อิทธิพลของลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและสุขภาวะทางจิต
: การแบ่งมิติลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกและเชิงลบ

นายรวีโรจน์	เลิศพิภพเมธา	เลขประจำตัวนิสิต	5337480438
นางสาววิรัลพัชร	เลิศธีรเรืองกุล	เลขประจำตัวนิสิต	5337488538
นายวุฒิ	พูลสมบัติ	เลขประจำตัวนิสิต	5337490738

โครงงานทางจิตวิทยานี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรวิทยาศาสตรบัณฑิต

สาขาวิชาจิตวิทยา

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2556

EFFECTS OF PERFECTIONISM ON ACADEMIC ACHIEVEMENT AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING: THE TWO DIMENSIONS OF PERFECTIONISM

Mr. Raweeroj	Lerthphiphopmetar	5337480438
Miss Wiranphat	Lertteeraraungkul	5337488538
Mr. Wut	Poolsombat	5337490738

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	อิทธิพลของลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและสุขภาวะทางจิต : การแบ่งมิติลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกและเชิงลบ
โดย	รวีโรจน์ เลิศพิภพเมธา วิรัลพัชร เลิศธีรเรืองกุล วุฒิ พูลสมบัติ
สาขาวิชา	จิตวิทยา
อาจารย์ที่ปรึกษาโครงงานทางจิตวิทยาหลัก	อาจารย์กมลกานต์ จีนช้าง

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้นับโครงงานทางจิตวิทยาฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาบัณฑิต

.....คณบดีคณะจิตวิทยา

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.คัคนางค์ มณีศรี)

คณะกรรมการสอบโครงงานทางจิตวิทยา

.....อาจารย์ที่ปรึกษาโครงงานทางจิตวิทยาหลัก

(อาจารย์กมลกานต์ จีนช้าง)

.....กรรมการ

(ผศ.ดร.กรรณิการ์ นลราชสุวัจน์)

.....กรรมการ

(อาจารย์จรุงกุล บูรพวงศ์)

นายรวีโรจน์ เลิศพิภพเมธา, นางสาววิรัลพัชร เลิศธีรเรืองกุล, นายวุฒิ พูลสมบัติ : อิทธิพลของลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและสุขภาวะทางจิต : การแบ่งมิติลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกและเชิงลบ (EFFECTS OF PERFECTIONIS ON ACADEMIC ACHIEVEMENT AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING: THE TWO DIMENSIONS OF PERFECTIONISM)

อาจารย์ที่ปรึกษาโครงงานทางจิตวิทยาหลัก : อาจารย์กมลกานต์ จีนช้าง, 96 หน้า

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาอิทธิพลของลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและสุขภาวะทางจิต ของนิสิตระดับปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 270 คน ผู้ร่วมการวิจัยตอบมาตรวัดลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมโดยแบ่งเป็นลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกและเชิงลบ มาตรวัดความพึงพอใจในชีวิต และมาตรวัดความรู้สึกทางบวกและความรู้สึกทางลบ โดยสลับลำดับการทำมาตรด้วยวิธีการสุ่ม

ผลการวิเคราะห์พบว่า

ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมสามารถทำนายสุขภาวะทางจิตได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

1.1. ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกสามารถทำนายสุขภาวะทางจิตในทิศทางบวกได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และสามารถอธิบายความแปรปรวนของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนทางได้ร้อยละ 11 (R^2 = .11, β = 0.48, p < .001)

1.2. ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบสามารถทำนายสุขภาวะทางจิตในทิศทางลบได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และสามารถอธิบายความแปรปรวนของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนทางได้ร้อยละ 21 (R^2 = .21, β = -0.41, p < .001)

2. ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมสามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

2.1. ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกสามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในทิศทางบวกได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.001 และสามารถอธิบายความแปรปรวนของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนได้ร้อยละ 14 (R^2 = .14, β = 0.43, p < .001)

2.2. ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบสามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในทิศทางลบได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.001 และสามารถอธิบายความแปรปรวนของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนได้ร้อยละ 8 (R^2 = .08, β = -0.36, p < .001)

สาขาวิชา จิตวิทยา ลายมือชื่อนิสิต.....

ปีการศึกษา 2556 ลายมือชื่อนิสิต.....

ลายมือชื่อนิสิต.....

ลายมือชื่อ อาจารย์ที่ปรึกษาโครงงานทางจิตวิทยาหลัก.....

5337480438, 5337488538, 5337490738 : MAJOR PSYCHOLOGY

KEYWORDS : PERFECTIONISM / ACADEMIC ACHIEVEMENT / PSYCHOLOGICAL WELL-BEING

Raweeroj Lerthphiphopmetar, Wiranphat Lertteeraraungkul, Wut Poolsombat:

EFFECTS OF PERFECTIONISM ON ACADEMIC ACHIEVEMENT AND PSYYCHOLOGICAL WELL-BEING: THE TWO DIMENSIONS OF PERFECTIONISM

SENIOR PROJECT ADVISOR: KAMONKARN JINCHANG, 96 pp.

The purpose of this research was to examine the effects of healthy perfectionism and unhealthy perfectionism on academic achievement and psychological well-being. Two hundred and seventy undergraduate students in Chulalongkorn University completed the measures of perfectionism, academic achievement and psychological well-being (life satisfaction and positive and negative affect) in random orders.

Results are as follow:

1. Healthy perfectionism significantly predicts psychological well-being and explains 11% of the variance in psychological well-being (R^2 = .11, β = 0.48, p < .001)
2. Unhealthy perfectionism significantly predicts psychological well-being and explains 21% of the variance in psychological well-being (R^2 = .21, β = -0.41, p < .001)
3. Healthy perfectionism significantly predicts academic achievement and explains 14% of the variance in academic achievement (R^2 = .14, β = 0.43, p < .001)
4. Unhealthy perfectionism significantly predicts academic achievement and explains 8% of the variance in academic achievement (R^2 = .08, β = -0.36, p < .001)

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

Academic Year : 2013 Student's Signature .....

Student's Signature .....

Advisor's Signature .....

กิตติกรรมประกาศ

โครงงานทางจิตวิทยาฉบับนี้ สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี ด้วยความกรุณา ความเอาใจใส่และการเสียสละเวลาอันมีค่าของของอาจารย์กมลกานต์ จีนช้าง อาจารย์ที่ปรึกษาโครงงานนี้ ผู้ซึ่งถ่ายทอดความรู้ทางวิชาการ ให้การปรึกษา คำแนะนำ และช่วยตรวจสอบแก้ไขโครงงานทางจิตวิทยาเล่มนี้ด้วยความปรารถนาดีมาโดยตลอด คณะผู้วิจัยจึงขอกราบขอบพระคุณอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้ และขอกราบขอบพระคุณอาจารย์หยกฟ้า อิศรานนท์ ที่กรุณาเอื้อเฟื้อเครื่องมือทางการวิจัยสำหรับโครงงานนี้

ขอบพระคุณ นิสิตปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่ให้ความร่วมมือสำหรับงานวิจัยในครั้งนี้ ทั้งกลุ่มตัวอย่างที่ช่วยเหลือในขั้นพัฒนามาตรวัดและกลุ่มตัวอย่างผู้ร่วมการวิจัย ที่สละเวลาและให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามเป็นอย่างดี

ขอขอบคุณเพื่อนๆ คณะจิตวิทยาทุกคนที่คอยให้คำแนะนำ ให้กำลังใจ และให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกันมาโดยตลอด โดยเฉพาะอย่างยิ่ง คุณกิติภพ แซ่อึ้ง คุณเกวรินทร์ ไตรรัตน์ และคุณเปรมวดี วราพันธ์ ที่คอยช่วยเหลือและร่วมกันพัฒนามาตรวัดลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม ขอขอบคุณรุ่นน้องในคณะจิตวิทยาที่ให้ความร่วมมือและให้กำลังใจผู้วิจัยในทุกด้านจนกระทั่งโครงงานเล่มนี้สำเร็จไปได้ด้วยดี

สุดท้ายนี้ ขอกราบขอบพระคุณบิดาและมารดา ที่สนับสนุนคณะผู้วิจัยตลอดมา คอยให้ความรัก ให้กำลังใจ แสดงความห่วงใย ติดตามความคืบหน้า และสนับสนุนกำลังทรัพย์ในการศึกษามาโดยตลอด

นายรวีโรจน์ เลิศพิภพเมธา
นางสาววิรัลพัชร เลิศธีรเรืองกุล
นายวุฒิ พูลสมบัติ

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
กิตติกรรมประกาศ	ฉ
สารบัญ	ช
สารบัญตาราง	ฌ
สารบัญภาพ	ฎ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
แนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	4
ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม	4
ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	20
สุขภาวะทางจิต	24
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	30
ขอบเขตของการวิจัย	30
ตัวแปรที่ศึกษา	30
การพัฒนาสมมติฐาน	30
สมมติฐานการวิจัย	32
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย	33
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	36
บทที่ 2 วิธีดำเนินการวิจัย	37
กลุ่มตัวอย่าง	37
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	37
ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ	36
วิธีดำเนินการวิจัย	48
การวิเคราะห์ข้อมูล	49
บทที่ 3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	50
การทดสอบสถิติเบื้องต้น	51
ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐาน	58

หน้า

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพิ่มเติม..... 62
บทที่ 4 อภิปรายผลการวิจัย..... 66
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ..... 71
ข้อเสนอแนะ..... 73
รายการอ้างอิง..... 75
ภาคผนวก..... 78
ภาคผนวก ก..... 79
ภาคผนวก ข..... 84

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1.	ตารางแสดงข้อมูลการศึกษาลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม.....	11
2.	จำนวนข้อกระทงของมาตรวัดลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมที่ใช้กับกลุ่มตัวอย่างพัฒนามาตรวัดจำแนกตามองค์ประกอบ.....	40
3.	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในชั้นพัฒนามาตรวัด จำแนกตามเพศ อายุ ชั้นปี และคณะ.....	41
4.	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่เป็นคนทำงานที่ใช้ในขั้นพัฒนามาตรวัด จำแนกตามเพศ อายุ สถานภาพ จำนวนบุตร อาชีพ รายได้.....	42
5.	จำนวนข้อกระทงของมาตรวัดลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมที่ใช้กับผู้ร่วมการวิจัย.....	45
6.	จำนวนข้อกระทงของมาตรวัดลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมที่ใช้กับผู้ร่วมการวิจัย จำแนกตามองค์ประกอบ.....	46
7.	จำนวนและร้อยละของตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย จำแนกตามเพศ อายุ สถานภาพ ชั้นปี คณะ เกรดเฉลี่ยสะสม…….....	52
8.	คะแนนต่ำสุด คะแนนสูงสุด ค่ามัชฌิมเลขคณิต และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของตัวแปรในการวิจัย.....	54
9.	ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่ใช้ในงานวิจัย.....	56
10.	คะแนนต่ำสุด คะแนนสูงสุด ค่ามัชฌิมเลขคณิต และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของผู้ร่วมการวิจัยที่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกและผู้ร่วมการวิจัยที่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบ.....	57
11.	ค่าสหสัมพันธ์ของลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกกับตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย.....	57
12.	ค่าสหสัมพันธ์ของลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบกับตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย.....	58
13.	ผลการวิเคราะห์การถดถอยของตัวแปรทำนายคือลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกกับตัวแปรเกณฑ์คือสุขภาวะทางจิต.....	59
14.	ผลการวิเคราะห์การถดถอยของตัวแปรทำนายคือสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกกับตัวแปรเกณฑ์คือสุขภาวะทางจิต.....	60
15.	ผลการวิเคราะห์การถดถอยของตัวแปรทำนายคือสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกกับตัวแปรเกณฑ์คือผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน.....	61
16.	ผลการวิเคราะห์การถดถอยของตัวแปรทำนายคือสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกกับตัวแปรเกณฑ์คือผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน…….....	62

ตารางที่ หน้า

17. ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณในการทำนายสุขภาวะทางจิตด้วยวิธีใส่ตัวแปรอิสระเข้าสมการทุกตัวพร้อมกัน..... 63

18. ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณในการทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้วยวิธีใส่ตัวแปรอิสระเข้าสมการทุกตัวพร้อมกัน..... 64

สารบัญภาพ

ภาพที่		หน้า
1.	อิทธิพลของลักษณะสมบูรณ์นิยมเชิงบวกในการทำนายสุขภาวะทางจิต.....	58
2.	อิทธิพลของลักษณะสมบูรณ์นิยมเชิงลบในการทำนายสุขภาวะทางจิต.....	59
3.	อิทธิพลของลักษณะสมบูรณ์นิยมเชิงบวกในการทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน.....	60
4.	อิทธิพลของลักษณะสมบูรณ์นิยมเชิงบวกในการทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน.....	61

บทที่ 1

บทนำ

1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในปี 2556 ธุรกิจการศึกษาเพื่อเสริมความรู้และทักษะหรือธุรกิจกวดวิชา มีมูลค่าตลาดประมาณ 16,698 ล้านบาท และจะเติบโตร้อยละ 15.43 ไปสู่มูลค่าตลาดประมาณ 19,275 ในปี 2557 ซึ่งการเติบโตของธุรกิจได้รับปัจจัยสนับสนุนที่สำคัญมาจากค่านิยมของผู้คนในสังคมที่ต้องการพัฒนาศักยภาพของตนเองและค่านิยมของผู้ปกครองในการปลูกฝังทักษะต่างๆ สำหรับบุตรหลานตั้งแต่วัยเด็ก เพื่อสร้างขีดความสามารถในการแข่งขันให้กับตนเองหรือบุตรหลานให้เป็นเลิศและแสดงความโดดเด่นภายใต้การแข่งขันที่สูงขึ้นทั้งในสังคมการทำงานและการเรียน (กวดวิชา-สอนภาษายังเติบโตต่อเนื่อง, 2556)

จากสถิติการเติบโตของธุรกิจกวดวิชาที่ถูกจัดว่าเป็นธุรกิจที่สามารถสร้างผลตอบแทนเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องทุกปี ทำให้เห็นชัดเจนว่า สาเหตุของความคาดหวังความสมบูรณ์แบบนั้นเริ่มต้นมาจากการแข่งขันโดยเฉพาะการแข่งขันในด้านการเรียนและการแข่งขันที่เพิ่มขึ้นในการทำงาน เป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้ผู้ปกครองเกิดความคาดหวังแก่บุตรของตนให้มีผลการเรียนที่เป็นเลิศ (academic excellence) หรือเป็นเลิศทางด้านต่าง ๆ เช่น ดนตรีหรือภาษา จนเกิดเป็นค่านิยมของผู้คนในสังคมที่ต้องการพัฒนาศักยภาพเพื่อความเป็นเลิศของตนเองและเป็นค่านิยมของผู้ปกครองในการปลูกฝังทักษะต่าง ๆ สำหรับบุตรหลานของตน ซึ่งจากค่านิยมดังกล่าวส่งผลให้ในปัจจุบันนั้นความสมบูรณ์แบบเป็นสิ่งที่ผู้คนคาดหวังเป็นอย่างยิ่ง ไม่ว่าจะเป็นความสมบูรณ์แบบในเรื่องของการทำงาน การเรียน หรือเรื่องความสัมพันธ์

ความคาดหวังความเป็นเลิศดังกล่าวเป็นความกดดันที่ปรากฏให้เห็นได้ในสังคมปัจจุบันจากสื่อสารมวลชนที่ได้นำเสนอเรื่องราวที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการเรียน การฆ่าตัวตาย และการเป็นโรคซึมเศร้าของเยาวชน (“ปัญหาใหญ่ของเด็กที่ตกเป็นเหยื่อของพ่อแม่,” 2556; “แนะพ่อแม่อย่ากดดัน ลดเสี่ยงเด็กฆ่าตัวตายเพราะเครียดเรียน,” 2552) ข่าวต่างๆเหล่านี้ล้วนเป็นหลักฐานที่แสดงให้เห็นว่าความคาดหวังด้านการเรียนของบุตรนั้นส่งผลกระทบต่อการดำรงชีวิตของเยาวชนในปัจจุบัน นอกจากนี้ความเครียดจากความคาดหวังของสังคมและของตัวเองที่ต้องการเป็นพ่อแม่ผู้สมบูรณ์แบบยังส่งผลต่อผู้ปกครองที่ต้องเลี้ยงดูบุตร เนื่องจากการปรับตัวเพื่อรับบทบาทใหม่ของชีวิตในฐานะพ่อแม่นั้นค่อนข้าง

ยากลำบากอยู่แล้วโดยปกติ แต่ในยุคปัจจุบันพ่อแม่มักรู้สึกว่าตนเองถูกสังคม และคนรอบข้างตั้งความคาดหวังเอาไว้ว่าจะเป็นพ่อแม่ที่ดีพร้อมและสามารถเลี้ยงลูกให้เป็นคนที่สมบูรณ์แบบ มีความเป็นเลิศ สามารถแข่งขันและเอาชนะเพื่อนๆในวัยเดียวกันได้ การแบกรับความคาดหวังจากคนรอบข้างในประเด็นเกี่ยวกับการเลี้ยงดูลูกจนทำให้พ่อแม่เครียดนี้เป็นเรื่องที่เกิดขึ้นกับหลายครอบครัว โดยเฉพาะครอบครัวที่เป็นดาราดังหรือบุคคลที่มีชื่อเสียงในสังคม ซึ่งความเครียดดังกล่าวนั้นจะส่งผลเสียต่อวิธีการเลี้ยงดูที่ทำให้เข้มงวดเกินไปและจะส่งผลเสียต่อลูกด้วยในระยะยาว (“เตือนพ่อแม่มือใหม่ระวังเครียดกับความ สมบูรณ์แบบ,” 2554) ผลกระทบของความคาดหวังดังกล่าวพบทั้งในสังคมตะวันตกและตะวันออกจากการศึกษาสาเหตุของความวิตกกังวล ความซึมเศร้า และการฆ่าตัวตาย

จากข้อมูลดังกล่าวทำให้เห็นถึงผลเสียที่เกิดจากความคาดหวังที่มากเกินไปของผู้ปกครองและสังคมรอบข้างที่กดดันให้บุคคลแสดงออกถึงความเป็นเลิศในด้านต่างๆและมีความสมบูรณ์แบบโดยการวางเป้าหมายหรือมาตรฐานในระดับสูงอยู่เสมอเมื่อเทียบกับบุคคลอื่น จึงมีการศึกษาเกี่ยวกับลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม (perfectionism) ซึ่งในระยะแรกมักศึกษาผลทางลบที่เกี่ยวข้องลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม เนื่องจากในสังคมปัจจุบันนั้นมีคนจำนวนมากที่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม ซึ่งเป็นผลมาจากการคาดหวังในตนเองอย่างไม่สมเหตุสมผลรวมถึงเป็นผลมาจากการตั้งมาตรฐานที่สูงเกินไปให้กับตนเองโดยไม่พิจารณาถึงข้อจำกัดและความเป็นจริงของตนเอง สังคมและครอบครัวเองก็มีส่วนผลักดันให้บุคคลมีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมมากยิ่งขึ้น อันเนื่องมาจากการแข่งขันที่สูงขึ้นเรื่อยๆ ในด้านต่างๆไม่ว่าจะเป็นด้านการศึกษา การทำงาน รวมถึงการดำรงชีวิตในยุคปัจจุบันที่มีปัญหารุมเร้าเศรษฐกิจและสังคม และเนื่องจากสังคมคาดหวังความเป็นเลิศในตัวบุคคล ซึ่งส่งผลให้บุคคลจำนวนหนึ่งต้องพยายามที่จะแสวงหาความสำเร็จให้กับตนเอง ทำให้บุคคลต่างๆเหล่านี้มักจะประสบกับความเครียดและความวิตกกังวลใจ รู้สึกไม่พึงพอใจในตนเอง ตระหนักว่าตนเองมีข้อบกพร่อง ซึ่งส่งผลทางลบต่อสุขภาวะทางจิตของตนเองเป็นอย่างมาก โดย Sorotzkin (1985) ได้กล่าวว่าบุคคลที่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมนั้น จะรู้สึกว่าแม้ว่าตนเองจะประสบความสำเร็จมากเพียงใด แต่บุคคลก็ยังคิดว่าตนเองน่าจะทำได้ดีมากกว่านี้อยู่เสมอ และมักจะตอบสนองตนเองด้วยความรู้สึกเสียใจที่ไม่สามารถทำอย่างสมบูรณ์แบบได้และรู้สึกผิดเหมือนกับว่าตนเองยังไม่ได้ประสบกับความสำเร็จนั้น ๆ

ในขณะเดียวกันลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมนั้นไม่ได้มีแค่เพียงผลทางด้านลบเพียงอย่างเดียว แต่ก็ยังมีผลในทางบวกด้วย โดยบุคคลแรกๆที่นำเสนอความแตกต่างให้แก่ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมคือ

Hamachek (1978) ซึ่งชี้ให้เห็นว่าลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม สามารถแบ่งเป็น ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมแบบวิตกกังวล และลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมแบบทั่วไปที่เป็นลักษณะส่วนบุคคลที่จะพึงพอใจเมื่อได้เพียรพยายามให้ผลงานของตนให้สมบูรณ์แบบที่สุด ต่างจากลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมแบบวิตกกังวล ซึ่งจะแสวงหาความสมบูรณ์แบบโดยไม่คำนึงถึงข้อจำกัดและความเป็นจริง ส่งผลให้เกิดความผิดหวังและผลทางลบต่อจิตใจ ซึ่งแนวคิดนี้ต่อมาได้รับการยอมรับในวงกว้างและมีการพัฒนาแนวความคิดต่อยอดไปจากเดิม เช่น ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวก (healthy perfectionism) ซึ่งเป็นลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมที่ทำให้บุคคลแสวงหาความสมบูรณ์แบบ (striving for perfection) ได้อย่างเหมาะสม โดย Hamachek (1978) มีมาตรฐานส่วนบุคคลที่สูงแต่ตระหนักถึงความเป็นจริงและข้อจำกัดของตน โดยลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกจะสัมพันธ์กับลักษณะทางบวก (positive characteristic) ที่เอื้อต่อการปรับตัวที่เหมาะสมในสถานการณ์ต่างๆ เช่นการเรียน การทำงาน การออกกำลังกาย การเล่นกีฬา การทำศัลยกรรม และรูปแบบความสัมพันธ์ระหว่างคนรัก เป็นต้น

คณะผู้วิจัยพบว่าความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมได้แตกต่างไปจากเดิมเป็นอย่างมาก ทำให้คณะผู้วิจัยสนใจเป็นอย่างยิ่งในประเด็นของลักษณะความสมบูรณ์แบบนิยม โดยเฉพาะลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวก (healthy perfectionism) ซึ่งผู้จัดทำพบว่าเป็นลักษณะที่ควรมุ่งเน้นและพัฒนาเพื่อลดปัญหาที่เกิดขึ้นอยู่ในสังคมที่มีการแข่งขันกันสูงโดยไม่คำนึงถึงผลกระทบทางด้านร่างกายและจิตใจของตนเองและผู้อื่น บุคคลสามารถมีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกโดยการตั้งเป้าหมายหรือมีมาตรฐานในระดับสูงที่สอดคล้องกับความสามารถที่แท้จริง มีวางแผนจัดการให้ตนเองสามารถบรรลุเป้าหมายนั้นได้และรู้จักคุณค่าในตนเองโดยไม่ตกอยู่ภายใต้ความคาดหวังหรือแรงกดดันจากสังคมรอบข้างซึ่งเป็นปัจจัยที่สร้างความวิตกกังวลและก่อให้เกิดผลทางลบ อีกทั้งการศึกษาในครั้งนี้คณะผู้วิจัยต้องการศึกษาว่าบุคคลสามารถมีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมในรูปแบบที่สร้างสรรค์ได้หรือไม่ โดยการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกกับสุขภาวะทางจิต (Psychological well-being) และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (GPA) เพื่อจะแสดงให้เห็นว่าถ้าหากบุคคลมีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมในเชิงบวกแล้วนั้น บุคคลก็สามารถที่จะนำลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมมาเป็นประโยชน์กับตัวบุคคลเอง โดยแสดงให้เห็นผ่านผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและการมีสุขภาวะทางจิต

คณะผู้วิจัยจึงเห็นถึงความเกี่ยวข้องของตัวแปรทั้งหมดที่กล่าวมานี้ ประกอบกับลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมนั้นยังไม่ได้มีการศึกษาวิจัยในประเทศไทยมากนัก คณะผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและสุขภาวะทางจิต ในนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เนื่องจากจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยนับว่าเป็นมหาวิทยาลัยที่ได้รับการคาดหวังจากสังคมว่านิสิตจุฬาฯ จะต้องเป็นนิสิตที่เป็นเลิศทางด้านวิชาการ และทำการศึกษาขั้นต้นเพื่อที่จะสามารถนำไป

ประยุกต์เพื่อประโยชน์ในบริบทอื่นๆ เช่นลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมในองค์กร ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมในการเลี้ยงดูเด็กและเยาวชน หรือในด้านอื่นๆเพื่อเป็นประโยชน์ต่อหน่วยงานและสังคมในการศึกษาต่อๆไปได้

แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม (Perfectionism)

ความหมายของลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม

ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมในทัศนะของนักคิดและนักปราชญ์ชาวตะวันตก คือ การเพียรพยายามการสร้างมาตรฐานที่เป็นเลิศของมนุษย์ ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเป็นที่รู้จักมากขึ้นในศาสตร์ทางด้านจิตวิทยาจนได้รับการยอมรับว่าเป็นลักษณะทางบุคลิกภาพที่มีความเป็นสากลในมนุษย์ ตั้งแต่ค.ศ.1980 เนื่องจากในช่วงนั้นลักษณะมุ่งเน้นความสมบูรณ์แบบถูกระบุเป็นเกณฑ์หนึ่งที่ใช้วินิจฉัยโรคย้ำคิดย้ำทำ (obsessive-compulsive disorder: OCD) ในเกณฑ์ในการวินิจฉัยโรคทางจิตเวช (diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-II) โดยลักษณะนิยมความสมบูรณ์แบบได้ถูกกล่าวถึงว่าเป็นลักษณะบุคลิกภาพที่แสดงถึงความมุ่งมั่นกระทำสิ่งต่าง ๆ เพื่อให้ไร้ซึ่งข้อบกพร่อง ตั้งมาตรฐานที่สูงมากเกินกว่าความเป็นจริง พร้อมกับมีแนวโน้มที่จะไม่พอใจกับอะไรก็ตามที่ไม่เป็นเลิศ ส่งผลให้ในช่วงนั้นลักษณะมุ่งเน้นความสมบูรณ์แบบมีบทบาทสำคัญในการใช้เป็นสมมติฐานของกลุ่มอาการความผิดปกติทางจิต ซึ่งงานวิจัยจำนวนมากก็ได้ยืนยันว่าลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมนั้นมีความเชื่อมโยงกับผลทางลบเป็นจำนวนมาก ทำให้เกิดความรู้สึกกดดัน ความรู้สึกเครียด ความรู้สึกล้มเหลว อาการซึมเศร้า มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ รวมไปถึงส่งผลทางลบต่อสุขภาวะทางจิต

ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม หมายถึง ลักษณะส่วนบุคคลที่มีลักษณะในการมุ่งมั่นกระทำสิ่งต่างๆ เพื่อให้ไร้ข้อบกพร่อง และตั้งมาตรฐานที่สูงมากเกินกว่าความเป็นจริง พร้อมกับมีแนวโน้มที่จะวิจารณ์การประเมินพฤติกรรมของตัวบุคคลเองอย่างรุนแรง (Flett & Hewitt, 2002; Frost, Martin, Lahart, & Rosenblate, 1990) นอกจากนี้ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมยังมักจะให้ความสำคัญกับการประเมินจากบุคคลอื่นอีกด้วย (Frost et al., 1990; Hewitt & Flett, 1990)

ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมอาจส่งผลกระทบทั้งทางบวกและทางลบ กล่าวคือผลกระทบทางบวกนั้น บุคคลที่ตั้งมาตรฐานที่สูงให้แก่ตนเองอาจส่งผลให้บุคคลมีแรงจูงใจที่สูงขึ้น และมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่สูงขึ้น (Bieling, Israeli, Smith, & Antony, 2003) ส่วนผลกระทบทางลบนั้น บุคคลจะเกิดการวิจารณ์ตนเองมากเกินไปจนส่งผลให้สุขภาวะทางจิต (psychological well-being) ลดลง และมีความเสี่ยงต่อการไปสู่ภาวะซึมเศร้า

ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเป็นลักษณะที่บุคคลมีความคาดหวังและมีความต้องการที่จะผลักดันตนเองให้เป็นเลิศ เนื่องจากบุคคลรับรู้ว่าความคาดหวังของตนเองนั้นขึ้นอยู่กับมาตรฐานที่ตั้งไว้สูงของตนเองและขึ้นอยู่กับมาตรฐานจากบุคคลอื่น ดังนั้นจึงไม่เป็นที่น่าแปลกใจว่าทำไมลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมจึงมีความเกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลและความทุกข์ (Flett and Hewitt, 2002)

ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเป็นลักษณะที่มีหลายมิติและหลายแง่มุม (Frost et al., 1990; Hewitt & Flett, 1991) จึงได้มีการศึกษาวิจัยจำนวนมากเกี่ยวกับลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม และได้มีการกำหนดขอบเขตและมิติในการศึกษาไว้แตกต่างกัน ดังนี้

Hamachek (1978) ได้ศึกษาและแบ่งลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมออกเป็น 2 มิติ ดังนี้

1. ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมในเชิงปกติ (normal perfectionists) กล่าวคือ บุคคลมีการแสวงหาความสมบูรณ์แบบโดยมีการตั้งมาตรฐานที่สูงในการกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง และมีความมุ่งมั่นในการกระทำสิ่งนั้นเพื่อความเป็นเลิศ

2. ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมในเชิงวิตกกังวล (neurotic perfectionists) กล่าวคือ บุคคลจะมีความวิตกกังวลในเรื่องต่างๆ เช่นวิตกกังวลเกี่ยวกับความผิดพลาด วิตกกังวลเกี่ยวกับความสงสัยในการกระทำ วิตกกังวลกลัวว่าคนอื่นจะไม่พึงพอใจในตนเอง และวิตกกังวลในความไม่สอดคล้องกันระหว่างมาตรฐานที่ตั้งไว้กับความเป็นจริง

Burns (1980) ได้ศึกษาเกี่ยวกับลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม ซึ่งเขากล่าวว่าลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมนั้นเป็นลักษณะที่มีเพียง 1 มิติ (undimensional) ซึ่งแตกต่างจากการศึกษาไม่นานมานี้ว่าลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมนั้นเป็นลักษณะที่ประกอบไปด้วยหลายมิติ (multidimensional) (Terry- Short, Owens, Slade & Dewey, 1995)

Burn ให้คำจำกัดความถึงลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมว่า เป็นลักษณะของบุคคลที่ตั้งมาตรฐานของตนไว้สูงเกินความเป็นจริง รู้สึกเครียดกับการไปให้ถึงเป้าหมายที่ไม่มีทางเป็นไปได้ ตัดสินความมีคุณค่าของตนเองจากผลงานและความสำเร็จที่สามารถบรรลุเป้าหมายได้ นอกจากนี้ Burn ยังกล่าวว่าการที่บุคคลมีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมนั้น จะส่งผลให้บุคคลเกิดผลเสียต่อตนเอง ทำให้เห็นคุณค่าในตนเองต่ำลง มีปัญหาด้านการทำงาน ปัญหาด้านสุขภาพ รวมถึงมีปัญหาด้านความสัมพันธ์กับคนรอบข้าง และ

ยังมีแนวโน้มที่จะเกิดความผิดปกติต่างๆเช่น อาการซึมเศร้า (depression) ความวิตกกังวล (anxiety) และอาการย้ำคิดย้ำทำ (obsessive-compulsive disorder)

Hewitt และ Flett (1991) ก็ได้ศึกษาและอธิบายลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมว่าเป็นลักษณะที่ประกอบไปด้วยองค์ประกอบหลากหลายมิติ (multidimension) โดยแบ่งออกเป็น 3 มิติ ดังนี้

1. ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมในตนเอง (self-oriented perfectionism)

เป็นลักษณะที่บุคคลมีการกำกับตนเอง มีการตั้งมาตรฐานตนเองค่อนข้างสูง มีการประเมินและตัดสินพฤติกรรมของตนเองอย่างเข้มงวด แสวงหาความสมบูรณ์แบบและหลีกเลี่ยงที่จะเผชิญกับความล้มเหลว ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมในตนเองยังมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบังคับตนเอง (self-direced behavior) ระดับของความทะเยอทะยาน (level of aspiration) และการกล่าวโทษตัวเอง (self-blame) นอกจากนี้ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมในตนเองนี้ยังส่งผลให้บุคคลมีการวิพากษ์วิจารณ์ตนเองและลงโทษตนเอง รวมถึงยังมีความสัมพันธ์กับการปรับตัวที่ผิดปกติ เช่น ความวิตกกังวล และอาการซึมเศร้า

2. ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมจากผู้อื่น (other-oriented perfectionism)

เป็นลักษณะที่ตั้งมาตรฐานสูงกว่าความเป็นจริงให้กับผู้อื่น ให้ความสำคัญกับความสมบูรณ์แบบของผู้คนอื่น คาดหวังว่าผู้อื่นจะมีความสมบูรณ์แบบในการกระทำสิ่งต่างๆ ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมจากผู้อื่นจะส่งผลให้บุคคลเกิดการตำหนิผู้อื่น ขาดความไว้วางในผู้อื่น และมีความรู้สึกไม่เป็นมิตรกับผู้อื่น แต่ในขณะเดียวกันลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมจากผู้อื่นอาจเกี่ยวข้องกับคุณลักษณะทางด้านบวก เช่น ภาวะผู้นำ และการสร้างแรงจูงใจแก่ผู้อื่น

3. ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมตามความคาดหวังของสังคม (socially-prescribed perfectionism)

เป็นลักษณะที่บุคคลรับรู้ว่าตนเองจำเป็นที่จะต้องกระทำตามมาตรฐานและความคาดหวังที่สังคมกำหนดไว้ เชื่อว่าบุคคลอื่นคาดหวังความสมบูรณ์แบบจากตนเอง โดยที่บุคคลรับรู้ว่าสังคมคาดหวังคาดหวังมาตรฐานจากตนเองผิดจากความเป็นจริง ทำให้เกิดการประเมินตนเองอย่างเคร่งครัด และบุคคลพยายามที่จะทำให้ตนมีความสมบูรณ์แบบอยู่ตลอดเวลา ซึ่งส่งผลให้บุคคลประสบกับอารมณ์ทางลบ เช่น ความโกรธ วิตกกังวล และความซึมเศร้า

ต่อมา Stumpf และ Paker (2000) ก็ได้ศึกษาตัวแปรลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม โดยนำองค์ประกอบของ Frost และคณะ (1990) มาร่วมศึกษากับมาตรวัดบุคลิกภาพอื่นๆ และแบ่งองค์ประกอบของลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม เป็น 2 มิติ คือ

1. ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวก (healthy perfectionism)

เป็นการรวมกันขององค์ประกอบมาตรฐานส่วนบุคคล (personal standard) และการจัดการ (organization) ซึ่งมีความสัมพันธ์ทางบวกกับบุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึก (conscientiousness) ความอดทนอดกลั้น (endurance) ความมีระเบียบเรียบแบบแผน (order) และผลสัมฤทธิ์ (achievement)

2. ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบ (unhealthy perfectionism)

เป็นการรวมกันของสี่องค์ประกอบคือ ความกังวลเกี่ยวกับความผิดพลาด (concern over mistake) ความไม่แน่ใจในการกระทำ (doubting of actions) ความคาดหวังของพ่อแม่ (parental expectations) และการวิพากษ์วิจารณ์ของพ่อแม่ (parental criticism) โดยมีความสัมพันธ์ทางลบกับการเห็นคุณค่าในตนเอง (self-esteem) และมีความสัมพันธ์ทางบวกกับองค์ประกอบ neuroticism

การศึกษาลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมของ Frost และคณะ (1990) นั้นเป็นเกณฑ์ที่ใช้ในการวินิจฉัยผู้ที่มีความผิดปกติและอาการทางจิต Frost และคณะจึงได้ทำการแบ่งการวัดลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมออกเป็น 6 มิติ ได้แก่

1.ความกังวลเกี่ยวกับความผิดพลาด (concern over mistake หรือ CM)

เป็นลักษณะที่บุคคลแนวคิดในทางลบเกี่ยวกับความผิดพลาด มักมีแนวโน้มที่จะตีความว่าความผิดพลาดคือความล้มเหลว และมีความเชื่อว่าถ้าล้มเหลวจะไม่ได้รับการยอมรับนับถือจากบุคคลอื่น

2.มาตรฐานส่วนบุคคล (personal standards หรือ PS)

เป็นลักษณะที่บุคคลจะตั้งมาตรฐานที่สูงไว้ในการกระทำสิ่งต่างๆ ซึ่งเป็นระดับมาตรฐานที่อยู่ในระดับสูง

3.ความคาดหวังของผู้ปกครอง (parental expectations หรือ PE)

การที่บุคคลรับรู้ถึงความคาดหวังของผู้ปกครองที่มีต่อตนเองในด้านความสมบูรณ์แบบในชีวิต ซึ่งมีสาเหตุมาจากการแสดงออกทางการเลี้ยงดูจากผู้ปกครอง โดยบุคคลได้นำความคาดหวังเหล่านี้มาเป็นเกณฑ์ในการตั้งมาตรฐานให้กับตนเอง ซึ่งถ้าหากตนเองไม่สามารถทำตามความคาดหวังนั้นได้ บุคคลจะรู้สึกว่าตนเองสูญเสียความรักและการยอมรับจากผู้ปกครองของตน

4.การวิพากษ์วิจารณ์ของผู้ปกครอง (parental criticism หรือ PC)

การที่บุคคลรับรู้เกี่ยวกับการวิพากษ์วิจารณ์ของพ่อแม่ที่มีต่อตนเองในทุกๆการกระทำของชีวิต โดยเฉพาะการกระทำที่ไม่เป็นไปตามมาตรฐานหรือความคาดหวังของผู้ปกครอง

5.ความไม่แน่ใจในการกระทำ (doubts about actions หรือ D)

เป็นความรู้สึกที่บุคคลรู้สึกว่าการกระทำของตนเองยังไม่สมบูรณ์แบบ มีความรู้สึกว่ายังมีความบกพร่อง ไม่พอใจต่อผลลัพธ์จากการกระทำ

6.การจัดการ (organization หรือ O)

เป็นลักษณะของบุคคลที่ให้ความสำคัญกับการจัดระบบระเบียบในการดำเนินการตั้งแต่การวางแผน ระบุขั้นตอน ลำดับความสำคัญก่อนหลังของงานที่จะกระทำเพื่อให้เกิดความเรียบร้อยสมบูรณ์แบบตามที่ได้วางแผนไว้

หลังจากที่ Frost และคณะ (1990) ได้ทำการศึกษาลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม โดยจำแนกออกเป็นหลายมิติซึ่งมาตรลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมที่ Frost และคณะ (1990) ได้พัฒนาขึ้นมานั้นเมื่อนักวิจัยผู้อื่นนำไปใช้พบว่าข้อคำถามระหว่างองค์ประกอบพบว่าองค์ประกอบด้านความคาดหวังของผู้ปกครอง (parental expectations หรือ PE) กับการวิพากษ์วิจารณ์ของผู้ปกครอง (parental criticism) และความกังวลเกี่ยวกับความผิดพลาด (concern over mistake หรือ CM) กับความไม่แน่ใจในการกระทำ (doubts about actions หรือ D) มีความคล้ายคลึงกันในข้อกระทง ทำให้ในเวลาต่อมา Stober (1998) ได้พัฒนามาตรวัดลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมต่อจาก Frost และคณะ โดยประเด็นสำคัญในการพัฒนามาตรลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมในครั้งนี้คือการวิเคราะห์องค์ประกอบซึ่งพบว่า องค์ประกอบด้านความคาดหวังของผู้ปกครอง (parental expectations หรือ PE) กับการวิพากษ์วิจารณ์ของผู้ปกครอง (parental criticism หรือ PC) ควรอยู่ในองค์ประกอบที่อยู่เดียวกันจะมีความเหมาะสมกว่า และยังพบว่าความกังวลเกี่ยวกับ

ความผิดพลาด (concern over mistake หรือ CM) กับความไม่แน่ใจในการกระทำ (doubts about actions หรือ D) ควรอยู่ในองค์ประกอบที่อยู่เดียวกันจะมีความเหมาะสมกว่า

ดังนั้นการรวมองค์ประกอบทำให้จากเดิมที่มีองค์ประกอบจำนวน 6 องค์ประกอบเป็น 4 องค์ประกอบ ได้แก่

1.ความสงสัยในการกระทำและความกังวลเกี่ยวกับความผิดพลาด (concern over mistakes and doubts; CMD)

2.ความคาดหวังและการวิพากษ์วิจารณ์ของผู้ปกครอง (parental expectations and criticism; PEC)

3.มาตรฐานส่วนบุคคล (personal standards; PS)

4.การจัดการ (organization; O)

จากการแบ่งองค์ประกอบดังกล่าวพบว่ามีความเหมาะสมมากกว่าเดิมในการนำมาตรลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมที่รวมองค์ประกอบแล้วไปใช้ในการศึกษาโดยเฉพาะเมื่อต้องการหาความสัมพันธ์กับตัวแปรอื่นๆ หรือแบ่งมิติของลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม (Stober, 1998)

Slaney, Rice, Mobley, Trippi, และ Ashby (2001) ได้ศึกษาลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเป็นลักษณะทางบวกและลบแบ่งลักษณะนิยมสมบูรณ์แบบนิยมออกเป็นองค์ประกอบย่อย เช่นเดียวกันกับ Frost และคณะ (1990) และ Hewitt และ Flett (1991) และ Stumpf และ Paker (2000) ที่ศึกษาลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมโดยแบ่งออกเป็นหลายมิติ แต่มีความแตกต่างในจำนวนขององค์ประกอบย่อยโดยนี้ Slaney และคณะ (2001) ได้แบ่งลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเป็นองค์ประกอบย่อยดังต่อไปนี้

1.การตั้งมาตรฐานสูง (high standards)

การตั้งมาตรฐานของบุคคลที่สูงเกินความเป็นจริง และคาดหวังการกระทำที่ให้ผลออกมาสมบูรณ์แบบเพียบพร้อม ซึ่งการที่บุคคลสนับสนุนการตั้งมาตรฐานที่สูงนั้นจะแยกออกจากการประเมินของบุคคล โดย Slaney และคณะ (2001) ได้อธิบายว่าในมิตินี้นั้นสามารถเป็นได้ทั้งทางบวกและทางลบ ขึ้นอยู่กับระดับความไม่สอดคล้องระหว่างมาตรฐานกับความเป็นจริง หากเป็นในทางบวกเมื่อบุคคลตั้งมาตรฐานที่

สูงเอาแล้วพยายามทำตามมาตรฐานที่ตั้งไว้ได้สำเร็จก็จะเกิดความไม่สอดคล้องน้อย ในขณะที่ทางลบหากบุคคลตั้งมาตรฐานเอาไว้สูงแต่ไม่สามารถทำได้ก็จะเกิดความไม่สอดคล้องมากและนำไปสู่การปรับตัวที่ผิดปกติ (Grzegorek, Slaney, Franze, & Rice, 2004; Mobley, Slaney, & Rice, 2005; Rice & Slaney, 2002 อ้างถึงใน Rice, Ashby, และ Slaney, 2007)

2.ความเป็นระเบียบเรียบร้อย (order)

ความต้องการที่จะจัดการสิ่งต่างๆให้มีความเป็นระเบียบเรียบร้อย มีความประณีต ซึ่งเป็นหนึ่งมิติที่ Slaney และคณะ (2001) ได้ระบุว่าเป็นลักษณะทางบวกมิติหนึ่งของลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม

3.ความไม่สอดคล้องระหว่างมาตรฐานกับความเป็นจริง (discrepancy)

เป็นการรับรู้ความไม่สอดคล้องระหว่างมาตรฐานที่ตนเองคาดหวังเอาไว้กับการกระทำที่บุคคลทำได้จริง ซึ่งในมิตินี้ Slaney และคณะ (2001) ได้จัดไว้ให้เป็นลักษณะทางด้านลบของลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม เมื่อบุคคลมีความไม่สอดคล้องระหว่างมาตรฐานกับความจริงมากก็จะมีความสัมพันธ์กับการปรับตัวที่ผิดปกติ ทำให้เกิดความเครียด ซึมเศร้า และอารมณ์ทางลบต่างๆ

ในการวิจัยครั้งนี้คณะผู้วิจัยเห็นว่าการนำลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมที่ Frost และคณะ (1990) ได้ศึกษาและมีการรวมองค์ประกอบจาก 6 องค์ประกอบเป็น 4 องค์ประกอบโดย Stober (1998) มีความเหมาะสมที่คณะผู้วิจัยจะนำมาใช้ในการศึกษากับผู้ร่วมการวิจัยซึ่งเป็นนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยและเหมาะสมกับการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมที่มีการแบ่งมิติเป็นเชิงบวกและเชิงลบกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและสุขภาวะทางจิต

ตารางที่ 1

ตารางแสดงข้อมูลการศึกษาลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม

ผู้วิจัย	กลุ่มตัวอย่าง	การแบ่งมิติศึกษา	กรอบแนวคิด	ความสัมพันธ์กับตัวแปรอื่น
Hamachek (1978)		normal perfectionism	ความแตกต่างระหว่างลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมแบบปกติกับแบบวิตกกังวลคือลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกการตั้งเป้าหมายที่อยู่บนมาตรฐานในระดับที่สอดคล้องกับความเป็นจริงและมีแรงจูงใจที่จะแสวงหาความสมบูรณ์แบบด้วยตนเอง	self-esteem need for achievement
		neurotic perfectionism	ในขณะที่ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมแบบวิตกกังวลถูกผลักดันด้วยความกลัวที่จะล้มเหลวและตั้งมาตรฐานในระดับสูงโดยไม่สอดคล้องกับความเป็นจริง	psychological problems overly concerned with mistakes
Burn (1980)	นักศึกษามหาวิทยาลัย 25 คน	personal standard	การตั้งมาตรฐานของตนไว้สูงเกินความเป็นจริง รู้สึกเครียดกับการไปให้ถึงเป้าหมายที่ไม่มีทางเป็นไปได้ ตัดสินความมีคุณค่าของตนเองจากผลงานและความสำเร็จที่สามารถบรรลุเป้าหมายได้	psychopathology
Frost et al. (1990)	นักศึกษามหาวิทยาลัย 282 คน	concern over mistake	เป็นลักษณะที่บุคคลแนวคิดในทางลบเกี่ยวกับความผิดพลาด มักมีแนวโน้มที่จะตีความว่าความผิดพลาดคือความล้มเหลว และมีความเชื่อว่าถ้าล้มเหลวจะไม่ได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่น	extraversion, neuroticism depression, negative Affects, positive Affect (-), anxiety, stress
		personal standard	เป็นลักษณะที่บุคคลจะตั้งมาตรฐานที่สูงไว้ในการกระทำสิ่งต่างๆ ซึ่งเป็นระดับมาตรฐานที่อยู่ในระดับสูง	conscientiousness, GPA, achievement orientation

ผู้วิจัย	กลุ่มตัวอย่าง	การแบ่งมิติศึกษา	กรอบแนวคิด	ความสัมพันธ์กับตัวแปรอื่น
		parental expectations	การที่บุคคลรับรู้ถึงความคาดหวังของผู้ปกครองที่มีต่อตนเองในด้านความสมบูรณ์แบบในชีวิต ซึ่งมีสาเหตุมาจากการแสดงออกทางการเลี้ยงดูจากผู้ปกครอง โดยบุคคลได้นำความคาดหวังเหล่านี้มาเป็นเกณฑ์ในการตั้งมาตรฐานให้กับตนเอง ซึ่งถ้าหากตนเองไม่สามารถทำตามความคาดหวังนั้นได้ บุคคลจะรู้สึกว่าตนเองสูญเสียความรักและการยอมรับจากผู้ปกครองของตน	
		parental criticism	การที่บุคคลรับรู้เกี่ยวกับการวิพากษ์วิจารณ์ของพ่อแม่ที่มีต่อตนเองในทุกๆการกระทำของชีวิตโดยเฉพาะการกระทำที่ไม่เป็นไปตามมาตรฐานหรือความคาดหวังของผู้ปกครอง	dysfunctional Coping
		doubting of actions	เป็นความรู้สึกที่บุคคลรู้สึกว่าการกระทำของตนเองยังไม่สมบูรณ์แบบ มีความรู้สึกว่ายังมีความบกพร่อง ไม่พอใจต่อผลลัพธ์จากการกระทำ	dysfunctional Coping, neuroticism
		Organization	เป็นลักษณะของบุคคลที่ให้ความสำคัญกับการจัดระบบระเบียบในการดำเนินการตั้งแต่การวางแผน ระบุขั้นตอน ลำดับความสำคัญก่อนหลังของงานที่จะกระทำเพื่อให้เกิดความเรียบร้อยสมบูรณ์แบบตามที่ได้วางแผนไว้	agreeableness, conscientiousness, achievement orientation
Hewitt และ Flett (1991)	นักศึกษามหาวิทยาลัย 156 คน	self -oriented perfectionism	เน้นการกำกับตนเอง ตั้งมาตรฐานกับตนเอง มักจะประเมินตนเองอย่างเข้มงวด ตำหนิการกระทำตนเองตนหากทำไม่ได้ตามมาตรฐานที่ตั้งไว้	high self-standards, self-criticism, self-importance-performance,

ผู้วิจัย	กลุ่มตัวอย่าง	การแบ่งมิติศึกษา	กรอบแนวคิด	ความสัมพันธ์กับตัวแปรอื่น
				self-importance-goals
		other-oriented perfectionism	การตั้งมาตรฐานที่สูงเกินจริง และประเมินหรือตัดสิตผู้อื่นอย่างเข้มงวดจากมาตรฐานที่ตนตั้งไว้	other-blame, entitlemen, social importance goals, total narcissism
		socially prescribed perfectionism	การรับรู้ว่าผู้อื่นหรือสังคมตั้งความคาดหวังให้ตนทำตามมาตรฐานที่สังคมตั้งไว้ และคิดว่าสังคมเป็นตัวบังคับให้บุคคลยึดถือมาตรฐานที่สูงเกินความเป็นจริง	self-blame, self-criticism, paranoid, obsessive-compulsive, depression,
Stump และ Parker (2000)	นักศึกษามหาวิทยาลัย 855 คน	healthy perfectionism	การรวมองค์ประกอบมาตรฐานส่วนบุคคล (personal standard) และการจัดการ (organization)	conscientiousness, endurance, achievement
		unhealthy perfectionism	การรวมกันของสี่องค์ประกอบคือ ความกังวลเกี่ยวกับความผิดพลาด (concern over mistake), ความไม่แน่ใจในการกระทำ (doubting of actions), ความคาดหวังของพ่อแม่ (parental expectations), และการวิพากษ์วิจารณ์ของพ่อแม่ (parental criticism)	neuroticism, self-esteem(-)
Slaney et al. (2001)	นักศึกษามหาวิทยาลัย 809 คน	high standard	การตั้งมาตรฐานของบุคคลที่สูงเกินความเป็นจริง และคาดหวังการกระทำที่ให้ผล ออกมาสมบูรณ์แบบ	self-esteem, GPA
		order	ความต้องการที่จะจัดการสิ่งต่างๆให้มีความเป็นระเบียบเรียบร้อย	-

ผู้วิจัย	กลุ่มตัวอย่าง	การแบ่งมิติศึกษา	กรอบแนวคิด	ความสัมพันธ์กับตัวแปรอื่น
			มีความประณีต	-
		discrepancy	การรับรู้ความไม่สอดคล้องระหว่างมาตรฐานตามที่ตนคาดหวังกับการกระทำที่บุคคลทำได้จริง	self-esteem(-), GPA(-)

ที่มา : ปรับจาก Stoeber และ Otto (2006)

ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวก (Healthy Perfectionism) **และลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบ** (Unhealthy Perfectionism)

ในปัจจุบันการศึกษาเกี่ยวกับลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมนั้น ได้ศึกษาถึงลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมในบริบทที่หลากหลาย ตั้งแต่ด้านการเรียน การทำงาน การออกกำลังกาย การเล่นกีฬา รูปแบบความสัมพันธ์ในครอบครัว รูปแบบความสัมพันธ์กับเพื่อนและคนรัก ตลอดจนถึงการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมกับการทำศัลยกรรม ซึ่งการศึกษาเกี่ยวกับลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมในปัจจุบันนั้นได้ขยายขอบเขตไปมากกว่าการศึกษาที่เกี่ยวข้องกับอาการทางจิตหรือโรคที่มีความผิดปกติทางบุคลิกภาพ ดังที่นิยมศึกษากันในอดีต ทำให้ผู้วิจัยจำนวนหนึ่งได้ศึกษาผลทางบวกของลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมที่จะสามารถจะนำไปประยุกต์ใช้ในสถานการณ์ต่าง ๆ เช่น การเลี้ยงดูเด็กและเยาวชน การศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมกับความพึงพอใจในชีวิต การศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมกับความคิดสร้างสรรค์ ตลอดจนการศึกษาเพื่อนำไปพัฒนาการคัดเลือกคนเข้าทำงานและการพัฒนาทรัพยากรบุคคลในองค์กร (Beheshtifar, Mazrae-Seldi & Nekoie-Moghadam, 2012)

จากการศึกษาเกี่ยวกับลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม พบว่าผู้วิจัยแต่ละท่านได้จำแนกองค์ประกอบของลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเป็นองค์ประกอบย่อยในจำนวนที่แตกต่างกัน แต่เมื่อพิจารณาจากแต่ละแนวคิดแล้วพบว่าโดยส่วนใหญ่มีลักษณะร่วมที่คล้ายคลึงกัน โดยสามารถแบ่งองค์ประกอบย่อยนั้นเป็น 2 มิติ ได้แก่ การแสวงหาความสมบูรณ์แบบ (perfectionistic striving) และความวิตกกังวลเกี่ยวกับความสมบูรณ์แบบ (perfectionistic concern) โดยการแสวงหาความสมบูรณ์แบบ (perfectionistic striving) เป็นมิติทางบวกที่บุคคลกำหนดมาตรฐานของตนเองในระดับสูง ซึ่งจัดเป็นลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวก (normal, healthy หรือ adaptive perfectionism) และความวิตกกังวลเกี่ยวกับความสมบูรณ์แบบ (perfectionistic concern) ซึ่งเป็นมิติทางลบ เป็นเจตคติทางลบต่อความผิดพลาด การวิพากษ์วิจารณ์ตนเองอย่างรุนแรงและเกิดความไม่สอดคล้องระหว่างมาตรฐานกับความเป็นจริง โดยความวิตกกังวลเกี่ยวกับความสมบูรณ์แบบจัดเป็นลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบ (neurotic, unhealthy หรือ maladative perfectionism) (Hamachek, 1978; Rice, Ashby, & Slaney, 1998; Stumpf & Parker, 2000; Terry-Short, Owens, Slade, & Dewey, 1995)

Stoeber และ Otto (2006) ให้อธิบายถึงความแตกต่างระหว่างทั้ง 2 มิตินี้ว่า มิติของการแสวงหาความสมบูรณ์แบบ (perfectionistic striving) สัมพันธ์กับคุณลักษณะทางบวก เช่น บุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึก (conscientiousness) ความอดทน (endurance) อารมณ์ทางบวก (positive affect) และความพึงพอใจในชีวิต (satisfaction with life) นอกจากนี้ยังพบอีกว่ามิติของการแสวงหาความสมบูรณ์แบบสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (academic achievement) ทั้งในการสอบที่จำแนกวิชาและผลการเรียนตลอดการศึกษา โดยนักเรียนมัธยมที่มีระดับของมิตินี้สูงจะได้คะแนนสอบกลางภาคที่สูงกว่ากลุ่มที่มีมิติของการแสวงหาความสมบูรณ์แบบที่ต่ำกว่า (Bieling et al., 2003) ในทางตรงข้ามพบว่ามิติของความวิตกกังวลเกี่ยวกับความสมบูรณ์แบบ (perfectionistic concern) สัมพันธ์กับคุณลักษณะทางลบ โดยเฉพาะกับความซึมเศร้าและความวิตกกังวล

นอกจากนี้ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม อาจแบ่งเป็น 2 กลุ่มตามลักษณะขององค์ประกอบได้แก่ ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวก (healthy perfectionism) และลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบ (unhealthy perfectionism) โดยลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกนี้ จะมีความสัมพันธ์กับลักษณะเชิงบวก (positive characteristics) และรูปแบบการปรับตัวที่เหมาะสมในระดับที่สูงกว่าลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบ (unhealthy perfectionism)

Hamacheck (1978) ได้ชี้ให้เห็นถึง 2 รูปแบบของลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเพื่อแยกให้เห็นความแตกต่างระหว่างสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวก ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม และลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบอย่างชัดเจน ซึ่งในอดีตลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมมักถูกตีตราว่าเป็นลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมแบบวิตกกังวล (neurotic perfectionism) เมื่อศึกษาความแตกต่างระหว่างลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกและลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบ พบว่า ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกนั้นมีรูปแบบที่สอดคล้องกับการแสวงหาความสมบูรณ์แบบ ซึ่งมีลักษณะเชิงบวก (positive characteristics) มากกว่าลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบ และผู้ที่ไม่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม ซึ่ง Hamacheck (1978) พบว่า ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมในตนเองเป็นลักษณะเชิงบวก เมื่อไม่มุ่งเน้นเกี่ยวกับความวิตกกังวลในความผิดพลาดและการประเมินเชิงลบจากผู้อื่น

Hamachek (1978) ได้อธิบายว่าบุคคลที่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวก (healthy perfectionist) จะมีลักษณะที่เกี่ยวข้องกับมิติทางบวกของการแสวงหาความสมบูรณ์แบบในระดับสูง เช่น มีการตั้งมาตรฐานที่สูงให้กับตนเอง (personal high standard) และมีลักษณะที่เกี่ยวข้องกับมิติทางลบ

ของความกังวลเกี่ยวกับความสมบูรณ์แบบในระดับต่ำ เช่น ความกังวลเกี่ยวกับความผิดพลาด (concern over mistakes) ความไม่สอดคล้องระหว่างมาตรฐานที่ตั้งไว้กับความเป็นจริง (feeling of discrepancy actual achievements and high expectation) การกลัวต่อความล้มเหลวหรือผิดไปจากมาตรฐานที่ผู้อื่นตั้งไว้ ซึ่งบุคคลที่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกนั้นมักจะมุ่งเน้นที่จะทำเต็มที่ตามศักยภาพที่ตนเองมีมากกว่าการวิตกกังวลว่าจะผิดพลาด รู้สึกยินดีในการแสวงหาความสมบูรณ์แบบมากว่ากลัวที่จะพบกับวามล้มเหลว และมุ่งเน้นสิ่งที่ทำแล้วประสบความสำเร็จมากกว่าการครุ่นคิดที่จะเปรียบเทียบระหว่างผลงานของตนกับมาตรฐานที่สมบูรณ์แบบอย่างไร้ที่ติ

Dunkey และคณะ (2006) ได้อธิบายถึงบุคคลที่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบ (unhealthy perfectionists) ว่าคือบุคคลที่มีมีลักษณะการแสวงหาความสมบูรณ์แบบในระดับสูง เช่น มีการตั้งมาตรฐานที่สูงให้กับตนเอง (personal high standard) มีการจัดการ (organization) และมีลักษณะที่เกี่ยวข้องกับมิติทางลบ คือ ความกังวลเกี่ยวกับความสมบูรณ์แบบในระดับสูง เช่น ความกังวลเกี่ยวกับความผิดพลาด (concern over mistakes) ความไม่สอดคล้องระหว่างมาตรฐานที่ตั้งไว้กับความเป็นจริง (feeling of discrepancy actual achievements and high expectation) การกลัวต่อความล้มเหลวหรือผิดไปจากมาตรฐานที่ผู้อื่นตั้งไว้ ซึ่งบุคคลที่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบจะแตกต่างจากลักษณะนิยมสมบูรณ์แบบเชิงบวกที่การมีลักษณะที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลเกี่ยวกับความสมบูรณ์แบบในระดับที่สูง

จากการศึกษาของ Ashby และคณะ (1999) พบว่าบุคคลที่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวก (healthy perfectionist) จะมีสุขภาวะทางจิต (psychological well-being) การเห็นคุณค่าในตนเอง(self-esteem) ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในระดับที่สูงกว่าบุคคลที่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบ แต่จะมีความวิตกกังวล (anxiety) ความซึมเศร้า (depression) การผัดวันประกันพรุ่ง (procrastination) ปัญหาในการปรับตัว รายงานถึงความเจ็บปวดทางด้านร่างกาย ในระดับที่ต่ำกว่าบุคคลที่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบ (unhealthy perfectionists)

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม(Perfectionism)

Stoeber, Harris และ Moon (2006) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมและประสบการณ์ของความรู้สึกภาคภูมิใจ ความรู้สึกละอายใจ และความรู้สึกผิด โดยเปรียบเทียบระหว่างบุคคลที่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวก บุคคลที่ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบ และบุคคลที่ไม่มี

ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม โดยได้ทำการศึกษากับนักศึกษาจากมหาวิทยาลัยในประเทศอังกฤษจำนวน 121 คน (ชาย 46 คนหญิง 75 คน)

การศึกษาในครั้งนี้ได้เปรียบเทียบบุคคลที่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวก บุคคลที่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบ และบุคคลที่ไม่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมว่ามีความเกี่ยวข้องกับแนวโน้มที่จะรู้สึกละอายใจ รู้สึกผิด และภาคภูมิใจ และสภาวะละอายใจ รู้สึกผิด และภาคภูมิใจภายหลังจากการประสบความสำเร็จและประสบความล้มเหลว ซึ่งผลการศึกษาในครั้งนี้พบว่า บุคคลที่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกเป็นบุคคลที่มีความภาคภูมิใจในตนเองสูงและมีความรู้สึกละอายใจและมีความรู้สึกผิดต่ำกว่าบุคคลที่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบและบุคคลที่ไม่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม นอกจากนี้บุคคลที่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกแนวโน้มที่จะมีความรู้สึกละอายใจต่ำกว่าบุคคลที่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบและบุคคลที่ไม่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม อย่างไรก็ตามบุคคลที่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกและบุคคลที่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบมีแนวโน้มที่จะมีความรู้สึกภาคภูมิใจและมีแนวโน้มที่จะมีความรู้สึกผิดมากกว่าบุคคลที่ไม่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม และในการศึกษาครั้งนี้ยังแสดงให้เห็นว่า บุคคลที่แสวงหาความสมบูรณ์แบบแต่ไม่ได้มีความกังวลเกี่ยวกับความไม่สมบูรณ์แบบนั้นน่าจะมีประสบการณ์ที่ดีกับความรู้สึกภาคภูมิใจและมีแนวโน้มที่จะรู้สึกผิดได้แต่ไม่มีความรู้สึกละอายใจ

Stoeber และ Otto (2006) ได้ศึกษาเกี่ยวกับองค์ประกอบลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกและลักษณะนิยมเชิงลบ พบว่าการแสวงหาความสมบูรณ์แบบ (Striving for perfection) มีความสัมพันธ์กับลักษณะเชิงบวก (positive characteristics) และ การปรับตัวที่เหมาะสมซึ่งผู้วิจัยทั้งสองคาดว่า (Striving for perfection) นั้นเป็นพื้นฐานของมโนทัศน์เกี่ยวกับลักษณะนิยมเชิงบวก

Stoeber และ Otto (2006) ได้ทำการวิจัยกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 121 คน โดยนักเรียนทั้งหมดได้ทำแบบวัดลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม ซึ่งประกอบไปด้วย 2 ด้านได้แก่ การแสวงหาความสมบูรณ์แบบ (striving for perfection) และการตอบสนองทางลบต่อความไม่สมบูรณ์แบบ (negative reaction to imperfect) การรับรู้ต่อแรงกดดันของพ่อแม่ที่คาดหวังความสมบูรณ์แบบ (perceived parental pressure to be perfect) ศึกษาควบคู่ไปกับแรงจูงใจในการเรียน ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและสุขภาวะทางจิต ผลการวิจัยพบว่าการตอบสนองทางลบต่อความไม่สมบูรณ์แบบ (negative reaction to imperfect) มีความสัมพันธ์กับความกลัวต่อความล้มเหลว การรายงานถึงความเจ็บปวดด้านร่างกาย และ

อาการของภาวะซึมเศร้าส่วนการรับรู้ต่อแรงกดดันของพ่อแม่ที่คาดหวังความสมบูรณ์แบบ (perceived parental pressure to be perfect) สัมพันธ์กับการรายงานถึงความเจ็บปวดทางกาย (physical hurt) ส่วนด้านการแสวงหาความสมบูรณ์แบบ (striving for perfection) จากการวิจัยพบว่ามีความสัมพันธ์กับความหวังที่จะพบความสำเร็จ (hope of success) แรงจูงใจในการเรียน (motivation for school) และความสำเร็จทางการเรียน (school achievement) และมีสหสัมพันธ์ทางลบกับอาการของภาวะซึมเศร้า และงานวิจัยนี้ยังแสดงให้เห็นว่าหากพบด้านการแสวงหาความสมบูรณ์แบบ (striving for perfection) เป็นด้านที่เด่นชัดในนักเรียนมัธยมศึกษาจะพบว่ามีความสัมพันธ์กับลักษณะเชิงบวก (positive characteristics) และการปรับตัวที่ดีด้วยลักษณะเหล่านี้ประกอบกันจะส่งผลให้เกิดรูปแบบที่เหมาะสมต่อการเพียรพยายามเพื่อความเป็นเลิศ (healthy pursuit of excellence) ในทางกลับกันการตอบสนองทางลบต่อความไม่สมบูรณ์แบบมีและการรับรู้ต่อแรงกดดันของพ่อแม่ที่คาดหวังความสมบูรณ์ (perceived parental pressure to be perfect) ทั้งสองด้านมีความสัมพันธ์ทางบวกกับลักษณะเชิงลบ (negative characteristic) และการปรับตัวที่ไม่เหมาะสม ซึ่งจะส่งผลให้แรงจูงใจและสุขภาวะทางจิตในเด็กมัธยมศึกษาลดลงได้

Beheshtifar, Mazrae-sefidi และ Nekoie-Monghada (2013) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมสมบูรณ์แบบกับความคิดสร้างสรรค์ในพนักงานของมหาวิทยาลัยชาวอิหร่าน เนื่องจากมุมมองของคนทั่วไปที่มีต่อความนิยมความสมบูรณ์แบบว่าเป็นรูปแบบของความคิดและพฤติกรรมที่ไม่ยืดหยุ่นที่ยากก่อการปรับตัวที่เหมาะสมในสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็วในโลกยุคปัจจุบัน ซึ่งปัจจัยเหล่านี้ไม่เอื้อต่อการเกิดความคิดสร้างสรรค์ โดยการศึกษาครั้งนี้เป็นการนำแนวคิดของความนิยมความสมบูรณ์แบบไปใช้ในบริบทของการพัฒนาทรัพยากรบุคคล

ผู้วิจัยได้แบ่งลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเป็น 2 แบบ ได้ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวก และลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบ โดยลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวก มีลักษณะดังต่อไปนี้

1. มีมาตรฐานส่วนบุคคลที่สูงและมีผลงานที่สอดคล้องกับมาตรฐานที่ตนเองตั้งไว้
2. วางแผนและจัดการงานอย่างเป็นระเบียบเมื่อได้รับการมอบหมายงาน
3. พึงพอใจในผลการทำงาน
4. ค้นหาวิธีการและทรัพยากรที่ทำให้ผลงานของตนสมบูรณ์แบบที่สุด และ
5. กระตุ้นให้เกิดลักษณะทางบวกในการทำงาน

นอกจากนี้ผู้วิจัยยังได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมกับความต้องการใฝ่สัมฤทธิ์ (need for achievement) การระบุสาเหตุของการกระทำ (locus of control) ซึ่งผลจากการศึกษาแสดงให้เห็นว่าลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกมีความสัมพันธ์ทางบวกกับกับความต้องการใฝ่สัมฤทธิ์ (need for achievement) การระบุสาเหตุของการกระทำจากภายในตนเอง (internal locus of control) และความคิดสร้างสรรค์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยผู้วิจัยชี้ให้เห็นว่าลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกจะเห็นการเปลี่ยนแปลงเป็นเรื่องที่ท้าทายความสามารถทำให้เอื้อต่อการเกิดความคิดสร้างสรรค์ใหม่ ๆ

แนวคิดเกี่ยวกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (academic achievement)

ความหมายของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (academic achievement) หมายถึง ปริมาณของความสำเร็จที่ได้จากความพยายามในระดับหนึ่ง ซึ่งเกี่ยวข้องกับการเรียน เป็นผลมาจากการกระทำที่อาศัยความสามารถทางสติปัญญาและร่างกาย ดังนั้นผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนจึงเป็นปริมาณของความสำเร็จที่ได้จากการเรียนโดยใช้ความสามารถเฉพาะตัวของแต่ละบุคคล (อัจฉรา สุขารมณ์ และ อรพินทร์ ชูชม, 2530) โดยตัวบ่งชี้ถึงผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน อาจได้มาจากการทดสอบหรือการสังเกตจากการตรวจการบ้าน โดยผลลัพธ์จะอยู่ในรูปของเกรดที่ได้ ซึ่งอาศัยการประเมินผ่านช่วงเวลา

ชวาล แพรัตกุล (2517 อ้างถึงใน ชุตินันท์ พุ่มกลิ่น, 2546) ได้ให้ความหมายของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ว่าหมายถึง ความรู้ทักษะและสมรรถภาพทางสมองในด้านต่างๆที่นักเรียนได้รับจากการสั่งสอนของครู ซึ่งสามารถตรวจสอบได้ โดยใช้แบบวัดผลสัมฤทธิ์

ไพศาล หวังพาณิช (2526 อ้างถึงใน ธวัชชัย ศุภดิษฐ์, 2554) ได้ให้ความหมายของผลสัมฤทธิ์ (achievement) หรือผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (academic achievement) หมายถึงคุณลักษณะและความสามารถของบุคคลอันเกิดจากการเรียนการสอน เป็นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และประสบการณ์การเรียนรู้ที่เกิดจากการฝึกฝนอบรม หรือจากการสอน ซึ่งได้แก่ ความจำ ความเข้าใจ การวิเคราะห์ การนำไปใช้ การสังเคราะห์ และการประเมินค่า

อรวรรณ เจือจันทร์ (2536 อ้างถึงใน ธวัชชัย ศุภดิษฐ์, 2554) ให้ความหมายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หมายถึง ความรู้ ความเข้าใจ และความสำเร็จในการเรียน ซึ่งแสดงให้เห็นด้วยคะแนนสอบ

มณฑารัตน์ ชูพินิจ (2540 อ้างถึงใน ธวัชชัย ศุภดิษฐ์, 2554) ได้ให้ความหมายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หมายถึง ความสำเร็จในการพยายามเข้าถึงความรู้ ซึ่งเกิดจากการทำงานที่ต้องอาศัยความพยายามอย่างมาก ทั้งองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับสติปัญญาและองค์ประกอบที่ไม่ใช่สติปัญญา แสดงออกในรูปของคะแนน หรือเกรดเฉลี่ยสะสม ซึ่งสามารถสังเกตได้จากการวัดหรือการทดสอบทั่วไป

ประภัสสร วงษ์ศรี (2541 อ้างถึงใน ธวัชชัย ศุภดิษฐ์, 2554) ได้ให้ความหมายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หมายถึง คุณลักษณะและความสามารถของบุคคล เกิดจากการเรียนการสอนเป็นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและประสบการณ์การเรียนรู้ที่เกิดจากการอบรม หรือจากการสอน การวัดผลสัมฤทธิ์ เป็นการตรวจสอบระดับความสามารถของบุคคลว่าเรียนแล้วมีความรู้เท่าใด

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเป็นผลมาจากแบบสอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ซึ่งเป็นเครื่องมือที่ครูผู้สอนใช้ทดสอบผลการเรียนรู้ของนักเรียน เพื่อตรวจสอบหาความรู้ ความสามารถของนักเรียนแต่ละคนว่ามีความรู้ ความสามารถในเรื่องที่เรียนไปแล้วมากน้อยเพียงใดหลังจากที่ได้เรียนรู้ผ่านมาแล้ว (สุพัตรา เสนา, 2549)

Eysenck (1972 อ้างถึงใน ชุตินันท์ พุ่มกลิ่น, 2546) ได้ให้ความหมายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หมายถึง ขนาดของความสำเร็จที่ได้จากการเรียนที่อาศัยความสามารถเฉพาะตัวบุคคล โดยตัวที่บ่งชี้ถึงผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน อาจจะได้มาจากกระบวนการที่ไม่ต้องอาศัยการทดสอบ เช่น การสังเกต การตรวจการบ้าน หรืออาจได้ในรูปแบบของระดับคะแนนที่ได้จากการเรียน ซึ่งต้องอาศัยกรรมวิธีที่ซับซ้อน และระยะเวลาที่นานพอสมควร หรืออีกวิธีหนึ่งอาจวัดด้วยภาพวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนทั่วไป

Good (1973 อ้างถึงใน ธวัชชัย ศุภดิษฐ์, 2554) ได้ให้ความหมายของผลสัมฤทธิ์ (achievement) หมายถึง ความสำเร็จ ความคล่องแคล่ว ความชำนาญในการใช้ทักษะหรือการประยุกต์ใช้ความรู้ต่าง ๆ ส่วนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (academic achievement) หมายถึง ความรู้หรือทักษะอันเกิดจากการเรียนรู้ในวิชา ต่าง ๆ ที่ได้เรียนมาแล้ว ซึ่งได้จากการทดสอบของครูผู้สอนหรือผู้รับผิดชอบในการสอนหรือทั้งสองอย่างร่วมกัน

Mehren (1976 อ้างถึงใน ปัญญา ชูช่วย, 2551) ได้ให้ความหมายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หมายถึง ความรู้ ทักษะและสมรรถภาพของสมองด้านต่าง ๆ ของผู้เรียนต่อการเรียนแต่ละวิชาซึ่งสามารถวัดได้จากแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์

รูปแบบที่ใช้วัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่นิยมมักจะเป็นเกรดที่ได้จากสถาบันการศึกษา เพราะเป็นการประเมินผลการเรียนของนักเรียนผ่านการพิจารณาองค์ประกอบที่ผู้สอนกำหนด ซึ่งดีกว่าการทดสอบผู้เรียนด้วยแบบวัดผลทางการเรียนทางการเรียนอื่นๆเพียงครั้งเดียว

จากความหมายที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หมายถึง ความรู้ ความเข้าใจ ความสามารถหรือความสำเร็จของนักศึกษาที่ได้จากการเรียนการสอน ซึ่งวัดผลความสำเร็จหรือระดับความรู้ความสามารถของนักศึกษาว่ามีความรู้มากน้อย จากผลของคะแนนสอบในแต่ละวิชา และประเมินผลออกมาในรูปของเกรดเฉลี่ยสะสม ในการวิจัยครั้งนี้ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนจึงหมายถึง เกรดเฉลี่ยสะสมของนักศึกษาระดับปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่กำลังศึกษาอยู่ในปีการศึกษา 2556

ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ประภัสสร วงษ์ศรี (2541 อ้างถึงใน ธวัชชัย ศุภดิษฐ์, 2554) กล่าวถึง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของผู้เรียน ซึ่งเกี่ยวข้องกับองค์ประกอบที่มีความสัมพันธ์กับความสามารถในการเรียนรู้ของผู้เรียน ประกอบด้วย

1. ผู้สอน ควรมีการศึกษาค้นคว้าทางวิชาการ อ่านหนังสือที่เกี่ยวข้องกับเรื่อง ที่สนใจให้มาก เป็นประสบการณ์ทางการเรียนการสอน ความรู้ของครูผู้สอน การถ่ายทอดความรู้ของคุณภาพของการสอน อุปกรณ์การสอนที่ทันสมัย มีทัศนะที่ดีต่อนักเรียน มีคุณธรรมและมีความยุติธรรม การจูงใจและการกระตุ้นเสริมแรงผู้เรียน ให้ความช่วยเหลือ และสามารถแก้ปัญหาให้กับนักเรียนได้บรรยากาศในการสอนและสิ่งแวดล้อม

2. ผู้เรียน ได้แก่ พันธุกรรม เชาว์ปัญญา ความถนัด ความสนใจ อารมณ์ ฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมของครอบครัว การศึกษาของบิดามารดา การปรับตัว แรงจูงใจ หลักสูตรหรือวิชาที่เรียน วัฒนธรรม ทัศนคติต่อสถาบันและผู้สอน บรรยากาศในการเรียนและสิ่งแวดล้อม

อริยา คูหา และบัญญัติ ยงย่วน (2547 อ้างถึงใน ธวัชชัย ศุภดิษฐ์, 2554) กล่าวถึง องค์ประกอบที่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ประกอบด้วย 5 ด้าน คือ

1. ความพร้อมด้านสติปัญญา หรือความรู้ ทักษะพื้นฐาน
2. บุคลิกภาพหรือจิตลักษณะ เช่น แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ อัตมโนทัศน์

3. พฤติกรรมการเรียน เช่น วิธีการเรียน การผลัดวันประกันพรุ่ง

4. บรรยากาศในการเรียน เช่น ความสัมพันธ์ระหว่างครูกับนักเรียน วิธีการสอนของครู

5. ตัวแปรทางประชากร เช่น อายุ เพศ สถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคม การศึกษาของบิดามารดา เป็นต้น

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (Academic achievement)

Ashby และ Gilman (2003) ทำการศึกษาเกี่ยวกับมิติของลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมกับนักเรียน 185 คนโดยใช้แบบวัด The Almost Perfect Scale-Revised (APS-R; Slaney et al., 1996) และ The Behavioral Assessment System for Children-Self report (BASC; Reynolds & Kamphaus, 1992) โดยผลการวิจัยในครั้งนี้แสดงให้เห็นว่าการตั้งมาตรฐานส่วนบุคคลสูง (high personal standards) บนพื้นฐานของการตระหนักถึงข้อจำกัดและความเป็นจริง หรือที่ผู้วิจัยเรียกว่าลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมที่เหมาะสมต่อการปรับตัว (adaptive perfectionism) มีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญกับความสัมพันธ์กับพ่อแม่ ความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น การปรับตัวของบุคคล การรับรู้สภาพแวดล้อมของโรงเรียนทางบวก และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (GPA) โดยมีระดับคะแนนทางวิชาการสูงกว่าผู้ที่ไม่สามารถตอบสนองการตั้งมาตรฐานส่วนบุคคลที่สูงโดยไม่พิจารณาถึงความเป็นจริงและข้อจำกัด หรือที่ผู้วิจัยเรียกว่าลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมที่ไม่เหมาสมต่อการปรับตัว (maladaptive perfectionism) ซึ่งมีความสัมพันธ์ทางลบอย่างมีนัยสำคัญกับความสัมพันธ์กับพ่อแม่ และมีระดับอารมณ์ทางลบมากกว่าอย่างมีนัยสำคัญ ซึ่งผู้วิจัยแนะนำให้พัฒนารูปแบบที่เหมาะสมในการเรียนเพื่อป้องกันความผิดปกติทางกายและจิตใจที่เกิดขึ้นหากปล่อยให้เด็กที่มี ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมที่ไม่เหมาสมต่อการปรับตัว (Maladaptive perfectionism) ใช้การตั้งมาตรฐานและมีเจตคติที่ส่งผลเสียต่อตนเองต่อไป

Brumbaugh, Lepsik และ Olinger (2007) ได้ทำการวิจัยกับนักศึกษาจำนวน 41 คน (ชาย 20 คน และหญิง 21 คน) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยวัดผ่านคะแนนเฉลี่ยสะสม (GPA) โดยใช้แบบวัดสมบูรณ์แบบนิยมหลายมิติของ Frost ซึ่งผลการวิจัยในครั้งนี้ไม่พบความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน อย่างไรก็ตาม ผู้วิจัยได้อภิปรายผลและข้อจำกัดของกลุ่มตัวอย่างไว้อย่างน่าสนใจ ดังนี้

1. กลุ่มตัวอย่างที่มีจำนวนน้อยซึ่งมีเพียง 41 คนและที่สำคัญคือรูปแบบของมหาวิทยาลัยที่กลุ่มตัวอย่างศึกษาอยู่เป็นมหาวิทยาลัยด้านศิลปศาสตร์ (Christian Liberal Art

University) ที่เน้นศึกษาสังคมศาสตร์ มนุษยศาสตร์โดยการแข่งขันในมหาวิทยาลัยอาจน้อยกว่ามหาวิทยาลัยทั่วไป และเกณฑ์การตัดสินผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (GPA) อาจมีความแตกต่างจากมหาวิทยาลัยอื่นๆด้วยเช่นกัน ด้วยเหตุนี้ในการศึกษาครั้งต่อไปควรใช้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นตัวแทนประชากรที่ดี และไม่มีข้อจำกัดด้านรูปแบบของมหาวิทยาลัย

2. กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนความกังวลเกี่ยวกับความผิดพลาด (concern over mistake หรือ CM) และความไม่แน่ใจในการกระทำ (doubts about actions หรือ D) ในระดับที่สูงกว่ากลุ่มตัวอย่างปกติและกลุ่มตัวอย่างที่ถูกวินิจฉัยว่าเป็นโรคย้ำคิดย้ำทำ (obsessive-compulsive disorder) ซึ่งผู้วิจัยให้คำอธิบายที่น่าจะเป็นไปได้ว่าปัจจัยทางด้านศาสนาน่าจะมีส่วนเกี่ยวข้องกับความกังวลเกี่ยวกับความผิดพลาด (concern over mistake หรือ CM)และความไม่แน่ใจในการกระทำ (doubts about actions หรือ D)เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาของChristian liberal art universities ซึ่งนับถือศาสนาคริสต์และเคร่งครัดในการปฏิบัติตามคำสอนของศาสนาซึ่งเกี่ยวข้องกับการหลีกเลี่ยงการทำบาปหรือการกระทำใดใดที่ผิดพลาดจากความคาดหวังของศาสนาและสังคมซึ่งสิ่งเหล่านี้ก่อให้เกิดความวิตกกังวลได้ง่ายด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงแนะนำว่าการศึกษาครั้งต่อไปควรคำนึงถึงเรื่องศาสนาและความเชื่อ รวมถึงบริบทที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตโดยทั่วไปด้วย

แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับสุขภาวะทางจิต (Psychological well-being)

สุขภาวะทางจิต (psychological well-being; PWB) เป็นตัวแปรที่ใช้บ่งบอกถึงการรับรู้ชีวิตของบุคคลจากการประเมินโดยรวมของบุคคลเองว่ามีความเป็นอยู่ของชีวิตเป็นอย่างไร ซึ่งแบ่งเป็นการประเมินองค์ประกอบด้านปัญญาและองค์ประกอบด้านความรู้สึก

สุขภาวะทางจิต (psychological well-being; PWB) เป็นตัวแปรที่ใช้บ่งบอกถึงการรับรู้ชีวิตของบุคคลจากการประเมินโดยรวมของบุคคลเองว่ามีความเป็นอยู่ของชีวิตเป็นอย่างไร ซึ่งแบ่งเป็นการประเมินองค์ประกอบด้านปัญญาและองค์ประกอบด้านความรู้สึก

การศึกษาเกี่ยวกับสุขภาวะทางจิตในอดีตสามารถจำแนกได้เป็น 3 กลุ่มดังนี้

1.การให้ความหมายของสุขภาวะทางจิตจากการอ้างอิงจากบริบทภายนอก เช่น ความน่าเคารพเชื่อถือ โดยเกณฑ์ความสุขของบุคคลเกิดจากคุณค่าที่มาตรฐานทางสังคมกำหนด

2.การให้ความหมายของสุขภาวะทางจิตจากการอ้างอิงถึงความพึงพอใจในชีวิต และจากการตัดสินส่วนบุคคล โดยเกณฑ์ความสุขเกิดจากการประเมินความสุขของชีวิตโดยรวมตามการรับรู้ส่วนบุคคล

3.การให้ความหมายของสุขภาวะทางจิตจากการอ้างอิงถึงระสบการณ์ที่มีอารมณ์ทางบวกเหนืออารมณ์ทางลบ

ในปี 1999 Diener, Suh, Lucas และ Smith ได้พัฒนาทฤษฎีเกี่ยวกับสุขภาวะทางจิต (psychological well-being) ซึ่ง Diener และคณะ (1999) ได้จัดตัวแปรความพึงพอใจในชีวิต (life satisfaction; LS) ให้เป็นหนึ่งในองค์ประกอบด้านปัญญาของสุขภาวะทางจิตนอกเหนือจาก ความพึงพอใจเฉพาะด้าน (satisfaction specific life domain หรือ domain satisfaction; DS) และองค์ประกอบด้านความรู้สึกที่ประกอบด้วยการประเมินอารมณ์ทางบวก (positive affect; PA) และการประเมินอารมณ์ทางลบ (negative affect; NA)

การประเมินองค์ประกอบด้านปัญญา เป็นการประเมินว่าความพึงพอใจในชีวิตที่ผ่านมาเป็นองค์รวมว่ามีเจตคติอย่างไรเกี่ยวกับชีวิตของตนเองเมื่อเปรียบเทียบกับมาตรฐานหรือความคาดหวังในใจ ซึ่งโดยบุคคลที่มีสุขภาพจิตที่ดีมีแนวโน้มที่จะรายงานว่าตนเองมีความพึงพอใจในชีวิตสูงถ้าบุคคลมีความเห็นว่าชีวิตของเขาดำเนินไปเท่ากับกับหรือดีกว่าระดับมาตรฐานที่เขาตั้งไว้ในใจและบุคคลจะรายงานว่าตนเองมีความพึงพอใจในชีวิตต่ำถ้าบุคคลมีความเห็นว่าชีวิตของเขาต่ำกว่าระดับมาตรฐานที่เขาตั้งไว้ในใจ

