



## การจัดการการควบคุมตนเองของข้าราชการตำรวจสถานีตำรวจนครบาลบางโพ Self-control Management of Police Officers in Bang Pho Police Station

กัญญณัฐ ตั้งสุข<sup>1</sup>, ชนิกา แสงทองดี<sup>2</sup>

Kanyanut Tungsuk, Chanika Saengthongdee

### บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1. ศึกษาการจัดการการควบคุมตนเองของข้าราชการตำรวจสถานีตำรวจนครบาลบางโพ และ 2. เปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับการจัดการการควบคุมตนเองของข้าราชการตำรวจสถานีตำรวจนครบาลบางโพ ในการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ ประกอบด้วยตัวแปร 4 ด้าน ได้แก่ ด้านการควบคุมตนเองกับผู้บังคับบัญชา ด้านการควบคุมตนเองกับเพื่อนร่วมงาน ด้านการควบคุมตนเองกับผู้บังคับบัญชา ด้านการควบคุมตนเองกับประชาชน ผู้วิจัยได้วิจัยโดยใช้แบบสอบถามกับข้าราชการตำรวจสถานีตำรวจนครบาลบางโพ จำนวน 80 คน สถิติที่ใช้ในงานวิจัย ได้แก่ การหาค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) วิเคราะห์โดยการทดสอบค่าที (t-test Independent) การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA) วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสังคมศาสตร์

ผลการวิจัย พบว่า 1. ระดับการจัดการการควบคุมตนเองของข้าราชการตำรวจสถานีตำรวจนครบาลบางโพ ส่วนใหญ่อยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 4.18$ , S.D. = 0.40) เมื่อพิจารณารายด้านพบว่าด้านด้านการควบคุมตนเองกับประชาชน อยู่ในระดับมากที่สุด ( $\bar{X} = 4.22$ , S.D. = 0.51) รองลงมาคือด้านการควบคุมตนเองกับผู้บังคับบัญชา อยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 4.19$ , S.D. = 0.66) และด้านด้านการควบคุมตนเองกับเพื่อนร่วมงาน อยู่ในระดับน้อยสุด ( $\bar{X} = 4.16$ , S.D. = 0.57) 2. ผลการเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับการจัดการการควบคุมตนเองของข้าราชการตำรวจสถานีตำรวจนครบาลบางโพ เมื่อจำแนกตาม เพศ อายุ ระยะเวลาการทำงาน

<sup>1</sup> มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา; Suansunandha Rajabhat University

<sup>2</sup> มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา; Suansunandha Rajabhat University

Corresponding author, e-mail: ice.kanyanut01@gmail.com, tel. 097-3014894



พบว่า ภาพรวมไม่แตกต่างกัน จำแนกตาม ตำแหน่ง ภูมิสำเนา พบว่า โดยภาพรวมแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.5

**คำสำคัญ:** การควบคุมตนเอง, ข้าราชการตำรวจ, สถานีตำรวจนครบาลบางโพ

## Abstract

The objectives of this research were 1. to study the level of Self-control management of Police Officers in Bang Pho Police Station.; and 2. to compare between personal factors and Self-control management of Police Officers in Bang Pho Police Station. The research instruments are a questionnaire of 4 aspects: in Subordinate, Colleague, Supervisor and Citizen. The researcher used the questionnaires with 80 police officers in Bang Pho Police Station. By finding the frequency and percentage, finding the mean and standard deviation, Analyzed by t- test independent and One-way ANOVA, data analysis using social science software packages.

The results of this study is as below: 1. The level of Self-control management of Police Officers in Bang Pho Police Station is in a high level ( $\bar{x}$  = 4.18, S.D. = 0.40). When considering each aspect, it is found that the aspect of the highest average value of the top 3 was Self-Control with citizen part at a high level ( $\bar{x}$  = 4.22, S.D. = 0.51). The second one is Self-Control with Supervisor part at a high level ( $\bar{x}$ =4.19, S.D. =0.66). The last one is Self-Control with Colleague at a high level ( $\bar{x}$ = 4. 16, S.D. =0. 57). 2. The perspective of comparison between personal factor and Self-control management of Police Officers in Bang Pho Police Station classified by genders, age and range of work found that the sample variance was not different. These elements were classified by position and local found that the sample variance was different and significantly differently at .05 level.



