

ความภาคภูมิใจในตนเองและพฤติกรรมการติตเฟชบุ๊ก  
ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร



นางสาวขวัญข้าว พลเพชร

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

CHULALONGKORN UNIVERSITY

บทคัดย่อและแฟ้มข้อมูลฉบับเต็มของวิทยานิพนธ์ตั้งแต่ปีการศึกษา 2554 ที่ให้บริการในคลังปัญญาจุฬาฯ (CUIR)  
เป็นแฟ้มข้อมูลของนิสิตเจ้าของวิทยานิพนธ์ ที่ส่งผ่านทางบัณฑิตวิทยาลัย

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 University Graduate School.

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาสุขภาพจิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์

คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2558

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



Self-Esteem and Facebook Addicted of High School Students  
in Bangkok Metropolitan Area

Miss Kwunkao Pholphet



A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements  
for the Degree of Master of Science Program in Mental Health

Department of Psychiatry

Faculty of Medicine

Chulalongkorn University

Academic Year 2015

Copyright of Chulalongkorn University



หัวข้อวิทยานิพนธ์	ความภาคภูมิใจในตนเองและพฤติกรรมการติดเฟซบุ๊กของ
	นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร
โดย	นางสาวขวัญข้าว พลเพชร
สาขาวิชา	สุขภาพจิต
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก	อาจารย์ แพทย์หญิงเบญจพร ตันตสูติ

---

คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่ง  
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต

.....คณบดีคณะแพทยศาสตร์  
(ศาสตราจารย์ นายแพทย์สุทธิพงษ์ วัชรสินธุ)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

.....ประธานกรรมการ  
(อาจารย์ ดร.ณภัทรวรรต บัวทอง)

.....อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก  
(อาจารย์ แพทย์หญิงเบญจพร ตันตสูติ)

.....กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย  
(อาจารย์ แพทย์หญิงจกจิตกอร์ สัจจเดวี)

ขวัญข้าว พลเพชร : ความภาคภูมิใจในตนเองและพฤติกรรมการติดเฟซบุ๊กของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร (Self-Esteem and Facebook Addicted of High School Students in Bangkok Metropolitan Area) อ.ที่ปริกษาวิทยานิพนธ์หลัก: อ. พญ.เบญจพร ต้นตสุติ, 78 หน้า.

ปัญหาการติดเฟซบุ๊ก ถือเป็นปัญหาร่วมสมัยที่สำคัญ เนื่องจากเฟซบุ๊กมีอิทธิพลต่อการใช้ชีวิตของคนยุคปัจจุบันเป็นอย่างมาก แต่ในประเทศไทยยังไม่มีผู้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการติดเฟซบุ๊กกับความภาคภูมิใจในตนเอง และส่วนใหญ่ยังไม่ได้ศึกษาการติดเฟซบุ๊กโดยใช้แบบวัดที่ได้มาตรฐาน ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาในประเด็นดังกล่าว โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการติดเฟซบุ๊ก และความสัมพันธ์ระหว่างความภาคภูมิใจในตนเองกับการติดเฟซบุ๊กของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา ณ ช่วงเวลาใดเวลาหนึ่ง (cross-sectional descriptive) โดยเก็บข้อมูลในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายทั้งชายและหญิงจำนวน 326 คน จากการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (multi-stage sampling) ในโรงเรียน 6 แห่งกระจายตามสังกัดและพื้นที่การศึกษาครอบคลุมทั่วทั้งเขตกรุงเทพมหานคร เก็บข้อมูลตั้งแต่เดือนพฤศจิกายน พ.ศ. 2558 ถึงเดือนมกราคม พ.ศ. 2559 เครื่องมือที่ใช้ประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล, แบบสอบถามการใช้เฟซบุ๊ก, แบบสอบถามการติดเฟซบุ๊กของ Bergen ฉบับภาษาไทย (Thai-BFAS) และแบบวัดความภาคภูมิใจในตนเองของ Rosenberg ฉบับปรับปรุง (Revised Thai RSES) วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าความถี่ และค่าเฉลี่ย และใช้สถิติเชิงอนุมาน ได้แก่ สถิติไคสแควร์ และสถิติถดถอยพหุคูณโลจิสติก

ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างติดเฟซบุ๊ก ร้อยละ 10.4 มีความภาคภูมิใจในตนเองระดับต่ำ ร้อยละ 21.5 ความภาคภูมิใจในตนเองระดับปานกลาง ร้อยละ 65.6 และมีความภาคภูมิใจในตนเองระดับสูง ร้อยละ 12.9 ซึ่งพบว่าการติดเฟซบุ๊กสัมพันธ์กับความภาคภูมิใจในตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.05$ ) โดยกลุ่มตัวอย่างที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ ติดเฟซบุ๊กมากกว่ากลุ่มที่มีความภาคภูมิใจในตนเองระดับปานกลาง และระดับสูงตามลำดับ นอกจากนี้ยังพบปัจจัยที่สัมพันธ์กับการติดเฟซบุ๊กอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.05$ ) ได้แก่ เพศ, แผนการเรียน, ความสัมพันธ์กับมารดา, ระยะเวลาที่สมัครเป็นสมาชิก, จำนวนเพื่อนในเฟซบุ๊ก, การเพิ่มคนรัก, การเพิ่มเพื่อนของเพื่อนที่รู้จัก, การเพิ่มเพื่อนที่ไม่รู้จัก, การเช็คอินสถานที่ที่ตัวเองอยู่, การตั้งกลุ่มหรือสนทนาในกลุ่ม, การติดตามความเคลื่อนไหวของเพื่อน, การโพสต์รูปหรือแท็กรูป, การแสดงความคิดเห็น และการโพสต์วิดีโอหรือแท็กวิดีโอ โดยพบว่าปัจจัยด้านความถี่ในการใช้งานเฟซบุ๊ก, ความถี่ในการถ่ายรูปตัวเองแล้วโพสต์ลงเฟซบุ๊กหรือเซลฟี่, ความถี่ในการอัปเดตสถานะบนเฟซบุ๊ก และเกรดเฉลี่ยในปีการศึกษาที่ผ่านมา เป็นปัจจัยเสี่ยงที่เพิ่มอัตราการติดเฟซบุ๊กอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.05$ )

ด้วยเหตุนี้ การติดเฟซบุ๊กจึงถือเป็นปัญหาทางสุขภาพจิตที่ควรได้รับการส่งเสริมและเฝ้าระวังในกลุ่มเสี่ยงที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำหรือมีปัจจัยที่สัมพันธ์กับการติดเฟซบุ๊ก เพื่อป้องกันและลดอัตราการติดเฟซบุ๊กในวัยรุ่น

# # 5774008330 : MAJOR MENTAL HEALTH

KEYWORDS: SELF-ESTEEM / HIGH SCHOOL STUDENT / FACEBOOK ADDICTION

KWUNKAO PHOLPHET: Self-Esteem and Facebook Addicted of High School Students in Bangkok Metropolitan Area. ADVISOR: BENJAPORN TUNTASOOD, 78 pp.

Facebook addiction is considered as a contemporary problem in our society, because it possibly causes negative impact to current lifestyles. However, in Thailand, there is no study which focuses on relationship between Facebook addiction and self-esteem. We found that there are a few studies which use standard Facebook addiction assessment. Therefore, the purposes of this research were to determine Facebook addiction behaviors and its relationship with self-esteem among high school students in Bangkok.

This cross-sectional descriptive study was conducted in three hundred and twenty-six, male and female, high school students from six schools based on educational service area in Bangkok, which were randomly sampled using multi-stage sampling method. The data was collected during November 2015 to January 2016. The research instruments comprised of the questionnaires regarding demographic characteristics and the patterns of Facebook usage, the Thai version of Bergen Facebook Addiction Scale (Thai-BFAS) and the revised version of Thai Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES). The data was analyzed by using descriptive statistics; percentage, mean, chi-square and multiple logistic regression analysis.

The results indicated that 10.4% of participants were addicted to Facebook. Most of them had middle level of self-esteem (65.6%). Others had low level of self-esteem (21.5%) and high level of self-esteem (12.9%), respectively. There was statistically significant associated between Facebook addiction and self-esteem. The participants who had the low level of self-esteem were addicted to Facebook more than others, who had high or middle level of self-esteem. There were statistically significant associated factors with Facebook addiction, which were gender, education program, relationship with mother, Facebook usage experience, number of friends, adding partner, adding mutual friends or stranger as a friend, checking in, chatting, following friends, posting or tagging photo, posting or tagging video and commenting. Moreover, the frequency of Facebook usage, the frequency of posting self-portrait photograph on Facebook (selfie), the frequency of Facebook status updates and the average of GPA were risk factors of Facebook addiction.

Consequently, raising self-esteem and screening the risk groups who have associated factors with Facebook addiction should be considered for the mental health promotion, in order to reduce the Facebook addiction in adolescents.

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ ด้วยความกรุณาอย่างยิ่งจากแพทย์หญิง เบญจพร ตันตสูติ อาจารย์ที่ปรึกษา ผู้ให้คำแนะนำ และคอยช่วยแก้ปัญหาในทุกด้านที่เกิดขึ้นระหว่างการวิจัย จนการทำวิทยานิพนธ์ครั้งนี้เสร็จสมบูรณ์

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณ อาจารย์ ดร.ณภัทรวรรต บัวทอง ที่ให้เกียรติเป็นประธานในการสอบวิทยานิพนธ์ รวมทั้งเป็นอาจารย์ที่ปรึกษาด้านสถิติ ที่คอยให้ความรู้ คำแนะนำ และความช่วยเหลือด้านสถิติต่างๆ ด้วยความเมตตาเป็นอย่างยิ่ง ขอขอบพระคุณแพทย์หญิง จักจិតกอร์ สัจจเดวี ที่ให้เกียรติเป็นกรรมการภายนอกในการสอบวิทยานิพนธ์ และขอขอบพระคุณศาสตราจารย์ นายแพทย์ ทินกร วงศ์ปการันย์ สำหรับความกรุณาที่อนุญาตให้นำแบบวัดความภาคภูมิใจในตนเองของ Rosenberg ฉบับปรับปรุง (Revised Thai RSES) รวมทั้งแพทย์หญิงมูทิตา พนาสธิตย์ สำหรับความกรุณาที่อนุญาตให้นำแบบสอบถามการติดเฟซบุ๊กของ Bergen ฉบับภาษาไทย (Thai-BFAS) มาใช้ในงานวิจัยครั้งนี้

ขอขอบพระคุณคณาจารย์ทุกท่านของภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ผู้ประสิทธิ์ประสาทวิชาองค์ความรู้ทางสุขภาพจิต และขอขอบคุณบุคลากรทุกท่านในฝ่ายธุรการ ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่ช่วยดำเนินการด้านเอกสารเกี่ยวกับวิทยานิพนธ์ครั้งนี้ให้ลุล่วง

ขอขอบพระคุณบุคลากรภายในโรงเรียนสังกัดเขตกรุงเทพมหานครทั้ง 6 แห่ง ที่กรุณาให้ผู้วิจัยเข้าไปเก็บข้อมูลและคอยอำนวยความสะดวกในการเก็บข้อมูลเป็นอย่างดี รวมทั้งขอขอบคุณกลุ่มตัวอย่างทุกท่านที่กรุณาสละเวลาส่วนตัวเพื่อเข้าร่วมการวิจัยในครั้งนี้

และสุดท้ายนี้ ขอขอบพระคุณบิดา มารดา และสมาชิกในครอบครัว รวมทั้งขอขอบคุณเพื่อนนิสิตปริญญาโทสุขภาพจิตรุ่น 27 ทุกคน ที่คอยสนับสนุนและให้กำลังใจเสมอมา



## สารบัญ

หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	1
สารบัญรูปภาพ.....	1
บทที่ 1 .....	1
บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา .....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	2
คำถามของการวิจัย.....	2
ขอบเขตในการวิจัย.....	2
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย.....	3
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	4
กรอบแนวคิดในการวิจัย .....	5
บทที่ 2 .....	6
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง .....	6
แนวคิดเรื่องวัยรุ่น.....	6
แนวคิดเรื่องความภาคภูมิใจในตนเอง (Self-Esteem).....	8
แนวคิดเรื่องการติตเฟชบุ๊ก.....	9
สื่อสังคมออนไลน์และเฟชบุ๊ก.....	9
การติตสื่อสังคมออนไลน์.....	12

การติดเฟซบุ๊ก.....	15
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความภาคภูมิใจในตนเองและการติดเฟซบุ๊ก.....	16
บทที่ 3 .....	18
ระเบียบวิธีวิจัย .....	18
รูปแบบการวิจัย .....	18
ประชากรเป้าหมาย .....	18
ประชากรศึกษา .....	18
กลุ่มตัวอย่าง.....	18
การคำนวณกลุ่มตัวอย่าง .....	18
การสุ่มตัวอย่าง.....	19
เกณฑ์การคัดเลือกเข้าการศึกษา.....	20
เกณฑ์การคัดออกจากการศึกษา.....	20
เครื่องมือที่ใช้ในการทำวิจัย.....	20
ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล.....	20
ส่วนที่ 2 แบบสอบถามการใช้เฟซบุ๊ก.....	20
ส่วนที่ 3 แบบสอบถามการติดเฟซบุ๊กของ Bergen ฉบับภาษาไทย (Thai version of Bergen Facebook Addiction Scale: Thai-BFAS).....	21
ส่วนที่ 4 แบบวัดความภาคภูมิใจในตนเองของโรเซนเบิร์กฉบับปรับปรุง (The Revised version of Thai Rosenberg Self-Esteem Scale: Revised Thai RSES).....	21
การรวบรวมข้อมูล .....	22
การวิเคราะห์ข้อมูล .....	23
บทที่ 4 .....	24
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล .....	24
ส่วนที่ 1 การอธิบายลักษณะของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร .....	25

1.1 ข้อมูลส่วนบุคคล .....	25
1.2 ข้อมูลการใช้เฟซบุ๊ก .....	28
1.3 ข้อมูลการติดเฟซบุ๊ก .....	32
1.4 ข้อมูลความภาคภูมิใจในตนเอง .....	32
ส่วนที่ 2 การวิเคราะห์ปัจจัยที่สัมพันธ์กับการติดเฟซบุ๊ก .....	33
ส่วนที่ 3 การวิเคราะห์ตัวแปรทำนายการติดเฟซบุ๊ก .....	40
บทที่ 5 .....	42
สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ .....	42
สรุปผลการวิจัย .....	42
ข้อมูลทั่วไปและพฤติกรรมการใช้เฟซบุ๊ก .....	42
ข้อมูลการติดเฟซบุ๊กและความภาคภูมิใจในตนเอง .....	43
ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการติดเฟซบุ๊ก .....	43
ความสัมพันธ์ระหว่างการติดเฟซบุ๊กกับความภาคภูมิใจในตนเอง .....	44
ปัจจัยทำนายการติดเฟซบุ๊ก .....	44
อภิปรายผลการวิจัย .....	45
ความชุกการติดเฟซบุ๊ก .....	45
ความสัมพันธ์ระหว่างการติดเฟซบุ๊กกับความภาคภูมิใจในตนเอง .....	45
ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการติดเฟซบุ๊ก .....	45
ข้อจำกัดในการวิจัย .....	51
ข้อเสนอแนะ .....	52
ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย .....	52
ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติ .....	52
ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป .....	52

ญ

หน้า

รายการอ้างอิง ..... 53

ภาคผนวก..... 61

ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์ ..... 78



## สารบัญตาราง

ตารางที่ 1	แสดงจำนวนและร้อยละของข้อมูลส่วนบุคคล .....	25
ตารางที่ 2	แสดงจำนวนและร้อยละของข้อมูลการใช้งานเฟซบุ๊ก .....	28
ตารางที่ 3	แสดงจำนวนและร้อยละของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานครที่ ติดเฟซบุ๊ก.....	32
ตารางที่ 4	แสดงจำนวนและร้อยละของความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาตอน ปลายในเขตกรุงเทพมหานคร .....	32
ตารางที่ 5	แสดงความสัมพันธ์ระหว่างการติดเฟซบุ๊กกับข้อมูลส่วนบุคคล .....	33
ตารางที่ 6	แสดงความสัมพันธ์ระหว่างการติดเฟซบุ๊กกับข้อมูลการใช้เฟซบุ๊ก.....	35
ตารางที่ 7	แสดงความสัมพันธ์ระหว่างการติดเฟซบุ๊กกับข้อมูลความภาคภูมิใจในตนเอง .....	40
ตารางที่ 8	แสดงปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการติดเฟซบุ๊ก .....	41

## สารบัญรูปภาพ

ภาพที่ 1	กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	5
ภาพที่ 2	อัตราการเติบโตของเฟซบุ๊กทั่วโลกระหว่างปี 2013 – 2015.....	11
ภาพที่ 3	แสดงประเภทของการเสพติดอินเทอร์เน็ต .....	14
ภาพที่ 4	แผนผังการสุ่มตัวอย่างโรงเรียนในเขตกรุงเทพมหานครแบบหลายขั้นตอน .....	19



# บทที่ 1

## บทนำ

### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ด้วยความซับซ้อนของการสื่อสารในปัจจุบัน ประกอบกับความก้าวหน้าของเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารอย่างก้าวกระโดดในยุคโลกาภิวัตน์ ทำให้เราสามารถสื่อสารกันได้ทันที อย่างไม่พร้อมแดนข้อจำกัดเรื่องสถานที่ (Space) และเวลา (Time) โดยมีจุดเริ่มต้นสำคัญคือการถือกำเนิดของระบบเครือข่ายอินเทอร์เน็ต (Internet) ตั้งแต่ปีค.ศ. 1969<sup>(1)</sup> และยังคงสราธารแห่งการพัฒนาน้อย่างต่อเนื่องไปเป็นพลวัต โดยหนึ่งในเทคโนโลยีสารสนเทศที่ทรงอิทธิพลที่สุด ตั้งแต่ถือกำเนิดในปี 2004 ก็คือ เว็บไซต์เครือข่ายสังคมออนไลน์เฟซบุ๊ก (Facebook)<sup>(2)</sup>

ความนิยมของเฟซบุ๊ก สะท้อนได้จากตัวเลขสถิติผู้ใช้งาน โดยปัจจุบันจากการรายงานของเว็บไซต์ Zocial inc. พบว่า ประเทศไทยมีอัตราผู้ใช้เฟซบุ๊กเพิ่มขึ้นร้อยละ 34.6 เมื่อเทียบกับปีที่ผ่านมา โดยมีจำนวนผู้ใช้ที่ลงทะเบียน ณ เดือนเมษายน พ.ศ. 2558 ทั้งหมด 35 ล้านบัญชี คิดเป็นร้อยละ 51 ของประชากรทั้งประเทศไทย หรือมากเป็นอันดับ 9 ของโลก และอันดับ 4 ของอาเซียน<sup>(3)</sup> ทว่าท่ามกลางกระแสความนิยมดังกล่าว กลับเกิดภาวะการติดเฟซบุ๊กที่ส่งผลกระทบต่อหลายด้าน ดังที่ปรากฏในงานศึกษาการติดเฟซบุ๊กของต่างประเทศหลายชิ้น ทั้งผลกระทบต่อด้านสุขภาพจิต อาทิ ภาวะซึมเศร้า, ภาวะวิตกกังวล, การส่งผลต่อดัชนีความสุข และดัชนีพลังในการใช้ชีวิต<sup>(4)</sup> ผลกระทบต่อความสัมพันธ์ในชีวิตจริง<sup>(5)</sup> ผลกระทบต่อหน้าที่ในชีวิตประจำวันทางการเรียน<sup>(6,7)</sup> หรือผลกระทบต่อทางสังคม รวมทั้งพบความสัมพันธ์ระหว่างการติดเฟซบุ๊กกับความภาคภูมิใจในตนเอง ซึ่งโดยส่วนใหญ่เป็นความสัมพันธ์เชิงลบ<sup>(8-10)</sup>

สำหรับประเทศไทย พบความชุกการติดเฟซบุ๊กของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในประเทศไทยร้อยละ 41.8<sup>(11)</sup> และพบว่าการติดเฟซบุ๊กสัมพันธ์กับความผิดปกติของสุขภาพจิตทั่วไป อาทิเช่น อาการทางกาย (somatic symptoms), ความวิตกกังวลและการนอนไม่หลับ (anxiety and insomnia), การรักษาสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น และภาวะซึมเศร้าขั้นรุนแรง ซึ่งมีแนวโน้มผิดปกติมากขึ้น เมื่อมีการติดเฟซบุ๊กมากขึ้น<sup>(12)</sup> ทั้งยังพบความสัมพันธ์ระหว่างการใช้เฟซบุ๊กกับสุขภาพจิตในนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัย<sup>(13,14)</sup> รวมทั้งพบผลกระทบจากการใช้งานเฟซบุ๊กที่สัมพันธ์กับประสิทธิภาพทางการเรียน ความสัมพันธ์ในชีวิตจริง และปัญหาสุขภาพทางกาย<sup>(15, 16)</sup>

ดังนั้น ด้วยความสำคัญของปัญหาดังกล่าว ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาพฤติกรรมการติดเฟซบุ๊กและความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร เนื่องจากปัจจุบันในประเทศไทยยังไม่มีผู้ศึกษาการติดเฟซบุ๊กกับความภาคภูมิใจในตนเอง ประกอบกับยังมีผู้ศึกษาการติดเฟซบุ๊กโดยใช้แบบวัดที่ได้มาตรฐานไม่แพร่หลายนัก จึงนับเป็นโอกาสอันดีที่จะได้พัฒนาองค์ความรู้ทางสุขภาพจิตให้สอดคล้องกับความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีทางการสื่อสาร เพื่อขยายผลทางการศึกษาแก่ผู้ที่สนใจ รวมทั้งเพื่อเป็นข้อมูลในการสร้างแนวทางการป้องกันผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นในอนาคต ทั้งในระดับปัจเจกบุคคล และในระดับหน่วยงานหรือองค์กรที่เกี่ยวข้องต่อไป

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการติดเฟซบุ๊กของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความภาคภูมิใจในตนเองและพฤติกรรมการติดเฟซบุ๊กของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร
3. เพื่อศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการติดเฟซบุ๊กของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร

### คำถามของการวิจัย

1. พฤติกรรมการติดเฟซบุ๊กของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานครเป็นอย่างไร
2. ความสัมพันธ์ระหว่างความภาคภูมิใจในตนเองและพฤติกรรมการติดเฟซบุ๊กของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานครเป็นอย่างไร
3. ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการติดเฟซบุ๊กของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานครคืออะไร

### ขอบเขตในการวิจัย

- 1) ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยมุ่งศึกษาในประเด็นพฤติกรรมการติดเฟซบุ๊ก และความสัมพันธ์ระหว่างความภาคภูมิใจในตนเองกับการติดเฟซบุ๊กของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขต



กรุงเทพมหานคร โดยเก็บข้อมูลจากการตอบแบบสอบถามของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในโรงเรียนเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีการใช้งานเว็บไซต์เครือข่ายสังคมออนไลน์เฟซบุ๊ก ([www.facebook.com](http://www.facebook.com)) เท่านั้น

## 2) ตัวแปรที่ศึกษา ประกอบด้วย

### 2.1 ตัวแปรอิสระ แบ่งเป็น

- 2.1.1 ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ระดับชั้น แผนการเรียน เกรดเฉลี่ย สถานภาพสมรสบิดามารดา จำนวนสมาชิกในครอบครัว บุคคลที่อาศัยด้วย บุคลิกภาพ และพฤติกรรมการใช้เฟซบุ๊ก
- 2.1.2 ปัจจัยด้านสังคม ได้แก่ ความสัมพันธ์ในครอบครัว ความสัมพันธ์ในกลุ่มเพื่อน และการเข้าถึงเทคโนโลยี
- 2.1.3 ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ ได้แก่ รายได้รวมของครอบครัว
- 2.1.4 ปัจจัยด้านสุขภาพจิต ได้แก่ ความภาคภูมิใจในตนเอง

### 2.2 ตัวแปรตาม คือ การติดเฟซบุ๊ก

## คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

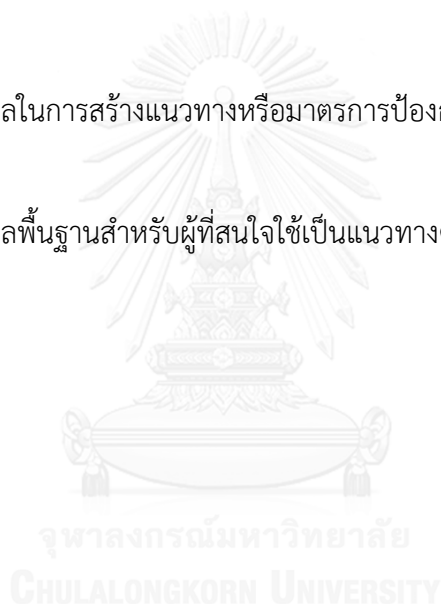
1) เครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Network) หมายถึง ช่องทางการสื่อสารผ่านอินเทอร์เน็ต (Internet) ที่ผู้ใช้งานสามารถจับจองพื้นที่สาธารณะออนไลน์ในฐานะพื้นที่ส่วนตัวได้ตามความชอบ โดยการสร้างข้อมูลส่วนตัวเพื่อระบุเอกลักษณ์ของตนเอง และทำกิจกรรมออนไลน์เพื่อสร้างปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนในเครือข่ายสังคมออนไลน์ ด้วยการแบ่งปันข้อมูล (share) แสดงความคิดเห็น (comments) ชื่นชอบกดถูกใจ (Like) หรือสนทนา (chat) ทั้งยังสามารถสร้างความสัมพันธ์ขยายไปยังเครือข่ายของเพื่อนคนอื่นๆ ได้ ซึ่งในงานวิจัยนี้ หมายถึงเว็บไซต์เครือข่ายสังคมออนไลน์เฟซบุ๊ก [www.facebook.com](http://www.facebook.com)

2) พฤติกรรมการติดเฟซบุ๊ก (Facebook Addiction) หมายถึง การติดทางพฤติกรรมที่ผู้ติดไม่สามารถควบคุมเวลาในการใช้งาน จนทำให้เสียสัมพันธภาพในชีวิตจริง และรบกวนกิจกรรมสำคัญในชีวิตประจำวัน อาทิเช่น การทำงานหรือการเรียน โดยงานวิจัยครั้งนี้ วัดพฤติกรรมการติดเฟซบุ๊กจากแบบทดสอบการติดเฟซบุ๊กของ Bergen ฉบับภาษาไทย (Thai version of Bergen Facebook Addiction Scale: Thai-BFAS)

3) ความภาคภูมิใจในตนเอง (Self-Esteem) หมายถึง การมีความรู้สึกหรือทัศนคติที่ดีต่อตัวเอง รู้สึกว่าตัวเองมีคุณค่า มั่นใจในศักยภาพของตน สามารถมองเห็นข้อดี และยอมรับในตัวตนของตนเองได้ อีกทั้งมีความรู้สึกที่ตนเองได้รับการยอมรับจากผู้อื่น เคารพในตนเองและผู้อื่น ดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข และประสบความสำเร็จได้ตามเป้าหมาย โดยงานวิจัยครั้งนี้ วัดความภาคภูมิใจในตนเอง จากแบบวัดความภาคภูมิใจในตนเองของโรเซนเบิร์ก ฉบับปรับปรุง (The Revised version of Thai Rosenberg Self-Esteem Scale: Revised Thai RSES)

### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

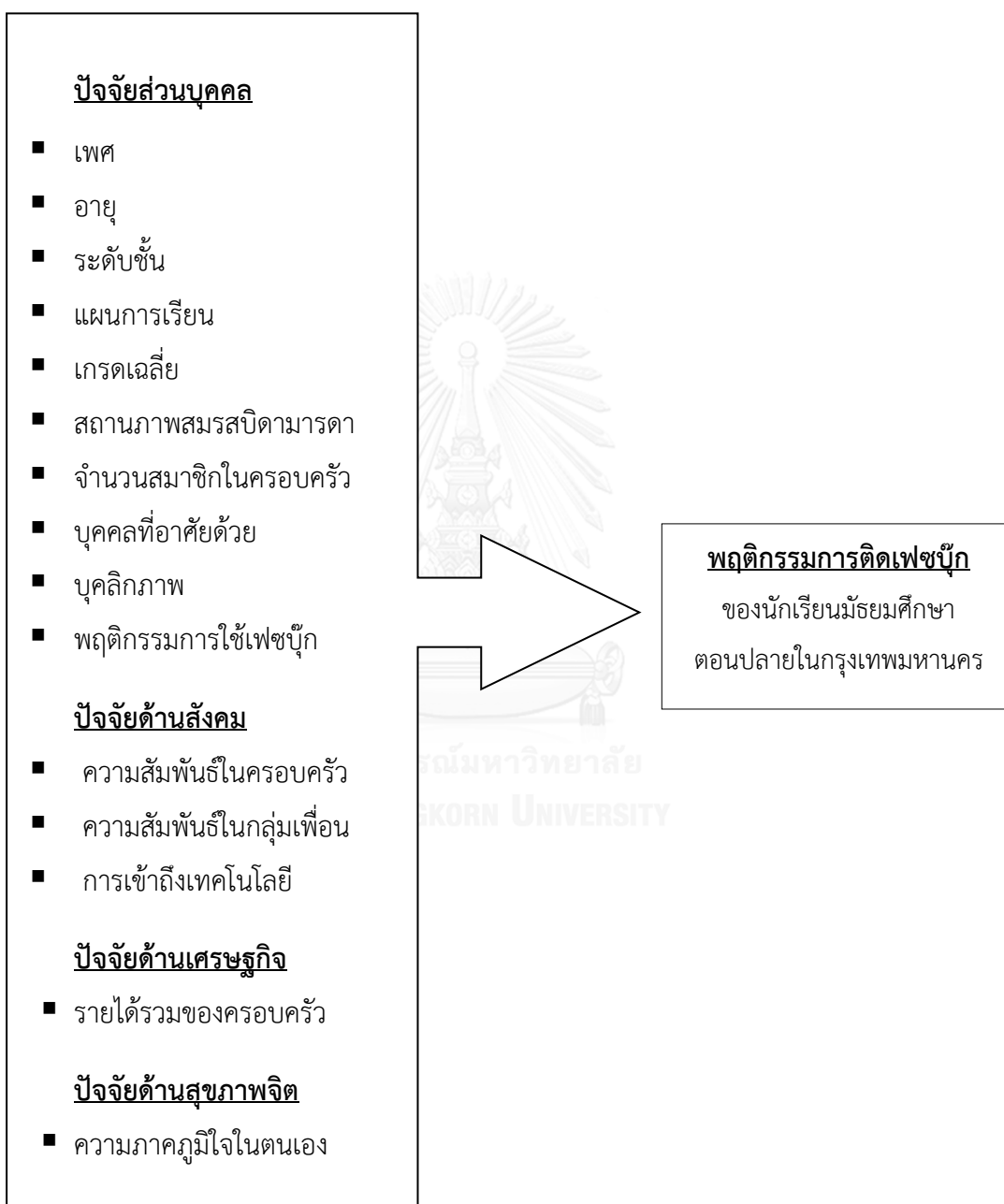
- 1) เพื่อให้ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องเกิดความตระหนักในการใช้เฟซบุ๊กอย่างเป็นประโยชน์และเหมาะสมมากยิ่งขึ้น
- 2) เพื่อเป็นข้อมูลในการสร้างแนวทางหรือมาตรการป้องกันปัญหาการติดเฟซบุ๊กในเด็กนักเรียนมัธยมปลาย
- 3) เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับผู้สนใจใช้เป็นแนวทางต่อยอดทางการศึกษา



## กรอบแนวคิดในการวิจัย

ตัวแปรอิสระ

ตัวแปรตาม



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

#### แนวคิดเรื่องวัยรุ่น

วัยรุ่น หมายถึงระยะเวลาจากวัยเริ่มเจริญพันธุ์ (puberty) ถึงวัยผู้ใหญ่ โดยทั่วไปมักแบ่งเป็น 3 ช่วงอายุ ได้แก่ วัยรุ่นตอนต้น (pubertal phase) ช่วงอายุระหว่าง 10 – 13 ปี วัยรุ่นตอนกลาง (mild adolescence หรือ transitional phase) อายุระหว่าง 14 – 16 ปี และวัยรุ่นตอนปลาย (adolescent proper) อายุระหว่าง 17 – 20 ปี อันถือเป็นช่วงวัยหัวเลี้ยวหัวต่อสำคัญที่คาบเกี่ยวระหว่างวัยเด็กกับวัยผู้ใหญ่ ซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงอันซับซ้อนร่วมกันหลายด้านของระบบต่างๆ ในร่างกาย ทั้งระบบเพศ จิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญา และจริยธรรม<sup>(17,18)</sup>

สำหรับพัฒนาการของวัยรุ่น เกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงที่สำคัญ 2 ประการ คือ การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย และการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจ โดยทางร่างกาย ในช่วงระยะวัยรุ่นตอนต้นจะมีความเปลี่ยนแปลงอย่างมากต่างจากวัยเด็ก เนื่องจากการเพิ่มระดับของฮอร์โมนทางเพศ ทั้งเด็กหญิงและเด็กชาย ทำให้อวัยวะเพศเติบโตและมีการเปลี่ยนแปลงของรูปร่าง เช่น การที่เด็กผู้หญิงมีเต้านมขยายโตขึ้นและมีประจำเดือนตามมาหลังการเจริญของอวัยวะเพศ หรือในเด็กผู้ชายจะมีฝันเปียก (seminal emission) และมีเสียงใหญ่ห้าวขึ้น โดยเด็กผู้หญิงจะเข้าสู่วัยรุ่นได้เร็วกว่าเด็กผู้ชายประมาณ 2 ปี หรือเมื่ออายุประมาณ 11 – 13 ปี แต่ในบางรายอาจเริ่มเร็วกว่าตั้งแต่ 9 ปี หรือช้ากว่าไปถึง 15 – 16 ปี ส่วนเด็กผู้ชายจะเข้าสู่วัยรุ่นโดยเฉลี่ยเมื่ออายุประมาณ 13 – 16 ปี ทั้งนี้ ขึ้นอยู่กับกรรมพันธุ์ การได้รับอาหารเพียงพอทำให้ร่างกายแข็งแรงเติบโตเร็ว ลักษณะของเด็ก เศรษฐฐานะ สังคม วัฒนธรรม และการศึกษา<sup>(19,20)</sup>

ส่วนการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจ ประกอบด้วยพัฒนาการหลายด้านได้แก่

#### 1) พัฒนาการทางความคิดอ่าน (Cognitive development)

Piaget ได้อธิบายความคิดอ่านของวัยรุ่นว่าอยู่ในระยะ formal operations ซึ่งเป็นความสามารถในการคิดแบบเป็นนามธรรม สร้างสมมุติฐาน และจินตนาการ โดยสามารถแยก

ความฝัน ความคิด ความเชื่อ ความน่าจะเป็น และความเป็นไปได้ออกจากกันได้ ซึ่งพัฒนาการทางสติปัญญานี้จะเกิดขึ้นอย่างมากในช่วงวัยรุ่น และมีต่อเนื่องไปจนถึงวัยผู้ใหญ่<sup>(21,22)</sup>

นอกจากนี้ ความคิดของวัยรุ่นยังมีลักษณะเอาตัวเองเป็นศูนย์กลาง (egocentrism) โดย Elkind ได้บรรยายลักษณะ egocentrism ของวัยรุ่นไว้เป็น 2 ลักษณะคือ ลักษณะแบบ imaginary audience อันเป็นความสามารถของวัยรุ่นที่คิดได้ว่าคนอื่นจะคิดอย่างไร โดยเชื่อว่าคนอื่นจะคิด เป็นห่วง และวิจารณ์เหมือนที่เขาคิดหรือเป็นอยู่ ทำให้วัยรุ่นมักคิดว่าคนอื่นจะคิดเกี่ยวกับตัวเขา ต่ำหนิติเตียนเขา หรือรู้สึกว่ามีคนคอยจ้องมองและจับผิด ซึ่งมักพบในวัยรุ่นที่ไม่มีความสุขและมีอารมณ์เศร้า ส่วนลักษณะที่สอง คือ personal fable เป็นความเชื่อที่ค่อนข้างซับซ้อนของวัยรุ่น ซึ่งเชื่อในความคิดและความรู้สึกของตนเอง โดยมักคิดว่าทุกเรื่องเป็นเรื่องใหญ่และพิเศษสำหรับตัวเขา แม้มันเป็นเรื่องธรรมดา และมักเห็นว่าเรื่องของตนถูกต้องดีงามไปหมด<sup>(20,23)</sup>

2) พัฒนาการทางอารมณ์และจริยธรรม (Emotional and ethical development)

วัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องเผชิญกับวิกฤตการณ์การค้นหาเอกลักษณ์ของตนเอง (identity crises) และอารมณ์ที่แปรปรวน จึงมักไม่ชอบให้ผู้ใหญ่มาจัดการหรือออกคำสั่งควบคุม และจะพยายามทำอะไรได้ด้วยตนเอง มีความรับผิดชอบเพิ่มขึ้น รู้จักตัดสินใจเรื่องส่วนตัวบางอย่างได้ เริ่มวางตัวห่างจากพ่อแม่และแยกอยู่ตามลำพัง หรือแสดงความคิดเห็นวิพากษ์วิจารณ์ไม่ตรงกับพ่อแม่จนเกิดความขัดแย้งกันบ่อยครั้ง โดยในวัยรุ่นตอนต้น จะหันมาสนใจในรูปร่างหน้าตาของตนเองมากขึ้น มักมีความกังวลเกี่ยวกับความเปลี่ยนแปลงของร่างกายและกลัวว่าจะแตกต่างไปจากคนอื่น ส่วนใหญ่จึงต้องทำตามเพื่อน และมีความรู้สึกไวต่อคำวิจารณ์ สายตา รวมถึงท่าทีของผู้อื่น ซึ่งจะเริ่มนิ่งและปรับตัวได้มากขึ้นในช่วงวัยรุ่นตอนปลาย ที่อารมณ์ค่อนข้างราบรื่นและสงบลง มีความคิดอ่านเป็นจริงมากขึ้น และยอมรับสภาพความเปลี่ยนแปลงได้มากขึ้น<sup>(20)</sup>

นอกจากนี้ Erikson ได้อธิบายถึงพัฒนาการของวัยรุ่นว่า เป็นวัยที่พยายามค้นหาความต้องการที่แท้จริง เรียนรู้บทบาทหน้าที่ และพัฒนาความสามารถเฉพาะตน เพื่อที่จะวางแผนชีวิตต่อไปในอนาคต ซึ่งถ้าในระยะนี้วัยรุ่นประสบความสำเร็จในการค้นหาหรือสร้างเอกลักษณ์ของตัวเอง (personal identity) ก็ส่งผลให้วัยรุ่นเข้าใจในบทบาทหน้าที่ และเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่รู้จักความสามารถของตน รวมทั้งมีการวางแผนชีวิตที่เหมาะสม ในทางตรงกันข้าม หากเกิดความล้มเหลวในการค้นหาเอกลักษณ์เฉพาะตน วัยรุ่นจะสับสนในบทบาทหน้าที่ (role confusion) และส่งผลต่อการเติบโตเป็นผู้ใหญ่ในอนาคต<sup>(19,21,24)</sup>

### 3) พัฒนาการทางสังคมและเพศ (Social and sexual development)

สังคมและการคบเพื่อนของเด็กจะพัฒนาขึ้นเมื่อเด็กโตขึ้น โดยเด็กระยะก่อนวัยรุ่น จะเลือกคบและมีความสัมพันธ์แน่นแฟ้นกับเพื่อนเพศเดียวกัน ส่วนในช่วงวัยรุ่นตอนต้น จะเลือกคบเพื่อนที่มีลักษณะคล้ายๆ กับตนและมีกิจกรรมให้ทำร่วมกันได้ เพราะต้องการได้รับการยอมรับในหมู่เพื่อน ดังนั้น เพื่อนจึงมีอิทธิพลสูงและถือเป็นสิ่งที่พึงพิงของวัยรุ่นที่ทำให้ห่างจากพ่อแม่และมีอิสระสามารถเป็นตัวของตัวเองได้มากขึ้น ในทางตรงกันข้าม ถ้าวัยรุ่นขาดเพื่อนจะกลายเป็นคนมีปมด้อย ขาดมนุษยสัมพันธ์ มีภาพพจน์ตนเองที่ไม่ดี มีความคิดไปทางลบ จนถึงขั้นมีอาการซึมเศร้า ส่วนในวัยรุ่นตอนปลาย การคบเพื่อนจะหลากหลายมากขึ้นทั้งหญิงและชาย โดยพบว่าเด็กวัยรุ่นมัธยมจะสนใจทำกิจกรรมรวมกลุ่มกันตั้งชมรม และสื่อสารกันทางอินเทอร์เน็ตเพิ่มขึ้น ซึ่งทำให้พ่อแม่มักเป็นห่วงเมื่อเห็นวัยรุ่นหมกหมุ่นเกินไป จนทำให้เกิดความขัดแย้งกันบ่อยครั้ง<sup>(20,22)</sup>

ดังนั้น จึงอาจกล่าวได้ว่า วัยรุ่น เป็นช่วงวัยแห่งความว้าวุ่นในการรับมือกับความเปลี่ยนแปลงนานัปการทั้งทางร่างกายและจิตใจ โดยเฉพาะการพัฒนาอัตลักษณ์ให้สอดคล้องกับค่านิยมของสังคม ซึ่งถือเป็นรากฐานสำคัญที่นำไปสู่วิกฤตหรือความคลี่คลายในชีวิตของวัยรุ่นทุกด้านต่อไปในอนาคต

### แนวคิดเรื่องความภาคภูมิใจในตนเอง (Self-Esteem)

ความภาคภูมิใจในตนเอง (Self-Esteem) ถือเป็นองค์ประกอบหนึ่งของอัตมโนทัศน์ (Self-Concept) หรือภาพรวมของสิ่งที่บุคคลมอง คิด และรู้สึกเกี่ยวกับตนเอง โดยความภาคภูมิใจในตนเอง เป็นการที่บุคคลมองดูตัวเองหรือรับรู้ตัวเองผ่านมุมมองของผู้อื่น แล้วประเมินคุณค่าและความคู่ควรของตัวเองทั้งในทางบวกและลบตามความเป็นจริง จนเกิดความพอใจในตนเองหรือเกิดการแสดงออกถึงการยอมรับหรือการไม่ยอมรับนับถือในตัวเอง เช่น การที่บุคคลมองว่าตัวเองเป็นผู้มีความสามารถ มีความสำคัญ หรือมีความเข้าใจและภูมิใจในเอกลักษณ์ของตน ทำให้การที่บุคคลมีความภาคภูมิใจในตนเองสูง จึงไม่ใช่การหลงตัวเอง แต่เป็นการแสดงถึงความเคารพนับถือในตนเองสูง ซึ่งความภาคภูมิใจในตนเองนี้ ถือเป็นหนึ่งในความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ ที่หากได้รับการพัฒนาความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองไปอีกขั้น ก็จะบรรลุถึงความต้องการสูงสุดของมนุษย์ คือการประจักษ์ในตัวเอง หรือ Self-Actualization ตามทฤษฎี ลำดับขั้นความต้องการของมาสโลว์ (Maslow's hierarchy of needs)<sup>(25,26)</sup>

ความภาคภูมิใจในตนเองจะถูกพัฒนาขึ้นตามอายุ ซึ่งส่งผลอย่างมากในช่วงวัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ในการช่วยส่งเสริมพัฒนาการตัวตนและอารมณ์ให้คงอยู่เป็นแกนหลักของบุคคลนั้นตลอดไป และให้มีความก้าวหน้าต่อไปได้มากน้อยอย่างไรได้ในทุกด้าน<sup>(20,27)</sup>

เนื่องจากวัยรุ่นต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงหลายประการ โดยเฉพาะการค้นหาเอกลักษณ์แห่งตน จึงทำให้เกิดความเครียด วิตกกังวล สับสน และรู้สึกถูกกดดัน จนเป็นเหตุให้วัยรุ่นต้องเกิดการทบทวน เรียนรู้ และประเมินตนเองในเรื่องทักษะ ค่านิยม ความถนัด ความคิดความสามารถ และจุดมุ่งหมายของตนเอง เพื่อรวบรวมความเป็นตัวตนของตนเอง และพร้อมที่จะปรับตัวเพื่อตอบสนองต่อการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น เพื่อสุดท้ายจะได้พัฒนาตนเองในด้านต่างๆ รวมทั้งเข้าใจถึงความต้องการของตนเอง ซึ่งหากวัยรุ่นคนใดได้เรียนรู้ประสบการณ์ที่ดี ยอมรับข้อดีหรือข้อบกพร่องของตนเอง และค้นพบตัวตนจนประสบความสำเร็จในการปรับตัว มีอารมณ์มั่นคง และมีการแสดงพฤติกรรมที่สังคมยอมรับ ก็จะมีพัฒนาการและเกิดความภาคภูมิใจในตนเองสูงได้ในที่สุด<sup>(28)</sup>

ในทางตรงกันข้าม หากวัยรุ่นคนใดได้รับประสบการณ์ที่ไม่ดี ประสบแต่ปัญหาจนทำให้เกิดความสับสนในชีวิต ทั้งยังไม่สามารถปรับตัวหรือปรับตัวได้ลำบาก ไม่รู้จักตัวตนหรือไม่สามารถค้นหาตัวตนได้ ย่อมเกิดภาวะความไม่มั่นคงทางอารมณ์ จนอาจนำไปสู่ความลดต่ำลงของความภาคภูมิใจในตนเอง และนำไปสู่การขาดแรงจูงใจในการพัฒนาตนเอง หรือการแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมได้ในที่สุด<sup>(29)</sup>

ดังนั้น การส่งเสริมความภาคภูมิใจในตนเองช่วงวัยรุ่น จึงถือเป็นเรื่องสำคัญมากที่จะทำให้เขาได้รับภาพพจน์ต่อตนตามความเป็นจริง และมีความภาคภูมิใจในใจตนเองได้ด้วยความสามารถตามความถนัดและศักยภาพตัวเอง เพื่อเป็นภูมิคุ้มกันทางจิตใจในการใช้ชีวิตต่อไปในอนาคต

## แนวคิดเรื่องการติตเฟชบุ๊ก

### สื่อสังคมออนไลน์และเฟชบุ๊ก

สื่อสังคมออนไลน์ หรือ Social media คือ สื่ออิเล็กทรอนิกส์ที่ถูกใช้เป็นเครื่องมือปฏิบัติการทางสังคมในการสื่อสาร ปฏิสัมพันธ์ แบ่งปัน และแลกเปลี่ยนข้อมูล ภาพ หรือเสียงระหว่างกัน ซึ่งมีลักษณะสำคัญอยู่ที่การเปิดให้ผู้ใช้มีปฏิสัมพันธ์โต้ตอบกัน โดยเน้นการมีส่วนร่วม (Collaborative) ในการผลิตเนื้อหาจากผู้บริโภคหรือผู้รับสาร ซึ่งแบ่งได้เป็นหลายประเภท จำแนกตามลักษณะการใช้งานหลัก 12 กลุ่ม ได้แก่

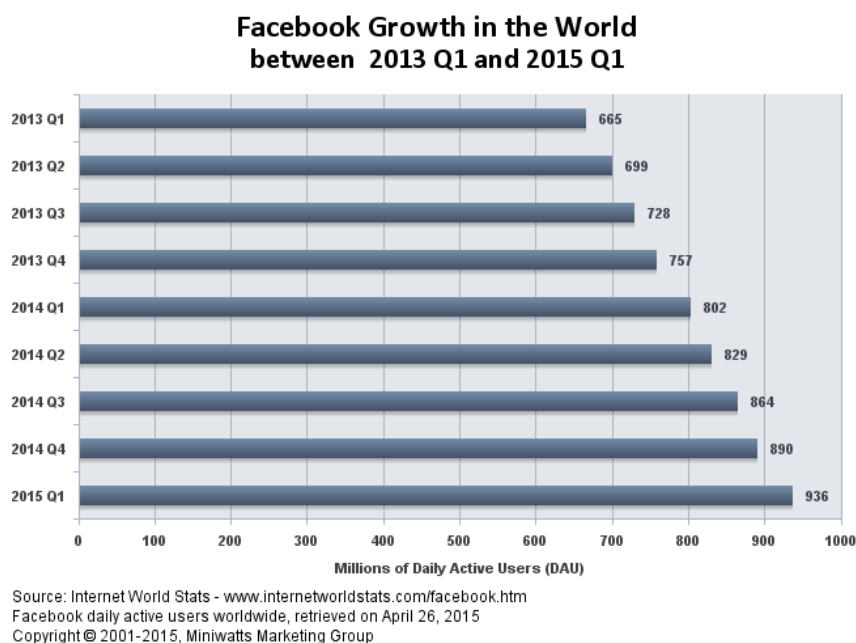
1. Blog เช่น Bloggang, Wordpress, Blogger, Tumblr
2. Social network เช่น Hi5 หรือ Facebook
3. Micro Blogging เช่น Twitter
4. Online Video เช่น Youtube
5. Photosharing เช่น Flickr
6. Wikis เช่น Wikipedia
7. Widgets เช่น Coke Bubbles, Animal Planet Killer Clips
8. Virtual Worlds เช่น Second life
9. Bookmark/Tagging เช่น Diggs, Delicious
10. Crowdsourcing/Voting เช่น Dell Ideastrom, My Starbucks Idea
11. Podcasting เช่น Wiggly Podcast
12. Review/Opinions เช่น Epinion, Mouthshut, Yahoo! Answers<sup>(6,30)</sup>

ดังนั้น เฟซบุ๊ก (Facebook) จึงถือเป็นบริการเครือข่ายสังคม (social network) ประเภทหนึ่งที่ถูกสร้างขึ้นเมื่อวันที่ 4 กุมภาพันธ์ 2004 โดยมาร์ก ซักเคอร์เบิร์ก และเพื่อนมหาวิทยาลัยฮาร์วาร์ด แต่เดิมเป็นเว็บไซต์ที่ใช้ชื่อว่า The Facebook และเปิดให้มีการเข้าชมอย่างจำกัดภายในนักศึกษามหาวิทยาลัยฮาร์วาร์ดเท่านั้น แต่ภายหลังได้ขยายความนิยมไปยังมหาวิทยาลัยในพื้นที่บอสตัน ไอร์ลิ่ง และมหาวิทยาลัยสแตนฟอร์ด และค่อยๆ ขยายฐานบริการไปสู่มหาวิทยาลัยและโรงเรียนมัธยมอื่นๆ โดยลดทอนชื่อเว็บไซต์จนเหลือเพียงเฟซบุ๊กอย่างเช่นปัจจุบัน<sup>(1)</sup> ซึ่งความนิยมในการใช้เฟซบุ๊ก เกิดจากการที่ผู้ใช้สามารถสร้างข้อมูลส่วนตัว เพิ่มรายชื่อผู้ใช้อื่นในฐานะเพื่อน การแลกเปลี่ยนข้อความ การได้รับแจ้งทันทีเมื่อปรับเปลี่ยนข้อมูลส่วนตัว และการร่วมกลุ่มความสนใจส่วนตัว<sup>(31)</sup>

โดยจากการรายงานข้อมูลจำนวนผู้ใช้เฟซบุ๊กทั่วโลกที่ยังมีการใช้งานรายเดือนตั้งแต่ปี 2008 ถึงปี 2015 ของเว็บไซต์สถิติ Statista (2016) พบว่าในไตรมาสที่สามของปี 2012 มีจำนวนผู้ใช้เฟซบุ๊กทะลุถึง 1 พันล้าน จนถึงปัจจุบันในไตรมาสที่สี่ของปี 2015 มีผู้ใช้งานเฟซบุ๊กทั่วโลกเพิ่มเป็น 1.59 พันล้านราย<sup>(32)</sup> จากจำนวนประชากรทั้งโลกประมาณ 7.3 พันล้านรายในเดือนกรกฎาคม 2015<sup>(33)</sup> นอกจากนี้ ยังพบว่าอัตราการเติบโตของผู้ใช้งานเฟซบุ๊กที่ยังมีการใช้งานรายวัน จากไตรมาสที่สี่ของปี 2013 จำนวน 757 ล้าน เพิ่มเป็น 890 ล้านในไตรมาสที่สี่ของปี 2014 และเพิ่มเป็น 936



ล้านรายในไตรมาสที่หนึ่งของปี 2015<sup>(34)</sup> ซึ่งสถิติจำนวนผู้ใช้งานเฟซบุ๊กทั่วโลกนี้ แสดงให้เห็นถึงการเพิ่มขึ้นของจำนวนผู้ใช้งานเฟซบุ๊กอย่างต่อเนื่อง อันสะท้อนถึงความนิยมและแนวโน้มในการใช้งานเฟซบุ๊กที่เพิ่มขึ้นในอนาคต



ภาพที่ 2 อัตราการเติบโตของเฟซบุ๊กทั่วโลกระหว่างปี 2013 – 2015<sup>(34)</sup>

สำหรับประเทศไทย ตามการรายงานของเว็บไซต์ Zocial inc ณ เดือนเมษายน พ.ศ. 2558 พบว่า เฟซบุ๊กยังคงเป็นสื่อสังคมออนไลน์ที่ครองตลาดผู้ใช้อันดับหนึ่งเมื่อเปรียบเทียบกับสื่อสังคมออนไลน์ประเภทอื่นอย่าง Twitter (4.5 ล้านบัญชี) และ Instagram (2 ล้านบัญชี) โดยมีจำนวนผู้ใช้งานเฟซบุ๊กทั้งหมด 35 ล้านบัญชี คิดเป็นร้อยละ 51 ของประชากรทั้งประเทศไทย หรือมากเป็นอันดับ 9 ของโลก และอันดับ 4 ของอาเซียน ซึ่งเป็นจำนวนที่เพิ่มขึ้นร้อยละ 34.6 เมื่อเทียบกับปีที่ผ่านมา โดยมีสัดส่วนการใช้งานของเพศชายน้อยกว่าเพศหญิงคือ 17.1 ล้านบัญชี และ 17.14 ล้านบัญชี ตามลำดับ สำหรับจังหวัดที่มีผู้ใช้งานเฟซบุ๊กสูงสุด 5 อันดับ ได้แก่ กรุงเทพมหานคร (20 ล้านบัญชี) เชียงใหม่ (960,000 บัญชี) นครราชสีมา (780,000 บัญชี) นนทบุรี (600,000 บัญชี) และ ชลบุรี (540,000 บัญชี) โดยพบว่าอายุของผู้ใช้เฟซบุ๊กมากที่สุดคือ 19 ปี (1,920,000 บัญชี) ซึ่งมีความแตกต่างกันระหว่างคนกรุงเทพที่ใช้งานมากในช่วงอายุ 24 – 28 ปี กับคนต่างจังหวัดที่ใช้เฟซบุ๊กมากในช่วงอายุ 18 – 20 ปี<sup>(3)</sup>

นอกจากนี้ ในประเด็นเรื่องประชากรออนไลน์โดยรวม จากข้อมูลการศึกษาตลาด ผู้ใช้บริการออนไลน์ในปี 2012 พบว่า ประเทศไทยเป็นหนึ่งในประเทศที่มีตลาดผู้ให้บริการออนไลน์อายุน้อยที่สุดในโลก ทั้งยังมีแนวโน้มการเพิ่มขึ้นของอายุผู้ให้บริการ รวมถึงการใช้เวลาอยู่กับออนไลน์นานยิ่งขึ้น ดังจะเห็นได้จาก ร้อยละ 74.7 ของผู้ใช้อินเทอร์เน็ตทั้งหมดของคนไทยอายุต่ำกว่า 35 ปี โดยแบ่งเป็นกลุ่มอายุ 15 - 24 ปี ร้อยละ 45.2 ของผู้ใช้อินเทอร์เน็ตทั้งหมด และกลุ่มอายุ 25-34 ปี ร้อยละ 29.5 โดยกลุ่มอายุ 15-24 ปี มากกว่าร้อยละ 50 ใช้เวลา 31.7 ชั่วโมงบนโลกออนไลน์ กลุ่มอายุ 24 - 34 ปี ใช้เวลา 26 ชั่วโมงบนโลกออนไลน์ ขณะที่กลุ่มอายุ 35 - 44 ปี ระบุว่าใช้เวลา 25.4 ชั่วโมงบนโลกออนไลน์ ตลอด 1 เดือนที่ผ่านมา<sup>(35)</sup>

จากข้อมูลสถิติดังกล่าวข้างต้น สะท้อนให้เห็นถึงความนิยมในเฟซบุ๊กที่ครองตลาดผู้ใช้สื่อสังคมออนไลน์ (social media) สูงสุดในประเทศไทย โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มผู้ใช้อายุน้อยช่วงวัยรุ่นตั้งแต่อายุ 15 - 24 ปี ซึ่งถือเป็นผู้ใช้งานหลักและมีการใช้เวลายาวนานบนโลกออนไลน์ อันเป็นกลุ่มประชากรเป้าหมายของงานวิจัยในครั้งนี้

### การติดสื่อสังคมออนไลน์

การเสพติด หรือ Addiction โดยทั่วไปจะถูกใช้ในความหมายของการติดสารเสพติดหรือยาเสพติดเท่านั้น แต่พฤติกรรมการติดในรูปแบบอื่น เช่น การติดพนัน หรือการติดเกมคอมพิวเตอร์ เป็นการอธิบายความหมายจากอาการใกล้เคียงบางประการ จึงถูกใช้ในความหมายของคำว่า “การติด” กล่าวคือ เมื่อมีอาการติดแล้ว จะเกิดความต้องการทั้งทางร่างกายและจิตใจโดยไม่สามารถหยุดหรือควบคุมตัวเองได้ อีกทั้งยังมีการเพิ่มความปรารถนาและความถี่ในการเสพสิ่งๆ ที่ติดนั้นมากขึ้นเรื่อยๆ จนส่งผลกระทบต่อร่างกายและจิตใจ จนรู้สึกว่าจะไม่อาจขาดสิ่งเหล่านั้นได้ มีอาการย้ำคิดย้ำทำ และติดเป็นนิสัยในที่สุด<sup>(36)</sup>

โดยการเสพติดดังกล่าว สอดคล้องกับเกณฑ์การวินิจฉัยโรคการใช้สารเสพติด (substance use disorder) ของคู่มือการวินิจฉัยและสถิติความผิดปกติทางจิต ฉบับที่ 5 (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders-5: DSM-5)<sup>(37)</sup> ซึ่งพิจารณาจากการที่ผู้ป่วยเสพยาหรือสารก่อให้เกิดความผิดปกติของพฤติกรรม โดยมีอาการต่อไปนี้ 2 อย่างหรือมากกว่าในช่วงเวลา 12 เดือน

1. อาการดื้อยา (Tolerance) โดยมีอาการต่อไปนี้อย่างใดอย่างหนึ่ง
  - ก. เพิ่มปริมาณของสารเพื่อให้เกิดอาการมึนเมา

- ข. ผลของสารลดลงอย่างมากแม้จะเสพอย่างต่อเนื่องในปริมาณเท่าเดิม
2. อาการขาดยา ( Withdrawal Symptoms) โดยมีอาการต่อไปนี้ได้อย่างหนึ่ง
    - ก. มีอาการซึ่งมีลักษณะเฉพาะเจาะจงของการขาดสารนั้น
    - ข. เสพสารเพื่อให้อาการขาดยาลดน้อยลง หรือเพื่อไม่ให้มีอาการดังกล่าว
  3. เสพสารปริมาณมากหรือนานกว่าที่ตั้งใจ
  4. มีความตั้งใจอยู่เสมอที่จะลดปริมาณการเสพลงมาแต่ไม่ประสบผลสำเร็จ
  5. ใช้เวลานานๆ หมดไปกับ (ก)การได้สารมา (ข)การเสพ หรือ (ค)การพักผ่อนให้หายจากอาการมึนเมา
  6. มีความบกพร่องในกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับอาชีพการงาน สังคมหรือการพักผ่อนหย่อนใจ
  7. เสพอย่างต่อเนื่องแม้จะทราบว่า การเสพทำให้เกิดปัญหาทั้งทางร่างกายและจิตใจ<sup>(38)</sup>

ส่วนการติดสื่อสังคมออนไลน์ มักจะถูกใช้ในความหมายเดียวกับ การเสพติดอินเทอร์เน็ต (internet use disorder) ซึ่งหมายถึง การเสพติดทางพฤติกรรมและจิตใจของผู้ใช้อินเทอร์เน็ต จนหมกหมุ่นและไม่สามารถควบคุมการใช้งานของตัวเองได้ โดยมีการใช้งานติดต่อกันหลายชั่วโมงต่อวันและใช้นานมากขึ้นเรื่อยๆ รวมทั้งเมื่อถูกขอให้หยุดใช้งานจะเกิดการต่อต้านหรือแสดงความไม่พอใจอย่างรุนแรงถึงขั้นก้าวร้าว ซึ่งส่งผลกระทบต่อสุขภาพทางร่างกาย เสียหน้าที่ความรับผิดชอบ เสียสัมพันธภาพ หรือในบางรายอาจมีปัญหาทางจิตเวชร่วมด้วย เช่น โรคซึมเศร้า หรือโรคสมาธิสั้น โดยมีสาเหตุการเกิดร่วมกันจากหลายปัจจัย ทั้งปัจจัยทางชีวภาพ ทางจิตใจ และทางสังคมหรือสิ่งแวดล้อม

การเสพติดทางอินเทอร์เน็ต แบ่งได้เป็นหลายประเภท จำแนกตามลักษณะการใช้งานและสื่อที่เสพติด 7 กลุ่ม ได้แก่

1. การติดเกมออนไลน์ (online gaming addiction)
2. การติดสื่อสังคมออนไลน์ (online social media or blogging addiction)  
เช่น เฟซบุ๊ก
3. การติดซื้อขายสินค้าออนไลน์ (online shopping addiction)
4. การติดเว็บโป๊ สื่อลามกออนไลน์ (cybersex or online pornography addiction)
5. การติดการพนันออนไลน์ (online gambling addiction)
6. การติดค้นหาข้อมูลหรือเล่นอินเทอร์เน็ตไปเรื่อยๆ

7. การติดชมคลิปวิดีโอ หรือภาพยนตร์ การ์ตูนออนไลน์ เช่น Youtube <sup>(39,40)</sup>



