

อิทธิพลของการเปรียบเทียบทางสังคมและรายได้ต่อความสุขเชิงอัตวิสัย



นางสาวพัชรี ศุภดิษฐ์

ศูนย์วิทยุทรัพยากร
วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาจิตวิทยาสังคม

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ปีการศึกษา 2551

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

EFFECTS OF SOCIAL COMPARISON AND INCOME ON SUBJECTIVE WELL-BEING



Miss Patcharee Suppadit

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Master of Arts Program in Social Psychology

Faculty of Psychology


Chulalongkorn University

Academic Year 2008

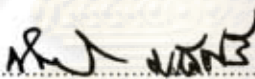
Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์ อธิปไตยของการเปรียบเทียบทางสังคมและรายได้ต่อความสุขเชิงอัตวิสัย
โดย นางสาวพัชรี ศุภดิษฐ์
สาขาวิชา จิตวิทยาสังคม
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก รองศาสตราจารย์ ดร.ธีระพร อุวรรณโน

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโทบัณฑิต

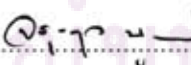

..... คณบดีคณะจิตวิทยา
(รองศาสตราจารย์ ดร. สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์


..... ประธานกรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ศักดิ์ มณีศรี)


..... อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก
(รองศาสตราจารย์ ดร.ธีระพร อุวรรณโน)


..... กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย
(ศาสตราจารย์กิตติคุณ ดร. นงลักษณ์ วิรัชชัย)


..... กรรมการ
(อาจารย์ จรุงกุล บุรพวงศ์)

พัชรี คุณดิษฐ์: อิทธิพลของการเปรียบเทียบทางสังคมและรายได้ต่อความสุขเชิงอัตวิสัย
(EFFECTS OF SOCIAL COMPARISON AND INCOME ON SUBJECTIVE WELL-
BEING) อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก: รศ.ดร. อีระพร อุวรรณโณ, 83 หน้า

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาอิทธิพลของการเปรียบเทียบทางสังคมและรายได้ต่อความสุขเชิงอัตวิสัย กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ที่มีรายได้ในกรุงเทพมหานคร และบริเวณชานเมืองที่ประกอบอาชีพข้าราชการหรือพนักงานของรัฐ พนักงานบริษัทและ พนักงานรัฐวิสาหกิจ โดยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างเป็น 2 กลุ่ม คือกลุ่มที่ได้คะแนนจากมาตรวัดการเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่าที่ระดับคะแนนมากกว่าหรือเท่ากับเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 73 จำนวน 218 คน และกลุ่มที่ได้คะแนนจากมาตรวัดการเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่าในระดับมากกว่าหรือเท่ากับเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 73 จำนวน 218 คน ผลการวิจัยพบว่า

1.บุคคลที่มีการเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่ามีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่าบุคคลที่มีการเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่าอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .001

2.บุคคลที่มีรายได้สูงมีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่าบุคคลที่มีรายได้ต่ำอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .001

3.บุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่ามีความสุขเชิงอัตวิสัยไม่แตกต่างกับบุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า

4. บุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่ามีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่าบุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า, บุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า และมากกว่า อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

5. บุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่ามีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่าบุคคลที่มีรายได้ต่ำ และบุคคลที่มีรายได้สูง และมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

สาขาวิชา.....จิตวิทยาสังคม..... ลายมือชื่อนิสิต..... พัจจิ สุภกิจ.....
ปีการศึกษา.....2551..... ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก..... อ. อีระพร

4978116038: MAJOR SOCIAL PSYCHOLOGY

KEYWORD: SUBJECTIVE WELL-BEING / SOCIAL COMPARISON / INCOME.


PATCHAREE SUPPADIT: EFFECTS OF SOCIAL COMPARISON AND INCOME ON SUBJECTIVE WELL-BEING.THESIS PRINCIPAL ADVISOR: ASSOC. PROF.

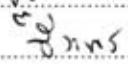
THEERAPORN UWANNO, Ph. D., 83 pp.

The purposes of this research were to examine the effects of social comparison and income on subjective well-being. Participants were government officials, state enterprise officials, and private employees. Participants completed questionnaires consisted of upward and downward social comparison scales and happiness and well-being scales. Upward and downward social comparison groups were formed from 218 participants whose scores were greater than or equal to percentile 73 from the upward social comparison scale and from the downward social comparison scale, respectively.

Results are as follows:

1. Downward social comparison group has a significantly higher mean score on subjective well-being than upward social comparison group.
2. High income group has a significantly higher mean score on subjective well-being than low income group.
3. For upward social comparison groups those with high and low income do not differ in terms of subjective well-being.
4. High income group with downward social comparison has a higher mean score on subjective well-being than high income group with upward social comparison, low income group with downward and upward social comparison.
5. Low income group with downward social comparison has a higher mean score on subjective well-being than low income and high income group with upward social comparison.

Field of studySocial Psychology..... Student's signature..... 

Academic year2008..... Principal advisor's signature..... 

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยความสามารถช่วยเหลืออย่างดียิ่งจาก รองศาสตราจารย์ ดร. วีระพร อุวรรณโณ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ที่สละเวลาอันมีค่าให้คำปรึกษา ชี้แนะแนวทางและตรวจสอบแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ของงานวิจัยตลอดมา ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาของท่านและขอกราบขอบพระคุณอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ศักดิ์นางค์ มณีศรี อาจารย์จรุงกุล บุรพวงศ์ อาจารย์ ดร. อภิชนา ไชยวุฒิกิจกรณวณิช ศาสตราจารย์กิตติคุณ ดร. นางลักษณ์ วิรัชชัย และอาจารย์ทิพย์ นภา หวนสุริยาที่ได้ประสิทธิ์ประสาทความรู้ และอบรมสั่งสอนผู้วิจัย และให้คำแนะนำอันเป็นประโยชน์ และมีความเมตตาต่อผู้วิจัยมาโดยตลอด

ขอขอบคุณเพื่อนๆ สาขาวิชาจิตวิทยาสังคมทุกคนที่ให้ความช่วยเหลือและเป็นกำลังใจ และให้คำปรึกษากับผู้วิจัยเสมอมาโดยเฉพาะคุณชนัดดา ภูหงษ์ทอง คุณนงลักษณ์ ศรีบรรจง คุณชิต ศุภางค์ รัชชีสมบัติศิริ และ คุณธนิศา เบ็งสงวน

ขอขอบพระคุณคุณพนิตษา รัญลักษณ์ภาค คุณปกาวัฐ เนติโพธิ์ คุณอัฉลา สุทธิสัมพันธ์ คุณสุรัฐพล คชพิมพ์ คุณจิรพันธุ์ นาคำ คุณอนรรฆม แสงทรัพย์และทุก ๆ ท่าน ที่ได้กล่าวนาม ที่ให้ความช่วยเหลือในการเก็บข้อมูลในหน่วยงานและบริษัทของท่าน

ขอขอบคุณกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยทุกท่านที่กรุณาสละเวลาและให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามด้วยความตั้งใจและเอาใจใส่

ท้ายที่สุดขอขอบพระคุณคุณพ่อพิภพ ศุภดิษฐ์ คุณแม่เรณู ศุภดิษฐ์ และญาติพี่น้องในครอบครัวศุภดิษฐ์ และธงไชยทุก ๆ ท่าน ที่ให้ความรัก กำลังใจ ให้การสนับสนุน และช่วยเหลือใน ทุก ๆ เรื่อง จนผู้วิจัยสามารถจัดทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ให้เสร็จสมบูรณ์ได้

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สารบัญ

หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	ฉ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ฅ
สารบัญภาพ.....	ญ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
แนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	2
การพัฒนาสมมติฐานการวิจัย.....	19
วัตถุประสงค์ในการวิจัย.....	24
สมมติฐานการวิจัย.....	24
ตัวแปรในการวิจัย.....	27
ขอบเขตในการวิจัย.....	27
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย.....	28
ประโยชน์ที่ได้รับ.....	32
บทที่ 2 วิธีดำเนินการวิจัย.....	33
กลุ่มตัวอย่าง.....	33
การออกแบบการวิจัย.....	34
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	35
ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ.....	35
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	40

บทที่ 3 ผลการวิจัย.....	41
บทที่ 4 อภิปรายผลการวิจัย.....	56
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ.....	61
รายการอ้างอิง.....	66
ภาคผนวก.....	71
ภาคผนวก ก.....	72
ภาคผนวก ข.....	74
ภาคผนวก ค.....	82
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์.....	83

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
1	รายได้เฉลี่ยต่อคนต่อเดือนของประชากร ปี 2549.....29
2	รายได้ของครอบครัวข้าราชการพลเรือนสามัญโดยเฉลี่ยต่อเดือน จำแนกตามประเภทของรายได้ และกลุ่มระดับตำแหน่ง พ.ศ. 254930
3	บัญชีเงินเดือนขั้นต่ำขั้นสูงของข้าราชการพลเรือนสามัญ ตำแหน่งประเภทบริหาร30
4	บัญชีเงินเดือนขั้นต่ำขั้นสูงของข้าราชการพลเรือนสามัญ ตำแหน่งประเภทอำนวยการ.....31
5	บัญชีเงินเดือนขั้นต่ำขั้นสูงของข้าราชการพลเรือนสามัญ ตำแหน่งประเภทวิชาการ.....31
6	เงื่อนไขการทดลอง และจำนวนตัวอย่างในแต่ละเงื่อนไข (N=810).....34
7	การจำแนกตัวอย่างตามเงื่อนไข (N=810)..... 41
8	จำนวนและร้อยละของตัวอย่างเมื่อจำแนกตาม เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพ และรายได้ของครัวเรือน (N=436).....42
9	การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบสองทางของคะแนนคะแนนความสุขเชิงอัตวิสัย.....45
10	การวิเคราะห์คะแนนความสุขเชิงอัตวิสัย จำแนกตามการเปรียบเทียบทางสังคม.....45
11	การวิเคราะห์คะแนนความสุขเชิงอัตวิสัย จำแนกตามรายได้.....46
12	การทดสอบการเปรียบเทียบต่างของคะแนนความสุขเชิงอัตวิสัย.....49
13	การวิเคราะห์คะแนนความสุขเชิงอัตวิสัย จำแนกตามรายได้ และการเปรียบเทียบทางสังคม.....50
14	การวิเคราะห์คะแนนความสุขเชิงอัตวิสัย จำแนกตามรายได้และ การเปรียบเทียบทางสังคมโดยทดสอบความแตกต่างด้วยสถิติที่ แบบกลุ่มที่เป็นอิสระจากกัน.....52
15	สรุปผลการทดสอบสมมติฐาน.....53
16	เงื่อนไขการทดลอง และจำนวนตัวอย่างในแต่ละเงื่อนไข (N=810).....64

สารบัญภาพ

ภาพที่		หน้า
1	องค์ประกอบความอยู่ดีมีสุข ของสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจ และสังคมแห่งชาติ.....	9
2	สรุปแนวคิดการเปรียบเทียบทางสังคมของ Festinger เรื่องการตอบสนองของบุคคลในสถานการณ์ที่ไม่แน่ใจและสับสน.....	13
3	กราฟเส้นแสดงสรุปสมมติฐานการวิจัย.....	26
4	ปฏิสัมพันธ์ระหว่างการเปรียบเทียบทางสังคมและเงื่อนไขรายได้.....	46

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ความสุขเป็นสิ่งที่มนุษย์ทุกคนปรารถนาและต้องการที่จะมีอยู่ตลอดไป ความสุขนั้นมีทั้งที่เกิดจากภายในจิตใจของตนซึ่งเป็นความสุขในระดับจิตใจและปัญญา และความสุขจากปัจจัยภายนอก เช่น รายได้ ความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับมนุษย์และมนุษย์กับสิ่งแวดล้อม แต่ปัจจุบันสังคมนั้นซับซ้อนมากขึ้น การที่บุคคลจะมีความสุขหรือไม่นั้นก็มีความแตกต่างกันขึ้น ขึ้นอยู่กับว่าบุคคลนั้นเน้นปัจจัยพื้นฐานใดเป็นการสร้างความสุขให้กับตนเอง ไม่ว่าจะเป็นความสุขที่เกิดจากภายในจิตใจ ความสัมพันธ์ หรือรายได้ที่เพียงพอกับความต้องการ เป็นต้น

สำหรับสาเหตุของความสุขประการหนึ่งคือ รายได้ที่เพียงพอกับรายจ่าย และความต้องการของบุคคลผู้นั้น ระดับความต้องการและความเพียงพอของแต่ละบุคคลจะไม่เท่ากันขึ้นอยู่กับลักษณะการใช้ชีวิต และสังคมของบุคคล จากงานวิจัยหลายชิ้นที่ผ่านมาชี้ให้เห็นว่าบุคคลที่มีเงินจำนวนมากจะมีความสุขมากกว่าบุคคลที่มีเงินจำนวนน้อย แต่เมื่อรายได้ของคนในประเทศเพิ่มขึ้นไปจนถึงระดับหนึ่งความสุขกลับไม่เพิ่มขึ้นตามไปด้วย สามารถอธิบายได้ด้วยทฤษฎีการเปรียบเทียบทางสังคม (social comparison) กล่าวคือ บุคคลจะมีการเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่น เพื่อให้ตนเองสามารถรับรู้ข้อมูล หรือเข้าใจสถานะของตนเอง ดังนั้นจึงเป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ที่บุคคลจะมีการเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นในเรื่องรายได้ เมื่อบุคคลนำตนเองไปเปรียบเทียบกับบุคคลอื่นจะทำให้ตนเองมีความสุขก็ต่อเมื่อตนมีรายได้ที่มากกว่าบุคคลอื่น ในทางตรงกันข้ามเมื่อบุคคลที่มีรายได้น้อยเกิดการเปรียบเทียบกับบุคคลที่มีรายได้สูงกว่าจะทำให้ความสุขลดลง จากการศึกษาวิจัยจำนวนมากพบว่า การเปรียบเทียบทางสังคม รายได้ และความสุข ผลการศึกษาส่วนใหญ่สนับสนุนไปในแนวทางเดียวกันว่า การเปรียบเทียบทางสังคมจะส่งผลให้บุคคลส่วนใหญ่พยายามทำให้ตนเองมีรายได้มากกว่าเดิม หรือมากกว่าบุคคลที่ตนเองนำไปเปรียบเทียบ แต่ได้มีงานวิจัยบางชิ้นได้มีข้อเสนอเพิ่มเติมว่าถ้าบุคคลอยู่ในกลุ่มที่มีรายได้ไม่แตกต่างกันความสุข

ของบุคคลเหล่านั้นก็ยังคงมีอยู่เท่าเดิมหรือไม่ลดน้อยลง เพราะไม่มีการเปรียบเทียบทางสังคมเกิดขึ้น

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาว่าการเปรียบเทียบทางสังคมสามารถทำให้บุคคลที่มีรายได้ต่างกันสามารถมีความสุขเพิ่มมากขึ้น หรือมีความสุขลดลง แตกต่างกันอย่างไรร และ การเปรียบเทียบทางสังคมที่แตกต่างกันมีผลต่อระดับของบุคคลนั้นหรือไม่

แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ความสุขเชิงอัตวิสัย (Subjective well-being)

ความสุขเชิงอัตวิสัยคืออะไร

Diener (2005) ได้กล่าวว่าความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) เป็นชื่อทางวิทยาศาสตร์ ที่บุคคลใช้ประเมินชีวิตของพวกเขาว่าเป็นอย่างไร คนสามารถประเมินชีวิตของตนเองในบริบทของการพิจารณาโดยรวม (เช่น ความพึงพอใจในชีวิต หรือความรู้สึกที่บรรลุถึงสิ่งที่ต้องการ) ในบริบทการประเมินในขอบเขตของชีวิต (เช่น การแต่งงาน หรือการทำงาน) หรือในบริบทความรู้สึกเกี่ยวกับเรื่องราวของตัวเอง (เช่น ความรู้สึกมีความสุข) ซึ่งเกิดขึ้นจากการประเมินประสบการณ์อย่างหนึ่งในทางบวก และระดับของความรู้สึกไม่พึงพอใจในระดับต่ำ ซึ่งเกิดขึ้นจากการประเมินประสบการณ์หนึ่งในทางลบ คำว่าความสุข (happiness) มีความหมายที่แตกต่างกันหลายอย่าง (เช่น ความดีใจ, ความพึงพอใจ) ดังนั้นนักวิทยาศาสตร์จึงชอบคำว่า “ความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being)” มากกว่า เพราะเป็นบริบทที่มีความครอบคลุม ซึ่งได้รวมถึงลักษณะในการประเมินชีวิตที่หลากหลายที่จะเป็นไปได้ รวมถึงการนับถือตนเอง (self-esteem), ความดีใจ (joy), ความรู้สึกบรรลุในสิ่งที่ต้องการ (feelings of fulfillment) สิ่งสำคัญนั้นคือการที่บุคคลผู้นั้นได้ประเมินชีวิตของตนเองตามมาตรฐานที่ตนเองเลือก ไม่ใช่การประเมินจากบุคคลอื่น

ความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) เป็นบริบทที่ครอบคลุมองค์ประกอบที่แตกต่างกันหลากหลายองค์ประกอบมากที่สุด และบริบทเหล่านี้ค่อนข้างจะเป็นอิสระ นั่นคือ ในบุคคลหนึ่งอาจจะสูง แต่ในอีกบุคคลหนึ่งอาจจะต่ำ ดังนั้นต้องมีการทำความเข้าใจระดับขององค์ประกอบที่แยกจากกัน ถ้าบุคคลหนึ่งต้องการจะมีความสุขเชิงอัตวิสัยที่มากกว่า เป็นไปได้ที่จะหมายถึงการเพิ่มขึ้นของความรู้สึกทางบวกหรือความรู้สึกทางลบที่ลดลง และทั้ง 2 ความรู้สึกนี้เป็นตัวกำหนดการกระทำ

ที่แตกต่างกัน ในทำนองเดียวกันความรู้สึกทางบวก และทางลบเป็นสิ่งที่มีความถี่มากกว่าพฤติกรรมบางอย่าง เพราะทำให้เกิดความพึงพอใจในระดับที่สูง และให้ความเกิดความรู้สึกที่รู้สึกทางลบในระดับที่ต่ำ เช่น การต้องทนทำงานที่น่าเบื่อหน่าย แต่เพราะเป็นงานที่มีความจำเป็นจึงต้องทำให้สำเร็จ

นักวิจัยที่ศึกษาเรื่องความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) หลีกเลี่ยงการใช้คำจำกัดความว่า “ความสุข (happiness)” เพราะมีความหมายที่แตกต่างกันอย่างหลากหลาย ตัวอย่างเช่น สามารถหมายถึงสภาพที่ร่าเริง ความรู้สึกทางบวกที่ยาวนาน ความพึงพอใจในชีวิต หรือบุคคลเกิดความรู้สึกดี เช่น ความสุขคือสิ่งที่ดีต่อครอบครัว

ความพึงพอใจ หมายถึง การประเมินการรู้คิดหรือการพิจารณาอย่างละเอียดของบุคคล ซึ่งในบางครั้งจะใช้บริบทในคำว่า ความสุข (happiness) สำหรับการอ้างถึงองค์ประกอบที่เกี่ยวกับความรู้สึกในความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) การมีอยู่ของความรู้สึกทางบวกและการขาดความรู้สึกทางลบ เพราะฉะนั้นบุคคลที่มีความสุขจะเป็นบุคคลที่มีความรู้สึกสมดุลในทางบวก (มีความรู้สึกทางบวกมากกว่าความรู้สึกทางลบ)

Diener (2005) ได้กล่าวถึงความสำคัญของความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) คือ บุคคลประเมินตนเอง และการประเมินตนเองนี้สามารถประเมินได้ในหลายเรื่อง เช่น ความพึงพอใจเกี่ยวกับการสมรส หรือความพึงพอใจในรถยนต์ของเขาเอง เป็นต้น และยังรวมถึงการประเมินตนเองในเรื่องที่เป็นภาพรวม เช่น ความพึงพอใจในชีวิต หรือความพึงพอใจกับตนเอง สิ่งที่พบเพิ่มเติมคือ การประเมินตนเองเป็นเรื่องที่ต้องคิดพิจารณาในเรื่องของความพึงพอใจ อย่างละเอียดรอบคอบ หรือหมายความว่า เป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับความรู้สึก ทั้งสภาวะทางด้านอารมณ์ (mood) และอารมณ์ (emotion) ดังนั้นมีองค์ประกอบหลักสำหรับความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) อย่างน้อย 3 องค์ประกอบ คือ 1) อารมณ์และสภาวะทางความรู้สึกที่น่าพอใจ 2) การขาดสภาวะทางอารมณ์และความรู้สึกทางลบ และ 3) การพิจารณาความพึงพอใจอย่างละเอียดรอบคอบส่วนตัวแปรอื่น ๆ เช่น ความมองโลกในแง่ดี (optimism) และความรู้สึกบรรลุในสิ่งที่ต้องการ (feelings of fulfilment) ก็เป็นส่วนหนึ่งของความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) ซึ่งบางครั้งอาจจะแบ่งหลายองค์ประกอบ

ความสุข (Happiness) หมายถึง ระดับของคุณภาพชีวิตในองค์รวม ตามการประเมินของแต่ละบุคคล ความสุขจึงเป็นเรื่องของแต่ละบุคคล ดังนั้นจึงเรียกสังคมหรือประเทศว่ามีความสุขไม่ได้ แต่ประเทศและสังคมนั้นสามารถมีความน่าอยู่ได้ ซึ่งความน่าอยู่นั้นสามารถสะท้อนออกมาได้ทางความสุขของประชากรทั่วไปในสังคมหรือประเทศนั้น ๆ (Veenhoven, 2005)

ความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) ในความหมายของภาษาพูดบางครั้งจะเรียกว่าความสุข (happiness) ซึ่งหมายถึง การประเมินเกี่ยวกับชีวิตของบุคคล เป็นการประเมินทั้งทางด้านความรู้สึก (affective) และทางด้านปัญญา (cognitive) บุคคลจะมีประสบการณ์ของความสุขเชิงอัตวิสัยมากเมื่อพวกเขาารู้สึกมีความสุขสบายใจ พอใจ เพลิดเพลินในระดับสูง หรือในปริมาณมาก และมีความรู้สึกที่ไม่น่าพอใจ ไม่สบายใจ ไม่เพลิดเพลินใจในระดับต่ำ หรือในปริมาณน้อย ในความจริงนั้นความสุขเป็นเป้าหมายของบุคคลทุกคน และทุกบุคคลจะปฏิบัติตนเพื่อนำไปสู่ความสุข (Diener, 2000)

Argyle และ Crossland (1987) ได้ให้คำจำกัดความของความสุขเชิงอัตวิสัยในฐานะความอ่อนไหวทางความรู้สึก (affective) ของปัจเจกบุคคล และการประเมินเกี่ยวกับการรู้คิด (cognitive evaluation) สำหรับชีวิตของปัจเจกบุคคลนั้น ๆ ซึ่งคาดว่าความสุขเชิงอัตวิสัยนั้นประกอบด้วยองค์ประกอบหลัก 3 องค์ประกอบ คือ

1. ความดีและระดับของความรู้สึกทางบวก หรือ ความดีใจ
2. ระดับความพึงพอใจโดยเฉลี่ยข้ามช่วงเวลา
3. การไม่ปรากฏความรู้สึกทางลบ เช่น ความกดดัน ความวิตกกังวล

Diener และคณะ (1985) กับ Lyubomirsky และ Lepper (1999) กล่าวว่า ความสุขเชิงอัตวิสัยในระดับสูงนั้น ประกอบด้วยการรวมกันขององค์ประกอบเฉพาะ 3 องค์ประกอบ คือ

1. ความดีและระดับของความรู้สึกทางบวก หรือความสุข (positive affect)
2. การไม่ปรากฏความรู้สึกทางลบ ความกังวล และความเก็บกด เช่น ความกดดัน หรือความวิตกกังวล (negative affect)
3. ความพึงพอใจในชีวิตโดยรวม (life satisfaction)