**Keywords:** Self-Control, Police officers, Bang Pho Police Station

## บทนำ

ข้าราชการตำรวจเป็นบุคคลสำคัญของสำนักงานตำรวจแห่งชาติ ต้องปฏิบัติงานในการบริการด้านต่าง ๆ ได้แก่ การดูแลความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สินของประชาชน การบริการด้าน การจราจร การอำนวยความสะดวกในด้านต่าง ๆ เป็นผู้ต้องใช้ความรู้ความสามารถเป็นพิเศษในการปฏิบัติหน้าที่ต้องอาศัยความรู้ความเชี่ยวชาญเฉพาะด้านงานสืบสวน งานสอบสวน งานป้องกันปราบปราม งานจราจร ในสถานการณ์ปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านสภาพแวดล้อม เศรษฐกิจ สังคมและเทคโนโลยีต่าง ๆ ข้าราชการตำรวจจำเป็นต้องมีการพัฒนาตนเอง เพื่อให้มีความรู้ความสามารถ ทักษะ ทศนคติที่จะเป็นประโยชน์ต่อการปฏิบัติงานและมีศักยภาพที่สูงขึ้นเพื่อรองรับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นจะส่งผลให้การดำเนินงานตามภารกิจที่รับมอบหมายประสบผลสำเร็จ

การควบคุมตนเองของเจ้าหน้าที่ตำรวจ ต้องพบเจอกับสถานการณ์ต่าง ๆ มากมาย การตัดสินใจเป็นตัวกำหนดทิศทางและผลของสถานการณ์นั้น บางสถานการณ์ง่ายต่อการตัดสินใจแต่ในบางสถานการณ์อาจส่งผลให้บุคคลเกิดความขัดแย้งในการตัดสินใจ ความขัดแย้งที่กล่าวถึงในที่นี้เป็นความขัดแย้งที่เกิดจากแรงจูงใจหลายด้าน Van Dijk (จิรายุ เลิศเจริญวินิช, 2557) ได้เสนอว่าเป็นสถานการณ์ที่บุคคลต้องตัดสินใจเลือกระหว่างการกระทำที่ก่อให้เกิดผลประโยชน์ต่อตนเองทันที ณ เวลานั้น (Immediate self-interests) หรือการกระทำที่ก่อให้เกิดผลประโยชน์ต่อส่วนรวมในระยะยาว (Longer-term collective interests) Hirschi and Gottferdson (พิมพ์ชนก นามบัณฑิต, 2559) กล่าวว่า การควบคุมตนเองนั้นมีพฤติกรรม การกระทำผิดและพฤติกรรมเบี่ยงเบนต่าง ๆ ด้วยลักษณะของบุคคลที่มีการควบคุมตนเองต่าง บุคคลเหล่านี้มักจะมีบุคลิกภาพแบบ impulsive ชอบเสี่ยง มักจะใช้ภาษากายมากกว่าภาษาพูด มักจะยึดถือตนเองเป็นจุดศูนย์กลาง และโกรธฉุนเฉียวง่ายรวมถึงมักจะเลือกทำงานที่ง่าย ๆ ไม่ซับซ้อน การควบคุมตนเองนั้นมีปัจจัยหลายด้านที่นักวิจัยให้ความสนใจศึกษาและพบว่าส่งผลต่อการควบคุมตนเองในแต่ละด้าน โดยการศึกษาของนิตยา วรรณรัตน์ (วลัยกร สังฆบุตร, 2555) พบว่า การควบคุมตนเองเป็นความสามารถในการควบคุมอารมณ์ และพฤติกรรมของตนเองให้แสดงออกได้อย่างเหมาะสม ซึ่งเป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่มีความสำคัญในการปรับตัวเพื่อการ

อยู่ร่วมกับผู้อื่น ได้อย่างปกติสุข ทั้งนี้การดำรงชีวิตในวัยรุ่นนับเป็นจุดหักเหที่สำคัญ หากวัยรุ่นได้รับการสอนให้รู้จักควบคุมตนเองย่อมส่งผลต่อการวางรากฐานของชีวิตในวัยผู้ใหญ่ได้ดี

ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาระดับการควบคุมตนเองของเจ้าหน้าที่ตำรวจ และผลการวิจัยนี้จะสามารถทำให้เกิดการพัฒนาในด้านการควบคุมความคิด ด้านการควบคุมตนเอง

## วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับการจัดการการควบคุมตนเองของข้าราชการตำรวจสถานีตำรวจนครบาลบางโพ
2. เพื่อเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับการจัดการการควบคุมตนเองของข้าราชการตำรวจสถานีตำรวจนครบาลบางโพ

## วิธีดำเนินการวิจัย

บทความวิจัยเรื่อง “การควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ในอำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม” ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตเนื้อหาโดยจากแนวคิดการจัดการการควบคุมตนเองของข้าราชการตำรวจ ซึ่งแบ่งออกเป็น 4 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านการควบคุมตนเองกับผู้บังคับบัญชา 2) ด้านการควบคุมตนเองกับเพื่อน 3) ด้านการควบคุมตนเองกับผู้ใต้บังคับบัญชา 4) ด้านการควบคุมตนเองกับประชาชน ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย คือ ตัวแปรต้น (Independent Variables) ปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ ตำแหน่ง ระยะเวลาการทำงาน และภูมิลำเนา ตัวแปรตาม (Dependent Variables) การจัดการการควบคุมตนเองของข้าราชการตำรวจสถานีตำรวจนครบาลบางโพ ประชากร คือ ข้าราชการตำรวจสังกัดสถานีตำรวจนครบาลบางโพ โดยกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างด้วยตารางสำเร็จรูปของเครจซี่และมอร์แกน (Krejcie & Morgan) ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% ได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 80 คน พื้นที่ในการศึกษาวิจัย คือ สถานีตำรวจนครบาลบางโพ ระยะเวลาการดำเนินการวิจัย ตั้งแต่ เดือน มีนาคม ถึงเดือนกันยายน พ.ศ. 2563 รวมเป็นระยะเวลา 7 เดือน

การวิจัยครั้งนี้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) โดยใช้วิธีการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) จากแบบสอบถาม (Questionnaire) กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ ข้าราชการตำรวจสถานีตำรวจนครบาลบางโพ จำนวน 80 คน สถิติที่ใช้



ได้แก่ ค่าความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) และสถิติเชิงอ้างอิงที่ใช้สำหรับทดสอบสมมติฐานการวิจัย โดยจำแนกตามลักษณะของตัวแปร สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์คือ การทดสอบค่าที (t-test) ทดสอบค่าเอฟ (F-test) โดยวิธีการวิเคราะห์แปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA) และเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ด้วยวิธีผลต่าง นัยสำคัญน้อยที่สุด (Least Significant Difference: LSD)

## สรุปผลการวิจัย

การวิจัยเกี่ยวกับ การจัดการการควบคุมตนเองของข้าราชการตำรวจสถานีตำรวจนครบาลบางโพ จากการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) โดยใช้วิธีการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) จากแบบสอบถาม (Questionnaire) ผู้วิจัยนำข้อมูลมาสรุปผลได้ดังนี้

### 1. ปัจจัยส่วนบุคคล

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศชาย จำนวน 69 คน คิดเป็นร้อยละ 86.3 มีอายุระหว่าง 20-29 ปี คิดเป็นร้อยละ 45.0 ตำแหน่ง ชั้นประทวน จำนวน 53 คน คิดเป็นร้อยละ 66.3 ตำแหน่งชั้นสัญญาบัตร จำนวน 27 คน คิดเป็นร้อยละ 33.8 ระยะเวลาการทำงาน น้อยกว่า 10 ปี จำนวน 36 คน คิดเป็นร้อยละ 45.0

### 2. ระดับการจัดการการควบคุมตนเองของข้าราชการตำรวจสถานีตำรวจนครบาลบางโพ

การจัดการการควบคุมตนเองของข้าราชการตำรวจสถานีตำรวจนครบาลบางโพ โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 4.18 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.40 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านสรุปได้ ดังนี้

1) ด้านการควบคุมตนเองกับผู้ใต้บังคับบัญชา ระดับการจัดการการควบคุมตนเองของข้าราชการตำรวจสถานีตำรวจนครบาลบางโพ ด้านการควบคุมตนเองกับผู้ใต้บังคับบัญชา โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 4.16

2) ด้านการควบคุมตนเองกับเพื่อนร่วมงาน ระดับการจัดการการควบคุมตนเองของข้าราชการตำรวจสถานีตำรวจนครบาลบางโพ ด้านการควบคุมตนเองกับเพื่อนร่วมงาน โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 4.16

3) ด้านการควบคุมตนเองกับผู้บังคับบัญชา ระดับการจัดการการควบคุมตนเองของข้าราชการตำรวจสถานีตำรวจนครบาลบางโพ ด้านการควบคุมตนเองกับผู้บังคับบัญชา โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 4.19

4) ด้านการควบคุมตนเองกับประชาชน ระดับการจัดการการควบคุมตนเองของข้าราชการตำรวจสถานีตำรวจนครบาลบางโพ ด้านการควบคุมตนเองกับประชาชน โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 4.22

**ตารางที่ 1** ผลวิเคราะห์การจัดการการควบคุมตนเองของข้าราชการตำรวจสถานีตำรวจนครบาลบางโพ โดยภาพรวม

| การจัดการการควบคุมตนเองของข้าราชการตำรวจ | $\bar{X}$ | S.D. | ระดับ     |
|------------------------------------------|-----------|------|-----------|
| ด้านการควบคุมตนเองกับผู้บังคับบัญชา      | 4.16      | 0.63 | มาก       |
| ด้านการควบคุมตนเองกับเพื่อนร่วมงาน       | 4.16      | 0.57 | มาก       |
| ด้านการควบคุมตนเองกับผู้บังคับบัญชา      | 4.19      | 0.66 | มาก       |
| ด้านการควบคุมตนเองกับประชาชน             | 4.22      | 0.51 | มากที่สุด |
| รวม                                      | 4.18      | 0.40 | มาก       |

จากตารางที่ 1 โดยภาพรวมของข้าราชการตำรวจสถานีตำรวจนครบาลบางโพ มีการจัดการการควบคุมตนเอง อยู่ในระดับมาก ( $\bar{X}=4.18$ , S.D.=0.40) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่าด้านที่มีระดับความคิดเห็นสูงสุดคือด้านการควบคุมตนเองกับประชาชน ( $\bar{X}=4.22$ , S.D.=0.51) รองลงมาคือ ด้านการควบคุมตนเองกับผู้บังคับบัญชา ( $\bar{X}=4.19$ , S.D.=0.66) และด้านการควบคุมตนเองกับผู้บังคับบัญชา ( $\bar{X}=4.16$ , S.D.=0.63) และด้านการควบคุมตนเองกับเพื่อนร่วมงาน ( $\bar{X}=4.16$ , S.D.=0.57) ตามลำดับ

### 3. การเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับการจัดการการควบคุมตนเองของข้าราชการตำรวจสถานีตำรวจนครบาลบางโพ

ผลการเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับการจัดการการควบคุมตนเองของข้าราชการตำรวจสถานีตำรวจนครบาลบางโพ ด้านเพศ พบว่า ข้าราชการตำรวจที่มีเพศต่างกัน มีระดับการควบคุมตนเองไม่แตกต่างกัน

การวิเคราะห์ความแปรปรวนของระดับการจัดการการควบคุมตนเองของข้าราชการตำรวจสถานีตำรวจนครบาลบางโพ มีอายุที่ต่างกัน จากการตรวจสอบความเป็นเอกพันธ์ของความแปรปรวน ของระดับการจัดการการควบคุมตนเองของข้าราชการตำรวจสถานีตำรวจนครบาลบางโพ พบว่า ความแปรปรวนของกลุ่มตัวอย่างทั้ง 4 กลุ่ม ไม่แตกต่างกัน

การวิเคราะห์ความแปรปรวนของระดับ การจัดการการควบคุมตนเองของข้าราชการตำรวจสถานีตำรวจนครบาลบางโพ มีระยะเวลาการทำงาน ที่แตกต่างกัน จากการตรวจสอบความเป็นเอกพันธ์ของความแปรปรวน ของระดับการจัดการการควบคุมตนเองของข้าราชการตำรวจสถานีตำรวจนครบาลบางโพ พบว่า ความแปรปรวนของกลุ่มตัวอย่างทั้ง 4 กลุ่ม ไม่แตกต่างกัน

ผลการเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับการจัดการการควบคุมตนเองของข้าราชการตำรวจสถานีตำรวจนครบาลบางโพ ด้านตำแหน่ง พบว่าข้าราชการตำรวจที่มีเพศต่างกัน มีระดับการควบคุมตนเอง ที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับ การจัดการการควบคุมตนเองของข้าราชการตำรวจสถานีตำรวจนครบาลบางโพ ด้านภูมิลำเนา พบว่าข้าราชการตำรวจที่มีเพศต่างกัน มีระดับการควบคุมตนเองที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

## อภิปรายผลการวิจัย

จากข้อค้นพบของการวิจัย มีประเด็นที่สำคัญสามารถนำมาอภิปรายผลเพื่อให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย ดังมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

### 1. ระดับการจัดการการควบคุมตนเองของข้าราชการตำรวจสถานีตำรวจนครบาลบางโพ

การจัดการการควบคุมตนเองของข้าราชการตำรวจสถานีตำรวจนครบาลบางโพ โดยภาพรวมและรายข้ออยู่ในระดับมากและรายด้านพบว่าส่วนใหญ่มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก เรียงระดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อยได้ดังนี้ ด้านการควบคุมตนเองกับประชาชน ด้านการควบคุมตนเองกับผู้บังคับบัญชา ด้านการควบคุมตนเองกับผู้ใต้บังคับบัญชา ด้านการควบคุมตนเองกับเพื่อนร่วมงาน สอดคล้องกับงานวิจัยของ สารระ มุขดี (2559) งานวิจัยมีการศึกษา การ

พัฒนารูปแบบการควบคุมตนเองตามแนวพุทธจิตวิทยาสำหรับนักศึกษาพยาบาลคณะพยาบาล  
ศาสตร์เกื้อการุณย์ มหาวิทยาลัยนวมินทราธิราช พบว่า การควบคุมตนเองตามหลักพุทธ  
จิตวิทยาโดยรวมทั้งฉบับในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ย 3.847 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.271  
ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ด้านมโนธรรมที่ได้รับการพัฒนา ( $\bar{X}$  = 4.167, SD = 0.389)

## 2. การเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับการจัดการการควบคุมตนเองของ ข้าราชการตำรวจสถานีตำรวจนครบาลบางโพ

ผลการเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับการจัดการการควบคุมตนเองของข้าราชการ  
ตำรวจสถานีตำรวจนครบาลบางโพ พบว่า ภาพรวมรายด้านรายข้อที่แตกต่างกัน คือ ตำแหน่ง  
อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งไม่สอดคล้องกับงานวิจัยเล่มอื่น อาจเป็นเพราะ  
ตำแหน่งของข้าราชการตำรวจสถานีตำรวจนครบาลบางโพแตกต่างกัน

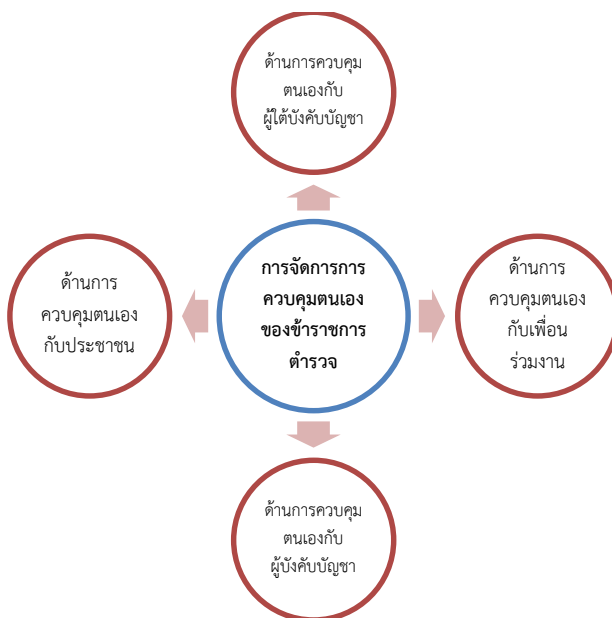
ผลการเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับการจัดการการควบคุมตนเองของข้าราชการ  
ตำรวจสถานีตำรวจนครบาลบางโพ พบว่า ภาพรวมรายด้านรายข้อที่แตกต่างกัน คือ ภูมิลำเนา  
อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ค่าเฉลี่ยความคิดเห็นเกี่ยวกับการจัดการการควบคุม  
ตนเองของข้าราชการตำรวจสถานีตำรวจนครบาลบางโพ ของภูมิลำเนา ข้าราชการตำรวจ มี  
ระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับการจัดการการควบคุมตนเองของข้าราชการตำรวจสถานีตำรวจนคร  
บาลบางโพที่มีภูมิลำเนาต่างกัน พบว่า ภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับ  
การจัดการการควบคุมตนเองของข้าราชการตำรวจสถานีตำรวจนครบาลบางโพแตกต่างจาก  
ภาคใต้และภาคกลาง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยภาคใต้มีระดับความคิดเห็นที่สูง  
กว่าภาคกลาง ซึ่งไม่สอดคล้องกับงานวิจัยเล่มอื่น อาจเป็นเพราะตำแหน่งของข้าราชการตำรวจ  
สถานีตำรวจนครบาลบางโพแตกต่างกัน

ผลการเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับการจัดการการควบคุมตนเองของข้าราชการ  
ตำรวจสถานีตำรวจนครบาลบางโพ พบว่า ภาพรวมรายด้านรายข้อที่ไม่แตกต่างกัน คือ เพศ  
อายุ ระยะเวลา ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุภาพงษ์ ต้นสุภาพ (2559) ได้ศึกษาวิจัย  
“ผลกระทบของการควบคุมตนเองที่มีต่อการออม: กรณีศึกษาบุคลากรของจุฬาลงกรณ์  
มหาวิทยาลัย” พบว่า ตัวแปรที่เป็นปฏิสัมพันธ์ร่วมระหว่างการควบคุมตนเองกับ เพศ อายุ และ  
การผูกมัดตนเอง ด้านการออมนั้น พบว่า ตัวแปรปฏิสัมพันธ์ดังกล่าวในหลายแบบจำลองที่ผู้วิจัย  
ทำการทดสอบนั้นไม่ส่งผลต่อโอกาสที่จะมีเงินเพียงพอหลังเลิกทำงานประจำอย่างมีนัยสำคัญ



## องค์ความรู้ใหม่

การจัดการการควบคุมตนเองของข้าราชการตำรวจสถานีตำรวจนครบาลบางโพ ได้แก่ การจัดการการควบคุมตนเองของข้าราชการตำรวจ ด้านการควบคุมตนเองกับผู้บังคับบัญชา ด้านการควบคุมตนเองกับเพื่อนร่วมงาน ด้านการควบคุมตนเองกับผู้บังคับบัญชา ด้านการควบคุมตนเองกับประชาชน ฉะนั้นการที่จะทำให้การจัดการการควบคุมตนเองของข้าราชการตำรวจต้องพัฒนาในเรื่องการควบคุมตนเองกับผู้บังคับบัญชา การควบคุมตนเองกับเพื่อนร่วมงาน การควบคุมตนเองกับผู้บังคับบัญชา การควบคุมตนเองกับประชาชน จึงควรการจัดการการควบคุมตนเองของข้าราชการตำรวจสถานีตำรวจนครบาลบางโพในด้านที่กล่าวมาข้างต้น



ภาพที่ 1 การจัดการการควบคุมตนเองของข้าราชการตำรวจ

## ข้อเสนอแนะ

### 1. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1.1 ควรมีการฝึกอบรมการควบคุมตนเองในทั้ง 4 ด้านเป็นการเพิ่มประสิทธิภาพของบุคลากรในสำนักงานตำรวจแห่งชาติ

1.2 ควรมีการศึกษาระดับการควบคุมตนเองของผู้กระทำความผิดหรือประชาชนทั่วไป เพื่อวัดระดับการควบคุมตนเองของผู้กระทำความผิดหรือประชาชนทั่วไปเมื่อเผชิญหน้ากับเจ้าหน้าที่ตำรวจ

## 2. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

2.1 ควรมีการศึกษาตัวแปรอื่นจากต้นเหตุของการควบคุมตนเองในหลายๆ กรณี โดยทำการประเมินจากเจ้าหน้าที่ตำรวจสายตรงในหน่วยอื่นที่ปฏิบัติงานโดยตรง

2.2 นำผลวิจัยมาเป็นข้อมูลในการวางแผนพัฒนาทรัพยากรบุคคลด้านอื่นๆ เพื่อเพิ่มระดับการควบคุมตนเองให้อยู่ในระดับสูงมากยิ่งขึ้นไป

## เอกสารอ้างอิง

- จิรายุ เลิศเจริญวนิช. (2557). *อิทธิพลของการควบคุมตนเองและการวางกรอบการตัดสินใจต่อเจตนาและพฤติกรรมเพื่อส่วนรวมในภาวะยุ่งยากสองด้านทางสังคม*. (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต). บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ดวงทิพย์ ก่อกิจงาม. (2561). *รูปแบบการพัฒนาชุดฝึกอบรมการควบคุมตนเองตามหลักพุทธจิตวิทยาของพยาบาลวิชาชีพ*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ). บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- สาระ มุขดี. (2559). *การพัฒนาแบบการควบคุมตนเองตามหลักพุทธจิตวิทยา สำหรับนักศึกษาพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์เกี่ยวกับการุณย์ มหาวิทยาลัยนวมินทราชิราช*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ). บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- สุภาพงษ์ ต้นสุภาพ. (2559). *ผลกระทบของการควบคุมตนเองที่มีต่อการออม: กรณีศึกษาบุคลากรของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ). บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อรรณพ วรอรุณ, ปิยะธิดา ขจรชัยกุล, ฉัตรสุมน พุทธิภิญโญ, พิมพ์สุรางค์ เตชะบุญเสริมศักดิ์ และศุภชัย ปิตกุลตั้ง. (2562). *ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการควบคุมตนเองในพฤติกรรมการสูบบุหรี่ในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น จังหวัดสุพรรณบุรี*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ). บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหิดล.