

# ความสัมพันธ์ระหว่างภูมิคุ้มกันทางจิตกับพฤติกรรมเสี่ยงของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

## An Investigation of the Relationship between Resilience and Risk Behavior of Junior High School Students

อุมาพร ดุมกระโทก<sup>1</sup>, ธัญญรัตน์ ชิดไธสง<sup>2</sup>

Umaporn Dumkrathok<sup>1</sup>, Thanyarat Chidthaisong<sup>2</sup>

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับภูมิคุ้มกันทางจิตและพฤติกรรมเสี่ยงของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น เพื่อเปรียบเทียบระดับภูมิคุ้มกันทางจิต และพฤติกรรมเสี่ยง จำแนกตามเพศและระดับชั้นของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น และเพื่อศึกษาความสัมพันธ์คาโนนิกอลระหว่างภูมิคุ้มกันทางจิตกับพฤติกรรมเสี่ยงของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 31 จังหวัดนครราชสีมา กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 31 จังหวัดนครราชสีมา ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2559 ได้จากการสุ่มแบบแบ่งชั้น จำนวน 638 คน เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย แบบวัดภูมิคุ้มกันทางจิต และแบบวัดพฤติกรรมเสี่ยง รวมทั้งหมดจำนวน 70 ข้อ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ วิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของภูมิคุ้มกันทางจิต และพฤติกรรมเสี่ยงของนักเรียนระดับ มัธยมศึกษาตอนต้น จำแนกตามเพศโดยใช้การทดสอบค่าที่ (t-test) จำแนกตามระดับชั้น ใช้การทดสอบความแปรปรวนทางเดียว ทดสอบหาความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ด้วยวิธีของเซฟเฟ่ วิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน ของตัวแปรภูมิคุ้มกันทางจิต และตัวแปรพฤติกรรมเสี่ยง วิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์คาโนนิกอล และทดสอบ ความมีนัยสำคัญทางสถิติ และวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์คาโนนิกอลระหว่างชุดตัวแปรภูมิคุ้มกันทางจิตกับชุดตัวแปรพฤติกรรมเสี่ยง ผลการศึกษาพบว่า

1. โดยภาพรวมระดับภูมิคุ้มกันทางจิตของนักเรียนอยู่ในระดับมาก ระดับพฤติกรรมเสี่ยงอยู่ในระดับน้อย

2. ภูมิคุ้มกันทางจิตของเพศหญิงมีมากกว่าเพศชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01 พฤติกรรมเสี่ยงของเพศชายมากกว่าเพศหญิงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เมื่อเปรียบเทียบตาม

<sup>1</sup> นักศึกษาระดับปริญญาโท สาขาวิจัยและประเมินผลการศึกษา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

<sup>2</sup> คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏ นครราชสีมา

<sup>1</sup> M. Ed. Candidate in Education in Educational Research and Evaluation, Faculty of Education, Nakhonratchasima Rajabhat University

<sup>2</sup> Faculty of Education, Nakhonratchasima Rajabhat University



ระดับชั้นพบว่า ภูมิคุ้มกันทางจิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 มีค่าเฉลี่ยสูงสุด และพฤติกรรมเสี่ยงของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีค่าเฉลี่ยสูงสุด

3. สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายในระหว่างตัวแปรภูมิคุ้มกันทางจิตและระหว่าง ตัวแปรพฤติกรรมเสี่ยงในแต่ละด้านมีความสัมพันธ์กันเชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01 ทุกค่า ส่วนสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างภูมิคุ้มกันทางจิตแต่ละด้าน กับพฤติกรรมเสี่ยงแต่ละด้าน มีความสัมพันธ์กันเชิงลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทุกค่า ฟังก์ชันคาโนนิคอลระหว่างชุดตัวแปรภูมิคุ้มกันทางจิตกับชุดตัวแปรพฤติกรรมเสี่ยง มีจำนวน 3 ฟังก์ชัน และมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทั้ง 3 ฟังก์ชัน

คำสำคัญ: ภูมิคุ้มกันทางจิต พฤติกรรมเสี่ยง ความสัมพันธ์

## Abstract

The objectives of this study were: 1) to investigate the levels of resilience and risk behaviors of junior high school students ; 2) to compare the levels of resilience and risk behaviors of junior high school students by their gender and study levels ; and 3) to investigate the canonical correlation between the resilience and risk behaviors of junior high school students under the Secondary Educational Service Area Office 31, Nakhon Ratchasima. The study samples were 638 junior high school students under the Secondary Educational Service Area Office 31, Nakhon Ratchasima who were studying in semester 2 of academic year 2016, obtained by using the stratified random sampling method. The data collection tools included a resilience questionnaire and a risk behavior questionnaire which contained 70 items in total. The statistics used for comparing the resilience and risk behaviors included t-test (comparing between students with different sex), one-way ANOVA (comparing among students with different study levels), and the Scheffe' test for all possible comparison. Statistics used for testing correlation between resilience and risk behaviors was the Pearson's product moment correlation coefficient and the canonical correlation analysis for significance and weight of canonical correlation. The study revealed the following results.

1. The students' overall resilience was at the 'high' level. The overall risk behavior was at the 'low' level.

2. The overall resilience of male students and that of female students were at the 'high' level, with the female having higher averaged scores of resilience than the male. The overall resilience of the junior high school students was at the 'high' level ; the 2<sup>nd</sup> year junior high school student had highest mean score. The overall risk behaviors of male and female students were at the 'low' level, with the male having higher scores than the female.



The comparison of the risk behavior by gender, overall and by issues, revealed significant differences at the 0.1 significance level. The overall risk behavior of the junior high school students was at the 'low' level, with the 1st year students having the highest average score.

3. The internal and between resilience aspects and the Pearson's correlation coefficient between each dimension of risk behaviors were positively correlated at the .01 significance level. The correlation coefficients between each aspect of the resilience and the risk behavior were all in negative correlation at the .01 significance level. There were three canonical functions between the resilience variables and the risk behavior variables and they all had correlation at the .01 significance level.

**Keywords:** Resilience, risk behavior, canonical correlation

## บทนำ

ความเปลี่ยนแปลงของสภาพสังคม สภาวะทางเศรษฐกิจและเทคโนโลยี ตลอดจน การเข้าถึงวัฒนธรรมซึ่งกันและกันของคนในสังคม โลก ทำให้เกิดความเครียดเพิ่มขึ้น เนื่องจากการปรับตัวเพื่อให้เท่าทันสถานการณ์ดังกล่าว มีความแตกต่างกัน ทั้งนี้เมื่อเกิดความเครียดแต่ละบุคคล จะใช้วิธีการรับมือต่างกันออกไป ทั้งเชิงบวกและเชิงลบ โดยเฉพาะวัยรุ่นที่ต้องปรับตัวหลายด้านพร้อมๆ กัน อาจทำให้เกิดการสับสนในบทบาทหน้าที่ของตน และมักจะรับมือกับความเครียดในเชิงลบ จึงทำให้มีโอกาสนำพาตัวเองเผชิญกับพฤติกรรมเสี่ยงหลากหลายรูปแบบ (กุลกานต์ อภิวัฒน์สังการ, 2557) โดยเฉพาะวัยรุ่นที่กำลังศึกษา ในระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ซึ่งเป็นวัยที่อยากรู้ อยากรอง และมักให้ความสนใจกับสิ่งใหม่ๆ มักให้ความสำคัญกับกลุ่มเพื่อน ปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ของกลุ่มเพื่อน มักขัดแย้ง กับพ่อแม่ จึงมีโอกาที่จะถูกชักชวนให้กระทำพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมได้ง่ายขึ้น ซึ่งมีข้อมูลที่แสดงให้เห็นว่า วัยรุ่นปัจจุบันกำลังมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม เช่น จากข้อมูลสำคัญ ของสำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (2557)

พบว่า การมีเพศสัมพันธ์ในกลุ่มนักเรียนมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะในกลุ่มนักเรียนหญิง จาก การศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเสี่ยงพบว่า พฤติกรรมเสี่ยงที่วัยรุ่น ต้องเผชิญ ได้แก่ พฤติกรรมเสี่ยงต่อความรุนแรง พฤติกรรมเสี่ยงต่อภาวะซึมเศร้า และฆ่าตัวตาย พฤติกรรมเสี่ยงต่อ การใช้สารเสพติด พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศสัมพันธ์ เป็นต้น ซึ่งพฤติกรรมเสี่ยงในวัยรุ่น โดยทั่วไปมีความสัมพันธ์กับสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดีของวัยรุ่นในหลากหลายวิธี ทั้งระยะยาวและระยะสั้น โดยปกติแล้วเมื่อวัยรุ่นก้าวเข้าสู่การเป็นผู้ใหญ่จะลดการมีพฤติกรรมเสี่ยง เนื่องจากมีบทบาทของ ผู้ใหญ่มากขึ้นและมี ความรับผิดชอบมากขึ้น ดังนั้น ผลกระทบเนื่องจากการมีพฤติกรรมเสี่ยงของวัยรุ่นจึงไม่ยาวนานมากนัก แต่วัยรุ่นบางคนก็ยังคงดำรงรูปแบบของการมีพฤติกรรมเสี่ยง ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อการใช้สุขภาพทางลบตามมา ผลกระทบของพฤติกรรมเสี่ยงในระยะยาว พฤติกรรมเสี่ยงส่วนมากมักเป็นพฤติกรรมที่ไม่ปลอดภัยเมื่อเกิดกับวัยรุ่นโดยเฉพาะวัยรุ่นตอนต้น หรือเมื่อพฤติกรรมเสี่ยงหนึ่งมีการรวมกันกับพฤติกรรมเสี่ยงอื่นๆ หรือเมื่อพฤติกรรมเสี่ยงนั้นกลายเป็นกิจวัตรที่นำไปสู่การจำกัดของการมี



พฤติกรรมอื่น ๆ โดยเฉพาะพฤติกรรมที่ใช้ในการแก้ปัญหา (กุลกานต์ อภิวัฒน์ลังการ, 2557)

วัยรุ่นจะมีภูมิคุ้มกันทางจิตเมื่อเผชิญกับความเครียดแต่ละประเภทและเอาชนะความเครียดแต่ละประเภทแตกต่างกัน ซึ่งการที่วัยรุ่นจะสามารถปรับตัวเพื่อต้านทาน ต่อความเสี่ยงในชีวิต หรือเอาชนะความเครียดได้จำเป็นจะต้องใช้ภูมิคุ้มกันทางจิต ซึ่งภูมิคุ้มกันทางจิตมีความสัมพันธ์กับความเครียดที่วัยรุ่นต้องเผชิญ Fergus and Zimmerman (อ้างถึงใน Staci and Lyndal, 2012) ดังที่อรพินทร์ ชูชม สุภาพร ณะชานันท์ และทัศนากิติ (2554) ได้กล่าวถึงภูมิคุ้มกันทางจิตว่าเป็นคุณลักษณะหนึ่งที่จะช่วยป้องกันตัวเองไม่ให้ตกอยู่ในภาวะเสี่ยงไม่มั่นคงหรือไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ พร้อมทั้งจะเผชิญผลกระทบและการเปลี่ยนแปลงด้านต่าง ๆ ทางสังคมได้ รวมทั้งสามารถจัดการกับปัญหาต่าง ๆ ได้ ภูมิคุ้มกันทางจิตตามแนวคิดของ Grotberg (1995) มี 3 องค์ประกอบหลักคือ “ฉันมี” (I have) “ฉันเป็น” (I am) และ “ฉันสามารถ” (I can) สอดคล้องกับในประเทศไทย ซึ่งกรมสุขภาพจิต (2551) กล่าวว่า ภูมิคุ้มกันทางจิตมี 3 องค์ประกอบ ได้แก่ (1) ด้านความทนทานทางอารมณ์ (2) ด้านกำลังใจ (3) ด้านการจัดการกับปัญหา

จากความสำคัญของตัวแปรทั้งสอง ตัวแปรที่มีอิทธิพลกับการดำเนินชีวิตของมนุษย์ ผู้วิจัยจึงศึกษาค้นคว้าถึงความเกี่ยวข้องกันของภูมิคุ้มกันทางจิตกับพฤติกรรมเสี่ยง และยังไม่มีพบว่ามีการศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างชุดตัวแปรดังกล่าว ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาว่า ความสัมพันธ์ระหว่างชุดตัวแปรภูมิคุ้มกันทางจิตกับชุดตัวแปรพฤติกรรมเสี่ยงนั้น มีความเกี่ยวข้องกันอย่างไร โดยผู้วิจัยเลือกที่จะศึกษากับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นเพราะนักเรียนในระดับ

มัธยมศึกษาตอนต้นกำลังอยู่ในช่วงวัยรุ่นที่มีความอยากรลอง คึกคะนอง พยายามที่จะเป็นอิสระจากการพึ่งพิงบิดามารดา ยึดตนเองเป็นศูนย์กลาง จึงมีโอกาสที่จะถูกชักชวนให้กระทำพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ด้วยเทคนิคการวิเคราะห์สหสัมพันธ์คาโนนิคัล ซึ่งการวิเคราะห์สหสัมพันธ์คาโนนิคัลสามารถอธิบายปรากฏการณ์ของความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้ง 2 ชุด ได้ชัดเจนและแม่นยำ ซึ่งผลการศึกษาจะเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาภูมิคุ้มกันทางจิตของวัยรุ่น และเป็นแนวทางให้ครูผู้ปกครอง นำไปแนะแนวทางที่เหมาะสมต่อการพัฒนาภูมิคุ้มกันทางจิตให้กับวัยรุ่นเพื่อเป็นเครื่องมือในการปรับตัว และป้องกันตนเองเพื่อรับมือกับสถานการณ์เสี่ยงที่วัยรุ่นจะต้องเผชิญในอนาคตต่อไป

## วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับภูมิคุ้มกันทางจิตและพฤติกรรมเสี่ยงของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 31 จังหวัดนครราชสีมา
2. เพื่อเปรียบเทียบระดับภูมิคุ้มกันทางจิตและพฤติกรรมเสี่ยง จำแนกตามเพศ และระดับชั้นของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 31 จังหวัดนครราชสีมา
3. เพื่อศึกษาสหสัมพันธ์คาโนนิคัลระหว่างภูมิคุ้มกันทางจิตกับพฤติกรรมเสี่ยงของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 31 จังหวัดนครราชสีมา

## สมมติฐานการวิจัย

1. ภูมิคุ้มกันทางจิตและพฤติกรรมเสี่ยง



ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 31 จังหวัดนครราชสีมา มีระดับที่แตกต่างกัน

2. ภูมิคุ้มกันทางจิตและพฤติกรรมเสี่ยงของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 31 จังหวัดนครราชสีมา จำแนกตามเพศ และระดับชั้นมีระดับที่แตกต่างกัน

3. ตัวแปรอย่างน้อยหนึ่งตัวในชุดตัวแปรภูมิคุ้มกันทางจิตและชุดตัวแปรพฤติกรรมเสี่ยงส่งผลต่อค่าสหสัมพันธ์คาโนนิคอลลในแต่ละฟังก์ชัน

## วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากร ได้แก่ นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 31 จังหวัดนครราชสีมา ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2559 จำนวน 35,348 คน จากจำนวนโรงเรียน 50 โรงเรียน

กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 31 จังหวัดนครราชสีมา ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2559 จำนวน 638 คน ได้จากการสุ่มตามระดับชั้น (Stratified Random Sampling) จะได้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 638 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบวัดจำนวน 1 ฉบับ ซึ่งประกอบด้วยแบบวัดภูมิคุ้มกันทางจิต ด้วยมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ (Rating Scales) ที่ประกอบด้วย 3 ด้าน ได้แก่ ด้านความทนทานทางอารมณ์ ด้านกำลังใจ ด้านการจัดการกับปัญหา และแบบวัดพฤติกรรมเสี่ยงที่ประกอบด้วยพฤติกรรมเสี่ยง 4 ด้าน ได้แก่ ด้านพฤติกรรมเสี่ยงต่อความรุนแรง ด้านพฤติกรรมเสี่ยงต่อภาวะซึมเศร้าและฆ่าตัวตาย ด้านพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติด และด้านพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศสัมพันธ์ ผลการวัดค่าดัชนี

ความสอดคล้องของข้อคำถามมีค่าตั้งแต่ .60 ถึง 1.00 แบบวัดภูมิคุ้มกันทางจิตมีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ 2.10 ถึง 5.22 และแบบวัดพฤติกรรมเสี่ยงมีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ 2.55 ถึง 6.73 ซึ่งแบบวัดภูมิคุ้มกันทางจิต และแบบวัดพฤติกรรมเสี่ยงมีความเชื่อมั่นเท่ากับ .89 และ .87 ตามลำดับ

การวิเคราะห์ข้อมูล วิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของภูมิคุ้มกันทางจิตและพฤติกรรมเสี่ยง ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น จำแนกตามเพศโดยใช้การทดสอบค่าที (t-test) จำแนกตามระดับชั้น ใช้การทดสอบความแปรปรวนทางเดียว (one-way ANOVA) หากพบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ผู้วิจัยทำการทดสอบหาความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ด้วยวิธีของเชฟเฟ้ วิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน ของตัวแปรภูมิคุ้มกันทางจิต และตัวแปรพฤติกรรมเสี่ยง วิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์คาโนนิคอลล และทดสอบความมีนัยสำคัญทางสถิติ วิเคราะห์ค่าน้ำหนักคาโนนิคอลลระหว่างชุดตัวแปรภูมิคุ้มกันทางจิตและชุดตัวแปรพฤติกรรมเสี่ยง

## ผลการวิจัย

ตอนที่ 1 ระดับภูมิคุ้มกันทางจิตและระดับพฤติกรรมเสี่ยง

1. ระดับภูมิคุ้มกันทางจิตของนักเรียนโดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.62 หากแยกรายด้าน พบว่า ระดับภูมิคุ้มกันทางจิตของนักเรียนด้านกำลังใจ และด้านความทนทานทางอารมณ์อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.01 และ 3.52 ตามลำดับ ส่วนด้านการจัดการกับปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.32 ดังตารางที่ 1



ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของภูมิคุ้มกันทางจิต

ภูมิคุ้มกันทางจิต	$\bar{X}$	S.D.	แปลความหมาย
1. ด้านความทนทานทางอารมณ์ ( $X_1$ )	3.52	1.07	มาก
2. ด้านกำลังใจ ( $X_2$ )	4.01	0.94	มาก
3. ด้านการจัดการกับปัญหา ( $X_3$ )	3.32	1.10	ปานกลาง
รวม	3.62	1.04	มาก

2. ระดับพฤติกรรมเสี่ยงของนักเรียน โดยภาพรวม อยู่ในระดับน้อย มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.25 หากแยกรายด้าน พบว่า ระดับพฤติกรรมเสี่ยงของนักเรียนด้านพฤติกรรมเสี่ยงต่อความรุนแรง อยู่ในระดับน้อย มีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดเท่ากับ 2.46 รองลงมาคือ ด้านพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศสัมพันธ์

อยู่ในระดับน้อย มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.45 ด้านพฤติกรรมเสี่ยงต่อภาวะซึมเศร้าและฆ่าตัวตาย อยู่ในระดับน้อย มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.36 และด้านพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดอยู่ในระดับน้อย มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.72 ตามลำดับ ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของพฤติกรรมเสี่ยง

พฤติกรรมเสี่ยง	$\bar{X}$	S.D.	แปลความหมาย
1. พฤติกรรมเสี่ยงต่อความรุนแรง ( $Y_1$ )	2.46	1.26	น้อย
2. พฤติกรรมเสี่ยงต่อภาวะซึมเศร้าและฆ่าตัวตาย ( $Y_2$ )	2.36	1.26	น้อย
3. พฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติด ( $Y_3$ )	1.72	1.22	น้อย
4. พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศสัมพันธ์ ( $Y_4$ )	2.45	1.28	น้อย
รวม	2.25	1.26	น้อย

ตอนที่ 2 ระดับภูมิคุ้มกันทางจิตและระดับพฤติกรรมเสี่ยงจำแนกตามเพศ และระดับชั้น

1. ภูมิคุ้มกันทางจิตเมื่อจำแนกตามเพศ พบว่า ระดับภูมิคุ้มกันทางจิตของนักเรียนเพศ

ชาย และเพศหญิงโดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก เพศหญิงมีค่าเฉลี่ยมากกว่าเพศชายเล็กน้อย ซึ่งมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.64 รองลงมาคือเพศชาย มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.58 ตามลำดับ ดังตารางที่ 3



ตารางที่ 3 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของภูมิคุ้มกันทางจิต จำแนกตามเพศ

ภูมิคุ้มกันทางจิต	ชาย			หญิง			t	Sig.
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ		
1. ด้านความทนทานทางอารมณ์	3.50	.51	ปานกลาง	3.53	.48	มาก	-7.69	.442
2. ด้านกำลังใจ	3.93	.66	มาก	4.07	.58	มาก	-2.594	.010*
3. ด้านการจัดการกับปัญหา	3.31	.47	ปานกลาง	3.33	.42	ปานกลาง	-.728	.467
รวม	3.58	.45	มาก	3.64	.39	มาก	-1.819	.069

2. ภูมิคุ้มกันทางจิตเมื่อจำแนกตามระดับชั้น พบว่า ระดับภูมิคุ้มกันทางจิต ของนักเรียน โดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก ภูมิคุ้มกันทางจิต ในภาพรวมของนักเรียนแต่ละระดับชั้นมีค่าเฉลี่ย

ใกล้เคียงกัน ระดับชั้นที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 รองลงมาคือ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 และชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ตามลำดับ ดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของภูมิคุ้มกันทางจิต จำแนกตามระดับชั้น

ภูมิคุ้มกันทางจิต	มัธยมศึกษาปีที่ 1			มัธยมศึกษาปีที่ 2			มัธยมศึกษาปีที่ 3		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. ด้านความทนทานทางอารมณ์	3.47	.51	ปานกลาง	3.58	.49	มาก	3.51	.48	มาก
2. ด้านกำลังใจ	4.01	.67	มาก	4.00	.64	มาก	4.02	.55	มาก
3. ด้านการจัดการกับปัญหา	3.28	.41	ปานกลาง	3.34	.47	ปานกลาง	3.34	.45	ปานกลาง
รวม	3.59	.43	มาก	3.64	.43	มาก	3.62	.40	มาก

3. เมื่อจำแนกตามเพศ พบว่า ระดับพฤติกรรมเสี่ยงของนักเรียนเพศชาย และเพศหญิง โดยภาพรวม อยู่ในระดับน้อย เพศชายมีค่าเฉลี่ยมากกว่าเพศหญิง หากแยกรายด้าน พบว่า ด้าน

พฤติกรรมเสี่ยงต่อความรุนแรง เพศชายมีค่าเฉลี่ยมากกว่าเพศหญิง ซึ่งพฤติกรรมเสี่ยงในภาพรวม และรายด้านเมื่อจำแนกตามเพศแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ดังตารางที่ 5



ตารางที่ 5 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของพฤติกรรมเสี่ยงโดยจำแนกตามเพศ

พฤติกรรมเสี่ยง	ชาย			หญิง			t	Sig.
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ		
1. พฤติกรรมเสี่ยงต่อความรุนแรง	2.66	.57	ปานกลาง	2.32	.53	น้อย	7.51	.00**
2. พฤติกรรมเสี่ยง ต่อภาวะซึมเศร้า และฆ่าตัวตาย	2.69	.75	ปานกลาง	2.45	.72	น้อย	4.96	.00**
3. พฤติกรรมเสี่ยง ต่อการใช้สารเสพติด	1.96	.78	น้อย	1.54	.60	น้อย	7.36	.00**
4. พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศสัมพันธ์	2.59	.57	ปานกลาง	2.35	.49	น้อย	5.50	.00**
รวม	2.47	.53	น้อย	2.17	.43	น้อย	7.78	.00**

\*\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

4. เมื่อจำแนกตามระดับชั้น พบว่า ระดับพฤติกรรมเสี่ยงของนักเรียนโดยภาพรวม อยู่ในระดับน้อย พฤติกรรมเสี่ยงในภาพรวมของนักเรียนแต่ละระดับชั้นมีค่าเฉลี่ยใกล้เคียงกัน ระดับชั้นที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 รองลงมาคือ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ตามลำดับ ดังตารางที่ 6

ตารางที่ 6 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของพฤติกรรมเสี่ยงโดยจำแนกตามระดับชั้น

พฤติกรรมเสี่ยง	มัธยมศึกษาปีที่ 1			มัธยมศึกษาปีที่ 2			มัธยมศึกษาปีที่ 3		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. พฤติกรรมเสี่ยงต่อความรุนแรง	2.56	.56	ปานกลาง	2.45	.61	น้อย	2.39	.54	น้อย
2. พฤติกรรมเสี่ยงต่อภาวะซึมเศร้า และฆ่าตัวตาย	2.60	.76	ปานกลาง	2.55	.78	ปานกลาง	2.49		น้อย
3. พฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติด	1.71	.72	น้อย	1.81	.75	น้อย	1.64		น้อย
4. พฤติกรรมเสี่ยงทาง เพศสัมพันธ์	2.51	.55	ปานกลาง	2.40	.54	น้อย	2.44		น้อย
รวม	2.35	.48	น้อย	2.30	.55	น้อย	2.24	.46	น้อย

ตอนที่ 3 สหสัมพันธ์คาโนนิกอลระหว่างภูมิคุ้มกันทางจิตกับพฤติกรรมเสี่ยง

1. สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายในระหว่างภูมิคุ้มกันทางจิตแต่ละด้าน ได้แก่ (X1, X2), (X1,

X3) และ (X2, X3) และสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายในระหว่างพฤติกรรมเสี่ยงแต่ละด้าน ได้แก่ (Y1, Y2), (Y1, Y3), (Y1, Y4), (Y2, Y3), (Y2, Y4) และ (Y3, Y4) มีความสัมพันธ์กันเชิงบวก





อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทุกค่า ส่วนสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างภูมิภาคี้กันทางจิตแต่ละด้านกับพฤติกรรมเสี่ยงแต่ละพฤติกรรมมี

ความสัมพันธ์กันเชิงลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทุกค่า ดังตารางที่ 7

ตารางที่ 7 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของตัวแปรภูมิภาคี้กันทางจิตกับตัวแปรพฤติกรรมเสี่ยง

ตัวแปร	(X <sub>1</sub> )	(X <sub>2</sub> )	(X <sub>3</sub> )	(Y <sub>1</sub> )	(Y <sub>2</sub> )	(Y <sub>3</sub> )	(Y <sub>4</sub> )
(X <sub>1</sub> )	-						
(X <sub>2</sub> )	.434**	-					
(X <sub>3</sub> )	.523**	.480**	-				
(Y <sub>1</sub> )	-.378**	-.210**	-.214**	-			
(Y <sub>2</sub> )	-.453**	-.295**	-.474**	.517**	-		
(Y <sub>3</sub> )	-.249**	-.230**	-.249**	.483**	.530**	-	
(Y <sub>4</sub> )	-.213**	-.052**	-.210**	.429**	.391**	.449**	-

\*\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2. ฟังก์ชันคาโนนิคอลระหว่างชุดตัวแปรภูมิภาคี้กันทางจิตกับชุดตัวแปรพฤติกรรมเสี่ยงมีจำนวน 3 ฟังก์ชัน และมีความสัมพันธ์กัน

อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทั้ง 3 ฟังก์ชัน ดังตารางที่ 8

ตารางที่ 8 สหสัมพันธ์คาโนนิคอลระหว่างชุดตัวแปรภูมิภาคี้กันทางจิตกับชุดตัวแปรพฤติกรรมเสี่ยงของนักเรียน

Function	Canonical Correlation (R <sub>c</sub> )	Eigenvalue (λ)	Wilks' Lambda (Λ)	Chi-SQ	df	Sig.
1	.538	.289	.655	267.808	12	.000
2	.229	.052	.921	51.784	6	.000
3	.166	.028	.973	17.586	2	.000

3. ค่าน้ำหนักความสำคัญคาโนนิคอลของ 3 ฟังก์ชัน ที่มีค่าน้ำหนักความสำคัญคาโนนิคอลสูงกว่า 0.30 ขึ้นไป ดังนี้ ฟังก์ชันคาโนนิคอลที่ 1 มีจำนวน 3 ค่า ได้แก่ ตัวแปรด้านความทนทานทางอารมณ์ และตัวแปรด้านการจัดการกับปัญหา ของชุดตัวแปรภูมิภาคี้กันทางจิต

และตัวแปรด้านพฤติกรรมเสี่ยงต่อภาวะซึมเศร้า และฆ่าตัวตายของชุด ตัวแปรพฤติกรรมเสี่ยง ฟังก์ชันคาโนนิคอลที่ 2 มีจำนวน 6 ค่า ได้แก่ ตัวแปรด้าน ความทนทานทางอารมณ์ ตัวแปรด้านกำลังใจ และตัวแปรด้านการจัดการกับปัญหา ของชุดตัวแปรภูมิภาคี้กันทางจิต ตัวแปรด้านพฤติกรรม



เสี่ยงต่อความรุนแรง ตัวแปร ด้านพฤติกรรมเสี่ยง ต่อภาวะซึมเศร้าและฆ่าตัวตาย และตัวแปรด้าน พฤติกรรมเสี่ยง ทางเพศสัมพันธ์ ของชุดตัวแปร พฤติกรรมเสี่ยง ฟังก์ชันคาโนนิคอลที่ 3 มีจำนวน 5 ค่า ได้แก่ ตัวแปรด้านความทนทานทางอารมณ์

และตัวแปรด้านกำลังใจ ของชุดตัวแปรภูมิคุ้มกัน ทางจิต ตัวแปรด้านพฤติกรรมเสี่ยงต่อความรุนแรง ตัวแปรด้านพฤติกรรมเสี่ยง ต่อการใช้สารเสพติด และตัวแปรด้านพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศสัมพันธ์ ของชุดตัวแปรพฤติกรรมเสี่ยง ดังตารางที่ 9

ตารางที่ 9 ค่าน้ำหนักความสำคัญคาโนนิคอลระหว่างชุดตัวแปรภูมิคุ้มกันทางจิต กับชุดตัวแปร พฤติกรรมเสี่ยงของนักเรียน

ประเภท ของตัวแปร	ชื่อตัวแปร	ค่าน้ำหนักความสำคัญคาโนนิคอล		
		Function 1	Function 2	Function 3
ชุดที่ 1	ด้านความทนทานทางอารมณ์ ( $X_1$ )	-.581	.769	.731
	ด้านกำลังใจ ( $X_2$ )	-.039	.519	-.1054
	ด้านการจัดการกับปัญหา ( $X_3$ )	-.540	-1.116	-.074
ชุดที่ 2	พฤติกรรมเสี่ยงต่อความรุนแรง ( $Y_1$ )	.178	-1.162	-.411
	พฤติกรรมเสี่ยงต่อภาวะซึมเศร้าและฆ่าตัวตาย ( $Y_2$ )	.907	.591	.098
	พฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติด ( $Y_3$ )	-.046	-.128	.992
	พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศสัมพันธ์ ( $Y_4$ )	.035	.511	-.823

## อภิปรายผล

จากผลการวิจัยพบว่า โดยภาพรวม ภูมิคุ้มกันทางจิตและพฤติกรรมเสี่ยง ของนักเรียน มีความแตกต่างกันที่ระดับนัยสำคัญที่ .01 สอดคล้องกับผลการวิจัย ของสุคนธ์จิต อุปนันทย์ (2556: 74-78) ที่พบว่า การสนับสนุนทางสังคม จากครอบครัว จากครู และจากเพื่อน การเห็นคุณค่าแห่งตน และการรับรู้ความสามารถของ ตน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความยืดหยุ่นทาง อารมณ์อย่าง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากปัจจัยหลายด้าน ที่เป็นตัว เสริมสร้างให้เกิดภูมิคุ้มกันทางจิต และส่งผลให้เกิด พฤติกรรมเสี่ยง ซึ่งภูมิคุ้มกันทางจิตและพฤติกรรม เสี่ยงล้วนมีปัจจัยที่เหมือนกัน คือ ปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยครอบครัว และปัจจัยสังคม

สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายในระหว่าง ตัวแปรภูมิคุ้มกันทางจิตและระหว่างตัวแปร พฤติกรรมเสี่ยงในแต่ละด้าน มีความสัมพันธ์กัน เชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทุกค่า ส่วนสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างภูมิคุ้มกัน ทางจิตแต่ละด้านกับพฤติกรรมเสี่ยงแต่ละด้าน มีความสัมพันธ์กันเชิงลบอย่างมีนัยสำคัญทาง สถิติที่ระดับ .01 ทุกค่า สอดคล้องกับแนวคิด ทฤษฎีเรื่องความสำเร็จในการปรับตัวของบุคคล ที่มีความเสี่ยง ของเฟรเซอร์,เคอร์บี้ และสโมคอสกี (Fraser, Kirby and Smokowski, 2004 อ้างถึง ใน Takviryanun, 2008) ได้อธิบายว่า ปัจจัยเสี่ยง เป็นสิ่งที่ทำให้แนวโน้มความสำเร็จในการปรับตัว ลดลง ในขณะที่ปัจจัยป้องกันช่วยลดอิทธิพลของ ปัจจัยเสี่ยงโดยเพิ่มความสำเร็จ ในการปรับตัวของ



บุคคล ซึ่งแนวคิดดังกล่าวสอดคล้องกับผลการวิจัยของ นิตยา ตากวิริยะนันท์ (2549: บทคัดย่อ) ที่พบว่า ปัจจัยเสี่ยงด้านครอบครัวและเพื่อน ตลอดจนปัจจัยป้องกันด้านบุคคลมีอิทธิพลโดยตรงต่อพฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นไทย กล่าวคือวัยรุ่นที่มีปัจจัยเสี่ยงดังกล่าวมากขึ้น มีแนวโน้มที่จะดื่มแอลกอฮอล์เพิ่มขึ้น แต่ถ้าหากวัยรุ่นมีปัจจัยป้องกันด้านบุคคลเพิ่มขึ้น แนวโน้มที่จะมีพฤติกรรมดังกล่าวจะลดลง ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากภูมิคุ้มกันทางจิตที่เป็นตัวป้องกันให้นักเรียนเกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่เหมาะสมจึงมีแนวโน้มที่จะเกิดพฤติกรรมเสี่ยงลดลง

ฟังก์ชันคาโนนิคอลระหว่างชุดตัวแปรภูมิคุ้มกันทางจิตกับชุดตัวแปรพฤติกรรมเสี่ยง มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทั้ง 3 ฟังก์ชัน โดยฟังก์ชัน คาโนนิคอลที่ 1, 2 และ 3 พบว่าภูมิคุ้มกันทางจิตด้านความทนทานทางอารมณ์ มีแนวโน้มที่จะส่งผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่อภาวะซึมเศร้าและฆ่าตัวตาย พฤติกรรมเสี่ยงต่อความรุนแรง และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศสัมพันธ์ในทิศทางตรงกันข้าม ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของวรารัตน์ วิจารณ์ปรีชา (2550: 94-103) ที่พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษามีความสามารถในการจัดการอารมณ์ค่อนข้างต่ำ จะส่งผลให้นักเรียนขาดการตระหนักรู้ ในภาวะของอารมณ์ ไม่รู้จักระงับอารมณ์ จึงเกิดพฤติกรรมกระทำรุนแรงขึ้น ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากความอดทน อดกลั้นต่อสภาวะกดดัน หรือการควบคุมอารมณ์ได้ดี จะเป็นตัวช่วยให้นักเรียนมีสติในการคิดตัดสินใจมากขึ้น จึงทำให้ลดพฤติกรรมที่รุนแรงหรืออารมณ์ชั่ววูบได้ ส่วนด้านกำลังใจ มีแนวโน้มที่จะส่งผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่อความรุนแรง และพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติด ในทิศทางตรงกันข้าม สอดคล้องกับผลการวิจัยของศรัณญา อธิตะ (2553: 82-89) ที่พบว่า สาเหตุที่ทำให้นักเรียนวัยรุ่นมีพฤติกรรมความรุนแรงสาเหตุ

ด้านครอบครัว พบว่า เกิดจากการมีครอบครัวที่ไม่สมบูรณ์ครอบครัวหย่าร้าง บิดาหรือมารดาเสียชีวิตนักเรียนขาดการดูแลและเอาใจใส่จากผู้ปกครองบรรยากาศในบ้านไม่น่าอยู่อาศัยมีการทะเลาะเบาะแว้งกันระหว่างสมาชิกในครอบครัว ทั้งนี้อาจเนื่องมาจาก กำลังใจ ทั้งจากตนเอง หรือมาจากปัจจัยภายนอกเป็นช่วยเพิ่มเติมความหวัง กำลังใจให้มากขึ้น ทำให้สามารถตัดสินใจเลือกเดินในทางที่ถูกต้องได้ ด้านการจัดการกับปัญหา มีแนวโน้มที่จะส่งผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่อภาวะซึมเศร้า และฆ่าตัวตาย และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศสัมพันธ์ในทิศทางตรงกันข้าม สอดคล้องกับผลการวิจัยของกรรณิการ์ ผ่องโต (2557: 121-131) ที่พบว่า ผู้ที่พยายามฆ่าตัวตาย ที่ใช้โปรแกรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจด้านความสามารถจัดการปัญหาและวิกฤติของชีวิตเป็นการเสริมปัจจัยปกป้องในตัวบุคคล ส่งผลทำให้เกิดความเข้มแข็งทางใจใน การฟื้นคืน เมื่อเผชิญความทุกข์ยากอีกทั้งเป็นการลดผลกระทบจากปัจจัยเสี่ยงไปได้ ทำให้คะแนนความคิดฆ่าตัวตายลดลงจากระดับสูงเป็นระดับต่ำ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจาก การรับมือ และแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นโดยมีมุมมองทางบวก ไม่ละทิ้งหรือหนีปัญหาจะเป็นตัวช่วยให้กล้าที่จะเผชิญกับปัญหา ซึ่งปัจจัยที่สำคัญต่อการสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตด้านการจัดการกับปัญหาและการมีพฤติกรรมเสี่ยงของวัยรุ่น คือ ปัจจัยบุคคล ปัจจัยครอบครัว และปัจจัยสังคม หากนักเรียนไม่ได้รับการส่งเสริมจากปัจจัยทั้ง 3 ปัจจัยอย่างถูกต้อง นักเรียนก็จะ ไม่สามารถจัดการกับปัญหาได้อย่างเหมาะสม และส่งผลให้พฤติกรรมเสี่ยงต่อภาวะซึมเศร้า และฆ่าตัวตาย และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศสัมพันธ์สูงขึ้น ซึ่งผลการวิจัยที่ค้นพบเป็นไปตามสมมติฐานของการวิจัยข้อที่ 3 ตัวแปรอย่างน้อยหนึ่งตัวในชุดตัวแปรภูมิคุ้มกันทางจิต และชุดตัวแปรพฤติกรรมเสี่ยง ส่งผลต่อค่าสหสัมพันธ์คาโนนิคอลในแต่ละฟังก์ชัน สอดคล้องกับ Fergus



และ Zimmerman ได้กล่าวไว้ว่า วัยรุ่นจะมีภูมิคุ้มกันทางจิต เมื่อเผชิญกับความเครียดแต่ละประเภทและเอาชนะความเสี่ยงแต่ละประเภทแตกต่างกัน (Fergus and Zimmerman, 2005, อ้างถึงใน Zolkoski and Bullock, 2012) แนวคิดทฤษฎีเรื่องความสำเร็จในการปรับตัวของบุคคลที่มีความเสี่ยง (The resilience model) ของ Fraser, Kirby และ Smokowski (Fraser, Kirby and Smokowski, 2004 อ้างถึงใน Takviriyun, 2008) ได้อธิบายว่า ความสำเร็จในการปรับตัวของบุคคลที่มีภาวะเสี่ยงเกิดจากความสัมพันธ์ของตัวแปรหลายตัวได้แก่ ปัจจัยเสี่ยง ปัจจัยป้องกัน กระบวนการปรับตัว และบริบท โดยที่ปัจจัยเสี่ยงเป็นสิ่งที่ทำให้แนวโน้มความสำเร็จในการปรับตัวลดลง ในขณะที่ปัจจัยป้องกันช่วยลดอิทธิพลของปัจจัยเสี่ยงโดยเพิ่มความสำเร็จในการปรับตัวของบุคคล ซึ่งปัจจัยป้องกันด้านบุคคลของ Grotberg (Grotberg, 1995, 2001, 2003 อ้างใน Takviriyun, 2008) ที่พบว่าความสามารถของเด็กที่จะฟื้นคืนกลับจากภาวะเสี่ยงมาจากแหล่งประโยชน์ 3 แหล่ง คือ (1) แหล่งสนับสนุนจากภายนอก เรียกว่า "I have" (2) ความเข้มแข็งภายในจิตใจ เรียกว่า "I am" และ (3) ทักษะการมีสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล และการแก้ปัญหา เรียกว่า "I can"

## ข้อเสนอแนะ

### 1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1.1 จากผลการวิจัยพบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างภูมิคุ้มกันทางจิตแต่ละด้านกับพฤติกรรมเสี่ยงแต่ละพฤติกรรม มีความสัมพันธ์กันเชิงลบ ดังนั้นครู หรือผู้ปกครองจึงควรส่งเสริมภูมิคุ้มกันทางจิตของนักเรียนทั้ง 3 ด้าน ให้สูง เพื่อให้พฤติกรรมเสี่ยงของนักเรียนลดต่ำลง หรือเป็นการ

สร้างความพร้อมในการรับมือกับพฤติกรรมเสี่ยงที่นักเรียนอาจจะเผชิญในอนาคต เช่น การจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ควรพิจารณาถึงพัฒนาการของวัยรุ่น เพื่อให้การพัฒนาเป็นไปอย่างมีคุณภาพ

1.2 จากผลการวิจัยพบว่าภูมิคุ้มกันทางจิตด้านความทนทานทางอารมณ์ มีแนวโน้มที่จะส่งผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่อภาวะซึมเศร้า และฆ่าตัวตาย พฤติกรรมเสี่ยง ต่อความรุนแรง และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศสัมพันธ์ ด้านกำลังใจ มีแนวโน้มที่จะส่งผล ต่อพฤติกรรมเสี่ยง ต่อความรุนแรง และพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติด และด้าน การจัดการกับปัญหา มีแนวโน้มที่จะส่งผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่อภาวะซึมเศร้าและฆ่าตัวตาย และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศสัมพันธ์ ดังนั้นครู หรือผู้ปกครองจึงต้องหาวิธีส่งเสริมภูมิคุ้มกันทางจิตแต่ละด้าน เพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงด้านต่าง ๆ ให้ต่ำลง หรือเป็นการป้องกันเพื่อไม่ให้เกิดพฤติกรรมเสี่ยงดังกล่าว โดยคำนึงถึงปัจจัยที่ส่งเสริมภูมิคุ้มกันทางจิต และปัจจัย ที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมเสี่ยง 3 ปัจจัย ได้แก่ ปัจจัยบุคคล ปัจจัยครอบครัว และปัจจัยสังคม

### 2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 จากการที่ความสัมพันธ์ระหว่างภูมิคุ้มกันทางจิตแต่ละด้านกับพฤติกรรมเสี่ยงแต่ละพฤติกรรม มีความสัมพันธ์กันเชิงลบ และครูหรือผู้ปกครองควรส่งเสริมภูมิคุ้มกันทางจิตของนักเรียนทั้ง 3 ด้าน ให้สูงขึ้น ดังนั้นควรมีการวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับแนวทาง การยกระดับหรือเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตให้กับผู้เรียน

2.2 ควรมีการศึกษาปัจจัยที่ส่งผลให้นักเรียนเกิดพฤติกรรมเสี่ยงแต่ละพฤติกรรม อย่างละเอียด

2.3 ควรมีการศึกษาการสร้างแบบวัดภูมิคุ้มกันทางจิตและพฤติกรรมเสี่ยง ของนักเรียนในระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในรูปแบบอื่น ๆ



## เอกสารอ้างอิง

- กรรณิการ์ ผ่องโต. (2557). ผลของโปรแกรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจต่อ ความคิดฆ่าตัวตาย ในผู้ที่พยายามฆ่าตัวตาย. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพฯ.
- กุลกานต์ อภิวินิจฉัยการ. (3-5 กันยายน 2557). พฤติกรรมเสี่ยงของวัยรุ่น. *มนุษยนิเวศศาสตร์, ฉบับพิเศษ*: 65-70.
- กรมสุขภาพจิต. (2551). *ความรู้เรื่องพลังสุขภาพจิต*. นนทบุรี: บียอนด์พับลิชชิงจำกัด.
- นิตยา ตากวิริยะนันท์. (2549). บทบาทของปัจจัยเสี่ยงด้านสิ่งแวดล้อมและปัจจัยป้องกันด้านบุคคล ต่อพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นไทยในสถานศึกษาระดับมัธยม. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหิดล, กรุงเทพฯ.
- วรรัตน์ วิจารณ์ปรีชา. (2550). การควบคุมพฤติกรรมการกระทำรุนแรงของนักเรียน ในโรงเรียนอำเภอ ดำเนินสะดวก จังหวัดราชบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศิลปากร, กรุงเทพฯ.
- ศรัณญา อิชิตะ. (2553). การศึกษาพฤติกรรมความรุนแรงของนักเรียนวัยรุ่น. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- สมบูรณ์ ตันยะ. (2556). การกำหนดกลุ่มตัวอย่าง. ใน *เอกสารการสอนวิธีวิทยาการวิจัยทางการศึกษา*. หน้า 94-118. นครราชสีมา: มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา.
- สุคนธ์จิต อุปันธชัย. (2556). อิทธิพลที่สนับสนุนทางสังคมการเห็นคุณค่าแห่งตนและการรับรู้ความสามารถแห่งตนที่มีต่อความยืดหยุ่นทางอารมณ์ของนักเรียนในจังหวัดนนทบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2557). *การตั้งครมภ์ ในวัยรุ่น: นโยบาย แนวทางการดำเนินงานและติดตามประเมินผล*. พิมพ์ครั้งที่ 2. นนทบุรี: ชุมชนมุสลิมการเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- อรพินทร์ ชูชม, สุภาพร ธนะชานันท์ และทัศนาก ทอภักดี. (2554). ปัจจัยเชิงเหตุและผลของภูมิคุ้มกันทางจิตของเยาวชน รายงานวิจัยสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- Staci, M.Z. and Lyndal, M.B. (2012). *Resilience in children and youth: A Review*. University of North Texas.
- Takviriyannun, N. (2008). Development and testing of the Resilience Factors Scale for Thai Adolescents. *Nursing and Health Sciences*, 10: 203-208. (in Thai)
- Zolkoski, M. Staci and Bullock, M. Lyndal. (2012). *Resilience in children and youth: A Review*. University of North Texas.