

ปัจจัยภายในบุคคลและปัจจัยทางสังคมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการป้องกันตนเองจาก
โควิด 19 ของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

Personal Factors and Social Factors Related to Self-Preventing Behaviors
from COVID-19 of Srinakharinwirot University Students

คงกระพัน ชาตรี

Kongkrapan Chatree

ฉนวนวัฒน์ อุ่นแก้ว

Chanawat Unkeaw

ชยานุช ลักษณวิจารณ์

Chayanut Laksanavicharn

ธีระชน พลโยธา

Teerachon Polyota

ภิญญาพันธ์ เพี้ยชัย

Pinyapan Piasai

คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

Faculty of Humanities, Srinakharinwirot University

Received: 23 June 2021

Revised: 19 October 2021

Accepted: 21 October 2021

บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงสหสัมพันธ์นี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อ 1) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยภายในบุคคล ได้แก่ การร่วมรู้สึก การตระหนักรู้ในสถานการณ์ การกำกับตนเอง และปัจจัยทางสังคม ได้แก่ อิทธิพลทางสังคม กับพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 ของนิสิตปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ 2) ทำนายพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 ของนิสิตปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ด้วยปัจจัยภายในบุคคล ได้แก่ การร่วมรู้สึก การตระหนักรู้ในสถานการณ์ การกำกับตนเอง และปัจจัยทางสังคม ได้แก่ อิทธิพลทางสังคม กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำนวน 120 คน โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างตามความสะดวก เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามที่สร้างขึ้นจำนวน 5 ฉบับ มีลักษณะเป็นมาตรประเมินค่า

6 ระดับ ซึ่งแบบสอบถามมีค่าความเชื่อมั่นสัมประสิทธิ์แอลฟาอยู่ระหว่าง .72 ถึง .87 สถิติที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐานครั้งนี้ ได้แก่ สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Correlation Coefficient) และการวิเคราะห์เชิงถดถอยพหุคูณ (Multiple Linear Regression) ด้วยวิธี Enter ผลการวิจัยพบว่า 1) ปัจจัยภายในบุคคล (การร่วมรู้สึกต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 การตระหนักรู้ในสถานการณ์ต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 การกำกับตนเองต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19) และอิทธิพลทางสังคมต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 โดยทุกค่ามีสหสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .001 2) ปัจจัยภายในบุคคล (การร่วมรู้สึกต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 การตระหนักรู้ในสถานการณ์ต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 การกำกับตนเองต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19) และอิทธิพลทางสังคมต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 ได้ร้อยละ 45 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

คำสำคัญ: พฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19, การร่วมรู้สึก, การตระหนักรู้ในสถานการณ์, การกำกับตนเอง, อิทธิพลทางสังคม

Abstract

This correlational research aims to 1) highlight the relationship between personal factors (i.e., empathy, situational awareness, and self-regulation) and social factors (i.e., social influences) related to Srinakharinwirot university students' self-preventing behaviors from COVID-19, and 2) predict the self-preventing behaviors from COVID-19 of Srinakharinwirot university students based on these factors. 120 students from Srinakharinwirot university were selected as the sample group using convenience sampling. A questionnaire with a reliability level between .72 and .87., consisting of 5 parts: empathy, situational awareness, self-regulation, social influences, and COVID-19 self-preventing behaviors, was used to collect the data. The data were analyzed by Pearson's Correlation Coefficient and Multiple Linear Regression Analysis through the Enter method. The results of this study show that personal factors (empathy to COVID-19 self-preventing behaviors, situational awareness to COVID-19 self-preventing behaviors, and self-regulation to COVID-19 self-preventing behaviors) and social factors to COVID-19 self-preventing behaviors had positive correlation with COVID-19 self-preventing behaviors at a statistical significance level ($p < .001$). In addition, the two factors were able to predict the COVID-19 self-preventing behaviors of the sample group at 47 % at a statistical significance level ($p < .001$).

Keywords: Self-preventing behaviors from COVID-19, Empathy, Situational awareness, Self-regulation, Social influences

ความสำคัญและที่มาของปัญหาที่ทำการวิจัย

เนื่องจากในสถานการณ์โลกปัจจุบันนี้ เกิดการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด 19 (COVID-19) ซึ่งสามารถแพร่ระบาดจากบุคคลหนึ่งสู่อีกบุคคลหนึ่งได้อย่างรวดเร็วโดยการไอ จาม สัมผัส น้ำมูกและน้ำลาย โดยผู้ที่ติดเชื้อจะมีอาการไข้ ร่วมกับอาการทางเดินหายใจ เช่น ไอ จาม มีน้ำมูกและเหนื่อยหอบ ทำให้มีผู้ติดเชื้อและเสียชีวิตเป็นจำนวนมาก เพื่อรักษาทุกชีวิตบนโลกใบนี้ที่ทุกคนอาศัยอยู่ร่วมกัน ดังนั้น ทุกฝ่ายจึงจำเป็นต้องหาวิธีการป้องกันเชื้อไวรัสชนิดนี้เพื่อปกป้องรักษาทุกชีวิตของมวลมนุษยชาติ โดยการฉีดวัคซีนโควิดตามแผนครอบคลุมประชากร เพื่อสร้างภูมิคุ้มกันหมู่ อย่างไรก็ตาม การป้องกันตนเองจากโควิด 19 สามารถเริ่มทำได้จากตัวเองก่อน ไม่ว่าจะเป็นการสวมหน้ากากอนามัยทั้งแบบทั่วไป และ N95 การล้างมือด้วยสบู่หรือเจลแอลกอฮอล์ เพื่อขจัดสิ่งสกปรกต่าง ๆ เป็นการลดจำนวนเชื้อโรค และการเว้นระยะห่างทางสังคมอย่างน้อย 1-2 เมตร (กรมควบคุมโรค, 2564) เป็นสิ่งที่ทุกคนควรทำและสามารถทำได้ด้วยการร่วมแรงร่วมใจกัน

การแพร่ระบาดของโควิด 19 กำลังเป็นปัญหาที่ส่งผลกระทบในวงกว้างต่อสังคมไทยและสังคมโลก ไม่ว่าจะเป็น ภาวะเศรษฐกิจตกต่ำ การใช้ชีวิตประจำวันที่ต้องเปลี่ยนไปในวิถีใหม่หรือ New Normal เป็นสิ่งที่คนไทยและคนทั้งโลกต้องเผชิญร่วมกัน ประสบกับปัญหาและความยากลำบากเหมือนกัน เพราะฉะนั้น การร่วมรู้สึก (Empathy) จึงเป็นสิ่งจำเป็นในสถานการณ์การแพร่ระบาดนี้ การร่วมรู้สึกจะช่วยให้เกิดความเข้าใจกันระหว่างบุคคล สามารถรับรู้และเข้าใจถึงอารมณ์ ความรู้สึก และความต้องการของบุคคลอื่นได้ ซึ่งจะช่วยให้บุคคลนั้นสามารถใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข (กรณิการ์ พันทอง, 2550) แต่ถ้าหากบุคคลในสังคมขาดการร่วมรู้สึก ก็จะทำให้การแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นซับซ้อนต่อไปได้ยาก

การที่ทุกคนจะร่วมมือร่วมใจฝ่าฟันวิกฤตนี้ไปด้วยกัน ย่อมไม่สามารถเกิดขึ้นมาได้ หากคนในสังคมยังไม่เกิดการตระหนักรู้ถึงสถานการณ์การแพร่ระบาดโควิด 19 ที่มีอันตรายร้ายแรงและส่งผลกระทบต่อสังคมในหลายมิติ การตระหนักรู้ในสถานการณ์ (Situational Awareness) คือ การที่บุคคลแสดงถึงการรับรู้ การคิด และการแสดงออกถึงความรับผิดชอบเมื่อเผชิญปัญหา เหตุการณ์หรือสถานการณ์ใด สถานการณ์หนึ่ง (มยุรี บุญเยี่ยม, 2545) ดังนั้น การตระหนักรู้ในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโควิด 19 จึงส่งผลทำให้บุคคลมีความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคมในการมีพฤติกรรมป้องกันตัวเองจากโควิด 19 และดำเนินชีวิตด้วยความไม่ประมาท ซึ่งส่งผลทำให้สังคมสามารถกลับเข้าสู่สถานการณ์ปกติได้เร็วขึ้น รวมทั้ง มีการกำกับตนเองที่ดี จะช่วยทำให้การแพร่ระบาดของโควิด 19 นั้นลดลง เพราะการกำกับตนเอง (Self-Regulation) เป็นกระบวนการในการควบคุมตนเองอย่างเป็นระบบ ทั้งในด้านของ ความคิด ความรู้สึก และการกระทำ เพื่อมุ่งหมายที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนไปสู่พฤติกรรมเป้าหมายที่ตนต้องการ (พลพี ทุมมาพันธ์, 2554) ดังนั้น หากบุคคลมีการกำกับตนเอง โดยมีการตั้งเป้าหมายว่าเมื่อตนเองปฏิบัติตนเป็นอย่างดีแล้ว บุคคลจะดำเนินชีวิตอย่างมีระเบียบแบบแผน ควบคุมตนเองให้

ปฏิบัติตนในการป้องกันตนเองจากโควิด 19 อย่างเคร่งครัด ตลอดจนสามารถปรับปรุงตนเองให้เข้ากับสภาพแวดล้อมของสังคมได้ (วิลาวรรณ บุญซึ้ง, 2546) ในสถานการณ์การแพร่ระบาดนี้ หากขาดการกำกับตนเอง หรือ “การ์ดตก” อาจนำไปสู่การแพร่ระบาดของโควิด 19 ระลอกใหม่และการติดเชื้อของบุคคลในสังคมที่เพิ่มมากขึ้น

การส่งเสริมให้บุคคลทำพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากโควิด 19 จึงเป็นเรื่องจำเป็นและเร่งด่วน ด้วยเหตุนี้รัฐบาลและองค์กรต่าง ๆ จึงมีมาตรการการควบคุมและป้องกันการแพร่ระบาดออกมาอยู่เสมอ รวมถึงการเผยแพร่ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากโควิด 19 ผ่านสื่อต่าง ๆ เพื่อให้เข้าถึงผู้คนในแต่ละกลุ่มมากที่สุด อย่างไรก็ตาม การที่บุคคลจะกระทำพฤติกรรมหรือไม่เช่นนั้น อิทธิพลทางสังคม (Social Influence) จึงเป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้คนในสังคมตระหนักถึงอันตรายและผลกระทบที่ร้ายแรงของโควิด 19 ตลอดจนส่งผลให้ตัวบุคคลปฏิบัติพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากโควิด 19 มากขึ้น เช่น อิทธิพลจากบุคคลในครอบครัว เพื่อน บุคคลที่พบเจอในสังคม รวมไปถึง สื่อต่าง ๆ ที่มีผลต่อทัศนคติ พฤติกรรม ความคิด อารมณ์ และส่งผลต่อการตัดสินใจในการกระทำต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน (Friedkin & Johnsen, 1990)

ดังนั้นภายใต้สถานการณ์วิกฤตเช่นนี้ ที่ทุกคนจำเป็นต้องป้องกันอันตราย เพื่อช่วยลดอัตราการเสียชีวิต และติดเชื้อที่เพิ่มมากขึ้นในทุก ๆ วัน อย่างเร่งด่วน ผู้วิจัยจึงต้องการศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากโควิด 19 โดยศึกษาปัจจัยภายในตนเอง ได้แก่ การร่วมรู้สึก การตระหนักรู้ในสถานการณ์ และการกำกับตนเอง รวมทั้ง ปัจจัยทางสังคม ได้แก่ อิทธิพลทางสังคมที่มาจากครอบครัว เพื่อน บุคคลรอบข้าง สื่อ มาตรการของรัฐ โดยงานวิจัยครั้งนี้เลือกศึกษาในกลุ่มนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เนื่องจากเป็นมหาวิทยาลัยที่อยู่ย่านถนนสุขุมวิท ใจกลางกรุงเทพมหานคร อันเป็นถนนย่านธุรกิจที่มีคนทำงานและพักอาศัยเป็นจำนวนมาก ผู้คนใช้ชีวิตและเดินทางไปมาอย่างพลุกพล่าน อีกทั้งยังมีชาวต่างชาติที่พักอาศัยและทำงานอยู่ในบริเวณแวดล้อมมหาวิทยาลัยอยู่เป็นจำนวนมาก ประกอบกับพบนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 เมื่อเดือนมีนาคม 2564 ดังประกาศมหาวิทยาลัย เรื่อง บุคลากร นิสิต ของมหาวิทยาลัย ติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ฉบับที่ 1 วันที่ 10 เมษายน 2564 (มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2564) นิสิตจึงต้องมีพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากโควิด 19 อย่างเคร่งครัดเป็นพิเศษ ดังนั้นผลการศึกษารั้้นี้ จะทำให้ทราบถึงปัจจัยสำคัญที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากโควิด 19 ของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ และสามารถนำข้อมูลดังกล่าวไปใช้เพื่อประโยชน์สำหรับตัวบุคคลและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการดูแลป้องกันการแพร่ระบาดของไวรัสโควิด 19 ต่อไป

วัตถุประสงค์

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ ดังนี้

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยภายในบุคคล ได้แก่ การร่วมรู้สึก การตระหนักรู้ในสถานการณ์ การกำกับตนเอง และปัจจัยทางสังคม ได้แก่ อิทธิพลทางสังคม กับพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 ของนิสิตปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

2. เพื่อทำนายพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 ของนิสิตปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โดยมีปัจจัยภายในบุคคล ได้แก่ การร่วมรู้สึก การตระหนักรู้ในสถานการณ์ การกำกับตนเอง และปัจจัยทางสังคม ได้แก่ อิทธิพลทางสังคม

ขอบเขตของงานวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนิสิตระดับปริญญาตรี ตั้งแต่ชั้นปีที่ 1 ถึงชั้นปีที่ 4 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2563 จำนวนทั้งหมด 24,411 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนิสิตระดับปริญญาตรีตั้งแต่ชั้นปีที่ 1 ถึงชั้นปีที่ 4 ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2563 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำนวน 120 คน โดยใช้วิธีการกำหนดกลุ่มตัวอย่างตามหลักการของแฮร์ และคณะ (Hair et. al, 2010) โดยกลุ่มตัวอย่างต้องมีไม่ต่ำกว่า 100 คน และกลุ่มตัวอย่างต้องมีจำนวนประมาณ 10 – 20 คน ต่อ 1 ตัวแปรอิสระ เนื่องจากในการวิจัยมีตัวแปรอิสระทั้งหมด 4 ตัวแปร ทำให้ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 120 คน และเลือกกลุ่มตัวอย่างตามความสะดวก (Convenience Sampling)

