

คณะจิตวิทยา

ความสัมพันธ์ของการประเมินความปกติ  
การเห็นคุณค่าในตนและสุขภาวะทางจิต

นายศาสตรา ชูวัฒนานุรักษ์  
เลขประจำตัว 483 74589 38

โครงการทางจิตวิทยานี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต  
สาขาวิชาจิตวิทยา  
คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ปีการศึกษา 2551

RELATIONSHIPS OF NORMALITY EVALUATIONS,  
SELF-ESTEEM, AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING

Mr. Sartra Choowatthanurak

ID 483 74589 38

A Senior Project Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements

For the Degree of Bachelor of Science in Psychology

Faculty of Psychology

Chulalongkorn University

Academic Year 2008

ศาสตรา ชูวัฒน์นารักษ์: ความสัมพันธ์ของการประเมินความปกติ การเห็นคุณค่า  
 ในตนและสุขภาวะ (RELATIONSHIPS OF NORMALITY EVALUATIONS,  
 SELF-ESTEEM, AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING) อ.ที่ปรึกษา:  
 ผศ. ดร. ศักคนางค์ มณีศรี, 55 หน้า

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการประเมินความปกติ และความสัมพันธ์  
 ระหว่างการประเมินความปกติกับการเห็นคุณค่าในตนและสุขภาวะทางจิต กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิต  
 ปริญญาตรีจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 200 คน ตอบแบบประเมินความปกติ มาตรฐานการ  
 เห็นคุณค่าในตน และแบบประเมินสุขภาวะทางจิต ผลการวิจัยพบว่า

1. การประเมินความปกติมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับการเห็นคุณค่าในตน
2. การประเมินความปกติมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับอารมณ์ทางบวก
3. การประเมินความปกติมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับอารมณ์ทางลบ
4. การประเมินความปกติมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิต

หลักสูตร.....จิตวิทยา.....ลายมือชื่อนิสิต.....*ดาวดรา ชูวัฒน์นารักษ์*  
 สาขาวิชา.....จิตวิทยา.....ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา.....*ผศ.ดร. มณีศรี*

SARTTRA CHOOWATTHANANURAK: RELATIONSHIPS OF NORMALITY  
EVALUATIONS, SELF-ESTEEM, AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING.

THESIS ADVISOR: ASST. PROF. KAKANANG MANEESRI, PH. D., 55 pp.

The purpose of this study was to assess the normality evaluations and examined relationships of normality evaluations, self-esteem, and psychological well-being.

Two hundred undergraduate student at Chulalongkorn University completed measures of normality evaluations, self-esteem, and psychological well-being. Results show that

1. Normality Evaluations positively correlate with self-esteem ( $p < .01$ ).
2. Normality Evaluations positively correlate with positive affect ( $p < .01$ ).
3. Normality Evaluations negatively correlate with negative affect ( $p < .01$ ).
4. Normality Evaluations positively correlate with life satisfaction ( $p < .01$ ).

Program .....Bachelor of Sciences.....

Student's signature .....

*Sarttra Choowatthananurak*

Field of Study .....Psychology.....

Advisor's signature .....

*Kakanang Maneesri*

## กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ศักดิ์นางค์ มณีศรี อาจารย์ที่ปรึกษาโครงการ ที่กรุณาให้คำแนะนำ สละเวลาให้คำปรึกษา และตรวจสอบแก้ไขข้อบกพร่องด้วยความเมตตา มาโดยตลอด รวมทั้งยังได้ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ทางวิชาการและชี้แนะแนวทางที่เป็น ประโยชน์แก่ผู้วิจัยตลอดระยะเวลาในการจัดทำโครงการ ผู้วิจัยตระหนักในความเมตตาและ ความกรุณาของอาจารย์เสมอมา ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอขอบพระคุณรองศาสตราจารย์ ดร. สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. กรรณิการ์ นลราชสุวัจน์, และอาจารย์ชวัลณัฐ เหล่าพูนพัฒน์ ที่ให้ความช่วยเหลือ และ สละเวลาให้ความร่วมมือในการเก็บข้อมูลครั้งนี้

ขอขอบคุณคุณหยกฟ้า อิศรานนท์ รุ่นพี่นิสิตปริญญาโทสาขาวิชาจิตวิทยาสังคม ที่ได้ สละเวลาให้คำแนะนำ ช่วยเหลือ สอนวิธีการต่างๆในการใช้โปรแกรมทางสถิติให้ และให้ ความช่วยเหลือในเรื่องมาตรวัดกับผู้วิจัยเป็นอย่างดีมาโดยตลอด

ขอขอบคุณคุณธันยธร อนันต์วิโรจน์ คุณณภาพิพย์ ชันติพงศ์ คุณวันวิสาข์ เอกกรณ์พงศ์ และคุณหยกฟ้า อิศรานนท์ รุ่นพี่นิสิตปริญญาโทสาขาวิชาจิตวิทยาสังคม ที่ให้ความอนุเคราะห์ แบบประเมินสุขภาพแก่ผู้วิจัย

ขอขอบคุณนิสิตจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย รุ่นที่ 5 ที่ให้ความช่วยเหลือ และ สละเวลาให้ความร่วมมือในการเก็บข้อมูลครั้งนี้

สุดท้ายนี้ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อ คุณแม่ที่ให้การสนับสนุน ส่งเสริม ดูแลเอาใจใส่ผู้วิจัยในการทำงานวิจัยครั้งนี้เป็นอย่างดีเสมอมา

# สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย .....	ค
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ .....	ง
กิตติกรรมประกาศ .....	จ
สารบัญ .....	ฉ
สารบัญตาราง .....	ช
บทที่ 1 บทนำ .....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา .....	1
แนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง .....	2
การประเมินความปกติ .....	2
การเห็นคุณค่าในตน .....	5
สุขภาวะทางจิต .....	6
วัตถุประสงค์ของการวิจัย .....	12
สมมติฐานการวิจัย .....	13
ขอบเขตการวิจัย .....	13
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย .....	14
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ .....	14
บทที่ 2 วิธีดำเนินการวิจัย .....	15
การออกแบบการวิจัย .....	15
กลุ่มตัวอย่าง .....	15
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย .....	15
วิธีดำเนินการวิจัย .....	33
การวิเคราะห์ข้อมูล .....	33
บทที่ 3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล .....	34
บทที่ 4 อภิปรายผลการวิจัย .....	41
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ .....	46

## สารบัญ (ต่อ)

รายการอ้างอิง .....	50
ภาคผนวก .....	52
ภาคผนวก ก .....	53

## สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	จำนวนคำคุณศัพท์ แยกตามประเภทของคำ .....	17
2	จำนวนคำคุณศัพท์ แยกตามประเภทของคำและหมวดของคำ .....	18
3	จำนวนคำคุณศัพท์ แยกตามหมวดของคำ .....	19
4	จำนวนคำคุณศัพท์ แยกตามประเภทของคำ .....	20
5	จำนวนคำคุณศัพท์ แยกตามหมวดของคำ .....	21
6	จำนวนคำคุณศัพท์ แยกตามหมวดของคำ .....	22
7	จำนวนคำคุณศัพท์ แยกตามประเภทของคำ .....	22
8	จำนวนและร้อยละของตัวอย่างในการสร้างมาตรฐานบุคลิกภาพ จำแนกตามข้อมูลทั่วไปต่างๆ (N = 300) .....	23
9	จำนวนข้อกระทงและน้ำหนักบรรจุของข้อกระทงด้านความสามารถที่ผ่านการคัดเลือก .....	26
10	จำนวนข้อกระทงและน้ำหนักบรรจุของข้อกระทงด้านรูปลักษณ์ภายนอกที่ผ่านการคัดเลือก .....	27
11	จำนวนข้อกระทงและน้ำหนักบรรจุของข้อกระทงด้านลักษณะนิสัยที่ผ่านการคัดเลือก .....	28
12	จำนวนข้อกระทงและน้ำหนักบรรจุของข้อกระทงด้านอารมณ์ที่ผ่านการคัดเลือก .....	29
13	จำนวนข้อกระทงและน้ำหนักบรรจุของข้อกระทงด้านคุณธรรม/จริยธรรมที่ผ่านการคัดเลือก .....	29
14	จำนวนคำคุณศัพท์ แยกตามหมวดของคำ .....	30
15	จำนวนคำคุณศัพท์ แยกตามประเภทของคำ .....	30
16	ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง (N = 200) .....	34

## สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่	หน้า
17	คะแนนต่ำสุดและสูงสุด ค่ามัชฌิมเลขคณิต ( $M$ ) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ( $SD$ ) ของตัวแปรที่ศึกษา.....36
18	ค่าความเที่ยงและค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ( $r$ ) ระหว่างตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย ( $N = 200$ ).....38

## บทที่ 1

### บทนำ

#### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

เมื่อมนุษย์อยู่ในสังคมย่อมมีกฎเกณฑ์ ระเบียบ ข้อบังคับ บรรทัดฐาน จารีตประเพณี และวัฒนธรรมของสังคม ที่กำหนดพฤติกรรมและแนวทางในการดำรงชีวิตทั้งที่เป็นลายลักษณ์อักษรหรือไม่เป็นลายลักษณ์อักษร บุคคลที่ยินยอมทำตามกฎเกณฑ์ข้อบังคับที่สังคมกำหนดจะได้รับ การยอมรับจากมนุษย์ในสังคมนั้นๆว่าเป็นคนปกติหรือคนดี แต่ถ้าบุคคลใดไม่ยินยอมที่จะทำตามกฎเกณฑ์จะถูกมองว่าเป็นคนแปลก คนไม่ดี คนเลวหรือคนบ้า ตามรูปแบบพฤติกรรมที่ผิดปกติของบุคคลที่แสดงออกมาว่าแตกต่างไปจากบรรทัดฐานหรือความปกติที่สังคมนั้นๆไว้เพียงใด

ในทางจิตวิทยาสังคม มีนักจิตวิทยาจำนวนมากที่ศึกษาเกี่ยวกับบุคลิกภาพของมนุษย์ เพื่อจำแนกและแยกแยะความแตกต่างของมนุษย์แต่ละคน แต่ไม่ได้ตีตราลงไปว่าบุคลิกภาพแบบใดปกติหรือไม่ปกติ และทางจิตวิทยาคลินิก การศึกษาถึงความผิดปกติของมนุษย์ไม่ว่าจะมีสาเหตุมาจากร่างกายหรือจิตใจ เพื่อแยกแยะผู้ที่มีอาการป่วยทางจิตออกจากคนปกติในสังคม และพบว่ามีการนิยามความหมายของความผิดปกติไว้ว่า เป็นสิ่งที่น่ารังเกียจไม่ว่าจะเป็นด้านความคิดหรือการกระทำก็ตาม แต่ไม่พบว่ามีการนิยามความหมายของความปกติไว้ ความหมายของความปกติจึงยังเป็นสิ่งที่ไม่ชัดเจน สับสนอยู่มากกว่ามีลักษณะเช่นไร และจะใช้สิ่งใดเป็นเกณฑ์ในการบ่งบอกถึงความปกติ

Wood, Gosling, และ Potter (2007) กล่าวว่า “ความปกติคือสุขภาพจิต (Normality as mental health) ความปกติคือพฤติกรรมของคนโดยเฉลี่ย (Normality as average) และ ความปกติคือการทำตามบรรทัดฐานของสังคม (Normality as ideal social function)” รวมทั้งสิ้น 3 มุมมอง แต่ก็ไม่สามารถระบุคำจำกัดความของความปกติที่ถูกต้อง ชัดเจน และเป็นที่ยอมรับกันทั่วไปได้

ด้วยเหตุนี้จึงเกิดคำถามขึ้นมากมายว่าความปกติคืออะไร คนเราหรือสังคมตัดสินความปกติจากอะไร ใช้มุมมองแบบใดในการมองความปกติ และบุคลิกภาพแบบใดที่สังคมคิดว่าเป็นความปกติ ซึ่งสิ่งเหล่านี้เคยมีผู้ศึกษามามากแล้วในต่างประเทศ แต่ก็ยังเป็นเพียงส่วนน้อยเท่านั้น สำหรับประเทศไทยยังไม่พบว่ามีการศึกษาสิ่งเหล่านี้ ผู้วิจัยจึงต้องการที่จะศึกษาปัจจัยที่บ่งบอกความปกติของคนในสังคม ซึ่งผู้วิจัยคาดหวังว่าจะค้นพบปัจจัยบางอย่างที่บ่งบอกความปกติได้

## แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องแบ่งออกเป็น 3 หัวข้อใหญ่ๆ ได้แก่

1. การประเมินความปกติ
2. การเห็นคุณค่าในตน
3. สุขภาวะ

### การประเมินความปกติ (Normal Evaluations)

#### ความหมายของความปกติ

จากงานวิจัยของ Wood, Gosling, และ Potter (2007) ได้ให้ความหมายของความปกติ โดยแบ่งเป็น 3 มุมมอง ดังนี้

1. ความปกติคือ สุขภาพจิต (Normality as mental health) หมายถึง บุคคลที่ได้รับการประเมินว่าไม่มีอาการป่วยทางจิต ซึ่งเป็นมุมมองที่ใช้ในทางการแพทย์
2. ความปกติคือ พฤติกรรมของคนโดยเฉลี่ย (Normality as average) หมายถึง บุคคลที่มีลักษณะตรงกับประชากรส่วนใหญ่ในสังคมที่บุคคลนั้นดำรงชีวิตอยู่
3. ความปกติคือ การปฏิบัติตามบรรทัดฐานของสังคม (Normality as ideal social function) หมายถึง บุคคลที่มีลักษณะหรือบุคลิกภาพตรงตามความคาดหวังของสังคม

เมื่อ Wood และคณะ (2007) ทำการศึกษาการประเมินความปกติกับตัวแปรต่างๆ เพื่อค้นหาปัจจัยที่มีความเกี่ยวข้องกับการประเมินความปกติก็พบว่า การประเมินความปกติมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับสุขภาวะ

Bridges (1951) กล่าวว่า ความปกติแบ่งได้เป็น 2 มุมมอง ดังนี้

1. มุมมองที่เป็นมาตรฐาน (normative conceptions) มองว่าความปกติเป็นการทำงานที่สมบูรณ์แบบหรือความสามารถในการปรับตัวที่ดี ซึ่งเป็นมุมมองที่มักใช้ในวงการแพทย์ แต่ความเป็นมาตรฐานจะถูกอิทธิพลโดยความคิดเห็นส่วนตัวของผู้ประเมินซึ่งแตกต่างกันไปในแต่ละคน ดังนั้นจึงเป็นไปได้ยากที่จะให้คำจำกัดความของ คำว่า “การปรับตัวที่ดี” ให้ชัดเจนและเป็นที่ยอมรับโดยทั่วไป
2. มุมมองทางสถิติ (statistical conceptions) มองว่าความปกติเป็นค่ากลาง หรือเป็น “ค่าเฉลี่ย” ของกลุ่ม ซึ่งเป็นมุมมองเชิงปริมาณและปราศจากอคติจากผู้ประเมินแต่ละคน ในกรณีของลักษณะนิสัย (Traits) ที่วัดได้ จะสามารถระบุความปกติได้อย่างแน่นอน แต่ในกรณีของลักษณะนิสัย (Traits) ที่ไม่สามารถวัดได้ ความปกติจะถูกระบุด้วยหลักการการวัดลักษณะที่ไม่มี (if not in fact) ดังนั้น มุมมองทางสถิติจึงเป็นหนึ่งในวิธีการทางวิทยาศาสตร์ที่เป็นที่ยอมรับกันโดยทั่วไปมากที่สุด

Maslow (1970) ให้คำจำกัดความของความปกติไว้ 6 ประการ ดังนี้

1. ความปกติคือ พฤติกรรมของคนโดยเฉลี่ย (average) โดยทั่วไปนักวิทยาศาสตร์และคนส่วนใหญ่จะยอมรับลักษณะที่ธรรมดาที่สุดและพบเห็นได้มากที่สุด (ความถี่สูงสุด) เพราะสังคมให้ความหมายของความปกติว่า เป็นลักษณะที่เป็นแบบแผน ซึ่งคนส่วนใหญ่ในสังคมนั้นๆปฏิบัติโดยทั่วกัน แต่ในความหมายนี้มีข้อสังเกต คือ “ลักษณะที่เป็นค่าเฉลี่ยคือสิ่งที่น่าพึงปรารถนาหรือไม่?” เช่น งานสำรวจของ Kinsey เรื่องพฤติกรรมทางเพศที่ได้ข้อมูลดิบที่มีประโยชน์อย่างมาก แต่ไม่สามารถหาลักษณะ คำถามที่ว่า “ความปกติคืออะไร” ได้ (ในความหมายของความน่าพึงปรารถนา) เพราะความเจ็บป่วยและปัญหาสุขภาพทางเพศเป็นเรื่องปกติในสังคม (จากมุมมองเกี่ยวกับจิตเวชศาสตร์) ทั้ง ๆ ที่ไม่ใช่สิ่งที่น่าพึงปรารถนาหรือแสดงถึงสุขภาพที่ดี แต่เราต้องเรียนรู้ที่จะพูดว่าค่าเฉลี่ย เมื่อเราหมายถึงค่าเฉลี่ยจริงๆ
2. ความปกติคือ ประเพณีนิยม (tradition) คำว่า “ปกติ” มักถูกใช้ในความหมายเดียวกับประเพณีนิยมโดยไม่รู้ตัว ซึ่งประเพณีในที่นี้หมายถึง การกระทำที่ได้รับการยอมรับ เช่น ในยุคหนึ่งการที่ผู้หญิงใส่กางเกงไปมหาวิทยาลัย หรือจับมือกันในที่สาธารณะ เป็นเรื่องไม่ปกติ แต่เมื่อยุคสมัยเปลี่ยนไป การกระทำเดียวกันนี้ก็กลับเป็นที่ยอมรับได้

และไม่ถือว่าเป็นสิ่งผิดปกติแต่อย่างใด ดังนั้นจะกล่าวได้ว่าความปกติในความหมายของประเพณีนิยมอาจเปลี่ยนแปลงได้ตามกาลเวลาที่เปลี่ยนไป

3. ความปกติคือ จารีต (theological) หรือความปกติคือประเพณีนิยมทางศาสนา ซึ่งเป็นพฤติกรรม ประเพณีนิยมที่ศาสนายอมรับหรือระบุเป็นข้อควรปฏิบัติ ดังนั้นหนังสือธรรมะและคัมภีร์ทางศาสนา จึงกลายเป็นบรรทัดฐานสำหรับพฤติกรรม แต่นักวิทยาศาสตร์สนใจประเด็นนี้เพียงเล็กน้อยเท่านั้นเมื่อเทียบกับประเด็นอื่นๆ
4. ความปกติคือ ความน่าพึงปรารถนา (desirable) ในแต่ละวัฒนธรรมจะมีการให้คุณค่าการกระทำที่เรียกว่าปกติแตกต่างกันไป เช่น บางวัฒนธรรมการกินเนื้อวัวเป็นเรื่องปกติ และการกินเนื้อสุนัขถือเป็นเรื่องไม่ปกติ ขณะที่บางวัฒนธรรมการกินเนื้อสุนัขเป็นเรื่องที่ยอมรับได้และไม่ถือเป็นสิ่งผิดปกติ ซึ่ง Abraham H. Maslow (1970) ให้ความคิดเห็นเพิ่มเติมเกี่ยวกับประเด็นนี้ว่า ควรจัดความเชื่อที่ว่า วัฒนธรรมของตนเองดีที่สุด (ethnocentrism) ออกจากการให้คำจำกัดความของความปกติ เพราะจะเป็นอุปสรรคต่อการประเมินมนุษย์ในทุกวัฒนธรรม เนื่องจากแต่ละวัฒนธรรมจะมีบรรทัดฐานของพฤติกรรมที่ปกติไม่เหมือนกัน และมักมองว่าวัฒนธรรมอื่นนอกเหนือจากวัฒนธรรมของตนเป็นสิ่งที่ผิดปกติ
5. ความปกติคือ การปรับตัวที่ดี (well adjusted) ผู้ที่ปกติ คือ ผู้ที่สามารถปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมที่เขาอาศัยอยู่ได้เป็นอย่างดี เช่น เด็กที่สามารถปรับตัวให้เข้ากับกลุ่มเพื่อนได้ดี ก็จะเป็นที่ยอมรับ เป็นที่รัก และได้รับความชื่นชม ซึ่งนับเป็นเรื่องปกติที่เด็กทุกคนควรจะได้ แต่มีข้อน่าสังเกต คือ การตัดสินว่าคนๆหนึ่งเป็นผู้ที่มีการปรับตัวดีหรือไม่ ขึ้นอยู่กับสิ่งแวดล้อมหรือกลุ่มที่คนๆนั้นอยู่ ดังนั้นการจะบอกว่าคนหนึ่งคนปกติหรือไม่ จึงต้องดูว่าใช้กลุ่มใดเป็นเกณฑ์ เช่น กลุ่มอาชญากรอาจจะถือว่าผู้ที่ฆ่าคนเป็นการกระทำที่ปกติ แต่สำหรับประชาชนทั่วไป การกระทำแบบเดียวกันเป็นเรื่องไม่ปกติ
6. ความปกติคือ การไม่ปรากฏความผิดปกติของอวัยวะต่างๆ (absence of disease) เป็นคำจำกัดความที่ให้แก่คนไข้ในโรงพยาบาล ถ้าหากแพทย์ไม่สามารถหาความผิดปกติทางร่างกายของคนไข้ภายหลังการตรวจอย่างละเอียดได้ จะประเมินว่าคนไข้คนนั้นปกติ แม้ว่าคนไข้จะยังคงรู้สึกเจ็บปวดอยู่ก็ตาม เพราะความหมายของแพทย์ความปกติคือ ด้วยความรู้ทางการแพทย์ที่มีอยู่ไม่สามารถค้นพบว่าเกิดความผิดปกติอะไรขึ้นกับคนไข้ได้

จากมุมมองและคำจำกัดความเกี่ยวกับความปกติที่ได้ศึกษามา ผู้วิจัยจึงสรุปความหมายของความปกติไว้ 2 มิติด้วยกัน คือ

1. มิติปกติ มองความปกติว่า เป็นคุณลักษณะหรือพฤติกรรมที่คนในสังคมควรจะมีหรือปฏิบัติ ซึ่งจะเป็นไปตามบรรทัดฐานของสังคมที่บุคคลผู้นั้นอาศัยอยู่
2. มิติเฉลี่ย มองความปกติว่าเป็นคุณลักษณะหรือพฤติกรรมที่คนส่วนใหญ่ในสังคมมีหรือปฏิบัติ ซึ่งอาจจะเป็นไปตามบรรทัดฐานของสังคมหรือไม่ก็ได้

### การเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-Esteem)

มีผู้ให้นิยามของคำว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-esteem) ไว้ดังต่อไปนี้

James (1890 อ้างถึงใน Farnham, Greenwald, & Banaji, 1999) ให้นิยามการเห็นคุณค่าในตนเองว่าหมายถึง ความรู้สึกที่บุคคลมีต่อตนเอง ซึ่งเกิดจากการเปรียบเทียบระหว่างตัวตนที่แท้จริง และตัวตนในอุดมคติ

O'Connell (2001) ให้นิยามการเห็นคุณค่าในตนเองว่าหมายถึง ความรู้สึกที่เรามีต่อตนเอง โดยมีความหมายใกล้เคียงกับ Self-respect, self-confidence, self-worth และ self-regard

Baumeister (2005) ให้นิยามการเห็นคุณค่าในตนเองว่าเป็น การประเมินความเชื่อเกี่ยวกับคุณสมบัติของตน (Self-concept)

กล่าวโดยสรุปว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง การประเมินคุณค่าของตนเอง โดยเป็นการยอมรับตนเองในทางบวกหรือลบ ซึ่งแสดงขอบเขตของการให้คุณค่าที่บุคคลมีต่อความสามารถ ความสำคัญ ความมีคุณค่า และการประสบความสำเร็จ

บุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง จะมีความรู้สึกสำนึกตนสูง มีความสุข มักมองสถานการณ์ใหม่ๆ ในแง่บวก มีความคิดที่สร้างสรรค์ และมีความภาคภูมิใจในตนเองเมื่อประสบความสำเร็จในเป้าหมายที่ตั้งไว้ ยอมรับความรู้สึกทางลบโดยไม่รู้สึกอับอายหรือปฏิเสธเช่นเดียวกับ

ความรู้สึกทางบวก ชอบที่จะเรียนรู้ความรู้และทักษะใหม่ๆ อยู่เสมอ แสวงหาและยอมรับการให้คำแนะนำจากผู้อื่น เมื่ออยู่ในสถานการณ์ที่บีบคั้นจะไม่ล้มเลิกความตั้งใจง่ายๆ มีเจตคติว่าทุกปัญหามีทางแก้ มีความรับผิดชอบต่อชีวิตของตนและกล้าที่จะตัดสินใจ (O'Connell, 2001) มักจะรู้ชัดเจนว่าตนเองมีคุณสมบัติอะไรบ้าง คิดในแง่ดีกับตนเอง ตั้งเป้าหมายให้ตนเองในระดับที่เหมาะสมกับความสามารถของตน รู้จักที่จะให้กำลังใจตนเอง สามารถจัดการกับสถานการณ์ที่ยากลำบากและผ่านพ้นอุปสรรคต่างๆ ไปได้

ส่วนบุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองต่ำจะรู้สึกหดหู่ หดหวัง มีความรู้สึกด้อยกว่าผู้อื่นและไม่สามารถจัดการกับชีวิตส่วนตัว สังคม และการทำงานของตนได้ดี มักจะประเมินความสามารถของตนต่ำกว่าความเป็นจริง มีค่าน้อยกว่าคนอื่น เมื่อไม่สามารถที่จะจัดการกับสถานการณ์หนึ่งได้จะปฏิเสธความช่วยเหลือจากบุคคลอื่น เนื่องจากจะรู้สึกอับอายเมื่อผู้อื่นรู้ว่าตนทำไม่ได้ มักจะปกป้องตนเองด้วยอารมณ์เศร้า โกรธ หรือเจ็บปวดเมื่อมีบุคคลมาให้คำแนะนำหรือวิจารณ์ ผู้ที่มีการเห็นคุณค่าในตนต่ำมากมีแนวโน้มที่จะตำหนิผู้อื่นด้วยการบอกว่าจะมีสิ่งที่ไม่ดีพลาดเกิดขึ้นในชีวิตของบุคคลเหล่านั้น เพื่อปกปิดความรู้สึกด้อยและล้มเหลวในตนเอง (O'Connell, 2001) และมักจะมีกรอบความคิดเกี่ยวกับตนเองไม่ชัดเจน คิดไม่ดีเกี่ยวกับตนเอง มักตั้งเป้าหมายที่ไม่สมจริงหรือไม่ตั้งเป้าหมายใดๆ มีเจตคติในแง่ร้ายเกี่ยวกับอนาคต จดจำเรื่องราวทางลบในอดีต หมกมุ่นอยู่กับอารมณ์ที่ไม่ดีของตน มักมีอารมณ์และพฤติกรรมต่อต้านเมื่อถูกวิจารณ์ ไม่สามารถให้การสนับสนุนตนเองในทางบวกได้ มักกังวลในการเข้าสังคม ท้อแท้และคิดมากเมื่อต้องเผชิญหน้ากับความล้มเหลวหรือความเครียด

### สุขภาวะ (Well-being)

จากการวิจัยของ Wood และคณะ (2007) ที่มองความปกติเป็นสุขภาพจิต พบว่าการประเมินความปกติ มีค่าสหสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิต และมีค่าสหสัมพันธ์ทางลบกับความซึมเศร้า ซึ่งแสดงให้เห็นว่าความปกติในมุมมองของคนโดยทั่วไปนั้น คือ คนที่มีบุคลิกภาพแบบพึงพอใจในชีวิตหรือมีสุขภาวะในชีวิต

สุขภาวะทางจิต ประกอบด้วยองค์ประกอบ 3 ด้าน ได้แก่ ความรู้สึกทางบวก (positive affect) ความรู้สึกทางลบ (negative affect) และความพึงพอใจในชีวิต (life satisfaction)

โดย 2 องค์ประกอบแรกเป็นองค์ประกอบด้านความรู้สึก ส่วนองค์ประกอบที่ 3 เป็นองค์ประกอบด้านปัญญา (Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985)

Diener และ คณะ (1985) นิยามความพึงพอใจในชีวิตว่า “เป็นกระบวนการตัดสินใจทางปัญญา... ซึ่งขึ้นอยู่กับ การเปรียบเทียบสถานการณ์ที่บุคคลนั้นๆ ตั้งมาตรฐานไว้” นั้นหมายถึง ความพึงพอใจในชีวิตของบุคคล ขึ้นอยู่กับมาตรฐานที่บุคคลตั้งไว้ในใจว่าชีวิตของตนควรจะดำเนินไปในทิศทางใด และชีวิตจริงในปัจจุบันนั้น เป็นไปตามมาตรฐานที่ตั้งไว้ในใจมากน้อยเพียงใด

Watson, Clark, และ Tellegen (1988) ได้พัฒนามาตรวัดองค์ประกอบด้านความรู้สึก ได้แก่ ความรู้สึกทางบวก และความรู้สึกทางลบ โดยพัฒนาเป็นมาตรวัดความรู้สึกทางบวกและความรู้สึกทางลบ (Positive and Negative Scale) ซึ่งได้รับความนิยมมากที่สุดมาตราบหนึ่งในการวัดสภาวะทางจิต และแม้จะมีคำวิพากษ์วิจารณ์ และข้อถกเถียงถึงความสัมพันธ์ หรือความเป็นอิสระจากกันของความรู้สึกทางบวกและความรู้สึกทางลบ แต่ Watson และคณะ (1988) ก็ระบุไว้ว่า ความรู้สึกทางบวกและความรู้สึกทางลบน่าจะเป็นมิติที่เป็นอิสระจากกัน พิจารณาจากค่าสหสัมพันธ์ที่พบว่าจะอยู่ในระดับค่อนข้างต่ำเพียง -.12 ถึง -.23 เท่านั้น

### สภาวะทางจิตตามแนวทาง 6 มิติ

Ryff (1989) วิพากษ์งานวิจัยที่ผ่านมาว่า มักมุ่งหมายเพื่อวิเคราะห์หาความเที่ยงและความตรงของเครื่องมือที่ใช้ในการวัด โดยเฉพาะความพยายามในการหาข้อสรุปถึงความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกทางบวกและความรู้สึกทางลบ จนละเลยเกณฑ์สำคัญของสภาวะทางจิต นำมาซึ่งความพยายามในการสร้างแนวทางการศึกษาสภาวะทางจิตรูปแบบใหม่ ที่เน้นหน้าที่ทางจิตใจด้านบวก (positive psychological functioning) เพื่อทดสอบว่าปัจจัยใดบ้างที่ส่งผลกระทบต่อสภาวะทางจิตของบุคคล และบุคคลประเภทใดที่จะมีสภาวะทางจิตที่ดี

Ryff (1989) อ้างถึงงานวิจัยด้านความต้องการพัฒนาสู่ขั้นสูงสุดของมนุษย์ (self-actualization) งานวิจัยด้านหน้าที่อันสมบูรณ์ (full functioning) งานวิจัยด้านความเป็นปัจเจกบุคคล (individuation) และแนวคิดด้านวุฒิภาวะ (maturity) แล้วจำแนกองค์ประกอบของสภาวะทางจิตว่า ประกอบด้วยมิติทั้งหมด 6 ด้าน ได้แก่

1. *การยอมรับตนเอง (self-acceptance)* โดยระบุว่า การยอมรับตนเองเป็นแก่นสำคัญของสภาวะทางจิต เช่นเดียวกับการพัฒนาตนเองสู่ศักยภาพสูงสุด (self-actualization) หรือการมีวุฒิภาวะ (maturity) ทั้งนี้ การมีเจตคติที่ดีต่อตนเอง ยังแสดงถึงหน้าที่ทางจิตใจด้านบวก
2. *การมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น (positive relations with others)* เนื่องด้วยความสามารถในการรักผู้อื่น ถือเป็นองค์ประกอบสำคัญของสภาวะทางจิต ผู้ที่สามารถพัฒนาตนเองจนถึงขีดสูงสุด มักเป็นผู้ที่เห็นอกเห็นใจผู้อื่น มองความรักอันยิ่งใหญ่ให้แก่มนุษยชาติ มีมิตรภาพที่ลึกซึ้ง อีกทั้งการมีความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดกับผู้อื่น ยังสะท้อนให้เห็นถึงความมีวุฒิภาวะของบุคคลนั้น
3. *ความเป็นตัวของตัวเอง (autonomy)* งานวิจัยจำนวนมาก เน้นย้ำถึงคุณภาพของชีวิตผ่านการกำหนดตนเอง (self-determination) ความเป็นอิสระ และความสามารถในการกำกับพฤติกรรมของตนเอง โดยผู้ที่พัฒนาตนเองถึงขั้นสูงสุด มักแสดงออกถึงความ เป็นอิสระ ความเป็นตัวของตัวเอง ผู้ที่มีหน้าที่สมบูรณ์ ก็มักประเมินตนเองจากมาตรฐานส่วนบุคคล ไม่ได้นำมาตราฐานของผู้อื่นมาตัดสินตนเอง ขณะเดียวกันปัจเจกบุคคลก็มักไม่ยึดติดอยู่กับความกลัว ความเชื่อ หรือกฎของคนหมู่มาก
4. *ความสามารถในการจัดการกับสถานการณ์ต่าง ๆ (environmental mastery)* กล่าวคือ ผู้ที่มีความสามารถในการเลือก สร้างสรรค์ และจัดการกับสถานการณ์หรือสภาพแวดล้อมให้เอื้อต่อเงื่อนไขทางจิตใจของตนเองได้ ถือเป็นผู้ที่มีสภาวะทางจิตที่ดี
5. *การมีจุดมุ่งหมายในชีวิต (purpose in life)* ด้านสภาวะทางจิตที่ดี หมายรวมถึงความเชื่อส่วนบุคคลเกี่ยวกับความหมายและจุดประสงค์ของการมีชีวิต ดังนั้น ผู้ที่มีสภาวะทางจิตที่ดี ต้องมีเป้าหมาย เจตนา และแนวทางอันก่อให้เกิดความรู้สึกถึงความหมายของชีวิต
6. *การมีความงอกงามในตน (personal growth)* หน้าที่ทางจิตใจ ไม่ได้หมายความว่าเพียงการพัฒนาตนเองจากจุดหนึ่งไปยังจุดหนึ่ง หากแต่ต้องสามารถพัฒนาศักยภาพของตนเองได้อย่างต่อเนื่อง

Ryff และ Keyes (1995) นำมิติทั้ง 6 ด้านของสุขภาวะทางจิตมาศึกษาเปรียบเทียบกับแนวทางด้านสุขภาวะทางจิตที่เน้นองค์ประกอบ 3 ประการ คือ ความรู้สึกทางบวก ความรู้สึกทางลบ และความพึงพอใจในชีวิต พบว่า มิติทั้ง 6 ด้าน แสดงให้เห็นถึงความแตกต่าง และความเปลี่ยนแปลงตามช่วงอายุขัยของบุคคล โดยบุคคลจะมีความมั่งคั่งในตน และมีจุดมุ่งหมายของชีวิต ลดลงเมื่ออายุเพิ่มขึ้น แต่จะมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น มีความสามารถในการจัดการกับสถานการณ์ และมีความเป็นตัวของตัวเองมากขึ้น เมื่ออายุเพิ่มมากขึ้น ทั้งนี้ ความเป็นตัวของตัวเองที่เพิ่มมากขึ้นตามอายุ จะพบมากในช่วงวัยรุ่นถึงวัยกลางคนเท่านั้น ส่วนการยอมรับตนเองไม่พบการเปลี่ยนแปลงตามช่วงอายุ

เมื่อนำมิติทั้ง 6 ด้านมาหาความสัมพันธ์กับองค์ประกอบ 3 ประการ พบว่า มิติ 2 ด้าน ได้แก่ การยอมรับตนเอง และความสามารถในการจัดการสถานการณ์ มีความสัมพันธ์กับความสุข ความพึงพอใจในชีวิต และอาการซึมเศร้า แต่ไม่พบความสัมพันธ์ในมิติอีก 4 ด้านที่เหลือ จึงแสดงให้เห็นว่า มิติ 6 ด้านของสุขภาวะทางจิต อธิบายแง่มุมของสุขภาวะทางจิตได้ครอบคลุมมากกว่า การพิจารณาถึงความพึงพอใจในชีวิต และความรู้สึกทางบวกและความรู้สึกทางลบเท่านั้น

สุขภาวะ หมายถึง “การดำรงชีพของบุคคลอย่างมีสุขทั้งกายและจิต อาจกล่าวได้ว่ามีใจเพียงไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ แต่รวมถึงการมีชีวิตที่มีร่างกายแข็งแรง จิตแข็งแรง มีความสุขอยู่ในสังคม” ซึ่งอาจกล่าวได้ว่า สุขภาวะ คือ การผสมผสานระหว่างสุขภาพทางกายและทางจิต ดังนั้น หากสุขภาพกายดี แต่สุขภาพจิตไม่แข็งแรง ก็ไม่อาจเรียกว่ามีสุขภาวะที่ดีได้

จากนิยามของการเห็นคุณค่าในตนเองและลักษณะของผู้ที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง หรือต่ำที่กล่าวมาแล้ว แสดงให้เห็นว่าระดับการเห็นคุณค่าในตนเองมีความสำคัญต่อบุคคล ในการดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมหลายด้าน และผู้ที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงมักจะมองชีวิตของตนในแง่ดีประสบความสำเร็จและมีความสุขในชีวิต ซึ่งมีความสอดคล้องกับมุมมองของความปกติคือสุขภาพจิตที่เกี่ยวข้องกับความสุขในการดำเนินชีวิตประจำวัน

## งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

Wood, Gosling, และ Potter (2007) ศึกษาความสัมพันธ์ของการประเมินความปกติกับบุคลิกภาพและสภาวะ วัตถุประสงค์ของงานวิจัยในครั้งนี้ คือ การตรวจสอบความสัมพันธ์ของการประเมินความปกติกับบุคลิกภาพ 5 องค์ประกอบ รวมทั้งสภาวะว่ามีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงในรูปแบบใด โดยแบ่งการศึกษาออกเป็น 5 การศึกษา แต่ในที่นี้จะยกตัวอย่างเพียงการศึกษาที่ตรงกับความสนใจของผู้วิจัย ได้แก่

### การศึกษาที่ 1

มีวิธีดำเนินการศึกษา ดังนี้

- นำคำคุณศัพท์ที่มักถูกใช้อธิบายคนในภาษาอังกฤษจาก Saucier's common trait adjective จำนวน 500 คำ ซึ่งได้จากการให้ผู้ร่วมการวิจัยประเมินตนเอง โดยแบ่งคะแนนเป็น 7 ระดับ ตั้งแต่ 1 คือ ไม่ตรงอย่างยิ่ง ไปจนถึง 7 คือ ตรงอย่างยิ่ง และมี 4 อยู่ตรงกลาง คือ ไม่น่าใจ มารวมกับคำศัพท์ที่เกี่ยวข้องกับการประเมินจากพจนานุกรมอีก 25 คำ รวมได้คำศัพท์ทั้งหมด 525 คำ
- ตรวจสอบคำคุณศัพท์ที่มีความหมายเหมือนและตรงข้ามกับคำว่า "normal" และ "average" จากเว็บไซต์ Merriam-Webster's Online Thesaurus ได้คำคุณศัพท์ทั้งหมด 12 คำ ได้แก่ average, normal, ordinary, abnormal, exceptional, extraordinary, original, remarkable, strange, unique, unusual และ weird
- นำคำคุณศัพท์ทั้ง 525 คำ ที่ได้จากการรวมคำในพจนานุกรมกับคำคุณศัพท์ของ Saucier ให้คน 15 คน ประเมินว่าเป็นคำศัพท์ที่ประเมินได้หรือไม่ และควรจัดอยู่ในหมวดใดใน 13 หมวด ตั้งแต่อารมณ์ ลักษณะนิสัยและความสามารถ ไปจนถึงรูปลักษณะภายนอก เหลือคำศัพท์ทั้งสิ้น 99 คำ
- นำคำศัพท์ 99 คำที่ได้ไปให้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 700 คนประเมินตนเอง ได้คำที่กลุ่มตัวอย่างใช้ในการประเมินตนเองทั้งสิ้น 91 คำ ซึ่งคำที่มีความหมายเหมือนและตรงกันข้ามกับ normal และ average รวมอยู่ใน 91 คำนี้ทั้งหมด ยกเว้น unique จึงได้ทำการเพิ่ม unique เข้าไปในชุดคำศัพท์ด้วย รวมได้คำศัพท์ทั้งสิ้น 92 คำ จากนั้นนำ 92 คำ ที่ได้ไปวิเคราะห์แยกองค์ประกอบต่อไป

ผลการวิจัยพบว่าในมิติของการประเมินได้คำศัพท์ออกมา 5 องค์ประกอบ โดยที่ 2 องค์ประกอบแรกจะเกี่ยวข้องกับความโดดเด่นหรือความไม่ปกติที่น่าพึงปรารถนา และ 3 องค์ประกอบต่อมาจะเกี่ยวข้องกับความแปลกหรือความไม่ปกติที่ไม่น่าพึงปรารถนา ในมิติของคำคุณศัพท์ที่ใช้ประเมินความปกติได้คำศัพท์ 4 คำ คือ unique (เอกลักษณ์) และ average (เฉลี่ย) ซึ่งอยู่ในองค์ประกอบของการรับรู้ความเป็นเอกลักษณ์ (perceived uniqueness) กับ normal (ปกติ) และ strange (แปลก) ซึ่งอยู่ในองค์ประกอบของการรับรู้ความปกติ (perceived normality)

### การศึกษาที่ 3

ให้กลุ่มตัวอย่างประเมินตนเองด้วยคำคุณศัพท์ในมิติการประเมินความปกติ 4 คำ ที่ได้จากการศึกษาที่ 1 โดยคะแนนแบ่งออกเป็น 5 ระดับ ตั้งแต่ 1 คือ ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ไปจนถึง 5 คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง จากนั้นให้กลุ่มตัวอย่างทำมาตรวัดความต้องการเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพ คะแนนแบ่งออกเป็น 5 ระดับเช่นเดียวกัน

ผลการวิจัยพบว่าการประเมินความปกติมีความสัมพันธ์ทางลบกับความต้องการเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพ ซึ่งกล่าวได้ว่าบุคคลที่รู้สึกว่ามันไม่ปกติหรือแปลก จะมีความต้องการที่จะพัฒนาบุคลิกภาพของพวกเขาสูงด้วยเช่นกัน

### การศึกษาที่ 4

ให้กลุ่มตัวอย่างประเมินตนเองด้วยมาตรวัดความพึงพอใจในชีวิต (The five-item Satisfaction With Life Scale) และมาตรวัดภาวะซึมเศร้า (A 20-item version of the Center of Epidemiological Studies Depression Scale) ซึ่งเป็นมาตรประเมินค่า 5 ระดับมีคะแนนตั้งแต่ 1 คือ ไม่เคยเลยในอาทิตย์ที่ผ่านมา จนถึง 5 คือ บ่อยครั้งหรือทุกครั้ง

ผลการวิจัยพบว่า

ในมุมมองที่ว่าความปกติคือสุขภาพจิต (Normality as mental health) การประเมินความปกติมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิต (life satisfaction) และสัมพันธ์ทางลบกับภาวะซึมเศร้า (depression) ซึ่งตรงกันกับการรับรู้เอกลักษณ์ที่สัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตและสัมพันธ์ทางลบกับภาวะซึมเศร้า

ในมุมมองที่ว่าความปกติคือพฤติกรรมของคนโดยเฉลี่ย (Normality as average) เมื่อทำการคำนวณค่ากลางของค่าคุณศัพท์แต่ละคำของ Saucier (2007) และค่าคุณศัพท์ที่เกี่ยวข้องกับการประเมินความปกติ พบความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกอย่างสูง ( $r = .84$ ) ระหว่างค่ากลางของค่าคุณศัพท์เหล่านั้นกับการประเมินความปกติ และพบความสัมพันธ์ที่ต่ำกว่ามาก ( $r = .39$ ) ในการประเมินความเป็นเอกลักษณ์ ซึ่งผลดังกล่าวชี้แนะว่าลักษณะนิสัยที่ได้รับการยอมรับหรือไม่ยอมรับมากที่สุด (เช่น รักชาติจจะ, รับผิดชอบ, ซื่อสัตย์, สะอาด และไม่โหดร้าย, ชอบความรุนแรง และโง่) มีแนวโน้มที่จะสัมพันธ์กับการประเมินความปกติมากที่สุด แต่ลักษณะนิสัยที่ได้รับการยอมรับนั้นบ่งบอกถึงระดับความสัมพันธ์กับการประเมินความเป็นเอกลักษณ์ได้น้อยกว่า

## การศึกษาที่ 5

ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการประเมินความปกติกับบุคลิกภาพ ในแต่ละเพศ ซึ่งมีช่วงอายุต่างกัน โดยเก็บข้อมูลจากบุคคลที่เข้าไปตอบแบบวัดในเว็บไซต์ [www.outofservice.com](http://www.outofservice.com)

ผลการวิจัยพบว่า บุคคลที่รับรู้ว่าเป็นคนปกติ (percieved normality) จะไม่รู้สึกรู้สึกน้อยกว่าตนมีภาวะซึมเศร้าและจะมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูง

สรุปได้ว่าการรับรู้ว่าเป็นคนปกติมีความสัมพันธ์สูงกับความพึงพอใจในชีวิต และการเห็นคุณค่าในตนเอง และมีความสัมพันธ์ต่ำกับภาวะซึมเศร้า (depression)

## วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษา ค้นคว้า และรวบรวมคำคุณศัพท์ในภาษาไทยที่ใช้ในการอธิบายบุคลิกภาพของบุคคล
2. เพื่อศึกษารูปแบบของการประเมินความปกติ
3. เพื่อศึกษามุมมองของการประเมินความปกติ ความผิดปกติ ลักษณะโดยเฉลี่ย และลักษณะเอกลักษณ์
4. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการประเมินความปกติกับระดับการเห็นคุณค่าในตนเองและสุขภาพ

## สมมติฐานที่ใช้ในการวิจัย

1. การประเมินความปกติมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเอง
2. การประเมินความปกติมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับอารมณ์ทางบวก
3. การประเมินความปกติมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับอารมณ์ทางลบ
4. การประเมินความปกติมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิต

## ขอบเขตการวิจัย

1. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเป็นนิสิต ระดับปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
2. ตัวแปรที่ต้องการศึกษา ได้แก่
  - 2.1 การประเมินความปกติในสังคม แบ่งเป็น 2 มิติ คือ
    - มิติที่ 1 การประเมินความปกติโดยภาพรวม
    - มิติที่ 2 การประเมินลักษณะที่บ่งบอกความปกติ ได้แก่
      - ด้านความสามารถ ด้านลักษณะนิสัย ด้านอารมณ์
      - ด้านคุณธรรม และด้านรูปลักษณ์ภายนอก
  - 2.2 ระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง
  - 2.3 สุขภาวะทางจิต แบ่งเป็น 2 มิติ คือ
    - มิติที่ 1 ความพึงพอใจในชีวิต
    - มิติที่ 2 ความรู้สึกทางบวกและทางลบ
3. ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยต้องการศึกษาการประเมินความปกติในสังคมของนิสิต ระดับปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

1. การประเมินความปกติ หมายถึง การประเมินคุณลักษณะหรือพฤติกรรมของบุคคล โดยเปรียบเทียบกับบรรทัดฐานของสังคมที่บุคคลนั้นอยู่อาศัย โดยประเมินจาก 2 ส่วน ดังนี้

1.1 การประเมินความปกติโดยรวม หมายถึง การประเมินภาพรวมของบุคคล โดยเปรียบเทียบกับบรรทัดฐานของสังคมที่บุคคลนั้นอยู่อาศัย

1.2 การประเมินคุณลักษณะที่บ่งบอกความปกติ หมายถึง การประเมินคุณลักษณะของบุคคล โดยเปรียบเทียบกับบรรทัดฐานของสังคมที่บุคคลนั้นอยู่อาศัย จากคุณลักษณะ 5 ด้าน คือ ความสามารถของบุคคล คุณธรรม/จริยธรรม รูปลักษณ์ ภายนอก ลักษณะนิสัย และอารมณ์

2. การเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง การประเมินคุณค่าของตนเอง โดยเป็นการยอมรับตนเองในทางบวกหรือลบ ซึ่งแสดงขอบเขตของการให้คุณค่าที่บุคคลมีต่อความสามารถ ความสำคัญ ความมีคุณค่า และการประสบความสำเร็จ

3. สุขภาวะทางจิต หมายถึง การประเมินความพึงพอใจในชีวิต อารมณ์ทางบวกและอารมณ์ทางลบของบุคคล

## ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เป็นแหล่งข้อมูลที่รวบรวมคำคุณศัพท์ภาษาไทยที่ใช้ในการอธิบายบุคลิกภาพ เพื่อใช้ประโยชน์ต่อไปในอนาคต
2. ทราบมุมมองในการประเมินความปกติของคนในสังคมไทย
3. ทราบความสัมพันธ์ระหว่างการประเมินความปกติกับระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง และสุขภาวะทางจิต

## บทที่ 2

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีจุดประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการประเมินความปกติกับระดับการเห็นคุณค่าในตนเองและสุขภาวะทางจิต

#### การออกแบบการวิจัย

รูปแบบของการวิจัยเป็นการศึกษาเชิงสหสัมพันธ์ (Correlation) ระหว่างตัวแปร 3 ตัวแปร คือ การประเมินความปกติ แบ่งเป็น 2 ด้านได้แก่ การประเมินความปกติโดยรวมและการประเมินลักษณะที่บ่งบอกความปกติ การเห็นคุณค่าในตนเองและสุขภาวะทางจิต โดยสุขภาวะทางจิต แบ่งเป็น 3 ส่วน ได้แก่ ความพึงพอใจในชีวิต อารมณ์ทางบวก และอารมณ์ทางลบ

#### กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนิสิตปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 200 คน เป็นชาย 50 คนและหญิง 150 คน

#### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย มาตรฐานประเมินความปกติ มาตรฐานวัดระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง และมาตรฐานวัดสุขภาวะทางจิต โดยมีรายละเอียดเกี่ยวกับมาตรและขั้นตอนการพัฒนามาตรดังต่อไปนี้

## 1. มาตรฐานประเมินความปกติ

เป็นมาตรฐานที่ใช้ประเมินความปกติ ที่ผู้วิจัยพัฒนาร่วมกับ นางสาวปัทมาชนิต นันตติกุล และนางสาวพิมพ์พลอย อึ้ง จำนวน 85 ข้อกระทง แบ่งเป็น 2 ส่วน คือ มาตรฐานประเมินความปกติ โดยรวม จำนวน 12 ข้อกระทง ประกอบด้วย 2 มิติ คือ มิติปกติและมิติเฉลี่ย และมาตรฐานประเมินคุณลักษณะที่บ่งบอกความปกติ จำนวน 73 ข้อกระทง ประกอบด้วย 5 ด้าน คือ ความสามารถของบุคคล คุณธรรม/จริยธรรม รูปลักษณ์ภายนอก ลักษณะนิสัย และอารมณ์ โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศัคนางค์ มณีศรี อาจารย์ที่ปรึกษาเป็นผู้ตรวจสอบและแก้ไขความถูกต้อง

### 1.1 ขั้นตอนการพัฒนามาตรประเมินคุณลักษณะที่บ่งบอกความปกติ

1. ให้นิสิตคณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยที่ลงทะเบียนเรียนวิชา 3800314 การทดสอบและการวัดทางจิตวิทยา ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2551 จำนวน 114 คน ค้นหาและคัดเลือกคำศัพท์ที่สามารถใช้อธิบายลักษณะของบุคคลได้ จากพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542 โดยคัดเลือกคำศัพท์ชนิดคำวิเศษณ์ และคำกริยาเป็นหลัก รวมทั้งคำศัพท์ประเภทอื่นๆที่สามารถอธิบายลักษณะของบุคคลได้ เช่น คำกริยา ภาษาปาก และคำนาม แต่จะละเว้นคำศัพท์ชนิด กากย กาลอน โคลง จันท์ แบบเรียน ภาษาถิ่น บาลี-สันสกฤต และภาษาต่างประเทศ เนื่องจากเป็นคำศัพท์ที่เข้าใจได้ยาก ไม่น่าเคย และไม่ค่อยใช้ในชีวิตประจำวัน และให้จัดประเภทของคำศัพท์ที่คัดเลือกออกเป็น 5 ประเภท คือ ความสามารถของบุคคล คุณธรรม/จริยธรรม รูปลักษณ์ภายนอก ลักษณะนิสัย และอารมณ์ ซึ่งคำศัพท์ 1 คำ สามารถระบุได้มากกว่า 1 ประเภทได้ เนื่องจากคำศัพท์ในภาษาไทย 1 คำ มีความหมายที่แตกต่างกันขึ้นอยู่กับสถานการณ์และบริบททางภาษาที่ใช้ เช่น คำว่า "ล่งเล" อาจจะเป็นได้ทั้งลักษณะนิสัยและอารมณ์ หรือคำว่า "ดู" อาจจะเป็นได้ทั้งลักษณะนิสัยและรูปลักษณ์ภายนอก จึงไม่สามารถที่จะบังคับให้คำศัพท์ 1 คำ อยู่ในกลุ่มคำเพียง 1 ประเภทได้

ลักษณะนิสัย	หมายถึง คำที่มีลักษณะค่อนข้างคงทนถาวร
คุณธรรม/จริยธรรม	หมายถึง คำที่แสดงคุณดีเลวเป็นลักษณะของมโนธรรม
รูปลักษณ์ภายนอก	หมายถึง คำที่แสดงถึงลักษณะภายนอกที่มองเห็นได้ทั้งหมด

ความสามารถของบุคคล	หมายถึง	ค่าที่แสดงถึงลักษณะที่ได้จากการเรียนรู้หรือพรสวรรค์
อารมณ์	หมายถึง	ค่าที่มีลักษณะเกิดขึ้นเป็นการชั่วคราวในสถานการณ์หนึ่งๆ

2. ตรวจสอบคำศัพท์ทั้งหมดที่ได้จากพจนานุกรม และทำการตรวจสอบความเหมาะสมของคำในแต่ละประเภท ในกรณีที่คำศัพท์ไม่สามารถอธิบายลักษณะของบุคคลได้ผู้วิจัยจะคัดคำศัพท์นั้นออก ในกรณีที่คำศัพท์ถูกจัดอยู่ผิดประเภทหรือไม่สอดคล้องกับคำศัพท์คำอื่นๆประเภทนั้นๆ ผู้วิจัยได้จัดคำศัพท์คำนั้นให้อยู่ในกลุ่มประเภทที่ถูกต้อง ได้คำศัพท์ จำนวน 2,588 คำ ดังแสดงไว้ในตารางที่ 1

ตารางที่ 1

จำนวนคำคุณศัพท์ แยกตามประเภทของคำ

ประเภทคำ	จำนวน (คำ)	ร้อยละ
ความสามารถของบุคคล	344	13.29
คุณธรรม/จริยธรรม	197	7.61
รูปลักษณ์ภายนอก	563	21.75
ลักษณะนิสัย	1,004	38.79
อารมณ์	480	18.55
รวม	2,588	100.00

3. ให้นิสิตในรายวิชาการทดสอบและการวัดทางจิตวิทยา จัดหมวดของคำศัพท์ทั้ง 2,588 คำเป็น 4 หมวด คือ คำที่แสดงถึงคุณลักษณะโดยปกติของคนในสังคม (Normal) คำที่แสดงถึงคุณลักษณะที่ไม่ปกติของคนในสังคม (Abnormal) คำที่แสดงถึงคุณลักษณะโดยเฉลี่ยของคนในสังคม (Average) และคำที่แสดงถึงคุณลักษณะที่เป็นเอกลักษณ์ในสังคม (Unique) ดังแสดงในตารางที่ 2

คุณลักษณะโดยปกติ	หมายถึง	ลักษณะที่คนในสังคมควรจะเป็น เช่น ดี หรือลักษณะที่คนโดยปกติมี เช่น ขวยเขิน
------------------	---------	---------------------------------------------------------------------------

คุณลักษณะที่ไม่ปกติ	หมายถึง	ลักษณะที่คนในสังคมไม่ควรจะมี หรือคนที่มีลักษณะเหล่านี้ไม่เป็นที่พึงปรารถนาในสังคม เช่น ใจทมิฬ
คุณลักษณะโดยเฉลี่ย	หมายถึง	ลักษณะที่คนส่วนใหญ่ในสังคมมี โดยไม่ต้องคำนึงว่าลักษณะนั้นๆจะดีหรือไม่ เช่น กังวล
คุณลักษณะที่เป็นเอกลักษณ์	หมายถึง	ลักษณะที่เด่นขึ้นมาจากคนทั่วไปในสังคม ซึ่งอาจจะดีหรือไม่ดีก็ได้ เช่น อัจฉริยะ ปากแบน

## ตารางที่ 2

### จำนวนคำคุณศัพท์ แยกตามประเภทของคำและหมวดของคำ

รายการ	จำนวน (คำ)	ร้อยละ
<b>1. ความสามารถ</b>		
ปกติ	90	26.16
ไม่ปกติ	57	16.57
เฉลี่ย	75	21.80
เอกลักษณ์	122	35.47
<b>รวม</b>	<b>344</b>	<b>100.00</b>
<b>2. คุณธรรม/จริยธรรม</b>		
ปกติ	40	20.30
ไม่ปกติ	44	22.34
เฉลี่ย	80	40.61
เอกลักษณ์	33	16.75
<b>รวม</b>	<b>197</b>	<b>100.00</b>
<b>3. รูปลักษณ์ภายนอก</b>		
ปกติ	91	16.16
ไม่ปกติ	100	17.76
เฉลี่ย	204	36.23
เอกลักษณ์	168	29.84
<b>รวม</b>	<b>563</b>	<b>100.00</b>

## ตารางที่ 2 (ต่อ)

รายการ	จำนวน (คำ)	ร้อยละ
<b>4. ลักษณะนิสัย</b>		
ปกติ	134	13.35
ไม่ปกติ	328	32.67
เฉลี่ย	360	35.86
เอกลักษณ์	182	18.13
<b>รวม</b>	<b>1,004</b>	<b>100.00</b>
<b>5. อารมณ์</b>		
ปกติ	56	11.67
ไม่ปกติ	153	31.88
เฉลี่ย	180	37.50
เอกลักษณ์	91	18.96
<b>รวม</b>	<b>480</b>	<b>100.00</b>

4. ตรวจสอบคำศัพท์ทั้งหมดที่นิสิตจัดหมวดมาอีกครั้ง โดยตรวจสอบความเข้ากันได้ของคำในแต่ละหมวด ในกรณีที่คำศัพท์ถูกจัดอยู่ผิดหมวดหรือไม่สอดคล้องกับคำศัพท์คำอื่นๆ ในหมวดนั้นๆ ผู้วิจัยย้ายคำศัพท์คำนั้นไปยังหมวดที่ถูกต้อง ซึ่งยังคงมีคำศัพท์ จำนวน 2,588 คำ ดังเดิม ดังแสดงในตารางที่ 3

## ตารางที่ 3

## จำนวนคำคุณศัพท์ แยกตามหมวดของคำ

ประเภทคำ	จำนวน (คำ)	ร้อยละ
ปกติ	411	15.88
ไม่ปกติ	899	34.74
เฉลี่ย	682	26.35
เอกลักษณ์	596	23.03
<b>รวม</b>	<b>2,588</b>	<b>100.00</b>

5. นำคำศัพท์ที่จัดหมวดเรียบร้อยแล้วให้นิสิตในรายวิชาการทดสอบและการวัดทางจิตวิทยา จัดกลุ่มคำที่มีความหมายใกล้เคียงหรือเหมือนกันไว้ด้วยกัน และให้นิสิตเลือกคำศัพท์หนึ่งคำที่เข้าใจได้ง่าย มีความหมายครอบคลุมคำอื่นๆในกลุ่ม และเป็นคำที่ใช้กันโดยทั่วไปในปัจจุบัน เป็นคำหลักของกลุ่มความหมายนั้น

6. ตรวจสอบความเข้ากันได้ของคำในแต่ละกลุ่มความหมาย ในกรณีที่คำศัพท์มีกลุ่มความหมายซ้ำกัน หรือไม่สอดคล้องกับคำศัพท์คำอื่นๆในกลุ่มความหมายนั้นๆ ผู้วิจัยย้ายคำศัพท์คำนั้นไปยังกลุ่มความหมายที่ถูกต้อง ซึ่งยังคงมีคำศัพท์ จำนวน 2,588 คำ ดังเดิม

7. นำคำศัพท์ที่จัดกลุ่มตามความหมายแล้ว จำนวน 2,588 คำ มาคัดกรองคำศัพท์ที่มีความหมายซ้ำซ้อนหรือใกล้เคียงออก ได้คำศัพท์ จำนวน 1,622 คำ เนื่องจากในคำศัพท์ทั้ง 1,622 คำที่เหลืออยู่ยังมีคำศัพท์ที่เข้าใจได้ยากและไม่คุ้นเคย เช่น คำว่า “กินน้ำตา” จึงคัดคำศัพท์เหล่านั้นออกและได้คำศัพท์ จำนวนทั้งสิ้น 987 คำ

8. ตัดคำศัพท์ที่ซ้ำกันระหว่างหมวดและประเภทออก เนื่องจากในการจัดกลุ่มตามประเภทและตามหมวดนั้น คำศัพท์ 1 คำ สามารถอยู่ได้มากกว่า 1 ประเภทหรือ 1 หมวด ทำให้มีคำศัพท์ซ้ำกัน จึงตัดให้คำศัพท์แต่ละคำอยู่ใน 1 ประเภท และ 1 หมวดเท่านั้น จึงเหลือคำศัพท์จำนวน 925 คำ ดังแสดงในตารางที่ 4 และ 5

ตารางที่ 4

จำนวนคำคุณศัพท์ แยกตามประเภทของคำ

ประเภทคำ	จำนวน (คำ)	ร้อยละ
ความสามารถของบุคคล	105	11.35
คุณธรรม/จริยธรรม	55	5.95
รูปลักษณะภายนอก	221	23.89
ลักษณะนิสัย	454	49.08
อารมณ์	90	9.73
รวม	925	100.00

## ตารางที่ 5

## จำนวนคำคุณศัพท์ แยกตามหมวดของคำ

ประเภทคำ	จำนวน (คำ)	ร้อยละ
ปกติ	133	14.38
ไม่ปกติ	301	32.54
เจตีย์	242	26.16
เอกลักษณ์	249	26.92
รวม	925	100.00

9. นำคำศัพท์ 925 คำที่ได้มาสร้างแบบวัดความคุ้นเคยในคำศัพท์ เพื่อค้นหาคำศัพท์ที่คนทั่วไปใช้ในการอธิบายคุณลักษณะของบุคคล และเป็นที่เข้าใจตรงกัน และนำไปใช้สร้างมาตรประเมินคุณลักษณะที่บ่งบอกถึงความปกติต่อไป โดยแบ่งคำศัพท์ 925 คำที่ได้ เป็น 5 ส่วนเท่าๆกันโดยสุ่ม แต่ละส่วนประกอบด้วยคำศัพท์ทั้ง 5 ประเภท คือ ความสามารถของบุคคล คุณธรรม/จริยธรรม รูปลักษณ์ภายนอก ลักษณะนิสัย และอารมณ์ และนำมาสร้างแบบวัดความคุ้นเคยในคำศัพท์ 5 ชุด ชุดละ 185 ข้อกระทงโดยให้ผู้ตอบตอบว่ามีความคุ้นเคยกับคำศัพท์นั้นมากน้อยเพียงใด และให้ระบุความคิดเห็นลงบนมาตรประมาณค่า 5 ช่วงคะแนน

- |   |         |                            |
|---|---------|----------------------------|
| 1 | หมายถึง | ไม่คุ้นเคย                 |
| 2 | หมายถึง | ค่อนข้างไม่คุ้นเคย         |
| 3 | หมายถึง | คุ้นเคยและไม่คุ้นเคยพอๆกัน |
| 4 | หมายถึง | ค่อนข้างคุ้นเคย            |
| 5 | หมายถึง | คุ้นเคย                    |

10. นำแบบวัดความคุ้นเคยทั้ง 5 ชุด ชุดละ 5 ฉบับ รวม 25 ฉบับ ไปให้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 25 คน ประเมิน โดยแต่ละชุดจะมีผู้ประเมิน ดังนี้

- 10.1 นิสิตระดับปริญญาตรี คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 1 คน
- 10.2 นิสิตระดับปริญญาโท คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 3 คน
- 10.3 นิสิตระดับปริญญาตรี คณะอักษรศาสตร์ เอกภาษาไทย  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 1 คน

11. นำข้อมูลดิบที่ได้มาประมวลผลโดยใช้โปรแกรม SPSS for Windows version 15.0 โดยนำข้อกระทงจากทั้ง 5 ชุด มารวมกันเป็น 925 ข้อดั้งเดิม แล้วมาทำการวิเคราะห์หาค่าความเที่ยงในเชิงความสอดคล้องระหว่างผู้ประเมินค่า (Inter-rater reliability) จากค่าเฉลี่ยของความคุ้นเคย

12. คัดเลือกเฉพาะข้อกระทงที่มีความสอดคล้องระหว่างผู้ประเมินมากกว่าหรือเท่ากับ 4.5 คะแนน ได้ข้อกระทงที่ผ่านการคัดเลือกทั้งหมด 416 คำ ดังแสดงในตารางที่ 10 และ 11

ตารางที่ 6

จำนวนคำคุณศัพท์ แยกตามหมวดของคำ

ประเภทคำ	จำนวน (คำ)	ร้อยละ
ปกติ	65	15.63
ไม่ปกติ	133	31.97
เจ๋ลี่ย	124	29.81
เอกลักษณะ	94	22.60
รวม	416	100.00

ตารางที่ 7

จำนวนคำคุณศัพท์ แยกตามประเภทของคำ

ประเภทคำ	จำนวน (คำ)	ร้อยละ
ความสามารถของบุคคล	49	11.78
คุณธรรม/จริยธรรม	24	5.77
รูปลักษณะภายนอก	92	22.12
ลักษณะนิสัย	211	50.72
อารมณ์	40	9.62
รวม	416	100.00

13. นำคำศัพท์ จำนวน 416 คำที่ได้จากการวัดความคุ้นเคย ไปสร้างแบบประเมิน บุคลิกภาพของตนเอง โดยให้ผู้ตอบประเมินว่าคำศัพท์นั้นตรงกับลักษณะของตนเองมากน้อย เพียงใด โดยระบุนิยามความคิดเห็นลงบนมาตราประมาณค่า 5 ช่วงคะแนน จาก 1 หมายถึง ไม่ตรง จนถึง 5 หมายถึง ตรง หากไม่สามารถประเมินตนเองตามคำศัพท์นั้นได้ให้ระบุลงในช่อง “ไม่สามารถประเมินได้” ในการวิเคราะห์มีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

1	หมายถึง	ไม่ตรง
2	หมายถึง	ค่อนข้างไม่ตรง
3	หมายถึง	ตรงและไม่ตรงพอๆกัน
4	หมายถึง	ค่อนข้างตรง
5	หมายถึง	ตรง
0	หมายถึง	ไม่สามารถประเมินได้

14. นำแบบประเมินบุคลิกภาพของตนเองที่สร้างจากคำคุณศัพท์ 416 คำ ไปเก็บข้อมูลกับ นิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยระดับปริญญาตรี จำนวน 300 คน ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง แสดงในตารางที่ 8

ตารางที่ 8

จำนวนและร้อยละของตัวอย่างในแบบประเมินบุคลิกภาพ จำแนกตามข้อมูลทั่วไป (N = 300)

รายการ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1. เพศ		
ชาย	88	29.33
หญิง	211	70.33
ไม่ระบุ	1	0.34
รวม	300	100.00

ตารางที่ 8 (ต่อ)

รายการ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
<b>2. อายุ (ปี)</b>		
16	3	1.00
17	1	0.33
18	23	7.67
19	90	30.00
20	87	29.00
21	64	21.33
22	26	8.67
23	5	1.67
26	1	0.33
<b>รวม</b>	<b>300</b>	<b>100.00</b>
<b>3. ระดับการศึกษา</b>		
ปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1	45	15.00
ปริญญาตรี ชั้นปีที่ 2	133	44.33
ปริญญาตรี ชั้นปีที่ 3	47	15.67
ปริญญาตรี ชั้นปีที่ 4	58	19.33
ปริญญาตรี ชั้นปีที่ 5	8	2.67
ไม่ระบุ	9	3.00
<b>รวม</b>	<b>300</b>	<b>100.00</b>
<b>4. คณะ</b>		
วิศวกรรมศาสตร์	34	11.33
อักษรศาสตร์	9	3.00
วิทยาศาสตร์	30	10.00
รัฐศาสตร์	7	2.33
สถาปัตยกรรมศาสตร์	5	1.67
พาณิชยศาสตร์และการบัญชี	50	16.67
ครุศาสตร์	14	4.67

ตารางที่ 8 (ต่อ)

รายการ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
4. คณะ (ต่อ)		
นิเทศศาสตร์	5	1.67
เศรษฐศาสตร์	2	0.67
ทันตแพทยศาสตร์	3	1.00
นิติศาสตร์	16	5.33
สหเวชศาสตร์	8	2.67
จิตวิทยา	104	34.67
สำนักวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา	3	1.00
ไม่ระบุ	19	3.33
รวม	300	100.00

15. นำข้อมูลดิบที่ได้มาวิเคราะห์แยกองค์ประกอบประมวลผลโดยใช้โปรแกรม SPSS for Windows version 15.0 เลือกกำหนดองค์ประกอบ 4 องค์ประกอบแทนการสกัดองค์ประกอบ และเลือกวิธีหมุนแกนด้วยวิธี Orthogonal แบบ Varimax ที่ละประเภท จนครบทั้ง 5 ประเภท ของคุณลักษณะ

16. คัดเลือกเฉพาะคำศัพท์ที่มีน้ำหนักบรรจุไม่ต่ำกว่า .3 ในแต่ละองค์ประกอบที่ตรงกับ มิติที่ถูกต้องของแต่ละประเภท ได้คำศัพท์ที่ผ่านการคัดเลือกทั้งหมด 73 คำ ประกอบด้วย มิติความสามารถ จำนวน 17 ข้อ มิติคุณธรรม/จริยธรรม จำนวน 7 ข้อ มิติรูปลักษณ์ภายนอก จำนวน 22 ข้อ มิติลักษณะนิสัย จำนวน 22 ข้อ และมิติอารมณ์ จำนวน 5 ข้อ ผลการวิเคราะห์ แสดงดังตารางที่ 9-13

## ตารางที่ 9

จำนวนข้อกระทงและน้ำหนักบรรจุของข้อกระทงด้านความสามารถที่ผ่านการคัดเลือก

ข้อ	คำศัพท์	น้ำหนักบรรจุ
13	ปราดเปรื่อง	.67
37	เก่ง	.66
46	หัวไว	.65
42	คล่องแคล่ว	.63
14	พรสวรรค์	.62
45	สามารถ	.59
39	เพียบพร้อม	.59
8	เฉียบแหลม	.58
41	แข็งแกร่ง	.53
18	ล้าลึก	.51
16	หัวหมอบ	.49
15	หัวเรียวหัวแรง	.48
38	เกียรติ	.45
44	ประณีต	.42
17	หูไวตาไว	.40
43	ที่รัก	.37
23	ความรู้ลึกซึ้ง	.32

## ตารางที่ 10

จำนวนข้อกระทงและน้ำหนักบรรจุของข้อกระทงด้านรูปลักษณะภายนอกที่ผ่านการคัดเลือก

ข้อ	คำศัพท์	น้ำหนักบรรจุ
24	งาม	.65
83	จิ้มลิ้ม	.61
80	ไพเราะ	.60
84	นุ่มนวล	.60
90	อ่อนแอ	.57
92	สดใส	.55
77	เสียงหวาน	.55
86	รำเริง	.54
85	บอบบาง	.52
37	หรุ, หรุหรา	.52
79	ได้สัดส่วน	.52
18	เฉียว	.52
29	คารา	.51
91	ทันสมัย	.48
23	กุลสตรี	.48
89	หน้าอ่อน	.46
51	คึกคัก	.40
78	แข็งแรง	.39
9	พอไปวัดไปวาได้	.36
10	พอมืออันจะกิน	.34
27	ช้อนรูป	.33
87	สุภาพชน	.31

ตารางที่ 11

จำนวนข้อกระทงและน้ำหนักบรรจุของข้อกระทงด้านลักษณะนิสัยที่ผ่านการคัดเลือก

ข้อ	คำศัพท์	น้ำหนักบรรจุ
204	รับผิดชอบ	.58
191	เป็นการเป็นงาน	.57
202	มุ่งมั่น	.57
203	ระเบียบ	.54
98	ใจถึง	.53
195	กระตือรือร้น	.51
207	สุภาพ	.50
211	สะอาด	.47
205	ละเอียด	.46
116	ละเอียดอ่อน	.46
193	เสมอต้นเสมอปลาย	.43
97	ใจแข็ง	.43
190	เข้าตามตรอกออกตามประตู	.43
208	อ่อนโยน	.42
189	เข้าเมืองตาหลิ่วต้องหลิ่วตาตาม	.42
210	ใจกว้าง	.40
206	สงสาร	.34
113	ปากร้ายใจดี	.33
201	ปิดทองหลังพระ	.33
200	ปรานี	.33
209	อิสระ	.32
197	ซึ้งซึ้ง	.32

## ตารางที่ 12

จำนวนข้อกระทงและน้ำหนักบรรจุของข้อกระทงด้านอารมณ์ที่ผ่านการคัดเลือก

ข้อ	คำศัพท์	น้ำหนักบรรจุ
38	รื่นเริง	.84
39	สนุกสนาน	.82
37	ภูมิใจ	.70
40	อบอุ่น	.65
36	แจ่มใส	.63

## ตารางที่ 13

จำนวนข้อกระทงและน้ำหนักบรรจุของข้อกระทงด้านคุณธรรม/จริยธรรมที่ผ่านการคัดเลือก

ข้อ	คำศัพท์	น้ำหนักบรรจุ
20	คนดี	.70
22	ซื่อสัตย์	.68
23	ยุติธรรม	.67
19	ใจบุญ	.67
21	จงรักภักดี	.65
18	ใจดี	.64
24	รักษาคำพูด	.57

เมื่อจำแนกคำศัพท์ตามหมวดของคำ 4 หมวด ปรากฏผลดังแสดงในตารางที่ 14 และ  
เมื่อจำแนกคำศัพท์ตามคุณลักษณะ 5 ด้าน ปรากฏผลดังแสดงในตารางที่ 15

## ตารางที่ 14

## จำนวนคำคุณศัพท์ แยกตามหมวดของคำ

ประเภทคำ	จำนวน (คำ)	ร้อยละ
ปกติ	52	71.23
ไม่ปกติ	2	2.74
เจตีย์	2	2.74
เอกลักษณะ	17	23.29
รวม	73	100.00

## ตารางที่ 15

## จำนวนคำคุณศัพท์ แยกตามประเภทของคุณลักษณะ

คุณลักษณะ	จำนวน (คำ)	ร้อยละ
ความสามารถของบุคคล	17	23.29
คุณธรรม/จริยธรรม	7	9.59
รูปลักษณะภายนอก	22	30.14
ลักษณะนิสัย	22	30.14
อารมณ์	5	6.85
รวม	73	100.00

17. นำคำศัพท์ 73 คำมาสร้างเป็นข้อกระทงของมาตรฐานประเมินคุณลักษณะที่บ่งบอก  
ความปกติ (ดูภาคผนวก ก) และหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของมาตรย่อยแต่ละด้าน  
ได้ผลการวิเคราะห์ดังนี้

ความสามารถ	ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .85
คุณธรรม/จริยธรรม	ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .78
รูปลักษณะภายนอก	ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .86
ลักษณะนิสัย	ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .84
อารมณ์	ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .80

## 1.2 ขั้นตอนการพัฒนามาตรประเมินความปกติโดยรวม

1. สร้างแบบระลีกคำคุณศัพท์ที่ใช้ประเมินความปกติและความไม่ปกติ ซึ่งประกอบด้วย 2 ส่วน คือ

1.1 นำคำคุณศัพท์ที่ได้จากการศึกษาการประเมินความปกติของ Wood, Gosling, และ Potter (2007) จำนวน 4 คำ คือ normal, abnormal, weird, และ strange มาแปลเป็นภาษาไทย ได้ว่า ปกติ ผิดปกติ พิลึก และแปลก ตามลำดับ รวมกับคำคุณศัพท์อีก 2 คำ คือ ธรรมดา และทั่วไป จากแนวคิดความปกติคือค่าเฉลี่ย ของ Wood, Gosling, และ Potter (2007) เอง รวมจำนวนทั้งสิ้น 6 คำ ไปให้ผู้ตอบประเมินว่าสามารถประเมินความปกติหรือไม่ปกติของบุคคลในสังคมได้หรือไม่ โดยระบุนึกความคิดเห็นเป็น 2 ช่วงคะแนน คือ ประเมินได้และประเมินไม่ได้

1.2 ให้ผู้ตอบระลีกคำศัพท์ที่บ่งบอกถึงการประเมินความปกติและไม่ปกติของบุคคลในสังคมนอกเหนือจากคำศัพท์ในข้อข้างต้นและระบุลงในช่องว่างเท่าที่จะระลีกได้

2. นำแบบระลีกคำคุณศัพท์ที่สร้างไปเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยจริง จำนวน 30 คน

3. นำข้อมูลดิบที่ได้มาหาความถี่ของคำศัพท์ที่ระลีกได้

4. ตรวจสอบความหมายของคำศัพท์ที่ระลีกได้กับพจนานุกรมว่ามีระบุอยู่ในพจนานุกรมหรือไม่ โดยคำศัพท์ที่ไม่มีความหมายตามพจนานุกรมจะถูกคัดออก และคำศัพท์ที่มีความหมายตามพจนานุกรมจะคัดเลือกเฉพาะคำที่มีความหมายในเชิงการประเมินความปกติหรือไม่ปกติของบุคคลเท่านั้น ซึ่งได้คำคุณศัพท์ จำนวน 6 คำ ได้แก่ พิกล ไม่ปกติ เฉลี่ย ประหลาด เพี้ยน วิปริต

5. นำคำคุณศัพท์ทั้ง 12 คำ ได้แก่ ปกติ ผิดปกติ พิลึก แปลก ธรรมดา ทั่วไป พิกล ไม่ปกติ เฉลี่ย ประหลาด เพี้ยน และวิปริต มาสร้างมาตรประเมินความปกติโดยรวม โดยให้ผู้ตอบตอบว่าคำศัพท์นั้นตรงกับลักษณะของผู้ตอบมากน้อยเพียงใด โดยระบุนึกความคิดเห็นลงบนมาตรประมาณค่า 5 ช่วงคะแนน มีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

1	หมายถึง	ไม่ตรง
2	หมายถึง	ค่อนข้างไม่ตรง
3	หมายถึง	ตรงและไม่ตรงพอๆกัน
4	หมายถึง	ค่อนข้างตรง
5	หมายถึง	ตรง

6. นำมาตรประเมินความปกติโดยรวมที่สร้างไปเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยจริง จำนวน 30 คน

7. นำข้อมูลดิบที่ได้มาประมวลผลโดยใช้โปรแกรม SPSS for Windows version 15.0 โดยนำข้อกระทงทั้ง 12 ข้อ มาทำการวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา ได้เท่ากับ .91

## 2. มาตรวัดระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง

เป็นมาตรวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง พัฒนาโดยนางสาวสิรินรัตน์ ศรีสุวรรณ (2548) นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาสังคม คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ภายใต้การดูแลของผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.คณางค์ มณีศรี มาตรนี้ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 24 ข้อกระทง เป็นมาตรประมาณค่า 5 ช่วงคะแนน ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของมาตรเท่ากับ .84 ให้ผู้ตอบระบุว่าเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วยกับข้อความที่ให้ประเมิน มีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

1	หมายถึง	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
2	หมายถึง	ไม่เห็นด้วย
3	หมายถึง	เห็นด้วยและไม่เห็นด้วยพอๆกัน
4	หมายถึง	เห็นด้วย
5	หมายถึง	เห็นด้วยอย่างยิ่ง

### 3. มาตรฐานสุขภาวะ

เป็นมาตรฐานระดับสุขภาวะ ที่ถูกพัฒนาขึ้นมาโดยนางสาวหยกฟ้า อิศรานนท์ (2551) นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาสังคม คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ภายใต้การดูแลของผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.คัคณางค์ มณีศรี มาตรฐานนี้ประกอบด้วย 2 ตอน คือ ความพึงพอใจในชีวิต และอารมณ์ทางบวกกับอารมณ์ทางลบ รวมจำนวน 40 ข้อกระทง ตอนละ 20 ข้อกระทง

#### วิธีดำเนินการวิจัย

1. ผู้วิจัยติดต่อขอความร่วมมือจากรองศาสตราจารย์ ดร. สมโภชน์ เอี่ยมสุภาคิต ผู้สอนวิชาการปรับพฤติกรรม และอาจารย์ชวัลณัฐ เหล่าพูนพัฒน์ ผู้สอนวิชามนุษยสัมพันธ์ เพื่อขออนุญาตเก็บข้อมูลแบบสอบถามในเวลาเรียน
2. ผู้วิจัยแจกแบบสอบถามแก่นิสิต จำนวน 250 ฉบับ ประกอบด้วย มาตรฐานประเมินความปกติ แบบทดสอบสุขภาวะทางจิต มาตรฐานระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง ได้จำนวนแบบสอบถามคืนจำนวน 209 ฉบับ และแบบสอบถามที่มีข้อมูลสมบูรณ์จำนวน 200 ฉบับ ซึ่งจะใช้วิเคราะห์ข้อมูล

#### การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการทดสอบสมมติฐาน ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมคำนวณทางสถิติ SPSS for Windows โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson product moment) ระหว่าง 3 ตัวแปร ได้แก่ การประเมินความปกติ ระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง และสุขภาวะทางจิต

### บทที่ 3

#### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

#### ตอนที่ 1 ข้อมูลเกี่ยวกับกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ มีจำนวนตัวอย่างทั้งหมด 200 คน ลักษณะของกลุ่มตัวอย่างดังแสดง  
ในตารางที่ 16

ตารางที่ 16

ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง ( $N = 200$ )

รายการ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1. เพศ		
ชาย	50	25.00
หญิง	150	75.00
รวม	200	100.00
2. อายุ (ปี)		
18	30	15.00
19	62	31.00
20	58	29.00
21	42	21.00
22	7	3.50
23	1	0.50
รวม	200	100.00

ตารางที่ 16 (ต่อ)

รายการ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
<b>3. ระดับการศึกษา</b>		
ปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1	79	39.50
ปริญญาตรี ชั้นปีที่ 2	56	28.00
ปริญญาตรี ชั้นปีที่ 3	45	22.50
ปริญญาตรี ชั้นปีที่ 4	19	9.00
ปริญญาตรี ชั้นปีที่ 5	1	0.50
<b>รวม</b>	<b>200</b>	<b>100.00</b>
<b>4. คณะ</b>		
วิศวกรรมศาสตร์	3	1.50
อักษรศาสตร์	2	1.00
วิทยาศาสตร์	20	10.00
รัฐศาสตร์	14	7.00
สถาปัตยกรรมศาสตร์	3	1.50
พาณิชยศาสตร์และการบัญชี	12	6.00
เศรษฐศาสตร์	1	0.50
แพทยศาสตร์	24	12.00
สัตวแพทยศาสตร์	3	1.50
สหเวชศาสตร์	1	0.50
จิตวิทยา	115	57.50
สำนักวิทยาศาสตร์และการกีฬา	2	1.00
<b>รวม</b>	<b>200</b>	<b>100.00</b>

จากตารางที่ 16 จะเห็นได้ว่ากลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ มีจำนวนผู้ชายและผู้หญิงแตกต่างกันที่อัตราส่วน 1 ต่อ 3 ซึ่งจำนวนดังกล่าวเกิดขึ้นโดยบังเอิญ ไม่ได้มาจากการกำหนดโควตาของกลุ่มตัวอย่าง และกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดเป็นนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับปริญญาตรีมีอายุเฉลี่ย 19.69 ปี และเป็นนิสิตคณะจิตวิทยาร้อยละ 57.50

## ตอนที่ 2 สถิติพื้นฐานของตัวแปรที่ศึกษา

ผู้วิจัยได้สรุปค่าสถิติพื้นฐานได้แก่ ค่ามัชฌิมเลขคณิต ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน คะแนนสูงสุด คะแนนต่ำสุด และพิสัยของค่าเฉลี่ยของตัวแปรที่ศึกษา ได้แก่ มาตรฐานประเมินความปกติ 2 มิติ ประกอบด้วย มิติปกติและมิติเฉลี่ย มีพิสัยของคะแนนระหว่าง 1-5 มาตรฐานประเมินคุณลักษณะที่บ่งบอกความปกติ 5 มิติ ประกอบด้วย ความสามารถ คุณธรรม รูปลักษณ์ภายนอก ลักษณะนิสัย และอารมณ์ มีพิสัยของคะแนนระหว่าง 1-5 การเห็นคุณค่าในตนเอง มีพิสัยของค่าเฉลี่ยระหว่าง 1-5 และสุขภาวะทางจิต 2 มิติ ประกอบด้วย ความพึงพอใจในชีวิต และอารมณ์ทางบวกและทางลบ มีพิสัยของคะแนนระหว่าง 1-5 จำนวนตัวอย่างที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลเท่ากับ 200 คน ดังตารางที่ 17

ตารางที่ 17

คะแนนต่ำสุดและสูงสุด ค่ามัชฌิมเลขคณิต ( $M$ ) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ( $SD$ ) ของตัวแปรที่ศึกษา ( $N = 200$ )

ตัวแปร	คะแนน	คะแนน	$M$	$SD$	พิสัย คะแนน
	ต่ำสุด	สูงสุด			
มาตรฐานประเมินความปกติโดยรวม	1.75	5.00	4.08	0.62	1-5
มิติปกติ	1.33	5.00	4.32	0.76	1-5
มิติเฉลี่ย	1.33	5.00	3.82	0.69	1-5
มาตรฐานประเมินคุณลักษณะที่ปกติ	1.90	4.34	3.42	0.36	1-5
ด้านความสามารถ	1.82	4.65	3.26	0.45	1-5
ด้านคุณธรรม	1.57	5.00	4.03	0.47	1-5
ด้านรูปลักษณ์ภายนอก	1.91	4.41	3.05	0.45	1-5
ด้านลักษณะนิสัย	1.91	4.64	3.59	0.38	1-5
ด้านอารมณ์	1.00	5.00	4.07	0.56	1-5
ความพึงพอใจในชีวิต	2.50	5.00	3.68	0.45	1-5
อารมณ์ทางลบ	1.00	4.20	2.33	0.64	1-5
อารมณ์ทางบวก	2.40	5.00	3.86	0.45	1-5
การเห็นคุณค่าในตนเอง	2.29	4.79	3.64	0.40	1-5

จากตารางที่ 17 จะเห็นได้ว่ากลุ่มตัวอย่างต่างประเมินตนเองว่ามีความปกติอยู่ในระดับสูง ( $M = 4.32$ ) แต่ประเมินว่าตนเองมีลักษณะของคนโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ( $M = 3.82$ ) ในการประเมินคุณลักษณะที่บ่งบอกความปกติ กลุ่มตัวอย่างประเมินความสามารถ รูปลักษณ์ ภายนอก และลักษณะนิสัยของตนในระดับปานกลาง ( $M = 3.26, 3.05$  และ  $3.59$  ตามลำดับ) และประเมินคุณธรรมและอารมณ์ของตนในระดับค่อนข้างสูง ( $M = 4.03$  และ  $4.07$ ) นอกจากนี้ ยังมีความพึงพอใจในชีวิตและการเห็นคุณค่าในตนเองระดับปานกลาง ( $M = 3.68$  และ  $3.64$ ) มีอารมณ์ทางบวกค่อนข้างมาก ( $M = 3.86$ ) แต่มีอารมณ์ทางลบค่อนข้างต่ำ ( $M = 2.33$ )

### ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์เพื่อทดสอบสมมติฐาน

ในการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1, 2, 3 และ 4 ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ระหว่างการประเมินความปกติ การเห็นคุณค่าในตนเอง และสุขภาวะทางจิต เพื่อตรวจสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร ปรากฏผลการวิเคราะห์ดังตารางที่ 18

**สมมติฐานที่ 1** การประเมินความปกติมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเอง

ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ในตารางที่ 18 สนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 1 บางส่วน คือ การประเมินความปกติ มิติปกติ มีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ( $r = .26, p < .01$ ) แต่พบว่าค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการประเมินความปกติ มิติเฉลี่ยกับการเห็นคุณค่าในตนเองไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .07, ns$ )

ตารางที่ 18

ค่าความเที่ยงและค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (r) ระหว่างตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย (N = 200)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	
	ตัวแปร											
การประเมินความปกติโดยรวม												
1.	มิติปกติ	.83										
2.	มิติเจตีย์	.32**	.67									
การประเมินคุณลักษณะที่ปกติ												
3.	ด้านความสามารถ	.00	.00	.83								
4.	ด้านลักษณะนิสัย	.20**	.22**	.64**	.78							
5.	ด้านอารมณ์	.26**	.28**	.53**	.55**	.78						
6.	ด้านคุณธรรม	.20**	.26**	.45**	.65**	.58**	.75					
7.	ด้านรูปลักษณะภายนอก	.11	.10	.60**	.52**	.53**	.38**	.83				
8.	ความพึงพอใจในชีวิต	.22**	.07	.26**	.20**	.38**	.21**	.29**	.86			
9.	อารมณ์ทางลบ	-.31**	-.06	-.02	-.05	-.19**	-.02	-.45**	.88			
10.	อารมณ์ทางบวก	.21**	.10	.51**	.44**	.62**	.35**	.47**	.39**	-.29**	.84	
11.	การเห็นคุณค่าในตนเอง	.26**	.07	.31**	.27**	.46**	.28**	.36**	.63**	-.51**	.50**	.84

หมายเหตุ ตัวเลขในแนวทแยงมุมเป็นค่าสัมประสิทธิ์รีแอลฟา

\*p < .05, สองหาง. \*\*p < .01, สองหาง.

## สมมติฐานที่ 2 การประเมินความปกติมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับอารมณ์ทางบวก

ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ในตารางที่ 18 สนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 2 บางส่วน คือ การประเมินความปกติ มิติปกติ มีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับอารมณ์ทางบวก ( $r = .21, p < .01$ ) แต่พบว่าค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการประเมินความปกติ มิติเฉลี่ยกับอารมณ์ทางบวกไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .10, ns$ )

## สมมติฐานที่ 3 การประเมินความปกติมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับอารมณ์ทางลบ

ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ในตารางที่ 18 สนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 3 บางส่วน คือ การประเมินความปกติ มิติปกติ มีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับอารมณ์ทางลบ ( $r = -.31, p < .01$ ) แต่พบว่าค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการประเมินความปกติ มิติเฉลี่ยกับอารมณ์ทางลบไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = -.06, ns$ )

## สมมติฐานที่ 4 การประเมินความปกติมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิต

ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ในตารางที่ 18 สนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 4 บางส่วน คือ การประเมินความปกติ มิติปกติ มีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิต ( $r = .22, p < .01$ ) แต่พบว่าค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการประเมินความปกติ มิติเฉลี่ยกับความพึงพอใจในชีวิตไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .07, ns$ )

## ตอนที่ 4 ข้อค้นพบเพิ่มเติม

นอกเหนือไปจากสมมติฐานแล้ว ผู้วิจัยยังได้วิเคราะห์ผลการวิจัยเพิ่มเติมอีก โดยมีผลการวิเคราะห์ดังนี้

1. การเห็นคุณค่าในตนเองมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิต

ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ในตารางที่ 18 พบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิต ( $r = .63, p < .01$ )

2. การเห็นคุณค่าในตนเองมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับอารมณ์ทางบวก

ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ในตารางที่ 18 พบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับอารมณ์ทางบวก ( $r = .50, p < .01$ )

3. การเห็นคุณค่าในตนเองมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับอารมณ์ทางลบ

ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ในตารางที่ 18 พบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับอารมณ์ทางลบ ( $r = -.51, p < .01$ )

4. บุคคลจะประเมินความปกติผ่านคุณลักษณะที่บ่งบอกความปกติ 3 ด้าน คือ ด้านคุณธรรม/จริยธรรม ด้านลักษณะนิสัย และด้านอารมณ์

ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ดังแสดงในตารางที่ 18 พบว่า การประเมินความปกติโดยรวมทั้งมิติปกติและมิติเฉลี่ยมีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับการประเมินคุณลักษณะที่บ่งบอกความปกติ ด้านความสามารถ ด้านอารมณ์ และด้านคุณธรรม/จริยธรรม ( $r = .20, .22, .26, .28, .20$  และ  $.26$  ตามลำดับ) แต่ไม่มีความสัมพันธ์กับการประเมินคุณลักษณะที่บ่งบอกความปกติ ด้านความสามารถ และด้านรูปลักษณ์ภายนอก

## บทที่ 4

### อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูล สามารถอภิปรายผลการวิจัยตามสมมติฐานได้ดังนี้

#### สมมติฐานที่ 1 การประเมินความปกติมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเอง

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า การประเมินความปกติ มิติปกติมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งสนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 1 แต่การประเมินความปกติ มิติเจตีย์ไม่มีความสัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเอง ดังนั้นจึงอาจกล่าวได้ว่าบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองมักประเมินตนเองว่าปกติ ซึ่งผู้ที่เห็นคุณค่าในตนเองเป็นลักษณะของบุคคลที่รู้สึกพึงพอใจในตนเอง มองว่าตนเองมีคุณสมบัติดี ๆ มีความสามารถ เข้ากับคนอื่นได้ง่าย รู้สึกว่าตนเป็นที่ยอมรับในกลุ่มเพื่อน และเมื่อเกิดปัญหาก็จะไม่หนีปัญหา คุณลักษณะเหล่านี้เป็นเกณฑ์ที่ผู้ประเมินตนเองมองว่าเป็นลักษณะหรือคุณสมบัติของคนปกติ ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ Wood และคณะ (2007)

อย่างไรก็ตาม การประเมินความปกติ มิติเจตีย์ไม่มีความสัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเอง หากพิจารณาจากคุณลักษณะของผู้ที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองอาจเป็นไปได้ว่าคนที่เห็นคุณค่าในตนเองไม่ได้มองว่าตนเหมือนกับคนโดยเจตีย์ กล่าวคือ เชื่อว่าตนเป็นคนดี คนเก่ง มีความสามารถ เป็นที่รักของผู้คนทั่วไป ดังนั้นจึงเชื่อว่าตนดีกว่าคนโดยเจตีย์

#### สมมติฐานที่ 2 การประเมินความปกติมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับอารมณ์ทางบวก

ผลการวิเคราะห์ครั้งนี้พบว่า การประเมินความปกติ มิติปกติ สนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 2 คือ พบว่ามีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับอารมณ์ทางบวก กล่าวคือ บุคคลที่มีอารมณ์ทางบวกสูง จะประเมินว่าตนเองเป็นบุคคลที่ปกติมาก และพบว่าการประเมินความปกติ มิติเจตีย์ ไม่สนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 2 คือ ไม่มีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับอารมณ์ทางบวก กล่าวคือ บุคคลที่มีอารมณ์ทางบวกสูง จะประเมินว่าตนเป็นบุคคลธรรมดาหรือเจตีย์พๆกับคนที่ม้ออารมณ์ทางบวกต่ำ

จากการวิจัยครั้งนี้สามารถอธิบายได้ว่าอารมณ์ทางบวก ซึ่งมีลักษณะของความรู้สึกดี ความสนุกสนาน ความสดใส หรือความภาคภูมิใจ ที่มนุษย์แสดงออกมาภายนอกให้บุคคลอื่นรับรู้ นั้น สังคมจะรับรู้ว่าเป็นสิ่งที่แสดงถึงความปกติในสังคม ดังนั้นอาจกล่าวได้ว่าอารมณ์ทางบวก เป็นคุณลักษณะที่บ่งชี้ถึงความปกติคือสุขภาพจิต (Normality as mental health) คือ การที่ไม่มีอาการป่วยทางจิต ซึ่งเกี่ยวข้องกับสุขภาพจิต สุขภาวะทางจิต การเห็นคุณค่าในตนเอง ความพึงพอใจในชีวิตและภาวะซึมเศร้า นอกจากนี้อารมณ์ทางบวกเป็นคุณลักษณะที่ทำให้ อารมณ์ดีมีความสุขทั้งผู้กระทำและผู้พบเห็น และอารมณ์ทางบวกยังเป็นปัจจัยหนึ่งที่บ่งชี้ถึง สุขภาวะที่ดี จึงอาจจะกล่าวได้ว่าการที่อารมณ์ทางบวกไม่มีความสัมพันธ์กับความปกติมิติเฉลี่ย เนื่องจากการที่บุคคลประเมินตนเองว่าเหมือนคนโดยเฉลี่ยไม่จำเป็นต้องมีอารมณ์บวก

### สมมติฐานที่ 3 การประเมินความปกติมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับอารมณ์ทางลบ

ผลการวิเคราะห์ครั้งนี้พบว่าการประเมินความปกติ มิติปกติสนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 3 คือ พบว่ามีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับอารมณ์ทางลบ นั่นคือ บุคคลที่มีอารมณ์ทางลบสูง จะประเมินว่าตนเองเป็นบุคคลที่ปกติในระดับที่ต่ำ และพบว่าการประเมินความปกติ มิติเฉลี่ย ไม่สนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 3 คือ ไม่มีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับอารมณ์ทางลบ

จากการวิจัยครั้งนี้สามารถอธิบายได้ว่าอารมณ์ทางลบเป็นอารมณ์ที่ผิดไปจากความรู้สึก ว่าปกติของคนในสังคม เพราะว่าการมีอารมณ์ทางลบนำมาซึ่งความเครียด ความโกรธ หรือ ความโศกเศร้า ทำให้เกิดความรู้สึกที่ไม่ดีขึ้นมา ดังนั้นอาจกล่าวได้ว่าอารมณ์ทางลบเป็น คุณลักษณะตรงกันข้ามที่บ่งชี้ถึงความปกติคือสุขภาพจิต (Normality as mental health) ได้ เนื่องจากหากมีอารมณ์ทางลบน้อยจะบ่งชี้ได้ว่าปกติมากกว่าคนที่อารมณ์ทางลบมากๆ นอกจากนี้เมื่อคนในสังคมส่วนหนึ่งพบว่าเพื่อนหรือคนรู้จักออกอาการหน้ามืดวิงเวียน หน้าตา คลอเบา เสียงสั่น หรือตาขวาง จะถามว่าเป็นอะไร เพราะบุคคลรับรู้ว่าจะมีบางสิ่งที่ไม่ปกติ เกิดขึ้นกับคนรู้จัก ด้วยเหตุเดียวกันนี้จึงไม่พบว่าอารมณ์ทางลบมีความสัมพันธ์กับความปกติ มิติเฉลี่ย เพราะคงไม่มีใครในสังคมที่มีอารมณ์ทางลบตลอดเวลา

#### สมมติฐานที่ 4 การประเมินความปกติมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิต

ผลการวิเคราะห์ครั้งนี้พบว่า การประเมินความปกติ มิติปกติสนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 4 คือ พบว่ามีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิต นั่นคือ บุคคลที่มีความพึงพอใจในชีวิตสูง จะประเมินว่าตนเองเป็นบุคคลที่ปกติมากกว่า พบว่าการประเมินความปกติ มิติเฉลี่ยไม่สนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 4 คือ ไม่มีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิต

จากการวิจัยครั้งนี้สามารถอธิบายได้ว่าการที่บุคคลมีความพึงพอใจในชีวิต ทำให้บุคคลอื่นในสังคมรับรู้ว่ามีปกติมากกว่าบุคคลที่ไม่พึงพอใจในชีวิต และจากผลการวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ในตารางที่ 18 พบว่าความพึงพอใจในชีวิตมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับอารมณ์ทางบวก ( $r = .39, p < .01$ ) และความพึงพอใจในชีวิตมีสหสัมพันธ์ทางลบกับอารมณ์ทางลบ ( $r = -.45, p < .01$ ) ซึ่งอาจจะหมายความว่า การมีความพึงพอใจในชีวิตนำมาซึ่งอารมณ์ทางบวก ส่วนความไม่พึงพอใจในชีวิตนำมาซึ่งอารมณ์ทางลบ ทำให้ผู้คนเกิดการรับรู้ถึงความพึงพอใจในชีวิตเป็นความปกติ โดยที่มีอารมณ์เป็นตัวกลางของรับรู้ ดังนั้นความพึงพอใจในชีวิตจึงเป็นคุณลักษณะหนึ่งที่สนับสนุนความคิดที่ว่า ความปกติคือสุขภาพ (Normality as mental health) จากผลของการประเมินความปกติมิติปกติ ส่วนสาเหตุที่การประเมินความปกติ มิติเฉลี่ยไม่สัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิต เพราะว่าความพึงพอใจในชีวิตไม่ใช่สิ่งที่พบเห็นได้โดยทั่วไป ดังนั้นบุคคลในสังคมจึงรับรู้ถึงความพึงพอใจในชีวิตไม่ใช่เรื่องของคนโดยเฉลี่ย

#### อภิปรายข้อค้นพบเพิ่มเติม

นอกจากผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ผลการวิจัยเพิ่มเติม ดังนี้

##### 1. การเห็นคุณค่าในตนเองมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิต

พบว่าการเห็นคุณค่าในตนเองมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิต กล่าวคือ บุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงจะมีความพึงพอใจในชีวิตสูง

## 2. การเห็นคุณค่าในตนเองมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับอารมณ์ทางบวก

พบว่าการเห็นคุณค่าในตนเองมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับอารมณ์ทางบวก กล่าวคือ บุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงจะมีอารมณ์ทางบวกสูง

## 3. การเห็นคุณค่าในตนเองมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับอารมณ์ทางลบ

พบว่าการเห็นคุณค่าในตนเองมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับอารมณ์ทางลบ กล่าวคือ บุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงจะมีอารมณ์ทางลบต่ำ

จากการวิจัยครั้งนี้สามารถอธิบายได้ว่าการเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งหมายถึงความรู้สึกที่มีต่อตนเองหรือการประเมินคุณค่าของตนเอง ดังนั้นผู้ที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงน่าจะรู้สึกดีต่อตนเอง และผู้ที่ไม่เห็นคุณค่าในตนเองจะรู้สึกแย่กับตนเอง ซึ่งจากผลการวิจัยเพิ่มเติมพบว่าการเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับอารมณ์ทางบวกและความพึงพอใจในชีวิต และการเห็นคุณค่าในตนเองยังมีความสัมพันธ์ทางลบกับอารมณ์ทางลบ จึงกล่าวได้ว่าคนที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงก็จะมีอารมณ์ทางบวกและความพึงพอใจในชีวิตสูง และคนที่เห็นคุณค่าในตนเองต่ำก็จะมีอารมณ์ทางลบและความพึงพอใจในชีวิตต่ำ

## 4. บุคคลจะประเมินความปกติผ่านคุณลักษณะที่ปกติ 3 ด้าน คือ ด้านคุณธรรม/จริยธรรม ด้านลักษณะนิสัย และด้านอารมณ์

พบว่าบุคคลจะประเมินความปกติผ่านทางคุณลักษณะที่ปกติ 3 ด้าน คือ ด้านคุณธรรม/จริยธรรม ด้านลักษณะนิสัย และด้านอารมณ์

จากการวิจัยครั้งนี้ อธิบายได้ว่าในการประเมินความปกติของบุคคลในสังคมนั้น คนเราจะสังเกตจากความมีคุณธรรมหรือจริยธรรม ลักษณะนิสัย และอารมณ์ของผู้ถูกประเมิน ซึ่งทั้ง 3 ด้านที่กล่าวมา จะเห็นได้ว่ามีทิศทางของความปกติที่ชัดเจน คือ ไปในทิศทางบวก หมายความว่าทั้งคุณธรรมหรือจริยธรรม ลักษณะนิสัย และอารมณ์ เป็นสิ่งที่ถูกกำหนดโดยความคาดหวังของสังคมว่าควรเป็นเช่นไร และบุคคลต้องปฏิบัติตามอย่างไรจึงจะได้รับการยอมรับเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม

หรือว่าเป็นคนปกติของสังคม ในด้านความสามารถของบุคคลนั้นมีความหลากหลายสูง เช่น ความสามารถทางการเรียน ทางกีฬา ทางดนตรี หรือทางศิลปะ เป็นต้น ดังนั้นการที่คนเราขาดความสามารถด้านใดด้านหนึ่งก็ไม่ได้หมายความว่าเขาเป็นคนผิดปกติแต่อย่างใด ส่วนด้านรูปลักษณ์ภายนอกนั้นไม่มีแบบแผนความปกติที่แน่นอน คือ เราไม่สามารถบ่งบอกความผิดปกติจากรูปลักษณ์ภายนอกของบุคคลได้

## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

#### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษา ค้นคว้าและรวบรวมคำคุณศัพท์ภาษาไทยที่ใช้ในการอธิบายบุคลิกภาพของบุคคล
2. เพื่อศึกษาการประเมินความปกติ
3. เพื่อศึกษามุมมองของการประเมินความปกติ ความผิดปกติ ลักษณะโดยเฉลี่ย และลักษณะเอกลักษณ์ของคนไทย
4. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการประเมินความปกติกับระดับการเห็นคุณค่าในตนเองและสุขภาวะในประชากรเขตกรุงเทพมหานคร

#### สมมติฐานในการวิจัย

1. การประเมินความปกติมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเอง
2. การประเมินความปกติมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับอารมณ์ทางบวก
3. การประเมินความปกติมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับอารมณ์ทางลบ
4. การประเมินความปกติมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิต

#### กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ระดับปริญญาตรี จำนวน 200 คน แบ่งเป็นชาย 50 คนและหญิง 150 คน

## เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

### 1. มาตรฐานประเมินความปกติ

เป็นมาตรวัดที่ใช้ประเมินความปกติ ที่ผู้วิจัยพัฒนาพร้อมกับ นางสาวปัทมาชนิต นันทติกุล และนางสาวพิมพ์พลอย อึ้ง จำนวน 85 ข้อกระทง แบ่งเป็น 2 ส่วน คือ มาตรฐานประเมินความปกติ โดยรวม จำนวน 12 ข้อกระทง ประกอบด้วย 2 มิติ คือ มิติปกติและมิติเฉลี่ย และมาตรฐานประเมินคุณลักษณะที่บ่งบอกความปกติ จำนวน 73 ข้อกระทง ประกอบด้วย 5 ด้าน คือ ความสามารถของบุคคล คุณธรรม/จริยธรรม รูปลักษณะภายนอก ลักษณะนิสัย และอารมณ์ โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศัคนางค์ มณีศรี อาจารย์ที่ปรึกษาเป็นผู้ตรวจสอบและแก้ไขความถูกต้อง

### 2. มาตรฐานระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง

เป็นมาตรฐานระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง ที่ถูกพัฒนาขึ้นมาโดยนางสาวสิรินรัตน์ ศรีสรवल นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาสังคม คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มาตรฐานนี้ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 24 ข้อกระทง

### 3. มาตรฐานสุขภาวะทางจิต

ใช้มาตรวัดที่ถูกพัฒนาขึ้นมาโดยนางสาวหยกฟ้า อิศรานนท์ (2551) นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาสังคม คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ภายใต้การดูแลของผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศัคนางค์ มณีศรี มาตรฐานนี้ประกอบด้วย 2 ตอน คือ ความพึงพอใจในชีวิต และอารมณ์ทางบวกกับอารมณ์ทางลบ รวมจำนวน 40 ข้อกระทง ตอนละ 20 ข้อกระทง

## วิธีดำเนินการวิจัย

1. ผู้วิจัยติดต่อขอความร่วมมือจากรองศาสตราจารย์ ดร. สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต ผู้สอนวิชาการปรับพฤติกรรม และอาจารย์ชวัลณัฐ เหล่าพูนพัฒน์ ผู้สอนวิชามนุษยสัมพันธ์ เพื่อขออนุญาตเก็บข้อมูลแบบสอบถามในเวลาเรียน

2. ผู้วิจัยแจกแบบสอบถามแก่นิสิต จำนวน 250 ฉบับ ประกอบด้วย มาตรการประเมินความปกติ แบบทดสอบสุขภาพจิต มาตรการระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง ได้จำนวนแบบสอบถามคืนจำนวน 209 ฉบับ และแบบสอบถามที่มีข้อมูลสมบูรณ์จำนวน 200 ฉบับ ซึ่งจะใช้วิเคราะห์ข้อมูล

### การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการทดสอบสมมติฐาน ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมคำนวณทางสถิติ SPSS for Windows version 15.0 โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson product moment) ระหว่าง 3 ตัวแปร ได้แก่ การประเมินความปกติ ระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง และสุขภาพจิต

### ผลการวิจัย

1. การประเมินความปกติ มิติปกติ มีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ( $r = .26, p < .01$ ) และพบว่าการประเมินความปกติ มิติเจตีย์ ไม่มีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ( $r = .07, ns$ )
2. การประเมินความปกติ มิติปกติ มีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับอารมณ์ทางบวก ( $r = .21, p < .01$ ) และพบว่าการประเมินความปกติ มิติเจตีย์ ไม่มีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับอารมณ์ทางบวก ( $r = .10, ns$ )
3. การประเมินความปกติ มิติปกติ มีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับอารมณ์ทางลบ ( $r = .31, p < .01$ ) 3 และพบว่าการประเมินความปกติ มิติเจตีย์ ไม่มีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับอารมณ์ทางลบ ( $r = -.06, ns$ )
4. การประเมินความปกติ มิติปกติ มีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิต ( $r = .22, p < .01$ ) และพบว่าการประเมินความปกติ มิติเจตีย์ ไม่มีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิต ( $r = .07, ns$ )

4. การประเมินความปกติ มิติปกติ มีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิต ( $r = .22, p < .01$ ) และพบว่าการประเมินความปกติ มิติเจตีย์ ไม่มีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิต ( $r = .07, ns$ )

### ผลการวิจัยเพิ่มเติม

1. การเห็นคุณค่าในตนเองมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิต ( $r = .63, p < .01$ )

2. การเห็นคุณค่าในตนเองมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับอารมณ์ทางบวก ( $r = .50, p < .01$ )

3. การเห็นคุณค่าในตนเองมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับอารมณ์ทางลบ ( $r = -.51, p < .01$ )

4. บุคคลจะประเมินความปกติจากคุณลักษณะที่ปกติ 3 ด้าน คือ ด้านคุณธรรม/จริยธรรม ด้านลักษณะนิสัย และด้านอารมณ์

### ข้อเสนอแนะ

1. ศึกษาการประเมินความปกติในกลุ่มประชากรอื่นๆ เพิ่มเติม เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างที่เก็บข้อมูลจำกัดเพียงในนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยเท่านั้น

2. ศึกษาความแตกต่างในการรับรู้ความปกติของเพศชายและเพศหญิง

3. ศึกษาและค้นหาคำคุณศัพท์ที่อธิบายคุณลักษณะของบุคคลเพิ่มเติมจากพจนานุกรมฉบับอื่นๆ เช่น พจนานุกรมราชบัณฑิตยสถาน ฉบับคำใหม่, พจนานุกรมฉบับมติชน เป็นต้น

## รายการอ้างอิง

### ภาษาอังกฤษ

Baumeister, R. F. (2005). Self concept, self-esteem, and identity. In Valerian A. Derlega, Barbara A. Winstead, Warren H. Jones (eds.). *Personality: Contemporary theory and research* (3rd ed.). CA: Thomson Wadsworth.

Bridges, J. W. (1951). *Psychology Normal and Abnormal an introduction to the study of mind and behavior*. Toronto, Canada: The Hunter Rose.

Diener, E., Emmons, R., Larsen, R., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale [Electronic version]. *Journal of Personality Assessment*, 47, 1105–1117.

Farnham, S. D., Greenwald, A. G., & Banaji, M. R. (1999). Implicit self-esteem. In D. Abrams & M. Hogg (Eds.), *Social identity and social cognition* (pp. 230-248). Oxford, UK: Blackwell.

Maslow, A. H. (1970). *Motivation and personality*. New York: Harper & Row.

O'Connell, A. (2001). *Choice and Change: The psychology of personal growth and interpersonal relationships* (6th ed.). NJ: Prentice Hall.

Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being [Electronic version]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081.

Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited [Electronic version]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719-727.

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

Wood, D., Gosling, S. D., & Potter, J. (2007). Normality evaluations and their relation to personality traits and well-being [Electronic version]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 93, 861-879.

ภาคผนวก

## ภาคผนวก ก

## แบบสำรวจตนเอง

--	--	--

## คำชี้แจง

แบบสำรวจตนเองฉบับนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อใช้ในโครงการวิจัยทางจิตวิทยา ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรวิทยาศาสตรบัณฑิตสาขาวิชาจิตวิทยา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ขอให้ท่านพิจารณาคำศัพท์แต่ละคำโดยละเอียด และประเมินตัวท่านว่าท่านมีลักษณะตรงตามคำศัพท์ที่ระบุไว้ไว้มากน้อยเพียงใด

แบบสำรวจตนเอง มีทั้งสิ้น 4 ตอน ดังนี้

- ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป                      ตอนที่ 3 แบบทดสอบความรู้สึกที่มีต่อตนเอง  
 ตอนที่ 2 แบบสำรวจตนเอง              ตอนที่ 4 แบบทดสอบสุขภาพจิต

โปรดตรวจสอบว่าท่านทำแบบสอบถามครบทุกข้อและขอบพระคุณทุกท่านที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม

คณะผู้จัดทำ

## ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมายถูกและกรอกข้อมูลลงในช่องว่าง

1. เพศ [ ] ชาย [ ] หญิง

2. อายุ ..... ปี

3. รหัสนิสิต 

--	--	--

--	--	--	--	--	--	--	--

--	--

## ตอนที่ 2 แบบประเมินความปกติ

คำชี้แจง โปรดพิจารณาคำศัพท์แต่ละคำโดยละเอียด และประเมินว่าคำศัพท์นั้นตรงกับลักษณะของท่านมากน้อยเพียงใด

## ตัวอย่าง

ลำดับ	คำ	ไม่ตรง	ค่อนข้างไม่ตรง	ตรงและไม่ตรงพอๆกัน	ค่อนข้างตรง	ตรง
1.	อบอุ่น	1	2	3	4	<b>X</b>

คำอธิบาย หากท่านทำเครื่องหมาย X ทับเลข 5 หมายความว่า ท่านประเมินว่าท่านเป็นคนอบอุ่น

## ตัวอย่างแบบประเมินความปกติ

ลำดับ	ข้อ	ไม่ตรง	ค่อนข้าง ไม่ตรง	ตรงและไม่ ตรงเท่ากัน	ค่อนข้าง ตรง	ตรง
8.	ปกติ	1	2	3	4	5
51.	สนุกสนาน	1	2	3	4	5
81.	ยุติธรรม	1	2	3	4	5

## ตอนที่ 3 มาตรวัดระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง

**คำชี้แจง** แบบวัดฉบับนี้ประกอบด้วยข้อความ 24 ข้อ โปรดอ่านแต่ละข้ออย่างระมัดระวังและทำเครื่องหมาย X ทับตัวเลขคำตอบที่ตรงกับความเห็นของท่านมากที่สุด

## ตัวอย่างมาตรวัดระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง

ลำดับ	ข้อความ	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง	ไม่เห็นด้วย	เห็นด้วยและไม่ เห็นด้วยเท่ากัน	เห็นด้วย	เห็นด้วยอย่างยิ่ง
3.	ฉันรู้สึกว่าฉันมีคุณลักษณะที่ดีหลายอย่าง	1	2	3	4	5
14.	ฉันรู้สึกว่า ถึงฉันจะหายตัวไป ก็ไม่มีใครสังเกตเห็น	1	2	3	4	5
21.	คนส่วนใหญ่รอบๆตัวฉันดูเหมือนจะดีกว่าฉัน	1	2	3	4	5

**ตอนที่ 4** แบบทดสอบสุขภาวะทางจิต

**ส่วนที่ 1** โปรดอ่านแต่ละข้ออย่างระมัดระวังและทำเครื่องหมาย X ทับตัวเลขคำตอบที่ตรงกับความรู้สึกของท่านมากที่สุด

**ตัวอย่างแบบทดสอบสุขภาวะทางจิต**

ลำดับ	ข้อความ	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วยและไม่เห็นด้วยพอกัน	เห็นด้วย	เห็นด้วยอย่างยิ่ง
5.	ฉันพึงพอใจในชีวิตของฉัน	1	2	3	4	5
13.	ฉันยังขาดสิ่งที่สำคัญๆในชีวิตอยู่มาก	1	2	3	4	5
19.	ฉันเบื่อชีวิตของฉัน	1	2	3	4	5

**ส่วนที่ 2** โปรดอ่านแต่ละข้ออย่างระมัดระวังและทำเครื่องหมาย X ทับตัวเลขคำตอบที่ตรงกับความรู้สึกโดยทั่วไปของท่านมากที่สุด

**ตัวอย่างแบบทดสอบสุขภาวะทางจิต**

ลำดับ	ข้อความ	ไม่ตรงอย่างยิ่ง	ไม่ตรง	ตรงและไม่ตรงพอกัน	ตรง	ตรงอย่างยิ่ง
1.	สดใส	1	2	3	4	5
10.	กลัว	1	2	3	4	5
18.	ไม่สบายใจ	1	2	3	4	5