

ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความสุขของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ฝ่ายมัธยม

Factors Associated with Happiness of Junior Secondary Students in Demonstration Secondary School, Srinakharinwirot University

สุนันทา ศรีศิริ^{1*} และสุนันทา มนัสมงคล²

Received: November, 2017; Accepted: December, 2017

บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสุข และปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความสุขของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ฝ่ายมัธยม กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น (อายุ 12 - 15 ปี) จำนวน 300 คน ได้มาจากกลุ่มห้องเรียนจำนวน 10 ห้อง ๆ ละ 30 คน โดยวิธีสุ่มอย่างง่าย เครื่องมือที่ใช้คือ แบบสอบถามแบ่งออกเป็น 2 ตอน คือ ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความสุข และแบบวัดความสุขของวัยรุ่น สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ ได้แก่ ค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ไคสแควร์ และการวิเคราะห์ถดถอยโลจิสติกส์ ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น มีค่าเฉลี่ยของคะแนนความสุขเท่ากับ 4.31 หมายถึงมีความสุขอยู่ในระดับมาก และเมื่อเปรียบเทียบตามเกณฑ์ของกรมสุขภาพจิตพบว่า นักเรียนส่วนใหญ่ร้อยละ 89.0 มีระดับความสุขอยู่ในเกณฑ์ปกติในขณะที่ร้อยละ 11.0 มีระดับความสุขน้อยกว่าคนทั่วไป ส่วนปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความสุขพบว่า คะแนนเฉลี่ยสะสม สถานภาพสมรสของบิดา - มารดา ลักษณะบุคลิกภาพแบบผู้นำและการมีความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อน สามารถอธิบายความผันแปรของโอกาสที่จะมีความสุขในระดับน้อยกว่าคนทั่วไปร้อยละ 36.10 ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 ส่วนปัจจัยอื่น ๆ ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติคือ

¹ คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ นครนายก

² สถาบันอาศรมศิลป์ กรุงเทพมหานคร

* Corresponding Author E - mail Address: sununts@g.swu.ac.th

เพศ อาชีพของบิดา - มารดา ลักษณะที่อยู่อาศัย จำนวนเงินที่นักเรียนได้รับเป็นค่าใช้จ่ายต่อเดือน ลักษณะการอยู่อาศัยร่วมกันกับผู้ปกครองในครอบครัว บุคคลที่มักจะปรึกษาหรือขอความช่วยเหลือ การมีความสัมพันธ์ที่ดีกับครอบครัวและการมีความสัมพันธ์ที่ดีกับคุณครู ผลการศึกษามีประโยชน์ช่วยในการวางแผน และกำหนดโปรแกรมการส่งเสริมความสุขของนักเรียนได้

คำสำคัญ : ปัจจัยที่เกี่ยวข้อง; ความสุข; วัยรุ่นตอนต้น

Abstract

The purposes study were to study happiness and factors associated with happiness of junior secondary students in Demonstration Secondary School, Srinakharinwirot University (SWU). The sample were 300 junior secondary students (aged 12 - 15) from the Demonstration Secondary School, SWU. They were selected 10 simple randomly classrooms, each classroom with 30 students. The research instruments were factors associated with happiness questionnaire and the Oxford Happiness Questionnaire. Data were analyzed by frequency, percentage, mean, standard deviation, chi-square and logistic Regression Analysis. The results revealed that the mean score of self-happiness students was 4.31, indicating that happiness was at a high level. When it was compared to the criteria of the Mental Health Department, 89.0 percent of the students had a normal level of happiness. Whereas 11.0 percent had less happiness than the average person. Factors associated to happiness were accumulative grade point average, marital status of father-mother, leadership style personality and good relationship with friends could be affected to the chances of lower happiness 36.10 % at the statistical significance level of 0.05. There was no statistically significant difference in parental-occupational, gender, residential, the amount of monthly expenses, family living with parents, people getting help and advising, having a good relationship with the family and having a good relationship with the teacher. The results of the study are helpful in planning and setting the program to promote happiness of students.

Keywords: Factors Associated; Happiness, Early Adolescence

บทนำ

คำว่า “ความสุข” มักใช้โดยนักวิชาการพร้อมกับคำว่า “ความเป็นอยู่ที่ดี” “ความพึงพอใจในชีวิต” “อรรถนัยความเป็นอยู่” “คุณภาพชีวิต” และอื่น ๆ เจื่อนไขแตกต่างกันเล็กน้อย ความสุขเป็นสิ่งที่ทุกคนปรารถนา แต่ละคนมองความสุขต่างกัน มีวิธีการแสวงหาความสุขที่แตกต่างกันขึ้นกับมุมมองและประสบการณ์ ความสุขของวัยรุ่นตอนต้น หรือเด็กนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น (อายุประมาณ

11 - 14 ปี) มีความหลากหลาย เนื่องจากขึ้นกับความแตกต่างของชนบธรรมเนียมประเพณีและวัฒนธรรม ตลอดจนความแตกต่างทางสังคม และการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยาของวัยรุ่นในแต่ละพื้นที่ (เกสร, 2559)

วัยรุ่นตอนต้นเป็นวัยที่เข้าสู่ช่วงที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งร่างกายและจิตใจซึ่งส่งผลต่อพฤติกรรม และความต้องการที่ตนเองพึงพอใจ ดังนั้น สถานการณ์ที่ล้อมรอบตัวมาตั้งแต่วัยเด็กจนถึงวัยรุ่น จึงเป็น บทเรียนและแบบอย่างที่ยาวนานเรียนรู้และมักเลียนแบบ โดยทั่วไปสะท้อนออกมาเป็นทัศนคติ ค่านิยม และ พฤติกรรม ผลสะท้อนดังกล่าวนี้ ถ้าออกมาตรงกับความต้องการมักเป็นประสบการณ์ของความทุกข์ ประสบการณ์เช่นนี้มีผลต่อทัศนคติ ทักษะ การใช้ชีวิตและการเผชิญปัญหาเมื่อเข้าสู่วัยรุ่นจนถึงวัยผู้ใหญ่ ขณะเดียวกัน ในแวดวงการศึกษา ทั้งทางสังคมศาสตร์และวิทยาศาสตร์ยอมรับว่า ทัศนคติของการมองโลกในแง่ดีนั้น มีส่วนทำให้ผู้ปฏิบัติ มีชีวิตที่มีความสุขมากขึ้น มีความสามารถในการเผชิญปัญหาและจัดการปัญหาได้อย่างมั่นใจและเข้มแข็ง (ศิริพันธ์, 2551)

การอภิปรายเกี่ยวกับดัชนีความสุขในเด็กวัยรุ่นเป็นผลสืบเนื่องจากการเคลื่อนไหวตัวชีวิตทางสังคม ใน ค.ศ. 1960 ในช่วงปลายทศวรรษที่ 1960 และต้นปี 1970 มีการศึกษาเชิงวิชาการเกี่ยวกับตัวชีวิตทางสังคม ซึ่งกระตุ้นแนวคิดต่าง ๆ เกี่ยวกับการพัฒนาดัชนีความสุขสำหรับเด็กวัยรุ่น รายงานสถานะของเด็กวัยรุ่น ทั่วโลกซึ่งเผยแพร่โดย UNICEF เป็นประจำทุกปีตั้งแต่ปี พ.ศ. 2522 และอนุสัญญาสหประชาชาติว่าด้วย สิทธิเด็ก ซึ่งเป็นที่ยอมรับเมื่อปี พ.ศ. 2532 ทำให้เกิดความสนใจและทำการวิจัยความสุขของเด็กวัยรุ่น เพิ่มขึ้น (Liaghatdar, M. J. et al., 2008) เช่นเดียวกับประเทศไทยเริ่มให้ความสนใจเรื่อง ความสุข โดยปรากฏในนโยบายระดับชาติของแผนพัฒนาเศรษฐกิจ และสังคมแห่งชาติฉบับที่ 8 (พ.ศ. 2540 - 2544) เป็นครั้งแรก ซึ่งกล่าวถึงความสุขโดยมุ่งเน้นที่การพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนให้ดีขึ้น ต่อมาใน แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 10 - 12 (พ.ศ. 2550 - 2564) ความสุขยังคงเป็นเป้าหมาย ของการพัฒนาประเทศเพื่อให้เกิดความสุขอย่างยั่งยืนในสังคม การวิจัยเกี่ยวกับความสุขของเด็กและ วัยรุ่นจากทั่วโลกในช่วงห้าปีที่ผ่านมา แสดงให้เห็นว่าเด็กวัยรุ่นส่วนใหญ่ให้คะแนนว่าตนเองมีความสุข ในระดับปานกลาง (Holder, M. D. et al., 2012; Uusitalo-Malmivaara, L., 2014; Heizomi, H. et al., 2015; Mehrdadi, A. et al., 2016) และการศึกษาของ กนกวรรณ วังมณี (กนกวรรณ, 2554) พบว่า วัยรุ่นไทยมีความสุขโดยรวมอยู่ในระดับมาก

ความแตกต่างกันของความสุขขึ้นอยู่กับวัฒนธรรม สังคม สิ่งแวดล้อม และการมีจุดหมายในชีวิต และมีปัจจัยที่เกี่ยวข้องหลายประการ ได้แก่ การศึกษาของ รศรินทร์ เกรย์, วรชัย ทองไทย และ เรวดี สุวรรณพเก้า (รศรินทร์ และคณะ, 2553) พบว่า ปัจจัยด้านสถานะทางสุขภาพ เศรษฐกิจและสังคม การมีเครือข่ายทางสังคม และสัมพันธภาพของครอบครัว เป็นปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความสุข และการศึกษา ของ Gray, R. S. et al. (Gray, R. S. et al., 2013) ทำการศึกษาเรื่อง ความสุขของวัยรุ่นในประเทศไทย: ปัจจัยด้านครอบครัวและที่ไม่ใช่ครอบครัวพบว่า ปัจจัยด้านครอบครัวมีผลต่อความสุขของวัยรุ่น กล่าวคือ โครงสร้างครอบครัว การมีเวลาที่เพียงพอกับครอบครัว การแสดงความรักและผูกพันระหว่างกันในครอบครัว และการศึกษาของ ขวัญจิต มหาคิตติคุณ, พิเชษฐ์ สุวรรณจินดา และวีณา คันฉ่อง (ขวัญจิต และคณะ, 2559) พบว่า นักเรียนวัยรุ่นส่วนใหญ่มีความสุขในระดับปกติ (ร้อยละ 91.35) ส่วนงานวิจัยเรื่องความสุข ของเด็กวัยรุ่นจากต่างประเทศพบว่า ร้อยละ 50 ของความสุขคนเรา ถูกกำหนดโดยปัจจัยทางพันธุกรรม ร้อยละ 35 - 40 ถูกกำหนดโดยวิถีคิดและกิจกรรมที่เลือกทำ ซึ่งส่วนใหญ่เป็นปัจจัยภายใน และร้อยละ 10 - 15

ถูกกำหนดโดยสถานการณ์ชีวิต หรือปัจจัยภายนอก เช่น รายได้ เหตุการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตอาทิ เรียนตก ออกพัก เป็นต้น (Holder, M. D. et al., 2012; Uusitalo-Malmivaara, L., 2014; Heizomi, H. et al., 2015; Mehrdadi, A. et al., 2016)

นอกจากนี้ผู้วิจัยเห็นว่ายังไม่มีการวิเคราะห์หาปัจจัยทำนายที่ส่งผลต่อความสุข อีกทั้งยังมีตัวแปรอื่น ๆ ที่อาจเกี่ยวข้องกับความสุขของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น/วัยรุ่นตอนต้น ยังไม่ได้นำมาศึกษา ผู้วิจัยจึงได้นำทฤษฎี PRECEDE FRAMEWORK (Green, L. and Krueter, M., 1999) เป็นคำย่อมาจาก (Predisposing Reinforcing and Enabling Constructs in Educational/Ecological Diagnosis and Evaluation) ซึ่งประกอบด้วย ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้ออำนวย และปัจจัยส่งเสริมมาเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัยครั้งนี้ โดยปัจจัยนำ (Predisposing Factors) หมายถึง ปัจจัยที่เป็นพื้นฐานและก่อให้เกิดแรงจูงใจในการแสดงพฤติกรรมความสุขของบุคคล ปัจจัยเอื้ออำนวย (Enabling Factors) หมายถึง สิ่งที่เป็นแหล่งทรัพยากรที่จำเป็นในการแสดงพฤติกรรมความสุขของบุคคล รวมทั้งทักษะที่จะช่วยให้บุคคลสามารถแสดงพฤติกรรมนั้น ๆ ได้ ดังนั้นปัจจัยเอื้ออำนวย จึงเป็นสิ่งที่ช่วยให้การแสดงพฤติกรรมความสุขเป็นไปได้ง่ายขึ้น และปัจจัยส่งเสริม (Reinforcing Factors) หมายถึง ปัจจัยที่แสดงให้เห็นว่าพฤติกรรมความสุขที่ได้รับการสนับสนุนจากแหล่งต่าง ๆ ประกอบกับสถานการณ์ความสุขตามนโยบายระดับชาติ ความสุขของวัยรุ่น ทำให้ยังคงเป็นประเด็นหนึ่งที่น่าติดตาม ด้วยเหตุนี้จึงเป็นเหตุผลให้ผู้วิจัยเลือกกลุ่มตัวอย่างที่เป็นวัยรุ่นตอนต้น/นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น และสนใจที่จะนำ PRECEDE Framework มาศึกษาในเรื่องนี้ โดยมีวัตถุประสงค์ของการวิจัยคือ เพื่อศึกษาความสุขในระดับบุคคล และปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความสุขของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ฝ่ายมัธยม ผลการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้มีประโยชน์เพื่อคัดกรองผู้ที่มีปัญหาสุขภาพจิตตั้งแต่ระยะเริ่มแรกหรือกลุ่มคนที่อยู่ในกลุ่มเสี่ยงเพื่อช่วย และวางแผนให้การช่วยเหลือ อันเป็นการป้องกันการเจ็บป่วยทางจิตเวชที่อาจตามมาได้ ตลอดจนมีการพัฒนาไปเป็นผู้ใหญ่ได้อย่างมีความสุขต่อไป

วิธีดำเนินการวิจัย

รูปแบบการวิจัยเป็นแบบเชิงพรรณนาแบบตัดขวาง (Cross-Sectional Descriptive Study) โดยประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ฝ่ายมัธยม ปีการศึกษา 2559 จำนวน 1,006 คน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 6 ห้อง ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 6 ห้อง ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 6 ห้อง รวม 18 ห้องเรียน และกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ฝ่ายมัธยม จำนวน 278 คน โดยการคำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างจากตารางสำเร็จรูปของเครจซี่และมอร์แกน (Krejcie, R. V. and Morgan, D. W., 1970) จากนั้นเก็บข้อมูลใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย (Simple Random Sampling) จำนวน 10 ห้องเรียน โดยการจับฉลากแบบไม่เรียกคืน จากจำนวนห้องเรียนทั้งหมด จำนวน 18 ห้อง และแจกแบบสอบถามจำนวน 30 ชุดต่อห้องเรียน รวมกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 300 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นโดยแบ่งออกเป็น 2 ตอน คือ ตอนที่ 1 ปัจจัยที่มีผลต่อความสุข ประกอบด้วย ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้ออำนวย และปัจจัยส่งเสริม ได้แก่ ปัจจัยนำ ประกอบด้วย เพศ ชั้นปีการศึกษา คะแนนเฉลี่ยสะสม การอยู่ด้วยกันของบิดามารดา อาชีพของบิดา อาชีพของมารดา ลักษณะนิสัยส่วนตัว ปัจจัยเอื้ออำนวย ประกอบด้วย ลักษณะที่อยู่อาศัย จำนวนเงินที่นักเรียนได้รับเป็นค่าใช้จ่ายต่อเดือน และปัจจัยส่งเสริม ประกอบด้วย บุคคลที่ปรึกษาหรือขอความช่วยเหลือ สัมพันธภาพระหว่างเพื่อน สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครอบครัว สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับอาจารย์ประจำชั้นเรียน

ตอนที่ 2 แบบวัดความสุขของวัยรุ่น โดย The Oxford Happiness Questionnaire (OHQ) ซึ่งคณะวิจัยได้ดัดแปลงมาจาก ปีเตอร์ ฮิลล์ และไมเคิล อาร์กิล (Hills, P. and Argyle, M., 2002) จำนวน 29 ข้อ โดยใช้กระบวนการแปลเครื่องมือแบบย้อนกลับ (Back Translation) ของ บริสลิน (Brislin, R. W., 1970) ซึ่งประกอบด้วยขั้นตอนต่าง ๆ ดังนี้ ขั้นแรกเริ่มจากผู้วิจัยนำแบบวัดความสุขของวัยรุ่น OHQ ชุดต้นฉบับ (Forward Translation) จากภาษาอังกฤษมาแปลเป็นภาษาไทย จากนั้นนำมาตรวจสอบแบบวัดความสุขของวัยรุ่นฉบับแปลโดยผู้ทรงคุณวุฒิ 1 ท่าน เป็นการตรวจสอบความถูกต้องเหมาะสมของภาษาที่ใช้ในการแปล ต่อมาผู้วิจัยใช้ผู้แปลจำนวน 3 คน มาแปลย้อนกลับ (Backward Translation) จากภาษาอังกฤษมาเป็นภาษาไทยเพื่อเป็นชุดต้นฉบับ แล้วนำแบบวัดความสุข OHQ ชุดต้นฉบับมาเปรียบเทียบกับชุดที่แปลย้อนกลับ เพื่อพิจารณาความเหมาะสมของภาษา ขั้นตอนสุดท้าย คณะวิจัยทดสอบแบบวัดความสุข OHQ ไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่าง ทั้งนี้แบบสอบถามวัดความสุขของวัยรุ่นมีค่าอำนาจจำแนกทั้งฉบับ (Item Total Correlation Coefficient) อยู่ระหว่าง 0.21 - 0.67 และมีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ (Alpha Coefficient) ของ ครอนบาค (Cronbach, L. J., 1984) เท่ากับ 0.79 ประกอบด้วย ข้อคำถามเชิงบวกจำนวน 17 ข้อ คือ ข้อ 2, 3, 4, 7, 8, 9, 12, 15, 16, 17, 20, 21, 25, 26 และ ข้อคำถามเชิงลบจำนวน 12 ข้อ คือ ข้อ 1, 5, 6, 10, 12, 13, 14, 19, 23, 24, 27, 28, 29 โดยแบ่งระดับความรู้สึกเป็น 6 ระดับ โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนแต่ละข้อคำถามดังนี้ ข้อความทางบวก: ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง = 1 ไม่เห็นด้วยค่อนข้างมาก = 2 ค่อนข้างไม่เห็นด้วย = 3 ค่อนข้างเห็นด้วย = 4 เห็นด้วยค่อนข้างมาก = 5 และเห็นด้วยอย่างยิ่ง = 6 ส่วนข้อความทางลบ: ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง = 6 ไม่เห็นด้วยค่อนข้างมาก = 5 ค่อนข้างไม่เห็นด้วย = 4 ค่อนข้างเห็นด้วย = 3 เห็นด้วยค่อนข้างมาก = 2 และเห็นด้วยอย่างยิ่ง = 1

ข้อคำถามของแบบวัดความสุขของวัยรุ่นจำแนกตามรายด้านดังนี้ ด้านที่ 1 สุขภาวะที่ดี ได้แก่ ข้อที่ 5, 28 ด้านที่ 2 ความพึงพอใจในชีวิต ได้แก่ ข้อที่ 1, 9, 12, 15, 18 ด้านที่ 3 การมองโลกในแง่ดี ได้แก่ ข้อที่ 6, 10, 16, 26, 29 ด้านที่ 4 การเห็นคุณค่าในตนเอง ได้แก่ ข้อที่ 3, 7, 13, 25 ด้านที่ 5 ความเชื่อมั่นในความสามารถตนเอง ได้แก่ ข้อที่ 19, 20, 23 ด้านที่ 6 สัมพันธภาพต่อบุคคลอื่นและเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ได้แก่ ข้อที่ 2, 4, 8, 27 และด้านที่ 7 ความกระตือรือร้นกับสิ่งต่าง ๆ ในชีวิต ได้แก่ ข้อที่ 11, 17, 21, 22

สำหรับเกณฑ์การแปลความหมาย พิจารณาจากระดับค่าเฉลี่ย โดยยึดเกณฑ์ของ วิเชียร เกตุสิงห์ (วิเชียร, 2538) ดังนี้ 1.00 - 2.00 หมายถึง มีความสุขระดับน้อยที่สุด 2.01 - 3.00 หมายถึง มีความสุขระดับน้อย 3.01 - 4.00 หมายถึง มีความสุขระดับปานกลาง 4.01 - 5.00 หมายถึง มีความสุขระดับมาก และ 5.01 - 6.00 หมายถึง มีความสุขระดับมากที่สุด

การวิจัยนี้ได้รับการพิจารณาผ่านความเห็นชอบจากคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เลขที่ SWUEC 020/60 และดำเนินการเก็บรวบรวม

ข้อมูลในระหว่างเดือนสิงหาคม 2560 ผู้วิจัยและทีมผู้ช่วยวิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แจ้งวัตถุประสงค์ การวิจัยและการพิทักษ์สิทธิ์ของกลุ่มตัวอย่างว่าการนำเสนอข้อมูลจะนำเสนอในภาพรวม โดยไม่มีผลกระทบใด ๆ ต่อกลุ่มตัวอย่าง แบบสอบถามนี้จะไม่ส่งผลกระทบต่อภาวะจิตใจของกลุ่มตัวอย่าง ดังนั้น กลุ่มตัวอย่างมีสิทธิ์ จะเข้าร่วมหรือปฏิเสธการตอบแบบสอบถามได้ตลอดเวลา โดยจะไม่มีผลใด ๆ ต่อการเรียนรู้ และ ขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม เมื่อได้รับแบบสอบถามคืนจากกลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยและทีมผู้ช่วย ตรวจสอบความสมบูรณ์ครบถ้วนก่อนนำไปวิเคราะห์ข้อมูล

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปและวิเคราะห์ระดับความสุขของ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น และปัจจัยที่เกี่ยวข้องโดยใช้สถิติบรรยาย ได้แก่ ค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติที่ใช้ทดสอบสมมติฐาน ได้แก่ Chi-square และ Logistic Regression Analysis

ผลการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้ศึกษา กลุ่มนักเรียนจำนวน 300 คน ได้แบบสอบถามกลับมาจำนวน 300 ชุด คิดเป็น อัตราการตอบกลับร้อยละ 100.0

1. ระดับความสุขของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น

กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 3 จำนวน 300 คน มีค่าเฉลี่ยของ คะแนนความสุขเท่ากับ 4.31 หมายถึงมีความสุขอยู่ในระดับมาก และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.74 โดยส่วนใหญ่มีระดับความสุขอยู่ในระดับมาก ($n = 171$ ร้อยละ 57.0) รองลงมานักเรียนอยู่ใน ระดับปานกลาง ($n = 67$ ร้อยละ 22.4) ระดับมากที่สุด ($n = 43$ ร้อยละ 14.3) ระดับน้อย ($n = 16$ ร้อยละ 5.3) และระดับน้อยที่สุด ($n = 3$ ร้อยละ 1.0) ตามลำดับ และเมื่อเปรียบเทียบกับเกณฑ์ของกรมสุขภาพจิตพบว่า มีกลุ่มนักเรียนที่มีความสุขเท่ากับคนทั่วไป 118 คน (ร้อยละ 39.3) กลุ่มที่มีความสุขมากกว่าคนทั่วไป 149 คน (ร้อยละ 49.7) และกลุ่มที่มีความสุขน้อยกว่าคนทั่วไป จำนวน 33 คน (ร้อยละ 11.0) (ตารางที่ 1)

จากคำแนะนำของกรมสุขภาพจิต ผู้ทำแบบทดสอบที่มีระดับความสุขน้อยกว่าคนทั่วไป ควรไปรับคำปรึกษาที่สถานบริการสาธารณสุขหรือจากแพทย์ เพื่อประเมินความผิดปกติทางจิตต่าง ๆ เพิ่มเติม ดังนั้นคณะผู้วิจัยจึงได้แบ่งกลุ่มความสุขในการวิจัยนี้ใหม่เป็น 2 กลุ่ม โดยแบ่งเป็นกลุ่มที่มีความสุขน้อยกว่า คนทั่วไป และกลุ่มที่มีความสุขปกติ (มากกว่าหรือเท่ากับคนทั่วไป) ซึ่งหลังจากแบ่งกลุ่มแล้วพบว่ากลุ่ม ที่มีความสุขน้อยกว่าคนทั่วไปมีจำนวน 33 คน (ร้อยละ 11.0) ส่วนกลุ่มที่มีความสุขปกติ มีจำนวน 267 คน (ร้อยละ 89.0)

2. ปัจจัยนำที่เกี่ยวข้องกับความสุขของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 3 แบ่งเป็นนักเรียนชาย 149 คน (ร้อยละ 49.7) และเป็นนักเรียนหญิง 151 คน (ร้อยละ 50.3) นักเรียนส่วนใหญ่มีคะแนนเฉลี่ยสะสมอยู่ใน ช่วง 3.01 - 3.50 (ร้อยละ 60.3) นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นมีลักษณะบุคลิกภาพ แบบผู้นำร้อยละ 38.3 แบบนักปฏิบัติร้อยละ 36.0 แบบคิดเพื่อฝันร้อยละ 11.0 และแบบมีเหตุมีผลร้อยละ 14.7 ตามลำดับ นอกจากนี้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นจำนวน 267 คน (ร้อยละ 89.0) บิดามารดาอาศัยอยู่ด้วยกัน อาชีพ ของบิดา - มารดาส่วนใหญ่ของนักเรียน คือ ค่าขายหรือธุรกิจส่วนตัว (ร้อยละ 42.2) เมื่อเปรียบเทียบ

ระดับความสุขจำแนกตามปัจจัยนำ พบว่าปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับระดับความสุข และมีนัยสำคัญทางสถิติคือ คะแนนเฉลี่ยสะสม ($X^2 = 14.370$, $P = 0.001$) อาชีพของบิดา - มารดา ($X^2 = 6.107$, $P = 0.047$) และ ลักษณะบุคลิกภาพ ($X^2 = 8.824$, $P = 0.032$) ส่วนปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับระดับความสุขแต่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติคือ เพศ และสถานภาพบิดา - มารดา (ตารางที่ 2)

ตารางที่ 1 ระดับความสุขในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

n = 300

ระดับความสุข	จำนวน	ร้อยละ
ระดับน้อยที่สุด	3	1.0
ระดับน้อย	16	5.3
ระดับปานกลาง	67	22.4
ระดับมาก	171	57.0
ระดับมากที่สุด	43	14.3
รวม	300	100.0
กลุ่มที่มีความสุขน้อยกว่าคนทั่วไป	33	11.0
กลุ่มที่มีความสุขเท่ากับคนทั่วไป	118	39.3
กลุ่มที่มีความสุขมากกว่าคนทั่วไป	149	49.7
รวม	300	100.0

ตารางที่ 2 ปัจจัยนำที่เกี่ยวข้องกับระดับความสุข

n = 300

ปัจจัยนำ		ระดับความสุข		Chi-square	P-value
		น้อยกว่าคนทั่วไป	ปกติ		
เพศ	ชาย	21	128	2.895	0.089
	หญิง	12	139		
คะแนนเฉลี่ยสะสม	ต่ำกว่า 2.50	5	11	14.37*	0.001
	2.51 - 3.50	17	86		
	มากกว่า 3.51	11	170		
สถานภาพของ บิดา - มารดา	อยู่ด้วยกัน	5	28	6.107*	0.047
	ไม่อยู่ด้วยกัน	28	239		
อาชีพของ บิดา - มารดา	ค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว	14	106	0.653	0.419
	รับราชการ	7	19		
	อื่น ๆ	12	142		

ตารางที่ 2 ปัจจัยนำที่เกี่ยวข้องกับระดับความสุข (ต่อ)

n = 300

ปัจจัยนำ	ระดับความสุข		Chi-square	P-value
	น้อยกว่าคนทั่วไป	ปกติ		
ลักษณะบุคลิกภาพ	แบบผู้นำ	1 43	8.824*	0.032
	แบบนักปฏิบัติ	17 91		
	แบบมีเหตุผล	9 106		
	แบบเพ้อฝัน	6 27		

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

3. ปัจจัยเอื้ออำนวยที่เกี่ยวข้องกับความสุขของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นส่วนใหญ่มีลักษณะที่อยู่อาศัยแบบบ้านเดี่ยวหรือทาวน์เฮาส์ (ร้อยละ 76.3) รองลงมาเป็นแบบอพาร์ทเมนต์หรือคอนโดมิเนียม (ร้อยละ 13.3) สำหรับจำนวนเงินที่นักเรียนได้รับเป็นค่าใช้จ่ายต่อเดือน คิดว่าตนมีรายรับเพียงพอร้อยละ 48.7 และคิดว่าตนมีรายรับไม่เพียงพอ ร้อยละ 51.3 สำหรับข้อมูลด้านครอบครัวของนักเรียนพบว่า ส่วนใหญ่ร้อยละ 51.0 อาศัยอยู่กับบิดามารดา รองลงมาคือ อาศัยอยู่กับทั้งบิดา - มารดา และปู่ ย่า ตา ยาย ร้อยละ 24.7 และอื่น ๆ เช่น อาศัยอยู่กับบิดาหรือมารดา หรืออาศัยอยู่กับปู่ ย่า ตา ยาย เป็นต้น ร้อยละ 24.3 ตามลำดับ

เมื่อเปรียบเทียบระดับความสุขจำแนกตามปัจจัยเอื้ออำนวย พบว่าปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับระดับความสุข แต่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติคือ ลักษณะที่อยู่อาศัย ($\chi^2 = 0.937$, $P = 0.626$) จำนวนเงินที่นักเรียนได้รับเป็นค่าใช้จ่ายต่อเดือน ($\chi^2 = .499$, $P = 0.480$) และลักษณะการอยู่อาศัยร่วมกันกับผู้ปกครองในครอบครัว ($\chi^2 = 0.148$, $P = 0.929$)

4. ปัจจัยส่งเสริมที่เกี่ยวข้องกับความสุขของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นส่วนใหญ่เมื่อประสบปัญหาหรือมีความทุกข์ใจ บุคคลที่มักจะปรึกษาหรือขอความช่วยเหลือส่วนใหญ่คือ บิดาหรือมารดา (ร้อยละ 61.0) รองลงมาคือ คุณครู (ร้อยละ 20.7) และเพื่อน (ร้อยละ 18.3) ตามลำดับ ส่วนความสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล พบว่านักเรียนส่วนใหญ่มีความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนอยู่ในระดับมาก (ร้อยละ 54.0) รองลงมาคือ มีความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนอยู่ในระดับมากที่สุด (ร้อยละ 39.7) ส่วนความสัมพันธ์ภาพระหว่างนักเรียนกับครอบครัวนั้นส่วนใหญ่มีความสัมพันธ์ที่ดีกับครอบครัวอยู่ในระดับมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 83.0 และระดับมากคิดเป็นร้อยละ 14.3 ตลอดจนนักเรียนส่วนใหญ่มีความสัมพันธ์ภาพกับอาจารย์ประจำชั้นเรียนอยู่ในระดับมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 60.7 และระดับมากคิดเป็นร้อยละ 15.7

เมื่อเปรียบเทียบระดับความสุขจำแนกตามปัจจัยส่งเสริม พบว่าปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับระดับความสุข และมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 คือ การมีความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อน ($\chi^2 = 37.994$, $P = 0.001$) ส่วนปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับระดับความสุขแต่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติคือ บุคคลที่มักจะปรึกษาหรือขอความช่วยเหลือ ($\chi^2 = 0.435$, $P = 0.804$) การมีความสัมพันธ์ที่ดีกับครอบครัว ($\chi^2 = 3.030$, $P = 0.220$) และการมีความสัมพันธ์ที่ดีกับคุณครู ($\chi^2 = 1.046$, $P = 0.593$) (ตารางที่ 3)

ตารางที่ 3 ปัจจัยส่งเสริมที่เกี่ยวข้องกับระดับความสุข

n = 300

ปัจจัยส่งเสริม		ระดับความสุข		Chi-square	P-value
		น้อยกว่าคนทั่วไป	ปกติ		
บุคคลเมื่อประสบปัญหาหรือมีความทุกข์ใจ	บิดา - มารดา	20	163	0.435	0.804
	เพื่อน	5	50		
	คุณครู	8	54		
การมีความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อน	ระดับมากที่สุด	10	9	37.994*	0.001
	ระดับมาก	17	145		
	ระดับน้อย	6	113		
การมีความสัมพันธ์ที่ดีกับครอบครัว	ระดับมากที่สุด	1	7	3.030	0.220
	ระดับมาก	8	35		
	ระดับน้อย	24	225		
การมีความสัมพันธ์ที่ดีกับคุณครู	ระดับมากที่สุด	10	61	1.046	0.593
	ระดับมาก	19	163		
	ระดับน้อย	4	43		

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

5. ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความสุขของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นด้วยสมการวิเคราะห์ถดถอยโลจิสติกส์ เมื่อนำข้อมูลมาศึกษาโดยวิเคราะห์ด้วยสมการถดถอยแบบโลจิสติกส์พบว่า ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับระดับความสุขที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 ได้แก่ คะแนนเฉลี่ยสะสม สถานภาพสมรสของบิดา - มารดา ลักษณะบุคลิกภาพแบบผู้นำและการมีความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อน กล่าวคือ

คะแนนเฉลี่ยสะสมพบว่า นักเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยสะสมเพิ่มขึ้น 1 หน่วย โอกาสที่จะมีความสุขในระดับน้อยกว่าคนทั่วไปจะลดลง 78 % (OR = 0.270 (95 % CI: 0.133, 0.547) (P = 0.000)

สถานภาพสมรสของบิดา - มารดาพบว่า นักเรียนที่บิดามารดาอยู่ด้วยกัน มีโอกาสที่จะมีความสุขในระดับน้อยกว่าคนทั่วไปเท่ากับ 3.291 เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มที่บิดามารดาไม่ได้อยู่ด้วยกัน (OR = 3.291 (95 % CI: 1.151, 9.410) (P = 0.026)

ลักษณะบุคลิกภาพแบบผู้นำพบว่า นักเรียนที่มีลักษณะบุคลิกภาพแบบผู้นำ มีโอกาสที่จะมีความสุขในระดับน้อยกว่าคนทั่วไปเท่ากับ 10.335 เมื่อเปรียบเทียบกับนักเรียนที่มีลักษณะบุคลิกภาพแบบเพื่อน (OR = 10.335 (95 % CI: 2.306, 46.312) (P = 0.002)

การมีความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนพบว่า นักเรียนที่มีความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนเพิ่มขึ้น 1 หน่วย โอกาสที่จะมีความสุขในระดับน้อยกว่าคนทั่วไปจะลดลง 85 % (OR = 0.150 (95 % CI: 0.059, 0.382) (P = 0.000)

ค่า Hosmer & Lemeshow goodness-of-fit test สถิติทดสอบ Chi-Square เป็น 14.016 และค่า Significance = 0.081 ซึ่ง > 0.1 ดังนั้นจึงยอมรับว่าโมเดลมีความเหมาะสม ค่า Nagelkerke R square = 0.361 แสดงให้เห็นว่าร้อยละ 36.10 สามารถอธิบายความผันแปรของโอกาสที่จะมีความสุขในระดับน้อยกว่าคนทั่วไป

ตารางที่ 4 ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับระดับความสุขเมื่อวิเคราะห์ด้วยสมการวิเคราะห์ถดถอยโลจิสติกส์ แบบ Forward Stepwise: Condition

n = 300

ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความสุข	Regression Coefficient	P-value	Odd Ratio 95 % CI.
คะแนนเฉลี่ยสะสม	-1.308	0.000	0.270 (0.133 - 0.547)
สถานภาพบิดา - มารดาอยู่ด้วยกัน	1.191	0.026	3.291 (1.151 - 9.410)
ลักษณะบุคลิกภาพแบบผู้นำ	2.336	0.002	10.335 (2.306 - 46.312)
การมีสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อน	-1.896	0.000	0.150 (0.059 - 0.382)
Constant	5.161	0.007	
-2 Log Likelihood = 144.569 Nagelkerke ² R = 0.361			
Hosmer & Lemeshow Goodness-of-Fit Test: $\chi^2 = 14.016$; Sig = 0.081			

ฐานในการเปรียบเทียบตัวแปรลักษณะบุคลิกภาพ คือ แบบเพื่อน

การอภิปรายผล

ผลการศึกษาครั้งนี้พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 3 จำนวน 300 คน มีค่าเฉลี่ยของคะแนนความสุขเท่ากับ 4.31 หมายถึงมีความสุขอยู่ในระดับมาก และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.74 และเมื่อเปรียบเทียบตามเกณฑ์ของกรมสุขภาพจิตพบว่า มีกลุ่มนักเรียนที่มีความสุขเท่ากับคนทั่วไป 118 คน (ร้อยละ 39.3) กลุ่มที่มีความสุขมากกว่าคนทั่วไป 149 คน (ร้อยละ 49.7) และกลุ่มที่มีความสุขน้อยกว่าคนทั่วไป จำนวน 33 คน (ร้อยละ 11.0) ที่เป็นเช่นนี้เพราะวัยรุ่นเป็นวัยที่แฝงไว้ด้วยพลังงานมากมาย และพร้อมที่จะเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ในชีวิต สนใจสิ่งแวดล้อมและอยากมีประสบการณ์แปลกใหม่ที่ท้าทายความสามารถ เป็นผู้ที่สามารถปรับตัวได้ดี ดังนั้นจึงควรส่งเสริมให้เรียนรู้ในสิ่งที่ดี และเหมาะสม ประกอบกับการจัดการเรียนการสอนของโรงเรียนในกลุ่มตัวอย่างที่เอื้อต่อการเรียนรู้ เป็นกิจกรรมที่สนับสนุนให้นักเรียนได้ร่วมอย่างต่อเนื่อง ตลอดจนสภาพแวดล้อมของครูอาจารย์ เพื่อนนักเรียนเอง จึงทำให้กลุ่มตัวอย่างมีความสุขอยู่ในระดับมาก ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ กนกวรรณ วังมณี (กนกวรรณ, 2554) พบว่าวัยรุ่นไทยมีความสุขโดยรวมอยู่ในระดับมาก และขวัญจิต มหากิตติคุณ, พิเชษฐ์ สุวรรณจินดา, และวิภา คันฉ่อง (ขวัญจิต และคณะ, 2559) กล่าวว่า วัยรุ่นส่วนใหญ่มีระดับความสุขเท่ากับคนปกติ แต่ไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ Holder, M. D. et al. (Holder, M. D. et al., 2012); Uusitalo-Malmivaara, L. (Uusitalo-Malmivaara, L., 2014); Mehrdadi, A. et al. (Mehrdadi, A. et al., 2016) ที่พบว่าเด็กวัยรุ่นส่วนใหญ่ให้คะแนนว่าตนเองมีความสุขในระดับปานกลาง

เมื่อวิเคราะห์ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับระดับความสุขพบว่า นักเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยสะสมระดับต่ำ มีโอกาสที่จะมีความสุขในระดับต่ำกว่าคนทั่วไปมากกว่านักเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยสะสมระดับสูง อาจเนื่องมาจาก สังคมไทยที่มีความเชื่อว่า การที่เด็กนักเรียนมีผลการเรียนดี จะส่งผลให้ประสบความสำเร็จในการประกอบอาชีพ ในอนาคต จึงทำให้บิดา - มารดา เข้มงวด และปลูกฝังว่าต้องพยายามในการมีคะแนนเฉลี่ยที่ดี ซึ่งเด็กนักเรียนวัยรุ่นจะมีความเครียดระดับสูง ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ ขวัญจิต มหาภิตติคุณ, พิเศษฐ์ สุวรรณจินดา, และวิภา คั่นจ้อง (ขวัญจิต และคณะ, 2559) พบว่า ลักษณะปัญหาที่เกิดขึ้นบ่อยในชีวิตของเด็กนักเรียนวัยรุ่นส่วนใหญ่คือ ปัญหาการเรียนและปัญหาเรื่องเพื่อน สำหรับสถานภาพของบิดา มารดา พบว่า นักเรียนที่บิดามารดาอยู่ด้วยกัน มีโอกาสที่จะมีความสุขในระดับต่ำกว่าคนทั่วไปเท่ากับ 3.291 เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มที่บิดามารดาไม่ได้อยู่ด้วยกัน อาจเนื่องมาจากการที่มีบิดามารดาที่สมรสและอยู่ด้วยกัน จัดได้ว่าเป็นส่วนหนึ่งของแหล่งสนับสนุนด้านจิตใจสำหรับนักเรียนวัยรุ่นเมื่อรู้สึกไม่สบายใจ สอดคล้องกับการศึกษาของ วรรัตน์ กังฉมาภรณ์, กิตติพงษ์ ดงแสง, กุลญาดา สมทรัพย์, ฐปนวงศ์ มิตร์สูงเนิน, ทศพล อาริจิตรานุสรณ์, ปิยธิดา คูทธิบุญรัตน์, และศรีน้อย มาศเกษม (วรรัตน์ และคณะ, 2550) พบว่า นักเรียนวัยรุ่นที่บิดามารดาอาศัยอยู่ด้วยกัน มีโอกาสมีความสุขในระดับต่ำกว่าคนทั่วไปน้อยกว่านักเรียนที่บิดามารดาไม่ได้อาศัยอยู่ด้วยกัน และสอดคล้องกับงานวิจัยของ Gray, R. S. et al. (Gray, R. S. et al., 2013) ทำการศึกษาเรื่อง ความสุขของวัยรุ่นในประเทศไทย: ปัจจัยด้านครอบครัวและที่ไม่ใช่ครอบครัวพบว่า ปัจจัยด้านครอบครัวมีผลต่อความสุขของวัยรุ่น กล่าวคือ โครงสร้างครอบครัว การมีเวลาว่างที่เพียงพอกับครอบครัว การแสดงความรักและผูกพันระหว่างกันในครอบครัว

ส่วนประเด็นของลักษณะบุคลิกภาพพบว่า นักเรียนที่มีลักษณะบุคลิกภาพแบบผู้นำ มีโอกาสที่จะมีความสุขในระดับต่ำกว่าคนทั่วไปเท่ากับ 10.335 เมื่อเปรียบเทียบกับนักเรียนที่มีลักษณะบุคลิกภาพแบบเพื่อฝัน อาจเป็นเพราะนักเรียนวัยรุ่นมีการมองตนเองว่าการมีบุคลิกภาพแบบผู้นำ กล่าวคือ เป็นคนตัดสินใจได้ดีโดยยึดข้อเท็จจริง มีความขยันหมั่นเพียรไปสู่เป้าหมายที่เป็นจริง สร้างระเบียบกฎเกณฑ์ และผลักดันให้ทุกคนตรงประเด็น แสดงถึงการมีคุณภาพจิตใจที่ดีที่จะดำเนินชีวิตที่เป็นประโยชน์ต่อตนเอง และมีสมรรถภาพจิตใจที่เข้มแข็งที่จะเผชิญและแก้ไขปัญหาในชีวิตได้ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ เรวดี เพชรศิริสัมพันธ์, ศิริอร สินธุ, สายฝน เอกวรางกูร, อุไร จรประพาพ, และเจนเนตร พลเพชร (เรวดี และคณะ, 2550) พบว่า วัยรุ่นรับรู้ความสุขในรูปแบบของการมีอิสระ ได้เป็นตัวของตัวเอง ไม่ถูกควบคุมจากผู้ใหญ่ และได้รวมกลุ่มกับเพื่อน ทำกิจกรรมร่วมกัน ทำให้เกิดความรู้สึกเป็นหนึ่งเดียวและเป็นที่ยอมรับจากกลุ่มเพื่อน และการใช้ชีวิตให้ดีขึ้นถือว่าเป็นวิธีการสร้างเสริมสุขภาพอย่างหนึ่งตามมุมมองของวัยรุ่น

ส่วนประเด็นของการมีความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนพบว่า นักเรียนที่มีความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนเพิ่มขึ้น 1 หน่วย โอกาสที่จะมีความสุขในระดับต่ำกว่าคนทั่วไปจะลดลง 85 % ทั้งนี้อาจเพราะพัฒนาการทางสังคมของเด็กนักเรียนวัยรุ่นที่ต้องการยอมรับจากเพื่อน ซึ่งการมีความสัมพันธ์อันดีในกลุ่มเพื่อนนั้นเปรียบเสมือนเพื่อนร่วมทาง กล่าวคือได้เพื่อนที่เป็นกัลยาณมิตรเปรียบเสมือนเราได้ผู้ที่คอยเกื้อหนุนให้เราได้เรียนได้อย่างมีความสุข และจะทำให้สามารถก้าวข้ามผ่านอุปสรรคต่าง ๆ ได้สอดคล้องกับการศึกษาเกี่ยวกับความสุขในนักเรียนมัธยมศึกษา โรงเรียนบางเลนวิทยา จังหวัดนครปฐม (337 คน) พบว่า ความสุขของนักเรียนวัยรุ่นมีความสัมพันธ์กับสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนและครอบครัว และแรงสนับสนุนทางสังคม (ลัดดาวัลย์, 2554) ส่วนการศึกษาเกี่ยวกับความสุขในนักเรียนวัยรุ่นในโรงเรียนเขตกรุงเทพมหานคร ยังพบอีกว่า นักเรียนวัยรุ่นมีความสุขอยู่ในระดับมากในด้านความพึงพอใจในชีวิตและการมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

และมีความสุขอยู่ในระดับปานกลาง ในด้านความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง (กนกวรรณ, 2554) สอดคล้องกับงานวิจัยของ Kok, J. K. et al. (Kok, J. K. et al., 2015) ศึกษาเรื่อง การมีชีวิตที่มีความหมายและความสุข: การรับรู้จากเยาวชนมาเลเซียพบว่า การมีสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนจะทำให้ชีวิตมีความหมายและความสุขเพิ่มขึ้น

การศึกษาในครั้งนี้ เป็นการศึกษาเฉพาะนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ฝ่ายมัธยม ทำให้ผลการศึกษายังไม่สามารถอ้างอิงไปสู่ประเด็นความสุขของนักเรียนวัยรุ่นในภาคกลาง หรือประเทศไทย ได้มากนัก การนำผลการวิจัยไปใช้จึงควรระมัดระวังหากจะอ้างอิงไปสู่ประชากร อย่างไรก็ตาม ผลการศึกษานี้สามารถใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการศึกษาความสุขในนักเรียนวัยรุ่นในประเด็นอื่น ๆ ได้ต่อไป โดยเฉพาะการศึกษาเพื่อส่งเสริมสุขภาพจิต และพัฒนาสมรรถภาพทางด้านจิตใจของนักเรียนวัยรุ่นเพื่อให้นักเรียนวัยรุ่นมีความเข้มแข็งของจิตใจและคงไว้ซึ่งความสุขในชีวิตของตนเอง โดยฝึกทักษะการควบคุมอารมณ์เมื่อมีเหตุการณ์คับขันหรือร้ายแรง การเผชิญกับเหตุการณ์ร้ายแรงที่เกิดขึ้นและการทำใจยอมรับปัญหาที่อาจจะแก้ไข

บทสรุป

นักเรียนส่วนใหญ่ร้อยละ 89 มีระดับความสุขอยู่ในเกณฑ์ปกติ โดยเมื่อวิเคราะห์ข้อมูลแบบตัวแปรเชิงซ้อนพบว่า ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับระดับความสุข คือ คะแนนเฉลี่ยสะสม สถานภาพสมรสของบิดา - มารดา ลักษณะบุคลิกภาพแบบผู้นำและการมีความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อน

กิตติกรรมประกาศ

คณะผู้วิจัยขอขอบคุณทุนสนับสนุนงานวิจัยจากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ และขอขอบคุณผู้อำนวยการคณะครู และนักเรียน โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ฝ่ายมัธยม ที่ให้ความร่วมมือในการวิจัยครั้งนี้สำเร็จมาได้ด้วยดี

References

- กนกวรรณ วังมณี. (2554). การพัฒนาความสุขของวัยรุ่นไทยโดยใช้โปรแกรมการพัฒนาดนเอง. ปรินญาณพนธ์ การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เกสร มัยเงิน. (2559). การสร้างความสุขด้วยจิตวิทยาเชิงบวก. วารสารวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี. ปีที่ 24, ฉบับที่ 4, หน้า 673-681
- ขวัญจิต มหากิตติคุณ, พิเชษฐ์ สุวรรณจินดา, และวิมา คันฉ้อง. (2559). ความสุขของนักเรียนวัยรุ่น. วารสารพยาบาลสงขลานครินทร์. ปีที่ 36, ฉบับที่ 1, หน้า 87-97
- เรวดี เพชรศิราสัย, ศิริอร ลินธุ์, สายฝน เอกวางกูร, อุไร จเรประพาฬ, และเจนเนตร พลเพชร. (2550). ความสุขและวิถีการสร้างเสริมสุขภาพ: ความต้องการที่แตกต่างระหว่างคนสามวัยในครอบครัวไทย. วารสารพยาบาล. ปีที่ 56, ฉบับที่ 1-2, หน้า 11-12
- รศรินทร์ เกรย์, วรชัย ทองไทย และเรวดี สุวรรณพเก้า. (2553). ความสุขเป็นสากล. กรุงเทพฯ: จรัสสินทวงศ์การพิมพ์
- ลัดดาวัลย์ อธิภาพชัยศรี. (2554). ความสุขในนักเรียนมัธยมศึกษา. เอกสารการประชุมวิชาการสุขภาพจิตนานาชาติ ครั้งที่ 10 และการประชุมวิชาการพัฒนาสติปัญญาเด็กไทย ครั้งที่ 8 ประจำปี 2554. หน้า 254. Available (<http://www.jvkk.go.th/researchnew/qresearch.asp?code=0103502>)

- วรรัตน์ กัจจมาภรณ์, กิตติพงษ์ ดงแสง, กุลญาดา สมทรัพย์, ฐปนวงศ์ มิตรสูงเนิน, ทศพล อาริจิตรานุสรณ์, ปิยธิดา คูศิริญรัตน์, และศรีน้อย มาศเกษม. (2550). ระดับความสุขและปัจจัยที่เกี่ยวข้องของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนขอนแก่นวิทยายน จังหวัดขอนแก่น ปีการศึกษา 2549. *ศรีนครินทร์เวชสาร*. ปีที่ 22, ฉบับที่ 3, หน้า 254-260
- วิเชียร เกตุสิงห์. (2538). ค่าเฉลี่ยและการแปลความหมาย. *ข่าวสารวิจัยทางการศึกษา*. ปีที่ 18, ฉบับที่ 3, หน้า 8 - 11
- ศิรินันท์ กิตติสุขสถิต. (2551). ความสุขของวัยรุ่น, ประชากรและการพัฒนา. *สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล*. ปีที่ 28, ฉบับที่ 3, Available (<http://www.popterms.mahidol.ac.th/newsletter/showarticle.php?articleid=67>)
- Brislin, R.W. (1970). Back-Translation for Cross-Cultural Research. *Journal Cross-Cult Psychology*. Vol. 1, Issue 3, pp. 185-216. DOI: 10.1177/135910457000100301
- Conbach, L. J. (1984). **Essential of Psychology and Education**. New York: Mc-Graw Hill
- Gray, R. S., Chamrathirong, A., Pattaravanich, U., and Prasartkul, P. (2013). Happiness Among Adolescent Students in Thailand: Family and Non-Family Factors. *Social Indicator Research*. Vol. 110, No. 2, pp. 703-719
- Green, L. and Krueter, M. (1999). **Health Program Planning: An Educational and Ecological Approach**. Boston: McGraw-Hill. Available (<https://www.gotoknow.org/posts/115416>)
- Heizomi, H., Allahverdipour, H., Jafarabadi, M. A., and Safaian, A. (2015). Happiness and Its Relation to Psychological Well-Being of Adolescents. *Asian Journal of Psychiatry*. Vol. 16, pp. 55-60. DOI: 10.1016/j.ajp.2015.05.037
- Hills, P. and Argyle, M. (2002). The Oxford Happiness Questionnaire: A Compact Scale for the Measurement of Psychological Well-Being. *Personality and Individual Differences*. Vol. 33, Issue 7, pp. 1071-1082. DOI: 10.1016/S0191-8869(01)00213-6
- Holder, M. D., Coleman, B., and Singh, K. (2012). Temperament and Happiness in India. *Journal of Happiness Studies*. Vol. 13, Issue 2, pp. 261-274. DOI: 10.1007/s10902-011-9262-x
- Kok, J. K., Goya, L. Y., and Gan, C. C. (2015). Meaningful Life and Happiness: Perspective from Malaysian Youth. *The Social Science Journal*. Vol. 52, Issue 1, pp. 69-77. DOI: 10.1016/j.soscj.2014.10.002
- Krejcie, R. V. and Morgan, D. W. (1970). Determining Sample Size for Research Activities. *Education and Psychological Measurement*. Vol. 30, Issue 3, pp. 607-610
- Liaghatdar, M. J., Jafari, E., Abedi, M. R., and Samiee, F. (2008). Reliability and Validity of the Oxford Happiness Inventory among University Students in Iran. *The Spanish Journal of Psychology*. Vol. 11, Issue 1, pp. 310-313. DOI: 10.1017/S1138741600004340
- Mehrdadi, A., Sadeghian, S., Direkvand-Moghadam, A., and Hashemian, A. (2016). Factors Affecting Happiness: A Cross-Sectional Study In The Iranian Youth. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*. Vol. 10, Issue 5, pp. VC01-VC03. DOI: 10.7860/JCDR/2016/17970.7729
- Uusitalo-Malmivaara, L. (2014). Happiness Decreases During Early Adolescence-A Study on 12- And 15-Year-Old Finnish Students. *Psychology*. Vol. 5, No. 6, pp. 541-555. DOI: 10.4236/psych.2014.56064