การประเมินองค์ประกอบทางความรู้สึก เป็นการประเมินความรู้สึกทั้งอารมณ์ทางบวกและทางลบเมื่อเผชิญกับเหตุการณ์ต่างๆในชีวิตประจำวัน ซึ่งเป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นโดยทั่วไปกับตนเอง

ความพึงพอใจในชีวิต

ความพึงพอใจในชีวิตเป็นการประเมินคุณภาพชีวิตโดยรวมของบุคคลด้วยปัญญา ตามเกณฑ์หรือมาตรฐานที่บุคคลนั้นตั้งขึ้นในจิตใจ โดยมีความพอใจในชีวิตของตนเองทั้งในอดีตที่ผ่านมาจนถึงปัจจุบันเนื่องจากเป็นไปตามมาตรฐานหรือความคาดหวังที่ตนเองต้องการในชีวิต ทำให้มีความรู้สึกยินดีกับชีวิตที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน

Shin and Johnson (1978 อ้างถึงใน Saunders & Roy, n.d.) กล่าวถึงความพึงพอใจในชีวิตว่าเป็นการประเมินคุณภาพชีวิตโดยรวมของบุคคลหนึ่งๆตามเกณฑ์ของเขา

Rice (1984 อ้างถึงใน Toker, 2012) ให้นิยามความพึงพอใจในชีวิต ว่าเป็นระดับความพึงพอใจต่อประสบการณ์ของบุคคลที่บุคคลหนึ่งๆต้องการทั้งในด้านร่างกายและจิตใจ นอกจากนี้ Demerout และ

คณะ (2000) เพิ่มเติมว่า ความต้องการนี้อาจปรากฏในหลายด้านของชีวิต เช่น เมื่อคนอยู่ในบทบาทของลูกจ้าง ผู้ปกครอง คู่สมรส หรือ เพื่อน

Hart (1999) ได้กล่าวไว้ว่า ความพึงพอใจในชีวิตเป็นการประเมินทางปัญญาของระดับที่บุคคลมีความพึงพอใจต่อชีวิตของตนโดยภาพรวม

Veenhoven (1996 อ้างถึงใน Toker, 2012) ให้ความหมายความพึงพอใจในชีวิตว่าเป็นระดับที่บุคคลจะประเมินคุณภาพชีวิตโดยภาพรวมของตนในเชิงบวก หรือเป็นการประเมินความชอบต่อชีวิตที่ตนดำเนิน

Meadow (1992, อ้างถึงใน รุ่งศิริ ธรรมสถิตวงศ์, 2548) ใช้ทฤษฎีการประเมิน (judgment theory) มาเป็นแนวทางในการประเมินความพึงพอใจชีวิต กล่าวคือ ระดับความพึงพอใจในชีวิตที่บุคคลนั้นได้พบกับประสบการณ์บางอย่าง เปรียบเทียบกับช่วงเวลามาตรฐานว่า บุคคลคิดว่าจะมีความพึงพอใจในชีวิตมากกว่าหรือน้อยกว่ามาตรฐานเมื่อเจอเหตุการณ์หนึ่งๆ ถ้าบุคคลรู้สึกพึงพอใจในชีวิตเมื่อเจอเหตุการณ์นั้นมากกว่าไม่เจอ แสดงว่าบุคคลมีความพึงพอใจในชีวิต

การประเมินความพึงพอใจในชีวิตตามแบบทฤษฎีการประเมินนี้ ใช้การเขียนรายงาน (self-report) เกี่ยวกับความสุขในชีวิตของตนเอง ซึ่งเป็นการประเมินชีวิตของตน โดยเปรียบเทียบระหว่างการรับรู้ความสำเร็จในชีวิตและมาตรฐานความสำเร็จในใจของตนเอง

ทฤษฎีการเปรียบเทียบทางสังคม (social comparison theory) ได้ตั้งสมมติฐานว่าคนเราจะใช้ผู้อื่นเพื่อเป็นพื้นฐานในการพัฒนามาตรฐานของตนเอง ดังนั้น ถ้าบุคคลตัดสินได้ว่าตนเองเหนือกว่าผู้อื่นเขาจะพึงพอใจในชีวิต ถ้าบุคคลตัดสินตนเองว่าด้อยกว่าผู้อื่น เขาจะไม่พึงพอใจในชีวิต (Carp&Carp, 1982)

ทฤษฎีระดับการปรับตัว (adaptation-level theory) เสนอสมมติฐานว่า เหตุการณ์ในชีวิตสามารถตัดสินความพึงพอใจหรือไม่พึงพอใจในที่เกิดขึ้นได้ อย่างไรก็ตาม เหตุการณ์ในชีวิตที่เหมือนกันจะไม่สามารถสร้างความพอใจหรือไม่พอใจได้อีกเพราะบุคคลจะปรับตัวกับเหตุการณ์ทางบวกหรือทางลบใหม่ กล่าวคือ มาตรฐานของการตัดสินเหตุการณ์ว่าเป็นเหตุการณ์ทางบวกหรือลบจะขึ้นกับทิศทางที่เขารับรู้ ซึ่งจะทำให้ลดความไม่สอดคล้องระหว่างการรับรู้เหตุการณ์และมาตรฐานในการตัดสิน (Wortman และ Silver, 1982)

ทฤษฎีความต้องการพื้นฐานของ Maslow (1970) กล่าวว่า ความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ มีพฤติกรรมที่ต้องตอบสนองให้เกิดความพึงพอใจ ซึ่งความต้องการนั้นจะมีความแตกต่างกันไป ปรากฏออกมาในรูปแบบของความพึงพอใจ ซึ่งแต่ละคนก็จะมีระดับความพึงพอใจที่ไม่เท่ากัน

Campbell (1976, อ้างถึงในพิศุทธิภา เมธีกุล, 2551) ได้ทำการศึกษาเรื่องคุณภาพชีวิต และชีวิตที่เป็นสุขของคนอเมริกัน พบว่าตัวบ่งชี้ความสุขและความพึงพอใจในชีวิต มีองค์ประกอบอยู่ 5 ด้าน คือ

1. ด้านร่างกายและปัจจัยในการดำรงชีวิต
2. ด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคล
3. ด้านกิจกรรมในสังคม
4. ด้านการพัฒนาตนเองและความมุ่งหวังในงาน
5. ด้านการพักผ่อนหย่อนใจ

Diener และคณะ (1984) ได้นิยามความพึงพอใจในชีวิต ว่าเป็นการประเมินชีวิตด้วยปัญญาตระหนักรู้ของบุคคลหนึ่งๆ ซึ่งบุคคลจะเปรียบเทียบชีวิตของตนกับมาตรฐานที่ตนกำหนดขึ้นในใจ กล่าวคือ ผู้ที่รับรู้ว่าสภาวะ ชีวิตของตนอยู่ในเส้นทางตามมาตรฐานที่ตั้งไว้ จะรายงานว่ามีความพึงพอใจในชีวิตสูง

จากคำนิยามความพึงพอใจในชีวิตข้างต้นพบว่า นิยามของ Diener และคณะ (1984) ได้รับการยอมรับอย่างกว้างขวางและมีการพัฒนาต่อยอดตามบริบทของสังคมและวัฒนธรรมโดยสังเกตได้ในปัจจุบันยังมีการนำมาใช้เพื่อศึกษาถึงความเป็นสากลของสุขภาวะทางจิต เช่น ในปี 2013 งานวิจัยของ Diener, Oishi และ Ryan ได้ศึกษาเกี่ยวกับโครงสร้างและสาเหตุของความสุข โดยใช้นิยามของ Diener และคณะ (1984) เป็นสาระสำคัญในการศึกษา และยังปรากฏการใช้นิยามนี้ในการศึกษาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองกับความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษาในประเทศจีน (Huo & Kong, 2013) นอกจากนี้ยังมีการศึกษาเกี่ยวกับความพึงพอใจในชีวิตโดยใช้มาตรวัดความพึงพอใจในชีวิตที่พัฒนาจาก Diener และคณะ (1984) เพื่อให้สอดคล้องกับบริบทในแอฟริกาในการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างคุณภาพในการใช้ชีวิตของผู้บริโภคชาวแอฟริกาใต้กับความพึงพอใจในชีวิต และในประเทศไทยก็นิยมใช้นิยามของ Diener และคณะ (1985) เนื่องจากเข้าใจง่าย มีการนำไปสู่การออกแบบการวัดระดับความพึงพอใจในชีวิต Diener, 1984 (อ้างถึงใน รุ่งศิริ ธรรมสถิตวงศ์,2548) ได้ทำการพัฒนาแบบวัดความพึงพอใจในชีวิตขึ้น และเป็นที่นิยมใช้กันอย่างแพร่หลาย โดยที่เป็นการวัดความพึงพอใจโดยรวมของชีวิต ซึ่งสามารถใช้ได้กับทุกกลุ่มคน ทุกระดับอายุและยังมีการศึกษาต่อยอดที่ครอบคลุมถึงเรื่องสุขภาวะทางจิตอีกด้วย

กล่าวโดยสรุป จากการศึกษาของนักจิตวิทยาหลายท่าน ความพึงพอใจในชีวิต (life satisfaction; LS) เป็นหนึ่งในองค์ประกอบทางปัญญาของสุขภาวะทางจิต (psychological well-being) ซึ่งเป็นตัวแปรที่ใช้บ่งบอกถึงการรับรู้ชีวิตของเขาจากการประเมินโดยบุคคลเองว่าเขาคิดเห็นอย่างไรต่อชีวิตในปัจจุบันเมื่อเทียบกับมาตรฐานหรือความคาดหวังในใจ โดยบุคคลจะรายงานว่าตนเองมีความพึงพอใจในชีวิตสูงถ้าบุคคลมีความเห็นว่าชีวิตของเขาดำเนินไปเท่ากับกับหรือดีกว่าระดับมาตรฐานที่เขาตั้งไว้ในใจและบุคคล

จะรายงานว่าตนเองมีความพึงพอใจในชีวิตต่ำถ้าบุคคลมีความเห็นว่าชีวิตของเขาต่ำกว่าระดับมาตรฐานที่เขาตั้งไว้ในใจ โดยความพึงพอใจนั้นเกิดจากการประเมินภาพรวมของชีวิตไม่ใช่ช่วงขณะใดขณะหนึ่ง

อารมณ์ทางบวก (Positive Affect; PA) **และอารมณ์ทางลบ** (Negative Affect; NA)

องค์ประกอบด้านความรู้สึกที่ประกอบด้วยการประเมินอารมณ์ทางบวก (positive Affect; PA) และการประเมินอารมณ์ทางลบ (negative Affect; NA)องค์ประกอบด้านความรู้สึกของสุขภาวะทางจิต ตัวแปรที่สะท้อนถึงผลรวมของความรู้สึกยินดีและไม่ยินดีต่อเหตุการณ์ที่บุคคลประสบในชีวิต (Watson, Clark & Tellegen, 1988)

อารมณ์ทางบวกคือองค์ประกอบทางความรู้สึกที่สะท้อนถึงประสบการณ์ส่วนบุคคลที่เกี่ยวข้องความรู้สึกที่ยินดีต่อสภาวะแวดล้อม โดยอารมณ์ที่ชี้วัดอารมณ์ทางบวกได้แก่ ความกระตือรือร้น (enthusiasm) ความรู้สึกตื่นตัว (alertness) ซึ่งผู้ที่มีอารมณ์ทางบวกในระดับสูงจะมีพลังในการทำกิจกรรม มีสมาธิแน่วแน่ (concentration) และสามารถทำกิจกรรมอย่างมีความสุข (pleasurable engagement) ส่วนผู้ที่มีอารมณ์ทางบวกต่ำจะมีลักษณะเซื่องซึม (lethargy) และโศกเศร้า (sadness)

อารมณ์ทางลบเป็นองค์ประกอบทางความรู้สึกที่สะท้อนถึงประสบการณ์ส่วนบุคคลที่เกี่ยวข้องกับความทุกข์และอารมณ์ที่เกี่ยวข้องกับความไม่พอใจ โดยอารมณ์ที่ชี้วัดอารมณ์ทางลบได้แก่ ความหวาดกลัว (afraid) ความรู้สึกผิด (guilty) และความกระวนกระวายใจ (jittery) เป็นต้น

อารมณ์ทางลบและทางบวกนั้นเป็นปัจจัยสำคัญในการนำพิจารณาถึงสุขภาวะทางจิตเนื่องจากผู้ที่มีสุขภาวะทางจิตที่ดีนั้น มักมีอารมณ์ทางลบในปริมาณน้อย แต่มีอารมณ์ทางบวกในปริมาณมาก และเนื่องจากอารมณ์ทางลบและทางบวกเป็นอิสระจากกันทำให้มีความสามารถในการวัดสุขภาวะทางจิตเนื่องจากมีความตรงที่ชัดเจน แม้อารมณ์เป็นองค์ประกอบทางความรู้สึกที่มีความเป็นอัตนัยแต่การนำอารมณ์ทางบวกและทางลบมาใช้ในการประเมินสุขภาวะทางจิตมีความเหมาะสมเนื่องจากในการประเมินเป็นการตอบสนองต่อความรู้สึกเมื่อเห็นคำที่สามารถชี้วัดอารมณ์ เช่น ดีใจ หวาดกลัว ผู้ร่วมการทดลองสามารถตอบสนองได้ตรงตามสภาวะที่ตนเป็นอยู่ได้อย่างสอดคล้องกับอารมณ์โดยทั่วไปที่ตนเองมีโดยอารมณ์นั้นเกิดจากการประเมินความสอดคล้องระหว่างอารมณ์ของตนเองมีเป็นพื้นฐานในการดำเนินชีวิตประจำวันกับคำที่ได้เห็น

เมื่อนำความพึงพอใจในชีวิต องค์ประกอบทางปัญญาและองค์ประกอบทางอารมณ์มาพิจารณาทำให้สามารถประเมินสุขภาวะทางจิตได้ดังนี้

สุขภาวะทางจิต = ค่าเฉลี่ยความพึงพอใจในชีวิต + (ค่าเฉลี่ยความรู้สึกทางบวก – ค่าเฉลี่ยความรู้สึกทางลบ)

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสุขภาวะทางจิต
ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมกับความพึงพอใจในชีวิต

Ashby และคณะ (2005) ได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมกับความพึงพอใจในชีวิตซึ่งเป็นองค์ประกอบทางด้านปัญญาของสุขภาวะทางจิต โดยกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาเป็นนักเรียนในชั้นมัธยมศึกษาจากประเทศอเมริกาจำนวน 341 คน มีอายุเฉลี่ย 14.59 ปี จากประเทศโครเอเชีย 291 คน มีอายุเฉลี่ย15.14 ใช้มาตร The Almost Perfect Scale-Revised ของ Slaney และคณะ (2002) ในการประเมินลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม และมาตร The Multidimensional Students' Life Satisfaction Scale ของ Hueber (1994) ในการประเมินความพึงพอใจในชีวิตโดยมาตรวัดนี้จะวัดความพึงพอใจในชีวิตโดยแบ่งเป็น 5 องค์ประกอบย่อยได้แก่ ด้านครอบครัว (family) เพื่อน (friends) การเรียน (school) สภาพแวดล้อมความเป็นอยู่ (living environment) และตนเอง (Self)

ผลการศึกษาพบว่าองค์ประกอบย่อยของมาตร The Almost Perfect Scale-Revised มีอำนาจในการทำนายความพึงพอใจในชีวิตในแต่ละด้านที่แตกต่างกัน กล่าวคือ ด้านการตั้งมาตรฐานของมาตรวัดลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมสามารถในองค์ประกอบด้านการตั้งมาตรฐานส่วนบุคคล (personal standards) ทำนายทางบวกต่อความพึงพอใจในชีวิตด้านการเรียน ทั้งกลุ่มตัวอย่างนักเรียนอเมริกันและโครเอเชีย และยังสามารถทำนายทางบวกต่อความพึงพอใจในชีวิตด้านครอบครัวได้ด้วยในกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักเรียนชาวอเมริกัน ส่วนลักษณะสมบูรณ์แบบนิยามด้านการรับรู้ความแตกต่างระหว่างความคาดหวังกับความเป็นจริง (discrepancy) มีอำนาจในการทำนายทางลบต่อความพึงพอใจในชีวิตตนเองและความพึงพอใจในชีวิตโดยรวม

นอกจากนี้ยังพบผลที่น่าสนใจเมื่อผู้วิจัยใช้องค์ประกอบด้านความแตกต่างระหว่างความคาดหวังกับความเป็นจริง เป็นการแบ่งลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมที่ปรับตัวเหมาะสม (adaptive perfectionists) และลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมที่ปรับตัวไม่เหมาะสม (maladaptive perfectionists) จะพบว่า ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมที่ปรับตัวเหมาะสม (adaptive perfectionists) มีค่าเฉลี่ยจากมาตรวัดความพึงพอใจในชีวิตที่สูงกว่าลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมที่ปรับตัวไม่เหมาะสม (maladaptive perfectionists) และไม่พบความแตกต่างของระดับคะแนนเฉลี่ยจากมาตรวัดความพึงพอใจในชีวิตระหว่างนักเรียนที่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมที่ปรับตัวไม่เหมาะสม (maladaptive perfectionists) กับนักเรียนที่ไม่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม (non-perfectionist)

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกและเชิงลบ
2. เพื่อศึกษาอิทธิพลของลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและสุขภาวะทางจิต
3. เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกกับลักษณะนิยมความสมบูรณ์แบบเชิงลบที่มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา (academic achievement) สุขภาวะทางจิต (psychological well-being) ที่แตกต่างกัน

ขอบเขตของการวิจัย

การศึกษาการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (survey research) โดยผู้วิจัยกำหนดขอบเขตการศึกษาที่ใช้ในงานวิจัยครั้งนี้เป็นนิสิตระดับปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในปีการศึกษา 2556 จำนวน 270 คน

ตัวแปรที่ศึกษา

ตัวแปรต้น 1. ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวก
2. ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบ

ตัวแปรตาม 1. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (academic achievement)
2. สุขภาวะทางจิต (psychological well-being)

การพัฒนาสมมติฐาน

การตั้งเป้าหมายสูงสามารถส่งผลได้ทั้งด้านบวกและด้านลบ การตั้งเป้าหมายที่ดีจะสร้างความท้าทายและกระตุ้นให้ผู้วางเป้าหมายนั้นแสวงหาความสำเร็จจากการบรรลุเป้าหมายที่ตนตั้งไว้ การตั้งเป้าหมายจึงมีส่วนสำคัญที่ช่วยส่งเสริมสุขภาวะทางจิตหรือบั่นทอนสุขภาวะทางจิตได้ด้วยเช่นกัน เนื่องจากปัจจัยที่ส่งผลต่อการตั้งเป้าหมายของบุคคลมีความแตกต่างกัน บางคนตั้งเป้าหมายเพราะชอบความท้าทาย เป็นคนที่มีระบบระเบียบและวางแผนเป็นอย่างดีก่อนตั้งเป้าหมาย หรืออาจจะตั้งเป้าหมายให้สูงเพราะถูกคาดหวังจากสังคมหรือกลัวจะถูกวิพากษ์วิจารณ์และหลีกเลี่ยงที่จะประสบกับความล้มเหลว

การศึกษาผลกระทบที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพของผู้ที่มีการตั้งเป้าหมายสูงหรือที่มีการศึกษากันในชื่อลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมจึงเป็นที่สิ่งที่คณะผู้วิจัยสนใจ

เนื่องจากคณะผู้วิจัยต้องการศึกษาอิทธิพลของลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนกับสุขภาวะทางจิต ซึ่งลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมในการวิจัยครั้งนี้สามารถแบ่งได้เป็นลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกและลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบ ซึ่งลักษณะทั้งสองมีน่าจะมีความเป็นอิสระจากกัน กล่าวคือลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบกับเชิงบวกมิได้เป็นลักษณะที่ต่อเนื่องกัน (Parker, 2002)

จากการทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมพบว่าการแบ่งผู้ที่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกหรือเชิงลบสามารถแบ่งได้หลายวิธี แต่โดยสรุปแล้วคนที่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกคือคนที่มีลักษณะทางบุคลิกภาพที่แสวงหาความสมบูรณ์แบบโดยมีแรงจูงใจส่วนบุคคลที่ต้องการความสมบูรณ์แบบในการทำงาน มีการจัดการชีวิตที่เป็นระเบียบ และมีการรับรู้ที่สอดคล้องระหว่างมาตรฐานที่ตนเองได้วางไว้ในระดับสูงกับความสามารถที่แท้จริง

ผู้วิจัยได้พัฒนาสมมติฐานข้อที่ 1.1 ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบสามารถทำนายสุขภาวะทางจิตในทิศทางลบ และข้อที่ 2.1 ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกสามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในทิศทางบวก จากการทบทวนวรรณกรรม ตัวอย่างเช่น Ashby และคณะ (1999) พบว่าบุคคลที่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวก (healthy perfectionist) มีความสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาวะทางจิต (psychological well-being) และยังพบว่ามีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเอง (self-esteem) การรับรู้ความสามารถของตนเอง (self-efficacy) จากการศึกษานี้ผู้วิจัยเห็นถึงผลกระทบทางบวกของลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกต่อสุขภาวะทางจิตและการรับรู้ความสามารถทางการเรียนซึ่งจะส่งผลดีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน คณะผู้วิจัยจึงพัฒนาสมมติฐานทั้ง 2 ข้อขึ้นมา

ส่วนผู้ที่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมทางลบนั้นโดยสรุปแล้วคือ ผู้ที่มีความวิตกกังวลหากไม่สามารถทำได้ตามาตรฐานที่อยู่ในระดับสูงได้ เนื่องจากมาตรฐานในระดับสูงนั้นเกิดจากความคาดหวังของสังคมรอบข้างหรือผู้ปกครอง ทำให้เกิดความสงสัยในการกระทำของตนเองอยู่เสมอว่าตนเองได้ทำผลงานอย่างสมบูรณ์แบบแล้วหรือไม่และมีความวิตกกังวลเกี่ยวกับการกระทำของตนเองอยู่เสมอ แสดงถึงความไม่สอดคล้องระหว่างมาตรฐานที่ตนเองได้วางไว้กับความสามารถที่แท้จริง งานวิจัยหลายงานวิจัยได้พบว่าลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกสัมพันธ์กับลักษณะทางบวกและลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบ

สัมพันธ์กับลักษณะทางลบ (Flett & Hewitt, 2002) ซึ่งต่างกับงานวิจัยที่เกี่ยวกับลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมในช่วงแรกที่มักพบความสัมพันธ์กับโรคที่แสดงถึงความผิดปกติทางจิต

ผู้วิจัยได้พัฒนาสมมติฐานข้อที่ 1.2 ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบสามารถทำนายสุขภาวะทางจิตในทิศทางลบ และข้อที่ 2.2 ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบสามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในทิศทางลบ จากการทบทวนวรรณกรรม ตัวอย่างเช่นงานวิจัยของ Ram (2005) ที่พบว่าลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบมีความสัมพันธ์ทางลบกับอารมณ์ทางบวก (r = -.28, p < .05) และมีความสัมพันธ์ทางบวกกับอารมณ์ทางลบ (r = .32, p < .05) ซึ่งอารมณ์ทางบวกและอารมณ์ทางลบ ได้มาจากการประเมินอารมณ์ทางบวกและอารมณ์ทางลบ (PANAS) ซึ่งการประเมินอารมณ์ทั้งสองด้านนี้เป็นปัจจัยสำคัญในการคำนวณคะแนนสุขภาวะทางจิต นอกจากนี้การหลีกเลี่ยงความล้มเหลวและการวิพากษ์วิจารณ์จากผู้อื่นจะทำให้เกิดความไม่สอดคล้องระหว่างการตั้งเป้าหมายกับความเป็นจริง (discrepancy) และมุ่งเน้นการประเมินจุดเล็กๆของความผิดพลาดที่เกิดขึ้นด้วยความกลัวและต้องการที่จะหลีกเลี่ยงการวิพากษ์วิจารณ์จากผู้อื่น ซึ่งจะส่งผลเสียต่อการปรับตัวที่มีประสิทธิภาพและเป็นสาเหตุของการเกิดโรควิตกกังวลและโรคซึมเศร้า (Frost และ Di Bartolo, 2002) คณะผู้วิจัยได้เห็นผลกระทบทางลบของลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบต่อสุขภาวะทางจิตและการปรับตัวที่ไม่มีประสิทธิภาพซึ่งจะส่งผลทางลบต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนจึงได้พัฒนาสมมติฐาน 2 ข้อนี้ขึ้นมา

คณะผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาอิทธิพลของสองตัวแปรนี้กับนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยโดยใช้ตัวแปรเกณฑ์คือผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและสุขภาวะทางจิต เพื่อประโยชน์ในการศึกษาลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมต่อไป

สมมติฐานการวิจัย

1. ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมสามารถทำนายสุขภาวะทางจิตได้
    1.1. ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกสามารถทำนายสุขภาวะทางจิตในทิศทางบวก
    1.2. ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบสามารถทำนายสุขภาวะทางจิตในทิศทางลบ
2. ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมสามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนได้
    2.1. ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกสามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในทิศทางบวก
    2.2. ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบสามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในทิศทางลบ

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม (perfectionism)

ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม (perfectionism) หมายถึง ลักษณะของบุคคลที่ประกอบไปด้วยการตั้งมาตรฐานที่สูง ยึดมั่นกับมาตรฐานที่ตั้งเอาไว้อย่างเคร่งครัด และมีการประเมินตนและผู้อื่นตามมาตรฐานที่ได้ตั้งไว้ รวมทั้งจะมีความรู้สึกว่าตนเองหรือผู้อื่นมีคุณค่าเมื่อสามารถทำตามมาตรฐานที่ตั้งไว้ได้สำเร็จซึ่งจะแบ่งลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมออกเป็น 2 ลักษณะคือ

ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวก

ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวก (healthy perfectionism) คือลักษณะทางบุคลิกภาพที่แสวงหาความสมบูรณ์แบบ แสดงออกผ่านการตั้งเป้าหมายและมาตรฐานที่อยู่ในระดับสูง โดยระดับเป้าหมายและมาตรฐานที่สูงนั้นมีความสอดคล้องกับความเป็นจริง ผู้ที่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกจะ มีแรงจูงใจภายในตนเองในการแสวงหาความสมบูรณ์แบบ และมีการจัดการชีวิตตามแผนที่วางไว้เพื่อให้ไปถึงเป้าหมายที่ตนเองตั้งไว้และยินดีหรือมีอารมณ์ทางบวกเมื่อตนเองประสบความสำเร็จซึ่งส่งผลให้บุคคลที่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกมีการปรับตัวที่ดี (adaptive)

ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวก (healthy perfectionism) คือลักษณะทางบุคลิกภาพที่แสวงหาความสมบูรณ์แบบ (striving for perfection) โดยลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกประกอบไปด้วย 2 องค์ประกอบได้แก่ ด้านมาตรฐานส่วนบุคคล (personal standards หรือ PS) การจัดการ (organization หรือ O) ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกจึงเกิดจากผลรวมของ 2 องค์ประกอบนี้

โดยองค์ประกอบด้านความไม่สอดคล้องระหว่างมาตรฐานกับความเป็นจริง (discrepancy หรือ D) เป็นองค์ประกอบย่อยเพียงองค์ประกอบเดียวที่นำมาจากมาตร The Almost Perfect Scale-Revised (APS-R) ของ Slaney และคณะ (2002) ส่วนองค์ประกอบที่เหลือมาจาก Frost Multidimensional Perfectionism Scale ของ Frost และคณะ (1990)

การวิจัยครั้งนี้ศึกษาลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวก หมายถึง คะแนนที่ได้จากการตอบมาตรวัดลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมที่ผู้วิจัยพัฒนามาจาก The Frost Multidimensional Perfectionism Scale (Frost et al, 1990) และพัฒนามาจาก Almost Perfect Scale-Revised (Slaney et al, 2001) ใน

องค์ประกอบด้านมาตรฐานส่วนบุคคลและการจัดการจำนวน 12 ข้อ เป็นมาตรลิเคิร์ต 5 ช่วง ได้แก่ 1 คือ ไม่ตรงมากที่สุด 2 คือ ค่อนข้างไม่ตรง 3 คือ ทั้งตรงและไม่ตรง 4 คือ ค่อนข้างตรง และ 5 คือ ตรงมากที่สุด

ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบ

ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบ (unhealthy perfectionism) คือลักษณะทางบุคลิกภาพที่มีความวิตกกังวล ตั้งเป้าหมายที่สูงเพื่อหลีกเลี่ยงความล้มเหลวหรือการวิพากษ์วิจารณ์จากบุคคลอื่น โดยระดับเป้าหมายและมาตรฐานที่สูงนั้นไม่สอดคล้องกับความเป็นจริง ส่งผลให้บุคคลที่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบมีการปรับตัวที่ไม่เหมาะสม (maladaptive)

ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบ (unhealthy perfectionism) คือลักษณะทางบุคลิกภาพที่มีความวิตกกังวลเกี่ยวกับความสมบูรณ์แบบ (perfectionistic concern) โดยลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบโดยลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกประกอบไปด้วย 3 องค์ประกอบ ได้แก่ความคาดหวังและการวิพากษ์วิจารณ์ของผู้ปกครอง (parental expectations and criticism; PEC) ด้านความสงสัยในการกระทำและความกังวลเกี่ยวกับความผิดพลาด (concern over mistakes and doubts; CMD) และความไม่สอดคล้องระหว่างมาตรฐานกับความเป็นจริง (discrepancy; D) ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบจึงเกิดจากผลรวมของ 3 องค์ประกอบนี้

โดยความไม่สอดคล้องระหว่างมาตรฐานกับความเป็นจริง (discrepancy หรือ D) เป็นองค์ประกอบย่อยเพียงองค์ประกอบเดียวที่นำมาจากมาตร The Almost Perfect Scale-Revised (APS-R) ของ Slaney และคณะ (2002) ส่วนองค์ประกอบที่เหลือมาจาก Frost Multidimensional Perfectionism Scale ของ Frost และคณะ (1990)

การวิจัยครั้งนี้ศึกษาลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบ หมายถึง คะแนนที่ได้จากการตอบมาตรวัดลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมที่ผู้วิจัยพัฒนามาจาก The Frost Multidimensional Perfectionism Scale (Frost et al, 1990) และพัฒนามาจาก Almost Perfect Scale-Revised (Slaney et al, 2001) ในองค์ประกอบด้านความกังวลเกี่ยวกับความผิดพลาดและความสงสัยในการกระทำ ความคาดหวังและการวิพากษ์วิจารณ์ของบุคคลสำคัญ และความไม่สอดคล้องระหว่างความคาดหวังกับความเป็นจริง 18 ข้อ เป็นมาตรลิเคิร์ต 5 ช่วง ได้แก่ 1 คือ ไม่ตรงมากที่สุด 2 คือ ค่อนข้างไม่ตรง 3 คือ ทั้งตรงและไม่ตรง 4 คือ ค่อนข้างตรง และ 5 คือ ตรงมากที่สุด

สุขภาวะทางจิต (psychological well-being; PWB)

สุขภาวะทางจิต (psychological well-being; PWB) เป็นตัวแปรที่ใช้บ่งบอกถึงการรับรู้ชีวิตของบุคคลจากการประเมินโดยรวมของบุคคลเองว่ามีความเป็นอยู่ของชีวิตเป็นอย่างไร ซึ่งแบ่งเป็นการประเมินองค์ประกอบด้านปัญญาและองค์ประกอบด้านความรู้สึก

การประเมินองค์ประกอบด้านปัญญา เป็นการประเมินว่าความพึงพอใจในชีวิตที่ผ่านมาเป็นองค์รวมว่ามีเจตคติอย่างไรเกี่ยวกับชีวิตของตนเองเมื่อเปรียบเทียบกับมาตรฐานหรือความคาดหวังในใจ ซึ่งโดยบุคคลที่มีสุขภาพจิตที่ดีมีแนวโน้มที่จะรายงานว่าตนเองมีความพึงพอใจในชีวิตสูงถ้าบุคคลมีความเห็นว่าชีวิตของเขาดำเนินไปเท่ากับกับหรือดีกว่าระดับมาตรฐานที่เขาตั้งไว้ในใจและบุคคลจะรายงานว่าตนเองมีความพึงพอใจในชีวิตต่ำถ้าบุคคลมีความเห็นว่าชีวิตของเขาต่ำกว่าระดับมาตรฐานที่เขาตั้งไว้ในใจ

การประเมินองค์ประกอบทางความรู้สึก เป็นการประเมินความรู้สึกทั้งอารมณ์ทางบวกและทางลบเมื่อเผชิญกับเหตุการณ์ต่างๆในชีวิตประจำวัน ซึ่งเป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นโดยทั่วไปกับตนเอง

สุขภาวะทางจิต = ค่าเฉลี่ยความพึงพอใจในชีวิต + (ค่าเฉลี่ยความรู้สึกทางบวก – ค่าเฉลี่ยความรู้สึกทางลบ)

สำหรับการวิจัยครั้งนี้ สุขภาวะทางจิตหมายถึงคะแนนที่ได้จากการตอบมาตรวัดความพึงพอใจในชีวิตและมาตรวัดความรู้สึกทางบวกและความรู้สึกทางลบ ของหยกฟ้า อิศรานนท์ (2551) โดยมีการแปลผลดังต่อไปนี้

$-3 \leq$ คะแนนเฉลี่ยสุขภาวะทางจิต ≤ 0	หมายถึง มีสุขภาวะทางจิตต่ำ
$0 <$ คะแนนเฉลี่ยสุขภาวะทางจิต < 2.5	หมายถึง มีสุขภาวะทางจิตค่อนข้างต่ำ
$2.5 \leq$ คะแนนเฉลี่ยสุขภาวะทางจิต ≤ 3.5	หมายถึง ตัดสินไม่ได้
$3.5 <$ คะแนนเฉลี่ยสุขภาวะทางจิต < 6	หมายถึง มีสุขภาวะทางจิตค่อนข้างสูง
$6 \leq$ คะแนนเฉลี่ยสุขภาวะทางจิต ≤ 9	หมายถึง มีสุขภาวะทางจิตสูง

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (academic achievement)

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (academic achievement) หมายถึง ปริมาณของความสำเร็จที่ได้จากความพยายามที่เกี่ยวข้องกับการเรียน เป็นผลมาจากการกระทำที่อาศัยความสามารถทางสติปัญญาและร่างกาย ดังนั้นผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนจึงเป็นปริมาณของความสำเร็จที่ได้จากการเรียนโดยใช้

ความสามารถเฉพาะตัวของแต่ละบุคคล โดยตัวบ่งชี้ถึงผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในการศึกษาครั้งนี้ใช้ การรายงานเกรดเฉลี่ย (GPA) ที่อยู่ในช่วง 0 ถึง 4

สำหรับการวิจัยครั้งนี้ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหมายถึง การรายงานเกรดเฉลี่ย (GPA) ของนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยที่อยู่ในช่วง 0 ถึง 4

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทราบถึงอิทธิพลของลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและสุขภาวะทางจิต
2. ทราบความแตกต่างระหว่างลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกกับลักษณะนิยมความสมบูรณ์แบบเชิงลบที่มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา (academic achievement)
3. ทราบความแตกต่างระหว่างลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกกับลักษณะนิยมความสมบูรณ์แบบเชิงลบที่มีความสัมพันธ์กับสุขภาวะทางจิต (psychological well-being)
4. ได้มาตรลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม (perfectionism) ซึ่งแบ่งเป็นมิติเชิงบวกและเชิงลบที่ได้พัฒนาในบริบทสังคมไทย
5. นำไปสู่แนวทางการศึกษาต่อยอดเพื่อส่งเสริมลักษณะบุคลิกภาพทางบวกเพื่อสุขภาวะทางจิตที่ดี

บทที่ 2

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (survey research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาอิทธิพลของลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและสุขภาวะทางจิต

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ นิสิตปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จากคณะต่างๆ จำนวนทั้งสิ้น 270 คน

ลักษณะทางประชากรศาสตร์

ผู้ร่วมการวิจัยจำนวน 270 คน แบ่งเป็นเพศชาย 122 คน คิดเป็นร้อยละ 43.20 เพศหญิง 148 คน คิดเป็นร้อยละ 56.40 ซึ่งทั้งหมดเป็นนิสิตปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และมีอายุเฉลี่ยเท่ากับ 20.37 ปี และมีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของอายุเฉลี่ยเท่ากับ 1.39 ปี ผู้ร่วมการวิจัยส่วนใหญ่มีระดับเกรดเฉลี่ยอยู่ในช่วง 3.01 - 3.50 จำนวน 130 คน คิดเป็นร้อยละ 48.10 รองลงมาอยู่ในช่วง 2.51 - 3.00 จำนวน 75 คน คิดเป็นร้อยละ 27.80 ผู้ร่วมการวิจัยส่วนใหญ่เป็นนิสิตคณะจิตวิทยาจำนวน 67 คน คิดเป็นร้อยละ 24.80 รองลงมาคือคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จำนวน 19 คน คิดเป็นร้อยละ 14.40 และที่เหลืออีกร้อยละ 60.8 เป็นนิสิตจากคณะอื่น

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ แบ่งเป็น 4 ส่วน ได้แก่

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามทั่วไป

ส่วนที่ 2 มาตรวัดลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม

ส่วนที่ 3 มาตรวัดความพึงพอใจในชีวิต

ส่วนที่ 4 มาตรวัดความรู้สึกทางบวกและความรู้สึกทางลบ

ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการพัฒนามาตรวัด

คณะผู้วิจัยทำการเก็บข้อมูลกลุ่มตัวอย่างจากการแจกแบบสอบถามให้แก่นิสิตปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 112 คน และคนทำงานจำนวน 130 คน รวมเป็นกลุ่มตัวอย่างจำนวน 242 คน โดยแบบสอบถามมี 4 ส่วนดังนี้

1. แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป

เป็นเครื่องมือที่ใช้รายงานข้อมูลทั่วไปที่ตรงกับความเป็นจริงของกลุ่มตัวอย่าง โดยสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนตัวของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ เพศ อายุ คณะ ชั้นปี และเกรดเฉลี่ยสะสม

2. มาตรวัดลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม

2.1 มาตรวัดลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมที่คณะผู้วิจัยใช้ในสำรวจในครั้งนี้พัฒนามาจาก 2 มาตรวัด ได้แก่ The Frost Multidimensional Perfectionism Scale (Frost et al, 1990) ซึ่งมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกระทงกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆในมาตรเท่ากับ .91 และพัฒนามาจาก Almost Perfect Scale-Revised (Slaney et al, 2001) ซึ่งมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกระทงกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆในมาตรเท่ากับ .88 โดยขั้นตอนการพัฒนามาตรวัดลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมที่เกิดจากการรวมองค์ประกอบของมาตรวัดทั้งสองนั้น คณะผู้วิจัยได้พัฒนาและปรับปรุงมาตรวัดลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมนี้ร่วมกับกิติภพ แซ่อึ้ง เกวรินทร์ ไตรรัตน์ และเปรมวดี วราพันธ์

มาตรวัดลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม The Frost Multidimensional Perfectionism Scale (Frost et al, 1990) ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวนทั้งหมด 23 ข้อ โดยแบ่งออกเป็น 4 องค์ประกอบ ได้แก่

1.ความไม่แน่ใจในการกระทำและความกังวลเกี่ยวกับความผิดพลาด (Concern over mistakes and doubts; CMD) ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 11 ข้อ

2.ความคาดหวังและการวิพากษ์วิจารณ์ของผู้ปกครอง (Parental expectations and criticism; PEC) ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 9 ข้อ

3.มาตรฐานส่วนบุคคล (Personal standards; PS) ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 7 ข้อ

4.การจัดการ (Organization; O) ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 6 ข้อ

มาตรวัดลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม Almost Perfect Scale-Revised (Slaney et al, 2001) ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวนทั้งหมด 33 ข้อ แต่ในขั้นพัฒนามาตรคณะผู้จัดทำได้เลือกมาเพียง 1 องค์ประกอบ ได้แก่

ความไม่สอดคล้องระหว่างมาตรฐานกับความเป็นจริง (Discrepancy; D) ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 12 ข้อ

โดยเมื่อรวมองค์ประกอบเป็น 5 องค์ประกอบดังต่อไปนี้

1.ความไม่แน่ใจในการกระทำและความกังวลเกี่ยวกับความผิดพลาด (Concern over mistakes and doubts; CMD) ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 11 ข้อ

2.ความคาดหวังและการวิพากษ์วิจารณ์ของผู้ปกครอง (Parental expectations and criticism; PEC) ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 9 ข้อ

3.มาตรฐานส่วนบุคคล (Personal standards; PS) ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 7 ข้อ

4.การจัดการ (Organization; O) ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 6 ข้อ

5.ความไม่สอดคล้องระหว่างมาตรฐานกับความเป็นจริง (Discrepancy; D) ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 12 ข้อ

คณะผู้วิจัยได้นำมาตรวัดดังกล่าว มาแปลจากภาษาอังกฤษเป็นภาษาไทย โดยคำนึงบริบทของสังคมไทย และคณะผู้วิจัยคิดข้อกระทงเพิ่มเติมอีกให้ครบ 20 ข้อในแต่ละองค์ประกอบ ให้ตรงตามนิยามเชิงมโนทัศน์ที่ต้องการจะวัด รวมทั้งสิ้น 100 ข้อ เพื่อประเมินลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมซึ่งเป็นลักษณะทางบุคลิกภาพของแต่ละบุคคล

2.2 นำข้อกระทงที่แปลแล้วและคิดเพิ่มเติม ทั้งหมด 100 ข้อ ให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบความถูกต้องและความเหมาะสมของภาษา พบว่ามีข้อกระทงที่ไม่ผ่านความเห็นชอบจากอาจารย์ที่ปรึกษาจำนวน 25 ข้อ ดังนั้นจึงเหลือข้อกระทงทั้งหมด 75 ข้อ โดยแต่ละองค์ประกอบมีข้อกระทงจำนวน 15 ข้อ

2.3 นำข้อกระทงทั้งหมด 75 ข้อ มาสร้างมาตรประมาณค่าแบบลิเคิร์ต (Likert scale) 5 ช่วง โดยแบ่งระดับการตอบไว้ 5 ระดับ ได้แก่

ระดับ 1 ไม่ตรงมากที่สุด	คิดเป็น 1 คะแนน
ระดับ 2 ค่อนข้างไม่ตรง	คิดเป็น 2 คะแนน
ระดับ 3 ทั้งตรงและไม่ตรง	คิดเป็น 3 คะแนน
ระดับ 4 ค่อนข้างตรง	คิดเป็น 4 คะแนน
ระดับ 5 ตรงมากที่สุด	คิดเป็น 5 คะแนน

ส่วนข้อกระทงทางลบคิดคะแนน ดังนี้

ระดับ 1 ไม่ตรงมากที่สุด คิดเป็น 5 คะแนน

ระดับ 2 ค่อนข้างไม่ตรง คิดเป็น 4 คะแนน

ระดับ 3 ทั้งตรงและไม่ตรง คิดเป็น 3 คะแนน

ระดับ 4 ค่อนข้างตรง คิดเป็น 2 คะแนน

ระดับ 5 ตรงมากที่สุด คิดเป็น 1 คะแนน

มาตรวัดมาตรวัดลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมทั้งหมด 75 ข้อ ประกอบด้วยข้อกระทงทางบวก 60 ข้อ และข้อกระทงทางลบ 15 ข้อ ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2

จำนวนข้อกระทงของมาตรวัดลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมที่ใช้กับกลุ่มตัวอย่างในขั้นพัฒนามาตรวัด จำแนกตามองค์ประกอบ

องค์ประกอบ	**ข้อกระทงทางบวก**	**ข้อกระทงทางลบ**	**รวม**
ความสงสัยในการกระทำและความกังวลเกี่ยวกับความผิดพลาด	13	2	15
ความคาดหวังและการวิจารณ์ของผู้ปกครอง	12	3	15
มาตรฐานส่วนบุคคล	12	3	15
การจัดการ	11	4	15
ความไม่สอดคล้องระหว่างมาตรฐานกับความเป็นจริง	12	3	15
รวม	60	15	75

2.4 นำมาตรวัดลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมจำนวน 75 ข้อ ไปเก็บข้อมูลกับนิสิตปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 112 คน แบ่งเป็นเพศชาย 41 คน เพศหญิง 71 คน และเก็บข้อมูลจากพนักงานบริษัทเอกชนที่ในกรุงเทพมหานคร จำนวน 130 คน แบ่งเป็นเพศชาย 48 คน เพศหญิง 82 คน รวมจำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 242 คน ดังรายละเอียดในตารางที่ 3 และตารางที่ 4

ตารางที่ 3

จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนิสิตใช้ในชั้นพัฒนามาตรวัด จำแนกตามเพศ อายุ ชั้นปี และคณะ (n=112)

	รายการ	**จำนวน**	**ร้อยละ**
เพศ	ชาย	41	36.60
	หญิง	71	63.40
อายุ	17-18 ปี	26	23.20
	19-20 ปี	60	53.60
	21-22 ปี	24	21.40
	23-24 ปี	2	1.80
ชั้นปี	ชั้นปีที่ 1	53	47.30
	ชั้นปีที่ 2	19	17.00
	ชั้นปีที่ 3	24	21.40
	ชั้นปีที่ 4	16	14.30
คณะ	อักษรศาสตร์	14	12.50
	วิทยาศาสตร์	6	5.40
	รัฐศาสตร์	1	0.90
	พาณิชยศาสตร์และการบัญชี	12	10.70
	ครุศาสตร์	4	3.60
	นิเทศศาสตร์	14	12.50
	เภสัชศาสตร์	21	18.80
	นิติศาสตร์	5	4.50
	จิตวิทยา	24	21.40
	วิทยาศาสตร์การกีฬา	11	9.80

ตารางที่ 4

จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่เป็นคนทำงานที่ใช้ในขั้นพัฒนามาตรวัด จำแนกตามเพศ อายุ สถานภาพ จำนวนบุตร อาชีพ รายได้ (n=130)

	รายการ	**จำนวน**	**ร้อยละ**
เพศ	ชาย	48	36.90
	หญิง	82	63.10
อายุ	21 - 30 ปี	55	42.30
	31 - 40 ปี	12	9.20
	41 - 50 ปี	27	20.80
	51 - 60 ปี	33	25.40
	61 – 70 ปี	1	0.80
	ไม่ระบุอายุ	2	1.50
สถานภาพ	โสด	65	50.00
	สมรส	64	49.20
	อื่นๆ	1	0.80
จำนวนบุตร	ไม่มีบุตร	65	50.00
	1	17	13.10
	2	30	23.10
	3	13	10.00
	4	3	2.30
	ไม่ระบุจำนวนบุตร	2	1.50
อาชีพ	รับราชการ	13	10.00
	พนักงานรัฐวิสาหกิจ	6	4.60
	พนักงานบริษัทเอกชน	72	55.40
	พนักงานมหาวิทยาลัย	1	8.00

	รายการ	จำนวน	ร้อยละ
อาชีพ	รับจ้าง	7	5.40
	เจ้าของกิจการ	23	17.70
	ไม่ระบุอาชีพ	5	3.80
รายได้	ต่ำกว่า 15,000	21	16.20
	15,001 – 30,000	42	32.30
	30,001 – 45,000	13	10.00
	45,001 – 60,000	15	11.50
	60,001 – 75,000	18	13.80
	ไม่ระบุรายได้	21	16.20

2.5 นำข้อมูลที่ได้มาประมวลผลด้วยโปรแกรม SPSS for Windows คัดข้อมูลของกลุ่มตัวอย่าง โดยตัดข้อมูลแบบสอบถามที่ไม่สมบูรณ์ออก จากนั้นวิเคราะห์ด้วยสถิติที (*t*-test) โดยนำ ผลคะแนนรวมจากการตอบมาตร แบ่งข้อมูลเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มสูงคือ ผู้ที่มีคะแนนรวมสูงกว่าหรือเท่ากับเปอร์เซ็นไทล์ที่ 73 และกลุ่มต่ำ คือ ผู้ที่มีคะแนนรวมต่ำกว่าหรือเท่ากับเปอร์เซ็นไทล์ที่ 27

กลุ่มสูงได้คะแนนช่วง 237 คะแนน ถึง 297 คะแนน มีจำนวน 65 คน กลุ่มต่ำได้คะแนนช่วง 137 คะแนน ถึง 197 คะแนน มีจำนวน 67 คน เบื้องต้นพบว่า มีข้อกระทงทั้งหมด 70 ข้อ สามารถจำแนกกลุ่มสูงและกลุ่มต่ำได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยพบว่ามีข้อกระทงที่ไม่มีอำนาจจำแนกจำนวน 5 ข้อ กอปรกับเมื่อคณะผู้วิจัยได้พิจารณาถึงความเหมาะสมของภาษาที่ใช้กับองค์ประกอบของลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมและปรึกษากับอาจารย์ที่ปรึกษาเกี่ยวกับการตัดข้อกระทงทั้ง 5 ข้อนี้พบว่าสามารถตัดออกได้เพื่อพัฒนาคุณภาพของมาตรให้ดีขึ้น

2.6 จากนั้นจึงนำข้อกระทงทั้งหมด 75 ข้อ ไปวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกระทงกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ ในมาตร (Corrected Item-Total Correlation หรือ CITC) โดยคัดเลือกเฉพาะข้อที่มีค่ามากกว่า .197 ตามเกณฑ์การพิจารณาจากค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์วิกฤต (critical *r*) ที่ระดับนัยสำคัญ .05 สำหรับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 242 คน พบว่าผ่านเกณฑ์ทั้งหมด 63 ข้อ โดยมีค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายในแบบอัลฟาของครอนบาค เท่ากับ .926 (ภาคผนวก ข ตารางที่ ข 1)

2.7 คณะผู้วิจัยได้ทำการคัดเลือกข้อกระทง เพื่อให้ข้อกระทงมีคุณภาพและมีความกระชับมากขึ้น โดยคัดเลือกข้อกระทงที่มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกระทงกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆใน

แต่ละองค์ประกอบ (Corrected Item-Total Correlation หรือ CITC) ที่มีค่ามากที่สุด โดยค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงที่คัดเลือกมาในแต่ละองค์ประกอบนั้นอยู่ในช่วง .574 ถึง .955 นำมาพิจารณาร่วมกับการตรวจสอบความตรงจากผลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ (exploratory factor analysis หรือ EFA) โดยใช้โปรแกรม SPSS กำหนดเป็น 5 องค์ประกอบ เพื่อสำรวจข้อมูลอันประกอบด้วยข้อกระทงว่าแต่ละข้อกระทงที่อยู่ในองค์ประกอบเดียวกันหรือไม่ จากการสำรวจองค์ประกอบที่จากข้อมูลและสถิติวิเคราะห์ส่วนประกอบมุขสำคัญ (principal component analysis) เพื่อหาความตรงของมาตรจากการทดสอบด้วยสถิติบาร์ทเลตต์ (Bartlett test of sphericity) พบว่าค่าสถิติดัชนีไคเซอร์-ไมเยอร์-ออลคิน (Kaiser-Meyer-Olkin measure of sampling adequacy หรือ KMO) มีค่าเท่ากับ .93 ซึ่งมากกว่า .60 แสดงว่ามีความเหมาะสมที่จะวิเคราะห์องค์ประกอบได้ [KMO = .93, $\chi^2(1770) = 1415.58$, $p = .000$] และมีค่าสหสัมพันธ์แตกต่างจากศูนย์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยผลการหมุนด้วยวิธีแวริแมกซ์ (Varimax)และใช้เกณฑ์สกัดองค์ประกอบที่มีค่าไอเก้น (Eigen Value) มากกว่า 1 พบว่าองค์ประกอบแรกที่พบสามารถอธิบายความแปรปรวนในข้อกระทงทั้ง 75 ข้อได้ร้อยละ 17.21 องค์ประกอบที่สองสามารถอธิบายความแปรปรวนในข้อกระทงทั้ง 75 ข้อได้ร้อยละ 15.98 องค์ประกอบที่สามสามารถอธิบายความแปรปรวนในข้อกระทงทั้ง 75 ข้อได้ร้อยละ 13.89 องค์ประกอบที่สี่สามารถอธิบายความแปรปรวนในข้อกระทงทั้ง 75 ข้อได้ร้อยละ 12.59 องค์ประกอบที่ห้าสามารถอธิบายความแปรปรวนในข้อกระทงทั้ง 75 ข้อได้ร้อยละ 11.76 เมื่อรวม 5 องค์ประกอบพบว่าสามารถอธิบายความแปรปรวนของมาตรวัดลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมที่ผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้นมาได้ร้อยละ 71.44

2.8 คัดเลือกข้อกระทงในแต่ละองค์ประกอบโดยมีเกณฑ์การคัดเลือกจากการพิจารณาน้ำหนักองค์ประกอบ (factor loading) ของข้อกระทงทั้งหมดในแต่ละองค์ประกอบที่มีน้ำหนักองค์ประกอบสูงสุดและมากกกว่า .30 (ภาคผนวก ข ตารางที่ ข 2) ในกรณีที่ข้อกระทงมิได้มีน้ำหนักสูงสุดตามองค์ประกอบที่ควรจะเป็น ข้อกระทงนั้นจะถูกคัดออกพบว่ามีข้อกระทงจำนวน 35 ข้อที่ผลการสำรวจองค์ประกอบสอดคล้องกับองค์ประกอบของลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมโดยแบ่งเป็นองค์ประกอบละ 7 ข้อกระทง โดยช่วงของน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง .621 ถึง .918 แต่เมื่อได้พิจารณาผลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ รวมถึงได้ทำการปรึกษากับอาจารย์ที่ปรึกษาโดยพิจารณาอำนาจจำแนกของข้อกระทงและค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงในแต่ละองค์ประกอบในการตัดข้อกระทงร่วมด้วยทำให้ได้ข้อกระทงที่มีคุณภาพดีและจำนวนข้อกระทงที่เหมาะสมจำนวน 6 ข้อกระทงในแต่ละองค์ประกอบ

สรุปในขั้นพัฒนามาตรวัดลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม มีการตัดข้อกระทงออกไปจำนวนทั้งสิ้น 45 ข้อ จากตอนเริ่มต้นของขั้นพัฒนามาตรที่มีจำนวน 75 ข้อ มาตรวัดลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมจึงมีข้อกระทงที่ผ่านเกณฑ์ทั้งหมด 30 ข้อ ซึ่งประกอบด้วยข้อกระทงทางบวก 28 ข้อ และข้อกระทงทางลบ 2 ข้อ ดังแสดงในตารางที่ 5 และตารางที่ 6

ตารางที่ 5

จำนวนข้อกระทงของมาตรวัดลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมที่ใช้กับผู้ร่วมการวิจัย

	ข้อกระทงทางบวก	**ข้อกระทงทางลบ**	**รวม**
ข้อกระทงเดิม	21	0	21
ข้อกระทงที่คิดเพิ่มเติม	7	2	9
รวม	28	2	30

2.8 นำข้อกระทงที่ผ่านการทดสอบ 30 ข้อ มาวิเคราะห์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ ในองค์ประกอบเดียวกันอีกครั้ง พบว่ามีค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายในแบบอัลฟาของครอนบาค เท่ากับ .837 ซึ่งสามารถแบ่งตามองค์ประกอบได้ดังนี้ (ภาคผนวก ข ตารางที่ ข 3)

1) ความสงสัยในการกระทำและความกังวลเกี่ยวกับความผิดพลาดมีค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายในเท่ากับ .96

2) ความคาดหวังและการวิจารณ์ของผู้ปกครอง มีค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายในเท่ากับ .97

3) มาตรฐานส่วนบุคคล มีค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายในเท่ากับ .97

4) การจัดการ มีค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายในเท่ากับ .90

5) ความไม่สอดคล้องระหว่างมาตรฐานกับความเป็นจริง มีค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายในเท่ากับ .97

รายละเอียดดังแสดงในตารางที่ 6

ตารางที่ 6

จำนวนข้อกระทงของมาตรวัดลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมที่ใช้กับผู้ร่วมการวิจัย จำแนกตามองค์ประกอบ

องค์ประกอบ	ข้อกระทงทางบวก	ข้อกระทงทางลบ	รวม	CITC
มาตรฐานส่วนบุคคล	6	0	6	.96
การจัดการ	6	0	6	.97
ความกังวลเกี่ยวกับความผิดพลาด	6	0	6	.97
ความคาดหวังและการวิพากษ์วิจารณ์ของผู้ปกครอง	4	2	6	.90
ความไม่สอดคล้องระหว่างมาตรฐานกับความเป็นจริง	6	0	6	.97
รวม	28	2	30	.84

3. มาตรวัดความพึงพอใจในชีวิต

มาตรที่ใช้วัดความพึงพอใจในชีวิตที่คณะผู้วิจัยใช้ในการวิจัยครั้งนี้แปลและพัฒนามาจาก Satisfaction with life scale (SWLS) พัฒนาโดยหยกฟ้า อิศรานนท์ (2551) จากแนวคิดของ Diener และคณะ (1985) ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 20 ข้อ ประเมินความพึงพอใจในชีวิตในภาพรวมโดยการประเมินคุณภาพชีวิตของตนที่บุคคลรับรู้ตนเอง

คุณภาพเครื่องมือของมาตรวัดความพึงพอใจในชีวิต

<u>ความเที่ยง (Reliability)</u>

สำหรับมาตรวัดความพึงพอใจในชีวิต จำนวน 20 ข้อ โดยแบ่งเป็นข้อกระทงทางบวก 10 ข้อและข้อกระทงทางลบอีก 10 ข้อ มีค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายในแบบอัลฟาของครอนบราคเท่ากับ .92 จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนิสิตปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 342 คน

<u>ความตรง (Validity)</u>

สำหรับมาตรวัดความพึงพอใจในชีวิต หยกฟ้า อิศรานนท์ (2551) ได้ตรวจสอบความตรงโดยใช้วิธีวิเคราะห์ส่วนประกอบมุขสำคัญ ผลการพิจารณาค่าสถิติดัชนีไคเซอร์-ไมเยอร์-ออลคิน พบว่ามีค่า KMO เท่ากับ .93 ซึ่งมากกว่า .60 แสดงว่ามีความเหมาะสมที่จะวิเคราะห์องค์ประกอบได้อีกทั้งเมื่อพิจารณาค่าไค-สแควร์จากการทดสอบด้วยสถิติบาร์ทเลตต์ (Bartlett test of sphericity) พบว่ามีค่าสหสัมพันธ์แตกต่างจากศูนย์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ [KMO = .83, $\chi^2(10) = 527.56$, $p < .001$] องค์ประกอบที่ค้นพบสามารถ

อธิบายความแปรปรวนในข้อกระทงทั้งหมด 20 ข้อได้ร้อยละ 39.28 และน้ำหนักองค์ประกอบของแต่ละข้อกระทงสูงกว่า .3 นอกจากนี้มีการวิเคราะห์ความตรงด้วยวิธีการเลือกสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง จากกลุ่มที่รู้ลักษณะอยู่แล้ว 2 กลุ่มคือกลุ่มที่มีความพึงพอใจในชีวิตสูงได้แก่ ผู้ที่ปฏิบัติศาสนกิจเป็นประจำ จำนวน 26 คน และกลุ่มที่มีความพึงพอใจในชีวิตต่ำได้แก่ นิสิต นักศึกษา และพนักงานบริษัท จำนวน 26 คน พบว่ามาตรดังกล่าวสามารถจำแนกผู้ที่มีความพึงพอใจในชีวิตสูงและผู้ที่มีความพึงพอใจในชีวิตต่ำออกจากกันได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงสรุปได้ว่ามาตรวัดความพึงพอใจในชีวิตทั้ง 20 ข้อมีคุณภาพเพียงพอในการจำแนกระหว่างผู้ที่มีความพึงพอใจในชีวิตต่ำและสูงออกจากกันได้

ในงานวิจัยนี้ คณะผู้วิจัยนำมาตรวัดความพึงพอใจในชีวิต ทั้งหมด 20 ข้อ ไปเก็บข้อมูลกับนิสิตปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 112 คน เพื่อทดสอบหาความเที่ยง (Reliability) ของมาตรวัดอีกครั้ง พบว่ามีค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายในแบบอัลฟาของครอนบราคเท่ากับ .97

เนื่องจากข้อกระทงเดิมของมาตรวัดความพึงพอใจในชีวิต ที่พัฒนาโดยหยกฟ้า อิศรานนท์ (2551) มีข้อกระทงจำนวนทั้งสิ้น 20 ข้อ ซึ่งทางคณะผู้วิจัยได้ปรึกษากับอาจารย์ที่ปรึกษาแล้วนั้น ได้เห็นสมควรว่าข้อกระทงมีจำนวนมากเกินไป ทางคณะผู้วิจัยจึงทำการตัดข้อกระทงโดยใช้เกณฑ์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกระทงกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ ในมาตร (Corrected Item-Total Correlation หรือ CITC) โดยคัดเลือกข้อกระทงที่มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกระทงกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ ในมาตร ที่มีค่ามากที่สุด 10 อันดับแรก และจากการวิเคราะห์ คณะผู้วิจัยพบว่า เป็นข้อกระทงทางบวก 5 ข้อ และเป็นข้อกระทงทางลบ 5 ข้อ ซึ่งมีข้อกระทงจำนวน 2 ข้อ จากข้อกระทงทั้งหมด 10 ข้อ ที่หยกฟ้า อิศรานนท์ (2551) แปลจากแนวคิดของ Diener และคณะ (1985)

ทั้งนี้ มาตรวัดความพึงพอใจในชีวิต กำหนดให้เป็นมาตรประมาณค่าแบบลิเคิร์ต 5 ช่วง ตั้งแต่ 1-5 โดยมีความหมายดังต่อไปนี้

1 หมายถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

2 หมายถึง ค่อนข้างไม่เห็นด้วย

3 หมายถึง เห็นด้วยและไม่เห็นด้วยพอๆกัน

4 หมายถึง ค่อนข้างเห็นด้วย

5 หมายถึง เห็นด้วยอย่างยิ่ง

4. มาตรวัดความรู้สึกทางบวกและความรู้สึกทางลบ

มาตรวัดความรู้สึกทางบวกและความรู้สึกทางลบ ใช้มาตรวัดความรู้สึกทางบวกและความรู้สึกทางลบของ พิมลรัตน์ ทิศาภาคย์ (2548) ซึ่งมีจำนวนทั้งหมด 20 ข้อ แบ่งเป็นความรู้สึกทางบวก 10 ข้อ และความรู้สึก

ทางลบ 10 ข้อ ในจำนวนนี้แปลมาจาก Watson และคณะ (1998) จำนวน 6 ข้อ แบ่งเป็นความรู้สึกทางบวก 3 ข้อ และความรู้สึกทางลบ 3 ข้อ และพิมลรัตน์ ทิศาภาคย์ (2548) คิดข้อกระทงเพิ่มอีกด้านละ 7 ข้อ โดยทดสอบคุณภาพกับนิสิตและนักศึกษาระดับปริญญาตรี จำนวน 282 คน พบว่ามาตรวัดความรู้สึกทางบวกและทางลบมีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .93 และ .92 ตามลำดับ โดยมาตรดังกล่าวผ่านการวิเคราะห์คุณภาพได้แก่อำนาจจำแนกที่สามารถจำแนกคะแนนระหว่างกลุ่มสูงและกลุ่มต่ำออกจากกันได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นอกจากนี้ยังมีการหาความตรงของมาตรโดยใช้ส่วนประกอบแกนมุขสำคัญ กำหนดให้เป็น 2 องค์ประกอบพบว่าค่าสถิติดัชนีไคเซอร์-ไมเยอร์-ออลคินเท่ากับ .89 พิจารณาค่าไค-สแควร์จากการทดสอบด้วยสถิติบาร์ทเลตต์ (Bartlett test of sphericity) พบว่ามีค่าสหสัมพันธ์แตกต่างจากศูนย์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ [KMO = .83, χ^2 (10) = 527.56, $p < .001$] จึงเหมาะสมในการวิเคราะห์องค์ประกอบ โดยองค์ประกอบแรกที่พบสามารถอธิบายความแปรปรวนในข้อกระทงทั้งหมด 20 ข้อ ได้ร้อยละ 24.28 โดยองค์ประกอบที่สองสามารถอธิบายความแปรปรวนในข้อกระทงทั้งหมด 20 ข้อ ได้ร้อยละ 20.67 โดยองค์ประกอบทั้งสองสามารถอธิบายความแปรปรวนในข้อกระทงทั้ง 20 ข้อได้ร้อยละ 44.95

จากนั้นคณะผู้วิจัยจึงนำมาตรดังกล่าวมาทดสอบคุณภาพกับนิสิตปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 112 คน พบว่าพบว่ามาตรวัดความรู้สึกทางบวกและทางลบมีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .96 และ .92 ตามลำดับ

สำหรับมาตรวัดความรู้สึกทางบวกและความรู้สึกทางลบ กำหนดให้เป็นมาตรประมาณค่าแบบลิเคิร์ต 5 ช่วง ตั้งแต่ 1-5 โดยแบ่งระดับการตอบไว้ 5 ระดับ ได้แก่

ระดับ 1 ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

ระดับ 2 ค่อนข้างไม่เห็นด้วย

ระดับ 3 เห็นด้วยและไม่เห็นด้วยพอๆกัน

ระดับ 4 ค่อนข้างเห็นด้วย

ระดับ 5 เห็นด้วยอย่างยิ่ง

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ คณะผู้วิจัยนำมาตรวัดที่ได้ผ่านการตรวจสอบคุณภาพแล้วไปเก็บข้อมูลกับนิสิตปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ได้ผู้เข้าร่วมวิจัยจำนวนทั้งหมด 270 คน โดยให้เข้าร่วมการวิจัยตอบแบบสอบถาม โดยไม่ได้ระบุถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ระบุเพียงว่าเป็นแบบสอบถามเพื่อสำรวจตนเอง

สำรวจความรู้สึก และสำรวจความคิดเห็น นอกจากนี้ยังระบุว่าข้อมูลที่ได้จากการวิจัยจะถูกเก็บเป็นความลับ จะไม่ส่งผลกระทบใดๆ ต่อผู้ร่วมการวิจัยและใช้เพื่อการศึกษาวิจัยเท่านั้น

แบบสอบถามในงานวิจัยครั้งนี้เรียงลำดับของมาตรวัดเป็น 3 ชุด โดยเรียงมาตรวัดลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม มาตรวัดความพึงพอใจในชีวิต และมาตรวัดความรู้สึกทางบวกและความรู้สึกทางลบ สลับลำดับกัน เพื่อให้แน่ใจว่าลำดับของมาตรไม่ได้ส่งผลต่อคำตอบของผู้เข้าร่วมการวิจัย

การวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาครั้งนี้ต้องการศึกษาศึกษาอิทธิพลของลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและสุขภาวะทางจิต จึงวิเคราะห์ข้อมูลและทดสอบสมมติฐานต่างๆ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for Windows ดังต่อไปนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลลักษณะทางประชากรศาสตร์ของกลุ่มตัวอย่าง ด้วยการคำนวณร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน โดยใช้โปรแกรม SPSS for Windows

2. วิเคราะห์ข้อมูลค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย ด้วยการคำนวณคะแนนต่ำสุด คะแนนสูงสุด ค่ามัชฌิมเลขคณิต และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน โดยใช้โปรแกรม SPSS for Windows

3. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย ความสัมพันธ์ของลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และความสัมพันธ์ของลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมกับสุขภาวะทางจิต ด้วยการหาสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product – Moment Correlation Coefficient: r_{xy}) โดยใช้โปรแกรม SPSS for Windows

4. วิเคราะห์และทดสอบการทำนายลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและสุขภาวะทางจิต ด้วยการวิเคราะห์การถดถอย (Regression Analysis) โดยใช้โปรแกรม SPSS for Windows

บทที่ 3

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยแบ่งออกเป็น 2 ตอน ได้แก่ การทดสอบสถิติพื้นฐานเบื้องต้น และการทดสอบสมมติฐาน

เพื่อให้การนำเสนอผลวิเคราะห์ข้อมูล และการทำความเข้าใจเกี่ยวกับผลการวิเคราะห์ข้อมูล การแปรผลวิเคราะห์ข้อมูลมีความเข้าใจที่ตรงกัน และสะดวกต่อการนำเสนอ ผู้วิจัยขอกำหนดสัญลักษณ์แทนความหมาย ดังต่อไปนี้

สัญลักษณ์ที่ใช้แทนค่าสถิติในงานวิจัย

N	หมายถึง	จำนวนผู้ตอบแบบสอบถาม
M	หมายถึง	ค่ามัชฌิมเลขคณิต
SD	หมายถึง	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
Min	หมายถึง	คะแนนต่ำสุด
Max	หมายถึง	คะแนนสูงสุด
R	หมายถึง	สัมประสิทธ์สหสัมพันธ์พหุคูณ
R^2	หมายถึง	สัมประสิทธ์การทำนาย
p	หมายถึง	ระดับนัยสำคัญทางสถิติ
β	หมายถึง	สัมประสิทธ์ถดถอย หรือความชันของสมการถดถอยพหุคุณเชิงเส้น
SE	หมายถึง	ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของสัมประสิทธ์ถดถอย
t	หมายถึง	ค่าสถิติทดสอบที (*t*-test)

สัญลักษณ์ที่ใช้แทนตัวแปรในการวิจัย

HPF	หมายถึง	ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวก
PS	หมายถึง	มาตรฐานส่วนบุคคล
O	หมายถึง	การจัดการ
UPF	หมายถึง	ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบ
PEC	หมายถึง	ความคาดหวังและการวิพากษ์วิจารณ์ของผู้ปกครอง
CMD	หมายถึง	ความไม่แน่ใจในการกระทำและความกังวลเกี่ยวกับความผิดพลาด
D	หมายถึง	ความไม่สอดคล้องระหว่างมาตรฐานกับความเป็นจริง
GPAX	หมายถึง	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
PWB	หมายถึง	สุขภาวะทางจิต
PA	หมายถึง	อารมณ์ทางบวก
NA	หมายถึง	อารมณ์ทางลบ
Life-sat	หมายถึง	ความพึงพอใจในชีวิต

1. การทดสอบสถิติเบื้องต้น

<u>1.1 ลักษณะทางประชากรศาสตร์</u>

การเก็บข้อมูลขั้นต้นในงานวิจัยนี้มีผู้ร่วมการวิจัยทั้งหมด 270 คน ทั้งหมดเป็นนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โดยแบ่งออกเป็นเพศชายจำนวน 122 คน คิดเป็นร้อยละ 43.20 เพศหญิงจำนวน 148 คน คิดเป็นร้อยละ 56.40 มีอายุเฉลี่ย 20.37 ปี มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของอายุเฉลี่ยเท่ากับ 1.39 ปี ผู้ร่วมการวิจัยส่วนใหญ่มีระดับเกรดเฉลี่ยอยู่ในช่วง 3.01-3.50 จำนวน 130 คน คิดเป็นร้อยละ 48.10 รองลงมาอยู่ในช่วง 2.51-3.00 จำนวน 75 คน คิดเป็นร้อยละ 27.80 ผู้ร่วมการวิจัยส่วนใหญ่เป็นนิสิตคณะจิตวิทยา จำนวน 67 คน คิดเป็นร้อยละ 24.80 รองลงมาคือคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จำนวน 19 คน คิดเป็นร้อยละ 14.40 และที่เหลืออีกร้อยละ 60.8 เป็นนิสิตจากคณะอื่น ดังตารางที่ 7

ตารางที่ 7

จำนวนและร้อยละของตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย จำแนกตามเพศ อายุ สถานภาพ ชั้นปี คณะ เกรดเฉลี่ยสะสม (N = 270)

	รายการ	จำนวน	ร้อยละ
เพศ	ชาย	122	43.20
	หญิง	148	56.40
รวม		270	100.00
อายุ	17-18 ปี	37	13.20
	19-20 ปี	98	35.00
	21-22 ปี	129	49.60
	23-24 ปี	6	3.2
รวม		270	100.00
ชั้นปี	1	69	24.60
	2	38	13.60
	3	66	23.60
	4	97	38.20
รวม		270	100.00
เกรดเฉลี่ยสะสม	1.50-2.00	3	1.10
	2.01-2.50	7	2.60
	2.51-3.00	75	27.80
	3.01-3.50	130	48.10
	3.51-4.00	55	20.40
รวม		270	100.00
คณะ	วิศวกรรมศาสตร์	4	1.50
	อักษรศาสตร์	21	7.80
	วิทยาศาสตร์	27	10.00
	รัฐศาสตร์	7	2.60
	สถาปัตยกรรมศาสตร์	8	3.00
	พาณิชยศาสตร์และการบัญชี	39	14.40
	ครุศาสตร์	13	4.80
	นิเทศศาสตร์	7	2.60

	รายการ	จำนวน	ร้อยละ
คณะ	เศรษฐศาสตร์	13	4.80
	แพทยศาสตร์	12	4.40
	สัตวแพทยศาสตร์	1	0.40
	เภสัชศาสตร์	24	8.90
	นิติศาสตร์	7	2.60
	สหเวชศาสตร์	2	0.70
	จิตวิทยา	67	24.80
	วิทยาศาสตร์การกีฬา	17	6.30
	สำนักงานวิจัยทรัพยากรการเกษตร	1	0.40
รวม		270	100.00

<u>1.2 ค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย</u>

เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยของตัวแปรที่ใช้ในงานวิจัยพบว่าความคาดหวังและการวิพากษ์วิจารณ์ของผู้ปกครอง (Parental expectations and criticism; PEC) มีค่าเฉลี่ยคะแนน 2.60 (M = 2.60, SD = 0.95) ความไม่แน่ใจในการกระทำและความกังวลเกี่ยวกับความผิดพลาด (Concern over mistakes and doubts; CMD) มีค่าเฉลี่ยคะแนน 3.46 (M = 3.46, SD = 0.67) มาตรฐานส่วนบุคคล (Personal standards; PS) มีค่าเฉลี่ยคะแนน 2.65 (M = 2.65, SD = 0.76) การจัดการ (Organization; O) มีค่าเฉลี่ยคะแนน 2.75 (M = 2.75, SD = 0.83) ความไม่สอดคล้องระหว่างมาตรฐานกับความเป็นจริง (Discrepancy; D) มีค่าเฉลี่ยคะแนน 2.86 (M = 2.86, SD = 0.91) ดังตารางที่ 8

ตารางที่ 8

คะแนนต่ำสุด คะแนนสูงสุด ค่ามัชฌิมเลขคณิต และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของตัวแปรในการวิจัย (N = 270)

ตัวแปร	*Min*	*Max*	*M*	*SD*
Personal standard	1.00	4.67	2.65	0.76
Organization	1.00	4.50	2.75	0.83
Parental expectation and criticism	1.00	4.82	2.60	0.95
Concern over mistakes and doubts	1.00	5.00	3.46	0.67
Discrepancy	1.00	5.00	2.86	0.91
Life-satisfaction	1.50	5.00	3.65	0.86
Negative affects	1.70	5.00	3.38	0.77
Positive affects	2.00	5.00	3.39	0.59
PWB	1.50	8.20	5.01	1.14
GPAX	1.92	3.93	3.18	0.31

ขั้นต่อมาของการวิจัยคือการแบ่งมิติลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกและเชิงลบ โดยลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกประกอบไปด้วยด้านมาตรฐานส่วนบุคคล (Personal standards; PS) และด้านการจัดการ (Organization; O) ส่วนลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบประกอบไปด้วยด้านความคาดหวังและการวิพากษ์วิจารณ์ของผู้ปกครอง (Parental expectations and criticism; PEC) ด้านความไม่แน่ใจในการกระทำและความกังวลเกี่ยวกับความผิดพลาด (Concern over mistakes and doubts; CMD) และด้านความไม่สอดคล้องระหว่างมาตรฐานกับความเป็นจริง (Discrepancy; D)

การแบ่งมิติลักษณะนิยมสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกและเชิงลบใช้การรวมผลคะแนนจากมาตรลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม ผลรวมของด้านมาตรฐานส่วนบุคคล (Personal standards; PS) และด้านการจัดการ (Organization; O) คือคะแนนของลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวก ส่วนผลรวมของด้านด้านความคาดหวังและการวิพากษ์วิจารณ์ของผู้ปกครอง (Parental expectations and criticism; PEC) ด้านความไม่แน่ใจในการกระทำและความกังวลเกี่ยวกับความผิดพลาด (Concern over mistakes and

doubts; CMD) และด้านความไม่สอดคล้องระหว่างมาตรฐานกับความเป็นจริง (Discrepancy; D) คือ คะแนนของลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบ

จากผลการวิเคราะห์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันพบว่าค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกกับสุขภาวะทางจิตเป็นไปในทิศทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติซึ่งมีค่าเท่ากับ .484 (p < .01, หนึ่งหาง) และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในเป็นไปในทิศทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติซึ่งมีค่าเท่ากับ .432 (p < .01, หนึ่งหาง) นอกจากนี้ยังพบว่าค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบกับสุขภาวะทางจิตในทิศเป็นไปในทิศทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติซึ่งมีค่าเท่ากับ -.412 (p < .01, หนึ่งหาง) และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในทิศเป็นไปในทิศทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติซึ่งมีค่าเท่ากับ -.362 (p < .01, หนึ่งหาง) ซึ่งได้แสดงผลการวิเคราะห์ไว้ในตารางที่ 9

ตารางที่ 9

ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่ใช้ในงานวิจัย

ลำดับ	ตัวแปร	*r*											
		HPF	PS	O	UPF	PEC	*CMD*	*D*	GPAX	PWB	PA	NA	Life-sat
1	HPF	-											
2	PS	.712**	-										
3	O	.252**	.257**	-									
4	UPF	-.724	.261**	-.262**	-								
5	PEC	.263**	.263**	-.220**	.768**	-							
6	*CMD*	.345**	.342**	-.284**	.526**	.674**	-						
7	*D*	.654**	.651**	-.253**	.452**	.692**	.742**	-					
8	GPAX	.432**	.663**	.415**	-.362**	-.281**	-.199**	-.200**	-				
9	PWB	.484**	.452**	.423**	-.412**	-.402*	-.382**	-.317**	.170	-			
10	PA	.482**	.333**	.227**	-.412**	-.481**	-.312**	-.587**	.043	.404**	-		
11	NA	-.289**	.172	.372**	.312**	.246**	.352**	.610**	.195**	.098	.108	-	
12	Life-sat	.325**	.121	.262**	-.512**	-.233**	-.348**	-.734**	.141	.402**	.765**	-.224**	-

***p < .01*

ตารางที่ 10

คะแนนต่ำสุด คะแนนสูงสุด ค่ามัชฌิมเลขคณิต และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกและผู้ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบ (N = 270)

ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม	*Min*	*Max*	*M*	*SD*
เชิงบวก	1.58	4.92	3.12	0.67
เชิงลบ	1.11	4.89	2.67	0.49

ผลการวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่ใช้ในการวิจัยพบว่าความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกกับสุขภาวะทางจิตและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพบว่ามีความสัมพันธ์เชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญทุกคู่ โดยค่าสัมประสิทธ์สหสัมพันธ์ระหว่างลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกกับสุขภาวะทางจิตมีค่ามากสุด (r = .48, p <.01) รองลงมาคือค่าสัมประสิทธ์สหสัมพันธ์ระหว่างลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (r = .43, p <.01) ดังตารางที่ 11

ตารางที่ 11

ค่าสหสัมพันธ์ของลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกกับตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย (N = 270)

	ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวก	สุขภาวะทางจิต	GPAX
ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวก	-		
สุขภาวะทางจิต	.48**	-	.
GPAX	.43**	.17	-
M	3.12	5.01	3.18
SD	0.67	1.14	0.31

***p < .01, หางเดียว*

ผลการวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่ใช้ในการวิจัยพบว่าความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบกับสุขภาวะทางจิตและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพบว่ามีความสัมพันธ์เชิงลบอย่างมีนัยสำคัญทุกคู่ โดยค่าสัมประสิทธ์สหสัมพันธ์ระหว่างลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบกับสุขภาวะทางจิตมีค่าเท่ากับ -.41 (r = -.41, p <.01) รองลงมาคือค่าสัมประสิทธ์สหสัมพันธ์ระหว่างลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมีค่าเท่ากับ -.36 (r = -.36 p <.01) ดังตารางที่ 12

ตารางที่ 12

ค่าสหสัมพันธ์ของลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบกับตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย (N = 270)

	ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบ	สุขภาวะทางจิต	GPAX
ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบ	-		
สุขภาวะทางจิต	-.41**	-	.
GPAX	-.36**	.17	-
M	2.67	5.01	3.18
SD	0.49	1.14	0.31

***p < .01, หางเดียว*

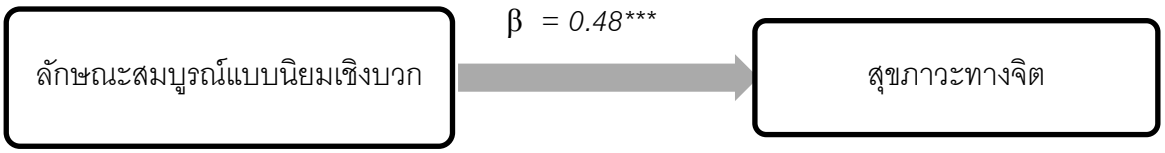
2. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐาน

การวิเคราะห์สัมประสิทธิ์การทำนายเพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1 และ 2 ใช้การวิเคราะห์ถดถอยอย่างง่ายระหว่างตัวแปรทำนายคือ ลักษณะสมบูรณแบบนิยมโดยแบ่งเป็นสองมิติคือเชิงบวกและเชิงลบ ตัวแปรเกณฑ์คือผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและสุขภาวะทางจิต

<u>สมมติฐานข้อที่ 1</u> ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมสามารถทำนายสุขภาวะทางจิต

1.1 ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกสามารถทำนายสุขภาวะทางจิตในทิศทางบวก

เมื่อวิเคราะห์การถดถอยอย่างง่ายระหว่างลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกกับสุขภาวะทางจิต พบว่า ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกสามารถทำนายสุขภาวะทางจิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และสามารถอธิบายความแปรปรวนของสุขภาวะทางจิตได้ร้อยละ 11 (R^2 = .11, p < .001) และมีค่าสัมประสิทธ์การถดถอยมาตรฐานเท่ากับ .48 (p < .001) ซึ่งสามารถแสดงแผนภาพของอิทธิพลของลักษณะสมบูรณ์นิยมเชิงบวกในการทำนายสุขภาวะทางจิตได้ดังนี้



แผนภาพที่ 1 *อิทธิพลของลักษณะสมบูรณ์นิยมเชิงบวกในการทำนายสุขภาวะทางจิต*

ตารางที่ 13

ผลการวิเคราะห์การถดถอยของตัวแปรทำนายคือลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกกับตัวแปรเกณฑ์คือสุขภาวะทางจิต (N = 270)

ตัวแปรทำนาย	*R*	*B*	*SE B*	β	R^2
ค่าคงที่		4.29	.22		
ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวก	.33***	.09***	.02	0.48***	.111***

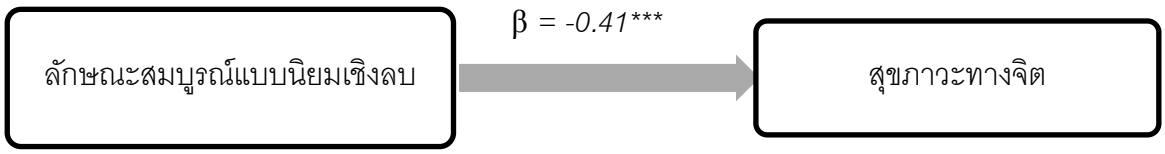
***p < .001, หนึ่งหาง

นอกจากนี้ยังสามารถนำผลที่ได้จากการวิเคราะห์มาสร้างเป็นสมการถดถอยมาตรฐานได้ดังนี้

สุขภาวะทางจิต = 0.48 (*ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวก*)

1.2 ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบสามารถทำนายสุขภาวะทางจิตในทิศทางลบ

เมื่อวิเคราะห์การถดถอยอย่างง่ายระหว่างลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบกับสุขภาวะทางจิต พบว่า ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบสามารถทำนายสุขภาวะทางจิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และสามารถอธิบายความแปรปรวนของสุขภาวะทางจิตได้ร้อยละ 21 (R^2 = .21, p < .001) และมีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานเท่ากับ .41 (p < .001) ซึ่งสามารถแสดงแผนภาพของอิทธิพลของลักษณะสมบูรณ์นิยมเชิงบวกในการทำนายสุขภาวะทางจิตได้ดังนี้



แผนภาพที่ 2 *อิทธิพลของลักษณะสมบูรณ์นิยมเชิงลบในการทำนายสุขภาวะทางจิต*

ตารางที่ 14

ผลการวิเคราะห์การถดถอยของตัวแปรทำนายคือสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกกับตัวแปรเกณฑ์คือสุขภาวะทางจิต (N = 270)

ตัวแปรทำนาย	*R*	*B*	*SE B*	β	R^2
ค่าคงที่		4.36	.31		
ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบ	.45***	-.05***	.01	-0.41***	.21***

***p < .001, หนึ่งหาง

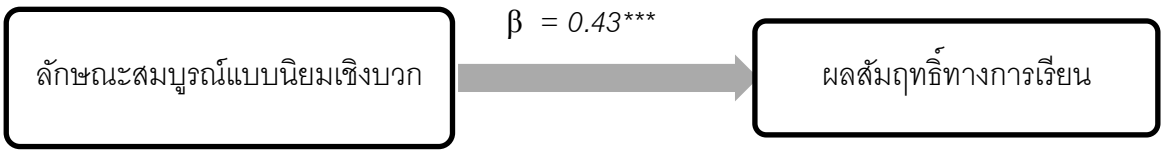
นอกจากนี้ยังสามารถนำผลที่ได้จากการวิเคราะห์มาสร้างเป็นสมการถดถอยมาตรฐานได้ดังนี้

สุขภาวะทางจิต = -0.41 (*ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบ*)

<u>สมมติฐานข้อที่ 2</u> ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมสามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

2.1 ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกสามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในทิศทางบวก

เมื่อวิเคราะห์การถดถอยอย่างง่ายระหว่างลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพบว่าลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกสามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และสามารถอธิบายความแปรปรวนของสุขภาวะทางจิตได้ร้อยละ 14 (R^2 = .14, p < .001) และมีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานเท่ากับ .43 (p < .001) ซึ่งสามารถแสดงแผนภาพของอิทธิพลของลักษณะสมบูรณ์นิยมเชิงบวกในการทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนได้ดังนี้



แผนภาพที่ 3 *อิทธิพลของลักษณะสมบูรณ์นิยมเชิงบวกในการทำนาย*ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ตารางที่ 15

ผลการวิเคราะห์การถดถอยของตัวแปรทำนายคือสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกกับตัวแปรเกณฑ์คือผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (N = 270)

ตัวแปรทำนาย	*R*	*B*	*SE B*	β	R^2
ค่าคงที่		3.25	.05		
ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบ	.38***	.02***	.01	0.43***	.14***

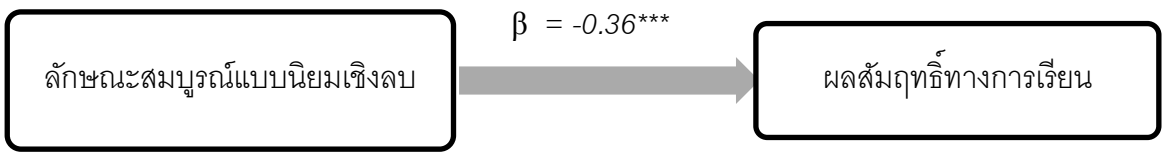
***$p < .001$, หนึ่งหาง

นอกจากนี้ยังสามารถนำผลที่ได้จากการวิเคราะห์มาสร้างเป็นสมการถดถอยมาตรฐานได้ดังนี้

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน = 0.43 (*ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวก*)

2.2 ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบสามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในทิศทางลบ

เมื่อวิเคราะห์การถดถอยอย่างง่ายระหว่างลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพบว่าลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบสามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และสามารถอธิบายความแปรปรวนของสุขภาวะทางจิตได้ร้อยละ 8 ($R^2 = .08$, $p < .001$) และมีค่าสัมประสิทธ์การถดถอยมาตรฐานเท่ากับ -.36 ($p < .001$) ซึ่งสามารถแสดงแผนภาพของอิทธิพลของลักษณะสมบูรณ์นิยมเชิงลบในการทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนได้ดังนี้



แผนภาพที่ 4 *อิทธิพลของลักษณะสมบูรณ์นิยมเชิงลบในการทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*

ตารางที่ 16

ผลการวิเคราะห์การถดถอยของตัวแปรทำนายคือสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกกับตัวแปรเกณฑ์คือผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (N = 270)

ตัวแปรทำนาย	*R*	*B*	*SE B*	β	R^2
ค่าคงที่		3.43	.13		
ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบ	.28***	-.02***	.01	-0.36***	.08***

***p < .001, หนึ่งหาง

นอกจากนี้ยังสามารถนำผลที่ได้จากการวิเคราะห์มาสร้างเป็นสมการถดถอยมาตรฐานได้ดังนี้

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน = -0.36 (*ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบ*)

ผลการวิเคราะห์เพิ่มเติม

คณะผู้วิจัยต้องการทดสอบว่าลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกและเชิงลบสามารถทำนายสุขภาวะทางจิตและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนโดยการใช้สถิติวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ *(Multiple Regression Analysis: MRA*) ในขั้นตอนนี้ ผู้วิจัยได้ทำการตรวจสอบข้อตกลงเบื้องต้นตามแนวคิดของ Hair และคณะ (2010) ที่กล่าวว่าในการใช้สถิติวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระทั้งสองตัวจะต้องไม่ถึง .90 มีค่าความคลาดเคลื่อนยินยอม (Tolerance) มากกว่าหรือเท่ากับ .10 และมีค่าปัจจัยความแปรปรวนเฟ้อ (Variance Inflation Factor: VIF) น้อยกว่าหรือเท่ากับ 10 จากการตรวจสอบข้อตกลงเบื้องต้นดังกล่าวคณะผู้วิจัยพบว่า ตัวแปรอิสระทั้งสองตัวมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ไม่ถึง .90 มีค่าความคลาดเคลื่อนยินยอมมากกว่า .10 และมีค่าปัจจัยความแปรปรวนเฟ้อน้อยกว่า 10 ดังนั้นการตรวจสอบนี้ผ่านข้อตกลงเบื้องต้นทางสถิติตามแนวคิดของ Hair และคณะ (2010)

หลังจากตรวจสอบข้อตกลงเบื้องต้นแล้วผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยการใช้สถิติวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณโดยมีตัวแปรอิสระคือลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกและลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบมาร่วมกันทำนายตัวแปรตามคือสุขภาวะทางจิตด้วยวิธีใส่ตัวแปรอิสระเข้าสมการทุกตัวพร้อมกันตามกรอบแนวคิดการวิจัยผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณได้แสดงรายละเอียดในตารางที่ 17

ตารางที่ 17

ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณในการทำนายสุขภาวะทางจิตด้วยวิธีใส่ตัวแปรอิสระเข้าสมการทุกตัวพร้อมกัน (Enter, N = 270)

ตัวแปรอิสระ	*B*	*SE B*	β	Collinearity Statistics	
				Tolerance	*VIF*
<u>วิเคราะห์ด้วยวิธี Enter</u>					
ลักษณะสมบูรณ์นิยมเชิงบวก	.100	.011	0.426***	.865	2.413
ลักษณะสมบูรณ์นิยมเชิงลบ	-.066	.006	-0.529***	.812	2.312
ค่าคงที่	3.703	.484			

หมายเหตุ R^2 = .382***, F = 48.823***

***p < .001.

ผลการวิเคราะห์ในตาราง 4 พบว่าลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกและลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบสามารถร่วมกันทำนายสุขภาวะทางจิตได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยตัวแปรอิสระทั้งสองตัวสามารถอธิบายความแปรปรวนของสุขภาวะทางจิตได้ถึงร้อยละ 38.2 (R^2 = .382, p < .001) โดยแสดงออกผ่านทางสมการถดถอยพหุคูณในหน่วยมาตรฐานโดยเขียนได้สมการดังนี้

สุขภาวะทางจิต = 0.426(ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวก) – 0.529(ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบ)

ต่อมาผู้วิจัยจึงได้ทำการวิเคราะห์เพิ่มเติมถึงอิทธิพลปฏิสัมพันธ์ระหว่างลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกและลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยการใช้สถิติวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ โดยมีตัวแปรอิสระคือลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกและลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบมาร่วมกันทำนายตัวแปรตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้วยวิธีใส่ตัวแปรอิสระเข้าสมการทุกตัวพร้อมกัน ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณได้แสดงรายละเอียดในตารางที่ 18

ตารางที่ 18

ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณในการทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้วยวิธีใส่ตัวแปรอิสระเข้าสมการทุกตัวพร้อมกัน (Enter, N = 270)

ตัวแปรอิสระ	*B*	*SE B*	β	Collinearity Statistics	
				Tolerance	*VIF*
<u>วิเคราะห์ด้วยวิธี Enter</u>					
ลักษณะสมบูรณ์นิยมเชิงบวก	.023	.003	0.439***	.754	1.321
ลักษณะสมบูรณ์นิยมเชิงลบ	-.010	.001	-0.361***	.723	1.262
ค่าคงที่	2.847	.119			

หมายเหตุ R^2 = .268***, F = 67.026***.

***p < .001.

ผลการวิเคราะห์ในตาราง พบว่าลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกและลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบสามารถร่วมกันทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยตัวแปรอิสระทั้งสองตัวสามารถอธิบายความแปรปรวนของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนได้ถึงร้อยละ 38.2 (R^2 = .382, p < .001) โดยแสดงออกผ่านทางสมการถดถอยพหุคูณในหน่วยมาตรฐานโดยเขียนได้สมการดังนี้

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน = 0.439(ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวก) – 0.361(ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบ)

สรุปผลการทดสอบสมมติฐาน

จากการทดสอบสมมติฐานข้างต้น สรุปได้ดังนี้

ข้อ	สมมติฐาน	ผลการทดสอบ	
		สนับสนุน	β
1	ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมสามารถทำนายสุขภาวะทางจิต		
1.1	ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกสามารถทำนายสุขภาวะทางจิตในทิศทางบวก	✓	0.48***
1.2	ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบสามารถทำนายสุขภาวะทางจิตในทิศทางลบ	✓	-0.41***
2	ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมสามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน		
2.1	ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกสามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในทิศทางบวก	✓	0.43***
2.2	ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบสามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในทิศทางลบ	✓	-0.36***

บทที่ 4

อภิปรายผลการวิจัย

โครงงานทางจิตวิทยานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาอิทธิพลของลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและสุขภาวะทางจิต คณะผู้วิจัยจึงขออภิปรายผลการวิเคราะห์ตามสมมติฐาน ดังนี้

<u>สมมติฐานข้อที่ 1</u> ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมสามารถทำนายสุขภาวะทางจิต

สมมติฐานข้อที่ 1.1 ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกสามารถทำนายสุขภาวะทางจิตในทิศทางบวก

ผลการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1.1 พบว่า ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกสามารถทำนายสุขภาวะทางจิตในทิศทางบวก ดังนั้นผลการวิจัยจึง**สนับสนุนสมมติฐานข้อที่** 1.1

ผลการวิจัยในสมมติฐานข้อ 1.1 แสดงให้เห็นลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกสามารถทำนายสุขภาวะทางจิตในทิศทางบวกได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (R^2 = .11, β =.48, p < .001) หมายความว่าถ้าบุคคลมีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกสูง ส่งผลให้มีสุขภาวะทางจิตสูงเช่นกัน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Ashby และคณะ (1999) ที่พบว่าบุคคลที่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวก (healthy perfectionist) มีความสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาวะทางจิต (psychological well-being) และยังพบว่ามีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเอง (self-esteem) การรับรู้ความสามารถของตนเอง (self-efficacy) บุคลิกภาพแบบเปิดเผยตนเอง (extraversion) และลักษณะบุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึก (conscientiousness) นอกจากนี้ยังมีความสัมพันธ์ทางลบกับความซึมเศร้าและการรายงานการเจ็บป่วยทางด้านร่างกาย ซึ่งบุคคลที่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกคือบุคคลที่มีมาตรฐานส่วนบุคคลและการจัดการวางแผนชีวิตอยู่ในระดับสูง โดยมาจากแรงจูงใจภายในบุคคลที่มุ่งเน้นความสมบูรณ์แบบ ไม่ได้เกิดจากความคาดหวังของผู้ปกครอง และไม่วิตกกังวลในการกระทำของตนเอง มีความมั่นใจในการกระทำและมีการรับรู้ที่สอดคล้องระหว่างมาตรฐานส่วนบุคคลที่ตนเองตั้งไว้กับความเป็นจริงที่ตนเองสามารถจะทำได้ ทำให้ไม่เกิดการตั้งเป้าหมายที่สูงเกินความสามารถที่แท้จริงของตนเอง ทำให้บุคคลสามารถทำตามเป้าหมายที่ตนเองตั้งไว้ได้ นอกจากนี้ยังส่งผลให้

บุคคลเกิดอารมณ์ทางบวก มีความสุขและมีสุขภาวะทางจิตที่ดีเมื่อสามารถทำตามเป้าหมายที่ตนตั้งไว้ได้สำเร็จ

สมมติฐานข้อที่ 1.2 **ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบสามารถทำนายสุขภาวะทางจิตในทิศทางลบ**

ผลการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1.2 พบว่า ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบสามารถทำนายสุขภาวะทางจิตในทิศทางลบ ดังนั้นผลการวิจัยจึง**สนับสนุนสมมติฐานข้อที่** 1.2

ผลการวิจัยในสมมติฐานข้อ 1.2 แสดงให้เห็นว่า ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบสามารถทำนายสุขภาวะทางจิตในทิศทางลบได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (R^2 = .21, β = .41, p < .001) หมายความว่าลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบสูงเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับสุขภาวะทางจิต ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Ram (2005) ที่พบว่าลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบมีความสัมพันธ์ทางลบกับอารมณ์ทางบวก (r = -.28, p < .05) และมีความสัมพันธ์ทางบวกกับอารมณ์ทางลบ (r = .32, p < .05) ซึ่งอารมณ์ทางบวกและอารมณ์ทางลบ ได้มาจากการประเมินอารมณ์ทางบวกและอารมณ์ทางลบ (PANAS) ซึ่งการประเมินอารมณ์ทั้งสองด้านนี้เป็นปัจจัยสำคัญในการคำนวณคะแนนสุขภาวะทางจิต

นอกจากนี้ผลการวิจัยยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ Stoeber และ Stoeber (2009) ที่พบว่าลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบมีความสัมพันธ์ทางลบกับความพึงพอใจในชีวิต เนื่องจากลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบประกอบไปด้วยองค์ประกอบที่เกิดจากความคาดหวังของสังคมที่ส่งผลให้บุคคลตั้งเป้าหมายไว้สูงเกินความเป็นจริง เป็นเป้าหมายที่มีแรงจูงใจมาจากการหลีกเลี่ยงความล้มเหลวหรือเกิดจากการหลีกเลี่ยงที่จะถูกวิพากษ์วิจารณ์จากบุคคลอื่น และเมื่อมีความแตกต่างระหว่างเป้าหมายที่ตนเองคาดหวัง (discrepancy) กับผลลัพธ์จริงที่ปรากฏซึ่งจะส่งผลให้บุคคลเกิดอารมณ์ทางลบและมุ่งเน้นการประเมินของตนไปที่ความผิดพลาดที่ตนเองได้กระทำไว้ แม้ในบางครั้งความผิดพลาดเป็นเพียงจุดเล็กๆ ที่เกิดขึ้นแต่ด้วยความกลัวและต้องการที่จะหลีกเลี่ยงการวิพากษ์วิจารณ์จากผู้อื่น อีกทั้งอารมณ์ทางลบที่เกิดจากความคาดหวังหรือเป้าหมายที่ไม่สอดคล้องกับความเป็นจริงก็จะทำให้บุคคลใช้วิธีในการแก้ปัญหาที่ไม่เหมาะสมต่อไป ซึ่งปัจจัยเหล่านี้เป็นสาเหตุของการเกิดโรควิตกกังวลและโรคซึมเศร้า (Frost และ Di Bartolo, 2002)

<u>สมมติฐานข้อที่ 2</u> ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมสามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

สมมติฐานข้อที่ 2.1 ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกสามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในทิศทางบวก

ผลการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2.1 พบว่า ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกสามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในทิศทางบวก ดังนั้นผลการวิจัยจึงสนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 2.1

ผลการวิจัยในสมมติฐานข้อ 2.1 แสดงให้เห็นว่า ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกสามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในทิศทางบวกได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (R^2 = .14, β =.43, p < .001) หมายความว่าถ้าบุคคลมีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกสูงจะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Stoeber และ Rambow (2007) ที่พบว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นมีลักษณะทางบุคลิกภาพที่แสวงหาความสมบูรณ์แบบ (striving for perfection) มีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (r = .33, p < .001) และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ Ram (2005) ที่พบว่านักศึกษาที่ศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยแคนเทอเบอร์รี (University of Canterbury) และมีลักษณะบุคลิกภาพที่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมทางบวก มีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (r = .53, p < .05)

นอกจากนี้ผลการวิจัยยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ Stoeber และ Otto (2006) ที่พบว่าผู้ที่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกจะมีผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษาในระดับที่สูงกว่าผู้ที่ไม่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมและผู้ที่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบ

คำอธิบายที่เป็นไปได้ของข้อค้นพบข้างต้นคือ ผู้ที่มีลักษณะสมบูรณ์เชิงบวกเป็นผู้ที่มีมาตรฐานส่วนบุคคลและมีการจัดการวางแผนชีวิตในระดับสูง ซึ่งพบว่าลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกสัมพันธ์ทางบวกกับการรับรู้การสนับสนุนทางสังคม การปรับตัวในการเรียน อารมณ์ทางบวก กลวิธีการจัดการความเครียดโดยการเผชิญกับปัญหา ลักษณะบุคลิกภาพแบบเปิดเผยตนเอง (extraversion) ลักษณะบุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึก (conscientiousness) บุคลิกภาพแบบมีความเป็นมิตร (agreeableness) และการสร้างบูรณาการทางสังคม หรือการที่บุคคลมีแนวโน้มที่จะสร้างปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นในสังคม (social integration) และลักษณะสมบูรณ์

แบบนิยมเชิงบวกมีความสัมพันธ์ทางลบกับความวิตกกังวล ความซึมเศร้า และการผัดวันประกันพรุ่ง (Stoeber และ Rambow, 2007)

ปัจจัยข้างต้นที่สัมพันธ์กับลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกล้วนเป็นส่วนเสริมให้เกิดประสิทธิภาพในการเรียนรู้ทั้งสิ้น และเมื่อพิจารณาองค์ประกอบของลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกก็พบว่า การตั้งเป้าหมายที่สูง (high standard) เพื่อท้าทายตนเองให้มีมาตรฐานในระดับสูง การสร้างวินัยและระบบในการจัดการชีวิต (order) เพื่อมุ่งมั่นสู่ความสมบูรณ์แบบจากแรงจูงใจภายในตัวบุคคล ล้วนเป็นส่วนสำคัญที่ส่งผลให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของผู้ที่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกอยู่ในระดับสูง

สมมติฐานข้อที่ 2.2 ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบสามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในทิศทางลบ

ผลการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2.2 พบว่า ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบสามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในทิศทางลบ ดังนั้นผลการวิจัยจึง**สนับสนุนสมมติฐานข้อที่** 2.2

ผลการวิจัยในสมมติฐานข้อ 2.2 แสดงให้เห็นว่า ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบสามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในทิศทางลบได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (R^2 = .08, β = -.36, p < .001) หมายความว่าที่ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบสูงเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Rice และ Slaney (2002) ที่พบว่าลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบมีความสัมพันธ์ทางลบกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ Stoeber และ Rambow (2007) ที่พบว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบโดยใช้ตัวแปรการรับรู้ความกดดันของผู้ปกครองเป็นตัวแปรหลัก (perceived parental pressure) มีความสัมพันธ์ทางลบกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (r = -.23, p < .05)

การที่ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบสามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในทิศทางลบได้นั้นเนื่องจากผู้ที่มีลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบคือบุคคลที่มีลักษณะทางบุคลิกภาพที่มีความวิตกกังวลเกี่ยวกับความสมบูรณ์แบบ (perfectionistic concern) มีความกังวลเกี่ยวกับความผิดพลาด รับรู้ว่ามีความไม่

สอดคล้องระหว่างมาตรฐานที่ตั้งไว้กับความเป็นจริงอยู่เสมอ และมีความกลัวต่อความล้มเหลวหรือผิดไปจากมาตรฐานที่ผู้อื่นตั้งไว้ ซึ่งลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบเป็นลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมที่เกิดจากแรงผลักดันของสังคมและเกิดจากความวิตกกังวลเกี่ยวกับการทำตามมาตรฐานในระดับสูงที่ผู้ปกครองได้ตั้งไว้ สิ่งเหล่านี้ทำให้เกิดความผิดพลาดและความล้มเหลวได้ง่าย และเมื่อเกิดความผิดพลาดและความล้มเหลวแล้วก็จะนำไปสู่อารมณ์ทางลบ เช่น ความโกรธ ความขุ่นเคืองใจ ความวิตกกังวลและความเครียด ซึ่งอารมณ์ทางลบเหล่านี้ล้วนเป็นอุปสรรคต่อการเรียนรู้และความจำ

จากผลการวิจัย คณะผู้วิจัยเห็นว่าองค์ความรู้ดังกล่าวสามารถนำมาใช้ในการเลี้ยงดูหรือการเรียนการสอนของเด็กและเยาวชนได้ โดยการสอนให้เด็กและเยาวชนมีการวางเป้าหมายด้วยตนเองและจัดการวางแผนเป็นขั้นตอนเพื่อทำให้เป้าหมายนั้นสำเร็จลุล่วงตามที่ตนได้ตั้งเป้าหมายไว้ สิ่งที่ไม่ควรทำคือกดดันเด็กและเยาวชนด้วยความคาดหวังที่มาจากบุคคลรอบข้างโดยเฉพาะผู้ปกครอง รวมถึงไม่ควรวิพากษ์วิจารณ์เด็กและเยาวชนหากเด็กไม่สามารถทำบรรลุเป้าหมายได้ สิ่งที่ผู้ปกครองควรจะทำคือเข้าใจความต้องการของเด็กและวางแผนให้สอดคล้องกับความต้องการนั้น สอนให้เด็กประเมินความสามารถของตนเองบนพื้นฐานของความเป็นจริง และส่งเสริมเด็กให้พัฒนาด้านต่างๆที่ตัวเด็กเองคิดว่าขาดและอยากเติมเต็มความสามารถนั้นๆ จนเด็กสามารถประเมินตนเองได้ตามความเป็นจริงและสามารถตั้งเป้าหมายที่ท้าทายด้วยตนเองได้

สิ่งที่สำคัญอีกประการหนึ่ง คือการร่วมแสดงความยินดีเมื่อเด็กสามารถบรรลุเป้าหมายได้ มิใช่การมองหาข้อผิดพลาดในทุกๆสิ่งที่เด็กทำ ซึ่งจะนำมาซึ่งความวิตกกังวลของเด็กที่ครุ่นคิดและสงสัยในการกระทำของตนเองว่าจะทำได้ไม่ดีพอ นอกจากนี้ควรส่งเสริมให้เด็กเกิดอารมณ์ทางบวกเมื่อสามารถบรรลุเป้าหมายได้และรู้จักให้รางวัลกับตนเองเพื่อแสดงความยินดีกับความสำเร็จนั้น

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกและเชิงลบ
2. เพื่อศึกษาอิทธิพลของลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและสุขภาวะทางจิต
3. เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกกับลักษณะนิยมความสมบูรณ์แบบเชิงลบที่มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา (Academic achievement) สุขภาวะทางจิต (psychological well-being) ที่แตกต่างกัน

สมมติฐานการวิจัย

1. ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมสามารถทำนายสุขภาวะทางจิตได้
    1.1. ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกสามารถทำนายสุขภาวะทางจิตในทิศทางบวก
    1.2. ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบสามารถทำนายสุขภาวะทางจิตในทิศทางลบ
2. ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมสามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนได้
    2.1. ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกสามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในทิศทางบวก
    2.2. ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบสามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในทิศทางลบ

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในงานวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ นิสิตปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จากคณะต่างๆ จำนวนทั้งสิ้น 270 คน

เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย

1. มาตรวัดลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม พัฒนาจาก The Frost Multidimensional Perfectionism Scale (Frost et al, 1990) และ Almost Perfect Scale-Revised (Slaney et al, 2001) เป็นมาตรประมาณค่าแบบลิเคิร์ต (Likert scale) 5 ช่วง นำไปทดสอบคุณภาพกับนิสิตปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 112 คน และพนักงานบริษัทเอกชนที่ในกรุงเทพมหานคร จำนวน 130 คน ได้ข้อ

กระทงที่มีคุณภาพจากการวิเคราะห์ความเที่ยงและความตรงทั้งหมด 30 ข้อ มีค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายใน เท่ากับ .84

2. มาตรวัดความพึงพอใจในชีวิต จำนวน 10 ข้อ ของหยกฟ้า อิสรานนท์ (2551) เป็นมาตรประมาณค่าแบบลิเคิร์ต (Likert scale) 5 ช่วง นำไปทดสอบคุณภาพกับนิสิตปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 112 คน ได้เลือกข้อกระทงที่มีคุณภาพจากการวิเคราะห์ความเที่ยงมีค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายใน เท่ากับ .98
3. มาตรวัดความรู้สึกทางบวกและความรู้สึกทางลบ ของหยกฟ้า อิสรานนท์ (2551)จำนวน 20 ข้อ เป็นมาตรประมาณค่าแบบลิเคิร์ต (Likert scale) 5 ช่วง

การเก็บรวบรวมข้อมูล

คณะผู้วิจัยเก็บข้อมูลกับนิสิตปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ได้ผู้เข้าร่วมวิจัยจำนวนทั้งหมด 270 คน โดยแบบสอบถามในงานวิจัยครั้งนี้มีทั้งหมด 3 ชุด ซึ่งจัดเรียงมาตรวัดลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม มาตรวัดความพึงพอใจในชีวิต และมาตรวัดความรู้สึกทางบวกและความรู้สึกทางลบ สลับลำดับกัน เพื่อให้แน่ใจว่าลำดับของมาตรไม่ได้ส่งผลต่อคำตอบของผู้เข้าร่วมการวิจัย

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. วิเคราะห์ข้อมูลลักษณะทางประชากรศาสตร์ของกลุ่มตัวอย่าง ด้วยการคำนวณร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน โดยใช้โปรแกรม SPSS for Windows
2. วิเคราะห์ข้อมูลค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย ด้วยการคำนวณคะแนนต่ำสุด คะแนนสูงสุด ค่ามัชฌิมเลขคณิต และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน โดยใช้โปรแกรม SPSS for Windows
3. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย ความสัมพันธ์ของลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และความสัมพันธ์ของลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมกับสุขภาวะทางจิต ด้วยการหาสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product – Moment Correlation Coefficient: r_{xy}) โดยใช้โปรแกรม SPSS for Windows
4. วิเคราะห์และทดสอบการทำนายลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและสุขภาวะทางจิต ด้วยการวิเคราะห์การถดถอย (Regression Analysis) โดยใช้โปรแกรม SPSS for Windows

ผลการวิจัย

1.ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมสามารถทำนายสุขภาวะทางจิตได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

1.1. ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกสามารถทำนายสุขภาวะทางจิตในทิศทางบวกได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และสามารถอธิบายความแปรปรวนของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนทางได้ร้อยละ 11 (R^2 = .11, β = 0.48, p < .001)

1.2. ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบสามารถทำนายสุขภาวะทางจิตในทิศทางลบได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และสามารถอธิบายความแปรปรวนของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนทางได้ร้อยละ 21 (R^2 = .21, β = -0.41, p < .001)

2.ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมสามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

2.1. ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกสามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในทิศทางบวกได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.001 และสามารถอธิบายความแปรปรวนของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนทางได้ร้อยละ 14 (R^2 = .14, β = 0.43, p < .001)

2.2. ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเชิงลบสามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในทิศทางลบได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.001 และสามารถอธิบายความแปรปรวนของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนทางได้ร้อยละ 8 (R^2 = .08, β = -0.36, p < .001)

ข้อเสนอแนะ

1. ในการศึกษาครั้งต่อไปอาจศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรลักษณะสมบูรณ์นิยมเชิงลบอย่างชัดเจน เช่น ความซึมเศร้า (depression) ความวิตกกังวล (anxiety) หรือความไม่มั่นคงทางอารมณ์ (neuroticism)
2. ในการทดสอบความตรง (validity) ในการวิจัยครั้งนี้ได้ใช้เพียงการวิเคราะห์เชิงสำรวจแบบกำหนดตัวแปร ในการศึกษาครั้งต่อไปควรใช้การวิเคราะห์แบบวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน (confirmatory factor analysis หรือ CFA) โดยโปรแกรม LISREL ซึ่งนิสิตในระดับปริญญาบัณฑิตยังมิได้ศึกษา ฉะนั้นในการศึกษาครั้งต่อไปควรศึกษาและนำวิธีดังกล่าวมาใช้

3. ในการศึกษาครั้งต่อไปควรศึกษาในกลุ่มตัวอย่างที่เป็นเด็กและเยาวชนที่หลากหลาย เช่น เด็กนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายและนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยอื่นๆ เพื่อเป็นแนวทางในการเลี้ยงดูและส่งเสริมการเรียนการสอนให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น
4. ควรนำองค์ความรู้ที่ได้จากงานวิจัยเผยแพร่ให้กับผู้ปกครองและผู้ที่สนใจเพื่อนำไปใช้ประโยชน์ในการพัฒนาเยาวชนของประเทศชาติ

รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

กวดวิชา-สอนภาษายังเติบโตต่อเนื่อง. (*2552*, 17 ธันวาคม), โพสต์ทูเดย์. หน้า 16

ชวาล แพรัตกุล. 2517. *เทคนิคการเขียนข้อสอบ*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์คุรุสภา.

ชุตินันท์ พุ่มกลิ่น. 2546. *ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาภาษาไทยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6: กรณีศึกษาโรงเรียนชลประทานวิทยา จังหวัดนนทบุรี*. คณะพัฒนาสังคม สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหาศาสตร์.

เตือนพ่อแม่มือใหม่ระวังเครียดกับความสมบูรณ์แบบ. (2554, 8 ธันวาคม), ผู้จัดการ. หน้า 10

ธวัชชัย ศุภดิษฐ์. 2556. *ปัจจัยที่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ของการเรียนในรับปริญญาโทของสถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ ปีการศึกษา 2554*. รายงานการพัฒนาคุณภาพการศึกษาของสถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.

แนะพ่อแม่อย่ากดดัน ลดเสี่ยงเด็กฆ่าตัวตายเพราเครียดเรียน. (2552, 200 มกราคม), ผู้จัดการ. หน้า 9

ปัญญา ชูช่วย. 2551. *ปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาปริญญาตรี มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี.* วิทยานิพนธ์หลักสูตรปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการวัดผลและวิจัยการศึกษา มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.

ปัญหาใหญ่ของเด็กที่ตกเป็นเหยื่อของพ่อแม่. (2556, 25 ธันวาคม), ผู้จัดการ. หน้า 9

ไพศาล หวังวานิช. 2526. *การวัดผลการศึกษา*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช.

อริยา คูหา และบัญญัติ ยงย่วน. 2547. *ปัจจัยที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในภาวะรอพินิจของนักศึกษามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี.* รายงานวิจัยมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี.

ภาษาอังกฤษ

Blackburn, S. M. (2003). *The Relationship between Perfectionism, Aversive Self-Awareness, Negative Affect and Binge Eating*. Thesis - Master of Arts, Psychology. University of Canterbury.

Burns, L. R., & Fedewa, B. A. (2005). Cognitive Styles: Links with Perfectionistic Thinking. *Personality and Individual Differences, 38*, 103-113.

Campbell, J. D., & Di Paula, A. (2002). *Perfectionistic Self-Beliefs: Their Relation to Personality and Goal Pursuit*. Washington, DC: American Psychological Association.

Diener, E., Lucas, R. E., & Scollon, C. N. (2006). Beyond the hedonic treadmill: revising the adaptation theory of well-being. *American Psychologist*, *61*(4), 305.

Diener, E., & Ryan, K. (2009). Subjective well-being: a general overview. *South African Journal of Psychology, 39*(4), 391-406.

Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2009). 17 Subjective Well-Being: The Science of Happiness and Life Satisfaction. *Oxford handbook of positive psychology*, 187.

Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (Ed), (2002). Perfectionism and maladjustment: An overview of theoretical, definitional, and treatment issues .*Perfectionism: Theory, research, and treatment,* 5-31. Washington, DC, US: American Psychological Association, xiv, 435 pp. doi: 10.1037/10458-001

Frost, P. A. Marten, C. Lahart, R. Rosenblate. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research, 14*, pp. 449-468

Frost, R. O., & Di Bartolo, P. M. (2002). *Perfectionism, Anxiety, and Obsessive-Compulsive Disorder. Research and Treatment*. Washington, DC: American Psychological Association.

Frost, R. O., Heimberg, R. G., Holt, C.S., Mattia, J.I, & Neubauer, A.L. (1993). A Comparison of Two Measures of Perfectionism. *Personality and Individual Differences*, *14*(1), 119-126.

Ghorbandordinejad, F., & Nasab, A. H. F. (2013). Examination of the relationship between perfectionism and English achievement as mediated by foreign language classroom anxiety. *Asia Pacific Education Review, 14*(4), 603-614.

Hamachek, D. E., (1978). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, *14*(5), 449-468.

Hewitt, P. L.; Flett, Gordon L. Dimensions of perfectionism in unipolar depression. *Journal of Abnormal Psychology, 100*(1), 98-101. doi: 10.1037/0021-843X.100.1.98

Kobori, O., Yamagata, S., & Kijima, N. (2005). The relationship of temperament to multidimensional perfectionism trait. *Personality and Individual Differences, 38*(1), 203-211

Nounopoulos, A., Ashby, J. S., & Gilman, R. (2006). Coping resources, perfectionism, and academic performance among adolescents. *Psychology in the Schools, 43*(5), 613-622.

Parker, W. D. (2002). Perfectionism and Adjustment in Gifted Children. *Personality and Individual Differences,38*(1), 133-148.

Sorotzkin, B. (1985). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research, 14*(5), 449-468.

Sorotzkin, B. (1985). Understanding and treating perfectionism in religious adolescents. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training, 35*(1), 1998, 87-95. doi: 10.1037/h0087792

Stoeber, J., Harris, R. A., & Moon, P. S. (2006). Perfectionism and the experience of pride, shame, and guilt: Comparing healthy perfectionists, unhealthy perfectionists, and non-perfectionists. *Personality and Individual Differences, 43*(1), 131-141

Stoeber, J., & Otto, K. (2006). Perfectionism and competitive anxiety in athletes: Differentiating striving for perfection and negative reactions to imperfection. *Personality and Individual Differences, 42*(6), 959-969

Terry-Short, L. A., Owens, R. G., Slade, P. D., & Dewey, M. E. (1995). Positive and negative perfectionism. *Personality and Individual Differences, 18*(5), 663-668.

Toker, B. (2012). Life Satisfaction Among Academicians: An Empirical Study on the Universities of Turkey. *Procedia-Social and Behavioral Sciences, 47*, 190-195.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

แบบสอบถามที่ใช้ในการวิจัย

แบบสอบถามฉบับนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อนำไปใช้ประกอบการศึกษาวิจัยในรายวิชา 3800420 โครงงานทางจิตวิทยาของนิสิตชั้นปีที่ 4 คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ขอให้ท่านประเมินว่าข้อความแต่ละข้อตรงกับตัวท่านมากน้อยเพียงใด **กรุณาตอบคำถามให้ครบทุกข้อและเลือกคำตอบที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด** เนื่องจากคำตอบที่ครบถ้วนและตรงตามความเป็นจริงของท่านจะเป็นประโยชน์ต่อการศึกษาค้นคว้าให้เกิดประโยชน์ทางวิชาการ

ข้อมูลที่รับจากการตอบแบบสอบถามฉบับนี้ จะถูกเก็บเป็นความลับ ไม่มีการนำเสนอผลการวิจัยเป็นรายบุคคล แต่จะนำเสนอเป็นภาพรวมและใช้เพื่อการศึกษาวิจัยเท่านั้น

แบบสอบฉบับนี้มีจำนวน 7 หน้า โดยประกอบไปด้วย 4 ส่วนคือ

- ข้อมูลทั่วไป
- แบบสำรวจตนเอง
- แบบสำรวจความคิดเห็น
- แบบสำรวจความรู้สึก

ขอขอบคุณในความร่วมมือของท่านมา ณ โอกาสนี้

นายวุฒิ พูลสมบัติ
นายรวีโรจน์ เลิศพิภพเมธา
นางสาววิรัลพัชร เลิศธีรเรืองกุล
นิสิตชั้นปีที่ 4 คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

- ข้อมูลทั่วไป

คำชี้แจง: กรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง ☐ หรือเติมข้อความลงในช่องว่างตามความเป็นจริง

รหัสนิสิต.....

1. เพศ ☐ หญิง ☐ ชาย
2. อายุ…….....ปี
3. ชั้นปี ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ 6 ☐ อื่นๆ
4. คณะ.....วิชาเอก/สาขา .....
5. เกรดเฉลี่ยสะสม (GPAX).....

การตอบแบบสอบถาม

ตัวอย่าง: ถ้าพิจารณาว่าตรงกับตัวท่านมากที่สุด ให้ทำเครื่องหมาย ✓ ทับหมายเลขนั้นๆ

ข้อความ	1 ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	2 ค่อนข้างไม่เห็นด้วย	3 เห็นด้วยและไม่เห็นด้วยพอๆกัน	4 ค่อนข้างเห็นด้วย	5 เห็นด้วยอย่างยิ่ง
สภาพชีวิตของฉันตอนนี้ดีเยี่ยม	1	2	3	4	5

ตัวอย่างมาตรวัดลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม

- **แบบสำรวจความคิดเห็น**

คำชี้แจง: ขอให้ท่านอ่านประโยคดังต่อไปนี้ แล้วพิจารณาว่าข้อความในแต่ละประโยคตรงกับตัวท่านมากน้อยเพียงใด โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่อธิบายตัวท่านมากที่สุดเพียง 1 ตัวเลือก ซึ่งแต่ละช่องมีความหมายดังนี้

1 หมายถึง ไม่ตรงมากที่สุด 2 หมายถึง ค่อนข้างไม่ตรง

3 หมายถึง ทั้งตรงและไม่ตรง 4 หมายถึง ค่อนข้างตรง

5 หมายถึง ตรงมากที่สุด

ด้านความไม่แน่ใจในการกระทำและความกังวลเกี่ยวกับความผิดพลาด (concern over mistake and doubts)

ข้อที่	ข้อความ
1	ถ้ามีคนทำงานได้ดีกว่าฉัน ฉันจะรู้สึกเสมือนว่าตัวเองล้มเหลวในการทำงานนั้นทั้งหมด
6	แม้ฉันจะผิดพลาดในบางส่วน ก็เหมือนล้มเหลวไปทั้งหมด

ด้านมาตรฐานส่วนบุคคล (personal standard)

ข้อที่	ข้อความ
2	ฉันตั้งเป้าหมายให้ตนเองไว้สูงกว่าคนส่วนใหญ่
7	ฉันตั้งเป้าหมายไว้สูงอย่างยิ่ง

ด้านการจัดการ (organization)

ข้อที่	ข้อความ
3	ฉันพยายามเป็นคนที่มีระบบระเบียบ
8	ความเป็นระเบียบเรียบร้อยเป็นสิ่งที่ฉันให้คุณค่า

ด้านความคาดหวังและการวิพากษ์วิจารณ์ของผู้ปกครอง (parental expectations and criticism)

ข้อที่	ข้อความ
4	ผู้ปกครองของฉันคาดหวังความเป็นเลิศจากฉัน
9	ฉันรู้สึกว่าไม่เคยทำตามที่ผู้ปกครองของฉันคาดหวังได้เลย

ด้านความไม่สอดคล้องระหว่างมาตรฐานกับความเป็นจริง (discrepancy)

ข้อที่	ข้อความ
5	แม้ว่าฉันจะทำดีที่สุดแล้ว แต่ก็ยังไม่เพียงพอ
10	ฉันไม่เคยพอใจกับความสำเร็จของตนเอง

ตัวอย่างมาตรวัดความพึงพอใจในชีวิต

- **แบบสำรวจตนเอง**

คำชี้แจง: ขอให้ท่านอ่านประโยคดังต่อไปนี้ แล้วพิจารณาว่าข้อความในแต่ละประโยคตรงกับตัวท่านมากน้อยเพียงใด โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่อธิบายตัวท่านมากที่สุดเพียง 1 ตัวเลือก ซึ่งแต่ละช่องมีความหมายดังนี้

1 หมายถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง 2 หมายถึง ค่อนข้างไม่เห็นด้วย

3 หมายถึง เห็นด้วยและไม่เห็นด้วยพอๆกัน 4 หมายถึง ค่อนข้างเห็นด้วย

5 หมายถึง เห็นด้วยอย่างยิ่ง

ข้อที่	ข้อความ
1	สภาพชีวิตของฉันตอนนี้ดีเยี่ยม
2	ฉันไม่เคยได้รับโอกาสที่ดีในชีวิตของฉัน
3	แม้ว่าฉันจะใช้ความพยายามอย่างมาก แต่ชีวิตของฉันก็ไม่เป็นไปตามที่คาดหวัง

ตัวอย่างมาตรวัดความรู้สึกทางบวกและความรู้สึกทางลบ

- **แบบสำรวจความรู้สึก**

คำชี้แจง: ขอให้ท่านอ่านประโยคดังต่อไปนี้ แล้วพิจารณาว่าข้อความในแต่ละประโยคตรงกับตัวท่านมากน้อยเพียงใด โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่อธิบายตัวท่านมากที่สุดเพียง 1 ตัวเลือก ซึ่งแต่ละช่องมีความหมายดังนี้

1 หมายถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง 2 หมายถึง ค่อนข้างไม่เห็นด้วย

3 หมายถึง เห็นด้วยและไม่เห็นด้วยพอๆกัน 4 หมายถึง ค่อนข้างเห็นด้วย

5 หมายถึง เห็นด้วยอย่างยิ่ง

ข้อที่	ข้อความ
1	สดใส
2	กระวนกระวาย
3	สุขใจ

ภาคผนวก ข

ผลการทดสอบคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ตารางที่ ข 1

ทิศทาง ที่มา ค่าที และผลการวิเคราะห์รายข้อของมาตรวัดลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม โดยการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามแต่ละข้อกับข้อคำถามอื่นๆทั้งหมดในแต่ละด้าน และค่าสัมประสิทธิ์ความคงที่ภายในแบบอัลฟา (N = 242)

มิติมาตรฐานส่วนบุคคล (personal standard)

ข้อกระทง	ทิศทาง	ที่มาของข้อกระทง		การวิเคราะห์ข้อกระทง วิธีกลุ่มสูง-กลุ่มต่ำ				*t*	*p*	CITC ครั้งที่ 1 (*N*=242)	CITC ครั้งที่ 2 (*N*=242)	ข้อที่ผ่านการคัดเลือก
				กลุ่มสูง (*n*=66)		กลุ่มต่ำ (*n*=64)						
		แปล	คิดเพิ่ม	*M*	*SD*	*M*	*SD*					
p003	+	✓		2.32	1.05	3.44	1.02	-6.14	0.00	0.10	-	
p008	+	✓		3.55	1.00	3.28	1.03	1.49	0.14	0.45	-	
p013	+	✓		2.65	1.16	2.88	1.02	-1.17	0.00	0.65	0.59	✓
p018	+	✓		2.79	1.25	2.92	0.95	-0.69	0.00	0.52	0.52	✓
p023	+	✓		1.65	0.92	3.55	0.87	-12.05	0.00	0.10	-	
p028	+	✓		2.55	1.14	2.02	1.15	2.64	0.01	0.59	0.64	✓
p033	+	✓		2.58	1.15	2.17	1.28	1.89	0.01	0.66	0.72	✓
p038	-		✓	2.29	0.86	2.56	1.01	-1.68	0.10	0.21	-	
p043	+		✓	3.21	1.16	2.27	1.44	-14.14	0.00	0.51	0.56	✓
p048	+		✓	1.70	1.01	1.78	0.97	-0.49	0.01	0.58	0.61	✓
p053	-		✓	3.91	1.03	2.94	0.85	5.84	0.00	-0.02	-	
p058	+		✓	3.71	0.94	3.11	0.98	3.58	0.00	0.40	-	
p063	+		✓	2.85	1.10	3.63	0.72	-4.74	0.00	0.40	-	
p068	-		✓	3.42	1.11	1.97	1.08	7.56	0.00	0.23	-	
p073	+		✓	3.89	1.02	3.75	0.67	0.95	0.35	0.30	-	
									α	0.77	0.83	

หมายเหตุ ค่า *t* ที่ขีดเส้นใต้เป็นการวิเคราะห์โดยแยกความแปรปรวน

มิติการจัดการ (organization)

ข้อกระทง	ทิศทาง	ที่มาของข้อกระทง		การวิเคราะห์ข้อกระทง วิธีกลุ่มสูง-กลุ่มต่ำ				*t*	*p*	CITC ครั้งที่ 1 (*N*=242)	CITC ครั้งที่ 2 (*N*=242)	ข้อที่ผ่านการคัดเลือก
				กลุ่มสูง (*n*=66)		กลุ่มต่ำ (*n*=64)						
		แปล	คิดเพิ่ม	*M*	*SD*	*M*	*SD*					
p004	+	✓		4.20	0.64	3.25	0.94	6.73	0.00	0.61	-	
p009	+	✓		3.64	0.91	2.91	0.92	4.56	0.00	0.54	-	
p014	+	✓		3.76	1.04	2.72	1.06	5.64	0.00	0.61	0.56	✓
p019	+	✓		3.59	1.08	3.11	1.03	2.60	0.01	0.46	-	
p024	+	✓		3.91	0.97	3.17	1.03	4.19	0.00	0.60	-	
p029	+	✓		3.83	1.02	3.39	0.97	2.54	0.01	0.51	-	
p034	-		✓	4.55	0.77	2.41	1.39	10.91	0.00	0.53	-	
p039	+		✓	3.85	0.71	3.05	0.90	5.66	0.00	0.63	0.57	✓
p044	+		✓	4.06	0.87	3.41	1.00	3.97	0.00	0.47	-	
p049	+		✓	4.17	0.87	3.05	0.95	7.01	0.00	0.63	0.58	✓
p054	+		✓	4.15	0.79	3.08	1.07	6.51	0.00	0.58	-	
p059	-		✓	4.50	0.75	2.31	1.45	10.88	0.00	0.67	0.71	✓
p064	-		✓	4.53	0.75	2.69	1.02	11.76	0.00	0.72	0.72	✓
p069	-		✓	4.58	0.61	3.20	0.89	10.26	0.00	0.48	-	
p074	+		✓	4.11	0.75	3.11	0.99	6.48	0.00	0.73	0.68	✓
									α	0.90	0.85	

หมายเหตุ ค่า *t* ที่ขีดเส้นใต้เป็นการวิเคราะห์โดยแยกความแปรปรวน

มิติความคาดหวังและการวิพากษ์วิจารณ์ของผู้ปกครอง (parental expectations and criticism)

ข้อกระทง	ทิศทาง	ที่มาของข้อกระทง		การวิเคราะห์ข้อกระทง วิธีกลุ่มสูง-กลุ่มต่ำ				*t*	*p*	CITC ครั้งที่ 1 (*N*=242)	CITC ครั้งที่ 2 (*N*=242)	ข้อที่ผ่านการคัดเลือก
				กลุ่มสูง (*n*=66)		กลุ่มต่ำ (*n*=64)						
		แปล	คิดเพิ่ม	*M*	*SD*	*M*	*SD*					
p002	+	✓		2.15	1.01	3.72	0.86	-9.49	0.00	0.65	-	
p007	+	✓		1.89	0.84	3.05	1.12	-6.65	0.00	0.48	-	
p012	+	✓		1.36	0.69	3.34	0.86	-14.49	0.00	0.74	-	
p017	+	✓		1.47	0.86	3.38	0.95	-11.97	0.00	0.78	-	
p022	+	✓		1.30	0.58	3.84	1.35	-14.03	0.00	0.79	-	
p027	+	✓		1.59	0.98	3.98	1.24	-12.24	0.00	0.85	0.83	✓
p032	+	✓		1.44	0.64	3.89	1.33	-13.43	0.00	0.81	0.81	✓
p037	+	✓		1.44	0.68	4.08	1.15	-16.02	0.00	0.79	0.82	✓
p042	+	✓		1.70	1.02	4.13	1.06	-13.28	0.00	0.80	0.81	✓
p047	+		✓	1.58	0.86	3.64	0.74	-14.63	0.00	0.79	-	
p052	+		✓	1.47	0.71	3.66	0.78	-16.75	0.00	0.84	0.82	✓
p057	-		✓	2.09	0.99	3.53	0.76	-9.32	0.00	0.56	-	
p062	+		✓	1.41	0.66	3.50	0.93	-14.90	0.00	0.81	0.81	✓
p067	-		✓	2.85	1.56	2.47	0.80	1.74	0.08	-0.08	-	
p072	-		✓	1.26	0.54	2.52	0.93	-9.52	0.00	0.52	-	
									α	0.93	0.94	

หมายเหตุ ค่า *t* ที่ขีดเส้นใต้เป็นการวิเคราะห์โดยแยกความแปรปรวน

มิติความไม่แน่ใจในการกระทำและความกังวลเกี่ยวกับความผิดพลาด (concern over mistake and doubts)

ข้อกระทง	ทิศทาง	ที่มาของข้อกระทง		การวิเคราะห์ข้อกระทง วิธีกลุ่มสูง-กลุ่มต่ำ				*t*	*p*	CITC ครั้งที่ 1 (*N*=242)	CITC ครั้งที่ 2 (*N*=242)	ข้อที่ผ่านการคัดเลือก
				กลุ่มสูง (*n*=66)		กลุ่มต่ำ (*n*=64)						
		แปล	คิดเพิ่ม	*M*	*SD*	*M*	*SD*					
p001	+	✓		1.48	0.73	2.89	0.93	-9.63	0.00	0.55	-	
p006	+	✓		2.71	1.32	4.38	0.70	-8.92	0.00	0.63	-	
p011	+	✓		1.39	0.60	3.30	0.89	-14.35	0.00	0.74	0.74	✓
p016	+	✓		1.21	0.41	3.33	0.89	-17.45	0.00	0.79	0.79	✓
p021	+	✓		1.82	0.86	3.98	1.20	-11.86	0.00	0.76	0.76	✓
p026	+	✓		1.15	0.40	3.81	1.34	-15.40	0.00	0.79	0.86	✓
p031	+	✓		1.27	0.54	3.83	1.22	-15.56	0.00	0.80	0.86	✓
p036	+	✓		2.21	1.21	4.14	1.05	-9.69	0.00	0.69	0.70	✓
p041	+	✓		2.53	1.14	3.95	1.20	-6.93	0.00	0.52	-	
p046	+	✓		2.44	0.91	3.03	0.99	-3.54	0.00	0.17	-	
p051	+	✓		2.61	0.76	3.14	0.75	-4.02	0.00	0.19	-	
p056	-		✓	2.95	1.01	3.25	0.82	-1.83	0.07	0.14	-	
p061	-		✓	1.91	0.72	3.48	0.80	-11.85	0.00	0.60	-	
p066	+		✓	1.74	0.86	3.64	0.70	-13.74	0.00	0.68	-	
p071	+		✓	1.41	0.61	3.11	0.57	-16.50	0.00	0.65	-	
									α	0.90	0.92	

หมายเหตุ ค่า *t* ที่ขีดเส้นใต้เป็นการวิเคราะห์โดยแยกความแปรปรวน

มิติความไม่สอดคล้องระหว่างมาตรฐานกับความเป็นจริง (discrepancy)

ข้อกระทง	ทิศทาง	ที่มาของข้อกระทง		การวิเคราะห์ข้อกระทง วิธีกลุ่มสูง-กลุ่มต่ำ				*t*	*p*	CITC ครั้งที่ 1 (*N*=242)	CITC ครั้งที่ 2 (*N*=242)	ข้อที่ผ่านการคัดเลือก
				กลุ่มสูง (*n*=66)		กลุ่มต่ำ (*n*=64)						
		แปล	คิดเพิ่ม	*M*	*SD*	*M*	*SD*					
p005	+	✓		2.91	1.05	3.97	0.53	-7.23	0.00	0.52	-	
p010	+	✓		1.83	0.83	3.70	0.77	-13.27	0.00	0.72	-	
p015	+	✓		1.82	0.78	3.59	0.79	-12.86	0.00	0.70	-	
p020	+	✓		1.83	0.95	4.30	0.89	-15.25	0.00	0.84	0.81	✓
p025	+	✓		1.32	0.59	4.05	1.10	-17.67	0.00	0.85	0.84	✓
p030	+	✓		2.79	1.12	4.14	1.04	-7.15	0.00	0.61	-	
p035	+	✓		1.76	0.75	4.08	1.04	-14.62	0.00	0.82	0.82	✓
p040	+	✓		1.74	0.85	4.16	1.04	-14.51	0.00	0.81	0.78	✓
p045	+	✓		1.88	0.75	3.98	1.11	-12.72	0.00	0.83	0.84	✓
p050	+	✓		1.44	0.68	3.52	0.71	-16.97	0.00	0.77	0.77	✓
p055	+	✓		1.48	0.71	3.61	0.73	-16.90	0.00	0.76	-	
p060	+	✓		1.97	0.72	3.70	0.58	-15.03	0.00	0.68	-	
p065	-		✓	1.98	0.69	3.30	0.81	-9.95	0.00	0.65	-	
p070	-		✓	2.56	0.90	3.41	0.75	-5.82	0.00	0.46	-	
p075	-		✓	2.18	0.70	3.44	0.77	-9.71	0.00	0.60	-	
									α	0.95	0.93	

หมายเหตุ ค่า *t* ที่ขีดเส้นใต้เป็นการวิเคราะห์โดยแยกความแปรปรวน

ตารางที่ ข 2

น้ำหนักองค์ประกอบของการวิเคราะห์องค์ประกอบในมาตรวัดลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม (N = 242)

ด้านความไม่แน่ใจในการกระทำและความกังวลเกี่ยวกับความผิดพลาด (concern over mistake and doubts)

ข้อ	ทิศทาง	การวิเคราะห์ข้อกระทง					ข้อที่ผ่านการคัดเลือก
		น้ำหนักองค์ประกอบ					
		N = 242					
		ปัจจัยที่ 1	ปัจจัยที่ 2	ปัจจัยที่ 3	ปัจจัยที่ 4	ปัจจัยที่ 5	
P001	+						
P006	+						
P011	+					0.68	✓
P016	+					0.84	✓
P021	+					0.74	✓
P026	+					0.87	✓
P031	+					0.88	✓
P036	+					0.71	✓
P041	+					0.35	
P046	+						
P051	+						
P056	-						
P061	-						
P066	+						
P071	+						

ด้านความคาดหวังและการวิพากษ์วิจารณ์ของผู้ปกครอง (parental expectations and criticism)

ข้อ	ทิศทาง	การวิเคราะห์ข้อกระทง					ข้อที่ผ่านการคัดเลือก
		น้ำหนักองค์ประกอบ					
		N = 242					
		ปัจจัยที่ 1	ปัจจัยที่ 2	ปัจจัยที่ 3	ปัจจัยที่ 4	ปัจจัยที่ 5	
P002	+	0.73					
P007	+	0.53					
P012	+	0.82					
P017	+	0.89					
P022	+	0.91					
P027	+	0.95					✓
P032	+	0.86					✓
P037	+	0.79					✓
P042	+	0.84					✓
P047	+	0.82					
P052	+	0.84					✓
P057	-	0.39					
P062	+	0.92					✓
P067	-						
P072	-	0.44					

ด้านมาตรฐานส่วนบุคคล (personal standard)

ข้อ	ทิศทาง	การวิเคราะห์ข้อกระทง น้ำหนักองค์ประกอบ *N = 242*					ข้อที่ผ่านการคัดเลือก
		ปัจจัยที่ 1	ปัจจัยที่ 2	ปัจจัยที่ 3	ปัจจัยที่ 4	ปัจจัยที่ 5	
P003	+						
P008	+			.41			
P013	+			.75			✓
P018	+			.65			✓
P023	+			.74			
P028	+			.68			✓
p033	+			.78			✓
P038	-			.62			
P043	+			.54			✓
P048	+			.86			✓
P053	-						
P058	+			.24			
P063	+			.50			
P068	-			.30			
P073	+						

ด้านการจัดการ (organization)

ข้อ	ทิศทาง	การวิเคราะห์ข้อกระทง น้ำหนักองค์ประกอบ *N = 242*					ข้อที่ผ่านการคัดเลือก
		ปัจจัยที่ 1	ปัจจัยที่ 2	ปัจจัยที่ 3	ปัจจัยที่ 4	ปัจจัยที่ 5	
P004	+		.49				
P009	+		.43				
P014	+		.70				✓
P019	+		.32				
P024	+		.40				
P029	+		.84				
P034	-						
P039	+		.74				✓
P044	+		.73				
P049	+		.63				✓
P054	+		.44				
P059	-		.86				✓
P064	-		.82				✓
P069	-		.29				
P074	+		.62				✓

ด้านความไม่สอดคล้องระหว่างมาตรฐานกับความเป็นจริง (discrepancy)

ข้อ	ทิศทาง	การวิเคราะห์ข้อกระทง น้ำหนักองค์ประกอบ *N = 242*					ข้อที่ผ่านการคัดเลือก
		ปัจจัยที่ 1	ปัจจัยที่ 2	ปัจจัยที่ 3	ปัจจัยที่ 4	ปัจจัยที่ 5	
P005	+				.65		
P010	+				.30		
P015	+						
P020	+				.73		✓
P025	+				.78		✓
P030	+				.48		
P035	+				.74		✓
P040	+				.72		✓
P045	+				.70		✓
P050	+				.67		✓
P055	+						
P060	+						
P065	-						
P070	-						
P075	-						

ตารางที่ ข 3

ที่มาทิศทางและน้ำหนักองค์ประกอบของมาตรวัดลักษณะสมบูรณ์แบบนิยม (N = 242)

ข้อ	ทิศทาง	ที่มาของข้อกระทง		น้ำหนักองค์ประกอบ
		แปล	คิดเพิ่ม	
p011	+	✓		.685
p013	+	✓		.750
p014	+	✓		.702
p016	+	✓		.843
p018	+	✓		.649
p020	+	✓		.735
p021	+	✓		.743
p025	+	✓		.776
p026	+	✓		.874
p027	+	✓		.945
p028	+	✓		.676
p031	+	✓		.881
p032	+	✓		.864
p033	+	✓		.775
p035	+	✓		.736
p036	+	✓		.713
p037	+	✓		.793
p039	+		✓	.536
p040	+	✓		.719
p042	+	✓		.842
p043	+		✓	.544
p045	+	✓		.699
p048	+		✓	.856

ข้อ	ทิศทาง	ที่มาของข้อกระทง		น้ำหนักองค์ประกอบ
		แปล	คิดเพิ่ม	
p049	+		✓	.627
p050	+	✓		.674
p052	+		✓	.843
p059	-		✓	.657
p062	+		✓	.918
p064	-		✓	.621
p074	+		✓	.621