นตอนต้น*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาควิชาพยาบาล จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ชวัลณัฐ เหล่าพูนพัฒน์ (2548). *ปัจจัยส่งผลต่อความผูกพันกับองค์กร โดยมีความพึงพอใจในงานเป็นตัวแปรสื่อ*. วิทยานิพนธ์หลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ. คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ณัฐนันท์ คงคาหลวง (2548). *เหตุผลของการมีพฤติกรรมทางเพศที่ขาดการป้องกันในสตรีวัยรุ่นตอนปลายและวัยผู้ใหญ่ตอนต้น*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ฐิตารัตน์ ธิรสุนทรากุล (2550). *ผลของการทำตามสัญญาใจตามการรับรู้ของพนักงานต่อความตั้งใจในการลาออกโดยมีความผูกพันเป็นตัวแปรสื่อ*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาจิตอุตสาหกรรมและองค์การ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ดาราวรรณ ตีะปินตา (2535). *การลดความวิตกกังวลของพยาบาลประจำการที่ดูแลผู้ป่วยโรคเอดส์ด้วย วิธีการปรับเปลี่ยนความคิดร่วมกับวิธีฝึกสันติ*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ทิวา มั่งน้อย (2535). *การเปรียบเทียบความสามารถในการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนที่รูปแบบของการอธิบายต่างกัน*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นภาพร พุ่มพุกฤษ (2529). *ผลการกิจกรรมกลุ่มที่มีผลต่อการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียน ม.ศ. 3 โรงเรียนนารายณ์ จังหวัดลพบุรี*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร.

- นิพนธ์ แจ้งเยี่ยม (2519). การศึกษาบุคลิกภาพแสดงตัว ความเชื่อมั่นในตนเอง และความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้น ม.ศ. 3 ในกรุงเทพมหานคร และจังหวัดอุดรดิตถ์. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต วิทยาลัยวิชาการศึกษาประสานมิตร.
- นิมิตตารา แว (2532). ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวไฮลิสติกต่อการลดความวิตกกังวลของนักศึกษาพยาบาล และผดุงครรภ์. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ประไพพรรณ ภูมิวุฒิสาร (2530). จิตวิทยาวัยรุ่น. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ประสูติ หุ่นวงศา (2533). ความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการอธิบาย และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) (2542). การแพทย์ยุคใหม่ในพุทธทัศน์. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: ธรรมสาร.
- ไพฑูรย์ สีนลารัตน์ (2543). เทคนิคการสอนระดับอุดมศึกษา. กรุงเทพฯ: ทบวงมหาวิทยาลัย
- รังรอง งามศิริ (2540). การวิเคราะห์ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของตัวแปรที่มีต่อความวิตกกังวลในการสอบของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุจิตตรา เขียวชัยวัฒนกุล (2536). ความวิตกกังวลของหญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะเสี่ยงสูงเปรียบเทียบกับหญิงตั้งครรภ์ปกติ. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุชา จันท์เอม (2542). จิตวิทยาพัฒนาการ. กรุงเทพฯ: บริษัทโรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิชจำกัด.
- สุภาวดี จันท์เพ็ญ (2541). ความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการอธิบาย ลำดับในการเลือก และความตั้งใจที่จะสอบคัดเลือกเข้ามหาวิทยาลัยอีกครั้งหนึ่งกับผลการเรียนของนิสิตชั้นปีที่ 1 คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ภาษาอังกฤษ

- American Psychiatric Association. (1987). *The diagnostic and statistical manual of mental disorders* (4th ed.). Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Andersson, G. (1996). The benefit of optimism: A meta-analytic review of the Life Orientation Test. *Personality and Individual Differences, 21*, 719-725.
- Aspinwall, L. G., & Taylor, S. E. (1992). Modeling cognitive adaptation: A longitudinal investigation of the impact of individual differences and coping on college adjustment and performance. *Journal of Personality and Social Psychology, 63*, 989-1003.
- Atwater, E. (1979). *Psychology of adjustment*. Englewood Cliffs: Prentice-Hall.
- Aunola, K., Stattin, H., & Nurmi, J. E. (2000). Adolescents' achievement strategies, school adjustment, and externalizing and internalizing problem behaviors. *Journal of Youth and Adolescence, 29*, 389-406.
- Ausubel, D. P. (1968). *Educational psychology: A cognitive view*. New York: Holt Rinehart and Winston.
- Bandura, A. (1986). *Social foundation of thought and action a social cognitive theory*. New Jersey: Prentice-Hall, Inc.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of personality and Social Psychology, 51*, 1173-1182.
- Baumeister, R. F. (1993). *Self-esteem: The puzzle of low self-regard*. New York: Plenum Press.
- Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., & Vohs, K. D. (2003). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles? *Psychological Science in the Public Interest, 4*, 1-44.
- Benetti, C., & Kambouropoulos, N. (2006). Affect-regulated indirect effects of trait – anxiety and trait resilience on self-esteem. *Personality and Individual Differences, 36*, 207-217.

- Bennett, D. H., & Holmes, D. S. (1975). Influences of denial (Situational redefinition) and projection on anxiety associated with threat to self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, *32*, 915-921.
- Berk, L. E. (1994). *Child development* (3rd ed). London: Allyn and Bacon.
- Bolger, N., & Schilling, E. A. (1991). Personality and problems of everyday life: The role of neuroticism in exposure and reactivity to daily stressors. *Journal of Personality*, *59*, 355-386.
- Brisette, L., Scheier, M. F. & Carver, C. S. (2002). The role of optimism in social network development, coping, and psychological adjustment during a life transaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, *82*, 102-111.
- Brockner, J. (1983). Low self-esteem and behavioral plasticity: some implications. In L. Wheeler, & P. R. Shaver (Eds.). *Review of personality and social psychology*. Beverly Hills, CA: Sage.
- Brockner, J. (1988). *Self-esteem at work: Research, theory and practice*. Lexington, MA: Lexington Books.
- Bromberger, J. T., & Matthews, K. A. (1996). A longitudinal study of the effects of pessimism, trait anxiety, and life stress on depressive symptoms in middle-age women. *Psychology and Aging*, *11*, 207-213.
- Brown, J. D., Collins, R. L., & Schmidt, G. W. (1988). Self-esteem and direct versus indirect forms of self-enhancement. *Journal of Personality and Social Psychology*, *55*, 445-453.
- Bruce, B. (2000). Relationships between anxiety, fear, self-esteem and coping strategies in adolescence. *Journal of Adolescence*, *35*, 201-212.
- Burish, T. G., & Houston, B. K. (1979). Causal projection, similarity projection, and coping with threat to self-esteem. *Journal of Personality*, *47*, 57-70.
- Carver, C. S., & White, T. L. (1994). Behavioral inhibition, behavioral activation, and affective responses to impending reward and punishment: The BIS/BAS Scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, *67*, 319-333.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1999). Optimism. In C. R. Snyder (Ed.), *Coping: The psychology of what works*. New York: Oxford University Press.

- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2000). *Perspectives on personality* (4th ed.). Boston: Allyn and Bacon.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2002). Optimism. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology*. New York: Oxford University Press.
- Chang, E. C. (1998). Distinguishing between optimism and pessimism: a second look at the 'optimism-neuroticism hypothesis'. In R. R. Hoffman, M. F. Sherrick, & J. S. Warm, *Viewing psychology as a whole: the integrative science of William N. Damber*. Washington DC: American Psychological Association.
- Coopersmith, S. (1981). *The antecedence of self-esteem*. Palo Alto: California Consulting Psychologists Press.
- Coopersmith, S. (1984). *SEI: self-esteem inventories*. Palo Alto: California Consulting Psychologists Press.
- Coopersmith, S. (2002). *Self-esteem inventories manual*. CA: Mind Garden.
- Diener, E., & Diener, C. (1995). Factors predicting the subjective well-being of nations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 851-864.
- Epstein, S. (1985). The nature of anxiety. In Spielberger, C. D. (Eds.), *Anxiety: Current trends in theory and Research*. New York: Academic.
- Erikson, E.H. (1968). *Identity youth and crisis*. New York: Norton Company.
- Fernandez, M. E., Mutran, E. J., & Reitzes, D. C. (1998). Moderating the effects of stress on depressive symptoms. *Research on Aging*, 20, 163-182.
- Fontaine, K. R., & Jones, L. C. (1997). Self-esteem, optimism, and postpartum depression. *Journal of Clinical Psychology*, 53, 59-63.
- Francis, L. J. (1997). Coopersmith's model of self-esteem: bias toward the stable extravert?. *The Journal of Social Psychology*, 137, 139-142.
- Francis, L. J., & Jame D.J. (1996). The relationship between Rosenberg's construct of self-esteem and Eysenck's two-dimensional model of personality. *Personality and Individual Differences*, 21, 438-488.
- French, J. R. P. (1968). The conceptualization and measurement of mental health in term of self-identity theory. In S. B. Bells (Ed.), *The definition and measurement of mental health*. Washington, DC: U.S. Department of Health, Education, and Welfare.

- Fry, P. S. (1995). Perfectionism, humor, and optimism as moderators of health outcomes and determinants of coping style of woman executives. *Genetics, Social, and General Psychology Monographs*, 121, 211-245.
- Furnham, A., & Cheng, H. (2000). Perceived parental behavior, Self-esteem and happiness. *Social Psychiatry & Psychiatric Epidemiology*, 35, 463-470.
- Ganster, D. C., & Schaubroeck, J. (1991). Role stress and worker health: an extension of the plasticity hypothesis of self-esteem. Special issue: Handbook on job stress. *Journal of Social Behavior and Personality*, 6, 349-360.
- Goebal, B.L., & Brown, D.R. (1981). Age differences in motivation related to maslow' s need hierarchy. *Development Psychology*, 17, 809-815.
- Golden, B.L., & Lesg, K. (1994). *Building self-esteem: Strategies for success in school and Beyond* (2nd ed.). Arizona: Gorsuch Scarisbrick.
- Gray, J. A. (1987). Perspectives on anxiety and impulsivity: A commentary. *Journal of Research in Personality*, 21, 493-509.
- Greenberg, J., & Gold, R. (1994). *Health*. New York: Holt, Rinehart & Winston.
- Greenberg, J., Pyszczynski, T., & Solomon, S. (1986). The causes and consequences of a need for self-esteem: A terror management theory. In R. F. Baumeister (Ed.), *Public self and private self*. New York: Springer-Verlag.
- Greenberg, J., Solomon, S., & Pyszczynski, T., Rosenblatt, A., Burling, J., Lyon, D., et al. (1992). Why do people need self-esteem? Converging evidence that self- esteem serves as an anxiety- Buffering function. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 913-922.
- Gual, P., Pe'rez-Gaspar, M., Mart'inez-Gonza'lez, M. A., Lahortiga, F., de Irala-Este'vez, J., & Cervera-Enguix, S. (2002). Self-esteem, personality, and eating disorders: Baseline assessment of a prospective population-based cohort. *International Journal of Eating Disorders*, 31, 216-237.
- Hamachek, D. (1978). *Encounters with the self* (2nd ed.). Boston: Holt Rinechart and Winston.
- Hamachek, D. (1995). *Psychology in teaching, learning, and growth* (5th ed.). Boston: Allyn and Bacon.

- Hansford, B. C., & Hattie, J. A. (1982). The relationship between self and achievement performance measures. *Review of Educational Research, 52*, 123-142.
- Harju, B., & Bolen, L. M. (1998). The effects of optimism on coping and perceived quality of life of college students. *Journal of Social Behavior and Personality, 13*, 185-200.
- Harter, S. (1996). Historical roots of contemporary issues involving self-concept. In B. A. Bracken (Eds.), *Handbook of self-concept: Developmental, social, and clinical considerations*. New York: Wiley.
- Havighurst, R. J. (1953). *Human development and education*. New York: David McKay Company.
- Heaven, P. C. L. (1996). Personality and self-reported delinquency: A longitudinal analysis. *Journal of Child Psychology & Psychiatry, 37*, 747-751.
- Hickman, G. P., Barthlomeae, S., & Mckenry, P. C. (2000). Influence of parenting styles on the adjustment and academic achievement of tradition college freshman. *Journal of College Student Development, 4*, 41-54.
- Hodges, W. F., & Spielberger, C. D. (1996). The effects of threat of shock on heart rate for subjects who differ in manifest anxiety and fear of shock. *Psychophysiology, 2*, 287-294.
- Jang, S. J., & Thornberry, T. P. (1998). Self-esteem, delinquent peers, and delinquency: A test of the self-enhancement hypothesis. *American Sociological Review, 63*, 586 – 598.
- Jex, S. M., & Elacqua, T. C. (1999). Self-esteem as moderator: a comparison of global and organization-based measures. *Journal of Occupational and Organizational Psychology, 72*, 71-81.
- Judge, T. A., & Bono, J. E. (2001). A rose by any other name. Are neuroticism, self-esteem, locus of control, and generalized self-efficacy indicators of a common construct ?. In B. W. Roberts & R. T. Hogan (Eds.), *Personality psychology in the workplace*. Washington, DC: American Psychology Association.
- Kawash, G. F. (1982). A structural analysis of self esteem from pre-adolescence through young adulthood: Anxiety and extraversion as agents in the development on self-esteem. *Journal of Clinical Psychology, 38*, 301-311.