จากคำจำกัดความนี้ เห็นได้อย่างชัดเจนว่าการศึกษาร่วมใหญ่ของมาตรวัดที่เกี่ยวข้องกับความสุขเชิงอัตวิสัยจะมีองค์ประกอบที่เกี่ยวกับความรู้สึกที่เป็นส่วนประกอบของการรู้คิด

Diener (2000) ได้ให้คำจำกัดความของความสุขเชิงอัตวิสัย คือ ภาวะความรู้สึกและการสะท้อนความรู้สึกที่อยู่ภายใต้การควบคุมของการตอบสนองเหตุการณ์สำหรับบุคคลโดยตรง แต่ละบุคคลจะพิจารณาเกี่ยวกับชีวิตทั้งหมดของตนเองในด้านต่าง ๆ ที่ขอบเขตที่กว้างขึ้น เช่น เรื่องการแต่งงาน เรื่องการทำงาน เป็นต้น ดังนั้นจำนวนองค์ประกอบของความสุขเชิงอัตวิสัยสามารถแยกได้ดังนี้

1. ความพึงพอใจในชีวิต (life satisfaction) คือ การพิจารณาอย่างสากลสำหรับชีวิตหนึ่ง
2. ความพึงพอใจกับด้านต่าง ๆ ที่มีความสำคัญ (satisfaction with important domains) เช่น ความพึงพอใจในงาน
3. ความรู้สึกทางบวก (positive affect) คือ การประสบกับอารมณ์และความรู้สึกที่น่าพอใจ สบายใจ รื่นรมย์ เพลิดเพลิน
4. ระดับความรู้สึกทางลบต่ำ (low levels of negative affect) คือ การประสบกับอารมณ์และความรู้สึกที่ไม่น่าพอใจ ไม่สบายใจ ไม่รื่นรมย์ ไม่เพลิดเพลิน เล็กน้อย

Diener และ Tov (2007) กล่าวว่า ความหมายของความสุขเชิงอัตวิสัยนั้นเป็นการอ้างอิงถึงความคงที่ของความรู้สึกของความสุขโดยรวม สำหรับความรู้สึกและส่วนประกอบเกี่ยวกับการรู้คิดที่มีมายาวนานไม่ใช่แค่ชั่วระยะเวลาหนึ่งเท่านั้น ส่วนประกอบของความรู้สึกประกอบด้วยความถี่ของประสบการณ์ในความรู้สึกทางบวกที่คล้ายกับความสุข ขณะที่ส่วนประกอบของการรู้คิดจะพิจารณาความพึงพอใจกับชีวิตอย่างสมเหตุผล ความหมายของ "ความสุข" สามารถจะอ้างถึงความรู้สึกทางบวกในชั่วระยะเวลาหนึ่ง หรือ สำหรับความสุขในระยะยาวก็ได้ บางครั้งอาจหมายถึง "บุคคลที่มีความสุข" ซึ่งโดยส่วนมากจะอ้างอิงถึงปัจเจกบุคคลที่มีความคงที่ของความรู้สึกที่มีความสุขที่ยาวนาน ไม่ใช่การมีสภาพทางบวกหรือมีความสุขแค่ชั่วคราว

Bradburn (1969) พบว่าความสุขเชิงอัตวิสัยเป็นมิติที่เป็นอิสระสำหรับความรู้สึกทางบวกและความรู้สึกทางลบ

Veenhoven (1994) ได้ให้คำจำกัดความ ความสุขเชิงอัตวิสัยว่าเป็น ความอ่อนไหวทางความรู้สึกและการประเมินค่าเกี่ยวกับการรู้คิดเกี่ยวกับชีวิตของบุคคลแต่ละคน รวมถึงการทำอะไรให้รู้สึกดี มีความต้องการอะไรที่คาดหวัง ความน่าปรารถนาอย่างไรที่ต้องการ ดังนั้นความสุขสามารถถือว่าเป็นลักษณะนิสัยถ้ามีองค์ประกอบหลัก 3 องค์ประกอบ คือ

1. ความคงที่ของชีวิตปัจจุบัน
2. มีความสม่ำเสมอข้ามสถานการณ์
3. ความเป็นเหตุเป็นผลภายใน

ความสำคัญของความสุขเชิงอัตวิสัย

Diener (2005) ได้กล่าวว่า ความสำคัญของความสุขขึ้นอยู่กับ การประเมินชีวิตของตนเอง ดังนั้นบุคคลจะมีความสุขหรือไม่ขึ้นอยู่กับ การประเมินชีวิตของบุคคลนั้น ๆ บุคคลทุกคนต้องการจะอยู่ในสังคมที่ดี มีชีวิตที่น่าปรารถนา แต่คนทุกคนไม่สามารถที่จะมีความสุขไปได้ในทุกอย่าง และจะไม่พอใจในทุกสิ่ง ดังนั้นความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) เป็นสิ่งที่สำคัญสำหรับ “สังคมที่ดี” กล่าวได้ว่า ความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) ที่สูงเป็นสิ่งที่สำคัญแต่ในความเป็นจริงนั้น มีอยู่ไม่เพียงพอสำหรับชีวิตที่ดีสำหรับทุกคน

ความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) นำไปสู่ผลลัพธ์ที่ดีอย่างมาก เช่น คนที่มีความสุข (คนที่มีความรู้สึกทางบวกโดยเฉลี่ยสูงในระยะเวลานาน) จะชอบเข้าสังคมและมีความสุข สร้างสรรค์มากกว่า มีอายุยืนกว่า ทำเงินได้มากกว่า และเป็นพนักงานที่ดีกว่าในที่ทำงาน สิ่งเหล่านี้เป็นเหตุผลที่กล่าวได้ว่าความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) ที่สูงเป็นสิ่งที่น่าปรารถนาอย่างยิ่ง

Diener (2005) เมื่อได้มีการสอบถามจากบุคคลทั่วไป ได้รับคำตอบว่าความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) เป็นสิ่งที่สำคัญมาก จากการสำรวจใน 11 ประเทศ พบว่านักศึกษาทั่วไปให้การจัดอันดับความสุขที่สูงกว่า รวมถึงให้ความพึงพอใจที่สูงกว่า มีเพียง 1 ประเทศที่นักศึกษาให้การจัดอันดับกับเงินมากกว่าความพึงพอใจในชีวิต และความสุขถูกจัดอันดับในฐานะที่สำคัญมากกว่าเงินในทุกประเทศ

ในประเทศตะวันตกพบว่าความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) โดยเฉพาะระดับของความรู้สึกทางบวกสูงก่อให้เกิดผลลัพธ์ที่ดี เช่น

1. คนที่มีความสุข โดยเฉลี่ยแล้วมีภูมิคุ้มกันที่แข็งแรงกว่า และเป็นส่วนหนึ่งของเหตุผลที่ทำให้มีชีวิตยืนยาว
2. คนที่มีความสุขจะมีความคิดสร้างสรรค์มากกว่า อย่างน้อยก็ในระดับห้องทดลอง
3. คนที่มีความสุขเป็นพนักงานที่ดีในที่ทำงาน มีแนวโน้มจะช่วยเหลือผู้อื่นมากกว่า ขาดงานน้อยลง
4. คนที่มีความสุขจะประสบความสำเร็จมากกว่า ได้รับเงินเดือนมากกว่า มีชีวิตสมรสที่ดี ได้รับงานจากการสัมภาษณ์มากกว่า
5. คนที่มีความสุขมีความสัมพันธ์ทางสังคมที่ดี ชอบการเข้าสังคมมากกว่า และผู้อื่นก็ชอบพวกเขามากกว่าเช่นกัน พวกเขาประสบความสำเร็จในตำแหน่งหัวหน้างาน
6. คนที่มีความสุขมีความสามารถในการจัดการกับสถานการณ์ที่ยากได้มากกว่า
7. คนที่มีความสุขชอบทั้งตัวเองและผู้อื่นมากกว่า และผู้อื่นก็ชอบพวกเขาด้วยเหมือนกัน พวกเขาช่วยเหลือกันอย่างมาก และเห็นประโยชน์ของผู้อื่นโดยเฉลี่ย
8. จากการทดลองทางจิตวิทยาได้แสดงให้เห็นว่าคนที่มีความสุขจะรับเรื่องที่ไม่ดีในความรู้สึกทางบวก โดยใช้ภาพในความคิด (stereotypes) มากกว่า และใช้เหตุผลน้อยลง รวมทั้งมีความลำเอียงในการพิจารณา

การวัดความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being)

Diener (2005) ได้กล่าวว่า การวัดความสุขเชิงอัตวิสัยที่เป็นสากล คือ การถามคนทั่วไปอย่างง่าย ๆ ว่าเขาพึงพอใจหรือมีความสุขหรือไม่ ในขณะที่เดียวกันมาตรวัดนี้ประสบกับปัญหาและข้อจำกัด ดังนั้น จึงได้มีการใช้ชุดของมาตรที่เพิ่มเติมขึ้นมาในการวัดความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) กับการประเมินเสริม คือ

1. บุคคลที่ให้ข้อมูล เช่น เพื่อนและครอบครัวของคุณพูดคุยเกี่ยวกับความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) ของคุณว่าอย่างไร
2. ประสิทธิภาพของกลุ่มตัวอย่าง เช่น คุณมีความสุขในชีวิตโดยรวมหรือไม่ โดยการถามที่เป็นการสุ่มช่วงเวลา เช่น เมื่อสัปดาห์ที่แล้วคุณมีความสุขหรือไม่ และเวลารวมทั้งหมด เช่น โดยรวมแล้วชีวิตคุณมีความสุขหรือไม่

3. การวัดความทรงจำ เช่น คุณสามารถเรียกความทรงจำในเหตุการณ์ที่ดีได้รวดเร็วเพียงใด (และเหตุการณ์ที่ไม่เลวนัก) ในช่วงเวลาที่ถูกกำหนด

4. การวัดโดยการสัมภาษณ์หรือการวัดเชิงคุณภาพ

ส่วนการวัดทางชีวภาพสำหรับความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) ในห้องทดลอง หรือการวัดที่สามารถมองเห็นได้อย่างเป็นรูปธรรม คือ

1. ความไม่สมส่วนของสมองส่วนหน้า
2. การบันทึกการหดตัวและคลายตัวของกล้ามเนื้อส่วนใบหน้าโดยใช้พลังงานไฟฟ้า
3. ระดับของน้ำตาลาย
4. การตอบสนองโดยการกระพริบตา

สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (2549) ได้นำแนวความคิดเรื่องความอยู่ดีมีสุขมาจากปรัชญาอินเดียของนายอมตยา เชน และการพัฒนาแบบองค์รวม โดยมีนิยาม ความอยู่ดีมีสุขของคนไทย คือ การมีสุขภาพอนามัยที่ดีทั้งร่างกายและจิตใจ มีความรู้ มีงานทำอย่างทั่วถึง มีรายได้ที่พอเพียงต่อการดำรงชีพ มีครอบครัวที่อบอุ่นมั่นคง อยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี และอยู่ภายใต้การบริหารจัดการที่ดีของภาครัฐ กล่าวได้ว่าความอยู่ดีมีสุขควรมีการชี้วัดจากบทบาทหน้าที่และความสามารถของผู้คน ดังนั้นการพิจารณาความอยู่ดีมีสุขของคนไทยควรมีองค์ประกอบ 7 ประการ ดังนี้

1. **สุขภาพ** สุขภาพที่ดีเป็นปัจจัยพื้นฐานที่ทำให้ผู้คนดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข ซึ่งตัวชี้วัดที่สำคัญจะครอบคลุมไปถึงสถานะทางสุขภาพของประชาชน อายุเฉลี่ย ความเจ็บป่วยของโรคที่สามารถป้องกันได้ การจัดหาหลักประกันสุขภาพถ้วนหน้า

2. **ความรู้** การศึกษาเป็นเครื่องมือที่จำเป็นในการเรียนรู้และพัฒนาสติปัญญาของคนไทย ตัวชี้วัดคืออัตราการรู้หนังสือ อายุเฉลี่ยในการเข้าโรงเรียน ผลสำเร็จในด้านการเรียน เป็นต้น

3. **ชีวิตการทำงาน** การทำงานเป็นทางแห่งการสร้างรายได้และการยอมรับทางสังคม ตัวชี้วัดคือ อัตราการว่างงาน ความมั่นคงของงาน สวัสดิการในการคุ้มครองยามเจ็บป่วยหรือประสบอุบัติเหตุ

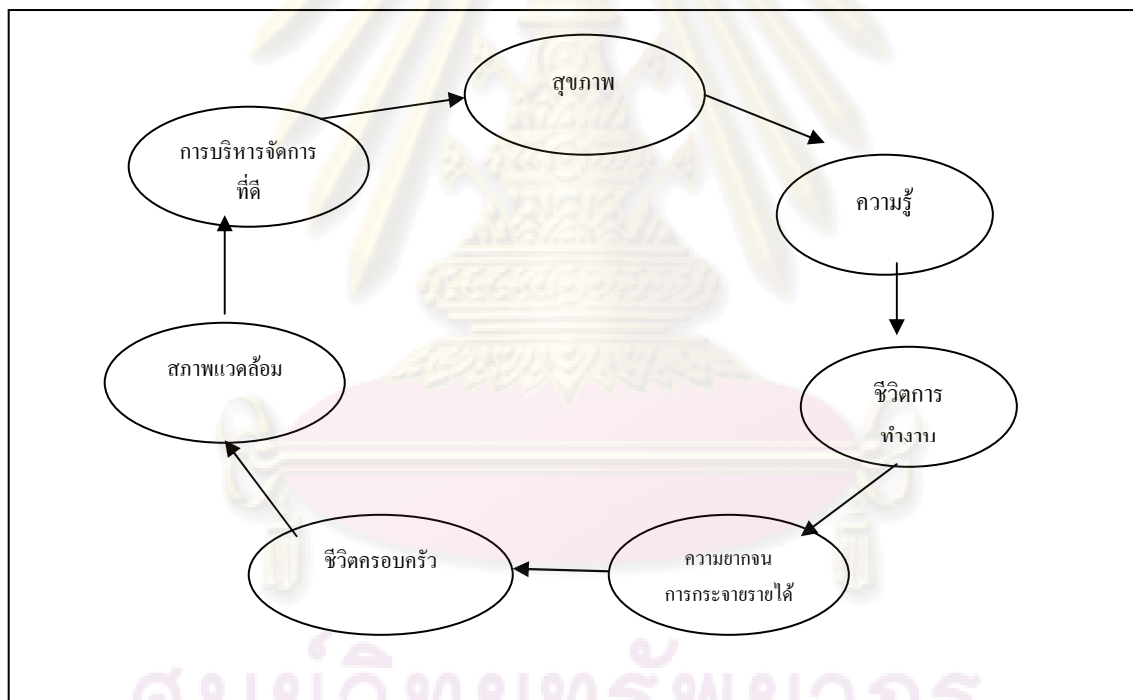
4. **ความยากจนและการกระจายรายได้** ความสำเร็จในการพัฒนาที่แท้จริงคือ การส่งเสริมการเติบโตทางเศรษฐกิจเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดี ควบคู่ไปกับการกระจายรายได้อย่างเท่าเทียม

กันในสังคม ตัวชี้วัดคือ สัดส่วนของประชากรที่อยู่เหนือเส้นความยากจน (Poverty Line) และ สัดส่วนของประชากรที่มีรายได้เพียงพอต่อปัจจัยพื้นฐานในการดำรงชีวิต

5. **ชีวิตครอบครัว** การมีครอบครัวที่มั่นคงจะส่งเสริมให้เกิดคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ตัวชี้วัดคือ ความสัมพันธ์ภายในครอบครัว ความไว้วางใจในครอบครัว เป็นต้น

6. **สภาพแวดล้อม** คนย่อมมีการปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม แต่ก็มีความแตกต่างกันระหว่างคนในเมืองกับคนในชนบท ตัวชี้วัดของสังคมเมืองคือ สัดส่วนของครัวเรือนที่มีน้ำประปาไหล และโครงสร้างพื้นฐานที่ได้รับ ขณะที่ตัวชี้วัดในชนบทคือ การเข้าถึงแหล่งน้ำ ป่าไม้ และทรัพยากรตามธรรมชาติต่าง ๆ

7. **การบริหารจัดการที่ดี** ประชาชนในสังคมต้องการรัฐบาลที่ดี ตัวชี้วัดคือ ความยุติธรรม สิทธิมนุษยชน ความเป็นอิสระทางการเมือง การกระจายอำนาจ



ภาพที่ 1 องค์ประกอบความอยู่ดีมีสุข ของสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ

ผลจากการสำรวจที่ผ่านมาได้มีการแสดงให้เห็นว่าคนในบางสังคมพูดว่าตนเองมีความสุขมากกว่าและมีความพึงพอใจมากกว่าในสังคมอื่น เช่น ในงานของ Diener และ Diener (1995) รายงานความสัมพันธ์ที่เข้มแข็งระหว่างประเทศที่มั่งคั่ง และความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) ซึ่งได้ผลการรายงานมาจากประชากรเหล่านั้น ดังนั้นบทสรุปสำหรับความสุขของสังคมพื้นฐานในมาตรวัดการสำรวจความสุขที่มีขอบเขตในการศึกษาความสุขโดยรวม ได้มีการแนะนำว่าความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) มีความแตกต่างกันในแต่ละประเทศ อีกเหตุผลหนึ่งที่ทำให้แต่ละประเทศมีความสุขเชิงอัตวิสัยแตกต่างกัน คือ บรรทัดฐานที่พวกเขาติดต่อความรู้สึก ความรู้สึก เช่น ชาวลาตินมีความเชื่อว่าความรู้สึกทางบวกเป็นสิ่งที่ดี และความรู้สึกทางลบเป็นสิ่งที่เลว แต่สำหรับประเทศที่นับถือลัทธิขงจื้อ เช่น เกาหลี จีน และญี่ปุ่นมีความเชื่อว่าความรู้สึกทางลบดีพอ ๆ กับความรู้สึกทางบวก ดังนั้นไม่มีองค์ประกอบด้านใดด้านหนึ่งที่มีความสัมพันธ์ในระดับสูงกับความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) และความสุข และพบว่าประเทศเหล่านี้มีความแตกต่างในความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) แต่ถ้าเพิ่มการควบคุมด้านรายได้ ประเทศแถบลาตินมีความสุขมากกว่าเมื่อเปรียบเทียบกับการที่ไม่ได้ควบคุมด้านรายได้ และประเทศแถบริมมหาสมุทรแปซิฟิกเป็นประเทศที่มีความสุขน้อยกว่า ดังนั้นมีอิทธิพลพื้นฐาน 2 ด้านในการตัดสินความสุขของบุคคลในแต่ละชาติ คือ ความมั่งคั่งของแต่ละชาติ เช่น สิทธิมนุษยชน ความเท่าเทียม และอิสระ และบรรทัดฐานที่ควบคุมความน่าปรารถนาของความรู้สึกทางบวก

Diener และ Diener (1995) ได้กล่าวว่าเมื่อมีการวัดความมั่งคั่งภายในประเทศ คนที่มีความมั่งคั่งมากกว่าจะมีความสุขมากกว่าค่าเฉลี่ยเพียงเล็กน้อย แต่อิทธิพลของเงินต่อความสุขโดยทั่วไปมีไม่มากนัก มีความเป็นไปได้ว่าความยากจนทำให้บุคคลไม่มีความสุขมากกว่าความมั่งคั่งที่ทำให้บุคคลมีความสุข ถึงแม้ว่าความยากจนจะมีอิทธิพลไม่มากแต่มีอิทธิพลกับบุคคลที่อาศัยอยู่ในชาติที่มีความมั่งคั่งเพราะแสดงระดับความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) ที่สูงกว่าประเทศที่ยากจนกว่า และจากการศึกษายังพบว่าบุคคลที่มีค่านิยมทางวัตถุสูงจะมีความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) ที่ต่ำกว่าบุคคลที่ไม่มีค่านิยมทางวัตถุ

จากงานวิจัยของ Lu และ Shih (1997) ได้ศึกษาพบปัจจัยความสุขของคนในชุมชน Kaohsiung ในประเทศไต้หวัน และคนในประเทศตะวันตกที่แสดงตนว่าเป็นคนตะวันออกและคนที่

ถูกเปรียบเทียบ พบว่ามีปัจจัยหลัก ๆ ของความสุข อยู่ 9 ปัจจัย จากการรายงานทั้งหมด 180 เรื่อง ที่เป็นเหตุของความสุขนั้นคือ

1. ความพึงพอใจสำหรับความต้องการความเคารพนับถือ
2. ความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างบุคคล
3. ความพึงพอใจในความต้องการทางวัตถุ
4. ความสำเร็จในการทำงาน
5. ความรู้สึกสบาย ๆ ในชีวิต
6. ความยินดีกับเรื่องของผู้อื่น
7. การควบคุมตนเองและการบรรลุศักยภาพของตน
8. ความยินดีและความรู้สึกทางบวก
9. สุขภาพร่างกาย

Diener (2005) กล่าวว่าปัจจัยที่เป็นสาเหตุและผลของความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) มีดังนี้

1. องค์ประกอบของความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) บางด้านสามารถหาความตรง (validity) ขององค์ประกอบนั้นได้เลย
2. ความรู้สึกเป็นตัวทำนายที่สำคัญสำหรับความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) ของบุคคล แต่เงื่อนไขก็มีความสำคัญเหมือนกัน บางเงื่อนไขมีอิทธิพลระยะยาวต่อความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) เช่น การว่างงาน การอาศัยอยู่ในประเทศยากจน และหลาย ๆ สถานการณ์สามารถมีอิทธิพลต่อความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) ในระยะเวลาด้านสั้น
3. วัฒนธรรมสามารถทำให้เกิดความแตกต่างในความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) บางวัฒนธรรมมีระดับของความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) สูงกว่าวัฒนธรรมอื่น เหตุผลหนึ่งเนื่องจากในบางสังคมให้ความสำคัญต่อคุณค่าทางวัฒนธรรมมากกว่าสังคมอื่น
4. บุคคลในสังคมที่ไม่มั่นคงและยากจนมีระดับของความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) ที่ต่ำกว่า
5. บุคคลที่มีความสุขอย่างมากพบว่า เป็นบุคคลที่มีเพื่อนดี

6. โดยเฉลี่ยบุคคลส่วนใหญ่มีความสุขอย่างเล็กน้อย แต่ทุกคนมีสภาวะทางความรู้สึกสูง และต่ำ ไม่มีใครที่มีความสุขตลอดเวลา แม้แต่บุคคลที่มีความสุขมากที่สุดในบางครั้งก็มีความสุข

7. ความรู้สึกทางบวกและทางลบที่เป็นอิสระ ดังนั้นบุคคลหนึ่งสามารถมีความรู้สึกทางบวกจำนวนมาก และอาจมีความรู้สึกทางลบในระดับต่ำ ในทำนองเดียวกันบุคคลที่มีความรู้สึกทางลบสูงเป็นไปได้ที่จะเป็นความรู้สึกทางบวกสูง ดังนั้นความสุข (happiness) ไม่สามารถที่จะเข้าใจได้ง่ายในมิติด้านใดด้านหนึ่ง แต่ต้องศึกษาหลาย ๆ มิติร่วมกัน

8. มีหลายปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) จึงไม่สามารถระบุได้ว่าปัจจัยใดที่ทำให้ความสุขเชิงอัตวิสัยคงอยู่ตลอดไป ขึ้นอยู่กับเงื่อนไขในแต่ละสถานการณ์

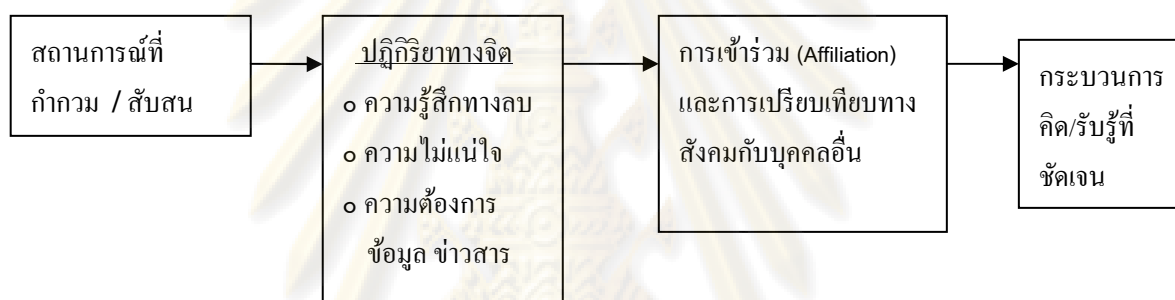
9. ค่าเฉลี่ยของความรู้สึกทางบวกที่สูงไม่ใช่สิ่งที่ไม่ดี เนื่องจากว่ามีผลของความน่าปรารถนา รวมอยู่ด้วย นอกจากนั้นความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) ที่สูงสามารถเกิดจากค่านิยมซึ่งบุคคลเก็บไว้ในใจ และไม่ใช่ความสุขนิยมพื้นฐาน

10. ความเข้มข้นของความรู้สึกเป็นอิสระจากความสุข

ทฤษฎีการเปรียบเทียบทางสังคม (A Theory of Social Comparison)

Festinger (1954) กล่าวว่า การเปรียบเทียบทางสังคม คือ การที่บุคคลมองหาบุคคลอื่น เพราะว่าพวกเขาต้องการข้อมูลเกี่ยวกับตัวของพวกเขาเอง และสภาพแวดล้อม เขาเชื่อว่าการเปรียบเทียบทางสังคมเป็นแนวทางที่ใช้เพื่อตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูลอยู่เสมอ สำหรับเหตุผลอื่น ๆ ในการเปรียบเทียบทางสังคมของบุคคลก็เพื่อประเมินคุณภาพ ประสิทธิภาพของตนเอง การตั้งเป้าหมายในส่วนบุคคล การช่วยเหลือบุคคลอื่นเพื่อให้ตนเองนั้นพบว่าตนเองนั้นเหนือกว่าบุคคลอื่นรอบ ๆ ตัว ทฤษฎีการเปรียบเทียบทางสังคม นั้นเป็นการศึกษาเปรียบเทียบทัศนคติและความสามารถของบุคคลเกี่ยวกับเกณฑ์มาตรฐานของสังคม แนวคิดของทฤษฎี คือ พฤติกรรมของบุคคลเกิดจากความต้องการที่จะเปรียบเทียบทัศนคติและความสามารถของตนว่าเหมาะสมหรือถูกต้องหรือไม่ ผลของการเปรียบเทียบทัศนคติและความสามารถกับบุคคลอื่นจะทำให้บุคคลเปลี่ยนพฤติกรรมให้ใกล้เคียงกับบุคคลอื่น ๆ ในกลุ่มที่ใกล้ชิด มีข้อแตกต่างคือ เมื่อมีการเปรียบเทียบทัศนคติของตนเองกับบุคคลอื่นแล้ว ผลของการเปรียบเทียบจะทำให้บุคคลนั้นมีทัศนคติเปลี่ยนแปลงไปได้ทั้งใน

ทางบวกและทางลบ ส่วนการเปรียบเทียบความสามารถตนเองกับบุคคลอื่นในสังคม ผลของการเปรียบเทียบจะทำให้บุคคลนั้นปรับตัวให้มีความสามารถเพิ่มขึ้น เพราะว่าถ้ามีความสามารถสูงมากเพียงใด ก็จะได้รับการประเมินว่ามีความเหมาะสมมากเท่านั้น การเลือกบุคคลที่จะเปรียบเทียบกับด้วยนั้น บุคคลมักจะเลือกเปรียบเทียบกับบุคคลใกล้เคียง โดยเฉพาะคนที่มีทัศนคติและความสามารถที่ใกล้เคียงกัน บุคคลจะไม่ชอบสถานการณ์ที่บุคคลอื่น ๆ มีทัศนคติและความสามารถแตกต่างกันกับตน หรือก็คือ บุคคลจะถูกดึงดูไปยังกลุ่มหรือบุคคลที่มีทัศนคติเหมือนกับตนและมีแนวโน้มที่จะหลบออกจากกลุ่มที่มีทัศนคติและความสามารถแตกต่างกัน สมาชิกในกลุ่มจะไม่ต้องการที่จะเปรียบเทียบทัศนคติและความสามารถของตนกับบุคคลในกลุ่ม และจะแยกตัวออกจากกลุ่ม



ภาพที่ 2 สรุปแนวคิดการเปรียบเทียบทางสังคมของ Festinger (1954) เรื่องการตอบสนองของบุคคลในสถานการณ์ที่ไม่แน่ใจและสับสน (Forsyth, 2006)

แนวคิดของทฤษฎีการเปรียบเทียบทางสังคมของ Festinger (1954) มีสมมติฐาน ดังนี้

- สมมติฐานที่ 1** มนุษย์มีระบบสำหรับการประเมินทัศนคติและความสามารถของตนเอง
- สมมติฐานที่ 2** บุคคลประเมินทัศนคติและความสามารถของตนเองโดยการเปรียบเทียบกับทัศนคติและความสามารถของผู้อื่น
- สมมติฐานที่ 3** เมื่อมีความแตกต่างระหว่างทัศนคติหรือความสามารถ บุคคลจะมีแนวโน้มที่จะเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นลดลง หรือเพิ่มมากขึ้น
- สมมติฐานที่ 4** ในกรณีของความสามารถถ้าเป็นไปในทิศทางเดียวกัน จะทำให้ทัศนคติลดลงไปอย่างมาก

สมมติฐานที่ 5 เมื่อมีการควบคุมในแนวทางอื่น ๆ ที่ไม่ใช่การควบคุมทางสังคม ซึ่งเปลี่ยนแปลงความสามารถไม่ได้ หรือเปลี่ยนแปลงความสามารถได้ยาก จะทำให้ทัศนยะลดลงไปอย่างมาก

สมมติฐานที่ 6 เมื่อไม่มีการเปรียบเทียบกับบุคคลอื่นชั่วขณะจะทำความรู้สึกไม่เป็นมิตรลดลง

สมมติฐานที่ 7 ปัจจัยใด ๆ ที่เพิ่มความสำคัญของกลุ่มโดยเฉพาะในการเปรียบเทียบด้านทัศนยะหรือความสามารถจะเพิ่มความกดดันไปที่ความสามารถหรือทัศนยะที่เหมือนกันภายในกลุ่ม

สมมติฐานที่ 8 บุคคลผู้ที่มีทัศนยะหรือความสามารถในการรับรู้ความแตกต่างของตนเองซึ่งมีความคล่องจงในการอนุมานสาเหตุ และมีแนวโน้มเปรียบเทียบน้อยลงเป็นสิ่งที่มีความสำคัญมาก

สมมติฐานที่ 9 ความสัมพันธ์ภายในกลุ่มที่เข้มแข็งก่อให้เกิดความกดดันต่อทัศนยะ และความสามารถของบุคคลภายในกลุ่ม ทำให้คนในกลุ่มมีความคล้ายคลึงกัน ถ้าบุคคลใดมีรูปแบบความประพฤติแตกต่างจากกลุ่ม ก็มีแนวโน้มที่จะเปลี่ยนสถานะมาเหมือนกับกลุ่ม

ประเภทของการเปรียบเทียบทางสังคม

Forsyth (2006) ได้แบ่งประเภทของการเปรียบเทียบทางสังคมออกเป็น 4 ประเภทดังต่อไปนี้

1. คนที่มีความทุกข์ต้องได้รับการรับรู้หรือปลอบโยนจากบุคคลอื่น (Misery loves company)

การเปรียบเทียบทางสังคมได้อธิบายว่าบุคคลที่ไม่มีความสุขอาจจะเข้าร่วมกับบุคคลอื่นเพื่อขอ หรือหาข้อมูลโดยการเปรียบเทียบมุมมองของตนเองกับมุมมองของผู้อื่นที่ไม่มีความสุขเหมือนกับตนเอง เพื่อกำหนดมุมมองของตนเองที่ถูกต้อง เทียบตรง หรือเหมาะสม

2. คนที่มีความทุกข์จะหาเพื่อน หรือกลุ่มที่มีความทุกข์เหมือนกับตนเอง (Misery loves miserable company)

การเปรียบเทียบทางสังคมได้อธิบายว่าบุคคลจะเปรียบเทียบกับบุคคลที่เหมือนกับตนเองมากกว่าบุคคลที่ไม่เหมือนกับตนเอง โดยก่อนที่จะไปเข้ากลุ่มกับผู้อื่นจะต้องมีการหาข้อมูลจากการเปรียบเทียบทางสังคม ซึ่งบุคคลนั้นจะให้ความสนใจในข้อมูลที่ช่วยให้เกิดความกระจ่างและร่วมประสบการณ์กับบุคคลที่มีประสบการณ์เหมือนกับตนเอง หรือการที่บุคคลนั้นมีปัญหาเหมือนกับตนเอง โดยเฉพาะอย่างยิ่งเหตุการณ์นั้นเป็นเหตุการณ์ที่ค่อนข้างอันตราย ทำให้บุคคลผู้นั้นพุดคุย

อย่างเปิดเผยกับผู้ร่วมประสบการณ์เดียวกันมากกว่าบุคคลอื่นที่ไม่ได้มีประสบการณ์ร่วมกัน เพราะดีกว่าการที่ต้องอยู่คนเดียวโดยไม่ทราบข้อมูล

3. คนที่มีความทุกข์จากความอายจะหลีกเลี่ยงการพบกับเพื่อน หรือกลุ่มคน (Embarrassed misery avoids company)

การเปรียบเทียบทางสังคมได้อธิบายว่าบุคคลที่มีความอายจะหลีกเลี่ยงการพบกับเพื่อน หรือการไม่ยอมเข้าร่วมกลุ่มเพราะกลัวความอับอาย มากกว่าการกลัวอันตราย คนที่อายจะสับสน กระวนกระวายใจ มีความรู้สึกกลัว ไม่มั่นใจ ไม่กล้าที่จะไปพูดคุยกับบุคคลอื่น ทำให้ไม่ยอมอยู่กับผู้อื่นจึงเลือกการแยกตัวออกจากกลุ่ม โดยอาจจะเลือกทำกิจกรรมที่สามารถทำคนเดียวได้ เช่น การแยกตนไปอ่านหนังสือ เป็นต้น

4. คนที่มีความทุกข์ ในบางครั้งอาจจะคบกับเพื่อนหรือกลุ่มคนที่มีความทุกข์ มากกว่าตนเอง (Misery loves more miserable company sometimes)

การเปรียบเทียบทางสังคมในด้านนี้สามารถแบ่งการเปรียบเทียบได้เป็น 2 ประเภท คือ

4.1 การเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า (downward social comparison)

4.2 การเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (upward social comparison)

การเปรียบเทียบทางสังคมได้เสนอว่าบุคคลจะเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเอง หรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ ในหลาย ๆ กรณีบุคคลชอบที่จะเปรียบเทียบกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า (downward social comparison) ตนเอง มากกว่าการเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (upward social comparison) เพราะว่าการเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่าตน ทำให้บุคคลที่เปรียบเทียบกับนั้นรู้สึกดีกว่าบุคคลอื่นที่ตนไปเปรียบเทียบกับ ซึ่งในทางตรงกันข้าม ถ้าเปรียบเทียบกับตนเองกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่าตนเอง อาจจะมีรู้สึกล้มเหลว หรือด้อยกว่าบุคคลอื่น แต่ในบางครั้งการเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า ก็ทำให้เกิดแรงบันดาลใจและความหวัง เมื่อบุคคลนั้นอยู่ในกลุ่มเดียวกันกับตนเอง เป็นพวกเดียวกับตน (Forsyth, 2006)

เมื่อพิจารณาจากทฤษฎีการเปรียบเทียบทางสังคมที่ผ่านมานั้น จะเห็นได้ว่าสังคมหรือกลุ่มบุคคลนั้นมีความสำคัญกับมนุษย์มาก เพราะเป็นเสมือนที่พึ่งทางจิตใจของมนุษย์และยังเป็นแหล่งอ้างอิงทางความคิดทางการกระทำด้วย ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมว่า การเปรียบเทียบทางสังคมนั้นนำมาซึ่งความสุขที่เพิ่มมากขึ้น และความสุขที่ลดน้อยลง ขึ้นอยู่กับว่าบุคคลนั้นเปรียบเทียบกับตนเองกับบุคคลใด ถ้าไปเปรียบเทียบกับบุคคลที่มีความสามารถมากกว่า หรือมีรายได้มากกว่าตน ก็จะมีความสุขลดลง แต่ถ้าไปเปรียบเทียบกับคนที่ไม่ประสบความสำเร็จ และมีรายได้น้อยกว่าตน ก็จะมีความสุขเพิ่มมากขึ้น แต่ถ้าอยู่ในกลุ่มที่ไม่มีความแตกต่างในเรื่องความสามารถ การเข้าถึงทรัพยากร และการประสบความสำเร็จ ความสุขที่มีก็จะไม่แตกต่างจากเดิมที่มีอยู่ เพราะว่าทุกคนเท่าเทียมกัน จึงไม่มีการเปรียบเทียบทางสังคมให้เห็นถึงช่องว่าง และความแตกต่าง (Forsyth, 2006)

การเปรียบเทียบทางสังคมและความสุขเชิงอัตวิสัย (Social comparison, happiness and well-being)

Wood, Rhodes, และ Whelan (1989) กล่าวว่า การนับถือตนเองส่วนมากเกิดจากการเปรียบเทียบ แนวทางหนึ่งคือการกำหนดมาตรฐานของสิ่งที่ต้องการเปรียบเทียบว่าอะไรที่ตนเองต้องการจะเป็นเหมือนสิ่งที่ตนต้องการเปรียบเทียบ งานวิจัยส่วนใหญ่ของการเปรียบเทียบทางสังคมศึกษาความแตกต่างระหว่างตัวตนที่แท้จริง (เช่น การอนุমানสาเหตุของตนในปัจจุบัน) และตัวตนในอุดมคติ (เช่น การอนุমানสาเหตุที่ตนคิดว่าจะจะเป็น) การศึกษาหลาย ๆ งานพบว่ามีความขัดแย้งลดลงระหว่างความคิดของตัวตนจริงและตัวตนในอุดมคติ การนับถือตนเองในทางบวกที่มากกว่าและความรู้สึกที่มีความสุขที่สูงกว่า จากการศึกษาที่ผ่านมา พบว่าความขัดแย้งระหว่างตนเองที่เป็นจริงและตัวเองในอุดมคติที่มากขึ้น มีการประเมินตนเองทางลบที่มากกว่าและมีความสุขที่ต่ำกว่า

แนวทางที่ 2 คือการเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่น ในการเปรียบเทียบนี้ผู้วิจัยถามว่าถ้าบุคคลอื่นมีความสุขมากกว่า มีความพึงพอใจมากกว่า มีพรสวรรค์มากกว่า หรือประสบความสำเร็จมากกว่าตน รูปแบบของการเปรียบเทียบทางสังคมเหล่านี้ในความจริง คือ แนวทางหนึ่งที่นักวิจัยใช้ประเมินตนเองเมื่อเป็นการเปรียบเทียบตนเองกับผู้อื่น แบ่งคำตอบออกเป็น 1) คล้ายคลึงกับตน (เช่น การเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลที่มีสถานะเท่ากับตน)

2) บุคคลที่เรามองเขาในฐานะที่เขาดีกว่าตนในบางมิติ (เช่น การเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลที่มีสถานะสูงกว่าเขา) หรือ 3) บุคคลที่มองเขาในฐานะการมีโชคดีน้อยกว่าตน (เช่น การเปรียบเทียบทางสังคมที่มีสถานะต่ำกว่าตน) จากการศึกษามากมาย งานพบว่าบุคคลที่มีการรายงานไว้ในช่วงเวลาปัจจุบันมีความสุขมากกว่า จะมีความโน้มเอียงที่จะใช้การเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า (downward social comparison) ตนในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเอง หรือเรื่องที่ทำให้ตนเองให้ความสนใจ บ่อยครั้งกว่าใช้การเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (upward social comparison) ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเอง หรือเรื่องที่ทำให้ตนเองสนใจ เช่น บุคคลทั่วไปรู้ว่าดารามีความดึงดูดใจมากกว่าคนทั่วไป แต่บุคคลทั่วไปก็รายงานความสุขที่มากกว่า อาจจะเป็นเพราะว่าบุคคลทั่วไปไม่ได้ใช้ดารานางแบบเป็นมาตรฐานในการเปรียบเทียบทางสังคม ในความเป็นจริง ความเป็นสุขของบุคคลที่มีความสุขนั้นจะมีพื้นฐานจากการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า (downward social comparison) ตนในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเอง หรือเรื่องที่ทำให้ตนเองให้ความสนใจ คนที่มีคะแนนมาตรการรายงานตนเองเรื่องความสุขสูงกว่าเป็นเพราะบุคคลเหล่านี้มีการเลือกในการเปรียบเทียบทางสังคมมากกว่า บุคคลเหล่านี้สามารถเลือกว่าการเปรียบเทียบชนิดใดของตนเองกับบุคคลอื่นจะช่วยให้ความรู้สึกของพวกเขายังคงมีความสุขและจะช่วยให้ความสัมพันธ์ทางสังคมทางบวกยังคงอยู่ต่อไปด้วย ในด้านความรู้สึกนั้นบุคคลจะใช้การเปรียบเทียบทางสังคมสำหรับสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อตัวเอง ซึ่งข้อค้นพบเหล่านี้มีความซับซ้อนเล็กน้อยที่ว่าบางด้านของความสุขในบางครั้งจะสัมพันธ์กับการที่บุคคลมองตัวเองในฐานะการที่มีโชคมากกว่าคนอื่น

การเพิ่มคุณค่าในตนเอง: สูงกว่าหรือต่ำกว่า (Self-enhancement: Upward or Downward)

ในทศวรรษ 1980 และ 1990 Wood และคณะ (1989) พบว่าการเปรียบเทียบกับความไม่คล้ายคลึงกันด้านอื่น บางครั้งเป็นการเพิ่มคุณค่าหรือการป้องกันความสุขเชิงอัตวิสัย ดังนั้นความพึงพอใจของแรงกระตุ้นการเพิ่มคุณค่าในตนเอง (self-enhancement motive) และอิทธิพลของทฤษฎีการเปรียบเทียบที่ต่ำกว่า (downward comparison) ได้เสนอว่า ลำดับแรก แม้ว่าการสำรวจความสัมพันธ์และการศึกษาการสัมผัสสลับสนับสนุนแนวคิดว่าการคุกคามในปัจจุบันบุคคลสนับสนุนความสุขเชิงอัตวิสัย ผ่านการเปรียบเทียบที่ต่ำกว่า หลักฐานในการทดลองระหว่างเปรียบเทียบสูง

กว่าและต่ำกว่าได้ผลไม่คงที่และบ่อยครั้งที่การศึกษานั้นล้มเหลวสำหรับการรวมอยู่ในกลุ่มควบคุมที่ไม่มีการเปลี่ยนแปลง ภายนอกเงื่อนไขพื้นฐานเป็นไปได้ที่จะตัดสินว่าการเปรียบเทียบที่เหนือกว่าลดความสุขลงหรือการเปรียบเทียบที่ต่ำกว่าเพิ่มความสุข

ลำดับสอง การศึกษาที่เกิดขึ้นมาเองจากการเปรียบเทียบทางสังคมในชีวิตประจำวันทั่วไปพบว่าบุคคลทำการเปรียบเทียบที่ต่ำกว่าเมื่อพวกเขามีความสุข มากกว่าเมื่อไม่มีความสุข ที่เพิ่มเติมขึ้นมาคือ การนับถือตนเองสูงทำนายการเปรียบเทียบที่ต่ำกว่าได้มากกว่าการนับถือตนเองต่ำ ซึ่งผลลัพธ์มีความคงที่กับทฤษฎีความรู้สึกที่แสดงออก-การรู้คิด (affect-cognition) ในลักษณะเฉพาะของความรู้สึกที่แสดงออกที่เท่ากันเกี่ยวกับตนเอง

ลำดับสาม จากงานวิจัยแสดงให้เห็นว่าเจตนาของบุคคลเปรียบเทียบพวกเขาเองกับผู้อื่นที่เหนือกว่าและการเปรียบเทียบสามารถทำทัศนคติของตนเองให้เป็นบวกมากกว่า เป็นเพราะบุคคลต้องการและเชื่อว่าพวกเขามีลักษณะทางบวก ดังนั้นพวกเขาจะรู้ถึงความคล้ายคลึงในเป้าหมายที่เหนือกว่าตนเอง

Wood และคณะ (1989) เสนอว่ามีแรงกระตุ้นการปรับปรุงตนเอง การเปรียบเทียบที่เหนือกว่ากับรูปแบบบทบาทที่เหนือกว่าสามารถหาความหวังและแรงบันดาลใจ แม้ว่าการปรับปรุงตนเองจะเป็นการพิจารณาในแรงกระตุ้นที่แตกต่างกัน 3 ด้าน ที่เพิ่มเติมสำหรับการประเมินตนเองและการเพิ่มคุณค่าในตนเองเป็นที่โต้แย้งได้บางที่มันเปลี่ยนไปสำหรับการเพิ่มคุณค่าในตนเองโดยแรงบันดาลใจของความสำเร็จของเป้าหมายที่สูงกว่า ไม่เพียงแต่การเปรียบเทียบเหนือกว่าที่ก่อให้เกิดการประเมินทางบวก แต่การเปรียบเทียบที่ต่ำกว่าก็สามารถก่อให้เกิดการประเมินทางลบ ดังนั้นมีความชัดเจนว่าผลของความรู้สึกในการเปรียบเทียบจะไม่ถูกพิจารณาโดยทิศทางของการเปรียบเทียบ นั่นเป็นการแสดงให้เห็นถึงคนที่มิใช่คนน้อยกว่าตัวเองสามารถนำไปสู่การประเมินทางบวกและทางลบ

งานวิจัยของ Hagerty (2000) พบการกระจายรายได้ของชุมชนตามธรรมชาติและผลของความสุขของชาติ จากการทำนายโดยทฤษฎีการเปรียบเทียบทางสังคม การศึกษาที่ 1 กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ใหญ่ในอเมริกา และมากกว่า 7,000 คน มากกว่า 300 ชุมชน ผลการศึกษาได้แสดงให้เห็นถึงรายได้สัมบูรณ์มีอิทธิพลมากที่สุดในความสุข ที่พบเพิ่มเติมคือ พิสัยสำหรับปัจเจกบุคคลกับรายได้ ชุมชนกับรายได้สูงสุดที่มากกว่า และความเบ้ที่น้อยกว่า ผลลัพธ์ที่ออกมาคือการลดลงของความสุข ในทางตรงกันข้ามค่าเฉลี่ยของรายได้ชุมชนไม่มีผลกับความสุขเพราะค่าเฉลี่ยของรายได้ที่

สูงกว่านั้นมีการปะปนอยู่ในชุมชนเหล่านี้กับรายได้สูงสุดและความแบ่ที่มากกว่า นี่เป็นคำอธิบายว่าทำไมการศึกษาก่อนหน้านี้ที่วัดค่าเฉลี่ยของรายได้ชุมชนไม่พบอิทธิพลจากการเปรียบเทียบทางสังคม

การศึกษาที่ 2 ได้รวมความสุขประชาชาติทั้งหมดมาตรวจสอบทั้งหมด 8 ชาติ คือ อเมริกา อังกฤษ เนเธอร์แลนด์ ฝรั่งเศส เยอรมันนี อิตาลี เดนมาร์ก ญี่ปุ่น ใช้ระยะเวลาศึกษามากกว่า 25 ปี ซึ่งความแบ่ของการกระจายรายได้ภายในชาติได้ถูกพบว่ามีผลกับความสุขประชาชาติในการทำนายโดยตรง สำหรับความสุขโดยรวม ความแบ่ที่สูงกว่าเกี่ยวข้องกับความสุขที่น้อยกว่า มีความคงที่กับทฤษฎีระยะ-ความถี่

จากงานวิจัยนี้มีข้อควรระมัดระวังในการอธิบายคือการวิจัยนี้ไม่มีการสำรวจโดยตรงในการวัดบุคคลกับการเปรียบเทียบกลุ่ม ดังนั้นการเปรียบเทียบทางสังคมเป็นการอนุมานพื้นฐานจากอิทธิพลของการกระจายรายได้ของชุมชนบนความสุข เพื่อการศึกษาที่ดีกว่าควรจะต้องรายงานของผู้ตอบออกมา โดยการรายงานของกลุ่ม ที่พวกเขาได้ใช้เปรียบเทียบจริง ๆ โดยใช้รายงานนี้ในฐานะตัวแปรกลาง ปัญหาที่สัมพันธ์กันคือทฤษฎีระยะ-ความถี่ไม่มีความโดดเด่นบนการจัดสรรการเปรียบเทียบกลุ่ม ปัจเจกบุคคลเปรียบเทียบรายได้ของพวกเขากับปัจเจกบุคคลอื่นในครอบครัวหรือกับครอบครัวอื่นในช่วงถนนเดียวกับพวกเขา ในเมืองของเขา หรือในประเทศของเขา ในการศึกษาชิ้นนี้ ได้สันนิษฐานว่าคนเปรียบเทียบรายได้ของเขาที่ครอบครัวของเขาเอง แต่ไม่ได้เปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่น โดยบุคคลอื่นจะถูกจำกัดความในฐานะสภาพแวดล้อมแทน

การพัฒนาสมมติฐานการวิจัย

จากการทบทวนแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อสร้างเป็นสมมติฐานในการวิจัยได้ดังต่อไปนี้

การเปรียบเทียบทางสังคมของ Forsyth (2006) ได้เสนอว่าบุคคลจะเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเองหรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ ในหลาย ๆ กรณีบุคคลชอบที่จะเปรียบเทียบกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า (downward social comparison) ตมมากกว่าการเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (upward social comparison) เพราะว่าการเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่าตน ทำให้

บุคคลที่เปรียบเทียบนั้นรู้สึกดีกว่าบุคคลอื่นที่ตนไปเปรียบเทียบกับ ซึ่งในทางตรงกันข้าม ถ้าเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า ตนเองอาจจะรู้สึกล้มเหลว หรือด้อยกว่าบุคคลอื่น แต่ในบางครั้งการเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า ก็ทำให้เกิดแรงบันดาลใจและความหวัง เมื่อบุคคลนั้นอยู่ในกลุ่มเดียวกันกับตน เป็นพวกเดียวกับตน

การเปรียบเทียบพวกตนเองกับบุคคลอื่น ในการเปรียบเทียบนี้ผู้วิจัยถามว่าถ้าบุคคลอื่นดูมีความสุขมากกว่า มีความพึงพอใจมากกว่า มีพรสวรรค์มากกว่า หรือประสบความสำเร็จมากกว่าตน รูปแบบของการเปรียบเทียบทางสังคมเพื่อให้ผู้เข้าร่วมการทดลองประเมินตนเองเมื่อเป็นการเปรียบเทียบตัวเองกับผู้อื่น ซึ่งอาจเป็นการเปรียบเทียบกับบุคคลที่คล้ายคลึงกับตน การเปรียบเทียบกับบุคคลที่ดีกว่าตน หรือการเปรียบเทียบกับบุคคลที่มีสถานะต่ำกว่าตน ซึ่งการเปรียบเทียบเหล่านี้เป็นทางเลือกสำหรับแต่ละบุคคลที่สัมพันธ์กับความสุข

Wood และคณะ (1989) กล่าวว่าจากการศึกษาหลาย ๆ งานพบว่าบุคคลที่มีการรายงานในช่วงเวลาปัจจุบันมีความสุขมากกว่า จะมีความโน้มเอียงที่จะใช้การเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า (downward social comparison) ตนในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเอง หรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ บ่อยครั้งกว่าใช้การเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (upward social comparison) ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเอง หรือเรื่องที่ทำให้ความสนใจ ตัวอย่าง เช่น บุคคลทั่วไปรู้ว่าดารามีความตั้งใจมากกว่าคนทั่วไป แต่บุคคลทั่วไปก็รายงานความสุขที่มากกว่า อาจจะเป็นเพราะว่าบุคคลทั่วไปไม่ได้ใช้ดารานางแบบเป็นมาตรฐานในการเปรียบเทียบทางสังคม ในความเป็นจริง ความเป็นสุขของบุคคลที่มีความสุขนั้นจะมีพื้นฐานจากการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า (downward social comparison) ตนในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเอง หรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ

งานวิจัยของ Hagerty (2000) พบการกระจายรายได้ของชุมชนและความสุขของคนในชาติจากการทำนายโดยทฤษฎีการเปรียบเทียบทางสังคม การศึกษา กลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้ใหญ่ในอเมริกา มากกว่า 7,000 คน และมากกว่า 300 ชุมชน ผลการศึกษาได้แสดงให้เห็นถึงรายได้สัมบูรณ์มีอิทธิพลมากที่สุดต่อความสุขของชุมชนโดยรวม ที่พบเพิ่มเติมคือ พิสัย (โดยเฉพาะขอบเขตที่สูงกว่า และความเบ้ของการกระจายรายได้ในชุมชนมีอิทธิพลในการทำนายจากทฤษฎีระยะ-ความถี่) แต่สำหรับปัจเจกบุคคลกับรายได้ ในชุมชนที่มีรายได้สูงสุด ผลลัพธ์ที่ออกมาคือการลดลงของความสุขในทางตรงกันข้ามค่าเฉลี่ยของรายได้ชุมชนไม่มีผลกับความสุข

จากทฤษฎีและข้อค้นพบนี้นำไปสู่สมมติฐานข้อที่ 1, 4 และ 7 ดังต่อไปนี้

สมมติฐานข้อที่ 1. การเปรียบเทียบทางสังคมมีอิทธิพลหลักต่อความสุขเชิงอัตวิสัย โดยบุคคลที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า**มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า** บุคคลที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (Downward > Upward)

สมมติฐานข้อที่ 4. ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเอง หรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ บุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า**มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า**บุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (Low Income-Downward > Low Income-Upward)

สมมติฐานข้อที่ 7. ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเอง หรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ บุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า**มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า**บุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (Low Income-Downward > High Income-Upward)

ผลจากการวิจัยที่ผ่านมา เช่น ในงานของ Diener และ Diener (1995) แสดงให้เห็นว่าคนในบางสังคมพูดว่าพวกเขามีความสุขมากกว่าและมีความพึงพอใจมากกว่าในสังคมอื่น และได้รายงานความสัมพันธ์ที่เข้มแข็งระหว่างประเทศที่มั่งคั่ง และความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) ดังนั้นบทสรุปสำหรับความสุขของสังคม บนพื้นฐานมาตรฐานมาตรฐานการสำรวจที่กว้าง ได้มีการเสนอว่าประเทศต่าง ๆ มีสาเหตุที่ก่อให้เกิดความแตกต่างในความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) อย่างมาก และพบว่าประเทศเหล่านี้มีความแตกต่างในความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) แต่มีข้อยกเว้นว่าถ้ามีการควบคุมตัวแปรรายได้ ประเทศลาตินมีความสุขมากกว่าที่คาดไว้บนพื้นฐานของรายได้ของพวกเขา และประเทศริมชายฝั่งมหาสมุทรแปซิฟิกเป็นประเทศที่มีความสุขน้อยกว่า ดังนั้นนักวิจัยเห็น 2 อิทธิพลพื้นฐานสำหรับความสุขโดยเฉลี่ยของบุคคลในแต่ละชาติ: คือ 1) ความมั่งคั่ง (สิทธิมนุษยชนที่มีอยู่ ความเท่าเทียม และอิสระ) ของแต่ละชาติ และ 2) บรรทัดฐานที่ควบคุมความน่าปรารถนาของความรู้สึกทางบวก

Diener และ Diener (1995) เสนอว่าเมื่อมีการวัดความมั่งคั่งของคนภายในประเทศ คนที่มั่งคั่งกว่ามีความสุขมากกว่าค่าเฉลี่ยเล็กน้อย แต่อิทธิพลของเงินต่อความสุขไม่ได้สูงมากนัก เป็นไปได้ว่าความยากจนอย่างมากทำให้บุคคลไม่มีความสุขมากกว่าความมั่งคั่งที่ทำให้คนมีความสุข ถึงแม้ว่าความยากจนมีอิทธิพลไม่สูงนัก แต่ยังมีอิทธิพลสำหรับบุคคลที่อาศัยอยู่ในชาติที่มีความมั่งคั่งเพราะ บุคคลที่อยู่ในชาติที่มั่งคั่งแสดงระดับความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) สูงกว่าบุคคลที่อาศัยอยู่ในชาติที่ยากจน

Diener (2005) กล่าวว่า บุคคลในสังคมที่ไม่มั่นคงและยากจนแสดงให้เห็นอย่างชัดเจนถึงระดับของความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) ที่ต่ำกว่า ประกอบกับการศึกษาเรื่องความสุขกับการเปรียบเทียบทางสังคมของ Forsyth (2006) พบว่าบุคคลที่มีการรายงานว่าในช่วงเวลาปัจจุบันมีความสุขมากกว่า จะมีความโน้มเอียงที่จะใช้การเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า (downward social comparison) ตนในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเอง หรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ บ่อยครั้งกว่าใช้การเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (upward social comparison) ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตน หรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ ในความเป็นจริง ความเป็นสุขของบุคคลที่มีความสุขนั้นจะมีพื้นฐานจากการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า (downward social comparison) ตนในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเอง หรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ คนที่มีคะแนนมาตรการรายงานตนเองเรื่องความสุขสูงกว่า เป็นเพราะบุคคลเหล่านี้มีการเลือกในการเปรียบเทียบทางสังคมมากกว่า บุคคลเหล่านี้สามารถเลือกว่าการเปรียบเทียบชนิดใดของตนเองกับบุคคลอื่นจะช่วยให้ความรู้สึกของพวกเขายังคงมีความสุขและจะช่วยให้ความสัมพันธ์ทางสังคมทางบวกยังคงอยู่ต่อไปด้วย

จากทฤษฎีและข้อค้นพบนี้นำไปสู่สมมติฐานข้อที่ 2, 3, 6 และ 8 ดังต่อไปนี้

สมมติฐานข้อที่ 2. รายได้มีอิทธิพลหลักต่อความสุขเชิงอัตวิสัย โดยบุคคลที่มีรายได้สูง**มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า**บุคคลที่มีรายได้ต่ำ (High Income > Low Income)

สมมติฐานข้อที่ 3. ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเองหรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ บุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า**มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า**บุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (High Income-Downward > High Income-Upward)

สมมติฐานข้อที่ 6. ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเองหรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ บุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า**มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า**บุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า (High Income-Downward > Low Income-Downward)

สมมติฐานข้อที่ 8. ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเองหรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ บุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า**มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า**บุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (High Income-Downward > Low Income- Upward)

Wood และคณะ (1989) กล่าวว่าในกรณีของการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่น ในการเปรียบเทียบนี้ผู้วิจัยถามว่าถ้าบุคคลอื่นมีความสุขมากกว่า มีความพึงพอใจมากกว่า มีพรสวรรค์มากกว่า หรือประสบความสำเร็จมากกว่าตน รูปแบบของการเปรียบเทียบทางสังคมเหล่านี้ในความจริง คือ แนวทางที่นักวิจัยใช้เป็นหลักในการประเมินตัวเองเมื่อเป็นการเปรียบเทียบตัวเองกับผู้อื่น อย่างไรก็ตามสามารถเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลที่คล้ายคลึงกับตน บุคคลที่มีสถานะสูงกว่าหรือบุคคลที่มีสถานะต่ำกว่าตน ซึ่งการเปรียบเทียบเหล่านี้เป็นทางเลือกสำหรับบุคคลที่สัมพันธ์กับความสุขของตนเอง

Wood และคณะ (1989) พบว่าบุคคลที่มีการรายงานว่าในช่วงเวลาปัจจุบันมีความสุขมากกว่า จะมีความโน้มเอียงที่จะใช้การเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า (downward social comparison) ตนในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเอง หรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ บ่อยครั้งกว่าใช้การเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (upward social comparison) ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเอง หรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ จากการทำมาตรวัดการรายงานตนเองพบว่าคนที่มีการรายงานตนเองเรื่องความสุขสูงกว่า เพราะบุคคลเหล่านี้มีทางเลือกในการเปรียบเทียบทางสังคมมากกว่า เพราะสามารถเลือกว่าการเปรียบเทียบชนิดใด ช่วยให้ความรู้สึกรู้สึกของพวกเขายังคงมีความสุข และช่วยให้ความสัมพันธ์ทางสังคมทางบวกยังคงอยู่ต่อไปด้วย ในด้านความรู้สึกนั้นบุคคลจะใช้การเปรียบเทียบทางสังคมสำหรับสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อตัวเขาเอง ซึ่งข้อค้นพบเหล่านี้มีความซับซ้อนเล็กน้อยในกรณีที่ว่าบางด้านของความสุขบางครั้งจะสัมพันธ์กับการที่บุคคลมองตัวเองในฐานะการที่มีโชคมากกว่าคนอื่น

จากงานวิจัยของ Wood และคณะ (1989) แสดงให้เห็นว่าเจตนาของบุคคลเปรียบเทียบพวกเขาเองกับผู้อื่นที่เหนือกว่า (upward social comparison) และการเปรียบเทียบสามารถทำให้ทัศนคติของตนเองเป็นบวกมากกว่า เป็นเพราะบุคคลต้องการและเชื่อว่าพวกเขามีลักษณะทางบวก ดังนั้นพวกเขารู้ถึงความคล้ายคลึงในเป้าหมายที่เหนือกว่า และเขาได้เสนอว่ามีแรงกระตุ้นการปรับปรุงตนเอง การเปรียบเทียบที่เหนือกว่ากับรูปแบบบทบาทที่เหนือกว่าสามารถหาความหวังและแรงบันดาลใจ

จากทฤษฎีและข้อค้นพบนี้นำไปสู่สมมติฐานข้อที่ 5 ดังต่อไปนี้

สมมติฐานข้อที่ 5. ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเองหรือเรื่องที่ตนให้ความสนใจ บุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า**มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า**บุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (High Income-Upward > Low Income-Upward)

วัตถุประสงค์การวิจัย

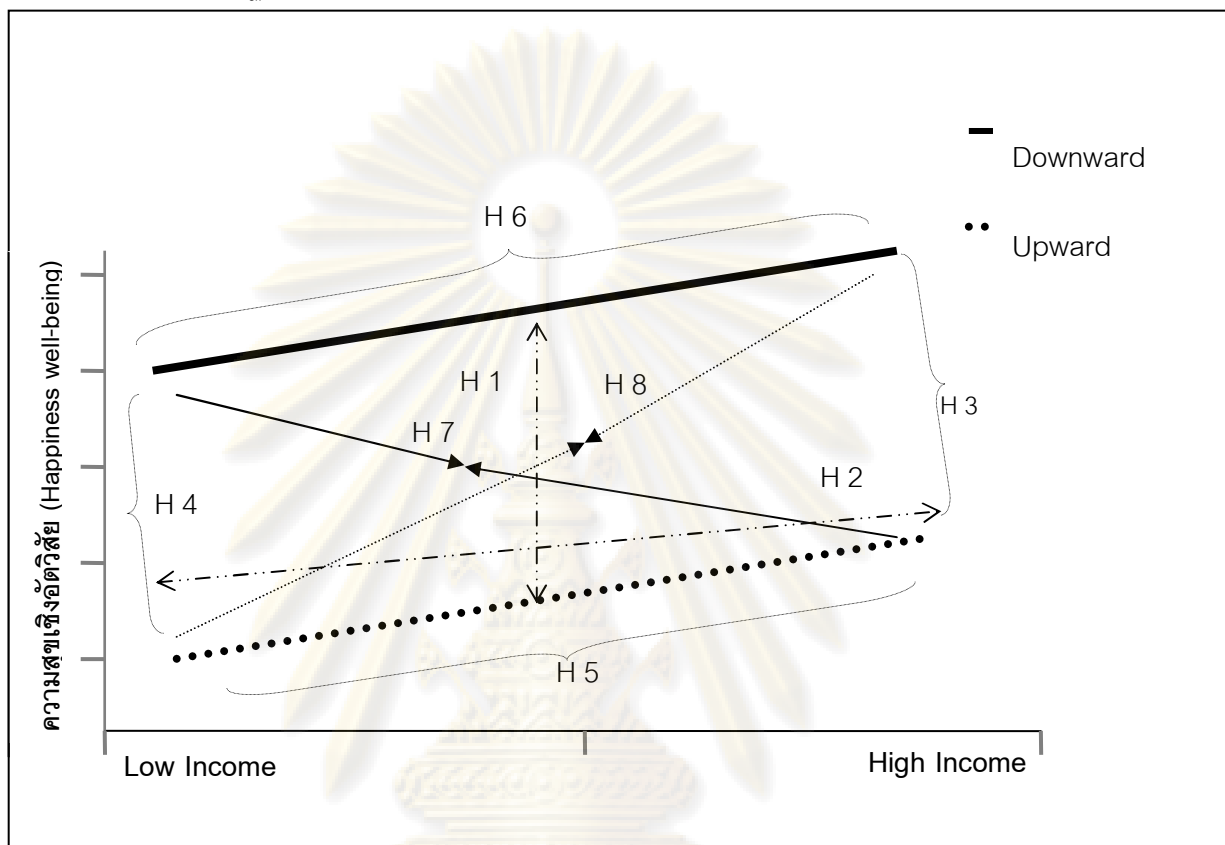
การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาว่า

1. บุคคลที่มีรายได้สูงมีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่าบุคคลที่มีรายได้ต่ำ
2. ความแตกต่างระหว่างการเปรียบเทียบทางสังคมกับรายได้ ส่งผลต่อความสุขเชิงอัตวิสัยแตกต่างกัน

สมมติฐานการวิจัย

1. การเปรียบเทียบทางสังคมมีอิทธิพลหลักต่อความสุขเชิงอัตวิสัย โดยบุคคลที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า**มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า**บุคคลที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (Downward > Upward)

สำหรับสมมติฐานข้อ 1-8 ผู้วิจัยได้นำมาสร้างเป็นภาพกราฟเส้นเพื่อให้เห็นภาพรวมที่ชัดเจน และครอบคลุมสมมติฐานทั้งหมดที่ผู้วิจัยได้ตั้งไว้ ดังภาพต่อไปนี้



ภาพที่ 3 กราฟเส้นแสดงสรุปสมมติฐานการวิจัยข้อ 1-8

- หมายเหตุ
- H 1 คือ สมมติฐานข้อที่ 1
 - H 2 คือ สมมติฐานข้อที่ 2
 - H 3 คือ สมมติฐานข้อที่ 3
 - H 4 คือ สมมติฐานข้อที่ 4
 - H 5 คือ สมมติฐานข้อที่ 5
 - H 6 คือ สมมติฐานข้อที่ 6
 - H 7 คือ สมมติฐานข้อที่ 7
 - H 8 คือ สมมติฐานข้อที่ 8

ตัวแปรในการวิจัย

ตัวแปรอิสระ มี 2 ตัว ได้แก่

1. การเปรียบเทียบทางสังคม (Social comparison) มี 2 ระดับ คือ
 - 1.1 การเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลที่ประสบความสำเร็จมากกว่าตน (upward social comparison) ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเอง หรือเรื่องที่ตนให้ความสนใจ
 - 1.2 การเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่าตน (downward social comparison) ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเอง หรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ
2. รายได้ของบุคคล (income) มี 2 ระดับ คือ
 - 2.1 บุคคลที่มีรายได้สูง ในงานวิจัยนี้กำหนดรายได้ที่ระดับมากกว่าหรือเท่ากับ 30,001 บาท/คน/เดือน
 - 2.2 บุคคลที่มีรายได้ต่ำ ในงานวิจัยนี้กำหนดรายได้ที่ระดับ 7,001 – 20,000 บาท/คน/เดือน

ตัวแปรตาม

1. ความสุขเชิงอัตวิสัย (Subjective well-being)

ขอบเขตการวิจัย

งานวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษากลุ่มตัวอย่างจากผู้ที่มีรายได้ในเขตกรุงเทพมหานคร และปริมณฑล ที่ประกอบอาชีพข้าราชการ พนักงานของรัฐ พนักงานรัฐวิสาหกิจ และพนักงานบริษัท

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

การเปรียบเทียบทางสังคม หมายถึง การที่บุคคลเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นเพราะต้องการข้อมูลเกี่ยวกับตนเอง สภาพแวดล้อม เพื่อประเมินคุณภาพ ประสิทธิภาพของตนเอง และเป็นการตั้งเป้าหมายส่วนตัว

การเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า (downward social comparison) หมายถึง การที่บุคคลเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเอง หรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ กับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า

การเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (upward social comparison) หมายถึง การที่บุคคลเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเอง หรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ กับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า

งานวิจัยนี้นำมาตรวจวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า และการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า (upward and downward social comparison) ของ ไอโอวา-เนเธอร์แลนด์ (Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure) ของ Gibbons และ Buunk (1999) ซึ่งเป็นมาตรรวมการประมาณค่าแบบ 5 ช่วง มาพัฒนาเพิ่มเติม ได้มาตรวจวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า จำนวน 24 ข้อ และมาตรวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า จำนวน 23 ข้อ

บุคคลที่เปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า (downward social comparison) หมายถึง บุคคลที่ได้คะแนนจากมาตรวัดการเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า ในระดับสูงกว่าหรือเท่ากับเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 73 ของผู้ตอบมาตรวัดการเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า และจะต้องมีคะแนนจากมาตรวัดการเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า ในระดับต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 73

บุคคลที่เปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (upward social comparison) หมายถึง บุคคลที่ได้คะแนนจากมาตรวัดการเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า ในระดับสูงกว่าหรือเท่ากับเปอร์เซ็นต์ไทล์ 73 ขึ้นไปของผู้ตอบมาตรวัดการเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า และจะต้องมีคะแนนจากมาตรวัดการเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า ในระดับต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 73

รายได้ประจำ หมายถึง รายได้ที่บุคคลได้รับโดยสม่ำเสมอ ที่ไม่รวมรายได้อื่นๆ (เช่น เงินทุนการศึกษา มรดกพินัยกรรม ของขวัญ ประกันสุขภาพ ประกันภัยและประกันชีวิต/ประกันสังคม

เงินถูกสลากร เงินรางวัล ค่านายหน้าและเงินได้จากการพนัน โดยแบ่งบุคคลที่มีรายได้สูงและบุคคลที่มีรายได้ต่ำโดยใช้เกณฑ์จากข้อมูลรายได้เฉลี่ยของประชากรปี พ.ศ. 2549 ของสภาพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติร่วมกับบัญชีเงินเดือนขั้นต่ำขั้นสูงของข้าราชการพลเรือนสามัญ ตามพระราชบัญญัติระเบียบข้าราชการพลเรือน พ.ศ. 2551 ในราชกิจจานุเบกษา เพื่อให้ทราบอัตราเงินเดือนจริงของข้าราชการหรือพนักงานของรัฐ พนักงานรัฐวิสาหกิจ และพนักงานบริษัทเอกชน เพื่อแบ่งกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ดังนี้

1. บุคคลที่มีรายได้สูง ในงานวิจัยนี้กำหนดรายได้ที่ระดับมากกว่า 30,001 บาท/เดือน
2. บุคคลที่มีรายได้ต่ำ ในงานวิจัยนี้กำหนดรายได้ที่ระดับ 7,001 – 20,000 บาท/เดือน

การนำเสนอข้อมูลรายได้เฉลี่ยของประชากรปี พ.ศ. 2549 ของสภาพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ และบัญชีเงินเดือนขั้นต่ำขั้นสูงของข้าราชการพลเรือนสามัญ ตามพระราชบัญญัติระเบียบข้าราชการพลเรือน พ.ศ. 2551 จากราชกิจจานุเบกษา ดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 1

รายได้เฉลี่ยต่อคนต่อเดือนของประชากร ปี 2549

เขตพื้นที่	ภาค	รายได้เฉลี่ย (บาท/คน/เดือน)
ทั่วประเทศ	กรุงเทพมหานคร	11,656
	กลาง	6,315
	เหนือ	4,082
	ตะวันออกเฉียงเหนือ	3,336
	ใต้	5,307
	รวม	5,221

ที่มา: สภาพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ สำนักพัฒนาเศรษฐกิจชุมชนและการกระจายรายได้,

2550

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 2

รายได้ของครอบครัวข้าราชการพลเรือนสามัญโดยเฉลี่ยต่อเดือน จำแนกตามประเภทของรายได้ และกลุ่มระดับตำแหน่ง พ.ศ. 2549

(บาท/ครอบครัว/เดือน)

ประเภทของรายได้	รวมทุกระดับ	ระดับ 1-2	ระดับ 3-5	ระดับ 6-8	ระดับ 9-11
รวมยอด	36,276	13,497	26,641	44,388	118,324
เงินเดือน ค่าจ้าง บำนาญ และเงินประจำตำแหน่ง	29,262	10,154	20,872	36,412	94,525
ค่าสวัสดิการและเงินสวัสดิการอื่น ๆ	1,891	852	1,536	2,205	4,470
ค่าเบี้ยประชุม/ค่าล่วงเวลา	569	901	585	507	2,375
กำไรจากธุรกิจส่วนตัว	2,175	734	1,831	2,465	6,385
รายรับจากการให้เช่าทรัพย์สิน	444	37	291	518	4,804
เงินโบนัส/ค่าทิป	656	258	481	817	1,475
เงินสมทบที่ได้จากบุคคลอื่น	314	366	317	304	650
รายได้อื่น ๆ	965	195	728	1,160	3,640

ที่มา: สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2550

ตารางที่ 3

บัญชีเงินเดือนขั้นต่ำขั้นสูงของข้าราชการพลเรือนสามัญ ตำแหน่งประเภทบริหาร

	บาท	บาท
ขั้นสูง	64,340	66,480
ขั้นต่ำ	48,700	53,690
ขั้นต่ำชั่วคราว	23,230	28,550
ระดับ	ต้น	สูง

ที่มา: พระราชบัญญัติระเบียบข้าราชการพลเรือน พ.ศ. 2551

ตารางที่ 4

บัญชีเงินเดือนขั้นต่ำขั้นสูงของข้าราชการพลเรือนสามัญ ตำแหน่งประเภทอำนวยการ

	บาท	บาท
ขั้นสูง	50,550	59,770
ขั้นต่ำ	25,390	31,280
ขั้นต่ำชั่วคราว	18,910	23,230
ระดับ	ต้น	สูง

ที่มา: พระราชบัญญัติระเบียบข้าราชการพลเรือน พ.ศ. 2551

ตารางที่ 5

บัญชีเงินเดือนขั้นต่ำขั้นสูงของข้าราชการพลเรือนสามัญ ตำแหน่งประเภทวิชาการ

	บาท	บาท	บาท	บาท	บาท
ขั้นสูง	22,220	36,020	50,550	59,770	66,480
ขั้นต่ำ	7,940	14,330	21,080	29,900	41,720
ขั้นต่ำชั่วคราว	6,800	12,530	18,910	23,230	28,550
ระดับ	ปฏิบัติการ	ชำนาญการ	ชำนาญการพิเศษ	เชี่ยวชาญ	ทรงคุณวุฒิ

ที่มา: พระราชบัญญัติระเบียบข้าราชการพลเรือน พ.ศ. 2551

ความสุขเชิงอัตวิสัย หมายถึง การประเมินของบุคคลเกี่ยวกับชีวิต เป็นการประเมินว่าเป็นทั้งทางด้านความรู้สึก (affective) และทางด้านปัญญา (cognitive) บุคคลจะมีประสบการณ์ของความสุขเชิงอัตวิสัยมากเมื่อรู้สึกมีความสุขสบายใจ พอใจ เพลิดเพลินอย่างมาก และมีความรู้สึกที่ไม่น่าพอใจ ไม่สบายใจ ไม่เพลิดเพลินเพียงเล็กน้อย

ในงานวิจัยนี้การวัดความสุขเชิงอัตวิสัย หมายถึง การประเมินชีวิตโดยภาพรวมของบุคคลตามมาตรฐานของตนเอง ใน 3 องค์ประกอบ ตามแนวคิดของ Diener และคณะ (1985) คือ

1. ความพึงพอใจในชีวิต
2. ความรู้สึกทางลบ
3. ความรู้สึกทางบวก

ทั้ง 3 องค์ประกอบนี้สามารถวัดออกมาได้ด้วยมาตรวัดดังต่อไปนี้

1. มาตรวัดความพึงพอใจในชีวิต (life satisfaction) ของ วัชรภรณ์ เฟ่งจิตต์ (2543) ซึ่งเป็นมาตรรวมการประมาณค่า มีข้อกระทงจำนวน 5 ข้อ มีช่วงการตอบ จำนวน 5 ช่วง ตั้งแต่ 1 คือ ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง จนถึง 5 คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง

2. มาตรวัดความรู้สึกทางบวก (positive affect) และมาตรวัดความรู้สึกทางลบ (negative affect) ของสาริณี วิเศษศร (2540) ซึ่งเป็นมาตรรวมการประมาณค่า มีข้อกระทงจำนวน 30 ข้อ มีช่วงการตอบ จำนวน 5 ช่วง ตั้งแต่ 1 คือ รู้สึกน้อยมากหรือแทบจะไม่รู้สึกเลย จนถึง 5 คือ รู้สึกอย่างมาก ในการคำนวณคะแนนของมาตรวัดความรู้สึกทางบวก และมาตรวัดความรู้สึกทางลบ คิดคะแนนเฉพาะช่วงเวลา “โดยทั่วไป” เท่านั้น ซึ่งตรงกับแนวคิดเรื่องความสุขเชิงอัตวิสัยที่กล่าวว่า ความสุขเชิงอัตวิสัยนั้นอ้างอิงถึงความคงที่ของความรู้สึกของความสุขทั้งหมดและเป็นการประเมินชีวิตทั้งหมดของตนเองในภาพรวม

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้ทราบอิทธิพลของการเปรียบเทียบทางสังคมและรายได้ต่อความสุขเชิงอัตวิสัย
2. ความรู้ที่ได้เป็นแนวทางในการพัฒนาดัชนีความสุขมวลรวมของประชาชนภายในประเทศ (Gross Domestic Happiness, GDH)
3. เป็นแนวทางสำหรับผู้สนใจในการศึกษาเรื่องความสุขเชิงอัตวิสัยในอนาคต

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทที่ 2

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความแตกต่างระหว่างการเปรียบเทียบทางสังคมกับรายได้ ที่ส่งผลต่อความสุขเชิงอัตวิสัย มีรายละเอียดและวิธีการดำเนินการวิจัย ดังต่อไปนี้

กลุ่มตัวอย่าง

1. กลุ่มตัวอย่างชั้นสร้างเครื่องมือ

ขั้นการวิเคราะห์ข้อบกพร่องและหาความเที่ยง (Reliability) ของมาตรวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่าและการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า (upward and downward social comparison) ใช้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้มีรายได้ในเขตกรุงเทพมหานคร และปริมณฑล ที่ประกอบอาชีพข้าราชการหรือพนักงานของรัฐ พนักงานรัฐวิสาหกิจ และพนักงานบริษัท จำนวน 60 คน

ขั้นการหาความตรง (validity) ใช้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 60 คน โดยแบ่งเป็น

กลุ่มบุคคลที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (upward social comparison) ซึ่งกลุ่มตัวอย่างนี้เป็นบุคคลที่ทำงานและมีรายได้ประจำที่ใช้บริการในคลินิกเสริมความงามหรือลดน้ำหนัก จำนวน 30 คน

กลุ่มบุคคลที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า (downward social comparison) เป็นบุคคลที่ทำงานและมีรายได้ประจำ และทำกิจกรรมพิเศษนอกจากงานประจำเป็นอาสาสมัครในมูลนิธิกุ๊กกัญหรืออาสาสมัครในการช่วยเหลือผู้ด้อยโอกาสในสังคม (การเป็นอาสาสมัครในที่นี้จะต้องเป็นการทำงานโดยไม่ได้รับเงินเป็นการตอบแทน) จำนวน 30 คน

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

2. กลุ่มตัวอย่างจริงในการวิจัย

ใช้กลุ่มตัวอย่างจากผู้ที่มีรายได้ในเขตกรุงเทพมหานคร และปริมณฑล ที่ประกอบอาชีพข้าราชการหรือพนักงานของรัฐ พนักงานรัฐวิสาหกิจ และพนักงานบริษัท แบ่งเป็นเพศชายและเพศหญิงและประเภทของการประกอบอาชีพในจำนวนที่เท่ากัน มีรายละเอียดในการจำแนก กลุ่มตัวอย่างดังต่อไปนี้

2.1 บุคคลที่มีรายได้สูง ในงานวิจัยนี้กำหนดรายได้ที่ระดับมากกว่า 30,001 บาท/เดือน จำนวน 405 คน

2.2 บุคคลที่มีรายได้ต่ำ ในงานวิจัยนี้กำหนดรายได้ที่ระดับ 7,000 – 20,000 บาท/เดือน จำนวน 405 คน

จำนวนตัวอย่างในแต่ละเงื่อนไขแสดงในตารางที่ 6

ตารางที่ 6

เงื่อนไขการทดลอง และจำนวนตัวอย่างในแต่ละเงื่อนไข (N = 810)

ข้าราชการหรือพนักงานของรัฐ 270 คน				พนักงานรัฐวิสาหกิจ 270 คน				พนักงานบริษัทเอกชน 270 คน			
ชาย 135 คน		หญิง 135 คน		ชาย 135 คน		หญิง 135 คน		ชาย 135 คน		หญิง 135 คน	
รายได้ สูง 68 คน	รายได้ ต่ำ 67 คน	รายได้ สูง 67 คน	รายได้ ต่ำ 68 คน	รายได้ สูง 68 คน	รายได้ ต่ำ 67 คน	รายได้ สูง 67 คน	รายได้ ต่ำ 68 คน	รายได้ สูง 68 คน	รายได้ ต่ำ 67 คน	รายได้ สูง 67 คน	รายได้ ต่ำ 68 คน

การออกแบบการวิจัย

แบบการวิจัยครั้งนี้เป็นการเปรียบเทียบระหว่างกลุ่ม (Between subject) โดยมีการเปรียบเทียบทางสังคม (การเปรียบเทียบกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า และการเปรียบเทียบ

บุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า) และรายได้ (รายได้สูง และรายได้ต่ำ) เป็นตัวแปรอิสระ และความทุกข์เชิงอัตวิสัยเป็นตัวแปรตาม

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ในงานวิจัยชิ้นนี้ ใช้เครื่องมือในการวิจัยดังต่อไปนี้

1.คำถามข้อมูลส่วนบุคคล (Biographical Data)

2.มาตรวัดการเปรียบเทียบทางสังคม (Social Comparison Scales)

พัฒนาจากมาตรวัดการเปรียบเทียบทางสังคม ไอโอวา-เนเธอร์แลนด์ (Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure หรือ Social Comparison Scale) ของ Gibbons และ Buunk (1999) ซึ่งได้แบ่งมาตรวัดออกเป็นออกเป็น 2 มาตร คือ

2.1 มาตรวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (upward comparison subscale)

2.2 มาตรวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า (downward comparison subscale)

3.มาตรวัดความสุขเชิงอัตวิสัย (Subjective well-being) ประกอบไปด้วย

3.1 มาตรวัดความพึงพอใจในชีวิต (life satisfaction) ของ วัชรภรณ์ เฟ่งจิตต์ (2543)

3.2 มาตรวัดความมีรู้สึกทางบวก (positive affect) และมาตรวัดความมีรู้สึกทางลบ (negative affect) ของสาริณี วิเศษศรี (2540)

ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ

1.มาตรวัดการเปรียบเทียบทางสังคม (Social Comparison Scales)

1.1 แปลมาตรวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่าและน้อยกว่า (upward and downward social comparison) ของ ไอโอวา-เนเธอร์แลนด์ (Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure) ของ Gibbons และ Buunk (1999) ซึ่งเป็นมาตรรวมการประมาณค่า มีข้อกระทงจำนวน 12 ข้อ เป็นข้อกระทงทางบวกทั้งหมด แบ่งเป็นมาตรวัดการ

เปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า จำนวน 6 ข้อ และ มาตรการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า จำนวน 6 ข้อ มีช่วงการตอบ จำนวน 5 ช่วง ตั้งแต่ 1 คือ ไม่เห็นด้วยอย่างมาก จนถึง 5 คือ เห็นด้วยอย่างมาก

1.2 สร้างข้อกระทงเพิ่มเติมอีก 40 ข้อ โดยแบ่งเป็นมาตรการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า จำนวน 20 ข้อ และ มาตรการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า จำนวน 20 ข้อ รวมข้อกระทงทั้งหมดเป็น 52 ข้อ โดยแบ่งเป็น มาตรการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า จำนวน 26 ข้อ และมาตรการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า จำนวน 26 ข้อ จากนั้นนำข้อกระทงที่สร้างขึ้นส่งให้ รองศาสตราจารย์ ดร.ธีระพร อุวรรณโณ อาจารย์ที่ปรึกษา ตรวจสอบความถูกต้องและความเหมาะสมของภาษา รวมถึงความถูกต้องเหมาะสมของขั้นตอนในการสร้างมาตรวัด จากนั้นจึงนำข้อกระทงไปปรับปรุงแก้ไข

1.3 นำมาตรการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า จำนวน 26 ข้อ และมาตรการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า จำนวน 26 ข้อ มีช่วงการตอบ 5 ช่วง คือ ตั้งแต่ 1 คือ ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง, 2 คือ ไม่เห็นด้วย, 3 คือ ไม่เห็นด้วยและเห็นด้วยพอๆ กัน, 4 คือ เห็นด้วย และ 5 คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง ไปทดสอบกับกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นบุคคลทั่วไปที่ประกอบอาชีพและมีรายได้ประจำ จำนวน 60 คน

1.4 แบ่งกลุ่มตัวอย่างโดยเกณฑ์เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 73 หรือสูงกว่า แบ่งเป็นกลุ่มสูง และเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 27 หรือต่ำกว่า เป็นกลุ่มต่ำ ในทั้ง 2 มาตรการ โดยผู้ตอบมาตรการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า แบ่งเป็นกลุ่มสูง 18 คน กลุ่มต่ำ 16 คน และผู้ตอบมาตรการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า แบ่งเป็นกลุ่มสูง 17 คน กลุ่มต่ำ 16 คน

1.5 หาค่าความแตกต่างของคะแนนข้อกระทงรวมทั้ง 2 กลุ่ม โดยใช้การทดสอบค่าที คัดข้อกระทงที่มีคะแนนแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 โดยมาตรการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า ได้ 24 ข้อ และมาตรการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า ได้ 23 ข้อ

1.6 นำข้อกระทงที่ผ่านการวิเคราะห์มาคำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น ๆ ทั้งหมด (corrected item-total correlation) ที่ระดับนัยสำคัญวิกฤติ .05

[$r(58) = .21, p < .05$ (หนึ่งหาง)] ทั้งในมาตรวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า และมาตรวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า ได้ข้อกระทงที่มีคุณภาพเป็นมาตรวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า 24 ข้อ และมาตรวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า 23 ข้อ และเมื่อวิเคราะห์ความเที่ยงแบบสอดคล้องภายใน ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .97 ทั้งสองมาตร

1.7 หาความตรง (validity) ของมาตรวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า จำนวน 24 ข้อ และมาตรวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า จำนวน 23 ข้อ โดยทดสอบกับกลุ่มตัวอย่างในขั้นการหาความตรง เป็นกลุ่มตัวอย่างที่รู้ลักษณะอยู่แล้ว (Known-Group Technique) ในมาตรวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า กลุ่มสูงของมาตรวัดนี้ ได้แก่ บุคคลที่ทำงานและมีรายได้ประจำที่ได้ใช้บริการในคลินิกเสริมความงาม หรือลดน้ำหนัก จำนวน 30 คน ซึ่งคาดว่าจะน่าจะเป็นกลุ่มที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า เพราะมีการพยายามปรับปรุงรูปลักษณ์ของตนเองให้ดูดีขึ้น และต้องการพัฒนาตนเองให้ดีกว่าเดิม สำหรับกลุ่มต่ำของมาตรวัดนี้ ได้แก่ บุคคลที่ทำงานและมีรายได้ประจำ ที่ทำกิจกรรมพิเศษนอกจากงานประจำเป็นอาสาสมัครในมูลนิธิกุ๊กภัย อาสาสมัครในการช่วยเหลือผู้ยากไร้ อาสาสมัครในการช่วยเหลือผู้ด้อยโอกาสในสังคม (ซึ่งการเป็นอาสาสมัครในที่นี้จะต้องเป็นการทำงานโดยไม่ได้รับเงินเป็นการตอบแทน) จำนวน 30 คน ซึ่งคาดว่าจะน่าจะเป็นกลุ่มที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า เพราะมองเห็นว่าผู้อื่นด้อยกว่าตน และมีการช่วยเหลือผู้อื่น หรือช่วยเหลือผู้ด้อยโอกาสในสังคม

ผลการทดสอบความแตกต่างของมาตรการเปรียบเทียบกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า พบว่า มีนัยสำคัญทางสถิติ $t(58) = 15.17, p = .000$ (หนึ่งหาง) โดยกลุ่มสูงมีคะแนนจากมาตรวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (upward social comparison) ($M = 3.85, SD = 0.41$) สูงกว่ากลุ่มต่ำ ($M = 2.43, SD = 0.31$) เมื่อคำนวณค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาอีกครั้งพบว่า มีค่า .97 แสดงว่ามาตรวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า สามารถจำแนกกลุ่มสูงกับกลุ่มต่ำออกมาได้อย่างมีประสิทธิภาพ

สำหรับมาตรการเปรียบเทียบกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า กลุ่มสูงของมาตรวัดนี้ ได้แก่ บุคคลที่ทำงานและมีรายได้ประจำ ที่ทำกิจกรรมพิเศษนอกจากงานประจำเป็นอาสาสมัครในมูลนิธิกุ๊กกั๊ย อาสาสมัครในการช่วยเหลือผู้ยากไร้ อาสาสมัครในการช่วยเหลือผู้ด้อยโอกาสในสังคม (ซึ่งการเป็นอาสาสมัครในที่นี้จะต้องเป็นการทำงานโดยไม่ได้รับเงินเป็นการตอบแทน) จำนวน 30 คน ซึ่งเป็นกลุ่มเดียวกันกับมาตรการเปรียบเทียบกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า ที่คาดว่าน่าจะเป็นกลุ่มที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า เพราะมองเห็นว่าผู้อื่นด้อยกว่าตน และมีการช่วยเหลือผู้อื่น หรือช่วยเหลือผู้ด้อยโอกาสในสังคม และกลุ่มต่ำของมาตรวัดนี้ ได้แก่ บุคคลที่ทำงานและมีรายได้ประจำที่ได้ใช้บริการในคลินิกเสริมความงามหรือลดน้ำหนัก จำนวน 30 คน การเปรียบเทียบกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า ที่คาดว่าน่าจะเป็นกลุ่มที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า เพราะมีการพยายามปรับปรุงรูปลักษณ์ของตนเองให้ดูดีขึ้น และต้องการพัฒนาตนเองให้ดีกว่าเดิม

ผลการทดสอบความแตกต่าง พบว่า มีนัยสำคัญทางสถิติ $t(42.54) = 17.77, p = .000$ (หนึ่งหาง) โดยกลุ่มสูงมีคะแนนจากมาตรวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า (downward social comparison) ($M = 3.86, SD = 0.23$) สูงกว่ากลุ่มต่ำ ($M = 2.20, SD = 0.46$) เมื่อคำนวณค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาอีกครั้งพบว่ามีค่า .97 แสดงว่ามาตรวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า สามารถจำแนกกลุ่มสูงกับกลุ่มต่ำออกมาได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2. มาตรวัดความสุขเชิงอัตวิสัย (Subjective well-being)

จากองค์ประกอบของความสุขเชิงอัตวิสัย ได้เลือกมาตรวัดที่เป็นองค์ประกอบของความสุขเชิงอัตวิสัย ดังต่อไปนี้

2.1 ความพึงพอใจในชีวิต (life satisfaction) ผู้วิจัยใช้มาตรวัดความพึงพอใจในชีวิต ที่พัฒนามาจากงานวิจัยของ Pavot และ Diener (1993) โดยวัชรภรณ์ เฟ่งจิตต์ (2543) ซึ่งเป็นมาตรรวมการประมาณค่า มีข้อกระทงจำนวน 5 ข้อ มีช่วงการตอบ จำนวน 5 ช่วง ตั้งแต่ 1 คือ ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง จนถึง 5 คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง แล้วนำไปหาคุณภาพโดยให้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 100 คน ตอบ และนำคะแนนไปวิเคราะห์ข้อกระทง (item analysis) ด้วยวิธีกลุ่มสูง-กลุ่มต่ำ โดยเรียงคะแนนจากการตอบมาตรวัดทั้งหมดตั้งแต่คะแนนสูงสุดไปยังคะแนนต่ำสุด จากนั้นแยกผู้ที่ได้คะแนนอยู่ใน

เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 73 หรือสูงกว่าเป็นกลุ่มสูง และผู้ที่ได้คะแนนอยู่ในเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 27 หรือต่ำกว่าเป็นกลุ่มต่ำ จากนั้นใช้สถิติที (t -test) เปรียบเทียบคะแนนทั้ง 2 กลุ่มในแต่ละข้อกระทง พบว่าข้อกระทงผ่านการวิเคราะห์ทั้ง 5 ข้อ จากนั้นได้คำนวณค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น ๆ ของมาตร ตั้งระดับนัยสำคัญที่ .05 พบว่าข้อกระทงทั้ง 5 ข้อ ผ่านเกณฑ์การวิเคราะห์ทั้งหมด และมีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .71 และได้มีการนำไปมีการหาความตรงด้วยวิธีหาความตรงร่วมสมัย (concurrent validity) โดยให้กลุ่มตัวอย่างตอบมาตรวัดสองมาตร คือ 1 มาตรวัดความพึงพอใจของ วัชรภรณ์ เฟงจิตต์ และ 2 มาตรวัดความพึงพอใจในชีวิตของ จุริรัตน์ ชุ่มอิม (2537) แล้วนำไปหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนทั้งสองมาตร พบว่า มีสหสัมพันธ์ทางบวก .66 มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

2.2 ความรู้สึกทางบวก (positive affect) และความรู้สึกทางลบ (negative affect)

ใช้มาตรวัดความรู้สึกทางบวกและความรู้สึกทางลบของ สารีณี วิเศษศร (2540) ที่พัฒนามาจากงานวิจัยของ Watson, Clark, และ Tellegen (1988) ซึ่งเป็นมาตรรวมการประมาณค่า มีข้อกระทงจำนวน 30 ข้อ มีช่วงการตอบ จำนวน 5 ช่วง ตั้งแต่ 1 คือ รู้สึกน้อยมากหรือแทบจะไม่รู้สึกเลย จนถึง 5 คือ รู้สึกอย่างมาก ในการคำนวณคะแนนของมาตรความรู้สึกทางบวก และมาตรวัดความรู้สึกทางลบของสาริณีได้คิดคะแนนเฉพาะ ช่วงเวลา “โดยทั่วไป” เท่านั้น ซึ่งตรงกับแนวคิดที่ผู้วิจัยนำมาคำนวณ เพราะแนวคิดเรื่องความสุขเชิงอัตวิสัยระบุว่า ความสุขเชิงอัตวิสัยอ้างอิงถึงความคงที่ของความรู้สึกของความสุขทั้งหมดและเป็นการประเมินชีวิตทั้งหมดของบุคคลในภาพรวม พบว่าค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาในช่วงความรู้สึกทั่วไป ดังนี้ มาตรวัดความรู้สึกทางบวก มีค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาเท่ากับ .91 และมาตรวัดความรู้สึกทางลบในช่วงสัมประสิทธิ์อัลฟาเท่ากับ .86 หลังจากนั้นนักวิจัยได้นำมาตรไปหาความตรงร่วม (Concurrent Validity) ระหว่างมาตร PANAS กับมาตรวัดอารมณ์ Affectometer 2 ของ Kammann และ Flett (1983) โดยแบ่งมาตรออกเป็น 2 มาตร คือ มาตรที่เป็นข้อกระทง จำนวน 20 ข้อ และข้อที่เป็นคำคุณศัพท์ 20 ข้อ มีค่าความเที่ยงอัลฟา เท่ากับ .88 และ .93 ตามลำดับ หลังจากนั้นนักวิจัยได้หาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างมาตรทั้ง 2 มาตร พบว่ามาตรทั้ง 2 ชุดมีค่าสหสัมพันธ์ทางบวกต่อกัน .69 ที่ระดับนัยสำคัญ .001

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ติดต่อไปยังหน่วยงานราชการ หน่วยงานรัฐวิสาหกิจ และบริษัท เพื่อขออนุญาตเก็บข้อมูล พร้อมทั้งอธิบายวัตถุประสงค์การวิจัย และขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย และขอนัดหมายวัน เพื่อที่จะดำเนินการเก็บข้อมูลจากข้าราชการ พนักงานของรัฐ พนักงานรัฐวิสาหกิจ และพนักงานบริษัทเอกชน พร้อมทั้งอธิบายวัตถุประสงค์ของการวิจัย และขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย แล้วจึงแจกแบบสอบถาม และกล่าวขอบคุณเมื่อกลุ่มตัวอย่างทำแบบสอบถามเสร็จ สำหรับหน่วยงานที่กลุ่มตัวอย่างไม่สะดวกในการตอบแบบสอบถามในช่วงเวลาที่แจกแบบสอบถาม จะนัดหมายวันเวลาที่มารับแบบสอบถามที่ทำเสร็จแล้วในภายหลัง ตามความสะดวกของผู้ตอบแบบสอบถามและหน่วยงาน



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทที่ 3

ผลการวิจัย

ขอเสนอผลการวิจัยตามลำดับ ดังนี้

ตอนที่ 1 ค่าสถิติพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง

สุ่มกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้มีรายได้ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑลที่ประกอบอาชีพข้าราชการ พนักงานของรัฐ พนักงานรัฐวิสาหกิจ พนักงานบริษัท จำนวนทั้งหมด 1,200 คน หลังจากนั้นคัดเป็นบุคคลที่มีรายได้สูง คือ ผู้ที่มีรายได้ที่ระดับมากกว่า 30,001 บาท/เดือน จำนวน 405 คน และคัดเป็นบุคคลที่มีรายได้ต่ำ คือ ผู้ที่มีรายได้ที่ระดับ 7,000 – 20,000 บาท/เดือน จำนวน 405 คน มีรายละเอียดในการจำแนกกลุ่มตัวอย่างดังต่อไปนี้

ตารางที่ 7

การจำแนกตัวอย่างตามเงื่อนไข (N = 810)

ข้าราชการหรือพนักงานของรัฐ 270 คน				พนักงานรัฐวิสาหกิจ 270 คน				พนักงานบริษัทเอกชน 270 คน			
ชาย 135 คน		หญิง 135 คน		ชาย 135 คน		หญิง 135 คน		ชาย 135 คน		หญิง 135 คน	
รายได้ สูง 68 คน	รายได้ ต่ำ 67 คน	รายได้ สูง 67 คน	รายได้ ต่ำ 68 คน	รายได้ สูง 68 คน	รายได้ ต่ำ 67 คน	รายได้ สูง 67 คน	รายได้ ต่ำ 68 คน	รายได้ สูง 68 คน	รายได้ ต่ำ 67 คน	รายได้ สูง 67 คน	รายได้ ต่ำ 68 คน

จากนั้นให้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 810 คน ทำมาตรวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่าและการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า

(upward and downward social comparison) และมาตรวัดความสุขเชิงอัตวิสัย (Subjective well-being) ประกอบไปด้วยมาตรวัดความพึงพอใจในชีวิต (life satisfaction) กับ มาตรวัดความรู้สึกทาง บวก (positive affect) และมาตรวัดความรู้สึกทางลบ (negative affect) พบว่าผู้ที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า คือบุคคลที่ได้คะแนนจากมาตรวัดการเปรียบเทียบ เทียบตนเองกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่าในระดับเท่ากับหรือสูงกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 73 และจะต้องมีคะแนนจากมาตรวัดการเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า ในระดับต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 73 มีจำนวน 218 คน สำหรับผู้ที่มีการเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า คือบุคคลที่ได้คะแนนจากมาตรวัดการเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า ในระดับเท่ากับหรือสูงกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 73 และจะต้องมีคะแนนจากมาตรวัดการเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า ในระดับต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 73 มีจำนวน 218 คน ดังรายละเอียดจากตารางที่ 8

ตารางที่ 8

จำนวนและร้อยละของตัวอย่างเมื่อจำแนกตาม เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพ และรายได้ของครัวเรือน (N = 436)

รายการ	กลุ่ม Upward		กลุ่ม Downward	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
เพศ				
หญิง	95	43.6	97	44.5
ชาย	123	56.4	121	55.5
รวม	218	100.0	218	100.0
อายุ				
น้อยกว่า 18 ปี	3	1.4	0	0.0
18 – 25 ปี	36	16.5	37	17.0
26 – 33 ปี	54	24.8	48	22.0
34 – 41 ปี	53	24.3	41	18.8
42 – 49 ปี	40	18.3	54	24.8
มากกว่าหรือเท่ากับ 50 ปี	32	14.7	38	17.4
รวม	218	100.0	218	100.0

ตารางที่ 8 (ต่อ)

รายการ	รายการ	กลุ่ม Upward		กลุ่ม Downward	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ระดับการศึกษา	ต่ำกว่ามัธยมปลาย	6	2.8	3	1.4
	มัธยมศึกษาตอนปลาย / ปวช.	18	8.3	22	10.1
	อนุปริญญา / ปวส,	24	11.0	30	13.8
	ปริญญาตรี	82	37.6	102	46.8
	สูงกว่าปริญญาตรี	88	40.4	61	28.0
	รวม	218	100.0	218	100.0
อาชีพ	ข้าราชการหรือพนักงานของรัฐ	61	28.0	52	23.9
	พนักงานรัฐวิสาหกิจ	92	42.2	102	46.8
	พนักงานบริษัทเอกชน	65	29.8	64	29.4
	รวม	218	100.0	218	100.0
รายได้ (บาท/เดือน)	7001-10000	15	6.9	22	10.1
	10001-13000	30	13.8	41	18.8
	13001-16000	28	12.8	22	10.1
	16001-20000	29	13.3	24	11.0
	30001-33000	32	14.7	24	11.0
	33001-36000	28	12.8	41	18.8
	36001-40000	26	11.9	25	11.5
	มากกว่า หรือ เท่ากับ 40001	30	13.8	19	8.7
	รวม	218	100.0	218	100.0
สถานภาพ	โสด	102	46.8	67	30.7
	สมรส / อยู่ด้วยกัน	103	47.2	128	58.7
	หม้าย / หย่า / แยกกันอยู่	13	6.0	23	10.6
	รวม	218	100.0	218	100.0

หมายเหตุ upward คือ กลุ่มตัวอย่างที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า
downward คือ กลุ่มตัวอย่างที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตอนที่ 2 การทดสอบสมมติฐานการวิจัย

การทดสอบการวิเคราะห์ความแปรปรวน พบว่าคะแนนความสุขเชิงอัตวิสัยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.54 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.60 มีค่าความเบ้เท่ากับ 0.13 มีค่าความโด่งเท่ากับ -0.95 ดังนั้นลักษณะการกระจายของข้อมูลมีค่อนข้างสูงเพราะมีค่าความโด่งเป็นลบ ข้อมูลมีลักษณะใกล้เคียงกับการแจกแจงปกติ เมื่อทดสอบความเป็นเอกพันธ์ของความแปรปรวน ด้วย Levene's Test ผลการทดสอบแสดงให้เห็นว่าค่าความแปรปรวนของการเปรียบเทียบทางสังคม และรายได้ไม่แตกต่างกัน $F(3, 432) = 2.18, ns$

สมมติฐานข้อที่ 1. การเปรียบเทียบทางสังคมมีอิทธิพลหลักต่อความสุขเชิงอัตวิสัย โดยบุคคลที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่ามีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่าบุคคลที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (Downward > Upward)

ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบสองทางของคะแนนความสุขเชิงอัตวิสัยพบว่า ปฏิสัมพันธ์ระหว่างการเปรียบเทียบทางสังคมและเงื่อนไขรายได้มีนัยสำคัญทางสถิติ $F(1, 432) = 4.99, p < .05$ และพบว่าผลหลักของการเปรียบเทียบทางสังคมมีนัยสำคัญทางสถิติ $F(1, 432) = 294.81, p < .001$ ดังแสดงในตารางที่ 9 เมื่อพิจารณาค่ามัชฌิมเลขคณิตของคะแนนความสุขเชิงอัตวิสัยจะเห็นได้ว่า บุคคลที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่ามีความสุขเชิงอัตวิสัย ($M = 3.91, SD = 0.50$) มากกว่าบุคคลที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า ($M = 3.16, SD = 0.43$) ดังแสดงในตารางที่ 10 ผลการวิเคราะห์สนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 1

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 9

การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบสองทางของคะแนนความสุขเชิงอัตวิสัย

แหล่งความแปรปรวน	df	F	p
การเปรียบเทียบทางสังคม (A)	1	294.81***	.000
รายได้ (B)	1	20.69***	.000
A X B	1	4.99*	.026
ความคลาดเคลื่อน	432	(0.21)	

หมายเหตุ ค่าตัวเลขในวงเล็บเป็นค่า Mean Squared Error (MSE)

* $p < .05$. *** $p < .001$.

ตารางที่ 10

การวิเคราะห์คะแนนความสุขเชิงอัตวิสัย จำแนกตามการเปรียบเทียบทางสังคม

การเปรียบเทียบทางสังคม	n	M	SD
Downward	218	3.91	0.50
Upward	218	3.16	0.43

หมายเหตุ Downward คือ กลุ่มตัวอย่างที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า

Upward คือ กลุ่มตัวอย่างที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า

สมมติฐานข้อที่ 2. รายได้มีอิทธิพลหลักต่อความสุขเชิงอัตวิสัย โดยบุคคลที่มีรายได้สูงมีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่าบุคคลที่มีรายได้ต่ำ ($High\ Income > Low\ Income$)

ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบสองทางของคะแนนความสุขเชิงอัตวิสัยพบว่า ปฏิสัมพันธ์ระหว่างการเปรียบเทียบทางสังคมและเงื่อนไขรายได้มีนัยสำคัญทางสถิติ $F(1, 432) = 4.99, p < .05$ และพบว่าผลหลักของรายได้มีนัยสำคัญทางสถิติ $F(1,432) = 20.69, p < .001$ ดัง

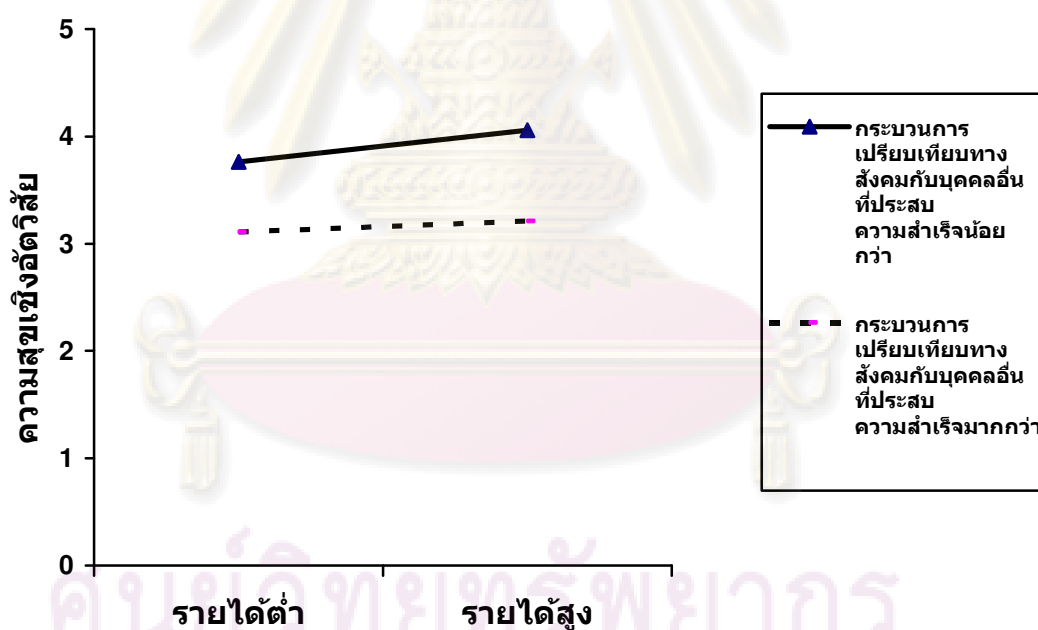
แสดงในตารางที่ 9 เมื่อพิจารณาค่ามัชฌิมเลขคณิตของคะแนนความสุขเชิงอัตวิสัยจะเห็นได้ว่า บุคคลที่มีรายได้สูงมีความสุขเชิงอัตวิสัย ($M = 3.62, SD = 0.63$) มากกว่าบุคคลที่มีรายได้ต่ำ ($M = 3.45, SD = 0.55$) ดังแสดงในตารางที่ 11 ผลการวิเคราะห์หีสันับสนุนสมมติฐานข้อที่ 2

ตารางที่ 11

การวิเคราะห์คะแนนความสุขเชิงอัตวิสัย จำแนกตามรายได้

รายได้	n	M	SD
สูง	225	3.62	0.63
ต่ำ	211	3.45	0.55

ปฏิสัมพันธ์ระหว่างการเปรียบเทียบทางสังคมและรายได้แสดงในภาพที่ 4



ภาพที่ 4 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างการเปรียบเทียบทางสังคมและรายได้

ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบสองทางของคะแนนความสุขเชิงอัตวิสัยพบว่า ปฏิสัมพันธ์ระหว่างการเปรียบเทียบทางสังคมและเงื่อนไขรายได้มีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนั้นจึงทดสอบต่อด้วยการเปรียบเทียบต่าง

สมมติฐานข้อที่ 3 ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเอง หรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ บุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า**มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า**บุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (*High Income-Downward > High Income-Upward*)

ผลทดสอบการเปรียบเทียบต่างของคะแนนความสุขเชิงอัตวิสัยพบว่า มีนัยสำคัญทางสถิติ $F(1, 432) = 194.50, p < .001$ ดังแสดงในตารางที่ 12 โดยบุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่ามีคะแนนความสุขเชิงอัตวิสัย ($M=4.06, SD=0.52$) มากกว่าบุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า ($M=3.21, SD=0.41$) ดังแสดงในตารางที่ 13 ผลการวิเคราะห์หลังนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 3

สมมติฐานข้อที่ 4 ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเอง หรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ บุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า**มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า**บุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (*Low Income-Downward > Low Income-Upward*)

ผลทดสอบการเปรียบเทียบต่างของคะแนนความสุขเชิงอัตวิสัยพบว่า มีนัยสำคัญทางสถิติ $F(1, 432) = 108.08, p < .001$ ดังแสดงในตารางที่ 12 โดยบุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่ามีคะแนนความสุขเชิงอัตวิสัย ($M=3.11, SD=0.45$) มากกว่าบุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า ($M=3.76, SD=0.45$) ดังแสดงในตารางที่ 13 ผลการวิเคราะห์หลังนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 4

สมมติฐานข้อที่ 5. ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเอง หรือเรื่องที่ตนให้ความสนใจ บุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า**มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า**บุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (*High Income-Upward > Low Income-Upward*)

ผลทดสอบการเปรียบเทียบของคะแนนความสุขเชิงอัตวิสัยพบว่า ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ $F(1, 432) = 2.68, ns$ ดังแสดงในตารางที่ 12 โดยบุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่ามีคะแนนความสุขเชิงอัตวิสัย ($M=3.21, SD=0.41$) มากกว่าบุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า ($M=3.11, SD=0.45$) ดังแสดงในตารางที่ 13 ผลการวิเคราะห์ไม่สนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 5

สมมติฐานข้อที่ 6. ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเอง หรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ บุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า**มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า**บุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า (*High Income-Downward > Low Income-Downward*)

ผลทดสอบการเปรียบเทียบของคะแนนความสุขเชิงอัตวิสัยพบว่า มีนัยสำคัญทางสถิติ $F(1, 432) = 23.04, p < .001$ ดังแสดงในตารางที่ 12 บุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่ามีคะแนนความสุขเชิงอัตวิสัย ($M=4.06, SD=0.52$) มากกว่าบุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า ($M=3.76, SD=0.45$) ดังแสดงในตารางที่ 13 ผลการวิเคราะห์สนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 6

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 12

การทดสอบการเปรียบเทียบต่างของคะแนนความสุขเชิงอัตวิสัย

แหล่งความแปรปรวน	df	F	p
High Income-Downward VS High Income-Upward	1	194.50***	.000
Low Income-Downward VS Low Income-Upward	1	108.08***	.000
High Income-Upward VS Low Income-Upward	1	2.68	.103
High Income-Downward VS Low Income-Downward	1	23.04***	.000
ความคลาดเคลื่อน	432	(1.87)	

หมายเหตุ High Income-Downward หมายถึง ผู้ที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า

High Income-Upward หมายถึง ผู้ที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า

Low Income-Downward หมายถึง ผู้ที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า

Low Income-Upward หมายถึง ผู้ที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า

ค่าตัวเลขในวงเล็บเป็นค่า Mean Squared Error (MSE)

* $p < .05$. *** $p < .001$.

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 13

การวิเคราะห์คะแนนความสุขเชิงอัตวิสัย จำแนกตามรายได้และการเปรียบเทียบทางสังคม

รายได้	การเปรียบเทียบทางสังคม					
	Downward			Upward		
	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
สูง	109	4.06	0.52	116	3.21	0.41
ต่ำ	109	3.76	0.45	102	3.11	0.45

หมายเหตุ Downward คือ กลุ่มตัวอย่างที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า

Upward คือ กลุ่มตัวอย่างที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า

ปฏิสัมพันธ์ระหว่างการเปรียบเทียบทางสังคม และรายได้ดังแสดงในภาพที่ 4

สมมติฐานข้อที่ 7. ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเอง หรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ บุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า**มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า**บุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (*Low Income-Downward > High Income-Upward*)

การทดสอบสมมติฐานข้อที่ 7 เป็นการทดสอบความแตกต่างด้วยสถิติที่แบบกลุ่มที่เป็นอิสระจากกัน (*t*-test independent groups) โดยนำคะแนนเฉลี่ยระหว่างตัวแปรความสุขเชิงอัตวิสัยระหว่างบุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า กับบุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า มาเปรียบเทียบความแตกต่าง

ผลทดสอบค่าทีของคะแนนความสุขเชิงอัตวิสัยพบว่า มีนัยสำคัญทางสถิติ $t(223) = 9.67, p = .000$ (หนึ่งหาง) โดยบุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่ามีคะแนนความสุขเชิงอัตวิสัย ($M = 3.76, SD = 0.45$) สูงกว่าบุคคลที่มีรายได้สูง

และมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า ($M = 3.21$, $SD = 0.41$)
 ดังแสดงในตารางที่ 14 ผลการวิเคราะห์ห้สนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 7

สมมติฐานข้อที่ 8. ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเอง หรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ บุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า**มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า**บุคคลที่มีรายได้น้อยและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (*High Income-Downward > Low Income-Upward*)

การทดสอบสมมติฐานข้อที่ 8 เป็นการทดสอบความแตกต่างด้วยสถิติที่เป็นอิสระจากกัน (*t-test independent groups*) โดยนำคะแนนเฉลี่ยระหว่างตัวแปรความสุขเชิงอัตวิสัยระหว่างบุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า กับบุคคลที่มีรายได้น้อยและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า มาเปรียบเทียบความแตกต่าง

ผลทดสอบค่าทีของคะแนนความสุขเชิงอัตวิสัยพบว่า มีนัยสำคัญทางสถิติ $t(209) = 14.23$, $p = .000$ (หนึ่งหาง) โดยบุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่ามีคะแนนความสุขเชิงอัตวิสัย ($M = 4.06$, $SD = 0.52$) สูงกว่าบุคคลที่มีรายได้น้อยและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า ($M = 3.11$, $SD = 0.45$) ดังแสดงในตารางที่ 14 ผลการวิเคราะห์ห้สนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 8

ศูนย์วิทยทรัพยากร
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 14

การวิเคราะห์คะแนนความสุขเชิงอัตวิสัย จำแนกตามรายได้และการเปรียบเทียบทางสังคมโดยทดสอบความแตกต่างด้วยสถิติที่แบบกลุ่มที่เป็นอิสระจากกัน

Income and Social Comparison	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Low Income-Downward	109	3.76	0.45	9.67***	.000
High Income-Upward	116	3.21	0.41		
High Income-Downward	109	4.06	0.52	14.23***	.000
Low Income-Upward	102	3.11	0.45		

หมายเหตุ Low Income-Downward หมายถึง บุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า

High Income-Upward หมายถึง บุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า

High Income-Downward หมายถึง บุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า

Low Income-Upward หมายถึง บุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า

*** $p < .001$, หนึ่งหาง.

สรุปผลการทดสอบสมมติฐาน

ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบสองทางของคะแนนความสุขเชิงอัตวิสัย ปรากฏว่าความแตกต่างระหว่างการเปรียบเทียบทางสังคม และรายได้มีอิทธิพลต่อความสุขเชิงอัตวิสัย สนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 1, 2, 3, 4, 6, 7, 8 แต่ปฏิเสธสมมติฐานข้อที่ 5 ดังตารางสรุปที่ 15

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 15

สรุปผลการทดสอบสมมติฐาน

ข้อที่	สมมติฐานการวิจัย	ผลการวิเคราะห์
1	การเปรียบเทียบทางสังคมมีอิทธิพลหลักต่อความสุขเชิงอัตวิสัย โดยบุคคลที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า บุคคลที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (Downward > Upward) $F(1, 432) = 294.81, p < .001$	สนับสนุน
2	รายได้มีอิทธิพลหลักต่อความสุขเชิงอัตวิสัย โดยบุคคลที่มีรายได้สูง มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า บุคคลที่มีรายได้ต่ำ (High Income > Low Income) $F(1, 432) = 20.69, p < .001$	สนับสนุน
3	ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเอง หรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ บุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า บุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (High Income-Downward > High Income-Upward) $F(1, 432) = 194.50, p < .001$	สนับสนุน

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ข้อที่	สมมติฐานการวิจัย	ผลการวิเคราะห์
4	<p>ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเอง หรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ บุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่ามีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า บุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (Low Income-Downward > Low Income-Upward) $F(1, 432) = 108.08, p < .001$</p>	สนับสนุน
5	<p>ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเอง หรือเรื่องที่ตนให้ความสนใจ บุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่ามีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่าบุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (High Income-Upward > Low Income-Upward) $F(1, 432) = 2.68, p = .103, ns$</p>	ไม่สนับสนุน
6	<p>ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเอง หรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ บุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่ามีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่าบุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า (High Income-Downward > Low Income-Downward) $F(1, 432) = 23.04, p < .001$</p>	สนับสนุน

ข้อที่	สมมติฐานการวิจัย	ผลการวิเคราะห์
7	<p>ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเอง หรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ บุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า บุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (Low Income-Downward > High Income-Upward) $t(223) = 9.67, p = .000$ (หนึ่งหาง)</p>	สนับสนุน
8	<p>ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเอง หรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ บุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า บุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (High Income-Downward > Low Income-Upward) $t(209) = 14.23, p = .000$ (หนึ่งหาง)</p>	สนับสนุน

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทที่ 4

อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเปรียบเทียบทางสังคมของผู้ที่มีรายได้สูงและต่ำ กับความสุขเชิงอัตวิสัย ผู้วิจัยจึงขออภิปรายผลการวิจัยตามสมมติฐานดังนี้

สมมติฐานข้อที่ 1. การเปรียบเทียบทางสังคมมีอิทธิพลหลักต่อความสุขเชิงอัตวิสัย โดยบุคคลที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า**มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า** บุคคลที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (Downward > Upward)

สมมติฐานข้อที่ 3. ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเอง หรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ บุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า**มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า**บุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (High Income-Downward > High Income-Upward)

สมมติฐานข้อที่ 4. ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเอง หรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ บุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า**มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า**บุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (Low Income-Downward > Low Income-Upward)

สมมติฐานข้อที่ 8. ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเอง หรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ บุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า**มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า**บุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (High Income-Downward > Low Income- Upward)

พบว่าผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 1, 3, 4 และ 8 ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาเรื่องความสุขกับการเปรียบเทียบทางสังคมของ Forsyth (2006) พบว่าบุคคลที่มีการรายงานในช่วงเวลาปัจจุบันมีความสุขมากกว่า จะมีแนวโน้มที่จะใช้การเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า (downward social comparison) ตนในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเอง หรือเรื่องที่

ตนเองให้ความสนใจ บ่อยครั้งกว่าใช้การเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (upward social comparison) ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตน หรือเรื่องที่ตนให้ความสนใจ ในความเป็นจริงความรู้สึกเป็นสุขของบุคคลที่มีความสุขนั้นจะมีพื้นฐานจากการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า (downward social comparison) ตนในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเอง หรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ คนที่มีคะแนนมาตรการรายงานตนเองเรื่องความสุขสูงกว่า เนื่องจากบุคคลเหล่านี้รู้จักเลือกใช้การเปรียบเทียบทางสังคมที่เหมาะสมที่จะทำให้ความรู้สึกของตนเองเป็นสุข และยังช่วยให้มีความสัมพันธ์ทางสังคมทางบวกอีกด้วย

สมมติฐานข้อที่ 2. รายได้มีอิทธิพลหลักต่อความสุขเชิงอัตวิสัย โดยบุคคลที่มีรายได้สูง**มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า**บุคคลที่มีรายได้ต่ำ (High Income > Low Income)

สมมติฐานข้อที่ 6. ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเอง หรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ บุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า **มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า**บุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า (High Income-Downward > Low Income-Downward)

สมมติฐานข้อที่ 8. ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเอง หรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ บุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า **มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า**บุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (High Income-Downward > Low Income-Upward)

พบว่าผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 2, 6, และ 8 ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Diener และ Diener (1995) เมื่อมีการวัดความมั่งคั่งภายในประเทศ คนที่มั่งคั่งกว่าดูเหมือนมีความสุขมากกว่าค่าเฉลี่ยเล็กน้อย แต่เงินไม่ได้มีอิทธิพลต่อความสุขมากนัก เป็นไปได้ว่าความยากจนอย่างมากจะทำให้บุคคลไม่มีความสุข มากกว่าความมั่งคั่งจะทำให้คนมีความสุข ถึงแม้ว่าความยากจนจะไม่มีอิทธิพลสูงนัก แต่ก็มีอิทธิพลมากพอที่แสดงให้เห็นว่าคนที่อาศัยอยู่ในชาติที่มีความมั่งคั่งเป็นบุคคลที่แสดงระดับความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) ที่สูงกว่า และ Diener (2005) กล่าวว่า บุคคลในสังคมที่ไม่มั่นคงและยากจนแสดงให้เห็นอย่างชัดเจนถึงระดับของความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) ที่ต่ำกว่า

สมมติฐานข้อที่ 5. ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเอง หรือเรื่องที่ตนให้ความสนใจ บุคคลที่มีรายได้อาจสูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า**มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า**บุคคลที่มีรายได้น้อยและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (High Income-Upward > Low Income-Upward)

ผลการวิจัยพบว่าผู้ที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า และมีรายได้อาจสูงมีความสุขเชิงอัตวิสัยไม่แตกต่างกับผู้ที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่าและมีรายได้น้อย จึงปฏิเสธสมมติฐานข้อที่ 5 ซึ่งไม่สอดคล้องกับงานวิจัยของ Diener และ Diener (1995) เมื่อมีการวัดความมั่งคั่งภายในประเทศ คนที่มั่งคั่งกว่าดูเหมือนมีความสุขมากกว่าค่าเฉลี่ยเล็กน้อย แต่เงินไม่ได้มีอิทธิพลต่อความสุขมากนัก เป็นไปได้ว่าความยากจนอย่างมากจะทำให้บุคคลไม่มีความสุข มากกว่าความมั่งคั่งจะทำให้คนมีความสุข ถึงแม้ว่าความยากจนไม่มีอิทธิพลสูงนัก แต่ก็ยังมีอิทธิพลมากพอที่แสดงให้เห็นว่าคนที่อาศัยอยู่ในชาติที่มีความมั่งคั่งเป็นบุคคลที่แสดงระดับความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) ที่สูงกว่า และ Diener (2005) กล่าวว่า บุคคลในสังคมที่ไม่มั่นคงและยากจนแสดงให้เห็นอย่างชัดเจนถึงระดับของความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) ที่ต่ำกว่า

ผลการวิจัยนี้พบว่าบุคคลที่มีรายได้อาจสูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่ามีความสุขเชิงอัตวิสัยไม่แตกต่างกับบุคคลที่มีรายได้น้อยและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า และเมื่อพิจารณาประกอบกับผลการวิเคราะห์สมมติฐานในข้อที่ 2 ซึ่งวิเคราะห์เฉพาะเรื่องรายได้เพียงตัวแปรเดียวพบว่ามีความแตกต่างกัน โดยบุคคลที่มีรายได้อาจสูงมีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่าบุคคลที่มีรายได้น้อย จากผลการวิจัยนี้อาจเป็นไปได้ว่าตัวแปรการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่ามีอิทธิพลต่อความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่าปัจจัยเรื่องของรายได้สูงและรายได้น้อย จึงทำให้ผลการวิเคราะห์ที่ออกมาไม่มีความแตกต่างกัน

ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบสองทางของคะแนนความสุขเชิงอัตวิสัยในเรื่องการเปรียบเทียบทางสังคมพบว่า บุคคลที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่าและบุคคลที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่ามีปฏิสัมพันธ์กัน เมื่อทดสอบการเปรียบเทียบต่างพบว่าเมื่อมีการเปรียบเทียบบุคคลที่มีรายได้อาจอยู่ในช่วงเดียวกัน บุคคลที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่าประเมิน

ความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่าบุคคลที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า

สำหรับการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบสองทางของคะแนนความสุขเชิงอัตวิสัยในเรื่อง รายได้ เมื่อทดสอบการเปรียบเทียบพบว่า คนที่มีรายได้สูงประเมินความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่าบุคคลที่มีรายได้ต่ำ แต่ในกรณีที่มีตัวแปรการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่าไม่ว่าบุคคลนั้นจะมีรายได้สูงหรือมีรายได้ต่ำ คะแนนการประเมินความสุขเชิงอัตวิสัยของบุคคลไม่แตกต่างกัน อาจเนื่องมาจากตัวแปรการเปรียบเทียบทางสังคมมีอิทธิพลมากกว่าตัวแปรรายได้ จึงทำให้ไม่มีความแตกต่างกันในการประเมินความสุขเชิงอัตวิสัย ประกอบกับงานวิจัยการเปรียบเทียบทางสังคมของ Forsyth (2006) ได้กล่าวไว้ว่าบุคคลจะเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเองหรือเรื่องที่ทำให้ตนสนใจ ในหลาย ๆ กรณีบุคคลชอบที่จะเปรียบเทียบกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่าตน มากกว่าการเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า เพราะว่าการเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่าตน ทำให้บุคคลที่เปรียบเทียบนั้นรู้สึกดีกว่าบุคคลอื่นที่ตนไปเปรียบเทียบกับ ซึ่งในทางตรงกันข้าม ถ้าเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า ตนเองอาจจะรู้สึกล้มเหลว หรือด้อยกว่าบุคคลอื่น แต่ในบางครั้งการเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า ก็ทำให้เกิดแรงบันดาลใจและความหวัง เมื่อบุคคลนั้นอยู่ในกลุ่มเดียวกันกับตน เป็นพวกเดียวกับตน

สรุปงานวิจัยพบว่าการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่น เป็นปัจจัยที่ก่อให้เกิดความสุขเชิงอัตวิสัยที่แตกต่างกัน โดยบุคคลที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่ามีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่าบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า สำหรับตัวแปรรายได้ นั้นก็เป็นปัจจัยที่ก่อให้เกิดความสุขเชิงอัตวิสัยที่แตกต่างกัน โดยบุคคลที่มีรายได้สูงมีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่าบุคคลที่มีรายได้ต่ำ สำหรับกรณีที่นำตัวแปรด้านรายได้มาพร้อมกับตัวแปรการเปรียบเทียบทางสังคมจะเห็นว่า บุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่าจะประเมินความสุขเชิงอัตวิสัยในระดับสูงที่สุด และบุคคลที่รายได้ต่ำและมีกาเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่าจะประเมินความสุขเชิงอัตวิสัยในระดับต่ำที่สุด แต่ถ้าอยู่ในเงื่อนไขการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า บุคคลที่มีรายได้สูงมีความสุขเชิงอัตวิสัยไม่แตกต่างกับบุคคลที่มีรายได้ต่ำ

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาว่าบุคคลที่มีรายได้สูงมีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่าบุคคลที่มีรายได้ต่ำ
2. เพื่อศึกษาความแตกต่างระหว่างการเปรียบเทียบทางสังคมกับรายได้ ส่งผลต่อความสุขเชิงอัตวิสัยแตกต่างกัน

สมมติฐานการวิจัย

1. การเปรียบเทียบทางสังคมมีอิทธิพลหลักต่อความสุขเชิงอัตวิสัย โดยบุคคลที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า**มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า**บุคคลที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (Downward > Upward)
2. รายได้มีอิทธิพลหลักต่อความสุขเชิงอัตวิสัย โดยบุคคลที่มีรายได้สูง**มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า**บุคคลที่มีรายได้ต่ำ (High Income > Low Income)
3. ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเองหรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ บุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า**มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า**บุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (High Income-Downward > High Income-Upward)
4. ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเองหรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ บุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า**มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า**บุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (Low Income-Downward > Low Income-Upward)

5. ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเองหรือเรื่องที่ตนให้ความสนใจ บุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า**มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า** บุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (High Income-Upward > Low Income-Upward)

6. ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเองหรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ บุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า**มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า** บุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า (High Income-Downward > Low Income-Downward)

7. ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเองหรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ บุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า**มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า** บุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (Low Income-Downward > High Income-Upward)

8. ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเองหรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ บุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า**มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า** บุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (High Income-Downward > Low Income-Upward)

กลุ่มตัวอย่าง

1. กลุ่มตัวอย่างชั้นสร้างเครื่องมือ

ชั้นการวิเคราะห์ข้อกระทงและหาความเที่ยง (Reliability) ของมาตรวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่าและการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า (upward and downward social comparison) ใช้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้มีรายได้ในเขตกรุงเทพมหานคร และปริมณฑล ที่ประกอบอาชีพข้าราชการหรือพนักงานของรัฐ พนักงานรัฐวิสาหกิจ และพนักงานบริษัท จำนวน 60 คน

ชั้นการหาความตรง (validity) ใช้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 60 คน โดยแบ่งเป็น

1.1 กลุ่มบุคคลที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (upward social comparison) ซึ่งกลุ่มตัวอย่างนี้เป็นบุคคลที่ทำงานและมีรายได้ประจำที่ใช้บริการในคลินิกเสริมความงามหรือลดน้ำหนัก จำนวน 30 คน

กลุ่มบุคคลที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า (downward social comparison) เป็นบุคคลที่ทำงานและมีรายได้ประจำ และทำกิจกรรมพิเศษนอกจากงานประจำเป็นอาสาสมัครในมูลนิธิกุ๊กกั๊กหรืออาสาสมัครในการช่วยเหลือผู้ด้อยโอกาสในสังคม (การเป็นอาสาสมัครในที่นี้จะต้องเป็นการทำงานโดยไม่ได้รับเงินเป็นการตอบแทน) จำนวน 30 คน

2. กลุ่มตัวอย่างจริงในการวิจัย

ใช้กลุ่มตัวอย่างจากผู้ที่มีรายได้ในเขตกรุงเทพมหานคร และปริมณฑล ที่ประกอบอาชีพข้าราชการหรือพนักงานของรัฐ พนักงานรัฐวิสาหกิจ และพนักงานบริษัท แบ่งเป็นเพศชายและเพศหญิงและประเภทของการประกอบอาชีพในจำนวนที่เท่ากัน มีรายละเอียดในการจำแนกกลุ่มตัวอย่างดังต่อไปนี้

2.1 บุคคลที่มีรายได้สูง ในงานวิจัยนี้กำหนดรายได้ที่ระดับมากกว่า 30,001 บาท/เดือน จำนวน 405 คน

2.2 บุคคลที่มีรายได้ต่ำ ในงานวิจัยนี้กำหนดรายได้ที่ระดับ 7,000 – 20,000 บาท/เดือน จำนวน 405 คน

จำนวนตัวอย่างในแต่ละเงื่อนไขแสดงในตารางที่ 16

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 16

เงื่อนไขการทดลอง และจำนวนตัวอย่างในแต่ละเงื่อนไข (N = 810)

ข้าราชการหรือพนักงานของรัฐ 270 คน				พนักงานรัฐวิสาหกิจ 270 คน				พนักงานบริษัทเอกชน 270 คน			
ชาย 135 คน		หญิง 135 คน		ชาย 135 คน		หญิง 135 คน		ชาย 135 คน		หญิง 135 คน	
รายได้ สูง	รายได้ ต่ำ	รายได้ สูง	รายได้ ต่ำ	รายได้ สูง	รายได้ ต่ำ	รายได้ สูง	รายได้ ต่ำ	รายได้ สูง	รายได้ ต่ำ	รายได้ สูง	รายได้ ต่ำ
68	67	67	68	68	67	67	68	68	67	67	68
คน	คน	คน	คน	คน	คน	คน	คน	คน	คน	คน	คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ในงานวิจัยชิ้นนี้ ใช้เครื่องมือในการวิจัยดังต่อไปนี้

1. คำถามข้อมูลส่วนบุคคล (Biographical Data)
2. มาตรการเปรียบเทียบทางสังคม (Social Comparison Scales)

พัฒนาจากมาตรการเปรียบเทียบทางสังคม ไอโอวา-เนเธอร์แลนด์ (Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure หรือ Social Comparison Scale) ของ Gibbons และ Buunk (1999) ซึ่งได้แบ่งมาตรการออกเป็นออกเป็น 2 มาตรการ คือ

2.1 มาตรการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (upward comparison subscale)

2.2 มาตรการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า (downward comparison subscale)

3. มาตรการวัดความสุขเชิงอัตวิสัย (Subjective well-being) ประกอบด้วย

3.1 มาตรการวัดความพึงพอใจในชีวิต (life satisfaction) ของ วัชรภรณ์ เฟ่งจิตต์ (2543)

3.2 มาตรการวัดความรู้สึกทางบวก (positive affect) และมาตรการวัดความรู้สึกทางลบ (negative affect) ของสาริณี วิเศษศรี (2540)

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ติดต่อกับหน่วยงานราชการ หน่วยงานรัฐวิสาหกิจ และบริษัท เพื่อขออนุญาตเก็บข้อมูล พร้อมทั้งอธิบายวัตถุประสงค์การวิจัย และขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย และขอนัดหมายวัน เพื่อที่จะดำเนินการเก็บข้อมูลจากข้าราชการ พนักงานของรัฐ พนักงานรัฐวิสาหกิจ และพนักงานบริษัทเอกชน พร้อมทั้งอธิบายวัตถุประสงค์ของการวิจัย และขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย แล้วจึงแจกแบบสอบถาม และกล่าวขอบคุณเมื่อกลุ่มตัวอย่างทำแบบสอบถามเสร็จ สำหรับหน่วยงานที่กลุ่มตัวอย่างไม่สะดวกในการตอบแบบสอบถามในช่วงเวลาที่แจกแบบสอบถาม จะนัดหมายวันเวลาที่มารับแบบสอบถามที่ทำเสร็จแล้วในภายหลัง ตามความสะดวกของผู้ตอบแบบสอบถามและหน่วยงาน

ผลการวิจัย

1. การเปรียบเทียบทางสังคมมีอิทธิพลหลักต่อความสุขเชิงอัตวิสัย โดยบุคคลที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า**มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า** บุคคลที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (Downward > Upward) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001
2. รายได้มีอิทธิพลหลักต่อความสุขเชิงอัตวิสัย โดยบุคคลที่มีรายได้สูง**มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า**บุคคลที่มีรายได้ต่ำ (High Income > Low Income) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001
3. ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเองหรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ บุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า**มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า** บุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (High Income-Downward > High Income-Upward) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
4. ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเองหรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ บุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า**มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า** บุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (Low Income-Downward > Low Income-Upward) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

5. ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเองหรือเรื่องที่ตนให้ความสนใจ บุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า**มีความสุขเชิงอัตวิสัยไม่แตกต่าง**กับบุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (High Income-Upward > Low Income-Upward)

6. ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเองหรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ บุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า**มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า**บุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า (High Income-Downward > Low Income-Downward) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

7. ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเองหรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ บุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า**มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า**บุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (Low Income-Downward > High Income-Upward) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

8. ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเองหรือเรื่องที่ตนเองให้ความสนใจ บุคคลที่มีรายได้สูงและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า**มีความสุขเชิงอัตวิสัยมากกว่า**บุคคลที่มีรายได้ต่ำและมีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (High Income-Downward > Low Income- Upward) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ข้อเสนอแนะ

การวิจัยนี้ได้ศึกษากลุ่มตัวอย่างเฉพาะบางอาชีพ คือ ข้าราชการ หรือพนักงานของรัฐ พนักงานรัฐวิสาหกิจ พนักงานบริษัทเอกชน ดังนั้นจึงน่าจะศึกษากับบุคคลในอาชีพที่มีความหลากหลายขึ้น เพื่อจะได้เห็นผลการศึกษาที่ครอบคลุมคนโดยรวมของประเทศ และจะได้ทราบถึงผลของการวิจัยจากตัวแปรรายได้และการเปรียบเทียบทางสังคมจะมีความสัมพันธ์กับความสุขเชิงอัตวิสัยเหมือนกับกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาหรือไม่ และน่าศึกษาเพิ่มเติมว่ามีปัจจัยอื่น ๆ อีกหรือไม่ที่มีความสัมพันธ์กับความสุขเชิงอัตวิสัย ซึ่งจะส่งผลให้มีการศึกษาเรื่องความสุขเชิงอัตวิสัยอย่างรอบด้าน และครอบคลุม เพื่อนำไปสู่การพัฒนาความสุขเชิงอัตวิสัยของบุคคล

รายการอ้างอิง

- กระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร, สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2549). *รายงานการสำรวจภาวะเศรษฐกิจและสังคมของครัวเรือน พ.ศ. 2549* ทวีธาภิเศกจักร. กรุงเทพมหานคร: ผู้แต่ง.
- ราชกิจจานุเบกษา. (2551). *พระราชบัญญัติระเบียบข้าราชการพลเรือน พ.ศ. 2551* [on-line]. ค้นคว้าเมื่อ 2 มีนาคม 2551 จาก <http://www.ratchakitcha.soc.go.th/DATA/PDF/2551/A/022/1.PDF>
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2549). *รายงานสรุปประเด็นสำคัญสัมมนา "ความสุขมวลรวมประชาชาติและเศรษฐกิจพอเพียง"*. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานพัฒนานโยบายสาธารณะ ทำเนียบรัฐบาล.
- สำนักพัฒนาเศรษฐกิจชุมชนและการกระจายรายได้. (2550). *คำชี้แจงเกี่ยวกับข้อมูลความยากจน* [on-line]. ค้นคว้าเมื่อ 14 กันยายน 2550 จาก http://poverty.nesdb.go.th/poverty_new/default.aspx
- สาริณี วิเศษสร. (2540). *ความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อที่ว่าโลกนี้มีความยุติธรรม กับความรู้สึกที่ดีเชิงอัตวิสัยของนิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 4 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาสังคม บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วัชรภรณ์ เฟงจิตต์. (2543). *ความสัมพันธ์ระหว่างค่านิยมทางวัตถุกับความพึงพอใจในชีวิต: การศึกษาเปรียบเทียบระหว่างผู้ปฏิบัติศาสนกิจตามแนวสันตือโคศ ผู้เป็นสมาชิกสโมสรโรตารี และพนักงานทั่วไปในองค์กรขนาดใหญ่ ในเขตกรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาสังคม คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

Argyle, M., & Crossland, J. (1987). The dimensions of positive emotions [Electronic version]. *British Journal of Social Psychology*, 26, 127–137.

Bradburn, N. M. (1969). *The structure of psychological well-being*. Chicago: Aldine.

Buunk, A. P., Groothof, H. A. K., & Siero, F. W. (2007). Social comparison and satisfaction with one's social life [Electronic version]. *Journal of Social and Personal Relationships*, 24, 197–205.

Compton, W. C. (2000). *Introduction to positive psychology*. Belmont, CA: Wadsworth.

Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale [Electronic version]. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71–75.

Diener, E., & Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem [Electronic version]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 653-663.

Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index [Electronic version]. *American Psychologist*, 55, 34–43.

Diener, E., & Biswas-Diener, R. (2002). Will money increase subjective well-being? A literature review and guide to needed research [Electronic version]. *Social Indicators Research*, 57, 119-169.

Diener, E. (2005). *Frequently asked questions (FAQ's) about subjective well-being (happiness and life satisfaction)*. Retrieved November 20, 2007, from <http://www.psych.uiuc.edu/~ediener/faq.html>

- Diener, E., Lucas, R. E., & Scollon, C. N. (2006). Beyond the hedonic treadmill: Revising the adaptation theory of well-being [Electronic version]. *American Psychologist*, 61, 305–314.
- Diener, E., & Tov, W. (2007). Subjective well-being and peace [Electronic version]. *Journal of Social Issues*, 63, 421-440.
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7, 117-140.
- Forsyth, D. (2006). *Group dynamics* (4th ed.). Belmont, CA: Wadsworth.
- Gibbons, F. X., & Buunk, B. P. (1999). Individual differences in social comparison: Development of a scale of social comparison orientation [Electronic version]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 129-142.
- Hagerty, M. R. (2000). Social comparisons of income in one's community: Evidence from national surveys of income and happiness [Electronic version]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 764-771.
- Kammann, R., & Flett, R. (1983). Affectometer 2: A scale to measure current level of general happiness [Electronic version]. *Australian Journal of Psychology*, 35, 259-265.
- Larsen, R. J., & Ketelaar, T. (1991). Personality and susceptibility to positive and negative emotional states [Electronic version]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 132–140.

Lu, L., & Shih, J. B. (1997). Sources of happiness: A qualitative approach [Electronic version]. *Journal of Social psychology, 137*, 181-187.

Lyubomirsky, S., & Lepper, H. S. (1999). A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation [Electronic version]. *Social Indicators Research, 46*, 137-155.

Parducci, A. (1995). *Happiness, pleasure, and judgment: The contextual theory and its applications*. Mahwah, NJ: Erlbaum.

Pavot, W., & Diener, E. (1993). Review of the satisfaction with life scale [Electronic version]. *Psychological Assessment, 5*, 164-172.

Veenhoven, R. (1994). Is happiness a trait? tests of the theory that a better society does not make people any happier [Electronic version]. *Social Indicators Research, 32*, 101-160.

Veenhoven, R. (2005). Inequality of happiness in nations [Electronic version]. *Journal of Happiness Studies, 6*, 351-355.

Suls, J., Martin, R., & Wheeler, L. (2002). Social comparison: Why, with whom, and with what effect? [Electronic version]. *Current Directions in Psychological Science, 11*, 159-163.

Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales [Electronic version]. *Journal of Personality and Social Psychology, 54*, 1063-1070.

Wood, W., Rhodes, N., & Whelan, M. (1989). Sex differences in positive well-being: A consideration of emotional style and marital status [Electronic version]. *Psychological Bulletin*, 106, 249-264.



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาคผนวก ก

มาตรวัดการเปรียบเทียบทางสังคมของไอโอวา-เนเธอร์แลนด์

Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure (Social Comparison Scale)

Most people compare themselves from time to time with others. For example, they may compare the way they feel, their opinions, their abilities, and/or their situation with those of other people. There is nothing particularly “good” or “bad” about this type of comparison, and some people do it more than others. We would like to find out how often you compare yourself with other people. To do that we would like you to indicate how much you agree with each statement below, by using the following scale.

A	B	C	D	E
I disagree strongly				I agree strongly

Upward comparison subscale

1. When it comes to my personal life, I sometimes compare myself with others who have it better than I do.
2. When I consider how I am doing socially (e.g., social skills, popularity), I prefer to compare with others who are more socially skilled than I am.
3. When evaluating my current performance (e.g., how I am doing at home, work, school, or wherever), I often compare with others who are doing better than I am.
4. When I wonder how good I am at something, I sometimes compare myself with others who are better at it than I am.
5. When things are going poorly, I think of others who have it better than I do.
6. I sometimes compare myself with others who have accomplished more in life than I have.

Downward comparison subscale

1. When it comes to my personal life, I sometimes compare myself with others who have it worse than I do.
2. When I consider how I am doing socially (e.g., social skills, popularity), I prefer to compare with others who are less socially skilled than I am.
3. When evaluating my current performance (e.g., how I am doing at home, work, school, or wherever), I often compare with others who are doing worse than I am.
4. When I wonder how good I am at something, I sometimes compare myself with others who are worse at it than I am.
5. When things are going poorly, I think of others who have it worse than I do.
6. I sometimes compare myself with others who have accomplished less in life than I have.



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาคผนวก ข

มาตรวัดการเปรียบเทียบทางสังคม (Social Comparison Scale)

ขั้นตอนการสร้างมาตรวัด

1. มาตรวัดการเปรียบเทียบทางสังคม (Social Comparison Scales)

1.1 แปลมาตรวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่าและน้อยกว่า (upward and downward social comparison) ของ ไอโอวา-เนเธอร์แลนด์ (Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure) ของ Gibbons และ Buunk (1999) ซึ่งเป็นมาตรวัดการประมาณค่า มีข้อกระทงจำนวน 12 ข้อ เป็นข้อกระทงทางบวกทั้งหมด แบ่งเป็นมาตรวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า จำนวน 6 ข้อ และ มาตรวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า จำนวน 6 ข้อ มีช่วงการตอบจำนวน 5 ช่วง ตั้งแต่ 1 คือ ไม่เห็นด้วยอย่างมาก จนถึง 5 คือ เห็นด้วยอย่างมาก

1.2 สร้างข้อกระทงเพิ่มเติมอีก 40 ข้อ โดยแบ่งเป็นมาตรวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า จำนวน 20 ข้อ และ มาตรวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า จำนวน 20 ข้อ รวมข้อกระทงทั้งหมดเป็น 52 ข้อ โดยแบ่งเป็น มาตรวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า จำนวน 26 ข้อ และมาตรวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า จำนวน 26 ข้อ จากนั้นนำข้อกระทงที่สร้างขึ้นส่งให้ รองศาสตราจารย์ ดร.ธีระพร อุวรรณโณ อาจารย์ที่ปรึกษาดูตรวจสอบความถูกต้องและความเหมาะสมของภาษา รวมถึงความถูกต้องเหมาะสมของขั้นตอนในการสร้างมาตรวัด จากนั้นจึงนำข้อกระทงไปปรับปรุงแก้ไข

1.3 นำมาตรวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า จำนวน 26 ข้อ และมาตรวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า จำนวน 26 ข้อ มีช่วงการตอบ 5 ช่วง คือ ตั้งแต่ 1 คือ ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง, 2 คือ ไม่เห็นด้วย, 3 คือ ไม่เห็นด้วยและเห็นด้วยพอๆกัน, 4 คือ เห็นด้วย และ 5 คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง ไปทดสอบกับกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นบุคคลทั่วไปที่ประกอบอาชีพและมีรายได้ประจำ จำนวน 60 คน

1.4 แบ่งกลุ่มตัวอย่างโดยเกณฑ์เปอร์เซ็นต์ที่ 73 หรือสูงกว่า แบ่งเป็นกลุ่มสูง และเปอร์เซ็นต์ที่ 27 หรือต่ำกว่า เป็นกลุ่มต่ำ ในทั้ง 2 มาตรฐาน โดยผู้ตอบมาตรฐานวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า แบ่งเป็นกลุ่มสูง 18 คน กลุ่มต่ำ 16 คน และผู้ตอบมาตรฐานวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า แบ่งเป็นกลุ่มสูง 17 คน กลุ่มต่ำ 16 คน

1.5 หาค่าความแตกต่างของคะแนนข้อกระทงรายข้อทั้ง 2 กลุ่ม โดยใช้การทดสอบค่าที่ คัดข้อกระทงที่มีคะแนนแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 โดยมาตรฐานวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า ได้ 24 ข้อ และมาตรฐานวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า ได้ 23 ข้อ

1.6 นำข้อกระทงที่ผ่านการวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น ๆ ทั้งหมด (corrected item-total correlation) ที่ระดับนัยสำคัญวิกฤติ .05 [$r(58) = .21, p < .05$ (หนึ่งหาง)] ทั้งในมาตรฐานวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า และมาตรฐานวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า ได้ข้อกระทงที่มีคุณภาพเป็นมาตรฐานวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า 24 ข้อ และมาตรฐานวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า 23 ข้อ และเมื่อวิเคราะห์ความเที่ยงแบบสอดคล้องภายใน ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .97 ทั้งสองมาตรฐาน

1.8 หาความตรง (validity) ของมาตรฐานวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า จำนวน 24 ข้อ และมาตรฐานวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า จำนวน 23 ข้อ โดยทดสอบกับกลุ่มตัวอย่างในขั้นการหาความตรง เป็นกลุ่มตัวอย่างที่รู้จักสถานะอยู่แล้ว (Known-Group Technique) ในมาตรฐานวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า กลุ่มสูงของมาตรฐานวัดนี้ ได้แก่ บุคคลที่ทำงานและมีรายได้ประจำที่ได้ใช้บริการในคลินิกเสริมความงาม หรือลดน้ำหนัก จำนวน 30 คน ซึ่งคาดว่าจะน่าจะเป็นกลุ่มที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า เพราะมีการพยายามปรับปรุงรูปลักษณ์ของตนเองให้ดีขึ้น และต้องการพัฒนาตนเองให้ดีกว่าเดิม สำหรับกลุ่มต่ำของมาตรฐานวัดนี้ ได้แก่ บุคคลที่ทำงานและมีรายได้ประจำ ที่ทำกิจกรรมพิเศษนอกจากงานประจำเป็นอาสาสมัครในมูลนิธิกุ๊กกั๊ย อาสาสมัครในการช่วยเหลือผู้ยากไร้ อาสาสมัครในการช่วยเหลือ

ผู้ด้อยโอกาสในสังคม (ซึ่งการเป็นอาสาสมัครในที่นี่จะต้องเป็นการทำงานโดยไม่ได้รับเงินเป็นการตอบแทน) จำนวน 30 คน ซึ่งคาดว่าจะน่าจะเป็นกลุ่มที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า เพราะมองเห็นว่าผู้อื่นด้อยกว่าตน และมีการช่วยเหลือผู้อื่น หรือช่วยเหลือผู้ด้อยโอกาสในสังคม

ผลการทดสอบความแตกต่างของมาตรการเปรียบเทียบกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า พบว่ามีนัยสำคัญทางสถิติ $t(58) = 15.17, p = .000$ (หนึ่งหาง) โดยกลุ่มสูงมีคะแนนจากมาตรวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (upward social comparison) ($M = 3.85, SD = 0.41$) **สูงกว่า**กลุ่มต่ำ ($M = 2.43, SD = 0.31$) เมื่อคำนวณค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาอีกครั้งพบว่ามีค่า .97 แสดงว่ามาตรวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า สามารถจำแนกกลุ่มสูงกับกลุ่มต่ำออกมาได้อย่างมีประสิทธิภาพ

สำหรับมาตรการเปรียบเทียบกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า กลุ่มสูงของมาตรวัดนี้ ได้แก่ บุคคลที่ทำงานและมีรายได้ประจำ ที่ทำกิจกรรมพิเศษนอกจากงานประจำเป็นอาสาสมัครในมูลนิธิกุ๊กภัย อาสาสมัครในการช่วยเหลือผู้ยากไร้ อาสาสมัครในการช่วยเหลือผู้ด้อยโอกาสในสังคม (ซึ่งการเป็นอาสาสมัครในที่นี่จะต้องเป็นการทำงานโดยไม่ได้รับเงินเป็นการตอบแทน) จำนวน 30 คน ซึ่งเป็นกลุ่มเดียวกันกับมาตรการเปรียบเทียบกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า ที่คาดว่าจะน่าจะเป็นกลุ่มที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า เพราะมองเห็นว่าผู้อื่นด้อยกว่าตน และมีการช่วยเหลือผู้อื่น หรือช่วยเหลือผู้ด้อยโอกาสในสังคม และกลุ่มต่ำของมาตรวัดนี้ ได้แก่ บุคคลที่ทำงานและมีรายได้ประจำที่ได้ใช้บริการในคลินิกเสริมความงาม หรือลดน้ำหนัก จำนวน 30 คน การเปรียบเทียบกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า ที่คาดว่าจะน่าจะเป็นกลุ่มที่มีการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า เพราะมีการพยายามปรับปรุงรูปลักษณ์ของตนเองให้ดีขึ้น และต้องการพัฒนาตนเองให้ดีกว่าเดิม

ผลการทดสอบความแตกต่าง พบว่ามีนัยสำคัญทางสถิติ $t(42.54) = 17.77, p = .000$ (หนึ่งหาง) โดยกลุ่มสูงมีคะแนนจากมาตรวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า (downward social comparison) ($M = 3.86, SD = 0.23$) **สูงกว่า**กลุ่มต่ำ ($M = 2.20, SD = 0.46$) เมื่อคำนวณค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาอีกครั้งพบว่ามีค่า .97 แสดงว่ามาตรวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับบุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า สามารถจำแนกกลุ่มสูงกับกลุ่มต่ำออกมาได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ตัวอย่างข้อกระทงมาตรฐานวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับ
บุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า จำนวน 3 ข้อ

1. แม้ฉันจะได้รับโบนัสสูงกว่าเพื่อนร่วมงานอีกหลายคน แต่ฉันมักเปรียบเทียบโบนัสของฉันกับคนที่ได้รับโบนัสมากกว่าฉัน
2. ฉันเปรียบเทียบผลการทำงานของฉันกับคนที่ทำงานได้ดีกว่าฉัน
3. ฉันเลือกที่จะเปรียบเทียบกับคนที่ทำงานได้ดีกว่าฉัน เพื่อให้ตนเองได้พัฒนาฝีมือมากขึ้น

ตัวอย่างข้อกระทงมาตรฐานวัดการเปรียบเทียบทางสังคมกับ
บุคคลอื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า จำนวน 3 ข้อ

1. เมื่อฉันสงสัยว่าฉันทำบางอย่างได้ดีหรือไม่ ฉันมักเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นที่ทำได้แย่กว่าฉัน
2. ฉันมักเปรียบเทียบเรื่องส่วนตัวกับคนอื่นที่มีชีวิตส่วนตัวที่แย่กว่าฉัน
3. ฉันคิดว่าตนเองมีสถานภาพทางสังคมไม่สูงนักเมื่อเปรียบเทียบกับคนทั่วไป

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตาราง ข1

ผลการวิเคราะห์ข้อกระทงรายข้อ โดยการเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนรายข้อระหว่างกลุ่มสูงและกลุ่มต่ำ ด้วยการทดสอบค่าที (t-test) และหาสหสัมพันธ์ระหว่างข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ ทั้งหมดในมาตร (Corrected Item-Total Correlation: CITC) ของมาตรวัดการเปรียบเทียบทางสังคม กับผู้อื่นที่ประสบความสำเร็จน้อยกว่า (downward social comparison) (N=60)

ข้อ	ทิศทาง	การวิเคราะห์ข้อกระทงวิธีกลุ่มสูง-ต่ำ							CITC (N = 60) 23 ข้อ	ข้อที่ผ่าน การวิเคราะห์
		กลุ่มสูง (n = 17)		กลุ่มต่ำ (n = 16)		ค่า t	ค่า p	ผ่านค่า t		
		M	SD	M	SD					
2	+	3.71	0.47	1.81	0.66	4.79***	.000	✓	.76	ผ่าน
4	+	3.82	0.53	2.06	0.85	3.54***	.000	✓	.65	ผ่าน
5	+	4.35	0.61	1.50	0.63	6.62***	.000	✓	.87	ผ่าน
7	+	4.00	0.35	2.69	0.87	2.80***	.000	✓	.46	ผ่าน
9	+	3.82	0.81	1.69	0.48	4.65***	.000	✓	.79	ผ่าน
11	+	4.24	0.44	2.19	0.66	5.31***	.000	✓	.78	ผ่าน
13	+	4.06	0.56	1.25	0.45	7.97***	.000	✓	.84	ผ่าน
15	+	4.12	0.60	2.00	0.63	4.93***	.000	✓	.77	ผ่าน
16	+	4.41	0.51	2.50	0.73	4.39***	.000	✓	.67	ผ่าน
19	+	4.06	0.24	2.81	0.54	4.20***	.000	✓	.76	ผ่าน
28	+	3.88	0.60	1.63	0.50	5.85***	.000	✓	.88	ผ่าน
29	+	4.00	0.50	1.69	0.48	6.78***	.000	✓	.80	ผ่าน
32	+	4.00	0.50	3.19	0.98	1.49**	.007	✓	.30	ผ่าน
33	+	4.29	0.69	1.69	0.48	6.29***	.000	✓	.90	ผ่าน
34	+	3.53	0.51	1.63	0.50	5.39***	.000	✓	.83	ผ่าน
35	+	3.88	0.60	1.25	0.45	7.11***	.000	✓	.86	ผ่าน

ข้อ	ทิศทาง	การวิเคราะห์ข้อกระทงวิธีกลุ่มสูง-ต่ำ						CITC (N = 60) 58 ข้อ	ข้อที่ผ่าน การวิเคราะห์	
		กลุ่มสูง (n = 17)		กลุ่มต่ำ (n = 16)		ค่า <i>t</i>	ค่า <i>p</i>			ผ่านค่า <i>t</i>
		<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>					
36	+	3.65	0.79	1.19	0.40	5.70***	.000	✓	.85	ผ่าน
37	+	3.88	0.60	3.31	1.54	1.39	.181	-	-	ไม่ผ่าน
39	+	4.18	0.39	2.00	0.82	4.83***	.000	✓	.85	ผ่าน
40	+	3.82	0.64	1.56	0.51	5.60***	.000	✓	.88	ผ่าน
41	+	3.82	0.64	1.50	0.52	5.74***	.000	✓	.90	ผ่าน
42	+	3.76	0.44	1.44	0.51	7.00***	.000	✓	.86	ผ่าน
45	+	3.71	0.59	2.25	0.93	2.70***	.000	✓	.59	ผ่าน
47	+	3.71	0.59	1.63	0.50	5.46***	.000	✓	.81	ผ่าน
α									.97	

หมายเหตุ: ค่า *t* ที่ขีดเส้นใต้คำนวณโดยแยกความแปรปรวน (Equal variances not assumed)

ค่าวิกฤตของ $n(58) = .21$, $\alpha = .05$ (หนึ่งหาง)

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

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตาราง ข 2

ผลการวิเคราะห์ข้อกระทงรายข้อ โดยการเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนรายข้อระหว่างกลุ่มสูงและกลุ่มต่ำ ด้วยการทดสอบค่าที (t-test) และหาสหสัมพันธ์ระหว่างข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ ทั้งหมดในมาตร (Corrected Item-Total Correlation: CITC) ของมาตรวัดการเปรียบเทียบทางสังคม กับผู้อื่นที่ประสบความสำเร็จมากกว่า (upward social comparison) (N=60)

ข้อ	ทิศทาง	การวิเคราะห์ข้อกระทงวิธีกลุ่มสูง-ต่ำ							CITC (N = 60) 24 ข้อ	ข้อที่ผ่าน การวิเคราะห์
		กลุ่มสูง (n = 18)		กลุ่มต่ำ (n = 16)		ค่า t	ค่า p	ผ่านค่า t		
		M	SD	M	SD					
1	+	3.83	0.62	2.44	0.73	3.02***	.000	✓	.65	ผ่าน
3	+	4.00	0.49	2.19	0.54	5.14***	.000	✓	.83	ผ่าน
6	+	4.28	0.46	2.44	0.73	4.46***	.000	✓	.79	ผ่าน
8	+	4.28	0.58	2.44	0.63	4.46***	.000	✓	.84	ผ่าน
10	+	4.28	0.46	2.19	0.40	7.00***	.000	✓	.91	ผ่าน
12	+	4.17	0.62	2.50	0.73	3.60***	.000	✓	.68	ผ่าน
14	+	4.44	0.98	2.69	0.79	2.84***	.000	✓	.64	ผ่าน
17	+	4.44	0.51	2.06	0.44	7.28***	.000	✓	.90	ผ่าน
18	+	4.33	0.49	2.50	0.63	4.77***	.000	✓	.73	ผ่าน
20	+	3.06	0.99	1.88	0.62	2.10***	.000	✓	.48	ผ่าน
21	+	4.28	0.46	1.94	0.25	9.34***	.000	✓	.94	ผ่าน
22	+	3.61	0.70	2.13	0.72	3.10***	.000	✓	.73	ผ่าน
23	+	4.28	0.46	2.06	0.57	6.24***	.007	✓	.90	ผ่าน
24	+	3.61	0.85	2.94	0.68	1.27*	.000	✓	.40	ผ่าน
25	+	3.33	0.59	1.81	0.75	3.30***	.000	✓	.61	ผ่าน
26	+	4.33	0.49	2.06	0.57	6.25***	.000	✓	.90	ผ่าน

ข้อ	ทิศทาง	การวิเคราะห์ข้อกระทงวิธีกลุ่มสูง-ต่ำ							CITC (N = 60) 24 ข้อ	ข้อที่ผ่าน การวิเคราะห์
		กลุ่มสูง (n = 18)		กลุ่มต่ำ (n = 16)		ค่า <i>t</i>	ค่า <i>p</i>	ผ่านค่า <i>t</i>		
		<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>					
27	+	3.56	0.71	1.81	0.40	4.49***	.000	✓	.82	ผ่าน
30	+	3.28	0.96	2.13	0.50	2.23***	.000	✓	.56	ผ่าน
31	+	3.22	0.81	2.13	0.72	2.08***	.000	✓	.47	ผ่าน
38	+	4.56	0.51	2.44	0.89	4.16***	.000	✓	.80	ผ่าน
43	+	4.44	0.51	2.19	0.40	7.18***	.000	✓	.85	ผ่าน
44	+	4.50	0.62	2.25	0.78	4.70***	.000	✓	.82	ผ่าน
46	+	3.44	0.98	2.13	0.72	2.21***	.000	✓	.52	ผ่าน
48	+	4.56	0.51	2.00	0.89	5.03***	.000	✓	.79	ผ่าน
α									.97	

หมายเหตุ: ค่า *t* ที่ขีดเส้นใต้คำนวณโดยแยกความแปรปรวน (Equal variances not assumed)

ค่าวิกฤตของ $t(58) = .21$, $\alpha = .05$ (หนึ่งหาง)

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

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาคผนวก ค

มาตรวัดความสุขเชิงอัตวิสัย

มาตรวัดความสุขเชิงอัตวิสัย ประกอบด้วย

1) มาตรวัดความพึงพอใจในชีวิต (satisfaction with life scale) สำหรับการวิจัยครั้งนี้ศึกษาตามแนวทางของ Pavot และ Diener (1993) ซึ่งแปลและพัฒนาโดย วัชรภรณ์ เฟ่งจิตต์ (2543) มีตัวอย่างข้อคำถามในมาตรวัด ดังต่อไปนี้

ตัวอย่างข้อกระทงของมาตรวัดความพึงพอใจในชีวิต

-
1. โดยภาพรวมชีวิตของฉันได้เป็นไปตามที่ฉันคาดหวังไว้แทบทุกประการ
 2. สภาพต่าง ๆ ในชีวิตฉันเป็นสิ่งที่ดีมาก
 3. ฉันพึงพอใจในชีวิตของฉัน
-

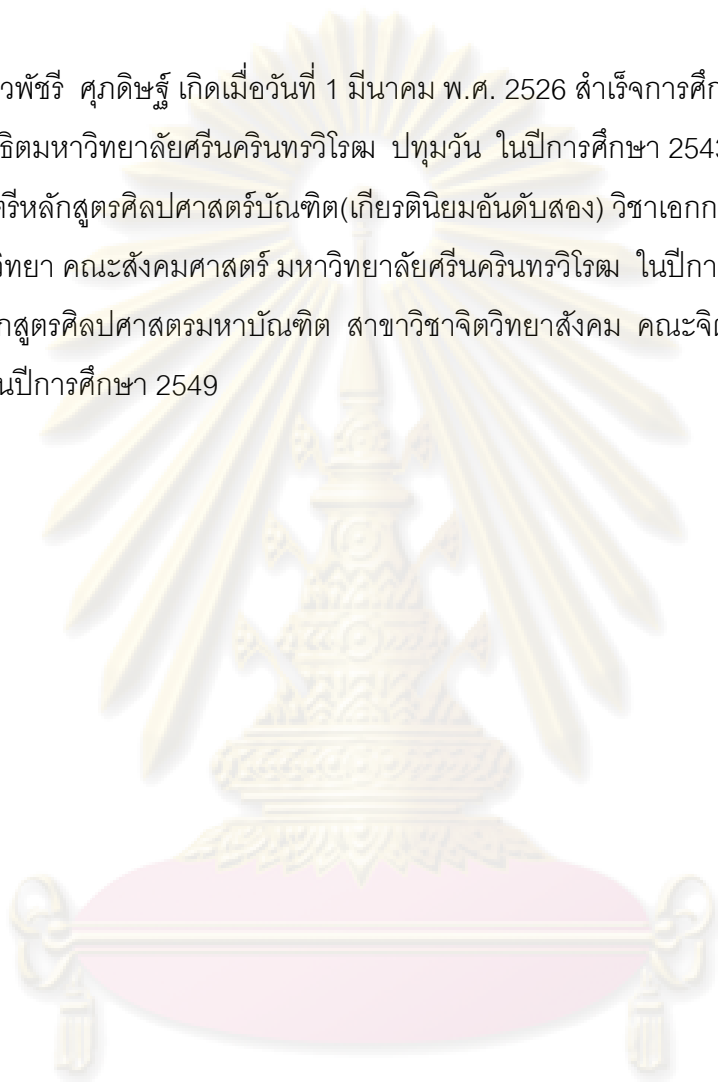
2) มาตรวัดความรู้สึกลบ (negative affect) และความรู้สึกลบ (negative affect) หรือมาตร PANAS สำหรับการวิจัยครั้งนี้ศึกษาตามแนวทางของ Watson, Clark และ Tellegen (1988) ซึ่งแปลและพัฒนาโดย สารีณี วิเศษสร (2540) มีตัวอย่างของคำคุณศัพท์ในมาตรวัด ดังต่อไปนี้

ตัวอย่างคำคุณศัพท์ของมาตรวัดความรู้สึกลบและความรู้สึกทางลบ

-
1. สนใจบางสิ่งบางอย่าง
 2. โศกเศร้า
 3. ตื่นเต้น
-

ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นางสาวพัชรี ศุภดิษฐ์ เกิดเมื่อวันที่ 1 มีนาคม พ.ศ. 2526 สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมศึกษา จากโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ปทุมวัน ในปีการศึกษา 2543 สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรีหลักสูตรศิลปศาสตรบัณฑิต(เกียรตินิยมอันดับสอง) วิชาเอกการพัฒนาชุมชนเมือง ภาควิชาสังคมวิทยา คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ในปีการศึกษา 2547 และเข้าศึกษาต่อในหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาสังคม คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในปีการศึกษา 2549



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย