

คณะจิตวิทยา

ความสัมพันธ์ระหว่างการกำกับการแสดงออกของตนและการนำเสนอตนเอง
ในพฤติกรรมการใช้เฟสบุ๊ค

นางสาวศิราภา วงษ์ทองสุข เลขประจำตัวนิสิต 513 74970 38

นางสาวสุคนธ์เพชร ผลประดิษฐ์ฐานนท์ เลขประจำตัวนิสิต 513 75060 38

โครงการทางจิตวิทยานี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต

สาขาวิชาจิตวิทยา

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2554

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-MONITORING AND
SELF-PRESENTATION IN FACEBOOK USING BEHAVIOR

Miss Sirapa	Wongthongsuk	513 74970 38
Miss Sukonphet	Phonpradittanon	513 75060 38

A Senior Project Submitted in Partial Fulfillment of the requirements

For the Degree of Bachelor of Science in Psychology

Faculty of Psychology

Chulalongkorn University

Academic year 2554

Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อโครงการวิจัย

ความสัมพันธ์ระหว่างการกำกับการแสดงออกของตนและ
การนำเสนอตนเองในพฤติกรรมการใช้เฟสบุ๊ค

โดย

ศิรภา วงษ์ทองสุข และสุคนธ์เพชร ผลประดิษฐ์านนท์

หลักสูตร

ปริญญาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา

อาจารย์ที่ปรึกษาโครงการ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ชูพงศ์ ปัญจมะวัต

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้นับโครงการวิจัยฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่ง
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาบัณฑิต



..... อาจารย์ที่ปรึกษาโครงการวิจัย

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ชูพงศ์ ปัญจมะวัต)

ศิราภา วงษ์ทองสุข และ สุคนธ์เพชร ผลประดิษฐานนท์ : ความสัมพันธ์ระหว่างการกำกับการแสดงออกและการนำเสนอตนเองในพฤติกรรมการใช้เฟสบุ๊ค (THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-MONITORING AND SELF-PRESENTATION IN FACEBOOK USING BEHAVIOR)

อ.ที่ปรึกษา ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ชูพงศ์ ปัญจมะวัต, 56 หน้า

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการกำกับการแสดงออกและการนำเสนอตนเองในพฤติกรรมการใช้เฟสบุ๊ค กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นิสิตปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 200 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ มาตรการกำกับการแสดงออกของตน และมาตรการนำเสนอตนเองผ่านเฟสบุ๊ค สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลคือ สถิติของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน ผลการวิจัยสรุปได้ ดังนี้

คะแนนการกำกับการแสดงออกของตนไม่มีสหสัมพันธ์กับคะแนนการนำเสนอตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .111, p < .05$)

หลักสูตร.....ปริญญาบัณฑิต จิตวิทยา.....ลายมือชื่อนิสิต..... *ก้อง อภิรักษ์กุล*.....

..... *จตุพร พ.*.....

สาขาวิชา.....จิตวิทยา..... ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา..... *จตุพร*.....

ปีการศึกษา.....2554.....

513 74970 38 ## 513 75060 38: MAJOR BACHELOR OF SCIENCES IN
PSYCHOLOGY

KEYWORDS: SELF-MONITORING / SELF-PRESENTATION IN FACEBOOK USING
BEHAVIOR

SIRAPA WONGTHONGSUK AND SUKONPHET PHONPRADITTANON:
THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-MONITORING AND SELF-PRESENTATION
IN FACEBOOK USING BEHAVIOR PROJECT ADVISOR:
ASSISTANT PROFESSOR CHUPONG PANJAMAWAT, 56 pp.

The objective of this study was to investigate the relationship between self-
monitoring and self-presentation in facebook using behavior. Participants were 200
students in Chulalongkorn University. The instruments were 1) Self-Monitoring Scale 2)
Self-Presentation in facebook. Pearson's product moment correlation analysis was used
as statistical tool for data analysis.

Results showed that:

Level of Self-monitoring significantly dissociated with Self-presentation in facebook
using behavior. ($r = .111, p < .05$)

Program.....Bachelor of Science..... Student's signature *Sirapa Wongthongsuk*.....

Sukonphet Phonpradittanon.....

Field of study.....Psychology.....Advisor's signature *Chupong P.*.....

Academic Year.....2011.....

กิตติกรรมประกาศ

โครงการทางจิตวิทยาฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความกรุณาของ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ชูพงศ์ ปัญจมะวัต อาจารย์ที่ปรึกษาโครงการ ที่ให้คำปรึกษา คำแนะนำ แนวคิด รวมถึงการพิจารณาตรวจแก้ไข ปรับปรุงเนื้อหาโครงการด้วยความช่วยเหลืออย่างยิ่ง รวมทั้งรับฟังความคิดเห็น และให้อิสระในการตัดสินใจเสมอมา สิ่งเหล่านี้ทำให้ผู้วิจัยมีกำลังใจในการฝ่าฟันอุปสรรคที่เกิดขึ้น ในช่วงเวลาการทำโครงการนี้ ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความเมตตากรุณาที่อาจารย์มอบให้ จึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ไว้ ณ โอกาสนี้

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ธีระพร อูวรรณโณ ที่กรุณาอนุญาตให้ใช้ มาตรการของท่านในการศึกษาวิจัย อาจารย์จรุงกุล บุรพงศ์ ที่กรุณาตรวจสอบความถูกต้องของ มาตรการที่ใช้ในการวิจัย และอาจารย์กมลกานต์ จินข้าง ที่กรุณาอนุญาตนำมาตรการของท่านมา พัฒนาเพื่อใช้ในการวิจัยต่อไปรวมถึงให้คำปรึกษา แนะนำ จึงทำให้การวิจัยในครั้งนี้ลุล่วงไปด้วยดี

ศิราภา วงษ์ทองสุข

สุคนธ์เพชร ผลประดิษฐานนท์

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช-ช
สารบัญตาราง.....	ณ
 บทที่ 1 บทนำ	
ความเป็นมาและความสำคัญ.....	1
ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	3
วัตถุประสงค์ในการวิจัย.....	14
สมมติฐานในการวิจัย.....	14
ขอบเขตของการวิจัย.....	14
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย.....	14
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	16
 บทที่ 2 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย.....	
การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	17
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	17
การสร้างและพัฒนาเครื่องมือ.....	17

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
การวิเคราะห์ข้อมูลและการนำเสนอข้อมูล.....	18
บทที่ 3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	19
บทที่ 4 การอภิปรายผล.....	33
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ.....	35
รายการอ้างอิง.....	38
ภาคผนวก	
ภาคผนวก ก.	40
ภาคผนวก ข.	42
ประวัติผู้เขียนโครงงานวิจัย.....	48

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1-4	ตารางแสดงลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง ตามเพศ อายุ ชั้นปี และคณะ.....	19-21
5-14	ตารางแสดงค่ามัชฌิมเลขคณิต ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน คะแนนสูงสุด คะแนนต่ำสุด และพิสัยของค่าเฉลี่ยของตัวแปรที่ศึกษาของมาตรประเมิน พฤติกรรมกรกำกับตนเอง.....	22-27
15-19	ตารางแสดงค่ามัชฌิมเลขคณิต ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน คะแนนสูงสุด คะแนนต่ำสุด และพิสัยของค่าเฉลี่ยของตัวแปรที่ศึกษาของมาตรประเมิน พฤติกรรมกรนำเสนอดตนเองจากการใช้เฟสบุ๊ค.....	28-30
20-21	ตารางแสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการกำกับกรแสดงออก และการนำเสนอดตนเองจากการใช้เฟสบุ๊ค.....	31-32

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญ

ในยุคปัจจุบัน นับว่าเป็นยุคที่อุตสาหกรรมเจริญรุ่งเรือง มนุษย์นำเครื่องจักรมาใช้เป็นเครื่องทุ่นแรงในการผลิตสินค้าและบริการต่างๆ แทนการใช้แรงงานมนุษย์ รวมถึงมีการนำเทคโนโลยีต่างๆ มาใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน ทำให้เกิดสิ่งอำนวยความสะดวกมากมายที่ตอบสนองความต้องการของมนุษย์

เมื่อกล่าวถึงเทคโนโลยีแล้ว อินเทอร์เน็ตนับว่าเป็นเทคโนโลยีพื้นฐานซึ่งเป็นที่รู้จักและมีการใช้งานกันอย่างแพร่หลาย การที่ผู้วิจัยกล่าวถึงคำว่าเทคโนโลยีพื้นฐานนั้น เนื่องจากในสถาบันการศึกษา ตั้งแต่ระดับประถม มัธยม อุดมศึกษา บุคลากรในหน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชน รวมถึงประชาชนทั่วไปมีการใช้อินเทอร์เน็ตเพื่อประโยชน์ในหลากหลายด้าน ไม่ว่าจะเป็นการค้นคว้าข้อมูลเพื่อประโยชน์ทางการศึกษาการติดตามข่าวสารต่างๆ หรือเป็นแหล่งที่ให้ความบันเทิง ด้วยวัตถุประสงค์ในการตอบสนองความต้องการของผู้ใช้อินเทอร์เน็ต ผู้ให้บริการจึงมีการพัฒนาเว็บไซต์ต่างๆ ให้ความหลากหลาย เหมาะสมกับรูปแบบการใช้งานของแต่ละกลุ่ม ปัจจุบันมีเว็บไซต์จำนวน 9,279 เว็บไซต์ โดยแบ่งเป็นหมวดหมู่เว็บไซต์ที่ได้รับการจดทะเบียนพาณิชย์อิเล็กทรอนิกส์ แบ่งเป็นการศึกษา 157 เว็บไซต์ เกม ของเล่นเด็ก ของขวัญ เบ็ดเตล็ด 497 เว็บไซต์ ท่องเที่ยว 833 เว็บไซต์ บันเทิงและนันทนาการ 176 เว็บไซต์ เครื่องมือสื่อสาร/กล่อง 135 เว็บไซต์ ศิลปะและวัฒนธรรม 89 เว็บไซต์ คอมพิวเตอร์และอินเทอร์เน็ต 2,071 เว็บไซต์ แฟชั่น/เครื่องแต่งกาย/เครื่องประดับ 1,269 เว็บไซต์ เครื่องมือเครื่องใช้ อุตสาหกรรม 392 เว็บไซต์ กีฬาและสันทนาการ 57 เว็บไซต์ ข่าว-สื่อ 96 เว็บไซต์ การเงิน กฎหมายและบัญชี 134 เว็บไซต์ บุคคล/สังคม/มนุษยวิทยา 112 เว็บไซต์ ยานยนต์ 176 เว็บไซต์ การแพทย์และสุขภาพ 871 เว็บไซต์ อาหารและเครื่องดื่ม 169 เว็บไซต์ อสังหาริมทรัพย์/ออกแบบ/ตกแต่ง/บ้านและสวน 269 เว็บไซต์ ค้าปลีก 18 เว็บไซต์ และอื่นๆ 1,758 เว็บไซต์ อ้างอิงจาก <http://www.dbd.go.th/edirectory> ซึ่งเป็นเว็บไซต์ของกรมพัฒนาธุรกิจการค้าของกระทรวงพาณิชย์ ซึ่งเป็นองค์กรที่มีความเป็นเลิศในการให้บริการจดทะเบียนกำกับดูแล บริการข้อมูลและพัฒนาผู้ประกอบการธุรกิจให้เข้มแข็งและยั่งยืน จะเห็นได้ว่ามีเว็บไซต์หลายรูปแบบ ทำให้เพียงพอต่อการใช้งานของผู้ใช้อินเทอร์เน็ต

ในการดำเนินชีวิตประจำวัน มนุษย์มีการสื่อสารระหว่างกัน ตั้งแต่สังคมแห่งแรกคือครอบครัว เนื่องด้วยมนุษย์เป็นสัตว์สังคม จึงอยู่อาศัยกันเป็นกลุ่ม มีการพัฒนาขนาดของกลุ่มเป็นชุมชนและสังคมด้วยเหตุนี้เอง เมื่อโลกของอินเทอร์เน็ตมีผู้ใช้บริการจำนวนมาก ก็ย่อมเกิดเป็นสังคมตามมา อินเทอร์เน็ตนั้นเชื่อมโยงผู้ใช้บริการทั่วโลก ทำให้การติดต่อสื่อสารทางไกลเป็นไปได้ง่ายขึ้นโดยไม่มีข้อจำกัดในเรื่องของความห่างของระยะทางในการติดต่อสื่อสารของผู้ใช้บริการ เครือข่ายทางสังคม หรือ Social network จึงถือกำเนิดขึ้นเพื่อตอบสนองความต้องการเหล่านี้

วิกิพีเดีย สารานุกรมเสรีได้ให้นิยามว่า Social Network คือ โครงสร้างทางสังคมซึ่งสร้างมาจากกลุ่มบุคคลหรือองค์การ เรียกว่า "nodes" ซึ่งเชื่อมโยงโดยการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกันหนึ่งหรือมากกว่าหนึ่งประเภท เช่น มิตรภาพ วงศาคณาญาติ ความสนใจทั่วไป การแลกเปลี่ยนทางการเงิน ความไม่ชอบ ความสัมพันธ์ ความรู้ หรือ ความเคารพนบนอบ ตัวอย่างของ social network อย่างหนึ่งได้แก่ เฟซบุ๊ก

วิกิพีเดีย สารานุกรมเสรีได้ให้นิยามว่า Facebook (เฟซบุ๊ก) คือ เว็บไซต์และบริการเครือข่ายทางสังคม เปิดใช้งานเมื่อวันที่ 4 กุมภาพันธ์ พ.ศ.2547 มีเจ้าของและผู้ดำเนินงานคือ บริษัท เฟซบุ๊ก (Facebook, Inc.) ผู้ใช้สามารถสร้างข้อมูลส่วนบุคคล รูปถ่าย ข้อมูลที่สามารถใช้ติดต่อได้ เพิ่มผู้ใช้รายอื่นเป็นเพื่อน แลกเปลี่ยนข้อความ รวมถึงได้รับแจ้งโดยทันทีเมื่อพวกเขาปรับปรุงข้อมูลส่วนตัว ผู้ใช้สามารถเข้าร่วมกลุ่มที่มีความสนใจส่วนตัวซึ่งจัดระบบตามสถานที่ทำงาน โรงเรียน มหาวิทยาลัย หรืออื่นๆ สามารถสื่อสารกับเพื่อนและผู้ใช้เฟซบุ๊กรายอื่นได้ นับว่าเป็นเครือข่ายทางสังคมซึ่งเป็นที่นิยมและใช้งานกันอย่างแพร่หลายไปทั่วโลก เนื่องจากผู้ใช้เฟซบุ๊กสามารถติดต่อสื่อสารกับผู้ใช้เฟซบุ๊กรายอื่นได้สะดวกและรวดเร็ว แลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสาร ความคิดเห็นระหว่างกัน อีกทั้งยังมีแหล่งที่ให้ความบันเทิง ไม่ว่าจะเป็นเกม แอปพลิเคชันต่างๆ มีการนำรูปถ่ายมาประกอบการนำเสนอประวัติส่วนบุคคล ซึ่งบุคคลมักจะเลือก รูปถ่ายที่แสดงถึงลักษณะที่น่าพึงปรารถนาทางสังคมเพื่อให้มีความน่าสนใจและสร้างความประทับใจกับผู้ใช้เฟซบุ๊กรายอื่น นอกจากนี้ ยังมีการนำเสนอลักษณะซึ่งเป็นที่น่าพึงปรารถนาทางสังคมในประวัติส่วนบุคคลอีกด้วย เช่น งานอดิเรกที่น่าสนใจ

ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการกำกับการแสดงออกของตนกับการนำเสนอตนเองในพฤติกรรมการใช้เฟซบุ๊ก

ทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

การกำกับการแสดงออกของตน (Self-monitoring)

ลักษณะของการกำกับการแสดงออกของตนเองถูกค้นพบโดยมาร์ค สไนเดอร์ หมายถึงระดับที่บุคคลตั้งใจควบคุมความประทับใจต่อผู้อื่นในการปฏิสัมพันธ์ทางสังคม แต่แต่ละบุคคลมีความตระหนักรู้ตัวว่าตนเองถูกผู้อื่นรับรู้อย่างไรแตกต่างกันไป

ในการศึกษาเกี่ยวกับ “ตน” (Self) ของ Snyder ได้กล่าวไว้ว่า มนุษย์ไม่สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ตามลำพัง จำเป็นต้องมีการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นภายในสังคม ซึ่งแต่ละบุคคลจะมีการกำกับการแสดงออกทางคำพูดและการกระทำที่แตกต่างกันไป ทั้งนี้เพื่อเป็นการสร้างภาพพจน์ที่เหมาะสมในแต่ละสถานการณ์ (นันทารัตน์ ดันตยารวาพันธุ์, 2537) ทฤษฎีการกำกับการแสดงออกของตน มีพื้นฐานมาจากทฤษฎีบทบาท (Role Theory) ซึ่งกล่าวถึงการแสดงตน (Self-Presentation) บทบาท และการกระทำต่างๆที่บุคคลแสดงออกมาเมื่อมีการปฏิสัมพันธ์ทางสังคม นอกจากนี้ ทฤษฎีการกำกับการแสดงออกของตนยังสัมพันธ์กับทฤษฎีการทำตนให้เป็นที่ชื่นชอบ (Ingratiation Theory) และทฤษฎีการก่อสร้างความประทับใจ (Impression Management Theory) ซึ่งแต่ละบุคคลจะมีความสามารถและแรงจูงใจในการแสดงพฤติกรรมเพื่อให้เกิดความประทับใจกับบุคคลที่มีปฏิสัมพันธ์ด้วยแตกต่างกันไป

เมื่ออ้างอิงจาก Snyder 1979,1986 แล้ว ผู้ที่มีระดับการกำกับการแสดงออกสูง (High self-monitoring) จะอ่อนไหวต่อวิธีนำเสนอตนเอง พวกเขาหาข้อมูลเกี่ยวกับความคาดหวังในการประพฤติตนในสถานการณ์ต่างๆ และปรับพฤติกรรมเมื่อจำเป็นเพื่อสร้างความประทับใจ สำหรับผู้ที่มีระดับการกำกับการแสดงออกสูงนั้น จะมีความคิดที่ว่า โลกทั้งหมดคือเวที พวกเขาควบคุมอารมณ์ได้ดี และสามารถ feign อารมณ์ได้เมื่อจำเป็น พวกเขาจัดการกับ สัญญาณซึ่งไม่ใช่คำพูด (เช่น การแสดงสีหน้าและการกระทำ) ซึ่งมักจะเป็นไปอย่างเป็นธรรมชาติในบุคคลทั่วไป นอกจากนี้ยังสามารถบ่งชี้พฤติกรรมลวงของการจัดการความประทับใจในผู้อื่นได้ (Jones & Baumeister, 1976) นอกจากนี้ คนที่มีการกำกับการแสดงออกสูง จะมีความไวต่อสิ่งชี้แนะในสิ่งแวดล้อม มีการควบคุมตนในเหตุการณ์ต่างๆ แสดงออกตามความต้องการของคนในสังคม มีทักษะทางสังคมสูง มีการปรับพฤติกรรมให้เข้ากับสถานการณ์ต่างๆ แสดงพฤติกรรมอย่างเหมาะสม ระมัดระวังภาพลักษณ์ของตน

ที่แสดงออกในสถานการณ์ทางสังคม โดยปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ ทำให้มีพฤติกรรมที่ไม่สอดคล้องกัน

ในขณะเดียวกัน ผู้ที่มีระดับการกำกับการแสดงออกต่ำ (Low self-monitoring) มีความกังวลเกี่ยวกับความประทับใจต่อผู้อื่นน้อย โดยประพฤติตนอย่างเป็นธรรมชาติและมีทักษะในการหาคำตอบว่าผู้อื่นต้องการเห็นสิ่งใดน้อยกว่า และมีแนวโน้มที่จะเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อสนองความคาดหวังของผู้อื่นน้อยกว่า นอกจากนี้ คนที่มีการกำกับการแสดงออกของตนต่ำ จะไม่ค่อยสนใจสิ่งชี้แนะในสิ่งแวดล้อม แสดงออกในลักษณะเป็นตัวของตัวเอง ยึดมั่นในหลักการของตน มีความมั่นคง มักแสดงออกถึงอารมณ์และความรู้สึกที่แท้จริงของตน และมีความสอดคล้องกับเจตคติของตน ให้ความสนใจกับการปรากฏกายต่อผู้อื่นน้อย พวกเขาต้องการเป็นตัวของตัวเองไม่ว่าจะอยู่ในสภาพแวดล้อมแบบใดก็ตาม จึงทำให้มีพฤติกรรมสอดคล้องกันมากกว่า (Snyder, 1987)

หนึ่งในปัจจัยในการกำหนดขอบเขตที่บุคคลจะปรับพฤติกรรมให้เข้ากับสถานการณ์ทางสังคมคือระดับที่บุคคลพยายามควบคุมความประทับใจต่อผู้อื่น เพื่อที่พวกเขาจะได้เป็น "บุคคลที่ถูกต้องในสถานที่ที่ถูกต้องในเวลาที่ถูกต้อง"

Snyder (1987) ได้สรุปแนวคิดทางทฤษฎีเกี่ยวกับเรื่องตัวตน ซึ่งมีผลต่อการกำกับการแสดงออกของตนไว้ 5 ประเด็น คือ

1. ตัวตนในฐานะความจริงกับนิยาย (Fact Vs. Fiction)
2. ตัวตนในฐานะผู้รู้กับสิ่งที่รู้ (Knower Vs. Know)
3. ตัวตนในฐานะโครงสร้างกับกระบวนการ (Structure Vs. Process)
4. ตัวตนในฐานะเดียวกับหลากหลาย (Single Vs. Multiple)
5. ตัวตนในฐานะคงเส้นคงวากับไม่คงเส้นคงวา (Consistency Vs. Inconsistency)

การกำกับการแสดงออกของตนเป็นสิ่งที่แสดงถึงความสัมพันธ์ระหว่างความเป็นจริงส่วนบุคคล (Private Realities) และปรากฏตัวในที่สาธารณะ (Public Appearances) ซึ่ง Snyder (1987) ได้เสนอแนวคิดเกี่ยวกับ "ตน" (Self) ไว้ว่า บุคคลที่มี LSM เปรียบเสมือนตนในหลักการ

(Principled Theory of Self) ซึ่งมีความคิดเป็นของตนเอง ยึดมั่นในหลักการ ค่านิยม เจตคติของตน และแสดงพฤติกรรมทางสังคมที่สอดคล้องกับความรู้สึกนึกคิดของตน ในทางตรงกันข้าม บุคคลที่มี HSM เปรียบเสมือนตนในทางปฏิบัติ (Pragmatic Theory of Self) บุคคลประเภทนี้จะสามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสมเมื่อต้องการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นในสถานการณ์ที่แตกต่างกันออกไป

มโนทัศน์ของการกำกับการแสดงออกของตน

คนเรามีความแตกต่างในการกำกับการแสดงออกของตน ทั้งการสังเกต การจัดการ และการควบคุม การปรากฏกายต่อหน้าที่สาธารณะและในการปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้าง ซึ่งผลของการมีการกำกับการแสดงออกของตนที่แตกต่างกันนี้ มีอิทธิพลต่อการมองโลก การปฏิสัมพันธ์และกระบวนการในการสร้างความผูกพันของบุคคลด้วย

Mark Snyder (1987) ได้ให้ความหมายของกำกับการแสดงออกของตน (Self-Monitoring) ไว้ว่า หมายถึง “การสังเกตตนเอง และการควบคุมตนเอง โดยอาศัยสถานการณ์เป็นตัวชี้แนะ เพื่อการแสดงออกในสังคมอย่างเหมาะสม” คนที่มีการกำกับการแสดงออกของตนสูง (High Self-Monitoring: HSM) จะควบคุมการแสดงออกของตนเพื่อให้เป็นที่พึงปรารถนาของบุคคลอื่น เป็นผู้ที่มีความรู้สึกไวต่อการสร้างรูปแบบการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่เหมาะสมต่อสถานการณ์ต่างๆ ได้ง่ายอีกด้วย ในทางตรงกันข้าม บุคคลที่มีการกำกับการแสดงออกของตนต่ำ (Low Self-Monitoring: LSM) เป็นผู้ที่ขาดความสามารถหรือแรงจูงใจที่จะทำเช่นนั้น ทำให้บุคคลแสดงพฤติกรรมที่สะท้อนเจตคติ ลักษณะอารมณ์ ความต้องการจากภายในของตนเอง โดยไม่สนใจต่อปฏิกิริยาของผู้อื่น

อาจกล่าวโดยสรุปว่า Self-Monitoring หรือการกำกับการแสดงออกของตน หมายถึง ความสามารถในการสังเกตวางแผน ควบคุมตนเอง โดยอาศัยสภาพแวดล้อมทางสังคมเป็นตัวชี้แนะ เพื่อการแสดงออกอย่างเหมาะสมในสังคม

ภาวะสันนิษฐานของการกำกับการแสดงออกของตนการกำกับการแสดงออกของตน

มีภาวะสันนิษฐานทางจิตวิทยาสังคมใน 2 ด้าน คือ ด้านการสังเกตตนเอง (Self-Observation) และด้านการควบคุมตนเอง (Self-Control) ซึ่งถูกชี้แนะโดยสิ่งชี้แนะด้านความเป็นที่ ต้องการในสังคม (Snyder, 1987) ดังนั้น ผู้ที่มีการกำกับการแสดงออกของตนแตกต่างกัน จึงมีลักษณะที่แตกต่างกัน คือ

ผู้ที่มีการกำกับการแสดงออกของตนสูง (HSM) มีลักษณะที่ไวต่อสิ่งชี้แนะด้านบรรทัดฐาน ของสังคมต่อเหตุการณ์ต่างๆ และการปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเพื่อเป็นแนวทางในการแสดงออก ของตนเอง มีการควบคุมภาพพจน์ตนเองตามเหตุการณ์อยู่เสมอ เมื่อประสบกับเหตุการณ์ใหม่ๆ คน กลุ่มนี้จะสนใจสังเกตดูว่าคนอื่นมีความเห็นกับเหตุการณ์นั้น แล้วแสดงออกตามความต้องการของ คนกลุ่มใหญ่ในสังคม (Snyder, 1987) มีทักษะในการเข้าสังคมสูงกว่าคนที่มีการกำกับการ แสดงออกของตนต่ำ มีความยืดหยุ่นไปจากเหตุการณ์ต่างๆ มากกว่า สามารถจดจำเรื่องราวหรือ ข้อมูลเกี่ยวกับสิ่งต่างๆ ในสังคมได้มากกว่า เพื่อประกอบการตัดสินใจในการแสดงออกของตนเอง ผู้ที่มีการกำกับการแสดงออกของตนสูง จะมีทักษะในการแสดงออกทางอารมณ์และมักควบคุมโดย เหตุการณ์ ดังนั้น จึงสามารถแสดงออกได้อย่างเหมาะสมกับเหตุการณ์มากกว่าที่จะแสดงออกตาม ความรู้สึกที่แท้จริงของตน และคนที่มีการกำกับการแสดงออกของตนสูงมักรายงานสาเหตุของ การเกิดพฤติกรรมไปที่ปัจจัยภายนอกหรือเหตุการณ์มากกว่า

ผู้ที่มีการกำกับการแสดงออกของตนต่ำ (LSM) มีลักษณะที่สนใจสิ่งชี้แนะทางสิ่งแวดล้อม น้อย แสดงออกอย่างเป็นตัวของตัวเองมากที่สุดเมื่อพบกับเหตุการณ์ใหม่ (Snyder, 1987) ไม่ได้ให้ ความสำคัญกับบรรยากาศรอบกายในการแสดงออกนัก ไม่ให้ความสำคัญว่าคนอื่นจะ ประทับใจในการแสดงออกของคนอย่างไร มีความคงเส้นคงวาและยึดถือสิ่งต่างๆ ตามหลักการเดิม ของตนมากกว่าผู้ที่มีการกำกับการแสดงออกของตนในระดับสูง มีแนวโน้มที่จะแสดงออกทาง อารมณ์และความรู้สึกของตนโดยไม่ใส่ใจต่อเหตุการณ์หรือสิ่งชี้แนะทางสังคมใดๆ มีการแสดงออกที่ สอดคล้องกับเจตคติของตนมากกว่า มีการระบุสาเหตุการแสดงพฤติกรรมของตนไปที่ปัจจัยภายใน มากกว่า

การนำเสนอตนเอง (Self-presentation theory)

กระบวนการที่บุคคลพยายามควบคุมความประทับใจที่ผู้อื่นมีต่อตนเอง เรียกว่า การนำเสนอตนเอง หรือการจัดการความประทับใจ (Leary, 1995; Leary & Kowalski, 1990) ทฤษฎีนี้เสนอว่า การปรากฏกายของผู้อื่นเพิ่มความต้องการของบุคคลที่จะนำเสนอภาพลักษณ์ที่เป็นที่ชื่นชอบ ในงานง่าย จะนำไปสู่การใช้ความพยายาม การให้ความสนใจอย่างมาก และทักษะการทำงานที่ดีของบุคคล ส่วนในงานยาก ความต้องการเช่นนี้ของบุคคลเพิ่มความผิดหวังในงานและนำไปสู่ความลำบากใจ การถอนตัว หรือความวิตกกังวลอย่างมาก เหล่านี้ทำให้ทักษะการทำงานไม่ดี (Bond, 1982)

นอกจากนี้ ในสภาพการณ์ต่างๆ เช่น การปรากฏกาย ความวิตกกังวลต่อการประเมิน การมีสิ่งเบี่ยงเบนความสนใจ และความต้องการที่จะปรากฏกายในภาพลักษณ์ที่เป็นที่ชื่นชอบ ยังนำไปสู่ผลของการส่งเสริมทางสังคมอีกด้วย (Sanders, 1984)

Jones และ Pittman (1982) กล่าวถึงกลยุทธ์ในการนำเสนอตนเอง 5 กลยุทธ์ดังนี้

1. การทำให้ตนเป็นที่ชื่นชอบ (Ingratiation) เป็นกลยุทธ์ในการได้มาซึ่งอำนาจโดยทำให้ผู้ที่มีอำนาจมากกว่าตนมาชอบ บุคคลทำให้ตนเป็นที่ชื่นชอบโดยแสดงสัญญาณที่มองเห็นได้ของความยินดีในพรสวรรค์ของผู้อื่น การเห็นด้วยกับความคิดเห็นของผู้อื่น หรือ การช่วยเหลือ สนับสนุน ยิ่งบุคคลพึ่งพาผู้อื่นมาก ก็ยิ่งมีความพยายามที่จะทำให้ตนเป็นที่ชื่นชอบ ถึงแม้ว่าการพึ่งพาผู้อื่นจะทำให้การทำให้ตนเป็นที่ชื่นชอบประสบความสำเร็จได้น้อยก็ตาม
ภาวะวิกฤตของผู้ที่เอาใจผู้อื่น (ingratiator's dilemma) คือ ยิ่งการพึ่งพาผู้อื่นมีความชัดเจนมาก การประจบ สรรเสริญก็ยิ่งมีแนวโน้มจะถูกตรวจสอบ เพราะบุคคลที่มีอำนาจมากมีแนวโน้มจะตีความพฤติกรรมว่าไม่จริงใจ
2. การข่มขู่ (Intimidation) คือ ความพยายามโน้มน้าวผู้อื่นว่าตนเป็นอันตราย ซึ่งการทำให้สำเร็จนั้น จะต้องปรากฏกายในลักษณะที่มีความสามารถและความตั้งใจที่จะทำให้ผู้อื่นได้รับความทุกข์ แม้ว่าการข่มขู่จะเกิดขึ้นเป็นธรรมดาสำหรับผู้มีอำนาจในการข่มขู่ผู้อื่น

ไม่มีอำนาจ แต่บางครั้งการข่มขู่สามารถเป็นอาวุธที่มีอำนาจสำหรับผู้ที่ไม่สามารถปกป้องตนเองได้

3. การส่งเสริมตนเอง (Self-promotion) เป็นกลยุทธ์ในการทำให้ผู้อื่นรู้สึกว่าคุณมีความสามารถ การกล่าวอ้างนั้นยากที่จะพิสูจน์ว่าคุณหรือผิด แต่ผู้ที่ส่งเสริมตนเองนั้นต้องระวังคำพูดที่แย้งกันเองของตน (self-promoter's paradox) คำพูดที่แย้งกันเองนั้นประกอบไปด้วยความจริงที่คุณมีแนวโน้มจะอ้างว่าตนเองเก่งเมื่อความสามารถนั้นไม่มั่นคง มากกว่าเมื่อความสามารถนั้นมั่นคง การวิจัยโดย Quattrone และ Jones (1980) เปิดเผยว่าเมื่องานมีแนวโน้มจะประสบความสำเร็จ บุคคลจะทำให้ตนมั่นใจว่าความสำเร็จนั้นเป็นผลจากตนเองมากกว่าสถานการณ์ที่เอื้ออำนวย
4. การยกตัวอย่าง (Exemplification) คือ ความพยายามสำหรับความเป็นนักบุญ บุคคลพยายามจะถูกพิจารณาว่าเป็นบุคคลที่มีคุณค่าทางศีลธรรม เป็นบุคคลที่ผู้อื่นยอมรับเป็นบุคคลต้นแบบ แม้ว่าพวกเขาจะมีความจริงใจหรือหลงกลในการแสดงความเสียสละและคุณธรรม แต่ก็เสี่ยงที่จะถูกพิจารณาว่าหน้าไหว้หลังหลอกได้ อันตรายอย่างหนึ่งของการยกตัวอย่างนี้คือ ประสิทธิภาพของมันสามารถถูกยกเลิกได้ทันที
5. การขออภัย (Supplication) เป็นกลยุทธ์ที่เป็นไปได้เพียงกลยุทธ์เดียวสำหรับผู้ที่มีความสามารถหรือแหล่งของวิธีในการนำเสนอตนเอง วิธีนี้ใช้ประโยชน์จากจุดอ่อนของตนและการพึ่งพาผู้อื่น วิธีนี้ได้ผลดีที่สุดเมื่อโน้มน้าวบุคคลซึ่งจุดอ่อนของผู้โน้มน้าวและการพึ่งพาผู้อื่นเป็นอุบัติเหตุและไม่สมควร การใช้จุดอ่อนของตนเป็นอาวุธในกรณีสุดท้ายเนื่องจากผู้อื่นอาจไม่ให้ความช่วยเหลือและเชื่อว่าบุคคลสามารถเรียนรู้ที่จะจัดการกับจุดอ่อนของตนได้โดยพยายามทำ นอกจากนี้ การใช้กลยุทธ์นี้ซ้ำๆ อาจทำให้ผู้อื่นนำจุดอ่อนนี้มาเป็นเหตุผลที่เพียงพอในการยุติความสัมพันธ์

การควบคุมตนเอง (Self Control)

การควบคุมตนเอง (Self Control) มีความหมายเช่นเดียวกับการยับยั้งตนจากสิ่งยั่วยุ (Restraint) ดังนั้นการกระทำใดก็ตามที่ยับยั้งการตอบสนอง จะถือได้ว่าเป็นการควบคุมตนเอง

การศึกษาเรื่องการควบคุม แซมเบิร์ก (Schiamberg, 1988) กล่าวว่า ความเข้าใจในเรื่องการควบคุม ประกอบด้วยด้านสำคัญสองด้านคือ การควบคุมพฤติกรรมตนเอง (Self Control) กับแหล่งควบคุม (Locus of Control) ซึ่งหมายถึงการควบคุมโลกภายนอก บุคคลที่เชื่อว่าการกระทำของตนเป็นตัวกำหนดสำคัญต่อสิ่งที่จะเกิดขึ้นในอนาคต ได้ชื่อว่าเป็นบุคคลที่มีแหล่งการควบคุมภายใน (Internal Locus of Control) ขณะที่บุคคลรู้สึกว่าคุณสามารถควบคุมโดยสิ้นเชิงต่อการควบคุมที่จะเกิดขึ้นกับตนเอง ได้ชื่อว่าเป็นบุคคลที่มีแหล่งการควบคุมภายนอก (External Locus of Control)

เร็คเลสส์ (Reckless, 1943) เชื่อว่าคนเรามีพลังที่ผลักดันจากภายในให้มีพฤติกรรมเบี่ยงเบน

การควบคุมจากภายในเป็นพลังภายในจิตใจของแต่ละคน ซึ่งอาจจะมีมากน้อยต่างกัน ได้แก่

- (1) ความสำนึกที่สามารถยับยั้งควบคุมตนเองได้
- (2) ความสำนึกที่ตึงตัง
- (3) ความเคารพตนเอง
- (4) มโนธรรมที่ได้รับการพัฒนาอย่างดี
- (5) ความอดกลั้นต่อความคับข้องใจ
- (6) ความสามารถในการต่อสู้กับอารมณ์ใฝ่ต่ำ
- (7) ความสำนึกที่รับผิดชอบสูง
- (8) ความมุ่งมั่นต่อเป้าหมาย
- (9) การหาความพึงพอใจอย่างอื่นทดแทน
- (10) การให้เหตุผลในการถ่วงความเครียด

พฤติกรรมหรือการกระทำที่บุคคลทำต่อตนเองอันเนื่องมาจากการประเมินตนเองที่ดี และจากปฏิกิริยาต่อตนเองทั้งทางบวกและลบ ล้วนเป็นผลมาจากการเรียนรู้จากประสบการณ์ตรง และการมีต้นแบบหรือแบบอย่าง การให้แรงเสริมต่อตนเองเป็นเรื่องสำคัญ เพราะจะมีผลต่อการพยายามของบุคคลที่จะกระทำให้งถึงมาตรฐานที่ตนตั้งไว้ และทำให้สามารถพัฒนาทักษะในการควบคุมตนเอง สามารถปรับปรุงและคงรักษาพฤติกรรมนั้นต่อไปให้ได้

สรุปได้ว่า สาระสำคัญทั้งหมดในทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของแบนดูรา นำไปอธิบายที่มาของพฤติกรรมควบคุมตนเองได้อย่างดี กล่าวคือ พฤติกรรมมนุษย์เกือบทั้งหมดไม่ได้เกิดจากผลทางสภาพแวดล้อมแต่เพียงอย่างเดียว แต่ยังเกิดจากปฏิกิริยาตอบสนองในเชิงประเมินค่าตนเองของบุคคลด้วย นั่นคือ บุคคลจะเชื่อมโยงและปรับขยายอิทธิพลของสิ่งแวดล้อม โดยผ่านพฤติกรรมที่เรียนรู้จากสังคม เช่น การตั้งจุดมุ่งหมาย การเปรียบเทียบเชิงประมาณค่า การยอมรับตนเองและการสามารถวิพากษ์วิจารณ์ตนเองได้

การควบคุมตนเองนั้นเป็นพฤติกรรมอย่างหนึ่งที่เกิดขึ้นได้โดยมีกระบวนการภายในเป็นสื่อ (Mahoney และ Thoresen, 1974) และกระบวนการภายในอย่างหนึ่งนั้นคือ ความเชื่อของบุคคลนั้นเองว่า เขาเชื่อว่าเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับเขานั้นขึ้นอยู่กับอิทธิพลของอำนาจภายนอกที่เขาควบคุมไม่ได้ (External Locus of Control) หรือเชื่อว่าเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับเขานั้นเป็นผลมาจากการกระทำหรือความสามารถของเขาเอง (Internal Locus of Control) จึงเห็นได้ชัดว่า ความเชื่อในความสามารถหรือผลจากการกระทำของตนเองนั้น มีความสัมพันธ์กับความสามารถในการควบคุมตนเอง ผู้ที่สามารถควบคุมตนเองได้ย่อมมีความเชื่อในความสามารถของตนเอง (Rosenbaum, 1980)

เมื่อพิจารณาการควบคุมตนเอง (Self Control) ว่าเป็นสิ่งที่ช่วยให้เราเกิดความยับยั้งชั่งใจ โดยเริ่มตั้งแต่การริเริ่มจะทำตามอำเภอใจตน ไปจนถึงความพยายามที่จำทำงานนั้นให้บรรลุผลและประสบความสำเร็จในพฤติกรรมนั้น เราย่อมสามารถประมาณระดับการควบคุมตนเองได้จากผลของพฤติกรรมเหล่านั้น

แคนเฟอร์ (Kanfer, 1977 Quoted in Rosenbaum, 1980) ได้กล่าวถึงวิธีการควบคุมตนเองว่าเป็นการฝึกฝนผู้รับการปรึกษาโดยตรงให้เป็นอิสระจากสิ่งแวดล้อมภายนอกมากขึ้น และแก้ไขพฤติกรรมด้วยตัวเขาเอง แม้จะมีสิ่งเร้าภายนอกมากกระตุ้นให้มีการตอบสนองในทางตรงข้ามก็ตาม

การควบคุมจากภายนอก เป็นพลังผลักดันให้เกิดการควบคุมตนเองมาจากภายนอก ซึ่งปัจจัยทางสังคมที่ควบคุมบุคคลอย่างใกล้ชิด ได้แก่ ความยึดมั่นใจจารีตประเพณี ความคาดหวังของสังคม ภาระผูกพันที่จะต้องปฏิบัติตามปทัสถานของสถาบัน และตามเป้าหมายความรับผิดชอบที่ได้รับมอบหมาย โอกาสที่จะได้รับการยอมรับ และความสำนึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มที่ตนสังกัดอยู่

ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมได้พัฒนามาจากแนวความคิดของนักจิตวิทยาหลายคน โดยเฉพาะที่สำคัญคือ แบนดูรา (Bandura, 1969) ได้อธิบายแนวคิดที่สำคัญในการเรียนรู้ทางสังคม ดังนี้

- (1) พฤติกรรมทั้งหลายทั้งสิ้นของมนุษย์นอกจากปฏิกิริยาสะท้อน ล้วนเป็นผลที่ได้รับจากการเรียนรู้
 - (2) สิ่งที่มีมนุษย์เรียนรู้ได้แก่ ความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งต่างๆ โดยเรียนรู้จากผลที่จะตามมา กล่าวคือ เรียนรู้ว่าเมื่อเหตุการณ์หนึ่งเกิดขึ้นจะมีเหตุการณ์ใดตามมา หรือเมื่อกระทำพฤติกรรมใดแล้ว ผลที่ได้รับตามมาจากกระทำนั้นจะเป็นเช่นไร อย่างแรกจัดเป็นความสัมพันธ์ระหว่างเหตุการณ์กับเหตุการณ์ อย่างที่สองเป็นความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมและผลที่เกิดจากพฤติกรรม ความที่มีมนุษย์เรียนรู้จากสิ่งต่างๆ เหล่านี้ จะกลายเป็นความเชื่อที่มีผลต่อการควบคุมพฤติกรรมของบุคคล
 - (3) การเรียนรู้ความสัมพันธ์ดังกล่าวเกิดจากเรียนรู้ด้วยประสบการณ์และการเรียนรู้จากการสังเกต
 - (4) การเรียนรู้จากการทำต้นแบบหรือแบบอย่าง โดยเฉพาะตัวแบบที่ใกล้ชิด คือ พ่อแม่ และการเรียนรู้จากขบวนการสังเกต
 - (5) ผลจากการเรียนรู้ของมนุษย์จะกลายมาเป็นความเชื่อ ซึ่งเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมสำคัญ และควบคุมพฤติกรรมของมนุษย์ให้สอดคล้องกับความเชื่อดังกล่าว
- การรับรู้ตนเองในแต่ละด้านแตกต่างกันออกไป การประเมินตนเองนี้จะทำให้บุคคลสามารถควบคุมตนเองให้กระทำพฤติกรรมที่เหมาะสมได้

ส่วนแบนดูรา (Bandura, 1978) ซึ่งว่าวิธีการกำกับตนเอง (Self Regulatory) เป็นบทบาทที่สำคัญในพฤติกรรมของมนุษย์แทบทั้งหมด

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

Bercherer, Morgan และ Richard (1979) ศึกษาพฤติกรรมการกำกับการแสดงออกของตน ผลการวิจัยพบว่าผู้ที่มีการกำกับการแสดงออกของตนต่างกันจะมีรูปแบบการบริโภคสินค้าที่แตกต่างกันด้วย โดยผู้ที่มีการกำกับการแสดงออกของตนสูงมีการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงเมื่อต้องตัดสินใจซื้อหรือใช้สินค้ามากกว่าผู้ที่มีการกำกับการแสดงออกของตนต่ำ ไม่ว่าจะเป็สินค้าที่ต้องใช้ในสถานการณ์ทางสังคม หรือเป็นสินค้าที่ใช้ส่วนตัวก็ตาม

Snyder, Berscheid และ Glick (1995) ศึกษาการกำกับการแสดงออกของตนกับความสัมพันธ์ระหว่างคู่รัก พบว่าชายที่มีการกำกับการแสดงออกของตนสูงชอบหญิงที่มีความดึงดูดใจทางกายภาพ ในขณะที่ชายที่มีการกำกับการแสดงออกของตนต่ำให้ความสำคัญกับคุณลักษณะภายในของผู้หญิงมากกว่ารูปร่างหน้าตา

Lammer (1990) ได้ศึกษาเกี่ยวกับลักษณะการกำกับการแสดงออกของตนในเพศชายและหญิง กับการตอบสนองต่อโฆษณาตลกขบขัน โดยให้ผู้ร่วมทดลองทั้งเพศหญิงและชายที่มีการกำกับการแสดงออกของตนสูงและต่ำ ฟังโฆษณาแผ่นเสียงชนิดหนึ่ง โดยให้ผู้ร่วมการทดลองครึ่งหนึ่งฟังโฆษณาที่น่าเสนาอย่างจริงจัง ส่วนอีกครึ่งหนึ่งฟังโฆษณาที่น่าเสนาอย่างตลกขบขัน แล้วทำการวัดเจตคติต่อตัวเอง ผลการทดลองพบว่าการกำกับการแสดงออกของตนมีอิทธิพลร่วมกับตัวแปรเพศต่อการประเมินโฆษณา โดยชายที่มีการกำกับการแสดงออกของตนสูงมีเจตคติทางบวกต่อโฆษณาตลกขบขันสูงกว่าชายที่มีการกำกับการแสดงออกของตนต่ำ และหญิงที่มีการกำกับการแสดงออกของตนต่ำมีเจตคติทางบวกต่อโฆษณาตลกขบขันสูงกว่าหญิงที่มีการกำกับการแสดงออกของตนสูง

งานวิจัยในประเทศที่ค่อนข้างหลากหลายเกี่ยวกับเรื่องการกำกับการแสดงออกของตน เช่น

รัตนาวลี มั่นทรัพย์ (2544) ศึกษาอิทธิพลของอารมณ์ชั่วขณะและเหตุการณ์ที่ง่ายและยากต่อความสุภาพของภาษาที่ใช้ในการขอร้องของผู้ที่มีการกำกับการแสดงออกของตนสูงและต่ำ พบว่าผู้ที่มีการกำกับการแสดงออกของตนสูงใช้ภาษาสุภาพในการขอร้องมากกว่าผู้ที่มีการกำกับการแสดงออกของตนต่ำ

ศิริณี ลิขิตวณิชกุล (2536) ได้ศึกษาเปรียบเทียบความแตกต่างของการตัดสินใจจากบุคลิกภายนอกและคุณลักษณะภายในของบุคคลระหว่างผู้ที่มีการกำกับการแสดงออกของตนสูงและต่ำ โดยนำมาตรวจวัดการกำกับการแสดงออกของตน โดยทดลองใน 2 เรื่อง โดยผู้วิจัยได้นำมาตรวัดการกำกับการแสดงออกของตนที่พัฒนาโดยรองศาสตราจารย์ ดร. ชีระพร อูวรรณโณ และ นิสิิตปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาสังคมรุ่นที่ 3 คณะจิตวิทยา และหาความตรงในมาตรของ นิตยา รัตนพิชิต (2534) มาใช้ในการวิจัย ผลการวิจัยพบว่า ผู้ที่มีการกำกับการแสดงออกของตนสูงใช้เวลาพิจารณาความตั้งใจจากลักษณะภายนอกนานกว่าผู้ที่มีการกำกับการแสดงออกของตนต่ำอย่างมีนัยสำคัญ และตัดสินใจจากบุคลิกภายนอกมากกว่า แม้ว่าบุคคลจะมีบุคลิกภายในที่ไม่ถึงปรารถนามากกว่าผู้ที่มีการกำกับการแสดงออกของตนต่ำ ในขณะที่ผู้ที่มีการกำกับการแสดงออกของตนต่ำ ใช้เวลาในการพิจารณาความตั้งใจจากบุคลิกภายในของบุคคลนานกว่าผู้ที่มีการกำกับการแสดงออกของตนสูงตัดสินใจจากคุณลักษณะภายในของบุคคล แม้จะมีบุคลิกภายนอกที่ไม่ตั้งใจมากกว่าผู้ที่มีการกำกับการแสดงออกของตนสูง

ภาสกร รัตนปนัดดา (2544) ได้วิจัยเพื่อศึกษาเปรียบเทียบลักษณะบุคลิกภาพของผู้ที่มีการกำกับการแสดงออกของตนสูงและต่ำต่อแรงจูงใจในการเลือกคู่รักและการเลือกคุณลักษณะของคู่รัก โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยซึ่งมีคู่รักจำนวน 400 คน และผู้ทำงานซึ่งมีระดับการศึกษาปริญญาตรีขึ้นไปและมีคู่รัก โดยกลุ่มตัวอย่างมีอายุระหว่าง 23-27 ปี จำนวน 400 คน ผลการวิจัยพบว่า ผู้ที่มีการกำกับการแสดงออกของตนสูงมีแรงจูงใจในการเลือกคู่รักที่คำนึงถึงผลตอบแทนจากความสัมพันธ์มากกว่าผู้ที่มีการกำกับการแสดงออกของตนต่ำอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .001 ส่วนผู้ที่มีการกำกับการแสดงออกของตนต่ำมีแรงจูงใจในการเลือกคู่รักที่คำนึงถึงคุณค่าของความสัมพันธ์มากกว่าผู้ที่มีการกำกับการแสดงออกของตนสูงอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .001 นอกจากนี้ผู้ที่มีการกำกับการแสดงออกของตนสูงและต่ำเลือกคุณลักษณะที่แตกต่างกันในบางด้าน โดยมี 5 คุณลักษณะที่ผู้ที่มีการกำกับการแสดงออกของตนสูงเลือกมากกว่าผู้ที่มีการกำกับการแสดงออกของตนต่ำ ได้แก่ มีสุขภาพดี มีอารมณ์ขัน รูปร่างหน้าตาดี ฐานะทางบ้านดี สถานภาพสังคมดี และมี 4 คุณลักษณะที่ผู้ที่มีการกำกับการแสดงออกของตนต่ำเลือกมากกว่าผู้ที่มีการกำกับการแสดงออกของตนสูง ได้แก่ มีความเชื่อและค่านิยมที่คล้ายกัน มีประสบการณ์ทางเพศ ซื่อสัตย์และไว้ใจได้ และระดับการศึกษาที่ดัดเทียมกัน และผู้ที่มีการกำกับการแสดงออกของตนสูงและต่ำนั้นเลือกไม่แตกต่างกันในบางด้าน (6 คุณลักษณะ ได้แก่ มีความรับผิดชอบ มีสติปัญญาดี

มีพ่อแม่ที่ดี มีความเมตตาและคำนึงถึงผู้อื่น บุคลิกภาพน่าตื่นเต้น และมีความตั้งใจทางเพศ) นอกจากนี้ นิสิตนักศึกษาและผู้ที่ทำงานที่มี การกำกับ การแสดงออกของจนประเภทเดียวกันมี แรงจูงใจในการเลือกคู่รักการเลือกคุณลักษณะของคู่รักไม่แตกต่างกัน

วัตถุประสงค์ในการวิจัย

เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการกำกับการแสดงออกกับการนำเสนอตนเองในพฤติกรรมการใช้ เฟสบุ๊ค

สมมติฐานในการวิจัย

การกำกับการแสดงออกของตัวมีสหสัมพันธ์กับพฤติกรรมการนำเสนอตนเองในผู้ใช้เฟสบุ๊ค

ขอบเขตของการวิจัย

ตัวแปรในการวิจัย

ตัวแปรอิสระคือ การกำกับการแสดงออก

ตัวแปรตามคือ พฤติกรรมการนำเสนอตนเอง

กลุ่มตัวอย่าง

ผู้ที่ศึกษาในระดับอุดมศึกษา ซึ่งอยู่ในช่วงอายุ 18 – 24 ปี จำนวน 200 คน แบ่งเป็น ชาย 100 คน หญิง 100 คน

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

1. การกำกับการแสดงออกของตัว (Self-Monitoring) หมายถึง การสังเกต ควบคุม พฤติกรรมและการแสดงออกของตัวเมื่ออยู่ในสถานการณ์ทางสังคม และมีการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นในสังคม

1.1 ผู้ที่มีการกำกับการแสดงออกของตัวสูง (High Self-Monitoring หรือ HSM) หมายถึง บุคคลที่ สังเกตและแสดงพฤติกรรมของตนเองอย่างระมัดระวัง มีการปรับตัว เปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อให้ เหมาะสมกับสถานการณ์ทางสังคมและคนที่เข้าไปมีปฏิสัมพันธ์ด้วย พฤติกรรมของผู้ที่มีการกำกับ

การแสดงออกของตนสูงจะถูกกำหนดโดยสิ่งชี้แนะจากสถานการณ์ทางสังคมซึ่งอาจไม่สอดคล้องกับเจตคติและความรู้สึกที่แท้จริงของตัวบุคคลเอง

ในการวิจัยครั้งนี้กลุ่มที่มีการกำกับการแสดงออกของตนสูง หมายถึง ผู้ที่มีคะแนนจากมาตรวัดในการวิจัยครั้งนี้กลุ่มที่มีการกำกับการแสดงออกของตนสูงหมายถึงผู้ที่มีคะแนนจากมาตรวัดการกำกับการแสดงออกของตนอยู่ในกลุ่มที่มีคะแนนสูง

- 1.2 ผู้ที่มีการกำกับการแสดงออกของตนต่ำ (Low Self-Monitoring หรือ LSM) หมายถึง บุคคลที่ใช้ความคิด ความรู้สึก เจตคติ อารมณ์ และค่านิยม ไปจนถึงลักษณะนิสัยที่แท้จริงเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมของตนเอง เป็นผู้ที่ขาดแรงจูงใจที่จะปรับปรุงการแสดงออกของตน หรือขาดเพียงอย่างใดอย่างหนึ่ง

ในการวิจัยครั้งนี้กลุ่มที่มีการกำกับการแสดงออกของตนต่ำ หมายถึง ผู้ที่มีคะแนนจากมาตรวัดการกำกับการแสดงออกของตนในกลุ่มที่มีคะแนนต่ำ

2. โซเชียล เน็ตเวิร์ค คือ โครงสร้างทางสังคมซึ่งสร้างมาจากกลุ่มบุคคลหรือองค์การ เรียกว่า "nodes" ซึ่งเชื่อมโยงโดยการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกันหนึ่งหรือมากกว่าหนึ่งประเภท เช่น มิตรภาพ วงศาคณาญาติ ความสนใจทั่วไป การแลกเปลี่ยนทางการเงิน ความไม่ชอบ ความสัมพันธ์ ความรู้ หรือความเคารพนบ

3. เฟสบุ๊ก คือ เว็บไซต์และบริการเครือข่ายทางสังคม เปิดใช้งานเมื่อวันที่ 4 กุมภาพันธ์ พ.ศ.2547 มีเจ้าของและผู้ดำเนินงานคือ บริษัท เฟสบุ๊ก (Facebook, Inc.) ผู้ใช้สามารถสร้างข้อมูลส่วนบุคคล รูปถ่าย ข้อมูลที่สามารถใช้ติดต่อได้ เพิ่มผู้ใช้รายอื่นเป็นเพื่อน แลกเปลี่ยนข้อความ รวมถึงได้รับแจ้งโดยทันทีเมื่อพวกเขาปรับปรุงข้อมูลส่วนตัว ผู้ใช้สามารถเข้าร่วมกลุ่มที่มีความสนใจส่วนตัวซึ่งจัดระบบตามสถานที่ทำงาน โรงเรียน มหาวิทยาลัย หรืออื่นๆ สามารถสื่อสารกับเพื่อนและผู้ใช้เฟสบุ๊กรายอื่นได้

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ทำให้ทราบถึงความสัมพันธ์ระหว่างการกำกับการแสดงออกกับการนำเสนอตนเองจากพฤติกรรมการใช้เฟสบุ๊ค
2. ตระหนักและรู้เท่าทันสังคมออนไลน์
3. เป็นแนวทางในการสร้างภาพลักษณ์ที่ดีสำหรับการประกอบอาชีพผ่านเครือข่ายสังคม
4. เพื่อเป็นประโยชน์แก่ผู้ที่สนใจในการเป็นแนวทางในการศึกษาในหัวข้อที่เกี่ยวข้องต่อไป

บทที่ 2

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการกำกับตนเองและการนำเสนอตนเองในพฤติกรรมการใช้เฟสบุ๊ค

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

ผู้ที่ศึกษาในระดับอุดมศึกษา ซึ่งอยู่ในช่วงอายุ 18 – 24 ปี จำนวน 200 คน แบ่งเป็น ชาย 100 คน หญิง 100 คน

การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง

คัดเลือกโดยวิธีการสุ่มนิตจากบริเวณที่เลือกเก็บแบบสอบถามคือ หอพักนิสิตจุฬาฯ , หอสมุดกลาง, อาคารมหิตลาธิเบศร์ โดยเก็บแบบสอบถามทุกวันพฤหัสบดีของเดือน ธันวาคม 2554

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. มาตรการวัดการนำเสนอตนเองจากพฤติกรรมการใช้เฟสบุ๊ค
2. มาตรการวัดการกำกับการแสดงออกของตน

การสร้างและพัฒนาเครื่องมือ

มาตรการวัดการกำกับการแสดงออกของตน

การวิจัยครั้งนี้ใช้มาตรการวัดการกำกับการแสดงออกของตนฉบับที่สมบูรณ์แล้วในภาคภาษาไทย โดยมาตรการนี้ผ่านการสร้างและพัฒนาตามแนวทฤษฎีการกำกับการแสดงออกของตนของ Mark Snyder ที่สร้างขึ้นในปี 1974 ซึ่งมีข้อกระทงจำนวนทั้งสิ้น 25 ข้อ และในปีค.ศ.1987 Snyder ได้พัฒนาและปรับปรุงมาตรการนี้ให้เกิดความแม่นยำในการวัดมากขึ้น จนได้ข้อกระทงที่มีคุณภาพจำนวนทั้งสิ้น 18 ข้อ แบ่งออกเป็นข้อกระทงซึ่งเป็นข้อความทางบวกจำนวน 7 ข้อ และข้อกระทงซึ่งเป็นข้อความทางลบจำนวน 11 ข้อ ต่อมา รองศาสตราจารย์ ดร.ธีระพร อูวรรณโณ ร่วมกับนิสิตปริญญาโทสาขาจิตวิทยาสังคมรุ่นที่ 3 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ศึกษาและพัฒนามาตรวัดเป็นภาษาไทย ในวิชา 417735 การวัดทางจิตวิทยาสังคม ปีการศึกษา 2532

มาตรการวัดการนำเสนอตนเองจากพฤติกรรมการใช้เฟสบุ๊ค

เนื่องจากมาตรการวัดที่มีอยู่ยังขาดความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้เฟสบุ๊ค ผู้วิจัยจึงต้องพัฒนามาตรการวัด โดยปรับข้อกระทงให้มีความเหมาะสมกับการใช้งานยิ่งขึ้น โดยปรับข้อความและเพิ่มพฤติกรรมการใช้เฟสบุ๊คเข้าไปในข้อกระทงทุกข้อของมาตรการนำเสนอตนเองด้วยความสมบูรณ์แบบ โดยผู้วิจัยได้รับความอนุเคราะห์จากอาจารย์ กมลกานต์ จินข้างในการนำมาตราวัดการนำเสนอตนเองด้วยความสมบูรณ์แบบมาประกอบการทำวิจัย

1. ในส่วนพฤติกรรมการใช้เฟสบุ๊ค ผู้วิจัยได้สร้างมาตรวัดซึ่งมีเนื้อหาเกี่ยวกับความถี่ในการเล่นเฟสบุ๊คและพฤติกรรมต่างๆ โดยแบ่งเป็น 4 ช่วงคะแนนคือ บ่อยที่สุด เป็นประจำ นานๆครั้ง และไม่เลย

2. ผู้วิจัยได้นำมาตรการนำเสนอตนเองจากพฤติกรรมการใช้เฟสบุ๊คซึ่งมีข้อกระทงจำนวน 20 ข้อนี้ไปให้กลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โดยเป็นเพศชายจำนวน 50 คนและเพศหญิงจำนวน 50 คนทำ แล้วนำข้อมูลที่ได้มาทดสอบค่า Reliability ได้เท่ากับ .980 หลังจากนั้นสองสัปดาห์ ผู้วิจัยนำมาตรนี้ไปเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โดยเป็นเพศชายจำนวน 50 คนและเพศหญิงจำนวน 50 คน เมื่อทดสอบค่า Reliability ในครั้งที่ 2 แล้วได้เท่ากับ .977

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลด้วยตนเองโดยแจกแบบสอบถามกับนิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1-4 ซึ่งศึกษาอยู่ที่จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โดยผู้วิจัยแจ้งวัตถุประสงค์ของการวิจัยให้กลุ่มตัวอย่างทราบจากนั้นนำแบบสอบถามดังกล่าวมาตรวจสอบความครบถ้วนของการตอบแบบสอบถาม

การวิเคราะห์ข้อมูลและการนำเสนอข้อมูล

1. สถิติเชิงพรรณนา เพื่อวิเคราะห์ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for Windows

บทที่ 3

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการกำกับการแสดงออกกับการนำเสนอตนเองในผู้ใช้เฟสบุ๊ค โดยมีสมมติฐานว่าการกำกับการแสดงออกของตนมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับการนำเสนอตนเองจากการใช้เฟสบุ๊ค

โดยศึกษากลุ่มตัวอย่างจากนิสิตปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยจำนวน 200 คน แบ่งเป็นชาย 100 คน หญิง 100 คน วิเคราะห์แบบสหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson Correlation) ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง (N= 200)

ตารางที่ 1

รายการ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1. เพศ		
ชาย	100	50.00
หญิง	100	50.00
รวม	200	100.00

ตารางที่ 2

	จำนวน (คน)	ร้อยละ
2. อายุ (ปี)		
18	63	31.50
19	29	14.50
20	54	27.00
21	45	22.50
22	8	4.00
23	1	0.50
รวม	200	100.00

ตารางที่ 3

	จำนวน (คน)	ร้อยละ
3. ระดับการศึกษา		
ชั้นปีที่ 1	79	39.50
ชั้นปีที่ 2	54	27.00
ชั้นปีที่ 3	47	23.50
ชั้นปีที่ 4	19	9.50
ชั้นปีที่ 5	1	0.50
รวม	200	100.00

ตารางที่ 4

	จำนวน (คน)	ร้อยละ
4. คณะ		
วิศวกรรมศาสตร์	3	1.50
อักษรศาสตร์	223	1.00
วิทยาศาสตร์	23	11.50
รัฐศาสตร์	14	7.00
เศรษฐศาสตร์	1	0.50
พาณิชศาสตร์การบัญชีและบริหาร	12	6.00
สถาปัตยกรรมศาสตร์	3	1.50
แพทยศาสตร์	27	13.50
สัตวแพทยศาสตร์	3	1.50
สหเวชศาสตร์	4	2.00
วิทยาศาสตร์การกีฬา	75	37.50
จิตวิทยา	22	11.00
รวม	200	100.00

จากตารางที่ 1-4 จะเห็นได้ว่า กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ มีจำนวนเพศชายและเพศหญิงแตกต่างกันที่อัตราส่วน 1 ต่อ 1 ซึ่งเกิดจากการกำหนดโควตาของกลุ่มตัวอย่าง และกลุ่มตัวอย่าง เป็นนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับปริญญาตรีมีอายุเฉลี่ย 20.50 ปี โดยเป็น นิสิตคณะวิทยาศาสตร์การกีฬาร้อยละ 37.50

ตอนที่ 2 สถิติพื้นฐานของตัวแปรที่ศึกษา

ผู้วิจัยได้สรุปค่าสถิติพื้นฐานได้แก่ ค่ามัชฌิมเลขคณิต ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน คะแนนสูงสุด คะแนนต่ำสุด และพิสัยของค่าเฉลี่ยของตัวแปรที่ศึกษา ได้แก่ มาตรการประเมินพฤติกรรมกรรมการกำกับตนเอง มีพิสัยของคะแนนระหว่าง 1-4 และมาตรวัดพฤติกรรมกรรมการนำเสนอดตนเองในการใช้เฟสบุ๊ค มีพิสัยของคะแนนระหว่าง 1-4 จำนวนตัวอย่างที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลเท่ากับ 200 คน ดังตารางที่ 5-14

ตารางที่ 5

		ฉันสามารถพูดในที่ ประชุมได้ แม้ใน หัวข้อซึ่งฉันเกือบจะ ไม่มีข้อมูลเลย	ฉันรู้สึกว่าการ เลียนแบบการ กระทำของผู้อื่นเป็น สิ่งที่ยาก	ฉันอาจจะเป็น นักแสดงที่ดีได้	เมื่อเข้าสังคม ฉัน คิดว่าไม่จำเป็นต้อง ทำหรือพูดในสิ่งที่ คนอื่นชอบ
N	Valid	200	200	200	200
	Missing	0	0	0	0
Mean		2.34	2.68	2.56	2.49
Std. Deviation		.752	.722	.787	.709
Minimum		1	1	1	1
Maximum		4	4	4	4

ตารางที่ 6

		ฉันมักเป็นผู้ที่ทำให้ผู้อื่นสนุกสนาน	ฉันไม่ชอบสร้าง ความประทับใจ ให้ผู้อื่น	เพื่อให้บรรลุเป้าหมาย ที่ดี ฉันสามารถสบตา และพูดคุยกับผู้อื่นได้ ด้วยสีหน้าเรียบเฉย	เมื่ออยู่ในกลุ่มคน ฉันมักไม่เป็นจุด สนใจของคนอื่นเลย
N	Valid	200	200	200	200
	Missing	0	0	0	0
Mean		2.99	1.96	2.40	2.46
Std. Deviation		.705	.759	.808	.722
Minimum		1	1	1	1
Maximum		4	4	4	4

ตารางที่ 7

		ฉันสามารถแสดง ความเป็นมิตรกับคนที่ ฉันไม่ชอบหน้าได้	การทำให้ผู้อื่นชอบเป็นสิ่ง ที่ยากสำหรับฉัน	แม้ฉันจะมีอคติกับคน บางคน ฉันก็สามารถ พูดคุยกับเขาได้อย่าง สนิทสนม	ฉันจะไม่เปลี่ยน ความคิดหรือวิธีการ ของฉันเพื่อที่จะเอา ใจผู้อื่น
N	Valid	200	200	200	200
	Missing	0	0	0	0
Mean		2.63	2.18	2.60	2.76
Std. Deviation		.719	.742	.687	.738
Minimum		1	1	1	1
Maximum		4	4	4	4

ตารางที่ 8

		แม้ว่าฉันจะไม่รู้สึก สนุกสนาน แต่ฉัน ก็แก้มั่งทำเป็น สนุกสนานได้	ฉันไม่เก่งในการ เล่นเกมที่ต้องมี การแสดงคล้าย ละคร	ฉันจะแสดงออกให้ คนที่อยู่รอบข้าง รู้สึกเป็นกันเอง	การเปลี่ยนพฤติกรรมให้ เข้ากับบุคคลและ สถานที่ต่างกัน เป็นสิ่งที่ ยากสำหรับฉัน
N	Valid	200	200	200	200
	Missing	0	0	0	0
	Mean	2.70	2.57	3.16	2.19
	Std. Deviation	.710	.747	.645	.700
	Minimum	1	1	1	1
	Maximum	4	4	4	4

ตารางที่ 9

		ฉันร่วมแสดงความ ยินดีกับทุกคนได้ แม้บุคคลที่ฉันไม่ ชอบ	ในงานรื่นเริง ฉัน มักปล่อยให้ผู้อื่น เล่าเรื่องสนุกสนาน ให้ผู้คนฟัง	ฉันสามารถพูด โกหก เพื่อให้ผู้อื่น เกิดความสบายใจ ได้	เมื่ออยู่ในกลุ่มคน ฉัน รู้สึกประหม่าและ แสดงออกได้ไม่ดี เท่าที่ควร
N	Valid	200	200	200	200
	Missing	0	0	0	0
	Mean	2.82	3.00	2.94	2.63
	Std. Deviation	.707	.661	.639	.739
	Minimum	1	1	1	1
	Maximum	4	4	4	4

ตารางที่ 12

		ฉันชอบเรียนรู้สิ่ง ใหม่ๆ เพื่อปรับปรุง ตัวเองให้เข้ากับ สังคมได้	ฉันชอบทำงาน ง่ายๆ ไม่ต้องพบปะ ผู้คนมากมาย	ฉันชอบทำให้ตัว ฉันมี บุคลิกลักษณะที่ดี	ฉันรู้สึกเคอะเขินเมื่อ เข้าสังคม
N	Valid	200	200	200	200
	Missing	0	0	0	0
Mean		3.27	2.87	3.26	2.61
Std. Deviation		.582	.752	.521	.679
Minimum		1	1	2	1
Maximum		4	4	4	4

ตารางที่ 13

		เมื่อมีงานสังสรรค์ ฉันมักพินิจถนเรื่อง การเลือกเสื้อผ้า เพื่อให้ดูเด่นในงาน	เมื่อฉันอยู่ในกลุ่ม ฉัน มักจะลำบากใจใน การทำให้ผู้อื่นชอบ	ในงานสังสรรค์ ฉัน สามารถเข้าร่วม กิจกรรมได้ทุก ประเภท	ฉันไม่ต้องการให้ผู้อื่น สนใจพฤติกรรมของ ฉัน
N	Valid	200	200	200	200
	Missing	0	0	0	0
Mean		2.77	2.26	2.79	2.75
Std. Deviation		.763	.667	.672	.672
Minimum		1	1	1	1
Maximum		4	4	4	4

ตารางที่ 14

		ฉันชอบเอาใจผู้อื่น	ฉันไม่ชอบแสดงออกตามความคาดหวังของคนอื่น	การกระทำของฉันขึ้นอยู่กับความรู้สึกว่าผู้อื่นอยากให้ฉันทำอะไร	ฉันมักทำตามคำกล่าวที่ว่า เข้าเมืองตาหลิ่วให้หลิ่วตาตาม
N	Valid	200	200	200	200
	Missing	0	0	0	0
Mean		2.69	2.70	2.30	2.90
Std. Deviation		.733	.610	.794	.571
Minimum		1	1	1	1
Maximum		4	4	4	4

จากตารางที่ 5 – 14 จะเห็นได้ว่าข้อกระทง “ฉันชอบเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ เพื่อปรับปรุงตัวเองให้เข้ากับสังคมได้” มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ($M = 3.27$) ในขณะที่ข้อกระทง “ฉันไม่ชอบสร้างความประทับใจให้ผู้อื่น” มีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด ($M = 1.96$)

ตารางที่ 15

		ฉันเลือกข้อมูล ส่วนตัวหรือเพจที่ ฉันคิดว่าทำ ให้ภาพลักษณ์ของ ฉันดี	ฉันเลือกที่จะไม่ ระบายอารมณ์ลง บน status ใน Facebook	บางครั้งฉันตั้ง status หรือ โพสท์รูปที่แสดงถึง รางวัลหรือ ความสำเร็จของฉัน
N	Valid	200	200	200
	Missing	0	0	0
Mean		2.61	1.90	2.08
Std. Deviation		.763	.910	.766
Minimum		1	1	1
Maximum		4	4	4

ตารางที่ 16

		เป็นสิ่งสำคัญมากที่ ฉันจะดูเป็นผู้ที่ จัดการสิ่งต่าง ๆ ได้ สำเร็จเสมอ	ภาพลักษณ์ของฉัน ต้องดูดีและสมบูรณ์ แบบอยู่เสมอ	ฉัน comment รูป หรือ status ของ เพื่อนอย่าง สม่ำเสมอ	ฉันเปลี่ยน status ที่ ไม่ได้รับความสนใจ จากผู้อื่น
N	Valid	200	200	200	200
	Missing	0	0	0	0
Mean		2.42	2.23	2.34	1.78
Std. Deviation		.772	.768	.797	.809
Minimum		1	1	1	1
Maximum		4	4	4	4

ตารางที่ 17

		ฉันลบ status หรือรูปที่เคย โพสต์เนื่องจาก มีคนบอกว่าดู ไม่ดี	ฉันลบ tag รูปที่ ฉันดูไม่สวย	ฉันไม่เปิดเผย ข้อมูลหรือสิ่งที่ ฉันทำได้ไม่ดีลง บนกระดาน ข้อความ	ฉัน comment หรือโพสต์ความ คิดเห็นของฉัน ไม่ตรงกับ ความคิดหรือ ความรู้สึกที่ แท้จริง	ฉันโพสต์รูป หรือแสดง ความคิดเห็น โดยไม่ใส่ใจว่า ผลตอบรับจะ ดีหรือไม่
N	Valid	200	200	200	200	200
	Missing	0	0	0	0	0
	Mean	1.83	1.89	2.58	1.62	2.39
	Std. Deviation	.921	.912	.974	.741	.929
	Minimum	1	1	1	1	1.00
	Maximum	4	4	4	4	4.00

ตารางที่ 18

		ไม่ใช่เรื่อง เลวร้ายหากฉัน จะโพสต์รูปหรือ แสดงความ ความเห็นที่แสดงถึง ความไม่สมบูรณ์ แบบของฉัน	ฉันคิดว่าไม่ จำเป็นต้อง ระบายทุกปัญหา ของตัวเองลงบน กระดาน ข้อความ	ฉันตั้งค่าความ เป็นส่วนตัวใน Facebook เพราะไม่ต้องการ เปิดเผยข้อมูลแม้ จะเป็นความจริง	เพื่อนใน Facebook ไม่ควร รับรู้ถึงสิ่งไม่ดีหรือ ข้อผิดพลาดใน ชีวิตฉัน
N	Valid	200	200	200	200
	Missing	0	0	0	0
Mean		2.15	2.69	3.25	2.08
Std. Deviation		.796	.767	.836	.829
Minimum		1	1.00	1	1
Maximum		4	4.00	4	4

ตารางที่ 19

		ฉันแก้ปัญหาด้วยตัวเองมากกว่าที่จะ ขอคำปรึกษาจากเพื่อนใน Facebook	เป็นเรื่องยากสำหรับฉันที่จะยอมรับกับเพื่อนใน Facebook ว่าฉันกำลังมีปัญหานาน่าอับอาย
N	Valid	200	200
	Missing	0	0
Mean		2.91	2.17
Std. Deviation		.898	.865
Minimum		1	1
Maximum		4	4

จากตารางที่ 15 – 19 จะเห็นได้ว่าข้อกระทง “ฉันคิดว่าไม่จำเป็นต้องระบายทุกปัญหาของตัวเองลงบนกระดานข้อความ” มีค่าเฉลี่ยสูงที่สุด ($M = 3.25$) ในขณะที่ข้อกระทง “ฉัน comment หรือโพสต์ความคิดเห็นของฉัน ไม่ตรงกับความคิดหรือความรู้สึกที่แท้จริง” มีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด ($M = 1.62$)

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ของข้อมูลตามสมมติฐานการวิจัย

ในการทดสอบสมมติฐานการวิจัย ผู้วิจัยวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการกำกับการแสดงออกและการนำเสนอตนเองในการใช้เฟสบุ๊ค เพื่อตรวจสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร ปรากฏผลการวิเคราะห์ดังตารางที่ 20

ตารางที่ 20

Correlations

		personal	Facebook
personal	Pearson Correlation	1	.111
	Sig. (2-tailed)		.118
	N	200	200
Facebook	Pearson Correlation	.111	1
	Sig. (2-tailed)	.118	
	N	200	200

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

ผลการทดสอบสมมติฐานการวิจัย

สมมติฐานทางการวิจัย

H0: พฤติกรรมการนำเสนอตนเองไม่มีความสัมพันธ์กับการกำกับตนเองของบุคคล

H1: พฤติกรรมการนำเสนอตนเองมีความสัมพันธ์กับการกำกับตนเองของบุคคล

ตารางที่ 21 ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการนำเสนอตนเองกับเฟสบุ๊ค

	การกำกับตนเอง	การนำเสนอตนเอง
การกำกับตนเอง	1	.111
การนำเสนอตนเอง	-	1

**ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

สมมติฐานทางการวิจัย

H0: พฤติกรรมการนำเสนอตนเองไม่มีความสัมพันธ์กับการกำกับตนเองของบุคคล

H1: พฤติกรรมการนำเสนอตนเองมีความสัมพันธ์กับการกำกับตนเองของบุคคล

จากตารางที่ 21 แสดงให้เห็นว่า พฤติกรรมการนำเสนอตนเองไม่มีความสัมพันธ์กับการกำกับตนเองของบุคคล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยค่า Person Correlation มีค่าเท่ากับ .111 ดังนั้น ยอมรับสมมติฐาน H0 และปฏิเสธสมมติฐาน H1

บทที่ 4

การอภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้วัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของการกำกับตนเองและการนำเสนอตนเองในพฤติกรรมการใช้เฟสบุ๊ค ในนิสิตระดับปริญญาตรี จากผลการวิเคราะห์ข้อมูล สามารถอภิปรายผลการวิจัยตามสมมติฐาน ดังนี้

สมมติฐาน

การกำกับการแสดงออกของตนมีสหสัมพันธ์กับการนำเสนอตนเองในผู้ใช้เฟสบุ๊ค

ผลการวิเคราะห์ครั้งนี้พบว่า การกำกับการแสดงออกของตนไม่มีสหสัมพันธ์กับการนำเสนอตนเองในพฤติกรรมการใช้เฟสบุ๊ค แม้ผู้ที่มีการกำกับการแสดงออกของตนสูง จะมีการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อม ระมัดระวังพฤติกรรมแสดงออกในทุกๆสถานการณ์ เพราะต้องการการยอมรับและสร้างความประทับใจต่อคนรอบข้าง และเครือข่ายสังคมออนไลน์อย่างเฟสบุ๊คนั้นมีลักษณะการนำเสนอตนเองต่อภายนอกที่ชัดเจน เช่น ชื่อ , วัน เดือน ปี เกิด, สถานศึกษาหรือสถานที่ทำงาน, หน้าที่หรือตำแหน่งงาน, สถานภาพ, สถานที่ ที่ตนอยู่ ณ ขณะนั้น, รูปภาพ, การติดต่อ รวมไปถึง สเตตัสที่บอกความรู้สึกนึกคิดของแต่ละคน เหมือนตัวแทนของผู้ใช้เฟสบุ๊คแต่ละราย จึงเป็นไปได้สูงที่จะเกิดการควบคุมพฤติกรรมแสดงออกของตน ส่งผลให้เกิดการนำเสนอตนเองในพฤติกรรมการใช้เฟสบุ๊ค ในที่นี้กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการเก็บข้อมูล คือนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย แม้จะมีความหลากหลายในคณะที่ศึกษา แต่หากมองมุมกว้างจะพบว่า กลุ่มตัวอย่างดังกล่าว ไม่สามารถแทนประชากรทั่วไปได้ อีกทั้งอคติเอนเอียงเข้าข้างกลุ่มตนว่า พฤติกรรมการดำเนินชีวิตหรือสังคมของนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยนั้น ไม่แตกต่างจากประชากรส่วนใหญ่ ทั้งที่ไม่มีหลักฐานอ้างอิงใดจะสนับสนุนแนวความคิดนี้^๑ และตัวแปรแทรกซ้อนอีกประการหนึ่งที่ส่งผลกระทบต่องานวิจัยนี้ คือ ระดับความนิยมของประชาชนที่มีต่อโซเชียลเน็ตเวิร์ค อย่างเฟสบุ๊ค กล่าวคือ ระยะเวลาที่ได้ศึกษาวิจัยในหัวข้อ ความสัมพันธ์ระหว่างการกำกับการแสดงออกของตนและการนำเสนอตนเองในพฤติกรรมการใช้เฟสบุ๊ค ใช้เวลานานถึงแปดเดือน พบว่า กระแสความนิยมของประชาชนที่มีต่อเฟสบุ๊คลดระดับลง^๑ เนื่องด้วยคู่แข่งทางเครือข่ายสังคมอื่น เช่น ทวิตเตอร์ มีส่วนแบ่งในตลาดผู้ใช้โซเชียลเน็ตเวิร์คเพิ่มมากขึ้น ในกลุ่มตัวอย่างที่มีการกำกับการแสดงออกของตนสูงจะให้ความสำคัญต่อตนเองที่คำนึงถึงสังคมมากกว่าความสอดคล้องใน

ตนเองที่คำนึงถึงตัวตนในการแสดงออกผ่านทางเฟสบุ๊ค ขณะที่กลุ่มตัวอย่างที่มีการกำกับการแสดงออกของตนต่ำจะให้ความสำคัญต่อตัวเองที่คำนึงถึงตัวตนมากกว่าความสอดคล้องในตนเองที่คำนึงถึงสังคมในการแสดงออกผ่านทางเฟสบุ๊ค

เมื่อพิจารณาจากตัวแปรต้นและตัวแปรตามในการวิจัยครั้งนี้ จะพบว่า มีสหสัมพันธ์ระหว่างการกำกับการแสดงออกของตนกับการนำเสนอตนเอง ดังในงานวิจัย ดังนี้

งานวิจัยที่สนับสนุนว่ามีสหสัมพันธ์ระหว่างการกำกับการแสดงออกของตนกับการนำเสนอตนเอง

William Ickes และ Renee Holloway จาก University of Texas at Arlington, Linda L. Stinson จาก U.S. Department of Labor และ Tiffany Graham Hoodenpyle จาก J.C. Penney Corporation ศึกษาเรื่อง การกำกับการแสดงออกในการปฏิสัมพันธ์ทางสังคม: จุดศูนย์กลางของอารมณ์ของตน (self-monitoring in social interaction: the centrality of self-affect) พบว่าความกังวลอันดับต้นๆของผู้ที่มีการกำกับการแสดงออกสูงในการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมคือเพื่อควบคุมอารมณ์ตนเองผ่านการจัดการความประทับใจที่มีประสิทธิภาพ

William H. Turnley จาก Kansas State University และ Mark C. Bolino จาก University of Notre Dame (2001) ศึกษา"การได้มาซึ่งภาพลักษณ์อันน่าพึงปรารถนาในขณะหลีกเลี่ยงภาพลักษณ์ที่ไม่น่าพึงปรารถนา: การสำรวจบทบาทของการกำกับการแสดงออกของตนในการจัดการความประทับใจ" พบว่าผู้ที่มีการกำกับการแสดงออกของตนสูงสามารถใช้กลยุทธ์การจัดการความประทับใจได้มีประสิทธิภาพมากกว่าผู้ที่มีการกำกับการแสดงออกของตนต่ำ โดยผู้ที่มีการกำกับการแสดงออกของตนสูงจะมีความสันทัดในการใช้การประจบประแจง, การส่งเสริมตนเอง, และการเป็นบุคคลตัวอย่างในการได้มาซึ่งภาพลักษณ์ที่เป็นที่ชื่นชอบในบรรดาผู้ร่วมงาน

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

วัตถุประสงค์ในการวิจัย

เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการกำกับตนเองกับการนำเสนอตนเองในพฤติกรรมการใช้เฟสบุ๊ค

สมมติฐานในการวิจัย

การกำกับการแสดงออกของตนมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับการนำเสนอตนเองในผู้ใช้เฟสบุ๊ค

ขอบเขตของการวิจัย

ตัวแปรในการวิจัย

ตัวแปรอิสระคือ การกำกับการแสดงออก

ตัวแปรตามคือ การนำเสนอตนเอง

กลุ่มตัวอย่าง

ผู้ที่ศึกษาในระดับอุดมศึกษา ซึ่งอยู่ในช่วงอายุ 18 – 24 ปี จำนวน 200 คน แบ่งเป็น ชาย 100 คน หญิง 100 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. มาตรฐานวัดการนำเสนอตนเองจากพฤติกรรมการใช้เฟสบุ๊ค
2. มาตรฐานวัดการกำกับการแสดงออกของตน

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ทำให้ทราบถึงความสัมพันธ์ระหว่างการกำกับการแสดงออกกับการนำเสนอตนเองในพฤติกรรมการใช้เฟสบุ๊ค
2. ตระหนักและรู้เท่าทันสังคมออนไลน์
3. เป็นแนวทางในการสร้างภาพลักษณ์ที่ดีสำหรับการประกอบอาชีพผ่านเครือข่ายสังคม
4. เพื่อเป็นประโยชน์แก่ผู้ที่สนใจในการเป็นแนวทางในการศึกษาในหัวข้อที่เกี่ยวข้องต่อไป

การเก็บรวบรวมข้อมูล

หลังจากสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเรียบร้อยแล้ว ผู้วิจัยนำมาแจกเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลในกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนิสิตระดับปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ชั้นปีที่ 1-5 ซึ่งกลุ่มตัวอย่าง 1 คนจะได้รับแบบสอบถาม คนละ 1 ชุด จำนวน 4 หน้า ประกอบด้วย มาตรการนำเสนอตนเองจากพฤติกรรมการใช้เฟสบุ๊ค และมาตรการกำกับการแสดงออกของตนเอง

การวิเคราะห์ข้อมูล

นำข้อมูลที่ได้มาทั้งหมดมาตรวจสอบความถูกต้อง และวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป SPSS (Statistical Package for the Social Science) ดังนี้

1. การวิเคราะห์ข้อมูลค่าสถิติพื้นฐาน เช่น ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เป็นต้น
2. นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลในรูปแบบตาราง

ผลการวิจัย

การกำกับการแสดงออกของตนไม่มีสหสัมพันธ์กับการนำเสนอตนเองในพฤติกรรมการใช้เฟสบุ๊ค

ข้อเสนอแนะ

1. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษามีจำนวนน้อยและไม่หลากหลายเพียงพอที่จะสามารถอ้างอิงถึงประชากรโดยทั่วไปได้ ดังนั้น การวิจัยครั้งต่อไปควรมีการสำรวจกลุ่มตัวอย่างให้หลากหลายมากขึ้น เช่น สำรวจกลุ่มตัวอย่างจากสถาบันการศึกษาอื่น
2. อาจมีตัวแปรอื่นๆ ที่อาจส่งผลกระทบต่อการศึกษา ควรมีการศึกษาตัวแปรอื่นเพิ่มเติม
3. ควรมีการควบคุมตัวแปรแทรกซ้อนต่างๆ ที่อาจเกิดขึ้นในระหว่างการวิจัย เช่น ความไม่ตั้งใจตอบของกลุ่มตัวอย่าง สภาพอากาศ สถานที่ เป็นต้น
4. ควรเพิ่มจำนวนข้อกระทงของแบบสอบถามให้มากขึ้น เพื่อเพิ่มความถูกต้องในการแยกแยะความแตกต่างกลุ่มตัวอย่างมากขึ้น

รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

- กมลกานต์ จินข้าง. (2553). อิทธิพลของความนิยมความสมบูรณ์แบบต่อเจตคติในการทำศัลยกรรม เสริมความงามโดยมีการนำเสนอตนเองด้วยความสมบูรณ์แบบและการซึมซับจาก วัฒนธรรมสังคมเป็นตัวแปรส่งผ่าน. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาสังคม คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- รัตนาวลี มั่นทรัพย์. (2544). อิทธิพลของอารมณ์ชั่วขณะและสถานการณ์ต่อความสุภาพของภาษาที่ใช้ในการขอร้องระหว่างผู้ที่มีการกำกับการแสดงออกของตนสูงและต่ำ. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาสังคม คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ภาสกร รัตนปนัดดา. ว่าที่ร้อยตำรวจโท. (2544). การเปรียบเทียบแรงจูงใจและคุณลักษณะในการ เลือกระหว่างผู้ที่มีการกำกับการแสดงออกของตนสูงและต่ำ. วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาสังคม คณะจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย.
- ศิริณี ลิขิตวณิชกุล. (2536). การเปรียบเทียบการตัดสินใจจากความตั้งใจจากบุคลิกขณะภายนอกและ คุณลักษณะภายในของบุคคลระหว่างผู้ที่มีการกำกับการแสดงออกของตนสูงและต่ำ. วิทยานิพนธ์ปริญญา ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาสังคม ภาควิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อรอนงค์ พิณรุฑักษ์. (2538). อิทธิพลของการกำกับการแสดงออกของตน ตัวแปรแหล่งและคุณภาพ ของข้อโต้แย้งที่มีต่อการประเมินสินค้า. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาสังคม ภาควิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ภาษาอังกฤษ

Facebook. (2012). Retrieved March 13, 2012. from <http://en.wikipedia.org/wiki/Facebook>

Ickes, W., Holloway, R., Stinson, L. L., & Hoodenpyle, T. G. Self-monitoring in social interaction: the centrality of self-affect. (2006). *Journal of personality*. Doi: 10.1111/j.1467-6494.2006.00388.x

Summers, J., Borland, R., & Walker, M. (1989). *Psychology: an introduction* (1st ed.).

Turnley, W. H., & Bolino, M. C. (2001), Achieving desired images while avoiding undesired images: exploring the role of self-monitoring in impression management. *Journal of applied psychology*, 86,351-360. doi: 10.1037//0021-9010.86.2.351

Weiten, W. (1992). *Psychology: themes and variations* (2nd ed.).

Westen, D., Burton, L., & Kowalski, R. (2006). *Psychology: australian and new zealand edition*.

ภาคผนวก ก.

รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิในงานวิจัยครั้งนี้

1. อาจารย์ จรุงกุล บุรพวงศ์
2. รองศาสตราจารย์ ธีระพร อุวรรณโณ
3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ชูพงศ์ ปัญจมะวัต
4. อาจารย์ กมลกานต์ จินข้าง

ภาคผนวก ข.

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

แบบสำรวจความรู้สึกและการกระทำของตนเอง

แบบสำรวจนี้เป็นการสำรวจความรู้สึกและการกระทำในชีวิตประจำวันของท่าน ในการตอบแบบสำรวจนี้ขอให้ท่านอ่านข้อความแต่ละข้อความ แล้วพิจารณาอย่างรอบคอบว่าความรู้สึกและการกระทำที่ระบุในข้อความ เป็นความจริงสำหรับท่านหรือไม่

หาก **จริง** ก็ขอให้พิจารณาว่า **จริงมาก** หรือว่า **จริง** แล้วทำเครื่องหมายถูกลงในช่องที่เหมาะสม

หาก **ไม่จริง** ก็ขอให้พิจารณาว่า **ไม่จริงมาก** หรือว่า **ไม่จริง** แล้วทำเครื่องหมายถูกลงในช่องที่เหมาะสม

เช่น

ข้อที่	ข้อความ	จริงมาก	จริง	ไม่จริง	ไม่จริงมาก
		4	3	2	1
0	ฉันทิ้งสิ่งของที่ผู้อื่นยืมไปแล้วไม่คืนภายในกำหนด	4	3	2	1
	- ถ้าท่านเห็นว่าการกระทำข้อนี้ จริงมาก สำหรับท่าน ขอให้เขียนเครื่องหมาย / ลงในช่อง จริงมาก	4/	3	2	1
	- ถ้าท่านเห็นว่าการกระทำข้อนี้ จริง สำหรับท่าน ขอให้เขียนเครื่องหมาย / ลงในช่อง จริง	4	3/	2	1
	- ถ้าท่านเห็นว่าการกระทำข้อนี้ ไม่จริง สำหรับท่าน ขอให้เขียนเครื่องหมาย / ลงในช่อง จริงมาก	4	3	2/	1
	- ถ้าท่านเห็นว่าการกระทำข้อนี้ ไม่จริงมาก สำหรับท่าน ขอให้เขียนเครื่องหมาย / ลงในช่อง ไม่จริงมาก	4	3	2	1/

สิ่งที่สำคัญที่สุด คือ ขอให้ท่านตอบให้ตรงกับความรู้สึกหรือการกระทำที่แท้จริงของท่าน

ทั้งนี้ ก่อนตอบแบบสำรวจ ขอให้ท่านตอบข้อมูลต่อไปนี้ เพื่อประโยชน์ของตัวท่านเอง

เลขประจำตัว..... ชื่อ-นามสกุล.....

เพศ () ชาย () หญิง

ชั้นปีที่.....สาขาวิชา.....คณะ.....

แบบสำรวจนี้มีจำนวน 40 ข้อ โปรดตอบอย่างตั้งใจ ตอบตามที่เป็นจริง และตอบให้ครบทุกข้อ

ตัวอย่างข้อกระทง

ข้อที่	ข้อความ	จริง มาก 4	จริง 3	ไม่จริง 2	ไม่จริง มาก 1
1.	ฉันสามารถพูดในที่ประชุมได้ แม้ในหัวข้อซึ่งฉันเกือบจะไม่มีข้อมูลเลย	4	3	2	1
2.	ฉันรู้สึกว่าการเลียนแบบการกระทำของผู้อื่นเป็นสิ่งที่ยาก	4	3	2	1
3.	ฉันอาจจะเป็นนักแสดงที่ดีก็ได้	4	3	2	1
4.	4	3	2	1
5.	4	3	2	1
6.	4	3	2	1
7.	4	3	2	1
8.	4	3	2	1
9.	4	3	2	1
10.	4	3	2	1

แบบสอบถามความคิดเห็นเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการนำเสนอตนเองกับ facebook

	ไม่เลย	นานๆ ครั้ง	เป็น ประจำ	บ่อยมาก ที่สุด
1. ฉันคัดเลือกภาพโปรไฟล์ที่ฉันคิดว่าดูดีที่สุด				
2. ฉันเลือกข้อมูลส่วนตัวหรือเพจที่ like เพราะคิดว่าทำให้ภาพลักษณ์ของฉันดี				
3. ฉันเลือกที่จะไม่ระบายอารมณ์ลงบน status ใน Facebook				
4. บางครั้งฉันตั้ง status หรือโพสต์รูปที่แสดงถึงรางวัลหรือความสำเร็จของฉัน				
5. เป็นสิ่งสำคัญมากที่ฉันจะดูเป็นผู้ที่จัดการสิ่งต่างๆ ได้สำเร็จเสมอ				
6. ภาพลักษณ์ของฉันต้องดูดีและสมบูรณ์แบบอยู่เสมอ				
7. ฉัน comment รูปหรือ status ของเพื่อนอย่างสม่ำเสมอ				
8. ฉันเปลี่ยน status ที่ไม่ได้รับความสนใจจากผู้อื่น				
9. ฉันลบ status หรือรูปที่เคยโพสต์เนื่องจากมีคนบอกว่าดูไม่ดี				
10. ฉันลบ tag รูปที่ฉันดูไม่สวย				
11. ฉันไม่เปิดเผยข้อมูลหรือสิ่งที่ฉันทำได้ไม่ดีลงบนกระดานข้อความ				
12. ฉัน comment หรือโพสต์ความคิดเห็นของฉัน ไม่ตรงกับความคิดหรือความรู้สึกที่แท้จริง				
13. ฉันโพสต์รูปหรือแสดงความคิดเห็นโดยไม่ใส่ใจว่าผลตอบรับจะดีหรือไม่				
14. ฉันจะรู้สึกแย่มากหากมีใครรับรู้ข้อมูลในด้านลบของฉัน				
15. ไม่ใช่เรื่องเลวร้ายหากฉันจะโพสต์รูปหรือแสดงความคิดเห็นที่แสดงถึงความไม่สมบูรณ์แบบของฉัน				
16. ฉันคิดว่าไม่จำเป็นต้องระบายทุกปัญหาของตัวเองลงบนกระดานข้อความ				

17. ฉันตั้งค่าความเป็นส่วนตัวใน Facebook เพราะไม่ต้องการเปิดเผยข้อมูลแม้จะเป็นความจริง				
18. เพื่อนใน Facebook ไม่ควรรับรู้ถึงสิ่งไม่ดีหรือข้อผิดพลาดในชีวิตฉัน				
19. ฉันแก้ปัญหาด้วยตัวเองมากกว่าที่จะขอคำปรึกษาจากเพื่อนใน Facebook				
20. เป็นเรื่องยากสำหรับฉันที่จะยอมรับกับเพื่อนใน Facebook ว่าฉันกำลังมีปัญหาที่น่าอับอาย				

ประวัติผู้เขียนโครงการวิจัย

นางสาวศิริภา วงษ์ทองสุข เกิดวันที่ 13 กรกฎาคม พ.ศ.2532 จบการศึกษาระดับมัธยมศึกษาจากโรงเรียนเซนต์โยเซฟคอนเวนต์ จังหวัดกรุงเทพมหานคร เมื่อปี พ.ศ.2550 และเข้าศึกษาต่อในระดับปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

นางสาวสุคนธ์เพชร ผลประดิษฐ์านนท์ เกิดวันที่ 16 กันยายน พ.ศ.2532 จบการศึกษาระดับมัธยมศึกษาจากโรงเรียนเฉลิมขวัญสตรี จังหวัดพิษณุโลก เมื่อปี พ.ศ.2550 และเข้าศึกษาต่อในระดับปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย