

# สัมพันธภาพในครอบครัว ความสามารถในการฝ่าอุปสรรค และการป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของนิสิตนักศึกษา มหาวิทยาลัยของรัฐ

## Family Relationship and Adversity Quotient, and Prevention of Commit Suicide At-Risk of Public University Students

สุวิมล อุไกรษา และ ชีพสุมน รังสยาธร

Suwimon Ukraisa and Shiepsumon Rungsayatorn

---

### ABSTRACT

This research aimed to investigate the relationship between family relationship and adversity quotient, and prevention of commit suicide at-risk of public university students in Bangkok. A questionnaire was employed to gather data from 450 public university students, selected by multi-stage random sampling. Data analysis comprised frequency, percentage, mean, standard deviation, Pearson product-moment correlation coefficient and stepwise multiple regression; using computer program.

The finding showed that the students as a whole rated their family relationship at a rather high level, and performed their all aspects of relationships at a rather high level. The results revealed that the students as a whole indicated their adversity quotient at a high level. When considering each factor, it was found that students rated “Control: C”, “Origin and Ownership: O<sub>2</sub>” and “Reach: R” at a moderate level, but at a high level for “Endurance: E”. Almost all students performed prevention of commit suicide at-risk behavior for themselves and for others at a high level.

The relationship between family relationship and adversity quotient, and prevention of commit suicide at-risk showed that family relationship and adversity quotient were positively correlated with prevention of commit suicide at-risk statistically significant at the .001 level. The stepwise multiple regression analysis showed that “family tie, love, and unity” was positively correlated with and influenced prevention of commit suicide at-risk statistically significant at the .001 level. The adversity quotient aspect that positively correlated with and influenced prevention of commit suicide at-risk statistically significant at the .001 level was “Control: C”.

**Key words:** family relationship, adversity quotient, commit suicide

## บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธภาพในครอบครัว ความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรค และการป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของนิสิตนักศึกษา มหาวิทยาลัยของรัฐ ในกรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยของรัฐ ในกรุงเทพมหานคร จำนวน 450 คน ใช้การสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยแบบสอบถาม การวิเคราะห์ข้อมูลใช้ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน การวิเคราะห์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน และการถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป

ผลการศึกษา พบว่า นิสิตนักศึกษามีสัมพันธภาพในครอบครัวภาพรวม และทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านความผูกพัน รักใคร่ สามัคคีกันในครอบครัว ด้านการสื่อสารในครอบครัว และด้านความขัดแย้งอยู่ในระดับค่อนข้างสูง ความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรคภาพรวมอยู่ในระดับสูง ด้านความสามารถในการควบคุมสถานการณ์ ด้านการวิเคราะห์ขั้นตอนของอุปสรรคและการยอมรับผลการกระทำของตนเอง และด้านการรับรู้ผลกระทบของอุปสรรคอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนด้านความอดทนต่ออุปสรรคอยู่ในระดับสูง พฤติกรรมการป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายทั้ง 2 ด้าน อยู่ในระดับสูง การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ พบว่า สัมพันธภาพในครอบครัว และความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรค มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมการป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ พบว่า ตัวแปรสัมพันธภาพในครอบครัว ด้านความผูกพัน รักใคร่ สามัคคีกันในครอบครัวมีความสัมพันธ์เชิงบวก และมีอิทธิพลต่อการทำนายการป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย และตัวแปรความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรค ด้าน

ความสามารถในการควบคุมสถานการณ์ มีความสัมพันธ์เชิงบวก และมีอิทธิพลต่อการทำนายการป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

**คำสำคัญ:** สัมพันธภาพในครอบครัว, ความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรค, ฆ่าตัวตาย

## บทนำ

สถานการณ์ในสังคมปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นมากมายหลายด้าน เกิดการแข่งขันกันของคนในสังคม ซึ่งมาจากความต้องการที่ไม่สิ้นสุด เมื่อทุกอย่างอาจไม่เป็นไปตามที่คาดหวังจึงทำให้เกิดความผิดหวัง และแต่ละคนมีการแก้ปัญหาจากความผิดหวังนั้นต่างกันไป การฆ่าตัวตายนับเป็นปัญหาหนึ่งที่สำคัญของประเทศข่าวการฆ่าตัวตายปรากฏบ่อยขึ้นอย่างชัดเจน ซึ่งเกิดจากสาเหตุต่าง ๆ กัน เมื่อมีปัญหาารู้สึกโดดเดี่ยวเหมือนอยู่ตัวคนเดียว ทำให้มีความคิดจะช่วยให้ตนเองหลุดพ้นจากสถานการณ์นั้นโดยอาจคิดฆ่าตัวตายก็ได้ (ปราการ, 2550) องค์การอนามัยโลกคาดการณ์ว่าในปีหนึ่ง ๆ มีผู้เสียชีวิตจากการฆ่าตัวตายถึงปีละกว่า 1 ล้านคน คิดเป็นผู้ฆ่าตัวตายสำเร็จ 1 คนในทุก 40 วินาที และมีผู้ที่ฆ่าตัวตายไม่สำเร็จอีกอย่างน้อย 10-30 เท่า โดยประเทศไทยในปี 2550 ผู้ฆ่าตัวตายมีจำนวน 3,458 ราย คิดเป็น 5.48 รายต่อประชากร 1 แสนคน (กรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย, 2550) โดยการฆ่าตัวตายนับเป็นสาเหตุการตายที่สำคัญ 10 อันดับแรก สำหรับทุกกลุ่มอายุในแทบทุกประเทศ โดยเฉพาะในกลุ่มอายุระหว่าง 15-24 ปี การฆ่าตัวตายนับเป็นสาเหตุของการเสียชีวิตใน 3 อันดับแรก ซึ่งเสมือนเป็นกระแสของวัยรุ่นในหลายประเทศ (ประเวช และ สุรสิงห์, 2542: 1 อ้างถึง Division of Mental Health, World Health Organization, 1993)

จากกระแสการฆ่าตัวตายในหมู่วัยรุ่นทั่วโลก สถาบันเอเชียศึกษาและสถาบันวิจัยสังคม มีการจัดเสวนาวิชาการ เรื่อง “อติวินิบาตกรรมวัยรุ่น: เจมี้ด

ในกระแสพัฒนาเอเชีย” โดย ผศ.ดร.บุญยง ชื่นสุวิมล และ ดร.อริญญา ดุ้ยคำภีร์ กล่าวว่า ปัจจุบันเยาวชนไทยเริ่มมีการแก้ปัญหาในทางที่ผิดด้วยการฆ่าตัวตาย ซึ่งอาจเกิดจากภาวะกดดันและบีบคั้นจากสังคมรอบข้าง เหมือนเช่นในประเทศญี่ปุ่นวัยรุ่นฆ่าตัวตายและทำกันอย่างเปิดเผย สาเหตุที่สำคัญ คือ ครอบครัวเป็นครอบครัวเดี่ยว บิดา มารดา สอนลูกให้ผิดหวังไม่เป็น ซึ่งประเทศไทยก็อาจจะเกิดปัญหาลักษณะนี้ได้ เนื่องจากโครงสร้างสังคมไทยปัจจุบันมีลักษณะที่ไม่แตกต่างจากสังคมญี่ปุ่นดังที่กล่าว และส่วนหนึ่งเนื่องจาก บิดา มารดาปัจจุบันเป็นแบบเฮลิคอปเตอร์ไปช่วยกู้ภัยให้กับลูกในทุกที่ ทุกสถานการณ์ ลูกจึงไม่ได้เรียนรู้ที่จะเผชิญกับอุปสรรคปัญหาที่เกิดขึ้น ทำให้ผิดหวังไม่เป็นและไม่รู้จักคิดหาทางออกด้วยตนเอง ดังนั้น บิดา มารดา ครอบครัว ครู และคนใกล้ชิดต้องสอนให้เด็กเรียนรู้ที่จะเผชิญและหาทางแก้ปัญหาด้วยตนเอง (พวงชมพู, 2551) โดยความสามารถนี้คือ ความสามารถในการฟื้นฝ่าอุปสรรค (Adversity Quotient: AQ) ซึ่งเป็นความสามารถของบุคคลในการตอบสนองต่อเหตุการณ์ในยามที่ต้องเผชิญกับความทุกข์ยากหรือความลำบาก (ธีระศักดิ์, 2548)

ทั้งนี้ครอบครัวมีบทบาทในการช่วยปลูกฝังเยาวชนให้สามารถเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคต่าง ๆ และสามารถดำรงชีวิตในสังคมได้เป็นอย่างดี เนื่องจากครอบครัวมีบทบาทในการอบรมเลี้ยงดูสมาชิกให้มีพัฒนาการในทุกด้าน และสามารถปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมในสังคมได้ โดยควรจะช่วยเผชิญและฟื้นฝ่าไปด้วยกัน ซึ่งควรเริ่มจากการให้สมาชิกโดยเฉพาะวัยรุ่นสร้างเป้าหมาย และตอบความต้องการในชีวิตของตนเองให้ได้ เริ่มคิดด้วยตนเองและลงมือทำ เมื่อพบอุปสรรคก็สามารถฟื้นฝ่าไปได้ ซึ่งการลงมือทำนี้ ทำให้เกิดทักษะและการเรียนรู้เป็นการฝึกให้เข้มแข็งขึ้น ไม่ยอมแพ้ต่อปัญหาต่าง ๆ (จิตรรา, 2549)

จากปัญหาดังกล่าว ผู้วิจัยจึงศึกษาสัมพันธภาพ

ในครอบครัว ความสามารถในการฟื้นฝ่าอุปสรรค และการป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของนิสิตศึกษามหาวิทยาลัยของรัฐ ในกรุงเทพมหานคร ว่ามีความสัมพันธ์กันหรือไม่ อย่างไร ซึ่งผลการวิจัยอาจเป็นแนวทางให้สถาบันการศึกษา และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ช่วยส่งเสริมการพัฒนาความสามารถในการฟื้นฝ่าอุปสรรค และจัดประสบการณ์ให้นิสิตนักศึกษาเพื่อช่วยเหลือในด้านการเผชิญและแก้ปัญหาต่าง ๆ ที่อาจนำไปสู่การฆ่าตัวตาย และผลการวิจัยอาจเป็นแนวทางให้บิดา มารดา ผู้ปกครอง และสมาชิกในครอบครัว ตระหนักถึงความสำคัญของการเสริมสร้างสัมพันธภาพที่ดีในครอบครัว

### วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาสัมพันธภาพในครอบครัว ความสามารถในการฟื้นฝ่าอุปสรรค และการป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย ของนิสิตนักศึกษา และ ความสัมพันธ์เชิงทำนายระหว่างสัมพันธภาพในครอบครัว ความสามารถในการฟื้นฝ่าอุปสรรค และ การป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย ของนิสิตนักศึกษา มหาวิทยาลัยของรัฐ ในกรุงเทพมหานคร

### นิยามศัพท์

คำศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่

**สัมพันธภาพในครอบครัว** หมายถึง การเกี่ยวข้องปฏิสัมพันธ์ของสมาชิกในครอบครัวที่เพิ่มความผูกพัน เคารพรักและเอื้ออาทรต่อกัน รวมถึงการให้ความสำคัญต่อความรู้สึกมีคุณค่าของสมาชิกแต่ละคน พร้อมทั้งจะให้ความช่วยเหลือกันและกัน และให้คำแนะนำปรึกษาได้ ซึ่งประเมินได้จากพฤติกรรม การสื่อความหมาย การมีส่วนร่วมปรึกษาหารือ ตัดสินใจ และทำกิจกรรมในบรรยากาศที่สงบสุข

**ความสามารถในการฟื้นฝ่าอุปสรรค** หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการเผชิญ ฟื้นฝ่า รวมถึงการอดทนต่อการแก้ปัญหาอุปสรรคหรือความยากลำบากต่าง ๆ ทั้งทางกายและอดกลั้นทางจิตใจต่อ

เหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับแต่ละบุคคล โดยความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรคประกอบด้วยองค์ประกอบ 4 ด้าน ตามแนวคิดของ Stoltz (1997) ได้แก่ 1) ความสามารถในการควบคุมสถานการณ์ (Control: C) 2) การวิเคราะห์ต้นตอของอุปสรรคและการยอมรับผลการกระทำของตนเอง (Origin and Ownership: O<sub>2</sub>) 3) การรับรู้ผลกระทบของอุปสรรค (Reach: R) และ 4) ความอดทนต่ออุปสรรค (Endurance: E)

การป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย หมายถึง การที่บุคคลมีพฤติกรรมในการป้องกันความคิดที่จะกระทำ หรือตั้งใจให้ตนเองถึงแก่ความตายทั้งต่อตนเองและต่อผู้อื่นรอบข้าง ไม่ให้เกิดขึ้น ไม่ว่าจะใช้วิธีการหรือรูปแบบใด ๆ

### สมมติฐานในการวิจัย

สัมพันธภาพในครอบครัว และความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรค มีความสัมพันธ์กับการป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของนิสิตนักศึกษา

### วิธีการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงสหสัมพันธ์ กลุ่มตัวอย่างในการศึกษา คือ นิสิตนักศึกษา มหาวิทยาลัยของรัฐ จำนวน 450 คน จากการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (multistage random sampling) โดยใช้ขนาดกลุ่มตัวอย่าง ตามตาราง Determining Sample Size from a Given Population ของ Krejcie และ Morgan (1970 อ้างใน สุภาพ, 2550: 62) ซึ่งกำหนดกลุ่มตัวอย่างไว้จำนวน 382 คน จากประชากรจำนวน 81,981 คน (สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา, 2550) ซึ่งดำเนินการดังนี้ 1) สุ่มคณะ 3 คณะ จากแต่ละมหาวิทยาลัย จำนวน 6 มหาวิทยาลัย และ 2) สุ่มนิสิตนักศึกษา คณะละ 25 คน

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถาม

แบ่งออกเป็น 4 ตอน ได้แก่ ตอนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานของนิสิตนักศึกษา ตอนที่ 2 สัมพันธภาพในครอบครัวของนิสิตนักศึกษา เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก น้อย น้อยที่สุด ไม่เคยเลย ตอนที่ 3 ความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรคของนิสิตนักศึกษาปฏิบัติตามแนวคิดของ Stoltz (1997) เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า แบบ bipolar 5 ระดับ และ ตอนที่ 4 แบบสำรวจพฤติกรรมการป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของนิสิตนักศึกษาเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ คือ มากที่สุด มาก น้อย และน้อยที่สุด

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองจากแบบสอบถามจำนวน 450 ชุด ได้คืน 450 ชุด คิดเป็นร้อยละ 100 ของแบบสอบถามทั้งหมด

### การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลใช้การแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน การวิเคราะห์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson product-moment correlation coefficient) และการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน (Multiple regression analysis) โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป

### ผลและวิจารณ์

ผลของการศึกษาความสัมพันธ์ของสัมพันธภาพในครอบครัว ความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรค และการป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย ของนิสิตนักศึกษา มหาวิทยาลัยของรัฐ ในกรุงเทพมหานคร พบประเด็นสำคัญและข้อวิจารณ์ ดังนี้

### ข้อมูลพื้นฐาน

นิสิตนักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมากกว่าสองใน

สาม (70.3%) เป็นเพศหญิง อายุเฉลี่ย 20.52 ปี มากกว่าหนึ่งในสี่ (28.5%) ศึกษาอยู่ชั้นปีที่ 2 มีผลการเรียนเฉลี่ยสะสมโดยเฉลี่ยเท่ากับ 2.93 เกือบสามในห้า (58.9%) มีจำนวนสมาชิกในครอบครัวระหว่าง 1 - 4 คน มีพี่น้องเฉลี่ย 2 คน เกือบครึ่งหนึ่ง (49.1%) เป็นลูกคนแรก ได้รับค่าใช้จ่ายจากผู้ปกครองต่อเดือนเฉลี่ยเท่ากับ 7,183.83 บาท เกือบสองในห้า (38.8%)พักอาศัยอยู่บ้านของตนเอง มากกว่าครึ่ง (57.4%) เข้าร่วมกิจกรรมระหว่างเรียนนาน ๆ ครั้ง บิดามารดาของนิสิตนักศึกษาประมาณสี่ในห้า (79.9%) อยู่ด้วยกัน ทั้งบิดาและมารดาของนิสิตนักศึกษาประกอบอาชีพค้าขายหรือธุรกิจส่วนตัวมากที่สุด และมีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนเท่ากับ 53,790.38 บาท

#### สัมพันธภาพในครอบครัวของนิสิตนักศึกษา

นิสิตนักศึกษามีสัมพันธภาพในครอบครัวโดยภาพรวมอยู่ในระดับค่อนข้างสูง ( $\bar{X} = 2.71$ ) อาจเนื่องจากกลุ่มตัวอย่างเกือบสองในห้า (38.8%) พักอาศัยอยู่บ้านของตนเอง เมื่อพิจารณาแต่ละด้านพบว่า ด้านความผูกพัน รักใคร่ สามัคคีกันในครอบครัว ด้านการสื่อสารในครอบครัว และ ด้านความขัดแย้งอยู่ในระดับค่อนข้างสูง ( $\bar{X} = 2.84, 2.79$  และ 2.51 ตามลำดับ) อาจเนื่องจากสถานภาพสมรสของบิดามารดาประมาณสี่ในห้า (79.9%) อยู่ด้วยกัน จึงทำให้ครอบครัวได้อยู่ร่วมกันและมีการใช้เวลาร่วมกัน สอดคล้องกับผลการศึกษาของคันธรัตน์ (2549) พบว่า ความสัมพันธ์ในครอบครัวของนิสิตนักศึกษาโดยภาพรวมอยู่ในระดับเห็นด้วยมาก และสอดคล้องกับผลการศึกษาของ สุพัชรีย์ (2544) พบว่า ผลการวิเคราะห์โดยภาพรวม นิสิตนักศึกษามีความสัมพันธ์ในครอบครัวอยู่ในระดับดี

เมื่อวิเคราะห์จำแนกสัมพันธภาพในครอบครัวรายด้าน พบว่า นิสิตนักศึกษากลุ่มตัวอย่างจำนวน 450 คน มีสัมพันธภาพในครอบครัวโดยภาพรวมอยู่ในระดับสูง ร้อยละ 66.9 ด้านความผูกพัน รักใคร่ สามัคคีกันในครอบครัวอยู่ในระดับสูง ร้อยละ 60.7

ด้านการสื่อสารในครอบครัวอยู่ในระดับสูงร้อยละ 58.9 และ ด้านความขัดแย้งอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 53.6 (ตารางที่ 1) สอดคล้องกับ นพดล (2551) ที่ศึกษา “ปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของคนภายในครอบครัวท่ามกลางสถานการณ์ขัดแย้งรุนแรงทางการเมืองของสังคมไทย” กล่าวเกี่ยวกับความขัดแย้งในครอบครัวว่ามีเพิ่มขึ้นตั้งแต่ พ.ศ. 2549 จากร้อยละ 5-6 เป็นร้อยละ 15 และที่ อัมพร (2545: 140 อ้างถึง มติชนรายสัปดาห์, 2538) กล่าวถึง การศึกษาสาเหตุของการฆ่าตัวตาย พบว่า ปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวเป็นหนึ่งในปัจจัยกระตุ้นหลัก และปัจจัยเกื้อหนุนที่มีผลในการป้องกันช่วยเหลือผู้ที่มีความเสี่ยงและพยายามฆ่าตัวตายคือ การมีบุคคลในครอบครัวเป็นที่ยึดเหนี่ยว โดยสรุปคือ สัมพันธภาพในครอบครัวด้านความขัดแย้งเป็นปัจจัยเกี่ยวข้องกับการคิดฆ่าตัวตาย ทั้งนี้ครอบครัวสามารถช่วยป้องกันได้

#### ความสามารถในการพึ่งพาอุปสรรคของนิสิตนักศึกษา

นิสิตนักศึกษามากกว่าครึ่งเล็กน้อย (52.0%) มีความสามารถในการพึ่งพาอุปสรรค ด้านความสามารถในการควบคุมสถานการณ์ในระดับปานกลาง นิสิตนักศึกษาส่วนใหญ่ (83.8%) มีการวิเคราะห์ต้นตอของอุปสรรคและการยอมรับผลการกระทำของตนเองอยู่ในระดับปานกลาง มากกว่าสองในสามเล็กน้อย (68.7%) มีการรับรู้ผลกระทบของอุปสรรคอยู่ในระดับปานกลาง และ มากกว่าสามในห้าเล็กน้อย (61.5%) มีความอดทนต่ออุปสรรคอยู่ในระดับสูง

นอกจากนี้ มีการนำเสนอผลการวิเคราะห์ความสามารถในการพึ่งพาอุปสรรคภาพรวม จากผลรวมของคะแนนทั้ง 4 ด้าน ตามแนวคิดของ Stoltz (1997) มีรายละเอียดดังนี้ นิสิตนักศึกษามีระดับความสามารถในการพึ่งพาอุปสรรคโดยภาพรวมอยู่ในระดับสูง ร้อยละ 65.4 รองลงมา อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 24.9 และอยู่ในระดับสูงมาก ร้อยละ 9.3 และมีเพียงเล็กน้อยที่อยู่ในระดับต่ำ ร้อยละ 0.4 สอดคล้องกับผลการศึกษาของ ภัทรพงศ์ (2550: 113)

ที่พบว่า นักศึกษามหาวิทยาลัยมหาสารคามมีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคโดยรวมอยู่ในระดับสูง และสอดคล้องกับผลการศึกษาของ สุทะ (2550) ที่พบว่า นิสิตปริญญาตรีมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในระดับสูง ซึ่งผลการศึกษาครั้งนี้เป็นที่น่าสังเกตว่า ไม่พบนิสิตนักศึกษาที่มีระดับความสามารถในการฝ่าฟันอุปสรรคโดยภาพรวมอยู่ในระดับต่ำมากเลย

นอกจากนี้ มีประเด็นที่น่าสนใจคือ นิสิตนักศึกษาไม่ถึงหนึ่งในห้า (16.0%) มีความสามารถในการฝ่าฟันอุปสรรค ด้านการวิเคราะห์ขั้นตอนของ

อุปสรรคและการยอมรับผลการกระทำของตนเอง อยู่ในระดับสูง สะท้อนให้เห็นว่านิสิตนักศึกษาส่วนน้อยที่สามารถวิเคราะห์ขั้นตอนของอุปสรรคหรือปัญหาที่เกิดขึ้น และยอมรับผลการกระทำของตนเองได้อย่างเหมาะสม อาจเนื่องมาจากสัมพันธภาพในครอบครัวของนิสิตนักศึกษาในประเด็นย่อย หากท่านกระทำผิด ครอบครัวท่านจะเข้าข้างท่านและช่วยเหลือไม่ว่าอย่างไรก็ตาม ซึ่งนิสิตนักศึกษาสองในห้า (40.3%) ระบุความคิดเห็นระดับมากที่สุด และมาก สะท้อนให้เห็นถึงความเชื่อของนิสิตนักศึกษาว่า ถึงแม้ได้กระทำผิดไม่ว่าอย่างไรก็ตาม บิดา มารดา รวมถึงสมาชิกในครอบครัว ก็พร้อมใจที่จะช่วยเหลือแก้

ตารางที่ 1 ระดับสัมพันธภาพในครอบครัว

| (n = 450)                                   |            |        |
|---------------------------------------------|------------|--------|
| สัมพันธภาพในครอบครัว                        | จำนวน (คน) | ร้อยละ |
| สัมพันธภาพในครอบครัวโดยภาพรวม               |            |        |
| - ระดับต่ำ                                  | -          | -      |
| - ระดับปานกลาง                              | 149        | 33.1   |
| - ระดับสูง                                  | 301        | 66.9   |
| รวม                                         | 450        | 100.0  |
| ด้านความผูกพัน รักใคร่ สามัคคีกันในครอบครัว |            |        |
| - ระดับต่ำ                                  | 1          | 0.2    |
| - ระดับปานกลาง                              | 176        | 39.1   |
| - ระดับสูง                                  | 273        | 60.7   |
| รวม                                         | 450        | 100.0  |
| ด้านการสื่อสารในครอบครัว                    |            |        |
| - ระดับต่ำ                                  | 5          | 1.1    |
| - ระดับปานกลาง                              | 180        | 40.0   |
| - ระดับสูง                                  | 265        | 58.9   |
| รวม                                         | 450        | 100.0  |
| ด้านความขัดแย้ง                             |            |        |
| - ระดับต่ำ                                  | 33         | 7.3    |
| - ระดับปานกลาง                              | 241        | 53.6   |
| - ระดับสูง                                  | 176        | 39.1   |
| รวม                                         | 450        | 100.0  |

ปัญหาต่าง ๆ ให้ ดังคำกล่าวของ ดร.อริยญา ดุ้ยคำภีร์ ที่ว่าเนื่องจากบิดา มารดาในปัจจุบันเป็นแบบ เอลิออปเตอร์ ไปช่วยกู้ภัยให้กับลูกในทุกที่ ทุก สถานการณ์ (พวงชมพู, 2551) ทำให้นิสิตนักศึกษา อาจไม่ได้ให้ความสำคัญกับการเป็นต้นเหตุของ ปัญหาอุปสรรค หรือการยอมรับผลของการกระทำที่ เกิดจากตนเอง จึงไม่คิดก่อนกระทำ ไม่ไตร่ตรองให้ ดีก่อนตัดสินใจกระทำ เพราะคิดอย่างไรบิดา มารดาก็ช่วยเหลือแน่นอน ทั้งนี้ นิสิตนักศึกษามิได้รับรู้ต้นตอของปัญหาและผลของการกระทำ รับผิดชอบ ต่อสิ่งที่ได้ตัดสินใจกระทำ ยอมรับผลที่จะเกิดขึ้น รับรู้ถึงผลเสียที่จะตามมา

#### การป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของนิสิตนัก ศึกษา

นิสิตนักศึกษากลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรม การ ป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายด้านต่อตนเอง และด้านต่อผู้อื่นอยู่ในระดับสูง ( $\bar{X} = 2.93$  และ 3.03 ตามลำดับ) สอดคล้องกับผลการศึกษาของ ณัฐวุฒิ (2547: 98) ที่พบว่า นิสิตนักศึกษามีพฤติกรรม

ป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายในด้านต่อตนเอง และด้านต่อผู้อื่นอยู่ในระดับสูง ทั้งนี้เนื่องจาก ปัจจุบันมีข่าวการฆ่าตัวตายของหลายช่วงวัยปรากฏ ตามสื่อต่าง ๆ มากมาย มีการณรงค์ และเฝ้าระวัง จากหลายฝ่าย โดยเฉพาะครอบครัว จึงอาจทำให้นิสิตนักศึกษามีความคิดไตร่ตรองมากขึ้น

เมื่อจัดกลุ่ม พบว่า นิสิตนักศึกษามีพฤติกรรม การป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายด้านต่อตนเอง และต่อผู้อื่นในระดับสูง ร้อยละ 68.9 และ 66.5 ตามลำดับ (ตารางที่ 2)

เมื่อพิจารณารายชื่อนำสนใจ คือ มีเพียง ประเด็นเดียวที่อยู่ในระดับต่ำ คือ เมื่อท่านรู้สึกเครียด ท่านจะเข้ารับบริการต่าง ๆ เพื่อแก้ปัญหาสุขภาพจิต เช่น บริการให้คำปรึกษา เป็นต้น ซึ่งนิสิตนักศึกษา เกือบสองในสาม (66.2%) เลือกที่จะเข้ารับบริการ ต่าง ๆ เพื่อแก้ปัญหาสุขภาพจิตน้อย และน้อยที่สุด อาจทำให้เมื่อเกิดปัญหานิสิตนักศึกษามีการแก้ปัญหา ไม่ถูกวิธี สอดคล้องกับผลการวิจัยของ ณัฐวุฒิ (2547: 99) ที่พบว่า นิสิตนักศึกษาส่วนใหญ่ (86.6%) เมื่อ รู้สึกเครียดจะเข้ารับบริการต่างๆ เพื่อแก้ปัญหา

ตารางที่ 2 ระดับพฤติกรรมในการป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย

| (n = 450)                                     |            |        |
|-----------------------------------------------|------------|--------|
| พฤติกรรมในการป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย | จำนวน (คน) | ร้อยละ |
| ด้านต่อตนเอง                                  |            |        |
| - ระดับต่ำมาก                                 | -          | -      |
| - ระดับต่ำ                                    | 49         | 10.9   |
| - ระดับสูง                                    | 310        | 68.9   |
| - ระดับสูงมาก                                 | 91         | 20.2   |
| รวม                                           | 450        | 100.0  |
| ด้านต่อผู้อื่น                                |            |        |
| - ระดับต่ำมาก                                 | -          | -      |
| - ระดับต่ำ                                    | 37         | 8.2    |
| - ระดับสูง                                    | 299        | 66.5   |
| - ระดับสูงมาก                                 | 114        | 25.3   |
| รวม                                           | 450        | 100.0  |

สุขภาพจิต ในระดับน้อย และน้อยที่สุด

### ความสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธภาพในครอบครัวกับการป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย

จากการวิจัย พบว่า สัมพันธภาพในครอบครัวของนิสิตนักศึกษา ด้านความผูกพัน รักใคร่ สามัคคีกัน ในครอบครัว มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมการป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายด้านตนเอง และโดยภาพรวมในระดับปานกลาง ( $r = .35$  และ  $r = .37$  ตามลำดับ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 (ตารางที่ 3) กล่าวคือ นิสิตนักศึกษาที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวด้านความผูกพัน รักใคร่ สามัคคีกัน ในครอบครัวสูงจะมีพฤติกรรมการป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายด้านตนเอง และโดยภาพรวมสูง และสัมพันธภาพในครอบครัวโดยภาพรวม มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมการป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายโดยภาพรวมในระดับต่ำ ( $r = .34$ ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 (ตารางที่ 3) กล่าวคือ นิสิตนักศึกษาที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวโดยภาพรวมสูง จะมีพฤติกรรมการป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายโดยภาพรวมสูงด้วย ทั้งนี้ครอบครัวมีส่วนสำคัญในการสร้างเสริมความเข้มแข็งของจิตใจให้กับลูก โดยลินดา (2551) เจ้าหน้าที่สังคมสงเคราะห์ของศูนย์เยาวชนเมืองกุซแลนด์ สหรัฐอเมริกา กล่าวแนะว่า ควรปล่อยให้ลูกได้ตัดสินใจเอง แม้จะรู้ว่า

ลูกตัดสินใจผิด เพื่อที่เด็กจะได้เรียนรู้ “บทเรียน” จากความผิดพลาดที่เกิดขึ้น ทั้งนี้สิ่งที่อยากให้เด็กได้เรียนรู้ ก็คือ “ผลลัพธ์” ที่จะตามมาจากการตัดสินใจของพวกเขาเป็นประเด็นสำคัญ ดังนั้น เยาวชนจำเป็นต้องเรียนรู้การเป็นนักแก้ปัญหา จากการกระทำที่ผิดพลาดนั้น เพื่อจะมีโอกาสได้เรียนรู้

### อิทธิพลของตัวแปรสัมพันธภาพในครอบครัวที่มีต่อการป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย

การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณเพื่อหาอิทธิพลของตัวแปรสัมพันธภาพในครอบครัวที่มีต่อพฤติกรรมการป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายโดยภาพรวม (ตัวแปรเกณฑ์) พบว่า ตัวแปรต้นหรือตัวแปรทำนายทั้ง 3 ตัวแปร ตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อการป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายโดยภาพรวมของนิสิตนักศึกษา มากที่สุด มีเพียง 1 ตัวแปร นั่นคือ ด้านความผูกพัน รักใคร่ สามัคคีกัน ในครอบครัว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ( $F = 71.810$ ) โดยสัมพันธภาพในครอบครัวด้านความผูกพัน รักใคร่ สามัคคีกัน ในครอบครัว เป็นดัชนีที่สามารถอธิบายความแปรปรวนของการป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายได้มากที่สุด กล่าวคือ สามารถอธิบายความแปรปรวนของการป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายได้ร้อยละ 13.8 ( $R^2 = .138$ ) (ตารางที่ 4) สอดคล้องกับผลการศึกษาของ คันทราตัน (2549: 104) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความสัมพันธ์ในครอบครัวกับ

ตารางที่ 3 ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธภาพในครอบครัวกับการป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย

(n = 450)

| สัมพันธภาพในครอบครัว<br>(ตัวแปรต้น)          | การป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย (r) |             |           |
|----------------------------------------------|-----------------------------------------|-------------|-----------|
|                                              | ด้านตนเอง                               | ด้านผู้อื่น | โดยภาพรวม |
| ด้านความผูกพัน รักใคร่ สามัคคีกัน ในครอบครัว | .35***                                  | .29***      | .37***    |
| ด้านการสื่อสารในครอบครัว                     | .31***                                  | .21***      | .30***    |
| ด้านความขัดแย้ง                              | .19***                                  | .10***      | .17***    |
| สัมพันธภาพในครอบครัวโดยภาพรวม                | .34***                                  | .25***      | .34***    |

\*\*\* p < .001

ความเครียด พบว่า ความสัมพันธ์ในครอบครัว ด้านบทบาทและหน้าที่ของครอบครัว ด้านความผูกพันรักใคร่ สามัคคีในครอบครัว ด้านการสื่อสารในครอบครัว มีความสัมพันธ์ในทิศทางตรงกันข้ามกับความเครียด ซึ่งความเครียดเป็นปัจจัยหนึ่งที่ก่อให้เกิดความเสี่ยงต่อการคิดฆ่าตัวตาย สอดคล้องกับการศึกษาเปรียบเทียบวัยรุ่นที่พยายามฆ่าตัวตายกับวัยรุ่นที่มีปัญหาทางจิตเวชอื่น ๆ ของ อูมาพร (2544: 269) พบว่า พวกเขามีความเครียดในชีวิตสูงและมักเป็นความเครียดเรื้อรัง โดยบุคคลที่มีพฤติกรรมฆ่าตัวตาย มักขาดการประคับประคองจากผู้อื่น เช่น มีความสัมพันธ์ที่ไม่ดีกับบิดา มารดา กลุ่มเพื่อน หรือไม่มีเพื่อนสนิท เป็นต้น

### ความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการฟื้นฟ้อุปสรรคกับการป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย

จากผลการวิจัยพบว่า ความสามารถในการฟื้นฟ้อุปสรรคโดยภาพรวมมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับการป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายโดยภาพรวมในระดับต่ำ ( $r = .31$ ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 (ตารางที่ 5) กล่าวคือ นิสิตนักศึกษาที่มีความสามารถในการฟื้นฟ้อุปสรรคโดยภาพรวมสูง จะมีการป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายโดยภาพรวมสูง ทั้งนี้ นิสิตนักศึกษานั้นย่อมสามารถเผชิญและแก้ไขปัญหาได้เป็นอย่างดี ทำให้การคิดฆ่าตัวตายจากการท้อแท้ สิ้นหวัง ผิดหวังย่อมเกิดขึ้นได้ยาก ดังที่อำไพชนิษฐ (2552) กล่าวเกี่ยวกับ คนกลุ่มที่มีแนว

**ตารางที่ 4** การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน โดยใช้การป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายโดยภาพรวมเป็นตัวแปรเกณฑ์: ศึกษาอิทธิพลของสัมพันธ์ภาพในครอบครัว

(n = 450)

| ตัวแปร                                                                   | R <sup>2</sup> | R <sup>2</sup> <sub>Change</sub> | b    | Beta | t     | p    |
|--------------------------------------------------------------------------|----------------|----------------------------------|------|------|-------|------|
| ความผูกพัน รักใคร่ สามัคคีกัน<br>ในครอบครัว                              | .138           | .138                             | .589 | .372 | 8.474 | .000 |
| ค่าคงที่                                                                 | 44.427         |                                  |      |      |       |      |
| F                                                                        | 71.810         |                                  |      |      |       |      |
| p                                                                        | .000           |                                  |      |      |       |      |
| Standard error = 6.0952      Adjusted R <sup>2</sup> = .136      p < .05 |                |                                  |      |      |       |      |

**ตารางที่ 5** ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการฟื้นฟ้อุปสรรคกับการป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย

(n = 450)

| ความสามารถในการฟื้นฟ้อุปสรรค<br>(ตัวแปรต้น)                             | การป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย (r) |                |           |
|-------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|----------------|-----------|
|                                                                         | ด้านต่อตนเอง                            | ด้านต่อผู้อื่น | โดยภาพรวม |
| ด้านความสามารถในการควบคุมสถานการณ์                                      | .31***                                  | .25***         | .32***    |
| ด้านการวิเคราะห์ขั้นตอนของอุปสรรคและ<br>ด้านการยอมรับผลการกระทำของตนเอง | .11*                                    | .13**          | .14**     |
| ด้านการรับรู้ผลกระทบของอุปสรรค                                          | .26***                                  | .08            | .20***    |
| ด้านความอดทนต่ออุปสรรค                                                  | .28***                                  | .17***         | .26***    |
| ความสามารถในการฟื้นฟ้อุปสรรคโดยภาพรวม                                   | .33***                                  | .21***         | .31***    |

\* p < .05    \*\* p < .01    \*\*\* p < .001

โน้มน้าวว่าตัวตายวามักจะมีสิ่งที่เรียกว่า “ความเสี่ยงบางอย่าง” ซ่อนอยู่ เช่น อาจเป็นคนซึมเศร้าง่ายอ่อนไหวง่าย อะไรเข้ามากระทบก็หมดกำลังใจได้ง่ายหรือเป็นคนไม่ค่อยสู้ปัญหา มักหลีกเลี่ยงการเผชิญหน้ากับทุกเรื่อง สอดคล้องกับที่ ประเวศ และ สุรสิงห์ (2542ก: 4) กล่าวไว้ว่า ผู้ที่คิดฆ่าตัวตายมักเป็นผู้ที่ขาดทักษะในการแก้ปัญหาหรือเน้นแต่การบรรเทา ด้านอารมณ์ การตัดสินใจฆ่าตัวตายจึงเป็นเหมือนทางออกเพื่อหนีจากปัญหาที่มองไม่เห็นทางแก้ไข

### อิทธิพลของตัวแปรความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรคที่มีต่อการป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย

ตัวแปรต้นหรือตัวแปรทำนายทั้ง 4 ตัวแปรตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อการทำนายการป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายโดยภาพรวมของนิสิตนักศึกษามากที่สุด มีเพียง 1 ตัวแปร นั่นคือ ด้านความสามารถในการควบคุมสถานการณ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ( $F = 52.206$ ) โดยความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรค ด้านความสามารถในการควบคุมสถานการณ์ เป็นดัชนีที่สามารถอธิบายความแปรปรวนของการป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายได้มากที่สุด กล่าวคือ สามารถอธิบายความแปรปรวนของการป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายได้ร้อยละ 10.4 ( $R^2 = .104$ ) (ตารางที่ 6)

## ข้อเสนอแนะ

### ข้อเสนอแนะทั่วไป

1. จากการศึกษาครั้งนี้ พบว่า นิสิตนักศึกษา มากกว่าครึ่ง มีสัมพันธภาพในครอบครัว ด้านความผูกพัน รักใคร่ สามัคคีกันในครอบครัว และ ด้านการสื่อสารในครอบครัว อยู่ในระดับสูง ส่วนด้านความขัดแย้งอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งด้านความผูกพัน รักใคร่ สามัคคีกันในครอบครัว มีอิทธิพลต่อการทำนายการป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย ดังนั้น จึงควรดำเนินการดังนี้

1.1 บิดามารดาผู้ปกครองสมาชิกในครอบครัว ควรร่วมกันสร้างความผูกพัน ความเข้าใจ ไว้วางใจกัน แสดงออกถึงความรัก ความผูกพัน อย่างสม่ำเสมอและร่วมมือกันให้การสื่อสารในครอบครัว เป็นไปในทางบวก มีการพูดคุยในทางสร้างสรรค์ และหากมีปัญหาเกิดขึ้นในครอบครัว สมาชิกควรพูดคุยให้เกิดการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดี ทั้งนี้เพื่อลดความขัดแย้งที่อาจเกิดขึ้นในครอบครัว

1.2 สถาบันการศึกษา คณาจารย์ นักวิชาการ ควรมีการพัฒนาหลักสูตรเกี่ยวกับการส่งเสริมสัมพันธภาพที่ดีในครอบครัวหรือสอดแทรกความรู้ความสำคัญของสัมพันธภาพในครอบครัวในการเรียนการสอน เพื่อให้ นิสิตนักศึกษามีทัศนคติที่ดีต่อการสร้างสัมพันธภาพที่ดีในครอบครัวต่อไป

**ตารางที่ 6** การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน โดยใช้การป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายโดยภาพรวมเป็นตัวแปรเกณฑ์: ศึกษาอิทธิพลของความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรค

(n = 450)

| ตัวแปร                         | $R^2$  | $R^2_{\text{Change}}$ | b    | Beta | t     | p    |
|--------------------------------|--------|-----------------------|------|------|-------|------|
| ความสามารถในการควบคุมสถานการณ์ | .104   | .104                  | .400 | .323 | 7.225 | .000 |
| ค่าคงที่                       | 44.568 |                       |      |      |       |      |
| F                              | 52.206 |                       |      |      |       |      |
| p                              | .000   |                       |      |      |       |      |

Standard error = 6.2135

Adjusted  $R^2 = .102$

p < .05

1.3 หน่วยงาน และสถาบันที่เกี่ยวข้องกับครอบครัว ควรจัดโครงการหรือรณรงค์ให้เกิดความตระหนักถึงความสำคัญของสัมพันธภาพในครอบครัว มีการประชาสัมพันธ์วันสำคัญต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับครอบครัว เพื่อให้ครอบครัวมีโอกาสพิเศษที่จะได้ปฏิบัติต่อกันมากยิ่งขึ้นและส่งเสริมการจัดรายการวิทยุและโทรทัศน์ที่ให้ความสำคัญกับครอบครัว รวมทั้งควรส่งเสริมสัมพันธภาพในครอบครัวหรือนำความรักความผูกพันในครอบครัวมาเป็นสื่อกลางในการโฆษณาต่าง ๆ เพื่อให้มีตัวอย่างครอบครัวดี ๆ ในสังคมไทย

2. ผลการศึกษา พบว่า นิสิตนักศึกษา มากกว่าสองในสาม มีความสามารถในการฟังอุปสรรคด้านการวิเคราะห์ขั้นตอนของอุปสรรคและการยอมรับผลการกระทำของตนเอง อยู่ในระดับปานกลาง ดังนั้นจึงควรดำเนินการดังนี้

2.1 บิดามารดาผู้ปกครอง สมาชิกในครอบครัว ไม่ควรปกป้องนิสิตนักศึกษามากเกินไปโดยไม่พิจารณาเหตุผล ควรฝึกให้ทำอะไรด้วยตนเอง รู้จักแก้ปัญหา และมีความรับผิดชอบต่อสิ่งที่กระทำ

2.2 สถาบันการศึกษา คณาจารย์ นักวิชาการ ควรจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตร โครงการพัฒนาศักยภาพสโมสรนิสิตนักศึกษา และชมรมต่าง ๆ เพื่อให้ นิสิตนักศึกษาได้เผชิญปัญหา และร่วมกันแก้ไขอย่างเป็นระบบ ทำให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีในกลุ่มเพื่อน ทั้งนี้ยังได้พบปะพูดคุย แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกัน รู้จักให้และรับ มีโอกาสศึกษาชีวิตฝึกทักษะการใช้ชีวิต เพื่อพร้อมในการใช้ชีวิตในวัยผู้ใหญ่อย่างมีคุณภาพ คณาจารย์ในฐานะผู้สอน ควรกระตุ้นให้นิสิตนักศึกษาตระหนักถึงความรับผิดชอบ โดยสอดแทรกในวิชาหรือจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมความรับผิดชอบต่อหน้าที่ และการรับรู้ความเป็นเหตุเป็นผล ทั้งนี้การวิเคราะห์ขั้นตอนของผลกระทบของอุปสรรคเป็นพื้นฐานในการแก้ปัญหาเช่นกัน ควรส่งเสริมควบคู่ไปพร้อมกัน เพื่อให้ นิสิตนักศึกษาสามารถแก้ปัญหาได้ถูกวิธี

3. ผลการศึกษากการป้องกันความเสี่ยงต่อการ

ฆ่าตัวตาย พบว่า นิสิตนักศึกษา เกือบสองในสาม (66.2%) เมื่อรู้สึกเครียด จะเข้ารับบริการต่าง ๆ เพื่อแก้ปัญหาสุขภาพจิต เช่น บริการแนะแนวให้คำปรึกษา เป็นต้น ในระดับน้อย และน้อยที่สุด โดยมีข้อเสนอแนะดังนี้

3.1 บิดา มารดา สมาชิกในครอบครัว หรือกลุ่มเพื่อน ควรดูแลซึ่งกันและกัน สังเกตพฤติกรรมที่เปลี่ยนไปของสมาชิก เพื่อช่วยเหลือในเบื้องต้น เช่น ให้คำปรึกษา ร่วมกันคิดหาทางออกของปัญหา ก่อนปัญหาและความเครียดจะสะสมและก่อให้เกิดสิ่งที่ไม่คาดคิดตามมา และหากจำเป็นต้องเข้ารับบริการทางสุขภาพจิตควรเป็นกำลังใจให้กันในการบรรเทาทุกข์ เพราะครอบครัวเป็นสิ่งสำคัญที่ช่วยได้อย่างมาก

3.2 คณาจารย์ สถาบันการศึกษา รวมถึงหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ควรรณรงค์ให้นิสิตนักศึกษามีทัศนคติที่ดีต่อการเข้ารับบริการทางด้านสุขภาพจิต เนื่องจากความคิดเดิมที่ว่า การไปพบจิตแพทย์หรือไปโรงพยาบาลเกี่ยวกับจิตเวช เป็นสิ่งที่ผิดปกติ และไม่เป็นที่ยอมรับ แต่ในความเป็นจริง ทุกคนมีโอกาสเกิดปัญหาในชีวิตประจำวันได้ และการได้รับการแก้ไขปัญหาย่างถูกวิธีจะช่วยลดความเสี่ยงในการคิดฆ่าตัวตายได้ ทั้งนี้ควรประชาสัมพันธ์ เชิญชวนให้ไปใช้บริการอย่างสม่ำเสมอและทั่วถึง หรืออาจจัดบริการเพิ่มเติมเพื่อตอบสนองต่อปัญหาที่มีลักษณะเฉพาะ เช่น บริการโทรศัพท์สายด่วน ซึ่งเป็นวิธีหนึ่งในการลดความหุนหันพลันแล่นลดความรู้สึกโดดเดี่ยว และเกิดกำลังใจที่ดีได้

นอกจากนี้ สื่อมวลชน ควรนำเสนอข่าวการฆ่าตัวตายอย่างระมัดระวัง นำเสนอในเชิงป้องกันตามระยะเวลาที่คาดว่าจะเกิดวิกฤติ เช่น ก่อนสอบคัดเลือกเข้ามหาวิทยาลัย ควรพิจารณาอย่างรอบคอบก่อนการนำเสนอข่าว เพื่อให้เกิดผลกระทบต่อบุคคลที่เกี่ยวข้องน้อยที่สุด ทั้งนี้เว็บไซต์ต่าง ๆ ของหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง อาจมีการจัดโครงการหรือกิจกรรมเพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหการฆ่าตัวตายในวัยรุ่นหรือทุกช่วงวัย ซึ่งในปัจจุบันเทคโนโลยีทำให้มีการ

รณรงค์ ป้องกันการฆ่าตัวตายเป็นเว็บไซต์หลากหลาย เช่น โครงการช่วยเหลือผู้ที่เสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย (www.suicidethai.com) ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข

### ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาปัจจัยอื่น ๆ ที่อาจมีอิทธิพลต่อสัมพันธภาพในครอบครัว ความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรค และการป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย ได้แก่ ความฉลาดทางอารมณ์ รูปแบบการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัว ทักษะคิดต่อการทำกิจกรรมเสริมหลักสูตร ความเครียด ทักษะชีวิต บุคลิกภาพ ปัจจัยการมองโลกในแง่ดี ลักษณะมุ่งอนาคต ความเชื่ออำนาจภายในตน ดัชนีชี้วัดความสุขของคนไทย การประเมินพลังสุขภาพจิต (Resilience Quotient: RQ) คุณภาพชีวิต เป็นต้น

2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษานี้เป็นนิสิตนักศึกษา อาจทำการศึกษายกกลุ่มตัวอย่าง เช่น นักเรียน นักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชน ผู้สูงอายุ วัยทำงาน เป็นต้น เนื่องจากแต่ละวัยจะเผชิญกับปัญหาอุปสรรค และความเครียดที่ต่างกัน

3. ควรทำการศึกษายกเพิ่มเติม โดยใช้วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพควบคู่ด้วย เช่น การสัมภาษณ์แบบเจาะลึก การสนทนากลุ่ม เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึก และมีความเที่ยงตรงสูง

### เอกสารอ้างอิง

กรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย. 2550. รายงานอัตราฆ่าตัวตายต่อประชากรแสนคน ปีพ.ศ.2550 (Online). <http://www.dmh.go.th/plan/suicide/suicide50.pdf>, 25 มิถุนายน 2551.

คันธารรัตน์ ยอดพิชัย. 2549. ความสัมพันธ์ระหว่างความสัมพันธ์ในครอบครัวความฉลาดทางอารมณ์กับความเครียดของนิสิตนักศึกษา มหาวิทยาลัยของรัฐ ในกรุงเทพมหานคร. กรุงเทพฯ:

วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

จิตรา คุชฎีเมธา. 2549. นักวิชาการชี้คนรุ่นใหม่เอื้อมตัวที่ถ้อย (Online). [http://www.dmh.go.th/sty\\_libnews/news/view.asp?id=4686](http://www.dmh.go.th/sty_libnews/news/view.asp?id=4686), 26 มิถุนายน 2551.

ณัฐวุฒิ สุวรรณช่าง. 2547. ความสัมพันธ์ระหว่างการอบรมเลี้ยงดู ความฉลาดทางอารมณ์ และการป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของนิสิตนักศึกษา มหาวิทยาลัยของรัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร. กรุงเทพฯ: วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

ธีระศักดิ์ กำปรรณารักษ์. 2548. AQ อึดเกินพิกัด. กรุงเทพฯ: เอ็กซ์เปอร์เน็ท แปลจาก Paul G. Stoltz. 1997. *Adversity Quotient: Turning Obstacles into Opportunities*. New York: John Wiley & Sons.

นพดล กรรมนิกา. 2551. “โพลชี้ครอบครัวคนไทยขัดแย้งเพิ่ม” ข่าวสด (5 พฤศจิกายน 2551).

ประเวช ตันติพิวัฒนสกุล และ สุรสิงห์ วิสสุตรรัตน์. 2542ก. ฆ่าตัวตาย: การสอบสวนหาสาเหตุและการป้องกัน. เชียงใหม่: Identity group.

\_\_\_\_\_. 2542ข. ฆ่าตัวตาย: การสอบสวนหาสาเหตุและการป้องกัน. พิมพ์ครั้งที่ 2. เชียงใหม่: Identity group อ้างถึง Division of Mental Health, World Health Organization. 1993. *Guidelines for the Primary Prevention of Mental Neurological and Psychological Disorders: 4. Suicide*. n.p.

ปรภากร ถมยางกูร. 2550. ป้องกันการฆ่าตัวตายในทุกช่วงวัยของชีวิต (Online). <http://www.dmh.go.th/news/view.asp?id=1047>, 26 มิถุนายน 2551.

พวงชมพู ประเสริฐ. 2551. ห่วงใจไทยเปลี่ยนแนวหนีปัญหาจากฆ่าตัวเองเป็นฆ่าคนอื่นเลียนแบบญี่ปุ่น (Online). [http://www.komchadluek.net/2008/06/24/x\\_edu\\_e001\\_208509.php?news\\_id=208509](http://www.komchadluek.net/2008/06/24/x_edu_e001_208509.php?news_id=208509), 26 มิถุนายน 2551.

- ภรรพพ์ นีละพันธุ์. 2550. *ปัจจัยที่ส่งผลต่อเขาวนอารมณ์ (EQ) และความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค (AQ) ของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาสารคาม*. มหาสารคาม: วิทยานิพนธ์ ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- ลินดา โคลสัน. 2551. “เด็กจำเป็นต้องมี... บทเรียนมีค่าจากความผิดพลาด!!!” *มติชน* (3 ธันวาคม 2551).
- สุพชัย หนูใหญ่. 2544. *ความสัมพันธ์ในครอบครัวกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยของรัฐในกรุงเทพมหานคร*. กรุงเทพฯ: วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- สุภา อภิญญาภิบาล. 2550. *ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยบางประการกับความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของนิสิตระดับปริญญาตรีมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ*. กรุงเทพฯ: วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา. 2550. *ข้อมูลนิสิต/นักศึกษา มหาวิทยาลัยของรัฐจำแนกตามคณะ สาขา ปีการศึกษา 2550* (Online). <http://www.mua.go.th/uinfostaff50.php>, 24 ตุลาคม 2551.
- อัมพร เบญจพลพิทักษ์. 2545. “สุขภาพจิตครอบครัว...สุขภาพจิตสังคม.” *วารสารสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย* 10 (3): 137-150 อ้างถึง มติชนรายสัปดาห์. 2538. “การฆ่าตัวตายในสังคมไทย.” *มติชนรายสัปดาห์* (17-23 ธันวาคม 2538).
- อุมาพร ตรังคสมบัติ. 2544. *จิตวิทยาและการให้คำปรึกษาคู่ชีวิต*. กรุงเทพฯ: ศูนย์วิจัยและพัฒนาครอบครัว.
- อำเภอพนมทวน สมานวงศ์ไทย. 2552. *รับมือ ป่วยทางจิตในยุคเศรษฐกิจมีปัญหา* (Online). <http://www.cheewajit.com/articleView.aspx?cateId=1&articleId=1689>, 25 กุมภาพันธ์ 2552.
- Krejcie, R. V. and D. W. Morgan. 1970. “Table for Determining Sample Size from a Given Population.” *Educational and Psychological Measurement* 30: 607-610 อ้างใน สุภาพ นิตราภรณ์. 2550. *เอกสารประกอบการสอนวิชาระเบียบวิธีวิจัยทางคหกรรมศาสตร์ศึกษา. ภาควิชาอาชีวศึกษา, คณะศึกษาศาสตร์, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์*. (อัคราณา).
- Stoltz, P. G. 1997. *Adversity Quotient: Turning Obstacles into Opportunities*. New York: John Wiley & Sons Inc.