

เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ การนับถือศาสนา สุขภาวะทางจิตวิญญาณ
และความสุขในบริบทพุทธธรรมของนักศึกษามหาวิทยาลัย

นางสาวมนัสชนันท์ คุณาพรสุจริต

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาจิตวิทยา

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2555

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทคัดย่อและแฟ้มข้อมูลฉบับเต็มของวิทยานิพนธ์ตั้งแต่ปีการศึกษา 2554 ที่ให้บริการในคลังปัญญาจุฬาฯ (CUIR)

เป็นแฟ้มข้อมูลของนิสิตเจ้าของวิทยานิพนธ์ที่ส่งผ่านทางบัณฑิตวิทยาลัย

The abstract and full text of theses from the academic year 2011 in Chulalongkorn University Intellectual Repository(CUIR)

are the thesis authors' files submitted through the Graduate School.

NEGATIVE LIFE EVENTS, RELIGIOUS ORIENTATION, SPIRITUAL WELL-BEING, AND
HAPPINESS IN THE CONTEXT OF BUDDHA DHARMA AMONG UNIVERSITY
STUDENTS

Miss Manuschon Kunapornsujarit

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Master of Arts Program in Psychology
Faculty of Psychology
Chulalongkorn University
Academic Year 2012

Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์	เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ การนับถือศาสนา สุขภาวะทางจิตวิญญาณ และความสุขในบริบทพุทธธรรมของนักศึกษามหาวิทยาลัย
โดย	นางสาวมนัสชนันท์ คุณาพรสุจริต
สาขาวิชา	จิตวิทยา
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก	รองศาสตราจารย์ ดร. อรัญญา ต้อยคำภีร์
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม	อาจารย์ ดร. กุลยา พิสิษฐ์สังฆการ

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโทมหาบัณฑิต

..... คณบดีคณะจิตวิทยา
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ศักดิ์นางค์ มณีศรี)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

..... ประธานกรรมการ
(รองศาสตราจารย์ สุภาพรรณ โคตรจรัส)

..... อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก
(รองศาสตราจารย์ ดร. อรัญญา ต้อยคำภีร์)

..... อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม
(อาจารย์ ดร. กุลยา พิสิษฐ์สังฆการ)

..... กรรมการ
(อาจารย์ ดร. ณัฐสุดา เต็มพันธ์)

..... กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. รุ่งนภา ภาณิตร์ตัน)

มนัสชนน์ คุณาพรสุจริต : เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ การนับถือศาสนา สุขภาวะทางจิตวิญญาณ และความสุขในบริบทพุทธธรรมของนักศึกษามหาวิทยาลัย. (NEGATIVE LIFE EVENTS, RELIGIOUS ORIENTATION, SPIRITUAL WELL-BEING, AND HAPPINESS IN THE CONTEXT OF BUDDHA DHARMA AMONG UNIVERSITY STUDENTS) อ. ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก: รศ. ดร. อรัญญา ต้อยคำภีร์ อ. ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม: อ.ดร. กุลยา พิสิษฐสังฆการ , 174 หน้า.

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาอิทธิพลของการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ การนับถือศาสนา และสุขภาวะทางจิตวิญญาณที่มีต่อความสุขในบริบทพุทธธรรมในนิสิตนักศึกษา กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรี จำนวน 533 คน (ชาย 179 คน หญิง 354 คน) โดยใช้วิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีการสร้างสมการโครงสร้างโดยใช้โปรแกรมลิสเรล (LISREL)

ผลการวิจัยพบว่า โมเดลเชิงสาเหตุที่แสดงถึงอิทธิพลที่การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ การนับถือศาสนาจากภายในและภายนอก มีต่อความสุขในบริบทพุทธธรรม โดยมีสุขภาวะทางจิตวิญญาณเป็นตัวแปรส่งผ่าน โดยโมเดลมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ($\chi^2 = 86.11$, $df = 71$, $p = .107$, $GFI = .98$, $RMSEA = .020$) ทั้งนี้ ตัวแปรทั้งหมดในสมการสามารถอธิบายความแปรปรวนของความสุขในบริบทพุทธธรรมได้ร้อยละ 98.0 โดยที่สุขภาวะทางจิตวิญญาณมีอิทธิพลทางตรงต่อความสุขในบริบทพุทธธรรมสูงสุด ($\beta = .90$, $p < .001$) รองลงมาเป็นอิทธิพลรวมของการนับถือศาสนาจากภายนอก ($\beta = -0.402$, $p < .001$) การรับรู้เหตุการณ์ทางลบในชีวิต ($\beta = -0.340$, $p < .001$) และการนับถือศาสนาจากภายใน ($\beta = .309$, $p < .001$) ทั้งนี้ การนับถือศาสนาจากภายในมีอิทธิพลทางตรงต่อความสุขในบริบทพุทธธรรมอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($\beta = .056$, ns) และการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบและการนับถือศาสนาทั้งสองรูปแบบสามารถอธิบายความแปรปรวนของสุขภาวะทางจิตวิญญาณได้ร้อยละ 13.8 โดยที่การนับถือศาสนาจากภายใน มีอิทธิพลทางตรงต่อสุขภาวะทางจิตวิญญาณสูงสุด ($\beta = .283$, $p < .001$) รองลงมาเป็นการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ ($\beta = -.239$, $p < .001$) และการนับถือศาสนาจากภายนอกมีอิทธิพลต่ำที่สุด ($\beta = -.219$, $p < .001$)

สาขาวิชา จิตวิทยาลายมือชื่ออนิสิต.....
 ปีการศึกษา 2555ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก.....
ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม.....

5378322738 : MAJOR PSYCHOLOGY

KEYWORDS : NEGATIVE LIFE EVENTS / RELIGIOUS ORIENTATION / SPIRITUAL WELL-BEING / HAPPINESS IN THE CONTEXT OF BUDDHA DHARMA

MANUSCHON KUNAPORNSUJARIT: NEGATIVE LIFE EVENTS, RELIGIOUS ORIENTATION, SPIRITUAL WELL-BEING, AND HAPPINESS IN THE CONTEXT OF BUDDHA DHARMA AMONG UNIVERSITY STUDENTS. ADVISOR: ASSOC. PROF. ARUNYA TUICOMEPEE, Ph.D., CO-ADVISOR: KULLAYA PISITSUNGKAGARN, Ph.D., 174 pp.

The purposes of this research study were to investigate the casual relationship that negative life events, religious orientation, and spiritual well-being had with happiness in the context of Buddha Dharma. Participants were 533 university students (179 males and 354 females). Data were collected via a set of questionnaires and subsequently analyzed using the structural equation modeling through LISREL.

Findings revealed that the causal model where negative life events and intrinsic as well as extrinsic religious orientations were used to predict happiness in the context of Buddha Dharma with spiritual well-being being a mediator fit the empirical data ($\chi^2 = 86.11$, $df = 71$, $p = .107$, GFI = .98, RMSEA = .020). The model accounted for 98.0 % of the variance of happiness in the context of Buddha Dharma. Spiritual well-being was most salient in predicting happiness ($\beta = .90$, $p < .001$), followed by extrinsic religious orientation ($\beta = -0.402$, $p < .001$), negative life events ($\beta = -0.34$, $p < .001$), and intrinsic religious orientation ($\beta = .309$, $p < .001$), respectively. The direct effect of intrinsic religious orientation on happiness, however, was not significant ($\beta = .056$, ns). Additionally, negative life events and religious orientation accounted for 13.8 % of the variance of spiritual well-being, with intrinsic religious orientation being most salient in its predictive value ($\beta = .283$, $p < .001$), followed by negative life events ($\beta = -.239$, $p < .001$) and extrinsic religious orientation ($\beta = -.219$, $p < .001$).

Field of Study : ..Psychology.....Student's Signature.....

Academic Year : ..2012.....Advisor's Signature.....

Co-advisor's Signature.....

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์เล่มนี้สำเร็จลงได้อย่างสมบูรณ์ด้วยความกรุณาและความช่วยเหลือของ รองศาสตราจารย์ ดร.อรัญญา ต้อยคำภีร์ อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก และอาจารย์ ดร. กุลยา พิธิษฐสังฆการ อาจารย์ที่ปรึกษาร่วมวิทยานิพนธ์ ที่ได้ให้คำปรึกษาแนะนำชี้แนะแนวทางในการ แก้ไข ปรับปรุงข้อบกพร่องต่าง ๆ ของงานวิจัยเล่มนี้ด้วยความเอาใจใส่

ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ สุภาพรรณ โคตรจรัส ประธานกรรมการสอบ วิทยานิพนธ์ อาจารย์ ดร. ณัฐสุดา เต้พันธ์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. รุ่งนภา ผาณิตรัตน์ กรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ที่ได้ให้เกียรติพิจารณาทั้งยังกรุณาให้ข้อเสนอแนะแนวทางในการ ปรับปรุงวิทยานิพนธ์อันเป็นประโยชน์อย่างยิ่งแก่ผู้วิจัย

ขอกราบขอบพระคุณ คณาจารย์สาขาจิตวิทยาการปรึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่ได้ ประสิทธิ์ประสาทความรู้ทางวิชาการ และปลูกฝังความเข้าใจในการใช้ชีวิต กอปรเป็นแนวคิดใน การทำวิจัยเล่มนี้

ขอขอบพระคุณ อาจารย์ธนวัต ปุณยกนก สำหรับการช่วยเหลือและให้คำปรึกษาการใช้ สถิติในการวิจัย และสำหรับความปรารถนาดีที่มีให้แก่ผู้วิจัยมาโดยตลอด

ขอขอบพระคุณ ดร.ชุตินา พงษ์วรินทร์ และผู้พัฒนามาตรวัดต่าง ๆ สำหรับการเอื้อเพื่อ มาตรวัดและให้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อการวิจัยในครั้งนี้

ขอขอบคุณอย่างยิ่ง อาจารย์วิไลลักษณ์ ไกรลาส จากมหาวิทยาลัยกรุงเทพ และผู้มี พระคุณทุกท่าน ที่ให้ความอนุเคราะห์ในการแจกจ่าย และเก็บรวบรวมข้อมูล รวมถึงขอบคุณ ผู้เข้าร่วมการวิจัยทุกท่านที่ได้ให้ความร่วมมือให้ข้อมูลอันเป็นประโยชน์สำหรับการวิจัยในครั้งนี้

ขอบคุณ นิสิตปริญญาโท จิตวิทยาการปรึกษา รุ่น 26 สำหรับความเป็นกัลยาณมิตร ศิษย์ พี่และศิษย์น้อง จิตวิทยาการปรึกษา ที่ได้ร่วมเดินบนเส้นทางแห่งการเรียนรู้ในความจริงของชีวิต

ขอขอบคุณ นายรชานนท์ มณีปรุ ที่คอยช่วยเหลือทั้งในส่วนงานวิจัย ร่วมคิด รับฟังและให้ กำลังใจแก่ผู้วิจัยด้วยความหวังดี

ขอขอบคุณบัณฑิตวิทยาลัยที่ได้ให้ทุนสนับสนุนการทำวิทยานิพนธ์ในครั้งนี้

ทำที่สุดความดีใด ๆ อันเกิดจากการศึกษาในครั้งนี้ผู้วิจัยขอมอบแด่ ครอบครัวอันเป็นที่ รักของผู้วิจัย ที่คอยสนับสนุนผู้วิจัยมาโดยตลอด รวมถึงผู้มีพระคุณทุก ๆ ท่านที่ได้เอ่ยนาม และ มิได้เอ่ยนามที่มีส่วนทั้งทางตรง และทางอ้อมในการผลักดันให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดี ขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ฌ
สารบัญภาพ.....	ญ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ในการวิจัย.....	6
ขอบเขตของการวิจัย.....	6
ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย.....	6
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	6
สมมติฐานในการวิจัย.....	7
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย.....	7
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	10
บทที่ 2 แนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	11
การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ (Negative life events).....	11
การนับถือศาสนา (Religious Orientation).....	24
สุขภาวะทางจิตวิญญาณ (Spiritual well-being).....	29
ความสุขในบริบทพุทธธรรม (Happiness in Buddha Dharma Context).....	33
ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ ความสุข สุขภาวะทางจิตวิญญาณ และการนับถือศาสนา.....	43

สารบัญ

	หน้า
บทที่ 3 วิธีการดำเนินการวิจัย.....	50
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	50
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยและขั้นตอนการพัฒนา.....	51
ขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	68
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	69
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	70
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิจัย.....	70
ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนาของกลุ่มตัวอย่าง.....	72
ผลการวิเคราะห์สถิติพื้นฐานของตัวแปรในการวิจัย.....	74
ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้นกับตัวแปรตาม.....	78
ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้น.....	80
ผลการวิเคราะห์เพื่อตรวจสอบความตรงของโมเดลการวัด.....	82
ผลการวิเคราะห์เพื่อตรวจสอบความตรงของโมเดลความสุขในบริบทพุทธธรรม.....	88
การวิเคราะห์ผลการประมาณค่าขนาดอิทธิพล ระหว่างตัวแปรแฝงในโมเดลความสุข ในบริบทพุทธธรรมของนักศึกษามหาวิทยาลัย.....	88
สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	91
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย การอภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	92
สรุปผลการวิจัย.....	92
การอภิปรายผล.....	94
ข้อเสนอแนะการวิจัยครั้งต่อไป.....	107
ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้.....	109
รายการอ้างอิง.....	111
ภาคผนวก.....	116
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์.....	174

สารบัญญัตินำ

ตารางที่	หน้า
1 ผลการวิเคราะห์สหสัมพันธ์ระหว่างแบบวัดสุขภาวะทางจิตวิญญาณกับแบบวัด สุขภาวะทางจิต และแบบวัดความวิตกกังวล.....	65
2 ตารางแสดงจำนวนและค่าร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามตัวแปร.....	72
3 ตารางแสดงค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรในการวิจัย.....	76
4 เมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝงที่ใช้ในการวิจัย.....	78
5 เมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝงและตัวแปรสังเกตได้ที่ใช้ในการวิจัย.....	81
6 ค่าน้ำหนักองค์ประกอบของโมเดลการวัดการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ.....	82
7 ค่าน้ำหนักองค์ประกอบของโมเดลการวัดการนับถือศาสนาภายใน.....	84
8 ค่าน้ำหนักองค์ประกอบของโมเดลการวัดการนับถือศาสนาภายนอก.....	85
9 ค่าน้ำหนักองค์ประกอบของโมเดลการวัดสุขภาวะทางจิตวิญญาณ.....	86
10 ค่าน้ำหนักองค์ประกอบของโมเดลการวัดความสุขในบริบทพุทธธรรม.....	87
11 ผลการประมาณค่าขนาดอิทธิพลทางตรง อิทธิพลทางอ้อม และอิทธิพลรวมระหว่าง ตัวแปรแฝงภายในของโมเดลความสุขในบริบทพุทธธรรม.....	90
12 สรุปผลการทดสอบสมมติฐาน.....	91

สารบัญญภาพ

ภาพที่		หน้า
1	กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	7
2	รูปแบบกระบวนการความเครียดตามทฤษฎีความเครียดของลาซารัส.....	18
3	ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ สุขภาวะทางจิตวิญญาณและ ความสุขในบริบทพุทธธรรม.....	45
4	ความสัมพันธ์ระหว่างการนับถือศาสนาจากภายในและภายนอก สุขภาวะทางจิต วิญญาณ และความสุขในบริบทพุทธธรรม.....	48
5	ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ การนับถือศาสนาจากภายใน การนับถือศาสนาจากภายนอก สุขภาวะทางจิตวิญญาณ และความสุขในบริบท พุทธธรรมของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัย.....	49
6	โมเดลการวัดการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ.....	82
7	โมเดลการวัดการนับถือศาสนาภายใน.....	83
8	โมเดลการวัดการนับถือศาสนาภายนอก.....	85
9	โมเดลการวัดสุขภาวะทางจิตวิญญาณ.....	86
10	โมเดลการวัดความสุขในบริบทพุทธธรรม.....	87
11	โมเดลเชิงสาเหตุของความสุขในบริบทพุทธธรรม.....	90

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

แนวคิดเรื่องความสุขได้รับความสนใจจากนักคิด นักวิชาการและนักวิจัยอย่างต่อเนื่อง ตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน Aristotle ได้เคยกล่าวไว้ว่า ความสุข เป็นสิ่งสุดท้าย หรือจุดหมายสุดท้าย ที่มนุษย์แสวงหา เป็นเหตุผลของการดำรงอยู่ของมนุษย์ ปัจจุบัน ความสุขเป็นหัวข้อในการศึกษา และทั้งในทฤษฎีเชิงวิชาการและการปฏิบัติในการส่งเสริมและพัฒนาทั้งในระดับบุคคล ระดับสังคม ไปจนถึงระดับประเทศ ดังที่มีแนวคิดเกี่ยวกับความสุขมวลรวมประชาชาติ (Gross National Happiness : GNH) ที่ให้ความสำคัญกับการวัดความก้าวหน้าทางเศรษฐกิจที่ได้คำนึงถึงคุณค่าเชิงบวกด้านสังคม อารมณ์ และจิตวิญญาณ แสดงให้เห็นถึงการให้ความสำคัญต่อมิติทางด้านจิตใจของแต่ละหน่วยบุคคลที่จะเป็นตัวชี้วัดความสุขของสังคมระดับประเทศได้

ความสุข (Happiness) เป็นเรื่องเชิงอัตวิสัย ในแง่ที่บุคคลแต่ละคนว่าจะมีการรับรู้และตีความอย่างไรกับสิ่งต่าง ๆ สิ่งหนึ่งสิ่งเดียวกัน บุคคลต่างก็มองต่างกัน รับรู้ต่างกันและให้คุณค่ากับสิ่งต่าง ๆ ต่างกัน มนุษย์มักประสบเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่อาจเป็นเหตุให้เกิดความสุข หรือตรงกันข้าม เกิดความทุกข์ได้ อย่างไรก็ตาม นักจิตวิทยาทั้งในประเทศไทยและต่างประเทศได้มีการศึกษาความสุขด้วยการวิจัยเชิงประจักษ์ เช่น การวัดความพึงพอใจในชีวิต มีอารมณ์ทางบวก และปราศจากอารมณ์ทางลบ (Diener, Horwitz และ Emmons, 1985) เมื่อไม่นานมานี้ กรมสุขภาพจิตของประเทศไทยก็ได้สร้างดัชนีชี้วัดความสุขเพื่อประยุกต์ใช้กับคนไทยขึ้น (Thai Mental Health Indicator) ซึ่งสร้างขึ้นภายใต้กรอบแนวคิดคำจำกัดความของความสุข หมายถึงสภาพชีวิตที่เป็นสุขอันเป็นผลจากการมีความสามารถในการจัดการปัญหาในการดำเนินชีวิต มีศักยภาพที่จะพัฒนาตนเองเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีโดยครอบคลุมถึงความดีงามภายในจิตใจ ภายใต้อสภาพสังคมและสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป (อภิชัย มงคล, 2545) ผลการศึกษาที่ผ่านมาพบว่าความสุขสัมพันธ์กับการมีความพึงพอใจในชีวิต การมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี (Roysamb, Tambs, Neale, & Harris, 2003) นักจิตวิทยาการปรึกษาในประเทศไทยให้ความสนใจในการพัฒนาระดับความสุขโดยเฉพาะในกลุ่มนิสิตนักศึกษา (นฤมล วิจารณ์กุล, 2550) เนื่องจากเล็งเห็นว่า หากสามารถพัฒนาระดับความสุขในนักศึกษาได้ คุณลักษณะนี้จะเป็นพื้นฐานความมั่นคงทางจิตใจให้แก่ผู้ที่จะเติบโตขึ้นไปเป็นทรัพยากรของประเทศในอนาคตได้

เนื่องจากความสุขของบุคคลมักแปรผันตามเหตุการณ์ในชีวิตแวดล้อมซึ่งบุคคลมักได้รับประสบการณ์ทั้งความสุขและทุกข์ปนกันไป แต่ความสุขหรือความทุกข์นั้นเป็นผลมาจากการรับรู้ของบุคคลว่าจะมองเหตุการณ์หรือสถานการณ์นั้นอย่างไร โดยเฉพาะเหตุการณ์ทางลบมักส่งผลกระทบต่อบุคคลมากกว่าเหตุการณ์ทางบวก (Cohen, 1988, Johnson, 1986) ดังงานวิจัยของ Gomes, Krings, Bangerter และ Grob (2009) ที่พบอิทธิพลทางลบของเหตุการณ์ทางลบต่อความสุขอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่ไม่พบอิทธิพลของเหตุการณ์ทางบวกในกลุ่มวัยผู้ใหญ่ตอนต้น เนื่องจากเหตุการณ์ในชีวิตทางลบจะก่อให้เกิดผลกระทบที่ร้ายแรงต่อร่างกายและจิตใจ รวมทั้งมีผลต่อวิถีชีวิตมากกว่าเหตุการณ์ทางบวก (Johnson, 1986) บุคคลต้องการที่พึ่งทางจิตใจเมื่อต้องเผชิญกับเหตุการณ์ทางลบ แต่ไม่ใช่เหตุการณ์ทางบวก ทั้งนี้บุคคลจะรับรู้เหตุการณ์ทางลบว่าส่งผลกระทบต่อตนมากน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับบุคคลว่าจะให้คุณค่าหรือใส่ใจกับประสบการณ์เหล่านั้น เช่น เมื่อบุคคลพบเจอเหตุการณ์ที่ทำให้เกิดความสูญเสีย มักเกิดความเศร้าโศกเสียใจในการสูญเสียสิ่งอันเป็นที่รักอย่างไม่อาจหวนกลับมาคืนได้ อาจสูญเสียกำลังใจ สิ้นหวังและไร้ความสุขในชีวิต ซึ่งบุคคลทุกคนต่างต้องพบเจอกับเหตุการณ์ในชีวิตทางลบเหล่านี้ และทำให้ระดับความสุขลดลง การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบจึงมักจะแปรผันกับความทุกข์

ในทางกลับกัน มีคนจำนวนไม่น้อยที่ประสบเรื่องเลวร้ายในชีวิตแต่กลับสามารถรับมือหรือปรับตัวจากเหตุการณ์เหล่านั้นได้ ทำให้ยังคงเป็นผู้ที่มีสุขภาพทั้งกายและจิตดี ทำให้เป็นที่น่าสงสัยว่าอะไร หรือสาเหตุอันใดทำให้บุคคลสามารถปรับตัวกับสถานการณ์เหล่านี้ได้ และยังคงตอบสนองเหตุการณ์เหล่านี้ได้แตกต่างกัน มีงานวิจัยมากมายที่ศึกษาเกี่ยวกับสุขภาพกายและสุขภาพจิตพบว่าสาเหตุหนึ่งที่ทำให้บุคคลสามารถเผชิญปัญหาในชีวิตได้ และปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ได้ดี คือ การเรียนรู้ที่จะยอมรับความเป็นไปของชีวิต มองเห็นด้านที่จะสนับสนุนการดำเนินชีวิตที่ดีได้ และตระหนักถึงคุณค่าในเหตุการณ์หรือสิ่งต่าง ๆ รอบกายที่ตนมี ทำให้สามารถเผชิญต่อเหตุการณ์ทางลบได้อย่างมีใจที่มั่นคง ไม่หวั่นไหว ซึ่งคุณลักษณะนี้เรียกว่า การมีสุขภาวะทางจิตวิญญาณ (Spiritual well-being)

ทั้งนี้ สุขภาวะทางจิตวิญญาณ หมายถึง ความเข้าใจ เห็นคุณค่าและความหมายของการดำรงอยู่ของตนเอง และเห็นถึงความสัมพันธ์เชื่อมโยงและพึ่งพิงอิงอาศัยซึ่งกันและกันระหว่างตนเอง กับผู้อื่น กับสิ่งแวดล้อม กับธรรมชาติและกับบางสิ่งที่อยู่เหนือมนุษย์ ซึ่งทำให้บุคคลสัมผัสได้ถึงความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันหรือเอกภาพของสรรพสิ่ง เกิดความพอใจ ความเบิกบานใจ ความรัก ความสวยงาม ความมั่งคั่งในจิตใจ ความเคารพบนอบ และเกิดความสงบภายในจิตใจ (Gomez, & Fisher, 2003) เป็นภาวะที่สะท้อนให้เห็นทัศนคติที่ดีต่อการมองโลกและชีวิต ซึ่งบุคคล

จะแสดงออกทางความรู้สึก พฤติกรรม และการรู้คิดซึ่งเป็นไปในทิศทางบวก ทั้งยังเป็นแรงจูงใจให้มนุษย์มีความสัมพันธ์อันดีกับบุคคลอื่น รู้จักให้ความรักและรับความรักจากผู้อื่น เป็นแรงพลังที่ทำให้เกิดแรงขับเคลื่อนภายในบุคคล ทำให้เกิดการเติบโต และเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่องในทุก ๆ ด้าน และมีพลังสร้างสรรค์เพื่อพบความสุขอันแท้จริงของชีวิต (ณัฐสุวรรณ คำแสน, 2540)

การศึกษาสุขภาวะทางจิตวิญญาณโดยทั่วไปนั้นมักศึกษาควบคู่กับการนับถือศาสนา ซึ่งสุขภาวะทางจิตวิญญาณอาจก่อตัวมาจากความเชื่อ ความศรัทธาในศาสนา ในหลักธรรมคำสอน และการปฏิบัติของแต่ละศาสนา การนับถือศาสนานั้นทำให้มีที่พึ่งที่ยึดเหนี่ยวทางจิตใจ เป็นความเชื่อมั่นในบางสิ่งบางอย่าง ดังเช่นที่เรียกว่า สิ่งศักดิ์สิทธิ์ หรือ พระเจ้า ซึ่งเป็นวิถีทางหนึ่งที่ทำให้บุคคลเกิดความเข้มแข็ง มั่นคงในจิตใจ และพัฒนาให้เกิดสุขภาวะทางจิตวิญญาณที่ดีได้

โดยทั่วไปแล้ว ศาสนาประกอบด้วยหลักปรัชญา และคำสอนหรือแนวทางการปฏิบัติ การนับถือศาสนา จึงหมายถึง การเป็นผู้ที่เห็นด้วยหรือมีความเชื่อในหลักปรัชญา และปฏิบัติตามแนวทางคำสอนของศาสนาที่ตนนับถือ ดังนั้นผู้ที่นับถือศาสนาที่แท้ ย่อมเป็นผู้ที่มีทั้งความรู้ ความเชื่อ และปฏิบัติตามแนวทางของศาสนานั้น (พระมหาสุญญา สวัสดิ์โรสงค์, 2551) Gorsuch และ McPherson (1989) กล่าวว่า การนับถือศาสนา (Religious orientation) ของบุคคลมี 2 ประเภทตามเป้าหมายหรือแรงจูงใจในการนับถือศาสนา คือ การนับถือศาสนาจากภายใน (Intrinsic religious orientation) และการนับถือศาสนาจากภายนอก (Extrinsic religious orientation) บุคคลที่นับถือศาสนาจากภายในเป็นบุคคลที่มีชีวิตอยู่ด้วยศาสนา นำความเชื่อทางศาสนามาใช้เป็นปรัชญาในการดำรงชีวิต ทำให้เกิดความพึงพอใจและความสงบสุขภายในจิตใจ ศาสนาใน ความหมายของบุคคลเหล่านี้เป็นจุดหมายสูงสุดของพวกเขา และไม่ยึดถือผลประโยชน์ภายนอก ส่วนบุคคลที่มีเป้าหมายการนับถือศาสนาที่ภายนอกจะใช้ศาสนาเพื่อผลประโยชน์บางสิ่งของตน เช่น การเข้าโบสถ์เพื่อผลประโยชน์ทางสังคมหรือเพื่อให้ผู้อื่นเคารพนับถือตน การใช้ศาสนาเพื่อหลีกเลี่ยงความผิดพลาดหรือผลึกความรับผิดชอบต่อสิ่งที่เกิดขึ้นไปให้พ้นจากตนเอง การนับถือศาสนาเช่นนี้เป็นการใช้ประโยชน์ทางศาสนาในทางที่ไม่เหมาะสม การนับถือศาสนาที่เหมาะสมจึงควรเป็นการนับถือศาสนาเพื่อพัฒนาความสงบในจิตใจ และก่อให้เกิดความสุข ความพึงพอใจในชีวิตได้ต่อไป ในช่วงก่อนปีคริสต์ศักราช 2000 มีงานวิจัยมากกว่า 700 ชิ้นที่ศึกษาอิทธิพลของการนับถือศาสนาและสุขภาวะทางจิตวิญญาณ ซึ่ง 2 ใน 3 ของงานวิจัยเหล่านั้นพบความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญระหว่างการนับถือศาสนากับการมีสุขภาพจิตที่ดี (Koenig, 2004) ภายในสองปีต่อมาพบว่ามีงานวิจัยที่ศึกษาหัวข้อดังกล่าวเพิ่มมากขึ้นกว่าเท่าตัวทั้งในรูปแบบงานวิจัยและบทความต่าง ๆ แสดงให้เห็นแนวโน้มที่เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วในการให้ความสนใจใน

ประเด็นนี้ โดยที่ผลการวิจัยส่วนมากยังพบความสัมพันธ์ระหว่างศาสนาและสุขภาวะทางจิตวิญญาณกับตัวแปรทางบวกอื่น ทั้งนี้ยังพบความสัมพันธ์ทางลบระหว่างการนับถือศาสนาและสุขภาวะทางจิตวิญญาณกับความซึมเศร้า มีงานวิจัยเกี่ยวกับการฆ่าตัวตาย พบว่า กลุ่มผู้ที่มีศรัทธาในศาสนาสูงจะมีทัศนคติทางลบต่อการฆ่าตัวตายและมีแนวโน้มฆ่าตัวตายต่ำ นอกจากนี้ยังพบว่าการบริโภคแอลกอฮอล์และเสพสารเสพติดจะต่ำในกลุ่มผู้ที่นับถือในศาสนาด้วย (Koenig, 2004) ทั้งนี้ยังมีความคลุมเครือของผลการวิจัยบางชิ้น เช่น ในงานวิจัยของ Smith, McCullough และ Poll (2003) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการนับถือศาสนากับอาการของโรคซึมเศร้าด้วยวิธีการวิเคราะห์เชิงอภิมาน (meta-analysis) พบว่าค่าสหสัมพันธ์ระหว่างการนับถือศาสนากับอาการซึมเศร้าเท่ากับ -0.096 อย่างมีนัยสำคัญอาจกล่าวได้ว่าถึงแม้ว่าบุคคลจะเคร่งศาสนาาก็ไม่ได้หมายความว่าสุขภาพจิตจะดีมากนัก ซึ่งขัดแย้งกับการศึกษาทั้งหลายที่กล่าวในข้างต้น

ความไม่ชัดเจนของผลการศึกษาข้างต้นอาจมาจากการนิยามให้การนับถือศาสนาและสุขภาวะทางจิตวิญญาณเป็นตัวแปรเดียวกัน แต่เนื่องจากความแตกต่างระหว่างวัฒนธรรม เชื้อชาติ ภูมิภาค และศาสนาที่หลากหลาย จึงได้มีการพัฒนาแนวความคิดของทั้งสองตัวแปรนี้อย่างต่อเนื่อง จนปัจจุบันได้มีแนวคิดที่แสดงถึงความแตกต่างของสองตัวแปรนี้ ถึงแม้ว่าจิตวิญญาณกับศาสนาจะเกี่ยวข้องกัน แต่มีการศึกษาหลายชิ้นที่บ่งบอกว่าตัวแปรทั้งสองสามารถศึกษาแยกออกจากกันได้ จิตวิญญาณไม่ได้เป็นตัวแปรเดียวกับศาสนา เพียงแต่มีความเกี่ยวข้องกัน ทั้งนี้ Mackinlay และ Trevitt (2007) ได้ระบุว่าสุขภาวะทางจิตวิญญาณไม่ได้เจาะจงหมายถึงศาสนา แต่การมีศาสนาเป็นที่พึงทางใจนั้นหมายถึงการมีสุขภาวะทางจิตวิญญาณ ซึ่งสอดคล้องกับ Sapp (2011) ที่กล่าวว่า ศาสนาเป็นเรื่องเฉพาะเกี่ยวข้องกับความเชื่อ การปฏิบัติที่เกี่ยวข้องกับองค์กรทางศาสนาใดศาสนาหนึ่ง ส่วนจิตวิญญาณเป็นแนวคิดที่กว้างกว่าและสามารถอธิบายปรากฏการณ์ของมนุษย์ได้อย่างเป็นสากลมากกว่า ไม่ว่าจะบุคคลจะมีเชื้อชาติ วัฒนธรรม หรือนับถือศาสนาใด (Gomez, & Fisher, 2003) ซึ่งจะเห็นได้จากการศึกษาของ Kim และ Seidlitz (2002) ที่ศึกษาอิทธิพลของสุขภาวะทางจิตวิญญาณที่ส่งผลต่อการปรับตัวทางอารมณ์และทางกายภาพต่อสภาวะความเครียดในชีวิตประจำวันของนักศึกษาในประเทศเกาหลี พบว่าสุขภาวะทางจิตวิญญาณทำให้นักศึกษาที่เผชิญเหตุการณ์ในชีวิตทางลบประจำวัน มีอารมณ์ทางลบลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $.05$ และยังพบว่าครึ่งหนึ่งของนักศึกษากลุ่มตัวอย่างนี้บอกว่าตนไม่ได้ข้องเกี่ยวกับองค์กรศาสนาใด ๆ จากการศึกษาดังกล่าวยิ่งเน้นให้เห็นว่า สุขภาวะทางจิตวิญญาณไม่ได้เกิดจากการนับถือศาสนาเสมอไป ผู้ที่มีสุขภาวะทางจิตวิญญาณอาจไม่จำเป็นต้องเป็นผู้ที่นับถือศาสนา แต่กลับเป็นผู้ที่สามารถปรับตัวกับสถานการณ์ทางลบได้ดี และมีอารมณ์ทางลบน้อย

และสภาวะทางจิตวิญญาณนี้เองที่ทำให้นักศึกษาสามารถปรับตัวกับเหตุการณ์ในชีวิตทางลบซึ่งส่งผลต่อความสุขในชีวิตได้

ดังนั้น การที่บุคคลรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบในระดับต่ำ และรวมถึงมีการนับถือศาสนา ปฏิบัติตามแนวทางของศาสนาเพื่อพัฒนาจิตใจของตนให้เกิดความสงบสุข และไม่ยึดถือผลประโยชน์อันได้จากการพึ่งพิงศาสนา ไม่ยึดเอาความต้องการของตนเป็นหลัก น่าจะเป็นตัวแปรที่ทำให้บุคคลมีความมั่นคงทางจิตใจ จะก่อให้เกิดมุมมองต่อการใช้ชีวิตอย่างเข้าใจและยอมรับตระหนักรู้ถึงคุณค่าและเห็นความสัมพันธ์ เกื้อกูลเป็นหนึ่งเดียวกันของสิ่งต่าง ๆ รอบตัว หรือมีสภาวะทางจิตวิญญาณที่ดี ทำให้ไม่ยึดติดหรือคาดหวังให้สิ่งต่าง ๆ เป็นไปตามใจของตนแต่ผู้เดียว ก่อให้เกิดความพึงพอใจในชีวิตความเป็นอยู่ เพียงพอในสิ่งที่ตนมี ที่ตนเป็น และที่ตนทำ มีใจที่มั่นคง สงบสุข และเปิดกว้างต่อผู้อื่นและสิ่งอื่น ๆ อันเป็นความสุขที่แท้และยั่งยืน เนื่องจากมีพื้นฐานจากภายในจิตใจที่เข้าใจความเป็นจริงของชีวิต นำไปสู่การใช้ชีวิตที่ดีงาม อันเป็นความสุขในบริบทของวิถีชีวิตคนไทยที่ควบคู่มากับหลักธรรมทางพุทธศาสนา

ทั้งนี้การศึกษานิเทศน์ของการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ การนับถือศาสนา และสภาวะทางจิตวิญญาณที่มีต่อความสุขในนิสิตนักศึกษาในประเทศไทย เนื่องจากมีตัวแปรหลายตัวในการศึกษาครั้งนี้เกี่ยวข้องกับบริบทของศาสนา วัฒนธรรม และค่านิยมที่ทำให้เกิดมุมมองของความสุขของคนในสังคมนั้น ซึ่งนิสิตนักศึกษาไทยก็ได้เติบโตคู่กันมากับพุทธศาสนาอย่างกลมกลืน ได้รับการอบรมสั่งสอนมาจากบรรพบุรุษรุ่นสู่รุ่น เรียกได้ว่าหลักธรรมคำสั่งสอนต่างได้สอดแทรกอยู่ในวิถีของคนไทย การศึกษาความสุขในกลุ่มนักศึกษาไทยจึงควรศึกษาตามบริบทพุทธธรรมด้วย ซึ่งความสุขตามบริบทพุทธธรรม หมายถึง ความสงบสุข ความมีจิตใจอันเป็นกุศล ภาวะที่จิตใจมีความสงบสุข สบาย ปลอดภัย หรือมีใจที่เป็นกุศล ปราศจากความโลภ โกรธ หลง ผิด ปราศจากความอยากได้อยากมี หรือยึดติดกับสิ่งใด อันเนื่องมาจากปัจจัยภายในบุคคล ก่อให้เกิดการยอมรับและเข้าใจสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้ตามความเป็นจริง (ชุตินา พงศ์วิรินทร์, 2554) เนื่องจากเป็นความสุขที่แท้และยั่งยืน ผู้วิจัยในฐานะนิสิตในสาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษาที่มีฐานการฝึกปฏิบัติการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพุทธและจิตวิทยาในบริบททางตะวันออกจึงมีความสนใจศึกษาความสุขในบริบทพุทธธรรมเพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาความสุขในบริบทพุทธธรรมให้แก่ นิสิตนักศึกษาไทย

นอกจากนี้การศึกษาวิจัยหัวข้อดังกล่าวในประเทศไทยยังขาดการศึกษาค้นคว้าเชิงสาเหตุในรูปแบบของการวิจัยเชิงประจักษ์ระหว่างการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ การนับถือศาสนา สภาวะทางจิตวิญญาณและความสุขในบริบทพุทธธรรมของนักศึกษามหาวิทยาลัย ผู้วิจัย

จึงมีความสนใจที่จะศึกษาอิทธิพลของการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ และการนับถือศาสนาจาก ภายในและภายนอกที่มีต่อความสุขในบริบทพุทธธรรมของนักศึกษามหาวิทยาลัย โดยมีสุขภาวะทางจิตวิญญาณเป็นตัวแปรส่งผ่าน (mediator) เพื่อใช้ผลการวิจัยที่ได้เป็นแนวทางในการให้บริการ การปรึกษาและเป็นกลยุทธ์ในการพัฒนาระดับความสุขของบุคคลต่อไป

วัตถุประสงค์ในการวิจัย

1. เพื่อพัฒนาและตรวจสอบความตรงของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของความสุขใน บริบทพุทธธรรม
2. เพื่อศึกษาอิทธิพลของการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบและการนับถือศาสนาที่มีต่อ ความสุขในบริบทพุทธธรรมในนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรี โดยมีสุขภาวะทางจิตวิญญาณเป็น ตัวแปรส่งผ่าน

ขอบเขตในการวิจัย

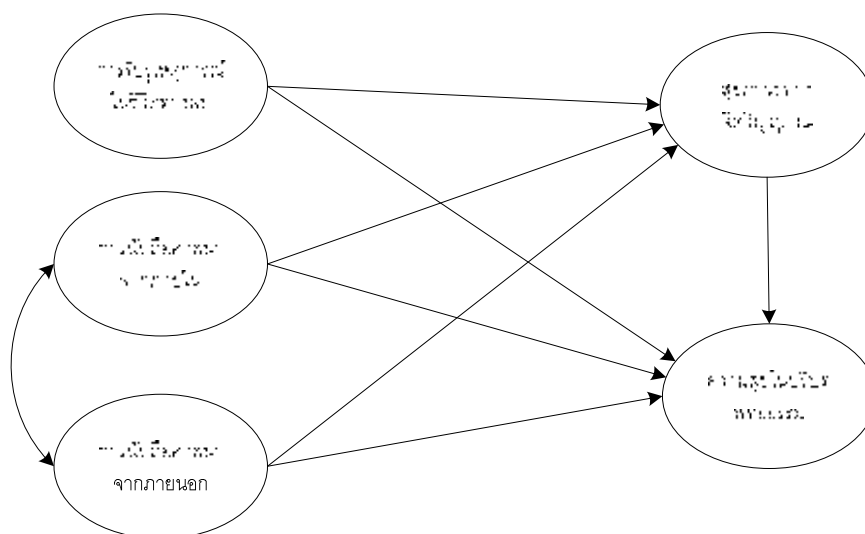
การวิจัยในครั้งนี้มีกลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษามหาวิทยาลัย ซึ่งการวิจัยในครั้งนี้ หมายถึง นิสิตนักศึกษาจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และมหาวิทยาลัยกรุงเทพ

ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

- | | |
|---------------|--|
| ตัวแปรตาม | มี 1 ตัวแปร ได้แก่ ความสุขในบริบทพุทธธรรม |
| ตัวแปรอิสระ | มี 3 ตัวแปร ได้แก่ การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ การนับถือศาสนา จากภายใน และการนับถือศาสนาจากภายนอก |
| ตัวแปรส่งผ่าน | มี 1 ตัวแปร ได้แก่ สุขภาวะทางจิตวิญญาณ |

กรอบแนวคิดการวิจัย

จากการทบทวนวรรณกรรม ผู้วิจัยได้สรุปและนำเสนอโมเดลแบบแผนความสัมพันธ์ ระหว่างการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ การนับถือศาสนาจากภายใน การนับถือศาสนาจาก ภายนอก สุขภาวะทางจิตวิญญาณ และความสุขในบริบทพุทธธรรม ซึ่งเป็นโมเดลสมมติฐานใน การวิจัยดังแผนภาพที่ 1



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

สมมุติฐานการวิจัย

1. โมเดลเชิงสาเหตุของความทุกข์ในบริบทพุทธธรรมของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์
2. การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบมีอิทธิพลทางตรงและอิทธิพลทางอ้อมต่อความสุขในบริบทพุทธธรรมโดยมีสุขภาวะทางจิตวิญญาณเป็นตัวแปรส่งผ่าน
3. การนับถือศาสนาภายในมีอิทธิพลทางตรงและอิทธิพลทางอ้อมต่อความสุขในบริบทพุทธธรรมโดยมีสุขภาวะทางจิตวิญญาณเป็นตัวแปรส่งผ่าน
4. การนับถือศาสนาภายนอกมีอิทธิพลทางตรงและอิทธิพลทางอ้อมต่อความสุขในบริบทพุทธธรรมโดยมีสุขภาวะทางจิตวิญญาณเป็นตัวแปรส่งผ่าน

คำจำกัดความ

1. การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ (Negative life events) หมายถึง การรับรู้ของบุคคลว่าตนได้รับผลกระทบทางอารมณ์และจิตใจในทางลบ (เช่น รู้สึกเครียด กังวล ไม่พอใจ เศร้า เสียใจ กัดดัน สะเทือนใจ) จากเหตุการณ์ด้านลบที่เกิดขึ้นในชีวิตของตน โดยข้อคำถามเป็นเหตุการณ์ในชีวิตทางลบ ที่มีองค์ประกอบ 5 ด้านครอบคลุมเหตุการณ์ด้านลบที่เกี่ยวข้องกับชีวิต

ของนิสิตนักศึกษา คือ 1) เหตุการณ์ในชีวิตทางลบที่เกี่ยวกับครอบครัว 2) เหตุการณ์ในชีวิตทางลบที่เกี่ยวกับเพื่อนและคนรัก 3) เหตุการณ์ในชีวิตทางลบที่เกี่ยวกับการเรียน 4) เหตุการณ์ในชีวิตทางลบที่เกี่ยวกับสุขภาพของตนเอง 5) เหตุการณ์ในชีวิตทางลบที่เกี่ยวกับการเงิน ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบของนิสิตนักศึกษา คือค่าคะแนนในแต่ละด้านที่ได้จากมาตรวัด การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบสำหรับนิสิตนักศึกษา ซึ่งผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้นโดยมีแนวคิดในการสร้างข้อกระทงมาจากแบบวัด Life Experiences Survey ของ Sarason, Johnson และ Siegel (1987) และแบบวัด Social Readjustment Rating Scale (SRRS) ของ Holmes และ Rahe (1967)

2. การนับถือศาสนา (Religious orientation) หมายถึง การมีความเชื่อและการปฏิบัติตนตามหลักศาสนา รวมถึงการให้คุณค่าความหมาย การมีแรงจูงใจในการนับถือศาสนา การนับถือศาสนาแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะ คือ การนับถือศาสนาจากแรงจูงใจภายใน และแรงจูงใจภายนอก (Intrinsic and extrinsic religious orientation) ซึ่งพัฒนามาจากมาตรวัดการนับถือศาสนา Religious Orientation Scale-Revised (I/E- ROS) ของ Gorsuch และ McPherson (1989) โดยมีองค์ประกอบ 2 ด้าน ดังนี้

ด้านที่ 1 การนับถือศาสนาจากแรงจูงใจภายใน (Intrinsic religious orientation) เป็นการนับถือและปฏิบัติตามแนวทางของศาสนาเพื่อพัฒนาจิตใจให้เกิดความสงบสุข และความเจริญทางจิตใจ ผู้ที่นับถือศาสนาจากภายในเป็นผู้ที่ปฏิบัติและหมั่นฝึกฝนตนเองให้เกิดความเบิกบาน และสงบสุขอยู่เสมอ นำคำสอนของศาสนามาใช้เป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต หมั่นแสวงหาแนวทางทางศาสนาเพื่อพัฒนาจิตใจตน ทำให้เกิดความพึงพอใจภายใน เกิดความเจริญงอกงาม และความมั่นคงทางจิตใจ

ด้านที่ 2 การนับถือศาสนาจากแรงจูงใจภายนอก (Extrinsic religious orientation) เป็นการนับถือศาสนาเพื่อหวังผลประโยชน์หรือสิ่งตอบแทนบางอย่าง ผู้ที่นับถือศาสนาจากแรงจูงใจภายนอกเป็นผู้ที่นับถือศาสนาเพื่อให้ได้สิ่งที่ตนต้องการ (เช่น นับถือศาสนาเพื่อให้ผู้อื่นยอมรับนับถือตน การกราบไหว้ขอพรสิ่งศักดิ์สิทธิ์เพื่อให้สมหวัง) หรือเพื่อผลัดความรับผิดชอบต่อสิ่งที่เกิดขึ้นในชีวิตไปให้พ้นจากตนเอง (เช่น โทษโชคชะตา โทษกรรม)

ทั้งนี้ การนับถือศาสนาทั้งสองรูปแบบ นั้นไม่ใช่ลักษณะที่ตรงข้ามกัน บุคคลหนึ่งๆ อาจมีลักษณะการนับถือศาสนาแบบใดรูปแบบหนึ่ง (ผู้ที่นับถือศาสนาจากแรงจูงใจภายในหรือภายนอก) หรือมีทั้งสองรูปแบบ (ผู้ที่คลั่งไคล้ศาสนา) หรือไม่มีทั้งสองรูปแบบ (ผู้ที่ไม่ฝึกฝนศาสนา) ก็ได้ คะแนนการนับถือศาสนาสูง หมายถึง บุคคลมีแนวโน้มนับถือศาสนาตามรูปแบบนั้น ๆ สูง

3. **สุขภาวะทางจิตวิญญาณ (Spiritual well-being)** หมายถึง ภาวะในจิตใจอันได้แก่ ความพึงพอใจ ความเบิกบานใจ ความรัก ความสวยงาม ความมั่งคั่งในจิตใจ ความสงบภายใน จิตใจ ซึ่งเกิดขึ้นเมื่อบุคคลมีความเข้าใจในความสัมพันธ์เชื่อมโยง สัมผัสได้ถึงความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันระหว่างตนเองกับสิ่งต่าง ๆ จึงก่อให้เกิดการเห็นคุณค่าทั้งต่อตนเองและสรรพสิ่งต่าง ๆ ซึ่งบุคคลจะแสดงออกทางความรู้สึก พฤติกรรม และการรู้คิดซึ่งเป็นไปในทิศทางบวก ระดับสุขภาวะทางจิตวิญญาณในครั้งนี้คือคะแนนจากมาตรวัดสุขภาวะทางจิตวิญญาณ ซึ่งพัฒนาจากมาตรวัด Spiritual Well-Being Questionnaire : SWBQ (Gomez และ Fisher, 2003) ซึ่งมีองค์ประกอบ 4 ด้าน ได้แก่

1) **องค์ประกอบภายในตน (The personal component)** เป็นภาวะในจิตใจที่บุคคลตระหนักถึงคุณค่าภายในตนเอง เห็นความสำคัญของการมีอยู่ของตนเอง รู้สึกว่าชีวิตของตนมีคุณค่ามีความหมาย และมีเป้าหมายในการดำรงชีวิต พึงพอใจในชีวิตของตนเอง ผู้ที่มีสุขภาวะทางจิตวิญญาณในด้านนี้ จะเป็นผู้ที่มีอารมณ์เบิกบาน มองตนเองในแง่ดี รู้สึกภาคภูมิใจ พึงพอใจในชีวิตของตน มีความมั่นใจในตนเอง ยอมรับความเป็นตนเอง ส่วนผู้ที่มีสุขภาวะทางจิตวิญญาณภายในตนเองต่ำ จะเป็นผู้ที่มองชีวิตของตนเองในร้าย ไม่ยอมรับหรือมองไม่เห็นคุณค่าในตนเอง รู้สึกว่าชีวิตของตนไร้ความหมาย ไม่พึงพอใจในตนเอง

2) **องค์ประกอบด้านสังคม (The communal component)** เป็นภาวะในจิตใจที่บุคคลตระหนักในคุณค่าและความหมายของบุคคลอื่น อันเนื่องมาจากเห็นความสัมพันธ์เชื่อมโยงระหว่างตนเองกับผู้อื่น เห็นความสำคัญในการอยู่ร่วมกัน มีความผูกพันลึกซึ้ง รู้สึกรัก เชื่อมมั่นและศรัทธาในความเป็นมนุษย์ด้วยกัน พอใจที่จะมีความสัมพันธ์อันดีต่อบุคคลอื่น บุคคลที่มีสุขภาวะทางจิตวิญญาณในด้านสังคมสูง จะเป็นผู้ที่มีสัมพันธภาพที่ดีต่อบุคคลอื่น รู้จักวางตัวในสังคม เป็นผู้ที่ยอมรับในความแตกต่างระหว่างบุคคลแต่ละคน มีความผูกพันทางจิตใจกับผู้อื่น รู้สึกว่าตนเป็นส่วนหนึ่งของสังคม เห็นว่าผู้อื่นมีความสำคัญกับตนและตนก็มีความสำคัญต่อผู้อื่น ส่วนผู้ที่มีสุขภาวะทางจิตวิญญาณในด้านสังคมต่ำ จะเป็นผู้ที่รู้สึกแปลกแยกออกไปจากผู้คนในสังคม ไม่รู้สึกไว้นือเชื่อใจใคร ไม่เข้าใจ ไม่ยอมรับในตัวผู้อื่น รู้สึกผิดหวังต่อสัมพันธภาพระหว่างตนและผู้อื่น ไม่ชอบพบปะสังสรรค์ ปลีกตัวออกไปจากสังคม

3) **องค์ประกอบด้านสิ่งแวดล้อม (The environmental component)** เป็นภาวะในจิตใจที่ตระหนักในคุณค่าของสิ่งแวดล้อมและธรรมชาติ เนื่องมาจากเห็นความสัมพันธ์เชื่อมโยง พึงพาอาศัยซึ่งกันและกันระหว่างตนเองกับสิ่งแวดล้อม มองว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของสิ่งแวดล้อม

ธรรมชาติ เห็นความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน มองว่าสรรพสิ่งต่างช่วยเกื้อหนุนชีวิตของกันและกัน ก่อให้เกิดเป็นความรู้สึกชื่นชม เคารพ อ่อนน้อมและอ่อนโยนกับธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ผู้ที่มี สุขภาวะทางจิตวิญญาณด้านสิ่งแวดล้อมนี้สูง จะเป็นผู้ที่รัก และชื่นชมธรรมชาติ มองเห็นความ งดงามและความยิ่งใหญ่ของธรรมชาติ ผู้ที่มีสุขภาวะทางจิตวิญญาณด้านสิ่งแวดล้อมต่ำจะเป็นผู้ที่ มองว่าธรรมชาติเป็นเพียงทรัพยากรที่มาตอบสนองความต้องการของตน

4) องค์ประกอบด้านความเชื่อ ความศรัทธาในสิ่งที่ดีงาม (The transcendental component) เป็นภาวะที่บุคคลมีสิ่งที่ยึดเหนี่ยวจิตใจ มีความเชื่อมั่น ศรัทธา ตระหนักถึงความดี งามในบางสิ่ง และใช้สิ่งนั้นเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต ปฏิบัติตนตามความเชื่อมั่นศรัทธานั้น เพื่อให้เกิดความสงบสุขในจิตใจ ผู้ที่มีสุขภาวะทางจิตวิญญาณด้านความเชื่อความศรัทธา นี้จะเป็นผู้ที่เชื่อมั่นในวิถีชีวิตของตน มีแรงจูงใจในการดำรงชีวิต สามารถเผชิญปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิต ได้อย่างยอมรับและเข้าใจ ส่วนผู้ที่มีสุขภาวะทางจิตวิญญาณด้านความเชื่อความศรัทธาต่ำ จะเป็น ผู้ที่ไม่เชื่อมั่นในวิถีชีวิตของตน ลังเลสงสัย มีจิตใจที่ฟุ้งซ่านกังวล รู้สึกท้อแท้ต่อปัญหาและอุปสรรค ที่เกิดขึ้นในชีวิต

4. ความสุขในบริบทพุทธธรรม (Happiness in Buddha Dharma Context) หมายถึง ภาวะที่จิตใจมีความสงบสุข สบาย ปลอดภัย หรือมีใจที่เป็นกุศล ปราศจากความโลภ โกรธ หลง ผิด ปราศจากความอยากได้อย่างมี หรือยึดติดกับสิ่งใด อันเนื่องมาจากปัจจัยภายในบุคคล ก่อให้เกิดการยอมรับและเข้าใจสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้ตามความเป็นจริง ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ ความสุขในบริบทพุทธธรรมคือค่าคะแนนจากมาตรวัดความสุขในบริบทพุทธธรรมที่พัฒนามาจาก มาตรวัดความสุขของนิสิตนักศึกษาในบริบทพุทธธรรมของ ชุตติมา พงศ์วรินทร์ (2554) โดยมี องค์ประกอบหลัก 5 ด้าน ดังนี้ 1. ความพอใจในชีวิต 2. การอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างเกื้อกูลกัน 3. การ มีศรัทธาต่อการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องดีงาม 4. การมีใจที่สุขสงบ 5. การมีปัญญาและเข้าใจความ เป็นจริงของชีวิต คะแนนจากแบบวัดความสุขในบริบทพุทธธรรมยิ่งสูงหมายถึง การมีความสุขตาม บริบทพุทธธรรมสูง

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เพื่อทราบและเข้าใจถึงอิทธิพลของการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ การนับถือศาสนา และสุขภาวะทางจิตวิญญาณที่ส่งผลต่อความสุขในบริบทพุทธธรรมของนักศึกษามหาวิทยาลัย
2. ผลการวิจัยที่ได้สามารถนำไปใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาความสุขในบริบทพุทธธรรม สำหรับนิสิตนักศึกษาได้ต่อไป

บทที่ 2

แนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาเรื่องการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบการนับถือศาสนา สุขภาวะทางจิตวิญญาณ และความสุขในบริบทพุทธธรรมของนักศึกษามหาวิทยาลัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ทบทวนเอกสารและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องในประเด็นสำคัญต่างๆ โดยประกอบด้วย 1) การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ 2) การนับถือศาสนา 3) สุขภาวะทางจิตวิญญาณ 4) ความสุขในบริบทพุทธธรรม และ 5) การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ การนับถือศาสนา สุขภาวะทางจิตวิญญาณ และความสุข ซึ่งแต่ละส่วนมีรายละเอียดดังนี้

1. การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ (Negative life events)

1.1. นิยามและขอบเขต

การศึกษาเกี่ยวกับเหตุการณ์ในชีวิตทางลบได้รับความนิยมนักวิจัยและนักวิชาการหลากหลายแง่มุม Lazarus และ Folkman (1984) อธิบายถึงการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตที่ทำให้บุคคลเกิดความเครียดหรือส่งผลทางลบต่อบุคคล ว่าหมายถึง สิ่งแวดล้อมหรือสถานการณ์ที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์ด้วย สิ่งแวดล้อมหรือสถานการณ์นั้นจะมีผลต่อตนอย่างไร บุคคลจะมีการรับรู้ผ่านกระบวนการที่บุคคลใช้ความคิด หรือมีการประเมินสถานการณ์ที่เข้ามากระทบว่าจะส่งผลคุกคามต่อตนเองหรือไม่ ทั้งนี้ Campas (1987) ยังได้เน้นว่า ไม่ใช่ทุกเหตุการณ์ที่ไม่พึงปรารถนาในชีวิตที่บุคคลจะรับรู้ว่าจะส่งผลทางลบต่อตน เนื่องจากบุคคลจะมีการรับรู้ที่แตกต่างกัน เหตุการณ์ที่ไม่พึงปรารถนาหนึ่ง ๆ จะส่งผลกระทบต่อแตกต่างกันในแต่ละบุคคลด้วย ดังนั้นมิติของการรับรู้ที่แตกต่างกันของบุคคลเป็นตัวแปรสำคัญในการประเมินเหตุการณ์ในชีวิตทางลบ

Attar, Guerra และ Tolan (1994) อธิบายว่า เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ หมายถึง เหตุการณ์ความเปลี่ยนแปลงที่รุนแรงและส่งผลกระทบอย่างมากต่อบุคคล เช่น การเสียชีวิตของบุคคลใกล้ชิด บิดามารดาหย่าร้าง เป็นต้น หรืออาจเป็นเหตุการณ์ความขัดแย้งที่เกิดขึ้นเป็นประจำและต่อเนื่อง เช่น การรับรู้ความกดดันจากเพื่อน การทะเลาะกับบุคคลในครอบครัว เป็นต้น ความรุนแรงของเหตุการณ์เหล่านี้ขึ้นอยู่กับ การรับรู้ต่อเหตุการณ์นั้นว่าบุคคลต้องการการปรับตัวมากน้อยเพียงใด หากบุคคลรับรู้ว่าจะต้องปรับตัวต่อเหตุการณ์นั้นมากจะก่อให้เกิดผลกระทบทางอารมณ์และพฤติกรรมมากด้วย เช่น เกิดความเครียด ความกดดันทางจิตใจทำให้บุคคลอึดอัดคับข้องใจ และต้องเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตของตน ซึ่งสอดคล้องกับ Sarason, Johnson และ Siegel (1978) ที่กล่าว

ว่าการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ หมายถึง การรับรู้ผลกระทบจากเหตุการณ์การเปลี่ยนแปลงที่ไม่พึงปรารถนาที่เกิดขึ้นว่าก่อให้เกิดความอ่อนแอทั้งทางร่างกายและจิตใจของตนเองอันเนื่องมาจากการถูกบังคับให้ต้องปรับตัวต่อเหตุการณ์นั้น

ในการวิจัยครั้งนี้ การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบจึงหมายถึง การรับรู้ต่อเหตุการณ์ทางลบที่เกิดขึ้นในชีวิตว่าก่อให้เกิดผลกระทบทางลบต่อจิตใจของตน เช่น ความเครียด ความกังวล ไม่พอใจ เศร้าเสียใจ กัดดันทางจิตใจ เป็นต้น ซึ่งบุคคลมีการรับรู้ต่อเหตุการณ์แตกต่างกันแม้ว่าจะ เป็นเหตุการณ์ที่คล้ายคลึงกัน

1.2. แนวคิดเกี่ยวกับเหตุการณ์ในชีวิตทางลบ

Campas (1987) นักจิตวิทยาคลินิกที่ศึกษาผลกระทบของเหตุการณ์ในชีวิตในกลุ่มวัยรุ่น ในประเทศอเมริกา ได้ศึกษาเหตุการณ์ในชีวิตที่ทำให้เกิดผลกระทบทางลบของช่วงชีวิตวัยเด็กและวัยรุ่น กล่าวว่า นักวิจัยและนักวิชาการได้ให้ความสนใจในการศึกษาเกี่ยวกับเหตุการณ์ความเครียดในชีวิตซึ่งศึกษาจาก 2 ด้าน ด้านแรก ศึกษาเหตุการณ์ในชีวิตทางลบในเชิงคลินิก เป็น การศึกษาสาเหตุของเหตุการณ์ในชีวิตที่เกิดขึ้นที่ก่อให้เกิดอาการทางจิตใจและกายภาพ ส่วนด้านที่สองให้ความสนใจในแง่ของพัฒนาการของช่วงชีวิตวัยรุ่น ว่าเหตุการณ์ทางสังคมที่เกิดขึ้นในชีวิตนี้มีอิทธิพลต่อการพัฒนาการอย่างไร

ก) การจำแนกเหตุการณ์ในชีวิตทางลบในเชิงจิตวิทยาคลินิก

การศึกษาเหตุการณ์ในชีวิตทางลบในเชิงจิตวิทยาคลินิก มีแนวคิดว่าความเครียดมักมีเหตุมาจากการมีสิ่งเร้า บุคคลจะรับรู้สิ่งเร้าหรือเหตุการณ์ที่เข้ามาและก่อให้เกิดความเครียด Campas (1987) ได้ศึกษาเกี่ยวกับองค์ประกอบของเหตุการณ์ความเครียดของวัยรุ่น สิ่งเร้าที่ทำให้บุคคลต้องการการปรับตัว เหตุการณ์ความเครียดในชีวิตจึงเป็นประสบการณ์ที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในชีวิตมีผลให้เกิดความต้องการ (Demands) ที่บุคคลจะปรับตัวและจัดการกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ความต้องการนี้มาจากแรงกระตุ้นจากภายนอก เช่น สิ่งแวดล้อมที่หลากหลาย หรือมาจากปัจจัยภายในซึ่งเกี่ยวข้องกับพัฒนาการและการเปลี่ยนแปลงทางกายภาพ ซึ่งสามารถจำแนกความต้องการการปรับตัวต่อเหตุการณ์ได้ 2 แบบ ดังนี้

1) **ความต้องการแบบเรื้อรัง (Chronic Demand)** ความต้องการปรับตัวแบบเรื้อรังนี้หมายถึงความต้องการที่เกิดขึ้นบ่อย ๆ และซ้ำ ๆ มักเป็นแง่ลบเกี่ยวกับเหตุการณ์ทางสังคมและสิ่งแวดล้อมทางกายภาพที่ส่งผลทางลบ เป็นความคุกคามหรือขาดแคลนบางสิ่งทางกายภาพ

ทำให้บุคคลต้องปรับตัวอยู่ตลอดเวลาเนื่องจากความขาดแคลนนั่น ซึ่งความขาดแคลนดังกล่าวมีดังนี้

1.1) สภาพแวดล้อม (Environmental conditions of deprivation and disadvantage) สภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัยของบุคคลมีความบกพร่องและส่งผลกระทบต่อทางลบ เช่น สภาพทางการเงินภายในครอบครัว

1.2) ปัจจัยเฉพาะบุคคล (Personal condition creating handicap or liability) ปัจจัยหรือลักษณะเฉพาะบุคคล เช่น การเจ็บป่วย พิการหรือทุพพลภาพ เป็นโรคเรื้อรัง หรือการพัฒนาการที่บกพร่อง

1.3) เหตุการณ์ต่อเนื่อง (Recurring life events) เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง ซ้ำซาก เช่น ความขัดแย้งโต้เถียงกันของบิดามารดา ทำให้เด็กต้องการการปรับตัวอยู่เสมอ

2) ความต้องการแบบกะทันหันหรือฉับพลัน (Acute Demand) เป็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างกะทันหันเกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลง (change) ซึ่งเป็นเหตุให้กระทบต่อเหตุการณ์อื่นๆ ที่เหลือในชีวิต ซึ่งจำแนกได้ 2 ลักษณะ ดังนี้

2.1) เหตุการณ์ที่สั่งสมกันมา (Cumulative life events) เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นหลายเหตุการณ์ในช่วงเวลาใดเวลาหนึ่งและสั่งสมกันทำให้เกิดความเครียด

2.1.1) เหตุการณ์หลักในชีวิต (Major life events) เหตุการณ์ที่สำคัญในชีวิต เช่น การทะเลาะเบาะแว้งกับบุคคลอื่นอย่างรุนแรง

2.1.2) เหตุการณ์รองในชีวิต (Daily hassles and pleasures or Minor events) เหตุการณ์เล็กๆ น้อยๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน

2.2) เหตุการณ์เฉพาะ (Specific events) เหตุการณ์ที่มีลักษณะพิเศษ หรือเหตุการณ์ผิดปกติ

2.2.1) การโยกย้ายหรือเปลี่ยนวิถีชีวิต (Normative event and life transitions) เช่น การย้ายโรงเรียน

2.2.2) เหตุการณ์ผิดปกติ (Atypical events) เหตุการณ์ที่ไม่ปกติ ไม่ได้เกิดขึ้นบ่อยๆ เช่น การหย่าร้างของบิดามารดา

ข) การศึกษาเหตุการณ์ในชีวิตทางลบในเชิงจิตวิทยาสังคมและจิตวิทยาพัฒนาการ

การศึกษาเกี่ยวกับเหตุการณ์ในชีวิตและความเครียดต่อเหตุการณ์นั้น ให้ความสนใจในแง่ของพัฒนาการของช่วงชีวิตวัยรุ่น ว่าเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิตนี้มีอิทธิพลต่อการพัฒนาการอย่างไรสำหรับช่วงวัยหนึ่ง ๆ ซึ่งให้ความสำคัญกับภาวะความสมดุลของทางร่างกายและจิตใจที่วัยรุ่นจะพัฒนาไปในทางบวกมากกว่าพยาธิสภาพทางการแพทย์ ซึ่งจำแนกลักษณะเหตุการณ์ในชีวิตไว้แตกต่างจากกลุ่มที่ศึกษาเกี่ยวกับความเครียดดังกล่าวข้างต้น ซึ่ง Campas (1987) กล่าวว่า การศึกษาเหตุการณ์ในชีวิตในเชิงสังคมศาสตร์ จะให้ความสำคัญกับตัวแปรอายุ เนื่องจากอายุของบุคคลเป็นตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับเหตุการณ์ในชีวิตของบุคคล ความถี่หรือจำนวนเหตุการณ์ในชีวิตที่มากขึ้นเนื่องมาจากอายุที่มากขึ้น และยังเกี่ยวข้องทั้งในทางกายภาพ เช่น การเจริญเติบโตทางร่างกาย การเปลี่ยนแปลงของต่อมไร้ท่อ พัฒนาการทางสมองและระบบไขสันหลัง และทางสังคม เช่น การเปลี่ยนแปลงทางบทบาทสังคม ครอบครัวและโรงเรียน เหตุการณ์เหล่านี้เป็นส่วนหนึ่งซึ่งส่งผลกระทบต่อพัฒนาการ บุคคลจะประสบปัญหาเมื่อไม่สามารถพัฒนาหรือเติบโตไปสู่ลักษณะอันเหมาะสมของช่วงวัยหนึ่ง ๆ ได้

การศึกษาเหตุการณ์ในชีวิตในทางสังคมศาสตร์ ยังให้ความสำคัญกับการศึกษาเหตุการณ์ทางสังคม เหตุการณ์ในชีวิตที่เกี่ยวข้องกับสังคมหรือวัฒนธรรมเฉพาะของสังคมนั้น ๆ ทำให้บุคคลในสังคมนั้นประสบเหตุการณ์ที่มีลักษณะร่วมกันได้ เช่น ภาวะสงคราม หรือ เศรษฐกิจตกต่ำ ดังนั้น การจัดการกับผลจากเหตุการณ์ดังกล่าวจึงอ้างอิงลักษณะของคนส่วนใหญ่ในสังคม หรือวิธีที่คนส่วนใหญ่ใช้จัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้น วิธีนั้นคือวิธีที่เหมาะสมที่บุคคลจะจัดการกับสภาวะดังกล่าว ทั้งนี้การศึกษาเหตุการณ์ทางประวัติศาสตร์ยังได้รับความสนใจอีกด้วย เนื่องจากแนวคิดที่ว่า ถึงแม้เหตุการณ์ในลักษณะเดียวกันที่เคยเกิดขึ้นในอดีตแล้ว ผลกระทบหรือความรุนแรงที่บุคคลรับรู้จะแตกต่างกัน เช่น สภาวะทางเศรษฐกิจที่ตกต่ำในช่วงปี 1930 ก็ส่งผลกระทบต่อแตกต่างจากภาวะเศรษฐกิจในปี 1960

การศึกษาเหตุการณ์ในชีวิตทางลบ จึงได้มีการจำแนกประเภทเหตุการณ์ในชีวิตไว้ตามลักษณะของปัจจัยทางสังคม เช่น จำแนกเป็นเหตุการณ์ในชีวิตที่เกี่ยวข้องกับครอบครัว เหตุการณ์ในชีวิตที่เกี่ยวข้องกับเพื่อน และเหตุการณ์ในชีวิตที่เกี่ยวข้องกับการเรียนและความสามารถของตนเอง เหตุการณ์ในชีวิตทางด้านเศรษฐกิจและการเงิน เหตุการณ์ในชีวิตทางด้านสุขภาพ เป็นต้น

1. เหตุการณ์ในชีวิตที่เกี่ยวกับสัมพันธภาพภายในครอบครัว

ครอบครัวเป็นหน่วยสังคมที่มีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับวัยของนักศึกษาเป็นลำดับต้น ๆ ที่ทำหน้าที่อบรมสั่งสอน และเลี้ยงดูสมาชิกในครอบครัว บุคคลในครอบครัวจึงเป็นผู้ที่นักศึกษาปฏิสัมพันธ์ด้วยมากที่สุด ซึ่งมักจะเกิดเหตุการณ์ต่าง ๆ ขึ้นภายในครอบครัวที่อาจเป็นสถานการณ์ที่เป็นปัญหา เช่น ปัญหาความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกภายในครอบครัว การสูญเสียบุคคลภายในครอบครัว การทะเลาะเบาะแว้ง ปัญหาจากการอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่ การอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่มีความสำคัญต่อพฤติกรรมการปรับตัว จึงมีผลต่อสุขภาพจิตอันเนื่องมาจากครอบครัว

2. เหตุการณ์ในชีวิตเกี่ยวกับสัมพันธภาพกับเพื่อนและคนรัก

นอกจากบุคคลในครอบครัวแล้ว นักศึกษาจะปฏิสัมพันธ์และใกล้ชิดกับเพื่อนมาก เนื่องจากเป็นวัยที่กำลังศึกษาอยู่ในสถาบันการศึกษาจึงมักพบปะเพื่อนรุ่นราวคราวเดียวกันอยู่เสมอ และเป็นวัยที่มีความรัก หรือคนรักมาเกี่ยวข้องมาก เพื่อนและคนรักจึงมีความสำคัญและอิทธิพลต่อบุคคลโดยเฉพาะในเรื่องทัศนคติ ค่านิยม ความสนใจ พฤติกรรม ปัญหาที่เกิดขึ้นเป็นปัญหาความสัมพันธ์เนื่องมาจากการขัดแย้ง การไม่ได้รับการยอมรับ หรือการตอบสนองจากเพื่อนและคนรัก

3. เหตุการณ์ในชีวิตด้านการเรียนการศึกษาและความสามารถของตนเอง

นักศึกษาอยู่ในวัยเรียนและการเรียนจึงมีอิทธิพลต่อวัยนี้อย่างมาก เนื่องจากการศึกษาที่ดีถือว่าเป็นปัจจัยสำคัญต่อการดำรงชีวิตในสังคม ความรู้และประสบการณ์ต่าง ๆ จะถูกสั่งสมจากสถาบันการศึกษา วัยผู้ใหญ่ตอนต้นนี้เป็นวัยที่มีความคาดหวังเกี่ยวกับอนาคต โดยมีการศึกษาเป็นสื่อเพื่อให้ถึงจุดหมายในอนาคตนั้น ผลการเรียน หรือคะแนนต่าง ๆ ที่นักศึกษา รวมทั้งความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับความสามารถของตนเอง มักมีผลต่อสุขภาพจิตของนักศึกษาเป็นอย่างมาก เช่น การสอบตก ติดวิทยาทัศน์ ทำให้เกิดความเครียด กอดตัน ไม่มั่นใจในความสามารถของตน

4. เหตุการณ์ในชีวิตด้านฐานะทางเศรษฐกิจและการเงิน

นิสิตนักศึกษาเป็นวัยที่ยังพึ่งพิงการสนับสนุนทางการเงินของครอบครัว ในการส่งเสียค่าเล่าเรียนและอุปกรณ์การเรียนต่าง ๆ รวมทั้งปัจจัยในการดำรงชีพอื่น ๆ ที่จำเป็น ทำให้เกิดภาวะทางการเงินมาก นิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำ ทำให้ขาดปัจจัยที่จะมาตอบสนองความต้องการและการส่งเสริมการพัฒนาชีวิตในด้านต่าง ๆ อย่างเหมาะสม ก่อให้เกิดความเครียด ความกดดันทางจิตใจทั้งต่อบุคคลในครอบครัวและตัวนักศึกษาเอง

5. เหตุการณ์ในชีวิตทางด้านสุขภาพและการเสียชีวิต

การเจ็บป่วยทางร่างกายของนักศึกษา อาจเป็นอุปสรรคในการดำรงชีวิต และส่งผลกระทบต่อวิถีชีวิตในด้านต่าง ๆ เช่น ส่งผลกระทบทางการเรียน ทำให้ต้องขาดเรียน เรียนไม่ทันเนื้อหาใน

บทเรียน ทำให้ได้เกรดเฉลี่ยต่ำ หรือหากอาการเจ็บป่วยรุนแรงอาจส่งผลต่อการทำกิจกรรม การเข้าสังคมกับผู้อื่นอีกด้วย อาจทำให้นักศึกษารู้สึกแปลกแยก ส่งผลให้เกิดความไม่มั่นใจในตนเอง นอกจากการเจ็บป่วยของนักศึกษาเองแล้ว การเจ็บป่วยและการสูญเสียบุคคลใกล้ชิด ทั้งสมาชิกในครอบครัวและเพื่อน มักมีผลกระทบต่อภาวะทางจิตใจของนักศึกษาอย่างมาก ก่อให้เกิดความกังวล เศร้าโศกเสียใจ

การศึกษาเหตุการณ์ในชีวิตในประเทศไทย ก็ได้จำแนกลักษณะของเหตุการณ์ตามปัจจัยตามสังคมนี และพบความสำคัญของเหตุการณ์ในแต่ละด้านสำหรับชีวิตของนิสิตนักศึกษา ดังนี้

การศึกษาของ วิเรืองรอง รัตนวิไลสกุล (2544) ได้ศึกษาถึงสุขภาพกาย สภาพจิตใจ ปัจจัยทางสังคม และสุขภาพจิตของนักศึกษาที่มาขอคำปรึกษาทางจิตวิทยา ในมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี พบว่า ปัญหาที่นักศึกษามาขอรับบริการปรึกษาสามารถแบ่งได้เป็น 5 ประเภทใหญ่ ๆ ได้แก่ ปัญหาเกี่ยวกับกลุ่มเพื่อน ปัญหาครอบครัว ปัญหาทางการเรียน ปัญหาเพื่อนต่างเพศ และปัญหาการปรับตัว ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่มาขอคำปรึกษาเกี่ยวกับปัญหาครอบครัว และการปัญหาการปรับตัว มีความเครียดสูงกว่านักศึกษาที่มาขอคำปรึกษาเกี่ยวกับกลุ่มเพื่อนเล็กน้อย นักศึกษาที่มาขอรับบริการปรึกษาส่วนใหญ่มีเกรดเฉลี่ยอยู่ในระดับต่ำมีสุขภาพกายอยู่ในระดับปานกลาง มีสุขภาพจิตอยู่ในระดับปานกลาง และมักเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 3 และ 4 แสดงให้เห็นว่า ปัญหาครอบครัวเป็นปัญหาใหญ่ที่ทำให้นักศึกษาแสวงหาความช่วยเหลือ และนักศึกษาที่มาขอรับบริการปรึกษาอาจมีปัญหาทางการเรียนด้วยเช่นกัน

ไพรัช วงศ์ศรีตระกูล (2554) ที่ศึกษาปัจจัยทางการศึกษาที่มีผลต่อความเครียดและความวิตกกังวลของนักศึกษากลุ่มตัวอย่างคือนักศึกษามหาวิทยาลัยธนบุรีปีการศึกษา 2553 จำนวน 350 คน ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเกิดความเครียดคือเกรดเฉลี่ยสะสม สภาพการศึกษาในมหาวิทยาลัย ด้านการเรียนการสอน ด้านกิจกรรมนักศึกษาและด้านสภาพแวดล้อมสำหรับปัจจัยที่ส่งผลต่อการเกิดความวิตกกังวลคือเกรดเฉลี่ยสะสม และสภาพการศึกษาในมหาวิทยาลัยด้านกิจกรรมนักศึกษา

ภุมรินทร์ ภูมิประเสริฐโชค (2546) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเหตุการณ์ในชีวิตทางลบกับความรู้สึกสิ้นหวังโดยแบ่งเป็น 3 ด้าน ได้แก่ ด้านครอบครัว ด้านเพื่อน และด้านการเรียน พบว่าเหตุการณ์ทางลบในชีวิตโดยเฉพาะเหตุการณ์ทางลบภายในครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความรู้สึกสิ้นหวังในกลุ่มนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย อ.เมือง จ.พิษณุโลก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สุรพงษ์ ชูเดช และ วิภาวี เขียมวรเมธ (2545) ศึกษาตัวแปรในการทำนายสุขภาพจิตและการปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี พบว่า ตัวแปรที่สำคัญในการทำนายสุขภาพจิต ได้แก่ ความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองทั้งด้านอารมณ์ ความรู้สึก และพฤติกรรม การอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุมจากครอบครัว สัมพันธภาพกับเพื่อนและรุ่นพี่ในมหาวิทยาลัย สภาพบรรยากาศในมหาวิทยาลัย ความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองด้านความสามารถทางการศึกษา และสัมพันธภาพกับสมาชิกในครอบครัว ซึ่งทำนายสุขภาพจิตได้ร้อยละ 27.7 นักศึกษาที่มีสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อนและรุ่นพี่ ได้รับการเลี้ยงดูแบบควบคุมน้อย มีความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองในด้านอารมณ์ ความรู้สึกนึกคิด และพฤติกรรมในทางที่ดีจะเป็นผู้ที่มีสุขภาพจิตดี นอกจากนี้ตัวแปรสำคัญที่ทำนายการปรับตัวได้แก่สัมพันธภาพกับสมาชิกในครอบครัว ความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเอง สัมพันธภาพกับเพื่อนและรุ่นพี่ และสภาพบรรยากาศในมหาวิทยาลัยด้านอาคารสถานที่ ซึ่งสามารถทำนายการปรับตัวของนักศึกษาได้ร้อยละ 28.1 นักศึกษาที่อยู่ในครอบครัวที่มีสัมพันธภาพดี มีความรู้สึกนึกคิดที่ดีเกี่ยวกับตนเอง และมีสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อนและรุ่นพี่จะเป็นผู้ที่มีการปรับตัวได้ดีด้วย

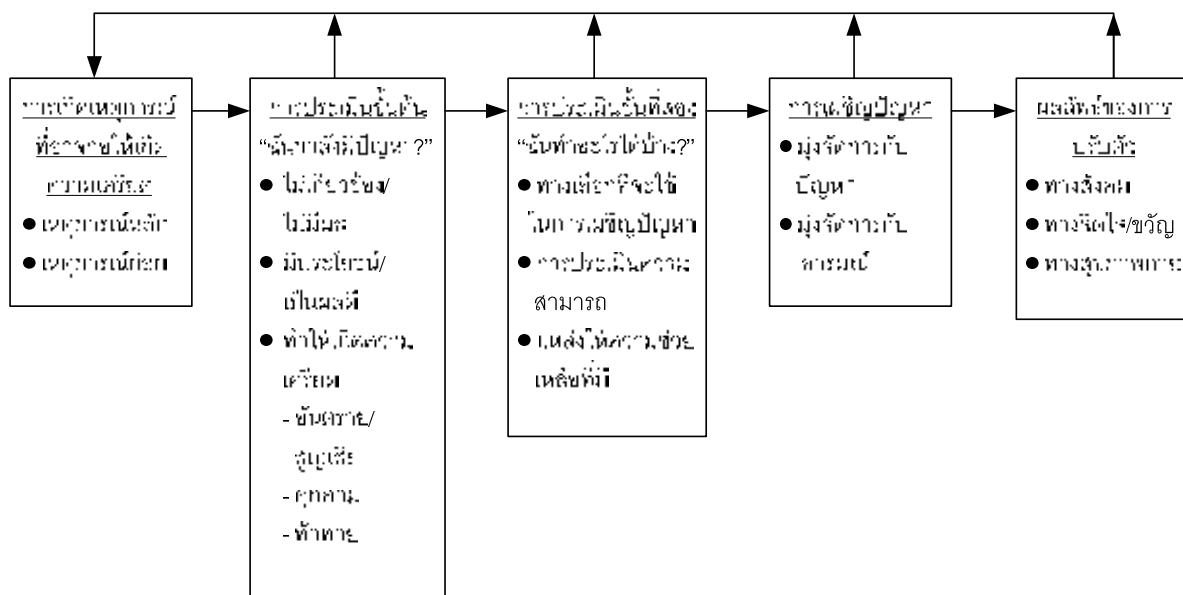
งานวิจัยดังกล่าวชี้ให้เห็นว่า เหตุการณ์ในชีวิตของนิสิตนักศึกษา มักประกอบไปด้วย ปัญหาความสัมพันธ์กับบุคคลในครอบครัว ความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อน ปัญหาทางการศึกษา ปัญหาสุขภาพและการเสียชีวิต และปัญหาทางการเงิน ที่ทำให้นิสิตนักศึกษาต้องปรับตัวกับสภาพแวดล้อมและสภาพการณ์ในชีวิตด้านต่าง ๆ เนื่องจากเป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อชีวิตในช่วงวัยของการเป็นนิสิตนักศึกษา

1.3. แนวคิดเกี่ยวกับการเผชิญความเครียดและการปรับตัวต่อการเหตุการณ์ในชีวิตทางลบของนักศึกษา

Lazarus และ Folkman (1984 อ้างถึงใน สุภาพรธรรม โคตรจรัส, 2552) อธิบายว่า กระบวนการที่บุคคลรับรู้ ประเมินสถานการณ์นั้นว่าส่งผลกระทบต่อบุคคล ทำให้เกิดความเครียด ความกดดันทางจิตใจ บุคคลจะหาทางตอบสนองหรือจัดการกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นนั้นเพื่อรักษาสมดุลให้กลับสู่สภาวะปกติ กระบวนการนี้เรียกว่า การปรับตัว จากทฤษฎีความเครียดของ Lazarus อธิบายกระบวนการของความเครียด ตั้งแต่การเกิดความเครียด นำไปสู่การจัดการความเครียดและผลลัพธ์การปรับตัวที่เกิดขึ้น ซึ่งมีกระบวนการแบ่งออกเป็น 5 ขั้นตอน ได้แก่

- 1) การเกิดเหตุการณ์ที่อาจก่อให้เกิดความเครียด
- 2) การประเมินขั้นต้น
- 3) การประเมินขั้นที่สอง
- 4) การเผชิญปัญหา และ
- 5) ผลลัพธ์ของการปรับตัว ดังแสดงในภาพต่อไปนี้

A Transactional Model of the Stress Process



ภาพที่ 2 รูปแบบกระบวนการของความเครียดตามทฤษฎีความเครียดของลาซารัส (Slavin et al., 1991, อ้างถึงใน สุภาพรณ โคตรจรัส, 2552)

1. การเกิดเหตุการณ์ที่อาจก่อให้เกิดความเครียด (Occurrence of a potentially stressful event)

ความเครียดของบุคคลมักเกิดจากการปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม หรือสถานการณ์ที่บุคคลเผชิญ เหตุการณ์ในชีวิตต่าง ๆ จึงมีอิทธิพลต่อบุคคล โดยเฉพาะเหตุการณ์ที่บุคคลไม่พึงปรารถนา ตั้งแต่การเปลี่ยนแปลงครั้งใหญ่ของชีวิต เช่น การสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก การหย่าร้าง ตลอดจนจนถึงเหตุการณ์ยุ่งยากเล็ก ๆ น้อย ๆ ในชีวิต เช่น การทะเลาะเบาะแว้ง การลำบากในการทำงาน เหตุการณ์ต่าง ๆ เหล่านี้เป็นเหตุการณ์ที่มีอิทธิพลต่อการรับรู้ทางลบของบุคคล ซึ่งบุคคลจะรับรู้ว่าเป็นเหตุการณ์เหล่านี้ส่งผลกระทบทางลบต่อตนมากน้อยเพียงใด ขึ้นอยู่กับการประเมินในขั้นถัดไป

2. การประเมินขั้นต้น (Primary appraisal)

เมื่อมีสิ่งเร้าหรือเหตุการณ์เข้ามา บุคคลจะประเมินสถานการณ์นั้นเพื่อที่จะตัดสินว่าเหตุการณ์นั้น เกี่ยวข้องหรือส่งผลโดยตรงต่อตนเองหรือไม่ เป็นเรื่องที่เคยเกิดขึ้นแล้วหรือเป็นเรื่องแปลกใหม่ ส่งผลดีหรือผลร้ายต่อตน ซึ่งการประเมินว่าเหตุการณ์ส่งผลทางลบต่อตนก็จะเกิดความกังวล หรือความเครียด โดยการประเมินสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดจะเป็นไปใน 3

ลักษณะ ได้แก่ 1) สถานการณ์ที่เป็นอันตรายก่อให้เกิดความสูญเสีย (Harm/Loss) เป็นการประเมินเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นแล้วว่าเหตุการณ์นั้นก่อให้เกิดอันตรายและความสูญเสียแก่ตนเอง 2) สถานการณ์ที่เป็นการคุกคาม (Treat) เป็นการคาดคะเนสถานการณ์ว่าอาจก่อให้เกิดอันตรายหรือการสูญเสียแก่ตนเอง 3) การท้าทาย (Challenge) เป็นเหตุการณ์ที่บุคคลประเมินว่าก่อให้เกิดความยุ่งยากแต่ไม่รุนแรงนัก น่าจะจัดการได้ และคาดหวังผลทางบวกที่อาจเกิดขึ้น เป็นสถานการณ์ที่ท้าทายความสามารถของบุคคล

การประเมินเหตุการณ์ทั้ง 3 ลักษณะนี้ บุคคลอาจประเมินว่าเหตุการณ์ใดเหตุการณ์หนึ่งมีมากกว่า 1 ลักษณะก็ได้ การประเมินนี้จะแตกต่างกันในแต่ละบุคคล ทำให้บุคคลรับรู้เหตุการณ์แตกต่างกัน และเกิดผลกระทบทางลบในระดับที่แตกต่างกัน เหตุการณ์ที่บุคคลประเมินว่าเป็นความท้าทายก็จะส่งผลกระทบทางลบต่อบุคคลน้อยกว่าเหตุการณ์ที่บุคคลประเมินว่าเป็นอันตรายหรือเป็นการสูญเสีย

3. การประเมินขั้นที่สอง (Secondary appraisal)

หลังจากที่บุคคลประเมินว่าเหตุการณ์นั้นเป็นปัญหา หรือส่งผลกระทบทางลบต่อตนเองแล้ว บุคคลก็จะประเมินต่อไปว่า ตนจะสามารถจัดการปัญหาดังกล่าวได้หรือไม่ อย่างไร โดยจะพิจารณาจากปัจจัยหรือทรัพยากรที่ตนเองมีอยู่ ปัจจัยหรือทรัพยากรในการจัดการกับปัญหาดังกล่าวมีทั้งแหล่งทรัพยากรภายใน เช่น สมรรถนะร่างกายและความสามารถของตนเอง พื้นฐานความเชื่อ แหล่งทรัพยากรภายนอก เช่น การช่วยเหลือจากผู้อื่น และวัตถุดิบปัจจัย เช่น เงิน ทรัพย์สิน เป็นต้น เพื่อที่จะหาทางจัดการกับปัญหานั้น ปัจจัย หรือ ทรัพยากรในการจัดการปัญหา (coping resource) Lazarus และ Folkman (1984)

ในเหตุการณ์เดียวกันที่บุคคลประสบ บางคนอาจไม่เกิดความเครียด หรือเกิดความเครียดในระดับที่แตกต่างกัน ทั้งนี้เนื่องจากปัจจัยส่วนบุคคลที่แต่ละคนมี เช่น ระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง การรับรู้ความสามารถของตน ทักษะการเผชิญปัญหาที่มี การรับรู้ตนและสิ่งแวดล้อมได้ตามความเป็นจริง เป็นต้น ที่ส่งผลให้บุคคลประเมินเหตุการณ์ที่ประสบแตกต่างกัน (สุภาพวรรณ โคตรจรัส, 2552)

การประเมินในขั้นนี้จะเกิดตามมาหลังจากบุคคลประเมินเหตุการณ์ในขั้นต้นแล้ว อาจเป็นการประเมินที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องหรือไม่ก็ได้ บุคคลอาจประเมินสถานการณ์ในขั้นต้นว่าเป็นการสูญเสีย แต่อาจประเมินว่าตนเองสามารถจัดการกับปัญหานั้นในทันที หรือภายหลังก็ได้ เมื่อบุคคลประเมินว่าตนสามารถจัดการกับปัญหาได้ การประเมินลักษณะเหตุการณ์ก็เปลี่ยนไป อาจกลายเป็นปัญหาที่เพียงแต่ท้าทายความสามารถของตนเอง แต่หากประเมินว่าตนไม่สามารถ

จัดการกับปัญหาได้ก็จะเกิดความเครียดในระดับสูง ส่งผลต่อการเลือกแนวทางในการเผชิญปัญหาต่อไป

4. การเผชิญปัญหา (Coping)

การเผชิญปัญหาเป็นขั้นตอนที่บุคคลลงมือปฏิบัติ เป็นการแสดงออกเพื่อจัดการกับปัญหาทั้งด้านพฤติกรรม ความรู้สึกนึกคิด และอารมณ์ ซึ่งวิธีจัดการกับปัญหาแบ่งออกเป็น 2 แบบ ได้แก่ 1) การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา (Problem-focused coping) โดยการวิเคราะห์ปัญหาว่า สาเหตุของปัญหาคืออะไร และหาทางจัดการที่เป็นไปได้เหมาะสม การยอมรับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง รวมทั้งการนำประสบการณ์ในอดีตมาใช้ให้เป็นประโยชน์ เป็นวิธีที่แก้ที่ปัจจัยภายนอก 2) การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ (emotional focused forms of coping) เป็นความพยายามลดความตึงเครียดทางอารมณ์ที่เกิดขึ้น โดยอาจใช้วิธีการระบายอารมณ์ต่าง ๆ การแสวงหาแรงสนับสนุนเพื่อให้เกิดกำลังใจ มองปัญหาในแง่บวก หรือทำกิจกรรมเพื่อคลายเครียด และการพึ่งศาสนา เช่น การสวดมนต์ นั่งสมาธิ เป็นต้น

โดยทั่วไปบุคคลจะใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาสำหรับปัญหาที่ตนประเมินว่าสามารถจัดการได้ และใช้วิธีเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์เมื่อประเมินว่าปัญหานั้นไม่สามารถแก้ไขได้ และอาจใช้วิธีการเผชิญปัญหาทั้งสองแบบควบคู่กันไปเพื่อแก้ที่ตัวปัญหาและจัดการกับความเครียดทางอารมณ์ที่เกิดขึ้นกับตนเองได้

5. ผลลัพธ์ของการปรับตัว (Adaptation outcome)

ความสามารถของบุคคลในการจัดการกับปัญหาและความตึงเครียดทางอารมณ์ที่เกิดขึ้นได้หรือไม่ มากน้อยเพียงใดนั้น นำไปสู่การปรับตัวกับสภาพการณ์ในชีวิต ซึ่งผลของการปรับตัวที่เกิดขึ้นแบ่งออกเป็น 3 ด้านได้แก่ 1) ผลทางด้านสังคม (Social functioning) การแก้ปัญหาที่เหมาะสมทำให้บุคคลเรียนรู้จากสถานการณ์ที่เกิดขึ้นและนำไปปรับใช้กับชีวิตของตน การแก้ปัญหาได้เหมาะสมมากน้อยเพียงใดจะมีผลต่อการดำรงชีวิตในบทบาทหน้าที่ทางสังคมของตน รวมถึงทักษะที่จำเป็นในการดำรงชีวิต และการปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น 2) ผลทางด้านจิตใจ/ขวัญ (Morale) การแก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสมจะทำให้บุคคลเกิดความพึงพอใจในตนเอง มีอารมณ์แจ่มใส มีความหวัง เห็นคุณค่าในตนเองและสิ่งต่าง ๆ 3) ผลทางด้านสุขภาพร่างกาย (Somatic illness) การที่บุคคลเผชิญความเครียดได้ไม่ดี หรือไม่เหมาะสมก็จะมีผลกระทบต่อร่างกายก่อให้เกิดโรคและความเจ็บป่วยได้

กระบวนการของการปรับตัว 5 ขั้นนี้ไม่จำเป็นต้องเกิดขึ้นตามลำดับ ผลที่เกิดขึ้นในกระบวนการแต่ละขั้น สามารถย้อนกลับไปในช่วงประเมินขั้นต้นได้อีกเช่นกัน หรือเมื่อเราใช้วิธีการ

เผชิญปัญหาไปแล้วแต่ไม่ประสบผลสำเร็จ จะต้องมีการย้อนกลับไปประเมินเหตุการณ์นั้นอีกครั้ง โดยหาวิธีการเผชิญปัญหาใหม่ที่ดีขึ้นเพื่อลดความเครียด เกิดผลการปรับตัวมีประสิทธิภาพ การประเมินที่ย้อนกลับไปมานี้เป็นวงจรที่เกิดขึ้นซ้ำแล้วซ้ำอีกในกระบวนการของการรับรู้และจัดการกับเหตุการณ์ที่ส่งผลทางลบต่อบุคคล

การที่บุคคลสามารถเผชิญกับความเครียด ปรับตัว และแก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสมจะก่อให้เกิดประโยชน์ต่อพัฒนาการของบุคคล บุคคลจะเรียนรู้และป้องกันตนเองจากอุปสรรคหรือความผิดพลาดในการเผชิญปัญหา ทำให้เกิดความเข้าใจในตนเองและโลกมากขึ้น สามารถพัฒนาเป้าหมายและค่านิยมที่สมเหตุสมผลตามความเป็นจริง และพัฒนาสมรรถภาพและความอดทนในการเผชิญปัญหามากยิ่งขึ้น หรือการมีทักษะในการเผชิญปัญหาอย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น นำไปสู่การเป็นผู้ที่มีสุขภาพจิตดี มีการรับรู้ที่ตรงตามความเป็นจริง ควบคุมอารมณ์ตนเองได้ ไม่เก็บกด มีความขัดแย้งในใจน้อย มีความเป็นตัวของตัวเอง เป็นผู้มีควมพึงพอใจในตนเอง มีการยอมรับและเห็นคุณค่าในตนเอง ตลอดจนมีความเข้าใจและยอมรับในผู้อื่น สามารถสร้างสัมพันธภาพที่อบอุ่นและเป็นมิตร เป็นทั้งผู้ให้และผู้รับได้อย่างเหมาะสม นำไปสู่การมีความพึงพอใจในชีวิต และสามารถพัฒนาศักยภาพของตนเองทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อไป (สุภาพรพรณ โคตรจรัส, 2552)

Rosenbaum (1989) ได้เสนอแนวคิดเกี่ยวกับการรับมือกับความเครียดโดยการควบคุมปัจจัยภายในตน อันได้แก่ อารมณ์ความรู้สึก และการรู้คิด ที่จะส่งผลถึงการแสดงพฤติกรรมตอบสนองต่อเหตุการณ์ความเครียด ซึ่งความสามารถในการควบคุมตนเองได้นั้นเกี่ยวข้องกับความเชื่อในเรื่องศูนย์กลางการควบคุมว่ามาจากตนเอง เชื่อว่าตนเป็นผู้สามารถตัดสินใจที่จะเปลี่ยนแปลงตนเองได้ และผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นนั้นเป็นผลมาจากการกระทำของตน ความสามารถในการควบคุมตนเองดังกล่าวจะทำให้สามารถเผชิญและการจัดการความเครียดได้อย่างเหมาะสมมากขึ้น เมื่อบุคคลสามารถควบคุมอารมณ์ และการคิดของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ ความสามารถในการควบคุมปัจจัยภายในนี้เป็นแหล่งทักษะภายในตนที่นำไปสู่ความสามารถในการจัดการกับปัญหา ผู้ที่มีแหล่งทักษะภายในตนเองสูงจะสามารถควบคุมอารมณ์ความรู้สึก ตลอดจนพฤติกรรมตอบสนองของตน ประยุกต์ใช้กลวิธีในการแก้ปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีความสามารถที่จะอดทนรอผลลัพธ์ที่ต้องการได้ และมีการรับรู้ศักยภาพในตนเองในการที่จะแก้ไขปัญหาคือ แหล่งทักษะภายในตนนี้สามารถเรียนรู้และพัฒนาได้จาก การมีตัวแบบที่ดี การมีประสบการณ์และการได้รับการชี้แนะแนวทางผ่านการเผชิญสถานการณ์ในชีวิต อันก่อให้เกิดเป็นทักษะการเผชิญเหตุการณ์ทั้งในชีวิตประจำวันและการดำเนินชีวิตต่อไปได้

Meichenbaum (1977, as cite in Corey, (eds)., 2013) นักจิตวิทยาเชิงรู้คิด พฤติกรรมนิยม ได้พัฒนากลยุทธ์ในการพัฒนาความสามารถในการจัดการกับปัญหาและความเครียด อันมีพื้นฐานแนวคิดที่ว่า ความเครียดเกิดขึ้นจากการรับรู้ของบุคคลที่ประเมินสถานการณ์นั้น ความเครียดหรืออารมณ์ที่ผิดปกติจะมีพื้นฐานมาจากความคิดหรือความเชื่อพื้นฐานที่ไม่เหมาะสม ซึ่งนำไปสู่การแสดงพฤติกรรมตอบสนองต่อสถานการณ์นั้น ดังนั้นการปรับเปลี่ยนความคิดหรือความเชื่ออันให้เป็นไปอย่างเหมาะสมจะนำไปสู่อารมณ์ความรู้สึก และการแสดงออกที่เหมาะสม เขาจึงได้เน้นการให้บุคคลสำรวจและสังเกตตนเอง ทั้งอารมณ์ความรู้สึก และพฤติกรรมของตนที่มีต่อสถานการณ์ต่าง ๆ การสำรวจและสังเกตตัวเองนี้จะทำให้บุคคลเกิดการตระหนักรู้ในตนเอง ตระหนักถึงความคิดอันเป็นความเชื่อที่ไม่สมเหตุสมผลที่ตนเองมี บุคคลจะเรียนรู้และเข้าใจว่า ความเครียดนั้นมีผลมาจากความคิด อารมณ์ความรู้สึกที่ตนมี การแสดงออกของตนและผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น การตระหนักรู้ในความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลของตนนี้ ทำให้บุคคลเรียนรู้ที่จะค่อย ๆ เปลี่ยนแปลงตนเองจากภายใน นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมใหม่ และเรียนรู้ในผลลัพธ์ที่ตามมา ตลอดจนการพิจารณาและสังเกตตนเองอย่างต่อเนื่องในสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิต ก็ช่วยบุคคลตระหนักรู้ในตนเอง และสามารถประยุกต์สิ่งที่ตนได้เรียนรู้และนำไปใช้กับสถานการณ์เหล่านั้นได้ การพัฒนาทักษะการเผชิญปัญหานี้ทำให้เกิดการเรียนรู้และสามารถปรับใช้กับการจัดการปัญหาในชีวิตได้ในระยะยาวอีกด้วย

1.4. การวัดและประเมินการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ

การวัดและประเมินการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบมีทั้งที่เป็นลักษณะการสัมภาษณ์และการประเมินตนเอง ทั้งสนใจเฉพาะจำนวนเหตุการณ์ในชีวิต (Gomes, Krings, Bangerter, & Grob; 2009; Attar, Guerra & Tolan (1994)) และสนใจระดับการรับรู้ของบุคคลที่มีต่อเหตุการณ์นั้น (Sarason, Johnson & Siegel, 1987)

Sarason, Johnson และ Siegel (1987) ได้พัฒนาแบบประเมินการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิต ชื่อ Life Experience Survey ประกอบด้วยด้วยเหตุการณ์ในชีวิต 57 เหตุการณ์ ที่ให้บุคคลประเมินว่าตนประสบกับเหตุการณ์ใดบ้างในช่วง 1 ปีที่ผ่านมา การประเมินแบ่งเป็นสองส่วนคือ เหตุการณ์สำหรับบุคคลทั่วไป 47 ข้อกระทง และสำหรับนักเรียนนักศึกษาที่เป็นเหตุการณ์เกี่ยวกับการเรียนอีก 10 ข้อกระทง เป็นมาตราอัตราส่วน 7 ระดับ ตั้งแต่ -3 ถึง 3 ซึ่งประเมินการรับรู้ของบุคคลต่อเหตุการณ์นั้นว่าส่งผลต่อบุคคลมากน้อยเพียงใด โดยส่งผลทางลบ (-3 ถึง -1) ส่งผลทางบวก (3 -1) หรือเหตุการณ์นั้นไม่ส่งผลใด ๆ (0)

Gomes, Krings, Bangerter และ Grob (2009) ได้สร้างแบบประเมินเหตุการณ์ในชีวิตของตนเอง เพื่อนำมาใช้กับกลุ่มตัวอย่างทั่วไป ตั้งแต่เด็กจนถึงผู้ใหญ่ โดยจำแนกเหตุการณ์ในชีวิตของบุคคลทั่วไปไว้ 6 ด้าน ได้แก่

1. ด้านการเรียน การทำงาน หรืออาชีพ (education/work/occupation)
2. ด้านชีวิตครอบครัว (family life)
3. ด้านความสัมพันธ์ต่อบุคคลอื่น (relationships/ friendship)
4. ด้านสุขภาพและเรื่องต่าง ๆ ในส่วนบุคคล (health/ personal)
5. ด้านวิถีชีวิต (leisure/ culture)
6. ด้านเหตุการณ์ทางการเมือง (political event)

ผู้วิจัยได้สร้างหัวข้อแต่ละด้านดังกล่าว และเปิดโอกาสให้ผู้ประเมินอธิบายเกี่ยวกับเหตุการณ์ที่ตนประสบในแต่ละด้านดังกล่าว แล้วให้ประเมินว่า เหตุการณ์ดังกล่าวส่งผลกระทบต่อตนอย่างไร ได้แก่ ผลกระทบทางบวก (positive) กลาง ๆ (neutral) และผลกระทบทางลบ (negative) โดยแบ่งเหตุการณ์ออกเป็นช่วงอายุ 4 ช่วง ได้แก่ วัยเด็กถึงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น (0-24 ปี) วัยกลางคน (25 – 49 ปี) วัยผู้ใหญ่ (50 – 74 ปี) และวัยชรา (75 ปีขึ้นไป)

Attar, Guerra และ Tolan (1994) ได้สร้างแบบประเมินเหตุการณ์ความเครียด ในกลุ่มเด็กประถม ชื่อว่า Stress Index Items ประกอบด้วยข้อกระทงทางเหตุการณ์ความเครียดในชีวิต 16 ข้อ ประกอบด้วย องค์ประกอบ 3 ด้าน ได้แก่

1. เหตุการณ์มีดปกติ (Circumscribed events) 4 ข้อ เป็นเหตุการณ์ที่ทำให้เกิดบาดแผลทางจิตใจอย่างรุนแรง เช่น บุคคลในครอบครัวเสียชีวิต การได้รับผลกระทบจากภัยพิบัติทางธรรมชาติ
2. เหตุการณ์ความเปลี่ยนแปลงในชีวิต (Life transitions) 6 ข้อ เช่น การย้ายที่อยู่อาศัย หรือย้ายโรงเรียน
3. เหตุการณ์การเผชิญความรุนแรงในชีวิต (Exposure to violence) 6 ข้อ เช่น มีเหตุทะเลาะวิวาท ชกต่อย ถูกจับปล้น

ให้ผู้ประเมินตนเองตอบว่าแต่ละเหตุการณ์ 16 ข้อนั้นได้เกิดขึ้นกับตนเองในช่วงปีที่ผ่านมาหรือไม่ คะแนนที่ได้เกิดจากการรวมข้อที่ผู้ประเมินว่าตนมีประสบการณ์นั้น ๆ

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยประเมินการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบของนิสิตนักศึกษาโดยมีองค์ประกอบของเหตุการณ์ในชีวิตทางลบ 5 ด้านที่เกี่ยวข้องกับชีวิตของนิสิตนักศึกษา คือ ด้านครอบครัว ด้านเพื่อนและคนรัก ด้านการเรียนและความสามารถของตนเอง ด้านสุขภาพ และด้านการเงิน โดยการประเมินแบ่งออกเป็นสองส่วน ให้ผู้ประเมินว่าตนเคยประสบกับเหตุการณ์ในชีวิตทางลบดังกล่าวหรือไม่ และรับรู้ผลกระทบทางลบจากเหตุการณ์นั้นมากน้อยเพียงไร เป็นมาตราส่วน 5 ระดับ 1 คือส่งผลกระทบน้อยที่สุด 5 คือส่งผลกระทบมากที่สุด

2. การนับถือศาสนา (Religious Orientation)

การนับถือศาสนาเป็นเรื่องเฉพาะเกี่ยวข้องกับความเชื่อ และการปฏิบัติที่เกี่ยวข้องกับองค์ความรู้ทางศาสนาใดศาสนาหนึ่ง (Sapp, 2011) ซึ่งศาสนามักประกอบไปด้วยหลักปรัชญาความเชื่อ คำสอนและวิธีการปฏิบัติทางศาสนา ศาสนิกผู้นับถือศาสนาหรือสมาชิกของศาสนา คือ ผู้ที่เห็นด้วยกับคำสอนและยอมปฏิบัติตาม ผู้นับถือศาสนาคือผู้ที่มีทั้งความรู้ ความเชื่อ และปฏิบัติตามแนวทางของศาสนานั้น (กิริติ บุญเจือ, 2530)

ดวงเดือน และ ดุจเดือน พันธุมนาวิ (2551) ได้ศึกษาการเป็นการเป็นสาวกของศาสนาที่ดี ต้องเป็นผู้ที่มีความเชื่อและปฏิบัติทางศาสนาไปพร้อมกัน และสำหรับปัจจัยที่แสดงถึงการนับถือศาสนานั้นสามารถแบ่งเป็นตัวแปรที่วัดลักษณะการนับถือศาสนาไว้ ได้แก่ 1) ด้านความเชื่อ (Religious belief) เป็นคำเชื่อเกี่ยวกับปรัชญาตามหลักธรรมคำสั่งสอนของศาสนา 2) ด้านการปฏิบัติทางศาสนา (Religious practice) สาวกของศาสนาที่ดีมักปฏิบัติตนตามหลักที่ตนตามหลักความเชื่อของศาสนาที่ตนได้นับถืออยู่นั้น เพื่อให้เกิดความสงบสุขในจิตใจ 3) วิถีชีวิตอันเกี่ยวข้องกับศาสนา (Religious life style) เป็นการเลือกที่จะทำกิจกรรมหรือดำรงชีวิตที่อยู่ในแนวทางของการอบรมสั่งสอนของศาสนา วิถีชีวิตเป็นพฤติกรรมและนิสัยของบุคคลในการทำสิ่งต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน ที่บุคคลเห็นว่าเป็นสิ่งที่ควรทำหรือไม่ควรทำตามหลักของศาสนา และได้เลือกที่จะปฏิบัติตามหลักของศาสนาของตนเป็นพื้นฐานในการดำรงชีวิต เช่น ในการประกอบอาชีพที่สุจริต

การนับถือศาสนาจึงประกอบไปด้วยการเป็นผู้ที่มีความเชื่อ ความศรัทธา และมีการปฏิบัติทางศาสนาเป็นมิติของลักษณะภายนอกที่สามารถสังเกตเห็นได้ในบุคคล ทั้งนี้การนับถือศาสนายังประกอบไปด้วยมิติภายในอันได้แก่การที่บุคคลให้คุณค่าแก่ศาสนา ซึ่งบุคคลมักให้คุณค่าแก่ศาสนาแตกต่างกันส่งผลให้เกิดการนับถือศาสนาที่แตกต่างกัน

2.1. นิยามและขอบเขตของการนับถือศาสนา (Religious orientation)

Allport และ Ross (1967 อ้างถึงใน Paloutzain, & Park, 2005) ได้ให้ความหมายว่า การนับถือศาสนา (Religious orientation) คือแรงจูงใจหรือเป้าหมายที่บุคคลเข้าหาศาสนาซึ่งบุคคลมีแนวโน้มจะเข้าหาศาสนาด้วยแรงจูงใจที่แตกต่างกัน ส่งผลให้การนำศาสนาไปใช้กับชีวิตของตนเองแตกต่างกันซึ่งแบ่งเป็น 2 ด้านได้แก่

1) การนับถือศาสนาจากแรงจูงใจภายใน (Intrinsic religious orientation) เป็นการนับถือศาสนาในทางที่เหมาะสมและเกิดผลทางบวกแก่จิตใจของตนเอง บุคคลที่นับถือศาสนาจากภายในเป็นบุคคลที่มีชีวิตอยู่ด้วยศาสนา ไม่ใช่เพียงผู้ที่เชื่อและปฏิบัติตามคำสอนของศาสนาด้วยความมกมายแต่ได้นำความเชื่อทางศาสนามาใช้เป็นปรัชญาในการดำรงชีวิต ทำให้เกิดความพึงพอใจภายใน ศาสนาในความหมายของบุคคลเหล่านี้เป็นจุดหมายสูงสุดของพวกเขา การนับถือศาสนาเพื่อให้ตนมีความสุขภายในจิตใจของตนเอง และไม่ยึดถือผลประโยชน์ภายนอก ให้คุณค่าแก่ศาสนาว่าเป็นดังแนวทางในการดำเนินชีวิตและการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเอง

2) การนับถือศาสนาจากแรงจูงใจภายนอก (Extrinsic religious orientation) เป็นการใช้ศาสนาเพื่อผลประโยชน์ภายนอกบางอย่างที่นอกเหนือจากก่อให้เกิดความสุขทางจิตใจ ตัวอย่างเช่น การเข้าโบสถ์เพื่อผลประโยชน์ทางสังคมหรือเพื่อให้ผู้อื่นยอมรับนับถือตน ใช้ศาสนาเพื่อหลีกเลี่ยงความผิดพลาด ความทุกข์หรือผลึกความรับผิดชอบต่อสิ่งที่เกิดขึ้นไปให้พ้นจากตนเอง การกราบไหว้ขอพรสิ่งศักดิ์สิทธิ์เพื่อหวังสิ่งตอบแทนบางสิ่งบางอย่างการนับถือศาสนาเช่นนี้เป็นการใช้ประโยชน์ทางศาสนาในทางที่ไม่เหมาะสม และไม่ได้เข้าถึงแก่นคำสอนของศาสนาที่แท้จริง

ทั้งนี้บุคคลอาจมีการนับถือศาสนาแบบใดแบบหนึ่ง หรือทั้งสองแบบ หรือไม่มีทั้งสองแบบก็ได้ เนื่องจากการนับถือศาสนาทั้งสองไม่ใช่ลักษณะที่ตรงข้ามกันอย่างสิ้นเชิง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยสนใจศึกษาการนับถือศาสนาทั้งสองรูปแบบตามแนวคิดของ Allport และ Ross (1967) ดังกล่าวข้างต้น โดยให้นิยามความหมายของการนับถือศาสนาว่าเป็นลักษณะการให้การนับถือศาสนาอันเนื่องมาจากการให้คุณค่าความหมายต่อศาสนา รวมถึงแรงจูงใจและวัตถุประสงค์ในการนับถือศาสนาซึ่งแบ่งออกเป็น 2 ด้าน คือ การนับถือศาสนาจากภายใน และการนับถือศาสนาจากภายนอก

2.2. ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการนับถือศาสนา

Oman และ Thoresen (Paloutzain, & Park , 2005, chap.24) ได้ศึกษาผลของการนับถือศาสนาที่ส่งผลต่อการมีสุขภาพที่ดี พบว่า การนับถือศาสนาก่อให้เกิดการมีสุขภาพดีนั้น อาจเกี่ยวข้องกับปัจจัยต่าง ๆ ดังนี้

1. พฤติกรรมสุขภาพ (Health Behaviors) ในกลุ่มผู้ที่นับถือศาสนา มักถูกกระตุ้นให้ลดพฤติกรรมที่ไม่ดีต่อสุขภาพ เช่น การสูบบุหรี่ การดื่มแอลกอฮอล์ และส่งเสริมให้เกิดพฤติกรรมที่ดี เช่น การออกกำลังกาย การฝึกปฏิบัติพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดประโยชน์ต่อสุขภาพ การให้ความสำคัญกับร่างกายตนเองในฐานะที่เป็นเครื่องมือของพระเจ้า ตลอดจนการภาวนาต่าง ๆ เพื่อตระหนักอยู่ในร่างกายของตน ผู้ที่นับถือศาสนาจึงมักมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพจึงมีแนวโน้มเป็นผู้ที่มีสุขภาพดี

2. สภาวะทางจิต (Psychological states) การนับถือศาสนา มีมักสัมพันธ์กับสภาวะทางจิตและคุณลักษณะทางจิตด้านบวก การปฏิบัติตามหลักทางศาสนาเอื้อให้บุคคลเกิดความสุขสบาย การนับถือศาสนาสนับสนุนให้บุคคลมีความเมตตา กรุณา ให้อภัยต่อเพื่อนมนุษย์ ก่อให้เกิดความรัก ความรื่นรมย์ในจิตใจ ตลอดจนมีความหวังและความพึงพอใจในชีวิต เป็นต้น

3. การเผชิญปัญหา (Coping) การนับถือศาสนาช่วยส่งเสริมให้บุคคลที่ประสบปัญหา มีแนวทางในการแก้ปัญหาที่เหมาะสม ความสามารถในการเผชิญปัญหาที่เหมาะสมนี้จะลดความเสี่ยงที่จะก่อให้เกิดความผิดปกติของพยาธิสภาพทางจิต เช่น ลดความโกรธ ความคับข้องใจ ส่งเสริมสภาวะทางจิตด้านบวก นำไปสู่การปรับตัวกับสภาพแวดล้อมได้อย่างเหมาะสมอีกด้วย

4. การสนับสนุนทางสังคม (Social support) การเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนาทำให้บุคคลมีเครือข่ายทางสังคม และได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมมากขึ้นด้วย

Miller และ Kelly (Paloutzain, & Park , 2005, chap.25) ได้แนะว่า การศึกษาอิทธิพลของการนับถือศาสนา นั้นขึ้นอยู่กับค่านิยมและรูปแบบการวัดการนับถือศาสนาด้วย ซึ่งรูปแบบการวัดที่เหมาะสมต่อการนำไปใช้แบบหนึ่งคือ แบบวัดแรงจูงใจในการนับถือศาสนา (Religious orientations) พบว่า การนับถือศาสนาจากภายใน คือความต้องการที่จะดำรงชีวิตอยู่บนความเชื่อ และฝึกปฏิบัติตามแนวทางของศาสนาเป็นเป้าหมายในการดำรงชีวิตของบุคคลมีแนวโน้มสัมพันธ์ทางบวกกับ สภาวะที่ดี มีการมองโลกตามความเป็นจริง มีความสามารถในการเผชิญปัญหา ตลอดจนมีพฤติกรรมทางสังคมที่เหมาะสมด้วย ส่วน การนับถือศาสนาจากภายนอก เป็นที่บุคคลใช้ศาสนาเพื่อจุดประสงค์บางอย่าง เช่น การไปโบสถ์เพื่อเข้าสังคม ใช้ศาสนาเป็นการเสริมแรง บางอย่างให้กับตน พบว่ามีแนวโน้มสัมพันธ์กับความเครียดทางจิต ความสามารถในการแก้ปัญหา

ทางลบ การมีอคติลำเอียง การไม่ยอมรับในความแตกต่าง รวมถึงการมีพฤติกรรมทางสังคมที่ไม่เหมาะสม

2.3. การวัดและประเมินการนับถือศาสนา

เนื่องจากการศึกษาเพื่อวัดและประเมินการนับถือศาสนากันอย่างแพร่หลาย ซึ่งทำให้ลักษณะการวัดการนับถือศาสนาจึงมีความแตกต่างกันขึ้นอยู่กับความสนใจศึกษาในแง่มุมทางศาสนาที่หลากหลาย

Smith, McCullough และ Poll (2003) ได้ศึกษารวบรวมงานวิจัยเกี่ยวกับศาสนาและจิตวิญญาณ พบว่า โดยจัดลักษณะของการวัดและประเมินการนับถือศาสนาออกเป็น 5 ประเภท ได้แก่

1. การประเมินพฤติกรรมทางศาสนา (Religious behaviors) เป็นการวัดความถี่ในการปฏิบัติทางศาสนา เช่น การเข้าโบสถ์ การสวดภาวนา การเข้าร่วมพิธีกรรม อ่านคัมภีร์
2. การประเมินทัศนคติและความเชื่อทางศาสนา (Religious attitude and beliefs) การวัดการรับรู้ความสำคัญของศาสนา การให้คุณค่าแก่ศาสนาและระดับความเชื่อความศรัทธาในพระเจ้า
3. การประเมินเป้าหมายของการนับถือศาสนา (Religious orientation) การวัดแรงจูงใจในการแสดงพฤติกรรมทางศาสนา เช่น แรงจูงใจจากภายในกับแรงจูงใจจากภายนอก
4. การประเมินลักษณะการจัดการกับปัญหาเนื่องด้วยวิธีทางศาสนา (Religious coping) การวัดกลยุทธ์ทางบวกและทางลบในการรับมือกับปัญหา เช่น การแสวงหาการสนับสนุนจากพระเจ้า หรือ การโยนความผิดพลาดให้พระเจ้า
5. การประเมินความผาสุกอันเกี่ยวเนื่องกับศาสนา (Religious well-being) การวัดความพึงพอใจในชีวิตที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อทางศาสนา เช่น ความรู้สึกส่วนบุคคลที่เชื่อมโยงกับพระเจ้า
6. การประเมินแนวคิดเกี่ยวกับพระเจ้า (God concept) การวัดการรับรู้มโนภาพเกี่ยวกับพระเจ้าในทางบวกหรือทางลบ
7. การวัดและประเมินแบบผสมผสาน (Multidimensional aspects of religiousness) การวัดหลายลักษณะข้างต้นอย่างผสมผสานกัน

เมื่อเร็ว ๆ นี้ Yonker, Schnabelrauch และ DeHann (2011) ได้ศึกษารวบรวมงานวิจัยเกี่ยวกับการนับถือศาสนาและสุขภาพทางจิตวิญญาณพบว่าลักษณะของการวัดและการประเมินการนับถือศาสนาและการมีสุขภาพทางจิตวิญญาณสามารถจำแนกได้เป็น 5 ประเภท ได้แก่

1. การประเมินการเข้าร่วมศาสนา (Spiritual/Religious service attendance) เป็นไปในการวัดลักษณะและความถี่ที่บุคคลเข้าร่วมพิธีทางศาสนา หรือการให้บริการทางศาสนา เช่น การเข้าโบสถ์
2. การประเมินพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับศาสนา (Spiritual/Religious behavior) เป็นการวัดพฤติกรรมที่แสดงออกมาที่เกี่ยวข้องกับศาสนาแต่ไม่ใช่การเข้าร่วมศาสนาโดยตรง เช่น การสวดมนต์ภาวนา การอ่านคัมภีร์ การดูรายการโทรทัศน์ที่เกี่ยวข้องกับศาสนา หรือฟังรายการวิทยุทางศาสนา
3. การประเมินความเชื่อทางศาสนา (Salience of beliefs) เป็นการวัดระดับความเชื่อ ความศรัทธาที่บุคคลมีต่อศาสนาที่มีผลกระทบต่อชีวิต ลักษณะด้านนี้จะเป็นความเชื่อและศรัทธาที่เป็นอัตวิสัย เช่น การเกิดใหม่ ความเป็นหนึ่งเดียวกัน ทฤษฎีทางศาสนาที่มีอิทธิพลต่อแนวคิด ระดับความยึดมั่นในศาสนา การเชื่อมโยงกับพระเจ้า ความสำคัญของศาสนาและความศรัทธาแรงจูงใจในการนับถือศาสนา หรือ การใช้ศาสนาเป็นที่พึ่งพิงหรือปลุกปลอบใจ
4. การค้นหาความหมายทางจิตวิญญาณและศาสนา (Spiritual/Religious searching) เป็นความต้องการค้นหาความหมายของความศรัทธาและความเชื่อ เช่น ความต้องการค้นหาความหมายในชีวิต ค้นหาความศรัทธาในพระเจ้า ค้นหาความจริงของสิ่งที่เหนือขึ้นไป ค้นหามูลเหตุและจุดจบของมวลมนุษย์
5. การวัดและการประเมินแบบผสมผสาน (Mixed measure) เป็นการผสมผสานลักษณะดังกล่าวข้างต้นหลายลักษณะในการวัดตัวแปรจิตวิญญาณและศาสนา

Tsang และ McCullough (2003) ได้แบ่งระดับของการวัดและประเมินการนับถือศาสนาไว้ 2 ระดับ ตามความลึกซึ้งของการนับถือศาสนา ได้แก่

ระดับที่ 1 เป็นลักษณะการนับถือศาสนา (Organization) เป็นการวัดระดับของการนับถือศาสนาแบบทั่ว ๆ ไป ที่ชี้ให้เห็นแนวโน้มหรือการนับถือศาสนาของแต่ละบุคคลว่าเป็นอย่างไร เช่น การเข้าร่วมกับทางศาสนา (religious commitment) ระดับนี้ชี้ให้เห็นว่าบุคคลมีการนับถือศาสนาอย่างไร อาจเป็นในเชิงพฤติกรรมทั่วไปที่แสดงให้เห็นความเกี่ยวข้องกับศาสนา

ระดับที่ 2 เป็นการนำศาสนาไปใช้ในชีวิต (Operation) เป็นการประเมินการประสบกับเหตุการณ์ของบุคคลที่เกี่ยวข้องกับศาสนาและจิตวิญญาณ แรงจูงใจที่ทำให้บุคคลเข้าหาศาสนา และวิธีที่แตกต่างกันของบุคคลในการนำศาสนาไปประยุกต์ใช้ในชีวิตหรือการเผชิญกับปัญหาในชีวิต ซึ่งมีทั้งการนำไปใช้ในทางที่เหมาะสมและไม่เหมาะสม ระดับนี้แสดงให้เห็นว่าบุคคลนำศาสนาไปใช้อย่างไร

Gorsuch และ McPherson (1989) ได้พัฒนาแบบวัด Religious Orientation Scale-Revised (I/E- ROS) ต่อจากแบบวัด Religious Orientation Scale (ROS) ของ Allport and Ross (1967) เพื่อวัดแนวโน้มที่บุคคลจะเข้าหาศาสนา หรือ รูปแบบหรือแรงจูงใจในการนับถือศาสนาซึ่งแบ่งเป็น 2 ด้าน คือ การนับถือศาสนาภายใน คือการนับถือศาสนาในทางที่เหมาะสมและเกิดผลทางบวกแก่จิตใจของตนเอง และการนับถือศาสนาที่ภายนอก เป็นการนับถือศาสนาอย่างไม่เหมาะสม ใช้ศาสนาในทางที่ไม่เหมาะสม ไม่เกิดผลดีในด้านจิตใจ การวัดดังกล่าวจึงแบ่งลักษณะการนับถือศาสนาได้เป็น 4 ประเภท

1) การนับถือศาสนาจากภายใน (Intrinsic religious orientation) หรือมีระดับการนับถือศาสนาที่ภายในสูง บุคคลที่นับถือศาสนาจากภายในเป็นบุคคลที่มีชีวิตอยู่ด้วยศานา นำความเชื่อทางศาสนามาใช้เป็นปรัชญาในการดำรงชีวิต ทำให้เกิดความพึงพอใจภายใน ศาสนาในความหมายของบุคคลเหล่านี้เป็นจุดหมายสูงสุดของพวกเขา และไม่ยึดถือผลประโยชน์ภายนอก

2) การนับถือศาสนาภายนอก (Extrinsic religious orientation) หรือมีระดับการนับถือศาสนาที่ภายนอกสูง เป็นการใช้ศาสนาเพื่อผลประโยชน์บางสิ่งของตน เช่น การเข้าโบสถ์เพื่อผลประโยชน์ทางสังคม ใช้ศาสนาเพื่อหลีกเลี่ยงความผิดพลาดหรือความทุกข์

3) การนับถือศาสนาสูงร่วมกันทั้งสองแบบ (Indiscriminately proreligious orientation) เป็นบุคคลที่มีระดับการนับถือศาสนาทั้งภายในและภายนอกในระดับสูงทั้งคู่ เป็นบุคคลที่นิยมการนับถือศาสนามาก และมองศาสนาเป็นสิ่งที่สูงส่ง

4) การไม่นิยมการนับถือศาสนาเลย (Indiscriminately antireligious or nonreligious orientation) เป็นบุคคลที่มีระดับภายในและภายนอกต่ำทั้งคู่ เป็นบุคคลที่ไม่นิยมการนับถือศาสนา

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยสนใจประเมินการนับถือศาสนาตามแนวคิดของ Allport และ Ross (1967) ที่จำแนกการนับถือศาสนาออกเป็น 2 รูปแบบ ได้แก่ การนับถือศาสนาจากภายใน (Intrinsic religious orientation) และการนับถือศาสนาภายนอก (Extrinsic religious orientation)

3. สุขภาวะทางจิตวิญญาณ (Spiritual well-being)

3.1 นิยามและขอบเขต

The National Interfaith Coalition on Aging (INCA) (Gomez, 2003) ได้ระบุว่าสุขภาวะทางจิตวิญญาณ (Spiritual well-being) เป็นสิ่งที่บ่งบอกถึงความเกี่ยวเนื่องระหว่างตนเอง ผู้อื่น ธรรมชาติ และพระเจ้า ในขณะที่ Moodley (2008) ให้ความหมาย คำว่า “จิตวิญญาณ

(spirituality)” ว่าเป็นประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องเกี่ยวกับ ความดีงามกับความชั่วร้าย การเป็นส่วนหนึ่ง กับความสัมพันธ์เชื่อมโยง ความหมายกับเป้าหมายของชีวิต เป็นการสังเคราะห์ผสมผสาน ประสบการณ์ส่วนบุคคลที่เข้าใจถึงความสัมพันธ์ระหว่างตนเองกับผู้อื่น มองเห็นตนเองเป็นส่วน หนึ่งในการมีอยู่ที่มีความหมายของสรรพสิ่ง

Gomez และ Fisher (2003) ได้นิยาม ความสุขทางจิตวิญญาณ (Spiritual Well-being) ว่า เป็นภาวะที่สะท้อนให้เห็นถึงความรู้สึกทางบวก พฤติกรรม และการรู้คิดที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กับ ตัวตน ผู้อื่น ธรรมชาติและสิ่งที่อยู่เหนือธรรมชาติ ซึ่งทำให้บุคคลสัมผัสได้ถึงความเป็นอันหนึ่งอัน เดียวกันหรือเอกภาพของสรรพสิ่ง เกิดความพอใจ ความเบิกบานใจ ความรัก ความสวยงาม ความ มั่นคงในจิตใจ ความเคารพนบถ เกิดทัศนคติที่ดีและความสงบภายในจิตใจ และเป็นผู้ที่มี เป้าหมายและทิศทางในชีวิต

ประเวศ วะสี (2555) ได้อธิบายถึงสภาวะของการตระหนักรู้และเข้าใจในความเป็น ธรรมชาติ ว่า ธรรมชาตินั้นกว้างใหญ่ไพศาล ไม่มีที่สิ้นสุด เป็นอนันตกาล เป็นหนึ่งเดียวกัน ไม่มี ตัวตน หรือว่างจากตัวตน มีจิตที่เชื่อมโยงกับธรรมชาติ เห็นว่าตนเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันกับ ธรรมชาติ หลุดพ้นจากความรู้สึกบีบคั้น ความคับแคบในตนเอง จึงเกิดจิตที่เป็นอิสระภาพ รู้สึก สมบูรณ์ในตัวเอง เต็มไปด้วยความสุข ความงาม เกิดมิตรภาพอันไพศาลต่อเพื่อนมนุษย์ และ สรรพสิ่งทั่วสากลโลก การเข้าถึงสภาวะดังกล่าวเป็นการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐานในตน ซึ่งมนุษย์ใน ดินแดนต่าง ๆ ในโลกในทุกวัฒนธรรมมีประสบการณ์นี้และใช้คำเรียกต่าง ๆ กัน เช่น การบรรลุ อิสรภาพบ้าง การเข้าถึงพระเจ้าบ้าง การเข้าถึงสิ่งสูงสุดบ้าง การบรรลุธรรมบ้าง

จุมพล พูลภทธรชิน (2546, อ้างใน ธวัชชัย เฟ็งพิณีจ ,2549) ได้ให้คำอธิบายเกี่ยวกับจิต วิญญาณไว้ว่า หนึ่ง จิตวิญญาณเป็นเรื่องภายในแล้วก็เป็นเรื่องส่วนบุคคล ต้องปฏิบัติเองจึงจะรู้ จึงจะเข้าใจ สองจิตวิญญาณ เป็นเรื่องภายนอก เกี่ยวข้อง เชื่อมโยง หรือสัมพันธ์กับสังคมกับ วัฒนธรรมหรือพูดในระดับที่ไกลหรือเหนือออกไปอีก จิตวิญญาณเชื่อมโยงสัมพันธ์กับโลกกับ จักรวาลและกับสรรพสิ่งแยกกันไม่ออก เป็นส่วนหนึ่งของกันและกัน สามจิตวิญญาณเป็นเรื่องที่ เกี่ยวกับปัญญา ไม่เกี่ยวกับหรือไม่ใช่ปัญญา แล้วก็เป็นปัญญา และสี่จิตวิญญาณเป็นเรื่องที่ เกี่ยวกับศาสนา ไม่เกี่ยวกับศาสนา และเหนือศาสนา

ปิยมาศ ยินดีสุข (2548) ได้สรุปความหมายคำว่า สุขภาวะทางจิตวิญญาณ หมายถึง ความความสุขที่เกิดจากจิตที่ได้รับการพัฒนา เกิดความรู้ ความเข้าใจถึงคุณค่าและความหมาย ของชีวิต ความสัมพันธ์เชื่อมโยงของสรรพสิ่ง สามารถดำเนินชีวิตในสังคมได้อย่างปกติสุขและ สร้างสรรค์สังคมได้ตามความสามารถ

วิลไลซ์กษณ์ ตันติตระกูล (2552) ได้สรุปความหมายของ สุขภาวะทางจิตวิญญาณ หรือ ความผาสุกทางจิตวิญญาณ หมายถึง ความรู้สึกส่วนลึกภายในจิตใจที่แสดงถึงภาวะสงบ เป็นสุข มีความเข้มแข็งในจิตใจ ยอมรับความเป็นจริง มีเป้าหมายในชีวิต มีความหวัง ยอมรับ และพึงพอใจในสิ่งที่เป็นอย่างของตนเอง รู้สึกมั่นใจว่าตนเองมีความสัมพันธ์กับสิ่งศักดิ์สิทธิ์หรือสิ่งที่ตนเองยึดเหนี่ยว

จากการศึกษาค้นคว้าข้างต้น สุขภาวะทางจิตวิญญาณ จึงหมายถึง ภาวะในจิตใจที่เกิดขึ้นเมื่อบุคคลมีความเข้าใจในความสัมพันธ์เชื่อมโยง สัมผัสได้ถึงความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันหรือความเป็นเอกภาพระหว่างตนเอง ผู้อื่น ธรรมชาติและสิ่งต่าง ๆ ก่อให้เกิดการเห็นคุณค่าของตนเองและสรรพสิ่งต่าง ๆ เกิดความพอใจ ความเบิกบานใจ ความรัก ความสวยงาม ความงดงามในจิตใจ ความเคารพนบถ เกิดทัศนคติที่ดีและความสงบภายในจิตใจ ซึ่งบุคคลจะแสดงออกทางความรู้สึก พฤติกรรม และการรู้คิดซึ่งเป็นไปในทิศทางบวก

3.2. องค์ประกอบของสุขภาวะทางจิตวิญญาณ

Gomez และ Fisher (2003) ได้อ้างถึงการศึกษาเบื้องต้นของ Fisher ในปี 1998 ที่ไม่ได้ตีพิมพ์ ว่าได้แบ่งองค์ประกอบของความสุทางจิตวิญญาณ ไว้ 4 องค์ประกอบ ดังนี้

1) **องค์ประกอบภายในตน (The personal component)** เป็นภาวะที่บุคคลตระหนักถึงคุณค่าภายในตนเอง เห็นความสำคัญของการมีอยู่ของตนเอง รู้สึกว่าชีวิตของตนมีคุณค่ามีความหมาย และมีเป้าหมายในการดำรงชีวิต เป็นความรู้สึกภาคภูมิใจ มีความหวังในชีวิต

2) **องค์ประกอบด้านสังคม (The communal component)** เป็นการตระหนักในคุณค่าและความหมายของบุคคลอื่น อันเนื่องมาจากเห็นความสัมพันธ์เชื่อมโยงระหว่างตนเองกับผู้อื่นหรือสังคม ก่อให้เกิดความผูกพันลึกซึ้งกับบุคคลอื่น เป็นความรู้สึกรัก มีความยุติธรรม มีความหวัง ความเชื่อมั่นและศรัทธาในความเป็นมนุษย์ด้วยกันกับบุคคลอื่น

3) **องค์ประกอบด้านสิ่งแวดล้อม (The environmental component)** เป็นการตระหนักในคุณค่าและความหมายของสิ่งแวดล้อมหรือธรรมชาติ อันเนื่องมาจากเห็นความสัมพันธ์เชื่อมโยงทางกายภาพระหว่างตนเองกับสิ่งแวดล้อมอย่างเป็นเอกภาพ เห็นความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน การเกื้อกูลซึ่งกันและกันของสรรพสิ่ง ก่อให้เกิดเป็นความรู้สึกเคารพ อ่อนน้อมและอ่อนโยนกับธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม

4) **องค์ประกอบด้านสิ่งศักดิ์สิทธิ์ (The transcendental component)** เป็นการตระหนักในคุณค่าความหมายของสิ่งที่อยู่เหนือมนุษย์ อันเนื่องมาจากตระหนักเห็นความสัมพันธ์

เชื่อมโยงระหว่างตนเองกับบางสิ่งหรือบางอย่างที่อยู่เหนือมนุษย์ เช่น พระเจ้า สิ่งศักดิ์สิทธิ์ พลังของจักรวาล หรือความจริงที่อยู่เหนือขึ้นไปก่อให้เกิดความรู้สึกเคารพศรัทธา เลื่อมใส และตื่นตันในความยิ่งใหญ่ของสิ่งเหล่านั้น

Fisher ยังได้กล่าวอีกว่า องค์ประกอบทั้ง 4 ของจิตวิญญาณนี้ สามารถอธิบายสภาวะทางจิตวิญญาณได้อย่างเป็นสากล

Palouzian และ Ellison (1983) ได้แบ่งสภาวะทางจิตวิญญาณออกเป็น 2 องค์ประกอบคือ

องค์ประกอบที่ 1 ด้านความผาสุกที่เกี่ยวข้องกับศาสนา (Religious Well-Being : RWB) คือ ความรู้สึกเป็นสุขในจิตใจอันเนื่องมาจากการมีศาสนาเป็นที่ยึดเหนี่ยว มีความเชื่อและศรัทธาในศาสนา มีความหวังและมองโลกในแง่ดี ปฏิบัติตนตามแนวทางของศาสนา

องค์ประกอบที่ 2 ความผาสุกในสิ่งที่เป็นอย่างอยู่ (Existential Well-Being : EWB) คือ ความรู้สึกเห็นคุณค่าและความหมายของการมีชีวิตอยู่ของตนเอง มีความพึงพอใจในชีวิตของตนเองและการมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น มีความหวัง และมองโลกในแง่ดี

3.3 การวัดและประเมินสภาวะทางจิตวิญญาณ

Palouzian และ Ellison (1983) ได้พัฒนาแบบวัด Spiritual Well-Being Scale: SWBS ซึ่งแบ่งออกเป็น 2 องค์ประกอบ คือ ด้านความผาสุกที่เกี่ยวข้องกับศาสนา (Religious Well-Being : RWB) และ ความผาสุกในสิ่งที่เป็นอย่างอยู่ (Existential Well-Being : EWB) แต่ละองค์ประกอบมีข้อกระทงละ 10 ข้อ รวมเป็น 20 ข้อ มีลักษณะเป็นการประเมินตนเองด้วยมาตราส่วนประมาณค่า 6 ระดับ ระดับคะแนนยิ่งสูงหมายถึงมีความผาสุกทางจิตวิญญาณสูง

ในการวิจัยครั้งนี้ได้ประเมินสภาวะทางจิตวิญญาณตามแนวคิดของ Gomez และ Fisher (2003) คือภาวะของการตระหนักถึงความสัมพันธ์เชื่อมโยงและเห็นคุณค่าในตนเอง (The personal component) ผู้อื่น (The communal component) สิ่งแวดล้อม (The environmental component) และสิ่งที่อยู่เหนือขึ้นไป (The transcendental component) ซึ่งพวกเขาได้พัฒนาแบบประเมินสภาวะทางจิตวิญญาณชื่อว่า Spiritual Well-Being Questionnaire (SWBQ) เป็นแบบประเมินตนเองซึ่งมีข้อกระทงด้านละ 5 ข้อ รวมเป็น 20 ข้อ คะแนนยิ่งสูงหมายถึงการมีสภาวะทางจิตวิญญาณสูง

ทดสอบคุณภาพของเครื่องมือโดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษามหาวิทยาลัย 6 แห่ง ใน ออสเตรเลีย จำนวน 832 คน อายุระหว่าง 18- 42 ปี ค่าความสอดคล้องภายในของแบบวัดทั้งฉบับ เท่ากับ .89 และค่าสหสัมพันธ์รายด้านกับคะแนนรวมทั้งฉบับของมิติภายในตน (The personal) ผู้อื่น (The communal) สิ่งแวดล้อม (The environmental) และสิ่งที่อยู่เหนือขึ้นไป (The transcendental) เท่ากับ .80 .84 .84 และ .95 ตามลำดับและพวกเขาได้ทดสอบความตรงของแบบ วัด SWBQ พบว่า มีความตรงเชิงเสถียร (convergent validity) และความตรงเชิงจำแนก (discriminant validity) กับแบบวัด Spiritual Well-Being Scale: SWBS ของ Palouzian and Ellison (1983) และสัมพันธ์กับบุคลิกภาพ Extraversion Neuroticism และ Psychoticism จาก แบบวัด The Adult Eysenck Personality Questionnaire-Revised Short Scale (EPQ-R/SS; Eysenck, & Eysenck, 1991) และ Oxford Happiness Inventory (OHI; Argyle, Martin, & Crossland, 1989)

4. ความสุขในบริบทพุทธธรรม (Happiness in Buddha Dharma Context)

ความสุขเป็นหัวข้อที่ได้รับความสนใจจากนักวิชาการ นักคิดและนักวิจัยทั่วโลก ทั้งนี้เป็นที่ ยอมรับโดยทั่วกันว่า การนิยามความสุขให้เป็นบริบทที่จะยอมรับกันได้อย่างเป็นสากลเป็นเรื่องที่ ยากยิ่ง เนื่องจากแนวคิดเกี่ยวกับความสุขมักแตกต่างกันไปในแต่ละวัฒนธรรม เช่นในบริบท ตะวันตกกับตะวันออก นักวิจัยมากมายจึงได้ศึกษาทั้งความเหมือนและความต่างในทั้งสองบริบท สุพรรณิ ไชยอำพร และ คมพล สุวรรณภูฏ (2550) ได้ศึกษาสังเคราะห์แนวคิดเกี่ยวกับความสุขของ มนุษย์ตามบริบทตะวันตกและตะวันออก พบว่าในแง่ของศาสนาทั้งตะวันตกและตะวันออกต่างก็มี แนวคิดเกี่ยวกับความสุขไม่ต่างกันมากนัก คือ เน้นความสุขทางใจและการหลุดพ้น เช่น นิพพาน ของทางตะวันออกและการอยู่กับพระเจ้าในชีวิตนิรันดร์ แต่ในแง่ของการศึกษาเชิงจิตวิทยา ทาง ตะวันออกเน้นแนวคิดที่อิงกับหลักศาสนา ในขณะที่ทางตะวันตกเน้นแนวคิดจากนักปรัชญาและ นักคิดจึงทำให้การนิยามความสุขมีความแตกต่างกัน

ซูติมา พงศ์วรินทร์ (2011) ศึกษาพบว่าช่วงที่ผ่านมานักจิตวิทยาชาวตะวันตกศึกษา ความสุข โดยแบ่งออกเป็น 2 แนวทาง คือ (1) ความสุขในรูปแบบของเฮโดนิคส์ (Hedonic) หรือ ความสุขเชิงอัตวิสัย (Subjective Well-Being) ซึ่งให้ความสำคัญกับอารมณ์ความรู้สึกที่บุคคลมี ต่อความสุขในฐานะเป้าหมายของชีวิตที่สำคัญที่สุด และมีความรู้สึกทางลบน้อยที่สุด เป็นความสุข ความพึงพอใจอันเนื่องมาจากการที่บุคคลบรรลุเป้าหมายของตนเอง ตัวอย่างเช่น ความหมายของ ความสุขที่ว่าประกอบไปด้วยองค์ประกอบสามด้าน คือ การมีความพึงพอใจในชีวิต มีอารมณ์

ทางบวกและปราศจากอารมณ์ทางลบและ (2) ความสุขในรูปแบบของยูไดนามิกส์ (Eudainamic) หรือสุขภาวะทางจิต (Psychological Well-Being) ให้ความสำคัญกับคุณลักษณะทางจิตด้านบวกที่ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตและการพัฒนาศักยภาพของบุคคล ความงอกงามในตน (Personal growth) แนวคิดความสุขรูปแบบนี้เน้นความสุขที่ลึกซึ้งซึ่งกว่าความพึงพอใจ ตัวอย่างเช่น มาตรฐานวัดสุขภาวะทางจิต (The Psychological Well-Being Scale) ของ Ryff ในปี 1989 และ 1999 ซึ่งมีองค์ประกอบหลัก 6 ด้าน คือ การยอมรับตนเอง ความสามารถในการจัดการกับสภาพแวดล้อม การมีสัมพันธภาพเชิงบวกกับผู้อื่น การมีจุดมุ่งหมายในชีวิต ความงอกงามในตน และการพึ่งตนเองได้

ในขณะที่ความสุขในมุมมองของพุทธศาสนาสามารถแบ่งได้เป็นหลายระดับและมีความละเอียดประณีตลึกซึ้งซึ่งขึ้นไปตามลำดับขั้นซึ่งความสุขตามแนวแนวคิดปรัชญาตะวันตกเทียบได้กับความสุขในขั้นต้นของพุทธศาสนาคือเป็นความสุขในระดับกามสุขหรือโลกียสุขซึ่งต้องพึงพิงปัจจัยภายนอก ในขณะที่พุทธศาสนายังมีความสุขทางด้านจิตอันมีบ่อเกิดมาจากฉานและนิพพานดังการศึกษาของ กัญญาพัฒน์ บุญภินนท์ (2544) ที่ศึกษาเปรียบเทียบในทัศนะเรื่องความสุขตามทรรศนะของพระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตฺโต) และจอห์นสจิวตมิลล์ซึ่งเป็นนักปรัชญาแนวสุขนิยม มโนทัศน์เรื่องจุดมุ่งหมายสูงสุดของมนุษย์ตามทรรศนะของพระธรรมปิฎก และจอห์นสจิวตมิลล์มีลักษณะคล้ายคลึงกันในเรื่องที่ถือว่าจุดมุ่งหมายสูงสุดของมนุษย์คือความสุขเพราะความสุขเป็นสิ่งที่มนุษย์ทุกคนปรารถนาแต่การแบ่งระดับความสุขของทั้งสองท่านมีลักษณะที่แตกต่างกันพระธรรมปิฎก แบ่งความสุขออกเป็น 2 ระดับคือระดับโลกียสุขและโลกุตตรสุข ส่วนจอห์นสจิวตมิลล์ได้กล่าวถึงความสุขเพียงระดับเดียวคือความสุขทางผัสสะซึ่งเมื่อนำความสุขของปรัชญาเมธีทั้งสองท่านมาเปรียบเทียบกันความสุขทางผัสสะตามทรรศนะของจอห์นสจิวตมิลล์เทียบได้กับความสุขระดับโลกียสุขตามทรรศนะของพระธรรมปิฎกเท่านั้น

ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของพระมหาจรัญคมุณีโร (อับแสง) (2547) ศึกษาเปรียบเทียบแนวคิดเรื่องความสุขตามทัศนะของพระพุทธศาสนาเถรวาทกับปรัชญาสุขนิยม ซึ่งได้แก่ ปรัชญาจารย์วาก ลัทธินิโชนิกเคอพิควิสเจอร์มี เบนธัมจอร์นสจิวตมิลล์ และ เฮอริเบิร์ต สเปนเซอร์ พบว่าความสุขตามทัศนะปรัชญาสุขนิยม มีความคล้ายคลึงกับความสุขในทางพระพุทธศาสนาเถรวาทในระดับกามสุข คือ ความสุขที่มาจากกามคุณ 5 หรือความสุขทางผัสสะ ความสุขทางพุทธศาสนาเถรวาทมีทัศนะที่สูงกว่าปรัชญาสุขนิยม เป็นความสุขทางด้านจิต อันมีบ่อเกิดจากฉานและนิพพานซึ่งเป็นความสุขจากการที่จิตสงบจากกิเลสได้ชั่วคราวและตลอดไป

เนื่องจากความแตกต่างของบริบทความสุขของตะวันออกกับตะวันตกดังกล่าวแล้ว สำหรับประเทศไทยเองแนวคิดเรื่องพุทธธรรมได้ผสมผสานกลมกลืนมากับวิถีชีวิตของคนไทยมาอย่างช้านาน ผู้วิจัยจึงเห็นว่า การศึกษาความสุขในบริบทของพุทธธรรมน่าจะเข้ากับวิถีชีวิตแนวคิด และวัฒนธรรมของนิสิตนักศึกษาไทยที่เป็นกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ จึงขอทบทวนวรรณกรรม และแนวคิดเกี่ยวกับความสุขในบริบทพุทธธรรมต่อไป

4.1. นิยาม ขอบเขต และประเภทของความสุขในบริบทพุทธธรรม

พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลธรรม (2546) ได้แบ่งความสุขในบริบทพุทธธรรมไว้หลายแบบ แบบแรกแบ่งตามจุดกำเนิดของความสุขออกเป็น 2 ชนิด

1. กายิกสุข ความสุขเกิดที่กาย หรือความสุขจากประสาทสัมผัสทั้ง 5 ได้แก่ การได้เห็นของสวยงาม ได้ลิ้มรสของอร่อย ได้กลิ่นอันหอมหวาน ได้ยินเสียงอันไพเราะรื่นรมย์ และได้สัมผัสความสบาย หรือ เรียกได้ว่าเป็นความสุขทางกายภาพ หรือ ความสุขภายนอก เช่น การไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ

2. เจตสิกสุข ความสุขเกิดที่ใจ การมีความสุขในจิตใจ เป็นมิตีความสุขภายในบุคคลเป็นความรื่นเริง เอ็มเอิบ ปิติในจิตใจ

แบบที่สอง แบ่งตามเหตุปัจจัยที่ทำให้เกิดความสุข แบ่งเป็น 2 ชนิด

1. สามีสุข คือ สุขอิงามิสหรือเหยื่อล่อ เป็นสุขจากการได้วัตถุ หรือสุขจากกามคุณ เป็นความสุขที่เป็นผลจากการได้หรือมีบางสิ่ง เป็นความสุขจากการเสพวัตถุหรือสิ่งบริโภคนั้นขึ้นกับสิ่งภายนอกมาสนองความอยากได้ อยากมีนั้น ทำให้เกิดความสุขที่ได้สมความปรารถนา

2. นิรามิสสุข คือ สุขไม่อิงามิส สุขไม่ต้องอาศัยเหยื่อล่อ เป็นความสุขภายในที่ไม่ขึ้นกับวัตถุภายนอก สุขปลอดโปร่งเพราะใจสงบหรือได้รู้แจ้งตามเป็นจริง เป็นความสุขอันบริสุทธิ์ ไม่ได้เป็นผลจากการได้หรือมีสิ่งใด เป็นความสบายที่ปราศจากความอยากได้ออยากมี เป็นความสุขในตัวเอง

พระพุทธทาส อินทปัญโญ (2485) ได้กล่าวถึงความสุขว่า เป็นความสงบในจิตใจ สงบจากความอยากได้ออยากมี ซึ่ง ความสุขนั้นมีอยู่ 2 ชนิด คือ

1. ความสุขทางฝ่ายโลก หมายถึง ความสงบลงของความอยาก ความปรารถนา ความจางหรือความดับของความปรารถนาแห่งจิตใจของคน ด้วยการหาสิ่งมาตอบสนองความต้องการหรือ

ปรารถนานั้นเพื่อให้ความต้องการนั้นลดลง จัดเป็นความสุขเทียม เปรียบได้กับความสุขอิงามิสที่
ต้องอาศัยสิ่งล่อมาตอบสนอง

2. ความสุขทางฝ่ายธรรมคือความสงบ อันเนื่องมาจากปราศจากความต้องการอยากได้
อยากมี เมื่อความอยากเกิดขึ้นแทนที่จะหาสิ่งสนองความอยากมาป้อนให้กลับหาวิถีใดวิถีหนึ่งที่จะ
ตัดรากของความอยากอันนั้นเสียไม่มีต้นตอแห่งความอยากอีกต่อไป นี่เป็นความสุขอีกแบบหนึ่ง
คือจัดเป็นความสุขที่ถูกต้องตรงกันข้ามกับความสุขอย่างแรกซึ่งเป็นความสุขเทียมเรียกอีกอย่างว่า
ความสุขที่แท้ เปรียบได้กับนิรามิสสุข หรือสุขไม่อิงามิส ไม่ต้องอาศัยวัตถุใดมาตอบสนองความ
ปรารถนา เนื่องจากไม่มีความปรารถนานั้น

พระพุทฺธทาส อินทปัญญา (2485) ได้เพิ่มเติมว่า ภาวะความสุขที่แท้หรือความสงบทาง
ธรรม เป็นความสุขสงบเป็นลักษณะสังเกตเฉพาะของพุทธศาสนา การกระทำ การพูด การคิดใด ๆ
ก็เป็นไปเพื่อความสงบ ซึ่งจะไม่มีการเบียดเบียนตน ไม่เบียดเบียนผู้อื่น ไม่วุ่นวาย ไม่ทุกข์ ไม่ร้อน
ไม่มีอะไรปรุงแต่ง ไม่มีความต้องการ หรือเป็นความสุขอันบริสุทธิ์ จึงไม่ทำให้เกิดความเห็นแก่ตัว
หาผลประโยชน์ส่วนตน ไม่มีความขัดแย้ง จึงกล่าวได้ว่า ความสงบในพระพุทธศาสนา หรือความ
สงบที่แท้เป็นความสุขสูงสุดที่มนุษย์พึงมี

ความหมายของความสุขดังกล่าวข้างต้น สอดคล้องกับการศึกษาของพระมหาจรัญคมุณีโร
(อับแสง) (2547) ได้ศึกษาความสุขตามแนวคิดของพุทธศาสนาเถรวาท ได้ให้ความหมายของ
ความสุขตามปรัชญาของพุทธศาสนาเถรวาทไว้ 2 ประการ ดังนี้

ประการแรก ความสุข หมายถึง สภาพที่ทนได้ง่ายตรงข้ามกับความทุกข์ซึ่งหมายถึงสภาพ
ที่ทนได้ยาก สภาพที่ทนได้ง่ายนี้ ตัวอย่างเช่น การนั่งบนโซฟาอ้อมสบายกว่าการนั่งบนเก้าอี้ไม้
เพราะสัมผัสแตกต่างกัน จึงสามารถที่จะนั่งได้นานกว่าและมีความพึงพอใจมากกว่า ดังนี้
ความหมายในระดับนี้จึงเกี่ยวข้องกับประสาทสัมผัสโดยอาศัยกามคุณ 5 (ประสาทสัมผัสทั้ง 5
ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น ผิวสัมผัส) เพื่อให้เกิดความพึงพอใจ หรือเรียกได้ว่า เป็นความสุขเพราะ
ประสบกับสิ่งที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ เรียกว่า โลกียสุข

ประการที่สองความสุข หมายถึง ความปราศจากทุกข์จากภาวะที่หมดสิ้นกิเลสทั้งปวงหรือ
ภาวะที่ปราศจากตัณหา ได้แก่ วิมุตติสุขซึ่งเป็นความสุขซึ่งเป็นความสุขที่มีความประณีตและมี
ความแตกต่างจากความสุขในกาม เป็นความสุขที่หมดสิ้นกิเลสหรือปราศจากตัณหา มีจิตที่เป็น
อิสระจากพันธนาการทั้งปวง เรียกว่า โลกุตระสุข

กล่าวโดยสรุป ความสุขในบริบทพุทธธรรม หมายถึง ภาวะที่จิตใจและกายมีความสุขสบาย ปลอดภัย ซึ่งแบ่งเป็น 2 ประเภท ได้แก่ ความสุขที่เกิดจากการได้รับการตอบสนองในความต้องการ หรือ ตัณหา และความสุขจากความไม่มีตัณหา เป็นความสงบสบายที่ไม่ขึ้นกับปัจจัยใด จึงไม่จำเป็นต้องมีสิ่งใดมาตอบสนอง ซึ่งบุคคลจะแสดงออกในรูปแบบของสภาวะจิต อารมณ์ ความคิด และการกระทำอันเป็นไปในทิศทางบวกหรือสร้างสรรค์

4.2. ระดับของความสุขในบริบทพุทธธรรม

พุทธทาสภิกขุ (2552) ได้แบ่งความสุขออกเป็น 3 ชั้น คือ

1. สุขที่เป็นรากฐาน

“อပ္พยาปชฌ์สุขังโลกเปาณญเตสุ สญญโม : ความไม่เบียดเบียนตนและผู้อื่น สรรวมระวัง เป็นอย่างดีในเพื่อนสัตว์มีชีวิตทั้งหลายเป็นความสุขในโลก”

ความสุขในขั้นต้น คือ ความไม่เบียดเบียนทั้งตนเองและผู้อื่น ไม่ทำให้ทั้งตนเองและผู้อื่นเดือดร้อน เนื่องจากการเบียดเบียนผู้อื่นทำให้เกิดการเบียดเบียนตอบ และกลายเป็นการเบียดเบียนกันไปมาไม่จบสิ้น ความสุขอันเกิดจากความไม่เบียดเบียนกัน คือการคบหาสมาคมกันได้อย่างสนิทสนม มองดูกันได้ด้วยสายตาแห่งความรัก ทำให้เกิดความรู้สึกดีว่าคนทั้งโลกล้วนแต่เป็นบิดามารดาญาติพี่น้องของตนเองไปทั้งนั้น การไม่เบียดเบียนกันจึงเป็นความสุขที่เป็นสุขสงบ เป็นความสุขเย็น เป็นฐานให้เกิดความสุขขั้นที่สูงขึ้นไป

2. สุขในขั้นกลาง

“สุขา วิราคตา โลกเก กามานัง สมตักกโม : ความสำรอกออกเสียซึ่งความกำหนัดรักกำวล่วง เสียได้ซึ่งสิ่งอันน่าใคร่ในโลก เป็นความสุข”

เป็นความสุขที่เป็นความไม่ยึดติด ความสุขสงบที่บริสุทธิ์ สะอาด เย็น และเป็นอิสระ ปลอดภัย เย็นใจ ความคายออกเสียได้ซึ่งการยึดถือเอาด้วยความกำหนัดรัก อันมีอยู่ในสิ่งยั่วยวนในโลกนี้ ตลอดถึงสิ่งอันเป็นที่ตั้งแห่งความรักตามธรรมดา คือ พวกรูปธรรม รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส หรือ พวกนามธรรม เช่น ยศศักดิ์สรรเสริญ ความสุขจากสิ่งเหล่านี้ไม่จีรังยั่งยืน ทั้งยังเป็นบ่อเกิดของความอิจฉา ความเศร้าโศก ความกลัว ความอาลัย ความสุขอันเกิดจากการไม่ยึดติดในสิ่งยั่วยวนเหล่านี้

3. ความสุขที่เป็นสุดยอด

“อสมุมิมานุสสุวินโยเอตังเวปรมฺสุขิ : ความนำออกเสียได้อย่างหมดจดสิ้นเชิง ซึ่งความมัน หมายถึงตัวตน เป็นยอดแห่งความสุข

เป็นความสุขที่เป็น อนัตตา เป็นความปราศจากปราศจากความกลัว ความสงสัย ความหวุ่นไหว มีแต่ความสงบ ความเยือกเย็นชุ่มชื้น ความเบาสบายเป็นความสุขอันเกิดจากความเข้าใจ และเห็นว่า ไม่มีความมีตัวตน ไม่มีการแบ่งแยกสิ่งใดออกจากสิ่งอื่น ทุกสิ่งทุกอย่างเป็นเนื้อเดียวกัน เป็นเหตุเป็นผล เป็นปัจจัยของกันและกัน จึงไม่มีความเห็นแก่ตน เมื่อไม่มีการแบ่งแยก จึงไม่มีความเป็นเจ้าเข้าเจ้าของ จึงไม่มีการแข่งขัน ไม่มีการเปรียบเทียบ เมื่ออึดอัดอ่อนลง ความเห็นแก่ตนก็น้อยลง ความหลงใหลมัวเมา ก็ลดลง ภาวะอันหนักอึ้งก็เบาลง เมื่อเกิดความเข้าใจเช่นนี้ ก็เกิดแสงสว่างที่ทำให้หมดทุกข์โดยประการทั้งปวง เป็นอิสระจากประการทั้งปวง และละได้ซึ่งความสูญเสียทั้งปวงแม้กระทั่งตัวของตนเอง ปลอดภัยจากความทุกข์ทั้งที่เป็นสัญชาติญาณ และที่คนก่อสร้างกันขึ้นเพื่อปรนเปรอความอยากนั้น

พระมหาจรัญคมุณีโร (อับแสง) (2547) ได้ศึกษาความสุขตามแนวคิดของพุทธศาสนา เถรวาท ได้แบ่งประเภทของความสุขตามปรัชญาของพุทธศาสนาเถรวาทไว้ 3 ประเภท ดังนี้

1. กามสุข สุขเนื่องด้วยกาม

กามสุขหรือสุขเนื่องด้วยกามนี้ เป็นความสุขของมนุษย์ปุถุชนที่ยังข้องอยู่ในโลกเป็นความสุขที่อาศัยวัตถุหรืออามิสแล้วเกิดความยินดีเป็นเหตุให้เกิดสุข ความสุขประเภทนี้มีสุขน้อยแต่มีโทษมาก เนื่องจากอาศัยตัณหา ความทะยานอยาก ความต้องการ ความยินดี ความพอใจในอารมณ์ต่าง ๆ เป็นความสุขที่ไม่เป็นอิสระเพราะต้องการสิ่งอื่นมาตอบสนองจึงจะเป็นสุข เรียกว่าความเป็นสุขที่ขึ้นต่ออามิส และยังเกี่ยวพันหรือข้องอยู่ในโลก เป็นความสุขระดับต่ำ

2. ฌานสุข สุขที่เนื่องด้วยฌาน

ฌานสุข สุขที่เนื่องด้วยฌานนี้ เป็นความสุขที่จิตได้สัมผัสกับสมาธิ (ฌาน) เรียกได้ว่าเป็นความสุขทางด้านจิต มิได้เกิดจากการที่ประสาทสัมผัสทั้ง 5 ได้เสพกามคุณ เป็นความสุขที่ไม่มีทุกข์เจือปนอยู่ด้วย เป็นความสุขเนื่องจากการหลุดพ้นจากกิเลสตัณหาได้ชั่วคราว เป็นอารมณ์อันที่มีความประณีตและเป็นกุศล แต่เกิดเฉพาะเมื่อจิตอยู่ในฌาน เป็นความสุขที่อาศัยฌานเป็นบ่อเกิด เรียกได้ว่าความสุขในระดับกลาง

3. นิพพานสุข สุขเนื่องด้วยนิพพาน

นิพพานสุข สุขเนื่องด้วยนิพพาน เป็นความสุขที่เป็นความสิ้นไปของตัณหา เป็นความสุขอย่างยอดเยี่ยมไม่มีความสุขอื่นที่ดีกว่านี้เพราะความสุขที่เนื่องด้วยนิพพานนี้เป็นความสุขที่ไม่ต้องอาศัยปัจจัยใดปรุงแต่ง เป็นความดับไปของความทุกข์ ต้นเหตุแห่งทุกข์ เป็นภาวะไร้กิเลสไร้ทุกข์ เป็นอิสรภาพที่สมบูรณ์ เป็นความสุขขั้นสูงสุด หรือเรียกว่า โลกุตตรสุข

4.3 ปัจจัยที่สัมพันธ์กับความสุขของคนไทย

สำหรับในประเทศไทย มีการศึกษาเกี่ยวกับความสุขของคนไทยในกลุ่มต่าง ๆ เพื่อศึกษา และสำรวจว่าปัจจัยใดที่ส่งผลต่อความสุขของคนไทย เมื่อไม่นานมานี้กรมสุขภาพจิตได้เผยแพร่ผลการสำรวจความสุขของคนไทยปี 2548 ในเขตกรุงเทพมหานครและภูมิภาค 19 เขตตรวจราชการ จำนวนกลุ่มตัวอย่าง 3,340 คน ระหว่างเดือนมิถุนายน-สิงหาคม พบว่า คนไทยเห็นว่าสิ่งที่ทำให้มีความสุขมากที่สุด 10 อันดับ คือ 1. การมีชีวิตครอบครัวที่ไม่แตกแยก 2. มีเงินพอใช้ไม่เป็นหนี้ 3. การได้อยู่กับคนที่รัก 4. การไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ 5. เหตุการณ์บ้านเมืองสงบสุข 6. เป็นที่ยอมรับของคนรอบข้าง 7. การได้ช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ 8. การมีสภาพแวดล้อมที่ดี 9. การมีชีวิตปลอดภัยในสังคม และ 10. สังคมมีคุณธรรมจริยธรรม ปัจจัยเหล่านี้ทำให้เกิดความสุขสำหรับบุคคลทั่วไปหรือในภาพรวมของประเทศ

ทั้งนี้ปัจจัยทางกายภาพอาจส่งผลต่อความสุขได้ ดังการศึกษาของ ชูติกาญจน์ เปาทุย (2553) สำหรับความสุขของพยาบาลโรงพยาบาลศิริราช พบว่า พยาบาลโรงพยาบาลศิริราชมีความสุขโดยรวมอยู่ในระดับสูง โดยมีความสุขทางใจสูงที่สุด รองลงมาเป็นความสุขทางกาย และความสุขทางสังคม ความสุขแตกต่างกันตามอายุ รายได้ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา และประสบการณ์การทำงาน แต่การรับรู้ต่อการบริหารงานด้านทรัพยากรบุคคลเป็นตัวทำนายความสุขของพยาบาลได้ถึงร้อยละ 54.4 ซึ่งเป็นปัจจัยที่สัมพันธ์กับความสุขสูงที่สุด สำหรับบุคคลวัยทำงาน ปัจจัยทางกายภาพและปัจจัยทางหน้าที่การงานอาจส่งผลกระทบต่อระดับความสุข

สำหรับการศึกษาปัจจัยที่ทำให้เกิดความสุขในนักเรียนนักศึกษาพบว่าปัจจัยที่ส่งผลต่อระดับความสุข ได้แก่ ความสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัวและความสำเร็จทางการเรียน สุชีวาริชัยกุล (ไม่ปรากฏปีที่พิมพ์) ศึกษาพฤติกรรมสุขภาพจิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่อยู่ในเขตเมืองบุรีรัมย์ กลุ่มคลองสามวาและสะพานสูงจำนวน 400 รายผลการวิจัยพบว่าปัจจัยด้านครอบครัวมีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพจิตของเด็กวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานครอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เด็กที่มาจากครอบครัวที่พ่อแม่อยู่ด้วยกันจะอยู่ในระดับดีและค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมด้านสุขภาพของเด็กที่มาจากครอบครัวที่พ่อแม่หย่าร้างจะอยู่ในระดับไม่ดีและกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 80 มีความกังวลเกี่ยวกับเรื่องการเรียนและงานที่หนักขึ้น

นอกจากนี้ การศึกษาในกลุ่มนักศึกษา อมรรัตน์ ศรีคำสุข (2554) ศึกษาความสุขในกลุ่มนักศึกษาพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น จำนวน 636 คน พบว่า นักศึกษามีความสุขโดยรวมอยู่ในระดับสูง นักศึกษาที่มีรายรับเพียงพอต่อค่าใช้จ่ายมีค่าคะแนนเฉลี่ยความสุขโดยรวมสูงกว่ากลุ่มที่มีรายรับไม่เพียงพอต่อค่าใช้จ่ายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ

0.05 ($t = 4.604, p = .00$) นอกจากนี้ยังพบว่ากลุ่มที่เลือกเรียนพยาบาลด้วยความสมัครใจมีค่าคะแนนเฉลี่ยความสุขโดยรวมสูงกว่ากลุ่มที่เลือกเรียนพยาบาลด้วยความไม่สมัครใจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ($t = 4.304, p = .00$) และกลุ่มนักศึกษาที่ระบุว่ามีความสัมพันธ์ที่ดีกับรุ่นพี่หรือรุ่นน้องในคณะพยาบาลศาสตร์มีค่าคะแนนเฉลี่ยความสุขโดยรวมสูงกว่ากลุ่มที่ไม่มีสัมพันธ์ที่ดีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ความเพียงพอทางการเงิน ความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนที่ดี และความสมัครใจในสาขาที่เรียนทำให้ระดับความสุขของนักศึกษาพยาบาลสูงขึ้น นอกจากนี้พบว่า วิธีจัดการเมื่อไม่มีความสุขที่นักศึกษาใช้ 3 อันดับแรกได้แก่ การยอมรับสภาพตนเอง การมองโลกในแง่ดี และการปรึกษาปัญหาเกี่ยวกับเพื่อนซึ่งให้เห็นว่าการจัดการกับปัญหาในแง่บวกมีส่วนสำคัญต่อความสุขในกลุ่มนักศึกษาด้วย

ทั้งนี้สรุปได้ว่าปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขสำหรับนักศึกษามีทั้งปัจจัยภายนอก อันได้แก่ ความสัมพันธ์ในครอบครัวและเพื่อน ความเพียงพอทางการเงิน ความสำเร็จทางการเรียน และปัจจัยภายใน เช่น วิธีการจัดการกับปัญหาในทางบวก ต่างก็ส่งผลต่อความสุขในนักศึกษา

4.4 การวัดและประเมินความสุขในบริบทพุทธธรรม

การวัดและการประเมินความสุขในประเทศไทยที่ได้รับความนิยมมากที่สุด คือ มาตรฐานความสุขของกรมสุขภาพจิตเรียกว่า ดัชนีชี้วัดความสุขคนไทย Thai Happiness Indicators เป็นแบบประเมินความสุขด้วยตนเองซึ่งสร้างขึ้นภายใต้กรอบแนวคิดจำกัดความของความสุข หมายถึงสภาพชีวิตที่เป็นสุขอันเป็นผลจากการมีความสามารถในการจัดการปัญหาในการดำเนินชีวิตมีศักยภาพที่จะพัฒนาตนเองเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีโดยครอบคลุมถึงความดีงามภายในจิตใจ ภายใต้สภาพสังคมและสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปมีทั้งฉบับสมบูรณ์ 66 ข้อ และฉบับสั้น 15 ข้อ

สุชีวา วิชัยกุล (ไม่ปรากฏปีที่พิมพ์) ได้สร้างแบบวัดพฤติกรรมสุขภาพด้านสุขภาพจิต โดยหมายถึงสภาวะของบุรณการการทำงานที่เหมาะสมของบุคคลทั้งด้านร่างกายจิตใจสังคมหรือวัฒนธรรมแบ่งออกเป็น 2 ชนิดคือพฤติกรรมภายนอกเป็นพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกให้ผู้อื่นสังเกตได้และพฤติกรรมภายในซึ่งเป็นพฤติกรรมที่เกิดขึ้นภายในใจของบุคคลเท่านั้นเช่นการคิดการจำการตัดสินใจการรู้สึกมีคุณค่าในตนเองความสนใจต่อตนเองและสิ่งแวดล้อมเป็นต้นแบบวัดพฤติกรรมสุขภาพด้านสุขภาพจิตของวัยรุ่นมีข้อคำถาม 30 ข้อในแต่ละรายการให้ตอบโดยมีระดับของพฤติกรรมสุขภาพจิตมากน้อยเพียงใดมีลักษณะเป็นแบบสอบถามปลายปิดชนิดให้เลือกเป็นมาตรฐานประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .80

เมื่อไม่นานมานี้ ชุตติมา พงศ์วรินทร์ (2554) ได้พัฒนามาตรวัดความสุขของนิสิตนักศึกษาในบริบทพุทธธรรม โดยให้ความหมายความสุขในบริบทพุทธธรรมว่าหมายถึง ความรู้สึกสุขสบายทางใจที่เกิดจากการใช้ชีวิตในทางที่ถูกต้องดีงามเป็นประโยชน์แก่กัลยาณมิตรต่อตนเองและผู้อื่น การมีสภาวะใจที่สุขสงบ ตลอดจนการมีปัญญาและเข้าใจความเป็นจริงของชีวิต ก่อให้เกิดความพอใจในชีวิตและความรู้สึกสุขสบายภายในโดยมีองค์ประกอบหลัก 5 ด้าน และองค์ประกอบย่อย ดังนี้

1. ความพอใจในชีวิต หมายถึง ความรู้สึกสุขใจที่ได้ทำในสิ่งที่ตนเองรักและเห็นความสำเร็จหรือผลดีที่ตามมาจากสิ่งที่ทำ ความรู้สึกเพียงพอกับสิ่งที่ตนเองมีและเป็นอยู่ในปัจจุบัน และการทำหน้าที่ที่ตนเองพึงทำอย่างเต็มกำลังความรู้ความสามารถที่มี จำนวน 12 ข้อ แบ่งเป็น

1.1. ความพอใจจากการได้ทำในสิ่งที่รักและความรู้สึกชื่นชมกับผลที่ตามมาจากสิ่งที่ทำ หมายถึง ความรู้สึกเป็นอิสระในการเลือกทำสิ่งที่รักซึ่งก่อให้เกิดความสุขใจโดยไม่สร้างความเดือดร้อนแก่ตนเองและผู้อื่น และความรู้สึกสุขใจโดยไม่สร้างความเดือดร้อนแก่ตนเองและผู้อื่น และความรู้สึกสุขใจที่เห็นความสำเร็จหรือผลดีที่ตามมาจากสิ่งที่ทำ จำนวน 6 ข้อ

1.2. ความพอใจในสิ่งที่มี สิ่งที่เป็น และสิ่งที่ทำ หมายถึง ความรู้สึกเพียงพอกับสิ่งที่ตนเองมีและเป็นตามสมควรแก่ฐานะโดยไม่ติดเปรียบเทียบกับผู้อื่น หรือปล่อยให้กระแสสังคมมาครอบงำความอยากได้อยากมีที่เกิดพอดีของตน ขณะเดียวกันก็ไม่หยุดความพยายามที่จะพัฒนาชีวิตให้เจริญก้าวหน้าโดยการทำหน้าที่ที่ตนเองพึงทำอย่างเต็มกำลังความรู้ความสามารถที่มี จำนวน 6 ข้อ

2. การอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างเกื้อกูลกัน หมายถึง การเห็นคุณค่าและความหมายของตนเองในการอยู่ร่วมสัมพันธ์กับผู้อื่น เข้าใจตนเองและผู้อื่นอย่างที่เป็น มีใจเปิดกว้างพร้อมเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ สามารถปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้คนและสังคมที่หลากหลายได้อย่างมีความสุข มีใจนึกถึงผู้อื่น พร้อมที่จะให้และแบ่งปัน มีความรักความปรารถนาดีอยากให้อื่นมีความสุข พ้นจากความทุกข์ และประสบกับความเจริญก้าวหน้าในชีวิต ตลอดจนมีความรู้สึกผูกพันใกล้ชิดและรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของสังคม จำนวน 24 ข้อ แบ่งเป็น

2.1. การอยู่ร่วมกับผู้อื่นด้วยความเข้าใจ หมายถึง การมีใจเปิดกว้างพร้อมที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ เข้าใจตนเอง เข้าใจความคิดเห็นที่แตกต่างกันและการตัดสินใจเลือกทางเดินชีวิตของแต่ละคน โดยไม่นำความคิดของตนเองไปตัดสินผู้อื่น สามารถปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้คนและสังคมที่หลากหลายได้อย่างมีความสุข รวมทั้งให้อภัยผู้อื่นได้เสมอ จำนวน 6 ข้อ

2.2. ความรู้สึกอิจฉาจากการเป็นผู้ให้ หมายถึง ความรู้สึกดีที่ได้มีโอกาสเป็นผู้ให้ และแบ่งปันสิ่งดี ๆ แก่ผู้อื่น สร้างสรรค์สิ่งที่ดีเพื่อสังคม ตลอดจนดำรงตนเป็นแบบอย่างในการดำเนินชีวิตที่ดีแก่ผู้อื่น จำนวน 6 ข้อ

2.3. การมีความรักและการปรารถนาดีจากผู้อื่น หมายถึง ความรู้สึกสุขใจที่เห็นผู้อื่นมีความสุข มีความรักความปรารถนาดีอยากให้อื่นมีความสุข พ้นจากความทุกข์ รู้สึกยินดีที่เห็นผู้อื่นได้รับสิ่งดีในชีวิต จำนวน 6 ข้อ

2.4. ความซาบซึ้งใจในมิตรภาพความรักและความผูกพัน หมายถึง ความรู้สึกอบอุ่นใจที่ได้รับมิตรภาพ ความรัก ความปรารถนาดีจากครอบครัว เพื่อน ครูอาจารย์ การเห็นคุณค่าและความหมายของตนเองในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น มีความรู้สึกผูกพันใกล้ชิดกับผู้คนและสิ่งแวดล้อมรอบตัว จำนวน 6 ข้อ

3. การมีศรัทธาต่อการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องดีงาม หมายถึง การมีหลักหรือแบบอย่างซึ่งเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวในการดำรงชีวิต การมองดบกในแง่ดี และการประพฤติปฏิบัติในสิ่งที่ถูกต้องดีงาม จำนวน 18 ข้อ

3.1. การมีหลักยึดเหนี่ยวในการดำเนินชีวิต หมายถึง การมีสิ่งยึดเหนี่ยวจิตใจที่เป็นหลัก เป็นแบบอย่าง มีกัลยาณมิตรคอยชี้แนะแนวทางให้ดำเนินชีวิตในทางที่ถูกต้องดีงาม และเป็นประโยชน์เกื้อกูลทั้งต่อตนเองและผู้อื่น จำนวน 6 ข้อ

3.2. การมองโลกในแง่ดี หมายถึง การมองว่าตนเองมีชีวิตที่ดีและมีความสุข และการสังเกตเห็นถึงแง่มุมที่ดีงามซึ่งเกิดขึ้นกับการใช้ชีวิตอยู่กับผู้คนและสิ่งต่าง ๆ รอบตัว จำนวน 6 ข้อ

3.3. การควบคุมตนเองให้ละเว้นจากสิ่งไม่ดีงาม หมายถึง การดำเนินชีวิตอย่างมีสติในการคิด การพูด และการกระทำ การละเว้นจากการกระทำที่ให้โทษ ตลอดจน การทำบุญ ทำทาน ฝึกปฏิบัติธรรม เพื่อพัฒนาจิตใจให้สะอาด บริสุทธิ์ ลดละความเห็นแก่ตัว จำนวน 6 ข้อ

4. การมีใจที่สุขสงบ หมายถึง การมีจิตใจที่ปลอดโปร่ง ผ่อนคลายจากความคิดที่รบกวนใจ มีความรู้สึกโปร่ง รับรู้และมองเห็นความเป็นไปต่าง ๆ ได้ชัดเจนตามความเป็นจริง และมีจิตใจที่สงบเย็นจากข้างใน จำนวน 12 ข้อ

4.1. การมีความรู้สึกปลอดโปร่งผ่อนคลาย หมายถึง การมีความรู้สึกปลอดโปร่งปราศจากสิ่งรบกวนทางจิตใจ มีใจที่ผ่อนคลายจากความเครียดความกังวล จำนวน 6 ข้อ

4.2. การมีความรู้สึกโปร่ง หมายถึง สภาพของใจที่สงบ โปร่งจากความคิด ความวิตกกังวลที่เข้ามารบกวนจิตใจ ทำให้รับรู้และมองเห็นความเป็นไปต่าง ๆ ได้ชัดเจนตามความเป็นจริง มีจิตใจสะอาด บริสุทธิ์ และสงบเย็นจากข้างใน จำนวน 6 ข้อ

5. การมีปัญญารู้และเข้าใจความเป็นจริงของชีวิต หมายถึง การที่บุคคลตระหนักรู้ว่าที่มาของสิ่งต่าง ๆ เกิดจากเหตุและปัจจัยแวดล้อม การเห็นถึงที่มาของความทุกข์และความไม่เที่ยงแท้แน่นอนของสิ่งต่าง ๆ ตลอดจนการมองเห็นสิ่งที่สนองความต้องการเพียงแค่ระดับความจำเป็น ทำให้บุคคลใช้ชีวิตอยู่อย่างเข้าใจและยอมรับความเป็นไปของสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น โดยไม่เอาใจไปยึดติดหรือคาดหวังสิ่งต่าง ๆ ให้เป็นไปตามใจของตน พร้อมทั้งจะเผชิญกับความจริงและคิดแก้ไขปัญหา ตลอดจนสามารถวางใจของตนให้อยู่กับความจริงที่เกิดขึ้นโดยไม่หวั่นไหวหรือเก็บสิ่งต่าง ๆ เข้ามาเป็นทุกข์ในใจ จำนวน 10 ข้อ

5.1. การรู้และเข้าใจความเป็นจริงของชีวิต หมายถึง การที่บุคคลเข้าใจว่าการดำรงอยู่ของตนมิได้เกิดจากตนเองเพียงอย่างเดียว แต่เกิดจากปัจจัยแวดล้อมที่มีส่วนเกี่ยวข้อง การตระหนักรู้ที่มาของใจที่เป็นสุขและทุกข์อันเนื่องมาจากความคิด และความที่เกิดจากการเอาใจไปยึดติดกับผู้อื่น หรือวัตถุภายนอก การเห็นถึงความเบื่อบรรเทาที่แฝงมากับการแสวงหาสิ่งใหม่ ๆ เพื่อตอบสนองความต้องการไม่มีที่สิ้นสุด การรู้จักมองสิ่งที่สนองความต้องการเพียงแค่ระดับความจำเป็นโดยไม่คิดเปรียบเทียบกับใคร จำนวน 4 ข้อ

5.2. การยอมรับความเป็นจริงของชีวิต หมายถึง การยอมรับความเป็นไปของสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นโดยไม่เอาใจไปยึดติดหรือคาดหวังสิ่งต่าง ๆ ให้เป็นไปตามใจของตน มีใจที่เป็นอิสระไม่ยึดติดกับกรอบหรือกฎเกณฑ์ที่ผูกมัดให้ตนเองหรือผู้อื่นต้องเดินตาม สามารถทำใจให้อยู่กับความจริงที่เกิดขึ้นได้อย่างที่เป็น ตลอดจนการคิดแก้ปัญหามากกว่าที่จะเก็บสิ่งต่าง ๆ เข้ามาเป็นทุกข์ในใจ จำนวน 6 ข้อ

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือของแบบวัดในกลุ่มนิสิตนักศึกษาปริญญาตรี พบว่า มาตรฐานวัดความสุขในบริบทพุทธธรรมทั้งหมด 76 ข้อ มีสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์กับค่าอัลฟา เท่ากับ .92 คะแนนจากแบบวัดความสุขในบริบทพุทธธรรมยิ่งสูงหมายถึง การมีความสุขตามบริบทพุทธธรรมสูง

5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ระหว่างความสุขกับ การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ สุขภาวะทางจิตวิญญาณ และการนับถือศาสนา

ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้างานวิจัยที่แสดงถึงอิทธิพลของการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ การนับถือศาสนา และสุขภาวะทางจิตวิญญาณที่ส่งผลให้เกิดความสุขของบุคคล รวมถึงงานวิจัยที่เกี่ยวข้องที่จะนำมาอนุมานถึงรูปแบบความสัมพันธ์ของตัวแปรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ได้ ผู้วิจัยขอเสนอผลการศึกษาดังต่อไปนี้

5.1. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ สุขภาวะทางจิตวิญญาณ ความสุข และตัวแปรที่เกี่ยวข้อง

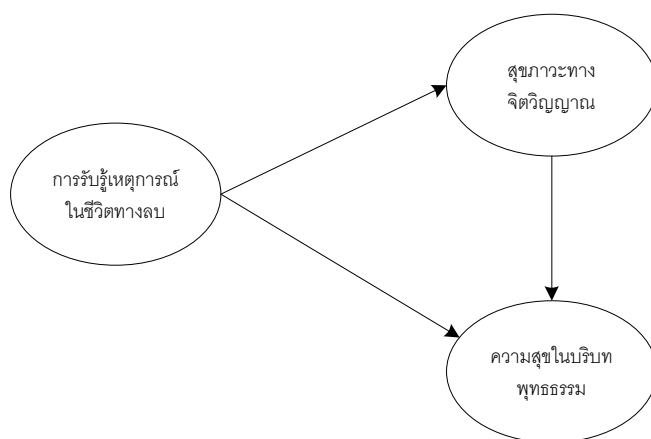
Gomes, Krings, Bangerter และ Grob (2009) ศึกษาอิทธิพลของบุคลิกภาพแบบ 5 องค์ประกอบและเหตุการณ์ในชีวิต (Life events) ที่ส่งผลต่อความสุข (Subjective Well-Being) ในวัยผู้ใหญ่ทั้งหมด 766 คน พบว่า สำหรับกลุ่มวัยผู้ใหญ่ตอนต้น (อายุ 24 – 29 ปี) บุคลิกภาพทั้งห้าองค์ประกอบและการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตสามารถทำนายความสุขได้ร้อยละ 50 โดยที่ เหตุการณ์ที่บุคคลประเมินว่าส่งผลทางลบในชีวิต (Negative life events) มีอิทธิพลทางตรงต่อความสุขอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($\beta = -.24$) แต่การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางบวก ไม่มีอิทธิพลต่อความสุขอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($\beta = .07$) สำหรับตัวแปรบุคลิกภาพทั้งห้าพบว่า บุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ (Neuroticism) และบุคลิกภาพแบบเปิดเผย (Extraversion) เท่านั้นที่มีอิทธิพลทางตรงต่อความสุขอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($\beta = -.32$, และ .35 ตามลำดับ) งานวิจัยนี้พบว่าการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบยังมีอิทธิพลต่อความสุขมากกว่า เหตุการณ์ในชีวิตทางบวกในทุกช่วงวัยอีกด้วย

Young, Cashwell และ Shcherbakova (2000) ได้ศึกษาอิทธิพลของสุขภาวะทางจิตวิญญาณที่มีต่อความสัมพันธ์ระหว่างเหตุการณ์ในชีวิตทางลบกับอาการซึมเศร้าและวิตกกังวล กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาภาควิชาจิตวิทยา จำนวน 303 คน (ชาย 130 คน หญิง 165 คน และไม่ระบุเพศ 8 คน) อายุระหว่าง 18 ถึง 29 ปี การวัดสุขภาวะทางจิตวิญญาณในงานวิจัยนี้มีเนื้อหาเกี่ยวกับการตระหนักรู้ เห็นคุณค่า ให้เกียรติ และเห็นอกเห็นใจทั้งต่อตนเองและผู้อื่น วิเคราะห์ผลโดยใช้สมการถดถอยโดยใส่ตัวแปรที่ละตัว ได้แก่ เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ สุขภาวะทางจิตวิญญาณ และปฏิสัมพันธ์ร่วมของเหตุการณ์ในชีวิตทางลบกับสุขภาวะทางจิตวิญญาณ ผลการศึกษาพบว่าเหตุการณ์ในชีวิตทางลบ สุขภาวะทางจิตวิญญาณ และอิทธิพลปฏิสัมพันธ์ของเหตุการณ์ในชีวิตทางลบกับสุขภาวะทางจิตวิญญาณร่วมกันทำนายอาการซึมเศร้าได้ร้อยละ 25 โดยเป็นอิทธิพลจากแต่ละตัวแปรร้อยละ 15, 3 และ 7 ตามลำดับ และตัวแปรทั้ง 3 สามารถทำนายความวิตกกังวลได้ร้อยละ 16 โดยเป็นอิทธิพลจากแต่ละตัวแปรร้อยละ 11, 1 และ 4 ตามลำดับ ซึ่งอิทธิพลของตัวแปรในสมการทุกตัวมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 การวิจัยนี้นอกจากจะแสดงให้เห็นอิทธิพลทางตรงของการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ และสุขภาวะทางจิตวิญญาณแล้ว

ยังแสดงให้เห็นถึงอิทธิพลปฏิสัมพันธ์ของเหตุการณ์ในชีวิตทางลบและสุขภาวะทางจิตวิญญาณที่มีผลในการทำนายความซึมเศร้าและความวิตกกังวลอีกด้วย

งานวิจัยในแถบเอเชียของ Kim และ Seidlitz (2002) ได้ศึกษาอิทธิพลของสุขภาวะทางจิตวิญญาณที่มีต่อความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดในแต่ละวัน (ซึ่งคล้ายกับการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ) กับการปรับตัวทั้งทางอารมณ์และทางกายภาพ โดยสุขภาวะทางจิตวิญญาณหมายถึง การรับรู้ และความรู้สึกของบุคคลที่เกี่ยวข้องกับสิ่งศักดิ์สิทธิ์และการเติมเต็มทางจิตวิญญาณ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาวิทยาลัยในประเทศเกาหลี 113 คน ผลการศึกษาพบว่า สุขภาวะทางจิตวิญญาณเป็นตัวแปรที่เปลี่ยนผ่านอิทธิพลของความเครียดในแต่ละวันกับการปรับตัวต่ออารมณ์ทางลบและการปรับตัวทางร่างกาย เมื่อควบคุมวิธีการจัดการกับปัญหา (coping strategies) ทั้งในกลุ่มผู้ที่เข้าร่วมหรือไม่เข้าร่วมกับองค์กรทางศาสนาก็ตาม ซึ่งงานวิจัยครั้งนี้มีกลุ่มตัวอย่างกว่าครั้งที่ประเมินว่าตนไม่ได้เข้าร่วมกับองค์กรทางศาสนาใด งานวิจัยนี้นอกจากจะแสดงให้เห็นอิทธิพลของสุขภาวะทางจิตวิญญาณที่ทำให้เกิดการปรับตัวทางอารมณ์และทางร่างกายต่อเหตุการณ์ความเครียดในชีวิตได้นั้น ยังชี้ให้เห็นว่าอาจมีความจำเป็นที่ต้องศึกษาสุขภาวะทางจิตวิญญาณแยกออกจากการนับถือศาสนา

จากการศึกษาดังกล่าวได้แสดงให้เห็นว่าการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบมีอิทธิพลกับความสุขในรูปแบบของสุขภาวะของบุคคล (Subjective well-being) และสุขภาวะทางจิตอื่น ๆ เช่น ความซึมเศร้า ความวิตกกังวล ผู้วิจัยจึงอนุมานได้ว่าการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบน่าจะมีอิทธิพลต่อความสุขในบริบทพุทธธรรมด้วยเช่นกัน และยังมีอิทธิพลของสุขภาวะทางจิตวิญญาณที่ผู้วิจัยคาดว่าน่าจะมีบทบาทเป็นตัวแปรส่งผ่านอิทธิพลของการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบที่มีต่อความสุขในบริบทพุทธธรรม เพื่อความเข้าใจที่ชัดเจนผู้วิจัยขอเสนอรูปแบบความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบกับความสุข ดังนี้



ภาพที่ 3 ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ สุขภาวะทางจิตวิญญาณ และความสุขในบริบทพุทธธรรม

5.2. ความสัมพันธ์ระหว่างการนับถือศาสนา สุขภาวะทางจิตวิญญาณ ความสุข และตัวแปรที่เกี่ยวข้อง

สำหรับความสัมพันธ์ระหว่างการนับถือศาสนาและสุขภาวะทางจิตวิญญาณที่มีต่อความสุขนั้น โดยมากมักนิยามให้การนับถือศาสนาและสุขภาวะทางจิตวิญญาณเป็นตัวแปรเดียวกัน และศึกษาถึงอิทธิพลของการนับถือศาสนาและสุขภาวะทางจิตวิญญาณที่มีต่อตัวแปรต่าง ๆ ทั้งสุขภาพกาย สุขภาพจิต และตัวแปรทางจิตวิทยาอื่น ๆ

Lewis, Maltby, และ Day (2005) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการนับถือศาสนา และความสุข กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ใหญ่ชาวอังกฤษ จำนวน 138 คน โดยใช้แบบวัดการนับถือศาสนา (Religious Orientation scale : Intrinsic and Extrinsic subscale) และการใช้ศาสนาในการจัดการปัญหา (Religious coping scale : Positive and Negative subscale) และความสุขจาก 2 แบบวัด ได้แก่ Depression- Happiness Scale และ the Oxford Happiness Questionnaire Short - form การศึกษาพบว่า การนับถือศาสนาในทางลบของแบบวัดศาสนาทั้งสองไม่สัมพันธ์กับความสุขอย่างมีนัยสำคัญ ส่วนการนับถือศาสนาจากภายในและการใช้ศาสนาในการแก้ปัญหาทางบวกสัมพันธ์ทางบวกกับแบบวัดความสุขของออกซ์ฟอร์ดเท่านั้น ($r = .22, p < .01$ และ $r = .32, p < .001$) แต่ความสุขจากแบบวัด Depression- Happiness (ข้อคำถามเกี่ยวกับความถี่ในการมีอารมณ์ทางบวก และอารมณ์ทางลบ) ไม่สัมพันธ์กับแบบวัดการนับถือศาสนาทั้งสองชุดทั้งทางบวกและทางลบ ผลการวิจัยนี้ชี้ให้เห็นว่าการนับถือศาสนาอาจไม่สัมพันธ์กับความสุขที่หมายถึงความบ่อยในการมีอารมณ์ทางบวกและไม่มีอารมณ์ทางลบ แต่การนับถือศาสนาทางบวกหรือการนับถือศาสนาอย่างเหมาะสมสัมพันธ์กับความสุขในความหมายของความพึงพอใจในชีวิตโดยรวม ส่วนการนับถือศาสนาในทางลบหรือในทางไม่เหมาะสมไม่สัมพันธ์กับความสุขในทั้งสองบริบท

เมื่อไม่นานมานี้ Yonker, Schnabelrauch และ DeHaan (2011) ศึกษาวิจัยเชิงอภิมาน (meta – analytic) รวบรวมงานวิจัยในช่วงปี 1990 ถึง ปี 2010 ที่ศึกษาอิทธิพลของการนับถือศาสนาและสุขภาวะทางจิตวิญญาณที่มีต่อตัวแปรทางจิตวิทยาต่าง ๆ เช่น พฤติกรรมเสี่ยง (risk behavior) อาการซึมเศร้า (depression) สุขภาวะ (well-being) การเห็นคุณค่าในตนเอง (self esteem) และบุคลิกภาพ กลุ่มตัวอย่างเป็นวัยรุ่นจนถึงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น พบงานวิจัยทั้งหมดจำนวน 75 ชิ้น ($N = 66,273$) ที่ศึกษาในขอบเขตดังกล่าว เมื่อวิเคราะห์งานวิจัยเหล่านี้แล้วพบว่า

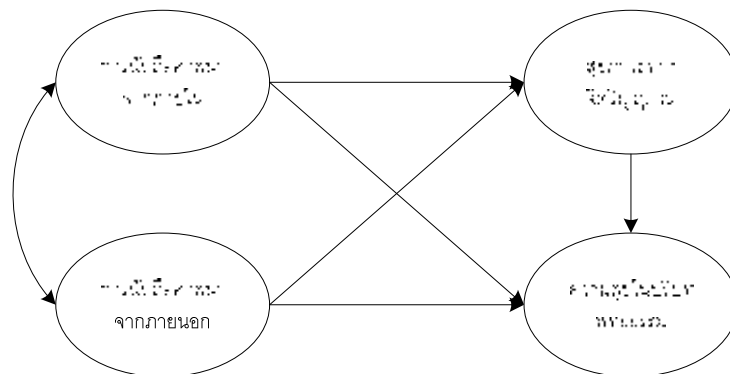
การนับถือศาสนาและสุขภาวะทางจิตวิญญาณมีอิทธิพลต่อตัวแปรต่าง ๆ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ การนับถือศาสนาและสุขภาวะทางจิตวิญญาณ ทำให้ระดับความซึมเศร้าและพฤติกรรมเสี่ยงลดลง ($r = -.11$ และ $-.17$ ตามลำดับ) และทำให้มีระดับสุขภาวะสูงขึ้นอีกด้วย ($r = .16$) (ซึ่งในงานวิจัยนี้ สุขภาวะ หมายถึงรวมถึง ความพึงพอใจในชีวิต ความสุข การเห็นคุณค่าในตนเอง และการมีอารมณ์ทางบวก) ซึ่งงานวิจัยเหล่านี้ชี้ให้เห็นว่า ผู้ที่นับถือศาสนาและมีสุขภาวะทางจิตวิญญาณมักเป็นผู้ที่มีความสุข และมีความเครียดในชีวิตน้อย

งานวิจัยเชิงอภิมานอีกชิ้นหนึ่งของ Smith, McCullough และ Poll (2003) ได้ศึกษา งานวิจัยที่ใช้ตัวแปรที่เน้นไปในเชิงของการนับถือศาสนา (religiosity) ที่สัมพันธ์กับความซึมเศร้า (depression) พบงานวิจัยที่ศึกษาในขอบเขตดังกล่าวทั้งหมด 147 ชิ้น ($N = 98,975$) ในกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด ผลการวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างการนับถือศาสนากับอาการซึมเศร้าจากงานวิจัยทั้งหมด เท่ากับ $-.096$ มีงานวิจัย 30 ชิ้นที่กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตนักศึกษาซึ่งในจำนวนดังกล่าว มีงานที่ไม่พบความสัมพันธ์ระหว่างอาการซึมเศร้ากับการนับถือศาสนาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จำนวน 20 ชิ้น และพบความสัมพันธ์ทางลบอย่างมีนัยสำคัญจำนวน 9 ชิ้น (มีขนาดอิทธิพลอยู่ระหว่าง $-.06$ ถึง $-.42$) ส่วนอีก 1 ชิ้นพบความสัมพันธ์ทางบวก (ขนาดอิทธิพลเท่ากับ $.11$) ทั้งนี้ ตัวแปรเพศ อายุ และเชื้อชาติไม่มีอิทธิพลต่อความสัมพันธ์ของตัวแปรดังกล่าว แต่กลับพบว่า งานวิจัยที่กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้อยู่ในกลุ่มเสี่ยงที่จะมีเหตุการณ์ในชีวิตทางลบ เช่น ผู้ป่วยโรคต่าง ๆ มักพบอิทธิพลของการนับถือศาสนาที่มีต่ออาการซึมเศร้าสูงกว่ากลุ่มตัวอย่างปกติ นอกจากนี้ งานวิจัยนี้ยังได้พบว่า รูปแบบของแบบวัดการนับถือศาสนาที่มีอิทธิพลกำกับระหว่างความสัมพันธ์ของการนับถือศาสนากับอาการซึมเศร้า โดยที่แบบวัดที่มีขนาดอิทธิพลมากที่สุด ได้แก่ แบบวัดการนับถือศาสนาจากภายในและภายนอก (Intrinsic and Extrinsic Religious Orientation) ตามแนวคิดของ Allport และ Ross โดยที่ การนับถือศาสนาจากภายในมีอิทธิพลทางลบกับอาการซึมเศร้า ($\beta = -.16, p = .007$) ส่วนการนับถือศาสนาจากภายนอกกลับมีอิทธิพลทางบวกกับอาการซึมเศร้า ($\beta = .46, p < .0001$) รองลงมาเป็นแบบวัดการใช้ศาสนาเพื่อจัดการกับปัญหาตามแนวคิดของ Pagament, Smith, Koenig, และ Perez (1998) ที่มีทั้งการใช้ศาสนาทางบวกและทางลบเพื่อจัดการกับปัญหา ($\beta = -.10, p = .08$ และ $\beta = .28, p < .0001$ ตามลำดับ) การวิจัยนี้ชี้ให้เห็นว่าการวัดการนับถือศาสนาที่มีองค์ประกอบแบ่งเป็น 2 ทิศทาง อันได้แก่ แบบวัดการนับถือศาสนาจากภายในและภายนอกตามแนวคิดของ Allport และ Ross น่าจะมีความเหมาะสมในการนำไปใช้วัดลักษณะการนับถือศาสนา แม้ว่างานวิจัยนี้จะไม่ได้ศึกษาถึง

ความสัมพันธ์ระหว่างการนับถือศาสนากับความสุขในกลุ่มนิสิตนักศึกษาโดยตรง แต่งานวิจัยนี้แสดงให้เห็นแนวโน้มความสัมพันธ์ของการนับถือศาสนากับความสุขได้

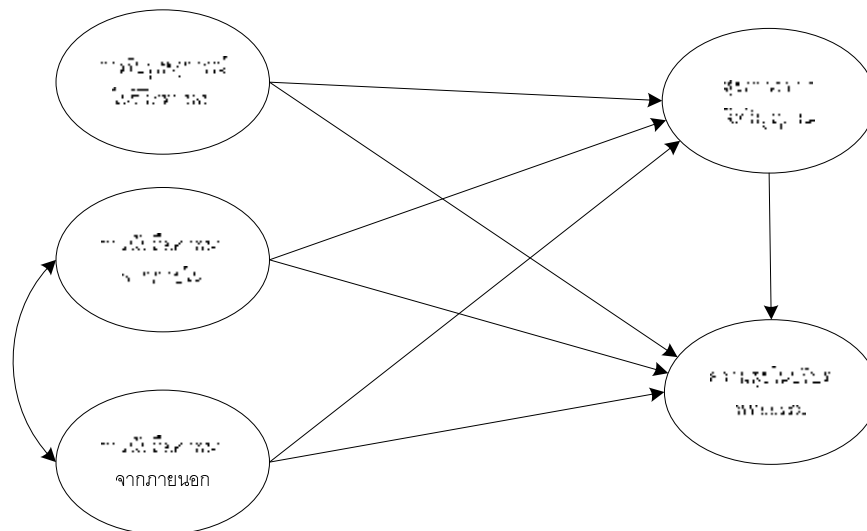
การศึกษาของ Sapp (2011) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความผาสุกทางจิตวิญญาณ (Spiritual Well-being) การจัดการกับปัญหาด้วยการใช้ศาสนาในทางลบ (Religious Distress) (ซึ่งคล้ายคลึงกับแรงจูงใจในการนับถือศาสนาจากภายนอก) และความซึมเศร้า (Depression) ในนักศึกษามหาวิทยาลัยชั้นปีที่ 1 จำนวน 103 คนพบว่า ความผาสุกทางจิตวิญญาณมีความสัมพันธ์ทางลบกับอาการซึมเศร้า ($r = -.36, p < .01$) และพบความสัมพันธ์ทางบวกระหว่างการจัดการกับปัญหาด้วยการใช้ศาสนาในทางลบกับอาการซึมเศร้า เมื่อควบคุมความผาสุกทางจิตวิญญาณ ($r = .37$) และความผาสุกทางจิตวิญญาณสัมพันธ์ทางลบกับการจัดการปัญหาด้วยการใช้ศาสนาในทางลบ ($r = -.35$) สรุปได้ว่าผู้ที่มีความผาสุกทางจิตวิญญาณต่ำ หรือมีวิธีจัดการปัญหาด้วยการใช้ศาสนาในทางลบมีแนวโน้มมีอาการซึมเศร้าสูง เมื่อควบคุมอิทธิพลของการนับถือศาสนาแล้วยังพบอิทธิพลของสุขภาวะทางจิตวิญญาณที่ทำให้ความเครียดลดลง และการใช้ศาสนาในทางที่ไม่เหมาะสมทั้งยังไม่มีสุขภาวะทางจิตวิญญาณนั้นไม่ทำให้ความเครียดลดลง และอาจไม่ทำให้ความสุขเพิ่มขึ้นเช่นกัน

จากการศึกษางานวิจัยดังกล่าว ได้แสดงให้เห็นว่า การนับถือศาสนาต่างมีอิทธิพลต่อสุขภาวะทั้งทางกายและทางจิต เช่น ความสุข ความเครียด อาการซึมเศร้า เป็นต้น ผู้วิจัยจึงอนุมานได้ว่าการนับถือศาสนา น่าจะมีอิทธิพลต่อความสุขในบริบทพุทธธรรมด้วยเช่นกัน และยังมีอิทธิพลของสุขภาวะทางจิตวิญญาณที่ผู้วิจัยคาดว่าน่าจะมีบทบาทเป็นตัวแปรส่งผ่านอิทธิพลของการนับถือศาสนาทั้งสองรูปแบบที่มีต่อความสุขในบริบทพุทธธรรม เพื่อความเข้าใจที่ชัดเจนผู้วิจัยขอเสนอรูปแบบความสัมพันธ์ระหว่างการนับถือศาสนาจากภายในและภายนอก สุขภาวะทางจิตวิญญาณ และความสุขในบริบทพุทธธรรม ดังนี้



ภาพที่ 4 ความสัมพันธ์ระหว่างการนับถือศาสนาจากภายในและภายนอก สุขภาวะทางจิตวิญญาณ และความสุขในบริบทพุทธธรรม

จากการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับความสัมพันธ์ของการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ การนับถือศาสนา สุขภาวะทางจิตวิญญาณ และความสุขที่ถึงแม้จะเป็นความสุขที่พัฒนาจากแนวคิดทางฝั่งตะวันตก ผู้วิจัยเห็นว่า ความสุขของตะวันตกและความสุขในบริบทพุทธธรรมของสังคมไทยน่าจะมีความสอดคล้องกัน โดยที่ทั้งการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ และการนับถือศาสนาทั้งสองรูปแบบต่างก็มีอิทธิพลต่อความสุข โดยที่สุขภาวะทางจิตวิญญาณมีอิทธิพลในรูปแบบของตัวแปรส่งผ่านอิทธิพลของตัวแปรอื่น ๆ ไปยังความสุขในบริบทพุทธธรรม ผู้วิจัยจึงอนุมานความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ การนับถือศาสนาจากภายใน การนับถือศาสนาจากภายนอก สุขภาวะทางจิตวิญญาณ และความสุขในบริบทพุทธธรรมของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยได้ตั้งแผนภาพความสัมพันธ์ ดังภาพที่ 5



ภาพที่ 5 ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ การนับถือศาสนาจากภายใน การนับถือศาสนาจากภายนอก สุขภาวะทางจิตวิญญาณ และความสุขในบริบทพุทธธรรมของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัย

บทที่ 3

วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มุ่งศึกษาอิทธิพลที่การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ การนับถือศาสนาและสุขภาพทางจิตวิญญาณมีต่อความสุขในบริบทพุทธธรรมของนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรี ซึ่งเป็นการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้าง (Structural equation modeling) ด้วยโปรแกรมลิสเรล (LISREL)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือ นิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรีของมหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานคร ที่ลงทะเบียนเรียนในภาคการศึกษาปลาย ปีการศึกษา 2555

กลุ่มตัวอย่าง คือ นิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรีของมหาวิทยาลัย ได้แก่ มหาวิทยาลัยกรุงเทพและจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โดยไม่จำกัดเพศ อายุ หรือศาสนา และเป็นผู้ที่สมัครใจในการตอบแบบสอบถาม

การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง ในขั้นต้น ผู้วิจัยใช้การคัดเลือกแบบเจาะจงเฉพาะมหาวิทยาลัยในกรุงเทพมหานคร โดยให้ประกอบไปด้วยมหาวิทยาลัยของรัฐบาลจำนวน 1 แห่ง ได้แก่ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และมหาวิทยาลัยเอกชนจำนวน 1 แห่ง ได้แก่มหาวิทยาลัยกรุงเทพ และเนื่องจากมหาวิทยาลัยทั้งสองมีลักษณะคล้ายคลึงกัน คือ เป็นมหาวิทยาลัยที่มีชื่อเสียง มีนิสิตนักศึกษาจำนวนมาก และสถานที่ของมหาวิทยาลัยตั้งอยู่ในขอบเขตกรุงเทพมหานคร ทั้งยังมีระดับสถานะทางเศรษฐกิจของกลุ่มตัวอย่างใกล้เคียงกัน ทั้งนี้การเก็บข้อมูลจากทั้งมหาวิทยาลัยรัฐบาลและมหาวิทยาลัยเอกชน เพื่อให้ครอบคลุมลักษณะของมหาวิทยาลัย นำไปสู่การเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างที่ครอบคลุมกลุ่มประชากรที่ต้องการศึกษา จากนั้นผู้วิจัยสุ่มเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างนิสิตนักศึกษาจากมหาวิทยาลัยทั้งสองแห่ง โดยไม่จำกัดเพศ อายุ คณะ ชั้นปี และศาสนา และเป็นผู้ที่สมัครใจในการตอบแบบสอบถาม

ขนาดกลุ่มตัวอย่าง

สำหรับการกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยหลักการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้างนั้นควรมีจำนวนกลุ่มตัวอย่างประมาณ 10 -20 คน ต่อหนึ่งพารามิเตอร์ที่ต้องประมาณค่าในโมเดลนั้น (Hair, Black,

Babin, & Anderson, 2010) ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้มี 44 พารามิเตอร์ในโมเดล ได้แก่ การประมาณค่าตัวแปรสังเกตได้ของตัวแปรแฝงภายนอก (LX) จำนวน 7 พารามิเตอร์ ความคลาดเคลื่อนในการวัดตัวแปรสังเกตได้ของตัวแปรแฝงภายนอก (TD) จำนวน 7 พารามิเตอร์ การประมาณค่าตัวแปรสังเกตได้ของตัวแปรแฝงภายใน (LY) จำนวน 9 พารามิเตอร์ ความคลาดเคลื่อนในการวัดตัวแปรสังเกตได้ของตัวแปรแฝงภายใน (TE) จำนวน 9 พารามิเตอร์ ความคลาดเคลื่อนของการวัดตัวแปรแฝงภายใน (PS) จำนวน 2 พารามิเตอร์ สัมประสิทธิ์ความแปรปรวนร่วมของตัวแปรแฝงภายนอก (PH) จำนวน 3 พารามิเตอร์ สัมประสิทธิ์ถดถอยของความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างตัวแปรแฝงภายนอกกับตัวแปรแฝงภายใน (GA) จำนวน 6 พารามิเตอร์ และ สัมประสิทธิ์ถดถอยของความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างตัวแปรแฝงภายในกับตัวแปรแฝงภายใน (BE) จำนวน 1 พารามิเตอร์ ดังนั้นผู้วิจัยจึงใช้จำนวนตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ทั้งหมดประมาณ 500 คน ผู้วิจัยเก็บข้อมูล 600 ชุด ซึ่งภายหลังเก็บข้อมูลแล้วพบว่า มีแบบสอบถามที่ตอบครบถ้วนและสามารถนำไปใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้ทั้งสิ้น 533 ชุด คิดเป็นร้อยละ 88.83

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยและขั้นตอนในการพัฒนา

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ศาสนา มหาวิทยาลัย คณะ และชั้นปี มาตรฐานการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ มาตรฐานการนับถือศาสนาทั้งภายในและภายนอก มาตรฐานสุขภาพทางจิตวิญญาณ และมาตรฐานความสุขในบริบทพุทธธรรม โดยรายละเอียดขั้นตอนการพัฒนาแต่ละมาตรฐานมีดังนี้

1. มาตรฐานการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบสำหรับนิสิตนักศึกษา

มาตรฐานการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ เป็นมาตรฐานที่สร้างขึ้นเพื่อวัดระดับการรับรู้ทางลบต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิต มาตรฐานประกอบไปด้วยข้อคำถามเกี่ยวกับเหตุการณ์ในชีวิตทางลบของนิสิตนักศึกษาจำนวน 43 ข้อ แบ่งออกเป็น 5 ด้าน ได้แก่ ด้านที่ 1 เหตุการณ์ในชีวิตทางลบที่เกี่ยวกับครอบครัว ด้านที่ 2 เหตุการณ์ในชีวิตทางลบที่เกี่ยวกับเพื่อนและคนรัก ด้านที่ 3 เหตุการณ์ในชีวิตทางลบที่เกี่ยวกับการเรียนด้านที่ 4 เหตุการณ์ในชีวิตทางลบที่เกี่ยวกับสุขภาพและความเป็นอยู่ของตนเอง และด้านที่ 5 เหตุการณ์ในชีวิตทางลบที่เกี่ยวกับการเงิน มาตรฐานเป็นแบบประเมินตนเอง ให้ผู้ประเมินว่าตนรับรู้ผลกระทบทางลบจากการประสบเหตุการณ์นั้นมากน้อยเพียงไร มีลักษณะเป็นมาตรฐานประมาณค่าลิเคิร์ต 5 ช่วง ตั้งแต่ 0 (ไม่เคยเกิดเหตุการณ์นี้ขึ้นในชีวิต/ส่งผลกระทบน้อยที่สุด) 2 (ส่งผลกระทบน้อย) 3 (ส่งผลกระทบมาก) และ 4 (ส่งผลกระทบมาก)

ที่สุด) คะแนนยิ่งสูงหมายถึงบุคคลรับรู้ว่าคุณมีความสะเทือนใจ เศร้าเสียใจ กังวล หรือได้รับผลกระทบทางลบจากการประสบเหตุการณ์เหล่านั้นสูงตามไปด้วย

โดยผู้วิจัยพัฒนามาตรวัดชุดนี้จากแนวคิด เอกสารและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบและสร้างข้อคำถามทางลบเกี่ยวกับเหตุการณ์ในชีวิตของนิสิตนักศึกษา โดยพิจารณาข้อคำถามจากแบบวัด Life Experiences Survey ของ Sarason, Johnson และ Siegel (1987) ที่มีข้อคำถามเกี่ยวกับเหตุการณ์ในชีวิตของบุคคลทั่วไปรวมถึงเหตุการณ์ทางการเรียนของนักศึกษา และแบบวัด Social Readjustment Rating Scale (SRRS) ของ Holmes & Rahe (1967) และสร้างข้อคำถามเพิ่มเติมเพื่อให้ครอบคลุมเหตุการณ์ในชีวิตของนิสิตนักศึกษาในสังคมไทย

เกณฑ์การให้คะแนนและการแปลผล

มาตรวัดชุดนี้ประกอบไปด้วยข้อคำถามเกี่ยวกับเหตุการณ์ในชีวิตทางลบของนิสิตนักศึกษา จำนวน 43 ข้อ ได้แก่ ด้านที่ 1 เหตุการณ์ในชีวิตทางลบที่เกี่ยวกับครอบครัว 8 ข้อ ด้านที่ 2 เหตุการณ์ในชีวิตทางลบที่เกี่ยวกับเพื่อนและคนรัก 12 ข้อ ด้านที่ 3 เหตุการณ์ในชีวิตทางลบที่เกี่ยวกับการเรียน 6 ข้อ ด้านที่ 4 เหตุการณ์ในชีวิตทางลบที่เกี่ยวกับสุขภาพและความเป็นอยู่ของตนเอง 11 ข้อ ด้านที่ 5 เหตุการณ์ในชีวิตทางลบที่เกี่ยวกับการเงิน 6 ข้อ มีลักษณะการตอบเป็นมาตราประมาณค่า 5 ช่วง ตั้งแต่ 0 ถึง 4 ไม่มีข้อกลับคะแนน มีช่วงคะแนนตั้งแต่ 0 - 172 คะแนน การคิดคะแนนสามารถรวมคะแนนข้อกระทงทั้งหมดเป็นคะแนนการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบโดยรวม สำหรับการวิจัยครั้งนี้ใช้คะแนนข้อกระทงในแต่ละด้านเป็นคะแนนการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบทั้ง 5 ด้าน

การแปลผลคะแนน หากมีคะแนนสูง หมายถึง บุคคลรับรู้ตนเองยังมีความรู้สึกเครียด เศร้าเสียใจ หรือรู้สึกทางลบอย่างมากต่อเหตุการณ์ในชีวิตทางลบที่ตนเคยประสบเหล่านั้น คะแนนต่ำ หมายถึง บุคคลรู้สึกเครียด เศร้าเสียใจ หรือรู้สึกทางลบน้อยต่อเหตุการณ์ในชีวิตทางลบที่ตนเคยประสบ คะแนนเป็น 0 หมายถึง เหตุการณ์ทางลบเหล่านั้นไม่เคยเกิดขึ้นกับตน หรือ บุคคลประเมินว่าคุณไม่ได้รับผลกระทบทางอารมณ์จากเหตุการณ์เหล่านั้นเลย ทั้งนี้ ในการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ใช้ข้อมูลในรูปของคะแนนดิบเท่านั้น จึงไม่มีการกำหนดเกณฑ์การแปลผลในเชิงคุณภาพว่าคะแนนเท่าใดอยู่ในกลุ่มสูงหรือกลุ่มต่ำ

การพัฒนามาตรวัดการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบสำหรับนิสิตนักศึกษา

การพัฒนามาตรวัดการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบสำหรับนิสิตนักศึกษา มีขั้นตอนการพัฒนาโดยละเอียดดังนี้

1. การกำหนดนิยามเชิงปฏิบัติการและการสร้างข้อกระทงของมาตรวัด ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบของนิสิตนักศึกษา ครอบคลุมความหมายและแนวคิดแง่มุมต่าง ๆ เพื่อสร้างนิยามเชิงปฏิบัติการ ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบของนิสิตนักศึกษา หมายถึง การรับรู้ของบุคคลว่าตนได้รับผลกระทบทางอารมณ์และจิตใจในทางลบ (เช่น รู้สึกเครียด กังวล ไม่พอใจ เศร้าเสียใจ กัดดัน สะเทือนใจ) จากเหตุการณ์ด้านลบที่เกิดขึ้นในชีวิตของตน ผู้วิจัยพบว่าการจำแนกเหตุการณ์ในชีวิตสามารถจำแนกได้ 5 ด้านที่ครอบคลุมเหตุการณ์ด้านลบที่เกี่ยวข้องกับชีวิตของนิสิตนักศึกษา ได้แก่

- 1) เหตุการณ์ในชีวิตทางลบที่เกี่ยวกับครอบครัว หมายถึง เหตุการณ์ด้านลบที่เกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัวและชีวิตความเป็นอยู่ของสมาชิกที่ส่งผลกระทบต่อสภาวะทางจิตใจของบุคคล
- 2) เหตุการณ์ในชีวิตทางลบที่เกี่ยวกับเพื่อนและคนรัก หมายถึง เหตุการณ์ด้านลบที่เกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างตนเองกับเพื่อนฝูง และคนรัก รวมถึงชีวิตความเป็นอยู่ของเพื่อนคนรัก หรือบุคคลใกล้ชิดที่ส่งผลกระทบต่อสภาวะทางจิตใจของบุคคล
- 3) เหตุการณ์ในชีวิตทางลบที่เกี่ยวกับการเรียน หมายถึง เหตุการณ์ด้านลบที่เกี่ยวกับการเรียน การศึกษา ความไม่ราบรื่นในการเรียนที่จะส่งผลกระทบต่อความรู้สึกรู้สึกของบุคคล
- 4) เหตุการณ์ในชีวิตทางลบที่เกี่ยวกับสุขภาพของตนเอง หมายถึง เหตุการณ์ด้านลบที่เกี่ยวกับสุขภาพและความเป็นอยู่ส่วนบุคคล ที่จะส่งผลกระทบต่อความรู้สึกทางจิตใจของบุคคล
- 5) เหตุการณ์ในชีวิตทางลบที่เกี่ยวกับการเงิน หมายถึง เหตุการณ์ด้านลบที่เกี่ยวกับฐานะทางการเงินของบุคคลหรือครอบครัว ที่จะส่งผลกระทบต่อความรู้สึกทางจิตใจของบุคคล

2. การสร้างข้อกระทงจากนิยามเชิงปฏิบัติการ ผู้วิจัยสร้างข้อคำถามจากนิยามเชิงปฏิบัติการดังกล่าวข้างต้นให้ครอบคลุมประกอบทั้ง 5 ด้าน ทั้งนี้ ผู้วิจัยได้สร้างข้อกระทงโดยพิจารณาร่วมกับข้อกระทงจากแบบวัด Life Experiences Survey ของ Sarason, Johnson, & Siegel (1987) และแบบวัด Social Readjustment Rating Scale (SRRS) ของ Holmes & Rahe

(1967) ซึ่งครอบคลุมถึงเหตุการณ์ในชีวิตของบุคคลทั่วไป ซึ่งมีทั้งข้อกระทงที่เกี่ยวข้องและไม่เกี่ยวข้องกับชีวิตของนิสิตนักศึกษา ผู้วิจัยจึงนำเฉพาะข้อที่เกี่ยวข้องกับชีวิตนิสิตนักศึกษา และข้อที่เป็นเหตุการณ์ทางลบ มาเป็นแนวทางในการสร้างข้อคำถามของแบบวัดนี้ และสร้างข้อคำถามเพิ่มเติมเพื่อให้มีข้อคำถามที่ครอบคลุมเหตุการณ์ทางลบในชีวิตของนิสิตนักศึกษาที่เหมาะสมกับบริบทของนิสิตนักศึกษาไทย ทำให้ได้ข้อคำถามเกี่ยวกับเหตุการณ์ในชีวิตทางลบของนิสิตนักศึกษาจำนวนทั้งหมด 38 ข้อ ประกอบด้วย เหตุการณ์ในชีวิตทางลบที่เกี่ยวกับครอบครัว 8 ข้อ เหตุการณ์ในชีวิตทางลบที่เกี่ยวกับเพื่อนและคนรัก 10 ข้อ เหตุการณ์ในชีวิตทางลบที่เกี่ยวกับการเรียน 6 ข้อ เหตุการณ์ในชีวิตทางลบที่เกี่ยวกับสุขภาพของตนเอง 9 ข้อ และ เหตุการณ์ในชีวิตทางลบที่เกี่ยวกับการเงิน 5 ข้อ

3. การตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาและความเหมาะสมของภาษาของข้อกระทงแต่ละข้อ เมื่อได้ข้อคำถามจากนิยามเชิงปฏิบัติการทั้ง 5 ด้านที่ครอบคลุมเหตุการณ์ในชีวิตทางลบของนิสิตนักศึกษาแล้ว จากนั้นให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity) (รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิ 4 ท่าน ดังภาคผนวก ก) พิจารณาและประเมินข้อคำถามที่สร้างขึ้นว่ามีความสอดคล้องกับลักษณะเหตุการณ์ทางลบในชีวิตของนิสิตนักศึกษา ตามองค์ประกอบทั้ง 5 ด้านตามนิยามเชิงปฏิบัติการ (Operational definition) ปรับปรุงภาษาถ้อยคำ และเพิ่มข้อกระทงตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ ทำให้มีข้อกระทงทั้งหมดจำนวน 43 ข้อ ได้แก่ ด้านที่ 1 เหตุการณ์ในชีวิตทางลบที่เกี่ยวกับครอบครัว 8 ข้อ ด้านที่ 2 เหตุการณ์ในชีวิตทางลบที่เกี่ยวกับเพื่อนและคนรัก 12 ข้อ ด้านที่ 3 เหตุการณ์ในชีวิตทางลบที่เกี่ยวกับการเรียน 6 ข้อ ด้านที่ 4 เหตุการณ์ในชีวิตทางลบที่เกี่ยวกับสุขภาพและความเป็นอยู่ของตนเอง 11 ข้อ ด้านที่ 5 เหตุการณ์ในชีวิตทางลบที่เกี่ยวกับการเงิน 6 ข้อ

4. การทดลองใช้มาตรวัดและการพิจารณาคัดเลือกข้อกระทง ผู้วิจัยนำข้อคำถามที่ได้จัดทำเป็นชุดเครื่องมือ และนำไปทดลองใช้ (try out) กับนิสิตในระดับปริญญาตรีของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 101 คน นำผลจากการสำรวจที่ได้มาวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อประเมินคุณภาพรายข้อโดยการวิเคราะห์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของคะแนนของข้อนั้นกับคะแนนรวมข้ออื่นของแบบวัดทั้งฉบับ (Corrected Item- Total Correlation) โดยมีค่า critical r ($r = .164, df = 99, p < .05$) ผลการวิเคราะห์พบว่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของรายข้อกระทงที่ผ่านเกณฑ์ จำนวน 33 ข้อ มีค่า r อยู่ระหว่าง .169 ถึง .645 สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของรายข้อกระทงที่ต่ำกว่าเกณฑ์ 5 ข้อ และอีก 5 ข้อที่โปรแกรมไม่สามารถคำนวณค่าได้เนื่องจากผู้ให้ข้อมูลทั้งหมดประเมินว่าตนไม่

เคยเกิดเหตุการณ์เหล่านั้นขึ้นในชีวิต (ตอบ 0) ข้อคำถามได้แก่ ข้อ 17.คนรักตั้งครรรณ์โดยไม่พึงประสงค์ ข้อ 20.คนรักทำแท้ง ข้อ 26.ฉันพ้นสภาพการเป็นนิสิตจากมหาวิทยาลัยเดิมเนื่องจากผลการศึกษา (retirement) ข้อ 33. ฉันกระทำความผิดทางกฎหมายอย่างร้ายแรง (เช่น ติดคุก, ขึ้นศาล) และ ข้อ 35. ฉันตั้งครรรณ์โดยไม่พึงประสงค์ ทั้งนี้ผู้วิจัยไม่ได้ตัดข้อดังกล่าวออกไป เนื่องจากเห็นว่ามาตรวัดการรับรู้เหตุการณ์ทางลบในชีวิตนี้เป็นมาตรวัดที่ขึ้นอยู่กับประสบการณ์ของผู้ประเมิน ซึ่งอาจประสบเหตุการณ์ในแต่ละข้อหรือไม่ก็ได้แตกต่างกันไป จึงทำให้ผลของคะแนนในแต่ละข้อไม่จำเป็นต้องสอดคล้องกัน หรือเป็นไปในทิศทางเดียวกัน และหากตัดข้อกระทงออกแล้ว อาจทำให้ข้อกระทงของการวัดเหตุการณ์ไม่ครอบคลุมทุกเหตุการณ์ที่เป็นไปได้ในชีวิตนิสิตนักศึกษา จึงยังคงข้อกระทงไว้เท่าเดิม ซึ่งผลการวิเคราะห์ค่าความเที่ยงแบบสอดคล้องภายใน (Internal consistency) ด้วยวิธีอัลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha) พบว่า แบบวัดทั้งฉบับมีความเที่ยงเท่ากับ .856 ซึ่งอยู่ในระดับดี และสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายในทั้ง 5 ด้านเท่ากับ .573 .720 .641 .517 และ .808 ตามลำดับ รายละเอียดการวิเคราะห์คุณภาพมาตรวัดดังกล่าว ปรากฏในภาคผนวก ค1

2. มาตรวัดการนับถือศาสนา

มาตรวัดการนับถือศาสนาชุดนี้ประกอบไปด้วยข้อคำถามจำนวน 20 ข้อ ลักษณะเป็นแบบประเมินตนเองโดยให้ผู้เข้าร่วมวิจัยอ่านข้อความแต่ละข้อกระทงแล้วประเมินว่าข้อความแต่ละข้อตรงกับความเห็นของตนมากน้อยเพียงใด โดยมีมาตรประมาณค่าแบบลิเคิร์ต 5 ช่วง ตั้งแต่ 1 (ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง) ถึง 5 (เห็นด้วยอย่างยิ่ง) คะแนนการนับถือศาสนาสูง หมายถึงบุคคลมีแนวโน้มนับถือศาสนาตามรูปแบบนั้น ๆ สูง คะแนน การพัฒนามาตรวัดการนับถือศาสนาในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้แนวทางในพัฒนามาจากมาตรวัดการนับถือศาสนา Religious Orientation Scale-Revised (I/E-ROS) ของ Gorsuch และ McPherson (1989) และแนวคิดในการนับถือศาสนาของ Allport และ Ross (1967, cite by Paloutzain, & Park, 2005) แต่เนื่องจากแบบวัดดังกล่าวมีเนื้อหาข้อกระทงอยู่ในบริบทของศาสนาคริสต์ ผู้วิจัยจึงได้เรียบเรียงนियามการนับถือศาสนาแต่ละด้านและเนื้อหาของข้อกระทงให้มีบริบทเป็นกลางที่สามารถนำไปใช้ได้ทุกศาสนา

มาตรวัด Religious Orientation Scale-Revised (I/E-ROS) ของ Gorsuch และ McPherson (1989) ได้พัฒนามาจากแนวคิดในการนับถือศาสนาของ Allport และ Ross (1967) ซึ่งกล่าวว่า แรงจูงใจในการนับถือศาสนามี 2 ลักษณะ ได้แก่ การนับถือศาสนาจากแรงจูงใจภายในและภายนอก (Intrinsic and Extrinsic Religious Orientation) ต่อมาได้มีผู้นำแนวคิดของ Allport

และ Ross ไปพัฒนามากมาย ซึ่งส่วนหนึ่งในนั้นคืองานของ Gorsuch และ McPherson ที่ภายหลังได้ศึกษาพัฒนาแนวคิดการนับถือศาสนาออกเป็น 3 องค์ประกอบ ได้แก่ การนับถือศาสนาภายใน และการนับถือศาสนาภายนอกแบบเน้นที่บุคคล (Personally Religious Orientation) และการนับถือศาสนาภายนอกแบบเน้นที่สังคม (Socially Religious Orientation) ซึ่งมีข้อกระทง 14 ข้อ และมีค่าความเที่ยงด้านการนับถือศาสนาจากภายในเท่ากับ .83 การนับถือศาสนาภายนอกแบบเน้นตัวบุคคลเท่ากับ .57 แบบเน้นที่สังคมเท่ากับ .58 และการนับถือศาสนาจากภายนอกทั้งหมดเท่ากับ .65

เกณฑ์การให้คะแนนและการแปลผล

มาตรวัดการนับถือศาสนาชุดนี้ประกอบไปด้วยข้อคำถามจำนวน 20 ข้อ จำแนกเป็น 2 ด้าน การนับถือศาสนาจากภายในและการนับถือศาสนาจากภายนอก ด้านละ 10 ข้อ มีลักษณะการตอบเป็นมาตราประมาณค่า 5 ช่วง ตั้งแต่ 1 ถึง 5 มีช่วงคะแนนตั้งแต่ 20 - 100 คะแนน มีข้อกระทงทางลบจำนวน 1 ข้อ เกณฑ์การให้คะแนนสำหรับข้อที่มีความหมายทางบวก จะให้ 1 คะแนน ถ้าตอบ ตรงกับตัวทำน้อยที่สุด 2 คะแนนถ้าตอบตรงน้อย 3 คะแนน ถ้าตอบ ตรงและไม่ตรงพอ ๆ กัน 4 คะแนน ถ้าตอบ ตรงมาก และ 5 คะแนน ถ้าตอบ ตรงมากที่สุด สำหรับข้อกระทงทางลบมีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้ 1 คะแนน ถ้าตอบ ตรงกับตัวทำมากที่สุด 2 คะแนนถ้าตอบ ตรงมาก 3 คะแนน ถ้าตอบ ตรงและไม่ตรงพอ ๆ กัน 4 คะแนน ถ้าตอบ ตรงน้อย และ 5 คะแนน ถ้าตอบ ตรงน้อยที่สุด การคิดคะแนน สำหรับการวิจัยครั้งนี้คิดคะแนนแยกเป็น 2 ตัวแปร ได้แก่ การนับถือศาสนาจากภายใน และการนับถือศาสนาจากภายนอก

การแปลผลคะแนน หากคะแนนแบบวัดการนับถือศาสนาทั้งฉบับมีคะแนนสูง หมายถึง บุคคลประเมินว่าตนเองเป็นผู้ที่นับถือ สนใจ ใส่ใจ และให้คุณค่าต่อศาสนาสูง คะแนนต่ำ หมายถึง บุคคลประเมินว่าตนเองเป็นผู้ที่นับถือ สนใจ ใส่ใจและให้คุณค่าต่อศาสนาต่ำ หากคะแนนในด้านการนับถือศาสนาจากภายในสูง หมายถึง บุคคลมีแนวโน้มนับถือศาสนาโดยมีแรงจูงใจจากความสงบภายในที่ได้จากการนับถือศาสนาสูง คะแนนการนับถือศาสนาจากภายในต่ำ หมายถึง บุคคลมีแนวโน้มนับถือศาสนาโดยมีแรงจูงใจจากความสงบภายในที่ได้จากการนับถือศาสนาต่ำ หากคะแนนในด้านการนับถือศาสนาจากภายนอกสูง หมายถึง บุคคลมีแนวโน้มนับถือศาสนาโดยมีแรงจูงใจจากผลประโยชน์ภายนอกที่ได้จากการนับถือศาสนาสูง คะแนนการนับถือศาสนาจากภายนอกต่ำ หมายถึง บุคคลมีแนวโน้มนับถือศาสนาโดยมีแรงจูงใจจากผลประโยชน์ภายนอกที่ได้จากการนับถือศาสนาต่ำ ทั้งนี้ การนับถือศาสนาทั้งสองรูปแบบ นั้นไม่ใช่ลักษณะที่ตรงข้ามกัน

บุคคลหนึ่งๆ อาจมีลักษณะการนับถือศาสนารูปแบบใดรูปแบบหนึ่ง (ผู้ที่นับถือศาสนาจากแรงจูงใจภายในหรือภายนอก) หรือมีทั้งสองรูปแบบ (ผู้ที่คลั่งไคล้ศาสนา) หรือไม่มีทั้งสองรูปแบบ (ผู้ที่ไม่ฝักใฝ่ศาสนา) ก็เป็นไปได้

ขั้นตอนในการพัฒนามาตรวัดการนับถือศาสนา

การพัฒนามาตรวัดการนับถือศาสนา มีขั้นตอนการพัฒนาโดยละเอียดดังนี้

1. การกำหนดนิยามเชิงปฏิบัติการ ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการนับถือศาสนา เพื่อสร้างนิยามเชิงปฏิบัติการ การพัฒนามาตรวัดการนับถือศาสนาในครั้งนี้ ผู้วิจัยพัฒนามาจากมาตรวัดการนับถือศาสนา Religious Orientation Scale-Revised (I/E- ROS) ของ Gorsuch และ McPherson (1989) ผู้วิจัยจึงได้ขออนุญาตไปยังผู้พัฒนามาตรวัดในต่างประเทศเพื่อพัฒนามาตรวัดเป็นฉบับภาษาไทย แต่เนื่องจากแบบวัดดังกล่าวมีเนื้อหาข้อกระทงอยู่ในบริบทของศาสนาคริสต์ ผู้วิจัยจึงได้เรียบเรียงนิยามการนับถือศาสนาแต่ละด้านและเนื้อหาของข้อกระทงให้มีบริบทเป็นกลางที่สามารถนำไปใช้ได้ทุกศาสนา เพื่อให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นคนไทย โดยที่ยังคงองค์ประกอบของการนับถือศาสนาตามแนวทางของมาตรวัดเดิม ซึ่งนิยามเชิงปฏิบัติการของการนับถือศาสนาและองค์ประกอบแต่ละด้านมีดังนี้ การนับถือศาสนา (Religious Orientation) หมายถึง การให้ความสนใจ ใส่ใจ ให้คุณค่าความหมาย และการมีแรงจูงใจในการนับถือศาสนา การนับถือศาสนาแบ่งออกเป็น 2 ด้าน คือ การนับถือศาสนาจากภายใน และการนับถือศาสนาจากภายนอก (Intrinsic and extrinsic religious orientation) ซึ่งในโดยมีรายละเอียดแต่ละด้านดังนี้

ด้านที่ 1 การนับถือศาสนาจากภายใน (Intrinsic religious orientation) เป็นการนับถือและปฏิบัติตนตามแนวทางของศาสนาเพื่อพัฒนาจิตใจให้เกิดความสงบสุข และความเจริญทางจิตใจ ผู้ที่นับถือศาสนาจากภายในเป็นผู้ที่ปฏิบัติและหมั่นฝึกฝนจิตใจตนเองให้เกิดความเบิกบานและสงบสุขอยู่เสมอ นำคำสอนของศาสนามาใช้เป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต หมั่นแสวงหาแนวทางทางศาสนาเพื่อพัฒนาจิตใจตน ทำให้เกิดความพึงพอใจภายใน เกิดความเจริญงอกงามและความมั่นคงทางจิตใจ

ด้านที่ 2 การนับถือศาสนาจากภายนอก (Extrinsic religious orientation) เป็นการนับถือศาสนาเพื่อหวังผลประโยชน์หรือสิ่งตอบแทนบางอย่าง ผู้ที่นับถือศาสนาจากแรงจูงใจภายนอกเป็นผู้ที่นับถือศาสนาเพื่อให้ได้สิ่งที่ตนต้องการ (เช่น นับถือศาสนาเพื่อให้ผู้อื่นยอมรับนับถือตน

การกราบไหว้ขอพรสิ่งศักดิ์สิทธิ์เพื่อให้สมหวัง) หรือเพื่อผลักความรับผิดชอบต่อสิ่งที่เกิดขึ้นในชีวิต ไปให้พ้นจากตนเอง (เช่น โทษโชคชะตา โทษกรรม)

2 การสร้างข้อกระทงของมาตรวัด เมื่อผู้วิจัยได้นิยามเชิงปฏิบัติการที่ชัดเจนแล้ว จากนั้นผู้วิจัยได้สร้างข้อกระทงจากนิยามเชิงปฏิบัติการดังกล่าวข้างต้น ได้ข้อกระทงด้านการนับถือศาสนาจากภายใน 11 ข้อ และการนับถือศาสนาจากภายนอก 10 ข้อ รวม 21 ข้อ ประกอบด้วยกระทงทางบวกรวม 18 ข้อ ข้อกระทงลบรวม 3 ข้อ

3 การตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาและความเหมาะสมของภาษาของข้อกระทงแต่ละข้อ เมื่อได้ข้อคำถามจากนิยามเชิงปฏิบัติการทั้ง 2 ด้านแล้ว จากนั้นให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity) (รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิ 4 ท่าน ดังภาคผนวก ก) พิจารณาและประเมินข้อคำถามที่สร้างขึ้นว่ามีความสอดคล้องกับลักษณะการนับถือศาสนาตามองค์ประกอบทั้ง 2 ด้านตามนิยามเชิงปฏิบัติการ (Operational definition) ปรับปรุงภาษาถ้อยคำและเพิ่มข้อกระทงตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ ทำให้มีข้อกระทงทั้งหมดจำนวน 24 ข้อ แบ่งออกเป็นการนับถือศาสนาจากภายในและภายนอกด้านละ 12 ข้อ เป็นข้อกระทงทางบวกรวม 20 ข้อ ข้อกระทงทางลบรวม 4 ข้อ

4 การทดลองใช้มาตรวัดและการพิจารณาคัดเลือกข้อกระทง ผู้วิจัยนำข้อคำถามที่ได้จัดทำเป็นชุดเครื่องมือ และนำไปทดลองใช้ (try out) กับนิสิตในระดับปริญญาตรีของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 112 คน นำผลจากการสำรวจที่ได้มาวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อประเมินคุณภาพรายข้อโดย การทดสอบอำนาจจำแนกของข้อกระทงแต่ละข้อ ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้วิธีจำแนกกลุ่มสูงกลุ่มต่ำเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 33 และ 67 ตามลำดับ โดยมีเกณฑ์การคัดเลือกคือ ข้อกระทงจะต้องมีค่าเฉลี่ยรายข้อแตกต่างกันระหว่างกลุ่มสูง-กลุ่มต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ผลการทดสอบพบว่า มีข้อกระทงที่ไม่ผ่านเกณฑ์ จำนวน 2 ข้อ ได้แก่ ข้อ 10 และ 20 เหลือข้อผ่านเกณฑ์การคัดเลือกค่าอำนาจจำแนก 22 ข้อ

การทดสอบความเที่ยงและความสอดคล้องภายใน ผู้วิจัยวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของคะแนนของข้อนั้นกับคะแนนรวมข้ออื่นของแบบวัดทั้งฉบับ (Corrected Item- Total Correlation) โดยคัดเลือกข้อกระทงที่มีสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์สูงกว่าค่า critical r ($r = .164$, $df = 110$, $p < .05$) ผลการวิเคราะห์พบว่า มีข้อกระทงไม่ผ่านเกณฑ์ 3 ข้อ ได้แก่ ข้อ 10, 20 และ 23 เหลือข้อกระทงที่ผ่านเกณฑ์ 21 ข้อ

การคัดเลือกข้อกระทง ผู้วิจัยตัดข้อกระทงที่ไม่ผ่านเกณฑ์การทดสอบอำนาจจำแนกและการทดสอบสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของคะแนนของข้อนั้นกับคะแนนรวมข้ออื่นของแบบวัดทั้งฉบับรวม 3 ข้อ และผู้วิจัยตัดข้อกระทงเพิ่มอีก 1 ข้อ เพื่อให้ข้อกระทงในองค์ประกอบแต่ละด้านมีจำนวนเท่ากัน โดยตัดข้อกระทงที่มีค่า CITC ต่ำที่สุดออก ซึ่งได้แก่ ข้อ 5 ทำให้เหลือข้อกระทงจำนวน 20 ข้อ แบ่งเป็นองค์ประกอบด้านละ 10 ข้อ โดยแต่ละข้อมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างรายข้อกับคะแนนรวมแบบวัดทั้งฉบับอยู่ระหว่าง .238 ถึง .678 และมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างรายข้อกับคะแนนรวมในแต่ละด้านอยู่ระหว่าง .342 ถึง .767 และภายหลังตัดข้อกระทงแล้ว ผู้วิจัยวิเคราะห์ค่าความเที่ยงแบบสอดคล้องภายใน (Internal consistency) ด้วยวิธีอัลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha) พบว่า แบบวัดทั้งฉบับมีความเที่ยงเท่ากับ .902 ซึ่งอยู่ในระดับดีมาก และสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายในทั้ง 2 ด้าน เท่ากับ .912 และ .877 ตามลำดับ รายละเอียดการวิเคราะห์คุณภาพมาตรวัดดังกล่าวปรากฏในภาคผนวก ค2

3. มาตรวัดสุขภาวะทางจิตวิญญาณ

มาตรวัดสุขภาวะทางจิตวิญญาณเป็นมาตรวัดที่มีข้อคำถามเกี่ยวข้องกับภาวะในจิตใจและความคิดเห็นที่มีต่อตนเอง โดยที่ สุขภาวะทางจิตวิญญาณ หมายถึง ภาวะในจิตใจอันได้แก่ ความพึงพอใจ ความเบิกบานใจ ความรัก ความสวยงาม ความมั่งคั่งในจิตใจ ความสงบภายในจิตใจ ซึ่งเกิดขึ้นเมื่อบุคคลมีความเข้าใจในความสัมพันธ์เชื่อมโยง สัมผัสได้ถึงความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันระหว่างตนเองกับสิ่งต่าง ๆ จึงก่อให้เกิดการเห็นคุณค่าทั้งต่อตนเองและสรรพสิ่งต่าง ๆ ซึ่งบุคคลจะแสดงออกทางความรู้สึก พฤติกรรม และการรู้คิดซึ่งเป็นไปในทิศทางบวก ซึ่งมีองค์ประกอบของสุขภาวะทางจิตวิญญาณ 4 ด้าน ได้แก่ ภาวะของการตระหนักถึงคุณค่าและความหมายของตนเอง (The personal component) ภาวะของการตระหนักถึงคุณค่าของผู้อื่น (The communal component) ภาวะของการตระหนักถึงคุณค่าของสิ่งแวดล้อม (The environmental component) และภาวะของการตระหนักถึงคุณค่าของความเชื่อ ศรัทธาในสิ่งดีงาม (The transcendental component) มาตรวัดสุขภาวะทางจิตวิญญาณชุดนี้ประกอบไปด้วยข้อคำถามองค์ประกอบละ 8 ข้อ รวมจำนวน 32 ข้อ มีลักษณะการตอบเป็นมาตราประมาณค่าแบบลิเคิร์ต 5 ช่วง ตั้งแต่ 1 ถึง 5

การวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้พัฒนามาตรวัดสุขภาวะทางจิตวิญญาณจากมาตรวัด Spiritual Well-Being Questionnaire (SWBQ) ตามแนวคิดของ Gomez และ Fisher, (2003) แต่เนื่องจากแบบวัดดังกล่าวมีเนื้อหาข้อกระทงอยู่ในบริบทของศาสนาคริสต์ ผู้วิจัยจึงได้เรียบเรียงนิยามสุข

ภาวะทางจิตวิญญาณและนำไปสร้างข้อกระทงให้มีบริบทเป็นกลางที่สามารถนำไปใช้ได้ทุกศาสนา เพื่อให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นคนไทย โดยที่ยังคงองค์ประกอบของสุขภาวะทางจิตวิญญาณตามแนวทางของมาตรวัดเดิม

ทั้งนี้มาตรวัด Spiritual Well-Being Questionnaire (SWBQ) เป็นแบบประเมินตนเองซึ่งมีข้อกระทงด้านละ 5 ข้อ รวมเป็น 20 ข้อ ผู้พัฒนามาตรวัดได้ทดสอบคุณภาพของเครื่องมือในกลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษามหาวิทยาลัย 6 แห่งในออสเตรเลีย จำนวน 832 คน อายุระหว่าง 18- 42 ปี ค่าความสอดคล้องภายในของแบบวัดทั้งฉบับเท่ากับ .89 และค่าสหสัมพันธ์รายด้านกับคะแนนรวมทั้งฉบับของมิติภายในตน (The personal component) ผู้อื่น (The communal component) สิ่งแวดล้อม (The environmental component) และความเชื่อ ความศรัทธาในสิ่งดั่งาม (The transcendental component) เท่ากับ .80 .84 .84 และ .95 ตามลำดับและพวกเขาได้ทดสอบความตรงของแบบวัด SWBQ พบว่า มีความตรงเชิงเสถียร (convergent validity) กับแบบวัด Spiritual Well-Being Scale: SWBS ของ Palouzian and Ellison (1983) และมีความตรงเชิงจำแนก (discriminant validity) กับบุคลิกภาพ Extraversion, Neuroticism และ Psychoticism จากแบบวัด The Adult Eysenck Personality Questionnaire-Revised Short Scale (EPQ-R/SS; Eysenck, & Eysenck, 1991) และความสุขจากแบบวัด Oxford Happiness Inventory (OHI; Argyle, Martin, & Crossland, 1989)

เกณฑ์การให้คะแนนและการแปลผล

มาตรวัดสุขภาวะทางจิตวิญญาณชุดนี้ประกอบไปด้วยข้อคำถามจำนวน 32 ข้อ จำแนกเป็น 4 ด้าน ได้แก่ องค์ประกอบภายในตน ด้านสังคม ด้านสิ่งแวดล้อม และด้านความเชื่อความศรัทธา ด้านละ 8 ข้อ มีลักษณะการตอบเป็นมาตรประมาณค่าแบบลิเคิร์ต 5 ช่วง ตั้งแต่ 1 ถึง 5 มีช่วงคะแนนตั้งแต่ 32 - 160 คะแนน มีข้อกระทงทางบวก 24 ข้อ และข้อกระทงทางลบจำนวน 8 ข้อ เกณฑ์การให้คะแนนสำหรับข้อที่มีความหมายทางบวก จะให้ 1 คะแนน ถ้าตอบ ตรงกับตัวทำนน้อยที่สุด 2 คะแนน ถ้าตอบตรงน้อย 3 คะแนน ถ้าตอบ ปานกลาง 4 คะแนน ถ้าตอบ ตรงมาก และ 5 คะแนน ถ้าตอบ ตรงมากที่สุด สำหรับข้อกระทงลบมีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้ 1 คะแนน ถ้าตอบ ตรงกับตัวทำนมากที่สุด 2 คะแนน ถ้าตอบ ตรงมาก 3 คะแนน ถ้าตอบ ปานกลาง 4 คะแนน ถ้าตอบ ตรงน้อย และ 5 คะแนน ถ้าตอบ ตรงน้อยที่สุด การคิดคะแนนสามารถรวมคะแนนทุกข้อเป็นคะแนนรวมสุขภาวะทางจิตวิญญาณ สำหรับการวิจัยครั้งนี้ใช้คะแนนแยกเป็นคะแนนองค์ประกอบทั้ง 4 ด้าน

การแปลผลคะแนน หากคะแนนแบบวัดสุขภาวะทางจิตวิญญาณทั้งฉบับมีคะแนนสูง หมายถึง บุคคลเป็นผู้มีสุขภาวะทางจิตวิญญาณสูง คะแนนรวมต่ำ หมายถึง บุคคลเป็นผู้มีสุขภาวะทางจิตวิญญาณต่ำ ส่วนการแปลผลรายด้าน หากคะแนนองค์ประกอบภายในตนสูง หมายถึง บุคคลเป็นผู้มีการเห็นคุณค่าในตนเอง ฟังพอใจและยอมรับในตนเองสูง คะแนนองค์ประกอบภายในตนต่ำ หมายถึง บุคคลเป็นผู้มีการเห็นคุณค่าในตนเอง ฟังพอใจและยอมรับในตนเองต่ำ หากคะแนนองค์ประกอบทางสังคมสูง หมายถึง บุคคลเป็นผู้ที่ฟังพอใจในสัมพันธภาพระหว่างตนเองกับผู้อื่นสูง คะแนนองค์ประกอบทางสังคมต่ำ หมายถึง บุคคลเป็นผู้ที่ฟังพอใจในสัมพันธภาพระหว่างตนเองกับผู้อื่นต่ำ หากคะแนนองค์ประกอบทางด้านสิ่งแวดล้อมสูง หมายถึง บุคคลเป็นผู้เห็นคุณค่าและฟังพอใจในการอยู่ร่วมกับธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมรอบตัวสูง คะแนนองค์ประกอบทางด้านสิ่งแวดล้อมต่ำ หมายถึง บุคคลเป็นผู้เห็นคุณค่าและฟังพอใจในการอยู่ร่วมกับธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมรอบตัวต่ำ และหากคะแนนองค์ประกอบด้านความเชื่อความศรัทธาในสิ่งที่ดีงามสูง หมายถึง บุคคลมีความเชื่อความศรัทธาในบางสิ่งและมีแนวทางในการดำเนินชีวิตที่ดีสูง คะแนนองค์ประกอบด้านความเชื่อความศรัทธาในสิ่งที่ดีงามต่ำ หมายถึง บุคคลมีความเชื่อความศรัทธาในบางสิ่งและมีแนวทางในการดำเนินชีวิตที่ดีต่ำ

ขั้นตอนในการพัฒนามาตรวัดสุขภาวะทางจิตวิญญาณ

การพัฒนามาตรวัดสุขภาวะทางจิตวิญญาณ มีขั้นตอนการพัฒนาโดยละเอียดดังนี้

1. การกำหนดนิยามเชิงปฏิบัติการ ศึกษาแนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสุขภาวะทางจิตวิญญาณ เพื่อสร้างนิยามเชิงปฏิบัติการ ซึ่งในการสร้างมาตรวัดสุขภาวะทางจิตวิญญาณครั้งนี้พัฒนาจากมาตรวัด Spiritual Well-Being Questionnaire : SWBQ (Gomez และ Fisher, 2003) ผู้วิจัยจึงได้ขออนุญาตไปยังผู้พัฒนามาตรวัดในต่างประเทศเพื่อพัฒนามาตรวัดเป็นฉบับภาษาไทย แต่เนื่องจากแบบวัดดังกล่าวมีเนื้อหาข้อกระทงอยู่ในบริบทของศาสนาคริสต์ ผู้วิจัยจึงได้เรียบเรียงนิยามสุขภาวะทางจิตวิญญาณและนำไปสร้างข้อกระทงให้มีบริบทเป็นกลางที่สามารถนำไปใช้ได้ทุกศาสนา เพื่อให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นคนไทย โดยที่ยังคงองค์ประกอบของสุขภาวะทางจิตวิญญาณตามแนวทางของมาตรวัดเดิม ซึ่งนิยามเชิงปฏิบัติการของสุขภาวะทางจิตวิญญาณและองค์ประกอบแต่ละด้านมีดังนี้ สุขภาวะทางจิตวิญญาณ หมายถึง ภาวะในจิตใจอันได้แก่ ความฟังพอใจ ความเบิกบานใจ ความรัก ความสวยงาม ความงดงามในจิตใจ ความสงบภายในจิตใจ ซึ่งเกิดขึ้นเมื่อบุคคลมีความเข้าใจในความสัมพันธ์เชื่อมโยงสัมพันธ์ได้ถึงความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันระหว่างตนเองกับสิ่งต่าง ๆ จึงก่อให้เกิดการเห็นคุณค่าทั้ง

ต่อตนเองและสรรพสิ่งต่าง ๆ ซึ่งบุคคลจะแสดงออกทางความรู้สึก พฤติกรรม และการรู้คิดซึ่งเป็นไปในทิศทางบวก ซึ่งมีองค์ประกอบ 4 ด้าน ได้แก่

1) **องค์ประกอบภายในตน (The personal component)** เป็นภาวะในจิตใจที่บุคคลตระหนักถึงคุณค่าภายในตนเอง เห็นความสำคัญของการมีอยู่ของตนเอง รู้สึกว่าชีวิตของตนมีคุณค่ามีความหมาย และมีเป้าหมายในการดำรงชีวิต พึงพอใจในชีวิตของตนเอง ผู้ที่มีสุขภาพทางจิตวิญญาณในด้านนี้ จะเป็นผู้ที่มีอารมณ์เบิกบานมองตนเองในแง่ดี รู้สึกภาคภูมิใจ พึงพอใจในชีวิตของตน มีความมั่นใจในตนเอง ยอมรับความเป็นตนเอง ส่วนผู้ที่มีสุขภาพทางจิตวิญญาณภายในตนเองต่ำ จะเป็นผู้ที่มองชีวิตของตนเองในร้าย ไม่ยอมรับหรือมองไม่เห็นคุณค่าในตนเอง รู้สึกว่าชีวิตของตนไร้ความหมาย ไม่พึงพอใจในตนเอง

2) **องค์ประกอบด้านสังคม (The communal component)** เป็นภาวะในจิตใจที่บุคคลตระหนักในคุณค่าและความหมายของบุคคลอื่น อันเนื่องมาจากเห็นความสัมพันธ์เชื่อมโยงระหว่างตนเองกับผู้อื่น เห็นความสำคัญในการอยู่ร่วมกัน มีความผูกพันลึกซึ้ง รู้สึกรัก เชื่อมมั่นและศรัทธาในความเป็นมนุษย์ด้วยกัน พอใจที่จะมีความสัมพันธ์อันดีต่อบุคคลอื่น บุคคลที่มีสุขภาพทางจิตวิญญาณในด้านสังคมสูง จะเป็นผู้ที่มีสัมพันธภาพที่ดีต่อบุคคลอื่น รู้จักวางตัวในสังคม เป็นผู้ที่ยอมรับในความแตกต่างระหว่างบุคคลแต่ละคน มีความผูกพันทางจิตใจกับผู้อื่น รู้สึกว่าตนเป็นส่วนหนึ่งของสังคม เห็นว่าผู้อื่นมีความสำคัญกับตนและตนก็มีความสำคัญต่อผู้อื่น ส่วนผู้ที่มีสุขภาพทางจิตวิญญาณในด้านสังคมต่ำ จะเป็นผู้ที่รู้สึกแปลกแยกออกไปจากผู้คนในสังคม ไม่รู้สึกไว้เนื้อเชื่อใจใคร ไม่เข้าใจ ไม่ยอมรับในตัวผู้อื่น รู้สึกผิดหวังต่อสัมพันธภาพระหว่างผู้อื่น ไม่ชอบพบปะสังสรรค์ ปลีกตัวออกไปจากสังคม

3) **องค์ประกอบด้านสิ่งแวดล้อม (The environmental component)** เป็นภาวะในจิตใจที่ตระหนักในคุณค่าของสิ่งแวดล้อมและธรรมชาติ เนื่องมาจากเห็นความสัมพันธ์เชื่อมโยง พึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกันระหว่างตนเองกับสิ่งแวดล้อม มองว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของสิ่งแวดล้อม ธรรมชาติ เห็นความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน มองว่าสรรพสิ่งต่างช่วยเกื้อหนุนชีวิตของกันและกัน ก่อให้เกิดเป็นความรู้สึกชื่นชม เคารพ อ่อนน้อมและอ่อนโยนกับธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ผู้ที่มีสุขภาพทางจิตวิญญาณด้านสิ่งแวดล้อมนี้สูง จะเป็นผู้ที่รัก และชื่นชมธรรมชาติ มองเห็นความงดงามและความยิ่งใหญ่ของธรรมชาติ ผู้ที่มีสุขภาพทางจิตวิญญาณด้านสิ่งแวดล้อมต่ำจะเป็นผู้ที่มองว่าธรรมชาติเป็นเพียงทรัพยากรที่มาตอบสนองความต้องการของตน

4) **องค์ประกอบด้านความเชื่อ ความศรัทธาในสิ่งทีติงาม (The transcendental component)** เป็นภาวะที่บุคคลมีสิ่งที่ยึดเหนี่ยวจิตใจ มีความเชื่อมั่น ศรัทธา ตระหนักถึงความดี

งามในบางสิ่ง และใช้สิ่งนั้นเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต ปฏิบัติตนตามความเชื่อมั่นศรัทธานั้น เพื่อให้เกิดความสงบสุขในจิตใจ ผู้ที่มีสุขภาพทางจิตวิญญาณด้านความเชื่อความศรัทธา นี้จะเป็นผู้ที่เชื่อมั่นในวิถีชีวิตของตน มีแรงจูงใจในการดำรงชีวิต สามารถเผชิญปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตได้อย่างยอมรับและเข้าใจ ส่วนผู้ที่มีสุขภาพทางจิตวิญญาณด้านความเชื่อความศรัทธาต่ำจะเป็นผู้ที่ไม่เชื่อมั่นในวิถีชีวิตของตน ลังเลสงสัย มีจิตใจที่ฟุ้งซ่านกังวล รู้สึกท้อแท้ต่อปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้นในชีวิต

2 การสร้างข้อกระทงของมาตรวัด เมื่อผู้วิจัยได้นิยามเชิงปฏิบัติการที่ชัดเจนแล้ว จากนั้นผู้วิจัยได้แปลข้อกระทงบางข้อจากมาตรวัดเดิมและสร้างข้อกระทงเพิ่มเติมจากนิยามเชิงปฏิบัติการดังกล่าวข้างต้น ทำให้ได้ข้อกระทงรวม 48 ข้อ ประกอบด้วย องค์ประกอบภายในตน 10 ข้อ ด้านสังคม 13 ข้อ ด้านสิ่งแวดล้อม 12 ข้อ และด้านความเชื่อความศรัทธา 13 ข้อ

3 การตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาและความเหมาะสมของภาษาของข้อกระทงแต่ละข้อ เมื่อได้ข้อคำถามจากนิยามเชิงปฏิบัติการทั้ง 4 ด้านแล้ว จากนั้นให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity) (รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิ 4 ท่าน ดังภาคผนวก ก) พิจารณาและประเมินข้อคำถามที่สร้างขึ้นว่ามีความสอดคล้องกับลักษณะสุขภาพทางจิตวิญญาณตามนิยามเชิงปฏิบัติการ (Operational definition) ปรับปรุงภาษาถ้อยคำ และเพิ่มข้อกระทงตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ ทำให้มีข้อกระทงทั้งหมดจำนวน 49 ข้อ ประกอบด้วย องค์ประกอบภายในตน 12 ข้อ ด้านสังคม 14 ข้อ ด้านสิ่งแวดล้อม 12 ข้อ และด้านความเชื่อความศรัทธา 11 ข้อ ข้อกระทงด้านบวกรวม 35 ข้อ ข้อกระทงด้านลบรวม 14 ข้อ

4 การทดลองใช้มาตรวัดและการพิจารณาคัดเลือกข้อกระทง ผู้วิจัยนำข้อคำถามที่ได้จัดทำเป็นชุดเครื่องมือ และนำไปทดลองใช้ (try out) กับนิสิตในระดับปริญญาตรีของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 117 คน นำผลจากการสำรวจที่ได้มาวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อประเมินคุณภาพรายข้อโดย การทดสอบอำนาจจำแนกของข้อกระทงแต่ละข้อ ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้วิธีจำแนกกลุ่มสูงกลุ่มต่ำเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 33 และ 67 ตามลำดับ โดยมีจำนวนผู้อยู่ในเกณฑ์กลุ่มสูง 42 คน ผู้อยู่ในกลุ่มต่ำ 39 คน โดยมีเกณฑ์การคัดเลือกข้อกระทงคือ ข้อกระทงจะต้องมีค่าเฉลี่ยรายข้อแตกต่างกันระหว่างกลุ่มสูง-กลุ่มต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และทดสอบความเที่ยงและความสอดคล้องภายในโดยวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของคะแนนของข้อ นั้นกับคะแนนรวมข้ออื่นของแบบวัดทั้งฉบับ (Corrected Item- Total Correlation) โดยมีเกณฑ์

คัดเลือกคือ ข้อกระทงจะต้องมีสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์สูงกว่าค่า critical r ($r = .164$, $df = 115$, $p < .05$) ผลการทดสอบพบว่าข้อกระทงที่ไม่ผ่านเกณฑ์ทั้งสอง จำนวน 1 ข้อ ได้แก่ ข้อ 37 เหลือข้อที่ผ่านเกณฑ์การคัดเลือกทั้งสองเกณฑ์ทั้งสิ้น 48 ข้อ

การคัดเลือกข้อกระทง ผู้วิจัยตัดข้อกระทงที่ไม่ผ่านเกณฑ์การทดสอบอำนาจจำแนกและการทดสอบค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของคะแนนของข้อนั้นกับคะแนนรวมข้ออื่นของแบบวัดทั้งหมด 1 ข้อ และผู้วิจัยตัดข้อกระทงเพิ่มอีก 16 ข้อ เพื่อให้มาตรวัดมีความกระชับเหมาะสมแก่การเก็บข้อมูลในครั้งนี้ โดยที่ตัดข้อกระทงให้เหลือจำนวนเท่ากันในแต่ละด้าน ผู้วิจัยจึงตัดข้อกระทงที่มีค่า CITC ต่ำที่สุดออก ซึ่งได้แก่ ข้อ 1, 2, 3, 11, 14, 15, 20, 23, 25, 26, 33, 34, 35, 37, 43, 46, และ 48 ทำให้เหลือข้อกระทงจำนวน 32 ข้อ แบ่งเป็นองค์ประกอบด้านละ 8 ข้อ โดยแต่ละข้อมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างรายข้อกับคะแนนรวมแบบวัดทั้งหมดอยู่ระหว่าง .311 ถึง .626 และมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างรายข้อกับคะแนนรวมในแต่ละด้านอยู่ระหว่าง .414 ถึง .703 และภายหลังตัดข้อกระทงแล้ว ผู้วิจัยวิเคราะห์ค่าความเที่ยงแบบสอดคล้องภายใน (Internal consistency) ด้วยวิธีอัลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha) พบว่า แบบวัดทั้งหมดมีความเที่ยงเท่ากับ .923 ซึ่งอยู่ในระดับดีมาก และสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายในขององค์ประกอบทั้ง 4 ด้าน เท่ากับ .855 .778 .882 และ .865 ตามลำดับ ซึ่งอยู่ในระดับดี รายละเอียดการวิเคราะห์คุณภาพมาตรวัดดังกล่าวแสดงในภาคผนวก ค3

5. การทดสอบความตรงตามสภาพ (concurrent validity) เมื่อได้มาตรวัดสุขภาวะทางจิตวิญญาณฉบับที่จะนำมาใช้เก็บข้อมูลจริงแล้ว ผู้วิจัยนำไปทดสอบความตรงตามสภาพกับแบบวัดความวิตกกังวล (STAI Form Y) ของ Spielberger และคณะ (1983) ซึ่งแปลและเรียบเรียงโดย ดารารวรรณ ตีะปินตา (2535) และแบบวัดสุขภาวะทางจิต ของ Carrol Ryff (1989, 1995) ซึ่งแปลและเรียบเรียงโดย ชุตติมา พงษ์วรินทร์, อรัญญา ตัญคำภีร์ และ สุภาพรพรณ โคตรจรัส (2552) เก็บข้อมูลในกลุ่มนิสิตระดับปริญญาตรีของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 66 คน ผลการทดสอบความตรงตามสภาพโดยวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's Correlation) พบว่าแบบวัดสุขภาวะทางจิตวิญญาณสัมพันธ์ทางบวกกับมาตรวัดสุขภาวะทางจิตในระดับสูงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r = .831$) และสัมพันธ์ทางลบกับมาตรวัดความวิตกกังวลตามสภาวะและตามลักษณะนิสัยอยู่ในระดับค่อนข้างสูงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r = -.671$ และ $-.786$) แบบวัดสุขภาวะทางจิตวิญญาณมีความตรงตามสภาพอยู่ในระดับดีโดยรายละเอียดและค่าสหสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบต่าง ๆ ของมาตรวัดสุขภาวะทางจิตวิญญาณกับมาตรวัดความวิตกกังวล และมาตรวัดสุขภาวะทางจิต แสดงดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 1

ผลการวิเคราะห์สหสัมพันธ์ระหว่างแบบวัดสุขภาวะทางจิตวิญญาณกับแบบวัดสุขภาวะทางจิต และแบบวัดความวิตกกังวล

	สุขภาวะ ทางจิต	ความวิตก กังวลตาม สภาวะ	ความวิตก กังวลตาม ลักษณะนิสัย
สุขภาวะทางจิตวิญญาณ (รวม)	0.83**	-0.67**	-0.79**
ด้านที่ 1 การตระหนักถึงคุณค่าของตนเอง	0.78**	-0.78**	-0.85**
ด้านที่ 2 การตระหนักถึงคุณค่าของผู้อื่น	0.64**	-0.54**	-0.61**
ด้านที่ 3 การตระหนักถึงคุณค่าของ สิ่งแวดล้อม	0.57**	-0.39**	-0.46**
ด้านที่ 4 การตระหนักถึงคุณค่าของความ เชื่อ ศรัทธาในสิ่งดีงาม	0.84**	-0.62**	-0.78**

** $p < .01$, (สองหาง).

4. มาตรการวัดความสุขในบริบทพุทธธรรม ฉบับย่อ

มาตรการวัดความสุขในบริบทพุทธธรรมฉบับย่อนี้พัฒนามาจากมาตรการวัดความสุขในบริบทพุทธธรรม ฉบับเต็ม ของ ชุตติมาพงศ์วิรินทร์ (2554) เนื่องจากมาตรการฉบับเดิมมีความยาว 76 ข้อ ผู้วิจัยจึงพัฒนามาตรฉบับสั้นเพื่อให้ความยาวของมาตรการมีความเหมาะสมกับการเก็บรวบรวมข้อมูล ในครั้งนี้ มาตรการวัดฉบับย่อ ประกอบด้วยองค์ประกอบ 5 ด้าน ได้แก่ 1) ความพอใจในชีวิต 2) การอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างเกื้อกูลกัน 3) การมีศรัทธาต่อการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องดีงาม 4) การมีใจที่สุขสงบจำนวน และ 5) การมีปัญญารู้และเข้าใจความเป็นจริงของชีวิต มาตรการมีข้อคำถามจำนวน 38 ข้อ มีลักษณะการตอบเป็นมาตราประมาณแบบลิเคิร์ตค่า 5 ช่วง ตั้งแต่ 1 ถึง 5 คะแนนจากมาตรวัดสูงหมายถึง บุคคลเป็นผู้มีความสุขในบริบทพุทธธรรมสูง

ทั้งนี้ มาตรการวัดความสุขในบริบทพุทธธรรม ฉบับเต็ม ของ ชุตติมาพงศ์วิรินทร์ (2554) มีองค์ประกอบ 5 ด้าน และองค์ประกอบย่อย 13 ด้าน จำนวนข้อทั้งสิ้น 76 ข้อ ดังนี้

1. ความพอใจในชีวิต จำนวน 12 ข้อ แบ่งเป็น

1.1. ความพอใจจากการได้ทำในสิ่งที่รักและความรู้สึกชื่นชมกับผลที่ตามมาจากสิ่งที่ทำ จำนวน 6 ข้อ

- 1.2. ความพอใจในสิ่งที่มี สิ่งที่เป็น และสิ่งที่ทำจำนวน 6 ข้อ
2. การอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างเกื้อกูลกัน จำนวน 24 ข้อ แบ่งเป็น
 - 2.1. การอยู่ร่วมกับผู้อื่นด้วยความเข้าใจ จำนวน 6 ข้อ
 - 2.2. ความรู้สึกอึดใจจากการเป็นผู้ให้ จำนวน 6 ข้อ
 - 2.3. การมีความรักและการปรารถนาดีจากผู้อื่น จำนวน 6 ข้อ
 - 2.4. ความซาบซึ้งใจในมิตรภาพความรักและความผูกพัน จำนวน 6 ข้อ
3. การมีศรัทธาต่อการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องดีงาม จำนวน 18 ข้อ
 - 3.1. การมีหลักยึดเหนี่ยวในการดำเนินชีวิตจำนวน 6 ข้อ
 - 3.2. การมองโลกในแง่ดีจำนวน 6 ข้อ
 - 3.3. การควบคุมตนเองให้ละเว้นจากสิ่งไม่ดีงามจำนวน 6 ข้อ
4. การมีใจที่สุขสงบจำนวน 12 ข้อ
 - 4.1. การมีความรู้สึกปลอดโปร่งผ่อนคลายจำนวน 6 ข้อ
 - 4.2. การมีความรู้สึกนิ่งว่างจำนวน 6 ข้อ
5. การมีปัญญารู้และเข้าใจความเป็นจริงของชีวิตจำนวน 10 ข้อ
 - 5.1. การรู้และเข้าใจความเป็นจริงของชีวิตจำนวน 4 ข้อ
 - 5.2. การยอมรับความเป็นจริงของชีวิตจำนวน 6 ข้อ

ผู้พัฒนาได้มีการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือของแบบวัดในกลุ่มนิสิตนักศึกษาปริญญาตรี พบว่า มาตรการความสุขในบริบทพุทธธรรมทั้งหมด 76 ข้อ มีสัมประสิทธิ์คرونบาคัลฟ่า เท่ากับ .92 และมีความเที่ยงของมาตรการรายด้าน 5 ด้าน อยู่ระหว่าง .72 ถึง .83 และมาตรการมีความตรงตามเกณฑ์สัมพันธ์จากการตรวจสอบกับแบบวัดปัญญา ($r = .76$) แบบวัดสุขภาวะทางจิต ($r = .13$ ถึง .53) และแบบวัดความวิตกกังวลต่อสถานการณ์เฉพาะ ($r = -.60$) และแบบวัดความวิตกกังวลของตนเองโดยทั่วไป ($r = -.73$) มีความตรงเชิงภาวะสันนิษฐานจากการเปรียบเทียบด้วยเทคนิคกลุ่มผู้ชัด ($t = 4.5, p < .001$) และวิเคราะห์ห้อยค์ประกอบเชิงยืนยันอันดับที่สองพบว่าโมเดลการวัด มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์

เกณฑ์การให้คะแนนและการแปลผล

มาตรการความสุขในบริบทพุทธธรรมชุดนี้ จำแนกเป็น 5 ด้าน ได้แก่ 1) ความพอใจในชีวิต 2) การอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างเกื้อกูลกัน 3) การมีศรัทธาต่อการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องดีงาม 4) การมีใจที่สุขสงบจำนวน และ 5) การมีปัญญารู้และเข้าใจความเป็นจริงของชีวิต ประกอบไปด้วยข้อคำถามจำนวน 38 ข้อ มาตรการมีลักษณะการตอบเป็นมาตราประมาณค่า 5 ช่วง ตั้งแต่ 1 ถึง 5 มี

ช่วงคะแนนตั้งแต่ 38 - 190 คะแนน มีข้อกระทงทางบวก 17 ข้อ และข้อกระทงทางลบ 21 ข้อ เกณฑ์การให้คะแนนสำหรับข้อที่มีความหมายทางบวก จะให้ 1 คะแนน ถ้าตอบ ไม่ตรงเลย 2 คะแนน ถ้าตอบ ค่อนข้างไม่ตรง 3 คะแนน ถ้าตอบ ตรงและไม่ตรงพอ ๆ กัน 4 คะแนน ถ้าตอบ ค่อนข้างตรง และ 5 คะแนน ถ้าตอบ ตรงมากที่สุด สำหรับข้อกระทงทางลบมีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้ 5 คะแนน ถ้าตอบ ไม่ตรงเลย 4 คะแนนถ้าตอบ ค่อนข้างไม่ตรง 3 คะแนน ถ้าตอบ ตรงและไม่ตรงพอ ๆ กัน 2 คะแนน ถ้าตอบ ค่อนข้างตรง และ 1 คะแนน ถ้าตอบ ตรงมากที่สุด การคิดคะแนนสามารถรวมคะแนนทั้งหมดเป็นคะแนนความสุขในบริบทพุทธธรรมโดยรวม สำหรับการวิจัยในครั้งนี้คิดคะแนนแยกเป็นคะแนนองค์ประกอบทั้ง 5 ด้าน

สำหรับการแปลผล คะแนนจากแบบวัดความสุขในบริบทพุทธธรรมโดยรวมสูงหมายถึง การมีความสุขตามบริบทพุทธธรรมสูง ส่วนคะแนนด้านความพึงพอใจในชีวิตสูง หมายถึง บุคคลเป็นผู้มีความพึงพอใจในชีวิตสูง คะแนนด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างเกื้อกูลกันสูง หมายถึง บุคคลเป็นผู้ที่สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างเกื้อกูลกันสูง คะแนนด้านการมีศรัทธาต่อการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องดีงามสูง หมายถึง บุคคลเป็นผู้มีแนวโน้มดำเนินชีวิตตามความถูกต้องดีงามสูง คะแนนด้านการมีใจที่สุขสงบสูง หมายถึง บุคคลเป็นผู้ที่มีใจที่สุขสงบสูง คะแนนด้านการมีปัญญารู้และเข้าใจความจริงของชีวิตสูง หมายถึง บุคคลเป็นผู้ที่มีความสามารถรู้และเข้าใจความจริงของชีวิตตามบริบทพุทธธรรมสูง

ขั้นตอนในการพัฒนามาตรวัดความสุขในบริบทพุทธธรรมสำหรับนิสิตนักศึกษา ฉบับย่อ

การพัฒนามาตรวัดความสุขในบริบทพุทธธรรม ฉบับย่อในครั้งนี้ ผู้วิจัยพัฒนาจากมาตรวัดความสุขในบริบทพุทธธรรม ของ ชุตินา พงศ์วรินทร์ (2554) โดยมาตรวัดฉบับเต็มมี องค์ประกอบ 5 ด้าน และองค์ประกอบย่อย 13 ด้าน จำนวนข้อทั้งสิ้น 76 ข้อ การพัฒนามาตรวัดความสุขในบริบทพุทธธรรมสำหรับนิสิตนักศึกษา ฉบับย่อ มีขั้นตอนการพัฒนาโดยละเอียดดังนี้

1. การคัดเลือกข้อกระทงจากแบบวัดความสุขฉบับเต็ม ผู้วิจัยได้ขออนุญาตใช้แบบวัดจากผู้พัฒนามาตรวัด เพื่อพัฒนาเป็นมาตรวัดความสุขในบริบทพุทธธรรมสำหรับนิสิตนักศึกษา ฉบับย่อ รวมทั้งขอข้อมูลการพัฒนามาตรวัด และการวิเคราะห์คุณภาพรายข้อ ผู้วิจัยได้คัดเลือกข้อกระทงจากข้อมูลการวิเคราะห์คุณภาพข้อกระทง โดยเกณฑ์การคัดเลือกข้อกระทง คือ เป็นข้อกระทงที่มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของคะแนนของข้อนั้นกับคะแนนรวมข้ออื่นของแบบวัดทั้งฉบับ (Corrected Item- Total Correlation) และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของคะแนนรายข้อกับคะแนน

รวมในแต่ละองค์ประกอบสูงสุด คัดเลือกมาองค์ประกอบย่อยละ 3 ข้อ ทำให้ได้ข้อกระทงรวมทั้งสิ้นจำนวน 39 ข้อ แบ่งเป็นข้อกระทงทางบวก 17 ข้อ ข้อกระทงทางลบ 22 ข้อ

2. การทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างมาตรวัดฉบับเต็มกับมาตรวัดฉบับย่อ และการทดลองใช้มาตรวัดฉบับย่อ ผู้วิจัยนำมาตรวัดฉบับเต็มและฉบับย่อไปทดลองใช้ (try out) กับนิสิตในระดับปริญญาตรีของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 34 คน ทดสอบความสอดคล้องภายในโดยวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของคะแนนของข้อนั้นกับคะแนนรวมข้ออื่นของแบบวัดทั้งฉบับ (Corrected Item- Total Correlation) และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมในแต่ละด้าน พบว่ามีข้อกระทง 1 ข้อ ที่มีค่า CITC ของข้อนั้นกับรายด้านติดลบ ($r = -.004$) ซึ่งได้แก่ ข้อ 25 ในองค์ประกอบที่ 3 ผู้วิจัยจึงตัดข้อกระทงดังกล่าวออก ทำให้เหลือข้อกระทงทั้งหมด 38 ข้อ จากนั้นผู้วิจัยวิเคราะห์ค่าความเที่ยงแบบสอดคล้องภายใน (Internal consistency) ด้วยวิธีอัลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha) พบว่า แบบวัดความสุขฉบับย่อ 38 ข้อมีความเที่ยงเท่ากับ .911 ซึ่งอยู่ในระดับดีมาก และสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายในขององค์ประกอบทั้ง 5 ด้าน เท่ากับ .689, .798, .704, .748 และ .575 ตามลำดับ

การทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างแบบวัดฉบับย่อกับฉบับเต็ม ผู้วิจัยวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's Correlation) ระหว่างคะแนนรวมกับคะแนนในแต่ละด้าน ผลการวิเคราะห์พบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของมาตรวัดฉบับเต็มกับฉบับย่อเท่ากับ .931 และรายด้าน 5 ด้าน เท่ากับ .872, .826, .730, .903 และ .778 ตามลำดับ หมายถึง แบบวัดความสุขในบริบทพุทธธรรมฉบับเต็มกับฉบับย่อมีความสอดคล้องกันอย่างมาก รายละเอียดการวิเคราะห์คุณภาพมาตรวัดดังภาคผนวก ค4

ขั้นตอนในการเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยในครั้งนี้มีขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

1. ผู้วิจัยเสนอโครงการวิจัยต่อคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมในคนกลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และได้รับผลการพิจารณาอนุมัติเป็นที่เรียบร้อย ตามเอกสารคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคนที่ได้แนบไว้ในภาคผนวก โดยมีรหัสโครงการวิจัยที่ 065.1/55

2. ผู้วิจัยดำเนินการขออนุญาตเก็บข้อมูลไปยังหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น กิจการนิสิต เจ้าหน้าที่ของมหาวิทยาลัย หรือ อาจารย์ผู้สอนรายวิชาต่าง ๆ อย่างเป็นทางการและไม่เป็นทางการ เพื่อขออนุญาตเข้าไปเก็บข้อมูลแบบสอบถามจากนิสิตนักศึกษาชั้นมัธยมศึกษา หรือพื้นที่

บริเวณต่าง ๆ ของมหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์และมหาวิทยาลัยกรุงเทพ วิทยาเขตกล้วยน้ำไท โดยมีการชี้แจงรายละเอียดในการวิจัยต่อผู้ที่พิจารณาอนุญาตก่อน ถึงหัวข้อในการวิจัย วัตถุประสงค์ และสิทธิของผู้เข้าร่วมในการวิจัย

3. . เมื่อได้รับอนุญาตให้เข้าไปเก็บข้อมูลได้ ผู้วิจัยและทีมงานดำเนินการเก็บข้อมูล โดยช่องทางที่ 1 เก็บข้อมูลจากห้องเรียนที่ได้รับการอนุญาตจากอาจารย์ประจำวิชาจากจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โดยผู้วิจัยเก็บด้วยตนเองในบางรายวิชาที่อาจารย์อนุญาตให้เข้าไปเก็บได้ และสำหรับมหาวิทยาลัยกรุงเทพ เจ้าหน้าที่ของหน่วยงานที่เกี่ยวข้องติดต่ออาจารย์ประจำวิชาเพื่อขอความอนุเคราะห์ให้อาจารย์นำแบบสอบถามไปเก็บในชั้นเรียนให้ และ ช่องทางที่ 2 ผู้วิจัยและทีมงานเก็บข้อมูลตามบริเวณต่าง ๆ ของมหาวิทยาลัย เช่น โรงอาหาร ห้องสมุด เป็นต้น โดยผู้วิจัยและทีมงานได้มีการชี้แจงรายละเอียดในการวิจัย ถึงหัวข้อในการวิจัย วัตถุประสงค์ และสิทธิของผู้เข้าร่วมในการวิจัย และหลังจากขอความสมัครใจในการเข้าร่วมการวิจัยจากกลุ่มตัวอย่างแล้ว ผู้วิจัยแจกแบบสอบถามให้แก่ผู้เข้าร่วมวิจัยที่สมัครใจตอบแบบสอบถาม หลังจากผู้เข้าร่วมวิจัยตอบแบบสอบถามครบถ้วนสมบูรณ์แล้ว ผู้วิจัยและทีมงานจึงขอเก็บแบบสอบถามคืนทันที การเก็บข้อมูลในการวิจัยในครั้งนี้ ไม่จำกัดเพศ อายุ คณะ ชั้นปี และศาสนา

4. เมื่อได้รับแบบสอบถามคืนแล้ว ผู้วิจัยได้ตรวจสอบความสมบูรณ์ของการตอบแบบสอบถาม ผู้วิจัยเก็บข้อมูล 600 ชุด ซึ่งภายหลังเก็บข้อมูลแล้วพบว่า มีแบบสอบถามที่ตอบครบถ้วนและสามารถนำไปใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้ทั้งสิ้น 533 ชุด คิดเป็นร้อยละ 88.83 ของแบบสอบถามที่แจกไปทั้งหมด และเตรียมข้อมูลเพื่อนำไปวิเคราะห์ข้อมูลในขั้นตอนต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ โดยการคำนวณค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้อคำถามในแบบวัด (corrected item-total correlation) หาค่าอำนาจจำแนกด้วยสถิติ t

2. การวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้น วิเคราะห์สถิติเชิงพรรณนาของกลุ่มตัวอย่างอันได้แก่ จำนวน และร้อยละ วิเคราะห์โดยใช้สถิติบรรยายของตัวแปร (descriptive statistic) ด้วยการหาค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) สัมประสิทธิ์การกระจาย ($C.V.$) ค่าความเบ้ (SK) และความโด่ง (KU) ของคะแนนจากตัวแปรทั้ง 4 ตัว

3. การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อตอบคำถามในการวิจัยด้วยการวิเคราะห์สมการโครงสร้างโดยใช้โปรแกรมลิสเรล (LISREL)

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาโมเดลเชิงสาเหตุของความสุขในบริบทพุทธธรรมในครั้งนี้ ผู้วิจัยขอเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล ซึ่งประกอบไปด้วย ผลการวิเคราะห์สถิติเชิงพรรณนาของกลุ่มตัวอย่าง ผลการวิเคราะห์สถิติพื้นฐานของตัวแปรในการวิจัย ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร ผลการวิเคราะห์เพื่อตรวจสอบความตรงของโมเดลการวัด และผลการวิเคราะห์เพื่อตรวจสอบความตรงของโมเดลความสุขในบริบทพุทธธรรมของนักศึกษามหาวิทยาลัย

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิจัย

NLE	หมายถึง	ตัวแปรแฝงการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ
family	หมายถึง	ตัวแปรสังเกตได้การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบด้านความสัมพันธ์ในครอบครัว
friend	หมายถึง	ตัวแปรสังเกตได้การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบด้านความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อน/คนรัก
study	หมายถึง	ตัวแปรสังเกตได้การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบด้านการเรียน
self	หมายถึง	ตัวแปรสังเกตได้การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบด้านสุขภาพและความเป็นอยู่ของตน
finance	หมายถึง	ตัวแปรสังเกตได้การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบด้านการเงิน
RE_IN	หมายถึง	ตัวแปรแฝงการนับถือศาสนาจากภายใน
re_in	หมายถึง	ตัวแปรสังเกตได้การนับถือศาสนาจากภายใน
RE_EX	หมายถึง	ตัวแปรแฝงการนับถือศาสนาจากภายนอก
re_ex	หมายถึง	ตัวแปรสังเกตได้การนับถือศาสนาจากภายนอก
SPW	หมายถึง	ตัวแปรแฝงสุขภาวะทางจิตวิญญาณ
personal	หมายถึง	ตัวแปรสังเกตได้สุขภาวะทางจิตวิญญาณด้านองค์ประกอบภายในตน

communal	หมายถึง	ตัวแปรสังเกตได้สุขภาวะทางจิตวิญญาณด้านองค์ประกอบทางสังคม
environment	หมายถึง	ตัวแปรสังเกตได้สุขภาวะทางจิตวิญญาณองค์ประกอบด้านธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม
transcendent	หมายถึง	ตัวแปรสังเกตได้สุขภาวะทางจิตวิญญาณด้านการมีความเชื่อและศรัทธาในสิ่งดีงาม
HAP	หมายถึง	ตัวแปรแฝงความสุขในบริบทพุทธธรรม
LI	หมายถึง	ตัวแปรสังเกตได้ความสุขในบริบทพุทธธรรมด้านความพึงพอใจในชีวิต
IN	หมายถึง	ตัวแปรสังเกตได้ความสุขในบริบทพุทธธรรมด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างเกื้อกูลกัน
FA	หมายถึง	ตัวแปรสังเกตได้ความสุขในบริบทพุทธธรรมด้านการมีศรัทธาต่อการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องดีงาม
PE	หมายถึง	ตัวแปรสังเกตได้ความสุขในบริบทพุทธธรรมด้านการมีใจที่สุขสงบ
WI	หมายถึง	ตัวแปรสังเกตได้ความสุขในบริบทพุทธธรรมด้านการมีปัญญา รู้และเข้าใจความเป็นจริงของชีวิต

สัญลักษณ์ทางสถิติ

M	แทน	ค่าเฉลี่ย
SD	แทน	ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
χ^2	แทน	ค่าสถิติไค-สแควร์
R^2	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์การทำนาย
r	แทน	ค่าความสัมพันธ์
b	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์ของตัวแปรทำนายของสมการทำนายในรูปคะแนนดิบ
SC	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์ของตัวแปรทำนายในรูปคะแนนมาตรฐาน
SE	แทน	ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน
df	แทน	ค่าองศาอิสระ
p	แทน	ค่าระดับนัยสำคัญทางสถิติ

GFI	แทน	ค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืน (Goodness of Fit Index)
AGFI	แทน	ค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (Adjusted Goodness of Fit Index)

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนาของกลุ่มตัวอย่าง

ข้อมูลเชิงพรรณนาของกลุ่มตัวอย่างในครั้งนี้ นำเสนอผลการวิเคราะห์การแจกแจงความถี่ของลักษณะกลุ่มตัวอย่าง อันได้แก่ เพศ อายุ มหาวิทยาลัย คณะ ชั้นปี และศาสนา จากการเก็บข้อมูลให้ได้แบบทดสอบที่สามารถนำมาวิเคราะห์ข้อมูลได้ทั้งหมด 533 ชุด กลุ่มตัวอย่างเป็นเพศชายร้อยละ 33.6 เพศหญิงร้อยละ 66.4 มีอายุระหว่าง 18 - 31 ปี โดยเฉลี่ยอยู่ที่ 20.26 ปี ($SD = 1.55$) โดยส่วนใหญ่มีอายุเท่ากับ 19 ปี ร้อยละ 27.6 รองลงมาคือ 20 ปี ร้อยละ 22.9 และอายุที่มีจำนวนน้อยที่สุดคือ 27, 28 และ 31 ปี โดยต่างคิดเป็นร้อยละ 0.2 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรีจากจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยร้อยละ 63.2 และมหาวิทยาลัยกรุงเทพ ร้อยละ 36.8 โดยส่วนใหญ่ศึกษาอยู่ชั้นปีที่ 1 ร้อยละ 29.8 รองลงมาเป็นชั้นปีที่ 2 ร้อยละ 26.1 และชั้นปีที่ 8 จำนวนน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 0.02 คณะที่กลุ่มตัวอย่างศึกษาอยู่มากที่สุดได้แก่ คณะเศรษฐศาสตร์ ร้อยละ 25.1 รองลงมาเป็นคณะจิตวิทยา ร้อยละ 17.6 ส่วนคณะที่มีกลุ่มตัวอย่างน้อยที่สุดได้แก่ คณะสัตวแพทย์ คณะสหเวชศาสตร์ และคณะวิทยาศาสตร์การกีฬา โดยต่างคิดเป็นร้อยละ 0.02 สำหรับลักษณะการนับถือศาสนา กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ ร้อยละ 94.7 คริสต์ร้อยละ 1.7 อิสลามร้อยละ 1.9 และไม่ระบุศาสนาร้อยละ 1.7 ข้อมูลจำนวนและค่าร้อยละการจำแนกกลุ่มตัวอย่างตามตัวแปรแสดงดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2

ตารางแสดงจำนวนและค่าร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามตัวแปร ($N = 533$)

ตัวแปร	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1. เพศ		
ชาย	179	33.58
หญิง	354	66.42

ตัวแปร	จำนวน (คน)	ร้อยละ
2. อายุ		
18	49	9.19
19	147	27.58
20	122	22.89
21	99	18.57
22	91	17.07
23	16	3.00
24	2	0.38
25	4	0.75
27	1	0.19
28	1	0.19
31	1	0.19
3. คณะ		
ทันตแพทย์	17	3.19
สัตวแพทย์	1	0.19
จิตวิทยา	94	17.64
บัญชี	51	9.57
อักษรศาสตร์	4	0.75
ครุศาสตร์	6	1.13
รัฐศาสตร์	19	3.56
วิศวกรรมศาสตร์	6	1.13
วิทยาศาสตร์	56	10.51
ศิลปกรรมศาสตร์	2	0.38
เศรษฐศาสตร์	134	25.14
นิติศาสตร์	39	7.32
สหเวชศาสตร์	1	0.19

ตัวแปร	จำนวน (คน)	ร้อยละ
วิทยาศาสตร์การกีฬา	1	0.19
นิเทศศาสตร์	55	10.32
มนุษยศาสตร์	22	4.13
บริหารอินเตอร์	25	4.69
4. ชั้นปี		
1	159	29.83
2	139	26.08
3	104	19.51
4	130	24.39
8	1	0.19
5. มหาวิทยาลัย		
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย	337	63.23
มหาวิทยาลัยกรุงเทพ	196	36.77
6. ศาสนา		
พุทธ	505	94.75
คริสต์	9	1.69
อิสลาม	10	1.88
อื่น ๆ / ไม่ระบุ	9	1.69
รวม	533	100

ผลการวิเคราะห์สถิติพื้นฐานของตัวแปรในการวิจัย

ก่อนการวิเคราะห์สถิติพื้นฐานของตัวแปรในการวิจัย ผู้วิจัยดำเนินการตรวจสอบข้อมูลขาดหายและพบว่าไม่มีข้อมูลขาดหายเพียงร้อยละ 0.2 และได้ทำการทดแทนข้อมูลขาดหายด้วยค่าเฉลี่ยก่อนนำไปวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

ผลการวิเคราะห์สถิติพื้นฐานของตัวแปรในการวิจัยทั้ง 5 ตัวแปร ได้แก่ การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ การนับถือศาสนาจากภายใน การนับถือศาสนาจากภายนอก สุขภาวะทางจิต

วิญญาน และความสุขในบริบทพุทธธรรม การรายงานสถิติพื้นฐานจะประกอบด้วย ค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) สัมประสิทธิ์การกระจาย ($C.V.$) คะแนนต่ำสุด (Min) คะแนนสูงสุด (Max) ค่าความเบ้ (SK) และค่าความโด่ง (KU)

ผลการวิเคราะห์พบว่า การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบโดยรวมซึ่งมีค่าช่วงอยู่ระหว่าง 0 ถึง 3 มีค่าเฉลี่ย เท่ากับ 0.6 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.5 ข้อมูลมีลักษณะเบ้ขวาซึ่งค่าความเบ้เท่ากับ 1.81 และมีความโด่ง เท่ากับ 4.13 เมื่อจำแนกเป็นรายด้าน พบว่าเหตุการณ์ในชีวิตทางลบแต่ละด้านมีค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานใกล้เคียงกัน โดยที่ด้านการเรียนมีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดเท่ากับ 0.83 ($SD = 0.72$) รองลงมาเป็นด้านความสัมพันธ์ของครอบครัวค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.72 ($SD = 0.70$) ด้านที่มีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุดคือ ด้านสุขภาพและความเป็นอยู่ของตนเองซึ่งเท่ากับ 0.36 ($SD = .46$) ข้อมูลแต่ละด้านมีลักษณะเบ้ขวา โดยด้านสุขภาพและความเป็นอยู่ของตนเองมีความเบ้สูงที่สุด ($SK = 2.79$) รองลงมาเป็นด้านการเงิน ($SK = 2.04$) สำหรับค่าความโด่ง ด้านสุขภาพและความเป็นอยู่ของตนเองมีความโด่งสูงที่สุด ($KU = 10.06$) รองลงมาเป็นด้านครอบครัว ($KU = 4.77$)

ตัวแปรการนับถือศาสนาซึ่งมีค่าช่วงอยู่ระหว่าง 1 ถึง 5 พบว่าการนับถือศาสนาจากภายในมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.07 สูงกว่าการนับถือศาสนาจากภายนอกซึ่งเท่ากับ 2.65 โดยที่มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานใกล้เคียงกันซึ่งเท่ากับ 0.76 และ 0.74 ตามลำดับ เมื่อพิจารณาค่าความเบ้พบว่า ข้อมูลการนับถือศาสนาจากภายในมีลักษณะเบ้ซ้ายเล็กน้อย ($SK = -0.34$) ส่วนการนับถือศาสนาจากภายนอกมีลักษณะเบ้ขวาน้อย ($SK = 0.07$) สำหรับค่าความโด่ง การนับถือศาสนาจากภายในมีค่าความโด่งเท่ากับ 0 และการนับถือศาสนาจากภายนอกมีค่าความโด่งเท่ากับ -0.35

ตัวแปรสุขภาวะทางจิตวิญญาน มีค่าช่วงอยู่ระหว่าง 1 ถึง 5 ผลการวิเคราะห์พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยสุขภาวะโดยรวมเท่ากับ 3.83 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.45 ข้อมูลมีลักษณะเบ้ซ้ายเท่ากับ -0.11 และมีความโด่งเท่ากับ -0.22 เมื่อพิจารณาแยกองค์ประกอบพบว่า แต่ละด้านมีค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานใกล้เคียงกัน โดยที่องค์ประกอบส่วนตนมีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดเท่ากับ 3.98 ($SD = .58$) รองลงมาเป็นองค์ประกอบด้านสังคมเท่ากับ 3.86 ($SD = .52$) ส่วนองค์ประกอบด้านการมีความเชื่อความศรัทธาในสิ่งดีงามมีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด เท่ากับ 3.68 ($SD = .54$) เมื่อพิจารณาค่าความเบ้ พบว่า องค์ประกอบส่วนตน องค์ประกอบทางสังคม และองค์ประกอบด้านสิ่งแวดล้อม มีลักษณะเบ้ซ้าย โดยมีค่าความเบ้กับ -0.44, -0.09, และ -0.12 ตามลำดับ ส่วนองค์ประกอบด้านความเชื่อความศรัทธามีลักษณะเบ้ขวา เท่ากับ 0.12 สำหรับค่า

ความโด่ง ข้อมูลองค์ประกอบแต่ละด้านมีค่าความโด่งต่ำกว่าปกติเล็กน้อย ซึ่งเท่ากับ -0.34, -0.23, -0.49, และ -0.19 ตามลำดับ

ตัวแปรความสุขในบริบทพุทธธรรม มีค่าช่วงอยู่ระหว่าง 1 ถึง 5 ผลการวิเคราะห์พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยความสุขในบริบทพุทธธรรมโดยรวมเท่ากับ 3.72 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.43 ข้อมูลมีลักษณะเบ้ซ้ายเท่ากับ -0.27 และมีค่าความโด่งต่ำกว่าปกติเล็กน้อย ซึ่งเท่ากับ -0.43 เมื่อพิจารณาแยกองค์ประกอบ พบว่า แต่ละด้านมีค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานใกล้เคียงกัน โดยที่ด้านความพึงพอใจในชีวิตมีค่าเฉลี่ยสูงสุด ซึ่งเท่ากับ 3.88 ($SD = .51$) รองลงมาเป็นด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างเกื้อกูล มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.83 ($SD = .51$) ส่วนด้านการมีใจที่สุขสงบมีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด ซึ่งเท่ากับ 3.22 ($SD = .54$) เมื่อพิจารณาค่าความเบ้พบว่า องค์ประกอบแต่ละด้านมีลักษณะเบ้ซ้าย โดยด้านการมีปัญญารู้และเข้าใจความเป็นจริงของชีวิตมีค่าความเบ้สูงที่สุด เท่ากับ -0.61 รองลงมาเป็นด้านการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องดีงามมีค่าความเบ้เท่ากับ -0.30 ส่วนด้านการมีใจที่สุขสงบมีลักษณะเบ้ขวา เท่ากับ 0.19 สำหรับค่าความโด่งด้านความพึงพอใจในชีวิตและด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น ความโด่งมีลักษณะต่ำกว่าปกติเล็กน้อย ซึ่งเท่ากับ -0.19 และ -0.56 ตามลำดับ ส่วนด้านการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องดีงาม ด้านการมีใจที่สุขสงบ และด้านการมีปัญญารู้และเข้าใจความจริงของชีวิต มีลักษณะโด่งกว่าปกติเล็กน้อย มีค่าเท่ากับ 0.05, 0.28 และ 0.15 ตามลำดับ

ถึงแม้ว่าการกระจายของข้อมูลจะมีความเบ้และความโด่งของตัวแปรซึ่งแสดงถึงปัญหาการกระจายของข้อมูลไม่เป็นโค้งปกติ แต่เนื่องจากข้อมูลชุดนี้มีขนาดใหญ่เพียงพอจึงมั่นใจได้ว่า ข้อมูลน่าจะมีความแกร่งต่อการนำไปวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโมเดลสมการโครงสร้าง (Hair et al., 2006) รายละเอียดค่าสถิติพื้นฐานจำแนกตามตัวแปรในการวิจัยแสดงดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3

ตารางแสดงค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรในการวิจัย ($N = 533$)

ตัวแปร	Min	Max	Mean	SD	C.V.	SK	KU
การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ (NLE)	0.00	3.33	0.60	0.50	0.83	1.81	4.13
ครอบครัว (Family)	0.00	4.00	0.72	0.70	0.97	1.98	4.83
เพื่อน (Friend)	0.00	3.42	0.67	0.67	1.00	1.43	1.90
การเรียน (Study)	0.00	4.00	0.83	0.72	0.87	1.42	2.28

ตัวแปร	Min	Max	Mean	SD	C.V.	SK	KU
ตนเอง (Self)	0.00	3.27	0.36	0.46	1.27	2.79	10.06
การเงิน (Finance)	0.00	3.83	0.47	0.65	1.38	2.04	4.77
การนับถือศาสนาจาก ภายใน (RE_IN)	1.00	5.00	3.07	0.76	0.25	-0.34	0.00
การนับถือศาสนาจาก ภายนอก (RE_EX)	1.00	4.80	2.65	0.74	0.28	0.07	-0.35
สุขภาวะทางจิต วิญญาณ (SPW)	2.50	4.97	3.83	0.46	0.12	-0.11	-0.22
ภายในตน (Personal)	2.25	5.00	3.98	0.58	0.15	-0.44	-0.34
สังคม (Communal)	2.50	5.00	3.86	0.52	0.13	-0.09	-0.23
ธรรมชาติ (Environmt)	2.00	5.00	3.80	0.65	0.17	-0.12	-0.49
ความเชื่อและศรัทธาใน สิ่งดีงาม(Transcendt)	2.00	5.00	3.68	0.54	0.15	0.12	-0.19
ความสุขในบริบทพุทธ ธรรม (HAP)	2.47	4.68	3.72	0.43	0.16	-0.27	-0.43
ความพึงพอใจในชีวิต (LI)	2.50	5.00	3.88	0.51	0.13	-0.18	-0.19
การอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่าง เกื้อกูล (IN)	2.42	4.92	3.83	0.51	0.13	-0.28	-0.56
การมีศรัทธาต่อการ ดำเนินชีวิตที่ดีงาม (FA)	2.25	5.00	3.80	0.51	0.13	-0.30	0.05
การมีใจที่สุขสงบ (PE)	1.50	5.00	3.22	0.54	0.17	0.19	0.28
การมีปัญญา รู้และเข้าใจ ใจความเป็นจริงของชีวิต (WI)	1.00	5.00	3.71	0.68	0.18	-0.61	0.15

หมายเหตุ 1. ความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของความนับ = 0.106; ความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน
ของความดีงาม = .211

ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้นกับตัวแปรตาม

การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้นกับตัวแปรตาม ประกอบด้วยการวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝงของตัวแปรต้นและตัวแปรตาม และการวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ของตัวแปรต้นและตัวแปรตาม

ผลการวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝงของตัวแปรต้นกับตัวแปรตาม พบว่า ตัวแปรต้นทุกตัวสัมพันธ์กับตัวแปรตามอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 โดยที่ความสุขในบริบทพุทธธรรม สัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาวะทางจิตวิญญาณ ($r = .744$) และการนับถือศาสนาจากภายใน ($r = .146$) หากแต่มีความสัมพันธ์ทางลบกับการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ ($r = -.306$) และการนับถือศาสนาจากภายนอก ($r = -.174$) ดังนั้น อาจสรุปได้ว่าระดับความสุขในบริบทพุทธธรรมจะแปรผันตามสุขภาวะทางจิตวิญญาณและการนับถือศาสนาจากภายใน แต่จะแปรผกผันกับการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบกับการนับถือศาสนาจากภายนอก การแสดงค่าสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้นกับตัวแปรตามดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4

เมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝงที่ใช้ในการวิจัย ($N=533$)

	NLE	RE_IN	RE_EX	SPW	HPN
การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ (NLE)	(0.89)				
การนับถือศาสนาภายใน (RE_IN)	0.02	(0.92)			
การนับถือศาสนาภายนอก (RE_EX)	0.05	0.42***	(0.87)		
สุขภาวะทางจิตวิญญาณ (SPW)	-0.17***	0.27***	-0.06	(0.92)	
ความสุขในบริบทพุทธธรรม (HPN)	-0.31***	0.15***	-0.17***	0.74***	(0.90)

หมายเหตุ ตัวเลขในวงเล็บ คือ ค่าความเที่ยงสัมพันธ์อัลฟาครอนบาค, *** $p < .001$

ผู้วิจัยวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ โดยตัวแปรแฝงแต่ละตัวมีตัวแปรสังเกตได้ดังนี้ 1) การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ ประกอบด้วยตัวแปรสังเกตได้ 5 ตัว ได้แก่ เหตุการณ์ในชีวิตทางลบด้านความสัมพันธ์ในครอบครัว เหตุการณ์ในชีวิตทางลบด้านความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนและคนรัก เหตุการณ์ในชีวิตทางลบด้านการเรียน เหตุการณ์ในชีวิตทางลบด้านสุขภาพและความเป็นอยู่ของตนเอง และ เหตุการณ์ในชีวิตทางลบด้านการเงิน 2) สุขภาวะทางจิตวิญญาณ ประกอบด้วยตัวแปรสังเกตได้ 4 ตัว ได้แก่ องค์ประกอบภายในตน องค์ประกอบ

ด้านสังคม องค์ประกอบด้านธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม และองค์ประกอบด้านการมีความเชื่อความศรัทธาในสิ่งดีงาม 3) ความสุขในบริบทพุทธธรรม ประกอบด้วยตัวแปรสังเกตได้ 5 ตัว ได้แก่ ความพอใจในชีวิต การอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างเกื้อกูลกัน การมีศรัทธาต่อการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องดีงาม การมีใจที่สุขสงบ และการมีปัญญารู้และเข้าใจความเป็นจริงของชีวิต ส่วนตัวแปรที่มีตัวแปรสังเกตได้ตัวเดียว ได้แก่ การนับถือศาสนาจากภายในและการนับถือศาสนาจากภายนอก

ผลการวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ 5 ตัว ของการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบกับตัวแปรสังเกตได้ 5 ตัวของความสุขในบริบทพุทธธรรม พบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ทั้งหมด 25 คู่ ทุกตัวมีทิศทางลบ โดยมี 24 คู่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 มีค่าสหสัมพันธ์ตั้งแต่ -.111 ถึง -.299 และมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 1 คู่ คือ การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบด้านการเงินกับความสุขในบริบทพุทธธรรมด้านด้านการมีใจที่สุขสงบ แสดงว่าการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบทุกด้านจะแปรผกผันกับความสุขในบริบทพุทธธรรมทุกองค์ประกอบ

ผลการวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรการนับถือศาสนาจากภายในกับตัวแปรสังเกตได้ 5 ตัวของความสุขในบริบทพุทธธรรม พบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ทั้งหมด 5 คู่ ทุกตัวมีทิศทางบวกอยู่ระหว่าง .038 ถึง .261 โดยที่ค่าสหสัมพันธ์ที่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ได้แก่ การนับถือศาสนาจากภายในกับตัวแปรสังเกตได้ความสุขในบริบทพุทธธรรมด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างเกื้อกูลกันและด้านการมีศรัทธาต่อการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องดีงาม ส่วนค่าสหสัมพันธ์ที่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ได้แก่ การนับถือศาสนาจากภายในกับความสุขในบริบทพุทธธรรมด้านความพึงพอใจในชีวิตและด้านการมีใจที่สุขสงบ ทั้งนี้มีค่าสหสัมพันธ์ 1 คู่ที่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ได้แก่ การนับถือศาสนาจากภายในกับความสุขในบริบทพุทธธรรมด้านการมีปัญญารู้และเข้าใจความเป็นจริงของชีวิต แสดงว่าการนับถือศาสนาจากภายในแปรผันกับความความสุขในบริบทพุทธธรรม

ผลการวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรการนับถือศาสนาจากภายนอกกับตัวแปรสังเกตได้ 5 ตัวของความสุขในบริบทพุทธธรรม พบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ทั้งหมด 5 คู่ ทุกตัวมีทิศทางลบอยู่ระหว่าง -.057 ถึง .204 โดยที่ค่าสหสัมพันธ์ที่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 3 คู่ และที่ระดับ .05 1 คู่ คือ การนับถือศาสนาจากภายนอกกับความสุขในบริบทพุทธธรรมด้านความพึงพอใจในชีวิต มีเพียง 1 คู่ที่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คือ นับถือศาสนาจากภายนอกกับความสุขในบริบทพุทธธรรมด้านการมีศรัทธาต่อการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องดีงาม

ผลการวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ของสุขภาวะทางจิตวิญญาณ 4 ตัวกับตัวแปรสังเกตได้ 5 ตัวของความสุขในบริบทพุทธธรรม พบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ทั้งหมด

20 คู่ มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ทั้งหมด โดยมีค่าอยู่ระหว่าง .715 ถึง .161 คู่ที่มีค่าสหสัมพันธ์สูงสุด คือ ตัวแปรสังเกตได้สุขภาวะทางจิตวิญญาณด้านองค์ประกอบส่วนตนกับความสุขในบริบทพุทธธรรมด้านการมีศรัทธาต่อการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องดีงาม คู่ที่มีค่าสหสัมพันธ์ต่ำที่สุด คือ สุขภาวะทางจิตวิญญาณด้านธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมกับความสุขในบริบทพุทธธรรมด้านการมีปัญญาและเข้าใจความเป็นจริงของชีวิต แสดงว่าองค์ประกอบของสุขภาวะทางจิตวิญญาณแต่ละตัวแปรผันกับองค์ประกอบของความสุขในบริบทพุทธธรรมทุกตัว

ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้น

ผู้วิจัยวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้น เพื่อตรวจสอบปัญหาภาวะร่วมเส้นตรงพหุ (multicollinearity) ของข้อมูลที่จะนำมาใช้การตรวจสอบความตรงของโมเดลในการวิจัย ผลการวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝงของตัวแปรต้น พบว่า การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบสัมพันธ์ทางลบกับการนับถือศาสนาทั้งภายในและภายนอกอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .016 และ .049 ตามลำดับ การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบสัมพันธ์ทางลบกับสุขภาวะทางจิตวิญญาณอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ -.167 และการนับถือศาสนาภายในสัมพันธ์ทางลบกับสุขภาวะทางจิตวิญญาณอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .274 ส่วนการนับถือการนับถือศาสนาภายนอกสัมพันธ์ทางลบกับสุขภาวะทางจิตวิญญาณอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ -.059

ผลการทดสอบค่าสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ของตัวแปรต้นทั้งหมด 5 คู่ พบว่ามีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง -.207 ถึง .619 ซึ่งมีค่าไม่เกิน .80 จึงสรุปได้ว่าข้อมูลสำหรับการวิเคราะห์ไม่มีปัญหาภาวะร่วมเส้นตรงพหุ ไม่ฝ่าฝืนข้อตกลงเบื้องต้นของการวิเคราะห์ข้อมูล ผลการวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ในการวิจัยแสดงดังตารางที่ 5

ตารางที่ 5 เมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝงและตัวแปรสังเกตได้ที่ใช้ในการวิจัย (N=533)

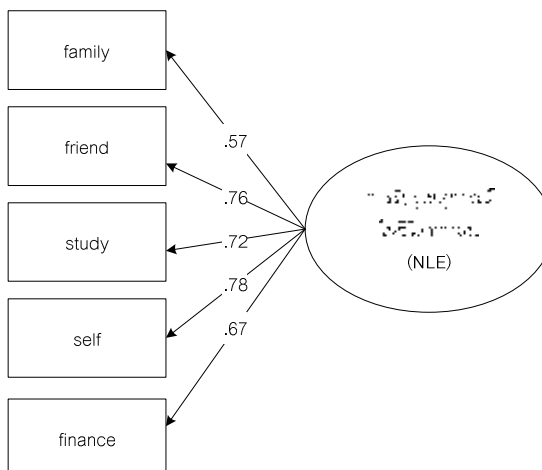
ตัวแปรแฝง	ตัวแปรสังเกตได้	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
NLE	1 family	(0.792)															
	2 friend	0.619***	(0.856)														
	3 study	0.384***	0.560***	(0.732)													
	4 self	0.393***	0.594***	0.554***	(0.452)												
	5 finance	0.441***	0.489***	0.345***	0.535***	(0.802)											
RE_IN	6 re_in	-0.011	0.000	0.008	-0.026	0.058	(0.924)										
RE_EX	7 re_ex	0.025	0.017	0.096*	0.053	0.098*	0.422***	(0.865)									
SPW	8 personal	-0.176***	-0.161***	-0.204***	-0.162***	-0.140***	0.171***	-0.094*	(0.829)								
	9 communal	-0.095*	-0.059	-0.073	-0.115**	-0.006	0.241***	-0.013	0.636***	(0.775)							
	10 environmt	-0.017	-0.059	-0.093*	-0.070	0.018	0.303***	0.062	0.426***	0.467***	(0.880)						
	11 transcendt	-0.147***	-0.207***	-0.249***	-0.136***	-0.116**	0.149***	-0.159***	0.701***	0.467***	0.418***	(0.780)					
HAP	12 LI	-0.165***	-0.193***	-0.255***	-0.202***	-0.208***	0.074*	-0.095*	0.658***	0.435***	0.311***	0.577***	(0.624)				
	13 IN	-0.178***	-0.250***	-0.251***	-0.245***	-0.161***	0.104***	-0.176***	0.653***	0.581***	0.286***	0.503***	0.554***	(0.760)			
	14 FA	-0.122***	-0.158***	-0.224***	-0.178***	-0.119**	0.261***	-0.057	0.715***	0.535***	0.408***	0.610***	0.582***	0.583***	(0.741)		
	15 PE	-0.111**	-0.156***	-0.141***	-0.151***	-0.080*	0.090*	-0.128**	0.471***	0.309***	0.185***	0.477***	0.433***	0.391***	0.408***	(0.561)	
	16 WI	-0.197***	-0.269***	-0.292***	-0.263***	-0.212***	0.038	-0.204***	0.614***	0.449***	0.161***	0.467***	0.499***	0.682***	0.523***	0.461***	(0.756)

หมายเหตุ: ตัวเลขในวงเล็บ คือ ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา, *** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$; NLE = ตัวแปรแฝงการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ, family = ตัวแปรสังเกตได้การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบด้านความสัมพันธ์ในครอบครัว, friend = ตัวแปรสังเกตได้การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบด้านความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อน/คนรัก, study = ตัวแปรสังเกตได้การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบด้านการเรียน, self = ตัวแปรสังเกตได้การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบด้านสุขภาพและความเป็นอยู่ของตน, finance = ตัวแปรสังเกตได้การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบด้านการเงิน, RE_IN = ตัวแปรแฝงการนับถือศาสนาจากภายใน, re_in = ตัวแปรสังเกตได้การนับถือศาสนาจากภายใน, RE_EX = ตัวแปรแฝงการนับถือศาสนาจากภายนอก, re_ex = ตัวแปรสังเกตได้การนับถือศาสนาจากภายนอก, SPW = ตัวแปรแฝงสุขภาวะทางจิตวิญญาณ, personal = ตัวแปรสังเกตได้สุขภาวะทางจิตวิญญาณด้านองค์ประกอบภายในตน, HAP = ตัวแปรแฝงความสุขในบริบทพุทธธรรม, LI = ตัวแปรสังเกตได้ความสุขในบริบทพุทธธรรมด้านความพึงพอใจในชีวิต, IN = ตัวแปรสังเกตได้ความสุขในบริบทพุทธธรรมด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างเกื้อกูลกัน, FA = ตัวแปรสังเกตได้ความสุขในบริบทพุทธธรรมด้านกรรมที่ศรัทธาต่อการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องดีงาม, PE = ตัวแปรสังเกตได้ความสุขในบริบทพุทธธรรมด้านการมีใจที่สุขสงบ, WI = ตัวแปรสังเกตได้ความสุขในบริบทพุทธธรรมด้านการมีปัญญาและเข้าใจความเป็นจริงของชีวิต

ผลการวิเคราะห์เพื่อตรวจสอบความตรงของโมเดลการวัด

ผลการวิเคราะห์ความตรงของโมเดลการวัดของตัวแปรแฝงทั้ง 5 ตัวแปร พบว่า โมเดลการวัดของตัวแปรแฝงทุกตัวสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยที่ค่าน้ำหนักองค์ประกอบของตัวแปรสังเกตได้ทุกตัวมีค่าเป็นบวก โมเดลการวัดของตัวแปรแฝงแต่ละตัว มีรายละเอียด ดังนี้

1. โมเดลการวัดการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ ประกอบไปด้วยตัวแปรสังเกตได้ 5 ตัว ซึ่งค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานของ family, friend, study, self, และ finance เท่ากับ .51, .76, .72, .78, และ .67 ตามลำดับ โดยที่ $\chi^2 = 1.72$ ($df = 2, p = .425$), ดัชนีวัดความกลมกลืน (GFI) เท่ากับ .99 ดัชนีวัดระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (AGFI) เท่ากับ .990 ค่าดัชนีรากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของเศษเหลือ (RMR) เท่ากับ .003 ค่าดัชนีรากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของเศษเหลือมาตรฐาน (RMSEA) เท่ากับ .00 รายละเอียดค่าน้ำหนักองค์ประกอบตารางที่ 6



$$\chi^2 = 1.72$$
 ($df = 2, p = .425$), GFI = .999, AGFI = .990, RMR = .003, RMSEA = .00

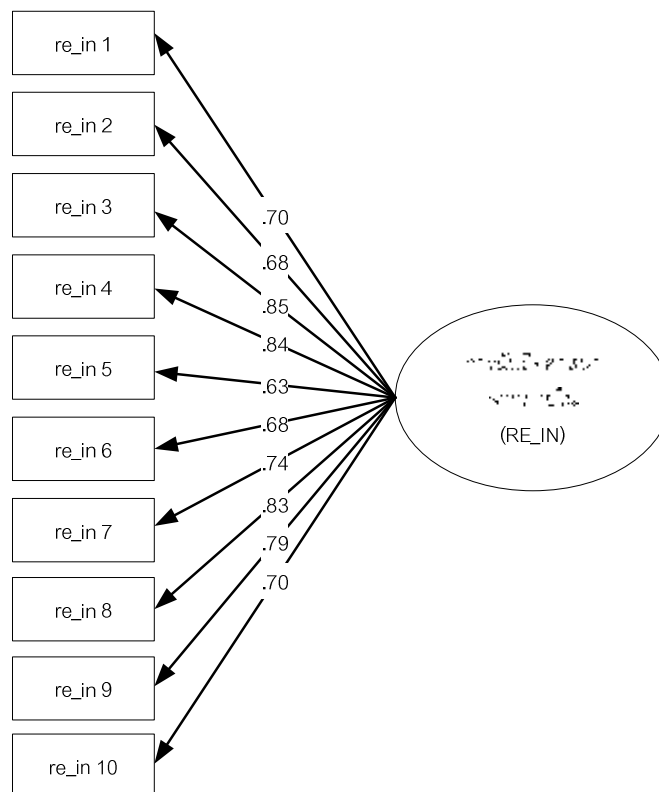
ภาพที่ 6 โมเดลการวัดการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ

ตารางที่ 6 ค่าน้ำหนักองค์ประกอบโมเดลการวัดการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ (NLE)

ตัวแปรสังเกตได้	B	SE	T	R ²	SS	SC
ครอบครัว (family)	1.000	-	-	0.257	0.355	0.507
เพื่อน (friend)	1.434	0.113	12.702**	0.573	0.509	0.757
การเรียน (study)	1.474	0.149	9.863**	0.522	0.524	0.723
ตนเอง (self)	1.019	0.097	10.527**	0.614	0.362	0.783
การเงิน (finance)	1.226	0.119	10.263**	0.444	0.435	0.666

หมายเหตุ : b = น้ำหนักองค์ประกอบ, SS = Standardize solution, SC = completely standardize solution , - หมายถึง ไม่รายงานค่า t และ SE เนื่องจากเป็นพารามิเตอร์บังคับที่กำหนดให้เป็นค่าอ้างอิงในการวิเคราะห์ข้อมูล , ** $p < .001$, * $p < .05$

2. โมเดลการวัดการนับถือศาสนาภายใน มีตัวแปรสังเกตได้เพียง 1 ตัวแปร ผู้วิจัยจึงวิเคราะห์โมเดลการวัดโดยแยกองค์ประกอบการวัดตามข้อกระทงของมาตรวัด ซึ่งมีทั้งหมด 10 ข้อ ผลการวิเคราะห์น้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานข้อที่ 1 ถึง 10 มีค่าอยู่ระหว่าง .11 ถึง .82 โดยที่ Chi-square $\chi^2 = 29.9$ ($df = 20$, $p = .0715$), ดัชนีวัดความกลมกลืน (GFI) เท่ากับ .989, ดัชนีวัดระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (AGFI) เท่ากับ .969 ค่าดัชนีรากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของเศษเหลือ (RMR) เท่ากับ .015 ค่าดัชนีรากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของเศษเหลือมาตรฐาน (RMSEA) เท่ากับ .032 รายละเอียดค่าน้ำหนักองค์ประกอบดังตารางที่ 7



$$\chi^2 = 29.9 \text{ (} df = 20, p = .0715 \text{)}, GFI = .99, AGFI = .97, RMR = .015, RMSEA = .032$$

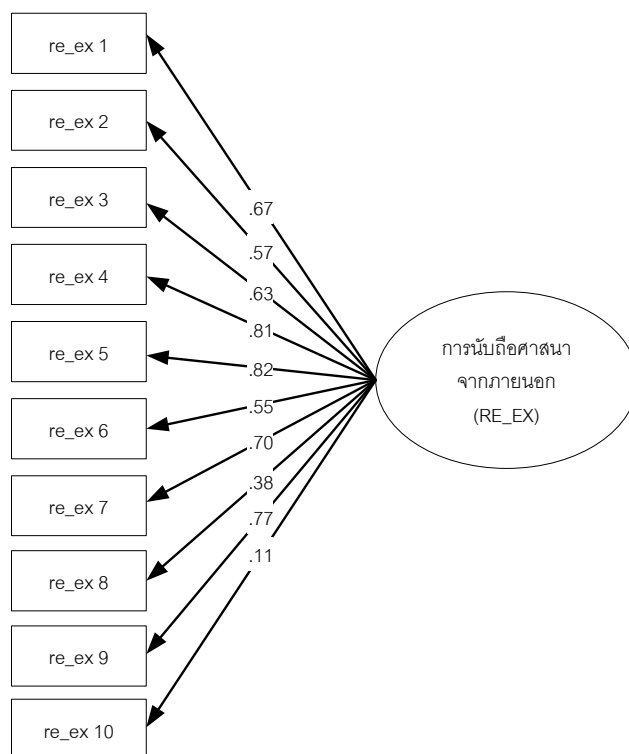
ภาพที่ 7 โมเดลการวัดการนับถือศาสนาจากภายใน

ตารางที่ 7 ค่าน้ำหนักองค์ประกอบโมเดลการวัดการนับถือศาสนาจากภายใน (RE_IN)

ตัวแปรสังเกตได้	<i>b</i>	<i>SE</i>	<i>T</i>	R^2	SS	SC
re_in 1	1.000	-	-	0.486	0.575	0.697
re_in 2	1.233	0.076	16.193**	0.463	0.710	0.681
re_in 3	1.505	0.086	17.416**	0.721	0.866	0.849
re_in 4	1.397	0.080	17.460**	0.700	0.804	0.837
re_in 5	1.108	0.080	13.772**	0.399	0.637	0.631
re_in 6	1.162	0.079	14.669**	0.464	0.668	0.681
re_in 7	1.275	0.089	14.299**	0.548	0.734	0.740
re_in 8	1.382	0.089	15.586**	0.686	0.795	0.828
re_in 9	1.366	0.081	16.831**	0.627	0.786	0.792
re_in 10	1.223	0.081	15.154**	0.489	0.704	0.700

หมายเหตุ : *b* = น้ำหนักองค์ประกอบ, SS = Standardize solution, SC = completely standardize solution ,
 - หมายถึง ไม่รายงานค่า *t* และ *SE* เนื่องจากเป็นพารามิเตอร์บังคับที่กำหนดให้เป็นค่าอ้างอิงในการวิเคราะห์
 ข้อมูล , ** $p < .001$, * $p < .05$

3. โมเดลการวัดการนับถือศาสนาภายนอก มีตัวแปรสังเกตได้เพียง 1 ตัวแปรเช่นกัน ผู้วิจัย
 จึงวิเคราะห์โมเดลการวัดโดยแยกองค์ประกอบการวัดตามข้อกระทงของมาตรวัด ซึ่งมีทั้งหมด 10
 ข้อ ผลการวิเคราะห์น้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานข้อที่ 1 ถึง 10 มีค่าอยู่ระหว่าง .60 ถึง .85 โดยที่
 Chi-square $\chi^2 = 37.51$ ($df = 26$, $p = .0672$), ดัชนีวัดความกลมกลืน (GFI) เท่ากับ .986 , ดัชนี
 วัดระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (AGFI) เท่ากับ .971 ค่าดัชนีรากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของ
 เศษเหลือ (RMR) เท่ากับ .029 ค่าดัชนีรากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของเศษเหลือมาตรฐาน
 (RMSEA) เท่ากับ .029 รายละเอียดค่าน้ำหนักองค์ประกอบดังตารางที่ 8



$\chi^2 = 37.51$ ($df = 26$, $p = .0672$), $GFI = .99$, $AGFI = .97$, $RMR = .029$, $RMSEA = .029$

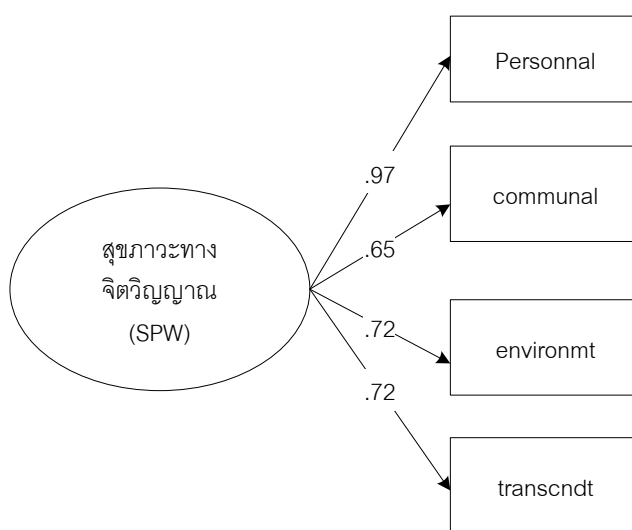
ภาพที่ 8 โมเดลการวัดการนับถือศาสนาจากภายนอก

ตารางที่ 8 คำนวณค่าของตัวประกอบโมเดลการวัดการนับถือศาสนาจากภายนอก (RE_EX)

ตัวแปรสังเกตได้	<i>b</i>	<i>SE</i>	<i>T</i>	R^2	<i>SS</i>	<i>SC</i>
re_ex 1	1.000	-	-	0.471	0.777	0.687
re_ex 2	0.782	0.065	12.012**	0.326	0.608	0.571
re_ex 3	0.912	0.069	13.214**	0.402	0.708	0.634
re_ex 4	1.176	0.071	16.507**	0.661	0.914	0.813
re_ex 5	1.161	0.070	16.549**	0.666	0.902	0.816
re_ex 6	0.753	0.065	11.584**	0.304	0.585	0.551
re_ex 7	1.014	0.071	14.363**	0.488	0.788	0.698
re_ex 8	0.478	0.060	8.008**	0.142	0.371	0.376
re_ex 9	1.151	0.073	15.722**	0.591	0.894	0.769
re_ex 10	0.162	0.067	2.435*	0.013	0.126	0.112

หมายเหตุ : *b* = น้ำหนักองค์ประกอบ, *SS* = Standardize solution, *SC* = completely standardize solution ,
 - หมายถึง ไม่รายงานค่า *t* และ *SE* เนื่องจากเป็นพารามิเตอร์บังคับที่กำหนดให้เป็นค่าอ้างอิงในการวิเคราะห์ข้อมูล , ** $p < .001$, * $p < .05$

4. โมเดลการวัดสุขภาวะทางจิตวิญญาณ ประกอบไปด้วยตัวแปรสังเกตได้ 4 ตัว ซึ่งค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานของ personal, communal, environmt และ transcndt เท่ากับ .97, .67, .64 และ .72 ตามลำดับ โดยที่ Chi-square $\chi^2 = .07$ ($df = 1, p = .792$), ดัชนีวัดความกลมกลืน (GFI) เท่ากับ 1.00 , ดัชนีวัดระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (AGFI) เท่ากับ .99 ค่าดัชนีรากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของเศษเหลือ (RMR) เท่ากับ .001 ค่าดัชนีรากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของเศษเหลือมาตรฐาน (RMSEA) เท่ากับ .00 รายละเอียดค่าน้ำหนักองค์ประกอบดังตารางที่ 9



$$\chi^2 = 0.07 \text{ (} df = 1, p = .792 \text{), GFI} = 1.00, \text{ AGFI} = .98, \text{ RMR} = .001, \text{ RMSEA} = .000$$

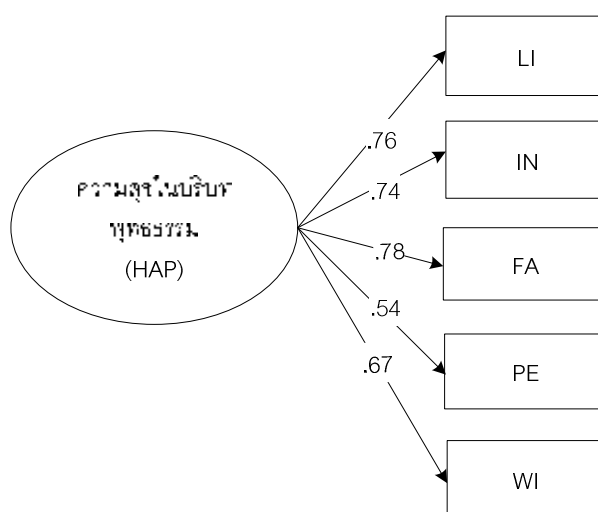
ภาพที่ 9 โมเดลการวัดสุขภาวะทางจิตวิญญาณ

ตารางที่ 9 ค่าน้ำหนักองค์ประกอบโมเดลการวัดสุขภาวะทางจิตวิญญาณ (SPW)

ตัวแปรสังเกตได้	B	SE	T	R ²	SS	SC
ภายในตน (personal)	1.000	-	-	0.946	0.563	0.973
สังคม (communal)	0.598	0.036	16.526**	0.427	0.337	0.654
สิ่งแวดล้อม (Environmt)	0.822	0.071	11.519**	0.513	0.463	0.716
ความเชื่อและศรัทธาในสิ่งดีงาม (Trancendt)	0.700	-	-	0.523	0.394	0.723

หมายเหตุ : b = น้ำหนักองค์ประกอบ, SS = Standardize solution, SC = completely standardize solution , - หมายถึง ไม่รายงานค่า t และ SE เนื่องจากเป็นพารามิเตอร์บังคับที่กำหนดให้เป็นค่าอ้างอิงในการวิเคราะห์ข้อมูล , ** $p < .001$, * $p < .05$

5. โมเดลการวัดความสุขในบริบทพุทธธรรม ประกอบไปด้วยตัวแปรสังเกตได้ 5 ตัว ซึ่งค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานของ LI, IN, FA, PE, และ WI เท่ากับ .75, .74, .78, .54, และ .67 ตามลำดับ ตามลำดับ โดยที่ Chi-square $\chi^2 = 1.96$ ($df = 3, p = .581$), ดัชนีวัดความกลมกลืน (GFI) เท่ากับ .999, ดัชนีวัดระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (AGFI) เท่ากับ .993 ค่าดัชนีรากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของเศษเหลือ (RMR) เท่ากับ .002 ค่าดัชนีรากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของเศษเหลือมาตรฐาน (RMSEA) เท่ากับ .00 รายละเอียดค่าน้ำหนักองค์ประกอบดังตารางที่ 10



$\chi^2 = 1.96$ ($df = 3, p = .581$), GFI = .999, AGFI = .993, RMR = .002, RMSEA = .00

ภาพที่ 10 โมเดลการวัดความสุขในบริบทพุทธธรรม

ตารางที่ 10 ค่าน้ำหนักองค์ประกอบโมเดลการวัดความสุขในบริบทพุทธธรรม (HAP)

ตัวแปรสังเกตได้	<i>b</i>	<i>SE</i>	<i>T</i>	R^2	<i>SS</i>	<i>SC</i>
ความพึงพอใจในชีวิต (LI)	1.000	-	-	0.569	0.385	0.755
การอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างเกื้อกูล (IN)	0.972	0.065	14.941**	0.548	0.374	0.740
การมีศรัทธาต่อการดำเนินชีวิตที่ดีงาม (FA)	1.030	0.066	15.523**	0.602	0.396	0.776
การมีใจที่สุขสงบ (PE)	0.706	0.067	11.255**	0.294	0.292	0.542
การมีปัญญาและเข้าใจความเป็นจริงของชีวิต (WI)	1.186	0.089	13.347**	0.443	0.456	0.666

หมายเหตุ : *b* = น้ำหนักองค์ประกอบ, *SS* = Standardize solution, *SC* = completely standardize solution ,
- หมายถึง ไม่รายงานค่า *t* และ *SE* เนื่องจากเป็นพารามิเตอร์บังคับที่กำหนดให้เป็นค่าอ้างอิงในการวิเคราะห์ข้อมูล , ** $p < .001$, * $p < .05$

ผลการวิเคราะห์เพื่อตรวจสอบความตรงของโมเดลความสุขในบริบทพุทธธรรม

ผลการตรวจสอบความตรงของโมเดลความสุขในบริบทพุทธธรรม พบว่า โมเดลมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ หลังจากการปรับโมเดลประมาณ 24 ครั้ง เพื่อผ่อนคลายข้อตกลงเบื้องต้น โดยมีค่า Chi-square เท่ากับ 86.11 ($df = 71, p = .107$) ดัชนีวัดความกลมกลืน (GFI) เท่ากับ .98 ดัชนีวัดระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (AGFI) เท่ากับ .962 ค่าดัชนีรากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของเศษเหลือ (RMR) เท่ากับ .0124 ค่าดัชนีรากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของเศษเหลือมาตรฐาน (RMSEA) เท่ากับ .020 ซึ่งข้อมูลจากการวิเคราะห์ที่ได้ผ่านข้อตกลงเบื้องต้นของการประมาณค่าโมเดลสมการโครงสร้างที่ว่า แนวทางของเมทริกซ์ความแปรปรวน- ความแปรปรวนร่วมไม่มีค่าติดลบ และค่าอิทธิพลในรูปแบบมาตรฐานมีค่าไม่เกิน 1.00

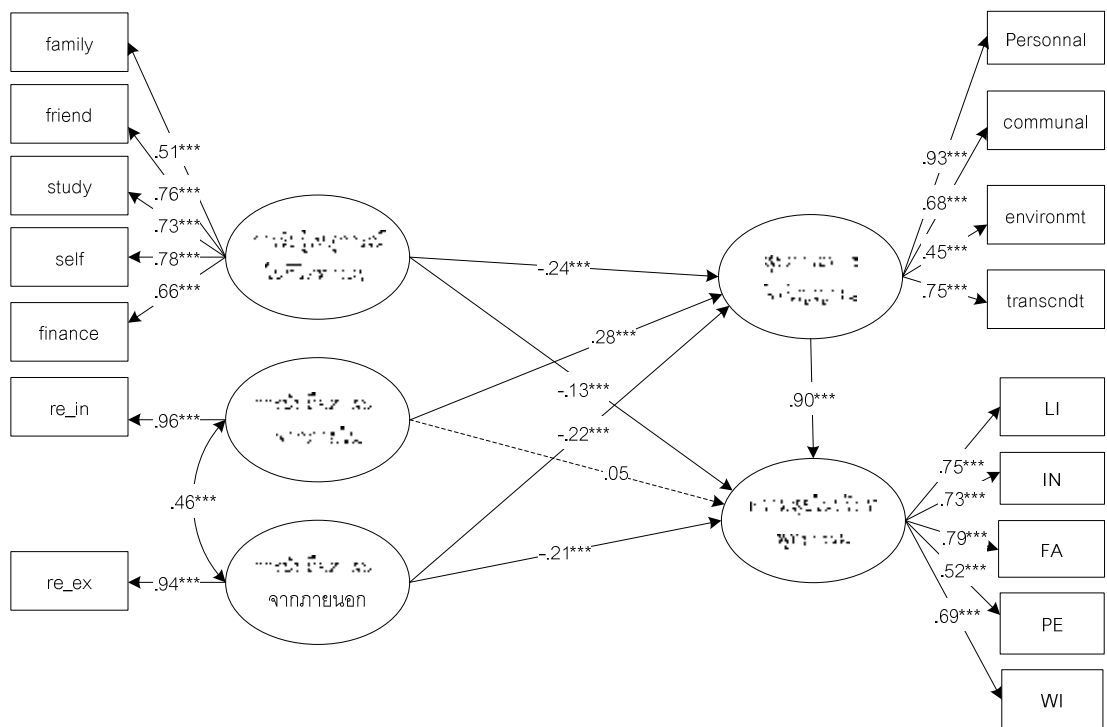
การวิเคราะห์ผลการประมาณค่าขนาดอิทธิพลทางตรง อิทธิพลทางอ้อม และอิทธิพลรวมระหว่างตัวแปรแฝงในโมเดลความสุขในบริบทพุทธธรรมของนักศึกษามหาวิทยาลัย

ผลการวิเคราะห์พบว่า การนับถือศาสนาจากภายในและการนับถือศาสนาจากภายนอกมีความสัมพันธ์ทางบวกกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 โดยมีสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระดับปานกลางเท่ากับ .464

ผลการวิเคราะห์อิทธิพลของตัวแปรในโมเดล ได้แก่ การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ การนับถือศาสนาทั้งภายในและภายนอก และสุขภาวะทางจิตวิญญาณ ที่มีต่อความสุขในบริบทพุทธธรรม พบว่า ตัวแปรในโมเดลทั้งหมดร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของความสุขในบริบทพุทธธรรมได้ร้อยละ 98 โดยที่สุขภาวะทางจิตวิญญาณมีอิทธิพลต่อความสุขในบริบทพุทธธรรมสูงที่สุด โดยที่เป็นอิทธิพลทางตรงเท่ากับ .636 ($SC = .90, SE = .034$) รองลงมาเป็น การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบส่งอิทธิพลทางอ้อมผ่านสุขภาวะทางจิตวิญญาณไปยังความสุขในบริบทพุทธธรรมโดยขนาดอิทธิพลทางอ้อมเท่ากับ -.225 ($SC = -.215, SE = .049$) และยังมีอิทธิพลทางตรงเท่ากับ -.132 ($SC = -.132, SE = .035$) อีกด้วย ต่อมาเป็นการนับถือศาสนาจากภายนอกที่มีอิทธิพลทางตรงต่อความสุขในบริบทพุทธธรรมเท่ากับ -.104 ($SC = -.205, SE = .023$) และมีอิทธิพลทางอ้อมผ่านสุขภาวะทางจิตวิญญาณเท่ากับ -.10 ($SC = -.197, SE = .024$) ส่วนการนับถือศาสนาจากภายในมีอิทธิพลทางอ้อมผ่านสุขภาวะทางจิตวิญญาณเท่ากับ .128 ($SC = .254, SE = .024$) โดยที่ค่าอิทธิพลของตัวแปรทุกตัวมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

ยกเว้นอิทธิพลทางตรงของการนับถือศาสนาจากภายในที่มีต่อความความสุขในบริบทพุทธธรรมไม่ มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยที่มีค่าอิทธิพลเท่ากับ .028 (SC = .055, SE = .019)

ผลการวิเคราะห์ห่ออิทธิพลของตัวแปรต้น ได้แก่ การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบและการนับถือศาสนาจากภายในและภายนอกที่มีต่อสุขภาวะทางจิตวิญญาณ พบว่า ตัวแปรต้นในโมเดลสามารถร่วมกันอธิบายสุขภาวะทางจิตวิญญาณได้ร้อยละ 13.8 โดยที่การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบมีอิทธิพลทางตรงเท่ากับ -.354 (SC = -.239, SE = .075) และการนับถือศาสนาจากภายในมีอิทธิพลทางตรงเท่ากับ .201 (SC = .283, SE = .037) และการนับถือศาสนาจากภายนอกมีอิทธิพลทางตรงเท่ากับ -.158 (SC = -.219, SE = .039) โดยที่ค่าอิทธิพลของตัวแปรทุกตัวมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 รายละเอียดผลกววิเคราะห์อิทธิพลทางตรง อิทธิพลทางอ้อม และอิทธิพลรวมแสดงดังตารางที่ 7 และเพื่อความเข้าใจและเห็นภาพโมเดลความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้ง 5 ตัว ผู้วิจัยได้แสดงภาพโมเดลความสุขในบริบทพุทธธรรมดังภาพที่ 5



$\chi^2 = 86.11$ (df = 71, p = .107), GFI = .98, AGFI = .962, RMR = .0124, RMSEA = .020

ภาพที่ 11 โมเดลเชิงสาเหตุของความสุขในบริบทพุทธธรรม

ตารางที่ 11

ผลการประมาณค่าขนาดอิทธิพลทางตรง อิทธิพลทางอ้อม และอิทธิพลรวมระหว่างตัวแปรแฝงภายในของโมเดลความสุขในบริบทพุทธธรรม (N = 533)

ตัวแปร ผล	สถิติ	ตัวแปรสาเหตุ												R ²
		NLE			RE_IN			RE_EX			SPW			
		DE	IE	TE	DE	IE	TE	DE	IE	TE	DE	IE	TE	
SPW	<i>b</i>	-0.354	-	-0.354	0.201	-	0.201	-0.158	-	-0.158	-	-	-	0.138
	<i>SE</i>	0.075	-	0.075	0.037	-	0.037	0.039	-	0.039	-	-	-	
	<i>t</i>	-4.734***	-	-4.734***	5.404***	-	5.404***	-4.044***	-	-4.044***	-	-	-	
	<i>SC</i>	-0.239	-	-0.239	0.283	-	0.283	-0.219	-	-0.219	-	-	-	
HAP	<i>b</i>	-0.132	-0.225	-0.357	0.028	0.128	0.155	-0.104	-0.10	-0.204	0.636	-	0.636	0.98
	<i>SE</i>	0.035	0.049	0.060	0.019	0.024	0.029	0.023	0.024	0.031	0.034	-	0.034	
	<i>t</i>	-3.79***	-4.581***	-5.957***	1.424	5.344***	5.429***	-4.542***	-4.132***	-6.547***	18.476***	-	18.476***	
	<i>SC</i>	-0.126	-0.215	-0.34	0.055	0.254	0.309	-0.205	-0.197	-0.402	0.90	-	0.90	

Chi-square = 86.112, *df* = 71, *p* = .107, GFI = 0.98, RMR = 0.0124, RMSEA = 0.020

หมายเหตุ: DE = อิทธิพลทางตรง, IE = อิทธิพลทางอ้อม, TE = อิทธิพลรวม, *b* = ค่าสัมประสิทธิ์, *SE* = ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน, *t* = ค่าสถิติที,

SC = ค่าสัมประสิทธิ์มาตรฐาน (Beta), R² = ค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์, ****p* < .001, ***p* < .01, **p* < .05

สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการทดสอบสมมติฐานมีข้อสรุปตามตารางที่ 8 ดังนี้

ตารางที่ 12 สรุปผลการทดสอบสมมติฐาน

สมมติฐานการวิจัย	ผลการสนับสนุน
1. โมเดลเชิงสาเหตุของความทุกข์ในบริบทพุทธธรรมของนิสิตนักศึกษา มหาวิทยาลัยมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์	✓
2. การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบมีอิทธิพลทางตรงและอิทธิพลทางอ้อมต่อความทุกข์ในบริบทพุทธธรรมโดยมีสุขภาวะทางจิตวิญญาณเป็นตัวแปรส่งผ่าน	✓
3. การนับถือศาสนาภายในมีอิทธิพลทางตรงและอิทธิพลทางอ้อมต่อความทุกข์ในบริบทพุทธธรรมโดยมีสุขภาวะทางจิตวิญญาณเป็นตัวแปรส่งผ่าน	✓ (บางส่วน)
4. การนับถือศาสนาภายนอกมีอิทธิพลทางตรงและอิทธิพลทางอ้อมต่อความทุกข์ในบริบทพุทธธรรมโดยมีสุขภาวะทางจิตวิญญาณเป็นตัวแปรส่งผ่าน	✓

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย การอภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาและตรวจสอบความตรงของโมเดลเชิงสาเหตุของความสุขในบริบทพุทธธรรมของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัย โดยมีการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ และการนับถือศาสนาจากภายในและภายนอกเป็นตัวแปรต้น และมีอิทธิพลทางอ้อมผ่านตัวแปรส่งผ่านสุขภาวะทางจิตวิญญาณ

กลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยครั้งนี้ คือ นิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรีของมหาวิทยาลัย มหาวิทยาลัยกรุงเทพและจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยที่ลงทะเบียนเรียนในภาคการศึกษาปลาย ปีการศึกษา 2555 จำนวน 533 คน กลุ่มตัวอย่างเป็นเพศชายร้อยละ 33.6 เพศหญิงร้อยละ 66.4 มีอายุระหว่าง 18 - 31 ปี โดยเฉลี่ยอยู่ที่ 20.26 ปี ($SD = 1.55$) โดยมีสมมติฐานการวิจัย ดังนี้

- สมมติฐานที่ 1 โมเดลเชิงสาเหตุของความสุขในบริบทพุทธธรรมของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์
- สมมติฐานที่ 2 การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบมีอิทธิพลทางตรงและอิทธิพลทางอ้อมต่อความสุขในบริบทพุทธธรรมโดยมีสุขภาวะทางจิตวิญญาณเป็นตัวแปรส่งผ่าน
- สมมติฐานที่ 3 การนับถือศาสนาภายในมีอิทธิพลทางตรงและอิทธิพลทางอ้อมต่อความสุขในบริบทพุทธธรรมโดยมีสุขภาวะทางจิตวิญญาณเป็นตัวแปรส่งผ่าน
- สมมติฐานที่ 4 การนับถือศาสนาภายนอกมีอิทธิพลทางตรงและอิทธิพลทางอ้อมต่อความสุขในบริบทพุทธธรรมโดยมีสุขภาวะทางจิตวิญญาณเป็นตัวแปรส่งผ่าน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่

- 1) มาตรฐานการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ ที่ผู้วิจัยพัฒนามาจากแบบวัด Life Experiences Survey ของ Sarason, Johnson และ Siegel (1987) และแบบวัด Social Readjustment Rating Scale (SRRS) ของ Holmes & Rahe (1967) มีค่าความเที่ยงเท่ากับ .86

2) มาตรการนับถือศาสนา พัฒนามาจากมาตรวัด Religious Orientation Scale-Revised (I/E- ROS) ของ Gorsuch และ McPherson (1989) ตามแนวคิดของ Allport & Ross มาตรการทั้งฉบับมีความเที่ยงเท่ากับ .90 และความเที่ยงของการนับถือศาสนาจากภายในเท่ากับ .91 และความเที่ยงของการนับถือศาสนาจากภายนอกเท่ากับ .88

3) มาตรการสุขภาวะทางจิตวิญญาณ พัฒนามาจากมาตรวัด Spiritual Well-Being Questionnaire: SWBQ (Gomez และ Fisher, 2003) มีค่าความเที่ยงเท่ากับ .93

4) มาตรการความสุขในบริบทพุทธธรรม ฉบับย่อ พัฒนามาจากมาตรวัดความสุขในบริบทพุทธธรรมฉบับเต็ม 76 ข้อ ของ ชูติมา พงศ์วรินทร์ (2554) มีค่าความเที่ยงเท่ากับ .91

การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยดำเนินการด้วยตนเอง โดยขออนุญาตทำการเก็บข้อมูลไปยังอาจารย์ประจำวิชาเพื่อเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างในห้องเรียน และผู้วิจัยเก็บข้อมูลในบริเวณต่างๆ ของมหาวิทยาลัย เช่น โรงอาหาร ห้องสมุด โดยมีการชี้แจงวัตถุประสงค์ในการวิจัยต่อกลุ่มตัวอย่างเพื่อขอความร่วมมือและเก็บเฉพาะผู้ที่ยินยอมในการตอบแบบสอบถามเท่านั้น ก่อนดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลผู้วิจัยตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถามก่อนที่จะดำเนินการในขั้นต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยดำเนินการตรวจสอบข้อมูลขาดหาย และทำการทดแทนด้วยวิธีการทางสถิติ จากนั้นคำนวณหาค่าสถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistic) ตรวจสอบข้อตกลงเบื้องต้น และวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อตอบคำถามในการวิจัยด้วยวิธีการสร้างสมการโครงสร้าง (Structural Equation Modeling) ด้วยโปรแกรมลิสเรล (LISREL)

ผลการวิจัยมี ดังนี้

1. โมเดลเชิงสาเหตุของการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ การนับถือศาสนาจากภายในและภายนอก สุขภาวะทางจิตวิญญาณที่มีต่อความสุขในบริบทพุทธธรรมมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ (Chi-square = 86.11, $df = 71$, $p = .107$, GFI = .98, RMSEA = .020)

2. การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบมีอิทธิพลรวมทิศทางลบกับความสุขในบริบทพุทธธรรม ($b = -.357$, $SC = -.34$, $SE = .06$) โดยแบ่งเป็นอิทธิพลทางตรง ($b = -.132$, $SC = -.126$,

$SE = .035$) และอิทธิพลทางอ้อมผ่านสุขภาวะทางจิตวิญญาณ ($b = -.225, SC = -.215, SE = .049$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

3. การนับถือศาสนาจากภายในมีอิทธิพลรวมทิศทางบวกกับความสุขในบริบทพุทธธรรม ($b = .155, SC = .309, SE = .029$) โดยมีเพียงอิทธิพลทางอ้อมผ่านสุขภาวะทางจิตวิญญาณเท่านั้นที่มีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($b = .128, SC = .254, SE = .024$) ส่วนอิทธิพลทางตรงไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($b = .028, SC = .055, SE = .019$)

4. การนับถือศาสนาจากภายนอกมีอิทธิพลรวมทิศทางลบกับความสุขในบริบทพุทธธรรม ($b = -.204, SC = -.402, SE = .031$) โดยแบ่งเป็นอิทธิพลทางตรง ($b = -.104, SC = -.205, SE = .023$) และอิทธิพลทางอ้อมผ่านสุขภาวะทางจิตวิญญาณ ($b = -.10, SC = -.197, SE = .024$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

5. สุขภาวะทางจิตวิญญาณมีอิทธิพลทางบวกต่อความสุขในบริบทพุทธธรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 โดยเป็นอิทธิพลทางตรงเท่านั้น ($b = .636, SC = .90, SE = .034$)

6. การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบมีอิทธิพลทางลบต่อสุขภาวะทางจิตวิญญาณอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 โดยเป็นอิทธิพลทางตรงเท่านั้น ($b = -.354, SC = -.239, SE = .075$)

7. การนับถือศาสนาจากภายในมีอิทธิพลทางบวกต่อสุขภาวะทางจิตวิญญาณอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 โดยเป็นอิทธิพลทางตรงเท่านั้น ($b = .201, SC = .283, SE = .037$)

8. การนับถือศาสนาจากภายนอกมีอิทธิพลทางลบต่อสุขภาวะทางจิตวิญญาณอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 โดยเป็นอิทธิพลทางตรงเท่านั้น ($b = -.158, SC = -.219, SE = .039$)

การอภิปรายผล

ผลการวิจัยครั้งนี้พบว่าโมเดลเชิงสาเหตุของการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ การนับถือศาสนาจากภายในและการนับถือศาสนาจากภายนอกที่มีต่อความสุขในบริบทพุทธธรรมของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัย โดยมีสุขภาวะทางจิตวิญญาณเป็นตัวแปรส่งผ่านสนับสนุนด้วยข้อมูลเชิง

ประจักษ์ ทั้งนี้ผลการวิจัยที่แสดงถึงความสัมพันธ์และอิทธิพลระหว่างตัวแปรที่ศึกษา สามารถอธิบายได้ดังนี้

1. ระดับการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ การนับถือศาสนา สุขภาวะทางจิตวิญญาณ และความสุขในบริบทพุทธธรรมของนิสิตศึกษามหาวิทยาลัย

ผลการศึกษาระดับการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบของกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนิสิตนักศึกษา ระดับชั้นปริญญาตรีของมหาวิทยาลัยในครั้งนี้ พบว่า ค่าคะแนนการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ โดยรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในการประเมินช่วงคะแนน 5 ระดับ (0 = ไม่เคยประสบกับเหตุการณ์/ ไม่มีผลกระทบ) ถึง (4 = มีผลกระทบอย่างมาก) ค่อนข้างต่ำ ($Mean = 0.6, SD = 0.5$) และค่าเฉลี่ยการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบรายด้านทั้ง 5 ด้านอยู่ระหว่าง 0.36 ถึง 0.83 โดยข้อที่นิสิตนักศึกษาเลือกว่ามีผลกระทบ เช่น ฉันทะเลาะเบาะแว้งกับสมาชิกในครอบครัว, คนรักปฏิเสธหรือเลิกเรา, ฉันได้เกรดต่ำกว่าที่คาดหวังไว้ เป็นต้น ผลคะแนนดังกล่าวแสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่รับรู้เหตุการณ์ในชีวิตเหล่านั้นไม่ส่งผลกระทบต่ออารมณ์และจิตใจของตนตลอดจนไม่เคยประสบกับเหตุการณ์เหล่านั้น ทั้งนี้อาจเป็นไปได้ว่ากลุ่มตัวอย่างในครั้งนี้เป็นนิสิตนักศึกษา มหาวิทยาลัยที่มีอายุโดยเฉลี่ยอายุ 20.26 ปี ซึ่งถือว่าอายุยังไม่มากนักเมื่อเปรียบเทียบกับช่วงชีวิตของคน ทั้งยังเป็นนิสิตนักศึกษาจากมหาวิทยาลัยของรัฐและเอกชนที่มีชื่อเสียง รวมถึงนิสิตนักศึกษาเหล่านี้โดยทั่วไปมักมาจากครอบครัวความพร้อมในด้านเศรษฐกิจและสังคมจึงอาจทำให้มีความเสี่ยงน้อยที่จะเผชิญเหตุการณ์ร้ายแรงในชีวิต จึงยังไม่ประสบเหตุการณ์ในชีวิตทางลบที่ข้อคำถามในมาตรวัดการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบในครั้งนี้ครอบคลุมถึง ทำให้ค่าคะแนนเข้าใกล้ 0 หรือมีระดับต่ำมาก

สำหรับระดับการนับถือศาสนาของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า ค่าคะแนนการนับถือศาสนา ภายในและการนับถือศาสนาภายนอกที่มีช่วงการประเมินคะแนน 5 ระดับ (1 = ไม่ตรงเลย) ถึง (5 = ตรงมากที่สุด) ระดับคะแนนเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างในครั้งนี้อยู่ในระดับปานกลาง โดยที่คะแนนเฉลี่ยการนับถือศาสนาภายใน ($Mean = 3.07, SD = 0.76$) สูงกว่าคะแนนเฉลี่ยการนับถือศาสนาภายนอกเล็กน้อย ($Mean = 2.65, SD = 0.74$) แสดงให้เห็นว่า กลุ่มตัวอย่างมีระดับการนับถือศาสนาทั้งการปฏิบัติตามหลักศาสนาเพื่อพัฒนาจิตใจให้เกิดความสงบสุข และฟังฟังและหวังผลตอบแทนจากศาสนาในระดับปานกลาง

ส่วนระดับสุขภาวะทางจิตวิญญาณของกลุ่มตัวอย่าง พบว่าค่าคะแนนสุขภาวะทางจิตวิญญาณที่มีช่วงการประเมินคะแนน 5 ระดับ (1= ต่ำน้อยที่สุด) ถึง (5 = ต่ำมากที่สุด) คะแนนเฉลี่ยสุขภาวะทางจิตวิญญาณของกลุ่มตัวอย่างในครั้งนี้อยู่ในระดับปานกลาง ($Mean = 3.83, SD = 0.46$) โดยมีคะแนนรายด้านอยู่ระหว่าง 3.68 ถึง 3.89 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างมีการเห็นคุณค่าและความสัมพันธ์เชื่อมโยงกันระหว่างตนเองกับผู้อื่น กับธรรมชาติ และสรรพสิ่ง มีความเชื่อมั่นและภูมิใจในตน มีความรักและปรารถนาดีต่อผู้อื่น เห็นความสำคัญของธรรมชาติ และมีความเชื่อมั่นศรัทธา มีที่ยึดเหนี่ยวจิตใจในการดำรงชีวิต ในระดับปานกลางค่อนข้างสูง

สุดท้ายคือ ระดับความสุขความสบายในบริบทพุทธธรรม พบว่าค่าคะแนนความสุขในบริบทพุทธธรรมที่มีช่วงการประเมินคะแนน 5 ระดับ (1= ไม่ตรงเลย) ถึง (5 = ตรงมากที่สุด) คะแนนเฉลี่ยสุขภาวะทางจิตวิญญาณของกลุ่มตัวอย่างในครั้งนี้อยู่ในระดับปานกลาง ($Mean = 3.72, SD = 0.43$) โดยมีคะแนนรายด้านอยู่ระหว่าง 3.22 ถึง 3.88 กลุ่มตัวอย่างในครั้งนี้อยู่มีความสุขในบริบทพุทธธรรมอันเป็น ความสงบสุข ความมีจิตใจอันเป็นกุศล ภาวะที่จิตใจมีความสงบสุข สบายปลอดภัย หรือมีใจที่เป็นกุศล ปราศจากความโลภ โกรธ หลงผิด ปราศจากความอยากได้อยากมี หรือยึดติดกับสิ่งใด อันเนื่องมาจากปัจจัยภายในบุคคล ก่อให้เกิดการยอมรับและเข้าใจสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้ตามความเป็นจริง อยู่ในระดับปานกลางค่อนข้างสูง

2. ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ สุขภาวะทางจิตวิญญาณ และความสุขในบริบทพุทธธรรม

ผลการวิจัยในครั้งนี้นำมาพบว่าการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบมีอิทธิพลรวมทางลบต่อความสุขในบริบทพุทธธรรมโดยมีค่าอิทธิพลมาตรฐานเท่ากับ $-.34$ ($b = -.357$) โดยมีอิทธิพลทางอ้อมผ่านสุขภาวะทางจิตวิญญาณเท่ากับ $-.215$ ($b = -.225$) ซึ่งมากกว่าอิทธิพลทางตรง $-.126$ ($b = -.132$) และการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบมีอิทธิพลทางตรงทิศทางลบต่อสุขภาวะทางจิตวิญญาณโดยมีค่าอิทธิพลมาตรฐานเท่ากับ $-.239$ ($b = -.354$) โดยที่ค่าอิทธิพลทุกค่ามีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $.001$ ซึ่งแสดงให้เห็นว่า การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบทำให้ความสุขในบริบทพุทธธรรมและสุขภาวะทางจิตวิญญาณลดลงด้วย ทั้งนี้ เมื่ออิทธิพลของการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบส่งผ่านสุขภาวะทางจิตวิญญาณทำให้ค่าอิทธิพลทางตรงที่มีต่อความสุขลดลง ผู้ที่ประเมินว่าตนรู้สึกสะเทือนใจต่อเหตุการณ์ทางลบต่ำ จะเป็นผู้ที่มีสุขภาวะทางจิตวิญญาณสูง ซึ่งจะส่งผลให้มีความสุขในบริบทพุทธธรรมสูงด้วย

ผลการวิจัยที่ได้สอดคล้องกับงานวิจัยที่พบว่า การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบมีอิทธิพลต่อความเครียด ความซึมเศร้า และการปรับตัวทางจิตใจ เช่น Kim และ Seidlitz (2002) ที่ได้ศึกษาอิทธิพลของสภาวะทางจิตวิญญาณที่มีต่อความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดในแต่ละวัน (ซึ่งคล้ายกับการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ) กับการปรับตัวทั้งทางอารมณ์และทางกายภาพ ในนักศึกษาวิทยาลัยในประเทศเกาหลี และพบว่า สภาวะทางจิตวิญญาณเป็นตัวแปรที่เปลี่ยนแปลงผ่านอิทธิพลของความเครียดในแต่ละวันกับการปรับตัวต่ออารมณ์ทางลบและการปรับตัวทางร่างกาย เมื่อควบคุมวิธีการจัดการกับปัญหา (coping strategies) ซึ่งชี้ให้เห็นว่า สภาวะทางจิตวิญญาณทำให้บุคคลสามารถปรับตัวต่อความเครียดต่อเหตุการณ์ในชีวิตประจำวันได้ทั้งในทางกายภาพและทางอารมณ์จิตใจ

นอกจากนี้ผลการวิจัยยังสามารถอธิบายด้วยทฤษฎีการปรับตัวต่อความเครียดของ Lazarus (Lazarus, & Folkman, 1984 อ้างถึงใน สุภาพรพรณ โคตรจรัส, 2552) ที่อธิบายกระบวนการของความเครียด ว่าเมื่อมีสิ่งเร้าอันเป็นสถานการณ์หรือสิ่งแวดล้อมภายนอกเกิดขึ้น บุคคลจะรับรู้และประเมินสถานการณ์หรือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นนั้นว่าส่งผลกระทบต่อตนมากน้อยเพียงใด เป็นประเมินในขั้นต้นนำไปสู่การประเมินในขั้นที่สองว่าตนจะรับมือกับสถานการณ์อย่างไร การประเมินในขั้นที่สองนี้เป็นการประเมินเกี่ยวกับแหล่งให้ความช่วยเหลือของบุคคล อันประกอบไปด้วยปัจจัยภายใน เช่น การรับรู้ความสามารถในตน ทักษะการแก้ปัญหา ฯลฯ และปัจจัยภายนอก เช่น การสนับสนุนทางสังคม เป็นต้น ซึ่งการประเมินแหล่งความช่วยเหลือนี้นำไปสู่การตัดสินใจเลือกวิธีในการจัดการกับปัญหาหรือสถานการณ์นั้น การจัดการกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นมี 2 ลักษณะ ได้แก่ การจัดการกับปัญหาโดยตรง และการจัดการกับอารมณ์ การเลือกวิธีจัดการกับปัญหายังขึ้นอยู่กับความคาดหวังในผลลัพธ์ที่บุคคลต้องการ บุคคลจะเลือกจัดการกับปัญหาด้วยวิธีที่ตนคิดว่าจะนำไปสู่ผลลัพธ์ที่ตนต้องการได้ การคาดหวังในผลลัพธ์และเลือกวิธีการจัดการปัญหาที่เหมาะสมได้นำไปสู่ผลลัพธ์ของการปรับตัวในทางที่ดีทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสังคม ส่วนการคาดหวังในผลลัพธ์ที่ไม่สอดคล้องกับความเป็นจริงและการจัดการปัญหาในทางที่ไม่เหมาะสม เช่น การหลีกเลี่ยง นำไปสู่การปรับตัวในทางที่จะทำให้เกิดความเสื่อมโทรมทั้งทางร่างกาย อารมณ์ และสังคมเช่นกัน ทั้งนี้เมื่อบุคคลเผชิญความเครียดจนเกิดผลลัพธ์อย่างใด ๆ ขึ้นเมื่อบุคคลรับมือกับปัญหาและเกิดผลลัพธ์ตามที่ตนคาดหวังไว้หรือไม่นั้น จะนำไปสู่การประเมินเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นและกระบวนการย่อย ๆ อีกครั้งหนึ่ง หรือย้อนกลับไปกลับมาได้ตลอดเวลา เมื่อบุคคลประเมินว่าวิธีการจัดการกับปัญหาที่ตนใช้เหมาะสมเพียงพอ เมื่อย้อนกลับไปประเมิน

เหตุการณ์ที่ตนเคยเห็นว่าคุกคามอาจพบว่าเหตุการณ์นั้นคุกคามน้อยลง หรือเมื่อเห็นว่าวิธีการจัดการปัญหาของตนยังไม่ได้ผลตามที่คาดหวังไว้ ก็สามารถกลับไปประเมินสถานการณ์เพื่อหาวิธีการที่เหมาะสมใหม่ได้ (สุภาพรพรณ โคตรจรัส, 2552)

สำหรับการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบนั้น โดยมากเหตุการณ์ในชีวิตทางลบที่ส่งผลกระทบต่อมากนั้นมักเป็นเหตุการณ์ที่ยากจะแก้ไขเหตุการณ์ได้ เช่น การสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก บุคคลจะเกิดความรู้สึกเศร้า เสียใจ ซึ่งขึ้นอยู่กับความรู้และประเมินผลกระทบที่เหตุการณ์นั้นมีต่อตน เมื่อบุคคลประเมินว่าเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นนั้นส่งผลกระทบต่อตนมากจะทำให้เกิดความรู้สึกเครียด เสียใจ เศร้าใจ ทุกข์ใจ และสิ้นหวัง การมีสุขภาวะทางจิตวิญญาณที่ดีเป็นการที่บุคคลมีการเห็นคุณค่าในตนเอง เชื่อมมั่นในตนเอง รวมถึงรับรู้สัมพันธ์ภาพระหว่างตนเองกับผู้อื่นในทางที่ดี อันเป็นแหล่งให้ความช่วยเหลือในการจัดการกับปัญหา ผู้ที่มีสุขภาวะทางจิตวิญญาณสูงจึงมีความเชื่อมั่นว่าตนจะสามารถรับมือกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นได้ หรือรับรู้ความสามารถของตนสูงกว่า และประเมินว่าตนมีแหล่งสนับสนุนทางสังคมมากกว่าผู้ที่มีสุขภาวะทางจิตวิญญาณต่ำ การรับรู้แหล่งความช่วยเหลือนี้จะนำไปสู่การเลือกวิธีแก้ปัญหาที่สร้างสรรค์และเกิดผลลัพธ์ในการปรับตัวอย่างเหมาะสม รวมถึงผู้ที่มีสุขภาวะทางจิตวิญญาณจะมีความเข้าใจและคาดหวังถึงผลลัพธ์อย่างเหมาะสม คาดหวังถึงสิ่งที่จะเป็นไปได้ ไม่ขัดกับความเป็นจริง จึงทำให้สามารถหาวิธีที่จะจัดการสถานการณ์เพื่อให้ได้ผลลัพธ์ตามที่ตนต้องการได้อย่างเหมาะสม และยอมรับผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นจากการจัดการของตนเองได้ และมีความคับข้อง ชุ่นเคืองใจน้อยกว่าผู้ที่มีสุขภาวะทางจิตวิญญาณต่ำอีกด้วย

จากกระบวนการความเครียดที่บุคคลจะมีการประเมินย้อนกลับไปในแต่ละขั้นตอนได้ตลอดเวลา บุคคลจะประเมินว่าวิธีการจัดการและรับมือกับปัญหาที่ใช้ทำให้ได้ผลลัพธ์อย่างไร นำไปสู่การทบทวนเหตุการณ์ หรือการย้อนกลับไปประเมินเหตุการณ์นั้นอีกครั้ง เป็นการพิจารณาถึงความสามารถในการแก้ปัญหาของตน นอกจากนี้ Meichenbaum (1977, as cite in Corey, 2013) ที่ศึกษาถึงวิธีการปรับพฤติกรรมในการจัดการกับปัญหา ยังได้เห็นความสำคัญของการสังเกตตนเอง ทบทวนวิธีคิดของตน อารมณ์และการตอบสนองต่อความเครียดหรือการจัดการกับปัญหาที่ตนใช้ ว่าก่อให้เกิดผลลัพธ์อย่างไร เป็นวิธีการเรียนรู้ที่ปรับเปลี่ยนความคิดของบุคคลที่นำไปสู่การเปลี่ยนพฤติกรรมใหม่ในการจัดการปัญหาได้ ผู้ที่มีสุขภาวะทางจิตวิญญาณสูงที่สามารถรับรู้ ประเมินสถานการณ์ และเลือกวิธีจัดการที่นำไปสู่ผลลัพธ์ที่ตนพอใจได้ จะทบทวนพิจารณาและเรียนรู้ถึงการเผชิญปัญหาของตน วิธีการที่ตนเผชิญปัญหามีความเหมาะสม

หรือไม่ต่อการจะได้ผลลัพธ์ตามที่ตนคาดหวังไว้ เกิดการเรียนรู้ในประสบการณ์การจัดการปัญหา นั้นกลายเป็นประสบการณ์ และเป็นแนวทางในการแก้ปัญหาต่อไปในอนาคต ผู้ที่มีสุขภาวะทางจิตวิญญาณจึงเป็นผู้ที่สามารถเรียนรู้วิธีการจัดการปัญหาและเกิดการปรับตัวอย่างเหมาะสม ประสบการณ์การจัดการกับปัญหาเหล่านี้จะกลายเป็นประสบการณ์ที่ให้คุณค่าทางการรู้คิดแก่บุคคล กลายเป็นแหล่งปัจจัยภายในที่ช่วยให้บุคคลสามารถเผชิญเหตุการณ์ในชีวิตที่จะเกิดขึ้นต่อไปได้ หรือเรียกว่ามีทักษะในการเผชิญปัญหา เป็นความสามารถที่จะประเมินปัญหาอย่างตรงตามความเป็นจริง ประเมินทางเลือกในการจัดการปัญหาได้หลากหลายและสามารถเลือกวิธีที่เหมาะสมได้ (Lazarus & Folkman, 1984) และนำไปปรับใช้ในสถานการณ์ต่าง ๆ ในชีวิต ก่อให้เกิดเป็นความเข้มแข็งทางจิตใจ มีความเชื่อมั่นในตนเอง มองเห็นคุณค่าในสิ่งต่าง ๆ รอบตัว และมีทัศนคติที่ดีต่อการดำรงชีวิต สามารถยอมรับในเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นได้อย่างเข้าใจ เกิดความสุขสงบพอใจในชีวิตอย่างที่เป็น ซึ่งอาจกล่าวได้ว่า ความสุขในบริบทพุทธธรรมเป็นผลของการปรับตัวต่อเหตุการณ์ในชีวิตทางลบของผู้ที่มีสุขภาวะทางจิตวิญญาณที่ดี

ในทางกลับกัน ผู้ที่มีสุขภาวะทางจิตวิญญาณต่ำ จะประเมินเหตุการณ์ในชีวิตทางลบสูง และประเมินถึงแหล่งความช่วยเหลือในการจัดการปัญหาต่ำ ทั้งปัจจัยภายใน อันได้แก่ ความเชื่อมั่นในตนเอง และปัจจัยภายนอก อันได้แก่ การสนับสนุนทางสังคม เป็นต้น นั้น ทำให้ไม่สามารถหาวิธีการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ ก่อให้เกิดผลลัพธ์ของการปรับตัวในทางลบ หรือไม่สามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสม ทำให้เกิดความผิดหวัง ความเศร้าเสียใจ ท้อแท้ มีความคับข้องใจ ย้ำคิดย้ำทำในเรื่องที่ตนอยากให้เป็นไปหรือไม่อยากให้เป็น ไม่สามารถอยู่กับเหตุการณ์ใหม่ในปัจจุบันที่เกิดขึ้น ติดอยู่กับอดีต ทำให้สุขภาพจิตเสื่อมโทรม เกิดความเครียด ความซึมเศร้า และวิตกกังวลได้

3. ความสัมพันธ์ระหว่างการนับถือศาสนา สุขภาวะทางจิตวิญญาณ และความสุขในบริบทพุทธธรรม

การวิจัยในครั้งนี้ได้ศึกษาการนับถือศาสนาแบ่งออกเป็น 2 รูปแบบ ได้แก่ การนับถือศาสนาจากภายใน คือ การปฏิบัติตามแนวทางศาสนาของตนเพื่อพัฒนาจิตใจให้เกิดความสงบสุข และการนับถือศาสนาจากภายนอก คือ การนับถือศาสนาเพื่อหวังผลประโยชน์หรือสิ่งตอบแทนบางอย่างจากศาสนา ผลการวิจัยพบความสัมพันธ์ระหว่างการนับถือศาสนาจากภายในและภายนอกโดยมีทิศทางบวก ขนาดความสัมพันธ์มาตรฐานเท่ากับ .46 ซึ่งให้เห็นว่า นิสิตนักศึกษาผู้นับถือศาสนาเพื่อการพัฒนาจิตใจให้เกิดความสงบสุขมีแนวโน้มจะพึงพิงศาสนาหรือหวังผล

ประโยชน์จากศาสนาด้วยเช่นกัน การนับถือศาสนานั้นไม่ได้มีรูปแบบตายตัวเพียงอย่างเดียว บุคคลผู้นับถือศาสนาสามารถพัฒนาจิตใจตนให้เกิดความสงบสุขได้ แต่ก็เป็นไปได้ว่าจะมีแนวโน้มที่การนับถือศาสนาจะทำให้นิสัยนักศึกษาฟุ้งเฟื่องศาสนา หรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์มากเกินไป จนกลายเป็นความคาดหวังที่จะได้ในสิ่งที่ไม่สมเหตุผล เช่น การขอพรจากสิ่งศักดิ์สิทธิ์ โดยหวังว่าจะเป็นจริง ถ้าได้อ้อนวอนหรือแสดงความเคารพสิ่งศักดิ์สิทธิ์ กลายเป็นการไม่ตระหนักถึงความรับผิดชอบของตนที่จะเลือกกระทำได้

อีกประเด็นหนึ่งของการวิจัยนี้ได้ศึกษาอิทธิพลของสุขภาวะทางจิตวิญญาณแยกออกจาก การนับถือศาสนา ซึ่งผลการวิจัยที่ได้ทำให้ทราบถึงทิศทางของความสัมพันธ์และขนาดอิทธิพล ระหว่างการนับถือศาสนา สุขภาวะทางจิตวิญญาณ และความสุขในบริบทพุทธธรรมชัดเจนขึ้น ผู้วิจัยขอเสนอการอภิปรายผลการวิจัยเป็น 2 ประเด็น ดังนี้

3.1 ทิศทางความสัมพันธ์ระหว่างการนับถือศาสนาภายใน การนับถือศาสนา ภายนอก กับสุขภาวะทางจิตวิญญาณและมีความสุขในบริบทพุทธธรรม

ผลการวิจัยครั้งนี้พบว่า การนับถือศาสนาจากภายในมีอิทธิพลทางตรงทิศทางบวกต่อสุขภาวะทางจิตวิญญาณโดยมีขนาดอิทธิพลมาตรฐานเท่ากับ .283 ($b = .201$) และมีอิทธิพลรวมต่อความสุขในบริบทพุทธธรรมเท่ากับ .309 ($b = .155$) ส่วนการนับถือศาสนาจากภายนอกมีอิทธิพลทางตรงทิศทางลบต่อสุขภาวะทางจิตวิญญาณโดยมีขนาดอิทธิพลมาตรฐานเท่ากับ -.219 ($b = -.158$) และมีอิทธิพลรวมทิศทางลบกับความสุขในบริบทพุทธธรรม -.402 ($b = -.204$) ผลการวิจัยนี้หมายถึง การนับถือศาสนาจากภายในทำให้เกิดสุขภาวะทางจิตวิญญาณและมีความสุขในบริบทพุทธธรรม บุคคลที่นับถือศาสนาเพื่อการพัฒนาจิตใจของตนให้เกิดความสงบสุข มีแนวโน้มมีสุขภาวะทางจิตวิญญาณที่ดี และมีความสุขในบริบทพุทธธรรม และในทางตรงกันข้าม การนับถือศาสนาจากภายนอกทำให้สุขภาวะทางจิตวิญญาณและมีความสุขในบริบทพุทธธรรมลดลง บุคคลผู้นับถือศาสนาโดยต้องการผลประโยชน์จากศาสนา เช่น การได้รับการยอมรับนับถือจากผู้อื่น หรือ การไหว้พระ ขอพร เพื่อหลีกเลี่ยงความรับผิดชอบไปจากตนเอง เป็นผู้มีแนวโน้มมีสุขภาวะทางจิตวิญญาณและมีความสุขในบริบทพุทธธรรมต่ำ

ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับการศึกษาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ของการนับถือศาสนาและสุขภาวะทางจิตวิญญาณกับตัวแปรสุขภาวะต่าง ๆ ที่เคยมีมา เช่น งานวิจัยเชิงปริมาณของ Yonker และคณะ (2011) ที่รวบรวมงานวิจัยในช่วงปี 1990 ถึง ปี 2010 ก็พบว่า การนับถือศาสนาและ

สุขภาวะทางจิตวิญญาณมีอิทธิพลต่อตัวแปรต่าง ๆ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ การนับถือศาสนา และสุขภาวะทางจิตวิญญาณ ทำให้ระดับความซึมเศร้าและพฤติกรรมเสี่ยงลดลง ($r = -.11$ และ $-.17$ ตามลำดับ) และทำให้มีระดับสุขภาวะสูงขึ้นอีกด้วย ($r = .16$) (ซึ่งในงานวิจัยนี้ สุขภาวะ หมายถึงรวมถึง ความพึงพอใจในชีวิต ความสุข การเห็นคุณค่าในตนเอง และการมีอารมณ์ทางบวก) พวกเขาพบว่าแบบวัดที่มีขนาดอิทธิพลมากที่สุดได้แก่ แบบวัดการนับถือศาสนาจากภายในและภายนอก (Intrinsic and Extrinsic Religious Orientation) ตามแนวคิดของ Allport และ Ross โดยที่ การนับถือศาสนาจากภายในมีอิทธิพลทางลบกับอาการซึมเศร้า ($\beta = -.16, p = .007$) ส่วน การนับถือศาสนาจากภายนอกกลับมีอิทธิพลทางบวกกับอาการซึมเศร้า ($\beta = .46, p < .0001$) ทั้งนี้การศึกษาของ Sapp (2011) ยังพบว่าความสัมพันธ์ทางลบระหว่างความซึมเศร้ากับสุขภาวะทางจิตวิญญาณ โดยค่าสหสัมพันธ์แบบพาร์ทเชียล (partial correlation) เท่ากับ $-.36$ ($p < .01$) และความสัมพันธ์ทางบวกระหว่างการใช้ศาสนาแก้ปัญหาในทางที่ไม่เหมาะสมกับอาการซึมเศร้า เท่ากับ $.37$ ($p < .01$) และความสัมพันธ์ทางลบระหว่างสุขภาวะทางจิตวิญญาณกับการใช้ศาสนาแก้ปัญหาในทางที่ไม่เหมาะสมเท่ากับ $-.35$ ($p < .01$) รวมถึง Miller และ Kelly (Paloutzain, & Park, 2005, chap.25) ได้กล่าวว่า การนับถือศาสนาจากภายใน คือความต้องการที่จะดำรงชีวิตอยู่บนความเชื่อและฝึกปฏิบัติตามแนวทางของศาสนาเป็นเป้าหมายในการดำรงชีวิตของบุคคล สัมพันธ์ทางบวกกับ สุขภาวะที่ดี มีการมองโลกตามความเป็นจริง มีความสามารถในการเผชิญปัญหา ตลอดจนมีพฤติกรรมทางสังคมที่เหมาะสมด้วย ส่วน การนับถือศาสนาจากภายนอก เป็นที่บุคคลใช้ศาสนาเพื่อจุดประสงค์บางอย่าง เช่น การไปโบสถ์เพื่อเข้าสังคม ใช้ศาสนาเป็นการเสริมแรงบางอย่างให้กับตน พบว่าสัมพันธ์กับความเครียดทางจิต ความสามารถในการแก้ปัญหาทางลบ การมีอคติลำเอียง การไม่ยอมรับในความแตกต่าง รวมถึงการมีพฤติกรรมทางสังคมที่ไม่เหมาะสม เหล่านี้เป็นแนวคิดที่ได้จากผลการวิจัยทางบริบทตะวันตก

สำหรับผลการวิจัยในครั้งนี้ซึ่งเป็นการศึกษาการนับถือศาสนาในบริบทตะวันออก พบ ความสอดคล้องกับผลการวิจัยตะวันตก และสามารถสรุปได้ว่า การนับถือศาสนาจากภายในจะแปรผันกับสุขภาพจิตที่ดี การมีความสุข หรือคุณลักษณะทางบวก แต่จะแปรผกผันกับสุขภาพจิตที่แย่ เช่นการซึมเศร้า ความเครียด หรือคุณลักษณะทางลบ ในทางตรงกันข้ามการนับถือศาสนาจากภายนอกจะแปรผันตามคุณลักษณะทางลบ และแปรผกผันกับคุณลักษณะทางบวก ผู้ที่มีระดับสุขภาวะทางจิตวิญญาณต่ำ และมีการใช้ศาสนาแก้ปัญหาในทางที่ไม่เหมาะสมมาก มักเป็นผู้ที่มีอาการซึมเศร้าสูง บุคคลที่พึงพิงหรือใช้ศาสนาในทางที่ไม่เหมาะสมนั้น จะผลัดความรับผิดชอบต่อ

สิ่งที่เกิดขึ้นไปจากตน ไม่นำไปสู่การแก้ไขปัญหาที่เหมาะสม เห็นว่าตนไม่สามารถจัดการได้ด้วยตนเอง ไม่พยายามแก้ไขปัญหาด้วยตนเอง การนับถือศาสนาเช่นนี้อาจทำให้เกิดความคาดหวังที่ไม่ถูกต้อง เกิดภาวะฟุ้งเฟิงและโทษสิ่งอื่นรอบตัว โทษโชคชะตา และหวังว่าตนจะโชคดีขึ้นเมื่อขอพรจากพระเจ้า หรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์ ความคาดหวังที่ไม่สมเหตุสมผลเช่นนี้อาจทำให้ไม่สมหวัง ทำให้บุคคลยิ่งเกิดความเครียด คับข้องใจ และไม่ยอมรับในสิ่งที่เกิดขึ้น ไม่เกิดการปรับตัวทั้งทางร่างกายและจิตใจ หรือการพัฒนาสุขภาพทางจิตวิญญาณ นำไปสู่ความซึมเศร้า และความทุกข์ในจิตใจซึ่งเป็นผลให้ความสุขลดลง

แต่ทว่า มีการศึกษาอีกหลายชิ้นที่พบว่าความสัมพันธ์ของตัวแปรเหล่านี้ไม่ชัดเจนนัก บ้างพบความสัมพันธ์ในระดับต่ำมาก หรือบ้างพบว่าตัวแปรการนับถือศาสนากับความสุขไม่มีความสัมพันธ์กัน เช่น Lewis, Maltby, และ Day (2005) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการนับถือศาสนาและความสุข กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ใหญ่ชาวอังกฤษ จำนวน 138 คน โดยใช้แบบวัดการนับถือศาสนา (Religious Orientation scale : Intrinsic and Extrinsic subscale) และการใช้ศาสนาในการจัดการปัญหา (Religious coping scale : Positive and Negative subscale) และความทุกข์ (Depression- Happiness Scale and the Oxford Happiness Questionnaire Short -form) การศึกษาพบว่าการนับถือศาสนาทางลบของแบบวัดศาสนาทั้งสองไม่สัมพันธ์กับความสุขอย่างมีนัยสำคัญ ส่วนการนับถือศาสนาจากภายในและการใช้ศาสนาในการแก้ปัญหาในทางบวกสัมพันธ์ทางบวกกับแบบวัดความสุขของออกซ์ฟอร์ดเท่านั้น ($r = .22, p < .01$ และ $r = .32, p < .001$) แต่ความสุขจากแบบวัด Depression- Happiness (ข้อคำถามเกี่ยวกับความถี่ในการมีอารมณ์ทางบวกและอารมณ์ทางลบ) ไม่สัมพันธ์กับการนับถือศาสนาแบบใด ๆ เลย งานนี้พบว่าการนับถือศาสนาทางบวกสัมพันธ์กับความสุขจริง แต่การนับถือศาสนาทางลบไม่มีความสัมพันธ์กับความสุข Lewis และคณะยังได้เสนอแนะด้วยว่า เมื่อศึกษาถึงการนับถือศาสนากับความสุขก็ควรจะให้ความสำคัญกับตัวแปรที่สะท้อนถึงพัฒนาการทางบวกของจิตใจของบุคคลร่วมด้วย ซึ่งการศึกษาสุขภาพทางจิตวิญญาณในครั้งนี้นำให้เห็นรูปแบบความสัมพันธ์ระหว่างการนับถือศาสนาและความสุขชัดเจนขึ้นกว่าที่ผ่านมา ซึ่งจะได้อภิปรายต่อไป

3.2 ผลของการนับถือศาสนาทั้งสองรูปแบบที่มีต่อความสุขในบริบทพุทธธรรม โดยมีสุขภาพทางจิตวิญญาณเป็นตัวแปรส่งผ่าน

ดังที่ได้กล่าวไว้ในข้างต้นว่าการศึกษาที่ผ่านมายังมีความคลุมเครือไม่ชัดเจน ที่ทำให้เกิดข้อสงสัยในอิทธิพลของการนับถือศาสนาและสุขภาพทางจิตวิญญาณที่มีต่อความสุขและสุขภาพ

ทางจิต ว่าการนับถือศาสนาและสุขภาวะทางจิตวิญญาณมีอิทธิพลต่อสุขภาวะทางจิตจริงหรือไม่ และมากน้อยเท่าใด ซึ่งการวิจัยในครั้งนี้อาจตอบโจทย์ถึงข้อสงสัยดังกล่าวได้ชัดเจนขึ้นในแง่รูปแบบความสัมพันธ์และขนาดอิทธิพลของการนับถือศาสนาและสุขภาวะทางจิตวิญญาณที่มีต่อตัวแปรอื่น ๆ เมื่อศึกษาการนับถือศาสนาแยกออกจากสุขภาวะทางจิตวิญญาณ

การวิจัยครั้งนี้พบว่า การนับถือศาสนาจากภายในมีอิทธิพลรวมทิศทางบวกกับความสุขในบริบทพุทธธรรมเท่ากับ .309 ($b = .155$) โดยมีเพียงอิทธิพลทางอ้อมผ่านสุขภาวะทางจิตวิญญาณเท่านั้นที่มีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 โดยมีค่าอิทธิพลมาตรฐานเท่ากับ .254 ($b = .128$) ส่วนอิทธิพลทางตรงต่อความสุขไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ค่าอิทธิพลมาตรฐานเท่ากับ .055 ($b = .028$) สุขภาวะทางจิตวิญญาณเป็นตัวแปรส่งผ่านสมบูรณ์ของอิทธิพลของการนับถือศาสนาจากภายในที่มีต่อความสุขในบริบทพุทธธรรม การศึกษาสุขภาวะทางจิตวิญญาณแยกออกจากศาสนาทำให้พบว่า การนับถือศาสนาจากภายในไม่มีอิทธิพลทางตรงต่อความสุข แต่มีอิทธิพลเมื่อผ่านการมีสุขภาวะทางจิตวิญญาณเท่านั้น ส่วนอิทธิพลของการนับถือศาสนาจากภายนอกมีอิทธิพลรวมทิศทางลบกับความสุขในบริบทพุทธธรรม $-.402$ ($b = -.204$) โดยแบ่งเป็นอิทธิพลทางตรงเท่ากับ $-.205$ ($b = -.104$) และอิทธิพลทางอ้อมผ่านสุขภาวะทางจิตวิญญาณเท่ากับ $-.197$ ($b = -.10$) ซึ่งค่าอิทธิพลทุกค่ามีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 สุขภาวะทางจิตวิญญาณเป็นตัวแปรเปลี่ยนผ่านอิทธิพลของการนับถือศาสนาจากภายนอกที่มีต่อความสุขในบริบทพุทธธรรม

ผลการวิจัยนี้สามารถอธิบายได้ว่า การนับถือศาสนาโดยการปฏิบัติตนตามหลักศาสนาเพื่อพัฒนาจิตใจให้เกิดความสงบสุข เป็นแนวทางการนับถือศาสนาอันจะก่อให้เกิดสุขภาวะทางจิตวิญญาณที่เป็นภาวะของความเข้าใจว่าตนเองและสรรพสิ่งต่าง ๆ มีความเกี่ยวเนื่องเชื่อมโยงกัน ก่อให้เกิดการเห็นคุณค่าและความหมายทั้งต่อตนเองและสรรพสิ่ง การนับถือศาสนาที่พัฒนาให้เกิดความเข้าใจดังกล่าวจะส่งผลให้บุคคลเกิดความสุขในบริบทพุทธธรรมได้ โดยเฉพาะความสุขในความหมายของความพึงพอใจในชีวิตอันมีพื้นฐานมาจากการรู้คิดและเข้าใจในความเป็นจริงที่เกิดขึ้น

จากแนวคิดของ Meichenbaum บุคคลจะแสดงพฤติกรรมอย่างไรมีผลมาจากพื้นฐานความคิดและความเชื่อของเขา ซึ่งความคิดหรือความเชื่อพื้นฐานนี้เป็นเรื่องที่บุคคลมักบอกกับตัวเองว่าเป็นเช่นนั้น ส่งผลให้เกิดอารมณ์ ความรู้สึก และการแสดงพฤติกรรมตามมา ความคิดหรือ

ความเชื่อนี้มีทั้งที่สมเหตุสมผลที่นำไปสู่การแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสม และความคิดความเชื่อที่ไม่สมเหตุสมผลอันนำไปสู่การแสดงพฤติกรรมที่ไม่สมเหตุสมผลเช่นกัน เมื่อพิจารณาการศึกษาการนับถือศาสนาในครั้งนี้ เป็นรูปแบบการนับถือศาสนาที่มาจากแรงจูงใจอันมีพื้นฐานมาจากความคิดหรือความเชื่อดังกล่าว ความคิดความเชื่อที่สมเหตุสมผลเกี่ยวกับหลักศานานำไปสู่การแสดงพฤติกรรมการนับถือศาสนาที่เหมาะสม เมื่อบุคคลเชื่อว่าศาสนาเป็นแนวทางที่เอื้อให้เขาได้พัฒนาตนเองจากภายใน ซึ่งจะสามารถนำไปใช้ในชีวิตรประจำวันได้โดยมุ่งเน้นที่ตนเอง ความคิดเช่นนี้นำไปสู่การนับถือศาสนาเพื่อพัฒนาตนเอง ส่วนความเชื่อที่ศาสนาเป็นความลึกลับของความศักดิ์สิทธิ์ที่ควบคุมการเป็นไปในชีวิตของเขา จะนำไปสู่การฟุ้งฟิง อ่อนวอน สิ่งศักดิ์สิทธิ์นั้น หรือการนับถือศาสนาจากภายนอก

การนับถือศาสนาทั้งสองรูปแบบดังกล่าว เป็นวิธีที่บุคคลนำศาสนาไปใช้ในการดำรงชีวิตของตน ซึ่งจะนำไปสู่ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นทั้งทางสภาวะร่างกายและโดยเฉพาะอย่างยิ่งสภาวะจิตใจ จากแนวคิดทางฝั่งตะวันตกที่พบว่า การนับถือศาสนาจากภายในอันเป็นการมีความเชื่อและการปฏิบัติตามความเชื่อของศาสนาอันเป็นเป้าหมายในการดำรงชีวิต มักจะนำไปสู่การพบความหมายของการมีชีวิตอยู่ของตนเอง เกิดความหวัง ศาสนายังเอื้อให้บุคคลรู้จักการให้อภัย และการสำนึกขอบคุณในสิ่งที่ดีที่ได้รับ นำไปสู่การเห็นคุณค่าในสิ่งต่าง ๆ ทั้งยังส่งเสริมให้เกิดการแก้ปัญหาที่เหมาะสม และการได้รับการสนับสนุนทางสังคมอีกด้วย (Oman, Thoresen, Miller, & Kelly, 2005) สำหรับผลการวิจัยในครั้งนี้ การนับถือศาสนาจากภายในเป็นการที่บุคคลมีความเชื่อทางศาสนา ศึกษาและพิจารณาหลักธรรมคำสั่งสอนทางศาสนาและนำมาใช้ในการดำรงชีวิต ก่อให้เกิดพื้นฐานความคิดและทัศนคติการมองโลกที่เหมาะสม ตลอดจนปฏิบัติตามหลักศาสนาที่ตนนับถือที่เอื้อให้เกิดการสังเกต พิจารณาจิตใจของตนเองในสภาวะแวดล้อมต่าง ๆ เกิดการตระหนักรู้ในสภาวะของความทุกข์ในจิตใจ ตระหนักรู้ภายในตน เพื่อที่จะขัดเกลา ฝึกฝนจิตใจภายในของตนเองให้เกิดความสงบสุข ซึ่งเป็นการพัฒนาสภาวะในจิตใจ ก่อให้เกิดความมั่นคงเข้มแข็งในจิตใจ เชื่อมั่นในตนเอง มองเห็นคุณค่าและความหมายของตนเอง เมื่อบุคคลสังเกตและตระหนักรู้ในสภาวะจิตใจของตนเอง จะสามารถควบคุมตนเองจากภายในได้ง่ายขึ้น Rosenbaum (1989) ได้กล่าวว่า ความสามารถควบคุมตนเองจากภายในนี้ นำไปสู่การควบคุมพฤติกรรมของตนเอง เพื่อให้เกิดการแก้ปัญหาที่เหมาะสม ผู้ที่นับถือศาสนาจากภายในจะมีการตระหนักรู้ในตนเอง ควบคุมตนเองได้ สามารถเลือกกระทำสิ่งที่จะทำให้ตนเกิดความสงบสุข และสอดคล้องกับการดำรงชีวิตร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้ เกิดความสัมพันธ์และมิตรภาพอันอบอุ่นต่อผู้อื่น รู้สึกว่าตนเองได้รับการยอมรับ ทำให้เห็นคุณค่าใน

การให้และรับจากผู้อื่นอย่างเหมาะสม เกิดความรู้สึกอ่อนน้อม ยอมรับและเข้าใจต่อเพื่อนมนุษย์ และสิ่งต่าง ๆ นำไปสู่การตระหนักถึงความสัมพันธ์เชื่อมโยงกันของตนเอง ผู้อื่น และสรรพสิ่ง ก่อให้เกิดการยอมรับ การให้อภัย และสำนึกขอบคุณสิ่งต่าง ๆ ที่ได้เกื้อกูลการดำรงอยู่ของตน และเห็นว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของการมีอยู่ที่มีความหมายของสรรพสิ่ง นำไปสู่การเห็นคุณค่า ความหมายของตนเองและสรรพสิ่ง มีทัศนคติที่ดีต่อการมองโลก สามารถดำรงชีวิตได้อย่างสอดคล้องกลมกลืน ยอมรับในสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นอย่างเข้าใจ เกิดการปรับตัวอย่างเหมาะสม พึงพอใจทั้งในสิ่งที่ตนเป็น ตนทำ และยอมรับในผลที่ตามมา อันเป็นความสุขที่มีพื้นฐานมาจากสภาวะทางจิตที่ดี

ส่วนการนับถือศาสนาจากภายนอก ที่หวังพึ่งพิงและได้ผลประโยชน์จากการนับถือศาสนา Miller, & Kelly (2005) พบว่ามีแนวโน้มสัมพันธ์กับความเครียดทางจิต ความสามารถในการแก้ปัญหาทางลบ การมีอคติลำเอียง การไม่ยอมรับในความแตกต่าง รวมถึงการมีพฤติกรรมทางสังคมที่ไม่เหมาะสม ผลการวิจัยที่ได้ในครั้งนี้อาจสอดคล้องกับแนวคิดของตะวันตกดังกล่าว การนับถือศาสนาจากภายนอก เป็นพฤติกรรมการพึ่งพิงโชคชะตา อาจมาจากความเชื่อ ของบุคคลว่าศาสนาเป็น ความลึกลับของความศักดิ์สิทธิ์ที่ควบคุมการเป็นไปในชีวิตของเขา จะนำไปสู่การพึ่งพิง อ่อนน้อม สิ่งศักดิ์สิทธิ์นั้น และคาดหวัง รอคอยการดลบันดาลของสิ่งศักดิ์สิทธิ์ การโทษพระเจ้าหรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์ ในเหตุการณ์ที่ตนไม่ปรารถนาให้เกิด นำไปสู่การไม่พยายามแก้ปัญหาด้วยตนเอง เกิดความกดดัน ความเครียด เก็บกด ผิดหวัง จากความไม่พึงพอใจในตน และไม่เห็นคุณค่าและความหมายของการมีอยู่ของตน ไม่เชื่อมั่นทั้งต่อตนเอง และผู้อื่น ทำให้ปรับตัวต่อสถานการณ์ต่าง ๆ อย่างยากลำบาก นำไปสู่การมีความทุกข์ในจิตใจ ความวิตกกังวล ความซึมเศร้า เป็นต้น

การมีความเชื่อ ความศรัทธา และการปฏิบัติทางศาสนาควรเป็นไปเพื่อยกระดับสภาวะทางจิตวิญญาณ หรือการพัฒนาข้างในจิตใจตนเอง ไม่ควรพึ่งพิงศาสนามากเกินไปจนกลายเป็น การยึดถือด้วยความมกมาย และหวังผลที่ได้โดยไม่พัฒนาตนเอง แต่การนับถือศาสนาควรเป็นไปเพื่อ การเรียนรู้และขัดเกลาจิตใจให้เกิดความรู้ความเข้าใจในความสัมพันธ์ซึ่งกันและกันของสรรพสิ่ง ความเป็นเอกภาพ ความเกื้อกูลกันและกันระหว่างตนเอง ผู้อื่น สิ่งแวดล้อม และตระหนักถึงความดี ความงามทั้งหลาย เพื่อให้เกิดความสุขสงบ ออกรามในจิตใจ อันเกิดจากการเห็นคุณค่า ยอมรับ และเข้าใจในสิ่งต่าง ๆ

4. โมเดลเชิงสาเหตุของความสุขในบริบทพุทธธรรมของนิสิตนักศึกษา มหาวิทยาลัย โดยมีการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ และการนับถือศาสนาจากภายในและภายนอกเป็นตัวแปรต้น และมีอิทธิพลทางอ้อมผ่านตัวแปรส่งผ่านสุขภาวะทางจิตวิญญาณ

แม้ว่าโมเดลเชิงสาเหตุของความสุขในบริบทพุทธธรรมของนิสิตศึกษามหาวิทยาลัย โดยมีการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ และการนับถือศาสนาจากภายในและภายนอกเป็นตัวแปรต้น และมีอิทธิพลทางอ้อมผ่านตัวแปรส่งผ่านสุขภาวะทางจิตวิญญาณ จะมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์เป็นอย่างดี อย่างไรก็ตามผลการวิจัยพบว่า การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ การนับถือศาสนาภายในและการนับถือศาสนาภายนอกสามารถทำนายสุขภาวะทางจิตวิญญาณได้ร้อยละ 13.8 ซึ่งไม่สูงนัก แสดงให้เห็นว่า การพัฒนาสุขภาวะทางจิตวิญญาณนอกจากจะพัฒนาจากการเรียนรู้ในประสบการณ์ชีวิต และจากความเชื่อและการปฏิบัติทางศาสนาแล้ว น่าจะยังมีตัวแปรอื่นที่สามารถอธิบายการมีสุขภาวะทางจิตวิญญาณได้มากขึ้น ผู้วิจัยเห็นว่า สุขภาวะทางจิตวิญญาณไม่ใช่ตัวแปรที่เป็นคุณลักษณะที่ติดตัวมาแต่กำเนิด หากแต่น่าจะมีการเรียนรู้หรือการขัดเกลาในบางลักษณะซึ่งเอื้อให้เกิดสภาวะการตระหนักรู้ทางจิตวิญญาณได้ เช่น การเจริญสติ การภาวนา หรือการเรียนรู้ที่ทำให้เข้าใจในสภาวะความเป็นหนึ่งเดียวกันของสรรพสิ่ง อาจเป็นการพิจารณาเพื่อให้เกิดความเข้าใจตามหลักธรรมหรือแนวคิดของแต่ละศาสนาที่มีความลึกซึ้งมากกว่ามิติของความเชื่อ และปฏิบัติตาม

นอกจากนี้ ผลการวิจัยในครั้งนี้พบว่า การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ การนับถือศาสนาภายใน การนับถือศาสนาภายนอกและสุขภาวะทางจิตวิญญาณร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของความทุกข์ในบริบทพุทธธรรมได้ถึงร้อยละ 98 ซึ่งมีค่าสูงมาก โดยที่สุขภาวะทางจิตวิญญาณเป็นตัวแปรสำคัญที่มีอิทธิพลทางตรงต่อความสุขในบริบทพุทธธรรมสูงที่สุดซึ่งมีขนาดอิทธิพลมาตรฐานเท่ากับ .90 ($b = .636$) การยกระดับความสุขจึงควรพัฒนาสุขภาวะทางจิตวิญญาณเป็นสำคัญ เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งสองพบว่ามีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ในระดับปานกลางค่อนข้างสูงเท่ากับ .744 ตัวแปรทั้งสองถึงแม้จะมีความสัมพันธ์กันค่อนข้างสูงแต่ไม่ถือว่าตัวแปรทั้งสองเป็นตัวแปรเดียวกัน ทั้งนี้สุขภาวะทางจิตวิญญาณเป็นตัวแปรที่พัฒนามาจากแนวคิดของ Gomez และ Fisher ซึ่งเป็นทฤษฎีที่ค้นพบและพัฒนามาจากบริบททางตะวันตก ส่วนความสุขในบริบทพุทธธรรมเป็นตัวแปรที่พัฒนามาจากชุดิมา พงษ์วรันทร ที่มีขั้นตอนการพัฒนาจากการเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงประจักษ์จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนิสิตนักศึกษาในประเทศไทย

โดยมีกรอบแนวคิดของบริบทพุทธธรรมเป็นพื้นฐาน และวิเคราะห์จัดองค์ประกอบจนกลายเป็น โครงสร้างทฤษฎีความสุขในบริบทของสังคมไทย ตัวแปรทั้งสองถึงแม้จะพัฒนามาจากบริบททาง สังคม วัฒนธรรมและประเพณีที่แตกต่างกันแต่กลับมีความสัมพันธ์กันอย่างมาก เป็นไปได้ว่า ตัวแปรทั้งสองถึงแม้จะไม่ใช้ตัวแปรเดียวกัน แต่อาจเป็นตัวแปรที่มีโครงสร้างภายใต้ภาวะ หรือ คุณลักษณะเดียวกัน ซึ่งภาวะดังกล่าวเป็นภาวะที่มีความเป็นสากล ไม่ว่าจะบุคคลจะอยู่ในบริบทของ สังคม หรือวัฒนธรรมใด ซึ่งผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่า การพัฒนาระดับสุขภาวะทางจิตวิญญาณ เพื่อให้เกิดความสุขในบริบทพุทธธรรม หรือความสุขที่ยั่งยืนนั้น สามารถนำไปเป็นแนวทางในการ พัฒนาความสุขของบุคคลได้โดยไม่จำกัดในบริบทของสังคม ศาสนา หรือวัฒนธรรม

ดังนั้น ความสุขในชีวิตที่มนุษย์ทุกคนต่างก็ต้องการ สามารถพัฒนาและส่งเสริมให้สูงขึ้นได้ ด้วยการขัดเกลา พิจารณา เรียนรู้ ในความเป็นจริงของชีวิต ว่าตนมิใช่ศูนย์กลางของสรรพสิ่ง แต่ทุก สิ่งอิงอาศัยซึ่งกันและกัน เชื่อมโยงกัน ทำให้ไม่คาดหวังให้สิ่งใดเป็นไปตามใจของตน ยอมรับและ เข้าใจในสิ่งต่าง ๆ ได้ โดยไม่ยึดถือตามความต้องการของตน ความตระหนักรู้เข้าใจดังกล่าว สามารถปรับตัวให้เข้ากับความเป็นไปของชีวิตได้ดี นำไปสู่การเป็นผู้มีความสุข มีสุขภาพจิตที่ดี ทั้งทางอารมณ์ สังคม และความคิด เช่น เกิดมุมมองในชีวิตในทางบวก เห็นคุณค่าทั้งในตนเองและ ผู้อื่น ตลอดจนการแสดงออกก็เป็นไปด้วยความเมตตาต่อผู้อื่น และสรรพสิ่งรอบกาย รู้สึกพอใจใน สิ่งต่าง ๆ ที่มี ที่เป็น และสิ่งที่ทำ อันเป็นความรู้สึกของความสุขที่แท้และยั่งยืน ที่มีรากฐานมาจาก การตระหนักรู้ในความเป็นจริงของชีวิตที่ได้เรียนรู้จากประสบการณ์การใช้ชีวิต การหมั่นขัดเกลา จิตใจตนเองเพื่อให้เกิดความสงบสุขด้วยการปฏิบัติทางศาสนา และไม่พึงพิงหรือหวังผลประโยชน์ จากศาสนาอันเป็นการนับถือศาสนาภายนอก

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. การวิจัยในครั้งนี้เป็นการศึกษาเบื้องต้นถึงการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ การนับถือศาสนา และสุขภาวะทางจิตวิญญาณที่มีบทบาทเป็นตัวแปรทำนายระดับความสุขใน บริบทพุทธธรรม ที่ได้แสดงให้เห็นว่าตัวแปรแต่ละตัวมีขนาดอิทธิพลต่อความสุขในบริบทพุทธธรรม มากน้อยเพียงใด ทั้งนี้จากการทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยต่าง ๆ เช่นในงานของ Smith, McCullough และ Poll (2003) ที่ศึกษางานวิจัยเชิงอภิมาน พบงานวิจัยที่ศึกษาในขอบเขต ดังกล่าวทั้งหมด 147 ชิ้น ($N = 98,975$) คณะผู้วิจัยพบว่า งานวิจัยที่กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้อยู่ในกลุ่ม เสี่ยงที่จะมีเหตุการณ์ในชีวิตทางลบสูง เช่น ผู้ป่วยโรคต่าง ๆ มักพบอิทธิพลของการนับถือศาสนาที่

มีต่ออาการซึมเศร้าสูงกว่ากลุ่มตัวอย่างปกติ เป็นที่น่าสังเกตว่า การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ อาจมีบทบาทเป็นตัวแปรกำกับในความสัมพันธ์ของการนับถือศาสนากับสุขภาวะทางจิตวิญญาณ และความสุข สำหรับการวิจัยในครั้งต่อไปจึงเป็นเรื่องน่าสนใจที่จะศึกษาอิทธิพลของการนับถือศาสนาและสุขภาวะทางจิตวิญญาณที่มีต่อความสุขโดยมีการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบเป็นตัวแปรกำกับ เพื่อดูว่าผู้ที่มีการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตสูงหรือต่ำจะทำให้ผลของการนับถือศาสนาและสุขภาวะทางจิตวิญญาณที่มีต่อความสุขในบริบทพุทธธรรมแตกต่างกันหรือไม่ อย่างไร

2. การศึกษาเหตุการณ์ในชีวิตทางลบในครั้งนี ผู้วิจัยได้พัฒนามาตรวัดเหตุการณ์ในชีวิตทางลบสำหรับนิสิตนักศึกษา ซึ่งข้อบกพร่องจะครอบคลุมถึงเหตุการณ์ทางลบทางการเรียน และเหตุการณ์ในชีวิตทางลบอื่น ๆ ที่เป็นไปได้ทั้งหมด ทั้งนี้ กลุ่มตัวอย่างในครั้งนี้เป็นนิสิตนักศึกษา ซึ่งถือว่าอายุยังไม่มากนัก อาจยังไม่ประสบเหตุการณ์ในชีวิตทางลบทุกเหตุการณ์ของข้อคำถาม ค่าคะแนนที่ได้ส่วนใหญ่จึงมีค่าเข้าใกล้ 0 (ไม่เคยเกิดเหตุการณ์ดังกล่าว) ทำให้ไม่สามารถแยกกลุ่มผู้ที่มีการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบสูงหรือต่ำได้ การวิจัยครั้งนี้จึงไม่สามารถวิเคราะห์อิทธิพลกำกับของการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบตามแนวคิดข้างต้นได้ ดังนั้นการศึกษากลุ่มตัวอย่างอื่นเพิ่มเติมอาจทำให้ได้ข้อมูลที่มีการกระจายครอบคลุมถึงระดับเหตุการณ์ในชีวิตทั้งหมด เพื่อการวิเคราะห์ผลในแง่มุมดังกล่าวได้ต่อไป

3. ผลการวิจัยในครั้งนีพบว่า ตัวแปรทั้งหมดในโมเดลรวมทั้งสุขภาวะทางจิตวิญญาณร่วมกันอธิบายความสุขในบริบทพุทธธรรมได้ถึงร้อยละ 98 ซึ่งมีค่าสูงมาก ในขณะที่การรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ การนับถือศาสนาภายในและการนับถือศาสนาภายนอกกลับสามารถทำนายสุขภาวะทางจิตวิญญาณได้ร้อยละ 13.8 ซึ่งไม่สูงนัก ถึงแม้ว่าการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ การนับถือศาสนา และสุขภาวะทางจิตวิญญาณจะสามารถร่วมกันอธิบายความสุขได้ดี แต่การรับรู้เหตุการณ์ทางลบ กับการนับถือศาสนากลับยังไม่สามารถอธิบายสุขภาวะทางจิตวิญญาณได้มากนัก ผู้วิจัยเห็นว่าอาจมีตัวแปรอื่น ๆ ที่สามารถอธิบายสุขภาวะทางจิตวิญญาณได้มากขึ้น ที่การวิจัยครั้งนี้ไม่ได้ศึกษาครอบคลุมถึง เนื่องจากการวิจัยในครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงสหสัมพันธ์เพื่อให้เข้าใจถึงรูปแบบความสัมพันธ์ของตัวแปรทุกตัวในการวิจัยครั้งนี้ในภาพรวมเท่านั้น สำหรับการวิจัยครั้งต่อไปจึงควรศึกษาเพิ่มเติมในแง่ของผลของตัวแปรที่พัฒนาให้เกิดสุขภาวะทางจิตวิญญาณในลักษณะการวิจัยกึ่งทดลอง เช่น การศึกษาผลของการฝึกสติที่มีต่อสุขภาวะทางจิตวิญญาณ เป็นต้น ดังที่ประเวศ วะสี (2555) ได้กล่าวไว้ว่า สภาวะการเห็นคุณค่าในสิ่งต่าง ๆ เห็นว่าตนเป็นส่วนหนึ่งที่เชื่อมโยงกับสรรพสิ่งสิ่งอื่น ๆ นั้น สามารถขัดเกลาได้ด้วยการศึกษา

สติ การภาวนา หรือการเรียนรู้ ชัดเจนในบางลักษณะซึ่งเอื้อให้บุคคลเข้าใจในสภาวะความเป็นหนึ่งเดียวกันของสรรพสิ่ง การศึกษาในลักษณะดังกล่าวอาจทำให้สามารถเข้าใจสาเหตุที่ทำให้เกิดสภาวะทางจิตวิญญาณได้อย่างชัดเจนมากขึ้น

4. กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนิสิตนักศึกษาระดับชั้นปริญญาตรี ในมหาวิทยาลัย 2 แห่ง ได้แก่ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และมหาวิทยาลัยกรุงเทพ เท่านั้น และกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 95 นับถือศาสนาพุทธ ทำให้ผลการวิจัยในครั้งนี้อาจมีข้อจำกัดอยู่ในขอบเขตของลักษณะประชากรดังกล่าว ดังนั้น อาจศึกษาเพิ่มเติมโดยการเปรียบเทียบกลุ่มประชากร เช่น จำแนกตามช่วงอายุ เพศ ศาสนา เพื่อในการวิจัยครั้งต่อไปควรจึงมีการศึกษากลุ่มตัวอย่างอื่น ๆ เพิ่มเติมเพื่อ เปรียบเทียบรูปแบบความสัมพันธ์ของตัวแปรในกลุ่มประชากรที่มีลักษณะพื้นฐานแตกต่างกัน และเพื่อดูความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรดังกล่าวในกลุ่มตัวอย่างอื่น ๆ ว่าจะมีรูปแบบความสัมพันธ์เหมือนหรือแตกต่างกับกลุ่มตัวอย่างในครั้งนี้หรือไม่ เพื่อให้สามารถขยายผลการวิจัยไปใช้ในกลุ่มประชากรอื่น ๆ ได้

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. สำหรับแนวทางในการให้บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา สถาบันการศึกษาและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาสุขภาพของนิสิตนักศึกษา เนื่องจากผลการวิจัยในครั้งนี้ชี้ให้เห็นว่า การเรียนรู้ประสบการณ์การใช้ชีวิต และการสังเกตตนเอง นำไปสู่การตระหนักรู้ในตนเอง เห็นคุณค่าและความหมายของการดำรงชีวิตของตน ตลอดจนการเชื่อมโยงให้เห็นถึงภาวะของความสัมพันธ์ เกื้อกูลกันและกันระหว่างตนเองกับผู้อื่น กับธรรมชาติ และสรรพสิ่งต่าง ๆ นำไปสู่การเห็นคุณค่าทั้งและความหมายของการดำรงอยู่ ก่อให้เกิดการปรับตัวและการแก้ไข ปัญหาที่เหมาะสม ตลอดจนมีความพึงพอใจในตนเอง อันเป็นความสุขที่มีพื้นฐานมาจากการยอมรับและเข้าใจในสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิต ดังนั้น แนวทางในการเยียวยาจิตใจนิสิตนักศึกษาผู้ประสบเหตุการณ์ทางลบในชีวิต ควรส่งเสริมให้นิสิตนักศึกษาทบทวน และเรียนรู้ประสบการณ์ชีวิต การเกิดขึ้นของเรื่องราวต่าง ๆ ในชีวิตนั้นมีเหตุผล เพื่อให้บุคคลได้เรียนและเป็นประสบการณ์ที่มีคุณค่า เชื่อมโยงให้เห็นถึงความสัมพันธ์ของตนเองกับสิ่งต่าง ๆ ว่าตนเป็นส่วนหนึ่งในการดำรงอยู่ของสรรพสิ่งที่มีความหมาย และ นำไปสู่การยอมรับ เข้าใจ และพึงพอใจในชีวิตของตน นำไปสู่การปรับตัวที่เหมาะสม และความสุขสงบภายใน

2. สำหรับผลการวิจัยในครั้งนี้ซึ่งพบว่า การนับถือศาสนาที่มุ่งเน้นให้บุคคลปฏิบัติตนตามแนวทางศาสนาเพื่อให้เกิดความสงบสุขจากภายในจิตใจ นำไปสู่การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าและความหมายของการดำรงอยู่ของตนเองและสรรพสิ่ง การขัดเกลาจิตใจในลักษณะดังกล่าวทำให้บุคคลมีความสุขอันเป็นความสุขที่แท้และยั่งยืนได้ องค์การที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาทางศาสนาจึงควรมุ่งเน้นการปฏิบัติทางศาสนาที่เอื้อให้บุคคลพิจารณาสภาวะจิตใจของตน เน้นการพัฒนาข้างในจิตใจให้บุคคลรู้จักความสงบ ความแจ่มใส ปราศจากความมัวหมอง เช่น การทำบุญพิจารณาสภาวะใจในการทำบุญ หรือ การให้ฉัน ว่าตนกระทำการให้ ด้วยใจที่อยากให้แก่ผู้อื่น อันเป็นใจที่เมตตาเป็นกุศล อยากให้ผู้อื่นมีสุข มิใช่กระทำการให้ ด้วยใจที่อยากได้แก่ตน อยากได้บุญอันเป็นผลตอบแทน เป็นใจที่ละโมภ มัวหมอง การพิจารณาในใจให้สงบ ปราศจากกิเลส นำไปสู่การเห็นคุณค่าและความหมายของการดำรงอยู่ทั้งตนเองและสรรพสิ่ง เกิดความเข้าใจในความสัมพันธ์เชื่อมโยง เข้าใจว่าตนเกี่ยวข้องและเป็นส่วนหนึ่งของสรรพสิ่งในโลก อันถือกุศลการมีชีวิตแก่กันและกัน ลดความยึดตนเองเป็นศูนย์กลาง ปราศจากความอยากได้อยากมี หรือให้ทุกอย่างเป็นไปตามใจของตน นำไปสู่ความสุข สะอาด สบาย ปลอดโปร่งจากภายใน อันเป็นความสุขที่แท้และยั่งยืน

รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

- กัญญาพัฒน์ บุญภินนท์. (2544). การศึกษาเปรียบเทียบมโนทัศน์เรื่องความสุขตามทรรศนะของ พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตฺโต) และจอห์นสจ๊วตมิลล์. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาปรัชญา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- กীরติ บุญเจือ. (2530). ชุดศาสนศึกษา : ศาสนศาสตร์เบื้องต้น(พิมพ์ครั้งที่1). กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช
- ชุตติกาญจน์ เปาทุย (2553) การศึกษาระดับความสุขในการทำงานของพยาบาล: กรณีศึกษา พยาบาล โรงพยาบาลศิริราช. การค้นคว้าอิสระปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชา การจัดการภาครัฐและภาคเอกชน มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- ชุตติมา พงศ์วรินทร์. (2011). กรอบมโนทัศน์และเครื่องมือวัดความสุขในบริบทสังคมไทย: บทควมปริทรรศน์. *East-West Psychological Science Research Center*, 10.
- ชุตติมา พงศ์วรินทร์. (2554). ความสุขของนิสิตนักศึกษาในบริบทพุทธธรรม: การศึกษาข้อมูลเชิงประจักษ์และการพัฒนามาตรวัด. วิทยานิพนธ์ระดับดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ชุมพร ยงกิตติกุล. (2547). การวัดและการทดสอบทางจิตวิทยา: *Psychological measurement and testing*. คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- ดวงเดือน พันธมนาวิน และ ดุจเดือน พันธมนาวิน. (2551). การวิจัยการนับถือพุทธศาสนาในประเทศไทยในช่วง 30 ปี. *วารสารพัฒนาสังคม*, 10(2), 78-101.
- เดือน คำดี. (2541). *ศาสนศาสตร์*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- นฤมล วิจารณ์กุล. (2550). ผลของการเข้ากลุ่มพัฒนาตนและการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพุทธต่อ สุขภาวะทางจิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต. การฝึกงานการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ณ มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ประเวศ วะสี. (2555). จิตตภาวนากับการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐาน. นครปฐม: ศูนย์จิตตปัญญาศึกษา มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ปิยมาศ ยินดีสุข. (2548). การศึกษาเพื่อพัฒนาสุขภาวะทางจิตวิญญาณของนักเรียนโรงเรียนวิถีพุทธ. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพัฒนศึกษา ภาควิชานโยบายการจัดการและความเป็นผู้นำทางการศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- พระธรรมปิฎก. (ป.อ. ปยุตโต). (2546). *พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระพุทฺธทาส. (2485). *ความสงบคือพุทธธรรม*. ปาฐกถาพิเศษวันที่ 28 มิถุนายน 2485, พุทธสมาคม กรุงเทพมหานคร.
- พระพุทฺธทาส. (2552). *ยอดแห่งความสุข: พระธรรมเทศนา*. นนทบุรี: เอส.อาร์.พรินติ้ง.
- พระมหาจรรย์คุณมณีโร (อับแสง). (2547). *การศึกษาเปรียบเทียบเรื่องความสุขตามทัศนะปรัชญาสุนิยมกับพระพุทธศาสนาเถรวาท*. วิทยานิพนธ์ปริญญาศาสนศาสตรมหาบัณฑิต สาขาพุทธศาสนาและปรัชญามหามกุฏราชวิทยาลัย.
- พระมหาสัญญา สวัสดิ์ไธสงค์. (2551). *ปัจจัยเชิงเหตุแบบบูรณาการของบ้าน วัด โรงเรียน และจิตลักษณะที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการณ์ับถือพระพุทธศาสนาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่เข้าร่วมโครงการค่ายพุทธบุตร*. เอกสารข่าวสารงานวิจัยและพัฒนา. กลุ่มงานวิจัยและพัฒนา สำนักวิชาการสำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร.
- ภัทรพร สิริกาญจน (และคณะ). (2546). *ความรู้พื้นฐานทางศาสนา* (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- วีเรื่องรอง รัตนวิไลสกุล. (2544). *การศึกษาสุขภาพกาย สภาพจิตใจ ปัจจัยทางสังคม และสภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษาที่มาขอคำปรึกษาทางจิตวิทยา ภายใต้โครงการการให้คำปรึกษาทางจิตวิทยาของสายวิชาสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี*. วารสารวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี, 24, 161-177.
- วิไลลักษณ์ ตันติตระกูล. (2552). *ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้าย*. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สมชาย จักรพันธ์. (2549). *แบบประเมินความสุข*. กรมสุขภาพจิต. Retrieved from <http://www.nph.go.th/test/happy/happy.html>
- สุชีวา วิชัยกุล (ไม่ปรากฏปีที่พิมพ์). *พฤติกรรมสุขภาพจิตของวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานคร*. ภาควิชาการพยาบาลเด็ก วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครพนม.
- สุภาพรณ โคตรจรัส. (2539). *ความเครียดและการบริหารความเครียด เทคนิคทางจิตวิทยาในการพัฒนาคุณภาพคน*. เอกสารประกอบการประชุมวิชาการประจำปีของสมาคมจิตวิทยาแห่งประเทศไทย. กรุงเทพมหานคร: สมาคมจิตวิทยาแห่งประเทศไทย.

- สุภาพพรรณ โคตรจรัส. (2552). สุขภาพจิต. กรุงเทพมหานคร : คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุรพงษ์ ชูเดช และ วิภาวี เขียววรรณ. (2545). ตัวแปรในการทำนายสุขภาพจิตและการปรับตัวของนักศึกษา มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี. *วารสารวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี*, 25, 215-232.
- อภิชัย มงคล. (2545). *ดัชนีชี้วัดความสุขคนไทย โครงการจัดทำโปรแกรมสำเร็จรูปในการสำรวจสุขภาพจิตในพื้นที่ปี พ.ศ. 2545*. กรมสุขภาพจิตกระทรวงสาธารณสุข.
- อมรรัตน์ ศรีคำสุข. (2554). ความสุขของนักศึกษาพยาบาลหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต มหาวิทยาลัยขอนแก่น. *วารสารพยาบาลศาสตร์และสุขภาพ*, 34(2), 70-79.

ภาษาอังกฤษ

- Cohen, L. H. (1988). *Life events and psychological functioning: Theoretical and methodological issues*. London: Sage Publication.
- Compas, B. E. (1987). Stress and life events during childhood and adolescence. *Clinical Psychology Review*, 7, 235-302.
- Corey, G. (2013). *Theory and practice of counseling and psychotherapy(9th ed.)*, International edition. Canada: Books/cole, Cengage learning.
- Diener, E., Horwitz, J., & Emmons, R. A. (1985). Happiness of the very wealthy. *Social Indicator Research*, 16, 263–274.
- Gomez, R., & Fisher, J. W. (2003). Domain of spiritual well-being and development and validation of Spiritual Well-Being Questionnaire. *Personality and individual differences*, 35, 1975-1991.
- Gomez,V., Krings, F., Bangerter, A., & Grob, A. (2009). The influence of personality and life events on subjective well-being from a life span perspective. *Journal of Research in Personality*, 43, 345–354.
- Gorsuch, R. L., & McPherson, S. E. (1989). Intrinsic/extrinsic measurement: I/E-Revised and single-item scales. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 28, 348-354.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B.J., & Anderson, R. E. (2010). *Multivariate data analysis : A global perspective*. Upper Saddle River, NJ: Person Education.

- Jafari, E., Dehshiri, G. R., Eskandari, H., Najafi, M., Heshmatif, R., Hoseinifar, J. (2010). Spiritual well-being and mental health in university students. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5, 1477–1481.
- Johnson, J. H. (1986). *Life events as stressors in childhood and adolescence*. London: Sage Publication.
- Judd, M. W. (2009). *Religious orientation, context effects, and socially desirable responding*. Master of Arts, Department of Psychology, Marietta College.
- Koenig, H. G. (2004). Spirituality, wellness, and quality of life. *Sexuality, Reproduction & Menopause*, 2, 76-82.
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer Publishing.
- Litwinczuk, K. M., & Groh, C. J. (2007). The relationship between spirituality, purpose in life, and well-being in HIV-positive persons. *Journal of The Association of Nurses in AIDS Care*, 18, 13-22.
- Meichenbaum, D. (1980). A cognitive-behavioral perspective on intelligence. *Intelligence*, 4, 271-283.
- Paloutzain, R. F., & Park, C. L. (Eds). (2005). *Handbook of the psychology of religious and spirituality*. New York: The Gillford Press.
- Rosenbaum, M. (1989). Self-control under stress: *The role of learned resourcefulness*. *Advances in Behaviour Reseach and Therapy*, 11, 249-258
- Rowold, J. (2011). Effects of spiritual well-being on subsequent happiness, psychological well-being, and stress. *Journal of Religion and Health*, 50, 950–963.
- Roysamb, E., Tambs, K., Reichborn-Kjennerud, T., Neale, M. C., & Harris, J. R. (2003). Happiness and health: Environmental and genetic contributions to the relationship between subjective well-being, perceived health, and somatic illness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 1136–1146.
- Sapp, J. F. (2011). *Exploring the relationship between spiritual well-being, religious distress, and depression among freshmen in christian university*. Doctor of

philosophy, Faculty of school of behavior and health science, Northcentral university, AZ.

Sarason, I. G., Johnson, J. H., & Siegel, J. M. (1987). Assessing the impact of life changes: Development of the life experiences survey. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 46*, 932- 946.

Smith, T. B., McCullough, M. E., & Poll, J. (2003). Religiousness and depression: Evidence for a main effect and the moderating influence of stressful life events. *Psychological Bulletin, 129*, 614–636.

Yonker, J. E., Schnabelrauch, C. A., & DeHaan, L. G. (2011). The relationship between spirituality and religiosity on psychological outcomes in adolescents and emerging adults: A meta-analytic review. *Journal of Adolescence, 1–16*.

Young, J. S., Cashwell, C. S., & Shcherbakova, J. (2000). The moderating relationship of spirituality on negative life events and psychological adjustment. *Counseling and Values, 45*, 49-57.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิ ในการตรวจสอบข้อกระทงของมาตรวัด
ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นในการวิจัยครั้งนี้

1. รองศาสตราจารย์ สุภาพรรณ โคตรจรัส
2. รองศาสตราจารย์ ดร.อรัญญา ต้อยคำภีร์
3. อาจารย์ ดร. กุลยา พิพิษฐสังฆการ
4. อาจารย์ ธนวัต ปุณยกนก

ภาคผนวก ข

ใบรับรองโครงการวิจัยจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน

AF 01-12



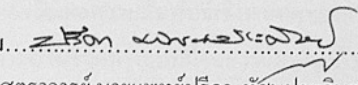
คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสถาบัน ชุคที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
อาคารสถาบัน 2 ชั้น 4 ซอยจุฬาลงกรณ์ 62 ถนนพญาไท เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330
โทรศัพท์: 0-2218-8147 โทรสาร: 0-2218-8147 E-mail: eccu@chula.ac.th

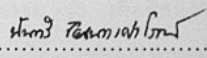
COA No. 110/2555

ใบรับรองโครงการวิจัย

โครงการวิจัยที่ 065.1/55 : เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ การนับถือศาสนา สุขภาวะทางจิตวิญญาณ และ
ความสุขในบริบทพุทธธรรมของนักศึกษามหาวิทยาลัย
ผู้วิจัยหลัก : นางสาวนัสชนัน คุณาพรสุจริต
หน่วยงาน : คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสถาบัน ชุคที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ได้พิจารณา โดยใช้หลัก ของ The International Conference on Harmonization – Good Clinical Practice
(ICH-GCP) อนุมัติให้ดำเนินการศึกษาวิจัยเรื่องดังกล่าวได้

ลงนาม... 
(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ปริดา ทิศนประดิษฐ์)
ประธาน

ลงนาม... 
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทรี ชัชชนะวงศาโรจน์)
กรรมการและเลขานุการ

วันที่รับรอง : 25 กรกฎาคม 2555

วันหมดอายุ : 24 กรกฎาคม 2556

เอกสารที่คณะกรรมการรับรอง

- 1) โครงการวิจัย
- 2) ข้อมูลสำหรับกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยและใบยินยอมของกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย
- 3) ผู้วิจัย
- 4) แบบสอบถาม



เลขที่โครงการวิจัย 065.1/55
วันที่รับรอง 25 ก.ค. 2555
วันหมดอายุ 26 ก.ค. 2556

เงื่อนไข

1. ข้าพเจ้ารับทราบว่าเป็นการคิดจริยธรรม หากดำเนินการเก็บข้อมูลการวิจัยก่อนได้รับการอนุมัติจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยฯ
2. หากใบรับรองโครงการวิจัยหมดอายุ การดำเนินการวิจัยต้องยุติ เมื่อต้องการต่ออายุต้องขออนุมัติใหม่ล่วงหน้าไม่ต่ำกว่า 1 เดือน พร้อมส่งรายงานความก้าวหน้าการวิจัย
3. ต้องดำเนินการวิจัยตามที่ระบุไว้ในโครงการวิจัยอย่างเคร่งครัด
4. ใช้เอกสารข้อมูลสำหรับกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย ใบยินยอมของกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย และเอกสารเชิญเข้าร่วมวิจัย (ถ้ามี) เฉพาะที่ประทับตราคณะกรรมการเท่านั้น
5. หากเกิดเหตุการณ์ไม่พึงประสงค์ร้ายแรงในสถานที่เก็บข้อมูลที่ขออนุมัติจากคณะกรรมการ ต้องรายงานคณะกรรมการภายใน 5 วันทำการ
6. หากมีการเปลี่ยนแปลงการดำเนินการวิจัย ให้ส่งคณะกรรมการพิจารณารับรองก่อนดำเนินการ
7. โครงการวิจัยไม่เกิน 1 ปี ส่งแบบรายงานสิ้นสุดโครงการวิจัย (AF 03-12) และบทคัดย่อผลการวิจัยภายใน 30 วัน เมื่อโครงการวิจัยเสร็จสิ้น สำหรับโครงการวิจัยที่เป็นวิทยานิพนธ์ให้ส่งบทคัดย่อผลการวิจัย ภายใน 30 วัน เมื่อโครงการวิจัยเสร็จสิ้น

ภาคผนวก ค
ผลการวิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ภาคผนวก ค1

ผลการวิเคราะห์คุณภาพรายชื่อของมาตรการรับรู้เหตุการณ์ในชีวิตทางลบ

ข้อที่	ด้าน	CITC ทั้งฉบับ	CITC รายด้าน	ผ่านเกณฑ์ CITC	Reliability
1		0.240	0.052	-	
2		0.162	0.264	✓	
3		0.307	0.240	✓	
4	ครอบครัว	0.276	0.201	✓	0.573
5		0.468	0.424	✓	
6		0.506	0.521	✓	
7		0.227	0.334	✓	
8		0.169	0.310	✓	
9		0.392	0.266	✓	
10		0.273	0.229	✓	
11		0.450	0.541	✓	
12		0.468	0.502	✓	
13		0.582	0.617	✓	
14	เพื่อน/คนรัก	0.455	0.586	✓	0.720
15		0.365	0.391	✓	
16		0.134	0.262	✓	
17		-	-	-	
18		0.267	0.176	✓	
19		0.186	0.333	✓	
20		-	-	-	
21		0.240	0.362	✓	
22	การเรียนรู้	0.378	0.481	✓	0.641
23		0.313	0.418	✓	
24		0.396	0.453	✓	

ข้อที่	ด้าน	CITC ทั้ง ฉบับ	CITC ราย ด้าน	ผ่านเกณฑ์ CITC	Reliabilty
25		0.365	0.316	✓	
26		-	-	-	
27		0.157	0.255	✓	
28		0.408	0.489	✓	
29		0.049	0.010	-	
30		0.027	0.189	✓	
31		0.220	0.331	✓	
32	ตนเอง	0.201	0.090	✓	0.517
33		-	-	-	
34		0.273	0.185	✓	
35		-	-	-	
36		0.380	0.307	✓	
37		0.495	0.236	✓	
38		0.645	0.793	✓	
39		0.439	0.740	✓	
40	การเงิน	0.377	0.461	✓	0.808
41		0.548	0.794	✓	
42		0.535	0.316	✓	
43		0.203	0.384	✓	
รวมทั้งฉบับ					0.856

ภาคผนวก ค2 ผลการทดสอบการวิเคราะห์รายข้อของมาตรฐานวัดการนับถือศาสนา ด้านการนับถือศานาจากภายใน ในชั้นสร้างมาตรฐาน (N = 112)

ข้อที่	ทิศทาง	การวิเคราะห์ข้อกระทงด้วยวิธีกลุ่มสูงกลุ่มต่ำ						CITC ทั้งฉบับ	CITC รายด้าน	ข้อที่ผ่าน CITC	ข้อที่ผ่านการตัดข้อกระทง	ความเที่ยงรายด้านก่อนตัดข้อ	ความเที่ยงรายด้านหลังตัดข้อ
		กลุ่มสูง (N=38)		กลุ่มต่ำ (N=37)		t	ผ่าน t-test						
		M	SD	M	SD								
1	+	4.211	0.528	3.081	0.829	7.015	✓	0.503	0.642	✓	✓		
2	+	4.132	0.665	2.541	0.836	9.105	✓	0.666	0.640	✓	✓		
3	+	4.316	0.574	3.135	0.787	7.432	✓	0.634	0.767	✓	✓		
4	+	4.474	0.506	3.378	0.953	6.192	✓	0.582	0.682	✓	✓		
5	+	4.079	0.506	3.297	0.740	5.057	✓	0.382	0.596	✓	-		
6	+	3.526	0.506	2.081	0.924	6.889	✓	0.556	0.634	✓	✓	0.901	0.903
7	+	3.921	0.506	2.432	1.094	6.660	✓	0.571	0.700	✓	✓		
8	+	3.789	0.506	2.297	0.878	7.509	✓	0.558	0.678	✓	✓		
9	+	4.184	0.506	2.865	0.976	6.900	✓	0.576	0.689	✓	✓		
10	-	3.421	0.506	3.297	1.151	0.470	-	0.062	0.198	-	-		
11	+	4.184	0.506	3.189	1.076	4.999	✓	0.463	0.632	✓	✓		
12	+	3.842	0.506	2.297	0.996	7.584	✓	0.627	0.734	✓	✓		
ความเที่ยงทั้งฉบับ												0.883	0.898

(critical r = .164, df = 110 , p < .05)

ภาคผนวก ค2 ผลการทดสอบการวิเคราะห์รายข้อของมาตรฐานวัดการนับถือศาสนา ด้านการนับถือศานาจากภายนอก ในชั้นสร้างมาตร(N = 112)

ข้อที่	ทิศทาง	การวิเคราะห์ข้อกระทงด้วยวิธีกลุ่มสูงกลุ่มต่ำ						CITC ทั้งฉบับ	CITC รายด้าน	ข้อที่ผ่าน CITC	ข้อที่ผ่านการตัดข้อกระทง	ความเที่ยงรายด้านก่อนตัดข้อ	ความเที่ยงรายด้านหลังตัดข้อ
		กลุ่มสูง (N=38)		กลุ่มต่ำ (N=37)		t	ผ่าน t-test						
		M	SD	M	SD								
13	+	3.237	0.998	1.541	0.767	8.236	✓	0.594	0.658	✓	✓		
14	+	2.974	1.052	1.865	0.948	4.791	✓	0.421	0.529	✓	✓		
15	+	3.553	1.005	1.973	0.986	6.869	✓	0.505	0.690	✓	✓		
16	+	3.789	1.069	2.108	1.022	6.959	✓	0.542	0.661	✓	✓		
17	-	3.632	0.998	2.486	0.901	5.211	✓	0.399	0.393	✓	✓		
18	+	2.500	0.923	1.622	0.861	4.259	✓	0.331	0.528	✓	✓	0.84	0.887
19	+	3.263	0.950	1.703	0.812	7.639	✓	0.563	0.685	✓	✓		
20	-	2.816	1.062	2.405	1.235	1.544	-	0.052	0.114	-	-		
21	+	2.421	1.056	1.622	0.982	3.393	✓	0.238	0.342	✓	✓		
22	+	3.605	0.974	2.000	0.913	7.361	✓	0.557	0.698	✓	✓		
23	-	3.921	1.075	3.351	1.184	2.183	✓	0.136	0.126	✓	-		
24	+	3.974	0.788	2.378	0.953	7.889	✓	0.678	0.659	✓	✓		
ความเที่ยงทั้งฉบับ											0.883	0.898	

(critical r = .164, df = 110 , p < .05)

ภาคผนวก ค3 ผลการทดสอบการวิเคราะห์หัยข้อของมาตรฐานวัดสุขภาวะทางจิตวิญญาณ ด้านองค์ประกอบส่วนตน ในชั้นสร้างมาตรฐาน (N = 117)

ข้อที่	ทิศทาง	การวิเคราะห์หัยข้อกระทงด้วยวิธีกลุ่มสูงกลุ่มต่ำ						CITC ทั้งฉบับ	CITC รายด้าน	ข้อที่ผ่าน CITC	ข้อที่ผ่านการตัดข้อกระทง	ความเที่ยงรายด้านก่อนตัดข้อกระทง	ความเที่ยงรายด้านหลังตัดข้อกระทง
		กลุ่มสูง (N=42)		กลุ่มต่ำ (N=39)		t	ผ่าน t-test						
		M	SD	M	SD								
ด้านที่ 1 องค์ประกอบส่วนตน													
1	+	4.071	0.677	3.718	0.826	-2.098	✓	0.204	0.199	✓	-		
2	-	3.857	0.899	3.154	0.933	-3.450	✓	0.329	0.450	✓	-		
3	+	4.357	0.533	3.590	0.751	-5.267	✓	0.433	0.517	✓	-		
4	+	4.143	0.683	3.231	0.706	-5.902	✓	0.532	0.576	✓	✓		
5	+	4.762	0.431	3.846	0.670	-7.252	✓	0.554	0.626	✓	✓		
6	+	4.786	0.470	3.974	0.778	-5.630	✓	0.536	0.567	✓	✓	0.863	0.855
7	-	4.048	0.854	2.718	0.916	-6.743	✓	0.579	0.597	✓	✓		
8	-	4.833	0.377	3.718	0.793	-7.985	✓	0.577	0.620	✓	✓		
9	+	4.500	0.672	3.513	0.970	-5.287	✓	0.540	0.596	✓	✓		
10	-	4.786	0.470	3.821	0.885	-6.064	✓	0.571	0.629	✓	✓		
11	+	4.429	0.770	3.436	0.680	-6.160	✓	0.549	0.565	✓	-		
12	+	4.286	0.508	3.308	0.614	-7.782	✓	0.583	0.644	✓	✓		
ความเที่ยงทั้งฉบับ											0.934	0.923	

critical r = .164, df = 115 , p < .05

ภาคผนวก ค3 ผลการทดสอบการวิเคราะห์รายข้อของมาตรฐานวัดสุขภาพทางจิตวิญญาณ ด้านองค์ประกอบทางสังคม ในชั้นสร้างมาตรฐาน (N = 117)

ข้อที่	ทิศทาง	การวิเคราะห์ข้อกระทงด้วยวิธีกลุ่มสูงกลุ่มต่ำ						ผ่าน t-test	CITC ทั้งฉบับ	CITC รายด้าน	ข้อที่ผ่าน CITC	ข้อที่ผ่านการตัดข้อกระทง	ความเที่ยงรายด้านก่อนตัดข้อกระทง	ความเที่ยงรายด้านหลังตัดข้อกระทง
		กลุ่มสูง (N=42)		กลุ่มต่ำ (N=39)		t								
		M	SD	M	SD									
ด้านที่ 2 องค์ประกอบด้านสังคม														
13	+	4.643	0.533	3.744	0.880	-5.511	✓	0.599	0.644	✓	✓			
14	+	4.143	0.843	3.667	0.838	-2.548	✓	0.318	0.414	✓	-			
15	+	4.119	0.550	3.282	0.887	-5.059	✓	0.444	0.460	✓	-			
16	+	4.548	0.550	3.846	0.844	-4.395	✓	0.424	0.458	✓	✓			
17	+	4.548	0.550	3.949	0.560	-4.853	✓	0.461	0.499	✓	✓			
18	-	4.357	0.656	3.205	1.005	-6.061	✓	0.495	0.468	✓	✓			
19	+	4.286	0.673	3.795	0.695	-3.224	✓	0.465	0.510	✓	✓	0.818	0.778	
20	+	4.548	0.550	4.026	0.628	-3.968	✓	0.333	0.421	✓	-			
21	-	4.429	0.703	3.718	1.099	-3.437	✓	0.396	0.476	✓	✓			
22	+	4.262	0.665	3.692	0.521	-4.309	✓	0.390	0.478	✓	✓			
23	+	4.429	0.590	3.846	0.812	-3.668	✓	0.356	0.300	✓	-			
24	+	4.476	0.552	3.769	0.583	-5.595	✓	0.467	0.518	✓	✓			
25	-	4.286	0.742	3.487	0.997	-4.066	✓	0.362	0.433	✓	-			
26	-	3.762	1.031	3.282	0.857	-2.284	✓	0.233	0.281	✓	-			
ความเที่ยงทั้งฉบับ												0.934	0.923	

critical r = .164, df = 115 , p < .05

ภาคผนวก ค3 ผลการทดสอบการวิเคราะห์รายข้อของมาตรวัดสุขภาวะทางจิตวิญญาณ องค์ประกอบด้านสิ่งแวดล้อม ในขั้นสร้างมาตร (N = 117)

ข้อที่	ทิศทาง	การวิเคราะห์ข้อกระทงด้วยวิธีกลุ่มสูงกลุ่มต่ำ						CITC ทั้งฉบับ	CITC รายด้าน	ข้อที่ผ่าน CITC	ข้อที่ผ่าน การตัดข้อกระทง	ความเที่ยง รายด้าน ก่อนตัดข้อกระทง	ความเที่ยง รายด้าน หลังตัดข้อกระทง
		กลุ่มสูง (N=42)		กลุ่มต่ำ (N=39)		t	ผ่าน t-test						
		M	SD	M	SD								
ด้านที่ 3 องค์ประกอบด้านสิ่งแวดล้อม													
27	+	4.452	0.633	3.564	0.852	-5.295	✓	0.471	0.634	✓	✓		
28	+	4.476	0.671	3.487	0.970	-5.298	✓	0.482	0.678	✓	✓		
29	+	4.310	0.749	3.308	0.766	-5.945	✓	0.487	0.667	✓	✓		
30	+	4.095	0.726	3.128	0.695	-6.123	✓	0.532	0.682	✓	✓		
31	+	4.595	0.734	3.846	0.779	-4.444	✓	0.312	0.594	✓	✓		
32	+	4.810	0.397	4.103	0.754	-5.222	✓	0.399	0.702	✓	✓	0.866	0.882
33	-	4.429	0.859	3.385	0.935	-5.219	✓	0.429	0.495	✓	-		
34	+	4.333	0.687	3.282	0.887	-5.933	✓	0.565	0.463	✓	-		
35	+	4.667	0.687	3.718	0.887	-5.354	✓	0.444	0.529	✓	-		
36	+	4.571	0.590	3.846	0.779	-4.695	✓	0.468	0.559	✓	✓		
37	-	3.810	1.194	3.359	1.112	-1.758	-	0.138	0.200	-	-		
38	+	4.643	0.533	4.026	0.811	-4.017	✓	0.351	0.625	✓	✓		
ความเที่ยงทั้งฉบับ											0.934	0.923	

critical r (r = .164, df = 115 , p < .05)

ภาคผนวก ค3 ผลการทดสอบการวิเคราะห์รายข้อของมาตรฐานวัดสุขภาวะทางจิตวิญญาณ องค์ประกอบด้านการมีความศรัทธาในสิ่งดีงาม ในชั้นสร้างมาตรฐาน (N = 117)

ข้อที่	ทิศทาง	การวิเคราะห์ข้อกระทงด้วยวิธีกลุ่มสูงกลุ่มต่ำ						CITC ทั้งฉบับ	CITC รายด้าน	ข้อที่ผ่านการตัดข้อกระทง	ความเที่ยงรายด้านก่อนตัดข้อกระทง	ความเที่ยงรายด้านหลังตัดข้อกระทง	
		กลุ่มสูง (N=42)		กลุ่มต่ำ (N=39)		t	ผ่าน t-test						
		M	SD	M	SD								
ด้านที่ 4 องค์ประกอบด้านความเชื่อ ความศรัทธาในสิ่งดีงาม													
39	+	4.357	0.656	3.231	0.706	-7.425	✓	0.606	0.703	✓	✓	0.868	0.855
40	+	4.286	0.508	3.282	0.686	-7.436	✓	0.626	0.646	✓	✓		
41	+	4.357	0.618	3.333	0.838	-6.222	✓	0.585	0.644	✓	✓		
42	+	4.310	0.680	3.513	0.721	-5.106	✓	0.560	0.579	✓	✓		
43	-	4.190	1.087	3.256	0.938	-4.148	✓	0.377	0.462	✓	-		
44	+	4.548	0.504	3.667	0.662	-6.700	✓	0.573	0.606	✓	✓		
45	-	4.095	1.100	2.795	0.864	-5.938	✓	0.559	0.652	✓	✓		
46	+	4.524	0.505	3.538	0.854	-6.261	✓	0.588	0.418	✓	-		
47	-	4.357	1.008	2.923	0.957	-6.570	✓	0.564	0.630	✓	✓		
48	+	4.143	0.718	3.308	0.893	-4.616	✓	0.481	0.467	✓	-		
49	-	4.190	0.862	3.077	0.957	-5.489	✓	0.504	0.549	✓	✓		
ความเที่ยงทั้งฉบับ											0.934	0.923	

critical r (r = .164, df = 115 , p < .05)

ภาคผนวก ค4 ผลการทดสอบการวิเคราะห์รายข้อของมาตรวัดความสุขในบริบทพุทธธรรม ฉบับย่อ ในขั้นสร้างมาตร (N = 34)

ข้อที่	ด้าน	การทดสอบความเชื่อมั่นของฉบับย่อ					การทดสอบสหสัมพันธ์ฉบับเต็มกับฉบับย่อ 38 ข้อ			
		CITC รวม 39 ข้อ	CITC 5 ด้าน	ข้อที่ผ่าน CITC	CITC รวม 38 ข้อ	CITC 5 ด้าน	Reliability ก่อนตัดข้อ	Reliability หลังตัดข้อ	correlation 13 ด้านย่อย	correlation 5 ด้าน
1		0.388	0.596	✓	0.400	0.596				
2	LI11	0.297	0.462	✓	0.294	0.462			0.741	
3		0.166	0.449	✓	0.161	0.449				
4		0.547	0.266	✓	0.547	0.266	0.689	0.689		0.872
5	LI12	0.511	0.275	✓	0.536	0.275			0.804	
6		0.712	0.542	✓	0.694	0.542				
7		0.424	0.552	✓	0.444	0.552				
8	IN21	0.512	0.599	✓	0.512	0.599			0.796	
9		0.499	0.494	✓	0.479	0.494				
10		0.284	0.439	✓	0.297	0.439				
11	IN22	0.536	0.531	✓	0.552	0.531	0.798	0.798	0.733	0.826
12		0.504	0.498	✓	0.516	0.498				
13		0.175	0.281	✓	0.175	0.281				
14	IN23	0.135	0.270	✓	0.123	0.270			0.709	
15		0.329	0.343	✓	0.335	0.343				

ข้อที่	ด้าน	การทดสอบความเชื่อมั่นของฉบับย่อ					การทดสอบสหสัมพันธ์ฉบับเต็มกับฉบับย่อ 38 ข้อ			
		CITC รวม	CITC 5	ข้อที่ผ่าน	CITC รวม	CITC 5	Reliability	Reliability	correlation	correlation 5
		39 ข้อ	ด้าน	CITC	38 ข้อ	ด้าน	ก่อนตัดข้อ	หลังตัดข้อ	13 ด้านย่อย	ด้าน
16	IN24	0.447	0.395	✓	0.463	0.395				
17		0.646	0.571	✓	0.653	0.571			0.754	
18		0.683	0.511	✓	0.673	0.511				
19	FA31	0.494	0.387	✓	0.510	0.461				
20		0.308	0.268	✓	0.336	0.398			0.741	
21		0.393	0.479	✓	0.400	0.517				
22	FA32	0.651	0.534	✓	0.664	0.589				
23		0.661	0.511	✓	0.658	0.483	0.654	0.704	0.731	0.730
24		0.584	0.369	✓	0.590	0.384				
25		0.122	-0.004	-	-	-			-	
26	FA33	0.370	0.337	✓	0.358	0.277				
27		0.292	0.187	✓	0.275	0.104			0.444	
28	PE41	0.651	0.672	✓	0.635	0.672				
29		0.680	0.682	✓	0.661	0.682			0.880	
30		0.548	0.595	✓	0.527	0.595	0.748	0.748		0.903
31	PE42	0.425	0.354	✓	0.411	0.354			0.810	

ข้อที่	ด้าน	การทดสอบความเชื่อมั่นของฉบับย่อ					การทดสอบสหสัมพันธ์ฉบับเต็มกับฉบับย่อ 38 ข้อ				
		CITC รวม	CITC 5	ข้อที่ผ่าน	CITC รวม	CITC 5	Reliability	Reliability	correlation	correlation 5	
		39 ข้อ	ด้าน	CITC	38 ข้อ	ด้าน	ก่อนตัดข้อ	หลังตัดข้อ	13 ด้านย่อย	ด้าน	
32		0.441	0.261	✓	0.456	0.261					
33		0.551	0.379	✓	0.566	0.379					
34		0.196	0.038	✓	0.207	0.038					
35	WI51	0.623	0.476	✓	0.637	0.476			0.724		
36		0.128	0.113	✓	0.121	0.113	0.575	0.575		0.778	
37		0.361	0.334	✓	0.348	0.334					
38	WI52	0.617	0.636	✓	0.634	0.636			0.692		
39		0.246	0.399	✓	0.245	0.399					
รวมทั้งฉบับ							0.909	0.9111		0.931	

ภาคผนวก ง
ตัวอย่างแบบสอบถาม

แบบสำรวจ

คำชี้แจง

แบบสอบถามชุดนี้เป็นส่วนหนึ่งในการทำวิทยานิพนธ์ระดับปริญญาโท มหาวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเหตุการณ์ในชีวิต การนับถือ ศาสนา ความสุขและสภาวะของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัย แบบสอบถามนี้มี 10 หน้า ใช้เวลาในการตอบประมาณ 15 - 20 นาที ซึ่งประกอบด้วยข้อคำถาม จำนวน 5 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1: ข้อมูลทั่วไป

ตอนที่ 2: แบบประเมินเหตุการณ์ในชีวิตทางลบ 43 ข้อ

ตอนที่ 3: แบบประเมินการนับถือศาสนา จำนวน 20 ข้อ

ตอนที่ 4: แบบวัดความสุขในบริบทพุทธธรรม จำนวน 38 ข้อ

ตอนที่ 5: แบบประเมินสภาวะ จำนวน 32 ข้อ

ขอให้ท่านอ่านวิธีการตอบแบบสำรวจในแต่ละตอน และประเมินว่าข้อความแต่ละข้อตรงกับตัวท่าน ประสบการณ์ และความรู้สึกของท่านมากน้อยเพียงใด แบบสอบถามต่อไปนี้เป็นคำตอบที่ถูกต้องหรือผิด ดังนั้น กรุณาเลือกคำตอบที่เป็นจริงกับตัวท่านมากที่สุดและตอบครบถ้วนทุกข้อ เนื่องจากคำตอบที่ตรงตามความเป็นจริงของท่านและครบถ้วนทุกข้อ จะเป็นประโยชน์และมีคุณค่าอย่างยิ่งต่อการพัฒนาองค์ความรู้ทางวิชาการสำหรับนิสิตนักศึกษาต่อไป ทั้งนี้ ข้อมูลที่ท่านตอบจะไม่มี การนำเสนอผลเป็นรายบุคคล แต่จะนำไปใช้เพื่อประโยชน์ในการศึกษาวิจัยเชิงสถิติในภาพรวมเท่านั้น

ขอขอบคุณในการให้ความร่วมมือ

นางสาวมนัสชนันท์ คุณาพรสุจิต

นิสิตระดับปริญญาโท คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

โปรดเติมข้อความลงในช่องว่างและทำเครื่องหมาย X ลงใน () ที่ตรงกับตัวท่าน

- 1.1. เพศ () ชาย () หญิง
- 1.2. อายุ.....
- 1.3. คณะ.....
- 1.4. ชั้นปี.....
- 1.5. มหาวิทยาลัย.....
- 1.6. ศาสนา.....

ตอนที่ 2 แบบประเมินเหตุการณ์ในชีวิตทางลบ 43 ข้อ

วิธีการตอบ ข้อคำถามต่อไปนี้ แสดงเหตุการณ์ทางลบที่อาจเกิดขึ้นในชีวิตของนิสิตนักศึกษา ขอให้ท่านอ่านข้อความเหตุการณ์ และทบทวนว่าท่านเคยประสบกับเหตุการณ์เหล่านี้หรือไม่ หากเคยประสบเหตุการณ์ดังกล่าว ขอให้ประเมินตนเองว่า ณ ปัจจุบันนี้ ท่านยังรู้สึกเครียด กังวล ไม่พอใจ เศร้าเสียใจ หรือ มีความรู้สึกทางลบต่อเหตุการณ์มากน้อยเพียงใด ทำเครื่องหมาย O ลงบนตัวเลขที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด โดยที่

- 0 หมายถึง ไม่เคยประสบเหตุการณ์นี้ / เหตุการณ์นี้ไม่ส่งผลทางอารมณ์ต่อท่านเลย
- 1 หมายถึง เหตุการณ์นี้ส่งผลทางอารมณ์ต่อท่านน้อย
- 2 หมายถึง เหตุการณ์นี้ส่งผลทางอารมณ์ต่อท่านปานกลาง
- 3 หมายถึง เหตุการณ์นี้ส่งผลทางอารมณ์ต่อท่านมาก
- 4 หมายถึง เหตุการณ์นี้ส่งผลทางอารมณ์ต่อท่านมากที่สุด

ข้อที่	ข้อความ	ไม่ส่งผล/ ไม่เคย เกิดขึ้น	ส่งผล น้อย	ส่งผลปาน กลาง	ส่งผลมาก	ส่งผลมาก ที่สุด
1	บิดาเสียชีวิต	0	1	2	3	4
2	มารดาเสียชีวิต	0	1	2	3	4
...	...					
42	ฉันสูญเสียทรัพย์สินอันมีค่ามาก (ถูกยึด ถูก ขโมย หรือ สูญหาย)	0	1	2	3	4
43	ฉันกู้ยืมเงินเพื่อการศึกษา	0	1	2	3	4

ตอนที่ 3 แบบประเมินการนับถือศาสนา จำนวน 20 ข้อ

วิธีการตอบ โปรดอ่านข้อความดังต่อไปนี้ และขอให้ท่านประเมินตนเองว่า ตัวท่านมีลักษณะตรงกับข้อความต่อไปนี้มากน้อยเพียงใด แล้วทำเครื่องหมาย O ลงบนตัวเลขที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด โดยที่

- | | | |
|---|---------|----------------------|
| 1 | หมายถึง | ไม่ตรงเลย |
| 2 | หมายถึง | ไม่ค่อยตรง |
| 3 | หมายถึง | ตรงและไม่ตรงพอ ๆ กัน |
| 4 | หมายถึง | ตรงมาก |
| 5 | หมายถึง | ตรงมากที่สุด |

ข้อ ที่	ข้อความ	ไม่ตรงเลย	ไม่ค่อยตรง	ตรงและไม่ ตรง พอ ๆ กัน	ตรงมาก	ตรงมาก ที่สุด
1	ฉันเชื่อมั่นและปฏิบัติตามหลักปฏิบัติทางศาสนาอยู่เสมอ	1	2	3	4	5
2	ฉันสวดภาวนาตามแนวทางศาสนาของฉันเพื่อให้รู้สึกสงบและผ่อนคลาย	1	2	3	4	5
...	...	1	2	3	4	5
19	ฉันบูชาเทพเจ้าหรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่นับถือเพื่อจะได้รับการปกป้องคุ้มครอง	1	2	3	4	5
20	ฉันไม่คิดว่ามีสิ่งศักดิ์สิทธิ์ใดๆที่ช่วยฉันได้นอกจากตัวฉันเอง	1	2	3	4	5

ตอนที่ 4 แบบวัดความสุขในบริบทพุทธธรรม จำนวน 38 ข้อ

วิธีการตอบ ขอให้ท่านอ่านข้อคำถามทีละข้อและเลือกคำตอบที่ท่านพิจารณาแล้วเห็นว่าตรงกับความเป็นจริงของท่านมากที่สุด โดยทำเครื่องหมาย O ตรงคำตอบที่ท่านเลือก โดยที่

- | | | |
|---|---------|----------------------|
| 1 | หมายถึง | ไม่ตรงเลย |
| 2 | หมายถึง | ค่อนข้างไม่ตรง |
| 3 | หมายถึง | ตรงและไม่ตรงพอ ๆ กัน |
| 4 | หมายถึง | ค่อนข้างตรง |
| 5 | หมายถึง | ตรงมากที่สุด |

ข้อที่	ข้อความ	ไม่ตรงเลย	ค่อนข้างไม่ตรง	ตรงกับ ไม่ตรงพอ ๆ กัน	ค่อนข้างตรง	ตรงมากที่สุด
1	ฉันรักในสิ่งที่ฉันทำ	1	2	3	4	5
2	ฉันมีอิสระในการเลือกทำกิจกรรมที่ฉันชอบ	1	2	3	4	5
3	ฉันพอใจที่ได้ใช้ชีวิตในแบบที่ฉันต้องการ	1	2	3	4	5
....	1	2	3	4	5
37	ฉันถูกความทุกข์ที่ทับถม จนหาทางออกไม่ได้	1	2	3	4	5
38	ถ้าผิดหวังในความรัก ฉันคงยากที่จะทำใจได้	1	2	3	4	5

ตอนที่ 5 แบบประเมินสุขภาพ จำนวน 32 ข้อ

วิธีการตอบ โปรดอ่านข้อความดังต่อไปนี้ และขอให้ท่านประเมินตนเองว่า ตัวท่านมีลักษณะตรงกับข้อความต่อไปนี้มากน้อยเพียงใด แล้วทำเครื่องหมาย O ลงบนตัวเลขที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด โดยที่

- | | | |
|---|---------|-------------------------|
| 1 | หมายถึง | ตรงกับตัวท่านน้อยที่สุด |
| 2 | หมายถึง | ตรงกับตัวท่านน้อย |
| 3 | หมายถึง | ตรงกับตัวท่านปานกลาง |
| 4 | หมายถึง | ตรงกับตัวท่านมาก |
| 5 | หมายถึง | ตรงกับตัวท่านมากที่สุด |

ข้อที่	ข้อความ	ตรงน้อยที่สุด	ตรงน้อย	ปานกลาง	ตรงมาก	ตรงมากที่สุด
1	ฉันมีความสุขสงบในจิตใจ	1	2	3	4	5
2	ชีวิตของฉันไม่มีสิ่งใดที่น่ารื่นรมย์	1	2	3	4	5
...	...	1	2	3	4	5
31	ฉันมีที่ยึดเหนี่ยวทางใจยามเมื่อต้องเผชิญกับความทุกข์ในชีวิต	1	2	3	4	5
32	ฉันท้อแท้ง่ายเมื่อเจออุปสรรคต่างๆในชีวิต	1	2	3	4	5

ภาคผนวก ง
ผลการวิเคราะห์เพื่อตรวจสอบความตรงของ
โมเดลความสุขในบริบทพุทธธรรม

DATE: 3/22/2013
TIME: 18:56

L I S R E L 8.72

BY

Karl G. J"reskog & Dag S"rbom

This program is published exclusively by
Scientific Software International, Inc.
7383 N. Lincoln Avenue, Suite 100
Lincolnwood, IL 60712, U.S.A.
Phone: (800)247-6113, (847)675-0720, Fax: (847)675-2140
Copyright by Scientific Software International, Inc., 1981-
2005

Use of this program is subject to the terms specified in
the

Universal Copyright Convention.
Website: www.ssicentral.com

The following lines were read from file
C:\Users\kwang\Documents\Thesis 2\result Lisrel\NEW2\new model 2.LPJ:

```

TI
!DA NI=158 NO=533 MA=CM
SY='C:\Users\kwang\Documents\Thesis 2\result Lisrel\NEW2\new model
2.DSF'
SE
150 151 152 153 154 155 156 157 158 145 146 147 148 149 141 142 /
MO NX=7 NY=9 NK=3 NE=2 BE=FU GA=FI PS=SY TE=SY TD=SY
LE
SPW HAP
LK
NLE RE_IN RE_EX
FI TD(6,6) TD(7,7)
FR LY(2,1) LY(3,1) LY(4,1) LY(6,2) LY(7,2) LY(8,2) LY(9,2) LX(2,1)
LX(3,1)
FR LX(4,1) LX(5,1) BE(2,1) GA(1,1) GA(1,2) GA(1,3) GA(2,1) GA(2,2)
GA(2,3)

```

```

VA 1 LY(1,1)
VA 1 LY(5,2)
VA 1 LX(1,1)
VA 0.96 LX(6,2)
VA 0.93 LX(7,3)
VA 0.04 TD(6,6)
VA 0.07 TD(7,7)

```

```

FR TE(9,6) TD(2,1) TE(6,2) TE(3,2) TE(9,3) TD(5,3) TH(6,3) TH(6,7)
TD(5,1) TE(9,8) TE(8,4) TE(4,3) TH(7,7) TH(7,4) TH(7,5) TH(6,2)

```

TH(4,4) TH(1,1) TH(3,2) TH(2,2) TD(7,2) TH(5,2) TE(7,3) TH(7,3)
 TE(5,2)

PD
 OU PC RS EF FS SS SC TV MI ND=3

TI

Number of Input Variables 158
 Number of Y - Variables 9
 Number of X - Variables 7
 Number of ETA - Variables 2
 Number of KSI - Variables 3
 Number of Observations 533

TI

Covariance Matrix

	personal	communal	environm	transcen	LI	
IN	-----	-----	-----	-----	-----	---

personal	0.335					
communal	0.190	0.266				
environm	0.159	0.155	0.417			
transcen	0.221	0.131	0.147	0.295		
LI	0.194	0.114	0.102	0.160	0.260	
IN	0.191	0.151	0.093	0.138	0.143	
0.255						
FA	0.211	0.141	0.135	0.169	0.151	
0.150						
PE	0.147	0.086	0.064	0.140	0.119	
0.106						
WI	0.243	0.158	0.071	0.174	0.174	
0.236						
family	-0.071	-0.034	-0.008	-0.056	-0.059	
-0.063						
friend	-0.063	-0.021	-0.025	-0.076	-0.066	
-0.085						
study	-0.086	-0.027	-0.043	-0.098	-0.094	
-0.092						
self	-0.043	-0.027	-0.021	-0.034	-0.048	
-0.057						
finance	-0.053	-0.002	0.008	-0.041	-0.069	
-0.053						
RE_IN	0.075	0.094	0.148	0.061	0.028	
0.040						
RE_EX	-0.040	-0.005	0.029	-0.064	-0.036	
-0.066						

Covariance Matrix

	FA	PE	WI	family	friend	
study	-----	-----	-----	-----	-----	---

FA	0.261				
PE	0.112	0.290			
WI	0.183	0.170	0.469		
family	-0.044	-0.042	-0.094	0.490	
friend	-0.054	-0.057	-0.124	0.292	0.453
study	-0.083	-0.055	-0.145	0.195	0.273
0.525					
self	-0.042	-0.038	-0.083	0.127	0.185
0.186					
finance	-0.040	-0.028	-0.095	0.202	0.215
0.163					
RE_IN	0.101	0.037	0.019	-0.006	0.000
0.004					
RE_EX	-0.022	-0.051	-0.103	0.013	0.009
0.051					

Covariance Matrix

	self	finance	RE_IN	RE_EX
	-----	-----	-----	-----
self	0.214			
finance	0.162	0.427		
RE_IN	-0.009	0.029	0.572	
RE_EX	0.018	0.048	0.237	0.550

TI

Parameter Specifications

LAMBDA-Y

	SPW	HAP
	-----	-----
personal	0	0
communal	1	0
environm	2	0
transcen	3	0
LI	0	0
IN	0	4
FA	0	5
PE	0	6
WI	0	7

LAMBDA-X

	NLE	RE_IN	RE_EX
	-----	-----	-----
family	0	0	0
friend	8	0	0
study	9	0	0
self	10	0	0
finance	11	0	0
RE_IN	0	0	0
RE_EX	0	0	0

BETA

	SPW	HAP
	-----	-----
SPW	0	0
HAP	12	0

GAMMA

	NLE	RE_IN	RE_EX
	-----	-----	-----
SPW	13	14	15
HAP	16	17	18

PHI

	NLE	RE_IN	RE_EX
	-----	-----	-----
NLE	19		
RE_IN	20	21	
RE_EX	22	23	24

PSI

	SPW	HAP
	-----	-----
	25	26

THETA-EPS

	personal	communal	environm	transcen	LI	
	-----	-----	-----	-----	-----	---
IN						

personal	27					
communal	0	28				
environm	0	29	30			
transcen	0	0	31	32		
LI	0	33	0	0	34	
IN	0	35	0	0	0	
36						
FA	0	0	37	0	0	
0						
PE	0	0	0	39	0	
0						
WI	0	0	41	0	0	
42						

THETA-EPS

	FA	PE	WI
	-----	-----	-----
FA	38		
PE	0	40	
WI	0	43	44

THETA-DELTA-EPS

IN	personal	communal	environm	transcen	LI	
	-----	-----	-----	-----	-----	---
0	family	45	0	0	0	0
0	friend	0	47	0	0	0
0	study	0	50	0	0	0
0	self	0	0	0	52	0
0	finance	0	54	0	0	0
0	RE_IN	0	58	59	0	0
0	RE_EX	0	0	61	62	63

THETA-DELTA-EPS

	FA	PE	WI
	-----	-----	-----
family	0	0	0
friend	0	0	0
study	0	0	0
self	0	0	0
finance	0	0	0
RE_IN	60	0	0
RE_EX	64	0	0

THETA-DELTA

RE_IN	family	friend	study	self	finance	
	-----	-----	-----	-----	-----	---
0	family	46				
0	friend	48	49			
0	study	0	0	51		
0	self	0	0	0	53	
0	finance	55	0	56	0	57
0	RE_IN	0	0	0	0	0
0	RE_EX	0	65	0	0	0

THETA-DELTA

RE_EX	-----
RE_EX	0

TI

Number of Iterations = 18

LISREL Estimates (Maximum Likelihood)

LAMBDA-Y			
	SPW	HAP	
	-----	-----	
personal	1.000	- -	
communal	0.651 (0.035) 18.451	- -	
environm	0.535 (0.050) 10.625	- -	
transcen	0.758 (0.035) 21.832	- -	
LI	- -	1.000	
IN	- -	0.975 (0.058) 16.943	
FA	- -	1.062 (0.058) 18.289	
PE	- -	0.740 (0.062) 11.858	
WI	- -	1.243 (0.078) 15.931	
LAMBDA-X			
	NLE	RE_IN	RE_EX
	-----	-----	-----
family	1.000	- -	- -
friend	1.402 (0.107) 13.080	- -	- -
study	1.465 (0.143) 10.219	- -	- -

self	1.003 (0.093) 10.825	- -	- -
finance	1.196 (0.114) 10.480	- -	- -
RE_IN	- -	0.960	- -
RE_EX	- -	- -	0.930

BETA

	SPW	HAP
	-----	-----
SPW	- -	- -
HAP	0.636 (0.034) 18.476	- -

GAMMA

	NLE	RE_IN	RE_EX
	-----	-----	-----
SPW	-0.354 (0.075) -4.734	0.201 (0.037) 5.404	-0.158 (0.039) -4.044
HAP	-0.132 (0.035) -3.790	0.028 (0.019) 1.424	-0.104 (0.023) -4.542

Covariance Matrix of ETA and KSI

	SPW	HAP	NLE	RE_IN	RE_EX
	-----	-----	-----	-----	-----
SPW	0.289				
HAP	0.197	0.144			
NLE	-0.051	-0.052	0.131		
RE_IN	0.076	0.038	-0.007	0.572	
RE_EX	-0.042	-0.080	0.019	0.263	0.559

PHI

	NLE	RE_IN	RE_EX
	-----	-----	-----
NLE	0.131 (0.023) 5.652		

RE_IN	-0.007 (0.013)	0.572 (0.038)	
	-0.513	15.206	
RE_EX	0.019 (0.014)	0.263 (0.029)	0.559 (0.039)
	1.415	9.169	14.411

PSI
Note: This matrix is diagonal.

	SPW	HAP
	-----	-----
	0.249	0.003
	(0.019)	(0.004)
	13.097	0.686

Squared Multiple Correlations for Structural Equations

	SPW	HAP
	-----	-----
	0.138	0.980

Squared Multiple Correlations for Reduced Form

	SPW	HAP
	-----	-----
	0.138	0.282

Reduced Form

	NLE	RE_IN	RE_EX
	-----	-----	-----
SPW	-0.354 (0.075)	0.201 (0.037)	-0.158 (0.039)
	-4.734	5.404	-4.044
HAP	-0.357 (0.060)	0.155 (0.029)	-0.204 (0.031)
	-5.957	5.429	-6.547

THETA-EPS

	personal	communal	environm	transcen	LI
IN	-----	-----	-----	-----	-----

personal	0.045 (0.007)				
	6.434				
communal	- -	0.143 (0.010)			

			15.051			
environm	--	0.056 (0.010) 5.887	0.331 (0.021) 16.008			
transcen	--	--	0.030 (0.009) 3.395	0.128 (0.009) 14.398		
LI	--	-0.012 (0.006) -2.075	--	--	0.115 (0.008) 14.170	
IN	--	0.027 (0.006) 4.823	--	--	--	
0.118 (0.008) 14.594						
FA	--	--	0.019 (0.008) 2.313	--	--	
--						
PE	--	--	--	0.030 (0.007) 3.990	--	
--						
WI	--	--	-0.046 (0.011) -4.175	--	--	
0.058 (0.008) 6.981						

THETA-EPS

	FA	PE	WI
	-----	-----	-----
FA	0.098 (0.007) 13.365		
PE	--	0.211 (0.013) 15.852	
WI	--	0.035 (0.009) 3.703	0.243 (0.016) 15.125

Squared Multiple Correlations for Y - Variables

IN	personal	communal	environm	transcen	LI
0.538	0.865	0.461	0.200	0.566	0.556

Squared Multiple Correlations for Y - Variables

FA	PE	WI
0.623	0.272	0.479

THETA-DELTA-EPS

IN	personal	communal	environm	transcen	LI
family	-0.018 (0.007) -2.537	- -	- -	- -	- -
friend	- -	0.023 (0.007) 3.181	- -	- -	- -
study	- -	0.026 (0.009) 2.857	- -	- -	- -
self	- -	- -	- -	0.012 (0.005) 2.351	- -
finance	- -	0.021 (0.008) 2.494	- -	- -	- -
RE_IN	- -	0.032 (0.011) 2.979	0.096 (0.018) 5.216	- -	- -
RE_EX	- -	- -	0.036 (0.017) 2.095	-0.041 (0.011) -3.756	0.048 (0.012) 3.904

THETA-DELTA-EPS

	FA	PE	WI
	-----	-----	-----
family	- -	- -	- -
friend	- -	- -	- -
study	- -	- -	- -
self	- -	- -	- -
finance	- -	- -	- -
RE_IN	0.061 (0.013) 4.860	- -	- -
RE_EX	0.061 (0.014) 4.497	- -	- -

THETA-DELTA

	family	friend	study	self	finance	
	-----	-----	-----	-----	-----	-----
RE_IN						

family	0.362 (0.024) 14.827					
friend	0.110 (0.015) 7.206	0.194 (0.016) 12.116				
study	- -	- -	0.242 (0.021) 11.462			
self	- -	- -	- -	0.084 (0.007) 11.303		
finance	0.048 (0.014) 3.455	- -	-0.068 (0.014) -4.804	- -	0.239 (0.019) 12.742	
RE_IN	- -	- -	- -	- -	- -	
0.040						

```

RE_EX      - -      -0.030      - -      - -      - -
--
              (0.013)
              -2.410

```

THETA-DELTA

```

              RE_EX
              -----
RE_EX      0.070

```

Squared Multiple Correlations for X - Variables

```

              family      friend      study      self      finance
RE_IN      -----      -----      -----      -----      -----
-----
0.929      0.266      0.571      0.537      0.609      0.440

```

Squared Multiple Correlations for X - Variables

```

              RE_EX
              -----
              0.874

```

Goodness of Fit Statistics

```

Degrees of Freedom = 71
Minimum Fit Function Chi-Square = 89.553 (P = 0.0676)
Normal Theory Weighted Least Squares Chi-Square = 86.112 (P =
0.107)
Estimated Non-centrality Parameter (NCP) = 15.112
90 Percent Confidence Interval for NCP = (0.0 ; 42.682)

Minimum Fit Function Value = 0.168
Population Discrepancy Function Value (F0) = 0.0284
90 Percent Confidence Interval for F0 = (0.0 ; 0.0802)
Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA) = 0.0200
90 Percent Confidence Interval for RMSEA = (0.0 ; 0.0336)
P-Value for Test of Close Fit (RMSEA < 0.05) = 1.00

Expected Cross-Validation Index (ECVI) = 0.406
90 Percent Confidence Interval for ECVI = (0.378 ; 0.458)
ECVI for Saturated Model = 0.511
ECVI for Independence Model = 13.807

```

```

Chi-Square for Independence Model with 120 Degrees of Freedom =
7313.265

```

```

Independence AIC = 7345.265
Model AIC = 216.112
Saturated AIC = 272.000
Independence CAIC = 7429.722

```


Model CAIC = 559.216
Saturated CAIC = 989.879

Normed Fit Index (NFI) = 0.988
Non-Normed Fit Index (NNFI) = 0.996
Parsimony Normed Fit Index (PNFI) = 0.584
Comparative Fit Index (CFI) = 0.997
Incremental Fit Index (IFI) = 0.997
Relative Fit Index (RFI) = 0.979

Critical N (CN) = 604.716

Root Mean Square Residual (RMR) = 0.0124
Standardized RMR = 0.0308
Goodness of Fit Index (GFI) = 0.980
Adjusted Goodness of Fit Index (AGFI) = 0.962
Parsimony Goodness of Fit Index (PGFI) = 0.512

TI

Fitted Covariance Matrix

	personal	communal	environm	transcen	LI	
IN	-----	-----	-----	-----	-----	--

personal	0.334					
communal	0.188	0.265				
environm	0.155	0.157	0.414			
transcen	0.219	0.143	0.147	0.294		
LI	0.197	0.116	0.105	0.149	0.260	
IN	0.192	0.152	0.103	0.146	0.141	
0.255						
FA	0.209	0.136	0.131	0.159	0.153	
0.149						
PE	0.146	0.095	0.078	0.140	0.107	
0.104						
WI	0.245	0.159	0.085	0.186	0.179	
0.233						
family	-0.069	-0.033	-0.027	-0.039	-0.052	
-0.050						
friend	-0.071	-0.023	-0.038	-0.054	-0.073	
-0.071						
study	-0.074	-0.022	-0.040	-0.056	-0.076	
-0.074						
self	-0.051	-0.033	-0.027	-0.026	-0.052	
-0.051						
finance	-0.061	-0.019	-0.032	-0.046	-0.062	
-0.060						
RE_IN	0.073	0.080	0.135	0.055	0.036	
0.035						
RE_EX	-0.039	-0.026	0.015	-0.070	-0.026	
-0.073						

Fitted Covariance Matrix

	FA	PE	WI	family	friend	
study	-----	-----	-----	-----	-----	--

FA	0.261					
PE	0.113	0.290				
WI	0.190	0.167	0.466			
family	-0.055	-0.038	-0.064	0.493		
friend	-0.077	-0.054	-0.090	0.293	0.451	
study	-0.080	-0.056	-0.094	0.192	0.269	
0.523						
self	-0.055	-0.038	-0.064	0.131	0.184	
0.192						
finance	-0.066	-0.046	-0.077	0.205	0.220	
0.162						
RE_IN	0.099	0.027	0.045	-0.006	-0.009	
-0.009						
RE_EX	-0.019	-0.055	-0.093	0.018	-0.005	
0.026						

Fitted Covariance Matrix

	self	finance	RE_IN	RE_EX
self	-----	-----	-----	-----
self	0.216			
finance	0.157	0.426		
RE_IN	-0.006	-0.008	0.567	
RE_EX	0.018	0.021	0.235	0.554

Fitted Residuals

	personal	communal	environm	transcen	LI	
IN	-----	-----	-----	-----	-----	--

personal	0.001					
communal	0.002	0.000				
environm	0.005	-0.001	0.004			
transcen	0.001	-0.012	-0.001	0.001		
LI	-0.003	-0.002	-0.003	0.010	0.000	
IN	-0.001	-0.001	-0.009	-0.008	0.002	
0.000						
FA	0.002	0.005	0.004	0.011	-0.002	
0.001						
PE	0.001	-0.009	-0.014	-0.001	0.012	
0.002						
WI	-0.002	-0.001	-0.014	-0.012	-0.005	
0.003						
family	-0.003	-0.001	0.019	-0.017	-0.007	
-0.013						
friend	0.008	0.002	0.013	-0.022	0.006	
-0.014						
study	-0.011	-0.005	-0.004	-0.041	-0.018	
-0.018						
self	0.007	0.006	0.006	-0.008	0.004	
-0.007						

finance	0.008	0.017	0.040	0.005	-0.007
0.007					
RE_IN	0.002	0.014	0.013	0.006	-0.008
0.005					
RE_EX	-0.001	0.020	0.014	0.006	-0.010
0.007					

Fitted Residuals

study	FA	PE	WI	family	friend	
	-----	-----	-----	-----	-----	--
FA	0.000					
PE	-0.001	0.000				
WI	-0.007	0.002	0.003			
family	0.011	-0.004	-0.030	-0.003		
friend	0.023	-0.003	-0.034	-0.002	0.002	
study	-0.002	0.001	-0.051	0.003	0.004	
0.002						
self	0.013	0.001	-0.019	-0.004	0.001	
-0.007						
finance	0.026	0.018	-0.018	-0.003	-0.005	
0.002						
RE_IN	0.001	0.010	-0.025	0.001	0.009	
0.014						
RE_EX	-0.003	0.004	-0.011	-0.005	0.014	
0.025						

Fitted Residuals

	self	finance	RE_IN	RE_EX
	-----	-----	-----	-----
self	-0.002			
finance	0.004	0.001		
RE_IN	-0.003	0.036	0.005	
RE_EX	0.000	0.026	0.002	-0.004

Summary Statistics for Fitted Residuals

Smallest Fitted Residual = -0.051
 Median Fitted Residual = 0.001
 Largest Fitted Residual = 0.040

Stemleaf Plot

```

- 5|1
- 4|
- 4|1
- 3|
- 3|40
- 2|5
- 2|2
- 1|98887
- 1|444322110
- 0|99888777775555
- 0|44443333333222221111111111000000

```

```

0|111111111111222222222222333444444
0|5555566666777889
1|001123334444
1|789
2|03
2|566
3|
3|6
4|0

```

Standardized Residuals

IN	personal	communal	environm	transcen	LI	
-----	-----	-----	-----	-----	-----	---
personal	0.730					
communal	0.770	0.117				
environm	1.659	-0.299	1.546			
transcen	0.725	-2.334	-0.189	0.583		
LI	-1.173	-0.744	-0.362	2.203	0.127	
IN	-0.332	-0.364	-1.124	-1.587	0.455	
0.539						
FA	1.148	1.016	1.512	2.505	-0.509	
0.282						
PE	0.307	-1.214	-1.199	-0.348	1.936	
0.354						
WI	-0.394	-0.106	-2.305	-1.676	-0.841	
1.504						
family	-0.220	-0.078	1.049	-1.209	-0.546	
-0.975						
friend	0.877	0.259	0.750	-1.857	0.612	
-1.385						
study	-1.032	-0.515	-0.193	-3.235	-1.620	
-1.581						
self	1.209	0.716	0.538	-1.299	0.627	
-0.973						
finance	0.692	1.820	2.398	0.387	-0.677	
0.667						
RE_IN	0.631	2.260	2.665	0.561	-0.871	
0.533						
RE_EX	-0.327	1.773	2.191	1.128	-2.049	
0.963						

Standardized Residuals

study	FA	PE	WI	family	friend	
-----	-----	-----	-----	-----	-----	---
FA	-1.267					
PE	-0.227	0.040				
WI	-1.361	0.578	1.707			
family	0.879	-0.237	-1.676	-1.471		
friend	2.333	-0.226	-2.308	-0.620	0.639	
study	-0.205	0.074	-3.153	0.277	0.660	
0.617						

self	1.997	0.087	-1.906	-0.883	0.267
-1.827					
finance	2.463	1.339	-1.157	-0.620	-0.743
0.692					
RE_IN	1.132	0.716	-1.868	0.026	0.666
0.887					
RE_EX	-1.208	0.314	-0.908	-0.268	1.504
1.748					

Standardized Residuals

	self	finance	RE_IN	RE_EX
self	-2.620			
finance	1.146	0.302		
RE_IN	-0.322	2.363	1.976	
RE_EX	0.027	1.774	0.353	-0.833

Summary Statistics for Standardized Residuals

Smallest Standardized Residual = -3.235
 Median Standardized Residual = 0.122
 Largest Standardized Residual = 2.665

Stemleaf Plot

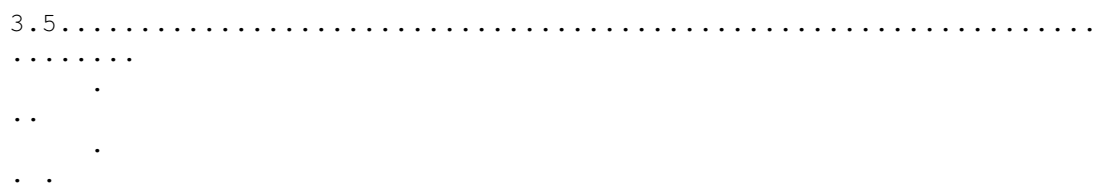
```

- 3|22
- 2|6
- 2|3330
- 1|9998776665
- 1|44332222221000
- 0|9998877766555
- 0|4443333322222211000
  0|11113333333444
  0|555566666666777777778999
  1|000111123
  1|55557778889
  2|00223344
  2|557
    
```

Largest Negative Standardized Residuals
 Residual for study and transcen -3.235
 Residual for study and WI -3.153
 Residual for self and self -2.620
 Largest Positive Standardized Residuals
 Residual for RE_IN and environm 2.665

TI

Qplot of Standardized Residuals





TI

Modification Indices and Expected Change

Modification Indices for LAMBDA-Y

	SPW	HAP
personal	- -	0.390
communal	- -	0.616
environm	- -	1.606
transcen	- -	6.702
LI	0.583	- -
IN	0.030	- -
FA	8.678	- -
PE	0.298	- -
WI	2.388	- -

Expected Change for LAMBDA-Y

	SPW	HAP
personal	- -	-0.181
communal	- -	-0.164

environm	- -	-0.578
transcen	- -	0.838
LI	-0.166	- -
IN	-0.024	- -
FA	0.684	- -
PE	0.097	- -
WI	-0.270	- -

Standardized Expected Change for LAMBDA-Y

	SPW	HAP
	-----	-----
personal	- -	-0.069
communal	- -	-0.062
environm	- -	-0.220
transcen	- -	0.318
LI	-0.089	- -
IN	-0.013	- -
FA	0.368	- -
PE	0.052	- -
WI	-0.145	- -

Completely Standardized Expected Change for LAMBDA-Y

	SPW	HAP
	-----	-----
personal	- -	-0.119
communal	- -	-0.121
environm	- -	-0.342
transcen	- -	0.587
LI	-0.175	- -
IN	-0.025	- -
FA	0.719	- -
PE	0.097	- -
WI	-0.213	- -

Modification Indices for LAMBDA-X

	NLE	RE_IN	RE_EX
	-----	-----	-----
family	- -	0.777	1.193
friend	- -	0.006	0.246
study	- -	0.792	1.896
self	- -	1.765	1.923
finance	- -	2.570	2.405
RE_IN	- -	- -	- -
RE_EX	- -	- -	- -

Expected Change for LAMBDA-X

	NLE	RE_IN	RE_EX
	-----	-----	-----
family	- -	-0.027	-0.037
friend	- -	-0.002	-0.022
study	- -	0.029	0.049
self	- -	-0.026	-0.029
finance	- -	0.049	0.050

RE_IN - - - - - -
 RE_EX - - - - - -

Standardized Expected Change for LAMBDA-X

	NLE	RE_IN	RE_EX
	-----	-----	-----
family	- -	-0.020	-0.027
friend	- -	-0.002	-0.016
study	- -	0.022	0.036
self	- -	-0.019	-0.022
finance	- -	0.037	0.037
RE_IN	- -	- -	- -
RE_EX	- -	- -	- -

Completely Standardized Expected Change for LAMBDA-X

	NLE	RE_IN	RE_EX
	-----	-----	-----
family	- -	-0.029	-0.039
friend	- -	-0.002	-0.024
study	- -	0.031	0.050
self	- -	-0.042	-0.047
finance	- -	0.057	0.057
RE_IN	- -	- -	- -
RE_EX	- -	- -	- -

No Non-Zero Modification Indices for BETA

No Non-Zero Modification Indices for GAMMA

No Non-Zero Modification Indices for PHI

No Non-Zero Modification Indices for PSI

Modification Indices for THETA-EPS

IN	personal	communal	environm	transcen	LI	
	-----	-----	-----	-----	-----	---

personal	- -					
communal	0.466	- -				
environm	2.445	- -	- -			
transcen	0.209	1.743	- -	- -		
LI	1.727	- -	0.214	1.969	- -	
IN	0.167	- -	0.764	0.565	0.744	
- -						
0.125	FA	0.006	0.144	- -	2.509	0.055
0.592	PE	0.000	1.114	1.041	- -	2.899
- -	WI	1.189	1.477	- -	1.603	1.635

Modification Indices for THETA-EPS

	FA	PE	WI
	-----	-----	-----
FA	- -		
PE	0.398	- -	
WI	0.628	- -	- -

Expected Change for THETA-EPS

IN	personal	communal	environm	transcen	LI	---
	-----	-----	-----	-----	-----	---

personal	- -					
communal	0.005	- -				
environm	0.016	- -	- -			
transcen	-0.004	-0.008	- -	- -		
LI	-0.008	- -	-0.004	0.009	- -	
IN	-0.002	- -	-0.008	-0.004	0.005	
- -						
0.002	FA	0.000	0.002	- -	0.009	-0.001
0.005	PE	0.000	-0.007	-0.011	- -	0.012
- -	WI	0.007	0.011	- -	-0.010	-0.009

Expected Change for THETA-EPS

	FA	PE	WI
	-----	-----	-----
FA	- -		
PE	-0.004	- -	
WI	-0.006	- -	- -

Completely Standardized Expected Change for THETA-EPS

IN	personal	communal	environm	transcen	LI	---
	-----	-----	-----	-----	-----	---

personal	- -					
communal	0.016	- -				
environm	0.043	- -	- -			
transcen	-0.012	-0.029	- -	- -		
LI	-0.028	- -	-0.012	0.031	- -	
IN	-0.007	- -	-0.024	-0.014	0.018	
- -						
0.007	FA	-0.001	0.009	- -	0.033	-0.005
0.020	PE	0.000	-0.027	-0.033	- -	0.045
- -	WI	0.019	0.030	- -	-0.026	-0.027

Completely Standardized Expected Change for THETA-EPS

FA	PE	WI
----	----	----

FA	-----	-----	-----
PE	- -	- -	- -
WI	-0.015	- -	- -
	-0.016	- -	- -

Modification Indices for THETA-DELTA-EPS

IN	personal	communal	environm	transcen	LI	---
-----	-----	-----	-----	-----	-----	---
family	- -	0.076	0.993	0.070	0.299	
0.091						
friend	0.681	- -	0.207	1.343	2.031	
1.077						
study	0.338	- -	0.072	2.692	1.251	
1.476						
self	0.404	0.702	0.371	- -	0.808	
1.347						
finance	1.728	- -	1.667	0.886	3.687	
3.319						
RE_IN	0.082	- -	- -	0.082	0.259	
1.268						
RE_EX	0.732	0.732	- -	- -	- -	
0.052						

Modification Indices for THETA-DELTA-EPS

	FA	PE	WI
	-----	-----	-----
family	0.000	0.118	0.083
friend	1.767	0.166	0.507
study	0.286	3.495	2.514
self	0.114	0.861	0.002
finance	0.671	2.950	0.932
RE_IN	- -	1.966	2.599
RE_EX	- -	0.026	0.015

Expected Change for THETA-DELTA-EPS

IN	personal	communal	environm	transcen	LI	---
-----	-----	-----	-----	-----	-----	---
family	- -	-0.003	0.012	-0.002	-0.005	
-0.002						
friend	0.006	- -	-0.005	-0.008	0.010	
-0.007						
study	0.004	- -	-0.004	-0.015	-0.010	
0.010						
self	0.003	0.006	-0.005	- -	0.005	
-0.005						
finance	-0.010	- -	0.016	0.008	-0.016	
0.014						
RE_IN	-0.005	- -	- -	0.003	-0.007	
0.012						

RE_EX	-0.016	0.011	- -	- -	- -
-------	--------	-------	-----	-----	-----

0.003

Expected Change for THETA-DELTA-EPS

	FA	PE	WI
	-----	-----	-----
family	0.000	-0.004	0.003
friend	0.008	-0.003	-0.006
study	-0.004	0.020	-0.017
self	0.002	-0.006	0.000
finance	0.006	0.017	-0.010
RE_IN	- -	0.018	-0.022
RE_EX	- -	-0.002	-0.002

Completely Standardized Expected Change for THETA-DELTA-EPS

	personal	communal	environm	transcen	LI
	-----	-----	-----	-----	-----
IN					

family	- -	-0.008	0.027	-0.006	-0.013
-0.006					
friend	0.014	- -	-0.011	-0.023	0.029
-0.019					
study	0.011	- -	-0.008	-0.039	-0.027
0.027					
self	0.011	0.023	-0.016	- -	0.020
-0.023					
finance	-0.026	- -	0.038	0.023	-0.048
0.041					
RE_IN	-0.010	- -	- -	0.008	-0.018
0.030					
RE_EX	-0.038	0.027	- -	- -	- -
0.007					

Completely Standardized Expected Change for THETA-DELTA-EPS

	FA	PE	WI
	-----	-----	-----
family	0.000	-0.009	0.006
friend	0.025	-0.010	-0.013
study	-0.012	0.052	-0.035
self	0.007	-0.024	0.001
finance	0.019	0.050	-0.022
RE_IN	- -	0.045	-0.042
RE_EX	- -	-0.006	-0.003

Modification Indices for THETA-DELTA

	family	friend	study	self	finance
	-----	-----	-----	-----	-----
RE_IN					

family	- -				
friend	- -	- -			
study	0.136	0.007	- -		

self	0.396	1.191	2.130	- -	
finance	- -	0.744	- -	1.376	- -
RE_IN	0.068	0.023	0.675	1.067	0.717
- -					
RE_EX	1.255	- -	0.292	0.586	1.539
- -					

Modification Indices for THETA-DELTA

	RE_EX

RE_EX	- -

Expected Change for THETA-DELTA

	family	friend	study	self	finance	
RE_IN	-----	-----	-----	-----	-----	---

family	- -					
friend	- -	- -				
study	0.006	0.001	- -			
self	-0.006	0.013	-0.021	- -		
finance	- -	-0.015	- -	0.014	- -	
RE_IN	-0.004	-0.002	0.013	-0.010	0.013	
- -						
RE_EX	-0.019	- -	0.009	-0.008	0.019	
- -						

Expected Change for THETA-DELTA

	RE_EX

RE_EX	- -

Completely Standardized Expected Change for THETA-DELTA

	family	friend	study	self	finance	
RE_IN	-----	-----	-----	-----	-----	---

family	- -					
friend	- -	- -				
study	0.011	0.003	- -			
self	-0.019	0.041	-0.063	- -		
finance	- -	-0.034	- -	0.047	- -	
RE_IN	-0.007	-0.004	0.024	-0.028	0.026	
- -						
RE_EX	-0.036	- -	0.017	-0.022	0.039	
- -						

Completely Standardized Expected Change for THETA-DELTA

	RE_EX

RE_EX	- -

Maximum Modification Index is 8.68 for Element (7, 1) of LAMBDA-Y

TI

Factor Scores Regressions

ETA

IN	personal	communal	environm	transcen	LI	
SPW	0.507	0.104	0.007	0.131	0.110	
HAP	0.279	0.065	0.009	0.039	0.121	

ETA

study	FA	PE	WI	family	friend	
SPW	0.126	0.016	0.049	0.037	-0.017	
HAP	0.143	0.020	0.035	0.027	-0.042	

ETA

	self	finance	RE_IN	RE_EX
SPW	0.003	-0.008	-0.009	0.015
HAP	-0.014	-0.019	0.008	-0.086

KSI

IN	personal	communal	environm	transcen	LI	
NLE	0.036	-0.079	0.016	-0.011	-0.018	
RE_IN	0.265	-0.100	-0.263	0.143	0.081	
RE_EX	0.210	0.022	-0.133	0.409	-0.314	

KSI

study	FA	PE	WI	family	friend	
NLE	-0.018	0.000	-0.004	-0.013	0.153	

RE_IN	-0.492	0.028	-0.023	0.008	-0.001
-0.003					
RE_EX	-0.536	-0.027	0.010	-0.039	0.128
-0.043					

KSI

	self	finance	RE_IN	RE_EX
	-----	-----	-----	-----
NLE	0.222	0.149	0.001	0.010
RE_IN	-0.045	-0.004	1.053	0.041
RE_EX	-0.121	-0.033	0.126	0.942

TI

Standardized Solution

LAMBDA-Y

	SPW	HAP
	-----	-----
personal	0.538	- -
communal	0.350	- -
environm	0.288	- -
transcen	0.408	- -
LI	- -	0.380
IN	- -	0.370
FA	- -	0.403
PE	- -	0.281
WI	- -	0.472

LAMBDA-X

	NLE	RE_IN	RE_EX
	-----	-----	-----
family	0.362	- -	- -
friend	0.507	- -	- -
study	0.530	- -	- -
self	0.363	- -	- -
finance	0.433	- -	- -
RE_IN	- -	0.726	- -
RE_EX	- -	- -	0.696

BETA

	SPW	HAP
	-----	-----
SPW	- -	- -
HAP	0.900	- -

GAMMA

	NLE	RE_IN	RE_EX
	-----	-----	-----
SPW	-0.239	0.283	-0.219
HAP	-0.126	0.055	-0.205

Correlation Matrix of ETA and KSI

	SPW	HAP	NLE	RE_IN	RE_EX
	-----	-----	-----	-----	-----
SPW	1.000				
HAP	0.964	1.000			
NLE	-0.261	-0.376	1.000		
RE_IN	0.186	0.131	-0.024	1.000	
RE_EX	-0.105	-0.283	0.071	0.465	1.000

PSI

Note: This matrix is diagonal.

	SPW	HAP
	-----	-----
	0.862	0.020

Regression Matrix ETA on KSI (Standardized)

	NLE	RE_IN	RE_EX
	-----	-----	-----
SPW	-0.239	0.283	-0.219
HAP	-0.340	0.309	-0.402

TI

Completely Standardized Solution

LAMBDA-Y

	SPW	HAP
	-----	-----
personal	0.930	- -
communal	0.679	- -
environm	0.447	- -
transcen	0.752	- -
LI	- -	0.745
IN	- -	0.733
FA	- -	0.789
PE	- -	0.522
WI	- -	0.692

LAMBDA-X

	NLE	RE_IN	RE_EX
	-----	-----	-----
family	0.515	- -	- -
friend	0.755	- -	- -
study	0.733	- -	- -
self	0.781	- -	- -
finance	0.663	- -	- -
RE_IN	- -	0.964	- -
RE_EX	- -	- -	0.935

BETA

	SPW	HAP
--	-----	-----

	-----	-----
SPW	- -	- -
HAP	0.900	- -

GAMMA

	NLE	RE_IN	RE_EX
	-----	-----	-----
SPW	-0.239	0.283	-0.219
HAP	-0.126	0.055	-0.205

Correlation Matrix of ETA and KSI

	SPW	HAP	NLE	RE_IN	RE_EX
	-----	-----	-----	-----	-----
SPW	1.000				
HAP	0.964	1.000			
NLE	-0.261	-0.376	1.000		
RE_IN	0.186	0.131	-0.024	1.000	
RE_EX	-0.105	-0.283	0.071	0.465	1.000

PSI

Note: This matrix is diagonal.

	SPW	HAP
	-----	-----
	0.862	0.020

THETA-EPS

	personal	communal	environm	transcen	LI
IN	-----	-----	-----	-----	-----

personal	0.135				
communal	- -	0.539			
environm	- -	0.169	0.800		
transcen	- -	- -	0.086	0.434	
LI	- -	-0.046	- -	- -	0.444
IN	- -	0.105	- -	- -	- -
0.462					
FA	- -	- -	0.058	- -	- -
- -					
PE	- -	- -	- -	0.102	- -
- -					
WI	- -	- -	-0.105	- -	- -
0.168					

THETA-EPS

	FA	PE	WI
	-----	-----	-----
FA	0.377		
PE	- -	0.728	
WI	- -	0.095	0.521

THETA-DELTA-EPS

IN	personal	communal	environm	transcen	LI
family	-0.044	- -	- -	- -	- -
friend	- -	0.067	- -	- -	- -
study	- -	0.070	- -	- -	- -
self	- -	- -	- -	0.048	- -
finance	- -	0.062	- -	- -	- -
RE_IN	- -	0.084	0.199	- -	- -
RE_EX	- -	- -	0.076	-0.101	0.128

THETA-DELTA-EPS

	FA	PE	WI
family	- -	- -	- -
friend	- -	- -	- -
study	- -	- -	- -
self	- -	- -	- -
finance	- -	- -	- -
RE_IN	0.159	- -	- -
RE_EX	0.160	- -	- -

THETA-DELTA

RE_IN	family	friend	study	self	finance
family	0.734				
friend	0.233	0.429			
study	- -	- -	0.463		
self	- -	- -	- -	0.391	
finance	0.105	- -	-0.144	- -	0.560
RE_IN	- -	- -	- -	- -	- -
0.071					
RE_EX	- -	-0.060	- -	- -	- -

THETA-DELTA

RE_EX	
RE_EX	0.126

Regression Matrix ETA on KSI (Standardized)

NLE	RE_IN	RE_EX
-----	-------	-------

	-----	-----	-----
SPW	-0.239	0.283	-0.219
HAP	-0.340	0.309	-0.402

TI

Total and Indirect Effects

Total Effects of KSI on ETA

	NLE	RE_IN	RE_EX
	-----	-----	-----
SPW	-0.354	0.201	-0.158
	(0.075)	(0.037)	(0.039)
	-4.734	5.404	-4.044
HAP	-0.357	0.155	-0.204
	(0.060)	(0.029)	(0.031)
	-5.957	5.429	-6.547

Indirect Effects of KSI on ETA

	NLE	RE_IN	RE_EX
	-----	-----	-----
SPW	- -	- -	- -
HAP	-0.225	0.128	-0.100
	(0.049)	(0.024)	(0.024)
	-4.581	5.344	-4.132

Total Effects of ETA on ETA

	SPW	HAP
	-----	-----
SPW	- -	- -
HAP	0.636	- -
	(0.034)	
	18.476	

Largest Eigenvalue of B*B' (Stability Index) is 0.404

Total Effects of ETA on Y

	SPW	HAP
	-----	-----
personal	1.000	- -
communal	0.651	- -
	(0.035)	
	18.451	
environm	0.535	- -

	(0.050)	
	10.625	
transcen	0.758	- -
	(0.035)	
	21.832	
LI	0.636	1.000
	(0.034)	
	18.476	
IN	0.620	0.975
	(0.034)	(0.058)
	18.318	16.943
FA	0.675	1.062
	(0.034)	(0.058)
	20.079	18.289
PE	0.470	0.740
	(0.038)	(0.062)
	12.275	11.858
WI	0.790	1.243
	(0.046)	(0.078)
	17.177	15.931

Indirect Effects of ETA on Y

	SPW	HAP
	-----	-----
personal	- -	- -
communal	- -	- -
environm	- -	- -
transcen	- -	- -
LI	0.636	- -
	(0.034)	
	18.476	
IN	0.620	- -
	(0.034)	
	18.318	
FA	0.675	- -
	(0.034)	
	20.079	
PE	0.470	- -
	(0.038)	

12.275
 WI 0.790 - -
 (0.046)
 17.177

Total Effects of KSI on Y

	NLE	RE_IN	RE_EX
	-----	-----	-----
personal	-0.354 (0.075) -4.734	0.201 (0.037) 5.404	-0.158 (0.039) -4.044
communal	-0.231 (0.049) -4.704	0.131 (0.026) 5.111	-0.103 (0.026) -3.943
environm	-0.190 (0.043) -4.371	0.108 (0.024) 4.570	-0.084 (0.022) -3.794
transcen	-0.269 (0.057) -4.689	0.152 (0.029) 5.239	-0.120 (0.031) -3.915
LI	-0.357 (0.060) -5.957	0.155 (0.029) 5.429	-0.204 (0.031) -6.547
IN	-0.348 (0.058) -5.990	0.152 (0.028) 5.406	-0.199 (0.031) -6.469
FA	-0.379 (0.063) -6.038	0.165 (0.031) 5.293	-0.217 (0.033) -6.527
PE	-0.264 (0.047) -5.634	0.115 (0.022) 5.138	-0.151 (0.025) -6.015
WI	-0.444 (0.075) -5.942	0.193 (0.036) 5.370	-0.254 (0.040) -6.404

TI

Standardized Total and Indirect Effects

Standardized Total Effects of KSI on ETA

NLE	RE_IN	RE_EX
-----	-------	-------

	-----	-----	-----
SPW	-0.239	0.283	-0.219
HAP	-0.340	0.309	-0.402

Standardized Indirect Effects of KSI on ETA

	NLE	RE_IN	RE_EX
	-----	-----	-----
SPW	- -	- -	- -
HAP	-0.215	0.254	-0.197

Standardized Total Effects of ETA on ETA

	SPW	HAP
	-----	-----
SPW	- -	- -
HAP	0.900	- -

Standardized Total Effects of ETA on Y

	SPW	HAP
	-----	-----
personal	0.538	- -
communal	0.350	- -
environm	0.288	- -
transcen	0.408	- -
LI	0.342	0.380
IN	0.333	0.370
FA	0.363	0.403
PE	0.253	0.281
WI	0.425	0.472

Completely Standardized Total Effects of ETA on Y

	SPW	HAP
	-----	-----
personal	0.930	- -
communal	0.679	- -
environm	0.447	- -
transcen	0.752	- -
LI	0.671	0.745
IN	0.660	0.733
FA	0.710	0.789
PE	0.470	0.522
WI	0.623	0.692

Standardized Indirect Effects of ETA on Y

	SPW	HAP
	-----	-----
personal	- -	- -
communal	- -	- -
environm	- -	- -
transcen	- -	- -
LI	0.342	- -
IN	0.333	- -
FA	0.363	- -

PE	0.253	- -
WI	0.425	- -

Completely Standardized Indirect Effects of ETA on Y

	SPW	HAP
	-----	-----
personal	- -	- -
communal	- -	- -
environm	- -	- -
transcen	- -	- -
LI	0.671	- -
IN	0.660	- -
FA	0.710	- -
PE	0.470	- -
WI	0.623	- -

Standardized Total Effects of KSI on Y

	NLE	RE_IN	RE_EX
	-----	-----	-----
personal	-0.128	0.152	-0.118
communal	-0.083	0.099	-0.077
environm	-0.069	0.081	-0.063
transcen	-0.097	0.115	-0.089
LI	-0.129	0.118	-0.153
IN	-0.126	0.115	-0.149
FA	-0.137	0.125	-0.162
PE	-0.096	0.087	-0.113
WI	-0.161	0.146	-0.190

Completely Standardized Total Effects of KSI on Y

	NLE	RE_IN	RE_EX
	-----	-----	-----
personal	-0.222	0.263	-0.204
communal	-0.162	0.192	-0.149
environm	-0.107	0.126	-0.098
transcen	-0.179	0.213	-0.165
LI	-0.254	0.231	-0.300
IN	-0.250	0.227	-0.295
FA	-0.269	0.244	-0.318
PE	-0.178	0.162	-0.210
WI	-0.236	0.214	-0.278

Time used: 0.203 Seconds

ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นางสาวมนัสชนันท์ คุณาพรสุจริต เกิดเมื่อวันที่ 12 มิถุนายน พ.ศ.2530 ในปีการศึกษา 2548 ได้เข้าศึกษาที่คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ และสำเร็จการศึกษาศิลปศาสตรบัณฑิต (จิตวิทยา) ในปีการศึกษา 2551 และในปีการศึกษา 2553 ได้เข้าศึกษาต่อในหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

หมายเหตุ : หากผู้อ่านท่านใดมีความประสงค์ใช้มาตรวจวัดที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นในการวิจัยครั้งนี้ สามารถติดต่อได้ที่ manuschonk@gmail.com