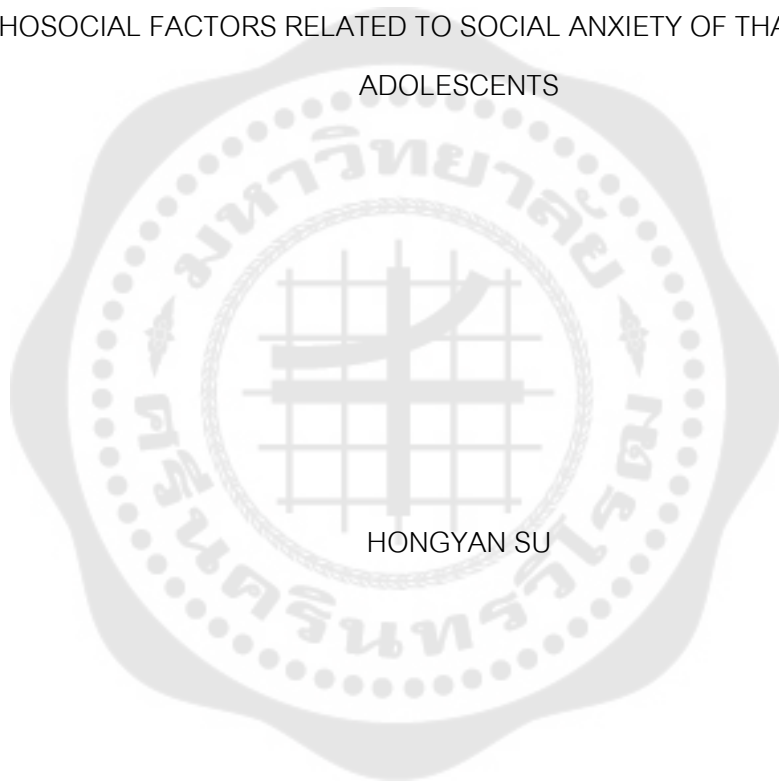




ปัจจัยจิตสังคมที่สัมพันธ์กับความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นไทยและจีน  
PSYCHOSOCIAL FACTORS RELATED TO SOCIAL ANXIETY OF THAI AND CHINESE  
ADOLESCENTS



HONGYAN SU

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

2566

ปัจจัยจิตสังคมที่สัมพันธ์กับความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นไทยและจีน



ปริญญาานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร  
ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ  
คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ  
ปีการศึกษา 2566  
ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

PSYCHOSOCIAL FACTORS RELATED TO SOCIAL ANXIETY OF THAI AND CHINESE  
ADOLESCENTS



A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements  
for the Degree of MASTER OF ARTS  
(Developmental Psychology)

Faculty of Humanities, Srinakharinwirot University

2023

Copyright of Srinakharinwirot University

ปริญญาานิพนธ์

เรื่อง

ปัจจัยจิตสังคมที่สัมพันธ์กับความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นไทยและจีน

ของ

HONGYAN SU

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร

ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ

ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการสอบปากเปล่าปริญญาานิพนธ์

ที่ปรึกษาหลัก

(อาจารย์ ดร.ชาญ รัตนะพิสิฐ)

ประธาน

(รองศาสตราจารย์ ดร.ปิ่นกนก วงศ์ปิ่นเพชร)

กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธีระชน พลโยธา)

ชื่อเรื่อง	ปัจจัยจิตสังคมที่สัมพันธ์กับความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นไทยและจีน
ผู้วิจัย	HONGYAN SU
ปริญญา	ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต
ปีการศึกษา	2566
อาจารย์ที่ปรึกษา	อาจารย์ ดร. ชาญ รัตนะพิสิฐ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เปรียบเทียบระดับความวิตกกังวลของวัยรุ่นไทยและจีน 2) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลทางสังคมกับปัจจัยทางจิต ได้แก่ ความภาคภูมิใจในตนเอง การรับรู้ความสามารถทั่วไปของตน ความมั่นคงทางอารมณ์ และปัจจัยทางสังคม ได้แก่ การอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม การเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนให้เหตุผล และแบบอย่างทางสังคม 3) ทำนายความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นไทยและวัยรุ่นจีน โดยใช้ปัจจัยทางจิตและปัจจัยทางสังคม โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นวัยรุ่นไทยและวัยรุ่นจีนที่มีอายุตั้งแต่ 12 ถึง 18 ปี แบ่งเป็นวัยรุ่นไทยจำนวน 80 คน และวัยรุ่นจีน 80 คน รวมทั้งสิ้น 160 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบวัดที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลทางสังคมและตัวแปรต่าง ๆ ผลการวิจัยพบว่า 1) วัยรุ่นจีน มีความวิตกกังวลทางสังคมสูงกว่าวัยรุ่นไทยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และพบว่าวัยรุ่นไทยและวัยรุ่นจีนที่มีเพศ ลำดับการเกิด รูปแบบการอยู่อาศัยกับครอบครัว และรายได้แตกต่างกันมีความวิตกกังวลทางสังคมแตกต่างกัน 2) ความวิตกกังวลทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางลบกับความภาคภูมิใจในตนเอง การรับรู้ความสามารถทั่วไปของตน ความมั่นคงในอารมณ์ และการเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนให้เหตุผล ในขณะที่ความวิตกกังวลทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเลี้ยงดูแบบควบคุม และแบบอย่างทางสังคมที่สื่อถึงความวิตกกังวลทางสังคม 3) ปัจจัยทางจิต ได้แก่ ความภาคภูมิใจในตนเอง และความมั่นคงทางอารมณ์ รวมถึงปัจจัยทางสังคม ได้แก่ การอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม และแบบอย่างทางสังคมสามารถร่วมกันทำนายความวิตกกังวลของวัยรุ่นไทยและจีนได้ ร้อยละ 57.40

คำสำคัญ : ความวิตกกังวลทางสังคม, ปัจจัยทางจิต, ปัจจัยทางสังคม, วัยรุ่นไทยและจีน

Title	PSYCHOSOCIAL FACTORS RELATED TO SOCIAL ANXIETY OF THAI AND CHINESE ADOLESCENTS
Author	HONGYAN SU
Degree	MASTER OF ARTS
Academic Year	2023
Thesis Advisor	Doctor Charn Rattanasit

The objectives of this study are as follows: (1) to compare the levels of social anxiety among Thai and Chinese adolescents; (2) to explore the relationship between social anxiety and psychological factors, including self-esteem, generalized self-efficacy, emotional intelligence, and social factors, such as controlled parenting style, the loving, supportive, and rational parenting style, as well as the social anxiety model; and (3) to predict social anxiety in Thai and Chinese adolescents using both psychological and social factors. The sample consisted of 160 adolescents (80 Thai and 80 Chinese), aged 12 to 18 years. The data were collected using a measurement tool developed by the researcher, based on relevant theoretical concepts related to social anxiety and its variables. The findings revealed that Chinese adolescents exhibited significantly higher levels of social anxiety in comparisons to their Thai counterparts. Furthermore, differences in social anxiety were observed based on gender, birth order, family living arrangements, and income levels among Thai and Chinese adolescents. Social anxiety negatively correlated with self-esteem, generalized self-efficacy, emotional intelligence, and the loving, supportive, and rational parenting style, while it positively correlated with the controlled parenting style and the social anxiety model. The combined psychological and social factors were able to predict 57.40% of the variance in social anxiety among Thai and Chinese adolescents.

Keyword : social anxiety, psychological factors, social factor, Thai adolescents, Chinese adolescents

## กิตติกรรมประกาศ

ปริญญาานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยดีจากความกรุณาของผู้มีพระคุณหลาย ๆ ท่าน ผู้วิจัยขอขอบพระคุณ ดร.ชาญ รัตนะพิสิฐ อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก และ รองศาสตราจารย์ ดร.ณัฐวีร์ สิทธิศิริอรุณ ที่สละเวลาคอยชี้แนะ ให้ความรู้และคำปรึกษา รวมถึงสละเวลาในการตรวจสอบและ แก้ไขจุดบกพร่องต่างๆในการทำปริญญาานิพนธ์แก่ผู้วิจัยตลอดระยะเวลาตั้งแต่เริ่มต้นจนเสร็จ สมบูรณ์ผู้วิจัยขอขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร. ปิ่นกนก วงศ์ปิ่นเพชร ประธานกรรมการ และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธีระชน พลโยธา ที่กรุณาสละเวลามาเป็นกรรมการผู้ทรงคุณวุฒิสอบปากเปล่าปริญญาานิพนธ์ พร้อมทั้งยังมอบคำแนะนำ ชี้แนะแนวทางในการแก้ไขจุดบกพร่องต่าง ๆ ทำให้ ปริญญาานิพนธ์ฉบับนี้มีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้นขอขอบพระคุณคณาจารย์ทุกท่านในสาขาวิชา จิตวิทยาพัฒนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่ได้อบรมสั่งสอน ให้ความรู้ รวมไปถึงให้ คำแนะนำในการทำปริญญาานิพนธ์ในแง่มุมต่างๆที่หลากหลาย

ขอบคุณและขอขอบคุณเพื่อนร่วมรุ่น พี่ๆ จิตพัฒฯ 64 ทุกคน ที่คอยให้กำลังใจ ให้ความช่วยเหลือ และสร้างแรงกระตุ้นในการเรียนและการทำวิจัยมาโดยตลอดสุดท้ายนี้ผู้วิจัยกราบ ขอบพระคุณ บิดา มารดา และบุคคลอันเป็นที่รักทุกท่าน ที่คอยให้กำลังใจ ให้ความรัก ความห่วงใย และให้การสนับสนุนในทุกด้านแก่ผู้วิจัยมาโดยตลอดและขอขอบคุณตัวเองที่มีความอดทนและความ พยายามจนสามารถทำปริญญาานิพนธ์ฉบับนี้ให้สำเร็จลุล่วงได้

HONGYAN SU

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย .....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ .....	จ
กิตติกรรมประกาศ .....	ฉ
สารบัญ .....	ช
บทที่ 1 บทนำ .....	1
ความเป็นมาของปัญหาการวิจัย.....	1
วัตถุประสงค์การวิจัย .....	4
ความสำคัญของการวิจัย .....	4
ขอบเขตการวิจัย.....	5
นิยามปฏิบัติการ .....	6
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง .....	9
ส่วนที่ 1 แนวคิดพัฒนาการในวัยรุ่น .....	11
1.1 ความหมายและช่วงอายุของวัยรุ่น .....	11
1.2 พัฒนาการแต่ละด้านของวัยรุ่น .....	11
ส่วนที่ 2 แนวคิดเกี่ยวกับความวิตกกังวลทางสังคม .....	17
2.1 มโนทัศน์เบื้องต้นของความวิตกกังวล.....	17
2.2 ความหมายของความวิตกกังวลทางสังคม .....	18
2.3 ประเภทของความวิตกกังวลทางสังคม .....	19
2.4 การวัดความวิตกกังวลทางสังคม .....	22
2.5 สาเหตุของความวิตกกังวลทางสังคม.....	23
ส่วนที่ 3 ปัจจัยทางจิตสังคมกับความวิตกกังวลทางสังคม .....	25



ปัจจัยทางจิต .....	26
3.1 ความภาคภูมิใจในตนเอง (Self - esteem) .....	26
3.2 การรับรู้ความสามารถทั่วไปของตน (Generalized self-efficacy) .....	29
3.3 ความมั่นคงทางอารมณ์ (Emotional intelligence) .....	31
ปัจจัยทางสังคม .....	35
3.4 การอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม .....	35
3.5 การอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนให้เหตุผล .....	38
3.6 ตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคม .....	42
3.7 ปัจจัยส่วนบุคคล .....	45
กรอบแนวคิดของการวิจัย .....	49
สมมติฐานของการวิจัย .....	49
บทที่ 3 วิธีดำเนินงานวิจัย .....	51
ประชากรและกลุ่มตัวอย่างงานวิจัย .....	51
ประชากร .....	51
กลุ่มตัวอย่าง .....	51
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย .....	51
1. แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล .....	52
ตัวอย่างแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล .....	52
2. แบบวัดความวิตกกังวลทางสังคม .....	52
ตัวอย่างคำถามแบบวัดความวิตกกังวลทางสังคม .....	53
3. แบบวัดความภาคภูมิใจในตนเอง .....	53
ตัวอย่างคำถามแบบวัดความภาคภูมิใจในตนเอง .....	53
4. แบบวัดการรับรู้ความสามารถทั่วไปของตน .....	54
ตัวอย่างคำถามแบบวัดการรับรู้ความสามารถทั่วไปของตน .....	54

5. แบบวัดความมั่นคงทางอารมณ์.....	54
ตัวอย่างคำถามแบบวัดความมั่นคงทางอารมณ์.....	54
6. แบบวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม.....	55
ตัวอย่างคำถามแบบวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม.....	55
7. แบบวัดการเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนใช้เหตุผล.....	55
ตัวอย่างคำถามแบบวัดการเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนใช้เหตุผล.....	55
8. แบบวัดตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคม.....	56
ตัวอย่างคำถามแบบวัดตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคม.....	56
การหาคุณภาพของเครื่องมือวิจัย.....	56
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	57
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	58
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	59
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	59
การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	60
ตอนที่ 1 การวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่าง โดยสถิติเชิงพรรณนา (Descriptive statistics).....	60
ตอนที่ 2 ข้อมูลเบื้องต้นของตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย.....	61
ตอนที่ 3 ผลการทดสอบสมมติฐานวิจัย.....	63
บทที่ 5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	74
อภิปรายผล.....	76
ข้อเสนอแนะการวิจัยงานวิจัย.....	88
ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้.....	88
ข้อเสนอแนะในการศึกษาวิจัยครั้งต่อไป.....	91
บรรณานุกรม.....	2



## บทที่ 1

### บทนำ

#### ความเป็นมาของปัญหาการวิจัย

ความวิตกกังวลเป็นปฏิกิริยาตอบสนองที่บุคคลมีต่อความเครียดที่มีทั้งประโยชน์และโทษ เนื่องจากบางสถานการณ์ช่วยให้บุคคลตื่นตัวพร้อมรับมือกับปัญหาหรือเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้นจึงนับว่าเป็นประโยชน์ แต่หากมีความวิตกกังวลมากเกินไปจนเป็นโทษก็จะกลายเป็นโรค วิตกกังวล ทำให้บุคคลรู้สึกกังวลและกลัวจนเกินเหตุ จนกระทั่งส่งผลทางลบหรือเป็นปัญหาต่อการดำเนินชีวิตประจำวัน (โรงพยาบาลบำรุงราษฎร์, 2565) โดย Shouliang (2005) อธิบายว่า ความวิตกกังวลทางสังคม สามารถแบ่งออกเป็นสองประเภท ประเภทที่หนึ่ง เป็นความอ่อนไหวทางสังคมที่ยังไม่ถึงว่าเป็นโรค (หรือที่เรียกว่าความตึงเครียดทางสังคม) ประเภทที่สอง ความวิตกกังวลทางสังคมที่เป็นโรคทางจิตเวช ซึ่งเป็นปรากฏการณ์ทางอุปติการณโรคที่มีความรุนแรงเรื้อรัง ส่งผลต่อการเข้าสังคมและการดำเนินชีวิต โดยคำว่า 'ความวิตกกังวลทางสังคม' ดั้งเดิมนั้นเป็นศัพท์ทางการแพทย์ ชื่อเต็มคือ Social anxiety disorder (Weihua, 2022) แต่ต่อมาได้ขยายขอบเขตไปในเชิงของปรากฏการณ์ทางจิตวิทยาและสังคมวิทยา หมายถึง ความรู้สึกไม่สบายใจ หรือมีความเครียดเมื่อบุคคลต้องสื่อสารกับบุคคลอื่น มีความรู้สึกหวาดกลัวต่ออิทธิพลทางสังคมที่เคร่งครัด กลัวการถูกจับผิด กลั่นแกล้ง หรือตกอยู่ภายใต้แรงกดดันทางสังคมที่คอยกำกับการกระทำของตน จนอยากแยกตัวและลดการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมของตนเอง (Chuchart et al., 2010; Peng & Miaoying, 2021)

เมื่อพิจารณาเกี่ยวกับการเกิดความวิตกกังวลในวัยรุ่นตามแนวคิดทฤษฎีพัฒนาการทางบุคลิกภาพของ Erikson จะพบว่ามีความเกี่ยวข้องกับพัฒนาการทางบุคลิกภาพขั้นที่ 5 การมี อัตลักษณ์กับการสับสนในบทบาท (Identity vs Role confusion) โดยวัยรุ่นมักแสวงหาความเป็นตัวของตัวเองและอัตลักษณ์เฉพาะตัว ซึ่งจะทำให้รู้ว่าตนเองเป็นส่วนใดของสังคม รู้สึกว่าได้รับการยอมรับจากเพื่อนเป็นสิ่งสำคัญที่สุดของวัยรุ่น แต่หากว่าไม่ได้รับการยอมรับจากผู้อื่นในอัตลักษณ์ของตัวเองจะทำให้เกิดความรู้สึกสับสนในบทบาทและเกิดความกลัวในการเข้าสังคม (Shouliang, 2005) อีกทฤษฎีหนึ่งที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลของวัยรุ่นอาจอธิบายได้ด้วยแนวคิดภาพลักษณ์ของตนเอง หรือแนวคิดการนิยามตนเอง (self-concept) อธิบายว่า วัยรุ่นแต่ละคนจะมีความคิดเกี่ยวกับภาพลักษณ์ของตนเองว่าเป็นคนอย่างไร และต้องการนำเสนอภาพลักษณ์นั้นสู่คนอื่นผ่านการเข้าสังคมเพื่อให้ได้รับการยอมรับ จึงเกิดแรงจูงใจที่จะเข้าสังคมตามมา แต่ถ้าหากว่าภาพลักษณ์ของตนเองได้รับการยอมรับก็จะเกิดความภูมิใจและอารมณ์ทางบวก

แต่หากไม่ได้รับการยอมรับหรือเห็นความสำคัญจากผู้อื่นจึงอาจทำให้เกิดความเครียดและรู้สึก  
กระวนกระวายใจ หรือแม้กระทั่งกลายเป็นความกลัว (Larry & Hlovor, 2019)

จากข้อมูลทางระบาดวิทยาในสหรัฐอเมริกาเปิดเผยรายละเอียดเกี่ยวกับภาวะโรคทางจิต  
เวช หรือประเด็นที่น่าเป็นห่วงเกี่ยวกับทางจิตใจของวัยรุ่นในฝั่งอเมริกาและยุโรป พบว่า ความวิตก  
กังวลทางสังคม (Social anxiety disorder) นับเป็นโรคทางจิตเวชที่พบมากเป็นอันดับสามของ  
ประเทศ รองจากโรคซึมเศร้า (Depression) และโรคการใช้ความรุนแรงจากการดื่มสุรา (Alcohol  
abuse) (Richards et al., 2002) จึงเป็นเรื่องสำคัญที่ควรให้ความสนใจมากขึ้นเรื่อย ๆ เช่นเดียวกับ  
ทางเอเชียที่พบว่า ความวิตกกังวลเป็นปัญหาสังคมที่มีอัตราการเกิดขึ้นในหมู่ประชากรสูงเป็น  
อันดับต้น ๆ โดยเฉพาะในประเทศไทยและประเทศจีน ซึ่ง วนบุษปี ยุพเกษตร (2562) นำเสนอ  
รายงานจากกรมสุขภาพจิตไทย พบว่า การโทรเข้าสายด่วนสุขภาพจิต สาเหตุอันดับ 1 คือ  
ความเครียดและความวิตกกังวล โทรเข้ากว่า 23,537 ครั้ง จากจำนวน 70,534 ครั้ง เป็นร้อยละ  
35.33 แบ่งเป็นเพศชาย 24,419 คน เพศหญิง 42,891 คน ไม่ระบุเพศ 3,224 คน โดยเป็นวัยที่มี  
อายุระหว่าง 15-21 ปี จำนวนถึง 13,856 คน และพบว่าผู้ที่มีสถานภาพทางสังคมและเศรษฐกิจต่ำ  
มักมีความวิตกกังวลทางสังคมมากกว่าเด็กวัยรุ่นที่มีสถานภาพทางสังคมและเศรษฐกิจสูงกว่าถึง  
2.5 เท่า ส่วนในประเทศจีนได้มีการสำรวจของ Chinese Academy of Social Sciences และ  
สถาบันอื่น ๆ ร่วมกันโดยสำรวจสภาวะความมั่นคงทางจิตใจของคนวัยหนุ่มสาวจีนที่มีอายุระหว่าง  
18 ปี ถึง 35 ปี จำนวนมากกว่า 4,000 คน พบว่ากว่าร้อยละ 40.20 มีความวิตกกังวลทางสังคม  
และรู้สึกว่าจะมีความกระทบต่อสภาพจิตใจและการดำเนินชีวิตอย่างมาก (Peng & Miaoying, 2021)  
จากข้อมูลข้างต้นจะเห็นได้ว่าวัยรุ่นไทยและวัยรุ่นจีนในปัจจุบันมีอาการความวิตกกังวลทางสังคม  
เป็นจำนวนมาก

จะเห็นว่าความวิตกกังวลทางสังคมเป็นปัญหาสำคัญทั้งประเทศไทยและประเทศจีน หาก  
พิจารณาเกี่ยวกับปัจจัยที่มีความเกี่ยวข้องกับการเกิดความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นทั้งสอง  
ประเทศอาจยังไม่ปรากฏในงานวิจัยที่ศึกษาวิจัยเรื่องเดียวกันพร้อมกัน แต่จะพบว่าการศึกษาวิจัย  
เรื่องความวิตกกังวลทางสังคมในวัยรุ่นจีนจากงานวิจัยของ Shouliang (2005) Xin (2017) Peng  
และ Miaoying (2021) กล่าวว่า ความวิตกกังวลของวัยรุ่นมีส่วนเกี่ยวข้องกับผู้ปกครอง เช่น  
เพศ รายได้ ลำดับการเกิด รูปแบบของการอยู่อาศัยแบบอยู่คนเดียวหรืออยู่กับครอบครัว ปัจจัย  
ทางสังคม ได้แก่ ตัวแบบทางสังคม ลักษณะของการปฏิสัมพันธ์กับผู้ใกล้ชิดในสังคม และเกี่ยวข้อง  
กับปัจจัยทางจิต ได้แก่ ความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง ความฉลาดทางอารมณ์ ส่วนใน  
ประเทศไทย พบว่าความวิตกกังวลทางสังคมมีส่วนเกี่ยวข้องกับผู้ปกครอง เช่น เพศ รายได้

และเกิดจากปัจจัยที่เกิดขึ้นในตัวบุคคล ได้แก่ บุคลิกภาพ ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง การรับรู้ความสามารถของตนเอง รวมถึงปัจจัยที่เกิดขึ้นจากการปฏิสัมพันธ์ทางสังคม เช่น รูปแบบการเลี้ยงดูของครอบครัว การถูกการประเมินจากผู้อื่นเมื่อต้องเข้าสังคม (จิตรา ดุษฎีเมธา, 2548)

หากพิจารณาเกี่ยวกับปัจจัยที่ส่งผลต่อความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นทั้งวัยรุ่นไทยและวัยรุ่นจีนมีความสอดคล้องกับแนวคิดของ Rotter (1982) ที่เห็นว่าการสร้างอัตลักษณ์ อนุสัยพื้นฐาน และพฤติกรรมการแสดงออกของบุคคล มีความเกี่ยวข้องกับปัจจัยภายในหรือปัจจัยทางจิต และปัจจัยภายนอกตัวบุคคลหรือปัจจัยทางสังคม ซึ่งปัจจัยภายในทางจิตซึ่งเป็นปัจจัยภายในตัวบุคคลที่ถูกกล่าวถึงไปในข้างต้น ได้แก่ ความรู้สึกเห็นคุณค่าหรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่าความภาคภูมิใจในตนเอง การรับรู้ความสามารถของตนเอง และความฉลาดทางอารมณ์หรือเรียกอีกอย่างได้ว่าความมั่นคงทางอารมณ์ ส่วนปัจจัยภายนอกที่เป็นสิ่งแวดล้อมทางสังคมนั้นประกอบด้วย รูปแบบของการเลี้ยงดู และตัวแบบทางสังคมที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวล ดังนั้นในงานวิจัยในครั้งนี้จึงยึดถือเอาปัจจัยทางจิต และปัจจัยทางสังคมเป็นแนวทางหลักในการศึกษาความวิตกกังวลในการเข้าสังคมของวัยรุ่นไทยกับวัยรุ่นจีน

อย่างไรก็ตามเมื่อทำการศึกษาความวิตกกังวลของวัยรุ่นไทยและวัยรุ่นจีนต่างก็พบว่าเป็นปัญหาที่สำคัญของทั้งสองประเทศซึ่งลักษณะของสังคมไทย และสังคมจีนนั้นอาจมีจุดที่คล้ายคลึงเหมือนกัน คือ เป็นวัฒนธรรมแบบคิตรวมกลุ่ม (Collectivism) กล่าวคือ เป็นสังคมที่อยู่ร่วมกันเป็นกลุ่มใหญ่ หรืออยู่ร่วมกันในลักษณะครอบครัวมากกว่าแยกออกไปอยู่อาศัยเพียงลำพัง เน้นการปฏิสัมพันธ์กันทางสังคมอย่างใกล้ชิด ให้ความสำคัญกับบรรทัดฐานของสังคมหรือค่านิยมในการทำสิ่งต่าง ๆ (Kongsompong et al., 2010) จึงอาจได้รับแรงกดดันจากสังคมที่ใกล้เคียงกัน แต่ก็อาจมีบางจุดที่มีความแตกต่างกันได้ เช่น ลักษณะรูปแบบของการเลี้ยงดูที่วัฒนธรรมจีนค่อนข้างมีการเลี้ยงดูตามกรอบ มีการควบคุมดูแลอย่างใกล้ชิดกว่า ความเครียดกดดันจากการศึกษาหรือการทำงานที่อาจส่งผลต่อความมั่นคงทางอารมณ์ซึ่งไทยอาจมีความผ่อนคลายมากกว่า อีสระในการนำเสนอสารผ่านสื่อหรือตัวแบบทางสังคมต่าง ๆ ที่ประเทศจีนมีความเข้มข้นมากกว่า (Chen & Kaewyod, 2017) ซึ่งเมื่อพิจารณาประเด็นความแตกต่างทางวัฒนธรรมหรือความแตกต่างทางสังคมที่ส่งผลต่อความคิด ความรู้สึกและพฤติกรรมของบุคคลแล้ว อาจอ้างอิงถึงทฤษฎีการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมของ (Vygotsky & Cole, 1978) ที่เห็นว่าพัฒนาการทางด้านความคิดหรือการเรียนรู้ของบุคคลจะเป็นอย่างไรส่วนหนึ่งก็ขึ้นอยู่กับการที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์กับสังคม ถ้าบุคคลอาศัยอยู่ในสังคมและวัฒนธรรมที่แตกต่างกันก็ย่อมที่จะส่งผลให้มีความคิด ความรู้สึก การตอบสนอง และการปรับตัวต่อการดำเนินชีวิตในสังคมแตกต่างกันได้ ส่งผลให้มีความวิตกกังวลที่

แตกต่างกันได้เช่นกัน

ดังนั้นในงานวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยจึงมีลักษณะส่วนหนึ่งเป็นการศึกษาข้ามวัฒนธรรม (Cross-cultural Study) เกี่ยวกับปัจจัยทางจิตและปัจจัยทางสังคมที่มีผลต่อความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นไทยและจีน อีกทั้งมีการเปรียบเทียบความวิตกกังวลของวัยรุ่นไทยและจีนภายใต้บริบทของปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ ลำดับการเกิด รายได้ การอยู่อาศัยกับครอบครัวเพื่อสะท้อนภาพรวมของสภาพทางสังคมที่แตกต่างกัน เนื่องจากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลทางสังคมที่ผ่านมา พบว่า ยังมีงานวิจัยที่ศึกษาในเรื่องนี้ในบริบทของวัฒนธรรมไทยและจีนจำนวนน้อยมาก ซึ่งผลการวิจัยในครั้งนี้อาจพบผลลัพธ์ในจุดที่เหมือนกันหรือในจุดแตกต่างกันในวัยรุ่นของไทยและจีนได้ โดยจะทำให้ได้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อพ่อแม่-ผู้ปกครอง ผู้ดูแลวัยรุ่น ครู-อาจารย์ หรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการกำหนดนโยบายเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพของวัยรุ่น และอาจก่อให้เกิดความร่วมมือหรือแลกเปลี่ยนวัฒนธรรมกันระหว่างสองประเทศ เพื่อหลีกเลี่ยงและลดความเสี่ยงที่บุคคลในวัยรุ่นจะมีความวิตกกังวลทางสังคม ส่งผลให้เกิดความเข้มแข็งทางจิตใจและกลายเป็นผลเมืองที่มีคุณภาพ เป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศไทยและประเทศจีนต่อไปในอนาคต

### วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นไทยและจีน
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางจิต ได้แก่ ความภาคภูมิใจในตนเอง การรับรู้ความสามารถทั่วไปของตน ความมั่นคงทางอารมณ์ และปัจจัยทางสังคม ได้แก่ การอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม การเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนให้เหตุผล และตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคมกับความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นไทยและจีน
3. เพื่อทำนายความวิตกกังวลทางสังคม โดยใช้ปัจจัยทางจิต และปัจจัยทางสังคมของวัยรุ่นไทยและจีนได้

### ความสำคัญของการวิจัย

ผลการศึกษาวิจัยครั้งนี้สามารถนำไปเป็นข้อมูลที่จะเป็นประโยชน์ต่อบุคคลที่สนใจเรื่องความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่น ช่วยชี้แนวทางแก่ผู้ปกครอง ผู้ดูแลวัยรุ่น ผู้ที่เกี่ยวข้องกับการให้การศึกษา ให้เกิดความเข้าใจเข้าใจในตัววัยรุ่นและปัจจัยที่อาจส่งผลกระทบต่อการศึกษา และหาทางลดปัญหาดังกล่าวได้อย่างเป็นรูปธรรมมากขึ้น นอกจากนี้ยังเป็นข้อมูลสนับสนุนที่เป็น

ประโยชน์กับหน่วยงานของไทยและจีนที่เกี่ยวข้องกับการกำหนดนโยบายการส่งเสริมสุขภาพของวัยรุ่นและสังคมประยุกต์ใช้ในกระบวนการอบรมเพื่อพัฒนาทักษะทางสังคมของวัยรุ่น หรือเกิดความร่วมมือระหว่างประเทศในการสร้างความร่วมมือในโครงการวิจัย การแลกเปลี่ยนทางวัฒนธรรม การดำเนินการที่มุ่งเน้นการสร้างความเข้มแข็งทางครอบครัว การเข้าถึงสื่ออย่างเหมาะสม จนสามารถลดความเสี่ยงของความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นได้

## ขอบเขตการวิจัย

### ประชากร

วัยรุ่นไทยและวัยรุ่นจีนที่มีอายุ ตั้งแต่ 12 ปี แต่ไม่เกิน 18 ปี

### กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยนี้เป็นวัยรุ่นไทยและวัยรุ่นจีนที่มีอายุตั้งแต่ 12 ปี แต่ไม่เกิน 18 ปี ที่ยินดีตอบแบบสอบถามในงานวิจัย การคำนวณกลุ่มตัวอย่างด้วยวิธีการ กลุ่มตัวอย่างโดยการ ใช้โปรแกรม G\*Power กำหนดค่า effect size อ้างอิงจากการตรวจสอบเอกสารงานวิจัยที่ผ่านมา เท่ากับ .10 ค่าความคลาดเคลื่อน .05 ตัวแปร ค่า power ของการทดสอบเท่ากับ .80 มีตัวแปร ทำนายจำนวน 6 ตัว คำนวณได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 143 คน แต่มีการเพิ่มจำนวนเพื่อป้องกันการ สูญหายของข้อมูลอีกร้อยละ 10 รวมมีกลุ่มตัวอย่างจำนวนทั้งสิ้น 160 คน เป็นวัยรุ่นไทย จำนวน 80 คน และวัยรุ่นจีน จำนวน 80 คน ซึ่งในการเก็บข้อมูลผู้วิจัยใช้การสุ่มอย่างง่ายจากวัยรุ่นไทย และจีนที่มีคุณสมบัติการคัดเข้าและยื่นความประสงค์อยากให้อำนาจในโครงการวิจัยผ่านทาง อินเทอร์เน็ตจนได้กลุ่มตัวอย่างครบตามจำนวนที่กำหนดไว้

### ตัวแปร

ตัวแปรอิสระ ประกอบด้วย ปัจจัยทางจิต ได้แก่ ความภาคภูมิใจในตนเอง การรับรู้ ความสามารถทั่วไปของตน ความมั่นคงทางอารมณ์ และปัจจัยทางสังคม ได้แก่ การอบรมเลี้ยงดู แบบควบคุม การเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนให้เหตุผล และตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคม

ตัวแปรตาม ได้แก่ ความวิตกกังวลทางสังคม

ตัวแปรแบ่งกลุ่มย่อย ได้แก่ สัญชาติ (ไทย-จีน) เพศ (ชาย-หญิง-ไม่ระบุเพศ) ลำดับ การเกิด (ลูกคนเดียว-ลูกคนโต-ลูกคนกลาง-ลูกคนสุดท้อง) การอาศัยกับครอบครัว (อาศัยอยู่กับ ครอบครัว-ไม่ได้อาศัยอยู่กับครอบครัว) และรายได้ (พอใช้-ไม่พอใช้)



## นิยามปฏิบัติการ

1. ความวิตกกังวลทางสังคม (Social anxiety) หมายถึง การตอบสนองของบุคคลที่เกิดขึ้นเมื่อต้องเข้าสังคม เมื่อต้องมีการสื่อสารกับบุคคลอื่นจากการที่ต้องแสดงออกในสถานการณ์ที่มีคนจำนวนมากหรือสถานการณ์ที่อาจมีบุคคลอื่น ๆ จับตามองอยู่ ทำให้จะชอบอยู่คนเดียว ไม่ต้องการเป็นที่สนใจ หลบเลี่ยงการเข้าสังคมหรือสถานการณ์ที่มีคนจำนวนมาก ซึ่งความวิตกกังวลทางสังคมแบ่งเป็นด้านต่าง ๆ ดังนี้

1.1. ด้านการสื่อสารในที่สาธารณะ หมายถึง ความวิตกกังวลหรือความรู้สึกอึดอัดที่เกิดขึ้นเมื่อต้องสื่อสารกับบุคคลที่ไม่คุ้นเคยหรือไม่สนิทสนม ทำให้ไม่กล้าแสดงออกและหลีกเลี่ยงการสื่อสารในสถานที่ชุมชนเพราะกังวลว่าตนเองจะสร้างความน่าอับอายหรือขายหน้า มีความรู้สึกประหม่า และกังวลใจเกี่ยวกับการที่ต้องสื่อสารกับผู้อื่นในที่สาธารณะ

1.2. ด้านการบริโภคในที่สาธารณะ หมายถึง ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการรับประทานอาหารต่อหน้าบุคคลที่ไม่คุ้นเคยหรือไม่สนิทสนม โดยจะรู้สึกกังวล เครียดและรับประทานอาหารไม่ลง เพราะกังวลว่าตนเองจะทำอาหารหกหรือสลัดอาหาร มักปฏิเสธการเข้าร่วมงานเลี้ยงสังสรรค์และเลือกรับประทานอาหารที่บ้านมากกว่า หากปฏิเสธไม่ได้จะใช้วิธีหลบซ่อนตัวหรือทำกิจกรรมอื่น ๆ เพื่อบรรเทาความอับอายและลดความรู้สึกมีตัวตนให้มากที่สุด เช่น การเล่นโทรศัพท์มือถือ

1.3. ด้านปรากฏตัวในที่สาธารณะ หมายถึง ความวิตกกังวลของบุคคลเมื่อต้องปรากฏตัวในที่สาธารณะ จะมีต่อต้านคัดค้านและกังวลการปรากฏตัวในที่หรือสถานการณ์ที่มีคนเยอะ แม้ว่าบุคคลจะเตรียมตัวเป็นอย่างดี แต่ยังรู้สึกกลัวไปล่วงหน้า จึงเกิดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ เช่น พุดติดอ่าง หัวใจเต้นเร็ว มือสั่น

การวัดความวิตกกังวลทางสังคมในงานวิจัยฉบับนี้ โดยใช้แบบวัดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเองจากสังเคราะห์แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลทางสังคม แบบวัดมีลักษณะเป็นมาตราประเมินค่า (rating scales) 6 ระดับ ตั้งแต่ไม่จริงเลย ไม่จริง ค่อนข้างไม่จริง ค่อนข้างจริง จริง และจริงที่สุด มีการให้คะแนนตั้งแต่ 1 ถึง 6 คะแนน การตีความหมายของคะแนน คือ ผู้ที่ได้คะแนนจากแบบวัดความวิตกกังวลทางสังคมมากกว่าแสดงว่ามีความวิตกกังวลทางสังคมสูงกว่าผู้ที่ได้คะแนนต่ำกว่า

2. ความภาคภูมิใจในตนเอง (Self-esteem) หมายถึง เชื่อและมีความนับถือตนเอง อันเกิดจากความเชื่อมั่นในควมมีคุณค่าของตนเอง รู้สึกว่าตนเองเป็นบุคคลที่มีความสามารถ สามารถ

แสดงออกให้ผู้อื่นได้รับรู้ และทำให้ผู้อื่นรู้สึกว่าคุณเป็นคนสำคัญและเป็นที่ต้องการในการที่จะมีปฏิสัมพันธ์หรือทำกิจกรรมร่วมกัน

การวัดความภาคภูมิใจในตนเองในงานวิจัยครั้งนี้ ใช้แบบวัดที่ผู้วิจัยปรับปรุงมาจากองค์ประกอบในแบบวัดการประเมินตนเองแห่งตนของ ดุจเดียน พันธุมนาวิน (2557) ที่แปลมาจากแบบวัดของ Judge et al. (2003) แบบวัดมีลักษณะเป็นมาตรประเมินค่า (rating scale) 6 ระดับ คือ ไม่จริงเลย จนถึง จริงที่สุด ผู้ที่ได้คะแนนมากกว่าแสดงว่ามีความภาคภูมิใจในตนเอง แห่งตนสูงกว่าผู้ที่ได้คะแนนต่ำกว่า

3. การรับรู้ความสามารถทั่วไปของตน (Generalized self-efficacy) หมายถึง ความเชื่อแรงจูงใจ ความทุ่มเท และความสามารถในการควบคุมตนเองของบุคคลในการทำกิจกรรมให้บรรลุผลสำเร็จได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมการประเมินว่าตนจะสามารถทำสิ่งต่าง ๆ ได้ดีขนาดระดับใดในสถานการณ์ทางสังคมที่แตกต่างกัน

การวัดการรับรู้ความสามารถทั่วไปของตน ผู้วิจัยได้พัฒนามาจากปรับปรุงมาจากองค์ประกอบในแบบวัดของ ดุจเดียน พันธุมนาวิน (2557) แบบวัดมีลักษณะเป็นมาตรประเมินค่า (rating scale) 6 ระดับ คือ ไม่จริงเลย จนถึง จริงที่สุด ผู้ที่ได้คะแนนมากกว่าแสดงว่ามีการรับรู้ความสามารถทั่วไปแห่งตนสูงกว่าผู้ที่ได้คะแนนต่ำกว่า

4. ความมั่นคงทางอารมณ์ (Emotional intelligence) หมายถึง การที่บุคคลยอมรับตนเองสามารถรับรู้อารมณ์ของตนและผู้อื่นได้อย่างถูกต้อง ส่งผลให้มีการควบคุมอารมณ์ ความรู้สึก และสะกดกั้นอารมณ์ของตนให้อยู่ในสภาพปกติเมื่อเผชิญต่อปัญหาในชีวิตประจำวัน สามารถปรับตัวเองแล้วปรับอารมณ์ได้เหมาะสมกับสถานการณ์ทางสังคมต่าง ๆ แล้วเกิดพฤติกรรมที่เหมาะสม

การวัดความมั่นคงทางอารมณ์ ผู้วิจัยปรับมาจากแบบวัดของ ฉัฐวีณ์ สิทธิศิริอรอด (2561) แบบวัดมีลักษณะเป็นมาตรประเมินค่า (rating scale) 6 ระดับ คือ ไม่จริงเลย จนถึง จริงที่สุด ผู้ที่ได้คะแนนมากกว่าแสดงว่ามีความมั่นคงทางอารมณ์สูงกว่าผู้ที่ได้คะแนนต่ำกว่า

5. การอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม (Controlled Parenting) หมายถึง การอบรมเลี้ยงดูที่ผู้ปกครองมีความเข้มงวดสูงมาก ไม่ยอมตอบสนองความต้องการของเด็ก มีการคิดระบบการควบคุมและวางกฎเกณฑ์ให้เด็กปฏิบัติตามอย่างเข้มงวด จะทำให้เด็กขาดความเป็นตัวของตัวเอง ชอบพึ่งพาบุคคลอื่น มีความอดทนต่ำ มีทักษะในการตัดสินใจหรือการแก้ปัญหาเฉพาะหน้าต่ำ ชอบเพื่อนฝูง ขาดความเป็นผู้นำ มีความรับผิดชอบต่ำ ขาดความมีระเบียบวินัย มีลักษณะมุ่งอนาคตและมีเหตุผลเชิงจริยธรรมต่ำ

การวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม ใช้แบบวัดที่ผู้วิจัยปรับปรุงมาจาก เกศรินทร ทาří (2556) แบบวัดมีลักษณะเป็นมาตราประเมินค่า (rating scale) 6 ระดับ คือ ไม่จริงเลย จนถึง จริงที่สุด ผู้ที่ได้คะแนนมากกว่าแสดงว่าได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุมสูงกว่าผู้ที่ได้คะแนนต่ำกว่า

6. การเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนให้เหตุผล (Loving, Supportive and Rational Parenting) หมายถึง การอบรมเลี้ยงดูที่ผู้ปกครองให้ความเอาใจใส่ ให้ความรักความอบอุ่นและใส่ใจต่อเด็ก ตลอดจนสนับสนุนให้เด็กมีพัฒนาการตามวัย ผู้ปกครองจะยอมให้เด็กมีอิสระตามสมควรแก่วุฒิภาวะ ขณะเดียวกันผู้ปกครองจะกำหนดขอบเขตพฤติกรรมของเด็กอย่างมีเหตุผล พร้อมทั้งยอมรับฟังความคิดเห็น สนับสนุนให้เด็กมีส่วนร่วมต่อกิจกรรมของครอบครัว ให้ความเสมอภาค ยอมรับ และให้สิทธิแก่เด็กในการตัดสินใจเรื่องต่าง ๆ ร่วมกับสมาชิกคนอื่นในครอบครัว

การวัดการเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนให้เหตุผล ใช้แบบวัดที่ผู้วิจัยปรับปรุงมาจากของ เกศรินทร ทาří (2556) แบบวัดมีลักษณะเป็นมาตราประเมินค่า (rating scale) 6 ระดับ คือ ไม่จริงเลย จนถึง จริงที่สุด ผู้ที่ได้คะแนนมากกว่าแสดงว่าได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนให้เหตุผลสูงกว่าผู้ที่ได้คะแนนต่ำกว่า

7. ตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคม (Social Anxiety Model) หมายถึง ตัวแบบที่ส่งผลให้บุคคลเกิดการกระทำเลียนแบบทางพฤติกรรมทางสังคมซึ่งอาจนำไปสู่การเกิดความวิตกกังวลได้ โดยตัวแบบนั้นอาจเป็นพ่อแม่ ผู้ปกครอง ญาติ เพื่อนๆ รวมถึงการเลียนแบบจากดารา และบุคคลที่มีชื่อเสียงที่แสดงถึงพฤติกรรมวิตกกังวลทางสังคม ตลอดจนสื่อต่าง ๆ ผ่านทางอินเทอร์เน็ต โทรทัศน์ ภาพยนตร์ หนังสือพิมพ์ นิตยสาร หรือโฆษณา ที่นำเสนอข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับพฤติกรรมวิตกกังวลทางสังคมก็ได้

การวัดตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคม ใช้แบบวัดตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยมีพื้นฐานจากแบบวัด SAQ-A30 (Social Anxiety Questionnaire for Adult) ของ Caballo และคณะ (2012) แบบวัดมีลักษณะเป็นมาตราประเมินค่า (rating scale) 6 ระดับ คือ ไม่จริงเลย จนถึง จริงที่สุด ผู้ที่ได้คะแนนจากแบบวัดมากกว่าแสดงว่าเป็นวัยรุ่นที่มีตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคมสูงกว่าผู้ที่ได้คะแนนจากแบบวัดต่ำกว่า

## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาปัจจัยจิตสังคมที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลทางสังคมในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้รวบรวมแนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องเพื่อใช้เป็นแนวทางในการวิจัย โดยแบ่งเป็น 3 ส่วน ดังนี้

#### ส่วนที่ 1 แนวคิดพัฒนาการในวัยรุ่น

- 1.1 ความหมายและช่วงอายุของวัยรุ่น
- 1.2 พัฒนาการแต่ละด้านของวัยรุ่น
  - 1.2.1 พัฒนาการในด้านร่างกาย
  - 1.2.2 พัฒนาการในด้านอารมณ์
  - 1.2.3 พัฒนาการในด้านสติปัญญา
  - 1.2.4 ภารกิจพัฒนาการของวัยรุ่น
  - 1.2.5 ทฤษฎีพัฒนาการที่เกี่ยวข้องกับวัยรุ่น

#### ส่วนที่ 2 แนวคิดเกี่ยวกับความวิตกกังวลทางสังคม

- 2.1 มโนทัศน์เบื้องต้นของความวิตกกังวล
- 2.2 ความหมายของความวิตกกังวลทางสังคม
- 2.3 ประเภทของความวิตกกังวลทางสังคม
- 2.4 การวัดความวิตกกังวลทางสังคม
- 2.5 สาเหตุของความวิตกกังวลทางสังคม
  - 2.5.1 ปัจจัยภายในหรือปัจจัยทางจิตวิทยา
  - 2.5.2 ปัจจัยภายนอกหรือปัจจัยทางสังคม
    - 2.5.2.1 การอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม
    - 2.5.2.2 การเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุน
    - 2.5.2.3 ประสบการณ์การมีปฏิสัมพันธ์กับตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคม
  - 2.5.3 ปัจจัยร่วมระหว่างพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อม

#### ส่วนที่ 3 ปัจจัยทางจิตสังคมกับความวิตกกังวลทางสังคม

- 3.1 ความภาคภูมิใจในตนเอง
  - 3.1.1 ความหมายของความภาคภูมิใจในตนเอง
  - 3.1.2 การวัดความภาคภูมิใจในตนเอง
  - 3.1.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความภาคภูมิใจในตนเอง

- 3.2 การรับรู้ความสามารถทั่วไปของตน
  - 3.2.1 ความหมายของการรับรู้ความสามารถทั่วไปของตน
  - 3.2.2 การวัดการรับรู้ความสามารถทั่วไปของตน
  - 3.2.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ความสามารถทั่วไปของตน
- 3.3 ความมั่นคงทางอารมณ์
  - 3.3.1 ความหมายความมั่นคงทางอารมณ์
  - 3.3.2 การวัดความมั่นคงทางอารมณ์
  - 3.3.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความมั่นคงทางอารมณ์
- 3.4 การอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม
  - 3.4.1 ความหมายการอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม
  - 3.4.2 การวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม
  - 3.4.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม
- 3.5 การอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนให้เหตุผล
  - 3.5.1 ความหมายการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนให้เหตุผล
  - 3.5.2 การวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนให้เหตุผล
  - 3.5.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนให้เหตุผล
- 3.6 ตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคม
  - 3.6.1 ความหมายตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคม
  - 3.6.2 การวัดตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคม
  - 3.6.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคม
- 3.7 ปัจจัยภูมิหลัง
  - 3.7.1 สัญชาติไทยและจีนกับความวิตกกังวลทางสังคม
  - 3.7.2 เพศกับความวิตกกังวลทางสังคม
  - 3.7.3 ลำดับการเกิดกับความวิตกกังวลทางสังคม
  - 3.7.4 การอาศัยกับครอบครัวกับความวิตกกังวลทางสังคม
  - 3.7.5 รายได้ต่างกันกับความวิตกกังวลทางสังคม

## ส่วนที่ 1 แนวคิดพัฒนาการในวัยรุ่น

### 1.1 ความหมายและช่วงอายุของวัยรุ่น

คำว่าวัยรุ่น (Adolescence) มาจากคำว่า Adolescence ซึ่งหมายถึง "เติบโตเข้าสู่วุฒิภาวะ" (To grow to maturity) หรือ "เติบโตเป็นผู้ใหญ่" (To grow to adulthood) เมื่อพิจารณาตามความหมายนี้ วัยรุ่นจึงเป็นเสมือนสะพานเชื่อมต่อระหว่างวัยเด็กกับวัยผู้ใหญ่ เป็นวัยหัวเลี้ยวหัวต่อ (Period of transition) ที่บุคคลมีการเจริญเติบโตหรือเปลี่ยนแปลงในเกือบทุกด้าน ทั้งทางร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา เป็นระยะเวลาที่บุคคลต้องเผชิญกับประสบการณ์ใหม่ๆ ความรับผิดชอบใหม่ๆ และสัมพันธ์ภาพใหม่ๆ ทั้งกับผู้ใหญ่และกลุ่มเพื่อน วัยรุ่นมักฉลาดขึ้น คิดได้ซับซ้อนขึ้น และมีความสามารถในการตัดสินใจ วัยรุ่นในบางสังคมจะได้รับอนุญาตให้ทำงานได้ แต่งงานได้ เลือกตั้งได้ รวมไปถึงถูกคาดหวังให้สามารถพึ่งพาตัวเองได้ในด้านการเงิน การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในวัยวัยรุ่นก็เพื่อมุ่งไปสู่เป้าหมายที่สำคัญคือการบรรลุวุฒิภาวะ (ประณต คำฉิม, 2549; ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2545)

ในช่วงแรกของการกำหนดช่วงอายุของวัยรุ่น (Hurlock, 1967) กำหนดให้บุคคลที่มีอายุ 13 ปี หรือ 14 ปี ถึง 17 ปี เป็นวัยรุ่นตอนต้น และกำหนดช่วงอายุ 17 ถึง 21 ปี เป็นวัยรุ่นตอนปลาย ต่อมาในปัจจุบันมักกำหนดเกณฑ์การเข้าสู่วัยผู้ใหญ่เร็วขึ้น คือ เมื่ออายุประมาณ 18 ปี ดังนั้นระยะของวัยรุ่นจึงอยู่ในช่วงอายุ 13 ถึง 18 ปี (Hurlock, 1980) อย่างไรก็ตาม การกำหนดช่วงอายุดังกล่าวเป็นการกำหนดเพียงคร่าวๆ เท่านั้น ความสนใจของวัยรุ่นได้รับอิทธิพลจากปัจจัยหลายประการ เช่น เพศ สติปัญญา สุขภาพ โอกาสในการพัฒนาตนเอง ความสนใจของเพื่อนร่วมวัย ความสนใจของครอบครัว สถานภาพของวัยรุ่นในกลุ่มสังคม เป็นต้น เมื่อเข้าสู่วัยรุ่น ความสนใจที่เคยมีมาตั้งแต่ในวัยเด็กก็จะแปรเปลี่ยนไปเป็นความสนใจที่มีวุฒิภาวะมากขึ้น ในช่วงวัยรุ่นตอนปลายนั้น ความสนใจของวัยรุ่นอาจมีจำนวนไม่มากนัก แต่มักจะเป็นความสนใจที่มั่นคง และมีแนวโน้มที่จะดำเนินต่อเนื่องไปจนกระทั่งวัยผู้ใหญ่ (ประณต คำฉิม, 2549)

### 1.2 พัฒนาการแต่ละด้านของวัยรุ่น

ตลอดระยะเวลาของการเป็นวัยรุ่น จะมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายเกิดขึ้นมากมาย ทั้งการเปลี่ยนแปลงภายนอกและการเปลี่ยนแปลงภายใน อย่างไรก็ตาม ส่วนสำคัญของการเปลี่ยนแปลงจะเกิดขึ้นในด้านต่าง ๆ ของระยะวัยรุ่นหรือในระยะพิวเบอร์ตี ซึ่งจะมีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายที่สำคัญๆ เกิดขึ้นในช่วงนี้ 4 ประการ คือ การเจริญเติบโตด้านขนาดของร่างกาย การเปลี่ยนแปลงสัดส่วนของร่างกาย การพัฒนาของลักษณะทางเพศขั้นที่หนึ่ง การพัฒนาของลักษณะทางเพศขั้นที่สอง ประณต คำฉิม (2549) สรุปพัฒนาการด้านต่าง ๆ ของวัยรุ่นไว้ดังนี้

### 1.2.1 พัฒนาการในด้านร่างกาย

ช่วงเวลานี้ การเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วจะเกิดขึ้นพร้อม ๆ กับการเริ่มต้นมีการเปลี่ยนแปลงในอวัยวะเพศ การเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วในช่วงที่สองมีระยะเวลาดำเนินการ 1-2 ปีก่อนที่เด็กจะมีวุฒิภาวะทางเพศ เด็กหญิงมีวุฒิภาวะทางเพศเร็วกว่าเด็กชาย ดังนั้นการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว จึงเริ่มต้นระหว่างอายุ 8.5 – 11.5 ปี จุดสูงสุดของการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วโดยเฉลี่ยเกิดขึ้นเมื่ออายุ 12.5 ปี หลังจากนั้นอัตราของการเจริญเติบโตจะช้าลงจนกระทั่งค่อย ๆ คงที่ระหว่างอายุ 15-16 ปี แบบแผนการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วของเด็กชายก็คล้ายคลึงกับของเด็กหญิง ยกเว้นแต่ว่าการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วของเด็กชายเริ่มต้นช้ากว่าและยังคงดำเนินต่อไปในระยะเวลาที่นานกว่า ในเด็กผู้ชาย การเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วเริ่มต้นระหว่างอายุ 10.5 – 14.5 ปี จุดสูงสุดของการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วเกิดขึ้นเมื่ออายุประมาณ 14.5 ปี หลังจากนั้นการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วจะค่อย ๆ ลดลง จนกระทั่งถึงอายุ 17 หรือ 20 ปี การเจริญเติบโตก็จะสมบูรณ์

การเปลี่ยนแปลงสัดส่วนของร่างกาย สัดส่วนของร่างกายมีความแตกต่างระหว่างเพศหญิงและชายในด้านสัดส่วนของร่างกายเกิดขึ้นในช่วงวัยรุ่น ที่เด่นชัดมากที่สุดคือ ผู้ชายจะมีไหล่กว้างเมื่อเทียบกับสะโพก ในขณะที่ผู้หญิงมีสะโพกกว้างเมื่อเทียบกับไหล่และเอว ความแตกต่างนี้มีสาเหตุมาจากการทำหน้าที่ของฮอร์โมนเพศที่มีต่อโครงสร้างของกระดูก และเมื่อร่างกายเจริญสมบูรณ์เต็มที่ ผู้ชายจะมีขนาดร่างกายใหญ่กว่าผู้หญิงมาก หากจะยวกรวามเมื่อเทียบกับส่วนที่เหลือของร่างกาย เหตุผลที่สำคัญก็เป็นเพราะว่า เด็กชายมีเวลาเจริญเติบโตเพิ่มขึ้นอีก 2 ปีในช่วงก่อนวัยรุ่น ซึ่งเป็นช่วงที่ขามีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วที่สุด โดยรูปร่างของร่างกายในแต่ละเพศยังแตกต่างกันไปตามอายุของการมีวุฒิภาวะทางเพศด้วย (ประณต คำฉิม, 2549)

ซึ่งพัฒนาการทางด้านร่างกายนี้หากเป็นไปตามปกติ และมีความสมบูรณ์หรือเมื่อการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นแล้วบุคคลยังเข้าสังคมได้อย่างเป็นปกติโดยไม่รู้สึกรู้ว่าตนเองถูกจับจ้อง หรือตกเป็นเป้าในการล้อเลียนของบุคคลอื่นบุคคลก็จะมี ความมั่นใจ และมีการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมอย่างเป็นปกติ แต่ถ้าหากบุคคลถูกล้อเลียนหรือเป็นเป้าหมายของผู้อื่นในการประเมินก็จะสูญเสียความมั่นใจและอาจเกิดความวิตกกังวลทางสังคมได้

### 1.2.2 พัฒนาการในด้านอารมณ์

เมื่อบุคคลเข้าสู่ระยะพิวเบอร์ตี อารมณ์จะเริ่มกลับมารุนแรงอีก ส่วนหนึ่งเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงของต่อมภายในร่างกาย และอีกส่วนหนึ่งเนื่องมาจากองค์ประกอบด้านสังคม เมื่อเป็นวัยรุ่นจะสูญเสียการควบคุมอารมณ์อีก อย่างไรก็ตาม การมีอารมณ์รุนแรงเป็นอาการธรรมดา

ของวัยรุ่น อารมณ์ของวัยรุ่นจะรุนแรงมากเพียงใดขึ้นอยู่กับองค์ประกอบจากสิ่งแวดล้อม โดยเฉพาะอย่างยิ่งการห้ามปรามพฤติกรรมของวัยรุ่น

อารมณ์ของวัยรุ่นขาดการควบคุมในการแสดงออก วัยรุ่นตอนต้นมักขาดการควบคุมการแสดงออก ในอันที่จริงแล้ว เด็กในช่วงวัยเด็กตอนปลายสามารถควบคุมการแสดงออกได้บ้างแล้ว เนื่องจากได้รับแรงกดดันจากการไม่ยอมรับของสังคม แต่การควบคุมนี้จะเสียไปชั่วคราวในระหว่างปีแรกๆ ของช่วงวัยรุ่นการแสดงออกทางอารมณ์ของวัยรุ่น อารมณ์ของวัยรุ่นเกิดเป็นอารมณ์ค้างได้เสมอๆ ความรู้สึกและอารมณ์รุนแรงของวัยรุ่น เมื่อถูกต้านไม่ให้แสดงออก จะทำให้เกิดอารมณ์ค้างที่รุนแรง ยิ่งควบคุมอารมณ์มากเพียงใด อารมณ์ค้างก็จะยิ่งมีมากขึ้นเพียงนั้น อารมณ์ที่ต้องควบคุมส่วนมากเป็นอารมณ์ที่สังคมไม่ยอมรับ เช่น อารมณ์กลัว โกรธ และริษยา ดังนั้นอารมณ์ค้างของวัยรุ่นจึงมักเป็นอารมณ์ชนิดหน่ออย่างรุนแรง อารมณ์ค้างของวัยรุ่นอาจแสดงออกมาเป็นความเกียจคร้านอย่างรุนแรง ขาดความสนใจบุคคลและสิ่งต่าง ๆ รอบตัว ตัดสินใจไม่ได้ การขาดความสนใจผู้อื่นในขณะที่อยู่ในสภาวะที่มีอารมณ์ค้างและหมกมุ่นอยู่กับความคิดและความรู้สึกของตนเอง ทำให้วัยรุ่นมักแสดงกิริยาที่กระด้างหยาบคาย (Gesell et al., 1956)

นอกจากนี้ยังมีพัฒนาการทางอารมณ์ที่ก่อให้เกิดอารมณ์เกี่ยวกับความกลัว คือ เมื่อเข้าสู่วัยรุ่น มักจะกลัวสถานการณ์ทางสังคม เช่น กลัวการอยู่ตามลำพัง กลัวสถานที่ลับๆ เป็นต้น ในช่วงวัยรุ่นตอนปลาย ความกลัวจะลดลง แต่กลับมีความวิตกกังวลเพิ่มมากขึ้น โดยความวิตกกังวลเป็นความกลัวลักษณะหนึ่ง ซึ่งเกิดจากการจินตนาการถึงเรื่องที่ยังไม่เกิดขึ้น ในช่วงวัยรุ่นนี้ ความวิตกกังวลเข้ามามีบทบาทมาก โดยเฉพาะในเรื่องรูปร่างหน้าตา กิริยาท่าทาง ความสัมพันธ์กับเพศตรงข้าม การเรียน และการเลือกอาชีพ อย่างไรก็ตาม ความวิตกกังวลจะแตกต่างกันไปตามสภาพแวดล้อมและสถานภาพทางเศรษฐกิจสังคมของวัยรุ่นแต่ละคนด้วย จนอาจเกิดเป็นความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ทางสังคม (Socially oriented anxiety) ที่เป็นความรู้สึกไม่มีความสามารถในสถานการณ์ทางสังคม แสดงออกในรูปของการอาย กลัวการวิพากษ์วิจารณ์ และมีความเชื่อมั่นในตนเองต่ำ คนที่มีความวิตกกังวลเช่นนี้ มักจะถูกชี้นำได้โดยง่าย โน้มน้าวให้เชื่อสิ่งต่าง ๆ ได้ง่าย และหลอกได้ง่ายกว่าคนที่มีความวิตกกังวลแบบแรก ความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ทางสังคมเป็นสิ่งที่เกิดได้ในวัยรุ่นทั่ว ๆ ไป (ประณต เค้าฉิม, 2549)

### 1.2.3 พัฒนาการในด้านสติปัญญา

พัฒนาการทางสมอง มีการเติบโตสมบูรณ์เต็มที่ในระยะวัยรุ่น ส่งผลให้วัยรุ่นมีความสามารถใหม่ๆ เกิดขึ้นมากมาย เช่น ความสามารถในการให้เหตุผลเชิงนามธรรม



ความสามารถในการคิดวิเคราะห์เกี่ยวกับประเด็นทางจริยธรรมที่ซับซ้อน ความสามารถในการวางแผนอนาคตที่เป็นจริงมากขึ้น มีความคิดกว้างไกล พยายามแสวงหาความรู้ใหม่ๆ มีจินตนาการมาก มีความเชื่อมั่นในความคิดของตนอย่างมาก (ประณต คำฉิม, 2549)

ศรีเรือน แก้วกังวาล (2545) เห็นว่าการคิดของวัยรุ่นนั้นสามารถคิดในแง่มุมมองที่หลากหลายมุมมองมากกว่าในวัยเด็ก ซึ่งส่งผลต่อพฤติกรรมและการคิดของวัยรุ่นในสถานการณ์อื่น ๆ ด้วย โดยวัยรุ่นจะสามารถบรรยายรายละเอียดเกี่ยวกับตัวเองและคนอื่นที่ตนเองมีปฏิสัมพันธ์ด้วย ทำให้เข้าใจว่าบุคลิกภาพของคนไม่ได้มีเพียงด้านเดียว หรือสถานการณ์ทางสังคมเมื่อปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นอาจจะตีความหมายต่าง ๆ ไปได้มากมาย ขึ้นอยู่กับมุมมองของตน สิ่งนี้ทำให้วัยรุ่นมีสัมพันธภาพกับคนอื่น ๆ อย่างหลากหลายและซับซ้อนมากขึ้น

นอกจากนี้วัยรุ่นยังมีลักษณะการคิดในเชิงตั้งข้อสงสัยในคำวินิจฉัยของคนอื่น ๆ และมักไม่ค่อยยอมรับความจริงว่าเป็นความจริงแท้แน่นอน ซึ่งการคิดในลักษณะนี้อาจก่อให้เกิดการกระทบกระทั่งระหว่างพ่อแม่ผู้ปกครองกับตนเองกับลูก หรือขัดแย้งกับบุคคลอื่นเนื่องมาจากมุมมองความคิดที่แตกต่างกัน และต่างก็คิดว่าความคิดของตนนั้นถูกกลั่นกรองมาอย่างดีแล้ว ซึ่งสิ่งเหล่านี้หากเกิดขึ้นอย่างเข้มข้นจะทำให้เกิดความขัดแย้งในการปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และทำให้เกิดการไม่ยอมรับจากบุคคลอื่นได้ ซึ่งอาจส่งผลให้วัยรุ่นเกิดความกังวลได้

#### 1.2.4 ทฤษฎีพัฒนาการที่เกี่ยวข้องกับวัยรุ่นกับการปฏิสัมพันธ์ทางสังคม

มีแนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับพัฒนาการของวัยรุ่นอยู่หลายทฤษฎี ซึ่งในที่นี้ผู้วิจัยขอหยิบยกมาเฉพาะแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและการหล่อหลอมอุปนิสัยและบุคลิกภาพที่จำเป็นต่อการดำเนินกิจกรรมทางสังคม ดังนี้

1. แนวคิดทฤษฎีพัฒนาการทางชีวภาพของ Hall (1904) เป็นผู้หนึ่งที่เกี่ยวข้องกับการนำเสนอทฤษฎีจิตวิทยาพัฒนาการในประเด็นการให้ความสำคัญทางชีวภาพ โดยเขาเชื่อว่าวิวัฒนาการของมนุษย์ชาตินับตั้งแต่อดีตจนกระทั่งถึงปัจจุบันมิได้หายไปไหน แต่ยังคงมีอยู่ในโครงสร้างของยีนของแต่ละคน และสะท้อนออกมาให้เห็นเป็นพฤติกรรมในแต่ละขั้นของพัฒนาการ นั่นคือ พัฒนาการของแต่ละคนสะท้อนให้เห็นขั้นตอนต่าง ๆ ที่มนุษย์ได้ผ่านมาแล้วโดยลำดับ ดังนี้ วัยทารก (4 ขวบแรก) วัยเด็ก (5 - 7 ขวบ) ระยะเวลาก่อนวัยรุ่น (8 - 7 ปี) ระยะเวลาวัยรุ่น (13 - 24 ปี)

ซึ่งระยะเวลาวัยรุ่นตามความเห็นของ Hall นั้นเป็นช่วงที่ตรงกับเวลาที่มนุษย์อยู่ในช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อที่สับสนวุ่นวาย เป็นช่วงเวลาของพายุบุแคม (Storm และ Stress) ที่รุนแรง อีกทั้งยังเป็นช่วงเวลาที่บุคคลมีอารมณ์เสียมาก ปรับตัวทางอารมณ์ไม่ได้และอารมณ์ไม่คงที่ เปลี่ยนแปลงไปมาระหว่างอารมณ์เบิกบานกับความซึมเศร้าหรือระหว่างความทะนงตัวกับความขี้อาย เมื่อ

สิ้นสุดระยะวัยรุ่น บุคคลก็จะกลายเป็นคนใหม่ที่สมบูรณ์มากขึ้น ดังนั้นพ่อแม่จึงอาจไม่จำเป็นต้องเข้าไปก้าวก่ายมากเกินไปจนเกิดความจำเป็น แต่ควรจะปล่อยให้เด็กผ่านพัฒนาการจากขั้นหนึ่งไปอีกขั้นหนึ่งด้วยตนเอง ซึ่งอาจทำให้เด็กและวัยรุ่นรู้สึกสบายใจและเป็นอิสระมากขึ้น แต่ในบางครั้งวัยรุ่นบางคนก็อาจพบปัญหาที่ผิดปกติและมีรุนแรงซึ่งถ้าหากไม่สามารถเอาชนะอุปสรรคหรือแก้ปัญหาได้ก็อาจทำให้วัยรุ่นดำเนินชีวิตด้วยความคับข้องใจรวมถึงมีปัญหาในการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นจากการแสดงความก้าวร้าวเพื่อปกปิดความอ่อนแอของตน (ประณต เค้าฉิม, 2549)

2. ทฤษฎีจิตวิทยาสังคม (Psychosocial Theory) ของ Erikson (1963) ระบุขั้นพัฒนาการของบุคคลว่ามี 8 ขั้น โดย 5 ขั้นแรกอยู่ในช่วงวัยเด็กและวัยรุ่น ที่เหลืออีก 3 ขั้นอยู่ในวัยผู้ใหญ่ ประกอบด้วยขั้นที่ 1 อายุ 0-1 ปี เป็นระยะของการพัฒนาความไว้วางใจ ตรงข้ามกับความไม่ไว้วางใจ (Trust vs Mistrust) ขั้นที่ 2 อายุ 1-3 ปี เป็นระยะของการพัฒนาความเป็นตัวของตัวเอง ตรงข้ามกับความละอายและความใคร่สงสัย (Autonomy vs Shame and doubt) ขั้นที่ 3 อายุ 3-6 ปี เป็นระยะของการพัฒนาความคิดริเริ่ม ตรงข้ามกับความรู้สึกผิด (Initiative vs Guilt) ขั้นที่ 4 อายุ 6-12 ปี เป็นระยะของการพัฒนาความขยันหมั่นเพียร ตรงข้ามกับการมีปมด้อย (Industry vs Inferiority) ขั้นที่ 5 อายุ 12-20 ปี เป็นระยะของการพัฒนาความมีเอกลักษณ์แห่งตน ตรงข้ามกับความสับสนในตนเอง (Identity vs Identity diffusion) ขั้นที่ 6 อายุ 20-40 ปี เป็นระยะของการพัฒนาความสนิทสนม ตรงข้ามกับการแยกตัว (Intimacy vs Isolation) ขั้นที่ 7 อายุ 40-60 ปี เป็นระยะของการพัฒนาความรู้สึกเป็นผู้ให้กำเนิดและสร้างสรรค์สังคม ตรงข้ามกับความเฉื่อยชา (Generativity vs Stagnation) และขั้นที่ 8 อายุ 60 ปีขึ้นไป เป็นระยะของการพัฒนาความมั่นคงสมบูรณ์ทางจิตใจตรงข้ามกับความท้อแท้สิ้นหวัง (Integrity vs Despair) ในงานวิจัยนี้สนใจศึกษาในวัยรุ่นซึ่งเป็นขั้นที่ 5 (ประณต เค้าฉิม, 2549) ทฤษฎีพัฒนาการทางบุคลิกภาพขั้นที่ 5 ของ Erikson เป็นการมีอัตลักษณ์กับการสับสนในบทบาท (Identity vs Role confusion) วัยรุ่นมักแสวงหาความเป็นตัวของตัวเองและอัตลักษณ์เฉพาะตัว ซึ่งจะทำให้รู้ว่า ตนเองเป็นส่วนใดของสังคม ความรู้สึกที่ได้รับการยอมรับจากเพื่อนเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุดของวัยรุ่น การไม่สามารถยึดยึดถืออัตลักษณ์เป็นของตนเองจะทำให้เกิดความรู้สึกสับสนในบทบาทต่าง ๆ ของตนในสังคม ทำให้เมื่อมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมหรืออยู่ในสถานการณ์ทางสังคมต่าง ๆ บุคคลอาจไม่ทราบว่าจะต้องทำอะไร แสดงออกอย่างไรจึงจะเป็นที่ยอมรับจึงทำให้เกิดความกลัวและวิตกกังวลตามมาได้

3. ทฤษฎีมนุษยนิยมและทฤษฎีการเอกลักษณ์แห่งตนของ Fromm (1968) เห็นว่าเมื่อเด็กเข้าสู่วัยรุ่น บุคคลจะเผชิญกับภาวะวิกฤตหรือข้อขัดแย้งระหว่างความมีเอกลักษณ์กับ

ความสับสนในเอกลักษณ์แห่งตน การแก้อึดแอ้งในช่วงนี้มีความสำคัญมาก เพราะถ้าแก้ไขไม่ได้ บุคคลจะเป็นวัยรุ่นที่สับสนในตนเองไม่รู้จักตนเองกลายเป็นผู้ใหญ่ที่สับสนในบทบาทของวัยรุ่น ซึ่งเป็นระยะที่มีความรู้สึกสับสน ขาดความมั่นใจในตนเอง เพราะเป็นช่วงของการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกายและจิตใจ เพื่อก้าวไปสู่การวัยผู้ใหญ่ วุฒิภาวะทางกายและแรงผลักดันทางสังคมที่มาบรรจบกันในระยะนี้ ผลักดันให้วัยรุ่นต้องคิดคำนึงถึงสถานภาพของตนในสังคม วิธีที่คนอื่น ๆ ปฏิบัติต่อวัยรุ่น รวมไปถึงทางเลือกของตนเองในอนาคต

การบรรลุเอกลักษณ์แห่งตนเป็นกระบวนการด้านสติปัญญาและอารมณ์ของบุคคล ดังนั้นการบรรลุเอกลักษณ์แห่งตนจึงไม่เกิดขึ้นจนกว่าวัยรุ่นจะมีการพัฒนาความสามารถทางด้านสติปัญญาและจิตใจที่จะรับมือกับงานดังกล่าวนี้ได้ และสิ่งที่สำคัญสำหรับการแก้ไขสภาวะวิกฤตในระยะวัยรุ่นก็คือ การที่วัยรุ่นได้มีโอกาสปฏิสัมพันธ์กับคนอื่น เพราะจะช่วยทำให้วัยรุ่นสามารถเลือกรับเอาส่วนสำคัญๆ เข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของเอกลักษณ์แห่งตนได้ ในขณะที่เดียวกันคนอื่น ๆ ที่วัยรุ่นมีปฏิสัมพันธ์ด้วยก็จะทำหน้าที่เสมือนกระจกที่สะท้อนข้อมูลกลับให้กับวัยรุ่นว่าเป็นใครหรือควรจะเป็นอะไร ดังนั้นปฏิริยาของบุคคลสำคัญๆ เหล่านี้ จะช่วยกำหนดรูปแบบและมีอิทธิพลต่อการพัฒนาความรู้สึกของการมีเอกลักษณ์ในวัยรุ่น เพราะวัยรุ่นได้เรียนรู้หลายสิ่งหลายอย่างจากปฏิริยาของคนอื่น ๆ ที่อยู่รอบตัว ดังนั้นเอกลักษณ์ของวัยรุ่นจึงเป็นผลของการยอมรับซึ่งกันและกันระหว่างวัยรุ่นกับสังคม (ประณต เค้าฉิม, 2549)

4. ทฤษฎีการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมของ Vygotsky และ Cole (1978) ซึ่งได้อธิบายว่าปฏิสัมพันธ์ทางสังคมจะพัฒนาความคิดและพฤติกรรมของเด็ก การที่เด็กเข้าใจเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นมีพื้นฐานมาจากประสบการณ์ที่ผ่านมาและค่านิยมทางสังคม เช่น การติดต่อสื่อสารระหว่างกัน หรือการสังเกตการณ์สื่อสารของบุคคลอื่นที่แสดงออกว่ามีความมั่นใจหรือมีความวิตกกังวล ซึ่งเด็กจะปรับความคิดความเข้าใจของตนไปตามประสบการณ์ที่ได้รับจากสังคม วัฒนธรรม และบุคคลรอบข้าง จนกระทั่งสร้างความรู้ขึ้นมา ทำให้เด็กมีกระบวนการคิดในระดับที่สูงขึ้น ซึ่งแต่ละวัฒนธรรมจะมีการถ่ายทอดลักษณะเฉพาะที่เป็นเอกลักษณ์ทางความคิด ความเชื่อและค่านิยมในวัฒนธรรมนั้นไปสู่เด็ก ทำให้เด็กรู้ว่าตนเองคิดอะไรและควรคิดอย่างไรจึงจะเหมาะสม ดังนั้นแนวคิดของ Vygotsky จึงให้ความสำคัญกับบทบาทของวัยรุ่นในกิจกรรมทางสังคมต่าง ๆ

นอกจากนี้ทฤษฎีการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมยังให้ความสำคัญกับตัวแบบของการปฏิสัมพันธ์ โดยเห็นว่าวัฒนธรรม และภาษาเป็นพื้นฐานที่ใช้ในการหล่อหลอมตัวตนของบุคคล ซึ่งตัววัฒนธรรม และภาษาจะส่งผลกระทบต่อค่านิยมหรือบรรทัดฐานทางสังคมในการดำเนินกิจกรรม

ทางสังคมหากบุคคลพบเห็นตัวแบบทางสังคมที่ดีจะมีส่วนช่วยในการปรับตัวทางด้านการสร้างมนุษยสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ดังนั้นเมื่อบุคคลอยู่ในวัฒนธรรม ภาษาหรือสังคมที่แตกต่างกันก็ย่อมที่จะเกิดความแตกต่างกันในการแสดงออก แต่เมื่อบุคคลออกจากวัฒนธรรม หรือสังคมหนึ่งไปสู่อีกวัฒนธรรม หรือสังคมหนึ่งก็จะพยายามค้นหาตัวแบบเพื่อใช้อ้างอิงเพื่อให้ตนเองรู้ว่าควรจะแสดงออกอย่างไรจึงจะเหมาะสม ดังนั้นพ่อแม่ ผู้ปกครอง บุคคลรอบข้าง แม้แต่สื่อต่าง ๆ ล้วนมีส่วนช่วยทำให้บุคคลสามารถเรียนรู้และเกิดการปรับตัวในการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่แตกต่างกันได้ (Shaffer, 1999 citing Vygotsky & Cole, 1978)

ซึ่งแนวคิดต่าง ๆ ที่ได้กล่าวมาโดยเฉพาะแนวคิดทฤษฎีการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม นับเป็นแนวคิดที่สำคัญที่สามารถเชื่อมโยงกับงานวิจัยในครั้งนี้ได้ทั้งในแง่มุมมองของการพัฒนาการทางสังคมของบุคคล หรืออิทธิพลของการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ส่งผลกระทบต่อปรับตัวและการแสดงออกถึงการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมได้อย่างเหมาะสมเพื่อหลีกเลี่ยงปัญหาต่าง ๆ

## ส่วนที่ 2 แนวคิดเกี่ยวกับความวิตกกังวลทางสังคม

### 2.1 มโนทัศน์เบื้องต้นของความวิตกกังวล

คำว่าความวิตกกังวลทางสังคมคำนี้ปรากฏตัวครั้งแรกอย่างเป็นทางการใน DSM- III คู่มือจิตเวชสากลฉบับ DSM-IV-TR (Association, 2000) ลักษณะของความวิตกกังวลทางสังคมหรือความเครียดทางสังคม คือควบคุมความวิตกกังวลของตนเองไม่ได้ ในสถานการณ์ต่าง ๆ ต่อสถานการณ์ตั้งแต่หนึ่งสถานการณ์ขึ้นไป เช่น การพูดในสาธารณะ เข้าห้องน้ำในสาธารณะ การเขียนและการรับประทานในสาธารณะ ในด้านการเข้าสังคมหรือสถานการณ์ที่ต้องทำพฤติกรรมต่อหน้าผู้อื่นซึ่งบุคคลไม่คุ้นเคย บุคคลจะกังวลว่าเขาจะมีการกระทำไปในทางที่น่าอับอายหรือน่าขายหน้า ที่เกี่ยวกับการติดต่อหรือการแสดงออกทางสังคม หรือเกี่ยวข้องกับสถานการณ์ที่อาจมีผู้อื่นคอยพินิจพิจารณาจับตาดูอยู่ (Peng & Miaoying, 2021)

ในปี 2000 ที่งานสัมมนาเกี่ยวกับความวิตกกังวลทางสังคมที่จัดขึ้นในเซี่ยงไฮ้ เดวิด ศาสตราจารย์ด้านจิตเวชศาสตร์ชาวอเมริกันที่มีชื่อเสียงของมหาวิทยาลัยเวสต์แฮม อธิบายว่าความวิตกกังวลทางสังคมนั้นเกิดจากความไม่สมดุลของสารเคมีที่เรียกว่า Serotonin (Xin, 2017) สารนี้มีหน้าที่ไปเซลล์ประสาทของสมอง ซึ่งอาจนำไปสู่ความวิตกกังวลได้ ซึ่งนักจิตวิทยาส่วนใหญ่ให้ความเห็นพ้องกันว่า มนุษย์นั้นมีความกลัวและความวิตกกังวลติดตัวเรามาตั้งแต่กำเนิด สังเกตได้จากเด็กทารกเมื่อได้ยินเสียงดัง จะมีอาการหวาดตกใจเกิดขึ้นทุกคน (Leary & Dobbins, 1983)

ในงานวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยมีความสนใจศึกษาความวิตกกังวลทางสังคม ซึ่งเป็นการแสดงออกว่าขาดความเชื่อมั่นหรือขาดความมั่นใจในการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับคนรอบข้างที่ไม่ใช่อาการของโรคทางจิตใจในวัยรุ่นไทยและจีน โดยผู้วิจัยได้ประมวลเอกสารเพื่อศึกษาความหมาย ประเภท สาเหตุและการวัด ดังมีรายละเอียดของเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องต่อไปนี้

## 2.2 ความหมายของความวิตกกังวลทางสังคม

ผู้วิจัยได้ศึกษาความหมายของความวิตกกังวลทางสังคมจากงานวิจัย ตำรา เอกสารต่าง ๆ พบว่า แอนโทนี และ สวินสัน (Antony & Swinson, 2000) นิยามความหมายของความวิตกกังวลทางสังคมว่าเป็นความอายหรือกลัวอย่างไร้เหตุผลเมื่อต้องแสดงออก จนเกิดเป็นรู้สึกไม่ดีและความทุกข์อย่างเห็นได้ชัด องค์การอนามัยโลก (Bank, 1993) อธิบายว่า ความวิตกกังวลทางสังคม เป็นความวิตกกังวลของบุคคลเมื่อต้องเป็นจุดสนใจ หรือเกรงว่าจะทำพฤติกรรมที่น่าอับอายขายหน้า และพยายามหลีกเลี่ยงที่จะเป็นจุดที่สนใจ

Shouliang (2005) อธิบายว่า ความวิตกกังวลทางสังคม หมายถึงความวิตกกังวลที่จะมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นโดยเฉพาะอย่างยิ่งมีความอ่อนไหวต่อการสื่อสาร ไม่ยอมติดต่อกับบุคคลอื่นและรู้สึกประหม่าเมื่อต้องสื่อสารกับบุคคลอื่น โดยแสดงออกเป็นหัวใจเต้นเร็วและหน้าแดงๆ มันสามารถแบ่งออกเป็นสองประเภท ประเภทที่หนึ่ง ความอ่อนไหวทางสังคมที่ไม่เป็นโรค หรือเรียกว่าความตึงเครียดทางสังคม ประเภทที่สอง ความวิตกกังวลทางสังคมที่เป็นโรค ซึ่งเป็นปรากฏการณ์ทางจิตวิทยาทั่วไปในการสื่อสารระหว่างบุคคลในปัจจุบันของนักศึกษา

จิตรา ดุษฎีเมธา (2548) อธิบายว่า ความวิตกกังวลทางสังคม เป็นความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นเมื่อต้องเผชิญหรือแสดงพฤติกรรมใดพฤติกรรมหนึ่งในสถานการณ์ทางสังคม โดยความวิตกกังวลดังกล่าว เกิดจากความคิดในทางลบที่มีต่อตนเองว่าจะแสดงพฤติกรรมที่น่าอับอายออกไป และคิดว่าคนอื่นจะประเมินตนเองในแง่ไม่ดี จึงพยายามหลีกเลี่ยงการเข้าสู่เหตุการณ์หรือสถานการณ์ต่าง ๆ ทางสังคม

Xin (2017) อธิบายว่าความวิตกกังวลทางสังคม หรือความเครียดการเข้าสังคม มีลักษณะเฉพาะคือ บุคคลที่มีความวิตกกังวลทางสังคมจะมีความวิตกกังวลและความเครียดสูงมากและควบคุมไม่ได้ในสถานการณ์ทางสังคมที่เฉพาะเจาะจง หรือว่าสถานการณ์ทางสังคมที่หลายอย่าง เช่น มีความวิตกกังวลทางสังคมในด้านการพูดในที่สาธารณะ การเข้าห้องน้ำ สาธารณะ การรับประทานอาหารหรือการเขียนในที่สาธารณะ ในกรณีนี้ บุคคลนั้นกังวลที่จะถูก

เปิดเผยต่อบุคคลอื่นหรือกลัวว่าผู้อื่นจะมีความคิดเห็นที่ล้มเหลวต่อตนเอง หรือว่าพวกเขา มีความรู้สึกเสียหน้าหรือประหม่าเนื่องจากความวิตกกังวลทางสังคม บุคคลที่มีความวิตกกังวลทางสังคมจึงหลีกเลี่ยงสถานการณ์เหล่านี้และรู้สึกกดดันมาก

สุปรีชา ชำนาญพุมิพร และคณะ (2563) อธิบายว่าความวิตกกังวล (Anxiety) เป็นความกังวลเกี่ยวกับเหตุการณ์ในอนาคตและความวิตกกังวลเป็นปฏิกิริยาต่อเหตุการณ์ ปัจจุบันนี้ ความรู้สึกเช่นนี้อาจทำให้เกิดอาการทางกาย เช่น ตัวสั่นและหัวใจเต้นเร็ว มีโรควิตกกังวลหลายอย่าง รวมทั้งโรควิตกกังวลทั่วไป (Generalized Anxiety Disorder: GAD) โรควิตกกังวล(Phobia) ที่เฉพาะเจาะจง โรควิตกกังวลการเข้าสังคม (Social Anxiety disorder) โรควิตกกังวลเมื่อต้องแยก (Separation Anxiety Disorder) โรควิตกกังวลที่ชุมชน (Agoraphobia) และโรคตื่นตระหนก (Panic Disorder) โดยโรคจะมีอาการที่แตกต่างกันไป แต่คนไข้มักจะมีโรควิตกกังวลมากกว่าหนึ่งชนิด อาจกล่าวได้ว่าความวิตกกังวลแตกต่างจากความเครียดที่เป็นการตอบสนองของจิตใจต่อแรงกดดันจากปัญหารอบตัว แต่ความวิตกกังวลเป็นการตอบสนองของร่างกายและจิตใจต่อการหวั่นเกรงอันตรายที่เกิดขึ้นจากประสบการณ์ส่วนตัวของแต่ละบุคคล รวมถึงอันตรายจากสภาพแวดล้อมรอบตัวและความผิดปกติในร่างกาย เช่น โรคเรื้อรัง (นงคินุช เนะแก้ว, 2560)

สรุปได้ว่า ความวิตกกังวลทางสังคม หมายถึง การตอบสนองของบุคคลที่เกิดขึ้นเมื่อต้องเข้าสังคม เมื่อต้องสื่อสารกับบุคคลอื่น จากการที่ต้องแสดงออกในสถานการณ์ที่มีคนจำนวนมากหรือสถานการณ์ที่อาจมีบุคคลอื่น จับตามองอยู่ บุคคลที่มีความวิตกกังวลจะเกิดอาการต่าง ๆ เช่น รู้สึกประหม่า หัวใจเต้นเร็ว หน้าแดง บุคคลที่มีความวิตกกังวลทางสังคมจะชอบอยู่คนเดียว ไม่ต้องการเป็นที่สนใจ หลบเลี่ยงการเข้าสังคมหรือสถานการณ์ที่มีคนจำนวนมาก การแสดงออกดังกล่าวทำให้เป็นอุปสรรคในการเข้าสังคม

### 2.3 ประเภทของความวิตกกังวลทางสังคม

ผู้วิจัยได้ศึกษาประเภทของความวิตกกังวลทางสังคมจากงานวิจัย ตำรา เอกสารต่าง ๆ พบว่า (Cheek & Buss, 1981) แยกประเภทของความวิตกกังวลทางสังคมไว้ดังต่อไปนี้

1. ความเขินอาย (shyness) จะเกี่ยวข้องกับกรณีที่บุคคลรู้สึกว่าคุณเองไม่ได้มาซึ่งพฤติกรรมที่คาดหวังไว้ จึงเกิดความขลาดหรือไม่กล้าแสดงออกถึงความต้องการของตนอย่างชัดเจน

2. ความกังวลผู้คน (audience anxiety) หมายถึง ความกลัว ความตึงเครียด และการไม่สามารถจัดการสิ่งต่าง ๆ อย่างเป็นระบบได้ดีเพียงพอเมื่อต้องอยู่ต่อหน้าผู้อื่น

3. ความขวยเขิน (embarrassment) เป็นความรู้สึกว่าตนทำตัวโง่เขลา เมื่อแสดงพฤติกรรมได้ไม่ดี จากบรรทัดฐานทางสังคม

4. ความละอายใจ (shame) เกิดขึ้นเมื่อบุคคลไม่สามารถแสดงพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสม หรือฝ่าฝืนศีลธรรมจรรยาที่พึงามทางสังคม เป็นความรู้สึกไม่ชอบตนเองหรืออายตนเอง

คู่มือจิตเวชสากล (Association, 2000) แบ่งความวิตกกังวลทางสังคม ออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. ความวิตกกังวลทางสังคมทั่วไป (Generalized Subtype) เป็นความวิตกกังวลที่เห็นได้ชัดในสถานการณ์ทางสังคมแทบทั้งหมด โดยทั่วไปจะพบในสถานการณ์ที่ต้องแสดง ออกต่อหน้าชุมชนและการต้องปฏิสัมพันธ์กันระหว่างบุคคล เช่น การพูดในที่สาธารณะ การเดินเข้าไปในห้องที่มีผู้อื่นอยู่ก่อนแล้ว การตกเป็นเป้าสายตาผู้อื่น การพบปะกับคนแปลกหน้า การรับประทานอาหารร่วมกับผู้อื่น การเขียนหนังสือหรือเอกสารต่าง ๆ ต่อหน้าผู้อื่น การเข้าห้องน้ำสาธารณะ

2. ความวิตกกังวลทางสังคมเฉพาะเรื่อง (Non-Generalized Subtype) หรือบางครั้งเรียกว่า 'Limited' "Specific' หรือ 'Circumscribed' (Rapee & Heimberg, 1997) เป็นความวิตกกังวลสถานการณ์ทางสังคมเพียงไม่กี่อย่างหรือเป็นความวิตกกังวลเฉพาะเรื่องที่โดดเด่นออกมาในเรื่องหนึ่งเรื่องใด เช่น มีความกังวลกลัวเมื่อต้องพูดในที่สาธารณะชน แต่ไม่กลัวการพบปะผู้อื่นในที่สาธารณะ

Heimberg, Hope และ Liebowitz (1992 อ้างจาก Antony & Swinson, 2000) แบ่งความวิตกกังวลทางสังคมเป็น 3 ประเภท คือ

1. ความวิตกกังวลทางสังคมในเรื่องเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมทางสังคม (Circumscribed type) เป็นความกลัวเมื่อตนเองต้องเข้าไปในสถานการณ์ทางสังคมที่ตนเองไม่คุ้นเคย หรือสังคมใหม่ ๆ ที่ต้องมีการปรับตัวมาก

2. ความวิตกกังวลทางสังคมทั่วไป (Generalized type) เป็นความกลัวสถานการณ์ทางสังคมโดยทั่วไปที่อาจเจอได้ในชีวิตประจำวัน เช่น การกลัวว่าผู้อื่นจะจับจ้องการแต่งกายที่ไม่เรียบร้อยของตน

3. ความวิตกกังวลทางสังคมเฉพาะเรื่อง (Nongeneralized type) เป็นความกลัวอย่างมากในสถานการณ์การปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่มีความเฉพาะเจาะจง เช่น การสัมภาษณ์เข้าเรียน หรือเข้าทำงาน

Shouliang (2005) อธิบายว่า ความวิตกกังวลทางสังคม สามารถแบ่งออกเป็นสองประเภท ได้แก่

ประเภทที่หนึ่ง ความอ่อนไหวทางสังคมที่ไม่เป็นโรค (หรือที่เรียกว่าความตึงเครียดทางสังคม)

ประเภทที่สอง ความวิตกกังวลทางสังคมที่เป็นโรค ซึ่งเป็นปรากฏการณ์ทางจิตวิทยาทั่วไปในการสื่อสารระหว่างบุคคลในปัจจุบันของนักศึกษา

จากการที่ผู้วิจัยได้ศึกษาประเภทของความวิตกกังวลทางสังคมจากงานวิจัย ตำรา เอกสารต่าง ๆ ของนักวิชาการข้างต้น จึงสังเคราะห์พฤติกรรมวิตกกังวลทางสังคมได้ดังนี้

ตาราง 1 สังเคราะห์พฤติกรรมวิตกกังวลทางสังคม

ชื่อผู้วิจัย	การสื่อสาร (การพูด-การเขียน)	การบริโภค (การดื่มการ รับประทาน)	การปรากฏตัวในที่ สาธารณะ (เดิน ยืน)
Schneier & Welkowitz (1996)	✓	✓	✓
American Psychiatric Association (2000)	✓	✓	✓
Hecker & Thorpe (1992)	✓		✓
Zheng xin (2017)	✓	✓	✓
Peng & Miaoying (2021)			✓
Tong Shie (2022)	✓	✓	

จากการสังเคราะห์พฤติกรรมวิตกกังวลทางสังคมจากประเภทและองค์ประกอบในงานวิจัยต่าง ๆ สรุปว่า วิตกกังวลทางสังคมประกอบด้วยพฤติกรรมต่าง ๆ ดังนี้

ด้านการสื่อสารในที่สาธารณะ หมายถึง ความวิตกกังวลหรือความรู้สึกอึดอัดที่เกิดขึ้นเมื่อต้องสื่อสารกับบุคคลที่ไม่คุ้นเคยหรือไม่สนิทสนม ทำให้ไม่กล้าแสดงออกและหลีกเลี่ยงการสื่อสารในสถานที่ชุมชน เช่น การไม่กล้าพูดในที่ชุมชนเพราะกังวลว่าตนเองจะสร้างความน่าอับอายหรือขายหน้าในสถานการณ์ทางสังคมที่มีบุคคลอื่นพิจารณาจับตามองอยู่ หรือความรู้สึกประหม่าและความเครียดที่เกิดขึ้นในสถานการณ์ของการเขียนต่อหน้าบุคคลอื่น ทำให้ไม่กล้าเขียนต่อหน้าบุคคลอื่นเพราะกังวลว่าตนเองจะมีการแสดงที่ไม่ดีหรือไม่เหมาะสม เช่น เกิดพฤติกรรมมือ



สิ้น หน้าแดงและหัวใจเต้นเร็ว และมีความรู้สึกอึดอัดเมื่อต้องพบปะหรือการทักทายกับบุคคลที่ไม่คุ้นเคย โดยจะหลีกเลี่ยงการพบเจอกับบุคคลที่ไม่คุ้นเคย เพราะกังวลใจเกี่ยวกับการที่ต้องพูดคุยทักทาย เช่น การมีแขกมาเยี่ยมที่บ้าน

ด้านการบริโภคในที่สาธารณะ หมายถึง ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการรับประทานอาหารต่อหน้าบุคคลที่ไม่คุ้นเคยหรือไม่สนิทสนม บุคคลที่มีความวิตกกังวลด้านนี้จะรู้สึกวิตกกังวลเครียดและรับประทานอาหารไม่ลงเมื่อต้องรับประทานอาหารต่อหน้าบุคคลที่ไม่คุ้นเคย เพราะกังวลว่าตนเองจะทำอาหารหกหรือสลักอาหาร บุคคลที่มีความวิตกกังวลด้านนี้จะปฏิเสธการเข้าร่วมงานเลี้ยงสังสรรค์ และเลือกรับประทานอาหารที่บ้าน หากปฏิเสธไม่ได้บุคคลกลุ่มนี้จะใช้วิธีหลบซ่อนตัวหรือทำกิจกรรมอื่น ๆ เพื่อบรรเทาความอับอายและลดความรู้สึกมีตัวตนให้มากที่สุด เช่น การเล่นเกมโทรศัพท์มือถือ

ด้านปรากฏตัวในที่สาธารณะ หมายถึง ความวิตกกังวลของบุคคลเมื่อต้องปรากฏตัวในที่สาธารณะ บุคคลจะต่อต้านคัดค้านและกังวลการปรากฏตัวในที่สาธารณะ แม้ว่าบุคคลจะเตรียมตัวเป็นอย่างดี แต่ยังคงกลัวไปล่วงหน้า จึงเกิดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ เช่น ประพฤติไม่ได้แก่ พุดติดอ้าง หน้าแดง หัวใจเต้นเร็ว มือสั่น(สุปรีชา ชำนาญพุมพิพร และคณะ., 2563)

#### 2.4 การวัดความวิตกกังวลทางสังคม

จิตรา ดุษฎีเมธา (2548) ได้สร้างแบบวัดความวิตกกังวลทางสังคมในการวิจัยเกี่ยวกับการลดความวิตกกังวลทางสังคมด้วยการบำบัดความคิด-พฤติกรรม (Leary & Dobbins, 1983) ประกอบด้วย 6 องค์ประกอบ ได้แก่ ความเชื่อที่ไม่สมเหตุผล การตั้งมาตรฐานที่สูงเกินไป การประเมินตนเองในทางลบ ความมุ่งสนใจอยู่ที่ตนเอง ประสบการณ์การเรียนรู้ในทางลบ การขาดทักษะสังคม คำถามจำนวน 72 ข้อแบบวัดเป็นแบบมาตราส่วนวัดประเมินค่า 4 ระดับ ได้แก่ ไม่ตรงกับตัวฉันเลย ตรงกับตัวฉันเพียงเล็กน้อย ตรงกับตัวฉันมาก ตรงกับตัวฉันมากที่สุด ให้ผู้ทรงคุณวุฒิทางด้านจิตวิทยา และผู้ทรงคุณวุฒิทางการวัดผล จำนวน 9 ท่าน เป็นผู้พิจารณาความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับนิยามตัวแปรในแต่ละด้านเป็นรายข้อ และให้คะแนนความเที่ยงตรงตามเนื้อหาของแบบวัดที่สร้างขึ้น

เจนจิรา สงรัตน์ (2557) ได้สร้างแบบวัดเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างความหวาดกลัว ความวิตกกังวลในการเข้าสังคมกับการติดการใช้สมาร์ทโฟนในการศึกษาวิจัยอิทธิพลการหวาดกลัวสังคม การยอมรับนับถือตนเอง ที่มีต่อการเสพติดสมาร์ทโฟน ซึ่งประกอบไปด้วยคำถาม 30 ข้อ แบ่งออกเป็น ด้านการพูดในที่สาธารณะ ด้านการปฏิสัมพันธ์กับเพศตรงข้าม ด้าน

การแสดงออกซึ่งความไม่พอใจต่อผู้อื่น ด้านการวิจารณ์ผู้อื่น และด้านการปฏิสัมพันธ์กับคนแปลกหน้า โดยผู้วิจัยกำหนดให้มีลักษณะในการเลือกตอบแบบสอบถาม 5 ระดับ สร้างตามแบบวัดของ SAQ-A30 (Social Anxiety Questionnaire for Adult) ของ (Caballo, Salazar, et al., 2012) ได้แก่ สูงมาก สูงปานกลาง ต่ำ และต่ำมาก ความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่างผู้ใช้สมาร์ทโฟนเกี่ยวกับการหวาดกลัวสังคมหรือวิตกกังวลต่อการเข้าสังคมโดยรวมอยู่ในระดับปานกลางมีความเห็นไปในทิศทางเดียวกัน

สรุปว่าในงานวิจัยฉบับนี้ใช้แบบวัดความวิตกกังวลทางสังคมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเองจากนิยามและองค์ประกอบของพฤติกรรมวิตกกังวลทางสังคมที่ผู้วิจัยได้สังเคราะห์จากงานวิจัยต่าง ๆ ประกอบด้วย 4 ด้าน ได้แก่ ด้านการสื่อสารในที่สาธารณะ ด้านการบริโภคในที่สาธารณะ ด้านปรากฏตัวในที่สาธารณะ และด้านการเข้าสังคม

## 2.5 สาเหตุของความวิตกกังวลทางสังคม

ผู้วิจัยได้ประมวลเอกสารเกี่ยวกับความวิตกกังวลทางสังคม พบว่า (Rapee & Heimberg, 1997) ได้อธิบายสาเหตุของการเกิดความวิตกกังวลทางสังคม ประกอบด้วย ตัวบ่งชี้ภายนอกที่เป็นการคาดหวังหรือการประเมินจากผู้อื่น และตัวบ่งชี้ภายในที่เกิดจากการรับรู้จากภายในตนเอง โดยผู้ที่มีความวิตกกังวลทางสังคม มักคิดว่าผู้อื่นชอบวิพากษ์วิจารณ์ หรือพูดประหมัดไปในทางลบ แต่จริง ๆ แล้วต้องการได้รับการยกย่องชมเชยจากผู้อื่น

Shouliang (2005) ได้แบ่งสาเหตุที่เกิดความวิตกกังวลทางสังคมเป็น 2 ปัจจัย ได้แก่ ปัจจัยด้านพันธุกรรม เช่น ลูกมีความวิตกกังวลทางสังคมจากยีนของบิดามารดา และปัจจัยทางจิตวิทยา ประกอบด้วย การขาดความภาคภูมิใจในตนเอง การรับรู้ที่ไม่ถูกต้องการขาดทักษะทางสังคม ประสบการณ์ทางลบ การตั้งมาตรฐานที่สูงเกินไป เขาอธิบายว่าสาเหตุที่เกิดความวิตกกังวลทางสังคมเกี่ยวข้องกับประสบการณ์ของตนเอง พัฒนามาจากความอ่อนไหว (sensitive) และประหม่าในกระบวนการการเรียนรู้ในชีวิตประจำวันและการเรียนเข้าสังคม

Xin (2017) ได้แบ่งสาเหตุที่เกิดความวิตกกังวลทางสังคมออกเป็น 3 ปัจจัย ได้แก่ ปัจจัยสรีระของตนเองมีสามด้าน ด้านที่หนึ่ง เกิดจากความไม่สมดุลของสารเคมี Serotonin ซึ่งเป็นสารที่ส่งข้อความไปยังเซลล์ประสาทในสมอง จึงทำให้เกิดความวิตกกังวลทางสังคม ด้านที่สอง เป็นมุมมองด้านบุคลิกภาพ ซึ่งทฤษฎีจิตวิเคราะห์ของฟรอยด์มีความเชื่อว่า บุคลิกภาพของผู้ใหญ่ที่แตกต่างกันเนื่องมาจากประสบการณ์ของแต่ละคนในวัยเด็กและขึ้นอยู่กับว่าเด็กแต่ละคนแก้ปัญหาของความขัดแย้งของเขาอย่างไร วัยรุ่นบางคนมีประสบการณ์ทางลบในสาธารณะอย่าง

ต่อเนื่องก็อาจหล่อหลอมบุคลิกภาพเป็นคนที่วิตกกังวลได้ง่าย และในบางกรณีก็เกี่ยวข้องกับประเมินตนเองไม่ว่าจะเป็นการประเมินตนเองต่ำกว่าหรือสูงเกินกว่าความเป็นจริง ทั้งสองอย่างสามารถส่งผลต่อความวิตกกังวลทางสังคมได้

ปัจจัยที่สาม คือ ด้านครอบครัว เช่น วิธีการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัว การอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุมและการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนให้เหตุผล จะสามารถลดความเครียดและความวิตกกังวล แต่ในทางกลับกันเมื่อบุคคลย้ายบ้านไปดำรงชีวิตในสถานที่ที่ไม่คุ้น ไม่มีบ้านที่มั่นคงก็จะส่งผลต่อความวิตกกังวลทางสังคมได้ นอกจากนี้หากถูกปฏิเสธหรือปฏิเสธบุคคลอื่นบ่อย ๆ เมื่อคบหากับผู้อื่นก็มักถูก หัวเราะเยาะเพราะว่าการปรากฏกายหรือแสดงออกมีไม่ดีต่อสาธารณะ จะทำให้วัยรุ่นเกิดความวิตกกังวลทางสังคมได้

Peng และ Miaoying (2021) ได้แบ่งสาเหตุที่เกิดความวิตกกังวลทางสังคมเป็นสามด้าน ประกอบด้วย ด้านการเปลี่ยนแปลงทางโลกาภิวัตน์และเทคโนโลยี ซึ่งการเปลี่ยนแปลงรูปแบบการสื่อสารในยุคอินเทอร์เน็ตทำให้ขาดแรงจูงใจในการสื่อสารแบบพบหน้ากัน ดังนั้นเมื่อบุคคลต้องเข้าสังคมและพบปะตัวจริงของคนอื่น ๆ ในสถานการณ์จริงก็อาจทำให้แสดงออกไม่ถูกหรือไม่มั่นใจ อีกปัจจัยเป็นด้านวิธีการอบรมเลี้ยงดู เช่น วิธีการอบรมเลี้ยงดูที่ควบคุมของครอบครัว ครอบครัวแคเห็นสำคัญกับเกรดผลเรียน ไม่สนใจเกี่ยวหรือให้ความสำคัญกับการสร้างเสริมสุขภาวะจิตที่ดี ทำให้วัยรุ่นไม่มั่นใจ ไม่กล้าเข้าสังคม และวิธีการอบรมเลี้ยงดูที่ปกป้องเกินไปอาจจะทำให้วัยรุ่นมีนิสัยที่อ่อนแอ เมื่อเข้าสังคมจะมีความรู้สึกหวั่นไหวมาก และผู้ปกครองบางคนมักชอบเปรียบเทียบกับผลการเรียนกับวัยรุ่นในวัยเดียวกันแบบนี้จะเพิ่มเสี่ยงที่เกิดความวิตกกังวลทางสังคมได้ หรือแม้แต่การย้ายที่อยู่ ๆ เสมอมีส่วนทำให้สภาพแวดล้อมที่เติบโตขึ้นไม่คงที่สำหรับวัยรุ่นและจะรู้สึกปลอดภัยน้อยลงเมื่อเข้าสังคม ในด้านการอบรมของโรงเรียนที่ส่วนใหญ่เห็นว่าผลเรียนสำคัญกว่าคุณธรรมและทักษะการเข้าสังคม จึงขาดการปลูกฝังในทักษะทางสังคมที่จำเป็นต่าง ๆ ส่งผลให้วัยรุ่นขาดทักษะเข้าสังคมตามวัยที่เหมาะสมได้

ด้านสุดท้ายเป็นปัจจัยด้านสังคม วัฒนธรรม หรือการนำเสนอสื่อที่ไม่ดีจะส่งแรงกดดันจากการแข่งขันทางสังคมไปยังวัยรุ่นอย่างต่อเนื่อง เช่น บางสื่อวิจารณ์ของอำนาจของเงินว่าเงินสามารถซื้อทุกอย่าง บางสื่อมุ่งเน้นนำเสนอสภาพสังคมที่ไม่ดี เต็มไปด้วยความเสี่ยง ปัญหาและอันตราย โดยสื่อและตัวแบบทางสังคมเหล่านี้เมื่อมีปริมาณนำเสนอที่มาก ก็จะส่งผลต่อการรับรู้ของบุคคลให้รู้สึกว่าสังคมเต็มไปด้วยอันตราย มีแรงกดดันจากการแข่งขัน ทำให้วัยรุ่นเครียดและวิตกกังวลเมื่อเข้าสังคมและบางคนอาจเกิดการหลบหนีเมื่อเข้าสังคม

จิตรา ดุษฎีเมธา (2548) ได้แบ่งสาเหตุของความวิตกกังวลทางสังคมเป็น 2 ปัจจัย คือ ปัจจัยด้านพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อม พบว่า ผู้ที่มีบิดาหรือมารดามีอาการวิตกกังวลทางสังคม มีโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดความวิตกกังวลทางสังคมมากกว่าผู้ที่ไม่ได้มีใครเคยมีประวัติอาการวิตกกังวลทางสังคมในครอบครัว หรือมากกว่าคนที่ เป็นโรคแพนิค (Panic Disorder) หรือโรควิตกกังวลประเภทอื่น ๆ นอกจากนี้สภาพแวดล้อมในวัยเด็กเป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้เกิดอาการวิตกกังวลทางสังคมได้ด้วย การเลี้ยงดูของบิดามารดาที่มีต่อผู้ที่มีความวิตกกังวลทางสังคมในวัยเด็ก จะลักษณะไม่เอาใจใส่หรือปกป้องมากเกินไป ขาดความอบอุ่นทางด้านอารมณ์หรือมีปัญหาทางจิตใจในด้านอื่น ๆ

ในด้านปัจจัยทางจิตวิทยาประกอบด้วย การถูกวางเงื่อนไขของความวิตกกังวลซึ่งมีงานวิจัยจำนวนมากที่สนับสนุนหลักฐานที่ว่าพฤติกรรมที่มีความวิตกกังวลนั้น เป็นผลมาจากประสบการณ์ที่ไม่ดีหรือเกิดจากอารมณ์ในทางลบ การขาดทักษะทางสังคม ทักษะสังคมยังไม่ดีพอ อาทิ นอกจากนี้ยังมาจากการขาดการฝึกฝนเรียนรู้ทักษะทางสังคมในด้านการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นที่ดีพอ ทำให้ไม่กล้าแสดงออก ไม่กล้าสบสายตา หรือขาดทักษะในการสื่อสารพูดคุย

นอกจากนี้ปัจจัยทางจิตวิทยายังเกี่ยวข้องกับการประเมินตนเองในด้านลบ มีความคิดลบต่อตนเองว่าไม่สามารถเข้าสังคมได้ เขาก็จะเกิดมีความรู้สึกวิตกกังวลทางสังคมขึ้นมาได้ จนเกิดเป็นความเชื่อที่ไม่สมเหตุผล บนพื้นฐานของทฤษฎีจิตวิทยาสังคมเรื่องการแลกเปลี่ยนทางสังคมและพฤติกรรมการปฏิสัมพันธ์ (Social exchange and Interpersonal behavior) ที่มีแนวคิดว่าการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมบุคคลแต่ละฝ่ายจะมีการประเมินว่าตนเองจะได้อะไรหรือเสียผลประโยชน์จากความสัมพันธ์นั้น หากรู้สึกว่าเสียเปรียบก็จะพยายามออกจากการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมนั้น แต่ถ้าหากได้เปรียบก็จะยิ่งให้ความสำคัญกับการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมนั้น ซึ่งการคิดเช่นนี้อยู่ตลอดเวลาอาจทำให้บุคคลเกิดความเครียดและการเปรียบเทียบตนเองกับผู้อื่นมากเกินไปจนเกิดความวิตกกังวลและต้องการปกป้องตนเองจนอาจนำไปสู่การหลีกเลี่ยงในการเข้าสังคมได้

### ส่วนที่ 3 ปัจจัยทางจิตสังคมกับความวิตกกังวลทางสังคม

จากการที่ผู้วิจัยทบทวนเอกสารต่าง ๆ พบว่ามีการแบ่งสาเหตุของความวิตกกังวลทางสังคมเป็น 2 ปัจจัย ได้แก่ ปัจจัยภายในหรือปัจจัยทางจิตวิทยา ซึ่งมีตัวแปรย่อย ๆ ที่พบว่ามี ความเกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลของวัยรุ่น คือ ความภาคภูมิใจในตนเอง การรับรู้ความสามารถทั่วไป ของตน และความมั่นคงทางอารมณ์ อีกปัจจัยหนึ่ง คือ ปัจจัยภายนอกหรือปัจจัยทางสังคม ซึ่งมี

ตัวแปรย่อย ๆ ที่พบว่ามี ความเกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลของวัยรุ่นประกอบด้วย วิธีการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัวแบบควบคุม และการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนใช้เหตุผล รวมถึงประสบการณ์การมีปฏิสัมพันธ์กับตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคม (Shouliang, 2005; จิตรา คุชฎีเมธา (2548) รายละเอียดดังนี้

## ปัจจัยทางจิต

### 3.1 ความภาคภูมิใจในตนเอง (Self - esteem)

#### 3.1.1 ความหมายของความภาคภูมิใจในตนเอง

จากการประมวลความหมายของความภาคภูมิใจในตนเองนักวิชาการได้ให้ความหมายไว้ดังนี้ (Rotter, 1982) รวมถึงธัญญภัทร์ ศิริขันธ์ราโรจน์ และคณะ. (2560) อธิบายว่าความภาคภูมิใจในตนเอง หมายถึง ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของบุคคลที่แสดงออกให้เห็นว่ามีความภาคภูมิใจในตนเอง มีการแสดงออกทางอารมณ์ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองสามารถทำสิ่งต่าง ๆ ได้ประสบความสำเร็จตามเป้าหมาย และชี้ให้เห็นว่า และยังเพิ่มเติมว่าผู้ที่มีความภาคภูมิใจในตนเองสูงจะประกอบด้วย การลักษณะของการเห็นคุณค่าในตนเอง (self-worth) ความเชื่อมั่นในตนเอง (self-confidence) การเคารพตนเอง (self-respect) และการรู้สึกว่าตนเองเป็นคนที่มีความสามารถ (self-competence)

ในขณะที่ ยลรวี โรจน์ทอง และ สกล วรเจริญศรี (2556) ให้ความหมายว่า ความภาคภูมิใจในตนเองหมายถึง การพิจารณาตัดสินค่าของตนเองตามความรู้สึกที่มีต่อตนเองในด้านบวกและลบ พร้อมทั้งจะเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ โดยไม่ห่อถอย สามารถที่จะตัดสินใจแก้ปัญหาและปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างเหมาะสม ซึ่งบุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง จะต้องเป็นคนที่มีความมั่นใจ มีความเป็นตัวของตัวเอง มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ กล้าแสดงความคิดเห็น กล้าตัดสินใจยอมรับในความสามารถของตนเอง ตลอดจนมีทัศนคติที่ดีต่อตนเอง สอดคล้องกับข้อสรุปจากจาก คอแลมน์ สารพันความรู้ความคิด (2559) ให้รายละเอียดเกี่ยวกับความภาคภูมิใจในตนเอง หรือ Self-esteem ว่าหมายถึงความรู้สึกที่มีต่อตนเองในด้านบวก การมองเห็นคุณค่าในตนเอง มั่นใจและยอมรับนับถือตนเองตามความเป็นจริง สามารถปรับตัวเข้ากับผู้อื่นได้ง่าย ซึ่งเป็นสิ่งที่สำคัญมากในการดำเนินชีวิต

จากความหมายของความภูมิใจในตนเองที่กล่าวถึงทั้งหมดนี้ ผู้วิจัยจึงสรุปว่า ความภูมิใจในตนเอง หมายถึง ลักษณะของความเชื่อและมีความนับถือตนเอง อันเกิดจากความเชื่อมั่นในควมมีคุณค่าของตนเอง แสดงถึงทัศนคติทั้งทางบวก

### 3.1.2 การวัดความภาคภูมิใจในตนเอง

จากการประมวลวิธีการวัดความภาคภูมิใจในตนเอง ส่วนมากพบว่าเป็นการวัดด้วยเครื่องมือในลักษณะการใช้แบบวัดหรือแบบประเมินที่ให้ผู้ตอบประเมินตนเองจากข้อคำถามโดยงานวิจัยของ ยลรวี โรจน์ทอง และ สกกล วรเจริญศรี (2556) ได้สร้างแบบวัดความภาคภูมิใจในตนเอง โดยศึกษาตามแนวคิดของ (Heatherton & Polivy, 1991) โดยแบบวัดมีมาตราวัดมีลักษณะเป็นมาตราประเมินรวมค่า 5 ระดับ คือ “เห็นด้วยมากที่สุด” ถึง “เห็นด้วยน้อยที่สุด” ได้มีการนำไปทดลองใช้กับนักศึกษาจำนวน 100 คน แล้วทำการวิเคราะห์คุณภาพรายข้อ พบว่า แบบวัดความภาคภูมิใจในตนเอง ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเองเท่ากับ .83 ซึ่งถือว่ามีค่าความเชื่อมั่นอยู่ในระดับสูง

จากงานวิจัยของ ปิยนุช ชมพูกาฬ และ ศศิ กฤษณะพันธ์ (2559) ได้สร้างแบบวัดความภาคภูมิใจในตนเอง ข้อมูลด้านความภาคภูมิใจในตนเองโดยประเมินโดยมีพื้นฐานจาก Rosenberg self-esteem scale ฉบับภาษาไทย ใช้วัดกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 130 คน โดยประกอบด้วยคำถามจำนวน 10 ข้อเป็นข้อคำถามทางบวกและทางลบอย่างละ 5 ข้อ ลักษณะของมาตรเป็นมาตราประมาณค่า 4 ระดับ ตั้งแต่เห็นด้วยน้อยที่สุดจนถึงเห็นด้วยมากที่สุด ในการตรวจสอบคุณภาพของแบบวัดมีการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน (Confirmatory factor analysis) ผลการตรวจสอบความกลมกลืนของรูปแบบการวัดความภาคภูมิใจในตนเองกับข้อมูลเชิงประจักษ์ พบว่าค่าไค-สแควร์แตกต่างจากศูนย์อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ อีกทั้งดัชนีอื่น ๆ ที่ใช้ประกอบมีค่าตามเกณฑ์ที่กำหนดแสดงว่าไม่ปฏิเสธสมมติฐานหลักที่ว่ารูปแบบการวัดความภาคภูมิใจในตนเองสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ แสดงว่าแบบวัดที่สร้างขึ้นสามารถใช้เทียบเคียงกับแบบวัดความภาคภูมิใจฉบับมาตรฐานของ Rosenberg ได้ โดยมีค่าความเชื่อมั่นของแบบวัด ( $\alpha$ ) เท่ากับ .86

นอกจากนี้ยังพบว่าการวัดความภาคภูมิใจในตนเอง พบว่าเป็นองค์ประกอบหนึ่งในการวัดแก่นแห่งตน ในงานวิจัยของดุจเดือน พันธุมนาวิน (2557) ที่พัฒนามาจากมาจากการวิจัยของ Judge Timothy A et al. (2003) โดยมีความภาคภูมิใจในตนเองเป็นองค์ประกอบหนึ่งแบบวัดดังกล่าว ซึ่งแบบวัดความภาคภูมิใจในตนเองมีลักษณะเป็นมาตราประเมินรวมค่า 6 ระดับ ตั้งแต่ “จริงที่สุด” ถึง “ไม่จริงเลย” การแปลผลพิจารณาจากคะแนนของผู้ตอบ ผู้ที่ได้คะแนนสูงกว่าแสดงว่ามีความภาคภูมิใจในตนเองสูงกว่าผู้ที่มีคะแนนต่ำกว่า ซึ่งแบบวัดนี้ประกอบด้วย 4 ประเด็นหลัก รวม 12 ข้อ ได้แก่ 1) ความภาคภูมิใจในตนเอง 2) การรับรู้ความสามารถทั่วไปของตน 3) ความมั่นคงทางอารมณ์และ 4) ความเชื่ออำนาจในตน แบบวัดเป็นชนิดมาตราประเมินรวมค่า

สรุปว่าในงานวิจัยฉบับนี้ใช้แบบวัดความภาคภูมิใจในตนเองจะมีพื้นฐานมาจากแนวคิดความภาคภูมิใจของ(Rotter, 1982)ใช้แบบวัดที่ผู้วิจัยปรับปรุงมาจากองค์ประกอบในแบบวัดการประเมินตนเองแห่งตนของ ดุจเดียน พันธุมนาวิน (2557) โดยแบบวัดมีลักษณะเป็นมาตราประเมินรวมค่า (Summate Rating Scale) 6 ระดับ คือ “จริงที่สุด” ถึง “ไม่จริงเลย” ผู้ที่ได้คะแนนมากกว่าแสดงว่ามีความภาคภูมิใจในตนเอง แห่งตนสูงกว่าผู้ที่ได้คะแนนต่ำกว่า

### 3.1.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความภาคภูมิใจในตนเองกับความวิตกกังวลทาง

#### สังคม

จิตรา ดุษฎีเมธา (2548) ศึกษาการลดความวิตกกังวลทางสังคมด้วยการบำบัดความคิด-พฤติกรรมการของได้พบว่า อาการวิตกกังวลทางสังคม จะเกิดขึ้นเมื่อบุคคลประเมินตัวเองว่าสิ่งที่แสดงออกในสังคมนั้นไปเป็นอย่างไรไม่น่าพอใจ รู้สึกว่าตนเองไม่เป็นที่ต้องการของผู้อื่นหรือมีการเห็นคุณค่าในตนเองในระดับต่ำ (ซึ่งการเห็นคุณค่าในตนเองเรียกอีกอย่างได้ว่าความภาคภูมิใจในตนเอง) จำมีความรู้สึกทางลบต่อตัวตน (self) ของตนเอง เมื่อบุคคลมีความคิดลบต่อตนเองว่าไม่สามารถเข้าสังคมได้ เขาก็จะเกิดมีความรู้สึกวิตกกังวลทางสังคมขึ้นมาได้

Shouliang (2005) ได้ศึกษาสาเหตุที่เกิดความวิตกกังวลทางสังคมของนักศึกษาและวิธีการบำบัด พบว่า วัยรุ่นที่เคยมีประสบการณ์ทางสังคมที่ทางลบ ในเวลาที่เสียหน้าในสาธารณะ พวกเขาจะแสดงความภาคภูมิใจในตนเองและความนับถือตนเองต่ำ จิตใจที่ขัดแย้งกันทั้งสองผสมผสานกันซึ่งทำให้จิตใจของพวกเขาเปราะบางมาก ความกล้าหาญของพวกเขาจะลดลงและจะเกิดความวิตกกังวลในการสื่อสารกับบุคคลอื่นมากขึ้นเรื่อย ๆ จนเกิดเป็นความวิตกกังวลทางสังคมขึ้นและส่งผลให้บุคคลเกิดอุปสรรคในการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับบุคคลอื่น

งานวิจัยของสุปรีชา ชำนาญพุฒิพร และคณะ. (2563) ได้พบว่าความวิตกกังวลทางสังคมเป็นอารมณ์พื้นฐานของมนุษย์ เกิดได้ตั้งแต่แรกคลอดและเกิดต่อเนื่องได้ตลอดชีวิต สาเหตุเนื่องจากรู้สึกว่าไม่มีบางสิ่งมาคุกคามอัตลักษณ์ (Identity) ของตัวเอง หรือต่อความนับถือตัวเอง (Self-esteem) ต่อสุขภาพหรือเมื่อต้องทำอะไรที่เกินความสามารถของตัวเอง ทำให้เกิดความไม่สบายใจ ไม่เป็นสุข และมีผลต่อการรับรู้ของบุคคลทำให้การรับรู้ด้อยลงไป ดังนั้นจึงเห็นได้ว่าความนับถือตัวเอง หรือสามารถเรียกอีกอย่างได้ว่าความภาคภูมิใจในตนเองนั้นมีส่วนเกี่ยวข้องกับอัตลักษณ์ของบุคคล คือ หากบุคคลมีอัตลักษณ์ในตนเองที่ชัดเจน สามารถแสดงออกให้คนอื่นยอมรับในตัวตนเองตนเองอย่างที่เป็นได้ก็จะมีส่วนช่วยให้บุคคลมีความภาคภูมิใจในตนเอง กล่าวที่จะแสดงออกในการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและมีความวิตกกังวลจากการเข้าสังคมในระดับต่ำ

จากการประมวลงานวิจัยข้างต้นจะเห็นได้ว่าความภาคภูมิใจมีส่วนเกี่ยวข้องกับการลดความกังวลทางสังคมของบุคคลได้ หรืออาจกล่าวได้ว่าความภาคภูมิใจมีความสัมพันธ์ทางลบต่อความวิตกกังวลของบุคคลได้

### 3.2 การรับรู้ความสามารถทั่วไปของตน (Generalized self-efficacy)

#### 3.2.1 ความหมายของการรับรู้ความสามารถทั่วไปของตน

จากการประมวลความหมายของการรับรู้ความสามารถทั่วไปของตนพบว่า มีผู้ให้ความหมายไว้ดังนี้ โดย Schwarzer & Jerusalem (1995) ให้ความหมายว่า การรับรู้ความสามารถทั่วไปในตนเป็นการที่บุคคลรับรู้ขอบเขตหรือความสามารถของตนเองในการปฏิบัติสิ่งต่าง ๆ ผ่านกระบวนการจัดระเบียบและวางแผนเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่วางไว้ และเมื่อบุคคลประสบความสำเร็จตามเป้าหมายก็จะรู้สึกว่าเป็นผู้ที่มีศักยภาพและพร้อมที่จะท้าทายในการทำสิ่งใหม่ ๆ เพิ่มเติมอีกเรื่อย ๆ สอดคล้องกับ สุทัตตา พานิชวัฒนะ (2560) เสนอว่า การรับรู้ความสามารถของตนเอง หมายถึง ความเชื่อในทักษะความสามารถของตนที่จะตัดสินใจกระทำควบคุมตนเอง จัดระเบียบพฤติกรรมอย่างมีประสิทธิภาพเพื่อให้บรรลุผลตามที่ ต้องการ ผู้ที่มีการรับรู้ความสามารถของตนเองจะมีแรงจูงใจ ทุ่มเท ยืนหยัดในการกระทำนั้นจนสำเร็จ

ในขณะที่ (Mcshane & Von Glinow, 2003, อ้างถึงใน สุทัตตา พานิชวัฒนะ, 2560) ให้ความหมายของการรับรู้ความสามารถแห่งตนว่า เป็นความเชื่อของบุคคลว่า ตนเองมีความสามารถ มีแรงจูงใจที่จะกระทำพฤติกรรมต่าง ๆ ให้บรรลุผลสำเร็จได้อย่างมีประสิทธิภาพ นอกจากนี้ ภาสิต ศิริเทศ และ ณพวิทย์ ธรรมสีหา (2562) เสนอว่า การรับรู้ความสามารถตนเอง หมายถึง การตัดสินใจความสามารถของตนเองว่า จะสามารถทำสิ่งต่าง ๆ ได้ในระดับใด หรือเป็นความเชื่อของบุคคลเกี่ยวกับความสามารถในการกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ซึ่งมีอิทธิพลต่อการดำรงชีวิต ความเชื่อในความสามารถตนเองพิจารณาจากความรู้สึก ความคิด การจูงใจ และพฤติกรรม

จากความหมายของการรับรู้ความสามารถทั่วไปของตนที่กล่าวถึงทั้งหมดนี้ ผู้วิจัยสรุปว่า การรับรู้ความสามารถทั่วไปของตน หมายความว่า ความเชื่อที่ตนเองสามารถบรรลุผลสำเร็จได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยมีแรงจูงใจ ทุ่มเทและควบคุมตนเอง

#### 3.2.2 การวัดของการรับรู้ความสามารถทั่วไปของตน

จากการประมวลวิธีการวัดการรับรู้ความสามารถทั่วไปของตนพบว่าส่วนใหญ่มักถูกใช้วัดควบคู่ไปกับความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองในลักษณะของการใช้แบบประเมิน หรือแบบวัด



ประเมินตนเองที่ให้ผู้คล้ออ่านข้อคำถามแล้วประเมินตนเองตามความรู้สึกหรือความเป็นจริงของตน โดยดุจเดือน พันธุมนาวิณ (2557) ได้สร้างแบบวัดการประเมินแก่นแห่งตน (ชื่อแบบวัด "ตัวฉันเอง") เป็นแบบวัดโดยให้นักศึกษาในช่วงวัยรุ่นรายงานถึง การรับรู้ผ่านการประเมินตนเองประกอบด้วย 4 ประเด็นหลัก ได้แก่ 1) ความภาคภูมิใจในตนเอง 2) การรับรู้ความสามารถทั่วไปของตน 3) ความมั่นคงทางอารมณ์และ 5) ความเชื่ออำนาจในตน แบบวัดเป็นชนิดมาตราประเมินรวมค่า รวม 12 ข้อ โดยแต่ละข้อมีมาตรา 6 หน่วย ตั้งแต่ "จริงที่สุด" ถึง "ไม่จริงเลย" เกณฑ์การให้คะแนน ประกอบด้วยข้อคำถามใน 2 ลักษณะ คือ ข้อคำถามทางบวกและข้อคำถามทางลบเมื่อทำการหาคุณภาพเครื่องมือพบว่ามีความเชื่อมั่นในระดับสูง

นอกจากนี้งานวิจัยของ สุทัตตา พานิชวัฒน์ (2560) ใช้แบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนเองแบบทั่วไป (General Self-efficacy Scale) ของ Schwarzer & Jerusalem (1995) จำนวน 10 ข้อ ใช้การประเมินค่าแบบลิเคิร์ต (Likert scale) แบ่งออกเป็น 5 ระดับ ให้ผู้ตอบแบบวัดตอบตามความเป็นจริงเกี่ยวกับตน คือ "จริงที่สุด" ได้ 5 คะแนน ถึง "ไม่จริง" ได้ 1 คะแนน โดยมีความเชื่อมั่นของแบบวัดเท่ากับ .84

ดังนั้นในงานวิจัยฉบับนี้ใช้แบบวัดการรับรู้ความสามารถทั่วไปของคนที่ผู้วิจัยปรับปรุงมาจากองค์ประกอบในแบบวัดการประเมินแก่นแห่งตนของ ดุจเดือน พันธุมนาวิณ (2557) แบบวัดมีลักษณะเป็นมาตราประเมินค่า (Rating scale) 6 ระดับ คือ "จริงที่สุด" ถึง "ไม่จริงเลย" ผู้ที่ได้คะแนนมากกว่าแสดงว่ามีการรับรู้ความสามารถทั่วไปของตนสูงกว่าผู้ที่ได้คะแนนต่ำกว่า

### 3.2.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องการรับรู้ความสามารถทั่วไปของตนกับความวิตกกังวลทางสังคม

จากการประมวลเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง จิตรา ดุษฎีเมธา (2548) ศึกษาการลดความวิตกกังวลทางสังคมด้วยการบำบัด

ความคิด-พฤติกรรมของการวัยรุ่นได้ โดยพบว่า ความวิตกกังวลในการเข้าสังคมมีความเกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าในตนเอง (หรือความภาคภูมิใจในตนเอง) และมีความเกี่ยวข้องกับการรับรู้ความสามารถของตนเองได้ ดังนั้นหากสามารถทำให้บุคคลรู้สึกว่าเป็นผู้ที่มีความสามารถในการทำสิ่งต่าง ๆ ได้ตามที่ตั้งเป้าหมายไว้สำเร็จ ก็จะมีภาคภูมิใจในตนเองเพิ่มขึ้น และเมื่อมีทั้งสองสิ่งเพิ่มขึ้นจะทำให้บุคคลเกิดความกล้าที่จะเข้าหาและมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับบุคคลอื่นและช่วยให้มีความวิตกกังวลทางสังคมของบุคคลลดลง

อย่างที่ได้อธิบายไปในข้างต้นว่าการรับรู้ความสามารถทั่วไปของตนมักมีการศึกษาควบคู่กับการเห็นคุณค่าในตนเองหรือความภาคภูมิใจในตนเอง ดังนั้นงานวิจัยของ Shouliang

(2005) ที่พยายามศึกษาสาเหตุที่เกิดความวิตกกังวลทางสังคมของนักศึกษาและวิธีการบำบัดให้บุคคลคลายความวิตกกังวลทางสังคมลงจนสามารถเข้าสังคมได้อย่างเป็นปกติ จึงพบว่าเมื่อบุคคลเชื่อว่าตนเองมีความสามารถในการทำสิ่งต่าง ๆ และเมื่อเข้าสังคมแล้วได้มีโอกาสแสดงศักยภาพของตน หรือวิธีที่จะแสดงความสามารถของตนเพื่อช่วยเหลือกิจกรรมของกลุ่มแล้วผู้อื่นก็จะแสดงความรู้สึกยอมรับ และให้ข้อมูลสะท้อนกลับผ่านการสื่อสารหรือการแสดงท่าทีที่ชื่นชมบุคคลก็จะเกิดความภาคภูมิใจและทำให้ความรู้สึกวิตกกังวลว่าจะไม่เป็นที่ยอมรับของผู้อื่นหรือความวิตกกังวลทางสังคมหายไป

Peng และ Miaoying (2021) ศึกษาสาเหตุที่เกิดความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นและวิธีผ่อนคลายความวิตกกังวลทางสังคม พบว่า วัยรุ่นที่มีความวิตกกังวลทางสังคมมักปฏิเสธเกิดสัมผัสกับบุคคลที่ไม่คุ้นเคย เพราะว่าพวกเขาวิตกกังวลว่าจะเสียหน้าจากการที่รู้สึกว่าคุณเองไร้ความสามารถ อาจทำอะไรที่ดูน่าอับอายหรือขบขันจนถูกปฏิเสธที่จะรับเข้าเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม ดังนั้นบุคคลจะรู้สึกว่าคุณล้มเหลวในการเข้าสังคมจนเกิดเป็นความวิตกกังวลขึ้น แต่อย่างไรก็ตามหากบุคคลมีความพยายามที่จะปรับตัวเข้ากับกลุ่ม และพยายามแสดงออกถึงสิ่งที่จะทำให้กลุ่มรู้สึกว่าคุณเป็นคนที่มีความสามารถมีความจำเป็นต่อกลุ่ม ก็จะทำให้กลุ่มเกิดการยอมรับและช่วยผ่อนคลายความกังวลทางสังคมให้กับบุคคลได้

จากการประมวลงานวิจัยข้างต้นจะเห็นได้ว่าการรับรู้ความสามารถทั่วไปของบุคคลมีส่วนเกี่ยวข้องกับความภาคภูมิใจในตนเอง และมีส่วนช่วยทำให้ความวิตกกังวลทางสังคมของบุคคลลดลง จึงสามารถสรุปเป็นสมมติฐานการวิจัยในงานวิจัยฉบับนี้ว่าการรับรู้ความสามารถทั่วไปของตนมีความสัมพันธ์ทางลบกับความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่น

### 3.3 ความมั่นคงทางอารมณ์ (Emotional intelligence)

#### 3.3.1 ความหมายความมั่นคงทางอารมณ์

จากการศึกษานิยามของความมั่นคงทางอารมณ์ (Allport, 1963 citing ปกรณ์ รัตนทรัพย์ศิริ & ธีรพัฒน์ วงศ์คุ้มสิน, 2564) อธิบายว่า ความมั่นคงทางอารมณ์เกิดจากการที่บุคคลยอมรับตนเอง ซึ่งความมั่นคงนี้ช่วยให้บุคคลอดทนต่อความคับข้องใจ และไม่ถูกกระทบกระเทือนทางจิตใจและอารมณ์มากเกินไป อีกทั้งช่วยให้บุคคลสามารถควบคุมตนเองได้ และสามารถที่จะปรับตัวกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างกระทันหัน สามารถมองโลกตามความเป็นจริงและตอบสนองต่อสถานการณ์ทางสังคมได้อย่างเหมาะสม

Goleman (1995) ได้เสนอว่าความฉลาดทางอารมณ์ หรือความมั่นคงทางอารมณ์ นั้นหมายถึงความสามารถในการตระหนักรู้ และเข้าใจอารมณ์ความรู้สึกทั้งของตนเองและผู้อื่น รวมถึงการจัดการและแสดงออกทางอารมณ์อย่างเหมาะสมในสถานการณ์ต่าง ๆ เพื่อให้เกิดความสัมพันธ์อันดีกับคนรอบข้าง ส่งผลต่อความสำเร็จในการปรับตัว ทำให้คนเกิดความกล้าที่จะปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับบุคคลอื่น

ส่วนฉันทนา มุติ (2540) อธิบายว่าความมั่นคงทางอารมณ์เป็น ความสามารถบริหารจัดการและควบคุมอารมณ์ตนเอง โดยจะสามารถจัดการกับกระทำ ความคิด ความรู้สึกของตนในลักษณะที่มีการปรับตัวและยืดหยุ่นได้ในบริบทต่าง ๆ ของสังคม ซึ่งบุคคลที่มีความมั่นคงทางอารมณ์จะช่วยลดความหวั่นไหวทางอารมณ์ (neuroticism) ที่เป็นแนวโน้มของการมีวิธีการคิดในแง่ลบ ระมัดระวัง หรือหวาดระแวงในการดำเนินชีวิตได้

นอกจากนี้ ลลิตา ภูบัวรุ่ง (2544) กล่าวว่า ความมั่นคงทางอารมณ์ หมายถึง ความรู้สึกที่ไม่หวั่นไหวต่อสิ่งรบกวนทางอารมณ์ สามารถควบคุมอารมณ์ ความรู้สึก และสะกดกั้นอารมณ์ของตนให้อยู่ในสภาพปกติเมื่อเผชิญต่อปัญหาในชีวิตประจำวัน สามารถจัดการและปรับอารมณ์ให้เหมาะสมและเข้ากับสถานการณ์ต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี รวมทั้งมีวิธีการคลายเครียดได้อย่างเหมาะสม สอดคล้องกับ(ทรงศรี สารภูษิต และคณะ., 2559) อธิบายว่าความมั่นคงทางอารมณ์เป็นความสามารถควบคุมอารมณ์ความรู้สึก และสะกดกั้นอารมณ์ของตนให้เผชิญกับสิ่งเร้าในสถานการณ์ต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดีและยอมรับการเปลี่ยนแปลงอยู่ในโลกของความเป็นจริง มีพฤติกรรมที่เหมาะสมและดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

จากความหมายของความมั่นคงทางอารมณ์ที่กล่าวไปในข้างต้น ผู้วิจัยสรุปว่าความมั่นคงทางอารมณ์ หมายถึง การที่บุคคลยอมรับตนเอง สามารถรับรู้อารมณ์ของตนและผู้อื่นได้อย่างถูกต้อง ส่งผลให้มีการควบคุมอารมณ์ ความรู้สึก และสะกดกั้นอารมณ์ของตนให้อยู่ในสภาพปกติเมื่อเผชิญต่อปัญหาในชีวิตประจำวัน สามารถปรับตัวเองแล้วปรับอารมณ์ได้เหมาะสมกับสถานการณ์ทางสังคมต่าง ๆ แล้วเกิดพฤติกรรมที่เหมาะสม

### 3.3.2 การวัดความมั่นคงทางอารมณ์

จากการศึกษาเอกสารงานวิจัยเกี่ยวกับวิธีการวัดความมั่นคงทางอารมณ์ พบงานวิจัยของ ทรงศรี สารภูษิต และคณะ. (2559) ได้สร้างแบบวัดความมั่นคงทางอารมณ์ขึ้นโดยใช้องค์ประกอบของความมั่นคงทางอารมณ์ทั้ง 4 ด้าน ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของแบบสอบถามบุคลิกภาพ 5 องค์ประกอบ Smith และ Harper (2003) ได้แก่ 1) ความความผ่อนคลายทางอารมณ์ (relaxed) คือความสามารถของบุคคลที่จะผ่อนคลายอารมณ์ทางลบที่อาจก่อให้เกิดความเครียด 2) ความพึง

พอใจในชีวิต (contented) คือ ความรู้สึกพึงพอใจในตนเอง มีอารมณ์ที่มีความสุขต่อตนเอง 3) ความเชื่อมั่นในตนเอง (self-assured) คือ ความรู้สึกที่เชื่อว่าตนเองเป็นคนที่มีความสามารถ เข้าใจอารมณ์ของตนเองและแสดงออกอย่างเหมาะสม และ 4) ความเข้มแข็งทางใจ (resilience) คือ ความสามารถที่บุคคลจะปรับอารมณ์ ปรับความคิด และปรับตัวให้ออกจากอารมณ์ทางลบ หรือความเหนื่อยล้าทางจิตใจได้ โดยมีทั้งหมด 36 ข้อ ลักษณะเป็นแบบมาตรวัดประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับตั้งแต่ตรงมากที่สุด คือ 5 คะแนน จนถึง ตรงน้อยที่สุด คือ 1 คะแนน มีค่าความเชื่อมั่นแบบวัด ( $\alpha$ ) ทั้งฉบับเท่ากับ .87

ในงานวิจัยของ ฉัฐวีณี สิทธิศิริอรรรถ (2561) ได้สร้างข้อคำถามขององค์ประกอบความมั่นคงทางอารมณ์ โดยพื้นฐานมาจากทฤษฎีแก่นแห่งตนของ Rotter (1982) จำนวน 12 ข้อ แต่ละข้อมีมาตราประเมิน 6 ระดับ ตั้งแต่ “จริงที่สุด” ถึง “ไม่จริงเลย” เมื่อนำไปทดลองใช้กับนักศึกษาจำนวน 203 คน แล้วทำการวิเคราะห์คุณภาพรายข้อ พบว่า แบบวัดมีค่าอำนาจจำแนกรายข้ออยู่ระหว่าง 6.09 ถึง 12.07 มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนข้อนั้นกับคะแนนรวมที่ไม่มีข้อนั้นอยู่ระหว่าง .33 ถึง .69 ความเชื่อมั่นของคะแนนจากแบบวัดเท่ากับ .83 ต่อมา มีการพัฒนาแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ ตามแนวคิดทฤษฎีของ Goleman (1995) จำนวน 50 ข้อ คำถาม แบบวัดมีลักษณะเป็นมาตรวัดประเมินรวมค่า 6 ระดับ ตั้งแต่ “จริงที่สุด” ถึง “ไม่จริงเลย” มีการหาคุณภาพแบบวัดด้วยการหาค่า IOC จากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 คน แล้ววิเคราะห์คุณภาพรายข้อด้วยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนแต่ละข้อกับคะแนนรวมในด้านนั้น (Corrected Item-total correlation: ICTC) มีค่าเท่ากับ 0.44 – 0.68 มีค่าความเชื่อมั่นของมาตรวัด ( $\alpha$ ) เท่ากับ .87 ได้ข้อคำถามไปใช้ในงานวิจัยจริงจำนวน 20 ข้อ (Shuttawee Sitsira-at, 2020)

นอกจากนี้ ปกรณ์ รัตนทรัพย์ศิริ และ อธิพัฒน์ วงศ์คุ้มสิน (2564) ได้สร้างแบบวัดความมั่นคงทางอารมณ์ เป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) 5 ระดับ จริงมากที่สุด ถึง เป็นจริงน้อยที่สุด จำนวน 20 ข้อ และทดลองเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างที่คล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างจริงในการวิจัย 60 คน พบว่า มีค่าความเชื่อมั่นโดยรวมเท่ากับ .85

ในงานวิจัยฉบับนี้ผู้วิจัยได้ใช้แบบวัดความมั่นคงทางอารมณ์ที่ผู้วิจัยพัฒนามาจากแบบวัดของ ฉัฐวีณี สิทธิศิริอรรรถ (2561) เนื่องจากเห็นว่าข้อคำถามนั้นมีพื้นฐานมาจากแนวคิดแก่นแห่งตนซึ่งมีความเกี่ยวข้องกับการมองตัวแปรความมั่นคงทางอารมณ์ร่วมกันกับตัวแปรความภาคภูมิใจในตนเอง และการรับรู้ความสามารถทั่วไปของตนซึ่งมีลักษณะตัวแปรใกล้เคียงกับที่ผู้วิจัยสนใจทำการวิจัยในครั้งนี้ และแบบวัดนี้ก็มีการปรับปรุงในภายหลังเพื่อให้มีความสมบูรณ์

และใช้วัดความมั่นคงทางอารมณ์ของบุคคลได้อย่างครอบคลุมมากยิ่งขึ้นตามแนวคิดของ Goleman (1995) ซึ่งใช้เป็นพื้นฐานในการศึกษาเกี่ยวกับความมั่นคงทางอารมณ์อย่างแพร่หลาย

### 3.3.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความมั่นคงทางอารมณ์กับความวิตกกังวลทางสังคม

จากการประมวลเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความมั่นคงทางอารมณ์พบว่า Inam et al. (2014) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับความมั่นคงทางอารมณ์ ความสามารถในการเข้าสังคม และความวิตกกังวลทางสังคม โดยศึกษากับบุคคลที่อยู่ในวัยรุ่นจำนวน 130 คน โดยผลการศึกษาพบว่าวัยรุ่นหญิงมีความวิตกกังวลสูงกว่าเพศชาย และพบว่าความมั่นคงทางอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางลบกับความวิตกกังวลทางสังคม เช่นเดียวกับความสามารถในการเข้าสังคมก็มีความสัมพันธ์ทางลบกับความวิตกกังวลทางสังคม ในขณะที่เดียวกันก็พบว่าความมั่นคงทางอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสามารถในการเข้าสังคมเช่นกันของวัยรุ่นทั้งเพศชายและเพศหญิง

Xin (2017) ศึกษาสาเหตุที่เกิดความวิตกกังวลทางสังคมของนักศึกษาพบว่า สาเหตุของความวิตกกังวลของนักศึกษาที่เป็นวัยรุ่นมีจิตใจที่อ่อนแอจากอารมณ์ที่ตึงเครียดง่าย ไม่สามารถปรับอารมณ์จากการเข้าสังคมเพื่อมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมได้ จึงทำให้อาจจะไม่ทราบว่าตนเองควรที่จะแสดงออกอารมณ์อย่างไรจึงจะเหมาะสม ซึ่งสิ่งเหล่านี้มีสะท้อนถึงการขาดความมั่นคงทางอารมณ์ จึงทำให้บุคคลในวัยรุ่นที่มีลักษณะเหล่านี้มีแนวโน้มของความวิตกกังวลทางสังคมมากที่สุด

สุปรีชา ชำนาญพุมพิพร และคณะ. (2563) ทำการศึกษาเกี่ยวกับความสามารถในการควบคุมอารมณ์ของบุคคลเมื่อเผชิญหน้ากับปัญหาต่าง ๆ ที่ทำให้รู้สึกไม่สบายใจ คับแค้นใจหรือถูกบีบบังคับกดดันจนทำให้เกิดความรู้สึกทุกขใจ สับสน โกรธหรือเสียใจ ซึ่งกลุ่มตัวอย่างเป็นบุคคลที่เป็นนักศึกษาในวัยรุ่น ที่ขาดความสามารถในการควบคุมอารมณ์เหล่านี้มักมีพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปจากปกติและอาจส่งผลกระทบต่อความสามารถในการเข้าสังคมของบุคคล ดังนั้นจึงอาจกล่าวได้ว่าการที่บุคคลมีความสามารถในการควบคุมอารมณ์ซึ่งเป็นหนึ่งในคุณสมบัติสำคัญของการมีความมั่นคงทางอารมณ์ก็จะช่วยลดความวิตกกังวลทางสังคมได้

Ketkaew et al. (2021) ได้ศึกษาเกี่ยวกับบทบาทของความมั่นคงทางอารมณ์ กับความสามารถทางการปรับตัวในการเข้าสังคม โดยมีกลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาจำนวน 335 คน ซึ่งผลการศึกษาพบว่าความมั่นคงทางอารมณ์มีความเกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตอย่างชาญฉลาดและความสุขในการดำเนินชีวิต และพบว่าความมั่นคงทางอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับ

ความสามารถในการปรับตัวในการเข้าสังคม กล่าวคือมีส่วนช่วยให้วัยรุ่นมีการปรับตัวเข้ากับบุคคลอื่นได้ดี มีการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่เป็นไปอย่างราบรื่นและมีส่วนทำให้วัยรุ่นลดความวิตกกังวลทางสังคมได้

ดังนั้นจากหลักฐานงานวิจัยต่าง ๆ ที่ได้กล่าวไปในข้างต้นจะเห็นได้ว่าความมั่นคงทางอารมณ์มีส่วนช่วยลดความวิตกกังวลทางสังคมลงได้ และสรุปเป็นสมมติฐานการวิจัยในงานวิจัยฉบับนี้ว่าความมั่นคงทางอารมณ์ของตนมีความสัมพันธ์ทางลบกับความวิตกกังวลทางสังคม

## ปัจจัยทางสังคม

### 3.4 การอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม

#### 3.4.1 ความหมายการอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม

จากการศึกษานิยามของการอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุมของผู้ปกครองมี นักวิชาการได้ให้ความหมายไว้ดังนี้ (Leelerd & Hemchayart, 2020) กล่าวถึง การอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม คือ การอบรมเลี้ยงดูที่ผู้ปกครองมีความเข้มงวดสูง มีกฎระเบียบที่เคร่งครัดแต่ไม่ตอบสนองต่อความต้องการของเด็กโดยสิ้นเชิง มีการวางกฎระเบียบเพื่อให้เด็กปฏิบัติโดยไม่ให้เหตุผลประกอบ เด็กต้องยอมรับในการตัดสินใจของผู้ปกครอง เชื่อคำพูดของผู้ปกครองโดยไม่มีข้อโต้แย้ง การลงโทษเด็กกระทำต่อเมื่อเด็กไม่ปฏิบัติตามในสิ่งที่ผู้ปกครองคาดหวังไว้ มีการใช้อำนาจโดยวิธีบังคับ ผู้ปกครองไม่สนใจความรู้สึกและปฏิเสธความคิดเห็นของเด็ก

ส่วน Baumrind Diana Baumrind, 1971 อ้างถึงใน ดุลยา จิตตะยโสธร (2552)กล่าวว่ารูปแบบการอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม (Authoritarian Parenting Style) คือ การอบรมเลี้ยงดูที่พ่อแม่ผู้ปกครองมีความเข้มงวด บังคับเรียกร้องให้เด็กทำในสิ่งต่าง ๆ ที่ตนต้องการสูง แต่ไม่ยอมรับสนองความต้องการของเด็ก มีความพยายามควบคุมและวางกฎเกณฑ์ให้เด็กปฏิบัติตามอย่างเข้มงวด โดยมีการอธิบายน้อยมาก หรือไม่มีเลยเด็กต้องยอมรับในคำพูดของบิดามารดาว่าเป็นสิ่งที่ถูกต้องเหมาะสมเสมอ การใช้อำนาจควบคุมโดยวิธีบังคับและลงโทษเมื่อเด็กไม่ทำตามความคาดหวังของบิดามารดา สอดคล้องกับ เกศรินทร ทารี (2556) อธิบายว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม หมายถึง การอบรมเลี้ยงดูที่บิดามารดาควบคุมบังคับและลงโทษบุตร เมื่อบุตรกระทำในสิ่งที่ตนไม่ต้องการ

นอกจากนี้ ดวงเดือน พันธุมนาวิน และ เพ็ญแข ประจวบปัจฉนิก (2520) อธิบายว่า ลักษณะการอบรมเลี้ยงดูเด็กแบบรักมากและควบคุมมาก จะทำให้เด็กไม่เป็นตัวของตัวเอง ชอบ

พึงพาผู้อื่น มีความอดทนต่ำ ความสามารถในการตัดสินใจหรือการแก้ปัญหาเฉพาะหน้าต่ำ ชอบเพื่อน ขาดความเป็นผู้นำ แต่จะรักษาและเคารพกฎระเบียบแต่ถ้าเด็กได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบรักน้อย และควบคุมน้อย จะทำให้เด็กมีพฤติกรรมที่เป็นปัญหามากมาย และเป็นลักษณะการอบรมเลี้ยงดูที่พบมากในอาชญากรที่มีอายุน้อย ซึ่งเป็นเด็กที่ไม่สามารถควบคุมความประพฤติของตนเองได้ มักพบการอบรมเลี้ยงดูแบบนี้ ในครอบครัวที่มีสถานะทางเศรษฐกิจค่อนข้างต่ำ พ่อแม่ต้องทำงานหาเลี้ยงชีพ ไม่มีเวลาเอาใจใส่ดูแลบุตร ประกอบกับพ่อแม่กลุ่มนี้ได้รับการศึกษาระดับต่ำด้วย ทำให้ขาดความรู้ ความเข้าใจในการอบรมเลี้ยงดูบุตรที่เหมาะสม และขาดความรู้เกี่ยวกับพัฒนาการของเด็ก ส่งผลให้เด็กได้รับที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบนี้ มีลักษณะความรับผิดชอบต่ำ ขาดความมีระเบียบแบบแผน มีลักษณะมุ่งอนาคต และมีเหตุผลเชิงจริยธรรมต่ำ

สรุปว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม หมายความว่า การอบรมเลี้ยงดูที่ผู้ปกครองมีความเข้มงวดสูงมาก แต่ไม่ตอบสนองความต้องการของเด็ก โดยสิ้นเชิงมีการจัดระบบการควบคุมและวางกฎเกณฑ์ให้เด็กปฏิบัติตามอย่างเข้มงวด จะทำให้เด็กไม่เป็นตัวของตัวเอง ชอบพึ่งพาผู้อื่น มีความอดทนน้อย ความสามารถในการตัดสินใจหรือการแก้ปัญหาเฉพาะหน้าต่ำชอบเพื่อนชอบตาม ขาดลักษณะผู้นำ มีลักษณะความรับผิดชอบต่ำ ขาดความมีระเบียบแบบแผน มีลักษณะมุ่งอนาคต และมีเหตุผลเชิงจริยธรรมต่ำ

#### 3.4.2 การวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม

จากการประมวลเอกสารและงานวิจัยเกี่ยวกับวิธีการวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม พบงานวิจัยของ เกศรินทร์ ทาวี (2556) ใช้มาตรวัดรูปแบบการอบรมเลี้ยงดู 3 รูปแบบคือแบบรักสนับสนุน แบบใช้เหตุผลและแบบควบคุม รูปแบบละ 5 ข้อ โดยผู้วิจัยปรับปรุงมาจากมาตรวัดของ สันต์หทัย วิทยารังษีพงษ์ (2550) มีลักษณะเป็นมาตราประมาณค่า (rating scale) 6 ระดับตั้งแต่จริงที่สุดถึงไม่จริงเลย โดยผู้วิจัยนำมาตราวัดไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (content validity) และนำแบบสอบถามที่ได้ผ่านการพิจารณาจากผู้เชี่ยวชาญแล้วไปทดลองใช้กับนิสิตนักศึกษาที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 40 คนเมื่อนำไปวิเคราะห์ค่าความเชื่อมั่นพบว่ามาตรวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนมีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคเท่ากับ .83 ข้อคำถามจากมาตรวัดการอบรมเลี้ยงดู มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคเท่ากับ .63 ส่วนข้อคำถามจากมาตรวัด การอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุมมีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคเท่ากับ .70

Abdul Gafor และ Kurukkan (2014) ได้มีงานวิจัยเกี่ยวกับการตรวจสอบโครงสร้างและความตรงของการวัดรูปแบบการเลี้ยงดูของผู้ปกครองโดยแบ่งรูปแบบการเลี้ยงดูออกเป็นสองรูปแบบใหญ่ ๆ คือการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้การควบคุมและใช้อำนาจกำกับดูแลเด็กสูง กับการ

อบรมเลี้ยงดูแบบให้อิสระ โดยแบ่งเป็นการอบรมแบบให้ความรักความใส่ใจ กับแบบปล่อยปละละเลย ซึ่งจากการเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นวัยรุ่นจำนวน 370 คน ผู้วิจัยได้มีการตรวจสอบความตรงและค่าอำนาจจำแนกจนสามารถคัดเลือกข้อคำถามออกมาได้ 38 ข้อแบ่งเป็นการอบรมเลี้ยงดูแบบให้การควบคุมดูแลจำนวน 19 ข้อ และแบบให้อิสระอีก 19 ข้อ ลักษณะมาตรเป็นมาตรประมาณค่า 5 ระดับ เมื่อทำการตรวจสอบความเชื่อมั่นของแบบทดสอบด้วยวิธีทดสอบซ้ำ (Test-retest) พบว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบให้การควบคุมดูแลมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .83 แบบให้อิสระมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .81

วรรณกร พลพิชัย และคณะ. (2564) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูทัศนคติต่อพฤติกรรมการใช้ความรุนแรงและพฤติกรรมการใช้ความรุนแรงของวัยรุ่นในอำเภอเมืองตรัง จังหวัดตรัง ใช้เครื่องมือในการเก็บข้อมูลในการศึกษาเกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดู ในลักษณะของมาตราประมาณค่า 5 ระดับ ตั้งแต่ ไม่จริงเลย จนถึงจริงมากที่สุด ซึ่งประกอบด้วยการอบรมเลี้ยงดู 3 รูปแบบ ได้แก่ การอบรมเลี้ยงดูแบบเอาใจใส่ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .79 การอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .85 แบบการอบรมเลี้ยงดูแบบตามใจ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .71

จะเห็นได้ว่าแบบวัดการอบรมเลี้ยงดูส่วนมากเป็นการให้บุคคลนึกถึงตนเองในอดีตและสรุปว่าในงานวิจัยฉบับนี้ใช้แบบวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุมจะใช้แบบวัดที่ปรับปรุงมาจาก เกศรินทร์ ทารี (2556) แบบวัดมีลักษณะเป็นมาตราประเมินค่า 6 ระดับ คือ “จริงที่สุด” ถึง “ไม่จริงเลย” โดยมีระดับการให้คะแนนในแต่ละข้อตั้งแต่ 1 จนถึง 6 คะแนน โดย ผู้ที่ได้คะแนนมากกว่า แสดงว่ามีการอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุมสูงกว่าผู้ที่ได้คะแนนต่ำกว่า

### 3.4.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องการอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุมกับความวิตกกังวลทางสังคม

จากการประมวลเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม Cheng et al. (2008) ศึกษาอิทธิพลของสภาพแวดล้อมในครอบครัวที่มีต่อความวิตกกังวลทางสังคมอธิบายว่า ผู้ปกครองมีการควบคุมที่สูงมากในวิธีการอบรมเลี้ยงดูลูก และเด็กไม่ได้รับการสนับสนุนจากผู้ปกครองให้เข้าร่วมในสังคมสร้างมิตรภาพและความบันเทิง กล่าวคือ ผู้ปกครองจำกัดลูกของตนให้อยู่ในสิ่งที่พวกเขาคิดเป็นกิจกรรมที่ภายในระยะปลอดภัย ตั้งโมเดลทางความคิดเกี่ยวกับการสร้างความสัมพันธ์กับคนอื่นตามที่ผู้ปกครองคิดว่าถูกต้องให้ลูกของเขาและบังคับลูกทำตาม รูปแบบการควบคุมในวิธีการอบรมเลี้ยงดูลูกแบบนี้ทำให้เด็กรู้สึกว่ามีความวิตกกังวลมากขึ้นเมื่อต้องเผชิญกับสภาพแวดล้อมใหม่ ๆ ทางสังคม และอาจหลีกเลี่ยงที่จะเข้าสังคมได้



Xin (2017) ศึกษาสาเหตุที่เกิดความวิตกกังวลทางสังคมของนักศึกษาอธิบายว่า หากวัยรุ่นอาศัยและเติบโตอยู่ในครอบครัวที่มีวิธีการอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม จำกัดแนวโน้มทำให้ติดต่อกับและมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นน้อยลง เมื่อเป็นเช่นนี้จะทำให้วัยรุ่นขาดประสบการณ์และปฏิบัติตัวไม่ถูกเมื่อต้องเข้าสังคมจนอาจทำให้ขาดความมั่นใจในตนเอง และเกิดพฤติกรรมที่มีความวิตกกังวลมากมายในชีวิต

Peng และ Miaoying (2021) ศึกษาสาเหตุที่เกิดความวิตกกังวลทางสังคมและวิธีการบำบัด อธิบายว่าวัยรุ่นที่มีความวิตกกังวลทางสังคมบางคนส่วนใหญ่มักมีปัญหาเกี่ยวกับการอบรมของครอบครัวตั้งแต่วัยเด็ก ได้แก่ วิธีการอบรมของพ่อแม่ที่มักควบคุมเด็กมากเกินไป หรือสนใจแต่ผลการเรียนของลูกเท่านั้น จนละเลยสุขภาพจิตของลูก จึงทำให้ลูกขาดความมั่นใจในตนเองเมื่อสื่อสารและโต้ตอบกับบุคคลอื่นและไม่กล้าแสดงความคิดเห็นของตน จนกลายเป็นความวิตกกังวลทางสังคมได้

จากการศึกษางานวิจัยเกี่ยวกับรูปแบบการเลี้ยงดูแบบควบคุมกำกับดูแลเด็กมากจนเกินความพอดีอาจส่งผลต่อความวิตกกังวลทางสังคมให้เพิ่มขึ้นได้ จึงสามารถสรุปเป็นสมมติฐานการวิจัยในงานวิจัยฉบับนี้ว่าการอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความวิตกกังวลทางสังคม

### 3.5 การอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนให้เหตุผล

#### 3.5.1 ความหมายการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนให้เหตุผล

มีผู้ให้ความหมายของการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนให้เหตุผลไว้อย่างหลากหลาย โดยมีรายละเอียดดังนี้ เกศรินทร ทารี (2556) อธิบายว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุน หมายถึงการอบรมเลี้ยงดูที่บิดามารดาแสดงความรักต่อบุตรอย่างเปิดเผย ใ้บุตรมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ของครอบครัว และเข้าใจในความรู้สึกของบุตรอย่างดี หากเด็กได้รับการเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนน้อย จะทำให้เด็กเกิดความวิตกกังวลได้ ซึ่ง สันหทัย วิทยารังษีพงษ์, 2550 citing Hurlock (1974) กล่าวว่า บุคคลที่ถูกเลี้ยงดูจากพ่อแม่ที่เอาใจใส่ จะทำให้บุคคลไม่รู้สึกว่าตนเองโดดเดี่ยวหรือถูกปฏิเสธ หรือไม่ได้รับการยอมรับจากบุคคลที่เขารู้สึกว่ามีความสำคัญต่อชีวิตของเขาอย่างยิ่งอย่างพ่อแม่ผู้ปกครอง จะทำให้บุคคลมีลักษณะของความวิตกกังวลเนื่องจากขาดความอบอุ่น ว่าเหว หรือความรู้สึกไม่มั่นคงทางจิตใจที่ลดต่ำลงได้

Leelerd และ Hemchayart (2020) อธิบายถึง การอบรมเลี้ยงดูแบบเอาใจใส่หรือการอบรมเลี้ยงดูอย่างเหมาะสมและเลี้ยงดูตามพัฒนาการของเด็กโดยที่ผู้ปกครองอนุญาตให้เด็ก

มีอิสระตามวุฒิภาวะและพัฒนาการของเด็ก แต่ผู้ปกครองต้องกำหนดกฎระเบียบขอบเขตหรือพฤติกรรมของเด็กไว้อย่างเหมาะสมตามบรรทัดฐานหรือวัฒนธรรมที่ดีของสังคม นอกจากนี้ผู้ปกครองต้องแสดงความรักความเข้าใจเอาใจใส่และให้ความอบอุ่นต่อเด็ก พร้อมทั้งยอมรับฟังความคิดเห็น สนับสนุนให้เด็กมีส่วนร่วมต่อกิจกรรมของครอบครัว หรือการตัดสินใจเรื่องต่าง ๆ ของครอบครัว ให้ความเสมอภาค ยอมรับและให้สิทธิเท่าเทียมกัน ความเป็นประชาธิปไตย มีการอธิบายให้เหตุผลแก่เด็กเพื่อให้ปฏิบัติตามการลงโทษเด็กกระทำเมื่อจำเป็นและมีเหตุผลโดยไม่ยึดเหตุผลตนเองเป็นหลัก แต่ยึดข้อตกลงร่วมกัน และสุดท้าย คือ ผู้ปกครองปรับรูปแบบในการอบรมเลี้ยงดูและมาตรฐานในการแสดงออกต่อเด็กอย่างชัดเจน มีความยืดหยุ่นตามความเหมาะสม

บุญสุข อ่อนทองคำ และคณะ. (2021) อธิบายว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบเอาใจใส่ หมายถึง การอบรมเลี้ยงดูที่บิดามารดาสนับสนุนให้เด็กมีพัฒนาการตามวุฒิภาวะของเด็ก โดยที่บิดามารดาจะอนุญาตให้เด็กมีอิสระตามควรแก่วุฒิภาวะ แต่ในขณะเดียวกันบิดามารดาจะกำหนดขอบเขตพฤติกรรมของเด็ก และกำหนดให้เด็กเชื่อฟังและปฏิบัติตามแนวทางที่บิดามารดา กำหนดไว้อย่างมีเหตุผลให้ความรักความอบอุ่นและใส่ใจต่อเด็ก เปิดโอกาสให้เด็กเป็นตัวของตัวเอง รับฟังเหตุผลจากเด็ก และสนับสนุนให้เด็กมีส่วนร่วมในการคิดตัดสินใจในเรื่องต่าง ๆ ของครอบครัว

สรุปว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนให้เหตุผล หมายความว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบเอาใจใส่ ผู้ปกครองใช้วิธีการอบรมเลี้ยงดูที่สนับสนุนให้เด็กมีพัฒนาการ ตามวุฒิภาวะของเด็ก ผู้ปกครองจะอนุญาตให้เด็กมีอิสระตามควรแก่วุฒิภาวะ ขณะเดียวกัน ผู้ปกครองจะกำหนดขอบเขตพฤติกรรมของเด็ก และผู้ปกครองจะกำหนดไว้อย่างมีเหตุผลให้ความรักความอบอุ่นและใส่ใจต่อเด็ก ผู้ปกครองต้องแสดงความรักความเข้าใจเอาใจใส่และให้ความอบอุ่นต่อเด็ก พร้อมทั้งยอมรับฟังความคิดเห็น สนับสนุนให้เด็กมีส่วนร่วมต่อกิจกรรมของครอบครัว หรือการตัดสินใจเรื่องต่าง ๆ ให้ความเสมอภาค ยอมรับและให้สิทธิเท่าเทียมกัน

### 3.5.2 การวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนให้เหตุผล

จากการประมวลเอกสารและงานวิจัยเกี่ยวกับวิธีการวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนให้เหตุผลมักพบว่าเป็นงานชิ้นเดียวกันกับการอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุมตามที่ได้กล่าวไปแล้วในข้างต้นเนื่องจากมักเป็นรูปแบบของการอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่ผู้ปกครองมาตรฐานที่มักทำการศึกษาวิจัยกัน ซึ่งจากงานของ เกศรินทร ทาวี (2556) ใช้มาตรวัดรูปแบบการอบรมเลี้ยงดู 3 รูปแบบคือแบบรักสนับสนุน แบบให้เหตุผลและแบบควบคุม รูปแบบละ 5 ข้อ โดยผู้วิจัยปรับปรุงมาจากมาตรวัดของสัณห์หทัย วิทยารังษีพงษ์ (2550) มีลักษณะเป็นมาตรประมาณค่า (rating

scale) 6 ระดับตั้งแต่จริงที่สุด - ถึงไม่จริงเลย โดยผู้วิจัยนำมาตรวจวัดไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (content validity) และนำแบบสอบถามที่ได้ผ่านการพิจารณาจากผู้เชี่ยวชาญแล้วไปทดลองใช้กับนิสิตนักศึกษาที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 40 คนเมื่อนำไปวิเคราะห์ค่าความเชื่อมั่นพบว่ามาตรวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนมีค่าความเชื่อมั่น ( $\alpha$ ) เท่ากับ .83 ข้อคำถามจากมาตรวัดการอบรมเลี้ยงดู มีค่าความเชื่อมั่น ( $\alpha$ ) เท่ากับ .63 ส่วนข้อคำถามจากมาตรวัด การอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุมมีค่าความเชื่อมั่น ( $\alpha$ ) เท่ากับ .70

Abdul Gafor และ Kurukkan (2014)วิจัยเกี่ยวกับการตรวจสอบโครงสร้าง และความตรงของการวัดรูปแบบการเลี้ยงดูของผู้ปกครองโดยแบ่งรูปแบบการเลี้ยงดูออกเป็นสองรูปแบบใหญ่ ๆ คือการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้การควบคุมและใช้อำนาจกำกับดูแลเด็กสูง กับการอบรมเลี้ยงดูแบบให้อิสระ โดยแบ่งเป็นการอบรมแบบให้ความรักความใส่ใจ กับแบบปล่อยปละละเลย ซึ่งจากการเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นวัยรุ่นจำนวน 370 คน ผู้วิจัยได้มีการตรวจสอบความตรงและค่าอำนาจจำแนกจนสามารถคัดเลือกข้อคำถามออกมาได้ 38 ข้อแบ่งเป็นการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้การควบคุมดูแลจำนวน 19 ข้อ และแบบให้อิสระอีก 19 ข้อ ลักษณะมาตรเป็นมาตรประมาณค่า 5 ระดับ เมื่อทำการตรวจสอบความเชื่อมั่นของแบบทดสอบด้วยวิธีทดสอบซ้ำ (Test-retest) พบว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบใช้การควบคุมดูแลมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .83 แบบให้อิสระมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .81

งานวิจัยของดุจเดือน พันธมนาวิน (2558) ได้ทำการพัฒนาเครื่องมือในการวัดรูปแบบการเลี้ยงดูของผู้ปกครองแบบต่าง ๆ โดยเน้นการอบรมเลี้ยงดูแบบสนับสนุนและใช้เหตุผล และพัฒนาข้อคำถามเบื้องต้นขึ้นมาเป็นจำนวน 24 ข้อ ลักษณะของมาตรวัดเป็นมาตรประมาณค่า 6 ระดับ ซึ่งหลังจากทำการทดสอบคุณภาพรายข้อของแบบวัดแล้วจึงเหลือเพียง 15 ข้อที่ผ่านเกณฑ์องค์ประกอบเชิงยืนยันแล้วจึงทำการคำนวณค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ .92

วรรณกร พลพิชัย และคณะ. (2564) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับรูปแบบการอบรมเลี้ยงดู ทศนคติต่อพฤติกรรมการใช้ความรุนแรงและพฤติกรรมการใช้ความรุนแรงของวัยรุ่นในอำเภอเมืองตรัง จังหวัดตรัง ใช้เครื่องมือในการเก็บข้อมูลในการศึกษาเกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดู ในลักษณะของมาตรประมาณค่า 5 ระดับ ตั้งแต่ ไม่จริงเลย จนถึงจริงมากที่สุด ซึ่งประกอบด้วย การอบรมเลี้ยงดู 3 รูปแบบ ได้แก่ การอบรมเลี้ยงดูแบบเอาใจใส่ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .79 การอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .85 แบบการอบรมเลี้ยงดูแบบตามใจ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .71

สรุปว่าในงานวิจัยฉบับนี้ใช้แบบวัดแบบรักสนับสนุนใช้เหตุผลจะใช้แบบวัดที่ปรับปรุงมาจาก ดุจเดือน พันธุมนาวิน (2558) เนื่องจากมีการสร้างเครื่องมือที่มุ่งวัดรูปแบบการเลี้ยงดูแบบรักและสนับสนุนมีวิธีการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือที่หลากหลายและแสดงให้เห็นว่าคุณภาพของเครื่องมือที่ผ่านเกณฑ์และมีความเชื่อมั่นในระดับสูง ซึ่งแบบวัดนี้มีลักษณะเป็นมาตราประเมินรวมค่า 6 ระดับ คือ “ไม่จริงเลย” ได้ 1 คะแนน ถึง “จริงที่สุด” ได้ 6 คะแนน โดยผู้ที่ได้คะแนนมากกว่าแสดงว่ามีการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนใช้เหตุผลสูงกว่าผู้ที่ได้คะแนนต่ำกว่า

### 3.5.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนใช้เหตุผลกับความวิตกกังวลทางสังคม

จากการประมวลเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนและใช้เหตุผล ซึ่งจากงานวิจัยของ Cheng et al. (2008) ทำการศึกษาเกี่ยวกับรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูของผู้ปกครองที่ส่งผลต่อความสามารถในการปรับตัวของลูก และลดความวิตกกังวลของลูกได้ โดยกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยมีจำนวน 130 คน ผลการวิจัยเสนอว่าวิธีการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนใช้เหตุผลของผู้ปกครอง จะให้ลูกรู้สึกว่ามีอบอุ่น ให้ความเข้าใจแก่ลูก จะช่วยลดระดับความวิตกกังวลของลูกได้

Xin (2017) ศึกษาสาเหตุที่เกิดความวิตกกังวลทางสังคมของนักศึกษาธิบายว่าวิธีการเลี้ยงดูในครอบครัวหากผู้ปกครองเลี้ยงดูด้วยการสร้างข้อกำหนดที่เข้มงวดของผู้ปกครอง ความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัวเป็นไปในลักษณะเหมือนเจ้านายกับลูกน้องที่จะคอยกำกับควบคุม ล้วนจะส่งผลต่อบรรยากาศที่ไม่ดีของครอบครัวจะทำให้เด็กเกิดความเครียดและกดดัน เมื่อต้องไปเข้าสังคมก็อาจมีทักษะทางสังคมต่ำเนื่องจากการเลียนแบบสิ่งที่ตนเองเจอในครอบครัว ในทางกลับกันงานวิจัยพบผลว่าถ้าวัยรุ่นอาศัยและเติบโตอยู่ในครอบครัวที่มีวิธีการอบรมที่การเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนใช้เหตุผล จะทำให้วัยรุ่นปรับตัวเข้ากับผู้อื่นง่ายกว่า มีบรรยากาศความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่ผ่อนคลายกว่า จึงทำให้ความวิตกกังวลของวัยรุ่นจะลดลง

Sahithya และ Raman (2021) ได้ทำการวิจัยเพื่อบำบัดอาการวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นในอินเดีย ซึ่งประกอบด้วยกลุ่มตัวอย่างจำนวน 42 คน ทำวิธีการศึกษาด้วยการตอบแบบประเมินพฤติกรรมเด็กและแบบวัดทางจิตเวช จากนั้นทำการสัมภาษณ์เชิงลึกเกี่ยวกับปัจจัยที่อาจจะส่งผลให้เกิดความวิตกกังวลของวัยรุ่นได้ พบว่ารูปแบบการเลี้ยงดูของครอบครัวที่เน้นการบังคับ กำกับควบคุม และมีพ่อแม่ที่มีบุคลิกภาพจริงจัง ไม่ผ่อนปรน จะทำให้เด็กเกิดความอ่อนไหวและมีแนวโน้มที่จะเกิดความวิตกกังวลทางสังคมมากกว่าเด็กที่ถูกเลี้ยงดูในครอบครัวที่เปิดกว้าง

เอาใจใส่ดูแลให้ความรัก และพ่อแม่มีบุคลิกภาพที่เปิดกว้างรับฟังความคิดเห็นของเด็ก ซึ่งจะช่วยลดความอ่อนไหวทางอารมณ์ของเด็กและทำให้เด็กมีความวิตกกังวลทางสังคมที่ลดลงได้ และการบำบัดอาการความวิตกกังวลดังกล่าวนั้นอาจเริ่มจากการสร้างความเข้าใจแก่พ่อแม่ถึงรูปแบบการเลี้ยงดูที่เหมาะสมและพยายามปรับชุดความคิดของเด็กให้เข้าใจถึงความสำคัญของการเข้าสังคม และชี้ให้เด็กเห็นว่าตนมีสิทธิ์อะไรในครอบครัวเพื่อที่จะหาทางออกร่วมกันในแนวทางการเลี้ยงดูกับผู้ปกครองที่เหมาะสม

จากการประมวลงานวิจัยข้างต้น จึงสามารถสรุปเป็นสมมติฐานการวิจัยในงานวิจัยฉบับนี้ว่าการเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนใช้เหตุผลมีความสัมพันธ์ทางลบกับความวิตกกังวลทางสังคม เนื่องจากการเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนใช้เหตุผลสามารถลดความเสี่ยงที่ถูกเกิดพฤติกรรมที่มีความวิตกกังวลทางสังคมได้

### 3.6 ตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคม

#### 3.6.1 ความหมายของตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคม

จากการประมวลนิยามของตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคม ได้มีผู้ให้ความหมายไว้ว่า ตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคม หมายถึง ตัวแบบที่อาจจะเป็นบุคคลที่มีอิทธิพลทางความคิดหรือความใกล้ชิดกับบุคคล เช่น พ่อ แม่ ผู้ปกครอง เพื่อน หรือบุคคลอ้างอิงจากสื่อต่าง ๆ ซึ่งจะส่งผลต่อการสร้างแรงจูงใจให้บุคคลมีการเลียนแบบพฤติกรรม คติธรรม รวมทั้งความรู้สึกร่วมกันคิดตามตัวแบบเหล่านั้น ซึ่งหากบุคคลเหล่านั้นแสดงออกถึงการมีความวิตกกังวลทางสังคมก็จะส่งผลต่อการเลียนแบบของตัวบุคคลตามไปด้วย (คณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานสตรีแห่งชาติ, 2551)

Ollendick และ Benoit (2012) กล่าวว่าตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคมนั้น หมายถึง ผู้ที่ส่งอิทธิพลอย่างมากต่อพฤติกรรม ความคิด ความรู้สึกร่วมกันต่าง ๆ ของบุคคล ซึ่งการส่งอิทธิพลต่อบุคคลนั้นจะส่งผ่านการเป็นตัวแบบ และยังคงต้องการความใกล้ชิดกับบุคคลด้วย ดังนั้นตัวแบบที่สำคัญคือ พ่อ แม่ ผู้ปกครอง รองลงมาคือผู้ที่มีความใกล้ชิด เช่น เพื่อนสนิท ญาติ พี่น้อง แต่อย่างไรก็ตามอาจรวมถึงบุคคลในสื่อต่าง ๆ ที่ทำให้บุคคลซึมซับเอาอิทธิพลทางสังคมเข้าไปได้ ดังนั้นถ้าตัวแบบเหล่านั้นแสดงออกถึงความวิตกกังวล ก็จะส่งผลให้บุคคลมีความวิตกกังวลตามไปด้วย

ฉัฐวีณ์ สิทธิศิริอรุณ (2561) ให้ความหมายของตัวแบบทางสังคม (Model of society) ว่าหมายถึง การเรียนรู้ตัวแบบทางสังคมจากเพื่อน หรือบุคคลที่มีความสำคัญที่บุคคลได้

มีการปฏิสัมพันธ์ด้วย โดยได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนความคิดเห็นจากการทำกิจกรรมต่าง ๆ จากการเลียนแบบหรือการแสดงออกว่ามีความนิยมไทยร่วมกัน รวมถึงการเรียนรู้ตัวแบบทางสังคมจากดารา และบุคคลที่มีชื่อเสียง ทำให้บุคคลคล้อยตามอิทธิพลของสื่อต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นผ่านทางอินเทอร์เน็ต โทรทัศน์ ภาพยนตร์ หนังสือพิมพ์ นิตยสารหรือโฆษณา ที่นำเสนอข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับความนิยมไทย ซึ่งทำให้บุคคลเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม เกิดการเลียนแบบ เกิดความเชื่อทัศนคติ เกิดค่านิยมในการดำเนินชีวิต ซึ่งเป็นการวางรากฐานความประพฤติ และชักจูงส่งเสริมให้มีการกระทำตามอย่าง ถ้าหากแม่หรือผู้ปกครอง เพื่อน หรือการรับรู้ผ่านสื่อต่าง ๆ ที่แสดงอาการประหม่ามากหรือมีพฤติกรรมกลัวทางสังคม วัยรุ่นอาจลดหรือหลีกเลี่ยงการเข้าสังคมเพื่อลดความกดดันจากความวิตกกังวลทางสังคมของตนเอง และจะเรียนแบบพฤติกรรมวิตกกังวลทางสังคมจากตัวแบบรอบตัวโดยที่ไม่ตั้งใจ

จากการศึกษานิยามเกี่ยวกับตัวแบบความวิตกกังวล จึงสรุปได้ว่า ตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคม หมายถึง การเลียนแบบการกระทำ และความรู้สึกรู้สึกนึกคิดจากการใกล้ชิดพ่อแม่ผู้ปกครอง ญาติ เพื่อนๆ รวมถึงการเลียนแบบจากดารา และบุคคลที่มีชื่อเสียงที่แสดงถึงพฤติกรรมวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่น ตลอดจนจะมีการเรียนแบบจากสื่อต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นผ่านทางอินเทอร์เน็ต โทรทัศน์ ภาพยนตร์ หนังสือพิมพ์ นิตยสาร หรือโฆษณา ที่นำเสนอข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับพฤติกรรมวิตกกังวลทางสังคม

### 3.6.2 การวัดตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคม

จากการประมวลวิธีการวัดความวิตกกังวลทางสังคมผู้วิจัยได้เห็นว่าวิจัยของ ฉัฐวิวัฒน์ สิทธิศิริอรุณ (2561) แบบวัดเกี่ยวกับเอกลักษณ์แห่งตนซึ่งเกิดจากตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคม จากแนวคิดทฤษฎีของ Aquino และ Reed II (2002) โดยปรับปรุงแบบวัดเอกลักษณ์แห่งตนมาจากแบบวัดของ อูซา ศรีจินดารัตน์ (2533) ที่เดิมมีจำนวน 15 ข้อ เหลือ 14 ข้อ โดยมาตรวัดมีลักษณะเป็นมาตรประมาณค่า 6 ระดับ คือ “จริงที่สุด” ถึง “ไม่จริงเลย” และได้มีการนำไปทดลองใช้กับนักศึกษาจำนวน 203 คน แล้วทำการวิเคราะห์คุณภาพรายข้อ พบว่า แบบวัดเอกลักษณ์แห่งตนมีค่าอำนาจจำแนกรายข้ออยู่ระหว่าง 5.12 ถึง 11.53 มีความเชื่อมั่นของคะแนนจากแบบวัดเท่ากับ .84 เมื่อทำการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน ปรากฏว่าโมเดลการวัดมีความกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์จึงมีข้อคำถามที่คัดเลือกไว้ใช้ในงานวิจัยจำนวน 14 ข้อ ที่สามารถใช้ในการวัดเอกลักษณ์แห่งตนในเชิงของตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคมได้ตรงตามแนวคิดทฤษฎีที่ได้ระบุไว้

นอกจากนี้ Caballo, Arias, et al. (2012) ได้มีการวิจัยเกี่ยวกับการวัดตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคม โดยมีพื้นฐานจากแบบวัด SAQ-A30 (Social Anxiety Questionnaire for Adult) ซึ่งมักถูกใช้เป็นหนึ่งแบบวัดมาตรฐานเกี่ยวกับความวิตกกังวลทางสังคม โดยกลุ่มตัวอย่างที่ถูกใช้ในการวิจัยนั้นมีขนาดใหญ่ จำนวน 18,133 คนจาก 18 ประเทศ โดยจากการวิเคราะห์ผลพบว่าแบบวัดตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคมนั้นมีความเกี่ยวข้องกับปัจจัยของการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลแปลกหน้า การพูดหรือบริโภคน้ำที่สาธารณะ การถูกวิพากษ์วิจารณ์จากบุคคลอื่น และการแสดงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์และถูกแสดงการไม่ยอมรับจากบุคคลอื่น

สรุปว่าในงานวิจัยฉบับนี้ การวัดตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคมจะใช้แบบวัดตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยมีแนวคิดมาจากแบบวัดของ Caballo, Arias, et al. (2012) โดยเอาปัจจัยที่พบว่ามีเกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลที่ได้ระบุไว้ในงานวิจัยดังกล่าว มาเป็นการแสดงออกของบุคคลที่เป็นตัวแบบที่มีอิทธิพลสำคัญต่อตัวบุคคล เช่น พ่อแม่ เพื่อน และสื่อต่าง ๆ โดยแบบวัดมีลักษณะเป็นมาตราประเมินรวมค่า (Summate Rating Scale) 6 ระดับ คือ "จริงที่สุด" ถึง "ไม่จริงเลย" ผู้ที่ได้คะแนนจากแบบวัดมากกว่าแสดงว่าเป็นวัยรุ่นที่รับรู้ถึงมีตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคมสูงกว่าผู้ที่ได้คะแนนจากแบบวัดต่ำกว่า

### 3.6.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคม

จากการประมวลเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคม พบว่างานวิจัยของ Leary และ Dobbins (1983) ที่ศึกษาว่าความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นกับวัยรุ่นผู้ใหญ่ อธิบายว่าสถานการณ์ที่ผู้บิดามารดาหรือผู้ปกครองมีพฤติกรรมกลัวการเข้าสังคม บิดามารดาหรือผู้ปกครองอาจจะปฏิเสธสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น และลดโอกาสที่จะสนทนาสื่อสารกันกับผู้อื่น ก็จะทำให้ลดโอกาสที่ลูกของตนจะติดต่อหรือสื่อสารปฏิสัมพันธ์ทางสังคมของตนเองไป ในทางกลับกันหากบิดามารดาหรือผู้ปกครองหรือคนรอบข้างมีพฤติกรรมที่ไม่ได้แสดงถึงความวิตกกังวลทางสังคม อีกทั้งไม่แสดงให้เห็นถึงการลิดรอนสิทธิในการสื่อสารกับผู้อื่นของลูกตน จะพบว่าลูกจะสามารถสื่อสารกับบุคคลอื่นได้อย่างเป็นปกติเพราะว่าลูกจะผ่านการเลียนแบบภาษาและพฤติกรรมของบิดามารดา ผู้ปกครองและคนรอบข้าง ส่งผลให้มีความสามารถในการเข้าสังคมได้อย่างเป็นปกติ

Van Zalk และ Van Zalk (2015) ได้ศึกษาเกี่ยวกับอิทธิพลของความใกล้ชิดของเพื่อน และพ่อแม่ผู้ปกครองที่ส่งผลต่อความวิตกกังวลของวัยรุ่น ซึ่งกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยมีจำนวน 2,194 คน ที่มีปฏิสัมพันธ์กันในเครือข่ายสังคมในอินเทอร์เน็ต ผลการวิจัยพบว่าเมื่อบุคคลมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นผ่านทางเครือข่ายอินเทอร์เน็ต มักที่จะได้รับอิทธิพลทางความคิดจากคนใน

ครอบครัว จากเพื่อนที่ตนเองมีการติดต่อสื่อสารด้วย รวมถึงสื่อโซเชียลมีเดียในอินเทอร์เน็ตที่ส่งผลต่อความรู้สึกและพฤติกรรมการแสดงออกในอินเทอร์เน็ต และหากพบว่าผู้ที่เป็นผู้ใกล้ชิดเหล่านี้มีการแสดงออกถึงการสื่อสารในอินเทอร์เน็ตที่ไม่เหมาะสมและประสบกับการต่อต้านไม่ยอมรับจากผู้อื่นก็มักที่จะเกิดความวิตกกังวล ส่งผลให้บุคคลเกิดความวิตกกังวลทางสังคมด้วย

ดังนั้นจากหลักฐานการวิจัยที่ได้กล่าวมา จึงพอที่จะเห็นหลักฐานสรุปเป็นสมมติฐานการวิจัยในงานวิจัยฉบับนี้ว่าตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความวิตกกังวลทางสังคม นั่นคือถ้าคนรอบข้างที่เป็นบุคคลสำคัญเป็นกลุ่มอ้างอิงทางความคิด ความรู้สึกของวัยรุ่นมีความวิตกกังวลทางสังคมวัยรุ่นนั้นก็มีความเสี่ยงที่จะเกิดความวิตกกังวลทางสังคมตามไปด้วย

### 3.7 ปัจจัยส่วนบุคคล

ผู้วิจัยได้พยายามสืบค้นงานวิจัยเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคลของวัยรุ่นไทยและจีนที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลทางสังคม ซึ่งจากการสืบค้นงานวิจัยเกี่ยวกับสัญชาติที่แตกต่างกันมีงานวิจัยจำนวนไม่มากนักที่แสดงให้เห็นว่าวัยรุ่นในประเทศไทยและประเทศจีนมีความวิตกกังวลทางสังคมแตกต่างกัน ซึ่งหนึ่งในงานวิจัยที่พอจะมีหลักฐานชี้ให้เห็นว่าเชื้อชาติหรือประเทศที่บุคคลอาศัยที่ต่างกันจะมีความวิตกกังวลทางสังคมต่างกัน คือ งานวิจัยของ Jefferies Philip และ Ungar Michael (2020) ที่ทำงานวิจัยเกี่ยวกับความชุกของการเกิดความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นในเจ็ดประเทศ ได้แก่ บราซิล จีน อินโดนีเซีย รัสเซีย ไทย สหรัฐอเมริกาและเวียดนาม ผลการวิจัยพบว่า อัตราความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นที่ประเทศต่างกันโดยเฉพาะประเทศทางด้านเอเชีย กับยุโรป อเมริกาและอเมริกาใต้มีแนวโน้มเกิดความวิตกกังวลทางสังคมที่แตกต่างกัน และยังพบว่าแม้ว่าวัยรุ่นไทยมีความวิตกกังวลทางสังคมแตกต่างจากวัยรุ่นจีนด้วย

อีกงานหนึ่ง คือ งานวิจัยของ Lin และ Kingminghae (2014) ที่ศึกษาเกี่ยวกับความรู้สึกเหงาและการได้รับการสนับสนุนทางสังคมของวัยรุ่นไทยและวัยรุ่นจีนที่ศึกษาในโรงเรียนนานาชาติในไทย ผลการวิจัยพบว่าวัยรุ่นไทย และวัยรุ่นจีนมีความรู้สึกเหงาและมีการให้การสนับสนุนทางสังคมที่แตกต่างกัน และเมื่อศึกษาลงลึกเพิ่มเติมลงไปจะเห็นได้ว่าหนึ่งในสาเหตุที่ทำให้วัยรุ่นเกิดความเหงาส่วนหนึ่งมาจากความสามารถในการปรับตัวในการเข้าสังคม และความกลัวที่จะเข้าสังคมหรือการได้รับการสนับสนุนทางสังคม ซึ่งบางครั้งความกลัวนั้นอาจไม่สมเหตุสมผลจนกลายเป็นความวิตกกังวลทางสังคมได้

เมื่อพิจารณางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความแตกต่างทางเพศที่ส่งผลต่อความวิตกกังวลทางสังคมแล้วพบว่างานวิจัยของ Shouliang (2005) ศึกษาสาเหตุที่เกิดความวิตกกังวลทางสังคม



ของนักศึกษาและวิธีการบำบัด ได้แสดงให้เห็นว่านักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างกว่าร้อยละ 81.50 แสดงให้เห็นถึงอาการความวิตกกังวลทางสังคม และในหมู่นักเรียนวัยรุ่นที่มีความวิตกกังวลทางสังคมนั้นพบว่า ผู้หญิงมีความวิตกกังวลทางสังคมมากกว่าผู้ชาย เช่นเดียวกันกับ นพรัตน์ นาชีสิงห์ (2551) ที่ศึกษาเปรียบเทียบทักษะทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดสุโขทัย ที่มีระดับการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านพรหมวิหารสี่ และประสบการณ์ทางสังคมแตกต่างกัน ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมีทักษะทางสังคมอยู่ในระดับปานกลาง โดยนักเรียนหญิงมีค่าเฉลี่ยทักษะทางสังคมอยู่ในระดับสูงกว่านักเรียนชาย โดยเห็นว่าการที่มีทักษะทางสังคม

ส่วน Asher et al. (2017) ได้ทำการศึกษาเอกสารงานวิจัยต่าง ๆ เกี่ยวกับความแตกต่างทางเพศที่มีผลต่อความวิตกกังวลทางสังคม ซึ่งผลการวิจัยจากเอกสารงานวิจัยต่าง ๆ ในงานนี้ส่วนหนึ่งพบว่าเพศหญิงโดยทั่วไปแล้วมีแนวโน้มที่จะมีความวิตกกังวลทางสังคมสูงกว่าเพศชาย และมีงานวิจัยบางส่วนที่ระบุว่าผู้ที่ไม่ต้องการระบุเพศของตนมักที่จะมีความวิตกกังวลในระดับสูง รวมถึงมีแนวโน้มที่จะมีความวิตกกังวลทางสังคมสูงกว่าบุคคลที่เป็นเพศชายและเพศหญิงด้วย จึงอาจสรุปได้ในเบื้องต้นว่าเพศต่างกัน มีความวิตกกังวลทางสังคมที่แตกต่างกันได้

อีกปัจจัยหนึ่งที่เชื่อว่ามีส่วนเกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลทางสังคมที่เป็นปัจจัยส่วนบุคคลจากการประมวลเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องของ Ying et al. (2008) ที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกปลอดภัยในการดำเนินชีวิต และความรู้สึกของนักศึกษาเมื่อพิจารณาตามกับลำดับการเกิดของครอบครัว พบว่าลูกคนสุดท้ายต้องมีความรู้สึกปลอดภัยโดยเฉลี่ยสูงสุด ลูกคนโตมีความรู้สึกปลอดภัยสูงสุดเป็นอันดับสอง ลูกคนเดียวมีความรู้สึกปลอดภัยต่ำกว่าลูกคนโต และบุคคลที่เกิดในอันดับของลูกคนกลางในครอบครัวรุ่นมักจะมีความรู้สึกปลอดภัยน้อยที่สุดและมักจะรู้สึกว่าพ่อแม่ไม่สนใจ และรู้สึกเครียด วิตกกังวลได้ง่ายและอาจส่งผลกระทบต่อความกล้าในการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมทางสังคมต่าง ๆ ได้

ณัฐฐา ชูยมานะชัย (2552) ทำการศึกษาว่าลำดับการเกิดของเด็กนั้นส่งผลต่อการสื่อสารเพื่อโน้มน้าวใจ และการยอมรับทางสังคมอย่างไร ซึ่งพบผลที่สำคัญว่าลำดับการเกิดมีความสัมพันธ์กับลักษณะบุคลิกภาพของเด็ก โดยมีความสัมพันธ์กับโครงสร้างบุคลิกภาพแบบยกย่องในตนเอง คือ ลูกคนโตมีการยอมรับตนเองสูง มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวต่ำกว่าเด็กที่เกิดลำดับอื่น ๆ ส่วนลูกคนกลางมีความสัมพันธ์กับบุคลิกภาพแบบกังวลใจ มักมีบุคลิกภาพแบบยึดมั่นในความเห็นตนเอง และลูกคนเล็กมีความสัมพันธ์กับโครงสร้างบุคลิกภาพแบบเชื่อฟังผู้มีอำนาจ ดังนั้นจึงมีแนวโน้มที่เมื่อเข้าสู่สังคมแล้วลูกคนกลางจะมีความวิตกกังวลมากกว่าเด็กที่เกิดในลำดับอื่น ๆ

Lijuan และ Sheng (2019) ศึกษาอิทธิพลของลำดับการเกิดที่มีต่อพัฒนาการอุปนิสัยของเด็กและการอบรมเลี้ยงดู พบว่าในครอบครัวที่มีลูกสองคน ลูกคนที่สองจะดื้อรั้นและขาดสติสัมปชัญญะในการทำกิจกรรมต่าง ๆ มากกว่าลูกคนโต แต่ลูกคนที่สองมีแนวโน้มที่จะร่วมมือกับผู้อื่นง่ายกว่าในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน ทำให้บุคคลส่วนใหญ่คิดว่าลูกคนที่สองหรือลูกคนรองเป็นผู้ที่มีชีวิตชีวา มองโลกในแง่ดีและสนุกสนานมากขึ้น และลูกคนโตมีความรับผิดชอบต่อครอบครัวมากกว่าและจริงจังและระมัดระวังในการดำเนินชีวิต จึงส่งผลต่อการมีกิจกรรมทางสังคมที่แตกต่างกัน และอาจส่งผลต่อการมีความวิตกกังวลที่แตกต่างกันได้ด้วย ซึ่งจากการประมวลงานวิจัยข้างต้นสรุปเป็นสมมติฐานการวิจัยว่า ลำดับการเกิดอาจส่งผลให้บุคคลมีความวิตกกังวลทางสังคมแตกต่างกัน โดยลูกคนกลางมีแนวโน้มที่จะเป็นผู้ที่มีความวิตกกังวลทางสังคมสูงกว่าเด็กที่เกิดในลำดับอื่น ๆ

นอกจากปัจจัยเกี่ยวกับเพศและลำดับการเกิดแล้ว Xin (2017) ยังพบว่า สาเหตุที่เกิดความวิตกกังวลทางสังคมของนักศึกษาได้มีความเกี่ยวข้องกับความใกล้ชิดกับสมาชิกอื่น ๆ ของครอบครัว ซึ่งหากบุคคลพัวพันกับสมาชิกคนอื่นในครอบครัวอย่างใกล้ชิด มักจะได้รับความอบอุ่น การสนับสนุนทางสังคมทั้งด้านอารมณ์ ความรู้สึก หรือด้านการดำรงชีวิตเป็นอย่างดีจึงมักมีความวิตกกังวลทางสังคมต่ำกว่า ผู้ที่มีการแยกออกจากบ้านเพื่อมาทำงานหรือศึกษาต่อ ต้องอยู่ห่างไกลจากครอบครัว ได้รับการสนับสนุนทางสังคมน้อยกว่าจึงมีผลต่อการเกิดความวิตกกังวลทางสังคมของบุคคลมากกว่า

เช่นเดียวกับ Peng และ Miaoying (2021) ที่ศึกษาสาเหตุที่เกิดความวิตกกังวลทางสังคมและวิธีการบำบัด โดยพบว่าหนึ่งในสาเหตุหลักที่ทำให้เกิดความวิตกกังวลทางสังคมของบุคคล คือ การย้ายบ้านและการย้ายถิ่นฐานของประชากรทำให้สภาพแวดล้อมการเติบโตของวัยรุ่นไม่มั่นคง โดยเฉพาะอย่างยิ่งที่เด็กที่ถูกทิ้งไว้ในบ้านคนเดียวจะมีความวิตกกังวลเพราะว่าพ่อแม่ต้องออกไปทำงาน ขาดการสนับสนุนของครอบครัวและพวกเขาจะขาดความรู้สึกปลอดภัยในการสื่อสารกับผู้อื่น และอาจเกิดจากการที่เมื่อบุคคลต้องย้ายที่อยู่ สังคมหรือผู้อื่นที่บุคคลจะต้องเข้าไปติดต่อสัมพันธ์ด้วยก็จะเปลี่ยนไป บุคคลต้องทุ่มเทจิตใจและทรัพยากรต่าง ๆ มากกว่าปกติในการสร้างความสัมพันธ์กับบุคคลที่ไม่คุ้นเคยจึงเกิดเป็นความวิตกกังวลมากกว่าบุคคลที่อยู่ในถิ่นฐานเดิมและมีสังคมเดิมเป็นระยะเวลาานจะช่วยให้มีความวิตกกังวลทางสังคมน้อยกว่าได้

ปัจจัยส่วนบุคคลอันสุดท้ายที่ผู้วิจัยศึกษาแล้วเห็นว่าน่าจะมีความเกี่ยวข้องกับการเกิดความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่น คือ ปัจจัยด้านรายได้ โดย Shouliang (2005) พบว่าวัยรุ่นที่มีรายได้ในครอบครัวต่ำจะรู้สึกน้อยอกน้อยใจได้ง่าย รู้สึกว่าอัตลักษณ์ของตนต่ำกว่าบุคคลอื่น

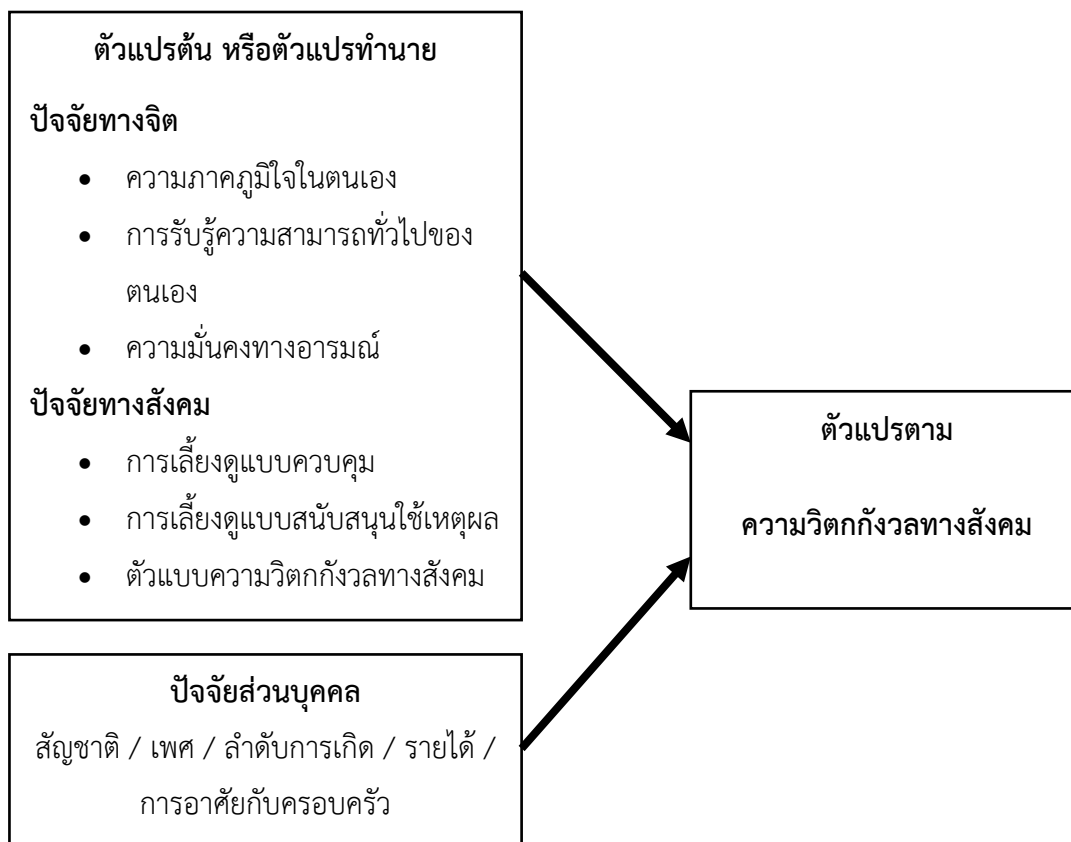
จึงมักขาดความมั่นใจในตนเอง ยิ่งเมื่อหลังจากเข้าเรียนในโรงเรียนแล้วมักจะนำตนเองไปเทียบกับนักเรียนวัยรุ่นคนอื่น ๆ และรู้สึกว่าตนเองมีความต่ำต้อยกว่าจึงมักไม่ยอมมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น เพราะกลัวว่าจะโดนดูถูกและวิตกกังวลเมื่อต้องพูดต่อหน้าคนอื่น จึงเกิดความไม่พอใจตนเอง เกิดความเครียดมากขึ้นเรื่อย ๆ เมื่อเข้าสังคม

Song xiaori และ Zhao liansong (2007) ทำการศึกษาเพื่อประเมินและวิเคราะห์ การเติบโตและพัฒนาการของเด็กในครอบครัวที่มีระดับเศรษฐกิจต่างกัน โดยพบว่า การเติบโตและพัฒนาการของเด็กนั้นสัมพันธ์กับสถานภาพครอบครัวและรายได้ทางเศรษฐกิจของครอบครัว โดยเฉพาะอย่างยิ่งพัฒนาการทางด้านสังคม ซึ่งเด็กที่เกิดในครอบครัวที่มีฐานะหรือรายได้เพียงพอ เด็กจะเกิดภาพลักษณ์ที่ดีต่อตนเอง และเมื่อต้องเปรียบเทียบกับผู้อื่นก็จะรู้สึกว่าตนเองเท่าเทียมกันกับผู้อื่น จึงกล้าที่จะปฏิสัมพันธ์และสร้างความสัมพันธ์กัน มากกว่าเด็กที่เติบโตในครอบครัวที่ยากจน บุคคลจะรู้สึกต่ำต้อย ไม่กล้าเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมเพราะกลัวว่าตนเองจะถูกดูถูกจนกลายเป็นความวิตกกังวลทางสังคมได้

สอดคล้องกับ จุฑารัตน์ สติธิปัญญา และ วิทยา เหมพันธ์ (2556) ที่ศึกษาความเครียดของนักศึกษามหาวิทยาลัย และพบว่า ความเครียดและความวิตกกังวลของของนักศึกษามีความสัมพันธ์กับรายได้ โดยบุคคลที่มีรายได้น้อยจะมีความเครียด และความวิตกกังวลสูงกว่าบุคคลที่มีรายได้มากกว่า ส่งผลต่อความราบรื่นในการดำเนินชีวิตและการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ เช่น กิจกรรมการเข้าสังคม การเรียน เป็นต้น

จากงานวิจัยและเอกสารที่ผู้วิจัยได้สืบค้นและรวบรวมมาในข้างต้น ได้แสดงให้เห็นว่าปัจจัยที่มีความเกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลทางสังคมนั้น ประกอบด้วยปัจจัยทางจิตวิทยาในการศึกษารั้งนี้จะเน้นไปที่ตัวแปรความภาคภูมิใจในตนเอง การรับรู้ความสามารถทั้งไปของตน และความมั่นคงทางอารมณ์ ส่วนอีกปัจจัยหนึ่งที่มีความสำคัญไม่ยิ่งหย่อนไปกว่ากัน คือ ปัจจัยทางสังคม ซึ่งผู้วิจัยจะให้ความสำคัญกับรูปแบบของการอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม และการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนให้เหตุผล และตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคม นอกจากนี้ผู้วิจัยยังต้องการศึกษาเพิ่มเติมว่าอิทธิพลที่มีความเกี่ยวข้องกับสภาพวัฒนธรรมและสังคมที่ต่างกัน มีความเกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลทางสังคมอย่างไร ซึ่งงานวิจัยที่ได้นำเสนอไปในข้างต้นพบว่า สัญชาติ เพศ ลำดับการเกิด การอยู่อาศัยกับครอบครัว และรายได้มีส่วนเกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลทางสังคม ซึ่งผู้วิจัยขอเสนอกรอบแนวคิดการวิจัยดังนี้

### กรอบแนวคิดของการวิจัย



### สมมติฐานของการวิจัย

1. วัยรุ่นไทยและวัยรุ่นจีนมีความวิตกกังวลทางสังคมแตกต่างกัน
2. วัยรุ่นที่มีเพศต่างกันมีความวิตกกังวลทางสังคมแตกต่างกัน
3. วัยรุ่นที่มีลำดับการเกิดแตกต่างกัน ได้แก่ ลูกคนโต ลูกคนกลาง ลูกคนสุดท้อง และ ลูกคนเดียว มีความวิตกกังวลทางสังคมแตกต่างกัน
4. วัยรุ่นที่มีการอาศัยกับครอบครัวมีความวิตกกังวลทางสังคมต่ำกว่าวัยรุ่นที่ไม่ได้อาศัยอยู่กับครอบครัว
5. วัยรุ่นที่มีรายได้ไม่เพียงพอมีความวิตกกังวลทางสังคมมากกว่าวัยรุ่นที่มีรายได้สูงกว่า
6. ปัจจัยทางจิต ได้แก่ ความภาคภูมิใจในตนเอง การรับรู้ความสามารถทั่วไปของตน ความมั่นคงทางอารมณ์ และปัจจัยทางสังคม ได้แก่ การอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม การเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนใช้เหตุผล ตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคม มีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นไทยและจีน

7. ปัจจัยทางจิต และปัจจัยทางสังคม สามารถร่วมกันทำนายความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นไทยและจีนได้ ในกลุ่มรวม



### บทที่ 3 วิธีดำเนินงานวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาปัจจัยจิตสังคมที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นไทยและจีนซึ่งมีรายละเอียดของกลุ่มตัวอย่าง เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล วิธีการดำเนินการวิจัย และการวิเคราะห์ข้อมูล รายละเอียดดังนี้

#### ประชากรและกลุ่มตัวอย่างงานวิจัย

##### ประชากร

ประชากรในการวิจัยครั้งนี้เป็นวัยรุ่นไทยและวัยรุ่นจีนที่มีอายุตั้งแต่ 12 ปี แต่ไม่เกิน 18 ปี

##### กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยนี้เป็นวัยรุ่นไทยและวัยรุ่นจีนที่มีอายุตั้งแต่ 12 ปี แต่ไม่เกิน 18 ปี ที่ยินดีตอบแบบสอบถามในงานวิจัย การเก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามจากกลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติตรงตามเกณฑ์คัดเลือกและยินยอมให้ข้อมูลด้วยความสมัครใจ การคำนวณกลุ่มตัวอย่างผู้วิจัยใช้โปรแกรม G\*Power กำหนดค่า effect size อ้างอิงจากการตรวจสอบเอกสารงานวิจัยที่ผ่านมา เท่ากับ .10 ค่าความคลาดเคลื่อน .05 ตัวแปร ค่า power ของการทดสอบเท่ากับ .80 มีตัวแปรทำนายจำนวน 6 ตัว คำนวณได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 143 คน แต่มีการเพิ่มจำนวนเพื่อป้องกันการสูญหายของข้อมูลอีกร้อยละ 10 รวมมีกลุ่มตัวอย่างจำนวนทั้งสิ้น 160 คน เป็นวัยรุ่นไทยจำนวน 80 คน และวัยรุ่นจีน จำนวน 80 คน

ในการเก็บข้อมูลผู้วิจัยใช้การสุ่มอย่างง่ายจากวัยรุ่นไทยและจีนที่มีคุณสมบัติการคัดเลือกและยื่นความประสงค์อยากให้ข้อมูลในโครงการวิจัยผ่านทางอินเทอร์เน็ตและทำแบบสอบถามผ่านทาง Google Form และแพลตฟอร์มการเก็บข้อมูลแบบสอบถามของประเทศจีน ได้แก่ Wenjuanxing (เวินจ้วนจิง) จนได้กลุ่มตัวอย่างครบตามจำนวนที่กำหนดไว้

#### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัยประกอบด้วยแบบสอบถามจำนวน 8 ส่วน ดังนี้

1. แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล
2. แบบวัดความวิตกกังวลทางสังคม
3. แบบวัดความภาคภูมิใจในตนเอง

4. แบบวัดการรับรู้ความสามารถทั่วไปของตน
5. แบบวัดความมั่นคงทางอารมณ์
6. แบบวัดการยอมรับเลี้ยงดูแบบควบคุม
7. การเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนใช้เหตุผล
8. แบบวัดตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคม

### 1. แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล

เป็นแบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของวัยรุ่นไทยและวัยรุ่นจีนที่มีอายุ ตั้งแต่ 12 ปี แต่ไม่เกิน 18 ปี ได้แก่ เพศ สัญชาติ ลำดับการเกิด การพักอาศัย และรายได้ มีลักษณะเป็นแบบสอบถามชนิดเลือกตอบ ดังตัวอย่าง

#### ตัวอย่างแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย  ลงใน  ที่ตรงตามความเป็นจริงของท่านและโปรดตอบให้ครบถ้วนทุกข้อ

- (1) เพศ  เพศชาย  เพศหญิง
- (2) สัญชาติ  ไทย  จีน
- (3) ลำดับการเกิด  ลูกคนโต  ลูกคนกลาง  ลูกคนสุดท้อง  ลูกคนเดียว
- (4) การพักอาศัย  อยู่กับครอบครัว  อยู่คนเดียว
- (5) รายได้  ไม่พอใช้  พอใช้

### 2. แบบวัดความวิตกกังวลทางสังคม

การวัดความวิตกกังวลทางสังคมในงานวิจัยฉบับนี้ โดยใช้แบบวัดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเองจากสังเคราะห์แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลทางสังคม แบบวัดมีลักษณะเป็นมาตราประเมินค่า (rating scales) 6 ระดับ ตั้งแต่ ไม่จริงเลย คือ 1 คะแนน จนถึง จริงที่สุด คือ 6 คะแนน การตีความหมายของคะแนน คือ ผู้ที่ได้คะแนนจากแบบวัดการวิตกกังวลทางสังคมมากกว่าแสดงว่ามีการวิตกกังวลทางสังคมสูงกว่าผู้ที่ได้คะแนนต่ำกว่า ในงานวิจัยฉบับนี้ผู้วิจัยสร้างแบบวัดความวิตกกังวลทางสังคม จำแนกความวิตกกังวลทางสังคมเป็น 3 ด้าน ด้านการ

สื่อสารในที่สาธารณะ ด้านการบริโภคในที่สาธารณะ และด้านปรากฏตัวในที่สาธารณะ รวมทั้งสิ้น จำนวน 20 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่น Cronbach's Alpha เท่ากับ .92

### ตัวอย่างคำถามแบบวัดความวิตกกังวลทางสังคม

0) ฉันรู้สึกอึดอัดเมื่อต้องสื่อสารกับคนที่ไม่คุ้นเคยหรือไม่สนิท (ด้านการสื่อสารในที่สาธารณะ)					
ไม่จริงเลย	ไม่จริง	ค่อนข้างไม่จริง	ค่อนข้างจริง	จริง	จริงที่สุด
00) ฉันกังวลว่าตนเองจะทำอาหารหกหรือ洒ล้กเมื่อรับประทานอาหารกับคนที่ไม่คุ้นเคยหรือไม่สนิท (ด้านการบริโภคในที่สาธารณะ)					
ไม่จริงเลย	ไม่จริง	ค่อนข้างไม่จริง	ค่อนข้างจริง	จริง	จริงที่สุด
000) ฉันมักหลีกเลี่ยงหรือปฏิเสธที่จะปรากฏตัวในที่สาธารณะ(ด้านปรากฏตัวในที่สาธารณะ)					
ไม่จริงเลย	ไม่จริง	ค่อนข้างไม่จริง	ค่อนข้างจริง	จริง	จริงที่สุด

### 3. แบบวัดความภาคภูมิใจในตนเอง

การวัดความภาคภูมิใจในตนเอง ผู้วิจัยปรับปรุงมาจากองค์ประกอบในแบบวัดการประเมินแก่นแห่งตนของ ดุจเดียน พันธุมนาวิน (2557) ที่แปลมาจากแบบวัดของ Judge Timothy A et al. (2003) แบบวัดมีลักษณะเป็นมาตราประเมินค่า (rating scale) 6 ระดับ คือ ไม่จริงเลย จนถึง จริงที่สุด ผู้ที่ได้คะแนนมากกว่าแสดงว่ามีความภาคภูมิใจในตนเอง แห่งตนสูงกว่าผู้ที่ได้คะแนนต่ำกว่า ในงานวิจัยฉบับนี้เก็บข้อมูลด้วยแบบวัดความภาคภูมิใจในตนเอง จำนวน 7 ข้อ โดยมีค่าความเชื่อมั่น Cronbach's Alpha เท่ากับ .85

### ตัวอย่างคำถามแบบวัดความภาคภูมิใจในตนเอง

0) ฉันไม่มั่นใจว่าฉันจะประสบความสำเร็จในชีวิต (คำถามทางลบ)					
ไม่จริงเลย	ไม่จริง	ค่อนข้างไม่จริง	ค่อนข้างจริง	จริง	จริงที่สุด
00) ฉันรู้สึกว่าคุณค่า เพราะสามารถทำสิ่งต่าง ๆ ได้ดี (คำถามทางบวก)					
ไม่จริงเลย	ไม่จริง	ค่อนข้างไม่จริง	ค่อนข้างจริง	จริง	จริงที่สุด



		จริง			
--	--	------	--	--	--

#### 4. แบบวัดการรับรู้ความสามารถทั่วไปของตน

การวัดการรับรู้ความสามารถทั่วไปของตน ผู้วิจัยได้พัฒนามาจากปรับปรุงมาจากองค์ประกอบในแบบวัดของ ดุจเดียน พันธุมนาวิน (2557) แบบวัดมีลักษณะเป็นมาตราประเมินค่า (rating scale) 6 ระดับ คือ ไม่จริงเลย จนถึง จริงที่สุด ผู้ที่ได้คะแนนมากกว่าแสดงว่ามีการรับรู้ความสามารถทั่วไปแห่งตนสูงกว่าผู้ที่ได้คะแนนต่ำกว่า ในการเก็บข้อมูลมีข้อคำถามที่ใช้จริงจำนวน 7 ข้อ ในงานวิจัยฉบับนี้เก็บข้อมูลด้วยแบบวัด มีค่าความเชื่อมั่น Cronbach's Alpha เท่ากับ .89

#### ตัวอย่างคำถามแบบวัดการรับรู้ความสามารถทั่วไปของตน

0) ฉันทำสิ่งที่ได้รับมอบหมายในสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ดี					
ไม่จริงเลย	ไม่จริง	ค่อนข้างไม่จริง	ค่อนข้างจริง	จริง	จริงที่สุด
00) แม้ว่าจะพบปัญหาอะไร ฉันก็จะไม่ทอดทิ้งจนกว่าจะแก้ปัญหาได้สำเร็จ					
ไม่จริงเลย	ไม่จริง	ค่อนข้างไม่จริง	ค่อนข้างจริง	จริง	จริงที่สุด

#### 5. แบบวัดความมั่นคงทางอารมณ์

การวัดความมั่นคงทางอารมณ์ ผู้วิจัยปรับมาจากแบบวัดของ ฉัฐวีณ์ สิทธิศิริอรอด (2561) แบบวัดมีลักษณะเป็นมาตราประเมินค่า (rating scale) 6 ระดับ คือ ไม่จริงเลย จนถึง จริงที่สุด ผู้ที่ได้คะแนนมากกว่าแสดงว่ามีความมั่นคงทางอารมณ์สูงกว่าผู้ที่ได้คะแนนต่ำกว่า ซึ่งแบบวัดนี้ประกอบด้วยคำถามจำนวน 7 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่น Cronbach's Alpha เท่ากับ .84

#### ตัวอย่างคำถามแบบวัดความมั่นคงทางอารมณ์

0) ฉันไม่รู้สึกรู้สึกราวกับว่าฉันกำลังจะตาย (คำถามทางบวก)					
ไม่จริงเลย	ไม่จริง	ค่อนข้างไม่จริง	ค่อนข้างจริง	จริง	จริงที่สุด
00) เมื่อมีผู้ต่อว่าฉัน ฉันจะอารมณ์ไม่ดีอยู่เป็นเวลานาน (คำถามทางลบ)					

ไม่จริงเลย	ไม่จริง	ค่อนข้างไม่จริง	ค่อนข้างจริง	จริง	จริงที่สุด
------------	---------	-----------------	--------------	------	------------

### 6. แบบวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม

การวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม ใช้แบบวัดที่ผู้วิจัยปรับปรุงมาจาก เกศรินทร ทาří (2556) แบบวัดมีลักษณะเป็นมาตราประเมินค่า (rating scale) 6 ระดับ คือ ไม่จริงเลย จนถึง จริงที่สุด ผู้ที่ได้คะแนนมากกว่าแสดงว่าได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุมสูงกว่าผู้ที่ได้คะแนนต่ำกว่า ประกอบด้วยคำถามจำนวน 10 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่น Cronbach's Alpha เท่ากับ .78

#### ตัวอย่างคำถามแบบวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม

0) แม้ว่าฉันจะร้องขออะไรอย่างมีเหตุผล แต่พ่อแม่ก็ไม่เคยสนใจและตอบสนองความต้องการของฉันเลย					
ไม่จริงเลย	ไม่จริง	ค่อนข้างไม่จริง	ค่อนข้างจริง	จริง	จริงที่สุด
00) ฉันรู้สึกว่าการเลี้ยงดูของครอบครัว ทำให้ฉันไม่เป็นตัวของตนเอง					
ไม่จริงเลย	ไม่จริง	ค่อนข้างไม่จริง	ค่อนข้างจริง	จริง	จริงที่สุด

### 7. แบบวัดการเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนให้เหตุผล

การวัดการเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนให้เหตุผล ใช้แบบวัดที่ผู้วิจัยปรับปรุงมาจากของ เกศรินทร ทาří (2556) แบบวัดมีลักษณะเป็นมาตราประเมินค่า (rating scale) 6 ระดับ คือ ไม่จริงเลย จนถึง จริงที่สุด ผู้ที่ได้คะแนนมากกว่าแสดงว่าได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนให้เหตุผลสูงกว่าผู้ที่ได้คะแนนต่ำกว่า ซึ่งมีข้อคำถามรวมทั้งสิ้น 9 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่น Cronbach's Alpha เท่ากับ .91

#### ตัวอย่างคำถามแบบวัดการเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนให้เหตุผล

0) ครอบครัวเลี้ยงดูฉันด้วยความอบอุ่นเอาใจใส่					
ไม่จริงเลย	ไม่จริง	ค่อนข้างไม่จริง	ค่อนข้างจริง	จริง	จริงที่สุด

00) ฉันมีส่วนร่วมในการช่วยกำหนดและทำกิจกรรมต่าง ๆ ของครอบครัว					
ไม่จริงเลย	ไม่จริง	ค่อนข้างไม่จริง	ค่อนข้างจริง	จริง	จริงที่สุด

### 8. แบบวัดตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคม

การวัดตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคม ใช้แบบวัดตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยมีพื้นฐานจากแบบวัด SAQ-A30 (Social Anxiety Questionnaire for Adult) ของCaballo, Arias, et al. (2012) แบบวัดมีลักษณะเป็นมาตราประเมินค่า (rating scale) 6 ระดับ คือ ไม่จริงเลย จนถึง จริงที่สุด ผู้ที่ได้คะแนนจากแบบวัดมากกว่าแสดงว่าเป็นวัยรุ่นที่มีตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคมสูงกว่าผู้ที่ได้คะแนนจากแบบวัดต่ำกว่า ซึ่งการเก็บข้อมูลใช้แบบวัดจำนวน 9 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่น Cronbach's Alpha เท่ากับ .89

#### ตัวอย่างคำถามแบบวัดตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคม

0) เพื่อนของฉันมีอาการ ใจสั่น และเรียบเรียงคำพูดไม่ถูกเมื่อต้องแสดงความคิดเห็นในสถานที่สาธารณะที่มีคนจำนวนมาก					
ไม่จริงเลย	ไม่จริง	ค่อนข้างไม่จริง	ค่อนข้างจริง	จริง	จริงที่สุด
00) เมื่อดันเห็นดารารหรือบุคคลที่ฉันชอบรู้สึกเครียดและวิตกกังวลเมื่อต้องแสดงความคิดเห็นในที่สาธารณะ ฉันก็จะรู้สึกประหม่าตามไปด้วย					
ไม่จริงเลย	ไม่จริง	ค่อนข้างไม่จริง	ค่อนข้างจริง	จริง	จริงที่สุด

#### การหาคุณภาพของเครื่องมือวิจัย

1. ผู้วิจัยศึกษาแนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับตัวแปรต่าง ๆ รวมถึงเครื่องมือที่ใช้ในการวัดตัวแปร จากนั้นนำมาพัฒนาเป็นข้อคำถามในแบบวัดต่าง ๆ ซึ่งในการหาคุณภาพเริ่มจากตรวจสอบหาความเที่ยงตรงเพื่อตรวจสอบความเหมาะสมด้านเนื้อหา (content validity) โดยนำเสนอรายละเอียดข้อคำถามต่ออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อดูความเหมาะสม และส่งให้ผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความเชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน ทำการตรวจสอบ โดยคัดเลือกข้อคำถามที่มี ผ่านเกณฑ์ดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์หรือเนื้อหา (Index of Item Objective Congruence:

IOC) เกินกว่า .50 ขึ้นไป (Rovinelli & Hambleton, 1976) มาเรียบเรียงและเตรียมนำไปใช้กับกลุ่มคนที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยต่อไป

2. นำแบบวัดที่ปรับปรุงแก้ไขจนสมบูรณ์แล้วไปทดลองใช้ (tryout) กับกลุ่มคนที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย จำนวน 50 คน และนำผลที่ได้ไปวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมโดยตัดคะแนนข้อนั้นออก (Corrected item-total correlation หรือ CITC) การคัดเลือกเป็นข้อคำถามในการวิจัยใช้เกณฑ์ค่า CITC ที่มีค่าตั้งแต่ .30 ขึ้นไป (Ferketich, 1991)

3. หาค่าระดับความเชื่อมั่น (reliability) ของแบบวัดแต่ละฉบับ โดยวิเคราะห์ความคงที่ภายใน (Internal consistency) โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) จากนั้นนำแบบวัดทั้งหมดมาทำการแปลเป็นภาษาจีนโดยมีการตรวจสอบความถูกต้องจากผู้เชี่ยวชาญด้านภาษาจีน และจัดทำการแปลงแบบวัดทั้งภาษาไทยและเป็นรูปแบบออนไลน์เพื่อนำไปใช้เก็บข้อมูลกับวัยรุ่นไทยและวัยรุ่นจีนต่อไป

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 160 คน แบ่งเป็นวัยรุ่นไทยจำนวน 80 คน และวัยรุ่นจีนจำนวน 80 คนโดยมีขั้นตอนดังนี้

1. ผู้วิจัยส่งโครงร่างการวิจัยเรื่อง "ปัจจัยจิตสังคมที่สัมพันธ์กับความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นไทยและจีน" เพื่อขอการรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ซึ่งได้รับการอนุมัติ รหัสโครงการวิจัยเลขที่ SWUEC-G-451/2565E

2. ผู้วิจัยขอหนังสืออนุญาตเก็บข้อมูลจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อให้ประกอบในส่วนของเอกสารชี้แจงการเก็บข้อมูล โดยผู้วิจัยได้ชี้แจงกลุ่มตัวอย่างผู้ให้ข้อมูลว่าข้อมูลทั้งหมดจากการศึกษาจะนำมาเพื่อวิเคราะห์และแสดงผลในภาพรวมเท่านั้นซึ่งไม่มีผลกระทบใด ๆ กับตัวให้ข้อมูล และมีการกำหนดให้เลือกการเข้าใจและยินยอมในการให้ข้อมูลก่อนการเข้าสู่การตอบแบบสอบถาม และแบบวัดส่วนต่าง ๆ

3. ทำการประชาสัมพันธ์โครงการวิจัยและเก็บข้อมูลการวิจัย โดยวัยรุ่นชาวไทยผู้วิจัยใช้วิธีการเก็บข้อมูลทางอินเทอร์เน็ตผ่านการใช้ Google Form ส่วนวัยรุ่นจีนผู้วิจัยใช้แพลตฟอร์มการเก็บข้อมูลออนไลน์โดยเฉพาะของจีน ได้แก่ Wenjuanxing (เวินจวนซิง) เนื่องจาก Google Form ไม่สามารถใช้งานในประเทศจีนได้ โดยช่วงเวลาในการเก็บข้อมูลใช้ระยะเวลาประมาณ 2 เดือน คือ เดือนสิงหาคม ถึงกันยายน 2566

4. ผู้วิจัยได้รับแบบสอบถามกลับคืนมาวัยรุ่นไทย 97 ชุด วัยรุ่นจีน 112 ชุด ทั้งหมด 209 ชุด ซึ่งผู้วิจัยทำการคัดเลือกแบบสอบถามที่มีการตอบที่สมบูรณ์ครบถ้วนถูกต้องและนำมาวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติได้ทั้งหมด 160 ชุด แบ่งเป็นวัยรุ่นไทย 80 ชุด และวัยรุ่นจีน 80 ชุดตามที่ได้กำหนดไว้

5. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามและแบบวัดที่ได้รับกลับคืนมา มาจัดกระทำข้อมูลเพื่อให้สามารถวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมทางสถิติ และวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติตามวัตถุประสงค์และสมมติฐานต่อไป

### การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้นำข้อมูลที่ได้จากกลุ่มตัวอย่างมาตรวจให้คะแนนแล้วนำไปวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ ดังนี้

1. การอธิบายลักษณะของกลุ่มตัวอย่างด้วยสถิติเชิงพรรณนา (descriptive statistics) ได้แก่ ได้แก่ จำนวนร้อยละ ค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation)
2. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นไทยและจีน รวมถึงการเปรียบเทียบรูปแบบอยู่อาศัยกับครอบครัวและรายได้ของวัยรุ่นไทยและจีน เพื่อทดสอบสมมติฐานการวิจัยข้อที่ 1 ข้อที่ 4 และข้อที่ 5 โดยใช้สถิติ Independent Sample t-test
3. เปรียบเทียบความวิตกกังวลทางสังคมของกลุ่มตัววัยรุ่นไทยและจีนอย่างที่มีเพศลำดับการเกิดที่แตกต่างกันเพื่อทดสอบสมมติฐานการวิจัยข้อที่ 2 และข้อที่ 3 โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA)
4. การหาความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลทางสังคมกับตัวแปรปัจจัยทางจิตและปัจจัยทางสังคม เพื่อทดสอบสมมติฐานการวิจัยข้อที่ 6 ด้วยการทดสอบค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's product moment correlation coefficient)
5. การทำนายความวิตกกังวลทางสังคมด้วยปัจจัยทางจิตและปัจจัยทางสังคม เพื่อทดสอบสมมติฐานการวิจัยข้อที่ 7 ด้วยการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ (Multiple regression analysis)

## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นไทยและจีน เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางจิต ได้แก่ ความภาคภูมิใจในตนเอง การรับรู้ความสามารถทั่วไปของตน ความมั่นคงทางอารมณ์ และปัจจัยทางสังคม ได้แก่ การอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม การเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนให้เหตุผล และตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคมกับความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นไทยและจีน นอกจากนี้ยังมีการศึกษาเพื่อวัดความสามารถของปัจจัยทางจิตและปัจจัยทางสังคมของวัยรุ่นไทยและจีน ในการทำนายความวิตกกังวลทางสังคม โดยมีรายละเอียดตามหัวข้อต่าง ๆ ดังนี้

#### สัญลักษณ์ที่ใช้ในการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อให้เป็นที่เข้าใจตรงกันสำหรับการแปรผลข้อมูล โดยใช้สัญลักษณ์แทนตัวแปรและค่าสถิติต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

$n$ หมายถึง	จำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด
$M$ หมายถึง	ค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง
$SD$ หมายถึง	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
$t$ หมายถึง	ค่าที่ใช้พิจารณาใน t-distribution
$r$ หมายถึง	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (Pearson's Correlation)
$F$ หมายถึง	อัตราส่วนความแปรปรวนเพื่อทดสอบความแปรปรวน
ในกลุ่มตัวอย่างและประชากร	
$\beta$ หมายถึง	ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอย
$R^2$ หมายถึง	ค่าสัมประสิทธิ์การทำนายของสถิติวิเคราะห์ถดถอย
พหุคูณ	
$p$ หมายถึง	ระดับนัยสำคัญทางสถิติจากการทดสอบ

### การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลสำหรับการวิจัยในครั้งนี้แบ่งออกเป็น 3 ตอน ได้แก่ ตอนที่ 1 ข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย ตอนที่ 2 ข้อมูลเบื้องต้นของตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย และตอนที่ 3 ผลการทดสอบสมมติฐานวิจัย ดังนี้

#### ตอนที่ 1 การวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่าง โดยสถิติเชิงพรรณนา (Descriptive statistics)

ข้อมูลทางประชากรของกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ เป็นวัยรุ่นของประเทศไทย และวัยรุ่นของประเทศจีนที่มีอายุตั้งแต่ 12 ปี แต่ไม่เกิน 18 ปี มีจำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 160 คน ซึ่งสามารถจำแนกได้ตามสัญชาติ เพศ ลำดับการเกิด การพักอาศัยและรายได้ มีรายละเอียด ดังนี้

ตาราง 2 แสดงจำนวนและค่าร้อยละของวัยรุ่นไทยและวัยรุ่นจีน จำแนกตามสัญชาติ เพศ ลำดับการเกิด การพักอาศัยและรายได้

ลักษณะทางประชากร	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1. สัญชาติ		
- วัยรุ่นไทย	80	50.00
- วัยรุ่นจีน	80	50.00
2. เพศ		
- หญิง	69	43.10
- ชาย	69	43.10
- ไม่ระบุ	22	13.80
3. ลำดับการเกิด		
- ลูกคนเดียว	39	24.40
- ลูกคนโต	43	26.90
- ลูกคนกลาง	45	28.00
- ลูกคนสุดท้อง	33	20.60

ตาราง 2 (ต่อ) แสดงจำนวนและค่าร้อยละของวัยรุ่นไทยและวัยรุ่นจีน จำแนกตามสัญชาติ เพศ ลำดับการเกิด การพักอาศัยและรายได้

4. การพักอาศัย		
- อยู่กับครอบครัว	126	78.80
- ไม่อยู่กับครอบครัว	34	21.20
5. รายได้		
- พอใช้	119	74.40
- ไม่พอใช้	41	25.60

จากตารางผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นของตัวอย่างโดยใช้สถิติพื้นฐาน ได้แก่ จำนวน และร้อยละของตัวอย่างวิจัยประกอบด้วยสัญชาติ เพศ ลำดับการเกิด การพักอาศัยและรายได้ พบว่า มีจำนวนของวัยรุ่นไทยและวัยรุ่นจีน จำนวนชาติละ 80 คน รวมทั้งสิ้นจำนวน 160 คน กลุ่มตัวอย่างเป็นเพศหญิง จำนวน 69 คน (ร้อยละ 43.10) เท่ากันกับกลุ่มตัวอย่างเพศชาย จำนวน 69 คน (ร้อยละ 43.10) และมีวัยรุ่นที่ไม่ระบุเพศ 22 คน (ร้อยละ 13.80) กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นวัยรุ่นที่มีลำดับการเกิดเป็นลูกคนกลาง จำนวน 45 คน (ร้อยละ 28.10) รองลงมา คือ กลุ่มตัวอย่างที่เป็นลูกคนโต จำนวน 43 คน (ร้อยละ 26.90) ซึ่งกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่พักอาศัยอยู่กับครอบครัว จำนวน 126 คน (ร้อยละ 78.80) และกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีรายได้พอใช้ มีจำนวน 119 คน (ร้อยละ 74.40)

## ตอนที่ 2 ข้อมูลเบื้องต้นของตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

ในการเก็บข้อมูลครั้งนี้ผู้วิจัยได้มีการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย ( $M$ ) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ( $SD$ ) ของตัวแปรต่าง ๆ ในงานวิจัยจำแนกตามวัยรุ่นไทย วัยรุ่นจีน และกลุ่มรวม รายละเอียดดังตาราง 3



ตาราง 3 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของตัวแปรต่าง ๆ

ตัวแปร	วัยรุ่นไทย		วัยรุ่นจีน		กลุ่มรวม	
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
ตัวแปรตาม						
- ความวิตกกังวลทางสังคมของ	3.38	0.90	3.82	1.07	3.60	1.01
วัยรุ่นไทยและจีน						
ตัวแปรต้น หรือปัจจัยทำนาย						
ปัจจัยทางจิต						
- ความภาคภูมิใจในตนเอง	3.87	0.92	3.29	0.85	3.58	0.93
- การรับรู้ความสามารถทั่วไป	4.11	0.94	3.43	1.10	3.77	1.07
ของตน						
- ความมั่นคงทางอารมณ์	3.77	0.92	3.35	0.93	3.56	0.95
ปัจจัยทางสังคม						
- การอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม	2.91	1.04	3.19	1.25	3.05	1.16
- การเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนใช้	4.19	1.10	3.85	1.22	4.02	1.17
เหตุผล						
- ตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคม	2.53	1.04	3.22	1.12	2.87	1.13

จากตาราง 3 ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นของตัวแปรที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย ตัวแปรตาม ได้แก่ ความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นไทยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.38 และจีนมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.82 และในภาพรวมของวัยรุ่นทั้งสองประเทศมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.60 ส่วนตัวแปรต้นหรือปัจจัยทำนาย ประกอบด้วยปัจจัยทางจิต ซึ่งตัวแปรที่มีระดับค่าเฉลี่ยสูงที่สุด ได้แก่ การรับรู้ความสามารถทั่วไปของตน ( $M = 3.77$ ,  $SD = 1.07$ ) เมื่อจำแนกเป็นวัยรุ่นไทยและวัยรุ่นจีนพบว่า มีค่าเฉลี่ยของการรับรู้ความสามารถทั่วไปของตนเท่ากับ 4.11 และ 3.43 ตามลำดับ รองลงมา คือ ตัวแปรความภาคภูมิใจในตนเอง ( $M = 3.58$ ,  $SD = 0.93$ ) เมื่อจำแนกตามวัยรุ่นไทยและวัยรุ่นจีน พบว่ามีค่าเฉลี่ยของความภาคภูมิใจในตนเองเท่ากับ 3.87 และ 3.29 ตามลำดับ ส่วนตัวแปรความ

มั่นคงทางอารมณ์ ( $M = 3.56, SD = 0.95$ ) เมื่อจำแนกตามวัยรุ่นไทยและวัยรุ่นจีนพบว่ามีความเฉลี่ยของความมั่นคงทางอารมณ์เท่ากับ 3.77 และ 3.35 ตามลำดับ

ส่วนปัจจัยทางสังคม พบว่า ตัวแปรที่มีระดับค่าเฉลี่ยสูงที่สุด ได้แก่ การเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนใช้เหตุผล ( $M = 4.02, SD = 1.17$ ) เมื่อจำแนกเป็นวัยรุ่นไทยและวัยรุ่นจีนพบว่ามีความเฉลี่ยของการเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนใช้เหตุผลเท่ากับ 4.19 และ 3.85 ตามลำดับ รองลงมา คือ การอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม ( $M = 3.05, SD = 1.15$ ) เมื่อจำแนกเป็นวัยรุ่นไทยและวัยรุ่นจีนพบว่ามีความเฉลี่ยของการเลี้ยงดูแบบควบคุมเท่ากับ 2.91 และ 3.19 ตามลำดับ ส่วนตัวแปรตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคม ( $M = 2.87, SD = 1.13$ ) เมื่อจำแนกเป็นวัยรุ่นไทยและวัยรุ่นจีนพบว่ามีความเฉลี่ยของตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคมเท่ากับ 2.53 และ 3.22 ตามลำดับ

### ตอนที่ 3 ผลการทดสอบสมมติฐานวิจัย

ในการวิเคราะห์ผลการวิจัยฉบับนี้ ผู้วิจัยขอเสนอผลการวิจัยตามสมมติฐานวิจัยที่ได้กำหนดไว้ รายละเอียดดังนี้

สมมติฐานข้อ 1 วัยรุ่นไทยและวัยรุ่นจีนมีความวิตกกังวลทางสังคมแตกต่างกัน

ตาราง 4 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นไทยและวัยรุ่นจีน

ตัวแปร	สัญชาติ	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
ความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่น	จีน	80	3.82	1.07	2.82**	.005
	ไทย	80	3.38	0.90		

\*\* $p < .01$

จากตาราง 4 ผลการวิเคราะห์ พบว่า วัยรุ่นจีน มีความเฉลี่ยของตัวแปรความวิตกกังวลทางสังคมเท่ากับ 3.82 ( $M = 3.82, SD = 1.07$ ) ส่วนวัยรุ่นไทยมีความเฉลี่ยของตัวแปรความวิตกกังวลทางสังคมเท่ากับ 3.38 ( $M = 3.38, SD = 0.90$ ) เมื่อทำการวิเคราะห์ทดสอบด้วยสถิติ *t* แบบที่กลุ่มตัวอย่างเป็นอิสระจากกัน (Independent sample t-test) พบว่าวัยรุ่นจีน มีความวิตกกังวลทางสังคมสูงกว่าวัยรุ่นไทยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ( $t = 2.82; p < .01$ ) ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานการวิจัยข้อที่ 1 ที่ได้ตั้งไว้

ก่อนนำเสนอผลการวิจัยในส่วนของสมมติฐานในข้อ 2 ถึง 6 ที่เป็นการเปรียบเทียบความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นไทยและวัยรุ่นจีน ผู้วิจัยได้ลงวิเคราะห์ความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความวิตกกังวลแบบสองทาง (Two-way ANOVA) โดยนำสัญชาติ (ไทย, จีน) มาวิเคราะห์ร่วมกับเพศ (ชาย, หญิง, ไม่ระบุเพศ) ลำดับการเกิด (ลูกคนเดียว, ลูกคนโต, ลูกคนกลาง, ลูกคนสุดท้อง) การอยู่อาศัย (อยู่กับครอบครัว, ไม่ได้อยู่กับครอบครัว) และรายได้ (พอใช้, ไม่พอใช้) เพื่อดูว่าสัญชาตินั้นเมื่อพิจารณาร่วมกับเพศ ลำดับการเกิด การอยู่อาศัย และรายได้นั้น จะส่งผลร่วมกันให้เกิดความแตกต่างของความวิตกกังวลหรือไม่ ซึ่งผลการวิเคราะห์พบว่าสัญชาตินั้น เมื่อพิจารณาร่วมกับปัจจัยส่วนบุคคลที่กล่าวไปในข้างต้น ไม่ก่อให้เกิดความแตกต่างกันของความวิตกกังวลทางสังคมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนั้นจึงสามารถวิเคราะห์ข้อมูลของวัยรุ่นไทยและจีนรวมกันได้เลย โดยใช้การวิเคราะห์ความแตกต่างแบบความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA) หรือการวิเคราะห์สถิติ  $t$  แบบที่กลุ่มตัวอย่างเป็นอิสระจากกัน (Independent sample t-test) ตามสมมติฐานที่ได้ตั้งไว้ มีรายละเอียด ดังนี้

สมมติฐานข้อ 2 วัยรุ่นที่มีเพศต่างกันมีความวิตกกังวลทางสังคมแตกต่างกัน

ตาราง 5 ผลการเปรียบเทียบความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นระหว่างเพศหญิง เพศชายและไม่ระบุเพศ

แหล่งความแปรปรวน	$df$	$SS$	$MS$	$F$	$p$
- ระหว่างกลุ่ม	2	13.36	6.68	7.01	.001
- ภายในกลุ่ม	157	149.51	.95		

\*\* $p < .01$

ตาราง 6 ผลการเปรียบเทียบรายคู่ของค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นระหว่างเพศหญิง เพศชายและไม่ระบุเพศ

เพศ	ค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางสังคม (M)	ผลต่างค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางสังคม		
		หญิง	ชาย	ไม่ระบุเพศ
- หญิง	3.46	-	-.05	-.87**
- ชาย	3.51		-	-.82*
- ไม่ระบุเพศ	4.33			-

\*  $p < .05$ ; \*\* $p < .01$

จากตาราง 5 และตาราง 6 ผลการวิเคราะห์ พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นไทยและวัยรุ่นจีนเพศหญิง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.46 ( $M = 3.46$ ,  $SD = 0.86$ ) ของวัยรุ่นเพศชาย มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.51 ( $M = 3.51$ ,  $SD = 1.02$ ) และของวัยรุ่นที่ไม่ระบุเพศ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.32 ( $M = 4.33$ ,  $SD = 1.16$ ) เมื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ด้วยวิธี Games-Howell เนื่องจากพบว่าความแปรปรวนของตัวแปรความวิตกกังวลทางสังคมมีความแตกต่างจากการวิเคราะห์เมื่อพิจารณาจากค่าของสถิติ Levene ( $p < .05$ ) พบว่า ความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นระหว่างเพศหญิง เพศชายและไม่ระบุเพศมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ( $F = 7.01$ ;  $p < .01$ ) โดยพบว่ามียุุ่มตัวอย่างที่มีความวิตกกังวลทางสังคมที่แตกต่างกันจำนวน 2 คู่ ได้แก่ วัยรุ่นที่ไม่ระบุเพศมีความวิตกกังวลทางสังคมสูงกว่าเพศหญิง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (ค่าเฉลี่ยความแตกต่างของความวิตกกังวลทางสังคม เท่ากับ .87;  $p < .01$ ) และวัยรุ่นที่ไม่ระบุเพศมีความวิตกกังวลทางสังคมสูงกว่าเพศชาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ค่าเฉลี่ยความแตกต่างของความวิตกกังวลทางสังคม เท่ากับ .82;  $p < .05$ ) ส่วนวัยรุ่นที่มีเพศหญิงและวัยรุ่นเพศชายมีความวิตกกังวลทางสังคมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ผลการวิเคราะห์จึงสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 2

สมมติฐานข้อ 3 ลูกคนที่ม่ลำดับการเกิดแตกต่างกัน เช่น ลูกคนโต ลูกคนกลาง ลูกคนสุดท้อง และลูกคนเดียว มีความวิตกกังวลทางสังคมแตกต่างกัน

ตาราง 7 ผลการเปรียบเทียบความวิตกกังวลทางสังคมระหว่างลำดับการเกิดที่แตกต่างกัน ได้แก่ ลูกคนเดียว ลูกคนโต ลูกคนกลาง และลูกคนสุดท้อง

แหล่งความแปรปรวน	<i>df</i>	<i>SS</i>	<i>MS</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
- ระหว่างกลุ่ม	3	24.51	8.17	9.21	.001
- ภายในกลุ่ม	156	138.36	.89		

\*\**p* < .01

ตาราง 8 ผลการเปรียบเทียบรายคู่ของค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นที่เป็นลูกคนเดียว ลูกคนโต ลูกคนกลาง และลูกคนสุดท้อง

เพศ	ค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางสังคม ( <i>M</i> )	ผลต่างค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางสังคม			
		ลูกคนเดียว	ลูกคนโต	ลูกคนกลาง	ลูกสุดท้อง
- ลูกคนเดียว	3.81	-	.38	-.23	.83**
- ลูกคนโต	3.43		-	-.61*	.45
- ลูกคนกลาง	4.04			-	1.06**
- ลูกคนสุดท้อง	2.98				-

\**p* < .05; \*\**p* < .01

จากตาราง 7 และตาราง 8 ผลการวิเคราะห์ พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นไทยและวัยรุ่นจีนที่เป็นวัยรุ่นที่เป็นลูกคนกลางมีระดับสูงที่สุด คือ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.04 (*M* = 4.04, *SD* = 1.11) รองลงมา คือ ลูกคนเดียว มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.81 (*M* = 3.81, *SD* = 0.96) และวัยรุ่นที่เป็นลูกคนโต มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.43 (*M* = 3.43, *SD* = 0.66) ส่วนวัยรุ่นที่เป็นลูกคนสุดท้อง มีค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลทางสังคมต่ำที่สุดเท่ากับ 2.98 (*M* = 2.98, *SD* = 0.99) เมื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ด้วยวิธี Games-Howell

เนื่องจากพบว่าความแปรปรวนของตัวแปรความวิตกกังวลทางสังคมมีความแตกต่างจากการวิเคราะห์เมื่อพิจารณาจากค่าของสถิติ Levene ( $p < .001$ ) พบว่า ความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นที่มีลำดับการเกิดต่างกันมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ( $F = 9.21$ ;  $p < .001$ ) โดยพบว่ามียุคตัวอย่างที่มีความวิตกกังวลทางสังคมที่แตกต่างกันจำนวน 2 คู่ ได้แก่ วัยรุ่นที่เป็นลูกคนกลางมีความวิตกกังวลทางสังคมสูงกว่าวัยรุ่นที่เป็นลูกคนสุดท้อง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (ค่าเฉลี่ยความแตกต่างของความวิตกกังวลทางสังคม เท่ากับ 1.06;  $p < .001$ ) และวัยรุ่นที่เป็นลูกคนเดียวมีความวิตกกังวลทางสังคมสูงกว่าวัยรุ่นที่เป็นลูกคนสุดท้อง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ค่าเฉลี่ยความแตกต่างของความวิตกกังวลทางสังคม เท่ากับ .83;  $p < .05$ ) ส่วนวัยรุ่นที่เป็นลูกคนกลางมีความวิตกกังวลทางสังคมสูงกว่าวัยรุ่นที่เป็นลูกคนโต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ค่าเฉลี่ยความแตกต่างของความวิตกกังวลทางสังคม เท่ากับ .61;  $p < .05$ ) แต่ไม่พบว่า วัยรุ่นที่เป็นลูกคนเดียวมีความวิตกกังวลไม่สูงกว่าลูกคนโตและลูกคนกลางอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 รวมถึงไม่พบว่า ลูกคนโตมีความวิตกกังวลสูงกว่าลูกคนสุดท้องอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังนั้นจึงสนับสนุนสมมติฐานข้อ 3 เพียงบางส่วน

สมมติฐานข้อ 4 วัยรุ่นที่ไม่อยู่กับครอบครัวกับวัยรุ่นที่อาศัยกับครอบครัวมีความวิตกกังวลทางสังคมแตกต่างกัน

ตาราง 9 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างความวิตกกังวลของระหว่างวัยรุ่นที่ไม่ได้อาศัยอยู่กับครอบครัวกับวัยรุ่นที่อาศัยกับครอบครัว

ตัวแปร	การพักอาศัย	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
ความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่น	ไม่อยู่กับครอบครัว	34	4.12	1.51	2.47*	.018
	อยู่กับครอบครัว	126	3.46	0.78		
	ครอบครัว					

\* $p < .05$

จากตาราง 9 ผลการวิเคราะห์ พบว่า วัยรุ่นไทยและจีนที่ไม่ได้อยู่กับครอบครัว มีค่าเฉลี่ยของตัวแปรความวิตกกังวลทางสังคมเท่ากับ 4.12 ( $M = 4.12$ ,  $SD = 1.51$ ) ส่วนวัยรุ่นที่อยู่

กับครอบครัวมีค่าเฉลี่ยของตัวแปรความวิตกกังวลทางสังคมเท่ากับ 3.46 ( $M = 3.46$ ,  $SD = 0.78$ ) เมื่อทำการวิเคราะห์ทดสอบด้วยสถิติ  $t$  แบบที่กลุ่มตัวอย่างเป็นอิสระจากกัน (Independent sample  $t$ -test) พบว่าวัยรุ่นที่ไม่ได้อาศัยอยู่กับครอบครัว มีความวิตกกังวลทางสังคมสูงกว่าวัยรุ่นที่อาศัยอยู่กับครอบครัวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ( $t = 2.47$ ;  $p < .05$ ) ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานการวิจัยข้อที่ 4 ที่ตั้งไว้

สมมติฐานข้อ 5 วัยรุ่นที่มีรายได้ต่ำมีความวิตกกังวลทางสังคมมากกว่าวัยรุ่นที่มีรายได้สูงกว่า

ตาราง 10 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างความวิตกกังวลของระหว่างวัยรุ่นที่มีรายได้ต่ำกับวัยรุ่นที่มีรายได้สูงกว่า

ตัวแปร	รายได้	$n$	$M$	$SD$	$t$	$p$
ความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่น	ไม่พอใช้	41	4.11	1.46	2.87**	.006
	พอใช้	119	3.43	0.73		

\*\* $p < .01$

จากตาราง 10 ผลการวิเคราะห์ พบว่า วัยรุ่นไทยและจีนที่มีรายได้ไม่พอใช้ (มีรายได้ต่ำ) มีค่าเฉลี่ยของตัวแปรความวิตกกังวลทางสังคมเท่ากับ 4.11 ( $M = 4.11$ ,  $SD = 1.46$ ) ส่วนวัยรุ่นที่มีรายได้พอใช้ (มีรายได้สูงกว่า) มีค่าเฉลี่ยของตัวแปรความวิตกกังวลทางสังคมเท่ากับ 3.43 ( $M = 3.43$ ,  $SD = 0.73$ ) เมื่อทำการวิเคราะห์ทดสอบด้วยสถิติ  $t$  แบบที่กลุ่มตัวอย่างเป็นอิสระจากกัน (Independent sample  $t$ -test) พบว่าวัยรุ่นที่มีรายได้ต่ำกว่า มีความวิตกกังวลทางสังคมสูงกว่าวัยรุ่นที่มีรายได้สูงกว่าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ( $t = 2.87$ ;  $p < .01$ ) ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานการวิจัยข้อที่ 5 ที่ตั้งไว้

สมมติฐานข้อ 6 ปัจจัยทางจิต ได้แก่ ความภาคภูมิใจในตนเอง การรับรู้ความสามารถทั่วไปของตน ความมั่นคงทางอารมณ์ และปัจจัยทางสังคม ได้แก่ การอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม การเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนใช้เหตุผล ตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคม มีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นไทยและจีน

ตาราง 11 ผลวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางจิตและปัจจัยทางสังคมกับความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นไทยและจีน

ตัวแปร	M	ปัจจัยทางจิต			ปัจจัยทางสังคม		
		SE	SeEff	EQ	PCON	PLSR	SoAnM
- ความวิตกกังวลทางสังคม (SoAN)	3.60						
- ความภาคภูมิใจในตนเอง (SE)	3.58		.75**	.61**	-.26**	.44**	-.30**
- การรับรู้ความสามารถทั่วไปของตน (SeEff)	3.77			.71**	-.24**	.56**	-.35**
- ความมั่นคงทางอารมณ์ (EQ)	3.56				-.22**	.45**	-.30**
- การเลี้ยงดูแบบควบคุม (PCON)	3.05					-.51**	.74**
- การเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนใช้เหตุผล (PLSR)	4.02						-.39**
- ตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคม (SoAnM)	2.87						-

\*\* $p < .01$



จากตาราง 11 ผลการวิเคราะห์ พบว่า ปัจจัยทางจิต ได้แก่ ความภาคภูมิใจในตนเอง การรับรู้ความสามารถทั่วไปของตน และความมั่นคงในอารมณ์ มีความสัมพันธ์ทางลบในระดับปานกลางกับความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นไทยและจีน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ( $r = -.50, -.39,$  และ  $-.41$  ตามลำดับ) และยังพบว่าปัจจัยทางสังคม ได้แก่ การเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนการใช้เหตุผล ก็มีความสัมพันธ์ทางลบในระดับปานกลางกับความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นไทยและจีนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ( $r = -.41$ ) ด้วยเช่นกัน ส่วนปัจจัยทางสังคมอื่น ๆ ได้แก่ การเลี้ยงดูแบบควบคุม และตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคม พบว่ามีความสัมพันธ์ทางบวกกับความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นไทยและจีน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ( $r = .64$  และ  $.62$  ตามลำดับ) ซึ่งผลการวิเคราะห์ดังกล่าวได้แสดงให้เห็นว่าปัจจัยทางจิตและปัจจัยทางสังคมมีความสัมพันธ์กับตัวแปรความวิตกกังวลของวัยรุ่นไทยและจีนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ตามสมมติฐานข้อ 6

สมมติฐานข้อ 7 ปัจจัยทางจิตและปัจจัยทางสังคม สามารถร่วมกันทำนายความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นไทยและจีนได้

การวิเคราะห์ข้อมูลในส่วนนี้ เป็นการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple regression analysis) เพื่อค้นหาตัวแปรทำนายความสุขในการทำงานของพนักงานวัยผู้ใหญ่ตอนต้นบริษัทเอกชน ซึ่งจะใช้วิธีการวิเคราะห์โดยวิธีแบบนำเข้า (Enter method) ซึ่งตัวแปรอิสระที่จะทดสอบ 6 ตัว แบ่งเป็นปัจจัยทางจิตจำนวน 3 ตัว คือ ความภาคภูมิใจในตนเอง การรับรู้ความสามารถทั่วไปของตน และความมั่นคงในอารมณ์ และปัจจัยทางสังคม จำนวน 3 ตัว คือ การเลี้ยงดูแบบควบคุม การเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนการใช้เหตุผล และตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคม โดยก่อนทำการวิเคราะห์ผู้วิจัยได้ตรวจสอบว่ามีปัญหาภาวะเส้นตรงร่วมพหุ (Multicollinearity) คือ ตัวแปรอิสระสัมพันธ์กันเองในระดับสูงเกิน .80 หรือไม่ จากผลการวิเคราะห์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน พบว่าไม่มีตัวแปรอิสระใดที่มีค่าสหสัมพันธ์สูงเกินกว่า .08 และเมื่อวิเคราะห์เพิ่มเติม พบว่า มีค่า VIF ระหว่าง 1.91 - 3.51 ซึ่งไม่เกินเกณฑ์ที่กำหนดไว้คือ 10 และมีค่า Tolerance ระหว่าง .29 - .52 มากกว่าเกณฑ์ที่ระบุไว้ คือ .20 รวมถึงค่า Durbin-Watson ซึ่งพบว่าตัวแปรแต่ละตัวมีความคลาดเคลื่อนที่เป็นอิสระออกจากกัน มีค่าเท่ากับ 1.88 ซึ่งเข้าใกล้ 2.00 ก็ช่วยยืนยันว่าตัวแปรทำนายทั้งสองมีความเป็นอิสระออกจากกันจึงไม่เกิดปัญหาภาวะเส้นตรงร่วมพหุ จึงสามารถนำไปวิเคราะห์ต่อได้ผลการทดสอบ ดังตารางที่ 12

ตาราง 12 ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของตัวแปรปัจจัยทางจิตและปัจจัยทางสังคมที่ร่วมกันทำนาย ความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นไทยและจีนในกลุ่มรวม

ตัวแปร	<i>b</i>	<i>SE</i>	$\beta$	<i>t</i>	<i>p</i>
ค่าคงที่ (Constant)	3.35	.38		8.75**	.000
ความภาคภูมิใจในตนเอง	-.40	.09	-.37	-4.54**	.000
ความมั่นคงทางอารมณ์	-.18	.08	-.17	-2.16*	.032
การรับรู้ความสามารถทั่วไปของตน	.16	.09	.17	1.73	.086
การอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม	.33	.08	.38	4.36**	.000
ตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคม	.22	.07	.25	3.00**	.003
การเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนให้เหตุผล	.02	.06	.02	.29	.776

$R = .758$ ;  $R^2 = .574$ ;  $R^2_{adj} = .557$ ;  $F = 34.36$ ;  $df = (6, 153)$ ;  $p = .001$

\* $p < .05$ ; \*\* $p < .01$

จากตาราง 12 ผลการวิเคราะห์ ผู้วิจัยวิเคราะห์ความสามารถในการทำนายความ วิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นไทยและจีนในกลุ่มรวม ด้วยการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ (Multiple regression analysis) แบบใส่ตัวแปรทำนายทั้งหมดพร้อมกัน (Enter method) โดยใช้ตัวแปรตัว แปรปัจจัยทางจิตและปัจจัยทางสังคม พบว่า ปัจจัยทางจิต ได้แก่ ความภาคภูมิใจในตนเอง และ ความมั่นคงทางอารมณ์ รวมถึงปัจจัยทางสังคม ได้แก่ การอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม และตัวแบบ ความวิตกกังวลทางสังคม สามารถร่วมกันทำนายความวิตกกังวลของวัยรุ่นไทยและจีนได้ ร้อยละ 57.40 ( $R^2 = .574$ ) โดยค่าสัมประสิทธิ์ในการทำนายมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ( $F = 34.36$ ;  $p < .001$ )

เมื่อนำตัวแปรที่มีความสามารถร่วมกันทำนายความวิตกกังวลของวัยรุ่นไทยและจีน มาเขียนเป็นสมการถดถอยในรูปของคะแนนดิบและคะแนนมาตรฐานได้ดังสมการต่อไปนี้

สมการถดถอยในรูปของคะแนนดิบ

ความวิตกกังวลทางสังคม = 3.35 - .40 (ความภาคภูมิใจในตนเอง) - .18 (ความ มั่นคงทางอารมณ์) + .33 (การอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม) + .22 (ตัวแบบความวิตกกังวลทาง สังคม)

สมการถดถอยในรูปของคะแนนมาตรฐาน

$$\hat{Z}_{\text{ความวิตกกังวลทางสังคม}} = -.37 Z_{\text{ความภาคภูมิใจในตนเอง}} - .17 Z_{\text{ความมั่นคงทางอารมณ์}} + .38 Z_{\text{การเลี้ยงดูแบบควบคุม}} + .25 Z_{\text{แบบอย่างทางสังคม}}$$

จากสมการถดถอยในรูปของคะแนนดิบ พบว่า เมื่อความภาคภูมิใจในตนเองเปลี่ยนแปลงลดลง 1 หน่วย จะทำให้ความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นไทยและจีนเปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้น .40 หน่วย เมื่อควบคุมให้ตัวแปรความมั่นคงทางอารมณ์ การเลี้ยงดูแบบควบคุมและตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคมมีค่าคงที่ และเมื่อความมั่นคงทางอารมณ์ ลดลง 1 หน่วย จะทำให้ความวิตกกังวลทางสังคมเปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้น .18 หน่วย เมื่อควบคุมให้ตัวแปรความภาคภูมิใจในตนเอง การเลี้ยงดูแบบควบคุมและตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคมมีค่าคงที่

หากการเลี้ยงดูแบบควบคุม มีการเพิ่มขึ้น 1 หน่วย จะทำให้ความวิตกกังวลทางสังคมเพิ่มขึ้น .33 หน่วย เมื่อควบคุมให้ตัวแปรความภาคภูมิใจในตนเอง ความมั่นคงทางอารมณ์ และตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคมมีค่าคงที่ และหากตัวแปรตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคมเพิ่มขึ้น 1 หน่วย จะทำให้ความวิตกกังวลทางสังคมเพิ่มขึ้น .22 หน่วย เมื่อควบคุมให้ตัวแปรความภาคภูมิใจในตนเอง ความมั่นคงทางอารมณ์ การเลี้ยงดูแบบควบคุมมีค่าคงที่

จากสมการถดถอยในรูปของคะแนนมาตรฐาน พบว่า เมื่อความภาคภูมิใจในตนเองเปลี่ยนแปลงลดลง 1 หน่วยคะแนนมาตรฐาน จะทำให้ความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นไทยและจีนเปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้น .37 หน่วยคะแนนมาตรฐาน เมื่อควบคุมให้ตัวแปรความมั่นคงทางอารมณ์ การเลี้ยงดูแบบควบคุมและตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคมมีค่าคงที่ และเมื่อความมั่นคงทางอารมณ์ ลดลง 1 หน่วยคะแนนมาตรฐาน จะทำให้ความวิตกกังวลทางสังคมเปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้น .17 หน่วยคะแนนมาตรฐาน เมื่อควบคุมให้ตัวแปรความภาคภูมิใจในตนเอง การเลี้ยงดูแบบควบคุมและตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคมมีค่าคงที่

นอกจากนี้หากการเลี้ยงดูแบบควบคุม มีการเพิ่มขึ้น 1 หน่วยคะแนนมาตรฐาน จะทำให้ความวิตกกังวลทางสังคมเพิ่มขึ้น .38 หน่วยคะแนนมาตรฐาน เมื่อควบคุมให้ตัวแปรความภาคภูมิใจในตนเอง ความมั่นคงทางอารมณ์ และตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคมมีค่าคงที่ และหากตัวแปรตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคมเพิ่มขึ้น 1 หน่วยคะแนนมาตรฐาน จะทำให้ความวิตกกังวลทางสังคมเพิ่มขึ้น .25 หน่วยคะแนนมาตรฐาน เมื่อควบคุมให้ตัวแปรความภาคภูมิใจในตนเอง ความมั่นคงทางอารมณ์ การเลี้ยงดูแบบควบคุมมีค่าคงที่

ดังนั้นหากจะกล่าวโดยสรุป คือ การที่วัยรุ่นไทยมีความภาคภูมิใจในตนเอง และมีความมั่นคงทางอารมณ์ลดลง จะส่งผลให้มีความวิตกกังวลทางสังคมสูงขึ้น ในขณะที่หากวัยรุ่นไทยได้รับอิทธิพลจากการเลี้ยงดูแบบควบคุม และเห็นตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคมที่สื่อถึงความวิตกกังวลในสังคมก็จะส่งผลทำให้มีความวิตกกังวลทางสังคมสูงขึ้นตามไปด้วยเช่นกัน อย่างไรก็ตามเนื่องจากมีตัวแปรบางตัว ที่เป็นตัวแปรทางจิต ได้แก่ การรับรู้ความสามารถทั่วไป

ของตน และตัวแปรทางสังคม ได้แก่ การเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนใช้เหตุผล ที่ไม่สามารถทำนาย  
ความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นไทยและจีนได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนั้นผลการวิจัยใน  
ข้อนี้จึงสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 7 เพียงบางส่วนเท่านั้น



## บทที่ 5

### สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษาเรื่องปัจจัยจิตสังคมที่สัมพันธ์กับความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นไทยและจีน มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เพื่อเปรียบเทียบความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นไทยและจีน 2) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางจิต ได้แก่ ความภาคภูมิใจในตนเอง การรับรู้ความสามารถทั่วไปของตน ความมั่นคงทางอารมณ์ และปัจจัยทางสังคม ได้แก่ การอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม การเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนใช้เหตุผล และตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคมกับความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นไทยและจีน 3) เพื่อทำนายความวิตกกังวลทางสังคม โดยใช้ปัจจัยทางจิต และปัจจัยทางสังคมของวัยรุ่นไทยและจีนได้ ซึ่งกลุ่มตัวอย่างวิจัยในครั้งนี้ คือ วัยรุ่นไทยและวัยรุ่นจีนที่มีอายุตั้งแต่ 12 ปี แต่ไม่เกิน 18 ปี ที่ยินดีตอบแบบสอบถามในงานวิจัย จำนวน 160 คน เป็นวัยรุ่นไทย จำนวน 80 คน และวัยรุ่นจีน จำนวน 80 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถาม จำนวน 8 ตอน ได้แก่ ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ สัญชาติ ลำดับการเกิด การอาศัยกับครอบครัว และรายได้ ตอนที่ 2 แบบวัดความวิตกกังวลทางสังคม ตอนที่ 3 แบบวัดความภูมิใจในตนเอง ตอนที่ 4 แบบวัดการรับรู้ความสามารถทั่วไปของตน ตอนที่ 5 แบบวัดความมั่นคงทางอารมณ์ ตอนที่ 6 แบบวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม ตอนที่ 7 แบบวัดการเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนใช้เหตุผล ตอนที่ 8 แบบวัดตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคม แบบวัดมีลักษณะเป็นมาตราประเมินค่า (rating scales) 6 ระดับ ตั้งแต่ จริงที่สุด จนถึงไม่จริงเลย

การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยดำเนินการขอจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์และได้รับหนังสือรับรองการวิจัยจากคณะกรรมการจริยธรรมโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เลขที่ SWUEC-G-451/2565 E เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูล โดยผู้วิจัยแจกแบบสอบถามออนไลน์โดยการส่ง Link และ QR Code สำหรับตอบแบบสอบถามออนไลน์ผ่าน Google Form และแพลตฟอร์มการเก็บข้อมูลของประเทศจีน ได้แก่ Wenjuanxing (เวินจวนซิง) ผู้วิจัยได้รับแบบสอบถามกลับคืนมา ซึ่งผู้วิจัยทำการคัดเลือกแบบสอบถามที่มีการตอบที่สมบูรณ์ครบถ้วนถูกต้องและนำมาวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติได้ทั้งหมด 160 ฉบับ

ซึ่งผลการวิจัยที่สำคัญ มีรายละเอียดดังนี้

1. การทดสอบสมมติฐานข้อ 1 วัยรุ่นไทยและวัยรุ่นจีนมีความวิตกกังวลทางสังคมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $t = 2.82; p < .01$ ) โดยพบว่าค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลทางสังคมวัยรุ่นจีนสูงกว่า ( $M = 3.82, SD = 1.07$ ) วัยรุ่นไทย ( $M = 3.38, SD = 0.90$ )

2. การทดสอบสมมติฐานข้อ 2 พบว่า ความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นระหว่างเพศหญิง เพศชาย และไม่ระบุเพศ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $F = 7.01$ ;  $p < .01$ ) จำนวน 2 คู่ ได้แก่ บุคคลที่ไม่ระบุเพศมีความวิตกกังวลทางสังคมสูงกว่าเพศหญิงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ( $M_{\text{ไม่ระบุเพศ}} = 4.33$ ,  $SD = 1.16$  และ  $M_{\text{เพศหญิง}} = 3.46$ ,  $SD = 0.86$ ) และบุคคลที่ไม่ระบุเพศมีความวิตกกังวลทางสังคมสูงกว่าเพศชาย ( $M_{\text{ไม่ระบุเพศ}} = 4.33$ ,  $SD = 1.16$  และ  $M_{\text{เพศชาย}} = 3.51$ ,  $SD = 1.02$ ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนเพศชายมีความวิตกกังวลทางสังคมสูงกว่าเพศหญิงไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

3. การทดสอบสมมติฐานข้อ 3 พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นไทยและวัยรุ่นจีนที่เป็นวัยรุ่นที่เป็นลูกคนกลางมีระดับสูงสุดที่สุด คือ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.04 ( $SD = 1.11$ ) รองลงมา คือ ลูกคนเดียว มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.81 ( $SD = 0.96$ ) และวัยรุ่นที่เป็นลูกคนโต มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.43 ( $SD = 0.66$ ) ส่วนวัยรุ่นที่เป็นลูกคนสุดท้อง มีค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลทางสังคมต่ำที่สุดเท่ากับ 2.98 ( $SD = 0.99$ ) โดยวัยรุ่นที่มีลำดับการเกิดต่างกันมีความวิตกกังวลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และเมื่อทำการวิเคราะห์เปรียบเทียบเป็นรายคู่ พบว่า ลูกคนกลางมีความวิตกกังวลทางสังคมสูงกว่าลูกคนสุดท้อง และวัยรุ่นที่เกิดเป็นลูกคนโตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ( $M_{\text{ลูกคนกลาง}} = 4.04$ ,  $SD = 1.11$ ,  $M_{\text{ลูกคนสุดท้อง}} = 2.98$ ,  $SD = 0.99$  และ  $M_{\text{ลูกคนโต}} = 3.43$ ,  $SD = 0.66$ ) และลูกคนเดียวมีความวิตกกังวลทางสังคมสูงกว่าลูกคนสุดท้องอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ( $M_{\text{ลูกคนเดียว}} = 3.81$ ,  $SD = 0.96$ ,  $M_{\text{ลูกคนสุดท้อง}} = 2.98$ ,  $SD = 0.99$ ) แต่วัยรุ่นที่มีลำดับการเกิดเป็นลูกคนกลางมีความวิตกกังวลทางสังคมไม่แตกต่างจากลูกคนเดียวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

4. การทดสอบสมมติฐานข้อ 4 พบว่า ค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นที่ไม่อยู่กับครอบครัว ( $M = 4.12$ ,  $SD = 1.51$ ) สูงกว่าวัยรุ่นที่อยู่กับครอบครัว ( $M = 3.46$ ,  $SD = 0.78$ ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $t = 2.47$ ;  $p < .05$ )

5. การทดสอบสมมติฐานข้อ 5 พบว่า ค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นที่มีรายได้ไม่พอใช้ ( $M = 4.11$ ,  $SD = 1.46$ ) สูงกว่าวัยรุ่นที่มีรายได้พอใช้ ( $M = 3.43$ ,  $SD = 0.73$ ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $t = 2.87$ ;  $p < .01$ )

6. การทดสอบสมมติฐานข้อ 6 ปัจจัยทางจิต ได้แก่ ความภาคภูมิใจในตนเอง การรับรู้ความสามารถทั่วไปของตน ความมั่นคงทางอารมณ์ และปัจจัยทางสังคม ได้แก่ การอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม การเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนให้เหตุผล ตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคม โดยผลการวิเคราะห์พบว่า ความวิตกกังวลทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

กับ ความภาคภูมิใจในตนเอง การรับรู้ความสามารถทั่วไปของตน ความมั่นคงในอารมณ์ และการเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนให้เหตุผล ( $r = -.50, -.39, -.41$  และ  $-.41$ ; ตามลำดับ) แต่พบว่าความวิตกกังวลทางสังคม มีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับการอบรมแบบควบคุมและตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคมเกี่ยวกับความวิตกกังวลทางสังคม ( $r = .64$  และ  $.62$  ตามลำดับ)

7. การทดสอบสมมติฐานข้อ 7 พบว่าปัจจัยทางจิต ได้แก่ ความภาคภูมิใจในตนเอง ความมั่นคงทางอารมณ์ และปัจจัยทางสังคม ได้แก่ การอบรมแบบเลี้ยงดูควบคุม และตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคมเกี่ยวกับความวิตกกังวลทางสังคมสามารถทำนายทั้งหมดสามารถร่วมกันทำนายความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นไทยและจีนได้ ร้อยละ 57.40

## อภิปรายผล

การอภิปรายผลการศึกษาในครั้งนี้ก่อนการอภิปรายผลตามวัตถุประสงค์และสมมติฐานการวิจัยผู้วิจัยมีการวิเคราะห์ถึงรายละเอียดตัวแปรปัจจัยทางจิต คือ ความภาคภูมิใจในตนเอง การรับรู้ความสามารถทั่วไปของตน และความมั่นคงทางอารมณ์ รวมถึงตัวแปรปัจจัยทางสังคม คือ การอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม การวัดการเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนให้เหตุผล และตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคม ของวัยรุ่นไทยและวัยรุ่นจีนซึ่งอาจมีส่วนแตกต่างกันด้านวัฒนธรรม สังคม หรือปัจจัยอื่น ๆ ที่อาจมาเกี่ยวข้องและมีส่วนช่วยให้เกิดความเข้าใจในการอภิปรายผลการวิจัยส่วนอื่น ๆ เพิ่มขึ้นได้ รายละเอียดดังนี้

ตัวแปรความภาคภูมิใจในตนเอง การรับรู้ความสามารถทั่วไปของตน และความมั่นคงทางอารมณ์ พบว่าวัยรุ่นไทยมีความภาคภูมิใจในตนเองสูงกว่าวัยรุ่นจีน ส่วนหนึ่งอาจเป็นเพราะสภาพสังคมไทยมีการผ่อนปรนในการดำเนินชีวิตมากกว่าตั้งแต่การเลี้ยงดูจากครอบครัวที่มักพบว่าวัยรุ่นจีนมักถูกเลี้ยงดูภายใต้ขนบธรรมเนียมประเพณีที่เข้มงวดสูงกว่าวัยรุ่นไทย และด้วยการที่ประชากรของประเทศจีนมีจำนวนมากทำให้การแข่งขันกันเองในสังคม การศึกษา การดำเนินกิจกรรมในชีวิตประจำวันต่าง ๆ ค่อนข้างมีระบบ-ระเบียบสูง จึงอาจทำให้วัยรุ่นจีนรู้สึกถูกจำกัดการแสดงออก ทำให้ไม่สามารถแสดงความสามารถของตนออกมาได้อย่างชัดเจนเนื่องจากอาจกลัวการตกเป็นเป้าสายตาจากบุคคลรอบข้าง และหวั่นการประเมินจึงทำให้วัยรุ่นจีนมีข้อจำกัดในการรับรู้ความสามารถและความภาคภูมิใจในตนเองแตกต่างจากวัยรุ่นไทยได้ (Amato, 2019; Lee et al., 2020; Subhadhira, 1979)

นอกจากนี้ยังพบว่าการสื่อสารปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของประเทศไทยและประเทศจีนแม้ว่าจะให้ความสำคัญกับความอาวุโส และการคำนึงถึงผลกระทบต่อบุคคลรอบข้างในลักษณะ

ของสภาพสังคมแบบคตินิยมหมู่ (collectivism) แต่วัยรุ่นจีนกลับมีความจริงจังในการสื่อสาร ปฏิสัมพันธ์ผ่านระบบความอาวุโสค่อนข้างมากกว่าวัยรุ่นไทย และด้วยความกดดันทางสังคมในการดำเนินชีวิตในภาพรวมของวัยรุ่นจีนอาจส่งผลให้วัยรุ่นจีนมีความเครียด หรือความพยายามเก็บซ่อนอารมณ์ภายใต้สถานการณ์ทางสังคมต่าง ๆ ไม่แสดงออกมาเพื่อหลีกเลี่ยงการถูกเพ่งเล็งจากบุคคลอื่น เมื่ออารมณ์เหล่านี้ถูกเก็บกดสะสมอยู่เป็นระยะเวลาอันยาวนานก็อาจส่งผลเสียต่อสภาพจิตโดยรวมได้ จึงอาจทำให้มีความมั่นคงทางอารมณ์ที่ลดลงไปได้ (Chen, 2017; Suwinyattichai et al., 2021)

เมื่อพิจารณาเกี่ยวกับปัจจัยทางสังคม พบว่า วัยรุ่นจีนได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุมสูงกว่าวัยรุ่นไทยเล็กน้อย และวัยรุ่นไทยมีการเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนให้เหตุผลสูงกว่าวัยรุ่นจีน ซึ่งก็มีส่วนสนับสนุนถึงลักษณะของสังคมประเทศจีนที่มีความเข้มงวดในการอบรมเลี้ยงดู เนื่องจากมีการแข่งขันทางสังคมที่ค่อนข้างสูง แต่อย่างไรก็ตามจากสภาวะสังคมไทยที่อัตราการเกิดลดลง แต่ละครอบครัวมีจำนวนบุตรลดลงทำให้การเลี้ยงดูของพ่อแม่ผู้ปกครองของไทยในปัจจุบันก็มีแนวโน้มของการเลี้ยงดูที่มีความเข้มงวดขึ้นเช่นกัน แต่ในภาพรวมแล้วการเลี้ยงดูในสภาพสังคมแบบไทยซึ่งเป็นหนึ่งในประเทศแถบเอเชียตะวันออกเฉียงใต้พ่อแม่ผู้ปกครองจะมีความผ่อนปรนในกฎระเบียบต่าง ๆ รวมถึงการกำกับทางความคิดและการแสดงออกน้อยกว่าของเด็กน้อยกว่าสังคมตามวัฒนธรรมจีน(Gao & Lee, 2021; Junla & Yotanyamaneewong, 2024)

ส่วนการมีปฏิสัมพันธ์ตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคมพบว่าวัยรุ่นจีนมีตัวแปรนี้สูงกว่าวัยรุ่นไทยส่วนหนึ่งมาจากสภาพสังคมที่เข้มงวดตามที่ได้กล่าวไปในเบื้องต้นแล้ว ทำให้วัยรุ่นจีนต้องมีความระมัดระวังในการอยู่ต่อหน้าผู้อื่นค่อนข้างมาก เนื่องจากอาจจะเคยพบเห็นผู้ที่ไม่ระมัดระวังในการเข้าสังคมและมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมหรือขัดต่อขนบประเพณีมักถูกตำหนิอย่างรุนแรง มากกว่าวัยรุ่นไทยที่บางครั้งอาจเห็นเป็นเรื่องขบขัน มีบรรยากาศที่ผ่อนปรนกว่า และนอกจากนี้ยังพบว่าประเทศจีนค่อนข้างมีการควบคุมการแสดงออกทางสื่อค่อนข้างสูง ดังนั้นจึงทำให้รูปแบบทางสังคม เช่น ดารา นักแสดง หรือผู้ที่มีอิทธิพลทางสื่อ (influencer) มักมีการแสดงออกที่อยู่ในกรอบระดับหนึ่ง หากใครละเมิดหรือขาดความระมัดระวังจนแสดงออกมาผิดพลาดมักถูกโจมตีจากสังคมค่อนข้างมากจึงอาจทำให้วัยรุ่นจีนได้รับตัวแบบที่ส่งผลต่อความวิตกกังวลทางสังคมสูงกว่าวัยรุ่นไทยได้(Gamso, 2021; Jirattikom, 2018)

จะเห็นได้ว่าอิทธิพลของสังคม และวัฒนธรรมนั้นมีส่วนหล่อหลอมทางความคิด ความรู้สึก และการแสดงออกของวัยรุ่นไทยและจีนที่แตกต่างกัน ซึ่งในเนื้อหาการอภิปรายผลส่วนถัดไปผู้วิจัยขออภิปรายผลตามสมมติฐานการวิจัยที่ได้ตั้งไว้ ดังนี้



สมมติฐานข้อ 1 วิทยาลัยไทยและวิทยาลัยจีนมีความวิตกกังวลทางสังคมแตกต่างกัน

จากผลการศึกษาพบว่า วิทยาลัยจีนมีความวิตกกังวลทางสังคมมากกว่าวิทยาลัยไทย โดยเหตุผลที่วิทยาลัยจีนมีความวิตกกังวลทางสังคมมากกว่าวิทยาลัยไทย คือ ระบบการศึกษาของจีนมุ่งเน้นไปที่ผลการเรียนและการแข่งขัน และนักเรียนต้องเผชิญกับแรงกดดันด้านวิชาการอย่างมาก นับตั้งแต่การศึกษาในระดับประถม มัธยม โดยเฉพาะอย่างยิ่งการสอบ Gaokao (การสอบเข้าระดับอุดมศึกษาแห่งชาติ) ซึ่งเป็นการสอบที่ใช้กำหนดว่านักเรียนจะเข้ามหาวิทยาลัยระดับทั่วไปหรือมหาวิทยาลัยที่มีชื่อเสียง ซึ่งจะส่งผลต่อการหางานและมีผลต่อการดำเนินชีวิตของวัยรุ่นโดยตรงอย่างมาก ทำให้นักเรียนจีนที่อยู่ในช่วงวัยรุ่นจำนวนมาก เลิกทำกิจกรรมทางสังคมต่าง ๆ ลงและมุ่งเอาแต่เรียนเพื่อให้ได้เกรดที่ดี ส่งผลให้บุคคลเริ่มเก็บตัวขาดทักษะทางสังคมในการสร้างมนุษยสัมพันธ์กับผู้อื่น ซึ่งนำไปสู่ความวิตกกังวลทางสังคม(Linan, 2016; Qianfan, 2016)

นอกจากนี้ระบบการเลี้ยงดูของสังคมชาวจีนจะมีความคาดหวังกับอนาคตของลูก และพยายามช่วยลูกที่อยู่ในวัยรุ่นเตรียมตัวในการศึกษาระดับชั้นต่าง ๆ อย่างเข้มงวด รวมถึงแนวคิดในการชอบเปรียบเทียบลูกของตนกับคนอื่น ๆ ในวัยเดียวกันเกี่ยวกับความสำเร็จในการดำเนินชีวิต พยายามให้ลูกตั้งใจศึกษาเป็นหลักเพียงอย่างเดียวมากกว่าการสนับสนุนให้ลูกที่อยู่ในวัยรุ่นได้ใช้ชีวิตในการเข้าสังคมตามวิสัยของวัยรุ่นทั่วไป ทำให้เกิดปัญหาการปรับตัวในการคบเพื่อนหรือมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม อีกทั้งสื่อสังคมออนไลน์แพร่หลายในหมู่วัยรุ่นจีนในปัจจุบัน และมักเน้นความการนำเสนอตนเองในลักษณะการแสดงความสำเร็จและด้านดีของตนเองบนโซเชียลมีเดีย ซึ่งสร้างแรงกดดันทางสังคมต่อผู้อื่นที่อาจรู้สึกว่าตนเองด้อยกว่า กลัวว่าคนอื่นจะประเมินตนเองไม่ดี ทำให้พวกเขาารู้สึกไม่มั่นใจในภาพลักษณ์และความสามารถของตนเองจนไม่กล้าที่แสดงออกในการเข้าสังคมในบางสถานการณ์ จึงส่งผลให้เกิดมีความวิตกกังวลสูงได้ Pan Zhaoxia et al. (2018)

เหตุการณ์นี้ก็อาจพบได้เช่นกันในวิทยาลัยไทยได้เช่นกันแต่พบว่า วิทยาลัยไทยหรือวิทยาลัยจากประเทศอาเซียน ส่วนมากจะมีสภาพสังคมที่มีความยืดหยุ่นมากกว่า ดำเนินชีวิตด้วยความหลากหลายและด้วยอิทธิพลของวัฒนธรรมไทยที่มุ่งเน้นการสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างบุคคล และการมีการสนับสนุนทางสังคมจากทางครอบครัวในด้านการเรียน หรือการดำเนินชีวิตที่อาจไม่ได้ก่อให้เกิดความเครียด ความกดดันมากเท่าวิทยาลัยจีน จึงทำให้นักเรียนไทยเกิดความเครียด และความวิตกกังวลในด้านสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคลน้อยกว่าเมื่อต้องเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นกิจกรรมที่เกิดในโลกออนไลน์ หรือโลกแห่งความเป็นจริงตามปกติก็ตาม (Lucktong et al., 2018; พลเทพ พูนพล, 2017)

สมมติฐานข้อ 2 วัยรุ่นที่มีเพศต่างกันมีความวิตกกังวลทางสังคมแตกต่างกัน

จากผลการศึกษาพบว่า คนที่ไม่ยอมระบุเพศมีความวิตกกังวลทางสังคมมากกว่าทั้งชายและหญิง เนื่องจากการไม่ระบุเพศอาจเกิดความกังวลทางสังคมจากความกังวลว่าจะไม่มีผู้อื่นรับฟังตนเอง เข้าใจตนเอง และให้การยอมรับตนเองในสังคม ซึ่งจากหลักฐานด้านงานวิจัยหรือเอกสารด้านวิชาการที่ผ่านมามักพบว่าคนที่ไม่ระบุเพศมักมีความวิตกกังวลว่าจะถูกปฏิบัติอย่างด้อยเป็นพิเศษไม่เหมือนคนอื่น ถูกละเลย และดูถูกเมื่อเปรียบเทียบกับคนอื่นที่ระบุเพศได้อย่างชัดเจน (Hsu, 2022) บางครั้งคนที่ไม่ระบุเพศอาจถูกพิจารณาว่าเป็นคนแปลกหน้าหรือไม่ปกติ ซึ่งอาจทำให้พวกเขาได้รับการปฏิบัติที่ไม่เป็นธรรมในสังคมด้านต่าง ๆ จนอาจส่งผลให้คนที่ไม่ระบุเพศรู้สึกไม่มีความปลอดภัยหรือความรู้สึกว่าต้องปกปิดตัวเมื่อตนเองต้องเข้าสังคม และด้วยการที่ไม่สามารถเปิดเผยตนเองได้อย่างอิสระมากนักตามที่ตนเองต้องการจะทำให้วัยรุ่นที่ไม่ระบุเพศเกิดความเครียดและความวิตกกังวลในระดับสูง ส่งผลให้มีปัญหาด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและการปรับตัวในการเข้าสังคมตามมา (Connolly et al., 2016; Reisner et al., 2016)

สมมติฐานข้อ 3 ลูกคนที่มียาลำดับการเกิดแตกต่างกัน เช่น ลูกคนโต บุคคลที่เกิดในอันดับกลาง บุตรคนสุดท้าย ลูกคนเดียว มีความวิตกกังวลทางสังคมแตกต่างกัน

จากผลการศึกษา พบว่า บุคคลที่เกิดเป็นลูกคนกลางในครอบครัว มีความวิตกกังวลทางสังคมมากที่สุด ลูกคนเดียวและลูกคนโตมีความวิตกกังวลทางสังคมรองลงมา ส่วนลูกคนสุดท้ายต้องมีความวิตกกังวลทางสังคมน้อยที่สุด โดยพบว่าลูกคนกลางมีความวิตกกังวลต่างจากลูกคนเดียว ลูกคนโตและลูกคนสุดท้าย ในขณะที่ลูกคนเดียวมีความวิตกกังวลทางสังคมแตกต่างจากลูกคนสุดท้ายด้วยเช่นกัน เนื่องจากลำดับการเกิดมีความสัมพันธ์กับลักษณะบุคลิกภาพของเด็ก ซึ่งอาจกล่าวได้ว่าตัวแปรลำดับการเกิด และบุคลิกภาพมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญโดยบุคคลที่เป็นลูกคนเดียวหรือลูกคนโต มักจะพบว่ามีความสร้างบุคลิกภาพแบบยกย่องตนเอง มีวุฒิภาวะ ส่วนลูกคนกลางมีความสัมพันธ์กับบุคลิกภาพแบบกังวลใจ บุคลิกภาพแบบเชื่อมั่นในตนเอง และบุคลิกภาพแบบใฝ่สัมฤทธิ์สูง และลูกคนเล็กมีความสัมพันธ์กับโครงสร้างบุคลิกภาพแบบเชื่อฟังผู้มีอำนาจ (ณัฏฐา อู๋มานะชัย, 2552) ซึ่งจะเห็นได้ว่าบุคคลที่เป็นลูกคนกลางอาจจะมีความมุ่งมั่นที่จะทำสิ่งต่าง ๆ ให้ออกมาดี มีความมั่นใจและชอบที่จะยืนยันความคิดเห็นของตนเอง เมื่อต้องแลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างบุคคลซึ่งเป็นเรื่องปกติของการต้องเข้าสังคม แต่หากเกิดเรื่องที่ทำให้วัยรุ่นสูญเสียความมั่นใจในตนเอง หรือรู้สึกว่าตนเองไม่ได้รับการยอมรับจะทำให้เกิดความวิตกกังวลใจได้ง่าย กว่าบุคคลที่เกิดเป็นลูกคนโตซึ่งส่วนมากจะเชื่อว่าตนเองมีวุฒิภาวะมากกว่าจึงไม่ใส่ใจกับปัญหาจนใจเล็กน้อย และบุคคลที่เกิดเป็นลูกคนสุดท้ายที่มักมีความอ่อนอ่อนเชื่อฟัง

ผู้อื่น จึงทำให้เกิดการปรับตัวในการเข้าสังคมได้ง่ายกว่านั่นเอง (Cecile & Jules, 2012; Pearson, 2009)

นอกจากนี้บุคคลที่เกิดในอันดับกลางอาจมีความเกรงกลัวที่จะไม่ได้รับความยอมรับหรือความสนใจเท่ากับบุคคลในครอบครัวที่อยู่ในตำแหน่งสูงหรือตำแหน่งต่ำกว่า เช่น ความกังวลที่จะไม่ได้รับความสนใจเท่ากับพี่น้องหรือไม่ได้รับการเอาใจใส่เหมือนกับบุคคลอื่นในครอบครัว ในครอบครัวที่มีลูกสองคน ลูกคนที่สองจะดีใจและสติสัมปชัญญะมากกว่าลูกคนโต เมื่อเทียบกับลูกคนโต ลูกคนที่สองมีแนวโน้มที่จะร่วมมือกับผู้อื่นง่ายกว่า ในชีวิตประจำวัน บุคคลส่วนใหญ่คิดว่า ลูกคนที่สองมีชีวิตชีวา มองโลกในแง่ดีและสนุกสนานมากขึ้น และลูกคนโตมีความรับผิดชอบต่อครอบครัวมากกว่าและจริงจังและระมัดระวังในการทำงาน (Lijuan & Sheng, 2019)

หากพิจารณาในมิติของการได้รับความรู้สึกปลอดภัยในครอบครัว มักพบว่าลูกคนสุดท้ายต้องมีความรู้สึกปลอดภัยโดยเฉลี่ยสูงสุด ลูกคนโตมีความรู้สึกปลอดภัยสูงสุดเป็นอันดับสอง ลูกคนเดีวมีความรู้สึกปลอดภัยต่ำกว่าลูกคนโต และบุคคลที่เกิดในอันดับกลางในครอบครัวรุ่นเดียวกัน มีความรู้สึกปลอดภัยน้อยที่สุดและมักจะรู้สึกว่าพ่อแม่ไม่สนใจ และรู้สึกเครียดง่าย ซึ่งส่งผลต่อบุคลิกภาพและลักษณะนิสัยในภาพรวมระยะยาว ทำให้เมื่อตนเองต้องเข้าสังคมมักจะมี ความหวั่นไหวไม่ปลอดภัย เกิดความระแวงได้ง่ายจนกลายเป็นความวิตกกังวลทางสังคมตามมา ในที่สุด (Ying et al., 2008)

สมมติฐานข้อ 4 วัยรุ่นที่ไม่อยู่กับครอบครัวกับวัยรุ่นที่อาศัยกับครอบครัวมีความวิตกกังวลทางสังคมแตกต่างกัน

จากผลการศึกษา พบว่า วัยรุ่นที่ไม่อยู่กับครอบครัวมีความวิตกกังวลทางสังคมมากกว่าวัยรุ่นที่อาศัยกับครอบครัว เหตุผลที่คนที่ไม่อยู่กับครอบครัวมีความวิตกกังวลทางสังคมมากกว่าวัยรุ่นที่อาศัยกับครอบครัว คือ ความสามารถในการเผชิญกับความเปลี่ยนแปลง ซึ่งถ้าวัยรุ่นมีครอบครัวที่มีส่วนช่วยสนับสนุนและร่วมแก้ปัญหาต่าง ๆ เคียงข้างไปด้วยกัน วัยรุ่นจะเกิดความรู้สึกปลอดภัยและเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองมากกว่าส่งผลให้มีความเข้มแข็งในการมองโลกของเพิ่มขึ้น นอกจากนี้วัยรุ่นที่อาศัยอยู่กับครอบครัวจะมีโอกาสเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ได้เห็นและเข้าใจปัญหาที่เกิดขึ้น และเมื่อบุคคลได้รับการอบรมสั่งสอนอย่างใกล้ชิดหรือการสนับสนุนทางสังคมจากสถาบันครอบครัวก็จะช่วยให้เกิดทักษะในการแก้ปัญหาต่าง ๆ ได้ด้วยตนเอง จึงทำให้แม้ว่าวัยรุ่นจะเผชิญกับปัญหาความยากลำบากต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็น การดำเนินชีวิตหรือการเข้าสังคมก็จะลดความวิตกกังวลและสามารถฝ่าฟันไปได้ (มัชวาน โคมโสภา & ดร.ธีรพัฒน์ วงศ์คุ้มสิน, 2562)

ส่วนวัยรุ่นที่ไม่อยู่กับครอบครัวอาจต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงที่มีอยู่ในชีวิตเป็นประจำ การต้องดูแลตัวเองและตัดสินใจเองอาจเป็นทักษะที่ต้องพัฒนาขึ้น เช่น การจัดการเงิน การหางานหรือการทำงานแบบอิสระ จนมีเวลาน้อยที่จะสร้างการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น หรือในบางครั้งอาจต้องตกอยู่ในสถานการณ์ที่ซับซ้อนมีความเสี่ยง เช่น ยาเสพติด อาชญากรรม การล่วงละเมิด ใช้ความรุนแรงต่าง ๆ จนทำให้เกิดความไม่มั่นคง เกิดความรู้สึกเหงา โดดเดี่ยว จนเกิดเป็นความกังวลในการดำเนินชีวิตได้ง่าย และเมื่อมีความจำเป็นต้องอยู่ห่างจากครอบครัวทำให้การสนับสนุนทางสังคม หรือการได้รับความช่วยเหลือในการแก้ปัญหาจากครอบครัวลดลงไป ส่งผลให้เกิดความวิตกกังวลในภาพรวมรวมถึงความวิตกกังวลในการเข้าสังคมเพิ่มขึ้นได้ (Cavanaugh & Buehler, 2016; Maass Vera Sonja, 2017)

นอกจากนี้การย้ายบ้านและการย้ายถิ่นฐานของประชากรทำให้สภาพแวดล้อมการเติบโตของวัยรุ่นไม่มั่นคง โดยเฉพาะอย่างยิ่งที่เด็กที่ถูกทิ้งไว้ในบ้านคนเดียวจะมีความวิตกกังวล เพราะว่าพ่อแม่ต้องออกไปทำงานจะขาดการสนับสนุนของครอบครัว ความคาดหวังและอารมณ์ที่พวกเขามีต่อพ่อแม่จะลดลง และยิ่งเมื่อพวกเขาต้องแยกออกมาอยู่เพียงลำพังอีก จะทำให้บุคคลจะขาดความรู้สึกปลอดภัยในการสื่อสารกับผู้อื่น แต่ถ้าหากครอบครัวอยู่กับพร้อมหน้าจะช่วยให้ความวิตกกังวลทางสังคมลดลง (Peng & Miaoying, 2021) บางวัยรุ่นอาจมีการย้ายที่อยู่บ่อยครั้ง เช่น การออกไปเรียนต่อต่างถิ่น ต่างประเทศ หรือการทำงานในที่ต่าง ๆ โดยการเคลื่อนย้ายที่อยู่ อาจทำให้วัยรุ่นต้องปรับตัวกับสภาพแวดล้อมใหม่ การค้นหาเพื่อนใหม่หรือทำความคุ้นเคยกับวัฒนธรรมที่แตกต่างอาจส่งผลให้ความวิตกกังวลเพิ่มขึ้นได้ (Roitblat Yulia et al., 2017)

สมมติฐานข้อ 5 วัยรุ่นที่มีรายได้ต่ำมีความวิตกกังวลทางสังคมมากกว่าวัยรุ่นที่มีรายได้สูงกว่า

จากผลการศึกษา พบว่า วัยรุ่นที่มีรายได้ต่ำมีความวิตกกังวลทางสังคมมากกว่าวัยรุ่นที่มีรายได้สูงกว่า เหตุผลที่วัยรุ่นที่มีรายได้ต่ำมีความวิตกกังวลทางสังคมมากกว่าวัยรุ่นที่มีรายได้สูงกว่า เนื่องจากอิทธิพลทางด้านสภาพเศรษฐกิจที่ส่งผลต่อสภาวะความเครียดและภูมิทัศน์ทางทางจิตใจในการฝ่าฟันอุปสรรค ซึ่งวัยรุ่นที่มีรายได้ในครอบครัวต่ำจะรู้สึกเหงาและขาดความมั่นใจในตนเอง หลังจากเข้าเรียนในโรงเรียนมัธยมจนกระทั่งสำเร็จการศึกษาระดับมหาวิทยาลัย และเมื่อเทียบกับวัยรุ่นคนอื่น ๆ วัยรุ่นที่มีรายได้ต่ำจะมีความวิตกกังวลและไม่ยอมพูดหรือเปิดเผยตนเองต่อหน้าคนอื่น มากนัก สาเหตุหลักส่วนหนึ่งมาจากเกิดปมด้อยที่มักรู้สึกว่าคุณเองยากจนมาก ไม่รู้เรื่องอะไร จึงไม่พอใจตนเอง เกิดความเครียดเมื่อการเข้าสังคม (Shouliang, 2005) โดยวัยรุ่นที่มีรายได้ต่ำอาจต้องเผชิญกับสภาพเศรษฐกิจที่ทรุดโทรมมากขึ้น ซึ่งอาจส่งผลให้พวกเขามี

ความกังวลเกี่ยวกับความไม่มั่นคงในการมีงานทำ การเลี้ยงชีพและการตอบสนองต่อความต้องการในชีวิตประจำวัน จึงมักใช้เวลาส่วนใหญ่ไปกับความพยายามในการหารายได้เลี้ยงชีพและลดความพยายามในการเข้าสังคมลง ซึ่งอาจเพิ่มภาวะความวิตกกังวลทางสังคมในวัยรุ่นได้ (Gang et al., 2015)

นอกจากนี้ในสังคมบางแห่ง สถานะสังคมและการมีรายได้สูงส่วนใหญ่ถูกมองว่าเป็นตัวบ่งชี้ของความสำเร็จและความสำคัญ วัยรุ่นที่มีรายได้ต่ำอาจรู้สึกว่าคุณค่าของพวกเขาต้องเผชิญกับการอยู่ในสถานะที่ต่ำกว่าผู้อื่น ซึ่งอาจทำให้พวกเขามีความกังวลเกี่ยวกับการได้รับการยอมรับและการเชื่อมั่นในตนเอง การมีรายได้สูงอาจให้โอกาสและทรัพยากรที่มากขึ้นในการสร้างความสัมพันธ์ทางสังคม วัยรุ่นที่มีรายได้ต่ำอาจรู้สึกที่จะไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมหรือเครือข่ายทางสังคมที่เกี่ยวข้องกับกลุ่มที่มีรายได้สูงได้ ซึ่งอาจสร้างความวิตกกังวลเกี่ยวกับความเหลื่อมล้ำและความเป็นอันตรายทางสังคม สภาพแวดล้อมทางสังคมที่วัยรุ่นที่มีรายได้ต่ำต้องเผชิญอาจมีผลต่อความเป็นอยู่อันยากลำบากของพวกเขา ซึ่งอาจเพิ่มความวิตกกังวลและความไม่มั่นคงในการปรับตัวเข้ากับสังคมในวัยรุ่นเหล่านี้ (MacKenzie Meagan B & Fowler Ken F, 2013)

สมมติฐานข้อ 6 ปัจจัยทางจิต ได้แก่ ความภาคภูมิใจในตนเอง การรับรู้ความสามารถทั่วไปของตน ความมั่นคงทางอารมณ์ และปัจจัยทางสังคม ได้แก่ การอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม การเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนใช้เหตุผล ตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคม มีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นไทยและจีน

ผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยทางจิต ได้แก่ ความภาคภูมิใจในตนเอง การรับรู้ความสามารถทั่วไปของตน และความมั่นคงในอารมณ์ มีความสัมพันธ์ทางลบกับความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นไทยและจีนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งในส่วนของปัจจัยทางจิตที่มีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลของวัยรุ่นสามารถอธิบายได้เป็นรายตัวแปรดังนี้

การเห็นคุณค่าในตนเองได้รับการอธิบายว่าเป็นการประเมินอัตวิสัยของแต่ละคนเกี่ยวกับคุณค่าของตนเองในฐานะบุคคล และมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อสุขภาพจิต การเห็นคุณค่าในตนเองคือการประเมินคุณค่าและความสามารถของตนเอง เมื่อบุคคลมีความนับถือตนเองสูงพวกเขามักจะคิดว่าพวกเขาทำงานได้ดีกว่าในสถานการณ์ทางสังคม หรืออย่างน้อยก็ไม่ต้องกังวลมากเกินไปเกี่ยวกับสิ่งที่คนอื่นคิดเกี่ยวกับพวกเขา (Seema & Kumar, 2017) ในทางกลับกันคนที่มีความนับถือตนเองต่ำอาจมีข้อสงสัยเกี่ยวกับทักษะทางสังคมของตนเองและมีแนวโน้มที่จะวิตกกังวลทางสังคม ความภาคภูมิใจในตนเองเป็นแกนหลักของโครงสร้างบุคลิกภาพ ซึ่งก็คือการรับรู้การประเมิน และประสบการณ์ทางอารมณ์ของตนเอง ระดับของความภาคภูมิใจในตนเองจะส่งผล

ต่อระดับสุขภาพจิตของแต่ละบุคคลแตกต่างกันไป เช่น บุคคลที่มีความนับถือตนเองสูงจะมีความมั่นใจในตนเองในเชิงบวกมากขึ้น มีความกระตือรือร้นในกระบวนการโต้ตอบกับผู้อื่นมากขึ้น และมีพฤติกรรมทางสังคมในเชิงบวกมากขึ้นส่งผลให้มีความวิตกกังวลทางสังคมในภาพรวมลดลง (Qihui et al., 2022; Tan et al., 2016)

ตัวแปรต่อมาที่จะขออภิปรายคือการรับรู้ความสามารถทั่วไปของตนมีความสัมพันธ์ทางลบกับความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่น กล่าวคือวัยรุ่นที่มีการรับรู้ความสามารถทั่วไปในตนเองสูงกว่ามักมีความวิตกกังวลทางสังคมต่ำกว่า เนื่องจากการที่บุคคลเชื่อมั่นว่าตนเองมีความสามารถในการทำหรือควบคุมสิ่งต่าง ๆ ให้เป็นไปในทางที่ตนเองต้องการได้ จะทำให้วัยรุ่นมีความพร้อมและมีความมั่นใจในการรับมือกับสถานการณ์ทางสังคมที่ยากลำบาก ซึ่งสิ่งเหล่านี้อาจเกิดขึ้นระหว่างการปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่ทำให้เกิดความวิตกกังวลทางสังคมได้ (Tao Yanqiang & Zhou Xiangyi, 2016) ในทางกลับกันหากบุคคลมีการรับรู้ความสามารถทั่วไปของตนเองต่ำอาจเพิ่มแนวโน้มของแต่ละคนที่จะพึ่งพากลยุทธ์การเผชิญปัญหาที่ผิดปกติ เช่น การหลีกเลี่ยงการเปิดเผยตนเองในการปฏิสัมพันธ์ นิ่งเงียบ ความพยายามแก้ตัวหรือตอบโต้ล่วงหน้า แม้ว่าจะยังไม่มีคนได้กล่าวโทษใด ๆ เลย เพื่อรับมือกับความวิตกกังวลในสถานการณ์ทางสังคม และอาจทำให้ความวิตกกังวลทางสังคมแย่ลงไปอีก (Iancu et al., 2015) นอกจากนี้ตัวแปรความมั่นคงทางอารมณ์ของวัยรุ่นที่พบว่ามีความสัมพันธ์ทางลบกับความวิตกกังวลทางสังคม เนื่องจากบุคคลที่มีความมั่นคงทางอารมณ์สูงมักจะมีทักษะการควบคุมตนเองและการจัดการอารมณ์ที่ดี พวกเขาสามารถรับมือกับความท้าทายและแรงกดดันจากสังคมภายนอกภายนอกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ดังนั้นพวกเขาจึงดูมีความมั่นใจและสามารถลดความกระวนกระวายมากขึ้นในสถานการณ์ทางสังคมต่าง ๆ (Shouliang, 2005) โดยมีหลักฐานพบว่าผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์หรือความมั่นคงทางอารมณ์ดีจะส่งเสริมให้มีมนุษย์สัมพันธ์ดีเนื่องจากสามารถรับรู้การแสดงออกทางอารมณ์ของผู้อื่น สามารถแสดงออกได้อย่างเหมาะสม แม้ว่าจะอยู่ในสถานการณ์ทางสังคมที่ปราศจากความกดดัน หรือมีความกดดันสูงเมื่อต้องทำกิจกรรมร่วมกันกับผู้อื่น จึงทำให้บุคคลคลายความวิตกกังวลทางสังคมและสามารถปรับตัวได้ดีในการเข้าสังคม วัยรุ่นที่มีการควบคุมอารมณ์ในระดับต่ำจะมีอาการเครียดและวิตกกังวลทางสังคมมากกว่า (Javier et al., 2018) สอดคล้องกับงานวิจัยของ Gesistiza และ Diyah (2022) ที่เห็นว่าวัยรุ่นที่มีความมั่นคงทางอารมณ์ต่ำ เมื่อบุคคลเข้าสังคมมักรู้สึกกระสับกระส่ายและตั้งเครียดในสถานการณ์ทางสังคม เนื่องจากขาดการควบคุมทางอารมณ์ของตนเอง หรือการรับรู้อารมณ์ของคนอื่นที่ตีพ้อ ซึ่งมีความ

จำเป็นในการปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล จนรู้สึกประหม่าและหัวน้ไหลง่ายจนกลายเป็นความวิตกกังวลทางสังคมได้ในที่สุด

ในส่วนของปัจจัยทางสังคมงานวิจัยครั้งนี้พบผลที่สำคัญตามตามสมมติฐาน ดังนี้ การอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความวิตกกังวลทางสังคมหรืออาจกล่าวได้ว่าวัยรุ่นจะมีความวิตกกังวลมากขึ้นเนื่องจากวัยรุ่นที่ได้รับการเลี้ยงดูแบบควบคุม มักจะถูกควบคุม และคอยเฝ้าสังเกตจากผู้ปกครองอย่างเข้มงวด จำกัดอิสระในการเลือกและกำหนดเป้าหมายในชีวิต และมักถูกตำหนิอย่างรุนแรงเมื่อกระทำผิดพลาดแม้ว่าความผิดพลาดนั้นจะมีเพียงเล็กน้อย ดังนั้นเมื่อเด็กโตขึ้นจนอยู่ในวัยรุ่นและต้องเข้าสังคมจึงมักเกิดความรู้สึกกังวลว่าจะมีคนอื่นคอยเฝ้าสังเกตและจับผิดตนเอง จนขาดความมั่นใจในตนเองและไม่กล้าที่จะทำกิจกรรมในการเข้าสังคมเนื่องจากกลัวว่าจะทำผิดและโดนผู้อื่นตำหนิ เหมือนกับที่เคยโดนในครอบครัวที่เข้มงวด ส่งผลให้มีการปรับตัวในการเข้าสังคมได้ต่ำและมีความวิตกกังวลสูง (Peng & Miaoying, 2021; Rana et al., 2013) โดยในครอบครัวที่มีการเลี้ยงดูแบบเข้มงวดเกินไปจะทำให้บุคคลในวัยเด็กที่เจริญเติบโตขึ้นเป็นวัยรุ่นไม่มีประสบการณ์ทางสังคมเชิงบวกเนื่องจากการจำกัดกิจกรรมทางสังคมของเด็กให้อยู่ในสังคมที่พ่อแม่ผู้ปกครองต้องการเท่านั้น ทำให้ยากต่อการสร้างเพื่อนใหม่หรือมีส่วนร่วมในสถานการณ์ทางสังคมต่าง ๆ เป็นเวลานาน การขาดประสบการณ์ทางสังคมในเชิงบวกจะทำให้เด็กรู้สึกเครียดและไม่สบายใจเกี่ยวกับสถานการณ์ทางสังคม และเกิดพฤติกรรมที่มีความวิตกกังวลมากมายในชีวิต (Xin, 2017)

สำหรับตัวแปรในการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนใช้เหตุผลพบว่ามีความสัมพันธ์ทางลบกับความวิตกกังวลทางสังคม นั่นคือเมื่อพ่อแม่ผู้ปกครองให้การเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล และสนับสนุนให้บุคคลได้มีโอกาสได้กำหนดเป้าหมาย และทำสิ่งต่าง ๆ ได้โดยใช้ความสามารถของตนเองอย่างเต็มที่ และหากมีสิ่งใดที่ขาดอยู่ก็จะพยายามเติมเต็มสิ่งนั้นเพื่อให้บุคคลสามารถแสดงออกได้อย่างเต็มศักยภาพ จะช่วยให้บุคคลมีความภาคภูมิใจในตนเอง และการรับรู้ความสามารถทั่วไปของตนสูงขึ้นด้วย พ่อแม่สนับสนุนและชื่นชมความพยายามและความสำเร็จของลูก ทำให้พวกเขาารู้สึกรักและยอมรับ การมีความภาคภูมิใจในตนเองที่ดีหมายความว่าเด็กจะเผชิญกับความท้าทายทางสังคมได้ง่ายขึ้น และเมื่อบุคคลต้องเข้าสังคมจะรู้สึกว่าตนเองนั้นสามารถปรับตัวได้ดีกับสถานการณ์ต่าง ๆ สามารถแสดงความสามารถของตนเองได้จนเป็นที่ยอมรับของผู้อื่น หรือหากเกิดความผิดพลาดขึ้นก็พร้อมที่จะยอมรับและแก้ไขความผิดพลาดนั้นจนบุคคลรอบข้างให้การยอมรับในความสามารถ และเกิดเป็นการสร้างความสัมพันธ์ทางสังคมทางบวกทำให้บุคคลรู้สึกกังวลเมื่อต้องเข้าสังคมลดลง ถ้าวัยรุ่นอาศัยและเติบโตอยู่ในครอบครัวที่

มีวิธีการอบรมที่การเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนใช้เหตุผล นั้นความวิตกกังวลของวัยรุ่นนี้อาจจะลดลง (Xin, 2017) รูปแบบการเลี้ยงดูที่อบอุ่นและสนับสนุนอย่างมีเหตุผลช่วยเสริมสร้างความผูกพันที่ปลอดภัยในเด็ก สิ่งที่แนบมาอย่างปลอดภัยหมายถึงความไว้วางใจของเด็กและการพึ่งพาพ่อแม่ของพวกเขา โดยเชื่อว่าพ่อแม่ของพวกเขาจะให้ความปลอดภัยและการปกป้อง วิธีการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนใช้เหตุผลที่ของผู้ปกครอง จะให้ลูกรู้สึกว่ามีอบอุ่น ให้ความเข้าใจแก่ลูก จะช่วยลดระดับความวิตกกังวลของลูก (Cheng et al., 2008) เมื่อเด็กสร้างความผูกพันที่ปลอดภัย พวกเขาจะรู้สึกมั่นใจในปฏิสัมพันธ์ทางสังคมมากขึ้น เพราะพวกเขาไว้วางใจการสนับสนุนจากผู้ปกครองที่จะช่วยเหลือพวกเขาเมื่อจำเป็น ช่วยลดความเครียดจากความวิตกกังวลในการเข้าสังคม

ตัวแปรสุดท้ายที่เป็นปัจจัยทางสังคมและมีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลทางสังคม คือ ตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคมที่แสดงถึงการมีความวิตกกังวลทางสังคม โดยพบว่ามี ความสัมพันธ์ทางบวกกับความวิตกกังวลทางสังคม สอดคล้องกับสมมติฐานที่ผู้วิจัยตั้งไว้ เนื่องจากในช่วงที่บุคคลพัฒนาการจากวัยเด็ก สู่วัยรุ่น จะมีการสังเกต และคอยพัฒนาบุคลิกภาพ อารมณ์ และการแสดงออกจกบุคคลรอบข้าง โดยเฉพาะหากบุคคลนั้นเป็นบุคคลสำคัญหรือ บุคคลอ้างอิงที่ส่งอิทธิพลต่อความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของบุคคลที่กำลังพัฒนาสู่วัยรุ่น เช่น พ่อ แม่ ผู้ปกครอง ญาติ เพื่อน หรือบุคคลในสื่อต่าง ๆ ความวิตกกังวลทางสังคมอาจได้รับ อิทธิพลจากพ่อแม่และคนรอบข้าง (Van Zalk & Van Zalk, 2015) ดังนั้นหากบุคคลในวัยเด็ก มีแบบอย่างในการดำเนินชีวิต (Social anxiety model) ที่ดี จะช่วยให้เด็กเกิดการเรียนรู้บทบาทของการเป็นสมาชิกทางสังคมที่ดี ซึ่งจะทำให้การเข้าสังคมเกิดความราบรื่น เป็นที่ยอมรับ ความวิตกกังวลก็จะต่ำลง แต่หากบุคคลได้สังเกตหรือถอดแบบจากตัวแบบที่ไม่ดี หรือมีความบกพร่องในการเข้าสังคมก็อาจทำให้แสดงออก หรือมีความสามารถในการปรับตัว และสร้างมนุษยสัมพันธ์ต่ำ หากพ่อแสดงความวิตกกังวลในการเข้าสังคม เด็กจะตีความว่าเป็นสัญญาณเชิงลบที่รุนแรงต่อโลกภายนอก และปรับความเชื่อของเขาอย่างมีเหตุผล ทำให้เกิดความเครียด (Bögels & Perotti, 2011) และเมื่อบุคคลรอบข้างเห็นว่าบุคคลมีปัญหา และไม่สามารถปรับตัวได้ก็อาจตอบสนองทางลบ หรือไม่ให้การยอมรับ ก็จะยิ่งทำให้บุคคลเกิดความวิตกกังวลในการเข้าสังคมมากขึ้น สถานการณ์ที่ผู้บิดามารดาหรือผู้ปกครองมีพฤติกรรมกลัวการเข้าสังคม บิดามารดาหรือผู้ปกครอง อาจจะปฏิเสธสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น ๆ และลดโอกาสที่ต้องคุยกันกับผู้อื่น ๆ โดยลดโอกาสที่บุคคลที่กำลังอยู่ในวัยที่พัฒนาจากวัยเด็กไปสู่วัยรุ่นติดต่อหรือสื่อสารกับผู้อื่น ๆ พวกเขาก็มีแนวโน้มที่เสี่ยงที่เกิดพฤติกรรมที่มีความวิตกกังวลทางสังคมมากกว่า (Leary & Dobbins, 1983; Spence & Rapee, 2016)



สมมติฐานข้อ 7 ปัจจัยทางจิต และปัจจัยทางสังคม สามารถร่วมกันทำนายความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นไทยและจีนได้ ในกลุ่มรวม

จากผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยทางจิต และปัจจัยทางสังคมทำนายทั้งหมดสามารถร่วมกันทำนายความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นไทยและจีนในกลุ่มรวมได้ ร้อยละ 57.4 โดยมีปัจจัยทางจิตที่สามารถทำนายความวิตกกังวลของสังคมของวัยรุ่นได้ คือ ตัวแปรความภาคภูมิใจในตนเอง ความมั่นคงทางอารมณ์ ส่วนปัจจัยทางสังคมที่สามารถทำนายความวิตกกังวลของสังคมของวัยรุ่นได้ คือ การอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม และตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคม ซึ่งสามารถอภิปรายผลการวิจัยได้ดังนี้

เมื่อพิจารณาจากค่าอิทธิพลของความภาคภูมิใจในตนเองที่มีต่อความวิตกกังวลมีค่าเป็นลบ นั่นคือความภาคภูมิใจมีส่วนในการช่วยลดความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นไทยและจีนได้ เนื่องจาก ความเชื่อมั่นในคุณค่าของตนเอง เป็นความเชื่อและมีความนับถือตนเองการประเมินคุณค่าของตนเอง แสดงถึงทัศนคติทั้งทางบวก ซึ่งบุคคลที่มีความภาคภูมิใจในตนเองสูง มักมีทัศนคติในภาพรวมทั้งต่อตนเอง และบุคคลอื่นในทางบวก พยายามไม่แสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมซึ่งจะก่อให้เกิดความขัดแย้งเมื่อบุคคลต้องเข้าสังคม จึงทำให้ภาพรวมของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของคนเป็นไปอย่างราบรื่น บุคคลก็จะลดความวิตกกังวลหรือความรู้สึกทางลบเมื่อต้องปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับผู้อื่นลงได้ (Chen & Jinliang, 2020; Mahmooda et al., 2017)

ซึ่งตัวแปรทางจิตอีกตัวหนึ่งที่เข้ามามีส่วนช่วยลดความวิตกกังวลของวัยรุ่นได้อีก คือ ตัวแปรความมั่นคงทางอารมณ์ซึ่งก็พบว่ามีค่าเป็นลบเช่นกัน นั่นคือการที่วัยรุ่นมีพัฒนาการทางอารมณ์ที่ดีตั้งแต่วัยเด็กจะทำให้เป็นบุคคลที่สามารถจัดการกับอารมณ์ของตน และแสดงออกได้อย่างเหมาะสม รวมถึงมีความไวต่อการรับรู้อารมณ์ของผู้อื่นเพื่อที่จะแสดงการปฏิสัมพันธ์หรือแสดงพฤติกรรมตอบกลับได้อย่างเหมาะสม และเมื่อสิ่งเหล่านี้เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องจะทำให้ความสัมพันธ์ทางสังคมระหว่างบุคคลมีความราบรื่น เกิดมิตรภาพที่ดีจนทำให้บุคคลลดความวิตกกังวลกลัวว่าบุคคลอื่นจะไม่ยอมรับตนเอง หรือไม่อยากปฏิสัมพันธ์กับตนเองลงไปได้ (Javier et al., 2018; Robert et al., 2021)

แต่ในการวิจัยครั้งนี้กลับไม่พบว่าการรับรู้ความสามารถทั่วไปของตนมีส่วนในการทำนายความวิตกกังวลของวัยรุ่นได้ อาจเป็นเพราะตัวแปรอื่นที่ผู้วิจัยใส่เข้าไปในสมการทำนายเป็นตัวแปรที่มีบทบาทและบทบาทในการทำนายความวิตกกังวลของวัยรุ่นได้ดีกว่า เนื่องจากบุคคลที่กำลังอยู่ในวัยรุ่นบางครั้งก็อาจต้องการช่องว่างหรืออิสระในการแสดงออกถึงสิ่งต่าง ๆ โดยไม่จำเป็นต้องมีใครมาสนใจ จึงเลือกที่จะไม่แสดงความสามารถของตนต่อหน้าผู้อื่นมากนักแม้ว่า

ตนเองจะเชื่อว่าตนเองมีความสามารถในเรื่องต่าง ๆ ในระดับหนึ่งก็ตาม ซึ่งเมื่อบุคคลเลือกที่จะไม่แสดงความสามารถต่อผู้อื่นและไม่มีคนคอยมาประเมินหรือจับผิดในสิ่งที่ตนเองทำก็จะไม่ส่งผลใด ๆ ต่อการมีความวิตกกังวลทางสังคม (Hood S et al., 2021) นอกจากนี้ยังมีงานวิจัยบางส่วนที่พบว่าแม้ว่าบุคคลจะมีความเชื่อว่าตนเองเป็นบุคคลที่มีความสามารถในการทำสิ่งต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี แต่มักจะพยายามเก็บงำความสามารถของตนไว้ไม่แสดงออกเพราะกลัวว่าถ้าแสดงออกแล้วมีความโดดเด่น จนทำให้บุคคลรอบข้างเกิดความอิจฉาจนนำไปสู่ความรู้สึกไม่สบายใจและความวิตกกังวลทางสังคมในที่สุด (Lee Carol S & Hayes-Skelton Sarah A, 2018) จึงอาจทำให้การรับรู้ความสามารถทั่วไปของบุคคลในวัยรุ่นแม้จะพบว่ามีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลทางสังคม แต่อาจส่งผลที่โดดเด่นน้อยลงในการเป็นตัวแปรทำนายความวิตกกังวลทางสังคมได้

ในส่วนของปัจจัยทางสังคมที่พบว่าทำนายความวิตกกังวลได้ คือ การอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม ซึ่งพบว่ามีส่วนทำให้ความวิตกกังวลของวัยรุ่นไทยและจีนเพิ่มขึ้นได้ ซึ่งจากงานวิจัยของ Mousavi Seyed Ebrahim et al. (2016) ที่แสดงให้เห็นว่ารูปแบบการเลี้ยงดูของพ่อแม่ผู้ปกครองที่มีความเข้มงวดมากเกินไป จะทำให้เด็กเกิดความกลัวว่าตนเองจะทำผิดและถูกตำหนิอย่างรุนแรง จึงมีความวิตกกังวลในการแสดงออกพฤติกรรมต่าง ๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อบุคคลต้องเข้าสังคมจะมีความระมัดระวังไม่กล้าทำในสิ่งที่ตนเองรู้สึกว่าจะไม่ปลอดภัย เกิดความกลัวอย่างไร้เหตุผลว่าตนเองจะถูกจับผิด ตำหนิ ไม่ยอมรับจนกลายเป็นความวิตกกังวลตามมา

นอกจากนี้ยังพบว่าเมื่อเด็กที่ถูกเลี้ยงดูในครอบครัวที่มีความเข้มงวดสูง และผู้ปกครองคอยวางแผนกำกับดูแลการกระทำทุกอย่างจะทำให้เด็กขาดความมั่นใจ ไม่กล้าแสดงออก จนกระทั่งเป็นวัยรุ่นที่ความรู้สึกทางลบเหล่านี้จะยิ่งทวีความรุนแรงขึ้นเนื่องจากวัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องการพื้นที่แสดงออกถึงความสามารถของตนเองเพื่อให้ผู้อื่นเกิดการยอมรับ ซึ่งปัญหาดังกล่าวอาจนำไปสู่ความกลัว กังวลเมื่อต้องปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นได้ (Gorostiaga et al., 2019) ดังนั้นการอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุมจึงเป็นตัวแปรสำคัญอีกตัวแปรหนึ่งที่สามารถทำนายความวิตกกังวลของวัยรุ่นไทยและจีนได้

เมื่อบุคคลอยู่ในวัยรุ่นมั่งได้รับอิทธิพลจากสิ่งแวดล้อมรอบข้างไม่ว่าจะจากความรู้สึกนึกคิดจากการใกล้ชิดกับพ่อแม่ ผู้ปกครอง ญาติ เพื่อนๆ รวมถึงการเลียนแบบจากดารา และบุคคลที่มีชื่อเสียงจากสื่อต่าง ๆ ไม่ว่าจะผ่านทางอินเทอร์เน็ต โทรทัศน์ ภาพยนตร์ หนังสือพิมพ์ นิตยสาร หรือโฆษณา ที่นำเสนอข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับพฤติกรรมวิตกกังวล ดังนั้นถ้าตัวแบบเหล่านี้แสดงออกถึงพฤติกรรมวิตกกังวลทางสังคมให้วัยรุ่นได้ซึมซับอยู่เป็นเวลานาน ก็จะส่งผลให้บุคคลเกิดความกลัว และความวิตกกังวลมากขึ้นเมื่อต้องอาศัยอยู่ในสังคมโดยเฉพาะอย่างยิ่งในปัจจุบัน

ที่มีความรวดเร็วในการปฏิสัมพันธ์ทางออนไลน์ แม้ว่าพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมไม่ว่าจะเกิดจากความตั้งใจหรือไม่ตั้งใจเพียงเล็กน้อยก็อาจส่งผลทำให้เกิดกระแสที่ทำให้บุคคลตกเป็นเป้าสนใจหรือประเมินของผู้อื่นได้อย่างรวดเร็วจนกลายเป็นความวิตกกังวลอย่างมาตามมาได้ (Ronchi et al., 2020; Shiri et al., 2016)

อย่างไรก็ตามในงานวิจัยชิ้นนี้แม้ว่าจะพบว่าการเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนใช้เหตุผลจะมีความสัมพันธ์ทางลบกับความวิตกกังวลทางสังคม แต่ไม่ได้มีบทบาทเป็นตัวแปรสำคัญที่จะทำนายความวิตกกังวลของวัยรุ่นไทยและจีนได้ อาจเนื่องจากมีงานวิจัยบางส่วนที่พบว่าการเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนและใช้เหตุผลมีส่วนเกี่ยวข้องกับน้อยมากต่ออุปนิสัย หรือบุคลิกภาพที่เกี่ยวข้องกับความอ่อนไหวที่นำไปสู่ความวิตกกังวลของบุคคลได้ และพบว่าการเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนและใช้เหตุผลมีส่วนเกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลและการกลัวเข้าสังคมของบุคคลน้อยกว่าปัจจัยอื่น ๆ เช่น ความตึงเครียดภายในครอบครัว การเลี้ยงดูแบบควบคุมดูแล หรือสภาพเศรษฐกิจของครอบครัวด้วย เนื่องจากบุคคลที่ถูกเลี้ยงในครอบครัวที่อบอุ่น พ่อแม่ผู้ปกครองมีการใช้เหตุผลในการเลี้ยงดูจะทำให้บุคคลสามารถรับรู้สถานการณ์ทางสังคมได้ตามความเป็นจริง ไม่วันทันที แม้ว่าตนเองจะต้องอยู่ในสถานการณ์ทางสังคมที่ไม่คุ้นเคย จึงมักไม่เกิดความวิตกกังวลในเรื่องต่าง ๆ รวมถึงความวิตกกังวลทางสังคมด้วยเช่นกัน (Clouser et al., 2021; Timpano et al., 2015)

### ข้อเสนอแนะการวิจัยงานวิจัย

ผู้วิจัยขอเสนอข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัยแยกเป็นสองประเด็น คือ ข้อเสนอแนะจากการนำผลการวิจัยไปใช้ และข้อเสนอแนะในการทำวิจัยในอนาคต รายละเอียดดังนี้

#### ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ผลการเปรียบเทียบความวิตกกังวลทางสังคมของวัยรุ่นจีนและวัยรุ่นไทย พบว่าวัยรุ่นจีนมีความวิตกกังวลทางสังคมสูงกว่าวัยรุ่นไทย ดังนั้น จึงอาจเป็นข้อมูลให้หน่วยงาน หรือบุคคลที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพจิต หรือการเตรียมความพร้อมเด็กและวัยรุ่นของจีนให้มีส่วนร่วมเข้ามาช่วยดูแล พัฒนาทักษะทางสังคมเพื่อลดความวิตกกังวลในการเข้าสังคมของวัยรุ่นจีนให้ลดลงได้ ส่วนวัยรุ่นไทยแม้ว่าจะมีความวิตกกังวลทางสังคมอยู่ในระดับปานกลาง แต่ก็ไม่สามารถละเลยการให้ความดูแล หรือส่งเสริมให้วัยรุ่นไทยมีทักษะทางด้านสังคมต่าง ๆ ที่ดีเพื่อป้องกันปัญหาความวิตกกังวลในการเข้าสังคมที่อาจเกิดขึ้นในอนาคตได้

2. การส่งเสริมความเท่าเทียมทางเพศให้เกิดขึ้นในสังคมของประเทศไทย และประเทศจีนผ่านนโยบายทางภาครัฐ สถานศึกษา การใช้สื่อต่าง ๆ เช่น โทรทัศน์ วิทยุ สิ่งพิมพ์ หรือ สื่อสังคมออนไลน์ต่าง ๆ รวมถึงการเลี้ยงดูของครอบครัว เพื่อลดความวิตกกังวลของบุคคล โดยเฉพาะเป็นบุคคลที่ไม่ระบุเพศ หรือเพศทางเลือก เนื่องจากที่ผ่านมามีงานวิจัย และหลักฐาน เอกสารทางวิชาการมากมายที่แสดงให้เห็นว่าเพศทางเลือกนั้นมักขาดการยอมรับจากสังคม ถูกดูถูก หรือปฏิบัติทางลบด้วยความไม่เท่าเทียมมาอย่างต่อเนื่องตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน ซึ่งถ้าหากในอนาคตเกิดการเปลี่ยนแปลงในทางบวก ที่ทำให้บุคคลที่มีเพศวิถีที่หลากหลายได้รับการยอมรับ และมีโอกาสแสดงออกทางสังคมได้เท่าเทียมกับเพศอื่น ๆ ก็จะช่วยลดความวิตกกังวลทางสังคมของคนกลุ่มนี้ได้

3. ในการวิจัยครั้งนี้แม้ว่าจะพบว่าวัยรุ่นที่เกิดเป็นลูกคนกลางจะมีความวิตกกังวลทางสังคมที่สูง ในขณะที่ลูกคนเดียว และลูกคนโตมีความวิตกกังวลทางสังคมที่อยู่ในระดับรองลงมา และลูกคนสุดท้องแม้ว่าจะมีระดับความวิตกกังวลต่ำที่สุดก็ตาม แต่สถาบันครอบครัวจะเป็นสถาบันที่สำคัญที่สุดในการที่จะเลี้ยงดูและให้การสนับสนุนส่งเสริมให้เด็กเติบโตขึ้นอย่างสมบูรณ์ ซึ่งพ่อแม่ผู้ปกครองที่มีลูกไม่ว่าจะเป็นลูกคนโต หรือลูกที่เกิดในลำดับใดก็ตามก็ต้องให้ความเอาใจใส่ ดูแลอย่างไม่แตกต่างกัน เพื่อให้พัฒนาการของบุคคลจากวัยเด็กก้าวสู่วัยรุ่นและผู้ใหญ่ที่สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข และสามารถมีปฏิสัมพันธ์ได้อย่างเต็มที่โดยไม่ต้องคอยวิตกกังวลในด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่น

4. การที่วัยรุ่นได้มีโอกาสอยู่กับครอบครัว และมีรายได้เพียงพอต่อการดำรงชีพจะช่วยให้มีความวิตกกังวลทางสังคมลดลงได้ ดังนั้นหน่วยงานของรัฐ หรือนโยบายของรัฐในภาคครัวเรือนจึงควรส่งเสริมให้เกิดความแข็งแกร่งและความเท่าเทียมกันทางด้านรายได้ รวมถึงให้ความรู้เกี่ยวกับการลงทุนให้ครอบครัวหรือบุคคลที่อยู่ในวัยรุ่นเพื่อที่จะได้มีรายได้ที่มั่นคงจนสามารถดูแลตนเองได้ เพื่อให้สามารถใช้เวลาในการเข้าสังคม และเกิดพัฒนาการทางสังคมที่ดีมีความสุขได้ ในกรณีที่อาจมีความจำเป็นทำให้วัยรุ่นไม่ได้อยู่กับครอบครัว เช่น ความจำเป็นด้าน การงานของผู้ปกครอง หรือด้านการศึกษาก็ตาม การส่งเสริมให้บุคคลในครอบครัวมีการสื่อสาร ปฏิสัมพันธ์อย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ เช่น การสอบถามเกี่ยวกับความเป็นอยู่ การให้คำแนะนำ หรือช่วยเหลือในการแก้ปัญหาต่าง ๆ ก็จะช่วยให้อายุรุ่นลดความเครียด และมีทักษะของการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ดีจนลดปัญหาด้านความวิตกกังวลลงไปได้ในที่สุด

5. หน่วยงาน หรือสถานศึกษาไม่ว่าจะของรัฐหรือเอกชนที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ รวมถึงสถาบันครอบครัวควรรู้ให้ความสำคัญกับการส่งเสริมให้บุคคลเกิดความ

ภาคภูมิใจในตนเอง และมีความมั่นคงในอารมณ์ตั้งแต่วัยเด็กจนเติบโตสู่วัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่ เนื่องจากสองคุณลักษณะนี้มีส่วนช่วยในการลดความวิตกกังวลทางสังคมได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งพ่อแม่ ผู้ปกครองควรให้อิสระกับลูกตามความเหมาะสม ไม่ควรกับกับควบคุมดูแลอย่างเข้มงวดจนเกินไปจนสร้างอุปนิสัยในการพึ่งพิงผู้อื่นมากเกินไปจนเกิดความจำเป็น และเกิดความวิตกกังวลให้กับบุคคลเมื่อต้องเข้าสังคม ให้โอกาสให้วัยรุ่นได้พัฒนาทักษะและความสามารถของตนเองในพื้นที่ที่พวกเขาสนใจ เช่น การสนับสนุนให้เรียนในสิ่งที่ตนเองสนใจ หรือการสนับสนุนให้เข้าร่วมกิจกรรมที่ตนเองชอบ เช่น กีฬา ศิลปะ หรือกิจกรรมทางวัฒนธรรม ครอบครัวยุคใหม่ไม่ว่าจะเป็นพ่อแม่ ผู้ปกครอง ญาติ หรือสถานศึกษาควรสนับสนุนให้วัยรุ่นตั้งเป้าหมายที่เป็นเชิงบวกและช่วยให้พวกเขามีความรู้สึกว่าพวกเขาสามารถทำได้ การสนับสนุนการพัฒนาทักษะและความสามารถของพวกเขาช่วยเพิ่มความเชื่อมั่นในตนเอง และการให้วัยรุ่นมีโอกาสที่จะตัดสินใจและรับผิดชอบต่อตนเอง การสนับสนุนให้พวกเขาเรียนรู้และเติบโตจากประสบการณ์ต่าง ๆ จะช่วยให้พวกเขามีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง

นอกจากนี้ยังอาจมีการฝึกให้วัยรุ่นเรียนรู้ที่จะจัดการกับอารมณ์ของตนเอง เช่น การสอนทักษะการแก้ปัญหา การตัดสินใจ การเป็นผู้เชื่อมโยง และการเข้าใจความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น ช่วยให้วัยรุ่นเข้าใจตัวเองมากขึ้น โดยการสนับสนุนให้พวกเขาสำรวจความสามารถ ความสามารถ และความเป็นอยู่ของตนเอง การเข้าใจความเป็นอยู่ของตนเองจะช่วยให้พวกเขารับรู้ถึงความสำคัญของตนเองและมีความมั่นคงทางอารมณ์ สร้างความเข้าใจในอารมณ์ของผู้อื่น สอนวัยรุ่นให้เข้าใจถึงความรู้สึกและประสบการณ์ของผู้อื่น เช่น การสนับสนุนให้พวกเขาเรียนรู้การอ่านภาษาอารมณ์ของคนอื่นและเรียนรู้วิธีการตอบสนองต่ออารมณ์ของผู้อื่น สร้างความสัมพันธ์ที่สนับสนุน การสร้างความสัมพันธ์ที่มีความสำคัญและสนับสนุนสามารถช่วยเสริมสร้างความมั่นคงทางอารมณ์ให้กับวัยรุ่น ให้พวกเขารู้สึกว่ามีคนที่เขาสามารถพูดคุยและให้ความสนับสนุนได้ในเวลาที่ต้องการ สนับสนุนการพัฒนาทักษะส่วนตัว สนับสนุนให้วัยรุ่นพัฒนาทักษะที่ช่วยให้พวกเขารู้จักตนเองและการรับมือกับสถานการณ์ที่ซับซ้อน การเรียนรู้ทักษะเหล่านี้เช่น การปรับตัว การสร้างเครื่องมือในการแก้ไขปัญหา และการพัฒนาความยืดหยุ่นทางอารมณ์

นอกจากนี้ผลการวิจัยยังพบว่า ตัวแบบความวิตกกังวลทางสังคมไม่ว่าจะเป็นพ่อแม่ ผู้ปกครอง ญาติ เพื่อนๆ รวมถึงการเลียนแบบจากดารา และบุคคลที่มีชื่อเสียงจากสื่อต่าง ๆ ล้วนมีอิทธิพลต่อการเลียนแบบของเด็ก จนกระทั่งเพาะบ่มเป็นอุปนิสัยต่าง ๆ ในช่วงวัยรุ่นของบุคคล ดังนั้น จึงควรมีการอบรมให้ความรู้ในการเลี้ยงดูให้กับพ่อแม่ผู้ปกครองในการเป็นแบบอย่างที่ดีในการแสดงออกที่เหมาะสมทั้งเรื่องการดำเนินชีวิตและการเข้าสังคม รวมถึงให้หน่วยงานต่าง ๆ ที่มี

ส่วนเกี่ยวข้องในการดูแลสื่อต่าง ๆ ให้นำเสนอเนื้อหาที่มีความเหมาะสม ไม่แสดงเนื้อหาที่ล่อแหลม เป็นอันตรายทางความรู้สึกและด้านลบทางการเข้าสังคม เช่น การข่มเหงรังแก ดูถูก (bully) หรือ การกีดกัน (discrimination) ทางสังคม ในเนื้อหาภาพยนตร์ ซีรีส์ คลิปวิดีโอต่าง ๆ ซึ่งจะช่วยให้เมื่อวัยรุ่นเสพสื่อเหล่านี้มาก ๆ โดยขาดวิจารณญาณ อาจทำให้เกิดความวิตกกังวล และไม่กล้าที่จะมีการปฏิสัมพันธ์หรือสื่อสารทางสังคมได้อย่างเป็นธรรมชาติตามปกติ

แม้ว่าตัวแปรการรับรู้ความสามารถทั่วไปของตนเองและการเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุน ใช้เหตุผลในการวิจัยครั้งนี้จะพบว่าไม่สามารถทำนายความวิตกกังวลทางสังคมได้ แต่ก็พบว่ามี ความสัมพันธ์ทางลบกับความวิตกกังวลทางสังคมอยู่และจากหลักฐานงานวิจัยที่ผ่านมา ก็พบว่ามี ส่วนในการลดความวิตกกังวลทางสังคมลงได้ ดังนั้นพ่อแม่ผู้ปกครองก็ควรที่จะมีการเลี้ยงดูบุตร แบบรักสนับสนุน ใช้เหตุผล และพยายามให้บุตรพึ่งพาตนเองในการทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเอง เพื่อให้เกิดความรู้สึกว่าตนเองเป็นบุคคลที่มีความสามารถ มีศักยภาพในการทำสิ่งต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี และการเข้าสังคมไม่ใช่เรื่องที่น่ากลัวหรือน่ากังวลเพราะหากบุคคลที่เป็นวัยรุ่นมีความมั่นใจ และ แสดงออกได้อย่างเหมาะสมในสถานการณ์ทางสังคมต่าง ๆ แล้วย่อมที่จะมีแต่คนชื่นชม ทำให้ การปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลราบรื่น เป็นไปด้วยบรรยากาศทางบวกนั่นเอง

อย่างไรก็ตามจากข้อเสนอแนะที่ได้กล่าวไปในข้างต้นแล้วผลในการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ อาจช่วยให้เกิดความร่วมมือระหว่างหน่วยงาน หรือองค์การสนับสนุนด้านการสร้างสรรค์สังคม และวัฒนธรรมของประเทศไทยและประเทศจีนให้เกิดความร่วมมือต่อการพัฒนาวัยรุ่นไทย และวัยรุ่นจีนในแง่มุมต่าง ๆ เพื่อพัฒนาปัจจัยทางจิต ปัจจัยทางสังคม รวมถึง

### ข้อเสนอแนะในการศึกษาวิจัยครั้งต่อไป

1. กลุ่มตัวอย่างในครั้งนี้เป็นวัยรุ่นไทยและจีน ซึ่งในอนาคตอาจมีการเริ่มศึกษากับ บุคคลในวัยเด็ก ในวัยผู้ใหญ่ หรือในวัยผู้สูงอายุต่อไปเนื่องจากในปัจจุบันคนที่มีวัยแตกต่างกันจะมีรูปแบบการเข้าสังคมที่แตกต่างกัน และอาจมีการศึกษาเปรียบเทียบเพิ่มเติมในรูปแบบของการเข้าสังคมจริง ๆ แบบพบหน้า (face-to-face) หรือสังคมเสมือน (virtual society) ในสื่อสังคมออนไลน์บนอินเทอร์เน็ต

2. อาจมีการศึกษาตัวแปรอื่น ๆ ที่ส่งผลต่อการมีความวิตกกังวลทางสังคม ความเครียด หรือสภาวะทางจิตของวัยรุ่นไทยและจีนเพิ่มเติม เช่น การสนับสนุนทางสังคม พฤติกรรมการถูกข่มเหงรังแกบนอินเทอร์เน็ต (cyber bullying) ลักษณะการแข่งขันเพื่อมุ่งอนาคต รวมถึงสภาพสังคมและวัฒนธรรมด้านอื่น ๆ ที่แตกต่างกันระหว่างประเทศ



## บรรณานุกรม

- Abdul Gafor, K., & Kurukkan, A. (2014). Construction and Validation of Scale of Parenting Style. *Online submission*, 2(4), 315-323.
- Amato, M. A. (2019). *Mental health, resiliency, self-esteem, and body image among Thai university seniors*. California State University, Long Beach.
- Antony, M. M., & Swinson, R. P. (2000). *Phobic disorders and panic in adults: A guide to assessment and treatment*. American Psychological Association.
- Aquino, K., & Reed II, A. (2002). The self-importance of moral identity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83(6), 1423.
- Asher, M., Asnaani, A., & Aderka, I. M. (2017). Gender differences in social anxiety disorder: A review. *Clinical psychology review*, 56, 1-12.
- Association, A. P. (2000). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. 4th ed. Text-rev. Washington DC: American Psychiatric Association.
- Bank, W. (1993). *World Development Report 1993: Investing in Health, Volume 1*. The World Bank.
- Bögels, S. M., & Perotti, E. C. (2011). Does father know best? A formal model of the paternal influence on childhood social anxiety. *Journal of Child and Family Studies*, 20, 171-181.
- Caballo, V. E., Arias, B., Salazar, I. C., Calderero, M., Irurtia, M. J., & Ollendick, T. H. (2012). A new self-report assessment measure of social phobia/anxiety in children: the social anxiety questionnaire for children (SAQ-C24). *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*, 20(3).
- Caballo, V. E., Salazar, I. C., Irurtia, M. J., Arias, B., Hofmann, S. G., & Team, c.-a. R. (2012). The multidimensional nature and multicultural validity of a new measure of social anxiety: The Social Anxiety Questionnaire for Adults. *Behavior Therapy*, 43(2), 313-328.
- Cavanaugh, A. M., & Buehler, C. (2016). Adolescent loneliness and social anxiety: The role of multiple sources of support. *Journal of social and personal relationships*, 33(2),



149-170.

- Cecile, E., & Jules, A. (2012). *Birth order: Its influence on personality*. Springer Science & Business Media.
- Cheek, J. M., & Buss, A. H. (1981). Shyness and sociability. *Journal of Personality and Social Psychology*, 41(2), 330.
- Chen, C., & Jinliang, Q. (2020). Emotional abuse and adolescents' social anxiety: The roles of self-esteem and loneliness. *Journal of family violence*, 35, 497-507.
- Chen, S. (2017). *Chinese adolescents' emotional intelligence, perceived social support, and resilience* [Indiana University].
- Chen, X., & Kaewyod, W. (2017). Differences in Daily Communication between Chinese and Thai people. *International Journal of Integrated Education and Development*, 2(2), 5-9.
- Cheng, S., Gang, H., & Liangxing, H. (2008). The influence of family environment on social phobia. *Chinese Journal of Practical Pediatrics*, 7.
- Chuchart, K., Pruegsanusak, K., Dachapunkul, T., Sunpaweravong, P., Sangthawan, D., Kunadison, W., Pitanupong, J., Kongsomboon, K., & Loetthiraphan, S. (2010). cancer before, during and after receiving carboplatin with concurrent chemoradiotherapy. *Songklanagarind Medical Journal*, 28(3).
- Clauser, P., Ding, Y., Chen, E. C., Cho, S.-J., Wang, C., & Hwang, J. (2021). Parenting styles, parenting stress, and behavioral outcomes in children with autism. *School Psychology International*, 42(1), 33-56.
- Connolly, M. D., Zervos, M. J., Barone II, C. J., Johnson, C. C., & Joseph, C. L. (2016). The mental health of transgender youth: Advances in understanding. *Journal of Adolescent Health*, 59(5), 489-495.
- Ferketich, S. (1991). Focus on psychometrics. Aspects of item analysis. *Research in nursing & health*, 14(2), 165-168.
- Fromm, E. (1968). Excerpt of Erikson, EH, 1968: Identity youth and crisis, New York (WW Norton) 1968.
- Gamso, J. (2021). Is China exporting media censorship? China's rise, media freedoms, and

- democracy. *European Journal of International Relations*, 27(3), 858-883.
- Gang, C., Dajun, Z., & Fangyuan, D. (2015). Self-esteem and fear of negative evaluation as mediators between family socioeconomic status and social anxiety in Chinese emerging adults. *International journal of social psychiatry*, 61(6), 569-576.
- Gao, X., & Lee, K. (2021). Factorial structure and cross-cultural invariance of the Parenting Stress Index-Short Form in Hong Kong and Thailand. *Frontiers in Psychology*, 12, 661972.
- Gesell, A., Ilg, F. L., & Ames, L. B. (1956). *Youth : The Years from Ten to Sixteen*. New York : Harper & Row.
- Gesistiza, A., & Diyah, S. (2022). The Effect of Emotional Quotient and Adversity Quotient Toward the Anxiety of Facing Corporate work on Final Year Students of Faculty of Psychology UM. *KnE Social Sciences*, 169–181-169–181.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. Bantam Books: N. Y.
- Gorostiaga, A., Aliri, J., Balluerka, N., & Lameirinhas, J. (2019). Parenting styles and internalizing symptoms in adolescence: a systematic literature review. *International journal of environmental research and public health*, 16(17), 3192.
- Hall, G. S. (1904). *Adolescence in literature, biography, and history*.
- Heatherton, T. F., & Polivy, J. (1991). Development and validation of a scale for measuring state self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(6), 895.
- Hood S, Barrickman N, Djerdjian N, Farr M, Magner S, Roychowdhury H, Gerrits R, Lawford H, Ott B, & Ross K. (2021). "I like and prefer to work alone": Social anxiety, academic self-efficacy, and students' perceptions of active learning. *CBE—Life Sciences Education*, 20(1), ar12.
- Hsu, V. J. (2022). Irreducible damage: The affective drift of race, gender, and disability in anti-trans rhetorics. *Rhetoric Society Quarterly*, 52(1), 62-77.
- Hurlock, E. B. (1967). *Adolescent Development*.
- Hurlock, E. B. (1980). *Development Psychology*. A Life - span Approach.
- Hurlock, R. E. (1974). *Student Controlled Versus Program Controlled CAI*.
- Iancu, I., Bodner, E., & Ben-Zion, I. Z. (2015). Self esteem, dependency, self-efficacy and

- self-criticism in social anxiety disorder. *Comprehensive psychiatry*, 58, 165-171.
- Inam, A., Khalil, H., Tahir, W. B., & Abiodullah, M. (2014). Relationship of emotional intelligence with social anxiety and social competence of adolescents. *Nurture*, 8(1), 20-29.
- Javier, C., Débora, R.-R., Luz, L.-D. M., & Lidia, L. (2018). Emotional intelligence and its relationship with levels of social anxiety and stress in adolescents. *International journal of environmental research and public health*, 15(6), 1073.
- Jefferies Philip, & Ungar Michael. (2020). Social anxiety in young people: A prevalence study in seven countries. *PLoS One*, 15(9), e0239133.
- Jirattikorn, A. (2018). Thai popular culture: A new player in Asia media circulation and Chinese censorship. *Center for Southeast Asian Studies, Kyoto University Newsletter*, 76, 7-9.
- Judge, T. A., Erez, A., Bono, J. E., & Thoresen, C. J. (2003). The core self-evaluations scale: Development of a measure. *Personnel psychology*, 56(2), 303-331.
- Judge Timothy A, Erez Amir, Bono Joyce E, & Thoresen Carl J. (2003). The core self-evaluations scale: Development of a measure. *Personnel psychology*, 56(2).
- Junla, D., & Yotanyamaneewong, S. (2024). Cultural values, parenting and child adjustment in Thailand. *International Journal of Psychology*.
- Ketkaew, W., Kaewrapun, W., & Chitnukul, P. (2021). The relationship between emotional quotient and social adjustment of students. *Pt. 2 J. Legal Ethical & Regul. Issues*, 24, 1.
- Kongsompong, K., Powtong, R., & Sen, S. (2010). Ethnocentrism, materialism, social influence, and collectivism: an inter-and intra-national analysis of the Thais, Chinese, and Indians. Proceedings of the 3rd international conference on Intercultural collaboration,
- Reisner, S. L., Katz-Wise, S. L., Gordon, A. R., Corliss, H. L., & Austin, S. B. (2016). Social epidemiology of depression and anxiety by gender identity. *Journal of Adolescent Health*, 59(2), 203-208.
- Larry, M. R., & Hlovor, I. K. (2019). Elections, Foreign Direct Investment, and Economic

- Growth in Ghana's Fourth Republic: 1993 to 2016. *International Journal of Economics and Financial Research*, 5, 9-15.
- Leary, M. R., & Dobbins, S. E. (1983). Social anxiety, sexual behavior, and contraceptive use. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45(6), 1347.
- Lee Carol S, & Hayes-Skelton Sarah A. (2018). Social cost bias, probability bias, and self-efficacy as correlates of behavioral action in social anxiety. *Behavior modification*, 42(2), 175-195.
- Lee, R. L., Chien, W. T., Ligot, J., Nales, J. M., Tanida, K., Takeuchi, S., Ikeda, M., Miyagawa, S., Nagai, T., & Phuphaibul, R. (2020). Associations between quality of life, psychosocial well-being and health-related behaviors among adolescents in Chinese, Japanese, Taiwanese, Thai and the Filipino populations: A cross-sectional survey. *International journal of environmental research and public health*, 17(7), 2402.
- Leelerd, A., & Hemchayart, W. (2020). การพัฒนารอบแนวความคิดการวิเคราะห์แบบแผนการอบรมเลี้ยงดูเด็กของผู้ปกครองในกลุ่มชาวเขาเผ่าม้ง. *Journal of Education Studies*, 48(3), 391-406.
- Lijuan, Y., & Sheng, W. (2019). The Influence of Birth Order on Children's Character Development and Its Enlightenment. *Journal of Chifeng University*( Ma'anshan Teacher's College. Ma'anshan 243001. China).
- Lin, Y., & Kingminghae, W. (2014). Social support and loneliness of Chinese international students in Thailand. *Journal of Population and Social Studies [JPSS]*, 22(2), 141-157.
- Linan, C. (2016). A brief analysis of the problems of "pressure" and "pressure relief" in college students. *School of Foreign Languages, China West Normal University*.
- Lucktong, A., Salisbury, T. T., & Chamrathirong, A. (2018). The impact of parental, peer and school attachment on the psychological well-being of early adolescents in Thailand. *International Journal of Adolescence and Youth*, 23(2), 235-249.
- Maass Vera Sonja. (2017). *Understanding Social Anxiety: A Recovery Guide for Sufferers, Family, and Friends*. Bloomsbury Publishing USA.

- MacKenzie Meagan B, & Fowler Ken F. (2013). Social anxiety disorder in the Canadian population: Exploring gender differences in sociodemographic profile. *Journal of Anxiety Disorders*, 27(4), 427-434.
- Mahmooda, F., Sadia, N., & Saba, G. (2017). Relationship between self-esteem and social anxiety: Role of social connectedness as a mediator. *Pakistan journal of social and clinical psychology*, 15(2), 12-17.
- Mousavi Seyed Ebrahim, Low Wah Yun, & Hashim Aili Hanim. (2016). Perceived parenting styles and cultural influences in adolescent's anxiety: A cross-cultural comparison. *Journal of Child and family Studies*, 25, 2102-2110.
- Ollendick, T. H., & Benoit, K. E. (2012). A parent-child interactional model of social anxiety disorder in youth. *Clinical child and family psychology review*, 15, 81-91.
- Pan Zhaoxia, Zhang Dajun, Hu Tianqiang, & Pan Yangu. (2018). The relationship between psychological Suzhi and social anxiety among Chinese adolescents: The mediating role of self-esteem and sense of security. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 12(1), 1-9.
- Pearson, T. R. (2009). Anxiety and birth order: does birth order play a role in a child's anxiety level?
- Peng, Y., & Miaoying, L. (2021). Social Phobia youth: Causes and Guiding. *Journal of Shandong Youth Political Science University*, 6, 54-70.
- Qianfan, Z. (2016). Where does the pressure of college entrance examination come from ? . *Political and legal forum*, 34(5), 98-110.
- Qihui, X., Yusheng, W., & Xiangyin, M. (2022). The influence of self-esteem on social anxiety in college students: a conditioned process model. *Southern Xinjiang Education Development Research Center, Kashgar University*.
- Rana, S. A., Shazia, A., & Tahir, M. A. (2013). Parenting styles and social anxiety among adolescents. *New Horizons*, 7(2), 21.
- Rapee, R. M., & Heimberg, R. G. (1997a). A cognitive-behavioral model of anxiety in social phobia. *Behaviour research and therapy*, 35(8).
- Rapee, R. M., & Heimberg, R. G. (1997b). A cognitive-behavioral model of anxiety in social

- phobia. *Behaviour research and therapy*, 35(8), 741-756.
- Richards, A., French, C. C., Calder, A. J., Webb, B., Fox, R., & Young, A. W. (2002). Anxiety-related bias in the classification of emotionally ambiguous facial expressions. *Emotion*, 2(3), 273.
- Robert, E., H, L. M., Steven, L., Christopher, J., & Glen, B. (2021). Loneliness and emotion regulation: Implications of having social anxiety disorder. *Australian Journal of Psychology*, 73(1), 46-56.
- Roitblat Yulia, Cleminson Ryan, Kavin Aaron, Schonberger Edan, & Shterenshis Michael. (2017). Assessment of anxiety in adolescents involved in a study abroad program: a prospective study. *International journal of adolescent medicine and health*, 32(2), 20170101.
- Ronchi, L., Banerjee, R., & Lecce, S. (2020). Theory of mind and peer relationships: The role of social anxiety. *Social Development*, 29(2), 478-493.
- Rotter, J. B. (1982). The development and applications of social learning theory: Selected papers. (*No Title*).
- Rovinelli, R. J., & Hambleton, R. K. (1976). On the use of content specialists in the assessment of criterion-referenced test item validity.
- Sahithya, B., & Raman, V. (2021). Parenting style, parental personality, and child temperament in children with anxiety disorders—A clinical study from India. *Indian Journal of Psychological Medicine*, 43(5), 382-391.
- Schwarzer, R., & Jerusalem, M. (1995). Generalized self-efficacy scale. *J. Weinman, S. Wright, & M. Johnston, Measures in health psychology: A user's portfolio. Causal and control beliefs*, 35, 37.
- Seema, G., & Kumar, G. V. (2017). Self-esteem and social anxiety in adolescent students. *Journal of Psychosocial Research*, 12(2), 247-254.
- Shiri, P.-P., Tomer, S., & M, A. I. (2016). Social anxiety and internet use—A meta-analysis: What do we know? What are we missing? *Computers in Human Behavior*, 62, 221-229.
- Shouliang, W. (2005). Analysis and countermeasure about the causes of colleague

- students'fear of social contact. *Journal of Zhejiang Gongshang University*, 20(2), 115-124.
- Shuttawee Sitsira-at. (2020). AQ and EQ related to lifelong learning of undergraduate students. *ABAC ODI JOURNAL VISION. ACTION.OUTCOME*, 7(1), 145-154.
- Smith, J. M., & Harper, D. (2003). *Animal signals*. Oxford University Press.
- Song xiaori, & Zhao liansong. (2007). Evaluation and analysis of growth and development of children from families with different economic levels. *Chinese primary health care*.
- Spence, S. H., & Rapee, R. M. (2016). The etiology of social anxiety disorder: An evidence-based model. *Behaviour research and therapy*, 86, 50-67.
- Subhadhira, S. (1979). *CROSS-CULTURAL COMPARISON OF CORRELATIONS OF SELF-CONCEPT OF ACADEMIC ABILITY AND SELF-ESTEEM*. Western Michigan University.
- Suwinyattichaiporn, T., Generous, M. A., & Farzadc, S. (2021). Investigating Family Communication Patterns, Self-Esteem, Emotional Intelligence, and Collectivism in Contemporary Thai Culture. *Texas Speech Communication Journal*, 45.
- Tan, J., Lo, P., Ge, N., & Chu, C. (2016). Self-esteem mediates the relationship between mindfulness and social anxiety among Chinese undergraduate students. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 44(8), 1297-1304.
- Tao Yanqiang, & Zhou Xiangyi. (2016). The relationship between general self-efficacy, social support and social anxiety of college students. *School of Humanities and Social Sciences, Harbin Engineering University*.
- Timpano, K. R., Carbonella, J. Y., Keough, M. E., Abramowitz, J., & Schmidt, N. B. (2015). Anxiety sensitivity: An examination of the relationship with authoritarian, authoritative, and permissive parental styles. *Journal of cognitive psychotherapy*, 29(2), 95-105.
- Van Zalk, N., & Van Zalk, M. (2015). The importance of perceived care and connectedness with friends and parents for adolescent social anxiety. *Journal of personality*, 83(3), 346-360.
- Vygotsky, L. S., & Cole, M. (1978). *Mind in society: Development of higher psychological processes*. Harvard university press.

- Weihua, L. (2022). *What is social terror really afraid of?* [http://psy.china.com.cn/2023-11/14/content\\_42592320.htm](http://psy.china.com.cn/2023-11/14/content_42592320.htm).
- Xin, Z. (2017). The causes of social phobia in college students. *Dossier*(26), 181-203.
- Ying, W., Hua, G., & Yimin, F. (2008). A study on the correlation between college students' security and their family birth order. *Fujian Normal University*(Fujian350300.China).
- เกศรินทร์ ทาวี. (2556). อิทธิพลของการอบรมเลี้ยงดูต่อความคาดหวังในบทบาทของบิดาของนิสิตชาย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ].
- เจนจิรา สงรรัตน์. (2557). อิทธิพลการหวาดกลัวสังคม การยอมรับนับถือตนเอง อาการโฟโม่ที่มีต่อการเสพติดสมาร์ตโฟน บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์].
- โรงพยาบาลบำรุงราษฎร์. (2565). โรควิตกกังวล. Retrieved สืบค้นเมื่อวันที่ 28 สิงหาคม from จาก <https://www.bumrungrad.com/th/conditions/anxiety-disorder>.
- คณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานสตรีแห่งชาติ. (2551). การพัฒนาครอบครัว. อัมรินทร์พรินดีง.
- คอลัมนี่ สารพันความรู้ความคิด. (2559). คู่มือครูระดับ 2 อนุบาล 3 – ประถม 1 ปีที่ 14 ฉบับที่ 136 กุมภาพันธ์ (2559).
- จิตรา ดุษฎีเมธา. (2548). การลดความวิตกกังวลทางสังคมด้วยการบำบัดความคิด-พฤติกรรม บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ].
- จุฑารัตน์ สติปัญญา, & วิทยา เหมพันธ์. (2556). ความเครียดของนักศึกษามหาวิทยาลัยมหาวิทยาลัยแม่โจ้].
- ฉัฐวิณี สิทธิศิริอรอด. (2561). รายงานการวิจัยเรื่องการศึกษาปัจจัยทางจิตสังคมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมนิยมไทยในนักศึกษา กรุงเทพฯ: คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ฉันทนา มุติ. (2540). การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการอบรมเลี้ยงดูการสนับสนุนทางสังคมการบรรลุลูกตามขั้นพัฒนาการและพฤติกรรมพลเมืองดีของวัยรุ่นในภาคใต้ มหาวิทยาลัยรามคำแหง/กรุงเทพฯ.].
- ณัฐฐา คู่ยมานะชัย. (2552). ลำดับการเกิดของเด็กและการยอมรับการสื่อสารเพื่อโน้มน้าวใจ มหาวิทยาลัยกรุงเทพ].
- ดวงเดือน พันธุมนาวิน, & เพ็ญแข ประจันปัจฉนิก. (2520). วิธีการอบรมเลี้ยงดูเพื่อส่งเสริมลักษณะของเยาวชนไทย. (วารสารจิตวิทยาคลินิก), ฉบับมีนาคม.
- ดวงเดือน พันธุมนาวิน. (2557). การวิจัยเพื่อพัฒนาแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนด้วยเทคนิค



- การวิเคราะห์ห้องศึ่ประกอบ: แบบวัดทั่วไปและแบบวัดเฉพาะกิจและการประเมินคุณภาพจากการใช้. ระบบพฤติกรรมไทย(วารสารจิตพฤติกรรมศาสตร์), ปีที่ 11 ฉบับที่ 12.
- ดุจเดือน พันธุมนาวิน. (2558). ปัจจัยเชิงเหตุที่เกี่ยวเนื่องกับความพร้อมและศักยภาพของการเป็นนักวิจัยของบุคคลหลายประเภท: ระดับนักวิชาการ
- ดุลยา จิตตะยโสธร. (2552). รูปแบบการอบรมเลี้ยงดูแนวคิดของDiana Baumrind Diana Baumrind's Parenting Styles. *University of the Thai Chamber of Commerce Journal*(วารสารวิชาการ มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย), ปีที่ 29 ฉบับที่เดือนตุลาคม-ธันวาคม.
- ทรงศรี สารภูษิต, เพ็ญภา กุลนภาดล, & วรากร ทรัพย์วิระปรกรณ. (2559). การพัฒนาความมั่นคงทางอารมณ์ของวัยรุ่นที่มาจากครอบครัวเลี้ยงเดี่ยวโดยการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเน้นทางออกระยะสั้น มหาวิทยาลัยบูรพา].
- ธัญญภัทร์ ศิริธัชชนาโรจน์, สกล วรเจริญศรี, & ปริญา มีสุข. (2560). ความภาคภูมิใจในตนเองและความหย่นตัวของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ].
- นงศ์นุช แนะแก้ว. (2560). ความเครียดความวิตกกังวลและการพยาบาลผู้ป่วยโรคกล้ามเนื้อหัวใจตายเฉียบพลันในหอผู้ป่วยวิกฤติโรคหัวใจ
- นพรัตน์ นาชีสิงห์. (2551). การศึกษาเปรียบเทียบทักษะทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดสุโขทัยที่มีระดับการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านพหุวัฒนธรรมและประสบการณ์ทางสังคมแตกต่างกัน บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ].
- บุญสุข อ่อนทองคำ, สมโภชน์ เขี่ยมสุภาษิต, & กมลลาศ ภูวนาธิพงศ์. (2021). ความสัมพันธ์ระหว่างการอบรมเลี้ยงดูแบบเอาใจใส่กับพฤติกรรมตามแนวพุทธของวัยรุ่นในจังหวัดพระนครศรีอยุธยาโดยมีความศรัทธาในศาสนาเป็นตัวแปรกำกับ. *วารสาร พุทธ จิตวิทยา*, 6(2), 86-96.
- ปกรณ รัตน์ทรัพย์ดี, & ธีรพัฒน์ วงศ์คุ้มสิน. (2564). ความมั่นคงทางอารมณ์ ความสามารถในการฟื้นฝ่าอุปสรรค การเสริมสร้างพลังอำนาจและความสุขในการทำงานของครู โรงเรียนเอกชนสายสามัญในอำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี. *มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์*].
- ประณต เค้าฉิม. ( 2549). *จิตวิทยาวัยรุ่น*.
- ปิยนุช ชมพูภาพ, & ศศิ กฤษณะพันธ์. (2559). ความภาคภูมิใจในตนเองและสุขภาพจิตของวัยรุ่นตั้งครรภ์
- พลเทพ พูนพล. (2017). ปัจจัยด้านบุคคลสังคมและวัฒนธรรมที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนักศึกษาจากกลุ่มประเทศอาเซียนที่ได้รับทุนทางสังคมผ่านสื่อสังคมออนไลน์. *Journal of*

*Behavioral Science*, 23(1).

- ภาสิต ศิริเทศ, & ณพวิทย์ ธรรมสีหา. (2562). ทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเองกับพฤติกรรม การดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี เพชรบุรี ประเทศไทย, มหาวิทยาลัยมหิดล กรุงเทพฯ ประเทศไทย].
- มัชวาน ไชมโสภา, & ดร.ธีรพัฒน์ วงศ์คุ้มสิน. (2562). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเข้มแข็งในการมอง โลกของวัยรุ่นในครอบครัวเลี้ยงเดี่ยวอำเภอเมืองจังหวัดอำนาจเจริญ. วารสารวิจัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น(ฉบับบัณฑิตศึกษา), สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์.
- ยลรวี โรจน์ทอง, & สกล วรเจริญศรี. (2556). การศึกษาการเปรียบเทียบความภาคภูมิใจในตนเองของ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ]. สารนิพนธ์ กศ.ม.
- ลลิตา ภูบ่ารุ่ง. (2544). รูปแบบพฤติกรรมการแก้ปัญหาความขัดแย้งในชีวิตสมรสของบิดามารดกับ ความมั่นคงทางอารมณ์ของบุตรวัยรุ่นในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาสังกัด กรุงเทพมหานคร กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ].
- วนบุษย์ ยุพเกษตร. (2562). เปิดสถิติ 'โรคใหม่' ใน 'โลกใหม่'. Retrieved สืบค้นเมื่อวันที่ 28 สิงหาคม from จาก [https://www.creativethailand.org/view/article-read?article\\_id=32013](https://www.creativethailand.org/view/article-read?article_id=32013)
- วรรณกร พลพิชัย, จันทรา ชูยแข็ง, เจตนา อินยะรัตน์, & อมรรัตน์ อังอัศจรรย์ยะ. (2564). รูปแบบการ อบรมเลี้ยงดู ทักษะคิดต่อพฤติกรรมการใช้ความรุนแรง และพฤติกรรมการใช้ความรุนแรงของ วัยรุ่นในอำเภอเมืองจังหวัดตรัง. การจัดประชุมมหาดใหญ่วิชาการระดับชาติและนานาชาติ (12), 389-406.
- ศรีเรื่อน แก้วกั้งวาล. (2545). การพัฒนาบุคลิกภาพแนวพุทธ: สถิติพื้นฐาน 4 และสมาธิ. วารสารศิลป ศาสตร์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 7(2), 54-77.
- สัณห์หทัย วิทยาธิพงษ์. (2550). ปัจจัยชีวิตสังคมและการอบรมเลี้ยงดูที่เกี่ยวข้องกับความสามารถ ในการคิดอย่างมีเหตุผลรอบด้านของนักเรียนอาชีวศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร. สาร นิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ)(กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิ โรฒ).
- สุทัตตา พานิชวัฒน์. (2560). การรับรู้ความสามารถของตนเองทรัพยากรในงานและความผูกพันใน งานโดยมีความต้องการของงานที่ทำทายเป็นตัวแปรกำกับ. (ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยธรรม ศาสตร์).
- สุปรีชา ชำนาญภูมิพร, อุทัยพร ไก่แก้ว, & ปริญา เรื่องทิพย์. (2563). บุคลิกภาพแบบหวั่นไหวและ

คติสมบูรณแบบเพื่อทำนายความวิตกกังวลทางสังคมของนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ในภาคใต้ของประเทศไทย. *panya*, 27(2), 49-62.

อุษา ศรีจินดารัตน์. (2533). พัฒนาของเอกลักษณ์แห่งอิโก้ที่เกี่ยวกับการรับรู้คุณค่าของการทำงาน และการรับรู้คุณค่าของศาสนา รุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ].





## ประวัติผู้เขียน

ชื่อ-สกุล	Hongyan Su
วัน เดือน ปี เกิด	20 เมษายน 2543
สถานที่เกิด	ประเทศจีน
วุฒิการศึกษา	สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรี ปี 2021 จาก Wenshan University, Faculty of Humanities

