

บุคลิกภาพแบบหวั่นไหวและคติสมบูรณ์แบบเพื่อทำนายความวิตกกังวลทางสังคม
ของนักศึกษา ระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ในภาคใต้ของประเทศไทย
NEUROTICISM AND PERFECTIONISM PERSONALITY AS PREDICTORS OF SOCIAL
ANXIETY FOR THE 1ST YEAR UNDERGRADUATE STUDENTS
IN SOUTHERN THAILAND

สุปรีชา ชำนาญพุฒิพร ¹

Supreecha Chamnanphuttiophon

อุทัยพร ไก่แก้ว ²

Authaiporn Kaikaew

ปริญญา เรืองทิพย์ ²

Parinya Ruengtip

Corresponding Author E-mail: Supreecha28@gmail.com

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 1. เพื่อพัฒนาโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวและคติสมบูรณ์แบบเพื่อนทำนายความวิตกกังวลทางสังคมของนักศึกษา ระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ในภาคใต้ของประเทศไทย 2. เพื่อตรวจสอบความสอดคล้องของโมเดล ที่พัฒนาขึ้นกับข้อมูลเชิงประจักษ์ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษา ระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2562 ที่กำลังศึกษาในมหาวิทยาลัยภาคใต้ของประเทศไทย จำนวน 400 คน เลือกกลุ่มตัวอย่างโดยวิธีการสุ่มแบบชั้นภูมิ วิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐานโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป และวิเคราะห์โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุโดยใช้โปรแกรม LISREL

ผลการวิจัยปรากฏว่า โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวและคติสมบูรณ์แบบเพื่อทำนายความวิตกกังวลทางสังคมของนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ในภาคใต้ของประเทศไทย ตามสมมติฐานมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์โดยมีค่าสถิติ $\chi^2 = 91.42, p = .07, df = 73, \chi^2 / df = 1.25, RMSEA = .02, SRMR = .05, RMR = .01, CFI = 1.00, GFI = .97$ และ $AGFI = .94$ ยืนยันว่าบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวและคติสมบูรณ์แบบร่วมกันสามารถ อธิบายความแปรปรวนของความวิตกกังวล ได้ด้วยค่าความถูกต้องร้อยละ 25.00 ซึ่งบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวและคติสมบูรณ์แบบมีอิทธิพลทางบวกต่อความวิตกกังวลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยตัวแปรคติสมบูรณ์แบบมีอิทธิพลต่อความวิตกกังวลสูงสุด รองลงมาคือบุคลิกภาพแบบหวั่นไหว

คำสำคัญ: บุคลิกภาพแบบหวั่นไหวและคติสมบูรณ์แบบ, ความวิตกกังวล, ภาคใต้, ประเทศไทย

ABSTRACT

This research aimed to develop a causal relationship model of neuroticism and perfectionism personalities as predictors of social anxiety for university students in Southern Thailand, and to test the validity of the model using empirical data. Participants, selected by

¹ นักศึกษาสาขาวิชาการวิจัยและสถิติทางวิทยาการปัญญา มหาวิทยาลัยบูรพา

² อาจารย์ประจำวิทยาลัยการวิจัยและวิทยาการปัญญา มหาวิทยาลัยบูรพา

stratified random sampling, were 400 undergraduate students currently studying in the 1st year of the academic year 2019 in universities located in Southern Thailand. The SPSS and LISREL computer programs were employed for data analysis.

It was found that the hypothesized causal relationship model of neuroticism and perfectionism personalities as predictors of social anxiety for the 1st year undergraduate students correlated with empirical data. Additionally, the statistical values ($\chi^2 = 91.42$, $p = .07$, $df = 73$, $\chi^2/df = 1.25$, $RMSEA = .02$, $SRMR = .05$, $RMR = .01$, $CFI = 1.00$, $GFI = .97$ and $AGFI = .94$) confirmed that the neuroticism and perfectionism personalities were capable predictors of anxiety with 25% accuracy. Moreover, both neuroticism and perfectionism personalities showed a level of positive influence on anxiety, with statistical significance at the .01 level. The neuroticism personality displayed the highest influence on anxiety, followed by the perfectionism personality.

Keywords: neuroticism and perfectionism personality, social anxiety, Southern, Thailand

บทนำ

ความวิตกกังวล (Anxiety) เป็นความกังวลเกี่ยวกับเหตุการณ์ในอนาคตและความกลัว (Fear) เป็นปฏิกิริยาต่อเหตุการณ์ ปัจจุบัน ความรู้สึกเช่นนี้อาจทำให้เกิดอาการทางกาย เช่น หัวใจเต้นเร็วและตัวสั่น มีโรควิตกกังวลหลายอย่าง รวมทั้งโรควิตกกังวลไปทั่ว (Generalized Anxiety Disorder: GAD) โรคกลัว (Phobia) ที่เฉพาะเจาะจง โรคกลัวการเข้าสังคม (Social Anxiety disorder) โรควิตกกังวลเมื่อต้องแยก (Separation Anxiety Disorder) โรคกลัวที่ชุมชน (Agoraphobia) และโรคตื่นตระหนก (Panic Disorder) โดยโรคจะแตกต่างกันตามอาการ แต่คนไข้มักจะมีโรควิตกกังวลมากกว่าหนึ่งชนิด อาจกล่าวได้ว่าความวิตกกังวลแตกต่างจากความเครียดที่เป็นการตอบสนองของจิตต่อแรงกดดันจากปัญหารอบตัวแต่ความวิตกกังวล เป็นการตอบสนองของร่างกายและจิตใจต่อการหวั่นเกรงอันตรายที่ คาดว่าจะเกิดขึ้นจากประสบการณ์ ของแต่ละบุคคลอันตรายจากสภาพรอบตัว และความผิดปกติในร่างกาย

เช่น โรคเรื้อรัง (นงคณัฐ นนะแก้ว, 2560, น. 105)

ความวิตกกังวลทางสังคม (Social Anxiety) เป็นอารมณ์พื้นฐานของมนุษย์ เกิดได้ตั้งแต่แรกคลอดและเกิดต่อเนื่องได้ตลอดชีวิต สาเหตุเนื่องจากรู้สึกว่ามีบางสิ่งมาคุกคามเอกลักษณ์ของตัวเอง (Identity) หรือต่อความนับถือตัวเอง (Self-Esteem) ต่อสุขภาพหรือเมื่อต้องทำอะไรที่เกินความสามารถของตัวเอง ทำให้เกิดความไม่สบายใจ ไม่เป็นสุข และมีผลต่อการรับรู้ของบุคคลทำให้การรับรู้ด้อยลงไป ภาวะของอารมณ์หรือความรู้สึกที่เกิดขึ้นเมื่อเผชิญหน้ากับปัญหาต่าง ๆ ที่ทำให้รู้สึกไม่สบายใจ คับแค้นใจหรือถูกบีบคั้นกดดันจนทำให้เกิดความรู้สึกทุกข์ใจ สับสน โกรธหรือเสียใจ ฉะนั้นความวิตกกังวลจึงมีผลต่อบุคคลทั้งด้านร่างกายและความคิดจิตใจ เป็นประสบการณ์ทางจิตใจของบุคคล ที่เกิดขึ้นเมื่อมีหรือคาดว่าจะมีสิ่งที่คุณคาม ความมั่นคงของบุคคล ความวิตกกังวลในระดับเล็กน้อยและปานกลางเป็นสิ่งที่มีความค่าช่วยให้คนมีความกระตือรือร้น ตื่นตัว มีการแก้ปัญหาและ

