

ความสัมพันธ์ระหว่างการนับถือตนเองที่ส่งผลต่อพฤติกรรมความรุนแรงของวัยรุ่น

The relationship between self-esteem that contributes to
violent behavior among adolescents

Received: 1/06/2567

Revised: 16/11/2567

Accepted: 18/12/2567

ทิพวรรณ ฝางแก้ว¹

Tippawan Fangkeaw¹

บทคัดย่อ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการนับถือตนเองที่ส่งผลต่อพฤติกรรมความรุนแรงของวัยรุ่น ใช้วิธีการวิจัยเชิงปริมาณและข้อมูลการวิจัยครั้งนี้ใช้ข้อมูลทุติยภูมิ (secondary data) จากโครงการความร่วมมือในการใช้เครื่องมือสื่อการเรียนรู้เพื่อสร้างเสริมสุขภาพจิตในกลุ่มนักเรียนและผู้ปกครอง ดำเนินการเก็บข้อมูลโดยสถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล พ.ศ.2554 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา คือ นักเรียนที่กำลังศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นและตอนปลาย ที่มีอายุ 13-18 ปี จำนวน 1,204 คน ประโยชน์จากการศึกษานี้คือ การเสริมสร้างสุขภาพจิตที่แข็งแรงสามารถลดพฤติกรรมความรุนแรงในวัยรุ่นได้ตรงกลุ่มเป้าหมาย และการเข้าใจถึงความสำคัญของการนับถือตนเองจะช่วยในการป้องกันและลดพฤติกรรมความรุนแรง โดยการให้ความสำคัญกับการเสริมสร้างความรักในตนเองและความเข้มแข็งทางจิตใจ เพื่อให้วัยรุ่นสามารถรับมือกับปัญหาต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการนับถือตนเองกับพฤติกรรมความรุนแรงของวัยรุ่น พบว่า การนับถือตนเองมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมความรุนแรงของวัยรุ่นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ 0.01 นั่นคือความสัมพันธ์ระหว่างการนับถือตนเองกับความรุนแรง ยังมีการนับถือตนเองน้อยยังมีผลต่อพฤติกรรมความรุนแรง แสดงให้เห็นว่าพฤติกรรมความรุนแรงของวัยรุ่นมีส่วนจากการความนับถือในตนเองน้อย การนับถือตนเองเป็นตัวแปรความสำคัญที่มีผลต่อการเกิดพฤติกรรมความรุนแรงลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 นอกจากนี้ผลการศึกษายังพบว่าเพศหญิงมีแนวโน้มที่จะเกิดพฤติกรรมความรุนแรงมากกว่าเพศชาย และนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายมีความเสี่ยงสูงกว่าในการแสดงพฤติกรรมความรุนแรง

ในการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างการนับถือตนเองที่ส่งผลต่อพฤติกรรมความรุนแรงของวัยรุ่น โดยเน้นไปที่การนับถือตนเองของวัยรุ่น เป็นพื้นฐานในการสร้างความรักในตนเองนำไปสู่ความเข้มแข็งทางด้านจิตใจ เนื่องจากการรับมือกับทุกปัญหานั้นมาจากสภาพจิตใจภายใน ที่สะท้อนออกมาให้เห็นถึงพฤติกรรมภายนอก ดังนั้นการนับถือตนเองจึงมีส่วนสำคัญในการศึกษาอย่างมาก สามารถนำไปใช้ในการพัฒนาและเสริมสร้างสุขภาพจิตในวัยรุ่น ผ่านการเสริมสร้างการนับถือตนเอง การออกแบบ

¹นักวิชาการศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตเฉลิมพระเกียรติ จังหวัดสกลนคร

¹Educational Academician, Kasetsart University Chalermphrakiat Sakon Nakhon Province Campus

E-mail: Tippawan.f@ku.th

โปรแกรมการศึกษา และการสนับสนุนจากครอบครัวและสังคมเพื่อสร้างพฤติกรรมที่ไม่รุนแรง และส่งเสริมการพัฒนาทางจิตใจของวัยรุ่นให้แข็งแกร่งและมั่นคง

คำสำคัญ: การนับถือตนเอง, พฤติกรรมความรุนแรง, วัยรุ่น

Abstract

The purpose of this study is to examine the relationship between self-esteem and violent behavior among adolescents. The research uses a quantitative methodology and analyzes secondary data from the "Project on the Use of Educational Media for Mental Health Improvement among Students and Parents," collected by the Institute for Population and Social Research, Mahidol University, in 2011. The study sample consisted of 1,204 students aged 13 to 18 years. The benefit of this study lies in its potential to strengthen mental health, which in turn can reduce violent behavior among adolescents within the target group. Understanding the importance of self-esteem plays a critical role in preventing and reducing violent behavior. By emphasizing the development of self-love and mental resilience, this study helps adolescents better cope with their challenges. This approach aims to equip young people with the psychological strength to deal with difficulties more effectively.

The study's findings on the relationship between self-esteem and adolescent violent behavior revealed a statistically significant correlation at 0.01. This means that the lower the self-esteem, the higher the likelihood of violent behavior. The results suggest that adolescents with lower self-esteem are more likely to exhibit violent behaviors. Self-esteem was identified as a key factor that significantly influences the reduction of violent behavior, with a statistical significance of 0.05. Additionally, the study found that females are more likely to engage in violent behavior than males, and high school students have a higher risk of exhibiting violent behaviors.

In this research, the focus is on the relationship between self-esteem and adolescent violent behavior, emphasizing the role of self-esteem as a foundation for developing self-love and mental resilience. Coping with problems effectively is largely influenced by one's inner mental state, reflected in outward behavior. Therefore, self-esteem plays a crucial role in this study. The findings can be applied to the development and enhancement of adolescent mental health through initiatives that promote self-esteem, the design of

educational programs, and support from families and society. These efforts aim to reduce violent behavior and foster mental strength and stability among young people.

Keywords: Self-Esteem, Violent Behavior, Adolescents

บทนำ

ในปัจจุบัน สังคมไทยเริ่มมีความตระหนักรู้เกี่ยวกับโรคซึมเศร้ามากขึ้น และข้อมูลจากปี 2556 พบว่า มีการเข้าถึงบริการด้านสุขภาพจิตเพิ่มขึ้น โดยในกลุ่มอายุ 15-24 ปี มีจำนวนผู้ป่วยซึมเศร้าที่ได้รับการรักษาถึง 18,628 คน จากการรับรู้และตื่นตัวในเรื่องโรคซึมเศร้า พบว่าในปี 2561 การเข้าถึงบริการด้านสุขภาพจิต เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วเป็น 131,260 คน ซึ่งสาเหตุหลักที่กระตุ้นให้วัยรุ่นและเยาวชนเกิดภาวะซึมเศร้าคือ ความเครียดจากการเรียนและการถูกล้อเลียนหรือกลั่นแกล้งจากเพื่อน บางคนถึงกับมีความคิดฆ่าตัวตาย โดยรูปแบบการรังแกที่พบมากที่สุดคือการกลั่นแกล้งทางวาจา เช่น การพูดล้อเลียน หรือการล้อชื่อ ส่วนรองลงมา คือการกลั่นแกล้งในรูปแบบของความสัมพันธ์ เช่น การไม่คบหรือการตัดออกจากกลุ่ม การรังแกทางร่างกาย และการกลั่นแกล้งผ่านสื่อสังคมออนไลน์ จากการศึกษาโดยแพทย์หญิงโชษิตา ภาวสุทธิไพศิฐ และคณะ (2561) พบว่า ผู้ชายมีแนวโน้มที่จะแสดงพฤติกรรมรังแกผู้อื่นมากกว่าผู้หญิง แต่ผู้หญิงมักใช้วิธีรังแกแบบไม่เปิดเผย เช่น การพูดถึงหรือทำให้ผู้อื่นรู้สึกแสบในลักษณะที่ไม่สามารถเห็นได้ชัดเจน การกลั่นแกล้งเป็นปัจจัยเสี่ยงที่มีอิทธิพลทั้งในระยะสั้นและระยะยาวต่อสภาพจิตใจและสุขภาพร่างกายของวัยรุ่น โดยผู้ที่ถูกกลั่นแกล้ง มักมีความเสี่ยงที่จะเกิดภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกวิตกกังวลและเหงา รวมถึงการมีความเคารพในตนเองต่ำ ซึ่งส่งผลเสียต่อสุขภาพจิตและสภาพจิตใจโดยรวม (สถาบันส่งเสริมการสอนวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี (สสวท.) 2563)

การประเมินปัญหาสุขภาพจิตของวัยรุ่นและเยาวชนอายุ 15-24 ปี ในปี 2562 พบว่า สถานการณ์สุขภาพจิตของวัยรุ่นในปีดังกล่าวแยกลง โดยมีระดับสุขภาพจิตต่ำที่สุดเมื่อเทียบกับกลุ่มอายุอื่น (โครงการสุขภาพคนไทย, 2563) ในปี 2564 การประเมินสุขภาพจิตของประชาชนไทยพบว่า สัดส่วนของผู้ที่มีภาวะเครียดสูง เสี่ยงซึมเศร้า และมีความเสี่ยงในการฆ่าตัวตายในกลุ่มประชากรทั่วไปมีอัตราร้อยละ 14.5, 16.8 และ 9.5 ตามลำดับ โดยพบว่าปัญหาดังกล่าวมีสัดส่วนสูงในกลุ่มเด็กและเยาวชนวัยเรียน โดยเฉพาะในกลุ่มอายุไม่เกิน 20 ปี และ 20-29 ปี (โครงการสุขภาพคนไทย, 2565) เด็กและเยาวชนวัยเรียนถือเป็นกลุ่มเปราะบางที่มีประสบการณ์ชีวิต ความพร้อม และความเข้มแข็งทางจิตใจน้อยกว่าประชากรวัยอื่นในการรับมือกับการเปลี่ยนแปลงในชีวิตและผลกระทบที่เกิดขึ้นจากปัจจัยต่าง ๆ ข้อมูลจากกระทรวงสาธารณสุขยังพบว่า จำนวนผู้พยายามฆ่าตัวตายที่เข้ารับการรักษาผ่านบริการสุขภาพจิตในปี 2563 และ 2564 สูงถึงกว่า 24,000 คนต่อปี ซึ่งสะท้อนถึงความรุนแรงของปัญหาสุขภาพจิตในกลุ่มวัยรุ่นและเยาวชนที่ต้องการการดูแลและการสนับสนุนจากสังคมและระบบสุขภาพอย่างเร่งด่วน

ปัญหาสุขภาพจิตที่เกิดขึ้นในวัยรุ่นมีผลต่อการแสดงออกทางพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรง โดยเฉพาะในด้านจิตใจ ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่เกี่ยวข้องกับทัศนคติ ความคิด ความรู้สึกภายใน และบุคลิกภาพที่แตกต่างกันของแต่ละบุคคล ซึ่งล้วนเกิดจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย สติปัญญา จิตใจ และอารมณ์ ตามกระบวนการพัฒนาการของวัยรุ่น ทั้งนี้ ความคิด ความรู้สึก และความเชื่อที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวจะมีอิทธิพลต่อการแสดงออกทางพฤติกรรม โดยเฉพาะในกรณีที่วัยรุ่นมีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ ซึ่งจะทำให้พวกเขามีทัศนคติที่สนับสนุนพฤติกรรมก้าวร้าว โดยเชื่อว่าการแสดงออกเช่นนี้จะช่วยให้ตนเองได้รับการยอมรับหรือความชื่นชมจากผู้อื่น ส่งผลให้เกิดการใช้พฤติกรรมก้าวร้าวเป็นวิธีการโต้ตอบกับบุคคลรอบข้าง นอกจากนี้ ผลการศึกษายังพบว่า วัยรุ่นที่มีภาวะทางจิตเวช เช่น โรคเกเร โรคสมาธิสั้น หรือโรคซึมเศร้า มักมีปัญหาด้านการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ ทำให้พวกเขามีปัญหาในการเข้าสังคม มีอารมณ์ซึมเศร้า เครียด และวิตกกังวลง่าย ซึ่งเป็นปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้วัยรุ่นแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวมากขึ้น ทั้งนี้ปัจจัยอื่น ๆ ที่ส่งผลให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในวัยรุ่นยังรวมถึงปัจจัยจากครอบครัว เพื่อน โรงเรียน ชุมชน และสังคม (เกวลี ชัยสุวรรณรักษ์ และคณะ, 2563)

การวิจัยครั้งนี้มุ่งศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการนับถือตนเองกับพฤติกรรมความรุนแรงของวัยรุ่น โดยเน้นที่การนับถือตนเองในกลุ่มวัยรุ่น เนื่องจากการรับมือกับปัญหาต่าง ๆ เกิดจากสภาพจิตใจภายใน ซึ่งสะท้อนออกมาเป็นพฤติกรรมภายนอก ดังนั้น การนับถือตนเองจึงถือเป็นปัจจัยที่สำคัญและมีผลกระทบต่อพฤติกรรมของวัยรุ่นในแง่ต่างๆ โดยเฉพาะพฤติกรรมความรุนแรงที่อาจเกิดขึ้นจากการขาดความเชื่อมั่นในตนเองหรือการเห็นคุณค่าต่ำ

วัตถุประสงค์การศึกษา

เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการนับถือตนเองที่ส่งผลต่อพฤติกรรมความรุนแรงของวัยรุ่น

วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ใช้ข้อมูลทุติยภูมิ (secondary data) จากโครงการความร่วมมือในการใช้เครื่องมือสื่อการเรียนรู้เพื่อสร้างเสริมสุขภาพจิตในกลุ่มนักเรียนและผู้ปกครอง ดำเนินการเก็บข้อมูลโดยสถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล พ.ศ.2554 การเลือกพื้นที่ในการศึกษาได้จากการสุ่มกลุ่มตัวอย่างจังหวัดมา 2 จังหวัด เป็นจังหวัดที่ทำการขยายพื้นที่หลังจากนารายชื่อโรงเรียนทั้งหมดที่ไม่เคยนำสื่อการเรียนรู้ไปใช้ในโรงเรียน สื่อการเรียนรู้ ได้แก่ ชุดการเติมเต็มความเข้มแข็งทางใจและเทคนิคการพูดคุยกับลูกวัยรุ่น

การศึกษากลุ่มตัวอย่างได้นำข้อมูลมาตรวจสอบความถูกต้อง จากจำนวนทั้งหมด 1,409 คน พบว่ามีข้อมูลนักเรียนที่กำลังศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นและตอนปลาย ที่มีอายุ 13-18 ปี จำนวน 1,204 คน ที่สมบูรณ์และสามารถนำมาใช้ในการศึกษา โดยแยกออก 2 พื้นที่ คือ พื้นที่ในกรุงเทพมหานคร จำนวนนักเรียน 631 คน และพื้นที่ในจังหวัดนครสวรรค์ จำนวนนักเรียน 573 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

แบบสอบถามจากโครงการความร่วมมือในการใช้เครื่องมือสื่อการเรียนรู้เพื่อสร้างเสริมสุขภาพจิตในกลุ่มนักเรียนและผู้ปกครอง โดยเลือกคำถามที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการศึกษา จากชุดคำถามดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป ได้แก่ ข้อมูลส่วนบุคคล

ส่วนที่ 2 แบบประเมินสื่อ ได้แก่ แบบประเมินพฤติกรรมเด็กและพฤติกรรมความรุนแรง

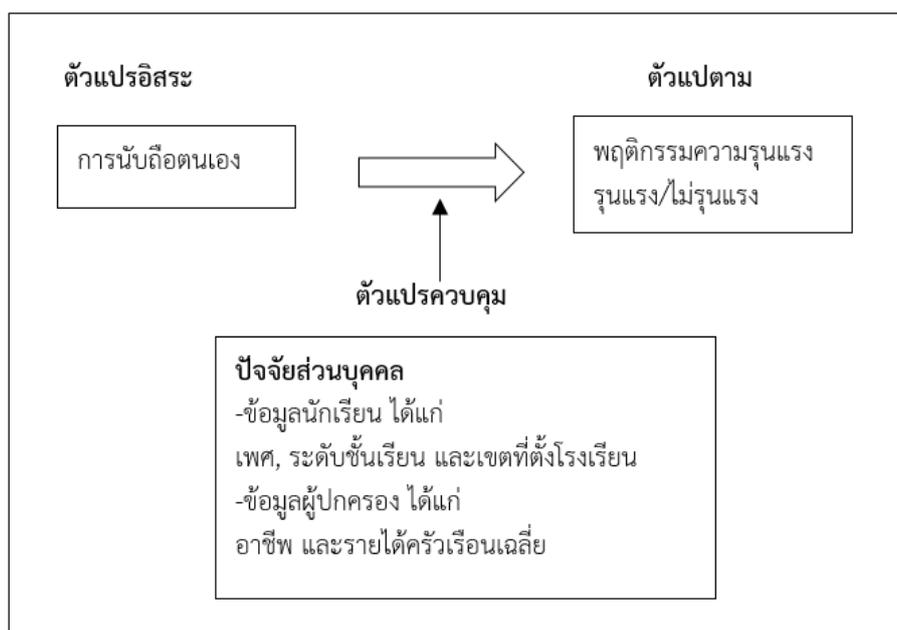
ส่วนที่ 3 แบบประเมินสุขภาพจิต

การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิเคราะห์ด้วยวิธีวิจัยเชิงปริมาณ ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ ดังนี้

สถิติพรรณนา (Descriptive Statistics) ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

สถิติเชิงอนุมาน (Inferential Statistics) ได้แก่ การทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระกับตัวแปรตามด้วยการวิเคราะห์ไคสแควร์ (Chi-square) และใช้การวิเคราะห์การถดถอยโลจิสติก (Logistic Regression Analysis)

กรอบแนวความคิดในการวิจัย



ผลการวิจัย

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของการนับถือตนเอง

รายการ	จำนวน	ร้อยละ
การนับถือตนเอง		
น้อย (คะแนน 0)	24	2.0
ปานกลาง (คะแนน 1-2)	809	67.2
มาก (คะแนน 3)	371	30.8
รวม	1,204	100.0

หมายเหตุ : การแบ่งกลุ่มใช้คะแนนดิบ คำนวณด้วยวิธี Mean \pm SD. คือ การนับถือตนเอง Mean=2.0390, SD=0.78492

จากตารางที่ 1 ผลการศึกษาลักษณะการนับถือตนเองของกลุ่มตัวอย่างพบว่า วิทยุส่วนใหญ่มีการนับถือตนเองอยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 67.2) รองลงมาอยู่ในระดับมาก (ร้อยละ 30.8) และมีการนับถือตนเองอยู่ในระดับน้อยเพียงร้อยละ 2.0 โดยกลุ่มที่มีการนับถือตนเองในระดับน้อยมีจำนวน 24 คน ซึ่งจำนวนนี้ถือเป็นกลุ่มที่ต้องได้รับความสนใจเป็นพิเศษที่ต้องตระหนักและเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเองของวิทยุให้มากขึ้น เพื่อไม่นำไปสู่การเกิดปัญหาด้านสุขภาพจิตและปัญหาความรุนแรงตามมา

ตารางที่ 2 ความสัมพันธ์ระหว่างการนับถือตนเองกับพฤติกรรมความรุนแรงของวิทยุ

การนับถือตนเอง	พฤติกรรมความรุนแรง			จำนวน
	ไม่รุนแรง	รุนแรง	รวม	
การนับถือตนเอง $\chi^2 = 12.196^{**}$				
น้อย (คะแนน 0)	50.0	50.0	100.0	24
ปานกลาง (คะแนน 1-2)	58.7	41.3	100.0	809
มาก (คะแนน 3)	68.7	31.3	100.0	371
รวม			100.0	1,204

หมายเหตุ : *p \leq 0.05, **p \leq 0.01, ***p \leq 0.001

และการแบ่งกลุ่มใช้คะแนนดิบ คำนวณด้วยวิธี Mean \pm SD. คือ การนับถือตนเอง Mean=2.0390, SD=0.78492

จากตารางที่ 2 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการนับถือตนเองกับพฤติกรรมความรุนแรงของวิทยุพบว่า วิทยุที่มีการนับถือตนเองอยู่ในระดับน้อยมีพฤติกรรมความรุนแรงสูงถึงร้อยละ 50.0 ซึ่งสูงที่สุดเมื่อเทียบกับกลุ่มที่มีระดับการนับถือตนเองอื่นๆ ส่วนวิทยุที่มีการนับถือตนเองในระดับปานกลางมีพฤติกรรมความรุนแรงร้อยละ 41.3 และวิทยุที่มีการนับถือตนเองในระดับมากมีพฤติกรรมความรุนแรงร้อยละ 31.3 ตามลำดับ ผลการศึกษานี้แสดงให้เห็นว่า ยิ่งวิทยุมีการนับถือตนเองมากขึ้น พฤติกรรมความรุนแรงจะลดลง

ซึ่งสะท้อนถึงความสัมพันธ์ในทิศทางตรงข้ามระหว่างการนับถือตนเองกับพฤติกรรมความรุนแรง กล่าวคือ วัยรุ่นที่มีการนับถือตนเองสูงมีแนวโน้มที่จะมีพฤติกรรมที่ไม่รุนแรงมากกว่า การนับถือตนเองจึงถือเป็นปัจจัยสำคัญในการลดพฤติกรรมความรุนแรงในวัยรุ่น

ผลการศึกษานี้มีความสัมพันธ์ทางสถิติที่มีนัยสำคัญที่ระดับ 0.01 ซึ่งหมายความว่า การนับถือตนเองมีผลกระทบที่ชัดเจนและมีนัยสำคัญต่อพฤติกรรมความรุนแรงของวัยรุ่น ยิ่งวัยรุ่นมีการนับถือตนเองน้อยลง ความเสี่ยงต่อการแสดงพฤติกรรมความรุนแรงเพิ่มขึ้น

ตารางที่ 3 การวิเคราะห์การถดถอยโลจิสติก

พฤติกรรมความรุนแรงของวัยรุ่น	Odds ratio
ข้อมูลส่วนบุคคล	
เพศ (นักเรียน) (กลุ่มอ้างอิง : เพศหญิง)	
ชาย	0.670**
ระดับชั้นเรียน (นักเรียน) : (กลุ่มอ้างอิง : มัธยมศึกษาตอนปลายปีที่ 4-6)	
มัธยมศึกษาตอนต้นปีที่ 1-3	0.670***
เขตที่ตั้งโรงเรียน (นักเรียน) (กลุ่มอ้างอิง : ในเขตกรุงเทพมหานคร)	
ในเขตจังหวัดนครสวรรค์	0.590***
ข้อมูลผู้ปกครอง	
อาชีพ (ผู้ปกครอง) (กลุ่มอ้างอิง : แม่บ้าน/ไม่ได้งาน/กำลังรองาน)	
เกษตรกร/รับจ้างทั่วไป	0.833
ค้าขาย/ประกอบธุรกิจส่วนตัว	0.884
พนักงานบริษัทเอกชน/รัฐวิสาหกิจ	0.834
ข้าราชการ/พนักงานของรัฐ	0.641
รายได้ (ผู้ปกครอง) (กลุ่มอ้างอิง : ต่ำกว่า 120,000 บาทต่อปี)	
120,001 - 300,000 บาทต่อปี	0.870
สูงกว่า 300,000 บาทต่อปี	0.919
การนับถือตนเอง	0.827*
ค่าคงที่ (Constant)	3.863
-2log likelihood	1528.200
Chi-square	75.182***
Pseudo R²	0.061
N	1,204

หมายเหตุ : *p ≤0.05, **p ≤0.01, ***p ≤0.001

จากตารางที่ 3 การวิเคราะห์การถดถอยโลจิสติก พบว่า การนับถือตนเองเป็นตัวแปรความสำคัญที่มีผลต่อการเกิดความรุนแรงลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 นอกจากนี้ผลการศึกษายังพบว่าเพศหญิงมีแนวโน้มที่จะเกิดพฤติกรรมความรุนแรงมากกว่าเพศชาย และนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายมีความเสี่ยงสูงกว่าในการแสดงพฤติกรรมความรุนแรงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

การอภิปรายผลและข้อสรุป

จากผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการนับถือตนเองและพฤติกรรมความรุนแรงของวัยรุ่น พบว่าการนับถือตนเองมีความสัมพันธ์กับความรุนแรง ยิ่งวัยรุ่นมีการนับถือตนเองสูงขึ้นโอกาสในการเกิดพฤติกรรมความรุนแรงจะลดลง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Estefania, et al. (2018) พบว่า ความภาคภูมิใจในตนเองที่ต่ำมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมก้าวร้าว และยังทำให้เกิดอาการซึมเศร้าและเครียดในวัยรุ่น นอกจากนี้ผลการศึกษายังสอดคล้องกับรายงานของ United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization – UNESCO (2017) พบว่า ความรุนแรงและการกลั่นแกล้งในโรงเรียนมีผลกระทบต่อสุขภาพร่างกาย จิตใจ และอารมณ์ของวัยรุ่น โดยเฉพาะเด็กและวัยรุ่นที่ถูกกลั่นแกล้งมักจะประสบปัญหาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ซึมเศร้า หรือวิตกกังวล รวมถึงมีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ และอาจมีความคิดฆ่าตัวตาย นอกจากนี้ ผลกระทบจากการถูกรังแกยังส่งผลเสียต่อสุขภาพจิตและอารมณ์ของผู้ถูกรังแกอีกด้วย ผลการศึกษารวนี้ยังสอดคล้องกับผลการศึกษาของแพทย์หญิงโชษิตา ภาวสุทธิไพศิฐ และคณะ (2561) ชี้ให้เห็นว่า พฤติกรรมก้าวร้าวที่แสดงออกในรูปแบบต่างๆ เช่น การนิินทาวาร้าย การปล่อยข่าวลือ หรือการใช้สื่อออนไลน์ในการทำร้ายผู้อื่น มักเกิดขึ้นทั้งทางตรงและทางอ้อม ซึ่งส่งผลกระทบต่อผู้ถูกรังแกในทางจิตใจและอารมณ์อย่างรุนแรง โดยเฉพาะการถูกกลั่นแกล้งยังเพิ่มความเสี่ยงให้เกิดภาวะซึมเศร้าและการรู้สึกต่ำต้อยในตนเอง และผลการศึกษาของเกวลี ชัยสุวรรณรักษ์ และคณะ (2563) พบว่า ความภาคภูมิใจในตนเองที่ต่ำมีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นที่มีประสบการณ์การถูกข่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์ โดยวัยรุ่นที่ถูกรังแกมักมีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำและประสบกับปัญหาทางอารมณ์ เช่น การซึมเศร้า ซึ่งส่งผลให้เกิดปัญหาทางสุขภาพจิตตามมา รวมไปถึงผลการศึกษาของเบญจมาภรณ์ รุ่งสาธ (2563) พบว่า สาเหตุหลักของพฤติกรรมก้าวร้าวในวัยรุ่นประกอบด้วยหลายปัจจัย ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล ครอบครัว เพื่อน ชุมชน และปัจจัยด้านจิตใจ ซึ่งเกิดจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย สติปัญญา จิตใจ และอารมณ์ รวมถึงความเชื่อที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าว เช่น วัยรุ่นที่เห็นคุณค่าในตนเองต่ำมักจะมีทัศนคติที่ดีต่อพฤติกรรมก้าวร้าว และเชื่อว่าพฤติกรรมนี้เป็นวิธีหนึ่งในการตอบโต้ผู้อื่นเพื่อให้ตนเองได้รับการยอมรับหรือความชื่นชม ซึ่งทำให้พวกเขา มีแนวโน้มที่จะแสดงออกพฤติกรรมก้าวร้าวได้โดยไม่ตระหนักถึงผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นจากพฤติกรรมดังกล่าว นอกจากนี้ยังมีงานวิจัยของ Moreno, et al. (2024) ศึกษาความเชื่อมโยงระหว่างวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดีในวัยรุ่นกับความเครียด การนับถือตนเอง และบทบาทของความรุนแรงในโรงเรียน พบว่า ความภาคภูมิใจในตนเองที่สูงขึ้นมีความสัมพันธ์กับการตกเป็นเหยื่อของความรุนแรงในโรงเรียนน้อยลง ข้อมูลเหล่านี้แสดงให้เห็นว่า

วัยรุ่นที่มีความภาคภูมิใจในตนเองสูงมักมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดีขึ้น และมีระดับความเครียดที่น้อยลง ซึ่งสนับสนุนการที่การนับถือตนเองสามารถช่วยป้องกันปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าวและความเครียดในวัยรุ่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ

นอกจากนี้ผลการศึกษาชี้ให้เห็นว่า เพศหญิง มีแนวโน้มที่จะเกิดพฤติกรรมความรุนแรงมากกว่าเพศชาย ซึ่งอาจเกิดจากปัจจัยทางด้านอารมณ์และความเครียดที่มีการสะสมภายใน และเพศหญิงมีวิธีการแสดงออกความรุนแรงในรูปแบบที่ละเอียดหรือไม่เปิดเผย เช่น การใช้คำพูด การล้อเลียน หรือการแกล้งกันทางสังคมออนไลน์ ขณะที่เพศชายมักแสดงออกในรูปแบบที่ตรงไปตรงมา กว่า เช่น การทะเลาะวิวาทหรือการใช้กำลัง

การนับถือตนเองจึงถือเป็นปัจจัยสำคัญที่มีผลต่อทัศนคติและมุมมองที่เรามีต่อตนเอง ซึ่งเป็นสภาวะทางอารมณ์ที่เกิดขึ้นภายในจิตใจ และไม่สามารถมองเห็นได้อย่างชัดเจน ผู้ที่มีการนับถือตนเองในระดับสูงคือผู้ที่รู้จักและยอมรับในคุณค่าของตนเอง สามารถเป็นตัวของตัวเองอย่างเหมาะสมและมั่นคง และมีความแข็งแกร่งทางจิตใจที่ช่วยให้สามารถรับมือกับปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตได้อย่างมีสติ และไม่ตกเป็นเหยื่อของความรุนแรง อีกทั้งยังสามารถควบคุมอารมณ์และแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมตามสถานการณ์ได้ จากการศึกษาพบว่า การนับถือตนเองมีความสัมพันธ์อย่างชัดเจนกับพฤติกรรมความรุนแรงของวัยรุ่น หากวัยรุ่นมีการนับถือตนเองในระดับที่สูง การเกิดพฤติกรรมความรุนแรงทั้งต่อตนเองและผู้อื่นจะลดลง ยิ่งวัยรุ่นมีการเห็นคุณค่าในตนเองมากเท่าใด ยังมีแนวโน้มที่จะลดพฤติกรรมที่ก้าวร้าวหรือทำร้ายตัวเองและผู้อื่นได้มากขึ้น

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะทั่วไป

1. หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรมีพื้นที่ปลอดภัยในการแสดงความอ่อนแอทางสุขภาพจิต วัยรุ่นควรมีพื้นที่ปลอดภัยที่พวกเขาสามารถแสดงความอ่อนแอหรือปัญหาทางสุขภาพจิตได้โดยไม่ต้องกลัวการถูกตัดสินหรือถูกดูถูก พร้อมทั้งต้องได้รับการช่วยเหลือและสนับสนุนในการเสริมสร้างความมั่นใจในตนเอง ความเข้มแข็งทางจิตใจ และการมองเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งเป็นพื้นฐานสำคัญในการลดพฤติกรรมความรุนแรงและปัญหาสุขภาพจิตในวัยรุ่น

2. ควรมีศูนย์ปรึกษาสุขภาพจิตในโรงเรียนและรับฟังอย่างจริงจัง การสร้างศูนย์ปรึกษาสุขภาพจิตในโรงเรียนเพื่อให้วัยรุ่นสามารถพูดคุยเกี่ยวกับปัญหาทางอารมณ์และจิตใจได้อย่างเปิดเผย และได้รับการสนับสนุนจากผู้เชี่ยวชาญ ถือเป็นแนวทางสำคัญในการลดความเสี่ยงของพฤติกรรมความรุนแรงในกลุ่มวัยรุ่น นอกจากนี้การรับฟังปัญหาของวัยรุ่นอย่างจริงจังและให้คำปรึกษาที่เหมาะสมจะช่วยให้พวกเขารู้สึกมีคุณค่าในตนเองและมีความมั่นใจมากขึ้น

3. ส่งเสริมให้สถาบันครอบครัวและสังคมสร้างค่านิยมในการเสริมสร้างสุขภาพจิตที่ดี สถาบันครอบครัวและสังคมควรมีบทบาทสำคัญในการสร้างค่านิยมที่สนับสนุนการดูแลสุขภาพจิตที่ดี โดยไม่ลดทอนคุณค่าในตนเองของสมาชิกในครอบครัวหรือสังคม การเสริมสร้างความรักและการยอมรับในตัวเองภายในครอบครัว จะ

ช่วยให้วัยรุ่นพัฒนาความมั่นใจในตัวเอง และลดความเสี่ยงในการแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมหรือความรุนแรงที่จะเกิดขึ้นตามมา

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

การศึกษาครั้งต่อไปสามารถเน้นที่การศึกษาแนวโน้มการนับถือตนเองของวัยรุ่นในแต่ละกลุ่ม เพื่อเปรียบเทียบและวิเคราะห์แนวโน้มที่เกิดขึ้นในแต่ละกลุ่ม (เช่น ตามเพศ, อายุ, ระดับชั้นการศึกษา หรือสภาพแวดล้อมทางสังคม) การศึกษานี้จะช่วยให้เห็นภาพรวมของพฤติกรรมการนับถือตนเองในกลุ่มต่างๆ และสามารถระบุได้ว่า กลุ่มใดมีแนวโน้มในการนับถือตนเองสูงหรือต่ำ รวมถึงการหาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการนับถือตนเองในกลุ่มเหล่านั้น ซึ่งจะช่วยในการวางแผนและพัฒนามาตรการในการเสริมสร้างสุขภาพจิตให้เหมาะสมกับลักษณะเฉพาะของแต่ละกลุ่มได้อย่างมีประสิทธิภาพ

เอกสารอ้างอิง

- เกวลี ชัยสุวรรณรักษ์, และคณะ. (2563). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นที่มีประสบการณ์ข่มเหงรังแกบนโลกโซเชียล. *วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย*, 65(2): 203.
- โครงการสุขภาพคนไทย. (2563). สุขภาพจิต. *สุขภาพคนไทย 2563*. นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.
- โครงการสุขภาพคนไทย. (2565). สุขภาพจิต. *สุขภาพคนไทย 2565*. นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.
- นิกิตันต์ ปภรภัฒ. (2565). *บวกกับชีวิตด้วยอุปนิสัยเห็นค่าในตน Self-esteem*. สืบค้นเมื่อวันที่ 12 มกราคม 2567 เข้าถึงได้จาก <https://www.chula.ac.th/highlight/78536/>
- เบญจมาภรณ์ รุ่งสาธ. (2563). การจัดการพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงในวัยรุ่น. *วารสารวิชาการ มนุษยศาสตร์ และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี*, 3(1): 94-98.
- แพทย์หญิงโซซิดา ภาวสุทธิไพศิฐ, & คณะ. (2561). *แค้ไหนที่เรียกว่ารังแกกัน: คู่มือปฏิบัติสำหรับกรดำเนินการป้องกันและจัดการการรังแกกันในโรงเรียน*. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์.
- สถาบันส่งเสริมการสอนวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี (สสวท.) กระทรวงศึกษาธิการ. (2563). *การกลั่นแกล้งในโรงเรียนจากมุมมองของ PISA*. สืบค้นเมื่อวันที่ 12 มกราคม 2567 เข้าถึงได้จาก <https://pisathailand.ipst.ac.th/issue-2020-54/>
- D. CAST, et al. (2002). A theory of self-esteem. *Social Forces*, 80(3), 1041-1068. Retrieved September 6, 2023, from https://www.researchgate.net/publication/236761671_A_Theory_of_Self-Esteem

Estefanía, et al. (2018). Aggressive behavior in adolescence as a predictor of personal, family, and school adjustment problems. *Psicothema*, 30(1), 66-73. Retrieved September 6, 2023, from <https://www.psicothema.com/pdf/4452.pdf>

Moreno, et al. (2024). Healthy lifestyle in adolescence: Associations with stress, self-esteem, and the roles of school violence. *Healthcare*, 12, 63. Retrieved September 6, 2023, from <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38200968/>

United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization - UNESCO. (2017). *School violence and bullying: Global status and trends, drivers and consequences* (pp. 3-10).