



อิทธิพลของความคลั่งไคล้ในศิลปินที่มีต่อสุขภาวะทางจิตโดยมีเอกลักษณ์ทางสังคม หลีกเลียง
ตัวกระตุ้นความเครียด เป้าหมายในชีวิต เป็นตัวแปรส่งผ่าน ในกลุ่มแฟนคลับวัยผู้ใหญ่ตอนต้น

THE EFFECT OF CELEBRITY WORSHIP ON PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AMONG
EARLY ADULthood FANDOM: THE MEDIATING ROLE OF SOCIAL IDENTITY, ESCAPE
OF STRESSORS, AND PURPOSE IN LIFE.

อภิชัย พักอ่อน

อิทธิพลของความคลั่งไคล้ในศิลปะที่มีต่อสุขภาพทางจิตโดยมีเอกลักษณ์ทางสังคม หลีกเลียง
ตัวกระตุ้นความเครียด เป้าหมายในชีวิต เป็นตัวแปรส่งผ่าน ในกลุ่มแฟนคลับวัยผู้ใหญ่ตอนต้น



ปริญญานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร

ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ

คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ปีการศึกษา 2567

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

THE EFFECT OF CELEBRITY WORSHIP ON PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AMONG
EARLY ADULthood FANDOM: THE MEDIATING ROLE OF SOCIAL IDENTITY, ESCAPE
OF STRESSORS, AND PURPOSE IN LIFE.



A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements

for the Degree of MASTER OF ARTS

(Developmental Psychology)

Faculty of Humanities, Srinakharinwirot University

2024

Copyright of Srinakharinwirot University

ปริญญานิพนธ์

เรื่อง

อิทธิพลของความคลั่งไคล้ในศิลปินที่มีต่อสุขภาวะทางจิตโดยมีเอกลักษณ์ทางสังคม หลีกเลียง
ตัวกระตุ้นความเครียด เป้าหมายในชีวิต เป็นตัวแปรส่งผ่าน ในกลุ่มแฟนคลับวัยผู้ใหญ่ตอนต้น

ของ

อภิชัย พักอ่อน

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร

ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ

ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์จิตร์ชัย เอกปัญญากุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการสอบปากเปล่าปริญญานิพนธ์

อาจารย์ที่ปรึกษา

(รองศาสตราจารย์ ดร.สิทธิพงศ์ วัฒนานนท์สกุล)

ประธานกรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร.อุสา สุทธิสาคร)

กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชญญา ลี้ศัตถ์พ่าย)

ชื่อเรื่อง	อิทธิพลของความคลั่งไคล้ในศิลปินที่มีต่อสุขภาวะทางจิตโดยมี เอกลักษณ์ทางสังคม หลีกเลียงตัวกระตุ้นความเครียด เป้าหมาย ในชีวิต เป็นตัวแปรส่งผ่าน ในกลุ่มแฟนคลับวัยผู้ใหญ่ตอนต้น
ผู้วิจัย	อภิรัช พักออน
ปริญญา	ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต
ปีการศึกษา	2567
อาจารย์ที่ปรึกษา	รองศาสตราจารย์ ดร.สิทธิพงศ์ วัฒนานนท์สกุล

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความคลั่งไคล้ในศิลปินกับสุขภาวะทางจิตของแฟนคลับวัยผู้ใหญ่ตอนต้น โดยมีตัวแปรส่งผ่าน ได้แก่ เอกลักษณ์ทางสังคม การหลีกเลียงตัวกระตุ้นความเครียด และเป้าหมายในชีวิต กลุ่มตัวอย่างเป็นแฟนคลับวัยผู้ใหญ่ อายุระหว่าง 20–35 ปี จำนวน 370 คน เก็บข้อมูลด้วยแบบวัดที่ผ่านการหาคุณภาพเครื่องมือวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโมเดลสมการโครงสร้างเชิงเส้น ผลการวิจัยพบว่า ความคลั่งไคล้ในศิลปินไม่มีอิทธิพลทางตรงต่อสุขภาวะทางจิต แต่ส่งผลทางอ้อมผ่านเอกลักษณ์ทางสังคมและเป้าหมายในชีวิต แสดงให้เห็นว่าแฟนคลับที่มีความรู้สึกผูกพันในกลุ่มหรือมีเป้าหมายที่ได้รับแรงบันดาลใจจากศิลปิน มักมีสุขภาวะทางจิตที่ดีขึ้น ขณะที่ตัวแปรการหลีกเลียงตัวกระตุ้นความเครียดพบเฉพาะความสัมพันธ์กับสุขภาวะจิต แต่ไม่พบนัยสำคัญของอิทธิพลทางตรงเมื่อรวมตัวแปรในโมเดลสมมติฐาน ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า ความคลั่งไคล้ในศิลปินไม่จำเป็นต้องเป็นพฤติกรรมด้านลบ หากได้รับการส่งเสริมในแนวทางที่เกื้อหนุนต่อการสร้างเอกลักษณ์ทางสังคม และแรงบันดาลใจที่มีความหมาย ก็สามารถส่งผลดีต่อสุขภาพจิตในระยะยาวได้ จึงแนะนำให้ภาคการศึกษาและสาธารณชนนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์ในการส่งเสริมสุขภาวะจิตในกลุ่มเยาวชนและวัยผู้ใหญ่ตอนต้นต่อไป

คำสำคัญ: ความคลั่งไคล้, สุขภาวะทางจิต, แฟนคลับ, เอกลักษณ์ทางสังคม, การหลีกเลียงตัวกระตุ้นความเครียด, เป้าหมายในชีวิต

Title	THE EFFECT OF CELEBRITY WORSHIP ON PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AMONG EARLY ADULTHOOD FANDOM: THE MEDIATING ROLE OF SOCIAL IDENTITY, ESCAPE OF STRESSORS, AND PURPOSE IN LIFE.
Author	APICHAJ FAKAON
Degree	MASTER OF ARTS
Academic Year	2024
Advisor	Associate Professor Dr. Sittipong Wattananonsakul

This study aimed to investigate the relationship between celebrity worship and psychological well-being among early adult fans, with social identity, avoidance of stressors, and life purpose as mediating variables. The sample comprised 370 adult fans aged 20–35 years. Data were collected using validated measurement instruments and analyzed using structural equation modeling (SEM). The findings revealed that celebrity worship did not have a direct effect on psychological well-being, but it showed indirect effects through social identity and life purpose. These results suggest that fans who experience a sense of group belonging or develop life goals inspired by celebrities tend to report better psychological well-being. While avoidance of stressors was found to be related to well-being, it did not show a significant direct influence when integrated into the hypothesized model. The study indicates that celebrity worship should not be viewed inherently as a negative behavior. When it promotes meaningful inspiration and a positive sense of social identity, it can contribute positively to long-term mental health. The findings highlight the potential value of fandom as a psychosocial resource and recommend its consideration in educational and public health initiatives aimed at enhancing the psychological well-being of youth and early adults.

Keywords: Celebrity Worship, Well-Being, Social Identity, Escape from Stressors, Life Purpose, Fancub

กิตติกรรมประกาศ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความกรุณาและเมตตาจากผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องหลายท่าน ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.สิทธิพงศ์ วัฒนานนท์สกุล อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก ซึ่งได้กรุณาสละเวลาอันมีค่าในการถ่ายทอดองค์ความรู้ด้านจิตวิทยา การวิจัย และการวิเคราะห์ทางสถิติ รวมทั้งให้คำแนะนำและตรวจแก้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้อย่างใกล้ชิดจนสามารถดำเนินการจนเสร็จสมบูรณ์ได้เป็นอย่างดี ขอขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร. อุดา สุทธิสาคร ประธานกรรมการสอบปากเปล่า และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชัญญา ลีศัตรูพาย กรรมการสอบเค้าโครงและสอบปากเปล่า ที่ได้ให้คำแนะนำอันเป็นประโยชน์อย่างยิ่งในการพัฒนางานวิจัยฉบับนี้ให้มีความสมบูรณ์ทางวิชาการยิ่งขึ้น ขอขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วิทย์ญา วัฒนโณ อาจารย์ ดร.ภิญญาพันธ์ เพี้ยชัย และ อาจารย์ ดร.ชาณุรัตน์ะพิสิฐ ที่ให้เกียรติเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบเครื่องมือวิจัย พร้อมทั้งให้คำแนะนำอันมีคุณค่า ขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์ในหลักสูตรจิตวิทยาพัฒนาการทุกท่าน ที่ได้กรุณาอบรมสั่งสอน วางรากฐานทางวิชาการและประสบการณ์ที่สำคัญตลอดระยะเวลาการศึกษา รวมถึงเพื่อนนิสิตในสาขา ที่ให้ความช่วยเหลือและกำลังใจมาโดยตลอด ขอขอบคุณ คุณคณินธร ล้อคำ รุ่งพีในสาขาจิตวิทยาพัฒนาการ ที่คอยให้คำแนะนำและช่วยเหลือในหลายด้านอย่างจริงใจ ขอขอบพระคุณ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่มอบทุนสนับสนุนการนำเสนองานวิจัย พร้อมทั้งขอบคุณเจ้าหน้าที่ทุกท่านที่ให้ความช่วยเหลือและคำแนะนำตลอดกระบวนการจัดทำปริญญานิพนธ์ ท้ายที่สุดนี้ ขอกราบขอบพระคุณ ครอบครัว อันเป็นที่รักของผู้วิจัย ที่ให้การสนับสนุนทั้งทางด้านกำลังใจและกำลังทรัพย์ ด้วยความรัก ความห่วงใย และความเสียสละตลอดมา ผู้วิจัยขอขอบปริญญานิพนธ์ฉบับนี้เป็นเครื่องแสดงความกตัญญูและระลึกถึงพระคุณของบุพการี ครูอาจารย์ และทุกท่านที่มีส่วนเกื้อหนุนให้ผู้วิจัยมีวันนี้ได้อย่างภาคภูมิใจ

อภิชัย พักอ่อน

สารบัญ

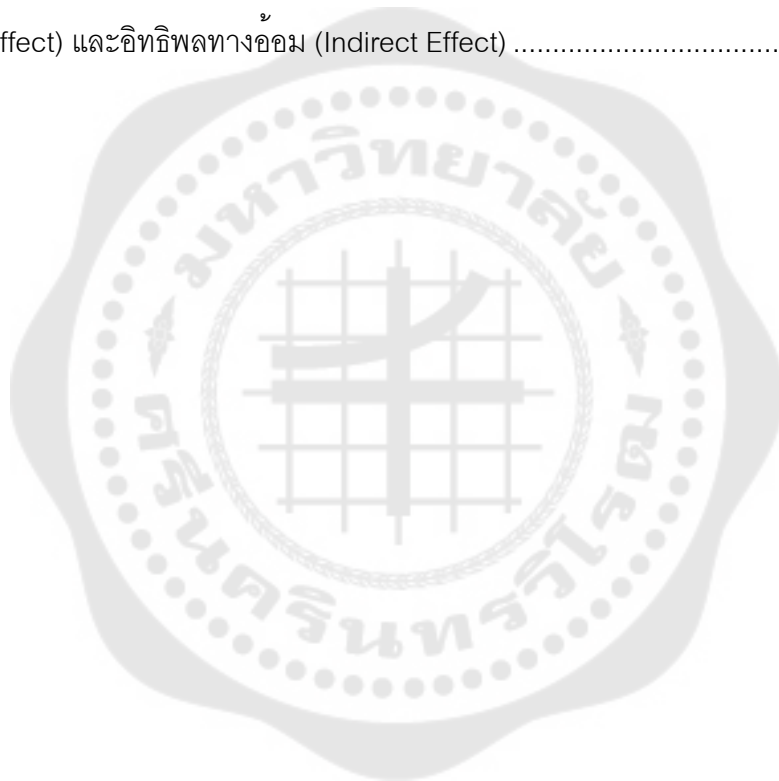
หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ	ฉ
สารบัญ	ช
สารบัญตาราง.....	ณ
สารบัญรูปภาพ	ญ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาของปัญหาวิจัย.....	1
วัตถุประสงค์.....	7
ความสำคัญของการวิจัย.....	8
ขอบเขตของการวิจัย.....	9
นิยามศัพท์/นิยามปฏิบัติการ.....	9
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	13
ส่วนที่ 1 แนวคิดพัฒนาการของวัยผู้ใหญ่ตอนต้น.....	14
ส่วนที่ 2 แนวคิดสุขภาวะทางจิต	18
ส่วนที่ 3 แนวคิดความคลั่งไคล้ในศิลปิน	25
ส่วนที่ 4 แนวคิดปัจจัยที่สัมพันธ์เป็นตัวแปรส่งผ่านกับแฟนคลับ และสุขภาวะที่ดี	32
ส่วนที่ 5 ประเภทของตัวแปรที่สาม	48
ส่วนที่ 6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	56
ส่วนที่ 7 กรอบแนวคิดของการวิจัย.....	59

ส่วนที่ 8 สมมติฐานของการวิจัย.....	60
บทที่ 3 วิธีดำเนินงานวิจัย.....	61
ประชากร และกลุ่มตัวอย่างงานวิจัย.....	61
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	63
การหาคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	69
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	70
สถิติที่ใช้ทดสอบสมมติฐานการวิจัย	71
บทที่ 4 ผลการศึกษา.....	73
ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลสถิติพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง	74
ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรที่ศึกษา.....	75
ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์เมทริกซ์สหสัมพันธ์ของตัวแปรในโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ....	76
บทที่ 5 สรุปผล อภิปรายผล และขอเสนอแนะ	81
สรุปผลการวิจัย	83
อภิปรายผลตามสมมติฐานการวิจัย.....	88
ข้อจำกัดของการวิจัย	90
ขอเสนอแนะในการนำไปใช้.....	92
ขอเสนอแนะเชิงนโยบาย	92
ขอเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป	94
บรรณานุกรม	95
ภาคผนวก.....	105
ภาคผนวก ก รายนามผู้ทรงคุณวุฒิที่ตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย	106
ภาคผนวก ข แบบสอบถามที่ใช้ในการวิจัย.....	108
ภาคผนวก ค เอกสารรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์.....	115

สารบัญตาราง

	หน้า
ตาราง 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง	74
ตาราง 2 ค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา	75
ตาราง 3 เมทริกซ์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ตัวแปรในโมเดล	76
ตาราง 4 ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลรวม (Total Effect) อิทธิพลทางตรง (Direct Effect) และอิทธิพลทางอ้อม (Indirect Effect)	78



สารบัญรูปภาพ

หน้า

ภาพประกอบ 1 ตัวแปรอิสระร่วม (Covariate).....	48
ภาพประกอบ 2 ตัวแปรรบกวน (Confounder)	49
ภาพประกอบ 3 ตัวแปรกด (Classic Suppressor)	49
ภาพประกอบ 4 ตัวแปรกด (Negative Suppressor)	50
ภาพประกอบ 5 ตัวแปรกด (Reciprocal Suppressor).....	50
ภาพประกอบ 6 ตัวแปรบิดเบือน (Distorter)	51
ภาพประกอบ 7 Mediation for Explanation.....	51
ภาพประกอบ 8 Mediation for Design	52
ภาพประกอบ 9 Total Effect	53
ภาพประกอบ 10 Direct Effect และ Indirect Effect	53
ภาพประกอบ 11 การส่งผ่านแบบสมบูรณ์ (Complete Mediation or Perfect Mediation)	54
ภาพประกอบ 12 การส่งผ่านแบบบางส่วน (Partial Mediation).....	54
ภาพประกอบ 13 ไม่ส่งผ่านอิทธิพล (No mediation)	55
ภาพประกอบ 14 ตัวแปรกำกับ (Moderator).....	55
ภาพประกอบ 15 กรอบแนวคิดของการวิจัย	60
ภาพประกอบ 16 ตัวอย่างมาตรวัดพฤติกรรมความคลั่งไคล้.....	64
ภาพประกอบ 17 ตัวอย่างมาตรวัดเอกลักษณ์ทางสังคม.....	65
ภาพประกอบ 18 ตัวอย่างมาตรวัดหลักเลียงตัวกระตุ้นความเครียด.....	66
ภาพประกอบ 19 ตัวอย่างมาตรวัดเป้าหมายในชีวิต.....	67
ภาพประกอบ 20 ตัวอย่างมาตรวัดความพึงพอใจในชีวิต.....	69
ภาพประกอบ 21 ตัวอย่างมาตรวัดความรู้สึกทางบวก และความรู้สึกทางลบ.....	69

ภาพประกอบ 22 โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของอิทธิพลของความคลั่งไคล้ศิลปิน
ที่มีต่อสุขภาวะที่ดี โดยมีเอกลักษณ์ทางสังคม หลีกเลียงตัวกระตุ้นความเครียด และ
เป้าหมายในชีวิต เป็นตัวแปรส่งผ่าน ในกลุ่มแฟนคลับวัยผู้ใหญ่ตอนต้น..... 80



บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาของปัญหาวิจัย

ในปัจจุบัน ปัญหาด้านสุขภาพจิตเป็นประเด็นที่ได้รับความสนใจเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ทั้งในระดับบุคคล สังคม และเชิงนโยบายสาธารณะ สาเหตุสำคัญมาจากบริบทของโลกที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ทั้งด้านเศรษฐกิจ เทคโนโลยี ความสัมพันธ์ทางสังคม และรูปแบบการใช้ชีวิต ซึ่งส่งผลกระทบต่อความมั่นคงทางอารมณ์และคุณภาพชีวิตของประชากรจำนวนมาก ความท้าทายจากภาวะความเครียด ความกดดันในการดำเนินชีวิต และความไม่แน่นอนของอนาคต ล้วนเป็นปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อ “สุขภาวะทางจิต” ซึ่งเป็นแนวคิดสำคัญในการส่งเสริมคุณภาพชีวิตและการพัฒนาศักยภาพของมนุษย์ จากรายงานขององค์การอนามัยโลก (World Health Organization, 2022) สุขภาวะทางจิตไม่ใช่เพียงการไม่มีอาการผิดปกติทางจิตเท่านั้น แต่ยังหมายถึงภาวะจิตใจที่ยืดหยุ่น รับมือกับความเครียดในชีวิตประจำวันได้ มีพลังในการทำงาน เรียนรู้ และมีส่วนร่วมในสังคมอย่างมีคุณภาพ ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อสุขภาวะทางจิตสามารถแบ่งออกได้เป็นสองกลุ่มหลัก ได้แก่ ปัจจัยเสี่ยง เช่น ความเครียดเรื้อรัง ความวิตกกังวล และการขาดความรู้สึเป็นส่วนหนึ่งในสังคม และปัจจัยปกป้อง เช่น การได้รับการสนับสนุนทางสังคม การมีเป้าหมายในชีวิต การมองโลกในแง่ดี และความสามารถในการจัดการกับอารมณ์

สุขภาวะทางจิต (Psychological Well-Being) จึงเป็น ภาวะจิตใจที่มีความสมดุลในเชิงบวก ทั้งด้านความพึงพอใจในชีวิต การยอมรับตนเอง การมีเป้าหมายในชีวิต การจัดการกับอารมณ์ และการมีความสัมพันธ์ทางสังคมที่ดี (Ryff, 1989; Diener, 2000, 2009) หากบุคคลมีสุขภาวะทางจิตในระดับที่ดี ย่อมสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีคุณภาพ ปรับตัวกับความเปลี่ยนแปลงในบริบทต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม และมีแรงจูงใจในการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง ในทางตรงกันข้าม หากสุขภาวะทางจิตอยู่ในระดับต่ำ อาจนำไปสู่ปัญหาด้านอารมณ์ ความเครียด หรือพฤติกรรมที่ส่งผลกระทบต่อประสิทธิภาพในการใช้ชีวิตและความสัมพันธ์กับผู้อื่น

ในบริบทของกลุ่มวัยผู้ใหญ่ตอนต้น อายุประมาณ 20–35 ปี สุขภาวะทางจิตถือเป็นองค์ประกอบสำคัญที่มีบทบาทในการสร้างความพร้อมสู่การใช้ชีวิตอย่างมีความหมาย โดยช่วงวัยนี้เป็นช่วงเปลี่ยนผ่านจากวัยรุ่นสู่ผู้ใหญ่ ซึ่งต้องเผชิญกับความท้าทายใหม่ในชีวิต อาทิ การเข้าสู่ตลาดแรงงาน การสร้างความสัมพันธ์ระยะยาว การวางแผนอนาคต และการแสวงหาอัตลักษณ์ที่มั่นคง ทั้งหมดนี้ล้วนเป็นบริบทที่ต้องอาศัยพลังทางจิตใจและการสนับสนุนจากสิ่งแวดล้อม หาก

บุคคลสามารถรักษาสุขภาพทางจิตได้อย่างเหมาะสม ก็ย่อมสามารถดำรงชีวิตในช่วงเปลี่ยนผ่านนี้ได้อย่างมั่นคงและมีคุณภาพ

เมื่อพิจารณาปรากฏการณ์ทางสังคมตามสื่อสังคม พบกิจกรรมที่ส่งเสริมความเพลิดเพลิน ได้แก่ การดูคอนเสิร์ตศิลปินที่ชื่นชอบ การสนับสนุนสินค้าที่ศิลปินเป็นผู้นำเสนอ จนนำไปสู่พฤติกรรมความคลั่งไคล้ในศิลปินซึ่งกลายเป็นปรากฏการณ์ทางสังคมที่พบได้แพร่หลาย โดยเฉพาะในกลุ่มวัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ซึ่งอยู่ในช่วงวัยที่กำลังแสวงหาอัตลักษณ์ทางสังคมและความมั่นคงทางอารมณ์ ความคลั่งไคล้ในศิลปิน (Celebrity Worship) หมายถึงพฤติกรรมที่บุคคลแสดงความผูกพันทางอารมณ์ ความสนใจ หรือแรงยึดโยงภายในต่อศิลปินที่ตนชื่นชอบ โดยอาจปรากฏในรูปแบบของการติดตามผลงาน การมีส่วนร่วมในกิจกรรมของแฟนคลับ หรือการพูดถึงศิลปินอย่างสม่ำเสมอ ซึ่งพฤติกรรมเหล่านี้มีทั้งประโยชน์และความเสี่ยงในมิติทางจิตวิทยา McCutcheon และคณะ (2002) ได้จำแนกระดับของความคลั่งไคล้ในศิลปินออกเป็น 3 ระดับ ได้แก่ ความคลั่งไคล้เชิงบันเทิง-สังคม (Entertainment-Social) ความคลั่งไคล้เชิงผูกพันส่วนบุคคล (Intense-Personal) และความคลั่งไคล้เชิงพยาธิสภาพ (Borderline-Pathological) โดยระดับความคลั่งไคล้ที่เหมาะสมสามารถส่งเสริมแรงบันดาลใจ ความภาคภูมิใจในตนเอง และความรู้สึกเชื่อมโยงกับผู้อื่น ซึ่งล้วนเป็นองค์ประกอบของสุขภาพทางจิต อย่างไรก็ตาม ความคลั่งไคล้ในระดับที่สูงเกินไปอาจนำไปสู่การหลีกเลี่ยงปัญหา การถอนตัวทางสังคม หรือแม้แต่ความเปราะบางทางอารมณ์ (Zsila et al., 2022)

ในมุมมองทางจิตวิทยา พฤติกรรมเหล่านี้สามารถอธิบายได้ผ่านแนวคิดของสุขภาพทางจิต (Psychological Well-being) ซึ่งเป็นภาวะของการมีจิตใจที่มั่นคง มีความพึงพอใจในตนเอง รู้สึกมีจุดหมายในชีวิต และสามารถจัดการกับความเครียดหรืออารมณ์ด้านลบได้อย่างมีประสิทธิภาพ (Ryff, 1989; Keyes, 2002) โดยเฉพาะในบริบทสังคมไทย ซึ่งกำลังเผชิญปัญหาด้านสุขภาพจิตในกลุ่มวัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่ตอนต้นอย่างชัดเจน (กรมสุขภาพจิต, 2566) พฤติกรรมความคลั่งไคล้ในศิลปินอาจมีบทบาทสำคัญในการรักษาหรือเสริมสร้างสุขภาพทางจิตในกลุ่มประชากรนี้ ภาวะการดำรงอยู่ทางจิตใจในด้านบวก เช่น ความพึงพอใจในชีวิต การควบคุมอารมณ์ การมีเป้าหมายในชีวิต ความสัมพันธ์ที่ดี และการยอมรับตนเอง (Ryff, 1989; Diener, 2000) สำหรับกลุ่มวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ซึ่งกำลังเผชิญกับบทบาทใหม่ในชีวิต เช่น การทำงาน ความสัมพันธ์ หรือการพัฒนาอัตลักษณ์ สุขภาพทางจิตจึงเป็นปัจจัยสำคัญในการดำรงชีวิตอย่างมีคุณภาพ ทั้งนี้ องค์การอนามัยโลก (WHO, 2022) และกรมสุขภาพจิต (2566) ต่างรายงานถึงแนวโน้มที่น่าเป็นห่วงเกี่ยวกับภาวะซึมเศร้า ความเครียด และอัตราการทำร้ายตนเองในกลุ่มวัยผู้ใหญ่ตอนต้นที่

กล่าวมาสะท้อนให้เห็นว่า สุขภาวะทางจิตเป็นปัจจัยพื้นฐานที่มีบทบาทสำคัญต่อความสามารถในการเผชิญความเปลี่ยนแปลงของชีวิตวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ทั้งในด้านการปรับตัวทางสังคม อาชีพ และความสัมพันธ์ส่วนบุคคล การมีสุขภาวะที่ดีจะช่วยส่งเสริมความยืดหยุ่นทางอารมณ์ การตัดสินใจอย่างมีเหตุผล และการบรรลุเป้าหมายชีวิตตามช่วงวัย ดังที่ Erikson (1968) กล่าวถึงพัฒนาการของวัยนี้ว่าเป็นช่วงที่ต้องสร้างความมั่นคงในอัตลักษณ์และการมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับผู้อื่น เพื่อเตรียมพร้อมต่อบทบาทผู้ใหญ่ในสังคมอย่างเต็มตัว

หนึ่งในกลไกทางจิตวิทยาที่สามารถอธิบายความสัมพันธ์ระหว่างความคลั่งไคล้ในศิลปินกับสุขภาวะทางจิต คือแนวคิดเรื่อง “เอกลักษณ์ทางสังคม” (Social Identity) ซึ่งอิงจากทฤษฎีเอกลักษณ์ทางสังคมของ Tajfel และ Turner (1979) ที่เสนอว่า บุคคลนิยามตนเองบางส่วนผ่านการเป็นสมาชิกของกลุ่มทางสังคม โดยความรู้สึกว่า “ฉันคือส่วนหนึ่งของกลุ่มนี้” ไม่เพียงแต่สร้างความมั่นคงทางอารมณ์และความภาคภูมิใจในตนเองเท่านั้น แต่ยังส่งผลต่อสุขภาวะทางจิตโดยรวม เมื่อบุคคลรู้สึกว่าเป็น “แฟนคลับ” ของศิลปิน บุคคลนั้นจะเกิดความรู้สึกเป็นเจ้าของเอกลักษณ์ร่วม และได้รับพลังทางใจจากการเชื่อมโยงกับผู้อื่นที่มีความสนใจหรือคุณค่าเหมือนกัน (Haslam et al., 2009) ผลการศึกษา แสดงให้เห็นว่าการเป็นสมาชิกในกลุ่มทางสังคมสามารถส่งเสริมสุขภาพและสุขภาวะทางจิตในหลากหลายแง่มุม ไม่ว่าจะเป็นการสนับสนุนพฤติกรรมที่ดีต่อสุขภาพ การได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม หรือแม้แต่การมีวิธีเผชิญปัญหาที่เกิดจากการเรียนรู้ผ่านกลุ่ม ซึ่งกลไกเหล่านี้ล้วนสะท้อนผ่านการพัฒนา “เอกลักษณ์ทางสังคม” หรือความรู้สึกผูกพันกับกลุ่มที่บุคคลมีส่วนร่วมอยู่

หลักฐานทางวิจัยที่ผ่านมายืนยันถึงความเชื่อมโยงระหว่างเอกลักษณ์ทางสังคมและสุขภาวะทางจิต เช่น นักเรียนที่มีความรู้สึกผูกพันกับโรงเรียนของตนมีแนวโน้มจะมีความเป็นอยู่ทางจิตที่ดีขึ้น (Bizumic et al., 2009; Huo et al., 2010) ขณะที่นักศึกษาที่ระบุตนเองกับกลุ่มในรั้วมหาวิทยาลัยอย่างชัดเจน ก็สามารถปรับตัวเข้าสู่ชีวิตนักศึกษาได้อย่างเหมาะสม (Clopton, 2012) ความสัมพันธ์เชิงบวกลักษณะเดียวกันนี้ยังพบในกลุ่มนักกิจกรรมทางสังคม (Klar & Kasser, 2009) และนักศึกษานักกีฬา (Miller & Hoffman, 2009) ซึ่งล้วนสะท้อนบทบาทของการระบุตนเองกับกลุ่มในฐานะกลไกสำคัญต่อสุขภาวะ แม้กลุ่มต่าง ๆ จะมีความหลากหลาย แต่กลไกสำคัญที่ส่งผลต่อสุขภาวะของบุคคลมักจะมาจากการได้รับ “ความรู้สึกเชื่อมโยง” กับผู้อื่นในกลุ่มที่มีค่านิยมและความสนใจคล้ายกัน ตัวอย่างชัดเจน เช่น งานของ Gleibs et al. (2011) ที่แสดงให้เห็นว่า การจัดตั้งกลุ่มกิจกรรมในบ้านพักคนชรา เช่น ชมรมสุขภาพบุรุษ ช่วยเสริมสร้างความรู้สึกเป็นสมาชิกกลุ่ม และนำไปสู่การเพิ่มระดับสุขภาวะทางจิตอย่างมีนัยสำคัญ เช่นเดียวกับ

ผลการวิจัยของ Lim และ Putnam (2010) ที่ชี้ว่า การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางศาสนา ส่งผลต่อระดับความสุขที่สูงขึ้น อันเป็นผลจากการได้พบปะและสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นในกลุ่มศรัทธาเดียวกัน

เอกลักษณ์ทางสังคมทำหน้าที่เป็นพลังทางจิตที่สำคัญในการเชื่อมโยงบุคคลเข้าสู่กลุ่มสังคม สร้างความมั่นคงทางอารมณ์ ลดความรู้สึกโดดเดี่ยว และส่งเสริมความภาคภูมิใจในตนเอง โดยเฉพาะในบริบทของความคลั่งไคล้ในศิลปินซึ่งกลายเป็นพื้นที่ทางสังคมใหม่สำหรับกลุ่มวัยผู้ใหญ่ตอนต้นที่กำลังแสวงหาอัตลักษณ์และการยอมรับทางสังคม การศึกษาบทบาทของเอกลักษณ์ทางสังคมในกลุ่มแฟนคลับจึงเป็นประเด็นสำคัญที่สามารถให้คำอธิบายต่อสุขภาวะทางจิตในบริบทวัฒนธรรมร่วมสมัยได้อย่างลึกซึ้ง Reysen และคณะ (2017a) พบว่า กลุ่มแฟนที่มีปฏิสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิดมีแนวโน้มที่จะส่งเสริมความพึงพอใจในชีวิต ลดความโดดเดี่ยว และเพิ่มความภาคภูมิใจในตนเอง ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่าเอกลักษณ์ทางสังคมสามารถเป็นตัวแปรส่งผ่านที่สำคัญระหว่างพฤติกรรมความคลั่งไคล้กับสุขภาวะทางจิต ในบริบทอื่น ๆ เช่น ศาสนา ชุมชน หรือกิจกรรมสาธารณะ ก็แสดงผลลัพธ์เชิงบวกในลักษณะเดียวกัน (Gleibs et al., 2011; Lim & Putnam, 2010)

ประเด็นด้านแรงจูงใจในการมีส่วนร่วม ยึดโยงกับกลุ่มต่าง ๆ เป็นที่สนใจศึกษา (Vignoles et al., 2006) เช่นเดียวกับในบริบทของ ความคลั่งไคล้ในศิลปิน ซึ่งถือเป็นพฤติกรรมที่มีแรงขับเคลื่อนในหลากหลายประการ (Schroy et al., 2016) ตัวอย่างหนึ่งที่ชัดเจนคือ ในกลุ่มผู้ที่คลั่งไคล้ศิลปินหรือนักกีฬา การหลีกเลี่ยงจากความเครียดในชีวิตประจำวันมักเป็นแรงจูงใจหลักที่ส่งผลให้บุคคลมีพฤติกรรมติดตามผลงานหรือกิจกรรมของศิลปินที่ตนชื่นชอบ ซึ่งมีบทบาทช่วยลดแรงกดดัน และเอื้อต่อการเผชิญปัญหาอย่างมีประสิทธิภาพ นำไปสู่สุขภาวะทางจิตที่ดีขึ้นในภาพรวม Chadborn, Edwards และ Reysen (2017) เสนอว่า สำหรับหลายคน ความคลั่งไคล้ในศิลปินยังมีส่วนช่วยสร้าง “เป้าหมาย” หรือ “ความหมายในชีวิต” ซึ่งถือเป็นแรงจูงใจภายในที่มีอิทธิพลอย่างยิ่งต่อพฤติกรรมและความเป็นอยู่ทางจิตใจ แม้ประเด็นนี้จะยังไม่ค่อยถูกเน้นในงานวิจัยด้านแฟนกีฬา แต่มีข้อเสนอเชิงทฤษฎีว่า การยึดโยงกับศิลปินที่ตนชื่นชอบสามารถช่วยให้บุคคลลดความไม่แน่นอนในชีวิต ด้วยการรับบรรทัดฐานทางสังคมจากกลุ่มผู้ติดตามร่วมกัน ส่งผลให้เกิดกรอบความคิดที่ชัดเจนและเพิ่มความรู้สึกมั่นคงทางจิตใจ (Hogg, 2000)

ในบรรดาแรงจูงใจที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมความคลั่งไคล้ในศิลปิน หนึ่งในแรงจูงใจที่สำคัญที่สุด คือ ความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มผู้ติดตามศิลปิน ซึ่งก่อให้เกิดความเชื่อมโยงทางสังคมและความผูกพันระหว่างบุคคลที่มีความสนใจร่วมกัน (Reysen et al., 2017a; Schroy et

al., 2016) แนวคิดนี้สอดคล้องกับทฤษฎีความแตกต่างที่เหมาะสม (Brewer, 1991) และแบบจำลอง team identification–social psychological health model ของ Wann ที่ชี้ให้เห็นว่าความรู้สึกเชื่อมโยงกับผู้อื่นในกลุ่มที่มีความคลั่งไคล้ร่วมกัน อาจเป็นกลไกส่งผ่านที่สำคัญระหว่างพฤติกรรมความคลั่งไคล้ในศิลปินกับสุขภาวะทางจิต

นอกจากนี้ ยังมีอีกหนึ่งกลไกที่ต้องพิจารณา คือ การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด (Avoidance Coping) ซึ่งเป็นกลยุทธ์ที่บุคคลใช้เพื่อหลีกเลี่ยงอารมณ์หรือสถานการณ์ที่ตึงเครียด โดยบางกรณี ความคลั่งไคล้ในศิลปินอาจถูกใช้เป็นเครื่องมือในการหลีกเลี่ยงความเครียด เช่น การใช้เวลาส่วนใหญ่ในการเสพคอนเทนต์ของศิลปินเพื่อไม่ต้องเผชิญกับปัญหาในชีวิตจริง แม้พฤติกรรมนี้จะช่วยลดความเครียดในระยะสั้น แต่หากเป็นการหลีกเลี่ยงในเชิงฟุ้งเฟ้อ อาจนำไปสู่การขาดทักษะการปรับตัวและสุขภาวะทางจิตที่ถดถอยในระยะยาว (Lazarus & Folkman, 1984) ขณะเดียวกัน งานวิจัยหลายชิ้นชี้ให้เห็นถึงพลังด้านบวกของความคลั่งไคล้ในศิลปิน ในแง่ของการสร้าง เป้าหมายในชีวิต (Purpose in Life) โดยเฉพาะเมื่อแฟนได้รับแรงบันดาลใจจากคุณลักษณะของศิลปิน เช่น ความพยายาม ความสามารถ หรือความสำเร็จในเส้นทางอาชีพ Chadborn et al. (2017) และ Liang et al. (2022) พบว่า แฟนคลับที่มีแรงยึดโยงกับศิลปินที่เป็นแรงบันดาลใจ จะมีแนวโน้มในการตั้งเป้าหมายชีวิต การมองเห็นคุณค่าในตนเอง และการใช้ชีวิตอย่างมีทิศทาง ซึ่งล้วนสัมพันธ์กับสุขภาวะทางจิตในเชิงบวก

พอสรุปได้ว่าความคลั่งไคล้ในศิลปินมีอิทธิพลต่อสุขภาวะทางจิตได้ทั้งในเชิงเสริมสร้างและเชิงบั่นทอน ขึ้นอยู่กับกลไกภายในที่บุคคลใช้ในการตีความและตอบสนองพฤติกรรมนั้น โดยเฉพาะ เอกลักษณะทางสังคม การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด และเป้าหมายในชีวิต ซึ่งเป็นตัวแปรสำคัญที่มีบทบาทเป็นตัวกลางระหว่างพฤติกรรมความคลั่งไคล้กับผลลัพธ์ทางจิตใจ การศึกษาไกลเหล่านี้จึงมีความสำคัญต่อการทำความเข้าใจปรากฏการณ์แฟนคลับในมิติเชิงจิตวิทยา และการส่งเสริมสุขภาวะทางจิตอย่างมีพื้นฐานเชิงทฤษฎีและบริบททางสังคมร่วมสมัย

ในบริบทของประเทศไทย พัชรี ศุภดิษฐ์ (2551) ระบุว่า บุคคลที่มีสุขภาวะทางจิตในระดับสูง มักแสดงออกถึงความสุข ความคิดสร้างสรรค์ และความสามารถในการปรับตัวเข้ากับสังคมได้อย่างเหมาะสม อย่างไรก็ตาม รายงานจากองค์การอนามัยโลก (World Health Organization, 2017) และกรมสุขภาพจิต (2562) ชี้ให้เห็นแนวโน้มที่น่าเป็นห่วงว่า กลุ่มวัยรุ่นใหญ่อันดับต้นในประเทศไทยมีความเสี่ยงเพิ่มขึ้นต่อปัญหาสุขภาพจิต ทั้งในรูปของความเครียด ภาวะซึมเศร้า และความไม่มั่นคงทางอารมณ์ งานวิจัยโดย Patanavanich และ Glantz (2023) ยังชี้ว่าปัจจัยด้านสังคมและเทคโนโลยีในยุคปัจจุบันมีความซับซ้อน และส่งผลทั้งทางตรงและทางอ้อมต่อ

สุขภาวะทางจิตของคนกลุ่มนี้ ซึ่งสะท้อนถึงความจำเป็นในการศึกษาปัจจัยใหม่ ๆ ที่เชื่อมโยงกับประสบการณ์ในชีวิตประจำวันของวัยรุ่นผู้ใหญ่ออนไลน์ โดยเฉพาะในบริบทวัฒนธรรมไทยที่มีความเฉพาะตัว

หนึ่งในพฤติกรรมที่โดดเด่นในกลุ่มวัยรุ่นผู้ใหญ่ตอนต้น คือ ปรากฏการณ์ "แฟนคลับ" หรือ ความคลั่งไคล้ในศิลปิน ซึ่งมีบทบาทสำคัญต่อการสร้างอัตลักษณ์และความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งในกลุ่มสังคม ปรากฏการณ์นี้มีจุดเริ่มต้นจากคำว่า "แฟน" (Fan) ซึ่งมีรากศัพท์จากคำว่า "Fanatic" หมายถึงผู้มีความหลงใหลอย่างแรงกล้า โดยเริ่มใช้ในบริบทของการเชียร์กีฬาตั้งแต่ศตวรรษที่ 19 และต่อมาได้ขยายความหมายให้ครอบคลุมถึงผู้ที่ติดตามศิลปิน นักร้อง นักแสดง และบุคคลสาธารณะในวงการบันเทิง ในยุคดิจิทัล วัฒนธรรมแฟนคลับได้พัฒนาไปสู่รูปแบบที่มีความเข้มข้นในเชิงเครือข่าย มีระบบการจัดการกลุ่ม การสื่อสารที่รวดเร็วผ่านแพลตฟอร์มออนไลน์ และการจัดกิจกรรมเชิงสังคมที่มีเป้าหมายร่วมกัน เช่น งานแฟนมีตติ้ง การจัดโปรเจกต์เพื่อสนับสนุนศิลปิน และการสร้างคอมมูนิตีในโลกเสมือน (ศิริินทร์ ดันดิเมธ, 2559; Lim & Cantoni, 2021) พฤติกรรมเหล่านี้ไม่เพียงแสดงถึงความชื่นชอบในตัวศิลปินเท่านั้น แต่ยังสะท้อนถึงกระบวนการสร้างเอกลักษณ์ทางสังคม (social identity) ความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม (group belonging) และแรงสนับสนุนทางจิตใจที่เกิดขึ้นจากความเชื่อมโยงกับผู้อื่นที่มีความสนใจร่วมกัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มวัยรุ่นผู้ใหญ่ตอนต้นที่กำลังอยู่ในช่วงพัฒนาตัวตน แสวงหาเสถียรภาพทางอารมณ์ และการยอมรับจากสังคม

งานวิจัยทางจิตวิทยาได้วิเคราะห์ระดับความคลั่งไคล้ศิลปินและผลกระทบที่แตกต่างกันต่อสภาพจิตใจของแฟนคลับในแต่ละระดับอย่างละเอียด โดย McCutcheon et al. (2002) และ Maltby et al. (2021) ได้เสนอการจำแนกพฤติกรรมความคลั่งไคล้ออกเป็น 3 รูปแบบ ได้แก่ ความคลั่งไคล้เพื่อความบันเทิงและสังคม (Entertainment–Social), ความคลั่งไคล้แบบผูกพันเข้มข้น (Intense–Personal) และความคลั่งไคล้แบบรุนแรงหรือพยาธิสภาพ (Borderline–Pathological) ซึ่งในระดับความคลั่งไคล้ที่เหมาะสมอาจส่งผลเชิงบวกต่อแรงบันดาลใจและการรับรู้คุณค่าในตนเอง ขณะที่ระดับรุนแรงกลับเชื่อมโยงกับพฤติกรรมหลีกเลี่ยงปัญหาและความเสี่ยงต่อภาวะสุขภาพจิตที่ถดถอย นอกจากนี้ ปรากฏการณ์แฟนด้อมยังสะท้อนถึงการสร้างเอกลักษณ์ทางสังคม (Social Identity) ที่ส่งผลโดยตรงต่อสุขภาวะทางจิตผ่านความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม และการได้รับการยอมรับจากสังคม (Haslam et al., 2009; Zhang et al., 2023) อย่างไรก็ตาม เมื่อพฤติกรรมแฟนคลับเกินขอบเขต เช่น การสะกดรอย คุกคาม หรือการแข่งขันเชิงอัตลักษณ์ (Fan

Wars) อาจก่อให้เกิดผลกระทบด้านลบต่อสุขภาพจิตของแฟนคลับและกลุ่มโดยรวม (Billings et al., 2022; Kim & Kim, 2023)

ขณะเดียวกัน Derrick et al. (2008) พบว่า ความชื่นชอบศิลปินในระดับเหมาะสมสามารถส่งเสริมแรงบันดาลใจและความพึงพอใจทางจิตใจของบุคคล สอดคล้องกับงานวิจัยของพีรภา สุวรรณโชติ (2551) ที่พบว่า แฟนคลับศิลปินเกาหลีได้รับแรงบันดาลใจจากคุณลักษณะเชิงบวกของศิลปิน เช่น ความเพียรพยายาม ความอดทน และความมุ่งมั่นในเป้าหมายชีวิต ซึ่งเชื่อมโยงไปสู่การพัฒนาสุขภาวะทางจิตผ่านกลไกทางจิตวิทยาสำคัญ เช่น เอกลักษณะทางสังคม การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด และการตั้งเป้าหมายในชีวิต (Reysen et al., 2017; Chadborn et al., 2017; Liang et al., 2022)

อย่างไรก็ตาม งานวิจัยที่มีอยู่ยังมีข้อจำกัดในการอธิบายความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างพฤติกรรมความคลั่งไคล้กับสุขภาวะทางจิตอย่างชัดเจน อีกทั้งยังขาดการศึกษาที่ลงลึกในบริบทวัฒนธรรมเฉพาะของไทย โดยเฉพาะในกลุ่มวัยผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีความเปราะบางทางอารมณ์ และอยู่ในช่วงการพัฒนาอัตลักษณ์ทางสังคมและความมั่นคงภายในตนเอง จากข้อมูลและงานวิจัยที่กล่าวมา สะท้อนให้เห็นว่า พฤติกรรมแฟนคลับในยุคดิจิทัลไม่ใช่เพียงความชื่นชอบส่วนบุคคล แต่เป็นพฤติกรรมทางสังคมที่ส่งผลอย่างมีนัยสำคัญต่อสุขภาวะทางจิต โดยมีปัจจัยภายใน เช่น เอกลักษณะทางสังคม เป้าหมายในชีวิต และการหลีกเลี่ยงความเครียด เป็นกลไกสำคัญที่เชื่อมโยงพฤติกรรมดังกล่าวกับผลลัพธ์ทางจิตใจ โดยเฉพาะในกลุ่มวัยผู้ใหญ่ตอนต้นที่ยังอยู่ในช่วงการสร้างความตนและแสวงหาความหมายในชีวิต จากแนวคิด และผลการวิจัยที่กล่าวมา

จากแนวคิด และผลการวิจัยที่กล่าวมา จึงก่อให้เกิดคำถามวิจัยสำคัญว่า “ปัจจัยใดบ้างที่สามารถอธิบายสุขภาวะทางจิตของกลุ่มแฟนคลับวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ภายใต้บริบทของความคลั่งไคล้ในศิลปิน” การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อวิเคราะห์รูปแบบอิทธิพลทั้งทางตรง และทางอ้อมของตัวแปรสำคัญ ได้แก่ เอกลักษณะทางสังคม การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด และเป้าหมายในชีวิต ที่มีผลต่อสุขภาวะทางจิตของแฟนคลับวัยผู้ใหญ่ตอนต้น รวมถึงตรวจสอบความสอดคล้องของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุที่เสนอขึ้น โดยเน้นพิจารณาบทบาทของตัวแปรทั้งสามในฐานะตัวแปรส่งผ่านที่เชื่อมโยงระหว่างความคลั่งไคล้ในศิลปินกับสุขภาวะทางจิต

วัตถุประสงค์

1. เพื่อตรวจสอบความตรงของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของสุขภาวะทางจิตของแฟนคลับวัยผู้ใหญ่ตอนต้น โดยมี เอกลักษณะทางสังคม หลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด และเป้าหมายในชีวิต เป็นตัวแปรส่งผ่าน

2. เพื่อวิเคราะห์รูปแบบอิทธิพลทางตรง และทางอ้อมของแผนคลับวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ด้านเอกลักษณ์ทางสังคม หลีกเลียงตัวกระตุ้นความเครียด และเป้าหมายในชีวิต ที่มีต่อสุขภาวะทางจิต ในแผนคลับวัยผู้ใหญ่ตอนต้น

ความสำคัญของการวิจัย

งานวิจัยนี้มีความสำคัญในการให้ความเข้าใจเกี่ยวกับบทบาทของเอกลักษณ์ทางสังคม การหลีกเลียงตัวกระตุ้นความเครียด และเป้าหมายในชีวิต ซึ่งเป็นปัจจัยที่เชื่อมโยงความสัมพันธ์ระหว่างความคลั่งไคล้ในศิลปินกับสุขภาวะทางจิตของแผนคลับวัยผู้ใหญ่ตอนต้น การศึกษาชิ้นนี้ชี้ให้เห็นว่า การเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มแผนคลับในระดับความคลั่งไคล้ที่เหมาะสมสามารถส่งเสริมสุขภาพจิตที่ดีขึ้น เช่น การมีความพึงพอใจในชีวิต การรู้คุณค่าในตนเอง และความสุข รวมทั้งช่วยกระตุ้นจินตนาการและความคิดสร้างสรรค์ในกลุ่มวัยนี้ อีกทั้งแผนคลับยังสามารถทำหน้าที่เป็นระบบสนับสนุนทางสังคม (Support System) ที่สำคัญ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในช่วงวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงและต้องการความมั่นคงทางอารมณ์ นอกจากนี้ ผลการวิจัยยังช่วยเปิดโอกาสในการพัฒนาแนวทางส่งเสริมและดูแลสุขภาวะทางจิตของแผนคลับวัยผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีระดับความคลั่งไคล้ในศิลปินที่แตกต่างกันอย่างเหมาะสม และช่วยลดผลกระทบเชิงลบที่อาจเกิดขึ้นจากความคลั่งไคล้ในระดับรุนแรง ทั้งนี้การเข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต่าง ๆ เหล่านี้ จะช่วยให้สามารถออกแบบมาตรการหรือกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาวะทางจิตและคุณภาพชีวิตที่ดีของกลุ่มเป้าหมายได้อย่างมีประสิทธิภาพ และตรงจุด

ด้วยเหตุนี้ งานวิจัยครั้งนี้จึงมีคุณค่าในฐานะแหล่งข้อมูลและความรู้สำหรับนักวิชาการ นักพัฒนา และผู้ปฏิบัติงานที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมสุขภาวะทางจิต รวมถึงหน่วยงานที่สนใจพัฒนาคุณภาพชีวิตของวัยผู้ใหญ่ตอนต้นในบริบทของแผนคลับและวัฒนธรรมร่วมสมัย เพื่อเป็นแนวทางในการป้องกันปัญหาและส่งเสริมสุขภาวะทางจิตอย่างยั่งยืนในอนาคต

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากร

ประชากรในการวิจัยครั้งนี้ คือ กลุ่มแฟนคลับในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ที่มีอายุระหว่าง 20 – 35 ปี ซึ่งมีพฤติกรรมคลั่งไคล้ศิลปินในระดับที่สามารถจำแนกได้ตามแนวคิดของ McCutcheon et al. (2002) ไม่ว่าจะเป็นในระดับเพื่อความบันเทิง-สังคม (Entertainment-Social) ระดับเข้มข้น-ผูกพันทางอารมณ์ (Intense-Personal) หรือระดับรุนแรง (Borderline-Pathological) อายุ 18 – 35

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ คือ แฟนคลับวัยผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีอายุระหว่าง 18 – 35 ปี ซึ่งมีพฤติกรรมติดตามหรือคลั่งไคล้ศิลปินในระดับต่าง ๆ ทั้งในเชิงบันเทิง-สังคม เชิงอารมณ์ผูกพัน และเชิงพฤติกรรมที่เข้มข้น โดยบุคคลกลุ่มนี้จะต้องเป็นผู้ที่เคยเข้าร่วมกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับศิลปินที่ตนชื่นชอบ ไม่ว่าจะเป็นทางออนไลน์ (เช่น การติดตามผลงานในโซเชียลมีเดีย) หรือออฟไลน์ (เช่น การเข้าร่วมคอนเสิร์ต งานแฟนมีตติ้ง หรือกิจกรรมแฟนคลับ)

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ (Independent Variable) คือ ความคลั่งไคล้ในแฟนคลับ
2. ตัวแปรตาม (Dependent Variable) คือ สุขภาวะทางจิต
3. ตัวแปรส่งผ่าน (Mediation Variables) ประกอบด้วย
 - 3.1 เอกลักษณ์ทางสังคม
 - 3.2 การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด
 - 3.3 เป้าหมายในชีวิต

นิยามศัพท์/นิยามปฏิบัติการ

สุขภาวะทางจิต (Well-Being) การประเมินโดยรวมของบุคคลเกี่ยวกับความพึงพอใจในชีวิต ภาวะอารมณ์ทางบวก และภาวะอารมณ์ทางลบของตนเอง โดยบุคคลที่มีสุขภาวะทางจิตดี จะมีความรู้สึกทางบวกสูงกว่าความรู้สึกทางลบ เช่น มีความสุข มีอารมณ์ดีอย่างต่อเนื่อง และชอบเข้าสังคม ซึ่งสุขภาวะทางจิตในเชิงบวกนี้ส่งผลให้เกิดผลลัพธ์ที่ดีในชีวิต เช่น การบรรลุเป้าหมาย การปราศจากความเครียด การมีความสัมพันธ์ทางสังคมและการงานที่ดี รวมถึงสุขภาพกายที่สมบูรณ์ และความเป็นอยู่ที่ดี ซึ่งทั้งหมดนี้เป็นส่วนสำคัญในการสร้างสังคมที่มีคุณภาพ สุขภาวะทางจิตสามารถแบ่งออกเป็น 3 องค์ประกอบหลัก ได้แก่

องค์ประกอบที่ 1 ความพึงพอใจในชีวิต (Life Satisfaction) คือความพึงพอใจโดยรวมและความพึงพอใจในเรื่องที่สำคัญ เช่น งานและชีวิตสมรส

องค์ประกอบที่ 2 ความรู้สึกทางบวก (Positive Affect) คือการประสบกับอารมณ์ที่น่าพอใจ สบายใจ เพลิดเพลิน และรื่นรมย์

องค์ประกอบที่ 3 ความรู้สึกทางลบ (Negative Affect) คือการประสบกับอารมณ์ที่ไม่น่าพึงพอใจ ไม่สบายใจ หรือไม่รื่นรมย์ แม้จะในระดับเล็กน้อยก็ตาม

สำหรับการวัดสุขภาวะทางจิต งานวิจัยฉบับนี้ใช้มาตรวัดที่พัฒนาขึ้นตามแนวคิดของ Diener (2003) ซึ่งประกอบด้วย 2 มาตรวัดย่อย ได้แก่

มาตรวัดความพึงพอใจในชีวิตที่ใช้ในการวิจัยนี้ พัฒนาขึ้นบนพื้นฐานแนวคิดของ Diener (2000) โดยเป็นมาตรวัดแบบประเมินค่า (Rating Scale) จำนวน 5 ระดับ ได้แก่ เห็นด้วยอย่างยิ่ง, เห็นด้วย, เห็นด้วยและไม่เห็นด้วยพอๆ กัน, ค่อนข้างไม่เห็นด้วย และไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง คะแนนที่สูงกว่าบ่งชี้ถึงระดับความพึงพอใจในชีวิตที่มากกว่าแฟนคลับที่มีคะแนนต่ำกว่า

นอกจากนี้ งานวิจัยยังใช้มาตรวัดความรู้สึกทางบวกและความรู้สึกทางลบซึ่งพัฒนาขึ้นบนพื้นฐานแนวคิดของ Watson et al. (1988) โดยเป็นมาตรวัดแบบประเมินค่า (Rating Scale) จำนวน 5 ระดับ ได้แก่ มากที่สุด, มาก, ปานกลาง, น้อย และน้อยที่สุด โดยแบ่งส่วนมาตรวัดออกเป็นสองกลุ่มเท่ากัน คือ ความรู้สึกทางบวกและความรู้สึกทางลบ จากนั้นนำค่าเฉลี่ยของความรู้สึกทางบวกมาหักลบกับค่าเฉลี่ยของความรู้สึกทางลบ เพื่อดำเนินการคำนวณค่าความแตกต่าง แฟนคลับที่มีค่าความแตกต่างเป็นบวกและมีค่าสูงกว่าจะถูกตีความว่า มีความรู้สึกทางบวกมากกว่าแฟนคลับที่มีค่าความแตกต่างเป็นบวกน้อยหรือเป็นลบ

ความคลั่งไคล้ในศิลปิน (Celebrity Worship) หมายถึง พฤติกรรมหรือเจตคติที่บุคคลมีต่อศิลปินที่ตนเองชื่นชอบ คลั่งไคล้ หรือหลงใหล โดยความคลั่งไคล้นี้เป็นปฏิสัมพันธ์ทางสังคมในลักษณะที่ความจริงที่มีความรุนแรงกว่าปกติ องค์ประกอบของความคลั่งไคล้ในศิลปินแบ่งออกเป็น 3 ลักษณะ ได้แก่

ลักษณะที่ 1 การคลั่งไคล้เพื่อความบันเทิง - สังคม (Entertainment – Social Celebrity) คือ การที่บุคคลชื่นชอบศิลปินเพื่อความบันเทิง ติดตามข่าวสาร และใช้เรื่องราวของศิลปินเป็นหัวข้อสนทนาในกลุ่มสังคมของตน

ลักษณะที่ 2 การคลั่งไคล้แบบเข้มข้น - ผูกพันยึดติด (Intense – Personal Celebrity) คือการที่บุคคลเทิดทูนศิลปินในระดับที่สนใจชีวิตส่วนตัวและมีการเชื่อมโยงตนเองกับศิลปินอย่างลึกซึ้ง

ลักษณะที่ 3 การคลั่งไคล้แบบรุนแรง (Borderline – Pathological Celebrity) คือ การคลั่งไคล้ในระดับรุนแรงที่สุดจนส่งผลให้เกิดพฤติกรรมคุกคาม เช่น การสะกดรอยตาม และไม่สามารถควบคุมความคิดหรือพฤติกรรมเกี่ยวกับศิลปินได้

การวัดความคลั่งไคล้ในศิลปินในงานวิจัยฉบับนี้ ใช้แบบวัดที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นเองโดยอิงตามนิยามปฏิบัติ การและแนวคิดของ McCutcheon et al. (2002) ซึ่งประกอบด้วย 3 ลักษณะ ได้แก่ ลักษณะที่ 1 การคลั่งไคล้เพื่อความบันเทิง – สังคม (Entertainment–Social) ลักษณะที่ 2 การคลั่งไคล้แบบเข้มข้น – ผูกพันยึดติด (Intense–Personal Celebrity) และลักษณะที่ 3 การคลั่งไคล้แบบรุนแรง (Borderline–Pathological Celebrity) แบบวัดนี้เป็นมาตรวัดแบบประเมินค่า (Rating Scale) 5 ระดับ โดยมีช่วงคะแนนตั้งแต่ “ตรงกับฉันมากที่สุด” ถึง “ไม่ตรงกับฉันเลย” ตามลำดับ ผู้ตอบแบบสอบถามที่ได้คะแนนสูงกว่าจะถูกจัดว่าเป็นผู้ที่มีความคลั่งไคล้ในศิลปินมากกว่าผู้ที่ได้คะแนนต่ำกว่า

เอกลักษณ์ทางสังคม (Social Identity) หมายถึง ส่วนหนึ่งของเอกลักษณ์ส่วนบุคคลที่ได้รับการสร้างขึ้นจากการเป็นสมาชิกของกลุ่มทางสังคม ซึ่งถือเป็นแหล่งสำคัญที่ส่งเสริมสุขภาวะทางจิตและการเห็นคุณค่าในตนเอง ความสัมพันธ์ระหว่างเอกลักษณ์ส่วนบุคคลกับกลุ่มสังคมนี้อาจส่งผลต่อความมั่นคงทางจิตใจ และส่งผลต่อสุขภาวะทางจิตโดยรวมของแต่ละบุคคล เอกลักษณ์ทางสังคมจึงมีบทบาทสำคัญในกลุ่มแฟนคลับ เพราะสามารถส่งเสริมทั้งความสุขระยะยาวและความสุขทางสังคม ซึ่งเป็นองค์ประกอบหลักของจิตวิทยาเชิงบวกที่เน้นการพัฒนาสุขภาวะทางจิตอย่างยั่งยืน

การวัดเอกลักษณ์ทางสังคมในงานวิจัยฉบับนี้ ใช้แบบวัดที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นเองโดยอิงนิยามปฏิบัติและการและแนวคิดของ Reysen et al. (2017) แบบวัดดังกล่าวเป็นมาตรวัดแบบประเมินค่า (Rating Scale) 5 ระดับ โดยมีช่วงคะแนนตั้งแต่ “ตรงกับฉันมากที่สุด” ถึง “ไม่ตรงกับฉันเลย” ตามลำดับ ผู้ตอบแบบสอบถามที่ได้รับคะแนนสูงกว่าจะถูกจัดว่าเป็นผู้ที่มีเอกลักษณ์ทางสังคมสูงกว่าผู้ที่ได้รับคะแนนต่ำกว่า

การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด (Escape from Stressors) หมายถึง กระบวนการที่บุคคลใช้เพื่อจัดการหรือหลีกเลี่ยงปัญหาและความเครียดที่เกิดขึ้น รวมถึงการพยายามหลีกเลี่ยงอารมณ์ความเครียดและแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ เพื่อตอบสนองต่อความเครียดดังกล่าว เป็นความสามารถในการหลีกเลี่ยงหรือจัดการกับสิ่งที่รบกวนจิตใจหรือทำให้เกิดความทุกข์ จุดมุ่งหมายของพฤติกรรมนี้คือการลดหรือหลีกเลี่ยงความเครียดที่เกิดจากความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและสิ่งแวดล้อม

การวัดการหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียดในงานวิจัยฉบับนี้ ใช้แบบวัดที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นเอง โดยอิงนิยามปฏิบัติและการและแนวคิดจาก Reysen et al. (2017) แบบวัดดังกล่าวเป็นมาตร

วัดแบบประเมินค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ตั้งแต่ “ตรงกับฉันมากที่สุด” ถึง “ไม่ตรงกับฉันเลย” ตามลำดับ โดยผู้ตอบแบบสอบถามที่ได้คะแนนสูงกว่าจะถูกจัดว่าเป็นผู้ที่สามารถหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียดได้มากกว่าผู้ที่ได้คะแนนต่ำกว่า

เป้าหมายในชีวิต (Purpose in Life) หมายถึง แรงจูงใจที่ช่วยให้บุคคลสามารถจัดการกับสถานการณ์ต่าง ๆ ในชีวิต ลดความไม่แน่นอน และสร้างความหมายเฉพาะตัว เป้าหมายนี้เป็นระบบความคิดที่สอดคล้องกับวัฒนธรรม มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจและการกระทำของบุคคล นอกจากนี้ จุดประสงค์หรือความหมายในชีวิตที่เกิดจากความสนใจและความหลงใหลของแฟน ๆ ต่อศิลปินก็สามารถเป็นแรงจูงใจสำคัญที่ช่วยเสริมสร้างเป้าหมายและความหมายในชีวิตของแฟนคลับได้เช่นกัน

การวัดเป้าหมายในชีวิตในงานวิจัยฉบับนี้ ใช้แบบวัดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเองโดยอิงนิยามปฏิบัติการและแนวคิดจาก Reysen et al. (2017) แบบวัดดังกล่าวเป็นมาตรวัดแบบประเมินค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ตั้งแต่ “ตรงกับฉันมากที่สุด” ถึง “ไม่ตรงกับฉันเลย” ตามลำดับ โดยผู้ตอบแบบสอบถามที่ได้คะแนนสูงกว่าจะถูกจัดว่าเป็นผู้ที่มีเป้าหมายในชีวิตมากกว่าผู้ที่ได้คะแนนต่ำกว่า

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาอิทธิพลของความคลั่งไคล้ในศิลปินที่มีต่อสุขภาวะทางจิตโดยมีเอกลักษณ์ทางสังคม หลีกเลียงตัวกระตุ้นความเครียด เป้าหมายในชีวิต เป็นตัวแปรส่งผ่าน ในกลุ่มแฟนคลับวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ผู้วิจัยได้รวบรวมแนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องเพื่อใช้เป็นแนวทางในการวิจัย แบ่งออกเป็น 7 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แนวคิดพัฒนาการของวัยผู้ใหญ่ตอนต้น

ความหมายและลักษณะสำคัญของวัยผู้ใหญ่ตอนต้น

พัฒนาการของวัยผู้ใหญ่ตอนต้น

ภารกิจพัฒนาการของวัยผู้ใหญ่ตอนต้น

ส่วนที่ 2 แนวคิดสุขภาวะทางจิต

ความหมาย และองค์ประกอบของสุขภาวะทางจิต

การวัดสุขภาวะทางจิต

ส่วนที่ 3 แนวคิดความคลั่งไคล้ในศิลปิน

ความหมาย และองค์ประกอบของความคลั่งไคล้ในศิลปิน

ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความคลั่งไคล้ในศิลปิน

การวัดพฤติกรรมของความคลั่งไคล้ในศิลปิน

ส่วนที่ 4 แนวคิดปัจจัยที่สัมพันธ์เป็นตัวแปรส่งผ่านกับแฟนคลับ และสุขภาวะทางจิต

เอกลักษณ์ทางสังคม (Social Identity)

- ความหมาย และองค์ประกอบเอกลักษณ์ทางสังคม

- การวัดเอกลักษณ์ทางสังคม

การหลีกเลียงตัวกระตุ้นความเครียด (Escape from Stressors)

- ความหมาย และองค์ประกอบของการหลีกเลียงตัวกระตุ้นความเครียด

- การวัดการหลีกเลียงตัวกระตุ้นความเครียด

เป้าหมายในชีวิต (purpose in life)

- ความหมาย และองค์ประกอบเป้าหมายในชีวิต

- การวัดเป้าหมายในชีวิต

ส่วนที่ 5 ประเภทของตัวแปรที่สามที่เกี่ยวข้องในงานวิจัย

ตัวแปรอิสระรวม

ตัวแปรบรรกวน

ตัวแปรกด

ตัวแปรบิดเบือน

ตัวแปรส่งผ่าน

ตัวแปรกำกับ

ส่วนที่ 6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ความสัมพันธ์ระหว่างความคลั่งไคล้ศิลปิน กับสุขภาวะทางจิต

ความสัมพันธ์ระหว่างเอกลักษณ์ทางสังคมกับสุขภาวะทางจิต

ความสัมพันธ์ระหว่าง เป้าหมายในชีวิต การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด และ

สุขภาวะทางจิต

ส่วนที่ 7 กรอบแนวคิดของงานวิจัย

ส่วนที่ 8 สมมติฐานของการวิจัย

ส่วนที่ 1 แนวคิดพัฒนาการของวัยผู้ใหญ่ตอนต้น

ความหมายและลักษณะสำคัญของวัยผู้ใหญ่ตอนต้น

วัยผู้ใหญ่ (Adulthood) หมายถึงช่วงชีวิตที่เกิดขึ้นหลังจากพ้นวัยรุ่น โดยทั่วไปครอบคลุมช่วงอายุประมาณ 20 ถึง 60 ปี ซึ่งเป็นช่วงเวลาที่ยาวนานและซับซ้อนที่สุดในวงจรชีวิตมนุษย์ ครอบคลุมการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม โดยในบริบทของประเทศไทย วัยผู้ใหญ่ตอนต้นเริ่มต้นที่อายุ 20 ปี ซึ่งถือเป็นวัยที่กฎหมายไทยกำหนดให้บุคคลมีวุฒิภาวะเต็มทีในการดำเนินชีวิตในสังคม (ประณต เค้าฉิม, 2549)

นักจิตวิทยาได้แบ่งช่วงวัยผู้ใหญ่ออกเป็น 3 ระยะ ได้แก่ (Papalia et al., 2021)

ระยะที่ 1 วัยผู้ใหญ่ตอนต้น (Early Adulthood): อายุระหว่าง 20 – 40 ปี เป็นช่วงที่บุคคลมีพัฒนาการด้านร่างกายและสติปัญญาสูงสุด และเริ่มรับบทบาทในชีวิต เช่น การทำงาน การสร้างครอบครัว และการเข้าสังคม

ระยะที่ 2 วัยผู้ใหญ่ตอนกลาง (Middle Adulthood): อายุ 40 – 60 ปี เป็นช่วงที่ร่างกายเริ่มเสื่อมถอย บุคคลมีความมั่นคงทางอาชีพและชีวิตส่วนตัว

ระยะที่ 3 วัยผู้ใหญ่ตอนปลาย (Late Adulthood): อายุ 60 ปีขึ้นไป เป็นช่วงของการเข้าสู่วัยสูงอายุที่ต้องปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงของร่างกายและบทบาททางสังคม

การศึกษาวิจัยนี้มุ่งเน้นที่กลุ่มวัยผู้ใหญ่ตอนต้น เนื่องจากบุคคลในช่วงวัยนี้อยู่ในระยะของการสร้างรากฐานชีวิต ต้องเผชิญกับความตึงเครียดจากการทำงาน การเงิน และความสัมพันธ์ ซึ่งล้วนส่งผลต่อสุขภาวะทางจิตโดยตรง ทั้งยังเป็นวัยที่บุคคลเริ่มแสวงหาอัตลักษณ์ ความมั่นคงในชีวิต และเป้าหมายระยะยาว

ตามทฤษฎีพัฒนาการทางจิตสังคมของ Erikson (1986) วัยผู้ใหญ่ตอนต้นอยู่ในขั้นพัฒนาการที่ 6 คือ "ความใกล้ชิดสนิทสนมกับผู้อื่น หรือ การแยกตัว" (Intimacy vs. Isolation) ซึ่งสะท้อนถึงความสามารถในการสร้างความสัมพันธ์ที่มีความลึกซึ้ง เช่น มิตรภาพและความรัก การบรรลุเป้าหมายในขั้นนี้มีความสัมพันธ์กับการมีสุขภาวะทางจิตที่มั่นคงและยั่งยืน

Havighurst (1972) ได้เสนอภารกิจพัฒนาการในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้นไว้ว่า ประกอบด้วย การเลือกคู่ครอง การเริ่มต้นครอบครัว การพัฒนาอาชีพ และการมีบทบาทที่ชัดเจนในสังคม ซึ่งหากบุคคลสามารถปรับตัวและปฏิบัติต่อภารกิจเหล่านี้ได้อย่างเหมาะสม จะส่งผลให้มีความพึงพอใจในชีวิตและสุขภาพจิตที่ดี

ในขณะเดียวกัน Levinson (1978) ได้อธิบายวัยผู้ใหญ่ตอนต้นว่าเป็น "ระยะของการสร้างโครงสร้างชีวิต" (Building a Life Structure) ซึ่งเป็นกระบวนการสำคัญในการกำหนดทิศทางชีวิต บุคคลจะตัดสินใจเกี่ยวกับงาน ความสัมพันธ์ และเป้าหมายในชีวิตช่วงระยะยาว การพัฒนาความมั่นคงในอัตลักษณ์ส่วนบุคคลในช่วงเวลานี้มีความสัมพันธ์กับความสามารถในการเผชิญกับความเครียดและความกดดันจากสังคม

ด้วยเหตุนี้ การศึกษาสุขภาวะทางจิตในกลุ่มวัยผู้ใหญ่ตอนต้นจึงมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง โดยเฉพาะในบริบทของกลุ่มแฟนคลับ ซึ่งพบว่าความคลั่งไคล้ในศิลปินอาจมีบทบาทสำคัญในการพัฒนาเอกลักษณ์ทางสังคม การจัดการกับความเครียด และการกำหนดเป้าหมายชีวิต ทั้งนี้ กลไกเหล่านี้ล้วนเป็นปัจจัยส่งเสริมสุขภาวะทางจิตในกลุ่มวัยผู้ใหญ่ตอนต้นอย่างมีนัยสำคัญ

พัฒนาการของผู้ใหญ่ตอนต้น

การวิจัยในครั้งนี้มุ่งศึกษากลุ่มแฟนคลับที่อยู่ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ซึ่งกำหนดช่วงอายุระหว่าง 20 – 35 ปี โดยช่วงวัยนี้ถือเป็นระยะที่บุคคลมีความพร้อมทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม และอยู่ในช่วงการเปลี่ยนผ่านจากวัยรุ่นไปสู่ผู้ใหญ่ที่มีความรับผิดชอบมากยิ่งขึ้น (Arnett, 2000; ประณต คำจิเม, 2549) พัฒนาการในช่วงวัยนี้สามารถจำแนกออกเป็นหลายด้าน ดังนี้

พัฒนาการทางด้านร่างกาย วัยผู้ใหญ่ตอนต้นเป็นช่วงที่สภาพร่างกายของบุคคล มีความสมบูรณ์แข็งแรงที่สุด อวัยวะต่าง ๆ ทั้งภายนอกและภายในมีการเจริญเติบโตเต็มที่ รวมถึงความสามารถด้านประสาทสัมผัส เช่น การมองเห็น การได้ยิน การลิ้มรส และการรับกลิ่นอยู่ในระดับสูงสุด (Santrock, 2017) ความสามารถในการเคลื่อนไหว ความไว และความตื่นตัวของระบบประสาทอยู่ในระดับสูงสุดเช่นกัน อย่างไรก็ตาม การรักษาสุขภาพในช่วงวัยนี้ขึ้นอยู่กับพฤติกรรมสุขภาพของแต่ละบุคคล เช่น พฤติกรรมการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การสูบบุหรี่ การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ รวมไปถึงปัจจัยด้านเศรษฐกิจและสังคม (Papalia & Martorell, 2015)

สุขภาพร่างกายของบุคคลยังส่งผลต่อภาวะทางจิตใจและพฤติกรรมการใช้ชีวิต กล่าวคือ ความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อสภาพร่างกายของตนเอง จะมีผลต่อพฤติกรรมที่แสดงออก และสิ่งที่บุคคลกระทำก็จะสะท้อนกลับมาถึงความรู้สึกที่มีต่อตนเองอีกด้วย (Feist et al., 2018)

พัฒนาการทางด้านสังคม ในด้านสังคม วัยผู้ใหญ่ตอนต้นเป็นช่วงเวลาที่บุคคลเริ่มเข้าสู่สถานภาพใหม่ในสังคม เช่น การเข้าสู่ตลาดแรงงาน การสร้างครอบครัว หรือการมีความสัมพันธ์ระยะยาว ซึ่งเป็นการเปลี่ยนผ่านจากกลุ่มเพื่อนในวัยเรียนไปสู่การสร้างเครือข่ายทางสังคมที่มีบทบาทสำคัญต่อชีวิต (Levinson, 1978)

ตามทฤษฎีพัฒนาการของ Erikson (1986) วัยผู้ใหญ่ตอนต้นอยู่ในขั้นพัฒนาการที่ 6 ซึ่งเรียกว่า "ความใกล้ชิดสนิทสนมกับผู้อื่นหรือการแยกตัว" (Intimacy vs. Isolation) โดยบุคคลในวัยนี้จะเริ่มแสวงหาความสัมพันธ์ที่ลึกซึ้ง มีความรัก ความผูกพัน และมีมิตรภาพกับผู้อื่น หากสามารถสร้างความสัมพันธ์ที่มั่นคงได้ จะส่งผลให้บุคคลรู้สึกมั่นใจ ไว้วางใจ และได้รับการยอมรับในกลุ่มสังคม ในทางกลับกัน หากบุคคลไม่สามารถสร้างหรือรักษาความสัมพันธ์ได้ อาจเกิดความรู้สึกโดดเดี่ยว แยกตัว หรือหลงรักตนเองอย่างรุนแรง (narcissism) ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตในระยะยาว (Erikson, 1986; Feist et al., 2018)

ดังนั้น ช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้นจึงเป็นระยะเวลาที่สำคัญในการวางรากฐานของเอกลักษณ์ทางสังคม การสร้างเสถียรภาพทางอารมณ์ และการเชื่อมโยงตนเองกับผู้อื่น ซึ่งมีบทบาทสำคัญต่อการพัฒนา "สุขภาพทางจิต" โดยเฉพาะในบริบทของกลุ่มแฟนคลับ ที่มักจะมีการปฏิสัมพันธ์ทั้งในโลกจริงและโลกออนไลน์ผ่านกลุ่มคนที่มีความสนใจร่วมกัน

พัฒนาการทางด้านอารมณ์ วัยผู้ใหญ่ตอนต้นถือเป็นช่วงชีวิตที่บุคคลมีความมั่นคงทางอารมณ์มากกว่าวัยรุ่น โดยสามารถควบคุมและจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้ดีขึ้น มีการยับยั้งชั่งใจ ใช้เหตุผลประกอบการแสดงออก และแสดงความเข้าใจต่อความรู้สึกของผู้อื่น ซึ่งส่งเสริมให้เกิดการสร้างความสัมพันธ์ที่มั่นคงในสังคม (Papalia & Martorell, 2015) บุคคลในวัยนี้มักมีความสามารถ

ในการระงับอารมณ์รุนแรง เช่น ความโกรธ ความหงุดหงิด หรือแรงกระตุ้นเร่งเร้า และสามารถแสดงอารมณ์อย่างเหมาะสมในแต่ละสถานการณ์ โดยเฉพาะเมื่อเกี่ยวข้องกับบุคคลอื่น

Berg และ Sternberg (1985) ชี้ให้เห็นว่า วัยผู้ใหญ่ตอนต้นเป็นช่วงที่บุคคลมีความต้องการสร้างความสัมพันธ์ที่ลึกซึ้งและยั่งยืน เช่น การใช้ชีวิตคู่ หรือการแต่งงาน ความรักในวัยนี้ไม่ได้อยู่ที่เพียงอารมณ์ความหลงใหล แต่รวมถึงความผูกพัน ความไว้วางใจ และความรับผิดชอบต่อกัน

นอกจากนี้ ความสามารถในการควบคุมกลไกการป้องกันตนเอง (Defense Mechanisms) ก็เปลี่ยนแปลงไปจากวัยรุ่น กล่าวคือ บุคคลวัยผู้ใหญ่ตอนต้นมักใช้กลไกเชิงวุฒิภาวะมากขึ้น เช่น การหาเหตุผลเข้าข้างตนเอง (rationalization) หรือการมีวิจารณ์ญาณ มากกว่าการใช้กลไกที่ไม่เหมาะสมในวัยรุ่น เช่น การเก็บกดอารมณ์ (repression) หรือการหลีกหนีความจริงผ่านจินตนาการ (fantasy) (ทิพย์ภา เชษฐุ์เชาวลิต, 2541)

พัฒนาการทางสติปัญญา ในด้านพัฒนาการทางสติปัญญา วัยผู้ใหญ่ตอนต้นอยู่ในช่วงขั้นสุดท้ายของการพัฒนาทางความคิดตามแนวคิดของเพียเจต์ (Piaget's Theory) โดยอยู่ในระยะที่เรียกว่า Formal Operational Stage ซึ่งเป็นช่วงที่บุคคลสามารถคิดเชิงนามธรรมได้ดี มีการใช้เหตุผลแบบเป็นระบบ มีความยืดหยุ่นทางความคิด และสามารถพิจารณาปัญหาจากหลากหลายมุมมอง (Papalia et al., 1995)

บุคคลในช่วงวัยนี้มักพัฒนา “การคิดแบบผสมผสาน” (Integrative Thought) ซึ่งหมายถึง การผนวกความรู้ ประสบการณ์ และคุณค่าทางสังคมเข้าด้วยกันเพื่อนำไปสู่การตัดสินใจอย่างมีเหตุผล สามารถวิเคราะห์ปัญหาที่ซับซ้อน และปรับตัวต่อสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงได้ดี (Santrock, 2017)

ความสนใจในวัยนี้มักขยายไปสู่ประเด็นเกี่ยวกับภาพลักษณ์ ความมั่นคงทางการเงิน และสถานะทางสังคม เช่น การเลือกซื้อเสื้อผ้า การดูแลรูปร่าง การวางแผนการเงิน หรือการเลือกทรัพย์สินที่สะท้อนสถานภาพ เช่น รถยนต์ บ้าน และการท่องเที่ยว ทั้งนี้ยังรวมถึงความสนใจในกิจกรรมที่ช่วยผ่อนคลายความเครียดจากภาระหน้าที่ เช่น การเข้าสังคม ออกกำลังกาย หรือกิจกรรมเพื่อสุขภาวะจิตใจ (Feist, Feist, & Roberts, 2018) การแบ่งช่วงอายุวัยผู้ใหญ่ตอนต้น

Havighurst (1997) ได้กล่าวไว้ว่า วัยผู้ใหญ่ตอนต้นคือ บุคคลที่มีอายุระหว่าง 20 – 35 ปี ซึ่งเป็นช่วงของชีวิตที่ร่างกายแข็งแรงเต็มที่ สติปัญญา อารมณ์ และสังคมมีการพัฒนาการที่ค่อนข้างสมบูรณ์ และสามารถรับมือกับสถานการณ์ต่าง ๆ ทางสังคม รวมถึงการดำเนินชีวิตร่วมกัน

บุคคลอื่น วัยผู้ใหญ่ตอนต้นเป็นวัยที่เริ่มสร้างครอบครัว เข้าสู่ช่วงทำงาน มีรายได้ และเป็นแบบอย่างให้กับวัยรุ่น และเยาวชน

ภารกิจพัฒนาการของวัยผู้ใหญ่ตอนต้น

Havighurst (1956) ได้เสนอว่า ภารกิจพัฒนาการในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้นมีศูนย์กลางอยู่ที่ความคาดหวังและบทบาททางสังคม ซึ่งมีอิทธิพลต่อเพศชายและเพศหญิงตั้งแต่ก่อนก้าวเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ ภารกิจเหล่านี้สะท้อนถึงการเปลี่ยนผ่านสู่บทบาทของผู้ใหญ่ที่มีความรับผิดชอบมากขึ้น ภารกิจสำคัญได้แก่ การเลือกคู่ครองและสร้างความสัมพันธ์กับเพื่อนสนิท การเรียนรู้บทบาทของคู่ครองในฐานะสามีหรือภรรยา รวมถึงการใช้ชีวิตร่วมกันในครอบครัว การมีหน้าที่ในการเลี้ยงดูบุตร และการเริ่มต้นสร้างฐานะทางเศรษฐกิจ เช่น การแสวงหาที่พักอาศัยหรือบ้านของตนเอง รวมทั้งการตั้งมั่นในอาชีพที่มั่นคง และการสร้างความสัมพันธ์กับกลุ่มสังคมที่เหมาะสมและสอดคล้องกับบุคลิกภาพและความสนใจของตน

ภารกิจเหล่านี้นับเป็นการตอบสนองต่อความคาดหวังของสังคมและบทบาทหน้าที่ของผู้ใหญ่ตอนต้นอย่างครบถ้วน ทั้งยังสะท้อนถึงการพัฒนาตนเองและการสร้างความสุขในชีวิต การบรรลุภารกิจพัฒนาการนี้จะช่วยให้บุคคลมีความพึงพอใจในตนเอง ส่งเสริมสุขภาวะทางจิตเชิงบวก และมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น (Santrock, 2017) นอกจากนี้ การสำเร็จในภารกิจเหล่านี้ยังส่งผลโดยตรงต่อความก้าวหน้าและความสำเร็จในชีวิต ทั้งในด้านอาชีพ การเงิน และความสัมพันธ์ส่วนตัว

ในทางตรงกันข้าม หากวัยผู้ใหญ่ตอนต้นไม่สามารถผ่านพ้นภารกิจเหล่านี้ได้สำเร็จ อาจส่งผลให้เกิดความเครียดเรื้อรัง เหนื่อยล้า ทั้งทางร่างกายและจิตใจ ซึ่งถือเป็น “วิกฤตพัฒนาการ” ที่สำคัญในวัยนี้ และอาจส่งผลกระทบต่อสุขภาวะทางจิตและคุณภาพชีวิตโดยรวม (Erikson, 1986)

ดังนั้น การศึกษาภารกิจพัฒนาการในวัยผู้ใหญ่ตอนต้นจึงเป็นสิ่งจำเป็นเพื่อเข้าใจปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาวะทางจิตและการปรับตัวในชีวิตประจำวัน โดยเฉพาะในกลุ่มประชากรวัยผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีบทบาทหลากหลายและความท้าทายทั้งในด้านสังคม อารมณ์ และสติปัญญา

ส่วนที่ 2 แนวคิดสุขภาวะทางจิต

ความหมายของสุขภาวะทางจิต

แนวคิดเรื่องสุขภาวะทางจิตมีจุดเริ่มต้นจากการศึกษาในวงการแพทย์และการวางนโยบายของภาครัฐ เพื่อประเมินปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพทั้งทางร่างกายและจิตใจ รวมถึงการป้องกันและรักษาโรคที่เกิดขึ้นในบุคคล (นงเยาว์ อรุณศิริวงศ์, 2557) อย่างไรก็ตาม แนวคิดนี้ได้

พัฒนาไปไกลกว่าการเน้นเฉพาะโรคภัยไข้เจ็บ โดยให้ความสำคัญกับความรู้สึกพึงพอใจในชีวิต และการลดความเครียดหรือความเจ็บปวด ซึ่งถือเป็นพื้นฐานธรรมชาติของมนุษย์ที่มุ่งหาความสุข และความสมดุลในชีวิต (นงเยาว์ อรุณศิริวงศ์, 2557)

นอกจากวงการแพทย์แล้ว แนวคิดสุขภาวะทางจิตยังได้รับความสนใจอย่างกว้างขวาง ในศาสตร์อื่น ๆ เช่น จิตวิทยา สังคมศาสตร์ และวิทยาศาสตร์สุขภาพ ซึ่งมองว่าสุขภาวะทางจิต เป็นรากฐานสำคัญที่ช่วยส่งเสริมการพัฒนาตนเอง การบรรลุเป้าหมายชีวิต และการดำเนินชีวิต อย่างมีความสุขอย่างแท้จริง (Jongudomkarn, 2017)

นักวิชาการหลายท่านได้พยายามกำหนดนิยามของสุขภาวะทางจิตให้ครอบคลุมมิติ ทั้งทางความคิดและอารมณ์อย่างชัดเจน เช่น

Diener (2000) อธิบายว่าสุขภาวะทางจิตหมายถึงการประเมินโดยรวมของบุคคล เกี่ยวกับชีวิตของตนเอง ซึ่งรวมทั้งความคิดและความรู้สึก บุคคลที่มีสุขภาวะทางจิตดีจะสามารถ รักษาสมดุลระหว่างความรู้สึกทางบวกและลบได้ โดยมีความรู้สึกทางบวกมากกว่าความรู้สึกทางลบ ส่งผลให้เกิดความสุขที่แท้จริงในชีวิต

ต่อมาในปี 2009 Diener ได้เพิ่มเติมว่า สุขภาวะทางจิตหมายถึงการประเมินภาพรวม ของชีวิตในหลายมิติ เช่น การบรรลุเป้าหมายส่วนบุคคล การทำงาน ความสัมพันธ์ในครอบครัว และความรู้สึกทางอารมณ์ที่เกิดขึ้นกับตนเอง (Diener, 2009)

ในทางเดียวกัน พัทรี ศุภดิษฐ์ (2551) พบว่าผู้ที่มีสุขภาวะทางจิตสูงมักมีความสุขใน ชีวิต ชอบเข้าสังคม และมีความคิดสร้างสรรค์สูงกว่าผู้ที่มีสุขภาวะทางจิตต่ำ อีกทั้งยังสามารถ รับมือและหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียดได้ดีกว่า

นอกจากนี้ Richards et al. (2000) มองว่าสุขภาวะทางจิตเป็นความเข้มแข็งภายใน ที่ช่วยให้บุคคลสามารถหลีกเลี่ยงและจัดการกับตัวกระตุ้นความเครียด โดยแบ่งสุขภาวะทางจิต ออกเป็น 6 มิติ ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านจิตวิญญาณ ด้านปัญญา ด้านสังคม ด้านอารมณ์ และด้าน จิตใจ ซึ่งแต่ละมิติสัมพันธ์และส่งเสริมกันอย่างมีประสิทธิภาพ

Jahoda (1958) ให้ความหมายของสุขภาวะทางจิตว่า คือ ความสามารถของบุคคลใน การปรับตัวอย่างเหมาะสมและมีประสิทธิภาพต่อการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในชีวิต รวมถึงสามารถ เผชิญกับปัญหาและหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียดได้อย่างสมดุล บุคคลที่มีสุขภาวะทางจิตดีจะ สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างปกติและรู้สึกร่าเริงมีความสุข Jahoda แบ่งองค์ประกอบของสุขภาวะ ทางจิตออกเป็น 6 ด้าน ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง, ความมั่งคั่งส่วนบุคคล, อิสระแห่งตน, ความสามารถในการควบคุมสิ่งแวดล้อม, การผสมผสานทางบุคลิกภาพ, และ การรับรู้ความเป็นจริง

ในทำนองเดียวกัน Ryff (1989) ได้พัฒนาแนวคิดเรื่องสุขภาวะทางจิตโดยเน้นความรู้สึกทางบวกและแบ่งออกเป็น 6 องค์ประกอบที่สัมพันธ์กัน ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง, มีเป้าหมายในชีวิต, เอกลักษณะทางสังคม, ความสามารถในการควบคุมสิ่งแวดล้อม, ความมองงามส่วนบุคคล, และอิสระแห่งตน ผู้ที่มีสุขภาวะทางจิตดีจะมีพัฒนาการทางจิตใจที่สมบูรณ์ มีความพึงพอใจในชีวิต และสามารถประเมินสถานการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตได้อย่างเหมาะสม ทั้งในอดีตและปัจจุบัน

ในขณะที่ Monnot และ Beehr (2014) ให้ความหมายของสุขภาวะทางจิตในเชิงพฤติกรรมว่าเป็นศูนย์กลางของพฤติกรรมมนุษย์ที่สะท้อนความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับเป้าหมายหรือความต้องการในชีวิต ซึ่งเชื่อมโยงกับความเชื่อคุณค่าและทัศนคติของบุคคลด้วย

Brüde (2007) ได้ให้ความหมายของสุขภาวะทางจิตในบริบทของการมีชีวิตที่ดี โดยอ้างอิงจากนิยามของนักปรัชญาที่เน้น “คุณค่าสุดท้าย” (Final Value) ของบุคคล โดยแบ่งออกเป็น 3 ประเด็นสำคัญ ดังนี้

ประเด็นที่ 1 การมีชีวิตที่ดีจะให้คุณค่าในเชิงบวกแก่บุคคล (Positive Evaluation) หมายถึง บุคคลจะมีความพึงพอใจในชีวิตเมื่อมีสุขภาวะทางจิตในเชิงบวก

ประเด็นที่ 2 การมีชีวิตที่ดีทำให้บุคคลเห็นคุณค่าในตนเอง

ประเด็นที่ 3 การมีชีวิตที่ดีมุ่งเน้นผลลัพธ์สุดท้ายที่นำไปสู่ความสุข มากกว่าการมองแค่กระบวนการหรือวิธีการดำเนินชีวิต

ดังนั้น การมีชีวิตที่ดีจึงหมายถึง การมีสุขภาวะทางจิตในเชิงบวกและได้รับคุณค่าเชิงบวกในชีวิตอย่างแท้จริง

ในทางจิตวิทยา อมราพร สุรกาน และณัฐวุฒิ อรินทร์ (2557) ได้นิยามสุขภาวะทางจิตว่าเป็นปัจจัยทางจิตวิทยาและคุณลักษณะส่วนบุคคลที่ส่งผลให้บุคคลสามารถปรับตัวและแก้ไขปัญหาที่พบเจอในชีวิตได้อย่างเหมาะสม โดยแบ่งสุขภาวะทางจิตออกเป็น 4 องค์ประกอบหลักได้แก่

องค์ประกอบที่ 1 ความหวัง หมายถึง ความเชื่อมั่นในตนเองว่าบุคคลสามารถบรรลุเป้าหมายในชีวิตได้ พร้อมทั้งมีความมุ่งมั่นและแรงจูงใจในเป้าหมายนั้น

องค์ประกอบที่ 2 การมองโลกในแง่ดี หมายถึง ความสามารถในการสร้างความเชื่อมั่นต่อตนเองว่าความสำเร็จจะเกิดขึ้นทั้งในปัจจุบันและอนาคต

องค์ประกอบที่ 3 ความมั่นใจในความสามารถของตนเอง หมายถึง การประเมินและรับรู้สมรรถนะของตนเองอย่างชัดเจน บุคคลที่มีความมั่นใจสูงมักมีแรงจูงใจและพยายามที่จะประสบความสำเร็จมากกว่าผู้ที่รับรู้ความสามารถของตนเองต่ำ

องค์ประกอบที่ 4 การปรับฟื้นคืน หมายถึง ความสามารถในการฟื้นฟูและปรับตัวให้กลับสู่สภาพเดิมหลังเผชิญกับปัญหาและอุปสรรคในชีวิต

องค์ประกอบทั้ง 4 นี้ถือเป็นปัจจัยสำคัญที่สนับสนุนให้บุคคลมีสุขภาวะทางจิตที่ดี และสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุขและสมดุล

สุขภาวะทางจิตเป็นแนวคิดที่มีความซับซ้อนและครอบคลุมหลายมิติของประสบการณ์มนุษย์ ซึ่งนักวิจัยและนักวิชาการได้พยายามอธิบายองค์ประกอบที่สำคัญที่ส่งผลต่อการรับรู้และความพึงพอใจในชีวิตอย่างต่อเนื่อง โดย Diener et al. (1985) และ Lyubomirsky and Lepper (1999) ได้นิยามสุขภาวะทางจิตไว้ว่า ประกอบด้วย 3 องค์ประกอบหลัก ได้แก่

องค์ประกอบที่ 1 ความรู้สึกทางบวก (Positive Affect) ซึ่งหมายถึงการที่บุคคลประสบกับอารมณ์และความรู้สึกที่พึงพอใจ เช่น ความสุข ความรื่นรมย์ และความเพลิดเพลินในชีวิตประจำวัน โดยความรู้สึกเหล่านี้เป็นตัวชี้วัดความเป็นอยู่ที่ดีของบุคคลในเชิงอารมณ์และจิตใจ

องค์ประกอบที่ 2 การปราศจากความรู้สึกทางลบ (Negative Affect) หมายถึงการที่บุคคลมีอารมณ์หรือความรู้สึกที่ไม่พึงประสงค์ เช่น ความวิตกกังวล ความโศกเศร้า หรือความเครียด ในระดับที่ต่ำ ซึ่งการลดทอนความรู้สึกทางลบถือเป็นส่วนสำคัญในการรักษาสมดุลทางอารมณ์ และช่วยให้บุคคลสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ

องค์ประกอบที่ 3 ความพึงพอใจในชีวิต (Life Satisfaction) เป็นการประเมินโดยรวมของบุคคลเกี่ยวกับความพึงพอใจในชีวิตของตนเองในหลายด้าน อาทิ ความสัมพันธ์กับครอบครัว การงาน และชีวิตคู่ ซึ่งเป็นตัวบ่งชี้ความสุขในภาพรวมและความรู้สึกที่ชีวิตมีคุณค่าและมีความหมาย

ต่อมา Diener (2000) ได้เพิ่มเติมองค์ประกอบอีกหนึ่งประการ คือ ความพึงพอใจกับด้านต่าง ๆ (Satisfaction with Important Domains) ซึ่งขยายขอบเขตของการวัดสุขภาวะทางจิตให้ครอบคลุมมากขึ้น โดยพิจารณาความพึงพอใจในหลายมิติของชีวิต เช่น ด้านอาชีพ การเงิน สุขภาพ และความสัมพันธ์ส่วนตัว เพื่อสะท้อนความหลากหลายของประสบการณ์ชีวิตและความสำคัญของแต่ละด้านที่มีผลต่อความสุขโดยรวมของบุคคล

ในขณะเดียวกัน Gallup (2014) ได้นำเสนอโมเดลสุขภาวะทางจิตที่มีองค์ประกอบเชิงสังคมและสิ่งแวดล้อมเพิ่มขึ้น โดยแบ่งสุขภาวะทางจิตออกเป็น 5 ด้านหลัก ได้แก่

1. ด้านจุดมุ่งหมาย (Purpose) ที่เน้นถึงความรู้สึกว่าชีวิตมีความหมายและเป้าหมายที่ชัดเจน รวมถึงแรงจูงใจที่จะดำเนินชีวิตเพื่อไปสู่เป้าหมายเหล่านั้น ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งเสริมให้บุคคลมีสุขภาวะทางจิตที่ดีและยั่งยืน

2. ด้านสังคม (Social) ซึ่งครอบคลุมความสัมพันธ์ทางสังคมที่ใกล้ชิดและได้รับการสนับสนุนจากบุคคลรอบข้าง ความเชื่อมโยงและการมีเครือข่ายทางสังคมที่มั่นคงช่วยลดความเครียด และเพิ่มความรู้สึกเป็นที่ยอมรับในสังคม
3. ด้านการเงิน (Financial) ที่หมายถึงการมีทรัพยากรทางการเงินที่เพียงพอสำหรับการดำรงชีวิตอย่างมั่นคงและสามารถตอบสนองความต้องการพื้นฐานได้
4. ด้านชุมชน (Community) ซึ่งหมายถึงความรู้สึกปลอดภัยในพื้นที่ที่อยู่อาศัย ความรู้สึกเชื่อมโยงกับชุมชนและเพื่อนบ้าน ตลอดจนความพึงพอใจในสิ่งแวดล้อมทางกายภาพของตน
5. ด้านกายภาพ (Physical) ซึ่งเน้นการมีสุขภาพร่างกายที่ดีและสมบูรณ์ โดยสุขภาพร่างกายที่ดีส่งผลโดยตรงต่อความสามารถในการทำกิจกรรมต่าง ๆ และส่งเสริมความรู้สึกทางบวกในชีวิต

องค์ประกอบเหล่านี้สะท้อนให้เห็นว่าสุขภาวะทางจิตไม่ได้เป็นเพียงแค่เรื่องของอารมณ์หรือความรู้สึกภายในเท่านั้น แต่ยังเชื่อมโยงกับปัจจัยภายนอกทั้งในระดับสังคม สิ่งแวดล้อม และทรัพยากรส่วนบุคคล ซึ่งล้วนมีบทบาทสำคัญในการส่งเสริมและรักษาสุขภาวะทางจิตของบุคคลอย่างสมดุลและยั่งยืน

โดยสรุป สุขภาวะทางจิต (Well-Being) หมายถึง การประเมินโดยรวมของบุคคลเกี่ยวกับความพึงพอใจในชีวิต ภาวะอารมณ์เชิงบวก และความรู้สึกเชิงลบ ซึ่งบุคคลที่มีสุขภาวะทางจิตที่ดีจะมีประสบการณ์ทางอารมณ์เชิงบวกมากกว่าความรู้สึกเชิงลบ โดยมีลักษณะเด่นในด้านความสุข ความสามารถในการสร้างและรักษาความสัมพันธ์ทางสังคมที่มีคุณภาพ บรรลุเป้าหมายส่วนบุคคล รวมทั้งมีสุขภาพร่างกายที่ดี และใช้ชีวิตอย่างสมดุลและมีความหมายในบริบททางสังคมและวัฒนธรรมของตนเอง

จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องทั้งใน และต่างประเทศของสุขภาวะทางจิตจากนักวิชาการหลายท่าน ผู้วิจัยจึงสรุปได้ว่า สุขภาวะทางจิต (Well-Being) คือ การประเมินภาพรวมของบุคคลต่อความพึงพอใจในชีวิตโดยรวม ภาวะอารมณ์เชิงบวก และภาวะอารมณ์เชิงลบของตนเอง โดยบุคคลที่มีสุขภาวะทางจิตสูงจะมีอารมณ์เชิงบวกอยู่ในระดับสูงกว่าความรู้สึกเชิงลบอย่างชัดเจน เช่น บุคคลที่มีความสุข บุคคลที่มีอารมณ์เชิงบวกเฉลี่ยสูงเป็นระยะเวลานาน หรือบุคคลที่มีความโน้มเอียงเข้าสังคม เป็นต้น

นอกจากนี้ การมีสุขภาวะทางจิตเชิงบวกยังส่งผลต่อผลลัพธ์ที่ดีในชีวิต อาทิ การบรรลุเป้าหมายส่วนตัว การมีชีวิตที่ปราศจากความเครียดและปัญหา มีความสัมพันธ์ทางสังคมที่ดี มีความก้าวหน้าในหน้าที่การงาน รวมถึงความสมบูรณ์ในชีวิตคู่ ซึ่งทั้งหมดนี้ส่งผลให้บุคคลมี

สุขภาพร่างกายที่ดีและความเป็นอยู่ที่ดีอย่างยั่งยืน ซึ่งสุขภาวะทางจิตถือเป็นปัจจัยสำคัญต่อการพัฒนาสังคมโดยรวม

องค์ประกอบหลักของสุขภาวะทางจิตสามารถแบ่งออกเป็น 3 ด้าน คือ ด้านที่ 1 ความพึงพอใจในชีวิต (Life satisfaction) หมายถึง ความรู้สึกพึงพอใจโดยรวม รวมถึงความพึงพอใจในเรื่องสำคัญ เช่น งานและชีวิตสมรส ด้านที่ 2 ความรู้สึกเชิงบวก (Positive affect) หมายถึง การประสบกับอารมณ์และความรู้สึกที่น่าพึงพอใจ เช่น ความสบายใจ ความรื่นรมย์ และความเพลิดเพลิน และด้านที่ 3 ความรู้สึกเชิงลบ (Negative affect) หมายถึง การประสบกับอารมณ์และความรู้สึกที่ไม่น่าพึงพอใจ เช่น ความไม่สบายใจ ความไม่รื่นรมย์ หรือความรู้สึกไม่เพลิดเพลินในระดับต่ำ

การวัดสุขภาวะทางจิต

สุขภาวะทางจิต (Well-Being) เป็นแนวคิดที่ได้รับความสนใจอย่างกว้างขวางในงานวิจัยด้านจิตวิทยาและสังคมศาสตร์ โดยสุขภาวะทางจิตหมายถึงการประเมินโดยรวมของบุคคลต่อความพึงพอใจในชีวิต ประสบการณ์ทางอารมณ์เชิงบวกและลบ ซึ่งสะท้อนถึงคุณภาพชีวิตในเชิงจิตใจของแต่ละบุคคล ในบริบทนี้ นักวิจัยหลายท่านได้พัฒนาแบบวัดเพื่อวัดและประเมินองค์ประกอบต่าง ๆ ของสุขภาวะทางจิตอย่างเป็นระบบและมีความน่าเชื่อถือ

Diener (2000) เป็นหนึ่งในนักวิจัยที่มีบทบาทสำคัญในการศึกษาสุขภาวะทางจิต โดยได้พัฒนาแบบวัดที่ครอบคลุม 3 องค์ประกอบหลัก คือ (1) ความรู้สึกทางบวก (Positive Affect) หมายถึง การประสบกับอารมณ์และความรู้สึกที่น่าพึงพอใจ เช่น ความสุข ความเบิกบานใจ และความรื่นรมย์ (2) การปราศจากความรู้สึกทางลบ (Negative Affect) ซึ่งหมายถึงการมีอารมณ์และความรู้สึกที่ไม่น่าพึงพอใจ เช่น ความโกรธ ความเศร้า หรือความวิตกกังวลในระดับต่ำ และ (3) ความพึงพอใจในชีวิต (Life Satisfaction) ที่สะท้อนถึงความรู้สึกพึงพอใจโดยรวมต่อชีวิตของบุคคล รวมถึงความพึงพอใจในด้านสำคัญ เช่น งาน ความสัมพันธ์ในครอบครัว และชีวิตคู่

เพื่อวัดองค์ประกอบเหล่านี้ Diener และคณะ (1993) ได้พัฒนาเครื่องมือที่ชื่อว่า Satisfaction with Life Scale (SWLS) ซึ่งเป็นมาตรวัดความพึงพอใจในชีวิตจำนวน 5 ข้อ โดยใช้มาตรประเมินแบบ Rating Scale 5 ระดับ เพื่อวัดการรับรู้และประเมินความพึงพอใจของบุคคลต่อชีวิตโดยรวม นอกจากนี้ Watson, Clark และ Tellegen (1988) ยังได้พัฒนาเครื่องมือวัดอารมณ์เชิงบวกและลบที่ชื่อว่า Scale of Positive and Negative Experience (SPANE) ซึ่งประกอบด้วย 6 ข้อ แบ่งเป็นข้อที่เกี่ยวข้องกับความรู้สึกทางบวก 3 ข้อ และความรู้สึกทางลบ 3 ข้อ โดยใช้มาตรประเมินค่า 5 ระดับเช่นเดียวกัน

ในอีกมุมหนึ่ง Dupuy (1977) ได้พัฒนาแบบวัดสุขภาวะทางจิตที่มีชื่อว่า The General Well-Being Schedule (GWB) เพื่อประเมินความรู้สึกเฉพาะของบุคคลที่มีต่อเหตุการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน ทั้งในด้านจิตใจ สังคม และการทำงาน โดยแบบวัด GWB ประกอบด้วย 18 ข้อ แบ่งเป็น 6 องค์ประกอบ ได้แก่ ความวิตกกังวล, ความซึมเศร้า, ความรู้สึกทางบวก, การควบคุมตนเอง, สุขภาพทั่วไป, และควมมีชีวิตชีวา โดยใช้มาตราประเมินค่า 6 ระดับ จุดเด่นของแบบวัดนี้คือการวัดความรู้สึกทั้งในระดับที่ลึกซึ้งและกว้างขวาง สามารถสะท้อนภาพรวมของสุขภาวะทางจิตในบริบทของชีวิตประจำวันได้อย่างครอบคลุม

นอกจากแบบวัดเหล่านี้ Schimmack, Diener และ Oishi (2002) ได้พัฒนา Multidimensional Scale of Subjective Well-Being (MSSWB) ซึ่งมุ่งเน้นการประเมินสุขภาวะทางจิตในหลายมิติ ทั้งความพึงพอใจในชีวิต ภาวะอารมณ์เชิงบวกและลบ รวมถึงคุณภาพของประสบการณ์ชีวิตในแต่ละด้าน เครื่องมือดังกล่าวมีจุดเด่นที่การวัดสุขภาวะทางจิตอย่างรอบด้าน และมีความละเอียดสูง ทำให้นักวิจัยสามารถนำข้อมูลไปวิเคราะห์และตีความในบริบทต่าง ๆ ได้อย่างลึกซึ้ง

โดยภาพรวม การวัดสุขภาวะทางจิตมักเน้นการประเมินใน 3 ด้านหลัก ได้แก่ ความพึงพอใจในชีวิต (Life Satisfaction) การประสบกับอารมณ์เชิงบวก (Positive Affect) และการประสบกับอารมณ์เชิงลบ (Negative Affect) ตลอดจนการวัดความรู้สึกเฉพาะเจาะจงที่บุคคลมีต่อเหตุการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน อย่างไรก็ตาม การเลือกใช้แบบวัดควรคำนึงถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย รวมถึงลักษณะเฉพาะของกลุ่มประชากรเป้าหมาย เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ถูกต้องและมีความน่าเชื่อถือสูงสุด

จากการทบทวนและรวบรวมข้อมูลแบบวัดสุขภาวะทางจิตในงานวิจัยที่ผ่านมาทั้งในและต่างประเทศ พบว่า ผู้วิจัยมักออกแบบและพัฒนาแบบวัดขึ้นเองโดยอ้างอิงจากนิยามความหมายและองค์ประกอบของสุขภาวะทางจิตที่ตนใช้ศึกษา เพื่อให้สอดคล้องกับลักษณะและความต้องการเฉพาะของงานวิจัยนั้น ๆ ดังนั้น ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงได้พัฒนาแบบวัดสุขภาวะทางจิตขึ้นเองโดยอ้างอิงตามนิยามปฏิบัติการและแนวคิดของ Diener (2000) ซึ่งประกอบด้วย 3 องค์ประกอบหลัก ได้แก่

ความพึงพอใจในชีวิต (Life Satisfaction) หมายถึง ความรู้สึกพึงพอใจโดยรวมของบุคคลต่อชีวิต รวมถึงความพึงพอใจในด้านที่สำคัญ เช่น งานและชีวิตคู่

ความรู้สึกทางบวก (Positive Affect) หมายถึง การประสบกับอารมณ์และความรู้สึกที่น่าพึงพอใจ เช่น ความสุข ความสบายใจ รื่นรมย์ และความเพลิดเพลิน

ความรู้สึกทางลบ (Negative Affect) หมายถึง การประสบกับอารมณ์และความรู้สึกที่ไม่น่าพึงพอใจ เช่น ความกังวล ความเศร้า ความไม่สบายใจ และความไม่รื่นรมย์ในระดับต่ำ

ทั้งนี้ แบบวัดสุขภาวะทางจิตดังกล่าวแบ่งออกเป็น 2 มาตรวัดย่อย ได้แก่

มาตรวัดความพึงพอใจในชีวิต ซึ่งพัฒนาขึ้นบนพื้นฐานแนวคิดของ Magnus et al. (1993) โดยใช้มาตรประเมินค่าแบบ Rating Scale 5 ระดับ ประกอบด้วยระดับตั้งแต่ “ตรงที่สุด” ไปจนถึง “ไม่ตรงเลย” โดยผู้ตอบแบบสอบถามที่มีคะแนนสูงกว่าจะสะท้อนถึงระดับความพึงพอใจในชีวิตที่สูงกว่าผู้ที่มีคะแนนต่ำ

มาตรวัดความรู้สึกทางบวกและความรู้สึกทางลบ ซึ่งพัฒนาขึ้นจากแนวคิดของ Watson et al. (1988) โดยใช้มาตรประเมินค่าแบบ Rating Scale 5 ระดับ ตั้งแต่ “มากที่สุด” ไปจนถึง “น้อยที่สุด” โดยแบ่งเป็นความรู้สึกทางบวกและความรู้สึกทางลบอย่างละเท่า ๆ กัน หลังจากเก็บข้อมูลจะนำค่าเฉลี่ยของความรู้สึกทางบวกมาหักลบกับค่าเฉลี่ยของความรู้สึกทางลบ หากผู้ตอบแบบสอบถามมีค่าความแตกต่างในเชิงบวกมากกว่าแสดงว่ามีประสบการณ์และอารมณ์ทางบวกมากกว่าทางลบ ในขณะที่ค่าที่ต่ำกว่าหรือเป็นลบจะบ่งชี้ถึงการประสบอารมณ์ทางลบมากกว่า

ด้วยแนวทางการวัดดังกล่าวนี้ ผู้วิจัยจึงมั่นใจว่าสามารถประเมินสุขภาวะทางจิตของกลุ่มตัวอย่างในบริบทของการศึกษาได้อย่างเหมาะสม ทั้งยังสอดคล้องกับแนวคิดทางทฤษฎี และมาตรฐานการวิจัยในระดับสากล ซึ่งจะส่งผลให้ผลการวิจัยมีความน่าเชื่อถือและสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในบริบทที่กว้างขึ้นต่อไปส่วนที่ 3 แนวคิดความคลั่งไคล้ในศิลปิน

ส่วนที่ 3 แนวคิดความคลั่งไคล้ในศิลปิน

ความหมายของความคลั่งไคล้ในศิลปิน

นักวิชาการหลายท่านได้เสนอแนวคิดและนิยามเกี่ยวกับความคลั่งไคล้ไว้อย่างหลากหลาย โดยพื้นฐานของคำว่า “แฟน” มาจากความหมายของการหลงใหล ชื่นชอบ หรือความคลั่งไคล้ Jenkins (1992) ได้ให้ความหมายของคำว่า “แฟน” ว่าเป็นกลุ่มบุคคลที่มีความหลงใหลหรือชื่นชอบอย่างลึกซึ้ง ต่อมาในช่วงศตวรรษที่ 19 คำว่า “แฟน” ได้ถูกนำมาใช้ครั้งแรกโดยนักข่าวเพื่อเรียกกลุ่มผู้ติดตามที่ม่านักกีฬาอาชีพ จากนั้นคำนี้ได้รับการขยายความหมายให้ครอบคลุมถึงความซื่อสัตย์และความจงรักภักดีของบุคคลที่อุทิศตนต่อกิจกรรมต่าง ๆ เช่น งานบันเทิงหรือกีฬา โดยแฟนในแต่ละกลุ่มจะมีความชื่นชอบแตกต่างกัน จึงส่งผลให้มีลักษณะเฉพาะทั้งในด้านภาพลักษณ์และพฤติกรรม เช่น แฟนศิลปิน แฟนดาราดารา หรือแฟนรักบี้ เป็นต้น

ในส่วนของความคลั่งไคล้ในศิลปิน (Celebrity Worship) Maltby et al. (2002) ได้ให้ความหมายว่าเป็นการชื่นชอบและหลงใหลในตัวศิลปินในระดับที่สูงกว่าความชื่นชอบทั่วไป โดยลักษณะนี้ถือเป็นปฏิสัมพันธ์ทางสังคมรูปแบบกึ่งความจริงที่มีความเข้มข้นมากกว่าปกติ ขณะที่ McCutcheon et al. (2002) มองว่าความคลั่งไคล้ในศิลปินคือเจตคติหรือความรู้สึกที่บุคคลมีต่อศิลปินที่ตนเองหลงใหล ส่วน Stever (2011) ได้เน้นว่า ความคลั่งไคล้ในศิลปินหมายถึงพฤติกรรมแฟนคลับที่มีความผูกพันเหนียวแน่น ซึ่งไม่ได้เกิดขึ้นจากความคลั่งไคล้เพียงอย่างเดียว แต่ยังได้รับอิทธิพลจากปัจจัยอื่นๆ เช่น โอกาสเข้าสังคม การพบปะผู้คน หรือการท่องเที่ยว

Jenkins (1992) ยังได้นำเสนอแนวคิดเกี่ยวกับลักษณะความคลั่งไคล้ในรูปแบบของแฟนคลับศิลปิน ดารา และนักร้อง โดยแบ่งออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่

ประเภทที่ 1 แฟนที่คลั่งไคล้เพียงลำพัง (Obsessed Loner) คือ บุคคลที่มีความคลั่งไคล้แบบแยกตัวออกจากสังคม ซึ่งทำให้ถูกครอบงำโดยศิลปินที่ตนเองชื่นชอบจนสูญเสียตัวตนเดิม

ประเภทที่ 2 กลุ่มแฟนผู้คลั่งไคล้ (Frenzied Fan) คือ กลุ่มบุคคลที่มีความคลั่งไคล้ร่วมกัน และแสดงออกถึงความจงรักภักดีอย่างแรงกล้าต่อศิลปิน ดารา หรือนักร้อง

ความคลั่งไคล้ในศิลปิน หรือพฤติกรรมการเป็นแฟนคลับอย่างเข้มข้น เป็นปรากฏการณ์ทางสังคมที่สะท้อนถึงความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับบุคคลที่มีชื่อเสียงในลักษณะที่เกินกว่าการชื่นชอบทั่วไป โดย Jungclaus et al. (1992) ได้แบ่งลักษณะของแฟนคลับออกเป็น 2 ประเภทหลัก ได้แก่ แฟนคลับในลักษณะปัจเจกชน ซึ่งมักมีแนวโน้มแยกตัวจากครอบครัวและสังคม และอาจถูกชักจูงหรือครอบงำจากศิลปินหรือสื่อที่เกี่ยวข้องได้อย่างไม่มีเหตุผล กับแฟนคลับในลักษณะกลุ่ม ซึ่งมีการรวมตัวกันแสดงความจงรักภักดีต่อบุคคลที่ตนชื่นชอบ และสะท้อนลักษณะของการยึดถือศิลปินร่วมกันในกลุ่มอย่างเหนียวแน่น

ต่อมา McCutcheon et al. (2002) ได้อธิบายลักษณะของพฤติกรรมความคลั่งไคล้ในระดับที่ลึกซึ้งยิ่งขึ้น โดยจำแนกเป็น 3 ระดับความเข้มข้น ได้แก่

ระดับเพื่อความบันเทิง – สังคม (Entertainment–Social Celebrity Worship) ซึ่งเป็นพฤติกรรมของบุคคลที่ติดตามข่าวสารของศิลปินเพื่อความเพลิดเพลิน และใช้เรื่องราวของศิลปินเป็นประเด็นสนทนาในกลุ่มเพื่อนหรือในพื้นที่สังคมของตน

ระดับเข้มข้น – ผูกพันยึดติด (Intense–Personal Celebrity Worship) หมายถึงบุคคลที่มีความรู้สึกเชื่อมโยงกับศิลปินที่ตนชื่นชอบ มีความสนใจในชีวิตส่วนตัวของศิลปิน และเกิดความรู้สึกว่าเข้าใจศิลปินอย่างลึกซึ้ง

ระดับรุนแรง (Borderline-Pathological Celebrity Worship) เป็นลักษณะที่บุคคลไม่สามารถควบคุมพฤติกรรมหรือความคิดของตนเกี่ยวกับศิลปินได้ มีความหมกมุ่นมาก จนถึงขั้นละเมิดขอบเขตส่วนตัวของศิลปิน เช่น การสะกดรอยตาม หรือแสดงพฤติกรรมคุกคาม ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตของบุคคลเองและสร้างความไม่ปลอดภัยให้แก่ศิลปิน

นอกจากนี้ Giles และ Maltby (2004) ได้นำเสนอว่า ความคลั่งไคล้ในศิลปินอาจทำหน้าที่เป็นกลไกทางจิตวิทยาที่ช่วยให้บุคคลหลีกเลี่ยงจากปัญหาหรือความเครียดในชีวิตประจำวัน โดยเฉพาะในกลุ่มที่มีความผูกพันสูงกับศิลปินที่ตนชื่นชอบ ส่วน McCutcheon et al. (2004) ได้ชี้ให้เห็นว่า ความคลั่งไคล้ในระดับสูงอาจมีความสัมพันธ์กับลักษณะบุคลิกภาพบางประการ เช่น ความอ่อนไหวทางอารมณ์หรือแนวโน้มการมีจินตนาการที่ผิดปกติ ซึ่งอาจนำไปสู่ความเสี่ยงต่อปัญหาทางจิตใจได้ และ Rubin et al. (1985) ยังได้เสนอแนวคิด “Parasocial Interaction” หรือปฏิสัมพันธ์ทางสังคมแบบฝ่ายเดียว ซึ่งอธิบายถึงความรู้สึกใกล้ชิดกับศิลปินแม้จะไม่มีความสัมพันธ์แบบโต้ตอบจริงในโลกความจริง โดยลักษณะนี้สามารถส่งผลเชิงบวกหรือเชิงลบต่อบุคคล ขึ้นอยู่กับระดับความเข้มข้นของความผูกพันและการตีความของแต่ละบุคคล

จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องทั้งใน และต่างประเทศ ผู้วิจัยจึงสรุปได้ว่า ความคลั่งไคล้ในศิลปิน คือพฤติกรรมที่สะท้อนถึงเจตคติ ความรู้สึก และการมีส่วนร่วมทางสังคมของบุคคลในระดับที่แตกต่างกัน โดยมีพื้นฐานจากความชื่นชอบ และความหลงใหลในบุคคลที่มีชื่อเสียง ซึ่งศิลปินที่เป็นที่นิยมเหล่านี้มักมีบทบาทในชีวิตของแฟนคลับในหลายมิติ ไม่ว่าจะเป็นในด้านอารมณ์ การดำเนินชีวิต หรือความสัมพันธ์กับผู้คนรอบตัว ความคลั่งไคล้จึงมิได้เป็นเพียงการชอบอย่างผิวเผิน หากแต่เป็นกระบวนการที่เชื่อมโยงทั้งด้านจิตใจและสังคม

การทำความเข้าใจในระดับความคลั่งไคล้ที่หลากหลาย ตั้งแต่ระดับเพื่อความบันเทิง จนถึงระดับที่มีความผูกพันและการแสดงออกที่เข้มข้น ช่วยให้สามารถมองเห็นภาพรวมของพฤติกรรมแฟนคลับได้อย่างครอบคลุม และทำให้สามารถวิเคราะห์อิทธิพลของความคลั่งไคล้ต่อวิถีชีวิต ความคิด และความสัมพันธ์ทางสังคมของบุคคลได้อย่างลึกซึ้งมากยิ่งขึ้น

ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความคลั่งไคล้ในศิลปิน

ในงานวิจัยเกี่ยวกับความคลั่งไคล้ในศิลปิน แนวคิดเรื่องปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ความจริง (Parasocial Interaction) เป็นหนึ่งในทฤษฎีที่ได้รับการยอมรับและนำมาใช้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแฟนคลับกับศิลปิน ดารา หรือนักร้อง ซึ่งทฤษฎีนี้เสนอว่าแฟนคลับมีการสร้างความสัมพันธ์ทางอารมณ์และจินตนาการขึ้นมา แม้ความสัมพันธ์ดังกล่าวจะเกิดขึ้นฝ่ายเดียว โดยไม่มีการตอบสนองกลับจากศิลปินจริง ๆ

Rubin and Perse (1987) ได้ให้นิยามของปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ความจริงว่าเป็นปรากฏการณ์ที่บุคคลสร้างจินตนาการและความรู้สึกผูกพันระหว่างตนเองกับศิลปิน ดารา หรือนักร้องอย่างลึกซึ้ง โดยความสัมพันธ์นี้เกิดขึ้นแม้ว่าจะไม่มีการสื่อสารหรือมีปฏิสัมพันธ์จริงในชีวิตประจำวัน ขณะที่ Horton and Richard Wohl (1956) มองว่า ปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ความจริงเกิดจากการที่แฟนคลับรับรู้และมีความเข้าใจต่อบุคคลในสื่อเพียงฝ่ายเดียว โดยมองศิลปินดาราและนักร้องเสมือนบุคคลใกล้ชิดสนิทสนม เช่น เพื่อนสนิท หรือสมาชิกในครอบครัว ความสัมพันธ์นี้จึงเป็นลักษณะของความสัมพันธ์ที่แฟนคลับมีส่วนร่วมในระดับจิตใจและอารมณ์มากกว่าความสัมพันธ์ที่มีอยู่จริง (Horton & Wohl, 1956)

ในทำนองเดียวกัน Isotalus (1995) ได้อธิบายว่า ปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ความจริงเป็นความสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นฝ่ายเดียว โดยแฟนคลับมีความรู้สึกผูกพันและยึดถือศิลปินในระดับจิตใจ แม้ว่าศิลปินจะไม่รับรู้หรือมีปฏิสัมพันธ์ตอบกลับ ความสัมพันธ์นี้มีรากฐานมาจากความต้องการขั้นพื้นฐานของมนุษย์ในการสร้างความผูกพันและการรับรู้ถึงความสัมพันธ์ทางสังคม

ในบริบทของงานวิจัยในประเทศไทย นักวิจัยไทยหลายท่านได้ให้นิยามเกี่ยวกับปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ความจริงไว้อย่างสอดคล้องกับแนวคิดสากล เช่น พีรภา สุวรรณโชติ (2551) ได้ให้ความหมายว่า ปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ความจริงคือความสัมพันธ์ระหว่างแฟนคลับและศิลปิน ดารา นักร้อง รวมถึงสื่อสังคมออนไลน์ต่าง ๆ โดยแฟนคลับอาจมีความรู้สึกผูกพันและชื่นชอบศิลปินจนทำให้เกิดความรู้สึกสนิทสนมและเข้าใจศิลปินเหมือนเป็นบุคคลใกล้ชิดในชีวิตจริง

Giles (2002) เสนอว่า ปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ความจริงเป็นรูปแบบของความสัมพันธ์ที่ไม่สมมาตร (asymmetric relationship) ซึ่งหมายความว่าแฟนคลับมีความรู้สึกว่ามี การเชื่อมโยงส่วนตัวอย่างใกล้ชิดกับบุคคลในสื่อ แม้ว่าในความเป็นจริงจะไม่มี การตอบสนองหรือปฏิสัมพันธ์กลับจากฝ่ายศิลปินก็ตาม ความสัมพันธ์ที่ไม่สมมาตรนี้มีบทบาทสำคัญในการเติมเต็มความต้องการทางอารมณ์และสังคมของแฟนคลับ เนื่องจากการรับรู้ถึงความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดแม้จะเป็นเพียงฝ่ายเดียวช่วยสร้างความรู้สึกมั่นคงและปลอดภัยทางจิตใจ นอกจากนี้ Turner (1993) ยังได้เสนอว่า ปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ความจริงเป็นกระบวนการที่แฟนคลับใช้เพื่อสร้างความหมายและตัวตนของตนเองผ่านความสัมพันธ์เชิงจินตนาการกับศิลปิน โดยความสัมพันธ์ดังกล่าวทำให้แฟนคลับรู้สึกว่าได้รับการยอมรับและมีคุณค่าในสังคม ถึงแม้ในความเป็นจริงจะไม่มี ปฏิสัมพันธ์ทางกายภาพหรือการตอบสนองจากศิลปินก็ตาม

ดังนั้น แนวคิดของ Giles และ Turner ช่วยเสริมความเข้าใจในธรรมชาติของปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ความจริงว่าไม่เพียงแต่เป็นความสัมพันธ์ฝ่ายเดียวที่เกิดขึ้นในจินตนาการเท่านั้น

แต่ยังเป็นกลไกทางจิตใจที่มีความสำคัญต่อการเติมเต็มความต้องการทางอารมณ์และสังคมของแฟนคลับ ซึ่งสอดคล้องกับข้อสรุปในย่อหน้าก่อนหน้านี้ที่กล่าวว่า ปฏิสัมพันธ์ทางสังคมถึงความจริงสะท้อนความสัมพันธ์ฝ่ายเดียวที่แฟนคลับสร้างขึ้นระหว่างตนกับศิลปิน โดยแฟนคลับมีความผูกพันในระดับอารมณ์และจิตใจ แม้จะไม่มีปฏิสัมพันธ์ในชีวิตจริงก็ตาม ความสัมพันธ์นี้จึงเป็นปัจจัยสำคัญในการทำความเข้าใจพฤติกรรมความคลั่งไคล้และความผูกพันของแฟนคลับในยุคปัจจุบัน

จากทฤษฎีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมถึงความจริง (Parasocial Relationship) อธิบายถึงปรากฏการณ์ที่บุคคลสร้างจินตนาการและความรู้สึกผูกพันแบบฝ่ายเดียวกับศิลปิน ดารา หรือบุคคลที่มีชื่อเสียง โดยที่แฟนคลับรับรู้และมีความรู้สึกที่ว่า บุคคลเหล่านั้นเป็นคนใกล้ชิดสนิทสนมราวกับเป็นเพื่อนสนิทหรือสมาชิกในครอบครัว ทั้งที่ในความเป็นจริง ไม่มีการปฏิสัมพันธ์หรือการตอบสนองกลับจากศิลปินแต่อย่างใด ความสัมพันธ์นี้เกิดขึ้นจากแรงขับเคลื่อนภายในของมนุษย์ ที่มีความต้องการพื้นฐานในการสร้างความเชื่อมโยงและความผูกพันทางสังคม เพื่อเติมเต็มช่องว่างทางอารมณ์ เช่น ความเหงา ความรู้สึกโดดเดี่ยว หรือความต้องการการยอมรับทางสังคม ซึ่งทำให้แฟนคลับสามารถรับรู้ถึงความอบอุ่นและความปลอดภัยทางใจได้ แม้ว่าจะเป็นการสัมพันธ์ในเชิงจินตนาการและฝ่ายเดียวก็ตาม

นอกจากนี้ ความสัมพันธ์ในลักษณะนี้ยังมีผลต่อพฤติกรรมและทัศนคติของแฟนคลับ เช่น การติดตามข่าวสารอย่างใกล้ชิด การแสดงออกถึงความรักดี และการมีส่วนร่วมในกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับศิลปิน ซึ่งสะท้อนถึงบทบาทของปฏิสัมพันธ์ทางสังคมถึงความจริงในการสร้างอัตลักษณ์และความหมายของชีวิตในบริบทสังคมยุคปัจจุบันได้อย่างชัดเจน

การวัดพฤติกรรมของความคลั่งไคล้ในศิลปิน

McCutcheon et al. (2016) ได้พัฒนาแบบวัดที่ชื่อว่า Celebrity Attitude Scale (CAS) เพื่อประเมินระดับความคลั่งไคล้ของบุคคลที่มีต่อศิลปิน ดารา หรือบุคคลที่มีชื่อเสียง โดยแบบวัดฉบับนี้มีพื้นฐานมาจากแนวคิดเกี่ยวกับความหลงใหล ชื่นชอบ และการมีส่วนร่วมทางอารมณ์ที่บุคคลมีต่อศิลปิน ซึ่งสามารถจำแนกความคลั่งไคล้ออกเป็น 3 ระดับตามลักษณะ และความเข้มข้นของพฤติกรรม ดังนี้

ระดับเพื่อความบันเทิง-สังคม (Entertainment-Social Celebrity Worship) เป็นระดับความคลั่งไคล้ที่อยู่ในขอบเขตของความบันเทิง บุคคลที่มีลักษณะเช่นนี้มักติดตามข่าวสารของศิลปินอย่างต่อเนื่อง โดยมองว่าการคลั่งไคล้เป็นกิจกรรมที่สร้างความเพลิดเพลิน อีกทั้งมักใช้เรื่องราวของศิลปินเป็นหัวข้อสนทนาในกลุ่มเพื่อนหรือชุมชนที่มีความสนใจคล้ายคลึงกัน แบบวัดในมิตินี้ประกอบด้วยจำนวน 10 ข้อ และใช้มาตราประเมินค่า (Rating Scale) 5 ระดับ

ระดับเข้มข้น-ผูกพันยึดติด (Intense–Personal Celebrity Worship) เป็นระดับความคลั่งไคล้ที่ลึกซึ้งมากยิ่งขึ้น โดยบุคคลมีความรู้สึกใกล้ชิดกับศิลปิน สนใจในชีวิตส่วนตัวของศิลปิน และมีแนวโน้มที่จะรู้สึกเชื่อมโยงทางจิตใจกับศิลปินที่ตนเองชื่นชอบ แบบวัดในมิตินี้ประกอบด้วยจำนวน 9 ข้อ และใช้มาตรประเมินค่า (Rating Scale) 5 ระดับ

ระดับรุนแรง (Borderline–Pathological Celebrity Worship) เป็นระดับความคลั่งไคล้ที่มีความเข้มข้นสูงที่สุด ซึ่งอาจแสดงออกในลักษณะของพฤติกรรมที่ไม่สามารถควบคุมได้ เช่น การสะกดรอยตาม การบุกรุกความเป็นส่วนตัว หรือการมีความคิดเกี่ยวกับศิลปินในลักษณะที่เกินความเป็นจริง พฤติกรรมในระดับนี้อาจส่งผลกระทบต่อตนเองและศิลปินที่เกี่ยวข้อง แบบวัดในมิตินี้ประกอบด้วยจำนวน 14 ข้อ และใช้มาตรประเมินค่า (Rating Scale) 5 ระดับ

แบบวัด CAS จึงนับเป็นเครื่องมือทางจิตวิทยาที่สามารถใช้ในการศึกษาและประเมินพฤติกรรมการคลั่งไคล้ของแฟนคลับในบริบทต่าง ๆ ได้อย่างครอบคลุมและลึกซึ้ง ทั้งนี้ เหมาะสมต่อการนำไปใช้เป็นเครื่องมือในการวิจัยเชิงพฤติกรรม สังคม และสุขภาวะทางจิตในกลุ่มผู้ที่มีความสนใจและชื่นชอบในศิลปินหรือบุคคลที่มีชื่อเสียงอย่างชัดเจน

ขณะที่ Rubin et al. (1985) ได้พัฒนาแบบวัดความสัมพันธ์แบบพาราไซเซียล (Parasocial Interaction Scale) ซึ่งเป็นแบบวัดที่ใช้ประเมินความรู้สึกและความสัมพันธ์ของแฟนคลับที่มีต่อศิลปิน ดารา และนักร้องที่ตนชื่นชอบ โดยเฉพาะบุคคลที่ปรากฏผ่านสื่อมวลชน เช่น โทรทัศน์หรือสื่อออนไลน์ ความสัมพันธ์ลักษณะนี้เป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นฝ่ายเดียว โดยแฟนคลับมีความผูกพันหรือมีอารมณ์ร่วมกับศิลปินเสมือนว่าตนเองมีความใกล้ชิด เข้าอกเข้าใจ และมีความสัมพันธ์ส่วนตัวกับศิลปิน แม้ว่าในความเป็นจริงจะไม่มี การติดต่อหรือปฏิสัมพันธ์โดยตรงก็ตาม แบบวัดนี้ประกอบด้วย 11 ข้อคำถาม โดยมีลักษณะเป็นมาตรประเมินค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ตั้งแต่ระดับ "ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง" ไปจนถึง "เห็นด้วยอย่างยิ่ง" ซึ่งครอบคลุมองค์ประกอบที่สำคัญของความสัมพันธ์พาราไซเซียล ได้แก่

ความรู้สึกใกล้ชิดและสนิทสนม เช่น ความรู้สึกที่เข้าใจศิลปินเป็นอย่างดี หรือรู้สึกเหมือนศิลปินเป็นเพื่อนหรือคนในครอบครัว

ความสนใจในตัวบุคคล เช่น ความอยากรู้อยากเห็นเรื่องราวชีวิตส่วนตัว ประวัติ หรือกิจกรรมของศิลปิน

ความต้องการมีส่วนร่วมและการปกป้อง เช่น การรู้สึกอยากสนับสนุน ปกป้อง หรือยืนอยู่เคียงข้างศิลปินเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ลำบาก

การตอบสนองทางอารมณ์ เช่น ความรู้สึกยินดีเมื่อศิลปินประสบความสำเร็จ หรือเสียใจเมื่อศิลปินเผชิญปัญหา

การรู้สึกมีส่วนร่วมในสังคมของศิลปิน เช่น การมีส่วนร่วมในกิจกรรมของแฟนคลับ หรือสื่อสารเกี่ยวกับศิลปินผ่านช่องทางต่าง ๆ

การวัดความสัมพันธ์พาราไซเชี่ยลมีความสำคัญในแง่ของการทำความเข้าใจพฤติกรรมแฟนคลับในยุคสื่อดิจิทัล โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มที่มีความผูกพันกับศิลปินในระดับสูง ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตและการใช้ชีวิตในบริบททางสังคมของบุคคลนั้น ๆ

Cole and Leets (1999) ได้พัฒนาแบบวัด Celebrity Attitude and Attachment Scale เพื่อประเมินความผูกพันทางอารมณ์ของแฟนคลับที่มีต่อศิลปิน โดยอาศัยแนวคิดทฤษฎีความผูกพัน (Attachment Theory) ซึ่งมุ่งเน้นการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ในเชิงลึกระหว่างบุคคลกับศิลปินดารา นักร้อง หรือนักแสดงที่ตนเองชื่นชอบ แบบวัดนี้แบ่งความผูกพันทางอารมณ์ออกเป็น 3 ประเภท หลัก ได้แก่

Secure Attachment (ความผูกพันแบบมั่นคง) หมายถึง รูปแบบความผูกพันที่มีความสมดุลและมั่นคง ในลักษณะที่แฟนคลับรู้สึกพึงพอใจ มีความสุข และมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับศิลปินอย่างมั่นใจ โดยไม่เกิดความวิตกกังวลหรือความกลัวว่าจะถูกทอดทิ้ง แฟนคลับกลุ่มนี้มีทัศนคติที่เหมาะสมต่อศิลปิน และสามารถรับมือกับความรู้สึกที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสม

Anxious Attachment (ความผูกพันแบบวิตกกังวล) หมายถึง รูปแบบความผูกพันที่เกิดความกังวลและวิตกเกี่ยวกับการถูกทอดทิ้งหรือความไม่มั่นคงในความสัมพันธ์กับศิลปิน แฟนคลับกลุ่มนี้มักมีความรู้สึกไม่แน่นอน ต้องการความมั่นใจหรือการตอบรับจากศิลปินมากกว่าปกติ และอาจเกิดความกลัวว่าจะสูญเสียความสัมพันธ์ จนอาจแสดงพฤติกรรมที่คล้ายกับความหมกมุ่นหรือการยึดติด

Avoidant Attachment (ความผูกพันแบบหลีกเลี่ยง) หมายถึง รูปแบบความผูกพันที่แฟนคลับมีแนวโน้มหลีกเลี่ยงความสัมพันธ์เชิงลึกหรือความผูกพันอย่างใกล้ชิดกับศิลปิน แฟนคลับกลุ่มนี้มักแสดงท่าทีห่างเหิน หลีกเลี่ยงการแสดงออกทางอารมณ์ หรือมีความไม่สะดวกใจในการสร้างความสัมพันธ์ลึกซึ้ง ซึ่งสะท้อนถึงความต้องการผูกพันอย่างจริงจัง

โดยสรุป แบบวัด Celebrity Attitude and Attachment Scale ของ Cole and Leets (1999) เน้นการวัดความรู้สึกและความสัมพันธ์ในระดับอารมณ์ลึกซึ้งระหว่างแฟนคลับ และศิลปิน มากกว่าการประเมินพฤติกรรมภายนอกทั่วไป จึงช่วยให้สามารถเข้าใจรูปแบบของความผูกพันที่

แตกต่างกันในกลุ่มแฟนคลับได้อย่างละเอียดและหลากหลาย ซึ่งสามารถนำไปใช้วิเคราะห์ผลกระทบทางจิตวิทยาและสังคมของความคลั่งไคล้ในศิลปินได้อย่างรอบด้าน

จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องทั้งใน และต่างประเทศ พบว่าในการศึกษาความคลั่งไคล้ในศิลปิน นักวิจัยส่วนใหญ่จะพัฒนาแบบวัดขึ้นเองโดยอ้างอิงจากนิยามและองค์ประกอบที่สอดคล้องกับบริบทการศึกษาของตนเอง ดังนั้น ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงได้จัดทำแบบวัดความคลั่งไคล้ในศิลปินขึ้นตามแนวคิดของ McCutcheon และคณะ (2002, 2016) ซึ่งแบ่งลักษณะความคลั่งไคล้เป็น 3 ระดับ ดังนี้ การคลั่งไคล้เพื่อความบันเทิง-สังคม (Entertainment-Social Celebrity Worship) หมายถึง การที่บุคคลมีความสนใจและติดตามข่าวสารของศิลปินดารา หรือนักร้องในลักษณะเพื่อความบันเทิงและความเพลิดเพลิน โดยรับรู้ว่าเป็นเพียงความชื่นชอบในระดับสังคม และเรื่องราวของศิลปินเป็นประเด็นสนทนาในกลุ่มสังคมหรือเพื่อนฝูง (McCutcheon et al., 2016) การคลั่งไคล้แบบเข้มข้น-ผูกพันยึดติด (Intense-Personal Celebrity Worship) หมายถึง การที่บุคคลมีความรู้สึกเกิดทุนและเชื่อมโยงตนเองกับศิลปินในระดับที่ลึกซึ้ง มีความสนใจอย่างใกล้ชิดในชีวิตส่วนตัวของศิลปิน และเกิดความรู้สึกผูกพันหรือผสมผสานตัวตนของตนเองกับศิลปินอย่างชัดเจน (McCutcheon et al., 2002) และการคลั่งไคล้แบบรุนแรง (Borderline-Pathological Celebrity Worship) หมายถึง การคลั่งไคล้ที่มีลักษณะรุนแรงและส่งผลกระทบต่อพฤติกรรม เช่น การสะกดรอยตาม การแสดงพฤติกรรมคุกคาม ซึ่งส่งผลให้ศิลปินเกิดความวิตกกังวล และผู้คลั่งไคล้ไม่สามารถควบคุมความคิดหรือการกระทำที่เกี่ยวข้องกับศิลปินได้ (McCutcheon et al., 2016)

ส่วนที่ 4 แนวคิดปัจจัยที่สัมพันธ์เป็นตัวแปรส่งผ่านกับแฟนคลับ และสุขภาวะที่ดี

เอกลักษณ์ทางสังคม (Social Identity)

ความหมาย และองค์ประกอบเอกลักษณ์ทางสังคม

เอกลักษณ์ทางสังคมเป็นแนวคิดที่สำคัญในการทำความเข้าใจบทบาทของตัวตนบุคคลในบริบทของสังคม โดยสะท้อนถึงวิธีที่บุคคลรับรู้และนิยามตัวเองผ่านการเป็นสมาชิกของกลุ่มทางสังคมต่าง ๆ เช่น กลุ่มอาชีพ ชุมชน หรือกลุ่มแฟนคลับ เอกลักษณ์นี้ไม่ได้จำกัดอยู่เพียงแค่ลักษณะส่วนบุคคลเท่านั้น แต่ยังครอบคลุมไปถึงการรับรู้และความสัมพันธ์ที่มีต่อกลุ่มสังคมที่ตนสังกัด ซึ่งมีอิทธิพลต่อพฤติกรรม ค่านิยม และความรู้สึกของบุคคลอย่างลึกซึ้ง

ตามทฤษฎีของ Luhtanen และ Crocker (1992) เอกลักษณ์ทางสังคมเป็นผลมาจากการรวมตัวกันของความคิดส่วนบุคคลและความรู้ร่วมกันของสมาชิกในกลุ่ม ซึ่งทำให้เกิด

ค่านิยมและความรู้สึกทางอารมณ์ที่เฉพาะเจาะจง ซึ่งปัจจัยเหล่านี้มีส่วนในการสร้างและรักษาเอกลักษณ์ที่ชัดเจนของบุคคลในฐานะสมาชิกกลุ่มนั้น ๆ

Baumeister และ Leary (1995) ได้นำเสนอแนวคิดเรื่อง Belongingness Hypothesis หรือ สมมติฐานของความเป็นส่วนหนึ่ง ซึ่งระบุว่า มนุษย์มีความต้องการพื้นฐานที่จะสร้างและรักษาความสัมพันธ์ที่มั่นคงและเป็นที่ยอมรับในกลุ่มทางสังคม ความรู้สึกที่ว่า "เป็นส่วนหนึ่ง" นี้ไม่เพียงแต่สร้างความรู้สึกมั่นคงทางอารมณ์เท่านั้น แต่ยังส่งผลต่อการสร้างตัวตนของบุคคลผ่านการเชื่อมโยงทางอารมณ์กับกลุ่ม แนวคิดนี้สามารถสะท้อนผ่านความรู้สึกผูกพันระหว่างแฟนคลับกับกลุ่มที่มีความชื่นชอบในศิลปินคนเดียวกัน แฟนคลับจำนวนมากพัฒนาเอกลักษณ์ของตนเองจากการได้รับการยอมรับในกลุ่ม เช่น การได้รับคำชมเชยในกิจกรรมที่สนับสนุนศิลปิน หรือการมีบทบาทสำคัญในการสร้างสรรค์ผลงานร่วมกันในนามของกลุ่ม ซึ่งช่วยเสริมความมั่นคงทางจิตใจและความรู้สึกเป็นเจ้าของต่อกลุ่มแฟนคลับนั้น ๆ

Tajfel และคณะ (1979) เสนอว่า เอกลักษณ์ทางสังคมไม่เพียงแต่ช่วยให้บุคคลระบุตัวตนเป็นใครในเชิงสังคม แต่ยังมียุทธศาสตร์สำคัญต่อความมั่นคงทางจิตใจ และสุขภาวะทางจิตของบุคคล การที่บุคคลเห็นคุณค่าในตัวเองจากการเป็นสมาชิกของกลุ่มที่มีสถานะดีหรือได้รับการยอมรับ จะส่งผลให้เกิดความภาคภูมิใจและความสุขทางจิตใจ (Haslam et al., 2009) นอกจากนี้ ความสัมพันธ์ระหว่างเอกลักษณ์ทางสังคมและสุขภาวะทางจิตยังได้รับการสนับสนุนจากงานวิจัยที่ชี้ให้เห็นว่าการมีส่วนร่วมในกลุ่มทางสังคม เช่น กลุ่มแฟนคลับ ช่วยเสริมสร้างความสุขและความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของสังคม (Klar & Kasser, 2009) อีกทั้งยังเกี่ยวข้องกับความสุขและความเป็นอยู่ที่ดีในระยะยาวตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวก (Csikszentmihalyi & Seligman, 2000)

องค์ประกอบหลักของเอกลักษณ์ทางสังคมที่ Tajfel et al. (1979) ได้ระบุไว้มี 3 ประการ ดังนี้

ประการที่ 1 การจัดประเภททางสังคม (Social Categorization) คือ กระบวนการที่บุคคลแบ่งและจัดกลุ่มบุคคลอื่น ๆ ในสังคมเพื่อให้เกิดความเข้าใจและระบุความแตกต่างของกลุ่มเป้าหมาย ทำให้เกิดการรับรู้เกี่ยวกับ "เรา" และ "พวกเขา" ซึ่งช่วยในการสร้างระเบียบและความชัดเจนในสังคม

ประการที่ 2 การระบุตัวตนทางสังคม (Social Identification) คือ กระบวนการที่บุคคลยอมรับและยึดมั่นในเอกลักษณ์ของกลุ่มที่ตนเองเป็นสมาชิก โดยการยอมรับนี้ทำให้บุคคลรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มและมีความภูมิใจในสมาชิกภาพ ซึ่งส่งผลต่อพฤติกรรมและทัศนคติที่มีต่อกลุ่ม

ประการที่ 3 การเปรียบเทียบทางสังคม (Social Comparison) คือ การเปรียบเทียบกลุ่มของตนเองกับกลุ่มอื่น ๆ เพื่อเสริมสร้างความเห็นคุณค่าและสถานะของกลุ่มตนในสังคม การเปรียบเทียบนี้มักเป็นการค้นหาความเหนือกว่าเพื่อสร้างความภูมิใจและรักษาเอกลักษณ์ของกลุ่ม

ความเหนียวแน่นทางสังคม (Social Cohesion) เป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งเสริมให้บุคคลเกิดความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม และเชื่อมโยงกับสมาชิกคนอื่น ๆ อย่างมีนัยสำคัญ โดยเฉพาะในกลุ่มแฟนคลับ ซึ่งเป็นพื้นที่ทางสังคมที่สมาชิกมีความหลงใหลหรือชื่นชอบในตัวศิลปินร่วมกัน ความเหนียวแน่นในกลุ่มแฟนคลับไม่เพียงสะท้อนถึงความสัมพันธ์ภายในกลุ่มเท่านั้น แต่ยังเชื่อมโยงกับเอกลักษณ์ทางสังคม ความสุขทางจิตใจ และการมีส่วนร่วมในกิจกรรมของกลุ่มอย่างมีความหมาย ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเหนียวแน่นทางสังคมสามารถแบ่งออกเป็น 3 ระดับ ได้แก่ ระดับปัจเจกบุคคล ระดับชุมชน และระดับสถาบัน ดังนี้

1. ระดับปัจเจกบุคคล (Individual Level) ระดับนี้เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจภายในของบุคคลและความรู้สึกส่วนตัวที่มีต่อกลุ่ม ซึ่งเป็นจุดเริ่มต้นของการสร้างความเชื่อมโยงและเอกลักษณ์ในฐานะสมาชิกกลุ่มแฟนคลับ

แรงจูงใจในการเป็นสมาชิก (Membership Attraction) เป็นทัศนคติและแรงขับภายในของบุคคลที่ต้องการเข้าร่วมเป็นสมาชิกของกลุ่มแฟนคลับ เช่น ความชื่นชอบในตัวศิลปิน ความต้องการมีเพื่อนที่มีความสนใจคล้ายกัน หรือความรู้สึกว่าการเป็นแฟนคลับช่วยเติมเต็มชีวิตทางอารมณ์และสังคมของตนเอง ตัวอย่างเช่น แฟนคลับอาจเลือกเข้าร่วมกลุ่มออนไลน์เพื่อพูดคุยเกี่ยวกับผลงานของศิลปินหรือเข้าร่วมกิจกรรมแฟนมีตติ้งเพื่อใกล้ชิดกับกลุ่มแฟนคนอื่น ๆ ซึ่งช่วยให้เกิดความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของชุมชนทางอารมณ์

การรับรู้ความเชื่อมโยง (Perceived Cohesion) เป็นความรู้สึกของบุคคลที่ตนเองมีความผูกพันกับกลุ่มแฟนคลับ และมองว่าตนเองมีความเป็นเจ้าของและเป็นที่ยอมรับ เช่น แฟนคลับที่รู้สึกว่ากลุ่มของตนเป็น "บ้านหลังที่สอง" ที่สามารถแสดงความรู้สึก ความคิดเห็น และประสบการณ์เกี่ยวกับศิลปินได้อย่างอิสระ หรือรู้สึกภูมิใจในความสำเร็จของศิลปินในฐานะที่ตนเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มที่ให้การสนับสนุน

การมีส่วนร่วม (Participation) เป็นพฤติกรรมของแฟนคลับในการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ของกลุ่ม ไม่ว่าจะเป็นการติดตามข่าวสาร การร่วมจัดกิจกรรมสนับสนุนศิลปิน การเข้าร่วมโปรเจกต์เพื่อแสดงพลังแฟนคลับ หรือการช่วยเผยแพร่ผลงานศิลปินในโซเชียลมีเดีย การมีส่วนร่วมในลักษณะนี้ไม่เพียงแต่ช่วยเสริมสร้างความเหนียวแน่นในกลุ่มเท่านั้น แต่ยังเพิ่มความรู้สึกมีคุณค่าและบทบาทของสมาชิกในกลุ่ม

2. ระดับชุมชน (Community Level) ระดับนี้เกี่ยวข้องกับค่านิยมและความเชื่อร่วมกันของสมาชิกกลุ่มแฟนคลับ ซึ่งส่งผลต่อบรรยากาศโดยรวม และทิศทางการดำเนินกิจกรรมของกลุ่ม

ค่านิยมของชุมชนที่ยึดถือร่วมกัน (Shared Community Values) เป็นกลุ่มแฟนคลับจำนวนมากจะมีค่านิยมร่วมกัน เช่น การสนับสนุนศิลปินด้วยความสุภาพ เคารพความคิดเห็นของผู้อื่น และไม่โจมตีแฟนคลับของศิลปินอื่น ค่านิยมเหล่านี้ช่วยส่งเสริมความกลมเกลียวและลดความขัดแย้งภายในกลุ่ม เช่น กลุ่มแฟนคลับที่กำหนดแนวทางการพูดคุยเชิงบวกในพื้นที่ออนไลน์ เพื่อสร้างสังคมแฟนคลับที่ปลอดภัยและอบอุ่น

ทุนทางสังคม (Social Capital) เป็นความสัมพันธ์ ความเชื่อใจ และความร่วมมือที่เกิดขึ้นระหว่างสมาชิก เช่น แฟนคลับที่ไม่เคยรู้จักกันมาก่อนแต่สามารถรวมตัวกันเพื่อจัดกิจกรรมการกุศลในนามของศิลปิน หรือการระดมทุนเพื่อโปรโมตผลงานของศิลปิน ทุนทางสังคมในลักษณะนี้ช่วยสร้างความรู้สึกเป็นเครือข่ายที่แข็งแกร่งและยั่งยืน

3. ระดับสถาบัน (Institution Level) ระดับนี้มุ่งเน้นถึงบทบาทของสถาบันต่าง ๆ เช่น เอเจนซี บริษัทผู้ดูแลศิลปิน หรือแพลตฟอร์มโซเชียลมีเดีย ที่ส่งผลต่อความสัมพันธ์ระหว่างศิลปินกับแฟนคลับ

บทบาทของสถาบัน (Role of Institutions) การที่สถาบันให้การยอมรับและสนับสนุนบทบาทของแฟนคลับ เช่น การเปิดช่องทางให้แฟนคลับสามารถส่งคำถามถึงศิลปิน การจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างศิลปินกับแฟนคลับ หรือการจัดสรรพื้นที่ให้แฟนคลับมีบทบาทในการสื่อสารแบรนด์ จะช่วยสร้างความรู้สึกว่าการเป็นแฟนคลับนั้นได้รับการยอมรับและมีคุณค่าในระดับสังคม ตัวอย่างเช่น บริษัทบันเทิงที่สนับสนุนกิจกรรมแฟนโปรเจกต์หรือจัด “แฟนโซน” เพื่อให้แฟนคลับได้ใกล้ชิดกับศิลปินอย่างเป็นทางการ

Roccas และ Brewer (2002) ได้เสนอทฤษฎีเอกลักษณ์เชิงพหุภาค ซึ่งอธิบายว่าบุคคลสามารถมีเอกลักษณ์ทางสังคมได้มากกว่าหนึ่งบทบาทในเวลาเดียวกัน และเอกลักษณ์แต่ละบทบาทสามารถมีอิทธิพลต่อพฤติกรรม ความคิด และการตัดสินใจของบุคคลในบริบทที่แตกต่างกัน ตัวอย่างเช่น บุคคลคนหนึ่งอาจเป็นทั้งนักศึกษา สมาชิกครอบครัว และในขณะเดียวกันก็เป็นแฟนคลับของศิลปินกลุ่มหนึ่ง เอกลักษณ์แต่ละบทบาทอาจถูกกระตุ้นหรือแสดงออกขึ้นอยู่กับบริบทที่บุคคลนั้นอยู่ แนวคิดนี้สอดคล้องกับพฤติกรรมของแฟนคลับในยุคปัจจุบัน โดยเฉพาะในยุคสื่อดิจิทัลที่บุคคลสามารถมีบทบาททางสังคมที่หลากหลายได้พร้อมกัน เช่น ในห้องเรียนอาจเป็นนักศึกษาที่ตั้งใจเรียน ขณะที่ในกลุ่มแฟนคลับออนไลน์อาจมีบทบาทเป็นผู้บริหารเพจหรือ

หัวหน้าจัดโปรแกรมสนับสนุนศิลปิน ความสามารถในการบริหารเอกลักษณ์ที่หลากหลายนี้มีส่วนช่วยให้บุคคลสามารถรักษาสมดุลระหว่างบทบาททางสังคมและพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองอย่างยั่งยืน

จากการรวบรวมแนวคิด และองค์ประกอบของเอกลักษณ์ทางสังคมโดยนักวิชาการหลายท่าน ผู้วิจัยได้สังเคราะห์และสรุปว่า เอกลักษณ์ทางสังคมเป็นองค์ประกอบหนึ่งของเอกลักษณ์ส่วนบุคคลที่เกิดจากการที่บุคคลเป็นสมาชิกของกลุ่มทางสังคม ซึ่งกลุ่มเหล่านี้มีบทบาทสำคัญในการหล่อหลอมความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง และความมั่นคงทางจิตใจ โดยเอกลักษณ์ทางสังคมไม่เพียงแต่แสดงถึงการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มเท่านั้น หากยังสะท้อนถึงความสัมพันธ์ระหว่างตัวตนของบุคคลกับกลุ่มสังคมที่ตนสังกัด ซึ่งความสัมพันธ์นี้มีผลต่อการพัฒนาและรักษาสุขภาพทางจิตอย่างยั่งยืน

ทั้งนี้ ความมั่นคงในเอกลักษณ์ส่วนบุคคลที่มีรากฐานจากกลุ่มสังคมสามารถส่งเสริมความรู้สึกมั่นคงทางอารมณ์และจิตใจของบุคคล โดยเฉพาะในบริบทของกลุ่มแฟนคลับ ซึ่งการมีส่วนร่วมและการระบุตัวตนร่วมกับกลุ่มสามารถส่งผลในเชิงบวกต่อสุขภาพทางจิต เช่น ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง การได้รับการยอมรับจากผู้อื่น และความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ทั้งนี้ สอดคล้องกับแนวคิดในจิตวิทยาเชิงบวกที่เน้นการส่งเสริมความสุขทางสังคมและความเป็นอยู่ที่ดีในระยะยาว

การวัดเอกลักษณ์ทางสังคม

ในการศึกษาด้านเอกลักษณ์ส่วนบุคคลและเอกลักษณ์ทางสังคม นักวิชาการได้พัฒนาแบบวัดหลากหลายรูปแบบเพื่อสะท้อนกระบวนการสร้างและยึดมั่นในเอกลักษณ์ของบุคคลในแต่ละบริบท โดยเฉพาะในกลุ่มวัยรุ่นและผู้ใหญ่ตอนต้นซึ่งเป็นช่วงวัยที่มีการพัฒนาเอกลักษณ์อย่างเด่นชัด

Marcia (1980) ได้เสนอแบบวัดเอกลักษณ์ในลักษณะของแบบสอบถามรายงานตนเอง (Self-report Questionnaire) ซึ่งมุ่งเน้นให้บุคคลสะท้อนตนเองในด้านต่าง ๆ ของชีวิต เพื่อวิเคราะห์ระดับของการค้นหาและการยึดมั่นในอัตลักษณ์ โดยแบ่งออกเป็น 8 องค์ประกอบ ได้แก่ ด้านอาชีพ (Occupation), ด้านศาสนา (Religion), ด้านการเมือง (Politics), ด้านค่านิยมส่วนตัว (Values), ด้านครอบครัว (Family), ด้านมิตรภาพ (Friendships), ด้านคู่รัก (Romantic Relationships), ด้านบทบาททางเพศ (Gender Roles)

แบบวัดของ Marcia ได้รับความนิยมในฐานะเครื่องมือพื้นฐานในการประเมินสถานะเอกลักษณ์ โดยพิจารณาจาก 2 แบบ คือ “การสำรวจ” (Exploration) และ “การยึดมั่น” (Commitment)

ต่อมา Balistreri (1989) ได้พัฒนาแบบวัดที่เน้นเฉพาะ 2 แบบ ของเอกลักษณ์ ได้แก่ Exploration – การแสวงหา ประเมินทางเลือก และทบทวนความเชื่อของตน และ Commitment – การตัดสินใจยึดมั่นในทางเลือกหรือความเชื่อนั้น ๆ อย่างมั่นคง แบบวัดนี้ช่วยให้สามารถแยกแยะกลุ่มบุคคลออกเป็นสถานะต่าง ๆ เช่น identity achievement, moratorium, foreclosure และ identity diffusion ได้อย่างชัดเจน

ในทำนองเดียวกัน Meeus (2011) ได้เสนอแนวทางที่จะเฝ้าติดตาม โดยเพิ่มการวัดมิติของเอกลักษณ์ให้ครอบคลุมทั้งในด้าน อุดมการณ์ (Ideological domain) และ ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (Interpersonal domain) เพื่อสะท้อนให้เห็นว่าการพัฒนาเอกลักษณ์ของบุคคลอาจแตกต่างกันไปตามบริบท เช่น ด้านอาชีพ หรือด้านความสัมพันธ์

Crocetti et al. (2008) ได้ต่อยอดและพัฒนาแบบวัดชื่อ The Utrecht-Management of Identity Commitments Scale (U-MICS) ซึ่งได้รับการยอมรับอย่างกว้างขวางในการวิจัยด้านพัฒนาการบุคคล โดยแบบวัดนี้มี 3 องค์ประกอบหลัก ได้แก่

1. Commitment เป็น ระดับของการยึดมั่นหรือการตัดสินใจในบทบาทหรือคุณค่าใดค่าหนึ่ง
2. In-depth Exploration เป็น การพิจารณาและสำรวจเพิ่มเติมในสิ่งที่ตนได้เลือกหรือตัดสินใจไว้
3. Reconsideration of Commitment เป็น การตั้งคำถามหรือทบทวนทางเลือกเดิม อันอาจนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงอัตลักษณ์

นอกจากนี้ ยังมีการแยกย่อยออกเพิ่มเติมเป็น

Ideological Commitment & Exploration เป็น สำหรับเอกลักษณ์ในด้านแนวคิด ความเชื่อ ค่านิยม เช่น การเมือง ศาสนา

Interpersonal Commitment & Exploration – สำหรับอัตลักษณ์ที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ เช่น ครอบครัว มิตรภาพ หรือคู่รัก

Reysen et al. (2017) ได้พัฒนาแบบวัดเอกลักษณ์ทางสังคมในบริบทของกลุ่มแฟนคลับ โดยเน้นวัดความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อกลุ่มที่ตนเป็นสมาชิก และการรับรู้ว่าเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มอย่างมีความหมาย แบบวัดนี้มีชื่อว่า Fan Identity Scale ซึ่งใช้วัดระดับของ

“เอกลักษณ์แฟนคลับ” (Fan Identity) หรือการที่บุคคลนิยามตนเองผ่านการเป็นแฟนของศิลปิน ดารา หรือสื่อบันเทิงประเภทต่าง ๆ แบบวัดนี้ได้รับการออกแบบบนพื้นฐานแนวคิดของ เอกลักษณ์ทางสังคม (Social Identity) โดยเน้นว่า การเป็นสมาชิกของกลุ่มแฟนคลับสามารถสร้างตัวตนทางสังคมที่มีความมั่นคง ส่งเสริมความภาคภูมิใจในตนเอง และเพิ่มความเชื่อมโยงกับผู้อื่นที่มีความสนใจร่วมกัน องค์ประกอบหลักของแบบวัด Fan Identity Scale ประกอบด้วย 6 ด้านสำคัญ ได้แก่

1. ด้านการรับรู้ตนเองว่าเป็นแฟน (Self-definition as a fan) หมายถึง วัดระดับที่บุคคลมองว่าการเป็นแฟนเป็นส่วนหนึ่งของตัวตน เช่น “ฉันมองว่าตัวเองเป็นแฟนของศิลปินคนนี้จริง ๆ”
2. ด้านความสำคัญของการเป็นแฟนต่ออัตลักษณ์ตน (Importance to identity) หมายถึง วัดระดับที่บุคคลรู้สึกว่าการเป็นแฟนมีความสำคัญต่อภาพลักษณ์และคุณค่าของตน เช่น “การเป็นแฟนของศิลปินนี้คือสิ่งที่บอกว่าคุณเป็นใคร”
3. ด้านการประเมินกลุ่มในแง่บวก (Positive evaluation of fan group) หมายถึง วัดความรู้สึกเชิงบวกที่มีต่อกลุ่มแฟนคลับ เช่น ความรู้สึกว่าคุณมีความอบอุ่น สนุก หรือมีคุณค่า
4. ด้านความรู้สึกเชื่อมโยงกับกลุ่มแฟนคลับ (Connection to the fan group) หมายถึง วัดความรู้สึกผูกพัน ความเป็นเจ้าของ และการยอมรับในกลุ่ม เช่น “ฉันรู้สึกว่าเป็นส่วนหนึ่งของแฟนคลับนี้จริง ๆ”
5. ด้านการเข้าร่วมกิจกรรมแฟนคลับ (Participation) หมายถึง วัดระดับการมีส่วนร่วม เช่น การติดตามข่าวสาร การเข้าร่วมกิจกรรม หรือการซื้อสินค้าเพื่อสนับสนุนศิลปิน
6. ด้านการปกป้องหรือปกป้องศิลปินและกลุ่มแฟนคลับ (Ingroup favoritism/ protection) หมายถึง วัดพฤติกรรมหรือทัศนคติที่แสดงถึงความภักดี เช่น การปกป้องศิลปินจากคำวิจารณ์ หรือการยืนยันความเหนือกว่าของแฟนคลับตนเองเมื่อเทียบกับกลุ่มอื่น

แบบวัดนี้ใช้มาตรประเมินค่า (Rating Scale) 7 ระดับ เพื่อสะท้อนความเข้มข้นของการยึดมั่นในเอกลักษณ์แฟนคลับ และได้รับการนำไปใช้ในการศึกษาหลากหลาย เช่น ความผูกพันกับศิลปิน การมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับแฟนคลับกลุ่มอื่น หรือแม้กระทั่งพฤติกรรมออนไลน์

แบบวัดเหล่านี้จึงไม่เพียงแต่สะท้อนระดับของเอกลักษณ์ในแต่ละบุคคลเท่านั้น แต่ยังช่วยให้เข้าใจความเปลี่ยนแปลงเชิงพัฒนาการในแต่ละช่วงวัยได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการศึกษาเอกลักษณ์ทางสังคมในกลุ่มเฉพาะ เช่น กลุ่มแฟนคลับ เพื่อ

ทำความเข้าใจความผูกพัน การยอมรับ และการแสดงออกในบริบทกลุ่ม ซึ่งอาจส่งผลต่อสุขภาวะทางจิตในระยะยาว

จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องทั้งใน และต่างประเทศ พบว่า นักวิจัยส่วนใหญ่มักพัฒนาเครื่องมือวัดเอกลักษณ์ทางสังคมขึ้นเอง โดยอิงจากการนิยามแนวคิดและองค์ประกอบที่เหมาะสมกับบริบทเฉพาะของกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการศึกษา ซึ่งลักษณะเช่นนี้สะท้อนให้เห็นถึงความยืดหยุ่นของแนวคิดเอกลักษณ์ทางสังคมในการประยุกต์ใช้กับกลุ่มประชากรที่หลากหลาย สำหรับการศึกษานี้ ผู้วิจัยได้นำแนวคิดของ Reysen และคณะ (2017) มาเป็นกรอบในการสร้างแบบวัดเอกลักษณ์ทางสังคม โดยพิจารณาถึงความเหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย ได้แก่ กลุ่มแฟนคลับในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ทั้งนี้ แบบวัดที่ใช้มีลักษณะเป็นมาตราประเมินค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ซึ่งครอบคลุมตั้งแต่ระดับ “ตรงที่สุด” ไปจนถึง “ไม่ตรงเลย” เพื่อสะท้อนระดับความรู้สึก ความคิด และการรับรู้ของผู้ตอบแบบสอบถามที่มีต่อการนิยามตนเองในฐานะสมาชิกกลุ่มแฟนคลับ และระดับของความเชื่อมโยงทางสังคมที่บุคคลมีต่อกลุ่มดังกล่าว

การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด (Escape from Stressors)

ความและองค์ประกอบของการหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด

การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด (Escape from Stressors) เป็นแนวคิดที่อยู่ภายใต้กรอบของทฤษฎีความเครียด (Stress Concept) ซึ่งเป็นแนวคิดหลักที่ใช้อธิบายกลไกของบุคคลในการตอบสนองต่อแรงกดดันหรือสิ่งคุกคามจากสิ่งแวดล้อมภายนอก โดยเฉพาะเมื่อบุคคลเผชิญกับเหตุการณ์ที่ส่งผลกระทบต่อสภาพจิตใจหรือความสมดุลทางอารมณ์ นักทฤษฎีด้านความเครียดได้แบ่งแนวคิดออกเป็น 3 มุมมองหลัก ซึ่งสามารถใช้เป็นกรอบในการทำความเข้าใจพฤติกรรมหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียดได้ ดังนี้

1. มุมมองที่มองว่าความเครียดเป็นสิ่งเร้า (Stress as a Stimulus) ในมุมมองนี้ ความเครียดถูกมองว่าเป็นเหตุการณ์หรือสิ่งกระตุ้นจากภายนอกที่เข้ามากระทบต่อบุคคล เช่น การเปลี่ยนแปลงครั้งสำคัญในชีวิต การเผชิญกับความสูญเสีย หรือการเจ็บป่วยร้ายแรง (Feinstein et al., 2016) เหตุการณ์เหล่านี้ทำหน้าที่เป็นตัวกระตุ้นให้ระบบการรับรู้และตอบสนองของบุคคลเกิดการทำงาน ซึ่งอาจนำไปสู่ความรู้สึกไม่สบายใจ วิตกกังวล หรือพฤติกรรมหลีกเลี่ยงเพื่อป้องกันผลกระทบที่ตามมา

2. มุมมองที่มองว่าความเครียดเป็นการตอบสนอง (Stress as a Response) ในมุมมองนี้ ความเครียดในที่นี้ถือเป็นผลสะท้อนทางกายภาพหรือชีวภาพที่เกิดจากการรับรู้ถึงสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดแรงกดดัน แนวคิดนี้เริ่มต้นจากการศึกษาของ Bernard (1865) และ Cannon (1929) ซึ่งอธิบายกลไกของระบบประสาทอัตโนมัติในการรักษาสมดุลภายใน

ร่างกาย หรือที่เรียกว่า “homeostasis” เมื่อร่างกายเผชิญกับสิ่งกระตุ้นที่ไม่พึงประสงค์ เช่น เสียงดัง หรือความกดดันทางสังคม ร่างกายจะตอบสนองผ่านระบบประสาทและฮอร์โมน เพื่อเตรียมพร้อมต่อการหลบหนีหรือเผชิญหน้ากับสถานการณ์เหล่านั้น (fight or flight response)

3. มุมมองที่มองว่าความเครียดเป็นปฏิสัมพันธ์ (Stress as a Transaction) ในมุมมองนี้ได้รับการเสนอโดย Lazarus และคณะ (1984) ซึ่งอธิบายว่าความเครียดเป็นผลลัพธ์จากกระบวนการประเมินของบุคคลต่อสถานการณ์เฉพาะหน้า โดยเมื่อบุคคลรับรู้สถานการณ์ที่เผชิญอยู่นั้นมีความต้องการเกินกว่าทรัพยากรที่ตนเองมีอยู่ในการรับมือ จะเกิดความไม่สมดุลภายในจิตใจ และก่อให้เกิดความเครียดตามมา การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นจึงเป็นหนึ่งในกลุ่มยุทธศาสตร์การเผชิญสถานการณ์ (coping strategy) ที่บุคคลใช้เมื่อตระหนักว่าตนไม่สามารถจัดการหรือควบคุมสถานการณ์ได้โดยตรง

แนวความคิดการหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียดได้รับการนิยามและพัฒนามาจากงานวิจัยของ Lazarus (1976) ซึ่งกล่าวไว้ว่า การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด คือ กระบวนการที่บุคคลใช้เพื่อจัดการกับปัญหาหรือความเครียดที่เกิดขึ้น โดยรวมถึงการหลีกเลี่ยงทั้งอารมณ์และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับความเครียดนั้น ๆ ต่อมา Lazarus และ Folkman (1984) ได้ขยายความหมายเพิ่มเติม โดยระบุว่า การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด คือความพยายามของบุคคลผ่านกระบวนการทางความคิดและพฤติกรรมที่มีเป้าหมายเพื่อหลีกเลี่ยงความต้องการและปัญหาที่เปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่อง ซึ่งอาจเกิดขึ้นทั้งจากปัจจัยภายในและภายนอกบุคคล โดยกระบวนการนี้เป็นกลไกการป้องกันตนเองที่ช่วยลดความทุกข์และความเครียดในชีวิตประจำวัน รวมถึงเป็นการแสดงออกในเชิงพฤติกรรมเพื่อหลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียด ซึ่งถือเป็นความสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อมที่ส่งผลต่อจิตใจ (Lazarus & Folkman, 1984)

นอกจากนี้ การปรับตัวต่อความเครียดผ่านการหลีกเลี่ยงสามารถจำแนกออกเป็น 3 ด้านหลัก ได้แก่

1. ด้านบทบาททางสังคม (Social Functioning) หมายถึง การตอบสนองและการปรับตัวของบุคคลต่อบทบาทที่ตนมีในสังคมอย่างมีประสิทธิภาพ โดยบุคคลที่สามารถหลีกเลี่ยงเหตุการณ์หรือตัวกระตุ้นที่ก่อความเครียดได้ดี จะสามารถปฏิบัติตนในบทบาททางสังคมได้อย่างเหมาะสมและมีประสิทธิผล
2. ด้านจิตใจ (Morale) หมายถึง ผลของการรับรู้และการประเมินสถานการณ์ของบุคคล ซึ่งรวมถึงความรู้สึกพึงพอใจ ความสุข หรือความสงบใจที่เกิดขึ้นจากการสามารถรับมือและปรับตัวต่อความเครียดได้อย่างเหมาะสม

3. ด้านสุขภาพร่างกาย (Somatic Illness) หมายถึง ผลกระทบทางกายภาพที่เกิดจากการตอบสนองต่อความเครียด หากไม่สามารถจัดการความเครียดได้อย่างเหมาะสม อาจนำไปสู่ปัญหาสุขภาพต่าง ๆ ตามมา

ในทำนองเดียวกัน Skinner และคณะ (2003) ได้วิเคราะห์และจัดระบบกลยุทธ์การเผชิญกับความเครียด โดยชี้ให้เห็นว่าการหลีกเลี่ยง (avoidance coping) เป็นรูปแบบหนึ่งของการจัดการกับความเครียดที่บุคคลใช้เพื่อหลีกเลี่ยงสิ่งกระตุ้นหรือสถานการณ์ที่เป็นต้นเหตุของความเครียด ซึ่งอาจแสดงออกมาในรูปแบบของการละเลยปัญหา การปฏิเสธ หรือการหลีกเลี่ยงทางกายภาพและจิตใจ อย่างไรก็ตาม การใช้กลยุทธ์หลีกเลี่ยงนี้บ่อยครั้ง อาจทำให้ปัญหาหรือความเครียดยังคงอยู่ หรือเพิ่มความรุนแรงมากขึ้นในระยะยาว เพราะไม่ได้มีการเผชิญหน้าหรือจัดการกับปัญหาอย่างตรงจุด

ด้วยเหตุนี้ การศึกษาการหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด จึงจำเป็นต้องพิจารณาถึงรูปแบบและผลกระทบของการใช้กลยุทธ์หลีกเลี่ยงทั้งในแง่บวกและลบ เพื่อให้สามารถเข้าใจพฤติกรรม การตอบสนองต่อความเครียดได้อย่างรอบด้าน และสามารถพัฒนาแนวทางการส่งเสริมสุขภาพทางจิตที่เหมาะสมในกลุ่มเป้าหมาย

ในบริบทของประเทศไทย กรมสุขภาพจิต (2548) ได้ให้ความหมายของการหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียดไว้ว่า ประกอบด้วยการวิเคราะห์และประเมินระดับความเครียดของตนเอง จากสัญญาณทางร่างกายและจิตใจ เมื่อรับรู้ว่าตนเองเริ่มเข้าสู่ภาวะความเครียด บุคคลควรพยายามหลีกเลี่ยงสิ่งเร้าที่เป็นตัวกระตุ้นความเครียด พร้อมกับเปลี่ยนความคิดในแง่ลบให้เป็นบวก การหาสถานที่ผ่อนคลาย และการใช้เทคนิคส่วนบุคคลเพื่อหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียดอย่างต่อเนื่อง

นอกจากนี้ Karnchanawong และ Tadkaew (2013) ยังได้สรุปความหมายของการหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียดไว้ว่า เมื่อบุคคลเผชิญกับความเครียด จำเป็นต้องหาแนวทางหรือวิธีการจัดการที่เหมาะสม เพื่อหลีกเลี่ยงและลดผลกระทบจากความเครียดนั้น ๆ โดยรูปแบบของการหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียดสามารถแบ่งออกเป็น 3 รูปแบบ ตามแนวคิดของ Cook และ Heppner (1997) ดังนี้ การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียดโดยมุ่งเน้นการแก้ไขปัญหา (Problem-focused Avoidance), การหลีกเลี่ยงโดยมุ่งเน้นการแสวงหาสิ่งสนับสนุนทางสังคม (Social-support-focused Avoidance), การหลีกเลี่ยงโดยการหลีกเลี่ยงหนีจากปัญหาโดยตรง (Avoidance-oriented Coping) ทั้งนี้ รูปแบบและวิธีการหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียดจะแตกต่างกันไปตามบุคคลและสถานการณ์ที่เผชิญ

เพ็ญพรรณ สุวรรณดอน (2547) ให้ความหมายของการหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด เป็นพฤติกรรมที่เกิดจากกระบวนการใช้สติปัญญาในการไตร่ตรองและตัดสินใจ รวมถึงปฏิกิริยาตอบโต้ทั้งทางอารมณ์และร่างกายต่อความเครียดที่เกิดขึ้นในสถานการณ์ต่าง ๆ ขณะที่ รุ่งนภา จันทรา และคณะ (2552) เสนอความหมายเพิ่มเติมว่า การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด คือ ความพยายามของบุคคลที่จะหลีกเลี่ยงและจัดการกับปัญหาโดยเฉพาะอย่างยิ่งกับต้นเหตุของปัญหา ซึ่งอาจครอบคลุมถึงการเปลี่ยนแปลงสถานการณ์ภายนอก หรือการปรับเปลี่ยนความรู้สึกภายในของตนเอง เพื่อสร้างความสมดุลทางจิตใจและลดความตึงเครียดที่เกิดขึ้น

ทั้งสองความหมายนี้สอดคล้องกับแนวคิดที่มองว่าการหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียดไม่ใช่เพียงแค่การหนีปัญหา แต่เป็นกระบวนการที่บุคคลใช้สติปัญญา และการจัดการเชิงจิตใจเพื่อรักษาสมดุลของตนเองในสถานการณ์ที่เต็มไปด้วยความกดดัน ทั้งนี้ การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียดจึงเป็นกลไกสำคัญที่ช่วยให้บุคคลสามารถลดผลกระทบจากความเครียด และส่งเสริมการมีสุขภาพทางจิตที่ดีขึ้นได้

จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องทั้งใน และต่างประเทศ ผู้วิจัยสรุปความหมายของการหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียดไว้ว่า เป็นกระบวนการที่บุคคลดำเนินการเพื่อจัดการและหลีกเลี่ยงปัญหาหรือความเครียดที่เกิดขึ้น รวมถึงการพยายามหลีกเลี่ยงหรือบรรเทาอารมณ์ความเครียด ผ่านพฤติกรรมที่แสดงออกมาเพื่อรับมือกับความเครียดดังกล่าว นอกจากนี้ยังหมายถึงความสามารถในการหลีกเลี่ยงหรือจัดการกับสิ่งที่รบกวนจิตใจ หรือสิ่งที่ก่อให้เกิดความทุกข์ทางจิตใจในตัวบุคคล โดยการหลีกเลี่ยงนี้มักแสดงออกในรูปแบบของพฤติกรรมที่มีจุดมุ่งหมายเพื่อบรรเทาหรือหลีกเลี่ยงจากความเครียด ซึ่งสามารถเข้าใจได้ในบริบทของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อมรอบตัว

การวัดการหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด

Lazarus and Folkman (1984) ได้พัฒนาแบบวัดเพื่อประเมินพฤติกรรมหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียดโดยมีจำนวนข้อทั้งหมด 27 ข้อ ซึ่งแบบวัดนี้ถูกออกแบบมาเพื่อวัดการตอบสนองในลักษณะของการหลีกเลี่ยงที่มีต่อความเครียดในรูปแบบต่าง ๆ โดยแบ่งออกเป็น 2 องค์ประกอบหลัก คือ (1) การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียดที่มุ่งเน้นไปที่การแก้ไขปัญหา (problem-focused coping) ซึ่งเป็นกลยุทธ์ที่บุคคลพยายามเปลี่ยนแปลงหรือจัดการกับสาเหตุของความเครียดโดยตรง เช่น การวางแผน หรือค้นหาวิธีแก้ไข และ (2) การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียดที่มุ่งเน้นไปที่การจัดการกับอารมณ์ (emotion-focused coping) ซึ่งเน้นการลดทอนผลกระทบทางอารมณ์ที่เกิดจากความเครียด เช่น การใช้วิธีผ่อนคลายหรือเปลี่ยนแปลงมุมมองทางความคิด โดยผู้ตอบ

แบบสอบถามจะให้คะแนนตามความถี่ของพฤติกรรมที่แสดงออกในแต่ละข้อ โดยใช้มีลักษณะเป็นมาตรประเมินค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ตั้งแต่ “ไม่เคย” ถึง “บ่อยมาก” เพื่อให้สามารถประเมินลักษณะและความรุนแรงของการหลีกเลี่ยงในแต่ละรูปแบบได้อย่างเป็นระบบและชัดเจน

ในส่วนของ Cook and Heppner (1997) ได้พัฒนาแบบวัดการหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียดที่มีจำนวนข้อทั้งหมด 17 ข้อ โดยเน้นการแบ่งองค์ประกอบออกเป็น 3 ด้านที่สะท้อนรูปแบบการหลีกเลี่ยงที่แตกต่างกันอย่างละเอียด ได้แก่ ด้านการหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียดแบบมุ่งเน้นการแก้ไขปัญหา (problem-focused avoidance) ซึ่งเป็นการหลีกเลี่ยงที่เกี่ยวข้องกับการพยายามเปลี่ยนแปลงหรือหลีกเลี่ยงปัญหาตรง ๆ เพื่อบรรเทาความเครียด, ด้านการหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียดแบบมุ่งเน้นการแสวงหาสิ่งสนับสนุนทางสังคม (social support seeking avoidance) ซึ่งหมายถึงการใช้เครือข่ายสังคมหรือผู้คนรอบข้างเพื่อหลีกเลี่ยงความเครียด เช่น การพูดคุยหรือขอคำปรึกษา และ ด้านการหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียดแบบหลีกเลี่ยงปัญหา (avoidance coping) ซึ่งเป็นการหลีกเลี่ยงในรูปแบบที่ไม่จัดการกับปัญหาตรง ๆ เช่น การหลีกเลี่ยงสถานการณ์หรือการละเลยความเครียด โดยผู้ตอบแบบสอบถามให้คะแนนใช้มีลักษณะเป็นมาตรประเมินค่า (Rating Scale) 5 ระดับ เช่นเดียวกับแบบวัดของ Lazarus and Folkman เพื่อสะท้อนความถี่และรูปแบบการตอบสนองของแต่ละบุคคลต่อความเครียดในสถานการณ์ต่าง ๆ

แบบสอบถาม Perceived Stress Scale (PSS) พัฒนาโดย Cohen, Kamarck และ Mermelstein (1983) เป็นเครื่องมือที่ใช้วัดระดับความเครียดที่บุคคลรับรู้ในชีวิตประจำวัน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อประเมินการรับรู้และการตอบสนองทางจิตใจต่อสถานการณ์ที่บุคคลเผชิญในช่วงเวลาหนึ่ง โดย PSS เน้นการวัดความเครียดในลักษณะที่ไม่จำกัดเจาะจงเฉพาะเหตุการณ์ใดเหตุการณ์หนึ่ง แต่เป็นการประเมินการรับรู้ของบุคคลต่อความไม่แน่นอน ความกดดัน และความยากลำบากที่ส่งผลกระทบต่อความสามารถในการควบคุมชีวิตประจำวัน มีรูปแบบใช้มีลักษณะเป็นมาตรประเมินค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ตั้งแต่ระดับ “แทบจะไม่เคย” ถึง “เกือบทุกวัน” ซึ่งช่วยให้การตอบแบบสอบถามเป็นไปอย่างรวดเร็วและง่ายดาย โดยทั่วไปมีจำนวนข้อระหว่าง 10 ถึง 14 ข้อ ขึ้นอยู่กับการปรับใช้ในแต่ละบริบท

PSS สามารถใช้กับประชากรหลากหลายกลุ่ม ทั้งกลุ่มตัวอย่างทั่วไปและกลุ่มเฉพาะทางสังคม มีความน่าเชื่อถือและมีความถูกต้องทางสถิติสูง อีกทั้งยังได้รับการยอมรับอย่างแพร่หลายในการวิจัยด้านสุขภาพจิต และจิตวิทยาสังคม เพื่อประเมินระดับความเครียดที่บุคคลรับรู้ และมีผลต่อสุขภาพทางจิตและร่างกาย นอกจากนี้ การประยุกต์ใช้ PSS ยังช่วยให้นักวิจัยสามารถวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดกับปัจจัยทางจิตสังคมอื่น ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

สำหรับงานวิจัยที่ใช้กรอบแนวคิดของ Reysen et al. (2017) การวัดการหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นเครียดควรเน้นไปที่การประเมินการรับรู้ และการตอบสนองต่อความเครียดในบริบททางสังคม และจิตใจเป็นหลัก ซึ่งแบบวัด Perceived Stress Scale (PSS) ถือเป็นเครื่องมือที่เหมาะสมเนื่องจากมีความน่าเชื่อถือสูง และได้รับการยอมรับอย่างกว้างขวางในวงการวิชาการ นอกจากนี้ ยังควรพิจารณาใช้แบบวัดที่ครอบคลุมการหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียดร่วมด้วย เพื่อให้สามารถสะท้อนภาพรวมของภาวะความเครียดในกลุ่มตัวอย่างได้อย่างครบถ้วน และลึกซึ้งยิ่งขึ้น โดยการใช้แบบวัดในลักษณะนี้จะช่วยให้นักวิจัยสามารถวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความเครียด การรับรู้ตนเอง และการตอบสนองทางจิตใจได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนส่งเสริมความเข้าใจในกระบวนการปรับตัวและสุขภาวะทางจิตของกลุ่มเป้าหมายได้ดียิ่งขึ้น

จากการสืบค้น และรวบรวมข้อมูลแบบวัดในงานวิจัยที่ผ่านมา ทั้งในและต่างประเทศ พบว่าผู้วิจัยส่วนใหญ่มีแนวโน้มที่จะพัฒนาแบบวัดขึ้นเองโดยอ้างอิงจากนิยามความหมายและองค์ประกอบที่เหมาะสมกับวัตถุประสงค์การศึกษาของตนเอง เพื่อให้สอดคล้องกับบริบทและกลุ่มเป้าหมายที่แตกต่างกัน ดังนั้น ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงได้พัฒนาแบบวัดการหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียดขึ้นใหม่ตามนิยามของ Reysen et al. (2017) โดยแบบวัดดังกล่าวมีลักษณะใช้มีลักษณะเป็นมาตราประเมินค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ตั้งแต่ระดับ “ตรงที่สุด” ถึง “ไม่ตรงเลย” เพื่อสะท้อนความถี่ และความรุนแรงของพฤติกรรมหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียดในกลุ่มตัวอย่างได้อย่างเหมาะสมและแม่นยำ

เป้าหมายในชีวิต (Purpose in Life)

ความและองค์ประกอบเป้าหมายในชีวิต

เป้าหมายในชีวิต (Purpose in Life) ถือเป็นองค์ประกอบสำคัญที่สะท้อนแรงขับเคลื่อนภายในของบุคคล ซึ่งมีอิทธิพลต่อการตัดสินใจ การกำกับพฤติกรรม และการดำรงชีวิตอย่างมีความหมาย Heatherton และ Baumeister (1991) ได้นิยามว่า เป้าหมายในชีวิต คือ ความปรารถนาในคุณค่าและความภูมิใจในตนเองที่บุคคลแสวงหาและต้องการเติมเต็ม ในขณะที่ Wong (1998) ขยายแนวคิดดังกล่าว โดยอธิบายว่าเป้าหมายในชีวิตเป็นระบบความคิดเฉพาะตัวที่เชื่อมโยงกับบริบททางวัฒนธรรม มีบทบาทสำคัญในการกำหนดแนวทางการดำเนินชีวิต และช่วยให้บุคคลตัดสินใจเลือกกระทำสิ่งต่าง ๆ ได้อย่างมีจุดหมาย ซึ่งก่อให้เกิดความรู้สึกว่าตนมีคุณค่าและความหวัง และท้ายที่สุดนำไปสู่ความพึงพอใจและความสุขในชีวิต

ในบริบทของกลุ่มแฟนคลับ Chadborn et al. (2017) ได้นำเสนอว่า การมีเป้าหมายในชีวิตทำหน้าที่เป็นแรงจูงใจหลักในการจัดการกับสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน และช่วยลดความไม่แน่นอนของชีวิตลงได้ ความหลงใหลและความสนใจในศิลปินของแฟนคลับ

ยังส่งเสริมให้บุคคลมีเป้าหมายและความหมายที่ชัดเจนยิ่งขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ Gamlo (2019) ที่ระบุว่า การมีเป้าหมายและความหวังเป็นเงื่อนไขสำคัญในการกระตุ้นแรงจูงใจเพื่อให้บุคคลสามารถดำเนินกิจกรรมหรือบรรลุเป้าหมายที่วางไว้ได้สำเร็จ โดยปัจจัยที่กระตุ้นแรงจูงใจสามารถแบ่งออกได้เป็น 2 ประเภท ได้แก่ ปัจจัยภายนอกที่ไม่สามารถควบคุมได้ เช่น พันธุกรรม และปัจจัยที่สามารถควบคุมได้ เช่น พฤติกรรม หรือการสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเกิดแรงจูงใจ เช่น มิตรภาพ ความสัมพันธ์ในเชิงบวก และสังคมที่เกื้อหนุน

Gamlo (2019) ได้อธิบายเพิ่มเติมว่า การมีเป้าหมายในชีวิตเป็นรากฐานของแรงจูงใจที่ช่วยผลักดันบุคคลให้พยายามบรรลุสิ่งใดสิ่งหนึ่ง โดยแรงจูงใจดังกล่าวอาจเกิดจากปัจจัยภายนอก เช่น สภาพแวดล้อม หรือปัจจัยภายใน เช่น ความสัมพันธ์ที่ดี ความหวัง หรือคุณค่าทางจิตใจ ซึ่งสอดคล้องกับทัศนะของ กัลยารัตน์ ธีระธัญกุล (2557) ที่เสนอว่า แรงจูงใจเป็นกลไกภายในที่ช่วยผลักดันบุคคลให้พยายามดำเนินชีวิตตามเป้าหมายหรือความต้องการพื้นฐานโดยเป้าหมายในชีวิตจึงถือเป็นแรงผลักดันภายในที่สำคัญในกระบวนการสร้างคุณค่าและการพัฒนาตนเอง

ในมุมมองของจิตวิทยาอัตถิภาวนิยม Frankl (1963) ได้เสนอทฤษฎี “การแสวงหาความหมายในชีวิต” (Search for Meaning) โดยให้ความสำคัญกับการที่มนุษย์มีความต้องการพื้นฐานในการค้นหาความหมายและวัตถุประสงค์ของการดำรงอยู่ ซึ่ง Frankl เห็นว่าการมีเป้าหมายหรือความหมายในชีวิตสามารถช่วยให้บุคคลมีพลังในการต่อสู้กับความทุกข์ หรือสถานการณ์ที่ยากลำบาก ทั้งยังช่วยส่งเสริมสุขภาวะทางจิตและการมองชีวิตในเชิงบวกมากยิ่งขึ้น

ขณะเดียวกัน Sheldon และ Elliot (1999) ได้นำเสนอแนวคิด “Self-Concordance Model” ซึ่งมุ่งเน้นว่า การมีเป้าหมายในชีวิตที่สอดคล้องกับตัวตนภายใน (self-congruent goals) จะช่วยให้บุคคลมีแรงจูงใจที่ยั่งยืน และสามารถพัฒนาความเป็นอยู่ที่ดีทางจิตใจได้อย่างแท้จริง โดยเป้าหมายที่มาจากความต้องการหรือคุณค่าแท้จริงของบุคคล ย่อมส่งผลให้เกิดความพึงพอใจ ความผูกพันกับเป้าหมาย และความสามารถในการฝ่าอุปสรรคอย่างมีประสิทธิภาพมากกว่าเป้าหมายที่ถูกกำหนดจากปัจจัยภายนอก เช่น ความคาดหวังของสังคม

จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง ทั้งในและต่างประเทศ พบว่า “เป้าหมายในชีวิต” ได้รับการอธิบายจากหลากหลายแนวคิดเชิงจิตวิทยาและสังคมศาสตร์ โดยนักวิชาการจำนวนมากต่างเห็นพ้องกันว่า เป้าหมายในชีวิตเป็นองค์ประกอบสำคัญที่มีบทบาทในการขับเคลื่อนพฤติกรรมของมนุษย์ เป็นแรงจูงใจภายในที่ช่วยให้บุคคลสามารถเผชิญกับความท้าทายต่าง ๆ ในชีวิตได้อย่างมีทิศทาง และมีความมั่นคงทางจิตใจมากยิ่งขึ้น เป้าหมายในชีวิตเป็นระบบความคิด

เฉพาะบุคคลที่สะท้อนให้เห็นถึงคุณค่า ความหวัง และการดำรงชีวิตที่มีความหมาย โดยเป็นแนวคิดที่ก่อร่างขึ้นผ่านประสบการณ์ส่วนตัว ความเชื่อทางวัฒนธรรม และบริบททางสังคมที่บุคคลดำรงอยู่ ซึ่งระบบความคิดนี้มีอิทธิพลต่อกระบวนการตัดสินใจ การกำหนดแนวทางชีวิต และการวางแผนอนาคตของแต่ละบุคคล

ในบริบทของแฟนคลับ เป้าหมายในชีวิตยังสามารถปรากฏออกมาในรูปแบบของแรงจูงใจที่เกิดจากความชื่นชอบหรือความหลงใหลในศิลปิน บุคคลต้นแบบ หรือกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับกลุ่มแฟน เช่น การติดตามผลงาน การเข้าร่วมกิจกรรมของกลุ่ม หรือแม้แต่การสร้างแรงบันดาลใจจากศิลปินเพื่อนำไปใช้ในการพัฒนาชีวิตของตนเอง ทั้งนี้ ความหลงใหลที่มีต่อศิลปินอาจกลายเป็นพลังผลักดันภายในที่ช่วยให้แฟนคลับมีเป้าหมาย มีแรงบันดาลใจ และสามารถจัดการกับสถานการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตได้ดีขึ้นนอกจากนี้ เป้าหมายในชีวิตยังมีบทบาทในการลดความคลุมเครือหรือความไม่แน่นอนในชีวิต โดยช่วยให้บุคคลสามารถวางแผน ปรับตัว และดำเนินชีวิตอย่างมีจุดหมาย ซึ่งถือเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งเสริมความมั่นคงทางจิตใจ และสุขภาวะทางจิต

โดยรวมกล่าวโดยสรุป เป้าหมายในชีวิตคือระบบความคิดที่ผสมระหว่างแรงจูงใจส่วนบุคคล บริบททางสังคม และอิทธิพลทางวัฒนธรรม ซึ่งไม่เพียงแต่ช่วยให้บุคคลสามารถกำหนดทิศทางชีวิตได้อย่างมีจุดหมายเท่านั้น หากยังเป็นกลไกสำคัญที่ส่งเสริมความหมายในการดำรงอยู่ และพัฒนาความเป็นอยู่ที่ดีทั้งในด้านจิตใจ และสังคมอีกด้วย

การวัดเป้าหมายในชีวิต

Molasso (2006) ได้พัฒนาแบบวัดเป้าหมายในชีวิต (Purpose in Life: PIL) ซึ่งมุ่งเน้นการประเมินระดับการรับรู้ของบุคคลต่อความมีเป้าหมายในชีวิต โดยแบบวัดฉบับแรกเริ่มประกอบด้วยจำนวนข้อคำถามทั้งหมด 20 ข้อ และได้นำไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นนิสิตนักศึกษาจำนวน 1,320 คน จากผลการทดสอบเบื้องต้น พบว่าแบบวัดดังกล่าวมีคุณภาพทางจิตวิทยาที่ดี ทั้งในด้านความเที่ยงตรง (validity) และความเชื่อมั่น (reliability) อย่างไรก็ตาม หลังการวิเคราะห์ข้อคำถาม พบว่ามี 2 ข้อที่ไม่สอดคล้องกับบริบททางสังคมและวัฒนธรรมของกลุ่มเป้าหมาย จึงได้มีการตัดออก เหลือเพียง 18 ข้อในฉบับใช้งานจริง

แบบวัด PIL ใช้รูปแบบการประเมินตนเอง โดยให้ผู้ตอบประเมินความเห็นของตนในแต่ละข้อผ่านมาตราส่วนประมาณค่า 7 ระดับ (7-point Likert scale) โดยมีระดับคะแนนตั้งแต่ 1 = "ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง" ไปจนถึง 7 = "เห็นด้วยอย่างยิ่ง" ซึ่งการให้คะแนนในแต่ละข้อสะท้อนระดับการรับรู้ของบุคคลต่อการมีเป้าหมายในชีวิต โดยคะแนนรวมที่เป็นไปได้มีค่าตั้งแต่ 18 ถึง 126 คะแนน ยิ่งได้คะแนนรวมสูงยิ่งสะท้อนถึงระดับของการมีเป้าหมายในชีวิตที่ชัดเจน การมองชีวิตในเชิงบวก

และความรู้สึกว่าชีวิตมีคุณค่าและความหมาย ขณะที่คะแนนในระดับต่ำมักสัมพันธ์กับภาวะขาดความหวัง ความรู้สึกไร้ทิศทาง หรือการรับรู้ว่าคุณค่าชีวิตขาดจุดหมาย

สำหรับองค์ประกอบที่สำคัญของแบบวัด PIL ตามแนวคิดของ Molasso แบ่งออกเป็น 5 ด้าน ดังนี้

1. ด้านความมุ่งหวังในชีวิต (Life Expectancy) หมายถึง ระดับความหวังและความเชื่อมั่นว่าชีวิตมีสิ่งที่ยรอคอยหรือเป้าหมายที่อยากไปให้ถึงในอนาคต
2. ด้านการดำเนินชีวิตอย่างมีความหมาย (Meaningful Living) หมายถึง การรับรู้ว่าคุณค่าชีวิตที่ตนดำเนินอยู่นั้นมีคุณค่า และเต็มไปด้วยความหมาย
3. ด้านทัศนคติต่อชีวิต (Life Attitude) หมายถึง ทัศนคติในเชิงบวกที่บุคคลมีต่อชีวิต ทั้งในแง่ของประสบการณ์ ความยืดหยุ่น และความพร้อมในการเผชิญความเปลี่ยนแปลง
4. ด้านความรู้สึกละเลยตนเองไร้ความหมาย (Sense of Emptiness) หมายถึง ภาวะทางจิตใจในด้านลบ เช่น ความว่างเปล่า ความรู้สึกสูญเสียทิศทาง หรือการตั้งคำถามต่อคุณค่าของตนเอง
5. ด้านการเลือกกำหนดชีวิตตนเอง (Self-Determination) หมายถึง การรับรู้ว่าคุณค่าตนเองมีอิสระและสามารถเลือกกำหนดเส้นทางชีวิตตามความตั้งใจของตน ไม่ตกอยู่ใต้อิทธิพลของผู้อื่นหรือสถานการณ์ภายนอก

แบบวัด PIL จึงนับเป็นเครื่องมือที่มีประสิทธิภาพในการประเมินระดับของเป้าหมายในชีวิตในหลากหลายบริบท และเหมาะสมสำหรับนำไปใช้ในงานวิจัยด้านจิตวิทยาพัฒนาการ จิตวิทยาเชิงบวก และสุขภาวะทางจิต โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มวัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่ตอนต้นที่กำลังอยู่ในช่วงของการค้นหาและสร้างเอกลักษณ์ส่วนบุคคล รวมถึงการกำหนดทิศทางชีวิตของตนเองอย่างมั่นคง

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ออกแบบแบบวัด “เป้าหมายในชีวิต” โดยอิงจากกรอบแนวคิดของ Reysen et al. (2017) ซึ่งเน้นบทบาทของเอกลักษณ์ทางสังคม (Social Identity) และการมีส่วนร่วมในกลุ่มแฟนคลับ (Fan Community Engagement) ที่ส่งผลต่อการสร้างความหมาย ความหวัง และเป้าหมายในชีวิตของบุคคล โดยเฉพาะอย่างยิ่งในบริบทของกลุ่มแฟนคลับที่มีความสัมพันธ์ทางสังคมอย่างแน่นแฟ้น การรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มที่มีคุณค่า ช่วยเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง เพิ่มความมั่นคงทางอารมณ์ และส่งเสริมสุขภาวะทางจิต (Haslam et al., 2009; Chadborn et al., 2017) แนวคิดนี้ยังสอดคล้องกับมุมมองของ Frankl (1963) และ Wong (1998) ซึ่งมองว่าเป้าหมายในชีวิตมิได้เกิดจากความพยายามส่วนบุคคลเพียงลำพัง แต่เป็นผลลัพธ์ที่พัฒนาขึ้นจากปฏิสัมพันธ์ของบุคคลกับบริบททางสังคมและวัฒนธรรมที่ตนเลือกมีส่วนร่วม โดยเฉพาะเมื่อบริบทดังกล่าวช่วยเหลือหล่อหลอมคุณค่า ทิศทาง และแรงบันดาลใจในการดำเนินชีวิต

จากการศึกษาวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องทั้งในและต่างประเทศ พบว่า นักวิจัยหลายท่านมีแนวโน้มในการสร้างแบบวัดที่อิงจากการนิยามแนวคิดและองค์ประกอบตามกรอบทฤษฎีที่เหมาะสมกับบริบทเฉพาะของตนเอง เพื่อให้สามารถสะท้อนลักษณะเฉพาะของกลุ่มตัวอย่างได้อย่างมีประสิทธิภาพ ดังนั้น ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงพัฒนาแบบวัดเป้าหมายในชีวิตชั้นเองโดยอิงจากนิยามของ Reysen et al. (2017) และบริบทของกลุ่มแฟนคลับวัยผู้ใหญ่ตอนต้น แบบวัดมีลักษณะใช้มีลักษณะเป็นมาตราประเมินค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ตั้งแต่ระดับ “ตรงที่สุด” ถึง “ไม่ตรงเลย” โดยมุ่งสะท้อนการรับรู้ของบุคคลต่อจุดมุ่งหมายในชีวิตที่ได้รับอิทธิพลจากการมีส่วนร่วมและการรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งในกลุ่มแฟนคลับ

ส่วนที่ 5 ประเภทของตัวแปรที่สาม

ตัวแปรอิสระร่วม (Covariate)

ตัวแปรอิสระร่วมกัน (Covariate) ที่ส่งอิทธิพลต่อตัวแปรตาม คือ ตัวแปรอิสระ A รวมกับตัวแปรที่สาม C ส่งอิทธิพลร่วมกันไปยังตัวแปรตาม B ดังภาพประกอบที่ 1



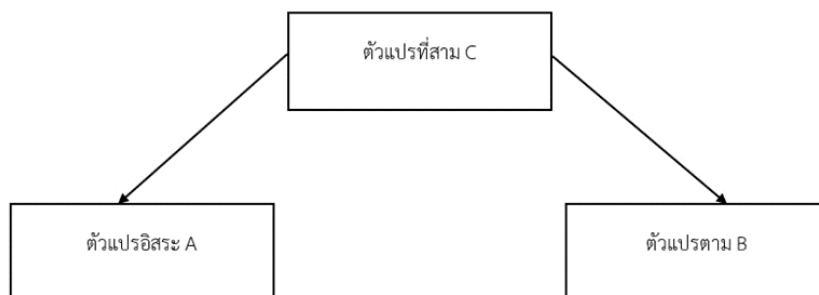
ภาพประกอบ 1 ตัวแปรอิสระร่วม (Covariate)

ที่มา: นำชัย ศุภฤกษ์ชัยสกุล (2557)

ตัวแปรรบกวน (Confounder)

ตัวแปรรบกวน (Confounder) ตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อทั้งตัวแปรอิสระและตัวแปรตาม ซึ่งอาจทำให้เกิดความสัมพันธ์ที่ไม่แท้จริงระหว่างสองตัวแปรนั้น หากไม่ได้ควบคุมตัวแปรรบกวน จะทำให้ดูเหมือนว่าตัวแปรอิสระและตัวแปรตามมีความสัมพันธ์กัน ทั้งที่แท้จริงแล้วอาจเกิดจากผลของตัวแปรรบกวน เมื่อผู้วิจัยสามารถควบคุมตัวแปรนี้ได้ ความสัมพันธ์ที่เคยพบระหว่างตัวแปรอิสระและตัวแปรตามจะหายไป ตัวแปรรบกวนจึงเปรียบได้กับตัวแปรที่สาม (C) ซึ่งส่งผลกระทบต่อทั้งตัวแปรอิสระ (A) และตัวแปรตาม (B) ทำให้ดูเหมือนมีความสัมพันธ์ระหว่าง A และ B ทั้งที่เป็น

เพียงผลลง และเมื่อมีการควบคุมตัวแปร C ความสัมพันธ์ระหว่าง A กับ B จะไม่ปรากฏอีกต่อไป ดังแสดงในภาพประกอบที่ 2

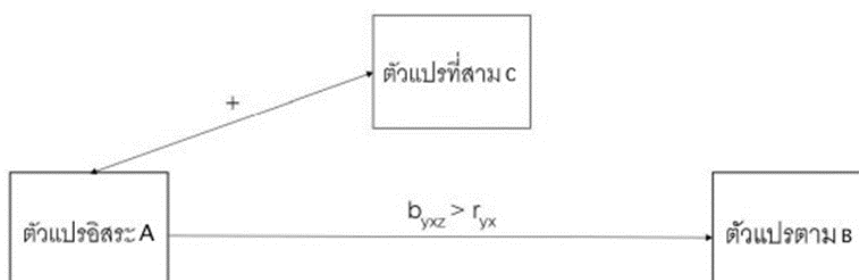


ภาพประกอบ 2 ตัวแปรบกวน (Confounder)

ที่มา: นำชัย ศุภฤกษ์ชัยสกุล (2557)

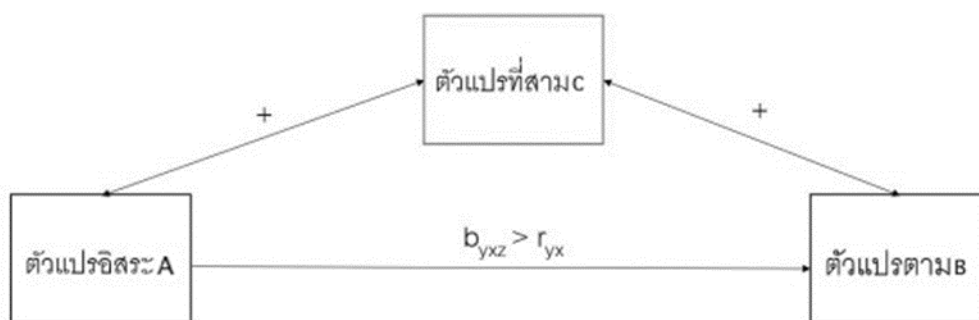
ตัวแปรกด (Suppressor)

ตัวแปรกด (Suppressor) ที่ส่งผลมีการกดความสัมพันธ์ว่าตัวแปรอิสระ A และตัวแปรตาม B เมื่อพิจารณาตัวแปรดังกล่าว ผู้วิจัยไม่มีการควบคุมตัวแปรที่สาม C ส่งผลให้ไม่พบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระ และตัวแปรตาม หรืออาจพบในขนาดความสัมพันธ์ที่ต่ำ หากผู้วิจัยมีการควบคุมตัวแปรที่สาม C ผลลัพธ์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระ A และตัวแปรตาม B จะมีค่าความสัมพันธ์เพิ่มขึ้นจากเดิม (ศิริชัย กาญจนวาสี และชัยลิขิต สร้อยเพชรเกษม, 2557) ดังภาพประกอบ 3, 4 และ 5



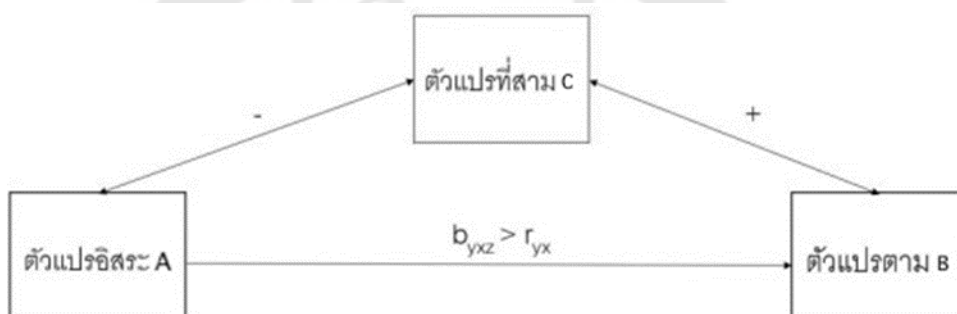
ภาพประกอบ 3 ตัวแปรกด (Classic Suppressor)

ที่มา: นำชัย ศุภฤกษ์ชัยสกุล (2557)



ภาพประกอบ 4 ตัวแปรกด (Negative Suppressor)

ที่มา: นำชัย ศุภฤกษ์ชัยสกุล (2557)

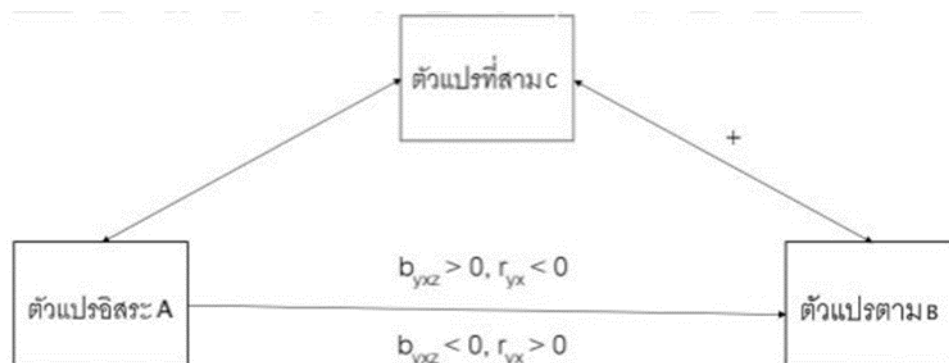


ภาพประกอบ 5 ตัวแปรกด (Reciprocal Suppressor)

ที่มา: นำชัย ศุภฤกษ์ชัยสกุล (2557)

ตัวแปรบิดเบือน (Distorter)

ตัวแปรบิดเบือน (Distorter) ที่ส่งผลตัวแปรที่สาม C ทำหน้าที่บิดเบือนทิศทางความสัมพันธ์แท้จริงระหว่างตัวแปรอิสระ A และตัวแปรตาม B เมื่อพิจารณาควบคุมความสัมพันธ์ที่แท้จริงของตัวแปรอิสระ A และตัวแปรตาม B เกิดการเปลี่ยนในทิศทางตรงกันข้ามจากผลลัพธ์เดิมที่พบจากการไม่ได้รับการควบคุม ดังภาพประกอบ 6



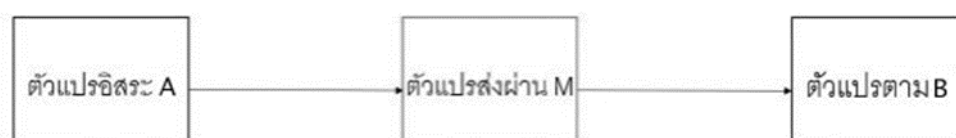
ภาพประกอบ 6 ตัวแปรบิดเบือน (Distorter)

ที่มา: นำชัย ศุภฤกษ์ชัยสกุล (2557)

ตัวแปรส่งผ่าน (Mediator)

ตัวแปรส่งผ่าน (Mediator) ที่ส่งผลให้เป็นตัวแปรทำหน้าที่ส่งผ่านอิทธิพลของตัวแปรอิสระ และตัวแปรตาม หมายถึง เป็นตัวแปรคั่นกลางความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างตัวแปรอิสระ และตัวแปรตาม ตัวแปรส่งผ่านจึงช่วยอธิบายถึงสาเหตุว่าทำไมตัวแปรอิสระจึงมีผลต่อตัวแปรตามอย่างไร (ปิยรัฐ ธรรมพิทักษ์ และนำชัย ศุภฤกษ์ชัยสกุล, 2557) จากการศึกษางานวิจัยพบว่า การนำตัวแปรส่งผ่านใช้ในงานวิจัยมีดังนี้

1. การอธิบายงานวิจัยเชิงสหสัมพันธ์ (Correlational Research) ที่นำตัวแปรส่งผ่าน M คั่นกลางมาวิเคราะห์ เพื่ออธิบายค่าความสัมพันธ์ว่า ทำไมตัวแปรอิสระ A จึงส่งผลต่อตัวแปรตาม B อย่างไร เรียกว่า Mediation for Explanation (Baron & Kenny, 1986; James & Brett, 1984) ดังภาพประกอบ 7



ภาพประกอบ 7 Mediation for Explanation

ที่มา: สิทธิพงศ์ วัฒนานนท์สกุล (2560)

2. การอธิบายงานวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) ที่ระบุสาเหตุ และ ทฤษฎีรองรับตัวแปรส่งผ่าน M เป็นสาเหตุส่งต่อตัวแปรตาม A ในการศึกษาการสร้างตัวแปรทดลองมีผล ต่อการเปลี่ยนแปลงต่อตัวแปรส่งผ่าน M เพื่อส่งผลลัพธ์ต่อตัวแปรตาม B เรียกว่า Mediation for Design (Baron & Kenny, 1986; James & Brett, 1984) ดังภาพประกอบ 8



ภาพประกอบ 8 Mediation for Design

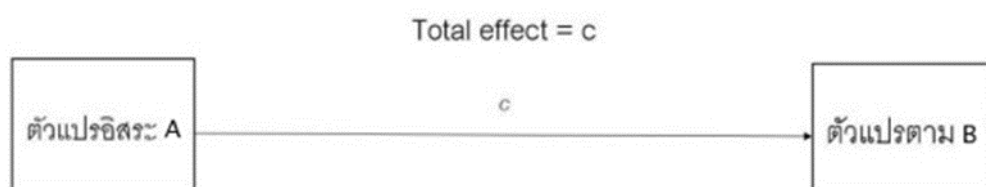
ที่มา: นำชัย ศุภฤกษ์ชัยสกุล (2557)

การศึกษาความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างตัวแปร โดยเฉพาะในสาขาสังคมศาสตร์ และพฤติกรรมศาสตร์ มักนิยมใช้การวิเคราะห์อิทธิพลส่งผ่าน (Mediation) เพื่ออธิบายกลไกหรือ กระบวนการที่ตัวแปรหนึ่งส่งอิทธิพลไปยังอีกตัวแปรหนึ่งผ่านตัวแปรกลางหรือ “ตัวแปรส่งผ่าน” การวิเคราะห์ลักษณะนี้ช่วยให้เข้าใจถึงความเชื่อมโยงที่ลึกซึ้งยิ่งขึ้นระหว่างตัวแปรต้น (Independent Variable) และตัวแปรตาม (Dependent Variable) โดยทั่วไป หากมีการศึกษาตัวแปรส่งผ่านเพียง หนึ่งตัว จะเรียกโมเดลนี้ว่า โมเดลตัวแปรส่งผ่านเดียว (Single Mediator Model)

ในกรณีที่แบบจำลองการวิจัยมีความซับซ้อนมากขึ้น เช่น การมีตัวแปรต้นมากกว่า หนึ่งตัว ตัวแปรตามมากกว่าหนึ่งตัว หรือมีตัวแปรส่งผ่านหลายตัว โมเดลดังกล่าวจะเรียกว่า โมเดลตัวแปรส่งผ่านพหุคูณ (Multiple Mediators Model) ซึ่งการวิเคราะห์ข้อมูลในลักษณะนี้ จำเป็นต้องใช้เทคนิคทางสถิติขั้นสูงเพื่อความแม่นยำในการอธิบายความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร

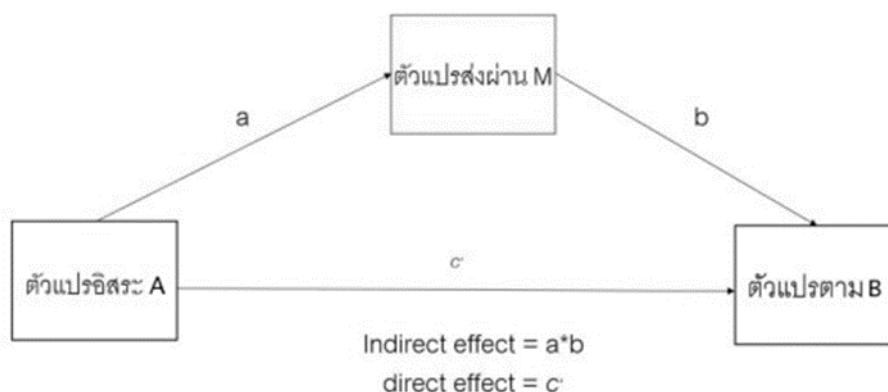
เทคนิคทางสถิติที่มักถูกนำมาใช้ในการวิเคราะห์อิทธิพลส่งผ่านมีการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง ตั้งแต่การวิเคราะห์ความแปรปรวน (Analysis of Variance: ANOVA) การวิเคราะห์การถดถอย (Regression Analysis) การวิเคราะห์เส้นทางอิทธิพล (Path Analysis) จนถึงการใช้การวิเคราะห์โมเดล สมการโครงสร้างเชิงสาเหตุ (Structural Equation Modeling: SEM) ซึ่งเป็นเครื่องมือสำคัญ ในการตรวจสอบความสัมพันธ์ทั้งทางตรง (Direct Effect) และทางอ้อม (Indirect Effect) ระหว่าง ตัวแปร โดย ค่าอิทธิพลรวม (Total Effect) หมายถึง ผลรวมของอิทธิพลทางตรงและทางอ้อมจาก ตัวแปรต้น A ไปยังตัวแปรตาม B ในขณะที่ ค่าอิทธิพลทางตรง (Direct Effect) คือ ผลของ A ต่อ B

โดยไม่ผ่านตัวแปรกลาง และค่าอิทธิพลทางอ้อม (Indirect Effect) คือ ผลของ A ต่อ B ผ่านตัวแปรกลาง M (Baron & Kenny, 1986; Wu & Zumbo, 2008; สิทธิพงศ์ วัฒนานนท์สกุล, 2560) ดังภาพประกอบ 10



ภาพประกอบ 9 Total Effect

ที่มา: สิทธิพงศ์ วัฒนานนท์สกุล (2560)

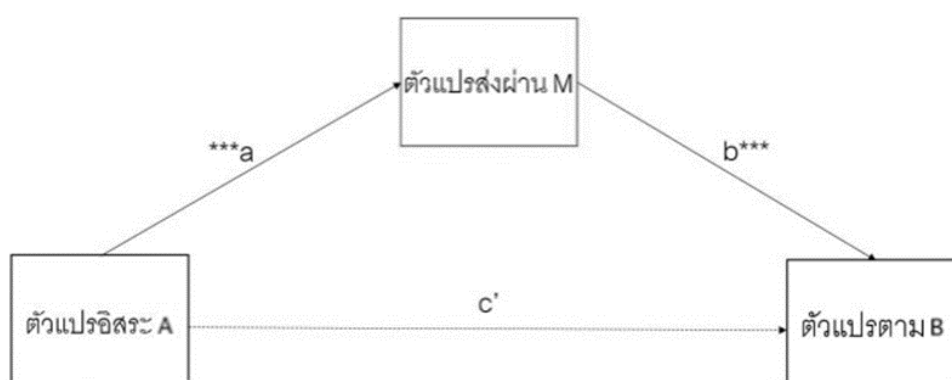


ภาพประกอบ 10 Direct Effect และ Indirect Effect

ที่มา: สิทธิพงศ์ วัฒนานนท์สกุล (2560)

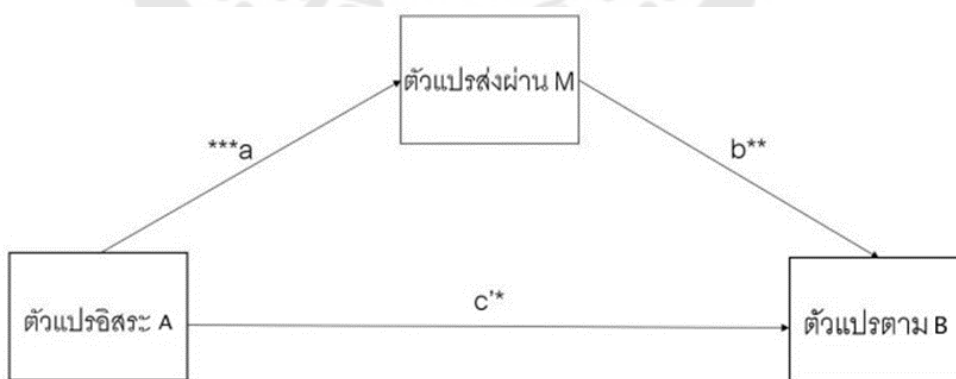
ลักษณะของการส่งผ่านอิทธิพล การส่งผ่านอิทธิพลจากตัวแปรอิสระไปยังตัวแปรตามผ่านตัวแปรส่งผ่าน (Mediating Variable) สามารถจำแนกได้เป็น 3 รูปแบบหลัก ดังนี้ 1) การส่งผ่านแบบสมบูรณ์ (Complete หรือ Perfect Mediation) ลักษณะนี้เกิดขึ้นเมื่ออิทธิพลของตัวแปรอิสระ (A) ต่อผลลัพธ์ (B) ถูกถ่ายทอดผ่านตัวแปรส่งผ่าน (M) อย่างสมบูรณ์ กล่าวคือ A ส่งผลต่อ M และ M จึงส่งผลต่อ B โดยตรง หากควบคุม M แล้ว ความสัมพันธ์ระหว่าง A กับ B จะไม่ปรากฏอีก ซึ่งหมายความว่า A ไม่มีผลโดยตรงต่อ B หากไม่มี M เข้ามาเกี่ยวข้อง 2) การส่งผ่านแบบบางส่วน (Partial Mediation) ในกรณีนี้ ตัวแปรอิสระ A ยังส่งผลต่อ B โดยตรงอยู่ แม้ว่าจะมีตัวแปร M เข้ามา

เป็นตัวกลาง โดยพบว่า A มีผลต่อ M อย่างมีนัยสำคัญ และ M มีผลต่อ B อย่างมีนัยสำคัญเช่นกัน ขณะเดียวกัน A ก็ยังคงมีผลโดยตรงต่อ B ด้วย เพียงแต่อิทธิพลโดยตรงนั้นอาจลดลงเมื่อพิจารณา M รวมด้วย 3) ไม่มีการส่งผ่านอิทธิพล (No Mediation) ลักษณะนี้พบว่า A ส่งผลต่อ M และยังส่งผลต่อ B โดยตรงเช่นกัน แต่ M กลับไม่มีผลต่อ B อย่างมีนัยสำคัญ ทำให้สรุปได้ว่า M ไม่ได้ทำหน้าที่เป็นตัวแปรส่งผ่านที่แท้จริง แต่ทำหน้าที่คล้ายกับตัวแปรตามอีกตัวหนึ่งเท่านั้น (Baron & Kenny, 1986; James & Brett, 1984; Wu & Zumbo, 2008) ดังภาพประกอบ 13



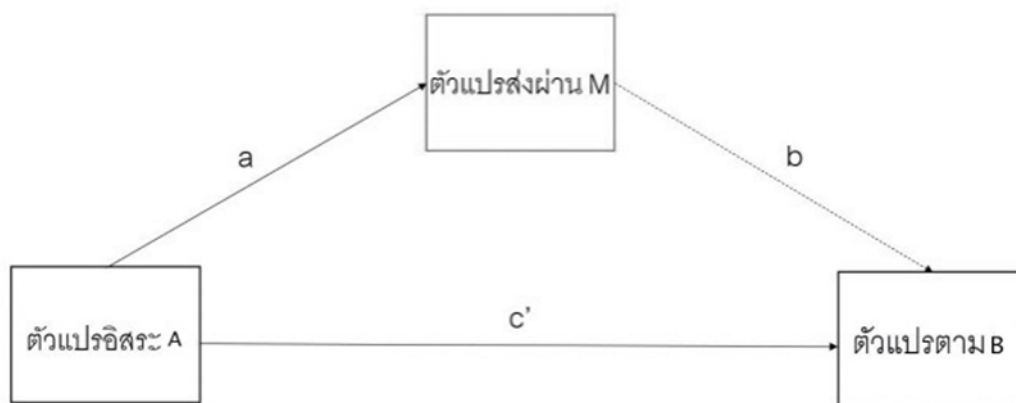
ภาพประกอบ 11 การส่งผ่านแบบสมบูรณ์ (Complete Mediation or Perfect Mediation)

ที่มา: นำชัย ศุภฤกษ์ชัยสกุล (2557)



ภาพประกอบ 12 การส่งผ่านแบบบางส่วน (Partial Mediation)

ที่มา: นำชัย ศุภฤกษ์ชัยสกุล (2557)

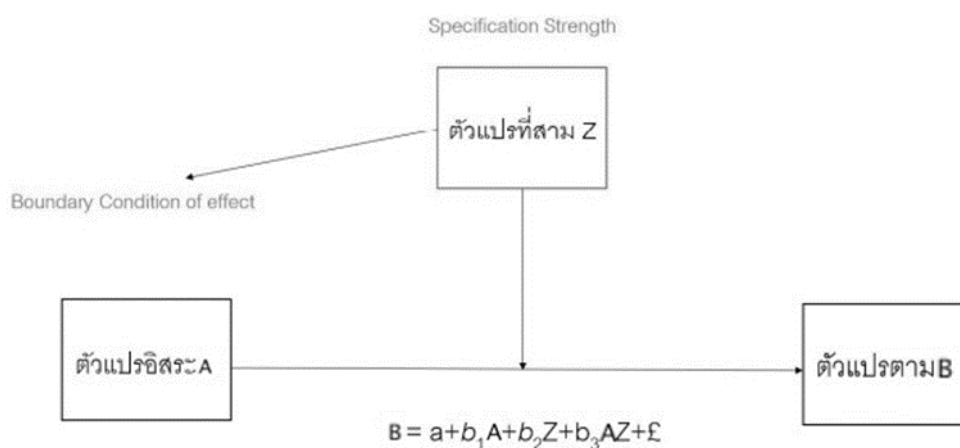


ภาพประกอบ 13 ไม่ส่งผ่านอิทธิพล (No mediation)

ที่มา: นำชัย ศุภฤกษ์ชัยสกุล (2557)

ตัวแปรกำกับ (Moderator)

ตัวแปรกำกับ (Moderator) ที่ส่งผลให้เป็นตัวแปรที่มีอิทธิพลทำให้ขนาด หรือทิศทางความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระ และตัวแปรตามเปลี่ยนแปลงไปตามค่าของตัวแปรนั้น โดยอิทธิพลความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระ A และตัวแปรตาม B ที่เพิ่มขึ้นหรือลดลงตามขนาดความสัมพันธ์ หรืออาจจะเปลี่ยนทิศทางความสัมพันธ์ที่ตรงกันข้าม (Baron & Kenny, 1986) ดังภาพประกอบ 14



ภาพประกอบ 14 ตัวแปรกำกับ (Moderator)

ที่มา: นำชัย ศุภฤกษ์ชัยสกุล (2557)

ส่วนที่ 6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จากกรอบแนวคิด การวิจัยในครั้งนี้จึงมุ่งศึกษา “ความคลั่งไคล้ในศิลปิน” ในฐานะพฤติกรรมที่สะท้อนถึงการระบุตัวตนกับกลุ่มแฟนคลับ และตรวจสอบผลกระทบของพฤติกรรมนี้ที่มีต่อสุขภาวะทางจิตในกลุ่มแฟนคลับวัยผู้ใหญ่ตอนต้น โดยมี “เอกลักษณ์ทางสังคม” เป็นกลไกด้านความรู้สึกผูกพันในกลุ่ม “การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด” เป็นกลไกด้านการเผชิญปัญหา และ “เป้าหมายในชีวิต” เป็นกลไกด้านความหมายของการดำรงอยู่ ซึ่งทั้งสามตัวแปรทำหน้าที่เป็นตัวแปรส่งผ่าน (mediators) ที่เชื่อมโยงพฤติกรรมความคลั่งไคล้ในศิลปินกับระดับสุขภาวะทางจิตของบุคคลอย่างเป็นระบบ การทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องระหว่างตัวแปรในโมเดลสมมติฐานการวิจัยขอเสนอเป็นหัวข้อดังนี้

ความสัมพันธ์ระหว่างความคลั่งไคล้ศิลปิน กับสุขภาวะทางจิต

Reysen และ Branscombe (2010) ได้เสนอแนวคิดเกี่ยวกับ “แฟนคลับ” ว่าเป็นบุคคลที่แสดงออกถึงความสนใจอย่างจริงจังและทุ่มเทต่อสิ่งที่ตนชื่นชอบ โดยเฉพาะภายใต้บริบทของ “แฟนดอม” (fandom) ซึ่งหมายถึงชุมชนของผู้ที่มีความสนใจร่วมกัน โดยลักษณะดังกล่าวพบได้อย่างแพร่หลายในบริบทของสังคมตะวันตก ตัวอย่างที่เห็นได้ชัด คือ กลุ่ม “Cheese heads” ซึ่งเป็นแฟนคลับของทีมกีฬา Green Bay Packers แม้พฤติกรรมของแฟนดอมบางรูปแบบจะดูเป็นกิจกรรมเชิงสันถวนการ แต่สำหรับแฟนคลับบางกลุ่ม ความคลั่งไคล้กลับกลายเป็นองค์ประกอบสำคัญในเอกลักษณ์ของตน มากกว่าความผูกพันในบริบทอื่น เช่น ชุมชนที่อยู่อาศัย (Chadborn et al., 2017)

ในกลุ่มแฟนคลับกีฬา งานวิจัยของ Smith และคณะ (2012) พบว่า แฟนบางคนระบุตัวตนกับทีมกีฬาที่ตนชื่นชอบในระดับที่สูงกว่าการระบุตัวตนกับศาสนา สถานศึกษา หรือชุมชนท้องถิ่น ซึ่งแสดงให้เห็นว่าความคลั่งไคล้ไม่ได้เป็นเพียงความสนใจรอง แต่มีนัยสำคัญในระดับจิตใจและสังคมอย่างลึกซึ้ง

Wann (2006) ได้เสนอแบบจำลอง “team identification – social psychological health model” เพื่ออธิบายกลไกที่ความรู้สึกผูกพันกับทีมกีฬาอาจส่งผลต่อสุขภาวะทางจิต โดยผ่านปัจจัยทางสังคม เช่น มิตรภาพและการมีปฏิสัมพันธ์กับแฟนคลับคนอื่น ๆ ซึ่งส่งผลให้ลดความรู้สึกโดดเดี่ยว และเพิ่มความภาคภูมิใจในระดับกลุ่ม (Wann et al., 2008) อย่างไรก็ตาม ผลการศึกษาในภายหลังกลับไม่พบความสัมพันธ์เชิงส่งผ่านที่มีนัยสำคัญ เมื่อพิจารณามิตรภาพที่เกิดจากการพบปะโดยตรง (face-to-face friendships) ในกลุ่มแฟนคลับกีฬา (Wann et al., 2011, 2015)

ในทางตรงกันข้าม งานวิจัยที่ศึกษาแฟนดอมในบริบทของสื่อบันเทิงกลับพบผลลัพธ์ที่แตกต่าง โดยเฉพาะในกลุ่มที่คลั่งไคล้ศิลปินหรือคาแรกเตอร์จากสื่อวัฒนธรรม งานศึกษาของ Stieler และ Germelmann (2016) และ Packer และ Ballantyne (2011) ระบุว่า การเข้าร่วมกิจกรรม

ทางสังคม อาทิ งานแฟนมีต เทศกาลดนตรี หรืองานคอนเวนชัน มีความสัมพันธ์กับสุขภาวะทางจิตที่ดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ

ตัวอย่างที่น่าสนใจ คือ กลุ่ม “Furry fandom” ซึ่งมีความชื่นชอบในตัวละครสัตว์จากสื่อบันเทิง แม้จะต้องเผชิญกับอคติทางสังคม (Pascoe & Richman, 2009) แต่พบว่าความรู้สึกผูกพันกับกลุ่มแฟนคลับสามารถส่งเสริมความพึงพอใจในชีวิตและความภาคภูมิใจในตนเอง เนื่องจากการได้รับการสนับสนุนทางอารมณ์จากสมาชิกภายในกลุ่ม (Mock et al., 2013; Plante et al., 2014)

ในกรณีของแฟนคลับอนิเมะ งานวิจัยของ Ray และคณะ (2017) พบว่า ผู้ที่เข้าร่วมกิจกรรมแบบพบปะจริง (on-site) มีระดับสุขภาวะทางจิตสูงกว่าผู้ที่มีปฏิสัมพันธ์ผ่านช่องทางออนไลน์ นอกจากนี้ Reysen และคณะ (2017a) ยังระบุว่า มิตรภาพที่เกิดขึ้นภายในกลุ่มแฟนคลับอนิเมะสามารถทำหน้าที่เป็นตัวแปรส่งผ่าน ระหว่างความรู้สึกผูกพันกับสื่อบันเทิงที่ชื่นชอบ และสุขภาวะทางจิต

จากหลักฐานเชิงประจักษ์ดังกล่าว สะท้อนให้เห็นว่า ความสัมพันธ์ทางสังคมระหว่างแฟนคลับอาจมีบทบาทสำคัญในฐานะกลไกส่งผ่าน (mediating mechanism) ระหว่างการระบุตัวตนกับแฟนดอม และสุขภาวะทางจิต โดยเฉพาะในกลุ่มแฟนคลับสื่อบันเทิง (media-based fans) ซึ่งมีรูปแบบการปฏิสัมพันธ์เป็นชุมชน และมีการสร้างความสัมพันธ์ผ่านกิจกรรมร่วมกันอย่างต่อเนื่อง งานวิจัยสมัยใหม่จึงเริ่มให้ความสำคัญกับการขยายขอบเขตการศึกษาไปยังกลุ่มแฟนคลับที่หลากหลายมากยิ่งขึ้น เพื่อตรวจสอบว่า “ความสัมพันธ์ทางสังคม” จะยังคงเป็นตัวแปรส่งผ่านที่มีนัยสำคัญหรือไม่ เมื่อพิจารณาร่วมกับปัจจัยด้านแรงจูงใจ และบริบทเฉพาะของแต่ละแฟนดอม

ความสัมพันธ์ระหว่างเอกลักษณ์ทางสังคมกับสุขภาวะทางจิต

Haslam และคณะ (2009) ได้เสนอว่าการเป็นสมาชิกในกลุ่มทางสังคมส่งผลต่อสุขภาพกายและสุขภาวะทางจิตในหลากหลายมิติ ไม่ว่าจะเป็นการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่สอดคล้องกับบรรทัดฐานของกลุ่ม การได้รับการสนับสนุนจากสมาชิกในกลุ่ม หรือการเพิ่มทางเลือกในการจัดการกับความเครียด กลไกเหล่านี้สะท้อนผ่านการพัฒนา “เอกลักษณ์ทางสังคม” ซึ่งหมายถึงความรู้สึกผูกพัน และการรับรู้ตัวตนเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มทางสังคมนั้น

จากการศึกษาวิจัยที่ผ่านมา พบว่าเอกลักษณ์ทางสังคมมีความเชื่อมโยงในเชิงบวกกับสุขภาวะทางจิตในหลากหลายกลุ่มประชากร เช่น นักเรียนที่มีความรู้สึกผูกพันต่อโรงเรียนของตนมีแนวโน้มที่จะมีสุขภาวะทางจิตในระดับที่ดีกว่า (Bizumic et al., 2009; Huo et al., 2010)

และสามารถปรับตัวต่อชีวิตในระดับมหาวิทยาลัยได้อย่างเหมาะสม (Clopton, 2012) นอกจากนี้ยังพบความสัมพันธ์ในลักษณะเดียวกันในกลุ่มนักกิจกรรมเพื่อสังคม (Klar & Kasser, 2009) และนักศึกษาที่เข้าร่วมกิจกรรมกีฬา (Miller & Hoffman, 2009)

แม้ว่าจะมีแนวอธิบายที่หลากหลายต่อความสัมพันธ์ระหว่างเอกลักษณ์ทางสังคมกับสุขภาวะทางจิต แต่หนึ่งในกลไกที่ได้รับการกล่าวถึงอย่างต่อเนื่อง คือ การที่การเป็นสมาชิกในกลุ่มช่วยสร้างความเชื่อมโยงกับบุคคลอื่นที่มีค่านิยมและแนวคิดคล้ายคลึงกัน ตัวอย่างเช่น การศึกษาโดย Gleibs และคณะ (2011) ซึ่งจัดตั้งชมรมสำหรับผู้สูงอายุชายภายในบ้านพักคนชรา พบว่าหลังจากที่ผู้เข้าร่วมได้เข้าร่วมกิจกรรมกับกลุ่มอย่างต่อเนื่องเป็นเวลา 12 สัปดาห์ ระดับเอกลักษณ์ทางสังคมของพวกเขาก็เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ และส่งผลให้สุขภาวะทางจิตดีขึ้นอย่างชัดเจน

ผลลัพธ์ในลักษณะเดียวกันยังพบได้ในงานวิจัยของ Lim และ Putnam (2010) ซึ่งศึกษาพบว่า การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางศาสนามีความสัมพันธ์กับระดับความสุขที่สูงขึ้น โดยมีการอธิบายว่าผลดังกล่าวเกิดจากการที่บุคคลมีโอกาสร่วมปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นที่มีความเชื่อคล้ายคลึงกัน ทำให้เกิดความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มและความสัมพันธ์ที่มีคุณภาพ

โดยสรุป เอกลักษณ์ทางสังคมสามารถทำหน้าที่เป็นกลไกสำคัญในการเชื่อมโยงระหว่างการมีส่วนร่วมในกลุ่มต่าง ๆ กับสุขภาวะทางจิต โดยเฉพาะในกลุ่มที่มีเป้าหมายหรือค่านิยมร่วมกัน ความรู้สึกของการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มจึงมีบทบาทในการส่งเสริมเสถียรภาพทางอารมณ์ ลดความรู้สึกโดดเดี่ยว และเสริมสร้างการยอมรับตนเองในบริบททางสังคม

ความสัมพันธ์ระหว่าง เป้าหมายในชีวิต การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด และสุขภาวะทางจิต

แรงจูงใจในการมีส่วนร่วมกับกลุ่มทางสังคมมีลักษณะที่หลากหลายและซับซ้อน ทั้งในเชิงเนื้อหาและหน้าที่ที่ตอบสนองต่อความต้องการทางจิตใจของบุคคล (Vignoles et al., 2006) ปรากฏการณ์ดังกล่าวสามารถอธิบายได้ในบริบทของความคลั่งไคล้ในศิลปิน ซึ่งถือเป็นพฤติกรรมที่เกิดขึ้นจากแรงผลักดันภายในหลายประการ (Schroy et al., 2016) หนึ่งในแรงจูงใจที่พบบ่อยคือ ความต้องการหลีกเลี่ยงจากความตึงเครียดหรือความไม่พึงพอใจในชีวิตประจำวัน โดยแฟนคลับมักเลือกติดตามศิลปินหรือนักกีฬาที่ตนชื่นชอบเป็นช่องทางในการผ่อนคลาย ซึ่งมีบทบาทช่วยลดแรงกดดันทางจิตใจและส่งเสริมทักษะในการเผชิญปัญหาอย่างมีประสิทธิภาพ อันนำไปสู่การพัฒนาสุขภาวะทางจิตในภาพรวม

Chadborn et al. (2017) ได้เสนอว่า สำหรับแฟนคลับจำนวนมาก ความคลั่งไคล้ในศิลปินมิได้มีเพียงหน้าที่ในการมอบความเพลิดเพลินทางอารมณ์เท่านั้น หากแต่ยังทำหน้าที่เป็นแหล่งของ “เป้าหมายในชีวิต” และ “ความหมายในชีวิต” ซึ่งเป็นแรงจูงใจเชิงอัตนัยที่มีผลโดยตรง

ต่อความเป็นอยู่ทางจิตใจของบุคคล แม้ว่าแนวคิดนี้ยังไม่เป็นที่กล่าวถึงอย่างแพร่หลายในงานวิจัยด้านแพนกีฬา แต่มีข้อเสนอทางทฤษฎีว่า การยึดโยงกับศิลปินสามารถลดความไม่แน่นอนในชีวิตประจำวัน โดยการรับเอาบรรทัดฐานและค่านิยมของกลุ่มแฟนคลับมาใช้เป็นกรอบความคิด ส่งผลให้บุคคลรู้สึกมีทิศทางและมั่นคงทางจิตใจมากยิ่งขึ้น (Hogg, 2000)

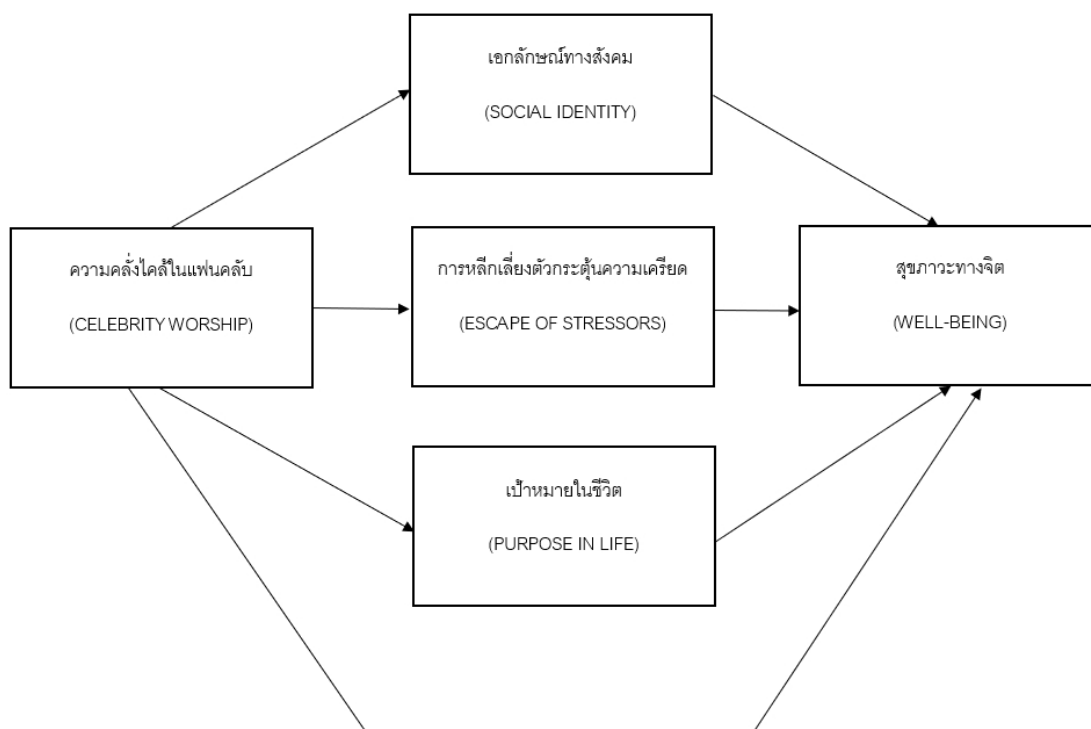
จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า หนึ่งในแรงจูงใจที่มีอิทธิพลอย่างยิ่งต่อพฤติกรรมความคลั่งไคล้ในศิลปิน คือ ความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มแฟนคลับ ซึ่งนำไปสู่การสร้าง ความเชื่อมโยงทางสังคมและความผูกพันกับผู้อื่นที่มีความสนใจร่วมกัน (Reysen et al., 2017a; Schroy et al., 2016) กลไกดังกล่าวสอดคล้องกับแนวคิดเรื่อง “ความแตกต่างที่เหมาะสม” (Optimal Distinctiveness Theory; Brewer, 1991) ซึ่งชี้ว่ามนุษย์ต้องการทั้งความเป็นเอกลักษณ์และการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มในเวลาเดียวกัน นอกจากนี้ยังสามารถอธิบายผ่านแบบจำลอง team identification–social psychological health model ของ Wann ซึ่งระบุว่าความรู้สึกผูกพันกับกลุ่มแฟนที่มีความคลั่งไคล้ร่วมกัน อาจเป็นกลไกสำคัญที่เชื่อมโยงระหว่างพฤติกรรมความคลั่งไคล้และสุขภาวะทางจิต โดยเฉพาะในบริบทที่มีการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมอย่างต่อเนื่อง

ส่วนที่ 7 กรอบแนวคิดของการวิจัย

จากการทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเกี่ยวกับความคลั่งไคล้ และสุขภาวะทางจิต พบว่างานวิจัยจำนวนมากมักให้ความสนใจศึกษาปรากฏการณ์นี้ในกลุ่มวัยรุ่นเป็นหลัก อย่างไรก็ตาม จากการศึกษาผลงานวิจัยที่ผ่านมา ผู้วิจัยพบว่าการเป็นแฟนคลับ และการมีเอกลักษณ์ทางสังคมมีความสัมพันธ์กับสุขภาวะทางจิตในระดับที่น่าสนใจ แม้ผลการศึกษาระบบชี้ถึงความเชื่อมโยงดังกล่าว แต่ก็ยังคงมีข้อจำกัดหลายประการ โดยเฉพาะความแตกต่างทางวัฒนธรรม กลุ่มประชากร และบริบทที่ใช้ในการศึกษา ซึ่งล้วนส่งผลต่อความแตกต่างของผลลัพธ์ในแต่ละงานวิจัย

Reysen et al. (2017) ได้เสนอว่า ในบริบทของวัฒนธรรมเอเชียตะวันออก โดยเฉพาะกลุ่มประเทศที่ให้ความสำคัญกับการรวมกลุ่มทางสังคม การมีเอกลักษณ์ทางสังคม การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด และการมีเป้าหมายในชีวิต ล้วนมีบทบาทสำคัญที่ช่วยส่งเสริมให้แฟนคลับสามารถเชื่อมโยงตัวเองกับกลุ่มทางสังคมอย่างมั่นคง และนำไปสู่การมีสุขภาวะทางจิตที่ดี

จากข้อมูลและแนวคิดดังกล่าว จึงนำไปสู่ข้อเสนอแนะเชิงทฤษฎีในการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความคลั่งไคล้กับสุขภาวะทางจิต โดยผู้วิจัยตั้งสมมุติฐานว่า ความคลั่งไคล้ในกลุ่มแฟนคลับ อาจมีอิทธิพลทางตรงต่อสุขภาวะทางจิต และยังส่งผลทางอ้อมผ่านตัวแปรส่งผ่าน ได้แก่ เอกลักษณ์ทางสังคม การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด และเป้าหมายในชีวิต ซึ่งทั้งหมดนี้ได้ถูกรวบรวมอยู่ในกรอบแนวคิดของการวิจัยในครั้งนี้ดังนี้



ภาพประกอบ 15 กรอบแนวคิดของการวิจัย

ส่วนที่ 8 สมมติฐานของการวิจัย

1. โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของอิทธิพลของความคลั่งไคล้ในแฟนคลับที่ส่งผลต่อสุขภาวะทางจิตโดยมีเอกลักษณ์ทางสังคม หลีกเลียงตัวกระตุ้นความเครียด และเป้าหมายในชีวิตเป็นตัวแปรส่งผ่าน ในกลุ่มแฟนคลับวัยผู้ใหญ่ตอนต้น มีความสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์
2. ความคลั่งไคล้ในแฟนคลับมีอิทธิพลทางตรงต่อสุขภาวะทางจิต โดยมีตัวแปรเอกลักษณ์ทางสังคม หลีกเลียงตัวกระตุ้นความเครียด และเป้าหมายในชีวิตเป็นตัวแปรส่งผ่าน

บทที่ 3

วิธีดำเนินงานวิจัย

รูปแบบการวิจัยในครั้งนี้เป็นการศึกษาที่มีจุดมุ่งหมายเพื่อวิเคราะห์อิทธิพลของความคลั่งไคล้ในศิลปินที่มีต่อสุขภาวะทางจิต โดยมีเอกลักษณ์ทางสังคม การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียดและเป้าหมายในชีวิต เป็นตัวแปรส่งผ่าน การวิจัยมุ่งเน้นไปที่กลุ่มแฟนคลับในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น เพื่อให้ผลการวิจัยสามารถสะท้อนถึงกลุ่มประชากรเป้าหมายได้อย่างถูกต้อง และแม่นยำ ผู้วิจัยจึงให้ความสำคัญกับกระบวนการจัดเก็บข้อมูลอย่างเป็นระบบ โดยคำนึงถึงการควบคุมแหล่งของความคลาดเคลื่อนที่อาจเกิดขึ้นในทุกขั้นตอนของการวิจัย

ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงดำเนินการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยใช้วิธีทางสถิติ พร้อมทั้งพัฒนาเครื่องมือวิจัยที่มีคุณภาพในด้านความตรงและความเที่ยง ตลอดจนวางแผนกระบวนการเก็บข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูลอย่างรัดกุมและสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการศึกษา โดยรายละเอียดของกระบวนการวิจัยจะนำเสนอภายใต้หัวข้อหลัก ดังต่อไปนี้

1. ประชากร และกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การประเมินคุณภาพของเครื่องมือวิจัย
4. กระบวนการเก็บรวบรวมข้อมูล
5. สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐานการวิจัย

ประชากร และกลุ่มตัวอย่างงานวิจัย

ประชากร ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ บุคคลในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ซึ่งหมายถึงผู้ที่มีอายุระหว่าง 20 ถึง 35 ปี ที่อาศัยอยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร และมีคุณสมบัติเป็นแฟนคลับของศิลปิน โดยมีพฤติกรรม หรือความสนใจที่แสดงออกถึงความชื่นชอบ และติดตามผลงานของศิลปินอย่างสม่ำเสมอ ไม่ว่าจะเป็นในรูปแบบการติดตามผ่านสื่อสังคมออนไลน์ การเข้าร่วมกิจกรรมหรืออีเวนต์ของศิลปิน การสะสมผลงาน หรือการแสดงออกทางอารมณ์และพฤติกรรมที่สะท้อนถึงความผูกพันกับศิลปิน

กลุ่มตัวอย่าง ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ บุคคลในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้นที่อาศัยอยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร และมีลักษณะเป็นแฟนคลับของศิลปิน โดยกลุ่มตัวอย่างมีจำนวนทั้งสิ้น 370 คน ซึ่งได้มาจากการพิจารณาขนาดกลุ่มตัวอย่างตามสูตรของ Krejcie และ Morgan (1970) ที่เหมาะสำหรับการกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างจากประชากรขนาดใหญ่หรือประชากรที่ไม่ทราบจำนวนที่

แน่นชัด โดยจำนวนดังกล่าวถือว่าเพียงพอสำหรับการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ และสอดคล้องกับระดับความเชื่อมั่นที่ 95% และค่าคลาดเคลื่อนที่ยอมรับได้ $\pm 5\%$ อีกทั้งยังสอดคล้องกับข้อเสนอแนะของ Hair et al. (2010) ที่ระบุว่า การวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้าง (Structural Equation Modeling: SEM) ควรมีก่อนกลุ่มตัวอย่างอย่างน้อย 200 คนขึ้นไป

การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างในการศึกษานี้ใช้วิธีการสุ่มแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ซึ่งเป็นวิธีการที่ผู้วิจัยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างจากประชากรที่มีคุณสมบัติเฉพาะตรงตามวัตถุประสงค์ของการศึกษา เพื่อให้ได้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นตัวแทนของแฟนคลับในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้นอย่างมีนัยสำคัญ ทั้งนี้ ได้กำหนดเกณฑ์ในการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง ดังต่อไปนี้

1. เป็นบุคคลที่มีอายุระหว่าง 20 – 35 ปี ไม่จำกัดเพศ โดยรวมถึงเพศชาย เพศหญิง และกลุ่มความหลากหลายทางเพศ (LGBTQIA+)

2. เป็นแฟนคลับของศิลปินทั้งในประเทศไทย และต่างประเทศ ซึ่งอาจเป็นนักร้อง นักแสดง หรือบุคคลสาธารณะในวงการบันเทิง ที่มีพฤติกรรมในการติดตามศิลปิน และมีลักษณะของพฤติกรรมตามข้อใดข้อหนึ่งอย่างน้อยจากเกณฑ์ของ Stever (1994) ดังนี้

2.1 มีการสื่อสารหรือติดตามความเคลื่อนไหวของศิลปินที่ชื่นชอบผ่านสื่อสังคมออนไลน์ เช่น Facebook, Instagram, Twitter อย่างน้อยสัปดาห์ละ 1 ครั้ง

2.2 เคยเข้าร่วมกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับศิลปิน เช่น งานแฟนมีตติ้ง คอนเสิร์ต หรือกิจกรรมที่สามารถพบเจอศิลปินตัวจริงได้

2.3 เป็นสมาชิกกลุ่มแฟนคลับ หรือมีส่วนร่วมในกิจกรรมที่แฟนคลับจัดขึ้น เช่น การทำบุญ การแต่งนิยายแฟนฟิคชั่น เป็นต้น

2.4 มีการสะสมสิ่งของที่เกี่ยวข้องกับศิลปิน เช่น ภาพถ่าย ของสะสม ตุ๊กตา ลายเซ็น เป็นต้น

3. มีความสมัครใจในการเข้าร่วมการวิจัย และยินยอมให้ข้อมูลอย่างตรงไปตรงมา ผู้วิจัยได้กำหนดจำนวนกลุ่มตัวอย่างไม่ต่ำกว่า 370 คน เพื่อให้ผลการวิเคราะห์มีความน่าเชื่อถือ และสามารถสะท้อนถึงความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรได้อย่างมีประสิทธิภาพ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้คือ แบบสอบถาม (Questionnaire) ซึ่งผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้นโดยอ้างอิงจากวัตถุประสงค์ของการวิจัย ทฤษฎี แนวคิด และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้สามารถวัดตัวแปรต่าง ๆ ที่กำหนดไว้ได้อย่างครอบคลุมและถูกต้องตามกรอบแนวคิดการวิจัย โดยมีขั้นตอนการสร้างเครื่องมืออย่างเป็นระบบ เพื่อให้มั่นใจถึงความตรง (Validity) และความเที่ยง (Reliability) ของเครื่องมือที่ใช้ แบบสอบถามที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย 1 ชุด แบ่งออกเป็น 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ซึ่งได้แก่ เพศ อายุ และข้อมูลเกี่ยวกับศิลปินที่ตนชื่นชอบ เพื่อใช้ในการวิเคราะห์ลักษณะประชากรเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่าง แบบสอบถามในส่วนนี้เป็นแบบเลือกตอบ (Checklist) โดยผู้ตอบสามารถเลือกคำตอบที่ตรงกับตนมากที่สุด

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามสำหรับวัดตัวแปรหลักของการวิจัย ประกอบด้วย

2.1 แบบวัดพฤติกรรมความคลั่งไคล้ในศิลปิน จำนวน 14 ข้อ ใช้เพื่อวัดระดับความเข้มข้นของพฤติกรรมที่แสดงถึงความคลั่งไคล้

2.2 แบบวัดตัวแปรส่งผ่าน (Mediating Variables) ประกอบด้วย 3 องค์ประกอบ รวมทั้งสิ้น 13 ข้อ

- แบบวัดเอกลักษณ์ทางสังคม จำนวน 5 ข้อ
- แบบวัดการหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด จำนวน 4 ข้อ
- แบบวัดเป้าหมายในชีวิต จำนวน 4 ข้อ

2.3 แบบวัดสุขภาวะทางจิต จำนวน 16 ข้อ เพื่อประเมินระดับสุขภาวะทางจิตของผู้ตอบแบบสอบถาม

แบบสอบถามในตอนที่ 2 นี้เป็นแบบวัดในลักษณะเป็นมาตราประเมินค่า (Rating Scale) 5 ระดับ โดยให้ผู้ตอบแสดงระดับความเห็นหรือความรู้สึกในแต่ละรายการจาก ตั้งแต่ระดับ “ตรงที่สุด” ไปจนถึง “ไม่ตรงเลย” และ ระดับ “มากที่สุด” ไปจนถึง “น้อยที่สุด”

แบบวัดพฤติกรรมความคลั่งไคล้

การวัดพฤติกรรมความคลั่งไคล้ในงานวิจัยฉบับนี้ ผู้วิจัยได้พัฒนาแบบวัดขึ้นเอง โดยอิงจากนิยามเชิงปฏิบัติการตามแนวคิดของ McCutcheon et al. (2002) ซึ่งจำแนกลักษณะของพฤติกรรมความคลั่งไคล้ออกเป็น 3 องค์ประกอบ ได้แก่ ลักษณะการคลั่งไคล้เพื่อความบันเทิง – สังคม (Entertainment-Social Celebrity Worship), ลักษณะการคลั่งไคล้แบบเข้มข้น – ผูกพันยึดติด

(Intense–Personal Celebrity Worship), ลักษณะการคลั่งไคล้แบบรุนแรง (Borderline–Pathological Celebrity Worship)

แบบวัดดังกล่าวมีลักษณะเป็นมาตราประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ตั้งแต่ “ตรงกับตนเองมากที่สุด” ไปจนถึง “ไม่ตรงกับตนเองเลย” โดยคะแนนรวมที่ได้จากแบบวัดจะสะท้อนระดับความคลั่งไคล้ของผู้ตอบแบบสอบถาม กล่าวคือ ผู้ที่ได้คะแนนสูงกว่าจะมีระดับความคลั่งไคล้สูงกว่า ผู้ที่ได้คะแนนต่ำกว่า ในการพัฒนาเครื่องมือนี้ ผู้วิจัยได้จัดสร้างข้อคำถามเบื้องต้นจำนวน 14 ข้อ แล้วนำเสนอแบบร่างดังกล่าวให้อาจารย์ที่ปรึกษาและผู้ทรงคุณวุฒิในสาขาจำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบเพื่อประเมินความเหมาะสมของเนื้อหา ถ้อยคำ และความชัดเจนของข้อความ ก่อนนำไปปรับปรุงให้เหมาะสมต่อการใช้งานจริง จากนั้นจึงดำเนินการทดลองใช้ (Try-out) กับกลุ่มตัวอย่าง นักร้อง จำนวน 100 คน ซึ่งเป็นแฟนคลับวัยผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีคุณลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างในการศึกษา

หลังการทดลองใช้ ผู้วิจัยได้ประเมินคุณภาพของแบบวัดรายข้อโดยคำนวณค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวม (Item–Total Correlation) โดยกำหนดเกณฑ์การคัดเลือกข้อคำถามที่มีค่าสัมประสิทธิ์ตั้งแต่ .90 ขึ้นไป ซึ่งผลการวิเคราะห์พบว่ามีข้อคำถามที่ผ่านเกณฑ์จำนวน 9 ข้อ แบบวัดพฤติกรรมความคลั่งไคล้แบบสมบูรณ์ในงานวิจัยนี้มีค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือที่วัดโดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha) เท่ากับ .964 แสดงให้เห็นว่าแบบวัดมีความเชื่อมั่นอยู่ในระดับสูงมาก และสามารถใช้ประเมินพฤติกรรมความคลั่งไคล้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ข้อ	ข้อวัด	ตรง ที่สุด	ค่อนข้าง ตรง	ตรงและ ไม่ตรงพอ ๆ กัน	ไม่ ค่อย ตรง	ไม่ ตรง เลย
(1)	ความสุขของฉันคือการได้ดู อ่าน เรื่องราว หรือฟังเสียงของศิลปินคนโปรดของฉัน					
(2)	ฉันเพลิดเพลินจนลืมเวลา ขณะที่ฉันติดตามเรื่องราวของศิลปินคนโปรด					
(3)	ฉันรู้สึกมีความสุขที่ได้เฝ้ามองความเปลี่ยนแปลงและการเติบโตขึ้นของศิลปินคนโปรด					

ภาพประกอบ 16 ตัวอย่างมาตรวัดพฤติกรรมความคลั่งไคล้

แบบวัดเอกลักษณ์ทางสังคม

การวัดเอกลักษณ์ทางสังคมในงานวิจัยฉบับนี้ ผู้วิจัยได้พัฒนาแบบวัดขึ้นเองโดยอิงจากนิยามเชิงปฏิบัติการตามแนวคิดของ Reysen และคณะ (2017) ซึ่งอธิบายว่าเอกลักษณ์ทางสังคมเป็นกระบวนการที่บุคคลรับรู้ความเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม และมีการผูกพันกับกลุ่มนั้นทั้งในด้านความรู้สึก ความคิด และพฤติกรรม แบบวัดที่พัฒนาขึ้นมีลักษณะเป็นมาตราประเมินค่า (Rating Scale) 5 ระดับ โดยกำหนดช่วงการตอบตั้งแต่ “ตรงกับตนเองมากที่สุด” ไปจนถึง “ไม่ตรงกับตนเองเลย” โดยผู้ที่ได้คะแนนสูงกว่าจากแบบวัด จะสะท้อนถึงระดับเอกลักษณ์ทางสังคมที่สูงกว่าผู้ที่ได้คะแนนน้อยกว่า

ผู้วิจัยได้จัดสร้างแบบวัดเอกลักษณ์ทางสังคมจำนวน 5 ข้อ และนำเสนอร่างแบบวัดดังกล่าวให้แก่คณะผู้ทรงคุณวุฒิ ซึ่งประกอบด้วยอาจารย์ที่ปรึกษาและผู้เชี่ยวชาญในสาขาที่เกี่ยวข้องอีก 3 ท่าน เพื่อพิจารณาความถูกต้องของเนื้อหา ความเหมาะสมของภาษา และความชัดเจนของข้อความ จากนั้นจึงนำแบบวัดฉบับที่ปรับปรุงแล้วไปทดลองใช้ (Try-out) กับกลุ่มนำร่อง จำนวน 100 คน ซึ่งเป็นแฟนคลับวัยผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจริงในการวิจัย

ภายหลังจากการทดลองใช้ ผู้วิจัยได้ประเมินคุณภาพของแบบวัดรายข้อด้วยวิธีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวม (Item-Total Correlation) โดยใช้เกณฑ์การคัดเลือกข้อคำถามที่มีค่าสัมประสิทธิ์ตั้งแต่ .90 ขึ้นไป ผลการวิเคราะห์พบว่าข้อคำถามที่ผ่านเกณฑ์จำนวน 5 ข้อ ซึ่งแบบวัดเอกลักษณ์ทางสังคมฉบับสมบูรณ์ในงานวิจัยนี้มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha) เท่ากับ .94 แสดงให้เห็นว่าเครื่องมือมีความเชื่อมั่นในระดับสูง และเหมาะสมสำหรับใช้ในการประเมินเอกลักษณ์ทางสังคมของกลุ่มตัวอย่าง

ข้อ	ข้อวัด	ตรงที่สุด	ค่อนข้างตรง	ตรงและไม่ตรงพอๆ กัน	ไม่ค่อยตรง	ไม่ตรงเลย
(1)	การเป็นสมาชิกในกลุ่มแฟนคลับ ทำให้ฉันมีเพื่อนเพิ่มจำนวนมาก					
(2)	การเป็นสมาชิกในกลุ่มแฟนคลับทำให้ฉันค้นพบแง่มุมมองต่าง ๆ ของตัวเองมากขึ้น					
(3)	ฉันมีสัญลักษณ์ที่เป็นตัวแทนแฟนคลับ เช่น แท่งไฟ ป้ายไฟ ผ้าเชียร์ ติดตัว					

ภาพประกอบ 17 ตัวอย่างมาตราวัดเอกลักษณ์ทางสังคม

แบบวัดการหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด

การวัดการหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียดในงานวิจัยฉบับนี้ ผู้วิจัยได้พัฒนาแบบวัดขึ้นเองโดยอิงจากนิยามเชิงปฏิบัติการตามแนวคิดของ Reysen et al. (2017) ซึ่งอธิบายถึงการที่บุคคลมีความสามารถในการหลีกเลี่ยงสิ่งเร้าหรือสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด ทั้งในเชิงพฤติกรรมและการรับรู้ แบบวัดที่ใช้ในการวิจัยมีลักษณะเป็นมาตราประเมินค่า (Rating Scale) 5 ระดับ โดยกำหนดช่วงการตอบตั้งแต่ “ตรงกับตนเองมากที่สุด” ไปจนถึง “ไม่ตรงกับตนเองเลย” โดยคะแนนรวมที่ได้จากแบบวัดสะท้อนระดับความสามารถในการหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียดของผู้ตอบ กล่าวคือ ผู้ที่ได้คะแนนสูงกว่าจะมีแนวโน้มสามารถจัดการหรือหลีกเลี่ยงสถานการณ์กดดันได้มากกว่าผู้ที่ได้คะแนนต่ำ

ในขั้นตอนการพัฒนาเครื่องมือ ผู้วิจัยได้จัดสร้างแบบวัดจำนวน 4 ข้อ และนำเสนอแบบวัดดังกล่าวให้แก่คณะผู้ทรงคุณวุฒิ ได้แก่ อาจารย์ที่ปรึกษาและผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยาอีก 3 ท่าน เพื่อพิจารณาความเหมาะสมของเนื้อหา ถ้อยคำ และโครงสร้างของแบบสอบถาม จากนั้นได้นำฉบับที่ปรับปรุงแล้วไปทดลองใช้ (Try-out) กับกลุ่มนักร้อง จำนวน 100 คน ซึ่งเป็นแฟนคลับวัยผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย

หลังการทดลองใช้ ผู้วิจัยได้ตรวจสอบคุณภาพของแบบวัดรายข้อโดยใช้วิธีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวม (Item-Total Correlation) โดยกำหนดเกณฑ์การคัดเลือกข้อคำถามที่มีค่าสัมประสิทธิ์ตั้งแต่ .80 ขึ้นไป ผลการวิเคราะห์พบว่าข้อคำถามที่ผ่านเกณฑ์จำนวน 4 ข้อ ซึ่งสามารถสะท้อนองค์ประกอบของตัวแปรได้อย่างมีนัยสำคัญ โดยแบบวัดฉบับสมบูรณ์มีค่าความเชื่อมั่นที่วัดด้วยสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha) เท่ากับ .826 ซึ่งอยู่ในระดับที่น่าพึงพอใจ แสดงถึงความเชื่อมั่นของเครื่องมือในการประเมินตัวแปรนี้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ข้อ	ข้อวัด	ตรง ที่สุด	ค่อนข้าง ตรง	ตรงและ ไม่ตรงพอ ๆ กัน	ไม่ ค่อย ตรง	ไม่ ตรง เลย
(1)	เมื่อฉันเจอกับสถานการณ์ตึงเครียดฉันจะผ่อนคลาย โดยเอาเวลาไปชื่นชมศิลปินคนโปรดแทน					
(2)	ฉันบอกตัวเอง ว่าฉันจะสามารถผ่านปัญหานี้ไปได้					

ภาพประกอบ 18 ตัวอย่างมาตรวัดหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด

แบบวัดเป้าหมายในชีวิต

การวัดเป้าหมายในชีวิตในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้พัฒนาแบบวัดขึ้นเองโดยอิงตามนิยามเชิงปฏิบัติการของ Reysen et al. (2017) ซึ่งนิยามเป้าหมายในชีวิตว่าเป็นแรงจูงใจที่ช่วยให้บุคคลมีทิศทางและความมุ่งมั่นในการดำเนินชีวิต แบบวัดดังกล่าวมีลักษณะเป็นมาตราประเมินค่า (Rating Scale) 5 ระดับ โดยกำหนดช่วงการตอบตั้งแต่ “ตรงกับตนเองมากที่สุด” ไปจนถึง “ไม่ตรงกับตนเองเลย” คะแนนรวมที่สูงกว่าสะท้อนถึงระดับเป้าหมายในชีวิตที่ชัดเจนและเข้มแข็งกว่าผู้ที่ได้คะแนนต่ำกว่า

ผู้วิจัยได้จัดสร้างแบบวัดจำนวน 4 ข้อ จากนั้นได้นำเสนอแบบวัดดังกล่าวให้คณะผู้ทรงคุณวุฒิ ซึ่งประกอบด้วยอาจารย์ที่ปรึกษาและผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบเพื่อปรับปรุงและแก้ไขถ้อยคำให้เหมาะสมและชัดเจน ก่อนนำแบบวัดไปทดลองใช้ (Try-out) กับกลุ่มแฟนคลับวัยผู้ใหญ่ตอนต้น จำนวน 100 คน ที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจริง

หลังการทดลองใช้ ผู้วิจัยได้ประเมินคุณภาพของแบบวัดรายข้อโดยใช้วิธีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวม (Item-Total Correlation) โดยกำหนดเกณฑ์การคัดเลือกข้อคำถามที่มีค่าสัมประสิทธิ์ตั้งแต่ .80 ขึ้นไป ผลการวิเคราะห์พบว่าข้อคำถามผ่านเกณฑ์จำนวน 4 ข้อ ซึ่งแบบวัดเป้าหมายในชีวิตฉบับสมบูรณ์นี้มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha) เท่ากับ .921 แสดงให้เห็นว่าเครื่องมือมีความเชื่อมั่นในระดับสูง และเหมาะสมสำหรับใช้ในการวัดตัวแปรเป้าหมายในชีวิตของกลุ่มตัวอย่าง

ข้อ	ข้อวัด	ตรง ที่สุด	ค่อนข้าง ตรง	ตรงและ ไม่ตรงพอ ๆ กัน	ไม่ ค่อย ตรง	ไม่ ตรง เลย
(1)	ฉันรู้สึกมีเป้าหมายในชีวิต เมื่อฉันได้เป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มแฟนคลับ					
(2)	ฉันมีแรงบันดาลใจในการทำสิ่งต่าง ๆ					
(3)	ฉันรู้สึกว่าการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มแฟนคลับช่วยให้ฉันวางแผนในชีวิตได้ดีขึ้น					

ภาพประกอบ 19 ตัวอย่างมาตรวัดเป้าหมายในชีวิต

แบบวัดสุขภาวะทางจิต

การวัดสุขภาวะทางจิตในงานวิจัยฉบับนี้ ใช้มาตรวัดที่พัฒนาขึ้นโดยอิงตามแนวคิดของ Diener (2000) ซึ่งประกอบด้วยมาตรวัดย่อย 2 ส่วน ได้แก่

1. มาตรวัดความพึงพอใจในชีวิต พัฒนาขึ้นบนพื้นฐานแนวคิดของ Diener (2000) โดยมีลักษณะเป็นมาตราประเมินค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ตั้งแต่ “ตรงกับตนเองมากที่สุด” ไปจนถึง “ไม่ตรงกับตนเองเลย” คะแนนที่ได้สะท้อนระดับความพึงพอใจในชีวิตของผู้ตอบ โดยแผนกลับที่ได้คะแนนสูงกว่าจะมีความพึงพอใจในชีวิตมากกว่าผู้ที่ได้คะแนนต่ำกว่า

2. มาตรวัดความรู้สึกทางบวกและความรู้สึกทางลบ ซึ่งพัฒนาขึ้นตามแนวคิดของ Watson และคณะ (1988) โดยมีลักษณะเป็นมาตราประเมินค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ตั้งแต่ “มากที่สุด” ไปจนถึง “น้อยที่สุด” แบ่งเป็นมาตรวัดความรู้สึกทางบวกและมาตรวัดความรู้สึกทางลบอย่างละเท่ากัน ผู้วิจัยนำค่าเฉลี่ยของความรู้สึกทางบวกมาหักลบกับค่าเฉลี่ยของความรู้สึกทางลบ เพื่อหาค่าความแตกต่างสุทธิ โดยแผนกลับที่มีค่าความแตกต่างเป็นบวกสูงกว่าจะสะท้อนถึงความรู้สึกทางบวกที่มีมากกว่าผู้ที่มีค่าความแตกต่างเป็นบวกต่ำกว่า

ในการพัฒนาเครื่องมือ ผู้วิจัยได้สร้างแบบวัดสุขภาวะทางจิตจำนวน 16 ข้อ จากนั้นได้นำแบบวัดดังกล่าวไปให้คณะผู้ทรงคุณวุฒิ ได้แก่ อาจารย์ที่ปรึกษาและผู้เชี่ยวชาญอีก 3 ท่าน ตรวจสอบเพื่อปรับปรุงและแก้ไขถ้อยคำให้เหมาะสมและชัดเจน ก่อนนำไปทดลองใช้ (Try-out) กับกลุ่มแผนกลับวัยผู้ใหญ่ตอนต้น จำนวน 100 คน ที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย

ผลการทดลองใช้แบบวัดดังกล่าว ผู้วิจัยได้ประเมินคุณภาพของแบบวัดรายข้อโดยใช้วิธี ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวม (Item-Total Correlation) และกำหนดเกณฑ์คัดเลือกข้อคำถามที่มีค่าตั้งแต่ .80 ขึ้นไป ผลการวิเคราะห์พบว่าข้อคำถามทั้ง 16 ข้อผ่านเกณฑ์ทั้งหมด โดยแบบวัดสุขภาวะทางจิตฉบับสมบูรณ์นี้มีค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือวัดโดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha) เท่ากับ .941 ซึ่งบ่งชี้ว่าแบบวัดมีความน่าเชื่อถือสูงและเหมาะสมสำหรับการใช้วัดสุขภาวะทางจิตของกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้

ข้อ	ข้อวัด	ตรง ที่สุด	ค่อนข้าง ตรง	ตรงและ ไม่ตรงพอ ๆ กัน	ไม่ ค่อย ตรง	ไม่ ตรง เลย
(1)	ปัจจุบันฉันคิดว่าภาพรวมในชีวิตเป็นไปตามที่ฉันคิดไว้					
(2)	ฉันมองว่าชีวิตโดยรวมของฉันเป็นชีวิตที่ดี					
(3)	ปัจจุบันฉันมีความสุขในสิ่งที่ฉันเป็น					

ภาพประกอบ 20 ตัวอย่างมาตรวัดความพึงพอใจในชีวิต

คำชี้แจง: โปรดอ่านข้อความในแต่ละข้อ และขอให้ผู้ตอบแบบสอบถามนึกถึงชีวิตของท่านในช่วง 6 เดือนที่ผ่านมา ประเมินว่าผู้ตอบแบบสอบถามเกิดความรู้สึกเหล่านี้ในระดับใด แล้วเลือกคำตอบที่ตรงกับความรู้สึก โดยทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถามมากที่สุดเพียงช่องเดียวในแต่ละข้อ (โปรดตอบให้ครบทุกข้อ)						
ข้อ	คำถาม	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
(1)	ตื่นเต้น					
(2)	ภูมิใจ					
.	...					
.	...					
.	...					
(10)	กระวนกระวายใจ					

ภาพประกอบ 21 ตัวอย่างมาตรวัดความรู้สึกลึกทางบวก และความรู้สึกลึกทางลบ

การหาคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างและพัฒนาเครื่องมือวิจัยตามขั้นตอน ดังนี้

1. ศึกษาเอกสาร แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรที่ศึกษา เพื่อให้มีความเข้าใจในเนื้อหาและกรอบแนวคิดอย่างครบถ้วน
2. กำหนดนิยามเชิงปฏิบัติการของตัวแปรที่ศึกษาอย่างชัดเจน เพื่อเป็นกรอบในการออกแบบเครื่องมือวัดที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย
3. สร้างและพัฒนาแบบสอบถามโดยอิงจากนิยามเชิงปฏิบัติการของแต่ละตัวแปร เพื่อให้ครอบคลุมเนื้อหาและตอบสนองวัตถุประสงค์ของการวิจัย พร้อมทั้งตรวจสอบความถูกต้องของแบบสอบถามเบื้องต้นก่อนนำเสนอแก่ผู้เชี่ยวชาญ

4. ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่านพิจารณาเครื่องมือวัด และนำผลการประเมินมาคำนวณค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item-Objective Congruence: IOC) โดยใช้เกณฑ์พิจารณาที่ค่า $IOC \geq .60$ ข้อคำถามที่มีค่า IOC ระหว่าง .60 ถึง 1 จะได้รับการปรับปรุงแก้ไขให้เข้าใจง่ายและไม่ซับซ้อนตามคำแนะนำของ บุญใจ ศรีสถิตยัณรากุล (2555, น. 122)

5. ทดลองใช้แบบสอบถามกับกลุ่มตัวอย่างนำร่อง จำนวน 100 คน ที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจริง และวิเคราะห์คุณภาพของแบบสอบถามในแต่ละข้อโดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Correlation Coefficient) ระหว่างคะแนนรายข้อ กับคะแนนรวม โดยคัดเลือกข้อที่มีค่าสัมประสิทธิ์ตั้งแต่ .20 ขึ้นไป หากข้อใดมีค่าสัมประสิทธิ์ต่ำกว่าเกณฑ์ดังกล่าว แต่เนื้อหาสอดคล้องและช่วยเสริมโครงสร้างนิยามเชิงปฏิบัติการให้สมบูรณ์ ผู้วิจัยจะพิจารณารวมไว้และปรับปรุงข้อความให้เหมาะสม จากนั้นทำการวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถามทั้งฉบับด้วยค่าแอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha) โดยใช้เกณฑ์พิจารณาที่ค่า $\geq .60$

6. ปรับปรุงแก้ไขและจัดพิมพ์แบบสอบถามเป็นฉบับสมบูรณ์ เพื่อนำไปใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลจริงต่อไป

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ดำเนินการตามขั้นตอน ดังนี้

1. ขอรับหนังสืออนุญาตในการเก็บข้อมูลจากบัณฑิตวิทยาลัย เพื่อให้เป็นไปตามหลักจริยธรรมและระเบียบการวิจัย
2. จัดส่งลิงก์แบบสอบถามผ่านระบบ Google Form ไปยังกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นผู้ใหญ่ออนไลน์ เพื่อให้ทำแบบสอบถามออนไลน์
3. ระบุและชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัยอย่างชัดเจนในหน้าข้อความเบื้องต้นของแบบสอบถามบน Google Form พร้อมทั้งแจ้งให้ผู้ตอบแบบสอบถามทราบว่าข้อมูลที่ให้จะถูกนำไปใช้เพื่อวิเคราะห์และแสดงผลในภาพรวมเท่านั้น ไม่มีผลกระทบใด ๆ ต่อผู้ตอบแบบสอบถาม
4. ตรวจสอบความสมบูรณ์ และความถูกต้องของข้อมูลที่ได้รับผ่าน Google Form อย่างละเอียด จนได้ข้อมูลที่สมบูรณ์ครบถ้วนตามจำนวนตัวอย่างที่กำหนดไว้
5. ดำเนินการจัดระบบข้อมูลที่ได้รับ และนำข้อมูลเข้าสู่กระบวนการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ เพื่อทดสอบสมมติฐาน และตอบวัตถุประสงค์ของการวิจัย

สถิติที่ใช้ทดสอบสมมติฐานการวิจัย

การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้แบ่งออกเป็น 3 ส่วนหลัก ได้แก่ การวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้น การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐาน และการวิเคราะห์ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. การตรวจสอบความสมบูรณ์และความเรียบร้อยของข้อมูล

ผู้วิจัยทำการตรวจสอบความสมบูรณ์ของข้อมูลจากแบบวัดพฤติกรรมแฟนคลับ แบบวัดสุขภาวะทางจิต แบบวัดเอกลักษณ์ทางสังคม แบบวัดการหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด และแบบวัดเป้าหมายในชีวิต ในกรณีที่ข้อมูลสูญหายไม่เกินร้อยละ 15 ผู้วิจัยใช้วิธีการประมาณค่าเฉลี่ยทดแทนข้อมูลที่สูญหาย (Replacing with Mean) จากนั้นทำการลงรหัส (Coding) และจัดระบบข้อมูลเพื่อใช้ในการวิเคราะห์ต่อไป

2. การวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้น

เป็นการวิเคราะห์โดยใช้สถิติบรรยาย (Descriptive Statistics) เพื่ออธิบายลักษณะของกลุ่มตัวอย่างและลักษณะตัวแปรในการวิจัย

2.1 วิเคราะห์สถิติพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้สถิติเชิงบรรยาย ได้แก่ ความถี่ และร้อยละ เพื่ออธิบายลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

2.2 วิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรที่ศึกษา เช่น ค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation: SD) เพื่อดูการกระจายตัวของข้อมูล โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ

3. การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐานการวิจัย

3.1 วิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเอกลักษณ์ทางสังคม การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด และเป้าหมายในชีวิต กับพฤติกรรมแฟนคลับและสุขภาวะทางจิต

3.2 วิเคราะห์ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุเพื่อศึกษาผลกระทบของพฤติกรรมแฟนคลับที่มีต่อสุขภาวะทางจิต โดยมีเอกลักษณ์ทางสังคม การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด และเป้าหมายในชีวิตเป็นตัวแปรส่งผ่าน ในกลุ่มวัยผู้ใหญ่ตอนต้น โดยใช้การวิเคราะห์โมเดลสมการเชิงโครงสร้าง (Structural Equation Modeling: SEM) ผ่านโปรแกรม AMOS

นอกจากนี้ ผู้วิจัยได้ตรวจสอบความสอดคล้องกลมกลืนของโมเดลสมมติฐานกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยพิจารณาจากค่าสถิติที่ใช้วัดความกลมกลืนของโมเดล (Goodness-of-Fit Indices) ตามแนวทางของ สัททิพงศ์ วัฒนานนท์สกุล (2560) ดังนี้

1. ค่าไค-สแควร์ (Chi-Square) ใช้ทดสอบความกลมกลืนระหว่างโมเดลสมมติฐานและข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยสมมติฐานศูนย์ (Null Hypothesis) ระบุว่าโมเดลสมมติฐานไม่แตกต่างจากข้อมูลจริง การทดสอบต้องการให้ค่าไค-สแควร์ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($p > .05$) และเมื่อหารด้วยองศาอิสระ (Degree of Freedom) ค่าเฉลี่ยควรน้อยกว่าค่าตารางเพื่อยืนยันความสอดคล้องกัน หากค่าไค-สแควร์สูงและมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่าโมเดลไม่สอดคล้องกับข้อมูล ผู้วิจัยต้องปรับโมเดลจนได้ค่าที่เหมาะสม

2. ดัชนีรากกำลังสองเฉลี่ยของความแตกต่างโดยประมาณ (Root Mean Squared Error of Approximation: RMSEA) เป็นตัวชี้วัดความแตกต่างระหว่างโมเดลสมมติฐานและข้อมูลจริง ค่าตั้งแต่ 0 ถึง 1 โดยค่าต่ำกว่า .05 แสดงว่าโมเดลมีความกลมกลืนดีมาก (Good fit) ค่าอยู่ระหว่าง .05 - .08 พอใช้ได้ ระหว่าง .08 - .10 ไม่ดี และมากกว่า .10 ถือว่าไม่ดี

3. ดัชนีวัดระดับความกลมกลืน (Goodness of Fit Index: GFI) มีค่าระหว่าง 0 ถึง 1 โดยค่า GFI ที่ใกล้ 1 หมายถึงโมเดลมีความสอดคล้องกับข้อมูลจริงสูง โดยค่าที่เหมาะสมควรมากกว่า .90

4. ดัชนีวัดระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (Adjusted Goodness of Fit Index: AGFI) เป็นค่าที่ปรับจาก GFI โดยพิจารณาองศาอิสระ จำนวนตัวแปร และขนาดกลุ่มตัวอย่าง ค่าที่เหมาะสมควรมากกว่า .90 เช่นเดียวกับ GFI

บทที่ 4

ผลการศึกษา

การศึกษาค้นคว้าวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ 2 ประการ คือ 1) เพื่อตรวจสอบความตรงของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของสุขภาวะทางจิตของแฟนคลับวัยผู้ใหญ่ตอนต้น โดยมีเอกลักษณ์ทางสังคม การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด และเป้าหมายในชีวิต เป็นตัวแปรส่งผ่าน และ 2) เพื่อวิเคราะห์รูปแบบอิทธิพลทางตรง และทางอ้อมของแฟนคลับวัยผู้ใหญ่ตอนต้นด้านเอกลักษณ์ทางสังคม การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด และเป้าหมายในชีวิต ที่มีต่อสุขภาวะทางจิต ในแฟนคลับวัยผู้ใหญ่ตอนต้น การวิเคราะห์ข้อมูล และแปลความหมายผลการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้ เพื่อแสดงให้เห็นถึงความเข้าใจตรงกันในการนำเสนอ และการแปลความหมายผลการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยจึงได้ทำการกำหนดสัญลักษณ์แทนค่าสถิติ และอักษรย่อแทนความหมายต่าง ๆ ในการวิเคราะห์ข้อมูลดังต่อไปนี้

M	แทน	ค่าเฉลี่ยคะแนนตัวแปร
SD	แทน	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (standard deviation)
N	แทน	จำนวนประชากรทั้งหมด
n	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
Max	แทน	คะแนนสูงสุด
Min	แทน	คะแนนต่ำสุด
SE	แทน	ความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน
b	แทน	ค่าน้ำหนักองค์ประกอบ
β	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยมาตรฐาน
r	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson product moment correlation coefficient)
Chi - Square	แทน	ดัชนีตรวจสอบความกลมกลืน ค่าสถิติไคสแควร์ (chi-square)
df	แทน	องศาความเป็นอิสระ (degree of freedom)
R^2	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์ (coefficient of determination)
p	แทน	ระดับนัยสำคัญทางสถิติ
TE	แทน	ขนาดอิทธิพลรวม (Total Effects)
IE	แทน	ขนาดอิทธิพลทางอ้อม (Indirect Effects)
DE	แทน	ขนาดอิทธิพลทางตรง (Direct Effects)

CFI	แทน	ดัชนีวัดความสอดคล้องของกลมกลืนเชิงสัมพัทธ์ (Comparative Fit Index)
GFI	แทน	ดัชนีวัดระดับความกลมกลืน (Goodness of Fit Index)
AGFI	แทน	ดัชนีวัดระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (Adjusted Goodness of Fit Index)
RMSEA	แทน	ดัชนีรากที่สองของค่าเฉลี่ยความคลาดเคลื่อนโดยประมาณ (root Mean square error of approximation)
SRMR	แทน	ดัชนีรากที่สองของค่าเฉลี่ยกำลังสองของส่วนเหลือมาตรฐาน (Standardized Root Mean Square Residual)
Celeb	แทน	ความคลั่งไคล้ศิลปิน (Celebrity Worship)
Social	แทน	เอกลักษณ์ทางสังคม (Social Identity)
Escape	แทน	การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด (Escape from Stressors)
Purpose	แทน	เป้าหมายในชีวิต (Purpose in Life)
WB	แทน	สุขภาวะทางจิต (Well-being)

เพื่อให้ในการนำเสนอผลการวิจัยสะดวกขึ้น ผู้วิจัยกำหนดสัญลักษณ์ และอักษรภาษาอังกฤษของตัวแปรในการวิจัย เพื่อการวิเคราะห์และการนำเสนอข้อมูล

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลสถิติพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง

ตาราง 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ($n = 370$)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน(คน)	ร้อยละ
เพศชาย	59	15.95
เพศหญิง	268	72.43
เพศทางเลือก	43	11.62
รวม	370	100

จากตารางพบว่า ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 370 คน พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 268 คน คิดเป็นร้อยละ 72.43 รองลงมาคือเพศชาย จำนวน 59 คน คิดเป็นร้อยละ 15.95 และเพศทางเลือก จำนวน 43 คน คิดเป็นร้อยละ 11.62 ซึ่งแสดงให้เห็นว่า

กลุ่มตัวอย่างมีความหลากหลายทางเพศ และมีการกระจายตัวของข้อมูลเพศในลักษณะที่เน้นไปทางเพศหญิงเป็นหลัก ทั้งนี้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมดอยู่ในช่วงอายุ 20 – 35 ปี (วัยผู้ใหญ่ตอนต้น) ซึ่งสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการศึกษา

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรที่ศึกษา

ตาราง 2 ค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา ($n = 370$)

ตัวแปร	Min	Max	M	SD	Sk	Ku
ความคลั่งไคล้ศิลปิน	13.00	45.00	29.77	5.48	-.017	.752
เอกลักษณ์ทางสังคม	3.00	15.00	11.28	3.23	-1.007	.067
การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้น	4.00	10.00	8.36	1.39	-.815	.604
ความเครียด						
เป้าหมายในชีวิต	4.00	15.00	11.61	2.50	-.976	.749
สุขภาวะทางจิต	31.00	65.00	49.66	6.63	-.235	-.070

จากตารางพบว่า ตารางแสดงค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่ ความคลั่งไคล้ศิลปิน (Celebrity Worship), เอกลักษณ์ทางสังคม (Social Identity), การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด (Escape from Stressors), เป้าหมายในชีวิต (Purpose in Life) และสุขภาวะทางจิต (Well-being) ซึ่งวิเคราะห์จากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 370 คน ผลการวิเคราะห์ พบว่า ตัวแปรความคลั่งไคล้ศิลปิน มีค่าเฉลี่ย (M) เท่ากับ 29.77 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เท่ากับ 5.48 แสดงถึงระดับความผูกพันกับศิลปินของกลุ่มตัวอย่างอยู่ในระดับปานกลางถึงสูง ข้อมูลมีการกระจายตัวใกล้เคียงกับการแจกแจงปกติ โดยมีค่าความเบ้ (Skewness) เท่ากับ -0.017 และค่าความโด่ง (Kurtosis) เท่ากับ 0.752

ตัวแปรเอกลักษณ์ทางสังคมมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 11.28 ($SD = 3.23$) โดยมีค่าความเบ้เท่ากับ -1.007 และค่าความโด่งเท่ากับ 0.067 แสดงให้เห็นว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีระดับเอกลักษณ์ทางสังคมในระดับค่อนข้างสูง และข้อมูลมีการกระจายในลักษณะเบ้ไปทางซ้ายเพียงเล็กน้อย

ตัวแปรการหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียดมีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 8.36 ($SD = 1.39$) ค่าความเบ้เท่ากับ -0.815 และค่าความโด่งเท่ากับ 0.604 แสดงถึงการกระจายข้อมูลที่ใกล้เคียงกับการแจกแจง

แบบปกติ ซึ่งสะท้อนว่ากลุ่มตัวอย่างมีการใช้พฤติกรรมการหลีกเลี่ยงตัวจากความเครียดในระดับปานกลาง

ตัวแปรเป้าหมายในชีวิตมีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดในบรรดาตัวแปรส่งผ่าน คือ 11.61 ($SD = 2.50$) โดยมีค่าความเบ้เท่ากับ -0.976 และค่าความโด่งเท่ากับ 0.749 แสดงถึงความรู้สึกของผู้ตอบแบบสอบถามที่มีต่อเป้าหมายในชีวิตอยู่ในระดับค่อนข้างดี และข้อมูลมีการกระจายตัวที่เหมาะสม

สุดท้าย ตัวแปรสุขภาวะทางจิตมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 49.66 ($SD = 6.63$) ซึ่งอยู่ในระดับที่น่าพึงพอใจ ค่าความเบ้และความโด่งอยู่ที่ -0.235 และ -0.070 ตามลำดับ สะท้อนถึงการกระจายตัวของข้อมูลที่เหมาะสมและไม่มีลักษณะเบ้หรือแบนจนผิดปกติ

โดยสรุป ตัวแปรทั้งหมดมีค่าความเบ้และค่าความโด่งอยู่ในช่วง ± 2 ซึ่งอยู่ในเกณฑ์ที่ยอมรับได้ตามเกณฑ์ของการแจกแจงปกติ จึงเหมาะสมสำหรับการวิเคราะห์ด้วยวิธีสมการโครงสร้าง (Structural Equation Modeling: SEM) ในขั้นตอนต่อไปของการวิจัย

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์เมทริกซ์สหสัมพันธ์ของตัวแปรในโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ

ความคลั่งไคล้ศิลปิน (Celebrity Worship), เอกลักษณ์ทางสังคม (Social Identity), การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด (Escape from Stressors), เป้าหมายในชีวิต (Purpose in Life) และสุขภาวะทางจิต (Well-being) โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson's product moment correlation coefficient) ในการวิเคราะห์จากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 370 คน สรุปได้ดังนี้

ตาราง 3 เมทริกซ์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ตัวแปรในโมเดล ($n = 370$)

	Celeb	Social	Escape	Purpose	WB
ความคลั่งไคล้ศิลปิน	1				
เอกลักษณ์ทางสังคม	.59**	1			
การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด	.38**	.36**	1		
เป้าหมายในชีวิต	.57**	.68**	.59**	1	
สุขภาวะทางจิต	.29**	.44**	.26**	.43**	1
<i>M</i>	29.77	11.28	8.36	11.61	49.66
<i>SD</i>	5.48	3.23	1.39	2.50	6.63

** $p < 0.01$

จากตารางพบว่า ตัวแปรทั้งหมดในแบบจำลอง ได้แก่ พฤติกรรมความคลั่งไคล้ศิลปิน (Celebrity Worship), เอกลักษณะทางสังคม (Social Identity), การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด (Escape from Stress), เป้าหมายในชีวิต (Purpose in Life) และสุขภาวะทางจิต (Well-being) มีความสัมพันธ์กันในทิศทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($p\text{-value} < .01$) ซึ่งสะท้อนถึงแนวโน้มความสัมพันธ์เชิงบวกขององค์ประกอบทางจิตสังคมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมความเป็นแฟนคลับในกลุ่มวัยรุ่นใหญ่ตอนต้น

โดยเฉพาะพฤติกรรมความคลั่งไคล้ศิลปิน มีความสัมพันธ์ในระดับปานกลางถึงสูงกับเอกลักษณะทางสังคม ($r = .59$), การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด ($r = .38$) และเป้าหมายในชีวิต ($r = .57$) และในระดับต่ำกับสุขภาวะทางจิต ($r = .29$) สะท้อนให้เห็นถึงบทบาทของพฤติกรรมการชื่นชอบศิลปินที่อาจเป็นกลไกส่งเสริมด้านจิตใจและสังคมอย่างหลากหลาย

เอกลักษณะทางสังคมมีความสัมพันธ์ในระดับสูงกับเป้าหมายในชีวิต ($r = .68$) และในระดับปานกลางกับสุขภาวะทางจิต ($r = .44$) บ่งชี้ว่าผู้ที่มีความรู้สึกผูกพันกับกลุ่มแฟนคลับในเชิงอัตลักษณ์ มีแนวโน้มที่จะมีเป้าหมายในชีวิตที่ชัดเจน และมีสุขภาวะทางจิตที่ดีขึ้น

การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียดมีความสัมพันธ์ในระดับปานกลางกับเป้าหมายในชีวิต ($r = .59$) และในระดับต่ำกับสุขภาวะทางจิต ($r = .26$) สะท้อนถึงความสามารถในการจัดการความเครียดที่เชื่อมโยงกับการกำหนดเป้าหมายชีวิต และอาจส่งผลดีต่อภาวะทางจิตในทางอ้อม

ขณะที่เป้าหมายในชีวิต มีความสัมพันธ์ในระดับปานกลางกับสุขภาวะทางจิต ($r = .43$) แสดงให้เห็นถึงความสำคัญของการมีจุดหมายในชีวิตในการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตของบุคคล

นอกจากนี้ ค่าสหสัมพันธ์ทั้งหมดอยู่ในช่วงระหว่าง .26 ถึง .68 โดยไม่มีค่าความสัมพันธ์ใดเกิน .80 แสดงว่าไม่พบปัญหา multicollinearity หรือความซ้ำซ้อนของตัวแปร ซึ่งเป็นเงื่อนไขสำคัญที่ยืนยันถึงความเหมาะสมในการนำข้อมูลเข้าสู่การวิเคราะห์แบบจำลองสมการโครงสร้าง (Structural Equation Modeling: SEM) ต่อไปได้อย่างมั่นใจและมีประสิทธิภาพตอนที่ 4 ผลการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้าง (Structural Equation Modeling: SEM) แสดงค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลทางตรง (Direct Effect: DE), อิทธิพลทางอ้อม (Indirect Effect: IE) และอิทธิพลรวม (Total Effect: TE) ระหว่างตัวแปรสาเหตุและตัวแปรผล โดยใช้การประมาณค่าด้วยวิธี Maximum Likelihood (ML)

ตาราง 4 ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลรวม (Total Effect) อิทธิพลทางตรง (Direct Effect) และอิทธิพลทางอ้อม (Indirect Effect)

ตัวแปรสาเหตุ		Celeb	Social	Escape	Purpose	R ²
ตัวแปรผล						
Social	DE	.59*** (.03)				.343
	IE	-				
	TE	.59***				
Escape	DE	.38*** (.01)				.141
	IE	-				
	TE	.38***				
Purpose	DE	.56*** (.02)				.314
	IE	-				
	TE	.56***				
WB	DE	.001 (.00)	.33** (.13)	.07 (.26)	.18* (.19)	.254
	IE	.32	-	-	-	
	TE	.32	.33	.07	.18	
Chi-square =5.98, df=3, p =.112, RMSEA =.053, RMR =.323, GFI =.993, AGFI =.966						

หมายเหตุ: * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$ และค่าที่อยู่ในวงเล็บคือ ค่า SE: Standard Error

จากการวิเคราะห์ผลการวิเคราะห์โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุโดยใช้เทคนิคการวิเคราะห์สมการโครงสร้าง (Structural Equation Modeling: SEM) เพื่อตรวจสอบอิทธิพลทางตรง (Direct Effect: DE), ทางอ้อม (Indirect Effect: IE) และอิทธิพลรวม (Total Effect: TE) ของพฤติกรรมความคลั่งไคล้ศิลปิน (Celebrity Worship: Celeb) ที่มีต่อสุขภาวะทางจิต (Well-being: WB) โดย

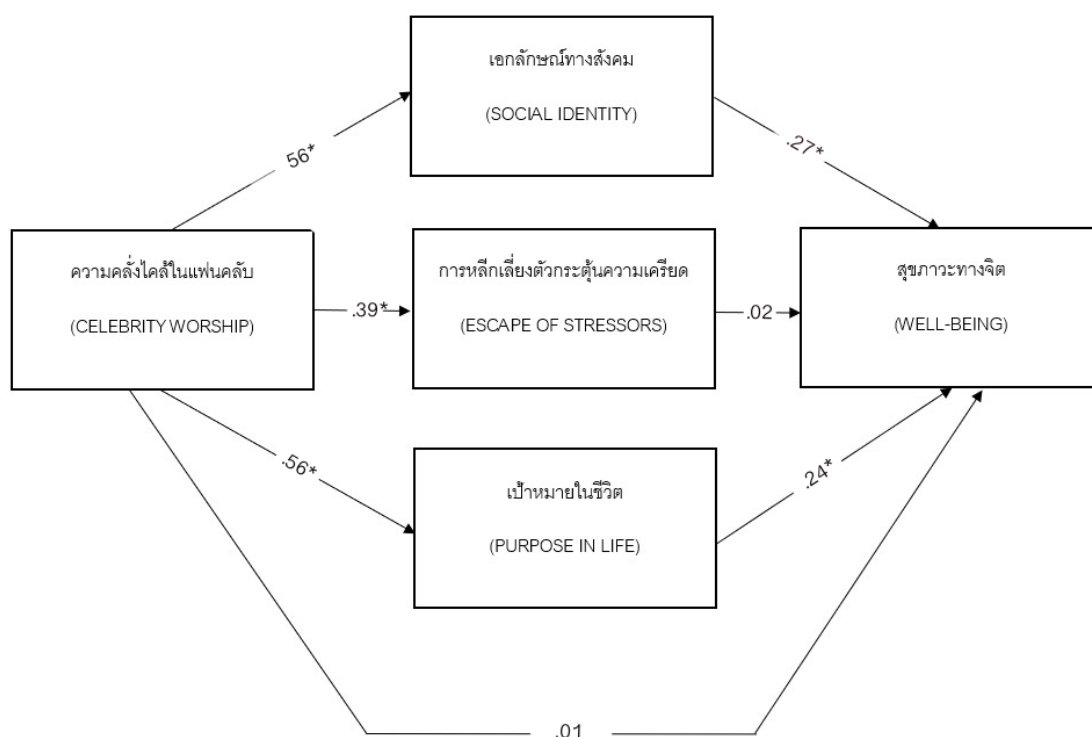
มีตัวแปรส่งผ่าน ได้แก่ เอกลักษณ์ทางสังคม (Social Identity: Social), การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด (Escape from Stress: Escape) และเป้าหมายในชีวิต (Purpose in Life: Purpose) ในกลุ่มตัวอย่างแฟนคลับวัยผู้ใหญ่ตอนต้นจำนวน 370 คน

จากผลการวิเคราะห์ พบว่า พฤติกรรมความคลั่งไคล้ศิลปิน มีอิทธิพลทางตรงต่อเอกลักษณ์ทางสังคม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($DE = .59, p\text{-value} < .001$) โดยสามารถอธิบายความแปรปรวนของเอกลักษณ์ทางสังคมได้ร้อยละ 34.3 ($R^2 = .343$) การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด ($DE = .38, p\text{-value} < .001, R^2 = .141$) และเป้าหมายในชีวิต ($DE = .56, p\text{-value} < .001, R^2 = .314$)

ในส่วนของ สุขภาวะทางจิต พบว่าได้รับอิทธิพลทางตรงจากเอกลักษณ์ทางสังคม ($DE = .33, p\text{-value} < .01$) การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด ($DE = .18, p\text{-value} < .05$) และเป้าหมายในชีวิต ($DE = .27, p < .01$) ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่ากลไกภายในของแฟนคลับ เช่น การมีตัวตนในกลุ่ม การมีทักษะในการจัดการความเครียด และการมีจุดหมายในชีวิต มีความเกี่ยวข้องกับภาวะจิตใจที่ดีและความพึงพอใจในชีวิตโดยรวม ในขณะที่พฤติกรรมความคลั่งไคล้ศิลปิน ไม่มีอิทธิพลทางตรงอย่างมีนัยสำคัญต่อสุขภาวะทางจิต ($DE = .001, p\text{-value} > .05$) แต่พบว่าส่งอิทธิพลทางอ้อม ผ่านตัวแปรส่งผ่านทั้งสามตัวดังกล่าวอย่างมีนัยสำคัญ โดยมีค่า IE เท่ากับ .32 และ TE (อิทธิพลรวม) เท่ากับ .32 เช่นกัน ซึ่งแสดงถึงบทบาทของพฤติกรรมแฟนคลับที่อาจไม่ได้ส่งผลเชิงบวกต่อสุขภาวะทางจิตโดยตรง แต่สามารถก่อให้เกิดผลเชิงบวกผ่านกระบวนการทางจิตสังคมภายใน นอกจากนี้ โมเดลสามารถอธิบายความแปรปรวนของสุขภาวะทางจิตได้ ร้อยละ 25.4 ($R^2 = .254$) ซึ่งถือว่าอยู่ในระดับที่เหมาะสมในงานวิจัยด้านจิตวิทยาสังคม

สำหรับค่าดัชนีความกลมกลืนของโมเดลกับข้อมูลเชิงประจักษ์ พบว่าอยู่ในระดับดี ได้แก่ ค่า Chi-square = 5.98, ค่าองศาความอิสระ (df) = 3, $p\text{-value} = .112$ (ไม่เป็นนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่าโมเดลไม่แตกต่างจากข้อมูลจริง), ค่า RMSEA = .053 และ RMR = .323 อยู่ในเกณฑ์ยอมรับได้ ค่าดัชนี GFI = .993 และ AGFI = .966 อยู่ในระดับสูงมาก แสดงถึงความกลมกลืนของโมเดลกับข้อมูลเชิงประจักษ์

กล่าวโดยสรุป ผลการวิเคราะห์โมเดลนี้สนับสนุนสมมติฐานของการวิจัยที่ว่า พฤติกรรมความคลั่งไคล้ศิลปินมีอิทธิพลต่อสุขภาวะทางจิตของแฟนคลับวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ผ่าน กลไกของการสร้างเอกลักษณ์ทางสังคม การหลีกเลี่ยงความเครียดในเชิงสร้างสรรค์ และการมีเป้าหมายในชีวิตอย่างมีความหมาย



ภาพประกอบ 22 โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของอิทธิพลของความคลั่งไคล้ศิลปินที่มีต่อสุขภาวะที่ดี โดยมีเอกลักษณ์ทางสังคม หลีกเลียงตัวกระตุ้นความเครียด และเป้าหมายในชีวิตเป็นตัวแปรส่งผ่านในกลุ่มแฟนคลับวัยผู้ใหญ่ตอนต้น

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

งานวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาอิทธิพลของความคลั่งไคล้ในศิลปินที่มีต่อสุขภาวะทางจิตของกลุ่มแฟนคลับวัยผู้ใหญ่ตอนต้น โดยเฉพาะการตรวจสอบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุผ่านตัวแปรส่งผ่าน ได้แก่ เอกลักษณะทางสังคม การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด และเป้าหมายในชีวิต โดยมีวัตถุประสงค์ ดังต่อไปนี้

1. เพื่อตรวจสอบความตรงของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างความคลั่งไคล้ในศิลปิน เอกลักษณะทางสังคม การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด เป้าหมายในชีวิต และสุขภาวะทางจิต
2. เพื่อวิเคราะห์อิทธิพลทางตรงและทางอ้อมของความคลั่งไคล้ในศิลปินที่ส่งผ่านตัวแปรเอกลักษณะทางสังคม การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด และเป้าหมายในชีวิตต่อสุขภาวะทางจิตของกลุ่มแฟนคลับวัยผู้ใหญ่ตอนต้น

ประชากร

ประชากรในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ บุคคลในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ซึ่งหมายถึงผู้ที่มีอายุระหว่าง 20 ถึง 35 ปี ที่อาศัยอยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร และมีคุณสมบัติเป็นแฟนคลับของศิลปิน โดยมีพฤติกรรม หรือความสนใจที่แสดงออกถึงความชื่นชอบ และติดตามผลงานของศิลปินอย่างสม่ำเสมอ ไม่ว่าจะเป็นในรูปแบบการติดตามผ่านสื่อสังคมออนไลน์ การเข้าร่วมกิจกรรมหรืออีเวนต์ของศิลปิน การสะสมผลงาน หรือการแสดงออกทางอารมณ์และพฤติกรรมที่สะท้อนถึงความผูกพันกับศิลปิน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ บุคคลในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้นที่อาศัยอยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร และมีลักษณะเป็นแฟนคลับของศิลปิน โดยกลุ่มตัวอย่างมีจำนวนทั้งสิ้น 370 คน ซึ่งได้มาจากการพิจารณาขนาดกลุ่มตัวอย่างตามสูตรของ Krejcie และ Morgan (1970) ที่เหมาะสำหรับการกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างจากประชากรขนาดใหญ่หรือประชากรที่ไม่ทราบจำนวนที่แน่ชัด โดยจำนวนดังกล่าวถือว่าเพียงพอสำหรับการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ และสอดคล้องกับระดับความเชื่อมั่นที่ 95% และค่าคลาดเคลื่อนที่ยอมรับได้ $\pm 5\%$ อีกทั้งยังสอดคล้องกับข้อเสนอแนะของ Hair et al. (2010) ที่ระบุว่า การวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้าง (Structural Equation Modeling: SEM) ควรมีกกลุ่มตัวอย่างอย่างน้อย 200 คนขึ้นไป

การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างในการศึกษานี้ใช้วิธีการสุ่มแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ซึ่งเป็นวิธีการที่ผู้วิจัยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างจากประชากรที่มีคุณสมบัติเฉพาะตรงตามวัตถุประสงค์ของการศึกษา เพื่อให้ได้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นตัวแทนของแฟนคลับในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้นอย่างมีนัยสำคัญ ทั้งนี้ ได้กำหนดเกณฑ์ในการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง ดังต่อไปนี้

1. เป็นบุคคลที่มีอายุระหว่าง 20 – 35 ปี ไม่จำกัดเพศ โดยรวมถึงเพศชาย เพศหญิง และกลุ่มความหลากหลายทางเพศ (LGBTQIA+)

2. เป็นแฟนคลับของศิลปินทั้งในประเทศไทย และต่างประเทศ ซึ่งอาจเป็นนักร้อง นักแสดง หรือบุคคลสาธารณะในวงการบันเทิง ที่มีพฤติกรรมในการติดตามศิลปิน และมีลักษณะของพฤติกรรมตามข้อใดข้อหนึ่งอย่างน้อยจากเกณฑ์ของ Stever (1994) ดังนี้

2.1 มีการสื่อสารหรือติดตามความเคลื่อนไหวของศิลปินที่ชื่นชอบผ่านสื่อสังคมออนไลน์ เช่น Facebook, Instagram, Twitter อย่างน้อยสัปดาห์ละ 1 ครั้ง

2.2 เคยเข้าร่วมกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับศิลปิน เช่น งานแฟนมีตติ้ง คอนเสิร์ต หรือกิจกรรมที่สามารถพบเจอศิลปินตัวจริงได้

2.3 เป็นสมาชิกกลุ่มแฟนคลับ หรือมีส่วนร่วมในกิจกรรมที่แฟนคลับจัดขึ้น เช่น การทำบุญ การแต่งนิยายแฟนฟิคชั่น เป็นต้น

2.4 มีการสะสมสิ่งของที่เกี่ยวข้องกับศิลปิน เช่น ภาพถ่าย ของสะสม ตุ๊กตา ลายเซ็น เป็นต้น

3. ความสนใจในการเข้าร่วมการวิจัย และยินยอมให้ข้อมูลอย่างตรงไปตรงมา ผู้วิจัยได้กำหนดจำนวนกลุ่มตัวอย่างไม่ต่ำกว่า 370 คน เพื่อให้ผลการวิเคราะห์มีความน่าเชื่อถือ และสามารถสะท้อนถึงความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรได้อย่างมีประสิทธิภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัยประกอบด้วยแบบสอบถามที่พัฒนาขึ้นจากแนวคิดทฤษฎี และผลงานวิจัยที่ผ่านมา ประกอบด้วยแบบวัดจำนวน 5 ชุด ได้แก่

1. แบบวัดพฤติกรรมความคลั่งไคล้ ผู้วิจัยได้พัฒนาแบบวัดขึ้นเองโดยอิงจากนิยามเชิงปฏิบัติการตามแนวคิดของ McCutcheon และคณะ (2002) ซึ่งจำแนกลักษณะของพฤติกรรมความคลั่งไคล้ออกเป็น 3 องค์ประกอบ ได้แก่

1.1 การคลั่งไคล้เพื่อความบันเทิง – สังคม (Entertainment–Social Celebrity Worship)

1.2 การคลั่งไคล้แบบเข้มข้น – ผูกพันยึดติด (Intense–Personal Celebrity Worship)

1.3 การคลั่งไคล้แบบรุนแรง (Borderline–Pathological Celebrity Worship)

2. แบบวัดเอกลักษณ์ทางสังคม ผู้วิจัยได้พัฒนาแบบวัดขึ้นเองโดยอิงจากนิยามเชิงปฏิบัติการตามแนวคิดของ Reysen และคณะ (2017) ซึ่งอธิบายว่าเอกลักษณ์ทางสังคมเป็นกระบวนการที่บุคคลรับรู้ความเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม และมีการผูกพันกับกลุ่มนั้นทั้งในด้านความรู้สึก ความคิด และพฤติกรรม

3. แบบวัดการหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด ผู้วิจัยได้พัฒนาแบบวัดขึ้นเองโดยอิงจากนิยามเชิงปฏิบัติการตามแนวคิดของ Reysen และคณะ (2017) ซึ่งอธิบายถึงการที่บุคคลมีความสามารถในการหลีกเลี่ยงสิ่งเร้าหรือสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด ทั้งในเชิงพฤติกรรมและการรับรู้

4. แบบวัดเป้าหมายในชีวิต ผู้วิจัยได้พัฒนาแบบวัดขึ้นเองโดยอิงตามนิยามเชิงปฏิบัติการของ Reysen และคณะ (2017) ซึ่งนิยามเป้าหมายในชีวิตว่าเป็นแรงจูงใจที่ช่วยให้บุคคลมีทิศทางและความมุ่งมั่นในการดำเนินชีวิต

5. การวัดสุขภาวะทางจิตในงานวิจัยฉบับนี้ ใช้มาตรวัดที่พัฒนาขึ้นโดยอิงตามแนวคิดของ Diener (2000) ซึ่งประกอบด้วยมาตรวัดย่อย 2 ส่วน ได้แก่

5.1 มาตรวัดความพึงพอใจในชีวิต พัฒนาขึ้นบนพื้นฐานแนวคิดของ Diener (2000)

5.2 มาตรวัดความรู้สึกทางบวกและความรู้สึกทางลบ ซึ่งพัฒนาขึ้นตามแนวคิดของ Watson และคณะ (1988)

สรุปผลการวิจัย

งานวิจัยฉบับนี้ได้ชี้ให้เห็นถึงบทบาทของตัวแปรส่งผ่านจำนวน 3 ตัว ได้แก่ เอกลักษณ์ทางสังคม (Social Identity), การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด (Escape from Stressors), และ เป้าหมายในชีวิต (Life Purpose) ซึ่งมีความสัมพันธ์กับอิทธิพลของความคลั่งไคล้ในศิลปินที่ส่งผลต่อสุขภาวะทางจิตของแฟนคลับในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น

จากผลการวิเคราะห์พบว่า เอกลักษณ์ทางสังคมและเป้าหมายในชีวิต เป็นกลไกทางจิตวิทยาที่มีบทบาทสำคัญในการเชื่อมโยงแรงขับเคลื่อนทางอารมณ์หรือแรงจูงใจจากการคลั่งไคล้ศิลปินกับผลลัพธ์ทางบวกด้านสุขภาวะทางจิต โดยแฟนคลับที่สามารถหลอมรวมตัวตนของตนเองเข้ากับกลุ่มทาง

สังคมของแฟนคลับ และมีเป้าหมายในชีวิตที่ชัดเจนจากการมีส่วนร่วมในกิจกรรมของแฟนคลับ มีแนวโน้มที่จะมีสุขภาวะทางจิตที่ดีมากกว่า

ในขณะที่ การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด แม้จะไม่พบอิทธิพลทางตรงต่อสุขภาวะทางจิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่ก็ยังคงมีบทบาทสำคัญในโครงสร้างโมเดล โดยอาจจะสะท้อนถึงกลยุทธ์ในการเผชิญปัญหาหรือความเครียดของแฟนคลับที่เลือกใช้การคลั่งไคล้ศิลปินเป็นวิธีการเบี่ยงเบนความสนใจหรือหลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่สร้างความเครียดในชีวิตประจำวัน ซึ่งสะท้อนถึงบทบาทของพฤติกรรมดังกล่าวในฐานะกลไกทางจิตใจที่มีอิทธิพลร่วม แม้ไม่ใช่กลไกหลักก็ตาม

โดยสรุป โมเดลเชิงโครงสร้างที่ศึกษาในงานวิจัยนี้สามารถอธิบายความสัมพันธ์เชิงกลไกระหว่างความคลั่งไคล้ในศิลปินกับสุขภาวะทางจิตได้อย่างมีนัยสำคัญ โดยเฉพาะเมื่อพิจารณาผ่านกรอบแนวคิดของเอกลักษณ์ทางสังคมและเป้าหมายในชีวิต ซึ่งชี้ให้เห็นว่าการคลั่งไคล้ไม่ได้เป็นเพียงพฤติกรรมที่ขับเคลื่อนด้วยอารมณ์ แต่ยังอาจมีบทบาทในการพัฒนาตัวตนและสร้างแรงจูงใจทางบวกในชีวิตของแฟนคลับด้วย

เอกลักษณ์ทางสังคม (Social Identity)

จากผลการวิจัย พบว่า ความคลั่งไคล้ในศิลปินมีอิทธิพลทางตรงอย่างมีนัยสำคัญต่อการสร้างเอกลักษณ์ทางสังคมของแฟนคลับ ($\beta = .59$) และในขณะเดียวกัน เอกลักษณ์ทางสังคมก็มีอิทธิพลเชิงบวกต่อสุขภาวะทางจิตอย่างมีนัยสำคัญ ($\beta = .33$) ซึ่งชี้ให้เห็นถึงบทบาทของเอกลักษณ์ทางสังคมในฐานะกลไกเชื่อมโยงที่สำคัญระหว่างพฤติกรรมการคลั่งไคล้กับภาวะทางจิตใจของบุคคล

ในแง่จิตวิทยา การคลั่งไคล้ในศิลปินไม่ใช่เพียงแค่พฤติกรรมชื่นชอบหรือสนับสนุนบุคคลสาธารณะเท่านั้น แต่ยังทำหน้าที่เป็นกลไกทางสังคมที่ช่วยให้แฟนคลับรู้สึก “ตนเองมีที่ยืน” หรือ “ตนเองมีความหมาย” ในกลุ่มของผู้ที่มีความชอบหรือค่านิยมร่วมกัน การเป็นสมาชิกในกลุ่มแฟนคลับ ไม่ว่าจะผ่านการซื้อสินค้าที่เกี่ยวข้องกับศิลปิน การเข้าร่วมกิจกรรมแฟนมีตติ้ง หรือการมีส่วนร่วมในชุมชนออนไลน์ ล้วนเป็นกระบวนการที่ช่วยส่งเสริมความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่ง (sense of belonging) และความภาคภูมิใจในกลุ่ม (in-group pride)

ปรากฏการณ์นี้สามารถอธิบายได้อย่างชัดเจนผ่านแนวคิด Social Identity Theory โดย Tajfel and Turner (1979) ซึ่งเสนอว่า บุคคลนิยามตนเองจากการเป็นสมาชิกของกลุ่มทางสังคม (social categorization) และการเปรียบเทียบระหว่างกลุ่ม (social comparison) ส่งผลต่อการยอมรับตนเอง (self-acceptance) และภาพลักษณ์ตนเองในทางบวก (positive self-concept) เมื่อบุคคล

รู้สึกว่าการกลุ่มที่ตนสังกัดมีคุณค่าและได้รับการยอมรับ ก็จะส่งผลโดยตรงต่อความมั่นคงทางอารมณ์ และส่งเสริมสุขภาพทางจิตโดยรวม

นอกจากนี้ ยังสามารถเชื่อมโยงกับแนวคิด Basic Psychological Needs Theory ภายใต้กรอบของ Self-Determination Theory โดย Deci and Ryan (2000) ที่กล่าวถึงความต้องการพื้นฐานทางจิตใจของมนุษย์ 3 ประการ ได้แก่ ความรู้สึกมีอิสระ (autonomy), ความสามารถ (competence), และความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดกับผู้อื่น (relatedness) โดย “เอกลักษณ์ทางสังคม” สามารถตอบสนองต่อความต้องการด้านความสัมพันธ์ (relatedness) ได้อย่างชัดเจน การที่แฟนคลับได้มีปฏิสัมพันธ์และสร้างความผูกพันกับกลุ่มคนที่มีความชอบเหมือนกัน ทำให้พวกเขารู้สึกเชื่อมโยงกับสังคม ซึ่งส่งผลโดยตรงต่อสุขภาพทางจิตในเชิงบวก

ตัวอย่างที่สังเกตได้จากกลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยนี้คือ แฟนคลับที่มีการมีส่วนร่วมกิจกรรมในกลุ่มแฟนด้อมอย่างต่อเนื่อง มักรายงานว่าตนเองรู้สึกมั่นคงทางอารมณ์ ภาคภูมิใจในตนเอง และได้รับการยอมรับ ซึ่งทั้งหมดนี้สะท้อนถึงเอกลักษณ์ทางสังคมที่เข้มแข็ง และเป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยสนับสนุนสุขภาพจิตของบุคคลในระยะยาว

เป้าหมายในชีวิต (Purpose in Life)

ผลการวิจัยในครั้งนี้แสดงให้เห็นว่า ความคลั่งไคล้ในศิลปินมีอิทธิพลอย่างมีนัยสำคัญต่อเป้าหมายในชีวิตของแฟนคลับ ($\beta = .56$) และในขณะเดียวกัน เป้าหมายในชีวิตก็ส่งผลทางตรงต่อสุขภาพทางจิตอย่างมีนัยสำคัญ ($\beta = .18$) สะท้อนให้เห็นถึงบทบาทของ “เป้าหมายในชีวิต” ในฐานะกลไกเชื่อมโยงระหว่างแรงจูงใจเชิงอารมณ์ที่เกิดจากการคลั่งไคล้กับภาวะทางจิตในเชิงบวกของบุคคล

พฤติกรรมการคลั่งไคล้ในศิลปินในระดับที่เหมาะสม (non-pathological fandom) ไม่ได้เป็นเพียงการเสพความบันเทิงหรือการชื่นชมศิลปินเท่านั้น แต่ยังมีบทบาทสำคัญในการเป็น “แหล่งแรงบันดาลใจ” ให้กับแฟนคลับในการดำเนินชีวิต ไม่ว่าจะเป็นการเรียนรู้จากความพยายาม ความมีวินัย หรือคุณลักษณะเชิงบวกของศิลปิน การคลั่งไคล้ศิลปินจึงกลายเป็นแรงผลักดันให้แฟนคลับบางกลุ่มตั้งเป้าหมายเพื่อพัฒนาตนเอง เช่น การตั้งใจเรียนเพื่อทำงานในวงการเดียวกัน หรือการพยายามเป็นบุคคลที่ “สร้างแรงบันดาลใจให้ผู้อื่น” ตามแบบอย่างของศิลปินที่ชื่นชอบ

แนวคิดนี้สอดคล้องกับ โมเดลสุขภาพทางจิตของ Ryff (1989) ซึ่งเสนอว่า “การมีเป้าหมายในชีวิต” (Purpose in Life) เป็นหนึ่งในองค์ประกอบหลักของสุขภาพทางจิต (Psychological Well-being) โดยบุคคลที่มีเป้าหมายจะสามารถจัดการกับความเครียด รับมือกับความท้าทาย และรู้สึกว่าชีวิตของตนมีคุณค่า

นอกจากนี้ยังสามารถเชื่อมโยงกับ แนวคิดเรื่องความหมายในชีวิตของ Wong (1998) ภายใต้กรอบ Personal Meaning Profile ที่ชี้ว่าการรับรู้ชีวิตมีจุดมุ่งหมาย (sense of purpose) เป็นหนึ่งในตัวทำนายสำคัญของสุขภาวะทางจิต โดยเฉพาะในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ซึ่งเป็นช่วงชีวิตที่บุคคลต้องตัดสินใจเกี่ยวกับเส้นทางอาชีพ ความสัมพันธ์ และค่านิยมส่วนบุคคล

ในงานวิจัยนี้ กลุ่มตัวอย่างที่มีเป้าหมายในชีวิตที่ชัดเจนซึ่งได้รับแรงบันดาลใจจากศิลปินที่ตนชื่นชอบ—เช่น การตั้งเป้าหมายเพื่อเข้าสู่วงการบันเทิง หรือการพัฒนาตนเองให้เป็น “ผู้ให้พลังบวก” เหมือนศิลปิน—มักรายงานว่าตนเองมีระดับสุขภาวะทางจิตที่สูงกว่า เมื่อเทียบกับกลุ่มที่ไม่มีแรงบันดาลใจชัดเจน ซึ่งชี้ให้เห็นถึงพลังของแรงจูงใจเชิงบวกที่เกิดจากความคลั่งไคล้ในการขับเคลื่อนชีวิตและส่งเสริมความมั่นคงทางจิตใจในระยะยาว

การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด (Escape from Stressors)

แม้ว่าผลการวิเคราะห์เส้นทางจาก การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียดไปยังสุขภาวะทางจิต จะ ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} > 0.05$) แต่ตัวแปรนี้ยังคงมีความสำคัญในเชิงโครงสร้างของโมเดลในฐานะ “กลไกป้องกันตนเองเบื้องต้น” ของแฟนคลับ โดยเฉพาะในกลุ่มที่เผชิญความเครียดหรือความทุกข์จากชีวิตประจำวัน เช่น ความขัดแย้งในครอบครัว ความไม่มั่นคงทางเศรษฐกิจ หรือความกดดันด้านความสัมพันธ์ส่วนตัว

แฟนคลับจำนวนหนึ่งมีแนวโน้มใช้กิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับศิลปิน เช่น การฟังเพลงที่ปลอบประโลมใจ การดูคลิปเกาหรือสัมภาษณ์ศิลปิน หรือการพูดคุยกับแฟนคลับคนอื่นในโลกออนไลน์ เป็นรูปแบบของ emotional coping หรือกลไกการจัดการอารมณ์ที่เน้นการลดผลกระทบทางอารมณ์ แทนการจัดการกับปัญหาด้านเหตุ กลไกนี้สอดคล้องกับแนวคิด Coping Theory ของ Lazarus and Folkman (1984) ซึ่งอธิบายว่า “emotion-focused coping” เป็นวิธีที่บุคคลใช้เพื่อบรรเทาความรู้สึกทุกข์ เช่น ความเศร้า ความกังวล หรือความกลัว โดยไม่จำเป็นต้องจัดการกับต้นตอของปัญหาโดยตรง

ภายใต้แนวคิดนี้ “การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด” หรือการเบี่ยงเบนความสนใจจากปัญหาในชีวิตจริงผ่านการคลั่งไคล้ในศิลปิน อาจช่วยลดระดับความเครียดในระยะสั้นได้ แต่หากพฤติกรรมนี้ไม่ควบคู่กับการพัฒนากลยุทธ์ในการเผชิญปัญหาเชิงสร้างสรรค์ ก็อาจไม่ส่งผลดีต่อสุขภาวะทางจิตในระยะยาว ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยที่พบว่า ตัวแปรนี้ไม่มีอิทธิพลทางตรงอย่างมีนัยสำคัญต่อสุขภาวะทางจิต และไม่สามารถทำหน้าที่เป็นกลไกเชิงบวกถาวรได้

อย่างไรก็ตาม เส้นทางจาก “ความคลั่งไคล้ในศิลปิน → การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด” มีนัยสำคัญทางสถิติ ($\beta = .38$) แสดงให้เห็นว่า การคลั่งไคล้ในศิลปินมีอิทธิพลต่อ

พฤติกรรมการถอยห่างจากความเครียดในชีวิตจริงอย่างมีนัยสำคัญ ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่า แฟนคลับจำนวนหนึ่งใช้ความคลั่งไคล้ในศิลปินในลักษณะของเครื่องมือเพื่อบรรเทาความรู้สึกทุกข์ใจ หรือเป็นพื้นที่ปลอดภัย (psychological safe space) สำหรับการพักใจจากปัญหา

แม้พฤติกรรมนี้จะไม่สามารถสร้างผลลัพธ์เชิงบวกในระยะยาวได้อย่างชัดเจน แต่ก็ไม่ใช่พฤติกรรมที่เป็นโทษในทันที เพราะอาจเป็นขั้นตอนเริ่มต้นที่ช่วยให้บุคคลสามารถจัดการอารมณ์เบื้องต้น ก่อนจะสามารถพัฒนาไปสู่การเผชิญปัญหาเชิงสร้างสรรค์ในระยะต่อไปได้ หากได้รับการสนับสนุนที่เหมาะสม

สรุปเชิงวิเคราะห์

โครงสร้างโมเดลจากงานวิจัยนี้ให้การสนับสนุนอย่างชัดเจนต่อแนวคิดเรื่อง “แฟนคลับเชิงสร้างสรรค์” (Constructive Fandom) ซึ่งมองว่า ความคลั่งไคล้ในศิลปินไม่ใช่เพียงพฤติกรรมที่ขับเคลื่อนด้วยอารมณ์หรือการหลงใหลแบบไร้เหตุผล หากแต่สามารถกลายเป็นกระบวนการทางจิตสังคมที่ส่งเสริมการเติบโตส่วนบุคคลและสุขภาพทางจิตได้อย่างมีความหมาย

จากผลการวิจัยพบว่า ความคลั่งไคล้ในศิลปินมีอิทธิพลเชิงบวกต่อทั้ง เอกลักษณะทางสังคม และ เป้าหมายในชีวิต ซึ่งเป็นกลไกทางจิตวิทยาที่ช่วยให้แฟนคลับสามารถสร้างความรู้สึกมั่นคงในตนเอง และมีทิศทางในการดำเนินชีวิตอย่างมีเป้าหมาย ความคลั่งไคล้จึงสามารถทำหน้าที่เป็นแรงผลักดัน (motivational force) ที่นำไปสู่การสร้างตัวตนในสังคม และการเติบโตทางความคิดและอารมณ์ โดยเฉพาะในกลุ่มวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ซึ่งเป็นช่วงวัยแห่งการค้นหาลักษณะและการตัดสินใจเชิงชีวิตที่สำคัญ

ในขณะเดียวกัน ตัวแปร การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด แม้จะไม่ส่งผลโดยตรงต่อสุขภาพทางจิตในเชิงสถิติ แต่ก็มีความสัมพันธ์กับกลไกบรรเทาทางอารมณ์ในระยะสั้น (short-term emotional relief) โดยการใช้กิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับศิลปินเป็นพื้นที่ปลอดภัยทางจิตใจ (psychological safe space) ในช่วงเวลาที่เผชิญกับความเครียด ซึ่งช่วยลดความรู้สึกไม่ปลอดภัยหรือวิตกกังวลในสถานการณ์เฉพาะหน้า

แนวคิดนี้สอดคล้องกับทฤษฎี Constructive vs. Dysfunctional Fandom (Reysen et al., 2020) ซึ่งแบ่งพฤติกรรมของแฟนคลับออกเป็น 2 ลักษณะ ได้แก่

เชิงสร้างสรรค์ (constructive) ที่นำไปสู่การมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมเชิงบวก การตั้งเป้าหมายในชีวิต และการพัฒนาตนเอง และเชิงทำลาย (dysfunctional) ซึ่งมักเกี่ยวข้องกับการยึดติดมากเกินไป การเสพติด หรือการหลีกเลี่ยงชีวิตจริงในแบบที่ส่งผลเสีย

ดังนั้น จากผลการวิจัยนี้จึงสามารถเสนอแนะได้ว่า การส่งเสริมให้แฟนคลับพัฒนาไปสู่รูปแบบของ “ความคลั่งไคล้ในเชิงสร้างสรรค์” (Positive or Constructive Fandom) มากกว่าการเสพติดหรือยึดติดอย่างรุนแรง (obsessive fandom) อาจเป็นแนวทางที่มีศักยภาพในการส่งเสริมสุขภาวะทางจิตในกลุ่มวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ได้อย่างมีนัยสำคัญ ทั้งในระดับปัจเจกและระดับสังคม

อภิปรายผลตามสมมติฐานการวิจัย

ผลการวิเคราะห์โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุชี้ให้เห็นว่า สมมติฐานการวิจัยได้รับการสนับสนุนโดยผลเชิงประจักษ์ในหลายด้าน ซึ่งสามารถอภิปรายโดยเชื่อมโยงกับกรอบแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง ดังต่อไปนี้

1. ผลการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้าง (SEM) ในงานวิจัยนี้ชี้ให้เห็นว่า โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุที่นำเสนอเกี่ยวกับความคลั่งไคล้ในแฟนคลับที่ส่งผลต่อสุขภาวะทางจิตผ่านตัวแปรส่งผ่าน ได้แก่ เอกลักษณ์ทางสังคม การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด และเป้าหมายในชีวิต ในกลุ่มแฟนคลับวัยผู้ใหญ่ตอนต้น มีความสอดคล้องและกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ในระดับดีมาก

โดยดัชนีความกลมกลืนของโมเดลที่ได้ ได้แก่ ค่า Chi-square = 5.98 (df = 3) มีความนัยสำคัญทางสถิติที่ $p = .112$ ซึ่งแสดงว่าโมเดลนี้ไม่แตกต่างจากข้อมูลที่เก็บมาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นอกจากนี้ ค่า RMSEA อยู่ที่ .053 ซึ่งต่ำกว่าเกณฑ์ 0.08 ตามคำแนะนำของ Bentler & Bonett (1980) และ Hu & Bentler (1999) รวมทั้งค่าดัชนีความเหมาะสมอื่น ๆ เช่น GFI = .993 และ AGFI = .966 ก็อยู่ในระดับสูงกว่า 0.90 ทั้งหมดนี้สะท้อนว่าโมเดลนี้มีความสอดคล้องกับข้อมูลจริงอย่างดียิ่ง

โมเดลนี้ชี้ให้เห็นว่า แม้ว่าความคลั่งไคล้ในศิลปินจะไม่มีอิทธิพลทางตรงต่อสุขภาวะทางจิต แต่กลับส่งผลต่อสุขภาวะทางจิตผ่านตัวแปรส่งผ่านสำคัญ 3 ตัว คือ

2. เอกลักษณ์ทางสังคม (Social Identity) ซึ่งช่วยให้แฟนคลับเกิดความรู้สึกว่าเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม มีคุณค่าและความหมายในตนเอง และลดความรู้สึกโดดเดี่ยวจากสังคม การเป็นสมาชิกของกลุ่มแฟนคลับที่มีค่านิยมและเป้าหมายร่วมกัน ทำให้เกิดความมั่นคงทางอารมณ์และความภาคภูมิใจในตัวตน ตามแนวคิดของ Tajfel (1978) ที่เสนอในทฤษฎีเอกลักษณ์ทางสังคม (Social Identity Theory)

3. การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด (Escape from Stressors) ซึ่งเป็นกลไกในการจัดการกับความเครียดแบบ “emotion-focused coping” ตามแนวคิดของ Lazarus & Folkman (1984) แม้ว่าตัวแปรนี้จะไม่มีอิทธิพลทางตรงต่อสุขภาวะทางจิตในระยะยาว แต่ก็มีความสำคัญ

ในการช่วยบรรเทาอารมณ์และความรู้สึกไม่สบายใจในระยะสั้น โดยแฟนคลับมักใช้กิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับศิลปิน เช่น การฟังเพลง หรือเข้าร่วมกิจกรรมแฟนมีตติ้ง เป็นเครื่องมือผ่อนคลายความเครียดและความวิตกกังวลในชีวิตประจำวัน

4. เป้าหมายในชีวิต (Purpose in Life) ตัวแปรนี้ทำหน้าที่เป็นแรงขับเคลื่อนภายในที่ช่วยให้แฟนคลับมีทิศทางและความหมายในชีวิตชัดเจนขึ้น แรงบันดาลใจที่ได้รับจากศิลปินช่วยผลักดันให้แฟนคลับตั้งเป้าหมาย เช่น การพัฒนาตนเองหรือการมีชีวิตที่ดีขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีของ Ryff (1989) และ Wong (1998) ที่เห็นว่า “การมีเป้าหมายในชีวิต” คือองค์ประกอบสำคัญของสุขภาวะทางจิตโดยรวม

ด้วยเหตุนี้ โมเดลจึงสะท้อนภาพว่า ความคลั่งไคล้ในศิลปินไม่ได้เป็นเพียงแค่พฤติกรรมเพื่อความบันเทิงหรือความหลงใหลเฉพาะหน้าเท่านั้น แต่ยังสามารถกลายเป็นพลังสร้างสรรค์ที่ช่วยเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตในเชิงบวกได้อย่างแท้จริง โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มวัยผู้ใหญ่ตอนต้นซึ่งอยู่ในช่วงสำคัญของการค้นหาตัวตนและกำหนดทิศทางชีวิต ความคลั่งไคล้ในศิลปินที่มีทิศทางและมีจุดยืนในชีวิตจึงสามารถทำหน้าที่เป็นกลไกช่วยพัฒนาเอกลักษณ์ทางสังคมและเสริมสร้างเป้าหมายในชีวิตได้อย่างมีนัยสำคัญ

ผลการวิเคราะห์สมมติฐานที่ 2 วิเคราะห์รูปแบบอิทธิพลทางตรง และทางอ้อมของแฟนคลับวัยผู้ใหญ่ตอนต้นด้านเอกลักษณ์ทางสังคม การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด และเป้าหมายในชีวิต ที่มีต่อสุขภาวะทางจิต ในแฟนคลับวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ซึ่งให้เห็นว่าความคลั่งไคล้ในแฟนคลับไม่ได้มีอิทธิพลทางตรงต่อสุขภาวะทางจิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่กลับส่งผลต่อสุขภาวะทางจิตผ่านกลไกตัวแปรส่งผ่านหลัก 3 ตัว คือ เอกลักษณ์ทางสังคม การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด และเป้าหมายในชีวิต โดยเฉพาะอย่างยิ่ง เอกลักษณ์ทางสังคม และเป้าหมายในชีวิตที่มีอิทธิพลทางตรงต่อสุขภาวะทางจิตอย่างมีนัยสำคัญ ดังนี้

ความคลั่งไคล้ในศิลปินมีอิทธิพลอย่างชัดเจนต่อการสร้างเอกลักษณ์ทางสังคมของแฟนคลับ ($\beta = .59$), เอกลักษณ์ทางสังคมส่งผลโดยตรงและมีนัยสำคัญต่อสุขภาวะทางจิต ($\beta = .33$), ความคลั่งไคล้ในศิลปินส่งผลต่อเป้าหมายในชีวิตของแฟนคลับอย่างมีนัยสำคัญ ($\beta = .56$), เป้าหมายในชีวิตมีอิทธิพลต่อสุขภาวะทางจิตอย่างมีนัยสำคัญ ($\beta = .18$), และความคลั่งไคล้ในศิลปินมีผลต่อการหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด ($\beta = .38$) แต่การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียดไม่มีผลโดยตรงต่อสุขภาวะทางจิต ($p\text{-value} > .05$)

ในส่วนของ เอกลักษณ์ทางสังคม ตัวแปรนี้มีบทบาทสำคัญในการเสริมสร้างความมั่นคงทางอารมณ์ และความรู้จักยอมรับตนเอง (self-acceptance) ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อสุข

ภาวะทางจิตในเชิงบวก งานวิจัยของ Haslam et al. (2009) สนับสนุนแนวคิดนี้โดยระบุว่า การเป็นสมาชิกของกลุ่มที่มีคุณค่าทางอารมณ์และความหมาย จะช่วยลดความเครียดและความรู้สึกโดดเดี่ยว ทำให้บุคคลมีความสุขทางจิตที่ดีขึ้น

ส่วนเป้าหมายในชีวิต ซึ่งได้รับแรงบันดาลใจโดยตรงจากศิลปินที่แฟนคลับชื่นชอบนั้น เป็นแรงขับเคลื่อนทางจิตใจที่ช่วยให้แฟนคลับมีทิศทางและความหมายในการดำเนินชีวิตอย่างชัดเจน โดยสอดคล้องกับแนวคิดของ Ryff (1989) และ Wong (1998) ที่ชื่อว่า “purpose in life” หรือการมีเป้าหมายในชีวิต คือแกนกลางของสุขภาวะทางจิต โดยเฉพาะในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้นซึ่งเป็นวัยที่บุคคลกำลังพัฒนาและค้นหาตัวตน

ในทางกลับกัน ตัวแปร การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียด แม้ว่าจะไม่มีอิทธิพลทางตรงต่อสุขภาวะทางจิตในระยะยาว แต่ก็ยังมีบทบาทในฐานะกลไกป้องกันตนเองในระยะสั้น (short-term coping) แฟนคลับจำนวนหนึ่งใช้กิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับศิลปิน เช่น การฟังเพลงหรือดูคลิป เป็นวิธีการหลบเลี่ยงหรือผ่อนคลายความเครียดเฉียบพลันก่อนที่จะกลับไปเผชิญกับปัญหาจริง กลไกนี้สะท้อนถึงแนวคิดของ Lazarus และ Folkman (1984) ที่อธิบายรูปแบบการจัดการความเครียดแบบ “emotion-focused coping” ซึ่งช่วยรักษาสถิติทางอารมณ์ในระยะสั้น แต่ไม่ได้แก้ไขปัญหาด้านเหตุที่แท้จริง

โดยสรุป ผลการวิเคราะห์สมมติฐานนี้ชี้ให้เห็นว่า ความคลั่งไคล้ในแฟนคลับส่งผลต่อสุขภาวะทางจิตผ่านตัวแปรส่งผ่านที่มีบทบาทแตกต่างกัน เอกลักษณะทางสังคมและเป้าหมายในชีวิตทำหน้าที่เป็นกลไกสำคัญที่ช่วยส่งเสริมสุขภาวะทางจิตอย่างยั่งยืน ขณะที่การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นความเครียดยังช่วยในเชิงบรรเทาความเครียดในระยะสั้นเท่านั้น การเข้าใจกลไกเหล่านี้จะช่วยให้การส่งเสริมสุขภาวะทางจิตในกลุ่มแฟนคลับวัยผู้ใหญ่ตอนต้นมีประสิทธิภาพมากขึ้นในอนาคต

ข้อจำกัดของการวิจัย

ข้อจำกัดด้านกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยในครั้งนี้มุ่งเน้นศึกษากลุ่มตัวอย่างเฉพาะช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น (อายุระหว่าง 20–35 ปี) ซึ่งเป็นช่วงวัยที่มีลักษณะเฉพาะทางพัฒนาการ เช่น การแสวงหาตัวตน ความมั่นคงทางอารมณ์ และการกำหนดเป้าหมายในชีวิต รวมถึงมีบริบททางสังคม วัฒนธรรม และประสบการณ์ที่แตกต่างจากวัยอื่น ๆ อย่างมีนัยสำคัญ ด้วยเหตุนี้ ผลการวิจัยที่ได้จึงสะท้อนความสัมพันธ์ของตัวแปรภายในกลุ่มวัยดังกล่าวเท่านั้น และไม่สามารถสรุปหรืออ้างอิงผลไปยังกลุ่มวัยอื่น เช่น วัยรุ่น วัยผู้ใหญ่ตอนกลาง หรือวัยสูงอายุได้โดยตรง

ข้อจำกัดด้านกลุ่มตัวอย่างนี้ควรได้รับการพิจารณาอย่างรอบคอบในการตีความ และ ประยุกต์ใช้ผลการวิจัย ทั้งนี้ เพื่อให้เข้าใจพลวัตของความคลั่งไคล้ในแฟนคลับในภาพรวมได้ ครอบคลุมยิ่งขึ้น งานวิจัยในอนาคตควรขยายขอบเขตกลุ่มตัวอย่างให้ครอบคลุมช่วงวัยที่หลากหลาย มากขึ้น เพื่อเปรียบเทียบรูปแบบความสัมพันธ์ของตัวแปรในแต่ละช่วงวัยอย่างเป็นระบบ

ข้อจำกัดด้านการวัดตัวแปร

ในงานวิจัยนี้ การวัดพฤติกรรมความคลั่งไคล้ในศิลปิน (Celebrity Worship) รวมถึง ตัวแปรอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง อาศัยวิธีการรายงานตนเอง (Self-report questionnaire) ซึ่งแม้จะเป็นวิธี ที่สะดวกและสามารถเข้าถึงประสบการณ์ส่วนบุคคลของผู้ตอบได้โดยตรง แต่ก็มีข้อจำกัดที่สำคัญ ในด้านความแม่นยำของข้อมูล เนื่องจากการประเมินตนเองอาจได้รับอิทธิพลจากอคติทางการรับรู้ เช่น อคติในการตอบเพื่อให้ตนเองดูดี (Social Desirability Bias) ซึ่งผู้ตอบอาจมีแนวโน้มให้ข้อมูลที่ ที่สังคมยอมรับหรือมองว่าเหมาะสม มากกว่าการสะท้อนความเป็นจริงอย่างตรงไปตรงมา อีกทั้ง ยังอาจเกิดจาก การขาดการตระหนักรู้ในพฤติกรรมของตนเองอย่างลึกซึ้ง (Limited self-awareness) ทำให้ข้อมูลที่ได้อาจไม่สามารถสะท้อนภาพรวมของพฤติกรรมหรือทัศนคติได้อย่างครบถ้วน

ข้อจำกัดนี้จึงควรได้รับการพิจารณาอย่างรอบคอบในการตีความผลลัพธ์ของการวิจัย และควรมีการพัฒนาเครื่องมือในอนาคต เช่น การใช้วิธีการเก็บข้อมูลแบบผสม (Mixed methods) หรือการประเมินจากหลายแหล่งข้อมูล (Multi-informant assessment) เพื่อเพิ่มความน่าเชื่อถือ และความแม่นยำของการวัดพฤติกรรมและภาวะทางจิตในบริบทของแฟนคลับ

ข้อจำกัดด้านระยะเวลาการวิจัย

การเก็บข้อมูลในครั้งนี้ใช้รูปแบบการวิจัยแบบภาคตัดขวาง (Cross-sectional Study) ซึ่งเป็นการเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างในช่วงเวลาใดเวลาหนึ่งเท่านั้น แม้จะสามารถสะท้อน ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรในเชิงโครงสร้างได้ในระดับหนึ่ง แต่ก็มีข้อจำกัดสำคัญในการอธิบาย “พลวัต” หรือการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมและสภาวะทางจิตในระยะยาว

เนื่องจากการวิจัยประเภทนี้ไม่สามารถติดตามลำดับเวลา (temporal sequence) ของเหตุการณ์หรือพฤติกรรม จึงไม่สามารถยืนยันความเป็นเหตุเป็นผล (causality) ได้อย่างสมบูรณ์ และไม่สามารถวิเคราะห์แนวโน้มของพฤติกรรม เช่น การเปลี่ยนระดับความคลั่งไคล้หรือการพัฒนา สภาวะทางจิตของแฟนคลับเมื่อเวลาผ่านไปได้อย่างชัดเจนเทียบเท่ากับการวิจัยแบบภาคตัด ตามยาว (Longitudinal Study)

ดังนั้น งานวิจัยในอนาคตควรพิจารณาใช้รูปแบบการวิจัยเชิงตามติด (longitudinal design) เพื่อให้สามารถตรวจสอบการเปลี่ยนแปลงและทิศทางของอิทธิพลระหว่างตัวแปรต่าง ๆ

ได้อย่างลึกซึ้ง และเพิ่มความแม่นยำในการสรุปผลเชิงสาเหตุของพฤติกรรมแฟนคลับต่อสุขภาวะทางจิตในระยะยาว

ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้

1. การพัฒนาสื่อการเรียนรู้และกิจกรรมเสริมสร้างสุขภาวะจิต

จากผลการวิจัยพบว่า เอกลักษณะทางสังคมและเป้าหมายในชีวิตมีบทบาทสำคัญต่อสุขภาวะทางจิตของแฟนคลับวัยผู้ใหญ่ตอนต้น จึงควรมีการออกแบบกิจกรรมที่ส่งเสริมการรวมกลุ่มเชิงสร้างสรรค์ของแฟนคลับ เช่น ชมรมหรือกิจกรรมในรั้วมหาวิทยาลัยและสถานที่ทำงาน ที่ช่วยให้สมาชิกรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม และสามารถพัฒนาเป้าหมายชีวิตได้จากแรงบันดาลใจที่ได้รับจากศิลปิน

2. ใช้แฟนดอมเป็นกลไกในการให้คำปรึกษาและพัฒนาทักษะชีวิต

การมีส่วนร่วมในกลุ่มแฟนคลับอาจกลายเป็นฐานการเรียนรู้ทางสังคม และพื้นที่ปลอดภัยสำหรับการสนับสนุนทางจิตใจ หน่วยงานด้านจิตวิทยาและสุขภาพจิตสามารถนำหลักการนี้ไปพัฒนาหลักสูตรหรือกิจกรรมให้คำปรึกษาเชิงกลุ่ม โดยใช้สื่อและกิจกรรมที่เชื่อมโยงกับศิลปินที่แฟนคลับชื่นชอบ

3. การสร้างความเข้าใจเชิงบวกต่อพฤติกรรมแฟนคลับ

องค์กรต่าง ๆ เช่น โรงเรียน มหาวิทยาลัย หรือหน่วยงานราชการควรมีการอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับความแตกต่างระหว่าง “ความคลั่งไคล้เชิงสร้างสรรค์” กับ “ความคลั่งไคล้แบบรุนแรง (toxic)” เพื่อป้องกันความเข้าใจผิดหรือการตีตราทางสังคม และใช้ประโยชน์จากพฤติกรรมนี้ในเชิงบวก

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1. นโยบายส่งเสริมสุขภาวะจิตในกลุ่มเยาวชนและวัยผู้ใหญ่ตอนต้นผ่านวัฒนธรรมป๊อป ภาครัฐควรเล็งเห็นถึงศักยภาพของวัฒนธรรมป๊อป (Pop Culture) และพฤติกรรมแฟนคลับ (Fandom) ว่าไม่ได้เป็นเพียงกิจกรรมเพื่อความบันเทิงเท่านั้น แต่สามารถเป็นเครื่องมือพัฒนาสุขภาวะทางจิตในระดับบุคคลและสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยเฉพาะในกลุ่มวัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ซึ่งเป็นช่วงวัยที่มีความเปราะบางต่อความเครียด การปรับตัว และภาวะซึมเศร้า จึงเสนอให้

1.1 กระทรวงศึกษาธิการและกระทรวงสาธารณสุขร่วมกันกำหนด นโยบายบูรณาการสุขภาวะจิตกับวัฒนธรรมร่วมสมัย ผ่านการพัฒนาหลักสูตรทักษะชีวิตที่สอดแทรกเรื่องความสัมพันธ์ทางสังคม การสร้างเป้าหมายชีวิต และการใช้แรงบันดาลใจจากศิลปินในเชิงบวก

1.2 สนับสนุนงบประมาณในสถานศึกษา ชุมชน หรือสถาบันสุขภาพจิต เพื่อจัดกิจกรรมแฟนคลับเชิงสร้างสรรค์ เช่น การจัดวงพูดคุยแลกเปลี่ยน การสร้างคอมมูนิตี้ออนไลน์ปลอดภัย หรือกิจกรรมจิตอาสา ร่วมกับกลุ่มแฟนคลับ ซึ่งสามารถช่วยลดความรู้สึกโดดเดี่ยวและเพิ่มความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองให้แก่สมาชิกในกลุ่มได้

2. ผลักดันการวิจัยและระบบติดตามผลเชิงนโยบายในระดับชาติ เพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ลึกซึ้ง และสามารถกำหนดมาตรการที่ตอบโจทย์กับความจริงทางสังคมได้อย่างยั่งยืน รัฐควรส่งเสริมการวิจัยระยะยาวเกี่ยวกับอิทธิพลของความคลั่งไคล้ในศิลปินและวัฒนธรรมแฟนคลับต่อสุขภาพจิต โดยเฉพาะผลระยะยาวที่มีทั้งด้านบวกและด้านเสี่ยง ข้อเสนอแนะนี้สามารถดำเนินการได้โดย

2.1 มอบหมายให้หน่วยงานวิจัยแห่งชาติ เช่น สำนักงานการวิจัยแห่งชาติ (วช.) หรือ สวทช. (NRCT) ทำหน้าที่เป็นศูนย์กลางรวบรวมข้อมูลและสนับสนุนทุนวิจัยด้านสุขภาพจิตเชิงสังคมในกลุ่มเยาวชน

2.2 พัฒนาระบบ การติดตามผล (monitoring & evaluation) เพื่อประเมินแนวโน้มพฤติกรรมของแฟนคลับ ทั้งในแง่ของผลดี (เช่น การพัฒนาตนเอง แรงบันดาลใจ) และผลเสีย (เช่น พฤติกรรมยึดติดรุนแรง เสี่ยงต่อภาวะสุขภาพจิต) รวมถึงออกแนวทาง การคัดกรองความเสี่ยง และเครื่องมือให้คำปรึกษาที่เหมาะสม

3. การบูรณาการความร่วมมือระหว่างภาครัฐ ภาคเอกชน และกลุ่มแฟนดอม พฤติกรรมแฟนคลับในยุคปัจจุบันมีลักษณะเป็นเครือข่ายสังคมขนาดใหญ่ มีพลังในการขับเคลื่อนทางวัฒนธรรม เศรษฐกิจ และการสื่อสาร ดังนั้น ภาครัฐควรเปิดพื้นที่ให้เกิดความร่วมมือกับภาคเอกชน (เช่น ค่ายบันเทิง แพลตฟอร์มออนไลน์) และกลุ่มแฟนคลับ เพื่อใช้ศักยภาพเหล่านี้ในการพัฒนา “ทุนทางสังคม” และสุขภาพจิตของประชาชน

3.1 การจัดเวที ประชุมเชิงนโยบายและความร่วมมือ (Policy Dialogue) ร่วมกับ นักจิตวิทยา ศิลปิน นักสื่อสาร นักวิจัย และตัวแทนแฟนคลับ เพื่อออกแบบแนวทางสนับสนุนแฟนดอมที่ปลอดภัย เป็นมิตร และสร้างคุณค่า

3.2 สนับสนุนกิจกรรมที่ส่งเสริม เศรษฐกิจสร้างสรรค์และสุขภาพจิต ไปพร้อมกัน เช่น การร่วมจัดกิจกรรมแฟนมีตติ้งเชิงสร้างสรรค์ การออกแบบสื่อหรือคอนเทนต์ที่สอดแทรกแนวคิดด้านสุขภาพจิตและเป้าหมายชีวิต

3.3 ผลักดันให้มี จรรยาบรรณแฟนคลับ (Fan Ethics) หรือแนวปฏิบัติร่วมสำหรับศิลปิน ค่ายบันเทิง และแฟนคลับ เพื่อป้องกันพฤติกรรมแฟนคลับเชิงลบ และสร้างพื้นที่แห่งการสนับสนุนซึ่งกันและกัน

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาในรูปแบบภาคตัดตามยาว (Longitudinal Study) เพื่อให้สามารถวัดการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจของแฟนคลับในระยะยาวได้อย่างแม่นยำมากยิ่งขึ้น รวมถึงสามารถตรวจสอบทิศทางและความต่อเนื่องของอิทธิพลระหว่างตัวแปรต่าง ๆ ที่ส่งผลต่อสุขภาวะทางจิตได้ชัดเจนมากกว่าการศึกษาภาคตัดขวาง

2. ควรเพิ่มกลุ่มเปรียบเทียบในการวิจัย เช่น กลุ่มแฟนคลับที่อยู่ในช่วงวัยอื่น (วัยรุ่นนวัยกลางคน) หรือกลุ่มบุคคลที่ไม่ได้มีความคลั่งไคล้ในศิลปิน เพื่อให้สามารถเปรียบเทียบและตรวจสอบความแตกต่างของผลกระทบที่เกิดขึ้นในแต่ละกลุ่มได้อย่างครอบคลุมและลึกซึ้ง

3. ควรใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพร่วมด้วย เช่น การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) หรือการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) เพื่อให้เข้าใจมิติทางความหมายส่วนบุคคลเกี่ยวกับความคลั่งไคล้และผลกระทบที่แท้จริงทั้งในแง่บวกและลบ ซึ่งการวิจัยเชิงปริมาณเพียงอย่างเดียวอาจไม่สามารถสะท้อนรายละเอียดเหล่านี้ได้ครบถ้วน

บรรณานุกรม

- Balistreri, E. (1989). *The interaction of selected personality characteristics with ego identity*. Fordham University.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator–mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of personality and social psychology*, 51(6), 1173.
- Bentler, P. M., & Bonett, D. G. (1980). Significance tests and goodness of fit in the analysis of covariance structures. *Psychological bulletin*, 88(3), 588–606.
- Berg, C. A., & Sternberg, R. J. (1985). A triarchic theory of intellectual development during adulthood. *Developmental Review*, 5(4), 334-370.
- Bernard, C. (1865). *Introduction à l'étude de la médecine expérimentale* (2nd.). JB Baillière.
- Billings, A. C., Smith, L. R., & Jones, M. T. (2022). The dark side of fandom: Psychological impacts of toxic fan behaviors. *Journal of Media Psychology*, 34(3), 150–165.
- Bollen, K. A., & Hoyle, R. H. (1990). Perceived cohesion: A conceptual and empirical examination. *Social forces*, 69(2), 479-504.
- Brülde, B. (2007). Happiness theories of the good life. *Journal of Happiness Studies*, 8(1), 15-49.
- Cannon, W. B. (1929). Organization for physiological homeostasis. *Physiological reviews*, 9(3), 399-431.
- Carron, A. V. (1982). Cohesiveness in sport groups: Interpretations and considerations. *Journal of Sport psychology*, 4(2), 123–138.
- Chadborn, D., Edwards, P., & Reysen, S. (2017). Displaying fan identity to make friends. *Intensities: The Journal of Cult Media*, 9(9), 87-97.
- Cook, S. W., & Heppner, P. P. (1997). A psychometric study of three coping measures. *Educational and psychological measurement*, 57(6), 906-923.

- Crocetti, E., Rubini, M., & Meeus, W. (2008). Capturing the dynamics of identity formation in various ethnic groups: Development and validation of a three-dimensional model. *Journal of adolescence*, 31(2), 207-222.
- Csikszentmihalyi, M., & Seligman, M. (2000). Positive psychology. *American psychologist*, 55(1), 5-14.
- Dekker, K., & Van Kempen, R. (2009). Participation, social cohesion and the challenges in the governance process: An analysis of a post-World War II neighbourhood in the Netherlands. *European Planning Studies*, 17(1), 109-130.
- Derrick, J. L., Gabriel, S., & Tippin, B. (2008). Parasocial relationships and self-discrepancies: Faux relationships have benefits for low self-esteem individuals. *Personal Relationships*, 15(2), 261-280.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American psychologist*, 55(1), 34.
- Diener, E. (2003). What is subjective well-being? *Social indicators research*, 64(3), 229-256.
- Diener, E. (2009). Subjective well-being. In E. Diener, *The science of well-being* (11-58). Springer Science + Business Media.
- Diener, E., Larsen, R. J., Levine, S., & Emmons, R. A. (1985). Intensity and frequency: dimensions underlying positive and negative affect. *Journal of personality and social psychology*, 48(5), 1253.
- Diener, E., Sandvik, E., Seidlitz, L., & Diener, M. (1993). The relationship between income and subjective well-being: Relative or absolute? *Social indicators research*, 28(3), 195-223.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (2009). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302.
- Dupuy, H. J. (1977). General well-being schedule. *Quality of Life Research: An International Journal of Quality of Life Aspects of Treatment, Care & Rehabilitation*, 12(1), 31-39.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. W. W. Norton & Company.

- Erickson, F. (1986). Culture difference and science education. *The Urban Review*, 18(2), 117-124.
- Feinstein, M. J., Mitter, S. S., Yadlapati, A., Achenbach, C. J., Palella, F. J., Engel Gonzalez, P., . . . Lloyd-Jones, D. M. (2016). HIV-related myocardial vulnerability to infarction and coronary artery disease. *Journal of the American College of Cardiology*, 68(18), 2026-2027.
- Gallup, H. (2014). *Gallup-healthways well-being index: methodology report for indexes*. UCONN. https://m3ewb-research.media.uconn.edu/wp-content/uploads/sites/3234/2024/01/Healthways_UKWellbeing_Questions_en-UK_03-17-11_td.pdf
- Gamlo, N. (2019). The Impact of Mobile Game-Based Language Learning Apps on EFL Learners' Motivation. *English Language Teaching*, 12(4), 49-56.
- Haslam, S. A., Jetten, J., Postmes, T., & Haslam, C. (2009). Social identity, health and well-being: An emerging agenda for applied psychology. *Applied Psychology*, 58(1), 1-23.
- Havighurst, C. (1997). Rational capacity: right-sizing delivery in the health systems era. *Health systems review*, 30(1), 25-30.
- Havighurst, R. J. (1956). Research on the developmental-task concept. *The School Review*, 64(5), 215-223.
- Heatherton, T. F., & Baumeister, R. F. (1991). Binge eating as escape from self-awareness. *Psychological bulletin*, 110(1), 86.
- Heidrich, S. M. (1996). Mechanisms related to psychological well-being in older women with chronic illnesses: Age and disease comparisons. *Research in Nursing & Health*, 19(3), 225-235.
- Horton, D., & Richard Wohl, R. (1956). Mass communication and para-social interaction: Observations on intimacy at a distance. *Psychiatry*, 19(3), 215-229.
- Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1-55.

- Isotalus, P. (1995). *Election Debate is Always News*. Academia. https://www.academia.edu/20913692/Election_Debate_is_Always_News_The_Reports_of_Political_Television_Programs_in_Finnish_Newspapers
- Jahoda, M. (1958). *Current concepts of positive mental health*. Hachette Book Group.
- James, L. R., & Brett, J. M. (1984). Mediators, moderators, and tests for mediation. *Journal of applied psychology*, 69(2), 307.
- Jenkins, J. (1992). The meaning of expressed emotion: Theoretical issues raised by cross-cultural research. *American journal of psychiatry*, 149(1), 9-21.
- Jongudomkarn, D. (2017). Perceptions of the Thai family well-Being. *A qualitative study*, 40(1), 14-29.
- Jungclaus, A., Boerner, H., Jolie, J., Ulbig, S., & Lieb, K. (1992). GRID lifetime measurements of negative parity states in the even-even sup 148,150,152 Sm-isotopes. *Verhandlungen der Deutschen Physikalischen Gesellschaft;(Germany)*, 27(1), 171-172.
- Karnchanawong, S., & Tadkaew, N. (2013). Effects of Composts from Co-Composting of Saw Dust, Cow Dung and Egg-shell on Soil Acidity Neutralization and Growth of Vegetable. *Journal of Selcuk University Natural and Applied Science*, 5(2), 535-543.
- Keyes, C. L. M. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *Journal of Health and Social Behavior*, 43(2), 207–222.
- Kim, J., & Kim, S. (2023). Fan wars and their psychological consequences: A study of online fan communities. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 26(2), 85–92.
- Klar, M., & Kasser, T. (2009). Some benefits of being an activist: Measuring activism and its role in psychological well-being. *Political Psychology*, 30(5), 755-777.
- Krejcie, R. V., & Morgan, D. W. (1970). Determining sample size for research activities. *Educational and Psychological Measurement*, 30(3), 607–610.
- Lawton, M. P., Nahemow, L., & Teaff, J. D. (1975). Elders' use of urban space: Place of residence and pedestrian activity. *Journal of Gerontology*, 30(5), 644–648.

- Lazarus, A. A. (1976). Psychiatric problems precipitated by transcendental meditation. *Psychological Reports*, 39(2), 601-602.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.
- Lazarus, R. S., Coyne, J. C., & Folkman, S. (1984). Cognition, emotion and motivation: The doctoring of Humpty-Dumpty. *Approaches to emotion*, 221-237.
- Liang, X., Zhang, Y., & Chen, L. (2022). The inspirational role of celebrity attachment on fans' goal setting, self-worth, and psychological well-being. *Journal of Positive Psychology*, 17(4), 456-468.
- Luhtanen, R., & Crocker, J. (1992). A collective self-esteem scale: Self-evaluation of one's social identity. *Personality and social psychology bulletin*, 18(3), 302-318.
- Lyubomirsky, S., & Lepper, H. S. (1999). A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social indicators research*, 46(2), 137-155.
- Magnus, K., Diener, E., Fujita, F., & Pavot, W. (1993). Extraversion and neuroticism as predictors of objective life events: a longitudinal analysis. *Journal of personality and social psychology*, 65(5), 1046.
- Maltby, J., Day, L., McCutcheon, L. E., Gillett, R., Houran, J., & Ashe, D. D. (2004). Personality and coping: A context for examining celebrity worship and mental health. *British journal of psychology*, 95(4), 411-428.
- Maltby, J., Day, L., McCutcheon, L. E., Houran, J., & Ashe, D. D. (2021). Individual differences in the association between celebrity worship and mental health: A systematic review. *Frontiers in Psychology*, 12, 651067.
- Maltby, J., Houran, J., Lange, R., Ashe, D., & McCutcheon, L. E. (2002). Thou shalt worship no other gods—unless they are celebrities: the relationship between celebrity worship and religious orientation. *Personality and individual differences*, 32(7), 1157-1172.
- Marcia, J. E. (1980). Identity in adolescence. *Handbook of adolescent psychology*, 9(11), 159-187.

- McCutcheon, L., Aruguete, M. S., Jenkins, W., McCarley, N., & Yockey, R. (2016). An investigation of demographic correlates of the Celebrity Attitude Scale. *Interpersona: An International Journal on Personal Relationships*, 10(2), 161-170.
- McCutcheon, L. E., Lange, R., & Houran, J. (2002). Conceptualization and measurement of celebrity worship. *British journal of psychology*, 93(1), 67-87.
- Meeus, W. (2011). The study of adolescent identity formation 2000–2010: A review of longitudinal research. *Journal of research on adolescence*, 21(1), 75-94.
- Molasso, W. R. (2006). Exploring Frankl's Purpose in Life with College Students1. *Journal of College and Character*, 7(1), 1-10.
- Monnot, M. J., & Beehr, T. A. (2014). Subjective well-being at work: Disentangling source effects of stress and support on enthusiasm, contentment, and meaningfulness. *Journal of Vocational Behavior*, 85(2), 204-218.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2021). *Human development* (14th ed.). McGraw-Hill Education.
- Papalia, D., Olds, S., & Feldman, R. (1995). *Human Development (International Edition)*. McGraw-Hill.
- Patanavanich, R., & Glantz, S. (2024). Awareness of tobacco industry tactics among tobacco control communities in Thailand and its association with attitudes towards tobacco industry and perceptions of e-cigarettes. *Tobacco Control*. <https://tobaccocontrol.bmj.com/content/early/2024/04/18/tc-2023-058501.citation-tools>
- Reysen, S., Plante, C., & Chadborn, D. (2017). Better together: Social connections mediate the relationship between fandom and well-being. *AASCIT Journal of Health*, 4(6), 68-73.
- Richards, M. M., Adams, T. D., & Hunt, S. C. (2000). Functional status and emotional well-being, dietary intake, and physical activity of severely obese subjects. *Journal of the American Dietetic Association*, 100(1), 67-75.
- Rubin, A. M., & Perse, E. M. (1987). Audience activity and soap opera involvement a uses and effects investigation. *Human communication research*, 14(2), 246-268.

- Rubin, A. M., Perse, E. M., & Powell, R. A. (1985). Loneliness, parasocial interaction, and local television news viewing. *Human communication research*, 12(2), 155-180.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*, 57(6), 1069.
- Skinner, E. A., Edge, K., Altman, J., & Sherwood, H. (2003). Searching for the structure of coping: A review and critique of category systems for classifying ways of coping. *Psychological Bulletin*, 129(2), 216–269.
- Stever, G. S. (1994). *Para-social attachments: Motivational antecedents*. Arizona State University.
- Stever, G. S. (2011). Celebrity worship: Critiquing a construct. *Journal of applied social psychology*, 41(6), 1356-1370.
- Tajfel, H. (1978). *Differentiation between social groups: Studies in the social psychology of intergroup relations*. Academic Press.
- Tajfel, H., Turner, J. C., Austin, W. G., & Worchel, S. (1979). An integrative theory of intergroup conflict. *Organizational identity: A reader*, 56(65), 9780203505984-9780203505916.
- Turner, J. C., & Reynolds, K. J. (2001). The social identity perspective in intergroup relations: Theories, themes, and controversies. In R. Brown & S. Gaertner, *Blackwell handbook of social psychology: Intergroup processes* (133–152). Blackwell Publishers.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales. *Journal of personality and social psychology*, 54(6), 1063.
- Wong, P. T. (1998). *Implicit theories of meaningful life and the development of the personal meaning profile*. Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- World Health Organization. (2001). *International classification of functioning, disability and health (ICF)*. World Health Organization.
- World Health Organization. (2004). *Promoting mental health: Concepts, emerging evidence, practice (Summary Report)*. World Health Organization.
<https://www.who.int/publications/i/item/9241591595>

- World Health Organization. (2017). *Depression and other common mental disorders: Global health estimates*. World Health Organization.
- World Health Organization. (2022). *Mental health and well-being*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Wu, A. D., & Zumbo, B. D. (2008). Understanding and using mediators and moderators. *Social indicators research*, 87, 367-392.
- Zhang, Y., Li, X., & Chen, H. (2023). Social identity and psychological well-being in fandom communities: The mediating role of social support. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(5), 3450.
- Zsila, Á., McCutcheon, L. E., Demetrovics, Z., & Griffiths, M. D. (2022). Celebrity worship, attachment styles, and psychological well-being: A systematic review. *Current Psychology*, 41, 2400–2414.
- กรมสุขภาพจิต. (2548). *คู่มือคลายเครียด*. กระทรวงสาธารณสุข.
- กรมสุขภาพจิต. (2562). *รายงานสุขภาพจิตคนไทย ปี 2562*. กระทรวงสาธารณสุข.
<https://dmh.go.th/report/>
- กรมสุขภาพจิต. (2566). *รายงานสถานการณ์สุขภาพจิตไทย ปี 2566*. กระทรวงสาธารณสุข.
- กัลยารัตน์ ธีระธัญกุล. (2557). ความสัมพันธ์ระหว่างการบริหารทรัพยากรมนุษย์กับสมรรถนะครูโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาในจังหวัดเพชรบุรี. *Journal of Suvarnabhumi Institute of Technology (Humanities and Social Sciences)*, 6(2), 388-400.
- ทิพย์ภา เชษฐเชาวลิต. (2541). *จิตวิทยาพัฒนาการสำหรับพยาบาล*. ชานเมืองการพิมพ์.
- นงเยาว์ อรุณศิริวงศ์. (2557). *การพัฒนาคุณภาพชีวิต*. มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- นำชัย ศุภฤกษ์ชัยสกุล. (2557). การประยุกต์ใช้การวิเคราะห์แบบจำลองสมการโครงสร้างในงานวิจัยเชิงทดลอง. *วารสารพฤติกรรมศาสตร์*, 20(2), 206-237.
- บุญใจ ศรีสถิตย่นรากุล. (2555). *การพัฒนาและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย : คุณสมบัติการวัดเชิงจิตวิทยา*. โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ประณต เคาฉิม. (2549). *จิตวิทยาพัฒนาการ*. ภาควิชาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ปิยรัฐ ธรรมพิทักษ์ และนำชัย ศุภฤกษ์ชัยสกุล. (2557). *เทคนิคการวิเคราะห์แบบจำลองโครงสร้างความสัมพันธ์พหุระดับกับการวิเคราะห์แบบจำลองตัวแปรต้นกลางพหุระดับ*. สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

- พัชรีย์ ศุภดิษฐ์. (2551). อิทธิพลของการเปรียบเทียบทางสังคมและรายได้ต่อความสุขเชิงอัตวิสัย [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย]. Chulalongkorn University Theses and Dissertations (Chula ETD). <https://digital.car.chula.ac.th/chulaetd/52292>
- พีรภา สุวรรณโชติ. (2551). การสื่อสารปฏิสัมพันธ์ทางสังคมถึงความจริงและการเรียนรู้คุณค่าทางบวกจากศิลปินนักร้องเกาหลีของกลุ่มแฟนคลับ [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย]. Chulalongkorn University Theses and Dissertations (Chula ETD). <https://digital.car.chula.ac.th/chulaetd/26044>
- เพ็ญพรรณ สุวรรณดอน. (2547). ความเครียดและการเผชิญความเครียดของผู้บำบัดผู้ติดสารเสพติดแบบจิตสังคมบำบัดโรงพยาบาลชุมชน จังหวัดนครราชสีมา [การศึกษาระดับปริญญาโทมหาบัณฑิต, ไม่ได้ตีพิมพ์]. มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- รุ่งนภา จันทรา, อติญาณ ศรีเกษตริน, และ ไศรตรีย์ แพน้อย. (2552). องค์ประกอบสมรรถนะการพยาบาลภัยพิบัติของพยาบาลในจังหวัดสุราษฎร์ธานี. วารสารพยาบาล, 63(4), 57-65.
- ศิริชัย กาญจนวาสี และชัยสิทธิ์ สร้อยเพชรเกษม. (2557). ตัวแปรสำหรับการวิจัย: ความหมายประเภทการคัดเลือกการวัดและการควบคุม. วารสารศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยทักษิณ, 14(1), 9-37.
- ศิรินทร์ ต้นติเมธ. (2559). ความสัมพันธ์ของความคลั่งไคล้ศิลปิน การเห็นคุณค่าในตนเอง การเผชิญปัญหาและความสุขเชิงอัตวิสัยของแฟนคลับเยาวชน [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย]. คลังปัญญาจุฬาฯ. <https://doi.org/10.58837/CHULA.THE.2016.293>
- สิทธิพงศ์ วัฒนานนท์สกุล. (2560). การตรวจสอบความตรงโมเดลการวัดกลยุทธ์การกำกับตนเองในการเรียนรู้เชิงวิชาการของนักศึกษามหาวิทยาลัย. Warasan Phuettikammasat, 23(2), 43-60.
- สุชา จันทน์เอม. (2540). จิตวิทยาพัฒนาการ. ไทยวัฒนาพานิช.
- สุธารดี ศรีสวัสดิ์. (2559). อิทธิพลของความคลั่งไคล้ศิลปินเกาหลีที่มีต่อพฤติกรรมการซื้อขายสินค้าที่มีความเกี่ยวพันตัว [สารนิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหิดล]. CMMU Digital Archive. <https://archive.cm.mahidol.ac.th/handle/123456789/1794>
- สุวัฒน์ วิริยะพงษ์สุกิจ. (2547). การพัฒนาระบบความปลอดภัยของสถานพยาบาล. คลังข้อมูลปลัดความมั่งคั่งสุขภาพ สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส.). <https://kb.hsri.or.th/dspace/handle/11228/1479?locale-attribute=th>

อมราพร สุรگان และณัฐวุฒิ อรินทร์. (2557). การดูแลสุขภาพจิต: การมีส่วนร่วมของชุมชน Mental Health Care: The Participation of the Community. *Journal of Srinakharinwirot University (Journal of Science and Technology)*, 6(12), 176-184.





ภาคผนวก



ภาคผนวก ก

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิที่ตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิที่ตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. วิญญูญา วัฒนโธ ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
2. อาจารย์ ดร.ภิญญาพันธ์ เพี้ยซ้าย ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
3. อาจารย์ ดร.ชาญ รัตนะพิสิฐ ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ





ภาคผนวก ข
แบบสอบถามที่ใช้ในการวิจัย

แบบสอบถามสุขภาวะที่ดีในแฟนคลับ

คำชี้แจง แบบสอบถามชุดนี้เก็บข้อมูลเพื่อนำไปใช้ในปฏิญานพนธ์ หลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โดยแบ่งออกเป็น 4 ตอน ดังต่อไปนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปส่วนบุคคล

ตอนที่ 2 แบบวัดพฤติกรรมความคลั่งไคล้

ตอนที่ 3 แบบวัดปัจจัยที่ส่งผลต่อความคลั่งไคล้ และสุขภาวะทางจิต

ตอนที่ 4 แบบวัดสุขภาวะทางจิต

ขอความร่วมมือจากท่านในการตอบแบบสอบถามให้ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด ข้อมูลของท่านจากแบบสอบถามชุดนี้จะถูกเก็บเป็นความลับ และจะใช้ประโยชน์ในทางวิชาการเท่านั้น โดยการนำเสนอข้อมูลจะเป็นการนำเสนอในภาพรวม ไม่มีการนำเสนอข้อมูลเป็นรายบุคคล ขอขอบคุณทุกท่านที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามหากต้องการข้อมูลเพิ่มเติมสามารถติดต่อได้ที่ apichai.fakaon@g.swu.ac.th

☐ ยินยอม

☐ ไม่ยินยอม

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปส่วนบุคคล

คำชี้แจง โปรดเลือกคำตอบที่ตรงกับสภาพความเป็นจริงของผู้ตอบแบบสอบถาม

1. เพศของท่าน

☐ ชาย

☐ หญิง

☐ LGBTQIA+

2. อายุของท่าน

☐ อายุต่ำกว่า 18 ปี

☐ อยู่ระหว่างช่วงอายุ 18 - 35 ปี

☐ อายุ 35 ปีขึ้นไป

3. ประเภทศิลปินที่ท่านชื่นชอบ (สามารถตอบได้มากกว่า 1)

☐ นักแสดง

☐ นักร้อง/Boy Group/Girl Group

☐ นักดนตรี

☐ Youtuber, Tiktok, Influencer

☐ อื่น ๆ (โปรดระบุ)

4. ท่านติดตามศิลปินคนโปรดมา

- ☐ น้อยกว่า 1 ปี ☐ 1 - 2 ปี
☐ 3 - 4 ปี ☐ 5 ปีขึ้นไป

5. จำนวนครั้งที่ท่านติดตามผลงานของศิลปินโปรดของท่าน ผ่านสื่อออนไลน์

- ☐ ทุกวัน ☐ 5 - 6 วัน/สัปดาห์
☐ 3 - 4 วัน/สัปดาห์ ☐ 1 - 2 วัน/สัปดาห์
☐ น้อยกว่า 1 วัน

6. ช่องทางที่ท่านใช้ติดตามข่าว/ผลงานของศิลปินคนโปรด (ตอบได้มากกว่า 1)

- ☐ โทรศัพท์ ☐ สื่อออนไลน์ต่าง ๆ
☐ Website ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุ)

7. จำนวนครั้งที่ท่านพบเจอศิลปินคนโปรด

- ☐ มากกว่า 10 ครั้ง/ปี ☐ 8 - 10 ครั้ง/ปี
☐ 5 - 7 ครั้ง/ปี ☐ 1 - 4 ครั้ง/ปี
☐ ไม่เคย

8. ท่านมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ เกี่ยวกับศิลปินคนโปรด ดังต่อไปนี้ (ตอบได้มากกว่า 1)

- ☐ เป็นสมาชิก Official Fanclub ☐ ถ่ายภาพ วิดีโอ
☐ เป็นสมาชิก Fansite ☐ เขียน Fan-fiction
☐ ร้อง เต้น Cover ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุ)

ตอนที่ 2 แบบวัดพฤติกรรมความคลั่งไคล้

คำชี้แจง ขอให้ท่านอ่านข้อความต่อไปนี้ซึ่งมีความเกี่ยวข้องกับความสุขของแฟนคลับ แล้วเลือกคำตอบที่ตรงกับความเป็นจริงของท่านมากที่สุดเพียงข้อเดียวในแต่ละข้อ

ข้อ	ข้อความ	ตรง มาก ที่สุด	ค่อนข้าง ตรง	ตรงและ ไม่ตรง พอ ๆ กัน	ไม่ ค่อย ตรง	ไม่ ตรง เลย
1.	ความสุขของฉันคือการได้ดู อ่าน เรื่องราว หรือฟังเสียงของศิลปินคนโปรดของฉัน					
2.	ฉันเพลิดเพลินจนลืมเวลา ขณะที่ฉันติดตามเรื่องราวของศิลปินคนโปรด					
3.	ฉันรู้สึกมีความสุขที่ได้เฝ้ามองความเปลี่ยนแปลงและการเติบโตขึ้นของศิลปินคนโปรด					
4.	ฉัน และเพื่อน ๆ ชอบพูดคุยกันเรื่องผลงานของศิลปินคนโปรด					
5.	ฉันรู้สึกชอบที่ได้รับรู้เรื่องราวในชีวิตประจำวันของศิลปินคนโปรด					
6.	ในระหว่างวัน ฉันอดไม่ได้ที่จะคิดถึงศิลปินคนโปรดของฉันตลอดเวลา					
7.	ฉันมีพื้นที่เฉพาะที่ใช้เก็บของที่ระลึก และรูปภาพของศิลปินคนโปรดของฉัน และฉันรู้สึกโกรธถ้ามีคนอื่นมายุ่มยามบริเวณนั้น					
8.	เมื่อศิลปินคนโปรดเห็นฉัน เขาจะรับรู้ได้ทันทีว่าฉันเป็นแฟนคลับตัวจริง เนื่องจากฉันไม่เคยพลาดที่จะเข้าร่วมในทุกกิจกรรมของศิลปินที่เขาจัด					
9.	เมื่อศิลปินคนโปรดของฉันประสบกับสถานการณ์กดดัน ฉันจะรู้สึกกดดันไปด้วย					
10.	ฉันสามารถสะกดรอยตามไปหาศิลปินคนโปรดได้ที่พัก					
11.	หากศิลปินคนโปรดของฉันไม่ใส่ใจ หรือทักฉันเวลาเจอกัน ฉันจะรู้สึกเครียดจนนอนไม่หลับ					
12.	ถ้าวันหนึ่งศิลปินคนโปรดของฉันมีคนรัก ฉันจะเสียใจมากจนอยากจะทำร้ายตัวเอง หรือทำร้ายเขา					

ข้อ	ข้อความ	ตรง มาก ที่สุด	ค่อนข้าง ตรง	ตรงและ ไม่ตรง พอ ๆ กัน	ไม่ค่อย ตรง	ไม่ ตรง เลย
13.	ฉันขอของใช้ส่วนตัวศิลปินคนโปรด เช่น ขวด น้ำ กระดาษทิชชู นำมาเก็บสะสม					
14.	ฉันคิดถึงศิลปินคนโปรด จนนอนไม่หลับ					

ตอนที่ 3 แบบวัดปัจจัยที่ส่งผลต่อความคลั่งไคล้ และสุขภาวะทางจิต

คำชี้แจง ขอให้ท่านอ่านข้อความต่อไปนี้ซึ่งมีความเกี่ยวข้องกับความสุขของแฟนคลับ แล้วเลือกคำตอบที่ตรงกับความเป็นจริงของท่านมากที่สุดเพียงข้อเดียวในแต่ละข้อ

ข้อ	ข้อความ	ตรง มาก ที่สุด	ค่อนข้าง ตรง	ตรงและ ไม่ตรง พอ ๆ กัน	ไม่ ค่อย ตรง	ไม่ ตรง เลย
1.	การเป็นสมาชิกในกลุ่มแฟนคลับ ทำให้ฉันมีเพื่อน เพิ่มจำนวนมาก					
2.	การเป็นสมาชิกในกลุ่มแฟนคลับทำให้ฉันค้นพบ แง่มุมมองต่าง ๆ ของตัวเองมากขึ้น					
3.	ฉันมีสัญลักษณ์ที่เป็นตัวแทนแฟนคลับ เช่น แท่งไฟ ป้ายไฟ ผ้าเช็ดตัว ติดตัว					
4.	ฉันรู้สึกตัวตัวเองเป็นส่วนหนึ่งของสมาชิกกลุ่ม แฟนคลับ					
5.	การเป็นสมาชิกในกลุ่มแฟนคลับทำให้ฉันได้ แบ่งปันกิจกรรมที่จะทำกับเพื่อน ๆ					
6.	เมื่อฉันเจอกับสถานการณ์ตึงเครียดฉันจะผ่อนคลาย โดยใช้เวลาไปชื่นชมศิลปินคนโปรดแทน					
7.	ฉันบอกตัวเอง ว่าฉันจะสามารถผ่านปัญหานี้ไปได้					
8.	เมื่อเจอปัญหาฉันสามารถสงบสติอารมณ์					
9.	ฉันจะไม่ค่อยรู้สึกกังวลหากมองเห็นวิธีการ แก้ปัญหาที่เจอ					
10.	ฉันรู้สึกมีเป้าหมายในชีวิต เมื่อฉันได้เป็นส่วนหนึ่ง ของกลุ่มแฟนคลับทุกกิจกรรมของศิลปินที่เขาจัด					
11.	ฉันมีแรงบันดาลใจในการทำสิ่งต่าง ๆ					

ข้อ	ข้อความ	ตรง มาก ที่สุด	ค่อนข้าง ตรง	ตรงและ ไม่ตรง พอ ๆ กัน	ไม่ ค่อย ตรง	ไม่ ตรง เลย
12.	ฉันรู้สึกว่าการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มแฟนคลับ ช่วยให้ฉันวางแผนในชีวิตได้ดีขึ้น					
13.	กลุ่มแฟนคลับทำให้ฉันปรับตัวกับสิ่งต่าง ๆ ได้ดีขึ้น และใช้ชีวิตได้อย่างมีจุดหมาย					

ตอนที่ 4 แบบวัดสุขภาวะทางจิต

คำชี้แจง ขอให้ท่านอ่านข้อความต่อไปนี้ซึ่งมีความเกี่ยวข้องกับความสุขของแฟนคลับ แล้วเลือก
คำตอบที่ตรงกับความเป็นจริงของท่านมากที่สุดเพียงข้อเดียวในแต่ละข้อ

ข้อ	ข้อความ	ตรง มาก ที่สุด	ค่อนข้าง ตรง	ตรงและ ไม่ตรง พอ ๆ กัน	ไม่ ค่อย ตรง	ไม่ ตรง เลย
1.	ปัจจุบันฉันคิดว่าภาพรวมในชีวิตเป็นไปตามที่ฉัน คิดไว้					
2.	ฉันมองว่าชีวิตโดยรวมของฉันเป็นชีวิตที่ดี					
3.	ปัจจุบันฉันมีความสุขในสิ่งที่ฉันเป็น					
4.	ฉันรู้สึกอึดอัดใจกับชีวิตของตนเอง					
5.	แม้สามารถยอนเวลากลับไปได้ ฉันก็ไม่ต้องการ กลับไปเปลี่ยนแปลงอดีตของตนเอง					
6.	ฉันรู้สึกพึงพอใจในชีวิตที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน					

ขอให้ท่านพิจารณารายการความรู้สึกต่อไปนี้ แล้วประเมินว่าในช่วงที่ผ่านมาท่านเกิดความรู้สึก
เหล่านี้ในระดับมากน้อยเพียงใด

ข้อ	ข้อความ	ตรง มาก ที่สุด	ค่อนข้าง ตรง	ตรงและ ไม่ตรง พอ ๆ กัน	ไม่ ค่อย ตรง	ไม่ ตรง เลย
1.	ตื่นเต้น					
2.	ภูมิใจ					
3.	มีแรงบันดาลใจ					
4.	อ่อนโยน					
5.	กระตือรือร้น					

ข้อ	ข้อความ	ตรง มาก ที่สุด	ค่อนข้าง ตรง	ตรงและ ไม่ตรง พอ ๆ กัน	ไม่ ค่อย ตรง	ไม่ ตรง เลย
6.	เป็นทุกข์					
7.	รู้สึกผิด					
8.	ผวา					
9.	หงุดหงิด					
10.	กระวนกระวายใจ					





ภาคผนวก ค

เอกสารรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์



**หนังสือยืนยันการยกเว้นการรับรอง
คณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ**

(เอกสารนี้เพื่อแสดงว่าคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์ ได้พิจารณาโครงการวิจัยนี้)

ชื่อโครงการวิจัย : อิทธิพลของความกลัวโคลัสในศิลปินที่มีต่อสุขภาพทางจิตโดยมีเอกลักษณ์ทางสังคม หลีกเลี่ยง
ตัวกระตุ้นความเครียด เป้าหมายในชีวิต เป็นตัวแปรส่งผ่าน ในกลุ่มแฟนคลับวัยผู้ใหญ่
ตอนต้น

ชื่อหัวหน้าโครงการวิจัย : นายอภิชัย พักอ่อน

หน่วยงานต้นสังกัด : คณะมนุษยศาสตร์

รหัสโครงการวิจัย : SWUEC-G-268/2566X

โครงการวิจัยนี้เป็นโครงการวิจัยที่เข้าข่ายยกเว้น (Research with Exemption from SWUEC)

วันที่ยืนยัน : 7 กรกฎาคม 2566

ยืนยันโดย : คณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

คณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ดำเนินการ
รับรองโครงการวิจัยตามแนวทางหลักจริยธรรมการวิจัยในคนที่เป็นสากล ได้แก่ Declaration of Helsinki, the
Belmont Report, CIOMS Guidelines และ the International Conference on Harmonization in Good Clinical
Practice (ICH-GCP)

ออกให้ ณ วันที่ 7 กรกฎาคม 2566

(ลงชื่อ).....
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ทันตแพทย์หญิงณัฏฐา เอี่ยมจิตรกุล)
กรรมการและเลขานุการคณะกรรมการจริยธรรม
สำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์

(ลงชื่อ).....
(แพทย์หญิงสุวิพร ภัทรสุวรรณ)
ประธานคณะกรรมการจริยธรรม
สำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์

หมายเลขรับรอง : SWUEC/X/G-268/2566