พัฒนาตนเอง ส่วนความวิตกกังวลในระดับรุนแรงนั้นบุคคลอาจจะปรับตัวไม่ได้ ทำให้มีการรับรู้ไม่ดี พฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไปจากปกติและมีความสัมพันธ์กับความเจ็บป่วย ความวิตกกังวลเป็นพลังงานซึ่งผลักดันให้คนกระทำหรือแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ และความวิตกกังวลสามารถถ่ายทอดสู่ผู้อื่นได้ ความวิตกกังวลทางสังคมที่เกิดขึ้นดังกล่าวข้างต้นทำให้บุคคลเกิดความคิดอัตโนมัติในทางลบที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกลัวสังคม พยายามหลีกเลี่ยงการเข้าสถานการณ์ทางสังคม และส่งผลต่อการเปลี่ยนความรู้สึก อารมณ์ และการเปลี่ยนแปลงของร่างกายและการแสดงออก ได้แก่ กังวลใจ กระวนกระวายใจ ไม่สบายใจ อึดอัดใจ ทุกข์ใจ ประหม่า วางตัวไม่ถูก ควบคุมท่าทางไม่ค่อยได้ ไม่กล้าสบตา โดยความวิตกกังวลนั้นจะเกิดขึ้นมาอย่างทันที และคงอยู่อย่างต่อเนื่องจนกว่าการกระทำนั้นสิ้นสุดลง (นงคันทุช เนาะแก้ว, 2560, น. 104)

เมื่อพิจารณาปัจจัยที่มีผลต่อการเกิดโรควิตกกังวลนั้นมีหลายแนวคิด ทั้งแนวคิดทางชีวภาพ แนวคิดเกี่ยวกับความคิดและพฤติกรรม และแนวคิดทางนิเวศวิทยา ในส่วนของแนวคิดทางชีวภาพ ได้แก่ ปัจจัยทางพันธุกรรม (Leong, Cobham, De Groot, & McDermott, 2009) การศึกษา พบว่าคู่แฝดที่เป็นโรควิตกกังวล มีปัจจัยทางพันธุกรรมเป็นสาเหตุถึงร้อยละ 30 (Phokhasawadi, Yeong, & Wattanapailin, 2015) หรือ ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการทำงานที่มากเกินไปของ ความกลัวในสมอง (overactive fear circuitry in brain) เมื่อมีสิ่งคุกคามเกิดขึ้นจะส่งผลให้เกิดการตอบสนองที่ผิดปกติ จนเกิดอาการกลัวหรือความวิตกกังวลที่ผิดปกติตามมา นอกจากนั้นในส่วนของปัจจัยด้านการเปลี่ยนแปลงของสารสื่อประสาทในสมอง

ได้แก่ เซโรโทนิน พบว่ามีส่วนเกี่ยวข้องกับโรควิตกกังวลและโรคทางอารมณ์ จากการที่มีลักษณะย่อยของยีนส์ 5-HTTLPR ซึ่งทำหน้าที่เกี่ยวกับการขนส่งเซโรโทนิน มีผลทำให้การทำงานของเซโรโทนินลดลง และส่งผลต่อพฤติกรรมที่สัมพันธ์กับความกลัวและความวิตกกังวลที่เพิ่มมากขึ้น โดยพบว่า ยาคลายความกังวลที่มีประสิทธิภาพในการรักษาโรควิตกกังวลนั้นจะมีการออกฤทธิ์ที่มีผลต่อ Glutamate ใน Amygdala รูปแบบทฤษฎีที่หลากหลายชี้ชัดว่าบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวเป็นเหมือนองค์ประกอบหลักของบุคลิกภาพรูปแบบปัจจัยห้าประการ ให้คำจำกัดความบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวเป็นเหมือนแนวโน้มของผลกระทบจากประสบการณ์ด้านลบ ตัวอย่างเช่น ความกลัว ความเสียใจ ความอับอาย ความโกรธ ความรู้สึกผิดและความรังเกียจ (Terracciano, McCrae, & Costa, 2010) ลักษณะนิสัยที่ค้นพบนี้มีส่วนเกี่ยวข้องกับรูปแบบที่หลากหลายในทางจิตวิทยา ซึ่งรวมถึงความวิตกกังวลต่อการเข้าสังคม (Naragon-Gainey & Watson, 2011) โดยเฉพาะการวิจัยที่เผยให้เห็นทัศนคติที่เป็นกลางระหว่างการวิตกกังวลต่อการเข้าสังคมและขอบเขตบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวโดยรวม อย่างไรก็ตามปัจจัยรูปแบบห้าประการโต้แย้งว่าบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวสามารถแบ่งออกเป็น หกมุมมองย่อยที่สะท้อนลักษณะเฉพาะของบุคลิกภาพแบบหวั่นไหว (Naragon-Gainey & Watson, 2011) ตัวอย่างเช่น ความวิตกกังวล มีแนวโน้มที่จะเป็นความกังวล ความกลัว มีที่ตาของความวิตก การศึกษามากมายแสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์ระหว่างความกังวลในการเข้าสังคมและลักษณะนิสัยชอบความสมบูรณ์แบบ (Flett & Hewitt, 2014) มีการศึกษากัน

อย่างแพร่หลายตั้งแต่ปี 1990 (Flett, Hewitt, & Heisel, 2014) ความสมบูรณ์แบบมีหลายมิติประกอบด้วย ความพึงพอใจในตนเอง ความพึงพอใจในผู้อื่น ความสมบูรณ์แบบที่สังคมกำหนด ตามลำดับ ลักษณะที่มากขึ้นไปของมาตรฐานต่อตนเอง ความต้องการความสมบูรณ์แบบจากผู้อื่นและความเชื่อของความหวังความสมบูรณ์แบบของผู้อื่น (Flett, Greene, & Hewitt, 2004) จนถึงวันนี้การวิจัยได้หาหลักฐานที่สอดคล้องของความสัมพันธ์ระหว่างความสมบูรณ์แบบที่สังคมกำหนด และระดับที่สูงขึ้นของความวิตกกังวลในสังคม (Flett & Hewitt, 2014) และมีการศึกษาเพียงเล็กน้อยที่สำรวจว่าความวิตกกังวลต่อการเข้าสังคมเกี่ยวข้องกับมุมมองเหล่านั้น (Kotov, Watson, Robles, & Schmidt, 2007) และมีเพียงการวัดบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวหนึ่งเดียวที่ใช้การวัดความหวาดระแวงแบบที่พบได้ในชีวิตประจำวันที่ไม่ใช่ของรูปแบบปัจจัยห้าประการ แบบทดสอบวัดบุคลิกภาพ (NEO-PI-R) การค้นหาเผยให้เห็นว่าการวินิจฉัยเหล่านั้นกับการวิตกกังวลต่อการเข้าสังคมมีคะแนนที่สำคัญที่สูงกว่าการควบคุมสุขภาพบนมุมมองด้านบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวทั้งหมด ยกเว้นความหุนหันพลันแล่น ซึ่งมีคะแนนคล้ายคลึงกัน อีกทั้งยังแสดงถึงคะแนนที่สูงที่สุดของความวิตกกังวลในการเข้าสังคมบนจิตใต้สำนึกของตนเองและมุมมองด้านความอ่อนแอ ดังนั้นความวิตกกังวลต่อการเข้าสังคมปรากฏว่าเกี่ยวข้องกับความแตกต่างถึงบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวแต่ละคนของรูปแบบปัจจัยห้าประการนอกจากนี้ยังมีการขยายความเข้าใจที่รวมถึงการรับรู้แบบการรักษาภาพพจน์มาใช้เป็นความสมบูรณ์แบบ (Dunkley, Blankstein, Masheb, & Grilo,

2006) ถึงแม้ว่าความสมบูรณ์แบบเคยเป็นแนวความคิดแรกเริ่มที่เป็นเหมือนบุคลิกลักษณะนิสัยที่มั่นคง ทั้งหมดที่กล่าวมารวมถึงแนวโน้มความพยายามที่จะส่งเสริมการรักษาภาพลักษณ์ที่สมบูรณ์แบบและอดทนต่อการเปิดเผยความไม่สมบูรณ์แบบของตนเอง ผู้วิจัยหลายคนได้พิสูจน์ความสัมพันธ์ระหว่างแนวโน้มของการรักษาภาพลักษณ์โดยสมบูรณ์แบบและระดับที่สูงขึ้นของความกังวลในการเข้าสังคม (Flett & Hewitt, 2014) ยิ่งไปกว่านั้น พื้นฐานการรักษาภาพลักษณ์ของความสมบูรณ์แบบอาจจะมีความสัมพันธ์ที่ยิ่งกว่าลักษณะนิสัยชอบความสมบูรณ์แบบที่นำไปสู่ความวิตกกังวลทางสังคม (Flett & Hewitt, 2014) ดังนั้นการศึกษามุมมองแบบหวั่นไหวและความสมบูรณ์แบบเพื่อทำนายความวิตกกังวลทางสังคม เป็นลักษณะความคาดหวังการนำเสนอตนเองของความสมบูรณ์แบบที่มีอิทธิพลต่อความวิตกกังวลทางสังคม การพิจารณาความสมบูรณ์แบบท่ามกลางการแสวงหาความช่วยเหลือต่อความวิตกกังวลทางสังคม และชี้ให้เห็นถึงความเป็นไปได้ในการแทรกแซง โดยเฉพาะอาจจะเป็นประโยชน์ต่อบุคลิกภาพไม่ใช่เฉพาะความเชื่อโดยทั่วไป แต่ยังรวมถึงการใช้เทคนิคการนำเสนอตัวเอง เพิ่มความรู้จักตนเอง ความสามารถในการอดกลั้นต่อความกดดัน และระดับที่สูงขึ้นของการปลดปล่อยความกังวล เพื่อการนำไปใช้สำหรับการวิจัย และการปรับปรุงตัวเองของนักศึกษาในระดับอุดมศึกษาในอนาคต

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวและคติสมบูรณ์แบบเพื่อทำนายความวิตกกังวลทางสังคม ด้วยเหตุผลดังกล่าว ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาถึงองค์ประกอบของความวิตกกังวลทางสังคม

ทางด้านจิตวิทยากับนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ในมหาวิทยาลัยในภาคใต้ของประเทศไทย เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของคุณระหว่างบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวและคติสมบูรณ์แบบเพื่อทำนายความวิตกกังวลทางสังคม เพื่อสร้างสมการพยากรณ์ทำนายความวิตกกังวลทางสังคม ด้วยตัวแปรบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวและคติสมบูรณ์แบบผู้วิจัยมุ่งหวังว่าผลของการศึกษาในครั้งนี้ จะเป็นประโยชน์ต่อการช่วยเหลือนักศึกษาที่มีความวิตกกังวลทางสังคมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในด้านนี้ต่อไป

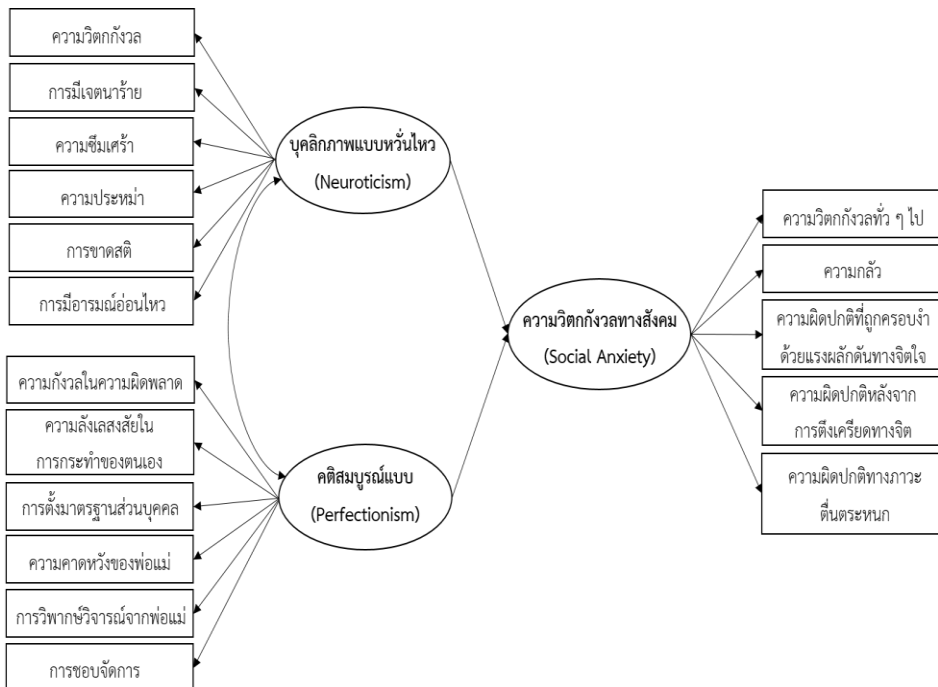
วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของคุณระหว่างบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวและคติสมบูรณ์แบบ เพื่อทำนายความวิตกกังวลทางสังคมของนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ในภาคใต้ของประเทศไทย

2. เพื่อตรวจสอบความสอดคล้องของโมเดล ที่พัฒนาขึ้นกับข้อมูลเชิงประจักษ์ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษา ระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2562

กรอบแนวคิดการวิจัย

ผู้วิจัยได้กำหนดกรอบแนวคิด จากแนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ ความวิตกกังวลทางสังคม (Social Anxiety) ของ (Mattick & Clarke, 1998) ทฤษฎีบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบ (Five - Factor Personality Theory) ของ (Costa & MacCrae, 1992) และแนวความคิดการนิยามความสมบูรณ์แบบของ (Frost et al., 1990) ในการศึกษาบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวและคติสมบูรณ์แบบเพื่อทำนายความวิตกกังวลทางสังคมของนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ในภาคใต้ของประเทศไทย ดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย เรื่องบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวและคติสมบูรณ์แบบเพื่อทำนายความวิตกกังวลทางสังคมของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในภาคใต้ของประเทศไทย

วิธีดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลตามแบบแผนการวิจัยโดยมีการวัดตัวแปรที่ศึกษา ได้แก่

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง เป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ภาคการศึกษาที่ 1 ปีการศึกษา 2561 ของมหาวิทยาลัยของรัฐ/ในกำกับรัฐ มหาวิทยาลัยราชภัฏ/ราชชมงคล และมหาวิทยาลัยเอกชน ในจังหวัดภาคใต้ จำนวน 127,583 คน กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ (Stratified Sampling)

2. ขั้นตอนในการเลือกกลุ่มตัวอย่าง คือ กำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่าง 20 : 1 ใช้แบบทดสอบวัดความวิตกกังวล โดยใช้มาตรวัดปฏิสัมพันธ์ความกังวลทางสังคม (Social Interaction Anxiety Scale) (SIAS) และมาตรวัดโรคกลัวการเข้าสังคม (Social Phobia Scale) (SPS)

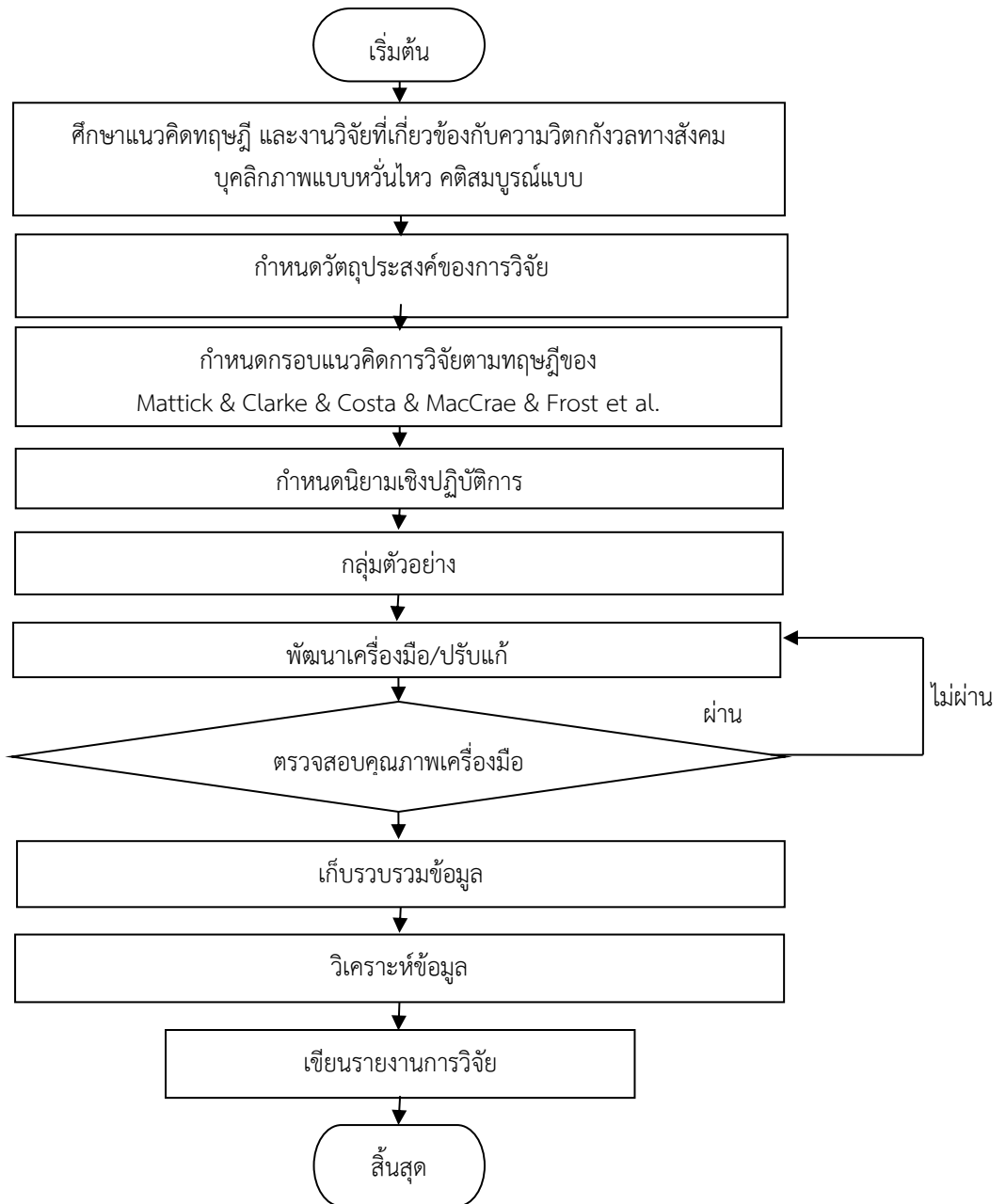
3. วิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐาน เพื่อให้ทราบลักษณะของกลุ่มตัวอย่างและลักษณะการแจกแจงของตัวแปร โดยใช้ค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าเฉลี่ยสูงสุด ค่าเฉลี่ยต่ำสุด ค่าเฉลี่ยเลขคณิต ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าความเบ้ ค่าความโด่ง และค่าร้อยละของตัวแปรแต่ละตัวที่ใช้ในค่าสัมประสิทธิ์ การกระจาย ค่าความเบ้ความโด่ง ของตัวแปรแต่ละตัวที่ใช้ในการพยากรณ์ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป

4. วิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (Correlation Coefficient) ระหว่างตัวแปรในการพยากรณ์ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป

5. การวิเคราะห์เพื่อพิจารณาว่าตัวแปรสังเกตได้มีความเหมาะสมที่จะนำไปวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันหรือวิเคราะห์ทางอิทธิพลหรือไม่ โดยการวิเคราะห์ค่าสถิติ Bartlett's Test of Sphericity และค่าดัชนี MSA (Measure of Sampling Adequacy)

6. วิเคราะห์สมการถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression) ระหว่างตัวแปรเกณฑ์ที่มีนัยสำคัญทางสถิติ เพื่อให้ได้การทำนายความวิตกกังวลทางสังคมของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในภาคใต้ของประเทศไทยที่ดีที่สุด โดยใช้โปรแกรม LISREL ทดสอบนัยสำคัญทางสถิติค่าสัมประสิทธิ์การทำนาย ของสมการการถดถอยพหุคูณ โดยใช้สถิติ F – ratio

7. ความวิตกกังวล การมีเจตนาร้าย ความซึมเศร้า ความประหม่า การขาดสติ การมีอารมณ์อ่อนไหว ความกังวลในคามผิดพลาด ความลังเลสงสัยในการกระทำของตนเอง การตั้งสมมติฐานส่วนบุคคล ความคาดหวังของพ่อแม่ การวิพากษ์วิจารณ์พ่อแม่ การชอบจัดการ และความวิตกกังวลทั่ว ๆ ไป ความกลัว ความผิดปกติที่ถูกครอบงำด้วยแรงผลักดันทางจิตใจ ความผิดปกติหลังจากการตั้งเครียดทางจิต ความผิดปกติทางภาวะตื่นตระหนก โดยมีขั้นตอนการทำวิจัย ดังภาพที่ 2



ผลการวิจัย

1. ตัวแปรบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวและ คติสมบูรณแบบ มีความสัมพันธ์ทุกคุณกับตัวแปรความวิตกกังวลทางสังคมของนักศึกษา ระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ในภาคใต้ของ ประเทศไทย ตัวแปรความวิตกกังวล

ประกอบด้วย 5 ตัวแปรสังเกตได้ ผลปรากฏว่า ความกลัว มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด, รองลงมา วัด ความผิดปกติหลังจากการตั้งเครียดทางจิต, ความวิตกกังวลทุกๆ ไป, วัดความผิดปกติทาง ภาวะตื่นตระหนก และความผิดปกติที่ถูก ครอบงำด้วยแรงผลักดันทางจิตใจ ซึ่งมี

ค่าเฉลี่ยเลขคณิตเท่ากับ 1.98, 1.95, 1.90, 1.90 และ 1.89 ตามลำดับ และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ .39, .37, .35, .35 และ .33 ตามลำดับ

การวิเคราะห์ความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์หรือความตรงของโมเดล สามารถพิจารณาได้ดังนี้

ตัวแปรบุคลิกภาพแบบหวั่นไหว ประกอบด้วย 6 ตัวแปรสังเกตได้ ผลปรากฏว่า ความวิตกกังวล, การขาดสติ, การมีอารมณ์อ่อนไหว, ความซึมเศร้า, การมีเจตนาร้าย และความประหม่า ซึ่งมีค่าเฉลี่ยเลขคณิตเท่ากับ 1.86, 1.86, 1.86, 1.83, 1.82 และ 1.81 ตามลำดับ และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ .31, .31, .31, .28, .27 และ .28 ตามลำดับ

ตัวแปรคติสมบูรณ ประกอบด้วย 6 ตัวแปรสังเกตได้ ผลปรากฏว่า ความล้มเหลวสยในการกระทำของตนเอง, ความกังวลในความผิดพลาด, การตั้งมาตรฐานส่วนบุคคล, ความคาดหวังของพ่อแม่, การวิพากษ์วิจารณ์พ่อแม่ และการขอจัดการ ซึ่งมีค่าเฉลี่ยเลขคณิตเท่ากับ 1.90, 1.86, 1.86, 1.85, 1.81 และ 1.81 ตามลำดับ และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ .33, .31, .31, .30, .26 และ .26 ตามลำดับ

เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การกระจาย (CV) ของข้อมูลมีค่าใกล้เคียงกัน คืออยู่ระหว่าง 15.00-20.00 แสดงว่า ข้อมูลมีลักษณะการกระจายไม่แตกต่างกันมาก และเมื่อพิจารณาค่าความเบ้ (SK) และค่าความโด่ง (SK) ของตัวแปรสังเกตได้ส่วนใหญ่อยู่ในช่วง -1.000 ถึง 1.000 ซึ่งอยู่ในช่วงที่ Lawrence, Glenn, and Guarion (2006, p. 50)

ตัวแปรบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวและคติสมบูรณแบบ ที่มีความสัมพันธ์กับตัวแปรความวิตกกังวลทางสังคมของนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ในภาคใต้ของประเทศไทย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และ .05 โดยค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรความวิตกกังวลอยู่ในช่วง .10 - .64 ซึ่งมีความสัมพันธ์กันมากที่สุด คือ ความวิตกกังวลทั่วไป (SO1) กับความผิดปกติที่ถูกครอบงำด้วยแรงผลักดันทางจิตใจ (SO3) และคู่ที่มีความสัมพันธ์กันน้อยที่สุด คือ ความผิดปกติที่ถูกครอบงำด้วยแรงผลักดันทางจิตใจ (SO3) กับความผิดปกติหลังจากการตั้งเครียดทางจิต (SO4) ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรบุคลิกภาพแบบหวั่นไหว จะอยู่ในช่วง .12 - .71 ซึ่งมีความสัมพันธ์กันมากที่สุด คือ การขาดสติ (NE5) กับการมีอารมณ์อ่อนไหว (NE6) และคู่ที่มีความสัมพันธ์กันน้อยที่สุด คือ การมีเจตนาร้าย (NE2) กับการขาดสติ (NE5) และ ความประหม่า (NE4) กับ การขาดสติ (NE5) และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรคติสมบูรณ จะอยู่ในช่วง .11 - .68 ซึ่งมีความสัมพันธ์กันมากที่สุด คือ ความกังวลในความผิดพลาด (PE1) กับความคาดหวังของพ่อแม่ (PE4) และคู่ที่มีความสัมพันธ์กันน้อยที่สุด คือ การตั้งมาตรฐานส่วนบุคคล (PE3) กับ การขอจัดการ (PE6)

2. ปัจจัยที่สามารถทำนายความวิตกกังวลทางสังคมของนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ในภาคใต้ของประเทศไทย ด้วยตัวแปรบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวมีความสัมพันธ์พหุคูณกับตัวแปรคติสมบูรณแบบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ได้แก่ บุคลิกภาพ

แบบหวั่นไหว (NE) และคติสมบุรณ์ (PE) สามารถพยากรณ์ ความวิตกกังวล (SO) ได้ ร้อยละ 17 ($R^2=17$) โดยตัวแปร บุคลิกภาพ แบบหวั่นไหว (NE) และคติสมบุรณ์ (PE) สามารถพยากรณ์ได้เท่ากับ .11 และ .36 ตามลำดับ

ขนาดอิทธิพลของสมการพยากรณ์ ของ ความวิตกกังวลมีค่าเท่ากับ .17 แสดงว่า ตัวแปรบุคลิกภาพแบบหวั่นไหว และตัวแปรและคติสมบุรณ์ ตามลำดับพยากรณ์ความวิตกกังวล ในระดับน้อย และสามารถสร้างสมการพยากรณ์ความวิตกกังวล ได้ดังนี้

$$\text{"Y" } \hat{SO} = 3.09 + .12(NE) + .36(PE)**$$

สมการถดถอยพหุคูณในรูปคะแนนมาตรฐานคือ

$$\text{"Z" } \hat{SO} = .11(zNE) + .36(zPE)**$$

สรุปผลการวิจัย

การเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม สิ่งแวดล้อม และการเปลี่ยนแปลงของบุคคล นั้น นับว่าส่งผลกระทบต่อสภาพความเป็นอยู่ และวิถีการดำเนินชีวิตของประชากร สภาพการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วนี้ส่งผลให้บุคคล มีความกลัวหรือความวิตกกังวล ซึ่งเป็นปฏิกิริยาที่แสดงถึงความพยายามที่จะให้มีชีวิตอยู่เพื่อไปถึงเป้าหมายที่สำคัญของชีวิต ความวิตกกังวลเป็นความรู้สึกเชิงจิตวิสัยอย่างหนึ่ง (Subjective feeling) ของความไม่สบายใจ (Uneasiness) และความหวาดหวั่น (Apprehension) เกี่ยวกับการคุกคามบางอย่าง

ความวิตกกังวลที่เกิดจากความกลัว และการรับรู้ว่าตนเองจะถูกประเมินในทาง

ลบจากบุคคลรอบข้าง ในสถานการณ์ทางสังคม จึงทำให้บุคคลตอบสนองต่อผู้อื่นในทางลบผลที่ตามมาคือ บุคคลจะหลีกเลี่ยงจากการเข้าสังคมหรือการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ซึ่งกระบวนการคิดและพฤติกรรมเช่นนี้ยังเป็น การเสริมให้ความวิตกกังวลในการเข้าสังคมของบุคคลเพิ่มมากขึ้น

ปัจจัยที่ส่งผลให้นักศึกษามีการวิตกกังวล รวมไปถึงการปรับตัวทางสังคมแตกต่างกันมีหลายประการ และหากปรับตัวได้ถูกวิธี หรือเหมาะสม จะช่วยให้การใช้ชีวิตการเรียนในมหาวิทยาลัยมีความสุข

การวิจัยครั้งนี้มีความมุ่งหมายเพื่อศึกษาความสัมพันธ์พหุคูณระหว่างบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวและคติสมบุรณ์แบบเพื่อทำนายความวิตกกังวลทางสังคมของนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ในภาคใต้ของประเทศไทย

เพื่อสร้างสมการทำนายความวิตกกังวลทางสังคมของนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ในภาคใต้ของประเทศไทย ด้วยตัวแปรบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวและคติสมบุรณ์แบบ โดยศึกษาในกลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ภาคการศึกษาที่ 1 ปีการศึกษา 2562 ของมหาวิทยาลัยของรัฐ มหาวิทยาลัยของรัฐในกำกับรัฐ มหาวิทยาลัยราชภัฏ มหาวิทยาลัยเอกชน ในจังหวัดภาคใต้

ผู้วิจัยได้กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ โดยมีขั้นตอนในการเลือกกลุ่มตัวอย่าง คือ กำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่าง 20 : 1 กล่าวคือ ควรใช้จำนวนหน่วยตัวอย่างอย่างน้อย 20 หน่วย ต่อตัวแปรสังเกตได้ 1 ตัว เพื่อให้ได้สมการที่เชื่อถือได้ กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง 20 คน ต่อ 1 ตัวแปรสังเกตได้ ด้วยการศึกษิตัวแปรทำนาย 12 ตัวแปร ตัว

แปรเกณฑ์ 1 ตัวแปร จำนวน 5 ด้าน จึงได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างขั้นต่ำเท่ากับ 340 คน เพื่อลดความคลาดเคลื่อน ผู้วิจัยจึงเพิ่มกลุ่มตัวอย่างเป็น 400 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้ใช้แบบทดสอบวัดความวิตกกังวล โดยใช้มาตรวัดปฏิสัมพันธ์ความกังวลทางสังคม และมาตรวัดโรคกลัวการเข้าสังคม ซึ่งแบ่งออกเป็น 4 ตอน ได้แก่

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปส่วนบุคคล ประกอบด้วยข้อความทั่วไปของนักศึกษา มีลักษณะเป็น

ตอนที่ 2 เป็นแบบทดสอบวัดความวิตกกังวล ไปยังปฏิสัมพันธ์ในสังคมและการวัดแบบสถานการณ์, ตามลำดับ แบ่งเป็น 5 ด้าน

ตอนที่ 3 เป็นแบบวัดบุคลิกภาพแบบหวั่นไหว และ

ตอนที่ 4 เป็นแบบวัดคติสมบุรณ์วิเคราะห์ข้อมูลโดยทำการวิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐาน ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปและวิเคราะห์สมการถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression) ระหว่างตัวแปรทำนาย 17 ตัวแปร เพื่อให้ได้ตัวแปรเกณฑ์ ที่มีนัยสำคัญทางสถิติกับความวิตกกังวลทางสังคมของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในภาคใต้ของประเทศไทย โดยใช้โปรแกรม Mplus 9.1

อภิปรายผล

ผลการวิจัยบุคลิกภาพแบบหวั่นไหว และคติสมบุรณ์แบบเพื่อทำนายความวิตกกังวลทางสังคมของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ในภาคใต้ของประเทศไทย

1. ผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลทางสังคมของนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ในภาคใต้ของประเทศไทย พบว่า บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว และคติสมบุรณ์แบบมีความสัมพันธ์กันทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และ .05 สอดคล้องกับงานวิจัยของ อรุณช ศรีคา (2560) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการปรับตัวทางสังคมของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหาสารคาม กล่าวว่าการปรับตัวเป็นผลที่เกิดขึ้นในแต่ละช่วงของการพัฒนาโดยอาศัยประสบการณ์ที่บุคคลได้เรียนรู้จากสภาพแวดล้อมทางสังคม มาแก้ไขอุปสรรคที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย

2. ตัวแปรความวิตกกังวลคู่ที่มีความสัมพันธ์กันมากที่สุด คือ ความวิตกกังวลทั่ว ๆ ไปกับความผิดปกติที่ถูกครอบงำด้วยแรงผลักดันทางจิตใจ แสดงว่า ขณะนักศึกษาเกิดเครียดเมื่อต้องอยู่คนเดียวเป็นเวลานาน ๆ หรือไม่กล้าเข้าร่วมกิจกรรมใด ๆ เพราะกลัวว่าเพื่อน ๆ จะไม่ต้อนรับ ไม่กล้าเข้าไปทำความรู้จักกับคนอื่นก่อน ส่งผลให้นักศึกษามีอาการตื่นเต้นมาก ๆ จะหายใจเข้าออกถี่ ๆ หรือแม้แต่การทำตัวว่าเรงสนุกสนาน เพื่อกลบเกลื่อนความอ่อนแอ และจะตั้งใจสอบให้ได้คะแนนสูง ๆ เพื่ออยากเป็นที่ยอมรับ และตัวแปรคู่ที่มีความสัมพันธ์กันน้อยที่สุด คือ ความผิดปกติที่ถูกครอบงำด้วยแรงผลักดันทางจิตใจกับความผิดปกติหลังจากการตั้งเครียดทางจิต ซึ่งความวิตกกังวลเป็นความรู้สึกเชิงจิตวิสัยอย่างหนึ่ง (Subjective Feeling) ของความไม่สบายใจ (Uneasiness) และความหวาดหวั่น

(Apprehension) เกี่ยวกับการคุกคาม บางอย่าง (จำลอง ดิษยวณิช, 2545)

3. ตัวแปรบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวคู่ที่มีความสัมพันธ์กันมากที่สุด คือ การขาดสติกับการมีอารมณ์อ่อนไหว แสดงว่า เมื่อนักศึกษาถูกเพื่อนพูดจาส่อเสียดจะตอบโต้ด้วยคำพูดรุนแรงทันที หรือแม้แต่สีกหงุดหงิดจะโหม่งง่ายถ้าถูกวิพากษ์วิจารณ์ สิ่งเหล่านี้ส่งผลให้นักศึกษาสะเทือนใจง่ายมาก เมื่อมีสิ่งมากระทบความรู้สึกหรือค่อนข้างไวต่อความเจ็บปวด สอดคล้องกับความวิตกกังวลที่เกิดจากความกลัวและการรับรู้ว่าจะตนเองจะถูกประเมินในทางลบจากบุคคลรอบข้าง ในสถานการณ์ทางสังคม จึงทำให้บุคคลตอบสนองต่อผู้อื่นในทางลบผลที่ตามมาคือบุคคลจะหลีกเลี่ยงจากการเข้าสังคมหรือการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ซึ่งกระบวนการคิดและพฤติกรรมเช่นนั้นยิ่งเป็นการเสริมให้ความวิตกกังวลในการเข้าสังคมของบุคคลเพิ่มมากขึ้น (กุลปรียา ศิริพานิช, 2559) และตัวแปรคู่ที่มีความสัมพันธ์กันน้อยที่สุด คือ การมีเจตนาร้ายกับการขาดสติ และความประหม่ากับการขาดสติ ซึ่งโรเจอร์ (Roger, 1974, p. 258) ได้กล่าวว่า เมื่อบุคคลปรับตัวได้ดีบุคคลจะรู้สึกว่ารู้จักตนเอง รู้คุณค่า ความสามารถและทัศนคติที่มีต่อตนเองมีความเข้าใจตนเองตลอดจนเข้าใจสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อบุคคลอื่น

4. ตัวแปรคติ สมบูรณ์ แบบคู่ที่มีความสัมพันธ์กันมากที่สุด คือ ความกังวลในความคิดพลาดกับความคาดหวังของพ่อแม่ เมื่อนักศึกษารู้สึกว่าต้องแข่งขันหรือเปรียบเทียบกับคนที่เหนือกว่า ผังใจกับเรื่องที่เคยทำให้คนอื่นเสียใจ ผิดหวัง ส่งผลให้นักศึกษารู้สึกท้อแท้ทุกครั้งทีรู้สึกทำให้พ่อแม่

ผิดหวังโดยเชื่อว่าถ้าเลือกเรียนตามที่พ่อแม่ต้องการจะทำให้ท่านมีความสุข และคู่ที่มีความสัมพันธ์กันน้อยที่สุด คือ การตั้งมาตรฐานส่วนบุคคลกับการชอบจัดการ บุคคลใดที่ตั้งความหวังไว้แล้วประสบความสำเร็จตามที่คาดหวังเอาไว้ก็จะตั้งความหวังอย่างอื่นต่อไป ตามแนวคิดของ เฮอร์ล็อก (Hurlock, 1974) และสอดคล้องกับ บีส์ตริทสกี (Bystritsky, 2000) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง ระดับของความผูกพัน รูปแบบการอบรมเลี้ยงดูของผู้ปกครอง ลักษณะของสิ่งแวดล้อมทางครอบครัวกับการปรับตัวทางสังคม พบว่า ลักษณะที่บ่งบอกถึงความสัมพันธ์อย่างเหนียวแน่น คือ การอบรมเลี้ยงดูของผู้ปกครองที่มีความกลมเกลียวกัน มีการรวมกลุ่ม และมีสภาพครอบครัวที่ไม่มีความขัดแย้งนอกจากนี้ยังพบว่า ลักษณะการอบรมเลี้ยงดูของผู้ปกครองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับทักษะการติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่น

5. การทำนายความวิตกกังวลทางสังคมของนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ในภาคใต้ของประเทศไทย ที่เรียนในมหาวิทยาลัยต่างกัน มีความวิตกกังวลทางสังคมแตกต่างกัน การที่บุคคลสามารถสร้างความสัมพันธ์และทำงานร่วมกับผู้อื่นได้รวมทั้งการทำความรู้จักกับเพื่อนใหม่ รู้จักเห็นอกเห็นใจ เคารพในสิทธิผู้อื่น วางตัวได้อย่างเหมาะสม และมีความรับผิดชอบหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย จะส่งผลต่อความวิตกกังวลทางสังคมด้วย นอกจากนี้การมีสัมพันธ์ภาพที่ดีกับเพื่อนและบุคคลรอบข้างก็เป็นปัจจัยอีกประการหนึ่งที่มีความสัมพันธ์ต่อความวิตกกังวลทางสังคม เนื่องจากนิสิตชั้นปีที่ 1 ซึ่งสอดคล้องกับ สุรพงษ์ ชูเดช และ วิภาวี เอี่ยม

วรมธ (2545) พบว่า การอบรมเลี้ยงดูมีความสัมพันธ์ที่ดีกับครอบครัวกับเพื่อน และกับรุ่นพี่ นักศึกษาที่มีสุขภาพจิตดียังเป็นผู้มีความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองในทางที่ดีไม่ว่าจะเป็นความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองด้านอารมณ์ และพฤติกรรมหรือแม้แต่ด้านการศึกษา

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัยบุคลิกภาพแบบห้วนไหวและคติสมบุรณ์แบบเพื่อทำนายความวิตกกังวลทางสังคมของนักศึกษา ระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ในภาคใต้ของประเทศไทย ผู้วิจัยขอเสนอแนะดังนี้

1. มหาวิทยาลัยในภาคใต้ของประเทศไทยทุกแห่ง สามารถนำผลการวิจัยนี้ไปใช้วัดและตรวจสอบบุคลิกภาพแบบห้วนไหวและคติสมบุรณ์แบบเพื่อทำนายความวิตกกังวลทางสังคมของนักศึกษา เพื่อเป็นแนวทางในการให้คำปรึกษา เสริมแรงและกระตุ้นให้เกิดการเรียนรู้

แหล่งอ้างอิง

- กุลปรียา ศิริพานิช. (2559). *บทบาทการเป็นตัวแปรส่งผ่านของความยึดหยุ่นทางจิตใจ ในความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลในการเข้าสังคมกับสุขภาวะทางจิตในนิสิตนักศึกษา*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย).
- จำลอง ดิษยวณิช และ พิรมเพรา ดิษยวณิช. (2545). *ความเครียด ความวิตกกังวล และสุขภาพ*. เชียงใหม่: โครงการตำรา คณะแพทยศาสตร์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- นงคันุช แนงแก้ว. (2560). *ความเครียด ความวิตกกังวล และ การพยาบาลผู้ป่วยโรคกล้ามเนื้อหัวใจ ตายเฉียบพลันในหอผู้ป่วยวิกฤติ โรคหัวใจ*. กรุงเทพฯ: งานการพยาบาลอายุรศาสตร์และจิตเวชศาสตร์, โรงพยาบาลศิริราช.

2. มหาวิทยาลัยในภาคใต้ของประเทศไทยสามารถนำผลการวิจัยกับนักศึกษาปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 นี้ไปใช้เป็นแนวทางในการจัดกิจกรรม เพื่อส่งเสริมให้นักศึกษามีบุคลิกภาพที่ดีขึ้น และสอดคล้องกับบุคลิกภาพของนักศึกษา

3. นักศึกษาปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ในภาคใต้ของประเทศไทย สามารถนำผลที่ได้ไปสำรวจบุคลิกภาพของนักศึกษา เพื่อให้รู้ว่าตนเองมีความวิตกกังวลอย่างไร

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยต่อไป

1. ควรนำตัวแปรอื่น ๆ เข้ามาศึกษาในโมเดลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ เช่น การรับรู้ความสามารถของตนเองสูง ความสามารถในการเผชิญปัญหา ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

2. ควรมีการวิจัยในลักษณะเดียวกัน โดยทำการวิจัยกับนักศึกษาในทุกระดับชั้นปี เพื่อเปรียบเทียบผลที่ได้รับว่ามีความคล้ายคลึง หรือแตกต่างกันในด้านใดบ้าง

3. ควรมีการศึกษาตัวแปรทำนายอื่น ๆ ที่ส่งผลต่อสุขภาพจิต

- สุรพงษ์ ชูเดช และวิภาวี เอี่ยมวรมธ. (2545). ตัวแปรในการทำนายสุขภาพจิตและการปรับตัวของนักศึกษา มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี. *วารสารวิจัยและพัฒนา มจร.*, 25(3), 215-232.
- อรนุช ศรีคำ. (2560). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการปรับตัวทางสังคมของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหาสารคาม. *วารสารการวัดผลการศึกษามหาวิทยาลัยมหาสารคาม*, 23(ฉบับพิเศษ), 292-301.
- Costa, P. T. & MacCrae, R. R. (1992). *Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R) and NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI) professional manual*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Dunkley, D. M., Blankstein, K. R., Masheb, R. M. & Grilo, C. M. (2006). Personal standards and evaluative concerns dimensions of “clinical” perfectionism: A reply to Shafran et al. (2002, 2003) and Hewitt et al. (2003). *Behaviour research and therapy*, 44(1), 63-84.
- Flett, G. L., Greene, A. & Hewitt, P. L. (2004). Dimensions of perfectionism and anxiety sensitivity. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 22(1), 39-57.
- Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2014). A proposed framework for preventing perfectionism and promoting resilience and mental health among vulnerable children and adolescents. *Psychology in the Schools*, 51(9), 899-912.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L. & Heisel, M. J. (2014). The destructiveness of perfectionism revisited: Implications for the assessment of suicide risk and the prevention of suicide. *Review of General Psychology*, 18(3), 156.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C. & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive therapy and research*, 14(5), 449-468.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2010). *Multivariate data analysis: A global perspective*. Upper Saddle River, NJ: Pearson.
- Kotov, R., Watson, D., Robles, J. P. & Schmidt, N. B. (2007). Personality traits and anxiety symptoms: The multilevel trait predictor model. *Behaviour research and therapy*, 45(7), 1485-1503.
- Leong, J., Cobham, V. E., De Groot, J. & McDermott, B. (2009). Comparing different modes of delivery. *European child & adolescent psychiatry*, 18(4), 231-239.
- Mattick, R. P. & Clarke, J. C. (1998). Development and validation of measures of social phobia scrutiny fear and social interaction anxiety. *Behaviour research and therapy*, 36(4), 455-470.

Naragon-Gainey, K. & Watson, D. (2011). Clarifying the dispositional basis of social anxiety: A hierarchical perspective. *Personality and Individual Differences*, 50(7), 926-934.

Phokhasawadi, S., Yeong, A. P. A. & Wattanapailin, A. (2015). Cognitive Behavior Therapy to Reduce Symptoms of Anxiety Disorders with Adolescents: Evidence-Based Nursing. *Journal of Nursing Science*, 32(4), 7-14.

Terracciano, A., McCrae, R. R. & Costa, P. T. (2010). Intra-individual change in personality stability and age. *Journal of Research in Personality*, 44(1), 31-37.