

ปัจจัยที่สัมพันธ์กับสุขภาวะองค์รวมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายของ
โรงเรียนในเขต ยานนาวา-สาทร กรุงเทพมหานคร

THE FACTORS RELATED TO HOLISTIC HEALTH OF UPPER SECONDARY
SCHOOL STUDENTS IN YANNAWA – SATHORN DISTRICT, BANGKOK
METROPOLIS

พระจักรี ปิยวณฺโณ (ชุม่วง)*

บทคัดย่อ

การวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่สัมพันธ์กับสุขภาวะองค์รวมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายของโรงเรียนในเขต ยานนาวา-สาทร กรุงเทพมหานคร มีวัตถุประสงค์ 3 ประการ คือ 1) เพื่อศึกษาสุขภาวะองค์รวมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายของโรงเรียนในเขต ยานนาวา-สาทร กรุงเทพมหานคร 2) เพื่อศึกษาความแตกต่างของ ปัจจัยส่วนบุคคล และปัจจัยจิตสังคม ที่ส่งผลต่อสุขภาวะองค์รวมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายของโรงเรียนในเขต ยานนาวา-สาทร กรุงเทพมหานคร 3) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยจิตสังคม กับ สุขภาวะองค์รวมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายของโรงเรียนในเขต ยานนาวา-สาทร กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขตยานนาวา-สาทร กรุงเทพมหานคร จำนวน 148 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือแบบสอบถาม สถิติที่ใช้ในการวิจัย คือ ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Division) การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA) และ สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน โดยกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิจัยพบว่า 1) สุขภาวะองค์รวมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายของโรงเรียนในเขต ยานนาวา-สาทร กรุงเทพมหานคร โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.58$, S.D. = .403) 2) นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายของโรงเรียนในเขต ยานนาวา-สาทร กรุงเทพมหานคร ที่มีเพศต่างกัน มีสุขภาวะองค์รวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 3) นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายของโรงเรียนในเขต ยานนาวา-สาทร กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุ, เกรดเฉลี่ย, อาชีพของผู้ปกครอง, รายได้ต่อเดือนของผู้ปกครอง แตกต่างกัน มีค่าเฉลี่ยแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ 4) นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายของโรงเรียนในเขต ยานนาวา-สาทร กรุงเทพมหานคร ที่มีความเชื่อมั่นในตนเองต่างกัน มีสุขภาวะองค์รวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 5) นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายของโรงเรียนในเขต ยานนาวา-สาทร กรุงเทพมหานคร ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่างกัน มีสุขภาวะองค์รวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่

* หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ระดับ.01 6) นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายของโรงเรียนในเขต ยานนาวา-สาทร กรุงเทพมหานคร ที่มีปัจจัยทางสังคมต่างกัน มีสุขภาวะองค์รวมต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 7) ความเชื่อมั่นในตนเอง ของ นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขตยานนาวา-สาทร กรุงเทพมหานคร มีความสัมพันธ์ที่แปรผันต่อกันในระดับมาก กับสุขภาวะองค์รวม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r=.578$) 8) แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ของ นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขต ยานนาวา-สาทร กรุงเทพมหานคร มีความสัมพันธ์ที่แปรผันต่อกันในระดับมาก กับสุขภาวะองค์รวม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01 ($r=.626$) 9) พบว่า ปัจจัยทางสังคม ของ นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขตยานนาวา-สาทร กรุงเทพมหานคร มีความสัมพันธ์ที่แปรผันต่อกันในระดับมาก กับสุขภาวะองค์รวม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r=.507$)

คำสำคัญ: ปัจจัยจิตสังคม, สุขภาวะองค์รวมแนวพุทธ

ABSTRACT

The objectives of this research entitled “The Factors Related to Holistic Health of Upper Secondary School Students in Yannawa – Sathorn District, Bangkok Metropolis” were 1) to study holistic health of upper secondary school students in Yannawa – Sathorn District, Bangkok Metropolis, 2) to study the difference of Individual factors, psycho-social factors that are influencing holistic health of upper secondary school students in Yannawa – Sathorn District, Bangkok Metropolis, 3) to study a relationship among Psycho-Social factors and Holistic Health of upper secondary school students in Yannawa – Sathorn District, Bangkok Metropolis. The sample was 148 upper secondary school students in Yannawa – Sathorn District, Bangkok Metropolis. Tool for data collection was questionnaire, the statistics for data analysis were percentage, arithmetic mean, standard deviation and to test hypotheses with One-way ANOVA and Pearson’s Correlation coefficient and Analysis of Variance was used to test the significant differences at.05 level.

The Result of Research was found as follows 1) The level of a holistic health of upper secondary school students in Yannawa – Sathorn District, Bangkok Metropolis, in the overall, was high ($\bar{X} = 3.58$, S.D. = .403) 2) The upper secondary school students in Yannawa – Sathorn District, Bangkok Metropolis the gender differences have holistic health differences at significant level. 05 3) The upper secondary school students in Yannawa – Sathorn District, Bangkok Metropolis with differences of age, GPA, parental occupation and monthly income of the

parent, they have no difference of the average of holistic health at significant level .05 4) The upper econdary school students in Yannawa – Sathorn District, Bangkok Metropolis with differences of Self-confidence have holistic health differences at significant level .01 5) The upper secondary school students in Yannawa – Sathorn District, Bangkok Metropolis with differences of Achievement Motivation have holistic health differences at significant level .01 6) The upper secondary school students in Yannawa – Sathorn District, Bangkok Metropolis with differences of Psycho-Social factors have holistic health differences at significant level .01 7) There was proportional relationship to each other at high level between Self-confidence and holistic health of upper secondary school students in Yannawa – Sathorn District, Bangkok Metropolis at significant level. 01. ($r=.578$) 8) There was proportional relationship to each other at high level between achievement motivation and holistic health of upper secondary school students in Yannawa – Sathorn District, Bangkok Metropolis at significant level. 01. ($r=.626$) 9) There was proportional relation-ship to each other at high level between psycho-social factors and holistic health of upper secondary school students in Yannawa – Sathorn District, Bangkok Metropolis at significant level. 01 ($r=.507$)

Keywords: Psycho-Social factors, Buddhist Holistic Health

1. บทนำ

วัยรุ่น (Adolescence) เป็นวัยหัวเลี้ยวหัวต่อจากวัยเด็กไปสู่วัยผู้ใหญ่ (จตุรพร ล้มมันจริง, 2556) วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงเข้าสู่ภาวะทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม จึงนับว่าเป็นวิกฤติช่วงหนึ่งของชีวิต เนื่องจากเป็นช่วงต่อของวัยเด็กและผู้ใหญ่ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในระยะต้นของวัยจะมีการเปลี่ยนแปลงมากมายเกิดขึ้น ซึ่งการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว จะมีผลต่อความสัมพันธ์ระหว่างวัยรุ่นด้วยกันเอง และบุคคลรอบข้าง นอกจากนี้วัยรุ่นเป็นวัยที่มนุษย์พยายามค้นหาความต้องการที่แท้จริง (Identity Versus Role Confusion: 12-20 ปี) เรียนรู้บทบาท หน้าที่ และความสามารถเฉพาะตน เพื่อที่จะวางแผนชีวิตต่อไปในอนาคตซึ่งถ้าในขณะนี้ วัยรุ่นที่ประสบความสำเร็จในการค้นหาเอกลักษณ์ของตัวเอง ก็จะส่งผลให้ วัยรุ่นเข้าใจในบทบาทหน้าที่ และเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่รู้จักความสามารถของตน รวมทั้งมีการวางแผนชีวิตที่เหมาะสม ในทางตรงกันข้าม หากเกิดความล้มเหลวในการค้นหาเอกลักษณ์เฉพาะตน วัยรุ่นก็จะสับสนในบทบาทหน้าที่ และมีผลกระทบต่อการเจริญเติบโตเป็นผู้ใหญ่ในอนาคต นอกจากนี้ วัยรุ่นยังปรารถนาเป็นเหมือนผู้ใหญ่หนึ่งในสังคม ด้วยการเลือกเอาลักษณะบางอย่างของต้นแบบมาใช้เป็นลักษณะของตนเอง ซึ่งมักจะ

ได้แก่ พ่อ แม่ ญาติ พี่น้อง และครูอาจารย์ แต่การเลียนแบบพฤติกรรมนั้นไม่ได้จำกัดเฉพาะพฤติกรรมที่ดี อาจมีการรับเอาพฤติกรรมที่มีลักษณะก้าวร้าว หรือรุนแรงมาได้ จากการประสบกับเหตุการณ์ที่รุนแรงในชีวิต หรืออาจจดจำเอาพฤติกรรมที่ไม่ดี มาจากบุคคลที่ใกล้ชิด และจากสื่อต่างๆ (Erikson E., 2555) สิ่งแวดล้อมทั้งทางกายภาพ (Physical) ทางสังคม (Social) ทางวัฒนธรรม (Cultural) และทางความคิด (Ideational) เข้ามามีอิทธิพลกับพัฒนาการของชีวิตมนุษย์ ตั้งแต่แรกเกิดจนชรา ซึ่งส่งผลต่อความคิดริเริ่ม ความสามารถในการปรับตัว บุคลิกภาพและพฤติกรรมต่างๆ

เอरिक ฮอมเบอร์เกอร์ แอริคสัน (Erik Homburger Erikson) พบว่าพัฒนาการทางจิตวิทยาของมนุษย์มีการเปลี่ยนแปลงเหมือนกับโครงสร้างทางกายภาพร่างกาย มุมมองของแอริคสันจึงเน้นพัฒนาการทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคมร่วมกัน นั่นคือ การเจริญเติบโตทางร่างกาย และสิ่งแวดล้อมจะมีความสัมพันธ์กับพัฒนาการทางจิตใจ และบุคลิกภาพ ทำให้บุคคลสามารถปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้ ทฤษฎีของแอริคสันนี้มีพื้นฐานจากทฤษฎีจิตวิเคราะห์ของฟรอยด์ จุดเด่นของแอริคสันคือมุมมองพัฒนาการมนุษย์ตลอดช่วงอายุขัย ซึ่งแอริคสันมองพัฒนาการของบุคคลคนหนึ่งเป็นลักษณะ องค์กรรวม (Wholeness/Holistic) ตั้งแต่แรกเกิดจนกระทั่งสิ้นอายุขัย สอดคล้องกับหลักธรรมในพระพุทธศาสนา ที่มีลักษณะมุ่งสอนบุคคลอย่างเป็นองค์รวม ไม่เอียงไปทางมุ่งแสวงหาและเสพแต่ความสุขทางกาย บำรุงบำเรอจนเกินพอดีหรือที่เรียกว่า “กามสุขัลลิกานุโยค” (วิ.ม. (ไทย) 4/13/18) หรือมุ่งแต่ความหลุดพ้นเป็นอิสระ กระทั่งมุ่งทำลายและกำจัดความต้องการความจำเป็นทางกาย โดยอาจมองเอียงไปสุดถึงที่ว่า ความสมบูรณ์ทางกายเป็นอุปสรรคต่อความสมบูรณ์ทางจิตใจ หรือที่เรียกว่า “อัสตถิลลิกานุโยค” เจ้าชายสิทธัตถะทรงละความสุขสุดโต่งทางกาย โดยดำริว่าเป็นทางที่ปิดกั้นไม่ให้มีโอกาสในการแสวงหาความสุขทางจิตใจ และได้มุ่งดำเนินชีวิตอีกแบบ ในการละเลยต่อสุขภาวะทางกายถึง 6 ปี ก่อนที่จะเข้าใจว่าวิถีการที่ไม่สมดุลดังกล่าวก็ไม่ใช่ทางหลุดพ้น จึงหันกลับมาดูแลสุขภาวะทางกายเล็กน้อยตามตน แนวคำสอนสายกลางที่มีดุลยภาพเข้าใจความพอดี จึงเรียกว่าทางสายกลาง หรือ “มัชฌิมาปฏิปทา” (วิ.ม. (ไทย) 4/14/18) หรือข้อปฏิบัติที่เป็นทางสายกลาง ไม่เอียงทางใดทางหนึ่ง ซึ่งอยู่บนพื้นฐานของความเป็นจริงตามกฎแห่งเหตุผลและความเป็นไป ตามองค์ประกอบและตัวแปรที่พอดีที่เรียกว่า มัชฌิมนิเทศนา (ที.ม. (ไทย) 10/299/348)

ปัจจุบันหากมองถึงเรื่องสุขภาวะ หรือสุขภาพนั้น จะมีองค์ประกอบได้ทั้งหมด 4 มิติด้วยกัน คือ สุขภาวะทางกาย สุขภาวะทางจิต สุขภาวะทางสังคม และสุขภาวะทางจิตวิญญาณ หรือการรู้คิด (ปัญญา) ทั้งสี่เรื่องนี้มี ความแตกต่างกัน แต่ไม่ได้แยกกันอยู่อย่างเป็นกองๆ หากว่ามีความเชื่อมโยงกันและกันทั้งหมด ซึ่งสุขภาวะด้านหนึ่งที่ครอบคลุมและเชื่อมโยงกับสุขภาวะอีกสามมิติ ซึ่งการมีสุขภาวะที่สมบูรณ์ทั้ง 4 มิติที่กล่าวมา ไม่ได้เป็นองค์ประกอบที่มีความสำคัญเพียงแค่พื้นฐานที่จะนำไปสู่การมี คุณภาพชีวิตที่ดีเท่านั้น แต่มีความสำคัญต่อทุกองค์ประกอบของการที่จะมีคุณภาพชีวิตที่ดี เนื่องจากสุขภาวะหรือสุขภาพ ไม่ใช่เรื่องการไม่มีโรคเท่านั้น แต่หมายถึงความถูกต้องเหมาะสมทั้งหมด ของมนุษย์และของสังคม ใน พ.ร.บ. สุขภาพแห่งชาติ พ.ศ.2550 มาตรา 3 ใน

พระราชบัญญัตินี้ “สุขภาพ” หมายความว่า ภาวะของมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งทางกาย ทางจิต ทางปัญญา และทางสังคม เชื่อมโยงกันเป็นองค์รวมอย่างสมดุล “ปัญญา” หมายความว่า ความรู้ทั่วรู้เท่าทันและความเข้าใจในเหตุผลแห่งความดีความชั่ว ความมีประโยชน์และความมีโทษ ซึ่งนำไปสู่ความมีจิตอันดีงามและเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ (สำนักงานปฏิรูประบบสุขภาพแห่งชาติ (สปรส), 2556) สุขภาพจึงไม่ได้แยกจากวิถีชีวิต ที่ดำเนินไปบนพื้นฐานของความพอดี โดยดำรงอยู่ในครอบครัว ชุมชนและสังคมที่พัฒนาไปอย่างสมดุลควบคู่กัน

ด้วยเหตุดังกล่าวนี้ทำให้ผู้วิจัย มีความสนใจที่จะศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับสุขภาวะองค์รวมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย เพื่อให้ให้นักเรียน ผู้ปกครอง ครู โรงเรียนและผู้มีส่วนเกี่ยวข้องกับเยาวชนวัยนี้ ได้รับรู้และตระหนักถึงปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาวะของนักเรียน และเพื่อเป็นการรับรู้ปัญหาของนักเรียน ให้นักเรียนพร้อมรับสถานการณ์ที่กดดัน กับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นทั้งทางด้าน กายภาพ ด้านจิตใจ ด้านสังคม และสติปัญญา สามารถยอมรับการเปลี่ยนแปลง จัดการกับสิ่งที่ก่อให้เกิดความเครียดได้อย่างเหมาะสม การเสริมสร้างพัฒนาการของวัยรุ่นจึงจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้อง นำแนวคิดการเสริมสร้างสุขภาวะองค์รวมมาเสริมสร้างเยาวชน ในสถานการณ์พัฒนาประเทศไทยเข้าสู่ความทันสมัยและให้สอดคล้องกับเป้าหมายขององค์การอนามัยโลกที่มองเรื่องสุขภาพอย่างครอบคลุมทุกมิติ เพื่อบรรลุสุขภาวะที่สมบูรณ์ทั้งทางกาย ทางจิตใจ ทางสังคม และทางจิตวิญญาณ (อุนเื้ออ สิ่งคำ และคณะ, 2557)

2. วัตถุประสงค์

2.1 เพื่อศึกษาสุขภาวะองค์รวมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายของโรงเรียนในเขต ยานนาวา-สาทร กรุงเทพมหานคร

2.2 เพื่อศึกษาความแตกต่างของ ปัจจัยส่วนบุคคล และปัจจัยจิตสังคม ที่ส่งผลต่อสุขภาวะองค์รวมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายของโรงเรียนในเขต ยานนาวา-สาทร กรุงเทพมหานคร

2.3 เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยจิตสังคม กับ สุขภาวะองค์รวมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายของโรงเรียนในเขต ยานนาวา-สาทร กรุงเทพมหานคร

3. ขอบเขตการวิจัย

ขอบเขตด้านเนื้อหา ศึกษาวิเคราะห์เอกสารเรื่องปัจจัยที่สัมพันธ์กับสุขภาวะองค์รวมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร โดยศึกษาค้นคว้าข้อมูลจากเอกสาร ดังนี้ 1. เอกสารปฐมภูมิ (Primary) ได้แก่ พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. 2539 อรรถกถาและเอกสารที่เกี่ยวข้องกับเรื่องปัจจัยที่สัมพันธ์กับสุขภาวะองค์รวม 2. เอกสารทุติยภูมิ (Secondary) ได้แก่ หนังสือ ตำรา บทความ ข้อเขียน และเอกสารอื่น ที่เกี่ยวข้องกับเรื่องปัจจัยที่สัมพันธ์กับสุขภาวะองค์รวม 3. สิ่งที่ต้องการศึกษา ได้แก่ หลักการเรียนรู้การศึกษาและการใช้ชีวิตของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในพื้นที่เขตยานนาวา-สาทร กรุงเทพมหานคร

ขอบเขตด้านประชากร ได้แก่ นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขตยานนาวา-สาทร กรุงเทพมหานคร สุ่มเลือกโรงเรียนด้วยการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive sampling) ได้แก่ โรงเรียนเจ้าพระยาวิทยาคม และโรงเรียนนนทรีวิทยา รวมประชากรทั้งสองโรงเรียนเท่ากับ 434 คน เลือกผู้ที่มีความพร้อมในการตอบแบบสอบถามทั้งหมดได้ 240 คน กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างด้วย ตารางของเครจซีและมอร์แกน (Krejcie & Morgan) (1970)

ในการประมาณค่าสัดส่วนของประชากรเช่นเดียวกันและกำหนดให้สัดส่วนของลักษณะที่สนใจในประชากร เท่ากับ 0.5 ระดับความคลาดเคลื่อนที่ยอมรับได้ 5% และระดับความเชื่อมั่น 95% จำนวน 148 คน

4. วิธีดำเนินการวิจัย

4.1 รูปแบบการวิจัย

งานวิจัยเรื่อง “ปัจจัยที่สัมพันธ์กับสุขภาวะองค์รวมแนวพุทธของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขต ยานนาวา-สาทร กรุงเทพมหานคร” ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) ที่ใช้การศึกษาวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) จากแบบสอบถาม (Questionnaire)

4.2 กลุ่มตัวอย่าง

นักเรียนมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 6 ในเขตยานนาวา-สาทร กรุงเทพมหานคร จำนวน 1,508 คน สุ่มเลือกโรงเรียนด้วยการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive sampling) ได้แก่ โรงเรียนเจ้าพระยาวิทยาคม และโรงเรียนนนทรีวิทยา รวมประชากรทั้งสองโรงเรียนเท่ากับ 434 คน เลือกผู้ที่มีความพร้อมในการตอบแบบสอบถามทั้งหมดได้ 240 คน กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างด้วย ตารางของเครจซีและมอร์แกน (Krejcie & Morgan) ในการประมาณค่าสัดส่วนของประชากร เช่นเดียวกัน และกำหนดให้สัดส่วนของลักษณะที่สนใจในประชากร เท่ากับ 0.5 ระดับความคลาดเคลื่อนที่ยอมรับได้ 5% และระดับความเชื่อมั่น 95% จำนวน 148 คน

4.3 การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลใช้วิธีการวิเคราะห์เชิงปริมาณ (Quantitative Analysis) เป็นหลัก โดยดำเนินการขั้นแรก คือ นำแบบสอบถามที่เก็บรวบรวมได้ จำนวน 148 ชุด นำมาตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสำรวจ (Editing) แล้วดำเนินการลงรหัสตามคู่มือการลงรหัส (Code Book) หลังจากนั้นได้มีการตรวจสอบแบบสำรวจเพื่อความถูกต้องอีก 1 ครั้ง แล้วจึงดำเนินการถ่ายรหัสทั้งหลายลงในแบบฟอร์มถ่ายข้อมูล (Transfer Sheet) บรรจุข้อมูลลงในคอมพิวเตอร์ และวิเคราะห์ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติเพื่อการวิจัยทางสังคมศาสตร์ เพื่อหาค่าทางสถิติ

4.4 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลสถานภาพส่วนบุคคลของปัจจัยที่สัมพันธ์กับสุขภาวะองค์รวมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายของโรงเรียนในเขต ยานนาวา-สาทร กรุงเทพมหานคร วิเคราะห์โดยหาค่าความถี่ (Frequency) และค่าร้อยละ (Percentage) วิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยที่สัมพันธ์กับสุขภาวะองค์รวมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายของโรงเรียนในเขต ยานนาวา-สาทร กรุงเทพมหานคร โดยทำการแจกแจงความถี่ หาค่าร้อยละคะแนนเฉลี่ย ($\bar{X}$) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) การเปรียบเทียบความคิดเห็นของปัจจัยที่สัมพันธ์กับสุขภาวะองค์รวมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในเขต ยานนาวา-สาทร กรุงเทพมหานคร จำแนกตามเพศ อายุ เกรดเฉลี่ย ระดับชั้น อาชีพของผู้ปกครอง รายได้ต่อเดือนของผู้ปกครอง สถิติที่ใช้คือ การทดสอบค่าที (t-test) การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA) และ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson's Correlation Coefficient) โดยกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05

5. ผลการวิจัย

ผลการวิจัยพบว่า พบว่า สุขภาวะองค์รวม ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายของโรงเรียนในเขต ยานนาวา-สาทร กรุงเทพมหานคร โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.58 ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ .403 ดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 1 แสดงผลการวิเคราะห์ปัจจัยที่สัมพันธ์กับสุขภาวะองค์รวมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายของโรงเรียนในเขต ยานนาวา-สาทร กรุงเทพมหานคร โดยภาพรวมทั้ง 4 ด้าน

ตัวแปรทั้ง 4 ด้าน	ค่าเฉลี่ยเลขคณิต (Mean)	ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)	แปลผล
ความเชื่อมั่นในตนเอง	3.36	.415	ปานกลาง
แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์	3.53	.532	มาก
ปัจจัยทางสังคม	3.72	.542	มาก
สุขภาวะองค์รวม	3.58	.403	มาก

จากตารางที่ 1 พบว่า ระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับปัจจัยที่สัมพันธ์กับสุขภาวะองค์รวมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายของโรงเรียนในเขต ยานนาวา-สาทร กรุงเทพมหานคร ปัจจัยทางสังคม อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย = 3.72, ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = .542 รองลงมา ด้านสุขภาวะองค์รวม มีค่าเฉลี่ย = 3.58, ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = .403 รองลงมา ด้านแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์มีค่าเฉลี่ย = 3.53, ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = .532 และสุดท้าย ด้านความเชื่อมั่นในตนเอง มีค่าเฉลี่ย = 3.36 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = .415 ตามลำดับ

5.1 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของปัจจัยที่สัมพันธ์กับสุขภาวะองค์รวมแยกตามปัจจัยส่วนบุคคล ด้านเพศ พบว่า สุขภาวะองค์รวมโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก เพศชาย มีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ ($\bar{X} = 3.68$, S.D.=.433) เพศหญิง มีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ ($\bar{X} = 3.51$, S.D.=.368) ค่าเฉลี่ยมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ตัวแปรต้นด้านอายุ, เกรดเฉลี่ย, อาชีพของผู้ปกครอง และ รายได้ต่อเดือนของผู้ปกครอง พบว่า ค่าเฉลี่ยมีความแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

5.2 ผลการวิเคราะห์ค่าแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยแยกตามปัจจัยจิตสังคม

ตารางที่ 2 การวิเคราะห์ค่าแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระหว่างตัวแปรต้นและตัวแปรตาม จำแนกตามความเชื่อมั่นในตนเอง

ความเชื่อมั่นในตนเอง	แหล่งความแปรปรวน	Sum of Squares	Mean square	F	P
	ระหว่างกลุ่ม	10.89	0.57		
สุขภาวะองค์รวม	ภายในกลุ่ม	13.02	0.10	5.63	0.00**
	รวม	23.92			

**มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตารางที่ 2 พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขตยานนาวา-สาทร กรุงเทพมหานคร ที่มีความเชื่อมั่นในตนเองต่างกัน มีสุขภาวะองค์รวมต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

ตารางที่ 3 การวิเคราะห์ค่าแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระหว่างตัวแปรต้นและตัวแปรตาม จำแนกตาม แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์

แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์	แหล่งความแปรปรวน	Sum of Squares	Mean square	F	P
	ระหว่างกลุ่ม	13.22	0.55		
สุขภาวะองค์รวม	ภายในกลุ่ม	10.70	0.08	6.33	0.00**
	รวม	23.92			

** หมายถึง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตารางที่ 3 พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขตยานนาวา-สาทร กรุงเทพมหานคร ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่างกัน มีสุขภาวะองค์รวมต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

ตารางที่ 4 การวิเคราะห์ค่าแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระหว่างตัวแปรต้นและตัวแปรตาม จำแนกตามด้านปัจจัยทางสังคม

ตัวแปร	แหล่งความแปรปรวน	Sum of Squares	Mean square	F	P
สุขภาวะองค์รวม	ระหว่างกลุ่ม	9.73	0.42	3.70	0.00**
	ภายในกลุ่ม	14.18	0.11		
	รวม	23.92			

** หมายถึง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตารางที่ 4 พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขตยานนาวา-สาทร กรุงเทพมหานคร ที่มีปัจจัยทางสังคมต่างกัน มีสุขภาวะองค์รวมต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

5.3 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้นและตัวแปรตาม

ตารางที่ 5 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างระหว่างตัวแปรต้นและตัวแปรตาม จำแนกตาม ด้านความเชื่อมั่นในตนเอง

ตัวแปร	ความเชื่อมั่นในตนเอง	สุขภาวะองค์รวม
ความเชื่อมั่นในตนเอง	1	.578**
สุขภาวะองค์รวม	.578**	1
Mean	3.36	3.58
S.D.	0.41	0.40

**มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตารางที่ 5 พบว่า ความเชื่อมั่นในตนเอง ของ นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขตยานนาวา-สาทร กรุงเทพมหานคร มีความสัมพันธ์ที่แปรผันต่อกันในระดับมาก กับสุขภาวะองค์รวม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r=.578$)

ตารางที่ 6 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างระหว่างตัวแปรต้นและตัวแปรตาม จำแนกตาม ด้านแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์

ตัวแปร	แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์	สุขภาวะองค์รวม
แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์	1	.626**
สุขภาวะองค์รวม	.626**	1
Mean	3.53	3.58
S.D.	0.53	0.40

**มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตารางที่ 6 พบว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ของ นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขต ยานนาวา-สาทร กรุงเทพมหานคร มีความสัมพันธ์ที่แปรผันต่อกันในระดับมาก กับสุขภาวะองค์รวม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r=.626$)

ตารางที่ 7 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างระหว่างตัวแปรต้นและตัวแปรตาม จำแนกตาม ด้าน ปัจจัยทางสังคม

ตัวแปร	ปัจจัยทางสังคม	สุขภาวะองค์รวม
ปัจจัยทางสังคม	1	.507**
สุขภาวะองค์รวม	.507**	1
Mean	3.53	3.58
S.D.	0.53	0.40

**มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตารางที่ 7 พบว่า ปัจจัยทางสังคม ของ นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขต ยานนาวา-สาทร กรุงเทพมหานคร มีความสัมพันธ์ที่แปรผันต่อกันในระดับมาก กับสุขภาวะองค์รวม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r=.507$)

6. อภิปรายผล

จากการวิจัยเรื่อง “ปัจจัยที่สัมพันธ์กับสุขภาวะองค์รวมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายของโรงเรียนในเขต ยานนาวา-สาทร กรุงเทพมหานคร” ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่าง มีสุขภาวะองค์รวม โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.58$, S.D. = .403) นอกจากนั้นยังรวมถึงความเชื่อมั่นในตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ และ ปัจจัยทางสังคม ที่มีค่าเฉลี่ยโดยภาพรวมอยู่ในระดับมากเช่นกันการอภิปรายผลการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจะได้นำประเด็นที่สำคัญและน่าสนใจ นำมาอภิปรายผล ดังนี้

ประเด็นที่ 1 นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายของโรงเรียนในเขต ยานนาวา-สาทร กรุงเทพมหานคร ที่มีเพศต่างกัน พบว่า สุขภาวะองค์รวม ค่าเฉลี่ยมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงถึงความแตกต่างกันระหว่างเพศชายและหญิง ในด้านของสุขภาวะองค์รวม ที่ไม่ได้หมายถึงเฉพาะสุขภาพทางกายเพียงมิติเดียว แต่ยังรวมถึง สุขภาพจิต สังคม และสติปัญญา ค่าเฉลี่ยในภาพรวมทั้งเพศชายและหญิง อยู่ในระดับ มาก โดยที่ เพศชาย มีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ ($\bar{X} = 3.68$, S.D.=.433) เพศหญิง มีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ ($\bar{X} = 3.51$, S.D.=.368) นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จัดว่าเป็นวัยรุ่นตอนกลาง ที่มีอายุระหว่าง 15-18 ปี ภายใต้นี้บางครั้งถูกเรียกว่า วัยหนุ่มสาว เพราะวัยรุ่นชายและวัยรุ่นหญิงจะมีวุฒิภาวะทางเพศ เมื่อวัยรุ่นหญิงหรือชายมีเพศสัมพันธ์ก็จะสามารถให้กำเนิดลูกได้ ภายใต้นี้พฤติกรรมแบบเด็กจะค่อยๆ หายไปและมีการ

แสดงออกของความเป็นหญิงสาวหรือชายหนุ่มเข้ามาแทนที่ ดังนั้น การเปลี่ยนแปลงส่วนใหญ่จึงเป็นด้านจิตใจที่เกิดจากการพัฒนาทางร่างกาย วัยรุ่นช่วงนี้เป็นช่วงระยะเวลาที่มีความอยากรู้อยากทดลองในเรื่องเพศมากเป็นพื้นฐานเดิมเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านสรีระ สอริโมนเพศ ทำให้มีความพร้อมในอารมณ์และกิจกรรมทางเพศ วัยรุ่นช่วงนี้มีการเรียนรู้และทดลองกิจกรรมในเรื่องเพศสัมพันธ์มากขึ้น ซึ่งถ้าไม่ได้รับการแนะนำหรือปฏิบัติตัวอย่างเหมาะสมอาจจะนำไปสู่ปัญหาทางด้านสังคมและสุขภาพต่างๆ ตามมา เช่น การตั้งครรภ์ในวัยหนุ่มสาว การติดต่อโรคทางเพศสัมพันธ์ ต้องออกจากสถาบันการศึกษา ฯลฯ

ประเด็นที่ 2 ปัจจัยด้านความเชื่อมั่นในตนเอง พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขตยานนาวา-สาทร กรุงเทพมหานคร ที่มีความเชื่อมั่นในตนเองต่างกัน มีสุขภาวะองค์รวมต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 และ ความเชื่อมั่นในตนเอง มีความสัมพันธ์ที่แปรผันต่อกันในระดับมาก กับสุขภาวะองค์รวม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r=.578$) ซึ่งหมายความว่า ความเชื่อมั่นในตนเอง บ่งชี้ถึง ค่าของ สุขภาวะองค์รวม ซึ่งต่างเป็น ปัจจัยที่ เชื่อมต่อกันและกัน ระดับความคิดเห็น ด้านความเชื่อมั่นในตนเอง โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ย = 3.37

การมีความเชื่อมั่นในตนเองเป็นการแสดงออกถึงการยอมรับตนเอง ซึ่งเป็นพื้นฐานของการมีสุขภาพจิตที่ดี และส่งผลต่อการมีทักษะทางสังคมที่ดี สอดคล้องกับ แจ่มจันทร์ เกียรติกุล กล่าวว่า การมีความเชื่อมั่นในตนเองนั้นเป็นบุคลิกภาพทางสังคมที่มีความสำคัญอย่างมากในการดำเนินชีวิตของบุคคลตั้งแต่เด็กจนกระทั่งเติบโตเป็นผู้ใหญ่ ควรเสริมสร้างให้เกิดขึ้นกับทุกคน ควรเป็นความเชื่อมั่นในตนเองที่เป็นสัมมาทิฐิ เพื่อจะช่วยให้เขาเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีบุคลิกภาพที่ดี และใช้ความเชื่อมั่นในตนเองให้เกิดประโยชน์ทั้งต่อตนเองและส่วนรวมเพราะเป็นพื้นฐานของการเป็นผู้นำ ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ มีความเป็นตัวของตัวเอง มีความคิดก้าวหน้ามองโลกในแง่ดี กล้าแสดงออกในทางที่ถูก สามารถประสบความสำเร็จทั้งด้านการเรียนในหน้าที่การงาน ทำงานร่วมกับคนอื่นได้สามารถตัดสินใจได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนสามารถปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมและอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข (แจ่มจันทร์ เกียรติกุล, 2531) สอดคล้องกับ แบลร์ (Blair) กล่าวว่า คนที่ยอมรับสถานการณ์ใหม่ๆ ที่ตนประสบโดยปราศจากความกลัวความล้มเหลว จะเป็นคนที่มีความมั่นใจในตนเอง จึงทำให้บุคคลกล้าที่จะเผชิญกับสถานการณ์ใดๆ ด้วยความไม่กลัว และแน่ใจว่าสถานการณ์นั้นๆ จะไม่ทำให้ได้รับความเดือดร้อน ไม่สบายใจ มีความเชื่อมั่นในตนเองว่าที่ตนกระทำไปนั้นเป็นสิ่งที่ดีงาม (Blair, G.M., 1968)

เห็นได้ว่า ความเชื่อมั่นในตนเอง เป็นปัจจัยที่ส่งเสริมสุขภาวะองค์รวมด้านสติปัญญา ซึ่งเกี่ยวข้องกับทักษะการแก้ไขปัญหา การรับมือกับปัญหา และความสามารถในการเอาชนะอุปสรรค ความเชื่อมั่นในตนเองนี้ครอบคลุมคือปัจจัยที่สำคัญในการสร้างและพัฒนาให้มีความเชื่อมั่นในตนเองเกิดขึ้น เช่นเดียวกันกับ งานวิจัยในต่างประเทศ ของ เรดเก้ ซึ่งพบว่า บุตรจากครอบครัวที่พ่อแม่ยอมรับ จะมีลักษณะเชื่อมั่นในตนเอง เป็นที่ยอมรับของสังคม ให้ความร่วมมือกับเพื่อนฝูง ไว้วางใจในตนเองและมีความรับผิดชอบสูง (Redke, M.J., 1964) สอดคล้องกับ มุสเสน ศึกษาพบว่าพ่อแม่ที่ให้

โอกาสและได้รับการสนับสนุนความต้องการในด้านความอยากรู้อยากเห็น จะทำให้เด็กเป็นตัวของตัวเอง พึ่งตนเองได้ มีความคิดสร้างสรรค์ กล้าคิด กล้าตัดสินใจ กล้าพูด กล้าแสดงออก สามารถเผชิญสถานการณ์ใหม่ โดยไม่วิตกกังวล และมีความเชื่อมั่นในตนเอง

ประเด็นที่ 3 ปัจจัยด้านแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขตยานนาวา-สาทร กรุงเทพมหานคร ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่างกัน มีสุขภาวะองค์รวมต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 และ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ของ นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขตยานนาวา-สาทร กรุงเทพมหานคร มีความสัมพันธ์ที่แปรผันต่อกันในระดับมาก กับสุขภาวะองค์รวม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r=.626$) ซึ่งแสดงว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ เป็นตัวบอกลถึง สุขภาวะองค์รวม และ เป็น ปัจจัยที่เกื้อกูลซึ่งกันและกัน ความมากน้อย ของ ค่าเฉลี่ยแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ สร้างความแตกต่างกับค่าเฉลี่ยของสุขภาวะองค์รวม โดยที่ ภาพรวมของแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย = 3.53, ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = .853 ในขณะที่แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ก็มีมิติที่เชื่อมโยงกันโดยตรงกับ สุขภาวะองค์รวมในด้าน สถิติปัญญา การแก้ไขปัญหา ความสามารถในการเผชิญปัญหา และ ความสามารถในการเอาชนะอุปสรรค เพื่อความเป็นเลิศและการได้รับการยอมรับ ซึ่งสำหรับเด็กชั้นมัธยมศึกษาในเบื้องต้นจะสามารถแสดงออกได้ในเรื่อง ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสอดคล้องกับงานวิจัยของ ธัญกร คำแวง ที่ได้ศึกษาเรื่อง ซึ่งศึกษาเกี่ยวกับองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน วิชาแคลคูลัส 1 ของนักศึกษาหลักสูตรวิศวกรรมศาสตร์ สถาบันอุดมศึกษาเอกชน ในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์มีความสัมพันธ์ทางบวก กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (ธัญกร คำแวง, 2555)

ประเด็นที่ 4 ปัจจัยทางสังคม พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขตยานนาวา-สาทร กรุงเทพมหานคร ที่มีความสัมพันธ์ในครอบครัว ต่างกัน มีสุขภาวะองค์รวมต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 และ ความสัมพันธ์ในครอบครัว ของ นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขตยานนาวา-สาทร กรุงเทพมหานคร มีความสัมพันธ์ที่แปรผันต่อกันในระดับมาก กับสุขภาวะองค์รวม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r=.507$) ซึ่งแปลว่า ปัจจัยทางสังคม หรือ ความสัมพันธ์ในครอบครัว มีผล ต่อการมีสุขภาวะองค์รวม ซึ่งปัจจัยทางสังคมนี้ มีส่วนเกี่ยวข้องกับ สุขภาวะองค์รวมในมิติด้านสังคมโดยตรง ตามทฤษฎีจิตวิทยาพัฒนาการ ครอบครัว ถือเป็นปรากฏการณ์แรก ของการสร้างเสริมบุคลิกภาพ ของมนุษย์ และจะมีผลในระยะยาวต่อปัจจัยจิตลักษณะ หรือ จิตเดิมของมนุษย์หลังจากที่การพัฒนาทางร่างกายเติบโตเต็มที่แล้ว แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่นในตนเอง ความสามารถในการเอาชนะอุปสรรค ทักษะทางสังคม ภาวะความเป็นผู้นำ ต่างมีจุดเริ่มต้น ที่ครอบครัวเป็นสำคัญ และสิ่งเหล่านั้นจะเป็นลักษณะประจำตัวมนุษย์คนนั้นในอนาคต พรอยด์ ได้เน้นถึงการปลูกฝังบุคลิกภาพในวัยเด็กมากที่สุด โดยได้กล่าวว่าในช่วง 1-5 ปีแรก ของชีวิตเป็นช่วงที่สำคัญที่สุดของการพัฒนาบุคลิกภาพ การอบรมเลี้ยงดูเด็กและการกระทำเป็นตัวอย่าง ให้แก่เด็ก เป็นสิ่งสำคัญมาก เพราะเด็กจะเลียนแบบ บิดามารดา และผู้ใกล้ชิด

7. ข้อเสนอแนะ

1) ข้อเสนอแนะระดับนโยบาย ส่งเสริมนโยบายเกี่ยวกับ การสร้างความมั่นคง ความอบอุ่น ความรักในครอบครัว กำหนดให้ครอบครัว มีการจัดกิจกรรมที่สามารถช่วยให้บุคคลในครอบครัวใช้เวลาด้วยกัน ได้รู้จักเรียนรู้ซึ่งกันและกัน เพื่อเสริมสร้างความไว้วางใจ และความเชื่อมั่นต่อกันและกัน ให้ข้อมูลกับผู้ปกครอง ครูอาจารย์ เกี่ยวกับบทบาทความสำคัญ ที่มีส่วนร่วมในการพัฒนาบุคลิกภาพของเยาวชน เพื่อให้ตระหนักถึงคุณค่าในการเป็นตัวแบบ หรือ บุคคลตัวอย่างที่ดีแก่เยาวชน เพื่อการพัฒนาการมีความรับผิดชอบ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ การจัดการกับอารมณ์ รวมถึงปัจจัยจิตลักษณะในด้านต่างๆ

2) ข้อเสนอแนะระดับปฏิบัติ ทักษะการแก้ไขปัญหาและความสามารถในการเอาชนะอุปสรรคเป็นสิ่งที่ควรเสริมสร้างให้คงอยู่เสมอ แม้ว่าจะมีภาพรวมอยู่ในระดับที่ดีอยู่แล้ว แต่สติปัญญาเป็นสิ่งที่ควรเพิ่มพูนอยู่ตลอดเวลา เพราะ หลังจากรุ่นตอนกลางแล้ว นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายจะต้องก้าวเข้าสู่ความเปลี่ยนแปลง ทั้งทางด้านร่างกาย และสังคม แล้ววัยรุ่นจะก้าวเข้าสู่ความเป็นผู้ใหญ่เต็มตัว บทบาทในชีวิตจะเปลี่ยนแปลงไป ปัญหาและอุปสรรคก็จะเปลี่ยนรูปแบบไปเช่นกัน ดังนั้น สุขภาวะองค์รวมทางด้านปัญญา จึงเป็นมิติทางสุขภาพที่ต้องให้ความสำคัญและพัฒนาอยู่เสมอ ทุกช่วงวัย

3) ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป ข้อค้นพบต่างๆที่ได้จากงานวิจัยครั้งนี้พบว่า สัมพันธภาพในครอบครัว มีความเชื่อมโยงกับสุขภาวะองค์รวมใน เกือบทุกมิติ รวมไปถึงปัจจัยทางจิตลักษณะเอง ก็มีความสัมพันธ์กับปัจจัยทางสังคมของครอบครัวเช่นกัน จึงควรมีการทำงานวิจัยเชิงลึก เกี่ยวกับความสัมพันธ์ในครอบครัว ที่จะมีผลต่อตัวแปรตามอื่นๆ รวมไปถึงความสัมพันธ์อื่นๆ เช่น สัมพันธภาพระหว่างเพื่อน เป็นต้น

บรรณานุกรม

- กรมศิลปากร. (2555). *ประชุมสุภาชีวิตสอนหญิง*. บริษัท เอดิสัน เพรส โรดักส์ จำกัด.
- จตุรพร ลิ้มมันจรี. (2556). *วิธีการสอนวิชาแนะแนว*. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- จิราภรณ์ ตั้งกิตติภรณ์. (2532). *จิตวิทยาเบื้องต้น*. สงขลา: คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- แจ่มจันทร์ เกียรติกุล. (2531). “การศึกษาความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัยที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแตกต่างกันและอยู่ในชั้นเรียนของครูที่มีพฤติกรรมทางวาจาและท่าทางแตกต่างกัน”. *วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต*. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- พระธรรมโมลี (ทองอยู่ ญาณวิสุโท), “การศึกษาเปรียบเทียบแนวคิดเรื่องสุขภาพแบบองค์รวมในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับแนวคิดตะวันตก”. *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต*. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2550.

- พระมหาดานินทร์ ฐิติวิโร. (2545). “การศึกษาแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษา: ศึกษาเฉพาะกรณีโรงเรียนในจังหวัดศรีสะเกษ”. *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- วัชรระ คำเพ็ง. (2537). “การศึกษาแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักมวยไทยอาชีพ”. *วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต*. บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วิไลวรรณ สิริสุทธ. (2545). “ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาโปรแกรมวิชาเทคโนโลยีและนวัตกรรมการศึกษา สถาบันราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร”. *วิทยานิพนธ์นิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต*. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี.
- สำนักงานปฏิรูประบบสุขภาพแห่งชาติ (สปรส). *สุขภาพทางจิตวิญญาณ สู่สุขภาพทางปัญญา*. กรุงเทพฯ: อูษาการพิมพ์, 2556.
- Blair, G.M. (1968). *Educational Psychology*. New York: The Macmillan Company.
- Chickering, S.W. (1993). *Education and Identity*. Sanfrancisco: Jossey Bass.
- Mussen, P.M. (1969). *The Psychological Development of the child*. New Jersey: Prentice Hall
- Redke, M.J. (1964). *The Relation of Parental Authority to children Behavior and Attitude*, Minneapolis University of Minnesota Press.