

ความสัมพันธ์ระหว่างความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงและความเหงาในวัยรุ่น
โดยมีการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์เป็นตัวแปรส่งผ่าน



วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาจิตวิทยา ไม่สังกัดภาควิชา/เทียบเท่า
คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ปีการศึกษา 2562
ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

The Relationship between Pet Attachment and Loneliness among adolescents:
The Mediating Role of Emotional support



A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Master of Arts in Psychology
Common Course
FACULTY OF PSYCHOLOGY
Chulalongkorn University
Academic Year 2019
Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์	ความสัมพันธ์ระหว่างความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงและความ เหงาในวัยรุ่นโดยมีการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์เป็น ตัวแปรส่งผ่าน
โดย	น.ส.พินิตา จุลมณฑล
สาขาวิชา	จิตวิทยา
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พรรณระพี สุทธิวรรณ
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม	รองศาสตราจารย์ ดร.สมโภชน์ เอี่ยมสุภาชาติ

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัยเป็นส่วนหนึ่งของการ
การศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต

----- คณบดีคณะจิตวิทยา
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พรรณระพี สุทธิวรรณ)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

----- ประธานกรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เรวดี วัฒนทกโกศล)

----- อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พรรณระพี สุทธิวรรณ)

----- อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม
(รองศาสตราจารย์ ดร.สมโภชน์ เอี่ยมสุภาชาติ)

----- กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อัจศรา ประเสริฐสิน)

พินิตา จุลมณฑล : ความสัมพันธ์ระหว่างความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงและความเหงาในวัยรุ่น
 โดยมีการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์เป็นตัวแปรส่งผ่าน. (The Relationship
 between Pet Attachment and Loneliness among adolescents:The
 Mediating Role of Emotional support) อ.ที่ปรึกษาหลัก : ผศ. ดร.พรรณระพี สุทธิ
 วรรณ, อ.ที่ปรึกษาร่วม : รศ. ดร.สมโภชน์ เอี่ยมสุภาชาติ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงและ
 ความเหงาในวัยรุ่น โดยมีการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์จากครอบครัว จากเพื่อนในกลุ่มคน
 เลี้ยงสัตว์ และจากสัตว์เลี้ยงเป็นตัวแปรส่งผ่าน กลุ่มตัวอย่างเป็นวัยรุ่นที่มีอายุระหว่าง 14- 19 ปี
 ($M = 16.9$ ปี, $SD = 1.54$) ที่มีสัตว์เลี้ยงไม่ต่ำกว่า 6 เดือน อาศัยอยู่ในเขตพื้นที่กรุงเทพมหานคร
 และปริมณฑล จำนวน 140 คน ใช้วิธีการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบตามสะดวก (Convenience
 sampling) เก็บข้อมูลผ่านแบบสอบถามออนไลน์ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติวิเคราะห์การถดถอย
 อย่างง่าย (Simple regression analysis) และวิเคราะห์การทดสอบตัวแปรส่งผ่าน (Mediation
 Analysis) โดยใช้โปรแกรม Process

ผลการวิจัยพบว่า

1. ความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเหงา ในวัยรุ่น อย่างมี
 นัยสำคัญทางสถิติ ($\beta = -.182, p = .032$) โดยความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงสามารถอธิบายความ
 แปรปรวนของความเหงาได้ร้อยละ 3.3

2. การสนับสนุนด้านอารมณ์จากครอบครัว จากเพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์ และจาก
 สัตว์เลี้ยงไม่เป็นตัวแปรส่งผ่านของความสัมพันธ์ระหว่างความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงกับความเหงาใน
 วัยรุ่น

สาขาวิชา จิตวิทยา

ปีการศึกษา 2562

ลายมือชื่อนิสิต

ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาหลัก

ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาร่วม

6177622938 : MAJOR PSYCHOLOGY

KEYWORD: Pet Attachment, Loneliness, Emotional support, adolescent

Panida Junlamonthol : The Relationship between Pet Attachment and Loneliness among adolescents: The Mediating Role of Emotional support.

Advisor: Asst. Prof. PANRAPEE SUTTIWAN, Ph.D. Co-advisor: Assoc. Prof. Sompoch Iamsupasit, Ph.D.

The purposes of this research study were to examine the mediational roles of different sources of emotional support on the relationship between pet attachment and loneliness among adolescents. Participants were 140 adolescents aged 14-19 years old ($M = 16.9$ years, $SD = 1.54$) and had a pet for at least 6 months living in Bangkok and vicinity. The data were collected by online questionnaires, using a convenience sampling technique.

The results analyzed by Simple regression analysis and Mediation Analysis were as follows:

1. Pet attachment was a significant predictor of loneliness, at ($\beta = .182$, $p = .032$) and accounted for 3.3% of the loneliness variance.
2. Emotional support from family, pet community, and pet could not mediate the relationship between pet attachment and loneliness.

Field of Study: Psychology

Academic Year: 2019

Student's Signature

Advisor's Signature

Co-advisor's Signature

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความกรุณาจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พรรณระพี สุทธิวรรณ อาจารย์ที่ปรึกษาของผู้วิจัย ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงที่อาจารย์คอยให้คำแนะนำอบรมสั่งสอน เป็นที่ปรึกษาในด้านวิชาการ และด้านอื่น ๆ ให้แก่ผู้วิจัย ดูแลลูกศิษย์ด้วยความรักและห่วงใย

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.สมโภชน์ เอี่ยมสุภาคิต อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม ผู้ที่ให้ความรู้ คำปรึกษา ตลอดจนตรวจสอบแก้ไขวิทยานิพนธ์จนสำเร็จ ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เวรดี วัฒนทกโกศล อาจารย์ประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ของผู้วิจัย และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อศรา ประเสริฐสิน ผู้ทรงคุณวุฒิ ที่ให้คำแนะนำ ให้ข้อคิดเห็นด้านเนื้อหาเป็นอย่างดี

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ อาจารย์ ดร.จิรภัทร รวีภัทรกุล ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สักกพัฒน์ งามเอก อาจารย์ ดร.นิปัทม์ พิชญโยธิน และคณาจารย์สาขาจิตวิทยาพัฒนาการทุกท่าน ที่เมตตาให้ความรู้ คำแนะนำที่เป็นประโยชน์ในทุก ๆ ด้านแก่ผู้วิจัย และดูแลถามไถ่ ผู้วิจัยเป็นอย่างดีเสมอ

ผู้วิจัยขอขอบคุณ พี่แป๊ก พี่น้ำหวาน ที่คอยตรวจทานงานทั้งในด้านเนื้อหา ภาษา รวมไปถึงทิดา แอนจี้ หลง และผองเพื่อนทั้งหลาย ที่ช่วยเหลือกันเสมอ ผุ้่น้อย นิว ผู้คอยรับฟังปัญหา และช่วยหาทางแก้ไข ผู้วิจัยขอขอบคุณ เพื่อน ๆ พี่ ๆ ที่ช่วยกระจายแบบสอบถาม ทำให้งานนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี และขอขอบคุณกลุ่มตัวอย่างของผู้วิจัยทุกคนที่เสียสละเวลาและให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม

ผู้วิจัยขอขอบคุณ พี่หลิว แนน เพชร ธัญ ไร่ช ปูน บั้น หนูดี ใหม่ เฮียง และเพื่อน ๆ พี่ ๆ ในกลุ่มสายไม่ลับ 4.0 ทุกคน ที่คอยเป็นกำลังใจ ห่วงใยกันเสมอ ผู้วิจัยไม่อาจเอ่ยชื่อได้หมด แต่ขอขอบคุณทุกคนด้วยใจ

ผู้วิจัยขอขอบคุณ พี่ว ผู้ซึ่งรับฟัง ช่วยเหลือ เป็นกำลังใจในทุกทางเท่าที่จะทำได้ ขอขอบคุณจากใจ

สุดท้ายนี้ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อ คุณแม่ ป้าตัง พี่หลวย พิน ที่คอยเป็นกำลังใจ และสนับสนุนในทุก ๆ ด้าน อย่างเต็มที่เสมอมา ผู้วิจัยขอน้อมกราบขอบพระคุณด้วยความเคารพรักเป็นอย่างสูง

สารบัญ

	หน้า
.....ค	ค
บทคัดย่อภาษาไทย.....ค	ค
.....ง	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....ง	ง
กิตติกรรมประกาศ.....จ	จ
สารบัญ.....ฉ	ฉ
บทที่ 1.....1	1
บทนำ.....1	1
ความสำคัญและที่มาของปัญหาทางวิจัย.....1	1
แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....5	5
1. ความเหงา (Loneliness).....5	5
2. ความผูกพันกับสัตว์เลี้ยง (Pet attachment).....9	9
3. ทฤษฎีการสนับสนุนทางสังคม (Social support).....12	12
4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเลี้ยงสัตว์ ความเหงา และการสนับสนุนทางอารมณ์.....15	15
ขอบเขตการวิจัย.....16	16
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....16	16
สมมติฐานการวิจัย.....16	16
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย.....17	17
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....18	18
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....18	18

บทที่ 2	19
วิธีการดำเนินการวิจัย	19
ผู้เข้าร่วมการวิจัย	19
การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง.....	19
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	20
วิธีดำเนินการวิจัยและการเก็บรวบรวมข้อมูล	25
บทที่ 3	26
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	26
ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนาของกลุ่มตัวอย่าง.....	26
ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้น	28
ตอนที่ 3 ผลการทดสอบสมมติฐานการวิจัย.....	29
บทที่ 4	35
สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	35
สรุปผลการวิจัย	35
อภิปรายผลการวิจัย	36
ตอนที่ 1 การอภิปรายผลการวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นถึงความสัมพันธ์ของตัวแปรที่ศึกษา....	36
ตอนที่ 2 การอภิปรายผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบตัวแปรส่งผ่าน	37
ข้อจำกัดในการวิจัย.....	38
ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป.....	38
บรรณานุกรม	45
ภาคผนวก ก	46
ภาคผนวก ข	47
ประวัติผู้เขียน	59

บทที่ 1

บทนำ

ความสำคัญและที่มาของปัญหางานวิจัย

ในปัจจุบันสังคมไทยเข้าสู่ยุคทุนนิยมและเทคโนโลยี ส่งผลให้สภาพสังคมและความเป็นอยู่เปลี่ยนแปลงไป โดยเฉพาะในสังคมเมืองที่มีรูปแบบการใช้ชีวิตเดี่ยวหรืออยู่คนเดียวเพิ่มมากขึ้น ซึ่งงานวิจัยกล่าวถึง การเปลี่ยนแปลงทัศนคติและค่านิยมใหม่ ๆ เช่น ความเท่าเทียมกัน ไม่รู้สีกว่าการอยู่คนเดียวเป็นปัญหา สามารถพึ่งพาตนเองได้ หรือการใช้ชีวิตอิสระมากกว่าที่จะต้องดูแลหรือเลี้ยงดูคนอื่น (เมธิณี แสงกระจ่าง, 2558) ซึ่งสอดคล้องกับผลสำรวจจากกองทุนประชากรแห่งสหประชาชาติประจำประเทศไทย (United Nations Population Fund :UNFPA Thailand,2559) ที่พบว่ากลุ่มคน Gen Y (13-35 ปี) มีความรักอิสระ อยากที่จะประสบความสำเร็จในชีวิตในเรื่องอื่น ๆ ก่อนที่จะเข้าสู่การใช้ชีวิตคู่ และยังมีเทรนด์ loner living หรือเรียกได้ว่ากลุ่มผู้บริโภครักที่อาศัยอยู่คนเดียวเพิ่มมากขึ้นในช่วงไม่กี่ปีที่ผ่านมา (Angus, 2019) จะเห็นได้ว่ากลุ่มคนส่วนมากที่กล่าวถึงในยุคนี้อีกทั้งความก้าวหน้าของเทคโนโลยีที่มีส่วนเข้ามาช่วยสนับสนุนทั้งด้านการเรียนรู้ การทำงาน ความบันเทิงต่าง ๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเป็นช่องทางที่คนในสังคมใช้สื่อสารกัน เนื่องจากเป็นช่องทางที่มีความรวดเร็ว ไร้พรมแดนจึงส่งผลให้คนในสังคมปัจจุบันเลือกที่จะใช้เวลาส่วนใหญ่อยู่กับตัวเอง แต่ถึงแม้ว่าจะมีสื่อโซเชียลมีเดียมาเป็นตัวกลางทำให้เกิดการสื่อสารได้ง่ายมากขึ้นก็ตาม กลับมีผลสำรวจล่าสุดที่พบว่า คนไทย 66.41 ล้านคน (วิทยาลัยการจัดการ มหาวิทยาลัยมหิดล (College of Management, Mahidol University:CMMU , 2561) จัดอยู่ในกลุ่มประชากรคนเหงาถึง 26.57 ล้านคน หรือคิดเป็นร้อยละ 40.4 โดยเป็นกลุ่มเยาวชนวัยเรียน อายุระหว่าง 18 – 22 ปี ร้อยละ 41.8 (College of Management, Mahidol University: CMMU, 2562) ซึ่งสอดคล้องกับผลสำรวจของประเทศอเมริกาที่พบว่ามีคนที่ประสบปัญหาความเหงาในระดับปานกลางถึงมากคิดเป็นร้อยละ 66 หรือคิดเป็น 3 ใน 4 ของจำนวนประชากร โดยกลุ่มเยาวชนเจนเอเรชั่นซี (Gen Z) อายุระหว่าง 18 - 22 ปี เป็นกลุ่มที่ประสบภาวะเหงาสูงสุด (Lee et al., 2019) และเช่นเดียวกับประเทศอังกฤษที่ผลสำรวจพบว่ามีจำนวนประชากรที่ประสบปัญหาความเหงาเพิ่มมากขึ้น โดยกลุ่มประชากรที่ประสบปัญหานี้มากที่สุดคือกลุ่มวัยรุ่นอายุระหว่าง 16-24 ปี (Lee et al., 2019) จากสถิติที่กล่าวไปข้างต้น วัยรุ่นหรือช่วงระหว่างอายุ 14-19 ปีนั้น (World Health Organization, 2010) เป็นช่วงวัยที่ชุกกับความเหงามากที่สุด เป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้ง

ด้านร่างกาย สังคม อารมณ์และจิตใจ เป็นช่วงวัยที่ต้องการได้รับความสนใจจากกลุ่มเพื่อน เพื่อที่เป็นพื้นฐานในการสร้างความสัมพันธ์ต่อไปในอนาคต หรืออาจกล่าวได้ว่าเป็นพื้นฐานของความสัมพันธ์ในช่วงวัยผู้ใหญ่ ซึ่งหากวัยรุ่นมีความสัมพันธ์ที่ไม่ดีกับเพื่อนก็อาจนำไปสู่การแยกตัวออกจากสังคม รู้สึกขาดคนเข้าใจ ว้าเหว่ และส่งผลให้เกิดความเหงาได้

ความเหงามีนิยามที่หลากหลาย เพราะความเหงาของแต่ละคนต่างกัน แม้ว่าจะเป็นคนเดียวกันแต่ความเหงาเกิดขึ้นต่างสถานการณ์ ความรู้สึกที่นิยามออกมาก็อาจจะแตกต่างกัน (วสันต์ ลิมป์เฉลิม, 2551) ทั้งนี้ได้มีคนนิยามความเหงาเอาไว้ว่า ความเหงา (Loneliness) คือ สถานะทางความรู้สึกและอารมณ์ของบุคคลที่มีระดับความไม่พึงพอใจต่อความสัมพันธ์ทางสังคม (ทั้งจากอดีต ปัจจุบัน และอนาคต) ซึ่งส่งผลต่อการแยกตัวจากสังคมในที่สุด (Weiss, 1973 อ้างถึงใน Vincenzi & Grabosky, 1987) และราชบัณฑิตยสถาน (2554) ให้ความหมายความเหงาไว้ว่า เปลาเปเลี้ยวใจ อ่างว่าง ไม่คึกคัก สอดคล้องกับวสันต์ ลิมป์เฉลิม (2551) ได้ให้นิยามว่า ความเหงา เป็นอารมณ์ที่มีความหมายในทางลบ ในด้านของความทุกข์ใจ และต่างจากสภาวะแยกตัว จะเห็นได้ว่านิยามความเหงามีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ในชีวิต หากบุคคลเหล่านั้นไม่พอใจในความสัมพันธ์ ก็เป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดความเหงาได้ สอดคล้องกับ Hobson (1974) กล่าวว่าความเหงา เป็นความรู้สึกเจ็บปวดที่ไม่สามารถตอบสนองความสัมพันธ์ต่อผู้อื่นซึ่งเป็นความจำเป็นที่สำคัญของมนุษย์

ปัจจุบันความเหงาเป็นปัญหาที่เกิดขึ้นเป็นวงกว้าง และมีงานวิจัยที่พบว่าความเหงาให้ผลเสียกับร่างกาย และจิตใจ ผลการศึกษาโดยนักวิจัยแห่งมหาวิทยาลัยแพทย แคลิฟอร์เนีย ซานดิเอโก (University of California San Diego School of Medicine, 2018) พบว่า ความรู้สึกเหงาขั้นรุนแรงนั้นกำลังทำร้ายคนตลอดในทุกช่วงชีวิต สอดคล้องกับการศึกษาของ Holt-Lunstad และคณะ (2015) ซึ่งชี้ให้เห็นว่าบุคคลที่รู้สึกเหงาและโดดเดี่ยวนั้นมีความเสี่ยงต่อการเสียชีวิต ทั้งยังเกี่ยวข้องกับโรคหัวใจและความดันโลหิตสูงอีกด้วย จะเห็นได้ว่าความเหงานั้นมีนิยามส่วนใหญ่เกี่ยวเนื่องกับความไม่พึงพอใจในความสัมพันธ์

การมีความสัมพันธ์ที่ดีกับคนรอบข้างจึงเป็นเรื่องสำคัญ ผู้วิจัยจึงได้ค้นคว้าเพิ่มเติมและพบว่าการวิจัยของ Waldinger (2015) ได้กล่าวถึง การมีความสัมพันธ์ที่ดีกับคนรอบข้าง ไม่เพียงแต่คู่สมมีภรรยา อาจเป็นพี่น้อง เพื่อน ครอบครัว หรือแม้กระทั่งคนในสังคม จะส่งผลให้ชีวิตมีความสุข อาจเรียกได้ว่าเป็นการสนับสนุนทางสังคมในรูปแบบหนึ่ง อย่างไรก็ตามการสนับสนุนทางสังคม (Social support) นั้นหมายถึงกระบวนการที่มีการปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในเครือข่ายสังคมที่อาจทำให้มีสุขภาพกายและจิตที่ดีขึ้น (Cohen et al., 2000) ซึ่งการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ประกอบด้วย

ความรัก ความห่วงใย ความไว้วางใจ ความช่วยเหลือด้านต่าง ๆ และการให้ข้อมูลข่าวสาร (House, 1987) นอกจากนี้ ปิยะกมล วิจิตรศิริ (2558) ยังให้ความหมายการสนับสนุนทางสังคมไว้ว่า เป็นกระบวนการปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีจุดประสงค์เพื่อให้บุคคลได้รับความพึงพอใจ เช่น ทำให้เกิดผลดีต่อผู้รับทั้งด้านร่างกาย จิตใจและสังคม การสนับสนุนทางสังคมมีหลายประเภท ซึ่งการสนับสนุนทางอารมณ์ (Emotional Support) เป็นหนึ่งในนั้น House (1987) ได้ให้ความหมาย การสนับสนุนทางอารมณ์ไว้ว่า เป็นการให้ความพอใจ การแสดงถึงความห่วงใย หากบุคคลได้รับการสนับสนุนทางอารมณ์แล้ว ก็จะสามารถเผชิญปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ (กัญญาวิรี และคณะ, 2557)

ทั้งนี้การเลี้ยงสัตว์ก็มีส่วนช่วยในการที่จะทำให้บุคคลมีการสนับสนุนทางอารมณ์ที่เพิ่มมากขึ้น สอดคล้องกับงานวิจัยของ Barker และคณะ (2005) ที่กล่าวว่าสัตว์เลี้ยงสามารถช่วยลดความเครียดได้ เปรียบเหมือนการบำบัดอีกหนึ่งวิธี ความสัมพันธ์ที่ดีไม่จำเป็นต้องจำกัดอยู่เพียงแค่มนุษย์กับมนุษย์เท่านั้น สัตว์เลี้ยงก็เป็นอีกรูปแบบหนึ่งของความสัมพันธ์ การที่มีความสัมพันธ์ที่ดีกับสัตว์เลี้ยงอาจจะเป็นอีกปัจจัยหนึ่งซึ่งช่วยให้ความเครียดน้อยลง สอดคล้องกับงานวิจัยในต่างประเทศที่ศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่ช่วยลดความเครียด หนึ่งในนั้นคือ การมีสัตว์เลี้ยง (Companion animal) ในต่างประเทศมีการใช้สัตว์เลี้ยงเพื่อช่วยบำบัดอาการทางอารมณ์ต่าง ๆ เช่น โรคซึมเศร้า โรคเครียด และที่สำคัญช่วยลดความเครียดได้ ตามที่ Rhoades และคณะ (2015) พบว่าวัยรุ่นที่มีสัตว์เลี้ยงมีระดับความเครียดและอาการซึมเศร้าน้อยกว่าคนที่ไม่สัตว์เลี้ยง ทั้งนี้การเลี้ยงสัตว์เพื่อเป็นเพื่อนเพิ่มจำนวนมากขึ้น ตามที่กรมปศุสัตว์ได้แจ้งไว้ในปี พ.ศ. 2560 คนไทยมีสัตว์เลี้ยงมากถึง 13.2 ล้านตัว โดยคาดการณ์ว่าปีถัดมาจะเพิ่มขึ้น นอกจากนี้สัตว์เลี้ยงในปัจจุบันยังมีหลากหลายสายพันธุ์มากกว่าเมื่อก่อน ไม่เพียงแค่นุ้ยและแมวเท่านั้น ยังมีรายงานว่ามีผู้เลี้ยงสัตว์อื่น ๆ ไว้เป็นเพื่อนอีกด้วย อาจเป็นเพราะสัตว์เลี้ยงสามารถให้ความสุข ความรัก ความผูกพันกับเจ้าของ หลายครอบครัวมีสัตว์เลี้ยงไว้เติมเต็มความสุขในชีวิต และด้วยความรักที่ไม่มีเงื่อนไขของสัตว์เลี้ยงเหล่านั้น ทำให้มีส่วนช่วยในการลดอาการเหงา และซึมเศร้าได้ และมีงานวิจัยสนับสนุนว่าหากผู้เลี้ยงมีความใกล้ชิดกับสัตว์เลี้ยง (Pet attachment) มาก ก็จะพบการซึมเศร้าที่น้อยลง (Crawford et al., 2006) เมื่อมีสัตว์เลี้ยงเป็นเพื่อน คนที่ประสบปัญหาทางด้านอารมณ์ โดยเฉพาะความเหงา ก็จะสามารถได้รับการสนับสนุนทางอารมณ์จากสัตว์เลี้ยงของตนอีกด้วย โดยสัตว์เลี้ยงอาจทำให้รู้สึกถึงการได้รับความรัก ทำให้ไม่รู้สึกร้าง รวมไปถึงได้รับการสนับสนุนทางอารมณ์ในสังคมจริง ๆ จากการที่พาสัตว์เลี้ยงออกไปเดินเล่นแล้วจึงพบปะผู้คนได้สร้างเครือข่ายใหม่ ๆ

ในงานวิจัยต่างประเทศ ได้กล่าวถึง ความผูกพันกับสัตว์เลี้ยง ไว้ว่า ความผูกพันกับสัตว์เลี้ยง นั้นมีรูปแบบเหมือนความผูกพันกับมนุษย์ (Zilcha-Mano และคณะ, 2011) ในงานวิจัยของ Barker และคณะ (2015) พบว่าเมื่อมีความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงที่มากขึ้นส่งผลดีต่อตัวเจ้าของในด้านต่าง ๆ ทั้ง ในด้านจิตใจ ร่างกาย และสังคม อีกทั้งในงานของ Crawford และคณะ (2006) พบว่าผู้ที่มีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับสัตว์เลี้ยงสูงจะซึมเศร้าน้อยกว่าคนที่มีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับสัตว์เลี้ยงต่ำ มีความสุขกว่าคนที่ไม่มีสัตว์เลี้ยงและสุขภาพร่างกายดีกว่า แม้ว่าความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงจะเป็นตัวแปรที่สำคัญในงานวิจัยความสัมพันธ์ระหว่างคนกับสัตว์เลี้ยง แต่มักจะไม่ได้นำมาเป็นตัวแปรสำคัญในงานวิจัยในอดีต (Peacock และคณะ, 2012) จากงานวิจัยที่กล่าวมาข้างต้น จะพบว่าทั้งความผูกพันกับสัตว์เลี้ยง และการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์นั้น ช่วยลดอารมณ์ด้านลบของบุคคลลงได้

อย่างไรก็ตามยังไม่พบงานวิจัยที่ศึกษาในด้านนี้มากนักในประเทศไทย รวมไปถึงการศึกษาในบริบทที่การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์เป็นตัวแปรส่งผ่าน ระหว่างความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงและความเหงา ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาการสนับสนุนทางอารมณ์จากแหล่งที่ต่างกัน การศึกษาครั้งนี้อาจเป็นเรื่องที่ท้าทาย เพราะวัยรุ่นที่มีสัตว์เลี้ยง โดยเฉพาะในสังคมไทยมักอาศัยอยู่รวมกันกับคนอื่น ไม่ได้เป็นเจ้าของเพียงคนเดียว จึงเป็นเรื่องที่น่าสนใจที่จะศึกษา อาจพบผลที่นำไปสู่การแก้ไขปัญหาอื่น ๆ ได้อีกมากมาย

จากที่กล่าวไปข้างต้นจะเห็นได้ว่า ปัญหาความเหงาในช่วงวัยรุ่นเป็นปัญหาที่น่าเฝ้าระวังและส่งผลกระทบร้ายแรงในด้านต่าง ๆ ทั้งร่างกายและจิตใจ ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะเสนออีกหนึ่งทางเลือกที่อาจช่วยลดปัญหาความเหงาในช่วงวัยรุ่นได้ คือการมีสัตว์เลี้ยง ที่ทำหน้าที่เป็นทั้งเพื่อนและยังช่วยให้เด็กวัยรุ่นได้มีกิจกรรมอื่นทำ ทั้งยังอาจช่วยในด้านการสร้างปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น โดยเฉพาะอย่างยิ่งงานวิจัยนี้ได้ศึกษาการสนับสนุนทางอารมณ์เป็นตัวแปรส่งผ่าน ที่อาจจะทำให้เข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงกับความเหงาในวัยรุ่นได้ดียิ่งขึ้น ด้วยเหตุผลเหล่านี้เองผู้วิจัยจึงเล็งเห็นความสำคัญของการศึกษาความสัมพันธ์ของความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงที่มีผลต่อความเหงาในวัยรุ่น โดยมีการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์เป็นตัวแปรส่งผ่าน เพื่อที่จะทำความเข้าใจและสามารถนำไปเป็นข้อมูลพื้นฐานในการลดความเหงาในวัยรุ่นได้อย่างเหมาะสม

แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในงานวิจัยเรื่อง การศึกษาความผูกพันของควมผูกพันกับสัตว์เลี้ยงที่มีผลต่อความเหงาในวัยรุ่น โดยมีการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์เป็นตัวแปรส่งผ่าน มีแนวคิด ทฤษฎี และผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องแบ่งออกเป็นหัวข้อ ดังนี้

1. ความเหงา (Loneliness)
2. ความผูกพันกับสัตว์เลี้ยง (Pet attachment)
3. ทฤษฎีการสนับสนุนสังคมด้านอารมณ์ (Emotional support)
4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. ความเหงา (Loneliness)

1.1 ความหมายของความเหงา

ความเหงา (Loneliness) ถือเป็นปัญหาทางด้านอารมณ์และจิตใจ เป็นความรู้สึกเปล่าเปลี่ยวใจ อ้างว้าง ไม่คึกคัก (ราชบัณฑิตยสถาน, 2554) ซึ่งสอดคล้องกับ ณัฐรดา อยู่ศิริและคณะ (2557) ได้ให้ความหมายความเหงาไว้ว่า เป็นความรู้สึกที่ก่อให้เกิดความไม่สบายใจ เนื่องมาจากการรับรู้ว่าคุณขาดปฏิสัมพันธ์ทางสังคม หรือมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมน้อยกว่าที่ตนต้องการ ทำให้เกิดความรู้สึกไม่พอใจ หรือกล่าวได้อีกว่าความเหงาเป็นความรู้สึกโดดเดี่ยว ทุกข์ทรมานใจ ซึ่งเกิดจากการขาดสัมพันธ์ภาพที่มีความหมายกับบุคคลอื่นและความสัมพันธ์ที่มีร่วมกับบุคคลอื่นไม่ตรงตามที่ต้องการ เช่นเดียวกันกับ วรวิโรจน์ ประภท (2545) ได้ให้ความหมายความเหงาไว้ว่า เป็นความทุกข์ทรมานทางจิตใจ อันเกิดจากการอยู่คนเดียว หรือขาดบุคคลที่เข้าใจ และ โอนินา ใจอุดม (2548) ก็ได้ให้ความหมายความเหงาไว้ว่า เป็นความรู้สึกโดดเดี่ยวเช่นกัน

ความเหงาเป็นอารมณ์ที่มีความหมายในทางลบ ความเหงาต่างจากภาวะการแยกตัว นอกจากนี้ ความเหงา คือ สถานะทางความรู้สึกและอารมณ์ของบุคคลที่มีระดับความไม่พึงพอใจต่อความสัมพันธ์ทางสังคม (ทั้งจากอดีต ปัจจุบัน และอนาคต) ซึ่งส่งผลต่อการแยกตัวจากสังคมในที่สุด (วสันต์ ลิ้มปี่เฉลิม, 2552) สอดคล้องกับ (Weiss ,1973 อ้างถึงใน Vincenzi & Graboskt, 1987) ที่กล่าวว่าแม้ว่าเราจะอยู่ท่ามกลางผู้คนมากมาย แต่คนเราก็สามารถเกิดความเหงาได้ เพราะฉะนั้นความเหงาอาจจะไม่ได้ขึ้นอยู่กับจำนวนบุคคล แต่ขึ้นอยู่กับความสัมพันธ์ที่บุคคลนั้นต้องการที่จะได้รับจากคนในสังคม ซึ่ง Peplau และ Perlman (1982 อ้างถึงใน Heinrich, 2006) ก็ได้กล่าวว่า ความเหงาจะเกิดขึ้น หากความสัมพันธ์ที่บุคคลต้องการกับความสัมพันธ์ทางสังคมไม่มีความสอดคล้องกันเช่นกัน

จึงกล่าวโดยสรุปได้ว่า ความเหงา คือ ความรู้สึกของบุคคลที่ขาดปฏิสัมพันธ์กับบุคคลในสังคม หรือมีปฏิสัมพันธ์กับคนในสังคมน้อยกว่าที่ตนต้องการได้รับ จำนวนบุคคลรอบตัวไม่ได้เป็นผลต่อระดับความเหงาภายในจิตใจ ความเหงาเป็นอารมณ์ความรู้สึกทางลบ รู้สึกว่าไม่มีคนเข้าใจ เป็นภาวะที่ก่อให้เกิดความทุกข์ทรมานทางจิตใจและส่งผลกระทบต่อร่างกาย

1.2 ประเภทของความเหงา

จากการที่ศึกษาค้นคว้ามี ผู้วิจัยได้ศึกษาและแบ่งประเภทของความเหงาไว้หลายประเภท ดังนี้

Weiss (1973) และ Ditommaso และ Spinner (1977) ได้แบ่งประเภทของความเหงาออกเป็น 2 ประเภท คือ

1.ความเหงาทางอารมณ์ (Emotional loneliness) หมายถึง ความเหงาที่เกิดจากการขาดความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด เช่น การสูญเสียคนรัก หรือเคยหย่าร้าง โดยการเพิ่มปริมาณความสัมพันธ์ทางสังคมไม่สามารถช่วยลดความเหงาประเภทนี้ได้ ต้องหาบุคคลมาทดแทนความสัมพันธ์ใกล้ชิดที่ขาดหายไป

2.ความเหงาทางสังคม (Social loneliness) หมายถึง ความเหงาที่เกิดจากการขาดเครือข่ายทางสังคมหรือการขาดกิจกรรมทางสังคม ความเหงาประเภทนี้เมื่อเพิ่มเครือข่ายทางสังคมและเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมก็จะทำให้แก้ไขได้

Beck และYoung (1978) ได้แบ่งความแตกต่าง ของความเหงาออกเป็น 3 ประเภท คือ

1. ความเหงาแบบเรื้อรัง (Chronic loneliness) คือ ความเหงาที่เกิดจากความสัมพันธ์ที่ล้มเหลวติดต่อกันเป็นระยะเวลานาน ความรู้สึกถูกทอดทิ้งจากการสื่อสาร เช่น ปัญหาความขัดแย้งภายในครอบครัวที่ไม่ได้รับการแก้ไข

2. ความเหงาจากสถานการณ์ (Situational loneliness) คือ ความเหงาที่เกิดจากเหตุการณ์ไม่คาดคิดในทางลบ ส่งผลให้ความสัมพันธ์ไม่เป็นไปอย่างปกติ เช่น ความตาย การพรากจาก บางครั้งอาจเกิดความรุนแรงมากกว่าและก่อให้เกิดความเครียดสูงกว่าสถานการณ์ความเหงาอีกสองแบบ

3. ความเหงาแบบชั่วคราว (Transient loneliness) คือ ความเหงาที่เกิดจากความรู้สึกอ้างว้างเพียงชั่วอารมณ์หนึ่ง เป็นเพียงชั่วคราวและจางหายไป เช่น สถานการณ์งานเลี้ยงรุ่นที่ต้องเลิกรา ได้พบเจอเพื่อนเก่าและต้องลาจาก

จากการแบ่งประเภทข้างต้นมีความสอดคล้องกับ Shultz และคณะ (1988) ที่แบ่งประเภทของความเหงาออกเป็น 3 ประเภทเช่นเดียวกัน คือ

1. ความเหงาแบบชั่วคราว (Transient loneliness) หรือเรียกอีกอย่างว่า ความเหงาในชีวิตประจำวัน (Everyday loneliness) เป็นความเหงาที่เกิดขึ้นเป็นครั้งคราว และเป็นประเภทที่พบมากที่สุดอาการจะไม่ค่อยรุนแรง

2. ความเหงาจากสถานการณ์ (Situational loneliness) เป็นความเหงาที่มักเกิดขึ้นหลังจากสถานการณ์ที่เครียดในชีวิต เช่น การตาย การหย่าร้าง หรือการย้ายถิ่นฐานของคนที่มีความสัมพันธ์ต่อกัน

3. ความเหงาแบบเรื้อรัง (Chronic loneliness) เป็นความเหงาที่มักเกิดในบุคคลที่ไม่พึงพอใจในความสัมพันธ์ของตนกับผู้อื่นเป็นระยะเวลายาวนานติดต่อกัน และไม่สามารถพัฒนาความสัมพันธ์เหล่านั้นให้ดีขึ้นได้ ความเหงาประเภทนี้มักเกิดกับบุคคลที่มีปัญหาในด้านการปรับตัว ยากที่จะแก้ไข อาจซ่อนอยู่ลึกภายในจิตใจ ซึ่งเรียกว่า Latent Chronic Loneliness

ทั้งนี้ Creedy , Breg, และ Wright (1985) แบ่งความเหงาออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. ความเหงาปฐมภูมิ (Primary Loneliness) เป็นความเหงาที่เกิดขึ้นตามปกติ ขณะที่อยู่คนเดียว ทำให้เกิดความเบื่อหน่าย ไม่อยากพบปะผู้คน และแยกตัวออกจากสังคม

2. ความเหงาทุติยภูมิ (Secondary Loneliness) เป็นความเหงาที่เกิดจากการต้องอยู่ตามลำพัง เนื่องจากต้องพลัดพรากจากบุคคล หรือสิ่งของอันเป็นที่รัก ความเหงาชนิดนี้จัดเป็นโรคหนึ่ง (Pathological Loneliness) มักพบร่วมกับจิตเภทเรื้อรัง

นอกจากนี้ สิริหทัย มูลฉวี (2541) ได้อธิบายความหมายของความว่าเหว่ หรือ ความเหงาไว้ 2 ชนิด คือ 1. Existential Loneliness หมายถึง ความเหงาที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ได้เสมอ ๆ เช่น การเจ็บป่วยทางกายและไม่มีคนดูแล หรือบุคคลสูงอายุที่ไม่มีลูกหลานดูแล ทำให้เกิดความเจ็บเหงา

2. Anxiety Loneliness หมายถึง ความเหงาที่เกิดขึ้นในใจตนเองที่สะสมเป็นเวลานานและเกิดความขัดแย้งในใจ ไม่สามารถแสดงตัวตนของตนเองออกมาได้ในขณะที่ต้องมีพฤติกรรมตามที่สังคมต้องการ เมื่อบุคคลไม่สามารถแสดงความต้องการที่แท้จริงออกมาได้ จึงเกิดความวิตกกังวลสูง

จากข้อมูลข้างต้น จึงกล่าวโดยสรุปได้ว่า ความเหงามีทั้งหมด 3 ประเภท คือ ความเหงาทั่วไปที่เกิดขึ้นเพียงชั่วคราวและจางหายไปในเวลาไม่นาน ไม่ส่งผลกระทบต่อชีวิตประจำวันมากนัก ส่วนความเหงาประเภทที่สอง คือความเหงาที่เกิดจากเหตุการณ์ทางลบมากระตุ้น ทำให้เกิดเป็นความเหงาขึ้นมา เช่น การต้องพลัดพรากจากคนรัก ความเหงาชนิดนี้จะหายไปต่อเมื่อมีการแทนที่หรือบุคคลนั้นสามารถที่จะปรับตัวกับสภาพแวดล้อมปัจจุบันได้แล้ว และความเหงาประเภทสุดท้าย คือความเหงาที่ฝังรากลึกมานาน เป็นความเหงาแบบเรื้อรัง ที่มักจะเกิดกับคนที่มีปัญหาในการปรับตัว และเป็นเรื่องที่ไม่ส่งผลกระทบต่อจิตใจอย่างมาก ไม่สามารถที่จะทำการแก้ไขได้ เช่น พ่อแม่ไม่มีเวลาดูแล ไม่ใส่ใจ หรือเหตุการณ์หย่าร้างส่งผลโดยตรงต่อลูก ความเหงาประเภทนี้มักจะไม่วางหายไป อาจจะต้องได้รับการช่วยเหลือเพราะส่งผลกระทบต่อร่างกายและจิตใจ

1.3 ผลที่เกิดจากความเหงา

มีการศึกษาจำนวนมากเกี่ยวกับความเหงาที่เกิดขึ้น และพบว่าความเหงามีความสัมพันธ์ทางบวกกับปัญหาสุขภาพในด้านต่าง ๆ เช่น งานวิจัยความเหงาของ Pikhartova และคณะ (2014) กล่าวว่า การเกิดความเหงาขึ้นอยู่กับ Socio-demographic เช่น เพศ รายได้ และพบว่า การเลี้ยงสัตว์มีผลทำให้ความเหงาลดน้อยลงในเพศหญิง ทั้งนี้ยังส่งผลในอีกด้านคือถ้าเกิดความเหงาจะส่งผลให้คนไปซื้อสัตว์เลี้ยงด้วย นอกจากนี้ยังมีงานวิจัยของ วาสนา ปราบภูวงค์ (2009) ที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ภาวะสุขภาพ ความรู้สึที่มีคุณค่าในตนเอง กับความเหงาของผู้สูงอายุที่อยู่ลำพัง พบว่า ความรู้สึที่มีคุณค่าในตนเอง อายุ ภาวะสุขภาพ และรายได้เฉลี่ยต่อเดือนสามารถอธิบายความผันแปรของความเหงาในผู้สูงอายุได้ หรืออีกงานวิจัยหนึ่งที่ทำเกี่ยวเนื่องกับความเหงาโดย Black (2012) ทำงานวิจัยในนักเรียนช่วงวัยรุ่นในโรงเรียนชนบท พบว่า วัยรุ่นที่มีสัตว์เลี้ยงเป็นของตัวเองเกิดความเหงาน้อยกว่าวัยรุ่นที่ไม่มีสัตว์เลี้ยงเป็นของตนเอง

จากงานวิจัยข้างต้นจึงสรุปได้ว่า ความเหงาที่ก่อให้เกิดความไม่สบายทั้งกายและใจนั้น อาจมาจากปัจจัยที่หลากหลาย ทั้งเรื่อง ภาวะสุขภาพ รายได้ ก็สามารถส่งผลให้คนเกิดความเหงาได้ และจากงานวิจัยเหล่านั้น การเลี้ยงสัตว์ก็มีส่วนที่จะช่วยเหลือบุคคลจากการที่ต้องเผชิญความเหงาได้ ผู้วิจัยจึงตั้งสมมติฐานว่า การเลี้ยงสัตว์มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเหงา

2. ความผูกพันกับสัตว์เลี้ยง (Pet attachment)

ทฤษฎีความผูกพัน (Attachment theory) ได้ถูกกล่าวถึงในปี 1958 โดย John Bowlby เป็นนักจิตแพทย์และนักจิตวิทยาชาวอังกฤษ ซึ่งนับได้ว่าเป็นการเขียนถึงทฤษฎีความผูกพันอย่างเป็นทางการครั้งแรก ซึ่งทฤษฎีนี้ได้แนวคิดมาจากการสังเกตพฤติกรรมของสัตว์ (Ethology) และจิตวิทยาพัฒนาการ (Developmental psychology) ซึ่งต่อมา Bowlby ได้ให้ความหมายของความผูกพันว่า คือ พันธะทางอารมณ์ที่ลึกซึ้งและยั่งยืนระหว่างเด็กกับบุคคลที่เด็กมีความผูกพันด้วย ซึ่งพันธะดังกล่าวจะทำให้เด็กรักษาใกล้ชิดระหว่างตนและผู้เลี้ยงดูเอาไว้ ในปี 1973 Bowlby เสนอว่า พฤติกรรมความผูกพัน (Attachment behavior) เป็นพฤติกรรมที่มีการปรับเปลี่ยน และพัฒนามาจากกระบวนการคัดเลือกตามธรรมชาติ ก็คือการปกป้องตนเองจากอันตรายที่จะเกิดขึ้นโดยการทำให้ตนมีความใกล้ชิดกับผู้เลี้ยงดู (Bretherton, 1992)

Harlow และ Zimmermann (1959) ได้ทำการศึกษาเรื่องความผูกพันและความใกล้ชิด โดยทำการทดลองกับลูกลิง โดยแยกลูกลิงออกจากแม่ และสร้างแม่ลิงจำลองจากฝ้ายที่มีความอบอุ่น และแม่ลิงจากขดลวดที่ผูกขวคนมอยู่ พบว่าลูกลิงส่วนใหญ่มักจะเลือกอยู่กับแม่ลิงที่จำลองจากฝ้ายที่มีความอบอุ่นมากกว่า และจะอยู่กับแม่ลิงที่มีขวคนมเมื่อหิวเท่านั้น ทั้งยังพบอีกว่าเมื่อแยกลูกลิงออกจากแม่ลิง ลูกลิงจะส่งเสียงร้อง และตามหาแม่ เมื่อหาไม่เจอลูกลิงจะเริ่มมีพฤติกรรมเก็บตัว และเมื่อกลับไปเจอแม่อีกครั้ง พฤติกรรมเก็บตัวก็ยังคงอยู่และทำให้เกิดปัญหาเกี่ยวกับการเข้าร่วมฝูงลิงในอนาคต จะเห็นได้ว่าการทดลองนี้สนับสนุนทฤษฎีของ Bowlby แต่ก็เป็นการทดลองที่เกิดขึ้นกับสัตว์เท่านั้น ต่อมา Mary Ainsworth (1963) ได้นำเสนอผลการทดลองที่ทำกับทารกที่ต้องจากแม่ พบว่าเด็กมีพฤติกรรมทั้งหมด 3 กลุ่ม คือ

1. ความผูกพันที่มั่นคง (Secure) จะพบว่าเด็กจะร้องไห้เมื่อแม่จากไปและจะหยุดร้องเมื่อแม่กลับมาเล่นด้วยตามปกติ ผู้ที่มีรูปแบบความผูกพันในลักษณะนี้จะพัฒนาเติบโตมาเป็น บุคคลที่เป็นมิตร มีความอดทน ไว้วางใจผู้อื่น และน่าเชื่อถือ
2. ความผูกพันแบบหลบหลีก (Avoidant) จะพบว่า แม่จะไม่ส่งผลต่อตัวเด็กเมื่อแม่จากไป เด็กจะไม่ร้องไห้ และเด็กจะไม่สนใจเมื่อแม่กลับมา ผู้ที่มีรูปแบบความผูกพันในลักษณะนี้จะพัฒนาเป็นบุคคลที่มีความหวาดระแวง ห่างเหินและไม่ไว้วางใจบุคคลอื่น

3. รูปแบบความผูกพันแบบวิตกกังวล (Anxious) จะพบว่าเด็กจะร้องไห้เมื่อแม่จากไป และไม่หยุดร้องเมื่อแม่กลับมา ผู้ที่มีรูปแบบความผูกพันในลักษณะนี้มักจะไม่มั่นใจในตนเอง เข้าใจยาก มองตนเองว่าไม่มีคุณค่า รวมไปถึงไม่มีความสามารถที่จะมีความสัมพันธ์แบบ ยืนยาวได้

ความผูกพัน หมายถึง มีความเป็นห่วงกังวลเพราะรักใคร่ ตามที่ราชบัณฑิตยสถาน (2554) ได้กล่าวไว้ นอกจากนี้ Bowlby (1982) ยังได้ให้ความหมายความผูกพันว่า คือ พันธะทางอารมณ์ที่ลึกซึ้งและยั่งยืนระหว่างเด็กกับบุคคลที่เด็กมีความผูกพันด้วย ซึ่งพันธะดังกล่าวจะทำให้เด็กรักษาความใกล้ชิดระหว่างตนและผู้เลี้ยงดูเอาไว้ สอดคล้องกับ กิตติคุณ ซึ่งหทัย (2560) ซึ่งให้ความหมายความผูกพันไว้ว่า เป็นพันธะทางอารมณ์ที่บุคคลหนึ่งมีต่ออีกบุคคลหนึ่ง ซึ่งจะเกิดขึ้นตั้งแต่ยังเป็นทารก โดยจะมีความสัมพันธ์เหนียวแน่นกับผู้เลี้ยงดูหลักและรับรู้ว่าคุณคนนั้นเป็นแหล่งความมั่นคง อบอุ่น และทำให้ปลอดภัย พันธะนี้จะมีการพัฒนา จนมีความคงทนถาวรตลอดช่วงชีวิต ซึ่งพันธะทางอารมณ์ที่มีต่อบุคคลอื่น จะพัฒนาเฉพาะบุคคลเท่านั้น และจะเป็นพันธะที่จะกระตุ้นให้บุคคลอื่นตอบสนองต่อตนเอง เมื่อเกิดการตอบสนองจะพัฒนาเป็นความผูกพันต่อไป (Ainsworth, 1964) นอกจากนี้ พงศ์มนัส บุศยประทีป (2554) ก็ได้ให้ความหมายความผูกพันไว้ว่าเป็นพันธะทางอารมณ์ที่บุคคลสร้างขึ้นมากับบุคคลที่อยู่ใกล้ชิด เช่น ผู้เลี้ยงดู หรือคนรัก เช่นกัน

จากงานข้างต้นจึงสรุปความหมายของความผูกพันได้ว่า เป็นพันธะทางอารมณ์ที่บุคคลหนึ่งสร้างขึ้นกับบุคคลหนึ่งที่อยู่ใกล้ชิด เพื่อรักษาความสัมพันธ์ให้มั่นคง จะพัฒนาเฉพาะบุคคล และเริ่มตั้งแต่ยังเป็นทารก และจะพัฒนาต่อไปตลอดช่วงชีวิต

นอกจากความผูกพันที่เกิดขึ้นกับมนุษย์ด้วยกันแล้วนั้น ยังพบความผูกพันอีกรูปแบบหนึ่งก็คือ **ความผูกพันที่เกิดขึ้นกับสัตว์เลี้ยง (Pet attachment)** ตามที่ Gosse และ Barnes (1994) พบว่า มนุษย์มีความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงเหมือนที่มีความผูกพันกับเพื่อนและครอบครัว

สัตว์เลี้ยง คือ สัตว์ที่ถูกควบคุมโดยมนุษย์ ในเรื่องการให้อาหาร การคุ้มครองดูแล มีการสร้างความผูกพันต่อกันระหว่างคนและสัตว์ จะไม่นับสัตว์ที่อยู่ในสวนสัตว์หรือห้องทดลองว่าเป็นสัตว์เลี้ยง เพราะไม่ได้มีความผูกพันกับชีวิตและความเป็นอยู่ของคนโดยตรง สัตว์เลี้ยงเปรียบเสมือนเพื่อนผู้ซื่อสัตย์ มนุษย์เริ่มเลี้ยงสัตว์ประเภทสุนัขเป็นเพื่อนมาก่อนที่ต่อมาจะปรากฏสัตว์ชนิดอื่น ๆ (Briggs, 2017) และเนื่องจากสุนัขเข้าใจอารมณ์มนุษย์เป็นอย่างดี พวกมันเลยกลายเป็นเพื่อนที่ดีที่สุด สอดคล้องกับ Passantino (2008) ให้ความหมายของสัตว์เลี้ยงไว้ว่า เป็นสุนัขและแมว รวมทั้งสัตว์

อื่น ๆ ที่อาศัยอยู่ในบ้านหรือใกล้บ้าน โดยมีเจ้าของเป็นคนให้ความดูแล แต่จะไม่รวมสัตว์ที่อยู่ฟาร์ม และ Reaser และคณะ (2008) ได้ให้ความหมายสัตว์เลี้ยง คือสัตว์ที่ได้รับการดูแลโดยมนุษย์เพื่อไว้เป็นเพื่อน รวมไปถึงสัตว์เลี้ยงให้ความรักอย่างไม่มีเงื่อนไข การสนับสนุน และประโยชน์ในทั้งร่างกาย และจิตใจ (Peacock และคณะ, 2012) งานวิจัยของ Wright และคณะ (2015) ทำวิจัยในเด็กที่เป็น ออทิสติก (Autism Spectrum Disorder) พบว่าในกลุ่มที่มีสัตว์เลี้ยงจะมีความวิตกกังวลลดลงกว่า กลุ่มที่ไม่มีสัตว์เลี้ยง

ในงานวิจัยของ Stallones และคณะ (1988) พบว่า 95% ของผู้สูงอายุคิดว่าสัตว์เลี้ยงเป็นเพื่อน อย่างไรก็ตาม Margolies (1999) กล่าวว่า จุดประสงค์ของความผูกพันโดยทั่วไปแล้ว คือความรู้สึกปลอดภัย ซึ่งความสัมพันธ์อื่น ๆ จะกลายเป็นความผูกพันได้เมื่อความสัมพันธ์นั้นทำหน้าที่ตอบสนองความปลอดภัยทางด้านจิตใจ ซึ่งความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงเป็นอีกหนทาง ที่ทำให้ความรู้สึกของบุคคลเหล่านั้นมั่นคงและปลอดภัย

แม้ว่าความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงจะเป็นตัวแปรที่สำคัญในงานวิจัยความสัมพันธ์ระหว่างคนกับ สัตว์เลี้ยง แต่มักจะถูกกละเลย การศึกษาล่าสุดได้พยายามพัฒนาเครื่องมือที่เกี่ยวกับจิตวิทยามากขึ้น โดยใช้แนวคิดจากทฤษฎีความผูกพันตามแบบ Bowlby (Peacock และคณะ ,2012) ทั้งนี้มีนักวิจัยหลายคนได้ยืนยันว่าความสัมพันธ์กับสัตว์เลี้ยง ใกล้เคียงกับความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์และมนุษย์ จึงสามารถใช้ทฤษฎีเดียวกันมาอธิบายได้ (Zilcha-Mano และคณะ, 2011) บ่อยครั้งที่เจ้าของรายงาน ว่ามีความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงมากกว่าคนใกล้ชิดรอบตัวอื่น ๆ (Sable ,1995) นอกจากนี้งานวิจัย Archer และ Ireland (2011) ชี้ให้เห็นว่า เจ้าของสัตว์เลี้ยงมักจะคิดว่าสัตว์เลี้ยงของพวกเขาอยู่ที่นั่นเสมอ เมื่อถึงเวลาที่เจ้าของต้องการ ทำให้เจ้าของรู้สึกปลอดภัยและมีที่หลบภัย

จากข้างต้นจึงสรุปได้ว่า ความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงเป็นความสัมพันธ์อีกรูปแบบหนึ่ง ซึ่งมีลักษณะไม่แตกต่างไปจากความผูกพันระหว่างมนุษย์และมนุษย์ ความผูกพันนั้นก็คือ ความรู้สึก ปลอดภัย

3. ทฤษฎีการสนับสนุนทางสังคม (Social support)

มนุษย์เป็นสัตว์สังคม นักปราชญ์ชาวกรีก หรือ อริสโตเติล เป็นผู้กล่าวเอาไว้ มีความหมายว่าการที่มนุษย์ต้องอยู่ด้วยกันเป็นกลุ่ม จะสามารถดำรงอยู่รอดได้อย่างมีความสุข จะต้องมีความสัมพันธ์กับผู้อื่นในสังคม เหตุที่ต้องอยู่รวมกันเป็นกลุ่มนั้น เพราะมนุษย์เราต้องพึ่งพาอาศัยกันในการดำรงชีวิตนั่นเอง

3.1 ความหมายของการสนับสนุนทางสังคม

House (1987) ได้ให้ความหมายการสนับสนุนทางสังคม (Social support) ไว้ว่า คือการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ประกอบด้วยความรัก ความห่วงใย ความไว้วางใจ ความช่วยเหลือด้านต่าง ๆ การให้ข้อมูลข่าวสารและคำแนะนำ รวมไปถึงให้ข้อมูลเพื่อการเรียนรู้และประเมินตนเอง เพื่อให้บุคคลสามารถเผชิญปัญหาความเครียดได้ ซึ่งสอดคล้องกับ Cobb (1976) ที่ให้ความหมายว่า การสนับสนุนทางสังคมเป็นข้อมูลหรือข่าวสารที่ทำให้บุคคลเข้าใจว่าตนเองมีคนรัก มีคนสนใจและเห็นคุณค่า และรู้สึกว่าตนเป็นส่วนหนึ่งของสังคม มีความผูกพันซึ่งกันและกัน ทั้งนี้ Cohen และคณะ (2000) ก็ได้ให้ความหมายไว้ว่า เป็นกระบวนการที่มีการปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในเครือข่ายสังคมที่อาจทำให้มีสุขภาพกายและจิตที่ดีขึ้น เช่นเดียวกัน นอกจากนี้ ปิยะกมล วิจิตรศิริ (2558) ก็ได้ให้ความหมายการสนับสนุนทางสังคมไว้ว่า เป็นกระบวนการปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล มีจุดประสงค์เพื่อให้บุคคลได้รับความพึงพอใจ และได้รับการตอบสนองตามความต้องการในการดำเนินชีวิตทั้งในลักษณะที่เป็นรูปธรรม และนามธรรม เช่น ทำให้เกิดผลดีต่อผู้รับทั้งด้านร่างกาย จิตใจและสังคม ซึ่งสอดคล้องกับ Weiss (1974) ที่กล่าวว่า การสนับสนุนทางสังคมเป็นความรู้สึกพึงพอใจต่อความต้องการที่เกิดจากสัมพันธภาพที่เกิดระหว่างบุคคลในสังคม เช่น การมีส่วนร่วมในสังคม การเอื้อประโยชน์ต่อผู้อื่น การได้รับการยอมรับจากบุคคลในสังคมว่าเป็นผู้มีคุณค่าและได้รับความช่วยเหลือจากสังคมในรูปแบบต่าง ๆ จะเห็นได้ว่า ความหมายของการสนับสนุนทางสังคมเป็นไปในแนวทางเดียวกัน

สรุปได้ว่า การสนับสนุนทางสังคม หมายถึง ความรู้สึกพึงพอใจของบุคคลหนึ่งต่อสัมพันธภาพระหว่างบุคคลในสังคม ได้รับความรัก การเห็นคุณค่า และเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ได้รับความช่วยเหลือด้านต่าง ๆ ทั้งเงินทอง ความคิดเห็น รวมถึงข้อมูลข่าวสารในด้านการเรียนรู้และการพัฒนาตนเอง นอกจากนี้ยังได้รับการสนับสนุนในเรื่องของอารมณ์ ทำให้รู้สึกมั่นคงและมีคุณค่าอีกด้วย

3.2 ประเภทของการสนับสนุนทางสังคม

Weiss (1974) ได้แบ่งประเภทของการสนับสนุนทางสังคม เป็น 6 ชนิด ดังนี้

1. การได้รับความผูกพันใกล้ชิดสนิทสนม (Attachment) เป็นความรู้สึกใกล้ชิดที่ทำให้บุคคลรู้สึกว่าเป็นที่รัก ได้รับการดูแลเอาใจใส่ ซึ่งมักจะได้รับจากคนใกล้ชิด หากขาดการสนับสนุนนี้จะส่งผลให้คนเกิดความเหงาและรู้สึกโดดเดี่ยว
2. การได้มีโอกาสเลี้ยงดูหรือให้ความช่วยเหลือบุคคลอื่น (Opportunity of nurturance) หมายถึง การที่บุคคลมีความรับผิดชอบในการช่วยเหลือผู้อื่น ทำให้รู้สึกรับผิดชอบและคิดว่าตนเองเป็นที่ต้องการและพึ่งพาของบุคคลอื่น เช่น พ่อแม่มีความรับผิดชอบต่อการเจริญเติบโตของลูก หากขาดการสนับสนุนทางสังคมชนิดนี้จะทำให้บุคคลรู้สึกไร้ค่า
3. การเป็นส่วนหนึ่งในสังคม (Social integration) หมายถึง การที่บุคคลได้มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมในสังคม แลกเปลี่ยนความรู้ ความเข้าใจ หากขาดการสนับสนุนชนิดนี้จะทำให้บุคคลรู้สึกถูกแยกตัวออกจากสังคม ขาดเพื่อน ส่งผลให้เกิดความเหงา
4. การรับรู้ถึงการมีคุณค่าในตนเอง (Reassurance of worth) การได้รับการยอมรับเมื่อบุคคลแสดงให้เห็นว่าตนเองมีคุณค่าและได้รับการยอมรับนับถือ ถ้าขาดก็จะเกิดความไม่เชื่อมั่นในตนเอง
5. ความเชื่อมั่นในการเป็นมิตรที่ดี (Sense of reliable alliance) หมายถึง การได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวหรือญาติ ได้รับความช่วยเหลือ และห่วงใยซึ่งกันและกันอย่างต่อเนื่อง ถ้าขาดบุคคลจะรู้สึกไม่มั่นคงและถูกทอดทิ้ง
6. การได้รับการชี้แนะ (The obtaining guidance) หมายถึง การได้รับความจริงใจ และการช่วยเหลือทางด้านอารมณ์ ข้อมูลข่าวสารจากบุคคลที่ตนมีความเชื่อมั่น หากขาดการสนับสนุนชนิดนี้จะทำให้รู้สึกท้อแท้สิ้นหวัง

Cobb (1976) ได้แบ่งการสนับสนุนทางสังคมออกเป็น 3 ประเภท คือ

1. การสนับสนุนทางด้านอารมณ์ (Emotional support) เป็นข้อมูลที่ทำให้บุคคลเชื่อว่าได้รับความรัก ความเอาใจใส่ และมีความผูกพันซึ่งกันและกัน
2. การสนับสนุนด้านการยอมรับและเห็นคุณค่า (Esteem support) เป็นข้อมูลที่ทำให้บุคคลรู้สึกว่าเป็นที่เคารพ และบุคคลอื่นเห็นว่าตนมีคุณค่าและยอมรับนับถือ
3. การสนับสนุนด้านการมีส่วนร่วมและการเป็นส่วนหนึ่งของสังคม (Social support) เป็นข้อมูลที่ทำให้ทุกคนรับรู้ว่าเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ได้รับความช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

House (1987) ได้แบ่งการสนับสนุนทางสังคมออกเป็น 4 ชนิด คือ

1. การสนับสนุนทางด้านอารมณ์ (Emotional support) คือการสนับสนุนการยกย่อง ให้ความรักความผูกพัน ใส่ใจและรู้สึกเห็นอกเห็นใจ
2. การสนับสนุนด้านการให้การประเมินผล (Appraisal Support) เช่น การให้ข้อมูลป้อนกลับ (Feedback) การเห็นพ้องหรือให้รับรองผลการปฏิบัติ หรือการบอกให้ทราบผลถึงผลดี ที่ผู้รับได้ปฏิบัติพฤติกรรมนั้น
3. การให้การสนับสนุนทางด้านข้อมูลข่าวสาร (Information Support) คือ การให้คำแนะนำ การตักเตือน การให้คำปรึกษา
4. การให้การสนับสนุนทางด้านเครื่องมือ (Instrumental Support) เช่น แรงงาน เงิน เวลา

Schaefer, Coyne, และ Lazarus (1981) ได้แบ่งชนิดการสนับสนุนทางสังคม ออกเป็น 3 ชนิด คือ

1. การสนับสนุนด้านอารมณ์ (Emotional support) ได้แก่ ความใกล้ชิดสนิทสนม ความผูกพัน ความเชื่อถือ ความไว้วางใจซึ่งกันและกัน สิ่งเหล่านี้จะส่งผลให้บุคคลรู้สึกว่าคุณได้รับความรักและการดูแลเอาใจใส่
2. การสนับสนุน ด้านข้อมูลข่าวสาร (Information Support) คือ การให้ข้อมูลและคำแนะนำในการแก้ปัญหา การให้ข้อมูลย้อนกลับเกี่ยวกับพฤติกรรมของบุคคล
3. การสนับสนุน ด้านสิ่งของ (Tangible support) เป็นการช่วยเหลือโดยตรง เช่น การให้สิ่งของ เงิน และการบริการ

ทั้งนี้จากงานวิจัยของ Wood (2015) พบว่า การเลี้ยงสัตว์ช่วยให้การสนับสนุนทางสังคมเพิ่มขึ้น และเป็นตัวเร่งให้เกิดความสัมพันธ์กับคนรอบข้างในบริเวณใกล้เคียง

จากการศึกษาประเภทของการสนับสนุนทางสังคมข้างต้น จึงสรุปได้ว่า การสนับสนุนทางสังคมจะช่วยให้คุณเผชิญกับปัญหาที่พบเจอได้เป็นอย่างดี ทั้งในด้านอารมณ์ความรู้สึก ที่ช่วยให้คุณรู้สึกว่าคุณได้รับการเอาใจใส่ ได้รับความรักซึ่งเป็นสิ่งจำเป็นในการดำเนินชีวิตโดยเฉพาะอย่างยิ่งช่วงวัยรุ่นที่มีการ เปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ สังคม และร่างกาย ทั้งนี้การสนับสนุนทางสังคมด้านอื่น ๆ ก็มีความสำคัญควบคู่กันไป โดยการสนับสนุนทางอารมณ์ หรือ Emotional support เป็นหนึ่งในประเภทของการสนับสนุนทางสังคม ซึ่งผู้วิจัยต้องการที่จะทำการศึกษา

4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเลี้ยงสัตว์ ความเหงา และการสนับสนุนทางอารมณ์

Crawford และคณะ (2006) ได้ทำการรวบรวมประโยชน์ที่ได้จากการมีสัตว์เลี้ยงและพบว่าผู้ที่มีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับสัตว์เลี้ยงสูงจะซึมเศร้าน้อยกว่าคนที่มีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับสัตว์เลี้ยงต่ำ และมีความสุขกว่าคนที่ไม่มีสัตว์เลี้ยง ซึ่งสอดคล้อง กับผลการวิจัยของ Black (2012) ที่ทำการศึกษาความผูกพันระหว่างสัตว์เลี้ยงและความเหงาในวัยรุ่น โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นวัยรุ่นที่อาศัยอยู่ในชนบท จำนวนทั้งหมด 293 คน โดยให้ทำแบบสอบถามด้วยตนเองพบว่า วัยรุ่นที่มีสัตว์เลี้ยงมีความเหงาน้อยกว่าวัยรุ่นที่ไม่มีสัตว์เลี้ยง รวมไปถึงความผูกพันต่อสัตว์เลี้ยงมีผลทางบวกกับจำนวนคนในเครือข่ายการสนับสนุนทางสังคมอีกด้วย

อีกทั้ง Wood และคณะ (2015) ก็ได้ผลการวิจัยที่เป็นไปในทางเดียวกัน ส่งผลต่ออารมณ์ในทางบวก ในการวิจัยครั้งนี้ชี้ให้เห็นว่าสัตว์เลี้ยงสามารถเป็นตัวเร่งปฏิกิริยาเพื่อช่วยให้เกิดความสัมพันธ์ทางสังคมของมนุษย์ในบริเวณใกล้เคียง ตั้งแต่การมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมโดยบังเอิญและการรู้จักผู้คนตลอดจนการสร้างมิตรภาพใหม่ สัตว์เลี้ยงเหล่านั้นยังช่วยให้ได้รับการสนับสนุนทางสังคมทั้งทางร่างกายและอารมณ์ จากหลักฐานพบว่า การแยกตัวทางสังคมเป็นปัจจัยเสี่ยงต่อสุขภาพจิต ในทางกลับกันมิตรภาพและแรงสนับสนุนทางสังคมจะช่วยป้องกันปัญหาเหล่านั้น ซึ่งสัตว์เลี้ยงสามารถช่วยได้ อีกรางงานวิจัยหนึ่งเป็นงานวิจัยทดลองของ Minke (2017) ทำการวิจัยโดยนำสัตว์เลี้ยง (สุนัข) เข้าไปช่วยสนับสนุนด้านอารมณ์ของนักโทษหญิงในเรือนจำ ในช่วงเวลาฝึกงาน โดยใช้การสัมภาษณ์และการสังเกต เป็นเวลา 67 ชั่วโมง ซึ่งพบว่า สุนัขมีส่วนช่วยให้ความสัมพันธ์ระหว่างผู้ต้องขังและเจ้าหน้าที่ดีขึ้น ทั้งยังช่วยให้ผู้ต้องขังมีสุขภาพจิตที่ดีขึ้นด้วย

ในงานวิจัยของ Krause-Parello (2012) ได้ศึกษาตัวแปร ความผูกพันกับสัตว์เลี้ยง และการสนับสนุนทางสังคม ที่ทำหน้าที่เป็นตัวแปรส่งผ่านระหว่างความเหงาและอารมณ์ซึมเศร้า แต่ผลการวิจัยกลับพบว่า เมื่อความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงสูงขึ้น อารมณ์ทางลบก็สูงขึ้นเช่นเดียวกัน ซึ่งไม่เป็นที่น่าพอใจนัก อย่างไรก็ตามงานวิจัยนี้พบว่า เมื่อความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงสูงขึ้น การสนับสนุนทางสังคมก็จะสูงขึ้น ซึ่งผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับงานวิจัยก่อนหน้านี้ที่กล่าวว่า สัตว์เลี้ยงนั้นมีส่วนช่วยในการสนับสนุนทางสังคมในรูปแบบหนึ่ง เป็นอีกหนึ่งทางที่ช่วยรับมือในการเผชิญปัญหาและให้ความเป็นเพื่อน กล่าวได้ว่าสัตว์เลี้ยงเป็นตัวเร่งปฏิกิริยาทางสังคมและเป็นแหล่งสนับสนุนทางสังคมที่สำคัญ จากงานวิจัยนี้ทำให้ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาตัวแปรการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ที่ทำหน้าที่เป็นตัวแปรส่งผ่าน

นอกจากนี้ในงาน Marsa-Sambola และคณะ (2017) ได้ศึกษาความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงเป็นตัวแปรส่งผ่าน ระหว่างการมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อบุคคลสำคัญรอบตัว เช่นพ่อแม่ และเพื่อนสนิท และคุณภาพชีวิต ททดสอบกับวัยรุ่นที่มีสุนัขและแมว พบว่าความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงสามารถทำนายคุณภาพชีวิตที่สูงขึ้นได้ ความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงที่สูงขึ้น สามารถอธิบายได้ถึงการมีเพื่อนสนิทที่ดี จากที่กล่าวไปข้างต้น เมื่อวัยรุ่นมีความสัมพันธ์ที่ดี โดยเฉพาะกับเพื่อนนั้น จะส่งผลดีต่อพัฒนาการด้านต่าง ๆ รวมไปถึงสุขภาพจิตอีกด้วย (Shaffer และ Kipp (2014).

จากงานวิจัยที่กล่าวไปข้างต้น จะเห็นได้ว่ามีงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแปร ความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงและการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ ที่ช่วยลดอารมณ์ทางลบ หรือในงานวิจัยนี้คือความเหงา ผู้วิจัยเห็นถึงประโยชน์ที่จะนำตัวแปรเหล่านั้นมาศึกษาต่อเพิ่มเติม ทั้งนี้ยังไม่พบงานวิจัยที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความผูกพันกับสัตว์เลี้ยง และความเหงาในวัยรุ่น โดยมีการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์เป็นตัวแปรส่งผ่าน ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาหาข้อมูล เพื่อที่จะได้นำไปใช้ประโยชน์ได้ต่อไป

ขอบเขตการวิจัย

การศึกษานี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey research) โดยกำหนดขอบเขตผู้เข้าร่วมการวิจัยเป็นบุคคลที่มีสัตว์เลี้ยง (สุนัขหรือแมว) มาไม่ต่ำกว่า 6 เดือน อยู่ในช่วงอายุ 14-19 ปี จำนวน 140 คน โดยใช้วิธีการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบตามสะดวก (Convenience sampling) เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามในรูปแบบออนไลน์

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงกับความเหงาในวัยรุ่น โดยมีการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์เป็นตัวแปรส่งผ่าน

สมมติฐานการวิจัย

ความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงมีความสัมพันธ์ทั้งทางตรงและทางอ้อมต่อความเหงาในวัยรุ่น โดยมีการสนับสนุนทางดานอารมณ์จากสัตว์เลี้ยง การสนับสนุนทางดานอารมณ์จากสังคมคนเลี้ยงสัตว์ และการสนับสนุนทางดานอารมณ์จากครอบครัวเป็นตัวแปรส่งผ่าน

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

สัตว์เลี้ยง หมายถึง สุนัขและแมว ที่เจ้าของเป็นผู้เลี้ยงดู

ความผูกพันกับสัตว์เลี้ยง หมายถึง เป็นพันธะทางอารมณ์ ความรัก ความเป็นห่วง ความสนิทสนมที่บุคคลสร้างขึ้นมากับสัตว์เลี้ยงของตน โดยสามารถวัดได้จาก โดยวัดจาก มาตรฐานความผูกพันกับสัตว์เลี้ยง ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากแนวคิดของ Poresky และคณะ (1987) ซึ่งผู้วิจัยนำมาแปลเป็นภาษาไทยและปรับข้อคำถามให้เหมาะสมกับงานวิจัย

การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์จากครอบครัว หมายถึง การได้รับความรัก การเอาใจใส่ และมีความสัมพันธ์ที่ดี มีความผูกพันซึ่งกันและกันในครอบครัว โดยผ่านตัวกลางที่เป็นสัตว์เลี้ยง เช่น “เมื่อฉันเศร้า ครอบครัวนำสุนัขหรือแมวมาปลอบใจ ให้กำลังใจฉัน” สามารถวัดได้จาก มาตรฐานการรับรู้การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ (Perceive Emotional support) ซึ่งผู้วิจัยพัฒนามาจากแนวคิดของ Hisada และคณะ (1989)

การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์จากเพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์ หมายถึง การได้รับความรัก การเอาใจใส่ และมีความสัมพันธ์ที่ดี มีความเข้าใจซึ่งกันและกันกับเพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์ โดยมีสัตว์เลี้ยงเป็นตัวกลาง เช่น “ถ้าเพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์รู้ว่าฉันกำลังผิดหวัง เขาจะช่วยปลอบใจฉัน” สามารถวัดได้จาก มาตรฐานการรับรู้การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ (Perceive Emotional support) ซึ่งผู้วิจัยพัฒนามาจากแนวคิดของ Hisada และคณะ (1989)

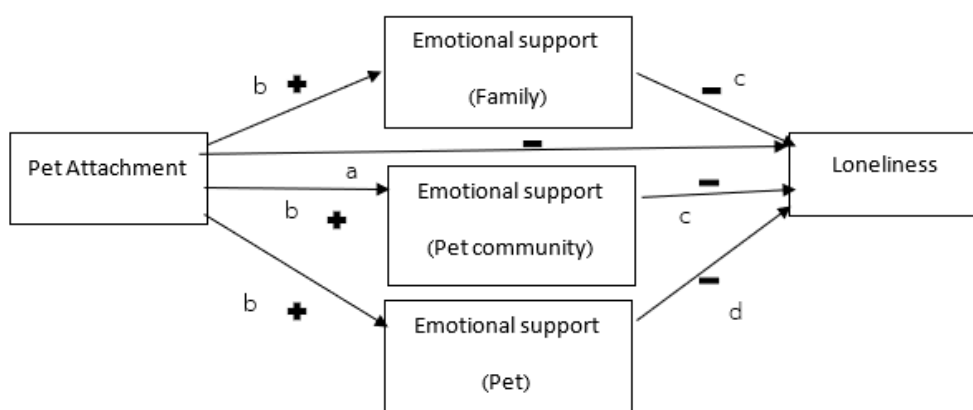
การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์จากสัตว์เลี้ยง การรับรู้ความรัก กำลังใจจากสัตว์เลี้ยงของตน เช่น “เมื่อฉันรู้สึกเศร้า สัตว์เลี้ยงของฉันจะช่วยให้ฉันรู้สึกดีขึ้น” สามารถวัดได้จาก มาตรฐานการรับรู้การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ (Perceive Emotional support) ซึ่งผู้วิจัยพัฒนามาจากแนวคิดของ Hisada และคณะ (1989)

ความเหงา หมายถึง ความรู้สึกของบุคคลที่ขาดปฏิสัมพันธ์กับบุคคลในสังคม หรือมีปฏิสัมพันธ์กับคนในสังคมน้อยกว่าที่ตนต้องการได้รับ ความเหงาเป็นอารมณ์ความรู้สึกทางลบ รู้สึกว่าไม่มีคนเข้าใจ เป็นภาวะที่ก่อให้เกิดความทุกข์ทรมานทางจิตใจและส่งผลกระทบต่อร่างกาย โดยสามารถวัดได้จาก มาตรฐานวัดประเมินความเหงา (Loneliness Scale) ที่พัฒนามาจาก Russell (1996)

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ทำให้ทราบถึงความสัมพันธ์ของความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงและตัวแปรส่งผ่านที่มีผลต่อความเหงาในวัยรุ่น
2. ทำให้ทราบถึงรูปแบบความสัมพันธ์ความสัมพันธ์ระหว่างความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงและความเหงาทั้งทางตรงและทางอ้อม
3. ทำให้สังคมตระหนักถึงปัญหาที่เกิดขึ้นและนำผลวิจัยไปใช้เป็นข้อมูลในการช่วยแก้ปัญหาด้านอารมณ์ของวัยรุ่นได้อย่างเหมาะสมต่อไป

กรอบแนวคิดในการวิจัย



CHULALONGKORN UNIVERSITY

ภาพที่ 1 ความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงมีความสัมพันธ์กับความเหงา โดยมีการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์เป็นตัวแปรส่งผ่าน (a) ความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงช่วยลดความเหงา Black (2012) (b) ความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงส่งผลต่อการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ Meehan และคณะ (2017) (c) การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์จากเพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์และครอบครัวลดความเหงา Antonacopoulos และ Pychyl (2010) (d) การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์จากสัตว์เลี้ยงลดความเหงา Rew (2000)

บทที่ 2

วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของตัวแปรความผูกพันกับสัตว์เลี้ยง (Pet attachment) กับความเหงา (Loneliness) ในวัยรุ่น โดยมีการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ (Emotional Support) จากครอบครัว (Family) สัตว์เลี้ยง (Pet) และเพื่อนในกลุ่มผู้เลี้ยงสัตว์ (Pet community) เป็นตัวแปรส่งผ่าน

ผู้เข้าร่วมการวิจัย

การเลือกกลุ่มตัวอย่างสำหรับงานวิจัยนี้ใช้วิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบตามสะดวก (Convenience sampling) โดยเลือกบุคคลที่มีอายุตามกลุ่มเป้าหมาย และเต็มใจที่จะทำแบบสอบถาม ซึ่งเป็นบุคคลที่มีอายุระหว่าง 14-19 ปี ทั้งเพศชาย เพศหญิงและเพศทางเลือก จำนวน 140 คน ผู้เข้าร่วมการวิจัยต้องเป็นบุคคลที่มีสัตว์เลี้ยงไม่ต่ำกว่า 6 เดือน อาศัยอยู่ในเขตพื้นที่กรุงเทพมหานครและปริมณฑล และจะต้องเป็นบุคคลที่สามารถอ่านแบบสอบถามและตอบคำถามได้ด้วยตนเอง โดยกลุ่มตัวอย่างมีอายุเฉลี่ย 16.9 ปี ผู้วิจัยเก็บข้อมูลจากแบบสอบถามออนไลน์ โดยกลุ่มตัวอย่างใช้เวลา 10-15 นาทีในการตอบคำถาม

ผู้วิจัยได้ทำการกำหนดตัวอย่างต่อจำนวนตัวแปร โดยใช้เกณฑ์จำนวนตัวแปรที่ศึกษาของ Hair (2010) คือ อัตราส่วนระหว่างกลุ่มตัวอย่างต่อจำนวนพารามิเตอร์หรือตัวแปร เพื่อให้มีความเหมาะสมในการวัดควรมีประมาณ 20 ตัวอย่าง ต่อ 1 ตัวแปร และไม่น้อยกว่า 100 คน การวิจัยครั้งนี้มีจำนวนตัวแปรทั้งหมด 5 ตัวแปร ได้ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง เท่ากับ 100 คนเป็นอย่างน้อย และเพื่อให้ได้ค่าประมาณพารามิเตอร์ที่แม่นยำมากขึ้นจึงเก็บเพิ่มจำนวน 40 คน รวมทั้งสิ้น 140 คน

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยได้ทำการพิทักษ์สิทธิของกลุ่มผู้เข้าร่วมวิจัย โดยแนะนำตัว อธิบายจุดประสงค์ของการเก็บข้อมูล จำนวนข้อคำถาม และชี้แจงว่าการทำแบบสอบถามในครั้งนี้เป็นไปด้วยความสมัครใจ หากรู้สึกไม่สะดวกใจที่จะตอบคำถาม ผู้เข้าร่วมวิจัยสามารถถอนตัวออกจากการทำแบบสอบถามได้ตลอดเวลา

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย แบ่งออกเป็นสองส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสำรวจข้อมูลทั่วไป

แบบสำรวจข้อมูลส่วนบุคคลซึ่งประกอบไปด้วย อายุ เพศ ระดับการศึกษา สัตว์เลี้ยงตัวโปรด เป็นหมาหรือแมว จำนวนสัตว์เลี้ยง ระยะเวลาที่มีสัตว์เลี้ยง เป็นสัตว์เลี้ยงที่เลี้ยงเองหรือช่วยกันเลี้ยง กับที่บ้าน กิจกรรมที่ทำร่วมกันกับสัตว์เลี้ยง

ส่วนที่ 2 แบบวัดจำนวน 3 แบบวัด ได้แก่

2.1 มาตรวัดความผูกพันกับสัตว์เลี้ยง ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นตามแนวคิดของ Poresky และคณะ (1987) ซึ่งมีจำนวนข้อคำถามทั้งหมด 8 ข้อ เป็นแบบวัดแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ เรียงคะแนนจากน้อยไปมาก โดย ไม่เคยเลยเท่ากับ 0 คะแนน ถึง เป็นประจำเท่ากับ 4 คะแนน สามารถแปลผลได้ว่าเมื่อคะแนนมาก จะมีความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงมาก ตัวอย่างข้อคำถาม เช่น “ฉันเป็นผู้รับผิดชอบในการดูแลสัตว์เลี้ยงของฉัน” หรือ “ฉันรู้สึกว่าการเลี้ยงของฉันท้อสสารได้ต่อกับฉันได้” เป็นต้น โดยมีขั้นตอนการพัฒนามาตรวัดดังนี้

2.1.1 ผู้วิจัยแปลมาตรวัด Companion Animal Bonding Scale (CABS) ของ Poresky และคณะ (1987) เป็นภาษาไทย และปรับเปลี่ยนข้อคำถามและภาษาเพื่อให้ง่ายต่อความเข้าใจ และนำมาตรวัดส่งให้ผู้ทรงคุณวุฒิคณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยจำนวน 2 ท่าน ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา เมื่อพบว่ามีความสอดคล้องตรงกับเนื้อหา แล้วจึงนำไปทดสอบ ภาษากับกลุ่มที่มีความใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างเพื่อทดสอบความสมบูรณ์ของแบบประเมินและภาษาจำนวน 5 คน จากนั้นได้ปรับเปลี่ยนภาษาให้ง่ายต่อการเข้าใจมากขึ้น

2.1.2 นำข้อมูลของแต่ละมาตรวัดที่ได้ ไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างวัยรุ่นอายุ 14-19 ปี ที่มีสัตว์เลี้ยง ในเขตพื้นที่กรุงเทพมหานครและปริมณฑล จำนวน 67 คน เป็นหญิง 58 คน ชาย 7 คน และเพศทางเลือก 2 คน โดยผู้วิจัยขอความร่วมมือให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามด้วยตนเองผ่านแบบสอบถามออนไลน์ (Google Form) ผ่านช่องทาง Facebook, Twitter, Instagram เป็นต้น

2.1.3 จากนั้นผู้วิจัยจึงนำข้อมูลมาตรวจสอบคุณสมบัติการวัดทางจิตวิทยา (Psychometric Properties) ของมาตรวัดความผูกพันกับสัตว์เลี้ยง โดยวิเคราะห์คุณภาพและค่าความเที่ยง (Reliability) ของเครื่องมือด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์ SPSS for Windows โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ซึ่งเป็นการวัดความสอดคล้องภายใน (Internal Consistency) คือเป็นการวัดค่าความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามต่าง ๆ ว่ากำลังวัดสิ่งเดียวกันหรือไม่ (ศิริชัย พงษ์วิชัย, 2546) และหาค่าความตรง โดยคำนวณค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามแต่ละข้อกับคะแนนรวมของทุกข้อในแบบสำรวจ (Corrected Item – Total Correlation หรือ CITC) ค่า CITC เป็นการบอกความสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามแต่ละข้อของแบบสำรวจทั้งฉบับ และค่า Cronbach's Alpha จะเป็นค่าความเที่ยงของแบบสำรวจทั้งฉบับ ดังนี้

ค่า Cronbach's Alpha ของมาตรวัดเท่ากับ .733 (8 ข้อ , n = 67) และมีค่า CITC ของข้อคำถามตั้งแต่ ตั้งแต่ .313 ถึง .564 เมื่อเทียบกับค่าวิกฤต (Critical value หรือ Critical r) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 พบว่าไม่มีข้อคำถามใดมีค่าต่ำกว่าค่าวิกฤต ($r = .211$, $df = 60$, $p < .05$) หมายความว่า ข้อคำถามทุกข้อผ่านเกณฑ์ และสามารถนำไปใช้ได้ ดังตารางที่ 1 ในภาคผนวก ค.

2.2 **มาตรวัดความเหงา (Loneliness Scale)** ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นตามแนวคิด ของ Russell (1996) เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ เพื่อให้ไม่เกิดความสับสนในระหว่างการทำประเมิน ซึ่งเรียงคะแนนความเห็นด้วยจากน้อยไปมาก คือ 0 ไม่เคยเลย จนถึง 4 เป็นประจำ มาตรวัดมีจำนวนทั้งหมด 19 ข้อ เดิมมี 20 ข้อเนื่องจากไม่ผ่าน CITC มาตรวัดแบ่งเป็นข้อคำถามออกเป็นทางบวกจำนวน 7 ข้อ เช่น “ฉันรู้สึกเข้ากับผู้คนรอบข้างได้เป็นอย่างดี” และข้อคำถามทางลบจำนวน 12 ข้อ เช่น “ฉันรู้สึกไม่มีเพื่อน” เป็นต้น สามารถแปลผลได้ว่าเมื่อคะแนนมาก จะมีความเหงามาก โดยมีขั้นตอนการพัฒนามาตรดังนี้

2.2.1 ผู้วิจัยแปลมาตรวัด UCLA LONELINESS SCALE (Version 3) ของ Russell (1996) เป็นภาษาไทย และปรับเปลี่ยนข้อคำถามและภาษาเพื่อให้สอดคล้องกับความเข้าใจ และนำมาตรวัดส่งให้ผู้ทรงคุณวุฒิคณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยจำนวน 2 ท่าน ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา เมื่อพบว่ามีความสอดคล้องตรงกับเนื้อหา แล้วจึงนำไปทดสอบ ภาษากับกลุ่มที่มีความใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างเพื่อทดสอบความสมบูรณ์ของแบบประเมินและภาษาจำนวน 5 คน จากนั้นได้ปรับเปลี่ยนภาษาให้สอดคล้องต่อการเข้าใจมากขึ้น

2.2.2 นำข้อมูลของแต่ละมาตรวัดที่ได้ ไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างวัยรุ่นอายุ 14-19 ปี ที่มีสัตว์เลี้ยง ในเขตพื้นที่กรุงเทพมหานครและปริมณฑล จำนวน 67 คน เป็นหญิง 58 คน ชาย 7 คน และเพศทางเลือก 2 คน โดยผู้วิจัยขอความร่วมมือให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามด้วยตนเองผ่านแบบสอบถามออนไลน์ (Google Form) ผ่านช่องทาง Facebook, Twitter, Instagram เป็นต้น

2.2.3 จากนั้นผู้วิจัยจึงนำข้อมูลมาตรวจสอบคุณสมบัติการวัดทางจิตวิทยา (Psychometric Properties) ของมาตรวัดความเหงา โดยวิเคราะห์คุณภาพและค่าความเที่ยง (Reliability) ของเครื่องมือด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์ SPSS for Windows โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ซึ่งเป็นการวัดความสอดคล้องภายใน (Internal Consistency) คือเป็นการวัดค่าความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามต่าง ๆ ว่ากำลังวัดสิ่งเดียวกันหรือไม่ (ศิริชัย พงษ์วิชัย, 2546) และหาค่าความตรง โดยคำนวณค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามแต่ละข้อกับคะแนนรวมของทุกข้อในแบบสำรวจ (Corrected Item – Total Correlation หรือ CITC) ค่า CITC เป็นการบอกความสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามแต่ละข้อของแบบสำรวจทั้งฉบับ และค่า Cronbach's Alpha จะเป็นค่าความเที่ยงของแบบสำรวจทั้งฉบับ ดังนี้

ค่า Cronbach's Alpha ของแบบมาตรวัดเท่ากับ .912 (20 ข้อ , n = 67) และมีค่า CITC ของข้อคำถามตั้งแต่ ตั้งแต่ .005 ถึง .735 เมื่อเทียบกับค่าวิกฤต (Critical value หรือ Critical r) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 มีข้อคำถามที่ต่ำกว่าเกณฑ์ ($r = .211$, $df = 60$, $p < .05$) 1 ข้อ คือข้อ 17 “ฉันรู้สึกเขินอายไม่มั่นใจ” มีค่า CITC = .005 จึงตัดข้อคำถามข้อดังกล่าว แล้วจึงนำมาคำนวณอีกครั้ง มาตรวัดความเหงาจึงมีทั้งหมด 19 ข้อ ซึ่งมีค่า Cronbach's Alpha ของมาตรวัดเท่ากับ .921 (19 ข้อ , n = 67) และมีค่า CITC ของข้อคำถามตั้งแต่ ตั้งแต่ .360 ถึง .740 เมื่อเทียบกับค่าวิกฤต (Critical value หรือ Critical r) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 สามารถนำไปใช้ได้ ดังตารางที่ 2 ในภาคผนวก ค

2.3 **มาตรวัดการรับรู้การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ (Perceived Social Emotional support)** ผู้วิจัยพัฒนามาตรตามแนวคิดของ Hisada และคณะ (1989) ซึ่งแบบประเมินจะมีข้อคำถามวัดการรับรู้การสนับสนุนทางอารมณ์จาก 3 ด้าน คือ ด้านการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์จากครอบครัว ด้านการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์จากเพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์ และ ด้านการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์จากสัตว์เลี้ยง โดยมีข้อคำถามด้านละ 15 ข้อ รวมทั้งหมด 45 ข้อ เป็นมาตรวัดแบบลิเคิร์ต 5 ระดับ (5-Point Likert Scale) เพื่อให้ง่ายต่อการเข้าใจ และ สะดวกในการตอบแบบสอบถามโดยมีเกณฑ์ดังนี้ 0 คือ ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง 1 คือ ไม่เห็นด้วยมาก 2 คือ ไม่เห็นด้วยและเห็นด้วยพอ ๆ กัน 3 คือ เห็นด้วยมาก 4 คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง

2.3.1 ผู้วิจัยแปลมาตรวัด Social Support Scale ของ Hisada และคณะ (1989) เป็นภาษาไทย และปรับเปลี่ยนข้อคำถามและภาษาเพื่อให้ง่ายต่อความเข้าใจ และนำมาตรวัดส่งให้ผู้ทรงคุณวุฒิคณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยจำนวน 2 ท่าน ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา และโครงสร้าง เมื่อพบว่ามีความสอดคล้องตรงกับเนื้อหา แล้วจึงนำไปทดสอบ ภาษากับกลุ่มที่มีความใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างเพื่อทดสอบความสมบูรณ์ของแบบประเมินและภาษาจำนวน 5 คน จากนั้นได้ปรับเปลี่ยนภาษาให้ง่ายต่อการเข้าใจมากขึ้น

2.3.2 นำข้อมูลของแต่ละมาตรวัดที่ได้ ไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างวัยรุ่นอายุ 14-19 ปี ที่มีสัตว์เลี้ยง ในเขตพื้นที่กรุงเทพมหานครและปริมณฑล จำนวน 67 คน เป็นหญิง 58 คน ชาย 7 คน และเพศทางเลือก 2 คน โดยผู้วิจัยขอความร่วมมือให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามด้วยตนเองผ่านแบบสอบถามออนไลน์ (Google Form) ผ่านช่องทาง Facebook, Twitter, Instagram เป็นต้น

2.3.3 จากนั้นผู้วิจัยจึงนำข้อมูลมาตรวจสอบคุณสมบัติการวัดทางจิตวิทยา (Psychometric Properties) ของมาตรวัดการรับรู้การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ โดยวิเคราะห์คุณภาพและค่าความเที่ยง (Reliability) ของเครื่องมือด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์ SPSS for Windows โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ซึ่งเป็นการวัดความสอดคล้องภายใน (Internal Consistency) คือเป็นการวัดค่าความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามต่าง ๆ ว่ากำลังวัดสิ่งเดียวกันหรือไม่ (ศิริชัย พงษ์วิชัย, 2546) และหาค่าความตรง โดยคำนวณค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามแต่ละข้อกับคะแนนรวมของทุกข้อในแบบสำรวจ (Corrected Item –

Total Correlation หรือ CITC) ค่า CITC เป็นการบอกความสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามแต่ละข้อของแบบสำรวจทั้งฉบับ และค่า Cronbach's Alpha จะเป็นค่าความเที่ยงของแบบสำรวจทั้งฉบับ ดังนี้

การวิเคราะห์มาตรวัดการรับรู้การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์พบว่า ข้อคำถามจะถูกตัดออกเมื่อค่า Corrected Item-Total Correlation (CITC) ต่ำกว่า .211 ($df = 60, p < .05$) โดยทุกข้อคำถามผ่านเกณฑ์ มีข้อคำถามทั้งหมดจำนวน 45 ข้อ โดยข้อคำถามมีค่า CITC ตั้งแต่ .645 ถึง .904 ตัวอย่างข้อคำถามที่มีค่า CITC สูงสุด คือ “เวลาที่ฉันไม่สบายใจ เพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์จะช่วยให้กำลังใจฉัน” มีค่า CITC อยู่ที่ .904 และข้อคำถามที่มีค่า CITC น้อยที่สุดอยู่ที่ .645 คือ “สัตว์เลี้ยงของฉัน รักฉันอย่างจริงใจ”

แบบประเมินมีความสอดคล้องภายในสูงโดยมีค่า alpha รายด้านในระดับ .961 - .973 ดังนี้ ด้านการรับรู้การสนับสนุนทางอารมณ์จากครอบครัว (Perceived Emotional Support From Family) จำนวน 15 ข้อ มีค่า alpha เท่ากับ .961 ค่า CITC อยู่ระหว่าง .649-.878 ด้านการได้รับการสนับสนุนทางอารมณ์จากเพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์ (Perceived Emotional Support From Friend) จำนวน 15 ข้อ มีค่า alpha เท่ากับ .973 ค่า CITC อยู่ระหว่าง .773-.904 และด้านการได้รับการสนับสนุนทางอารมณ์จากเพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์ (Perceived Emotional Support From Pet) จำนวน 15 ข้อ มีค่า alpha เท่ากับ .959 ค่า CITC อยู่ระหว่าง .554-.859 ดังตารางที่ 3-5 ในภาคผนวก ค

ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบ Pearson Correlation เพื่อตรวจสอบ Multicollinearity ซึ่งคะแนนจากมาตรวัด แบบประเมินการรับรู้การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ในวัยรุ่นที่มีสัตว์เลี้ยง แสดงให้เห็นว่า การรับรู้การสนับสนุนทางอารมณ์จากครอบครัวมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับการรับรู้การสนับสนุนทางอารมณ์จากเพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์ การรับรู้การสนับสนุนทางอารมณ์จากครอบครัวมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับการรับรู้การสนับสนุนทางอารมณ์จากสัตว์เลี้ยง และการรับรู้การสนับสนุนทางอารมณ์จากกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับการรับรู้การสนับสนุนทางอารมณ์จากสัตว์เลี้ยง $r = .692, .492, .426$ ตามลำดับ โดยทุกคู่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และค่าความสัมพันธ์ไม่สูงเกิน .9 คือไม่มี Multicollinearity (Hinkle D. E. 1998, p.118) ดังตารางที่ 6 ในภาคผนวก

วิธีดำเนินการวิจัยและการเก็บรวบรวมข้อมูล

ก่อนการเก็บข้อมูลทำวิจัย ผู้วิจัยตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือด้วยวิธีการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) และความเหมาะสมของภาษาโดยอาจารย์ที่ปรึกษาและผู้เชี่ยวชาญที่เกี่ยวข้อง 2 ท่าน เมื่อปรับปรุงแก้ไขแล้วจึงนำไปทดลองใช้ (Try out) กับกลุ่มวัยรุ่นนเขตกรุงเทพมหานครจำนวน 67 คน จากนั้นจึงนำมาตรวจวัดและการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อตอบวัตถุประสงค์การวิจัยโดยการ วิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมทั้งฉบับ (Corrected Item-Total Correlation; CITC) และวิเคราะห์ค่าความเที่ยงแบบสอดคล้องภายใน (internal consistency reliability) โดยใช้ค่า สัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) โดยใช้โปรแกรม SPSS

จากนั้นจึงนำแบบสอบถามที่ผ่านการหาคุณภาพของเครื่องมือแล้ว เก็บข้อมูลจากผู้เข้าร่วมการวิจัยซึ่งเป็นวัยรุ่นอายุระหว่าง 14-19 ปี ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล โดยได้ทำการแจกแบบสอบถามออนไลน์ตามสื่อโซเชียลมีเดีย เช่น เฟสบุ๊ก ทวิตเตอร์ อินสตราแกรม เป็นต้น ในการเก็บข้อมูลออนไลน์นั้น ผู้วิจัยส่งลิงก์แบบสอบถามไปยังบุคคลที่รู้จักและกระจายลิงก์แบบสอบถามต่อไปอีกต่อหนึ่ง เมื่อเข้าไปในลิงก์แบบสอบถาม จะพบรายละเอียดงานวิจัยและคำชี้แจงต่าง ๆ เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างพิจารณาการยินยอมเข้าร่วมเป็นส่วนหนึ่งของงานวิจัย เช่นเดียวกันกับแบบสอบถามในรูปแบบเอกสาร โดยจะมีข้อความว่า “การตอบแบบสอบถามครั้งนี้เป็นไปด้วยความสมัครใจของคุณ คุณสามารถหยุดทำแบบสอบถามได้หากรู้สึกไม่สบายใจ ข้อมูลที่คุณตอบจะเป็นความลับและจะไม่มี การระบุตัวตน การรายงานผลจะเป็นภาพรวมในเชิงวิชาการเท่านั้น คุณตกลงเข้าร่วมงานวิจัยนี้หรือไม่ ” โดยมีตัวเลือกว่า 1. ตกลง และ 2. ไม่ตกลง (ขอบคุณที่สละเวลาเข้ามาในงานวิจัยนี้)” แบบสอบถามที่ผ่านการคัดเลือกทั้งหมดจำนวน 140 ชุด มีเกณฑ์ในการคัดเลือกแบบสอบถาม คือ ต้องเป็นแบบสอบถามที่มีการตอบครบถ้วนทุกข้อ ผู้วิจัยสามารถอ่านและตอบคำถามได้ด้วยตนเอง เป็นผู้มีสิทธิ์เลี้ยงหมาหรือแมวที่มีอายุระหว่าง 14-19 ปี และอาศัยอยู่ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล แล้วจึงนำข้อมูลไปทำการวิเคราะห์ด้วยวิธีการทางสถิติ

บทที่ 3

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

จากการดำเนินการวิจัยเรื่อง “ความสัมพันธ์ระหว่างความผูกพันกับสัตว์เลี้ยง และความเหงาในวัยรุ่นโดยมีการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์เป็นตัวแปรส่งผ่าน” ผู้วิจัยนำเสนอการวิเคราะห์ข้อมูล โดยแบ่งออกเป็น 3 ส่วนตามลำดับ

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนาของกลุ่มตัวอย่าง โดยสถิติพรรณนา

(Descriptive statistics) ได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ยเลขคณิต ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้น ได้แก่ การวิเคราะห์สถิติพื้นฐานของตัวแปรในการวิจัย และการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรโดยหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน ผ่านโปรแกรม SPSS

ตอนที่ 3 ผลการทดสอบสมมติฐานการวิจัย โดยวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่าง ความผูกพันกับสัตว์เลี้ยง และความเหงาในวัยรุ่นโดยมีการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์เป็นตัวแปรส่งผ่าน โดยใช้การวิเคราะห์ Mediation Analysis ผ่านโปรแกรม PROCESS

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนาของกลุ่มตัวอย่าง

เพื่ออธิบายข้อมูลเชิงพรรณนาลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา สัตว์เลี้ยงตัวโปรด เลี้ยงเองหรือไม่ กิจกรรมที่ทำร่วมกับกับสัตว์เลี้ยง

จากการเก็บข้อมูลจากวัยรุ่นที่มีสัตว์เลี้ยงที่อาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล มีจำนวนแบบสอบถามที่สามารถนำมาวิเคราะห์ข้อมูลได้ทั้งหมด 140 ชุดดังตารางที่ 7 กลุ่มตัวอย่างเป็นเพศชาย ร้อยละ 13.57 เพศหญิง ร้อยละ 84.28 และเพศทางเลือก ร้อยละ 2.14 ช่วงอายุตั้งแต่ 14-19 ปี อายุเฉลี่ยเท่ากับ 16.90 ปี ($SD = 1.54$) ระดับการศึกษาที่มีสัดส่วนมากที่สุดคือ ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 คิดเป็น ร้อยละ 22.85 และระดับการศึกษาที่มีสัดส่วนน้อยที่สุด คือ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 คิดเป็น ร้อยละ 2.85 กลุ่มที่มีสุนัขเป็นสัตว์เลี้ยงตัวโปรดมีจำนวนร้อยละ 59.28 กลุ่มที่มีแมวเป็นสัตว์เลี้ยงตัวโปรดมีจำนวนร้อยละ 40.71 และกลุ่มตัวอย่างที่เลี้ยงเองมีสัดส่วนร้อยละ 33.57 ที่ช่วยกันเลี้ยงมีสัดส่วนร้อยละ 66.42 โดยช่วยกันเลี้ยงกับพ่อแม่ ร้อยละ 46.42 นอกจากนั้นช่วยกันเลี้ยงกับ พี่ ปู่ ย่า ตาย ยาย หรือช่วยกันทั้งครอบครัว กิจกรรมส่วนใหญ่ที่ทำร่วมกับกับสัตว์เลี้ยงตัวโปรด คือ เล่นด้วย พาไปเดิน อาบน้ำ ให้อาหาร ลูบหัว เกาท้อง ให้ความรักเป็นต้น ระยะเวลาที่มี

สัตว์เลี้ยงที่มีสัดส่วนมากที่สุดคือ 6 เดือน ถึง 3 ปี มีสัดส่วนร้อยละ 40.86 และระยะเวลาที่สัตว์เลี้ยงที่มีสัดส่วนน้อยที่สุด คือ 11 ปีขึ้นไป มีสัดส่วนร้อยละ 5.71

ตารางที่ 7

จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ อายุ ระดับการศึกษา ลักษณะการเลี้ยง สัตว์เลี้ยงตัวโปรด (N=140)

ลักษณะกลุ่มตัวอย่าง	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	19	13.57
หญิง	118	84.28
ทางเลือก	3	2.14
รวม	140	100
อายุ		
14	10	7.14
15	21	15
16	22	15.71
17	35	25
18	23	16.42
19	29	20.71
รวม	140	100
ระดับการศึกษา		
มัธยมศึกษาปีที่ 2	4	2.85
มัธยมศึกษาปีที่ 3	16	11.42
มัธยมศึกษาปีที่ 4	20	14.28
มัธยมศึกษาปีที่ 5	26	18.27
มัธยมศึกษาปีที่ 6	32	22.85
มหาวิทยาลัยปีที่ 1	28	20
มหาวิทยาลัยปีที่ 2	7	5
อื่น ๆ	7	5
รวม	140	100

ตารางที่ 7 (ต่อ)

ลักษณะกลุ่มตัวอย่าง	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ลักษณะการเลี้ยง		
เลี้ยงเอง	47	33.57
ช่วยกันเลี้ยง	93	66.43
รวม	140	100
สัตว์เลี้ยงตัวโปรด		
สุนัข	83	59.28
แมว	57	40.71
รวม	140	100
ระยะเวลาที่มีสัตว์เลี้ยง		
6 เดือน - 3 ปี	67	40.86
3 - 7 ปี	43	30.71
7 - 11 ปี	22	15.71
11 ปีขึ้นไป	8	5.71
รวม	140	100

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้น

ผู้วิจัยคำนวณค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าเฉลี่ย (mean) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (standard deviation) ของทั้ง 5 ตัวแปรดังตารางที่ 8 ได้แก่ ความผูกพันกับสัตว์เลี้ยง ($M = 22.34$, $SD = 4.99$) การสนับสนุนทางด้านอารมณ์จากครอบครัว ($M = 38.25$, $SD = 13.49$) การสนับสนุนทางด้านอารมณ์จากเพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์ ($M = 37.56$, $SD = 14.41$) และการสนับสนุนทางด้านอารมณ์จากสัตว์เลี้ยง ($M = 44.24$, $SD = 11.60$) ความเหงาในวัยรุ่น ($M = 22.89$, $SD = 10.53$) อีกทั้งได้วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร (correlation) จากการวิเคราะห์ค่าสถิติสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน พบว่า ความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับการสนับสนุนทางด้านอารมณ์จากครอบครัวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .388$, $p < .01$) ความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับการสนับสนุนทางด้านอารมณ์จากเพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .188$, $p < .05$) ความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับการสนับสนุนทางด้านอารมณ์จากสัตว์เลี้ยงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .313$, $p < .01$) ความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงมีสหสัมพันธ์

ทางลบกับความเหงาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = -.182, p < .05$) การสนับสนุนทางอารมณ์จากครอบครัวมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับการสนับสนุนทางอารมณ์จากเพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .458, p < .01$) การสนับสนุนทางอารมณ์จากครอบครัวมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับการสนับสนุนทางอารมณ์จากสัตว์เลี้ยงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .701, p < .01$) การสนับสนุนทางอารมณ์จากครอบครัวมีสหสัมพันธ์ทางลบกับความเหงาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = -.261, p < .01$) การสนับสนุนทางอารมณ์จากเพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับการสนับสนุนทางอารมณ์จากสัตว์เลี้ยงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .351, p < .01$) การสนับสนุนทางอารมณ์จากเพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์มีสหสัมพันธ์ทางลบกับความเหงาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = -.280, p < .01$) ทั้งนี้ตัวแปรอิสระทั้งหมดไม่มีปัญหาความสัมพันธ์ระหว่างกันมากเกินไป (Multicollinearity) ซึ่งเป็นไปตามข้อตกลงเบื้องต้นในการวิเคราะห์โมเดล (Makuka, 2012)

ตารางที่ 8

ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร (N=140)

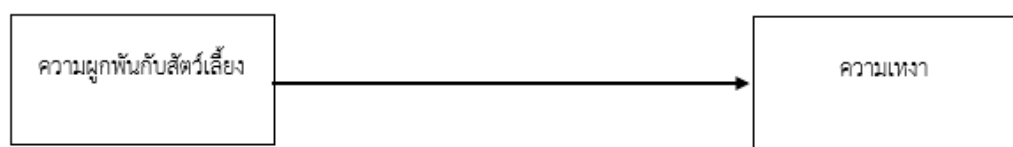
ตัวแปร	M	SD	1	2	3	4
1. ความผูกพันกับสัตว์เลี้ยง (11-32)	22.34	4.99	1			
2. การสนับสนุนทางด้านอารมณ์จากครอบครัว (2-60)	38.25	13.49	.388**	1		
3. การสนับสนุนทางด้านอารมณ์จากเพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์ (0-60)	37.56	14.41	.188*	.458**	1	
4. การสนับสนุนทางด้านอารมณ์จากสัตว์เลี้ยง (10-60)	44.24	11.60	.313**	.701**	.351**	1
5. ความเหงา (4-49)	22.89	10.53	-.182*	-.261**	-.280**	-.155

หมายเหตุ * $p < .05$ ** $p < .01$

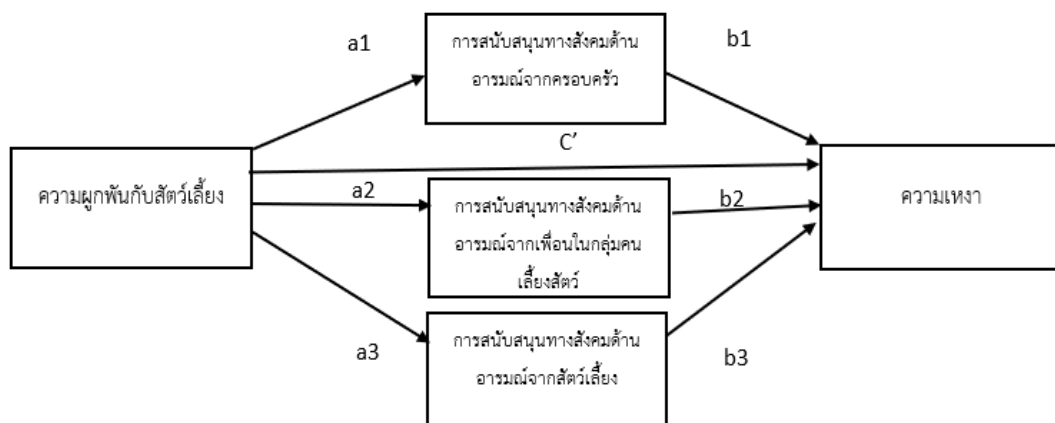
ตอนที่ 3 ผลการทดสอบสมมติฐานการวิจัย

ผู้วิจัยเริ่มตรวจสอบอิทธิพลของความผูกพันกับสัตว์ต่อความเหงา โดยวิเคราะห์การถดถอยอย่างง่าย (Simple regression analysis) และทดสอบสมมติฐานการวิจัย ความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงมีความสัมพันธ์ทั้งทางตรงและทางอ้อมต่อความเหงา โดยมีการสนับสนุนทางด้านอารมณ์จากสัตว์เลี้ยง การสนับสนุนทางด้านอารมณ์จากเพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์ และการสนับสนุนทางด้านอารมณ์จากครอบครัวเป็นตัวแปรสงวน ด้วยการวิเคราะห์ผลจากคำสั่ง PROCESS (A. F. Hayes, 2013) ซึ่งเป็นโปรแกรมเสริมในโปรแกรม SPSS

ในการวิเคราะห์ผู้วิจัยใช้รูปแบบความสัมพันธ์ที่ 4 (Model 4) เพื่อใช้ในการวิเคราะห์ผลผ่านคำสั่ง PROCESS เนื่องจากตรงตามรูปแบบของงานวิจัย เป็นโมเดลที่ใช้เพื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้น ตัวแปรส่งผ่านและตัวแปรตาม โดยวิเคราะห์ทั้งผลทางตรง (Direct effect) และผลทางอ้อม (Indirect effect) กำหนดจำนวนครั้งของการสุ่มตัวอย่าง เท่ากับ 5000 รอบ ในการวิเคราะห์ โดยโมเดลที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูลแสดงดังภาพ 1 และ 2 และผลการวิเคราะห์ตารางที่ 9 และ 10



ภาพที่ 1 แสดงการวิเคราะห์การถดถอยอย่างง่ายระหว่างความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงและความเหงา



ภาพที่ 2 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้น ตัวแปรส่งผ่าน และตัวแปรตาม

ตารางที่ 9

ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์ของตัวแปรโดยการวิเคราะห์การถดถอยอย่างง่าย (N=140)

ตัวแปร	B	Std. Error	β	t	p
ผลการวิเคราะห์ถดถอยอย่างง่ายระหว่างตัวแปรความผูกพันกับ สัตว์เลี้ยงกับความเหงา	-0.384	.177	-.182	-2.170	.032*
$R^2 = .033$					
หมายเหตุ * $p < .05$					

ตารางที่ 10

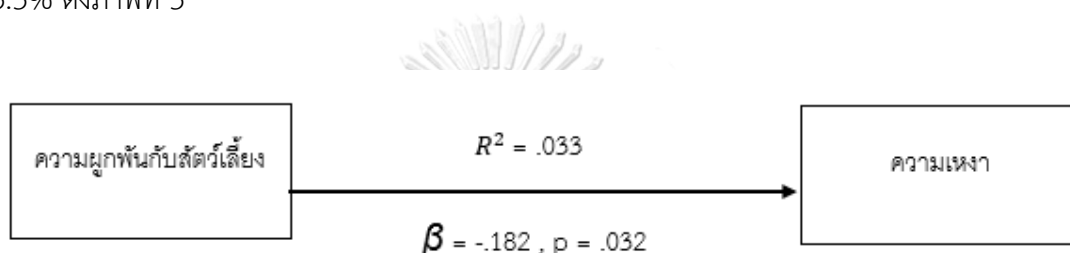
ผลการวิเคราะห์ถดถอยมาตรฐานของการวิจัย (N=140)

ตัวแปร	b	SE	p
ความผูกพันกับสัตว์เลี้ยง → การสนับสนุนทางด้านอารมณ์จากครอบครัว	1.05	0.21	.00
$R^2 = .15$			
ความผูกพันกับสัตว์เลี้ยง → การสนับสนุนทางด้านอารมณ์จากเพื่อนในกลุ่ม คนเลี้ยงสัตว์	0.54	0.24	.03
$R^2 = .03$			
ความผูกพันกับสัตว์เลี้ยง → การสนับสนุนทางด้านอารมณ์จากสัตว์เลี้ยง	0.73	0.19	.00
$R^2 = .10$			
ความผูกพันกับสัตว์เลี้ยง	-0.20	0.19	.28
การสนับสนุนทางด้านอารมณ์จากครอบครัว	-0.14	0.10	.14
การสนับสนุนทางด้านอารมณ์จากสังคมคนเลี้ยงสัตว์ → ความเหงา	-0.15	0.07	.03
การสนับสนุนทางด้านอารมณ์จากสัตว์เลี้ยง	0.07	0.10	.51
$R^2 = .11$			

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล สามารถแบ่งได้เป็น ผลการวิเคราะห์การถดถอยอย่างง่าย และผลการวิเคราะห์ตัวแปรส่งผ่านโดยโปรแกรม Process ซึ่งแบ่งเป็นผลทางตรงและผลทางอ้อม ดังนี้

1. ผลการวิเคราะห์การถดถอยอย่างง่าย (Simple regression analysis)

ผลการวิเคราะห์การถดถอยอย่างง่าย ระหว่างความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงและความเหงา พบว่าค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงส่งผลต่อความเหงามีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 เท่ากับ .032 ($SE = 10.40$) แสดงว่าความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงมีอิทธิพลทางลบกับความเหงา โดยเมื่อความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงเพิ่มขึ้น ความเหงาจะลดลง สามารถอธิบายความแปรปรวนของความเหงาได้ 3.3% ดังภาพที่ 3



หมายเหตุ β คือ ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานของความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงที่ส่งผลต่อความเหงา

ภาพที่ 3 ผลการวิเคราะห์การถดถอยอย่างง่ายระหว่างความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงและความเหงา

2. ผลการวิเคราะห์ตัวแปรส่งผ่านโดยโปรแกรม PROCESS

ผลการวิเคราะห์ตัวแปรส่งผ่านโดยโปรแกรม Process ซึ่งแบ่งเป็นผลทางตรง (*direct effect*) และผลทางอ้อม (*Indirect effect*) ดังนี้

ผลทางตรง (*direct effect*) หรือ c' คือค่าความสัมพันธ์ระหว่างความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงกับความเหงา เมื่อมีการสนับสนุนทางด้านอารมณ์จากครอบครัว จากเพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์ และจากสัตว์เลี้ยงเป็นตัวแปรส่งผ่านมีค่าเท่ากับ -0.20 เมื่อพิจารณาค่า PROCESS (A. F. Hayes, 2013) ระบุว่าเมื่อพิจารณาอิทธิพลส่งผ่านของการสนับสนุนทางด้านอารมณ์จากครอบครัว จากเพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์ และจากสัตว์เลี้ยงจะไม่มีความสัมพันธ์ทางสถิติ ($t(140) = -1.08, p = .28$) ในช่วงความเชื่อมั่น 95% มีค่าอยู่ระหว่าง -0.5708 กับ 0.1665 ซึ่งอธิบายได้ว่า ความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงที่มากขึ้น **ไม่**ส่งผลโดยตรงต่อความเหงาที่ลดลง

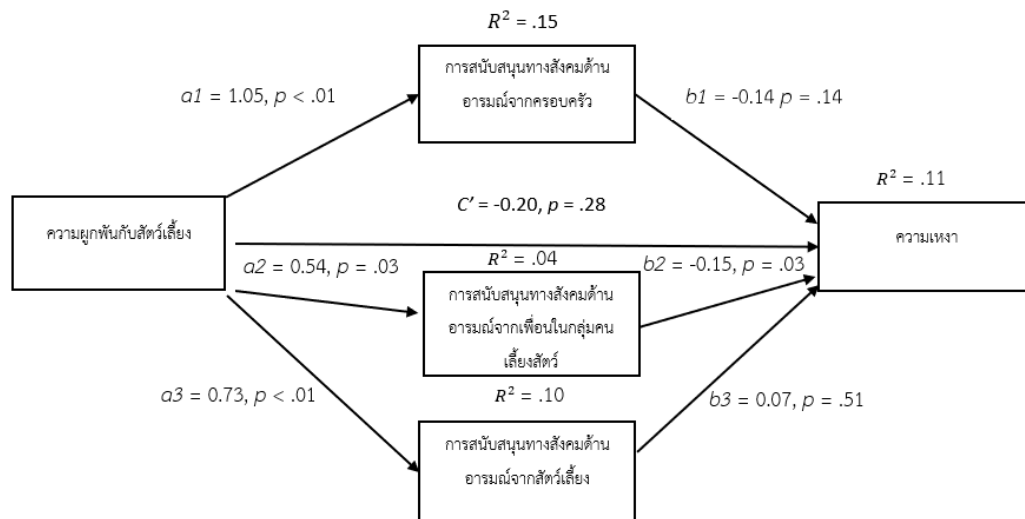
ผลทางอ้อม (*Indirect effect*) ผลการวิเคราะห์พบว่า ความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงสามารถทำนายการรับรู้การสนับสนุนทางด้านอารมณ์จากครอบครัวได้อย่างมีนัยสำคัญ ($a1 = 1.05, p < .01$)

เมื่อความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงเพิ่มมากขึ้น จะส่งผลให้การรับรู้การสนับสนุนทางด้านอารมณ์จากครอบครัวเพิ่มมากขึ้น แต่การรับรู้การสนับสนุนทางด้านอารมณ์จากครอบครัวไม่สามารถทำนายความเหงาได้ ($b_1 = -0.14$, $p = .14$) เมื่อพิจารณาช่วงความเชื่อมั่นที่ 95 มีค่าอยู่ระหว่าง -0.3898 กับ 0.0857 จึงสรุปได้ว่า การรับรู้การสนับสนุนทางด้านอารมณ์จากครอบครัว*ไม่*เป็นตัวแปรส่งผ่านของความสัมพันธ์ระหว่างความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงและความเหงา

ความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงสามารถทำนายการสนับสนุนทางด้านอารมณ์จากเพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์ได้อย่างมีนัยสำคัญ ($a_2 = 0.54$, $p = .03$) เช่นเดียวกับ การสนับสนุนทางด้านอารมณ์จากเพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์สามารถทำนายความเหงาได้อย่างมีนัยสำคัญ ($b_2 = -0.15$, $p = .03$) จากผลข้างต้นพบว่าเมื่อความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงเพิ่มมากขึ้น จะส่งผลให้การสนับสนุนทางด้านอารมณ์จากเพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์เพิ่มมากขึ้น และลดความเหงาในวัยรุ่นลง เมื่อพิจารณาช่วงความเชื่อมั่นที่ 95 มีค่าอยู่ระหว่าง -0.2224 กับ 0.0142 จึงสรุปได้ว่า การสนับสนุนทางด้านอารมณ์จากเพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์*ไม่*เป็นตัวแปรส่งผ่านของความสัมพันธ์ระหว่างความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงและความเหงา

ความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงสามารถทำนายการสนับสนุนทางด้านอารมณ์จากสัตว์เลี้ยงได้อย่างมีนัยสำคัญ ($a_3 = 0.73$, $p < .01$) เมื่อความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงเพิ่มมากขึ้นจะส่งผลต่อการสนับสนุนทางด้านอารมณ์จากสัตว์เลี้ยงที่เพิ่มขึ้นด้วย แต่การสนับสนุนทางด้านอารมณ์จากสัตว์เลี้ยงไม่สามารถทำนายความเหงาได้ ($b_3 = 0.07$, $p = .51$) เมื่อพิจารณาช่วงความเชื่อมั่นที่ 95 มีค่าอยู่ระหว่าง -0.1017 กับ 0.2256 จึงสรุปได้ว่า การสนับสนุนทางด้านอารมณ์จากสัตว์เลี้ยง*ไม่*เป็นตัวแปรส่งผ่านของความสัมพันธ์ระหว่างความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงและความเหงา

ดังนั้น ผลการวิจัย*ไม่*เป็นไปตามสมมติฐาน ที่คาดว่า ความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงมีความสัมพันธ์ทั้งทางตรงและทางอ้อมต่อความเหงาในวัยรุ่น โดยมีการสนับสนุนด้านอารมณ์จากครอบครัว การสนับสนุนด้านอารมณ์จากเพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์ และการสนับสนุนด้านอารมณ์จากสัตว์เลี้ยงเป็นตัวแปรส่งผ่าน ซึ่งผลการวิเคราะห์ตัวแปรส่งผ่านสามารถเขียนโมเดลได้ดังแสดงในภาพที่ 4



อิทธิพลทางตรง $c' = -0.20, p = .28$

อิทธิพลรวมมีค่าเท่ากับ $-0.38, p = .03, 95\% \text{ CI } [-0.73, -0.03]$

ภาพที่ 4 โมเดลวิเคราะห์ข้อมูลในกระบวนการ PROCESS

แต่อย่างไรก็ตามผลจากโมเดลของ Process สามารถอธิบายได้ว่าความผูกพันกับสัตว์เลี้ยง การสนับสนุนทางด้านอารมณ์จากครอบครัว การสนับสนุนทางด้านอารมณ์จากเพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์และการสนับสนุนทางด้านอารมณ์จากสัตว์เลี้ยง สามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของความเหงาได้รวมกัน 11 %

บทที่ 4

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงกับความเหงาในวัยรุ่น โดยมีการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์เป็นตัวแปรส่งผ่าน โดยมีสมมติฐานคือ ความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงมีความสัมพันธ์ทั้งทางตรงและทางอ้อมต่อความเหงาในวัยรุ่น โดยมีการสนับสนุนทางด้านอารมณ์จากครอบครัว การสนับสนุนทางอารมณ์จากเพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์ การสนับสนุนทางด้านอารมณ์จากสัตว์เลี้ยงเป็นตัวแปรส่งผ่าน มีกลุ่มตัวอย่าง คือ บุคคลที่มีอายุระหว่าง 14-19 ปี ทั้งเพศชาย เพศหญิงและเพศทางเลือก จำนวน 140 คน ผู้เข้าร่วมการวิจัยต้องเป็นบุคคลที่มีสัตว์เลี้ยงเป็นของตนเองไม่ต่ำกว่า 6 เดือน อาศัยอยู่ในเขตพื้นที่กรุงเทพมหานครและปริมณฑล และจะต้องเป็นบุคคลที่สามารถอ่านแบบสอบถามและตอบคำถามได้ด้วยตนเอง โดยกลุ่มตัวอย่างมีอายุเฉลี่ย 16.9 ปี

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วยแบบสอบถามข้อมูลทั่วไป มาตรวัดความผูกพันกับสัตว์เลี้ยง มาตรวัดประเมินความเหงาและ มาตรวัดประเมินการรับรู้การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ ซึ่งผู้วิจัยได้ทำการแปลแบบวัดทั้งสามเป็นภาษาไทย และปรับเปลี่ยนภาษา และข้อคำถามเพื่อให้ง่ายต่อความเข้าใจ

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมโดยการนำแบบสอบถามที่ผ่านการหาคุณภาพของเครื่องมือแล้วเก็บข้อมูลจากผู้เข้าร่วมการวิจัยซึ่งเป็นวัยรุ่นอายุระหว่าง 14-19 ปี ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล โดยได้ทำการแจกแบบสอบถามออนไลน์ตามสื่อโซเชียลมีเดีย เช่น เฟสบุ๊ก ทวิตเตอร์ อินสตราแกรม เป็นต้น จากนั้นจึงนำข้อมูลที่ได้นำไปตรวจสอบและวิเคราะห์ผลข้อมูลทางสถิติต่อไป

การวิเคราะห์ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง โดยสถิติพรรณนา (Descriptive statistics) ได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ยเลขคณิต ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรโดยหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน ของตัวแปรสมมติฐาน ผ่านโปรแกรม SPSS และวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่าง ความผูกพันกับสัตว์เลี้ยง และความเหงาในวัยรุ่นโดยมีการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์เป็นตัวแปรส่งผ่าน โดยใช้การวิเคราะห์ Mediation Analysis ผ่านคำสั่ง PROCESS (A. F. Hayes, 2013) ในโปรแกรม SPSS

ผลการวิจัยครั้งนี้พบว่า ไม่เป็นไปตามสมมติฐาน ที่คาดว่า ความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงมีความสัมพันธ์ทั้งทางตรงและทางอ้อมต่อความเหงาในวัยรุ่น โดยมีการสนับสนุนด้านอารมณ์จากครอบครัว การสนับสนุนทางด้านอารมณ์จากเพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์ และการสนับสนุนทางด้านอารมณ์จากสัตว์เลี้ยงเป็นตัวแปรส่งผ่าน แต่พบว่า ความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงที่มากขึ้นส่งผลโดยตรงต่อความเหงาที่ลดลง ($\beta = -.182$, $p = .03$)

อภิปรายผลการวิจัย

จากการวิเคราะห์ข้อมูลการศึกษาความสัมพันธ์ของความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงกับความเหงาในวัยรุ่น โดยมีการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์เป็นตัวแปรส่งผ่านในวัยรุ่น ผู้วิจัยได้แบ่งการอภิปรายออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้ ตอนที่ 1 การอภิปรายผลการวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นถึงความสัมพันธ์ของตัวแปรที่ศึกษา และตอนที่ 2 การอภิปรายผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบตัวแปรส่งผ่าน ดังนี้

ตอนที่ 1 การอภิปรายผลการวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นถึงความสัมพันธ์ของตัวแปรที่ศึกษา

จากผลการวิเคราะห์การถดถอยอย่างง่าย ระหว่างความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงและความเหงา พบว่า ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงที่ส่งผลต่อความเหงามีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 เท่ากับ .03 ($SE = 10.40$) แสดงว่าความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเหงา โดย เมื่อความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงเพิ่มขึ้น ความเหงาจะลดลง สามารถอธิบายความแปรปรวนของความเหงาได้ 3.3% แสดงว่าความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเหงา โดย เมื่อความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงเพิ่มขึ้น ความเหงาจะลดลง เป็นไปตามงานวิจัยที่กล่าวว่า ผู้เลี้ยงมีความใกล้ชิดกับสัตว์เลี้ยง หรือผูกพันกับสัตว์เลี้ยง (Pet attachment) มาก ก็จะมีอาการซึมเศร้าที่น้อยลง (Crawford et al., 2006) สัตว์เลี้ยงเป็นรูปแบบหนึ่งของการสนับสนุนทางสังคม เมื่อมีความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงก็เหมือนได้รับความผูกพันจากคนใกล้ตัว

อาจกล่าวได้ว่าการที่วัยรุ่นที่มีความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงสูงนั้น เกิดจากการที่สัตว์เลี้ยงให้ความรู้สึกมั่นคงและปลอดภัย ตามที่งานวิจัยของ Peacock และคณะ (2012) ที่กล่าวว่า สัตว์เลี้ยงเป็นแหล่งที่มอบความมั่นคงทางอารมณ์ให้แก่เจ้าของ เมื่อเจ้าของต้องการกำลังใจหรือกำลังเสียใจ สัตว์เลี้ยงจะอยู่ที่นั่นเสมอ (Ireland ,2011) ทำให้เมื่อวัยรุ่นมีความรู้สึกมั่นคงและปลอดภัย รวมไปถึงได้รับรู้ว่าสัตว์เลี้ยงอยู่ที่นั่นเสมอเวลาที่ต้องการ ส่งผลให้ความเหงาที่จะเกิดขึ้นเมื่อความสัมพันธ์ที่บุคคลต้องการไม่สอดคล้องกับความเป็นจริงนั้นลดลง เนื่องจากบุคคลนั้นได้รับความสัมพันธ์ที่ต้องการแล้วจากสัตว์เลี้ยงนั่นเอง

ตอนที่ 2 การอภิปรายผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบตัวแปรส่งผ่าน

จากการวิเคราะห์ตัวแปรส่งผ่าน ผู้วิจัยเลือกรูปแบบความสัมพันธ์ที่ 4 (Model 4) ของ Hayes (2013) ซึ่งเป็นรูปแบบที่เหมาะสมในการใช้วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้น 1 ตัวแปร ตัวแปรตาม 1 ตัวแปร และตัวแปรส่งผ่าน 3 ตัวแปร โดยวิเคราะห์ผลทางตรง และผลทางอ้อมของตัวแปรอิสระต่อตัวแปรตาม ผลการวิจัย**ไม่**สนับสนุนสมมติฐานที่กล่าวว่า ความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงมีความสัมพันธ์ทั้งทางตรงและทางอ้อมต่อความเหงาในวัยรุ่น โดยมีการสนับสนุนทางดานอารมณ์จากสัตว์เลี้ยง การสนับสนุนทางดานอารมณ์จากสังคมคนเลี้ยงสัตว์ และการสนับสนุนทางดานอารมณ์จากครอบครัวเป็นตัวแปรส่งผ่าน เนื่องจากผลวิเคราะห์พบว่า ความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงไม่มีความสัมพันธ์ทางตรงกับความเหงา เมื่อมีการสนับสนุนทางอารมณ์เป็นตัวแปรส่งผ่าน ซึ่งไม่สอดคล้องกับงานวิจัยของ Purewal และคณะ (2017) ที่กล่าวว่า การมีความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงมีความสัมพันธ์ทางบวกกับบุคคลที่สนับสนุนทางสังคมของเด็กได้ อีกทั้งเมื่อเด็กมีความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงยังช่วยลดอารมณ์ทางลบอีกด้วย อาจเป็นเพราะเมื่อมีความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงมากขึ้น ส่งผลให้บุคคลเหล่านั้นไม่มีปฏิสัมพันธ์กับผู้ครอบข้าง เป็นผลทำให้อารมณ์ด้านลบเพิ่มขึ้น และเนื่องจากในงานวิจัยนี้กลุ่มตัวอย่างไม่ได้มีสัตว์เลี้ยงเป็นของตนเองทุกคน สัตว์เลี้ยงที่เลี้ยงร่วมกันกับครอบครัวอาจทำให้การรับรู้การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ไม่แม่นยำเท่าที่ควร นอกจากนี้อาจจะอธิบายได้ว่าเมื่อคนอยู่ในสภาพแวดล้อมที่มีการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์สูง เราจะพบว่าความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงไม่ส่งผลต่อความเหงาในวัยรุ่น

ทั้งนี้ประเด็นที่น่าสนใจ เมื่อผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงและความเหงา โดยไม่ผ่านการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ที่ทำหน้าที่เป็นตัวแปรส่งผ่านนั้น พบว่า เมื่อมีความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงเพิ่มมากขึ้น ความเหงาลดลงอย่างมีนัยสำคัญ จึงอาจจะมองได้ว่า การสนับสนุนทางอารมณ์อาจไม่ใช่ตัวแปรส่งผ่าน ซึ่งผลการวิจัยยืนยันว่าผลการทดสอบตัวแปรส่งผ่าน 3 ตัว ได้แก่ การสนับสนุนทางอารมณ์จากครอบครัว การสนับสนุนทางอารมณ์จากเพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์ และการสนับสนุนทางอารมณ์จากสัตว์เลี้ยง **ไม่**พบว่ามีตัวแปรใดเป็นตัวแปรส่งผ่าน

เมื่อพิจารณาตัวแปรอื่น ๆ ในโมเดลพบว่าความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการสนับสนุนทางอารมณ์จากครอบครัว เพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์และสัตว์เลี้ยงอย่างมีนัยสำคัญ จึงกล่าวได้ว่าเมื่อความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงเพิ่มมากขึ้น บุคคลเหล่านั้นจะได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์จากทั้งสามแหล่งดีขึ้นด้วย มีงานวิจัยของ Poresky และ Hendrix (1989) ที่สนับสนุนว่าความผูกพันกับสัตว์เลี้ยงมีส่วนช่วยในการสนับสนุนทางสังคมในด้านต่าง ๆ รวมถึงด้านอารมณ์

อย่างไรก็ตามผู้วิจัยพบว่าการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์จากเพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเหงาอย่างมีนัยสำคัญ ซึ่งหมายถึงเมื่อวัยรุ่นได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์จากเพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์ที่สูงจะมีความเหงาที่ลดลง อาจเนื่องมาจาก ในช่วงวัยรุ่นที่เป็นช่วงที่เข้าหาเพื่อนมากขึ้นและเริ่มแยกตัวออกจากพ่อแม่ เพื่อนมีอิทธิพลต่อการตัดสินใจ (Cooper et al.,1998) ผลงานวิจัยจึงชี้ให้เห็นว่า การรับรู้การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์จากเพื่อน หรือเรียกได้ว่าการที่รับรู้ว่าคุณมีตัวตนในกลุ่มเพื่อนนั้น จึงทำให้วัยรุ่นมีความเหงาที่ลดลง

จากผลงานวิจัยแสดงให้เห็นว่า การลดอารมณ์ทางลบหรือความเหงาจากสัตว์เลี้ยงในวัยรุ่น อาจไม่เหมาะกับวิถีหรือวัฒนธรรมของไทย เนื่องจากวัยรุ่นที่มีสัตว์เลี้ยง บางคนไม่ได้ดูแลสัตว์เลี้ยงด้วยตนเอง ในที่นี้สัตว์เลี้ยงเหล่านั้นเป็นสัตว์เลี้ยงของครอบครัว ช่วยรับผิดชอบร่วมกัน จึงอาจจะไม่ได้ส่งผลเท่าที่ควร อีกทั้งยังเป็นกลุ่มตัวอย่างที่อยู่ในเมือง การพาสุนัขหรือแมวออกไปเดินเล่นอาจทำได้ยาก

ข้อจำกัดในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยครั้งนี้เป็นวัยรุ่นในกรุงเทพมหานครและปริมณฑลเท่านั้น จึงอาจเป็นการจำกัดการนำผลวิจัยไปอ้างอิง และในงานวิจัยนี้กลุ่มวัยรุ่นที่เลี้ยงสัตว์ด้วยตนเองมีจำนวนไม่มาก ทำให้อธิบายได้ไม่ดีเท่าที่ควร นอกจากนี้สภาพสังคมในกรุงเทพมหานคร อาจจะไม่เอื้อต่อการเลี้ยงสัตว์เท่าที่ควร โดยเฉพาะอย่างยิ่งในช่วงวัยรุ่น

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ในการวิจัยครั้งต่อไปควรเพิ่มจำนวนกลุ่มตัวอย่าง และขยายช่วงอายุให้ครอบคลุมมากขึ้น เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างมีความหลากหลายและเป็นตัวแทนที่เหมาะสมของจำนวนประชากรที่ศึกษา
2. งานวิจัยนี้เป็นเพียงการศึกษาในช่วงเวลาใดเวลาหนึ่งเท่านั้น จึงแนะนำให้ศึกษาแบบระยะยาว หรือทำวิจัยแบบทดลอง เพื่อความชัดเจนในการวัดความเปลี่ยนแปลงทั้งในการลดความเหงา หรือการได้รับการสนับสนุนทางอารมณ์ตั้งแต่เริ่มมีสัตว์เลี้ยงในวัยเด็กจนถึงวัยรุ่น

บรรณานุกรม

- Angus, A., & Westbrook, G. (2019). Top 10 global consumer trends 2019. *Euromonitor international*. Euromonitor, London.
- Antonacopoulos, N. M. D., & Pychyl, T. A. (2010). An examination of the potential role of pet ownership, human social support and pet attachment in the psychological health of individuals living alone. *Anthrozoös*, 23(1), 37-54.
- Banks, M. R., & Banks, W. A. (2002). The effects of animal-assisted therapy on loneliness in an elderly population in long-term care facilities. *Journal of Gerontology: MEDICAL SCIENCES*, 57(7), M428-M432.
- Barker, S. B., Knisely, J. S., Schubert, C. M., Green, J. D., & Ameringer, S. (2015). The effect of an animal-assisted intervention on anxiety and pain in hospitalized children. *Anthrozoös*, 28, 101-112.
- Barker, S. B., Knisely, J. S., McCain, N. L., & Best, A. M. (2005). Measuring stress and immune response in healthcare professionals following interaction with a therapy dog: A pilot study. *Psychological reports*, 96(3), 713-729.
- Black, K. (2012). The relationship between companion animals and loneliness among rural adolescents. *Journal of Pediatric Nursing*, 27(2), 103-112.
- Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental psychology*, 28(5), 759.
- Bodsworth, W., & Coleman, G. J. (2001). Child-companion animal attachment bonds in single and two-parent families. *Anthrozoös*, 14(4), 216-223.
- Cobb, S. (1976). Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic medicine*. 300-314.

- Cohen, S., Underwood, L. G., & Gottlieb, B. H. (Eds.). (2000). *Social support measurement and intervention: A guide for health and social scientists*. London: Oxford University Press.
- Cooper, M. L., Shaver, P. R., & Collins, N. L. (1998). Attachment styles, emotion regulation, and adjustment in adolescence. *Journal of personality and social psychology*, 74(5), 1380-1397.
- Crawford, E. K., Worsham, N. L., & Swinehart, E. R. (2006). Benefits derived from companion animals, and the use of the term "attachment". *Anthrozoös*, 19(2), 98-112.
- Gosse, G. H., & Barnes, M. J. (1994). Human grief resulting from the death of a pet. *Anthrozoös*, 7(2), 103-112.
- Harlow, H. F., & Zimmermann, R. R. (1959). Affectional responses in the infant monkey. *Science*, 130(3373), 421-432.
- Hair, J.F., Anderson, R.E., Babin, B.J., & Black, W.C. (2010). *Multivariate data analysis: A global perspective 7*.
- Hayes, A. F. (2013). Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: Methodology in the Social Sciences. *Kindle Edition*, 193.
- Hinkle, D. E., Wiersma, W., & Jurs, S. G. (1998). Correlation: a measure of relationship. *Applied statistics for the behavioral sciences*. 4, 105-131.
- Hobson, R. F. (1974). Loneliness. *Journal of Analytical Psychology*, 19(1), 71-89.
- Holt-Lunstad, J., Smith, T. B., Baker, M., Harris, T., & Stephenson, D. (2015). Loneliness and social isolation as risk factors for mortality: a meta-analytic review. *Perspectives on psychological science*, 10(2), 227-237.
- House, J. S. (1987, December). Social support and social structure. *Sociological forum*, 2(1), 135-146.

- Krause-Parello, C. A. (2012). Pet ownership and older women: The relationships among loneliness, pet attachment support, human social support, and depressed mood. *Geriatric Nursing, 33*(3), 194-203.
- Lee, E. E., Depp, C., Palmer, B. W., Glorioso, D., Daly, R., Liu, J., ... & Jeste, D. V. (2019). High prevalence and adverse health effects of loneliness in community-dwelling adults across the lifespan: role of wisdom as a protective factor. *International psychogeriatrics, 31*(10), 1447-1462.
- Margolies, L. (1999). The long goodbye: Women, companion animals, and maternal loss. *Clinical Social Work Journal, 27*(3), 289-304.
- Mukaka, M. M. (2012). A guide to appropriate use of correlation coefficient in medical research. *Malawi medical journal, 24*(3), 69-71.
- Pikhartova, J., Bowling, A., & Victor, C. (2014). Does owning a pet protect older people against loneliness. *BMC geriatrics, 14*(1), 106.
- Poresky, R. H., & Hendrix, C. (1989). Companion Animal Bonding, Children's Home Environments, and Young Children's Social Development. In *the National Biennial Meeting of the Society for Research in Child Development*. Kansas City: Kansas State University.
- Rew, L. (2000). Friends and pets as companions: Strategies for coping with loneliness among homeless youth. *Journal of child and adolescent psychiatric nursing, 13*(3), 125-132.
- Rhoades, H., Winetrobe, H., & Rice, E. (2015). Pet ownership among homeless youth: Associations with mental health, service utilization and housing status. *Child Psychiatry & Human Development, 46*(2), 237-244.
- Sable, P. (1995). Pets, attachment, and well-being across the life cycle. *Social work, 40*(3), 334-341.

- Schaefer, C., Coyne, J. C., & Lazarus, R. S. (1981). The health-related functions of social support. *Journal of behavioral medicine*, 4(4), 381-406.
- Shaffer, D. R., & Kipp, K. (2014). Emotional Development, Temperament and Attachment. *Developmental psychology: Childhood and Adolescence*, 100-200.
- Stallones, L., Marx, M. B., Garrity, T. F., & Johnson, T. P. (1988). Attachment to companion animals among older pet owners. *Anthrozoös*, 2(2), 118-124.
- Stammbach, K. B., & Turner, D. C. (1999). Understanding the human—cat relationship: human social support or attachment. *Anthrozoös*, 12(3), 162-168.
- Meehan, M., Massavelli, B., & Pachana, N. (2017). Using attachment theory and social support theory to examine and measure pets as sources of social support and attachment figures. *Anthrozoös*, 30(2), 273-289.
- Peacock, J., Chur-Hansen, A., & Winefield, H. (2012). Mental health implications of human attachment to companion animals. *Journal of clinical psychology*, 68(3), 292-303.
- Purewal, R., Christley, R., Kordas, K., Joinson, C., Meints, K., Gee, N., & Westgarth, C. (2017). Companion animals and child/adolescent development: a systematic review of the evidence. *International journal of environmental research and public health*, 14(3), 1-25.
- Vincenzi, H., & Grabosky, F. (1987). Measuring the emotional/social aspects of loneliness and isolation. *Journal of Social Behavior and Personality*, 2(2), 257.
- Waldinger, R. (2015, November). What makes a good life? Lessons from the longest study on happiness. https://www.ted.com/talks/robert_waldinger_what_makes_a_good_life_lessons_from_the_longest_study_on_happiness

- Wood, L., Martin, K., Christian, H., Nathan, A., Lauritsen, C., Houghton, S., ... & McCune, S. (2015). The pet factor-companion animals as a conduit for getting to know people, friendship formation and social support. *PloS one*, 10(4), 1-17.
- Wright, H., Hall, S., Hames, A., Hardiman, J., Mills, R., PAWS Project Team, & Mills, D. (2015). Pet dogs improve family functioning and reduce anxiety in children with autism spectrum disorder. *Anthrozoös*, 28(4), 611-624.
- Zilcha-Mano, S., Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2011). An attachment perspective on human-pet relationships: Conceptualization and assessment of pet attachment orientations. *Journal of Research in Personality*, 45(4), 345-357.
- Zhou, X., Zheng, R. C. and Fu, N. (2007). Pet ownership and socio-emotion of school children. *Chinese Mental Health Journal*, 21(11), 804-808.
- กัญญาวีร์ พรหมพันธ์, มุทิตา คำทับน์, และ เมริษา ยอดมณฑป. (2557). *การนับถือศาสนา การเผชิญปัญหา การสนับสนุนทางสังคม และการฟื้นคืนพลังของสมาชิกในครอบครัวที่มีผู้ป่วยโรคเรื้อรัง*. คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. <http://cuir.car.chula.ac.th/handle/123456789/44148>
- กิตติคุณ ซึ่งฤทธิ์. (2560). *ประสบการณ์ทางจิตใจของวัยรุ่นที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงที่มีภูมิหลังครอบครัวขัดแย้งสูง* [วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต]. Chulalongkorn University Intellectual Repository (CUIR). <http://cuir.car.chula.ac.th/handle/123456789/60082>
- โชติกา จันทรวาณ, นภัสชนกรณ วรภัทรพูนสุข, และ พิมลนาฏ จันทร์กลั่น. (2559). *การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความว่าเหว การกำกับอารมณ์ด้านการประเมินความคิดใหม่ การกำกับอารมณ์ด้านการยับยั้งการตอบสนอง การสนับสนุนทางสังคม และปัญหาทางด้านจิตใจในกลุ่มผู้สูงอายุ*. คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. <http://cuir.car.chula.ac.th/handle/123456789/57869>
- ณัฐรดา อยู่ศิริ, สุพิชฌาย์ นันทพานนท์, และ หทัยพร พิระชัยรัตน์. (2557). *ความสัมพันธ์ระหว่างการเปิดเผยตนเอง ความเหงา และการทำหน้าที่ของครอบครัวต่อพฤติกรรม การเสพติด อินเทอร์เน็ต*. คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. <http://cuir.car.chula.ac.th/handle/123456789/46895>

- ปิยะกมล วิจิตรศิริ และ บัวทอง สว่างโสภาคกุล. (2555). ความผาสุกทางใจของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุวัดสารอด เขตราชบุรีบูรณะ กรุงเทพมหานคร. *วารสารสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์*, 38(2), 139-151.
- พงศ์มนัส บุคยประทีป. (2554). อิทธิพลของรูปแบบความผูกพันต่อความพึงพอใจในความสัมพันธ์โดยมีรูปแบบการอนุমানสาเหตุและรูปแบบการอนุমানความรับผิดชอบเป็นตัวแปรส่งผ่าน [วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต]. The Chulalongkorn University Intellectual Repository (CUIR). <http://cuir.car.chula.ac.th/handle/123456789/30151>
- เมทีณี แสงกระจ่าง. (2558). ความต้องการมีบุตรของสตรีไทยที่ทำงานในระบบ [วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรดุษฎีบัณฑิต]. The Chulalongkorn University Intellectual Repository (CUIR). <http://cuir.car.chula.ac.th/handle/123456789/50198>
- ศิริชัย พงษ์วิชัย. (2546). การวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติด้วยคอมพิวเตอร์. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สิริหทัย มุลวนิชย์. (2541). ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความว่าเหวของผู้สูงอายุในชมรมวชิรพยาบาล [วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต]
- สำนักงานราชบัณฑิตยสถาน. (2554). ความเหว. พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถานฉบับ พ.ศ. 2554. <https://www.royin.go.th/dictionary>

บรรณานุกรม



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ภาคผนวก ก

ผู้ทรงคุณวุฒิ

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พรรณระพี สุทธิวรรณ
- คณบดี คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
2. รองศาสตราจารย์ ดร.สมโภชน์ เอี่ยมสุภาคิต
- อาจารย์ประจำสาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ คณะจิตวิทยา
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ข

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ตัวอย่างแบบสำรวจฉบับจริง



แบบสำรวจความผูกพันกับสัตว์เลี้ยง

ใช้เวลาประมาณ 15 นาที ในการตอบคำถาม

การตอบแบบสอบถามครั้งนี้เป็นไปด้วยความสมัครใจ คุณสามารถหยุดทำแบบสอบถามได้หากรู้สึกไม่สบายใจ ข้อมูลที่คุณตอบจะเป็น**ความลับ**และจะไม่มีการระบุตัวตน การรายงานผลจะเป็นภาพรวมในเชิงวิชาการเท่านั้น หากมีประเด็นสงสัยหรือต้องการสอบถามเพิ่มเติมสามารถติดต่อได้ที่ panida.juun@gmail.com

ส่วนที่ 1: ข้อมูลทั่วไป

1. เพศ หญิง ชาย อื่น ๆ โปรดระบุ.....
2. อายุ ปี กำลังศึกษาอยู่ระดับชั้นใด มัธยมศึกษาปีที่ มหาวิทยาลัยชั้นปีที่
3. สัตว์เลี้ยงของคุณในปัจจุบัน คือ สุนัข ระบุจำนวน.....ตัว แมว ระบุจำนวน.....ตัว
4. **สัตว์เลี้ยงตัวโปรด**ที่คุณรักที่สุด (ระบุ 1 คำตอบเท่านั้น) สุนัขชื่อ แมวชื่อ
5. คุณเลี้ยง**สัตว์เลี้ยงตัวโปรด**ในข้อ 4 มาเป็นระยะเวลาประมาณ ปี เดือน
6. คุณใช้เวลากับ**สัตว์เลี้ยงตัวโปรด**ในแต่ละวัน เฉลี่ยแล้ววันละ ชม. นาที
7. **6 เดือนที่ผ่านมา** คุณเลี้ยง**สัตว์เลี้ยงตัวโปรด**ของคุณด้วยตนเองหรือไม่ (เช่น ให้อาหาร, อาบน้ำ, แปรงขน)
 - เลี้ยงเอง ไม่ได้เลี้ยงเอง (โปรดระบุผู้เลี้ยงดู)
 - ช่วยกันเลี้ยง (โปรดระบุผู้ช่วยเลี้ยง)
8. คุณทำกิจกรรมใดกับ**สัตว์เลี้ยงตัวโปรด**บ้าง โปรดระบุ.....

ส่วนที่ 2:

จฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

	คุณรู้สึก/ทำสิ่งเหล่านี้กับ สัตว์เลี้ยงตัวโปรด ของคุณบ่อยเพียงใด กรุณาคิดถึง สัตว์เลี้ยงตัวโปรด ที่คุณระบุชื่อไว้ในข้อ 4	ไม่เคยเลย	นาน ๆ ครั้ง	ปานกลาง	บ่อยครั้ง	เป็นประจำ
		0	1	2	3	4
1	ฉันเป็นผู้รับผิดชอบในการดูแลสัตว์เลี้ยงของฉัน					
2	ฉันเก็บกวาดและดูแลทำความสะอาด เวลาที่สัตว์เลี้ยงของฉันทำเลอะเทอะ					
3	ฉันอุ้ม กอด ลูบหัว ลูบตัว แสดงความรักต่อสัตว์เลี้ยงของฉัน					
4	ฉันให้สัตว์เลี้ยงอยู่ในห้องนอนของฉัน					
5	ฉันรู้สึกว่า สัตว์เลี้ยงของฉันสื่อสารโต้ตอบกับฉันได้					
...						

คุณรู้สึกเช่นนี้บ่อยเพียงใด ขอให้คุณเลือกตอบข้อที่ตรงกับตัวคุณมากที่สุด		ไม่เคย	นาน ๆ	ปานกลาง	บ่อยครั้	เป็น
		เลย	ครั้ง		ง	ประจำ
		0	1	2	3	4
1	ฉันรู้สึกว่า ฉันเข้ากับผู้คนรอบข้างได้เป็นอย่างดี					
2	ฉันรู้สึกไม่มีเพื่อน					
3	ฉันรู้สึกว่า ไม่มีใครที่ฉันสามารถพึ่งพาได้					
4	ฉันรู้สึกเหมือนอยู่ตัวคนเดียว					
5	ฉันรู้สึกว่า ฉันมีกลุ่มเพื่อนของตัวเอง					
...	...					



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ใน 6 เดือนที่ผ่านมา คุณได้รับการสนับสนุนทางด้านอารมณ์ มากน้อยเพียงใด <i>กรุณาคิดถึงสัตว์เลี้ยงตัวโปรดที่คุณระบุชื่อไว้ในข้อ 4</i>		ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	ไม่เห็น ด้วยมาก	ไม่เห็น ด้วยและ เห็นด้วย พอ ๆ กัน	เห็นด้วย มาก	เห็นด้วย อย่างยิ่ง
		0	1	2	3	4
ครอบครัว						
1.	เมื่อฉันรู้สึกเศร้า คนในครอบครัวจะนำสัตว์เลี้ยงมาเล่นกับฉันเพื่อช่วยให้ฉันจำ เรื่องขึ้น					
2	ถ้าคนในครอบครัวรู้ว่าฉันกำลังผิดหวังกับความรัก พวกเขาจะนำสัตว์เลี้ยงมา ช่วยกันปลอบใจฉัน					
3	ถ้ามีอะไรดี ๆ เกิดขึ้นกับฉัน คนในครอบครัวจะนำสัตว์เลี้ยงมาร่วมดีใจไปกับฉัน ด้วย					
4	เมื่อฉันเจอกับปัญหา คนในครอบครัวจะนำสัตว์เลี้ยงมาช่วยกันดูแลฉัน จนฉันสามารถผ่านปัญหานั้นไปได้					
5	คนในครอบครัวจะนำสัตว์เลี้ยงมานั่งฟังด้วยความสนใจ เวลาที่ฉันเล่าเรื่องต่าง ๆ					
...	...					
เพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์ (หมายถึง เพื่อนที่รู้จักกันเพราะเลี้ยงสัตว์ หรือเพื่อนที่รักสัตว์เหมือนกัน หรือเพื่อนที่คุยกันเรื่องสัตว์เลี้ยง)						
1	เมื่อฉันรู้สึกเศร้า เพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์จะช่วยให้ฉันจำเรื่องขึ้น					
2	ถ้าเพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์รู้ว่าฉันกำลังผิดหวังกับความรัก เขาจะช่วยปลอบใจ ฉัน					
3	ถ้ามีอะไรดี ๆ เกิดขึ้นกับฉัน เพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์จะร่วมดีใจไปกับฉันด้วย					
4	เมื่อฉันเจอกับปัญหาเพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์จะช่วยให้ฉันสามารถผ่านปัญหา นั้นไปได้					
5	เพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์จะให้ความสนใจ เวลาที่ฉันเล่าเรื่องต่าง ๆ					
...	...					
สัตว์เลี้ยงตัวโปรด (สัตว์เลี้ยงตัวโปรดที่คุณระบุชื่อไว้ในข้อ 4)						
1	เมื่อฉันรู้สึกเศร้า สัตว์เลี้ยงของฉันจะช่วยให้ฉันจำเรื่องขึ้น					
2	ถ้าสัตว์เลี้ยงของฉันรู้ว่าฉันกำลังผิดหวังกับความรัก มันจะช่วยปลอบใจฉัน					
3	ถ้ามีอะไรดี ๆ เกิดขึ้นกับฉัน สัตว์เลี้ยงของฉันจะร่วมดีใจไปกับฉันด้วย					
4	เมื่อฉันเจอกับปัญหา สัตว์เลี้ยงของฉันจะช่วยให้ฉันสามารถผ่านปัญหานั้นไปได้					
5	สัตว์เลี้ยงของฉันจะให้ความสนใจ เวลาที่ฉันเล่าเรื่องต่าง ๆ ให้มันฟัง					
...	...					

ภาคผนวก ค

- ตารางที่ 1 ผลวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อมาตรวัดความผูกพันกับสัตว์เลี้ยง
- ตารางที่ 2 ผลวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อมาตรวัดความเหงา
- ตารางที่ 3 ผลวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อมาตรวัดการรับรู้การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์จากครอบครัว
- ตารางที่ 4 แสดงผลวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อมาตรวัดการรับรู้การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์จากเพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์
- ตารางที่ 5 แสดงผลวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อมาตรวัดการรับรู้การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์จากสัตว์เลี้ยง
- ตารางที่ 6 ตารางผลการวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์รายด้าน



ตารางที่ 1

ผลวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อมาตรวจวัดความผูกพันกับสัตว์เลี้ยง(n=67)

Item (Translated)	Corrected Item-Total Correlation
BON1 ฉันเป็นผู้รับผิดชอบในการดูแลสัตว์เลี้ยงของฉัน	.497
BON2 ฉันเก็บกวาดและดูแลทำความสะอาดเวลาที่สัตว์เลี้ยงของฉันทำเลอะเทอะ	.481
BON3 ฉันอุ้ม กอด ลูบหัว ลูบตัว แสดงความรักต่อสัตว์เลี้ยงของฉัน	.313
BON4 ฉันให้สัตว์เลี้ยงอยู่ในห้องนอนของฉัน	.564
BON5 ฉันรู้สึกว่าการสื่อสารของฉันสื่อสารโต้ตอบกับฉันได้	.358
BON6407
BON7335
BON8523
	$\alpha = .733$

Note: BON เท่ากับ ความผูกพันกับสัตว์เลี้ยง ($r = .211$, $df = 60$, $p < .05$)

ตารางที่ 2

ผลวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อมาตรวจวัดความเหงา (n=67)

Item (Translated)	Corrected Item-	Corrected Item-
	Total Correlation	Total Correlation
	1	2
LON1 ฉันรู้สึกว่ามันเข้ากับผู้คนรอบข้างได้เป็นอย่างดี	.615	.622
LON2 ฉันรู้สึกไม่มีเพื่อน	.629	.626
LON3 ฉันรู้สึกว่าไม่มีใครที่ฉันสามารถพึ่งพาได้	.645	.661
LON4 ฉันรู้สึกเหมือนอยู่ตัวคนเดียว	.675	.667
LON5 ฉันรู้สึกว่า ฉันมีกลุ่มเพื่อนของตัวเอง	.418	.440
LON6595	.594
LON7669	.653
LON8367	.360
LON9666	.647
LON10626	.609
LON11614	.619
LON12487	.472
LON13544	.551
LON14735	.740
LON15458	.473
LON16623	.646
LON17005	
LON18682	.669
LON19611	.625
LON20649	.672
	$\alpha = .912$	$\alpha = .921$

Note: LON เท่ากับ ความเหงา ($r = .211, df = 60, p < .05$)

ตารางที่ 3

ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อ ด้านการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์
จากครอบครัว ($n = 67$)

Item (Translated)	Corrected Item-Total Correlation
FAM1 เมื่อฉันรู้สึกเศร้า คนในครอบครัวจะนำสัตว์เลี้ยงมาเล่นกับฉันเพื่อช่วยให้ฉันร่าเริงขึ้น	.734
FAM2 ถ้าคนในครอบครัวรู้ว่าฉันกำลังผิดหวังกับความรัก พวกเขาจะนำสัตว์เลี้ยงมาช่วยกัน ปลอบใจฉัน	.806
FAM3 ถ้ามีอะไรดี ๆ เกิดขึ้นกับฉัน คนในครอบครัวจะนำสัตว์เลี้ยงมารวมดีใจ ไปกับฉันด้วย	.780
FAM4 เมื่อฉันเจอกับปัญหา คนในครอบครัวจะนำสัตว์เลี้ยงมาช่วยกันดูแลฉัน จนฉันสามารถผ่านปัญหานั้นไปได้	.807
FAM5 คนในครอบครัวจะนำสัตว์เลี้ยงมานั่งฟังด้วยความสนใจ เวลาที่ฉันเล่าเรื่องต่าง ๆ	.719
FAM6878
FAM7827
FAM8649
FAM9713
FAM10819
FAM11766
FAM12801
FAM13842
FAM14774
FAM15693
	$\alpha = .961$

Note: FAM เท่ากับ การรับรู้การสนับสนุนทางอารมณ์จากครอบครัว ($r = .211$, $df = 60$, $p < .05$)

ตารางที่ 4

ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อ ด้านการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์
จากเพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์ ($n = 67$)

Item (Translated)	Corrected Item-Total Correlation
SOC1 เมื่อฉันรู้สึกเศร้า เพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์จะช่วยให้ฉันร่าเริงขึ้น	.843
SOC2 ถ้าเพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์รู้ว่าฉันกำลังผิดหวังกับความรัก เขาจะช่วยปลอบใจฉัน	.773
SOC3 ถ้ามีอะไรดี ๆ เกิดขึ้นกับฉัน เพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์จะร่วมดีใจไปกับฉันด้วย	.820
SOC4 เมื่อฉันเจอกับปัญหาเพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์จะช่วยให้ฉันสามารถผ่านปัญหานั้นไปได้	.844
SOC5 เพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์จะให้ความสนใจ เวลาที่ฉันเล่าเรื่องต่าง ๆ	.819
SOC6833
SOC7828
SOC8756
SOC9849
SOC10773
SOC11830
SOC12806
SOC13904
SOC14846
SOC15874
	$\alpha = .973$

Note: SOC เท่ากับ การรับรู้การสนับสนุนทางอารมณ์จากเพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์ ($r = .211$, $df = 60$, $p < .05$)

ตารางที่ 5

ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อ ด้านการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ จากสัตว์เลี้ยง (n=67)

Item (Translated)	Corrected Item- Total Correlation
PET1 เมื่อฉันรู้สึกเศร้า สัตว์เลี้ยงของฉันจะช่วยให้ฉันร่าเริงขึ้น	.554
PET2 ถ้าสัตว์เลี้ยงของฉันรู้ว่าฉันกำลังผิดหวังกับความรัก มันจะช่วยปลอบใจฉัน	.705
PET3 ถ้ามีอะไรดี ๆ เกิดขึ้นกับฉัน สัตว์เลี้ยงของฉันจะร่วมดีใจไปกับฉันด้วย	.841
PET4 เมื่อฉันเจอกับปัญหา สัตว์เลี้ยงของฉันจะช่วยให้ฉันสามารถผ่านปัญหานั้นไปได้	.775
PET5 สัตว์เลี้ยงของฉันจะให้ความสนใจ เวลาที่ฉันเล่าเรื่องต่าง ๆ ให้มันฟัง	.810
PET6840
PET7826
PET8707
PET9859
PET10807
PET11783
PET12756
PET13807
PET14735
PET15645
	$\alpha = .959$

Note: PET เท่ากับ การรับรู้การสนับสนุนทางอารมณ์จากสัตว์เลี้ยง (r = .211, df = 60, p < .05)

ตารางที่ 6

ผลการวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์รายด้านของการรับรู้การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ (n=67)

	M	SD	1	2	3
1. การรับรู้การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์จากครอบครัว	36.85	15.757	1		
2. การรับรู้การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์จากเพื่อนในกลุ่มคนเลี้ยงสัตว์	38.33	13.519	.692**	1	
3. การรับรู้การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์จากสัตว์เลี้ยง	43.64	12.865	.492**	.426**	1

** $p < .01$ 



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ-สกุล	พนิดา จุลมณฑล
วัน เดือน ปี เกิด	19 มีนาคม 2536
สถานที่เกิด	จันทบุรี
วุฒิการศึกษา	การศึกษาระดับบัณฑิต สาขาวิชาภาษาไทย
ที่อยู่ปัจจุบัน	825/600 อาคาร ดี คอนโด ไรซ์ พระราม 9 ถ.พระราม 9 แขวงบางกะปิ เขตห้วยขวาง 10310



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY