

การปรับตัวทางจิตสังคมและลักษณะสถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิต ของผู้ใหญ่วัยกลางคน

The Psychosocial Adjustment and Situational Conditions as Correlates of the Quality of Life in Midlife Adulthood

นางสาวนพมาศ แซ่เสี้ยว¹
รองศาสตราจารย์งามตา วรินทร์านนท์²
รองศาสตราจารย์ ดร.อรพินทร์ ชุชม

บทคัดย่อ

งานวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยความสัมพันธ์เปรียบเทียบ (Correlational - Comparative Study) โดยมีวัตถุประสงค์หลัก เพื่อ (1) มุ่งวิจัยปัจจัยเชิงสาเหตุสำคัญที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิต โดยรวมและแต่ละด้าน (ด้านงาน ครอบครัว และสังคม) ของผู้ใหญ่วัยกลางคน (2) ศึกษาปฏิสัมพันธ์ของพัฒนาการทางจิตสังคมตามทฤษฎีของอีริกสัน (3) แสวงหาตัวทำนายสำคัญและปริมาณการทำนายคุณภาพชีวิต และ (4) ค้นหาว่าผู้ใหญ่วัยกลางคนประเภทใดที่มีคุณภาพชีวิตด้านต่างๆ ในปริมาณน้อย (ซึ่งจัดเป็นกลุ่มเสี่ยง) กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ใหญ่วัยกลางคนชายและหญิง ซึ่ง สมรสแล้ว และมีบุตรอย่างน้อย 1 คน จำนวนทั้งสิ้นรวม 645 ราย เครื่องมือวัดตัวแปรเป็นแบบมาตรประเมินรวมค่า (Summated Rating Scales) จำนวน 15 แบบวัด โดยได้มีการหาคุณภาพรายข้อเพื่อคัดเลือกข้อที่มีมาตรฐานสูงตลอดจนมีการหาค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดแต่ละฉบับ แบบวัดแต่ละฉบับมีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาระหว่าง .75 ถึง .94 ผลการวิจัยครั้งนี้พบว่าคุณภาพชีวิตของผู้ใหญ่วัยกลางคนเกี่ยวข้องกับขั้นของพัฒนาการทางจิตสังคมตามทฤษฎีของอีริกสัน นอกจากนี้จิตลักษณะ 3 ด้าน คือ เอกลักษณะแห่งตน ความใกล้ชิดผูกพัน และการปรับตัวเพื่อการสร้างขยายเป็นตัวทำนายที่สำคัญของคุณภาพชีวิตแต่ละด้าน (งาน ครอบครัว สังคม และด้านรวม) จึงเสนอให้มีการพัฒนาเอกลักษณะแห่งตนให้เข้มแข็งในวัยรุ่นไทยเพื่อเตรียมความพร้อมที่จะพัฒนาไปสู่จิตลักษณะความใกล้ชิดผูกพันในวัยผู้ใหญ่ตอนต้นและการปรับตัวเพื่อการสร้างขยายในวัยผู้ใหญ่วัยกลางคน

¹ ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์

² อาจารย์ประจำสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

Abstract

This correlational-comparative study aimed at investigating major causal factors of each component of quality of life (career, family, and social life) and quality of life as a whole in the groups of midlife adults. This research was to study interactions of psychosocial development in Erikson's theory, and it was to find out the significant predictors and the quantitative prediction of the quality of life predictors and what types of midlife adults that had low quality of life in many areas (who were the risk groups). The samples employed were 645 men and women in midlife adulthood, married with at least one child. The tools employed to measure the variables in the study were 15 summated-rating scales. The quality of each item had been tried out so that the items that had high standard were selected to be used. The reliability of each scale was also evaluated. The α -coefficient is between 0.75-0.94. Major results of the study were : as the vivid results in this study the quality of life of midlife adults was related to the state of psychosocial development according to Erikson's theory: ego-identity, intimacy, and generativity. The study found that three psychological traits were the important predictors of quality of life in each area (career, family, and social life) and as a whole. Therefore Thai teenagers should be helped to develop strong ego-identity so that they were prepared to enter the intimacy stage of psychological trait in the early adulthood and adjust themselves for the generativity in midlife.

บทนำ

การมีคุณภาพชีวิตที่ดีเป็นสิ่งที่พึงปรารถนาของปัจเจกบุคคล ส่วนสำคัญของการมีคุณภาพชีวิตที่ดีคือ การได้รับการสนับสนุนทางสังคม การเป็นที่ยอมรับและเป็นที่รักของคนรอบตัว การสามารถทำตนให้เป็นประโยชน์แก่ครอบครัวและสังคมได้ การมีความรู้ดีกว่าสามารถควบคุมสถานการณ์ทั้งในครอบครัวและในที่ทำงานได้มาก ตลอดจนมีโอกาสพัฒนาตนเองและผู้อื่นทางด้านสติปัญญา สังคม อารมณ์ ความสวยงามและความผ่อนคลายด้านจิตใจ (ดวงเดือน พันธุมนาวิน; และคนอื่นๆ. 2540 : 139 ; อ้างอิงจาก Spilker.1990) จากความสำคัญดังกล่าวข้างต้น องค์ประกอบของคุณภาพชีวิตที่ดีของผู้ใหญ่วัยกลางคน คือ การมีคุณภาพชีวิตด้านต่าง ๆ ที่สำคัญ ได้แก่ การทำงาน ครอบครัว และสังคม ซึ่งมีผลงานวิจัยในอดีต จำนวนน้อยที่ให้คำตอบเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของบุคคลในวัยผู้ใหญ่วัยกลางคน ที่มีอยู่บ้าง เช่น ผลงานวิจัยของ ภมริน เชาวน์จินดา (2542) ซึ่งศึกษาลักษณะทางพุทธศาสนาที่เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตด้านครอบครัว ด้านเศรษฐกิจ ด้านสุขภาพ และด้านสังคม จำนวน 247 คน พบว่าปัจจัยด้านจิตลักษณะ เช่น ความเชื่ออำนาจในตน และการปฏิบัติทางพุทธศาสนา มีบทบาทสำคัญในการอธิบาย

คุณภาพชีวิตโดยรวม โดยเฉพาะคุณภาพชีวิตด้านสังคมได้มาก และในการศึกษาของ พรรณราย พิทักษ์เจริญ (2543) ซึ่งศึกษาจิตลักษณะและสถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมสุขภาพกายและจิตของข้าราชการ พบว่า ปัจจัยด้านจิตลักษณะตามสถานการณ์ เช่น ทศนคติที่ดีต่อการดูแลสุขภาพตนเอง ความรู้เรื่องสุขภาพ และความเชื่ออำนาจในตน มีบทบาทสำคัญในการอธิบายพฤติกรรมด้านสุขภาพได้มาก ผลเช่นนี้ปรากฏในข้าราชการโดยรวม ยิ่งกว่านั้น ศิริวรรณ ม่วงศิริ (2540) ได้ศึกษาพบว่า คุณภาพชีวิตที่ดีในผู้ใหญ่วัยกลางคนนี้ เป็นกุญแจสำคัญของคุณภาพชีวิตที่ดีในวัยสูงอายุด้วย

จากงานวิจัยดังกล่าว เห็นได้ว่าคุณภาพชีวิตของผู้ใหญ่วัยกลางคนมีความสำคัญ และยังเป็นพื้นฐานสำคัญต่อคุณภาพชีวิตในวัยสูงอายุด้วย ดังนั้นผู้วิจัยจึงได้ศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุ จิตลักษณะเดิม ลักษณะสถานการณ์สภาพแวดล้อม กับคุณภาพชีวิตของกลุ่มผู้ใหญ่ไทยวัยกลางคนใน ด้านการทำงาน ครอบครัว และสังคม ซึ่งผลที่ได้จะเป็นประโยชน์ในการเสริมสร้างและพัฒนาศักยภาพ ด้านคุณภาพชีวิตของบุคคลในวัยผู้ใหญ่วัยกลางคน ได้อย่างถูกต้องเหมาะสมยิ่งขึ้น

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

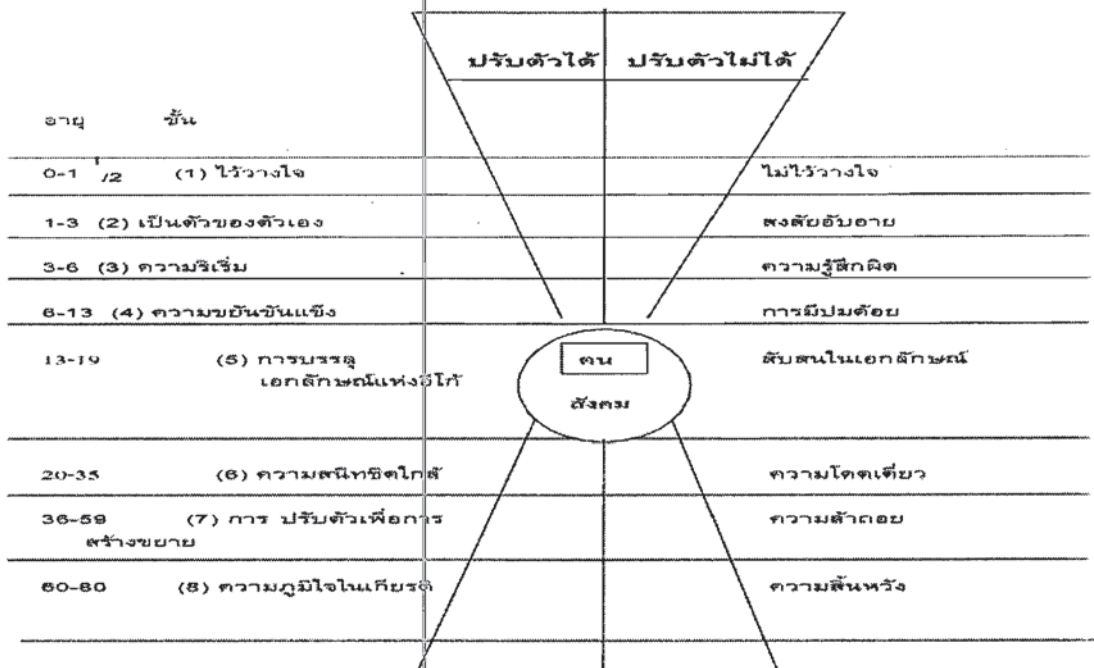
1. เพื่อศึกษาปฏิสัมพันธ์ของพัฒนาการทางสังคมอารมณ์ตามทฤษฎีของอีริกสัน ในขั้นที่ 5 เอกลักษณ์แห่งตน (ego-identity) ขั้นที่ 6 ความใกล้ชิดผูกพัน (intimacy) และขั้นที่ 7 การปรับตัวเพื่อการสร้างขยาย (generativity) ว่าเกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตของบุคคลในวัยผู้ใหญ่วัยกลางคนมากเพียงใด ในผู้ใหญ่วัยกลางคนประเภทต่างๆ
2. เพื่อศึกษาปฏิสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มตัวแปรจิตลักษณะเดิมและจิตลักษณะตามสถานการณ์กับกลุ่มตัวแปรลักษณะสถานการณ์ว่าเกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตของผู้ใหญ่วัยกลางคนมากเพียงใด ในผู้ใหญ่วัยกลางคนประเภทต่างๆ
3. เพื่อแสวงหาตัวทำนายสำคัญและปริมาณการทำนายคุณภาพชีวิตของผู้ใหญ่วัยกลางคน โดยใช้ตัวแปรในกลุ่มตัวแปรจิตลักษณะเดิม จิตลักษณะตามสถานการณ์ และลักษณะสถานการณ์เป็นตัวทำนาย
4. เพื่อค้นหาว่าผู้ใหญ่วัยกลางคนประเภทใดที่มีคุณภาพชีวิตด้านต่างๆ ในปริมาณน้อย (ซึ่งจัดเป็นกลุ่มเสี่ยง) และปัจจัยเชิงสาเหตุ

กรอบแนวคิดการวิจัย

1. ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้แนวการวิเคราะห์สาเหตุของพฤติกรรมมนุษย์ด้วยรูปแบบทฤษฎีปฏิสัมพันธ์นิยม (Interactionism model) (ดูเดือน พันธุมนาวิณ. 2547 ; อ้างอิงจาก Endler, & Magnusson.1977 ; Tett, & Burnett. 2003) เป็นกรอบแนวคิดเบื้องต้นในการประมวลเอกสาร

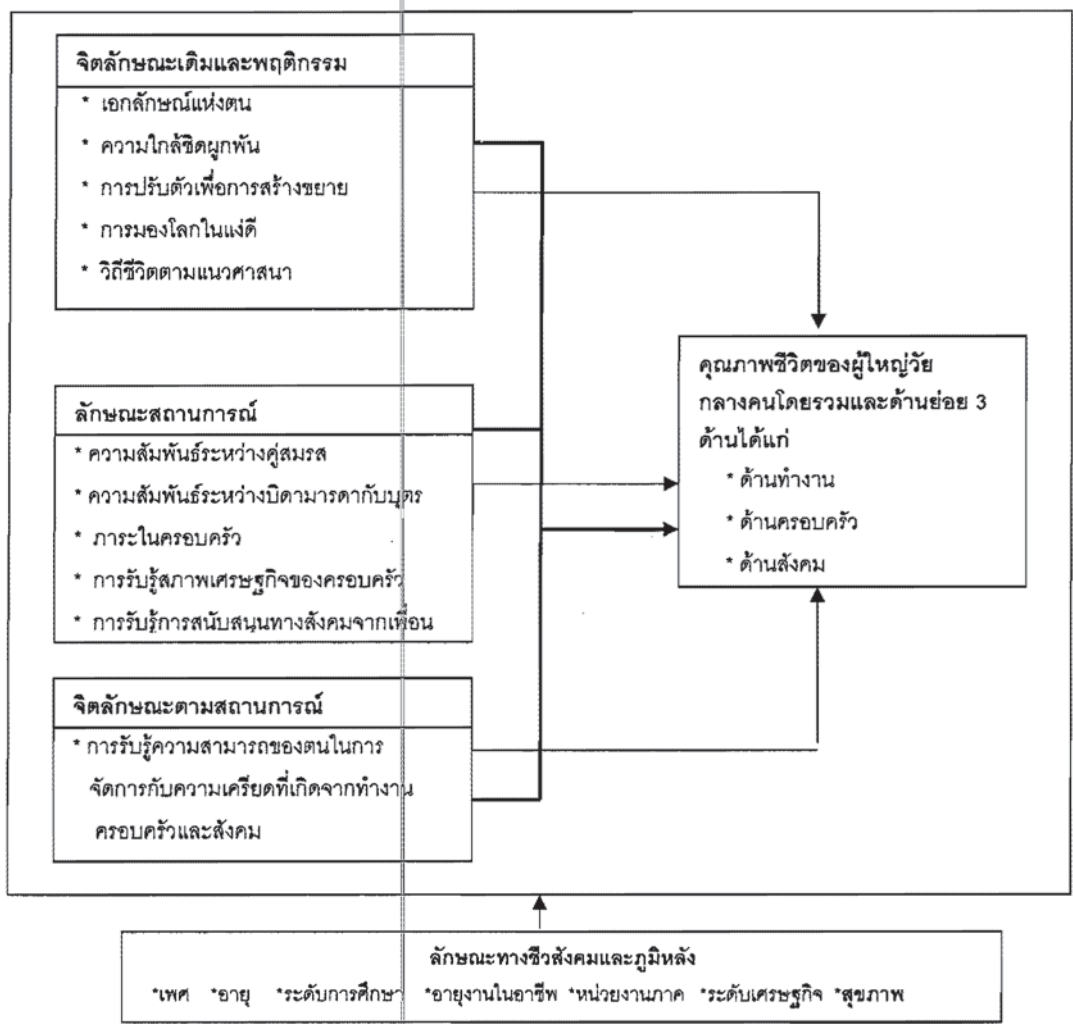
เพื่อกำหนดตัวแปรเชิงเหตุ ในการอธิบายและทำนายคุณภาพชีวิตของผู้ใหญ่วัยกลางคน 3 ด้านให้ครอบคลุมที่สุดเท่าที่เป็นไปได้

2. ในการกำหนดตัวแปรเชิงเหตุในกลุ่มจิตลักษณะเดิมของบุคคลในวัยผู้ใหญ่วัยกลางคน ได้แนวคิดจากทฤษฎีพัฒนาการทางจิตสังคมของอีริกสัน (ดวงเดือน พันธุมนาวิน, 2541 ; อ้างอิงจาก Erikson, 1968) ดังภาพประกอบ 1



ภาพประกอบ 1 แสดงพัฒนาการ 8 ขั้นตามทฤษฎีพัฒนาการทางจิตสังคมของอีริกสัน

ในทฤษฎีของอีริกสันได้แบ่งพัฒนาการตลอดช่วงชีวิตของมนุษย์ ตั้งแต่แรกเกิดจนถึงอายุ 80 ปี ออกเป็น 8 ช่วง ช่วงที่ 1 ถึงช่วงที่ 4 เป็นช่วงของการสะสมประสบการณ์ในการแก้ปัญหา และการปรับตัวเพื่อการเกิดเอกลักษณ์แห่งตนในช่วงที่ 5 ส่วนช่วงที่ 5 ถึงช่วงที่ 8 เป็นการนำเอาเอกลักษณ์แห่งตนไปใช้ การบรรลุเอกลักษณ์แห่งตนในช่วงที่ 5 ซึ่งแสดงถึงช่วงความสำเร็จในการปรับตัวในช่วงต้น ๆ ของบุคคล จะส่งผลให้เขาทำตนให้เป็นประโยชน์แก่สังคมได้มากเมื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่ ในการศึกษาครั้งนี้กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ใหญ่วัยกลางคน ตัวแปรเชิงเหตุจึงศึกษาขั้นพัฒนาการทางจิตสังคมของอีริกสัน ในช่วงที่ 5 ถึงช่วงที่ 7 ดังนั้นในการศึกษาครั้งนี้ สรุปความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต่าง ๆ ดังแสดงในภาพประกอบ 2



ภาพประกอบ 2 กรอบแนวคิด ในการวิจัยความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร

วิธีดำเนินการวิจัย

กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ใหญ่วัยกลางคนเพศชายและหญิงอายุตั้งแต่ 36-59 ปี จบการศึกษาระดับเท่ากันหรืออนุปริญญา (ปวส.) ขึ้นไป เป็นผู้ที่สมรสแล้วอยู่ร่วมกับคู่สมรส มีบุตรอย่างน้อย 1 คน กลุ่มตัวอย่างเป็นข้าราชการหรือลูกจ้างของหน่วยงานรัฐ 4 แห่ง และบริษัทเอกชน 4 แห่ง รวมทั้งหมดเป็น 8 แห่ง จำนวนทั้งหมด 2,408 คน พบประชากรเป้าหมาย 874 คน ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบ Stratified Random Sampling (Kerlinger; & Lee. 2000 : 179-180) แบ่งผู้ใหญ่วัยกลางคนเป็นกลุ่มชายและกลุ่มหญิง และสุ่มตัวอย่าง ด้วยอัตราสัดส่วนเท่ากันๆ ของ 75 % ของประชากรผู้ใหญ่วัยกลางคนทั้งชายและหญิง ได้กลุ่มชายจำนวน 307 คน และกลุ่มหญิง 348 คน รวมทั้งหมด 655 คน เก็บข้อมูลได้สมบูรณ์จำนวน 645 คน

เครื่องมือและคุณภาพของเครื่องมือ งานวิจัยนี้มีเครื่องมือวัดตัวแปร 15 ชุด บางชุดเป็นเครื่องมือที่ได้มีนักวิจัยสร้างไว้ บางชุดได้พัฒนาจากเดิม และบางชุดได้สร้างขึ้นใหม่ เครื่องมือทุกชุดเป็นแบบมาตรประเมินรวมค่า 6 ระดับ ตรวจสอบความสามารถในการจำแนกรายข้อด้วยการหาค่า r-Item total (Item-Total Correlation) โดยใช้เกณฑ์ค่า r ต้องมีค่าไม่ต่ำกว่า 0.20 ขึ้นไป จากนั้นคัดเลือกข้อที่ผ่านเกณฑ์ ตรวจสอบความตรงโดยผู้เชี่ยวชาญ และตรวจสอบความเที่ยงโดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha coefficient) และนियามปฏิบัติกร ของงานวิจัยนี้สามารถกำหนดนิยามของตัวแปรสำคัญ และคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้วัดแต่ละตัวแปรแสดงได้ดังตาราง 1

ตาราง 1 ตัวแปรสำคัญ นิยาม คุณภาพเครื่องมือ และที่มา

ตัวแปร	นิยาม	คุณภาพเครื่องมือ			ที่มา
		จำนวนข้อ	พิสัยค่า item-total correlation	ทั้งฉบับ ค่าความเชื่อมั่น Reliability (α)	
I. ตัวแปรตาม					
1.1 คุณภาพชีวิตด้านทำงาน	ความพึงพอใจในงานของบุคคลที่มีคํงานที่ทําอยู่ปัจจุบัน โดยจําแนกความพึงพอใจในจํานเป็น 2 ด้าน คือ 1) ความพึงพอใจภายในลักษณะจําน 2) ความพึงพอใจสภาพการทํางาน	16	.34 ถึง .75	.89	สร้างใหม่
1.2.คุณภาพชีวิตด้านครอบครัว	ความพึงพอใจในสัมพันธภาพกับสมาชิกครอบครัว 3 ด้าน คือ 1) รับรู้การสนับสนุนด้านวัตถุสิ่งของ 2) รับรู้การสนับสนุนด้านจิตใจ อารมณ์ และ 3) รับรู้การสนับสนุนทางคํานข้อมูลข่าวสาร	15	.47 ถึง .75	.91	สร้างใหม่
1.3.คุณภาพชีวิตด้านสังคม	ความพึงพอใจในการคบหาสมาคมกับเพื่อนร่วมวัยและบุคคลอื่นในชุมชนและสังคม มีความรู้สึกชื่นชมกับการทํางานอาสาปําเพื่อประโยชน์ และการใช้เวลาว่างในการทํากิจกรรมสังคม	15	.26 ถึง .78	.89	สร้างใหม่
1.4.คุณภาพชีวิตโดยรวม	ความพึงพอใจในคุณภาพชีวิต 3 ด้าน คือ การทํางาน ครอบครัว และสังคม	46	.20 ถึง .72	.94	สร้างใหม่
2.จิตลักษณะเดิม					
2.1 เอกลักษณะแห่งคน	ปริมาณความเข้าใจของบุคคลว่าคนเป็นใครมีความคิดเห็นเกี่ยวกับการแสดงออก ในทางหนึ่งทางใดอย่างเหมาะสม ทั้งนี้ โดยการเปรียบเทียบว่าตนเองมีลักษณะสอดคล้องกับลักษณะที่สังคมและวัฒนธรรมคาดหวังเกี่ยวกับคนเพียงใด	15	.40 ถึง .67	.88	งามตา วนิทานนํ และคนอื่นๆ (2545)
2.2 ความใกล้ชิดผูกพันกับคู่สมรส	ความรู้สึกร และการตระหนักรู้ของผู้ตอบถึงปริมาณความสนิทชิดใกล้ความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ในความสัมพันธ์ระหว่างตนกับคู่สมรส ครอบคลุมใน 4 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านอารมณ์-สังคม 2) ด้านการร่วมรู้ร่วมคิด 3) ด้านเพศสัมพันธ์ และ 4) ด้านสันทนการและความสนใจร่วมกัน	20	.31 ถึง .78	.93	งามตา วนิทานนํ และคนอื่นๆ (2545)

ตัวแปร	นิยาม	คุณภาพเครื่องมือ			ที่มา
		จำนวนข้อ	พิสัยค่า item-total correlation	ทั้งฉบับ ค่าความเชื่อมั่น Reliability (α)	
2.3 การมองโลกในแง่ดี	ความสามารถของบุคคลที่มีมุมมองต่อชีวิตในด้านที่ดีหรือในทางบวก จะเห็นว่าทุกสิ่งทุกอย่างไม่ได้เลวร้าย มีความยืดหยุ่น สามารถเห็นตัวจากเหตุการณ์ที่เลวร้ายได้ และมีความหวังในชีวิต	10	.26 ถึง .69	.81	สร้างขึ้นใหม่
2.4 การปรับตัวเพื่อการสร้างชาย	การให้ผู้ใช้ให้ดูวัยกลางคนรายงานถึงประสบการณ์ชีวิตโดยรวมของตนเองและในสังคม ในด้านต่าง ๆ ที่ผ่านมาจนถึงปัจจุบัน	18	.27 ถึง .79	.81	สร้างขึ้นใหม่
2.5 วิธีชีวิตตามแนวศาสนา	การประพุดในการดำเนินชีวิตประจำวันที่สอดคล้องตามหลักความเชื่อและการปฏิบัติตามศาสนาที่คนนับถือ	10	.36 ถึง .66	.84	วิลาศลักษณ์ ชั่ววลี และคนอื่นๆ (2547)
3.ลักษณะสถานการณ์ 3.1 ความสัมพันธ์ระหว่างคู่สมรส	การรายงานปริมาณความถี่ที่สามีและภรรยาแสดงถึงการปฏิบัติต่อกันในทิศทางที่สอดคล้องกัน ในเรื่องต่างๆ จากการใช้ชีวิตร่วมกัน ได้แก่ เรื่องอาชีพการงาน การเห็นอกเห็นใจกัน การช่วยเหลือกัน ตลอดจนความไม่เข้าใจกันระหว่างสามีกับภรรยา	15	.45 ถึง .76	.92	งามดา วณิชานนท์ และคนอื่นๆ (2545)
3.2 ความสัมพันธ์ระหว่างบิดามารดากับบุตร	การรายงานของบิดามารดาถึงปริมาณความสัมพันธ์กับบุตร ในด้านการมีปฏิสัมพันธ์ใกล้ชิดกัน ความเข้าใจกัน การช่วยเหลือสนับสนุนกัน ตลอดจนความขัดแย้งเป็นต้น	10	.39 ถึง .68	.82	ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2536)
3.3 ภาระในครอบครัว	ปริมาณการรับรู้ของบุคคลเกี่ยวกับภาระที่ต้องรับผิดชอบในครอบครัวในด้านต่างๆ ได้แก่ 1) ด้านการเงิน วัตถุประสงค์ของ 2) การดูแลบุคคลในครอบครัว (เช่น ลูก สามี หรือภรรยา หรือญาติผู้ใหญ่ เป็นต้น) และ 3) ด้านภาระงานบ้าน	10	.28 ถึง .62	.75	ณัฐศุภา สุจินันท์กุล (2541)
3.4 การรับรู้สภาพเศรษฐกิจของครอบครัว	การรับรู้ของบุคคลเกี่ยวกับฐานะทางการเงินของครอบครัว ประเมินโดยให้บุคคลรายงานปริมาณการรับรู้ปัญหาด้านการชำระค่าใช้จ่ายรายเดือน ด้านค่าครองชีพประจำวัน	10	.21 ถึง .65	.77	งามดา วณิชานนท์ และคนอื่นๆ (2545)
3.5 การรับรู้การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน	การที่บุคคลรับรู้ว่าตนเองเคยได้รับหรือคาดว่าจะได้รับการช่วยเหลือจากเพื่อน เพื่อนสนิท และเพื่อนร่วมงาน เมื่อมีความต้องการทางด้านร่างกาย อารมณ์ และสังคม	10	.48 ถึง .81	.92	ภมรินทร์ เชาวนจินดา (2542)
4.อัตถิภาวะตามสถานการณ์ 4.1 การรับรู้ความสามารถของคนในการจัดการกับความเครียด	ปริมาณความมั่นใจในความสามารถของคนที่จะจัดการกับความเครียดได้ เมื่อเผชิญกับสถานการณ์ในการทำงาน ในสถานการณ์ครอบครัว และในสังคม	14	.39 ถึง .67	.85	สร้างใหม่

ตัวแปรอิสระ ในการวิจัยมี 3 กลุ่ม ได้แก่ (1) กลุ่มตัวแปรจิตลักษณะเดิมและพฤติกรรมรวม 5 ตัวแปร คือ เอกลักษณ์แห่งตน(ego-identity) ความใกล้ชิดผูกพัน(intimacy) การปรับตัวเพื่อการสร้างขยาย(generativity) การมองโลกในแง่ดี และวิถีชีวิตตามแนวศาสนา (2)กลุ่มตัวแปรลักษณะสถานการณ์ ประกอบด้วย 5 ตัวแปร คือ ความสัมพันธ์ระหว่างคู่สมรส ความสัมพันธ์ระหว่างบิดามารดากับบุตร การรับรู้สภาพเศรษฐกิจของครอบครัว ภาวะในครอบครัว และการรับรู้การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน (3)กลุ่มตัวแปรจิตลักษณะตามสถานการณ์ 1 ตัวแปร คือ การรับรู้ความสามารถของตนในการจัดการกับความเครียดที่เกิดจากการทำงาน จากครอบครัว หรือจากสังคมแวดล้อม

ตัวแปรตาม ประกอบด้วย 4 ตัวแปร คือ คุณภาพชีวิตด้านทำงาน คุณภาพชีวิตด้านครอบครัว คุณภาพชีวิตด้านสังคม และคุณภาพชีวิตโดยรวม

ตัวแปรแบ่งกลุ่ม เป็นตัวแปรลักษณะทางชีวสังคมและภูมิหลังของกลุ่มตัวอย่างประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับการศึกษา หน่วยงานภาค อายุงานในอาชีพ ระดับเศรษฐกิจ สุขภาพ

สมมติฐานการวิจัย

สมมติฐานที่ 1 ผู้ใหญ่วัยกลางคนที่มีเอกลักษณ์แห่งตนสูง มีความใกล้ชิดผูกพันกับคู่สมรสสูง มีการปรับตัวเพื่อการสร้างขยายสูง เป็นผู้ที่มีมีคุณภาพชีวิตแต่ละด้าน(การทำงาน ครอบครัว และสังคม) มากกว่าผู้ใหญ่วัยกลางคนลักษณะอื่นๆอีก 7 กลุ่มที่นำมาเปรียบเทียบ

สมมติฐานที่ 2 ผู้ใหญ่วัยกลางคนที่มีการมองโลกในแง่ดีมาก มีการรับรู้ครอบครัวมีสภาพเศรษฐกิจมาก และมีภาวะในครอบครัวน้อย เป็นผู้ที่มีคุณภาพชีวิตแต่ละด้าน (การทำงาน ครอบครัว และสังคม) มากกว่าผู้ใหญ่วัยกลางคนลักษณะอื่นๆอีก 7 กลุ่มที่นำมาเปรียบเทียบ

สมมติฐานที่ 3 ผู้ใหญ่วัยกลางคนที่มีการรับรู้การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนมาก มีการรับรู้ความสามารถของตนในการจัดการกับความเครียดได้มาก และมีวิถีชีวิตตามแนวทางศาสนา มาก เป็นผู้ที่มีคุณภาพชีวิตแต่ละด้าน (การทำงาน ครอบครัว และสังคม) มากกว่าผู้ใหญ่วัยกลางคนลักษณะอื่นๆอีก 7 กลุ่มที่นำมาเปรียบเทียบ

สมมติฐานที่ 4 ผู้ใหญ่วัยกลางคนชายที่มีระดับการศึกษาสูง และอายุการทำงานในอาชีพมาก เป็นผู้ที่มีคุณภาพชีวิตแต่ละด้าน (การทำงาน ครอบครัว และสังคม) มากกว่าผู้ใหญ่วัยกลางคนลักษณะอื่นๆอีก 7 กลุ่มที่นำมาเปรียบเทียบ

สมมติฐานที่ 5 กลุ่มตัวแปรจิตลักษณะเดิม 5 ตัว กลุ่มตัวแปรลักษณะสถานการณ์ 5 ตัว และกลุ่มตัวแปรจิตลักษณะตามสถานการณ์ 1 ตัว รวมเป็น 11 ตัวทำนาย สามารถร่วมกันทำนายปริมาณความแปรปรวนของคุณภาพชีวิตโดยรวม และคุณภาพชีวิตด้านการทำงาน ครอบครัว หรือสังคม ได้มากกว่าการใช้ตัวทำนายกลุ่มใดกลุ่มหนึ่งเพียงกลุ่มเดียว (โดยกำหนดเปอร์เซ็นต์การทำนายมากกว่า 5% เป็นเกณฑ์)

สรุปและอภิปรายผลการวิจัย 3 ส่วน ดังนี้

ผลการวิเคราะห์ส่วนที่ 1.

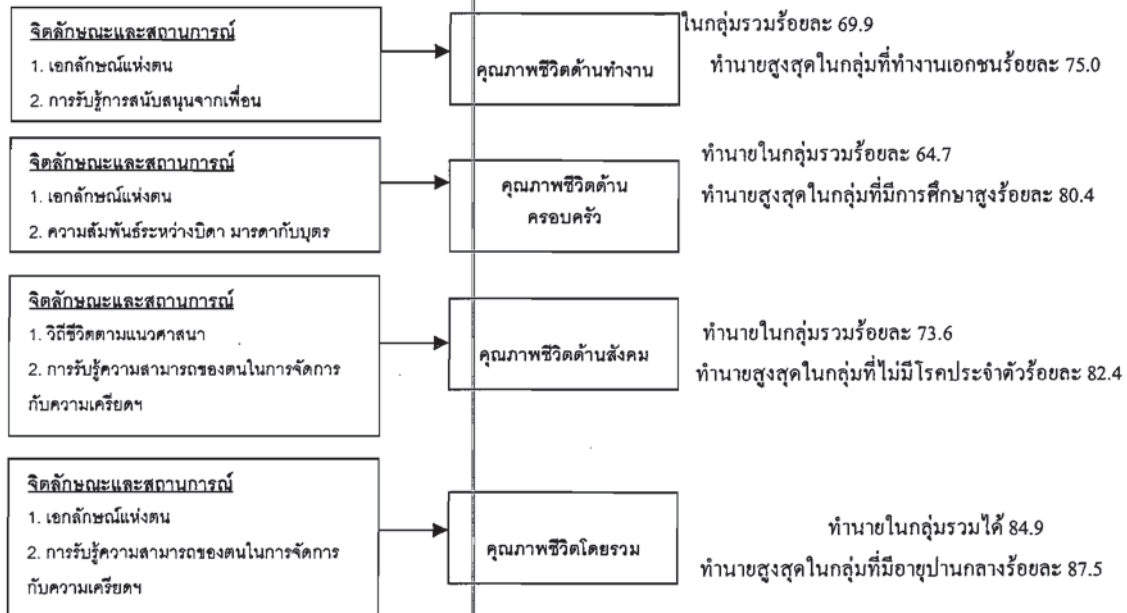
การวิเคราะห์เปรียบเทียบความแปรปรวนของคะแนนคุณภาพชีวิตของผู้ใหญ่วัยกลางคน 3 ด้าน ได้แก่ คุณภาพชีวิตด้านการทำงาน ครอบครัว และสังคม ทีละด้าน โดยพิจารณาตามตัวแปรอิสระ ซึ่งเป็นลักษณะของผู้ใหญ่วัยกลางคนที่ละ 3 ด้าน ได้แก่ 1) พิจารณาตามตัวแปรอิสระในด้านเอกลักษณ์แห่งตน (ego-identity) ความใกล้ชิดผูกพันกับคู่สมรส(intimacy) และการปรับตัวเพื่อการสร้างขยาย (generativity) (ตามสมมติฐานข้อ 1) 2) พิจารณาตามตัวแปรอิสระในด้านการมองโลกในแง่ดี การรับรู้สภาพเศรษฐกิจของครอบครัว และภาระในครอบครัว (ตามสมมติฐานข้อ 2) และ 3) พิจารณาตามตัวแปรอิสระในด้านการรับรู้การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน การรับรู้ความสามารถของตนในการจัดการกับความเครียดด้านการทำงาน ครอบครัวและสังคม และวิถีชีวิตตามแนวศาสนา (ตามสมมติฐานข้อ 3) การวิเคราะห์ข้อมูลตามสมมติฐานในส่วนนี้ใช้วิธีวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบสามทาง (Three – Way Analysis of variance) สรุปผลสำคัญได้ 4 ประการ ดังนี้

ประการแรก ผู้ใหญ่วัยกลางคนที่มีเอกลักษณ์แห่งตนสูง มีความใกล้ชิดผูกพันสูง และมีการปรับตัวเพื่อการสร้างขยายสูง เป็นผู้มีคุณภาพชีวิตแต่ละด้าน(ทำงาน ครอบครัวและสังคม)มากกว่าผู้ที่มีจิตลักษณะ 3 ด้านต่ำ พบผลเช่นนี้ในกลุ่มตัวอย่างรวม ประการที่สอง ผู้ใหญ่ที่มีการมองโลกในแง่ดี เป็นผู้มีคุณภาพชีวิตแต่ละด้าน(ด้านทำงาน ครอบครัว และสังคม) มากกว่าผู้ที่มีการมองโลกในแง่ดีน้อย พบในกลุ่มตัวอย่างรวม กลุ่มที่มีระดับการศึกษาสูงซึ่งเป็นผู้ที่มีการรับรู้สภาพเศรษฐกิจในครอบครัวว่าดีมากและมีภาระในครอบครัวมาก ประการที่สาม ผู้ใหญ่ที่มีวิถีชีวิตตามแนวศาสนา เป็นผู้มีคุณภาพชีวิต 3 ด้าน คือทำงาน ครอบครัวและสังคม)มากกว่าผู้ที่มีวิถีชีวิตตามแนวศาสนา น้อย พบในกลุ่มรวม ประการที่สี่ ผู้ใหญ่วัยกลางคนที่รับรู้การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนมาก เป็นผู้มีคุณภาพชีวิตใน 3 ด้าน คือ ทำงาน ครอบครัว และสังคมมากกว่าผู้ที่รับรู้การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนน้อย

ผลการวิเคราะห์ส่วนที่ 2

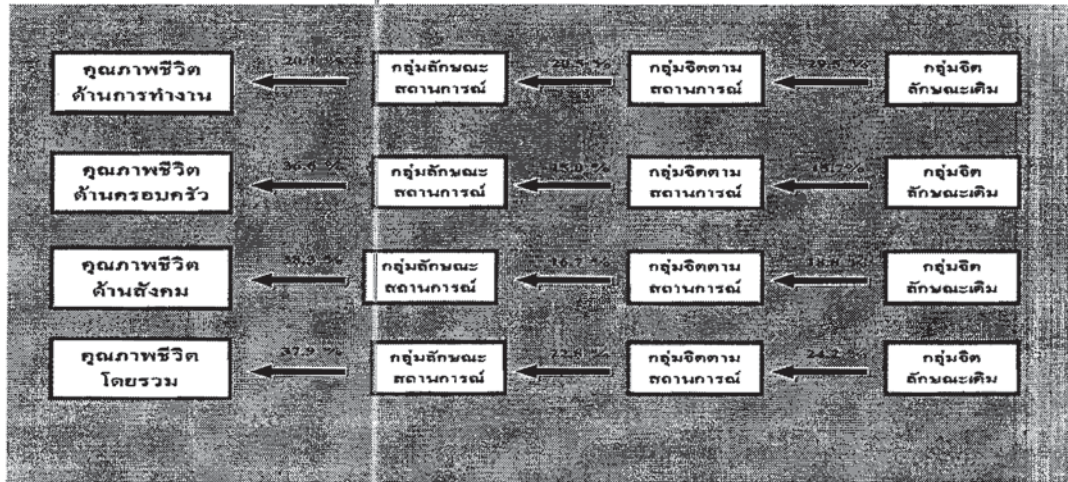
ทำการตรวจสอบว่าตัวแปรอิสระ 3 กลุ่ม ได้แก่ (จิตลักษณะเดิมและพฤติกรรม ลักษณะสถานการณ์ และจิตลักษณะตามสถานการณ์) เมื่อวิเคราะห์แต่ละกลุ่มแยกกัน และเมื่อวิเคราะห์ร่วมกัน มีอำนาจในการทำนายตัวแปรตาม คือ คุณภาพชีวิตของผู้ใหญ่วัยกลางคนในด้านรวม และแต่ละด้านย่อย มากน้อยเพียงใด ด้วยวิธีถดถอยพหุคูณแบบเป็นขั้น (Stepwise Multiple Regression Analysis) พบผลว่า

เมื่อนำกลุ่มตัวแปรจิตลักษณะเดิม ลักษณะสถานการณ์ และจิตตามสถานการณ์เข้าร่วมด้วยกัน เป็น 11 ตัวแปร สามารถทำนายคุณภาพชีวิตแต่ละด้าน ได้ชัดเจน โดยเรียงจากมากไปหาน้อยดังภาพประกอบ 3



ภาพประกอบ 3 ปริมาณการทำนายและตัวทำนายที่สำคัญของคุณภาพชีวิตด้านการทำงาน ครอบครัว สังคม และด้านรวมของผู้ใหญ่วัยกลางคนในกลุ่มรวมและกลุ่มที่มีปริมาณทำนายได้สูงสุด

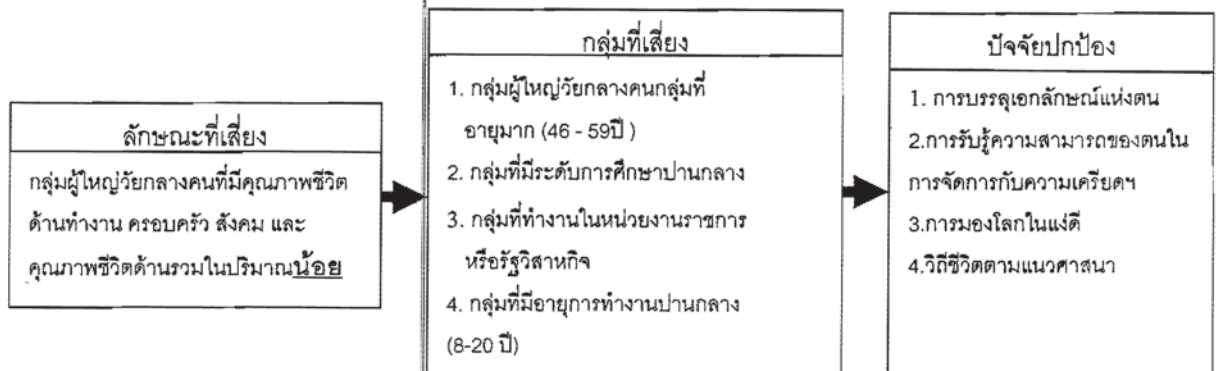
ประการที่สอง เมื่อนำตัวแปรกลุ่มสถานการณ์ 5 ตัวแปร ตัวแปรจิตลักษณะตามสถานการณ์ 1 ตัวแปร และตัวแปรกลุ่มจิตลักษณะเดิม 5 ตัวแปร เข้าสู่สมการทำนายเป็น 3 ขั้นตอน ปรากฏผลว่า ตัวแปรจิตลักษณะตามสถานการณ์คือ การรับรู้การจัดการกับความเครียด สามารถเพิ่มอำนาจพยากรณ์คุณภาพชีวิตแต่ละด้าน (ทำงาน ครอบครัว สังคม และด้านรวม) จากปริมาณที่กลุ่มตัวแปรลักษณะสถานการณ์เคยทำนายได้อีก 20.5%, 15.0%, 16.7%, และ 22.8% ตามลำดับ) จากนั้นเมื่อนำกลุ่มตัวแปรจิตลักษณะเดิมเข้าร่วมทำนายคุณภาพชีวิตแต่ละด้าน (ทำงาน ครอบครัว สังคม และด้านรวม) ก็ยังสามารถเพิ่มอำนาจพยากรณ์ได้อีก (29.5%, 13.7%, 18.8% และ 24.2% ตามลำดับ) ผลดังกล่าวจึงเป็นหลักฐานที่ยืนยันถึงบทบาทสำคัญของตัวแปรจิตลักษณะเดิมและจิตลักษณะตามสถานการณ์ในการร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของคุณภาพชีวิตแต่ละด้าน (ทำงาน ครอบครัว สังคม และด้านรวม)



ภาพประกอบ 4 การใช้จิตลักษณะหลายตัวร่วมกัน ยังสามารถเพิ่มปริมาณการทำนายคุณภาพชีวิตโดยรวม และแต่ละด้านย่อยได้

ผลการวิเคราะห์ส่วนที่ 3

ผลการวิเคราะห์ส่วนที่สามพบว่า กลุ่มผู้ใหญ่วัยกลางคนที่ควรได้รับการพัฒนาเป็นอันดับแรก เนื่องจากมีคุณภาพชีวิตด้านทำงาน ครอบครัว สังคมและด้านรวมในปริมาณน้อย ได้แก่ ผู้ใหญ่วัยกลางคนกลุ่มที่อายุมาก (46 - 59ปี) มีการศึกษาระดับปานกลาง (อนุปริญญาหรือปวส.ถึงปริญญาตรี) ทำงานในหน่วยงานราชการ/รัฐวิสาหกิจ หรือ มีอายุการทำงานปานกลาง(8-20ปี) ปัจจัยเชิงสาเหตุ (ปัจจัยปกป้อง)ที่ช่วยสร้างเสริมการมีคุณภาพชีวิตแต่ละด้านของผู้ใหญ่วัยกลางคน คือ การบรรลุเอกลักษณ์แห่งตน การรับรู้ความสามารถของตนในการจัดการกับความเครียดฯ การมองโลกในแง่ดี และวิถีชีวิตตามแนวศาสนา(ดังแสดงในภาพประกอบ 5)



ภาพประกอบ 5 ผู้ใหญ่วัยกลางคนที่มีคุณภาพชีวิต 3 ด้าน และด้านรวมต่ำและปัจจัยปกป้องที่ควรจัดการพัฒนา

ข้อเสนอแนะในการปฏิบัติเพื่อพัฒนา

ประการแรก พบผลที่เด่นชัดในการวิจัยครั้งนี้เกี่ยวข้องกับขั้นของพัฒนาการทางจิตสังคมตามทฤษฎีของอีริกสัน 3 ขั้น ได้แก่ เอกลักษณ์แห่งตน(ego-identity) ความใกล้ชิดผูกพัน(intimacy) และการปรับตัวเพื่อการสร้างขยาย(generativity) อย่างไรก็ตามเอกลักษณ์แห่งตน(ego-identity) เป็นขั้นพัฒนาการทางจิตสังคมที่สำคัญในวัยรุ่นตอนกลางถึงวัยรุ่นตอนปลาย(13ปีขึ้นไป) ดังนั้นจึงเสนอให้มีการพัฒนาเอกลักษณ์แห่งตน(ego-identity)ให้เข้มแข็งในวัยรุ่นไทยเพื่อเตรียมความพร้อมที่จะพัฒนาไปสู่จิตลักษณะความใกล้ชิดผูกพัน(intimacy) ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้นและการปรับตัวเพื่อการสร้างขยาย(generativity) ในวัยผู้ใหญ่วัยกลางคน ประการที่สอง สำหรับกลุ่มผู้ใหญ่วัยกลางคน กลุ่มที่มีความเสี่ยงมากที่สุด คือ ผู้ใหญ่วัยกลางคนกลุ่มที่อายุมาก(46 - 59ปี) มีการศึกษาระดับปานกลาง ทำงานในหน่วยงานราชการ/รัฐวิสาหกิจ หรือ มีอายุการทำงานปานกลาง ในการพัฒนานั้นสิ่งแรกที่ต้องพัฒนาคือการสร้างเสริมจิตลักษณะด้านเอกลักษณ์แห่งตนก่อน แล้วจึงพัฒนาในส่วนของจิตลักษณะด้านการปรับตัวเพื่อการสร้างขยาย (generativity) พัฒนาทักษะด้านความสามารถของตนในการจัดการกับความเครียด และการมองโลกในแง่ดี

ข้อเสนอแนะในการวิจัยต่อไป

ประการแรก ควรมีการวิจัยโดยใช้สถิติขั้นสูง เช่น วิธีการวิเคราะห์อิทธิพล (Path Analysis) เพื่อพิสูจน์ความต่อเนื่องเชื่อมโยงระหว่างพัฒนาการทางจิตสังคม 3 ขั้น ได้แก่ ความมีเอกลักษณ์แห่งตน(ego-identity) ความใกล้ชิดผูกพัน(intimacy) และการปรับตัวเพื่อการสร้างขยาย(generativity) และปัจจัยเชิงสาเหตุและผลของพัฒนาการทางจิตสังคม 3 ขั้นนี้ ประการที่สอง พบว่ามีกลุ่มผู้ใหญ่วัยกลางคนบางกลุ่ม เช่น กลุ่มผู้ใหญ่วัยกลางคนที่มองโลกในแง่ดีมาก ภาวะในครอบครัวน้อย แต่รับรู้สภาพเศรษฐกิจดีน้อย ก็ยังคงมีคุณภาพชีวิตด้านครอบครัวและสังคมมากได้ ผู้ใหญ่กลุ่มนี้อาจมีวิถีดำเนินชีวิตใกล้เคียงตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง จึงน่าสนใจที่จะศึกษาจิตลักษณะและสถานการณ์อื่นๆเพิ่มเติม เพื่อสามารถเข้าใจบุคคลประเภทนี้ได้ดีขึ้น

เอกสารอ้างอิง

- งามตา วนิทานนท์; และคนอื่นๆ. (2545). รายงานการวิจัยเรื่องการวิเคราะห์ดัชนีเชิงเหตุและผลของคุณภาพชีวิตสมรรถในครอบครัวไทย. กรุงเทพฯ: โครงการวิจัยและพัฒนาระบบพฤติกรรมไทย. สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ.
- ณัฐสุดา สุจินันท์กุล. (2541). ปัจจัยด้านครอบครัว การทำงาน และลักษณะส่วนบุคคลที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกรรมการพยาบาลของพยาบาลวิชาชีพ. ปรียญญาณิพนธ์ วท.ม (การวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

- ดวงเดือน พันธุมนาวิน. (2541). ทฤษฎี การวัด และงานวิจัย เอกลักษณะแห่งอีโก้ ในคนไทยและเทศ.
กรุงเทพฯ: คณะพัฒนาสังคม สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.
- ดวงเดือน พันธุมนาวิน; และคนอื่นๆ. (2540). รายงานการวิจัยมหาคเรื่องความเชื่อและการปฏิบัติพุทธ ศาสนาของ
คนไทย การปลูกฝัง อบรมและคุณภาพชีวิต. กรุงเทพฯ: สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.
- ดวงเดือน พันธุมนาวิน; และ งามตา วนินทานนท์. (2536). รายงานการวิจัยเรื่องลักษณะทางจิตและ
พฤติกรรมของนักเรียนวัยรุ่นที่อยู่ในสภาวะเสี่ยงในครอบครัวและทางป้องกัน. กรุงเทพฯ:
คณะพัฒนาสังคม สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.
- ดวงเดือน พันธุมนาวิน. (2547). รายงานการวิจัยเรื่องพฤติกรรมการสนับสนุนทางสังคมจากหัวหน้า.
กรุงเทพฯ: คณะพัฒนาสังคม สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์. (ในวาระครบรอบวันสถาปนา 49 ปี).
- พรรณราย พิทักษ์เจริญ. (2543). จิตลักษณะและสถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมสุขภาพและจิตของ
ข้าราชการสูงอายุ. ปรินญาณิพนธ์ ศศ.ม. (พัฒนาสังคม). กรุงเทพฯ: สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.
- ภมริน เขาวนจินดา. (2542). ลักษณะทางพุทธศาสนาที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ.
ปรินญาณิพนธ์ ศศ.ม. (พัฒนาสังคม). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย สถาบันพัฒนบริหารศาสตร์.
ถ่ายเอกสาร.
- วิลาศลักษณ์ ชั่ววัลสี; งามตา วนินทานนท์; และวิริณห์ ธรรมนารถสกุล. (2547). รายงานการวิจัยกรณี :
ศึกษานุคคลตัวอย่างและเครื่องชี้วัดเพื่อนำไปสู่การพัฒนาพฤติกรรมข้าราชการยุคใหม่.
กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการข้าราชการพลเรือน
- ศิริวรรณ ม่วงศิริ. (2540). ความพึงพอใจในการเกษียณอายุ : ศึกษากรณีข้าราชการบำนาญกระทรวง
ศึกษาธิการ. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (สังคมศาสตร์) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- Kerlinger, H.N; & Lee, H.B. (2000). *Foundation of behavioral research 4th*, London Harcourt
College publisher : 179-180, 362-365.