



การศึกษาโมเดลเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ใน
กรุงเทพมหานคร

A STUDY OF CAUSAL MODELS THAT EFFECTING WELL-BEING OF HIGH SCHOOL
STUDENTS IN BANGKOK

ฐานิดา พิชัยอุดมพร

การศึกษาโมเดลเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ใน
กรุงเทพมหานคร



ฐานิดา พิชัยอุดมพร

ปริญญานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
การศึกษามหาบัณฑิต สาขาการวัด ประเมิน และวิจัยการศึกษา
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ปีการศึกษา 2568
ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

A STUDY OF CAUSAL MODELS THAT EFFECTING WELL-BEING OF HIGH SCHOOL
STUDENTS IN BANGKOK



TANIDA PICHAIUDOMPORN

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of MASTER OF EDUCATION
(Educational Measurement, Evaluation, and Research)
Faculty of Education, Srinakharinwirot University
2025
Copyright of Srinakharinwirot University

ปริญญานิพนธ์
เรื่อง
การศึกษาโมเดลเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย
ในกรุงเทพมหานคร
ของ
ฐานิดา พิชัยอุดมพร

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
การศึกษามหาบัณฑิต สาขาการวัด ประเมิน และวิจัยการศึกษา
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญากุล)
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการสอบปากเปล่าปริญญานิพนธ์

..... อาจารย์ที่ปรึกษา	 ประธานกรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มนตา ตูลย์เมธการ)	(รองศาสตราจารย์ ดร.กันต์ฤทัย คลังพหล)
..... อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม	 กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร.วิไลลักษณ์ ลังกา)	(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อรอุมา เจริญสุข)

ชื่อเรื่อง	การศึกษาโมเดลเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานคร
ผู้วิจัย	ฐานิดา พิชัยอุดมพร
ปริญญา	การศึกษามหาบัณฑิต
ปีการศึกษา	2568
อาจารย์ที่ปรึกษา	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มนตา ตูลย์เมธการ
ที่ปรึกษาร่วม	รองศาสตราจารย์ ดร.วิไลลักษณ์ ลังกา

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ดังนี้ 1) เพื่อตรวจสอบความกลมกลืนของโมเดลเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานครตามสมมติฐานกับข้อมูลเชิงประจักษ์ 2) เพื่อศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลทางตรงและอิทธิพลทางอ้อมต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานคร โดยเป็นการวิจัยเชิงปริมาณ กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย 600 คน ได้มาจากการสุ่มแบบหลายขั้นตอน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือแบบวัดปัจจัยที่ส่งผลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานคร การศึกษาครั้งนี้จึงเลือกใช้เทคนิคการวิเคราะห์สมการโครงสร้าง (Structural Equation Modeling: SEM) ผลการวิจัยพบว่า 1) ผลการตรวจสอบความกลมกลืนของโมเดลกับข้อมูลเชิงประจักษ์ พบว่า ในดัชนีความกลมกลืนสัมบูรณ์ (Absolute Fit Index) มีค่า χ^2 เท่ากับ 29.44, $\chi^2/df = 1.963$, P-value = 0.0141, GFI = 0.99, AGFI = 0.96, RMSEA = 0.040 และ SRMR = 0.022 และดัชนีความกลมกลืนเชิงเปรียบเทียบ (Comparative Fit Index) มีค่า CFI = 1.00, NFI = 1.00 กล่าวคือ โมเดลมีความกลมกลืนที่ดีเมื่อเปรียบเทียบกับโมเดลอิสระ 2) โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของตัวแปรสาเหตุ สามารถอธิบายความแปรปรวนของความผาสุกได้ร้อยละ 85.00 โดยมีตัวแปรสาเหตุที่มีอิทธิพลโดยรวมต่อความผาสุกมากที่สุดได้แก่ ตัวแปรเอกลักษณะแห่งตน ตัวแปรสิ่งแวดล้อม และตัวแปรสัมพันธภาพระหว่างบุคคล โดยมีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลเท่ากับ .89, .70 และ .61 ตามลำดับ ตัวแปรสาเหตุที่มีอิทธิพลทางตรงต่อความผาสุกมากที่สุด ได้แก่ ตัวแปรเอกลักษณะแห่งตน ตัวแปรสิ่งแวดล้อม, และตัวแปรสัมพันธภาพระหว่างบุคคล โดยมีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลเท่ากับ 1.28, -0.11 และ -0.34 ตามลำดับ ส่วนตัวแปรสาเหตุที่มีอิทธิพลทางอ้อมต่อความผาสุก ได้แก่ ตัวแปรสัมพันธภาพระหว่างบุคคล โดยมีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลเท่ากับ .95 โดยผ่านตัวแปรสิ่งแวดล้อม และตัวแปรสิ่งแวดล้อม โดยมีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลเท่ากับ .82 โดยผ่านตัวแปรเอกลักษณะแห่งตน

คำสำคัญ: ความผาสุกของนักเรียน, โมเดลเชิงสาเหตุ, นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

Title	A STUDY OF CAUSAL MODELS THAT EFFECTING WELL-BEING OF HIGH SCHOOL STUDENTS IN BANGKOK
Author	TANIDA PICHAIUDOMPORN
Degree	MASTER OF EDUCATION
Academic Year	2025
Advisor	Assistant Professor Dr. Manaathar Tulmethakaan
Co-Advisor	Associate Professor Dr. Wilailak Langka

This quantitative research had two main objectives: 1) to examine the consistency of a hypothetical causal model influencing the well-being of high school students in Bangkok with empirical data, and 2) to study the direct and indirect causal factors influencing their well-being. The study's sample consisted of 600 high school students, selected through multi-stage random sampling. The research instrument was a questionnaire designed to measure the well-being of high school students in Bangkok. The data were analyzed using Structural Equation Modeling (SEM). The key findings were as follows: The model's fit with the empirical data was found to be good. The absolute fit indices showed $\chi^2 = 29.44$, $\chi^2/df = 1.963$, P-value = 0.0141, GFI = 0.99, AGFI = 0.96, RMSEA = 0.040, and SRMR = 0.022. The comparative fit indices also indicated a good fit, with CFI = 1.00 and NFI = 1.00, suggesting that the model was a good fit compared to the independent model. The causal model explained 85.00% of the variance in well-being. The causal variables with the greatest total influence on well-being were self-identity, environment, and interpersonal relationships, with influence coefficients of 0.89, 0.70, and 0.61, respectively. The variables with the greatest direct influence on well-being were self-identity, environment, and interpersonal relationships, with influence coefficients of 1.28, -0.11, and -0.34, respectively. The variables with indirect influence on well-being were interpersonal relationships (influence coefficient = 0.95), mediated through the environment, and the environment (influence coefficient = 0.82), mediated through self-identity.

Keywords: Student well-being, Causal model SEM, Upper secondary education

กิตติกรรมประกาศ

ปริญญานิพนธ์เล่มนี้สำเร็จลุล่วงด้วยความอนุเคราะห์และความช่วยเหลือจากหลายท่าน ข้าพเจ้าขอกราบขอบพระคุณ อาจารย์ที่ปรึกษา ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มนตา ตูลย์เมธการ และ รองศาสตราจารย์ ดร.วิไลลักษณ์ ลังกา เป็นอย่างสูง ที่ให้คำแนะนำ ข้อเสนอแนะ และแนวทางในการทำวิจัยอย่างใกล้ชิดตลอดระยะเวลาการศึกษา

ข้าพเจ้าขอขอบคุณ คณะกรรมการสอบโครงร่างและสอบปากเปล่าปริญญานิพนธ์ ได้แก่ รองศาสตราจารย์ ดร.กนต์ฤทัย คลังพล ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อรอุมา เจริญสุข รองศาสตราจารย์ ดร.อิทธิพัทธ์ สุวทันพรกุล และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ทวิกา ตั้งประภา ผู้เชี่ยวชาญ ได้แก่ รองศาสตราจารย์ ดร.มณฑิรา จารุเพ็ง อาจารย์ ดร.ครรชิต แสนอุบล และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พนิดา ศกุนตนาค ที่กรุณาให้คำแนะนำและข้อเสนอแนะอันเป็นประโยชน์ในการปรับปรุงงานวิจัยให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ข้าพเจ้าขอขอบคุณ ดร.นันทยา ใจตรง ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณัฐพล ธนแขวงสกุล นางสาวอรณี อิมพิทักษ์ นายปณณวัฒน์ ช้วยชู และนางสาวกรรวิก สีนลอยมา ที่มีส่วนช่วยเหลือในการจัดทำปริญญานิพนธ์เล่มนี้

นอกจากนี้ ข้าพเจ้าขอขอบคุณ โรงเรียนวัดสระเกศ โรงเรียนเจ้าพระยาวิทยาคคม โรงเรียนฤทธิณรงค์รอน โรงเรียนมัธยมวัดธาตุทอง โรงเรียนวัดพุทธบูชา โรงเรียนราชดำริ โรงเรียนวัดราชโอรส และโรงเรียนวัดสุทธิวรารามที่ให้ความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูล และให้ความร่วมมือในการวิจัย

สุดท้ายนี้ ข้าพเจ้าขอขอบคุณ ครอบครัว และ เพื่อนร่วมชั้นเรียน ที่คอยให้กำลังใจ และสนับสนุนทั้งด้านจิตใจและการเรียนเสมอมา ขอขอบพระคุณทุกท่านไว้ ณ ที่นี้อีกครั้งหนึ่ง

ฐานิดา พิชัยอุดมพร

สารบัญ

หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
กิตติกรรมประกาศ	ฉ
สารบัญ	ช
สารบัญตาราง.....	ณ
สารบัญรูปภาพ	ญ
บทที่ 1 บทนำ	1
ภูมิหลัง.....	1
คำถามในการวิจัย.....	2
วัตถุประสงค์การวิจัย	3
ขอบเขตการวิจัย	3
นิยามศัพท์เฉพาะ	4
สมมติฐานการวิจัย	5
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	6
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	7
1. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับวัยรุ่น	7
2. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับความสุข (WELL BEING)	11
3. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับเอกลักษณ์แห่งตน.....	17
4. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อม.....	19
5. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับสัมพันธภาพระหว่างบุคคล	22
6. ทฤษฎีการเรียนรู้ของ BANDURA	23
7. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	25
8. กรอบแนวคิดการวิจัย	37
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	39

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	39
เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล	41
ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรที่ใช้ในงานวิจัยและข้อตกลงเบื้องต้น	49
ตอนที่ 2 ผลการตรวจสอบความกลมกลืนของโมเดลเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อความผาสุก ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานครตามสมมติฐานกับข้อมูล เชิงประจักษ์	52
ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลทางตรงและอิทธิพลทางอ้อมต่อความ ผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานคร	53
บทที่ 5 สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ	57
สรุปผลการวิจัย	57
อภิปรายผลการวิจัย	58
ข้อเสนอแนะ.....	60
บรรณานุกรม	62
ภาคผนวก	66
ภาคผนวก ก รายนามผู้เชี่ยวชาญในการตรวจคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	67
ภาคผนวก ข หนังสือเชิญผู้เชี่ยวชาญในการตรวจคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย และ หนังสือขอความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย	69
ภาคผนวก ค ผลตรวจคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยและ คำสั่งเพื่อวิเคราะห์ LISREL..	79

สารบัญตาราง

หน้า

ตาราง 1 ตัวชี้วัดความผาสุกของคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ.....	14
ตาราง 2 สรุปงานวิจัยภายในประเทศ	29
ตาราง 3 สรุปงานวิจัยต่างประเทศ.....	35
ตาราง 4 จำนวนนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา ในเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษากรุงเทพมหานคร จำแนกตามเขตพื้นที่.....	39
ตาราง 5 การนับพารามิเตอร์เพื่อกำหนดตัวอย่าง.....	40
ตาราง 6 จำนวนนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา ในเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษากรุงเทพมหานคร จำแนกตามขนาดโรงเรียน.....	40
ตาราง 7 กลุ่มตัวอย่าง โดยวิธีการสุ่มนักเรียนโดยใช้วิธีการแบ่งชั้น	41
ตาราง 8 เกณฑ์การให้คะแนนแบบสอบถาม	41
ตาราง 9 สัญลักษณ์แทนตัวแปร.....	47
ตาราง 10 สัญลักษณ์แทนค่าสถิติ	48
ตาราง 11 ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรสังเกตได้แยกเป็นรายตัวแปร	49
ตาราง 12 ค่าสถิติพื้นฐานและผลการตรวจสอบการแจกแจงแบบปกติของตัวแปรสังเกตได้.....	50
ตาราง 13 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบของตัวแปรเชิงสาเหตุกับองค์ประกอบ ของความผาสุก	51
ตาราง 14 แสดงค่าดัชนีความกลมกลืนและดัชนีเปรียบเทียบของโมเดล	52
ตาราง 15 ผลการวิเคราะห์น้ำหนักองค์ประกอบของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ	53
ตาราง 16 อิทธิพลทางตรง อิทธิพลทางอ้อม อิทธิพลรวม และค่าสัมประสิทธิ์กำหนดของตัวแปร เชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานคร	55
ตาราง 17 ค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับพฤติกรรมที่ต้องการวัด (IOC) ของแบบวัด ปัจจัยที่ส่งผลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานคร.....	85
ตาราง 18 ผลการวิเคราะห์ค่าอำนาจจำแนก (r) ของแบบวัดปัจจัยที่ส่งผลต่อความผาสุกของ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานคร	87

สารบัญรูปภาพ

หน้า

ภาพประกอบ 1 ทฤษฎีการเรียนรู้ของ Bandura	24
ภาพประกอบ 2 กรอบแนวคิดงานวิจัย	38
ภาพประกอบ 3 โมเดลเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา ตอน ปลาย ในกรุงเทพมหานคร	56



บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

ในศตวรรษที่ 21 การเปลี่ยนแปลงของโลกในมิติต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นเศรษฐกิจ สังคม เทคโนโลยี และสิ่งแวดล้อม ได้ส่งผลกระทบอย่างลึกซึ้งต่อระบบการศึกษาและการพัฒนาศักยภาพของมนุษย์ โดยเฉพาะกลุ่มเยาวชนที่อยู่ในช่วงวัยเรียน ซึ่งถือเป็นช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อสำคัญของการวางรากฐานทางชีวิต ในการประชุมรัฐมนตรีศึกษาเอเชีย-ยุโรป ครั้งที่ 8 (ASEM Education Ministers' Meeting: ASEMME8) ได้มีการกำหนดวิสัยทัศน์ภายใต้หัวข้อ “ASEM Education 2030: Towards more resilient, prosperous and sustainable futures” หรือ “การศึกษาอาเซียน พ.ศ. 2573: สู่นาคตที่ยืดหยุ่น มั่งคั่ง และยั่งยืนมากขึ้น” โดยมุ่งเน้นให้การศึกษาเป็นบทบาทในการเสริมสร้างศักยภาพของผู้เรียนให้สามารถดำรงชีวิตในสังคมที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วได้อย่างมีคุณภาพและความผาสุก (Well-being) กรอบแนวคิดสำคัญที่ได้รับการกล่าวถึงและนำมาใช้เป็นแนวทางสำคัญในระดับสากล ได้แก่ “OECD Learning Compass 2030” ซึ่งเปรียบเสมือนเข็มทิศการเรียนรู้ของผู้เรียน โดยเน้นให้ผู้เรียนสามารถ “กำหนดทิศทางชีวิตตนเอง” (navigate their own learning paths) ผ่านการพัฒนาทักษะที่จำเป็นในอนาคต อาทิ ความยืดหยุ่น (resilience) ความสามารถในการร่วมมือ (co-agency) และความผาสุกทั้งในระดับปัจเจกและสังคม (individual and collective well-being) โดยไม่มุ่งเน้นเพียงแค่ความรู้ในห้องเรียน หากแต่ให้ความสำคัญกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้เรียนอย่างรอบด้าน (OECD, 2019)

ประเทศไทยได้มีการกำหนดแนวนโยบายด้านการศึกษาให้สอดคล้องกับทิศทางการศึกษาดังกล่าว ทั้งในยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี แผนการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2560–2579 และกรอบหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐานฉบับใหม่ พ.ศ. 2566 ซึ่งมุ่งเน้นให้ผู้เรียนมีความสามารถในการเรียนรู้ตลอดชีวิต ควบคู่กับการมีทักษะทางสังคม อารมณ์ และการดำรงชีวิตอย่างมีความสุข การพัฒนาความผาสุกจึงเป็นองค์ประกอบสำคัญของการส่งเสริมคุณภาพนักเรียน โดยเฉพาะในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายซึ่งเป็นช่วงวัยแห่งการเปลี่ยนผ่านสู่ความเป็นผู้ใหญ่ อย่างไรก็ตาม ความผาสุกของนักเรียนไม่ได้เกิดขึ้นจากปัจจัยเดียว หากแต่เป็นผลลัพธ์ของกระบวนการที่ซับซ้อนและสัมพันธ์กันของหลายปัจจัย ทั้งภายในและภายนอกตนเอง ได้แก่ เอกลักษณ์แห่งตน สัมพันธภาพระหว่างบุคคล และสิ่งแวดล้อม ซึ่งล้วนมีอิทธิพลต่อทัศนคติ ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของนักเรียน ด้วยเหตุนี้ การศึกษาโมเดลเชิงสาเหตุที่แสดงความสัมพันธ์ของปัจจัยเหล่านี้จึงมีความสำคัญในการทำความเข้าใจอย่างเป็นระบบว่า อะไรส่งผลกระทบต่อความผาสุกของนักเรียน และอย่างไร เพื่อเป็นฐานข้อมูลที่น่าไปสู่การพัฒนาแนวทางสนับสนุนคุณภาพชีวิตของนักเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพและยั่งยืน (กระทรวงศึกษาธิการ, 2551)

นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในประเทศไทย โดยเฉพาะในเขตกรุงเทพมหานคร กำลังเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงทางสังคม เทคโนโลยี และความคาดหวังจากทั้งครอบครัว โรงเรียน และสังคมโดยรวม ซึ่งนำไปสู่ความกดดัน ความเครียด และการสั่นคลอน

ของความมั่นคงทางจิตใจ (Rocket Media Lab, 2567; ศศิพิมพ์ วัฒนวรรณ, 2565) แม้นักเรียนบางกลุ่มจะมีศักยภาพสูง แต่กลับไม่สามารถแสดงออกได้เต็มที่ เนื่องจากขาดปัจจัยสนับสนุนด้านสิ่งแวดล้อม ความสัมพันธ์กับผู้อื่น หรือความเข้าใจในตนเอง ส่งผลให้เกิดปัญหาเกี่ยวกับภาวะสุขภาพจิต ความวิตกกังวล ความรู้สึกด้อยคุณค่าในตนเอง และความไม่ชัดเจนในอนาคตของตน (สุรศักดิ์ พงษ์ศรี, 2566) นอกจากนี้ แม้ว่าระบบการศึกษาไทยจะพยายามพัฒนาทักษะในศตวรรษที่ 21 แต่การส่งเสริม “ความผาสุก” (Well-being) ซึ่งเป็นรากฐานสำคัญในการพัฒนานักเรียนแบบองค์รวม กลับยังไม่ถูกนำมาใช้อย่างเป็นระบบหรือมีข้อมูลสนับสนุนที่ชัดเจน โดยเฉพาะในรูปแบบของโมเดลเชิงสาเหตุที่สามารถอธิบายว่า ปัจจัยใดส่งผลต่อความผาสุก และส่งผลอย่างไร นักเรียนจำนวนไม่น้อยจึงยังขาดโอกาสในการได้รับการส่งเสริมด้านความสุขในการดำรงชีวิต ความมั่นคงทางจิตใจ และความสัมพันธ์ที่ดีต่อสังคม (มูลนิธิเด็กเพื่อเด็ก, 2565) การศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุของความผาสุกจึงเป็นสิ่งจำเป็น เพื่อให้สามารถเข้าใจถึงกลไกหรือกระบวนการที่นำไปสู่การส่งเสริมความผาสุกในกลุ่มนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย และนำข้อมูลที่ได้ไปใช้ในการออกแบบกิจกรรม การแนะแนว หรือแผนพัฒนานักเรียนได้อย่างตรงจุดและมีประสิทธิภาพ

จากสภาพปัญหาที่เกี่ยวข้องกับความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ผู้วิจัยจึงศึกษาโมเดลเชิงสาเหตุของความผาสุก โดยพิจารณาปัจจัยภายนอกและภายใน ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างบุคคล (ความสัมพันธ์ทางสังคมและครอบครัว) ที่สอดคล้องกับองค์ประกอบ Social and Emotional Skills และ Co-agency ของ OECD (OECD, 2019; Syed Muhammad Sajjad Kabir & Rashid, 2017; พชรพรรณ จิรังนิมิตสกุล, 2563) เอกลักษณ์แห่งตน (การรู้จักตนเองและการยอมรับความแตกต่าง) ซึ่งเชื่อมโยงกับ Transformative Competencies ในการพัฒนาเอกลักษณ์แห่งตนและการอยู่ร่วมกับความหลากหลาย (นัฐริกา เจริญตะคุ, 2562; ภมรพรรณ ยุระยาตร์, 2554) และสิ่งแวดล้อม (การอบรมเลี้ยงดูและที่อยู่อาศัย) ที่สัมพันธ์กับ Learning Environment และ Well-being ตามกรอบ OECD Learning Compass 2030 (OECD, 2019; Nurul Hidayah, 2016; Soutter, Anne Kathryn Soutter, Billy O'Steen & Alison Gilmore, 2012) ซึ่งความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อพัฒนาการด้านการเรียนรู้และคุณภาพชีวิต โดยเฉพาะในเขตกรุงเทพมหานครซึ่งมีความหลากหลายทางสังคม วัฒนธรรม และเศรษฐกิจ นักเรียนต้องเผชิญแรงกดดันทั้งจากการศึกษาและสภาพแวดล้อมเมือง ซึ่งอาจกระทบต่อความผาสุกทั้งทางตรงและทางอ้อม (OECD, 2019)

การวิจัยนี้จึงมีความสำคัญในการระบุปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความผาสุกของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดนโยบายและพัฒนากิจกรรมทางการศึกษาให้สอดคล้องกับแนวคิดสากล และส่งเสริมให้ผู้เรียนมีความผาสุก ควบคู่กับการพัฒนาทักษะและสมรรถนะที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตในอนาคต ซึ่งดำเนินการวิจัยโดยใช้รูปแบบวิธีการเชิงปริมาณ

คำถามในการวิจัย

โมเดลเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์หรือไม่อย่างไร

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อตรวจสอบความกลมกลืนของโมเดลเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานครตามสมมติฐานกับข้อมูลเชิงประจักษ์
2. เพื่อศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลทางตรงและอิทธิพลทางอ้อมต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานคร

ขอบเขตการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่อง โมเดลเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย มีขอบเขตการวิจัย ดังนี้

ขอบเขตด้านประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา ในเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา กรุงเทพมหานคร ทั้ง 2 เขต รวมจำนวนทั้งสิ้น 225,289 คน จากโรงเรียนทั้งหมด 119 แห่ง (สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา กรุงเทพมหานคร เขต 1 และ 2, 2565)

กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จำนวนตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถามจำนวน 618 คน ซึ่งผู้วิจัยได้คัดเลือกข้อมูลให้ตรงตามจำนวนตัวอย่างที่ต้องการจำนวน 600 คน ได้มาจากการสุ่มแบบหลายขั้นตอน

ขอบเขตด้านตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรภายนอก แบ่งออกได้ ดังนี้

1.1 สัมพันธภาพระหว่างบุคคล วัดจากตัวแปรสังเกตได้ 2 ตัวแปร

1.1.1 ความสัมพันธ์ระหว่างสังคม

1.1.2 ความสัมพันธ์ระหว่างครอบครัว

2. ตัวแปรภายใน

2.1 ความผาสุก วัดจากตัวแปรสังเกตได้ 5 ตัวแปร

2.1.1 อาชีพการงาน

2.1.2 สังคม

2.1.3 การเงิน

2.1.4 การมีร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง

2.1.5 สภาพแวดล้อมที่เราอยู่อาศัย

2.2 เกล็ดลักษณะแห่งตน วัดจากตัวแปรสังเกตได้ 2 ตัวแปร

2.2.1 การรู้จักตนเอง

2.2.2 การยอมรับความแตกต่าง

2.3 สิ่งแวดล้อม วัดจากตัวแปรสังเกตได้ 2 ตัวแปร

2.3.1 การอบรมเลี้ยงดู

2.3.2 ที่อยู่อาศัย

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ความผาสุก หมายถึง สภาวะทางจิตใจ อารมณ์ และร่างกายที่นักเรียนรู้สึกมีความสุข ความพึงพอใจ และความสมดุลในชีวิต ทั้งในด้านการเรียน การดำรงชีวิต และความสัมพันธ์กับผู้อื่น เป็นภาวะที่บุคคลรับรู้ว่าตนมีความสามารถในการจัดการตนเอง บรรลุเป้าหมายส่วนบุคคล มีศักยภาพในการพัฒนา และดำเนินชีวิตได้อย่างสงบเรียบง่าย มีความภูมิใจในตนเอง มีทัศนคติเชิงบวก และสามารถสร้างความสัมพันธ์ที่ดีในสังคมโดยไม่เบียดเบียนผู้อื่น ซึ่งมีองค์ประกอบความผาสุกของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา ในกรุงเทพมหานคร ดังนี้

1.1 ความผาสุกทางด้านอาชีพการงาน (Career Well-Being) หมายถึง สภาวะทางจิตใจและอารมณ์ที่นักเรียนรู้สึกพึงพอใจและมั่นใจเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมในการประกอบอาชีพในอนาคต ซึ่งประกอบไปด้วยความชัดเจนในทิศทางการเลือกอาชีพ ความมั่นใจในทักษะที่ตนเองมี และการสนับสนุนจากสถาบันการศึกษาและครอบครัวในการเข้าสู่โลกของการทำงาน

1.2 ความผาสุกทางด้านสังคม (Social Well-Being) หมายถึง สภาวะที่นักเรียนรู้สึกเป็นสุขในการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นในบริบททางสังคม ไม่ว่าจะเป็นเพื่อน ครอบครัว ครู หรือบุคคลในชุมชน โดยที่นักเรียนสามารถสร้างความสัมพันธ์ทางสังคมที่ดี มีส่วนร่วมในกิจกรรมที่ส่งเสริมการพัฒนาตนเอง และรู้สึกได้รับการยอมรับและสนับสนุนจากสังคมรอบข้าง

1.3 ความผาสุกทางการเงิน (Financial Well-Being) หมายถึง สภาวะที่นักเรียนรู้สึกมั่นคง พอใจ และไม่กังวลเกี่ยวกับสถานะทางการเงินของตนเองและครอบครัว ซึ่งส่งผลต่อความเป็นอยู่และความสามารถในการจัดการเงินในชีวิตประจำวัน ทั้งนี้ยังครอบคลุมถึงทัศนคติ ความรู้ และทักษะในการจัดการเงินอย่างมีประสิทธิภาพ

1.4 ความผาสุกด้านการมีร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง (Physical Well-Being) หมายถึง สภาวะที่นักเรียนมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง ปลอดจากโรคภัยไข้เจ็บ มีพลังงานและความสามารถในการทำกิจกรรมทางกายและการเรียนรู้ได้อย่างเต็มที่ ซึ่งส่งผลต่อการมีชีวิตที่สมดุลและความสุขในชีวิตประจำวัน

1.5 ความผาสุกทางด้านสภาพแวดล้อมที่เราอยู่อาศัย (Community Well-Being) หมายถึง ภาวะที่บุคคลรู้สึกพึงพอใจและมีความสุขจากสภาพแวดล้อมโดยรอบที่ตนอยู่อาศัย ซึ่งครอบคลุมทั้ง มิติทางกายภาพ (เช่น ความสะอาด ความปลอดภัย ความสะดวกในการใช้ชีวิต) และ มิติทางสังคม (เช่น ความสัมพันธ์ในชุมชน การสนับสนุนจากสังคม) ที่เอื้อต่อความเป็นอยู่ที่ดีและการพัฒนาตนเองของนักเรียน

2. โมเดลเชิงสาเหตุ หมายถึง ความสัมพันธ์เชิงโครงสร้างระหว่างตัวแปรแฝงที่มีผลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร โดยเป็นความสัมพันธ์เชิงสาเหตุทั้งทางตรงและทางอ้อม ซึ่งแสดงให้เห็นถึงกระบวนการส่งผลของตัวแปรภายนอกต่อผลลัพธ์ด้านความผาสุก ผ่านตัวแปรต้น ตัวแปรตาม และตัวแปรส่งผ่าน ประกอบด้วย 3 ตัวแปรต้น ได้แก่ เอกลักษณ์แห่งตน สัมพันธภาพระหว่างบุคคล และสิ่งแวดล้อมซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

2.1 เอกลักษณ์แห่งตน หมายถึง ความเข้าใจในตนเอง มีความคิดเป็นของตนเอง การรู้จักและยอมรับตนเองความเป็นตัวของตัวเอง ความชอบ ความถนัด เพื่อกำหนดแนวทางของตน รวมทั้งการยอมรับความแตกต่างของบุคคล ประกอบด้วย

2.1.1 การรู้จักตนเอง คือ การรู้ว่าตนเป็นอย่างไร มีจุดเด่นจุดด้อยอะไร ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญในการกำหนดเป้าหมายชีวิต นอกจากนั้นเมื่อเรารู้จักและเข้าใจตนเองแล้วย่อมทำให้เราพร้อมที่จะเรียนรู้ที่จะรู้จักและเข้าใจยอมรับผู้อื่นได้

2.1.2 การยอมรับความแตกต่าง คือ การเรียนรู้จากผู้ที่แตกต่างจากเรา ให้เกียรติและให้คุณค่ากับความคิดความเชื่อประเพณีวัฒนธรรมที่แตกต่างและการหาจุดกึ่งกลาง ความสมดุลในการอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข

2.2 สัมพันธภาพระหว่างบุคคล หมายถึง พฤติกรรมการแสดงออกของแต่ละบุคคล การติดต่อสัมพันธ์สร้างความคุ้นเคย สนทนากับบุคคลอื่นในฐานะต่าง ๆ เพื่อทำความรู้จักนำมาซึ่งความสัมพันธ์และเกี่ยวข้องกันของบุคคล ทำให้เกิดการปรับตัวทางสังคม เคารพในสิทธิผู้อื่น รู้จักการให้และการยอมรับ ฟังพาทซึ่งกันและกัน ประกอบด้วย

2.2.1 ความสัมพันธ์ระหว่างสังคม คือ ความสามารถในการดำเนินชีวิตอยู่ร่วมกับบุคคลในสังคม และเป็นที่ยอมรับในสังคม โดยการแสดงออกทางพฤติกรรม

2.2.2 ความสัมพันธ์ระหว่างครอบครัว คือ การสร้างบรรยากาศที่ดีภายในครอบครัว การสนับสนุนในทุกด้านที่ทำให้นักเรียนในช่วงวัยเรียนรู้สึกมั่นคง ปลอดภัย และสบายใจทุกครั้งที่ใช้เวลาอยู่ร่วมกัน

2.3 สิ่งแวดล้อม หมายถึง สิ่งต่าง ๆ ที่อยู่รอบตัว ทั้งที่อยู่อาศัยที่เอื้อต่อการดำเนินชีวิต การอบรมเลี้ยงดูของครอบครัว การสนับสนุนในทุก ๆ ด้าน การอยู่ในสังคมที่เอื้อต่อการเรียนรู้ ซึ่งเป็นปัจจัยที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรมของนักเรียนในช่วงวัยรุ่นและนำไปสู่ความผาสุก ประกอบด้วย

2.3.1 การอบรมเลี้ยงดู คือ บุคคลที่เกี่ยวข้องในการเลี้ยงดูหรือปฏิบัติต่อนักเรียนให้เจริญเติบโต และมีพัฒนาการทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญา ซึ่งผู้อบรมต้องอบรมด้วยความรัก ความเข้าใจ และปรับวิธีการอบรมเลี้ยงดูเด็กอย่างเหมาะสม ให้เข้ากับสภาพการเปลี่ยนแปลงของสังคม เพื่อให้เด็กเติบโตเป็นคนดีสามารถเผชิญกับสภาพการณ์ของสังคมและอยู่ร่วมกันกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

2.3.2 ที่อยู่อาศัย คือ สถานที่ที่นักเรียนอาศัยอยู่เป็นประจำ ซึ่งทำหน้าที่เป็น แหล่งพักพิงและหล่อเลี้ยงชีวิต โดยเน้นลักษณะทางกายภาพของที่อยู่อาศัย เช่น ความมั่นคง ความปลอดภัย และบรรยากาศในครัวเรือนที่ก่อให้เกิดความอบอุ่นและการพักผ่อนที่เพียงพอ

สมมติฐานการวิจัย

1. โมเดลเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานคร มีความสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์

2. ตัวแปรสัมพันธภาพระหว่างบุคคล มีอิทธิพลทางตรงต่อ ตัวแปรสิ่งแวดล้อม

3. ตัวแปรสัมพันธภาพระหว่างบุคคล และ ตัวแปรสิ่งแวดล้อม มีอิทธิพลทางตรงต่อ ตัวแปรเอกลักษณ์แห่งตน

4. ตัวแปรเอกลักษณ์แห่งตน, ตัวแปรสิ่งแวดล้อม, และ ตัวแปรสัมพันธภาพระหว่างบุคคล มีอิทธิพลทางตรงต่อ ความผาสุก ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายใน กรุงเทพมหานคร

5. ตัวแปรสัมพันธภาพระหว่างบุคคล มีอิทธิพลทางอ้อมต่อ ความผาสุก โดยผ่าน ตัวแปรสิ่งแวดล้อม และตัวแปรเอกลักษณ์แห่งตน

6. ตัวแปรสิ่งแวดล้อม มีอิทธิพลทางอ้อมต่อ ความผาสุก โดยผ่าน ตัวแปรเอกลักษณ์แห่งตน

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. สามารถใช้ข้อมูลดังกล่าวเป็นพื้นฐานในการออกแบบแบบสอบถาม เครื่องมือประเมิน หรือเกณฑ์ในการส่งเสริมพฤติกรรมหรือคุณลักษณะที่สัมพันธ์กับความผาสุกของนักเรียน

2. โมเดลที่ได้สามารถใช้เป็นแนวทางเชิงกลยุทธ์ในการวางแผนกิจกรรม หรือโครงการพัฒนานักเรียนให้มีความผาสุกที่ยั่งยืนในระดับสถานศึกษาและเขตพื้นที่การศึกษา

3. ช่วยให้ผู้บริหารสถานศึกษา ครูแนะแนว และนักจิตวิทยาการศึกษา สามารถออกแบบแผนงานหรือแนวทางสนับสนุนที่มีประสิทธิภาพ ตรงจุด และมีหลักฐานเชิงข้อมูลรองรับ

4. สามารถใช้องค์ความรู้เกี่ยวกับปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานคร เพื่อสนับสนุนการดำเนินงานตามกรอบ OECD Future of Education and Skills 2030 โดยเฉพาะในประเด็นการส่งเสริมทักษะด้านอารมณ์และสังคม (Social and Emotional Skills), ความเท่าเทียม (Equity), และความผาสุกในชีวิต (Well-being) อันจะช่วยให้การพัฒนานักเรียนไทยมีทิศทางที่สอดคล้องกับมาตรฐานสากล และสามารถปรับตัวในสังคมที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วได้อย่างมีคุณภาพ

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

1. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับวัยรุ่น
2. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับความสุข (Well Being)
3. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับเอกลักษณ์แห่งตน
4. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อม
5. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับสัมพันธภาพระหว่างบุคคล
6. ทฤษฎีการเรียนรู้ของ Bandura
7. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
8. กรอบแนวคิดการวิจัย

1. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับวัยรุ่น

1.1 ความหมายของวัยรุ่น

วัยรุ่น หมายถึง วัยที่มีอายุประมาณ 13 – 19 ปี (ราชบัณฑิตยสถาน, 2554)

วัยรุ่น หมายถึง ช่วงชีวิตระหว่างวัยเด็กกับผู้ใหญ่ ซึ่งเป็นหัวเลี้ยวหัวต่อที่สำคัญยิ่ง เพราะมีการเปลี่ยนแปลงอันซับซ้อนและสับสนร่วมกันหลาย ๆ ด้าน ของระบบต่าง ๆ ของร่างกาย อีกทั้งระบบเพศ ด้านจิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญา และจริยธรรม ซึ่งมีจุดเริ่มต้นและการเปลี่ยนแปลงแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล โดยเฉลี่ยแล้ววัยรุ่นจะอยู่ในช่วงอายุ 10 – 19 ปี ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 ระยะ คือ

วัยรุ่นตอนต้น อายุ 10 – 13 ปี เป็นช่วงที่มีกาเปลี่ยนแปลงทางร่างกายมาก จึงมีความคิดหมกมุ่นกังวลกับการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย ทำให้อารมณ์หงุดหงิดแปรปรวนง่าย

วัยรุ่นตอนกลาง อายุ 14 – 16 ปี

วัยรุ่นตอนปลาย อายุ 17 – 19 ปี

(กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, 2546)

วัยรุ่น (Adolescence) องค์การอนามัยโลกได้ให้ความหมายไว้ว่า หมายถึงผู้ที่มีอายุ 10 - 19 ปี โดยมีรากศัพท์มาจากภาษาละติน คำว่า “adolescere” ซึ่งได้แตกออก เป็นคำว่า “adolescens” ซึ่งหมายถึง กำลังมีการเติบโต และคำว่า “adultus” ซึ่งหมายถึง การเติบโตได้เสร็จสิ้นแล้ว

วัยรุ่นหนุ่มสาว (Teenager) หมายถึง ผู้ที่มีอายุ 13 - 19 ปี คำว่า teenager มีที่มาจากประเทศสหรัฐอเมริกา ซึ่งเริ่มมีการใช้คำนี้ในราวปี ค.ศ. 1920 และมีการใช้กันอย่างแพร่หลาย ในช่วงหลังสงครามโลกครั้งที่ 2 ซึ่งการใช้คำนี้บางครั้งจะมีความสับสนกับคำว่า adolescence ได้ เนื่องจากเวลาแปลเป็นภาษาไทย อาจแปลได้ว่า วัยหนุ่มสาว หรือ บางครั้งก็แปลเป็นวัยรุ่น ได้เช่นเดียวกัน (มนัญญา ภูแก้ว, 2559)

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงสำคัญที่สุดช่วงหนึ่งของชีวิต เนื่องจากอยู่ในช่วงของวัยเชื่อมต่อระหว่างวัยเด็กกับวัยผู้ใหญ่ ซึ่งมีการพัฒนาการอย่างรวดเร็วทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สติปัญญา อารมณ์และสังคม ร่างกายเจริญเติบโตเข้าสู่สภาวะทางเพศ สมองเจริญเติบโตเต็มที่ที่มีอารมณ์แปรปรวนอ่อนไหวง่าย มีความสามารถในการคิดหาเหตุผลในเชิงนามธรรมได้เท่าผู้ใหญ่ แต่ยังด้อยประสบการณ์ในการดำเนินชีวิต กลุ่มเพื่อนมีอิทธิพลต่อการเสริมสร้างพฤติกรรมทางสังคมของวัยรุ่นในด้านค่านิยม ลักษณะนิสัย ตลอดจนคุณธรรมจริยธรรมเป็นอย่างมาก และสังคมในปัจจุบันมีสิ่งยั่วยุและแหล่งอบายมุขต่างๆ มากมายโดยเฉพาะสังคมเมือง เป็นเงื่อนไขและปัจจัยที่ชักจูงให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมในทางที่เสื่อมเสียได้ง่ายยิ่งขึ้น (ประภัสสร สุวรรณบงกช, 2552)

โดยสรุป วัยรุ่น หมายถึง เป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงสำคัญที่สุดช่วงหนึ่งของชีวิต ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม เนื่องจากอยู่ในช่วงของวัยเชื่อมต่อระหว่างวัยเด็กกับวัยผู้ใหญ่ จะมีช่วงอายุระหว่าง 13 – 19 ปี

การเจริญเติบโตของวัยรุ่น หมายถึง การพัฒนาทางร่างกายและสติปัญญาในช่วงอายุประมาณ 12-18 ปี โดยผู้หญิงมักจะเจริญเติบโตทางร่างกายเร็วกว่าผู้ชายประมาณ 2 ปี ในขณะที่พัฒนาการด้านสติปัญญานั้นอาจใกล้เคียงกัน ทั้งนี้ การช่วยส่งเสริมการเจริญเติบโตของวัยรุ่นอย่างเหมาะสม ถือว่ามีส่วนสำคัญที่จะช่วยให้วัยรุ่นเติบโตเข้าสู่วัยผู้ใหญ่อย่างสมบูรณ์และมีประสิทธิภาพมากขึ้น วัยรุ่นเป็นวัยที่กำลังเข้าสู่วัยเจริญพันธุ์ มีการเจริญเติบโตทางร่างกายและทางสติปัญญา ดังนี้ (ทัตพร อิศสรชิต, 2565)

การเจริญเติบโตของวัยรุ่นทางร่างกาย มีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วทั้งกล้ามเนื้อและรูปร่าง แต่ผู้หญิงกับผู้ชายอาจมีพัฒนาการทางร่างกายที่แตกต่างกัน ดังนี้

วัยรุ่นหญิง ส่วนใหญ่เริ่มมีพัฒนาการทางเพศตั้งแต่อายุ 8-13 ปี และเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วระหว่างอายุ 10-14 ปี โดยผู้หญิงจะเริ่มมีการเปลี่ยนทางร่างกายหลายส่วน ได้แก่ ความสูงของร่างกายเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วและน้ำหนักตัวเพิ่มขึ้น หน้าอกเริ่มใหญ่ขึ้นและสะโพกเริ่มมีส่วนเว้าส่วนโค้งมากขึ้น เริ่มมีขนรักแร้ ขนที่อวัยวะเพศ โดยปกติจะเริ่มมีขนภายใน 6-12 เดือนหลังจากเต้านมเริ่มขยาย ส่วนประกอบของระบบสืบพันธุ์ เช่น มดลูก คลิตอริส ช่องคลอด เริ่มมีขนาดใหญ่ขึ้น เริ่มมีประจำเดือนครั้งแรก อาจมีประจำเดือนตอนอายุประมาณ 13 ปี เมื่อผู้หญิงเริ่มมีประจำเดือน การพัฒนาของความสูงอาจเพิ่มขึ้นอีก 1-2 นิ้วและการพัฒนาของความสูงอาจค่อยๆ ช้าลงขึ้นอยู่กับการแต่ละบุคคลด้วย

วัยรุ่นชาย ส่วนใหญ่เริ่มมีพัฒนาการทางเพศตั้งแต่อายุ 10-14 ปี และเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วจนอายุประมาณ 16 ปี ซึ่งการเจริญเติบโตของเด็กผู้ชายมักช้ากว่าผู้หญิง 2 ปี โดยส่วนใหญ่เมื่อผู้ชายอายุ 16 ปี ร่างกายจะหยุดเติบโตแต่กล้ามเนื้อยังคงพัฒนาต่อไป โดยการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายของผู้ชาย ได้แก่ องคชาติและอวัยวะมีขนาดใหญ่ขึ้น เริ่มมีขนรักแร้ หนวดเครา ขนบนใบหน้า และขนที่อวัยวะเพศ เสียงเริ่มแตกหนุ่มและเข้มขึ้น ลูกอัณฑะเริ่มผลิตอสุจิ อาจเริ่มมีฝันเปียก ผู้ชายบางคนอาจมีลูกกระเดือกใหญ่ขึ้นจนมองเห็นได้ชัด

การเจริญเติบโตของวัยรุ่นทางสติปัญญา วัยรุ่นเริ่มมีพัฒนาการและความสามารถทางความคิดอย่างมีระบบ ลึกซึ้งและซับซ้อนมากขึ้น รู้จักการจัดการกับอารมณ์และ

การแก้ปัญหา ซึ่งช่วยในการพัฒนาความรู้ความเข้าใจที่นำไปสู่การพัฒนาทางปัญญาของวัยรุ่น การเจริญเติบโตของวัยรุ่นทางสติปัญญาแต่ละช่วงวัย มีดังนี้

วัยรุ่นตอนต้น เริ่มมีความคิดที่ซับซ้อนมากขึ้นและรู้จักตัดสินใจในเรื่องต่าง ๆ ได้ด้วยตนเอง เช่น เริ่มพูดและแลกเปลี่ยนความเห็นในมุมมองต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับชีวิตของตนเอง เช่น ควรเข้ากลุ่มกับเพื่อนคนไหนดี ควรเล่นกีฬาชนิดไหนดี ควรสร้างบุคลิกแบบไหนถึงน่าดึงดูด เริ่มแสดงความคิดเห็น แนะนำ ได้ตอบในเรื่องการเรียนเริ่มตั้งคำถามเกี่ยวกับวัฒนธรรมและมาตรฐานทางสังคมมากขึ้น

วัยรุ่นตอนกลาง เริ่มมีความคิดเกี่ยวกับเรื่องอนาคตมากขึ้น เช่น เริ่มคิดเกี่ยวกับการพัฒนาบุคลิกของตนเองในอนาคต เริ่มคิดและวางแผนการใช้ชีวิต และตั้งเป้าหมายของตนเองในอนาคต เริ่มคิดถึงการกระทำและผลของการกระทำในระยะยาวมากขึ้น เริ่มคิดถึงการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นมากขึ้น

วัยรุ่นตอนปลาย เริ่มมีกระบวนการความคิดที่ซับซ้อน คิดถึงความเป็นไปได้ที่อาจเกิดขึ้นในอนาคตและอาจสนใจสิ่งรอบตัวมากขึ้น เช่น เริ่มให้ความสนใจในการเรียนต่อ และตัดสินใจเลือกอาชีพในอนาคต แสดงความคิดเห็นและได้ตอบเมื่อไม่เห็นด้วยในสิ่งที่ขัดแย้งกับแนวคิดของตนเอง เริ่มมีแนวคิดและให้ความสนใจเกี่ยวกับสิ่งรอบตัวมากขึ้น เช่น การเมือง กฎหมาย ความยุติธรรม สิทธิมนุษยชน ความหลากหลายทางเพศ

วัยรุ่น เป็นช่วงวัยที่มีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว มีการเปลี่ยนแปลงทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสติปัญญา องค์การอนามัยโลกได้ให้คำจำกัดความของวัยรุ่นว่าเป็นบุคคลในช่วง 10 - 19 ปี และมีลักษณะสำคัญ 3 ประการ คือ (สุวรรณา เรื่องกาญจนเศรษฐี, 2562)

พัฒนาการด้านร่างกาย โดยเฉพาะการเปลี่ยนแปลงของอวัยวะเพศจนมีวุฒิภาวะทางเพศอย่างสมบูรณ์

พัฒนาการด้านอารมณ์และจิตใจ โดยเป็นระยะที่เปลี่ยนแปลงจากเด็กเป็นผู้ใหญ่ จะอยากรู้ อยากเห็นและอยากทดลอง ต้องการการยอมรับจากเพื่อน เพื่อนจึงมีอิทธิพลต่อความรู้สึกนึกคิดของวัยรุ่น ดังนั้นวัยรุ่นอาจถูกชักจูงได้โดยง่ายหากขาดความยับยั้งชั่งใจความนับถือตนเอง ขาดทักษะชีวิตส่งผลให้มีพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการเกิดปัญหาสุขภาพทั้งในระยะสั้น เช่น ความเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุ การทำร้ายร่างกาย และการ ฆ่าตัวตาย รวมทั้งพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ส่วนผลต่อสุขภาพระยะยาว เช่น การกินอาหารไขมันสูง การสูบบุหรี่ หรือการขาดการออกกำลังกาย นำไปสู่โรคอ้วนและโรคหลอดเลือดหัวใจตีบตันในวัยกลางคน

การเปลี่ยนแปลงด้านเศรษฐกิจ สังคม โดยเปลี่ยนจากการพึ่งพาครอบครัว มาเป็นผู้ที่สามารถประกอบอาชีพและมีรายได้ของตนเอง หรือมีสิทธิทางกฎหมายในเรื่องต่าง ๆ เช่น ใช้สิทธิออกเสียงเลือกตั้งได้และหากกระทำผิดจะต้องขึ้นศาลผู้ใหญ่ ไม่ใช่ศาลเด็กและเยาวชน

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงมากวัยรุ่นจึงต้องมีการปรับตัวกับสิ่งเร้าภายในตัว และสิ่งเร้าจากภายนอกมากขึ้น จึงอาจทำให้วัยรุ่นมีปฏิกิริยาต่อการเปลี่ยนแปลงของร่างกายและอารมณ์ต่าง ๆ บางครั้งปฏิกิริยาเหล่านี้อาจมองเผินๆเหมือนความผิดปกติที่ต้องการความช่วยเหลือได้แต่โดยทั่วไปแล้วปฏิกิริยาบางอย่างจะเป็นอยู่ชั่วคราวแล้วหายไปเองได้ (นงพะงา ลิ้มสุวรรณ, ม.ป.ป.)

การเปลี่ยนแปลงทางกาย ในช่วงวัยรุ่น ร่างกายทั้งเพศชายและเพศหญิงมีการเจริญเติบโตทุกระบบ เช่น ส่วนสูงและน้ำหนักเพิ่มขึ้น แขนขายาวขึ้น รวมถึงการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมนที่กระตุ้นการทำงานของอวัยวะและระบบสืบพันธุ์ ทั้งยังเกิดลักษณะประจำเพศทุติยภูมิ (secondary sex characteristics) เช่น เด็กชายเสียงห้าวและมีหนวด เด็กหญิงมีเต้านมและมีประจำเดือน การเปลี่ยนแปลงเหล่านี้ส่งผลต่อการรับรู้เพศสภาพ (gender identity) ซึ่งอาจทำให้วัยรุ่นรู้สึกกังวลหรือยากต่อการปรับตัวได้

การเปลี่ยนแปลงทางจิตใจและความคิด เมื่อบุตรหลานเข้าสู่วัยรุ่น อาจดูเหมือนคือ ไม่เชื่อฟัง หรือทำให้ผู้ใหญ่กังวลว่าจะเกิดปัญหาร้ายแรง แต่แท้จริงแล้วเป็นผลจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและจิตใจ หากผู้ใหญ่ไม่เข้าใจและเลือกที่จะเข้มงวดหรือควบคุมมากขึ้น อาจนำไปสู่ความขัดแย้งและทำให้วัยรุ่นแสดงปฏิกิริยาตอบโต้รุนแรงยิ่งขึ้น

ความสนใจในตัวเอง (Narcissism) วัยรุ่นจะสนใจตัวเองมาก รักสวย รักงาม การแต่งกายก็ต้องพิถีพิถันหรือให้เป็นที่ยอมรับของเพื่อนฝูง หรือสะดุดตาโดยเฉพาะให้เพศตรงข้ามสนใจ

ความนับถือผู้ใหญ่ มุมมองต่อผู้ใหญ่ (Authority figure) วัยรุ่นมักให้ความสำคัญกับความคิดเห็นของผู้ใหญ่น้อยลง และมองว่าผู้ใหญ่ล้าสมัยหรือไม่ทันเหตุการณ์ พร้อมเชื่อว่าความคิดของตนถูกต้องกว่า หากผู้ใหญ่ไม่เข้าใจธรรมชาตินี้ อาจโกรธหรือมองว่าเป็นการไม่เคารพพ่อแม่หรือครู จนเกิดการดื้อารุนแรงและนำไปสู่ความขัดแย้งได้ **ความเป็นตัวของตัวเอง (Independence)** วัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องการเป็นตัวของตัวเองมาก และมีความต้องการรับผิดชอบตัวเอง ผู้ใหญ่ควรค่อย ๆ ปลดปล่อยให้วัยรุ่นมีอิสระมากขึ้นอย่างเหมาะสม ไม่บังคับหรือมีกฎระเบียบมากเกินไป ควรให้วัยรุ่นสามารถหัดตัดสินใจในขอบเขตที่เหมาะสม วัยรุ่นต้องการความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองอย่างมาก บางครั้งจะแยกตัวไปจากบิดามารดาเพื่อไปหาความเป็นตัวของตัวเองจนบางครั้งมีการต่อต้านความคิดและการกระทำของผู้ใหญ่

แสวงหาเอกลักษณ์ของตน (Identity) วัยรุ่นกำลังเตรียมตัวก้าวสู่ความเป็นผู้ใหญ่ จึงมองหาคำตอบว่าตนเองอยากเป็นคนแบบใดในอนาคต จะประกอบอาชีพอะไร และมีบทบาทเช่นไร ความมั่นใจในตนเองจะเกิดขึ้นเมื่อรู้สึกว่ามีความสามารถและทำงานที่ได้รับมอบหมายสำเร็จ (experiencing success) ดังนั้น ไม่ควรมอบหมายงานที่ยากเกินไป เพราะความล้มเหลวซ้ำ ๆ อาจทำให้เกิดความรู้สึกไร้ค่าและเป็นปมด้อยได้

การคบเพื่อน เพื่อนมีอิทธิพลต่อวัยรุ่นอย่างมาก เพราะเป็นช่วงที่ต้องการการยอมรับจากกลุ่ม หากคบเพื่อนดีที่มีกิจกรรมสร้างสรรค์ก็จะส่งผลดีต่อตนเองและสังคม แต่หากคบเพื่อนเกเรก็อาจนำไปสู่ปัญหาพฤติกรรมได้

ความประพฤติกของวัยรุ่น วัยรุ่นมักมีพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงเร็ว เพราะต้องการแสดงความเป็นอิสระและพึ่งตนเอง บางครั้งอาจดูเป็นผู้ใหญ่ แต่ไม่นานก็กลับไปเหมือนเด็ก ความก้าวร้าวอาจเกิดจากความเครียดทางอารมณ์ เช่น ความไม่มั่นใจในตนเอง แรงกดดันทางเพศ ความรู้สึกต่อเพศตรงข้าม หรือความกังวลเกี่ยวกับอนาคต

ชอบเพ้อฝัน (Fantasy) วัยรุ่นมักมีโลกจินตนาการสูง เด็กหญิงนิยมเขียนบันทึก ส่วนเด็กชายมักใช้เวลาพูดคุยทางโทรศัพท์นาน ๆ

สนใจในสังคม วัยรุ่นเริ่มให้ความสำคัญกับส่วนรวม เห็นคุณค่าของการเสียสละ และมักไม่พอใจกับสังคมที่ไม่สมบูรณ์แบบตามอุดมคติของตน

ความสนใจในเรื่องเพศ การเปลี่ยนแปลงทางกายทำให้เกิดความสนใจต่อเพศตรงข้าม พฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่นได้รับอิทธิพลจากแบบอย่างในครอบครัว หากครอบครัวมีทัศนคติที่เหมาะสม วัยรุ่นจะเรียนรู้ว่าเรื่องเพศเป็นสิ่งธรรมชาติที่เชื่อมโยงกับความรักและความสัมพันธ์อันใกล้ชิด การได้รับความรู้และการสื่อสารอย่างเปิดเผยเรื่องเพศจะช่วยสร้างความเข้าใจที่ถูกต้อง และป้องกันพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมได้

ดังนั้น สามารถสรุปได้ว่า ในช่วงวัยรุ่นจะมีพัฒนาการหลัก ๆ ใน 3 ด้าน ประกอบด้วย การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย คือ มีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายทั่วไป และการเปลี่ยนแปลงทางเพศ เนื่องจากวัยรุ่นมีการสร้างและหลั่งฮอร์โมนเพศและฮอร์โมนของการเจริญเติบโตอย่างมากและรวดเร็ว

ด้านอารมณ์และสังคม คือ อารมณ์จะปั่นป่วนเปลี่ยนแปลงง่าย หงุดหงิดง่าย เครียดง่าย โกรธง่ายอาจเกิดอารมณ์ซึมเศร้าโดยไม่มีสาเหตุได้ง่าย อารมณ์ที่ไม่ดีเหล่านี้อาจทำให้เกิดพฤติกรรมเกรี้ยวกราด มีผลต่อการเรียนและการดำเนินชีวิต ด้านสังคมวัยรุ่นจะเริ่มห่างจากทางบ้าน ไม่ค่อยสนิทสนมคลุกคลีกับพ่อแม่พี่น้องเหมือนเดิม แต่จะสนใจเพื่อนมากกว่าจะใช้เวลากับเพื่อนนาน ๆ มีกิจกรรมนอกบ้านมาก ไม่อยากไปไหนกับทางบ้าน เริ่มมีความสนใจเพศตรงข้าม สนใจสังคมสิ่งแวดล้อม ปรับตัวเองให้เข้ากับกฎเกณฑ์กติกาของกลุ่มของสังคมได้ดีขึ้น พัฒนาการทางสังคมที่ดีจะเป็นพื้นฐานมนุษยสัมพันธ์ที่ดีและบุคลิกภาพที่ดี การเรียนรู้สังคมจะช่วยให้ตนเองหาแนวทางการดำเนินชีวิตที่เหมาะสมกับตนเอง เลือกวิชาชีพที่เหมาะสมกับตนและมีสังคมสิ่งแวดล้อมที่ดีต่อตนเองในอนาคตต่อไป

ด้านสติปัญญาและจิตใจ คือ วัยนี้สติปัญญาจะพัฒนาสูงขึ้นจนมีความคิดเป็นแบบรูปธรรม เข้าใจเหตุการณ์ต่าง ๆ ได้ลึกซึ้งขึ้น มีความสามารถในการคิด วิเคราะห์ และสังเคราะห์สิ่งต่าง ๆ ได้มากขึ้นตามลำดับแต่ในช่วงระหว่างวัยรุ่นนี้ยังอาจขาดความยั้งคิด ขาดการไตร่ตรองให้รอบคอบ

2. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับความผาสุก (Well Being)

2.1 ความหมายของ Well Being

Well – being ได้แปลเป็นภาษาไทยได้ว่า ความอยู่ดีมีสุข สุขภาวะ ความสุข ความผาสุก ซึ่งในงานวิจัยนี้ใช้คำว่าความผาสุก หมายถึง สภาวะที่บุคคลรับรู้ในสิ่งที่ตนต้องการและทำได้สำเร็จ การพัฒนาตนเองและการสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีกับผู้อื่นในสังคม ดำเนินชีวิตอย่างพอเพียง มีความสามารถในการจัดการปัญหาและบริหารจัดการประสบการณ์ชีวิตอย่างสม่ำเสมอ เพื่อให้เกิดความสุขและคุณภาพชีวิตที่ดี ครอบคลุมถึงความดีงามภายในจิตใจภายใต้สภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป โดยไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน สอดคล้องกับเข็มทิศการเรียนรู้ 2030 ของ OECD แนวคิดของผู้เรียนเป็นแกนกลางในการเป็นตัวแทนการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ในอนาคต (Student Agency) เข็มทิศเป็นเครื่องมือที่นักเรียนสามารถใช้เพื่อปรับทิศทางตนเองขณะใช้ความรู้สึกของวัตถุประสงค์และความรับผิดชอบในขณะที่เรียนรู้ที่จะโน้มน้าวผู้คนเหตุการณ์และสถานการณ์

รอบตัวของนักเรียนให้ดีขึ้นซึ่งผู้มีส่วนร่วมของตัวแทนการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ (Co-Agency) ไม่ได้มีเฉพาะนักเรียนยังประกอบด้วยเพื่อนครูผู้ปกครองและชุมชน (OECD,2019) อีกทั้งยังสอดคล้องกับจุดมุ่งหมายในการเรียนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาความผาสุกสามารถแบ่งได้เป็น 2 ประเภท คือ ความผาสุกเชิงอัตวิสัยหรือความสุขจากภายใน (Subjective Well - Being,Happiness) เป็นความสุขที่เกิดขึ้นจากการนึกคิดของบุคคลและมีลักษณะเป็นนามธรรม ความผาสุกเชิงภาวะวิสัยหรือความสุขจากปัจจัยภายนอก (Objective Well - Being) เป็นความสุขที่เกิดขึ้นจากองค์ประกอบหลาย ๆ ด้านที่สามารถจับต้องได้หรือเห็นได้ (สาสินี เทพสุวรรณ, 2550)

2.1.1 ความอยู่ดีมีสุข

ความอยู่ดีมีสุข (Well-Being) หมายถึง ความสุขในชีวิตซึ่งไม่ใช่เพียงแต่ งาน เงิน บ้าน สมบัติเท่านั้นแต่รวมถึงคุณภาพของชีวิต ได้แก่ การมีสุขภาพดี มีส่วนรวมกับสังคม ความผูกพันทางสังคม การศึกษา ความมั่นคง ความพอใจกับชีวิตและสิ่งแวดล้อม (ชูกิจ ลิ้มปีจันทร์,2562)

ความอยู่ดีมีสุข หมายถึง การมีสุขภาพอนามัยที่ดีทั้งร่างกายและจิตใจมีความรู้ มีงานทำที่ทั่วถึง มีรายได้เพียงพอ มีครอบครัวอบอุ่นมั่นคง อยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี และอยู่ภายใต้ระบบบริหารจัดการที่ดีของรัฐ โดยมีแนวคิดพื้นฐานในการพัฒนาตัวชีวิตที่ให้ความสำคัญกับความสามารถในการใช้ศักยภาพของมนุษย์ร่วมกับการพัฒนาศักยภาพของมนุษย์ โดยได้รับคำจำกัดความในรูปของ “ภารกิจ” (functionings) และสมรรถภาพ (capabilities) (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2545)

ความอยู่ดีมีสุข หมายถึง การมีคุณภาพชีวิตที่ดี มีสุขภาพดีทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ อีกทั้งยังอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี มีปัจจัยพื้นฐานที่เพียงพอ

2.1.2 สุขภาวะ

สุขภาวะ หมายถึง การดำรงชีพของบุคคลอย่างมีสุข ทั้งกายและจิต อาจกล่าวได้ว่า ไม่ใช่เพียงไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ แต่รวมถึงการมีชีวิตที่มีร่างกายแข็งแรง จิตใจแข็งแรง มีความสุขอยู่ในสังคมโลกปัจจุบันซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงต่างๆ เกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว

สุขภาวะที่สมบูรณ์ทุกๆ ทางเชื่อมโยงกันและจะสะท้อนถึงความเป็นองค์รวมอย่างแท้จริงของสุขภาพที่เกื้อหนุนและเชื่อมโยงกันทั้ง 4 มิติ ได้แก่ กาย จิต สังคม และปัญญา

1. สุขภาวะทางกาย หมายถึง การมีร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง มีเศรษฐกิจพอเพียง มีสิ่งแวดล้อมดี ไม่มีอุบัติเหตุ

2. สุขภาวะทางจิต หมายถึง จิตใจที่เป็นสุข ผ่อนคลาย ไม่เครียด คล่องแคล่ว มีความเมตตา กรุณา มีสติ มีสมาธิ

3. สุขภาวะทางสังคม หมายถึง การอยู่ร่วมกันด้วยดี ในครอบครัว ในชุมชน ในที่ทำงาน ในสังคม ในโลก ซึ่งรวมถึงการมีบริการทางสังคมที่ดี และมีสันติภาพ

4. สุขภาวะทางปัญญา (จิตวิญญาณ) หมายถึง ความสุขอันประเสริฐที่เกิดจากมีจิตใจสูง เข้าถึงความจริงทั้งหมด ลดละความเห็นแก่ตัว มุ่งเข้าถึงสิ่งสูงสุด ซึ่งหมายถึง

พระนิพพาน หรือพระผู้เป็นเจ้าหรือความดีสูงสุดแล้วแต่ความเชื่อที่แตกต่างกันของแต่ละคน (ศุภาพิชญ์ ชุทธิทรัพย์, 2022)

สุขภาพ คือ สุขภาวะ ภาวะที่มีความสมบูรณ์ทั้งทางกาย จิต สังคม และ จิตวิญญาณ หรือปัญญา เชื่อมโยงกันเป็นองค์รวม และสุขภาพจะมีความเกี่ยวข้องกับปัจจัย กำหนดสุขภาพ ผลจากการดำเนินงานตามนโยบาย แผนงาน โครงการ กิจกรรม ต่าง ๆ ย่อมส่งผล ต่อการเปลี่ยนแปลงปัจจัยกำหนดสุขภาพ และส่งผลกระทบต่อสุขภาพในที่สุด (เพ็ญ สุขมาก, 2561)

สุขภาวะ หมายถึง ความสมบูรณ์ทั้งทางกาย ใจ สังคมและสติปัญญา ซึ่ง ทำให้มนุษย์สามารถปรับตัวได้ในสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว อีกทั้งยัง ความเป็นอยู่ที่ดี

2.1.3 ความผาสุก

ความผาสุก หมายถึง ความสำราญ, ความสบาย (สำนักงานราชบัณฑิตยสภา, 2554)

ความผาสุก หมายถึง ความสุข เป็นสภาวะที่บุคคลรับรู้ว่าคุณค่าที่ตนทำสิ่ง ที่ต้องการสำเร็จ เป็นตัวของตัวเอง ภาคภูมิใจในตนเอง มีความคิดเชิงบวกและความกระตือรือร้นใน การดำเนินชีวิต ส่งผลให้มีสุขภาพกายใจที่ดี พัฒนาตนเอง สร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นและสังคม ดำเนินชีวิตอย่างพอเพียงและมีใจสงบ (ศูนย์จิตวิทยาสุขภาพและสุขภาวะสาธารณะ, 2555)

ความผาสุก หมายถึง ความสุขและความสบายใจ การมีสุขภาพจิตที่ดี ความสดชื่นแจ่มใส และมีชีวิตชีวา เป็นสภาวะที่บุคคลรับรู้ว่าคุณค่าที่ตนทำสิ่ง ที่ต้องการสำเร็จ เป็นตัวของ ตัวเอง ภูมิใจในตนเอง มีความคิดเชิงบวกและกระตือรือร้นในการดำเนินชีวิต ทำให้มีสุขภาพกาย ใจที่ดี พัฒนาตนเอง สร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นและสังคม ดำเนินชีวิตอย่างพอเพียงและมีใจ สงบ มีคุณภาพชีวิตที่ดี ครอบคลุมความดีงามภายในจิตใจ แม้ในสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลง บุคคลสามารถบริหารจัดการประสบการณ์และความรู้สึกได้สมำเสมอ จนเกิดความยินดีและอึด ใจโดยไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน

ในงานวิจัยเรื่องนี้ ผู้วิจัยใช้คำว่า “ความผาสุก” เนื่องจากในเข็มทิศการ เรียนรู้ 2030 ของ OECD กำหนดแนวคิดของผู้เรียนเป็นแกนกลางในการเป็นตัวแทนการ ปรับเปลี่ยนในทัศนคติในอนาคต (Student Agency) เข็มทิศเป็นเครื่องมือที่นักเรียนสามารถใช้เพื่อ ปรับทิศทางตนเองขณะใช้ความรู้สึกของวัตถุประสงค์และความรับผิดชอบในขณะที่เรียนรู้ที่จะโน้มน้าวผู้คนเหตุการณ์และสถานการณ์รอบตัวของนักเรียนให้ดีขึ้นซึ่งผู้มีส่วนร่วมของตัวแทนการ ปรับเปลี่ยนในทัศนคติ (Co-Agency) ไม่ได้มีเฉพาะนักเรียนยังประกอบด้วยเพื่อนครูผู้ปกครองและ ชุมชน (OECD, 2019)

2.2. องค์ประกอบของความผาสุก (Well Being)

2.2.1 องค์ประกอบของ well being 2030 ตาม OECD (OECD, ม.ป.ป.)

ความผาสุกทางด้านอาชีพการงาน (Career Well-Being) อาชีพการงาน เป็นสิ่งสำคัญที่สุดเพราะเป็นสิ่งที่มนุษย์ต้องปฏิบัติทุกวันเป็นพื้นฐานของชีวิตซึ่งอาชีพจะนำไปสู่ ความก้าวหน้าให้กับชีวิตของเราและนำไปสู่ความผาสุกในด้านอื่น ๆ ตามมาด้วย

ความผาสุกทางด้านสังคม (Social Well-Being) มนุษย์เป็นสัตว์สังคม ดังนั้นการมีสังคมจะทำให้เกิดเพื่อนพ้องมีความรักใคร่ซึ่งจะทำให้เกิดความสุขในชีวิตซึ่ง ถ้าไม่มีเพื่อนพ้องรวมถึงความรักใคร่ก็จะทำให้อยู่ในสังคมอย่างยากลำบาก

ความผาสุกทางการเงิน (Financial Well-Being) สถานะทางการเงินเป็นความสามารถในการจับจ่ายใช้สอยของเราซึ่งการจะมีความสุขได้โดยจะต้องไม่มีหนี้สินที่มากเกินไปหรือมีเงินที่ใช้จ่ายพอประมาณไม่ใช่ไม่มีเงินเลยแต่เงินก็ไม่ใช่ว่าปัจจัยสำคัญที่สุดในการที่จะทำให้เกิดความผาสุก

ความผาสุกทางการมีร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง (Physical Well-Being) มนุษย์จะต้องรักษาร่างกายให้สมบูรณ์แข็งแรงเพื่อที่จะใช้ในการทำงานและหาเงินเพื่อมาใช้จ่ายในชีวิตประจำวันให้เกิดความผาสุก แต่ถ้ามนุษย์เราใช้ร่างกายมากเกินไปไม่ว่าจะเป็นการทำงานที่หนักทานอาหารที่ไม่มีประโยชน์หรือแม้กระทั่งไม่ค่อยออกกำลังกายก็จะทำให้เกิดการเจ็บป่วยได้

ความผาสุกทางสภาพแวดล้อมที่เราอยู่อาศัย (Community Well-Being) สภาพแวดล้อมที่เราอยู่อาศัยจะส่งผลต่อความผาสุก เช่น น้ำ อากาศ สภาพของดิน อุณหภูมิ มลพิษที่เกิดขึ้นต่าง ๆ ยิ่งถ้ามนุษย์อยู่ในสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมก็จะทำให้เกิดความผาสุกอย่างมากแต่ถ้ามนุษย์อยู่ในแหล่งเสื่อมโทรมที่มีมลพิษมาก ๆ วิถีชีวิตก็จะลำบากมากซึ่งความผาสุกจะน้อยลงอย่างมาก

2.2.2 ตัวชี้วัดความผาสุก ของคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ 7 ด้าน 25 ตัวชี้วัด

ตัวชี้วัดความผาสุกของคนไทยที่จัดทำโดย สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (สศช.) หรือ "สภาพัฒน์" นั้น เป็นส่วนหนึ่งของ แนวคิด “ความเจริญก้าวหน้าของประเทศที่ได้วัดด้วยรายได้เท่านั้น” โดยต้องการวัด “ความผาสุกของประชาชน” (People Well-being) ผ่านมิติต่าง ๆ ที่ครอบคลุมทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อม และคุณภาพชีวิต ซึ่งมีตัวชี้วัดความผาสุก ดังตาราง 1

ตาราง 1 ตัวชี้วัดความผาสุกของคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ

ตัวชี้วัด	องค์ประกอบ	ดัชนี
1. สุขภาพอนามัย	1. การมีชีวิตยืนยาว 2. การมีสุขภาพอนามัยที่ดี 3. การสร้างความเป็นธรรมในระบบสาธารณสุข	1. อายุขัยเฉลี่ยเมื่อแรกเกิด 2. สัดส่วนประชากรที่ไม่เจ็บป่วยในแต่ละปี 3. สัดส่วนประชากรที่มีหลักประกันสุขภาพ
2. ความรู้	4. การได้รับการศึกษาของคนไทยอย่างทั่วถึงเท่าเทียมกัน 5. คุณภาพการศึกษา	4. จำนวนปีเฉลี่ยที่ได้รับการศึกษาของประชาชน 5. อัตราการเข้าเรียนหนังสือของเด็กชั้นมัธยมต้นและมัธยมปลาย

6. ผลคะแนนการทดสอบวิชา ภาษาไทย
ภาษาอังกฤษ คณิตศาสตร์ และ
วิทยาศาสตร์

ตาราง 1 (ต่อ)

ตัวชี้วัด	องค์ประกอบ	ดัชนี
3. ชีวิตการทำงาน	6. การมีงานทำอย่างทั่วถึง 7. ความมั่นคงในการ ทำงาน	7. สัดส่วนผู้ว่างงาน 8. สัดส่วนแรงงานที่มีบริการสวัสดิการและ อยู่ในข่ายครอบคลุมของกองทุน ประกันสังคม
4. รายได้และการ กระจายรายได้	8. รายได้ 9. การกระจายรายได้	9. สัดส่วนคนยากจนด้านรายได้ 10. สัมประสิทธิ์การกระจายรายได้
5. สภาพแวดล้อม	10. ด้านที่อยู่อาศัยและการ ได้รับบริการสาธารณสุขภาค 11. ด้านความปลอดภัยใน ชีวิตและทรัพย์สิน 12. สิ่งแวดล้อม	11. สัดส่วนครัวเรือนที่มีบ้านและที่อยู่เป็น ของตนเอง 12. สัดส่วนครัวเรือนที่มีน้ำประปาใช้ 13. สัดส่วนคดีอาชญากรรมต่อประชากร 14. สัดส่วนคดียาเสพติดต่อประชากร 15. ดัชนีคุณภาพแหล่งน้ำ 16. สัดส่วนขยะต่อประชากรแต่ละปี 17. สัดส่วนพื้นที่ป่าไม้ต่อพื้นที่ทั้งหมด
6. ด้านชีวิตครอบครัว	13. สัมพันธภาพของสมาชิกใน ครอบครัว 14. การพึ่งตนเองทาง เศรษฐกิจ	18. อัตราการหย่าร้างต่อประชากรพัน คน 19. อัตราการจดทะเบียนสมรสต่อ ประชากรพันคน 20. ครอบครัวอบอุ่น 21. ร้อยละของครัวเรือนที่มีรายได้ มากกว่ารายจ่ายร้อยละ 10
7. การบริหารจัดการ ที่ดี	15. หลักคุณธรรม 16. การมีส่วนร่วม	22. สัดส่วนจำนวนข้าราชการที่ถูก ลงโทษทางวินัย

17.ความคุ้มค่า	23. สัดส่วนของผู้มาใช้สิทธิเลือกตั้ง
18.ความโปร่งใส	24. สัดส่วนการใช้จ่ายภาครัฐต่อ GDP
	25. ดัชนีการรับรู้เรื่องคอร์รัปชัน

แหล่งที่มา (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2549)

2.2.3 กรอบแนวคิดของศาสตราจารย์นาค คัควานิ

องค์ประกอบของความอยู่ดีมีสุข ออกเป็น 7 ด้าน ซึ่งมีความครอบคลุมทุกมิติของการดำรงชีวิต ดังนี้

1. ด้านสุขภาพอนามัยและโภชนาการ ครอบคลุมความยืนยาวของอายุ การปลอดจากโรคภัยไข้เจ็บ โภชนาการ และการให้บริการสาธารณสุข
2. การศึกษา ครอบคลุมกระบวนการเรียนรู้ ความรู้พื้นฐานทักษะต่าง ๆ รวมทั้งการเข้าถึงบริการและคุณภาพการศึกษา
3. ชีวิตการทำงาน เนื่องจากประชาชนใช้ชีวิตส่วนใหญ่นอกบ้าน การพิจารณาสภาพแวดล้อมและคุณภาพชีวิตการทำงานจึงสำคัญ รวมถึงความพอใจในค่าจ้าง การจ้างงาน ระบบประกันสังคม และการคุ้มครองแรงงานเด็กและผู้หญิง
4. ชีวิตครอบครัว ความสัมพันธ์ภายในครอบครัวมีผลต่อความอยู่ดีมีสุข ครอบครัวที่มีความรัก ความอบอุ่น รับรู้ความต้องการและดูแลสมาชิกทุกคนอย่างเท่าเทียม ช่วยสร้างคุณภาพชีวิตที่ดี
5. การเติบโตทางเศรษฐกิจ การลดความยากจน การกระจายรายได้ และสวัสดิการ เป็นปัจจัยสำคัญของความอยู่ดีมีสุข การพัฒนาที่ยั่งยืนช่วยลดความไม่เท่าเทียมและส่งเสริมคุณภาพชีวิต
6. สิ่งแวดล้อมและความปลอดภัย การดูแลทรัพยากรธรรมชาติ และสิ่งแวดล้อม การอนามัยแวดล้อม และความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน รวมถึงการป้องกันอาชญากรรม เป็นองค์ประกอบสำคัญต่อความอยู่ดีมีสุขและการพัฒนาที่ยั่งยืน
7. ด้านประชาธิปไตย หมายถึงความสัมพันธ์ระหว่างรัฐกับประชาชน การส่งเสริมการมีส่วนร่วมของประชาชน การเคารพสิทธิมนุษยชน สิทธิเสรีภาพทางการเมือง ความยุติธรรม และการกระจายอำนาจ ล้วนเป็นเครื่องมือสำคัญในการยกระดับความอยู่ดีมีสุข (ไชยฤทธิ์ & อนุชิตวรวงศ์, 2560-2561)

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยเลือกใช้องค์ประกอบความผาสุก (Well-being) ตามกรอบแนวคิดของ OECD (2030) เนื่องจากครอบคลุมทั้งมิติด้านอาชีพ สังคม การเงิน สุขภาพ

กาย และสภาพแวดล้อม ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่าความผาสุกไม่ได้เกิดจากปัจจัยใดปัจจัยหนึ่งเพียงลำพังแต่เป็นผลจากการบูรณาการของหลายด้านที่เชื่อมโยงกันอย่างซับซ้อน แนวคิดดังกล่าวสอดคล้องกับสภาพสังคมปัจจุบันที่ผู้คนเผชิญทั้งความท้าทายและโอกาสจากการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจ สังคม และสิ่งแวดล้อม สำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร การทำความเข้าใจองค์ประกอบความผาสุกดังกล่าวถือว่ามีความสำคัญอย่างยิ่งเนื่องจากนักเรียนกลุ่มนี้อยู่ในช่วงวัยที่ต้องเผชิญกับแรงกดดันทั้งด้านการเรียน การสอบแข่งขัน และการตัดสินใจด้านเส้นทางการศึกษาและอาชีพในอนาคต อีกทั้งยังต้องปรับตัวกับการใช้ชีวิตในสังคมเมืองที่มีการแข่งขันสูง ค่าใช้จ่ายที่มาก สภาพแวดล้อมที่ซับซ้อน และความท้าทายด้านสุขภาพทั้งกายและใจ หากนักเรียนขาดการสนับสนุนหรือขาดความสมดุลในองค์ประกอบเหล่านี้ อาจส่งผลกระทบต่อความผาสุกโดยรวมและพัฒนาการในระยะยาวได้ ดังนั้น งานวิจัยฉบับนี้จึงเลือกใช้อัตราองค์ประกอบความผาสุกตามกรอบ OECD เป็นแนวทางหลักในการศึกษา เพื่อนำมาประยุกต์ใช้ในการทำความเข้าใจสภาพความผาสุกของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร

3. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับเอกลักษณ์แห่งตน

ทฤษฎีพัฒนาการทางจิตสังคมของอีริกสัน (อ้างถึงใน สيناพร วิทยาวณิชชัย, 2561, น. 17) กล่าวว่า เอกลักษณ์แห่งตน หมายถึง ความสามารถของวัยรุ่นในการผสมผสานระหว่างลักษณะภายในตนเอง ซึ่งเป็นลักษณะเฉพาะของแต่ละบุคคลกับลักษณะภายนอก วัยรุ่นจะสามารถสร้างเอกลักษณ์แห่งตนได้หรือไม่ขึ้นอยู่กับว่าวัยรุ่นแต่ละคนสามารถสร้างเอกลักษณ์เฉพาะตัวหรือสร้างเอกลักษณ์แห่งตนขึ้นมาแทน ซึ่งอีริกสัน กล่าวไว้ในระยะที่ 5 การพบเอกลักษณ์แห่งตนกับการไม่เข้าใจตนเอง ในระยะนี้เป็นบุคคลจะอยู่ช่วงเวลาของวัยรุ่น ริดส์สันเชื่อว่า ช่วงนี้เป็นช่วงที่มีความขัดแย้งมีลักษณะวิกฤตมากกว่าช่วงอื่น อีริดส์สันอธิบายว่าระยะนี้เด็กจะละทิ้งการมองภาพของตนเองที่เป็นเด็กเปลี่ยนแปลงเข้าสู่การมองภาพของตนเองที่เป็นผู้ใหญ่ สภาพจิตที่ถือว่ามีความสำคัญประการหนึ่งของวัยรุ่นในช่วงนี้ ได้แก่ การเอกลักษณ์แห่งตน เพื่อที่จะรู้จักตนเองในแง่มุมต่าง ๆ เช่น ความชอบ ความสนใจ ความปรารถนาในชีวิต ปรัชญาในชีวิต อาชีพที่ตนเองอยากจะทำ ความถนัดเฉพาะตน เป็นต้น ในขณะที่วัยรุ่นก็ต้องผสมผสานเอกลักษณ์เฉพาะตนในแง่มุมต่าง ๆ ให้เข้ากันกับความเป็นจริงของสิ่งรอบข้าง เช่น ครอบครัว วัฒนธรรม (สинаพร วิทยาวณิชชัย .2561)

เอกลักษณ์แห่งตน (Self-Identity) หมายถึง ลักษณะอันเป็นเอกภาพภายในตนของบุคคล เกิดจากการบูรณาการพัฒนาการด้านต่าง ๆ ตามวัยและประสบการณ์ ซึ่งสะท้อนบุคลิกภาพของบุคคลนั้น (ปรีชา ธรรมมา, 2548)

มาร์เซีย (อ้างถึงใน พิมพ์ชนก กลิ่นสุทโธ, 2554, น. 8) กล่าวถึง เอกลักษณ์แห่งตนในลักษณะโครงสร้างแห่งตน (Self-Structure) ว่าเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นภายในบุคคลและเปลี่ยนแปลงตามแรงขับ ความสามารถ ความเชื่อ และประวัติความเป็นมาในการปรับตัวของแต่ละคน หากบุคคลมีโครงสร้างพัฒนาการที่ดี จะทำให้มีความเป็นตัวของตัวเอง รู้จักความเหมือนและความแตกต่างของตนกับผู้อื่น เข้าใจจุดเด่นและจุดด้อย และสามารถกำหนดแนวทางชีวิตตนเองได้ แต่หาก

โครงสร้างพัฒนาการไม่ดี จะทำให้เกิดความลึบสนในตนเอง ด้านเนื้อหา เอกลักษณ์แห่งตน ประกอบด้วยจุดมุ่งหมาย ค่านิยม และความเชื่อที่บุคคลตัดสินใจโดยไม่ขัดสงสัย การตัดสินใจนี้เกิดจากพัฒนาการต่อเนื่อง ทำให้บุคคลเลือกจุดมุ่งหมายและความเชื่ออย่างเหมาะสมกับวัตถุประสงค์และวิถีชีวิตของตน

เออร์วิง กือฟมัน (อ้างถึงใน อธิภัทร เอิบกมล, 2563, น. 514) นักสังคมวิทยา ได้แบ่งเอกลักษณ์ออกเป็น 2 ประเภทและอธิบายลักษณะความแตกต่างและความเหมือนกันไว้ ดังนี้

1. เอกลักษณ์ส่วนบุคคล (Personal Identity) คือ ภาพของปัจเจกในสายตาคนอื่น ในฐานะที่เป็นบุคคลที่มีเอกลักษณ์เฉพาะตัว โดยสังคมจะมีวิธีการระบุเอกลักษณ์ส่วนบุคคลแตกต่างกันไป เช่น สังคมสมัยใหม่ใช้บัตรประชาชนหรือการพิมพ์ลายนิ้วมือระบุเอกลักษณ์บุคคล เป็นต้น ในขณะที่ ลิตเติ้ลจอห์นและฟอสส์ (Littlejohn, S. & Foss, K, 2008) อธิบายว่าเอกลักษณ์ส่วนบุคคล คือลักษณะเฉพาะของบุคคลที่เกิดขึ้นจากการมองตนเองและเกิดขึ้นจากเรียนรู้จากการมีปฏิสัมพันธ์กับคนในครอบครัว ในช่วงเริ่มแรกของชีวิตและจากสังคม

2. เอกลักษณ์ทางสังคม (Social Identity) ของบุคคล คือ สถานภาพทางสังคม เช่น อาชีพ ชนชั้น เพศ ชาติพันธุ์ หรือศาสนาที่ปัจเจกบุคคลนั้นสังกัดอยู่ สังคมจะมีความคาดหวังหรือเรียกร้องว่าปัจเจกบุคคลในวัย เพศ ชนชั้นนั้นๆ ควรวางตนอย่างไร (อธิภัทร เอิบกมล, 2563)

ดังนั้นจึงสรุปได้ว่า เอกลักษณ์แห่งตน หมายถึง ความเข้าใจในตนเอง มีความคิดเป็นของตนเอง การรู้จักและยอมรับตนเองความเป็นตัวของตัวเอง ความชอบ ความถนัด เพื่อกำหนดแนวทางของตน รวมทั้งการยอมรับความแตกต่างของบุคคล

3.1 องค์ประกอบของเอกลักษณ์แห่งตน

เพรสคอตท์ (อ้างถึงใน ปรีชา ธรรมา, 2548, น. 53 -54) จำแนกองค์ประกอบของเอกลักษณ์แห่งตนออกเป็นกรอบ 6 ด้านประกอบด้วย

1. องค์ประกอบและกระบวนการทางกายภาพ ครอบคลุมการเจริญเติบโตและสุขภาพร่างกาย เช่น น้ำหนัก ส่วนสูง รูปร่าง ผิวพรรณ ระดับพลังงาน สุขนิสัย อาหาร การพักผ่อน การนอน การใช้ร่างกายและทักษะ ตลอดจนประวัติสุขภาพ ข้อจำกัดทางกาย การทำงาน การเล่น และการแต่งกาย

2. องค์ประกอบและกระบวนการด้านความรักและความอบอุ่นในครอบครัว ครอบคลุมความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิก เช่น พ่อแม่ พี่น้อง รวมถึงสัตว์เลี้ยง การแก้ปัญหาในครอบครัว และความสัมพันธ์กับบุคคลภายนอก

3. องค์ประกอบและกระบวนการด้านสังคมและวัฒนธรรม เกี่ยวข้องกับครอบครัวและสังคม เช่น ที่อยู่อาศัย ชาติกำเนิด ชั้นทางสังคม การเรียนรู้วัฒนธรรม บทบาทในโรงเรียนและชุมชน ความรับผิดชอบต่อสังคม รวมถึงความแตกต่างด้านวัฒนธรรม ศาสนา และฐานะที่อาจก่อให้เกิดความขัดแย้งหรือแรงกดดัน

4. องค์ประกอบและกระบวนการเกี่ยวกับเพื่อนวัยเดียวกัน ครอบคลุมกิจกรรมร่วมกัน บทบาท ทักษะ กติกา ประเพณีและคุณลักษณะที่กลุ่มให้คุณค่า สถานภาพในกลุ่ม ผลกระทบจากความสำเร็จหรือความล้มเหลว การปฏิบัติตนต่อผลลัพธ์ และผลกระทบจากด้านกายภาพ ครอบครัว และสังคม

5. องค์ประกอบและกระบวนการด้านการพัฒนาการแห่งตน เกี่ยวข้องกับความรู้สึกต่อตนเองและการรับรู้ผลกระทบจากปัจจัยด้านกายภาพ ครอบครัว สังคม และเพื่อน รวมถึงประสบการณ์ ความหมาย ศักยภาพ ความสามารถ การเรียนรู้ การทำงาน ทักษะคิด การใช้ศักยภาพตามความสามารถ กระบวนการทางสมอง จุดมุ่งหมายชีวิต และการรับรู้ความคาดหวังจากผู้ใกล้ชิดและสังคม

6. องค์ประกอบและกระบวนการด้านการปรับตัว ครอบคลุมความรู้สึกเกี่ยวกับความสามารถและความพร้อมทั้งร่างกายและสังคม ชีตจำกัดส่วนบุคคล ปัญหาและรูปแบบการปรับตัว ผลกระทบต่อการพัฒนาการและความรู้สึกต่อตนเอง การเปลี่ยนแปลงด้านการปรับตัว และความรุนแรงที่อาจต้องได้รับการดูแลทางการแพทย์

องค์ประกอบของเอกลักษณ์แห่งตนที่ได้จากการตรวจสอบความตรงของโมเดลการวัดเอกลักษณ์แห่งตนเพื่อพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมเอกลักษณ์ ในกลุ่มนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายและกลุ่มนักศึกษามหาวิทยาลัย แบ่งเป็น 2 ส่วน (สิทธิพงศ์ วัฒนานนท์สกุล .2562) ดังนี้

องค์ประกอบในการพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมเอกลักษณ์แห่งตนในกลุ่มนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายตามแนวคิดของ Benson และคณะ (1998) ประกอบด้วย 4 องค์ประกอบ คือ การมีพลังในตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเอง การวางเป้าหมายมุ่งอนาคต และภาพบวกในอนาคตเกี่ยวกับตนเอง

องค์ประกอบในการพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมเอกลักษณ์แห่งตนในกลุ่มนักศึกษามหาวิทยาลัยที่กำลังจะเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ วัยทำงานตามแนวคิดของ Bensen และ Elder (2011) ประกอบด้วย 7 องค์ประกอบ คือ การรับรู้ช่วงวัยตนเอง ความสามารถในการอยู่ในสังคม ความรับผิดชอบที่พึงมีในวัยผู้ใหญ่ สถานะของการเป็นผู้ใหญ่ ความเป็นตัวของตัวเอง ความมั่นใจในตนเอง การคิดไตร่ตรอง

ดังนั้น สามารถสรุปได้ว่า เอกลักษณ์แห่งตน ประกอบด้วย 1) การรู้จักตนเอง คือ การรู้ว่าตนเป็นอย่างไร มีจุดเด่นจุดด้อยอะไร ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญในการกำหนดเป้าหมายชีวิต นอกจากนั้นเมื่อเรารู้จักและเข้าใจตนเองแล้วย่อมทำให้เราพร้อมที่จะเรียนรู้ที่จะรู้จักและเข้าใจยอมรับผู้อื่นได้ 2) การยอมรับความแตกต่าง คือ การเรียนรู้จากผู้ที่แตกต่างจากเรา ให้เกียรติและให้คุณค่ากับความคิดความเชื่อประเพณีวัฒนธรรมที่แตกต่างและการหาจุดกึ่งกลาง ความสมดุลในการอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข

4. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อม

สิ่งแวดล้อม คือ สภาพที่อยู่อาศัย สภาพสังคม สภาพเพื่อนบ้าน สภาพเศรษฐกิจ การศึกษา ศาสนาวัฒนธรรมเป็นปัจจัยที่อาจมีความสำคัญต่อการเจริญเติบโต พัฒนาการทางจิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาของวัยรุ่น โดยส่วนใหญ่จะเห็นได้ว่าเด็กที่มีสภาพที่อยู่อาศัย สถานะทางการเงินหรือการศึกษาที่ดี อาจมีโอกาสนในการพัฒนาศักยภาพของตัวเองได้มากกว่าเด็กที่ขาดทุนทรัพย์ หรือไม่ได้รับการศึกษาที่ดีมากพอ นอกจากนี้ สภาพสังคมโดยรอบก็อาจมีส่วนในการชี้นำหรือขัดเกลาให้วัยรุ่นเดินไปทางที่ผิดหรือถูกได้เช่นกัน ดังนั้น ปัจจัยสิ่งแวดล้อมภายนอกจึงมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาร่างกายของวัยรุ่น (ทตพร.2565)

สิ่งแวดล้อม หมายถึง ทุกสิ่งทุกอย่างที่อยู่ล้อมรอบตัวเรา ได้แก่บิดามารดา บุคคลอื่น ๆ ในครอบครัว เพื่อนครู ฯลฯ สถาบันได้แก่ครอบครัว ที่อยู่อาศัย ชุมชนแวดล้อม โรงเรียน สิ่งแวดล้อมเหล่านี้ล้วนมีบทบาทในการถ่ายทอดพฤติกรรมต่าง ๆ ให้แก่วัยรุ่นทั้งในทางดีและไม่ดี ได้ (เอื้ออารี, 2532)

สิ่งแวดล้อม หมายถึง สิ่งต่าง ๆ ที่มีลักษณะทางกายภาพและชีวภาพอยู่รอบตัวมนุษย์ และเกิดขึ้นโดยธรรมชาติหรือเป็นสิ่งที่มนุษย์สร้างขึ้น นอกจากนี้สิ่งแวดล้อมยังเป็นที่ เป็นรูปธรรมและนามธรรมทั้งที่เห็นได้ด้วยตาเปล่าและไม่สามารถเห็นได้ด้วยตา เป็นได้ทั้งสิ่งมีชีวิต และไม่มีชีวิต สามารถแบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ

1) สิ่งแวดล้อมที่เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติ (Natural environment) คือ ทุกสิ่งทุกอย่าง ที่อยู่รอบ ๆ ตัวมนุษย์ เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติ สามารถแบ่งย่อยเป็น 2 ลักษณะ คือ

สิ่งแวดล้อมที่มีชีวิต (Biotic Environment) ใช้ระยะเวลาสั้นในการเกิด และสามารถเพิ่มจำนวนขึ้นมาทดแทนใหม่ได้ ขณะเดียวกันก็สูญสิ้นไปได้หากเกิดการทำลายธรรมชาติให้เสีย สมดุล ได้แก่ ป่าไม้ สัตว์ พืชหญ้า เป็นต้น

สิ่งแวดล้อมที่ไม่มีชีวิต (Abiotic Environment) หรือสิ่งแวดล้อมทางกายภาพที่อาจ มองเห็นได้หรือไม่ได้ เช่น อากาศ เสียง แร่ธาตุ เป็นต้น เป็นสิ่งแวดล้อมที่ธรรมชาติสร้างขึ้น บาง ชนิดใช้เวลานานในการเกิดยาวนานจนไม่สามารถรอใช้ประโยชน์จากสิ่งแวดล้อมได้ เช่น เชื้อเพลิง แร่ธาตุ ดิน หิน น้ำ อากาศ เป็นต้น

2) สิ่งแวดล้อมที่มนุษย์สร้างขึ้น (Man-Made Environment) เป็นสิ่งที่มนุษย์สร้างขึ้น ทั้งตั้งใจและไม่ตั้งใจก็ได้ หรือมองเห็น จำต้องได้ หรือมองไม่เห็นและจำต้องไม่ได้ เป็นสิ่งแวดล้อม ที่มนุษย์สร้างขึ้นเพื่อสนองความต้องการของตนเอง อันจะช่วยให้มนุษย์ดำรงชีวิตได้อย่างมี ความสะดวก คุณภาพชีวิตดีขึ้น สามารถแบ่งย่อยออกเป็น 2 ลักษณะ

สิ่งแวดล้อมทางกายภาพ (Physical Environment) เป็นสิ่งแวดล้อมที่มองเห็นและ จำต้องได้ มนุษย์สร้างขึ้นมาเพื่ออำนวยความสะดวกและสนองความต้องการขั้นพื้นฐานของ ตนเอง ได้แก่ อาหาร ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม และยารักษาโรค เป็นต้น

สิ่งแวดล้อมทางสังคม (Social Environment) มีลักษณะเป็นนามธรรม มนุษย์สร้าง ขึ้นเพื่อความเป็นระเบียบเรียบร้อยของการอยู่ร่วมกันในสังคม เช่น ประเพณี กฎ ระเบียบข้อบังคับ กฎหมาย เป็นต้น นอกจากนี้ อาจหมายถึง ความเชื่อ ศาสนา พิธีกรรม เป็นต้น (วิชาการรอบตัวเรา , 2564)

ดังนั้นจึงสรุปได้ว่า สิ่งแวดล้อม หมายถึง สิ่งต่าง ๆ ที่อยู่รอบตัว ทั้งที่อยู่อาศัยที่เอื้อต่อ การดำเนินชีวิต การอบรมเลี้ยงดูของครอบครัว การสนับสนุนในทุก ๆ ด้าน การอยู่ในสังคมที่เอื้อ ต่อการเรียนรู้ ซึ่งเป็นปัจจัยที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรมของนักเรียนในช่วงวัยรุ่นและ นำไปสู่ความผาสุก

4.1 องค์ประกอบของสิ่งแวดล้อม

สิ่งแวดล้อม สามารถแบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ (วิชาการรอบตัวเรา, 2564)

1) สิ่งแวดล้อมที่เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติ (Natural environment) คือ ทุกสิ่งทุกอย่าง ที่อยู่รอบ ๆ ตัวมนุษย์ เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติ สามารถแบ่งย่อยเป็น 2 ลักษณะ คือ

สิ่งแวดล้อมที่มีชีวิต (Biotic Environment) ใช้ระยะเวลาสั้นในการเกิด และสามารถเพิ่มจำนวนขึ้นมาทดแทนใหม่ได้ ขณะเดียวกันก็สูญสิ้นไปได้หากเกิดการทำลายธรรมชาติให้เสียสมดุล ได้แก่ ป่าไม้ สัตว์ พืชพันธุ์ เป็นต้น

สิ่งแวดล้อมที่ไม่มีชีวิต (Abiotic Environment) หรือสิ่งแวดล้อมทางกายภาพที่อาจมองเห็นได้หรือไม่ได้ เช่น อากาศ เสียง แร่ธาตุ เป็นต้น เป็นสิ่งแวดล้อมที่ธรรมชาติสร้างขึ้น บางชนิดใช้เวลานานในการเกิดยาวนานจนไม่สามารถรอใช้ประโยชน์จากสิ่งแวดล้อมได้ เช่น เชื้อเพลิง แร่ธาตุ ดิน หิน น้ำ อากาศ เป็นต้น

2) สิ่งแวดล้อมที่มนุษย์สร้างขึ้น (Man-Made Environment) เป็นสิ่งที่มนุษย์สร้างขึ้น ทั้งตั้งใจและไม่ตั้งใจก็ได้ หรือมองเห็นจับต้องได้ หรือมองไม่เห็นและจับต้องไม่ได้ เป็นสิ่งแวดล้อมที่มนุษย์สร้างขึ้นเพื่อสนองความต้องการของตนเอง อันจะช่วยให้มนุษย์ดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข คุณภาพชีวิตดีขึ้น สามารถแบ่งย่อยออกเป็น 2 ลักษณะ

สิ่งแวดล้อมทางกายภาพ (Physical Environment) เป็นสิ่งแวดล้อมที่มองเห็นและจับต้องได้ มนุษย์สร้างขึ้นมาเพื่ออำนวยความสะดวกและสนองความต้องการขั้นพื้นฐานของตนเอง ได้แก่ อาหาร ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม และยารักษาโรค เป็นต้น

สิ่งแวดล้อมทางสังคม (Social Environment) มีลักษณะเป็นนามธรรม มนุษย์สร้างขึ้นเพื่อความเป็นระเบียบเรียบร้อยของการอยู่ร่วมกันในสังคม เช่น ประเพณี กฎ ระเบียบข้อบังคับ กฎหมาย เป็นต้น นอกจากนี้ อาจหมายถึง ความเชื่อ ศาสนา พิธีกรรม เป็นต้น

สิ่งแวดล้อม จะมีลักษณะแตกต่างกันตามสภาพแวดล้อม ประกอบด้วย

1. สิ่งแวดล้อมทางสังคมในครอบครัว ในแต่ละครอบครัวจะมีการเป็นอยู่ และการปฏิบัติตนแต่ละที่แตกต่างกัน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับวัฒนธรรมในครอบครัวที่ถ่ายทอด อบรม และปลูกฝังจนเป็นนิสัยสืบต่อกันมา เช่น บางครอบครัวสมาชิกในบ้านพูดจาสุภาพ มีน้ำใจ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อกัน

2. สิ่งแวดล้อมทางสังคมในโรงเรียน สิ่งแวดล้อมทางสังคมในโรงเรียนที่เป็นสถานที่หรือสิ่งของเครื่องใช้ต่าง ๆ เป็นสิ่งที่มีคุณค่าต่อการดำเนินชีวิตของบุคคลในโรงเรียนส่วน วัฒนธรรมในโรงเรียน เช่น เครื่องแต่งกาย การพูด การแสดงความเคารพ เป็นแบบอย่างของ พฤติกรรมที่ดีที่โรงเรียนพยายามถ่ายทอดให้กับนักเรียนในแต่ละรุ่น

ดังนั้นจึงสรุปได้ว่า สิ่งแวดล้อม ประกอบด้วย การอบรมเลี้ยงดู คือ บุคคลที่เกี่ยวข้อง เลี้ยงดูหรือปฏิบัติต่อนักเรียนให้เจริญเติบโต และมีพัฒนาการทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญา ซึ่งผู้อบรมต้องอบรมด้วยความรัก ความเข้าใจ และปรับวิธีการอบรมเลี้ยงดูเด็ก อย่างเหมาะสม ให้เข้ากับสภาพการเปลี่ยนแปลงของสังคม เพื่อให้เด็กเติบโตเป็นคนดีสามารถ เคารพกับสภาพการณ์ของสังคมและอยู่ร่วมกันกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข และสภาพแวดล้อม ภายในโรงเรียน คือ สถานที่ สิ่งของเครื่องใช้ และองค์ประกอบต่างๆ ภายในโรงเรียนที่จะส่งเสริม ให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้และพัฒนาตนเองในทุกๆ ด้าน

5. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับสัมพันธภาพระหว่างบุคคล

ซิคเกอร์ (อ้างถึงใน สุเมธ พงษ์เกตุรา, 2553) ได้ให้ความหมายของสัมพันธภาพระหว่างบุคคลไว้ว่า การที่บุคคลมีความอดทนที่จะอยู่ร่วมกับผู้อื่นและการเปลี่ยนแปลงจากการพึ่งพาตนเองไปสู่การพึ่งพาซึ่งกันและกัน ซึ่งการอดทนที่จะอยู่ร่วมกับบุคคลอื่น ได้แก่ ความสามารถยอมรับความแตกต่างของบุคคลอื่นได้ และการมีน้ำใจกว้าง การให้ความช่วยเหลือสนับสนุน การให้และการรับ เป็นต้น (สุเมธ, 2553)

ทฤษฎีสัมพันธภาพระหว่างบุคคลของซูท์ (อ้างถึงใน ภาสกร ศิริพัฒนานนท์, 2545) ศึกษาลักษณะและทิศทางของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล โดยอธิบายพฤติกรรมในมิติของความเข้ากันได้ของบุคคล ตามธรรมชาติ สังคมมนุษย์ต้องการการติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่น ซึ่งถือเป็นความจำเป็นขั้นพื้นฐานเช่นเดียวกับความต้องการทางสรีระ การมีสัมพันธภาพระหว่างบุคคลจึงเป็นสิ่งสำคัญที่ก่อให้เกิดความพึงพอใจ (ภาสกร, 2545)

ทฤษฎีสัมพันธภาพระหว่างบุคคลของซัลลิแวน (Interpersonal Relationship Theory of Harry Stack Sullivan) (อ้างถึงใน กนกวรรณ ศรีทองสุข, 2559) ระบุว่าบุคลิกภาพของมนุษย์เกิดจากสัมพันธภาพระหว่างบุคคล และมนุษย์อยู่ภายใต้อิทธิพลของความสัมพันธ์กับผู้อื่น ตั้งแต่เกิดจนถึงวาระสุดท้ายของชีวิต ดังนั้น สัมพันธภาพระหว่างบุคคลจึงเป็นโครงสร้างสำคัญของบุคลิกภาพ และยังเป็นแรงจูงใจให้เกิดพฤติกรรม หากความสัมพันธ์เหล่านี้แย่ ก็อาจก่อให้เกิดปัญหาและความขาดพึงพอใจตามมา (กนกวรรณ, 2559)

ดังนั้นจึงสรุปได้ว่า พฤติกรรมการแสดงออกของแต่ละบุคคล การติดต่อสัมพันธ์สร้างความคุ้นเคย สนับสนุนกับบุคคลอื่นในฐานะต่าง ๆ เพื่อทำความรู้จักนำมาซึ่งความสัมพันธ์และเกี่ยวข้องกันของบุคคล ทำให้เกิดการปรับตัวทางสังคม เคารพในสิทธิผู้อื่น รู้จักการให้และการยอมรับ พึ่งพาซึ่งกันและกัน

5.1 องค์ประกอบของสัมพันธภาพระหว่างบุคคล

ซูท์ (อ้างถึงใน ภาสกร ศิริพัฒนานนท์, 2545) รวบรวมรูปแบบของลักษณะสัมพันธภาพระหว่างบุคคลเบื้องต้น โดยระบุว่ามนุษย์ต้องการความสัมพันธ์กับผู้อื่น เนื่องจากทุกคนอยู่ในสังคมจึงต้องปรับตัวให้เข้ากับเพื่อนมนุษย์และสิ่งแวดล้อม โดยสัมพันธภาพระหว่างบุคคลเกิดจากความต้องการพื้นฐาน 3 ประการ ได้แก่

1. ความต้องการความเป็นพวกพ้อง หมายถึง ความปรารถนาอยู่ร่วมกับผู้อื่น การได้รับการยอมรับว่าเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม และการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น บุคคลจึงมักแสดงพฤติกรรมดึงดูดความสนใจ เช่น การสร้างชื่อเสียง ทำตนให้เป็นที่ยอมรับ และรักษาเกียรติ

2. ความต้องการมีอำนาจควบคุม หมายถึง ความต้องการมีอิทธิพลและอำนาจเหนือผู้อื่น บุคคลที่ต้องการควบคุมจึงพยายามแสดงความสามารถ พร้อมทั้งแสดงการต่อต้านหรือปฏิเสธการคุกคามจากผู้อื่น

3. ความต้องการความรักใคร่ชอบพอ หมายถึงความรู้สึกและอารมณ์ส่วนตัวที่เกิดขึ้นระหว่างการใช้ปฏิสัมพันธ์โดยจะแสดงออกด้วยความปรารถนาดี ความเป็นมิตร การช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกัน การสร้างความผูกพันทางอารมณ์ ทั้งนี้เพื่อให้เกิดความใกล้ชิดสนิทสนมและได้รับสิ่งเหล่านั้นตอบกลับมา (ภาสกร, 2545)

ทฤษฎีสัมพันธภาพระหว่างบุคคลมีความเชื่อว่ามนุษย์มีความต้องการพื้นฐาน 2 ประการ คือ

1. ความต้องการความพึงพอใจ (Satisfaction) หมายถึง ความต้องการพื้นฐานทางร่างกาย เช่น ความหิว ความกระหาย และความต้องการทางเพศ

2. ความต้องการความมั่นคง (Security) เป็นความต้องการด้านจิตสังคม เช่น ความสบายใจ การมีความคิดและค่านิยมที่สอดคล้องกับสังคม และการได้รับการยอมรับจากผู้อื่น ซึ่งขึ้นอยู่กับความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล บุคคลจะรู้สึกอบอุ่นใจเมื่อมีเพื่อนหรือครอบครัวที่ใกล้ชิดพอให้แบ่งปันความสุขและความสุขได้ (สุเมธ, 2553)

ดังนั้น สามารถสรุปได้ว่า สัมพันธภาพระหว่างบุคคล ประกอบด้วย 1) ความสัมพันธ์ระหว่างสังคม คือ ความสามารถในการดำเนินชีวิตอยู่ร่วมกับบุคคลในสังคม และเป็นที่ยอมรับในสังคม โดยการแสดงออกทางพฤติกรรม และ 2) ความสัมพันธ์ระหว่างครอบครัว คือ การสร้างบรรยากาศที่ดีภายในครอบครัว การสนับสนุนในทุกด้านที่ทำให้นักเรียนในช่วงวัยเรียนรู้สึกมั่นคงปลอดภัย และสบายใจทุกครั้งที่ใช้เวลาอยู่ร่วมกัน

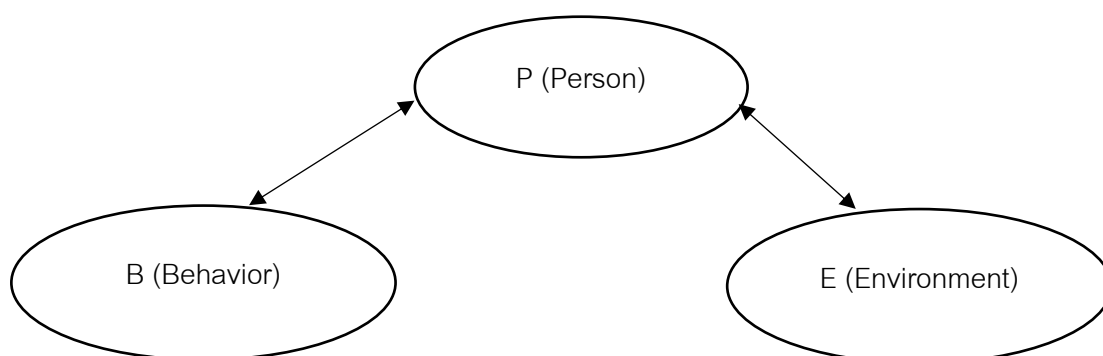
6. ทฤษฎีการเรียนรู้ของ Bandura

ทฤษฎีการเรียนรู้ของ Bandura (อ้างถึงใน บุญชม ศรีสะอาด, 2545) มีความเชื่อว่าการเรียนรู้ของมนุษย์ส่วนมากเป็นการเรียนรู้โดยการสังเกตหรือการเลียนแบบ เนื่องจากมนุษย์มีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบ ๆ ตัวอยู่เสมอ บันดูราเชื่อว่าการเรียนรู้ของมนุษย์ส่วนมากเป็นการเรียนรู้โดยการสังเกต (Observational Learning) หรือการเลียนแบบจากตัวแบบ (Modeling) สำหรับตัวแบบไม่จำเป็นต้องเป็นตัวแบบที่มีชีวิตเท่านั้น แต่อาจจะเป็นตัวแบบสัญลักษณ์ เช่น ตัวแบบที่เห็นในโทรทัศน์ ภาพยนตร์ เกมคอมพิวเตอร์ หรืออาจจะเป็นรูปภาพ การ์ตูน หนังสือ นอกจากนี้คำบอกเล่าด้วยคำพูดหรือข้อมูลที่เขียนเป็นลายลักษณ์อักษรก็เป็นตัวแบบได้ บันดูราได้ให้ความสำคัญของการปฏิสัมพันธ์ของอินทรีย์และสิ่งแวดล้อมและถือว่าการเรียนรู้ก็เป็นผลของปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนและสิ่งแวดล้อม โดยผู้เรียนและสิ่งแวดล้อมมีอิทธิพลต่อกันและกัน บันดูราได้ถือว่าทั้งบุคคลที่ต้องการจะเรียนรู้และสิ่งแวดล้อมเป็นสาเหตุของพฤติกรรมและได้อธิบายการปฏิสัมพันธ์ ดังนี้

B (Behavior) = พฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งของบุคคล

P (Person) = บุคคล (ตัวแปรที่เกิดจากผู้เรียน เช่น ความคาดหวังของผู้เรียน ฯลฯ)

E (Environment) = สิ่งแวดล้อม





ภาพประกอบ 1 ทฤษฎีการเรียนรู้ของ Bandura

จากทฤษฎีดังกล่าวสามารถสรุปได้ว่า ปัจจัยเชิงสาเหตุของความผาสุก ประกอบด้วย 3 ปัจจัย คือ B (Behavior) = เอกลักษณ์แห่งตน P (Person) = บุคคล และ E (Environment) = สิ่งแวดล้อม

เอกลักษณ์แห่งตน หมายถึง ความเข้าใจในตนเอง มีความคิดเป็นของตนเอง การรู้จักและยอมรับตนเอง ความเป็นตัวของตัวเอง ความชอบ ความถนัด เพื่อกำหนดแนวทางของตนเอง รวมทั้งการยอมรับความแตกต่างของบุคคล

สิ่งแวดล้อม หมายถึง สิ่งต่าง ๆ ที่อยู่รอบตัว ทั้งที่อยู่อาศัยที่เอื้อต่อการดำเนินชีวิต การอบรมเลี้ยงดูของครอบครัว การสนับสนุนในทุก ๆ ด้าน การอยู่ในสังคมที่เอื้อต่อการเรียนรู้ ซึ่งเป็นปัจจัยที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรมของนักเรียนในช่วงวัยรุ่นและนำไปสู่ความผาสุก

สัมพันธภาพระหว่างบุคคล หมายถึง พฤติกรรมการแสดงออกของแต่ละบุคคล การติดต่อสัมพันธ์สร้างความคุ้นเคย สนทนากับบุคคลอื่นในฐานะต่าง ๆ เพื่อเป็นที่ยอมรับในสังคม หรือแม้แต่การสร้างความสัมพันธ์ภายในครอบครัว เนื่องจากต้องการการดูแล เอาใจใส่ และสนับสนุนในทุกด้าน เพื่อทำความรู้จักนำมาซึ่งความสัมพันธ์และเกี่ยวข้องกันของบุคคล

โมเดลความผาสุกของเฮิร์ด (Hird's model of well-being อ้างถึงใน ภมรพรรณ ยุระยาตร์, 2554) เฮิร์ดพัฒนารอบแนวคิดเกี่ยวกับความผาสุก โดยสังเกตว่าความผาสุกสามารถแบ่งออกเป็น สององค์ประกอบหลัก ได้แก่

ความผาสุกด้านภาวะวิสัย (Objective Well-being) เกี่ยวข้องกับเงื่อนไขและทรัพยากรที่มีอยู่จริงในชีวิตประจำวัน โดยไม่ขึ้นกับความรับรู้หรืออารมณ์ของบุคคล ตัวอย่าง ได้แก่ วุฒิการศึกษา สิทธิการครอบครองบ้าน การเป็นสมาชิกกลุ่ม หรือปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น การวัดมักใช้จำนวนทรัพยากรหรือความถี่ในการมีปฏิสัมพันธ์ ได้รับอิทธิพลจาก ปัจจัยเชิงโครงสร้าง (Structural factors) และ บริบทสิ่งแวดล้อม (Environmental contexts)

เฮิร์ดได้รวมองค์ประกอบของความผาสุกที่สำคัญ ได้แก่ ความผาสุกด้านกายภาพ วัตถุปัจจัย สังคม พัฒนาการและกิจกรรม และสุขภาพ ภายใต้ความหมายของ ความผาสุกด้านภาวะวิสัย โดยใช้คำว่า ความผาสุกทางอารมณ์ แทนคำว่าสุขภาพ ความผาสุกด้านอัตวิสัย (Subjective Well-being) เกี่ยวข้องกับความรู้สึก ความพึงพอใจ และอารมณ์ของบุคคลต่อชีวิตตนเอง เป้าหมายคือการสร้างความสุขและความพึงพอใจในชีวิต ขณะเดียวกันยังคงการดำเนินชีวิตตามความเป็นจริง

ในวิจัยเรื่องนี้ ผู้วิจัยได้เลือกใช้อำนาจประกอบความผาสุกของ OECD แต่ปรับตัวชี้วัดของแต่ละองค์ประกอบ เพื่อให้สอดคล้องกับบริบทของนักเรียนในระดับมัธยมศึกษา ดังนี้

ความผาสุกทางด้านอาชีพการงาน (Career Well-Being) หมายถึง สภาวะทางจิตใจและอารมณ์ที่นักเรียนรู้สึกพึงพอใจและมั่นใจเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมในการประกอบอาชีพในอนาคต ซึ่งประกอบไปด้วยความชัดเจนในทิศทางการเลือกอาชีพ ความมั่นใจในทักษะที่ตนเองมี และการสนับสนุนจากสถาบันการศึกษาและครอบครัวในการเข้าสู่โลกของการทำงาน

ความผาสุกทางด้านสังคม (Social Well-Being) หมายถึง สภาวะที่นักเรียนรู้สึกเป็นสุขในการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นในบริบททางสังคม ไม่ว่าจะเป็นเพื่อน ครอบครัว ครู หรือบุคคลในชุมชน โดยที่นักเรียนสามารถสร้างความสัมพันธ์ทางสังคมที่ดี มีส่วนร่วมในกิจกรรมที่ส่งเสริมการพัฒนาตนเอง และรู้สึกได้รับการยอมรับและสนับสนุนจากสังคมรอบข้าง

ความผาสุกด้านการเงิน (Financial Well-Being) หมายถึง สภาวะที่นักเรียนรู้สึกมั่นคง พอใจ และไม่กังวลเกี่ยวกับสถานะทางการเงินของตนเองและครอบครัว ซึ่งส่งผลต่อความเป็นอยู่และความสามารถในการจัดการเงินในชีวิตประจำวัน ทั้งนี้ยังครอบคลุมถึงทัศนคติ ความรู้ และทักษะในการจัดการเงินอย่างมีประสิทธิภาพ

ความผาสุกด้านการมีร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง (Physical Well-Being) หมายถึง สภาวะที่นักเรียนมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง ปลอดภัยจากโรคภัยไข้เจ็บ มีพลังงานและความสามารถในการทำกิจกรรมทางกายและการเรียนรู้ได้อย่างเต็มที่ ซึ่งส่งผลต่อการมีชีวิตที่สมดุลและความสุขในชีวิตประจำวัน

ความผาสุกด้านสภาพแวดล้อมที่เรารู้สึกดี (Community Well-Being) หมายถึง สภาวะที่นักเรียนรู้สึกพึงพอใจและมีความสุขกับสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัย ซึ่งรวมถึงทั้งสภาพแวดล้อมทางกายภาพ เช่น ที่พักอาศัย ความสะอาด ความปลอดภัย รวมไปถึงสภาพแวดล้อมทางสังคมที่มีอิทธิพลต่อความเป็นอยู่และการพัฒนาตนเองของนักเรียน

7. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

7.1 งานวิจัยภายในประเทศ

นิธิภัทร กมลสุข (2559) ได้วิจัยเรื่อง ปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีผลต่อความผาสุกแห่งตนของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ได้ให้นิยาม ความผาสุกแห่งตน ว่าเป็นความผาสุกในชีวิตที่ประเมินจากการรับรู้จากประสบการณ์ในชีวิต โดยจะสะท้อนถึงสภาวะทางอารมณ์ เช่น ความปรารถนา ความพึงพอใจ ความรู้สึกทางบวกหรือทางลบ เป็นต้น ซึ่งเป็นสิ่งที่จำเป็นสำหรับแต่ละบุคคลเพราะเป็นการรับรู้ของบุคคลต่อสภาวะแห่งตนในลักษณะของความผาสุก ความรู้สึกทางบวกและความพึงพอใจในชีวิตที่ปรากฏอยู่จริง ผลการวิเคราะห์ปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีผลต่อความผาสุกแห่งตนของนักศึกษาระดับปริญญาตรี โดยพิจารณาจากความสอดคล้องของโมเดลสมการโครงสร้างที่พัฒนาขึ้นกับข้อมูลเชิงประจักษ์ได้ค่าสถิติทดสอบไคสแควร์เท่ากับ 1.645 มีค่าความน่าจะเป็นเท่ากับ 0.464 ที่องศาอิสระเท่ากับ 2 มีค่า RMSEA = 0.000 RMR = 0.017 SRMR = 0.032 NFI = 0.997 NNFI = 1.000 GFI = 0.998 และ AGFI 0.978

นักฎีกา เจริญตะคุ (2562) ได้วิจัยเรื่อง ความอยู่ดีมีสุขของวัยรุ่น; การวิเคราะห์หอคิมานโมเดลสมการเชิงโครงสร้าง ผลการวิจัยพบว่า โมเดลที่สร้างขึ้นมีความสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยมีค่าไคสแควร์ (Chi-square) เท่ากับ 2.518, $df = 1$, $p\text{-value} = .113$, CFI = 1.000 และ RMSEA = .006 ซึ่งอยู่ในเกณฑ์ที่เหมาะสม แสดงให้เห็นว่าโมเดลที่กำหนดขึ้นสามารถอธิบายความอยู่ดีมีสุขของวัยรุ่นได้อย่างมีนัยสำคัญ ผลการวิจัยดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่าปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความอยู่ดีมีสุขของวัยรุ่นสามารถวิเคราะห์ได้ผ่านการสร้างโมเดลเชิงสาเหตุ และสอดคล้องกับแนวคิดด้านความผาสุกที่มุ่งเน้นความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล สิ่งแวดล้อม และเอกลักษณ์แห่งตน

เบญญาภา คงธนอิทธิ (2553) ได้วิจัยเรื่อง โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุความผาสุกแห่งตนของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ผลการวิเคราะห์ความสอดคล้องของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุความผาสุกแห่งตนของนักศึกษาระดับปริญญาตรีกับข้อมูลเชิงประจักษ์มีความสอดคล้องอยู่ในเกณฑ์ดี โดยมีค่าสถิติไค-สแควร์ เท่ากับ 32.08 ค่าความน่าจะเป็น (P) เท่ากับ .08 ค่าองศาอิสระ (df) เท่ากับ 22 ดัชนีวัดระดับความสอดคล้อง (GF) เท่ากับ 0.99 ค่าดัชนีวัดระดับความสอดคล้องที่ปรับแก้แล้ว (AGFI) เท่ากับ 0.95 ค่าดัชนีวัดระดับความสอดคล้องเปรียบเทียบ (CFI) เท่ากับ 1.00 ค่าดัชนีรากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของส่วนเหลือมาตรฐาน (SRMR) เท่ากับ 0.02 ค่าดัชนีวัดความคลาดเคลื่อนในการประมาณค่าพารามิเตอร์ (RMSEA) เท่ากับ 0.03

พชรพรรณ จิรังนิมิตสกุล.(2563) ได้วิจัยเรื่อง สัมพันธภาพในครอบครัว ความฉลาดทาง จริยธรรม การเผชิญความเครียดและความผาสุกทางใจของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนมัธยมศึกษาขนาดใหญ่พิเศษ ในเขตจังหวัดสุราษฎร์ธานี โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาความสัมพันธ์ภาพในครอบครัว ระดับความฉลาดทางจริยธรรม ระดับการเผชิญความเครียด และระดับความผาสุกทางใจของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย 2) เปรียบเทียบความผาสุกทางใจของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคลที่แตกต่างกัน 3) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธภาพในครอบครัวกับความผาสุกทางใจของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย 4) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางจริยธรรมกับความผาสุกทางใจของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย และ 5) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเผชิญความเครียดและความผาสุกทางใจของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนมัธยมศึกษาขนาดใหญ่พิเศษ ในเขตจังหวัดสุราษฎร์ธานี จำนวน 363 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม ผลการวิจัยพบว่า 1) สัมพันธภาพในครอบครัว ความฉลาดทางจริยธรรม การเผชิญความเครียด และความผาสุกทางใจของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายอยู่ในระดับระดับค่อนข้างสูง 2) นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายที่มีปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ การศึกษาของบิดาที่แตกต่างกัน มีความผาสุกทางใจแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 ส่วนนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่มีปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ ระดับชั้นการศึกษา แผนการเรียน เกรดเฉลี่ยสะสม ระยะเวลาที่ศึกษาในโรงเรียน ลำดับการเกิด การศึกษาของมารดา อาชีพของบิดา อาชีพของมารดา และรายได้ของครอบครัวแตกต่างกัน มีความผาสุกทางใจไม่แตกต่างกัน 3) สัมพันธภาพในครอบครัวมี

ความสัมพันธ์ทางบวกกับความผาสุกทางใจของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 4) ความฉลาดทางจริยธรรมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความผาสุกทางใจของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และ 5) การเผชิญความเครียดมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความผาสุกทางใจของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ลักษณา สกุลทอง.(2561) ได้วิจัยเรื่อง การพัฒนาโมเดลการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความผาสุกทางจิตใจของนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัย โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษารูปแบบความผาสุกทางจิตใจของนิสิตนักศึกษา ในเขตภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2559 ที่มีประสิทธิภาพ โดยกระบวนการศึกษาวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ และวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน เพื่อนำองค์ประกอบที่ได้มาออกแบบร่างโมเดลการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความผาสุกทางจิตใจของนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัย นำไปจัดกระบวนการสนทนากลุ่มกับผู้เชี่ยวชาญเพื่อขอคำแนะนำ ปรับปรุงแก้ไขก่อนนำไปขอคำยืนยันรับรองรูปแบบจากผู้ทรงคุณวุฒิ และนำรูปแบบที่ได้จากการยืนยันรับรองโมเดล ไปทดลองใช้กับนิสิตนักศึกษา ผลจากการนำรูปแบบไปใช้พบว่า นิสิตกลุ่มทดลองที่ได้เข้าร่วมโมเดลการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความผาสุกทางจิตใจมีความผาสุกทางจิตใจในระยะหลังการทดลอง แตกต่างจากก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อาภากร เบี้ยวนิม และคณะ. (2563) ได้วิจัยเรื่อง การพัฒนามาตรวัดความผาสุกทางจิต โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนามาตรวัดความผาสุกทางจิตฉบับภาษาไทย กลุ่มตัวอย่างเป็นประชาชนสัญชาติไทย อายุ 18 ปีขึ้นไป ใช้ภาษาไทยในการสื่อสาร เลือกแบบเจาะจง จำนวน 30 คน การวิเคราะห์ข้อมูลโดยหาความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาด้วยดัชนีความสอดคล้องระหว่างคำถามกับจุดประสงค์หรือเนื้อหา และประมาณค่าความเที่ยงโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค ผลการวิจัยพบว่า 1) มาตรวัดความผาสุกทางจิต แบบพหุมิติฉบับภาษาไทยที่พัฒนา มีจำนวน 84 ข้อ ประกอบด้วย 6 ด้าน ได้แก่ อิสระแห่งตน ความสามารถในการปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อม ความมั่งคั่งส่วนบุคคล การมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น การมีจุดมุ่งหมายในชีวิต และการยอมรับตนเอง 2) คุณภาพของมาตรวัดความผาสุกทางจิตแบบพหุมิติฉบับภาษาไทย หาค่าดัชนีความสอดคล้องเนื้อหาและความตรงเชิงวัฒนธรรมได้เท่ากับ 1.00 และค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคเท่ากับ 0.84 ส่วนรายด้าน 6 ด้าน เท่ากับ 0.85, 0.85 0.82, 0.37, 0.88 และ 0.79 ตามลำดับ

รุ่งสุริยา หอมวัน (2561) ศึกษาเรื่อง รูปแบบการเสริมสร้างความผาสุกทางจิต วิทยุญาณของวัยรุ่นตามหลักพุทธจิตวิทยา มีวัตถุประสงค์เพื่อวิเคราะห์ปัจจัยส่งเสริมความผาสุกทางจิตวิทยุญาณของวัยรุ่น พัฒนาและตรวจสอบรูปแบบการเสริมสร้างความผาสุกดังกล่าว การวิจัยเป็นแบบผสมวิธี โดยใช้การวิจัยเชิงคุณภาพเพื่อพัฒนาเครื่องมือเชิงปริมาณ และการวิจัยเชิงปริมาณเพื่อขยายผล ปัจจัยที่ส่งเสริมความผาสุกทางจิตวิทยุญาณ ได้แก่ ความสุขสงบทางจิตใจ การรู้จักเผชิญปัญหา การมีสติ สมาธิ และปัญญา การใช้ชีวิตด้วยหลักธรรม ความเข้าใจตนเอง ความเชื่อมั่นและการฝึกฝนตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเอง ครอบครัวยุบอุ่น และความสัมพันธ์กับเพื่อน รูปแบบที่พัฒนาขึ้นประกอบด้วยตัวแปรภายนอกแฝงคือปัจจัยจิตลักษณะ (ตัวแปรสังเกต:

แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่นในตนเอง การเผชิญปัญหา) ตัวแปรภายในแฝงคือความสัมพันธ์กับเพื่อน (ตัวแปรสังเกต: เพื่อนมีอุปการะ เพื่อนร่วมทุกข์ร่วมสุข เพื่อนให้คำแนะนำ เพื่อนมีน้ำใจ) และความผาสุกทางจิตวิญญาณ (ตัวแปรสังเกต: ความสุขสงบและไม่เห็นแก่ตัว ความเบิกบานในการทำหน้าที่และใช้ชีวิต การมีศีล สติ สมาธิ และปัญญา) ผลการตรวจสอบพบว่ารูปแบบสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ (ค่าไคสแควร์ = 24.70, $df = 17$, $p = .102$; GFI = .990, AGFI = .960; RMSEA = .035) ปัจจัยจิตลักษณะสามารถอธิบายความแปรปรวนของความผาสุกทางจิตวิญญาณได้ร้อยละ 81 และรวมกับความสัมพันธ์กับเพื่อนได้ร้อยละ 101 อิทธิพลทางตรงจากปัจจัยจิตลักษณะต่อความผาสุกทางจิตวิญญาณเท่ากับ 0.38 ($p < .01$) ขณะที่อิทธิพลทางอ้อมผ่านความสัมพันธ์กับเพื่อนมีค่า 0.90 และความสัมพันธ์กับเพื่อนต่อความผาสุกทางจิตวิญญาณเท่ากับ 0.66 ($p < .01$) แสดงว่าความสัมพันธ์กับเพื่อนทำหน้าที่เป็นตัวแปรส่งผ่านในรูปแบบที่พัฒนา

ภมรพรรณ ยุระยาตร์ (2554) วิจัยเรื่อง การศึกษาและพัฒนาความผาสุกทางจิตใจของนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัย โดยมีวัตถุประสงค์ 1) ศึกษาองค์ประกอบความผาสุกทางจิตใจของนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยเขตภาคตะวันออกเฉียงเหนือ 2) เปรียบเทียบความผาสุกทางจิตใจของนิสิตกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มในระยะก่อน ระหว่าง และหลังการให้คำปรึกษา รวมทั้งการติดตามผล และ 3) เปรียบเทียบความผาสุกทางจิตใจของกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมในแต่ละระยะ ผลการวิจัยพบว่า 1) การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันชี้ว่าโมเดลความผาสุกทางจิตใจมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ประกอบด้วย 9 องค์ประกอบ ได้แก่ การยอมรับตนเอง อิศระแห่งตน ความมั่งคั่งส่วนบุคคล การมีจุดหมายในชีวิต การมองโลกในแง่ดี การเห็นคุณค่าในตนเอง การมีจิตวิญญาณ ความสามารถในการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น และการสร้างคุณประโยชน์แก่สังคม โดยน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ในระดับสูงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 2) ความผาสุกทางจิตใจของกลุ่มทดลองโดยรวมและรายองค์ประกอบแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 เมื่อเปรียบเทียบระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และการติดตามผล และ 3) ความผาสุกทางจิตใจของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 ในทุกระยะการวัด

ตาราง 2 สรุปงานวิจัยภายในประเทศ

ลำดับ	ผู้วิจัย/ปี	ชื่อเรื่อง	กลุ่มตัวอย่าง/ เครื่องมือ	วิธีการวิจัย	ผลการวิจัย	ประเด็นที่นำมา สังเคราะห์
1	นิธิภัทร กมลสุข (2559)	ปัจจัยเชิงสาเหตุที่มี ผลต่อความผูก แน่นของ นักศึกษาในระดับ ปริญญาตรี	นักศึกษาระดับ ปริญญาตรี / แบบสอบถาม	วิเคราะห์โมเดล สมการโครงสร้าง (SEM)	โมเดลสอดคล้องกับข้อมูล เชิงประจักษ์ ($\chi^2 = 1.645$, $p = 0.464$, $df = 2$, $RMSEA = .00$) ความผูกแน่นทางจิต การประเมินจากการรับรู้ ประสบการณ์ในชีวิต สะท้อน สภาวะอารมณ์ ความพึง พอใจ และความรู้สึกทางบวก	ความผูกแน่นทางจิตเป็น การรับรู้สภาพชีวิตตนเอง ที่เกี่ยวข้องกับอารมณ์และ ความพึงพอใจ เป็นตัวแปร สำคัญในโมเดลเชิงสาเหตุ
2	นุญจิภา เจริญ ตะคุ (2562)	ความอยู่ดีมีสุขของ วัยรุ่น: การวิเคราะห์ อภิมานโมเดล สมการเชิงโครงสร้าง	วัยรุ่น / ข้อมูล งานวิจัยที่ เกี่ยวข้อง	อภิมานวิเคราะห์ (Meta-analysis) และวิเคราะห์โมเดล สมการโครงสร้าง (SEM)	โมเดลสอดคล้องกับข้อมูล เชิงประจักษ์ ($\chi^2 = 2.518$, $df = 1$, $p = .113$, $CFI = 1.000$, $RMSEA = .006$) ปัจจัยเชิงแวดล้อมและ สัมพันธภาพระหว่างบุคคล ส่งผลบวกต่อความอยู่ดีมีสุข	สิ่งแวดล้อมและ สัมพันธภาพเป็นปัจจัย สำคัญต่อการมีอยู่ดีมี สุขของวัยรุ่น

ตาราง 2 (ต่อ)

ลำดับ	ผู้วิจัย/ปี	ชื่อเรื่อง	กลุ่มตัวอย่าง/ เครื่องมือ	วิธีการวิจัย	ผลการวิจัย	ประเด็นที่น่าสนใจ สังเคราะห์
3	เบญญาภา คง ธนอิทธิ (2553)	โมเดลความสัมพันธ์ เชิงสาเหตุของความ ผูกพันแห่งตนของ นักศึกษาในระดับ ปริญญาตรี	นักศึกษาระดับ ปริญญาตรี / แบบสอบถาม	วิเคราะห์โมเดล สมการโครงสร้าง (SEM)	โมเดลสอดคล้องอยู่ในเกณฑ์ ดี ($X^2 = 32.08$, $p = .08$, $df = 22$, $GFI = 0.99$, $AGFI = 0.95$, $CFI = 1.00$, $SRMR = 0.02$, $RMSEA = 0.03$)	ความผูกพันแห่งตน สามารถอธิบายได้ด้วย โมเดลเชิงสาเหตุที่มีความ สอดคล้องกับข้อมูลเชิง ประจักษ์อย่างดี
4	พชรพรรณ จิรัง นิมิตสกุล (2563)	สัมพันธ์ภาพใน ครอบครัว ความ ฉลาดทางจริยธรรม การเผชิญ ความเครียดและ ความผูกพันใจ ของนักเรียน ระดับชั้น มัธยมศึกษาตอน ปลาย	นักเรียนระดับชั้น มัธยมศึกษาตอน ปลาย โรงเรียน มัธยมศึกษาขนาด ใหญ่พิเศษ จ.สุ ราษฎร์ธานี 363 คน / แบบสอบถาม	การวิจัยเชิงปริมาณ วิเคราะห์สถิติ พรรณนา เปรียบเทียบ และสัมพัทธ์	1) ตัวแปรทั้งหมดอยู่ใน ระดับค่อนข้างสูง 2) ความ ผูกพันใจแตกต่างกันตาม การศึกษาของบิดา ($p < .05$) 3) สัมพันธ์ภาพใน ครอบครัว ความฉลาดทาง จริยธรรม และการเผชิญ ความเครียด มีความสัมพันธ์ ทางบวกกับความผูกพันทาง ใจอย่างมีนัยสำคัญ ($p < .01$)	ความสัมพันธ์ใน ครอบครัว คุณธรรม และ การเผชิญปัญหาเป็น ปัจจัยสำคัญที่เกี่ยวข้อง กับความผูกพันทางใจของ นักเรียน

ตาราง 2 (ต่อ)

ลำดับ	ผู้วิจัย/ปี	ชื่อเรื่อง	กลุ่มตัวอย่าง/ เครื่องมือ	วิธีการวิจัย	ผลการวิจัย	ประเด็นที่น่าสนใจ สังเคราะห์
5	ลักษณะนา สกุล ทอง (2561)	การพัฒนาโมเดล การฝึกอบรมเพื่อ พัฒนาความผูก ทางจิตใจของนิสิต นักศึกษาใน มหาวิทยาลัย	นิสิตนักศึกษารุ่นปี 1 ภาค ตะวันออกเฉียงเหนือ ปีการศึกษา 2559 / แบบสอบถาม กลุ่ม สนทนา	วิเคราะห์ องค์ประกอบเชิง สำรวจ (EFA) และ ยืนยัน (CFA) ออกแบบและ พัฒนาโมเดล ฝึกอบรม ทดลองใช้ จริง	หลังการทดลอง นิสิตในกลุ่ม ทดลองมีความผูกทางจิตใจ สูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ ($p < .05$) เมื่อเทียบกับก่อนการ ทดลอง	โมเดลการฝึกอบรมที่ พัฒนาขึ้นสามารถ เสริมสร้างความผูก ทางจิตใจของนิสิตได้ อย่างมีประสิทธิภาพ
6	อาภากร เบี้ยว นัม และคณะ (2563)	การพัฒนามาตรวัด ความผูกทางจิต	ประชาชนสัญชาติ ไทย อายุ 18 ปีขึ้นไป จำนวน 30 คน / แบบสอบถาม	พัฒนามาตรวัด ตรวจสอบความตรง เชิงเนื้อหา (IOC) และความเที่ยง (Cronbach's alpha)	พัฒนามาตรวัดความผูกทาง จิตแบบพหุมิติ 84 ข้อ 6 ด้าน ได้แก่ อิศระแห่งตน ความสามารถปรับตัว ความอก งามส่วนบุคคล สัมพันธภาพกับ ผู้อื่น จุดมุ่งหมายในชีวิต และ การยอมรับตนเอง ค่า IOC = 1.00, Cronbach's α รวม = 0.84 (รายด้าน 0.85, 0.85, 0.82, 0.37, 0.88, 0.79)	ได้มาตรวัดความผูก ทางจิตที่มีคุณภาพสูง เหมาะสำหรับการใช้ งานวิจัยและการ ประเมิน

ตาราง 2 (ต่อ)

ลำดับ	ผู้วิจัย/ปี	ชื่อเรื่อง	กลุ่มตัวอย่าง/ เครื่องมือ	วิธีการวิจัย	ผลการวิจัย	ประเด็นที่น่าสนใจ สังเคราะห์
7	รุ่งสุริยา หอมวัน (2561)	รูปแบบการ เสริมสร้างความรู้ ทางจิต วิญญาณของวัยรุ่น ตามหลักพุทธ จิตวิทยา	วัยรุ่น / เครื่องมือ วิจัยผสม (คุณภาพ + ปริมาณ)	วิจัยแบบผสม, SEM	ปัจจัยจิตลักษณะและ ความสัมพันธ์กับเพื่อน ความผูกพันทางจิตวิญญาณได้ มากกว่า 100% ไม่แตกต่างกันของข้อมูลดี (p>.05)	ปัจจัยจิตลักษณะและ ความสัมพันธ์กับเพื่อน เป็นตัวแปรสำคัญ
8	ภมรพรรณ ฤทธิ์ ยาตร์ (2554)	การศึกษาและ พัฒนาความผูก พันใจของนิสิต	นิสิต มหาวิทยาลัยภาค อีสาน	CFA, ทดลองและ ติดตามผล คำปรึกษากลุ่ม	ไม่แตกต่างจาก 9 องค์ประกอบ เช่น การยอมรับ ตนเอง อิศระแห่งตน จุดมุ่งหมายในชีวิต ฯลฯ สอดคล้องกับข้อมูล (p<.05) ความผูกพันที่ได้รับ คำปรึกษาต่างจากก่อน-หลัง อย่างมีนัย (p<.05)	ความผูกพันพัฒนาด้วย คำปรึกษากลุ่มได้จริง

7.2 งานวิจัยต่างประเทศ

Syed Muhammad Sajjad Kabir* and Umme Kulsuma Rashid¹.(2017) ได้วิจัยเรื่อง การศึกษาค่านิยมระหว่างบุคคล ปมด้อย และสุขภาวะทางจิตของนักเรียนวัยรุ่น มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาค่านิยมระหว่างบุคคล ปมด้อย และ สุขภาพจิตของนักเรียนวัยรุ่น ขนาดตัวอย่างในการศึกษาคือวัยรุ่น 384 คน นักเรียน (ชาย = 200 และหญิง = 184; ช่วงอายุ 13-19 ปี) จากหลากหลายสาธารณะและโรงเรียนและวิทยาลัยเอกชนในเมืองจิตตะกอง ประเทศบังกลาเทศ ใช้แบบสอบถามวัดผลและแบบวัดสุขภาวะทางจิตใจในการเก็บรวบรวมข้อมูลความสัมพันธ์ระหว่างช่วงเวลาของผลิตภัณฑ์เพียร์สัน การวิเคราะห์ความแปรปรวนและการทดสอบค่า t ถูกนำมาใช้เพื่อตีความผลการวิจัย ผลการวิจัยพบว่าความผาสุกทางจิตใจและปมด้อยคือ มีความสัมพันธ์เชิงลบ ($r = -.453$); ค่านิยมระหว่างบุคคลและปมด้อยก็เช่นกัน มีความสัมพันธ์เชิงลบ ($r = -.717$); แต่คุณค่าระหว่างบุคคลและความเป็นอยู่ที่ดีทางจิตใจสัมพันธ์ทางบวก ($r = .792$) นอกจากนี้ยังพบว่านักเรียนวัยรุ่นชายมีคุณค่าระหว่างบุคคลและสุขภาวะทางจิตใจมากกว่าของคู่กัน ผลการวิจัยพบว่าผลกระทบต่องานอดิเรก ครู ผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพจิต และผู้กำหนดนโยบาย

Nurul Hidayah.(2016) ได้วิจัยเรื่อง การประเมินความผาสุกของนักเรียนที่โรงเรียน การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่ออธิบายการประเมินความเป็นอยู่ที่ดีของนักเรียนในโรงเรียนมัธยมศึกษาเอกชนสองแห่งใน Sleman regency, Yogyakarta Special Province, อินโดนีเซีย อาสาสมัครของการวิจัยคือ นักเรียนมัธยมศึกษาในพื้นที่ จำนวน 42 คน เป็นการวิจัยเชิงประเมินเชิงปริมาณ เทคนิคการเก็บรวบรวมข้อมูลใช้การสนทนากลุ่ม (FGD) ในขณะที่เครื่องมือนี้ใช้หนังสือคู่มือ FGD ตามแบบจำลองความเป็นอยู่ที่ดีของโรงเรียน (Konu and Rimpela, 2002) วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณด้วยวิธีการวิเคราะห์เฉพาะเรื่อง ผลการวิจัยพบว่า ความเป็นอยู่ที่ดีในโรงเรียนของนักเรียนนั้นสูงในด้านจิตใจในมิติของสถานะสุขภาพ แต่ต่ำในมิติของการมี ความรัก และมีแนวโน้มว่าการรังแกทางวาจา ทางร่างกาย ตลอดจนทางเพศที่กระทำโดยเพื่อนร่วมชั้นและครูเป็นการส่วนตัว

Anne Kathryn Soutter, Billy O'Steen & Alison Gilmore.(2012) ได้วิจัยเรื่อง รูปแบบสุขภาวะของนักเรียน: กรอบแนวคิดเพื่อพัฒนาตัวบ่งชี้ความผาสุกของนักเรียน โดยวิเคราะห์จากกรณีศึกษาของโรงเรียนมัธยมในนิวซีแลนด์ รวมถึงการศึกษานโยบายการศึกษา และประสบการณ์ตรงจากนักเรียนและครู เพื่อให้เกิดการวัดและติดตามสุขภาวะของนักเรียนในด้านต่าง ๆ ได้อย่างรอบด้านและนำไปสู่การพัฒนาเชิงบวกอย่างแท้จริง ได้ตัวอย่างตัวชี้วัดความผาสุกของนักเรียนดังนี้

การมี (Having) มีตัวบ่งชี้ คือ นักเรียนได้รับการสนับสนุนด้านทรัพยากร เช่น ครูที่มีคุณภาพ สิ่งอำนวยความสะดวกที่ปลอดภัย และเงินทุนสำหรับกิจกรรมเสริม

การเป็นอยู่ (Being) มีตัวบ่งชี้ คือ นักเรียนได้รับการส่งเสริมบทบาท ความรับผิดชอบ การมีสุขภาพดี และโอกาสในการคิดและทำอย่างอิสระภายใต้การดูแล

ความสัมพันธ์ (Relating) มีตัวบ่งชี้ คือ นักเรียนทุกคนรู้สึกถึงสถานที่ภายในสภาพแวดล้อมทางกายภาพและทางสังคมวัฒนธรรมของโรงเรียน ความผูกพันทางวัฒนธรรมได้รับการยอมรับและเฉลิมฉลอง ความเชื่อและอุดมการณ์แสดงออกอย่างเสรีและได้รับความ

เคารพ ความสัมพันธ์ระหว่างนักเรียนและครูมีลักษณะเป็นการให้ความเคารพ สอดคล้องกัน และเกื้อกูลกันต่อเป้าหมายทางการศึกษาและส่วนบุคคล ผู้ปกครองและสมาชิกในชุมชนติดต่อกับเจ้าหน้าที่ของโรงเรียนอย่างแข็งขันและมีความหมายผ่านวิธีการที่หลากหลาย นักเรียนมีส่วนร่วมทุกวันกับประสบการณ์การศึกษาที่อยู่เหนือขอบเขตของระเบียบวินัย วัฒนธรรม หรืออุดมการณ์ และนั่นต้องการให้นักเรียนขยายตัวเองออกไปนอกบริบทที่คุ้นเคยในทันทีและสะดวกสบาย

ความรู้สึก (Feeling) มีตัวบ่งชี้ คือ นักเรียนรู้สึกได้รับการสนับสนุนและได้รับการสนับสนุนให้ได้สัมผัสและแสดงออกถึงอารมณ์ที่หลากหลาย ทุกวิชาในหลักสูตรของโรงเรียนได้รับการออกแบบมาเพื่อพัฒนาให้นักเรียนเห็นคุณค่าในด้านบวกของชีวิตและวิถีที่ผู้อื่นมีส่วนร่วมในการเรียนรู้และการพัฒนาของพวกเขา นักเรียนที่แสวงหาการสนับสนุนทางอารมณ์มีโอกาที่จะทำเช่นนั้นอย่างรอบคอบ แต่ยังรวมถึงการพูดคุยอย่างเปิดเผยด้วยสภาวะและสถานการณ์ที่ขัดขวางความรู้สึกที่ได้รับการยอมรับว่าส่งผลกระทบต่อชีวิตคนหนุ่มสาวทั้งในระดับส่วนตัวและระหว่างบุคคล นักเรียนสามารถเข้าถึงทรัพยากร ข้อมูล และกลุ่มสนับสนุนที่อำนวยความสะดวกสบาย

ความคิด (Thinking) มีตัวบ่งชี้ คือ นักเรียนถามคำถามทั้งในและนอกชั้นเรียน ทั้งทางวาจา สายตา และการเขียน 'ถ้าอย่างนั้น' 'แล้วยังไง' 'แล้วไงล่ะ' ตัวอย่างของคำถามทั่วไปในการอภิปรายในห้องเรียน นักเรียนมีโอกาที่จะตัดสินใจโดยมีข้อมูลประกอบ และมีผู้ใหญ่และเพื่อน ๆ ให้การตัดสินใจโดยพิจารณาว่าให้ความสนใจหลักสูตรและการจัดตารางเวลาช่วยให้เกิดการทำงานร่วมกัน การศึกษาข้ามสาขาวิชา และมีเวลาให้นักเรียนคิดอย่างมีสติ สร้างสรรค์ สร้างสรรค์ และไตร่ตรอง นักเรียนมีโอกาแสดงความรู้ ทักษะ และความสามารถในรูปแบบต่างๆ

การทำงาน (Functioning) มีตัวบ่งชี้ คือ การจัดสรรเวลาในโรงเรียนสะท้อนให้เห็นถึงความสมดุลระหว่างการมีส่วนร่วมกับหลักสูตรระดับชาติ โรงเรียน และห้องเรียน และการให้โอกาสในการขยายการเรียนรู้หรือเดินทางทางเลือกเพื่อความเข้าใจ นักเรียนมีโอกาสัมผัสกับความรู้สึกไร้กาลเวลาในการทำงานนักเรียนไม่ถูกขัดจังหวะโดยไม่จำเป็นและจัดให้ดำเนินการต่อไปตามความเหมาะสม มีโอกาสมากมายและหลากหลายสำหรับนักเรียนในการมีส่วนร่วมในกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมของพลเมือง การเรียนรู้การบริการ การเฉลิมฉลองทางวัฒนธรรม

ความพยายาม (Striving) มีตัวบ่งชี้ คือ ประสบการณ์ด้านการศึกษาสนับสนุนความสำเร็จในชีวิตประจำวันและความสำเร็จอย่างต่อเนื่อง ในขณะที่เดียวกันก็มุ่งสู่ขั้นตอนต่อไปของกระบวนการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง ความท้าทายถูกตีกรอบว่าสำคัญและหลีกเลี่ยงไม่ได้ และยินดีมากกว่าหลีกเลี่ยง นักเรียนวางแผนและเข้าร่วมการศึกษาระดับอุดมศึกษาหรือการฝึกอบรมเพิ่มเติม นักเรียนมีคุณสมบัติตรงตามเกณฑ์มาตรฐานของโรงเรียนและระดับประเทศ และเติบโตอย่างน้อยหนึ่งปีทุกปีในโรงเรียน

ตาราง 3 สรุปงานวิจัยต่างประเทศ

ลำดับ	ผู้วิจัย/ปี	ชื่อเรื่อง	กลุ่มตัวอย่าง/ เครื่องมือ	วิธีการวิจัย	ผลการวิจัย	ประเด็นที่นำมา สังเคราะห์
1	Syed Muhammad Sajjad Kabir & Umme Kulsuma Rashid (2017)	การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ปมด้อย และสุขภาวะทางจิตของนักเรียนวัยรุ่น	นักเรียนวัยรุ่น 384 คน (ชาย 200, หญิง 184, อายุ 13-19 ปี)	วิเคราะห์ ความสัมพันธ์ แบบเพียร์สัน, ANOVA, t-test	- ความผูกพันทางจิตและปมด้อยสัมพันธ์ทางลบ ($r = -0.453$) - ค่าสัมประสิทธิ์ทางลบ ($r = -0.717$) - ค่าสัมประสิทธิ์ทางบวกและความผูกพันทางจิตสัมพันธ์ทางบวก ($r = 0.792$)	ค่านิยมระหว่างบุคคล ส่งผลเชิงบวกต่อสุขภาวะทางจิต, ปมด้อยส่งผลลบ
2	Nurul Hidayah (2016)	การประเมินความผูกพันของนักเรียนในโรงเรียนมัธยมศึกษา เอกชนสองแห่งในอินโดนีเซีย	นักเรียน มัธยมศึกษา 42 คน	วิจัยเชิงประเมิน, เชิงปริมาณ, การสนทนา กลุ่ม (FGD)	- ความเป็นอยู่ที่ดีด้านจิตใจ สูง - ด้านความรักต่ำ - พบการรังแกทางวาจา ร่างกาย และเพศจากเพื่อน และครู	ปัจจัยด้านความรักและบรรยากาศโรงเรียนมีผลต่อความผูกพันทางจิต

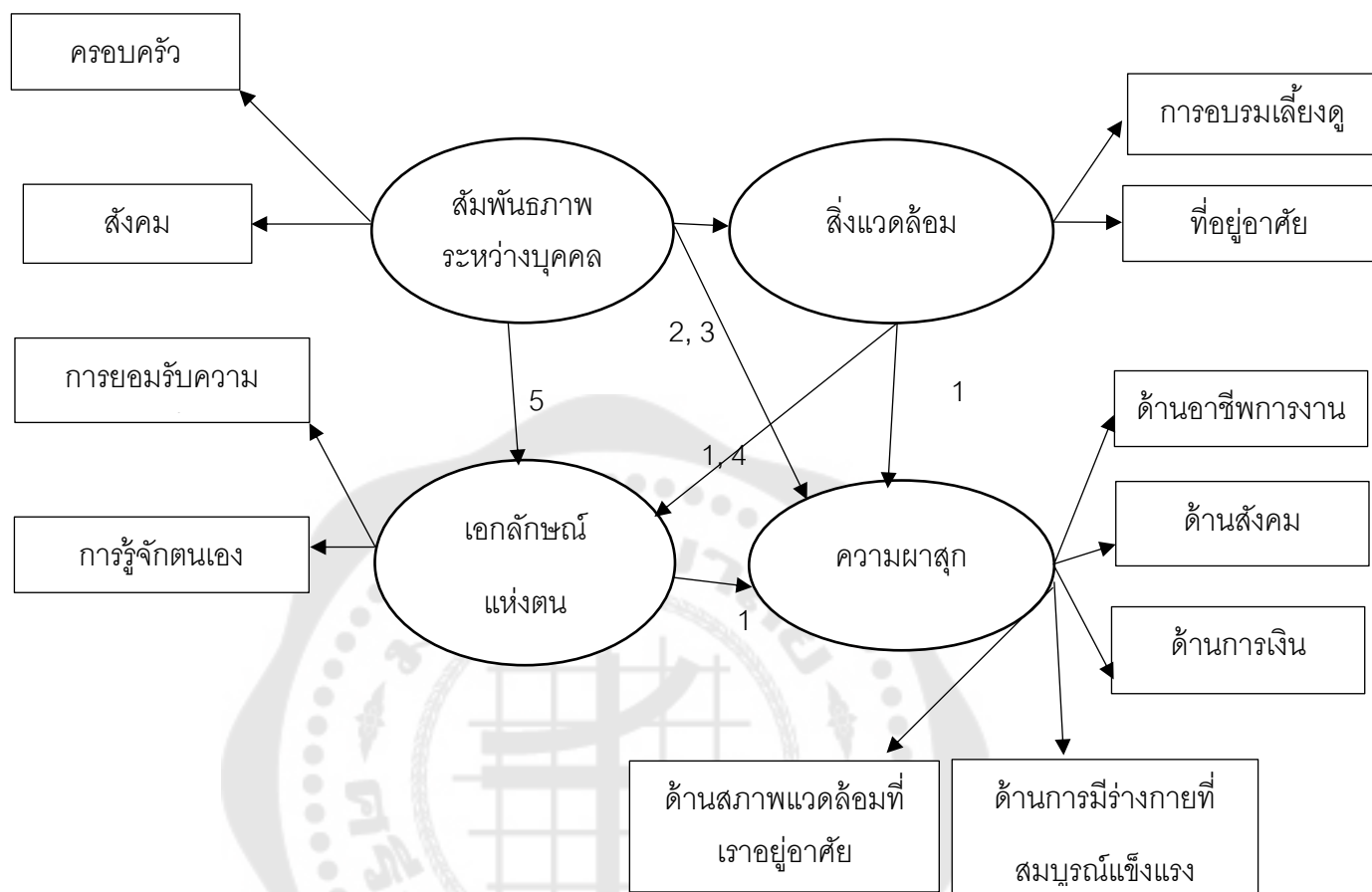
ตาราง 3 (ต่อ)

ลำดับ	ผู้วิจัย/ปี	ชื่อเรื่อง	กลุ่มตัวอย่าง/ เครื่องมือ	วิธีการวิจัย	ผลการวิจัย	ประเด็นที่ นำมา สังเคราะห์
3	Anne Kathryn Soutter, Billy O'Steen & Alison Gilmore (2012)	รูปแบบสุขภาพของนักเรียน: กรอบแนวคิดเพื่อพัฒนาตัวบ่งชี้ความฉลาดของนักเรียน	โรงเรียนมัธยมศึกษาในนิวซีแลนด์ (กรณีศึกษา)	ศึกษานโยบาย, ประสบการณ์ตรงจากนักเรียนและครู	ตัวบ่งชี้ความฉลาดของนักเรียน 7 ด้าน: 1) การมี (Having): การได้รับทรัพยากรและสิ่งสนับสนุน 2) การเป็นอยู่ (Being): ส่งเสริมบทบาท ความรับผิดชอบและสุขภาพดี 3) ความสัมพันธ์ (Relating): ความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งและการยอมรับทางวัฒนธรรม 4) ความรู้สึก (Feeling): การสนับสนุนอารมณ์และการแสดงออก 5) ความคิด (Thinking): การตั้งคำถาม การตัดสินใจ และการแสดงความสามารถ 6) การทำงาน (Functioning): การจัดสรรเวลาและโอกาสเรียนรู้ 7) ความพยายาม (Striving): การสนับสนุน	ให้กรอบการวัดความฉลาดของนักเรียน นักเรียน ครอบครัว และตนเอง

8. กรอบแนวคิดการวิจัย

ในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาทฤษฎี แนวคิด วรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำมาสังเคราะห์เป็นโครงสร้างแนวคิด พบว่า ตัวแปรความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานคร ประกอบด้วย ตัวแปรภายนอก คือ สัมพันธภาพระหว่างบุคคล วัดจากตัวแปรสังเกตได้ 2 ตัวแปร คือ ตัวแปรความสัมพันธ์ระหว่างสังคม และตัวแปรความสัมพันธ์ระหว่างครอบครัว และตัวแปรภายใน คือ 1) ความผาสุก วัดจากตัวแปรสังเกตได้ 5 ตัวแปร คือ 1) อาชีพการงาน 2) สังคม 3) การเงิน 4) การมีร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง และ 5) สภาพแวดล้อมที่เราอยู่อาศัย 2) เอกลักษณ์แห่งตน วัดจากตัวแปรสังเกตได้ 2 ตัวแปร คือ 1) การรู้จักตนเอง และ 2) การยอมรับความแตกต่าง และ 3) สิ่งแวดล้อม วัดจากตัวแปรสังเกตได้ 2 ตัวแปร คือ 1) การอบรมเลี้ยงดู และ 2) ที่อยู่อาศัย ซึ่งดำเนินการวิจัยโดยใช้รูปแบบวิธีการเชิงปริมาณ

จากการศึกษาโมเดลเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานคร พบว่า 1) ตัวแปรสัมพันธภาพระหว่างบุคคล มีอิทธิพลทางตรงต่อ ตัวแปรสิ่งแวดล้อม สอดคล้องกับแนวคิดที่ว่า สิ่งแวดล้อมทางสังคม (social environment) เช่น เพื่อน ครอบครัว จะกำหนดบรรยากาศและโอกาสในการเรียนรู้ ใน Bandura สิ่งแวดล้อมไม่ได้เป็นเพียงปัจจัยภายนอก แต่ถูกปรับเปลี่ยนได้จากปฏิสัมพันธ์ของบุคคลกับคนรอบข้าง 2) ตัวแปรสัมพันธภาพระหว่างบุคคล และ ตัวแปรสิ่งแวดล้อม มีอิทธิพลทางตรงต่อ ตัวแปรเอกลักษณ์แห่งตน เชื่อมโยงกับแนวคิด self-efficacy และ self-identity ของ Bandura การมีตัวแบบ (models) ที่ดีในสิ่งแวดล้อมและมีความสัมพันธ์ทางสังคมที่สนับสนุน จะช่วยให้บุคคลพัฒนาเอกลักษณ์และความมั่นใจในความสามารถของตน 3) ตัวแปรเอกลักษณ์แห่งตน, ตัวแปรสิ่งแวดล้อม, และ ตัวแปรสัมพันธภาพระหว่างบุคคล มีอิทธิพลทางตรงต่อ ความผาสุก ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร สอดคล้องกับหลักว่า self-efficacy และประสบการณ์ในสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนรู้ จะส่งผลให้บุคคลมีแรงจูงใจ ความพึงพอใจ และความเป็นอยู่ที่ดี ความสัมพันธ์นี้สะท้อนองค์ประกอบสามด้านในโมเดล Bandura ที่ทำงานร่วมกัน 4) ตัวแปรสัมพันธภาพระหว่างบุคคล มีอิทธิพลทางอ้อมต่อ ความผาสุก โดยผ่าน ตัวแปรสิ่งแวดล้อม และตัวแปรเอกลักษณ์แห่งตน แสดงให้เห็นเส้นทางอิทธิพลทางอ้อม (indirect effect) ตามแนวคิด Bandura ว่า ความสัมพันธ์ที่ดีจะเปลี่ยนแปลงสิ่งแวดล้อม และสิ่งแวดล้อมนั้นส่งผลต่อความเชื่อและความสามารถของบุคคล ก่อนที่จะส่งผลต่อพฤติกรรมและความเป็นอยู่ 5) ตัวแปรสิ่งแวดล้อม มีอิทธิพลทางอ้อมต่อ ความผาสุก โดยผ่าน ตัวแปรเอกลักษณ์แห่งตน Bandura อธิบายว่าบุคคลตีความและตอบสนองต่อสิ่งแวดล้อมผ่านความเชื่อและความสามารถที่รับรู้ (perceived self-efficacy) ดังนั้น สิ่งแวดล้อมที่ดีจะสร้าง self-identity ที่แข็งแรง ซึ่งนำไปสู่ความผาสุก แสดงกรอบแนวคิด ดังภาพที่ 2



ภาพประกอบ 2 กรอบแนวคิดงานวิจัย

หมายเหตุ

¹นิธิภัทร กมลสุข (2559) ²รุ่งสุริยา หอมวัน (2561) ³นงฐิภา เจริญตะคุ (2562)

⁴เบญญาภา คงธนอิทธิ (2553) ⁵สิทธิพงศ์ วัฒนานนท์สกุล (2562)

บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ โดยมีวัตถุประสงค์การวิจัย คือ 1) เพื่อตรวจสอบความกลมกลืนของโมเดลเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานครตามสมมติฐานกับข้อมูลเชิงประจักษ์ และ 2) เพื่อศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลทางตรงและอิทธิพลทางอ้อมต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานคร โดยใช้การวิเคราะห์โมเดลลิสเรล ในการตรวจสอบความสอดคล้องของโมเดลด้วยโปรแกรม LISREL โดยมีรายละเอียดขั้นตอนการดำเนินงานวิจัย ดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล
3. การสร้างและพัฒนาเครื่องมือในการวิจัย
4. การเก็บรวบรวมข้อมูล
5. การวิเคราะห์ข้อมูล

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา ในเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2567 ทั้ง 2 เขต รวมจำนวนทั้งสิ้น 225,289 คน จากโรงเรียนทั้งหมด 119 แห่ง (สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา กรุงเทพมหานคร เขต 1 และ 2, 2565)

ตาราง 4 จำนวนนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา ในเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษากรุงเทพมหานคร จำแนกตามเขตพื้นที่

เขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา	จำนวนนักเรียน (คน)
เขต 1 (67 โรงเรียน)	104,602
เขต 2 (52 โรงเรียน)	120,687
รวม	225,289

การกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างยึดตามของ Hair, J. et al (2010) เสนอแนวทางการกำหนดขนาดตัวอย่างสำหรับการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้างภายใต้เงื่อนไข ดังนี้

ขนาดตัวอย่างสำหรับการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้างต้องไม่ต่ำกว่า 100 ตัวอย่าง และมีสัดส่วนจำนวนเท่าของขนาดตัวอย่างต่อจำนวนพารามิเตอร์ที่ต้องการประมาณค่า เป็น 10-20 ตัวอย่างต่อ 1 พารามิเตอร์ ซึ่งการวิจัยในครั้งนี้มีพารามิเตอร์ที่ต้องการศึกษาจำนวน 30 พารามิเตอร์ ต้องใช้ตัวอย่าง 600 คน ได้จากการนับพารามิเตอร์เพื่อกำหนดตัวอย่าง ดังนี้

ตาราง 5 การนับพารามิเตอร์เพื่อกำหนดตัวอย่าง

พารามิเตอร์	คำอธิบาย	จำนวน (ตัว)
1. Factor loadings (λ)	ค่าน้ำหนักของแต่ละ observed variable ต่อ latent variable	11
2. Error variances ของ observed (δ / ϵ)	ความแปรปรวนของข้อผิดพลาดของแต่ละ observed	11
3. Variances ของ latent variables	ความแปรปรวนของตัวแปรแฝง (ปกติ ประมาณ variance ของ exogenous ทุก ตัว) และ/หรือ error variance ของ latent endogenous	4
4. Covariances ระหว่าง latent exogenous (ϕ)	ความสัมพันธ์กันระหว่าง latent exogenous แต่ละคู่	1
5. Structural path coefficients (β / γ)	ค่าสัมประสิทธิ์เส้นทางในแบบจำลอง โครงสร้าง	3
รวมพารามิเตอร์ที่ต้องประมาณค่า		30

ตาราง 6 จำนวนนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา ในเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษากรุงเทพมหานคร จำแนกตามขนาดโรงเรียน

ที่	เกณฑ์	ขนาด โรงเรียน	จำนวน โรงเรียน เขต 1	จำนวน โรงเรียน เขต 2
1	นักเรียนจำนวน 2,500 คนขึ้นไป	ใหญ่พิเศษ	17	24
2	นักเรียนจำนวน 1,500 – 2,499 คน	ใหญ่	15	18
3	นักเรียนจำนวน 500 – 1,499 คน	กลาง	15	8
4	นักเรียนจำนวน 1 – 499 คน	เล็ก	20	2
รวม			119	

กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา กรุงเทพมหานครจำนวน 600 คน โดยการสุ่มแบบหลายขั้นตอน มีลำดับการสุ่ม โดยคำนึงถึงสัดส่วนขององค์ประกอบประชากร ดังนี้

1. แบ่งกรอบตัวอย่างตามเขตพื้นที่เป็น 2 เขต ได้แก่ เขต 1 และ เขต 2
2. จัดโรงเรียนตามขนาดเป็น 4 ประเภท: เล็ก, ปานกลาง, ใหญ่, ใหญ่พิเศษ

3. สำหรับแต่ละเขต ให้ เลือกโรงเรียน 1 แห่งต่อขนาด (รวม 4 โรงเรียน/เขต) รวมเป็น 8 โรงเรียน

4. กำหนด จำนวนตัวอย่างต่อโรงเรียนตามสัดส่วนขนาดนักเรียนของแต่ละโรงเรียน

5. แต่ละโรงเรียน แบ่งเป็นระดับชั้น (ม.4-ม.6) แล้วกำหนดสัดส่วนจำนวนนักเรียนของแต่ละระดับชั้น เพื่อให้แต่ละระดับชั้นได้รับการเป็นตัวแทนอย่างเหมาะสม

ตาราง 7 กลุ่มตัวอย่าง โดยวิธีการสุ่มนักเรียนโดยใช้วิธีการแบ่งชั้น

ลำดับ ที่	ชื่อโรงเรียน	ขนาด	จำนวน นักเรียน ม.ปลาย	จำนวน กลุ่ม ตัวอย่าง	จำนวนกลุ่ม ตัวอย่าง		
					ม.4	ม.5	ม.6
1	วัดสระเกศ	เล็ก	83	18	6	6	6
2	เจ้าพระยาวิทยายาคม	เล็ก	173	24	8	8	8
3	ฤทธิณรงค์รอน	กลาง	314	42	14	14	14
4	มัธยมวัดธาตุทอง	กลาง	604	54	18	18	18
5	วัดพุทธบูชา	ใหญ่	1,100	111	37	37	37
6	โรชาดารี	ใหญ่	931	111	37	37	37
7	วัดราชโอรส	ใหญ่พิเศษ	1,351	120	40	40	40
8	วัดสุทธิวราราม	ใหญ่พิเศษ	1,318	120	40	40	40
รวม			5,874	600	200	200	200

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบวัดปัจจัยที่ส่งผลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา ในกรุงเทพมหานคร ที่พัฒนาขึ้นจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง มีลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบประมาณค่า (Rating scale) 5 ระดับ โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

ตาราง 8 เกณฑ์การให้คะแนนแบบสอบถาม

ระดับความคิดเห็น	ข้อความเชิงบวก	ข้อความเชิงลบ
มากที่สุด	5	1
มาก	4	2
ปานกลาง	3	3
น้อย	2	4
น้อยที่สุด	1	5

คำนวณหาค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) ของคำตอบแต่ละด้านและแต่ละข้อแล้วแปรผลตามเกณฑ์ของ(บุญชม ศรีสะอาด, 2545) คือ

ระดับคะแนน 4.51 – 5.00	หมายถึง ระดับมากที่สุด
ระดับคะแนน 3.51 – 4.50	หมายถึง ระดับมาก
ระดับคะแนน 2.51 – 3.50	หมายถึง ระดับปานกลาง
ระดับคะแนน 1.51 – 2.50	หมายถึง ระดับน้อย
ระดับคะแนน 1.00 – 1.50	หมายถึง ระดับน้อยที่สุด

การสร้างและพัฒนาเครื่องมือในการวิจัย

ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ

การพัฒนาเครื่องมือสำหรับวัดความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยได้ดำเนินการศึกษา วิเคราะห์ และสังเคราะห์จากเอกสาร ตำรา และบทความที่เกี่ยวข้องทั้งในและต่างประเทศ เพื่อนำมาใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาเครื่องมือดังกล่าว โดยมีการดำเนินการตามลำดับ ดังนี้

1. ศึกษา วิเคราะห์ และสังเคราะห์จากเอกสาร ตำรา และบทความที่เกี่ยวข้องภายในประเทศและต่างประเทศเกี่ยวกับโมเดลเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานคร

2. ศึกษาการสร้างแบบสอบถามจากเอกสาร ตำรา และบทความที่เกี่ยวข้องภายในประเทศและต่างประเทศเกี่ยวกับโมเดลเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานคร ที่ครอบคลุมทั้ง 3 ด้าน คือ ด้านเอกลักษณ์แห่งตน ด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคล และด้านสิ่งแวดล้อม แล้วนิยามศัพท์ตัวแปรแต่ละตัวเพื่อกำหนดโครงสร้างของตัวแปรที่ต้องการวัด

3. สร้างตารางวิเคราะห์โครงสร้างตัวแปรที่ต้องการวัดในแต่ละปัจจัย

4. นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาปริญญาโท เพื่อตรวจสอบความเหมาะสม ความชัดเจนของข้อคำถาม แล้วนำข้อเสนอแนะที่ได้มาปรับปรุง

5. นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษาเสนอต่อผู้เชี่ยวชาญ เพื่อประเมินหาดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ (IOC) จำนวน 3 คน ซึ่งเป็นผู้มีประสบการณ์ในด้านที่เกี่ยวข้อง อย่างน้อย 3 ปี โดยมีเกณฑ์ในการตรวจพิจารณาข้อคำถาม ดังนี้

ให้คะแนน +1 ถ้าแน่ใจว่าข้อคำถามวัดได้ตรงตามวัตถุประสงค์

ให้คะแนน 0 ถ้าไม่แน่ใจว่าข้อคำถามวัดได้ตรงตามวัตถุประสงค์

ให้คะแนน -1 ถ้าแน่ใจว่าข้อคำถามวัดได้ไม่ตรงตามวัตถุประสงค์

นำผลคะแนนที่ได้จากผู้เชี่ยวชาญมาคำนวณหาค่า IOC ตามสูตร

$$IOC = \frac{\sum R}{N}$$

เมื่อ IOC แทน ดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับ
วัตถุประสงค์

ΣR แทน ผลรวมของคะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญด้านเนื้อหาทั้งหมด
N แทน จำนวนผู้เชี่ยวชาญ

และพิจารณาตามเกณฑ์

ข้อคำถามที่มีค่า IOC ตั้งแต่ 0.50 - 1.00 มีค่าความเที่ยงตรง ใช้ได้

ข้อคำถามที่มีค่า IOC ต่ำกว่า 0.50 ต้องปรับปรุง ยังใช้ไม่ได้

โดยมีผลประเมินหาดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ (IOC)

ดังนี้ แบบวัดปัจจัยที่ส่งผลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปลาย ใน กรุงเทพมหานคร ทั้ง 8 ด้าน จำนวน 46 ข้อ ดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ เท่ากับ .33 - 1.00 แสดงว่าข้อคำถามมีความเที่ยงตรง สามารถคัดเลือกไปใช้ได้ โดยมีดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ รายด้านดังนี้ 1) ด้านอาชีพการงาน มีดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ เท่ากับ 1.00 2) ด้านด้านสังคม มีดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ เท่ากับ .67 - 1.00 3) ด้านการเงินงาน มีดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ เท่ากับ .67 - 1.00 4) ด้านการมีร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง มีดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ เท่ากับ .67 - 1.00 5) ด้านสภาพแวดล้อมที่เราอยู่อาศัย มีดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ เท่ากับ .67 - 1.00 6) ด้านเอกลักษณ์แห่งตน ดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ เท่ากับ .33 - 1.00 7) ด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคล ดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ เท่ากับ .33 - 1.00 และ 8) ด้านสิ่งแวดล้อม มีดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ เท่ากับ 1.00

6. นำผลการวิเคราะห์ที่ได้มาปรับปรุงเครื่องมือตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ แล้วนำเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาปริญญาโท เพื่อพิจารณาอีกครั้ง และนำแบบสอบถามที่พิจารณาแล้วไปทดลอง (Try Out) กับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานคร ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 280 คน แล้วนำมาหาค่าอำนาจจำแนกรายข้อกับคะแนนรวมทั้งฉบับ โดยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน โดยคัดเลือกข้อคำถามที่มีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ .20 ขึ้นไป และวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ โดยวิธีการของครอนบาค พบว่า แบบวัดปัจจัยที่ส่งผลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานคร ที่สามารถนำไปใช้ได้มีจำนวน 46 ข้อ โดยมีค่าความเชื่อมั่นโดยรวม (Cronbach's Alpha) เท่ากับ .951 ซึ่งอยู่ในระดับดีมาก แสดงว่าแบบสอบถามมีอำนาจจำแนกที่ดี โดยมีค่าความเชื่อมั่นรายด้านดังนี้ 1) ด้านอาชีพการงาน มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.596 2) ด้านด้านสังคม มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.595 3) ด้านการเงินงาน มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.590 4) ด้านการมีร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.613 5) ด้านสภาพแวดล้อมที่เราอยู่อาศัย มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.634 6) ด้านเอกลักษณ์แห่งตน มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.577 7) ด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคล มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.435 และ 8) ด้านสิ่งแวดล้อม มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.451

และค่าอำนาจจำแนก (r) มีค่าอยู่ระหว่าง .310 – .720 โดยส่วนใหญ่มีค่าเกินเกณฑ์ที่กำหนดไว้ที่ .30

7. นำแบบสอบถามเสนอต่อคณะกรรมการที่ปรึกษาปริญญาโท เพื่อขอคำแนะนำและนำไปเก็บรวบรวมข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่าง

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยได้จัดทำหนังสือขออนุญาตและขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลวิจัย โดยมีต้นสังกัด คือ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ออกหนังสือถึงผู้อำนวยการโรงเรียน ที่เป็นหน่วยตัวอย่างจำนวน 8 โรงเรียน เพื่อขออนุญาตเก็บข้อมูลจากนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายตามจำนวนที่กำหนด พร้อมแนบรายละเอียดโครงการวัตถุประสงค์ของการวิจัย ขั้นตอนการเก็บข้อมูล และการรักษาความลับของข้อมูลส่วนบุคคลของผู้เข้าร่วม

2. เมื่อได้รับอนุญาตจากโรงเรียนแล้ว ผู้วิจัยได้จัดส่ง แบบสอบถามออนไลน์ ในรูปแบบ Google Forms ให้กับครูประสานงานของแต่ละโรงเรียน เพื่อกระจายลิงก์แบบสอบถามให้กับนักเรียนตามที่กำหนดในแต่ละโรงเรียน

2.1 แบบสอบถามประกอบด้วยข้อมูลค่าชี้แจงการวิจัย สิทธิในการปฏิเสธการตอบ และการรับรองความลับของข้อมูล

2.2 แบบสอบถามมีเนื้อหาเกี่ยวกับ โมเดลเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อความผาสุก ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร การใช้เครื่องมือดิจิทัลช่วยให้สามารถเก็บข้อมูลได้อย่างรวดเร็ว มีประสิทธิภาพ ลดต้นทุนเวลาและงบประมาณ และสามารถตรวจสอบความครบถ้วนของข้อมูลได้ทันที

3. จำนวนตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถามจำนวน 618 คน ซึ่งผู้วิจัยได้คัดเลือกข้อมูลให้ตรงตามจำนวนตัวอย่างที่ต้องการจำนวน 600 คน

4. นำข้อมูลที่ได้จากกลุ่มตัวอย่างมาวิเคราะห์ สรุปผล และแปลผล

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. วิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ร้อยละ

2. วิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ในโมเดลเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานคร โดยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน เพื่อนำเมทริกซ์สหสัมพันธ์ที่ได้ไปใช้วิเคราะห์โมเดลลิสเรล (LISREL Model) ผู้วิจัยได้ใช้เกณฑ์การแปลความหมายของค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Correlation Coefficient) ดังนี้

ค่า r	ระดับความสัมพันธ์	ความหมายโดยทั่วไป
0.00 – 0.19	อยู่ในระดับต่ำมาก	แทบไม่มีความสัมพันธ์

ค่า r	ระดับความสัมพันธ์	ความหมายโดยทั่วไป
0.20 – 0.39	อยู่ในระดับต่ำ	มีความสัมพันธ์น้อย
0.40 – 0.59	อยู่ในระดับปานกลาง	มีความสัมพันธ์พอประมาณ
0.60 – 0.79	อยู่ในระดับสูง	มีความสัมพันธ์ชัดเจน
0.80 – 1.00	อยู่ในระดับสูงมาก	มีความสัมพันธ์ใกล้เคียงสมบูรณ์แบบ

3. ตรวจสอบข้อตกลงเบื้องต้น ประกอบด้วย

3.1 การแจกแจงปกติ (Normality) ตรวจสอบด้วยค่า Skewness อยู่ระหว่าง -2 ถึง +2 และ Kurtosis อยู่ระหว่าง -7 ถึง +7 (บางเกณฑ์ใช้ -3 ถึง +3)

3.2 ความสัมพันธ์ซ้ำซ้อนกันของตัวแปรอิสระ (Multicollinearity) ตรวจสอบด้วยค่า VIF (< 10) และค่า Tolerance (> 0.10)

3.3 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบของตัวแปรเชิงสาเหตุกับองค์ประกอบของความผาสุก

4. ตรวจสอบความสอดคล้องของโมเดลสมการตามโครงสร้างตามทฤษฎีกับข้อมูลเชิงประจักษ์โดยใช้โปรแกรมลิสเรล (LISREL Model) ประกอบด้วย

4.1 ความคลาดเคลื่อนมาตรฐานและสหสัมพันธ์ของค่าประมาณพารามิเตอร์ (Standard Errors and Correlations of Estimates) หากค่าประมาณที่ได้มีนัยสำคัญแสดงว่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐานมีขนาดเล็กสหสัมพันธ์ระหว่างค่าประมาณมีค่าไม่สูงแสดงว่าเป็นโมเดลที่ดีพอ

4.2 สหสัมพันธ์พหุคูณและสัมประสิทธิ์การพยากรณ์ (Multiple Correlations and Coefficients of Determination) สำหรับตัวแปรสังเกตได้แยกทีละตัวและรวมทุกตัวรวมทั้งสัมประสิทธิ์การพยากรณ์ของสมการโครงสร้างด้วย ควรมีค่าสูงสุดไม่เกิน 1.00 และค่าที่สูงแสดงว่าโมเดลมีความเที่ยงตรง

5. ค่าสถิติวัดระดับความสอดคล้อง (Goodness of fit Measures) ค่าสถิติในกลุ่มนี้ใช้ตรวจสอบความตรงของโมเดลเป็นภาพรวมทั้งโมเดลค่าสถิติในกลุ่มนี้มี 6 ประเภทดังนี้

5.1 ค่าสถิติไค-สแควร์ (Chi-square Statistics) เป็นค่าสถิติที่ใช้ทดสอบสมมติฐานทางสถิติถ้าค่า $p > .05$ คือ ค่าสถิติไค-สแควร์ไม่มีนัยสำคัญแสดงว่าโมเดลมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์

5.2 ดัชนีวัดระดับความสอดคล้อง (Goodness-of-Fit Index = GFI) ดัชนี GFI มีค่ามากกว่า .95 แสดงว่าโมเดลมีอำนาจในการทำนายสูง

5.3 ดัชนีวัดระดับความสอดคล้องที่ปรับแก้แล้ว (Adjusted Goodness-of-Fit Index = AGFI) เมื่อนำดัชนี GFI มาปรับแก้โดยคำนึงถึงขนาดของอิสระ (df) ซึ่งรวมทั้งจำนวนตัวแปรและขนาดกลุ่มตัวอย่าง ค่าดัชนี AGFI มีค่ามากกว่า .95 แสดงว่าโมเดลมีอำนาจในการทำนายสูง

5.4 ดัชนีวัดระดับความสอดคล้องเปรียบเทียบ (Comparative Fit Index = CFI) มีค่าเท่ากับ 1.00 แสดงว่าโมเดลทางทฤษฎีมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์

5.5 ค่ารากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน (Standardized Root Mean Squared Residual = Standardized RMR) เป็นค่าบอกความคลาดเคลื่อนของโมเดล มีค่าต่ำกว่า .08 แสดงว่าโมเดลทางทฤษฎีมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์

5.6 ค่าความคลาดเคลื่อนในการประมาณค่าพารามิเตอร์ (Root Mean Square of Error approximation = RMSEA) ค่าของ RMSEA มีค่าต่ำกว่า .05 แสดงว่าโมเดลทางทฤษฎีมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์



บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์การวิจัย คือ 1) เพื่อตรวจสอบความกลมกลืนของโมเดลเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานครตามสมมติฐานกับข้อมูลเชิงประจักษ์ และ 2) เพื่อศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลทางตรงและอิทธิพลทางอ้อมต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานคร ในการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยแบ่งออกเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรที่ใช้ในงานวิจัยและข้อตกลงเบื้องต้น

ตอนที่ 2 ผลการตรวจสอบความกลมกลืนของโมเดลเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานครตามสมมติฐานกับข้อมูลเชิงประจักษ์

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลทางตรงและอิทธิพลทางอ้อมต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานคร

สัญลักษณ์และอักษรย่อในการวิเคราะห์ข้อมูล

การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เพื่อให้เกิดความเข้าใจเกี่ยวกับความหมายในการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลที่ตรงกัน ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

ตาราง 9 สัญลักษณ์แทนตัวแปร

ตัวแปรแฝง	ตัวแปรสังเกต	แทน
ตัวแปรแฝงภายนอก		
K1		สัมพันธภาพระหว่างบุคคล
	X1	ครอบครัว
	X2	สังคม
ตัวแปรแฝงภายใน		
E1		สิ่งแวดล้อม
	Y1	การอบรมเลี้ยงดู
	Y2	ที่อยู่อาศัย
E2		เอกลักษณ์แห่งตน
	Y3	การรู้จักตนเอง
	Y4	การยอมรับความแตกต่าง

ตาราง 9 (ต่อ)

ตัวแปรแฝง	ตัวแปรสังเกต	แทน
E3		ความผาสุก
	Y5	ด้านอาชีพการงาน
	Y6	ด้านสังคม
	Y7	ด้านการเงิน
	Y8	ด้านการมีร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง
	Y9	ด้านสภาพแวดล้อมที่เราอยู่อาศัย

ตาราง 10 สัญลักษณ์แทนค่าสถิติ

สัญลักษณ์	แทน
$\bar{X}$	ค่าเฉลี่ย (Mean)
S.D.	ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
C.V.	ค่าสัมประสิทธิ์การกระจาย
SK	ความเบ้
KU	ความโด่ง
R^2	ค่าสหสัมพันธ์พหุคูณยกกำลังสอง (Squard multiple correlation)
χ^2	ค่าสถิติไค – สแควร์ (Chi-square)
df	องศาอิสระ
SMC	ค่าสัดส่วนของความแปรปรวนของตัวแปรสังเกตได้ที่อธิบายได้ด้วย ความแปรปรวนของตัวแปรแฝง
n	ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง
GFI	ค่าดัชนีความสอดคล้องโดยรวมของโมเดล (Goodness of Fit Index)
AGFI	ค่าดัชนีความสอดคล้องที่ปรับแล้ว (Adjusted goodness of Fit Index)
RMSEA	ค่าประมาณความคลาดเคลื่อนของรากกำลังสองเฉลี่ย (Root Mean Square Error of Approximation)
SRMR	ค่าเฉลี่ยของเศษที่เหลือจากการเปรียบเทียบค่าความแปรปรวนและความแปรปรวนรวมที่ได้จากกลุ่มตัวอย่างกับค่าที่ประมาณจากค่าพารามิเตอร์ (Standardized Root Mean Square Residual)

ตาราง 10 (ต่อ)

สัญลักษณ์	แทน
CFI	ดัชนีประเมินความกลมกลืนของแบบจำลอง
NFI	Normed Fit Index
DE	อิทธิพลโดยตรง (Direct Effect)
IE	อิทธิพลโดยอ้อม (Indirect Effect)
TE	อิทธิพลรวม Total Effect)

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรที่ใช้ในงานวิจัยและข้อตกลงเบื้องต้น

ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรสังเกตได้ พบว่า ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรสังเกตได้แยกเป็นรายตัวแปร โดยจำนวนกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 600 คน ดังตาราง 11

ตาราง 11 ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรสังเกตได้แยกเป็นรายตัวแปร

ตัวแปร	$\bar{X}$	S.D.	แปลความหมาย
สัมพันธภาพระหว่างบุคคล (K1)	3.248	0.741	ปานกลาง
ครอบครัว (X1)	3.135	0.798	ปานกลาง
สังคม (X2)	3.360	0.760	ปานกลาง
สิ่งแวดล้อม (E1)	3.752	0.685	มาก
การอบรมเลี้ยงดู (Y1)	3.950	0.923	มาก
ที่อยู่อาศัย (Y2)	3.554	0.650	มาก
เอกลักษณ์แห่งตน (E2)	3.856	0.696	มาก
การรู้จักตนเอง (Y3)	4.055	0.945	มาก
การยอมรับความแตกต่าง (Y4)	3.658	0.690	มาก
ความผาสุก (E3)	3.902	0.612	มาก
ความผาสุกทางด้านอาชีพการงาน (Y5)	3.911	0.694	มาก
ความผาสุกทางด้านสังคม (Y6)	4.149	0.683	มาก
ความผาสุกทางการเงิน (Y7)	3.811	0.790	มาก
ความผาสุกทางการมีร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง (Y8)	3.552	0.752	มาก
ความผาสุกทางด้านสภาพแวดล้อมที่เราอยู่อาศัย (Y9)	4.087	0.789	มาก

จากตาราง 11 พบว่า นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานครมีความผาสุก เอกลักษณะหนึ่งตน และสิ่งแวดล้อมอยู่ในระดับมาก และมีสัมพันธภาพระหว่างบุคคลอยู่ในระดับปานกลาง มีรายละเอียด ดังนี้

ด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (K1) มีค่าเฉลี่ยรวม 3.248 (S.D. = 0.741) ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง โดยองค์ประกอบด้านครอบครัว (X1) และ ด้านสังคม (X2) มีค่าเฉลี่ย 3.135 (S.D. = 0.798) และ 3.360 (S.D. = 0.760) ตามลำดับ

ด้านสิ่งแวดล้อม (E1) มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 3.752 (S.D. = 0.685) ซึ่งอยู่ในระดับมาก โดยองค์ประกอบด้านการอบรมเลี้ยงดู (Y1) มีค่าเฉลี่ย 3.950 (S.D. = 0.923) และ ด้านที่อยู่อาศัย (Y2) มีค่าเฉลี่ย 3.554 (S.D. = 0.650)

ด้านเอกลักษณะหนึ่งตน (E2) มีค่าเฉลี่ยรวม 3.856 (S.D. = 0.696) ซึ่งอยู่ในระดับมาก โดยองค์ประกอบด้านการรู้จักตนเอง (Y3) มีค่าเฉลี่ย 4.055 (S.D. = 0.945) และ การยอมรับความแตกต่าง (Y4) มีค่าเฉลี่ย 3.658 (S.D. = 0.690) ตามลำดับ

ด้านความผาสุก (E3) มีค่าเฉลี่ยรวม 3.902 (S.D. = 0.612) ซึ่งอยู่ในระดับมาก โดยองค์ประกอบด้านความผาสุกทางด้านอาชีพการงาน (Y5) ค่าเฉลี่ย 3.911 (S.D. = 0.694) ความผาสุกทางด้านสังคม (Y6) ค่าเฉลี่ย 4.149 (S.D. = 0.683) ความผาสุกทางการเงิน (Y7) ค่าเฉลี่ย 3.811 (S.D. = 0.790) ความผาสุกทางด้านการมีร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง (Y8) ค่าเฉลี่ย 3.552 (S.D. = 0.752) ความผาสุกทางด้านสภาพแวดล้อมที่เราอยู่อาศัย (Y9) ค่าเฉลี่ย 4.087 (S.D. = 0.789) ตามลำดับ

ตาราง 12 ค่าสถิติพื้นฐานและแปลการตรวจสอบการแจกแจงแบบปกติของตัวแปรสังเกตได้

ตัวแปร	$\bar{X}$	S.D.	C.V.	SK	KU
Y1	3.950	0.923	23.372	-0.527	-0.315
Y2	3.554	0.650	18.298	0.405	0.330
Y3	4.055	0.945	23.310	-0.705	-0.165
Y4	3.658	0.690	18.874	0.312	-0.385
Y5	3.911	0.694	17.736	0.082	-0.855
Y6	4.149	0.683	16.459	-0.542	-0.569
Y7	3.811	0.790	20.724	-0.282	-0.157
Y8	3.552	0.752	21.185	0.387	-0.688
Y9	4.087	0.789	19.318	-0.645	-0.186
X1	3.135	0.798	25.447	0.639	0.556
X2	3.360	0.760	22.614	0.604	-0.107

จากตาราง 12 พบว่า ตัวแปรสังเกตได้ทั้ง 11 มีค่าเฉลี่ยของตัวแปรทั้งหมดอยู่ระหว่าง 3.135 ถึง 4.149 มีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานอยู่ระหว่าง 0.650 – 0.945 มีสัมประสิทธิ์การกระจายอยู่ระหว่าง 17.736 – 25.447 มีลักษณะการแจกแจงของข้อมูลพบว่า ค่าความเบ้อยู่ระหว่าง -0.705 ถึง +0.639 และค่าความโด่งอยู่ระหว่าง -0.855 ถึง +0.556

ตาราง 13 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบของตัวแปรเชิงสาเหตุกับองค์ประกอบของความผาสุก

		E1		E2					E3		K1	
		Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6	Y7	Y8	Y9	X1	X2
E1	Y1	1.000										
	Y2	.488**	1.000									
E2	Y3	.323**	.411**	1.000								
	Y4	.398**	.531**	.426**	1.000							
E3	Y5	.355**	.500**	.721**	.540**	1.000						
	Y6	.392**	.527**	.627**	.499**	.740**	1.000					
	Y7	.408**	.542**	.514**	.604**	.616**	.622**	1.000				
	Y8	.271**	.466**	.493**	.617**	.582**	.545**	.650**	1.000			
	Y9	.467**	.524**	.566**	.589**	.613**	.670**	.594**	.621**	1.000		
K1	X1	.263**	.484**	.281**	.593**	.349**	.361**	.409**	.583**	.447**	1.000	
	X2	.285**	.467**	.320**	.620**	.349**	.354**	.471**	.557**	.401**	.758**	1.000

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 13 พบว่า องค์ประกอบของตัวแปรสาเหตุทุกตัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับองค์ประกอบความผาสุก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

องค์ประกอบสิ่งแวดล้อม (E1) มีความสัมพันธ์ทางบวกกับองค์ประกอบเอกลักษณ์แห่งตน (E2) มีค่าสหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง .323 - .531 มีความสัมพันธ์ทางบวกกับองค์ประกอบความผาสุก (E3) มีค่าสหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง .271 – .542 และมีความสัมพันธ์ทางบวกกับองค์ประกอบสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (K1) มีค่าสหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง .263 - .484

องค์ประกอบเอกลักษณ์แห่งตน (E2) มีความสัมพันธ์ทางบวกกับองค์ประกอบความผาสุก (E3) มีค่าสหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง .493 - .740 และมีความสัมพันธ์ทางบวกกับองค์ประกอบสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (K1) มีค่าสหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง .281 - .620

องค์ประกอบความผาสุก (E3) ความสัมพันธ์ทางบวกกับองค์ประกอบสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (K1) มีค่าสหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง .401 - .583

การวิเคราะห์โครงสร้างสมการ (Structural Equation Modeling: SEM) ผู้วิจัยได้ตรวจสอบความสัมพันธ์ซ้ำซ้อนกันของตัวแปรอิสระ (Multicollinearity) โดยใช้การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression) ผ่านโปรแกรม SPSS พบว่า ค่าดัชนี Tolerance ของตัวแปรอิสระทั้งหมดมีค่า มากกว่า 0.10 และค่า VIF มีค่า น้อยกว่า 10 ซึ่งอยู่ในเกณฑ์ที่ยอมรับได้ตามเกณฑ์ของ Hair et al. (2010) แสดงว่า ไม่มีปัญหา Multicollinearity ในโมเดลที่ใช้วิเคราะห์ จึงสามารถใช้ตัวแปรเหล่านี้ในการวิเคราะห์ SEM ได้อย่างเหมาะสม

ตอนที่ 2 ผลการตรวจสอบความกลมกลืนของโมเดลเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานครตามสมมติฐานกับข้อมูลเชิงประจักษ์

การวิเคราะห์โมเดลโครงสร้างความสัมพันธ์เชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานคร เป็นการตรวจสอบความกลมกลืนของโมเดลกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ในดัชนีกลุ่มสัมพันธ์โดยพิจารณาจากค่าสถิติและดัชนีที่บ่งบอกถึงความกลมกลืนของรูปแบบโครงสร้างความสัมพันธ์ ได้แก่ ค่าสถิติไค-สแควร์ ค่า อัตราส่วนไค-สแควร์ต่อองศาอิสระ, P-value, GFI, AGFI, CFI, SRMR, RMSEA และ NFI โดยมีการลำดับการนำเสนอ ดังนี้

ตาราง 14 แสดงค่าดัชนีความกลมกลืนและดัชนีเปรียบเทียบของโมเดล

ค่าดัชนี	เกณฑ์	ค่าสถิติ	ผลการพิจารณา
ดัชนีความกลมกลืนสัมบูรณ์ (Absolute Fit Index)			
χ^2		29.44	
Df		15	
χ^2 / df	ไม่เกิน 3.0 (Hair, et al. 2010)	1.963	ผ่านเกณฑ์
P-value	มากกว่า .01 (Hair, et al. 2010)	.0141	ผ่านเกณฑ์
GFI	มากกว่า .90 (Hair, et al. 2010)	.99	ผ่านเกณฑ์
AGFI	มากกว่า .90 (Hair, et al. 2010)	.96	ผ่านเกณฑ์
RMSEA	น้อยกว่า .06 (Hu & Bentler.1999)	.040	ผ่านเกณฑ์
SRMR	น้อยกว่า .05 (Hu & Bentler.1999)	.022	ผ่านเกณฑ์
ดัชนีวัดความกลมกลืนเชิงเปรียบเทียบ (Comparative Fit Index)			
CFI	มากกว่า 0.90 (Hu & Bentler.1999)	1.00	ผ่านเกณฑ์
NFI	มากกว่า 0.90 (Bentler & Bonett.1980)	1.00	ผ่านเกณฑ์

จากตารางที่ 14 พบว่า ดัชนีความกลมกลืนสัมบูรณ์ (Absolute Fit Index) มีค่า χ^2 เท่ากับ 29.44, $\chi^2/df = 1.963$, P-value = 0.0141, GFI = 0.99, AGFI = 0.96, RMSEA = 0.040 และ SRMR = 0.022 และดัชนีความกลมกลืนเชิงเปรียบเทียบ (Comparative Fit Index) มีค่า CFI = 1.00, NFI = 1.00 หมายความว่า โมเดลที่ใช้ในการศึกษามีความเหมาะสมกับข้อมูล ทั้งในด้านความกลมกลืนสัมบูรณ์และเชิงเปรียบเทียบ ทำให้สามารถนำโมเดลไปใช้ในการวิเคราะห์เชิงสาเหตุและตรวจสอบสมมติฐานในบทถัดไปได้อย่างมั่นใจ

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลทางตรงและอิทธิพลทางอ้อมต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานคร

ผลการตรวจสอบความตรงของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานคร เมื่อโมเดลประกอบด้วยตัวแปรสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล (K1) มีอิทธิพลทางตรงต่อตัวแปรสิ่งแวดล้อม (E1) ตัวแปรสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล (K1) และตัวแปรสิ่งแวดล้อม (E1) มีอิทธิพลทางตรงต่อตัวแปรเอกลักษณ์แห่งตน (E2) ตัวแปรเอกลักษณ์แห่งตน, ตัวแปรสิ่งแวดล้อม (E1), และตัวแปรสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล (K1) มีอิทธิพลทางตรงต่อความผาสุก (E3) ตัวแปรสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล (K1) มีอิทธิพลทางอ้อมต่อความผาสุก (E3) โดยผ่านตัวแปรสิ่งแวดล้อม (E1) และตัวแปรเอกลักษณ์แห่งตน (E2) ตัวแปรสิ่งแวดล้อม (E1) มีอิทธิพลทางอ้อมต่อความผาสุก (E3) โดยผ่านตัวแปรเอกลักษณ์แห่งตน (E2)

ตาราง 15 ผลการวิเคราะห์น้ำหนักองค์ประกอบของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ

ตัวแปร สังเกตได้ ภายนอก	b	SE	t	SC	R ²	ตัวแปร สังเกตได้ ภายใน	b	SE	t	SC	R ²
K1						E1					
X1	0.85	0.04	23.74	0.85	0.72	Y1	0.56	0.07	11.70	0.56	0.31
X2	0.89	0.04	25.04	0.89	0.79	Y2	0.85	0.07*	11.70*	0.85	0.72
Chi-square = 29.44 , df = 15, p = .014, GFI = 0.99, AGFI = 0.96, CFI=1.00, RMSEA = 0.04						E2					
						Y3	0.35	0.10	3.46	0.35	0.12
						Y4	0.59	0.17	3.45	0.59	0.35
						E3					
						Y5	0.71	0.04*	19.82*	0.71	0.50
						Y6	0.77	0.04	19.82	0.77	0.59
						Y7	0.79	0.04	17.80	.079	0.62
						Y8	0.83	0.05	16.42	0.83	0.69
						Y9	0.75	0.04	17.68	0.75	0.56

ผลการวิเคราะห์โมเดลสมการเชิงโครงสร้าง (SEM) สำหรับตัวแปรความผาสุกของนักเรียน ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานคร พบว่า โมเดลมีความเหมาะสมกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยค่าดัชนีความกลมกลืน ได้แก่ $\text{Chi-square} = 29.44$, $\text{df} = 15$, $p = .014$, $\text{GFI} = 0.99$, $\text{AGFI} = 0.96$, $\text{CFI} = 1.00$, $\text{RMSEA} = 0.04$ ซึ่งบ่งชี้ว่าโมเดลสามารถอธิบายความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรได้ดี

ตัวบ่งชี้ของตัวแปรแฝงภายนอก ได้แก่ ตัวแปรสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (K1) เป็นตัวแปรแฝงที่ตัวบ่งชี้ของด้านครอบครัวมีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐานเท่ากับ 0.85 ตัวบ่งชี้ของด้านสังคม มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐานเท่ากับ 0.89 ทั้งนี้ ตัวบ่งชี้ของตัวแปรแฝงภายใน ได้แก่ ตัวแปรสิ่งแวดล้อม (E1) เป็นตัวแปรแฝงที่ตัวบ่งชี้ของด้านกรอบรมเลี้ยงดูมีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐานเท่ากับ 0.56 ตัวบ่งชี้ของด้านที่อยู่อาศัยมีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐานเท่ากับ 0.85 ตัวแปรเอกลักษณ์แห่งตน (E2) เป็นตัวแปรแฝงที่ตัวบ่งชี้ของด้านกรู้อัจฉกตนเองมีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐานเท่ากับ 0.35 ตัวบ่งชี้ของด้านที่การยอมรับความแตกต่างมีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐานเท่ากับ 0.59 และ ตัวแปรความผาสุก (E3) เป็นตัวแปรแฝงที่ตัวบ่งชี้ของด้านอาชีพการงานมีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐานเท่ากับ 0.71 ตัวบ่งชี้ของด้านสังคมมีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐานเท่ากับ 0.77 ตัวบ่งชี้ของด้านการเงินมีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐานเท่ากับ 0.79 ตัวบ่งชี้ของด้านการมีร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรงมีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐานเท่ากับ 0.83 ตัวบ่งชี้ของด้านสภาพแวดล้อมที่เราอยู่อาศัยมีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐานเท่ากับ 0.75

เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยง (R^2) ของตัวบ่งชี้ในโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ พบว่า กลุ่มตัวบ่งชี้ในองค์ประกอบแฝงภายนอก/ ปัจจัยเชิงสาเหตุมีค่าความแปรปรวนร่วมตั้งแต่ 0.72 – 0.79 หรือสามารถอธิบายการมีส่วนร่วมในองค์ประกอบแฝงภายนอกได้ร้อยละ 72.00 – 79.00 ขณะที่ตัวบ่งชี้ในองค์ประกอบแฝงภายใน/ ปัจจัยเชิงสาเหตุมีค่าความแปรปรวนร่วมตั้งแต่ 0.12 – 0.69 หรือสามารถอธิบายการมีส่วนร่วมในองค์ประกอบแฝงภายในได้ร้อยละ 12.00 – 69.00 รายละเอียดดังตาราง 15

การพิจารณาเฉพาะอิทธิพลทางตรงระหว่างตัวแปรแต่ละตัวแปรแฝงนั้น ผู้วิจัยได้นำเสนอ ผลของอิทธิพลจากตัวแปรสาเหตุต่อตัวแปรผลออกเป็น 3 ส่วน ได้แก่ อิทธิพลทางตรง (DE) อิทธิพลทางอ้อม (IE) และอิทธิพลรวม (IT) แสดงดังตาราง 16

ตาราง 16 อิทธิพลทางตรง อิทธิพลทางอ้อม อิทธิพลรวม และค่าสัมประสิทธิ์กำหนดของตัวแปร
เชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานคร

ตัวแปรเหตุ	ตัวแปรผล								
	สิ่งแวดล้อม (E1)			เอกลักษณ์แห่งตน (E2)			ความผาสุก (E3)		
	DE	IE	TE	DE	IE	TE	DE	IE	TE
สิ่งแวดล้อม (E1)	-	-	-	0.64*	-	0.92*	-0.11	0.82*	0.70*
เอกลักษณ์แห่งตน (E2)	-	-	-	-	-	-	1.28*	-	0.89*
สัมพันธภาพระหว่างบุคคล (K1)	0.64*	-	0.64*	0.39*	0.59*	1.15*	-0.34	0.95*	0.61*
R^2	0.41			0.88			0.85		

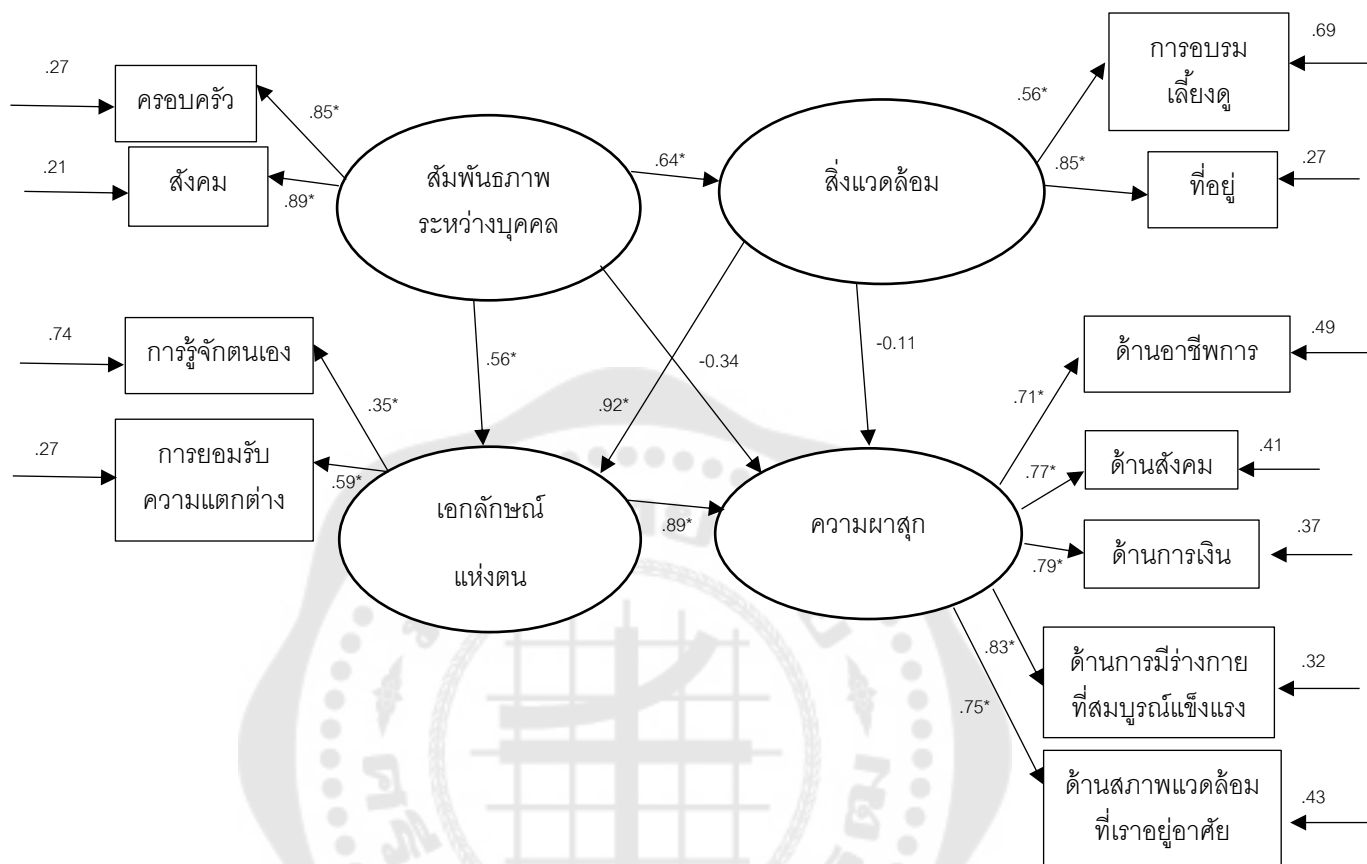
DE = อิทธิพลทางตรง, IE = อิทธิพลทางอ้อม, TE = อิทธิพลทางรวม

* มีนัยสำคัญ ($p < .01$)

อิทธิพลทางตรงและทางอ้อมที่ส่งผลต่อด้านสิ่งแวดล้อม พบว่า สิ่งแวดล้อม (E1) ได้รับอิทธิพลจากตัวแปรสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (K1) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยมีอิทธิพลทางตรง (DE) เท่ากับ 0.64* และอิทธิพลทางรวม (TE) เท่ากับ 0.64*

อิทธิพลทางตรงและทางอ้อมที่ส่งผลต่อด้านเอกลักษณ์แห่งตน พบว่า เอกลักษณ์แห่งตน (E2) ได้รับอิทธิพลจากตัวแปรสิ่งแวดล้อม (E1) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยมีอิทธิพลทางตรง (DE) เท่ากับ 0.64* และอิทธิพลทางรวม (TE) เท่ากับ 0.92* และยังได้รับอิทธิพลจากตัวแปรสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (K1) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยมีอิทธิพลทางตรง (DE) เท่ากับ 0.39* อิทธิพลทางอ้อม เท่ากับ 0.59* และอิทธิพลทางรวม (TE) เท่ากับ 1.15*

อิทธิพลทางตรงและทางอ้อมที่ส่งผลต่อความผาสุก พบว่า ความผาสุก (E3) ได้รับอิทธิพลจากตัวแปรสิ่งแวดล้อม (E1) โดยมีอิทธิพลทางตรง (DE) เท่ากับ -0.11 อิทธิพลทางอ้อม เท่ากับ 0.82* และอิทธิพลทางรวม (TE) เท่ากับ 0.70* ได้รับอิทธิพลจากตัวแปรเอกลักษณ์แห่งตน (E2) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยมีอิทธิพลทางตรง (DE) เท่ากับ 1.28* และอิทธิพลทางรวม (TE) เท่ากับ 0.89* และยังได้รับอิทธิพลจากตัวแปรสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (K1) โดยมีอิทธิพลทางตรง (DE) เท่ากับ -0.34 อิทธิพลทางอ้อม เท่ากับ 0.95* และอิทธิพลทางรวม (TE) เท่ากับ 0.61*



Chi – Square = 29.44 , df = 15, P-Value = 0.0142, RMSEA = 0.040

ภาพประกอบ 3 โมเดลเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อความสุขของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา
ตอนปลาย ในกรุงเทพมหานคร

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์การวิจัย คือ 1) เพื่อตรวจสอบความกลมกลืนของโมเดลเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานครตามสมมติฐานกับข้อมูลเชิงประจักษ์ และ 2) เพื่อศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลทางตรงและอิทธิพลทางอ้อมต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานครกลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา กรุงเทพมหานครจำนวน 600 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบสอบถามเกี่ยวกับโมเดลเชิงสาเหตุที่ส่งผลกระทบต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานคร ที่พัฒนาขึ้นจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องมีลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบประมาณค่า (Rating scale) 5 ระดับ

สรุปผลการวิจัย

การศึกษาโมเดลเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานคร มีผลการวิจัย ดังนี้

1. องค์ประกอบของตัวแปรสาเหตุทุกตัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับองค์ประกอบความผาสุก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 องค์ประกอบสิ่งแวดล้อม (E1) มีความสัมพันธ์ทางบวกกับองค์ประกอบเอกลักษณ์แห่งตน (E2) มีค่าสหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง .323 - .531 มีความสัมพันธ์ทางบวกกับองค์ประกอบความผาสุก (E3) มีค่าสหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง .271 - .542 และมีความสัมพันธ์ทางบวกกับองค์ประกอบสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (K1) มีค่าสหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง .263 - .484 องค์ประกอบเอกลักษณ์แห่งตน (E2) มีความสัมพันธ์ทางบวกกับองค์ประกอบความผาสุก (E3) มีค่าสหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง .493 - .740 และมีความสัมพันธ์ทางบวกกับองค์ประกอบสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (K1) มีค่าสหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง .281 - .620

องค์ประกอบความผาสุก (E3) ความสัมพันธ์ทางบวกกับองค์ประกอบสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (K1) มีค่าสหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง .401 - .583 การวิเคราะห์โครงสร้างสมการ (Structural Equation Modeling: SEM) ผู้วิจัยได้ตรวจสอบความสัมพันธ์ซ้ำซ้อนกันของตัวแปรอิสระ (Multicollinearity) โดยใช้การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression) ผ่านโปรแกรม SPSS พบว่า ค่าดัชนี Tolerance ของตัวแปรอิสระทั้งหมดมีค่า มากกว่า 0.10 และค่า VIF มีค่า น้อยกว่า 10 ซึ่งอยู่ในเกณฑ์ที่ยอมรับได้ตามเกณฑ์ของ Hair et al. (2010) แสดงว่า ไม่มีปัญหา Multicollinearity ในโมเดลที่ใช้วิเคราะห์ จึงสามารถใช้ตัวแปรเหล่านี้ในการวิเคราะห์ SEM ได้อย่างเหมาะสม

2. ผลการตรวจสอบความกลมกลืนของโมเดลกับข้อมูลเชิงประจักษ์ พบว่า ดัชนีความกลมกลืนสัมบูรณ์ (Absolute Fit Index) มีค่า χ^2 เท่ากับ 29.44, $\chi^2/df = 1.963$, P-value = 0.0141, GFI = 0.99, AGFI = 0.96, RMSEA = 0.040 และ SRMR = 0.022 และดัชนีความกลมกลืนเชิงเปรียบเทียบ (Comparative Fit Index) มีค่า CFI = 1.00, NFI = 1.00 หมายความว่า

โมเดลที่ใช้ในการศึกษามีความเหมาะสมกับข้อมูล ทั้งในด้านความกลมกลืนสัมบูรณ์และเชิงเปรียบเทียบ ทำให้สามารถนำโมเดลไปใช้ในการวิเคราะห์เชิงสาเหตุและตรวจสอบสมมติฐานในบทถัดไปได้อย่างมั่นใจ

3. อิทธิพลทางตรงและทางอ้อมที่ส่งผลต่อด้านสิ่งแวดล้อม พบว่า สิ่งแวดล้อม (E1) ได้รับอิทธิพลจากตัวแปรสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (K1) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยมีอิทธิพลทางตรง (DE) เท่ากับ 0.64^* และอิทธิพลทางรวม (TE) เท่ากับ 0.64^* ซึ่งแสดงให้เห็นว่าความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลมีผลต่อการสร้างหรือปรับปรุงสภาพแวดล้อมอย่างชัดเจน

อิทธิพลทางตรงและทางอ้อมที่ส่งผลต่อด้านเอกลักษณ์แห่งตน พบว่า เอกลักษณ์แห่งตน (E2) ได้รับอิทธิพลจากตัวแปรสิ่งแวดล้อม (E1) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยมีอิทธิพลทางตรง (DE) เท่ากับ 0.64^* และอิทธิพลทางรวม (TE) เท่ากับ 0.92^* และยังได้รับอิทธิพลจากตัวแปรสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (K1) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยมีอิทธิพลทางตรง (DE) เท่ากับ 0.39^* อิทธิพลทางอ้อม เท่ากับ 0.59^* และอิทธิพลทางรวม (TE) เท่ากับ 1.15^* ซึ่งแสดงให้เห็นว่าทั้งสิ่งแวดล้อมและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลมีผลต่อการสร้างเอกลักษณ์แห่งตนของบุคคล

อิทธิพลทางตรงและทางอ้อมที่ส่งผลต่อความผาสุก พบว่า ความผาสุก (E3) ได้รับอิทธิพลจากตัวแปรสิ่งแวดล้อม (E1) โดยมีอิทธิพลทางตรง (DE) เท่ากับ -0.11 อิทธิพลทางอ้อม เท่ากับ 0.82^* และอิทธิพลทางรวม (TE) เท่ากับ 0.70^* ได้รับอิทธิพลจากตัวแปรเอกลักษณ์แห่งตน (E2) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยมีอิทธิพลทางตรง (DE) เท่ากับ 1.28^* และอิทธิพลทางรวม (TE) เท่ากับ 0.89^* และยังได้รับอิทธิพลจากตัวแปรสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (K1) โดยมีอิทธิพลทางตรง (DE) เท่ากับ -0.34 อิทธิพลทางอ้อม เท่ากับ 0.95^* และอิทธิพลทางรวม (TE) เท่ากับ 0.61^* ซึ่งแสดงให้เห็นว่าความผาสุกได้รับอิทธิพลทางตรงมากที่สุดจาก ตัวแปรเอกลักษณ์แห่งตน (E2) ตัวแปรสิ่งแวดล้อม (E1) และตัวแปรสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (K1) ได้รับอิทธิพลทางอ้อมจากตัวแปรสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (K1) และตัวแปรสิ่งแวดล้อม (E1) ตามลำดับ ผลรวมของตัวแปรทั้งสามมีทิศทางบวกต่อความผาสุก จึงสรุปได้ว่าความผาสุกเกิดจากปัจจัยทั้งทางตรงและทางอ้อม แต่ตัวแปรเอกลักษณ์แห่งตน (E2) มีบทบาทสำคัญที่สุด

อภิปรายผลการวิจัย

ผลการตรวจสอบข้อตกลงเบื้องต้นของข้อมูล พบว่า ตัวแปรสังเกตได้ทั้ง 11 พบว่าค่าเฉลี่ยของตัวแปรทั้งหมดอยู่ระหว่าง 3.135 ถึง 4.149 ซึ่งแสดงว่าผู้ตอบมีแนวโน้มไปในระดับปานกลางถึงมากที่สุด ส่วนค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) อยู่ระหว่าง 0.650 – 0.945 ซึ่งบ่งชี้ว่าข้อมูลมีการกระจายตัวในระดับปานกลาง ไม่แสดงความแตกต่างสุดโต่งระหว่างผู้ตอบแต่ละคน นอกจากนี้ สัมประสิทธิ์การกระจาย (C.V.) อยู่ระหว่าง 17.736 – 25.447 แสดงถึงความแปรปรวนของข้อมูลในระดับที่ยอมรับได้ ทำให้มั่นใจว่าการวัดตัวแปรมีความสม่ำเสมอ เมื่อพิจารณาลักษณะการแจกแจงของข้อมูล พบว่าค่าความเบ้ (Skewness) อยู่ระหว่าง -0.705 ถึง $+0.639$ และค่าความโด่ง (Kurtosis) อยู่ระหว่าง -0.855 ถึง $+0.556$ ซึ่งอยู่ในเกณฑ์ที่ถือว่าข้อมูลมีการแจกแจงใกล้เคียงกับการแจกแจงปกติ (Normal Distribution) ดังนั้นสามารถใช้สถิติแบบพารามิเตอร์ในการวิเคราะห์ต่อไปได้ นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับเกณฑ์ของ Hair et al. (2010)

ที่ระบุว่า การวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้าง (SEM) จำเป็นต้องตรวจสอบความเป็นปกติของข้อมูลเบื้องต้น เพื่อให้การประมาณค่าพารามิเตอร์ด้วยวิธี Maximum Likelihood (ML) มีความน่าเชื่อถือและให้ผลลัพธ์ที่ถูกต้อง ดังนั้น ผลการตรวจสอบแสดงว่าข้อมูลมีการแจกแจงใกล้เคียงปกติ ถือว่าเป็นไปตามข้อกำหนดเบื้องต้นทางสถิติ สามารถนำไปสู่การวิเคราะห์โมเดลเชิงสาเหตุด้วย LISREL ได้อย่างเหมาะสม และช่วยเพิ่มความเที่ยงตรงของผลการวิเคราะห์

จากผลการวิเคราะห์โมเดลเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานคร ตามทฤษฎีการเรียนรู้ของ Bandura (นิตยา กณนิภาภรณ์, 2553) พบว่า โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุมีความสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยตัวแปรสาเหตุทั้ง 4 ตัว ร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของความผาสุกได้ร้อยละ 85.00 เมื่อพิจารณาอิทธิพลทางตรงและอิทธิพลทางอ้อม สามารถอภิปรายผลได้ดังนี้

1. ผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางตรงและทางอ้อมต่อด้านสิ่งแวดล้อม พบว่า ตัวแปรสิ่งแวดล้อม (E1) ได้รับอิทธิพลจากตัวแปรสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (K1) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยอิทธิพลทางตรง (DE) มีค่าเท่ากับ 0.64* และอิทธิพลทางรวม (TE) เท่ากับ 0.64* ซึ่งชี้ให้เห็นว่าความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลมีบทบาทสำคัญต่อการสร้างหรือปรับปรุงสภาพแวดล้อมของบุคคลและชุมชน ซึ่งผลการศึกษานี้สอดคล้องกับ ทฤษฎีระบบนิเวศน์ของ (Bronfenbrenner .1979) ที่ระบุว่าพฤติกรรมและการพัฒนาของบุคคลเกิดจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวบุคคลกับสิ่งแวดล้อมในระดับต่าง ๆ ทั้งครอบครัว ชุมชน และสังคมโดยรวม ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลจึงเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อการปรับสภาพแวดล้อมให้เอื้อต่อการพัฒนาและความผาสุก นอกจากนี้ ผลการวิจัยยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ (พชรพรรณ จิรังนิมิตสกุล, 2563) ที่พบว่า สัมพันธภาพในครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความผาสุกทางใจของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญ และงานของ (Syed Muhammad Sajjad Kabir & Umme Kulsuma Rashid, 2017) ที่พบว่าค่านิยมระหว่างบุคคลมีความสัมพันธ์เชิงบวกต่อสุขภาวะทางจิตใจของวัยรุ่น ทั้งนี้สะท้อนให้เห็นว่าความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลไม่เพียงส่งผลต่อความผาสุกของตนเอง แต่ยังมีอิทธิพลต่อสภาพแวดล้อมและความเป็นอยู่ของผู้คนรอบข้างด้วย ดังนั้น การส่งเสริมความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่ดี เช่น การสร้างเครือข่ายสังคม การสื่อสารที่เปิดกว้าง และความร่วมมือระหว่างบุคคล ถือเป็นกลไกสำคัญในการปรับปรุงสิ่งแวดล้อมทั้งทางกายภาพและสังคมให้เหมาะสมต่อการพัฒนาความผาสุกของบุคคลและชุมชนอย่างยั่งยืน

2. ผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางตรงและทางอ้อมต่อด้านเอกลักษณ์แห่งตน พบว่า ตัวแปรเอกลักษณ์แห่งตน (E2) ได้รับอิทธิพลจากตัวแปรสิ่งแวดล้อม (E1) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยอิทธิพลทางตรง (DE) มีค่าเท่ากับ 0.64* และอิทธิพลทางรวม (TE) เท่ากับ 0.92* แสดงให้เห็นว่าสภาพแวดล้อมมีบทบาทสำคัญในการสนับสนุนหรือสร้างเอกลักษณ์แห่งตนของบุคคล นอกจากนี้ ตัวแปรเอกลักษณ์แห่งตนยังได้รับอิทธิพลจากตัวแปรสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (K1) อย่างมีนัยสำคัญ โดยมีอิทธิพลทางตรง (DE) เท่ากับ 0.39* อิทธิพลทางอ้อมเท่ากับ 0.59* และอิทธิพลทางรวม (TE) เท่ากับ 1.15* ซึ่งสะท้อนว่าความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลสามารถส่งเสริมการสร้างเอกลักษณ์แห่งตนทั้งโดยตรงและผ่านกลไกการปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อม ซึ่งผลการศึกษานี้สอดคล้องกับ ทฤษฎีพัฒนาการเอกลักษณ์ของ (Erikson, 1968) ที่ระบุว่า การพัฒนาตัวตนหรือ

เอกลักษณ์เป็นผลมาจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสภาพแวดล้อมทางสังคมในช่วงวัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ซึ่งการสนับสนุนจากครอบครัว เพื่อน และชุมชนจะช่วยให้บุคคลสามารถสร้างความมั่นคงและความชัดเจนในเอกลักษณ์แห่งตนได้ นอกจากนี้ งานวิจัยของ (พชรพรรณ จิรังนิมิตสกุล. 2563) พบว่าสัมพันธภาพในครอบครัวและการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นที่มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความผาสุกและการยอมรับตนเองของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญ ในขณะที่งานของ (Syed Muhammad Sajjad Kabir & Umme Kulsuma Rashid. 2017) พบว่าค่านิยมระหว่างบุคคลส่งผลต่อสุขภาวะทางจิตและความรู้สึกมั่นคงของบุคคลอย่างชัดเจน ดังนั้น ทั้งสิ่งแวดล้อมและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลถือเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อการสร้างเอกลักษณ์แห่งตน การส่งเสริมสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนรู้ การสนับสนุนทางสังคม และความสัมพันธ์ที่มีคุณภาพจึงเป็นกลไกสำคัญในการพัฒนาตัวตนและความมั่นคงทางอารมณ์ของบุคคล

3. อิทธิพลจากสิ่งแวดล้อม (E1) พบว่าอิทธิพลทางตรงมีค่าเท่ากับ -0.11 ซึ่งแทบไม่ส่งผลโดยตรงต่อความผาสุก แต่มีอิทธิพลทางอ้อมเท่ากับ 0.82^* และอิทธิพลทางรวมเท่ากับ 0.70^* แสดงว่าสภาพแวดล้อมมีบทบาทสำคัญในการส่งผลต่อความผาสุกผ่านกลไกตัวแปรสื่อกลางอื่น ๆ เช่น เอกลักษณ์แห่งตน งานวิจัยของ Nurul Hidayah (2016) พบว่า สิ่งแวดล้อมในโรงเรียนมีผลต่อความผาสุกของนักเรียน โดยเฉพาะด้านจิตใจและความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อน ครู และชุมชน อิทธิพลจากเอกลักษณ์แห่งตน (E2) มีอิทธิพลทางตรงสูงที่สุดเท่ากับ 1.28^* และอิทธิพลทางรวมเท่ากับ 0.89^* ซึ่งแสดงให้เห็นว่าการมีเอกลักษณ์แห่งตนที่มั่นคงและชัดเจนเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งเสริมความผาสุกของบุคคลโดยตรง งานวิจัยของ (พชรพรรณ จิรังนิมิตสกุล. 2563) และ (ภมรพรรณ ยุระยาตร์. 2554) พบว่าเอกลักษณ์แห่งตนและการรับรู้ตัวเองมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความผาสุกทางใจของนักเรียนและนิสิตนักศึกษา อิทธิพลจากสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (K1) พบว่าอิทธิพลทางตรงเท่ากับ -0.34 แต่มีอิทธิพลทางอ้อมเท่ากับ 0.95^* และอิทธิพลทางรวมเท่ากับ 0.61^* ซึ่งชี้ให้เห็นว่าความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลส่งผลต่อความผาสุกของบุคคลผ่านกลไกตัวแปรสื่อกลาง เช่น สิ่งแวดล้อมและเอกลักษณ์แห่งตน งานวิจัยของ (Syed Muhammad Sajjad Kabir & Umme Kulsuma Rashid. 2017) พบว่าค่านิยมระหว่างบุคคลและความสัมพันธ์กับผู้อื่นส่งผลต่อสุขภาวะทางจิตของวัยรุ่นอย่างชัดเจน และงานของ (Anne Kathryn Soutter, Billy O'Steen & Alison Gilmore. 2012) ระบุว่าความสัมพันธ์และการสนับสนุนจากครู เพื่อน และชุมชนมีผลต่อการพัฒนาความผาสุกของนักเรียน จึงสรุปได้ว่าความผาสุกเกิดจาก ปัจจัยทั้งทางตรงและทางอ้อม โดยที่เอกลักษณ์แห่งตน (E2) มีบทบาทสำคัญที่สุด ขณะที่สิ่งแวดล้อม (E1) และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (K1) ส่งผลทางอ้อมต่อความผาสุกผ่านการสร้างเอกลักษณ์แห่งตน และการปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อม ดังนั้น การส่งเสริม เอกลักษณ์แห่งตนที่มั่นคง การสร้างสภาพแวดล้อมที่สนับสนุน และการเสริมสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีคุณภาพ

ข้อเสนอแนะ

ผลการศึกษาโมเดลเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานคร มีข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ ดังนี้

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

จากผลการวิจัย พบว่าความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานคร ได้รับอิทธิพลทางตรงจาก ตัวแปรสิ่งแวดล้อม, ตัวแปรเอกลักษณ์แห่งตน และตัวแปรสัมพันธภาพระหว่างบุคคล อีกทั้งยังได้รับอิทธิพลทางอ้อมจาก ตัวแปรสัมพันธภาพระหว่างบุคคล โดยผ่านตัวแปรสิ่งแวดล้อม ซึ่งการศึกษาโมเดลเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานคร ในครั้งนี้ทราบถึงปัจจัยที่จะส่งผลต่อความผาสุกของนักเรียน ตลอดจนการส่งเสริมและมุ่งพัฒนานักเรียนให้มีความผาสุก ดังนั้นผู้วิจัยจึงขอเสนอแนะการนำผลวิจัยไปใช้ ดังนี้

1. เน้นสร้างสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัยและสนับสนุนความสัมพันธ์เชิงบวกระหว่างนักเรียน ครู และชุมชน เพื่อส่งเสริมอิทธิพลเชิงบวกของสิ่งแวดล้อมและสัมพันธภาพระหว่างบุคคล ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิด “Collective well-being” ของ OECD
2. พัฒนาลักษณะและกิจกรรมที่ช่วยให้นักเรียนเข้าใจและยอมรับตนเอง มีความมั่นใจในศักยภาพ และสามารถจัดการกับความท้าทายอย่างยืดหยุ่น (Resilience) ตามเป้าหมายของ OECD ในการให้ผู้เรียน “Navigate their own learning paths”
3. สนับสนุนการเรียนรู้แบบร่วมมือ ผ่านกิจกรรมกลุ่ม และการสื่อสารที่สร้างสรรค์ เพื่อพัฒนาทักษะ co-agency ซึ่งช่วยเพิ่มอิทธิพลเชิงบวกต่อสิ่งแวดล้อมและเอกลักษณ์แห่งตนของผู้เรียน
4. นำผลการวิจัยมาใช้ในการออกแบบกิจกรรมที่ครอบคลุมความผาสุกทั้งในระดับปัจเจกและสังคมตามแนวทาง OECD โดยเชื่อมโยงการเรียนรู้กับชีวิตจริงและการดูแลตนเองและผู้อื่น

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. การวิจัยครั้งต่อไปควรเน้น การประเมินผลเชิงนโยบาย (Policy Impact Assessment) เพื่อดูว่ามาตรการใดส่งผลต่อความผาสุกของนักเรียนและการสร้างเอกลักษณ์แห่งตนอย่างมีประสิทธิภาพ
2. การวิจัยควรออกแบบเป็น ระยะเวลา (Longitudinal Study) เพื่อวัดผลการดำเนินนโยบายและติดตามการเปลี่ยนแปลงของตัวแปรทั้งสิ่งแวดล้อม ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และความผาสุก

บรรณานุกรม

- Billy O'Steen & Alison Gilmore Anne Kathryn Soutter. (2012). The student well-being model: a conceptual framework for the development of student well-being indicators.
- Bandura, A. (1986). Social foundations of thought and action: A social cognitive theory. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- 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.
- Bronfenbrenner, U. (1979). The ecology of human development: Experiments by nature and design. Harvard University Press.
- Corey L M Keyes. (2004). Social Well-Being in the United States: A Descriptive Epidemiology.
- Hair, J.F., Black, W.C., Babin, B.J., Anderson, R.E., and Tatham. (2010). *Multivariate Data Analysis*. (7th ed.). Pearson Prentice Hall.
- Hu, L., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6(1), 1–55.
- Nurul Hidayah. (2016). Students' Well-Being Assessment at School.
- OECD. (ม.ป.ป.). เรียกใช้เมื่อ 17 พฤษภาคม 2565 จาก OECD Future of Education and Skills 2030: https://www.oecd.org/education/2030-project/teaching-and-learning/learning/learning-compass-2030/OECD_Learning_Compass_2030_concept_note.pdf
- Rocket Media Lab. (2567). ผลสำรวจนักเรียนไทย: เด็กรู้สึกเครียดเพราะอะไร. สืบค้นจาก <https://rocketmedialab.co/student-q4-2024/>
- Soutter, A. K., O'Steen, B., & Gilmore, A. (2012). The student well-being model: A conceptual framework for the development of student well-being indicators. *International Journal of Wellbeing*, 2(1), 91–108.
- Syed Muhammad Sajjad Kabir* and Umme Kulsuma Rashid1. (2017). INTERPERSONAL VALUES, INFERIORITY COMPLEX AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF TEENAGE STUDENTS.
- William C. Compton. (2001). Toward a Tripartite Factor Structure of Mental Health: Subjective Well-Being, Personal growth, and Religiosity.
- กนกวรรณ ศรีทองสุข. (2559). ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้การสนับสนุนจากองค์กร ความสัมพันธ์ระหว่าง เพื่อนร่วมงานกับความสุขในการทำงานโดยมีความเชื่ออำนาจในการควบคุมภายในเป็นตัวแปรกำกับ.

- กระทรวงศึกษาธิการ. (2551). ใน *หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551* (หน้า 21-22). กรุงเทพฯ.
- ชูกิจ ลิมปิจำนงค์. (1 มีนาคม 2562). *แนวทางบูรณาการการจัดการเรียนการสอนวิชาศึกษาทั่วไป ยุคใหม่*. เรียกใช้เมื่อ 17 พฤษภาคม 2565 จาก <https://registrar.ku.ac.th/wp-content/uploads/2017/05/25620301-GenEd-KU.pdf>
- ไชยฤทธิ์ อนุชิตวรวงศ์. (2561). เรียกใช้เมื่อ 27 พฤษภาคม 2565 จาก แนวคิดความอยู่ดีมีสุขของไทย: http://www.dsdw2016.dsdw.go.th/doc_pr/ndc_2560-2561/PDF
- ทัตพร อีสสรโชติ. (6 กรกฎาคม 2565). *Hello คุณหมอ*. เรียกใช้เมื่อ เมษายน 2566 จาก <https://hellokhunmor.com>
- นงพงา ลิ้มสุวรรณ. (ม.ป.ป.). เรียกใช้เมื่อ เมษายน 2566 จาก จิตเวชเด็ก: <https://www.rama.mahidol.ac.th/ramamental/generalknowledge/child/06242014-1920>
- นัฏฐิกา เจริญตะคุ. (2562). ความอยู่ดีมีสุขของวัยรุ่น: การวิเคราะห์ห่อภิมานโมเดลสมการเชิงโครงสร้าง (วิทยานิพนธ์ปริญญาดุษฎีบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นิศากร เจริญดี. (2561). การพัฒนามาตรวัดความสุขในการเรียนของนักเรียนอาชีวศึกษา. กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2546). ใน *คู่มือส่งเสริมสุขภาพจิตนักเรียนระดับมัธยมศึกษา* (หน้า 6).
- นิตยา กัณณิกภรณ์. (2553). ปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อการพัฒนาตนเองตามจรรยาบรรณบุญชม ศรีสะอาด. (2545). จิตวิทยาการศึกษา. กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น.
- ประภัสสร สุวรรณบงกช. (2552). บริบทการมีเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่นในวัยเรียน.
- ประภาส ณ พิบูล. (2551). การศึกษาความภาคภูมิใจในตนเองและการสร้างโมเดลการให้คำปรึกษาในกลุ่ม เพื่อพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนวัยรุ่นภาคเหนือ.
- ปรีชา ธรรมา. (2548). เอกลักษณ์แห่งตน.
- ผู้จัดการออนไลน์. (17 ธันวาคม 2564). *MGR ONLINE*. เรียกใช้เมื่อ 5 มิถุนายน 2566 จาก <https://mgronline.com/qol/detail/9640000124490>
- พชร สุลักษณ์อนวัช. (2559). ความสำเร็จในอาชีพ เชาว์อารมณ์ และความพึงพอใจในชีวิต โดยมีความภาคภูมิใจในตนเองเป็นตัวแปรสื่อ ของพนักงานระดับปฏิบัติการ กรณีศึกษา: บริษัทโทรคมนาคมแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร.
- พชรพรรณ จิรังนิมิตสกุล. (2563). สัมพันธภาพในครอบครัว ความฉลาดทางจริยธรรม การเผชิญความเครียดและความผาสุกทางใจของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนมัธยมศึกษาขนาดใหญ่พิเศษ ในเขตจังหวัดสุราษฎร์ธานี
- พิมพ์ชนก กลิ่นสุทโธ. (2554). การศึกษาอัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่นที่ครอบครัวแตกแยก.
- เพ็ญ สุขมาก. (2561). 3 หลักคิด : สุขภาพ สุขภาวะ. การประชุมเชิงปฏิบัติการการพัฒนาเครือข่ายนักติดตามประเมินผลงานสร้างเสริมสุขภาพในเขตพื้นที่ภาคเหนือ,, (หน้า 1).

- ภมรพรรณ ยู่ระยาศร์. (2554). ใน *การศึกษาและพัฒนาความผาสุกทางจิตใจของนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัย*.
- ภาสกร ศิระพัฒนานนท์. (2545). ความสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธภาพระหว่างบุคคลกับความสามารถในการปฏิบัติงานพยาบาลของพยาบาลประจำการโรงพยาบาลรามาธิบดี. *มนัญญา ภูเก็ต*. (2559). พระราชบัญญัติป้องกันและแก้ไขปัญหาคอร์รัปชันในวัยรุ่น พ.ศ. 2559
- มูลนิธิเด็กเพื่อเด็ก. (2565). รายงานสถานการณ์เด็กและครอบครัว 2022: สุขภาพจิตของเด็กไทย. สืบค้นจาก <https://kidforkids.org/child-and-family-situation-report-2022/mental-health/>
- รัฐสภา พงษ์ภิญโญ. (2556). การพัฒนาสภาพแวดล้อมการเรียนรู้ในวิทยาลัยเทคโนโลยีพงษ์ภิญโญ.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2554). พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554.
- รุ่งสุริยา หอมวัน. (2561). รูปแบบการเสริมสร้างความผาสุกทางจิตวิญญาณของวัยรุ่นตามหลักพุทธจิตวิทยา.
- ลักษณา สกุลทอง. (2561). การพัฒนาโมเดลการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความผาสุกทางจิตใจ ของนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัย.
- ศุภาพิชญ์ ชูทรัพย์. (27 ตุลาคม 2022). เรียกใช้เมื่อ 30 พฤษภาคม 2022 จาก สุขภาวะคืออะไร สำคัญไฉนกับตัวเรา: <https://www.gotoknow.org/posts/685205>
- ศูนย์บริการแห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. (2564). ประเด็นที่ 13 การเสริมสร้างให้คนไทยมีสุขภาพที่ดี. ใน *โครงการพัฒนาระบบสถิติข้อมูลและตัวชี้วัดเพื่อใช้ในการบริหารราชการแผ่นดิน* (หน้า 1).
- ศศิพิมพ์ วัฒนวรรณ. (2565). ความเครียดและปัจจัยที่เกี่ยวข้องในนักเรียนมัธยมปลายที่เรียนพิเศษเตรียมสอบเข้ามหาวิทยาลัย. *เชียงใหม่เวชสาร*, 61(1), 43–51. สืบค้นจาก <https://he05.tci-thaijo.org/index.php/CMJ/article/download/600/538>
- สิทธิพงศ์ วัฒนานนท์สกุล. (2562). การตรวจสอบความตรงของโมเดลการวัดเอกลักษณ์แห่งตนเพื่อพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมเอกลักษณ์ในกลุ่มนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายและกลุ่มนักศึกษามหาวิทยาลัย.
- สินาพร วิทยานิษฐ์ชัย. (2561). การศึกษาและพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนและอัตลักษณ์ทางวิชาชีพของนักศึกษาพยาบาลโดยใช้ โปรแกรมการให้คา ปรึกษากลุ่ม.
- สุรศักดิ์ พงษ์ศรี และ กฤษณะ เชาว์วัฒนกุล. (2566). ความทุกข์ของภาวะซึมเศร้าและความเสี่ยงฆ่าตัวตายในนักเรียนมัธยมศึกษาช่วงโควิด-19. *วารสารวิจัยระบบสาธารณสุข*, 17(1), 58–70. สืบค้นจาก <https://he03.tci-thaijo.org/index.php/RJJ/article/download/1257/2343>
- สุวรรณา เรื่องกาญจนาเศรษฐี. (2562). พัฒนาการของวัยรุ่น. ใน *พัฒนาการของวัยรุ่น* (หน้า 3 - 13).

- สุเมธ พงษ์เกตุรา. (2553). ปัจจัยที่ส่งผลต่อสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 4 โรงเรียน
สารสาสน์เอกตรา เขตยานนาวา กรุงเทพมหานคร.
- สาสินี เทพสุวรรณ. (2550). ดัชนีความอยู่ดีมีสุขมวลรวมของคนไทย: ความสำคัญของภาค
ประชาชน.
- สำนักงานราชบัณฑิตยสภา. (2554). *พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน*.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2545). *แผนพัฒนาเศรษฐกิจและ
สังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 9*.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2549). *กรอบแนวคิด "การพัฒนา
ตัวชี้วัดความสุขของสังคมไทย จังหวัดนนทบุรี"*. กรุงเทพมหานคร: สามดีพรีนติ้ง.
- อาภากร เปี้ยวนิม และคณะ. (2563). การพัฒนามาตรวัดความผาสุกทางจิต
- อริภัทร เويبมล. (2563). สถานภาพการศึกษาวรรณกรรมโดยใช้แนวคิดอัตลักษณ์ (Identity) ใน
งานวิทยานิพนธ์ไทย (พ.ศ.2543 – 2563).
- เอื้ออารี แจ่มผล. (2532). *สิ่งแวดล้อมทางสังคมกับคุณภาพชีวิตของวัยรุ่นตอนต้น*



ภาคผนวก ก
รายนามผู้เชี่ยวชาญในการตรวจคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย



**ผู้เชี่ยวชาญในการตรวจคุณภาพแบบวัดปัจจัยที่ส่งผลต่อความผาสุกของนักเรียน
ระดับชั้นมัธยมศึกษา ในกรุงเทพมหานคร จำนวน 1 ฉบับ**

1. รองศาสตราจารย์ ดร.มณฑิรา จารุเพ็ง

ตำแหน่ง อาจารย์ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ

2. อาจารย์ ดร.ครรชิต แสนอุบล

ตำแหน่ง อาจารย์ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ

3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พนิดา ศกุนตนาค

ตำแหน่ง อาจารย์ภาควิชาการวัดผลและวิจัยการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรี
นครินทรวิโรฒ





ภาคผนวก ข
หนังสือเชิญผู้เชี่ยวชาญในการตรวจคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
และหนังสือขอความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน งานบริหารและธุรการ บัณฑิตวิทยาลัย โทร. 12412

ที่ อว 8718.1/1032

วันที่ 27 สิงหาคม 2567

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เชิญบุคลากรในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน คณบดีคณะศึกษาศาสตร์

เนื่องด้วย นางสาวฐานิดา พิชัยอุดมพร นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาการวัด ประเมิน และ วิจัยการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง “การศึกษาโมเดลเชิงสาเหตุ ที่มีอิทธิพลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มนตา ตูลย์เมธการ และรองศาสตราจารย์ ดร.วิไลลักษณ์ ลังกา เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ปริญญานิพนธ์

ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ รองศาสตราจารย์ ดร.มณฑิรา จารุเพ็ง ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พนิดา ศกุนตนาค และอาจารย์ ดร.ครรชิต แสนอุบล เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบวัดความผาสุกของนักเรียน ระดับชั้นมัธยมศึกษาในกรุงเทพมหานคร ทั้งนี้ นิสิตได้ติดต่อประสานงานเบื้องต้นกับบุคลากรของท่านแล้ว และจะ ประสานงานในรายละเอียดดังกล่าวต่อไป สามารถสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ โทร. 083 176 3115

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์บุคลากรในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาวฐานิดา พิชัยอุดมพร และขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

ที่ อว 8718/1235



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
114 สุขุมวิท 23 แขวงคลองเตยเหนือ
เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110

27 สิงหาคม 2567

เรื่อง ขออนุญาตเผยแพร่ข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดสระเกษ

เนื่องด้วย นางสาวฐานิดา พิชัยอุดมพร นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาการวัด ประเมิน และ
วิจัยการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง “การศึกษาโมเดลเชิงสาเหตุ
ที่มีอิทธิพลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร” โดยมี
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มนตา ตูลย์เมธากา และรองศาสตราจารย์ ดร.วิไลลักษณ์ ลังกา เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา
วิทยานิพนธ์ และได้ผ่านการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ หมายเลขรับรอง : SWUEC- 672066

ในการนี้ นิสิตขออนุญาตเผยแพร่ข้อมูล โดยใช้แบบวัดความผาสุกของนักเรียนระดับชั้น
มัธยมศึกษาในกรุงเทพมหานคร กับ นักเรียนระดับมัธยมศึกษา ชั้นปีที่ 4 - 6 จำนวน 23 คน เพื่อเป็นข้อมูลในการ
วิจัย และขอใช้สถานที่โรงเรียนของท่าน ระหว่างเดือนสิงหาคม 2567 ถึงเดือนธันวาคม 2567 ทั้งนี้ นิสิตจะเป็นผู้
ประสานงานในรายละเอียดดังกล่าวต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาขออนุญาตเผยแพร่ และขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0 2649 5064

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 083 176 3115

ที่ อว 8718/1235



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
114 สุขุมวิท 23 แขวงคลองเตยเหนือ
เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110

27 สิงหาคม 2567

เรื่อง ขออนุญาตเผยแพร่ข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนเจ้าพระยาวิทยาลัย

เนื่องด้วย นางสาวฐานิดา พิชัยอุดมพร นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาการวัด ประเมิน และ
วิจัยการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง “การศึกษาโมเดลเชิงสาเหตุ
ที่มีอิทธิพลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร” โดยมี
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มนตา ตูลย์เมธการ และรองศาสตราจารย์ ดร.วิไลลักษณ์ ลังกา เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา
วิทยานิพนธ์ และได้ผ่านการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ หมายเลขรับรอง : SWUEC- 672066

ในการนี้ นิสิตขออนุญาตเผยแพร่ข้อมูล โดยใช้แบบวัดความผาสุกของนักเรียนระดับชั้น
มัธยมศึกษาในกรุงเทพมหานคร กับ นักเรียนระดับมัธยมศึกษา ชั้นปีที่ 4 - 6 จำนวน 33 คน เพื่อเป็นข้อมูลในการ
วิจัย และขอใช้สถานที่โรงเรียนของท่าน ระหว่างเดือนสิงหาคม 2567 ถึงเดือนธันวาคม 2567 ทั้งนี้ นิสิตจะเป็นผู้
ประสานงานในรายละเอียดดังกล่าวต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาขออนุญาต และขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0 2649 5064

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 083 176 3115

ที่ อว 8718/1235



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
114 สุขุมวิท 23 แขวงคลองเตยเหนือ
เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110

27 สิงหาคม 2567

เรื่อง ขออนุญาตเผยแพร่ข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนฤทธิณรงค์รอน

เนื่องด้วย นางสาวฐานิดา พิชัยอุดมพร นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาการวัด ประเมิน และ
วิจัยการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง “การศึกษาโมเดลเชิงสาเหตุ
ที่มีอิทธิพลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร” โดยมี
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มนตา ตูลย์เมธการ และรองศาสตราจารย์ ดร.วิไลลักษณ์ ลังกา เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา
วิทยานิพนธ์ และได้ผ่านการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ หมายเลขรับรอง : SWUEC- 672066

ในการนี้ นิสิตขออนุญาตเผยแพร่ข้อมูล โดยใช้แบบวัดความผาสุกของนักเรียนระดับชั้น
มัธยมศึกษาในกรุงเทพมหานคร กับ นักเรียนระดับมัธยมศึกษา ชั้นปีที่ 4 - 6 จำนวน 53 คน เพื่อเป็นข้อมูลในการ
วิจัย และขอใช้สถานที่โรงเรียนของท่าน ระหว่างเดือนสิงหาคม 2567 ถึงเดือนธันวาคม 2567 ทั้งนี้ นิสิตจะเป็นผู้
ประสานงานในรายละเอียดดังกล่าวต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาขออนุญาตเผยแพร่ และขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0 2649 5064

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 083 176 3115

ที่ อว 8718/1235



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
114 สุขุมวิท 23 แขวงคลองเตยเหนือ
เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110

27 สิงหาคม 2567

เรื่อง ขออนุญาตเผยแพร่ข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนมัธยมวัดธาตุทอง

เนื่องด้วย นางสาวฐานิดา พิชัยอุดมพร นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาการวัด ประเมิน และ
วิจัยการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง “การศึกษาโมเดลเชิงสาเหตุ
ที่มีอิทธิพลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร” โดยมี
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มนตา ตูลย์เมธการ และรองศาสตราจารย์ ดร.วิไลลักษณ์ ลังกา เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา
วิทยานิพนธ์ และได้ผ่านการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ หมายเลขรับรอง : SWUEC- 672066

ในการนี้ นิสิตขออนุญาตเผยแพร่ข้อมูล โดยใช้แบบวัดความผาสุกของนักเรียนระดับชั้น
มัธยมศึกษาในกรุงเทพมหานคร กับ นักเรียนระดับมัธยมศึกษา ชั้นปีที่ 4 - 6 จำนวน 63 คน เพื่อเป็นข้อมูลในการ
วิจัย และขอใช้สถานที่โรงเรียนของท่าน ระหว่างเดือนสิงหาคม 2567 ถึงเดือนธันวาคม 2567 ทั้งนี้ นิสิตจะเป็นผู้
ประสานงานในรายละเอียดดังกล่าวต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาขออนุญาตเผยแพร่ และขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0 2649 5064

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 083 176 3115

ที่ อว 8718/1235



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
114 สุขุมวิท 23 แขวงคลองเตยเหนือ
เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110

27 สิงหาคม 2567

เรื่อง ขออนุญาตเผยแพร่ข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดพุทธบูชา

เนื่องด้วย นางสาวฐานิดา พิชัยอุดมพร นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาการวัด ประเมิน และ
วิจัยการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง “การศึกษาโมเดลเชิงสาเหตุ
ที่มีอิทธิพลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร” โดยมี
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มนตา ตูลย์เมธการ และรองศาสตราจารย์ ดร.วิไลลักษณ์ ลังกา เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา
วิทยานิพนธ์ และได้ผ่านการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ หมายเลขรับรอง : SWUEC- 672066

ในการนี้ นิสิตขออนุญาตเผยแพร่ข้อมูล โดยใช้แบบวัดความผาสุกของนักเรียนระดับชั้น
มัธยมศึกษาในกรุงเทพมหานคร กับ นักเรียนระดับมัธยมศึกษา ชั้นปีที่ 4 - 6 จำนวน 123 คน เพื่อเป็นข้อมูลใน
การวิจัย และขอใช้สถานที่โรงเรียนของท่าน ระหว่างเดือนสิงหาคม 2567 ถึงเดือนธันวาคม 2567 ทั้งนี้ นิสิตจะเป็น
ผู้ประสานงานในรายละเอียดดังกล่าวต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาขออนุญาตเผยแพร่ และขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0 2649 5064

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 083 176 3115

ที่ อว 8718/1235



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
114 สุขุมวิท 23 แขวงคลองเตยเหนือ
เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110

27 สิงหาคม 2567

เรื่อง ขออนุญาตเผยแพร่ข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนราชดำริ

เนื่องด้วย นางสาวฐานิดา พิชัยอุดมพร นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาการวัด ประเมิน และ
วิจัยการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง “การศึกษาโมเดลเชิงสาเหตุ
ที่มีอิทธิพลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร” โดยมี
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มนตา ตูลย์เมธากา และรองศาสตราจารย์ ดร.วิไลลักษณ์ ลังกา เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา
วิทยานิพนธ์ และได้ผ่านการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ หมายเลขรับรอง : SWUEC- 672066

ในการนี้ นิสิตขออนุญาตเผยแพร่ข้อมูล โดยใช้แบบวัดความผาสุกของนักเรียนระดับชั้น
มัธยมศึกษาในกรุงเทพมหานคร กับ นักเรียนระดับมัธยมศึกษา ชั้นปีที่ 4 - 6 จำนวน 123 คน เพื่อเป็นข้อมูลใน
การวิจัย และขอใช้สถานที่โรงเรียนของท่าน ระหว่างเดือนสิงหาคม 2567 ถึงเดือนธันวาคม 2567 ทั้งนี้ นิสิตจะเป็น
ผู้ประสานงานในรายละเอียดดังกล่าวต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาขออนุญาตเผยแพร่ และขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0 2649 5064

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 083 176 3115

ที่ อว 8718/1235



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
114 สุขุมวิท 23 แขวงคลองเตยเหนือ
เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110

27 สิงหาคม 2567

เรื่อง ขออนุญาตเผยแพร่ข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดราชโอรส

เนื่องด้วย นางสาวฐานิดา พิชัยอุดมพร นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาการวัด ประเมิน และ
วิจัยการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง “การศึกษาโมเดลเชิงสาเหตุ
ที่มีอิทธิพลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร” โดยมี
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มนตา ตูลย์เมธการ และรองศาสตราจารย์ ดร.วิไลลักษณ์ ลังกา เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา
วิทยานิพนธ์ และได้ผ่านการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ หมายเลขรับรอง : SWUEC- 672066

ในการนี้ นิสิตขออนุญาตเผยแพร่ข้อมูล โดยใช้แบบวัดความผาสุกของนักเรียนระดับชั้น
มัธยมศึกษาในกรุงเทพมหานคร กับ นักเรียนระดับมัธยมศึกษา ชั้นปีที่ 4 - 6 จำนวน 153 คน เพื่อเป็นข้อมูลใน
การวิจัย และขอใช้สถานที่โรงเรียนของท่าน ระหว่างเดือนสิงหาคม 2567 ถึงเดือนธันวาคม 2567 ทั้งนี้ นิสิตจะเป็น
ผู้ประสานงานในรายละเอียดดังกล่าวต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาขออนุญาตเผยแพร่ และขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0 2649 5064

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 083 176 3115



ที่ อว 8718/1235

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
114 สุขุมวิท 23 แขวงคลองเตยเหนือ
เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110

27 สิงหาคม 2567

เรื่อง ขออนุญาตเผยแพร่ข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดสุทธิวราราม

เนื่องด้วย นางสาวฐานิดา พิชัยอุดมพร นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาการวัด ประเมิน และ
วิจัยการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง “การศึกษาโมเดลเชิงสาเหตุ
ที่มีอิทธิพลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร” โดยมี
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มนตา ตูลย์เมธการ และรองศาสตราจารย์ ดร.วิไลลักษณ์ ลังกา เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา
วิทยานิพนธ์ และได้ผ่านการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ หมายเลขรับรอง : SWUEC- 672066

ในการนี้ นิสิตขออนุญาตเผยแพร่ข้อมูล โดยใช้แบบวัดความผาสุกของนักเรียนระดับชั้น
มัธยมศึกษาในกรุงเทพมหานคร กับ นักเรียนระดับมัธยมศึกษา ชั้นปีที่ 4 - 6 จำนวน 133 คน เพื่อเป็นข้อมูลใน
การวิจัย และขอใช้สถานที่โรงเรียนของท่าน ระหว่างเดือนสิงหาคม 2567 ถึงเดือนธันวาคม 2567 ทั้งนี้ นิสิตจะเป็น
ผู้ประสานงานในรายละเอียดดังกล่าวต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาขออนุญาตเผยแพร่ และขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0 2649 5064

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 083 176 3115



ภาคผนวก ค
ผลตรวจคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยและ
คำสั่งเพื่อวิเคราะห์ Lisrel



คณะวิทยาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ



สถาบันยุทธศาสตร์
ทางปัญญาและวิจัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

คณะศาสตร่วมกับคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ประกาศนียบัตรฉบับนี้ให้ไว้เพื่อแสดงว่า

นางสาวฐานิดา พิชัยอุดมพร

ได้ผ่านการฝึกอบรมโครงการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์
เรื่อง " หลักจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ "

(Ethical Principle to Research Involving Human Subject)

วันที่ออกใบประกาศ
(3 กรกฎาคม 2565)

ให้ไว้ ณ วันที่ 3 กรกฎาคม 2565

วันที่ใบประกาศหมดอายุ
(3 กรกฎาคม 2568)

(อาจารย์ ดร.นพดล ศิริวงศ์)
รองคณบดีฝ่ายพัฒนาและสื่อสารองค์กร รักษาการแทน
คณบดีคณะวิทยาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. พิชญ์ อุดมพร)
รักษาการแทน ผู้อำนวยการสถาบันยุทธศาสตร์ทางปัญญาและวิจัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

(แพทย์หญิงสุพรรณ ภัทรวรรณ)
ประธานคณะกรรมการจริยธรรม
สำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ





คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

แบบวัดปัจจัยที่ส่งผลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา ใน กรุงเทพมหานคร

คำชี้แจง

1. แบบวัดปัจจัยที่ส่งผลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา ในกรุงเทพมหานคร ฉบับนี้ มีวัตถุประสงค์ เพื่อวัดความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา ในกรุงเทพมหานคร
2. ข้อคำถามแต่ละข้อไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด และไม่มีผลกระทบต่อนักเรียนที่ตอบแบบวัด คำตอบที่ดีที่สุดคือคำตอบที่ตรงกับความสามารถที่แท้จริงของนักเรียน ดังนั้นจึงขอความร่วมมือให้นักเรียนตอบคำถามให้ตรงตามความเป็นจริง เพื่อนำผลที่ได้มาเป็นแนวทางในการพัฒนาวิธีวัด และประเมินผลต่อไป สำหรับผลจากการตอบจะนำไปใช้เพื่อการศึกษาวิจัยเท่านั้น ไม่มีผลต่อคะแนนและผลการเรียนของนักเรียน
3. แบบวัดปัจจัยที่ส่งผลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา ในกรุงเทพมหานคร ฉบับนี้ แบ่งเป็น 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน

ส่วนที่ 2 ข้อคำถามเกี่ยวกับความผาสุกของนักเรียน **จำนวน 46 ข้อ**

แบบวัดปัจจัยที่ส่งผลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา
ในกรุงเทพมหานคร

Link : <https://forms.gle/3H2dnYPhtjSPEY9Y8>



1) ข้อมูลทั่วไปของผู้ประเมิน

คำนำหน้าชื่อ.....ชื่อ - นามสกุลผู้ประเมิน.....

โรงเรียน.....เพศ ☐ หญิง ☐ ชาย ☐ อื่น ๆ.....

ระดับการศึกษา

☐ มัธยมศึกษาปีที่ 4

☐ มัธยมศึกษาปีที่ 5

☐ มัธยมศึกษาปีที่ 6

2) แบบวัดปัจจัยที่ส่งผลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา

ในกรุงเทพมหานคร

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านข้อความที่กำหนดให้ แล้วพิจารณารว่านักเรียนมีระดับการประเมินในแต่ละรายการมากน้อยเพียงใด และเครื่องหมาย ✓ ลงใน () ตามความเป็นจริงที่สุด โดยมีเกณฑ์การประเมิน ดังนี้

- 5 หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับนักเรียนมากที่สุด
 4 หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับนักเรียนมาก
 3 หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับนักเรียนปานกลาง
 2 หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับนักเรียนน้อย
 1 หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับนักเรียนน้อยที่สุด

ข้อ	รายการ	ระดับการประเมิน				
		5	4	3	2	1
1	ฉันมีเป้าหมายที่ชัดเจนในเส้นทางอาชีพในอนาคต					
2	ฉันมีความพร้อมในการประกอบอาชีพในอนาคต					
3	ฉันมีทักษะที่จำเป็นสำหรับการประกอบอาชีพในอนาคต					
4	ฉันมั่นใจว่าสามารถแก้ไขปัญหาหรืออุปสรรคที่เกี่ยวข้องกับอาชีพในอนาคตของฉันได้					
5	ฉันได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวเพื่อให้ฉันบรรลุเป้าหมายทางอาชีพที่ต้องการ					
6	ฉันได้รับการสนับสนุนจากโรงเรียนเพื่อให้ฉันบรรลุเป้าหมายทางอาชีพที่ต้องการ					
7	ฉันได้รับการสนับสนุนและการยอมรับจากเพื่อนในเรื่องต่าง ๆ					

ข้อ	รายการ	ระดับการประเมิน				
		5	4	3	2	1
8	ฉันสนิทกับเพื่อนในชั้นเรียน					
9	ฉันสามารถพูดคุยปรึกษาปัญหาส่วนตัวกับเพื่อนได้					
10	ฉันสามารถสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นได้					
11	ฉันเข้าร่วมกิจกรรมที่ส่งเสริมการพัฒนาตนเอง					
12	ฉันเข้าร่วมกิจกรรมที่โรงเรียนหรือชุมชนจัดขึ้น					
13	ฉันมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นหรือมีบทบาทในกิจกรรมต่าง ๆ ที่เข้าร่วม					
14	ฉันสามารถบริหารจัดการค่าใช้จ่ายรายวันได้ดี					
15	ฉันรู้สึกกังวลเรื่องค่าใช้จ่ายที่เกี่ยวข้องกับการเรียน					
16	ฉันออมเงินเป็นประจำ					
17	ฉันสามารถควบคุมการใช้จ่ายให้เหมาะสมกับรายรับของตนเอง					
18	ฉันมีความรู้เพียงพอเกี่ยวกับการจัดการเงิน					
19	ฉันมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง					
20	ฉันมีปัญหาสุขภาพที่ส่งผลกระทบต่อการเรียนหรือกิจกรรมในชีวิตประจำวัน					
21	ฉันสามารถทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้โดยไม่รู้สึกเหนื่อยง่าย					
22	ฉันมีเวลาเพียงพอสำหรับการดูแลสุขภาพของตนเอง					
23	ฉันมีชีวิตที่สมดุลระหว่างการเรียน การทำกิจกรรม และการพักผ่อน					
24	ฉันพึงพอใจกับความสะอาดสบายของที่พักอาศัย					
25	ฉันมีพื้นที่ส่วนตัวในการทำการบ้านหรือพักผ่อนที่บ้าน					
26	ฉันอาศัยอยู่ในบ้านที่มีสิ่งอำนวยความสะดวกที่เพียงพอ					
27	ฉันรู้สึกปลอดภัยเมื่ออยู่ในที่พักอาศัยของตนเอง					
28	ฉันสามารถเดินทางไปกลับจากโรงเรียนได้อย่างปลอดภัย					
29	ฉันอาศัยอยู่ในบ้านที่มีสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนรู้ของฉัน					
30	ฉันรู้จักจุดเด่น จุดด้อยของตนเอง					

ข้อ	รายการ	ระดับการประเมิน				
		5	4	3	2	1
31	ฉันสามารถร่วมงานหรืออยู่ร่วมกับคนที่มีความคิดหรือวัฒนธรรมที่แตกต่างจากฉันได้					
32	ฉันเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองและไม่เปรียบเทียบตัวเองกับผู้อื่น					
33	ไม่ว่าจะเป็นอย่างไร ฉันจะยึดความคิดของตนเองไว้ก่อน					
34	ฉันไม่กังวลเมื่อต้องทำความรู้จักกับเพื่อนหรือคนที่ไม่คุ้นเคย					
35	ฉันรู้สึกว่าเป็นเรื่องยากที่จะทำความรู้จักกับผู้อื่น					
36	ครอบครัวของฉันสนับสนุนให้ฉันเรียนและทำกิจกรรมควบคู่กัน					
37	ครอบครัวของฉันสนับสนุนทุกกิจกรรมที่ฉันอยากทำ					
38	ฉันไม่สนิทกับคนในครอบครัว					
39	ฉันไม่สามารถปรับตัวให้อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข					
40	ฉันไม่ได้รับการสนับสนุนจากครอบครัว					
41	ครอบครัวสอนให้ฉันแก้ปัญหาด้วยตนเอง					
42	โรงเรียนมีอุปกรณ์เพียงพอต่อการเรียนรู้					
43	โรงเรียนมีความปลอดภัย					
44	โรงเรียนมีเสียงดังรบกวน					
45	โรงเรียนมีเลื่อมทอรม มีมลพิษรบกวน					
46	โรงเรียนมีห้องเรียนที่เอื้อต่อการเรียนรู้					
รวม						
คะแนนเฉลี่ย						

ตาราง 17 ค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับพฤติกรรมที่ต้องการวัด (IOC) ของแบบวัด
ปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมปลาย ในกรุงเทพมหานคร

ข้อที่	คะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ			รวม	IOC	ผลการพิจารณา
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3			
1	+1	+1	+1	3	1.00	คัดเลือก
2	+1	+1	+1	3	1.00	คัดเลือก
3	+1	+1	+1	3	1.00	คัดเลือก
4	+1	+1	+1	3	1.00	คัดเลือก
5	+1	+1	+1	3	1.00	คัดเลือก
6	+1	+1	+1	3	1.00	คัดเลือก
7	+1	+1	+1	3	1.00	คัดเลือก
8	+1	+1	+1	3	1.00	คัดเลือก
9	+1	+1	+1	3	1.00	คัดเลือก
10	+1	+1	+1	3	1.00	คัดเลือก
11	+1	+1	0	2	0.67	คัดเลือก
12	+1	+1	+1	3	1.00	คัดเลือก
13	+1	+1	+1	3	1.00	คัดเลือก
14	+1	+1	+1	3	1.00	คัดเลือก
15	+1	+1	+1	3	1.00	คัดเลือก
16	0	+1	+1	2	0.67	คัดเลือก
17	+1	+1	+1	3	1.00	คัดเลือก
18	+1	+1	+1	3	1.00	คัดเลือก
19	+1	+1	+1	3	1.00	คัดเลือก
20	+1	+1	+1	3	1.00	คัดเลือก
21	+1	+1	+1	3	1.00	คัดเลือก
22	+1	+1	+1	3	1.00	คัดเลือก
23	+1	+1	0	2	0.67	คัดเลือก
24	+1	+1	+1	3	1.00	คัดเลือก
25	+1	+1	+1	3	1.00	คัดเลือก

ตาราง 17 (ต่อ)

ข้อที่	คะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ			รวม	IOC	ผลการพิจารณา
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3			
26	+1	+1	+1	3	1.00	คัดเลือก
27	+1	+1	+1	3	1.00	คัดเลือก
28	0	+1	+1	2	0.67	คัดเลือก
29	+1	+1	+1	3	1.00	คัดเลือก
30	+1	+1	+1	3	1.00	คัดเลือก
31	+1	+1	+1	3	1.00	คัดเลือก
32	+1	+1	+1	3	1.00	คัดเลือก
33	0	+1	+1	2	0.67	คัดเลือก
34	+1	+1	+1	3	1.00	คัดเลือก
35	+1	+1	+1	3	1.00	คัดเลือก
36	+1	+1	+1	3	1.00	คัดเลือก
37	+1	+1	+1	3	1.00	คัดเลือก
38	+1	+1	+1	3	1.00	คัดเลือก
39	+1	+1	+1	3	1.00	คัดเลือก
40	+1	+1	+1	3	1.00	คัดเลือก
41	+1	+1	+1	3	1.00	คัดเลือก
42	+1	+1	+1	3	1.00	คัดเลือก
43	+1	+1	+1	3	1.00	คัดเลือก
44	+1	+1	+1	3	1.00	คัดเลือก
45	+1	+1	+1	3	1.00	คัดเลือก
46	+1	+1	+1	3	1.00	คัดเลือก

ตาราง 18 ผลการวิเคราะห์ค่าอำนาจจำแนก (r) ของแบบวัดปัจจัยที่ส่งผลต่อความผาสุกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานคร

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก (r)	ผลการวิเคราะห์	ผลการพิจารณา
1	0.527	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
2	0.541	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
3	0.567	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
4	0.642	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
5	0.599	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
6	0.652	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
7	0.536	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
8	0.539	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
9	0.506	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
10	0.555	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
11	0.647	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
12	0.629	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
13	0.720	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
14	0.646	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
15	0.343	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
16	0.581	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
17	0.680	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
18	0.678	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
19	0.634	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
20	0.369	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
21	0.634	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
22	0.715	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
23	0.691	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
24	0.669	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
25	0.617	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก

ตาราง 18 (ต่อ)

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก (r)	ผลการวิเคราะห์	ผลการพิจารณา
26	0.665	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
27	0.605	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
28	0.595	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
29	0.644	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
30	0.624	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
31	0.649	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
32	0.628	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
33	0.401	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
34	0.504	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
35	0.351	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
36	0.634	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
37	0.603	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
38	0.324	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
39	0.370	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
40	0.365	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
41	0.456	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
42	0.552	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
43	0.532	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
44	0.364	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
45	0.310	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก
46	0.564	ผ่านเกณฑ์	คัดเลือก

คำสั่งเพื่อวิเคราะห์โมเดลตั้งต้นด้วยโปรแกรม Lisrel

WellBeing

Observed Variables Y1 Y2 Y3 Y4 Y5 Y6 Y7 Y8 Y9 X1 X2

Correlation Matrix

1.000

0.488 1.000

0.323 0.411 1.000

0.398 0.531 0.426 1.000

0.355 0.500 0.721 0.540 1.000

0.392 0.527 0.627 0.499 0.740 1.000

0.408 0.542 0.514 0.604 0.616 0.622 1.000

0.271 0.466 0.493 0.617 0.582 0.545 0.650 1.000

0.467 0.524 0.566 0.589 0.613 0.670 0.594 0.621 1.000

0.263 0.484 0.281 0.593 0.349 0.361 0.409 0.583 0.447 1.000

0.285 0.467 0.320 0.620 0.349 0.354 0.471 0.557 0.401 0.758 1.000

Sample Size = 600

Latent Variables K1 E1 E2 E3

Relationships

Y1 = E1

Y2 = E1

Y3 = E2

Y4 = E2

Y5 = E3

Y6 = E3

Y7 = E3

Y8 = E3

Y9 = E3

X1 = K1

X2 = K1

E1 = K1

$$E2 = K1 E1$$

$$E3 = K1 E1 E2$$

Path Diagram

LISREL OUTPUT: ME =ML EF SS SC Mi

End of Problem