- Ladder, M., & Mark, I. (1971). *Clinical anxiety*. New York: Grune and Stratton.
- Lai, J. C. L. (1996). The moderating effects of optimism on the relation between hassles and somatic complaints. *Psychological Reports, 76*, 883-894.
- Lancastle, L., & Boivin, J. (2005). Dispositional optimism, trait anxiety, and coping: Unique or shared effects on biological response to fertility treatment ?. *Health Psychology, 24*, 171-178.
- Larsen, R. J., & Ketelaar, T. (1991). Personality and susceptibility to positive and negative emotional states. *Journal of Personality and Social Psychology, 61*, 132-140.
- Lee, R. M., & Robbins, S. B. (1998). The relationship between social connectedness and anxiety, self-esteem, and social identity. *Journal of Counseling Psychology, 45*, 338-345.
- Leung, J. J., & Sand, M. C. (1981). Self-esteem and emotional maturity in college students. *Journal of College Student Personnel, 22*, 291-298.
- Lipsitt, L. P. (1958). A self-concept scales for children and its relationship to the children's from of the Manifest Anxiety Scale. *Child Development, 29*, 463-472.
- Locke, E. A., McClear, K., & Knight, D. (1996). Self-esteem at work. In C. Cooper & I. T. Robertson (Eds.), *International review of industrial and organizational Psychology*. Chichester: Wiley.
- MacKinnon, D. P., Lockwood, C. M., & Williams, J. (2004). Confidence limits for the indirect effect: Distribution of the product and resampling methods. *Multivariate Behavioral Research, 39*, 99-128.
- Major, B., Richards, C., Cooper, M. L., Cozzarelli, C., & Zubek, J. (1998). Personal resilience, cognitive appraisals, and coping: An integrative model of adjustment to abortion. *Journal of Personality and Social Psychology, 74*, 735-752.
- Makikangas, A., & Kinnunen, U. (2003). Psychosocial work stressors and well-being: Self-esteem and optimism as moderators in one-year longitudinal sample. *Personality and Individual Differences, 35*, 537-557.
- Makikangas, A., Kinnunen, U., & Feldt, T. (2004). Self-esteem, dispositional optimism, and health: Evidence from cross-lagged data on employees. *Journal of Research in Personality, 38*, 556-578.

- Mashall, G. N., Wortman, C. B., Kusalas, J. W., Hervig, L. K., & Vickers, R. R., Jr. (1992). Distinguishing optimism from pessimism: Relations to fundamental dimensions of mood and personality. *Journal of Personality and Social Psychology*, *62*, 1067-1074.
- Maslow, A. H. (1968). *Toward a psychology of being* (2nd ed.). New York: Harper & Row.
- Maslow, A. H. (1970). *Motivation and personality* (2nd ed.). New York: Harper & Row.
- Mossholder, K. W., Bedeian, A. G., & Armenakis, A. A. (1982). Group process-work outcome relationships: a note on the moderating impact of self-esteem. *Academy of Management Journal*, *25*, 575-585.
- Mroczek, D. K., Spiro, A., III, Aldwin, C. M., Ozer, D. J., & Bosse, R. (1993). Construct validation of optimism and pessimism in older men: Findings from the normative aging study. *Health Psychology*, *12*, 406-409.
- Myers, L. B. & Steed L. (1999). The relationship between dispositional optimism, dispositional pessimism, repressive coping and trait anxiety. *Personality and Individual Differences*, *27*, 1261-1272.
- Newby-Clark, I. (2002). The inverse relationship between self-esteem and anticipatory coping. *Dissertation Abstract International*, *60*, 6377.
- Palmer, C. J. (2004). Suicide attempt history, self-esteem, and suicide risk in a sample of 116 depressed voluntary inpatients. *Psychological Reports*, *95*, 1092-1094.
- Pelkonen, M. (2003) Risk for depression: A 6-year follow-up of finish adolescents. *Journal of Affective Disorders*, *77*, 41-51.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (1984). Causal explanation as a risk factor for depression. *Psychological Review*, *91*, 343-374.
- Peterson, C., & Bossio, L. M. (1991). *Health and optimism*. New York: Free Press.
- Pierce, J. L., Gardner, D. G., Dunham, R. B., & Cummings, L L. (1993). Moderation by organization-based self-esteem on role condition-employee response relationships. *Academy of Management Journal*, *32*, 622-648.
- Raikkonen, K., Matthews, K. A., Flory J. D., Owens, J. F., & Gump, B. B. (1999). Effects of optimism, pessimism, and trait anxiety on ambulatory blood pressure and mood during everyday life. *Journal of Personality and Social Psychology*, *76*, 104-113.

- Robbins, A. S., Spence, J. T., & Clark, H. (1991). Psychological determinants of health and performance: The tangled web of desirable and undesirable characteristics. *Journal of Personality and Social Psychology, 61*, 755-765.
- Robinson, N. S., Garber, J., & Hillsman, R. (1995). Cognitions and stress: Direct and moderating effects on depressive versus externalizing symptoms during the junior high school transition. *Journal of Abnormal Psychology, 104*, 453-463.
- Robinson, J. P., and Shaver, P. R. (1973). *Measures of social psychological attitudes*. University of Michigan Survey Research Center, Ann Arbor. Institute for Social Research.
- Roffey, S., Tarrant, T., & Majors, K. (1994). *Young friend: Schools and friendship*. London: Cassell.
- Roger, D., (1994). *The psychology of adolescence: Appleton century crofts. Educational division meredith corporation*. London: Cassell.
- Rosenberg, M. (1979). *Conceiving the self*. New York: Basic books.
- Rosenberg, M. (1985). Self-concept and psychological well-being in adolescence. *The developmental of the self*. Florida: Academic Press.
- Rosenberg, M., & Simmons, R. G. (1972). *Black and white self-esteem: The urban school child*. Washington, DC: American Sociological Association.
- ROysamb, E., & Strype, J. (2002). Optimism and pessimism: Underlying structure and dimensionality. *Journal of Social and Clinical Psychology, 21*, 1-19.
- Rutter, M. (1990). Psychosocial resilience and protective mechanism. In J. Rolf, A. Masten, D. Cicchetti, K. Nuechterlein & S. Weintraub (Eds.), *Risk and protective factors in the development of psychopathology*. New York: Cambridge University Press.
- Scheier, M. F., & Carver, C. S., (1985). Optimism, coping and health: Assessment and implication of generalized outcome expectancies. *Health Psychology, 4*, 219-247.
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1987). Dispositional optimism and physical well-being: the influence of generalized outcome expectancies. *Journal of Personality, 55*, 169-210.

- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1992). Effect of optimism on psychological and physical well-being: Theoretical overview and empirical update. *Cognitive Therapy and Research, 16*, 201-228.
- Scheier, M. F., Carver, C. S., & Bridges, M. W. (2001). Optimism, pessimism and psychological well-being. In E. C. Chang (Ed.). *Optimism and pessimism: Implications for theory, research, and practice*. Washington, DC: American Psychology Association.
- Scheier, M. F., Carver, C. S., & Bridges, M. W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): A reevaluation of the life orientation test. *Journal of Personality and Social Psychology, 67*, 1036-1078.
- Schweizer, K. & Koch, W. (2001). The assessment of components of optimism by POSO-E. *Personality and Individual Differences, 31*, 563-574.
- Schweizer, K. (2000). Experiences and expectations in evaluating preparation for an examination. *Psychological Reports, 86*, 895-898.
- Schweizer, K., Beck-Seyffer, A., & Schneider, R. (1999). Cognitive bias of optimism and its influence on psychological well-being. *Psychological Reports, 84*, 627-636.
- Sedikides, C., Rudich, E. A., Gregg, A. P., Kumashiro, M., & Rusbult, C. (2004). Are normal narcissists psychologically healthy? Self-esteem matters. *Journal of Personality and Social Psychology, 87*, 400-416.
- Seegerstrom, S. C., Taylor, S. D., Kememy, M. E. & Fahey, J. L. (1998). Optimism is associated with mood, coping and immune change in response to stress. *Journal of Personality and Social Psychology, 74*, 1646-1655.
- Seligman, M. E. P. (1992). *Learned optimism*. New York: Pocket Books.
- Seligman, M. E. P. et al. (1988). Explanatory style change during cognitive therapy for unipolar depression. *Journal of Abnormal Psychology, 97*, 13-14.
- Sheldon, K. M. (2004). The benefits of a "Sidelong" approach to self-esteem need satisfaction. *Psychological Bulletin, 130*, 421-424.
- Slee, P. T., & Rigby, K. (1993). Australian school children's self appraisal on interpersonal relations: the bullying experience. *Child Psychology & Human Development, 23*, 273-282.

- Smith, T. W., Pope, M. K., Rhodewalt, F., & Poulton, J. L. (1989). Optimism, neuroticism, coping, and symptom reports : An alternative interpretation of the Life Orientation Test. *Journal of Personality and Social Psychology, 56*, 640–648.
- Sobel, M. E. (1982). Asymptotic intervals for indirect effects in structural equations models. In S. Leinhardt (Ed.), *Sociological methodology*. San Francisco: Jossey - Bass.
- Spielberger, C. D. (1983). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory (Form Y)*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Spielberger, C. D. (1966). Theory and research on anxiety. In C. D. Spielberger (Ed.), *Anxiety and behavior*. New York: Academic Press.
- Spielberger, C. D. (1972). Anxiety as an emotional state. In C. D. Spielberger (Ed.), *Anxiety: Current trends in theory and research*. New York: Academic Press.
- Spielberger, C. D. (1996). *Anxiety and behavior*. New York: Academic.
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., & Lushene, R. D. (1970). *STAI: Manual for the State Trait Anxiety Inventory*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Sumi, K., Horie, K., & Hayakawa, S. (1997). Optimism, type A behavior, and psychological well-being in Japanese woman. *Psychological Reports, 80*, 43-48.
- Swickert, R., Hittner J. B., Kitos N., & Cox-Fuenzalida, L. (2004). Direct or indirect, that is the question: A re-evaluation of extraversion's influence on self-esteem. *Personality and Individual Differences, 36*, 207-217.
- Taylor, S. E. (1989). *Positive illusions*. New York: Basic Books.
- Tharenou, P. (1979). Employee self-esteem: A review of the literature. *Journal of Vocation Behavior, 15*, 316-346.
- Van de Vliet, P., Knapen, J., Onghena, P., Fox, K. R., David, A., Morres, I., Van Coppenolle, H., & Pieters, G. (2002). Relationships between self-perceptions and negative affect in adult Flemish psychiatric in-patients suffering from mood disorders. *Journal of Sport and Exercise, 3*, 309-322.
- Vaughan, S. M. & Kinnier, R. T. (1996). Psychological effects of a life review intervention for persons with HIV disease. *Journal of Counseling Psychology, 75*, 115-123.

- Wanberg, C. R., & Banas, J. T. (2000). Predictors and outcomes of openness to changes in a reorganizing workplace. *Journal of Applied Psychology, 85*, 132-142.
- Watson, D., & Clark, L. A. (1984). Negative affectivity: The dispositional to experience aversive emotional states. *Psychological Bulletin, 96*, 465-490.
- Wengler, L., & Rosen, S. (1995). Optimism, self-esteem, mood and subjective health. *Personality and Individual Differences, 18*, 653-661.
- Wiener, Y., Muczyk, J. P., & Martin, H. J. (1992). Self-esteem and job involvement as moderators of relationship between work satisfaction and well-being. *Journal of Social Behavior and Personality, 7*, 539-554.
- Wild, L., Flisher, A.J., & Lombard, C. (2004). Suicidal ideation and attempts in adolescents: Associations with depression and six domains of self-esteem. *Journal of Adolescence, 27*, 611-624.
- Wilson, G. S., Raglin, J. S., & Pritchard M. E. (2002). Optimism, pessimism and precompetition anxiety in college athletes. *Personality and Individual Differences, 32*, 893-902.
- Wylie, R. C. (1979). *The self-concept: Theory and research on selected topics*. Lincoln: University of Nebraska Press.
- Zelenski, J. M., & Larsen, R. J. (1999). Susceptibility to affect: A comparison of three personality taxonomies. *Journal of Personality, 67*, 761-790.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

**รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบ มาตรการเห็นคุณค่าในตนเอง มาตรการ
ความวิตกกังวลและมาตรการมองโลกในแง่ดี**

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พรรณระพี สุทธิสุวรรณ
ผู้อำนวยการหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
2. รองศาสตราจารย์ ดร.พรรณทิพย์ ศิริวรรณบุศย์
อาจารย์ประจำหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
3. อาจารย์ ดร.กุลยา พิธิษฐ์สังฆการ
อาจารย์ประจำหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาคผนวก ข
การกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้ตาราง Power Statistic ของ MacKinnon (2004)

Effect Size		Test	Sample Size				
<i>a</i>	<i>β</i>		50	100	200	500	1000
.14	.14	Predicted \underline{z}	0.1007	0.1629	0.2848	0.5980	0.8783
		Observed \underline{z}	0.0014+	0.0184+	0.0918+	0.5818	0.9694
		Predicted M	0.1500	0.3500	0.6500	0.9750	0.9995
		Observed M	0.2063	0.3882	0.6865	0.9796	0.9999
.14	.39	Predicted \underline{z}	0.1473	0.2558	0.4576	0.8365	0.9862
		Observed \underline{z}	0.0430+	0.1652	0.4452	0.8649	0.9924
		Predicted M	0.5000	0.7500	0.9250	0.9975	0.9995
		Observed M	0.5476	0.8037	0.9511	0.9983	1.0000
.14	.59	Predicted \underline{z}	0.1546	0.2703	0.4827	0.8599	0.9904
		Observed \underline{z}	0.0966	0.2415	0.4809	0.8683	0.9930
		Predicted M	0.6500	0.8000	0.9500	0.9995	0.9995
		Observed M	0.7166	0.8844	0.9659	0.9988	1.0000
.39	.39	Predicted \underline{z}	0.4763	0.7737	0.9723	1.0000	1.0000
		Observed \underline{z}	0.3457	0.8655	0.9987	1.0000	1.0000
		Predicted M	0.9000	0.9925	0.9995	0.9995	0.9995
		Observed M	0.9218	0.9981	1.0000	1.0000	1.0000
.39	.59	Predicted \underline{z}	0.6129	0.8954	0.9955	1.0000	1.0000
		Observed \underline{z}	0.6192	0.9541	0.9996	1.0000	1.0000
		Predicted M	0.9750	0.9995	0.9995	0.9995	0.9995
		Observed M	0.9799	0.9997	1.0000	1.0000	1.0000
.59	.59	Predicted \underline{z}	0.8199	0.9846	1.0000	1.0000	1.0000
		Observed \underline{z}	0.9057	0.9998	1.0000	1.0000	1.0000
		Predicted M	0.9900	0.9995	0.9995	0.9995	0.9995
		Observed M	0.9993	1.0000	1.0000	1.0000	1.0000

Note: Predicted \underline{z} is the expected power from the normal curve.

Observed \underline{z} tests $\alpha\beta / \sigma_{\alpha\beta}$

ภาคผนวก ค
สัญลักษณ์ค่าสถิติในการเสนอผลการวิจัย

n	หมายถึง ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง
N	หมายถึง ขนาดประชากร
M	หมายถึง ค่าเฉลี่ย
SD	หมายถึง ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
r	หมายถึง ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบ Pearson
B	หมายถึง ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอย
$Std.Error$	หมายถึง ค่าความคลาดเคลื่อนของค่าสัมประสิทธิ์การถดถอย
β	หมายถึง ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน
z	หมายถึง ค่าคะแนนมาตรฐาน

ภาคผนวก ง
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

แบบสอบถาม

คำชี้แจง : แบบสอบถามนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อเก็บข้อมูลในการศึกษาวิจัยของนิสิตปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โดยประกอบด้วย 4 ตอน คือ

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป

ตอนที่ 2 แบบสอบถามความรู้สึกทั่วไป

ตอนที่ 3 แบบสอบถามลักษณะนิสัยในการดำเนินชีวิต

ตอนที่ 4 แบบสอบถามความคิดต่อตนเอง

กรุณารอ่านข้อความแต่ละข้ออย่างระมัดระวัง และตอบให้ตรงตามความคิดเห็นของท่านมากที่สุด เพื่อให้ผู้วิจัยสามารถนำข้อมูลที่ได้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์ทางวิชาการ โดยข้อมูลดังกล่าวถือเป็นความลับและไม่มีการระบุตัวผู้ตอบรวมทั้งไม่มีผลกระทบใดๆต่อท่านในทุกกรณี ผู้วิจัยจะแสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลในภาพรวมเพื่อประโยชน์ทางการศึกษาเท่านั้น

โปรดตอบคำถามทุกข้อ หากตอบไม่ครบถ้วนจะทำให้แบบสอบถามนี้ไม่สมบูรณ์และไม่สามารถนำไปวิเคราะห์ผลได้

ตอนที่ 1

ข้อมูลส่วนบุคคล

1. เพศ ชาย หญิง

2. อายุปี

3. คณะ.....

4. ชั้นปี 1 2 3 4 สูงกว่าปี 4

ตอนที่ 2 แบบสอบถามความรู้สึกทั่วไป

โปรดอ่านข้อความแต่ละข้อและทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องคำตอบที่ตรงกับความรู้สึกหรือการกระทำโดยทั่วไปของท่านมากที่สุด เพื่อแสดงว่าท่านรู้สึกหรือทำแบบนี้บ่อยเพียงใด

ข้อความเหล่านี้ไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด โปรดอย่าใช้เวลาในการพิจารณาคำตอบข้อหนึ่งข้อใดนานเกินควร ขอให้เลือกคำตอบที่ตรงกับความรู้สึกของท่านให้มากที่สุด และโปรดตอบให้ครบทุกข้อ

คำถาม	แทบจะ ไม่เคยเลย (1)	บางครั้ง (2)	บ่อยครั้ง (3)	เกือบตลอด เวลา (4)
1.ฉันรู้สึกสบายใจ				
2.ฉันรู้สึกกระวนกระวายและจิตใจไม่สงบ				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				
19.ฉันเป็นคนมั่นคง สม่่าเสมอ				
20.เมื่อนึกถึงเรื่องที่ผมกังวลใจ ผมจะรู้สึกเครียดหรือ วุ่นวายใจมาก				

ตอนที่ 3 แบบสอบถามลักษณะนิสัยในการดำเนินชีวิต

โปรดอ่านข้อความแต่ละข้อและทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องคำตอบ เพื่อแสดงให้เห็นว่าข้อความเหล่านี้บรรยาย **ลักษณะนิสัยในการดำเนินชีวิตของท่าน** ได้ตรงกับตัวท่านมากน้อยเพียงใด

ข้อความเหล่านี้ไม่มีคำตอบที่ถูกต้องหรือผิด ดังนั้นโปรดอย่าใช้เวลาในการพิจารณาคำตอบข้อหนึ่งข้อใดนานเกินควร แต่จงเลือกคำตอบที่ตรงกับตัวท่านให้มากที่สุด และโปรดตอบให้ครบทุกข้อ

คำถาม	ไม่ตรงเลย (0)	ค่อนข้าง ไม่ตรง (1)	ตรงและ ไม่ตรง พอๆกัน (2)	ค่อนข้าง ตรง (3)	ตรงที่สุด (4)
1. เวลาที่ฉันไม่แน่ใจว่าสิ่งต่างๆจะเป็นอย่างไร ฉันมักคาดหวังในผลลัพธ์ที่ดีที่สุด					
2. เป็นเรื่องง่ายสำหรับฉันที่จะทำตัวอ่อนคลาย					
.....					
.....					
.....					
.....					
9. ฉันแทบจะไม่เชื่อเลยว่าจะมีสิ่งดีๆเกิดขึ้นกับฉัน					
10.โดยรวมแล้ว ฉันคาดหวังว่าจะมีสิ่งดีๆเกิดขึ้น กับฉันมากกว่าสิ่งที่ไม่ดี					

ตอนที่ 4 แบบสอบถามความคิดต่อตนเอง

โปรดอ่านข้อความแต่ละข้อและทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องคำตอบที่ บรรยายเกี่ยวกับตัวท่านได้
ถูกต้อง ข้อความเหล่านี้ไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด ดังนั้นโปรดอย่าใช้เวลาในการพิจารณาคำตอบ
 ข้อหนึ่งข้อใดนานเกินควร แต่จงเลือกคำตอบที่ตรงกับตัวท่านให้มากที่สุด

คำถาม	ใช่ (1)	ไม่ใช่ (0)
1. ฉันตัดสินใจได้โดยไม่ลังเล		
2. ฉันไม่มั่นใจถ้าจะต้องพูดต่อหน้ากลุ่มคน		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
24. ฉันไม่ชอบตนเอง ฉันอยากจะเป็นคนอื่น		
25. ฉันไม่สามารถเป็นที่พึ่งของคนอื่นได้		

ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นายทรงเกียรติ ล้นหลาม เกิดเมื่อวันที่ 27 กันยายน พ.ศ.2520 ที่กรุงเทพมหานคร สำเร็จการศึกษาวิทยาศาสตรบัณฑิต ภาควิชาวิทยาการสิ่งทอ คณะอุตสาหกรรมเกษตร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ในปีการศึกษา 2542 และเข้าศึกษาต่อในหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในปีการศึกษา 2549