ภาพที่ 3 แสดงประเภทของการเสพติดอินเทอร์เน็ต

อย่างไรก็ตาม ในปัจจุบันการเสพติดอินเทอร์เน็ตยังไม่ถูกกำหนดให้เป็นโรคทางจิตเวชอย่างเป็นทางการตามเกณฑ์การวินิจฉัยโรค DSM-5<sup>(39)</sup> โดยส่วนใหญ่ใช้เกณฑ์การวินิจฉัยของ Dr. Kimberly Young นักจิตวิทยาชาวอเมริกัน ผู้ให้นิยามเรื่องการติดอินเทอร์เน็ต (internet addiction) เป็นคนแรก<sup>(41)</sup> ซึ่งตัดแปลงจากเกณฑ์วินิจฉัยโรคติดสารเสพติด (substance dependence) และการติดการพนัน (pathological gambling) ตามเกณฑ์ของ DSM-IV โดยอาศัยองค์ประกอบ 4 ด้าน ได้แก่

1. การใช้อินเทอร์เน็ตมากเกินไป โดยใช้เวลามากกว่าที่ตั้งใจไว้ หรือไม่สามารถควบคุมตัวเองได้หลังจากใช้ไปแล้วเป็นเวลานาน
2. การไม่อาจหักห้ามใจในการใช้งานอินเทอร์เน็ต (tolerance) หรือหมกหมุ่นสนใจ แอปพลิเคชันใหม่ๆ เว็บไซต์ใหม่ๆ ทั้งยังมีความต้องการเพิ่มความเร็วของคอมพิวเตอร์หรืออินเทอร์เน็ตให้ไวขึ้นเรื่อยๆ
3. มีอาการผิดปกติเมื่อไม่ได้ใช้อินเทอร์เน็ต คล้ายอาการการขาดยา (withdrawal) เช่น หงุดหงิด กระสับกระส่าย ไม่มีสมาธิ ก้าวร้าว หรือซึมเศร้า เป็นต้น
4. ได้ผลกระทบจากการใช้อินเทอร์เน็ตมากเกินไป เช่น มีปัญหาทางด้านการเรียน ผลการเรียนตก ตื่นสายจนขาดเรียนหรือขาดงาน มีปัญหาสุขภาพร่างกาย พักผ่อนไม่เพียงพอ ปัญหา

ทางด้านสายตา กล้ามเนื้อแขนขาอ่อนแรง และมีปัญหาสัมพันธภาพกับผู้อื่น ในการปรับตัวเข้ากับสังคม หรือการล่อลวงทางเพศ เป็นต้น<sup>(37,39)</sup>

นอกจากนี้ Dr. Brent Conrad นักจิตวิทยาคลินิก ด้านการติดเทคโนโลยียังให้ความเห็นที่สอดคล้องกันว่า แม้การติดอินเทอร์เน็ต จะยังไม่ถูกประกาศว่าเป็นโรคอย่างเป็นทางการตามการวินิจฉัยของ DSM แต่เป็นพฤติกรรมที่ถูกมองว่าเป็นปัญหาด้านการควบคุมแรงกระตุ้น เช่นเดียวกับการติดพนัน โดยในขณะที่การติดพนัน เป็นการติดชัชนะที่ได้ผลตอบแทนจากการพนัน แต่อินเทอร์เน็ตเป็นการติดรางวัลทางสังคม (social rewards)<sup>(42)</sup> ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Meshi และคณะ จากสถาบัน Freie ในกรุงเบอร์ลิน ประเทศเยอรมันนี้ ด้วยการวัดการทำกิจกรรมภายในสมองของอาสาสมัครระหว่างที่พวกเขาได้รับการสะท้อนเกี่ยวกับตัวเองในเชิงบวก ซึ่งพบว่าเมื่อแต่ละบุคคลได้รับการสะท้อนที่เกี่ยวกับเรื่องของตัวเองจะมีการเคลื่อนไหวของสมองบริเวณ rewarding center ที่ชื่อว่า Nucleus Accumbens มากขึ้น ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของสมองส่วนที่ทำหน้าที่เกี่ยวกับการเกิดอารมณ์แบบต่างๆ หรือการเกิดแรงจูงใจ โดยนักวิจัยได้ศึกษาเพิ่มเติมเกี่ยวกับความเข้มข้นในการใช้เฟซบุ๊กจากการให้ผู้ร่วมวิจัยตอบคำถาม เช่น จำนวนเพื่อนในเฟซบุ๊ก หรือระยะเวลาที่ใช้ในการเล่นเฟซบุ๊กในแต่ละวัน จากนั้นนำมาหาค่าความสัมพันธ์ระหว่าง Nucleus Accumbens กับความเข้มข้นในการใช้เฟซบุ๊กแล้วพบว่า ยิ่งบุคคลมี Nucleus Accumbens มากเท่าไร ก็ยังมีแนวโน้มการใช้เวลาบนเฟซบุ๊กมากเท่านั้น จึงอาจเป็นสาเหตุสำคัญประการหนึ่ง ที่ทำให้หลายคนติดเฟซบุ๊ก เพราะกิจกรรมบนเฟซบุ๊กล้วนแต่ส่งเสริมการแสดงตัวตนทั้งสิ้น ไม่ว่าจะเป็นการแสดงสถานะตัวเอง, การโพสต์รูปตัวเอง, การกดไลค์ และการแสดงความเห็น<sup>(43,44)</sup>

### การติดเฟซบุ๊ก

เนื่องจากการติดเฟซบุ๊กถือเป็นประเด็นใหม่ที่กำลังได้รับการศึกษาเพิ่มเติม จึงยังไม่มี การระบุอาการที่แน่ชัดของภาวะการติดเฟซบุ๊ก โดยงานศึกษาส่วนใหญ่ เป็นไปในลักษณะของการพัฒนาเครื่องมือแบบสอบถามการติดเฟซบุ๊ก โดยอิงจากแบบวัดการเสพติดอินเทอร์เน็ต ซึ่งมีพื้นฐานจากการประเมินโรคติดการพนันหรือโรคการใช้สารเสพติด หรือเป็นการศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับการติดเฟซบุ๊ก ดังจะเห็นได้จากงานทบทวนการศึกษาของ Ryan และคณะ ซึ่งพบว่า การติดเฟซบุ๊กสัมพันธ์กับเพศชาย การใช้งานมาก และการมีระดับการศึกษาสูงในมหาวิทยาลัย ทั้งยังสัมพันธ์กับปัจจัยทางสุขภาพจิต อาทิเช่น การเกิดความรู้สึกไม่พอใจในความสัมพันธ์, ภาวะซึมเศร้า, ภาวะวิตกกังวล, การส่งผลต่อดัชนีความสุข และดัชนีพลังในการใช้ชีวิต โดยอาการบ่งชี้ถึงการติดเฟซบุ๊กจะเริ่มตั้งแต่มีความพึงพอใจที่จะปฏิสัมพันธ์ผ่านสังคมออนไลน์, มีอารมณ์แปรปรวน, มีความบกพร่องในการ

ควบคุมตัวเอง เกิดเป็นผลลัพธ์ทางลบที่เห็นเด่นชัดคือการขาดการควบคุม มีความพยายามจะเลิกใช้ แต่ทวนกลับไปใช้ และต้องใช้ความอดกลั้นเพื่อไม่ใช้งาน<sup>(4)</sup>

จึงอาจกล่าวได้ว่า การติดเฟซบุ๊ก คือการเสพติดอินเทอร์เน็ตในรูปแบบหนึ่งที่มีความสัมพันธ์คาบเกี่ยวกัน เนื่องจากมีรูปแบบหรืออาการของการเสพติดบางประการคล้ายคลึงกัน ซึ่งส่งผลกระทบต่อสุขภาพทางร่างกาย การสูญเสียหน้าที่ความรับผิดชอบ การเสียสัมพันธภาพ หรือในบางรายที่รุนแรงอาจมีปัญหาด้านจิตเวชร่วมด้วย

### งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความภาคภูมิใจในตนเองและการติดเฟซบุ๊ก

จากการทบทวนวรรณกรรมครั้งนี้ พบว่าการศึกษาการติดเฟซบุ๊กและความภาคภูมิใจในตนเองยังมีไม่มากนัก โดยส่วนใหญ่พบความสัมพันธ์ระหว่างการติดเฟซบุ๊กกับความภาคภูมิใจในตนเองเชิงลบ โดยเฉพาะในช่วงวัยรุ่น ทั้งจากงานวิจัยของ Malik and Khan (2015) ที่พบว่า การติดเฟซบุ๊กสัมพันธ์เชิงลบกับความภาคภูมิใจในตนเอง โดยผู้ที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ มีความเสี่ยงในการติดเฟซบุ๊ก<sup>(8)</sup> ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ De Cock และคณะ (2014) ที่พบว่า ความภาคภูมิใจในตนเองต่ำสัมพันธ์กับการติดเฟซบุ๊ก<sup>(9)</sup> และงานวิจัยของ Agata Blachni และคณะ (2016) ที่พบว่า การติดเฟซบุ๊กสัมพันธ์กับการลดระดับความภาคภูมิใจในตนเอง<sup>(10)</sup>

นอกจากนี้ จากผลสำรวจวัยรุ่นชาวเดนมาร์กอายุ 10 - 19 ปี ที่ได้รับการสะท้อนด้านลบเกี่ยวกับตัวเองบนโลกออนไลน์ พบว่าวัยรุ่นกลุ่มนี้มีระดับความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ และมีแนวโน้มที่จะใช้เครือข่ายสังคมเพื่อชดเชยการสร้างปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนที่มีเพียงเล็กน้อยบนโลกความเป็นจริง หรืออาจกล่าวได้ว่า บุคคลผู้มีระดับความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ ถือเป็นกลุ่มเสี่ยงที่จะกลายเป็นผู้ติดการใช้เครือข่ายสังคม<sup>(6)</sup> ซึ่งสอดคล้องกับงานศึกษาผลสำรวจการใช้เฟซบุ๊กของประเทศสวีเดน จำนวน 1,011 คน ละครายหญิง อายุตั้งแต่ 14 -36 ปี โดยมหาวิทยาลัย Gothenburg ซึ่งพบว่าการใช้เฟซบุ๊กสัมพันธ์กับความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ ทั้งปัจจัยด้านการใช้ที่เวลายาวนาน และปัจจัยด้านการเปรียบเทียบทางสังคม โดยพบว่าผู้ใช้เฟซบุ๊กที่มีระดับความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ คือผู้ที่ชอบเปรียบเทียบตัวเองกับผู้อื่น<sup>(45)</sup>

ในทางตรงกันข้าม จากงานทบทวนการศึกษาเกี่ยวกับเครือข่ายสังคมออนไลน์กับการส่งเสริมความภาคภูมิใจในตนเองพบว่า การใช้เฟซบุ๊กช่วยสร้างผลเชิงบวกต่อความภาคภูมิใจในตนเอง โดยเพิ่มความภาคภูมิใจทางสังคมผ่านการแสดงให้ผู้อื่นเห็นตัวตนของเราจากการสร้างภาพลักษณ์ การแสดงความสัมพันธ์ และการสร้างเสน่ห์ ซึ่งความภาคภูมิใจทางสังคมนี้จะยิ่งเพิ่มมากขึ้นเมื่อผู้ใช้

ได้รับการตอบสนองเชิงบวกจากเพื่อนบนเฟซบุ๊ก โดยมีการศึกษาพบว่า บุคคลที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำสามารถพัฒนาข้อจำกัดทางสังคมตัวเองได้ เมื่อมีโอกาสแสดงตัวตนทางสังคมบนเฟซบุ๊ก และยังพบอีกว่าการเลือกนำเสนอตัวตน (self-presentation) ในโลกออนไลน์ มีอิทธิพลเชิงบวกที่ช่วยเพิ่มความภาคภูมิใจในตนเอง เช่น ผู้ใช้จะรู้สึกภาคภูมิใจในตัวเองเมื่อได้โพสต์รูปที่ผ่านการปรับแต่ง หรือได้โพสต์ข้อความที่แสดงถึงทัศนคติหรือมุมมองของตนลงบนเฟซบุ๊ก<sup>(46)</sup>

สำหรับประเทศไทย ในปัจจุบันยังไม่พบงานศึกษาเกี่ยวกับความภาคภูมิใจในตนเองกับการติดเฟซบุ๊ก โดยพบการศึกษาที่ใกล้เคียง เรื่องการติดเฟซบุ๊กกับความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายของประเทศไทย ซึ่งพบว่า การติดเฟซบุ๊กสัมพันธ์กับสุขภาพจิต โดยเป็นปัจจัยเสี่ยงสูงต่อการเพิ่มความผิดปกติทางสุขภาพจิตทั่วไป, อาการทางกาย (somatic symptoms), ความวิตกกังวลและการนอนไม่หลับ (anxiety and insomnia), การรักษาสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น และภาวะซึมเศร้าขั้นรุนแรง ซึ่งมีแนวโน้มเพิ่มความเสี่ยงมากขึ้น เมื่อมีการติดเฟซบุ๊กมากขึ้น<sup>(12)</sup>

จากการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการใช้เฟซบุ๊กกับสุขภาพจิตในกลุ่มตัวอย่างนิสิตและนักศึกษามหาวิทยาลัย พบว่าสุขภาพจิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ที่กำลังศึกษาในระดับปริญญาตรี ปีการศึกษา 2555 มีความสัมพันธ์กับความถี่ในการใช้งานเฟซบุ๊ก การติดเฟซบุ๊ก และพฤติกรรมการใช้เฟซบุ๊ก<sup>(13)</sup> ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาสุขภาพจิตของนิสิตหญิงหลังปริญญาตรีที่พำนักในหอพักนานาชาติศึกษิตนิเวศน์ ซึ่งพบว่า นิสิตที่ใช้เฟซบุ๊กมาก มีสุขภาพจิตต่ำกว่านิสิตที่ใช้เฟซบุ๊กระดับน้อยถึงปานกลาง และนิสิตที่ติดเฟซบุ๊ก มีค่าสุขภาพจิตต่ำกว่านิสิตที่ไม่ติดเฟซบุ๊ก<sup>(14)</sup>

นอกจากนี้ จากการศึกษารื่องของการสร้างคุณค่าในตนเองผ่านสื่อสังคมออนไลน์ เฟซบุ๊กของนิสิตนักศึกษาที่เรียนมหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานครพบว่า การประเมินคุณค่าในตนเองระหว่างสังคมจริงและสังคมออนไลน์ของกลุ่มตัวอย่างมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่ไม่มีความต่างกันในแง่ของการตีความหมาย โดยพบว่ากลุ่มตัวอย่างให้ความสำคัญกับการสร้างคุณค่าในตนเองผ่านเฟซบุ๊กด้วยลักษณะกายภาพมากที่สุด รองลงมาคือการแสดงออกผ่านทางความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและการแสดงออกทางอารมณ์ การแสดงออกผ่านทางค่านิยมในสังคม และการแสดงออกผ่านทางความสามารถทั่วไป สมรรถภาพ และผลงาน ตามลำดับ<sup>(27)</sup>

ด้วยเหตุนี้ จึงอาจกล่าวได้ว่า การติดเฟซบุ๊กหรือการใช้งานเฟซบุ๊กมากส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตของผู้ใช้งานหลายประการ โดยเฉพาะผลกระทบต่อความภาคภูมิใจในตนเอง ทั้งทางบวกและทางลบ ซึ่งการวิจัยครั้งนี้มุ่งศึกษาในประเด็นดังกล่าวต่อไป

## บทที่ 3

### ระเบียบวิธีวิจัย

#### รูปแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา ณ ช่วงเวลาใดเวลาหนึ่ง (Cross-sectional Descriptive Study)

#### ประชากรเป้าหมาย

ประชากรในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนทั้งเพศหญิงและชายที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 - 6 ในเขตกรุงเทพมหานคร

#### ประชากรศึกษา

ประชากรในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนทั้งเพศชายและหญิงที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 - 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการศึกษากรุงเทพมหานคร, โรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยม, สังกัดคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน และโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัย

#### กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนทั้งเพศชายและหญิงที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 - 6 ในเขตกรุงเทพมหานครที่ใช้เฟซบุ๊กและอินดีเข้าร่วมการวิจัย โดยการศึกษาครั้งนี้ใช้การสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi-stage cluster sampling) รวมทั้งสิ้น 6 โรงเรียน

#### การคำนวณกลุ่มตัวอย่าง

เนื่องจากการศึกษาความชุกของการติดเฟซบุ๊กในนักเรียนมัธยมไทย ซึ่งเป็นกลุ่มประชากรที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มประชากรตัวอย่าง ในงานวิจัยนี้ จึงใช้ค่าสัดส่วนร้อยละ 26 ของกลุ่มตัวอย่างตามงานวิจัยดังกล่าว<sup>(47)</sup> โดยคำนวณแบบกลุ่มตัวอย่างเดียว (One group proportion) ในระดับความเชื่อมั่นที่ร้อยละ 95 ตามสูตรขนาดตัวอย่าง ดังนี้



$$n = \frac{Z^2 \alpha/2 p(1-p)}{d^2} = \frac{(1.96)^2 (0.26)(1-0.26)}{(0.05)^2} = 295.64$$

n คือ ขนาดตัวอย่าง

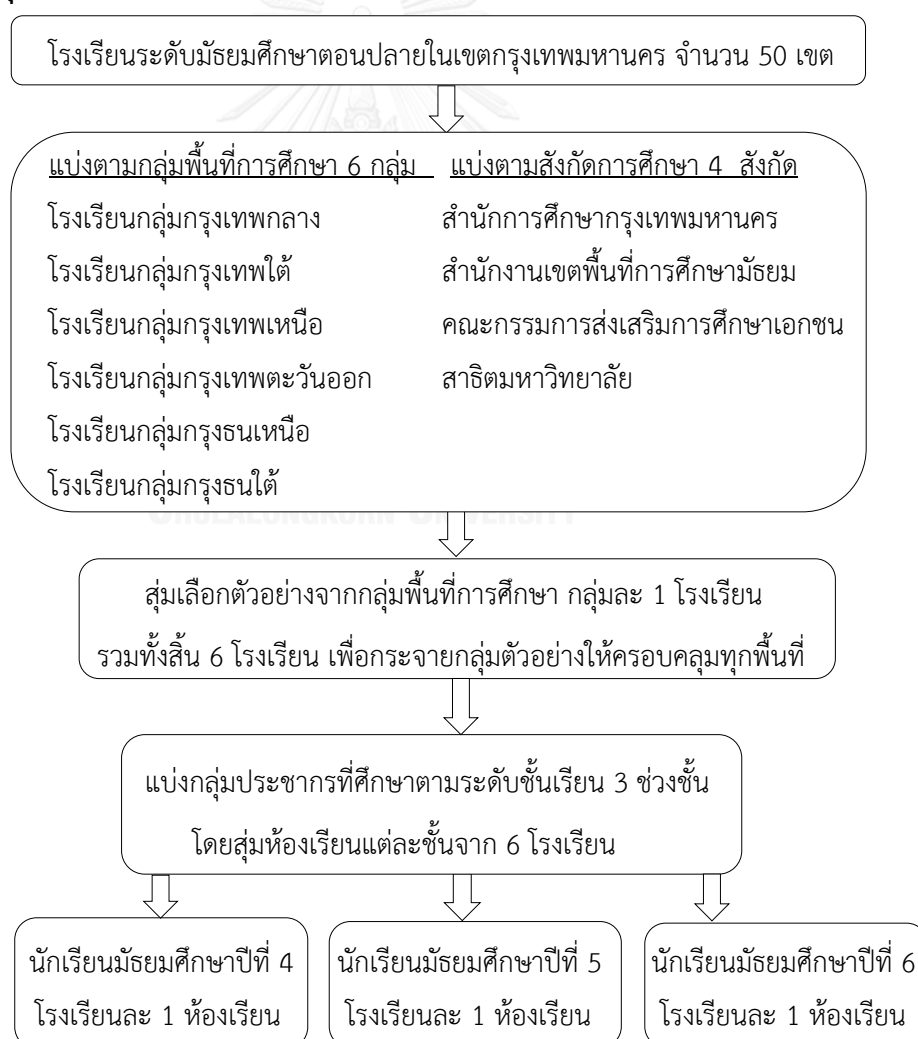
Z คือ ระดับความเชื่อมั่นที่ 95% มีค่าเท่ากับ 1.96

p คือ ความชุกของนักเรียนมัธยมศึกษาไทยที่ติดเฟซบุ๊ก เท่ากับ 26%

d คือ สัดส่วนของความคาดเคลื่อน เท่ากับ 5%

จากการคำนวณขนาดตัวอย่างได้เท่ากับ 296 คน รวมกับค่าความคาดเคลื่อนจากข้อมูลที่ไม่สมบูรณ์ของกลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษาประมาณร้อยละ 10 (คำนวณได้  $296+29.6=325.6$ ) ดังนั้นในการวิจัยครั้งนี้ จึงใช้ขนาดตัวอย่างทั้งหมด โดยประมาณ 326 คน

### การสุ่มตัวอย่าง



ภาพที่ 4 แผนผังการสุ่มตัวอย่างโรงเรียนในเขตกรุงเทพมหานครแบบหลายขั้นตอน

จากสัดส่วนของนักเรียนแต่ระดับชั้นข้างต้น ผู้วิจัยใช้วิธีการสุ่มเก็บข้อมูลระดับชั้นละ 1 ห้องเรียน ต่อ 1 โรงเรียน (1 โรงเรียน = 3 ชั้นเรียน) กระจายตามพื้นที่การศึกษาในเขต กรุงเทพมหานคร 6 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มกรุงเทพมหานคร กลุ่มกรุงเทพเหนือ กลุ่มกรุงเทพตะวันออก กลุ่มกรุงเทพใต้ กลุ่มกรุงธนใต้ และกลุ่มกรุงธนเหนือ โรงเรียนละ 1 แห่ง รวมทั้งแบ่งตามสังกัดการศึกษา ได้แก่ โรงเรียนสังกัดสำนักงานการศึกษากรุงเทพมหานคร 2 แห่ง โรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่ การศึกษามัธยม 2 แห่ง โรงเรียนสังกัดคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน 1 แห่ง และโรงเรียน สังกัดสาธิตมหาวิทยาลัย 1 แห่ง เพื่อให้ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างครอบคลุมตามที่ตั้งไว้

#### เกณฑ์การคัดเลือกเข้าการศึกษา

1. ผู้ที่สามารถอ่านแบบสอบถามและเข้าใจข้อความทุกข้อ
2. ได้รับความยินยอมจากบิดา มารดา หรือผู้ปกครองโดยชอบธรรม โดยมีการลงนามในหนังสือแสดงความยินยอม
3. ผู้ที่สมัครสมาชิกและใช้บริการ [www.facebook.com](http://www.facebook.com)

#### เกณฑ์การคัดออกจากการศึกษา

1. ผู้ที่ปฏิเสธไม่ทำแบบสอบถาม หรือไม่ยินยอมเข้าร่วมการวิจัย
2. ผู้ที่เรียนในห้องที่เป็นชั้นเรียนพิเศษ หรือผู้ที่มีปัญหาสติปัญญาบกพร่อง ซึ่งไม่สามารถอ่านแบบสอบถามและเข้าใจข้อความได้ทุกข้อ

#### เครื่องมือที่ใช้ในการทำวิจัย

แบ่งเป็น 4 ส่วน ประกอบด้วยรายละเอียดดังต่อไปนี้

##### ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล

ผู้วิจัยได้สร้างเอง เป็นข้อความเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไป รวมข้อความทั้งสิ้น 13 ข้อ

##### ส่วนที่ 2 แบบสอบถามการใช้เฟซบุ๊ก

ผู้วิจัยได้สร้างเอง เป็นข้อความเกี่ยวกับการใช้บริการและการแสดงพฤติกรรมบนเฟซบุ๊ก รวมข้อความทั้งสิ้น 10 ข้อ

### ส่วนที่ 3 แบบสอบถามการติดเฟซบุ๊กของ Bergen ฉบับภาษาไทย (Thai version of Bergen Facebook Addiction Scale: Thai-BFAS)

แบบสอบถาม Bergen Facebook Addiction Scale (BFAS) สร้างโดย Dr. Andreassen และคณะ<sup>(48)</sup> นำมาแปลเป็นภาษาไทยและพัฒนาโดยแพทย์หญิงมุกิตา พนาสธิตย์ และคณะ ความเชื่อถือของแบบสอบถามมีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคเท่ากับ 0.91

เครื่องมือนี้ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 6 ข้อ ใช้วัดระดับการติดเฟซบุ๊กในช่วง 1 ปีที่ผ่านมา มีคะแนนรวมตั้งแต่ 0 -24 คะแนน จุดตัดอยู่ที่ หากมีคำตอบที่ได้คะแนนตั้งแต่ 3 คะแนนขึ้นไปอย่างน้อย 4 ข้อ ถือว่า “ติดเฟซบุ๊ก” โดยคิดค่าตามมาตรวัดความถี่ 5 ระดับ ดังต่อไปนี้<sup>(49)</sup>

น้อยมาก	ให้ 0 คะแนน
น้อย	ให้ 1 คะแนน
บางครั้ง	ให้ 2 คะแนน
ค่อนข้างบ่อย	ให้ 3 คะแนน
บ่อยมาก	ให้ 4 คะแนน

### ส่วนที่ 4 แบบวัดความภาคภูมิใจในตนเองของโรเซนเบิร์กฉบับปรับปรุง (The Revised version of Thai Rosenberg Self-Esteem Scale: Revised Thai RSES)

แบบวัด Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES) สร้างโดย Morris Rosenberg แปลเป็นฉบับภาษาไทยโดย รูปนีย์ ตั้งจิตภักดีสกุล<sup>(50)</sup> และพัฒนาโดย ศ.นพ.ทินกร วงศ์ปการันย์ ความเชื่อถือของแบบวัดมีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคเท่ากับ 0.86

แบบวัดนี้ใช้วัดความรู้สึกต่อตนเองและความรู้สึกมีคุณค่า โดยเป็นมาตรวัด 4 อันดับ ตั้งแต่ “ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง” “ไม่เห็นด้วย” “เห็นด้วย” “เห็นด้วยอย่างยิ่ง” จำนวนทั้งสิ้น 10 ข้อ ซึ่งจะมีการกลับค่าคะแนน ครั้งหนึ่งเป็นข้อความเชิงบวก (ข้อ 1,3,4,7,10) เท่ากับ 4,3,2,1 คะแนน ตามลำดับ อีกครั้งหนึ่งเป็นข้อความเชิงลบ (ข้อ 2,5,6,8,9) เท่ากับ 1,2,3,4 คะแนน ตามลำดับ โดยมีคะแนนรวมตั้งแต่ 10 - 40 คะแนน วัดจากค่าคะแนนที่ยิ่งมาก ยิ่งบ่งบอกระดับความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองที่สูง<sup>(51)</sup> ซึ่งผู้วิจัยมีเกณฑ์การให้คะแนนเป็น 3 ระดับ แบ่งตามค่าเฉลี่ยและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาจำนวน 326 คน ( $28.8 \pm 3.18$ ) ดังรายละเอียดดังต่อไปนี้

คะแนนมากกว่า 32 คะแนนขึ้นไป แปลผล มีความภาคภูมิใจในตนเองอยู่ในระดับสูง  
 คะแนนตั้งแต่ 26 -32 คะแนน แปลผล มีความภาคภูมิใจในตนเองอยู่ในระดับปานกลาง  
 คะแนนน้อยกว่า 26 คะแนน แปลผล มีความภาคภูมิใจในตนเองอยู่ในระดับต่ำ

### การรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลใช้แบบเก็บข้อมูล เพื่อนำไปบันทึกข้อมูลลงในโปรแกรมคอมพิวเตอร์ วิเคราะห์ผล และนำเสนอข้อมูลโดยไม่ระบุข้อมูลเป็นรายบุคคล โดยผู้วิจัยมีขั้นตอนในการเก็บข้อมูล ดังต่อไปนี้

1. ขออนุมัติการทำวิจัยจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย และคณะกรรมการ บริหารคณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ซึ่งการวิจัยครั้งนี้ได้ผ่านการพิจารณาเลขที่ IRB No.222/58
2. ขอนหนังสือแนะนำตัวจากภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย เพื่อเสนอเรื่องขอเก็บข้อมูลไปยังผู้บริหารโรงเรียนที่เข้าร่วมการวิจัย
3. ติดต่อผู้มีอำนาจรับผิดชอบของแต่ละโรงเรียนที่ได้รับการสุ่มตัวอย่างสำหรับงานวิจัยนี้ เพื่อขออนุญาตดำเนินการเก็บข้อมูล
4. แนะนำตัวกับนักเรียนเพื่อชี้แจงถึงวัตถุประสงค์ของงานวิจัยและขอความร่วมมือในการ ตอบแบบสอบถาม เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างมีอายุต่ำกว่า 18 ปี ผู้วิจัยจึงให้กลุ่มตัวอย่างนำเอกสารขอ ความยินยอม ไปให้ผู้ปกครองอ่านทำความเข้าใจ โดยผู้ปกครองมีสิทธิตัดสินใจเข้าร่วมโครงการหรือไม่ ก็ได้ และผู้วิจัยจะถือว่าการลงชื่อในเอกสารขอความยินยอมของผู้ปกครอง เป็นการตอบรับการเข้า ร่วมโครงการ
5. เมื่อกลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามเรียบร้อยแล้ว กลุ่มตัวอย่างจะเป็นผู้นำ แบบสอบถามมาใส่กล่องที่ถูกปิดอย่างแน่นหนา ซึ่งตั้งอยู่ในห้องเรียนหรือสถานที่ที่ทางโรงเรียน จัดเตรียมไว้ให้ แล้วหลังจากนั้นผู้วิจัยจะเป็นผู้เข้าไปเก็บกล่องข้อมูลด้วยตนเอง
6. นำข้อมูลที่ได้มาตรวจสอบความถูกต้องครบถ้วน เพื่อความสมบูรณ์ของข้อมูล แล้ว นำไปคิดคะแนนเพื่อทำการวิเคราะห์ต่อไป

## การวิเคราะห์ข้อมูล

หลังจากตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์ของการตอบแบบสอบถามแต่ละชุดและนำมาลงรหัสจากที่กำหนดไว้ล่วงหน้าแล้ว ผู้วิจัยจะใช้โปรแกรม Statistical Package for Social Science (SPSS) เพื่อประมวลผลและวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติต่างๆ ดังนี้

1. ใช้สถิติพรรณนา (descriptive statistics) เพื่อใช้บรรยายลักษณะส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา ได้แก่ จำนวน และร้อยละ
2. ใช้สถิติเชิงอนุมานและการวิเคราะห์การถดถอย ได้แก่ สถิติไคสแควร์ เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการติดเฟชบุ๊ก และสถิติถดถอยพหุคูณโลจิสติก เพื่อหาปัจจัยทำนายการติดเฟชบุ๊ก



## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยนี้เป็นการศึกษาความภาคภูมิใจในตนเองและพฤติกรรมการติดเฟซบุ๊กของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการติดเฟซบุ๊กและความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการติดเฟซบุ๊กกับความภาคภูมิใจในตนเอง โดยเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายทั้งหมด 6 โรงเรียน กระจายตามสังกัดและพื้นที่การศึกษาคครอบคลุมทั่วทั้งเขตกรุงเทพมหานคร อันได้แก่ โรงเรียนวิสุทธิศ โรงเรียนมัธยมปทุมมาวาส โรงเรียนรัตนโกสินทร์สมโภชบางขุนเทียน โรงเรียนสตรีวรนาถบางเขน โรงเรียนเทพลีลา และโรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยฝ่ายมัธยม รวมจำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 326 คน ซึ่งผู้วิจัยได้นำเสนอผลการวิเคราะห์แบ่งเป็น 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยคำร้อยละ และค่าเฉลี่ย เพื่ออธิบายลักษณะของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร

ส่วนที่ 2 แสดงผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการติดเฟซบุ๊ก จำแนกตามข้อมูลส่วนบุคคล ข้อมูลการใช้เฟซบุ๊ก และข้อมูลความภาคภูมิใจในตนเอง โดยใช้สถิติไคสแควร์ (chi-square)

ส่วนที่ 3 แสดงผลการวิเคราะห์ตัวแปรปัจจัยทำนายการติดเฟซบุ๊ก โดยใช้สถิติการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณโลจิสติก (multiple logistic regression)

## ส่วนที่ 1 การอธิบายลักษณะของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร

โดยใช้ค่าจำนวนและค่าร้อยละ เพื่ออธิบายข้อมูลส่วนบุคคล ข้อมูลการใช้เฟซบุ๊ก และข้อมูล ความภาคภูมิใจในตนเอง

### 1.1 ข้อมูลส่วนบุคคล

ได้แก่ เพศ อายุ โรงเรียนที่สังกัด ระดับชั้น แผนการเรียน เกรดเฉลี่ย บุคคลที่อาศัยอยู่ด้วย จำนวนพี่น้อง รายได้เฉลี่ยรวมของครอบครัว สถานภาพสมรสของบิดามารดา ความสัมพันธ์กับมารดา ความสัมพันธ์กับบิดา ความสัมพันธ์กับเพื่อน และบุคลิกภาพของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขต กรุงเทพมหานครที่ใช้เฟซบุ๊ก จำนวน 326 คน

ตารางที่ 1 แสดงจำนวนและร้อยละของข้อมูลส่วนบุคคล

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	105	32.2
หญิง	221	67.8
อายุ (ปี)		
15	33	10.1
16	103	31.6
17	131	40.2
18	57	17.5
19	2	0.6
โรงเรียนที่สังกัด		
สำนักงานการศึกษากรุงเทพมหานคร	173	53.1
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยม	23	21.8
คณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน	59	18.1
สภามหาวิทยาลัย	23	7.1
ระดับชั้น		
มัธยมศึกษาปีที่ 4	85	26.1
มัธยมศึกษาปีที่ 5	138	42.3
มัธยมศึกษาปีที่ 6	103	31.6

**ตารางที่ 1** แสดงจำนวนและร้อยละของข้อมูลส่วนบุคคล (ต่อ)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน (คน)	ร้อยละ
แผนการเรียน		
แผนวิทย์ - คณิต	129	39.6
แผนศิลป์ - คำนวณ	39	12.0
แผนศิลป์ - ภาษา	93	28.5
อื่นๆ	65	19.9
ผลการเรียนในปีการศึกษาที่ผ่านมา (n=323 คน)		
เกรดเฉลี่ยน้อยกว่า 2.50	78	23.9
เกรดเฉลี่ยตั้งแต่ 2.50 - 2.99	116	35.6
เกรดเฉลี่ยตั้งแต่ 3.00 ขึ้นไป	129	39.6
บุคคลที่อาศัยอยู่ด้วย (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)		
อยู่คนเดียว	5	1.5
อยู่กับพ่อแม่	240	73.8
อยู่กับพี่น้อง	107	32.9
อยู่กับญาติ	41	12.6
อยู่กับเพื่อน	48	14.8
อื่นๆ	40	12.3
จำนวนพี่น้อง		
ลูกคนเดียว	74	22.7
มีพี่น้อง 2 คนขึ้นไป (นับรวมตัวเอง)	252	77.3
สถานภาพสมรสของบิดามารดา		
อยู่ด้วยกัน	222	68.1
หย่าร้าง	68	20.9
บิดาถึงแก่กรรม	16	4.9
มารดาถึงแก่กรรม	4	1.2
บิดามารดาถึงแก่กรรม	5	1.5
อื่นๆ	11	3.4



**ตารางที่ 1** แสดงจำนวนและร้อยละของข้อมูลส่วนบุคคล (ต่อ)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ความสัมพันธ์กับมารดา		
อยู่ด้วยกันอย่างราบรื่น	229	70.2
ขัดแย้งกันบางครั้ง	71	21.8
ทะเลาะกันรุนแรงบ่อยครั้ง	1	0.3
เฉยชา/ห่างเหินต่อกัน	10	3.1
อื่นๆ	15	4.6
ความสัมพันธ์กับบิดา (n=325 คน)		
อยู่ด้วยกันอย่างราบรื่น	224	68.7
ขัดแย้งกันบางครั้ง	46	14.1
ทะเลาะกันรุนแรงบ่อยครั้ง	4	1.2
เฉยชา/ห่างเหินต่อกัน	17	5.2
อื่นๆ	34	10.4
รายได้เฉลี่ยรวมของครอบครัวต่อเดือน (n=325 คน)		
น้อยกว่า 5,000 บาท/เดือน	7	2.1
5,000 - 10,000 บาท/เดือน	70	21.5
10,000 – 50,000 บาท/เดือน	186	57.1
50,000 – 100,000 บาท/เดือน	37	11.3
มากกว่า 100,000 บาท/เดือน	25	7.7
ความสัมพันธ์กับเพื่อน		
ไม่ค่อยมีเพื่อน	6	1.8
มีเพื่อนสนิทที่ปรึกษาปัญหาได้	184	56.4
มีเพื่อนที่คุยได้ในเรื่องทั่วไป	129	39.6
ขัดแย้งกับเพื่อนบ่อยครั้ง	7	2.1
บุคลิกภาพ		
เป็นคนเปิดเผย	222	68.1
เป็นคนเก็บตัว	104	31.9

จากตารางที่ 1 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง (ร้อยละ 67.8) อายุ 17 ปี (ร้อยละ 40.2) เรียนในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการศึกษากรุงเทพมหานคร (ร้อยละ 53.1) กำลังศึกษาอยู่ในระดับมัธยมศึกษาปีที่ 5 (ร้อยละ 42.3) แผนการเรียนวิทย์-คณิต (ร้อยละ 39.6) มีเกรดเฉลี่ยตั้งแต่ 3.00 ขึ้นไป (ร้อยละ 39.6) ส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับบิดามารดา (ร้อยละ 73.8) และไม่ได้เป็นบุตรคนเดียว (ร้อยละ 77.3) สถานภาพสมรสของบิดามารดาส่วนใหญ่อยู่ด้วยกัน (ร้อยละ 68.1) ความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มตัวอย่างกับทั้งมารดาและบิดาส่วนใหญ่อยู่ด้วยกันอย่างราบรื่น (ร้อยละ 70.2 และ 68.7 ตามลำดับ) ครอบครัวมีรายได้เฉลี่ยรวมต่อเดือนประมาณ 10,000 – 50,000 บาท (ร้อยละ 57.1) ความสัมพันธ์กับเพื่อนส่วนใหญ่คือมีเพื่อนสนิท (ร้อยละ 56.4) และกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นคนเปิดเผย (ร้อยละ 68.1)

## 1.2 ข้อมูลการใช้เฟซบุ๊ก

ได้แก่ คอมพิวเตอร์ส่วนตัว อุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ที่ใช้เชื่อมต่ออินเทอร์เน็ต ระยะเวลาสมัครใช้งานเฟซบุ๊ก ระยะเวลาเข้าใช้งานต่อวัน ความถี่ในการใช้งาน จำนวนเพื่อนในเฟซบุ๊ก บุคคลที่เพิ่มในเฟซบุ๊ก ความถี่ในการโพสต์รูปตัวเองลงเฟซบุ๊ก เหตุผลที่ใช้เฟซบุ๊ก และความถี่ในการแสดงพฤติกรรมต่างๆบนเฟซบุ๊ก ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 326 คน

ตารางที่ 2 แสดงจำนวนและร้อยละของข้อมูลการใช้งานเฟซบุ๊ก

ข้อมูลการใช้เฟซบุ๊ก	จำนวน (คน)	ร้อยละ
คอมพิวเตอร์ส่วนตัว		
ไม่มี	100	30.7
มี	226	69.3
อุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ที่สามารถเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ต		
ไม่มี	18	5.5
มี (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)	308	94.5
ได้แก่ Smart Phone	277	82.7
Tablet	53	15.8
อื่นๆ	5	1.5

**ตารางที่ 2** แสดงจำนวนและร้อยละของข้อมูลการใช้งานเฟซบุ๊ก (ต่อ)

ข้อมูลการใช้เฟซบุ๊ก	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ระยะเวลาสมัครใช้งานเฟซบุ๊ก		
น้อยกว่า 1 ปี	7	2.1
1 - 2 ปี	15	4.6
2 - 3 ปี	74	22.7
4 - 5 ปี	130	39.9
5 ปีขึ้นไป	100	30.7
ระยะเวลาที่ใช้งานต่อวันโดยประมาณ		
น้อยกว่า 2 ชั่วโมง	94	28.8
2 - 3 ชั่วโมง	87	26.7
มากกว่า 3 ชั่วโมง	145	44.5
ความถี่ในการใช้งาน		
เล่นตลอดเวลาหรือทุกครั้งที่มีโอกาสทั้งในและนอกเวลาเรียน	75	23.0
เล่นเป็นบางเวลา ช่วงนอกเวลาเรียน	154	47.2
ไม่แน่นอน	97	29.8
จำนวนเพื่อนในเฟซบุ๊ก		
น้อยกว่า 400 คน	71	21.8
ตั้งแต่ 401 - 800 คน	61	18.7
ตั้งแต่ 801 - 1,000 คน	39	12.0
มากกว่า 1,000 คนขึ้นไป	155	47.5
ความถี่ในการโพสต์รูปตัวเองลงเฟซบุ๊ก		
โพสต์น้อยกว่า 10 รูป ใน 1 เดือน	255	78.2
โพสต์ 10 - 30 รูป ใน 1 เดือน	64	19.6
โพสต์มากกว่า 30 รูป ใน 1 เดือน	7	2.1

**ตารางที่ 2** แสดงจำนวนและร้อยละของข้อมูลการใช้งานเฟซบุ๊ก (ต่อ)

ข้อมูลการใช้เฟซบุ๊ก	จำนวน (คน)	ร้อยละ
บุคคลที่เพิ่มในเฟซบุ๊ก (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)		
พ่อแม่หรือผู้ปกครอง	159	48.9
พี่หรือน้อง	224	68.9
ญาติ	175	53.8
คนรัก	158	48.6
เพื่อนที่รู้จักในชีวิตจริง	283	87.1
เพื่อนของเพื่อนที่รู้จักในชีวิตจริง	216	66.5
คนไม่รู้จัก	105	32.3
คนดั่งบนสังคมออนไลน์ (Net Idol)	120	36.9
อื่นๆ	9	2.8
เหตุผลที่ใช้เฟซบุ๊ก		
เพราะต้องการนำเสนอภาพหรือเรื่องราวเกี่ยวกับตัวเอง	37	11.3
เพราะไม่สามารถยับยั้งตัวเองให้หยุดใช้งานได้	10	3.1
เพราะต้องการเป็นส่วนหนึ่งของสังคม	252	77.3
อื่นๆ	27	8.3

จากตารางที่ 2 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีคอมพิวเตอร์ส่วนตัว (ร้อยละ 69.3) และมีอุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ที่สามารถเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ตได้ (ร้อยละ 94.5) โดยเชื่อมต่อผ่าน smart phone มากที่สุด (ร้อยละ 82.7) ส่วนใหญ่สมัครใช้งานเฟซบุ๊ก 4 - 5 ปี (ร้อยละ 39.9) ใช้เวลาเล่นเฟซบุ๊กต่อวันโดยประมาณน้อยกว่า 2 ชั่วโมง (ร้อยละ 28.8) โดยจะเล่นเป็นบางเวลาช่วงนอกเวลาเรียน (ร้อยละ 47.5) มีเพื่อนในเฟซบุ๊กมากกว่า 1,000 คนขึ้นไป (ร้อยละ 47.5) โดยบุคคลที่เพิ่มเป็นเพื่อนในเฟซบุ๊กมากที่สุด 3 อันดับได้แก่ เพื่อนที่รู้จักในชีวิตจริง, พี่หรือน้อง และเพื่อนของเพื่อนที่รู้จักในชีวิตจริง (ร้อยละ 86.8 ร้อยละ 68.7 และ ร้อยละ 66.3 ตามลำดับ) การโพสต์รูปตัวเองลงเฟซบุ๊ก (เซลฟี) ส่วนใหญ่จะโพสต์น้อยกว่า 10 รูปใน 1 เดือน (ร้อยละ 78.2) โดยให้เหตุผลที่ใช้เฟซบุ๊กเพราะต้องการเป็นส่วนหนึ่งของสังคม (ร้อยละ 77.3)

**ตารางที่ 2.1** แสดงจำนวนและร้อยละของข้อมูลความถี่ในการแสดงพฤติกรรมบนเฟซบุ๊ก

พฤติกรรมบนเฟซบุ๊ก	บ่อยครั้ง n (%)	ค่อนข้างบ่อย n (%)	บางครั้ง n (%)	ไม่เคย n (%)
อัปเดตสถานะ	59(18.1)	70(21.5)	155(47.5)	42(12.9)
กดถูกใจ	178(54.6)	95(29.1)	52(16)	1(0.3)
แสดงความคิดเห็น	18(5.5)	61(18.7)	232(71.2)	15(4.6)
เช็คอินสถานที่ที่ตัวเองอยู่	29(8.9)	62(19)	161(49.4)	74(22.7)
สนทนาหรือส่งข้อความ	176(54)	93(28.5)	56(17.2)	1(0.3)
ตั้งกลุ่ม หรือสนทนาในกลุ่ม	68(20.9)	88(27)	141(43.3)	29(8.9)
เพิ่มเพื่อนที่รู้จัก	74(22.7)	116(35.6)	131(40.2)	5(1.5)
เพิ่มเพื่อนที่ไม่รู้จัก	18(5.5)	45(13.8)	194(59.5)	69(21.2)
ติดตามความเคลื่อนไหวของเพื่อน	69(21.2)	130(39.9)	116(35.6)	11(3.4)
ติดตามความเคลื่อนไหวของบุคคลที่สนใจ หรือคนมีชื่อเสียง	76(23.3)	105(32.2)	120(36.8)	25(7.7)
ติดตามข่าวสารหรือข้อมูลจากเพจต่างๆ	109(33.4)	153(46.9)	61(18.7)	3(0.9)
ถูกใจเพจที่สนใจ	124(38)	121(37.1)	78(23.9)	3(0.9)
สร้างเพจหรือคอยดูแลเพจ	10(3.1)	17(5.2)	60(18.4)	239(73.3)
แชร์ลิงค์ข่าวสาร/ข้อมูล/เพลง ฯลฯ	37(11.3)	62(19)	147(45.1)	80(24.5)
ถ่ายรูปตัวเองแล้วโพสต์ (เซลฟี)	53(16.3)	77(23.6)	146(44.8)	50(15.3)
โพสต์รูป/แท็กรูป	49(15)	90(27.6)	187(51.2)	20(6.1)
โพสต์วิดีโอ/แท็กวิดีโอ	15(4.6)	32(9.8)	167(51.2)	112(34.4)
เล่นเกม	25(7.7)	38(11.7)	133(40.8)	130(39.9)
ใช้แอปพลิเคชันบันเทิง เช่น ทำนายนิสัย	26(8)	58(17.8)	150(46)	92(28.2)

จากตารางที่ 2.1 พบว่า พฤติกรรมบนเฟซบุ๊กที่กลุ่มตัวอย่างทำบ่อยครั้งมากที่สุด 5 อันดับ ได้แก่ การกดถูกใจ (ร้อยละ 54.6) การสนทนาหรือส่งข้อความ (ร้อยละ 54) การกดถูกใจเพจที่สนใจ (ร้อยละ 38) การติดตามข่าวสารหรือข้อมูลจากเพจต่างๆ (ร้อยละ 33.4) และการติดตามความเคลื่อนไหวของบุคคลที่สนใจหรือคนมีชื่อเสียง (ร้อยละ 23.3)

ทั้งนี้ พฤติกรรมบนเฟซบุ๊กที่กลุ่มตัวอย่างไม่เคยทำ 5 อันดับ ได้แก่ การสร้างเพจหรือคอยดูแลเพจ (ร้อยละ 73.3) การเล่นเกมบนเฟซบุ๊ก (ร้อยละ 39.9) การโพสต์หรือแท็กวิดีโอ (ร้อยละ 34.4) การใช้แอปพลิเคชันบันเทิง (ร้อยละ 28.2) และการแชร์ลิงค์ข้อมูลข่าวสาร (ร้อยละ 24.5)

### 1.3 ข้อมูลการติดเฟซบุ๊ก

ตารางที่ 3 แสดงจำนวนและร้อยละของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานครที่ติดเฟซบุ๊ก

การติดเฟซบุ๊ก	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ไม่ติดเฟซบุ๊ก	292	89.6
ติดเฟซบุ๊ก	34	10.4

จากตารางที่ 3 เมื่อพิจารณาคะแนนแบบสอบถามการติดเฟซบุ๊กของ Bergen ฉบับภาษาไทย (Thai-BFAS) ในกลุ่มตัวอย่าง 326 คนพบว่า กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 10.4 มีภาวะการติดเฟซบุ๊ก โดยส่วนใหญ่ร้อยละ 89.6 ไม่มีภาวะการติดเฟซบุ๊ก

### 1.4 ข้อมูลความภาคภูมิใจในตนเอง

ตารางที่ 4 แสดงจำนวนและร้อยละของความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร

ระดับความภาคภูมิใจในตนเอง	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ความภาคภูมิใจในตนเองระดับต่ำ	70	21.5
ความภาคภูมิใจในตนเองระดับปานกลาง	214	65.6
ความภาคภูมิใจในตนเองระดับสูง	42	12.9

จากตารางที่ 4 เมื่อพิจารณาคะแนนแบบวัดความภาคภูมิใจในตนเองของโรเซนเบิร์กฉบับปรับปรุง (Revised Thai RSES) ในกลุ่มตัวอย่าง 326 คนพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ร้อยละ 65.6 มีความภาคภูมิใจในตนเองระดับปานกลาง รองลงมาร้อยละ 21.5 มีความภาคภูมิใจในตนเองระดับต่ำ และมีเพียงส่วนน้อยร้อยละ 12.9 ที่มีความภาคภูมิใจในตนเองระดับสูง

## ส่วนที่ 2 การวิเคราะห์ปัจจัยที่สัมพันธ์กับการติดเฟซบุ๊ก

โดยใช้สถิติ Chi-square ( $\chi^2$ ) จำแนกตามข้อมูลส่วนบุคคล ข้อมูลการใช้เฟซบุ๊ก และข้อมูล ความภาคภูมิใจในตนเอง

ตารางที่ 5 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างการติดเฟซบุ๊กกับข้อมูลส่วนบุคคล

ข้อมูลส่วนบุคคล	ไม่ติดเฟซบุ๊ก n (%)	ติดเฟซบุ๊ก n (%)	$\chi^2$	p-value
เพศ				
ชาย	101(96.2)	4(3.8)	7.27	0.007**
หญิง	191(86.4)	30(13.6)		
โรงเรียนในสังกัด				
รัฐบาล	217(88.9)	27(11.1)	0.42	0.517
อื่นๆ	75(91.5)	7(8.5)		
ระดับชั้น				
มัธยมศึกษาปีที่ 4	69(81.2)	16(18.8)	8.69	0.13
มัธยมศึกษาปีที่ 5	128(92.8)	10(7.2)		
มัธยมศึกษาปีที่ 6	95(92.2)	8(7.8)		
แผนการเรียน				
แผนวิทย์ - คณิต	122(94.6)	7(5.4)	14.30	0.003**
แผนศิลป์ - คำนวณ	32(82.1)	7(17.9)		
แผนศิลป์ - ภาษา	76(81.7)	17(18.3)		
อื่นๆ	62(95.4)	3(4.6)		
ผลการเรียนในปีการศึกษาที่ผ่านมา (n=323 คน)				
เกรดเฉลี่ยน้อยกว่า 2.50	66(84.6)	12(15.4)	11.88	0.003**
เกรดเฉลี่ยตั้งแต่ 2.50 - 2.99	99(85.3)	17(14.7)		
เกรดเฉลี่ยตั้งแต่ 3.00 ขึ้นไป	125(96.9)	4(3.1)		

ตารางที่ 5 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างการติดเฟซบุ๊กกับข้อมูลส่วนบุคคล (ต่อ)

ข้อมูลส่วนบุคคล	ไม่ติด	ติด	$\chi^2$	p-value
	เฟซบุ๊ก n (%)	เฟซบุ๊ก n (%)		
จำนวนพี่น้อง				
ลูกคนเดียว	62(83.8)	12(16.2)	3.43	0.064
มีพี่น้อง 2 คนขึ้นไป (นับรวมตัวเอง)	230(91.3)	22(8.7)		
รายได้เฉลี่ยรวมครอบครัวต่อเดือน (n=325 คน)				
น้อยกว่า 10,000 บาท/เดือน	70(90.9)	7(9.1)	5.38	0.068
10,000 - 50,000 บาท/เดือน	161(86.6)	25(13.4)		
มากกว่า 50,000 บาท/เดือน	60(96.8)	2(3.2)		
สถานภาพสมรสของบิดามารดา				
อยู่ด้วยกัน	195(87.8)	27(12.2)	2.50	0.287
หย่าร้างหรือแยกกันอยู่	73(92.4)	6(7.6)		
เสียชีวิต	24(96)	1(4)		
ความสัมพันธ์กับมารดา				
อยู่ด้วยกันอย่างราบรื่น	212(92.6)	17(7.4)	7.44	0.006**
อื่นๆ	80(82.5)	17(17.5)		
ความสัมพันธ์กับบิดา (325 คน)				
อยู่ด้วยกันอย่างราบรื่น	205(91.5)	19(8.5)	2.21	0.137
อื่นๆ	87(86.1)	14(13.9)		
ความสัมพันธ์กับเพื่อน				
ไม่มีเพื่อนหรือมีเพื่อนคุยทั่วไป	126(93.3)	9(6.7)	3.49	0.062
มีเพื่อนสนิทหรือมีเพื่อนสนิทและเพื่อนทั่วไป	166(86.9)	25(13.1)		
บุคลิกภาพ				
เป็นคนเปิดเผย	194(87.4)	28(12.6)	3.55	0.060
เป็นคนเก็บตัว	98(94.2)	6(5.8)		

\* P<0.05, \*\* P<0.001



จากตารางที่ 5 พบว่ามีเพียงปัจจัยด้านเพศ แผนการเรียน เกรดเฉลี่ย และความสัมพันธ์กับมารดาเท่านั้น ที่มีความสัมพันธ์กับการติดเฟซบุ๊กอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยพบว่า เพศหญิง ติดเฟซบุ๊กมากกว่าเพศชาย, แผนการเรียนศิลป์-ภาษา ติดเฟซบุ๊กมากกว่าแผนศิลป์-คำนวณ แผนวิทย์-คณิต และแผนการเรียนอื่นๆ ตามลำดับ, เกรดเฉลี่ยตั้งแต่ 2.50 – 2.99 ติดเฟซบุ๊กมากกว่าเกรดเฉลี่ยน้อยกว่า 2.50 และเกรดเฉลี่ยตั้งแต่ 3.00 ขึ้นไป และความสัมพันธ์กับมารดาแบบอื่นๆ ติดเฟซบุ๊กมากกว่าแบบอยู่ด้วยกันอย่างราบรื่น

ตารางที่ 6 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างการติดเฟซบุ๊กกับข้อมูลการใช้เฟซบุ๊ก

ข้อมูลการใช้เฟซบุ๊ก	ไม่ติด เฟซบุ๊ก n (%)	ติดเฟซบุ๊ก n (%)	$\chi^2$	p-value
คอมพิวเตอร์ส่วนตัว				
ไม่มี	92(92)	8(8)	0.91	0.340
มี	200(88.5)	26(11.5)		
ระยะเวลาสมัครใช้งานเฟซบุ๊ก				
น้อยกว่า 3 ปี	91(94.8)	5(5.2)	3.97	0.046*
มากกว่า 3 ปีขึ้นไป	201(87.4)	29(12.6)		
ระยะเวลาที่ใช้งานต่อวันโดยประมาณ				
น้อยกว่า 3 ชั่วโมง	175(96.7)	6(3.3)	22.05	<0.001**
มากกว่า 3 ชั่วโมง	117(80.7)	28(19.3)		
จำนวนเพื่อนในเฟซบุ๊ก				
น้อยกว่า 400 คน	69(97.2)	2(2.8)	13.24	0.004**
ตั้งแต่ 401 - 800 คน	57(93.4)	4(6.6)		
ตั้งแต่ 801 - 1,000 คน	37(94.9)	2(5.1)		
มากกว่า 1,000 คนขึ้นไป	129(83.2)	26(16.8)		
ความถี่ในการโพสต์รูปตัวเองลงเฟซบุ๊ก				
โพสต์น้อยกว่า 10 รูปใน 1 เดือน	236(92.5)	19(7.5)	11.51	0.003**
โพสต์ 10 – 30 รูปใน 1 เดือน	50(78.1)	14(21.9)		
โพสต์มากกว่า 30 รูปใน 1 เดือน	6(85.7)	1(14.3)		

ตารางที่ 6 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างการติดเฟซบุ๊กกับข้อมูลการใช้เฟซบุ๊ก (ต่อ)

ข้อมูลการใช้เฟซบุ๊ก	ไม่ติด	ติด	$\chi^2$	p-value
	เฟซบุ๊ก n (%)	เฟซบุ๊ก n (%)		
ความถี่ในการใช้งาน				
เล่นตลอดเวลาหรือทุกครั้งที่มีโอกาส	51(68.9)	23(31.1)	43.71	<0.001**
เล่นเป็นบางเวลา	148(95.5)	7(4.5)		
เล่นไม่แน่นอน	93(95.9)	4(4.1)		
การเพิ่มพ่อแม่หรือผู้ปกครอง				
ไม่ใช่	147(88)	20(12)	0.88	0.349
ใช่	145(91.2)	14(8.8)		
การเพิ่มพี่หรือน้อง				
ไม่ใช่	93(91.2)	9(8.8)	0.41	0.522
ใช่	199(88.8)	25(11.2)		
การเพิ่มญาติ				
ไม่ใช่	134(88.7)	17(11.3)	0.21	0.649
ใช่	158(90.3)	17(9.7)		
การเพิ่มคนรัก				
ไม่ใช่	157(93.5)	11(6.5)	5.59	0.018**
ใช่	135(85.4)	23(14.6)		
การเพิ่มเพื่อนที่รู้จักในชีวิตจริง				
ไม่ใช่	40(93)	3(7)	0.63	0.427
ใช่	252(89)	31(11)		
การเพิ่มเพื่อนของเพื่อนที่รู้จักในชีวิตจริง				
ไม่ใช่	105(95.5)	5(4.5)	6.15	0.013**
ใช่	187(86.6)	29(13.4)		
การเพิ่มคนที่ไม่รู้จัก				
ไม่ใช่	203(91.9)	18(8.1)	3.83	0.05*
ใช่	89(84.8)	16(15.2)		

ตารางที่ 6 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างการติดเฟซบุ๊กกับข้อมูลการใช้เฟซบุ๊ก (ต่อ)

ข้อมูลการใช้เฟซบุ๊ก	ไม่ติด	ติด	$\chi^2$	p-value
	เฟซบุ๊ก n (%)	เฟซบุ๊ก n (%)		
การเพิ่มคนดั่งบนสังคมออนไลน์ (Net Idol)				
ไม่ใช่	189(91.7)	17(8.3)	2.84	0.092
ใช่	103(85.8)	17(14.2)		
อัปเดตสถานะ				
ไม่เคยหรือบางครั้ง	191(97)	6(3)	29.055	<0.001**
ค่อนข้างบ่อยหรือบ่อยครั้ง	101(78.3)	28(21.7)		
กดถูกใจ				
ไม่เคยหรือบางครั้ง	51(96.2)	2(3.8)	3.001	0.083
ค่อนข้างบ่อยหรือบ่อยครั้ง	241(88.3)	32(11.7)		
การแสดงความคิดเห็น				
ไม่เคยหรือบางครั้ง	229(92.7)	18(7.3)	10.771	<0.001**
ค่อนข้างบ่อยหรือบ่อยครั้ง	63(79.7)	16(20.3)		
การเช็คอินสถานที่ที่ตัวเองอยู่				
ไม่เคยหรือบางครั้ง	224(95.3)	11(4.7)	29.781	<0.001**
ค่อนข้างบ่อยหรือบ่อยครั้ง	68(74.7)	23(25.3)		
การสนทนาหรือส่งข้อความ				
ไม่เคยหรือบางครั้ง	55(96.5)	2(3.5)	3.542	0.06
ค่อนข้างบ่อยหรือบ่อยครั้ง	237(88.1)	32(11.9)		
การตั้งกลุ่มหรือสนทนาในกลุ่ม				
ไม่เคยหรือบางครั้ง	161(94.7)	9(5.3)	10.029	0.002*
ค่อนข้างบ่อยหรือบ่อยครั้ง	131(84)	25(16)		
การเพิ่มเพื่อนที่รู้จัก				
ไม่เคยหรือบางครั้ง	126(92.6)	10(7.4)	2.364	0.124
ค่อนข้างบ่อยหรือบ่อยครั้ง	166(87.4)	24(12.6)		

ตารางที่ 6 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างการติดเฟซบุ๊กกับข้อมูลการใช้เฟซบุ๊ก (ต่อ)

ข้อมูลการใช้เฟซบุ๊ก	ไม่ติด	ติด	$\chi^2$	p-value
	เฟซบุ๊ก n (%)	เฟซบุ๊ก n (%)		
การเพิ่มเพื่อนที่ไม่รู้จัก				
ไม่เคยหรือบางครั้ง	242(92)	21(8)	8.706	0.003*
ค่อนข้างบ่อยหรือบ่อยครั้ง	50(79.4)	13(20.6)		
การติดตามความเคลื่อนไหวของเพื่อน				
ไม่เคยหรือบางครั้ง	119(93.7)	8(6.3)	3.799	0.051*
ค่อนข้างบ่อยหรือบ่อยครั้ง	173(86.9)	26(13.1)		
การติดตามความเคลื่อนไหวบุคคลมีชื่อเสียง				
ไม่เคยหรือบางครั้ง	131(90.3)	14(9.7)	0.168	0.682
ค่อนข้างบ่อยหรือบ่อยครั้ง	161(89)	20(11)		
การติดตามข่าวสารหรือข้อมูลจากเพจต่างๆ				
ไม่เคยหรือบางครั้ง	58(90.6)	6(9.4)	0.095	0.758
ค่อนข้างบ่อยหรือบ่อยครั้ง	234(89.3)	28(10.7)		
การกดถูกใจเพจที่สนใจ				
ไม่เคยหรือบางครั้ง	72(88.9)	9(11.1)	0.054	0.817
ค่อนข้างบ่อยหรือบ่อยครั้ง	220(89.8)	25(10.2)		
การสร้างเพจหรือคอยดูแลเพจ				
ไม่เคยหรือบางครั้ง	270(90.3)	29(9.7)	2.062	0.151
ค่อนข้างบ่อยหรือบ่อยครั้ง	22(81.5)	5(18.5)		
การแชร์ลิงค์ข่าวสาร/ข้อมูล/เพลง ฯลฯ				
ไม่เคยหรือบางครั้ง	208(91.6)	19(84.8)	3.394	0.065
ค่อนข้างบ่อยหรือบ่อยครั้ง	84(25.8)	15(15.2)		
การถ่ายรูปตัวเองแล้วโพสต์ (เซลฟี)				
ไม่เคยหรือบางครั้ง	190(96.9)	6(3.1)	28.565	<0.001**
ค่อนข้างบ่อยหรือบ่อยครั้ง	102(78.5)	28(21.5)		

ตารางที่ 6 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างการติดเฟซบุ๊กกับข้อมูลการใช้เฟซบุ๊ก (ต่อ)

ข้อมูลการใช้เฟซบุ๊ก	ไม่ติด	ติด	$\chi^2$	p-value
	เฟซบุ๊ก n (%)	เฟซบุ๊ก n (%)		
การโพสต์รูป/แท็กรูป				
ไม่เคยหรือบางครั้ง	180(96.3)	7(3.7)	20.988	<0.001**
ค่อนข้างบ่อยหรือบ่อยครั้ง	112(80.6)	27(19.4)		
การโพสต์วิดีโอ/แท็กวิดีโอ				
ไม่เคยหรือบางครั้ง	258(92.5)	21(7.5)	17.453	<0.001**
ค่อนข้างบ่อยหรือบ่อยครั้ง	34(72.3)	13(27.7)		
การเล่นเกม				
ไม่เคยหรือบางครั้ง	237(90.1)	26(9.9)	0.43	0.512
ค่อนข้างบ่อยหรือบ่อยครั้ง	55(87.3)	8(12.7)		
การใช้แอปพลิเคชันบันเทิง เช่น ทำนายนิสัย				
ไม่เคยหรือบางครั้ง	219(90.5)	23(9.5)	0.861	0.354
ค่อนข้างบ่อยหรือบ่อยครั้ง	73(86.9)	11(13.1)		

\* P<0.05, \*\* P<0.001

จากตารางที่ 6 พบว่า ปัจจัยที่สัมพันธ์กับการติดเฟซบุ๊กอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ได้แก่ ระยะเวลาที่สมัครใช้งานเฟซบุ๊ก ระยะเวลาที่ใช้งานเฟซบุ๊กต่อวัน ความถี่ในการใช้งาน จำนวนเพื่อนในเฟซบุ๊ก ความถี่ในการโพสต์รูปตัวเองลงเฟซบุ๊ก การเพิ่มคนรัก การเพิ่มเพื่อนของเพื่อนที่รู้จักในชีวิตจริง การเพิ่มคนไม่รู้จัก รวมทั้งความถี่ในการแสดงพฤติกรรมบนเฟซบุ๊ก ได้แก่ การอัปเดตสถานะ การแสดงความคิดเห็น การเช็คอินสถานที่ที่ตัวเองอยู่ การตั้งกลุ่มหรือสนทนาในกลุ่ม การเพิ่มเพื่อนที่ไม่รู้จัก การติดตามความเคลื่อนไหวของเพื่อน การถ่ายรูปตัวเองแล้วโพสต์หรือเซฟ การโพสต์รูปหรือแท็กรูป และการโพสต์วิดีโอหรือแท็กวิดีโอ

โดยพบว่า ระยะเวลาที่สมัครใช้งานเฟซบุ๊กมากกว่า 3 ปีขึ้นไป ติดเฟซบุ๊กมากกว่าระยะเวลา น้อยกว่า 3 ปี, ระยะเวลาที่ใช้งานเฟซบุ๊กต่อวันมากกว่า 3 ชั่วโมงต่อวัน ติดเฟซบุ๊กมากกว่าการใช้งาน น้อยกว่า 3 ชั่วโมงต่อวัน, ความถี่ในการใช้งานแบบเล่นตลอดเวลาหรือทุกครั้งที่มีโอกาสทั้งในและนอก เวลาเรียน ติดเฟซบุ๊กมากกว่าแบบเล่นเป็นบางเวลาช่วงนอกเวลาเรียน และแบบเวลาไม่แน่นอน, จำนวนเพื่อนในเฟซบุ๊กมากกว่า 1,000 คนขึ้นไป ติดเฟซบุ๊กมากกว่าจำนวนเพื่อนตั้งแต่ 401 - 800

คน น้อยกว่า 400 คน และตั้งแต่ 801 - 1,000 คน, ความถี่ในการโพสต์รูปตัวเองลงเฟซบุ๊กน้อยกว่า 10 รูปใน 1 เดือน ติดเฟซบุ๊กมากกว่าการโพสต์ 10 - 30 รูปใน 1 เดือน และการโพสต์มากกว่า 30 รูปใน 1 เดือน, การเพิ่มคนรักและการเพิ่มเพื่อนของเพื่อนที่รู้จักในชีวิตจริง ติดเฟซบุ๊กมากกว่าไม่เพิ่ม ส่วนการไม่เพิ่มเพื่อนที่รู้จัก ติดเฟซบุ๊กมากกว่าการเพิ่มเพื่อนที่รู้จัก

นอกจากนี้ ความถี่ในการแสดงพฤติกรรมบนเฟซบุ๊กได้แก่ การอัปเดตสถานะ, การเช็คอินสถานที่ที่ตัวเองอยู่, การตั้งกลุ่มหรือสนทนาในกลุ่ม, การติดตามความเคลื่อนไหวของเพื่อน, การถ่ายรูปตัวเองแล้วโพสต์ (เซลฟี) และการโพสต์รูปหรือแท็กรูปค่อนข้างบ่อยหรือบ่อยครั้ง ติดเฟซบุ๊กมากกว่าไม่เคยหรือเคยเป็นบางครั้ง ส่วนการแสดงความคิดเห็น, การเพิ่มเพื่อนที่รู้จัก และการโพสต์วิดีโอหรือแท็กวิดีโอเป็นบางครั้งหรือไม่เคย ติดเฟซบุ๊กมากกว่าค่อนข้างบ่อยหรือบ่อยครั้ง

ตารางที่ 7 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างการติดเฟซบุ๊กกับข้อมูลความภาคภูมิใจในตนเอง

ระดับความภาคภูมิใจในตนเอง	ไม่ติด	ติด	$\chi^2$	p-value
	เฟซบุ๊ก n (%)	เฟซบุ๊ก n (%)		
ความภาคภูมิใจในตนเองระดับต่ำ	57(81.4)	13(18.6)		
ความภาคภูมิใจในตนเองระดับปานกลาง	196(91.6)	18(8.4)	6.386	0.041*
ความภาคภูมิใจในตนเองระดับสูง	39(92.9)	3(7.1)		

\* P<0.05, \*\* P<0.001

จากตารางที่ 7 พบว่า การติดเฟซบุ๊กสัมพันธ์กับความภาคภูมิใจในตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยกลุ่มตัวอย่างที่มีความภาคภูมิใจในตนเองระดับต่ำ ติดเฟซบุ๊กมากกว่ากลุ่มที่มีความภาคภูมิใจในตนเองระดับปานกลาง และระดับสูง ตามลำดับ

### ส่วนที่ 3 การวิเคราะห์ตัวแปรทำนายการติดเฟซบุ๊ก

โดยใช้สถิติการถดถอยพหุคูณโลจิสติก (multiple logistic regression) ด้วยวิธี Forward LR เมื่อควบคุมอิทธิพลของตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับการติดเฟซบุ๊กอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ p<0.05 ได้แก่ เพศ แผนการเรียน เกรดเฉลี่ย ความสัมพันธ์กับมารดา ระยะเวลาที่สมัครใช้งานเฟซบุ๊ก ระยะเวลาที่ใช้งานเฟซบุ๊กต่อวัน ความถี่ในการใช้งาน จำนวนเพื่อนในเฟซบุ๊ก ความถี่ในการโพสต์รูปตัวเองลงเฟซบุ๊ก การเพิ่มคนรัก การเพิ่มเพื่อนของเพื่อนที่รู้จักในชีวิตจริง การเพิ่มคนไม่รู้จัก การอัปเดตสถานะ การแสดงความคิดเห็น การเช็คอินสถานที่ที่ตัวเองอยู่ การตั้งกลุ่มหรือสนทนาใน

กลุ่ม การเพิ่มเพื่อนที่ไม่รู้จัก การติดตามความเคลื่อนไหวของเพื่อน การถ่ายรูปตัวเองแล้วโพสต์หรือเซลฟี่ การโพสต์รูปหรือแท็กรูป และการโพสต์วิดีโอหรือแท็กวิดีโอ

**ตารางที่ 8** แสดงปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการติดเฟซบุ๊ก

ปัจจัยที่ศึกษา	B	S.E(b)	p-value	Adjusted OR (95% CI)
<b>ความถี่ในการใช้งาน</b>				
เล่นตลอดเวลาหรือทุกครั้งที่มีโอกาสทั้งในและนอกเวลาเรียน	1.775	0.612	0.004	5.90 (1.78 - 19.59)
<b>ผลการเรียนเฉลี่ย</b>				
(1) น้อยกว่า 2.50	1.452	0.651	0.026	4.27 (1.19 - 15.31)
(2) ตั้งแต่ 2.50 – 2.99 ขึ้นไป	1.512	0.626	0.016	4.54 (1.33 - 15.47)
<b>การอัปเดตสถานะ</b>				
ค่อนข้างบ่อยหรือบ่อยครั้ง	1.462	0.517	0.005	4.32 (1.57 - 11.88)
<b>การถ่ายรูปตัวเองแล้วโพสต์ (เซลฟี่)</b>				
ค่อนข้างบ่อยหรือบ่อยครั้ง	1.288	0.521	0.013	3.63 (1.31 - 10.06)
<b>ค่าคงที่ Constant</b>	-5.637	0.881	0.000	0.00 (1.31 - 10.06)

จากตารางที่ 8 เมื่อควบคุมอิทธิพลของตัวแปรอื่นๆ พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีความถี่ในการใช้งานเฟซบุ๊กแบบเล่นตลอดเวลาหรือทุกครั้งที่มีโอกาสทั้งในและนอกเวลาเรียน มีค่าความเสี่ยงต่อการติดเฟซบุ๊กเป็น 5.90 เท่า เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มที่เล่นเป็นบางเวลาช่วงนอกเวลาเรียน และกลุ่มที่มีเวลาเล่นไม่แน่นอน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.05$ ) สำหรับกลุ่มที่มีเกรดเฉลี่ยน้อยกว่า 2.50 มีค่าความเสี่ยงต่อการติดเฟซบุ๊กเป็น 4.27 เท่า และเกรดเฉลี่ยตั้งแต่ 2.50 – 2.99 ขึ้นไป มีค่าความเสี่ยงต่อการติดเฟซบุ๊กเป็น 4.54 เท่า เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มที่มีเกรดตั้งแต่ 3.00 ขึ้นไป อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.05$ )

นอกจากนี้ กลุ่มที่มีการอัปเดตสถานะบนเฟซบุ๊กค่อนข้างบ่อยหรือบ่อยครั้ง มีค่าความเสี่ยงต่อการติดเฟซบุ๊กเป็น 4.32 เท่า เมื่อเทียบกับการไม่เคยอัปเดตสถานะหรืออัปเดตสถานะเป็นบางครั้ง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.05$ ) และกลุ่มที่ถ่ายรูปตัวเองแล้วโพสต์ลงเฟซบุ๊ก (เซลฟี่) ค่อนข้างบ่อยหรือบ่อยครั้ง มีค่าความเสี่ยงต่อการติดเฟซบุ๊กเป็น 3.63 เท่า เมื่อเทียบกับการไม่เคยหรือเคยถ่ายรูปตัวเองแล้วโพสต์ลงเฟซบุ๊กเป็นบางครั้ง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.05$ )

## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา ณ ช่วงเวลาใดเวลาหนึ่ง (Cross-sectional Descriptive Study) โดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือ เพื่อศึกษาพฤติกรรมการติดเฟซบุ๊ก และความสัมพันธ์ระหว่างความภาคภูมิใจในตนเองกับการติดเฟซบุ๊กของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายทั้งชายและหญิง จำนวน 326 คน โดยสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi-stage sampling) ในโรงเรียน 6 แห่งกระจายตามสังกัดและพื้นที่การศึกษารอบกลุ่มทั่วทั้งเขตกรุงเทพมหานคร

#### สรุปผลการวิจัย

##### ข้อมูลทั่วไปและพฤติกรรมการใช้เฟซบุ๊ก

กลุ่มตัวอย่างจำนวนทั้งหมด 326 คน ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง อายุ 17 ปี เรียนในโรงเรียนสังกัดสำนักงานศึกษากรุงเทพมหานคร กำลังศึกษาระดับมัธยมศึกษาปีที่ 5 ในแผนการเรียนวิทย์-คณิต มีผลการเรียนในการศึกษาที่ผ่านมาในระดับดีมาก โดยมีเกรดเฉลี่ยตั้งแต่ 3.00 ขึ้นไป ส่วนใหญ่มีพี่น้อง และอาศัยอยู่กับบิดามารดา ครอบครัวมีรายได้เฉลี่ยรวมต่อเดือนประมาณ 10,000 – 50,000 บาท สถานภาพสมรสของบิดามารดาส่วนใหญ่อยู่ด้วยกัน โดยทั้งบิดาและมารดามีความสัมพันธ์กับกลุ่มตัวอย่างแบบอยู่ด้วยกันอย่างราบรื่น ส่วนความสัมพันธ์กับเพื่อนเป็นแบบมีเพื่อนสนิท และส่วนใหญ่เป็นคนเปิดเผย

จากการสำรวจพฤติกรรมการใช้เฟซบุ๊กพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีคอมพิวเตอร์ส่วนตัว และมีอุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ที่สามารถเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ตได้ โดยเชื่อมต่อผ่านสมาร์ตโฟนมากที่สุด ส่วนใหญ่สมัครใช้งานเฟซบุ๊ก 4 - 5 ปี และใช้เวลาเล่นเฟซบุ๊กต่อวันโดยประมาณน้อยกว่า 2 ชั่วโมง โดยเล่นเป็นบางเวลาช่วงนอกเวลาเรียน ส่วนใหญ่มีจำนวนเพื่อนในเฟซบุ๊กมากกว่า 1,000 คนขึ้นไป โดยบุคคลที่เพิ่มเป็นเพื่อนในเฟซบุ๊กมากที่สุด 3 อันดับได้แก่ เพื่อนที่รู้จักในชีวิตจริง พี่หรือน้อง และเพื่อนของเพื่อนที่รู้จักในชีวิตจริง ส่วนการโพสต์รูปตัวเองลงเฟซบุ๊ก (เซลฟี) มักจะโพสต์น้อยกว่า 10 รูปใน 1 เดือน โดยให้เหตุผลที่ใช้เฟซบุ๊กเพราะต้องการเป็นส่วนหนึ่งของสังคม



นอกจากนี้ การแสดงพฤติกรรมบนเฟซบุ๊กที่กลุ่มตัวอย่างทำบ่อยครั้งมากที่สุด 5 อันดับ ได้แก่ การกดถูกใจ, การสนทนาหรือส่งข้อความ, การกดถูกใจเพจที่สนใจ, การติดตามข่าวสารหรือข้อมูลจากเพจต่างๆ และการติดตามความเคลื่อนไหวของบุคคลที่สนใจหรือมีชื่อเสียง ทั้งนี้ พฤติกรรมบนเฟซบุ๊กที่กลุ่มตัวอย่างไม่เคยทำ 5 อันดับ ได้แก่ การสร้างเพจหรือคอยดูแลเพจ, การเล่นเกมบนเฟซบุ๊ก, การโพสต์หรือแท็กวิดีโอ, การใช้แอปพลิเคชันบันเทิง และการแชร์ลิงค์ข้อมูลข่าวสาร

### ข้อมูลการติดเฟซบุ๊กและความภาคภูมิใจในตนเอง

เมื่อพิจารณาคะแนนแบบสอบถามการติดเฟซบุ๊กของ Bergen ฉบับภาษาไทย (Thai-BFAS) พบว่า กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 10.4 มีภาวะการติดเฟซบุ๊ก โดยส่วนใหญ่ร้อยละ 89.6 ไม่มีภาวะการติดเฟซบุ๊ก และเมื่อพิจารณาคะแนนแบบวัดความภาคภูมิใจในตนเองของโรเซนเบิร์กฉบับปรับปรุง (Revised Thai RSES) พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ร้อยละ 65.6 มีความภาคภูมิใจในตนเองระดับปานกลาง รองลงมาร้อยละ 21.5 มีความภาคภูมิใจในตนเองระดับต่ำ และมีเพียงส่วนน้อยร้อยละ 12.9 ที่มีความภาคภูมิใจในตนเองระดับสูง

### ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการติดเฟซบุ๊ก

เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างการติดเฟซบุ๊กกับข้อมูลทั่วไป และข้อมูลการใช้เฟซบุ๊ก พบปัจจัยที่สัมพันธ์กับการติดเฟซบุ๊กอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ  $p < 0.05$  ดังต่อไปนี้

ข้อมูลทั่วไป ได้แก่ เพศหญิง พบว่าติดเฟซบุ๊กมากกว่าเพศชาย, แผนการเรียนศิลป์ ภาษา ติดเฟซบุ๊กมากกว่าแผนศิลป์คำนวณ แผนวิทย์คณิต และแผนการเรียนอื่นๆ, เกรดเฉลี่ยตั้งแต่ 2.50 – 2.99 ติดเฟซบุ๊กมากกว่าเกรดเฉลี่ยน้อยกว่า 2.50 และเกรดเฉลี่ยตั้งแต่ 3.00 ขึ้นไป และความสัมพันธ์กับมารดาแบบอื่นๆ ติดเฟซบุ๊กมากกว่าแบบอยู่ด้วยกันอย่างราบรื่น

ข้อมูลการใช้เฟซบุ๊ก ได้แก่ ระยะเวลาที่สมัครใช้งานเฟซบุ๊กมากกว่า 3 ปีขึ้นไป พบว่าติดเฟซบุ๊กมากกว่าระยะเวลาน้อยกว่า 3 ปี, ระยะเวลาที่ใช้งานเฟซบุ๊กต่อวันมากกว่า 3 ชั่วโมง ติดเฟซบุ๊กมากกว่าการใช้งานน้อยกว่า 3 ชั่วโมง, ความถี่ในการใช้งานแบบเล่นตลอดเวลาหรือทุกครั้ง ที่มีโอกาสทั้งในและนอกเวลาเรียน ติดเฟซบุ๊กมากกว่าแบบเล่นเป็นบางเวลาช่วงนอกเวลาเรียน และแบบเวลาไม่แน่นอน, จำนวนเพื่อนในเฟซบุ๊กมากกว่า 1,000 คนขึ้นไป ติดเฟซบุ๊กมากกว่าจำนวนเพื่อนตั้งแต่ 401 - 800 คน จำนวนน้อยกว่า 400 คน และจำนวนตั้งแต่ 801 - 1,000 คน, ความถี่ในการโพสต์รูปตัวเองลงเฟซบุ๊กน้อยกว่า 10 รูปใน 1 เดือน ติดเฟซบุ๊กมากกว่าการโพสต์ 10 – 30 รูปใน 1 เดือน และการโพสต์มากกว่า 30 รูปใน 1 เดือน, การเพิ่มคนรักและการเพิ่มเพื่อนของเพื่อนที่รู้จัก

ในชีวิตจริง ติดเฟซบุ๊กมากกว่าไม่เพิ่ม ส่วนการไม่เพิ่มเพื่อนที่ไม่รู้จัก ติดเฟซบุ๊กมากกว่าการเพิ่มเพื่อนที่ไม่รู้จัก

นอกจากนี้ ความถี่ในการแสดงพฤติกรรมบนเฟซบุ๊กได้แก่ การอัปเดตสถานะ, การเช็คอินสถานที่ที่ตัวเองอยู่, การตั้งกลุ่มหรือสนทนาในกลุ่ม, การติดตามความเคลื่อนไหวของเพื่อน, การถ่ายรูปตัวเองแล้วโพสต์ (เซลฟี) และการโพสต์รูปหรือแท็กรูปแบบค่อนข้างบ่อยหรือบ่อยครั้ง พบว่าติดเฟซบุ๊กมากกว่าแบบไม่เคยหรือเคยเป็นบางครั้ง ส่วนการแสดงความคิดเห็น, การเพิ่มเพื่อนที่ไม่รู้จัก และการโพสต์วิดีโอหรือแท็กวิดีโอแบบเป็นบางครั้งหรือไม่เคย ติดเฟซบุ๊กมากกว่าแบบค่อนข้างบ่อยหรือบ่อยครั้ง

### ความสัมพันธ์ระหว่างการติดเฟซบุ๊กกับความภาคภูมิใจในตนเอง

การติดเฟซบุ๊กสัมพันธ์กับความภาคภูมิใจในตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ  $p < 0.05$  โดยพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีความภาคภูมิใจในตนเองระดับต่ำ ติดเฟซบุ๊กมากกว่ากลุ่มที่มีความภาคภูมิใจในตนเองระดับปานกลาง และระดับสูง ตามลำดับ

### ปัจจัยทำนายการติดเฟซบุ๊ก

เมื่อควบคุมอิทธิพลของตัวแปรอื่นๆ ที่มีความสัมพันธ์กับการติดเฟซบุ๊กอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติมาวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณโลจิสติก (multiple logistic regression) ด้วยวิธี Forward LR เพื่อทำนายการติดเฟซบุ๊ก พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีความถี่ในการใช้งานเฟซบุ๊กตลอดเวลาหรือทุกครั้งที่มีโอกาสทั้งในและนอกเวลาเรียน มีความเสี่ยงต่อการติดเฟซบุ๊กเป็น 5.90 เท่า เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มที่เล่นเป็นบางเวลาช่วงนอกเวลาเรียน และกลุ่มที่มีเวลาเล่นไม่แน่นอน, กลุ่มที่มีการอัปเดตสถานะบนเฟซบุ๊กค่อนข้างบ่อยหรือบ่อยครั้ง มีความเสี่ยงต่อการติดเฟซบุ๊กเป็น 4.32 เท่า เมื่อเทียบกับการไม่เคยอัปเดตสถานะ หรืออัปเดตสถานะเป็นบางครั้ง, กลุ่มที่มีเกรดเฉลี่ยที่น้อยกว่า 2.50 มีความเสี่ยงต่อการติดเฟซบุ๊กเป็น 4.27 เท่า และเกรดเฉลี่ยตั้งแต่ 2.50 – 2.99 ขึ้นไป มีความเสี่ยงต่อการติดเฟซบุ๊กเป็น 4.54 เท่า เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มที่มีเกรดตั้งแต่ 3.00 ขึ้นไป และกลุ่มที่มีการถ่ายรูปตัวเองแล้วโพสต์ลงเฟซบุ๊ก (เซลฟี) ค่อนข้างบ่อยหรือบ่อยครั้ง มีความเสี่ยงต่อการติดเฟซบุ๊กเป็น 3.63 เท่า เมื่อเทียบกับการไม่เคยหรือเคยถ่ายรูปตัวเองแล้วโพสต์ลงเฟซบุ๊กเป็นบางครั้ง

## อภิปรายผลการวิจัย

### ความชุกการติดเฟชบุ๊ก

ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร มีภาวะการติดเฟชบุ๊ก ร้อยละ 10.4 ซึ่งต่างจากการวิจัยของ จิราภรณ์ คุ่มศรี และคณะ ที่พบค่าความชุกการติดเฟชบุ๊กของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในประเทศไทย ร้อยละ 41.8 จากการเก็บข้อมูลใน 4 จังหวัดที่มีระดับความเจริญทางเศรษฐกิจสูงทั้งในกรุงเทพมหานครและต่างจังหวัด<sup>(11)</sup> ทั้งนี้อาจอธิบายความต่างของผลวิจัยโดยอาจจะเกิดจากลักษณะของประชากรที่ไม่เหมือนกัน และประเด็นด้านความต่างของการใช้งานเฟชบุ๊กระหว่างคนกรุงเทพมหานครกับคนต่างจังหวัด ซึ่งสอดคล้องกับผลสำรวจช่วงอายุการใช้งานเฟชบุ๊กระหว่างคนกรุงเทพกับคนต่างจังหวัดที่พบว่า คนกรุงเทพใช้เฟชบุ๊กมากในช่วงอายุ 24 – 28 ปี ในขณะที่คนต่างจังหวัดใช้เฟชบุ๊กมากในช่วงอายุที่ใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างมากกว่า คือ 18 – 20 ปี<sup>(3)</sup> ทำให้อาจมีแนวโน้มในการพบความชุกการติดเฟชบุ๊กได้มากกว่า อย่างไรก็ตาม เป็นที่น่าสนใจว่าควรมีการศึกษาในประเด็นนี้ต่อไปในอนาคต

### ความสัมพันธ์ระหว่างการติดเฟชบุ๊กกับความภาคภูมิใจในตนเอง

ผลการศึกษาพบว่า การติดเฟชบุ๊กสัมพันธ์กับความภาคภูมิใจในตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.05$ ) แต่ไม่พบว่าเป็นปัจจัยเสี่ยงในการติดเฟชบุ๊ก โดยกลุ่มตัวอย่างที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ ติดเฟชบุ๊กมากกว่ากลุ่มที่มีความภาคภูมิใจในตนเองระดับปานกลาง และระดับสูงตามลำดับ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาเรื่องการติดอินเทอร์เน็ตของนักเรียนมัธยมศึกษาในประเทศตุรกีที่พบว่า ความภาคภูมิใจในตนเองสัมพันธ์กับการติดอินเทอร์เน็ต แต่ไม่ใช่ปัจจัยทำนายในการติดอินเทอร์เน็ต<sup>(52)</sup> รวมทั้งพบในทางสอดคล้องกันว่า การติดเฟชบุ๊กสัมพันธ์กับกลุ่มคนที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ โดยสัมพันธ์ทั้งกับการลดระดับความภาคภูมิใจในตนเอง และการเป็นกลุ่มเสี่ยงที่ติดเฟชบุ๊ก<sup>(8-10)</sup> และสอดคล้องกับการศึกษาระยะยาวในนักศึกษาของประเทศสหรัฐอเมริกาที่พบว่า คนที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำจะใช้เวลาบนเฟชบุ๊กยาวนานกว่า<sup>(53)</sup> เพื่อเพิ่มระดับความภาคภูมิใจในตนเองทางสังคม<sup>(54)</sup> จึงอาจกล่าวได้ว่า ระดับความภาคภูมิใจในตนเองต่ำส่งผลต่อการติดเฟชบุ๊ก ซึ่งผู้ที่เกี่ยวข้องควรตระหนักถึงความสำคัญของปัญหาดังกล่าว รวมทั้งควรสร้างแนวทางส่งเสริมความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนให้มากขึ้น

### ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการติดเฟชบุ๊ก

จากผลการวิจัย สามารถจำแนกปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการติดเฟชบุ๊กได้ตามข้อมูลทั่วไปและข้อมูลการใช้เฟชบุ๊ก ดังรายละเอียดต่อไปนี้

## 1. ปัจจัยด้านข้อมูลทั่วไป

**เพศ** สัมพันธ์กับการติดเฟซบุ๊ก โดยพบว่ากลุ่มตัวอย่างเพศหญิงติดเฟซบุ๊กมากกว่าเพศชาย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Erica Sherman จากการสัมภาษณ์ผู้ใช้เฟซบุ๊กอายุ 18 – 22 ปี ในประเทศสหรัฐอเมริกาที่พบว่า กลุ่มที่มีแนวโน้มติดเฟซบุ๊กคือ เพศหญิง ผู้ที่มีบุคลิกภาพแบบหลงตัวเอง และผู้ที่มีนิสัยผลัดวันประกันพรุ่ง<sup>(55)</sup> ซึ่งสอดคล้องกับงานศึกษาของ Irshad และคณะ ในประเทศปากีสถานที่พบว่า นักศึกษาหญิงมีแนวโน้มติดเฟซบุ๊กมากกว่าเพศชาย<sup>(56)</sup> และงานศึกษาปัจจัยการติดเฟซบุ๊กในประเทศเนเธอร์แลนด์ที่พบว่า เพศหญิงติดเฟซบุ๊กมากกว่าเพศชายเพราะใช้เฟซบุ๊กในการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมมากกว่า<sup>(57)</sup> แต่ขัดแย้งกับงานวิจัยของนิต หาญประเทศ และคณะ ที่พบว่าเพศชายติดเฟซบุ๊กมากกว่าเพศหญิง<sup>(12)</sup> และงานทบทวนการศึกษาของ Ryan และคณะ ที่พบว่า การติดเฟซบุ๊กสัมพันธ์กับนักศึกษาเพศชาย<sup>(4)</sup> ทั้งนี้ อาจอธิบายความต่างของงานวิจัยได้จากความต่างของระดับการศึกษา และประเภทโรงเรียนที่ศึกษา อย่างไรก็ตาม เป็นที่น่าสนใจว่าควรมีการศึกษาในประเด็นนี้ต่อไปในอนาคต

**แผนการเรียน** สัมพันธ์กับการติดเฟซบุ๊ก โดยพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่เรียนในแผนการเรียนศิลป์-ภาษา ติดเฟซบุ๊กมากกว่าแผนศิลป์-คำนวณ แผนวิทย์-คณิต และแผนการเรียนอื่นๆ สะท้อนให้ว่าแผนการเรียนที่ต่างกันมีผลต่อการใช้เฟซบุ๊ก ซึ่งส่วนหนึ่งเกิดจากค่านิยมเรื่องการแข่งขันด้านการเรียนให้ประสบความสำเร็จเพื่อมีหน้าที่การงานที่ดีในอนาคต ทำให้เด็กต้องแข่งขันเรียนและแบกรับความคาดหวังจากสังคมและพ่อแม่ โดยเฉพาะเด็กที่เรียนสายสามัญวิทย์ – คณิต เนื่องจากมีการแข่งขันสูงและมีเนื้อหาวิชาที่เรียนยากกว่าสายศิลป์-ภาษา จึงสนใจเรียนเพียงอย่างเดียวโดยไม่สนใจทำกิจกรรมอย่างอื่น<sup>(58)</sup> สอดคล้องกับงานวิจัยของ กันต์ธีร อนันตพงศ์ และจารุรินทร์ ปิตานพวงศ์ ที่พบว่า การติดเฟซบุ๊กมีความสัมพันธ์กับสายการเรียน โดยนักศึกษาที่เรียนในสายวิทยาศาสตร์และวิทยาศาสตร์สุขภาพ มีโอกาสติดเฟซบุ๊กเป็น 2 เท่า เมื่อเทียบกับนักศึกษาที่เรียนสายสังคมศาสตร์<sup>(15)</sup> แต่ขัดแย้งกับงานวิจัยเชิงสังเกตของ Vanderhoven และคณะ ในประเทศเบลเยียมที่พบว่า ไม่มีความแตกต่างกันระหว่างพฤติกรรมการใช้เฟซบุ๊กกับแผนการเรียน ทั้งการเรียนสายศิลป์ สายอาชีพ หรือสายสามัญ<sup>(59)</sup> ทั้งนี้ อาจอธิบายความต่างของงานวิจัยได้จากความต่างของบริบททางวัฒนธรรม และการจัดรูปแบบทางการศึกษาที่ต่างกัน

**ผลการเรียน** เป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการติดเฟซบุ๊ก โดยพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีผลการเรียนในปีการศึกษาที่ผ่านมา ทั้งเกรดเฉลี่ยน้อยกว่า 2.50 และเกรดเฉลี่ยตั้งแต่ 2.50 – 2.99 ขึ้นไป มีความเสี่ยงต่อการติดเฟซบุ๊กมากกว่ากลุ่มที่มีเกรดตั้งแต่ 3.00 ขึ้นไป ซึ่งสอดคล้องกับงานศึกษาของ กันต์ธีร อนันตพงศ์ และจารุรินทร์ ปิตานพวงศ์ ที่พบว่า การติดเฟซบุ๊กทำให้ประสิทธิภาพการเรียนลดลง และ

ส่งผลต่อการอดนอน การพักผ่อนไม่เพียงพอ ความคิดจดจ่อลดลง และการไม่มีสมาธิ<sup>(15)</sup> สอดคล้องกับงานศึกษาของ บุญอยู่ ขอพรประเสริฐ ที่พบว่า การใช้เฟซบุ๊กทำให้ผลการเรียนของนักศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครลดลง<sup>(16)</sup> รวมทั้งพบในทางสอดคล้องกันว่า กลุ่มตัวอย่างนักศึกษามหาวิทยาลัยในประเทศสหรัฐอเมริกาที่ใช้เฟซบุ๊กมีผลการเรียนต่ำกว่ามาตรฐาน และใช้เวลาในการเรียนน้อยกว่านักศึกษาที่ไม่ได้เล่นเฟซบุ๊ก<sup>(6)</sup> และสอดคล้องกับงานศึกษาแบบ multigroup structural equation modeling ในนักศึกษาประเทศสหรัฐอเมริกา ตุรกี และยุโรป ที่พบว่า การใช้เฟซบุ๊กมีความสัมพันธ์เชิงลบกับระดับผลการเรียนและระยะเวลาการใช้งาน<sup>(7)</sup> ดังนั้น ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องควรเฝ้าระวังในกลุ่มนักเรียนที่มีปัญหาทางการเรียน โดยการกระตุ้นให้นักเรียนสนใจการเรียนในห้องและส่งเสริมให้รู้จักใช้เฟซบุ๊กอย่างเหมาะสม

**ความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มตัวอย่างกับมารดา** สัมพันธ์กับการติดเฟซบุ๊ก โดยพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีความสัมพันธ์กับมารดาแบบอื่นๆ ติดเฟซบุ๊กมากกว่าแบบอยู่ด้วยกันอย่างราบรื่น สะท้อนให้เห็นถึงอิทธิพลของแม่ต่อการแสดงพฤติกรรมของเด็ก ซึ่งเกิดจากความผูกพันตั้งแต่แรกเกิดเป็นสายสัมพันธ์ทางอารมณ์ที่มั่นคงและจะถ่ายทอดลักษณะความสัมพันธ์นี้ไปยังผู้อื่น<sup>(60)</sup> รวมทั้งสะท้อนให้เห็นถึงอิทธิพลของความสัมพันธ์ภายในครอบครัวที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการติดสื่อของเด็ก ซึ่งสอดคล้องกับงานศึกษาการติดอินเทอร์เน็ตของ ไชยรัตน์ บุตรพรหม ที่พบว่า ความสัมพันธ์ในครอบครัวเป็นปัจจัยที่สัมพันธ์และมีผลต่อพฤติกรรมติดอินเทอร์เน็ตของวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานคร<sup>(36)</sup> และสอดคล้องกับงานวิจัยของ เอชรา วสุพันธ์จิต ที่ศึกษาเรื่องการติดสื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร โดยพบว่า การใช้เวลาคุณภาพในครอบครัวระดับต่ำ เป็นปัจจัยที่สัมพันธ์กับการติดสื่อสังคมออนไลน์<sup>(37)</sup> แต่ในปัจจุบันความผูกพันภายในครอบครัวมีความเปลี่ยนแปลงอย่างมาก จากการทำงานหนักของพ่อแม่ การเรียนหนักของลูก สื่อ และวัตถุต่างๆที่เข้ามาแทนที่ความสัมพันธ์ใกล้ชิดให้กลายเป็นห่างเหินหรือมีสภาพต่างคนต่างอยู่มากขึ้น<sup>(61)</sup> ดังนั้น พ่อแม่ผู้ปกครองจึงควรให้ความสำคัญกับการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีภายในครอบครัว เพื่อป้องกันและช่วยลดพฤติกรรมติดเฟซบุ๊กของเด็ก

## 2. ปัจจัยด้านการใช้งานเฟซบุ๊ก

**ระยะเวลาที่สมัครเป็นสมาชิก** สัมพันธ์กับการติดเฟซบุ๊ก โดยพบว่าระยะเวลาที่สมัครใช้งานเฟซบุ๊กมากกว่า 3 ปีขึ้นไป ติดเฟซบุ๊กมากกว่าระยะเวลาน้อยกว่า 3 ปี สอดคล้องกับงานวิจัยที่ค้นพบในประเด็นด้านระยะเวลาที่สมัครเป็นสมาชิกเฟซบุ๊กของ สุดารัตน์ จ๊ะถา ที่พบว่า นิสิตส่วนใหญ่สมัครเป็นสมาชิกเฟซบุ๊กมากกว่า 3 ปีขึ้นไป<sup>(14)</sup> และงานวิจัยของ Balci และ Tiryaki ในประเทศตุรกีที่พบว่า

นักเรียนมัธยมส่วนใหญ่สมัครเป็นสมาชิกเฟซบุ๊กมากกว่า 5 ปีขึ้นไป<sup>(62)</sup> โดยสาเหตุที่ระยะเวลาการสมัครเป็นสมาชิกสัมพันธ์กับการติดเฟซบุ๊ก อาจเป็นเพราะความเคยชินในการทำงานเป็นระยะเวลา นานจนรู้สึกเหมือนเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต ทำให้สมองเกิดวงจรความเคยชินในการเข้าใช้งานอย่างอัตโนมัติ ประกอบกับเฟซบุ๊กมีบริการที่สนับสนุนการกระตุ้นระบบ reward system ของสมองให้ผู้ใช้เกิดความพอใจได้เช่นเดียวกับสารเสพติด<sup>(43, 44, 63)</sup> ซึ่งบริการเหล่านั้นได้รับการปรับปรุงและพัฒนา บริการใหม่ๆตลอดเวลา จึงดึงดูดผู้ใช้จำนวนมหาศาลไม่ให้ทิ้งเฟซบุ๊กไปใช้บริการโซเชียลมีเดียอื่น<sup>(64)</sup> และเพิ่มแนวโน้มการติดเฟซบุ๊กในกลุ่มที่เป็นสมาชิกยาวนานกว่า

**จำนวนเพื่อนในเฟซบุ๊ก** สัมพันธ์กับการติดเฟซบุ๊ก โดยพบว่าจำนวนเพื่อนในเฟซบุ๊กมากกว่า 1,000 คนขึ้นไป ติดเฟซบุ๊กมากกว่าจำนวนเพื่อนตั้งแต่ 401 - 800 คน จำนวนน้อยกว่า 400 คน และจำนวนตั้งแต่ 801 - 1,000 คน ตามลำดับ เนื่องจากจำนวนเพื่อนที่แสดงใน Friend list สะท้อนถึงการได้รับความยอมรับจากผู้อื่นอย่างเป็นรูปธรรม ซึ่งเป็นสิ่งที่วัยรุ่นปรารถนา<sup>(65)</sup> การมีจำนวน “เพื่อน” ใน เฟซบุ๊กมาก จึงกระตุ้นความต้องการในการใช้เฟซบุ๊กมากขึ้น เพื่อแสดงถึงการได้รับการยอมรับจากผู้อื่นในเชิงปริมาณ และเพื่อเสริมความภาคภูมิใจในตนเอง สอดคล้องกับงานศึกษาของ Lee และคณะ ที่พบว่า จำนวนเพื่อนในเฟซบุ๊กสัมพันธ์เชิงลบกับความภาคภูมิใจในตนเองในกลุ่มที่มีระดับความสำนึกรู้ตัวตนในสาธารณะสูง (public self-consciousness) เนื่องจากจำนวนเพื่อนในเฟซบุ๊กเป็นเสมือนกลวิธีในการนำเสนอตัวตน ให้ผู้ที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำและต้องการเสริมภาพลักษณ์ที่ดีให้ตัวเอง ได้ชดเชยความรู้สึกขาดความภาคภูมิใจในตนเอง<sup>(66)</sup>

**ความถี่ในการแสดงความคิดเห็น** สัมพันธ์กับการติดเฟซบุ๊ก โดยพบว่าผู้ที่แสดงความคิดเห็นบนเฟซบุ๊กแบบเป็นบางครั้งหรือไม่เคยทำ ติดเฟซบุ๊กมากกว่าผู้ที่ทำค่อนข้างบ่อยหรือบ่อยครั้ง เนื่องจากวัยรุ่นมีความหวงแหนความเป็นส่วนตัวสูง ทำให้การแสดงความคิดเห็นในลักษณะของการสนทนาแบบกลุ่ม (many-to-many discussion) ที่สามารถเข้าถึงได้โดยสาธารณะ มีความเป็นส่วนตัวน้อยกว่าการสนทนาแบบบุคคลต่อบุคคล (one-to-one discussion)<sup>(67)</sup> พฤติกรรมการใช้เฟซบุ๊กของวัยรุ่นในปัจจุบัน จึงเป็นไปในลักษณะของการ ‘ส่องดู’ สิ่งที่คนอื่นโพสต์มากกว่าการแสดงความคิดเห็นหรือการสร้างเนื้อหาใหม่ของตัวเอง โดยจะทำการกิจกรรมออนไลน์ที่แสดงออกถึงตัวตนในกลุ่มปิดหรือใช้แอปพลิเคชันการส่งข้อความที่เป็นส่วนตัวมากกว่า<sup>(68)</sup> ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลสำรวจการใช้อินเทอร์เน็ตของ Pew Research Center ในปี 2015 ที่พบว่า ร้อยละ 49 ของผู้ที่มีสมาร์ตโฟนเป็นของตัวเองใช้แอปพลิเคชันการส่งข้อความอย่าง Kik, Whatsapp หรือ iMessage และร้อยละ 41 ใช้แอปพลิเคชันที่สามารถลบข้อความที่ส่งได้อย่าง Snapchat<sup>(69)</sup> รวมทั้งสอดคล้องกับข้อมูลการรายงานในปี 2013 ของเว็บไซต์ GlobalWebIndex จากการสัมภาษณ์ผู้ใช้เฟซบุ๊กจำนวน 170,000

ใน 32 ประเทศทั่วโลก พบประเด็นที่น่าสนใจว่า วัยรุ่นในหลายประเทศเริ่มหนีห่างจากสื่อออนไลน์ที่ได้รับความนิยมอย่างเฟซบุ๊กไปสู่สื่อออนไลน์ใหม่ แม้ว่าเฟซบุ๊กจะยังคงครองตลาดการใช้งานสื่อออนไลน์สูงสุดในวัยรุ่นจากจำนวนผู้ใช้ในช่วงปลายปี 2013 ถึงร้อยละ 66 แต่การเกิดใหม่ของสื่อออนไลน์อย่าง Instagram, Pinterest และ Tumblr ตลอดจนบริการประเภท mobile messaging อย่าง Snapchat, WhatsApp, WeChat, Kik Messenge ใน 6 เดือนที่ผ่านมา กลับมีอัตราการเติบโตอย่างน่าจับตามอง โดยมีอัตราการใช้งานของ Snapchat ในกลุ่มประเทศสหรัฐอเมริกา สหราชอาณาจักร และประเทศออสเตรเลีย เพิ่มขึ้นถึงร้อยละ 60 เนื่องจากแอปพลิเคชันดังกล่าวประหยัดและสะดวกสำหรับการส่งข้อความมากกว่า ที่สำคัญคือมีความเป็นส่วนตัวมากกว่า ซึ่งเป็นสิ่งที่วัยรุ่นกังวลอย่างมากในเรื่องการฝากรอยเท้าทางดิจิทัล (digital footprint) ทั้งข้อความ รูปภาพ วิดีโอ และสื่อต่างๆ ที่ไม่อาจลบได้ในสังคมออนไลน์<sup>(70)</sup>

**การสนทนา และการติดตามความเคลื่อนไหวของเพื่อน** สัมพันธ์กับการติดเฟซบุ๊ก โดยพบว่า การตั้งกลุ่มหรือสนทนาในกลุ่ม และการติดตามความเคลื่อนไหวของเพื่อน แบบค่อนข้างบ่อยหรือบ่อยครั้ง ติดเฟซบุ๊กมากกว่าแบบไม่เคยหรือเคยเป็นบางครั้ง สอดคล้องกับรายงานสำรวจของมูลนิธิเพื่อคนไทย จากการสัมภาษณ์เยาวชนอายุตั้งแต่ 15 - 24 ปี ทั่วประเทศไทยที่พบว่า เยาวชนใช้สื่อออนไลน์เป็นเครื่องมือในการสร้างปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (friendship driven) เป็นหลัก โดยเยาวชนทั้งหมดร้อยละ 100 ใช้สื่อออนไลน์เพื่อพูดคุยกับเพื่อน ติดตามข่าวสารหรือความเคลื่อนไหวของเพื่อน แบ่งปันเรื่องราวหรือประสบการณ์ที่ตัวเองพบให้เพื่อนได้รับรู้ รวมถึงการหาเพื่อนใหม่ๆ<sup>(71)</sup>

สำหรับประเด็นด้านการสนทนา สอดคล้องกับงานวิจัยของ บุญอยู่ ขอพรประเสริฐ ที่พบว่า นักศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครใช้เฟซบุ๊กในการสนทนากับเพื่อนและเขียนแสดงความคิดเห็นกับเพื่อนในโอกาสต่างๆในระดับบ่อยมาก<sup>(16)</sup> และงานวิจัยของ กุลนารี เสือโรจน์ ที่พบว่า การพูดคุยสด (chat) เป็นกิจกรรมเชิงรุกที่กลุ่มตัวอย่างวัยรุ่นอายุตั้งแต่ 11 - 25 ปีนิยมทำมากที่สุด เนื่องจากการสนทนาผ่านเฟซบุ๊กสามารถทำได้ง่าย สะดวก รวดเร็ว ไม่มีค่าใช้จ่าย และสามารถสื่อสารกับคู่สนทนาตอบโต้กันได้ทันที<sup>(65)</sup> นอกจากนี้ ด้วยรูปแบบการสื่อสารออนไลน์ที่เป็นกันเอง ทำให้ช่วยลดระยะทางจิตวิทยา (psychological distance) และรู้สึกใกล้ชิดกัน อีกทั้งมีการเชื่อมความสัมพันธ์กันผ่านตัวกลางคอมพิวเตอร์ (computer-mediated communication) ทำให้ไม่สามารถถ่ายทอดอวัจนภาษาที่ชี้้นำให้เกิดผลกระทบด้านลบในการสื่อสารระหว่างบุคคลได้<sup>(67)</sup>

ส่วนการติดตามความเคลื่อนไหวของเพื่อน เป็นกิจกรรมที่ช่วยสร้างสายสัมพันธ์กับเพื่อนอันเป็นหนึ่งในความต้องการหลักของวัยรุ่นที่ต้องการกลุ่มเพื่อน จึงพยายามทำให้เพื่อนยอมรับด้วยการทำตามเพื่อน หรือร่วมกิจกรรมกับเพื่อนทั้งทางบวกและทางลบ<sup>(19)</sup> ซึ่งเฟซบุ๊กมีบริการที่เอื้อต่อการ

สร้างสัมพันธ์กันในเครือข่าย ทั้งการลดทอนข้อจำกัดเรื่องเวลาและพื้นที่ในการเข้าถึงข้อมูลของเพื่อนในระบบ ทำให้ผู้ใช้สามารถทราบความเคลื่อนไหวของเพื่อนได้ผ่าน New Feed<sup>(65)</sup> จึงเป็นกิจกรรมที่ได้รับความนิยมโดยเฉพาะวัยรุ่น จนอาจถึงขั้นทำให้ติดเฟซบุ๊กได้ในรายที่ไม่สามารถควบคุมการใช้งานของตัวเอง หรือหมกหมุ่นกับการสร้างปฏิสัมพันธ์ในโลกออนไลน์มากกว่าในโลกความเป็นจริง

**ความถี่ในการใช้งานเฟซบุ๊ก** สัมพันธ์และเป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการติดเฟซบุ๊ก โดยพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ใช้งานเฟซบุ๊กต่อวันมากกว่า 3 ชั่วโมง ติดเฟซบุ๊กมากกว่าใช้งานน้อยกว่า 3 ชั่วโมง รวมทั้งกลุ่มที่ใช้เฟซบุ๊กตลอดเวลาหรือทุกครั้งที่มีโอกาสทั้งในและนอกเวลาเรียน มีความเสี่ยงในการติดเฟซบุ๊กมากกว่ากลุ่มที่เล่นเป็นบางเวลาช่วงนอกเวลาเรียน และกลุ่มที่มีเวลาเล่นไม่แน่นอน ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของกุลนารี เสือโรจน์ ที่พบว่า กลุ่มตัวอย่างวัยรุ่นมีการใช้งานเฟซบุ๊กในระดับเข้มข้นทั้งความถี่และระยะเวลาการเข้าใช้<sup>(65)</sup> และสอดคล้องกับงานวิจัยของ จารุรินทร์ และกันต์ธีร์ ที่พบว่า นักศึกษาระดับปริญญาตรีของมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ที่ใช้เฟซบุ๊กตลอดเวลาหรือทุกครั้งที่มีโอกาส มีความเสี่ยงต่อความผิดปกติทางสุขภาพจิตมากกว่านักศึกษาที่ใช้เฟซบุ๊กเฉพาะนอกเวลาเรียน<sup>(13)</sup> รวมทั้งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Jafarkarimi และคณะ (2016) ซึ่งพบว่า นักศึกษามาเลเซียที่ใช้เวลาบนเฟซบุ๊กยาวนานขึ้น จะมีโอกาสติดเฟซบุ๊กมากขึ้น<sup>(72)</sup> และงานวิจัยของ Hong และคณะ (2014) ที่สรุปว่า ระยะเวลาการใช้งานเฟซบุ๊ก เป็นข้อบ่งชี้ภายนอกของการติดเฟซบุ๊กอย่างเป็นรูปธรรม<sup>(73)</sup> ดังนั้น ผู้ใช้เฟซบุ๊กจึงควรจัดสรรเวลาในการใช้งานให้เหมาะสม เพื่อป้องกันความเสี่ยงในการติดเฟซบุ๊ก ซึ่งอาจนำไปสู่ผลกระทบทางสุขภาพจิตด้านอื่นตามมา

**ความถี่ในการอัปเดตสถานะ** เป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการติดเฟซบุ๊ก โดยพบว่า การอัปเดตสถานะบนเฟซบุ๊กค่อนข้างบ่อยหรือบ่อยครั้ง มีความเสี่ยงในการติดเฟซบุ๊กมากกว่าการไม่เคยอัปเดตสถานะหรืออัปเดตสถานะเป็นบางครั้ง โดยปัจจัยที่สัมพันธ์กับความถี่ในการอัปเดตสถานะ คือการมีบุคลิกภาพแบบหลงตัวเอง (narcissism) หรือมีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ ซึ่งพบว่าทั้งสองบุคลิกภาพให้ความสำคัญกับยอดถูกใจหรือคำชื่นชม มากกว่าการอัปเดตสถานะเพื่อแบ่งปันประสบการณ์หรือความคิดของตัวเองให้ผู้อื่นรับรู้<sup>(74)</sup> ทั้งยังพบว่าทั้งสองบุคลิกภาพเป็นปัจจัยที่สัมพันธ์และเสี่ยงต่อการติดเฟซบุ๊ก<sup>(8)</sup> สอดคล้องกับงานศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพกับการอัปเดตสถานะบนเฟซบุ๊กของ Winter และคณะ ที่พบว่า บุคลิกภาพแบบหลงตัวเองเป็นปัจจัยสำคัญที่สุดของความถี่ในการอัปเดตสถานะ โดยระบุว่าคนที่หลงตัวเองมาก มักคาดหวังคำชื่นชมจากผู้อื่น และใช้ความสัมพันธ์เพื่อสนองความภาคภูมิใจของตนเอง<sup>(75)</sup> ซึ่งสอดคล้องกับ Marshall และคณะ ที่พบว่า คนที่มีบุคลิกภาพแบบหลงตัวเองมีแนวโน้มอัปเดตสถานะเกี่ยวกับความสำเร็จของตัวเอง และจำนวนการกดถูกใจหรือการแสดงความเห็นของเพื่อนในสถานะของตัวเองมากกว่าบุคลิกภาพแบบอื่น รวมทั้ง



คนที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำจะยิ่งอัปเดตสถานะเกี่ยวกับชีวิตรักที่หวานชื่นของตัวเอง<sup>(76)</sup> ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Schwartz ที่พบความสัมพันธ์เชิงลบระหว่างความภาคภูมิใจในตนเองกับความถี่ในการอัปเดตสถานะ โดยตั้งข้อสังเกตว่า ยิ่งผู้ใช้ให้ความสำคัญกับการใช้เฟซบุ๊กและอัปเดตสถานะชีวิตตัวเองมากเท่าไร ยิ่งมีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำเท่านั้น<sup>(77)</sup> ดังนั้น ผู้ที่มีเพื่อนในเฟซบุ๊กแบบบุคลิกภาพหลงตัวเองหรือมีความภาคภูมิใจในใจเองต่ำ ควรสังเกตและคอยช่วยกระตุ้นให้เขายอมรับความคิดเห็นตามความเป็นจริง รวมทั้งผู้ที่เข้าข่ายมีบุคลิกภาพดังกล่าว ควรพยายามใช้การอัปเดตสถานะเพื่อแบ่งปันหรือสานสัมพันธ์กับเพื่อนในเฟซบุ๊ก ซึ่งส่งผลดีต่อชีวิตในระยะยาวมากกว่าการอัปเดตสถานะเพื่อได้รับยอดถูกใจหรือคำชื่นชมเพียงอย่างเดียว

**ความถี่ในการถ่ายรูปตัวเองแล้วโพสต์ลงเฟซบุ๊ก (เซลฟี)** เป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการติดเฟซบุ๊ก โดยพบว่า ผู้ที่เซลฟีค่อนข้างบ่อยหรือบ่อยครั้ง มีความเสี่ยงในการติดเฟซบุ๊กมากกว่าผู้ที่ไม่เคยหรือเคยเซลฟีเป็นบางครั้ง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยที่ค้นพบเกี่ยวกับปัจจัยในการเซลฟีบ่อยครั้งคือการมีบุคลิกภาพแบบหลงตัวเอง<sup>(78-80)</sup> และความต้องการนำเสนอตัวตนบนเฟซบุ๊ก<sup>(81-83)</sup> โดยพบว่า การนำเสนอตัวตนบนเฟซบุ๊กเป็นทั้งเครื่องมือ<sup>(84)</sup> และเป็นตัวกระตุ้นที่ทำให้คนใช้เฟซบุ๊กมากขึ้น<sup>(85)</sup> ซึ่งปัจจัยสำคัญที่ทำให้คนเซลฟีบ่อยครั้ง คือการติดกับยอดถูกใจหรือยอดแสดงความเห็นรูปที่เซลฟีลงในสังคมออนไลน์ เพราะการได้ยอดถูกใจสูงหรือได้รับคำชื่นชม ทำให้ผู้ถ่ายเซลฟีเกิดความภาคภูมิใจในตนเองที่สามารถสร้างตัวตนได้สอดคล้องกับตัวตนที่สังคมคาดหวัง<sup>(86)</sup> อีกทั้งการได้ยอดถูกใจถือเป็นรางวัล ซึ่งแม้เป็นหลักปกติของมนุษย์ทั่วไปที่ถ้าทำอะไรแล้วได้รางวัลก็จะทำซ้ำ แต่หากจงดจอร์อให้มีคนถูกใจรูปของตัวเอง หรือคาดหวังต่อยอดถูกใจมากเกินไปแล้วไม่ได้รับการตอบรับตามที่หวัง จะส่งผลต่อความมั่นใจและทัศนคติด้านลบต่อตัวเองได้<sup>(87)</sup> ดังนั้น ผู้ถ่ายเซลฟีควรสร้างความมั่นใจในตนเอง และให้ความสำคัญกับบุคคลรอบข้างในชีวิตจริงมากกว่ายึดติดแต่การตอบรับจากคนในสังคมออนไลน์หรือเฟซบุ๊กเท่านั้น

### ข้อจำกัดในการวิจัย

1. ข้อจำกัดของแบบวิจัย เนื่องจากงานวิจัยในครั้งนี้เป็นการศึกษาเพียงช่วงเวลาใดเวลาหนึ่ง ตัวแปรและความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่มี จึงไม่สามารถระบุผลเชิงสาเหตุได้
2. ข้อจำกัดด้านประชากร เนื่องจากผลการวิจัยครั้งนี้ เป็นเพียงข้อมูลพื้นฐานในการศึกษาเรื่องความภาคภูมิใจในตนเองและพฤติกรรมการติดเฟซบุ๊กของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในโรงเรียนเขตกรุงเทพมหานคร จึงไม่สามารถเป็นตัวแทนของกลุ่มประชากรที่มีลักษณะพื้นฐานแตกต่างจากกลุ่มดังกล่าว

## ข้อเสนอแนะ

### ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

ผลการวิจัยครั้งนี้ เป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องหรือผู้ที่สนใจศึกษาเกี่ยวกับการติดเฟซบุ๊กในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายเพื่อขยายผลทางการศึกษา เช่น ประเด็นความชุกของการติดเฟซบุ๊ก หรือปัจจัยด้านเพศที่สัมพันธ์กับการติดเฟซบุ๊ก รวมทั้งเพื่อสร้างมาตรการเฝ้าระวังและแก้ไขปัญหาเบื้องต้นในกลุ่มเสี่ยงที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำหรือมีปัจจัยที่สัมพันธ์กับการติดเฟซบุ๊ก เพื่อป้องกันผลกระทบจากการติดเฟซบุ๊กที่อาจเกิดขึ้นในอนาคต

### ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติ

ผลจากการวิจัยสามารถนำไปเป็นข้อมูลประกอบการทำแผนแนะแนวแก่นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในโรงเรียน เช่น การส่งเสริมให้นักเรียนเห็นถึงความสำคัญของการสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง การสร้างความตระหนักถึงผลกระทบจากการใช้เฟซบุ๊ก ร่วมกับการแนะแนวทางการใช้เฟซบุ๊กอย่างเหมาะสม หรือการคัดกรองนักเรียนที่มีแนวโน้มติดเฟซบุ๊ก เป็นต้น

### ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรใช้การวิจัยเชิงผสมผสาน (mix method) ในการอธิบายข้อมูลเชิงลึกเพิ่มขึ้น
2. ควรขยายการศึกษาให้ครอบคลุมถึงปัจจัยทางสุขภาพจิตด้านอื่นที่สัมพันธ์กับการติดเฟซบุ๊ก เช่น การมีบุคลิกภาพแบบหลงตัวเอง เพื่อศึกษาผลกระทบจากการติดเฟซบุ๊กได้อย่างรอบด้านมากขึ้น
3. ควรขยายการศึกษาผลกระทบการติดเฟซบุ๊กโดยใช้แบบทดสอบการติดเฟซบุ๊กที่ได้มาตรฐาน เช่น ประเด็นความชุกของการติดเฟซบุ๊ก หรือผลกระทบด้านผลการเรียน เพื่อเข้าใจผลกระทบจากการติดเฟซบุ๊กอย่างแท้จริง
4. ควรขยายการศึกษาให้ครอบคลุมถึงการใช้สื่อสังคมออนไลน์ยอดนิยมทุกประเภท เช่น Twitter Instagram หรือ Line เพื่อเปรียบเทียบและค้นหาปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมติดในการใช้งานสื่อสังคมออนไลน์

## รายการอ้างอิง

1. วิกีพีเดีย. (2558). อินเทอร์เน็ต [ออนไลน์]. แหล่งที่มา <http://th.wikipedia.org/wiki/%E0%B8%AD%E0%B8%B4%E0%B8%99%E0%B9%80%E0%B8%97%E0%B8%AD%E0%B8%A3%E0%B9%8C%E0%B9%80%E0%B8%99%E0%B9%87%E0%B8%95>. [7 มกราคม 2558]
2. iT24Hrs. (2557). ย้อนเวลามอง Social Media ในอดีตถึงปัจจุบัน [ออนไลน์]. แหล่งที่มา <http://www.it24hrs.com/2013/social-media-history-infographic-1969-2012-internet/>. [7 มกราคม 2558]
3. Zocial inc. (2558). Thailand Zocial Award 2015 Insightful information of Thai people on social media [ออนไลน์]. แหล่งที่มา <http://www.zocialinc.com/zocialawards2015/slides/thailandzocialawardsslide3.pdf> [18 กุมภาพันธ์ 2558]
4. Ryan T, Chester A, Reece J, Xenos S. The uses and abuses of Facebook: A review of Facebook addiction. *Journal of Behavioral Addictions*. 2014;3(3):133-48.
5. Russell B, Clayton AN, Jessica RS. Cheating, Breakup, and Divorce: Is Facebook Use to Blame? *Journal of cyberpsychology behavior and social networking*. October 2013;16(10):717-20.
6. Kuss DJ, Griffiths MD. Online Social Networking and Addiction—A Review of the Psychological Literature. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2011;8(9):3528-52.
7. Ipek Ozer. Facebook@Addiction, Intensive Social Networking Site Use, Multitasking, And Academic Performance among University Students in the United States, Europe, and Turkey: A Multigroup Structural Equation Modeling Approach. [Doctor of Philosophy]: Kent State University College; 2014.
8. Malik S, Khan M. Impact of facebook addiction on narcissistic behavior and self-esteem among students. *Journal of the Pakistan Medical Association*. 2015;65(3):260-3.
9. De CR, Vangeel J, Klein A, Minotte P, Rosas O, Meerkerk GJ. Compulsive use of social networking sites in Belgium: prevalence, profile, and the role of attitude toward work and school. *Cyberpsychology, behavior and social networking*. 2014;17(3):166-71.

10. Blachnio A, Przepiorka A, Pantic I. Association between Facebook addiction, self-esteem and life satisfaction: A cross-sectional study. *Computers in Human Behavior*. 2016;55, Part B:701-5.
11. Khumsri J, Yingyeun R, Mereerat M, Hanprathet N, Phanasathit M. Prevalence of Facebook Addiction and Related Factors Among Thai High School Students. *Journal of the Medical Association of Thailand*. 2015;98 (3):51-60.
12. Hanprathet N, Manwong M, Khumsri J, Yingyeun R, Phanasathit M. Facebook Addiction and Its Relationship with Mental Health among Thai High School Students. *Journal of the Medical Association of Thailand*. 2015;98 (3):81-90.
13. จารุรินทร์ ปิตานพวงศ์, กันต์ธีร์ อนันตพงศ์. สุขภาพจิตในนักศึกษามหาวิทยาลัยที่ใช้ Facebook. *วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย*. 2557;59(3):257-66.
14. สุदारัตน์ จ๊ะถา. สุขภาพจิตของนิสิตหญิงหลังปริญญาผู้ใช้เฟซบุ๊ก. [ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต]. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2556.
15. กันต์ธีร์ อนันตพงศ์, จารุรินทร์ ปิตานพวงศ์. ผลของ Facebook ต่อนักศึกษา มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตหาดใหญ่. *สงขลานครินทร์เวชสาร*. 2014;32(6):393-404.
16. บุญอยู่ ขอพรประเสริฐ. พฤติกรรมการใช้เฟสบุ๊ก (Facebook) ของนักศึกษาในเขต กรุงเทพมหานคร. *วารสารร่มพญักษ์ มหาวิทยาลัยเกริก*. 2557;32(2 ):1 - 24.
17. กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. คู่มือส่งเสริมสุขภาพจิตนักเรียนระดับมัธยมศึกษาสำหรับครู. กรุงเทพฯ: สำนักงานกิจการโรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก; 2546.
18. ศรีเรือน แก้วกิงวาล. จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์; 2545.
19. สุชา จันทน์เอม. จิตวิทยาพัฒนาการ กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช; 2542.
20. วัฒนเพ็ญ บุญประกอบ. พัฒนาบุคลิกภาพของเด็กและวัยรุ่น. ใน: พญ.วินัดดา ปิยะศิลป์, และนพ.พนม เกตุมาน, บรรณาธิการ. *ตำราจิตเวชเด็กและวัยรุ่น*. กรุงเทพฯ: บริษัท ปิยอนด์ เอ็นเทอร์ไพรซ์ จำกัด; 2545.
21. พรรณทิพย์ ศิริวรรณบุศย์. ทฤษฎีจิตวิทยาพัฒนาการ. กรุงเทพฯ: บริษัท แอคทีฟ พรินท์ จำกัด; 2547.
22. อสิลสา วัชรสินธุ์. ขั้นตอนการพัฒนาการของวัยรุ่น. ใน: บุรณี กาญจนถวัลย์ และนันทิกา ทวีชาติ, บรรณาธิการ. *พฤติกรรมมนุษย์และความผิดปกติทางจิต*. 2. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2547.
23. Elkind D. Egocentrism in adolescence. *Child development*. 1967;38(4):1025-34.

24. สุรสิทธิ์ วชิรขจร และคณะ. (2551). การวิเคราะห์นโยบายสาธารณะด้านการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์: ศึกษาเฉพาะกรณีนโยบายเกี่ยวกับกลุ่มวัยรุ่น. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา : <http://oppy.opp.go.th/news/reportyouth/chapter2.doc>. [7 มกราคม 2557]
25. ศิริวรรณ ทวีวัฒนปรีชา. การเห็นคุณค่าในตนเอง และความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองกับการปรับตัวในสังคมของนิสิต คณะเกษตรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. [วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต]. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2549.
26. Boeree G. (2006) Abraham Maslow 1908-1970 [Online]. Available from: <http://webspace.ship.edu/cgboer/maslow.html>. [cited 2016 Feb 18].
27. ปารัชญ์ เกลี้ยงถำยอง. การสร้างคุณค่าในตนเองผ่านสื่อสังคมออนไลน์เฟสบุ๊ก ของนิสิตนักศึกษาในกรุงเทพมหานคร. [วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต]. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2556.
28. อุทัยวรรณ พิทักษ์วรพันธ์. ความสำนึกในคุณค่าแห่งตนของวัยรุ่น. [วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต]. เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่; 2545.
29. ประไพพรรณ ภูมิวุฒิสาร. จิตวิทยาวัยรุ่น. กรุงเทพฯ: คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2530.
30. นนทรัฐ ไร่เจริญ. การศึกษาการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Network) เพื่องานข่าว: กรณีศึกษาแผนกข่าวภาษาลาว สำนักข่าววิทยุเอเชียเสรี สำนักงานประเทศไทย. [สารนิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต], กรุงเทพมหานครศรีนครินทรวิโรฒ; 2557.
31. ปริณดา เริงศักดิ์. การเปิดเผยตนเองกับการสื่อสารผ่านเฟสบุ๊ก. วารสารนักบริหาร. 2557; 34(1):69-79.
32. Statista. (2016). Number of monthly active Facebook users worldwide as of 4th quarter 2015 (in millions) [Online]. Available from: <http://www.statista.com/statistics/264810/number-of-monthly-active-facebook-users-worldwide> [cited 2016 Feb 18].
33. Worldometers Info. (2015). World Population projections revised upwards by the U.N [Online]. Available from: <http://www.worldometers.info/news>. [cited 2016 18 Feb 18].
34. Internet World Stats. (2015). Facebook daily active users (dau) from 2013 to 2015 [Online]. Available from: <http://www.internetworldstats.com/facebook.htm>. [cited 2016 Feb 18]
35. อังฉิดา ลิ้มปัทมปาณี. อิทธิพลสื่อสังคมออนไลน์กับเยาวชนไทย. วารสารอิศราปริทัศน์ 2557;3 (5):52-65.

36. ไชยรัตน์ บุตรพรหม. ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการติดอินเทอร์เน็ตของวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานคร. [วิทยานิพนธ์ปริญญาสังคมวิทยามหาบัณฑิต]. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2545.
37. เอชรา วสุพันธ์จิต. เวลาคุณภาพในครอบครัวและการติดสื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร. [ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต]. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2557.
38. นันทวิช สิริรักษ์. (2558). การเสพติด: เหล้า บุหรี่ สิ่งเสพติด และการบำบัด [ออนไลน์]. แหล่งที่มา : [http://www.si.mahidol.ac.th/th/departement/psychiatrics/admin/download\\_files/5\\_4\\_1.pdf](http://www.si.mahidol.ac.th/th/departement/psychiatrics/admin/download_files/5_4_1.pdf). [14 มีนาคม 2559].
39. ชาลววิทย์ พรนภดล, เอชรา วสุพันธ์จิต. การเสพติดอินเทอร์เน็ต (Internet Use Disorder). ใน: นันทวิช สิริรักษ์, กลมนนทร วรณเสวก, กมลพร วรณฤทธิ์, ปนต ผู้กฤตยาคามิ, สุพรอภินันท์เวช, พนม เกตุมาน, บรรณาธิการ. จิตเวช ศิริราช DSM-5. กรุงเทพฯ: ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์; 2558.
40. M Melinda S, Lawrence R, Jeanne S. (2014). Last Internet and Computer Addiction [Online]. Available from: <http://www.helpguide.org/articles/addiction/internet-and-computer-addiction.htm>. [cited 2015 7 January]
41. The Center for Internet Addiction (2013). FAQs [Online]. Available from: <http://netaddiction.com/faqs/> [cited 2015 7 January].
42. Brent Conrad. (2015) Internet Addiction - Symptoms, Signs, Treatment, and FAQs. [Online]. Available from: <http://www.techaddiction.ca/internet-addiction.html>. [cited 2015 7 January]
43. เอกสิทธิ์ กุมารสิทธิ. การออกฤทธิ์ของยาเสพติดในสมอง [ออนไลน์]. แหล่งที่มา. [http://nctc.oncb.go.th/new/%5Cattachfiles%5CArticles%5Cwork\\_252.pdf](http://nctc.oncb.go.th/new/%5Cattachfiles%5CArticles%5Cwork_252.pdf). [17 มีนาคม 2559]
44. Brewer J. Are We Addicted to Facebook, or Are We just Addicted to Ourselves? [Internet]. The Huffington Post. Available from: [http://www.huffingtonpost.com/dr-judson-brewer/social-media-addiction\\_b\\_4079697.html](http://www.huffingtonpost.com/dr-judson-brewer/social-media-addiction_b_4079697.html). [cited 2015 Jan 7].
45. Gothenburg Research Institute. Sweden's largest Facebook study. University of Gothenburg; 2012.
46. D'Amato G, Cecchi L, Liccardi G, Pellegrino F, D'Amato M, Sofia M. Social networks: a new source of psychological stress or a way to enhance self-esteem? Negative and positive implications in bronchial asthma. Journal of investigational allergology & clinical immunology. 2012;22(6):402-5.

47. Phanasathit M, Manwong M, Hanprathet N, Khumsri J, Yingyeun R. Validation of the Thai version of Bergen Facebook addiction scale (Thai-BFAS). Journal of the Medical Association of Thailand. In press;98 Suppl 2:S108-17.
48. Andreassen CS, Torsheim T, Brunborg GS, Pallesen S. Development of a Facebook Addiction Scale. Psychological reports. 2012;110(2):501-17.
49. Phanasathit M, Manwong M, Hanprathet N, Khumsri J, Yingyeun R. Validation of the Thai version of Bergen Facebook addiction scale (Thai-BFAS). Journal of the Medical Association of Thailand. 2015;98(2):108-17.
50. ฐปนีย์ ตั้งจิตภักดีสกุล. ปัจจัยที่สัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเองและความรู้สึกสิ้นหวังในเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนกลาง. วรสารจิตวิทยาคลินิก. 2545.
51. ทินกร วงศ์ปการันย์. การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันของแบบวัดความภาคภูมิใจในตนเองของโรเซนเบิร์ก: การศึกษาในนักศึกษาไทย. วรสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย. 2554;56(1):59-70.
52. Ayas T, Mehmet BH. Relation between Depression, Loneliness, Self-Esteem and Internet Addiction. Education. 2013;133(3):283-90.
53. Steinfeld C, Ellison NB, Lampe C. Social capital, self-esteem, and use of online social network sites: A longitudinal analysis 2008.
54. Duff CS. Facebook use and its relationship with self-esteem, personalities and addictive tendencies. [dissertation]. Dublin : Dublin Business School ;2012.
55. Sherman E. Facebook Addiction: Factors Influencing an Individual's Addiction. [dissertation]. Boston: University of Massachusetts; 2011.
56. Irshad R, Saleem M, Kausar A. Gender Differences in Facebook Addiction and Loneliness in Higher Education Students. Proceedings of 1st International Conference of Psychology; 2015 Dec 10; Pakistan. Islamabad: researchgate; 2015
57. Steggink BW. Facebook addiction: Where does it come from? A study based on the Bergen Facebook Addiction Scale. [dissertation]. Netherlands: University of Twente; 2015.
58. จิราภรณ์ ภูเทศ, บารณี บุญทรง. ค่านิยมเกี่ยวกับการศึกษาของไทย : กรณีศึกษาจากสำนวนไทยและข่าวหนังสือพิมพ์. วรสารสักทอง. 2555;18(1).
59. Vanderhoven E, Schellens TS, Valcke M, Raes A. How Safe Do Teenagers Behave on Facebook? An Observational Study. The Public Library of Science One 2014;9(8).
60. กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2548). แนวคิดทฤษฎีและปัจจัยเกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดูลูก [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://www.dmh.go.th/news/view.asp?id=969>. [3 มีนาคม 2559]

61. วัฒนเพ็ญ บุญประกอบ. ความรักความผูกพันของครอบครัวในยุค 2000. วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย 2543;45(1):11-6.
62. Şükrü Balci, Salih Tiryakı. Facebook addiction among high school students in Turkey. Proceedings of 10th International Academic Conference; 2014 June 3; Vienna; 2014.
63. ศูนย์ข้อมูลนโยบายสาธารณะการลดปัญหาจากการพนัน. ภัยร้ายทำลายสมองของเด็กและเยาวชนอย่างถาวร [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://icgp.thaissf.org/autopagev4/files/OmZPBvFri21404.pdf>. [1 เมษายน 2559]
64. นิวัฒน์ ชาตะวิทยากุล. (2558). Facebook Mentions บริการ เหล่าคนดัง ดึงดูดผู้ใช้วัยรุ่น [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://www.digithun.com/facebook-mentions>. [2 เมษายน 2559]
65. กุลนารี เสือโรจน์. พฤติกรรมการสื่อสารของวัยรุ่นในพื้นที่สาธารณะบนเว็บไซต์ เครือข่ายสังคมออนไลน์เฟซบุ๊ก. [งานวิจัยภายใต้งบประมาณสนับสนุนคณะวารสารศาสตร์และสื่อสารมวลชน]. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์; 2556.
66. Roselyn LJE, Clark MD, Park EA, Park SG. Who wants to be “friend-rich”? Social compensatory friending on Facebook and the moderating role of public self-consciousness. Computers in Human Behavior. 2012;28(3):1036-43.
67. ภาสกร จิตรไคร์ครวญ. เทคโนโลยีของสื่อใหม่และการนำเสนอตัวตนต่อสังคมกับพฤติกรรมการสื่อสารบนเครือข่ายสังคมออนไลน์. [นิเทศศาสตรมหาบัณฑิต]. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2553.
68. Duncan F. So long social media: the kids are opting out of the online public square [Internet]. The conversation. [Available from: <http://theconversation.com/so-long-social-media-the-kids-are-opting-out-of-the-online-public-square-53274> cited 2016 Apr 1].
69. Duggan M. Mobile Messaging and Social Media 2015 [Internet]. Pew Research Center. Available from: <http://www.pewinternet.org/files/2015/08/Social-Media-Update-2015-FINAL2.pdf>. [cited 2016 Apr 1]
70. Curtis S. Teens drift away from 'traditional' social networks [Internet]. The Telegraph [cited 2014 Dec16]. Available from: <http://www.telegraph.co.uk/technology/social-media/10787276/Teens-drift-away-from-traditional-social-networks.html>.
71. มูลนิธิเพื่อคนไทย. (2557). รายงาน “คนไทย” มอนิเตอร์ 2557 : เสียงเยาวชนไทย Youth Today [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://www.khonthaifoundation.org/news-detail.php?id=47>. [16 ธันวาคม 2557]




72. Jafarkarimi H, Sim ATH, Saadatdoost R, Hee JM. Facebook Addiction among Malaysian Students. *International Journal of Information and Education Technology*. 2016;6(6):465-9.
73. Hong FY, Huang DH, Lin HY, Chiu SL. Analysis of the psychological traits, Facebook usage, and Facebook addiction model of Taiwanese university students. *Telematics and Informatics*. 2014;31(4):597-606
74. Yahoo Health. What Insecure People Post on Facebook, Plus More Secret Meanings in Your Status [Internet]. Yahoo Health. Available from: <https://www.yahoo.com/beauty/what-insecure-people-post-on-facebook-plus-6-120053568327.html>. [cited 2016 Apr 6]
75. Winter S, Neubaum G, Eimler SC, Gordon V, Theil J, Herrmann J, et al. Another brick in the Facebook wall – How personality traits relate to the content of status updates. *Computers in Human Behavior*. 2014;34:194-202.
76. Marshall TC, Lefringhausen K, Ferenczi N. The Big Five, self-esteem, and narcissism as predictors of the topics people write about in Facebook status updates. *Personality and Individual Differences*. 2015;85:35-40.
77. Schwartz M. The usage of Facebook as it relates to narcissism, self-esteem and loneliness [dissertation]. Ann Arbor: Pace University; 2010.
78. Sorokowski P, Sorokowska A, Oleszkiewicz A, Frackowiak T, Huk A, Pisanski K. Selfie posting behaviors are associated with narcissism among men. *Personality and Individual Differences*. 2015;85:123-7.
79. Weiser EB. #Me: Narcissism and its facets as predictors of selfie-posting frequency. *Personality and Individual Differences*. 2015;86:477-81.
80. Qiu L, Lu J, Yang S, Qu W, Zhu T. What does your selfie say about you? *Computers in Human Behavior*. 2015;52:443-9.
81. Sorokowski P, Sorokowska A, Frackowiak T, Karwowski M, Rusicka I, Oleszkiewicz A. Sex differences in online selfie posting behaviors predict histrionic personality scores among men but not women. *Computers in Human Behavior*. 2016;59:368-73.
82. Lyu SO. Travel selfies on social media as objectified self-presentation. *Tourism Management*. 2016;54:185-95.

83. Chua THH, Chang L. Follow me and like my beautiful selfies: Singapore teenage girls' engagement in self-presentation and peer comparison on social media. *Computers in Human Behavior*. 2016;55, Part A:190-7.
84. Liad BB, Simone M, Golan S. Strategic self-presentation on Facebook: Personal motives and audience response to online behavior. *Computers in Human Behavior*. 2016;55, Part B:788-95.
85. Nadkarni A, Hofmann SG. Why do people use Facebook?. *Personality and Individual Differences*. 2012;52(3):243-9.
86. กัมปนาท เอกฉาย. (2557). วิเคราะห์ 'เซลฟี่' ผ่านมุมมองประวัติศาสตร์ เทคโนโลยี และจิตวิทยา [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://prachatai.org/journal/2014/09/55746>. [17 มีนาคม 2559]
87. เดลินิวส์. (2557). โรค 'เซลฟี่' ใจไทยเสียดใจ โปสเตอร์รูปแลกดไลค์ แฉขาดความมั่นใจ [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://www.dailynews.co.th/it/214985>. [17 มีนาคม 2559]





	<p>คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย</p>	<p>เอกสารข้อมูลคำอธิบายสำหรับผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย (Information sheet for research participant)</p>
---	--	---

**การวิจัยเรื่อง** ความภาคภูมิใจในตนเองและพฤติกรรมการติดเฟซบุ๊กของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย  
ในเขตกรุงเทพมหานคร  
Self-Esteem and Facebook Addicted of High School Students in Bangkok  
Metropolitan Area

**ผู้ทำวิจัย** นางสาวขวัญข้าว พลเพชร  
ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ตึกธนาคารกรุงเทพ  
โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ ถนนพระราม 4 ปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330  
081-6920785


**เรียน ผู้เข้าร่วมโครงการวิจัยทุกท่าน**

โครงการวิจัยนี้ เป็นส่วนหนึ่งของวิทยานิพนธ์หลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสุขภาพจิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ท่านได้รับเชิญให้เข้าร่วมโครงการวิจัยนี้ เนื่องจากท่านเป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 -6 ในโรงเรียนเขตกรุงเทพมหานคร ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างครบตามคุณสมบัติของงานวิจัยนี้ ก่อนที่ท่านจะตัดสินใจเข้าร่วมการศึกษาวิจัยดังกล่าว ขอให้ท่านอ่านเอกสารฉบับนี้ออย่างถี่ถ้วน เพื่อให้ท่านได้ทราบถึงเหตุผลและรายละเอียดของการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ หากท่านมีข้อสงสัยใดๆ เพิ่มเติม กรุณาซักถามจากผู้ทำวิจัย ซึ่งจะเป็นผู้สามารถตอบคำถามและให้ความกระจ่างแก่ท่านได้

ท่านสามารถขอคำแนะนำในการเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้จากครอบครัวของท่านได้ ท่านมีเวลาอย่างเพียงพอในการตัดสินใจโดยอิสระ ถ้าท่านตัดสินใจแล้วว่าจะเข้าร่วมโครงการนี้ ขอให้ท่านลงนามในเอกสารแสดงความยินยอมของโครงการวิจัยนี้



INSTITUTIONAL REVIEW BOARD	
Faculty of Medicine, Chulalongkorn University	
IRB No.	022 / 59
Date of Approval	6 ส.ค. 2558

 คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย	เอกสารข้อมูลคำอธิบายสำหรับผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย (Information sheet for research participant)
---	---

#### เหตุผลความเป็นมา

ปัจจุบัน มีผู้นิยมใช้เว็บไซต์สื่อสังคมออนไลน์ Facebook เป็นจำนวนมาก โดยจากการสำรวจในประเทศไทยมีจำนวนผู้ใช้ที่ลงทะเบียน ณ เดือนพฤษภาคม ปี 2557 ทั้งหมด 28 ล้านราย คิดเป็น 42% ของประชากรทั้งประเทศไทย หรือมากเป็นอันดับ 9 ของโลก ทว่าท่ามกลางกระแสความนิยมดังกล่าว กลับเกิดพฤติกรรมการติด เฟซบุ๊ก ซึ่งส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตหลายประการ อาทิเช่น ความรู้สึกไม่พอใจในความสัมพันธ์, ภาวะซึมเศร้า, ภาวะวิตกกังวล, ส่งผลต่อดัชนีความสุข และดัชนีพลังชีวิต นอกจากนี้ ยังกระทบต่อหน้าที่ในชีวิตประจำวัน โดยพบว่าผู้ใช้เฟซบุ๊กมีผลการเรียนที่ต่ำกว่ามาตรฐาน และใช้เวลาในการเรียนน้อยกว่าเด็กนักเรียนที่ไม่ได้เล่นเฟซบุ๊ก

สำหรับประเทศไทย พบค่าความชุกของนักเรียนมัธยมศึกษาถึง 26.2% โดยบุคคลที่มีปัญหาทางสุขภาพจิต จะมีความเสี่ยงในการติดเฟซบุ๊กมากขึ้น เมื่อมีการใช้งานเพิ่มขึ้นทุก 1 ชั่วโมง

ปัญหาการติดเฟซบุ๊ก จึงถือเป็นปัญหาสำคัญหนึ่งของยุคสมัยที่ไม่ควรมองข้าม ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมติด Facebook และความภาคภูมิใจในตนเอง (Self-Esteem) ในนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย เขตกรุงเทพมหานคร ซึ่งเป็นกลุ่มที่มีแนวโน้มในการใช้สื่อออนไลน์สูงสุด ประกอบกับปัจจุบันในประเทศไทยยังไม่มีผู้ศึกษาพฤติกรรมติด Facebook กับความภาคภูมิใจในตนเองแพร่หลายนัก จึงนับว่าเป็นโอกาสอันดีที่จะได้พัฒนาองค์ความรู้ทางสุขภาพจิตให้สอดคล้องกับความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีทางการสื่อสาร เพื่อขยายผลทางการศึกษาแก่ผู้ที่สนใจในประเด็นดังกล่าว รวมทั้งเพื่อเป็นข้อมูลสำหรับสร้างแนวทางการป้องกันผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นในอนาคต

#### วัตถุประสงค์ของการศึกษา

- 1) เพื่อศึกษาพฤติกรรมติดเฟซบุ๊กของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในโรงเรียนเขตกรุงเทพมหานคร
- 2) เพื่อศึกษาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในโรงเรียนเขตกรุงเทพมหานคร
- 3) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมติดเฟซบุ๊ก และความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในโรงเรียนเขตกรุงเทพมหานคร

#### ประชากรเป้าหมาย


นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายทั้งสิ้น 326 คน จาก 6 โรงเรียนแบ่งตามพื้นที่การศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร

#### แหล่งทุนสนับสนุนโครงการวิจัย

ไม่มี



INSTITUTIONAL REVIEW BOARD Faculty of Medicine, Chulalongkorn University IRB No. <u>222 / 58</u> Date of Approval <u>6 ส.ค. 2558</u>
---

	<p>คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย</p>	<p>เอกสารข้อมูลคำอธิบายสำหรับผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย (Information sheet for research participant)</p>
---	--	---

#### วิธีการที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย

หลังจากท่านให้ความยินยอมเข้าร่วมในโครงการวิจัยนี้ ผู้วิจัยขอความร่วมมือจากท่านในการตอบแบบสอบถามตามความเป็นจริงและตอบให้ครบถ้วนตามคำชี้แจงทั้ง 4 ส่วน อันประกอบไปด้วย ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล จำนวน 13 ข้อ, ส่วนที่ 2 แบบสอบถามข้อมูลการใช้เฟซบุ๊ก จำนวน 10 ข้อ, ส่วนที่ 3 แบบสอบถามการติดเฟซบุ๊ก จำนวน 6 ข้อ และส่วนที่ 4 แบบวัดความภาคภูมิใจในตนเอง จำนวน 10 ข้อ โดยใช้เวลาดำเนินการประมาณ 15 นาที และท่านมีสิทธิไม่ตอบคำถามข้อใดๆ ที่ท่านไม่ต้องการตอบ หลังจากนั้น ให้ท่านนำแบบสอบถามที่ตอบครบถ้วนแล้วทั้งฉบับไปส่งลงในกล่องรับคืนแบบเก็บข้อมูล ซึ่งตั้งอยู่ในจุดต่างๆ ตามที่ทางโรงเรียนกำหนดไว้

#### ความเสี่ยงที่อาจได้รับ

การวิจัยในครั้งนี้ อาจส่งผลให้ท่านเสียเวลาในการตอบแบบเก็บข้อมูล รวมถึงอาจมีความรู้สึกอึดอัดใจ เบื่อหน่าย หรือไม่สบายใจเกิดขึ้นได้ หากท่านรู้สึกไม่สบายใจต่อความเสี่ยงที่เกิดขึ้น ท่านสามารถขอลงตัวหรือขอยกเลิกการเข้าร่วมการวิจัยได้ตลอดเวลา หากท่านมีข้อสงสัยใดๆ เกี่ยวกับความเสี่ยงที่อาจได้รับจากการเข้าร่วมโครงการวิจัย ท่านสามารถสอบถามจากผู้ทำวิจัยได้ตลอดเวลา ตามเบอร์โทรศัพท์ที่ปรากฏในเอกสารชี้แจงฉบับนี้ และหากมีการค้นพบข้อมูลใหม่ๆ ที่อาจมีผลต่อความเสี่ยงในด้านต่างๆ ของท่านในระหว่างที่ท่านเข้าร่วมในโครงการวิจัย ผู้ทำวิจัยจะแจ้งให้ท่านทราบทันที เพื่อให้ท่านตัดสินใจว่าจะอยู่ในโครงการวิจัยต่อไปหรือจะขอลงตัวออกจากโครงการวิจัย

#### ประโยชน์ที่อาจได้รับ

ท่านจะไม่ได้รับประโยชน์จากการเข้าร่วมวิจัย แต่ผลจากการศึกษาที่ได้ จะเป็นองค์ความรู้สำหรับเด็กและเยาวชน ผู้ปกครอง ตลอดจนบุคลากรที่เกี่ยวข้อง เพื่อสร้างแนวทางในการป้องกันการติดเฟซบุ๊กในวัยรุ่น และเป็นข้อมูลสำหรับการพัฒนางานวิจัยต่อไปในอนาคต

#### ค่าชดเชยและค่าเสียเวลา

ไม่มี

#### การเข้าร่วมและการสิ้นสุดการเข้าร่วมโครงการวิจัย


การเข้าร่วมในโครงการวิจัยครั้งนี้เป็นไปโดยความสมัครใจ หากท่านไม่สมัครใจจะเข้าร่วมการศึกษา ท่านสามารถถอนตัวได้ตลอดเวลา โดยการถอนตัวของท่านจะไม่มีผลต่อการเรียนหรือการสอบของท่านแต่อย่างใด และผู้วิจัยอาจถอนท่านออกจากการเข้าร่วมการวิจัย เพื่อเหตุผลด้านความปลอดภัยของท่าน หรือในกรณีที่ท่านไม่สละคืน หรือไม่ตอบแบบเก็บข้อมูล

#### การปกป้องรักษาข้อมูลความลับของอาสาสมัคร

ข้อมูลที่จะนำไปสู่การเปิดเผยตัวท่าน จะได้รับการปกปิดและจะไม่เปิดเผยแก่สาธารณชน ในกรณีที่ผลการวิจัยได้รับการตีพิมพ์ ชื่อและที่อยู่ของท่านจะต้องได้รับการปกปิดอยู่เสมอ โดยเฉพาะรหัสประจำโครงการของท่าน



INSTITUTIONAL REVIEW BOARD	
Faculty of Medicine, Chulalongkorn University	
IRB No.	222 / 54
Date of Approval	6 ต.ค. 2558

 <b>คณะแพทยศาสตร์</b> <b>จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย</b>	<b>เอกสารข้อมูลคำอธิบายสำหรับผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย</b> <b>(Information sheet for research participant)</b>
---	---

จากกรลงนามยินยอมของท่านผู้วิจัยสามารถเข้าไปตรวจสอบบันทึกข้อมูลของท่านได้แม้จะสิ้นสุดโครงการวิจัยแล้วก็ตาม หากท่านต้องการยกเลิกการให้สิทธิดังกล่าว ท่านสามารถแจ้งหรือเขียนบันทึกขอยกเลิกการให้คำยินยอม โดยส่งไปที่ นางสาวขวัญข้าว พลเพชร ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ ปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330 โทร 02-2564346, 02-2564298 ในเวลาราชการ

หากท่านขอยกเลิกการให้คำยินยอมหลังจากที่ท่านได้เข้าร่วมโครงการวิจัยแล้ว ข้อมูลส่วนตัวของท่านจะไม่ถูกบันทึกเพิ่มเติม อย่างไรก็ตามข้อมูลอื่นๆ ของท่านอาจถูกนำมาใช้เพื่อการประเมินผลการวิจัย และท่านจะไม่สามารถกลับมาเข้าร่วมในโครงการนี้ได้อีก ทั้งนี้เนื่องจากข้อมูลของท่านจำเป็นสำหรับใช้เพื่อการวิจัยไม่ได้ถูกบันทึก

#### สิทธิของผู้เข้าร่วมในโครงการวิจัย

ในฐานะที่ท่านเป็นผู้เข้าร่วมวิจัย ท่านจะมีสิทธิดังต่อไปนี้


1. ท่านจะได้รับทราบถึงลักษณะและวัตถุประสงค์ของโครงการวิจัยในครั้งนี้
2. ท่านจะได้รับการอธิบายเกี่ยวกับระเบียบวิธีของโครงการวิจัย
3. ท่านจะได้รับการอธิบายถึงความเสี่ยงและความไม่สบายที่จะได้รับจากโครงการวิจัย
4. ท่านจะได้รับการอธิบายถึงประโยชน์ที่ท่านอาจจะได้รับจากโครงการวิจัย
5. ท่านจะมีโอกาสได้ซักถามเกี่ยวกับงานวิจัยหรือขั้นตอนที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย
6. ท่านจะได้รับทราบว่ากรยินยอมเข้าร่วมในโครงการวิจัยนี้ ท่านสามารถขอถอนตัวจากโครงการเมื่อใดก็ได้ โดยผู้เข้าร่วมวิจัยในโครงการวิจัยสามารถขอถอนตัวออกจากโครงการวิจัย โดยไม่มีผลกระทบใดๆ
7. ท่านจะได้รับสำเนาเอกสารใบยินยอมที่มีทั้งลายเซ็นและวันที่ รวมถึงสำเนาเอกสารข้อมูลคำอธิบายโครงการ
8. ท่านจะได้รับโอกาสในการตัดสินใจว่าจะเข้าร่วมในโครงการวิจัยหรือไม่ก็ได้ โดยปราศจากการใช้อิทธิพลบังคับ ช่มชู้ หรือการหลอกลวง

หากท่านไม่ได้รับการปฏิบัติตามที่ปรากฏในเอกสารข้อมูลคำอธิบายสำหรับผู้เข้าร่วมในการวิจัย ท่านสามารถร้องเรียนได้ที่ คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ตึกอำนวยการ ชั้น 3 โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ ถนนพระราม 4 ปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330 โทรศัพท์ 02-256-4493 ในเวลาราชการ

ขอขอบคุณในการร่วมมือของท่านมา ณ ที่นี้  
นางสาวขวัญข้าว พลเพชร (ผู้วิจัย)



INSTITUTIONAL REVIEW BOARD	
Faculty of Medicine, Chulalongkorn University	
IRB No.	222, 54
Date of Approval	6 ส.ค. 2558

 <b>คณะแพทยศาสตร์</b> <b>จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย</b>	<b>เอกสารแสดงความยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย</b> <b>(Consent Form)</b>
---	--

การวิจัยเรื่อง **ความภาคภูมิใจในตนเองและพฤติกรรมความคิดเฟื่องฟูของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขตกรุงเทพมหานคร**  
 Self-Esteem and Facebook Addicted of High School Students in Bangkok Metropolitan Area

วันที่ให้คำยินยอม วันที่.....เดือน.....พ.ศ. ....

ข้าพเจ้า เด็กชาย/เด็กหญิง/นาย/นางสาว.....

ที่อยู่.....

ได้อ่านรายละเอียดจากเอกสารข้อมูลสำหรับผู้เข้าร่วมโครงการวิจัยที่แนบมาฉบับวันที่..... และข้าพเจ้ายินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัยโดยสมัครใจ

ข้าพเจ้าได้รับสำเนาเอกสารแสดงความยินยอมเข้าร่วมในโครงการวิจัยที่ข้าพเจ้าได้ลงนาม และวันที่ พร้อมด้วยเอกสารข้อมูลสำหรับผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย ทั้งนี้ก่อนที่จะลงนามในใบยินยอมให้ทำการวิจัยนี้ ข้าพเจ้าได้รับการอธิบายจากผู้วิจัยถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ระยะเวลาของการทำวิจัย วิธีวิจัย รวมทั้งประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นจากการทำวิจัย ข้าพเจ้ามีเวลาและโอกาสเพียงพอในการซักถามข้อสงสัยจนมีความเข้าใจอย่างดีแล้ว โดยผู้วิจัยได้ตอบคำถามต่างๆ ด้วยความเต็มใจ ไม่ปิดบังซ่อนเร้นจนข้าพเจ้าพอใจ

ข้าพเจ้ามีสิทธิที่จะบอกเลิกเข้าร่วมในโครงการวิจัยเมื่อใดก็ได้ โดยไม่จำเป็นต้องแจ้งเหตุผล และการบอกเลิกนี้ จะไม่มีผลต่อสิทธิอื่นๆ ที่ข้าพเจ้าพึงได้รับต่อไป

ผู้วิจัยรับรองว่าจะเก็บข้อมูลส่วนตัวของข้าพเจ้าเป็นความลับ และจะเปิดเผยได้เฉพาะเมื่อได้รับการยินยอมจากข้าพเจ้าเท่านั้น บุคคลอื่นในนามของคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน อาจได้รับอนุญาตให้เข้ามาตรวจสอบและประมวลผลข้อมูลของ ข้าพเจ้า ทั้งนี้จะต้อง กระทำไปเพื่อวัตถุประสงค์ในการตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูลเท่านั้น

ผู้วิจัยรับรองว่าจะไม่มีการเก็บข้อมูลใดๆ เพิ่มเติม หลังจากที่ข้าพเจ้าขอยกเลิกเข้าร่วมโครงการวิจัย และต้องการให้ทำลายเอกสารและ/หรือ ตัวอย่างที่ใช้ตรวจสอบทั้งหมดที่สามารถสืบค้นถึงข้าพเจ้าได้

ข้าพเจ้าเข้าใจว่า ข้าพเจ้ามีสิทธิที่จะตรวจสอบหรือแก้ไขข้อมูลส่วนตัวของข้าพเจ้า และสามารถยกเลิกการให้สิทธิในการใช้ข้อมูลส่วนตัวของข้าพเจ้าได้ โดยต้องแจ้งให้ผู้วิจัยทราบ

ข้าพเจ้าได้ตระหนักว่าข้อมูลในการวิจัยของ ข้าพเจ้าที่ไม่มีการเปิดเผยชื่อ จะผ่านกระบวนการต่างๆ เช่น การเก็บข้อมูล การบันทึกข้อมูลในแบบบันทึกและในคอมพิวเตอร์ การตรวจสอบ การวิเคราะห์ และการรายงานข้อมูลเพื่อ วัตถุประสงค์ทางวิชาการ รวมทั้งการใช้ข้อมูลในอนาคตเท่านั้น

ข้าพเจ้าได้อ่านข้อความข้างต้นและมีความเข้าใจดีทุกประการแล้ว ยินดีเข้าร่วมในการวิจัยด้วยความเต็มใจ จึงได้ลงนามในเอกสารแสดงความยินยอมนี้

..... ลงนามผู้ให้ความยินยอม  
 (.....) ชื่อผู้ยินยอม ตัวบรรจง  
 วันที่.....เดือน.....พ.ศ. ....


หน้า 1/2



<b>INSTITUTIONAL REVIEW BOARD</b> <b>Faculty of Medicine, Chulalongkorn University</b> IRB No. <u>222</u> / <u>54</u> Date of Approval <u>6 ส.ค. 2558</u>
--

Version 1.0 Date 28/04/2015



 <b>คณะแพทยศาสตร์</b> <b>จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย</b>	<b>เอกสารแสดงความยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย</b> <b>(Consent Form)</b>
---	--


ข้าพเจ้าได้อธิบายถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย วิธีวิจัย ความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นจากการวิจัย รวมทั้งประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นจากการวิจัยอย่างละเอียด ข้าพเจ้าได้ทราบและมีความเข้าใจดีแล้ว พร้อมลงนามในเอกสารแสดงความยินยอมด้วยความเต็มใจ

..... ลงนามผู้ทำวิจัย  
 (นางสาวขวัญข้าว พลเพชร) ชื่อผู้ทำวิจัย ตัวบรรจง  
 วันที่..... เดือน..... พ.ศ. ....

..... ลงนามพยาน  
 (.....) ชื่อพยาน ตัวบรรจง  
 วันที่..... เดือน..... พ.ศ. ....



<b>INSTITUTIONAL REVIEW BOARD</b> <b>Faculty of Medicine, Chulalongkorn University</b> IRB No. <u>02 89</u> Date of Approval <u>6 มี.ค. 2558</u>
---

 คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย	เอกสารแสดงความยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย สำหรับผู้แทนโดยชอบธรรม/ผู้ปกครอง (Informed Consent Form)
---	---

การวิจัยเรื่อง                      ความภาคภูมิใจในตนเองและพฤติกรรมคิดเฟซบุ๊กของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย  
 ในเขตกรุงเทพมหานคร  
 Self-Esteem and Facebook Addicted of High School Students in Bangkok  
 Metropolitan Area

วันที่ให้คำยินยอม                      วันที่.....เดือน.....พ.ศ. ....

ข้าพเจ้า นาย / นาง / นางสาว ..... (ชื่อ - นามสกุล ผู้แทนโดยชอบธรรม / ผู้ปกครอง)

ที่อยู่.....

ซึ่งมีความสัมพันธ์เป็น..... ของ ด.ช./ด.ญ./นาย/นาง/นางสาว .....

(ชื่อ - นามสกุล ผู้เข้าร่วมวิจัย) ได้อ่านรายละเอียดจากเอกสารข้อมูลคำอธิบายสำหรับผู้เข้าร่วมการวิจัยที่แนบมาฉบับ

วันที่.....แล้ว ข้าพเจ้ายินยอมให้ ด.ช./ด.ญ./นาย/นาง/นางสาว .....

(ชื่อ - นามสกุล ของผู้เข้าร่วมวิจัย) เข้าร่วมโครงการวิจัยโดยสมัครใจ

ข้าพเจ้าได้รับสำเนาเอกสารแสดงความยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัยที่ข้าพเจ้าได้ลงนาม และวันที่ พร้อมด้วย  
 เอกสารข้อมูลคำอธิบายสำหรับผู้เข้าร่วมในโครงการวิจัย ทั้งนี้ก่อนที่จะลงนามในใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัยนี้ ข้าพเจ้าและ  
 ผู้เข้าร่วมการวิจัยได้รับการอธิบายจากผู้วิจัยถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ระยะเวลาของการวิจัย วิธีการวิจัย อันตรายที่อาจ  
 เกิดขึ้นจากการวิจัย รวมทั้งประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นจากการวิจัยอย่างละเอียด ข้าพเจ้าและผู้เข้าร่วมการวิจัยมีเวลา และโอกาส  
 เพียงพอในการซักถามข้อสงสัยทั้งหมดจนมีความเข้าใจอย่างดีแล้ว โดยผู้วิจัยได้ตอบคำถามต่างๆ ที่ข้าพเจ้าและผู้เข้าร่วมวิจัย  
 สงสัยด้วยความเต็มใจไม่ปิดบังซ่อนเร้นจนข้าพเจ้าและผู้เข้าร่วมการวิจัยพอใจ

ข้าพเจ้าเข้าใจถึงสิทธิที่จะบอกเลิกการเข้าร่วมวิจัยเมื่อใดก็ได้โดยไม่ต้องแจ้งเหตุผล และการบอกเลิกการเข้าร่วม  
 การวิจัยนี้ จะไม่มีผลต่อการเรียนการสอนหรือสิทธิอื่นๆ ที่ผู้เข้าร่วมการวิจัยจะพึงได้รับต่อไป

ผู้วิจัยรับรองว่าจะเก็บข้อมูลของผู้เข้าร่วมวิจัยเป็นความลับ และจะเปิดเผยได้เฉพาะเมื่อได้รับการยินยอมจาก  
 ข้าพเจ้าเท่านั้น บุคคลอื่น ในนามของคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน อาจจะได้รับอนุญาตให้เข้ามาตรวจและ  
 ประมวลข้อมูลส่วนตัวของผู้เข้าร่วมวิจัย ทั้งนี้จะต้องกระทำไปเพื่อวัตถุประสงค์เพื่อตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูล เท่านั้น  
 โดยการตกลงที่จะเข้าร่วมการศึกษานี้ข้าพเจ้าได้ให้ความยินยอมที่จะให้มีการตรวจสอบข้อมูลของผู้เข้าร่วมวิจัยได้

ผู้วิจัยรับรองว่าจะไม่มีการเก็บข้อมูลเพิ่มเติม หลังจากที่ข้าพเจ้าขอยกเลิกการเข้าร่วมโครงการวิจัยแล้ว


ข้าพเจ้าเข้าใจว่า ข้าพเจ้าและผู้เข้าร่วมวิจัยมีสิทธิที่จะตรวจสอบหรือแก้ไขข้อมูลส่วนตัวของผู้เข้าร่วมการวิจัย และ  
 สามารถยกเลิกการใช้สิทธิในการใช้ข้อมูลส่วนตัวของผู้เข้าร่วมวิจัยได้ โดยต้องแจ้งให้ผู้วิจัยทราบ

หน้า 1/2



INSTITUTIONAL REVIEW BOARD Faculty of Medicine, Chulalongkorn University IRB No. <u>222 / 54</u> Date of Approval <u>6 ส.ค. 2558</u>
---

Version 1.0 Date 28/04/2015

 <p>คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย</p>	<p>เอกสารแสดงความยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย สำหรับผู้แทนโดยชอบธรรม/ผู้ปกครอง (Informed Consent Form)</p>
--	--

ข้าพเจ้าได้ตระหนักว่าข้อมูลในการวิจัยที่ไม่มีการเปิดเผยชื่อของผู้เข้าร่วมการวิจัย จะผ่านกระบวนการต่างๆ เช่น การเก็บข้อมูล การบันทึกข้อมูลในแบบบันทึกและคอมพิวเตอร์ การตรวจสอบ การวิเคราะห์และการรายงานข้อมูลเพื่อวัตถุประสงค์ทางวิชาการในอนาคตเท่านั้น

ข้าพเจ้าได้อ่านข้อความข้างต้น และมีความเข้าใจดีทุกประการแล้ว ยินดีให้ ด.ช./ด.ญ./นาย/นาง/นางสาว ..... (ชื่อ - นามสกุล ของผู้เข้าร่วมวิจัย) เข้าร่วมโครงการวิจัยด้วยความเต็มใจ จึงได้ลงนามในเอกสารใบยินยอมนี้

..... ลงนามโดยผู้ปกครอง /ผู้แทนโดยชอบธรรม  
(.....) ชื่อผู้ปกครอง/ผู้แทนโดยชอบธรรม (ตัวบรรจง)  
..... ความสัมพันธ์ของผู้แทนโดยชอบธรรม / ผู้ปกครองกับผู้เข้าร่วมการวิจัย  
วันที่..... เดือน..... พ.ศ. ....

ข้าพเจ้าได้อธิบายถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย วิธีวิจัย อันตราย อาการไม่พึงประสงค์ หรือความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นจากการวิจัย หรือจากยาที่ใช้รวมทั้งประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นจากการวิจัยอย่างละเอียด ให้ผู้แทนโดยชอบธรรม /ผู้ปกครองของผู้เข้าร่วมการวิจัยในนามข้างต้นได้ทราบและมีความเข้าใจดีแล้ว พร้อมลงนามลงในเอกสาร แสดงความยินยอมด้วยความเต็มใจ

..... ลงนามผู้ทำวิจัย  
(นางสาวขวัญข้าว พลเพชร) ชื่อผู้ทำวิจัย ตัวบรรจง  
วันที่..... เดือน..... พ.ศ. ....

..... ลงนามพยาน  
(.....) ชื่อพยาน ตัวบรรจง  
วันที่..... เดือน..... พ.ศ. ....



<p>INSTITUTIONAL REVIEW BOARD</p> <p>Faculty of Medicine, Chulalongkornrajavidyalaya University</p> <p>IRB No. <u>222 / 54</u></p> <p>Date of Approval <u>6 มี.ค. 2558</u></p>
--

ID □ □ □

## คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม

1. แบบสอบถามสำหรับผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย เป็นชุดแบบสอบถาม มี 4 ส่วน ประกอบด้วย
  - ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล จำนวน 13 ข้อ
  - ส่วนที่ 2 แบบสอบถามข้อมูลการใช้เฟซบุ๊ก จำนวน 10 ข้อ
  - ส่วนที่ 3 แบบสอบถามการคิดเฟซบุ๊ก จำนวน 6 ข้อ
  - ส่วนที่ 4 แบบวัดความภาคภูมิใจในตนเอง จำนวน 10 ข้อ
2. ให้ผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยอ่านคำชี้แจงของแบบสอบถามแต่ละส่วนอย่างละเอียดจนเข้าใจก่อนลงมือทำ และตอบแบบสอบถามจนครบทุกข้อตามความเป็นจริงมากที่สุด โดยไม่เขียนชื่อ/นามสกุลในแบบสอบถามชุดนี้
3. ข้อมูลที่ได้จากการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยขอรับรองว่าจะเก็บรักษาไว้เป็นความลับ และนำเสนอผลการวิจัยในภาพรวม ไม่มีกรนำเสนอรายบุคคลแต่อย่างใด
4. แบบสอบถามทั้งหมดนี้ใช้เวลาในการตอบประมาณ 15 – 30 นาที

ขอขอบคุณทุกท่านที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามครั้งนี้ค่ะ

นางสาวขวัญข้าว พลเพชร

นิสิตปริญญาโท หลักสูตรสุขภาพจิต ภาคจิตเวชศาสตร์

คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



INSTITUTIONAL REVIEW BOARD	
Faculty of Medicine, Chulalongkorn University	
IRB No.	222 56
Date of Approval	6 ส.ค. 2559

รหัส .....

## ส่วนที่ 1

## แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล

คำชี้แจง กรุณาตอบแบบสอบถามโดยทำเครื่องหมาย  ลงใน  หรือเติมค่าในช่องว่างที่ตรงกับความเป็นจริงของท่าน

1. ปัจจุบันท่านอายุ (โปรดระบุ) .....ปี
2. เพศ
 

ชาย	<input type="checkbox"/>	<sup>1</sup>
หญิง	<input type="checkbox"/>	<sup>2</sup>
3. ท่านกำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้น
 

มัธยมศึกษาปีที่ 4	<input type="checkbox"/>	<sup>1</sup>
มัธยมศึกษาปีที่ 5	<input type="checkbox"/>	<sup>2</sup>
มัธยมศึกษาปีที่ 6	<input type="checkbox"/>	<sup>3</sup>
4. แผนการเรียน
 

แผนวิทย์-คณิต	<input type="checkbox"/>	<sup>1</sup>
แผนศิลป์-คำนวณ	<input type="checkbox"/>	<sup>2</sup>
แผนศิลป์-ภาษา	<input type="checkbox"/>	<sup>3</sup>
อื่นๆ (โปรดระบุ).....	<input type="checkbox"/>	<sup>4</sup>
5. ผลการเรียนในปีการศึกษาที่ผ่านมา (เกรดเฉลี่ย)
 

ต่ำกว่า 2.00	<input type="checkbox"/>	<sup>1</sup>	2.00 - 2.49	<input type="checkbox"/>	<sup>2</sup>
2.50 - 2.99	<input type="checkbox"/>	<sup>3</sup>	3.00 - 3.49	<input type="checkbox"/>	<sup>4</sup>
3.00 ขึ้นไป	<input type="checkbox"/>	<sup>5</sup>			
6. ปัจจุบันท่านอาศัยอยู่กับใครบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
 

อยู่คนเดียว	<input type="checkbox"/>	<sup>1</sup>	พ่อแม่	<input type="checkbox"/>	<sup>2</sup>
พี่น้อง	<input type="checkbox"/>	<sup>3</sup>	ญาติ (โปรดระบุ).....	<input type="checkbox"/>	<sup>4</sup>
เพื่อน	<input type="checkbox"/>	<sup>5</sup>	อื่นๆ (โปรดระบุ).....	<input type="checkbox"/>	<sup>6</sup>
7. ท่านมีพี่น้องหรือไม่
 

ไม่มี	<input type="checkbox"/>	<sup>0</sup>
มี (โปรดระบุจำนวนด้านล่าง)	<input type="checkbox"/>	<sup>1</sup>

โดยท่านเป็นบุตรคนที่.....ในจำนวนพี่น้อง.....คน



รหัส .....

8. สถานภาพสมรสของบิดามารดา
- |                     |                          |              |                       |                          |              |
|---------------------|--------------------------|--------------|-----------------------|--------------------------|--------------|
| อยู่ด้วยกัน         | <input type="checkbox"/> | <sup>1</sup> | หย่าร้าง              | <input type="checkbox"/> | <sup>2</sup> |
| บิดาถึงแก่กรรม      | <input type="checkbox"/> | <sup>3</sup> | มารดาถึงแก่กรรม       | <input type="checkbox"/> | <sup>4</sup> |
| บิดามารดาถึงแก่กรรม | <input type="checkbox"/> | <sup>5</sup> | อื่นๆ (โปรดระบุ)..... | <input type="checkbox"/> | <sup>6</sup> |
9. ความสัมพันธ์ระหว่างมารดากับตัวท่าน
- |                          |                          |              |                      |                          |              |
|--------------------------|--------------------------|--------------|----------------------|--------------------------|--------------|
| อยู่ด้วยกันอย่างราบรื่น  | <input type="checkbox"/> | <sup>1</sup> | ขัดแย้งกันบางครั้ง   | <input type="checkbox"/> | <sup>2</sup> |
| ทะเลาะกันรุนแรงบ่อยครั้ง | <input type="checkbox"/> | <sup>3</sup> | เฉยชา/ห่างเหินต่อกัน | <input type="checkbox"/> | <sup>4</sup> |
| อื่นๆ (โปรดระบุ).....    | <input type="checkbox"/> | <sup>5</sup> |                      |                          |              |
10. ความสัมพันธ์ระหว่างบิดากับตัวท่าน
- |                          |                          |              |                      |                          |              |
|--------------------------|--------------------------|--------------|----------------------|--------------------------|--------------|
| อยู่ด้วยกันอย่างราบรื่น  | <input type="checkbox"/> | <sup>1</sup> | ขัดแย้งกันบางครั้ง   | <input type="checkbox"/> | <sup>2</sup> |
| ทะเลาะกันรุนแรงบ่อยครั้ง | <input type="checkbox"/> | <sup>3</sup> | เฉยชา/ห่างเหินต่อกัน | <input type="checkbox"/> | <sup>4</sup> |
| อื่นๆ (โปรดระบุ).....    | <input type="checkbox"/> | <sup>5</sup> |                      |                          |              |
11. รายได้เฉลี่ยรวมทั้งหมดของครอบครัว (ต่อเดือน)
- |                           |                          |              |                          |                          |              |
|---------------------------|--------------------------|--------------|--------------------------|--------------------------|--------------|
| น้อยกว่า 5,000 บาท/เดือน  | <input type="checkbox"/> | <sup>1</sup> | 5,000 -10,000 บาท/เดือน  | <input type="checkbox"/> | <sup>2</sup> |
| 10,000 – 50,000 บาท/เดือน | <input type="checkbox"/> | <sup>3</sup> | 50,000– 100,000บาท/เดือน | <input type="checkbox"/> | <sup>4</sup> |
| มากกว่า 100,000 บาท/เดือน | <input type="checkbox"/> | <sup>5</sup> |                          |                          |              |
12. ความสัมพันธ์โดยรวมของท่านกับเพื่อนๆ
- |                                 |                          |              |  |  |  |
|---------------------------------|--------------------------|--------------|--|--|--|
| ไม่ค่อยมีเพื่อน                 | <input type="checkbox"/> | <sup>1</sup> |  |  |  |
| มีเพื่อนสนิทที่ปรึกษาปัญหาได้   | <input type="checkbox"/> | <sup>2</sup> |  |  |  |
| มีเพื่อนที่คุยได้ในเรื่องทั่วไป | <input type="checkbox"/> | <sup>3</sup> |  |  |  |
| ขัดแย้งกับเพื่อนบ่อยครั้ง       | <input type="checkbox"/> | <sup>4</sup> |  |  |  |
13. ท่านคิดว่าบุคลิกของท่าน ตรงกับข้อความใดมากที่สุด (กรุณาเลือกตอบเพียง 1 ข้อ)
- |   |                          |              |
|---|--------------------------|--------------|
| ฉันเป็นคนค่อนข้างเปิดเผย และชอบรู้จักเพื่อนใหม่ๆ    | <input type="checkbox"/> | <sup>1</sup> |
| ฉันเป็นคนค่อนข้างเก็บตัว และชอบใช้เวลาอยู่กับตัวเอง | <input type="checkbox"/> | <sup>2</sup> |



INSTITUTIONAL REVIEW BOARD
Faculty of Medicine, Chulalongkorn University
IRB No. 292 / 54
Date of Approval 6 ส.ค. 2558

รหัส .....

## ส่วนที่ 2

## แบบสอบถามข้อมูลการใช้เฟซบุ๊ก

คำชี้แจง กรุณาตอบแบบสอบถามโดยทำเครื่องหมาย  ลงใน  หรือเติมคำในช่องว่างที่ตรงกับความเป็นจริงของท่าน

## 1. ท่านมีคอมพิวเตอร์ส่วนตัวหรือไม่

มี <sup>1</sup>ไม่มี <sup>2</sup>

## 2. ท่านมีอุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์อื่นๆ ที่สามารถเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ตได้อีกหรือไม่

ไม่มี <sup>0</sup>มี <sup>1</sup>

(โปรดระบุประเภทอุปกรณ์)

โทรศัพท์มือถือ

<sup>1</sup>

Tablet (เช่น Ipad, Samsung Galaxy Tab)

<sup>2</sup>

อื่นๆ (โปรดระบุ).....

<sup>3</sup>

## 3. ท่านสมัครเข้าใช้งานเฟซบุ๊กมานานเท่าใด

น้อยกว่า 1 ปี <sup>1</sup>

1 - 2 ปี

<sup>2</sup>2 - 3 ปี <sup>3</sup>

4 - 5 ปี

<sup>4</sup>5 ปีขึ้นไป <sup>5</sup>

## 4. เวลาที่ใช้ใช้งานต่อวันโดยประมาณ

น้อยกว่า 2 ชั่วโมง <sup>1</sup>2 - 3 ชั่วโมง <sup>2</sup>มากกว่า 3 ชั่วโมง <sup>3</sup>

## 5. ความถี่ในการใช้งาน

เล่นตลอดเวลา/ทุกครั้งที่มีโอกาส ทั้งในเวลาและนอกเวลาเรียน <sup>1</sup>เล่นเป็นบางเวลา ช่วงนอกเวลาเรียน <sup>2</sup>ไม่แน่นอน <sup>3</sup>

## 6. จำนวนเพื่อนในเฟซบุ๊ก

น้อยกว่า 400 คน <sup>1</sup>401 - 800 คน <sup>2</sup>801 - 1,000 คน <sup>3</sup>1,000 คนขึ้นไป <sup>4</sup>

รหัส .....

## 7. ท่านเพิ่มบุคคล (Add friends) ใดต่อไปนี้ ในเฟซบุ๊กของท่าน (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- พ่อแม่/ผู้ปกครอง <sup>1</sup> พี่/น้อง <sup>2</sup>  
 ญาติ <sup>3</sup> คนรัก <sup>4</sup>  
 เพื่อนที่รู้จักในชีวิตจริง <sup>5</sup> เพื่อนของเพื่อนที่รู้จักในชีวิตจริง <sup>6</sup>  
 คนไม่รู้จัก <sup>7</sup> คนดั่งบนสังคมออนไลน์ (Net Idol) <sup>8</sup>  
 อื่นๆ (โปรดระบุ)..... <sup>9</sup>

## 8. ท่านโพสต์รูปตัวเองลงเฟซบุ๊กโดยเฉลี่ยบ่อยแค่ไหน

- โพสต์มากกว่า 30 รูป ใน 1 เดือน <sup>1</sup> โพสต์ 20 - 30 รูป ใน 1 เดือน <sup>2</sup>  
 โพสต์ 10 - 20 รูป ใน 1 เดือน <sup>3</sup> โพสต์น้อยกว่า 10 รูป ใน 1 เดือน <sup>4</sup>  
 ไม่เคยโพสต์เลย <sup>5</sup>

## 9. ท่านต้องการใช้เฟซบุ๊กเพราะเหตุผลใดมากที่สุด (กรุณาเลือกตอบเพียง 1 ข้อ)

- เพราะต้องการนำเสนอภาพหรือเรื่องราวเกี่ยวกับตัวเอง <sup>1</sup>  
 เพราะไม่สามารถยับยั้งตัวเองให้หยุดใช้งานได้ <sup>2</sup>  
 เพราะต้องการเป็นส่วนหนึ่งของสังคม (เช่น ติดตามข่าว หรือความเคลื่อนไหวของเพื่อน) <sup>3</sup>

## 10. ท่านใช้บริการหรือแสดงพฤติกรรมเหล่านี้บนเฟซบุ๊กบ่อยเพียงใด

ข้อ	พฤติกรรมบนเฟซบุ๊ก	บ่อยครั้ง (3)	ค่อนข้างบ่อย (2)	บางครั้ง (1)	ไม่เคย (0)
1	อัปเดตสถานะ (Status)				
2	กดถูกใจ (Like)				
3	แสดงความคิดเห็น (Comment)				
4	เช็คอินสถานที่ที่ตัวเองอยู่ (Check in)				
5	สนทนาหรือส่งข้อความ (Chat/Messenger)				
6	ตั้งกลุ่ม หรือสนทนาในกลุ่ม (Group)				
7	เพิ่มเพื่อนที่รู้จัก (Add Friends)				





ท่านใช้บริการหรือแสดงพฤติกรรมเหล่านี้บนเฟซบุ๊กบ่อยเพียงใด (คือ)

ข้อ	พฤติกรรมบนเฟซบุ๊ก	บ่อยครั้ง (3)	ค่อนข้างบ่อย (2)	บางครั้ง (1)	ไม่เคย (0)
8	เพิ่มเพื่อนที่ไม่รู้จัก (Add Friends)				
9	ติดตามความเคลื่อนไหวของเพื่อน				
10	ติดตามความเคลื่อนไหวของบุคคลที่สนใจ หรือคนมีชื่อเสียง (Follow)				
11	ติดตามข่าวสารหรือข้อมูล จากเพจต่างๆ				
12	ถูกใจเพจที่สนใจ (Like pages)				
13	สร้างเพจหรือคอยดูแลเพจ (Admin)				
14	แชร์ลิงค์ข่าวสาร/ข้อมูล/เพลง ฯลฯ (Share)				
15	ถ่ายรูปตัวเองหรือเซลฟี่ (Selfie) แล้วโพสต์				
16	โพสต์รูป/แท็กรูปภาพ (Post/Tag Photo)				
17	โพสต์วิดีโอ/แท็กวิดีโอ (Post/Tag Video)				
18	เล่นเกมส์ (Game on Facebook)				
19	ใช้แอปพลิเคชันบันเทิง เช่น ทำนายนิสัย (Application)				
20	อื่นๆ (โปรดระบุ).....				



INSTITUTIONAL REVIEW BOARD  
 Faculty of Medicine, Chulalongkorn University  
 IRB No. 292 / 54  
 Date of Approval 6 ส.ค. 2558

รหัส .....

## ส่วนที่ 3

## แบบสอบถามการติเฟซบุ๊ก

คำชี้แจง : ตอบคำถามด้านล่างโดยใช้ความรู้สึกของตนเองเกี่ยวกับการใช้เฟซบุ๊ก โดยคนส่วนใหญ่ใช้เวลาทำแบบสอบถามประมาณ 1 นาที การตอบสอบถามนี้ไม่จำกัดเวลา กรุณาตอบตามความรู้สึกที่แท้จริงเพื่อให้ได้ผลที่ถูกต้อง

คำถาม : ในช่วง 1 ปีที่ผ่านมา คุณมีพฤติกรรมแบบนี้บ่อยแค่ไหน

ข้อ	คำถาม	ความถี่				
		น้อยมาก 0	น้อย 1	บางครั้ง 2	ค่อนข้างบ่อย 3	บ่อยมาก 4
1	ฉันใช้เวลาในการคิดถึงเฟซบุ๊ก หรือวางแผนการใช้เฟซบุ๊ก					
2	ฉันรู้สึกว่ามีแรงกระตุ้นให้ใช้เฟซบุ๊กมากขึ้นเรื่อยๆ					
3	ฉันใช้เฟซบุ๊กเพื่อให้ลืมปัญหาส่วนตัว					
4	ฉันพยายามลดการใช้เฟซบุ๊กแล้วแต่ทำไม่สำเร็จ					
5	ฉันเริ่มกระสับกระส่ายหรือไม่สบายใจ เมื่อถูกห้ามไม่ให้ใช้เฟซบุ๊ก					
6	ฉันใช้เฟซบุ๊กอย่างมากจนก่อให้เกิดผลเสียต่อการทำงานหรือการเรียน					

หน้า 7/8



INSTITUTIONAL REVIEW BOARD  
Faculty of Medicine, Chulalongkorn University  
IRB No. 222-94  
Date of Approval 6 ส.ค. 2558

Version 1.0 Date 28/04/2015

รหัส .....

## ส่วนที่ 4

## แบบสอบถามวัดความภาคภูมิใจในตัวเอง

คำชี้แจง : ข้อความด้านล่างเกี่ยวข้องกับความรู้สึกทั่วไปของตัวท่าน โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่ตรงกับ  
ความรู้สึกของท่านมากที่สุด

ข้อ	ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
1.	โดยทั่วไปฉันรู้สึกพอใจตนเอง				
2.	บ่อยครั้งที่ฉันคิดว่าตัวเองไม่มีอะไรดีเลย				
3.	ฉันรู้สึกว่าตัวฉันเองก็มีอะไรดีๆ เหมือนกัน				
4.	ฉันสามารถทำอะไรได้ดีเหมือนกับคนอื่น				
5.	ฉันรู้สึกว่าตนเองไม่มีอะไรน่าภาคภูมิใจนัก				
6.	ฉันรู้สึกบอຍว่าตนเองไร้ค่า				
7.	ฉันรู้สึกว่าตนเองก็มีคุณค่าอย่างน้อยที่สุดก็เท่ากับคนอื่น				
8.	ฉันเชื่อว่าฉันสามารถให้ความนับถือตนเองได้มากกว่านี้				
9.	โดยรวมแล้วฉันมีแนวโน้มจะรู้สึกว่าคุณค่าตนเองล้มเหลว				
10.	ฉันมีความรู้สึกที่ดีกับตนเอง				



## ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นางสาวขวัญข้าว พลเพชร

เกิดวันที่ 18 สิงหาคม พ.ศ.2531 ที่โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ กรุงเทพมหานคร

ปี พ.ศ. 2553 จบปริญญาตรีทางสังคมศาสตร์ จากมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ วิชาเอก รัฐศาสตร์ สาขาการเมืองการปกครอง

ปี พ.ศ. 2557 ศึกษาต่อระดับปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาสุขภาพจิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

