

## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

#### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบของพฤติกรรมแบบเอและอึดมโนทัศน์ โดยมีวัตถุประสงค์ใหญ่ๆ ดังนี้

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบที่แตกต่างกันของพฤติกรรมแบบเอและอึดมโนทัศน์
2. เพื่อเข้าใจส่วนประกอบของพฤติกรรมแบบเอให้ชัดเจนยิ่งขึ้น
3. เป็นประโยชน์ในการพัฒนาความคิดและพฤติกรรมที่เหมาะสม
4. เป็นจุดเริ่มต้นของการศึกษาพฤติกรรมแบบเอในประเทศไทยให้กว้างขวางและลึกซึ้งต่อไป

#### สมมุติฐานในการวิจัย

1. องค์ประกอบของ TAB ด้านความพยายามเพื่อความสำเร็จ (AS) มีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับอึดมโนทัศน์โดยรวม และอึดมโนทัศน์ด้านต่างๆ ดังนี้

- 1.1 ความเป็นเอกลักษณ์แห่งตน
- 1.2 ด้านความพึงพอใจในตนเอง
- 1.3 ด้านพฤติกรรม
- 1.4 ด้านร่างกาย
- 1.5 ด้านศีลธรรมจรรยา
- 1.6 ด้านส่วนตัว
- 1.7 ด้านครอบครัว
- 1.8 ด้านสังคม

2. องค์ประกอบของ TAB ด้านความพยายามเพื่อความสำเร็จมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับอึดมโนทัศน์ด้านการวิพากษ์วิจารณ์ตนเอง

3. องค์ประกอบของ TAB ด้านความไม่อดทน-ความหงุดหงิด (II) มีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับอึดมโนทัศน์โดยรวม และอึดมโนทัศน์ด้านต่างๆ ดังนี้

- 3.1 ความเป็นเอกลักษณ์แห่งตน
- 3.2 ด้านความพึงพอใจในตนเอง
- 3.3 ด้านพฤติกรรม
- 3.4 ด้านร่างกาย
- 3.5 ด้านศีลธรรมจรรยา
- 3.6 ด้านส่วนตัว
- 3.7 ด้านครอบครัว
- 3.8 ด้านสังคม

4. องค์ประกอบของ TAB ด้านความไม่อดทน-ความหงุดหงิดมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับอึดมโนทัศน์ด้านการวิพากษ์วิจารณ์ตนเอง

5. อึดมโนทัศน์โดยรวมเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญในเงื่อนไขทั้ง 4 คือ

- 5.1 AS สูง II สูง
- 5.2 AS สูง II ต่ำ
- 5.3 AS ต่ำ II สูง
- 5.4 AS ต่ำ II ต่ำ

#### วิธีดำเนินการวิจัย

##### 1. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 3 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 200 คน จาก 6 คณะ ภาคต้น ปีการศึกษา 2541 แบ่งเป็นเพศชาย 91 คน เพศหญิง 109 คน

##### 2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

- 2.1 มาตรวัดความพยายามเพื่อความสำเร็จ
- 2.2 มาตรวัดความไม่อดทน-ความหงุดหงิด
- 2.3 มาตรวัดอึดมโนทัศน์เทนเนสซี

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยนำแบบสอบถาม ไปเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างดังกล่าวด้วยตนเอง ใช้เวลาในการเก็บรวบรวมแบบสอบถามทั้งหมด 30 วัน

### การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูปเพื่อการวิจัยทางสังคมศาสตร์ โดยใช้โปรแกรม เอส พี เอส เอส พี ซี พลัส ( SPSS/PC+ ) การทดสอบสมมุติฐานข้อที่ 1 ถึงข้อที่ 4 ใช้การวิเคราะห์สหสัมพันธ์ โดยคำนวณหาสัมประสิทธิ์แบบเพียร์สัน ทดสอบสมมุติฐานข้อที่ 5 โดยการใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว

### ผลการวิจัย

1. องค์ประกอบของ TAB ด้านความพยายามเพื่อความสำเร็จมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับอัตมโนทัศน์โดยรวม และอัตมโนทัศน์ในด้านต่างๆ ยกเว้น ด้านศีลธรรมจรรยา
2. องค์ประกอบของ TAB ด้านความพยายามเพื่อความสำเร็จไม่มีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับอัตมโนทัศน์ด้านการวิพากษ์วิจารณ์ตนเอง
3. องค์ประกอบของ TAB ด้านความไม่อดทน-ความหงุดหงิดมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับอัตมโนทัศน์โดยรวมและอัตมโนทัศน์ในด้านต่างๆ
4. องค์ประกอบของ TAB ด้านความไม่อดทน-ความหงุดหงิดมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับอัตมโนทัศน์ด้านการวิพากษ์วิจารณ์ตนเอง
5. อัตมโนทัศน์โดยรวมเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในเงื่อนไขทั้ง 4 คือ

เงื่อนไขที่ 1 AS สูง II สูง

เงื่อนไขที่ 2 AS สูง II ต่ำ

เงื่อนไขที่ 3 AS ต่ำ II สูง

เงื่อนไขที่ 4 AS ต่ำ II ต่ำ

### ข้อเสนอแนะ

1. จากผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า การศึกษาพฤติกรรมแบบเอควอร์แยกศึกษาเป็นองค์ประกอบย่อย เพราะองค์ประกอบย่อยของพฤติกรรมแบบเอควอร์มีความแตกต่างกัน การปรับพฤติกรรมแบบเอควอร์มุ่งปรับเฉพาะองค์ประกอบทางลบที่มีผลเสียต่อสุขภาพ
2. มาตรการย่อยของพฤติกรรมแบบเอควอร์แต่ละมาตรการย่อย ได้แก่ มาตรการย่อยความพยายามเพื่อความสำเร็จ และมาตรการย่อยความไม่อดทน-ความหงุดหงิด เป็นมาตรการย่อยที่ประกอบด้วยองค์ประกอบย่อยๆ ลงไปอีก ควรมีการวิเคราะห์องค์ประกอบ (factor analysis) เพื่อดูองค์ประกอบย่อยๆ และศึกษาว่าองค์ประกอบใดที่มีเปอร์เซ็นต์สูงในการทำให้เกิดโรคหัวใจ
3. ควรศึกษาว่าความพยายามเพื่อความสำเร็จมากในระดับใดที่ทำให้เกิดผลเสียต่อร่างกาย (excessive) เนื่องจากในการวิจัยครั้งนี้พบว่า ความพยายามเพื่อความสำเร็จมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับความไม่อดทน-ความหงุดหงิด ( $r=.31, p<.001$ ) จึงควรศึกษาต่อไปว่าองค์ประกอบใดในความพยายามเพื่อความสำเร็จที่มีความสัมพันธ์กับองค์ประกอบความไม่อดทน-ความหงุดหงิดแล้วทำให้เกิดผลเสียต่อร่างกาย
4. มีงานวิจัยบางชิ้นเสนอว่ามีตัวแปรอื่นๆ ที่มีผลต่อการเกิดโรคหัวใจ เช่น ความโกรธ ความก้าวร้าว การแข่งขัน ฯลฯ ควรแยกศึกษาในแต่ละองค์ประกอบให้ลึกซึ้งและชัดเจนยิ่งขึ้นว่าร่วมกันทำนายการเกิดโรคหัวใจอย่างไร