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. การร่วมรู้สึกต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 หมายถึง ความสามารถในการเข้าใจ ความคิด อารมณ์ความรู้สึก และความต้องการของผู้อื่น สามารถคาดคะเนผลกระทบต่องานที่จะได้รับการกระทำของตน เพื่อที่จะสามารถปฏิบัติตนได้อย่างเหมาะสมภายใต้สถานการณ์การแพร่ระบาดของโควิด 19

2. การตระหนักรู้ในสถานการณ์ต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 หมายถึง การรับรู้และเข้าใจถึงสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ตลอดจนสามารถคาดการณ์ถึงผลกระทบที่จะเกิดตามมาภายใต้สถานการณ์การแพร่ระบาดของโควิด 19

3. การกำกับตนเองต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 หมายถึง การควบคุมตนเอง เพื่อมุ่งเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองไปสู่พฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 ด้วยความตั้งใจของตนเอง มากกว่าการฟังผู้อื่น ภายใต้กระบวนการกำกับตนเอง 3 ขั้นตอน ดังนี้

3.1 กระบวนการสังเกตตนเอง หมายถึง กระบวนการสังเกตพฤติกรรมการป้องกันโควิด 19 ของตนเอง เพื่อใช้เป็นข้อมูลย้อนกลับให้รู้ว่าตนเองนั้นกระทำพฤติกรรมในลักษณะใด

3.2 กระบวนการตัดสินใจ หมายถึง การที่บุคคลนำเอาข้อมูลจากการสังเกตตนเองมาตัดสินใจปฏิบัติ การตอบสนองทางสังคมต่อพฤติกรรมป้องกันตนเองจากโควิด 19 ตามมาตรฐานของตนเอง บุคคลรอบข้าง และสังคม

3.3 การแสดงพฤติกรรมต่อตนเอง หมายถึง การแสดงพฤติกรรมป้องกันตนเองจากโควิด 19 เพื่อนำไปสู่ผลลัพธ์ทางบวกทั้งต่อตนเองและผู้อื่น

4. อิทธิพลทางสังคมต่อพฤติกรรมป้องกันตนเองจากโควิด 19 หมายถึง การที่บุคคลกระทำ พฤติกรรมป้องกันตนเองจากโควิด 19 โดยได้รับการกระตุ้นจากครอบครัว เพื่อน บุคคลรอบข้าง สื่อ มาตรการ ป้องกันของรัฐบาล หรือกฎระเบียบของสถานที่ต่าง ๆ

5. พฤติกรรมป้องกันตนเองจากโควิด 19 หมายถึง การกระทำพฤติกรรมเพื่อป้องกันตนเองจาก โควิด 19 โดยแบ่งออกเป็น 5 พฤติกรรม ได้แก่

1) พฤติกรรมสวมหน้ากากอนามัย หมายถึง การที่บุคคลสวมหน้ากากอนามัยในที่สาธารณะทุก ครั้งอย่างถูกวิธี และมีการเปลี่ยนหรือทำความสะอาดทุกครั้งหลังจากที่ใช้แล้ว

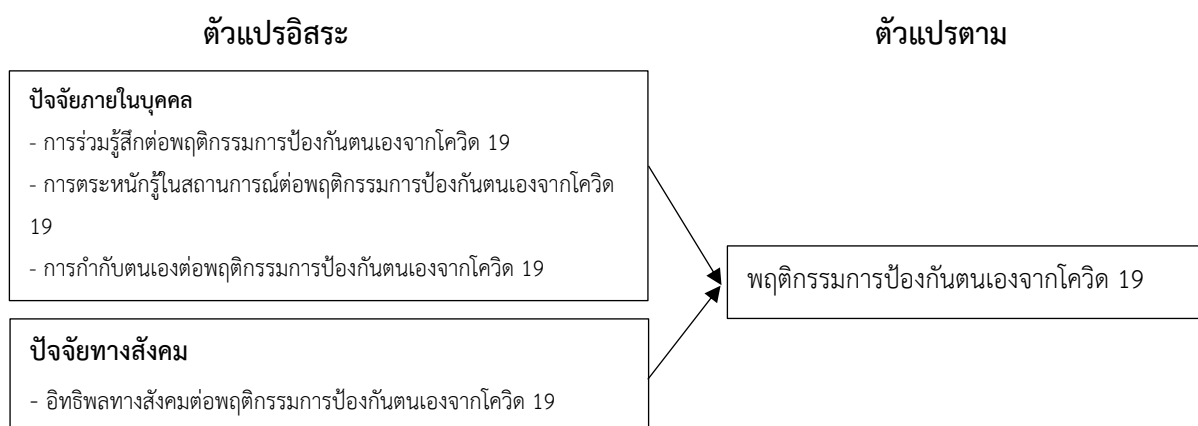
2) พฤติกรรมล้างมือด้วยสบู่หรือเจลแอลกอฮอล์ หมายถึง การล้างมือทุกครั้งในที่สาธารณะทุก ครั้งอย่างถูกวิธี

3) พฤติกรรมทานอาหารร้อนร้อนส่วนตัว หมายถึง การเลือกทานอาหารร้อนหรือปรุงสุกใหม่ ๆ มีการใช้ช้อนกลางส่วนตัวและไม่ใช้ภาชนะร่วมกัน

4) พฤติกรรมเว้นระยะห่างทางสังคม หมายถึง การรักษาระยะห่างระหว่างตนเองและบุคคลอื่น ให้มากยิ่งขึ้น

5) พฤติกรรมหลีกเลี่ยงการสัมผัสใบหน้า จมูก และปากของตนเอง หมายถึง การหลีกเลี่ยงการ สัมผัสใบหน้า จมูกและปากของตนเองโดยไม่จำเป็น

กรอบแนวคิดในการวิจัย



ภาพที่ 1: กรอบแนวคิดการวิจัย

สมมติฐานในการวิจัย

1. ปัจจัยภายในบุคคล ได้แก่ การร่วมรู้สึก การตระหนักรู้ในสถานการณ์ การกำกับตนเอง และปัจจัยทางสังคม ได้แก่ อิทธิพลทางสังคม มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19
2. ปัจจัยภายใน ได้แก่ การร่วมรู้สึก การตระหนักรู้ในสถานการณ์ การกำกับตนเอง และปัจจัยทางสังคม ได้แก่ อิทธิพลทางสังคม สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 ของนิสิตปริญญาตรีมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วยแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเองจำนวน 5 ฉบับ ซึ่งแบบวัดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเองได้มีการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน และคัดเลือกข้อวัดที่มีค่าดัชนีความสอดคล้อง (Indexes of Item-Objective Congruence : IOC) ตั้งแต่ .50 ขึ้นไป จากนั้นจึงนำแบบสอบถามทั้ง 5 ฉบับไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจริง จำนวน 40 คน เพื่อหาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามรายข้อที่ผ่านเกณฑ์กับคะแนนรวมของมาตราวัด (Corrected Item-Total Correlation : CITC) พิจารณาเลือกข้อคำถามที่มีค่าตั้งแต่ .20 ขึ้นไป และค่าความเชื่อมั่นโดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์แบบแอลฟา โดยมีรายละเอียด ดังตารางที่ 1

แบบสอบถามแต่ละตัวแปร	ลักษณะของแบบสอบถาม	จำนวน ข้อคำถาม	ค่าอำนาจ จำแนก	ค่าความ เชื่อมั่น
แบบสอบถามการร่วมรู้สึกต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19	มาตราประเมินค่า 6 ระดับ ตั้งแต่ จริ่งที่สุด ถึง ไม่จริงเลย ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นจากแนวคิดและทฤษฎีของโกลแมน (Goleman, 1998)	15	.25 - .53	.77
แบบสอบถามการตระหนักรู้ในสถานการณ์ต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19	มาตราประเมินค่า 6 ระดับ ตั้งแต่ จริ่งที่สุด ถึง ไม่จริงเลย ซึ่งผู้วิจัยได้สร้างขึ้นเองตามนิยามปฏิบัติการ	16	.23 - .66	.81
แบบสอบถามการกำกับตนเองต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19	มาตราประเมินค่า 6 ระดับ ตั้งแต่ จริ่งที่สุด ถึง ไม่จริงเลย ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นจากแนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการกำกับตนเองของแบนดูรา (Bandura, 1991)	12	.23 - .63	.72
แบบสอบถามอิทธิพลทางสังคมต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19	มาตราประเมินค่า 6 ระดับ ตั้งแต่ จริ่งที่สุด ถึง ไม่จริงเลย ซึ่งผู้วิจัยได้สร้างขึ้นเองตามนิยามปฏิบัติการ	10	.23 - .71	.82

แบบสอบถามพฤติกรรม	มาตราประมาณค่า 5 ระดับ ตั้งแต่ เป็นประจำ ถึง	14	.42 - .68	.87
ป้องกันตนเองจากโควิด 19	ไม่เคยเลย ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นจากแนวปฏิบัติด้าน พฤติกรรมป้องกันตนเองจากโควิด 19 จากกรม ควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข (กรมควบคุม โรค, 2563)			

ตาราง 1. การแสดงลักษณะและคุณภาพของแบบสอบถามที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัย

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลโดยใช้ Google Form ในเดือนเมษายน พ.ศ. 2564

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตัวแปรที่ศึกษาและการทดสอบสมมติฐาน ดังนี้

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตัวแปรที่ศึกษา โดยมีผลการวิเคราะห์ข้อมูล ดังตาราง 2

ตัวแปร	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
การร่วมรู้สึกต่อพฤติกรรมป้องกันตนเองจากโควิด 19 (EM)	5.13	.47
การตระหนักรู้ในสถานการณ์ต่อพฤติกรรมป้องกันตนเองจากโควิด 19 (SA)	5.21	.47
การกำกับตนเองต่อพฤติกรรมป้องกันตนเองจากโควิด 19 (SR)	4.72	.53
อิทธิพลทางสังคมต่อพฤติกรรมป้องกันตนเองจากโควิด 19 (SI)	5.10	.52
พฤติกรรมป้องกันตนเองจากโควิด 19 (PB)	3.80	.53

ตาราง 2. การแสดงค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของตัวแปรที่ศึกษา

จากตาราง 2 พบว่า ตัวแปรการร่วมรู้สึกต่อพฤติกรรมป้องกันตนเองจากโควิด 19 มีคะแนนเฉลี่ยโดยรวมอยู่ในระดับสูง มีค่าเท่ากับ 5.13 ตัวแปรการตระหนักรู้ในสถานการณ์ต่อพฤติกรรมป้องกันตนเองจากโควิด 19 มีคะแนนเฉลี่ยโดยรวมอยู่ในระดับสูง มีค่าเท่ากับ 5.21 ตัวแปรการกำกับตนเองต่อพฤติกรรมป้องกันตนเองจากโควิด 19 มีคะแนนเฉลี่ยโดยรวมอยู่ในระดับสูง มีค่าเท่ากับ 4.72 ตัวแปรอิทธิพลทางสังคมต่อพฤติกรรมป้องกันตนเองจากโควิด 19 มีคะแนนเฉลี่ยโดยรวมอยู่ในระดับสูง มีค่าเท่ากับ 5.10 และตัวแปรพฤติกรรมป้องกันตนเองจากโควิด 19 มีคะแนนเฉลี่ยโดยรวมอยู่ในระดับสูง มีค่าเท่ากับ 3.80

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐาน

สมมติฐานข้อที่ 1 ผู้วิจัยวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson Correlation Coefficient) โดยมีรายละเอียด ดังตารางที่ 3

ตัวแปร	EM	SA	SR	SI	PB
EM	1	.59***	.65***	.67***	.46***
SA		1	.57***	.63***	.33***
SR			1	.60***	.65***
SI				1	.52***
PB					1

*** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

ตาราง 3. ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา

จากตาราง 3 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรตามกับชุดตัวแปรต้น เมื่อพิจารณาตามสมมติฐานแล้วพบว่า การร่วมรู้สึกต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 การตระหนักรู้ในสถานการณ์ต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 การกำกับตนเองต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 และอิทธิพลทางสังคมต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 เท่ากับ .46 .33 .65 และ .52 ตามลำดับ โดยทุกค่ามีสหสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .001 ผลการวิจัยนี้จึงสอดคล้องกับสมมติฐานการวิจัยข้อที่ 1

นอกจากนี้ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้น พบว่า การร่วมรู้สึกต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 มีความสัมพันธ์ทางบวกต่อ การตระหนักรู้ในสถานการณ์ต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 การกำกับตนเองต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 และอิทธิพลทางสังคมต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .59 .65 และ .67 ตามลำดับ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 การตระหนักรู้ในสถานการณ์ต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 มีความสัมพันธ์ทางบวกต่อการกำกับตนเองต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 และอิทธิพลทางสังคมต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .57 และ .63 ตามลำดับอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และอิทธิพลทางสังคมต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 มีความสัมพันธ์ทางบวกต่อการกำกับตนเองต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .60 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

ซึ่งเมื่อพิจารณาตามภาวะเส้นตรงร่วมพหุคูณระหว่างตัวแปร พบว่าไม่มีตัวแปรต้นตัวใดมีความสัมพันธ์เกินกว่าระดับของสหสัมพันธ์ที่กำหนดไว้ คือไม่เกิน .80 จึงทำให้ไม่เกิดปัญหาเส้นตรงร่วมพหุคูณ

สมมติฐานข้อที่ 2 ผู้วิจัยวิเคราะห์การถดถอยเชิงพหุคูณ (Multiple Linear Regression) ด้วยวิธีการ Enter โดยมีรายละเอียด ดังตารางที่ 4

ตัวทำนาย	b	SE	β	P
EM	-.2	.11	-.2	.868
SA	-1.8	.09	-1.8	.054
SR	.69	.11	.59	.000***
SI	.41	.14	.29	.005**

$R = .69$ $R^2_{adj} = .45$ $F = 25.74$ ($p = .000$) $a = 9.65$ $SE_{est.Y} = 6.25$ $F = 25.74$

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

*** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

ตาราง 4. สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างตัวแปรทำนายกับพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19

จากตารางที่ 4 พบว่า การร่วมรู้สึกต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 การตระหนักรู้ในสถานการณ์ต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 การกำกับตนเองต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 และอิทธิพลทางสังคมต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 ได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์พหุคูณเท่ากับ .45 แสดงว่าตัวแปรทั้ง 4 สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 ได้ร้อยละ 45 และมีความคลาดเคลื่อนในการทำนายเท่ากับ 6.25 ผลการวิจัยนี้จึงสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 2 ทั้งนี้ยังพบว่าตัวแปรที่มีความสำคัญ 2 ตัวแปร ซึ่งตัวแปรที่มีอิทธิพลมากที่สุด คือ การกำกับตนเอง ($\beta = .59, p < .001$) และรองลงมาได้แก่ อิทธิพลทางสังคม ($\beta = .29, p < .01$)

สรุปผลการวิจัย

1. การร่วมรู้สึกต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 มีความสัมพันธ์ทางบวกต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001
2. การตระหนักรู้ในสถานการณ์ต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 มีความสัมพันธ์ทางบวกต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001
3. การกำกับตนเองต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 มีความสัมพันธ์ทางบวกต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001
4. อิทธิพลทางสังคมต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 มีความสัมพันธ์ทางบวกต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001
5. การร่วมรู้สึกต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 การตระหนักรู้ในสถานการณ์ต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 การกำกับตนเองต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 และอิทธิพลทาง

สังคมที่มีผลต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 ได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์พหุคูณเท่ากับ .45 แสดงว่าตัวแปรทั้ง 4 สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 ได้ร้อยละ 45 และมีความคลาดเคลื่อนในการทำนายเท่ากับ 6.25 ผลการวิจัยนี้จึงสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 2 ทั้งนี้ยังพบว่า มีตัวแปรที่มีอิทธิพลมากได้แก่ การกำกับตนเอง ($\beta = .59, p < .001$) และรองลงมาได้แก่ อิทธิพลทางสังคม ($\beta = .29, p < .01$)

อภิปรายผลการวิจัย

สมมติฐานข้อที่ 1 ปัจจัยภายในบุคคล ได้แก่ การร่วมรู้สึก การตระหนักรู้ในสถานการณ์ การกำกับตนเอง และปัจจัยทางสังคม ได้แก่ อิทธิพลทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่า การร่วมรู้สึกต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($r = .46, p < .001$) ทั้งนี้ เนื่องจากการร่วมรู้สึกเป็นหัวใจสำคัญที่ก่อให้เกิดการช่วยเหลือและการเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่แก่ผู้อื่นซึ่งเป็นพลังที่ทำให้เกิดการกระทำที่นำมาซึ่งประโยชน์ (ประภาพร มั่นเจริญ, 2544 อ้างถึงใน ดวงกมลชนก ตั้งวิฑูรย์ 2559) แสดงให้เห็นว่าการร่วมรู้สึกเป็นพื้นฐานสำคัญในการกระทำที่นำมาซึ่งผลประโยชน์ต่าง ๆ การร่วมรู้สึกเป็นสิ่งจำเป็นที่ต้องใช้ในการดำรงชีวิตประจำวัน เพราะจะช่วยให้สามารถรับรู้และเข้าใจถึงอารมณ์ ความรู้สึกและความต้องการของบุคคลอื่น ซึ่งจะช่วยให้เกิดความเข้าใจกันระหว่างบุคคล และตลอดจนสามารถใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข (กรรณิการ์ พันทอง, 2550) ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของมูดตเซา และคณะ (Moudatsou et al., 2020) ได้ทำวิจัยเรื่องบทบาทของการร่วมรู้สึกในด้านสุขภาพและสาธารณสุข และพบว่าการร่วมรู้สึกระหว่างผู้ใช้บริการด้านการดูแลสุขภาพและผู้เชี่ยวชาญมีพฤติกรรมที่ดีขึ้นระหว่างการบำบัด ซึ่งแสดงให้เห็นว่าการร่วมรู้สึกนั้น-สามารถทำให้บุคคลมีความรู้สึกที่ดีขึ้น และสามารถใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข ณ ขณะนั้นได้สอดคล้องกับ แพทเธย์เชอร์ และคณะ (Pfathlicher et al., 2020) ได้ทำวิจัยเรื่องวิถีทางอารมณ์สู่การลงมือปฏิบัติ: การร่วมรู้สึกส่งเสริมการเว้นระยะห่างทางกายและพฤติกรรมสวมหน้ากากระหว่างการแพร่ระบาดโควิด 19 พบว่า การร่วมรู้สึกมีความสัมพันธ์กับแรงจูงใจในพฤติกรรมเว้นระยะห่างและสวมหน้ากาก รวมถึงส่งเสริมแรงจูงใจในการปฏิบัติตามมาตรการ จึงสนับสนุนผลการวิจัยในครั้งนี้ที่แสดงว่าการร่วมรู้สึกมีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19

การตระหนักรู้ในสถานการณ์ต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($r = .33, p < .001$) ทั้งนี้ การตระหนักรู้ในสถานการณ์ หมายถึง การรับรู้ปัจจัยต่าง ๆ ในสถานการณ์ภายใต้เวลาและสถานที่ เข้าใจถึงความหมายของปัจจัยเหล่านั้น ตลอดจนคาดการณ์สถานภาพของปัจจัยเหล่านั้นในอนาคตอันใกล้ (Endsley, 1988) จากผลการวิจัยดังกล่าวจึงสะท้อนถึงว่าการที่นิสิตมีการตระหนักรู้ในสถานการณ์โควิด 19 สูงหรือต่ำก็จะมี

พฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 สูงหรือต่ำด้วย และผลการวิจัยดังกล่าวยังมีความสอดคล้องกับงานวิจัยของเลียว และคณะ (Liao et al., 2010) ได้ทำวิจัยเรื่องการรับรู้สถานการณ์และการตอบสนองต่อการป้องกันสุขภาพต่อไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ A (H1N1) ในฮ่องกง ผลการวิจัยพบว่า ความไว้วางใจในข้อมูลที่เป็นทางการของรัฐบาลหรือสื่อมีความสัมพันธ์อย่างมากกับพฤติกรรมการล้างมือที่มากขึ้น ส่วนความไว้วางใจในข้อมูลที่ไม่เป็นทางการของรัฐบาลมีความสัมพันธ์อย่างมากกับการรับรู้ถึงภัยคุกคามต่อสุขภาพและพฤติกรรมหลีกเลี่ยงสะท้อนให้เห็นถึงความเกี่ยวข้องระหว่างการตระหนักรู้ในสถานการณ์และพฤติกรรมสุขภาพที่ดีขึ้น และสอดคล้องกับงานวิจัยของคาซี และคณะ (Qazi et al., 2020) ได้ทำวิจัยเกี่ยวกับการวิเคราะห์การตระหนักรู้ในสถานการณ์ผ่านความคิดเห็นทางสังคมเพื่อทำนายการเว้นระยะห่างทางสังคมมาใช้ท่ามกลางสถานการณ์การแพร่ระบาดโควิด 19 พบผลว่า พฤติกรรมการเว้นระยะห่างทางสังคมนั้นมีอิทธิพลมาจากการตระหนักรู้สถานการณ์และทำให้เกิดพฤติกรรมป้องกันตนเองจากโควิด 19

การกำกับตนเองต่อพฤติกรรมป้องกันตนเองจากโควิด 19 มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมป้องกันตนเองจากโควิด 19 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($r = .65, p < .001$) ทั้งนี้ การกำกับตนเองผู้วิจัยได้นิยามไว้ว่าเป็น การควบคุมตนเอง เพื่อมุ่งเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองไปสู่พฤติกรรมป้องกันตนเองจากโควิด 19 ด้วยความตั้งใจของตนเองมากกว่าการพึ่งพาผู้อื่น ภายใต้กระบวนการกำกับตนเอง 3 ขั้นตอน 1) กระบวนการสังเกตตนเอง 2) กระบวนการตัดสินใจ และ 3) การแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง ดังนั้น หากนิสิตมีการกำกับตนเองสูงหรือต่ำก็จะมีพฤติกรรมป้องกันตนเองจากโควิด 19 สูงหรือต่ำไปด้วย ซึ่งผลการวิจัยมีความสอดคล้องกับจามาอุติน และคณะ (Jamaludin et al., 2020) ได้อธิบายว่า ในการป้องกันการแพร่ระบาดของ COVID-19 ประเทศต่าง ๆ เช่น ไต้หวัน เกาหลีใต้ และสวีเดน ซึ่งไม่ได้บังคับใช้เพียงมาตรการการจำกัดการเคลื่อนย้ายประชากร แต่ส่งเสริมให้ประชาชนมีส่วนร่วมและร่วมมือร่วมใจในการป้องกันการแพร่กระจายของ COVID-19 โดยการกำกับตนเองและวินัยในตนเองในระดับสูงในหมู่พลเมืองของประเทศ ในขณะเดียวกัน มาเลเซียและสิงคโปร์ใช้ทั้งวิธีการจำกัดการเคลื่อนย้ายประชากรและแนวทางการกำกับตนเอง และเมื่อไม่มีจำนวนผู้ติดเชื้อและผู้มีเสียชีวิตเพิ่มขึ้นแล้ว แนวทางการกำกับตนเองและวินัยในตนเองยังจะถูกนำไปใช้เพื่อเริ่มต้นและฟื้นฟูภาคสังคมและเศรษฐกิจด้วย และสอดคล้องกับ ลี และคณะ (Li et al., 2020) อธิบายว่า การแก้ปัญหาการแพร่ระบาดของ COVID-19 โดยอาศัยกลยุทธ์ทางการแพทย์ เช่น การตรวจวินิจฉัยโรค การผลิตยาและการฉีดวัคซีนอย่างรวดเร็ว ไม่ใช่กลยุทธ์เดียวที่จะทำให้ประชากรทั้งโลกผ่านพ้นจากวิกฤติ COVID-19 ไปได้ การกำกับตนเองตนเองและการมีวินัยในตนเองมีความสำคัญเท่าเทียมกันในการป้องกันไม่ให้ไวรัสปรากฏขึ้นอีกในอนาคต รวมทั้ง หลี และคณะ (Lee et al., 2020) ได้กล่าวว่า ประชาชนต้องควบคุมตนเองโดยปฏิบัติตามขั้นตอนที่รัฐบาลและหน่วยงานกำหนด ประชาชนต้องกำกับตนเองและมีวินัยในตนเองเพื่อหลีกเลี่ยงการฝ่าฝืนมาตรการการป้องกันโรคระบาด

อิทธิพลทางสังคมต่อพฤติกรรมป้องกันตนเองจากโควิด 19 มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมป้องกันตนเองจากโควิด 19 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($r = .52, p < .001$) ทั้งนี้ เนื่องจาก อิทธิพล

ทางสังคม คือ ความคิดเห็นหรือการกระทำต่าง ๆ ที่ได้รับผลจากคนอื่นส่งผลให้มีการทำตาม คล้อยตาม หรือมีผลต่อการตัดสินใจ (Friedkin & Johnsen, 1990) เป็นสิ่งที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของบุคคล ดังเช่น งานวิจัยของฟิชเชอร์ และไมโซวิช (Fisher & Misovich, 1990) ศึกษาอิทธิพลทางสังคมกับพฤติกรรมป้องกันตัวจากโรคเอดส์ ผลการศึกษาพบว่า อิทธิพลทางสังคมนั้นมีส่วนสำคัญในการเพิ่มพฤติกรรมป้องกันตนเองจากโรคเอดส์ได้ เช่นเดียวกันกับในสถานการณ์การแพร่ระบาด COVID-19 เจตเทน และคณะ (Jetten et al., 2020) ได้กล่าวถึงความต้องการผู้นำที่เป็นแรงบันดาลใจให้กับผู้คนในสังคมที่จะร่วมมือร่วมใจทำทุกสิ่งทุกอย่างด้วยความอดทนให้ได้ที่สุด ที่จะฝ่าฟันวิกฤตินี้ไปได้

สมมติฐานการวิจัยข้อที่ 2 ปัจจัยภายในบุคคล ได้แก่ การร่วมรู้สึก การตระหนักรู้ในสถานการณ์ การกำกับตนเอง และปัจจัยทางสังคม ได้แก่ อิทธิพลทางสังคม สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19

ผลการวิเคราะห์ พบว่า การร่วมรู้สึกต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 การตระหนักรู้ในสถานการณ์ต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 การกำกับตนเองจากโควิด 19 ต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 และอิทธิพลทางสังคม สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 ได้ ร้อยละ 47 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

ผลการวิจัยครั้งนี้ยังพบว่าตัวแปรที่มีความสำคัญต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 มี 2 ตัวแปรที่สำคัญ ได้แก่ การกำกับตนเองต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 ($\beta = .59, p < .001$) และอิทธิพลทางสังคมต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 ($\beta = .28, p < .01$) ตามลำดับ

การกำกับตนเองต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 มีความสำคัญเป็นลำดับแรก การระบาดใหญ่ของเชื้อไวรัส COVID-19 ทำให้วิถีชีวิตของผู้คนต้องเปลี่ยนไปจากเดิมอย่างรวดเร็ว เช่น การเว้นระยะห่างทางสังคม การทำกิจวัตรประจำวันที่จำกัด การต้องปฏิบัติตามกฎระเบียบและมาตรการทางสังคมอันเข้มงวด การจำกัดการเดินทาง การปฏิสัมพันธ์ทางสังคม และการเข้า-ออกพื้นที่สาธารณะ หรือการตัดสินใจเปลี่ยนแปลงอาชีพเพื่อความอยู่รอด ภายใต้สถานการณ์ที่ไม่คาดคิดอาจเกิดขึ้น หรือมีความไม่แน่นอนอย่างมากเกี่ยวกับสถานการณ์การแพร่ระบาดของไวรัส COVID-19 ภายใต้สถานการณ์ดังกล่าวย่อมเป็นสิ่งที่กระตุ้นที่ทำให้ผู้คนอาจเกิดความเครียด ความสับสน ความไม่เข้าใจ ความเบื่อหน่าย ความสิ้นหวัง จนทำให้การควบคุมตนเองในการพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 หย่อนลงไป หรือ “การ์ดตก” ซึ่งส่งผลทำให้สถานการณ์การแพร่ระบาดของโควิด 19 พ้นกลับมาใหม่เป็นรอบที่ 2 จากสถานการณ์ดังกล่าว สะท้อนให้เห็นว่า การกำกับตนเองจึงเป็นตัวแปรที่มีความสำคัญที่สุดที่ทำให้บุคคลยังคงทำพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 อย่างต่อเนื่องและเข้มข้นยิ่งขึ้น ด้วยเห็นผลประโยชน์ที่เกิดขึ้นจากการกำกับตนเองหรือเห็นโทษของการไม่กำกับตนเองอย่างชัดเจน และสอดคล้องกับผลงานวิจัยที่ผ่านมา ซึ่งพบว่า การกำกับตนเองเป็นตัวแปรที่สำคัญในการทำนายพฤติกรรมสุขภาพอื่น ๆ เช่น งานวิจัยของสุริพร แสงสุวรรณ, วรณิภา อัครชัยสุวิกรม และพรนภา หอมสินธุ์ (2554) ได้ทำ

การวิจัยเรื่องผลของโปรแกรมการกำกับตนเองด้วยข้อมูลทางคลินิกต่อพฤติกรรมการรับประทานอาหารและระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยเบาหวานที่ไม่สามารถควบคุมน้ำตาลในเลือด พบว่าผู้ป่วยเบาหวานที่ได้รับโปรแกรมการกำกับตนเองด้วยข้อมูลทางคลินิก มีพฤติกรรมการรับประทานอาหารดีกว่า กลุ่มที่ไม่ได้รับโปรแกรมการกำกับตนเองด้วยข้อมูลทางคลินิกอย่างมีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และผู้ป่วยเบาหวานที่ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด ที่ได้รับโปรแกรมการกำกับตนเองด้วยข้อมูลทางคลินิก มีระดับน้ำตาลสะสมในเม็ดเลือดแดงลดลงมากกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับโปรแกรมการกำกับตนเองด้วยข้อมูลทางคลินิก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับผลงานวิจัยของนาเดีย สุภาพุ (2559) ที่ทำการวิจัยเรื่องผลของโปรแกรมการกำกับตนเองด้านการออกกำลังกายต่อระดับความดันโลหิตในผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูงชนิดไม่ทราบสาเหตุ ผลการวิจัยพบว่าการสร้างโปรแกรมการกำกับตนเองด้านออกกำลังกายเป็นกิจกรรมที่สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้ผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูงชนิดไม่ทราบสาเหตุ มีพฤติกรรมการกำกับตนเองด้านการออกกำลังกายไปในทางที่ดีขึ้น ซึ่งนำไปสู่การปรับพฤติกรรมใหม่ จากงานวิจัยทั้งสองจึงสนับสนุนว่า การกำกับตนเองนั้นสามารถนำไปสู่การปรับพฤติกรรมสุขภาพใหม่ในทิศทางที่ดีขึ้นได้

สำหรับอิทธิพลทางสังคมต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 ซึ่งงานวิจัยนี้พบว่าเป็นอีกหนึ่งตัวแปรที่สำคัญต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 อิทธิพลทางสังคมประกอบด้วยวิธีที่บุคคลถูกให้เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเพื่อตอบสนองความต้องการของสภาพแวดล้อมทางสังคม ซึ่งมีหลายรูปแบบและสามารถสังเกตเห็นได้จากการคล้อยตาม การขัดเกลาทางสังคม การกดดันจากเพื่อนฝูง การเชื่อฟัง ภาวะผู้นำ การโน้มน้าวใจ โดยทั่วไปแล้วอิทธิพลทางสังคมเป็นผลมาจากการกระทำตามคำสั่งหรือคำขอเฉพาะ แต่ผู้คนยังเปลี่ยนทัศนคติและพฤติกรรมของตนเพื่อตอบสนองต่อสิ่งที่พวกเขารับรู้ว่ามีผู้อื่นอาจกระทำหรือคิด (Kelman, 1958) และผลการวิจัยนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยที่มีการศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมเสริมสร้างสุขภาพ และงานวิจัยที่ศึกษาพฤติกรรมการปฏิบัติตนป้องกันโควิด 19 ดังเช่นงานวิจัยของ สุริยา พองเกิด และคณะ (2560) ได้ทำวิจัยเรื่องปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพของวัยรุ่นไทย โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นวัยรุ่นไทย 400 คน ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า ปัจจัยการได้รับข้อมูลข่าวสารจากแหล่งต่าง ๆ ปัจจัยด้านการรับรู้ความสำคัญของสุขภาพ ปัจจัยด้านการรับรู้อุปสรรคของพฤติกรรมสุขภาพและปัจจัยด้านการศึกษา ร่วมกันทำนายพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพของวัยรุ่นไทยได้ 10.30% อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงให้เห็นว่าอิทธิพลทางสังคมเป็นส่วนหนึ่งในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพได้ และงานวิจัยของ ทังเจนซ์ และคณะ (Tuncgenç et al., 2021) ศึกษาจากประชากรทั่วโลก จำนวน 6,675 คน เกี่ยวกับความสามารถในการทำนายของอิทธิพลทางสังคมกับการปฏิบัติตามกฎการเว้นระยะห่างทางสังคมของบุคคล ระหว่างการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด 19 พบว่า บุคคลจะเว้นระยะห่างทางสังคมมากที่สุด เมื่อพวกเขาคิดว่าวงสังคมที่ใกล้ชิดของพวกเขาได้ทำพฤติกรรมเช่นนั้น ดังนั้น อิทธิพลทางสังคมจึงมีความสำคัญมากกว่าการที่บุคคลคิดว่าการเว้นระยะห่างทางสังคมเป็นสิ่งที่ถูกต้องพึงกระทำ ทั้งนี้ ผู้วิจัยเสนอแนะว่า เพื่อให้บรรลุการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในช่วงวิกฤตโควิด 19 นี้ หนึ่งใน

นั่นคือ การใช้ประโยชน์จากอิทธิพลทางสังคมและการควบคุมอิทธิพลทางสังคมในส่วนของบรรดาเพื่อนสนิทและครอบครัวของบุคคลนั้น ๆ

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้ประโยชน์

จากผลการวิจัยพบว่า การกำกับตนเองต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 และอิทธิพลทางสังคมต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 เป็นตัวแปรสำคัญในการทำนายพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 ของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้ ดังนั้นสถาบันหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนานิสิต สามารถนำข้อมูลดังกล่าวไปใช้เพื่อจัดโปรแกรมพัฒนานิสิตให้เกิดการกำกับตนเองต่อพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 รวมทั้งการใช้ประโยชน์จากอิทธิพลทางสังคมไม่ว่าจะจากครอบครัว เพื่อน บุคคลรอบข้าง สื่อ มาตรการป้องกันของรัฐบาล หรือกฎระเบียบของสถานที่ต่าง ๆ ในการส่งเสริมหรือควบคุมให้มีพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 เช่น ใช้อิทธิพลทางสังคมในการสร้างค่านิยมร่วม (Shared Values) ในการร่วมมือร่วมใจกันมีพฤติกรรมป้องกันโควิด 19 ให้เกิดขึ้นในสังคม เพื่อไม่ให้ “การ์ดตก” และใช้ชีวิตร่วมกันในสังคมตรงตามมาตรฐานการใช้ชีวิตในวิถีใหม่หรือ New Normal มากขึ้น

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ปัจจัยภายในบุคคลและปัจจัยทางสังคม สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 ได้ร้อยละ 45 แสดงว่ายังมีตัวแปรที่สามารถอธิบายพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 ได้อีก โดยอาจเพิ่มตัวแปรทางจิตวิทยาที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 เช่น เจตคติ การเปิดเผยข้อมูล การสัมผัสเชื้อ การรับรู้ความเสี่ยง การรับรู้ความสามารถตนเอง
2. ควรทำการศึกษาในลักษณะเดียวกัน แต่กับกลุ่มตัวอย่างที่ใหญ่และกว้างขึ้น เช่น นิสิต นักศึกษาจากมหาวิทยาลัยอื่น หรือ ทำการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างที่ไม่ใช่นิสิต นักศึกษา เช่น กลุ่มนักเรียน กลุ่มคนทำงาน เป็นต้น เพื่อให้ได้ผลการศึกษาในลักษณะที่เป็นมาตรฐานที่กว้างขึ้น
3. ควรทำการวิจัยเพื่อพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโควิด 19 โดยคำนึงถึงการกำกับตนเองและอิทธิพลทางสังคม

เกี่ยวกับผู้เขียน

คณกระพันธ์ ชาตรี: นิสิตหลักสูตรวิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

มานวรัตน์ อุ่นแก้ว: นิสิตหลักสูตรวิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ชญาณัฐ ลักษณะวิจารณ์: อาจารย์ประจำสาขาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ธีระชน พลโยธา: อาจารย์ประจำสาขาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

กัญญาพันธ์ เทียชัย: อาจารย์ประจำสาขาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

บรรณานุกรม

ภาษาไทย

- กรมควบคุมโรค. (2563). *คู่มือการป้องกันและควบคุมโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 สำหรับประชาชน*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
-(2564). *โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19)*. สืบค้นจาก <https://ddc.moph.go.th/viralpneumonia/index.php>
- กรรณิการ์ พันทอง. (2550). *การศึกษาและพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่น*. (ปริญาการศึกษามหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ).
- ดวงกมลชนก ตั้งวิฑูรย์. (2559). *ผลการใช้โปรแกรมพัฒนาความเห็นอกเห็นใจโดยใช้บทบาทสมมติของเด็กปฐมวัย*. (ปริญาการศึกษามหาบัณฑิต, สาขาวิชาการวิจัยและพัฒนาศักยภาพมนุษย์, แขนงจิตวิทยาการศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ).
- นาถดิดา สุภาพุ. (2559). *ผลของการใช้โปรแกรมการกำกับตนเองด้านการออกกำลังกายต่อระดับความดันโลหิตในผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูงชนิดไม่ทราบสาเหตุ*. (ปริญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยนเรศวร).
- พลรพี ทุมมาพันธ์. (2554). *ผลการใช้โปรแกรมการกำกับตนเองร่วมกับการสนับสนุนทางสังคมของครูที่มีต่อพฤติกรรมของนักเรียนระดับประถมศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำกว่าความสามารถที่แท้จริง*. (ปริญาวิทยาศาสตรดุษฎีบัณฑิต, สาขาวิชาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ).
- มยุรี บุญเยี่ยม. (2545). *การพัฒนาชุดการเรียนรู้เรื่อง “ความน่าจะเป็น” โดยใช้วิธีแก้ปัญหาเพื่อส่งเสริมความตระหนักในการรู้คิดของนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง สถาบันเทคโนโลยีราชมงคล*. (ปริญาการศึกษามหาบัณฑิต, สาขาวิชาการมัธยมศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ).
- มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. (2564). *ประกาศมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เรื่อง บุคลากร นิสิต ของมหาวิทยาลัยติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ฉบับที่ 1 ลงวันที่ 10 เมษายน 2564*. สืบค้นจาก <https://covid19.swu.ac.th/archives/616>
- วิลารรณ บุญซึ้ง. (2546). *การตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างของแบบทดสอบวัดกระบวนการในการกำกับตนเองในการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ตามแนวทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของบันดورا*. (ปริญาการศึกษามหาบัณฑิต, สาขาวิชาวัดผลการศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ).
- สุริยา ฟองเกิด, สรวงทิพย์ ภู่อุณณา, มนตรา ตั้งจิรวินา, และสิบละกุล ตันตลานกุล. (2560). *ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพของวัยรุ่นไทย*. *วารสารพยาบาลกระทรวงสาธารณสุข*, [ฉบับพิเศษ], 27, 196-209.
- สุริพร แสงสุวรรณ, วรณิภา อัครชัยสุวิกรม, และพรณา หอมสินธุ์. (2554). *ผลของการใช้โปรแกรมการกำกับตนเองด้วยข้อมูลทางคลินิกต่อพฤติกรรมการรับประทานอาหารและระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยเบาหวานที่ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด*. *วารสารคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา*, 9(3), 54-64.

ภาษาอังกฤษ

- Bandura, A. (1991). Social cognitive theory of self-regulation. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 248-287.

- Endsley, M. R. (1988). Design and evaluation for situation awareness enhancement. *Proceedings of the Human Factors and Ergonomics Society Annual Meeting*, 32, 101 - 97.
- Fisher J. D., & Misovich S. J. (1990). Social influence and AIDS-preventive behavior. In Edwards J., Tindale R.S., Heath L., & Posavac E.J. (eds), Social influence processes and prevention. *Social Psychological Applications to Social Issues*, 1. Springer, Boston, MA. https://doi.org/10.1007/978-1-4899-2094-2_3
Retrieved from https://www.academia.edu/36693176/_1990_Social_Influence_and_AIDS_Preventive_Behavior
- Friedkin, N. E., & Johnsen, E. C. (1990). Social influence and opinions. *Journal of Mathematical Sociology*, 15(3-4), 193-205.
- Goleman, D. (1998). *Working with emotional intelligence*. New York: Bantam Books.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2010). *Multivariate Data Analysis* (7th ed.). New York: Pearson.
- Jamaludin, S., Azmir, N. A., Ayob, A. F. M., & Zainal, N. (2020). COVID-19 exit strategy: Transitioning towards a new normal. *Annals of Medicine and Surgery*, 59, 165–170.
- Jetten, J., Reicher, S., Haslam, S. A., & Cruwys, T. (2020). *An introduction to social influence and COVID: Excerpt from 'Together Apart'*. Retrieved from <https://www.socialsciencespace.com/2020/06/an-introduction-to-social-influence-and-covid-excerpt-from-together-apart/>
- Kelman, H. (1958). Compliance, identification, and internalization: Three processes of attitude change. *Journal of Conflict Resolution*, 2(1), 51–60.
- Lee, I. K., Wang, C. C., Lin, M. C., Kung, C. T., Lan, K. C., & Lee, C. T. (2020). Effective Strategies to Prevent Coronavirus Disease-2019 (COVID-19) Outbreak in Hospital. *Journal of Hospital Infection*, 105, 102–103.
- Li, S., Wang, Y., Xue, J., Zhao, N., & Zhu, T. (2020). The impact of COVID-19 epidemic declaration on psychological consequences: A study on active Weibo users. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(6), 2032–2040.
- Liao, Q., Cowling, B., Lam, W. T., Ng, M. W., & Fielding, R. (2010). Situational awareness and health protective responses to pandemic influenza A (H1N1) in Hong Kong: A cross-sectional study. *PLoS ONE*, 5(10): e13350. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0013350>. Retrieved from <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0013350>
- Moudatsou, M., Stavropoulou, A., Philalithis, A., & Koukouli, S. (2020). The role of empathy in health and social care professionals. *Healthcare (Basel, Switzerland)*, 8(1), 26. <https://doi.org/10.3390/healthcare8010026>. Retrieved from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7151200/>
- Pfattheicher, S., Nockur, L., Böhm, R., Sassenrath, C., & Petersen, M. B. (2020). The emotional path to action: Empathy promotes physical distancing and wearing of face masks during the COVID-19 pandemic. *Psychological Science*, 31(11), 1363–1373.

- Qazi, A., Qazi, J., Naseer, K., Zeeshan, M., Hardaker, G., Maitama, J. Z., & Haruna, K. (2020). Analyzing situational awareness through public opinion to predict adoption of social distancing amid pandemic COVID-19. *Journal of Medical Virology*, 92(7), 849–855. <https://doi.org/10.1002/jmv.25840>
- Tunçgenç, B., El Zein, M., Sulik, J., Newson, M., Zhao, Y., Dezecache, G., & Deroy, O. (2021). Social influence matters: We follow pandemic guidelines most when our close circle does. *British Journal of Psychology*. 1-18. <https://doi.org/10.1111/bjop.12491>