

อิทธิพลของเจตคติต่อเงิน ความตึงเครียดทางการเงิน และความหมายในชีวิตที่มีต่อภาวะซึมเศร้าของ  
คนทำงานที่มีหนี้สิน



วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาจิตวิทยา ไม่สังกัดภาควิชา/เทียบเท่า  
คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ปีการศึกษา 2563  
ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

INFLUENCE OF MONEY SCRIPT, FINANCIAL STRAIN, AND MEANING IN LIFE ON  
DEPRESSION OF WORKING INDIVIDUALS WITH DEBT



A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements  
for the Degree of Master of Arts in Psychology  
Common Course  
FACULTY OF PSYCHOLOGY  
Chulalongkorn University  
Academic Year 2020  
Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์	อิทธิพลของเจตคติต่อเงิน ความตึงเครียดทางการเงิน และ ความหมายในชีวิตที่มีต่อภาวะซึมเศร้าของคนทำงานที่มี หนี้สิน
โดย	น.ส.ชลพรรณ จรรย์พงษ์
สาขาวิชา	จิตวิทยา
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก	ศาสตราจารย์ ดร.อรัญญา ต้อยคำภีร์

---

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต

..... คณบดีคณะจิตวิทยา  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พรรณระพี สุทธิวรรณ)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

..... ประธานกรรมการ  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กฤษณา พิสิษฐ์สังฆการ)

..... อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก  
(ศาสตราจารย์ ดร.อรัญญา ต้อยคำภีร์)

..... กรรมการ  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณัฐสุดา เต็มพันธ์)

..... กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย  
(รองศาสตราจารย์ ดร.นิรนาท แสนสา)

ชลพรพร จรรย์พงษ์ : อิทธิพลของเจตคติต่อเงิน ความตึงเครียดทางการเงิน และความหมายในชีวิตที่มีต่อภาวะซึมเศร้าของคนที่หนี้สิน. ( INFLUENCE OF MONEY SCRIPT, FINANCIAL STRAIN, AND MEANING IN LIFE ON DEPRESSION OF WORKING INDIVIDUALS WITH DEBT) อ.ที่ปรึกษาหลัก : ศ. ดร.อรุณญา ตั๊ยะคำภีร์

งานวิจัยนี้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติต่อเงิน ความตึงเครียดทางการเงิน และความหมายในชีวิต ต่อภาวะซึมเศร้าของทำงานที่มีหนี้สิน โดยมีกลุ่มตัวอย่างเป็นคนทำงานที่มีหนี้สิน อายุเฉลี่ย 30.74±4.8 ปี จำนวน 201 คน เก็บข้อมูลด้วยวิธีการเก็บแบบรายสะดวก วิเคราะห์ด้วยการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน และการวิเคราะห์ถดถอยเชิงพหุ ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรพบว่าเจตคติต่อเงินแบบการหลีกเลี่ยงเงินมีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .285, p < .01$ ) เจตคติต่อเงินแบบการบูชาเงินมีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .303, p < .01$ ) และเจตคติต่อเงินแบบเงินคือสถานะมีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .178, p < .05$ ) ความตึงเครียดทางการเงินมีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .460, p < .01$ ) ความหมายในชีวิตมีความสัมพันธ์ทางลบกับภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = -.804, p < .01$ ) โดยที่เจตคติต่อเงิน ความตึงเครียดทางการเงิน และความหมายในชีวิต สามารถร่วมกันทำนายภาวะซึมเศร้าในคนที่หนี้สินได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $R^2 = .680, p < .01$ ) โดยผลกระทบทางการเงินจากสถานการณ์ COVID-19, เจตคติต่อเงิน, ความตึงเครียดทางการเงิน, และความหมายในชีวิต ร่วมกันทำนายความแปรปรวนของภาวะซึมเศร้าร้อยละ 69.5 ( $R^2 = .695, p < .01$ ) เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยมาตรฐาน ( $\beta$ ) ของแต่ละตัวแปรทำนาย พบว่า ความหมายในชีวิตมีน้ำหนักค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยมาตรฐานสูงสุด ( $\beta = -.75, p < .01$ ) รองลงมาคือผลกระทบทางการเงินจากสถานการณ์ COVID-19 ( $\beta = .14, p < .01$ ) และความตึงเครียดทางการเงิน ( $\beta = .13, p < .01$ ) โดยเจตคติต่อเงินทั้ง 4 แบบ ไม่สามารถทำนายตัวแปรตามได้อย่างมีนัยสำคัญ

สาขาวิชา จิตวิทยา  
ปีการศึกษา 2563

ลายมือชื่อนิสิต .....  
ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาหลัก .....

# # 6077605138 : MAJOR PSYCHOLOGY

KEYWORD: MONEY SCRIPT, MEANING IN LIFE, FINANCIAL STRAIN, DEPRESSION, EFFECT OF COVID-19, MONEY ATTITUDE

Chonlapat Jarunpong : INFLUENCE OF MONEY SCRIPT, FINANCIAL STRAIN, AND MEANING IN LIFE ON DEPRESSION OF WORKING INDIVIDUALS WITH DEBT.

Advisor: Prof. ARUNYA TUICOMEPEE, Ph.D.

This research aims to study the relationship among money scripts, financial strain, meaning in life and depression of Thai workers with debt. The sample consists of 201 workers in Thailand with the mean age of  $30.74 \pm 4.8$  years old. Collect data by convenience sampling method. Pearson's product moment correlation and multiple regression analyses were used to analyse the data. Finding revealed that money avoidance, money worship and money status were significantly and positively correlated with depression ( $r = .285, p < .01$ ;  $r = .303, p < .01$ ;  $r = .178, p < .05$ ). Besides financial strain were significantly and positively correlated with depression ( $r = .460, p < .01$ ). However meaning in life were significantly and negatively correlated with depression ( $r = -.804, p < .01$ ). Moreover, money scripts, financial strain, meaning in life significantly predicted depression and accounted for 68 percent of the total variance ( $R^2 = .680, p < .01$ ). In addition, effect of COVID-19 to financial situation, money scripts, financial strain, meaning in life significantly predicted depression and accounted for 69.5 percent of the total variance ( $R^2 = .695, p < .01$ ). Meaning in life significantly predicted of depression ( $\beta = -.75, p < .01$ ). As effect of COVID-19 to financial situation significantly predicted of depression ( $\beta = .14, p < .01$ ). Financial strain significantly predicted of depression ( $\beta = .13, p < .01$ ). However money scripts was not significant predictor of depression ( $\beta = .05, p = .269$ ;  $\beta = .04, p = .308$ ;  $\beta = -.07, p = .124$ ;  $\beta = .04, p = .268$ )

Field of Study: Psychology

Student's Signature .....

Academic Year: 2020

Advisor's Signature .....

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ทำให้ข้าพเจ้าค้นพบว่าจิตวิทยามีความสำคัญต่อการปกป้องสุขภาพจิตของคนที่มีภาวะหนี้สินและมีความตึงเครียดทางการเงิน โดยเฉพาะประเด็น “ความหมายชีวิต ความพยายามมุ่งมั่น ความอดทน การพัฒนาตนเอง” ที่สามารถทำให้คนฟันฝ่าวิกฤตใดๆ ของชีวิตรวมทั้งวิกฤตทางการเงินได้ ซึ่งข้าพเจ้าขอกราบขอบพระคุณศาสตราจารย์ ดร.อรัญญา ต้อยคำภีร์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ที่เปี่ยมด้วยความเมตตาและเป็นแรงบันดาลใจให้ข้าพเจ้าสนใจเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาที่ทำงานกับผู้ที่มีความทุกข์ใจจากปัญหาการเงินและหนี้สิน

ในเส้นทางของการเรียนรู้และการเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษา ข้าพเจ้าขอกราบขอบพระคุณครูบาอาจารย์ทุกท่านผู้ประสิทธิประสาทวิชาให้ข้าพเจ้า โดยเฉพาะอย่างยิ่งอาจารย์ในแขนงวิชาจิตวิทยาการปรึกษาและอาจารย์คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยที่รักเมตตาและส่งเสริมสนับสนุนให้ข้าพเจ้ามีอาชีพที่ดี มีเจตคติต่อชีวิตที่ตรงกับความเป็นจริงของชีวิตและให้ความช่วยเหลือแก่ข้าพเจ้าเสมอมา

ขอขอบพระคุณทุนอุดหนุนการศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา เพื่อเฉลิมฉลองในโอกาสที่สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ทรงเจริญพระชนมายุ 60 พรรษา และทุนอุดหนุนวิทยานิพนธ์สำหรับนิสิตจากบัณฑิตวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยในการสนับสนุนด้านการศึกษาและการทำวิจัยครั้งนี้ ขอขอบคุณเจ้าหน้าที่คณะจิตวิทยาที่ทุ่มเท ให้ความช่วยเหลือ และเมตตาในความคิดและความดูแลเป็นอย่างดี

ขอขอบคุณกัลยาณมิตรของข้าพเจ้าทุกท่านจากหัวใจ ทั้งเพื่อนร่วมรุ่น รุ่นพี่ รุ่นน้องของทั้งจิตวิทยา การศึกษารุ่น 33, จิตวิทยา จุฬาฯ 08, โรงเรียนสายน้ำผึ้ง ในพระอุปถัมภ์ฯ, กลุ่ม CU Happiness และ SELP 08 โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ดร.ธนพงศ์ อุทัยรัตน์ คุณณัฐพัชร์ สิมะรังษสฤษฏ์ คุณอดิชาติ ตันติโสภณวนิช ขอขอบคุณครอบครัวที่เป็นดั่งต้นไม้ใหญ่ของข้าพเจ้า คุณปิยพรรณ จรรย์พงษ์ คุณปิยวัฒน์ จรรย์พงษ์ คุณฉวีญา ภัคพิพันธุ์ คุณยายอารมณ คุณศิริชัย คุณฉวีญา คุณประภา คุณปริญา คุณประไพ ครอบครัวสิงคะเนติ คุณภูริวัตร วุฒิศักการณ คุณฉลาภัทร เจนเกษตรกร ที่ให้ความรัก ให้การสนับสนุนข้าพเจ้าตลอดมา ขอขอบคุณ คุณชนพ นาสารานู ที่รับฟัง เข้าใจ สนับสนุน. และยื่นเคียงข้างกันเสมอมา ขอขอบคุณครอบครัววิรัชวัฒนกุลที่เชียงใหม่ ครอบครัวชินกิจการที่อุดรธานี ที่ให้ความรักความเมตตา เป็นแรงบันดาลใจในการฟันฝ่าหนี้สินของข้าพเจ้ามาโดยตลอด

ในท้ายสุดนี้ข้าพเจ้าขอกราบขอบพระคุณคุณพ่อและคุณแม่สุดหัวใจ ทั้งสองท่านได้สอนข้าพเจ้าเสมอว่า การศึกษาเป็นสมบัติชิ้นเดียวที่พ่อแม่มีให้ และท่านยังได้มอบให้ทั้งความรัก ความอบอุ่น ท่านเป็นครูที่ทำให้เห็นเป็นตัวอย่างในเรื่องของความเมตตากรุณาต่อเพื่อนมนุษย์ การปฏิบัติกับผู้อื่นอย่างให้เกียรติและเท่าเทียม ความกตัญญูต่อผู้มีพระคุณ แง่งามของการดำรงชีวิตคู่ พลังในการเริ่มต้นใหม่เสมอ และการอภัยทั้งกับตนเองและผู้อื่น ทุกพลังกาย พลังใจที่ข้าพเจ้ามีในการทำสิ่งดีงาม มาจากท่านทั้งสองทั้งหมด

ชลพรรณ จรรย์พงษ์

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....ค	ค
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....ง	ง
กิตติกรรมประกาศ.....จ	จ
สารบัญ.....ฉ	ฉ
สารบัญตาราง.....ช	ช
สารบัญภาพ.....ฌ	ฌ
บทที่ 1 บทนำ..... 1	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา..... 1	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย..... 5	5
กรอบแนวคิดในการวิจัย..... 5	5
สมมติฐานงานวิจัย..... 6	6
ขอบเขตของการวิจัย..... 6	6
คำจำกัดความที่ใช้ในงานวิจัย..... 7	7
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ..... 9	9
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง..... 10	10
คนทำงานที่มีหนี้สิน..... 10	10
เจตคติต่อเงิน (Money Script)..... 13	13
ความตึงเครียดทางการเงิน (Financial Strain)..... 20	20
ความหมายในชีวิต (Meaning in life)..... 26	26
ภาวะซึมเศร้า (Depression)..... 32	32
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง..... 38	38
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย..... 47	47

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง .....	47
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย .....	48
การเก็บรวบรวมข้อมูล .....	53
การวิเคราะห์ข้อมูล .....	54
การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง .....	54
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล .....	55
ส่วนที่ 1 ข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่าง.....	55
ส่วนที่ 2 ข้อมูลพื้นฐานทางสถิติของตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย .....	58
ส่วนที่ 3 ผลการทดสอบสมมติฐานการวิจัย .....	59
ส่วนที่ 4 การวิเคราะห์เพิ่มเติม.....	65
บทที่ 5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ .....	69
สรุปผลการวิจัย .....	69
การอภิปรายผล.....	70
ข้อจำกัดของการศึกษาวิจัย.....	76
ข้อเสนอแนะในการวิจัย .....	77
บรรณานุกรม .....	83
ภาคผนวก .....	95
ภาคผนวก ก.....	96
ภาคผนวก ข.....	98
ภาคผนวก ค.....	100
ภาคผนวก ง .....	119
ภาคผนวก จ.....	134
ประวัติผู้เขียน .....	136



## สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 1 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างเจตคติต่อเงินและพฤติกรรมทางการเงินที่ไม่ดี .....	39
ตารางที่ 2 ข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่าง (N =201) .....	55
ตารางที่ 3 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าต่ำสุด-สูงสุด และค่าคะแนนที่เป็นไปได้ของตัวแปรในการวิจัย ....	59
ตารางที่ 4 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันระหว่างตัวแปรที่ศึกษาในการวิจัยครั้งนี้ .....	61
ตารางที่ 5 ค่าภาวะร่วมเส้นตรงในการทำนายภาวะซึมเศร้า .....	62
ตารางที่ 6 การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณของตัวแปรที่ทำนายภาวะซึมเศร้า .....	62
ตารางที่ 7 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าต่ำสุด-สูงสุด และค่าคะแนนที่เป็นไปได้ของตัวแปรในการวิเคราะห์เพิ่มเติม .....	65
ตารางที่ 8 ค่าภาวะร่วมเส้นตรงในการทำนายภาวะซึมเศร้า .....	66
ตารางที่ 9 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันระหว่างตัวแปรที่ศึกษาในการวิจัยครั้งนี้ .....	67
ตารางที่ 10 การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณของตัวแปรที่ทำนายภาวะซึมเศร้า .....	68
ตารางที่ 11 รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ .....	102
ตารางที่ 12 ผลการตรวจสอบคุณภาพเบื้องต้นของ เจตคติต่อเงินแบบที่ 1 การหลีกเลี่ยงเงิน .....	104
ตารางที่ 13 ผลการตรวจสอบคุณภาพเบื้องต้นของเจตคติต่อเงินแบบที่ 2 การบูชาเงิน .....	106
ตารางที่ 14 ผลการตรวจสอบคุณภาพเบื้องต้นของเจตคติต่อเงินแบบที่ 3 เงินคือสถานะ .....	108
ตารางที่ 15 ผลการตรวจสอบคุณภาพเบื้องต้นของเจตคติต่อเงินแบบที่ 4 ความระมัดระวังทางการเงิน .....	110
ตารางที่ 16 ผลการตรวจสอบคุณภาพเบื้องต้นของด้านที่ 1 ความรอบรู้ด้านการเงิน .....	113
ตารางที่ 17 ผลการตรวจสอบคุณภาพเบื้องต้นของด้านที่ 2 ปัญหาความสัมพันธ์ .....	114
ตารางที่ 18 ผลการตรวจสอบคุณภาพเบื้องต้นของด้านที่ 3 ความเครียดทางร่างกาย .....	115
ตารางที่ 19 ผลการตรวจสอบคุณภาพเบื้องต้นของด้านที่ 4 หนี้สินบัตรเครดิต .....	117
ตารางที่ 20 ผลการตรวจสอบคุณภาพเบื้องต้นของด้านที่ 5 การขาดความสามารถในการชำระหนี้สิน .....	118

## สารบัญภาพ

	หน้า
ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย .....	5



## บทที่ 1

### บทนำ

#### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในช่วงทศวรรษที่ผ่านมา หนี้ครัวเรือนไทยนับเป็นประเด็นที่ได้รับความสนใจจากหน่วยงานต่าง ๆ และสาธารณชนอย่างมาก ข้อมูลจากรายงานของธนาคารแห่งประเทศไทยในปี พ.ศ. 2561 ระบุระดับของหนี้ครัวเรือนในประเทศไทยต่อ GDP มีการเติบโตอย่างรวดเร็วต่อเนื่อง เริ่มจากสัดส่วนหนี้ครัวเรือนต่อ GDP ร้อยละ 51 ในปี พ.ศ. 2551 มาเป็น ร้อยละ 80 ในปี พ.ศ. 2558 จนในปัจจุบันสัดส่วนหนี้ครัวเรือนต่อ GDP ของประเทศไทยอยู่ที่ระดับร้อยละ 89.3 ในปี พ.ศ. 2563 โดยในปี 2562 ประเทศไทยมีหนี้สินครัวเรือนต่อ GDP อยู่ในอันดับ 10 จาก 89 ประเทศทั่วโลกและเป็นอันดับที่ 3 จาก 29 ประเทศในเอเชีย (ธนาคารแห่งประเทศไทย, 2564) ผลกระทบที่เกิดจากหนี้ครัวเรือนในระดับสูงนี้ไม่เพียงแต่ส่งผลกระทบต่อเศรษฐกิจของประเทศเท่านั้น หนี้ครัวเรณียังส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตของบุคคล ครอบครัว องค์กร และสังคมโดยรวม การศึกษาวิจัยทางจิตวิทยาที่ผ่านมาระบุว่า คนที่มีภาวะหนี้สินจำนวนไม่น้อย เป็นผู้ที่มีเจตคติทางการเงิน (Money script) ที่ไม่ดี อันนำมาสู่แนวทางการบริหารจัดการการเงินที่ไม่มีประสิทธิภาพ (Klontz & Klontz, 2009) ข้อมูลดังกล่าวข้างต้น แสดงให้เห็นว่าเจตคติต่อเงินของคนที่มีปัญหาหนี้สินเป็นประเด็นที่สำคัญและควรได้รับความสนใจจากผู้ที่เกี่ยวข้อง เนื่องจากเจตคติต่อเงินที่ไม่ดีอาจนำมาสู่ปัญหาด้านพฤติกรรมการเงิน ที่เป็นตัวการสำคัญที่มีผลต่อสุขภาพจิต เช่น ความเครียด ภาวะซึมเศร้า และอาจส่งผลก่อให้เกิดโรคทางจิตเวชได้

เมื่อกล่าวถึง เจตคติทางการเงิน (Money script) ในที่นี้ หมายถึง ความเชื่อหลัก (Core beliefs) เกี่ยวกับเงินที่ฝังรากลึกในใจบุคคลมีพฤติกรรมทางการเงินที่แตกต่างกันไป ทั้งที่มีประสิทธิภาพและด้อยประสิทธิภาพ โดยนักจิตวิทยาและที่ปรึกษาด้านการเงิน เช่น Klontz และ Klontz (2009) ระบุว่าเจตคติด้านการเงิน สามารถแบ่งออกได้ 4 แบบ กล่าวคือ แบบที่ 1 การหลีกเลี่ยงเงิน (Money avoidance) ซึ่งหมายถึง รูปแบบความคิดความเชื่อที่ว่าเงินนั้นไม่ดี เลวร้าย คนรวยคือคนละโมภโลกมาก และพวกเขาไม่คู่ควรกับเงินพวกนั้น แบบที่ 2 การบูชาเงิน (Money worship) ซึ่งหมายถึง กลุ่มของความเชื่อที่ว่าเงินเยอะจะช่วยแก้ปัญหาได้ นำพาความสุขและอำนาจมาให้ ดังนั้นจึงมีเงินไม่เคยพอ มีหนี้สินที่ต้องหมุนแบบเดือนต่อเดือน แบบที่ 3 เงินคือสถานะ (Money status) ที่เชื่อว่าคุณค่าของตนเองนั้นมีค่าเท่ากับรายได้สุทธิที่ตนมี สนใจที่จะแสดงออกถึงความมั่งคั่งของตนเองแก่ผู้อื่น เพื่อไม่ให้ตนเองเป็นผู้ด้อยในสังคม และแบบที่ 4 ความระมัดระวังทางการเงิน (Money vigilance) ซึ่งหมายถึง กลุ่มของความเชื่อที่ระหวั่นทางการเงิน รอบคอบถี่ถ้วนเกี่ยวกับการทำให้มี

เงินเพิ่ม กังวลเสมอว่าจะมีเงินพอสำหรับยามฉุกเฉินหรือไม่ จะพยายามไม่มีหนี้แบบเดือนชนเดือน ในภาพรวมเจตคติทางการเงินนี้เป็นความเชื่อของบุคคลที่พัฒนามาจากประสบการณ์วัยเด็กและขับเคลื่อนผ่านพฤติกรรมทางการเงินในวัยผู้ใหญ่ ที่ส่งต่อรุ่นต่อรุ่นภายในครอบครัวและวัฒนธรรม ผูกกับบริบท และมักเป็นเพียงความจริงบางส่วนเท่านั้น (Klontz & Klontz, 2009)

ในขณะที่การศึกษาเมื่อเร็วๆ นี้ โดย Sahadeo (2018) ได้แบ่งเจตคติทางการเงินออกเป็น 2 แบบ (1) เจตคติต่อเงินที่ดี นำสู่ความคิด อารมณ์ และพฤติกรรมการตอบสนองที่เหมาะสม ได้แก่ เจตคติต่อเงินในด้านการซื้อตรงต่อสถานการณ์การเงินของตน การมีมุมมองว่าเงินเป็นตัวสนับสนุนชีวิตของตนและของคนอื่น อันนำไปสู่การมีมุมมองทางบวกต่อชีวิต มีเป้าหมายต่อชีวิตและสภาวะอารมณ์ทางบวก และมีความพึงพอใจในชีวิต (2) เจตคติต่อเงินที่ไม่ดี นำสู่ความคิด อารมณ์ และพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดปัญหา มีความกังวล สับสน และไม่สามารถมีความสุขกับสถานการณ์ทางการเงินของตนได้ เช่น เจตคติต่อเงินแบบหลีกเลี่ยงหนี้ทางการเงิน, การบูชาเงิน หรือเห็นว่าเงินคือสถานะ ที่ส่งผลทางลบต่อมุมมองชีวิต ตัดสินชีวิตของตนจากความสำเร็จทางการเงินเท่านั้น นอกจากนี้เจตคติต่อเงินที่ไม่ดี ยังส่งผลต่อพฤติกรรมทางการเงินที่ไม่ดี ใช้จ่ายแบบมากเกินไปจนความจำเป็นแบบควบคุมตนเองไม่ได้ หรือรังเกียจการเงินจนเพิกเฉยที่จะวางแผนการเงินที่เหมาะสม หากมีปัญหาทางการเงินก็เลี่ยงที่จะเผชิญหน้ากับปัญหา ใช้บัตรเครดิตในทางที่ไม่เหมาะสม และมีแนวโน้มพึ่งพาทางการเงินจากผู้อื่น ทั้งนี้ทำให้บุคคลไม่มีความสุขในชีวิต ไม่พึงพอใจในชีวิตอีกด้วย (Sahadeo, 2018)

นักจิตวิทยา และนักวิชาการได้ระบุว่า ผู้ประสบกับความยากลำบากทางการเงิน (Economic hardship) เป็นระยะเวลาสั้นๆ และไม่สามารถแก้ไขปัญหานั้นได้จะนำไปสู่ความตึงเครียดทางการเงิน (Financial strain) การศึกษาที่ผ่านมา เรียกภาวะตึงเครียดทางการเงินนี้แตกต่างกันไป ไม่ว่าจะเป็น ความกดดันทางการเงิน (financial pressure) และความตึงเครียดทางการเงิน (financial strain) แต่สิ่งที่เหมือนกันคือมีผลเสียต่อสุขภาพจิตเช่นเดียวกัน กล่าวคือความตึงเครียดทางการเงินมีความสัมพันธ์เชื่อมโยงกับการดื่มสุรา และภาวะ ซึมเศร้า (Aneshensel & Huba, 1983; Berger & Adesso, 1991; Birnbaum et al., 1983) ซึ่งความตึงเครียดทางการเงินโดยทั่วไปหมายถึง การที่บุคคลผู้ที่ทำงานรับรู้แรงกดดันทางเศรษฐกิจ (โดยเฉพาะเมื่อค่าใช้จ่ายเกินกว่ารายได้ที่หามาได้) ว่าเป็นอันตรายคุกคามหรือเป็นอุปสรรคต่อการใช้ชีวิต โดยมีการตอบสนองด้านความคิด ความรู้สึกและพฤติกรรมต่อความยากลำบากทางการเงินที่ประสบในทางลบ (Peirce et al., 1994) รวมทั้งเกิดความรู้สึกว่าตนไม่สามารถรับมือขอเงินของตนเองได้เหมือนเดิม (Takeuchi et al., 1991) นักจิตวิทยาการปรึกษาทางการเงินชาวอเมริกา ได้แบ่งความตึงเครียดทางการเงินออกเป็น 5 ด้าน กล่าวคือ ด้านที่ 1 ความรอบรู้ด้านการเงิน (Financial literacy) หมายถึง การรับรู้ของบุคคลว่า

ตนเองมีความรู้และข้อมูลทางการเงินที่จำเป็นเพียงพอครบถ้วนในการตัดสินใจและแก้ไขสถานการณ์ทางการเงินของตนเอง หากมีความรู้ไม่เพียงพอก็จะมีผลต่อความเครียดทางการเงินสูง ด้านที่ 2 ปัญหาความสัมพันธ์ (Relationship problems) หมายถึง การรับรู้ของบุคคลว่าสถานการณ์การเงินของตนเองในปัจจุบันที่ส่งผลกระทบต่อความสัมพันธ์ต่าง ๆ ในชีวิต ไม่ว่าจะเป็นความขัดแย้งไม่ลงรอยกันในบ้านเนื่องมาจากเรื่องเงิน ด้านที่ 3 ความเครียดทางร่างกาย (Physical stress) หมายถึง การรับรู้ของบุคคลว่าสถานการณ์การเงินของตนเองในปัจจุบันที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพ ไม่ว่าจะเป็นด้านคุณภาพการนอน ปวดศีรษะจากคิดมากเครียดเรื่องเงิน ปวดตึงกล้ามเนื้อ มีอาการปวดมวนท้อง ไม่สุขสบาย ด้านที่ 4 หนี้สินบัตรเครดิต (Credit card debt) หมายถึง การมีพฤติกรรมการใช้บัตรเครดิตที่ไม่เหมาะสมในการใช้จ่ายใช้สอยสิ่งของต่าง ๆ มากกว่าจำนวนเงินที่ตนเองมีกำลังจ่าย ไม่ว่าจะเป็นการยอมเป็นหนี้บัตรเครดิตเพื่อซื้อสินค้าที่ตนเองที่ทำให้ตนเองดูดี (ซึ่งราคาสูงกว่ารายได้ที่ตนเองมี) หรือ การใช้จ่ายเงินล่วงหน้าไปก่อนโดยหวังว่าจะมีเงินรายได้ใหม่เข้ามา และด้านที่ 5 การขาดความสามารถในการชำระหนี้สิน (Inability to Meet Obligations) หมายถึง การมีพฤติกรรมที่แสดงถึงความรับผิดชอบทางการเงิน ไม่ว่าจะเป็นการจ่ายค่าใช้จ่ายตามกำหนดเวลา ความรับผิดชอบในการจ่ายหนี้สินที่มีอย่างสม่ำเสมอและตรงต่อเวลา

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ ได้สะท้อนถึงความเครียดทางการเงินและปัญหาหนี้สินในครัวเรือนของประเทศไทย ที่ส่งผลกระทบต่อปัญหาสุขภาพจิต เช่น การฆ่าตัวตาย การใช้สุราหรือยาเสพติดในการหนีปัญหาของคนในสังคม (ณัฐภัทร ตุ่มภู, 2552) อีกทั้งยังส่งผลกระทบต่อความสัมพันธ์ในครอบครัว (การหย่าร้าง, ผลกระทบต่อลูกทางจิตใจ) ผลกระทบต่อร่างกาย หรือผลกระทบต่อผู้ป่วยโรคร้ายแรงต่าง ๆ ที่กำลังรับการรักษา โดยเฉพาะอย่างยิ่งในบริบทขององค์กร เนื่องจากสุขภาพจิตของคนทำงานนั้นมีผลโดยตรงต่อผลการปฏิบัติงาน (Job performance) (Wright & Cropanzano, 2000) ในทำนองเดียวกันข้อมูลจากงานวิจัยในต่างประเทศหลายเรื่องระบุถึงผลกระทบต่อสุขภาพจิตจากความเครียดทางการเงินนั้นส่งผลปัญหาทางจิตใจมากมาย ไม่ว่าจะเป็นในแง่ของการสร้างครอบครัวความเครียดทางการเงิน มีผลต่อน้ำหนักแรกเกิดของบุตร (Mitchell & Christian, 2017)

Asebedo และ Wilmarth (2017) ศึกษาผลของความเครียดทางการเงิน (Financial strain) ต่อสุขภาพจิตพบว่าความเครียดทางการเงินมีผลต่อภาวะซึมเศร้าของบุคคลอย่างมีนัยสำคัญ รวมทั้ง Sharp และคณะ (2013) ที่ระบุถึงผลกระทบของความเครียดทางการเงินที่มีผลต่อภาวะซึมเศร้า ความวิตกกังวล และคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยโรคมะเร็ง นำมาสู่ข้อเสนอแนะจากงานวิจัยให้เข้าถึงการประเมินความเครียดทางการเงินแก่คนไข้และญาติ อีกทั้งการจัดกระบวนการ

ปรึกษาทางการเงิน (Counseling for financial distress) สำหรับผู้ป่วยมะเร็งและญาติผู้ป่วยอีกด้วย อย่างไรก็ตามช่องว่างของข้อความรู้ในด้านนี้ คือ ยังไม่มีการศึกษาผลกระทบของเจตคติต่อเงิน และความตึงเครียดทางการเงินที่มีต่อภาวะซึมเศร้าโดยเฉพาะในคนทำงานที่มีปัญหาหนี้สินอยู่แล้ว ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยจึงมีความสนใจศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติต่อเงิน 4 แบบ ตามแนวคิดของ Klontz และ Klontz (2009) (ซึ่งได้แก่ การหลีกเลี่ยง การบูชาเงิน เงินคือสถานะ และความระมัดระวังทางการเงิน) กับความตึงเครียดทางการเงินและภาวะซึมเศร้าของคนทำงานที่มีหนี้สิน

ข้อมูลจากการศึกษาที่ผ่านมาข้างต้นสะท้อนมิติทางจิตวิทยา เช่น เจตคติต่อเงิน ความตึงเครียดทางการเงินที่ส่งผลทางบวกต่อภาวะซึมเศร้า อย่างไรก็ตามยังไม่มีการศึกษาใดกล่าวถึงแนวคิดทางบวกที่ส่งผลในทางที่ลดภาวะซึมเศร้าของคนทำงานที่มีภาวะหนี้สิน ทั้งนี้การศึกษาด้านจิตวิทยาเชิงบวกที่ผ่านมาระบุว่าปัจจัยหนึ่งซึ่งช่วยเยียวยาและเป็นภูมิคุ้มกันปัญหาด้านจิตใจ คือการรับรู้ความหมายในชีวิต (Meaning in life) (Kang et al., 2009) ดังที่ Frankl (1969, อ้างอิงใน อรรถยญา ต้อยคำภีร์, 2554) จิตแพทย์ผู้พัฒนาจิตบำบัดแนวความหมายในชีวิต กล่าวว่า การค้นหาความหมายและเป้าหมายให้แก่ชีวิตของตนเป็นความต้องการเบื้องต้นของชีวิตมนุษย์อีกทั้งยังเป็นแรงขับพื้นฐานของชีวิตที่อาจปลดปล่อยพวกเขาจากความทรมานและมุ่งไปสู่การเติมเต็มชีวิตให้มีสุขภาวะและสุขภาพที่ดี หากมนุษย์สูญเสียเป้าหมายและความหมายในชีวิต พวกเขาจะประสบกับภาวะไร้อัตนเป็นสภาวะที่บุคคลไร้ซึ่งความหมายในชีวิตอย่างสิ้นเชิง ซึ่งผสมผสานไปด้วยความรู้สึกว่างเปล่า ความรู้สึกถูกทอดทิ้ง ความรู้สึกสิ้นหวัง และความรู้สึกไร้ค่า การศึกษาวิจัยเชิงประจักษ์ที่ผ่านมามีได้ระบุว่า ความหมายในชีวิต และภาวะซึมเศร้ามีความสัมพันธ์กันทางลบ ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาว่านอกจากปัจจัยทางจิตวิทยาเช่น เจตคติต่อเงิน 4 แบบ และ ความตึงเครียดทางการเงินแล้ว ปัจจัยทางบวกเช่น ความหมายในชีวิต จะส่งผลต่อภาวะซึมเศร้าในคนทำงานที่มีภาวะหนี้สินบ้างหรือไม่ ทั้งนี้ผู้วิจัยในฐานะที่เป็นนิสิตในแขนงจิตวิทยาการปรึกษา ที่มีบทบาทในการส่งเสริม ป้องกัน แก้ไขปัญหาด้านจิตใจของบุคคล มีหวังไว้ว่าการได้ทราบถึงความสัมพันธ์ของเจตคติทางการเงิน ความตึงเครียดทางการเงิน ซึ่งเป็นปัจจัยทางจิตวิทยาที่เกี่ยวข้องกับการเงินและความหมายในชีวิต ซึ่งปัจจัยที่ปกป้องบุคคลจากปัญหาด้านจิตใจ จะช่วยทำให้เกิดความรู้ความเข้าใจ และสามารถใช้เป็นแนวทางในการพัฒนารูปแบบการป้องกันปัญหาทางจิตใจของคนทำงานที่มีภาวะหนี้สินซึ่งเป็นปัญหาหนึ่งที่สำคัญของสังคมไทยได้

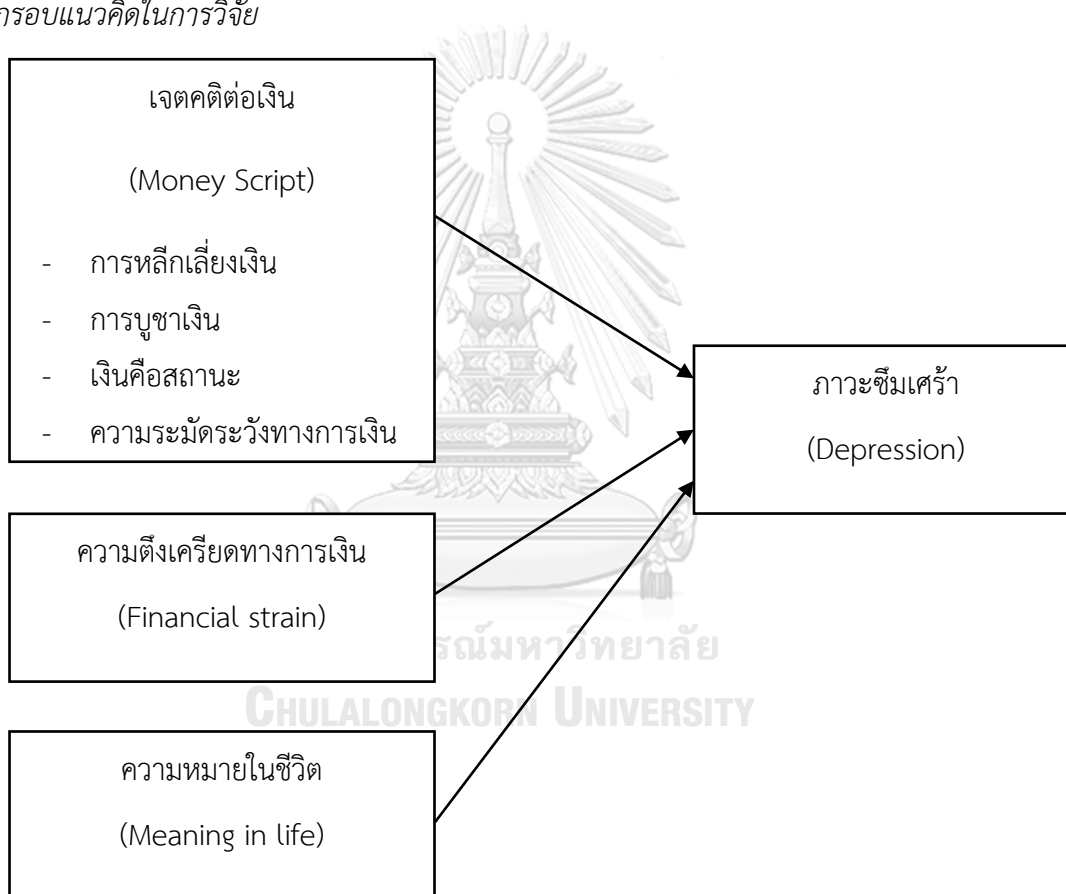
## วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติต่อเงิน 4 รูปแบบ (การหลีกเลี่ยงเงิน การบูชาเงิน ความระมัดระวังทางการเงิน เงินคือสถานะ) ความตึงเครียดทางการเงิน ความหมายในชีวิต และภาวะซึมเศร้าในกลุ่มคนทำงานที่มีหนี้สิน

## กรอบแนวคิดในการวิจัย

### ภาพที่ 1

กรอบแนวคิดในการวิจัย



## สมมติฐานงานวิจัย

ผลการทบทวนวรรณกรรมสะท้อนให้เห็นถึงความเป็นไปได้ของความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรในการวิจัยและทิศทางดังต่อไปนี้

สมมติฐานที่ 1 เจตคติต่อเงินมีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้า โดยสมมติฐานนี้แบ่งออกเป็น 4 ข้อย่อยตามการศึกษาก่อนหน้านี้ของ Klontz และ Klontz (2009) และ Sahadeo (2018) กล่าวคือ

ข้อ 1.1 เจตคติต่อเงินแบบหลีกเลี่ยงเงิน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้า

ข้อ 1.2 เจตคติต่อเงินแบบบูชาเงิน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้า

ข้อ 1.3 เจตคติต่อเงินแบบเงินคือสถานะ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้า

ข้อ 1.4 เจตคติต่อเงินแบบระมัดระวังทางการเงิน มีความสัมพันธ์ทางลบกับภาวะซึมเศร้า

สมมติฐานที่ 2 ความตึงเครียดทางการเงินมีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้า

สมมติฐานที่ 3 ความหมายในชีวิตมีความสัมพันธ์ทางลบกับภาวะซึมเศร้า

สมมติฐานที่ 4 เจตคติต่อเงิน 4 แบบ ความตึงเครียดทางการเงิน และความหมายในชีวิต ร่วมกันทำนายภาวะซึมเศร้าได้

## ขอบเขตของการวิจัย

งานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงปริมาณแบบบรรยาย (Quantitative descriptive research) กลุ่มตัวอย่างคือ กลุ่มตัวอย่าง คือ คนทำงานที่เป็นผู้หารายได้และเป็นผู้ชำระค่าใช้จ่ายของตนหรือครอบครัวที่มีอายุ 18 ปีขึ้นไป จำนวน 201 คน ที่มีปัญหาทางการเงินตามเกณฑ์ในการสำรวจของหนี้ครัวเรือนไทย : ข้อเท็จจริงที่ได้จาก BOT-Nielsen Household Financial Survey โดย สรา ชื่นโชคสันต์ และคณะ (2562) และธนาคารแห่งประเทศไทย ที่ระบุว่าบุคคลนั้นจะต้องรายงานตนว่าเป็นผู้มีหนี้สินมากกว่า 0 บาทขึ้นไป และในช่วง 12 เดือน (ทั้งนี้ในระบบหรือนอกระบบ อาทิ บัตรเครดิต เงินกู้ยืมเชื่อ) และต้องมีเงื่อนไขดังข้อใดข้อหนึ่งดังต่อไปนี้ (1) มีปัญหาด้านการชำระหนี้ (ผู้ที่ตอบว่าชำระหนี้ยอดขั้นต่ำหรือจ่ายแค่ดอกเบี้ยในบางรายการ เนื่องจากเงินไม่เพียงพอหรือต้องหมุนเงิน, ชำระหนี้ยอดขั้นต่ำหรือจ่ายแค่ดอกเบี้ยหลายรายการเนื่องจากเงินไม่เพียงพอหรือต้องหมุนเงิน, ไม่สามารถชำระหนี้ได้บางรายการ, ไม่สามารถชำระหนี้ได้หลายรายการ, ไม่สามารถชำระหนี้ได้เลย) หรือ (2) มีความกังวลต่อปัญหาการชำระหนี้ (ผู้ที่ตอบว่า กังวลบ้างบางครั้งบางคราว ค่อนข้างกังวล มีความกังวลตลอดเวลา) หรือ (3) ไม่มีการออมต่อเดือน (ไม่ว่าจะเป็นการออมเงิน การออมในกองทุน การออมในหุ้น การออมสลากออมสินหรือสลาก ธกส. และอื่น ๆ)



ตัวแปรที่ใช้ในงานวิจัย ได้แก่ ตัวแปรอิสระ 6 ตัว คือ เจตคติต่อเงิน 4 แบบ (การหลีกเลี่ยงเงิน, การบูชาเงิน, ความระมัดระวังทางการเงิน, เงินคือสถานะ) ความตึงเครียดทางการเงิน และความหมายในชีวิต ตัวแปรตาม 1 ตัว คือ ภาวะซึมเศร้า

### คำจำกัดความที่ใช้ในงานวิจัย

**คนทำงานที่มีหนี้สิน** หมายถึง บุคคลที่เป็นผู้หารายได้และเป็นผู้ชำระค่าใช้จ่ายของตนเองหรือของครอบครัว โดยรูปแบบรายได้นั้นสามารถเป็นได้ทั้งรายได้รายวัน รายเดือน หรือรับจ้างทำงานสัญญาจ้าง (ฟรีแลนซ์) ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้นและตอนกลาง อายุ 20-40 ปี รายงานตนว่าเป็นผู้มีหนี้สินมากกว่า 0 บาทขึ้นไป (ทั้งหนี้ในระบบ อาทิ บัตรเครดิต เงินกู้ สิ้นเชื่อจากองค์กรทางการเงิน หรือหนี้นอกระบบ อาทิ หนี้สินเชื่อส่วนบุคคล หนี้ห่วย หนี้การพนัน) และมีปัญหาทางการเงินในช่วง 12 เดือน ที่มีเงื่อนไขดังข้อใดข้อหนึ่งดังต่อไปนี้

(1) มีปัญหาด้านการชำระหนี้ (ผู้ที่ตอบว่า ชำระหนี้ยอดขั้นต่ำหรือจ่ายแค่ดอกเบี้ยในบางรายการ เนื่องจากเงินไม่เพียงพอหรือต้องหมุนเงิน, ชำระหนี้ยอดขั้นต่ำหรือจ่ายแค่ดอกเบี้ยหลายรายการเนื่องจากเงินไม่เพียงพอหรือต้องหมุนเงิน, ไม่สามารถชำระหนี้ได้บางรายการ, ไม่สามารถชำระหนี้ได้หลายรายการ, ไม่สามารถชำระหนี้ได้เลย) หรือ

(2) มีความกังวลต่อปัญหาการชำระหนี้ (ผู้ที่ตอบว่า กังวลบ้างบางครั้งบางคราว, ค่อนข้างกังวล, มีความกังวลตลอดเวลา) หรือ

(3) ไม่มีการออมต่อเดือน (ไม่ว่าจะเป็นการออมเงิน, การออมในกองทุน, การออมในหุ้น, การออมสลากออมสินหรือสลาก ธกส. และอื่น ๆ)

**เจตคติต่อเงิน (Money script)** หมายถึง ความเชื่อหลัก (core beliefs) เกี่ยวกับเงินที่ผลักดันพฤติกรรมทางการเงินต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน ตอบสนองอารมณ์ที่ควบคุมไม่ได้ เหตุการณ์รุนแรงทางใจ วิกฤติทางการเงินในสังคม ซึ่งเป็นอะไรที่เปลี่ยนแปลงได้ยากแม้ว่าบุคคลจะอยู่ในสถานการณ์ที่ยากลำบากก็ตาม (Klontz & Klontz, 2009) นักจิตวิทยาการปรึกษาทางการเงิน เช่น Klontz และ Klontz (2009) ระบุว่าเจตคติด้านการเงิน สามารถแบ่งออกได้ 4 แบบ กล่าวคือ

แบบที่ 1 การหลีกเลี่ยงเงิน (Money Avoidance) หมายถึง รูปแบบความคิดความเชื่อที่ว่าเงินนั้นไม่ดี เงินจะกระตุ้นความวิตกกังวล ทำให้เกิดความกลัว และเกี่ยวข้องเชื่อมโยงกับความรู้สึกรังเกียจ โดยผู้ที่มีเจตคติต่อเงินแบบหลีกเลี่ยงเงินจะรู้สึกเหมือนว่าพวกเขาไม่คู่ควรกับเงิน อันนำไปสู่พฤติกรรมทางการเงินที่ผิดปกติ เช่น การปฏิเสธที่จะรับรู้เรื่องเงิน ปฏิเสธเงินที่จะได้รับเงินโดยไม่

จำเป็น ไม่ใช่จ่าย และไม่ชอบความเสี่ยงที่มากเกินไป ผู้ที่มีเจตคติต่อเงินแบบการหลีกเลี่ยงเงินสูง มักจะข้องเกี่ยวกับการสร้างความเสียหายทางการเงินกับตนเอง หลีกเลี่ยงที่จะใช้เงินซื้อสิ่งของที่จำเป็น กังวลเกี่ยวกับการใช้เงินเกินบัญชี และใช้บัตรเครดิตในทางที่ผิด

แบบที่ 2 การบูชาเงิน (Money Worship) หมายถึง รูปแบบความคิดความเชื่อเงินจำนวนที่มากจะช่วยแก้ปัญหาได้ นำพาความสุขและอำนาจมาให้ ดังนั้นจึงมีเงินไม่เคยพอ มีหนี้สินที่ต้องหมุนแบบเดือนต่อเดือน ผู้ที่มีเจตคติต่อเงินแบบการบูชาเงินมักนำไปสู่พฤติกรรมทางการเงินที่ผิดปกติ อาทิ พฤติกรรมชอบเก็บสะสมกักตุนของ ชอบความเสี่ยงโดยไม่มีเหตุผล เสพติดการพนัน ติดงานใช้จ่ายเงินเกินตัว หรือความผิดปกติในการไม่สามารถยับยั้งการซื้อของได้

แบบที่ 3 เงินคือสถานะ (Money Status) หมายถึง รูปแบบความคิดความเชื่อที่ว่าเงินจะช่วยส่งเสริมสถานะของตน จะซื้อสิ่งใหม่ๆ ที่ดีที่สุดให้แก่ตนเองเสมอ สนใจที่จะแสดงออกถึงความมั่งคั่งของตนเองแก่ผู้อื่น เพื่อไม่ให้ตนเองเป็นผู้ต้อยในสังคม ผู้ที่มีเจตคติต่อเงินแบบเงินคือสถานะมักเชื่อมโยงกับการมีทรัพย์สินในครอบครองที่มากกว่าคนอื่น เพื่อให้สิ่งของเหล่านั้นเป็นการยืนยันเงินของตนสถานะของตนให้เห็นความแตกต่างที่ชัดเจนระหว่างชนชั้นทางเศรษฐกิจและสังคม

แบบที่ 4 ความระมัดระวังทางการเงิน (Money Vigilance) หมายถึง รูปแบบความคิดความเชื่อที่ว่า การตระหนี่ทางการเงิน รอบคอบถี่ถ้วนเกี่ยวกับการทำให้มีเงินเพิ่ม บุคคลที่มีความเชื่อในรูปแบบนี้จะมีความกังวลเสมอว่าจะมีเงินพอสำหรับยามฉุกเฉินหรือไม่ จะพยายามไม่มีหนี้แบบเดือนชนเดือน และพยายามที่จะไม่ใช้เงินที่มีให้ลดลง ผู้ที่มีเจตคติต่อเงินแบบการระมัดระวังทางการเงินที่สูงจะมองว่าการมีความสุขขึ้นกับประโยชน์และความปลอดภัยที่เงินมอบให้

ในงานวิจัยนี้เจตคติต่อเงินทั้ง 4 แบบ สามารถวัดได้จากมาตรวัดเจตคติต่อเงินที่ผู้วิจัยพัฒนาจากมาตรวัด the Klontz Money Scripts Inventory-Revised (KMSI-R; Klontz et al., 2011)

**ความตึงเครียดทางการเงิน (Financial strain)** หมายถึง การที่บุคคลรับรู้แรงกดดันทางเศรษฐกิจ อันเป็นต้นเหตุที่อาจเป็นอันตรายคุกคามหรือทำลายต่อชีวิต โดยการตอบสนองไม่ว่าจะเป็นความคิด ความรู้สึกและพฤติกรรม ต่อความยากลำบากทางการเงินที่ประสบ ความตึงเครียดทางการเงินนี้อาจเกิดขึ้นเมื่อค่าใช้จ่ายเกินกว่ารายได้ที่หามาได้ (Peirce et al., 1994) และไม่สามารถที่

จะรับผิดชอบการเงินของตนเองได้เหมือนเดิม นักจิตวิทยาผู้เชี่ยวชาญด้านการเงิน คือ Aldana และ Liljenquist (1998) ได้แบ่งความตึงเครียดทางการเงินจาก 5 ด้าน ได้แก่ (1) ความรู้ด้านการเงิน (Financial literacy) (2) ปัญหาความสัมพันธ์ (Relationship problems) (3) ความเครียดทางร่างกาย (Physical stress) (4) หนี้สินบัตรเครดิต (Credit card debt) และ (5) การขาดความสามารถในการชำระหนี้สิน (Inability to meet obligations)

ในงานวิจัยนี้วัดความตึงเครียดทางการเงินหมายถึงค่าคะแนนที่ได้จากแบบวัด ความตึงเครียดทางการเงินที่ผู้วิจัยแปลมาจาก Financial Strain Scale พัฒนาโดย Aldana และ Liljenquist (1998)

**ความหมายในชีวิต** (Meaning in Life) หมายถึง สิ่งที่บุคคลรับรู้ต่อความหมายและสิ่งที่ทำให้ตนดำรงอยู่ เป็นกำลังใจในการดำรงอยู่ไปต่อ และพร้อมเผชิญกับอุปสรรคหรือวิกฤติการณ์ต่าง ๆ ทางการเงิน หนี้สินที่กำลังประสบ มีทัศนคติต่อชีวิตทางบวกเพื่อดำรงชีวิตต่อไปได้ ในการวิจัยครั้งนี้ ความหมายในชีวิต หมายถึงค่าคะแนนที่วัดจาก มาตรการวัดความมุ่งหวังในชีวิต (Purpose in Life: PIL) ที่ พัฒนาโดย Crumbaugh และ Maholick (1964) ฉบับภาษาไทยที่แปลและเรียบเรียง โดย อรัญญา ต้อยคำภีร์ (2554)

**ภาวะซึมเศร้า** (Depression) หมายถึง ภาวะที่แสดงถึงอารมณ์ทางลบในระดับสูง อาทิ สิ้นหวัง เศร้า เป็นทุกข์ ไม่ยินดีในร้าย หดแรงแรงในการทำกิจวัตรต่าง ๆ ไม่มีความสุขกับกิจกรรมที่เคยสนใจ โดยมีภาวะนี้ต่อเนื่องยาวนานเป็นระยะเวลาหนึ่ง แต่ยังไม่ยาวนานจนกลายเป็นโรคซึมเศร้า ในการวิจัยครั้งนี้ ภาวะซึมเศร้า หมายถึง ค่าคะแนนภาวะซึมเศร้าที่วัดจากมาตรการวัดความเครียด ความวิตกกังวล และ ภาวะซึมเศร้า DASS-42 (Depression Anxiety Stress Scale) ฉบับภาษาไทยของ School of Psychology UNSW Sydney NSW (2008) ผู้เผยแพร่แบบวัดที่พัฒนาและแปลจาก มาตรการ DASS-42 ของ Lovibond และ Lovibond (1995)

### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ได้ทราบความสัมพันธ์ระหว่างอิทธิพลของเจตคติต่อเงินทั้ง 4 รูปแบบ (การหลีกเลี่ยงเงิน, การบูชาเงิน, ความระมัดระวังทางการเงิน, เงินคือสถานะ) ความตึงเครียดทางการเงิน ความหมายในชีวิต และภาวะซึมเศร้าในกลุ่มคนทำงานที่มีหนี้สิน
2. สามารถนำข้อค้นพบในงานวิจัยไปเป็นแนวทางในการสำรวจปัญหา ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ในการให้บริการด้านการปรึกษาเชิงจิตวิทยา เพื่อเยียวยาผู้รับบริการที่ประสบกับความตึงเครียดทางการเงินและภาวะซึมเศร้าในกลุ่มคนทำงานที่มีหนี้สิน

## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ทบทวนวรรณกรรมแนวคิดและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ครอบคลุมในหัวข้อต่าง ๆ เช่น คนทำงานที่มีหนี้สิน เจตคติต่อเงิน ความตึงเครียดทางการเงิน ความหมายในชีวิต ปัญหาทางจิตใจ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังรายละเอียดต่อไปนี้

#### คนทำงานที่มีหนี้สิน

ดังที่ได้กล่าวไว้ในตอนต้นของการศึกษาครั้งนี้ว่า คนทำงานที่มีภาวะหนี้สินจำนวนไม่น้อยเป็นผู้ที่รับผิดชอบด้านค่าใช้จ่ายต่าง ๆ ในครอบครัว ไม่ว่าจะเป็นค่าใช้จ่ายในการดูแลสุขภาพในครอบครัว การเลี้ยงดูบุตร ค่าใช้จ่ายในครัวเรือน หรือเหตุการณ์ไม่คาดฝันที่จำเป็นต้องใช้เงินจำนวนมาก เหล่านี้มักจะนำมาสู่ปัญหาในการบริหารจัดการทางการเงิน และอาจจะนำมาสู่ภาวะหนี้สินในที่สุด ซึ่งการทบทวนวรรณกรรมในส่วนนี้จะกล่าวถึง ภาวะหนี้สิน (Debt) และคนทำงานที่มีภาวะหนี้สินดังนี้

#### 1.1 การมีหนี้สิน (Debt)

หลวงประดิษฐมนูธรรม (อ้างถึงใน อรรถพรหม พันธ์พัฒนา, 2544) กล่าวถึงการตีความความหมายของหนี้ตามการพิจารณาถึงลักษณะและผลของหนี้ตามประมวลกฎหมายแพ่งหรือพาณิชย์ หมายถึง นิติสัมพันธ์ระหว่างบุคคลสองฝ่าย ซึ่งฝ่ายที่เรียกว่า เจ้าหนี้จะได้รับการชำระหนี้ โดยการส่งมอบทรัพย์สิน ภาระการหรืองดเว้นการกระทำจากบุคคลอีกฝ่ายซึ่งเรียกว่าลูกหนี้

ปิติชัย พงษ์วานิชอนันต์ และคณะ (2550) กล่าวว่าสถานะทางการเงินของแต่ละคนมีความแตกต่างกันออกไป โดยบุคคลที่มีสถานะการเงินที่ไม่สามารถจะเป็นเจ้าของสิ่งต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นปัจจัยสี่หรือสิ่งอำนวยความสะดวกอื่น ๆ หรือสิ่งจำเป็นในการดำรงอาชีพได้นั้น จำเป็นจะต้องพึ่งพาวิธีการกู้ยืม การกู้ยืมเป็นการเข้าถึงแหล่งทุนซึ่งนำมาสู่การก่อหนี้ ซึ่งเป็นส่วนที่ลูกหนี้ต้องแบกรับ โดยหนี้นั้นมีทั้ง (1) หนี้จากการกู้ยืมเงิน ทั้งในระบบและนอกระบบ (2) หนี้จากการใช้บัตรเครดิต ที่ดำเนินการโดยธนาคาร (3) หนี้จากการใช้บัตรเครดิตที่ออกโดยบริษัทปล่อยสินเชื่อ (Non Bank) (4) หนี้จากการใช้บัตรเครดิตที่ออกโดยห้างสรรพสินค้า (5) หนี้จากการผ่อนสินค้า อาทิ รถยนต์ บ้าน เครื่องใช้ไฟฟ้า เป็นต้น

เพียงพล เจริญพันธ์ (2552) ระบุถึงองค์ประกอบที่เป็นพื้นฐานของสินเชื่อประกอบด้วยส่วนต่าง ๆ ได้แก่ (1) เงินต้น (Principal) ยอดเงินแรกเริ่มที่ลูกหนี้ใช้ในการกู้ยืม นำไปสู่การคิดดอกเบี้ย ที่

จะเพิ่มจำนวนมูลหนี้รวมของลูกหนี้ (2) ระยะเวลาการกู้ยืม (Term) จำนวนการผ่อนชำระที่กำหนดไว้ โดยมีทั้งการกำหนดเป็นระยะเวลารายวัน รายเดือน หรือตามที่ตกลง โดยระยะเวลาที่นานในการกู้ยืม หมายถึงการเพิ่มของดอกเบี้ยที่ลูกหนี้ต้องรับผิดชอบ (3) ดอกเบี้ย (Interest Charge) ดอกเบี้ยคำนวณจากสัดส่วนที่ลูกหนี้และเจ้าหนี้ได้ทำการตกลงไว้เมื่อเริ่มสัญญา โดยทั่วไปเมื่อระยะเวลาที่ชำระหนี้ผ่านไปเงินต้นและดอกเบี้ยจะค่อยๆ ลดลง (4) ค่าผ่อนชำระรายเดือน (Monthly payment) จำนวนเงินที่ลูกหนี้ชำระให้กับเจ้าหนี้ในแต่ละเดือน โดยมีชื่อเรียกอีกชื่อว่า ค่างวด โดยค่างวดจะมีจำนวนเท่ากันตลอดจนครบสัญญา

นอกจากนี้ หนี้นอกระบบยังเป็นอีกหนึ่งสาเหตุที่ก่อให้เกิดความเครียดได้มากเนื่องจากรูปแบบการคิดดอกเบี้ยที่สูงกว่าที่กฎหมายกำหนด โดยความหมายของหนี้นอกระบบ คือ หนี้ที่เกิดจากการกู้ยืมเงินกันเองระหว่างประชาชนด้วยกัน ไม่ผ่านสถาบันการเงิน ไม่ได้อยู่ภายใต้การกำกับดูแลของธนาคารแห่งประเทศไทย อาจเกิดจากมูลหนี้ที่ไม่ถูกต้องตามกฎหมาย อาทิ หนี้จากการพนัน หายใต้ดิน หรือหนี้จากยาเสพติด อีกทั้งเงื่อนไขการการกู้และข้อตกลงต่าง ๆ เป็นไปตามความพอใจของผู้ทำสัญญา จึงไม่ได้รับการควบคุมมาตรการดอกเบี้ยให้อยู่ในระดับที่กฎหมายกำหนด คือ ไม่เกินร้อยละ 15 ต่อปี หรือ ร้อยละ 1.5 ต่อเดือน (กฤตกร จินดาวัฒน์, 2559). โดยพบว่าเมื่ออัตราดอกเบี้ยตั้งแต่ ร้อยละ 5-20 ต่อเดือน หรือคิดเป็นร้อยละ 60-240 ต่อปี (เอกชัย โคตรอาษา, 2563)

## 1.2 คนทำงานที่มีหนี้สิน

กลุ่มคนทำงานเป็นกลุ่มคนที่รับภาระในการหารายได้เข้าสู่ครอบครัวเพื่อบำรุงเลี้ยงดูสมาชิกวัยเด็กในครอบครัวและผู้สูงอายุที่ไม่ได้ทำงานแล้ว จากผลสำรวจของ สรา ชื่นโชคสันต์ และคณะ (2562) กับครัวเรือนทั่วประเทศไทยจำนวน 1,500 ครัวเรือน พบว่าครัวเรือนที่มีหนี้ขาดวินัยทางการเงินในการควบคุมค่าใช้จ่าย โดยมีค่าใช้จ่ายโดยเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มครัวเรือนที่ไม่มีหนี้ อย่างมีนัยสำคัญ อาทิ ค่าโทรศัพท์ ค่าใช้จ่ายในการเดินทาง ค่าใช้จ่ายไม่ประจำ อาทิ ค่าซ่อมรถที่สูงกว่าครัวเรือนที่ไม่มีหนี้ถึง 631% โดยครัวเรือนที่มีหนี้มีรถยนต์ที่มีราคาสูงกว่าโดยเฉลี่ย

จากรายงานของ สำนักงานสถิติแห่งชาติ (2560) สรุปผลจากการสำรวจภาวะเศรษฐกิจและสังคม ของครัวเรือนไทย จากครัวเรือนตัวอย่างในทุกจังหวัดทั่วประเทศ จำนวนประมาณ 52,000 ครัวเรือน ทั้งในเขตเทศบาลและนอกเขตเทศบาล พบว่าในปี 2560 ครัวเรือนในประเทศไทย มีรายได้เฉลี่ยเดือนละ 26,946 บาท และค่าใช้จ่ายเฉลี่ย เดือนละ 21,437บาท คิดเป็นสัดส่วนของค่าใช้จ่ายต่อรายได้ประมาณร้อยละ 79.6 โดยมีจำนวนหนี้สินเฉลี่ยต่อครัวเรือนทั้งสิ้น 178,994 บาท ซึ่งคิดเป็น 6.6 เท่าของรายได้ ภาวะการเป็นหนี้ของครัวเรือนมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นคือจำนวนครัวเรือนที่เป็นหนี้

เพิ่มขึ้นจากร้อยละ 49.1 ในปี 2558 เป็น 50.7 ในปี 2560 เป็นหนี้ในระบบอย่างเดียวร้อยละ 90.0 หนี้นอกระบบอย่างเดียวร้อยละ 5.8 และมีหนี้ทั้งในระบบและนอกระบบร้อยละ 4.2 เท่านั้น

อย่างไรก็ตามการมีหนี้สินของคนทำงานนั้นไม่จำเป็นจะต้องนำมาสู่ความยากลำบากในชีวิตเสมอไป จักรพงษ์ เมฆพันธุ์ (2555) กล่าวถึงหนี้ดีและหนี้เลวไว้ว่า หนี้ดีมักเป็นของคนที่ยาว และหนี้เลวมักเป็นของคนที่ยาวที่บริหารการเงินของตนไม่ดี โดยขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์ของการสร้างหนี้และผลลัพธ์ที่เกิดจากการก่อหนี้ของบุคคลนั้น โดยระบุว่า หนี้ดีจะช่วยให้เพิ่มความมั่งคั่งและจะต้องไม่กระทบต่อสภาพคล่องของการใช้เงินในการดำรงชีวิตประจำวัน ยกตัวอย่างเช่นหนี้ของการกู้ซื้อบ้านที่ลดค่าใช้จ่ายในการเช่าบ้าน อีกทั้งไม่กระทบต่อความเป็นอยู่อื่น ๆ ที่ต้องใช้จ่ายเป็นประจำ ถือเป็นหนี้ดีเนื่องจากไม่กระทบสภาพคล่องและสามารถเพิ่มมูลค่าของบ้านและที่ดินที่ถือครองไว้ อีกตัวอย่างหนึ่งคือการกู้ซื้อรถที่เป็นทรัพย์สินที่มักไม่เพิ่มมูลค่าแต่หากช่วยลดรายจ่ายในการเดินทางของบุคคลในครอบครัวได้และไม่กระทบค่าใช้จ่ายหลักด้วยแล้วนับว่าเป็นหนี้ที่ดี แต่ถ้าหากไม่ได้ช่วยลดค่าใช้จ่ายลงได้มากเท่ากับที่เพิ่มค่าใช้จ่าย เมื่อคำนวณทั้งค่าน้ำมันและการซ่อมบำรุงแล้ว รถยนต์นับเป็นหนี้เลวทันที

การพิจารณาหนี้ดีหรือหนี้เลวนี้อาจสามารถช่วยแบ่งคนทำงานที่มีหนี้สินออกเป็นกลุ่มที่มีหนี้สินและมีปัญหาทางการเงิน กับกลุ่มที่มีหนี้สินและไม่มีปัญหาทางการเงินได้ จากผลสำรวจของธนาคารแห่งประเทศไทยในครัวเรือนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง 1,500 ครัวเรือนทั่วประเทศโดย สรา ชื่นโชคสันต์ และคณะ (2562), พบว่าครัวเรือนที่มีหนี้สินและมีปัญหาทางการเงินมีค่าใช้จ่ายในครัวเรือนสูงกว่ากลุ่มที่มีหนี้แต่ไม่มีปัญหาทางการเงินอย่างมีนัยสำคัญ โดยเฉพาะค่าใช้จ่ายประจำในหมวด ค่าใช้จ่ายเพื่อความบันเทิง และค่าใช้จ่ายสำหรับเสื้อผ้า ค่าอาหารที่สูงกว่า โดยมักเป็นหมวดที่สะท้อนวิถีชีวิต (Lifestyle) ของผู้ใช้เงินเป็นส่วนใหญ่ ในงานวิจัยนี้ได้มีเกณฑ์ในการแบ่งกลุ่มคนที่มีหนี้สินที่มีปัญหาและกลุ่มคนที่มีหนี้สินและไม่มีปัญหาโดยพิจารณาถึง 3 ปัจจัย ได้แก่ ปัญหาด้านการชำระหนี้ ความกังวลต่อปัญหาการชำระหนี้ หรือ มีอัตราการออมน้อยกว่าร้อยละ 5 โดย วิชชุดา ภัคดีสุวรรณ (2562) กล่าวว่า คนไทยเป็นหนี้ตั้งแต่อายุน้อย เป็นหนี้เร็วขึ้น นานขึ้น จนเข้าสู่วัยเกษียณ ก็ยังมีภาระหนี้สินอยู่ โดยเฉพาะกับคนวัยทำงานที่มีการเปิดเผยข้อมูลจาก ข้อมูลเครดิตแห่งชาติ หรือ เครดิตบูโร (2562 อ้างถึงใน วิชชุดา ภัคดีสุวรรณ, 2562) เปิดเผยข้อมูลหนี้ค้างชำระตั้งแต่ 30 วันขึ้นไป พบว่า หนี้ค้างชำระส่วนใหญ่ หลักๆ แล้วอยู่ที่เจนเนอเรชันวาย (Generation Y) ที่มีอายุ 22-39 ปี และกลุ่มเจนเนอเรชันเอ็กซ์ (Generation X) อายุ 40-54 ปี ประชาชนส่วนใหญ่ เข้าถึงสินเชื่อได้ตั้งแต่อายุน้อย ตั้งแต่เริ่มทำงาน หรือตั้งแต่อายุ 19-20 ปี ซึ่งกลุ่มนี้เริ่มมีหนี้สินเชื่อส่วนบุคคล หรือสินเชื่อเงินผ่อน บัตรผ่อนชำระต่าง ๆ มากที่สุด ในวรรณกรรมเชิงจิตวิทยาและเศรษฐศาสตร์

(Economic Psychology) มีการศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับหนี้ส่วนบุคคลมากมาย Brown และคณะ (2005) พบว่าปัจจัยทางเจตคติที่มีต่อหนี้มีผลต่อระดับการเป็นหนี้และการชำระหนี้ Lea และคณะ (1993) พบความเชื่อมโยงในระดับสูงระหว่างปัจจัยทางเจตคติต่อระดับของการมีหนี้สิน โดยเตือนว่าการปรับตัวของเจตคติที่มีต่อหนี้ในระดับสูงนี้จะทำให้คนในสังคมเดินทางไปสู่ “ยุควัฒนธรรมของการเป็นหนี้” มากขึ้น

## เจตคติต่อเงิน (Money Script)

### 2.1 นิยามและขอบเขต

ในบริบทการทำงานของคุณค่าเงินในฐานะของค่าตอบแทน ถือเป็นแรงจูงใจที่ทรงพลังมากอย่างหนึ่ง (Luna & Tang, 2004; Tang, 1995; Tang et al., 2000) โดยเงินจะเพิ่มคุณค่ามากขึ้นหรือน้อยลงขึ้นอยู่กับรับรู้ของแต่ละบุคคลว่าเงินช่วยให้บุคคลเข้าถึงสิ่งที่บุคคลต้องการ ได้มากน้อยเพียงใด ไม่ว่าจะเป็นสิ่งของ การเติมเต็มความจำเป็นขั้นพื้นฐานต่าง ๆ หรือความปรารถนา ซึ่งมีความแตกต่างกันในแต่ละบุคคล (Lea & Webley, 2006) Klontz และ Klontz (2009) กล่าวว่าสิ่งที่บุคคลรับรู้ ทัศนคติ แสดงพฤติกรรมตอบสนองต่อเหตุการณ์ทางการเงินทั้งที่ดีและไม่ดี เกิดเป็นโครงสร้างทางปัญญาในเรื่องเกี่ยวกับการเงิน เรียกว่า เจตคติต่อเงิน (Money script) ระบุว่าเจตคติต่อเงินนี้เป็นความเชื่อของบุคคลที่พัฒนามาจากประสบการณ์วัยเด็ก ผ่านทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social learning theory) และซับซ้อนผ่านพฤติกรรมทางการเงินในวัยผู้ใหญ่ เพิ่มระดับความเข้มข้นหรือเปลี่ยนแปลงได้จากสถานการณ์การเงินที่ประสบ โดยการเรียนรู้ที่ส่งต่อรุ่นต่อรุ่นภายในครอบครัวและวัฒนธรรม ผูกกับบริบทที่เกิดขึ้น และมักเป็นเพียงความจริงบางส่วนเท่านั้น ไม่ตรงตามความเป็นจริงเสมอไป ทั้งนี้เจตคติที่ได้พัฒนาจากวัยเด็กข้างต้น เมื่อพ้นช่วงวัยรุ่นเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ บุคคลก็จะเข้าสู่ช่วงวัยทำงานและวัยสร้างครอบครัวซึ่งอาจมีโอกาที่จะประสบกับปัญหาหนี้สิน รายได้ไม่เพียงพอต่อรายจ่ายในแต่ละเดือน ตกงานขาดรายได้ สูญเสียผู้หารายได้หลัก ค่าพยาบาลไม่เพียงพอต่อการรักษา หรือล้มละลาย (Klontz & Klontz, 2009)

เจตคติต่อเงินเหล่านี้ได้รับอิทธิพลจากวัฒนธรรมต่าง ๆ ที่เป็นสิ่งแวดล้อมของบุคคล อาทิ ครอบครัว เชื้อชาติ เพศ เศรษฐฐานะ ทั้งนี้เป็นไปตามทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social learning theory) ที่เจตคติพัฒนาขึ้นจากการสังเกตในวัยเด็ก (Taylor et al., 2016) โดยการสังเกตพฤติกรรมทางการเงินของผู้ปกครองในครอบครัว ค่านิยมของสังคมที่ครอบครัวส่งต่อมาเป็นสิ่งสำคัญในการทำความเข้าใจพฤติกรรมทางการเงินของแต่ละบุคคล (Gutter et al., 2010)

กล่าวโดยสรุป เจตคติต่อเงินในการศึกษาครั้งนี้ หมายถึง ความคิด ความเชื่อ การรับรู้ของบุคคลที่มีต่อตนเอง ผู้อื่น และสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับเงิน อาจเป็นอคติหรือความโน้มเอียงที่ไม่ได้สอดคล้องกับความเป็นจริงเสมอไป แต่มีผลต่อความคิด ความรู้สึก พฤติกรรม ต่อตนเอง และผู้อื่นทั้งในทางบวกและทางลบ

## 2.2 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

เมื่อศึกษาย้อนกลับไปยังอดีต มีความพยายามที่จะอธิบายความเชื่อมโยงทางจิตใจที่สะท้อนสู่การเงินจำนวนมาก โดยแนวคิดต่าง ๆ ในยุคแรกนั้นเป็นการพยายามอธิบายมุมมองทางจิตใจของมนุษย์ที่เชื่อมโยงกับเงิน อาทิ การบำบัดแนวจิตวิเคราะห์ของ Freud และ Strachey (1964) ซึ่งกล่าวถึงพัฒนาการในการหาความสุขจากอวัยวะนั้นคือ “ทวารหนัก” โดยเรื่องเงินจะเข้ามาเกี่ยวข้องในประสบการณ์วัยเด็กเมื่อตอนฝึกฝนพฤติกรรมใช้กระโถน ที่เชื่อมโยงเงินกับอุจจาระภายใต้จิตใจสำนึก หรือแนวคิดพฤติกรรมนิยมที่มองว่าเงินนั้นเป็นการเสริมแรงที่อาศัยการแผ่ขยายของเงื่อนไข (Ayllon & Azrin, 1968) ส่วนนักมานุษยวิทยาและนักเศรษฐศาสตร์ก็จะสนใจมุมมองในฐานะสัญลักษณ์แทนคุณค่า การใช้เงิน (Lea & Webley, 1981) ยังมีวรรณกรรมอีกมากมายที่ศึกษาการรับรู้ที่มีอคติต่อการประเมินค่าเงิน (Furnham, 1984) ซึ่งส่วนใหญ่แนวคิดและทฤษฎีเหล่านี้ยังมีหลักฐานเชิงประจักษ์ค่อนข้างน้อย (Roberts & Jones, 2001) หลังจากนั้นได้มีนักวิจัยได้นำเสนอแนวคิดเกี่ยวกับเจตคติต่อเงิน โดยแทบทุกทฤษฎีที่นักวิจัยพัฒนาขึ้นมาล้วนระบุว่าเจตคติต่อเงินนั้นประกอบด้วยหลายมิติหรือมุมมอง (Multidimension) ดังนี้

แนวคิดแรก นำเสนอโดย Yamauchi และ Templer (1982) ที่มองว่าเจตคติต่อเงินมี 5 แบบ (1) เงินคืออำนาจและศักดิ์ศรี (Power-Prestige) (2) เงินกับการรักษาเงินและเวลาในการรักษาเงิน (Retention Time) (3) ความไม่ไว้วางใจทางการเงิน (Distrust) (4) เงินกับคุณภาพที่ดีที่สุด (Quality) (5) ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการเงิน (Anxiety) แนวคิดนี้เป็นแนวคิดที่เป็นที่รู้จักมากที่สุด แนวคิดหนึ่งในการวัดและประเมินเจตคติต่อเงิน โดยแนวทางการพัฒนานี้เริ่มจากแนวคิดที่ว่ารายได้สุทธิของคนนั้นเชื่อมโยงกับการรับรู้คุณค่าภายในตน เงินทำให้คนบางกลุ่มวิตกกังวลได้ และก็บรรเทาความวิตกกังวลของคนบางกลุ่มได้ แม้ว่าจะระบุว่ามาตรฐานนี้เป็นการวัดเจตคติต่อเงิน แต่ก็มีการวัดพฤติกรรมทางการเงินบางอย่างด้วยเช่นกัน โดยสิ่งที่มาตรฐานนี้ยังไม่สามารถอธิบายได้คือ เจตคติต่อเงินที่เชื่อมโยงกับรายได้ของบุคคล (ส่วนขยายมาจากงานความเที่ยงความตรงของมาตรหลัก)

แนวคิดต่อมา พัฒนาโดย Furnham (1984) พัฒนามาตรวัดความเชื่อและพฤติกรรมทางการเงิน ที่มีชื่อว่า the Money Beliefs and Behavior Scale (MBBS) ที่ระบุถึงประเภทของเจตคติและ



พฤติกรรมต่อเงิน 6 แบบ 1) ความหลงใหลในเงิน (Obsession) 2) เงินคืออำนาจ (Power/Spending) 3) การรักษาเงิน (Retention) 4) เงินคือความปลอดภัย (Security) 5) เงินที่ขาดแคลนไม่เพียงพอ (Inadequacy) 6) เงินจากความพยายามและความสามารถ (Effort/Ability) Forman (1987) นำแนวคิดของเขามาพัฒนาแบบประเมินความบ้าเงิน the Money Madness Scale อย่างไรก็ตามแนวคิดนี้ไม่ได้รับความนิยมมากนักเนื่องจากไม่มีหลักฐานเชิงประจักษ์เพียงพอในเรื่องของความเที่ยงและความตรงของมาตรา

แนวคิดที่สาม พัฒนาโดย (Tang, 1993) เรียกว่า The Money Ethic Scale ที่แบ่งประเภทเจตคติต่อเงินเป็น 6 แบบ โดยพยายามขยายการวัดการประเมินความเชื่อต่อเงินทั้งในมิติของอารมณ์ความรู้สึก ทางปัญญา และทางพฤติกรรม ได้แก่ 1) เงินเป็นสิ่งดี (Good) 2) เงินคือปีศาจ (Evil) 3) เงินคือความสำเร็จ (Achievement) 4) เงินคือความเคารพนับถือจากผู้อื่นและต่อตนเอง (Respect, self-esteem) 5) ความระมัดระวังและควบคุมเงิน (Budget) 6) เงินอิสระและอำนาจ (Freedom, power) โดยมาตรานี้มีข้อท้วงติงว่าพัฒนาขึ้นมาโดยผู้เขียนเอง ไม่ใช่การพัฒนาขึ้นมาจาก การสังเกตหรือเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงปฏิบัติการหรือมาจากผู้รับบริการ (ส่วนขยายมาจากมาตรหลัก ความเที่ยงความตรง) ต่อมา Luna และ Tang (2004) พัฒนามาตรวัดความรักต่อเงิน the Love of Money Scale (LOMS) เพื่อใช้ทดสอบในวัฒนธรรมที่หลากหลาย หลายภาษา และศาสนา โดยแนวคิดในการพัฒนามาตรนี้ก็เพื่อตรวจสอบความสัมพันธ์ของเงินกับแรงจูงใจในการทำงานที่มาจาก ภายในตนและภายนอก โดยแนวคิดความรักต่อเงินนี้ประกอบด้วย 5 มิติ ได้แก่ 1) การควบคุมดูแลเงิน (Budget) 2) เงินกับความสำเร็จ (Success) 3) เงินเป็นแรงจูงใจ (Motivator) 4) เงินและความยุติธรรม (Equity) 5) เงินคือปีศาจ (Evil) โดยมองว่าผู้คนที่ต้องการหาเงินเพราะนำมาใช้ซื้อสิ่งต่าง ๆ เพื่อการตอบสนองขั้นพื้นฐานเท่านั้นแต่เงินยังให้เงื่อนไขในการที่จะได้เข้าสังคม เพิ่มการเห็นคุณค่าในตน และนำไปสู่ความหมายของชีวิตของบุคคลอีกด้วย โดยเน้นย้ำว่าเงินเป็นเพียงวิธีการนำไปสู่ไม่ใช่จุดจบสุดท้ายของสิ่งที่ผู้คนที่ต้องการ

นอกจากเจตคติต่อเงินแล้ว มีความพยายามที่จะเข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างผู้คนที่และการเงินของ Furnham และคณะ (2012) เป็นการศึกษาอารมณ์ที่เกี่ยวข้องกับการเงินของบุคคล โดยศึกษาอารมณ์ความรู้สึก 4 อย่างกับเงิน ได้แก่ ความรู้สึกปลอดภัย ความรู้สึกเป็นอิสระ ความรู้สึกมีพลัง และความรัก ผลพบว่าเงินเชื่อมโยงกับความรู้สึกปลอดภัยสูงที่สุด รองลงมาคือ ความรู้สึกเป็นอิสระ

จากแนวคิดของนักวิจัยข้างต้นพบว่าเจตคติต่อเงินนั้นไม่ได้มีเพียงมิติเดียว และผลจากการวิเคราะห์องค์ประกอบจากหลายงานวิจัยทำให้เห็นมิติต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับเจตคติต่อเงิน แต่มีมิติเหล่านั้นก็มีส่วนที่ซ้อนทับกันอยู่ในหลาย ๆ งานวิจัยโดยแนวคิดที่ผู้วิจัยสนใจในการนำมาเป็นแนวทาง

ในการศึกษาคือเจตคติทางการเงินของนักจิตวิทยาและที่ปรึกษาทางการเงิน Klontz และ Klontz (2009) นั้นมีการนำแนวคิดนี้มาพัฒนาเป็นมาตรวัดเจตคติต่อเงิน the Klontz Money Scripts Inventory (KMSI; Klontz et al., 2011) ที่ออกแบบเพื่อประเมินเจตคติในกลุ่มบุคคลทั่วไป ซึ่งจำแนกประเภทของเจตคติต่อเงินไว้เป็นสี่ประเภท ได้แก่ (1) การหลีกเลี่ยงเงิน (Money Avoidance) (2) การบูชาเงิน (Money Worship) (3) ความระมัดระวังทางการเงิน (Money Vigilance) (4) เงินคือสถานะ (Money Status) ซึ่งมาตรวัดนี้ถูกพัฒนาเพื่อให้ใช้บุคคลที่เกี่ยวข้องกับการตัดสินใจด้านการเงิน โดยไม่จำเป็นว่าจะต้องเป็นบุคคลที่มีปัญหาทางการเงินหรือไม่ โดยแต่ละข้อคำถามของมาตรนี้ถูกสร้างมาจากประสบการณ์ในการทำงานกับผู้รับบริการของผู้พัฒนาตลอด 10 ปีในโปรแกรมการเยียวยาการรักษาด้านการเงิน มาตรวัดนี้พัฒนาด้วยแนวทางสำหรับคลินิก (a clinical approach) เพื่อเพิ่มประโยชน์ในการเยียวยาการรักษาเชิงคลินิก

แนวคิดเจตคติต่อเงิน (Money Script) พัฒนาโดย Klontz และ Klontz (2009) ที่เสนอว่าเจตคติต่อเงิน มี 4 แบบ ได้แก่

แบบที่ 1 การหลีกเลี่ยงเงิน (Money Avoidance) เป็นรูปแบบความคิดความเชื่อที่ว่าเงินนั้นไม่ดี เงินจะกระตุ้นความวิตกกังวล ทำให้เกิดความกลัว และเกี่ยวข้องเชื่อมโยงกับความรู้สึกรังเกียจ โดยผู้ที่เป็นผู้ที่หลีกเลี่ยงเงินจะรู้สึกเหมือนว่าพวกเขาไม่คู่ควรกับเงิน (Klontz et al., 2011) โดยมีแนวคิดว่าการหลีกเลี่ยงเงินจะนำไปสู่พฤติกรรมทางการเงินที่ผิดปกติ อาทิ การปฏิเสธที่จะรับรู้เรื่องเงิน ปฏิเสธเงินที่จะได้รับโดยไม่จำเป็น ไม่ใช้จ่าย และไม่ชอบความเสี่ยงที่มากเกินไป (Klontz & Klontz, 2009) โดยผู้ที่มีระดับการหลีกเลี่ยงเงินระดับสูงมักจะข้องเกี่ยวกับการสร้างความเสียหายทางการเงินกับตนเอง หลีกเลี่ยงที่จะใช้เงินซื้อสิ่งของที่จำเป็น กังวลเกี่ยวกับการใช้เงินเกินบัญชี และใช้บัตรเครดิตในทางที่ผิด Klontz และคณะ (2011) กล่าวว่าผู้ที่หลีกเลี่ยงเงินนั้นมีแนวโน้มที่จะมีรายได้สุทธิในระดับต่ำ มักจะเป็นบุคคลที่อายุน้อยและโสด โดยความเชื่อนี้จะลดลงเมื่ออายุค่อยๆ เพิ่มขึ้น งานวิจัยพบอีกว่าความเชื่อที่หลีกเลี่ยงเงินทำนายการติดงาน (workaholism), การพึ่งพิงการเงินกับบุคคลอื่น, และการปฏิเสธที่จะรับรู้เรื่องการเงิน ตัวอย่างเช่น พยายามที่ลี้ภัยสถานการณ์ทางการเงิน ไม่สามารถจะใช้จ่ายเงินให้อยู่ในงบประมาณได้ (Klontz & Britt, 2012) และจากการวิจัยพบว่าเจตคติแบบหลีกเลี่ยงเงินเชื่อมโยงกับผู้ที่ทำอาชีพเกี่ยวกับสุขภาพจิตมากกว่าอาชีพอื่น (Britt et al., 2015; Klontz & Britt, 2012)

แบบที่ 2 การบูชาเงิน (Money Worship) กลุ่มของความเชื่อที่ว่าเงินเยอะจะช่วยแก้ปัญหาได้ ช่วยทำให้อะไรดีขึ้นได้ (Klontz et al., 2008) แม้ว่าปัจจุบันความเชื่อนี้จะแพร่หลายเป็นอย่างมากในยุคนี้ แต่ก็มีข้อมูลเชิงประจักษ์มากมายว่าเงินไม่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญกับความสุขแต่อย่างใด

แม้ว่าจะมีรายได้มากกว่า \$75,000 ต่อปี (Kahneman & Deaton, 2010) โดยมีแนวคิดว่าการบูชาเงินจะนำไปสู่พฤติกรรมทางการเงินที่ผิดปกติ อาทิ พฤติกรรมชอบเก็บสะสมกักตุนของ ชอบความเสี่ยง โดยไม่มีเหตุผล เสพติดการพนัน ติดงาน ใช้จ่ายเงินเกินตัว หรือความผิดปกติในการไม่สามารถยับยั้งการซื้อของได้ (Klontz & Klontz, 2009) และใกล้เคียงกับการหลีกเลี่ยงเงินที่เจตคติในการบูชาเงินมักพบในคนที่อายุน้อยมากกว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีอายุ (Klontz et al., 2011) และจากงานวิจัยพบว่าความเชื่อในที่บูชาเงินนี้ทำนายพฤติกรรมการใช้จ่ายซื้อของที่ควบคุมไม่ได้ การสะสมกักตุนของ การพึ่งพาการเงินกับบุคคลอื่น การมอบอำนาจทางการเงินของตนให้คนอื่น และปฏิเสธที่จะรับรู้การเงินของตนเอง (Klontz & Britt, 2012) นอกจากนี้ยังเชื่อมโยงกับพฤติกรรมวางแผนความเสี่ยงของตนเอง (Britt et al., 2015) และมักจะมีหนี้บัตรเครดิตที่ต้องคอยหมุนเป็นประจำ (Klontz et al., 2011)

แบบที่ 3 เงินคือสถานะ (Money Status) การที่เงินกลายมาเป็นสถานะของบุคคลได้นั้นหมายถึง คุณค่าในตนเองที่มีค่าเท่ากับรายได้สุทธิของบุคคล ซึ่งดูสอดคล้องกับโลกแห่งการแข่งขันในทุกวันนี้ (Klontz et al., 2011) เจตคติที่ว่าเงินคือสถานะเชื่อมโยงกับการมีทรัพย์สินในครอบครองที่มากกว่าคนอื่น เพื่อให้สิ่งของเหล่านั้นเป็นการยืนยันเงินของตนสถานะของตนให้เห็นความแตกต่างที่ชัดเจนระหว่างชนชั้นทางเศรษฐกิจและสังคม โดย Klontz และคณะ (2011) พบว่าบุคคลที่มีคะแนนเจตคติที่ให้เงินเป็นสถานะนี้จะมีแนวโน้มที่อายุน้อย โสด และการศึกษาไม่สูง และไม่ร่ำรวย อย่างไรก็ตามเจตคติแบบนี้มีความเชื่อมโยงไม่มากเกี่ยวกับอายุและสถานะสมรส เท่ากับเจตคติต่อเงินสองประเภทแรก (Klontz & Klontz, 2009) สมมติฐานว่า ผู้ที่ไม่ร่ำรวยและการศึกษาน้อยนั้นเปรียบเทียบกับตนเองกับผู้ที่มีการศึกษาสูงกว่าและร่ำรวยกว่า ที่มีงานที่ทำรายได้ได้มากกว่าแล้ว กลับมาเชื่อมโยงกับคุณค่าภายในตน บุคคลกลุ่มนี้มักจะมีพฤติกรรมที่รับความเสี่ยงได้มากกว่าคนกลุ่มอื่น ชอบมองหาทางลัดในการรวยเร็ว เพื่อที่จะยกระดับการรับรู้สถานะทางสังคมของตนให้สูงขึ้น สนใจที่จะแสดงออกถึงความมั่งคั่งของตนเองแก่ผู้อื่น เพื่อไม่ให้ตนเองเป็นผู้ด้อยในสังคม โดยสิ่งที่น่ากังวลในคนกลุ่มนี้คือความพยายามที่จะประสบความสำเร็จทางการเงินและความเป็นวัตถุนิยมของคนกลุ่มนี้เชื่อมโยงกับระดับสุขภาวะที่ไม่ดี (Tatzel, 2002) มีระดับความวิตกกังวล ไม่มีความสุข และมีโรคทางกายในระดับสูง (Kasser & Ahuvia, 2002) และจากงานวิจัยพบว่าเจตคติที่ให้เงินคือสถานะของตนนั้นทำนายพฤติกรรมการใช้จ่ายซื้อของที่ควบคุมไม่ได้ ความผิดปกติในการเล่นพนัน พึ่งพาการเงินบุคคลอื่น และมีความลับทางการเงินกับคู่สมรสของตน (Klontz & Britt, 2012)

แบบที่ 4 ความระมัดระวังทางการเงิน (Money Vigilance) ไม่ว่ารายได้สุทธิของบุคคลจะเป็นอย่างไร ผู้ที่มีระดับความระมัดระวังในเงินระดับสูงมองว่าเงินเป็นเรื่องที่น่าหลบซ่อน เป็นความลับ น่าละอาย มีแนวโน้มที่จะมองเงินด้วยความตื่นตัว ระมัดระวัง เป็นห่วงเหมือนกับว่าเงินเป็นปัญหา

หรืออันตราย (Klontz et al., 2011; Klontz & Klontz, 2009) ในบางระดับของการระมัดระวังนี้ เป็นเรื่องปกติทั่วไปในสังคม การระมัดระวังทางการเงินนี้เชื่อมโยงกับพฤติกรรมทางการเงินที่ผิดปกติ ที่อาจส่งผลต่อการเกษียณอายุที่ไม่พร้อมทางการเงิน โดยผู้ที่มีระดับความระมัดระวังทางการเงินที่สูง จะมีความสุขอย่างเต็มที่กับประโยชน์และความปลอดภัยที่เงินมอบให้ และพบความสัมพันธ์ใน ประชากรที่ไม่ใช่คนผิวขาว (non-White) ที่มีรายได้ต่ำ จะมีคะแนนความระมัดระวังทางการเงินที่ต่ำ ด้วยเช่นกัน ส่วนคนที่มีระดับของความระมัดระวังทางการเงินที่สูงไม่มีแนวโน้มที่จะมีหนี้บัตรเครดิต ค่าคงค้าง (Klontz et al., 2011) และมีแนวโน้มที่จะวางแผนบริหารความเสี่ยงทางการเงินให้กับตนเอง มากกว่า (Britt et al., 2015) และจากงานวิจัยพบว่าเจตคติที่ระมัดระวังทางการเงินเป็นปัจจัย ปกป้องกัน (protective factor) โดยเฉพาะอย่างยิ่งเจตคติในรูปแบบนี้มีผลลดระดับของพฤติกรรม การจับจ่ายซื้อของที่ควบคุมไม่ได้ ความผิดปกติในการเล่นพนัน การให้อำนาจทางการเงินกับบุคคลอื่น และมีความลับทางการเงินกับคู่สมรสของตน (Klontz & Britt, 2012)

แม้ว่าเจตคติต่อเงิน (Money Scripts) จะถูกสร้างขึ้นมาเรียบร้อยแล้ว และส่งผลกระทบต่อ การดำเนินชีวิตของบุคคลในวัยผู้ใหญ่แล้วก็ตาม แต่อย่างไรก็ตามเมื่อเจตคตินั้น ๆ ส่งผลเสียต่อบุคคล บุคคลสามารถถูกท้าทายความเชื่อ และเปลี่ยนเจตคติได้ เพื่อที่จะทำลายรูปแบบโครงสร้างทาง การเงินเดิมที่มีปัญหาและเสริมสร้างสุขภาพการเงินที่ดีได้ (Klontz & Britt, 2012)

ทั้งนี้ Sahadeo (2018) ได้นำแนวคิดนี้ไปใช้ในการวางแผนทางที่ช่วยให้ประชาชนทั่วไป ทำความเข้าใจเจตคติต่อเงินทั้งแบบที่ดี และแบบที่ไม่ดี เพื่อที่จะปรับเปลี่ยนเจตคติที่มีให้เอื้อต่อการ วางเป้าหมาย (Goal setting) ทางการเงินที่มีประสิทธิภาพ และวางแผนการเงิน (Budgeting) ของ ตนเองได้ ผ่านกระบวนการทำความเข้าใจเจตคติเดิมที่มีผลต่อพฤติกรรม โดยมีรายละเอียดดังนี้

เจตคติทางการเงินที่ไม่ดีได้แก่ เจตคติต่อเงินแบบหลีกเลี่ยงเงิน ที่บุคคลมักจะเผชิญความ ขัดแย้งทางความคิด และสับสน เพราะตนก็ต้องการที่จะมีเงินเพื่อแก้ไขปัญหาในชีวิต ในขณะเดียวกัน ก็ไม่พอใจเงินหรือคนรวยด้วยเช่นกัน โดยจะเพิกเฉยไม่สนใจสถานการณ์การเงินของตน, เจตคติ ต่อเงินแบบบูชาเงิน ที่มองว่าเงินคือความสุข โดยมีเงินเท่าไรก็ไม่เพียงพอ และเจตคติต่อเงินแบบเงิน คือสถานะ ที่บางครั้งต้องพยายาม หรือเสแสร้งว่าตนมีเงินมากกว่าที่มีจริง ๆ

เจตคติทางการเงินที่ดี ได้แก่ การรู้สึกขอบคุณ พอใจในสิ่งที่ตนมี ในสถานะการเงินที่ตนมี, ความซื่อสัตย์ต่อสถานการณ์ทางการเงินทั้งบวกและลบ, ให้ความสำคัญแก่คนอื่นและตนเอง ไม่ได้สนใจแต่ผลประโยชน์ทางการเงินของตนเองเท่านั้น และมีเป้าหมายและมุมมองทางบวกต่อชีวิต เพื่อช่วยให้สร้างสมดุลชีวิตเมื่อมีสิ่งดี ๆ เกิดขึ้น หรือมีความท้าทายเกิดขึ้น

โดยเจตคติต่อเงินแบบระมัดระวังทางการเงินนั้นสามารถเป็นได้ทั้งเจตคติต่อเงินที่ดี และไม่ดี แม้ว่าผู้ที่มีเจตคตินี้จะเป็นผู้ที่มีแนวโน้มที่จะมีหนี้สินต่ำ รู้สึกปลอดภัยเมื่อได้เก็บออมเงิน ไม่ชอบเสี่ยงทางการเงิน แต่ก็ไม่สามารถมีความสุขหรือรู้สึกปลอดภัยกับจำนวนเงินที่มีอยู่เช่นกัน

หลังจากทบทวนแนวคิดและทฤษฎีที่ได้กล่าวไปข้างต้น ผู้วิจัยพบว่าเจตคติที่คนเรามีต่อเงิน ส่งผลต่อความคิด การตัดสินใจ พฤติกรรมต่าง ๆ ในการใช้เงิน ที่เชื่อมโยงกับมิติอื่น ๆ ของชีวิต อาทิ การทำงาน คู่สมรส สุขภาวะ โดยบุคคลเรียนรู้เจตคติต่อเงินนี้มาจากสภาพแวดล้อม ครอบครัว และประสบการณ์ในอดีต ซึ่งเจตคติที่มีนั้นอาจจะไม่ได้เป็นความจริงทั้งหมด หากความเชื่อเป็นความเชื่อที่ไม่ยืดหยุ่นและไม่ตรงกับความเป็นจริงของชีวิต ก็จะไม่เอื้อกับการตัดสินใจให้สอดคล้องกับสถานการณ์ใหม่ ๆ ในชีวิต อาจก่อให้เกิดปัญหาที่มากขึ้นกับบุคคลได้

### 2.3 การวัดการประเมินเจตคติต่อเงิน

เจตคติต่อเงินในยุคแรกนั้นได้แก่ มาตรการเจตคติต่อเงิน (the Money Attitude Scale : MAS) ของ Yamauchi และ Templar (1982) จากการวิเคราะห์องค์ประกอบเจตคติ 3 ด้านได้แก่ (1) เงินคืออำนาจและศักดิ์ศรี (Power-Prestige) (2) เงินกับการรักษาเงินและเวลาในการรักษาเงิน (Retention Time) (3) เงินกับความมั่นคงปลอดภัย (Security) จำนวน 62 ข้อ ได้ผลการวิเคราะห์องค์ประกอบเป็น 5 มิติ ทั้งหมด 29 ข้อกระทง ได้แก่ (1) เงินคืออำนาจและศักดิ์ศรี (Power-Prestige) (2) เงินกับการรักษาเงินและเวลาในการรักษาเงิน (Retention Time) (3) ความไม่ไว้วางใจทางการเงิน (Distrust) (4) เงินกับคุณภาพที่ดีที่สุด (Quality) (5) ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการเงิน (Anxiety) มาตรการที่ให้ผู้ตอบแบบสอบถาม อ่านข้อกระทงจำนวน 29 ข้อแล้วประเมินว่าตรงกับตนเองหรือไม่ ตั้งแต่ 1-7 คะแนน (1 หมายถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง, 2 หมายถึง ไม่เห็นด้วย, 3 หมายถึง ไม่เห็นด้วยบางส่วน, 4 หมายถึง เห็นด้วยและไม่เห็นด้วยพอ ๆ กัน, 5 หมายถึง เห็นด้วยบางส่วน, 6 หมายถึง เห็นด้วย และ 7 หมายถึง เห็นด้วยอย่างยิ่ง) โดยมีรายงานค่าความเที่ยง ค่าความสอดคล้องภายใน ด้านที่ 1, 2, 3, 5 อยู่ที่ .80 .78 .73 .69 ด้านที่ 4 ผู้วิจัยตัดสินใจตัดออกเนื่องจากข้อกระทงทั้งหมดมาจากด้านเงินคืออำนาจและศักดิ์ศรี (Power-Prestige) เช่นเดียวกับมิติที่ 1

โดยมาตรการเจตคติต่อมาคือ มาตรการเจตคติทางการเงินของ Furnham (Furnham's Money Beliefs and behaviors Scale: MBBS) ที่พัฒนาโดย Furnham (1984) วัดอุปสรรคในการพัฒนาเพื่อนำไปใช้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างข้อมูลประชากรพื้นฐานกับความเชื่อที่บุคคลมีต่อเงิน มีข้อกระทงทั้งหมดจำนวน 60 ข้อ รายงานตนเองเป็นระดับ 1-7 คะแนน (1 หมายถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง, 2 หมายถึง ไม่เห็นด้วย, 3 หมายถึง ไม่เห็นด้วยบางส่วน, 4 หมายถึง เห็นด้วยและไม่เห็นด้วย

พอ ๆ กัน, 5 หมายถึง เห็นด้วยบางส่วน, 6 หมายถึง เห็นด้วย และ 7 หมายถึง เห็นด้วยอย่างยิ่ง) จาก 6 มิติย่อยในการวิเคราะห์องค์ประกอบ ได้แก่ (1) ความหมกมุ่นเรื่องเงิน (Obsession) (2) เงินคือกลวิธีในการได้อำนาจ (Power) (3) การเก็บรักษาเงิน (Retention) (4) ความปลอดภัยมั่นคงในเรื่องเงิน (Security) (5) ความรู้สึกไม่เพียงพอในเงินที่มี (Inadequacy) (6) ความพยายามในการหาเงิน (Effort) โดยมาตรานี้นำไปใช้หลากหลายในงานวิจัยทางจิตวิทยาสังคม

โดยในงานวิจัยนี้มาตรวัดที่ผู้วิจัยนำมาใช้ในการวิจัย ได้แก่ มาตรวัดเจตคติต่อเงิน ชื่อว่า the Klontz Money Scripts Inventory (KMSI; Klontz et al., 2011) โดยมีมาตรวัด KMSI-R ที่เป็นแบบย่อจากมาตรวัดปกติ ซึ่งมีความครอบคลุมมากกว่ามาตรวัดก่อนๆ และแทนที่งานวิจัยนี้จะถูกสร้างโดยผู้เชี่ยวชาญ แต่งานวิจัยของ KMSI และ KMSI-R ถูกประดิษฐ์และรวบรวมโดยตรงจากผู้ให้บริการในการเยียวยารักษาปัญหาด้านการเงินเชิงคลินิกจากหลายๆ เทคนิค มีงานวิจัยที่นำมาตรวัดนี้ไปใช้ในการทำนายพฤติกรรมทางการเงินที่ไม่ดีได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (Klontz & Britt, 2012) แนวทางสำคัญในการพัฒนามาตรวัด KMSI และส่วนขยายของมาตรวัด KMSI-R คือ เจตคติต่อเงิน โดยเจตคติต่อเงินนั้นถูกสันนิษฐานว่าถูกสร้างและพัฒนาในวัยเด็ก ส่วนใหญ่ผ่านจากรุ่นสู่รุ่นในโครงสร้างแบบครอบครัว โดยปกติแล้วจะทำงานภายใต้จิตใต้สำนึก เป็นบริบทที่ผูกมัดบุคคล และเป็นปัจจัยส่วนใหญ่ในการขับเคลื่อนพฤติกรรมด้านการเงิน (Klontz et al., 2011) เจตคติต่อเงิน และ KMSI-R ทั้งหมดได้รับอิทธิพลจาก Bandura (1977) ผู้พัฒนาทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม ที่มองว่าการเรียนรู้ทางสังคมเกิดขึ้นผ่านปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล สภาพแวดล้อม และพฤติกรรม เจตคติต่อเงินนำไปสู่ปัจจัยส่วนบุคคลโดยตั้งอยู่บนความเชื่อของบุคคลนั้น ๆ ผ่านปัจจัยด้านสภาพแวดล้อม เหมือนเป็นดั่งบริบทผูกมัด มักจะได้รับการถ่ายทอดกันในโครงสร้างแบบครอบครัวและพฤติกรรม ที่ขับเคลื่อนโดยความเชื่อทางการเงิน มาตรวัดที่ให้ผู้ตอบแบบสอบถาม อ่านข้อกระทงจำนวน 32 ข้อ แล้วประเมินว่าตรงกับตนเองหรือไม่ ตั้งแต่ 1-6 คะแนน (1 หมายถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง, 2 หมายถึง ไม่เห็นด้วย, 3 หมายถึง ไม่เห็นด้วยบางส่วน, 4 หมายถึง เห็นด้วยบางส่วน, 5 หมายถึง เห็นด้วย และ 6 หมายถึง เห็นด้วยอย่างยิ่ง)

## ความตึงเครียดทางการเงิน (Financial Strain)

### 3.1 นิยามและขอบเขต

งานวิจัยตลอด 20 ปีที่ผ่านมากล่าวถึงผู้ได้รับประสบกับความยากลำบากทางการเงิน (Economic hardship) เป็นระยะเวลาสั้นๆ และไม่สามารถแก้ไขปัญหานั้นได้จะนำไปสู่ความเครียดทางการเงิน (Financial stress) ความกดดันทางการเงิน (financial pressure) ความตึงเครียดทาง

การเงิน (financial strain) โดยความเครียดทางการเงิน และ ความตึงเครียดทางการเงิน มักเป็นคำที่ใช้แทนกันในการศึกษาช่วงหลังๆ ที่กล่าวถึงการรับรู้ถึงแรงกดดัน การตอบสนองของบุคคลต่อประสบการณ์ของความยากลำบากทางการเงิน ที่เกิดขึ้นเมื่อค่าใช้จ่ายจริงเกินรายได้ที่มี (Peirce et al., 1994) และไม่สามารถทำหน้าที่รับผิดชอบการเงินของตนเองได้ (Takeuchi et al., 1991) นักวิชาการกล่าวถึงนิยามและขอบเขตความตึงเครียดทางการเงิน ดังเช่น Voydanoff และ Donnelly (1989) ระบุว่าความตึงเครียดที่เนื่องมาจากเรื่องเงินและเศรษฐกิจนี้มีความซับซ้อนและเป็นภาวะสันนิษฐานที่มีหลายองค์ประกอบ ประกอบด้วยตัวชี้วัดที่เป็นรูปธรรมและนามธรรม ในแง่รูปธรรมอาจเป็นการวัดความเข้าไม่ถึงแหล่งทรัพยากรทางเศรษฐกิจ อาทิ รายได้ต่ำ หรือรายได้ลดลง การไม่ถูกจ้างงาน ตกงาน หรือในแง่นามธรรมที่วัดความไม่มั่นคงในการทำงาน หรือการประเมินการรับรู้ส่วนบุคคลที่มีต่อสถานการณ์การเงินในปัจจุบัน การวัดทั้งหมดนี้จึงเป็นไปได้ยากและไม่ครอบคลุมทุกมิติ ในขณะที่นักวิจัยอีกกลุ่มมองว่า ความตึงเครียดทางการเงิน หมายถึง การรับรู้ของบุคคลต่อสถานการณ์ทางการเงินที่รับรู้ว่ามีเพียงพอ ขาดแคลน โดยที่ปรากฏความกังวลและความน่าเป็นห่วงต่อสถานการณ์นั้นด้วย เป็นองค์ประกอบส่วนใหญ่ในการกำหนดนิยามของคำว่า ความตึงเครียดทางการเงิน (Mills et al., 1992; Pearlin et al., 1981)

กล่าวโดยสรุปในการศึกษานี้ความตึงเครียดทางการเงิน หมายถึง การที่บุคคลรับรู้แรงกดดันทางเศรษฐกิจ อันเป็นต้นเหตุที่อาจเป็นอันตรายคุกคามหรือทำลายต่อชีวิต โดยการตอบสนองไม่ว่าจะเป็นความคิด ความรู้สึกและพฤติกรรม ต่อความยากลำบากทางการเงินที่ประสบ ความตึงเครียดทางการเงินนี้อาจเกิดขึ้นเมื่อค่าใช้จ่ายเกินกว่ารายได้ที่หาได้ ดังนั้นไม่ว่าจะมีรายได้มากหรือน้อย หากแต่บุคคลรับรู้สภาวะความขัดสน รับรู้ว่ารายจ่ายหรือหนี้สินไม่สมดุลกับรายได้ที่หาได้ ก็จะก่อให้เกิดความตึงเครียดทางการเงินได้กับทุกคน (Peirce et al., 1994) โดยสภาวะความตึงเครียดทางการเงินสะท้อนการรับรู้ต่อตนเองว่าไม่สามารถที่จะรับผิดชอบการเงินของตนเองได้เหมือนเดิม (Takeuchi et al., 1991)

### 3.2 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

ในการกล่าวถึงความตึงเครียดทางการเงินนี้ สำคัญมากที่จะระบุให้ชัดเจนถึงนิยามขององค์ประกอบต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ ตัวกระตุ้นความเครียดหมายถึง “สถานการณ์หรือความคิดที่อาจก่อให้เกิดอันตราย หรือก่อให้เกิดภัยคุกคาม หรือความทำลาย” ส่วนความเครียดหมายถึง “ประสบการณ์ด้านลบที่เกี่ยวข้องกับภัยคุกคาม อันตราย หรือความต้องการ” (Baum, 1990) ในอีกแง่หนึ่งนิยามของความเครียดนั้นก็คืออารมณ์ทางลบที่ตอบสนองต่อตัวกระตุ้นความเครียด (Grable & Britt, 2012)

Baum (1990) ระบุว่าความตึงเครียดทางการเงิน (*Financial strain*) คือ การที่บุคคลรับรู้แรงกดดันทางเศรษฐกิจ อันเป็นต้นเหตุที่อาจเป็นอันตรายคุกคามหรือทำลายต่อชีวิต สอดคล้องกับคำจำกัดความของตัวกระตุ้นความเครียดที่บุคคลเป็นผู้เลือกการตอบสนองทางอารมณ์ของพวกเขาเอง ซึ่งอารมณ์ที่ใช้ตอบสนองต่อความตึงเครียดทางการเงินนั้นคือ ความเครียดทางการเงิน (*Financial Stress*) นั้นหมายความว่า หากเกิดเหตุการณ์วิกฤติทางการเงินขึ้น หากบุคคลไม่รับรู้ความกดดันหรือรับรู้ว่าเป็นอันตรายหรือภัยคุกคามก็จะไม่เกิด ความตึงเครียดทางการเงิน (*Financial strain*) ขึ้น และไม่เกิดความเครียดทางการเงิน (*Financial Stress*) ตามมา (Baum, 1990) ยังเสนออีกว่าบุคคลนั้นแตกต่างกันในการตอบสนองทางอารมณ์ต่อตัวกระตุ้นอารมณ์ต่างกัน เช่น บุคคลมีระดับของความเครียดไม่เท่ากันในการตอบสนองตัวกระตุ้นอารมณ์เดียวกัน และระดับของความเครียดอาจขึ้นลงต่างกันไปด้วยแม้ว่าตัวกระตุ้นความเครียดจะยังคงอยู่เช่นเดิม เช่นนี้แล้วเป็นไปได้ว่า ความตึงเครียดทางการเงินนั้นก็มีทางออกและไม่จำเป็นต้องตอบสนองด้วยอารมณ์ทางลบเสมอไป หรือกล่าวอีกนัยได้ว่า “มันขึ้นอยู่กับว่าคุณคิดว่าความเครียดนั้นส่งผลต่อคุณได้มากน้อยแค่ไหน และในหลายๆ ครั้ง มุมมองที่เรามีต่อความเครียดนั้นอาจจะเป็นสิ่งเดียวที่เราเลือกควบคุมได้จริงในสถานการณ์นั้น” (Wolf et al., 2015)

แนวคิดของความตึงเครียดทางการเงินนี้แพร่หลายในกลุ่มผู้ที่สนใจศึกษาผลของความตึงเครียดทางการเงินต่อสุขภาพส่วนบุคคล (ภาวะความวิตกกังวล, ภาวะความซึมเศร้า, ความเครียด), ความสัมพันธ์ในครอบครัว (การหย่าร้าง, ผลกระทบต่อลูก), ผลกระทบต่อร่างกาย หรือผลกระทบของความตึงเครียดทางการเงินที่มีต่อผู้ป่วยที่รักษาโรคร้ายแรงต่าง ๆ ที่กำลังรับการรักษา (Asebedo & Wilmarth, 2017; Davis & Mantler, 2004; Mitchell & Christian, 2017; Sharp et al., 2013; Taft et al., 2013) งานวิจัยจำนวนมากเชื่อมโยงมโนทัศน์ของความตึงเครียดทางการเงินไปยังการทำงานของโครงสร้างครอบครัว โดยนักวิจัยเชื่อว่าความตึงเครียดทางการเงินส่งผลไปสู่ปัญหาทางใจและปัญหาทางกายของผู้ปกครอง (Steinberg et al., 1981) และในที่สุดก็จะส่งผลต่อลูก ๆ ของบุคคลในที่สุด (Demo & Acock, 1988; French & Vigne, 2019; McLanahan & Booth, 1989; Simons et al., 1993; Zelinsky & Mysikova, 2016)

ผลของความเครียดทางการเงินสามารถแผ่ขยายไปได้จากผู้ที่ต้องหารายได้เข้าบ้านไปยังคนในครอบครัวได้ โดยประสบการณ์ความตึงเครียดทางการเงินของผู้ปกครองในครอบครัวยังมีผลต่อภาวะซึมเศร้าในเด็กที่มากขึ้น (Ensminger & Celentano, 1988; Hamilton et al., 1990; Pearlin et al., 1981; Ross & Huber, 1985; Takeuchi et al., 1991) และหนึ่งในวิถีชีวิตที่สะท้อนความสัมพันธ์ระหว่างความตึงเครียดทางการเงินและภาวะซึมเศร้าได้นั้นก็คือ การบริโภคเครื่องดื่ม



แอลกอฮอล์ มีหลักฐานเชิงประจักษ์ที่พบความเชื่อมโยงของความตึงเครียดทางการเงิน การดื่มสุรา และภาวะซึมเศร้า ที่ตอนนี้อย่างไม่มีงานวิจัยที่ระบุความสัมพันธ์เชิงสาเหตุได้ (Aneshensel & Huba, 1983; Berger & Adesso, 1991; Birnbaum et al., 1983) ความเครียดทางการเงินมีความสัมพันธ์อย่างมากกับการเพิ่มความถี่และปริมาณการใช้แอลกอฮอล์ (Pearlin & Radabaugh, 1976; Peirce et al., 1994) เมื่อความตึงเครียดทางการเงินเพิ่มขึ้นจะส่งผลเชื่อมโยงกับการลดการรับรู้คุณค่าภายในตน (self-esteem) ซึ่งนำไปสู่ภาวะซึมเศร้าทั้งในผู้ใหญ่และเด็ก และนอกจากนี้ยังได้รับการระบุว่าสาเหตุหลักของความเครียดในชีวิตสมรส บุคคลที่ประสบกับความตึงเครียดทางการเงินมักจะต้องเผชิญหน้ากับความจริงที่ว่าพวกเขาล้มเหลวในการบริหารทรัพย์สินและการเงินของเขา ซึ่งความล้มเหลวนี้เป็นการพังทลายการรับรู้ภาพของตนเอง (self-image) และการเรียนรู้ของตนเอง (self-mastery) ซึ่งส่งผลต่อภาพรวมของสุขภาพจิต (Dohrenwend & Dohrenwend, 1978) ผลกระทบจากความเครียดทางการเงินที่พบได้บ่อยที่สุดคือ ความเครียดในชีวิตสมรส แม้ว่าสถานการณ์ปกติความสัมพันธ์ในชีวิตสมรสจำเป็นต้องอาศัยความอดทน ความรัก ความพยายามอย่างสม่ำเสมอเพื่อความสัมพันธ์ที่ดี แน่แน่นอนว่าเมื่อเกิดการเปลี่ยนแปลงในสถานการณ์ทางเศรษฐกิจของครอบครัวอาจทำให้เกิดความเครียดและความเครียดทางการเงิน หากความตึงเครียดทางการเงินไม่ลดลงในที่สุดก็สามารถนำไปสู่ความรู้สึกตึงเครียด ความเป็นปฏิปักษ์ต่อกัน และการหย่าร้างในที่สุด (Freeman et al., 1993; Lorenz et al., 1991) นักจิตวิทยาครอบครัวและคู่สมรสกล่าวว่าความยุ่งยากในชีวิตสมรสมักมีความยุ่งยากทางการเงินเป็นหนึ่งในสาเหตุหลัก โดยปัญหาในชีวิตสมรสที่เกี่ยวข้องกับความเครียดทางการเงินเป็นเรื่องที่นักจิตวิทยาการปรึกษาจะพัฒนาโมเดลการเยียวยาที่เน้นการฝึกอบรมการบริหารการเงินเพิ่มลงไปในการรับการศึกษา (Freeman et al., 1993)

นอกจากความตึงเครียดทางการเงินจะส่งผลต่อคุณภาพของบุคคล การสมรส และสุขภาวะโดยรวมของครอบครัว (Fonseca et al., 2016; Zurlo et al., 2014) ยังเชื่อมโยงกับความรู้สึก ขาดแคลน ไม่เพียงพอ ภัยคุกคาม ไม่แน่นอน ไม่สามารถเข้าถึงความต้องการพื้นฐานได้ รวมทั้งความพึงพอใจ ความหุนหัน หรือการกระทำเพื่อที่จะได้รับความปลอดภัย การมีทางเลือก การมีความยืดหยุ่น นอกจากนี้ยังเชื่อมโยงกับความเครียดของบุคคล ซึ่งเพิ่มระดับความโกรธ ความหงุดหงิด ฉุนเฉียว ซึมเศร้า วิตกกังวล ผลต่อร่างกาย และสุขภาพ และการฆ่าตัวตาย (Conger et al., 2010; Dew & Xiao, 2013; Turunen & Hiilamo, 2014) ในแง่มุมมองของจิตวิทยาพัฒนาการ ความเครียดทางการเงินมักพบบ่อยในวัยผู้ใหญ่ตอนต้นและตอนกลางในความพยายามที่จะสร้างหน้าที่การงานและครอบครัวให้มั่นคง แต่อย่างไรก็ตามปัญหาทางการเงินต่าง ๆ ก็ยังคงเป็นไปได้ว่าจะส่งผลทางลบต่อบุคคลตลอดทุกช่วงวัยได้เสมอ ไม่ว่าจะเป็น ช่วงพัฒนาครอบครัว ส่งผลต่อการทำกิจกรรมพักผ่อน หรือวิถีชีวิตในรูปแบบต่าง ๆ หรือช่วงวัยเกษียณอายุ ที่เหลือทรัพยากรต่าง ๆ จำกัด

ในการที่จะแก้ไขปัญหาทางการเงินในช่วงวัยเกษียณอายุนี้ ดังนั้นกลยุทธ์การเงินที่ควบคุมการลงทุนให้เหมาะสมกับช่วงวัยอาจมีบทบาทสำคัญในการจะปรับตัวให้เหมาะสมหรือไม่เหมาะสม (Wrosch et al., 2000)

แนวคิดของความตึงเครียดทางการเงินนี้แพร่หลายในกลุ่มผู้ที่สนใจศึกษาผลของความตึงเครียดทางการเงินต่อสุขภาพส่วนบุคคล (ภาวะความวิตกกังวล, ภาวะความซึมเศร้า, ความเครียด), ความสัมพันธ์ในครอบครัว (การหย่าร้าง, ผลกระทบต่อลูกทางจิตใจ), ผลกระทบต่อร่างกาย หรือผลกระทบของความตึงเครียดทางการเงินที่มีต่อผู้ป่วยที่รักษาโรคร้ายแรงต่าง ๆ ที่กำลังรับการรักษา (Kahn & Pearlin, 2006) การทำงานหาเงินมาใช้หนี้อย่างไม่ย่อท้อดูเหมือนเป็นทางออกของการแก้ไขปัญหาทางการเงินที่ชัดเจน แต่ผลการวิจัยต่าง ๆ ในกลุ่มคนมีหนี้สินกลับพบว่าความตึงเครียดทางการเงินที่บุคคลมีนั้นลดประสิทธิภาพในการทำงานลง และส่งผลทำให้เกิดความผิดพลาดในการทำงานที่มากยิ่งขึ้น (Kaur et al., 2019) นอกจากนี้ความตึงเครียดทางการเงินยังส่งผลทางลบโดยตรงกับความสามารถในการหางานให้กับตนเอง (Dahling et al., 2013)

Aldana และ Liljenquist (1998) ได้ศึกษาความตึงเครียดทางการเงินด้วยเทคนิคเดลฟาย (The Delphi survey method) ที่ใช้ผู้เชี่ยวชาญ 10 คนจากศูนย์ให้คำปรึกษาหนี้และเครดิตของผู้บริโภค สถาบันที่ปรึกษาการเงินส่วนบุคคล และนักวางแผนการเงิน และสรุปว่าความตึงเครียดทางการเงินสามารถแบ่งออกได้ 5 ด้าน ได้แก่

1. ความรู้ด้านการเงิน (Financial Literacy) หมายถึง การรับรู้ของบุคคลว่าตนเองมีความรู้และข้อมูลทางการเงินที่จำเป็นเพียงพอครบถ้วนในการตัดสินใจและแก้ไขสถานการณ์ทางการเงินของตนเอง ไม่ว่าจะเป็น การศึกษาหาความรู้ด้านเงินใหม่ๆ สม่ำเสมอ การมีความรู้เกี่ยวกับอัตราดอกเบี้ยเงินออม ดอกเบี้ยเงินกู้รายวัน การมีความสนใจใฝ่รู้ที่จะได้รับข้อมูลทางด้านการเงิน เป็นต้น การมีความรู้ด้านการเงินเป็นปัจจัยทางลบของความตึงเครียดทางการเงิน บุคคลที่มีความรู้ด้านการเงินสูงจะเป็นผู้ที่มีแนวโน้มในการเฝ้าหาความรู้ใหม่ๆ ติดตามข่าวสาร และสถานการณ์ทางการเงินต่าง ๆ โดยเฉพาะความรู้ที่จะทำให้เขาสามารถแก้ไขสถานการณ์ทางการเงินของตนเองได้ ตรงกันข้ามบุคคลที่มีความรู้ด้านการเงินต่ำจะเป็นผู้ที่มีแนวโน้มที่จะมองว่าตนเองมีข้อมูลเกี่ยวกับการเงินที่จำเป็นไม่เพียงพอ อันจะนำไปสู่ความตึงเครียดทางการเงินในสถานการณ์การเงินที่ตนประสบอยู่ได้

2. ปัญหาความสัมพันธ์ (Relationship Problems) หมายถึง การรับรู้ของบุคคลว่าสถานการณ์การเงินของตนเองในปัจจุบันที่ส่งผลกระทบต่อความสัมพันธ์ต่าง ๆ ในชีวิต ไม่ว่าจะเป็น ความขัดแย้งไม่ลงรอยกันในบ้านเนื่องมาจากเรื่องเงิน การทะเลาะเบาะแว้ง โต้เถียงกับครอบครัวข้าง

ด้วยเรื่องเกี่ยวกับเงินๆ ทองๆ ปัญหาสัมพันธภาพต่าง ๆ ไม่ว่าจะหย่าร้าง คนรอบข้างถอยห่าง หรือปลีกตัวจากสังคม เนื่องมาจากการมีปัญหาทางการเงิน บุคคลที่มีปัญหาความสัมพันธ์สูง จะเป็นผู้ที่มีแนวโน้มในการทะเลาะเบาะแว้ง ไม่ลงรอย จนไปถึงการมีปัญหาความสัมพันธ์เนื่องจากการมีปัญหาทางการเงิน ตรงกันข้ามบุคคลที่มีปัญหาความสัมพันธ์ต่ำจะเป็นผู้ที่มีแนวโน้มที่จะรักษาความสัมพันธ์กับคนรอบข้างได้ดี ไม่ถูกปัญหาทางการเงินทำลายความสัมพันธ์ที่ตนมีกับคนรอบข้าง

3. ความเครียดทางร่างกาย (Physical Stress) หมายถึง การรับรู้ของบุคคลว่าสถานการณ์การเงินของตนเองในปัจจุบันที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพ ไม่ว่าจะเป็ น ด้านคุณภาพการนอน ปวดศีรษะ จากคิดมากเครียดเรื่องเงิน ปวดตึงกล้ามเนื้อ มีอาการปวดมวนท้อง ไม่สุขสบาย กระทบและลำไส้ปั่นป่วน บุคคลที่มีความเครียดทางร่างกายสูง จะเป็นผู้ที่มีแนวโน้มที่จะแสดงอาการเจ็บป่วยทางร่างกายที่แสดงออกถึงความเครียด เช่น นอนไม่หลับ ปวดศีรษะ ปวดตึงกล้ามเนื้อ และ ปวดมวนท้อง กระทบ ลำไส้ปั่นป่วน ตรงกันข้ามบุคคลที่มีความเครียดทางร่างกายต่ำ จะเป็นผู้ที่มีแนวโน้มที่มีอาการที่แสดงถึงความเครียดทางด้านร่างกายต่าง ๆ น้อยด้วย

4. หนี้สินบัตรเครดิต (Credit Card Debt) หมายถึง การมีพฤติกรรมการใช้บัตรเครดิตที่ไม่เหมาะสมในการจับจ่ายใช้สอยสิ่งของต่าง ๆ มากกว่าจำนวนเงินที่ตนเองมีกำลังจ่าย ไม่ว่าจะเป็ น การยอมเป็ นหนี้บัตรเครดิตเพื่อซื้อสินค้าที่ตนเองทำให้ตนเองดูดี (ซึ่งราคาสูงกว่ารายได้ที่ตนเองมี) หรือการใช้เงินล่วงหน้าไปก่อนโดยหวังว่าจะมีเงินรายได้ใหม่เข้ามา โดยทั่วไป พฤติกรรมการใช้บัตรเครดิตที่จะนำไปสู่การมีความตึงเครียดทางการเงินคือ การที่บุคคลไม่สามารถชำระหนี้บัตรเครดิตได้ตรงเวลา บุคคลที่มีหนี้สินบัตรเครดิตสูง จะเป็นผู้ที่มีแนวโน้มที่จะใช้บัตรเครดิตในการซื้อสินค้าและบริการที่เกินจำนวนรายได้ที่ตนเองมี ตรงกันข้ามบุคคลที่มีหนี้สินบัตรเครดิตต่ำจะเป็นผู้ที่มีแนวโน้มจะใช้บัตรเครดิตในการซื้อสินค้าและบริการในกรณีที่น่าจำเป็น โดยคำนึงถึงวงเงินที่ตนเองมีอยู่

5. การขาดความสามารถในการชำระหนี้สิน (Inability to Meet Obligations) หมายถึง การมีพฤติกรรมที่แสดงถึงความรับผิดชอบทางการเงิน ไม่ว่าจะเป็ นการจ่ายค่าใช้จ่ายตามกำหนดเวลา ความรับผิดชอบในการจ่ายหนี้สินที่มีอย่างสม่ำเสมอและตรงต่อเวลา บุคคลที่ขาดความสามารถในการชำระหนี้สิน จะเป็นผู้ที่มีแนวโน้มที่จะรักษาความน่าเชื่อถือของตนเองในด้านการชำระหนี้สิน และด้านการเงิน ตรงกันข้ามบุคคลที่มีความสามารถในการชำระหนี้สิน จะเป็นผู้ที่มีแนวโน้มจะไม่ตรงต่อเวลาในการชำระหนี้สินต่างๆ หรือ ไม่มีความสามารถในการชำระหนี้สินได้ในเวลาที่กำหนด

### 3.3 การวัดการประเมินความตึงเครียดทางการเงิน

ช่วงแรกของการประเมินความตึงเครียดทางการเงิน มักใช้คำถามที่ให้ผู้ตอบระบุแหล่งความเครียดทางการเงินทั้งแบบเรื้อรังและแบบเฉียบพลัน ตัวอย่างคำถาม ได้แก่ คำถามที่ถามถึงความถี่ที่บุคคลไม่สามารถซื้ออาหาร เสื้อผ้า การดูแลทางการแพทย์ และมีกิจกรรมยามว่างของครอบครัวได้ แม้ว่านักวิจัยหลายท่านอื่นจะใช้คำถามเหล่านี้ (Peirce et al., 1994) แต่ก็ไม่มีเอกสารที่แสดงถึงความเที่ยงหรือความตรงที่น่าเชื่อถือ ซึ่งคำถามเหล่านี้ตอบคำถามทางการเงินเพียงด้านเดียวเท่านั้น คือด้านการไม่สามารถตอบสนองความต้องการพื้นฐานประจำวัน ต่อมาผู้เชี่ยวชาญบางท่านเชื่อว่าอัตราส่วนทางการเงินสามารถชี้ระบุถึงความตึงเครียดทางการเงินได้ และบ่งชี้ถึงความล้มเหลวทางการเงินที่ตามมาได้ (DeVaney, 1994; Mason & Griffith, 1988) โดย DeVaney (1994) ทำการศึกษาที่บ่งบอกว่าอัตราส่วนทางการเงินเป็นตัวชี้วัดการล้มละลายทางการเงินของบุคคลได้ โดยอัตราส่วนแรกที่ทำนายการล้มละลายทางการเงินได้แม่นยำเป็นอันดับหนึ่งคือ อัตราส่วนของสินทรัพย์สภาพคล่องของบุคคลต่อรายได้หลังหักภาษีและค่าใช้จ่าย อัตราส่วนที่สองที่ทำนายได้แม่นยำรองลงมาคืออัตราส่วนของหนี้เริ่มต้นต่อรายได้หลังหักภาษีและค่าใช้จ่าย และอัตราส่วนที่ทำนายแม่นยำเป็นอันดับสามคือ อัตราส่วนของสินทรัพย์รวมต่อหนี้สินรวม แม้ว่าอัตราส่วนทางการเงินเหล่านี้จะมีประโยชน์ในการช่วยทำนายการล้มละลายทางการเงินได้ หรือทำนายปัญหาทางการเงินต่าง ๆ ที่อาจจะเกิดขึ้นได้ แต่สิ่งที่เกิดขึ้นในทางปฏิบัติคือ ผู้รับบริการต้องรวบรวมข้อมูลทางการเงินจำนวนมากซึ่งอาจเป็นเรื่องยากสำหรับบุคคลบางกลุ่ม โดยเฉพาะผู้รับบริการการศึกษาที่มีทักษะการจัดการทางการเงินที่แย้อยู่แล้ว และอาจจะมีปัญหาในการให้ข้อมูลทางการเงินที่ถูกต้อง ปัจจุบันความตึงเครียดทางการเงิน สามารถประเมินโดยใช้มาตรวัดความตึงเครียดทางการเงินที่ผู้วิจัยแปลมาจากมาตรที่ชื่อว่า Financial Strain Scale พัฒนาโดย Aldana และ Liljenquist (1998) ซึ่งเป็นมาตรวัดที่ให้ผู้ตอบแบบสอบถาม อ่านข้อกระทงจำนวน 18 ข้อแล้วประเมินว่าให้ระบุความถี่ที่ข้อความต่อไปนี้เกิดขึ้นในช่วง 12 เดือนที่ผ่านมา ใช้มาตรประมาณค่า (Rating scale) 5 ระดับ ตั้งแต่ 1-5 คะแนน 1 หมายถึง ไม่เคยเลย, 2 หมายถึง ไม่ค่อยเกิดขึ้น, 3 หมายถึง เกิดขึ้นในบางครั้ง, 4 หมายถึง เกิดขึ้นบ่อย และค่า 5 หมายถึง เกิดขึ้นบ่อยมาก

### ความหมายในชีวิต (Meaning in life)

#### 4.1 นิยามและขอบเขต

ในการศึกษาตัวแปรความหมายในชีวิตนี้มี พบคำนิยามหลากหลายนิยาม อาทิ ความหมายในชีวิตคือความสอดคล้องเชื่อมโยงกันของหนึ่งชีวิต (Battista & Almond, 1973; Reker & Wong,

1988) ความหมายในชีวิตคือการมีเป้าหมายหรือวัตถุประสงค์ในชีวิต หรือความหมายในชีวิตคือ ความสำคัญของชีวิตจากมุมมองของบุคคลที่มีประสบการณ์ในชีวิตนั้น (Crumbaugh & Maholick, 1964) Frankl (1967) ระบุว่ามีความหลากหลายในมุมมองของการที่จะเข้าถึงความหมายในชีวิต เพราะว่าไม่มีความหมายของชีวิตใดที่เป็นสากลที่เข้ากับชีวิตของทุกคนได้หมด โดยบุคคลจะต้องสร้างความหมายในชีวิตของตนขึ้นมาด้วยตนเอง (Battista & Almond, 1973) นอกจากนี้ Baumeister (1991) เสนอว่าความรู้สึกในการมีความหมายนั้นประกอบด้วยประเด็นพื้นฐานที่บุคคลรับรู้ว่าเป็น ต่อตนเอง อาทิ เป้าหมาย ความสามารถ และคุณค่าของตน นอกจากนี้ Steger และคณะ (2006) ระบุว่าความหมายในชีวิต คือการใช้กระบวนการทางความคิดในทำความเข้าใจว่าอะไรคือสิ่งที่สำคัญ สำหรับบุคคลในการดำรงชีวิตต่อไป บุคคลจะมองหาแหล่งที่มาของความหมายในชีวิตของตนที่เป็น ปัจจุบัน โดยบุคคลจะมีความต้องการที่เข้าใจอย่างลึกซึ้งซึ่งมากขึ้นเรื่อย ๆ มองหาแหล่งของความหมาย ในชีวิตใหม่ ๆ ว่าอะไรที่ทำให้ตนเองมีชีวิตด้วยความรู้สึกมีความหมาย

กล่าวโดยสรุป ความหมายในชีวิต หมายถึง สิ่งที่บุคคลรับรู้ต่อสิ่งสำคัญในชีวิตที่ทำให้ตนดำรง อยู่ สิ่งที่เป็นเป้าหมาย มอบกำลังใจในการดำรงอยู่ต่อไป และพร้อมเผชิญกับอุปสรรคหรือวิกฤติการณ์ ต่าง ๆ ที่กำลังประสบ มีทัศนคติต่อชีวิตทางบวกเพื่อดำรงชีวิตต่อไปได้

#### 4.2 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

Frankl (1967 อ้างถึงใน อรรถาธิบาย ตัวย่อคำศัพท์, 2554) นำเสนอแนวคิดเชิงปรัชญาที่เป็นพื้นฐาน ที่สำคัญของความหมายในชีวิต 3 ประการ ได้แก่ อิสรภาพของเจตนาธรรม (Freedom of will) เจตนาธรรมสู่ความหมาย (Will to meaning) และความหมายในชีวิต (Meaning of life) โดยมี รายละเอียด ดังนี้

1. อิสรภาพของเจตนาธรรม (Freedom of will) หมายถึง ในการดำรงชีวิตบุคคลมีส่วนร่วมในการกำหนดชีวิตของตนเองผ่านการเลือกและการตัดสินใจได้อย่างอิสระ โดยบุคคลมีอิสระอย่างไม่จำกัดในการดำรงชีวิตภายใต้เงื่อนไขของสภาพแวดล้อมที่บุคคลดำรงอยู่ กล่าวคือสถานการณ์แวดล้อมเดิมบุคคลสามารถที่จะเลือกมุมมอง การกระทำ ความคิด และความรู้สึกของตนในเหตุการณ์นั้นได้อย่างอิสระ ทั้งนี้มีเจตนาธรรม (will) เป็นสิ่งที่กำหนดการตัดสินใจของบุคคล แม้ว่าเหตุการณ์ในชีวิตเป็นอย่างไรบุคคลเป็นผู้ตัดสินใจเองที่จะดำเนินชีวิตตามแนวทางที่บุคคลเลือก ไม่ว่าจะเลือกได้ตรงกับความต้องการของตน เลือกที่จะเห็นแก่ตัว หรือตัดสินใจอย่างไร บุคคลที่รับรู้อิสรภาพของเจตนาธรรมจะรับผิดชอบต่อการกระทำและการตัดสินใจของตน เป็นความสามารถในการในการกำหนดตนเอง รับผิดชอบตนเอง และเลือกสิ่งที่เหมาะสมกับตนเอง ผู้ที่ขาดอิสระในการ

เลือกมักใช้สิ่งแวดล้อมหรือบุคคลอื่นเข้ามามีอิทธิพลในการเลือก ก่อให้เกิดความวิตกกังวล กลัว รู้สึกผิด จากความรู้สึกที่ขาดอิสระในการเลือกไม่สามารถรับผิดชอบในการเลือกนั้นได้

2. เจตนารมณ์สู่ความหมาย (Will to meaning) หมายถึง ความมุ่งมั่นและแรงจูงใจภายในของบุคคลที่กำหนดการตอบสนองต่อสิ่งต่าง ๆ ในชีวิต และเื้ออำนวยการดำรงชีวิตของบุคคลนั้น โดยถือเป็นแรงบันดาลใจล้ำลึก (Deeply inspires) หรือความปรารถนาดั้งเดิม (Innate desire) ของมนุษย์ ไปสู่ความเป็นไปได้ต่าง ๆ ของคุณค่าที่บุคคลมี และมุ่งสู่ความหมายในชีวิต โดยเจตนารมณ์สู่ตนเองนำไปสู่ภาวะที่เป็นอิสระจากการนึกถึงแต่ตัวเอง ข้อจำกัดของสภาพแวดล้อม ในทางตรงกันข้ามหากบุคคลเลยเจตนารมณ์สู่ความหมาย บุคคลจะมีชีวิตที่ไร้ทิศทาง แปรกแยกกับตนเองหรือโลกรอบตัว รู้สึกโดดเดี่ยว อ้างว้าง หรือเกิดความรู้สึกว่างเปล่า โดยปรากฏการณ์ที่แสดงถึงเจตนารมณ์สู่ความหมาย ได้แก่ ความรักและมโนธรรม
3. ความหมายในชีวิต (Meaning of life) เป็นการรับรู้หรือการตอบสนองของบุคคลในแต่ละขณะ แต่ละสถานการณ์ที่บุคคลประสบ เป็นสิ่งที่มีลักษณะเฉพาะตัว หรือเป็นการรับรู้ของบุคคลที่ไม่เหมือนกัน ความหมายในชีวิต เปลี่ยนแปลงได้ในแต่ละขณะขึ้นกับสภาพแวดล้อม ดังนั้นจึงไม่มีความหมายในชีวิตที่ดีที่สุดหรือที่เป็นสากล โดย Frankl อธิบายอีกว่า บุคคลต่างมีลักษณะเฉพาะตน มีชีวิตที่ไม่สามารถแทนที่กันได้ ชีวิตแต่ละขณะผ่านไปโดยไม่สามารถย้อนกลับมาได้อีก การมีอยู่ (Being) ของบุคคลมีลักษณะเฉพาะตน และการปรากฏอยู่ (Existence) ของบุคคลก็เป็นปรากฏการณ์ชั่วขณะหนึ่ง ๆ ที่ขึ้นกับแต่ละขณะ แต่ละสถานการณ์ และมีความหมายของมันปรากฏขึ้นอยู่เสมอ โดยการมีชีวิตโดยแท้เป็นการปรากฏอยู่อย่างมีทิศทาง มุ่งสู่บางสิ่งบางอย่างที่ทำให้ชีวิตมีค่า ไม่ใช่การอยู่โดยไม่มีทิศทางหรืออยู่ด้วยสัญชาตญาณและแรงขับต่าง ๆ

Frankl (1967 อ้างถึงใน อรรถาธิบาย คำศัพท์, 2554) ได้อธิบายว่าบุคคลค้นพบความหมายในชีวิต จากประสบการณ์แต่ละขณะ จากการลงมือทำมุ่งสู่เป้าหมายบางประการ มิใช่เพียงกระบวนการทางความคิดเท่านั้น โดยมีแนวทางในการค้นพบความหมายในชีวิตผ่านคุณค่า 3 แนวทาง ดังต่อไปนี้

1. คุณค่าเชิงสร้างสรรค์ (Creative value) ความหมายในชีวิตตามแนวทางนี้เป็นการให้คุณค่าแก่การทำกิจกรรมต่าง ๆ ด้วยการพยายามทำสิ่งนั้นให้ดีขึ้นกว่าเดิม ทำหน้าที่ของตนอย่างกระตือรือร้น หรือการสร้างสรรค์ผลงานที่มาจากความปรารถนาหรือความต้องการภายในของตนเอง ซึ่งคุณค่าในด้านนี้เป็นคุณค่าที่บุคคลรับรู้จากการกระทำบาง

สิ่งอย่างตระหนักและทุ่มเท คุณค่าเชิงสร้างสรรค์ถือได้ว่าเป็นความหมายที่บุคคลได้กระทำสิ่งต่าง ๆ ให้แก่ชีวิต

2. คุณค่าเชิงประสบการณ์ (Experience value) ความหมายในชีวิตตามแนวทางนี้เป็นการให้คุณค่าแก่นุชยสัมพันธ์ซึ่งคือการดำรงชีวิตร่วมกับผู้อื่นและโลกรอบ ๆ ตัว ที่บุคคลได้รับจากการมีประสบการณ์บางอย่าง หรือประสบการณ์กับบางคน ในความดีความงาม หรือสัจธรรมต่าง ๆ เช่น ด้านความรัก เป็นคุณค่าที่ในรูปความรู้สึกดีในคุณค่าความดี ในรูปความรู้สึกต่อตนเองในฐานะมนุษย์ผู้มีจิตใจสูง ซึ่งคุณค่าในด้านนี้เป็นคุณค่าเชิงประสบการณ์ถือได้ว่าเป็นความหมายที่บุคคลได้รับจากการมีส่วนร่วมทั่วโลก รอบ ๆ ตัวบุคคลนั้น ๆ
3. คุณค่าเชิงทัศนคติ (Attitude value) ความหมายในชีวิตตามแนวทางนี้เป็นการให้คุณค่าเชิงทัศนคติต่อโชคชะตา ต่อสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ในการดำรงชีวิต เช่น ความวิตกกังวล ความรู้สึกผิด ความตาย และต่อสภาพชีวิตที่ทุกข์ทรมาน เช่น ความเจ็บป่วยที่รักษาไม่หาย คุณค่าทัศนคติเป็นการเลือกทำที่ ความนึกคิด และปฏิกิริยาของตนเองต่อสภาพชีวิตด้วยความรู้สึกที่มั่นคง อดทน และยืนหยัด คุณค่าในด้านนี้เป็นสิ่งที่ทำให้บุคคลค้นพบความหมายในชีวิตที่ลึกซึ้ง และเป็นคุณค่าที่เกิดจากการที่บุคคลเผชิญกับสถานการณ์ที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ สถานการณ์ของความสิ้นหวัง มีความรู้สึกว่าคุณเป็นเหยื่อหรือผู้ถูกกระทำ และบุคคลสามารถปรับทัศนคติ ต่อชีวิตหรือค้นพบความหมายบางอย่าง ซึ่งทำให้บุคคลก้าวพ้นจากสถานการณ์ที่หมดหวังได้ และสามารถเผชิญกับสถานการณ์นั้นด้วยทัศนคติที่แสดงถึงการยอมรับและอยู่กับสถานการณ์ไม่พึงประสงค์ได้อย่างไม่แปลกแยก

นอกจากนี้ความหมายในชีวิตยังมีรูปแบบที่ต่างกันไปตามช่วงเวลาของชีวิต ซึ่งทำให้ความหมายของชีวิตปรากฏได้ในทุกสิ่งและทุกสถานการณ์ โดยแบ่งระดับของความหมายในชีวิตออกเป็น 2 ระดับ (Frankl, 1967 อ้างถึงใน อรรถชัย โฉมเจ็ด, 2552) ได้แก่

1. ความหมายในชีวิตนิรันดร (Ultimate meaning) คือการรับรู้ความหมายชีวิตในฐานะตนเองเป็นส่วนหนึ่งของกฎจักรวาล (Order of Universe) เป็นความพยายามที่จะแสวงหาความหมายที่ยิ่งใหญ่ของชีวิต โดยอาจเรียกในชื่อของพระเจ้า (God) ธรรมชาติ (Nature) ชีวิต (Life) ความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของชีวิต (Harmony) หรือ ความเชื่อมโยงสัมพันธ์กันของสิ่งมีชีวิตทั้งหลาย (The ecosystem) โดยทั้งหมดนี้เป็นความพยายามของมนุษย์ที่จะเข้าถึงความหมายตามมโนทัศน์อันแตกต่างกันไปของแต่ละบุคคลสู่ความยิ่งใหญ่ที่ไกลกว่าตัวเอง ซึ่งความหมายอันยิ่งใหญ่ที่มนุษย์จะไม่มีวันได้เข้าถึง

เพียงแต่รับรู้ได้ถึงการมีอยู่เพียงเท่านั้น หากมนุษย์คนใดเข้าถึงความหมายของ ความหมายนิรันดรได้แล้วนั้น ทุกอย่างจะจบสิ้น ไม่มีอะไรให้มุ่งหวังอีกต่อไป

2. ความหมายในชีวิตแต่ละขณะ (Meaning of the moment) ตรงกันข้ามกับความหมาย นิรันดรที่ไม่มีวันที่จะเข้าถึงได้โดยง่าย ความหมายในชีวิตแต่ละขณะกลับเป็นสิ่งที่ไปถึงได้ ความหมายระดับนี้เต็มเต็มมนุษย์และเปี่ยมไปด้วยความหมายแก่ชีวิต โดยไม่จำเป็น จะต้องเป็นความหมายที่ยิ่งใหญ่ อาจเป็นเพียงสิ่งธรรมดาและไม่พิเศษ ที่เกิดขึ้นได้เป็น ประจำและเปลี่ยนแปลงไปในแต่ละวัน แต่ละชั่วโมง แต่ละประสบการณ์ โดยที่ ความหมายของชีวิตของแต่ละบุคคลจึงไม่เหมือนกัน และผันเปลี่ยนได้ตลอดเวลาเช่นกัน และความหมายในชีวิตแต่ละขณะไม่จำเป็นต้องเข้าใจได้ด้วยกระบวนการทางเหตุผล กระบวนการทางความคิด หรือตรรกะ แต่ด้วยการมุ่งมั่นสู่ความหมายในขณะนั้นด้วยความเชื่อของการมีอยู่จริง (existence) ของบุคคลเอง เป็นสิ่งที่มีความหมายในตนเอง และเชื่อมต่อสัมพันธ์กับโลกได้ผ่านการคงอัตลักษณ์ของตนไว้

แนวคิดเกี่ยวกับความหมายในชีวิตข้างต้นสะท้อนว่าความหมายในชีวิตของแต่ละบุคคลนั้นมีความแตกต่างขึ้นอยู่กับบุคคล และประสบการณ์ที่มีในแต่ละช่วงเวลาของชีวิต ซึ่งการรับรู้ ประสบการณ์นั้นมาจากการได้ลงมือทำสิ่งที่มีค่า เชื่อมโยงกับบุคคลและสิ่งรอบตัว และมุมมองภายในที่บุคคลมีอิสระที่จะเลือกมองได้ เป็นเจ้าของชีวิตของตนเอง เพื่อมุ่งสู่บางสิ่งบางอย่างที่ทำให้ชีวิตมีค่า ในแบบที่บุคคลรับรู้

#### 4.3 การวัดและการประเมินความหมายในชีวิต

การพัฒนามาตรวัดความหมายในชีวิตนั้นมีการพัฒนาขึ้นหลายมาตรวัดในช่วงเวลาที่ผ่านมา ทั้งในมิติของการวัดความมุ่งหวังในชีวิต การวัดแรงจูงใจค้นหาความหมายในชีวิต และการวัดความหมายในชีวิตที่มีจำนวนข้อที่สั้นกระชับ เพื่อประโยชน์ที่แตกต่างกันในการนำไปใช้ในบริบทที่แตกต่างกัน และมีมิติย่อยในแต่ละมาตรที่แตกต่างกัน โดยทั้งหมดเป็นการรายงานตนเองของผู้ที่ทำแบบวัด ซึ่งมีมาตรวัดที่เป็นที่นิยมต่าง ๆ ดังนี้

- 1) มาตรวัดความมุ่งหวังในชีวิต (Purpose in life : PIL ) พัฒนาโดย Crumbaugh และ Maholick (1964) พัฒนาเป็นภาษาไทยและเรียบเรียงโดย อรัญญา ตัญคำภีร์ (2554) โดยมาตรวัดนี้ใช้ในการประเมินการรับรู้เป้าหมายและความหมายในชีวิตตามทฤษฎีจิตบำบัด แนวความหมายในชีวิต (Logotherapy) มีจำนวนข้อกระทงทั้งหมด 20 ข้อ เป็นมาตรวัดที่ให้ ผู้ตอบรายงานตนเองโดยใช้มาตรประมาณค่า (Rating scale) 7 ระดับ ตั้งแต่ 1-7 คะแนน



(1 หมายถึง ไม่เห็นด้วยมากที่สุด, 2 หมายถึง ไม่เห็นด้วยมาก, 3 หมายถึง ไม่เห็นด้วย, 4 หมายถึง ไม่แน่ใจ, 5 หมายถึง เห็นด้วย, 6 หมายถึง เห็นด้วยมาก และ 7 หมายถึง เห็นด้วยมากที่สุด) คะแนนรวมของมาตรวัด ทั้งฉบับอยู่ระหว่าง 20 ถึง 140 คะแนน คะแนนที่ยังมาก หมายถึงบุคคลมีความหมายในชีวิตสูง ข้อมูลเชิงประจักษ์ในการตรวจสอบคุณภาพของมาตรวัด อาทิจานวิจัยของ Crumbaugh (1968) ตรวจสอบคุณภาพมาตรวัดโดยทำงานวิจัยที่ทดสอบค่าเฉลี่ยมาตรวัดความมุ่งหวังในชีวิต ในกลุ่มคนปกติและกลุ่มคนไข้โรคทางจิตเวช โดยมีกลุ่มตัวอย่างเป็นกลุ่มคนปกติ 805 คน และกลุ่มคนไข้โรคจิตโรคประสาทไม่แยกวินิจฉัย 346 คน พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $F = 2.2, p < .01$ ) มาตรวัดมีความเที่ยงตรงในการคัดแยกคนสองกลุ่ม นอกจากนี้ยังพบหลักฐานที่สนับสนุนความเที่ยงในระดับสูงผ่านงานวิจัยของ Reker และ Cousins (1979) ที่นำมาตรวัดความมุ่งหวังในชีวิตทดสอบซ้ำในช่วง 6 สัปดาห์ ในกลุ่มนักศึกษามหาวิทยาลัย พบว่าค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันเท่ากับ .87 และค่าเฉลี่ยอยู่ที่  $105.46 \pm 13.48$  นอกจากนี้ อร์ญญา ต้อยคำภีร์ (2554) ได้แปลและเรียบเรียงมาตรวัด ความมุ่งหวังในชีวิต โดยมีการรายงานค่าเฉลี่ยในกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาไทย จำนวน 1,320 คน อยู่ที่  $102.8 \pm 16.3$  มีค่าความเที่ยงเท่ากับ .84 และได้รายงานค่าเฉลี่ย คะแนนความมุ่งหวังในชีวิตของเยาวชนชายที่ติดแอมเฟตามีน 370 คน พบว่าเท่ากับ  $92.07 \pm 20.14$  โดยผลจากการวิเคราะห์องค์ประกอบนั้นแสดงให้เห็น 5 มิติ ในมาตรวัดนี้ ได้แก่ ความมุ่งหวังในชีวิต การดำรงชีวิตอย่างมีความหมาย ด้านทัศนคติต่อชีวิต ด้านความรู้สึกว่าตนไร้ความหมาย และด้านการเลือกกำหนดชีวิตตัวเอง (จूरินทร์ นิลจันทิก, 2563)

2) มาตรวัดแรงจูงใจในการค้นหาความหมายในชีวิต (Seeking of noetic goal : SONG) พัฒนาโดย Crumbaugh (1977) เป้าหมายของมาตรวัดนี้เพื่อใช้วัดแรงจูงใจในการแสวงหาเป้าหมายและความหมายในชีวิต ตามแนวคิดทฤษฎีจิตบำบัดแนวความหมายในชีวิต (Logotherapy) ลักษณะมาตรวัดเป็นมาตรส่วนประมาณค่า (rating scale) 7 ระดับ โดยค่า 1 หมายถึง ไม่เห็นด้วยมากที่สุด, 4 หมายถึง ไม่แน่ใจ และ 7 หมายถึง เห็นด้วยมากที่สุด มีจำนวนข้อกระทงทั้งหมด 20 ข้อ คะแนนของมาตรวัดฉบับนี้จะอยู่ในช่วงคะแนนระหว่าง 20 คะแนน ถึง 140 คะแนน คะแนนที่ยังมากหมายถึงบุคคลมีความหมายในชีวิตสูง เช่นเดียวกับมาตรวัดความมุ่งหวังในชีวิต อร์ญญา ต้อยคำภีร์ (2554) ได้แปลและเรียบเรียงมาตรวัด การค้นหาความหมายในชีวิต โดยมีการรายงานค่าเฉลี่ยในกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาไทย จำนวน 1,320 คน  $86 \pm 13.8$  ความเที่ยงเท่ากับ 0.78 และในกลุ่มเยาวชนชายที่ติดแอมเฟตามีน เพศชาย จำนวน 370 คน มีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ  $81.39 \pm 14.77$  โดยผลจากการวิเคราะห์องค์ประกอบนั้นแสดงให้เห็น 4 มิติ ในมาตรวัดนี้ ได้แก่ ด้านการแสวงหาความ

มุ่งหวังในชีวิต ด้านการรับรู้ความหมาย ด้านการรับรู้เป้าหมายในชีวิต ด้านการแสวงหาความสำเร็จ (จูลีรัตน์ นิลจันทิก, 2563) สำหรับความแตกต่างของ มาตรฐานวัดแรงจูงใจค้นหาความหมายในชีวิต และ มาตรฐานวัดความมุ่งหวังในชีวิต นั้นเห็นได้ชัดจากมิตีย่อยที่ใช้ประกอบมาตรฐานวัด และข้อกระทงที่ประกอบการในแต่ละมิติ ถึงแม้ว่ามาตรฐานวัด มาตรฐานวัดแรงจูงใจในการค้นหาความหมายในชีวิตจะมีความคล้ายคลึงกับมาตรฐานวัด มาตรฐานวัดความมุ่งหวังในชีวิต ในแง่การตอบสนองต่อมาตรฐานวัดแต่การนำไปใช้ก็มีความแตกต่างกันที่ผู้เลือกใช้จะต้องพิจารณา

3) มาตรฐานวัดความหมายในชีวิต (The Meaning in Life Questionnaire : MLQ) พัฒนาขึ้นโดย Steger และคณะ (2006) เพื่อใช้ประเมินความหมายในชีวิต ความรู้สึกลงตัวการใช้ชีวิตอย่างมีทิศทางและความมุ่งหวังในชีวิต มาตรฐานวัดนี้ประกอบด้วยข้อคำถามทั้งหมดจำนวน 10 คำถาม ซึ่งมีจำนวนน้อยกว่ามาตรฐานข้างต้น ประกอบด้วย 2 องค์กรประกอบ คือ

1. องค์กรประกอบความเข้าใจถึงความหมายในชีวิต (Meaning in Life Questionnaire Presence; MLQ-P) จำนวน 5 ข้อ ได้แก่ ข้อ 1 4 5 6 และ 9
2. องค์กรประกอบการค้นหาความหมายในชีวิต (Meaning in Life Questionnaire-Search; MLQ-S) จำนวน 5 ข้อ ได้แก่ ข้อ 2 3 7 8 และ 10

มาตรฐานวัดนี้มีข้อคำถามทางลบ 1 ข้อ คือ ข้อ 9 ลักษณะข้อคำถามของมาตรฐานวัดเป็นมาตรฐานประมาณค่า (rating scale) 5 ระดับ ซึ่งมีข้อคำถามที่บ่งบอกลักษณะตรงกันข้าม โดยค่า 1 หมายถึงไม่จริง ค่า 3 หมายถึง ความไม่แน่ใจของผู้ตอบ และค่า 5 หมายถึง จริง คะแนนรวมของมาตรฐานวัดทั้งหมดจะอยู่ระหว่าง 10 ถึง 50 คะแนน คะแนนที่ยิ่งมากหมายถึงบุคคลมีความหมายในชีวิตสูง มาตรฐานวัดนี้มีค่าความเที่ยงในสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ทั้งฉบับที่ .91

สำหรับการศึกษารั้งนี้ ผู้วิจัยเลือกใช้มาตรฐานวัดความมุ่งหวังในชีวิต (Purpose in life : PIL ) พัฒนาโดย Crumbaugh และ Maholick (1964) แพลและเรียบเรียงโดย อรัญญา ต้อยคำภีร์ (2554) เนื่องจาก ในสถานการณ์การเป็นหนี้ของคนทำงานที่เกี่ยวข้องกับความหมายในชีวิตนั้น ผู้วิจัยต้องการทราบว่า คนทำงานที่เป็นหนี้มีการประเมินการรับรู้เป้าหมายและความหมายในชีวิตอย่างไร และครอบคลุมมิติการมีเป้าหมายในชีวิต และการรับรู้ความหมายในชีวิตไปพร้อม ๆ กัน

## ภาวะซึมเศร้า (Depression)

### 5.1 นิยามและขอบเขต

Beck (1967) กล่าวถึงภาวะซึมเศร้าว่า เป็นการเปลี่ยนแปลงของอารมณ์ที่มีความเฉพาะเจาะจงบางอย่าง อาทิ ความเศร้า ความเหงา ความเฉยเมย ซึ่งเป็นความเปลี่ยนแปลงที่มีความเชื่อมโยงระหว่างอัตมโนทัศน์ (Self-concept) ทางลบ และการตำหนิและโทษตัวเอง เป็น

ปรากฏการณ์การตีความอย่างมีอคติที่มักจะมีมุมมองไปในทางลบ ซึ่งส่งผลต่อการใช้ชีวิตและการตอบสนองต่อตนเอง โลก และอนาคตในทิศทางที่ไม่ตรงกับความเป็นจริง และอคติทางลบนี้เป็นตัวส่งเสริมภาวะซึมเศร้า และความเปราะบางของบุคคล เพิ่มโอกาสให้บุคคลเกิดภาวะซึมเศร้าต่อไป เป็นความต้องการที่จะถอยหนี ลงโทษตัวเอง หลบซ่อน หรือตาย เป็นความเปลี่ยนแปลงที่เฉยเมยขึ้น นอนไม่หลับ ไม่อยากอาหาร ไม่มีความต้องการทางเพศ และเซื่องซำ ไม่อยากทำกิจกรรมอะไร

Bada และคณะ (2013) ระบุถึงภาวะซึมเศร้าที่เกิดขึ้นเมื่อบุคคลประสบกับเหตุการณ์ทางลบ ในชีวิต ก่อให้เกิดภาวะอารมณ์ทางลบ ไม่สนใจทำกิจกรรมต่าง ๆ และส่งผลเสียต่อความคิด ความรู้สึก และสภาวะของบุคคล โดยไม่จำเป็นต้องเป็นโรคทางจิตเวช เป็นเพียงภาวะหนึ่งที่เกิดขึ้นได้เมื่อเผชิญกับเหตุการณ์ทางลบ โดยภาวะซึมเศร้าเป็นเพียงอาการ ที่ยังไม่ใช่โรคซึมเศร้า (Depressive disorder) ที่ถูกระบุว่าเป็นโรคจิตเวช

กล่าวได้ว่าบุคคลแต่ละคนมีโอกาสที่จะได้เผชิญกับภาวะซึมเศร้าเมื่อเกิดเหตุการณ์ทางลบ เกิดเป็นความเศร้า หดหู่ ดำเนินตนเอง ไร้ค่า และส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมที่เฉยเมย ไม่ต้องการทำกิจกรรมที่เคยทำ การนอนที่ผิดปกติ โดยความคิดและความรู้สึกนี้อาจไม่สอดคล้องตรงกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นจริง ขึ้นกับมุมมองและการตีความของบุคคล โดยที่ระยะเวลาที่เกิดภาวะนี้ยังไม่ต่อเนื่องยาวนานมาก พอจนถึงขั้นที่เป็นโรคทางจิตเวชได้

## 5.2 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

Grant และคณะ (2010) ระบุว่าสิ่งที่เป็แกนกลางของเหตุการณ์ที่นำมาสู่ภาวะซึมเศร้าคือ การรับรู้การสูญเสีย ตามมโนทัศน์ของทฤษฎีทางปัญญา ระบุว่า แม้ว่าจะไม่มีการสูญเสียอะไรที่เป็นรูปธรรมจริง ๆ แต่ความหมายในการสูญเสียทางใจ (สถานะ, ความภูมิใจ, ภาพที่รับรู้ตนเอง) ของเหตุการณ์นั้นก็นำไปสู่ภาวะซึมเศร้าได้ อาทิ บางคนเมื่อใช้จ่ายอย่างฟุ่มเฟือย บุคคลอาจจะตีความระบุเหตุการณ์นั้นว่า ตนล้มเหลว สูญเสียสถานะความเชื่อมั่นต่อตนเองบางอย่าง จนเกิดเป็นความรู้สึกตำหนิตนล้มเหลว ตนแย่ เกิดการเปรียบเทียบว่าฉันน่าจะมั่งงานที่หาเงินได้เยอะกว่านี้ โทษตนเองว่าตนฟุ่มเฟือยจนไม่สามารถดูแลครอบครัวของได้

ดวงใจ กสานติกุล (2542) กล่าวถึงสาเหตุของความซึมเศร้าว่ามาจากหลากหลายปัจจัยที่เรียกว่า Biopsychosocial Factor ที่ประกอบด้วย ด้านชีวภาพ ด้านสังคม และด้านจิตใจ

1. ด้านชีวภาพ สาเหตุของความซึมเศร้าด้านนี้เชื่อมโยงกับโรคซึมเศร้ามากกว่าที่จะเป็นภาวะซึมเศร้า ไม่ว่าจะเป็ปัจจัยทางพันธุกรรมที่มีผลต่อการเป็นโรคซึมเศร้า หรือปัจจัยด้านชีวเคมีที่มีความผิดปกติของสารสื่อประสาทในร่างกายที่ส่งผลต่อผู้โรคซึมเศร้า

2. ด้านสังคม โดยปัจจัยด้านสังคมนี้ไม่ว่าจะเป็น ปัญหาทางเศรษฐกิจ ความสัมพันธ์ในครอบครัว การเรียน การทำงาน ภัยพิบัติทางธรรมชาติที่กระทบต่อชีวิตและทรัพย์สิน ความเจ็บไข้ของตนและคนที่รัก การสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก ทั้งหมดนี้ล้วนเป็นปัจจัยที่ส่งผลกระทบกระเทือนจิตใจและนำไปสู่ภาวะซึมเศร้าได้
3. ด้านจิตใจ มีแนวทางการจิตวิทยามากมายที่พยายามอธิบายสาเหตุของการเกิดภาวะซึมเศร้า โดยในงานวิจัยนี้เน้นศึกษาตัวแปรต่าง ๆ ในการรับรู้ ความเชื่อ และกระบวนการทางความคิด จึงสนใจที่จะดำเนินการวิจัยโดยใช้แนวคิดของ ทฤษฎีปัญญานิยมกับภาวะซึมเศร้า (Cognitive Therapy of Depression) โดยทฤษฎีปัญญานิยมอาศัยแนวคิดพื้นฐานที่ว่า ความเชื่อตั้งอยู่บนฐานของความคิด กระบวนการสร้างรูปแบบความคิด และความเชื่อเป็นปัจจัยหลักที่นำมาสู่อารมณ์ และพฤติกรรม ในทางกลับกันอารมณ์และพฤติกรรมก็ส่งผลกลับไปสู่ความคิด และความเชื่อเช่นกัน

Beck (1967) ระบุว่าทฤษฎีปัญญานิยมที่เกี่ยวกับภาวะซึมเศร้าว่า ประกอบด้วย 1. ความคิดหลัก 3 ประการ (The cognitive triad) 2. แก่นความคิดหลัก (Schemas) 3. ความคิดบิดเบือน (Cognitive errors) โดยอธิบายได้ดังนี้

ประการที่ 1 ความคิดลบ 3 ด้าน (The cognitive triad)

- ด้านที่ 1 ความคิดลบต่อตนเอง ผู้ที่มีภาวะซึมเศร้าจะมีมุมมองต่อตนเองในทางลบ ปฏิเสธตนเอง ไม่ว่าจะเป็นการรับรู้ว่าตนเอง ไม่ดีพอ ต่างพร้อย ล้มเหลว หรือไม่มีค่า ไม่เป็นที่ต้องการ จากการตีความว่าเหตุการณ์ที่ไม่พึงปรารถนาในชีวิตต่างๆ นั้นว่าเป็นเพราะตนเองยังมีข้อบกพร่อง ไม่ว่าจะมองว่าบกพร่องทางร่างกาย ความคิด ความสามารถ หรือจิตใจ
- ด้านที่ 2 ความคิดลบต่อสิ่งแวดล้อมภายนอก ผู้ที่มีภาวะซึมเศร้าจะมีการรับรู้ ตีความ หรือแปลความหมายสถานการณ์หรือประสบการณ์ในทางลบ รับรู้ถึงความสัมพันธ์ที่ตนมีกับสิ่งแวดล้อมภายนอกตัวในรูปแบบของตนเป็นผู้พ่ายแพ้ สูญเสีย โดนดูถูก โดนเอาเปรียบ ชีวิตของตนเต็มไปด้วยอุปสรรค ปัญหา ถูกตัดสิน ถูกกระทำ ผู้ที่มีภาวะซึมเศร้าจะมีชุดความคิดและความเชื่ออย่างจำกัดต่อตนเองและโลก
- ด้านที่ 3 ความคิดลบต่ออนาคตของตน ผู้ที่มีภาวะซึมเศร้าจะมองอนาคตในทางลบ มองว่าความความทุกข์ที่ตนต้องเผชิญอยู่นี้จะคงอยู่ต่อเนื่องไปชั่ววันรันดร์ เพราะผู้ที่มีภาวะซึมเศร้ามีกระบวนการคิดบกพร่อง (Cognitive Error) ทำให้รับรู้อย่างไม่เป็นเหตุเป็นผล ดังนั้นเมื่อพวกเขาออกไปยังอนาคต ก็จะทำให้เห็นว่าชีวิตมีแต่ความยากลำบากเข้า

มาไม่หยุด โดยเนื้อหาความคิด (Thought content) ของพวกเขา ก็จะเต็มไปด้วยความคิด แนวคิดซึมเศร้า ทดหู่

ประการที่ 2 แก่นความคิด (Schemas) เป็นแก่นของโครงสร้างทางความคิดในแนวทางการมองโลก รับรู้สิ่งต่าง ๆ ในชีวิต คัดเลือกสิ่งเร้าที่จะสนใจรับรู้ ซึ่งพัฒนาสั่งสมมาตั้งแต่วัยเด็ก ในผู้ที่มีภาวะซึมเศร้ามีแก่น ความคิด ความเชื่อที่ไม่เอื้อประโยชน์ต่อตนเองที่ทำให้ความไม่สบายใจยังคงอยู่เต็มไปด้วยสิ่งที่เกี่ยวข้องกับความซึมเศร้า คิดลบต่อทั้งตนเอง สิ่งแวดล้อม และอนาคต

ประการที่ 3 กระบวนการคิดที่ผิดพลาด (Cognitive Errors) โดยกระบวนการคิดที่ไม่สอดคล้องกับความจริงนี้ส่งผลต่อความคิดของผู้ที่มีภาวะซึมเศร้า ตัวอย่างของกระบวนการการคิดที่ผิดพลาดได้แก่ การยึดเอาความเชื่อจากเหตุการณ์หนึ่งมาเทียบใช้อย่างไม่เหมาะสมในสถานการณ์อื่น ๆ ที่ต่างออกไป (Overgeneralization) การเชื่อมโยงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิตเข้ากับตนเองอย่างไม่สอดคล้องกับความเป็นจริง (Personalization) การตัดสินตีตราตนเองอย่างยึดติด (Labeling) การคิดแบบสุดโต่ง สุดซึ้งไปด้านใดด้านหนึ่งซึ่งไม่ยืดหยุ่นและเกินจากความเป็นจริง (Polarized Thinking)

โดยภาวะซึมเศร้าในการศึกษานี้วัดได้จากมาตรวัดภาวะซึมเศร้า ซึ่งเป็นมาตรวัดย่อยที่เป็นส่วนหนึ่งของมาตรวัด ความเครียด ความวิตกกังวล และภาวะซึมเศร้า จากมาตรวัด DASS-42 (Depression Anxiety Stress Scale) ฉบับภาษาไทยของ School of Psychology UNSW Sydney NSW (2008) ที่ทำการเผยแพร่แบบวัด ซึ่งพัฒนาและแปลจาก มาตรวัด DASS-42 ของ Lovibond และ Lovibond (1995)

### 5.3 ลักษณะอาการของภาวะซึมเศร้า

Beck (1967) ระบุถึงอาการแสดงของภาวะซึมเศร้า โดยในแต่ละบุคคลจะมีอาการแสดงที่แตกต่างกันไป ขึ้นอยู่กับระดับของความซึมเศร้าที่แตกต่างกัน หรือขึ้นอยู่กับสภาพแวดล้อมที่ไม่เหมือนกัน ประกอบด้วยอาการแสดงออก 5 ประการ ดังนี้

1. การแสดงออกทางอารมณ์ เป็นการแสดงออกที่มีสาเหตุจากอารมณ์ความรู้สึกเป็นหลัก โดยสามารถแสดงออกทั้งทางอารมณ์และพฤติกรรมโดยมีอารมณ์เศร้าเป็นอาการร่วมหลัก เช่น ไม่มีชีวิตชีวา ทดหู่ เศร้าหมอง หงุดหงิดง่าย ฉุนเฉียว ความรู้สึกผิด โดดเดี่ยว แปรกแยก รู้สึกว่าตนไร้ค่า
2. การแสดงออกทางความคิด โดยเฉพาะความคิดทางลบต่อตนเอง ต่อสิ่งแวดล้อม โดยมองว่าตนเองไม่มีค่า ไม่มีประโยชน์ ไม่มีความสามารถ ต่ำหนืดน คิดลบต่ออนาคต มองไม่เห็นทางที่จะเกิดสิ่งดี ๆ ขึ้น มีความยากลำบากในการตัดสินใจ มองไม่เห็นทางออกของปัญหา และต้องพึ่งพาผู้อื่น

3. การแสดงออกด้านแรงจูงใจ บุคคลจะไม่มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ เห็นได้ชัดว่าบุคคลสูญเสียแรงจูงใจ เปื่อหน่ายในกิจวัตรประจำวันหรือสิ่งรอบตัว เฉยชากับความรับผิดชอบต่อชีวิตและการทำงาน

4. การแสดงออกทางร่างกาย อาทิ ความอยากอาหารลดลง นอนไม่หลับหรือหลับยากขึ้น โดยทั้งหมดนี้จะส่งผลทำให้เกิดความอ่อนเพลียของร่างกาย

5. การแสดงออกด้านความสัมพันธ์ โดยบุคคลในภาวะซึมเศร้าจะหนีห่างจากสังคมเดิมที่เคยข้องแวะ มีปฏิสัมพันธ์น้อยลง แยกตัว ต้องการอยู่คนเดียว และไม่ค่อยรับรู้เรื่องของคนรอบตัว

#### 5.4 ภาวะซึมเศร้าและโรคซึมเศร้า

จากที่กล่าวไปข้างต้นถึงลักษณะของภาวะซึมเศร้านั้น มีความแตกต่างจากโรคซึมเศร้า (Major Depressive disorder) ทั้งจำนวนอาการที่แสดงออก และระยะเวลาในการแสดงออก โดย Roehr (2013) ได้ระบุถึงเกณฑ์การวินิจฉัยใน American Psychiatric Association ไว้ว่า ผู้ที่มีอาการอย่างน้อย 5 อาการขึ้นไป ซึ่งเป็นอาการที่แตกต่างไปจากปกติ โดยมีระยะเวลาต่อเนื่องยาวนานติดต่อกันอย่างน้อย 2 สัปดาห์ โดยต้องมีอาการ อารมณ์เศร้า หรือ หมดความสนใจในกิจกรรมต่าง ๆ อย่างน้อย 1 ข้อ โดยอาการเหล่านี้ก่อให้เกิดความทุกข์ กระทบต่อสังคม การดำเนินชีวิตของบุคคล โดยไม่ได้เกิดจากการการใช้ยา สารเสพติด หรือโรคทางกาย คือลักษณะอาการตามเกณฑ์วินิจฉัยของผู้เป็นโรคซึมเศร้า โดยเกณฑ์ทั้ง 9 มีดังนี้

- 1) มีอารมณ์เศร้าในส่วนใหญ่ของวัน โดยสังเกตจากการบอกลำเอียงหรือการสังเกตของผู้อื่นผ่านการร้องไห้ หรือการสื่อสารถึงความเศร้า ความว่างเปล่า
- 2) หมดความสนใจหรือพอใจในกิจกรรมส่วนใหญ่ของวัน และแทบจะทุกวัน
- 3) น้ำหนักลดหรือเพิ่มโดยไม่ได้เกิดจากการควบคุมอาหาร หรือสังเกตจากการเบื่ออาหารหรือกินมากเกินไป
- 4) นอนไม่หลับ หรือหลับมากกว่าปกติ เกือบทุกวัน
- 5) มีพฤติกรรมกระวนกระวายหรือเฉื่อยชา จากการสังเกตได้ของบุคคลอื่น
- 6) รู้สึกอ่อนเพลีย หรือไม่มีเรี่ยวแรง
- 7) รู้สึกไร้ค่า มีความรู้สึกผิดที่ไม่เหมาะสมหรือมากเกินไป
- 8) สมาธิและความสามารถในการคิด ตัดสินใจลดลง
- 9) มีความคิดซ้ำ ๆ เกี่ยวกับความตาย คิดอยากตายซ้ำ ๆ มีความพยายามในการฆ่าตัวตาย หรือวางแผนการฆ่าตัวตาย

## 5.5 ผลกระทบจากภาวะซึมเศร้า

วรสุตา พาณิชย์พิศาล (2544) กล่าวถึงผลกระทบต่อชีวิตของภาวะซึมเศร้า 3 ด้านไว้ดังนี้

1. ผลกระทบต่อตนเอง บุคคลจะมองตัวเองในแง่ลบ ความสามารถในการตัดสินใจลดลง มีผลกระทบต่ออารมณ์ และความพึงพอใจในชีวิต ขาดการรับผิดชอบต่อกิจวัตรประจำวันส่วนบุคคลที่พึงทำ หรือมีการแก้ปัญหาในลักษณะที่ไม่เหมาะสม เช่น การดื่มสุรา ซึ่งส่งผลทำให้ภาวะซึมเศร้าแย่ลง

2. ผลกระทบต่อครอบครัว โดยภาวะซึมเศร้าส่งผลต่อปัญหาความสัมพันธ์ในครอบครัว จากพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม เช่น หลีกหนีสังคม แยกตัว มีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมน้อยลง สนใจสิ่งรอบตัวน้อยลง หรือส่งผลต่อการทำงานที่ไม่สามารถทำได้เต็มประสิทธิภาพ ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อรายได้ของครอบครัว

3. ผลกระทบต่อสังคม เมื่อบุคคลสร้างผลกระทบต่อตนเอง ต่อครอบครัว และการหารายได้ บุคคลจะขาดความสามารถในการดูแลตนเอง ความไม่ระมัดระวังตนเองจากการสนใจสิ่งรอบตัวที่น้อยลง เสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุ โดยเฉพาะอย่างยิ่งหากบุคคลที่มีภาวะซึมเศร้ามีบุตร ส่งผลให้บุตรที่เติบโตภายใต้การดูแลมีความเสี่ยง เป็นผลกระทบ

โดยในการวิจัยนี้ผู้วิจัยตระหนักถึงผลกระทบจากภาวะซึมเศร้าข้างต้นต่อบุคคลที่มีหนี้สิน ที่ผลกระทบข้างต้นจะยิ่งส่งผลกระทบต่อบุคคล ครอบครัว และสังคมรุนแรงขึ้น หากเกิดขึ้นในบุคคลที่มีสถานการณ์วิกฤติทางการเงิน เนื่องจากหลายๆ ปัญหาทางการเงินจำเป็นต้องมีการตัดสินใจแก้ไข ปัญหาที่มีประสิทธิภาพ มีการวางแผนการแก้ไขปัญหาอย่างรวดเร็วที่สุด ซึ่งอาศัยการพูดคุยกันอย่างมากระหว่างคู่สมรส หรือคนในครอบครัว หากปล่อยไว้นาน อัตราดอกเบี้ย หรือความเสียหายก็ยิ่งมากขึ้นเมื่อทวีความรุนแรงขึ้น บุคคลก็มีแนวโน้มที่จะมีภาวะซึมเศร้าที่มากขึ้น หรือมีการรับมือที่ไม่เหมาะสมที่เพิ่มความรุนแรงของผลกระทบหรือสถานการณ์หนี้สิน อาทิ ใช้เงินในการดื่มสุรามากขึ้น เสพติดการพนันหวังล้างหนี้สิน ปิดบังหรือโกหกคู่สมรสและครอบครัวนำมาสู่ปัญหาครั้งใหญ่ในความสัมพันธ์

## 5.6 การวัดและการประเมินภาวะซึมเศร้า

ภาวะซึมเศร้าเป็นหนึ่งในตัวบ่งชี้สุขภาพของบุคคลที่ได้รับความสนใจในการศึกษาวิจัยเป็นอย่างมาก มีมาตรวัดที่ได้รับการพัฒนา ตรวจสอบคุณภาพ และเป็นที่ยอมรับ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

มาตรวัดความซึมเศร้า ความวิตกกังวล และความเครียด (Depression Anxiety Stress Scale: DASS-42) พัฒนาโดย Lovibond และ Lovibond (1995) แต่ละมิติมีจำนวน 14 ข้อ รวมกันเป็น 42 ข้อ วัดระดับอารมณ์ทางลบ 3 กลุ่ม ได้แก่ ความซึมเศร้า ความวิตกกังวล และความเครียด โดยสอบถามจากลักษณะอาการที่บุคคลเป็นในช่วงสัปดาห์ที่ผ่านมา

โดยในงานวิจัยนี้ผู้วิจัยได้นำส่วนของมาตรวัดความซึมเศร้ามาใช้ ซึ่งเป็น 1 ใน 3 มาตรวัดหลัก จำนวน 14 ข้อ ค่าความเที่ยงของมาตรวัดความซึมเศร้าอยู่ที่ .91 มีค่าความตรงเชิงคู่ระหว่างมาตรวัดความซึมเศร้า DASS-42 กับมาตรวัดความซึมเศร้าของ Beck (Beck depression inventory: BDI-IA) ในระดับ .74 ได้รับการแปลเป็นหลายภาษา และเผยแพร่เป็นภาษาไทยโดย School of Psychology UNSW Sydney (2008)

### งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการทบทวนวรรณกรรมงานวิจัยเชิงประจักษ์ที่เกี่ยวข้องกับ เจตคติต่อเงิน ความตึงเครียดทางการเงิน ความหมายในชีวิตและความซึมเศร้า ปรากฏผลงานวิจัยที่น่าสนใจดังนี้

#### 6.1 งานวิจัยเกี่ยวกับเจตคติต่อเงิน

Klontz และ Britt (2012) ศึกษาวิจัยเรื่องความสัมพันธ์ของเจตคติต่อเงินและพฤติกรรมทางการเงินต่ออาชีพและความไม่ซื่อสัตย์ทางการเงินต่อครอบครัว โดย ได้ศึกษาความสัมพันธ์ของเจตคติต่อเงิน 4 แบบ ได้แก่ การหลีกเลี่ยงเงิน (Money Avoidance), การบูชาเงิน (Money Worship), เงินคือสถานะ (Money Status) และความระมัดระวังทางการเงิน (Money Vigilance) ต่อพฤติกรรมทางการเงินที่เป็นปัญหาต่าง ๆ ได้แก่ การซื้อที่ควบคุมไม่ได้ (compulsive buying), การเสพติดการพนัน (pathological gambling), การสะสมเก็บกักตุนของที่ควบคุมไม่ได้ (compulsive hoarding), การเสพติดงาน (workaholism), การพึ่งพาทางการเงิน (financial dependence), การเปิดโอกาสให้ผู้อื่นเข้ามามีบทบาททางการเงินของตน (financial enabling), การปฏิเสธความจริงทางการเงิน (financial denial) และการนำเด็กเข้ามาพัวพันทางการเงินอย่างไม่เหมาะสม (financial enmeshment) เข้าถึงกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ Convenience sampling ขอความร่วมมือจากนักวางแผนการเงิน, โค้ช และผู้ให้บริการด้านสุขภาพจิตของประเทศสหรัฐอเมริกา โดยเชิญให้เข้าร่วมการสำรวจและส่งต่อไปยังเพื่อนร่วมงานและลูกค้า และประชาสัมพันธ์เพิ่มเติมในบทความของหนังสือพิมพ์ใน Midwest and Hawaii โดยกลุ่มตัวอย่างอายุเฉลี่ย 41-50 ปี มีการศึกษาในระดับสูง ร้อยละ 20 ของผู้ตอบแบบสอบถามอยู่ในอาชีพกลุ่มธุรกิจ ร้อยละ 15 เป็นผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพจิต ร้อยละ 12 เป็นนักการศึกษา ร้อยละ 11 เป็นนักวางแผนทางการเงิน ร้อยละ 6 อยู่ในสาขาการแพทย์ ร้อยละ 3 อยู่ในวงการบันเทิง และส่วนที่เหลือระบุอาชีพของตนว่า "อื่น ๆ"

โดยผลพบความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติต่อเงิน 4 แบบและพฤติกรรมทางการเงินที่ไม่เหมาะสม ดังตารางที่ 1



## ตารางที่ 1

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างเจตคติต่อเงินและพฤติกรรมทางการเงินที่ไม่ดี

ตัวแปร	หลีกเลี่ยง เงิน	บูชาเงิน	เงินคือ สถานะ	ระมัดระวังทาง การเงิน	Adjust R <sup>2</sup>
1 พฤติกรรมการซื้อที่ ควบคุมไม่ได้	.22***	.37***	.20**	-.21**	25%
2 การเสพติดการพนัน			.13***	-.07**	8%
3 การสะสมของที่ ควบคุมไม่ได้	.24***	.17**			10%
4 การเสพติดงาน	.15**	.28***			10%
5 พึ่งพาทางการเงิน ผู้อื่น		.08**	.11**		9%
6 มอบอำนาจทางการ เงินให้คนอื่น	.15***	.14***		-.10*	11%
7 ปฏิเสธความจริง ทางการเงิน	.12***	.26***		-.23***	20%
8 ให้เด็กพัวพันทาง การเงินอย่างไม่ เหมาะสม			.08***	-.05**	5%

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

สำหรับการทำนายพฤติกรรมการซื้อที่ควบคุมไม่ได้ เจตคติการเงินทั้ง 4 มีความสามารถในการทำนายพฤติกรรมการซื้อที่ควบคุมไม่ได้เมื่อ Adjust R<sup>2</sup> อยู่ที่ 25% เจตคติต่อเงินแบบหลีกเลี่ยงเงิน การบูชาเงิน เงินคือสถานะนั้น ทำให้เกิดพฤติกรรมการซื้อที่ควบคุมไม่ได้มากขึ้น ส่วนเจตคติต่อเงินแบบระมัดระวังทางการเงินทำนายพฤติกรรมการซื้อที่ควบคุมไม่ได้ในโดยมีความสัมพันธ์ในทางลบ

นอกจากนี้ในการทำนายของเจตคติด้านการเงินและพฤติกรรมทางการเงินจากอาชีพ วิเคราะห์ความแปรปรวนหลายตัวแปร (MANOVA) กับกลุ่มอาชีพต่อไปนี้ 1) ที่ปรึกษาทางการเงิน ( $n$

= 45) 2) นักธุรกิจ ( $n = 85$ ) 3) ผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพจิตรวมถึงนักจิตวิทยาผู้ให้คำปรึกษาและนักสังคมสงเคราะห์ ( $n = 64$ ) 4) นักการศึกษา ( $n = 50$ ) นอกเหนือจากสี่ประเภทนี้จะไม่รวมอยู่ในการวิเคราะห์อื่น ๆ ทั้งหมด ( $n = 178$ ) เนื่องจากการแจกแจงที่ไม่สอดคล้องกันเมื่อเทียบกับประเภทที่ระบุ ผลพบว่าผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพจิต ( $M = 43.06$ ) มีคะแนนเจตคติการเงินแบบการหลีกเลี่ยงเงินสูงกว่าเมื่อเทียบกับที่ปรึกษาทางการเงิน ( $M = 38.42$ ) ( $F = 2.81, p < .05$ ) และนักธุรกิจ ( $M = 44.49$ ) มีคะแนนเจตคติด้านการเงินแบบความระมัดระวังทางการเงินสูงกว่าอย่างมีนัยสำคัญเมื่อเทียบกับที่ปรึกษาทางการเงิน ( $M = 40.93$ ) ( $F = 3.56, p < .05$ ) แม้ว่า เจตคติด้านการเงินแบบความระมัดระวังทางการเงินนั้นจะเกี่ยวข้องกับ การออมและการประหยัด แต่ก็สะท้อนถึงความรู้สึกวิตกกังวลที่เพิ่มมากขึ้นและจำเป็นต้องมีความลับเกี่ยวกับเงิน

นอกจากนี้เพื่อตอบคำถามวิจัยเกี่ยวกับความลับทางการเงินผู้วิจัยจึงได้ทำการวิเคราะห์ถดถอยแบบแยกส่วน ( $F = 25.32, p < .001, \text{Adjust } R^2 = .59$ ) เพื่อทำการศึกษาลักษณะทางประชากรศาสตร์ เจตคติต่อเงินและพฤติกรรมทางการเงิน ที่ทำนายการไม่ซื่อสัตย์ทางการเงิน จากข้อความที่ว่า "ฉันซ่อนการใช้จ่ายจากคู่รัก / ครอบครัวของฉัน" โดยปัจจัยที่มีผลต่อการไม่ซื่อสัตย์ทางการเงินนั้นก็คือ พฤติกรรมการซื้อที่ควบคุมไม่ได้ ( $b = 0.08, p < .001$ ) กล่าวคือนอกจากจะซื้อสินค้าแล้วยังปิดบังจากคู่รักและครอบครัวอีกด้วย แม้ว่าบุคคลจะได้คะแนน พฤติกรรมการซื้อที่ควบคุมไม่ได้ ในระดับที่ต่ำ แต่การกระทำของการหลอกลวงทางการเงินหรือที่เรียกว่าความไม่ซื่อสัตย์ทางการเงินอาจมีผลกระทบร้ายแรงต่อความสัมพันธ์ (Klontz & Klontz, 2009)

งานวิจัยต่อมาเป็นของ Sharif และ Yeoh (2018) ที่ศึกษาผลของการใช้โซเชียลเน็ตเวิร์ก (Social Network Site; SNS) ที่มากเกินไป อาทิ แอปพลิเคชันเฟซบุ๊ก และอินสตาแกรม, การซื้อของออนไลน์ที่ควบคุมไม่ได้ และเจตคติต่อเงิน 3 แบบคือ เงินคืออำนาจบารมี, การไม่วางใจในการใช้เงิน, ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการเงิน โดยกลุ่มตัวอย่างอายุเฉลี่ย 20.55 ปี ที่รายงานว่ามี การซื้อของออนไลน์เป็น จำนวน 651 คน โดยร้อยละ 56.4 เป็นเพศหญิง โดยมีการใช้โซเชียลเน็ตเวิร์ก (Social Network Site; SNS) ตั้งแต่ 1 ชั่วโมงต่อวันขึ้นไป ผลพบว่า มีความเชื่อมโยงทางบวกระหว่างการใช้โซเชียลเน็ตเวิร์กที่มากเกินไปกับพฤติกรรมการซื้อของออนไลน์ที่ควบคุมไม่ได้ ( $r = .442, p < .001$ ) นอกจากนี้ยังพบความสัมพันธ์ทางบวกระหว่างพฤติกรรมการใช้โซเชียลเน็ตเวิร์กที่มากเกินไปกับเจตคติต่อเงินแบบเงินคืออำนาจบารมี ( $r = .412, p < .001$ ) การไม่วางใจในการใช้เงิน ( $r = .448, p < .001$ ) ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการเงิน ( $r = .414, p < .001$ ) โดยมีเจตคติต่อเงินแบบเงินคืออำนาจบารมีเป็นตัวแปรส่งผ่านระหว่าง การใช้โซเชียลเน็ตเวิร์กที่มากเกินไปกับพฤติกรรมการซื้อของออนไลน์ที่ควบคุมไม่ได้ โดยมีความสัมพันธ์ทางบวกระหว่างเจตคติต่อเงินแบบ เงินคืออำนาจบารมี

และพฤติกรรมการซื้อของออนไลน์ที่ควบคุมไม่ได้ ( $r = .84, p < .001$ ) และงานวิจัยนี้ได้อภิปรายผลของเจตคติต่อเงินแบบเงินคืออำนาจว่ามีว่าส่งผลต่อพฤติกรรมของบุคคลกับพฤติกรรมการซื้อของออนไลน์ที่ควบคุมไม่ได้ว่าถูกใช้เพื่อเป็นการแสดงออกซึ่งการรับรู้อัตลักษณ์ของตน ผ่านทฤษฎีการเปรียบเทียบทางสังคม ด้วยพฤติกรรมการบริโภคสินค้าและบริการ เพื่อเติมเต็มตัวตนที่ว่างเปล่า ตามแนวคิดของภาพในอุดมคติที่ตนต้องการ และการซื้อของแบบควบคุมไม่ส่งผลต่อเจตคติต่อเงินแบบวิตกกังวลจากการใช้จ่ายที่มากเกินไปจนเกิดความไม่มั่นคงทางการเงิน นอกจากนี้ Sharif และ Yeoh ยังอภิปรายถึงเจตคติต่อเงินแบบไม่ไว้วางใจทางการเงิน ว่าบุคคลมักจะใช้โซเชียลเน็ตเวิร์กที่มากเกินไปเพื่อตอบสนองต่อความอ่อนไหวในการเปรียบเทียบราคาสินค้าและบริการเพื่อสนองความรู้สึกไม่ไว้วางใจทางการเงิน

ต่อมาเป็นงานวิจัยของ Sabri และ Zakaria (2015) ที่ศึกษาตัวแปรที่มีผลต่อสุขภาวะทางการเงิน (Financial Well-Being) โดยสุขภาวะทางการเงินหมายถึง การมีสถานะทางการเงินที่สุขภาพดี มีความสุขและอิสระ จากความวิตกกังวล เป็นตัวบ่งชี้หนึ่งในคุณภาพชีวิต โดยขึ้นกับสถานการณ์ทางการเงินของบุคคลนั้น ๆ โดยงานวิจัยนี้ต้องการศึกษาความสัมพันธ์ของ ความรู้ทางการเงิน, ความตึงเครียดทางการเงิน, ความสามารถในการบริหารเงิน เจตคติต่อเงินกับสุขภาวะทางการเงินในคนทำงานอายุเฉลี่ย 40 ปี จำนวน 508 คนในประเทศมาเลเซีย ผลพบว่าความรู้ทางการเงิน เจตคติต่อเงินแบบเก็บรักษาเงิน และเจตคติต่อเงินแบบพยายามในการหาเงิน ความตึงเครียดทางการเงิน ความสามารถทางการเงิน ร่วมกันทำนายสุขภาวะทางการเงิน (Financial Well-Being) ได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $R^2 = .488, p < .01$ ) โดยความตึงเครียดทางการเงินมีผลทางลบต่อสุขภาวะทางการเงินมากที่สุด ( $\beta = -.379, p < .01$ ) เจตคติต่อเงินแบบเก็บรักษาเงินมีผลทางบวกต่อสุขภาวะทางการเงิน ( $\beta = .09, p < .01$ ) และเจตคติต่อเงินแบบพยายามในการหาเงินมีผลทางบวกต่อสุขภาวะทางการเงิน ( $\beta = .218, p < .01$ ) และความสามารถในการบริหารเงินมีผลทางบวกต่อสุขภาวะทางการเงิน ( $\beta = .301, p < .01$ )

ข้อมูลจากการวิจัยดังกล่าวบ่งชี้ว่าเจตคติต่อเงินแสดงออกถึงความเชื่อมโยงกับการรับรู้ตนเองและพฤติกรรมของบุคคล โดยเฉพาะการรับรู้สถานะทางการเงินในสังคม ทั้งในบริบทของฝั่งตะวันตกและเอเชีย ที่เจตคติต่อเงินส่งผลต่อพฤติกรรม โดยเฉพาะพฤติกรรมทางการเงิน อันจะส่งถึงการบริหารจัดการเงินและการแก้ไขปัญหาทางการเงินของบุคคล โดยเฉพาะอย่างยิ่งหากมีเจตคติต่อเงินที่ไม่ยืดหยุ่น ไม่สอดคล้องกับความเป็นจริงของชีวิตก็จะนำมาสู่พฤติกรรมทางการเงินที่ขาดความยับยั้งชั่งใจ เป็นสาเหตุหลักในปัญหาทางการเงินและหนี้สินที่ต่อเนื่อง ก่อให้เกิดผลกระทบต่อทั้งตนเอง ครอบครัว และสังคม

โดยเป็นที่น่าสนใจว่า หากมีการศึกษาถึงความสัมพันธ์ของเจตคติต่อเงินกับตัวแปรทางจิตวิทยาอื่น ๆ เพิ่มขึ้นในกลุ่มคนที่มีหนี้สิน อาทิ ความซึมเศร้า ความหมายในชีวิตแล้วนั้น น่าจะช่วยให้เข้าใจผลกระทบของเจตคติที่มีผลต่อสุขภาวะทางจิตและเล็งเห็นปัจจัยเอื้อในการช่วยเหลือกลุ่มคนที่มีหนี้สินต่อไป นำสู่การทำงานในเชิงจิตวิทยาการปรึกษาเพื่อพัฒนาเจตคติของบุคคลให้เหมาะสมเอื้อให้บุคคลสามารถเห็นทางในการอยู่กับสถานการณ์หนี้ได้อย่างเหมาะสม หรือดำรงชีวิตในสถานการณ์ทางการเงินของตนได้อย่างมีความพึงพอใจ และบริหารจัดการการเงินหรือแก้ไขปัญหาหนี้สินให้ผ่านไปได้ด้วยสุขภาวะทางจิตที่ดี

## 6.2 งานวิจัยเกี่ยวกับความตึงเครียดทางการเงิน

ต่อมาเป็นการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความตึงเครียดทางการเงินที่ส่งผลต่อภาวะความซึมเศร้า Asebedo และ Wilmarth (2017) ศึกษาโดยใช้โมเดล ABC-X ของความเครียดในครอบครัวและวิเคราะห์ร่วมกับข้อมูลสุขภาพ โดยให้ A เป็นเหตุการณ์ความเครียดที่เป็นสิ่งเร้า B เป็นทรัพยากรของครอบครัว C เป็นการรับรู้ของครอบครัวต่อเหตุการณ์ และ X ผลลัพธ์ของความเครียด งานวิจัยนี้มีสมมติฐานสองข้อคือ 1) ความตึงเครียดทางการเงินส่งผลเชื่อมโยงต่อการลดลงของสุขภาวะทางจิตหรือไม่ และ 2) ความเครียดในระดับต่ำของความตึงเครียดทางการเงินจะช่วยลดความสัมพันธ์ทางลบที่ความตึงเครียดทางการเงินมีต่อสุขภาวะทางจิตได้หรือไม่ โดยดำเนินการวิจัยกับกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุจำนวน 8,366 คน ที่อายุตั้งแต่ 50 ปีขึ้นไป ทั้งที่ยังไม่ได้เกษียณและเกษียณแล้ว โดยจะต้องไม่ได้อยู่ในบ้านพักคนชรา โดยใช้มาตร the Center for Epidemiologic Studies Depression (CESD) scale เพื่อวัดระดับของภาวะซึมเศร้า และในประเด็นของสิ่งเร้าที่ก่อให้เกิดความเครียดทางการเงิน อาทิ ความยากในการชำระหนี้ตามใบทางถามหนี้ ความยุ่งยากใจต่อสถานการณ์ทางการเงิน และข้อมูลประชากรเกี่ยวกับการเงินและหนี้สิน นอกจากนี้ยังวัดระดับความเครียดที่เกิดขึ้นในช่วง 12 เดือนที่ผ่านมาเพื่อดูการตอบสนองต่อสิ่งเร้าสถานการณ์ความตึงเครียดทางการเงิน และในเรื่องของสุขภาพได้วัดพฤติกรรมสุขภาพ อาทิ การสูบบุหรี่ การดื่มแอลกอฮอล์ การออกกำลังกายอย่างน้อยสัปดาห์ละครั้ง และพฤติกรรมทั่วไปอื่น ๆ เช่น การอาบน้ำ การกินข้าว การแต่งกาย การเข้านอน และเงื่อนไขสุขภาพต่าง ๆ อาทิ ความดันโลหิตสูง เบาหวาน มะเร็ง โรคทางเดินหายใจ โรคทางหัวใจ ผลการวิเคราะห์การถดถอยโลจิสติกส์แบบเรียงลำดับผลพบว่า โมเดลที่ 1 ความสัมพันธ์ระหว่างความตึงเครียดทางการเงินและสุขภาวะทางจิตมีความสัมพันธ์กัน โดยส่งผลต่อสุขภาวะทางจิตที่ลดลงโดยทุก ๆ หน่วยของความยากลำบากในการชำระหนี้ตามใบทางถามหนี้ที่เพิ่มขึ้นนั้นส่งผลต่อภาวะซึมเศร้าที่เพิ่มขึ้น 31% นอกจากสถานการณ์ทางการเงินที่ก่อให้เกิดความตึงเครียดทางการเงินที่ยังดำเนินต่อไป ส่งผลต่อภาวะซึมเศร้าที่เพิ่มขึ้น 20% โมเดลที่ 2 เพื่อตอบคำถามการวิจัยที่ 2 กลุ่มผู้ที่อยู่ใน

สถานการณ์ทางการเงินที่ตึงเครียดมากกว่า 12 เดือน แต่ไม่รับรู้ว่าเป็นเรื่องที่น่ากังวล ไม่มีความสัมพันธ์ระหว่างความตึงเครียดทางการเงินและคะแนนภาวะซึมเศร้า ในทางตรงกันข้าม ผู้ที่มีความกังวลหรือยุ่งยากใจต่อสถานการณ์ทางการเงินของตนเองในช่วง 12 เดือนนี้ เทียบกับผู้ที่ไม่มีสถานการณ์ความตึงเครียดทางการเงินใด พบว่าผู้ที่มีสถานการณ์ที่ตึงเครียดทางการเงิน และรับรู้ความยุ่งยากใจต่อสถานการณ์นั้น ๆ ส่งผลต่อคะแนนภาวะซึมเศร้าที่เพิ่มขึ้น 56% ส่วนพฤติกรรมสุขภาพที่เหลือนั้นมีผลเชื่อมโยงกับภาวะซึมเศร้า ส่วนตัวแปรที่เกี่ยวกับระดับหนี้สิน ผู้ที่มีหนี้สินที่ไม่ใช่การจำนองบ้านแต่เป็นหนี้สินจำพวกบัตรเครดิต เงินกู้ ( $OR = 1.19$ ) หรือกองทุนฉุกเฉิน ( $OR = 1.16$ ) มีคะแนนภาวะซึมเศร้าที่เพิ่มขึ้น นอกจากนี้ผู้ที่ไม่สามารถทำงานได้แล้วไม่ว่าจะเป็นเกษียณตกงาน หรือเงื่อนไขทางร่างกายที่ทำให้ไม่ได้ทำงาน ( $OR = 1.87$ ) ส่งผลต่อคะแนนภาวะซึมเศร้าที่สูงกว่าโดยเทียบกับกลุ่มผู้ที่ยังทำงาน

นอกจากนี้ผลการวิจัยที่ศึกษาความสัมพันธ์ของความตึงเครียดทางการเงินและความซึมเศร่ายังปรากฏในงานวิจัยของ Dijkstra-Kersten และคณะ (2015) ที่ศึกษาความเชื่อมโยงของความตึงเครียดทางการเงินและระดับรายได้ ที่มีผลต่อโรคซึมเศร้าและโรควิตกกังวล โดยศึกษาในกลุ่มตัวอย่างชาวเนเธอร์แลนด์อายุ 18-65 ปี จำนวน 2,937 คน โดยพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีความตึงเครียดทางการเงินไม่ว่าจะในระดับเล็กน้อยหรือรุนแรง มีโอกาสในการเป็นโรคซึมเศร้าเพิ่มขึ้น ( $OR = 1.68$ ; 95%,  $OR = 3.88$ ; 95%) แม้ว่าได้ควบคุมตัวแปรรายได้แล้ว ผลของความตึงเครียดทางการเงินต่อการเป็นโรคซึมเศร่ายังคงอยู่ แสดงให้เห็นว่าไม่ว่าจะมีรายได้มากหรือน้อยเพียงใด ความตึงเครียดทางการเงินก็ยังคงส่งผลต่อบุคคลได้เช่นกัน

การศึกษาวิจัยเรื่องต่อมา Okechukwu และคณะ (2012) ศึกษาความเชื่อมโยงระหว่างความเครียดในครัวเรือน กับกลุ่มอาการซึมเศร้า ในพนักงานบ้านพักคนชรา จำนวน 452 คน จาก 4 หน่วยงานในแมสซาชูเซต ประกอบด้วยพนักงานที่ได้ค่าแรงขั้นต่ำ และพนักงานที่ได้ค่าแรงมากกว่าขั้นต่ำขึ้นไป โดยใช้การวิเคราะห์ Logistic regression เพื่อประเมินความเชื่อมโยง ระหว่างอาการซึมเศร้า กับความตึงเครียดทางการเงินในครัวเรือน ความขาดแคลนอาหาร ความทับซ้อนรบกวนกันระหว่างบ้านและที่ทำงาน ผลงานวิจัยระบุว่า อาการซึมเศร่านั้นเชื่อมโยงกับความตึงเครียดทางการเงินในครัวเรือนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $OR = 1.82$ ; 95%) และความขาดแคลนอาหาร ( $OR = 2.10$ ; 95%) โดยในกลุ่มที่ได้ค่าแรงขั้นต่ำ สิ่งที่มีผลต่อเชื่อมโยงต่ออาการซึมเศร้าที่สุดคือ ความขาดแคลนอาหาร ( $OR = 3.60$ ; 95%)

งานวิจัยเชิงประจักษ์อีกหลายเรื่องในกลุ่มนักวิจัยทางจิตวิทยา และนักเศรษฐศาสตร์ที่ศึกษาอิทธิพลของตัวแปรทางจิตวิทยาต่าง ๆ ที่มีผลต่อระดับหนี้สิน อาทิ งานวิจัยของ Walker (1996) ที่

ศึกษาว่าบุคคลการแก้ปัญหาทางการเงินในสถานการณ์ความตึงเครียดทางการเงินอย่างไร (โดยเฉพาะหลังจาก มีลูกคนแรก) โดยศึกษาการบริหารจัดการการเงินของบุคคล และพฤติกรรมการเป็นหนี้ ผลการศึกษาพบว่าความรู้สึกของบุคคลที่รู้สึกว่าจัดการปัญหาไม่ได้ (coping less) และการบริหารจัดการการเงินที่ดีมีผลเชื่อมโยงกับการเป็นหนี้อย่างมีนัยยะสำคัญ โดยสองปัจจัยนี้ส่งผลต่อความพยายามในการจัดการหนี้สิน นอกจากนี้การจัดการปัญหา (coping) ที่มีประสิทธิภาพมีความเชื่อมโยงอย่างมีนัยยะสำคัญกับการมองการณ์ไกลและส่งผลต่อการมีเจตคติทางลบต่อการเป็นหนี้สิน และยังพบว่าการบริหารจัดการการเงินที่ดียังมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการไม่ฟุ้งเฟ้อหรือเป็นคนวัตถุนิยม และมีการบริหารจัดการ งบประมาณ ที่มั่นคงกว่า

นอกจากนี้ในความพยายามที่จะลดผลกระทบทางลบจากกระบวนการภายในของบุคคลที่อยู่ในภาวะหนี้สิน กลุ่มผู้วิจัยชาวเนเธอร์แลนด์ Beenackers และคณะ (2018) จึงศึกษาผลของความตึงเครียดทางการเงินที่มีต่อพฤติกรรมทางสุขภาพที่ไม่ดี ในกลุ่มตัวอย่างชาวเนเธอร์แลนด์จำนวน 2,812 คน พบว่า ผู้ที่มีรายได้ลดลงนั้นส่งผลต่อความตึงเครียดทางการเงิน (Financial Strain) ที่เพิ่มขึ้น โดยความตึงเครียดทางการเงินนี้จะส่งผลในการใช้พื้นที่ทางปัญญา (Cognitive bandwidth) ที่มากขึ้น ใช้ทรัพยากรทางปัญญามากเกินจนต้องลดการทำงานอื่น ๆ ได้แก่การลดภาวะการควบคุมตนเอง (Self-control) ลง ซึ่งก่อให้เกิดการทำพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพมากขึ้น อาทิ การสูบบุหรี่ การดื่มแอลกอฮอล์ ความอ้วน

ในทำนองเดียวกันงานวิจัยของ Achtziger และคณะ (2015) ในกลุ่มตัวอย่างชาวเยอรมัน 946 คน ที่ศึกษาตัวแปรการควบคุมตนเอง (Self-control) การซื้อของที่มากเกินไป (compulsive buying) และหนี้สิน โดยพบว่า การควบคุมตนเอง (Self-control) มีความสัมพันธ์ทางลบกับระดับหนี้สินและ การซื้อของที่มากเกินไป (compulsive buying) มีความสัมพันธ์ทางบวกกับหนี้สิน โดยความสัมพันธ์ระหว่างการควบคุมตนเอง (Self-control) และระดับหนี้สินมีการซื้อของที่มากเกินไป (compulsive buying) เป็นตัวแปรส่งผ่าน

ข้อมูลจากงานวิจัยเชิงประจักษ์ที่เกี่ยวข้องกับความตึงเครียดทางการเงินนี้ แสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์เชื่อมโยงระหว่างการรับรู้ความตึงเครียดทางการเงินของตนและสุขภาพทางจิตที่ไม่ดี อาทิ ความซึมเศร้า มุมมองในการจัดการปัญหาที่ได้รับผลกระทบ ส่งผลลดระดับการควบคุมตนเอง ซึ่งนำมาซึ่งผลเสียอื่น ๆ ตามมา เป็นที่น่าสนใจว่าในสถานการณ์การเงินที่ตึงเครียด จำเป็นต้องใช้ทั้งความสามารถทางปัญญา การรับมือจัดการปัญหา การร่วมมือและการสื่อสารกับบุคคลใกล้ชิด และการมองหาความช่วยเหลือที่จะช่วยให้สถานการณ์ดีขึ้น แต่บุคคลกลับต้องรับมือกับภาวะซึมเศร้าที่ห่อหุ้มบั่นทอนพลังกำลังในการจะก้าวเดินผ่านไปปัญหาไปได้อีกด้วย

### 6.3 งานวิจัยเกี่ยวกับความหมายในชีวิตและภาวะซึมเศร้า

Robak และ Griffin (2000) ศึกษาในบริบทของความตายและการสูญเสียว่า ความหมายในชีวิต (Purpose in life) มีความสัมพันธ์กับความสุข ความซึมเศร้า และความเศร้าโศกเสียใจหรือไม่ ในการสูญเสียคนสำคัญที่เสียชีวิตคนล่าสุดที่ผ่านมา ศึกษาในกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาวิทยาลัย อายุเฉลี่ย 21.5 ปี จำนวน 118 คน ผลพบว่าความหมายในชีวิตมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุข และความหมายในชีวิตมีความสัมพันธ์ทางลบกับภาวะซึมเศร้าในการรับมือความตายในระดับสูง โดยผลพบว่ายิ่งบุคคลมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดสนิทสนมกับผู้ที่เสียชีวิต ความสัมพันธ์นี้ยิ่งเป็นปัจจัยที่เอื้อให้เกิดการตอบสนองต่อความเศร้าโศกเสียใจที่สูงขึ้น

Ho และคณะ (2010) ทำการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างวัยรุ่นฮ่องกง จำนวน 1,807 คน โดยต้องการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความหมายในชีวิต การมองโลกในแง่ดี และสุขภาวะ โดยผลการวิเคราะห์เชิงโครงสร้างบ่งชี้ว่า ความหมายในชีวิตและการมองโลกในแง่ดี ส่งผลเชื่อมโยงกับความพึงพอใจในชีวิตในหลายๆ มิติ อาทิ ความพึงพอใจในชีวิต สุขภาวะทางจิตที่ดี และอารมณ์ความรู้สึกทางบวกของบุคคล และส่งผลทางลบต่อปัญหาทางจิตในหลายๆ มิติ อาทิ ความซึมเศร้า ความวิตกกังวล ความแปลกแยก และการปรับตัวทางสังคมที่ไม่ดีด้วยเช่นกัน โดยในงานวิจัยนี้ยังอธิบายอีกว่าการมองโลกในแง่ดี (Optimism) เป็นตัวแปรส่งผ่านบางส่วน (partial mediator) ระหว่างความหมายในชีวิต และความพึงพอใจในชีวิตต่าง ๆ และเป็นตัวแปรส่งผ่านในความสัมพันธ์ระหว่างความหมายในชีวิตและสุขภาวะทางลบต่าง ๆ อาทิ ความซึมเศร้า ความวิตกกังวล ความแปลกแยก การปรับตัวทางสังคมที่ไม่ดีอีกด้วย

Hedayati และ Khazaei (2014) ที่มุ่งศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความซึมเศร้า ความหมายในชีวิตและความหวังในผู้ใหญ่ โดยศึกษาในกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาจำนวน 215 คนของประเทศอิหร่าน วิเคราะห์สัมประสิทธิ์สัมพันธ์เพียร์สัน ผลพบว่ามีความสัมพันธ์ทางลบระหว่างความหมายในชีวิตและความซึมเศร้า ( $r = -.479, p < .01$ ) อีกทั้งพบความสัมพันธ์ของความหมายในชีวิตและความหวังอีกด้วย ( $r = .620, p < .01$ ) นอกจากนี้ได้ทำการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความหมายในชีวิตและมิติย่อยของความหวัง พบว่ามีสัมพันธ์ระหว่างความหมายในชีวิตและมิติย่อยของความหวังทั้งสองมิติ ทั้งการมีพลังงานที่จะไปยังเป้าหมายของตน ( $r = .688, p < .01$ ) และการวางแผนเพื่อบรรลุเป้าหมาย ( $r = .536, p < .01$ ) เห็นได้ว่าความหมายในชีวิตเป็นอีกปัจจัยที่จะเพิ่มพลังใจ ช่วยสร้างเส้นทาง ไปสู่เป้าหมายด้วยความหวังได้

งานวิจัยของกลุ่มทหารผ่านศึก เช่น Blackburn และ Owens (2015) ที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง ความเครียดจากสงคราม ความหมายในชีวิต และการรับรู้ความสามารถของตนเอง และการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อสังคม กับความผิดปกติทางจิตใจภายหลังเหตุการณ์อันตราย (PTSD) และอาการซึมเศร้า โดยกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศชาย ผลการศึกษาพบว่า ยศตำแหน่งที่บุคคลมี, ความหมายในชีวิตในมิติน้อยของการมีและเข้าใจความหมายของชีวิต, การรับรู้ความสามารถของตนเอง มีความสัมพันธ์กับความซึมเศร้าได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยทั้ง 3 ตัวแปร ยศตำแหน่งมีอิทธิพลทางลบต่อความซึมเศร้า ( $\beta = -.24, p < .01$ ) ความหมายในชีวิตในมิติน้อยของการมีและเข้าใจความหมายของชีวิตมีความสัมพันธ์ทางลบต่อความซึมเศร้า ( $\beta = -.31, p < .01$ ) และการรับรู้ความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy) มีความสัมพันธ์ทางลบต่อความซึมเศร้า ( $\beta = -.42, p < .01$ ) โดยในงานวิจัยนี้ผลของความหมายในชีวิตไม่มีผลต่อความผิดปกติทางจิตใจภายหลังเหตุการณ์อันตราย (PTSD)

ดังที่กล่าวมาแล้วในส่วนของแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความหมายในชีวิต มีงานวิจัยที่นำตัวแปรความหมายในชีวิตไปต่อยอดศึกษาในหลายๆ บริบท ไม่ว่าจะเป็น บริบทความสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก กลุ่มผู้ใช้สารเสพติด กลุ่มทหารผ่านศึก หรือกลุ่มบุคคลทั่วไปทั้งวัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่ จึงเป็นที่น่าสนใจว่า อิทธิพลทางบวกต่อสุขภาวะทางจิตของความหมายในชีวิตนั้น จะช่วยเหลือเยียวยาความซึมเศร้าในบริบทของผู้ทำงานที่เป็นหนี้สินได้หรือไม่

กล่าวโดยสรุปการทบทวนวรรณกรรมในบริบทต่าง ๆ ผู้วิจัยเล็งเห็นว่ายังขาดแคลนงานวิจัยเชิงจิตวิทยาการศึกษาที่เป็นประโยชน์ในการทำความเข้าใจภูมิหลังความคิด เจตคติ หรือสภาวะความตึงเครียดของบุคคลที่มีหนี้สิน อันจะส่งผลกระทบต่อบุคคลในหลายๆ มิติ ทั้งต่อพฤติกรรมทางการเงิน และความสัมพันธ์กับคนในครอบครัว หรือส่งผลกระทบต่อความตึงเครียดทางการเงินที่บุคคลรับรู้ ในแง่ของการรับรู้ตนเอง สภาวะร่างกาย และสภาวะทางจิตที่ไม่ดี ที่สามารถนำมาใช้ประโยชน์ในการทำ ความเข้าใจบุคคลที่เข้ารับการศึกษาจากมุมมองที่เกี่ยวข้องกับงานในสาขาจิตวิทยาการศึกษาต่อไปได้ นอกจากนี้ยังไม่ปรากฏการศึกษาที่แสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์ของความหมายในชีวิตที่ส่งผลกระทบต่อความซึมเศร้าภายใต้บริบทของกลุ่มตัวอย่างที่มีหนี้สิน โดยข้อค้นพบนี้จะมีส่วนช่วยให้การเยียวยาผู้รับบริการที่ประสบกับความตึงเครียดทางการเงิน และมีภาวะซึมเศร้าในกลุ่มคนทำงานที่มีหนี้สินได้อย่างมีประสิทธิภาพ



### บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive Research) เพื่อศึกษาอิทธิพลของเจตคติต่อเงินทั้ง 4 รูปแบบ (การหลีกเลี่ยงเงิน, การบูชาเงิน, เงินคือสถานะ, ความระมัดระวังทางการเงิน) ความตึงเครียดทางการเงิน ความหมายในชีวิต และภาวะซึมเศร้าในกลุ่มคนทำงานที่มีหนี้สิน โดยมีรายละเอียดและวิธีการดำเนินการวิจัย ดังต่อไปนี้

#### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ กลุ่มคนทำงานที่มีหนี้สิน ที่มีความสนใจและมีความยินดีในการเข้าร่วมการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ กลุ่มคนทำงานที่มีหนี้สิน จำนวน 201 คน โดยเป็นผู้ที่ผ่านเกณฑ์คัดเลือก ดังต่อไปนี้

#### เกณฑ์คัดเลือก ได้แก่

1. เป็นบุคคลที่อยู่ในวัยทำงานเป็นผู้หารายได้และเป็นผู้ชำระค่าใช้จ่ายของตนเอง หรือของครอบครัว ทั้งชายและหญิง ที่มีอายุ 20-40 ปี
2. เป็นบุคคลที่สามารถอ่าน เขียน ภาษาไทยได้ดี และมีความสมัครใจเข้าร่วมการวิจัย
3. เป็นบุคคลที่รายงานตนว่าเป็นผู้มีหนี้สินมากกว่า 0 บาทขึ้นไป เป็นได้ทั้งหนี้ในระบบ อาทิ บัตรเครดิต เงินกู้ สินเชื่อจากองค์กรทางการเงิน หรือหนี้นอกระบบ อาทิ หนี้สินเชื่อส่วนบุคคล หนี้ห่วย หนี้การพนัน และ เป็นบุคคลที่รายงานตนว่าในช่วง 12 เดือนต้องมีเงื่อนไขดังข้อใดข้อหนึ่งดังต่อไปนี้
  - 3.1 มีปัญหาด้านการชำระหนี้ (ผู้ที่ตอบว่า ชำระหนี้ยอดขั้นต่ำหรือจ่ายแค่ดอกเบี้ยในบางรายการ เนื่องจากเงินไม่เพียงพอหรือต้องหมุนเงิน, ชำระหนี้ยอดขั้นต่ำหรือจ่ายแค่ดอกเบี้ยหลายรายการเนื่องจากเงินไม่เพียงพอหรือต้องหมุนเงิน, ไม่สามารถชำระหนี้ได้บางรายการ, ไม่สามารถชำระหนี้ได้หลายรายการ, ไม่สามารถชำระหนี้ได้เลย)
  - 3.2 มีความกังวลต่อปัญหาการชำระหนี้ (ผู้ที่ตอบว่า กังวลบ้างบางครั้งบางคราว, ค่อนข้างกังวล, มีความกังวลตลอดเวลา) หรือ
  - 3.3 ไม่มีการออมต่อเดือน (ไม่ว่าจะเป็นการออมเงิน, การออมในกองทุน, การออมในหุ้น, การออมสลากออมสินหรือสลาก ธกส.และอื่น ๆ)

**เกณฑ์คัดออก** ได้แก่ เป็นผู้ที่อยู่ในระยะการบำบัดรักษาโรคทางจิตเวช หรือ เคยได้รับการวินิจฉัย จากแพทย์ว่ามีปัญหาทางสุขภาพจิต โดยในแบบสอบถามทั่วไปมีข้อกระทงให้ผู้เข้าร่วมวิจัย รายงานตนเองว่าอยู่ในระหว่างการบำบัดโรคทางจิตเวช อาทิ โรคซึมเศร้า โรคบุคลิกภาพแปรปรวน หรือไม่ ซึ่งในการศึกษาครั้งนี้ไม่มีผู้ตอบแบบสอบถามที่ได้รับการคัดออกด้วยเกณฑ์นี้

สำหรับขนาดกลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยคำนึงถึงข้อตกลงเบื้องต้นของการวิเคราะห์ถดถอยแบบพหุคูณ (Multiple Regression) ที่กำหนดเกณฑ์ไว้ว่า 1 ตัวแปรต้น ควรมีการสุ่มตัวอย่างอย่างน้อย 20 คน (Hair et al., 2010) ในงานวิจัยนี้มีตัวแปรอิสระ 6 ตัว คือ เจตคติต่อเงิน (การหลีกเลี่ยงเงิน, การบูชาเงิน, ความระมัดระวังทางการเงิน, เงินคือสถานะ) ความตึงเครียดทางการเงิน และความหมายในชีวิต จึงควรใช้ตัวอย่างอย่างน้อย 120 คน อย่างไรก็ตาม ผู้วิจัยคำนึงถึงโอกาสที่จะได้ข้อมูลไม่สมบูรณ์ ทั้งจากการไม่ตอบกลับและจากการตอบที่ไม่สมบูรณ์ จึงใช้กลุ่มตัวอย่างอย่างน้อย 200 คน ในการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยเลือกใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจงตามเกณฑ์การคัดเลือก ด้วยวิธีการแบบรายสะดวก (Convenience Sampling) โดยเริ่มจากการประชาสัมพันธ์ในเพจเฟซบุ๊กให้ความรู้ทางการเงินต่าง ๆ ผ่านรูปภาพประชาสัมพันธ์ โครงการวิจัย พร้อมลิงค์เอกสารข้อมูลสำหรับผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย หนังสือแสดงความยินยอมเข้าร่วมงานวิจัย และแบบสอบถามออนไลน์

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูลในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ คือ แบบสอบถาม 1 ชุด ประกอบด้วย คำถาม 5 ส่วน ดังต่อไปนี้

**1. แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป** ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ จำนวนสมาชิกในครอบครัว บทบาทในครอบครัว ข้อมูลทางการเงิน (อาทิ รายได้, ประเภทของรายได้, รายจ่าย, จำนวนบุคคลที่ดูแล, ประเภทของรายจ่าย, จำนวนหนี้สิน, ปัญหาด้านการชำระหนี้, ความกังวลต่อปัญหา, อัตราการออม) ข้อมูลด้านสุขภาพจิต (อาทิ ท่านเป็นผู้ที่อยู่ในระยะการบำบัดรักษาโรคทางจิตเวชหรือไม่)

**2. มาตรการเจตคติต่อเงิน** ที่ผู้วิจัยแปลมาจาก the Klontz Money Script Inventory-Revised (KMSI-R) ของ Klontz และคณะ (2011) ที่ประกอบด้วยคำถาม จำนวน 32 ข้อ โดยเจตคติต่อเงิน 4 แบบได้แก่

- 1) การหลีกเลี่ยงเงิน (Money Avoidance) จำนวน 9 ข้อ ได้แก่ 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9
- 2) การบูชาเงิน (Money Worship) จำนวน 7 ข้อ ได้แก่ 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16

3) เงินคือสถานะ (Money Status) จำนวน 8 ข้อ ได้แก่ 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32

4) ความระมัดระวังทางการเงิน (Money Vigilance) จำนวน 8 ข้อ ได้แก่ 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24

ในการประเมิน เจตคติต่อเงิน จะใช้การตอบคำถามในรูปแบบมาตรประมาณค่า (Rating scale) 6 ระดับ ตั้งแต่ 1-6 คะแนน (1 หมายถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง, 2 หมายถึง ไม่เห็นด้วย, 3 หมายถึง ไม่เห็นด้วยบางส่วน, 4 หมายถึง เห็นด้วยบางส่วน, 5 หมายถึง เห็นด้วย และ 6 หมายถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง) จากรายงานการวิจัยเพื่อพัฒนามาตรวัดเจตคติต่อเงินของการศึกษาก่อนหน้านี้ พบว่า KMBI มีความเที่ยงภายในที่อยู่ในระดับที่ยอมรับได้ ทั้ง 4 มิติ ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของมิติการหลีกเลี่ยงเงิน (Money Avoidance) อยู่ที่ .82 มิติการบูชาเงิน (Money Worship) อยู่ที่ .82 มิติเงินคือสถานะ (Money Status) อยู่ที่ .66 ความระมัดระวังทางการเงิน (Money Vigilance) อยู่ที่ .76

ผลการตรวจสอบค่าความตรงและความเที่ยงของมาตรวัดเจตคติต่อเงิน พบว่ามาตรวัดนี้มีค่าความสอดคล้องภายในในระดับที่ยอมรับได้ (ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาเท่ากับ .80) ผลการวิเคราะห์มาตรเจตคติต่อเงิน กับมาตรวัดเจตคติทางการเงิน (Money Attitude Scale : MAS; Yamauchi & Templer, 1982) ด้านการรักษาเงินกับอนาคตและเวลา พบค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ เท่ากับ .78 มาตรเจตคติต่อเงินกับมาตรวัดเจตคติทางการเงินด้านความล้มเหลวไม่ไว้วางใจในการใช้เงิน พบค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ เท่ากับ .73 และมาตรเจตคติต่อเงินกับมาตรวัดเจตคติทางการเงินด้านความวิตกกังวลในการใช้เงิน พบค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ เท่ากับ .69

### ขั้นตอนการแปล เรียบเรียง และตรวจสอบคุณภาพของมาตรวัดฉบับภาษาไทย

- 1) กำหนดนิยามเชิงปฏิบัติการ ผู้วิจัยศึกษาแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับเจตคติต่อเงิน
- 2) แปลและเรียบเรียงข้อคำถามของมาตรวัด the Klontz Money Script Inventory-Revised (KMSI-R) ของ Klontz และคณะ (2011) โดยอิงตามนิยามเชิงปฏิบัติการและบริบทของข้อคำถามเพื่อให้เข้ากับบริบทของคนทำงานที่มีหนี้สินในประเทศไทย
- 3) ตรวจสอบความเหมาะสมทางภาษาของมาตรวัดโดยนำข้อคำถามให้ผู้ทรงคุณวุฒิด้านจิตวิทยาและนักวางแผนการเงินรวม 3 ท่านเป็นผู้ตรวจสอบ โดยทุกข้อกระทงที่นำไปใช้มีค่า IOC ตั้งแต่ .60 ขึ้นไป
- 4) ดำเนินการทดลองใช้ (try out) กับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 121 คน จากนั้นนำผลวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น ๆ ในมาตรวัด

(Corrected item-total correlation) โดยแยกวิเคราะห์รายด้าน โดยการเทียบกับค่า  $r$  วิฤติของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson correlation coefficient) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ทั้งนี้ ข้อคำถามที่มีค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อกับคะแนนรวมข้ออื่น ๆ ในมาตรทั้งหมดต่ำกว่าค่า  $r$  วิฤติแต่ยังครอบคลุมเนื้อหาที่สำคัญขององค์ประกอบ ผู้วิจัยได้นำไปปรับปรุงภาษาในข้อคำถามนั้นเพื่อนำมาใช้ต่อไป

5) ผู้วิจัยคำนวณหาค่าความเที่ยง (Reliability) ของมาตรวัดโดยรวมทุกด้านด้วยวิธีสอดคล้องภายใน (Internal consistency) โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) พบว่า มาตรวัดนี้แต่ละเจตคติมีความเที่ยงแบบสอดคล้องภายในของเจตคติด้านต่าง ๆ อยู่ในเกณฑ์พอใช้ เจตคติทางการเงินด้านการหลีกเลี่ยงเงิน .82, เจตคติทางการเงินด้านการบูชาเงิน .87, เจตคติทางการเงินด้านเงินคือสถานะ .75, เจตคติทางการเงินด้านความระมัดระวังทางการเงิน .74 (รายละเอียดแสดงในภาคผนวก ค) ในกลุ่มตัวอย่างคนทำงานไทยสำหรับงานวิจัยนี้ พบความเที่ยงอยู่ที่ .72 .83 .69 .73 ตามลำดับ

**3. มาตรวัดความตึงเครียดทางการเงิน** ที่ผู้วิจัยแปลมาจาก Financial Strain Scale พัฒนาโดย Aldana และ Liljenquist (1998) ประกอบด้วยคำถาม จำนวน 18 ข้อ เกี่ยวกับความตึงเครียดทางการเงินจาก 5 มิติ ได้แก่

- 1) ความรู้ทางการเงิน (Financial literacy) จำนวน 3 ข้อ ได้แก่ 1, 2, 3
- 2) ผลกระทบของเงินต่อความสัมพันธ์ (Relationships) จำนวน 4 ข้อ ได้แก่ 4, 5, 6, 7
- 3) ผลกระทบของเงินต่อร่างกาย (Physical) จำนวน 4 ข้อ ได้แก่ 8, 9, 10, 11
- 4) พฤติกรรมการใช้บัตรเครดิต (Credit card use) จำนวน 3 ข้อ ได้แก่ 12, 13, 14
- 5) ความรับผิดชอบการเงินของตนเอง (Obligations) จำนวน 3 ข้อ ได้แก่ 15, 16, 17, 18

ซึ่งเป็นมาตรวัดที่ให้ผู้ตอบแบบสอบถาม อ่านข้อกระทงจำนวน 18 ข้อแล้วประเมินว่าให้ระบุความถี่ที่ข้อความต่อไปนี้เกิดขึ้นในช่วง 12 เดือนที่ผ่านมา จาก 18 ข้อกระทงนี้ ประกอบด้วยประกอบด้วยข้อคำถามทางบวก 14 ข้อ ได้แก่ 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 16, 17, 18, ข้อคำถามทางลบ 4 ข้อ คือ 1, 2, 3, 15 โดยใช้มาตรประมาณค่า (Rating scale) 5 ระดับ ตั้งแต่ 1-5 คะแนน (1 หมายถึง ไม่เคยเลย, 2 หมายถึง ไม่ค่อยเกิดขึ้น, 3 หมายถึง เกิดขึ้นในบางครั้ง, 4 หมายถึง เกิดขึ้นบ่อย และค่า 5 หมายถึง เกิดขึ้นบ่อยมาก) คะแนนรวมของมาตรวัด ทั้งฉบับอยู่ระหว่าง 18 ถึง 90 คะแนน โดยมีจุดตัดคะแนนอยู่ที่ 43 คะแนน กล่าวคือ บุคคลที่มีคะแนนตั้งแต่ 43 คะแนนขึ้นไปมีความตึงเครียดทางการเงินที่จำเป็นต้องพบนักจิตวิทยาหรือที่ปรึกษาทางการเงิน

มาตรวัดฉบับภาษาอังกฤษนี้มีค่าความเที่ยงในสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) รวมทั้งฉบับอยู่ที่ .80 และแยกองค์ประกอบแต่ละด้านได้แก่ ด้านความรู้ทางการเงิน (Financial literacy) 0.62 ด้านผลกระทบของการเงินต่อความสัมพันธ์ (relationships) 0.87 ด้านผลกระทบของการเงินต่อร่างกาย (Physical) 0.89 ด้านพฤติกรรมการใช้บัตรเครดิต (Credit card use) 0.82 ด้านความรับผิดชอบการเงินของตนเอง (Obligations) 0.87

วิเคราะห์หาอำนาจการจำแนกระหว่างกลุ่มสูง-กลุ่มต่ำของข้อกระทงรายข้อ โดยมีเกณฑ์พิจารณาคัดเลือกข้อกระทงแต่ละข้อจะต้องมีค่าเฉลี่ยรายข้อแตกต่างกันระหว่างกลุ่มสูง-กลุ่มต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001 ระหว่างกลุ่มที่เข้ารับการปรึกษาเนื่องจากหนี้สินและการเงิน และกลุ่มควบคุม ซึ่งใช้เกณฑ์จุดตัดคะแนนที่ 43 คะแนน

พร้อมทั้งวิเคราะห์ความตรงตามสภาพ (Concurrent Validity) กับมาตรวัดอัตราส่วนหนี้กับรายได้พบว่าในกลุ่มผู้ที่ต้องเข้ารับการปรึกษาเนื่องจากหนี้สินและการเงินมีค่าเฉลี่ยอัตราส่วนหนี้กับรายได้อยู่ที่ .60 และกลุ่มควบคุมมีอัตราส่วนหนี้กับรายได้อยู่ที่ .36 ซึ่งกลุ่มผู้ที่ต้องเข้ารับการปรึกษาเนื่องจากหนี้สินและการเงินมีคะแนนความตึงเครียดทางการเงินระดับสูงเช่นเดียวกับคะแนนอัตราส่วนหนี้กับรายได้ที่สูงเช่นเดียวกัน

### ขั้นตอนการแปล เรียบเรียง และตรวจสอบคุณภาพของมาตรวัดฉบับภาษาไทย

1) กำหนดนิยามเชิงปฏิบัติการ ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความตึงเครียดทางการเงิน

2) แปลและเรียบเรียงข้อคำถามของมาตรวัด Financial Strain Scale พัฒนาโดย Aldana และ Liljenquist (1998) อิงตามนิยามเชิงปฏิบัติการและบริบทของข้อคำถามเพื่อให้เข้ากับบริบทของคนที่ทำงานที่มีหนี้สินในประเทศไทย

3) ตรวจสอบความเหมาะสมทางภาษาของมาตรวัดโดยนำข้อคำถามให้อาจารย์ที่ปรึกษาและผู้ทรงคุณวุฒิด้านจิตวิทยา 3 ท่านเป็นผู้ตรวจสอบ โดยทุกข้อกระทงที่นำไปใช้มีค่า IOC ตั้งแต่ .60 ขึ้นไป

4) ดำเนินการทดลองใช้ (try out) กับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 121 คน จากนั้นนำผลวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น ๆ ในมาตรวัด (Corrected item-total correlation) โดยแยกวิเคราะห์รายด้าน โดยการเทียบกับค่า  $r$  วิฤติของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson correlation coefficient) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ทั้งนี้ ข้อคำถามที่มีค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อกับคะแนนรวมข้ออื่น ๆ ในมาตรทั้งหมดต่ำกว่าค่า  $r$

วิกฤติแต่ยังครอบคลุมเนื้อหาที่สำคัญขององค์ประกอบ ผู้วิจัยได้นำไปปรับปรุงภาษาในข้อคำถามนั้น เพื่อนำมาใช้ต่อไป

5) ผู้วิจัยคำนวณหาค่าความเที่ยง (Reliability) ของมาตรวัดโดยรวมทุกด้านด้วยวิธี สอดคล้องภายใน (Internal consistency) โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) พบว่า มาตรวัดนี้แต่ละเจตคติมีความเที่ยงแบบสอดคล้องภายในทั้งมาตรอยู่ใน เกณฑ์ดีมาก .90 (ดังที่แสดงในภาคผนวก ค) ในกลุ่มตัวอย่างคนทำงานไทยสำหรับงานวิจัยนี้ พบ ความเที่ยงอยู่ที่ .90

**4. มาตรวัดความหมายในชีวิต** มาตรวัดความมุ่งหวังในชีวิต (Purpose in Life: PIL) ที่ พัฒนาโดย Crumbaugh และ Maholick (1964) ฉบับภาษาไทยที่แปลและเรียบเรียง โดย อรัญญา ต้อยคำภีร์ (2554) เพื่อใช้ประเมินความหมายในชีวิต ตามแนวทฤษฎีจิตบำบัดแนวความหมายในชีวิต ในการประเมินการรับรู้เป้าหมายและความหมายในชีวิต มีจำนวนข้อกระทงทั้งหมด 20 ข้อ เป็น มาตรวัดที่ให้ผู้ตอบรายงานตนเอง โดยใช้มาตรประมาณค่า (Rating scale) 7 ระดับ ตั้งแต่ 1-7 คะแนน (1 หมายถึง ไม่เห็นด้วยมากที่สุด, 2 หมายถึง ไม่เห็นด้วยมาก, 3 หมายถึง ไม่เห็นด้วย, 4 หมายถึง ไม่แน่ใจ, 5 หมายถึง เห็นด้วย, 6 หมายถึง เห็นด้วยมาก และ 7 หมายถึง เห็นด้วยมากที่สุด) คะแนนรวมของมาตรวัด ทั้งฉบับอยู่ระหว่าง 20 ถึง 140 คะแนน คะแนนที่ยิ่งมากหมายถึงบุคคลมีความหมายในชีวิตสูง ในการทดลองใช้ (Try out) ในกลุ่มตัวอย่างคนทำงานไทยในงานวิจัยครั้งนี้มีค่า ความเที่ยงในสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) เท่ากับ .83

**5. มาตรวัดภาวะซึมเศร้า** ที่ผู้วิจัยนำมาจากมาตรวัด DASS-42 (Depression, Anxiety, and Stress Scale) พัฒนาโดย Lovibond และ Lovibond (1995) และเผยแพร่เป็นภาษาไทยโดย School of Psychology UNSW Sydney NSW (2008) จำนวน 14 ข้อ ในการวัดภาวะซึมเศร้า โดย ผู้ตอบเลือกตอบ โดยใช้มาตรประมาณค่า (Rating scale) 5 ระดับ ตั้งแต่ 0 – 4 คะแนน (0 หมายถึง ไม่เคยเลย, 1 หมายถึง เกือบไม่เคย, 2 หมายถึง บางครั้ง, 3 หมายถึง ค่อนข้างบ่อย และ 4 หมายถึง บ่อยมาก) ในการทดลองใช้ (Try out) ในกลุ่มตัวอย่างคนทำงานไทยสำหรับงานวิจัยนี้ มีค่าความเที่ยง ในสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) เท่ากับ .93

## การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการวิจัยในครั้งนี้มีการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

1. ผู้วิจัยยื่นเสนอโครงการวิจัยต่อคณะกรรมการการพิจารณาจริยธรรมในคน กลุ่มสหสถาบันชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โดยได้รับการอนุมัติจากคณะกรรมการจริยธรรม เมื่อวันที่ 28 กันยายน 2563 (เลขที่ COA 221/2563 รายละเอียดตั้งในภาคผนวก ก)

2. เมื่อโครงการวิจัยได้รับการพิจารณาจากคณะกรรมการจริยธรรมในการวิจัยในคนเรียบร้อยแล้ว ผู้วิจัยดำเนินการขอความอนุเคราะห์ในการเก็บข้อมูลวิจัยจากฝ่ายบริหาร ทรัพยากรมนุษย์บริษัทเอกชนต่าง ๆ และที่ปรึกษาทางการเงิน (CFP) ที่มีช่องทางเผยแพร่ความรู้ออนไลน์ และกระจายแบบสอบถามออนไลน์ให้กับบุคคลวัยทำงานที่มีหนี้สินในปัจจุบัน โดยไม่จำกัดจำนวนหนี้สิน หรือประเภทหนี้สิน

3. เมื่อมีผู้สนใจเข้าร่วมการวิจัยกดเข้าสู่ลิงค์แบบสอบถาม ผู้วิจัยจะได้ให้ผู้เข้าร่วมการวิจัยตอบแบบสอบถาม เกี่ยวกับเจตคติทางการเงิน ความตึงเครียดทางการเงิน ความหมายในชีวิต และภาวะซึมเศร้า จำนวน 1 ครั้ง ทั้งหมด 124 ข้อ โดยใช้เวลาทำประมาณ 30 - 45 นาที โดยไม่มีการระบุชื่อของผู้เข้าร่วมการตอบดังกล่าว โดยการตอบแบบสอบถามนี้จะเป็นการตอบแบบออนไลน์ เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างสามารถกระจายตัวได้ทั่วประเทศ และในการพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่างในการตอบแบบสอบถามออนไลน์ มีเพียงผู้วิจัยเท่านั้นที่สามารถเข้าถึงข้อมูลผลการตอบแบบสอบถามได้เท่านั้น ไม่มีการนำเสนอข้อมูลในรูปแบบรายบุคคล หรือระบุตัวตนของผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย และข้อมูลจากการตอบแบบสอบถามจะถูกกำจัดทั้งหมดเมื่อจบการวิจัย

4. ในกรณีที่ผู้ตอบแบบสอบถาม เกิดความรู้สึกไม่สบายใจในการตอบแบบสอบถาม คำชี้แจงจะระบุชัดเจนว่าผู้ตอบแบบสอบถามสามารถยุติการทำแบบสอบถามออนไลน์ได้ทันที หรือผู้ตอบแบบสอบถามสามารถแจ้งความไม่สบายใจนั้นแก่ผู้วิจัยผ่านทางอีเมลที่ให้ไว้เพื่อให้ผู้วิจัยติดต่อกลับไปเพื่อพูดคุยหรือให้ความช่วยเหลือในเบื้องต้น ผู้วิจัยสามารถประสานให้ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีความไม่สบายใจระดับที่มากเกินปกติ ได้รับการช่วยเหลือในขั้นต่อไปจากนักวิชาชีพต่อไป

5. ผู้ตอบสามารถกรอกอีเมลของตนเพื่อรับทราบผลการศึกษาคั้งนี้ได้ เพื่อเป็นการเผยแพร่ข้อมูลความรู้จากงานวิจัยกลับสู่ผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยที่ให้ความร่วมมือในการทำงานวิจัยครั้งนี้

6. ผู้วิจัยตรวจสอบการตอบแบบสอบถามของผู้ที่เข้าร่วมโครงการ เพื่อนำผลคำตอบจากแบบสอบถามและการตอบแบบสอบถามออนไลน์ที่ตอบครบถ้วนสมบูรณ์นำไปใช้วิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

### การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้โปรแกรม SPSS ในการคำนวณและวิเคราะห์ค่าสถิติต่าง ๆ ดังนี้

1. สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ การแจกแจงความถี่ (Frequency), ค่าร้อยละ (Percentage), ค่าเฉลี่ยเลขคณิต (Mean), ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation)
2. สถิติเพื่อทดสอบสมมติฐาน การวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's product moment correlation coefficient) และการวิเคราะห์ถดถอยเชิงพหุ (Multiple regression analysis)

### การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยจะพิทักษ์สิทธิผู้เข้าร่วมการวิจัยด้วยการนำข้อมูลจากแบบสอบถามมาวิเคราะห์รายงาน และนำเสนอข้อมูลเป็นภาพรวมเท่านั้น ในรายงานจะไม่มีข้อมูลที่น่าไปสู่การระบุตัวตนของผู้เข้าร่วมการวิจัยได้ จึงส่งผลกระทบโดยตรงต่อผู้เข้าร่วมวิจัยน้อยเมื่องานวิจัยออกเผยแพร่ นอกจากนี้ การเข้าร่วมในการวิจัยของผู้เข้าร่วมการวิจัยเป็นไปโดยสมัครใจ และสามารถปฏิเสธที่จะเข้าร่วมหรือถอนตัวจากการวิจัยได้ทุกขณะ โดยการปฏิเสธที่จะเข้าร่วมหรือถอนตัว ผู้เข้าร่วมการวิจัยสามารถทำได้โดยไม่ต้องให้เหตุผล และไม่สูญเสียประโยชน์ที่พึงได้รับใด ๆ ซึ่งประโยชน์ของผู้เข้าร่วมงานวิจัยนี้เป็นประโยชน์ทางอ้อมในเชิงการพัฒนาองค์ความรู้เพื่อพัฒนาแนวทางในการส่งเสริมสุขภาพจิต และเยียวยาผู้ที่ได้รับผลกระทบจากภาวะหนี้สินทั้งในระดับบุคคล ครอบครัว และสังคมประเทศชาติ

การวิจัยนี้มีความเสี่ยงในงานวิจัยอยู่ในระดับต่ำ เนื่องจากผู้ตอบแบบสอบถามไม่ได้เป็นผู้ที่อยู่ในกลุ่มที่ต้องเฝ้าระวัง อีกทั้งผู้วิจัยได้ระบุชัดเจนในแบบสอบถามถึงกรณีที่ผู้เข้าร่วมการวิจัยเกิดความรู้สึกไม่สบายใจหรือสะท้อนใจ เนื่องจากการตอบแบบสอบถาม เพราะเป็นการถามถึงข้อมูลและเรื่องราวส่วนตัว ตลอดจนเกี่ยวข้องกับปัญหาด้านจิตใจ สามารถแจ้งให้ผู้วิจัยรับทราบผ่านทางอีเมลของผู้วิจัยที่ให้ไว้ในแบบสอบถาม เมื่อผู้วิจัยได้รับการแจ้งถึงความไม่สบายใจดังกล่าว เบื้องต้นผู้วิจัยจะให้แหล่งบริการพูดคุยปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบออนไลน์ สำหรับเป็นข้อมูลทางเลือกในการพูดคุยปรึกษา กรณีที่ผู้มาปรึกษามีความไม่สบายใจและอยากพบพูดคุยเพื่อการแก้ไขปัญหาด้านจิตใจต่อไป



## บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้คัดกรองแบบสอบถามที่มีการตอบสมบูรณ์จำนวน 201 ชุด จากทั้งหมด 224 ชุด โดยมี 6 ชุด เป็นผู้ที่ไม่มีหนี้สินซึ่งไม่ตรงกับเกณฑ์คัดเข้า และมี 17 ชุดที่ไม่สมบูรณ์ เนื่องจากมีการตอบข้อมูลเบื้องต้นที่ไม่ครบถ้วน หรือตอบค่าคะแนนตรงกลางค่าเดียวทั้งฉบับ ผลการวิจัยแบ่งออกเป็น 3 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 ข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่าง

ส่วนที่ 2 ข้อมูลพื้นฐานทางสถิติของตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

ส่วนที่ 3 ผลการทดสอบสมมติฐานการวิจัย

### ส่วนที่ 1 ข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบวัด จำนวน 201 คน จากการคัดเลือกแบบสุ่มและเข้าถึงกลุ่มตัวอย่างผ่านการตอบแบบสอบถามออนไลน์ ติดต่อกันสองครั้ง และการแนะนำต่อกันในกลุ่มสังคมออนไลน์เกี่ยวกับการเงิน โดยกลุ่มตัวอย่างมีอายุเฉลี่ย  $30.74 \pm 4.8$  ปี ช่วงอายุ 20-40 เป็นเพศหญิง ร้อยละ 75.1 เพศชายร้อยละ 24.9 มีจำนวนของผู้เป็นโสดและมีคู่ครองในจำนวนที่ใกล้เคียงกัน มีการศึกษาสูงเห็นได้จากระดับการจบการศึกษาในระดับปริญญาตรีเป็นจำนวนร้อยละ 67.7 ส่วนใหญ่เป็นบุคคลที่ทำงานประจำและมีรายได้สูง อีกทั้งมีรายได้เพียงพอกับค่าใช้จ่ายร้อยละ 44.8 โดยถือว่าเป็นกลุ่มคนมีหนี้สินที่มีสถานะทางเศรษฐกิจและสังคมที่ดี สังเกตได้จากการเป็นหนี้สินนอกระบบในจำนวนที่ต่ำมาก รายละเอียดดังตารางที่ 2

### ตารางที่ 2

ข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่าง ( $N = 201$ )

รายการ	จำนวน	ร้อยละ
1.เพศ		
ชาย	50	24.9
หญิง	151	75.1

รายการ	จำนวน	ร้อยละ
2.อายุ		
20-25	24	12
26-30	92	45.5
31-35	44	22
36-40	41	20.5
อายุเฉลี่ย 30.74±4.8 ปี อายุต่ำสุด 20 ปี สูงสุด 40 ปี		
3. สถานภาพสมรส		
โสด	86	42.8
มีคู่รัก	67	33.3
แต่งงาน	48	23.9
4. การศึกษา		
ประถมศึกษา	2	1.0
มัธยมศึกษา	10	5.0
ปวช. ปวส.	7	3.5
ปริญญาตรี	136	67.7
ปริญญาโท	42	20.9
ปริญญาเอก	4	2.0
5. รูปแบบรายได้		
รายได้จากงานประจำ	163	81.1
รายได้จากงานรายวัน	16	8.0
รายได้จากงานพาร์ทไทม์	14	7.0
รายได้จากงานฟรีแลนซ์	34	16.9
รายได้จากธุรกิจส่วนตัว	32	15.9
5. รายได้ต่อเดือน		
ต่ำกว่า 15000	15	7.46
15001-20000	18	8.96
20001-30000	29	14.43
30001-40000	14	6.97
40001-50000	15	7.46

รายการ	จำนวน	ร้อยละ
50001-100000	19	9.45
100001 ขึ้นไป	91	45.27
รายได้ต่อเดือน เฉลี่ย 23,0047±327,232.09 บาท รายได้ต่ำสุด 8000 บาท สูงสุด 2,400,000 บาท		
6. หนี้สินต่อเดือน		
0- 5000	32	15.9
5001-10000	45	22.4
10001-20000	52	25.9
20001-30000	35	17.4
30001 ขึ้นไป	27	13.4
ไม่ตอบ	10	5
หนี้สินต่อเดือน เฉลี่ย 26,767.54±52,660.07 บาท หนี้สินต่ำสุด 1,000 บาท สูงสุด 50,000 บาท		
7. ความเพียงพอของรายได้ต่อค่าใช้จ่าย		
เพียงพอ	90	44.8
ไม่เพียงพอ	111	55.2
8. ประเภทหนี้สิน		
หนี้ผ่อนบ้าน	87	43.3
หนี้ผ่อนรถ	68	33.8
หนี้บัตรเครดิต	144	71.6
หนี้ค่ารักษาพยาบาล	36	17.9
หนี้สินเชื่อ	48	23.9
หนี้บัตรเครดิตเงินสด	28	13.9
หนี้ธุรกิจ	14	6.5
หนี้คนรู้จัก/ญาติ	47	19.9
หนี้นอกระบบ	4	2
หนี้การศึกษา	17	8.5

## ส่วนที่ 2 ข้อมูลพื้นฐานทางสถิติของตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

ในการศึกษาครั้งนี้ เมื่อทำการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานทางสถิติของตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย ซึ่งประกอบด้วยค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าต่ำสุดและค่าสูงสุด ของเจตคติต่อเงิน ความตึงเครียดทางการเงิน ความหมายในชีวิต และภาวะซึมเศร้า โดยมีรายละเอียดของข้อมูลดังนี้

ตัวแปรเจตคติต่อเงิน มีข้อกระทงที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด 3 อันดับ ได้แก่ (1) “สิ่งต่าง ๆ จะดีขึ้น ถ้าฉันมีเงินมากขึ้น” ในเจตคติต่อเงินแบบบุชาเงิน ค่าเฉลี่ย 4.99 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.04 (2) “หากฉันเป็นหนี้ฉันจะหาทางใช้หนี้ในเร็วที่สุด” ในเจตคติต่อเงินแบบระมัดระวังทางการเงินค่าเฉลี่ย 4.84 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.11 (3) “เงินที่มากขึ้นจะทำให้ฉันมีความสุขขึ้น” ในเจตคติต่อเงินแบบบุชาเงิน ค่าเฉลี่ย 4.69 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.09 โดยค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานรายด้านของเจตคติต่อเงิน 4 แบบ มีผลการวิเคราะห์ดังนี้ เจตคติด้านการบุชาเงิน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 35.02 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 7.28 เจตคติด้านความระมัดระวังทางการเงิน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 32.98 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 5.02 เจตคติด้านเงินคือสถานะ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 12.29 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 4.54 เจตคติด้านการหลีกเลี่ยงเงิน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 9.37 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.81 สะท้อนถึงข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่างที่ให้ความสำคัญกับเงิน มองว่าเงินจะช่วยให้มีความสุขมากขึ้น ไม่ชอบที่จะมีหนี้ มีค่าเฉลี่ยในมิติการบุชาเงิน และระมัดระวังทางการเงิน

นอกจากนี้กลุ่มตัวอย่างนี้ยังมีคะแนนความตึงเครียดทางการเงินในระดับปานกลาง โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 65.33 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 18.05 และมีค่าเฉลี่ยของตัวแปรความหมายในชีวิตเท่ากับ 96.54 น้อยกว่า ค่าเฉลี่ยของตัวแปรความหมายในชีวิตในกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาไทย โดย อรัญญา ตัญคำภีร์ (2554) ที่มีค่าเฉลี่ยของตัวแปรอยู่ที่  $102.8 \pm 16.3$  ส่วนในกลุ่มตัวอย่างเยาวชนชายที่ติดแอมเฟตามีน พบว่าค่าเฉลี่ยเท่ากับ  $92.07 \pm 20.14$  สอดคล้องกับตัวแปรความซึมเศร้า มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 11.84 ซึ่งอยู่ในเกณฑ์ระดับเล็กน้อย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 9.35 ดังที่แสดงในตารางที่ 3

### ตารางที่ 3

ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าต่ำสุด-สูงสุด และค่าคะแนนที่เป็นไปได้ของตัวแปรในการวิจัย

ตัวแปร	M	SD	ค่าต่ำสุด- สูงสุด	ค่าคะแนน ที่เป็นไปได้
1. เจตคติทางการเงิน 4 ด้าน				
1.1 การหลีกเลี่ยงเงิน	9.37	3.81	6-29	6-36
1.2 การบูชาเงิน	35.02	7.28	8-48	8-48
1.3 เงินคือสถานะ	12.29	4.54	6-26	6-36
1.4 ความระมัดระวังทางการเงิน	32.98	5.02	14-47	8-48
2. ความตึงเครียดทางการเงิน	65.33	18.05	28-120	28-140
3. ความหมายในชีวิต	96.54	17.46	40-126	20-140
4. ภาวะซึมเศร้า	11.84	9.35	0-42	0-42

### ส่วนที่ 3 ผลการทดสอบสมมติฐานการวิจัย

งานวิจัยนี้มีสมมติฐาน 4 ข้อ ได้แก่ สมมติฐานข้อที่ 1 เจตคติต่อเงินมีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้า สมมติฐานข้อที่ 2 ความตึงเครียดทางการเงินมีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้า สมมติฐานข้อที่ 3 ความหมายในชีวิตมีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้า สมมติฐานข้อที่ 4 เจตคติต่อเงิน ความตึงเครียดทางการเงิน ความหมายในชีวิตร่วมกันทำนายภาวะซึมเศร้าได้

ในการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1 สมมติฐานข้อที่ 2 และสมมติฐานข้อที่ 3 ทางผู้วิจัยได้ดำเนินการทดสอบสมมติฐานโดยใช้สถิติค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน โดยแสดงผลการวิจัยดังนี้

การทดสอบสมมติฐานที่ 1 เจตคติต่อเงินมีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้า โดยสมมติฐานนี้แบ่งออกเป็น 4 ข้อย่อยตามการศึกษาก่อนหน้านี้ของ Klontz และ Klontz (2009) และ Sahadeo (2018) กล่าวคือ

ข้อ 1.1 เจตคติต่อเงินแบบหลีกเลี่ยงเงิน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้า

ข้อ 1.2 เจตคติต่อเงินแบบบูชาเงิน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้า

ข้อ 1.3 เจตคติต่อเงินแบบเงินคือสถานะ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้า

ข้อ 1.4 เจตคติต่อเงินแบบระมัดระวังทางการเงิน มีความสัมพันธ์ทางลบกับภาวะซึมเศร้า

#### ผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐานเพียงบางส่วน

ผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐานข้อ 1.1 ถึง 1.3 กล่าวคือ เจตคติต่อเงินแบบการหลีกเลี่ยงเงิน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .285, p < .01$ ) เจตคติต่อเงินแบบการบูชาเงินมีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .303, p < .01$ ) และเจตคติต่อเงินแบบเงินคือสถานะมีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .178, p < .05$ ) อย่างไรก็ตาม ผลการวิจัยครั้งนี้ไม่สนับสนุนส่วนสมมติฐานข้อ 1.4 กล่าวคือ เจตคติต่อเงินในรูปแบบสุดท้าย คือ เจตคติต่อเงินแบบระมัดระวังทางการเงินไม่มีความสัมพันธ์กับความซึมเศร้า ( $r = -.059, ns$ )

#### ส่วนการทดสอบสมมติฐานที่ 2 ความตึงเครียดทางการเงินมีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้า

ผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐาน กล่าวคือความตึงเครียดทางการเงินมีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .460, p < .01$ )

#### การทดสอบสมมติฐานข้อ 3 ความหมายในชีวิตมีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้า

ผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐาน กล่าวคือ กล่าวคือความหมายในชีวิตมีความสัมพันธ์ทางลบกับภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .804, p < .01$ )

ตั้งข้อมูลในตารางที่ 4

#### ตารางที่ 4

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันระหว่างตัวแปรที่ศึกษาในการวิจัยครั้งนี้

ตัวแปร	1.1	1.2	1.3	1.4	2	3	4
1. เจตคติต่อเงิน 4 แบบ							
1.1 หลีกเลี้ยงเงิน	1						
1.2 บูชาเงิน	-.031	1					
1.3 เงินคือสถานะ	.459**	.338**	1				
1.4 ระมัดระวังทางการเงิน	-.023	.023	.048	1			
2. ความตึงเครียดทางการเงิน	.339**	.215**	.293**	-.054	1		
3. ความหมายในชีวิต	-	-.317**	-	.140*	-.384**	1	
4. ความซิมเศร้า	.285**	.303**	.178*	-.059	.460**	-.804**	1
<b>ค่าความเที่ยง</b>	.72	.83	.69	.73	.90	.83	.93

ในการวิเคราะห์ผลของสมมติฐานที่ 4 ใช้การวิเคราะห์ถดถอยแบบพหุคูณ ซึ่งเริ่มต้นการวิเคราะห์โดยการทดสอบภาวะร่วมเส้นตรง (Collinearity) ตามข้อตกลงเบื้องต้นก่อนการวิเคราะห์ถดถอยแบบพหุคูณ โดยทำการทดสอบภาวะร่วมเส้นตรง (Collinearity) ด้วยค่าความคลาดเคลื่อนยินยอม (Tolerance) และปัจจัยความแปรปรวนเพื่อ (VIF: Variance inflation factor) โดยนำข้อมูลที่ได้พิจารณาตามเกณฑ์ของ Hair และคณะ (2010) ที่ว่า ค่าความคลาดเคลื่อนยินยอมต้องมีค่ามากกว่า .10 และค่าปัจจัยความแปรปรวนเพื่อต้องมีค่าที่ไม่ควรเข้าใกล้หรือเกิน 10 ผลการวิเคราะห์พบว่า ตัวแปรต้นทั้ง 6 ตัวมีค่าความคลาดเคลื่อนยินยอมผ่านเกณฑ์ทั้งหมด อีกทั้งปัจจัยความแปรปรวนเพื่อก็ผ่านเกณฑ์ทั้งหมดเช่นกัน จึงสามารถสรุปได้ว่าตัวแปรต้นทั้ง 2 ตัวไม่มีภาวะร่วมเส้นตรง และสามารถทำการวิเคราะห์ถดถอยแบบพหุคูณได้ ดังแสดงในตารางที่ 5

### ตารางที่ 5

ค่าภาวะร่วมเส้นตรงในการทำนายภาวะซึมเศร้า

ตัวแปร	ภาวะร่วมเส้นตรง	
	Tolerance	VIF
1. เจตคติต่อเงิน4 แบบ		
1.1 การหลีกเลี่ยงเงิน	.662	1.509
1.2 การบูชาเงิน	.740	1.350
1.3 เงินคือสถานะ	.655	1.527
1.4 ความระมัดระวังทางการเงิน	.973	1.028
2. ความตึงเครียดทางการเงิน	.771	1.298
3. ความหมายในชีวิต	.746	1.340

ในลำดับถัดมาผู้วิจัยจึงวิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์ถดถอยแบบพหุคูณตามสมมติฐานที่ 3 ซึ่งมีตัวแปรต้น ได้แก่ เจตคติต่อเงินทั้ง 4 รูปแบบ (หลีกเลี่ยงเงิน, บูชาเงิน, เงินคือสถานะ, ความระมัดระวังทางการเงิน) ความตึงเครียดทางการเงิน และความหมายในชีวิต ด้วยวิธีใส่ตัวแปรต้นเข้าสมการทุกตัวพร้อมกัน (Enter) เพื่อดูผลของการร่วมกันทำนายตัวแปรตาม คือ ภาวะซึมเศร้า ดังที่แสดงในตารางที่ 6

### ตารางที่ 6

การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณของตัวแปรที่ทำนายภาวะซึมเศร้า

ตัวแปร	B	SEB	$\beta$	F	R	R <sup>2</sup>
ค่าคงที่	37.507	4.696		68.386	.825**	.680**
1. เจตคติต่อเงิน4 แบบ						
1.1 การหลีกเลี่ยงเงิน	.161	.122	.066			
1.2 การบูชาเงิน	.078	.061	.061			



ตัวแปร	B	SEB	$\beta$	F	R	R <sup>2</sup>
1.3 เงินคือสถานะ	-.141	.103	-.069			
1.4 ความระมัดระวังทางการเงิน	.105	.077	.057			
2. ความตึงเครียดทางการเงิน	.087	.024	.169**			
3. ความหมายในชีวิต	-.387	.025	-.723**			

\*\* $p < .01$

ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 4 เจตคติต่อเงิน 4 แบบ ความตึงเครียดทางการเงิน และความหมายในชีวิตร่วมกันทำนายภาวะซึมเศร้าได้

#### ผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐาน

ผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐาน กล่าวคือ เจตคติต่อเงิน 4 แบบ ความตึงเครียดทางการเงิน ความหมายในชีวิตร่วมกันทำนายภาวะซึมเศร้าได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยตัวแปรทั้งหมดสามารถทำนายระดับความซึมเศร้า ร้อยละ 68 ( $p < .01$ )

เมื่อพิจารณาอิทธิพลรายตัวแปรเมื่อใส่ตัวแปรต้นเข้าสมการทุกตัวพร้อมกัน (Enter) พบว่า ความหมายในชีวิตมีอิทธิพลในการทำนายความซึมเศร้าทางลบ ( $\beta = -.723, p < .01$ ) ได้สูงสุด ตามมาด้วยความตึงเครียดทางการเงินมีน้ำหนักในการทำนายความซึมเศร้าทางบวก ( $\beta = .169, p < .01$ ) ผลการวิจัยครั้งนี้เจตคติต่อเงินทั้ง 4 แบบ ไม่ได้มีอิทธิพลในการทำนายความซึมเศร้าได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ผลการทดสอบสมมติฐานวิจัยครั้งนี้สรุปได้ว่ากลุ่มคนทำงานวัยผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีหนี้สิน หากเป็นบุคคลมีความหมายในชีวิตสูง ก็มีแนวโน้มที่จะเกิดภาวะซึมเศร้าต่ำ หากมีความตึงเครียดทางการเงินสูงก็มีแนวโน้มที่จะเกิดภาวะซึมเศร้าสูงเช่นกัน จากผลการวิเคราะห์ข้อมูล สามารถนำมาเขียนเป็นสมการทำนายแบบมาตรฐานของภาวะซึมเศร้าในคนทำงานวัยผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีหนี้สิน ได้ดังต่อไปนี้

### สมการทำนาย

ภาวะซึมเศร้า (ของคนทำงานที่มีหนี้สิน) =  $37.507 + 0.161$  เจตคติด้านการหลีกเลี่ยงเงิน +  $0.078$  เจตคติด้านการบูชาเงิน -  $0.141$  เจตคติด้านเงินคือสถานะ +  $0.105$  เจตคติด้านความระมัดระวังทางการเงิน +  $0.087^{**}$  ความตึงเครียดทางการเงิน -  $0.387^{**}$  ความหมายในชีวิต

หมายเหตุ  $^{**}p < .01$

จากสมการทำนายข้างต้น สามารถแปลความหมายได้ ดังนี้

1. หากคะแนนของเจตคติด้านการหลีกเลี่ยงเงินเพิ่มขึ้น 1 หน่วย จะทำให้คะแนนของภาวะซึมเศร้าเพิ่มขึ้น .161 หน่วย เมื่อควบคุมตัวแปรอื่นในสมการให้คงที่
2. หากคะแนนของเจตคติด้านการบูชาเงินเพิ่มขึ้น 1 หน่วย จะทำให้คะแนนของภาวะซึมเศร้าเพิ่มขึ้น .078 หน่วย เมื่อควบคุมตัวแปรอื่นในสมการให้คงที่
3. หากคะแนนของเจตคติด้านเงินคือสถานะเพิ่มขึ้น 1 หน่วย จะทำให้คะแนนของภาวะซึมเศร่าลดลง .141 หน่วย เมื่อควบคุมตัวแปรอื่นในสมการให้คงที่
4. หากคะแนนของเจตคติด้านความระมัดระวังทางการเงินเพิ่มขึ้น 1 หน่วย จะทำให้คะแนนของภาวะซึมเศร้าเพิ่มขึ้น .105 หน่วย เมื่อควบคุมตัวแปรอื่นในสมการให้คงที่
5. หากคะแนนของความตึงเครียดทางการเงินเพิ่มขึ้น 1 หน่วย จะทำให้คะแนนของภาวะซึมเศร้าเพิ่มขึ้น .087 หน่วย เมื่อควบคุมตัวแปรอื่นในสมการให้คงที่
6. หากคะแนนของความหมายในชีวิตเพิ่มขึ้น 1 หน่วย จะทำให้คะแนนของภาวะซึมเศร่าลดลง .387 หน่วย เมื่อควบคุมตัวแปรอื่นในสมการให้คงที่

สรุปจากสมการทำนาย คนทำงานวัยผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีหนี้สิน ที่มีเจตคติด้านการหลีกเลี่ยงเงินสูง มีเจตคติด้านการบูชาเงินสูง มีเจตคติด้านเงินคือสถานะต่ำ เจตคติด้านความระมัดระวังทางการเงินสูง มีความตึงเครียดทางการเงินสูง และมีความหมายในชีวิตต่ำ มีแนวโน้มที่จะเกิดภาวะซึมเศร้าในระดับสูง ในทางตรงกันข้าม คนทำงานวัยผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีหนี้สิน ที่มีเจตคติด้านการหลีกเลี่ยงเงินต่ำ มีเจตคติด้านการบูชาเงินต่ำ มีเจตคติด้านเงินคือสถานะสูง เจตคติด้านความระมัดระวังทางการเงินต่ำ มีความตึงเครียดทางการเงินต่ำ และมีความหมายในชีวิตสูง มีแนวโน้มที่จะเกิดภาวะซึมเศร้าในระดับต่ำ

#### ส่วนที่ 4 การวิเคราะห์เพิ่มเติม

เนื่องจากในช่วงเวลาของการเก็บข้อมูลวิจัย ได้มีสถานการณ์ไม่ปกติขึ้นในสังคมกล่าวคือ มีวิกฤตทางเศรษฐกิจและด้านสาธารณสุขจากการแพร่กระจายของโรคระบาดโควิด-19 ผู้วิจัยได้ตระหนักถึงผลกระทบที่อาจเกิดจากสถานการณ์ดังกล่าวต่อการศึกษาครั้งนี้ โดยทำการเก็บข้อมูลผลกระทบจากสถานการณ์แพร่ระบาดโรคโควิด-19 ของผู้ตอบแบบสอบถาม และได้ทำการวิเคราะห์ผลร่วมด้วยกับการศึกษาครั้งนี้

โดยกลุ่มตัวอย่างคนวัยทำงานที่มีหนี้สินในงานวิจัยนี้มีคะแนนค่าเฉลี่ยผลกระทบทางการเงินจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 อยู่ที่ 1.30 คะแนน มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานอยู่ที่ 1.08 มีค่าต่ำสุด-สูงสุด และค่าคะแนนที่เป็นไปได้ อยู่ที่ 0-3 ดังตารางที่ 7

#### ตารางที่ 7

ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าต่ำสุด-สูงสุด และค่าคะแนนที่เป็นไปได้ของตัวแปรในการวิเคราะห์เพิ่มเติม

ตัวแปร	M	SD	ค่าต่ำสุด- สูงสุด	ค่าคะแนน ที่เป็นไปได้
1. ผลกระทบทางการเงินจาก สถานการณ์โรคโควิด-19	1.30	1.08	0-3	0-3
2. เจตคติต่อเงิน4 แบบ				
2.1 การหลีกเลี่ยงเงิน	9.37	3.81	6-29	6-36
2.2 การบูชาเงิน	35.02	7.28	8-48	8-48
2.3 เงินคือสถานะ	12.29	4.54	6-26	6-36
2.4 ความระมัดระวังทางการเงิน	32.98	5.02	14-47	8-48
3. ความตึงเครียดทางการเงิน	65.33	18.05	28-120	28-140
4. ความหมายในชีวิต	96.54	17.46	40-126	20-140
5. ภาวะซึมเศร้า	11.84	9.35	0-42	0-42

ในการวิเคราะห์เพิ่มเติม ใช้การวิเคราะห์ถดถอยแบบพหุคูณ ซึ่งเริ่มต้นการวิเคราะห์โดยการทดสอบภาวะร่วมเส้นตรง (Collinearity) ตามข้อตกลงเบื้องต้นก่อนการวิเคราะห์ถดถอยแบบพหุคูณ โดยทำการทดสอบภาวะร่วมเส้นตรง (Collinearity) ด้วยค่าความคลาดเคลื่อนยินยอม (Tolerance) และปัจจัยความแปรปรวนเฟ้อ (VIF: Variance inflation factor) โดยนำข้อมูลที่ได้พิจารณาตามเกณฑ์ของ Hair และคณะ (2010) ที่ว่า ค่าความคลาดเคลื่อนยินยอมต้องมีค่ามากกว่า .10 และค่าปัจจัยความแปรปรวนเฟ้อต้องมีค่าที่ไม่ควรเข้าใกล้หรือเกิน 10 ผลการวิเคราะห์พบว่า ตัวแปรต้นทั้ง 7 ตัวมีค่าความคลาดเคลื่อนยินยอมผ่านเกณฑ์ทั้งหมด อีกทั้งปัจจัยความแปรปรวนเฟ้อก็ผ่านเกณฑ์ทั้งหมดเช่นกัน จึงสามารถสรุปได้ว่าตัวแปรต้นทั้ง 2 ตัวไม่มีภาวะร่วมเส้นตรง และสามารถทำการวิเคราะห์ถดถอยแบบพหุคูณได้ ดังแสดงในตารางที่ 8

### ตารางที่ 8

ค่าภาวะร่วมเส้นตรงในการทำนายภาวะซึมเศร้า

ตัวแปร	ภาวะร่วมเส้นตรง	
	Tolerance	VIF
1. ผลกระทบจากสถานการณ์แพร่ระบาดของโรคโควิด-19	.893	1.120
2. เจตคติต่อเงิน 4 แบบ		
2.1 การหลีกเลี่ยงเงิน	.669	1.496
2.2 การบูชาเงิน	.744	1.345
2.3 เงินคือสถานะ	.657	1.522
2.4 ความระมัดระวังทางการเงิน	.959	1.043
3. ความตึงเครียดทางการเงิน	.731	1.369
4. ความหมายในชีวิต	.730	1.370

นอกจากนี้ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างผลกระทบจากสถานการณ์แพร่ระบาดของโรคโควิด-19 และตัวแปรในการศึกษาครั้งนี้ ผลกระทบจากสถานการณ์แพร่ระบาดของโรคโควิด-19 มี

ความสัมพันธ์ทางบวกกับเจตคติทางการเงินด้านเงินคือสถานะ ( $r = .155, p < .05$ ) และผลกระทบจากสถานการณ์แพร่ระบาดของโรคโควิด-19 มีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติความตั้งใจเตรียมทางการเงิน ( $r = .233, p < .01$ ) ดังตารางที่ 9

### ตารางที่ 9

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันระหว่างตัวแปรที่ศึกษาในการวิจัยครั้งนี้

ตัวแปร	1	2.1	2.2	2.3	2.4	3	4	5
1. ผลกระทบจากสถานการณ์แพร่ระบาดของโรคโควิด-19	1							
2. เจตคติต่อเงิน 4 แบบ								
2.1 หลีกเลี้ยงเงิน	.133	1						
2.2 บูชาเงิน	.030	-.031	1					
2.3 เงินคือสถานะ	.155*	.459**	.338**	1				
2.4 ระมัดระวังทางการเงิน	.122	-.023	.023	.048	1			
3. ความตั้งใจเตรียมทางการเงิน	.233**	.339**	.215**	.293**	-.054	1		
4. ความหมายในชีวิต	.067	-.270**	-.317**	-.199**	.140*	-.384**	1	
5. ความซึมเศร้า	.128	.285**	.303**	.178*	-.059	.460**	-.804**	1
ค่าความเที่ยง	-	.72	.83	.69	.73	.90	.83	.93

ในลำดับถัดมาผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์ถดถอยแบบพหุคูณซึ่งมีตัวแปรต้น ได้แก่ ผลกระทบจากสถานการณ์แพร่ระบาดของโรคโควิด-19 เจตคติต่อเงินทั้ง 4 รูปแบบ (หลีกเลี้ยงเงิน, บูชาเงิน, เงินคือสถานะ, ความระมัดระวังทางการเงิน) ความตั้งใจเตรียมทางการเงิน และความหมายในชีวิต ด้วยวิธีใส่ตัวแปรต้นเข้าสมการทุกตัวพร้อมกัน (Enter) เพื่อดูผลของการร่วมกันทำนายตัวแปรตาม คือ ภาวะซึมเศร้า ดังที่แสดงในตารางที่ 10

## ตารางที่ 10

การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณของตัวแปรที่ทำนายภาวะซึมเศร้า

ตัวแปร	B	SEB	$\beta$	F	R	R <sup>2</sup>
ค่าคงที่	40.504	4.715		60.747	.833**	.695**
1. ผลกระทบจาก สถานการณ์แพร่ระบาด โรคโควิด-19	1.290	.383	.144**			
2. เจตคติต่อเงิน 4 แบบ						
2.1 การหลีกเลี่ยงเงิน	.134	.121	.055			
2.2 การบูชาเงิน	.063	.062	.048			
2.3 เงินคือสถานะ	-.160	.104	-.077			
2.4 ความระมัดระวังทาง การเงิน	.085	.076	.046			
3. ความตึงเครียดทาง การเงิน	.068	.024	.131**			
4. ความหมายในชีวิต	-.403	.025	-.753**			

\*\* $p < .01$ 

ผลการทดสอบเพิ่มเติมนี้สรุปได้ว่ากลุ่มคนทำงานวัยผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีหนี้สินหากเป็นบุคคลมีความหมายในชีวิตสูง มีแนวโน้มที่จะเกิดภาวะซึมเศร้าต่ำ หากได้รับผลกระทบทางการเงินจากสถานการณ์โรคระบาดโควิด-19 สูง หรือมีความตึงเครียดทางการเงินสูง มีแนวโน้มที่จะเกิดภาวะซึมเศร้าสูง โดยการวิเคราะห์ที่เพิ่มตัวแปรผลกระทบจากสถานการณ์แพร่ระบาดโรคโควิด-19 เข้ามาช่วยเพิ่มการทำนายภาวะซึมเศร้าจากเดิมได้มากขึ้น กล่าวคือผลกระทบจากสถานการณ์แพร่ระบาดโรคโควิด-19 เจตคติต่อเงินทั้ง 4 รูปแบบ (การหลีกเลี่ยงเงิน, การบูชาเงิน, ความระมัดระวังทางการเงิน, เงินคือสถานะ) ความตึงเครียดทางการเงิน ความหมายในชีวิต ร่วมกันทำนายภาวะซึมเศร้าในคนทำงานที่มีหนี้สินได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $R^2 = .695, p < .01$ )

## บทที่ 5

### สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

#### สรุปผลการวิจัย

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาความสัมพันธ์และอิทธิพลของเจตคติต่อเงินทั้ง 4 รูปแบบ (การหลีกเลี่ยงเงิน, การบูชาเงิน, ความระมัดระวังทางการเงิน, เงินคือสถานะ) ความตึงเครียดทางการเงิน ความหมายในชีวิต ที่มีต่อภาวะซึมเศร้า กลุ่มตัวอย่างคือ ในกลุ่มคนทำงานวัยผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีหนี้สิน จำนวน 201 คน อายุเฉลี่ย  $30.74 \pm 4.8$  ปี เป็นเพศหญิง ร้อยละ 75.1 มีการศึกษาสูง โดยจบการศึกษาในระดับปริญญาตรีเป็นจำนวนร้อยละ 67.7 ส่วนใหญ่เป็นบุคคลที่ทำงานประจำและมีรายได้สูง (ค่าเฉลี่ย  $230,047 \pm 327,232.09$  บาท รายได้ต่ำสุด 8,000 บาท สูงสุด 2,400,000) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป มาตรการเจตคติต่อเงิน มาตรการความตึงเครียดทางการเงิน มาตรการความหมายในชีวิต มาตรการภาวะซึมเศร้า วิเคราะห์ข้อมูลโดยค่าสถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน และการวิเคราะห์ถดถอยเชิงพหุ ผลการวิจัยพบว่าเจตคติต่อเงินทั้ง 4 รูปแบบ (การหลีกเลี่ยงเงิน, การบูชาเงิน, ความระมัดระวังทางการเงิน, เงินคือสถานะ) ความตึงเครียดทางการเงิน ความหมายในชีวิต ร่วมกันทำนายภาวะซึมเศร้าในคนทำงานที่มีหนี้สินได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $R^2 = .680, p < .01$ ) อีกทั้งเจตคติต่อเงิน 3 รูปแบบ ได้แก่ เจตคติต่อเงินด้านการหลีกเลี่ยงเงิน, การบูชาเงิน และเงินคือสถานะมีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .285, p < .01; r = .303, p < .01; r = .178, p < .05$ ) นอกจากนี้ ความตึงเครียดทางการเงินมีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .460, p < .01$ ) และความหมายในชีวิตมีความสัมพันธ์ทางลบกับภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = -.804, p < .01$ ) โดยการวิเคราะห์เพิ่มเติมพบว่าผลกระทบจากสถานการณ์แพร่ระบาดโรคโควิด-19 เจตคติต่อเงินทั้ง 4 รูปแบบ (การหลีกเลี่ยงเงิน, การบูชาเงิน, ความระมัดระวังทางการเงิน, เงินคือสถานะ) ความตึงเครียดทางการเงิน ความหมายในชีวิต ร่วมกันทำนายภาวะซึมเศร้าในคนทำงานที่มีหนี้สินได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $R^2 = .695, p < .01$ )

## การอภิปรายผล

ผลการวิจัยครั้งนี้สนับสนุนงานวิจัยก่อนหน้าที่ระบุถึงความสัมพันธ์ระหว่าง เจตคติต่อเงินทั้ง 4 รูปแบบ (การหลีกเลี่ยงเงิน, การบูชาเงิน, ความระมัดระวังทางการเงิน, เงินคือสถานะ) ความตึงเครียดทางการเงิน ความหมายในชีวิต ที่มีต่อภาวะซึมเศร้าให้ชัดเจนมากยิ่งขึ้น โดยอภิปรายผลการวิจัยตามสมมติฐานได้ดังต่อไปนี้

### สมมติฐานข้อที่ 1                      เจตคติต่อเงิน 4 รูปแบบมีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้า ผลการวิจัย                              สนับสนุนสมมติฐานบางส่วน

ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สัมพันธ์แบบเพียร์สัน พบว่าเจตคติต่อเงิน 3 รูปแบบ ได้แก่ เจตคติต่อเงินด้านการหลีกเลี่ยงเงิน, การบูชาเงินและเงินคือสถานะมีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ มีรายละเอียดแต่ละด้านดังนี้ เจตคติต่อเงินแบบการหลีกเลี่ยงเงินมีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .285, p < .01$ ) เจตคติต่อเงินแบบการบูชาเงินมีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .303, p < .01$ ) และเจตคติต่อเงินแบบเงินคือสถานะมีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .178, p < .05$ ) โดยทั้ง 3 ตัวแปรมีความสัมพันธ์กับความซึมเศร้าในระดับต่ำ (Cohen, 1977) โดยเจตคติต่อเงินในรูปแบบสุดท้าย คือ เจตคติต่อเงินแบบระมัดระวังทางการเงินไม่มีความสัมพันธ์กับความซึมเศร้า ( $r = -.059, ns$ )

ผลการวิจัยนี้แสดงให้เห็นว่ากลุ่มคนทำงานที่มีหนี้สินที่มีเจตคติต่อเงินแบบหลีกเลี่ยงเงินสูง แบบบูชาเงินสูง แบบเงินคือสถานะสูง จะมีภาวะซึมเศร้าสูง แม้ว่าจะยังไม่มีการวิจัยที่ศึกษาความสัมพันธ์หรืออิทธิพลการทำนายของเจตคติต่อเงินทั้ง 4 รูปแบบกับความซึมเศร้าโดยตรง แต่ผลการวิจัยในครั้งนี้ก็มีความสอดคล้องกับ Higgins (1989) ที่อธิบายถึงทฤษฎีความไม่สอดคล้องของการรับรู้ตัวตน (Self-Discrepancy Theory) ที่กล่าวว่าเมื่อตัวตนที่เป็นหรือกำลังจะเป็นในเร็วๆ นี้ (Actual Self) ที่บุคคลรับรู้ จากสถานการณ์หรือสิ่งเร้ารอบตัว กับอัตมโนทัศน์ (Self-Concept) ที่บุคคลมีภาพไว้ นั้นไม่สอดคล้องกัน ผิดไปจากที่คาดหวัง ทำให้ประสบกับความไม่พึงพอใจในความคิดของบุคคล นำสู่อารมณ์ทางลบ ความวิตกกังวล หรือส่งผลต่อร่างกายได้ โดยเฉพาะในผลวิจัยนี้ที่สถานการณ์การมีหนี้สินนั้นโดยมากมักจะกินเวลายาวนานเป็นเดือนหรือปี จึงเป็นสิ่งที่ส่งผลต่อการ



รับรู้ตัวตนในระยะยาว หากบุคคลมีเจตคติต่อเงินที่ไม่สอดคล้องกับความเป็นจริง อาทิ เงินคือสถานะ การหลีกเลี่ยงเงิน การบูชาเงิน ยิ่งทำให้ความขัดแย้งระหว่างตัวตนที่ตนรับรู้และอัตมโนทัศน์นั้นเกิดขึ้นบ่อยครั้ง และถ้าหากไม่สามารถปรับการรับรู้ หรือยืดขยายเจตคติต่อเงินที่มีให้สอดคล้องกับความเป็นจริงได้ ก็จะมีผลกระทบต่อระดับอารมณ์ทางลบและนำไปสู่ความซึมเศร้า โดยความไม่สอดคล้องของการรับรู้ตัวตนและความซึมเศร้าที่แสดงให้เห็นถึงความเปลี่ยนแปลงของอารมณ์ทางลบเช่นเดียวกัน โดยความซึมเศร้ามีความเชื่อมโยงระหว่างอัตมโนทัศน์ (Self-concept) ทางลบ เป็นการตีความอย่างมีอคติทางลบ ซึ่งส่งผลต่อการใช้ชีวิตและการตอบสนองต่อตนเอง โลก และอนาคตในทิศทางที่ไม่ตรงกับความเป็นจริงเช่นเดียวกัน (Beck, 1967)

นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับ Klontz และ Klontz (2009) ที่กล่าวถึงความสัมพันธ์ของเจตคติต่อเงินและความซึมเศร้าต่อกันในฐานะที่เป็นการเป็นการตอบสนองต่อเหตุการณ์ทางการเงินที่ไม่ดีที่เกิดขึ้นในชีวิตที่สัมพันธ์กัน อาทิ การเป็นหนี้ ความขัดสน หรือการไม่มีงานทำ การกล่าวคือ เมื่อบุคคลเผชิญหน้ากับสถานการณ์การสูญเสียหรือผลกระทบทางลบในสถานการณ์ทางการเงินของตนเองในปัจจุบันหรือของผู้ปกครองเมื่อยังเป็นเด็ก สถานการณ์นำพามาซึ่งความซึมเศร้า ผลกระทบในความสัมพันธ์ และหรือมุมมองทางลบต่อคุณค่าของตนเอง รวมถึงการถูกละทิ้งจากผู้ปกครองหากสถานการณ์ทางการเงินนั้นเกิดขึ้นในวัยเด็ก โดยในขณะนั้นเองจะมีการพัฒนาเจตคติต่อเงิน หรือเพิ่มความเข้มข้นของเจตคติต่อเงินที่ตนมีให้มากขึ้น Grant และคณะ (2010) ระบุว่าสิ่งที่เป็นแกนกลางของเหตุการณ์ที่นำมาสู่ภาวะซึมเศร้าคือ การรับรู้การสูญเสีย ตามมโนทัศน์ของทฤษฎีทางปัญญาระบุว่า แม้ว่าจะไม่มีการสูญเสียอะไรที่เป็นรูปธรรมจริง ๆ ก็ตาม แต่เป็นผลการสูญเสียทางใจ โดยสอดคล้องกับนิยามของเจตคติต่อเงิน ที่ทั้งความซึมเศร้าและเจตคติต่อเงินทั้ง 4 แบบ นั้นเป็นการรับรู้ตนเอง สถานการณ์ และอนาคตที่มีอคติ ตรงกับความเป็นจริงของชีวิตแค่บางส่วนเท่านั้น

ทั้งนี้ยังเป็นไปในทางเดียวกันกับ Sahadeo (2018) ที่แบ่งรูปแบบการตอบสนองต่อเหตุการณ์ทางลบต่อสถานการณ์การเงินเป็นสองแบบได้แก่ 1) เจตคติต่อเงินที่ดี นำสู่ความคิด อารมณ์ และพฤติกรรมตอบสนองที่เหมาะสม อาทิ เจตคติต่อการซื้อสัตย์ในสถานการณ์การเงินของตน, ความรู้สึกขอบคุณในสถานะการเงินที่มีอยู่, หรือการมีมุมมองว่าเงินเป็นตัวสนับสนุนชีวิตของตนและของคนอื่นที่ยืดหยุ่น นำสู่การมีมุมมองทางบวกต่อชีวิต มีเป้าหมายต่อชีวิตและการเงินที่ดี ส่งผลต่อสภาวะอารมณ์ที่ดี และพึงพอใจในชีวิต 2) เจตคติต่อเงินที่ไม่ดี นำสู่ความคิด อารมณ์ และพฤติกรรมที่

ก่อให้เกิดปัญหา มีความกังวล สับสน และไม่สามารถมีความสุขกับสถานการณ์ทางการเงินของตนเองได้ เช่น เจตคติต่อเงินแบบหลีกเลี่ยงทางการเงิน, การบูชาเงิน หรือเงินคือสถานะ ที่ส่งผลทางลบต่อมุมมองชีวิต ตัดสินชีวิตของตนจากความสำเร็จทางการเงินเท่านั้น โดยประเมินคุณค่าตนเองจากปริมาณเงินที่มี ส่งผลต่อพฤติกรรมทางการเงินที่ไม่ดี ใช้จ่ายแบบมากเกินไปจนความจำเป็นแบบควบคุมตนเองไม่ได้ หรือรังเกียจการเงินจนเพิกเฉยที่จะวางแผนการเงินที่เหมาะสม หากมีปัญหาทางการเงินก็เลี้ยงที่จะเผชิญหน้ากับปัญหา ใช้น้ำเงินในทางที่ไม่เหมาะสม และมีแนวโน้มพึ่งพาทางการเงินจากผู้อื่น ทั้งนี้ทำให้บุคคลไม่มีความสุขในชีวิต ไม่พึงพอใจในชีวิต

อย่างไรก็ตามสำหรับผลของเจตคติต่อเงินแบบระมัดระวังทางการเงิน Sahadeo (2018) ยังระบุอีกว่า เจตคติต่อเงินแบบระมัดระวังทางการเงินนั้นสามารถเป็นได้ทั้งเจตคติต่อเงินที่ดีและไม่ดีได้ทั้งสองด้าน โดยแม้ว่าจะเป็นผู้ที่มีแนวโน้มที่จะมีหนี้สินต่ำ รู้สึกปลอดภัยเมื่อได้เก็บออมเงิน ไม่ชอบเสี่ยงทางการเงิน แต่ก็ไม่สามารถมีความสุขหรือรู้สึกปลอดภัยกับจำนวนเงินที่มีอยู่เช่นกัน

ข้อค้นพบจากงานวิจัยและนิยามข้างต้นอธิบายได้ว่า เจตคติทางการเงินที่ไม่ดีเป็นตัวบ่งชี้ถึงสภาวะทางใจที่ไม่ดี และเกิดผลกระทบต่อชีวิตและคนรอบข้างได้ จากงานวิจัยของ Klontz และ Britt (2012) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ของเจตคติต่อเงิน 4 แบบ ที่ส่งผลต่อพฤติกรรมทางการเงินที่เป็นปัญหาต่าง ๆ ได้แก่ การซื้อที่ควบคุมไม่ได้ (compulsive buying), การเสพติดการพนัน (pathological gambling), การสะสมเก็บกักตุนของที่ควบคุมไม่ได้ (compulsive hoarding), การเสพติดงาน (workaholism), การพึ่งพาทางการเงิน (financial dependence), การเปิดโอกาสให้ผู้อื่นเข้ามามีบทบาททางการเงินของตน (financial enabling), การปฏิเสธความจริงทางการเงิน (financial denial) และการนำเด็กเข้ามาพัวพันทางการเงินอย่างไม่เหมาะสม (financial enmeshment) ซึ่งเป็นพฤติกรรมก็ให้เกิดความเสียหายในการดำเนินชีวิต ทั้งต่อตนเองและต่อผู้อื่นอีกด้วย ทั้งนี้ข้อค้นพบนี้เป็นสิ่งที่สามารถนำไปใช้ในการช่วยเหลือบุคคลที่ประสบกับปัญหาความซึมเศร้า รับรู้ตนเองว่าล้มเหลว มีปัญหาสภาวะทางจิต ในสถานการณ์ทางการเงินที่วิกฤติต่อไป

## สมมติฐานข้อที่ 2      ความตึงเครียดทางการเงินมีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้า ผลการวิจัย      สนับสนุนสมมติฐาน

ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สัมพันธ์แบบเพียร์สัน พบว่าความตึงเครียดทางการเงินมีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้า ผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐานข้อนี้ กล่าวคือความตึงเครียดทางการเงินมีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .460, p < .01$ ) โดยความตึงเครียดทางการเงินมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความซึมเศร้าในระดับปานกลาง (Cohen, 1977)

ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ Dijkstra-Kersten และคณะ (2015) ที่พบว่าผลของความตึงเครียดทางการเงินส่งผลต่อความซึมเศร้าและความวิตกกังวล โดยพบอีกว่าผลของความสัมพันธ์ระหว่างความตึงเครียดทางการเงินและความซึมเศร้า อยู่เหนืออิทธิพลของปัจจัยรายได้ของบุคคลอีกด้วย โดยผลของการศึกษานี้ก็ยืนยันข้อค้นพบดังกล่าวเช่นกัน กล่าวคือ กลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยนี้ ซึ่งให้เห็นถึงความสัมพันธ์ของความตึงเครียดทางการเงินและความซึมเศร้า ในกลุ่มตัวอย่างที่มีการศึกษาดี มีสถานะทางสังคมปานกลาง จบการศึกษาระดับปริญญาตรีร้อยละ 67.7 และมีค่าเฉลี่ยรายได้ที่ 230,047 บาท ซึ่งถือเป็นรายได้ที่สูง สรุปได้ว่าไม่ว่ารายได้ของบุคคลจะมากหรือน้อยเพียงใด ผลกระทบของความตึงเครียดทางการเงินก็สามารถมีผลต่อสุขภาวะทางจิตได้เสมอ

ความสัมพันธ์ของทั้งสองตัวแปรในงานวิจัยนี้เกิดขึ้นทั้งในกลุ่มคนที่มีรายได้ต่ำและสูงสามารถอธิบายได้โดยงานวิจัยของ Asebedo และ Wilmarth (2017) ที่พบว่าความตึงเครียดทางการเงินส่งผลทางบวกต่อความซึมเศร้า ผ่านกระบวนการรับรู้และตีความหมายของบุคคล โดยระบุว่าผลของสถานการณ์ทางการเงินที่วิกฤติจะส่งผลกระทบต่อสุขภาวะของบุคคลได้นั้น ขึ้นอยู่กับกระบวนการทำความเข้าใจและการตีความสถานการณ์ของบุคคลการต่อสถานการณ์ทางการเงินนั้น ๆ ดังนั้นสิ่งสำคัญในกระบวนการนี้คือ การรับรู้ตนเองของบุคคลต่อสถานการณ์นั้นเป็นตัวทำนายที่สำคัญต่อสุขภาวะทางจิต มากกว่าสถานการณ์ทางการเงินในความเป็นจริง ตรงกับนิยามของตัวแปรความตึงเครียดทางการเงินของงานวิจัยในครั้งนี้นี้ที่ความตึงเครียดทางการเงินหมายถึงการรับรู้ตนเองต่อมิติต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ การรับรู้ว่าตนมีความรู้ทางการเงินไม่เพียงพอในการแก้ไขปัญหา, การตีความผลกระทบทางการเงินต่อปัญหาความสัมพันธ์, การตระหนักถึงผลกระทบต่อสุขภาพกาย, การ

รับรู้สถานะความขัดสนใจการจ่ายหนี้บัตรเครดิต และการรับรู้ความบกพร่องต่อความรับผิดชอบในการชำระหนี้สินของตน โดยทั้งหมดนี้นำไปสู่การเป็นผู้มีความตึงเครียดทางการเงินสูง ซึ่งการประเมินตนเอง และรับรู้ความบกพร่องและความเสียหายต่อชีวิตจากสถานการณ์ทางการเงิน นำไปสู่ภาวะความซึมเศร้าในที่สุด เพราะเหตุนี้จึงไม่สำคัญว่าสถานการณ์ทางการเงินที่แต่ละบุคคลประสบจะรุนแรงมากหรือน้อยกว่ากัน หากแต่ขึ้นอยู่กับการรับรู้ผลกระทบต่อชีวิตของตนเอง ไม่ว่าจะเป็มิติของการรับรู้ว่าคุณมีความรู้ทางการเงินไม่เพียงพอในการแก้ไขปัญหา การรับรู้ผลกระทบทางการเงินต่อปัญหาความความสัมพันธ์ การรับรู้ผลกระทบต่อสุขภาพกาย การรับรู้สถานะความขัดสนใจการจ่ายหนี้บัตรเครดิต และการขาดความรับผิดชอบต่อการเงินของตนเองก็สามารถส่งผลต่อความตึงเครียดทางการเงินและความซึมเศร้าได้ในที่สุด

นอกจากนี้งานวิจัยต่าง ๆ ข้างต้นสอดคล้องกับทฤษฎีความไม่สอดคล้องของการรับรู้ตัวตน (Self-Discrepancy Theory: Higgins, 1989) ที่แสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์ของความตึงเครียด ความวิตกกังวล ภาวะอารมณ์ที่ไม่คงที่ การมีอารมณ์ทางลบต่าง ๆ และผลกระทบต่อร่างกาย ที่ตามมาเมื่อบุคคลรับรู้ปัญหาหนี้สินที่ตนกำลังประสบ ทำให้การรับรู้ตัวตนในปัจจุบันของบุคคลขัดแย้งไปจากภาพในใจหรืออัตมโนทัศน์ของบุคคล ซึ่งนำไปสู่สภาวะอารมณ์ทางลบ และไม่พอใจในตนเอง

ข้อค้นพบนี้ทำให้เป็นประโยชน์กับนักจิตวิทยาการศึกษาหรือที่ปรึกษาทางการเงินที่จะได้เฝ้าระวังผลกระทบจากความตึงเครียดทางการเงินต่อสุขภาวะ ไม่ว่าจะได้รับการปรึกษาจะมีสถานการณ์ทางการเงินเลวร้ายไม่มาก หรือมีรายได้มากเพียงใด หากการรับรู้ของบุคคลนั้นรุนแรงก็ส่งผลต่อสุขภาวะได้เช่นกัน

### สมมติฐานข้อที่ 3 ความหมายในชีวิตมีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้า

#### ผลการวิจัย สันนิษฐานสมมติฐาน

ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สัมพันธ์แบบเพียร์สัน พบว่าความหมายในชีวิตมีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้า ผลการวิจัยสันนิษฐานสมมติฐานข้อนี้ กล่าวคือความหมายในชีวิตมีความสัมพันธ์ทางลบกับภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = -.804, p < .01$ ) โดยความหมายในชีวิตมีความสัมพันธ์ทางลบกับภาวะซึมเศร้าในระดับสูง (Cohen, 1977)

ผลการวิจัยนี้แสดงให้เห็นว่ากลุ่มคนทำงานที่มีหนี้สินที่มีความหมายในชีวิตสูง จะมีภาวะซึมเศร้าต่ำ โดยความสัมพันธ์ระหว่างสองตัวแปรนี้เป็นไปในลักษณะการแปรผกผัน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Robak และ Griffin (2000) ที่ความหมายในชีวิตมีความสัมพันธ์ทางลบกับภาวะซึมเศร้าในระดับสูง ในกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาวิทยาลัย อายุเฉลี่ย 21.5 ปี และสอดคล้องกับงานวิจัยของ Hedayati และ Khazaei (2014) ที่กล่าวถึงผลของความสัมพันธ์ทางลบของความหมายในชีวิตและความซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญ ( $r = -.479, p < .01$ ) โดยงานวิจัยนี้ยังพบความสัมพันธ์ระหว่างความหมายในชีวิตกับความหวังอีกด้วย โดยความสัมพันธ์ที่ความหมายในชีวิตมีต่อตัวแปรปัจจัยบวกที่เอื้อต่อการมีสุขภาวะที่ดีนี้ ก็ช่วยในการอธิบายถึงการเป็นปัจจัยทางบวกของบุคคลที่ช่วยให้ความหมายในชีวิตมีความสัมพันธ์ทางลบกับความซึมเศร้าได้ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัย Ho และคณะ (2010) ที่ระบุว่า ความหมายในชีวิตมีความสัมพันธ์ทางลบกับสุขภาวะทางจิตด้านลบ อาทิ ความซึมเศร้า ความวิตกกังวล ความแปลกแยก และการปรับตัวทางสังคมที่ไม่ดี อีกทั้งความหมายในชีวิตยังมีความสัมพันธ์ทางบวกกับตัวแปรสุขภาวะจิตด้านบวก อาทิ ความพึงพอใจในชีวิต สุขภาวะทางจิตที่ดี และอารมณ์ความรู้สึกทางบวกของบุคคล โดยในงานวิจัยนี้ยังอธิบายอีกว่าการมองโลกในแง่ดี (Optimism) เป็นตัวแปรส่งผ่านบางส่วน (partial mediator) ระหว่างความหมายในชีวิต และสุขภาวะทางลบต่าง ๆ อาทิ ความซึมเศร้า ความวิตกกังวล ความแปลกแยก การปรับตัวทางสังคมที่ไม่ดี รวมทั้งการมองโลกในแง่ดี (Optimism) ยังเป็นตัวแปรส่งผ่านบางส่วน (partial mediator) ระหว่างความหมายในชีวิต และสุขภาวะทางบวก อาทิ ความพึงพอใจในชีวิต สุขภาวะทางจิตที่ดี และอารมณ์ความรู้สึกทางบวกของบุคคลอีกด้วย

**สมมติฐานข้อที่ 4** เจตคติต่อเงินทั้ง 4 รูปแบบ (การหลีกเลี่ยงเงิน, การบูชาเงิน, ความระมัดระวังทางการเงิน, เงินคือสถานะ) ความตึงเครียดทางการเงิน ความหมายในชีวิตร่วมกันทำนายภาวะซึมเศร้าในคนทำงานที่มีหนี้สินได้

**ผลการวิจัย** สนับสนุนสมมติฐานบางส่วน

ผลการวิเคราะห์ถดถอยเชิงพหุจากการวิจัยครั้งนี้พบว่า เจตคติทางการเงิน ความตึงเครียดทางการเงิน และความหมายในชีวิต สามารถร่วมกันทำนายภาวะซึมเศร้าในคนทำงานอายุ 20-40 ปีที่มีหนี้สินได้ โดยร่วมกันทำนายความแปรปรวนของภาวะซึมเศร้าร้อยละ 68 ( $R^2 = .680, F(6, 193) = 68.386, p < .01$ ) เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยมาตรฐาน ( $\beta$ ) ของแต่ละตัวแปร ทำนายพบว่า ความหมายในชีวิตมีน้ำหนักในการทำนายทางลบในระดับสูง ( $\beta = -.72, p < .01$ ) รองลงมาคือ ความตึงเครียดทางการเงิน มีน้ำหนักในการทำนายทางบวกระดับต่ำ ( $\beta = .17, p < .01$ ) โดยเจตคติ

ต่อเงินทั้ง 4 แบบ ไม่สามารถทำนายตัวแปรตามได้อย่างมีนัยสำคัญ ( $\beta = .07, p = .192$ ;  $\beta = .06, p = .198$ ;  $\beta = -.07, p = .173$ ;  $\beta = .06, p = .170$ )

ผลการวิจัยนี้แสดงให้เห็นว่า คนทำงานที่มีหนี้สินที่มีความตึงเครียดทางการเงินสูง ความหมายในชีวิตต่ำ มีเจตคติต่อเงินแบบหลีกเลี่ยงเงิน แบบบูชาเงิน และเงินคือสถานะสูง มีเจตคติต่อเงินแบบระมัดระวังทางการเงินต่ำ มีแนวโน้มที่จะเกิดภาวะซึมเศร้าในระดับสูง ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับการศึกษาของ Okechukwu และคณะ (2012) ที่ระบุว่าความตึงเครียดทางการเงินมีความเชื่อมโยงโดยตรงกับภาวะซึมเศร้าในกลุ่มคนทำงานที่บ้านพักคนชรา โดยที่งานวิจัยนี้ยังระบุอีกว่า หากเป็นคนที่ได้รับค่าแรงขั้นต่ำ สิ่งที่มีผลต่อภาวะซึมเศร้ามากที่สุดคือการขาดอาหารเช้า กล่าวคือบางครั้งหรือบ่อยครั้งคนทำงานไม่มีอาหารเพียงพอในการรับประทานแต่ละวัน โดยความตึงเครียดทางการเงินจะส่งผลต่อความซึมเศร้ายิ่งลงมากในคนกลุ่มนี้ แตกต่างจากผู้ที่ได้รับค่าแรงมากกว่าขั้นต่ำ สิ่งที่มีผลต่อภาวะซึมเศร้าคือความตึงเครียดทางการเงินเป็นอันดับแรก อีกทั้งยังสอดคล้องกับงานวิจัยของกลุ่มทหารผ่านศึกของ Blackburn และ Owens (2015) ที่ระบุว่า ความหมายในชีวิต สามารถทำนายภาวะซึมเศร้าได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ตามโมเดลสมการโครงสร้างที่ระบุว่าความหมายในชีวิตสามารถทำนายภาวะซึมเศร้าได้ ( $\beta = -.40, p < .01$ ) โดยมีอิทธิพลของยศ ( $\beta = -.24, p < .01$ ) และการรับรู้ความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy) ( $\beta = -.42, p < .01$ ) ร่วมด้วย

#### ข้อจำกัดของการศึกษาวิจัย

เนื่องจากการศึกษาในครั้งนี้มีการเก็บข้อมูลในช่วงก่อนและระหว่างสถานการณ์แพร่ระบาดของโรคโควิดในของประเทศไทยที่ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตและการพบปะของผู้คน จึงส่งผลต่อการปรับเปลี่ยนรูปแบบในการเข้าถึงกลุ่มตัวอย่าง จากแบบสอบถามรูปแบบกระดาษ และการเข้าถึงกลุ่มตัวอย่างในองค์กร และการลงพื้นที่ในชุมชนต้องถูกยกเลิก โดยจำเป็นต้องปรับแผนการดำเนินงานที่เน้นช่องทางออนไลน์เป็นส่วนใหญ่เนื่องจากองค์กรและหน่วยงานที่พร้อมให้เข้าทำการเก็บข้อมูลให้ความสำคัญกับความปลอดภัย เพื่อป้องกันโรคติดต่อจากคนและเชื้อโรคที่ปะปนในกระดาษ เนื่องจากระดับความรุนแรงของสถานการณ์ยังส่งผลถึงการทำกิจกรรมในชุมชน โดยจะได้รับการอนุญาตเฉพาะกิจกรรมที่มีความสำคัญเท่านั้น โดยมีการขอความร่วมมือในการงดการดำเนินกิจกรรมทางศาสนา

กิจกรรมตามประเพณีต่าง ๆ โดยเฉพาะการเดินทาง รวมทั้งสถานการณ์นี้ยังส่งผลต่อกิจวัตรประจำวัน เช่น การไปโรงเรียน หรือไปทำงานอีกด้วย

ทั้งนี้แม้ผลการศึกษาจะสะท้อนถึงความสัมพันธ์ของตัวแปรต้นต่อตัวแปรตามเป็นอย่างดีในกลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มคนทำงานที่มีหนี้สินในวัย 20-40 ปี แต่การนำข้อมูลไปอธิบายในกลุ่มตัวอย่างช่วงอายุอื่น ๆ ซึ่งมีปัจจัยทางช่วงวัยที่ต่างกันออกไปเป็นข้อควรระมัดระวังในการนำไปใช้

นอกจากนี้ในการเก็บแบบสอบถามแบบรายงานตนเองยังมีข้อจำกัดในการตอบข้อมูลตัวเลขหนี้สิน เพื่อนำข้อมูลหนี้สินมาใช้ประกอบการคำนวณอัตราส่วนของหนี้สินต่อรายได้ในการวิจัย เนื่องจากการเก็บข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับหนี้สินที่เป็นข้อมูลเฉพาะส่วนบุคคลนั้น ในหลายบุคคลการรวมยอดหนี้ทั้งหมดเป็นเรื่องที่ไม่สามารถตอบได้ทันทีที่ต้องใช้เวลาในการตรวจสอบข้อมูล อีกทั้งยังมีประเด็นเกี่ยวกับรูปแบบของการชำระหนี้สินมีความเฉพาะเจาะจงในยอดหนี้รวมและยอดจ่ายรายเดือนที่แตกต่างกัน อาทิ ผู้ที่มีหนี้ยอดรวมก้อนใหญ่ แต่อาจมีอัตราการจ่ายรายเดือนต่ำเป็นระยะยาว กับผู้ที่มีอัตราการจ่ายรายเดือนที่สูงแต่ระยะสั้น ก็ส่งผลต่อการรับรู้การเป็นหนี้ที่ต่างกัน รวมทั้งการให้ระบุยอดหนี้รวมของบุคคลระหว่างหนี้ของเจ้าของกิจการและหนี้ของพนักงานทั่วไปก็มีความแตกต่างกันยังไม่สามารถนำข้อมูลมาใช้ในการตีความได้

## ข้อเสนอแนะในการวิจัย

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งนี้ แบ่งออกเป็นข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ และข้อเสนอแนะในการวิจัยในครั้งต่อไป ดังนี้

### 1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1.1 ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้สำหรับบุคคลทั่วไปที่มีหนี้สิน จากงานวิจัยชิ้นนี้ที่ความหมายในชีวิตนั้นมีความสัมพันธ์ต่อภาวะซึมเศร้าในกลุ่มคนทำงานที่มีหนี้สินวัยผู้ใหญ่ตอนต้น เปิดโอกาสให้ผู้อ่านงานวิจัยชิ้นนี้ได้มีโอกาสสำรวจตนเองเกี่ยวกับความหมายในชีวิตของตนเองถึงสิ่งที่บุคคลรับรู้ว่าเป็นสิ่งสำคัญในชีวิตที่ทำให้ตนดำรงอยู่ สิ่งที่เป็นเป้าหมาย หรือสิ่งที่มอบกำลังใจในการดำรงอยู่ต่อไป สิ่งใดที่ทำให้บุคคลพร้อมเผชิญกับอุปสรรคหรือวิกฤติการณ์ต่าง ๆ ที่กำลังประสบ เพื่อให้เกิดการสำรวจและตระหนักถึงความหมายของตน และสามารถจะสร้างกำลังใจให้ตนเองได้เมื่อ

ยามเผชิญอุปสรรคที่ผ่านเข้ามา รวมทั้งการยืดขยายความหมายของตนไม่ยึดติดไว้เพียงเพื่ออย่างใดอย่างหนึ่ง แต่ความหมายในชีวิตนั้นหมายรวมถึง เป้าหมาย ความสามารถ และคุณค่าของตนเปลี่ยนแปลงได้ตามการเติบโต โดยเสนอแนะให้บุคคลเริ่มมองหาแหล่งที่มาของความหมายในชีวิตของตนที่เป็นปัจจุบัน จากนั้นบุคคลจะมีความต้องการที่อยากจะเข้าใจอย่างลึกซึ้งมากขึ้นเรื่อย ๆ มองหาแหล่งของความหมายในชีวิตใหม่ ๆ ว่าอะไรที่ทำให้ตนเองมีชีวิตด้วยความรู้สึกมีความหมาย ไม่ว่าจะ เป็นสิ่งที่บุคคลสามารถทำได้ หรือมองหาประสบการณ์หรือมองหาบุคคลที่ได้ประสบพบเจอที่ให้ความหมาย หรือความเข้าใจต่อโลก มุมมองต่อการใช้ชีวิตที่มีความหมายก็ตาม

ในการสำรวจตนเองของผู้ที่หนีหนี้สิน ประเด็นการกลับมาสำรวจผลกระทบจากความตึงเครียดทางการเงินนั้นก็ช่วยให้มองเห็นภาพปัญหาได้ครอบคลุมมากขึ้น นำไปสู่แนวทางการแก้ไข ปัญหาที่ครอบคลุมเช่นกัน ทั้งในมิติความรู้ทางการเงินที่บุคคลรับรู้ตนเองว่ามีเพียงพอต่อการแก้ไขปัญหาหรือไม่ ต้องเข้าถึงแหล่งข้อมูลหรือผู้เชี่ยวชาญในช่องทางใดอีกหรือไม่เพื่อลดระดับความตึงเครียดทางการเงินที่ส่งผลต่อระดับความซึมเศร้า โดยปัจจุบันมีโครงการรับให้คำปรึกษาในการแก้ไข หนีสินในระบบและนอกระบบจากหน่วยงานภาครัฐ และสถาบันทางการเงินที่ปลอดภัย อีกทั้งการสำรวจผลกระทบจากสภาวะหนีสินที่มีผลต่อความสัมพันธ์หรือส่งผลร่างกาย แม้ว่าอาจจะดูเป็นผลที่ไม่ได้เกี่ยวข้องกับหนีสินโดยตรง แต่ความตึงเครียดทางการเงินที่มีผลต่อสภาวะใจและกายนั้นก็ส่งผลกระทบต่อสภาวะโดยรวมทั้งสิ้น บันทึบประวัติประสิทธิภาพในการดำรงชีวิตและการแก้ไขปัญหา นอกจากนี้ยังมีตัวชี้วัดความรุนแรงของหนีสินที่ควรสำรวจอีกคือ สถานการณ์การชำระหนีสินบัตรเครดิตและการชำระหนี้ล่าช้าหรือการจ่ายเพียงขั้นต่ำก็เป็นสัญญาณที่ทำให้บุคคลทั่วไปสามารถตระหนักถึงระดับความรุนแรงของหนีสินที่มีได้

นอกจากนี้ประเด็นที่สำคัญอย่างยิ่งในการสำรวจตนเองคือ การสำรวจและตระหนักถึงเจตคติที่บุคคลมีต่อเงิน จะเป็นส่วนสำคัญที่ทำให้เห็นที่มาของพฤติกรรมการใช้เงินและการตัดสินใจที่เกี่ยวกับการเงินต่าง ๆ ทั้งที่ดีและไม่ดี หากพบว่าเรามีเจตคติต่อเงินที่ได้มาจากการเรียนรู้ในอดีตหรือจากครอบครัวที่ไม่ยึดหยุ่นหรือไม่สอดคล้องกับสถานการณ์เงินปัจจุบันก็ช่วยให้บุคคลเข้าสู่การยืดขยาย ปรับเปลี่ยน และปล่อยวางความเชื่อที่จำกัดตนเอง ยกตัวอย่างเช่น การมีความเชื่อว่าเงินเป็นสิ่งชั่วร้าย ผู้คนล้วนเห็นแก่เงิน อาจทำให้บุคคลหลีกเลี่ยงที่จะทำความเข้าใจการเงินหรือจัดการการเงินส่วนบุคคลที่เหมาะสม หลีกเลี่ยงการทำความเข้าใจการประกันชีวิตหรือการออม หรือการมีความเชื่อ



ที่ว่า เงินบ่งชี้ความสำเร็จของชีวิต ก็เป็นสิ่งที่ทำให้บุคคลตัดสินคุณค่าของตนอย่างไม่สอดคล้องกับความเป็นจริง หรือการมีมุมมองว่าเงินนั้นต้องใช้ในการจับจ่ายใช้สอยเพื่อแสดงสถานะ วิธีชีวิต นำสู่พฤติกรรมทางการเงินที่ไม่เหมาะสม ทั้งการซื้อของแบบควบคุมไม่ได้ เก็บสะสมของแบบควบคุมไม่ได้ เป็นต้น

ความคิด ความเชื่อ มุมมองต่อการเงินที่ตนเองมีนั้นจะช่วยให้เห็นถึงที่มาของการตัดสินใจทางการเงินส่วนบุคคลในสถานการณ์ต่าง ๆ บุคคลสามารถสำรวจลึกลงไปได้ว่าแนวทางความเชื่อนี้ตนเองได้รับอิทธิพลมาจากการเลี้ยงดู หรือจากบุคคลที่มีอิทธิพลของตนอย่างไรบ้าง มีความคิด ความเชื่อใดที่มีข้อจำกัด และไม่สอดคล้องกับสถานการณ์จริงของบุคคลบ้าง อันนำไปสู่การปล่อยวางและยึดขยายความเชื่อบางประการที่จำกัดอยู่

1.2 ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้สำหรับนักจิตวิทยาการศึกษา เนื่องจากประเทศไทยยังไม่มีนักจิตวิทยาการศึกษาด้านการเงินโดยเฉพาะ แต่ผลที่ได้จากการวิจัยนี้บ่งชี้ข้อมูลที่นักจิตวิทยาการศึกษา นักสุขภาพจิต นักบำบัด นักจิตวิทยาคลินิกสามารถนำไปปรับประยุกต์ใช้ในการทำงานได้ ทั้งในการรับมือความซึมเศร้า ลดผลกระทบทั้งทางกายและใจที่เกิดขึ้นจากสถานการณ์หนี้สิน และสามารถช่วยให้ผู้รับบริการตระหนักถึงความคิดความเชื่อที่นำไปสู่พฤติกรรมทางการเงินที่ไม่เหมาะสม อันจะนำมาสู่การเป็นหนี้สินซ้ำซ้อนในระยะยาวและส่งผลกระทบต่อสุขภาพ โดยผลการวิจัยนี้แสดงให้เห็นว่า เจตคติต่อเงินแบบหลีกเลี่ยงเงิน บูชาเงิน และเงินคือสถานะ ความหมายในชีวิต และความตึงเครียดทางการเงินมีความสัมพันธ์ต่อภาวะซึมเศร้าในกลุ่มคนทำงานที่มีหนี้สินวัยผู้ใหญ่ตอนต้น โดยนักจิตวิทยาการศึกษาสามารถนำตัวแปรทั้ง 3 มาใช้ในการสำรวจที่มาของมุมมองความคิดต่อการเงิน และหนี้สินที่ผู้รับบริการมี และสำรวจความรุนแรงของผลกระทบจากความตึงเครียดทางการเงินที่เกิดขึ้น ทั้งระดับความรู้ในการแก้ไขปัญหาทางการเงินและรูปแบบการเข้าถึงวิธีการแก้ไขปัญหา รวมทั้งยังได้สำรวจถึงความหมายในชีวิตซึ่งช่วยให้เกิดแรงขับเคลื่อนเป็นเป้าหมายในการแก้ไขปัญหาทางการเงินของผู้รับบริการ หรือหากการทำงานร่วมกับผู้รับบริการมีเวลาที่จำกัดนักจิตวิทยาการศึกษาสามารถเลือกปัจจัยที่น้ำหนักในการทำนายความซึมเศร้าระดับสูงมาใช้ในการวางแผนการทำงานร่วมกับผู้รับบริการที่มีความจำกัดในการเข้ารับบริการก่อน โดยเลือกทำงานในพื้นที่ของความหมายในชีวิตเป็นอันดับแรกเพื่อมุ่งจัดการกับความซึมเศร้า แต่อย่างไรก็ตามต้องไม่ลืมที่จะสำรวจการรับรู้ความตึงเครียดทางการเงินของคนทำงานที่มีหนี้สิน เพื่อเป็นอีกปัจจัยที่จะช่วยให้

นักจิตวิทยาการปรึกษาสามารถเข้าใจถึงผลกระทบที่สถานการณ์ทางการเงิน ว่าส่งผลต่อผู้รับบริการอย่างไร จนกระทั่งสามารถร่วมกันวางแผนในการรับมือจัดการผลกระทบได้อย่างมีประสิทธิภาพ นอกจากนี้ในการสำรวจและทำความเข้าใจเจตคติต่อเงินที่ไม่ดีที่ผู้รับบริการมีนั้นจะช่วยให้เห็นมุมมองความคิดที่ส่งผลในระดับพฤติกรรมได้ ซึ่งพฤติกรรมทางการเงินที่เกี่ยวข้องกับเจตคติต่อเงินที่ไม่ดี ได้แก่ การจับจ่ายซื้อของอย่างควบคุมไม่ได้, การเสพติดการพนัน, การสะสมเก็บกักตุนของที่ควบคุมไม่ได้, การเสพติดงาน, การพึ่งพาทางการเงินผู้อื่น, การเปิดโอกาสให้ผู้อื่นเข้ามารับผิดชอบบทบาททางการเงินของตน, การปฏิเสธความจริงทางการเงิน และการนำเด็กเข้ามาพัวพันทางการเงินอย่างไม่เหมาะสม ซึ่งมักเป็นสาเหตุหลักของปัญหาทางการเงินส่วนบุคคลที่นำมาสู่ภาวะหนี้สินที่รุนแรงขึ้นในเวลาต่อมา

1.3 ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้สำหรับหน่วยงาน สถาบัน และองค์กร ผลการวิจัยนี้ช่วยให้ฝ่ายทรัพยากรมนุษย์ในองค์กร หรือแม้กระทั่งสถาบันการเงินที่เป็นเจ้าของสินเชื่อแก่ผู้ที่มีหนี้สินมีความเข้าใจปัจจัยทางจิตวิทยาที่เกี่ยวข้องกับลูกหนี้ และมีช่องทางที่เอื้ออำนวยให้กลุ่มคนเหล่านี้เข้าถึงบริการทางสุขภาพจิตได้เหมาะสมอีกด้วย เพราะการที่กลุ่มผู้ที่มีหนี้สินมีสุขภาพทางใจที่ดีก็ย่อมส่งผลต่อการทำงาน การวางแผนการเงินที่ดี และส่งผลต่อประสิทธิภาพในการหารายได้เพื่อชำระหนี้สินเช่นกัน โดยสามารถนำข้อค้นพบในการวิจัยนี้ไปพัฒนาโครงการหรือกิจกรรมในการเสริมสร้างสุขภาพให้กับกลุ่มคนทำงานที่มีหนี้สิน โดยสามารถออกแบบรูปแบบกิจกรรมที่มีเนื้อหาการเรียนรู้หรือการพัฒนาทักษะในการรับมือจัดการกับความตึงเครียดทางการเงิน รวมทั้งการเสริมสร้างความหมายในชีวิตให้กับกลุ่มเป้าหมายดังกล่าว ทั้งนี้เพื่อลดระดับผลกระทบทางจิตใจอันเกิดจากความซึมเศร้า ที่บั่นทอนประสิทธิภาพในการแก้ไขปัญหา ส่งผลกระทบบ้านลต่อบุคคล และเพิ่มประสิทธิภาพในการรับมือจัดการปัญหาได้ดียิ่งขึ้น ไม่ให้ผลกระทบทางเศรษฐกิจนั้นส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของคนในสังคม

1.4 นอกจากนี้การศึกษาวิจัยครั้งนี้ได้มีการพัฒนามาตรวัดเจตคติต่อเงินและมาตรวัดความตึงเครียดทางการเงินมีความตรงและความเที่ยงอยู่ในเกณฑ์ดี เพียงพอและเหมาะสมในการนำไปใช้เพื่อประเมินในเบื้องต้น อีกทั้งมีความสัมพันธ์ต่อความซึมเศร้าในระดับนัยสำคัญ จึงสามารถนำไปใช้ในการทำความเข้าใจ และพัฒนารูปแบบการบำบัด รวมถึงการออกแบบกระบวนการบำบัดทางจิตวิทยาในการลดภาวะซึมเศร้าในบุคคลทั่วไปได้ รวมทั้งนำไปใช้ในการคัดกรองบุคคลที่มีระดับความตึงเครียด

ทางการเงินระดับสูง ให้เข้าถึงการช่วยเหลือทางสุขภาพจิตเชิงรุกได้ อีกทั้งมาตรการวัดเจตคติทางการเงินยังสามารถช่วยในการทำความเข้าใจมุมมองในการใช้จ่ายของบุคคล ที่จะเป็นประโยชน์ในการทำงานวางแผนกระบวนการการปรับความคิดและปรับพฤติกรรม สำหรับกลุ่มผู้ที่มีปัญหาในพฤติกรรมทางการเงินที่ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตอีกด้วย

## 2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

ผลการวิจัยครั้งนี้แสดงให้เห็นว่า เจตคติต่อเงิน 4 แบบความตึงเครียดทางการเงิน และความหมายในชีวิต สามารถร่วมกันทำนายภาวะซึมเศร้าในคนทำงานที่มีหนี้สินได้ ถึงร้อยละ 68 โดยที่ความหมายในชีวิตมีน้ำหนักในการทำนายทางลบต่อภาวะซึมเศร้าในระดับสูง รองลงมาคือความตึงเครียดทางการเงิน มีน้ำหนักในการทำนายทางลบระดับต่ำกว่า ส่วนเจตคติต่อเงินทั้ง 4 แบบไม่สามารถทำนายภาวะซึมเศร้าได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้เก็บตัวอย่างในคนทำงานที่เป็นผู้หารายได้และเป็นผู้ชำระค่าใช้จ่ายของตนหรือครอบครัวที่มีอายุเฉลี่ย  $30.74 \pm 4.8$  ปี ช่วงอายุ 20-40 เป็นเพศหญิง ร้อยละ 75.1 ซึ่งเป็นวัยที่เริ่มก่อร่างสร้างตัว เป็นวัยที่เริ่มสร้างความมั่นคง และเริ่มมีหนี้สิน ผู้วิจัยเสนอแนะให้เก็บตัวอย่างการวิจัยในการศึกษาครั้งต่อไปในกลุ่มตัวอย่างในขอบเขตที่กว้างขึ้น ทั้งในมิติของพัฒนาการและเศรษฐกิจ โดยอาจครอบคลุมช่วงอายุอื่นและในกลุ่มตัวอย่างที่มีความหลากหลายมากขึ้น เนื่องจากตามหลักพัฒนาการแต่ละช่วงวัยนั้นก็ล้วนมีประเด็นที่เกี่ยวข้องกับการเงินทั้งสิ้น โดยมีประเด็นเรื่องราวที่ต่างกันไป อาทิ กลุ่มผู้ใหญ่ตอนปลาย และวัยชรา สามารถศึกษาวิจัยถึงเจตคติต่อเงิน ภาวะความตึงเครียดทางการเงิน และความหมายในชีวิต ที่มีผลต่อภาวะซึมเศร้าในวัยเกษียณ อีกทั้งกลุ่มเศรษฐกิจที่แตกต่างกันก็ประสบกับปัญหาหนี้สินในลักษณะที่ต่างกัน มีความตึงเครียดทางการเงิน หรือความหมายในชีวิตที่แตกต่างกันออกไป

นอกจากนี้ผลการวิจัยได้ระบุว่า ความตึงเครียดทางการเงิน ความหมายในชีวิต เป็นปัจจัยทางจิตวิทยาที่เกี่ยวข้องกับภาวะซึมเศร้าในคนทำงานที่มีหนี้สิน ความรู้ความเข้าใจดังกล่าวสามารถใช้เป็นแนวทางในการพัฒนารูปแบบการป้องกันปัญหาทางจิตใจของคนทำงานที่มีหนี้สินซึ่งเป็นปัญหาหนึ่งที่สำคัญของสังคมไทยได้ ดังนั้นทิศทางการศึกษาวิจัยในอนาคต คือ การนำข้อมูลที่ได้จากการวิจัยนี้ไปต่อยอดโดยการวิจัยพัฒนาโปรแกรมกลุ่มจิตวิทยาการปรึกษาต่าง ๆ ที่เน้นวิธีการ

จัดการความตึงเครียดทางการเงิน และเสริมสร้างความหมายในชีวิตเพื่อลดผลกระทบทางจิตใจของ  
คนทำงานที่มีหนี้สิน รูปแบบการวิจัยเชิงทดลองที่เน้นศึกษาประสิทธิภาพและประสิทธิผลของ  
โปรแกรมดังกล่าวจะช่วยในการพัฒนาแนวทางด้านจิตวิทยาการศึกษาเพื่อช่วยเหลือประชากรกลุ่มนี้  
ได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อไป



## บรรณานุกรม

### ภาษาไทย

- กฤตกร จินดาวัฒน์. (2559). ปัญหาหนี้ในระบบและแนวทางการแก้ไขโดยภาครัฐ. สำนักวิชาการ สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร.
- จักรพงษ์ เมษพันธุ์. (2555). เส้นทางสู่อิสรภาพทางการเงินอย่างแท้จริง. ซีเอ็ดดูเคชั่น.
- จूरรัตน์ นิลจันทิก. (2563). เครื่องมือที่ใช้ในการประเมินความหมายในชีวิต. วารสารราชพฤกษ์, 18(3), 1-10.
- ณัฐภัทร ตุ่มภู. (2552). พืชเศรษฐกิจตกต่ำ ทำคุณภาพชีวิตแย่. สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. สืบค้นจาก [www.thaihealth.or.th/Content/21989-พืชเศรษฐกิจตกต่ำ%20ทำคุณภาพชีวิตแย่.html](http://www.thaihealth.or.th/Content/21989-พืชเศรษฐกิจตกต่ำ%20ทำคุณภาพชีวิตแย่.html)
- ดวงใจ กสานติกุล. (2542). โรคซึมเศร้าและโรคอารมณ์ผิดปกติ รักษาหายได้. อักษรการพิมพ์
- ธนาคารแห่งประเทศไทย. (2564). รายงานการประเมินเสถียรภาพระบบการเงินไทย 2563. สืบค้นจาก [https://www.bot.or.th/App/BTWS\\_STAT/statistics/BOTWEBSTAT.aspx?reportID=775&language=TH](https://www.bot.or.th/App/BTWS_STAT/statistics/BOTWEBSTAT.aspx?reportID=775&language=TH)
- ปิติชัย พงษ์วานิชอนันต์, อธิบุรณ์ อ้นวงษา, และ กรรณิการ์ กิตติเวชกุล. (2550). เป็นหนี้จะแก้ไขชีวิตอย่างไร (พิมพ์ครั้งที่ 3). พิมพ์ดี.
- เพียงพล เจริญพันธ์. (2552). กฎหมายอาญากับการคุ้มครองลูกหนี้จากการใช้วิธีการอันมิชอบในการติดตามหนี้สิน (วิทยานิพนธ์นิติศาสตรมหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย). Chulalongkorn University Intellectual Repository. <http://cuir.car.chula.ac.th/handle/123456789/15966>
- วรสุดา พาณิชย์พิศาล. (2544). ปัญหาและความต้องการการสงเคราะห์หลังปล่อยของผู้ต้องขังหญิงทัณฑสถานหญิงเชียงใหม่ (สังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์). Thammasat University Library. [http://digital.library.tu.ac.th/tu\\_dc/frontend/Info/item/dc:117027](http://digital.library.tu.ac.th/tu_dc/frontend/Info/item/dc:117027)
- วิชชุดา ภัคทีสุวรรณ. (2562). ปลุกฝังวินัยการเงิน'คนรุ่นใหม่' ลดปัญหาหนี้ครัวเรือน'ยั่งยืน'. กรุงเทพฯ

ธุรกิจ.

สรา ชื่นโชคสันต์, สุพริศร์ สุวรรณิก, และ ธนัชพร สุขสมเมฆ. (2562). หนี้ครัวเรือนไทย: ข้อเท็จจริงที่ได้จาก BOT-Nielsen Household Financial Survey. *Focused and Quick (FAQ)*, (143).

สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2560). *สรุปผลที่สำคัญการสำรวจภาวะเศรษฐกิจและสังคมของครัวเรือน พ.ศ. 2560*. สืบค้นจาก

[http://www.nso.go.th/sites/2014en/Survey/social/household/household/2017/PocketBook\\_2017.pdf](http://www.nso.go.th/sites/2014en/Survey/social/household/household/2017/PocketBook_2017.pdf).

อรพรรณ พันธ์พัฒนา. (2544). *คำอธิบายกฎหมายลักษณะหนี้*. นิติธรรม.

อรุทัย โฉมเฉียด. (2552). *ประสบการณ์การดูแลผู้ป่วย ความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิต และความหมายในชีวิตของญาติผู้ดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะลุกลาม* (วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย). Chulalongkorn University Intellectual Repository. <http://cuir.car.chula.ac.th/handle/123456789/17743>

อรัญญา ต้อยคำภีร์. (2554). *จิตบำบัดแนวความหมายในชีวิต* (พิมพ์ครั้งที่ 2). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

เอกชัย โคตรอาษา. (2563). *ทางลัดปลดหนี้ในระบบ*. ธนาคารกสิกรไทย. สืบค้นจาก

[https://kasikornbank.com/th/kexpert/knowledge/articles/loan/Pages/Debt\\_A053.aspx](https://kasikornbank.com/th/kexpert/knowledge/articles/loan/Pages/Debt_A053.aspx).

## ภาษาอังกฤษ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY

Achtziger, A., Hubert, M., Kenning, P., Raab, G., & Reisch, L. (2015). Debt out of control: The links between self-control, compulsive buying, and real debts. *Journal of Economic Psychology*, 49, 141-149.

Aldana, S. G., & Liljenquist, W. (1998). Validity and reliability of a financial strain survey. *Journal of Financial Counseling and Planning*, 9(2), 11-19.

Aneshensel, C. S., & Huba, G. J. (1983). Depression, alcohol use, and smoking over one year: a four-wave longitudinal causal model. *Journal of Abnormal Psychology*, 92(2).

- Asebedo, S. D., & Wilmarth, M. J. (2017). Does how we feel about financial strain matter for mental health? *Journal of Financial Therapy, 8*(1), 62-80.
- Ayllon, T., & Azrin, N. (1968). *The token economy: A motivational system for therapy and rehabilitation*. Prentice-Hall.
- Bada, B. V., Balogun, S. K., & Adejuwon, G. A. (2013). Psychological factors predicting psychological well-being among spouses of Incarcerated Males in Ibadan, Nigeria. *Health Care, 1*(3), 76-82.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review, 84*(2), 191-215.
- Battista, J., & Almond, R. (1973). The development of meaning in life. *Psychiatry, 36*(4), 409-427.
- Baum, A. (1990). Stress, intrusive imagery, and chronic distress. *Health Psychology, 9*(6), 653.
- Baumeister, R. F. (1991). *Meanings of life*. Guilford Press.
- Beck, A. T. (1967). *Depression: Clinical, experimental, and theoretical aspects*.
- Beenackers, M. A., Oude Groeniger, J., van Lenthe, F. J., & Kamphuis, C. B. (2018). The role of financial strain and self-control in explaining health behaviours: the GLOBE study. *The European Journal of Public Health, 28*(4), 597-603.
- Berger, B. D., & Adesso, V. J. (1991). Gender differences in using alcohol to cope with depression. *Addictive Behaviors, 16*(5), 315-327.
- Birnbaum, I. M., Taylor, T. H., & Parker, E. S. (1983). Alcohol and sober mood state in female social drinkers. *Alcoholism: Clinical and Experimental Research, 7*(2), 362-368.
- Blackburn, L., & Owens, G. P. (2015). The effect of self efficacy and meaning in life on posttraumatic stress disorder and depression severity among veterans. *Journal of Clinical Psychology, 71*(3), 219-228.

- Britt, S. L., Klontz, B. T., Tibbetts, R., & Leitz, L. (2015). The financial health of mental health professionals. *Journal of Financial Therapy*.
- Brown, S., Taylor, K., & Price, S. W. (2005). Debt and distress: Evaluating the psychological cost of credit. *Journal of Economic Psychology*, 26(5), 642-663.
- Cohen, J. (1977). *Statistical power analysis for the behavioral science (rev. ed.)*. New York academic Press.
- Conger, R. D., Conger, K. J., & Martin, M. J. (2010). Socioeconomic status, family processes, and individual development. *Journal of Marriage and Family*, 72(3), 685-704.
- Crumbaugh, J. C. (1968). Cross-validation of purpose-in-life test based on Frankl's concepts. *Journal of Individual Psychology*, 24(1), 74.
- Crumbaugh, J. C. (1977). The seeking of noetic goals test (SONG): A complementary scale to the purpose in life test (PIL). *Journal of Clinical Psychology*, 33(3), 900-907.
- Crumbaugh, J. C., & Maholick, L. T. (1964). An experimental study in existentialism: The psychometric approach to Frankl's concept of noogenic neurosis. *Journal of Clinical Psychology*, 20(2), 200-207.
- Dahling, J. J., Melloy, R., & Thompson, M. N. (2013). Financial strain and regional unemployment as barriers to job search self-efficacy: A test of social cognitive career theory. *Journal of Counseling Psychology*, 60(2), 210.
- Davis, C. G., & Mantler, J. (2004). *The consequences of financial stress for individuals, families, and society*.
- Demo, D. H., & Acock, A. C. (1988). The impact of divorce on children. *Journal of Marriage and the Family*, 619-648.
- DeVaney, S. A. (1994). The usefulness of financial ratios as predictors of household insolvency: Two perspectives. *Financial Counseling and Planning*, 5(1), 5-24.



- Dew, J. P., & Xiao, J. J. (2013). Financial declines, financial behaviors, and relationship satisfaction during the recession. *Journal of Financial Therapy, 4*(1), 1-20.
- Dijkstra-Kersten, S. M., Biesheuvel-Leliefeld, K. E., van der Wouden, J. C., Penninx, B. W., & van Marwijk, H. W. (2015). Associations of financial strain and income with depressive and anxiety disorders. *Journal of Epidemiology Community Health, 69*(7), 660-665.
- Dohrenwend, B. S., & Dohrenwend, B. P. (1978). Some issues in research on stressful life events. *Journal of Nervous and Mental Disease, 166*(1), 7-15.
- Ensminger, M. E., & Celentano, D. D. (1988). Unemployment and psychiatric distress: Social resources and coping. *Social Science & Medicine, 27*(3), 239-247.
- Fonseca, G., Cunha, D., Crespo, C., & Relvas, A. P. (2016). Families in the context of macroeconomic crises: A systematic review. *Journal of Family Psychology, 30*(6), 687.
- Forman, N. (1987). *Mind over money*. Toronto: Doubleday.
- Frankl, V. E. (1967). Logotherapy and existentialism. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice, 4*(3), 138.
- Freeman, C., Carlson, J., & Sperry, L. (1993). Adlerian marital therapy strategies with middle income couples facing financial stress. *American Journal of Family Therapy, 21*(4), 324-332.
- French, D., & Vigne, S. (2019). The causes and consequences of household financial strain: A systematic review. *International Review of Financial Analysis, 62*, 150-156.
- Freud, S., & Strachey, J. E. (1964). *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud*.
- Furnham, A. (1984). Many sides of the coin: The psychology of money usage. *Personality and Individual Differences, 5*(5), 501-509.

- Furnham, A., Wilson, E., & Telford, K. (2012). The meaning of money: The validation of a short money-types measure. *Personality and Individual Differences, 52*(6), 707-711.
- Grable, J. E., & Britt, S. L. (2012). Financial news and client stress. *Financial Planning Review, 5*(3), 23-36.
- Grant, A., Townend, M., Mulhern, R., & Short, N. (2010). *Cognitive behavioural therapy in mental health care.*
- Gutter, M. S., Garrison, S., & Copur, Z. (2010). Social learning opportunities and the financial behaviors of college students. *Family and Consumer Sciences Research Journal, 38*(4), 387-404.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2010). *Multivariate data analysis: Global edition* (7th ed.). Pearson Education Limited.
- Hamilton, V. L., Broman, C. L., Hoffman, W. S., & Renner, D. S. (1990). Hard times and vulnerable people: Initial effects of plant closing on autoworkers' mental health. *Journal of Health and Social Behavior, 123-140.*
- Hedayati, M. M., & Khazaei, M. M. (2014). An investigation of the relationship between depression, meaning in life and adult hope. *Procedia-Social and Behavioral Sciences, 114*, 598-601.
- Higgins, E. T. (1989). Self-discrepancy theory: What patterns of self-beliefs cause people to suffer? *Advances in Experimental Social Psychology, 22*, 93-136.
- Ho, M. Y., Cheung, F. M., & Cheung, S. F. (2010). The role of meaning in life and optimism in promoting well-being. *Personality and Individual Differences, 48*, 658-663.
- Kahn, J. R., & Pearlin, L. I. (2006). Financial strain over the life course and health among older adults. *Journal of Health and Social Behavior, 47*(1), 17-31.
- Kahneman, D., & Deaton, A. (2010). High income improves evaluation of life but not

- emotional well-being. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 107(38), 16489-16493.
- Kang, K. A., Im, J. I., Kim, H. S., Kim, S. J., Song, M. K., & Sim, S. Y. (2009). The Effect of Logotherapy on the Suffering, Finding Meaning, and Suffering, Well-being of Adolescents with Terminal Cancer. *Child Health Nursing Research*, 15(2), 136-144.
- Kasser, T., & Ahuvia, A. (2002). Materialistic values and well-being in business students. *European Journal of Social Psychology*, 32(1), 137-146.
- Kaur, S., Mullainathan, S., Oh, S., & Schilbach, F. (2019). *Does Financial Strain Lower Productivity?*
- Klontz, B., & Britt, S. L. (2012). How clients' money scripts predict their financial behaviors. *Journal of Financial Planning*, 25(11), 33-43.
- Klontz, B., Britt, S. L., Mentzer, J., & Klontz, T. (2011). Money beliefs and financial behaviors: Development of the Klontz Money Script Inventory. *Journal of Financial Therapy*, 2(1), 1.
- Klontz, B., & Klontz, T. (2009). *Mind over money: Overcoming the money disorders that threaten our financial health*. Crown Business.
- Klontz, B., Klontz, T., & Kahler, R. (2008). *Wired for wealth: Change the money mindsets that keep you trapped and unleash your wealth potential*. Health Communications.
- Lea, S. E., & Webley, P. (1981). *Theorie psychologique de la monnaie* 6th international symposium on economic psychology, Paris.
- Lea, S. E., & Webley, P. (2006). Money as tool, money as drug: The biological psychology of a strong incentive. *Behavioral and Brain Sciences*, 29(2), 161-209.
- Lea, S. E., Webley, P., & Levine, R. M. (1993). The economic psychology of consumer debt. *Journal of Economic Psychology*, 14(1), 85-119.

- Lorenz, F. O., Conger, R. D., Simon, R. L., Whitbeck, L. B., & Elder Jr, G. H. (1991). Economic pressure and marital quality: An illustration of the method variance problem in the causal modeling of family processes. *Journal of Marriage and the Family*, 375-388.
- Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour Research and Therapy*, 33(3), 335-343.
- Luna, A. R., & Tang, T. L. P. (2004). The love of money, satisfaction, and the protestant work ethic: Money profiles among university professors in the USA and Spain. *Journal of Business Ethics*, 50(4), 329-354.
- Mason, J. W., & Griffith, R. (1988). New ratios for analyzing and interpreting personal financial statements. *Journal of the Institute of Certified Financial Planners*, 9(1), 71-87.
- McLanahan, S., & Booth, K. (1989). Mother-only families: Problems, prospects, and politics. *Journal of Marriage and the Family*, 557-580.
- Mills, R. J., Grasmick, H. G., Morgan, C. S., & Wenk, D. (1992). The effects of gender, family satisfaction, and economic strain on psychological well-being. *Family Relations*, 41, 440-446.
- Mitchell, A. M., & Christian, L. M. (2017). Financial strain and birth weight: the mediating role of psychological distress. *Archives of Women's Mental Health*, 20(1), 201-208.
- Okechukwu, C. A., El Ayadi, A. M., Tamers, S. L., Sabbath, E. L., & Berkman, L. (2012). Household food insufficiency, financial strain, work-family spillover, and depressive symptoms in the working class: the work, family, and health network study. *American Journal of Public Health*, 102(1), 126-133.

- Pearlin, L. I., Menaghan, E. G., Lieberman, M. A., & Mullan, J. T. (1981). The stress process. *Journal of Health and Social Behavior*, 337-356.
- Pearlin, L. I., & Radabaugh, C. W. (1976). Economic strains and the coping function of alcohol. *American Journal of Sociology*, 82(3), 652-663.
- Peirce, R. S., Frone, M. R., & Russell, M. C., M. L. . (1994). Relationship of financial strain and psychosocial resources to alcohol use and abuse: The mediating role of negative affect and drinking motives. *Journal of Health and Social Behavior*, 35, 291-299.
- Reker, G. T., & Cousins, J. B. (1979). Factor structure, construct validity and reliability of the Seeking of Noetic Goals (SONG) and Purpose in Life (PIL) tests. *Journal of Clinical Psychology*, 35(1), 85-91.
- Reker, G. T., & Wong, P. T. (1988). Aging as an individual process: Toward a theory of personal meaning. *Emergent Theories of Aging*, 214-246.
- Robak, R. W., & Griffin, P. W. (2000). Purpose in life: What is its relationship to happiness, depression, and grieving? *North American Journal of Psychology*.
- Roberts, J. A., & Jones, E. (2001). Money attitudes, credit card use, and compulsive buying among American college students. *Journal of Consumer Affairs*, 35(2), 213-240.
- Roehr, B. (2013). *American psychiatric association explains DSM-5*.
- Ross, C. E., & Huber, J. (1985). Hardship and depression. *Journal of Health and Social Behavior*.
- Sabri, M. F., & Zakaria, N. F. (2015). Financial well-being among young employees in Malaysia. In *Handbook of research on behavioral finance and investment strategies: Decision making in the financial industry* (pp. 221-235). IGI Global.
- Sahadeo, C. (2018). *Financial literacy and money script*. Springer Books.
- School of Psychology UNSW Sydney NSW. (2008). *DASS-41 Thai translation*. The

- National Centre in HIV Epidemiology and Clinical Research in Sydney Australia.
- Sharif, S. P., & Yeoh, K. K. (2018). Excessive social networking sites use and online compulsive buying in young adults: the mediating role of money attitude. *Young Consumers, 19*(3), 310-327.
- Sharp, L., Carsin, A. E., & Timmons, A. (2013). Associations between cancer-related financial stress and strain and psychological well-being among individuals living with cancer. *Psycho-Oncology, 22*(4), 745-755.
- Simons, R. L., Beaman, J., Conger, R. D., & Chao, W. (1993). Stress, support, and antisocial behavior trait as determinants of emotional well-being and parenting practices among single mothers. *Journal of Marriage and Family, 55*(2), 385-398.
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology, 53*(1), 80.
- Steinberg, L. D., Catalano, R., & Dooley, D. (1981). Economic antecedents of child abuse and neglect. *Child Development, 975-985*.
- Taft, M. K., Hosein, Z. Z., Mehrizi, S. M. T., & Roshan, A. (2013). The relation between financial literacy, financial wellbeing and financial concerns. *International Journal of Business and Management, 8*(11), 63-75.
- Takeuchi, D. T., Williams, D. R., & Adair, R. K. (1991). Economic stress in the family and children's emotional and behavioral problems. *Journal of Marriage and the Family, 1031-1041*.
- Tang, T. L. P. (1993). The meaning of money: Extension and exploration of the money ethic scale in a sample of university students in Taiwan. *Journal of Organizational Behavior, 93-99*.
- Tang, T. L. P. (1995). The development of a short money ethic scale: Attitudes toward money and pay satisfaction revisited. *Personality and Individual Differences, 19*(1), 1-10.

19(6), 809-816.

- Tang, T. L. P., Kim, J. K., & Tang, D. S. H. (2000). Does attitude toward money moderate the relationship between intrinsic job satisfaction and voluntary turnover? *Human Relations, 53*(2), 213-245.
- Tatzel, M. (2002). "Money worlds" and well-being: An integration of money dispositions, materialism and price-related behavior. *Journal of Economic Psychology, 23*(1), 103-126.
- Taylor, C. D., Klontz, B., & Britt, S. L. (2016). Reliability and convergent validity of the Klontz money script inventory-revised (KMSI-R). *Journal of Financial Therapy, 6*(2), 1-13.
- Turunen, E., & Hiilamo, H. (2014). Health effects of indebtedness: A systematic review. *BMC Public Health, 14*(1), 1-8.
- Voydanoff, P., & Donnelly, B. W. (1989). Economic distress and mental health: The role of family coping resources and behaviors. *Lifestyles, 10*(2), 139-162.
- Wolf, O. T., Schulte, J. M., Drimalla, H., Hamacher-Dang, T. C., Knoch, D., & Dziobek, I. (2015). Enhanced emotional empathy after psychosocial stress in young healthy men. *The International Journal on the Biology of Stress, 18*(6), 631-637.
- Wright, T. A., & Cropanzano, R. (2000). Psychological well-being and job satisfaction as predictors of job performance. *Journal of Occupational Health Psychology, 5*(1), 84.
- Wrosch, C., Heckhausen, J., & Lachman, M. E. (2000). Primary and secondary control strategies for managing health and financial stress across adulthood. *Psychology and Aging, 15*(3), 387-399.
- Yamauchi, K. T., & Templer, D. J. (1982). The development of a money attitude scale. *Journal of Personality Assessment, 46*(5), 522-528.
- Zelinsky, T., & Mysikova, M., & Vecernik, J. (2016). Occupational mobility, educational

mobility and intergenerational transmission of disadvantages in Europe.

*Ekonomicky Casopis*, 64(3), 197-217.

Zurlo, K. A., Yoon, W., & Kim, H. S. (2014). Unsecured consumer debt and mental health outcomes in middle-aged and older Americans. *Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 69(3), 461-469.







ภาคผนวก

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
**CHULALONGKORN UNIVERSITY**



ภาคผนวก ก  
เอกสารจริยธรรมการวิจัย

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
**CHULALONGKORN UNIVERSITY**



คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
254 อาคารจามจุรี : ชั้น 2 ถนนพญาไท เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330  
โทรศัพท์: 0-2218-3202, 0-2218-3049 E-mail: eccu@chula.ac.th

COA No. 221/2563

## ใบรับรองโครงการวิจัย

โครงการวิจัยที่ 093.1/63 : อิทธิพลของเจตคติต่อเงิน ความตึงเครียดทางการเงิน และความหมายในชีวิต  
ที่มีต่อภาวะซึมเศร้าของคนทำงานที่มีภาวะหนี้สิน

ผู้วิจัยหลัก : นางสาวชลพรรษ จริญญาพงษ์

หน่วยงาน : คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ได้พิจารณา โดยใช้หลัก ของ Belmont Report 1979, Declaration of Helsinki 2013, Council for  
International Organizations of Medical Sciences (CIOM) 2016, มาตรฐานคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย  
ในคน (มตจค.) 2560, นโยบายแห่งชาติและแนวทางปฏิบัติการวิจัยในมนุษย์ 2558 อนุมัติให้ดำเนินการศึกษาวิจัย  
เรื่องดังกล่าวได้

ลงนาม วริศรา สอนาถินทร์  
(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์บริดา หัตถ์ประดิษฐ์)  
ประธาน

ลงนาม อ.วิหัทธ์ มีภักดิ์ไช  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ระวีพันธ์ มีภักดิ์ไช)  
กรรมการและเลขานุการ

วันที่รับรอง : 28 กันยายน 2563

วันหมดอายุ : 27 กันยายน 2564

## เอกสารที่คณะกรรมการรับรอง

- 1) โครงการวิจัย
- 2) เอกสารข้อมูลสำหรับใช้ในการวิจัยและหนังสือแสดงความยินยอมของผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย
- 3) ผู้วิจัย
- 4) แบบสอบถาม
- 5) ใบประชาสัมพันธ์



เลขที่โครงการวิจัย 093.1/63  
วันที่รับรอง 28 ก.ย. 2563  
วันหมดอายุ 27 ก.ย. 2564

## เงื่อนไข

1. ข้าพเจ้ารับทราบว่าเป็นการผิดจริยธรรม หากดำเนินการเก็บข้อมูลการวิจัยก่อนได้รับการอนุมัติจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยฯ
2. หากใบรับรองโครงการวิจัยหมดอายุ การดำเนินการวิจัยต้องยุติ เมื่อต้องการต่ออายุต้องขออนุมัติใหม่ล่วงหน้าไม่ต่ำกว่า 1 เดือน พร้อมส่งรายงานความก้าวหน้าการวิจัย
3. ต้องดำเนินการวิจัยตามที่ระบุไว้ในโครงการวิจัยอย่างเคร่งครัด
4. ใช้เอกสารข้อมูลสำหรับกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย ใบยินยอมของกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย และเอกสารเชิญเข้าร่วมวิจัย (ถ้ามี) เฉพาะที่ประทับตราคณะกรรมการเท่านั้น
5. หากเกิดเหตุการณ์ไม่พึงประสงค์ร้ายแรงในสถานที่เก็บข้อมูลที่ขออนุมัติจากคณะกรรมการ ต้องรายงานคณะกรรมการภายใน 5 วันทำการ
6. หากมีการเปลี่ยนแปลงการดำเนินการวิจัย ให้ส่งคณะกรรมการพิจารณารับรองก่อนดำเนินการ
7. หากยุติโครงการวิจัยก่อนกำหนดต้องแจ้งคณะกรรมการฯ ภายใน 2 สัปดาห์พร้อมคำชี้แจง
8. โครงการวิจัยไม่เกิน 1 ปี ส่งแบบรายงานสิ้นสุดโครงการวิจัย (AF 01-15) และบทความต่อผลการวิจัยภายใน 30 วัน เมื่อโครงการวิจัยเสร็จสิ้น สำหรับโครงการวิจัยที่เป็นวิทยานิพนธ์ให้ส่งบทความต่อผลการวิจัย ภายใน 30 วัน เมื่อโครงการวิจัยเสร็จสิ้น
9. โครงการวิจัยที่มีหลายระยะ จะรับรองโครงการเป็นระยะ เมื่อดำเนินการวิจัยในระยะแรกเสร็จสิ้นแล้ว ให้ดำเนินการส่งรายงานความก้าวหน้า พร้อมโครงการวิจัยและเอกสารที่เกี่ยวข้องในระยะเวลาต่อไป
10. คณะกรรมการฯ สรรพสิทธิ์ในการตรวจเยี่ยมเพื่อติดตามการดำเนินการวิจัย
11. สำหรับโครงการวิจัยจากภายนอก ผู้บริหารส่วนงาน กักกับการดำเนินการวิจัย



ภาคผนวก ข  
จดหมายขออนุญาตใช้เครื่องมือ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY

**Chonlapat J** <bjc.chonlapat@gmail.com>  
ถึง brad, atuicomepee ▾

อ. 20 ต.ค. 2020 01:38 ☆ ↶ ⋮

Dear Associate Professor Bradley T. Klontz, Psy.D.:

My name is Chonlapat Jarunpong. I am a master student in Counseling Psychology program, Faculty of Psychology, Chulalongkorn University, Bangkok, Thailand. I have worked on my master dissertation project titled "*Influence of money script, Financial Strain, and Meaning in life on depression of working individuals with debt*". Recently, I have read your paper "*Identify and understand clients' money scripts: A framework for using the KMSI-R*" that published in *The Journal of Financial Planning*, 2018, 31(3), 46-55. and found the paper is very useful. I am really interested in using The Klontz Money Script Revised Inventory (KMSI-R) in my study. After getting permission, I plan to translate and validate the scale in Thai worker with debt. If you wish, I am happy to send you the Thai scale and its psychometric properties upon the study completion.

I am wondering whether you would kindly allow me to use the questionnaire. If you have any question or advice, Please feel free to contact me at [bjc.chonlapat@gmail.com](mailto:bjc.chonlapat@gmail.com) or my dissertation project advisor (Associate Professor Arunya Tuicomepee, Ph.D.) at [atuicomepee@gmail.com](mailto:atuicomepee@gmail.com)

Thank you very much in advance for your time and consideration on this message. I am looking forward to hearing from you at your earliest convenience.

Sincerely yours,

Chonlapat Jarunpong  
Master student  
Faculty of Psychology  
Chulalongkorn University  
E-mail: [bjc.chonlapat@gmail.com](mailto:bjc.chonlapat@gmail.com)  
Phone: 669 5247 8141



**Brad Klontz** <brad@klontzconsulting.com>  
ถึง ฉันทน์ ▾

อ. 20 ต.ค. 2020 12:39 ☆ ↶ ⋮

🇹🇹 อังกฤษ ▾ > ไทย ▾ [แปลข้อความ](#)

[ปิดสำหรับ: อังกฤษ](#) ✕

Chonlapat,

Thanks for the email. You have my permission and I'd love to see your results.

Also, if you are looking for articles on the scale you can download them on my website [www.bradklontz.com/research](http://www.bradklontz.com/research)

All the best,

Dr. Klontz

NEW: Check out our *Executive Circle* - an exclusive financial psychology training and networking group for thought leaders and practitioners. Learn more [here](#).

Dr. Brad Klontz, Psy.D., CFP®  
Financial Psychologist  
Associate Professor of Practice  
Creighton University Heider College of Business

Dr. Brad Klontz at [www.BradKlontz.com](http://www.BradKlontz.com)

Managing Principal at [www.YourMentalWealthAdvisors.com](http://www.YourMentalWealthAdvisors.com)

[LinkedIn](#) | [Twitter](#) | [Facebook](#) | [TikTok](#) | [YouTube](#) | [Instagram](#)

On Oct 19, 2020, at 12:39 PM, Chonlapat J <[bjc.chonlapat@gmail.com](mailto:bjc.chonlapat@gmail.com)> wrote:



ภาคผนวก ค

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY

## การพัฒนามาตรวัดเจตคติต่อเงินและมาตรวัดความตึงเครียดทางการเงิน

### มาตรวัดเจตคติต่อเงิน

ผู้วิจัยได้แปลและเรียบเรียงมาตรวัดเจตคติต่อเงินมาจากมาตรวัด the Klontz Money Script Inventory-Revised (KMSI-R; Klontz et al., 2011) มาตรวัดนี้เป็นมาตรวัดที่ให้ผู้ตอบประเมินตนเอง โดยการประมาณค่าแบบ Likert scale เรียงลำดับจาก 1 หมายถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง, 2 หมายถึง ไม่เห็นด้วย, 3 หมายถึง ไม่เห็นด้วยบางส่วน, 4 หมายถึง เห็นด้วยบางส่วน, 5 หมายถึง เห็นด้วย และ 6 หมายถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง มาตรวัดนี้ประกอบด้วยด้านหลัก 4 ด้าน ได้แก่ 1) การหลีกเลี่ยงเงิน (Money Avoidance) 2) การบูชาเงิน (Money Worship) 3) เงินคือสถานะ (Money Status) 4) ความระมัดระวังทางการเงิน (Money Vigilance) ผู้วิจัยได้แปลเรียบเรียงข้อคำถามในแต่ละด้านจากมาตรวัดต้นฉบับและเพิ่มข้อคำถามที่เหมาะสมกับคนทำงานชาวไทย ใน 4 ด้าน จากนั้นได้นำแบบวัดไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิด้านจิตวิทยา และผู้เชี่ยวชาญด้านการเงินส่วนบุคคล ที่เป็นนักวางแผนทางการเงิน (CFP) จำนวน 3 ท่าน ผลการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา และดำเนินการทดลองใช้ (try out) กับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 121 คน จากนั้นนำผลวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น ๆ ในมาตรวัด และค่าความเที่ยง (Reliability) ของมาตรวัดโดยรวมทุกด้านด้วยวิธีสอดคล้องภายใน (Internal consistency) ต่อไป

### มาตรวัดความตึงเครียดทางการเงิน

ผู้วิจัยได้แปลและเรียบเรียงมาตรวัดความตึงเครียดทางการเงินมาจากมาตรวัด Financial Strain Scale ของ Aldana และ Liljenquist (1998) มาตรวัดนี้เป็นมาตรวัดที่ให้ผู้ตอบประเมินตนเอง โดยการประมาณค่าแบบ Likert scale เรียงลำดับจาก 1 หมายถึง ไม่เคยเลย, 2 หมายถึง ไม่ค่อยเกิดขึ้น, 3 หมายถึง เกิดขึ้นในบางครั้ง, 4 หมายถึง เกิดขึ้นบ่อย และค่า 5 หมายถึง เกิดขึ้นบ่อยมาก มาตรวัดนี้ประกอบด้วยด้านหลัก 5 ด้าน ได้แก่ 1) ความรู้ทางการเงิน (Financial literacy) 2) ผลกระทบของเงินต่อความสัมพันธ์ (Relationships) 3) ผลกระทบของเงินต่อร่างกาย (Physical) 4) พฤติกรรมการใช้บัตรเครดิต (Credit card use) 5) ความรับผิดชอบการเงินของตนเอง (Obligations) ผู้วิจัยได้แปลเรียบเรียงข้อคำถามในแต่ละด้านจากมาตรวัดต้นฉบับและเพิ่มข้อคำถามที่เหมาะสมกับคนทำงานชาวไทย ใน 5 ด้าน จากนั้นได้นำแบบวัดไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิด้านจิตวิทยา และผู้เชี่ยวชาญด้านการเงินส่วนบุคคล ที่เป็นนักวางแผนทางการเงิน (CFP) จำนวน 3 ท่าน ผลการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา และดำเนินการทดลองใช้ (try out) กับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 121 คน

จากนั้นนำผลวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อความแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น ๆ ในมาตรวัด และค่าความเที่ยง (Reliability) ของมาตรวัดโดยรวมทุกด้านด้วยวิธีสอดคล้องภายใน (Internal consistency) ต่อไป

### ตารางที่ 11

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

ลำดับ	ผู้ทรงคุณวุฒิ	สังกัด
1	ศ. ดร. อรัญญา ตัญคำภีร์	สาขาจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
2	ผศ.ดร.กฤษยา พิสิทธิ์สังฆการ	สาขาจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
3	คุณจักรกฤษณ์ กิจการรัฐบุตร	ผู้เชี่ยวชาญด้านการเงิน นักวางแผนการเงิน CFP (Certified Financial Planner) เจ้าของเพจและเว็บไซต์ ให้ความรู้เรื่องการเงินแก่ประชาชนทั่วไป

ผลการศึกษานำร่องในกลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบวัด จำนวน 121 คน อายุเฉลี่ย  $27.6 \pm 2.49$  ปี (ช่วงอายุ 20 ถึง 31 ปี) คัดเลือกแบบรายสะดวก กลุ่มตัวอย่าง ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง (ร้อยละ 76.9) อยู่ในสถานภาพโสด (ร้อยละ 48.8) รายได้เฉลี่ยต่อเดือน  $183,837.22 \pm 28,308.77$  บาทต่อเดือน รายได้ต่ำสุด 8,000 บาท สูงสุด 1,200,000 บาท และหนี้สินต่อเดือน เฉลี่ย  $28,308.77 \pm 65410.12$  บาท หนี้สินต่ำสุด 1,000 บาทต่อเดือน



### มาตรวัดเจตคติต่อเงิน

ผลการตรวจสอบคุณภาพเบื้องต้นของมาตรวัดเจตคติทางการเงิน พบว่า มีจำนวน 28 ข้อ ทุกข้อมีค่า IOC ตั้งแต่ .60 ขึ้นไป มาตรวัดมีความเที่ยงแบบสอดคล้องภายในของมาตรวัดรายด้านของเจตคติต่อเงินแบบหลีกเลี่ยงการเงิน บุชาเงิน เงินคือสถานะ และระมัดระวังทางการเงินเท่ากับ .83 .87 .75 .74 ตามลำดับ โดยในแต่ละด้านมีรายละเอียดดังนี้

#### เจตคติต่อเงินแบบที่ 1 การหลีกเลี่ยงเงิน (Money Avoidance)

เป็นรูปแบบความคิดความเชื่อที่ว่าเงินนั้นไม่ดี เงินจะกระตุ้นความวิตกกังวล ทำให้เกิดความกลัว และเกี่ยวข้องเชื่อมโยงกับความรู้สึกรังเกียจ โดยผู้ที่เป็นผู้ที่หลีกเลี่ยงเงินจะรู้สึกเหมือนว่าพวกเขาไม่คู่ควรกับเงิน โดยมีแนวคิดว่าการหลีกเลี่ยงเงินจะนำไปสู่พฤติกรรมทางการเงินที่ผิดปกติ อาทิ การปฏิเสธที่จะรับรู้เรื่องเงิน ปฏิเสธเงินที่จะได้รับเงินโดยไม่จำเป็น ไม่ใช่จ่าย และไม่ชอบความเสี่ยงที่มากเกินไป โดยผู้ที่มีระดับการหลีกเลี่ยงเงินระดับสูงมักจะข้องเกี่ยวกับการสร้างความเสียหายทางการเงินกับตนเอง หลีกเลี่ยงที่จะใช้เงินซื้อสิ่งของที่จำเป็น กังวลเกี่ยวกับการใช้เงินเกินบัญชี และใช้บัตรเครดิตในทางที่ผิด Klontz และคณะ (2011) กล่าวว่าผู้ที่หลีกเลี่ยงเงินนั้นมีแนวโน้มที่จะมีรายได้สุทธิในระดับต่ำ มักจะเป็นบุคคลที่อายุน้อยและโสด โดยความเชื่อนี้จะลดลงเมื่ออายุค่อยๆ เพิ่มมากขึ้น งานวิจัยพบอีกว่าความเชื่อที่หลีกเลี่ยงเงินทำนายการติดงาน (workaholism), การพึ่งพิงการเงินกับบุคคลอื่น, และการปฏิเสธที่จะรับรู้เรื่องการเงิน ตัวอย่างเช่น พยายามที่ลี้มสถานการณ์ทางการเงิน ไม่สามารถจะใช้จ่ายให้อยู่ในงบประมาณได้ และจากการวิจัยพบว่าเจตคติแบบหลีกเลี่ยงเงินเชื่อมโยงกับผู้ที่ทำอาชีพเกี่ยวกับสุขภาพจิตมากกว่าอาชีพอื่น โดยในด้านนี้มีข้อคำถาม 11 ข้อ และผ่านผู้ทรงคุณวุฒิทุกข้อ โดยมีค่า IOC เท่ากับ .66 -1 โดยในด้านนี้ มีค่า  $\alpha$  ครั้งที่ 1 (ข้อคำถาม 11 ข้อ) เท่ากับ .822 ค่า  $\alpha$  ครั้งที่ 2 (ข้อคำถาม 6 ข้อ) เท่ากับ .833

## ตารางที่ 12

ผลการตรวจสอบคุณภาพเบื้องต้นของ เจตคติต่อเงินแบบที่ 1 การหลีกเลี่ยงเงิน

ข้อ ที่	ข้อกระทงจาก มาตรวัดต้นฉบับ	ข้อกระทงโดยผู้วิจัย แปล เรียบเรียง และสร้างเพิ่ม	IOC	M	SD	CITC 11 ข้อ	CITC 6 ข้อ
1	I do not deserve a lot of money when others have less than me.	ฉันไม่คู่ควรกับเงินจำนวนมาก เมื่อคนอื่นยังมีเงินน้อยกว่าฉัน	1	1.740	1.008	.572	.203
2	Rich people are greedy.	พวกคนรวยล้วนแต่ละโมภโภ มาก	1	2.740	1.267	.495	ตัด ออก
3	People get rich by taking advantage of others.	คนเรารวยได้เพราะฉกฉวย ประโยชน์จากผู้อื่น	1	2.635	1.232	.444	ตัด ออก
4	I do not deserve money.	ฉันไม่คู่ควรกับการมีเงิน	1	1.271	0.718	.415	.672
5	Good people should not care about money.	คนดีไม่ควรสนใจเรื่องเกี่ยวกับ เงิน <u>ปรับแก้ข้อความ</u> คนดีไม่ควรสนใจเรื่องเงินๆ ทองๆ	0.66	1.448	0.819	.638	.634
6	It is hard to be rich and be a good person.	มันยากที่จะรวยด้วยและยังเป็น คนดีอยู่ด้วย	1	1.792	1.114	.593	.564
7	The less money you have, the better life is.	ยิ่งคุณมีเงินน้อยเท่าไรคุณก็ จะมีชีวิตที่ดีมากขึ้น	1	1.542	0.983	.560	.482
8	Money corrupts people.	เงินล้างสมองผู้คน <u>ปรับแก้ข้อความ</u> เงินทำลายศีลธรรมจรรยาของ คน	0.66	2.719	1.382	.457	ตัด ออก

ข้อ ที่	ข้อกระทงจาก มาตรวัดต้นฉบับ	ข้อกระทงโดยผู้วิจัย แปล เรียบเรียง และสร้างเพิ่ม	IOC	M	SD	CITC 11 ข้อ	CITC 6 ข้อ
9	Being rich means you no longer t in with old friends and family.	การรวยหมายถึงคุณจะไม่ มีความสัมพันธ์กับเพื่อนเก่าและ ครอบครัวอีกต่อไป	1	1.438	0.844	.407	.722
10	ผู้วิจัยสร้างเพิ่มเติม	เงินไม่จำเป็นสำหรับการมีชีวิต และครอบครัว <b>ปรับแก้ข้อความ</b> เงินไม่สำคัญสำหรับการมีชีวิต และครอบครัว	0.66	1.708	1.205	.650	ตัด ออก
11	ผู้วิจัยสร้างเพิ่มเติม	คนที่สนใจเรื่องเงินคือคนโลก	1	1.708	0.983	.374	.644

### เจตคติต่อเงินแบบที่ 2 การบูชาเงิน (Money Worship)

กลุ่มของความเชื่อที่ว่าเงินเยอะจะช่วยแก้ปัญหาได้ ช่วยทำให้อะไรดีขึ้นได้ แม้ว่าปัจจุบันความเชื่อนี้จะแพร่หลายเป็นอย่างมากในยุคนี้ แต่ก็มีข้อมูลเชิงประจักษ์มากมายว่าเงินไม่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญกับความสุขแต่อย่างใด แม้ว่าจะมีรายได้มากกว่า \$75,000 ต่อปี (Kahneman & Deaton, 2010) โดยมีแนวคิดว่าการบูชาเงินจะนำไปสู่พฤติกรรมทางการเงินที่ผิดปกติ อาทิ พฤติกรรมชอบเก็บสะสมกักตุนของ ชอบความเสี่ยงโดยไม่มีเหตุผล เสพติดการพนัน ติดงาน ใช้จ่ายเงินเกินตัว หรือความผิดปกตินในการไม่สามารถยับยั้งการซื้อของได้ และใกล้เคียงกับการหลีกเลี่ยงเงินที่เจตคติในการบูชาเงินมักพบในคนที่อายุน้อยมากกว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีอายุ และจากงานวิจัยพบว่าความเชื่อที่บูชาเงินนี้ทำนายพฤติกรรมการใช้จ่ายซื้อของที่ควบคุมไม่ได้ การสะสมกักตุนของ การพึ่งพาการเงินกับบุคคลอื่น การมอบอำนาจทางการเงินของตนให้คนอื่น และปฏิเสธที่จะรับรู้การเงินของตนเอง นอกจากนี้ยังเชื่อมโยงกับพฤติกรรมการไม่วางแผนความเสี่ยงของตนเอง และมักจะมีหนี้บัตรเครดิตที่ต้องคอยหมุนเป็นประจำ โดยในด้านนี้มีข้อความ 11 ข้อ และผ่านผู้ทรงคุณวุฒิ 9 ข้อ โดยข้อที่ได้คะแนน IOC เท่ากับ .33 เนื่องจากคำถามซ้อนความและเสี่ยงที่จะผิดประเด็น ผู้วิจัยได้นำข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิมาปรับข้อความดังกล่าวเพิ่มเติม โดยได้คงข้อความนั้นไว้ โดยในด้านนี้ มีค่า  $\alpha$  ครั้งที่ 1 (ข้อความ 11 ข้อ) เท่ากับ .867 ค่า  $\alpha$  ครั้งที่ 2 (ข้อความ 6 ข้อ) เท่ากับ .874

## ตารางที่ 13

ผลการตรวจสอบคุณภาพเบื้องต้นของเจตคติต่อเงินแบบที่ 2 การบูชาเงิน

ข้อ ที่	ข้อกระทงจาก มาตรวัดต้นฉบับ	ข้อกระทงโดยผู้วิจัย แปล เรียบเรียง และสร้างเพิ่ม	IOC	M	SD	CITC 11 ข้อ	CITC 8 ข้อ
12	Things would get better if I had more money.	สิ่งต่าง ๆ จะดีขึ้นถ้าฉันมีเงินมากขึ้น	1	4.833	1.111	.573	.604
13	More money will make you happier.	เงินที่มากขึ้นจะทำให้ฉันมีความสุขขึ้น	1	4.573	1.176	.556	.603
14	It is hard to be poor and happy.	มันยากที่จะจนและมีความสุขไปด้วย	1	3.802	1.381	.383	ตัด ออก
15	You can never have enough money.	ฉันไม่เคยมีเงินเพียงพอ <b>ปรับแก้ข้อคำถาม</b> เงินมากแค่ไหนก็ไม่เคยพอสำหรับฉัน	0.66	3.031	1.447	.335	ตัด ออก
16	Money is power.	เงินคืออำนาจ	1	4.219	1.370	.589	.593
17	Money would solve all my problems.	เงินจะช่วยแก้ปัญหาทุกอย่างของฉันได้	1	3.865	1.343	.721	.670
18	Money buys freedom.	เงินใช้ซื้ออิสรภาพได้	1	4.344	1.272	.734	.735
19	ผู้วิจัยสร้างเพิ่มเติม	เงินทำให้ครอบครัวไม่ทะเลาะเบาะแว้งกันได้	1	3.740	1.558	.576	.551
20	ผู้วิจัยสร้างเพิ่มเติม	เงินจะช่วยให้หน้าที่การงานสำเร็จและมีความสัมพันธ์ที่ดีได้ <b>ปรับแก้ข้อคำถาม</b> เงินจะช่วยให้หน้าที่การงานสำเร็จ	0.66	3.740	1.481	.523	ตัด ออก
21	ผู้วิจัยสร้างเพิ่มเติม	เงินช่วยเหลือผู้คนให้มีความสุขและสมหวัง <b>ปรับแก้ข้อคำถาม</b> เงินจะทำให้ผู้คนสมหวัง	0.33	4.365	0.942	.747	.754

ข้อ ที่	ข้อกระทงจาก มาตรวัดต้นฉบับ	ข้อกระทงโดยผู้วิจัย แปล เรียบเรียง และสร้างเพิ่ม	IOC	M	SD	CITC 11 ข้อ	CITC 8 ข้อ
22	ผู้วิจัยสร้างเพิ่มเติม	ฉันทินดีที่จะให้เงินคนอื่นหาก ทำให้เขามีความสุข <b>ปรับแก้ข้อความ</b> ฉันทใช้เงินทำให้คนมีความสุข	0.33	4.125	1.267	.629	.640

### เจตคติต่อเงินแบบที่ 3 เงินคือสถานะ (Money Status)

การที่เงินกลายเป็นสถานะของบุคคลได้นั้นหมายถึง คุณค่าในตนเองที่มีค่าเท่ากับรายได้สุทธิของบุคคล ซึ่งดูสอดคล้องกับโลกแห่งการแข่งขันในทุกวันนี้ เจตคติที่ว่าเงินคือสถานะเชื่อมโยงกับการมีทรัพย์สินในครอบครองที่มากกว่าคนอื่น เพื่อให้สิ่งของเหล่านั้นเป็นการยืนยันเงินของตนสถานะของตนให้เห็นความแตกต่างที่ชัดเจนระหว่างชนชั้นทางเศรษฐกิจและสังคม โดย Klontz และคณะ (2011) พบว่าบุคคลที่มีคะแนนเจตคติที่ให้เงินเป็นสถานะนี้จะมีแนวโน้มที่อายุน้อย โสด และการศึกษาไม่สูง และไม่ร่ำรวย อย่างไรก็ตามเจตคติแบบนี้มีความเชื่อมโยงไม่มากเกี่ยวกับอายุและสถานะสมรส เท่ากับเจตคติต่อเงินสองประเภทแรก Klontz และ Klontz (2009) มีสมมติฐานว่า ผู้ที่ไม่ร่ำรวยและการศึกษาน้อยนั้นเปรียบเทียบกับผู้ที่มีการศึกษาสูงกว่าและร่ำรวยกว่า ที่มีงานที่หารายได้ได้มากกว่าแล้ว กลับมาเชื่อมโยงกับคุณค่าภายในตน บุคคลกลุ่มนี้มักจะมีพฤติกรรมที่รับความเสี่ยงได้มากกว่าคนกลุ่มอื่น ชอบมองหาทางลัดในการรวยเร็ว เพื่อที่จะยกระดับการรับรู้สถานะทางสังคมของตนให้สูงขึ้น สนใจที่จะแสดงออกถึงความมั่งคั่งของตนเองแก่ผู้อื่น เพื่อไม่ให้ตนเองเป็นผู้ด้อยในสังคม โดยสิ่งที่น่ากังวลในคนกลุ่มนี้คือ ความพยายามที่จะประสบความสำเร็จทางการเงินและเป็นวัตถุนิยมนี้เชื่อมโยงกับระดับสุขภาวะที่ต่ำ มีระดับความวิตกกังวล โรคทางกาย และไม่มีความสุขในระดับสูง และจากงานวิจัยพบว่าเจตคติที่ให้เงินคือสถานะของตนนั้นทำนายพฤติกรรมการใช้จ่ายซื้อของที่ควบคุมไม่ได้ ความผิดปกติในการเล่นพนัน พึ่งพาการเงินบุคคลอื่น และมีความลับทางการเงินกับคู่สมรสของตน โดยในด้านนี้มีข้อความถาม 11 ข้อ และผ่านผู้ทรงคุณวุฒิทุกข้อ โดยมีค่า IOC เท่ากับ .66 -1 โดยในด้านนี้มีค่า  $\alpha$  ครั้งที่ 1 (ข้อความถาม 11 ข้อ) เท่ากับ .758 ค่า  $\alpha$  ครั้งที่ 2 (ข้อความถาม 6 ข้อ) เท่ากับ .752

## ตารางที่ 14

ผลการตรวจสอบคุณภาพเบื้องต้นของเจตคติต่อเงินแบบที่ 3 เงินคือสถานะ

ข้อ ที่	ข้อกระทงจาก มาตรวัดต้นฉบับ	ข้อกระทงโดยผู้วิจัย แปล เรียบเรียง และสร้างเพิ่ม	IOC	M	SD	CITC 11 ข้อ	CITC 6 ข้อ
23	Most poor people do not deserve to have money.	คนจนส่วนมากไม่คู่ควรที่จะมีเงิน	1	1.667	0.937	.523	.540
24	You can have love or money, but not both.	คุณสามารถมีความรักหรือมีเงินก็ได้ แต่ไม่ใช่ทั้งสองอย่างพร้อมกัน	0.66	1.635	1.017	.282	ตัด ออก
25	I will not buy something unless it is new (e.g., car, house).	ฉันจะซื้อของใหม่ มีอย่างหนึ่งเท่านั้น (เช่น รถ บ้าน)	1	3.250	1.501	.165	ตัด ออก
26	Poor people are lazy.	คนจนเป็นคนขี้เกียจ	1	2.021	1.066	.420	.456
27	Money is what gives life meaning.	เงินเป็นสิ่งที่ให้ความหมายของชีวิต	1	3.094	1.282	.403	ตัด ออก
28	Your self-worth equals your net worth.	คุณค่าในตัวคุณนั้นมีค่าเท่ากับรายได้สุทธิของคุณ	1	1.740	1.078	.527	.449
29	If something is not considered the "best," it is not worth buying.	ถ้าสิ่งนั้นไม่ได้ถูกพิจารณาว่า “ดีที่สุด” มันก็ไม่คุ้มค่าที่จะซื้อมัน <b>ปรับแก้ข้อความ</b> ฉันไม่มีทางซื้อของที่ไม่ “ดีที่สุด”		2.542	1.465	.398	ตัด ออก
30	People are only as successful as the amount of money they earn.	มีเพียงจำนวนเงินที่ผู้คนหาได้เท่านั้น ที่เป็นสิ่งบ่งบอกว่าความสำเร็จของคนผู้นั้นได้	0.66	2.052	1.040	.607	.551

ข้อ ที่	ข้อกระทงจาก มาตรวัตตันฉบับ	ข้อกระทงโดยผู้วิจัย แพล เรียบเรียง และสร้างเพิ่ม	IOC	M	SD	CITC 11 ข้อ	CITC 6 ข้อ
31	ผู้วิจัยสร้างเพิ่มเติม	การซื้อของรุ่นใหม่ล่าสุดมาใช้ จะช่วยส่งเสริมภาพลักษณ์และ ความน่าเชื่อถือของฉัน <b>ปรับแก้ข้อคำถาม</b> การซื้อของรุ่นใหม่ล่าสุดมาใช้ จะช่วยส่งเสริมความน่าเชื่อถือ ของฉัน	0.66	2.521	1.338	.495	.545
32	ผู้วิจัยสร้างเพิ่มเติม	ของจำพวก เครื่องประดับ นาฬิกา น้ำหอม หรือเสื้อผ้า ใหม่ๆ มีความจำเป็นต่อฉันใน การบ่งบอกความเป็นฉันในแต่ละ วัน <b>ปรับแก้ข้อคำถาม</b> ของราคาสูงจำพวก เครื่องประดับ นาฬิกา น้ำหอม หรือเสื้อผ้า มีความจำเป็นใน การบ่งบอกความเป็นตัวฉันใน แต่ละวัน	0.66	2.479	1.248	.423	.439
33	ผู้วิจัยสร้างเพิ่มเติม	การโพสต์ภาพที่เกี่ยว อาหารที่ทาน หรือของที่ซื้อใหม่ในโซเชียลช่วยให้ ฉันดูดี มีความสุข <b>ปรับแก้ข้อคำถาม</b> การโพสต์ภาพที่เกี่ยวสวยๆ อาหาร ดีๆ ที่ทาน หรือของที่ซื้อใหม่ลงใน โซเชียลช่วยให้ฉันมีความสุข	0.66	2.990	1.447	.397	ตัด ออก

#### เจตคติต่อเงินแบบที่ 4 ความระมัดระวังทางการเงิน (Money Vigilance)

ไม่ว่ารายได้สุทธิของบุคคลจะเป็นอย่างไร ผู้ที่มีระดับความระมัดระวังในเงินระดับสูงมองว่าเงินเป็นเรื่องที่น่าหลบซ่อน เป็นความลับ มีแนวโน้มที่จะมองเงินด้วยความตื่นตัว ระมัดระวัง เป็นห่วง เหมือนกับว่าเงินเป็นปัญหาหรืออันตราย ในบางระดับของการระมัดระวังนี้เป็นเรื่องปกติทั่วไปในสังคม การระมัดระวังทางการเงินนี้เชื่อมโยงกับพฤติกรรมทางการเงินที่ผิดปกติที่อาจส่งผลกระทบต่อการเกษียณอายุที่ไม่พร้อมทางการเงิน โดยผู้ที่มีระดับความระมัดระวังทางการเงินที่สูงจะมีความสุขอย่างเต็มที่กับประโยชน์และความปลอดภัยที่เงินมอบให้ และพบความสัมพันธ์ในประชากรที่ไม่ใช่คนผิวขาว (non-White) ที่มีรายได้ต่ำ จะมีคะแนนความระมัดระวังทางการเงินที่ต่ำด้วยเช่นกัน ส่วนคนที่มีความระมัดระวังทางการเงินที่สูงไม่มีแนวโน้มที่จะมีหนี้บัตรเครดิตคงค้าง และมีแนวโน้มที่จะวางแผนบริหารความเสี่ยงทางการเงินให้กับตนเองมากกว่า จากงานวิจัยพบว่าเจตคติที่ระมัดระวังทางการเงินเป็นปัจจัยป้องกัน (protective factor) โดยเฉพาะอย่างยิ่งเจตคติในรูปแบบนี้มีผลลดระดับของพฤติกรรมการใช้จ่ายซื้อของที่คุณควบคุมไม่ได้ ความผิดปกติในการเล่นพนัน การให้อำนาจทางการเงินกับบุคคลอื่น และมีความลับทางการเงินกับคู่สมรสของตน โดยในด้านนี้มีข้อคำถาม 11 ข้อ และผ่านผู้ทรงคุณวุฒิทุกข้อ โดยมีค่า IOC เท่ากับ .66 -1 โดยในด้านนี้ มีค่า  $\alpha$  ครั้งที่ 1 (ข้อคำถาม 11 ข้อ) เท่ากับ .766 ค่า  $\alpha$  ครั้งที่ 2 (ข้อคำถาม 6 ข้อ) เท่ากับ .740

#### ตารางที่ 15

ผลการตรวจสอบคุณภาพเบื้องต้นของเจตคติต่อเงินแบบที่ 4 ความระมัดระวังทางการเงิน

ข้อที่	ข้อกระทงจากมาตรวัดต้นฉบับ	ข้อกระทงโดยผู้วิจัย แปลเรียบเรียง และสร้างเพิ่ม	IOC	M	SD	CITC 11 ข้อ	CITC 8 ข้อ
34	You should not tell others how much money you have or make.	คุณไม่ควรบอกคนอื่นว่าคุณมีเงินเท่าไรหรือหาเงินได้เท่าไร	1	4.542	1.205	.440	.424
35	It is wrong to ask others how much money they have or make.	มันผิดที่จะถามคนอื่นว่าพวกเขา มีเงินเท่าไรหรือหาเงินได้เท่าไร	1	4.406	1.334	.424	.412
36	Money should be saved not spent.	เงินควรมีไว้เก็บไม่ใช่เอาไปใช้จ่าย	1	3.396	1.326	.417	.379



ข้อ ที่	ข้อกระทงจาก มาตรวัดต้นฉบับ	ข้อกระทงโดยผู้วิจัย แปล เรียบเรียง และสร้างเพิ่ม	IOC	M	SD	CITC 11 ข้อ	CITC 8 ข้อ
37	It is important to save for a rainy day.	มันสำคัญที่จะเก็บสำรองเงินไว้ในยามฉุกเฉิน	1	5.458	0.962	.345	ตัด ออก
38	People should work for their money and not be given financial handouts.	ผู้คนควรทำงานเพื่อเงินของพวกเขาเองและไม่ควรรับความช่วยเหลือทางการเงิน	1	3.333	1.202	.346	ตัด ออก
39	I would be a nervous wreck if I did not have money saved for an emergency.	ฉันจะประสาทกินถ้าฉันไม่มีเงินสำรองสำหรับเรื่องฉุกเฉิน	1	4.792	1.114	.424	.355
40	You should always look for the best deal before buying something, even if it takes more time.	คุณควรหาข้อเสนอที่ดีที่สุดก่อนการซื้ออะไรบางอย่าง แม้มันจะใช้เวลามากขึ้นก็ตาม	1	4.979	0.906	.300	ตัด ออก
41	It is extravagant to spend money on oneself.	มันเป็นการฟุ่มเฟือยหากจะใช้จ่ายเงินเพื่อตัวเอง <b>ปรับแก้ข้อความ</b> มันเป็นการฟุ่มเฟือยหากจะใช้จ่ายเงินเพื่อตามใจตัวเอง	0.66	3.740	1.136	.407	.449
42	ผู้วิจัยสร้างเพิ่มเติม	ฉันไม่สบายใจหากต้องทำอะไรที่มีความเสี่ยงที่เงินอาจจะลดลง <b>ปรับแก้ข้อความ</b> ฉันไม่สบายใจหากต้องทำอะไรที่ก่อให้เกิดความเสี่ยงที่ทำให้เงินลดลง	0.66	4.052	1.050	.428	.420
43	ผู้วิจัยสร้างเพิ่มเติม	ฉันหลีกเลี่ยงที่จะเป็นหนี้ให้มากที่สุด	1	4.896	1.244	.575	.575

ข้อ ที่	ข้อกระทงจาก มาตรวัตต้นฉบับ	ข้อกระทงโดยผู้วิจัย แปล เรียบเรียง และสร้างเพิ่ม	IOC	M	SD	CITC 11 ข้อ	CITC 8 ข้อ
44	ผู้วิจัยสร้างเพิ่มเติม	หากฉันเป็นหนี้ฉันจะรีบหาทาง ใช้หนี้ให้เร็วที่สุด	1	5.125	1.018	.463	.480



### มาตรวัดความตึงเครียดทางการเงิน

ผลการตรวจสอบคุณภาพเบื้องต้นของมาตรวัดความตึงเครียดทางการเงิน พบว่า มีจำนวน 28 ข้อ ทุกข้อมีค่า IOC ตั้งแต่ .60 ขึ้นไป มาตรวัดมีความเที่ยงแบบสอดคล้องภายในของมาตรวัดรายด้านของความตึงเครียดทางการเงิน (ความรู้รอบด้านการเงิน ปัญหาความสัมพันธ์ ความตึงเครียดทางร่างกาย หนี้สินบัตรเครดิต การขาดความสามารถในการชำระหนี้สิน) เท่ากับ .84 .90 .92 .77 .84 มาตรวัดมีความเที่ยงแบบสอดคล้องภายในของมาตรวัดทั้งฉบับเท่ากับ .903 โดยในแต่ละด้าน มีรายละเอียดดังนี้

**ด้านที่ 1 ความรอบรู้ด้านการเงิน (Financial literacy)** หมายถึง การรับรู้ของบุคคลว่าตนเองมีความรู้และข้อมูลทางการเงินที่จำเป็นเพียงพอครบถ้วนในการตัดสินใจและแก้ไขสถานการณ์ทางการเงินของตนเอง บุคคลที่มีความรู้ด้านการเงินสูงจะเป็นผู้ที่มีแนวโน้มในการเฝ้าหาความรู้ใหม่ๆ ติดตามข่าวสาร และสถานการณ์ทางการเงินต่าง ๆ โดยเฉพาะความรู้ที่จะทำให้เขาสามารถแก้ไขสถานการณ์ทางการเงินของตนเองได้ ตรงกันข้ามบุคคลที่มีความรู้ด้านการเงินต่ำจะเป็นผู้ที่มีแนวโน้มที่จะมองว่าตนเองมีข้อมูลเกี่ยวกับการเงินที่จำเป็นไม่เพียงพอ อันจะนำไปสู่ความตึงเครียดทางการเงินในสถานการณ์การเงินที่ตนประสบอยู่ได้ ด้านนี้มีข้อคำถาม 5 ข้อ โดยทุกข้อเป็นข้อกระทงทางลบ และผ่านเกณฑ์ของผู้ทรงคุณวุฒิทุกข้อ โดยมีค่า IOC ตั้งแต่ .60 ขึ้นไป ด้านนี้มีค่า  $\alpha$  รายด้านเท่ากับ .84

#### ตารางที่ 16

ผลการตรวจสอบคุณภาพเบื้องต้นของด้านที่ 1 ความรอบรู้ด้านการเงิน

ข้อที่	ข้อกระทงจากมาตรวัดต้นฉบับ	ข้อกระทงโดยผู้วิจัย แปลเรียบเรียง และสร้างเพิ่ม	IOC	M	SD	CITC รายด้าน	CITC ทั้งฉบับ
1	I know how interest works on my current debts.	ฉันรู้วิธีการคำนวณดอกเบี้ยในยอดหนี้ที่ฉันมีอยู่ตอนนี้	1	2.843	1.298	.572	.203
2	I feel financially educated.	ฉันรู้สึกว่าได้ศึกษาหาความรู้ด้านการเงินเป็นอย่างดี	1	2.975	1.037	.646	.240
3	I feel well informed about financial matters.	ฉันรู้สึกว่ามีข้อมูลเกี่ยวกับการเงิน (เช่น อัตราดอกเบี้ยเงินออม ดอกเบี้ยเงินกู้รายวัน) ของตนมากพอ	0.66	2.868	1.231	.738	.253

ข้อ ที่	ข้อกระทงจาก มาตรวัดต้นฉบับ	ข้อกระทงโดยผู้วิจัย แปล เรียบเรียง และสร้างเพิ่ม	IOC	M	SD	CITC ราย ด้าน	CITC ทั้งฉบับ
4	ผู้วิจัยสร้างเพิ่ม	ฉันรู้ว่าต้องหาความรู้ทางการเงินที่ จากที่ใดในการแก้ปัญหาหนี้สิน	0.66	3.430	1.203	.591	.089
5	ผู้วิจัยสร้างเพิ่ม	ฉันสามารถพึ่งพาความรู้ทางการเงิน ที่ฉันมีในการแก้หนี้สินนี้ได้	1	3.116	1.082	.671	.193

**ด้านที่ 2 ปัญหาความสัมพันธ์ (Relationship Problems)** หมายถึง การรับรู้ของบุคคลว่าสถานการณ์การเงินของตนเองในปัจจุบันส่งผลกระทบต่อความสัมพันธ์ต่าง ๆ ในชีวิต บุคคลที่มีปัญหาความสัมพันธ์สูง จะเป็นผู้ที่มีแนวโน้มในการทะเลาะเบาะแว้ง ไม่ลงรอย จนไปถึงการมีปัญหาความสัมพันธ์เนื่องจากการมีปัญหาทางการเงิน ตรงกันข้ามบุคคลที่มีปัญหาความสัมพันธ์ต่ำจะเป็นผู้ที่มีแนวโน้มที่จะรักษาความสัมพันธ์กับคนรอบข้างได้ดี ไม่ถูกปัญหาทางการเงินทำลายความสัมพันธ์ที่ตนมีกับคนรอบข้าง ด้านนี้มีข้อคำถาม 7 ข้อ โดยทุกข้อเป็นข้อกระทงทางบวก และผ่านผู้ทรงคุณวุฒิทุกข้อ โดยมีค่า IOC ตั้งแต่ .60 ขึ้นไป ด้านนี้มีค่า  $\alpha$  รายด้านเท่ากับ .90

#### ตารางที่ 17

ผลการตรวจสอบคุณภาพเบื้องต้นของด้านที่ 2 ปัญหาความสัมพันธ์

ข้อ ที่	ข้อกระทงจาก มาตรวัดต้นฉบับ	ข้อกระทงโดยผู้วิจัย แปล เรียบเรียง และสร้างเพิ่ม	IOC	M	SD	CITC ราย ด้าน	CITC ทั้งฉบับ
6	There are disagreements about money in my home	คนในบ้านของฉันมีความเห็นไม่ลง รอยกันในเรื่องเกี่ยวกับเงิน	1	2.587	1.283	.690	.449
7	I tend to argue with others about money.	ฉันมักมีเรื่องโต้เถียงกับคนอื่น ใน เรื่องเกี่ยวกับเงิน	1	2.430	1.182	.701	.509
8	Financial problems hurt my relationships.	ความสัมพันธ์ของฉันและคนรอบข้าง ต้องบอบช้ำเพราะปัญหาเรื่องเงิน	1	2.413	1.295	.800	.642
9	My relationships with others are affected by financial problems.	ปัญหาเรื่องเงินส่งผลต่อ ความสัมพันธ์ของฉันกับผู้อื่น	1	2.546	1.252	.728	.589

ข้อ ที่	ข้อกระทงจาก มาตรวัดต้นฉบับ	ข้อกระทงโดยผู้วิจัย แปล เรียบเรียง และสร้างเพิ่ม	IOC	M	SD	CITC ราย ด้าน	CITC ทั้งฉบับ
10	ผู้วิจัยสร้างเพิ่ม	ฉันกลัวว่าจะมีปัญหาเกี่ยวกับคนใน ครอบครัวหากฉันพูดถึงเรื่องหนี้สิน หรือสถานการณ์การเงินที่ฉันมี	0.66	2.744	1.370	.713	.616
11	ผู้วิจัยสร้างเพิ่ม	ฉันกังวลว่าหากพูดกับคนใน ครอบครัวเรื่องเรื่องหนี้สินหรือ สถานการณ์การเงินที่ฉันเผชิญ บรรยากาศในครอบครัวจะยิ่งแย่ลง ไปกว่าเดิม	1	2.785	1.305	.665	.613
12	ผู้วิจัยสร้างเพิ่ม	ปัญหาเรื่องเงินทำลายความสัมพันธ์ ที่ดีของฉันกับคนสนิทที่รับรู้เรื่องราว	1	2.248	1.171	.641	.586

**ด้านที่ 3 ความเครียดทางร่างกาย (Physical Stress)** หมายถึง การรับรู้ของบุคคลว่า สถานการณ์การเงินของตนเองในปัจจุบันที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพ บุคคลที่มีความเครียดทางร่างกาย สูง จะเป็นผู้ที่มีแนวโน้มที่จะแสดงอาการเจ็บป่วยทางร่างกายที่แสดงออกถึงความเครียด เช่น นอนไม่หลับ ปวดศีรษะ ปวดตึงกล้ามเนื้อ และปวดมวนท้อง กระเพาะ ลำไส้ปั่นป่วน ตรงกันข้ามบุคคลที่มีความเครียดทางร่างกายต่ำ จะเป็นผู้ที่มีแนวโน้มที่มีอาการที่แสดงถึงความเครียดทางด้านร่างกายต่าง ๆ น้อยด้วย ด้านนี้มีข้อความ 7 ข้อ โดยทุกข้อเป็นข้อกระทงทางบวก และผ่านเกณฑ์ของผู้ทรงคุณวุฒิทุกข้อ โดยมีค่า IOC ตั้งแต่ .60 ขึ้นไป ด้านนี้มีค่า  $\alpha$  รายด้านเท่ากับ .92

#### ตารางที่ 18

ผลการตรวจสอบคุณภาพเบื้องต้นของด้านที่ 3 ความเครียดทางร่างกาย

ข้อ ที่	ข้อกระทงจาก มาตรวัดต้นฉบับ	ข้อกระทงโดยผู้วิจัย แปล เรียบเรียง และสร้างเพิ่ม	IOC	M	SD	CITC ราย ด้าน	CITC ทั้งฉบับ
13	Are you ever unable to sleep well because of financial worries?	ฉันนอนไม่ค่อยหลับเพราะความ กังวลในเรื่องเงิน	1	2.413	1.230	.736	.705

ข้อ ที่	ข้อกระทงจาก มาตรวัดต้นฉบับ	ข้อกระทงโดยผู้วิจัย แปล เรียบเรียง และสร้างเพิ่ม	IOC	M	SD	CITC ราย ด้าน	CITC ทั้งฉบับ
14	Do you ever get headaches from worry over money matters?	ฉันปวดศีรษะจากความกังวลในเรื่องเกี่ยวกับการเงิน	0.66	2.422	1.250	.808	.653
15	Do your muscles get tense when you add up your bills?	เมื่อฉันเห็นยอดเงินค้างชำระที่เพิ่มขึ้นในใบแจ้งหนี้ ฉันจะปวดตึงกล้ามเนื้อ	0.66	2.273	1.225	.736	.692
16	Does your financial situation cause you to feel heartburn or an upset stomach?	เมื่อคิดถึงสถานการณ์ทางการเงินของฉัน ฉันมักจะเกิดอาการกรดไหลย้อนหรือปวดมวนท้อง	0.66	1.810	1.113	.713	.571
17	ผู้วิจัยสร้างเพิ่ม	ฉันรู้สึกมึน คิดอะไรไม่ออก เมื่อนึกถึงหนี้สินหรือสถานการณ์ทางการเงินที่มีอยู่	1	2.149	1.243	.774	.694
18	ผู้วิจัยสร้างเพิ่ม	ฉันไม่เกรนขึ้นบ่อย ๆ เมื่อต้องคอยคิดหาทางแก้ไขปัญหานี้สินของฉัน	0.66	1.860	1.128	.785	.639
19	ผู้วิจัยสร้างเพิ่ม	ฉันทานอะไรไม่ลงเมื่อนึกถึงหนี้สินที่ต้องเจอ	0.66	1.901	1.091	.743	.695

**ด้านที่ 4 หนี้สินบัตรเครดิต (Credit Card Debt)** หมายถึง การมีพฤติกรรมการใช้บัตรเครดิตที่ไม่เหมาะสมในการใช้จ่ายใช้สอยสิ่งของต่าง ๆ มากกว่าจำนวนเงินที่ตนเองมีกำลังจ่าย บุคคลที่มีหนี้สินบัตรเครดิตสูง จะเป็นผู้ที่มีแนวโน้มที่จะใช้บัตรเครดิตในการซื้อสินค้าและบริการที่เกินจำนวนรายได้ที่ตนเองมี ตรงกันข้ามบุคคลที่มีหนี้สินบัตรเครดิตต่ำจะเป็นผู้ที่มีแนวโน้มจะใช้บัตรเครดิตในการซื้อสินค้าและบริการในกรณีที่จำเป็น โดยคำนึงถึงวงเงินที่ตนเองมีอยู่ ด้านนี้มีข้อคำถาม 5 ข้อ โดยทุกข้อเป็นข้อกระทงทางบวก และผ่านเกณฑ์ของผู้ทรงคุณวุฒิทุกข้อ โดยมีค่า IOC ตั้งแต่ .60 ขึ้นไป ด้านนี้มีค่า  $\alpha$  รายด้านเท่ากับ .77

### ตารางที่ 19

ผลการตรวจสอบคุณภาพเบื้องต้นของด้านที่ 4 หนี้สินบัตรเครดิต

ข้อ ที่	ข้อกระทงจาก มาตรวัดต้นฉบับ	ข้อกระทงโดยผู้วิจัย แปล เรียบเรียง และสร้างเพิ่ม	IOC	M	SD	CITC ราย ด้าน	CITC ทั้งฉบับ
20	I take on more debt to get nicer things.	ฉันยอมมีหนี้สินเพิ่มขึ้นเพื่อที่จะซื้อสินค้า หรือ บริการที่ดีกว่า	0.66	2.331	1.246	.493	.357
21	I get new credit cards to pay off old	ฉันทำบัตรเครดิตใหม่เพื่อชำระหนี้บัตรใบเก่า	0.66	1.298	0.666	.267	.388
22	I make purchases on credit cards hoping that I will have the money later.	หากมีเงินสดไม่เพียงพอฉันซื้อของด้วยบัตรเครดิตไปก่อน โดยหวังว่าจะมีเงินมาจ่ายในภายหลัง	1	2.587	1.370	.752	.322
23	ผู้วิจัยสร้างเพิ่ม	หากฉันไม่มีเงินเพียงพอ ฉันใช้บัตรเครดิตช่วยให้ฉันได้ของที่ต้องการได้ทันที	1	2.455	1.360	.687	.286
24	ผู้วิจัยสร้างเพิ่ม	ฉันมียอดผ่อนสินค้าหรือบริการเกินครึ่งหนึ่งของรายได้	1	2.380	1.293	.514	.452

### ด้านที่ 5 การขาดความสามารถในการชำระหนี้สิน (Inability to Meet Obligations)

หมายถึง การมีพฤติกรรมที่แสดงถึงความรับผิดชอบทางการเงิน บุคคลที่ขาดความสามารถในการชำระหนี้สิน จะเป็นผู้ที่มีแนวโน้มที่จะไม่สามารถรักษาความน่าเชื่อถือของตนเองในด้านการชำระหนี้สินและด้านการเงิน ไม่มีความสามารถในการชำระเงินได้ในเวลาที่กำหนด ตรงกันข้ามบุคคลที่มีความสามารถในการชำระหนี้สิน จะเป็นผู้ที่มีแนวโน้มที่จะตรงต่อเวลาในการชำระหนี้สินต่าง ๆ รักษาความน่าเชื่อถือของตนเองในด้านการชำระหนี้สินและด้านการเงินได้ ด้านนี้มีข้อความ 5 ข้อ ทั้ง 5 ข้อเป็นข้อกระทงทางบวก และผ่านเกณฑ์การพิจารณาของผู้ทรงคุณวุฒิทุกข้อ โดยมีค่า IOC ตั้งแต่ .60 ขึ้นไป อย่างไรก็ตามค่า CITC ของข้อที่ 1 ต่ำกว่าเกณฑ์ที่กำหนด คือ .176 ผู้วิจัยจึงพิจารณาตัดข้อดังกล่าวออก ในด้านนี้จึงเหลือข้อกระทง 4 ข้อ ด้านนี้มีค่า  $\alpha$  รายด้าน 4 ข้อ เท่ากับ .84

## ตารางที่ 20

ผลการตรวจสอบคุณภาพเบื้องต้นของด้านที่ 5 การขาดความสามารถในการชำระหนี้สิน

ข้อ ที่	ข้อกระทงจาก มาตรวัดต้นฉบับ	ข้อกระทงโดยผู้วิจัย แปล เรียบเรียง และสร้างเพิ่ม	IOC	M	SD	CITC 5 ข้อ	CITC 4 ข้อ	CITC ทั้งฉบับ
25	I pay my bills on time.	ฉันชำระหนี้ตามใบแจ้งหนี้ได้ตรงเวลา	1	1.772	1.320	0.176	ตัดออก	
26	I find it difficult to pay my bills.	ฉันพบว่ามันเป็นเรื่องยากที่จะชำระหนี้ตามใบแจ้งหนี้ของฉัน	1	2.107	1.189	0.623	.712	.486
27	Many of my bills are past due.	ฉันมีใบแจ้งหนี้หลายอันที่เลยกำหนดมาแล้ว	1	1.537	.958	0.350	.546	.413
28	I don't have enough money to pay my bills.	ฉันมีเงินไม่เพียงพอที่จะจ่ายใบแจ้งหนี้ของฉันทั้งหมดได้	1	2.116	1.374	0.579	.777	.599
29	ผู้วิจัยสร้างเพิ่ม	ฉันชำระเงินยอดขั้นต่ำในใบแจ้งหนี้ เพราะมีเงินไม่เพียงพอ	1	2.281	1.450	0.572	.669	.486





ภาคผนวก ง  
แบบสอบถาม

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY

## แบบสอบถาม สำหรับคนทำงานที่มีภาวะหนี้สิน

แบบสอบถามนี้เป็นส่วนหนึ่งของโครงการวิจัย เรื่อง อิทธิพลของเจตคติต่อเงิน ความตึงเครียดทางการเงิน และความหมายในชีวิตที่มีต่อภาวะซึมเศร้าของคนทำงานที่มีภาวะหนี้สิน โดยนิสิตผู้วิจัย นางสาวชลพรรณ จรรย์พงษ์ ซึ่งเป็นนิสิตปริญญาโทบริหารธุรกิจ สาขาจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย แบบสอบถามนี้จะใช้เวลาตอบประมาณ 10 - 20 นาที ขณะตอบแบบสอบถาม หากท่านรู้สึกอึดอัดหรือไม่สบายใจกับบางคำถาม ท่านมีสิทธิ์ที่จะไม่ตอบคำถามเหล่านั้น ข้อมูลส่วนตัวของท่านจะถูกเก็บรักษาไว้ไม่เปิดเผยต่อสาธารณะในลักษณะรายบุคคล

หากท่านมีข้อสงสัยใด ๆ เกี่ยวกับแบบสอบถามนี้ สามารถติดต่อผู้วิจัยโดยตรงตามที่อยู่ข้างล่างนี้

ผู้วิจัย : นางสาว ชลพรรณ จรรย์พงษ์ นิสิตมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา

สถานที่ติดต่อ : คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย พญาไท กรุงเทพมหานคร 10330

E-mail : benjichol.bj@gmail.com

ก่อนการตอบแบบสอบถามต่อไปนี้  
นิสิตผู้วิจัยจึงขอให้ท่านตอบคำถามเพื่อการคัดกรอง ดังต่อไปนี้

- |                    |    |  |
|--------------------|----|--|
| ( ) ใช่ ( ) ไม่ใช่ | 1. | ท่านเป็นผู้สามารถอ่านเขียนภาษาไทยได้ และสมัครใจเข้าร่วมการวิจัย  |
| ( ) ใช่ ( ) ไม่ใช่ | 2. | ท่านเป็นผู้ที่มีอายุ 20-40 ปี โดยภายใน 1 ปีเป็นผู้คนทำงานที่หารายได้ และเป็นผู้มีส่วนชำระค่าใช้จ่ายของตนเอง หรือ ของครอบครัว โดยรูปแบบรายได้นั้นสามารถเป็นได้ทั้งรายได้รายวัน รายเดือน รับจ้างทำงาน สัญญาจ้าง หรือฟรีแลนซ์ |
| ( ) ใช่ ( ) ไม่ใช่ | 3. | ท่านเป็นคนที่มียอดหนี้สินมากกว่า 0 บาทขึ้นไป ไม่ว่าจะหนี้ในระบบ อาทิ บัตรเครดิต เงินกู้ยืมสินเชื่อต่างๆ จากองค์กรทางการเงิน หรือหนี้นอกระบบ อาทิ เงินกู้ส่วนบุคคล หนี้ทนาย หนี้การพนัน                                     |
| ( ) ใช่ ( ) ไม่ใช่ | 4. | ท่านเป็นผู้ที่ “ไม่ได้” อยู่ในระหว่างการรักษาความเจ็บป่วยด้านจิตใจ เช่น มีภาวะซึมเศร้าที่รับประทานยา หรือ ไม่ได้อยู่ในระหว่างการรักษาความเจ็บป่วยด้วยโรคทางจิตเวชอื่นๆ   |

## ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล

**คำชี้แจง** ขอให้ท่านกรอกข้อมูลทั่วไปตามความเป็นจริง

ข้อ	รายละเอียด	คำตอบ
1.	เพศ	<input type="checkbox"/> 1. หญิง <input type="checkbox"/> 2. ชาย <input type="checkbox"/> 3. อื่นๆ โปรดระบุ _____
2.	อายุ	อายุ.....ปี
3.	สถานภาพคู่รักของท่าน ในปัจจุบัน	<input type="checkbox"/> 1. โสด <input type="checkbox"/> 2. มีแฟน/คู่รัก <input type="checkbox"/> 3. สมรส <input type="checkbox"/> 4. หม้าย (คู่สมรสเสียชีวิต) <input type="checkbox"/> 5. แยกกันอยู่ <input type="checkbox"/> 6. หย่า
4.	ใน 1 ปีที่ผ่านมา ท่านมี ช่วงเวลาที่ทำงานหรือไม่	<input type="checkbox"/> 1. ทำ <input type="checkbox"/> 2. ไม่ได้ทำงานตลอด 1 ปีที่ผ่านมา
5.	ประเภทของรายได้	<input type="checkbox"/> 1. เงินเดือน งานประจำ <input type="checkbox"/> 2. รายได้จากงานรายวัน/รับจ้างรายวัน <input type="checkbox"/> 3. รายได้จากงานพาร์ทไทม์ <input type="checkbox"/> 4. รายได้จากงานฟรีแลนซ์ เป็นโครงการหรือชิ้นงาน <input type="checkbox"/> 5. รายได้จากธุรกิจส่วนตัว
6.	รายได้รวมต่อเดือน	โปรดระบุ _____ บาท (โดยประมาณ)
7.	ท่านรับรู้รายได้ของท่าน	<input type="checkbox"/> 1. เพียงพอกับค่าใช้จ่าย <input type="checkbox"/> 2. ไม่เพียงพอ
8.	ประเภทของรายจ่าย (เลือกได้มากกว่า 1 ข้อ)	<input type="checkbox"/> 1. ค่าเช่าบ้าน <input type="checkbox"/> 2. ค่าน้ำไฟ <input type="checkbox"/> 3. ค่าโทรศัพท์/ อินเทอร์เน็ต <input type="checkbox"/> 4. ค่าอาหาร <input type="checkbox"/> 5. ค่าเลี้ยงดูบุตร/คู่สมรส <input type="checkbox"/> 6. ค่าเลี้ยงดูบุพการี/ครอบครัว <input type="checkbox"/> 7. ค่ารักษาพยาบาล/ยา/อุปกรณ์ <input type="checkbox"/> 8. ค่าจ้าง (แม่บ้าน, ผู้ดูแลเด็กหรือผู้ป่วย ฯลฯ) <input type="checkbox"/> 9. อื่นๆ โปรดระบุ _____
9.	รายจ่ายรวมต่อเดือน	โปรดระบุ _____ บาท (โดยประมาณ)
10.	จำนวนบุคคลที่อยู่ใน ความดูแล	(อาจเป็น บุตร หลาน หรือ บุคคลที่ท่านต้องรับผิดชอบให้ เงินค่าใช้จ่ายต่างๆ เป็นประจำ) จำนวน _____ คน (ไม่รวมตนเอง)

ข้อ	รายละเอียด	คำตอบ
11.	ประเภทหนี้สินต่อเดือนที่ต้องจ่าย (เลือกได้มากกว่า 1 ข้อ)	<input type="checkbox"/> 1. ผ่อนบ้าน จำนวนต่อเดือน <input type="checkbox"/> 2. ผ่อนรถ จำนวนต่อเดือน <input type="checkbox"/> 3. บัตรเครดิต จำนวนต่อเดือน <input type="checkbox"/> 4. ค่ารักษาพยาบาล จำนวนต่อเดือน <input type="checkbox"/> 5. สินเชื่อ จำนวนต่อเดือน <input type="checkbox"/> 6. บัตรกดเงินสด จำนวนต่อเดือน <input type="checkbox"/> 7. หนี้ธุรกิจ จำนวนต่อเดือน <input type="checkbox"/> 8. หนี้คนรู้จัก/ญาติ จำนวนต่อเดือน <input type="checkbox"/> 9. หนี้นอกระบบ จำนวนต่อเดือน <input type="checkbox"/> 10. อื่นๆ โปรดระบุ _____
12.	หนี้สินรวมต่อเดือน	โปรดระบุ _____ บาท (โดยประมาณ)
13.	อาชีพปัจจุบัน	<input type="checkbox"/> 1. รับจ้างทั่วไป <input type="checkbox"/> 2. ค้าขาย <input type="checkbox"/> 3. เจ้าของกิจการ <input type="checkbox"/> 4. เกษตรกร <input type="checkbox"/> 5. เจ้าของกิจการขนาดใหญ่ <input type="checkbox"/> 6. พนักงานบริษัทเอกชน <input type="checkbox"/> 7. ข้าราชการ <input type="checkbox"/> 8. พนักงานรัฐวิสาหกิจ <input type="checkbox"/> 9. นักวางแผนการเงิน <input type="checkbox"/> 10. นักจิตวิทยา นักสุขภาพจิต <input type="checkbox"/> 11. อื่นๆ โปรดระบุ _____
14.	ระดับการศึกษาสูงสุดของท่าน (ที่สำเร็จการศึกษาแล้ว)	<input type="checkbox"/> 1. ไม่ได้เรียนหนังสือ <input type="checkbox"/> 2. ประถมศึกษา (ป.1 -ป.6) <input type="checkbox"/> 3. มัธยมศึกษา (ม.1-ม.6) <input type="checkbox"/> 4. ประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช/ ปวส) <input type="checkbox"/> 5. ระดับปริญญาตรี <input type="checkbox"/> 6. ระดับปริญญาโท <input type="checkbox"/> 7. ระดับปริญญาเอก

ข้อ	รายละเอียด	คำตอบ
<b>สถานการณ์การชำระหนี้ในช่วง 12 เดือนที่ผ่านมา</b>		
15.	<p>กรุณาระบุสถานะการชำระหนี้ของท่านในช่วง 12 เดือนที่ผ่านมา</p>	<p><input type="checkbox"/> 1. ชำระหนี้ได้ตามจำนวนเต็มทุกรายการตลอด 12 เดือน</p> <p><input type="checkbox"/> 2. ชำระหนี้<u>ยอดขั้นต่ำ</u> หรือ <u>จ่ายแค่ดอกเบี้ย</u> ในบางรายการ เนื่องจากเงินไม่เพียงพอหรือต้องหมุนเงิน</p> <p><input type="checkbox"/> 3. ชำระหนี้<u>ยอดขั้นต่ำ</u> หรือ <u>จ่ายแค่ดอกเบี้ย</u> หลายรายการ เนื่องจากเงินไม่เพียงพอหรือต้องหมุนเงิน</p> <p><input type="checkbox"/> 4. ไม่สามารถชำระหนี้ได้บางรายการ</p> <p><input type="checkbox"/> 5. ไม่สามารถชำระหนี้ได้หลายรายการ</p> <p><input type="checkbox"/> 6. ไม่สามารถชำระหนี้ได้เลย</p>
16.	<p>ในช่วง 12 เดือนที่ผ่านมา ท่านมีความกังวลต่อการชำระหนี้หรือไม่</p>	<p><input type="checkbox"/> 1. ไม่เคยกังวลเลย</p> <p><input type="checkbox"/> 2. กังวลบ้างบางครั้งบางคราว</p> <p><input type="checkbox"/> 3. ค่อนข้างกังวล</p> <p><input type="checkbox"/> 4. มีความกังวลตลอดเวลา</p>
17.	<p>อัตราการเก็บออมต่อเดือน (ไม่ว่าจะเป็นการออมเงิน, การออมในกองทุน, การออมในหุ้น, การออมสลากออมสินหรือสลากธกส.และอื่นๆ)</p>	<p><input type="checkbox"/> 1. เก็บออมทุกเดือน (กรุณาระบุจำนวนมูลค่าการออมต่อเดือนโดยประมาณ ..... บาท)</p> <p><input type="checkbox"/> 2. ไม่มีการออมต่อเดือน (0 บาท)</p>
18.	<p>เหตุการณ์การแพร่ระบาดของโรค COVID-19 ส่งผลต่อสถานการณ์ทางการเงินหรือการชำระหนี้ของท่านหรือไม่</p>	<p><input type="checkbox"/> 0. ไม่ส่งผล</p> <p><input type="checkbox"/> 1. ส่งผลบ้างบางส่วน</p> <p><input type="checkbox"/> 2. ค่อนข้างส่งผล</p> <p><input type="checkbox"/> 3. ส่งผลอย่างมาก</p>

## ตอนที่ 2 : แบบสอบถามความคิด ความเชื่อเกี่ยวกับเงิน

คำชี้แจง โปรดอ่านและพิจารณาข้อความในแต่ละข้อแล้วทำเครื่องหมาย × บนตัวเลขที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด โดยตัวเลขแต่ละตัวมีความหมาย ดังนี้

- |                                |                             |
|--------------------------------|-----------------------------|
| 1 หมายถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง | 4 หมายถึง เห็นด้วยบางส่วน   |
| 2 หมายถึง ไม่เห็นด้วย          | 5 หมายถึง เห็นด้วย          |
| 3 หมายถึง ไม่เห็นด้วยบางส่วน   | 6 หมายถึง เห็นด้วยอย่างยิ่ง |

ข้อความ		ไม่ เห็น ด้วย อย่าง ยิ่ง 1	ไม่ เห็น ด้วย 2	ไม่ เห็น ด้วย บาง ส่วน 3	เห็น ด้วย บาง ส่วน 4	เห็น ด้วย 5	เห็น ด้วย อย่าง ยิ่ง 6
1	ฉันไม่คู่ควรกับการมีเงิน	1	2	3	4	5	6
2	คนดีไม่ควรสนใจเรื่องเงินๆ ทองๆ	1	2	3	4	5	6
3	มันยากที่จะรวยด้วยและยังเป็นคนดีอยู่ ด้วย	1	2	3	4	5	6
4	.....	1	2	3	4	5	6
5	.....	1	2	3	4	5	6
6	.....	1	2	3	4	5	6
7	.....	1	2	3	4	5	6
8	.....	1	2	3	4	5	6
9	.....	1	2	3	4	5	6
10	.....	1	2	3	4	5	6
11	.....	1	2	3	4	5	6
12	.....	1	2	3	4	5	6
13	.....	1	2	3	4	5	6
14	.....	1	2	3	4	5	6
15	.....	1	2	3	4	5	6

ข้อความ		ไม่ เห็น ด้วย อย่าง ยิ่ง 1	ไม่ เห็น ด้วย 2	ไม่ เห็น ด้วย บาง ส่วน 3	เห็น ด้วย บาง ส่วน 4	เห็น ด้วย 5	เห็น ด้วย อย่าง ยิ่ง 6
16	.....	1	2	3	4	5	6
17	.....	1	2	3	4	5	6
18	.....	1	2	3	4	5	6
19	.....	1	2	3	4	5	6
20	.....	1	2	3	4	5	6
21	.....	1	2	3	4	5	6
22	.....	1	2	3	4	5	6
23	.....	1	2	3	4	5	6
24	.....	1	2	3	4	5	6
25	.....	1	2	3	4	5	6
26	.....	1	2	3	4	5	6
27	.....	1	2	3	4	5	6
28	.....	1	2	3	4	5	6

### ตอนที่ 3 : แบบสอบถามความตึงเครียดทางการเงิน

คำชี้แจง โปรดอ่านและพิจารณาข้อความในแต่ละข้อ แล้วทำเครื่องหมาย × บนตัวเลขที่ตรงกับระดับความถี่ของการ

ทำพฤติกรรมในข้อความต่อไปนี้ ในระยะเวลา 12 เดือนที่ผ่านมา โดยตัวเลขแต่ละตัวมีความหมาย ดังนี้

- |                              |                             |
|------------------------------|-----------------------------|
| 1 หมายถึง ไม่เคยเกิดขึ้นเลย  | 4 หมายถึง เกิดขึ้นบ่อย      |
| 2 หมายถึง ไม่ค่อยเกิดขึ้น    | 5 หมายถึง เกิดขึ้นเป็นประจำ |
| 3 หมายถึง เกิดขึ้นในบางครั้ง |                             |

	ข้อความ	ไม่เคย เกิดขึ้น เลย	ไม่ ค่อย เกิด ขึ้น	เกิดขึ้น บาง ครั้ง	เกิด ขึ้น บ่อย	เกิดขึ้น เป็น ประจำ
		1	2	3	4	5
1	ฉันรู้วิธีการคำนวณดอกเบี้ยในยอดหนี้ที่ฉันมี อยู่ตอนนี้	1	2	3	4	5
2	ฉันรู้สึกว่าคุณเองได้ศึกษาหาความรู้ด้าน การเงินเป็นอย่างดี	1	2	3	4	5
3	ฉันรู้สึกว่าคุณเองมีข้อมูลเกี่ยวกับการเงิน (เช่น อัตราดอกเบี้ยเงินออม ดอกเบี้ยเงินกู้ รายวัน) ของตนมากพอ	1	2	3	4	5
4	.....	1	2	3	4	5
5	.....	1	2	3	4	5
6	.....	1	2	3	4	5
7	.....	1	2	3	4	5
8	.....	1	2	3	4	5
9	.....	1	2	3	4	5
10	.....	1	2	3	4	5
11	.....	1	2	3	4	5
12	.....	1	2	3	4	5



ข้อความ		ไม่เคย เกิดขึ้น เลย 1	ไม่ ค่อย เกิด ขึ้น 2	เกิดขึ้น บาง ครั้ง 3	เกิด ขึ้น บ่อย 4	เกิดขึ้น เป็น ประจำ 5
13	.....	1	2	3	4	5
14	.....	1	2	3	4	5
15	.....	1	2	3	4	5
16	.....	1	2	3	4	5
17	.....	1	2	3	4	5
18	.....	1	2	3	4	5
19	.....	1	2	3	4	5
20	.....	1	2	3	4	5
21	.....	1	2	3	4	5
22	.....	1	2	3	4	5
23	.....	1	2	3	4	5
24	.....	1	2	3	4	5
25	.....	1	2	3	4	5
26	.....	1	2	3	4	5
27	.....	1	2	3	4	5
28	.....	1	2	3	4	5

#### ตอนที่ 4 แบบสอบถามเกี่ยวกับความหมายในชีวิต

**คำชี้แจง** ในแต่ละข้อ ให้ท่านวงกลม ○ ล้อมรอบตัวเลขที่ใกล้เคียงกับความรู้สึกที่แท้จริงของท่านมากที่สุด ตัวเลขที่อยู่ปลายสุดของแต่ละด้านเป็นค่าที่แสดงความรู้สึกตรงกันข้ามกันเสมอ และค่ากลางหรือค่า “4” แสดงว่าท่านไม่แน่ใจ ขอให้ท่านใช้ค่า “4” ให้น้อยที่สุดเท่าที่จะทำได้

##### 1. ฉันมักจะ...



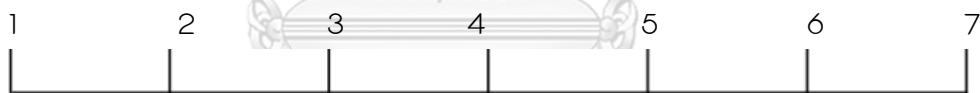
1 เปื่อหน่าย ทุกสิ่งทุกอย่าง      4 ไม่แน่ใจ      7 ำเรึง กระตือรือร้น

##### 2. สำหรับฉัน ชีวิตดูเหมือนจะ...



7 ตื่นเต้นเสมอ      4 ไม่แน่ใจ      1 ซ้ำซากจำเจ

##### 3. ชีวิตฉัน ...



1 ไม่มีเป้าหมาย/ จุดมุ่งหมายใด ๆ หรือจุดมุ่งหมายไม่ชัดเจน      4 ไม่แน่ใจ      7 มีเป้าหมาย

##### 4. การดำรงอยู่ของฉัน ...



1 ไม่มีจุดมุ่งหมาย และไร้ความหมาย      4 ไม่แน่ใจ      7 มีจุดมุ่งหมาย และมีความหมาย

5. ทุก ๆ วันจะ ...



มีสิ่งใหม่ ๆ เสมอ

ไม่แน่ใจ

เหมือนเดิมทุกอย่าง

6. ถ้าเลือกได้ ฉัน ...



ไม่อยากเกิดมา

ไม่แน่ใจ

เกิดใหม่ให้

อีกเลยทุกชาติ

เหมือนชาตินี้

7. หลังจากเกษียณงานแล้ว ฉันปรารถนาที่จะ ...



ทำในสิ่งที่

ไม่แน่ใจ

ไม่ทำอะไรเลยใน

อยากจะทำเสมอ

ช่วงชีวิตที่เหลืออยู่

8. ในการดำเนินชีวิตให้ประสบความสำเร็จ ฉัน ...



ไม่ได้สร้างความ

ไม่แน่ใจ

ได้สร้างความสำเร็จ

ก้าวหน้าใด ๆ เลย

ให้แก่ชีวิต

9. ชีวิตของฉัน ...



ว่างเปล่ามีแต่

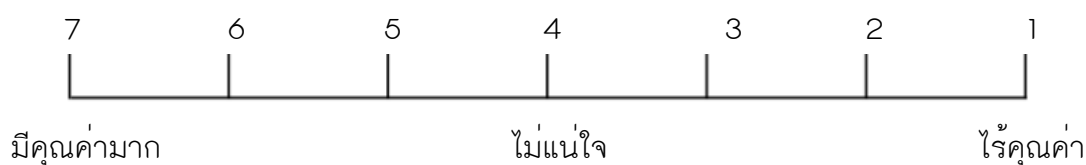
ไม่แน่ใจ

อยู่ท่ามกลางสิ่งดี ๆ

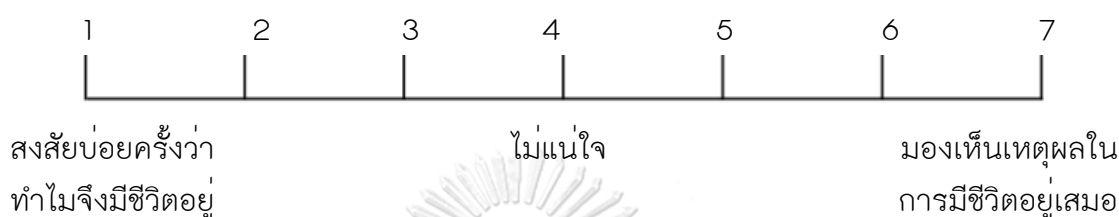
ความสิ้นหวัง

ที่น่าตื่นเต้น

10. ถ้าวันนี้ฉันต้องตายไป ฉันรู้สึกว่ามีชีวิตฉัน ...



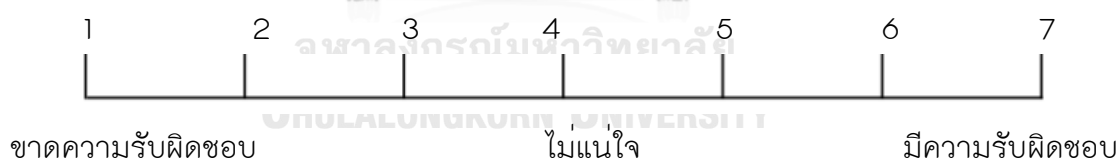
11. เมื่อคิดถึงชีวิต ฉัน ...



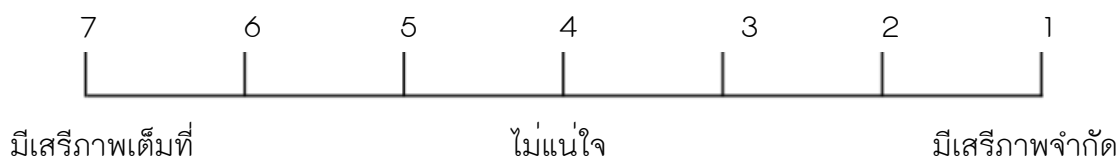
12. เมื่อมองดูโลกรอบตัวที่เกี่ยวข้องกับฉัน โลกนี้ ...



13. ฉันเป็นคนที่ ...



14. ในเรื่องเสรีภาพของคนที่จะเลือกสิ่งที่เขาต้องการ ฉันเชื่อว่า



## 15. เกี่ยวกับความตาย ฉัน ...



เตรียมพร้อมเสมอไม่ว่า  
กลัวความตาย

ไม่แน่ใจ

ไม่ได้เตรียมตัว  
ไม่ยอกนึกถึง

## 16. เกี่ยวกับการฆ่าตัวตาย ฉัน ...



นึกถึงเสมอว่า  
เป็นการแก้ปัญห

ไม่แน่ใจ

ไม่เคยนึกถึงเลย

17. ฉันเห็นว่า ฉันสามารถค้นหาบางสิ่งที่เป็นเป้าหมายและความหมายในชีวิต  
ตลอดจนได้ทุ่มเทตนเอง เพื่อสิ่งนั้น ...

มีความสามารถมาก

ไม่แน่ใจ

ไม่เคยทำเลย

## 18. ชีวิตของฉัน ...



ฉันกำหนดเอง

ไม่แน่ใจ

อยู่นอกเหนือการ  
ควบคุมของฉัน

## 19. การเผชิญหน้ากับงานในชีวิตประจำวันของฉัน ...

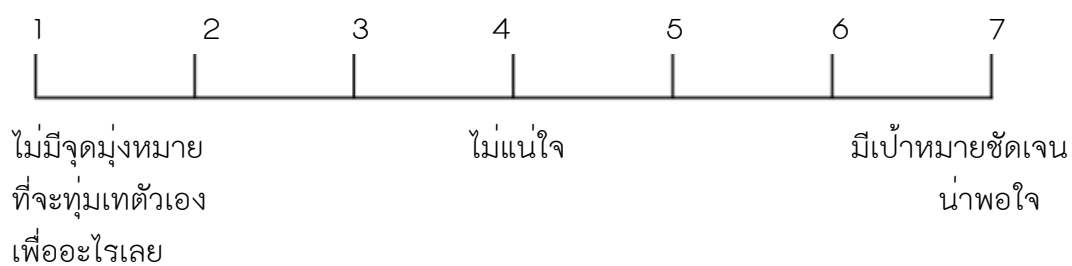


เป็นที่น่าสนใจ  
น่าพึงพอใจ

ไม่แน่ใจ

เป็นที่น่าสนใจ  
น่าเจ็บปวด

20. ฉันพบว่าชีวิตของฉัน ...



ตอนที่ 5 : แบบสอบถามเกี่ยวกับภาวะซึมเศร้า

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความในแต่ละข้อและทำเครื่องหมาย × บนตัวเลขที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด ในสัปดาห์ที่ผ่านมา ข้อความเหล่านี้ไม่มีคำตอบใดที่ผิดหรือถูก ฉะนั้นท่านไม่จำเป็นต้องใช้เวลานานในการพิจารณาข้อความ โดยแต่ละข้อมีความหมาย ดังนี้

0 = ไม่ตรงกับตัวท่านเลย

2 = ตรงกับตัวท่านมาก

1 = ตรงกับท่านเล็กน้อย

4 = ตรงกับตัวท่านมากที่สุด

ข้อ	ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ท่านมีอาการเหล่านี้บ้างหรือไม่	ไม่ ตรง เลย 0	ตรง น้อย 1	ตรง มาก 2	ตรง มาก ที่สุด 3
1	ฉันรู้สึกแย่ ไม่รู้สึกดี ๆ ในช่วงนี้	0	1	2	3
2	ฉันไม่นึกอยากทำอะไร แม้ว่าจะเป็นสิ่งที่เคยชอบทำ	0	1	2	3
3	ฉันรู้สึกเหมือนอยู่ไปวัน ๆ โดยไม่มีเป้าหมาย	0	1	2	3
4	.....	0	1	2	3
5	.....	0	1	2	3
6	.....	0	1	2	3
7	.....	0	1	2	3
8	.....	0	1	2	3
9	.....	0	1	2	3
10	.....	0	1	2	3
11	.....	0	1	2	3
12	.....	0	1	2	3
13	.....	0	1	2	3
14	.....	0	1	2	3



ภาคผนวก จ  
ใบประชาสัมพันธ์

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY



## ขอเชิญชวนเข้าร่วม เป็นส่วนหนึ่งในการวิจัย

ติดต่อสอบถามเพิ่มเติมได้ที่  
โทร : 095-247-8141 (เบนจี้)  
E-mail : benjichol.bj@gmail.com

**คนทำงาน  
กับภาวะ  
หนี้สิน**

SCAN QR code  
เพื่อทำแบบสอบถาม

งานวิจัย อิทธิพลของเจตคติต่อเงิน  
ความตึงเครียดทางการเงิน และ  
ความหมายในชีวิตที่มีต่อภาวะซึมเศร้า  
ของคนทำงานที่มีภาวะหนี้สิน



### เราจะเข้าร่วมงานวิจัยนี้ได้อย่างไร?

- ชายและหญิงอายุ 18 ปีขึ้นไป ทำงานมีรายได้ และชำระค่าใช้จ่ายของตนเองหรือครอบครัว
- มีหนี้สินไม่ว่าจะเป็นหนี้ในระบบหรือนอกระบบ อาทิ บัตรเครดิต เงินกู้ยืมสินเชื่อ ในรอบ 1 ปีที่ผ่านมา และ
  - มีกังวลใจในการชำระหนี้ หรือ
  - มีปัญหาในการชำระหนี้ หรือ
  - ไม่มีเงินออมหรือมีปัญหาในการเก็บออมเงิน
- สามารถอ่านและเข้าใจภาษาไทยได้ดี
- ไม่เป็นผู้มีปัญหาสุขภาพจิตหรือจิตเวช และไม่อยู่ในระหว่างการบำบัดรักษา



### เราต้องทำอะไรบ้าง?

ผู้เข้าร่วมวิจัยเพียงตอบแบบสอบถาม 1 ครั้ง  
(ประมาณ 30 นาที)  
\*\*\* ข้อมูลในแบบสอบถามจะถูกเก็บเป็นความลับ  
และไม่สามารถนำไปสู่การระบุตัวตนของผู้เข้าร่วมวิจัยได้ \*\*\*



### เราจะได้รับประโยชน์อะไร จากการเข้าร่วมงานวิจัยนี้?

ผลการศึกษานี้จะช่วยให้เกิด ความรู้ความเข้าใจ  
และแนวทางการพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพจิตของ  
คนวัยทำงานที่มีหนี้สิน

## ประวัติผู้เขียน

ชื่อ-สกุล	ชลพรรณ จรรย์พงษ์
วัน เดือน ปี เกิด	24 มกราคม 2534
สถานที่เกิด	กรุงเทพมหานคร
วุฒิการศึกษา	- สำเร็จการศึกษาระดับชั้นมัธยมศึกษา จากโรงเรียนสาธิตน้ำผึ้ง ในพระอุปถัมภ์ฯ ปีการศึกษา 2551 - เข้าศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษา และสำเร็จการศึกษาจากหลักสูตร วิทยาศาสตร์บัณฑิต คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (เกียรตินิยมอันดับ 1) ในปีการศึกษา 2555 - เข้าศึกษาต่อในระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา แขนงจิตวิทยาการปรึกษา จากคณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในปีการศึกษา 2563
	หมายเหตุ : หากผู้อ่านท่านใดมีความประสงค์จะใช้มาตรการที่พัฒนาขึ้นใน งานวิจัยครั้งนี้สามารถติดต่อผู้วิจัยได้ที่คณะจิตวิทยา จุฬาฯ เพื่อทำการ ติดต่อผู้วิจัย หรือ <a href="mailto:bjc.chonlapat@gmail.com">bjc.chonlapat@gmail.com</a>

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY