



ความสัมพันธ์ระหว่างการปรับตัวด้านจิตสังคมและการมองโลกทางบวกกับการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวในวัยรุ่น*

นงลักษณ์ วิชัยรัมย์**

จินห์จุฑา ชัยเสนา ดาลาส***

ชนัดดา แนนเกษร***

เวทิส ประทุมศรี****

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาหาความสัมพันธ์ระหว่างการปรับตัวด้านจิตสังคมและการมองโลกทางบวกกับการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวของวัยรุ่น กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายของโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 32อำเภอสตึก จังหวัดบุรีรัมย์จำนวน 80 คน เครื่องมือที่ใช้ประกอบด้วยแบบสอบถามการปรับตัวด้านจิตสังคมแบบสอบถามการมองโลกทางบวกและแบบสอบถามการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าว มีค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของคอนบาค เท่ากับ .83, .86 และ .81 ตามลำดับวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติพรรณนาและสถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์พบว่าการปรับตัวด้านจิตสังคมและการมองโลกทางบวกมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .24, p < .05$ และ $r = .30, p < .001$ ตามลำดับ) และพบว่าการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวของวัยรุ่นอยู่ในระดับค่อนข้างสูง ($\bar{X} = 144.86, SD = 19.14$) ผลการศึกษา แสดงให้เห็นถึงตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวของวัยรุ่น บุคลากรที่เกี่ยวข้องกับวัยรุ่นควรให้ความสำคัญและพัฒนาการปรับตัวด้านจิตสังคมและการมองโลกทางบวกเพื่อส่งเสริมให้วัยรุ่นมีการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวที่ดีขึ้น

คำสำคัญ : การปรับตัวด้านจิตสังคม; การมองโลกทางบวก; พฤติกรรมก้าวร้าว; วัยรุ่น

* วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

** นิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ;

อีเมลติดต่อ : nongluk3270@gmail.com

*** คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

****โรงพยาบาลพุทธโสธร



Relationships between Psychosocial Adaptation, Optimism, and Self-efficacy in Controlling Aggressive Behaviors among Adolescents*

Nongluk Wichairam **

Jinjutha Chaisena Dallas ***

Chanadda Nabkasorn ***

Wetid Pratoomsri****

Abstract

The purpose of this descriptive correlational research was to examine the relationships between psychosocial adaptation, optimism and self-efficacy in controlling aggressive behavior among adolescents. The multi-stage random sampling technique was used to select 80 adolescents in the tenth to twelfth grades of secondary education in the Education Service Area Office 32, Satuek district, Buriram Province. The research instrument was a set of questionnaire composed of Psychosocial Adaptation, Optimism, and Self-Efficacy in Controlling Aggressive Behavior. The Cronbach's alpha coefficients of these questionnaires were .83, .86 and .81, respectively. The data were analyzed using descriptive statistics and Pearson's Product Moment Correlation Coefficient. The psychosocial adaptation and optimism had significantly positive correlations with the self-efficacy in controlling aggressive behavior ($r = .24, p < .05$; $r = .30, p < .001$ respectively). The self-efficacy in controlling aggressive behavior was at a relatively high level ($\bar{X} = 144.86, SD = 19.14$).

The finding of this study demonstrated factors related to self-efficacy in controlling aggressive behavior. Psychosocial adaptation and optimism in adolescents would be of concern to administrators, teachers in secondary education, and health care providers who can use this study results as baseline data for the development of intervention that would help enhance adolescent's self-efficacy in controlling aggressive behavior, such as reinforcement of psychosocial adaptation and optimism.

Keywords : Psychosocial adaptation; Optimism; Aggressive behavior; Adolescent

* Master Thesis, Master of Mental Health and Psychiatric Nursing. Faculty of Nursing, Burapha University.

** Master of Mental Health and Psychiatric Nursing. Faculty of Nursing, Burapha University.;

e-mail : nongluk3270@gmail.com

*** Nursing Burapha University.

**** Buddhasothorn Hospital.



ความเป็นมาและความสำคัญ

ปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงในวัยรุ่นเป็นประเด็นปัญหาที่สังคมให้ความสำคัญอย่างมากในปัจจุบัน¹ วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และจิตใจ ซึ่งมีผลต่อการแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวของวัยรุ่น^{1,2} สาเหตุของพฤติกรรมก้าวร้าวของวัยรุ่นเกิดจากปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอก ตัวบุคคลในลักษณะที่สัมพันธ์กัน ปัจจัยภายใน ได้แก่ ความคิด ความเชื่อ ความรู้สึก และลักษณะทางกายภาพ มีผลการศึกษาพบจากการเปลี่ยนแปลงจากปัจจัยภายใน โดยเฉพาะวัยรุ่นเพศชายมีฮอร์โมนเทสโทสเตอโรนสูงขึ้น ซึ่งอธิบายได้ว่ามีความสัมพันธ์กับการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว^{3,4} นอกจากนี้ปัจจัยภายในยังขึ้นอยู่กับความคิดและความเชื่อของวัยรุ่นที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวด้วย เมื่อวัยรุ่นมีทัศนคติที่ดีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวและเชื่อว่าเป็นวิธีการที่สามารถโต้ตอบกับบุคคลอื่นให้ได้ในสิ่งที่ตนต้องการก็จะแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวออกมา ปัจจัยภายนอกที่มีอิทธิพลต่อการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในวัยรุ่น เช่น ครอบครัว เทคโนโลยี สื่อ เป็นต้น⁵

จากการสำรวจของสถาบันประชากรและสังคมปี พ.ศ. 2557⁶ พบว่าเด็กวัยรุ่นประมาณร้อยละ 30 มีปัญหาทางด้านอารมณ์ และ 37 คน ในแสนคน มีพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรง ทะเลาะวิวาท ตั้งกลุ่มแข่งรถมอเตอร์ไซด์ ตีมีสราและเสพยาเสพติด มีปัญหาการออกจากโรงเรียนกลางคัน ผลสัมฤทธิ์การศึกษาต่ำ รวมถึงพยายามฆ่าตัวตาย สอดคล้องกับการศึกษาของ พิทักษ์พล บุญมาลิก และคณะ⁷ พบพฤติกรรมการใช้ความก้าวร้าวรุนแรงของนักเรียนอาชีวศึกษาซึ่งเป็นช่วงวัยรุ่นตอนกลาง สาเหตุและวัตถุประสงค์ของการแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวของวัยรุ่นมีในรูปแบบแตกต่างกันไป เช่น เพื่อแก้แค้น ความโกรธ เกลียด อิจฉา เรียกร้องความสนใจ เอาใจเพื่อน เลียนแบบผู้ปกครองหรือสื่อ เป็นต้น สอดคล้องกับการสำรวจของกรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน⁸ เมื่อพิจารณาจำแนกตามอายุของผู้กระทำผิด พบว่าวัยรุ่นที่มีอายุระหว่าง 15-18 ปี มีการกระทำผิดซึ่งแสดงออกถึงความก้าวร้าวรุนแรงมากที่สุด

การรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวในวัยรุ่น (The Self-Efficacy in Controlling Aggressive Behavior) เป็นแนวคิดที่พัฒนามาจากทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของแบนดورا (Bandura social learning theory) คือ ความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองที่จะกระทำพฤติกรรมใด ๆ และดำเนินการกระทำพฤติกรรมนั้น ๆ ให้บรรลุตามที่ตั้งใจไว้ มีความคาดหวังในผลลัพธ์ (Outcome expectation) ที่จะเกิดขึ้นว่าพฤติกรรมนั้น ๆ จะนำไปสู่ผลลัพธ์ที่ตนเองต้องการ⁹ ซึ่งตามแนวคิดของแบนดورا เชื่อว่ามีความเกี่ยวข้องซึ่งกันและกันของ 1) ปัจจัยภายในตัวบุคคล (Internal personal factors) ได้แก่ ความคิด ความรู้สึก และปัจจัยทางชีวภาพ 2) พฤติกรรม (Represent behaviors) 3) สภาพแวดล้อม (External environment)¹⁰ ถ้าวัยรุ่นมีการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าว จะเลือกกระทำพฤติกรรม มีการตัดสินใจตลอดเวลาว่าจะทำพฤติกรรมใด จะใช้ความพยายามและความอดทนในการเผชิญปัญหาและอุปสรรค รูปแบบการคิดและปฏิกิริยาจะเหมาะสม ไม่แสดงออกถึงพฤติกรรมก้าวร้าว ดังนั้น การรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าว จึงเป็นคุณลักษณะภายในตนของวัยรุ่นที่มีความสำคัญในลดการพฤติกรรมเสี่ยงที่มาจากการไม่สามารถควบคุมความก้าวร้าวได้สอดคล้องกับการศึกษาที่พบว่า ถ้าวัยรุ่นมีการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวสูงจะทำให้สามารถควบคุมตนเองให้มีพฤติกรรมที่เหมาะสมในการปรับตัวอยู่ในสังคม¹¹

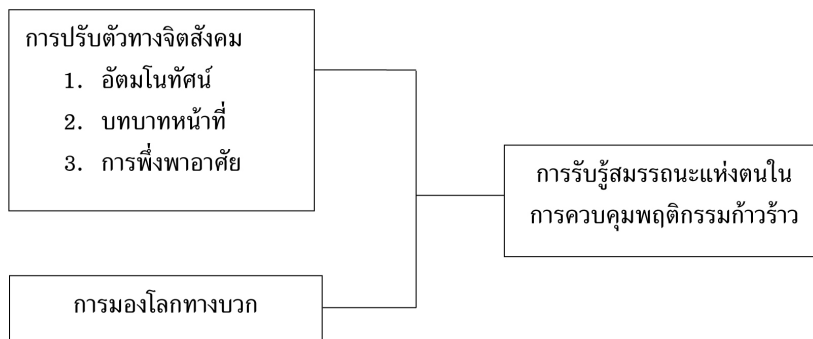
จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่าการปรับตัวด้านจิตสังคม (Psychosocial adaptation) และการมองโลกทางบวก (Optimism) เป็นตัวแปรสำคัญที่สนับสนุนการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวของวัยรุ่นการปรับตัวทางจิตสังคมตามแนวคิดของรอย (Roy's Adaptation Model) คือ การรับรู้กระบวนการและผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นจากการใช้การตระหนักรู้เพื่อสร้างสรรค์และบูรณาการตนเองกับสิ่งแวดล้อมเพื่อคงไว้ซึ่งสภาวะสมดุล ซึ่งประกอบไปด้วย 1) การปรับตัวด้านอัตมโนทัศน์ 2) การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ 3) การปรับตัวด้านการพึ่งพา



