ความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบหลงตนเองและการเผชิญปัญหาต่อการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก

นายนียาซคาน	ข่านเคน	เลขประจำตัวนิสิต	5337447838
นายยุทธศาสตร์	จ้อยสอดดง	เลขประจำตัวนิสิต	5337477638
นายเอสรา	อุษณกรกุล	เลขประจำตัวนิสิต	5337516438

โครงงานทางจิตวิทยานี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต

สาขาวิชาจิตวิทยา

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2556

RELATIONSHIPS BETWEEN NARCISSISM AND COPING STYLE ON SELF-DISCLOSURE ON FACEBOOK

NIYAZKHAN	KHANKEHN	5337447838
YUTTASAT	JOYSODDONG	5337477638
ASARA	USANAKORNKUL	5337516438

A Senior Project in Partial Fulfillment of the Requirements

for the Degree of Bachelor of Science in Psychology

Faculty of Psychology

Chulalongkorn University

Academic Year 2013

หัวข้อโครงงานทางจิตวิทยา	ความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง และการเผชิญปัญหากับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก
โดย	นียาซคาน ข่านเคน, ยุทธศาสตร์ จ้อยสอดดง และเอสรา อุษณกรกุล
สาขาวิชา	จิตวิทยา
อาจารย์ที่ปรึกษาโครงงาน	อาจารย์ ดร. ณัฐสุดา เต้พันธ์

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้นับโครงงานทางจิตวิทยาฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาบัณฑิต

..... คณบดีคณะจิตวิทยา

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.คัคนางค์ มณีศรี)

คณะกรรมการสอบโครงงานทางจิตวิทยา

.....อาจารย์ที่ปรึกษา

(อาจารย์ ดร.ณัฐสุดา เต้พันธ์)

.....กรรมการ

(อาจารย์ ดร.กุลยา พิสิษฐ์สังฆการ)

.....กรรมการ

(อาจารย์ ดร.วัชราภรณ์ บุญญศิริวัฒน์)

นียาซคาน ข่านเคน, ยุทธศาสตร์ จ้อยสอดดง และ เอสรา อุษณกรกุล: ความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบหลงตนเองและการเผชิญปัญหากับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก (RELATIONSHIPS BETWEEN NARCISSISM AND COPING STYLE AND SELF-DISCLOSURE ON FACEBOOK)
อาจารย์ที่ปรึกษา: อาจารย์ ดร.ณัฐสุดา เต้พันธ์, 43 หน้า

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง การเผชิญปัญหากับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก โดยเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรี จำนวน 300 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ มาตรวัดบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง (α= .95) มาตรวัดการเผชิญปัญหา (α= .86) และมาตรวัดการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก (α= .77)

ผลการวิจัยพบว่า บุคลิกภาพแบบหลงตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก (r = .33, p < .01, หนึ่งหาง) และความผูกพันกับการเผชิญปัญหาบางรูปแบบมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก ได้แก่ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา (r = .23, p < .01, หนึ่งหาง) การเผชิญปัญหาแบบจมดิ่งกับอารมณ์ (r = .11, p < .05, หนึ่งหาง) และการเผชิญปัญหาแบบตั้งสติจัดการกับปัญหา (r = .18, p < .01, หนึ่งหาง) นอกจากนี้บุคลิกภาพแบบหลงตนเองและการเผชิญปัญหาสามารถทำนายการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊กได้ โดยมีแค่บางองค์ประกอบของการเปิดเผชิญปัญหาที่สามารถร่วมทำนายได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นั่นก็คือการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา โดยค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยมาตรฐาน (standard regression coefficient) ของบุคลิกภาพแบบหลงตนเองมีค่าเท่ากับ 0.37 (β = .37, p < .001, หนึ่งหาง) และการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา มีค่าเท่ากับ 0.35 (β = .35, p < .001, หนึ่งหาง)

สาขาวิชา จิตวิทยา ลายมือชื่อนิสิต .....

ปีการศึกษา 2556 ลายมือชื่อนิสิต .....

ลายมือชื่อนิสิต .....

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา .....

5337447838, 533747763, AND 5337516438: MAJOR PSYCHOLOGY
KEYWORDS: NARCISSISM / COPING STYLE / SELF-DISCLOSURE ON FACEBOOK
NIYAZKHAN KHANKEHN, YUTTASAT JOYSODDONG, AND ASARA USANAKORNKUL:
RELATIONSHIPS BETWEEN NARCISSISM AND COPING STYLE AND SELF-DISCLOSURE ON FACEBOOK
SENIOR PROJECT ADVISOR: NUTTASUDA TAEPHANT, PH.D., 43 PP.

The aim of this research was to study the relationships between narcissism, coping style, and self-disclosure on Facebook. Data were collected from 300 undergraduate student, r.esearch instruments were narcissism scale (α= .95), a coping style scale (α= .86) and a self-disclosure on Facebook scale (α= .77)

Results show positive correlation between narcissism and self-disclosure on Facebook (r = .33, p < .01, one tailed) and between some of coping styles; problem engagement (r = .23, p < .01, one tailed) emotional submission (r = .11, p < .05, one tailed) and mindful planning (r = .18, p < .01, one tailed), and self-disclosure on Facebook. Narcissism (β = .37, p < .001, one tailed) and problem engagement coping style (β = .35, p < .001, one tailed) can significantly predict self-disclosure on Facebook.

Field of Study Psychology Student's Signature .....

Academic Year: 2012 Student's Signature .....

Student's Signature .....

Advisor's Signature .....

กิตติกรรมประกาศ

การค้นคว้าโครงงานเล่มนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความเมตตา และความเอาใจใส่อย่างดียิ่งจาก อาจารย์ ดร.ณัฐสุดา เต้พันธ์ อาจารย์ที่ปรึกษาโครงงาน ที่ได้สละเวลาอันมีค่าในการให้คำปรึกษาและคำชี้แนะต่าง ๆ อันเป็นประโยชน์ รวมทั้งตรวจสอบและแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ อย่างละเอียดด้วยความเมตตาและเอาใจใส่เสมอมา ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณอาจารย์เป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอขอบคุณอาจารย์ ดร.กุลยา พิสิษฐ์สังฆการ และอาจารย์กมลกานต์ จีนช้างที่กรุณาสละเวลาในการให้คำแนะนำอันเป็นประโยชน์แก่ผู้วิจัย เพื่อให้ผู้วิจัยได้ปรับปรุงแก้ไขงานวิจัยนี้ให้ดียิ่งขึ้น

ขอขอบคุณ อาจารย์ ดร.ณัฐสุดา เต้พันธ์, อาจารย์ ดร.กุลยา พิสิษฐ์สังฆการ และ อาจารย์ ดร.วัชราภรณ์ บุญญศิริวัฒน์ ที่กรุณาสละเวลาในการเป็นกรรมการสอบโครงงาน เพื่อให้ผู้วิจัยได้ปรับปรุงแก้ไขงานวิจัยนี้ให้ดียิ่งขึ้น

ขอขอบคุณอาจารย์และคุณครูทุกท่านที่ได้มอบวิชาความรู้อันมีค่า และอบรมสั่งสอนผู้วิจัยมาโดยตลอดโดยตลอดชีวิตการศึกษาของผู้วิจัยทำให้ผู้วิจัยได้นำความรู้ต่าง ๆ มาใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างมีคุณค่าและมีเป้าหมาย

ขอขอบคุณเพื่อน ๆ และน้อง ๆ ทุกคนที่ได้ร่วมกันสละเวลาในการทำแบบสอบถามและให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี ไม่ว่าจะเป็นการเก็บข้อมูลในการพัฒนามาตรวัดหรือเก็บข้อมูลจริงจนได้ข้อมูลอันเป็นประโยชน์ยิ่งต่อการทำโครงงานวิจัยในครั้งนี้

สุดท้ายนี้ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณคุณพ่อ คุณแม่ และญาติๆพี่น้องทุก ๆ คน ที่ได้ให้ความรัก ความห่วงใย พร้อมให้กำลังใจ และสนับสนุนผู้วิจัยในทุก ๆ อย่างเสมอมา ทำให้ผู้วิจัยมีพลังกายและพลังใจที่จะทำทุก ๆ สิ่งในทุก ๆ วันอย่างเต็มที่และมีความสุข

สารบัญ

หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย ..... ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ ..... จ
กิตติกรรมประกาศ ..... ฉ
สารบัญ ..... ช
สารบัญตาราง ..... ฌ
สารบัญภาพ ..... ญ

บทที่ 1 บทนำ 1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา 1
แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง 3
แนวคิด ทฤษฎี เกี่ยวกับการเปิดเผยตนเอง 3
แนวคิด ทฤษฎี เกี่ยวกับการเผชิญปัญหา 7
แนวคิด ทฤษฎี เกี่ยวกับบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง 12
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง 15
วัตถุประสงค์การวิจัย 17
ขอบเขตการวิจัย 18
ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย 18
สมมติฐานการวิจัย 18
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย 19
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ 19

บทที่ 2 วิธีดำเนินการวิจัย 20
กลุ่มตัวอย่าง 20
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย 20
มาตรวัดการเปิดเผยตนเอง 20
ขั้นการพัฒนามาตรวัดการเปิดเผยตนเอง 21
มาตรวัดการเผชิญปัญหา 23

สารบัญ (ต่อ)

หน้า

มาตรวัดบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง 25
วิธีเก็บข้อมูล 27
วิธีวิเคราะห์ข้อมูล 28

บทที่ 3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล 29
สัญลักษณ์ที่ใช้แทนค่าสถิติในงานวิจัย 29
การทดสอบสถิติพื้นฐาน 29
ลักษณะประชากรศาสตร์ 29
ค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย 31
ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐาน 32

บทที่ 4 อภิปรายผลการวิจัย 37

บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ 40

รายการอ้างอิง ฎ
ภาคผนวก ด

สารบัญตาราง

ตารางที่ หน้า

1 จำนวนข้อกระทงในมาตรวัดการเผชิญปัญหา จำแนกตามองค์ประกอบ 23

2 จำนวนข้อกระทงในมาตรวัดบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง จำแนกตามองค์ประกอบ 24

3 ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายใน (alpha coefficient) จำแนกตาม รูปแบบการเผชิญปัญหา 25

4 จำนวนข้อกระทงในมาตรวัดบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง จำแนกตามองค์ประกอบ 26

5 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในขั้นพัฒนามาตร จำแนกตามเพศ อายุ ชั้นปี เวลาที่ใช้เล่นเฟซบุ๊กเฉลี่ยต่อวัน ความถี่ในการอัพเดตสถานะ เพิ่มรูปภาพ/วิดีโอบนเฟซบุ๊ก เฉลี่ยต่อสัปดาห์จำนวนแอคเคานต์เฟซบุ๊ก การเป็นแอดมินเพจบนเฟซบุ๊ก การเล่นเฟซบุ๊กบน โทรศัพท์มือถือ และที่อยู่อาศัย 30

6 คะแนนต่ำสุด คะแนนสูงสุด ค่ามัชฌิมเลขคณิต และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของตัวแปรในการวิจัย 32

7 สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร ค่ามัชฌิมเลขคณิต และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (N = 300) 33

8 ผลการวิเคราะห์การถดถอยของการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊กโดยมีบุคลิกภาพ แบบหลงตนเองและการเผชิญปัญหาเป็นตัวแปรทำนาย (N = 300) 34

สารบัญภาพ

ภาพที่ หน้า

1 หน้าต่างโจฮารี (Johari's window) 4

2 กรอบแนวคิดการวิจัย 17

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในปัจจุบันเครือข่ายสังคมออนไลน์ (social network) เป็นที่นิยมเป็นอย่างมากในสังคม เนื่องจากเครือข่ายสังคมออนไลน์ นับว่าเป็นช่องทางในการสื่อสารระหว่างกันที่รวดเร็วและไร้พรมแดน ทั้งนี้เครือข่ายสังคมออนไลน์ หมายถึง พื้นที่ออนไลน์ที่แต่ละบุคคลสามารถสร้างพื้นที่ส่วนตัวและสื่อสารกับผู้อื่นบนเครือข่าย โดยที่ต่างฝ่ายต่างเข้าไปดูข้อมูลในพื้นที่ส่วนตัวของอีกฝ่ายได้ (Boyd & Ellison, 2007; Lenhart, 2007 อ้างถึงใน Park, Jin, & Jin, 2011) เฟซบุ๊ก (Facebook) เป็นหนึ่งในเครือข่ายสังคมออนไลน์ที่กำลังได้รับความนิยมเป็นอย่างมากทั่วโลก รวมทั้งในประเทศไทยด้วย ปัจจุบันมีจำนวนผู้ใช้มากกว่า 1,150 ล้านคนจากทั่วโลก ผู้ใช้สามารถเฟซบุ๊กในการติดต่อสื่อสาร รับส่งข้อมูล โพสต์แบ่งปันรูปภาพ วิดีโอ และทำกิจกรรมอื่นร่วมกับผู้ใช้เฟซบุ๊กคนอื่นได้ โดยมีรายละเอียดต่าง ๆ ให้ผู้ใช้เฟซบุ๊กสามารถเลือกใช้ได้ตามความชอบ และสามารถแสดงออกถึงสิ่งที่ตนสนใจผ่านทางการโพสต์สถานะของตนเอง การโพสต์รูปภาพ วิดีโอ รวมถึงการบอกข้อมูลส่วนตัวต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็น เพศ วันเกิด อายุ และประวัติการศึกษา เป็นต้น ในสื่อสารผ่านเครือข่ายสังคมออนไลน์บุคคลจำนวนมากได้มีการแสดงออกอย่างเปิดเผยเกี่ยวกับตนเองผ่านเครือข่ายสังคมออนไลน์ ซึ่งเปรียบได้กับโลกเสมือนจริงที่คนเรามีการเปิดเผยตนเอง (self-disclosure) ต่อกัน โดยการเปิดเผยตนเอง หมายถึงการเปิดเผยให้ผู้อื่นรู้ถึงความรู้สึกที่ตนเองมีต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน ซึ่งการเปิดเผยตนเองมีผลดีต่อการสร้างและคงไว้ซึ่งสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (Johnson, 1997) สำหรับการเปิดเผยตัวเองผ่านเครือข่ายสังคมออนไลน์เฟซบุ๊กนั้น งานวิจัยของ Mehdizadeh (2010) พบว่าการใช้เฟซบุ๊กช่วยให้บุคคลสามารถแบ่งปันข้อมูลส่วนตัวให้กับกลุ่มเพื่อนได้รับรู้โดยมีการเปิดเผยตนเองผ่านการเขียนเล่าเกี่ยวกับตัวเอง ภาพถ่าย การเขียนโน้ต การเขียนสถานะและการอัพเดตสถานะส่วนตัว สามารถกล่าวได้ว่าบุคคลมีการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์เพื่อการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล บุคคลจึงใช้การเปิดเผยตนเองในการสร้าง พัฒนา และดำรงความสัมพันธ์และความรู้สึกใกล้ชิดของบุคคล (Altman & Taylor, 1973) ซึ่งการเปิดเผยตนเองอย่างเหมาะสมจะช่วยเพิ่มความรู้สึกทางบวกระหว่างบุคคลได้ด้วย (Wood, 1999 อ้างถึงใน วิรัญญา ชาญวิชัย, 2543) จึงนับว่าการเปิดเผยตนเองในระดับที่เหมาะสมก็เอื้อประโยชน์ต่อตัวบุคคลผู้เปิดเผยตัวเองได้

จากพฤติกรรมการเปิดเผยตนเองในเครือข่ายสังคมออนไลน์นี้เอง ทำให้มีการวิจัยถึงปัจจัยที่มีผลกับพฤติกรรมการเปิดเผยตนเองในเครือข่ายสังคมออนไลน์ งานวิจัยของ Ang และคณะ (2011) พบว่าผู้ที่มีบุคลิกภาพแบบหลงตนเองสูงจะอัพเดตสถานะบ่อยกว่า และสนุกไปกับการเปิดเผยตนเองในเครือข่ายสังคมออนไลน์ซึ่งเป็นไปได้ว่าบุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง จะมีแนวโน้มที่จะเปิดเผยตนเองในเครือข่ายสังคมออนไลน์ได้มากกว่าบุคคลทั่วไป โดยที่บุคลิกภาพภาพแบบหลงตนเอง หมายถึง การชื่นชมลักษณะพิเศษของตนเองที่สูงเกินจริง เป็นอัตมโนทัศน์ในเชิงบวกและไม่เป็นจริง (Campbell & Foster, 2007)

อย่างไรก็ตามบุคคลไม่ได้ใช้เฟซบุ๊กเพื่อการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเพียงอย่างเดียว ยังพบว่ามีการใช้เฟซบุ๊กในเปิดเผยความคิดความรู้สึก พูดคุยกันถึงเรื่องราวในชีวิตของตนเอง ทั้งด้านบวก ด้านลบ การระบายความเครียดด้วย ซึ่งเป็นมิติหนึ่งของการเปิดเผยตนเอง และยังเชื่อมโยงไปได้กับแนวคิดทางจิตวิทยาเกี่ยวกับการเผชิญปัญหาตามแนวคิดของ Lazarus และ Folkman (1984) โดยทั่วไปการเผชิญปัญหา แบ่งออกเป็น 3 แบบ ใหญ่ ๆ ได้แก่ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการปัญหา (reflective coping) หมายถึง ปฏิกิริยาตอบสนองโดยการดำเนินการแก้ไขปัญหาอย่างเป็นเหตุเป็นผล วางแผน และเผชิญปัญหาอย่างเป็นระบบ (Heppner, Cook, Wright, & Johnson, 1995) การเผชิญปัญหาแบบตอบสนองด้วยอารมณ์ (reactive coping) หมายถึง ปฏิกิริยาตอบสนองโดยอารมณ์หรือจิตใจที่ไม่เต็มที่ของแต่ละบุคคลหรือการเผชิญปัญหาที่เบี่ยงเบนไป และการเผชิญปัญหาแบบปฏิเสธ/หลีกหนี (suppressive coping) หมายถึง ปฏิกิริยาตอบสนองโดยการปฏิเสธปัญหาและหลีกเลี่ยงการเผชิญปัญหา (Heppner, Cook, Wright, & Johnson, 1995) ทั้งนี้อาจกล่าวได้ว่าการใช้เฟซบุ๊กอาจเป็นอีกวิธีการหนึ่งในรูปแบบของการเผชิญปัญหาที่บุคคลมี

จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการเปิดเผยตนเอง บุคลิกภาพแบบหลงตนเอง และ การเผชิญปัญหา ตลอดจนบริบทเกี่ยวกับเครือข่ายสังคมออนไลน์ประเภทเฟซบุ๊ก ผู้วิจัยจึงต้องการที่จะศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง บุคลิกภาพแบบหลงตนเอง (narcissism) การเผชิญปัญหา (coping) และการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก (self-disclosure on Facebook) ซึ่งประโยชน์ที่จะได้รับจากการศึกษาครั้งนี้จะทำให้เกิดความเข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง การเผชิญปัญหา ที่มีต่อความสัมพันธ์ต่อการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊กมากยิ่งขึ้น

แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. การเปิดเผยตนเอง (self-disclosure)

1.1 ความหมายของการเปิดเผยตนเอง

จากการทบทวนนิยามเกี่ยวกับการเปิดเผยตนเองจากงานวิจัยที่ผ่านมา มีนักวิจัยได้เสนอความหมายของการเปิดเผยตนเองเหมือนและแตกต่างกันออกไป โดย Jourard (1974) กล่าวว่า การเปิดเผยตนเอง หมายถึง การกระทำที่บุคคลหนึ่งสื่อสารประสบการณ์ของตนเองไปยังบุคคลอื่นผ่านคำพูดและการกระทำ ซึ่ง Derleg และ Chaikin (1975) กล่าวว่า การเปิดเผยตนเองหมายถึงการที่บุคคลยอมให้ตนเป็นที่รู้จักของผู้อื่น ส่วน Ellenson (1981) กล่าวว่า การเปิดเผยตนเองหมายถึงการทำให้ตนเป็นที่รู้จักของผู้อื่นเป็นการให้ข้อมูลส่วนตัวทั้งความคิด ความความรู้สึกความเชื่อค่านิยม และความใฝ่ฝันของตน ด้าน Hendrick (1981) กล่าวว่า การเปิดเผยตนเองหมายถึงการบอกเรื่องราวของตนเองแก่ผู้อื่นเป็นการเสนอความคิดความรู้สึกต่อผู้อื่นอย่างจริงใจโดยหวังให้ผู้อื่นมีการสื่อสารที่จริงใจตอบกลับมาด้วย ยังมี Miller (2002) กล่าวว่า การเปิดเผยตนเอง หมายถึง การที่บุคคลเปิดเผยเรื่องราวส่วนตัวหรือข้อมูลที่ลึกซึ้งเกี่ยวกับตนเองต่อผู้อื่น และ Greene, Derlege, และ Mathews (2006) กล่าวว่า การเปิดเผยตนเอง เป็นการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล โดยฝ่ายหนึ่งมีเจตนาที่จะเปิดเผยข้อมูลส่วนบุคคลให้อีกฝ่ายหนึ่งได้ทราบอย่างตั้งใจ

การเปิดเผยตนเองจึงหมายถึงการที่บุคคลแสดงออกถึงความคิดความเชื่อเจตคติและประสบการณ์ต่าง ๆ รวมถึงข้อมูลส่วนตัวให้แก่ผู้อื่นได้ทราบ โดยใช้การสื่อสารกันเพื่อสร้างความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน

1.2 ผลของการเปิดเผยตนเอง

การเปิดเผยตนเองมีประโยชน์มากหากมีการเปิดเผยที่เหมาะสม เนื่องจากการเปิดเผยตนเองเป็นการระบายความรู้สึกและอารมณ์ของบุคคลซึ่งจะทำให้บุคคลเกิดความสบายใจมากขึ้นส่งผลให้สุขภาพจิตดีขึ้น (Verderber & Verdreber, 1997)

Wood (1999) กล่าวว่า หากมีการเปิดเผยตนเองเร็วเกินไปอาจก่อให้เกิดความเสี่ยงได้ ดังนั้นบุคคลไม่ควรเปิดเผยตนเองเร็วเกินไปและจำเป็นต้องมีความไว้วางใจซึ่งกันและกันก่อน สำหรับประโยชน์

ของการเปิดเผยตนเอง ได้แก่ ช่วยเพิ่มความไว้วางใจ ความใกล้ชิด การเห็นคุณค่าในตนเอง ความปลอดภัย และความงอกงามของบุคคล

การเปิดเผยตนเองยังช่วยทำให้เกิดความเข้าใจความคิดและความรู้สึกของตนเองได้มากขึ้น และยังทำให้บุคคลรู้ว่าผู้อื่นมีความคิดเห็นหรือความรู้สึกต่อตัวบุคคลอย่างไร ผ่านการตอบกลับจากผู้อื่น โดยศึกษาจากแนวคิดของ Joseph และ Harrington (1955, อ้างถึงใน Johnson, 1977) เสนอพฤติกรรมการเปิดเผยตนเองขณะมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในส่วนเปิด (open area) คือเรื่องราวที่บุคคลรับรู้เกี่ยวกับตนเองและผู้อื่นรู้ด้วย สำหรับส่วนบอด (blind area) เป็นเรื่องราวที่ผู้อื่นรับรู้เกี่ยวกับบุคคล แต่ตัวบุคคลเองไม่รู้ ขณะที่ส่วนซ่อนเร้น (hidden area) เป็นเรื่องราวที่บุคคลอื่นไม่รู้เกี่ยวกับตัวบุคคล มีเพียงตัวบุคคลเท่านั้นที่รู้เรื่องเหล่านั้น และส่วนไม่รู้ (unknown area) เป็นเรื่องราวที่ตัวเองและบุคคลอื่นไม่รับรู้ในส่วนนี้ ทั้ง 4 ส่วนนี้เป็นอิสระต่อกัน เมื่อส่วนใดส่วนหนึ่งมีการเปลี่ยนแปลงขนาดจะส่งผลต่อขนาดของอีก 3 ส่วนด้วย ดังภาพที่ 1

	ตนเองรู้	ตนเองไม่รู้
ผู้อื่นรู้	Open/Free area เป็นส่วนที่ตนเองรู้และผู้อื่นก็รู้	Blind area เป็นส่วนที่ตนเองไม่รู้แต่ผู้อื่นรู้
ผู้อื่นไม่รู้	Hidden area เป็นส่วนที่ตนเองปิดบังไม่ให้ผู้อื่นรู้	Unknown area เป็นส่วนที่ตนเองและผู้อื่นไม่รู้

ภาพที่ 1 หน้าต่างโจฮารี (Johari's window)

Lindenfield (1989) กล่าวว่า การให้ข้อมูลเกี่ยวกับตนเองและความรู้สึกที่เกี่ยวกับตนเอง จะพัฒนาให้มีความใกล้ชิดมากขึ้นซึ่ง Sheldon (2009) พบว่า การเปิดเผยตนเองในการเล่นเฟซบุ๊กทำให้เกิดความดึงดูดทางสังคม และความเชื่อใจในความสัมพันธ์แก่ผู้ที่บุคคลนั้นมีปฏิสัมพันธ์ด้วยมาก ดังนั้นการ

เปิดเผยตนเองจึงเป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่ส่งอิทธิพลต่อการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นและอาจมีผลต่อการเล่นเฟซบุ๊กได้เช่นกัน

1.3 องค์ประกอบของการเปิดเผยตนเอง

Erving Goffman (1959, อ้างถึงใน จันทร์เพ็ญ เมฆราตรี, 2523) กล่าวว่า การเปิดเผยตนเองขึ้นอยู่กับองค์ประกอบหลายอย่าง เช่น ผลประโยชน์ที่จะได้รับ บุคคลอื่นที่เปิดเผยด้วย ความเชื่อใจ เป็นต้น ซึ่งสามารถสรุปได้ดังนี้

1. บุคลิกภาพของบุคคล (personality) บุคลิกภาพของบุคคลมีผลต่อระดับการเปิดเผยตนเอง เพราะบุคลิกภาพเป็นองค์ประกอบที่สำคัญของมนุษย์ ที่มีความซับซ้อนและแตกต่างกันไป ซึ่งส่งผลต่ออารมณ์และพฤติกรรมของบุคคล เช่น คนที่มีบุคลิกภาพแบบชอบเข้าสังคมจะมีแนวโน้มในการเปิดเผยตนเองที่ค่อนข้างสูง

2. การประเมินความเสี่ยง (risk evaluation) การเปิดเผยตนเองขึ้นอยู่กับความสัมพันธ์ของบุคคล เป็นลักษณะเดียวกับการประเมินต้นทุนกำไร บุคคลจะดำเนินความสัมพันธ์กับใครในระดับไหน ต้องคำนึงถึงผลประโยชน์ในความสัมพันธ์ที่ได้รับ หากประเมินเป็นบวกบุคคลมีแนวโน้มเปิดเผยตนเองมากขึ้นเพื่อดำเนินความสัมพันธ์ต่อไป

3. ความไว้วางใจ (trust) หากบุคคลมีความไว้วางใจผู้อื่นสูงจะมีการเปิดเผยตนเองมากกว่า แต่ถ้าบุคคลมีความไม่วางใจผู้อื่นจะไม่เปิดเผยตนเองเนื่องจากไม่มั่นใจว่าผู้อื่นรู้อย่างหรือคิดอย่างไรกับตน

4. ความสมดุลของการเปิดเผยตนเอง (balance) บุคคลเกิดการรับรู้ความรู้สึกต่อผู้อื่นและตอบสนองต่อความรู้สึกนั้นในลักษณะใกล้เคียงกัน คือหากผู้อื่นเปิดเผยตนเองอย่างจริงใจ บุคคลจะมีแนวโน้มเปิดเผยตนเองต่อผู้อื่นกลับเช่นกัน

1.4 การเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก

สำหรับในบริบทของการมีปฏิสัมพันธ์กันบนเฟซบุ๊ก การเปิดเผยตนเองคือการที่บุคคลระบุข้อมูลใด ๆ ลงไปบนไทม์ไลน์ เช่น การอัพเดตสถานะ การแสดงความคิดเห็น การกรอกประวัติโดยย่อ การลงรูปถ่ายหรือวิดีโอส่วนตัว รวมไปถึงการแบ่งปันข้อมูลต่าง ๆ ลงบนไทม์ไลน์ส่วนตัว (Park et al., 2011)

การเปิดเผยตนเองประกอบด้วยองค์ประกอบด้านปริมาณ (quantity) และคุณภาพ (quality) (Park et al., 2011) ตามแนวคิดเดิมของ Wheeless (1978) แยกองค์ประกอบของการเปิดเผยตนเองเป็น 5 มิติ ได้แก่

1. ปริมาณในการเปิดเผยตนเอง (amount of self-disclosure) หมายถึง ปริมาณและความหลากหลาย (breadth) ของข้อมูลที่บุคคลเปิดเผยตนเองต่อผู้อื่น

2. ความจริงใจในการเปิดเผยตนเอง (honesty of self-disclosure) หมายถึง การเปิดเผยตนเองตามความเป็นจริงอย่างตรงไปตรงมา ไม่มีการปิดบังข้อเท็จจริง

3. เจตนาในการเปิดเผยตนเอง (intent of self-disclosure) หมายถึง ความตั้งใจในการเปิดเผยตนเอง มีทั้งมาจากการใช้ความคิด การพิจารณา ไตร่ตรอง หรือ ความรู้สึก อารมณ์เป็นตัวทำให้เกิดการเปิดเผยตนเอง

4. ทิศทางในการเปิดเผยตนเอง (positive-negative of self-disclosure) หมายถึงลักษณะของเนื้อหาในการเปิดเผยตนเองซึ่งมีทั้งเรื่องที่ดีและเรื่องที่ไม่ดีเกี่ยวกับตนเอง

5. ความลึกซึ้งในการเปิดเผยตนเอง (depth of self-disclosure) หมายถึง ความลึกของเรื่องราวที่บุคคลเปิดเผยตนเองต่อผู้อื่น โดย Altman และ Taylor (1973) กล่าวว่า ในระยะแรกบุคคลจะเปิดเผยตนเองในหัวข้อที่หลากหลาย เช่น เรื่องการทำงาน ครอบครัว หลังจากนั้นบุคคลจะให้ข้อมูลในระดับที่ลึกซึ้งมากขึ้น เช่น การแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับเรื่องต่าง ๆ

Jourard (1971) ได้สรุปเนื้อหาในการเปิดเผยตนเองโดยจัดเป็นกลุ่มหัวข้อไว้ดังต่อไปนี้

1. เจตคติ คือ การเปิดเผยความคิดหรือความเชื่อในเรื่องต่าง ๆ เช่น ศาสนา การเมือง เป็นต้น

2. ความสนใจ คือ การเปิดเผยถึงสิ่งที่ตนให้ความสนใจ เช่น งานอดิเรก อาหาร หนังสือ เป็นต้น

3. การทำงาน คือ การเปิดเผยเกี่ยวกับเรื่องการทำงาน เช่น เพื่อนรวมงาน ความพึงพอใจในงาน ความวิตกกังวลในการทำงาน เป็นต้น

4. การเงิน คือ การเปิดเผยเกี่ยวกับเรื่องทางการเงินของบุคคล เช่น หนี้สิน รายรับ รายจ่าย เป็นต้น

5. บุคลิกภาพ คือ การเปิดเผยเกี่ยวกับลักษณะบุคลิกของตนเอง เช่น สิ่งที่ทำให้มีความสุข โกรธ เกลียด รัก กังวล เศร้า กลัว เป็นต้น

6. ร่างกาย คือ การเปิดเผยเกี่ยวกับสุขภาพร่างกายเช่น สมรรถภาพร่างกาย การเจ็บป่วย เป็นต้น

จากแนวคิดที่กล่าวไว้ข้างต้น จึงสรุปได้ว่าการเปิดเผยตนเองมีความน่าสนใจในการศึกษาการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลบนเครือข่ายสังคมออนไลน์ที่กำลังได้รับความนิยมเพิ่มขึ้นโดยเฉพาะเฟซบุ๊ก เพราะการเปิดเผยตนเองเป็นหนึ่งในกระบวนการสร้างสัมพันธภาพนอกจากนี้การเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊กอาจเป็นวิธีการเผชิญปัญหารูปแบบหนึ่ง เนื่องจากเราสามารถเปิดเผยความรู้สึก พูดคุยกันถึงเรื่องราวในชีวิตของตนเองหรือระบายความเครียดกับบุคคลอื่นได้บนเฟซบุ๊ก

2. การเผชิญปัญหา (coping)

2.1 ความหมายของการเผชิญปัญหา

นักวิชาการหลายท่านได้ให้ทัศนะเกี่ยวกับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาไว้ต่าง ๆ กัน โดย Lazarus และ Folkman (1984) กล่าวว่า การเผชิญปัญหา หมายถึง ความพยายามทางปัญญา และพฤติกรรมที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างไม่หยุดยั้ง เพื่อจะจัดการกับปัญหาหรือข้อเรียกร้องทั้งจากภายนอกและภายในตนเองที่บุคคล ประเมินว่าถูกคุกคาม หรือเกินกว่าความสามารถที่ตนจะรับได้ส่วน Kleinke (1990 อ้างถึงใน ขวัญเรือน อัศดรศักดิ์, 2543) ให้คำจำกัดความของการเผชิญปัญหาว่า คือ ความมานะพยายามที่จะกระทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดเพื่อจัดการกับสถานการณ์ที่เป็นอันตรายหรือสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด ด้าน Boyd และ Johnson (1981 อ้างถึงใน นริศร์ ปรารมย์, 2539) ได้ให้ความหมายเกี่ยวกับการเผชิญปัญหาไว้ว่า หมายถึง พฤติกรรมที่เกิดขึ้นโดยอาศัยการเรียนรู้ จากสิ่งแวดล้อมและประสบการณ์ในอดีตโดยบุคคลเลือกสิ่งที่ได้เรียนรู้นั้นมาใช้จัดการกับสถานการณ์ที่เป็นปัญหาเพื่อทำให้ความขัดแย้งนั้นหมดไป บุคคลแต่ละคนจะมีวิธีการเผชิญปัญหาที่แตกต่างกัน เช่น การต่อสู้ การหลบหลีก การปฏิเสธ เพื่อช่วยลดความทุกข์ใจที่เกิดขึ้น ส่วนสิ่งที่สำคัญที่บุคคลจะพิจารณาก่อนจะเลือกใช้วิธีการเผชิญปัญหาแบบใดแบบหนึ่งนั่นคืออะไรเป็นสาเหตุที่มาของปัญหา และอะไรคือผลที่เกิดขึ้นตามมาหลังจากแสดงพฤติกรรมนั้นแล้ว และเขาจะเลือกใช้วิธีการเผชิญปัญหาที่คิดว่าเป็นประโยชน์ต่อตัวเขาเองมากที่สุด และ อุษา เชาวลิต (2540) สรุปความหมายของการเผชิญปัญหาจากนักคิดหลายท่านไว้ว่า การเผชิญปัญหา หมายถึง การที่บุคคลมีการ

พลิกแพลงความรู้ ความเข้าใจ และพฤติกรรมที่จะเป็นประโยชน์ในการควบคุมหรือบรรเทาความเครียดที่กำลังเผชิญอยู่ ทำให้บุคคลมีความพร้อมที่จะทนต่อปัญหาความยุ่งยากของชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไป

จากการทบทวนวรรณกรรมที่ผ่านมากล่าวโดยสรุปได้ว่าการเผชิญปัญหา หมายถึง ความพยายามของบุคคลที่จะเปลี่ยนแปลงความคิดและพฤติกรรมอยู่เสมอ เพื่อจัดการกับปัญหา หรือสิ่งที่มาคุกคามต่อชีวิตความเป็นอยู่ของบุคคล โดยการแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ เพื่อทำให้ความเครียด หรือสิ่งที่คุกคามนั้นคลี่คลายไปในทางที่ดีขึ้น

2.2 วิธีการเผชิญปัญหา

Moos และ Billings (1982 อ้างถึงใน เติมศักดิ์ คทวณิช, 2540) กล่าวว่า ความคิดเป็นปัจจัยสำคัญในการเลือกใช้วิธีเผชิญปัญหา และการเลือกใช้วิธีเผชิญปัญหาขึ้นอยู่กับปัจจัยด้านตัวบุคคลและปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม ตลอดทั้งสถานการณ์ที่เกี่ยวข้องโดยได้จำแนกการเผชิญปัญหาออกเป็น 3 กลุ่มคือ

1. การเผชิญปัญหาที่มุ่งเน้นการประเมินสถานการณ์ที่เกี่ยวข้อง ประกอบด้วยวิธี 3 วิธี ได้แก่

1.1 การวิเคราะห์อย่างมี

1.2 การปรับเปลี่ยนความคิด ได้แก่ การคิดทบทวน และ การพิจารณาข้อดีข้อเสียของสถานการณ์

1.3 การหลีกหนีหรือหลีกเลี่ยงที่จะเผชิญความคิดได้แก่การปฏิเสธความจริงพยายามลืมสถานการณ์ทั้งหมดและฝันกลางวันถึงสิ่งที่พอใจ

2. การเผชิญปัญหาที่มุ่งเน้นการแก้ปัญหา ประกอบด้วยวิธี 3 วิธี ได้แก่

2.1 การแสวงหาข้อมูลหรือคำแนะนำ

2.2 การลงมือแก้ปัญหาได้แก่การพิจารณาหาทางเลือกที่เหมาะสมในการแก้ปัญหาพิจารณาข้อดีข้อเสียในการดำเนินการเกี่ยวกับสถานการณ์ที่เป็นปัญหานั้น ๆ

2.3 การพัฒนาวิถีทางที่เหมาะสมในการแก้ปัญหาเป็นการเปลี่ยนแปลงการกระทำของตนเองและสร้างสรรค์สิ่งใหม่ ๆ ที่ดีให้กับตนเองได้แก่การสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลในสังคมการพัฒนาเอกลักษณ์และความเป็นอิสระของตนเองตลอดทั้งการแสวงหาสิ่งทดแทน

3. การเผชิญปัญหาที่มุ่งเน้นการลดอารมณ์ที่เป็นปัญหา ประกอบด้วยวิธี 3 วิธี ได้แก่

3.1 การควบคุมอารมณ์ต่าง ๆ

3.2 การทำจิตใจให้สงบไม่ทุรนทุรายยอมรับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น

3.3 การระบายอารมณ์ซึ่งแสดงออกมาทางคำพูดหรือการกระทำ

นอกจาก Moos และ Billings (1982) ที่จำแนกรูปแบบการเผชิญปัญหาเป็น 3 วิธีแล้ว ยังมี Lazarus และ Folkman (1984) ที่จำแนกวิธีการเผชิญปัญหาในอีกรูปแบบหนึ่ง โดยจำแนกเป็น 2 วิธี ได้แก่

1. วิธีการเผชิญปัญหาที่มุ่งแก้ปัญหา (problem-focused coping) เป็นวิธีการเผชิญปัญหาที่พยายามจัดการกับสิ่งที่มากระตุ้นให้เกิดความตึงเครียด หรือความกดดันทางอารมณ์โดยตรง เป็นการใช้กระบวนการแก้ปัญหาในการตัดสินใจเลือกวิธีการที่จะจัดการกับปัญหา หรือสถานการณ์ โดยมุ่งที่ต้นเหตุของปัญหา เช่น การค้นหารายละเอียดเพิ่มเติมของปัญหานั้น พยายามทุกวิถีทาง ที่จะจัดการกับปัญหานั้น

2. วิธีการเผชิญปัญหาที่มุ่งปรับอารมณ์ (emotional-focused coping) เป็นวิธีการที่ บุคคลแสดงออกเพื่อลดความกดดัน โดยการจัดการกับอารมณ์ที่เกิดขึ้นในสถานการณ์มากกว่าการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ตนเอง หรือเปลี่ยนแปลงสถานการณ์ เช่น การร้องไห้ การออกกำลังกาย การดื่มสุรา การหัวเราะ เป็นต้น

Carver, Scheier, และ Weintraub (1989 อ้างถึงใน รัชดา ไชยโยธา 2543) ได้รวบรวมรูปแบบของวิธีการเผชิญปัญหาโดยใช้ทฤษฎีพื้นฐานของ Lazarus และ Folkman (1984) ทั้งหมด 13 รูปแบบ ได้แก่

1. การลงมือกระทำการเผชิญปัญหา เป็นกระบวนการในการลงมือแก้ปัญหาเพื่อ ขจัด หรือกำจัดสิ่งที่ก่อให้เกิดความเครียด รวมถึงการลงมือปฏิบัติโดยตรง มีความพยายามในการเผชิญปัญหามากขึ้น การรวบรวมกำลังความสามารถที่ตนมีอยู่ปรับปรุงตนเองและพยายามเผชิญปัญหาตามขั้นตอน

2. การวางแผน เป็นการคิดหาวิธีการในการเผชิญปัญหากับสิ่งที่ทำให้เกิดปัญหา รวมถึงการหากลวิธีในการเผชิญปัญหา การหาข้อมูลเพิ่มเติม การคิดพิจารณาใคร่ครวญถึงขั้นตอน ในการแก้ปัญหาและหาวิธีการที่จะจัดการกับปัญหาให้ได้อย่างดีที่สุด

3. การระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง บุคคลจำเป็นต้องระงับสิ่งที่มาเกี่ยวข้อง หรือวิถีทางที่มารบกวนความใส่ใจในการเผชิญปัญหา จึงเป็นการระงับความสนใจอื่นที่เข้ามาเกี่ยวข้อง ทำให้ใส่ใจที่จะเผชิญปัญหาอย่างเต็มที่

4. การชะลอการเผชิญปัญหา บางครั้งเป็นวิธีการที่จำเป็นในการตอบสนองต่อปัญหา เป็นการรอโอกาสเหมาะที่สามารถใช้วิธีการเผชิญปัญหากับสิ่งที่ทำให้เกิดความเครียดได้ ไม่ลงมือทำเมื่อยังไม่ถึงเวลา โดยพิจารณาจนแน่ใจว่าไม่ส่งผลร้ายในสถานการณ์นั้น พยายามควบคุมตนเองไม่ให้ทำอะไรเร็วเกินไป

5. การค้นหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อการขอความช่วยเหลือ เป็นความต้องการการช่วยเหลือ ต้องการข้อมูลรายละเอียดเกี่ยวกับปัญหา หรือสถานการณ์นั้น ต้องการคำแนะนำจากบุคคลอื่น

6. การค้นหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อได้รับกำลังใจ สำหรับบุคคลที่รู้สึกว่าตนเองไม่ปลอดภัยจากสถานการณ์ที่เป็นปัญหา มีความต้องการกำลังใจ ความเห็นอกเห็นใจ และความเข้าใจจากบุคคลอื่น ในแง่ทฤษฎีจัดเป็นการเผชิญปัญหาที่มุ่งเน้นทางด้านอารมณ์ แต่ในทางปฏิบัติและสิ่งที่เกิดขึ้นจริง มักเกิดขึ้นควบคู่กันกับการค้นหาการสนับสนุนทางอารมณ์เพื่อการหา ความช่วยเหลือ ซึ่งจัดเป็นการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นทางด้านอารมณ์ นำไปสู่การแก้ปัญหาที่เหมาะสม แต่ถ้าบุคคลใช้วิธีนี้เพียงเพื่อระบายความรู้สึกไม่พยายามแก้ปัญหา วิธีดังกล่าวไม่ช่วยแก้ปัญหา

7. การตีความหมายใหม่ในทางบวกและสร้างสรรค์ เป็นการจัดการกับความกดดันทางอารมณ์มากกว่าเป็นการเผชิญกับสถานการณ์ที่ทำให้เกิดปัญหา โดยการมองสถานการณ์ที่ทำให้เกิดปัญหาในทางที่ดีด้วยการทำให้สถานการณ์นั้นดีที่สุด วิธีการนี้สามารถนำบุคคลให้มุ่งสู่การลงมือแก้ปัญหาโดยตรง

8. การพึ่งศาสนา ศาสนาเป็นแหล่งช่วยเหลือทางด้านอารมณ์ ในขณะที่เผชิญกับสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดปัญหา การใช้วิธีการทางศาสนา เช่น การสวดมนต์ การนั่งสมาธิ เมื่อมีปัญหาบุคคลจะหันไปพึ่งศาสนาด้วยเหตุผลต่าง ๆ กัน บางคนอาจใช้เป็นที่พึ่งทางใจ บางคนอาจใช้เป็นหนทางนำไปสู่การตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโต หรือใช้เป็นกลวิธีในการลงมือกระทำ

9. การยอมรับ เป็นการยอมรับความเป็นจริงตามสถานการณ์ที่เกิด ซึ่งการยอมรับความจริงที่เกิดขึ้นเป็นสิ่งที่บอกให้ทราบว่า บุคคลนั้นพร้อมที่จะเผชิญกับสถานการณ์นั้น

10. การปฏิเสธ เป็นการปฏิเสธต่อสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียด ปฏิเสธความ จริงที่เกิดขึ้น และไม่สนใจต่อเหตุการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียด

11. การระบายออกทางอารมณ์ เป็นการเน้นที่ความเครียดและการระบายออกทางอารมณ์ ด้วยการเพิ่มความตระหนักต่อความกดดันทางอารมณ์ และการระบายความรู้สึกเหล่านั้นออกไป ถ้าใช้อย่างต่อเนื่องยาวนาน บุคคลจะหมกมุ่นกับความซึมเศร้าไม่ก้าวหน้าไปสู่การหาทาง แก้ปัญหาโดยตรง ถ้าการใช้การระบายออกทางอารมณ์ เป็นช่วงที่ทำใจกับการสูญเสียแล้วหันมาพิจารณาแก้ปัญหาก็ช่วยในการเผชิญปัญหาได้

12. การไม่แสดงออกทางพฤติกรรม เป็นการลดความพยายามของบุคคลในการเผชิญกับสิ่งที่ทำให้เกิดความเครียด รวมถึงการละทิ้งความพยายามที่จะดำเนินไปสู่เป้าหมาย เป็นพฤติกรรมที่แสดงถึงการช่วยตนเองไม่ได้ มักเกิดกับบุคคลที่คาดหวังว่าตนจะสูญเสียไม่มีทางชนะอุปสรรคได้

13.การไม่เกี่ยวข้องทางความคิด เป็นวิธีการที่ลดความกดดันทางอารมณ์ โดยการไม่คิดถึงวิธีการที่จะเผชิญกับสิ่งที่ทำให้เกิดความเครียด ไม่คิดถึงเป้าหมายที่มีอุปสรรคขัดขวาง การหนีจากปัญหาวิธีการอื่นใช้กิจกรรมอื่นเพื่อที่จะไม่คิดถึงปัญหา รวมถึงการฝันกลางวันการนอน การหมกมุ่นอยู่กับการชมโทรทัศน์ เป็นต้น การใช้กิจกรรมเหล่านี้ส่วนใหญ่ขัดขวางการแก้ปัญหาที่เป็นประโยชน์

นอกจากนี้ Carver, Scheier, และ Weintraub (1989 อ้างถึงใน รัชดา ไชยโยธา, 2543) พบว่ารูปแบบวิธีการเผชิญปัญหาทั้งหมด 13 แบบ สามารถจัดแบ่งวิธีการเผชิญปัญหาได้เป็น 3 กลุ่ม ได้แก่

กลุ่มแรกการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นการแก้ปัญหา ได้แก่ การลงมือทำการแก้ปัญหา กาวางแผนการระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง การชะลอการเผชิญปัญหา การค้นหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อหาสิ่งช่วยเหลือ

กลุ่มที่สองการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นทางด้านอารมณ์ได้แก่ การค้นหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อได้รับกำลังใจ การตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโต การพึ่งศาสนา การยอมรับ การปฏิเสธ

กลุ่มที่สาม การเผชิญปัญหาในรูปแบบอื่น ๆ ได้แก่ การระบายออกทางอารมณ์ การไม่แสดงออกทางพฤติกรรม การไม่เกี่ยวข้องทางความคิด

จะเห็นได้ว่าในชีวิตประจำวัน บุคคลนำเอารูปแบบของพฤติกรรมการเผชิญปัญหา ทั้งสองรูปแบบมาใช้ร่วมกันเสมอ หรืออาจใช้สลับกันได้ แต่ถ้าบุคคลมุ่งแก้ไขในการปรับอารมณ์ และใช้กลไกป้องกันทางจิตบ่อย ๆ มุ่งจัดการกับอารมณ์ และความรู้สึกที่ตึงเครียดเพียงอย่างเดียว โดยมิได้มุ่งแก้ไขปัญหา จะทำให้ปรับตัวได้ยากกว่าบุคคลที่ใช้รูปแบบการเผชิญปัญหาที่มุ่งแก้ไขปัญหา ดังนั้นการเผชิญปัญหาที่มุ่งปรับอารมณ์และการเผชิญปัญหาที่มุ่งแก้ไขปัญหา จึงควรดำเนินควบคู่กันไปอย่างเหมาะสม

สุภาพรรณ โคตรจรัส ณัฐสุดา เต้พันธ์ และ พงศ์มนัส บุศยประทีป (2555) ได้รวบรวมพฤติกรรมการเผชิญปัญหาทั้งหมด 23 กลุ่มพฤติกรรม แล้วนำมาวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ ผลการวิเคราะห์สามารถจัดกลุ่มการเผชิญปัญหาออกเป็น 5 รูปแบบ ดังนี้

1. การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา (problem engagement) หมายถึงการแสดงพฤติกรรม ความคิด และอารมณ์ที่มุ่งจัดการกับปัญหา

2. การเผชิญปัญหาแบบหลีกหนี (avoidance) หมายถึง การแสดงพฤติกรรม และ ความคิดที่เลี่ยงออกจากการจัดการกับปัญหา

3. การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนการช่วยเหลือ (support seeking) หมายถึง การแสวงหาความช่วยเหลือจากแหล่งต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นบุคคลหรือศาสนา เพื่อการแก้ไขปัญหาและกำลังใจ

4. การเผชิญปัญหาแบบจมดิ่งกับอารมณ์ (emotional submission) หมายถึง การถูกครอบงำโดยอารมณ์อันเนื่องมาจากปัญหา แสดงออกมาโดยความหมกมุ่นกับปัญหา ความวิตกกังวล การตำหนิตนเอง การระเบิดอารมณ์จนกระทั่งการไม่สามารถคิดหรือลงมือแก้ไขปัญหาได้

5. การเผชิญปัญหาแบบตั้งสติจัดการกับปัญหา (mindful planning) หมายถึงการเตรียมการในการจัดการกับปัญหาด้วยการตัดสิ่งรบกวน การวางแผน จัดการสิ่งต่าง ๆ ให้เอื้อกับการแก้ปัญหาและรอคอยจังหวะที่เหมาะสมในการจัดการปัญหา

จากแนวคิดการเผชิญปัญหาพบว่าบุคคลแต่ละบุคคลมีรูปแบบการเผชิญปัญหาที่แตกต่างกัน โดยบางรูปแบบอาจส่งผลให้มีการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊กบางรูปแบบอาจจะไม่ส่งผล ซึ่งปัจจัยอีกตัวที่ผู้วิจัยให้ความสนใจในการศึกษาเรื่องการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊กคือบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง เป็นอีกหนึ่งปัจจัยภายในตัวบุคคลเช่นเดียวกันกับการเผชิญปัญหารูปแบบต่าง ๆ ซึ่งอาจส่งผลให้มีการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊กเพิ่มมากขึ้นได้

3. **บุคลิกภาพแบบหลงตนเอง** (narcissistic personality)

ความหมายของบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง

Raskin และ Terry (1988) ได้ให้แนวคิดเรื่องความหลงตนเอง ว่าถูกพัฒนามาจากความผิดปกติทางบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง (narcissistic personality disorder) และต่อมาถูกนำมาประยุกต์ใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นประชากรปกติความหลงตนเองถูกจัดประเภทเป็นตัวแปรต่อเนื่อง (continuous variable)

ในอดีตการศึกษาเกี่ยวกับความหลงตนเองจัดอยู่ในลักษณะบุคลิกภาพแบบผิดปกติ (narcissistic personality disorder) ต่อมา Raskin และ Hall (1979 อ้างถึงใน Raskin & Terry,1988) ได้พัฒนาแบบวัดบุคลิกภาพแบบหลงตนเองเพื่อใช้ศึกษาความหลงตนเองในลักษณะของบุคลิกภาพแบบปกติ โดยดัดแปลงมาจากลักษณะบุคลิกภาพแบบหลงตนเองที่ปรากฏในคู่มือการวินิจฉัยและสถิติของความผิดปกติทางจิต พิมพ์ครั้งที่ 3 (diagnostic and statistical manual of mental disorder (3 rd edition)) หรือ DSM-III และคู่มือการวินิจฉัยและสถิติของความผิดปกติทางจิต พิมพ์ครั้งที่ 4 (diagnostic and statistical manual of mental disorder (4 th edition)) หรือ DSM-IV ซึ่งได้นิยามความหลงตนเองไว้ดังนี้

บุคลิกภาพแบบหลงตนเองตามคู่มือการวินิจฉัยและสถิติของความผิดปกติทางจิตพิมพ์ครั้งที่ 3 (DSM-III) มีลักษณะดังนี้

1. มักคิดว่าตนเองยิ่งใหญ่มีความสำคัญ เป็นคนพิเศษและโดดเด่นกว่าคนอื่น

2.มักหมกมุ่นอยู่กับความเพ้อฝันเกี่ยวกับอำนาจ ความสำเร็จ ความฉลาด ความสวยงาม และความรักในอุดมคติอย่างไม่มีที่สิ้นสุด

3.ชอบให้ตนเป็นจุดสนใจของผู้อื่น และต้องการเป็นที่ชื่นชม

4.เพิกเฉยต่อคำวิพากษ์วิจารณ์ หรือรู้สึกอับอายอย่างมากเมื่อได้รับคำวิพากษ์วิจารณ์

5. มีความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลไม่ราบรื่น ดังต่อไปนี้อย่างน้อย 2 ข้อ

5.1 คิดว่าตนสมควรได้มากกว่าที่เป็นอยู่ คาดหวังว่าตนเองจะเป็นที่รักของทุกคน

5.2 แสวงหาผลประโยชน์จากผู้อื่น เอาเปรียบผู้อื่นเพื่อบรรลุความปรารถนาส่วนตน

5.3 รู้สึกว่าตนมีความสัมพันธ์กับผู้อื่นแบบเป็นอุดมคติและเกินจริง

5.4 ขาดความเห็นอกเห็นใจไม่ใส่ใจต่อความรู้สึกของผู้อื่น

ต่อมาคู่มือการวินิจฉัยและสถิติของความผิดปกติทางจิตฉบับที่ 4 (DSM-IV) ของสมาคมจิตแพทย์สหรัฐอเมริกาได้กล่าวถึงบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง (narcissism) ว่าเป็นการรับรู้ว่าตนยิ่งใหญ่ ต้องการการชื่นชมจากผู้อื่นและขาดความเห็นอกเห็นใจ ซึ่งเริ่มเป็นตั้งแต่วัยผู้ใหญ่ตอนต้นและพบได้ในสภาพแวดล้อมที่หลากหลาย โดยผู้ที่มีบุคลิกภาพแบบหลงตนเองจะมีลักษณะดังต่อไปนี้5 ข้อขึ้นไป

1. มีความรู้สึกถึงความสำคัญของตนเองอย่างเกินจริง (ความรู้สึกอย่างเกินจริงในเรื่องของความสำเร็จพรสวรรค์มีความคาดหวังที่จะจดจำว่าตนเองมีความเหนือกว่าผู้อื่นโดยไม่ได้เปรียบเทียบความสำเร็จจากเกณฑ์เดียวกัน)

2. หมกมุ่นเกี่ยวกับความเพ้อฝันอย่างไม่มีขอบเขตในเรื่องของการประสบความสำเร็จอำนาจความรุ่งโรจน์ความงามหรือความรักในอุดมคติ

3.มีความเชื่อว่าตนเป็นคนพิเศษและสามารถเข้าใจหรือควรจะมีความเกี่ยวข้องกับบุคคลอื่นที่พิเศษหรือคนหรือสถาบันที่มีสถานภาพสูง

4.มีความต้องการการชื่นชมจากผู้อื่นมากกว่าปกติ

5.มีความเชื่อว่าตนสมควรได้รับมากกว่าสิ่งที่มีอยู่และต้องการมากกว่าผู้อื่น

6.มีความเห็นแก่ตัวและมุ่งจะเอาเปรียบผู้อื่นเพื่อที่จะให้ตัวเองประสบความสำเร็จ

7. ขาดอารมณ์ร่วม

8. มักอิจฉาผู้อื่นและคิดว่าผู้อื่นก็กำลังอิจฉาตนเอง

9. แสดงความหยิ่งยโสอวดดีสนับสนุนหรือมีพฤติกรรมหรือมีเจตคติที่ดูหมิ่นผู้อื่น

Freud (1914 อ้างถึงใน กันยารัตน์ สอาดเย็น, 2549) ได้เสนอทฤษฎีเกี่ยวกับบุคลิกภาพแบบหลงตนเองว่าเกิดจากสัญชาตญาณทางเพศและอิทธิพลของแม่ โดยแบ่งคนออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่

1. บุคคลประเภทที่มีความผูกพันกับผู้อื่น (anaclitic type individuals) บุคคลประเภทนี้จะแสดงความรักต่อผู้อื่น ไม่ว่าจะเป็นพ่อแม่ เพื่อน ครอบครัว และคู่สมรส

2. บุคคลประเภทที่มีบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง (narcissistic type individuals) บุคคลประเภทนี้จะแสดงความรักต่อตนเอง เป็นบุคคลที่มุ่งตนเองและไม่มีความผูกพันกับผู้อื่น

Campbell (1999) ได้ให้นิยามเกี่ยวกับคนที่มีบุคลิกภาพแบบหลงตนเองว่าเป็นบุคคลที่ให้ความสำคัญกับอัตมโนทัศน์ของตนเอง (self-concept) จนเกินขอบเขต ชอบให้คนอื่นดูแลเอาใจใส่ แต่ไม่สนใจกับความรู้สึกหรือความคิดเห็นของคนอื่น มีความต้องการการชื่นชม จากผู้อื่นอย่างมาก และขาดการมีอารมณ์ร่วมต่อ

บุคลิกภาพแบบหลงตนเองโดยลักษณะทั่วไปมีแนวโน้มที่จะพิจารณาตนเองตนเองดีกว่าคนอื่น แสวงหาความเลื่อมใสจากผู้อื่นอย่างต่อเนื่อง และมีการยึดตนเองเป็นศูนย์กลางในด้านความคิดและพฤติกรรม (Panek, Nardis, & Konrath, 2013)

Raskin และ Terry (1988) ได้วิเคราะห์องค์ประกอบ (factor analysis) ของเครื่องมือวัดบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง (narcissistic personality inventory หรือ NPI) พบว่าองค์ประกอบของบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง ได้แก่ การแสวงหาอำนาจ การเป็นจุดสนใจ ความต้องการเป็นบุคคลพิเศษหรืออยู่เหนือผู้อื่น ความต้องการได้รับสิ่งต่าง ๆ มากกว่าที่ควรจะเป็น การฉกฉวยผลประโยชน์จากผู้อื่น ความเพียงพอในตนเอง และความทะนงตน

พรสวรรค์ ตันโชติศรีนนท์ (2547) ได้ให้นิยามของลักษณะผู้ที่มีบุคลิกภาพแบบหลงตนเองว่าเป็นลักษณะบุคลิกภาพของบุคคลที่ให้ความสำคัญกับตนเองจนเกิดนความเป็นจริง หมกมุ่นกับความเพ้อฝันในเรื่องของอำนาจ ความรุ่งเรือง ความรักในอุดม มักเชื่อว่าตนเองเป็นคนพิเศษดังนั้นจะเข้าไปเกี่ยวข้องกับคนพิเศษหรือคนที่มีสถานภาพสูงเท่านั้น และต้องการได้รับการชื่นชมจากบุคคลอื่น มีความเชื่อว่าตนสมควรได้รับสิ่งดี ๆ มากกว่าผู้อื่น มีความเห็นแก่ตัวและมุ่งเอารัดเอาเปรียบผู้อื่น เขามักอิจฉาผู้อื่นและคิดว่าตนเองกำลังถูกอิจฉา และยังชอบวางตัวอยู่เหนือผู้อื่นอีกด้วย

สรุปได้ว่าผู้ที่มีบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง คือ ผู้ที่มีการแสวงหาอำนาจสูง ต้องการเป็นจุดสนใจของผู้อื่น ต้องการอยู่เหนือผู้อื่น ต้องการได้รับสิ่งต่าง ๆ มากกว่าที่ตนเองสมควรได้รับ และพร้อมจะฉกฉวยผลประโยชน์ของผู้อื่นอยู่เสมอ อย่างไรก็ตามก็เป็นผู้ที่ความเพียงพอในตนเองและทะนงในตนเอง ซึ่งลักษณะทั้งหมดแสดงให้เห็นถึงความมุ่งตนและเห็นแก่ประโยชน์ส่วนตนอย่างชัดเจน

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

Panek, Nardisa, และ Konrath (2013) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบหลงตนเองกับความถี่ในการเปิดเผยตนเองในเฟซบุ๊กในนักศึกษาจำนวน 684 คน โดยการตอบแบบสอบถามออนไลน์ พบว่าบุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบหลงตนเองสามารถทำนายการตั้งสถานะบนเฟซบุ๊กได้ นอกจากนี้เขายังได้ทำการทดลองเดิมกับผู้ใหญ่ที่มีอายุเฉลี่ยที่35ปี พบว่ามีความสัมพันธ์ทางบวกระหว่างความถี่ในการตั้งสถานะบนเฟซบุ๊กกับระดับของบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง

Ong, Ang, Ho, Lim, Goh, Lee, และ Chua (2011) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างระดับบุคลิกภาพแบบหลงตนเองกับความถี่ในการเปิดเผยตนเองในเฟซบุ๊กในนักศึกษาจำนวน 163 คน โดยการตอบแบบสอบถามพบว่า ความเข้มข้นของบุคลิกภาพแบบหลงตนเองมีผลต่อความถี่ในการตั้งสถานะบนเฟซบุ๊ก กล่าวคือบุคคลที่รายงานว่ามีบุคลิกภาพแบบหลงตนเองในระดับสูงจะมีความถี่ในการตั้งสถานะบนเฟซบุ๊กมากกว่าบุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบหลงตนเองต่ำ

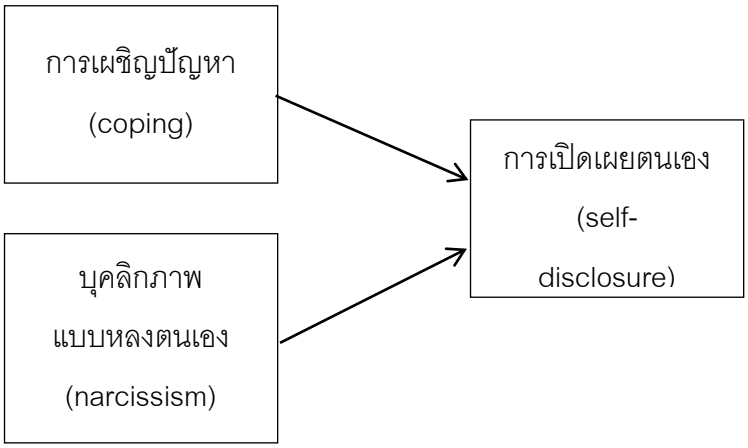
Christopher (2011) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านการเป็นจุดสนใจ (grandiose exhibitionism) ที่มีความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการใช้เฟซบุ๊กในนักศึกษาจำนวน492 คน โดยการตอบแบบสอบถามออนไลน์พบว่า บุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านการเป็นจุดสนใจมีความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการใช้เฟซบุ๊กในด้านของการนำเสนอตัวเองต่อผู้ชมขนาดใหญ่ผ่านการตั้งสถานะ การโพสต์รูปตัวเองและการมีเพื่อนในเฟซบุ๊กจำนวนมาก

ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Morf และ Rhodewalt (2001) ที่กล่าวไว้ว่าคุณสมบัติต่าง ๆ ของเครือข่ายสังคมออนไลน์เปรียบเสมือนเป็นเครื่องมือในอุดมคติที่เหมาะสำหรับการบรรลุเป้าหมายของบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง เครือข่ายสังคมออนไลน์ทำให้ผู้ใช้สามารถควบคุมการนำเสนอตนเองอย่างสมบูรณ์แบบ ในการนำเสนอข้อมูลของตนเพื่อตอบสนองยุทธศาสตร์ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในการรักษาภาพลักษณ์ของตน กล่าวคือบุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบหลงตนเองนั้นจะใช้เฟซบุ๊กเป็นเครื่องมือในการเติมเต็มความต้องการทางจิตใจที่แตกต่างไปนั้นเอง

และยังสอดคล้องกับแนวคิดของ Wallace และ Baumeister (2002) ที่กล่าวว่า บุคลิกภาพแบบหลงตนเองมีความคาดหวังในตนเองสูงกว่าปกติ นอกจากนี้บุคลิกภาพแบบหลงตนเองมีความเกี่ยวข้องกับการใช้ปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเป็นวิธีการในการการเสริมสร้างหรือสนับสนุนตนเองอีกด้วย

Sabine (2013) ได้การศึกษาระยะยาวตั้งแต่ปี 2009 ถึง 2013 เกี่ยวกับความเป็นส่วนตัว (privacy) การเปิดเผยตนเอง (self-disclosure) การสนับสนุนทางสังคม (social support) และ การใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ (social network site use) พบว่าการได้รับการสนับสนุนทางสังคมของบุคคลส่งผลต่อการเปิดเผยของบุคคลบนเครือข่ายสังคมออนไลน์ โดยทำการศึกษาจากผู้เข้าร่วมวิจัยจำนวน 327 คน โดยการให้ตอบแบบวัดความถี่ของการได้รับการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจกับการได้รับการสนับสนุนทางสังคม (UCLA social support) ฉบับย่อของ Schwarzer (1991) พบว่าบุคคลที่ได้รับการสนับสนุนจากสังคมจะมีความพึงพอใจต่อการสนับสนุนที่ตนได้รับ มีความต้องการในด้านการรักษาความลับน้อยกว่า มีการตอบสนองเชิงบวกทางอารมณ์ และเปิดเผยตนเองมากขึ้นในชีวิตจริง นอกจากนี้ผู้ที่มีความพึงพอใจกับการได้รับการสนับสนุนทางสังคมจะมีความพึงพอใจในชีวิตมากกว่าอีกด้วย

จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการเผชิญปัญหา บุคลิกภาพแบบหลงตนเอง และการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก คณะผู้วิจัยได้พัฒนากรอบแนวคิดของงานวิจัยครั้งนี้ดังภาพที่ 2



ภาพที่ 2 กรอบแนวคิดการวิจัย

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบหลงตนเองกับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเผชิญปัญหากับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก
3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบหลงตนเองและการเผชิญปัญหากับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก

ขอบเขตการวิจัย

การศึกษาการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (survey research) โดยผู้วิจัยกำหนดขอบเขตการศึกษาเป็นนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรีจำนวน 300 คน แบ่งออกเป็นเพศหญิงจำนวน 94 คน คิดเป็นร้อยละ 31 และเพศชายจำนวน 206 คน คิดเป็นร้อยละ 69 โดยมีอายุเฉลี่ยอยู่ที่ 20.5 ปี

ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

1.ตัวแปรอิสระ ได้แก่บุคลิกภาพแบบหลงตนเองและการเผชิญปัญหา ซึ่งจำแนกเป็น การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาการเผชิญปัญหาแบบหลีกหนีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนการช่วยเหลือการเผชิญปัญหาแบบจมดิ่งกับอารมณ์และการเผชิญปัญหาแบบตั้งสติจัดการกับปัญหา

2. ตัวแปรตาม ได้แก่ การเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก

สมมติฐานการวิจัย

1. บุคลิกภาพแบบหลงตนเองมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับการเปิดเผยตนเองบนฟซบุ๊ก

2. รูปแบบการเผชิญปัญหามีสหสัมพันธ์ทางบวกกับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก

3. บุคลิกภาพแบบหลงตนเองและการเผชิญปัญหาสามารถร่วมกันทำนายการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

1. บุคลิกภาพแบบหลงตนเอง (narcissism) คือ ผู้ที่มีการแสวงหาอำนาจสูง ต้องการเป็นจุดสนใจของผู้อื่น ต้องการอยู่เหนือผู้อื่น ต้องการได้รับสิ่งต่าง ๆ มากกว่าที่ตนเองสมควรได้รับ และพร้อมจะฉกฉวยผลประโยชน์ของผู้อื่นอยู่เสมอ อย่างไรก็ตามก็เป็นผู้ที่ความเพียงพอในตนเองและทะนงในตนเอง ซึ่งลักษณะทั้งหมดแสดงให้เห็นถึงความมุ่งตนและเห็นแก่ประโยชน์ส่วนตนอย่างชัดเจน ในการวิจัยครั้งนี้ วัดจากคะแนนที่ได้จากการตอบมาตรวัดบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง มี 8 องค์ประกอบ ได้แก่ ด้านอำนาจ ด้านความเหนือกว่า ด้านความสามารถในการพึ่งตนเอง ด้านการแสวงหาผลประโยชน์ ด้านการสมควรได้มากกว่าที่เป็นอยู่ ด้านการแสดงออก ด้านทะนงตน และ ด้านหวั่นไหวมากกว่าปกติ

2. การเผชิญปัญหา (coping) หมายถึง ความพยายามของบุคคลที่จะเปลี่ยนแปลงความคิดและพฤติกรรมอยู่เสมอ เพื่อจัดการกับปัญหา หรือสิ่งที่มาคุกคามต่อชีวิตความเป็นอยู่ของบุคคล โดยการแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ เพื่อทำให้ความเครียด หรือสิ่งที่คุกคามนั้นคลี่คลายไปในทางที่ดีขึ้น ในการวิจัยครั้งนี้ วัด

จากคะแนนที่ได้จากการตอบมาตรวัดการเผชิญปัญหา ซึ่งสามารถจัดกลุ่มการเผชิญปัญหาออกเป็น 5 รูปแบบ ได้แก่ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา (problem engagement) การเผชิญปัญหาแบบหลีกหนี (avoidance) การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนการช่วยเหลือ (support seeking) การเผชิญปัญหาแบบจมดิ่งกับอารมณ์ (emotional submission) และการเผชิญปัญหาแบบตั้งสติจัดการกับปัญหา (mindful planning)

3. การเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก (self-disclosure on Facebook) หมายถึง การที่บุคคลแสดงข้อมูลใด ๆ ซึ่งเกี่ยวกับเรื่องราวส่วนบุคคล ความคิด ความรู้สึก ความเชื่อ ค่านิยม ประสบการณ์ของตนลงบนเฟซบุ๊กทั้งในหน้าไทม์ไลน์ส่วนตัวและหน้าไทม์ไลน์สาธารณะ เช่น การอัพเดตสถานะ (status) การระบุประวัติโดยย่อ การลงรูปถ่ายและวิดีโอส่วนตัว การแสดงความคิดเห็น และการแบ่งปันข้อมูลต่าง ๆ (Park, et al., 2011) ในการวิจัยนี้การเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก หมายถึง คะแนนที่ได้จากการตอบมาตรวัดการเปิดเผยตนเอง มี 5 องค์ประกอบ

3.1 ปริมาณในการเปิดเผยตนเอง (amount of self-disclosure) หมายถึงปริมาณและความหลากหลาย (Breadth) ของข้อมูลที่บุคคลเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก (Wheeless, 1978)

3.2 ความจริงใจในการเปิดเผยตนเอง (honesty of self-disclosure) หมายถึง การเปิดเผยตนเองตามความเป็นจริงในสิ่งที่บุคคลเป็น คิด และรับรู้ต่อสิ่งต่าง ๆ บนเฟซบุ๊ก (Wheeless, 1978)

3.3 เจตนาในการเปิดเผยตนเอง (intent of self-disclosure) หมายถึง ความตั้งใจของบุคคลในการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก (Wheeless, 1978)

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ทำให้ทราบถึงความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบหลงตนเองกับการเปิดเผยตนเองบนฟซบุ๊ก

2. ทำให้ทราบถึงความสัมพันธ์ระหว่างการเผชิญปัญหากับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก

3. ทำให้ทราบถึงความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบหลงตนเองและการเผชิญปัญหากับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก

บทที่ 2

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “ความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบหลงตนเองและการเผชิญปัญหากับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก”มีวิธีการดำเนินการวิจัยดังต่อไปนี้

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างจริงที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่ นิสิตนักศึกษาในระดับปริญญาตรี โดยการสุ่มตามสะดวก (convenience sampling) โดยกำหนดกลุ่มตัวอย่างจากสถิติตามข้อตกลงเบื้องต้นของการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ (multiple regression analysis) ของ Hair, Black, Babin, และ Anderson (2010) ซึ่งกล่าวว่า ที่ค่านัยสำคัญทางสถิติ .01 ควรมีกลุ่มตัวอย่าง 20 คนต่อหนึ่งตัวแปรอิสระ ในงานวิจัยครั้งนี้มีตัวแปรอิสระที่สนใจศึกษา 2 ตัวแปร โดยจำแนกตัวแปรอิสระการเผชิญปัญหาออกเป็น 5 รูปแบบ ดังนั้นจึงควรมีกลุ่มตัวอย่างไม่ต่ำกว่า 120 คน แต่ทางกลุ่มผู้วิจัยได้กำหนดกลุ่มตัวอย่างจำนวน 300 คน เพื่อให้มีความแม่นยำทางสถิติมากขึ้น

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย มาตรวัดการเปิดเผยตนเอง มาตรวัดการเผชิญปัญหา และมาตรวัดบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง โดยมีรายละเอียดในแต่ละมาตรดังต่อไปนี้

1. มาตรวัดการเปิดเผยตนเอง

มาตรวัดการเปิดเผยตนเอง (self-disclosure) ที่คณะผู้วิจัยได้นำมาพัฒนาเพื่อใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นมาตรวัดของ Zhang Weiwei (2011) ที่พัฒนาต่อยอดมาจากมาตร self-disclosure scale ฉบับดั้งเดิมของ Wheeless (1978) มาตรนี้ประกอบด้วยองค์ประกอบทั้งหมด 5 ด้าน ได้แก่

1. ทิศทางในการเปิดเผยตนเอง (valence)
2. ความลึกในการเปิดเผยตน (depth)
3. ปริมาณในการเปิดเผยตนเอง (amount)
4. เจตนาในการเปิดเผยตนเอง (intentionality)
5. ความถูกต้องซื่อตรงในการเปิดเผยตนเอง (honest-accuracy)

ขั้นการพัฒนามาตรวัดการเปิดเผยตนเอง

1. คณะผู้วิจัยร่วมกันแปลข้อกระทงจากมาตรวัดการเปิดเผยตนเอง (self-disclosure) ของ Zhang Weiwei (2011) จากภาษาไทยเป็นภาษาอังกฤษ

2. นำข้อกระทงที่แปลแล้วจำนวน 14 ข้อมาตรวจสอบความตรงตามภาวะสันนิษฐาน (construct validity) โดยเสนอให้แก่อาจารย์ ดร.ณัฐสุดา เต้พันธ์ อาจารย์ที่ปรึกษา อาจารย์ ดร.กุลยา พิสิษฐ์สังฆการ และ อาจารย์กมลกานต์ จีนช้างพิจารณาว่าข้อคำถามแต่ละข้อมีความเกี่ยวข้องกับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊กหรือไม่ และพิจารณาความถูกต้องในการแปลและความเข้าใจเกี่ยวกับภาษาที่ใช้ในแบบวัดชุดนี้ (ภาคผนวก ข ตารางที่ ข 1)

3. นำข้อกระทงทั้ง 14 ข้อที่ได้รับการตรวจสอบความถูกต้องเหมาะสมของเนื้อหาและด้านภาษา พร้อมทั้งปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษาเรียบร้อยแล้ว มาสร้างเป็นมาตรประมาณค่าแบบลิเคิร์ต (Likert scale) ให้กลุ่มตัวอย่างตอบว่าแต่ละข้อกระทงตรงกับความรู้สึกหรือความคิดเห็นของตนมากน้อยเพียงใด โดยแบ่งระดับการตอบไว้ 5 ระดับ ได้แก่

ระดับที่ 1 ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	คิดเป็น 1 คะแนน
ระดับที่ 2 ค่อนข้างไม่เห็นด้วย	คิดเป็น 2 คะแนน
ระดับที่ 3 เห็นด้วยและไม่เห็นด้วยพอ ๆ กัน	คิดเป็น 3 คะแนน
ระดับที่ 4 ค่อนข้างเห็นด้วย	คิดเป็น 4 คะแนน
ระดับที่ 5 เห็นด้วยอย่างยิ่ง	คิดเป็น 5 คะแนน

ส่วนข้อทางลบคำนวณคะแนน ดังนี้

ระดับที่ 1 ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	คิดเป็น 5คะแนน
ระดับที่ 2 ค่อนข้างไม่เห็นด้วย	คิดเป็น 4คะแนน
ระดับที่ 3 เห็นด้วยและไม่เห็นด้วยพอ ๆ กัน	คิดเป็น 3 คะแนน
ระดับที่ 4 ค่อนข้างเห็นด้วย	คิดเป็น 2คะแนน
ระดับที่ 5 เห็นด้วยอย่างยิ่ง	คิดเป็น 1คะแนน

4. นำข้อกระทงทั้ง 14 ข้อไปทดลองเก็บข้อมูลจากนิสิตนักศึกษาในระดับปริญญาตรีที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาจริง (try out) จำนวน 85 คน

5. นำข้อมูลที่ได้มาประมวลผลด้วยโปรแกรม SPSS for Windows วิเคราะห์ด้วยสถิติทดสอบที (*t*-test) โดยแบ่งกลุ่มสูงที่เปอร์เซ็นไทล์ที่ 73 หรือสูงกว่า และกลุ่มต่ำที่เปอร์เซ็นไทล์ที่ 27 หรือต่ำกว่า

กลุ่มสูงได้คะแนนช่วง 44 คะแนน ถึง 60 คะแนน จำนวน 47 คน และกลุ่มต่ำได้คะแนนช่วง 26 คะแนน ถึง 43 คะแนน จำนวน 40 คน ในการวิเคราะห์ขั้นนี้มีข้อกระทงที่ผ่านการทดสอบจำนวน 12 ข้อ ไม่ผ่านจำนวน 2 ข้อ จากนั้นวิเคราะห์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น ๆ ในมาตร (corrected item-total correlation หรือ CITC) โดยพิจารณาคัดเลือกเฉพาะข้อที่มีค่ามากกว่า ตามเกณฑ์การพิจารณาจากค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์วิกฤต (critical *r*) ที่ระดับนัยสำคัญ .05 สำหรับกลุ่มตัวอย่าง 85 คน ปรากฏว่าข้อกระทงผ่านเกณฑ์ 12 ข้อ ไม่ผ่านเกณฑ์ 2 ข้อ ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายใน (alpha coefficient) เท่ากับ .85 (ภาคผนวก ข ตารางที่ ข 2)

6. นำมาตรมาปรับข้อกระทง 2 ข้อที่ไม่ผ่านการทดสอบที (*t*-test) โดยปรับภาษาให้เข้าใจง่ายขึ้น แต่ยังคงใจความเดิมเพื่อให้สอดคล้องกับองค์ประกอบของแต่ละข้อและได้ปรับให้มาตรวัดการเปิดเผยตนเอง มีข้อกระทงทางบวกทั้งหมด14ข้อ

7. นำข้อกระทงที่ปรับภาษาแล้วมารวมกับข้ออื่นจำนวน 14 ข้อ ให้อาจารย์ณัฐสุดา เต้พันธ์ อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบความถูกต้องและความเหมาะสมทางภาษา

8. นำมาตรวัดการเปิดเผยตนเองจำนวน 14 ข้อ ไปทดลองเก็บข้อมูลจากนิสิตนักศึกษาในระดับปริญญาตรีที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาจริง (try out) โดยเพิ่มจำนวนกลุ่มตัวอย่างเป็น 100 คน

9. นำข้อมูลที่ได้มาประมวลผลด้วยโปรแกรม SPSS for Windows วิเคราะห์ด้วยสถิติทดสอบที (*t*-test) โดยแบ่งกลุ่มสูงที่เปอร์เซ็นไทล์ที่ 73 หรือสูงกว่า และกลุ่มต่ำที่เปอร์เซ็นไทล์ที่ 27 หรือต่ำกว่า

กลุ่มสูงได้คะแนนช่วง 45 คะแนน ถึง 64 คะแนน จำนวน 54 คน และกลุ่มต่ำได้คะแนนช่วง 26 คะแนน ถึง 44คะแนน จำนวน 46 คน ในการวิเคราะห์ขั้นนี้มีข้อกระทงที่ผ่านการทดสอบจำนวน 13 ข้อ ไม่ผ่านจำนวน 1 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 1 จากนั้นวิเคราะห์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น ๆ ในมาตร (corrected item-total correlationหรือ CITC) โดยพิจารณาคัดเลือกเฉพาะข้อที่มีค่า

มากกว่า ตามเกณฑ์การพิจารณาจากค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์วิกฤต (critical *r*) ที่ระดับนัยสำคัญ .05 สำหรับกลุ่มตัวอย่าง 100คน ปรากฏว่าข้อกระทงผ่านเกณฑ์ 13 ข้อ ไม่ผ่านเกณฑ์ 1 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 1 ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายใน (alpha coefficient) เท่ากับ .77 (ภาคผนวก ข ตารางที่ ข 3)

10. มาตรพร้อมใช้จำนวน 13 ข้อ เป็นข้อกระทงทางบวก 13 ข้อ โดยมีรายละเอียดตามตารางที่ 1

ตารางที่ 1

จำนวนข้อกระทงในขั้นพัฒนามาตรวัดการเปิดเผยตนเองจำแนกตามองค์ประกอบย่อย 5 ด้าน

องค์ประกอบ	จำนวนข้อกระทงของ Zhang Weiwei (2011)			จำนวนข้อหลังปรับข้อกระทง			จำนวนข้อหลังตัดข้อที่ไม่ผ่านเกณฑ์		
	ทางบวก	ทางลบ	รวมข้อ	ทางบวก	ทางลบ	รวมข้อ	ทางบวก	ทางลบ	รวมข้อ
ทิศทาง	2	1	3	3	0	3	2	0	2
ความลึก	3	0	3	3	0	3	3	0	3
ปริมาณ	3	0	3	3	0	3	3	0	3
เจตนา	3	0	3	3	0	3	3	0	3
ความถูกต้องซื่อตรง	2	0	2	2	0	2	2	0	2
รวม	13	1	14	14	0	14	13	0	13

2. มาตรวัดการเผชิญปัญหา

2.1 ผู้วิจัยเลือกใช้มาตรวัดการเผชิญปัญหาที่ได้รับการพัฒนาโดยสุภาพรรณ โคตรจรัส ณัฐสุดา เต้พันธ์ และ พงศ์มนัส บุศยประทีป (2555) ที่ได้พัฒนามากจากแนวคิดของ Lazarus และ Folkman (1988) ประกอบด้วยข้อคำถามทั้งหมด 74 ข้อ เป็นข้อคำถามทางบวก 71 ข้อ และข้อคำถามทางลบ จำนวน 3 ข้อ โดยพัฒนามาจากกลุ่มพฤติกรรมทั้งหมด 23 กลุ่มพฤติกรรม และวิเคราะห์องค์ประกอบจัดกลุ่มการเผชิญปัญหาได้ 5 รูปแบบ ได้แก่

1) การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา

2) การเผชิญปัญหาแบบหลีกหนี

3) การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนการช่วยเหลือ

4) การเผชิญปัญหาแบบจมดิ่งกับอารมณ์

5) การเผชิญปัญหาแบบตั้งสติจัดการกับปัญหา

มาตรนี้ประกอบด้วยข้อกระทงทางบวก 71 ข้อ และข้อกระทงทางลบ 3 ข้อโดยมีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคในแต่ละองค์ประกอบตั้งแต่ .79 ถึง .88

ตารางที่ 2

จำนวนข้อกระทงในมาตรวัดการเผชิญปัญหา จำแนกตามองค์ประกอบ

องค์ประกอบ	ข้อกระทงทางบวก	ข้อกระทงทางลบ	รวม
การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา	21	0	21
การเผชิญปัญหาแบบหลีกหนี	15	0	15
การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนการช่วยเหลือ	9	3	12
การเผชิญปัญหาแบบจมดิ่งกับอารมณ์	16	0	16
การเผชิญปัญหาแบบตั้งสติจัดการกับปัญหา	10	0	10

2.2 นำมาตรวัดการเผชิญปัญหา จำนวน 74ข้อ ไปทดลองเก็บข้อมูลจากนิสิตนักศึกษาในระดับปริญญาตรี (try out) จำนวน 85 คน

2.3 นำข้อมูลที่ได้มาประมวลด้วยโปรแกรม SPSS for Windows วิเคราะห์ด้วยสถิติทดสอบที (*t*-test) โดยแบ่งกลุ่มสูงที่เปอร์เซ็นไทล์ที่ 73หรือสูงกว่า และกลุ่มต่ำที่เปอร์เซ็นไทล์ที่ 27หรือต่ำกว่า

กลุ่มสูงได้คะแนนช่วง 244 คะแนน ถึง 302 คะแนน จำนวน 40 คน และกลุ่มต่ำได้คะแนนช่วง 187 คะแนน ถึง 242 คะแนน จำนวน 45 คน ในการวิเคราะห์ขั้นนี้มีข้อกระทงที่ผ่านการทดสอบทั้งหมด จำนวน 74 ข้อจากนั้นวิเคราะห์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น ๆ ในมาตร (corrected item-total correlationหรือ CITC) โดยพิจารณาคัดเลือกเฉพาะข้อที่มีค่ามากกว่า ตามเกณฑ์การพิจารณาจากค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์วิกฤต (critical *r*) ที่ระดับนัยสำคัญ .05 สำหรับกลุ่มตัวอย่าง

85คน ปรากฏว่าข้อกระทงผ่านเกณฑ์ทั้งหมด 74 ข้อ ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายใน (alpha coefficient) เท่ากับ .86 แบ่งตามองค์ประกอบได้ดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3

ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายใน (alpha coefficient) จำแนกตามรูปแบบการเผชิญปัญหา

รูปแบบการเผชิญปัญหา	ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายใน
1. การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา	.87
2. การเผชิญปัญหาแบบหลีกหนี	.82
3. การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนการช่วยเหลือ	.83
4. การเผชิญปัญหาแบบจมดิ่งกับอารมณ์	.88
5. การเผชิญปัญหาตั้งสติจัดการกับปัญหา	.79

3. มาตรวัดบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง

3.1 ผู้วิจัยเลือกใช้มาตรวัดบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง ที่ได้รับการพัฒนาโดยคัคนางค์ มณีศรี และคณะ (2554) ที่ได้พัฒนามากจากแนวคิดของ Raskin และ Terry (1988) จำนวน 74 ข้อ ประกอบด้วยข้อคำถามทั้งหมด 48 ข้อ เป็นข้อคำถามทางบวก จำนวน 48 ข้อ ประกอบด้วย 8 องค์ประกอบ ได้แก่

1. ด้านอำนาจ
2. ด้านความเหนือกว่า
4. ด้านความสามารถในการพึ่งตนเอง
5. ด้านการแสวงหาผลประโยชน์
6. ด้านการสมควรได้มากกว่าที่เป็นอยู่
7. ด้านการแสดงออก
8. ด้านทะนงตน
9. ด้านหวั่นไหวมากกว่าปกติ

ตารางที่ 4

จำนวนข้อกระทงในมาตรวัดบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง จำแนกตามองค์ประกอบ

องค์ประกอบ	ข้อกระทงทางบวก	ข้อกระทงทางลบ	รวม
ด้านอำนาจ	6	0	6
ด้านความเหนือกว่า	6	0	6
ด้านความสามารถในการพึ่งตนเอง	6	0	6
ด้านการแสวงหาผลประโยชน์	6	0	6
ด้านการสมควรได้มากกว่าที่เป็นอยู่	6	0	6
ด้านการแสดงออก	6	0	6
ด้านทะนงตน	6	0	6
ด้านหวั่นไหวมากกว่าปกติ	6	0	6

3.2 นำมาตรวัดการเผชิญปัญหา จำนวน 74 ข้อ ไปทดลองเก็บข้อมูลจากนิสิตนักศึกษาในระดับปริญญาตรี (try out) จำนวน 85 คน

3.3 นำข้อมูลที่ได้มาประมวลด้วยโปรแกรม SPSS for Windows วิเคราะห์ด้วยสถิติทดสอบที (*t*-test) โดยแบ่งกลุ่มสูงที่เปอร์เซ็นไทล์ที่ 73 หรือสูงกว่า และกลุ่มต่ำที่เปอร์เซ็นไทล์ที่ 27 หรือต่ำกว่า

กลุ่มสูงได้คะแนนช่วง120 คะแนน ถึง 201 คะแนน จำนวน 41 คน และกลุ่มต่ำได้คะแนนช่วง 53 คะแนน ถึง 118 คะแนน จำนวน 44 คน ในการวิเคราะห์ขั้นนี้มีข้อกระทงที่ผ่านการทดสอบทั้งหมด จำนวน 74 ข้อจากนั้นวิเคราะห์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น ๆ ในมาตร (corrected item-total correlation หรือ CITC) โดยพิจารณาคัดเลือกเฉพาะข้อที่มีค่ามากกว่า ตามเกณฑ์การพิจารณาจากค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์วิกฤต (critical *r*) ที่ระดับนัยสำคัญ .05 สำหรับกลุ่มตัวอย่าง 85คน ปรากฏว่าข้อกระทงผ่านเกณฑ์ทั้งหมด 48 ข้อ ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายใน (alpha coefficient) เท่ากับ .95

วิธีเก็บข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มวิจัยซึ่งเป็นนิสิตนักศึกษา โดยผู้วิจัยได้ทำการเก็บรวบรวมโดยการแจกแบบสอบถามจำนวน 300 ชุด แก่กลุ่มตัวอย่าง ได้รับแบบสอบถามกลับคืนมา 300 ชุด คิดเป็นร้อยละ 100 ของแบบสอบถามที่แจกไปทั้งหมด และมีแบบสอบถามที่มีข้อมูลครบถ้วนทั้งหมด 240 ชุด คิดเป็นร้อยละ 80 ของแบบสอบถามที่ได้รับตอบกลับมา ผู้วิจัยได้เก็บแบบสอบถามเพิ่มเติมจากการแจกแบบสอบถามออนไลน์จำนวน 60 ชุด ได้รับแบบสอบถามกลับคืนมา 60 ชุด คิดเป็นร้อยละ 100 ของแบบสอบถามที่เก็บ ดังนั้นงานวิจัยครั้งนี้มีกลุ่มตัวอย่างจำนวนทั้งสิ้น 300 คนโดยให้ผู้เข้าร่วมการวิจัยตอบแบบสอบถาม โดยมิได้คำนึงถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัยเพื่อว่าศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง บุคลิกภาพแบบหลงตนเองการเผชิญปัญหา และการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก ผู้วิจัยได้ระบุเพียงว่าเป็นแบบสอบถามเพื่อสำรวจความคิดเห็นทั่วไป และเน้นว่าการวิจัยครั้งนี้จะไม่ส่งผลกระทบใดๆ ต่อผู้ร่วมการวิจัย ไม่มีการนำเสนอข้อมูลเป็นรายบุคคล แต่จะนำเสนอข้อมูลโดยภาพรวมเพื่อใช้ประกอบการทำวิจัยเท่านั้น ทั้งนี้ผลการวิจัยจะถูกเก็บเป็นความลับ

แบบสอบถามในงานวิจัยครั้งนี้เรียงลำดับของมาตรวัดเป็น 3 ชุด โดยเรียงมาตรวัดบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง การเผชิญปัญหาการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊กสลับตำแหน่งกันเพื่อให้แน่ใจว่าลำดับของมาตรมิได้ส่งผลต่อคำตอบของผู้เข้าร่วมการวิจัย

วิธีการวิเคราะห์ข้อมูล

1. วิเคราะห์ข้อมูลลักษณะทางประชากรศาสตร์ของกลุ่มตัวอย่าง ด้วยการคำนวณร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานโดยใช้โปรแกรม SPSS for Windows

2. วิเคราะห์ข้อมูลค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย ด้วยการคำนวณคะแนนต่ำสุดคะแนนสูงสุด ค่ามัชฌิมเลขคณิต และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน โดยใช้โปรแกรม SPSS for Windows

3. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย ความสัมพันธ์ของบุคลิกภาพแบบหลงตนเองกับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก และความสัมพันธ์ของการเผชิญปัญหาและการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก ด้วยการหาสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson product–moment correlation coefficient: r_{xy}) โดยใช้โปรแกรม SPSS for Windows

4. วิเคราะห์และทดสอบการทำนายของบุคลิกภาพแบบหลงตนเองและการเผชิญปัญหากับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก ด้วยการวิเคราะห์การถดถอย (regression analysis) โดยใช้โปรแกรม SPSS for Windows

บทที่ 3

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยแบ่งออกเป็น 2 ตอน ได้แก่ การทดสอบสถิติพื้นฐาน และการทดสอบสมมติฐานการวิจัย

เพื่อให้การนำเสนอผลวิเคราะห์ข้อมูล และการทำความเข้าใจเกี่ยวกับผลการวิเคราะห์ข้อมูล การแปรผลวิเคราะห์ข้อมูลมีความเข้าใจที่ตรงกัน และสะดวกต่อการนำเสนอ ผู้วิจัยขอกำหนดสัญลักษณ์แทนความหมาย ดังต่อไปนี้

สัญลักษณ์ที่ใช้แทนค่าสถิติในงานวิจัย

N	หมายถึง	จำนวนผู้ตอบแบบสอบถาม
M	หมายถึง	ค่ามัชฌิมเลขคณิต
SD	หมายถึง	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
Min	หมายถึง	คะแนนต่ำสุด
Max	หมายถึง	คะแนนสูงสุด
β	หมายถึง	เมทริกซ์อิทธิพลเชิงสาเหตุระหว่างตัวแปรแฝงภายใน
r	หมายถึง	สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ
R^2	หมายถึง	สัมประสิทธิ์การทำนาย
p	หมายถึง	ระดับนัยสำคัญทางสถิติ
b	หมายถึง	สัมประสิทธิ์ถดถอย หรือความชันของสมการถดถอยพหุคุณเชิงเส้น
SE *b*	หมายถึง	ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของสัมประสิทธิ์ถดถอย
t	หมายถึง	ค่าสถิติทดสอบที (*t*-test)

การทดสอบสถิติพื้นฐาน

1. ลักษณะทางประชากรศาสตร์

การเก็บข้อมูลขั้นต้นในงานวิจัยนี้มีผู้ร่วมการวิจัยทั้งหมด 300 คน เป็นนิสิตนักศึกษาในระดับปริญญาตรีทั้งหมด โดยมีเพศชายเป็นส่วนมาก จำนวน 206 คน คิดเป็นร้อยละ 69 และเพศหญิง 94 คน คิดเป็นร้อยละ 31 มีอายุเฉลี่ย 20.5 ปี ศึกษาอยู่ชั้นปีที่ 4 มากที่สุด จำนวน 89 คน คิดเป็นร้อยละ 29.67

โดยอาศัยอยู่ที่บ้านมากที่สุดจำนวน 159 คน คิดเป็นร้อยละ 53 ซึ่งถือว่าเป็นจำนวนที่ค่อนข้างสูง ดังแสดงได้ในตารางที่ 5

ตารางที่ 5

จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในขั้นพัฒนามาตร จำแนกตามเพศ อายุ ชั้นปี เวลาที่ใช้เล่นเฟซบุ๊กเฉลี่ยต่อวัน ความถี่ในการอัพเดตสถานะ เพิ่มรูปภาพ/วิดีโอบนเฟซบุ๊กเฉลี่ยต่อสัปดาห์ จำนวนแอคเคานต์เฟซบุ๊ก การเป็นแอดมินเพจบนเฟซบุ๊ก การเล่นเฟซบุ๊กบนโทรศัพท์มือถือ และที่อยู่อาศัย (*N* = 300)

รายการ		จำนวน	ร้อยละ
เพศ	หญิง	94	31
	ชาย	206	69
อายุ	18 - 20 ปี	150	50
	21 - 23 ปี	144	48
	24 - 26 ปี	6	2
ชั้นปี	ปี 1	69	23
	ปี 2	62	20.67
	ปี 3	73	24.33
	ปี 4	89	29.67
	อื่น ๆ	7	2.33
เวลาที่ใช้เล่นเฟซบุ๊กเฉลี่ยต่อวัน	ต่ำกว่า 1 ชั่วโมง	46	15.33
	1 - 2 ชั่วโมง	86	28.67
	3 - 4 ชั่วโมง	86	28.67
	5 - 6 ชั่วโมง	44	14.67
	มากกว่า 6 ชั่วโมง	38	12.67
ความถี่ในการอัพเดตสถานะ เพิ่มรูปภาพ/วิดีโอบนเฟซบุ๊กเฉลี่ยต่อสัปดาห์	ต่ำกว่า 1 ครั้ง	120	40
	1 - 3 ครั้ง	107	35.67
	4 - 7 ครั้ง	33	11
	8 - 14 ครั้ง	25	8.33
	มากกว่า 14 ครั้ง	15	5

จำนวนแอคเคานต์เฟซบุ๊ก	1 แอคเคานต์	259	86.33
	มากกว่า 1 แอคเคานต์	41	13.67
การเป็นแอดมินเพจบนเฟซบุ๊ก	เป็นแอดมินดูแลเพจบนเฟซบุ๊ก	100	33.33
	ไม่เป็นแอดมินดูแลเพจบนเฟซบุ๊ก	200	66.67
การเล่นเฟซบุ๊กบนโทรศัพท์มือถือ	เล่นเฟซบุ๊กบนโทรศัพท์มือถือ	282	94
	ไม่เล่นเฟซบุ๊กบนโทรศัพท์มือถือ	18	6
ที่พักอาศัย	บ้าน	159	53
	บ้านญาติ	4	1.33
	หอพัก	116	38.67
	คอนโดมิเนียม	20	6.67
	อื่น ๆ	1	0.33

2. ค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยของตัวแปรที่ใช้ในงานวิจัยพบว่า บุคลิกภาพแบบหลงตนเองมีค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 2.19 ซึ่งถือว่ามีค่าเฉลี่ยในระดับปานกลาง ส่วนการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามีค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 3.88 ซึ่งถือว่ามีค่าเฉลี่ยในระดับที่ค่อนข้างสูง การเผชิญปัญหาแบบหลีกหนีมีค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 2.62 ซึ่งถือว่ามีค่าเฉลี่ยในระดับปานกลาง การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนการช่วยเหลือมีค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 3.22 ซึ่งถือว่ามีค่าเฉลี่ยในระดับค่อนข้างสูง การเผชิญปัญหาแบบจมดิ่งกับอารมณ์มีค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 2.77 ซึ่งถือว่ามีค่าเฉลี่ยในระดับปานกลาง การเผชิญปัญหาแบบตั้งสติจัดการกับปัญหามีค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 3.58 ซึ่งถือว่ามีค่าเฉลี่ยในระดับค่อนข้างสูง และตัวแปรการเปิดเผยตนเองมีค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 38.07 ซึ่งถือว่ามีค่าเฉลี่ยในระดับค่อนข้างสูง ดังแสดงได้ในตารางที่ 6

ตารางที่ 6

คะแนนต่ำสุด คะแนนสูงสุด ค่ามัชฌิมเลขคณิต และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของตัวแปรในการวิจัย (*N* = 300)

ตัวแปร	*Min*	*Max*	*M*	*SD*
1. การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา	2.00	5.00	3.88	0.47
2. การเผชิญปัญหาแบบหลีกหนี	1.00	4.00	2.62	0.50
3. การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุน	1.00	5.00	3.22	0.66
4. การเผชิญปัญหาแบบจมดิ่งกับอารมณ์	1.00	4.00	2.77	0.64
5. การเผชิญปัญหาแบบตั้งสติจัดการกับปัญหา	2.00	5.00	3.58	0.50
6. บุคลิกภาพแบบหลงตนเอง	1.00	4.00	2.19	0.59
7. การเปิดเผยตนเอง	1.00	5.00	2.93	0.60

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐาน

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรด้วยค่าสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson product-moment correlation coefficient) ค่ามัชฌิมเลขคณิต (mean) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (standard deviation) ของตัวแปรบุคลิกภาพแบบหลงตนเองการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาการเผชิญปัญหาแบบหลีกหนี การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนการช่วยเหลือ การเผชิญปัญหาแบบจมดิ่งกับอารมณ์ การเผชิญปัญหาแบบตั้งสติจัดการกับปัญหา กับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก โดยแสดงผลการวิเคราะห์ดังตารางที่ 7

สมมติฐานที่ 1 บุคลิกภาพแบบหลงตนเองมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับการเปิดเผยตนเองบนฟซบุ๊ก

จากการวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ในตารางที่ 6 พบว่าบุคลิกภาพบุคลิกภาพแบบหลงตนเองมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับการเปิดเผยตนเองบนฟซบุ๊กอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยค่าสหสัมพันธ์เท่ากับ .33 ($p < .01$, หนึ่งหาง) ดังนั้นผลการวิจัยนี้จึง**สนับสนุนสมมติฐานข้อที่** 1 แสดงให้เห็นว่าผู้ที่มีบุคลิกภาพแบบหลงตนเองจะมีพฤติกรรมในการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊กที่มากขึ้น

สมมติฐานที่ 2 การเผชิญปัญหามีสหสัมพันธ์ทางบวกกับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก

โดยจากการวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ในตารางที่ 7 พบว่า การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาการเผชิญปัญหาแบบจมดิ่งกับอารมณ์ และการเผชิญปัญหาแบบตั้งสติจัดการกับปัญหาที่มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊กอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยค่าสหสัมพันธ์ระหว่างการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหากับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก เท่ากับ .23 (p < .01, หนึ่งหาง) ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างการเผชิญปัญหาแบบจมดิ่งกับอารมณ์กับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก เท่ากับ .11 (r = .11, p < .05, หนึ่งหาง) และค่าสหสัมพันธ์ระหว่างการเผชิญปัญหาแบบตั้งสติจัดการกับปัญหากับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก เท่ากับ .18 (p < .01, หนึ่งหาง)

ส่วนการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนการช่วยเหลือ มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊กอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ และการเผชิญปัญหาแบบหลีกหนีมีสหสัมพันธ์ทางลบกับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊กอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนั้นผลการวิจัยนี้จึง**สนับสนุนสมมติฐานข้อที่** 2 **บางส่วน**

ตารางที่ 7

สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร ค่ามัชฌิมเลขคณิต และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (N = 300)

ตัวแปร	ตัวแปร						
	1	2	3	4	5	6	7
1. การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา	-						
2. การเผชิญปัญหาแบบหลีกหนี	-.16**	-					
3. การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุน	.21**	-.03	-				
4. การเผชิญปัญหาแบบจมดิ่งกับอารมณ์	-.29**	.38**	.02	-			
5. การเผชิญปัญหาแบบตั้งสติจัดการกับปัญหา	.64**	-.18**	.20**	-.16**	-		
6. บุคลิกภาพแบบหลงตนเอง	-.14**	.22**	-.07	.17**	.04	-	
7. การเปิดเผยตนเอง	.23**	-.01	.03	.11*	.18**	.33**	-
M	3.88	2.62	3.22	2.77	3.58	2.19	2.93
SD	0.47	0.50	0.66	0.64	0.50	0.59	0.60

* p < .05, ** p < .01, *** p < .001, หนึ่งหาง

ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (multiple regression analysis) ด้วยวิธีใส่ตัวแปรอิสระเข้าสมการทุกตัวพร้อมกัน (enter) ตามกรอบแนวคิดการวิจัย

สมมติฐานที่ 3 บุคลิกภาพแบบหลงตนเองและการเผชิญปัญหาสามารถร่วมกันทำนายการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก

ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณซึ่งมีตัวแปรอิสระ คือบุคลิกภาพแบบหลงตนเองและการเผชิญปัญหา ซึ่งจำแนกเป็น การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา การเผชิญปัญหาแบบหลีกหนี การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนการช่วยเหลือ การเผชิญปัญหาแบบจมดิ่งกับอารมณ์ และการเผชิญปัญหาแบบตั้งสติจัดการกับปัญหา ร่วมกันทำนายตัวแปรตามคือ การเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก ด้วยวิธีการใส่ตัวแปรเข้าสมการทุกตัวพร้อมกัน (enter) ตามกรอบแนวคิดของการวิจัย แสดงผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณได้ดังตารางที่ 8

ตารางที่ 8

ผลการวิเคราะห์การถดถอยของการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊กโดยมีบุคลิกภาพแบบหลงตนเองและการเผชิญปัญหาเป็นตัวแปรทำนาย (*N* = 300)

ตัวแปรทำนาย	*b*	SE *b*	β	*t*	*p*
(ค่าคงที่)	.52	.39		1.32	.188
1. บุคลิกภาพแบบหลงตนเอง	.38	06	.37	6.86	.000
2. การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา	.44	.09	.35	4.88	.000
3. การเผชิญปัญหาแบบหลีกหนี	-.14	.07	-.11	-2.00	.047
4.การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุน	-.01	.05	-.01	-.19	.852
5.การเผชิญปัญหาแบบจมดิ่งกับอารมณ์	.17	.05	.18	3.10	.002
6. การเผชิญปัญหาแบบตั้งสติจัดการกับปัญหา	-.06	.08	-.05	-.68	.496

หมายเหตุ R^2 = .21, F = 13.37. (df = 6, df_2 = 293, p = .000)

ผลการวิเคราะห์ พบว่า บุคลิกภาพแบบหลงตนเองและการเผชิญปัญหา ซึ่งจำแนกเป็น การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา การเผชิญปัญหาแบบหลีกหนี การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนการช่วยเหลือ การเผชิญปัญหาแบบจมดิ่งกับอารมณ์ และการเผชิญปัญหาแบบตั้งสติจัดการกับปัญหา

ร่วมกันทำนายการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊กได้ ร้อยละ 21 (R^2 = .21, p < .001) เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของตัวแปร (b) สามารถเขียนสมการทำนายในรูปแบบคะแนนดิบของการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก ได้ดังต่อไปนี้

สมการทำนายในรูปแบบคะแนนดิบ

$$\hat{\text{self-disclosure}} = 0.52 + 0.38\ \hat{\text{narcissism}}^{***} + 0.44\ \hat{\text{problem engagement}}^{***} - 0.14\ \hat{\text{avoidance}}$$
$$- 0.01\ \hat{\text{support seeking}} + 0.17\ \hat{\text{emotional submission}}^{**} - 0.06\ \hat{\text{mindful planning}}$$

** p < .01, *** p < .001.

เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานของตัวแปร (β) ทำให้สามารถเขียนสมการทำนายในรูปแบบคะแนนมาตรฐานของความพร้อมต่อการเปลี่ยนแปลงได้ดังต่อไปนี้

สมการทำนายในรูปแบบคะแนนมาตรฐาน

$$\hat{Z}_{\text{self-disclosure}} = 0.52 + 0.37\ \hat{Z}_{\text{narcissism}}^{***} + 0.35\ \hat{Z}_{\text{problem engagement}}^{***} - 0.11\ \hat{Z}_{\text{avoidance}}$$
$$- 0.01\ \hat{Z}_{\text{support seeking}} + 0.18\ \hat{Z}_{\text{emotional submission}}^{**} - 0.05\ \hat{Z}_{\text{mindful planning}}$$

** p < .01, *** p < .001.

จากสมการทำนายการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณในการทำนายการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊กด้ายวิธีใส่ตัวแปรอิสระเข้าสมการทุกตัวพร้อมกัน สามารถแปลงความหมายได้ดังนี้

เมื่อคะแนนมาตรฐานของตัวแปรบุคลิกภาพแบบหลงตนเองเพิ่มขึ้น 1 หน่วยมาตรฐาน จะทำให้คะแนนมาตรฐานของการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊กเพิ่มขึ้น 0.37 หน่วยมาตรฐาน เมื่อควบคุมตัวแปรอื่นในสมการให้คงที่ และเมื่อคะแนนมาตรฐานของตัวแปรการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาเพิ่มขึ้น 1 หน่วยมาตรฐาน จะทำให้คะแนนมาตรฐานของการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊กเพิ่มขึ้น 0.35 หน่วยมาตรฐาน เมื่อควบคุมตัวแปรอื่นในสมการให้คงที่ แต่เมื่อคะแนนมาตรฐานของตัวแปรการเผชิญปัญหาแบบหลีกหนีเพิ่มขึ้น 1 หน่วยมาตรฐาน จะทำให้คะแนนมาตรฐานของการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊กลดลง 0.11 หน่วยมาตรฐาน เมื่อควบคุมตัวแปรอื่นในสมการให้คงที่ เช่นเดียวกันกับเมื่อคะแนนมาตรฐานของตัวแปรการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนเพิ่มขึ้น 1 หน่วยมาตรฐาน จะทำให้คะแนนมาตรฐานของการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊กลดลง 0.01 หน่วยมาตรฐาน เมื่อควบคุมตัวแปรอื่นในสมการให้คงที่ และเมื่อ

คะแนนมาตรฐานของตัวแปรการเผชิญปัญหาแบบจมดิ่งกับอารมณ์เพิ่มขึ้น 1 หน่วยมาตรฐาน จะทำให้คะแนนมาตรฐานของการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊กเพิ่มขึ้น 0.18 หน่วยมาตรฐาน เมื่อควบคุมตัวแปรอื่นในสมการให้คงที่ สุดท้ายเมื่อคะแนนมาตรฐานของตัวแปรการเผชิญปัญหาแบบตั้งสติจัดการกับปัญหาเพิ่มขึ้น 1 หน่วยมาตรฐาน จะทำให้คะแนนมาตรฐานของการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊กลดลง 0.05 หน่วยมาตรฐาน เมื่อควบคุมตัวแปรอื่นในสมการให้คงที่

จากสมการค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน (standardized regression coefficient, β) หรือน้ำหนักในการทำนายการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก ($\hat{Z}_{\text{self-disclosure}}$) ของบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง ($\hat{Z}_{\text{narcissism}}$) มีนัยสำคัญทางสถิติ ($\beta = .37$, $p < .001$) ซึ่งมีอิทธิพลมากกว่าการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ($\hat{Z}_{\text{problem engagement}}$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($\beta = .35$, $p < .001$) ส่วนตัวแปรที่เหลือทั้งการเผชิญปัญหาแบบหลีกหนี ($\hat{Z}_{\text{avoidance}}$) ($\beta = -.11$, $p < .001$) การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุน ($\hat{Z}_{\text{support seeking}}$) ($\beta = -.01$, $p < .001$) การเผชิญปัญหาแบบจมดิ่งกับอารมณ์ ($\hat{Z}_{\text{emotional submission}}$) ($\beta = .18$, $p < .01$) และการเผชิญปัญหาแบบตั้งสติจัดการกับปัญหา ($\hat{Z}_{\text{mindful planning}}$) ($\beta = -.05$, $p < .001$) มีน้ำหนักในการทำนายอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนั้นจึงกล่าวได้ว่าบุคลิกภาพแบบหลงตนเองและการเผชิญปัญหา สามารถทำนายการเปิดเผยตนเองได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติมี 2 รูปแบบ คือ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และการเผชิญปัญหาแบบจมดิ่งกับอารมณ์ ส่วนการเผชิญปัญหาอีก 3 รูปแบบสามารถทำนายได้อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนั้นผลการวิจัยจึง**สนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 3 บางส่วน**

บทที่ 4

อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบหลงตนเองและการเผชิญปัญหากับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก โดยสามารถอภิปรายผลการวิจัย ตามสมมติฐานการวิจัยได้ดังนี้

สมมติฐานที่ 1 บุคลิกภาพแบบหลงตนเองมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับการเปิดเผยตนเองบนฟซบุ๊ก

ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 1พบว่าบุคลิกภาพแบบหลงตนเองมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊กอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (r = .33, p < .01) ดังนั้น ผลการวิจัยจึง**สนับสนุนสมมติฐานที่** 1

ผลการวิจัยในสมมติฐานที่ 1 แสดงให้เห็นว่าบุคลิกภาพแบบหลงตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก จากองค์ประกอบของความหลงตนเอง Morf และ Rhodewalt (2001) ได้กล่าวว่าบุคคลที่ทีบุคลิกภาพแบบหลงตนเองมีแนวโน้มที่จะชอบเรียกร้องความสนใจในการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ชอบเรียกร้องความสนใจ และความชื่นชมจากผู้อื่นแต่ตอบสนองต่อภัยคุกคามต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้วยความรู้สึกโกรธ ดังนั้นการเปิดเผยตนเองของบุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบหลงตนเองในเฟซบุ๊กนั้นเป็นหนึ่งในหนทางที่พวกเขาจะสามารถตอบสนองความต้องการในการสื่อสารกับผู้อื่นเพื่อให้ตนเองนั้นดูดีขึ้นและเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเองของตน และการที่บุคลิกที่มีบุคลิกภาพแบบหลงตนเองมีการตั้งสถานะบนเฟซบุ๊กบ่อย มีความถี่ในการใช้สูง จากงานวิจัยของ Panek, Nardisa, และ Konrath (2013) ก็อาจทำให้เขาเปิดเผยเรื่องราว อารมณ์และความรู้สึก ผ่านสถานะเหล่านั้นได้ จึงทำให้พบความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบหลงตนเองและการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊กในทิศทางบวก

สมมติฐานที่ 2การเผชิญปัญหามีสหสัมพันธ์ทางบวกกับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก

ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 2 พบว่าการเผชิญปัญหามีสหสัมพันธ์ทางบวกกับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊กอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในรูปแบบการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา (r = .23, p < .01) การเผชิญปัญหาแบบจมดิ่งกับอารมณ์ (r = .11, p < .05) และการเผชิญปัญหาแบบตั้งสติจัดการกับปัญหา (r = .18, p < .01) ส่วนการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนการช่วยเหลือ การ

เผชิญปัญหาแบบการจมดิ่งกับอารมณ์ มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊กอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ และการเผชิญปัญหาแบบหลีกหนีมีสหสัมพันธ์ทางลบกับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊กอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนั้น ผลการวิจัยจึง**สนับสนุนสมมติฐานที่ 2 บางส่วน**

ผลการวิจัยในสมมติฐานที่ 2 แสดงให้เห็นว่ารูปแบบการเผชิญปัญหาแต่ละแบบมีความสัมพันธ์กับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊กแตกต่างกันออกไป สำหรับการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาและการเผชิญปัญหาแบบตั้งสติจัดการกับปัญหาที่มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊กอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ด้วยลักษณะของการเผชิญปัญหาในลักษณะที่ต้องการแก้ไขปัญหาที่ต้นเหตุ เป็นคนที่มีความชัดเจน มุ่นมั่น แสดงพฤติกรรม ความคิด และอารมณ์อย่างตรงไปตรงมา จึงทำให้แก้ปัญหาที่ตัวของปัญหา ซึ่งสอดคล้องกับลักษณะของบุคคลที่มีการเปิดเผยตนเอง ที่ต้องมีความจริงใจ และเปิดเผยอย่างจริงใจจึงมีโอกาสที่บุคคลจะมีการเปิดเผยตนเองบนเครือข่ายสังคมออนไลน์ด้วยเช่นกัน และการเผชิญปัญหาแบบจมดิ่งกับอารมณ์ ก็มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊กอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ อาจเนื่องด้วยลักษณะที่ยังคงหมกมุ่นอยู่กับปัญหานั้น แม้จะไม่ได้คิดหรือลงมือแก้ไขปัญหาก็ตาม แต่ยังคงตระหนักถึงปัญหานั้น ๆ อยู่ ส่วนการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนการช่วยเหลือมีสหสัมพันธ์ทางบวกอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิตินั้น ซึ่งมีความสอดคล้องกับงานวิจัยของ Sabine (2013) ได้พบว่าการได้รับการสนับสนุนทางสังคมของบุคคลส่งผลต่อการเปิดเผยของบุคคลบนเครือข่ายสังคมออนไลน์ แต่ที่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติอาจเป็นเพราะบุคคลยังมีความวิตกกังวลมีการระแวดระวังตนเองมากจึงเลือกเปิดเผยตนเองบนเครือข่ายออนไลน์เพียงระดับหนึ่งเท่านั้น และสำหรับการเผชิญปัญหาแบบหลีกหนีที่มีสหสัมพันธ์ทางลบกับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊กเนื่องมาจากรูปแบบการเผชิญปัญหาแบบหลีกหนีนั้นจะมีความคิดที่เลี่ยงออกจากการจัดการกับปัญหา ไม่พยายามจัดการหรือนึกถึงปัญหา ดังนั้นในการแสดงความคิดเห็นหรือการกระทำอื่น ๆ บนเฟซบุ๊ก จึงเป็นไปได้ว่าผู้ที่มีรูปแบบการเผชิญปัญหาประเภทนี้จะพยายามหลีกเลี่ยงการแสดงออกของตนเองให้บุคคลอื่นรู้

สมมติฐานข้อที่ 3 บุคลิกภาพแบบหลงตนเองและการเผชิญปัญหาสามารถร่วมกันทำนายการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก

ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 3 พบว่า บุคลิกภาพแบบหลงตนเอง และการเผชิญปัญหา สามารถทำนายการเปิดเผยตนเองได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติเพียง 2 รูปแบบ คือ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการ

กับปัญหา และการเผชิญปัญหาแบบจมดิ่งกับอารมณ์ ส่วนการเผชิญปัญหาอีก 3 รูปแบบสามารถทำนายได้อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนั้น ผลการวิจัยจึง**สนับสนุนสมมติฐานที่ 3 บางส่วน**

จากผลการวิจัยในสมมติฐานที่ 3 น้ำหนักในการทำนายการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก ของบุคลิกภาพแบบหลงตนเองมีนัยสำคัญทางสถิติ ($\beta = .37$, $p < .001$) ซึ่งมีอิทธิพลมากกว่าการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ($\beta = .35$, $p < .001$) และการเผชิญปัญหาแบบจมดิ่งกับอารมณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($\beta = .18$, $p < .01$) ส่วนตัวแปรที่เหลือทั้งการเผชิญปัญหาแบบหลีกหนี ($\beta = -.11$, $p < .001$) การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุน ($\beta = -.01$, $p > .05$) และการเผชิญปัญหาแบบตั้งสติจัดการกับปัญหา ($\beta = -.05$, $p > .05$) มีน้ำหนักในการทำนายอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ในส่วนของบุคลิกภาพแบบหลงตนเองนั้น สอดคล้องกับงานวิจัยของ Panek, Nardisa, และ Konrath (2013) ที่พบความสัมพันธ์ทางบวกระหว่างความถี่ในการตั้งสถานะบนเฟซบุ๊กกับระดับของบุคลิกภาพแบบหลงตนเองรวมไปถึงในงานวิจัยของ Ong และคณะ (2011) ที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างระดับบุคลิกภาพแบบหลงตนเองกับความถี่ในการเปิดเผยตนเองในเฟซบุ๊กและพบว่ามีความสัมพันธ์กัน สรุปได้ว่าบุคลิกภาพแบบหลงตนเองสามารถทำนายการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊กได้ และหากนำมารวมกับการเผชิญปัญหารูปแบบต่าง ๆ จะช่วยเพิ่มระดับในการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊กได้เช่นกันทั้งนี้เพราะคนเรามีวิธีการเผชิญปัญหาที่แตกต่างกันออกไป จึงส่งผลให้แต่ละบุคคลมีการเปิดเผยตนเองบนเครือข่ายสังคมออนไลน์หรือแม้แต่ในชีวิตจริงแตกต่างกันออกไป

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบหลงตนเองกับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก

2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเผชิญปัญหากับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก

3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบหลงตนเองและการเผชิญปัญหากับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก

สมมติฐานการวิจัย

1. บุคลิกภาพแบบหลงตนเองมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับการเปิดเผยตนเองบนฟซบุ๊ก

2. รูปแบบการเผชิญปัญหามีสหสัมพันธ์ทางบวกกับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก

3. บุคลิกภาพแบบหลงตนเองและการเผชิญปัญหาสามารถร่วมกันทำนายการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้เป็นนิสิตนักศึกษาในระดับปริญญาตรี จำนวน 300 คน โดยแบ่งเป็นแบบสอบถาม 240ชุด และแบบสอบถามออนไลน์จำนวน 60 ชุด

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. มาตรวัดการเปิดเผยตนเองจำนวน 13 ข้อเป็นมาตรลิเคิร์ต 5 ระดับ มีค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายใน (alpha coefficient) เท่ากับ .77 โดยมาตรดังกล่าวได้รับการแปลข้อกระทงจากมาตรวัดการเปิดเผยตนเอง (self-disclosure) ของ Zhang Weiwei (2011) ที่พัฒนาต่อยอดมาจากมาตร self-disclosure scale ฉบับดั้งเดิมของ Wheeless (1978) จากภาษาอังกฤษเป็นภาษาไทย

2.มาตรวัดการเผชิญปัญหา จำนวน 74 ข้อเป็นมาตรลิเคิร์ต 5 ระดับ มีค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายใน (alpha coefficient) เท่ากับ .86 โดยมาตรดังกล่าวได้รับการพัฒนาโดย

สุภาพรรณ โคตรจรัส ณัฐสุดา เต้พันธ์ และ พงศ์มนัส บุศยประทีป ที่ได้พัฒนามาจากแนวคิดของ Lazarus และ Folkman (1988)

3. มาตรวัดบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง จำนวน 74 ข้อ เป็นมาตรลิเคิร์ต 5 ระดับ มีค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายใน (alpha coefficient) เท่ากับ .95 พัฒนามาโดย คัคนางค์ มณีศรี และคณะ (2554) ที่ได้พัฒนามากจากแนวคิดของ Raskin และ Terry (1988)

การเก็บข้อมูล

งานวิจัยครั้งนี้กลุ่มผู้วิจัยนำมาตรวัดที่ผ่านการตรวจสอบคุณภาพแล้ว ไปเก็บข้อมูลกับเป็นนิสิตนักศึกษาในระดับปริญญาตรี จำนวน 300คน โดยให้เข้าร่วมการวิจัยตอบแบบสอบถาม โดยมิได้ระบุถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัยเพื่อว่าศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง บุคลิกภาพแบบหลงตนเอง การเผชิญปัญหาและการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก แต่ผู้วิจัยได้ระบุเพียงว่าเป็นแบบสอบถามเพื่อสำรวจความคิดเห็นทั่วไป และเน้นว่าการวิจัยครั้งนี้จะไม่ส่งผลกระทบใดๆ ต่อผู้ร่วมการวิจัย ไม่มีการนำเสนอข้อมูลเป็นรายบุคคล แต่จะนำเสนอข้อมูลโดยภาพรวมเพื่อใช้ประกอบการทำวิจัยเท่านั้น ทั้งนี้ผลการวิจัยจะถูกเก็บเป็นความลับ

แบบสอบถามในงานวิจัยครั้งนี้เรียงลำดับของมาตรวัดเป็น 3 ชุด โดยเรียงมาตรการเผชิญปัญหา มาตรวัดบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง และมาตรการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊กตามลำดับ

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. วิเคราะห์ข้อมูลลักษณะทางประชากรศาสตร์ของกลุ่มตัวอย่าง ด้วยการคำนวณร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานโดยใช้โปรแกรม SPSS for Windows

2. วิเคราะห์ข้อมูลค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย ด้วยการคำนวณคะแนนต่ำสุดคะแนนสูงสุด ค่ามัชฌิมเลขคณิต และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน โดยใช้โปรแกรม SPSS for Windows

3. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย ความสัมพันธ์ของบุคลิกภาพแบบหลงตนเองกับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก และความสัมพันธ์ของการเผชิญปัญหาและการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก ด้วยการหาสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson product–moment correlation coefficient: r_{xy}) โดยใช้โปรแกรม SPSS for Windows

4. วิเคราะห์และทดสอบการทำนายของบุคลิกภาพแบบหลงตนเองและการเผชิญปัญหากับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก ด้วยการวิเคราะห์การถดถอย (regression analysis) โดยใช้โปรแกรม SPSS for Windows

ผลการวิจัย

1. บุคลิกภาพแบบหลงตนเองมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊กอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .33$, $p < .01$)

2. การเผชิญปัญหามีสหสัมพันธ์ทางบวกกับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊กอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในรูปแบบการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ($r = .23$, $p < .01$) การเผชิญปัญหาแบบจมดิ่งกับอารมณ์ ($r = .11$, $p < .05$) และการเผชิญปัญหาแบบตั้งสติจัดการกับปัญหา ($r = .18$, $p < .01$)

ส่วนการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนการช่วยเหลือ ($r = .03$, $p > .05$) มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊กอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

และการเผชิญปัญหาแบบหลีกหนีมีสหสัมพันธ์ทางลบกับการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊กอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = -.01$, $p > .05$)

3. บุคลิกภาพแบบหลงตนเอง และการเผชิญปัญหา สามารถทำนายการเปิดเผยตนเองได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เพียงแค่รูปแบบเดียวเท่านั้น คือ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ส่วนการเผชิญปัญหาอีก 4 รูปแบบสามารถทำนายได้อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ โดยน้ำหนักในการทำนายการเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก ของบุคลิกภาพแบบหลงตนเองมีนัยสำคัญทางสถิติ ($\beta = .37$, $p < .001$) ซึ่งมีอิทธิพลมากกว่าการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ($\beta = .35$, $p < .001$) และการเผชิญปัญหาแบบจมดิ่งกับอารมณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($\beta = .18$, $p > .05$) ส่วนตัวแปรที่เหลือทั้งการเผชิญปัญหาแบบหลีกหนี ($\beta = -.11$, $p > .05$) การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุน ($\beta = -.01$, $p > .05$) และการเผชิญปัญหาแบบตั้งสติจัดการกับปัญหา ($\beta = -.05$, $p > .05$) มีน้ำหนักในการทำนายอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ข้อจำกัด

1. จำนวนข้อของแบบสอบถามมีจำนวนค่อนข้างสูงจึงอาจส่งผลให้ผู้ตอบแบบสอบถามเกิดความล้าในการทำแบบสอบถามได้

ข้อเสนอแนะ

1. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งต่อไป ควรศึกษาเพิ่มเติมในเรื่องของช่วงวัยอายุ (generation) ซึ่งปัจจัยของช่วงวัยที่ต่างกันจะส่งผลให้ค่าความสัมพันธ์ของตัวแปรนั้นต่างออก

2. แบบสอบถามหรือมาตรที่จะใช้ในครั้งต่อไป อาจพัฒนาให้มีจำนวนข้อที่น้อยกว่านี้ เพื่อผู้ตอบแบบสอบถามจะได้ไม่เกิดความล้าในการตอบแบบสอบถาม

รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

กันยารัตน์ สะอาดเย็น. (2549). *อิทธิพลของบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง ลักษณะของเป้าหมายและความท้าทายของงานต่อแรงจูงใจในกิจกรรมและผลงาน*. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ขวัญเรือน อัศดรศักดิ์. (2543). *ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพุทธจิตวิทยาต่อการพัฒนาวิธีคิดตามแนวปัญญาและกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักเรียนมัธยมศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำและกลวิธีการเผชิญปัญหาต่ำ*. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว บัณฑิตวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

จันทร์เพ็ญ เมฆราตรี.(2523). *ความชอบที่มีต่อการเปิดเผยตนเองตามการรับรู้ของนักเรียนระดับมะธยมศึกษาตอนปลาย.* วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

เจตน์สันต์ แตงสุวรรณ, พูนสุข ช่วยทอง และ อนงค์นาฎ เหลี่ยมสมบัติ. (2541). *การเห็นคุณค่าในตนเอง วิธีการเผชิญปัญหากับการปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันการติดเชื้อโรคเอดส์ของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิค. วารสารจิตวิทยาคลินิก*.

เติมศักดิ์ คทวณิช.(2540). ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับปัญหาการเรียนและวิธีเผชิญปัญหาทางการเรียนของนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูงสถาบันเทคโนโลยีราชมงคลวิทยาเขตเทคนิคกรุงเทพ. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

นริศว์ ปรารมย์. (2539). *ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับลักษณะการเผชิญปัญหาของนักเรียนวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต วิชาเอกการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ปฏิการ นาครอด. (2550) *อิทธิพลของบุคลิกภาพแบบหลงตนเองต่อปฏิกิริยาตอบสนองเมื่อได้รับการยอมรับหรือถูกปฏิเสธ*. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

พรรณทิพย์ ศิริวรรณบุศย์ และคณะ. (2545). การศึกษารูปแบบความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมของคนไทยกับกระบวนการทางสังคมประกิตของครอบครัวในปัจจุบันที่เอื้อต่อการพัฒนาประเทศ. *รายงานการวิจัย*. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

พรสวรรค์ ตันโชติศรีนนท์. (2547). *อิทธิพลของบุคลิกภาพแบบหลงตนเองต่อความดึงดูดใจแบบโรแมนติก*. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

รัชดา ไชยโยธา. (2543). ความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อในปัจจัยควบคุมภายในและภายนอกกับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาของผู้ถูกคุมความประพฤติในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

วิรัญญา ชาญวิชัย. (2543). *การเปิดเผยตนเองและความชอบพอคู่สนทนาทางอินเทอร์เน็ตของนิสิตนักศึกษา*. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาสังคม คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สุภาพรรณ โคตรจรัส และ ชุมพร ยงกิตติกุล. (2544). *การวัดการเผชิญปัญหา*.กรุงเทพฯ: คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สุภาพรรณ โคตรจรัส และ ชุมพร ยงกิตติกุล. (2545). *ความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูและพฤติกรรมส่วนบุคคลของวัยรุ่นไทย*. กรุงเทพฯ: คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สุภาพรรณ โคตรจรัส ณัฐสุดา เต้พันธ์ และ พงศ์มนัส บุศยประทีป (2555). แบบวัดการเผชิญปัญหา (เอกสารอัดสำเนา). กรุงเทพมหานคร: คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

อุษา เชาวลิต. (2540). ปัจจัยบางประการที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการเผชิญปัญหาของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีศรีธัญญา. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ภาษาอังกฤษ

Alman, I., & Taylor, D. (1973). *Social penetration: The development of interpersonal relationships.* NY: Holt, Rinehart, & Winston.

American Psychiatric Association. (1980). *Diagnostic and statistical manual of mentaldisorder* (3rd ed., text rev.). Washington, DC: Author.

American Psychiatric Association. (1994). *Diagnostic and statistical manual of mentaldisorder* (4th ed., text rev.). Washington, DC: Author.

Billings, A. G., & Moos, R. H. (1982). The role of coping responses and socialresources in attenuating the stress of life events. *Journal of Behavioral Medicine, 4*,139-157.

Campbell, W. K. (1999). Narcissism and romantic attraction [Electronic version]. *Journal of Personality and Social Psychology, 77,* 1254-1270.

Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology, 56*, 267-283.

Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J.K. (1994). Situational coping andcoping disposition in a stressful transaction. *Journal of Personality and Social Psychology, 66*, 184-195.

Chaikin, A. L., & Derlega, V. J. (1974). *Self-disclosure*. Morristown, NJ: General Learning Press.

Cook, S. W., & Heppner, P. P. (1997). A psychometric study of three coping measures. *Educational and Psychological Measurement, 57*, 906-923.

Derlega, V. J., & Chaikin, A. L. (1975). *Sharing intimacy.What we reveal to others and why?* NJ: Prentice-Hall, Inc., Englewood Cliffs.

Ellenson, A. (1981). *Human realtions (2nd ed.)*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Greene, K., Derlega, V. J., & Mathews, A. (2006) *Self-disclosure in personal relationships.* Cambridge University Press.

Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2009).*Multivariate data Analysis (7th ed.)*. Upper Saddle River, NJ: Prentice-Hall.

Hendrick, S. S. (1981). Self-disclosure and marital satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 40, 1150-1159.

Heppner, P. P., Cook, S. W., Wright, D. M., & Johnson, C. W. (1995). Progress in resolving problems: A problem-focused style of coping. *Journal of Counseling Psychology, 42*, 279–293.

Jourard, S. M. (1971). *The Transparent Self.*NY: Litton Educational Publishing.

Jourard, S. M. (1974). *Healthy Personality: An approach from the viewpoint of humanistic* psychology. NY: Macmillan.

Kleinke, C. J. (1990). *Coping with life challenges*. California: Brook/Cole.

Lazarus, R.S. (1966). Psychological stress and the coping process.*New York: McGraw Hill.*

Lazarus, R. S., and Folkman, S. (1984).*Stress Appraisal and Coping*. New York: Spinger Publishing Co.

Mehdizadeh, S. (2010). Self-presentation 2.0: Narcissism and self-esteem on Facebook. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 13,* 357–364

Miller, N. (2002). Personalization and the promise of contact theory.*Journal of Social Issue, 58,* 387-410.

Morf, C. C., & Rhodewalt, F. (2001).Unraveling the paradoxes of narcissism: A dynamic self-regulatory processing model. *Psychological Inquiry*, *12*(4), 177-196.

Ong, E. Y., Ang, R. P., Ho, J., Lim, J. C., Goh, D. H., Lee, C. S., & Chua, A. Y. (2011). Narcissism, extraversion and adolescents' self-presentation on Facebook. *Personality and Individual Differences*, *50*(2), 180-185.

Panek, E., Nardis, Y., & Konrath, S. (2013). Mirror or Megaphone?: How relationships between narcissism and social networking site use differ on Facebook and Twitter. *Computers in Human Behavior*, *29*(5), 2004-2012.

Park, N., Jin, B., & Jin, S.A. (2011).Effacts of self-disclosure on relational initimacy on Facebook.*Computer in Human Behavior*, 27, 1974-1983.

Raskin, R. & Hall, C. S. (1981). The Narcissistic Personality Inventory: Alternate fromreliability and further evidence of construct validity [Electronic version]. *Journal of Personality Assessment, 45,* 159-162.

Raskin, R., & Terry, H. (1988). A principal-components analysis of the Narcissistic Personality Inventory and further evidence of its construct validity.*Journal of personality and social psychology*, *54*(5), 890.

Sheldon, P. (2008). The relationship between unwillingness-to-communicate and students Facebook use. *Journal of Media Psychology*, 20, 67-75.

Sheldon, P. (2009). “I’ll poke you. You’ll poke me!” self-disclosure, social attraction,predictability and trust as important predictors of Facebook relationship. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*.

Tobin, D.L., Holroyd, K.A., Reynolds, R.V., & Wigal, J.K. (1989). The hierarchical factor structure of the coping strategies inventory. *Cognitive Therapy Research*, 13, 61-343.

Trepte, S., Dienlin, T., & Reinecke, L. (2013).*Privacy, self-disclosure, social support, and social network site use: research report of a three-year panel study*.

Verderber, R. F., & Verdreber, K. S. (1997).*Inter-act: Using interpersonal communication skills* (8^{th}ed.). Belmont, CA: Wadsworth.

Wallace, H. M., & Baumeister, R. F. (2002). The performance of narcissists rises and falls with perceived opportunity for glory. *Journal of personality and social psychology*, *82*(5), 819.

Wheeless, L. R. (1978). A follow-up study of the relationship amoung trust, disclosure, and interpersonal solidarity. *Human Communication Research, 4,* 143-157.

Wood, T. J. (1999). *Interpersonal communication: Everyday encounters* (2nd ed.). Belmont, CA: Wadsworth.

Worth, M., Gary, A. L., & Kahn G.M. (1969). Self-disclosure as an exchange process. *Journal of personality and social psychology*.

Zhang W. (2011).*How Motivations of SNSs Use and Offline Social Trust Affect College Students' Self-disclosure on SNSs: An Investigation in China*. Hong Kong: The Chinese University of Hong Kong.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
มาตรวัดที่ใช้ในการวิจัย

แบบสอบถาม

<u>คำชี้แจง</u>

แบบสอบถามชุดนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อสำรวจความรู้สึกและความคิดเห็นของผู้คนในสังคมประเด็นต่าง ๆ โดยไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด และจะไม่ส่งผลกระทบใด ๆ ต่อท่านทั้งสิ้น ข้อมูลต่าง ๆ จะถูกเก็บไว้เป็นความลับ ไม่มีการนำเสนอเป็นรายบุคคล แต่จะนำเสนอโดยภาพรวมเพื่อใช้ประกอบการทำวิจัยเท่านั้น จึงขอความกรุณาท่านตอบคำถามต่อไปนี้ให้ตรงกับตัวท่านมากที่สุด

แบบสอบถามชุดนี้มี 4 ส่วน โปรดอ่านคำชี้แจงในแต่ละส่วน และขอความกรุณาตอบคำถามให้ครบถ้วนทุกส่วน

ขอความกรุณาท่านตอบคำถามให้ครบถ้วนทุกส่วน และทุกข้อ

ขอขอบคุณในความร่วมมือ
นายนียาซคาน ข่านเคน
นายยุทธศาสตร์ จ้อยสอดดง
นายเอสรา อุษณกรกุล

<u>ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล</u>

คำชี้แจง: โปรดใส่เครื่องหมาย ✓ลงใน ☐ หน้าข้อความที่ตรงกับท่านและกรอกข้อความลงในช่องว่าง

1. เพศ ☐ ชาย ☐ หญิง

2. อายุ..... ปี

3. มหาวิทยาลัย .....

4. ชั้นปี ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ อื่น ๆ ระบุ .....

5. คณะ .....

6. คุณใช้เวลาเล่นเฟซบุ๊กเฉลี่ยต่อ<u>วัน</u> ☐ ต่ำกว่า 1 ชั่วโมง ☐ 1-2 ชั่วโมง ☐ 3-4 ชั่วโมง ☐ 5-6 ชั่วโมง ☐ มากกว่า 6 ชั่วโมง

7. คุณอัพเดตสถานะ เพิ่มรูปภาพ/วิดีโอบนเฟซบุ๊กเฉลี่ยต่อ<u>สัปดาห์</u> ☐ ต่ำกว่า 1 ครั้ง ☐ 1-3 ครั้ง ☐ 4-7 ครั้ง ☐ 8-14 ครั้ง ☐ มากกว่า 14 ครั้ง

8. คุณมีแอคเคานต์เฟซบุ๊กมากกว่า 1 แอคเคานต์ ☐ ไม่ใช่ ☐ ใช่ระบุจำนวน ..... แอคเคานต์

9. คุณเป็นแอดมินดูแลเพจบนเฟซบุ๊ก ☐ ไม่ใช่ ☐ ใช่ระบุจำนวน ..... เพจ

10. คุณเล่นเฟซบุ๊กบนโทรศัพท์มือถือ ☐ ไม่ใช่ ☐ ใช่

11. ปัจจุบันคุณอาศัยอยู่ที่ ☐ บ้าน ☐ บ้านญาติ ☐ หอพัก ☐ คอนโดมิเนียม

☐ อื่น ๆ ระบุ .....

<u>ส่วนที่ 2แบบสำรวจการเผชิญปัญหา</u>

คำชี้แจง: โปรดอ่านข้อความในแบบสำรวจ แล้วเลือกคำตอบที่ตรงกับตัวคุณมากที่สุดโดยใช้เครื่องหมาย O บนตัวเลขในส่วนที่ให้เลือกในแต่ละข้อเพียง<u>ตัวเลือกเดียว</u> โปรดตอบให้ตรงกับตัวคุณ หรือความรู้สึกของคุณมากที่สุด โดย<u>ไม่ต้องคำนึง</u>ว่าบุคคลส่วนใหญ่ควรจะตอบอะไร โปรดทำ<u>เรียงตามลำดับและทำทุกข้อ</u> คำตอบในแต่ละข้อมีให้เลือกดังนี้

1 = ไม่ตรงเลย หมายถึง ข้อความนี้ไม่ตรงกับตัวฉันเลย

2 = ไม่ค่อยตรง หมายถึง ข้อความนี้ไม่ค่อยตรงกับตัวฉัน

3= ตรงและไม่ตรงพอ ๆ กัน หมายถึง ข้อความนี้ตรง และไม่ตรงพอ ๆ กันกับตัวฉัน

4= ตรง หมายถึง ข้อความนี้ตรงกับตัวฉัน

5= ตรงมาก หมายถึง ข้อความนี้ตรงกับตัวฉันมาก

เมื่อคุณกำลัง**ประสบปัญหาบางอย่าง หรืออยู่ในสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียด** คุณทำสิ่งต่อไปนี้มากหรือน้อยเพียงใด ขอให้เลือกคำตอบที่ตรงกับตัวคุณมากที่สุด

	ข้อความ	ไม่ตรงเลย 1	ไม่ค่อยตรง 2	ตรงและไม่ตรงพอ ๆ กัน 3	ตรง 4	ตรงมาก 5
1	ฉันรู้ว่าปัญหาเกิดขึ้นจริงแต่ฉันพยายามจะเลี่ยงมัน	1	2	3	4	5
2	ฉันล้มเลิกความพยายามในการแก้ปัญหา	1	2	3	4	5
3	ฉันบอกตัวเองว่าเหตุการณ์ร้ายแรงที่เกิดขึ้น ไม่ได้เกิดขึ้นจริง	1	2	3	4	5

ข้อความ		ไม่ตรงเลย 1	ไม่ค่อยตรง 2	ตรงและไม่ตรงพอ ๆ กัน 3	ตรง 4	ตรงมาก 5
4	ฉันเก็บความรู้สึกต่าง ๆ ไว้คนเดียว	1	2	3	4	5
5	ฉันทำงานหรือกิจกรรมอื่นเพื่อที่จะไม่ได้กังวลกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น	1	2	3	4	5
6	เมื่อเจอกับปัญหา ฉันทำอะไรไม่ถูก	1	2	3	4	5
7	ฉันหมกมุ่นกับปัญหาที่เกิดขึ้น	1	2	3	4	5
8	ฉันคิดว่าฉันเป็นต้นเหตุของปัญหา	1	2	3	4	5
9	ฉันระบายอารมณ์ใส่บุคคลอื่น หรือสิ่งรอบตัว	1	2	3	4	5
10	ฉันกังวลว่าตนเอง จะไม่มีความสุข	1	2	3	4	5
11	ฉันหวังว่ามีปาฏิหาริย์เกิดขึ้นให้สิ่งร้ายๆที่เกิดขึ้นกลับกลายเป็นดี	1	2	3	4	5
12	ฉันยอมรับในสิ่งที่เกิดขึ้น	1	2	3	4	5
13	ไม่ว่าอย่างไรก็ตามฉันต้องแก้ปัญหานั้นให้ได้	1	2	3	4	5
14	ฉันพยายามสงบอารมณ์ลงเมื่อเจอปัญหา	1	2	3	4	5
15	ฉันบอกกับตัวเองว่าฉันต้องผ่านปัญหานี้ไปได้	1	2	3	4	5
16	ฉันพยายามมองปัญหาที่เกิดขึ้นในแง่ดี	1	2	3	4	5
17	ฉันพิจารณาถึงขั้นตอนต่าง ๆ ในการลงมือแก้ปัญหา	1	2	3	4	5
18	ฉันทำกิจกรรมสันทนาการ หรืองานอดิเรกเพื่อผ่อนคลายความเครียด	1	2	3	4	5
19	ฉันรอเวลาให้ได้จังหวะที่เหมาะสมจึงลงมือทำ	1	2	3	4	5
20	ฉันมุ่งอยู่ที่การแก้ปัญหาและไม่ให้มีสิ่งใดมารบกวนความพยายามของฉัน	1	2	3	4	5
21	ฉันแสวงหากำลังใจจากเพื่อนๆ และบุคคลรอบข้าง	1	2	3	4	5
22	ฉันพูดคุยปัญหากับคนอื่น เพื่อช่วยหาทางแก้ปัญหาให้ฉัน	1	2	3	4	5
23	ฉันใช้คำสอนทางศาสนาเป็นที่พึ่งทางใจ เมื่อเกิดปัญหา	1	2	3	4	5
24	ฉันพยายามไม่นึกถึงปัญหานั้น และพยายามที่จะลืมมัน	1	2	3	4	5

	ข้อความ	ไม่ตรงเลย 1	ไม่ค่อยตรง 2	ตรงและไม่ตรงพอ ๆ กัน 3	ตรง 4	ตรงมาก 5
25	ฉันจำนนต่อปัญหา และไม่พยายามแก้ไขอะไรอีก	1	2	3	4	5
26	ฉันไม่สนใจต่อปัญหา เหมือนไม่มีอะไรเกิดขึ้น	1	2	3	4	5
27	ฉันปิดบังความรู้สึกของฉัน	1	2	3	4	5
28	ฉันพยายามคิดถึงเรื่องอื่นเพื่อเบี่ยงเบนความสนใจจากสิ่งที่ทำให้เครียด	1	2	3	4	5
29	เมื่อต้องแก้ปัญหาฉันจะคิดไม่ออกว่าจะทำอย่างไร	1	2	3	4	5
30	ฉันไม่สามารถหยุดคิดถึงปัญหาได้	1	2	3	4	5
31	ฉันบอกตัวเองว่าเป็นความผิดของฉันเอง	1	2	3	4	5
32	เมื่อรู้สึกเครียด หรือพบกับเหตุการณ์ยุ่งยากฉันจะแสดงความหงุดหงิด หรือตีโพยตีพาย	1	2	3	4	5
33	ฉันกังวลว่าอะไรจะเกิดขึ้นกับฉัน	1	2	3	4	5
34	ฉันเฝ้าหวังว่าให้มีเรื่องดี ๆ ที่คาดไม่ถึงเกิดขึ้น	1	2	3	4	5
35	ฉันเรียนรู้ที่จะอยู่กับปัญหาที่เกิดขึ้น	1	2	3	4	5
36	ฉันลงมือแก้ปัญหา จนสุดความสามารถ	1	2	3	4	5
37	ฉันควบคุมอารมณ์เพื่อไม่ให้แสดงอารมณ์นั้นออกมาอย่างไม่เหมาะสม	1	2	3	4	5
38	แม้ปัญหาจะหนัก แต่ฉันก็เชื่อว่าจะสามารถจัดการกับมันได้	1	2	3	4	5
39	ฉันเลือกที่จะมองปัญหาในด้านที่ดีกว่าเดิม	1	2	3	4	5
40	ฉันคิดหาทางที่จะจัดการปัญหาอย่างไรให้ดีที่สุด	1	2	3	4	5
41	ฉันทำกิจกรรมที่ทำให้ฉันเพลิดเพลิน เช่น ฟังเพลง ดูละคร อ่านนิยายเพื่อลดความเครียดที่เกิดขึ้น	1	2	3	4	5
42	ฉันรอคอยเพื่อทำใจให้สงบได้ก่อน จึงลงมือแก้ปัญหา	1	2	3	4	5
43	ฉันวางมือจากกิจกรรมอื่น เพื่อใส่ใจสิ่งที่เกิดขึ้นอย่างเต็มที่	1	2	3	4	5
44	ฉันเล่าปัญหาของฉัน และรู้สึกว่ามีคนเข้าใจและเห็นอกเห็นใจฉัน	1	2	3	4	5

	ข้อความ	ไม่ตรงเลย 1	ไม่ค่อยตรง 2	ตรงและไม่ตรงพอ ๆ กัน 3	ตรง 4	ตรงมาก 5
45	ฉันขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น เช่น พ่อแม่ หรือเพื่อนในการแก้ปัญหา	1	2	3	4	5
46	ฉันทำพิธีกรรมทางศาสนาเพื่อให้รู้สึกสบายใจมากขึ้น	1	2	3	4	5
47	ฉันพยายามที่จะไม่คิดถึงงานที่ยังไม่เสร็จ หรือปัญหาที่ยังไม่แก้	1	2	3	4	5
48	ฉันไม่ทำอะไรอีกต่อไป เพราะคิดว่าคงแก้ปัญหาไม่ได้แล้ว	1	2	3	4	5
49	ฉันพยายามเชื่อว่าปัญหานั้นไม่เคยเกิดขึ้น	1	2	3	4	5
50	ฉันไม่บอกคนรอบตัวว่าฉันกำลังมีปัญหา	1	2	3	4	5
51	ฉันจะทำกิจกรรมอื่น ๆเพื่อจะให้คิดถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นน้อยลง	1	2	3	4	5
52	เมื่อเจอกับปัญหา ฉันไม่มีสมาธิจนทำอะไรไม่ได้	1	2	3	4	5
53	ฉันเอาแต่คิดเรื่องปัญหาซ้ำไปซ้ำมา	1	2	3	4	5
54	ฉันจะพิจารณาตัวเอง และเห็นว่าตัวฉันเองเป็นต้นเหตุของปัญหา	1	2	3	4	5
55	ฉันมีความทุกข์ใจอย่างหนักจนต้องระบายออกมา	1	2	3	4	5
56	ฉันกังวลว่าหากไม่สามารถแก้ไขปัญหาได้ จะเกิดอะไรขึ้นกับฉันในอนาคต	1	2	3	4	5
57	ฉันเฝ้าหวังให้สิ่งศักดิ์สิทธิ์แก้ปัญหาให้ฉัน	1	2	3	4	5
58	แม้ปัญหานั้นจะเป็นสิ่งที่ฉันไม่ต้องการมากเพียงใดแต่ฉันก็ยอมรับว่าต้องเผชิญกับมัน	1	2	3	4	5
59	ฉันพยายามทำทุกอย่างเพื่อแก้ปัญหา	1	2	3	4	5
60	ฉันไม่ปล่อยให้อารมณ์ไปกระทบจนเกิดผลเสียต่อตนเองและผู้อื่น	1	2	3	4	5
61	ฉันคิดว่าปัญหาเช่นนี้คนอื่นก็ผ่านมาได้ ทำไมฉันจะผ่านมันไม่ได้	1	2	3	4	5

	ข้อความ	ไม่ตรงเลย 1	ไม่ค่อยตรง 2	ตรงและไม่ตรงพอ ๆ กัน 3	ตรง 4	ตรงมาก 5
62	ฉันค้นหาสิ่งที่ดีจากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น	1	2	3	4	5
63	ฉันคิดหาวิธีต่าง ๆ เพิ่มจากเดิมในการแก้ปัญหาหรือวางแผนที่ปฏิบัติได้	1	2	3	4	5
64	ฉันจะผ่อนคลายด้วยการหากิจกรรมที่สนุกสนานทำ เช่น การเล่นเกม	1	2	3	4	5
65	ฉันรอเพื่อหาโอกาสที่เหมาะสม จึงลงมือแก้ปัญหา	1	2	3	4	5
66	ฉันละความสนใจจากสิ่งอื่นในขณะที่แก้ปัญหา	1	2	3	4	5
67	ฉันแสวงหาความเข้าใจและความเห็นอกเห็นใจจากผู้อื่น	1	2	3	4	5
68	ฉันขอคำปรึกษาจากผู้ที่มีความรู้หรือผู้เชี่ยวชาญในเรื่องนั้น	1	2	3	4	5
69	ฉันนั่งสมาธิ เจริญภาวนา เพื่อให้จิตใจสงบ	1	2	3	4	5
70	แม้มีปัญหาที่ต้องแก้ไข ฉันก็ทำอะไรไม่ได้สักที	1	2	3	4	5
71	ฉันเก็บอารมณ์และความรู้สึกไว้ อย่างเหมาะสม และไม่เก็บกดจนเกินไป	1	2	3	4	5
72	ฉันบอกตัวเองว่าปัญหาไม่ได้ร้ายแรงเท่าที่คิด	1	2	3	4	5
73	ฉันวางแผนว่าจะแก้ปัญหาอย่างไร	1	2	3	4	5
74	ฉันตั้งสติและควบคุมอารมณ์ไว้ก่อนเมื่อถึงเวลาฉันก็พร้อมที่จะแสดงออกอย่างเหมาะสม	1	2	3	4	5

ส่วนที่ 3แบบทดสอบบุคลิกภาพ

คำชี้แจง: โปรดอ่านข้อความในแบบทดสอบ แล้วเลือกคำตอบที่ตรงกับตัวคุณมากที่สุดโดยใช้เครื่องหมาย ○ บนตัวเลขในส่วนที่ให้เลือกในแต่ละข้อเพียงตัวเลือกเดียว โปรดตอบให้ตรงกับตัวคุณ ความรู้สึก หรือการกระทำของคุณมากที่สุด โดยไม่ต้องคำนึงว่าบุคคลส่วนใหญ่ควรจะตอบอะไร โปรดทำเรียงตามลำดับและทำทุกข้อ

	ข้อความ	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง 1	ค่อนข้างไม่เห็นด้วย 2	เห็นด้วยและไม่เห็นด้วยพอ ๆ กัน 3	ค่อนข้างเห็นด้วย 4	เห็นด้วยอย่างยิ่ง 5
1	ฉันมองว่าตนเองมีอิทธิพลต่อผู้อื่น	1	2	3	4	5
2	ฉันเชื่อว่าฉันมีความสามารถมากกว่าคนอื่น ๆ ในสังคม	1	2	3	4	5
3	ฉันสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้โดยไม่ต้องพึ่งพาใคร	1	2	3	4	5
4	ฉันไม่สนใจว่าใครจะคิดอย่างไร ขอเพียงฉันได้ในสิ่งที่ฉันต้องการก็พอ	1	2	3	4	5
5	คนที่มีความสามารถมากอย่างฉัน ควรจะได้รับการเชิดชูจากคนอื่นมากกว่านี้	1	2	3	4	5
6	ฉันชอบการแสดงออกต่อหน้าผู้คนจำนวนมาก	1	2	3	4	5
7	ฉันรู้สึกดีทุกครั้งเมื่อได้ส่องกระจก	1	2	3	4	5
8	ฉันมักตีความคำพูดของคนอื่น ๆ ว่าพาดพิงถึงฉัน	1	2	3	4	5
9	ฉันชอบให้คนอื่นมาอยู่ใต้อำนาจของฉัน	1	2	3	4	5
10	ฉันมีความรู้ความเชี่ยวชาญมากกว่าคนส่วนใหญ่ที่ฉันรู้จัก	1	2	3	4	5
11	ฉันแก้ปัญหาด้วยตนเอง โดยไม่ต้องอาศัยความช่วยเหลือจากใคร	1	2	3	4	5
12	ขอเพียงให้ได้ในสิ่งที่ฉันต้องการ ฉันก็ไม่สนใจว่าผู้อื่นจะเป็นอย่างไร	1	2	3	4	5
13	ฉันเชื่อว่าฉันสมควรได้รับการยกย่องนับถือจากผู้คน	1	2	3	4	5
14	ฉันชอบการแสดงความสามารถบนเวที	1	2	3	4	5
15	ฉันรู้สึกว่ารูปร่างหน้าตาตัวเองเด่นสะดุดตาคนอื่น	1	2	3	4	5
16	เวลาฉันเดินเข้าไปในห้องเรียนหรือห้องทำงาน ฉันมักคิดว่าคนอื่นกำลังพูดถึงฉัน	1	2	3	4	5
17	ฉันคิดว่าตนเองมีอำนาจเหนือเพื่อนร่วมงานคนอื่น ๆ	1	2	3	4	5
18	ฉันคิดว่า ฉันประสบความสำเร็จมากกว่าคนอื่น	1	2	3	4	5
19	ฉันสามารถอยู่ได้โดยไม่ต้องพึ่งใคร	1	2	3	4	5

	ข้อความ	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง 1	ค่อนข้างไม่เห็นด้วย 2	เห็นด้วยและไม่เห็นด้วยพอ ๆ กัน 3	ค่อนข้างเห็นด้วย 4	เห็นด้วยอย่างยิ่ง 5
20	ฉันเลือกคบคนที่ให้ในสิ่งที่ฉันต้องการ	1	2	3	4	5
21	ฉันคิดว่าฉันควรจะได้สิ่งที่ดีที่สุดเสมอ	1	2	3	4	5
22	ฉันชอบเป็นเป้าสายตา	1	2	3	4	5
23	มีบุคคลเพศตรงข้ามมากมายชื่นชมฉัน	1	2	3	4	5
24	คนรอบข้างเหน็บแนมฉันเสมอ	1	2	3	4	5
25	ฉันสามารถโน้มน้าวใจผู้อื่นให้คล้อยตามได้	1	2	3	4	5
26	ฉันมีความสามารถมากกว่าคนอื่นในหลายๆ ด้าน	1	2	3	4	5
27	ฉันสามารถทำในสิ่งที่ยากๆ ได้สำเร็จโดยไม่ต้องพึ่งใคร	1	2	3	4	5
28	ฉันมักคบหาแต่คนที่มีประโยชน์ต่อตัวฉัน	1	2	3	4	5
29	ฉันควรได้รับคำชมเชยจากคนรอบข้างมากกว่านี้	1	2	3	4	5
30	ฉันชอบเป็นจุดสนใจ	1	2	3	4	5
31	ฉันเป็นคนมีเสน่ห์	1	2	3	4	5
32	ทุกครั้งที่เพื่อนหัวเราะ ฉันเชื่อว่าพวกเขาคงหัวเราะเยาะฉัน	1	2	3	4	5
33	บุคคลรอบข้าง ทำตามความต้องการของฉัน	1	2	3	4	5
34	ฉันเก่งกว่าใคร ๆ	1	2	3	4	5
35	ฉันสามารถอยู่ได้โดยปราศจากความช่วยเหลือจากผู้อื่น	1	2	3	4	5
36	ฉันจะช่วยเหลือใครก็ต่อเมื่อเขามีสิ่งที่ฉันต้องการ	1	2	3	4	5
37	หากมีการแบ่งผลประโยชน์กัน ฉันควรเป็นคนที่ได้มากที่สุด	1	2	3	4	5
38	ฉันชอบเป็นจุดเด่นท่ามกลางผู้คน	1	2	3	4	5
39	ฉันรู้สึกเสมอว่ามีคนคอยมองรูปร่างหน้าตาฉัน	1	2	3	4	5
40	ฉันโดนใส่ร้ายป้ายสีตลอดเวลา	1	2	3	4	5
41	ฉันชอบมีอำนาจสั่งการผู้อื่น	1	2	3	4	5
42	ฉันมั่นใจว่าฉันโดดเด่นกว่าผู้อื่น	1	2	3	4	5
43	ฉันคิดว่าฉันไม่จำเป็นต้องพึ่งพาใคร	1	2	3	4	5

	ข้อความ	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง 1	ค่อนข้างไม่เห็นด้วย 2	เห็นด้วยและไม่เห็นด้วยพอ ๆ กัน 3	ค่อนข้างเห็นด้วย 4	เห็นด้วยอย่างยิ่ง 5
44	ฉันไม่ชอบเสียเวลากับคนที่ไม่มีประโยชน์ต่อตัวฉัน	1	2	3	4	5
45	ฉันต้องการมีอำนาจอย่างแรงกล้า	1	2	3	4	5
46	ฉันจะมีความสุขมากหากได้แสดงความสามารถต่อหน้าคนอื่น	1	2	3	4	5
47	ฉันมีคุณสมบัติบางอย่างที่ดึงดูดสายตาคน	1	2	3	4	5
48	ใคร ๆ ก็คอยจ้องจับผิดฉัน	1	2	3	4	5

ส่วนที่ 4แบบสำรวจการเปิดเผยตนเอง

คำชี้แจง: โปรดอ่านข้อความในแบบสำรวจ แล้วเลือกคำตอบที่ตรงกับตัวคุณมากที่สุดโดยใช้เครื่องหมาย ○ บนตัวเลขในส่วนที่ให้เลือกในแต่ละข้อเพียงตัวเลือกเดียว โปรดตอบให้ตรงกับตัวคุณ ความรู้สึก หรือการกระทำของคุณมากที่สุด โดยไม่ต้องคำนึงว่าบุคคลส่วนใหญ่ควรจะตอบอะไร โปรดทำเรียงตามลำดับและทำทุกข้อ

	ข้อความ	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง 1	ค่อนข้างไม่เห็นด้วย 2	เห็นด้วยและไม่เห็นด้วยพอ ๆ กัน 3	ค่อนข้างเห็นด้วย 4	เห็นด้วยอย่างยิ่ง 5
1	ฉันมักจะเปิดเผยข้อมูลดี ๆ เกี่ยวกับตนเองมากกว่าเรื่องแย่ ๆ ผ่านเฟซบุ๊ก	1	2	3	4	5
2	โดยรวมแล้ว ฉันเปิดเผยตนเองผ่านเฟซบุ๊กในทางด้านบวกมากกว่าลบ	1	2	3	4	5
3	เมื่อฉันเริ่มเปิดเผยตนเองผ่านเฟซบุ๊ก ฉันจะเปิดเผยเรื่องราวที่เป็นส่วนตัวของตนเองอย่างเต็มที่	1	2	3	4	5

	ข้อความ	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง 1	ค่อนข้างไม่เห็นด้วย 2	เห็นด้วยและไม่เห็นด้วย พอ ๆ กัน 3	ค่อนข้างเห็นด้วย 4	เห็นด้วยอย่างยิ่ง 5
4	ฉันมักจะเปิดเผยเรื่องที่เป็นส่วนตัวผ่านเฟซบุ๊กอย่างไม่ลังเล	1	2	3	4	5
5	ฉันรู้สึกว่าในบางครั้งฉันไม่ระวังตัวในการเปิดเผยเรื่องส่วนตัวของตนเองผ่านเฟซบุ๊ก	1	2	3	4	5
6	บ่อยครั้งที่ฉันพูดเกี่ยวกับตนเองผ่านเฟซบุ๊ก	1	2	3	4	5
7	บนเฟซบุ๊กฉันจะพูดคุยอยู่นาน เมื่อฉันพูดคุยเกี่ยวกับตนเอง	1	2	3	4	5
8	ฉันมักจะบรรยายความรู้สึกของตนเองอย่างละเอียดผ่านเฟซบุ๊ก	1	2	3	4	5
9	ฉันรู้ตัวเสมอว่ากำลังพูดหรือทำอะไรลงไปเวลาที่ฉันแสดงความรู้สึกส่วนตัวผ่านเฟซบุ๊ก	1	2	3	4	5
10	เวลาที่ฉันเปิดเผยตนเองผ่านเฟซบุ๊ก ฉันตระหนักรู้ดีว่าตนเองกำลังเปิดเผยอะไรออกไป	1	2	3	4	5
11	เมื่อฉันเปิดเผยความรู้สึกที่ฉันมีเกี่ยวกับตนเองผ่านเฟซบุ๊ก ฉันตั้งใจที่จะเปิดเผย	1	2	3	4	5
12	ฉันเปิดเผยตนเองอย่างตรงไปตรงมาผ่านเฟซบุ๊ก	1	2	3	4	5
13	คำบรรยายเกี่ยวกับความรู้สึก อารมณ์ และประสบการณ์ที่ฉันแสดงออกผ่านเฟซบุ๊ก เกิดจากการรับรู้ตนเองที่ถูกต้องตามจริงเสมอ	1	2	3	4	5

- ขอขอบพระคุณในความร่วมมือ -

ภาคผนวก ข

ตารางที่ ข 1

ตารางแสดงผลการประเมินความสอดคล้อง ระหว่างจุดประสงค์กับรูปแบบและเนื้อค่า (ค่า IOC) ของงานวิจัย

ข้อกระทงคำถามสำหรับการวิจัย	ความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิ			รวม	IOC	ความหมาย
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3			
1. I usually don't disclose negative things about myself. ฉันมักจะไม่เปิดเผยสิ่งที่เป็นด้านลบเกี่ยวกับตนเองในเฟซบุ๊ก	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
2. I often reveal more desirable things about myself than undesirable things. ฉันมักจะเผยให้เห็นสิ่งที่พึงประสงค์เกี่ยวกับตัวเองมากกว่าสิ่งที่ฉันไม่พึงประสงค์บนเฟซบุ๊ก	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
3. On the whole, my disclosures about myself are more positive than negative. โดยรวมแล้ว ฉันเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊กในทางด้านบวกมากกว่าลบ	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
4. Once I get started, I intimately and fully reveal myself in my self-disclosures. เมื่อฉันจะเริ่มต้นเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก ฉันจะเปิดเผยเรื่องส่วนตัวและเปิดเผยตัวเองอย่างเต็มที่	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
5. I often disclose intimate, personal things about myself without hesitation. ฉันมักจะเปิดเผยเรื่องส่วนตัวของฉันบนเฟซบุ๊กอย่างไม่ลังเล	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
6. I feel that I sometimes do not control my self-disclosure of personal or intimate	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้

things I tell about myself. ฉันรู้สึกว่าบางครั้งฉันจะไม่ควบคุมตนเองในการเปิดเผยเรื่องส่วนตัวของฉันลงบนเฟซบุ๊ก						
7. I often talk about myself on Facebook. ฉันมักจะพูดคุยเกี่ยวกับเรื่องของตนเองบนเฟซบุ๊ก	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
8. My conversation lasts long time on Facebook when I am discussing myself บทสนทนาของฉันอยู่บนเฟซบุ๊กนาน เมื่อฉันพูดคุยเกี่ยวกับตนเอง	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
9. My statements of my feelings usually are not brief on Facebook คำบรรยายเกี่ยวกับความรู้สึกของฉันบนเฟซบุ๊กมักจะละเอียด	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
10. When I express my personal feelings on Facebook, I am always aware of what I am doing and saying ในขณะที่ฉันแสดงออกทางความรู้สึกส่วนตัวบนเฟซบุ๊ก ฉันมักจะรู้ตัวเสมอว่ากำลังทำอะไรลงไป	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
11. I am self-disclosing on Facebook, I am consciously aware of what I am revealing. ในขณะที่ฉันเปิดเผยตนเองบนเฟซบุ๊ก ฉันรู้ตัวในสิ่งที่ฉันเปิดเผย	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
12. When I reveal my feelings about myself on Facebook, I consciously intend to do so. ในขณะที่ฉันเปิดเผยความรู้สึกของฉันบนเฟซบุ๊ก ฉันมีความตั้งใจที่จะทำมัน	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
13. I am always honest in my self-disclosures	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้

ฉันมีความซื่อสัตย์ในการเปิดเผยตนเอง						
14. My statements about my feelings, emotions, and experiences are always accurate self-perceptions คำบรรยายเกี่ยวกับความรู้สึก อารมณ์ และประสบการณ์ของฉัน มักจะตรงกับความรับรู้ของฉัน	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
เฉลี่ย	13	13	13	69	1	ใช้ได้

ตารางที่ ข 2

ผลการวิเคราะห์รายข้อของมาตรวัดการเปิดเผยตนเอง โดยการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามแต่ละข้อกับข้อคำถามอื่น ๆ ทั้งหมดโดยไม่แยกด้าน (corrected Item-Total correlation-CITC) และค่าสัมประสิทธิ์ความคงที่ภายในแบบแอลฟา (Cronbach's coefficient of internal consistency) ของแบบสอบถามในการสร้างมาตรการวัด โดยมี (N = 85)

ข้อ	ข้อความ	ค่าที (t)	CITC (N = 85)
1	ฉันมักจะไม่เปิดเผยสิ่งที่เป็นด้านลบเกี่ยวกับตนเองผ่านเฟซบุ๊ก	1.84	-.01
2	ฉันมักจะเปิดเผยข้อมูลดี ๆ เกี่ยวกับตนเองมากกว่าเรื่องแย่ ๆ ผ่านเฟซบุ๊ก	2.39	.35
3	โดยรวมแล้ว ฉันเปิดเผยตนเองผ่านเฟซบุ๊กในทางด้านบวกมากกว่าลบ	2.07	.39
4	เมื่อฉันเริ่มเปิดเผยตนเองผ่านเฟซบุ๊ก ฉันจะเปิดเผยเรื่องราวที่เป็นส่วนตัวของตนเองอย่างเต็มที่	8.55	.72
5	ฉันมักจะเปิดเผยเรื่องที่เป็นส่วนตัวผ่านเฟซบุ๊กอย่างไม่ลังเล	8.92	.70
6	ฉันรู้สึกว่าในบางครั้งฉันไม่ระวังตัวในการเปิดเผยเรื่องส่วนตัวของตนเองผ่านเฟซบุ๊ก	5.65	.45
7	บ่อยครั้งที่ฉันพูดเกี่ยวกับตนเองผ่านเฟซบุ๊ก	9.24	.74
8	บนเฟซบุ๊กฉันจะพูดคุยอยู่นาน เมื่อฉันพูดคุยเกี่ยวกับตนเอง	6.28	.66
9	ฉันมักจะบรรยายความรู้สึกของตนเองอย่างละเอียดผ่านเฟซบุ๊ก	5.60	.63
10	ฉันรู้ตัวเสมอว่ากำลังพูดหรือทำอะไรลงไปเวลาที่ฉันแสดงความรู้สึกส่วนตัว	2.94	.38

	ผ่านเฟซบุ๊ก		
11	เวลาที่ฉันเปิดเผยตนเองผ่านเฟซบุ๊ก ฉันตระหนักรู้ดีว่าตนเองกำลังเปิดเผยอะไรออกไป	2.73	.39
12	เมื่อฉันเปิดเผยความรู้สึกที่ฉันมีเกี่ยวกับตนเองผ่านเฟซบุ๊ก ฉันตั้งใจที่จะเปิดเผย	2.98	.43
13	ฉันมีความซื่อสัตย์ในการเปิดเผยตนเองผ่านเฟซบุ๊ก	1.18	.06
14	คำบรรยายเกี่ยวกับความรู้สึก อารมณ์ และประสบการณ์ที่ฉันแสดงออกผ่านเฟซบุ๊ก เกิดจากการรับรู้ตนเองที่ถูกต้องตามจริงเสมอ	3.87	.47
	มาตรวัดการเปิดเผยตนเองทั้งฉบับ มีค่า Alpha		.85

ตารางที่ ข 3

ข้อคำถามแต่ละข้อกับข้อคำถามอื่น ๆ ทั้งหมดโดยไม่แยกด้าน (corrected item-total correlation-CITC) และค่าสัมประสิทธิ์ความคงที่ภายในแบบแอลฟา (Cronbach's coefficient of internal consistency) ของแบบสอบถามในการสร้างมาตรการวัด โดยมี (N = 100)

ข้อ	ข้อความ	ค่าที (t)	CITC ครั้งที่ 1 (N =100)	CITC ครั้งที่ 2 (N = 100)
1	ฉันเปิดเผยสิ่งที่เป็นด้านลบเกี่ยวกับตนเองผ่านเฟซบุ๊ก	1.83	.07	-
2	ฉันมักจะเปิดเผยข้อมูลดี ๆ เกี่ยวกับตนเองมากกว่าเรื่องแย่ ๆ ผ่านเฟซบุ๊ก	2.42	.17	.27
3	โดยรวมแล้ว ฉันเปิดเผยตนเองผ่านเฟซบุ๊กในทางด้านบวกมากกว่าลบ	2.42	.14	.23
4	เมื่อฉันเริ่มเปิดเผยตนเองผ่านเฟซบุ๊ก ฉันจะเปิดเผยเรื่องราวที่เป็นส่วนตัวของตนเองอย่างเต็มที่	8.72	.62	.60
5	ฉันมักจะเปิดเผยเรื่องที่เป็นส่วนตัวผ่านเฟซบุ๊กอย่างไม่ลังเล	7.38	.56	.53
6	ฉันรู้สึกว่าในบางครั้งฉันไม่ระวังตัวในการเปิดเผยเรื่องส่วนตัวของ	4.48	.28	.25

	ตนเองผ่านเฟซบุ๊ก			
7	บ่อยครั้งที่ฉันพูดเกี่ยวกับตนเองผ่านเฟซบุ๊ก	9.44	.68	.63
8	บนเฟซบุ๊กฉันจะพูดคุยอยู่นาน เมื่อฉันพูดคุยเกี่ยวกับตนเอง	6.77	.52	.51
9	ฉันมักจะบรรยายความรู้สึกของตนเองอย่างละเอียดผ่านเฟซบุ๊ก	7.32	.56	.52
10	ฉันรู้ตัวเสมอว่ากำลังพูดหรือทำอะไรลงไปเวลาที่ฉันแสดงความรู้สึกส่วนตัวผ่านเฟซบุ๊ก	3.40	.27	.30
11	เวลาที่ฉันเปิดเผยตนเองผ่านเฟซบุ๊ก ฉันตระหนักรู้ดีว่าตนเองกำลังเปิดเผยอะไรออกไป	2.99	.22	.27
12	เมื่อฉันเปิดเผยความรู้สึกที่ฉันมีเกี่ยวกับตนเองผ่านเฟซบุ๊ก ฉันตั้งใจที่จะเปิดเผย	5.20	.42	.43
13	ฉันเปิดเผยตนเองอย่างตรงไปตรงมา	4.35	.32	.28
14	คำบรรยายเกี่ยวกับความรู้สึก อารมณ์ และประสบการณ์ที่ฉันแสดงออกผ่านเฟซบุ๊ก เกิดจากการรับรู้ตนเองที่ถูกต้องตามจริงเสมอ	2.60	.23	.25
	มาตรวัดการเปิดเผยตนเองทั้งฉบับ มีค่า Alpha		.75	.77