ระหว่างกัน เป็นวิธีการปรับตัวของวัยรุ่นเพื่อคงความสมดุลด้านจิตสังคม (psychic integrity)¹² ถ้าวัยรุ่นสามารถปรับตัวได้ดีก็จะสามารถแก้ไขข้อขัดแย้งทางอารมณ์ เกิดความสอดคล้องกลมกลืนในตน สามารถจัดการความวิตกกังวล ความกลัว หรือความโกรธ เชื่อมมั่นในผลลัพธ์ที่จะเกิดขึ้นในอนาคต เกิดความมั่นคงทางจิตใจและรับรู้ถึงสมรรถนะของตนวัยรุ่นที่มีการปรับตัวทางด้านจิตสังคมได้ดี มีแนวโน้มจะเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวน้อยลง¹³

การมองโลกทางบวก (Optimism) เป็นคุณลักษณะที่สำคัญเป็นอย่างมากในเด็กวัยรุ่นเพราะช่วยเพิ่มประสิทธิภาพการเผชิญและแก้ไขปัญหาที่เกี่ยวข้องกับช่วงชีวิตที่เปลี่ยนผ่านของวัยรุ่นได้อย่างเหมาะสม^{14,15} ซึ่งจะทำให้เกิดการสร้างภูมิคุ้มกันแก่ร่างกาย และจิตใจของตัววัยรุ่น เพื่อให้เกิดความพร้อมและเป็นเกราะป้องกันในการใช้ชีวิตในอนาคต (Future oriented) เนื่องจากทำให้วัยรุ่นเชื่อและคาดหวังเกี่ยวกับตนเองในอนาคตเชิงบวก ใช้ชีวิตอยู่กับปัจจุบันแต่มองเป้าหมายและทิศทางในอนาคต มีความมั่นใจในความสามารถของตน มีการตัดสินใจและแสดงพฤติกรรมต่างๆ ในชีวิตประจำวันที่น่าไปสู่อนาคตที่ดี จึงมีแนวโน้มว่าเมื่อวัยรุ่นต้องเผชิญกับสิ่งที่เข้ามาบรรจบกันก็จะเชื่อมั่นว่าตนสามารถเผชิญได้ จัดการได้และไม่ตอบสนองต่อปัญหาออกมาเป็นพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรง มีการศึกษา พบว่าวัยรุ่นที่มองโลกเชิงบวกพบภาวะซึมเศร้า น้อยกว่าวัยรุ่นที่มองโลกเชิงลบ และพบพฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงและแยกตัวในวัยรุ่นที่มีการมองโลกในเชิงบวกต่ำ¹⁶ เด็กวัยรุ่นอายุ 10-15 ปี จะมีการมองโลกเชิงบวกเพิ่มมากขึ้น เมื่อสามารถเปลี่ยนผ่านเข้าสู่ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น และจะมองโลกเชิงบวกเพิ่มมากขึ้น

ถ้าวัยรุ่นได้รับปฏิสัมพันธ์เชิงบวก ทั้งจากสิ่งที่วัยรุ่นสนใจในโรงเรียน ความสัมพันธ์กับกลุ่มเพื่อน และผลการเรียน¹⁷ การมองโลกทางบวกในวัยรุ่น ทำให้เกิดความเข้มแข็งในการมองโลก และความผาสุกทางจิตใจ¹⁸ และการมองโลกเชิงบวกสัมพันธ์กับการรับรู้ความสามารถของตนเองเพราะการคิดเชิงบวกเป็นทัศนคติและที่มีความพร้อมทางจิตสภาวะ เป็นตัวกำหนดทิศทางหรือเป็นตัวกระตุ้นปฏิกิริยาตอบสนองของบุคคลหรือสถานการณ์ต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง ส่งผลให้วัยรุ่นจัดการกับตนเอง ควบคุมตนเองได้เหมาะสมยิ่งขึ้น¹⁹ วัยรุ่นที่อยู่ในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายที่มีอายุระหว่าง 15-18 ปี เป็นวัยที่มีพัฒนาการทางร่างกายรวดเร็ว และเป็นวัยแห่งการค้นหาเอกลักษณ์แห่งตน ต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน มีการพัฒนาทางความคิดที่เป็นนามธรรม สามารถคิดคาดการณ์ถึงสิ่งที่ยังไม่เกิด เชื่อมโยงสิ่งต่างๆ จัดลำดับความสำคัญของสิ่งที่คาดว่าจะเกิด ถ้าวัยรุ่นสามารถปรับตัวด้านจิตสังคมได้อย่างเหมาะสม มีมุมมองการมองโลกทางบวก จะส่งเสริมให้วัยรุ่นรับรู้ความสามารถของตนเองนำไปสู่การรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวได้ การศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องจึงเป็นเรื่องที่สำคัญ เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงประจักษ์ที่เป็นข้อมูลพื้นฐานในการหาแนวทางเพื่อพัฒนาความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวของวัยรุ่น เป็นการส่งเสริมให้วัยรุ่นสามารถเลือกแสดงพฤติกรรมในแบบที่เหมาะสม มีความพร้อมในการปรับตัวและพัฒนาตนเองสู่ผู้ใหญ่ที่เป็นอนาคตของชาติอย่างมีประสิทธิภาพต่อไป จากที่กล่าวมาข้างต้นสามารถสรุปสิ่งที่งานวิจัยต้องการศึกษา ดังกรอบแนวคิดนี้





วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการปรับตัวด้านจิตสังคมการมองโลกทางบวกและการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวของวัยรุ่น

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนาหาความสัมพันธ์ (Descriptive correlation research)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ปีการศึกษา 2557 ในโรงเรียนมัธยมศึกษาสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 32 อำเภอสตึก จังหวัดบุรีรัมย์ ขนาดของกลุ่มตัวอย่างได้มาจากการคำนวณจากสูตรของ Thorndike ได้จำนวน 80 คน สุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi stage random sampling) โดยสุ่ม 4 โรงเรียนจาก 8 โรงเรียน และสุ่มตัวอย่างโดยคำนวณตามสัดส่วนของนักเรียนแต่ละโรงเรียนด้วยวิธีการจับฉลากแบบไม่คืนที่

เครื่องมือการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย

1) แบบสอบถามส่วนบุคคล (personal profile) ประกอบด้วย ข้อมูลเกี่ยวกับเพศ อายุ ระดับการศึกษา ผลการเรียนในภาคการศึกษาที่ผ่านมา สถานภาพสมรส ของบิดา-มารดา รายได้ครอบครัว จำนวนสมาชิกในครอบครัว

2) แบบสอบถามการปรับตัวด้านจิตสังคมของพัชรี โชติพงษ์²⁰ จำนวน 41 ข้อ สร้างขึ้นตามรูปแบบการปรับตัวของรอย (Roy adaptation model) โดยมีคำถามครอบคลุมเนื้อหาเกี่ยวกับการปรับตัวด้านอัตมโนทัศน์ ด้านบทบาทหน้าที่ และด้านการพึ่งพาระหว่างกัน ลักษณะของแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับคือ 5 หมายถึง ไม่ตรงกับความรู้สึกหรือพฤติกรรมของวัยรุ่นมากที่สุด จนถึง 1 หมายถึง ไม่ตรงกับความรู้สึกหรือพฤติกรรมของวัยรุ่นเลย และนำไปหาค่าความเชื่อมั่นในกลุ่มนักเรียนที่ไม่ได้เป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาคเท่ากับ .83

3) แบบสอบถามการมองโลกในแง่ดี (The Life Orientation Test หรือ LOT-R) ของ สุมาลินี มธูรพจน์ พงศ์²¹ จำนวน 16 ข้อ พัฒนาตามแนวคิดของ Scheier and Carver ประเมินความคาดหวังกับเหตุการณ์ในอนาคตที่จะเกิดขึ้นกับตนเองในทางที่ดีคำถาม เป็นมาตราส่วนประมาณค่า ตั้งแต่ 1-4 โดย 4 หมายถึง ตรงกับความรู้สึก จนถึง 1 หมายถึง ไม่ตรงกับความรู้สึก และนำไปหาค่าความเชื่อมั่นในกลุ่มนักเรียนที่ไม่ได้เป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาคเท่ากับ .86

4) แบบสอบถามการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวของรัตนดา ตาบัง¹¹ จำนวน 30 ข้อ สร้างขึ้นตามกรอบแนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของแบนดูรา⁵ ประเมินความมั่นใจในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าว ลักษณะของแบบวัดเป็นมาตรวัดชนิดประมาณค่า (Rating scale) โดย 1 หมายถึง ไม่มีความมั่นใจว่าสามารถทำได้เลยและ 7 หมายถึง มีความมั่นใจสูงมากกว่าสามารถทำได้และนำไปหาค่าความเชื่อมั่นในกลุ่มนักเรียนที่ไม่ได้เป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาคเท่ากับ .81

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยครั้งนี้ได้ผ่านการรับรองจริยธรรมการวิจัยระดับบัณฑิตศึกษาจากคณะพยาบาลศาสตร์มหาวิทยาลัยบูรพา ก่อนการเก็บรวบรวมข้อมูลผู้วิจัยเข้าพบกลุ่มตัวอย่างเพื่อขอความร่วมมือในการเข้าร่วมการวิจัยโดยชี้แจงวัตถุประสงค์ รายละเอียดของการวิจัย ชี้แจงสิทธิในการเข้าร่วมการวิจัยหรือการปฏิเสธการเข้าร่วมวิจัยครั้งนี้ หากกลุ่มตัวอย่างต้องการถอนตัวออกจากการวิจัยก็สามารถบอกยกเลิกได้ตลอดเวลาโดยไม่ต้องแจ้งเหตุผล และจะไม่ผลกระทบบิตใด ๆ เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างบางส่วนเป็นเด็กที่มีอายุต่ำกว่า 18 ปี ผู้วิจัยจึงทำหนังสือสำหรับขออนุญาตเซ็นยินยอมจากผู้ปกครองเมื่อผู้วิจัยได้รับใบเซ็นยินยอมจากผู้ปกครองแล้ว จึงให้นักเรียนมาพร้อมกันเพื่อตอบแบบสอบถามข้อมูลที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้จะถูกปกปิดเป็นความลับ ไม่มีการเปิดเผยให้เกิดความเสียหาย และข้อมูลที่ได้จากการวิจัยเป็นการนำ



เสนอเป็นภาพรวมในรูปแบบการสรุปผลการวิจัย มีการทำลายข้อมูลหลังจากผลงานวิจัยได้รับการตีพิมพ์แล้ว

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองโดยขออนุญาตเก็บข้อมูลในโรงเรียน จากนั้นผู้วิจัยแนะนำตัวเองกับกลุ่มตัวอย่าง ชี้แจงวัตถุประสงค์ รายละเอียดของการวิจัยการพิทักษ์สิทธิ์ ผู้วิจัยพบกลุ่มตัวอย่างตามวันนัดหมาย อธิบายขั้นตอนการตอบแบบสอบถามโดยใช้เวลาเก็บรวบรวมข้อมูลทั้งหมดประมาณ 60 นาทีและผู้วิจัยตรวจสอบความสมบูรณ์ด้วยตนเอง

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมวิเคราะห์ข้อมูลสำเร็จรูปทางสถิติมีดังนี้ 1) ข้อมูลส่วนบุคคล นำมาแจกแจงความถี่ หาค่าร้อยละ หาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 2) วิเคราะห์คะแนนการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าว โดยใช้ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและ 3) วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการปรับตัวด้านจิตสังคมและมองโลกทางบวกกับการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าว โดยใช้สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน

ผลการวิจัย

1. กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 78.8 มีอายุ 18 ปี ร้อยละ 36.3 รองลงมา คือ อายุ 16 ปี ร้อยละ 28.8 กำลังศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ร้อยละ 38.8 รองลงมา คือ กำลังศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ร้อยละ 32.5 ผลการเรียนที่ผ่านมามีเกรดเฉลี่ยอยู่ในระดับ 2.00-3.00 ร้อยละ 52.5 นับถือศาสนาพุทธ

ร้อยละ 100 รายได้ของครอบครัวต่อเดือนประมาณ 5,001-10,000 บาท ร้อยละ 47.8 รองลงมา 10,001-20,000 บาท ร้อยละ 28.4 รายได้ที่ได้รับต่อเดือน 1,001-2,000 บาท ร้อยละ 53.3 เพียงพอกับค่าใช้จ่าย ร้อยละ 75.3 ไม่มีโรคประจำตัว ร้อยละ 96.2 และมีสุขภาพแข็งแรง ร้อยละ 74.7 เป็นบุตรคนที่ 1 ร้อยละ 42.5 รองลงมา คือ เป็นบุตรคนที่ 2 ร้อยละ 33.8 มีสมาชิกในครอบครัว 5 คน ร้อยละ 34.2 รองลงมา คือ มีสมาชิกในครอบครัว 4 คน ร้อยละ 27.8 บิดามารดาอยู่ร่วมกัน ร้อยละ 79.7 อาศัยอยู่บ้านบิดาและ/หรือมารดา ร้อยละ 87.3 และมีความสัมพันธ์กับบุคคลในครอบครัว คือ รักใคร่กันดี ร้อยละ 96.2

2. คะแนนการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวโดยรวมอยู่ในระดับค่อนข้างสูง ($\bar{X}=144.86$, $SD = 19.14$) เมื่อพิจารณาจากระดับคะแนน พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีคะแนนการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวในระดับค่อนข้างสูง จำนวน 41 คน ร้อยละ 51.3 ($\bar{X} = 150.76$, $SD = 7.64$) คะแนนการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวในระดับปานกลาง จำนวน 28 คน ร้อยละ 35 ($\bar{X} = 125.96$, $SD = 6.93$) คะแนนการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวในระดับสูง จำนวน 10 คน ร้อยละ 12.5 ($\bar{X} = 178.30$, $SD = 7.45$) และคะแนนการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวในระดับน้อย จำนวน 1 คน ร้อยละ 1.3 ($\bar{X} = 98.00$, $SD = 0.00$) ตามลำดับ ดังแสดงในตารางที่ 1



ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน จำแนกตามระดับการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าว (n = 80)

ระดับการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าว	$\bar{X}$	SD	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ระดับมั่นใจ สูงมาก	-	-	-	-
ระดับมั่นใจสูง	178.30	7.45	10	2.5
ระดับมั่นใจค่อนข้างสูง	150.76	7.64	41	51.3
ระดับมั่นใจปานกลาง	125.96	6.93	28	35.0
ระดับมั่นใจน้อย	98.00	0.00	1	1.3
ระดับมั่นใจน้อยมาก	-	-	-	-
ระดับไม่มั่นใจว่าสามารถทำได้เลย	-	-	-	-
โดยรวม มีความมั่นใจค่อนข้างสูง	144.86	19.14	80	100.0

3. ผลการศึกษาความสัมพันธ์พบว่า การปรับตัวด้านจิตสังคมและการมองโลกทางบวก มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในระดับต่ำ ($r = .24, p < .05$ และ $r = .30, p < .001$ ตามลำดับ) ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการปรับตัวด้านจิตสังคม การมองโลกทางบวกและการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าว

ตัวแปร	ระดับความสัมพันธ์ (ค่า R)กับการรับรู้สมรรถนะแห่งตน ๑
การปรับตัวด้านจิตสังคม	0.24*
มองโลกทางบวก	0.30**

* $p < 0.05$

** $p < 0.001$

อภิปรายผล

ผลการศึกษาพบว่าวัยรุ่นที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวอยู่ในระดับค่อนข้างสูง ($\bar{X} = 144.86, SD = 19.14$) อธิบายได้ว่า วัยรุ่นกลุ่มนี้ส่วนใหญ่มาจากครอบครัวที่อบอุ่นอาศัยอยู่กับพ่อแม่ถึงร้อยละ 87.3 ซึ่งได้รับการอบรมสั่งสอนในครอบครัวตามบริบทของสังคมวัฒนธรรมไทย ผู้ใหญ่จะสอนให้เด็กมีพฤติกรรมอ่อนน้อม โอบอ้อมอารี มีสัมมาคารวะต่อผู้อื่น มีความกตัญญูต่อบุพการี และการ

มีค่านิยมการแสดงออกของพฤติกรรมก้าวร้าวเป็นสิ่งที่ไม่เหมาะสม²² ซึ่งสิ่งเหล่านี้มีผลให้วัยรุ่นรับรู้และเข้าใจว่าการมีพฤติกรรมก้าวร้าวเป็นสิ่งที่ไม่เหมาะสม และจะทำให้เกิดปัญหาในการปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้อื่น จึงให้ความสำคัญกับความพยายามควบคุมการแสดงออกให้เหมาะสม ส่งผลให้การรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวมีคะแนนสูงขึ้นได้

ผลการศึกษาวิจัยนี้พบว่าเด็กวัยรุ่นที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีผลการเรียนที่ดี เป็นสิ่งที่ช่วยสนับสนุนให้การ



รับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวดีขึ้น เพราะการประสบความสำเร็จในการเรียน หรือการทำงานต่าง ๆ ทำให้เด็กวัยรุ่นรับรู้ว่าตนเองทำได้ เชื่อมโยงต่อไปก็จะทำสิ่งต่าง ๆ ได้สำเร็จยิ่งขึ้น จนส่งผลให้เกิดประสบการณ์รับรู้ความสามารถของตนเองสูงขึ้นได้เช่นกัน สอดคล้องกับผลการวิจัยในเด็กวัยรุ่นพบความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้สมรรถนะแห่งตนและความสามารถในการเรียนและดนตรี^{23,24}

นอกจากนี้ผลการศึกษาที่พบว่า วัยรุ่นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวอยู่ในระดับค่อนข้างสูง แต่ไม่ถึงระดับสูงและระดับสูงมาก อธิบายได้ว่า วัยรุ่นกลุ่มตัวอย่างเป็นวัยรุ่นตอนกลางที่มีพัฒนาการการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว จากความเป็นเด็กไปสู่พัฒนาการความเป็นผู้ใหญ่ เริ่มปรับบุคลิกภาพ มองหาอุดมการณ์ และเอกลักษณ์ เพื่อพัฒนาความเป็นตัวของตัวเอง บางครั้งมีความสับสนอารมณ์หวั่นไหวง่าย วัยรุ่นยังต้องการและพยายามจะเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ จากทั้งประสบการณ์ของตัวเองและจากผู้อื่น ทักษะทางสังคมจึงยังพัฒนาไม่สมบูรณ์ รวมถึงการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย โดยเฉพาะสมองด้านการควบคุมอารมณ์ก็ยังพัฒนาไม่เต็มที่² สิ่งเหล่านี้ล้วนมีอิทธิพลต่อพัฒนาการทางสังคม การปรับตัวด้านต่าง ที่ยังต้องกระทำอย่างต่อเนื่อง รวมถึงต่อการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวซึ่งยังคงต้องพัฒนาอย่างต่อเนื่องเช่นกัน

จากผลการศึกษาพบว่า การปรับตัวด้านจิตสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .24, p < .05$) จากการศึกษาครั้งนี้มีคะแนนการปรับตัวด้านจิตสังคมค่อนข้างมาก จึงอาจส่งผลดีแนวโน้มที่จะควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวได้ค่อนข้างสูง สอดคล้องกับการศึกษาของสิริพัชร์ ชำนาญ¹³ ที่พบว่าวัยรุ่นที่มีการปรับตัวทางด้านจิตสังคมได้ดี มีแนวโน้มจะเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวน้อยลง อธิบายได้ว่าการปรับตัวด้านจิตสังคมเป็นการตอบสนองของเด็กวัยรุ่นเมื่อต้องเผชิญกับปัญหาหรือการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น เพื่อรักษาความสมดุลทาง

ร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม ถ้าวัยรุ่นมีการปรับตัวทางจิตสังคมได้ดี จะทำให้สามารถแก้ไขความขัดแย้งทางอารมณ์นำไปสู่การยกระดับจิตใจให้มีความสุขมากขึ้น สามารถเผชิญการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ได้ดี และเมื่อประสบความสำเร็จในการปรับตัว วัยรุ่นจะเกิดความมั่นคงทางอารมณ์ จนส่งผลให้เกิดความเชื่อมั่น เห็นคุณค่าในตนเอง ยอมรับตนเองและรับรู้ในความสามารถของตนเอง เมื่อมีสิ่งเร้าต่าง ๆ มากระทบถ้าวัยรุ่นที่มีเป้าหมายที่ตนคาดหวังไว้ (Outcome expectation) และเรียนรู้ว่าถ้าเลือกที่จะเผชิญสิ่งต่าง ๆ ด้วยความก้าวร้าว จะทำให้นตนเองไปไม่ถึงเป้าหมายที่ตนเองคาดหวัง จึงปรับแนวทางที่ใช้ความพยายามในการสำรวจตนเอง (Self-monitoring) การกำกับตนเอง (Self-regulation) และการควบคุมกำกับตนเอง (Self-control) จนพัฒนาไปสู่การรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าว

ผลการวิจัยพบความสัมพันธ์ทางบวกระหว่างการมองโลกทางบวกและการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .30, p < .001$) อธิบายได้ว่าวัยรุ่นที่ศึกษาครั้งนี้เป็นเด็กนักเรียนที่อยู่ในสถานศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายที่มีเป้าหมายเรื่องการศึกษาในอนาคตเด็กวัยรุ่นเมื่อสามารถเปลี่ยนผ่านจากมัธยมศึกษาตอนต้นสู่มัธยมศึกษาตอนปลาย เด็กจะมีความสัมพันธ์กับกลุ่มเพื่อนและปฏิสัมพันธ์ทางสังคมเชิงบวกที่ทำให้มีการมองโลกทางบวกเพิ่มขึ้น¹⁷ การมองโลกทางบวกเป็นสิ่งที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจในการแสดงพฤติกรรม ที่มุ่งสู่เป้าหมายที่พึงปรารถนา¹⁴ วัยรุ่นเป็นวัยที่มีพัฒนาการต่อเนื่องมาจากวัยเด็ก ช่วงชีวิตมีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสังคม กระบวนการของการปรับตัวทางจิตสังคม อาจทำให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมเสี่ยงหรือพฤติกรรมก้าวร้าวไม่เหมาะสม²⁵ การมองโลกทางบวกทำให้เด็กวัยรุ่นสามารถมองสถานการณ์หรือเหตุการณ์ตามความเป็นจริงอย่างถูกต้องเข้าใจถึงปัญหาและสาเหตุ มีการปรับมุมมองต่อปัญหาและอุปสรรค จนสามารถเผชิญอุปสรรคนั้นได้ด้วย ความคาดหวังเชิงบวกต่ออนาคต



ตามแนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Cognitive Theory) ของอัลเบิร์ต แบนดูรา⁹ มองว่า ถ้าวัยรุ่นต้องการผลที่จะเกิดขึ้นในอนาคตเชิงบวก และเชื่อมั่นในสิ่งที่จะเกิดขึ้นในอนาคตทางบวก คือ การคาดหวังผลลัพธ์ทางบวก (Outcome expectation) นั้นเอง วัยรุ่นจะมีพฤติกรรมต่างๆ ที่จะสำรวจตนเอง กำกับตนเอง ควบคุมตนเอง จนเกิดความเชื่อมั่นในตนเองและรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าว จะเห็นได้จากการศึกษาของ ศิริญา จีระเจริญพงศ์²⁶ ศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อการคิดบวกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย พบการรับรู้ความสามารถของตนมีอิทธิพลทางตรงสูงสุด รองลงมา คือการกำกับตนเอง สอดคล้องกับการศึกษาในประเทศสโลวีเนียพบว่าเด็กวัยรุ่นที่มีการรับรู้สมรรถนะในตนเองสูงจะมีการมองโลกในแง่บวกสูงกว่าเด็กที่รับรู้สมรรถนะในตนเองต่ำ²⁷

จากการศึกษาแสดงให้เห็นว่าสมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งสำหรับวัยรุ่นยุคโลกาภิวัตน์ สังคมวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีที่พัฒนาอย่างรวดเร็ว ทำให้เด็กวัยรุ่นมีการรับข้อมูลที่หลากหลาย จนเป็นสาเหตุให้วัยรุ่นมีปัญหาการปรับตัวและนำไปสู่พฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ จึงควรให้ความสำคัญในการพัฒนาการปรับตัวด้านจิตสังคม ซึ่งจะพัฒนาการมองตนเองหรืออัตมโนทัศน์ในเชิงบวก พัฒนาวัยรุ่นให้รู้บทบาทหน้าที่จนเกิดความรับผิดชอบต่อตนเองและต่อบทบาทในสังคม การมีความสมดุลระหว่างการพึ่งพาตนเองและการขอพึ่งพิงจากบุคคลอื่น นอกจากนี้การมองโลกทางบวก จะส่งเสริมให้เด็กวัยรุ่นมองชีวิตอย่างมีความสุข มีความหวังถึงผลที่ดีในอนาคต¹⁷ เชื่อมั่นว่า ถ้าสามารถควบคุมและกำกับตนเองได้ในระดับหนึ่ง จะทำให้สามารถแยกแยะสถานการณ์ มองถึงผลที่จะเกิดตามมา ดังนั้นวัยรุ่นจะสามารถเลือกแสดงพฤติกรรมในแบบที่เหมาะสม สอดคล้องกับวิถีปฏิบัติทางสังคมและตัวตนของตนเอง มีความพร้อมในการพัฒนาตนเองสู่ความเป็นผู้ใหญ่ที่เป็นอนาคตของชาติอย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ด้านการปฏิบัติการพยาบาล จากผลการวิจัยพบว่า การปรับตัวด้านจิตสังคม และการมองโลกทางบวก ทำให้เด็กวัยรุ่นมีการรับรู้สมรรถนะแห่งตน จึงสามารถนำข้อมูลพื้นฐานไปใช้ในการวางแผนเพื่อพัฒนาการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวของวัยรุ่นที่เหมาะสมต่อไป

2. ด้านการวิจัย จากผลการวิจัยควรมีการศึกษาตัวแปรอื่นๆ เพื่อขยายผลของการอธิบายตัวแปรที่มีความสัมพันธ์และทำนายปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวของวัยรุ่น

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง การปรับตัวด้านจิตสังคมและการมองโลกทางบวก กับการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวในวัยรุ่น ในเขตพื้นที่อื่นๆ และวัยรุ่นกลุ่มอื่นๆ เพื่อที่จะได้ข้อมูลมาพัฒนาวัยรุ่นได้ชัดเจนยิ่งขึ้น

2. ควรมีการศึกษารูปแบบกิจกรรมการส่งเสริมการปรับตัวด้านจิตสังคมและการมองโลกทางบวกให้แก่วัยรุ่น โดยมุ่งเน้นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้เกิดความสามารถในการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวที่เหมาะสม

3. ควรมีการเลือกกลุ่มตัวอย่างเพศชาย และเพศหญิงในสัดส่วนที่เท่ากัน ซึ่งทำให้การวิเคราะห์ข้อมูลและการอภิปรายผลได้นำเชื่อถือมากขึ้น

เอกสารอ้างอิง

1. กรมสุขภาพจิต. รายงานงานประจำปี กรมสุขภาพจิต 2012 : กระทรวงสาธารณสุข บางกอกบลิ๊ก 2555.
2. Arnett, JJ. Adolescence and emerging adulthood: A cultural approach (4th ed.). Boston: Prentice-Hall; 2010.



3. จิราภา เตังไตรรัตน์ และคณะ. จิตวิทยาทั่วไป. ฉบับพิมพ์ครั้งที่ 7. ธรรมศาสตร์ : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ; 2554.
4. สุกพัฒนา เดชาตวิวงศ์ ณ อยุธยา. คู่มือบทความเพื่อสุขภาพจิต. กรุงเทพฯ : อักษรบัณฑิต ; 2548.
5. Bandura, A. Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review* 1977; 84: 191-215.
6. สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดลออนไลน์. รายงานการสำรวจของสถาบันประชากรและสังคมปี พ.ศ. 2557. [เข้าถึงเมื่อ 12 ธันวาคม 2557]. เข้าถึงได้จาก <http://www.ipsr.mahidol.ac.th/ipsr/AnnualConference/ConferenceX/Download.htm>
7. พัทธกษพล บุญยมาลิก และคณะ. การพัฒนาละศึกษาความเที่ยงตรงของเครื่องมือประเมินเพื่อใช้ในการป้องกันและแก้ไขความรุนแรงของนักเรียนอาชีวศึกษา. *วารสารสมาคมจิตเวชแห่งประเทศไทย* 2555; 57(1) : 1-18
8. กรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน. รายงานสถิติคดีประจำปี พ.ศ. 2557. [เข้าถึงเมื่อ 12 กรกฎาคม 2558]. เข้าถึงได้จาก <http://www.djop.moj.go.th/images/djopimage/yaer2557.pdf>
9. Bandura, A. Social foundations of thought and action. Englewood Cliffs, NJ: PrenticeHall ; 1986.
10. Bandura, A. Swimming against the mainstream: The early years from chilly tributary to transformative mainstream. *Behavior Research and Therapy* ; 2004 ; 42 : 613-630.
11. รัตนา ตาบัง. ผลของโปรแกรมการกำกับตนเองต่อการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กวัยรุ่น. [วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต] เชียงใหม่ : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ : 2550.
12. Roy, C., Heather, AA. The royadaptatoin model. Stamford: Appletion & Lange. 1999.
13. สิริพัช ชำนาญ. อัตมโนทัศน์ การสนับสนุนทางสังคมและพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาในจังหวัดเชียงใหม่. [วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต]. เชียงใหม่ : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่: 2552.
14. Carver, CS., Scheier, MF. Three human strengths. In LG. Aspinwall & U. M. Staudinger (Eds.), *A psychology of human strengths; Fundamental questions and future direction for a positive psychology* W, DG ; American Psychological Association ; 2003 ; 87-102
15. Ho, MY., Cheung FM., Cheung SF. The role of meaning in life and optimism in promoting well-being. *Personality and Individual Difference* ; 2010 ; 48: 658-663.
16. Chang, EC. Cultural differences in optimism, pessimism, and coping: Predictors of subsequent adjustment in Asian American and Caucasian American college students. *Journal of Counseling Psychology*; 1996; 43: 113-123.
17. Koisumi, R. Feelings of optimism and pessimism in Japanese students' transition to junior high school. *Journal of Early Adolescence*; 1995; 15: 412-428.
18. Dariusz, K. The mediating role of optimism in the relation between sense of coherence, subjective and psychological well-being among late adolescents. *Personality and Individual Difference*; 2015; 85: 134-139.
19. อวิรุทธ์ ผลทรัพย์. การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับความเครียดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในเขตพื้นที่การศึกษานนทบุรี เขต 1. [วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต].



- กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ: 2551.
20. พัชรีย์ โชติกพงศ์. ความเข้มแข็งในการมองโลกและการปรับตัวด้านจิตสังคมของวัยรุ่นใน อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่. [วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต]. เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่: 2547.
21. สุมาลีณี มธุรพจน์พงศ์. ความหวัง การมองโลกในแง่ดี และความสามารถในการฟื้นคืนได้ : ตัวแปรทำนายผลงาน ความพึงพอใจในงาน ความสุขในการทำงาน และความผูกพันกับองค์กร. Veridian E-Journal, 5(3) ; 2555.
22. ศิริรัตน์ แอดสกุล. ความรู้เบื้องต้นทางสังคมวิทยา. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ; 2557.
23. Arslan, A. Educational Sciences : Theory & Practice. 2012;12 (3) : 1915-1920.
24. Hewitt, MP. Journal of Research in Music Education, 00224294. 2015 Oct; 63(3).
25. Steinberg, L. Adolescence. 8. New York : McGraw-Hill ; 2008.
26. ศิริญา จีระเจริญพงศ์. ปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อการคิดเชิงบวกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา เขต 11. [วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิตการวิจัยและสถิติทางการศึกษา]. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ; 2556.
27. Yeo, LS., Tan, K. Australian Journal of Guidance&Counselling. 2012;22(1):82-101.