

รูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะซึมเศร้า
ของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 5 ในจังหวัดนครราชสีมา

A Causal Structural Relationship Model of Factors Influencing Depression
of Mattayomsuksa 5 Students in Nakhon Ratchasima Province

ประกอบ เอี้ยงแสนเมือง¹

รังสรรค์ โฉมยา²

บ้งอร กุมพล³

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีความมุ่งหมายเพื่อพัฒนาและตรวจสอบความตรงของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะซึมเศร้า จากตัวแปรการเห็นคุณค่าในตนเอง ความฉลาดในการฟันฝ่าอุปสรรค การสนับสนุนจากครอบครัว และเหตุการณ์ความเครียดในชีวิต ที่ส่งผลต่อภาวะซึมเศร้า กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 5 ปีการศึกษา 2554 ในจังหวัดนครราชสีมา อาจารย์ประจำสาขาวิชาการบริหารการศึกษา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี จำนวน 970 คน ได้จากการสุ่มแบบหลายขั้นตอน เครื่องมือที่ใช้ ได้แก่ 1) แบบวัดภาวะซึมเศร้า 2) แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง 3) แบบวัดความฉลาดในการฟันฝ่าอุปสรรค 4) แบบสอบถามการสนับสนุนจากครอบครัว และ 5) แบบสอบถามเหตุการณ์ความเครียดในชีวิต หาค่าความเชื่อมั่นด้วยวิธีหาค่า Cronbach's Alpha Coefficient ได้ค่าความเชื่อมั่นแต่ละฉบับ เท่ากับ 0.808, 0.838, 0.809, 0.875 และ 0.790 ตามลำดับ หาค่าอำนาจจำแนกด้วยวิธีหาค่า Item total Correlation ได้ค่าอำนาจจำแนกแต่ละฉบับ ตั้งแต่ 0.224 ถึง 0.658, 0.477 ถึง 0.575, 0.132 ถึง 0.657, 0.239 ถึง 0.745, และ 0.153 ถึง 0.701 ตามลำดับ วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์เส้นทาง (Path analysis) โดยใช้โปรแกรม LISREL (Linear Structure Relationship)

ผลการวิจัยพบว่า โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะซึมเศร้า ของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 5 ในจังหวัดนครราชสีมาที่พัฒนาขึ้น มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์

¹ มหาบัณฑิตสาขาการวิจัยการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

² อาจารย์ ดร. ประจักษ์ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

³ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ประจักษ์ภาควิชาคณิตศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

โดยมีค่าไค-สแควร์ (χ^2) เท่ากับ 92.538, df เท่ากับ 86, p เท่ากับ 0.296, GFI เท่ากับ 0.988, AGFI เท่ากับ 0.981, CFI เท่ากับ 0.998, RMR เท่ากับ 0.113 และ RMSEA เท่ากับ 0.009 โดยตัวแปรที่มีเฉพาะอิทธิพลทางตรงต่อภาวะซึมเศร้า คือ เหตุการณ์ความเครียดในชีวิต ความฉลาดในการฟันฝ่าอุปสรรค และการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยมีค่าอิทธิพลเท่ากับ 0.374, -0.182 และ -0.090 ตามลำดับ ตัวแปรที่มีอิทธิพลทั้งทางตรงและทางอ้อมต่อภาวะซึมเศร้าคือ การสนับสนุนจากครอบครัว โดยอิทธิพลทางตรงมีค่าเท่ากับ -0.236 ส่วนอิทธิพลทางอ้อมส่งผ่านทางการเห็นคุณค่าในตัวเอง และความฉลาดในการฟันฝ่าอุปสรรค มีค่าอิทธิพลเท่ากับ 0.511 และ 0.333 ตามลำดับ ตัวแปรทั้งหมดในโมเดล สามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของภาวะซึมเศร้าได้ร้อยละ 36.6

คำสำคัญ : ภาวะซึมเศร้า, การเห็นคุณค่าในตนเอง, ความฉลาดในการฟันฝ่าอุปสรรค, การสนับสนุนจากครอบครัว, เหตุการณ์ความเครียดในชีวิต, โมเดลสมการโครงสร้าง, SEM, LISREL

ABSTRACT

This research aims to develop and validate a model of the causal relationship of the factors that influence depression and to examine the influence of Self-esteem, Adversity quotient, Family support and Stressful life events that contribute to depression. The samples were 970 Grade 5 students of high school for the academic year 2011 of multi-stage random sampling. The instruments used in research was Depression scale, Self-esteem scale, Adversity quotient scale, Family support questionnaire and Stressful life events questionnaire. The reliability coefficient (Cronbach's alpha coefficient) for each scale was 0.808, 0.838, 0.809, 0.875 and 0.790 and the discrimination value (Item total correlation) for each scale was 0.224 to 0.658, 0.477 to 0.575, 0.132 to 0.657, 0.239 to 0.745 and 0.153 to 0.701 respectively. Data were analyzed by Path analysis using LISREL (Linear Structure Relationship).

The results show that causal relationship model of factors influencing depression that was developed was fit with the empirical data. Based on statistics : Chi - square (χ^2) = 92.538, df = 86, p = 0.296, GFI = 0.988, AGFI = 0.981, CFI = 0.998 RMR = 0.113 and RMSEA = 0.009. The variables which influence directly on Depression were Stressful life events

Self-esteem and Adversity quotient with Path coefficient in each 0.374, -0.182 and -0.090 respectively. The variable that influence both directly and indirectly to Depression was Family support with directly Path coefficient -0.236 , the indirect influence pass Self-esteem and Adversity quotient with Path coefficient 0.511 and 0.333 respectively. All variables in model can explain for 36.6 % of the variances of Depression.

Keywords : depression, self-esteem, adversity quotient, family support, stressful life events, SEM, LISREL

บทนำ

ภาวะซึมเศร้า (depression) เป็นอาการที่เกิดจากการปรับตัวที่ผิดปกติของการตอบสนองต่อเหตุการณ์ที่กระทบ ทำให้มีอาการเศร้า เหงา โดดเดี่ยว รู้สึกสิ้นหวังและไร้คุณค่า จมอยู่กับความล้มเหลวในอดีต ไม่สนใจตนเอง สิ่งแวดล้อม และอนาคต สมาธิในการทำงานลดลง หากมีอาการซึมเศร้าติดต่อกันเป็นเวลานานก็อาจกลายเป็นโรคซึมเศร้า (depressive disorder) อาจมีความคิดเรื่องฆ่าตัวตายหรือทำร้ายตนเอง ในปี 2549 มีเด็กและเยาวชนกลายเป็นผู้ป่วยทางจิตคิดเป็นร้อยละ 45.9 ปัญหาทางสุขภาพจิตที่พบได้แก่ อาการวิตกกังวล ซึมเศร้า คิดฆ่าตัวตาย เกเร ชอบทำผิดกฎระเบียบ พฤติกรรมก้าวร้าว และก่อปัญหาทางเพศ (คณะกรรมการองค์การพัฒนาเอกชนด้านเอดส์. 2550 : เว็บไซต์) รายงานระดับชาติวิทยา ปี 2552 พบว่า คนไทยป่วยเป็นโรคซึมเศร้าร้อยละ 2-3 มีการพยายามฆ่าตัวตาย 3,404 ราย โดยในจำนวนนี้เป็นนักเรียนร้อยละ 16.2 (สำนักโรคระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค. 2552 : เว็บไซต์) นอกจากนี้ภาวะซึมเศร่ายังมีอิทธิพลทางตรงต่อความล้มเหลวทางการเรียนโดยทำให้มีผลการเรียนตกต่ำลง (เตือนจิตร กฤตลักษณ์. 2550 : 91)

ภาวะซึมเศร้า เกิดจากปัจจัยด้านร่างกาย จิตใจ และสิ่งแวดล้อม โดยปัจจัยด้านร่างกายนั้นส่วนหนึ่งเกิดจากพันธุกรรม พบว่า หากพ่อแม่ป่วยเป็นโรคซึมเศร้า ลูกมีโอกาสป่วยได้มากกว่าคนทั่วไป 2.8 เท่า ส่วนกลไกในระดับเซลล์เกิดจากสารสื่อประสาทที่ส่วนปลายเซลล์ประสาท มีภาวะไม่สมดุล ทำให้การทำงานของสมองผิดปกติ (ชรณินทร์ กองสุข และคณะ. 2554 : 57-58) ส่วนปัจจัยด้านจิตใจ เกิดจากบุคคลที่สะสมความคิด การรับรู้และความรู้สึกทางลบกับตนเอง และสิ่งแวดล้อมรอบตัวเป็นระยะเวลาอันเกิดเป็นความเคียดแค้นและติดเป็นนิสัย การถูกกดดันด้านการแสดงออก จะเกิดความไม่สมดุลระหว่าง Id Ego และ Superego รวมทั้งกระบวนการพัฒนา Superego ถูกปิดกั้น จะมีพฤติกรรมแบบเก็บกด และการโทษตนเองเป็นหลัก ทำให้เกิดความรู้สึกเครียด กังวล รู้สึกผิด รู้สึกด้อยคุณค่า นำไปสู่การเกิดภาวะ

ซึมเศร้าได้ ส่วนทฤษฎีการสูญเสียและความเศร้าโศก อธิบายว่าบุคคลที่ประสบกับความสูญเสีย และ ผิดหวัง และติดอยู่กับความเศร้าโศกเป็นเวลานาน จะนำไปสู่การเกิดภาวะซึมเศร้าได้ ส่วนทฤษฎีด้าน สิ่งแวดล้อมและสิ่งเร้า อธิบายว่า สถานการณ์ที่เป็นสิ่งเร้า เช่น ปัญหาครอบครัว ปัญหาการเรียน ความ เจ็บป่วย ความผิดหวัง การถูกกระทำรุนแรง เป็นสิ่งคุกคามภาวะสมดุลของบุคคล จะส่งผลให้บุคคลเกิด ความเครียด วิตกกังวล และนำไปสู่การเกิดภาวะซึมเศร้าได้ แต่ถ้าหากได้รับการช่วยเหลือจากบุคคลอื่น เช่น พ่อ แม่ ญาติพี่น้อง เพื่อน รวมถึงการสนับสนุนจากสังคม ก็จะช่วยให้บุคคลมีความสามารถในการ ปรับตัวเข้าสู่ภาวะปกติได้เร็วขึ้น (สายฝน เอกวารงกูร. 2553 : 14-21 ; อ้างอิงมาจาก Beck, Steer and Garbin. 1988, Zhang and others. 2009 ; Berry, Barrowclough, and Wearden. 2008 ; Horesh, Klomek and Apter. 2008)

จากการอธิบายการเกิดภาวะซึมเศร้าตามทฤษฎีที่กล่าวมา หากพิจารณาเฉพาะปัจจัยด้านจิตใจ และสิ่งแวดล้อม จะเห็นว่า มีปัจจัยที่เกี่ยวข้องต่อการเกิดภาวะซึมเศร้า คือ การเห็นคุณค่าในตนเอง การ รับรู้ว่าคุณมีความสามารถ (Self-esteem) ความสามารถในการตอบสนองต่อปัญหาอุปสรรคที่มา กระทบ หรือเป็นความฉลาดในการฟันฝ่าอุปสรรค (Adversity quotient) โดยมีปัจจัยภายนอกมากระทบ ได้แก่ เหตุการณ์สูญเสียสิ่งสำคัญของชีวิต ความผิดหวัง และเหตุก่อความเครียดอื่นๆ เรียกปัจจัยนี้ว่า เหตุการณ์ความเครียดในชีวิต (stressful life events) การได้รับความช่วยเหลือ หรือได้รับการสนับสนุน จากครอบครัว (Family support) ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษารูปแบบความสัมพันธ์ของปัจจัยที่มี อิทธิพลต่อการเกิดภาวะซึมเศร้าของนักเรียนในระดับมัธยมศึกษาปีที่ 5 โดยปัจจัยที่ต้องการศึกษาได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ความฉลาดในการฟันฝ่าอุปสรรค การได้รับการสนับสนุนจากครอบครัว และ เหตุการณ์ความเครียดในชีวิต โดยใช้การวิเคราะห์ด้วยวิธีการวิเคราะห์เส้นทาง (Path analysis) โดยใช้ โปรแกรม LISREL ซึ่งจะช่วยให้เกิดความเข้าใจและอธิบายความสัมพันธ์ของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะ ซึมเศร้าได้ถูกต้องยิ่งขึ้น

ความมุ่งหมายของการวิจัย

เพื่อพัฒนาและตรวจสอบความตรงของโมเดลปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะซึมเศร้าของนักเรียน มัธยมศึกษาปีที่ 5 ในจังหวัดนครราชสีมา

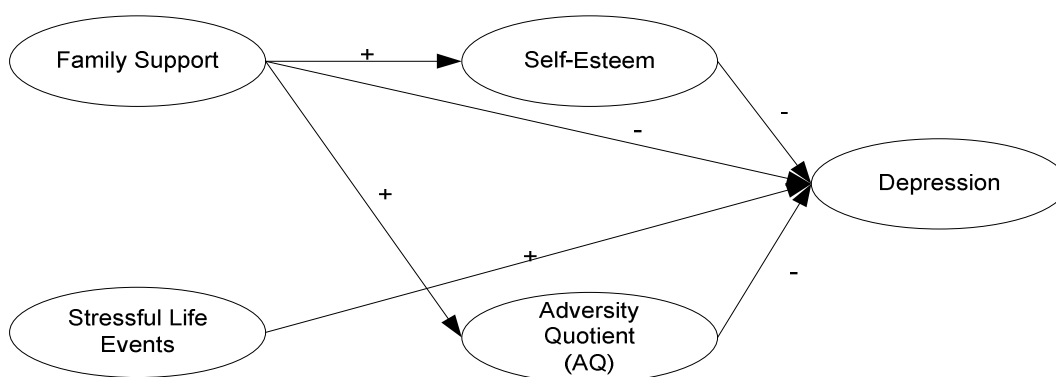
ความสำคัญของการวิจัย

ผลการศึกษาวิจัยนี้จะทำให้ได้ข้อสนเทศเกี่ยวกับอิทธิพลของการเห็นคุณค่าในตนเอง ความฉลาดในการ ฟันฝ่าอุปสรรค การสนับสนุนจากครอบครัว และเหตุการณ์ความเครียดในชีวิตที่ส่งผลต่อการเกิดภาวะ

ซึมเศร้าของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา ซึ่งจะเป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพจิตของวัยรุ่น เพื่อป้องกันการเกิดภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่น และเป็นแนวทางในการศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเกิดภาวะซึมเศร้าในกลุ่มอื่นๆ เช่น กลุ่มนักเรียนระดับประถม ระดับอุดมศึกษา หรือกลุ่มที่มีปัญหาสุขภาพเฉพาะด้านอื่นๆ

สมมุติฐานของการวิจัย

โมเดลปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะซึมเศร้าของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 5 ในจังหวัดนครราชสีมา ที่พัฒนาขึ้น มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ดังภาพประกอบ 1



ภาพประกอบ 1 โมเดลสมมุติฐาน (Conceptual Model)

ระเบียบวิธีวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยคือ นักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 5 ปีการศึกษา 2554 ในจังหวัดนครราชสีมา กลุ่มตัวอย่างมีจำนวน 970 คน ได้จากการสุ่มแบบหลายขั้นตอน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่

1) แบบวัดภาวะซึมเศร้า เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ มีค่าความเชื่อมั่น 0.808 ค่าอำนาจจำแนกรายข้อตั้งแต่ 0.224 ถึง 0.658

2) แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ มีค่าความเชื่อมั่น 0.838 ค่าอำนาจจำแนกรายข้อตั้งแต่ 0.477 ถึง 0.575

3) แบบวัดความฉลาดในการฟันฝ่าอุปสรรค เป็นแบบ 4 ตัวเลือกตอบ มีค่าความเชื่อมั่น 0.809 ค่าอำนาจจำแนกรายข้อตั้งแต่ 0.132 ถึง 0.657

4) แบบสอบถามการสนับสนุนจากครอบครัว เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ มีค่าความเชื่อมั่น 0.875 ค่าอำนาจจำแนกรายข้อตั้งแต่ 0.239 ถึง 0.745

5) แบบสอบถามเหตุการณ์ความเครียดในชีวิต เป็นแบบตรวจสอบรายการ 2 รายการ มีค่าความเชื่อมั่น 0.790 ค่าอำนาจจำแนกรายข้อตั้งแต่ 0.153 ถึง 0.701

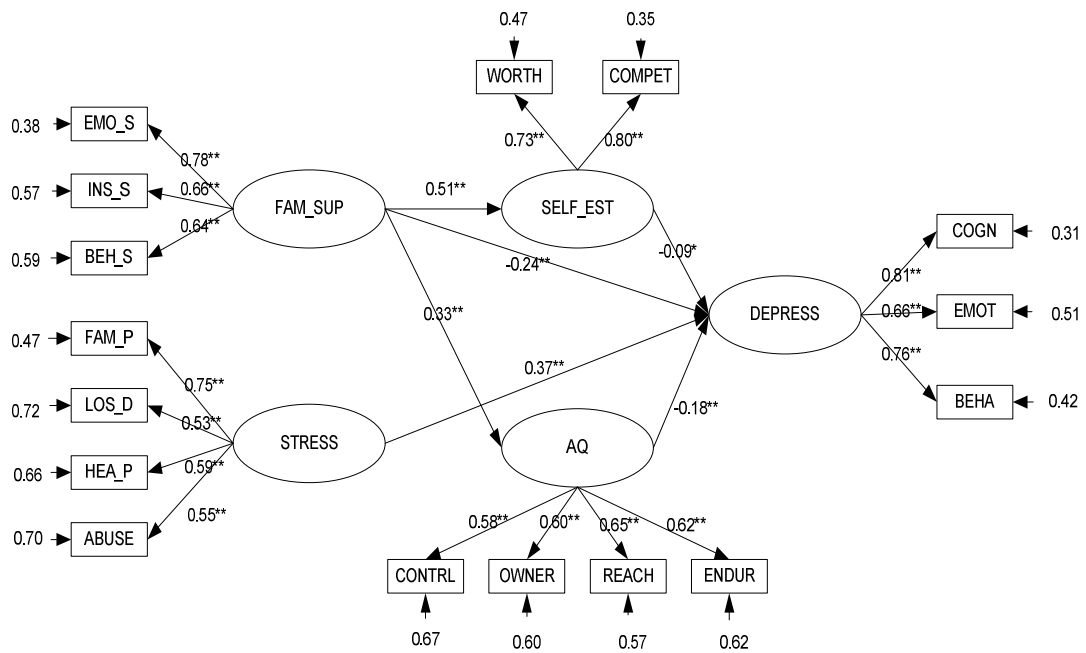
การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ด้วยวิธีการวิเคราะห์เส้นทาง (Path analysis) โดยใช้โปรแกรม LISREL

สรุปผลการวิจัย

1. โมเดลปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะซึมเศร้าของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 5 ในจังหวัดนครราชสีมา ที่พัฒนาขึ้นมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยมีค่าไค-สแควร์ (χ^2) = 92.538, $df = 86$ $p = 0.296$ ดัชนีวัดระดับความสอดคล้อง $GFI = 0.988$, $AGFI = 0.981$ และ $CFI = 0.998$ มีค่าของเศษเหลือและค่าความคลาดเคลื่อน $RMR = 0.113$ และ $RMSEA = 0.008$

2. ปัจจัยที่มีอิทธิพลทางตรงต่อภาวะซึมเศร้าของนักเรียน (DEPRESS) ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง (SEL _ EST) ความฉลาดในการฟันฝ่าอุปสรรค (AQ) และเหตุการณ์ความเครียดในชีวิต (STRESS) ปัจจัยที่มีอิทธิพลทางตรงและทางอ้อม ได้แก่ การสนับสนุนจากครอบครัว (FAMSUP) โมเดลที่พัฒนาขึ้นสามารถอธิบายความแปรปรวนของภาวะซึมเศร้าของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 5 ในจังหวัดนครราชสีมา ได้ร้อยละ 36.6 ผลการวิเคราะห์โมเดล ปรากฏดังภาพประกอบ 2



$\chi^2 = 92.538$, $P = 0.296$, $df = 86$, $RMSEA = 0.008$, $RMR = 0.113$,
 $GFI = 0.988$, $AGFI = 0.981$, $CFI = 0.998$

ภาพประกอบ 2 โมเดลผลการวิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะซึมเศร้า

ผลการตรวจสอบความตรงของโมเดล และสัมประสิทธิ์อิทธิพลของตัวแปรแฝง ในโมเดลปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อภาวะซึมเศร้าของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 5 ในจังหวัดนครราชสีมา ปรากฏดังตาราง 1

ตาราง 1 ผลการตรวจสอบความตรงของโมเดล และสัมประสิทธิ์อิทธิพลของตัวแปรแฝง ในโมเดลปัจจัย
เชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อภาวะซึมเศร้า

Dependent Variable	SEL_EST (E1)			AQ (E2)			DEPRESS (E3)		
	TE	IE	DE	TE	IE	DE	TE	IE	DE
FAM_SUP (K1)	0.511** (0.020)	-	0.511** (0.020)	0.333** (0.015)		0.333** (0.015)	-0.342** (0.018)	-0.106* (0.013)	-0.236** (0.023)
STRESS (K2)	-	-	-	-	-	-	0.374** (0.074)		0.374** (0.074)
SEL_EST (E1)	-	-	-	-	-	-	-0.090* (0.052)		-0.090* (0.051)
AQ (E2)	-	-	-	-	-		-0.182* (0.059)		-0.182* (0.059)

Statistics : $\chi^2 = 92.538$, $P = 0.296$, $df = 86$, $RMSEA = 0.009$, $RMR = 0.113$, $GFI = 0.988$,
 $AGFI = 0.981$, $CFI = 0.998$

Y's Variables	Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6	Y7	Y8	Y9
reliability	0.530	0.646	0.334	0.361	0.426	0.385	0.664	0.429	0.576
X's Variables	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7		
reliability	0.618	0.432	0.408	0.527	0.281	0.344	0.304		
Structural Equation	SEL_EST	AQ	DEPRESS						
R-SQUARE	0.261	0.111	0.366						

Correlation Matrix of E and K

	SEL_EST	AQ	DEPRESS	FAM_SUP	STRESS
SEL_EST	1.000				
AQ	0.170	1.000			
DEPRESS	-0.296	-0.311	1.000		
FAM_SUP	0.511	0.333	-0.449	1.000	
STRESS	-0.146	-0.095	0.472	-0.286	1.000

อภิปรายผล

1. การเห็นคุณค่าในตนเอง เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลทางตรงต่อภาวะซึมเศร้าของนักเรียน โดยส่งผลในทางลบ แสดงว่า การที่นักเรียนเห็นว่าตนเองมีคุณค่าต่ำ เป็นสาเหตุทำให้เกิดภาวะซึมเศร้าสูง ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับทฤษฎีปัญญานิยม (Cognitive Theory : CT) ที่อธิบายโดย เบค และ บราวน์ (สายฝน เอกวรางกูร. 2553 : 16-17 ; อ้างอิงมาจาก Beck. 1988 : 77-100 ,Brown. 2001) ที่กล่าวว่าภาวะซึมเศร้ามีสาเหตุจากการที่บุคคลสะสมความคิด การรับรู้ และความรู้สึกทางลบกับตนเองและสิ่งแวดล้อมรอบตัวเป็นระยะเวลาจนเกิดความเคยชินและติดเป็นนิสัยและก่อให้เกิดความแปรปรวนของระบบความคิด โดยมองตนเองว่าไร้ค่า ไร้ความหวัง และมองคนรอบข้างว่าไม่มีความรัก ไม่จริงใจกับตน มักแยกตัวจากเพื่อนและสังคม คิดหมกมุ่นอยู่กับตนเองในทางลบ จนส่งผลให้บุคคลเกิดความผิดปกติทางจิต และเกิดภาวะซึมเศร้าในที่สุด สอดคล้องกับการศึกษาของ มยุรี นิรัตรราทร (2548 : 60) , พรพิมล ทองชาติ (2548 : 90) และ โฮ เชง วิลเลียม ลี และคณะ (Ho Cheung William Li and others. 2010 : 96-106) ที่พบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองของหญิงตั้งครรภ์ที่มีอิทธิพลทางตรงต่อภาวะซึมเศร้า มีขนาดอิทธิพลเท่ากับ 0.60 การตระหนักคุณค่าในตนเอง มีอิทธิพลตรงทางต่อภาวะซึมเศร้าของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในจังหวัดอุดรธานี และการเห็นคุณค่าในตนเอง มีความสัมพันธ์ และเป็นตัวทำนายสุขภาพกายและสุขภาพจิตของนักเรียนในจีนได้

2. ความฉลาดในการฟื้นฝ่าอุปสรรค (AQ) เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลทางตรงต่อภาวะซึมเศร้าของนักเรียน โดยส่งผลในทางลบ แสดงว่า การที่นักเรียนที่มีความฉลาดในการฟื้นฝ่าอุปสรรคต่ำ เป็นสาเหตุทำให้เกิดภาวะซึมเศร้าสูง ผู้ที่มีความฉลาดในการฟื้นฝ่าอุปสรรค สูง จะสามารถจัดปัญหาอุปสรรค หรือเหตุการณ์ก่อความเครียดได้ดี และเป็นสาเหตุทำให้เกิดภาวะซึมเศร้าน้อย ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับทฤษฎี Learned helplessness ของเซลเย ฮานส์ (สันติชัย ฉ่ำจิตชื่น. 2553 : เว็บไซต์ ; อ้างอิงมาจาก Selye, H. 1983) และการอธิบายการเกิดภาวะซึมเศร้าโดย ดักลาส และคนอื่นๆ (วินัย เพชรช่วย. ม.ป.ป. เว็บไซต์ ; อ้างอิงมาจาก Bernstein, Douglas A. and others. 1994 : 13) ที่อธิบายว่าบุคคลที่ถูกกระทบจากเหตุก่อความเครียดอยู่บ่อยครั้ง และไม่มีหนทางต่อสู้ ในที่สุดจะเลิกล้มความพยายามที่จะหนีหรือต่อสู้ แล้วยอมรับว่าอยู่ในภาวะที่สิ้นหวัง ไร้ซึ่งอำนาจ หมดทางสู้ และยอมแพ้ จะรู้สึกว่าตนเองสิ้นหวัง ทอดอาลัย ซึ่งจะค่อยๆพัฒนาเป็นอาการซึมเศร้าและเกิดเป็นความบกพร่องทางจิตขึ้น สอดคล้องกับการศึกษาของ พรพิมล ทองชาติ (2548 : 90) และ เชค (Shek, D. 2005 : 385) ที่พบว่า ความสามารถในการเผชิญปัญหาของนักเรียน มีอิทธิพลโดยตรงทางลบต่อภาวะซึมเศร้า และวัฒนธรรมทางความเชื่อเกี่ยวกับการฝ่าฟันอุปสรรคมีความสัมพันธ์กับสุขภาวะทางจิตของวัยรุ่นจีน เมื่อวัยรุ่นเผชิญปัญหาครั้งที่ 1 สามารถปรับตัวต่ออุปสรรคครั้งที่ 2 ได้

3. การสนับสนุนจากครอบครัว เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลทางตรงและทางอ้อมต่อภาวะซึมเศร้าของนักเรียน โดยทางอ้อมจะส่งอิทธิพลผ่านการเห็นคุณค่าในตนเอง และผ่านทางความฉลาดในการฟันฝ่าอุปสรรค แสดงว่า การที่นักเรียนที่ได้รับการช่วยเหลือสนับสนุนจากครัวในด้านต่างๆไม่ว่าจะเป็นการได้รับความรัก ความเข้าใจ การดูแลห่วงใย มีเงินใช้จ่ายในสิ่งจำเป็นพอเพียง มีสิ่งของที่เป็นในตำราชีพ รวมทั้งมีกิจกรรมร่วมกับสมาชิกในครอบครัวอยู่เสมอ เป็นสาเหตุทำให้เกิดภาวะซึมเศร้าได้น้อย ขณะเดียวกันผลจากการได้รับแรงสนับสนุนจากครอบครัวก็เป็นสาเหตุทำให้นักเรียนเกิดการเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้น และเป็นสาเหตุทำให้มีความสามารถที่จะเผชิญกับปัญหาอุปสรรคมากขึ้น ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับการศึกษาของลองฟอร์ด มาโลเน และลิลลิส (บุญมาศ จันศิริมงคล. 2550 : 26 ; อ้างอิงมาจาก Longford Bowsher, Maloney and Lillis. 1997) คาลาแกน และมอริสเซ (บุญมาศ จันศิริมงคล. 2550 : 26 ; อ้างอิงมาจาก Callaghan and Morrissey. 1993) มยุรี นิรัตธราทร (2548 : 60) และ แครเวโวลด์ และคณะ (Karevold and others. 2009 : 1051-1060) ที่พบว่า การได้รับการสนับสนุนทางสังคมมีผลโดยตรงต่อภาวะสุขภาพ กล่าวคือ จะทำให้บุคคลเกิดอารมณ์ที่มั่นคงกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น และตระหนักถึงการมีคุณค่าในตนเอง มีผลต่อพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพให้เป็นไปในทางที่ดี และถูกต้อง และช่วยดูดซับหรือบรรเทาผลกระทบที่เกิดจากภาวะเครียด นอกจากนี้การสนับสนุนทางสังคมเป็นปัจจัยที่ทำนายความซึมเศร้าและอาการวิตกกังวลของเด็กวัยรุ่นตอนต้นได้

4. เหตุการณ์ความเครียดในชีวิตเป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลทางตรงต่อภาวะซึมเศร้าของนักเรียน แสดงว่า การที่นักเรียนที่ประสบเหตุการณ์ความเครียด ซึ่งได้แก่ปัญหาครอบครัว การสูญเสียและผิดหวัง ปัญหาสุขภาพ และการถูกรังแกทั้งทางกายและจิตใจ เป็นสาเหตุทำให้เกิดภาวะซึมเศร้าสูงกว่าผู้ไม่ประสบเหตุการณ์ความเครียด ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับ ทฤษฎีการสูญเสียและความเศร้าโศก (Grief and Loss Theory) ที่อธิบายโดยมูริส และเมเจล (สายฝน เอกวารงกูร. 2553 : 15 ; อ้างอิงมาจาก Mauritz and Meijel. 2009) ที่กล่าวว่า โดยทั่วไปปฏิกิริยาของความเศร้าโศกจะเกิดเพียงช่วงเวลาหนึ่ง ขึ้นอยู่กับความรุนแรงของเหตุการณ์ ผู้ที่ไม่สามารถผ่านกระบวนการเศร้าโศกได้จะทำให้บุคคลติดอยู่ที่ระยะซึมเศร้านานผิดปกติ และนำไปสู่การเกิดโรคซึมเศร้าได้ สอดคล้องกับการศึกษาของ ศิริอร ฤทธิ์ไตรรัตน์ (2548 : 70-71) ธรณินทร์ กองสุข (2549 : 61) จินตนา ลีจิงเพิ่มพูน (2549 : 167) คมเดือน ไตศิริ (2550 : 43) อธิมา กาญจนสาย (2551 : 39) และ สเตนฮัสเซน และคณะ (Steinhausen and others. 2007 : 89-100) พบว่าปัจจัยที่มีผลต่อภาวะซึมเศร้า ได้แก่ ความรู้สึกสูญเสียครั้งสำคัญในชีวิต การอับจนหนทาง ความสับสนในชีวิต การที่ไม่สามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง ถูกกลั่นแกล้งทางเพศ เลิกกับคนรัก การสูญเสียของบุคคลอันเป็นที่รัก การเสียชีวิต การถูกทำร้ายอย่างรุนแรง ครอบครัวมีปัญหาอันอย่างรุนแรง การเจ็บป่วยหรือได้รับอุบัติเหตุอย่างรุนแรง การถูกทำร้ายทางร่างกายในวัยเด็ก

พ่อและแม่มีปัญหาภาวะซึมเศร้า การติดแอลกอฮอล์และยาเสพติด สิ่งแวดล้อมในโรงเรียน และพบว่า ระยะเวลาที่ประสบกับปัจจัยเหล่านี้มีความสัมพันธ์ภาวะซึมเศร้าด้วย

4. โมเดลที่พัฒนาขึ้นสามารถอธิบายความแปรปรวนของภาวะซึมเศร้าของนักเรียนได้ร้อยละ 36.6 แสดงว่ายังมีปัจจัยอื่น ๆ อีก นอกเหนือจากปัจจัยที่ศึกษาในครั้งนี้ ซึ่งไม่ทราบว่าเป็นปัจจัยใดซึ่งมีอิทธิพลต่อการเกิดภาวะซึมเศร้าของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 5 ในจังหวัดนครราชสีมา

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้นั้นกระทำได้ โดยโรงเรียน ครู และผู้ปกครอง ควรส่งเสริมให้นักเรียนเกิดการเห็นคุณค่าในตนเอง มีมุมมองตนเองในด้านบวก ไม่ปิดกั้นความสามารถของตนเอง เปิดโอกาสให้นักเรียนได้แสดงความคิดเห็นและแสดงความสามารถ รวมทั้งควรมีกิจกรรมที่ส่งเสริมให้นักเรียนรู้จักการแก้ไขปัญหาหรือสถานการณ์ที่ยากลำบากในชีวิต ส่วนในระดับครอบครัว พ่อแม่ หรือผู้ปกครองรวมทั้งญาติพี่น้องควรสนใจดูแล ห่วงใย ทุกคนในบ้าน โดยให้ความรัก ให้สิ่งของเครื่องใช้ ให้คำแนะนำ สร้างความอบอุ่นในครอบครัว ควรมีกิจกรรมร่วมกัน พยายามหลีกเลี่ยงเหตุการณ์ หรือไม่สร้างเหตุก่อความเครียดขึ้นในโรงเรียน และในบ้าน

2. ข้อเสนอแนะในการทำการวิจัยครั้งต่อไป ควรมีการนำโมเดลนี้ไปศึกษาในจังหวัดอื่น เพื่อเป็นการยืนยันความถูกต้องของโมเดลที่สร้างขึ้น และควรมีการศึกษาในกลุ่มประชากรอื่น เช่น นักเรียนในระดับประถม ระดับมัธยมต้น หรือระดับมหาวิทยาลัย เพื่อจะได้เปรียบเทียบโมเดลว่ามีความเหมือนหรือแตกต่างจากโมเดลที่ศึกษาครั้งนี้หรือไม่ อย่างไร รวมทั้งควรศึกษาหาตัวแปรอื่นๆ ที่คาดว่าจะมีอิทธิพลต่อภาวะซึมเศร้าเพิ่มเข้ามาในโมเดล อาจทำให้สามารถอธิบายความแปรปรวนของภาวะซึมเศร้าของนักเรียนได้ดียิ่งขึ้น

เอกสารอ้างอิง

คณะกรรมการองค์การพัฒนาเอกชนด้านเอตส์ (กพอ.). โรคจิตในเด็ก, 2550.

< http://www.tncathai.org/autopage/show_page.php?t=1&s_id=140&d_id=138 >

3 กรกฎาคม 2553.

คมเดือน โตศิริ. ความสัมพันธ์ระหว่างความผูกพันกับผู้ดูแล ความเชื่ออำนาจภายในตน

การเผชิญความเครียด กับภาวะซึมเศร้าในเด็กวัยรุ่น. วิทยานิพนธ์ พย.ม กรุงเทพฯ :

มหาวิทยาลัยมหิดล, 2550.

- จินตนา ลิ้มเพิ่มพูน. “การทบทวนวรรณกรรมปัจจัยเสี่ยงที่มีความสัมพันธ์กับการเกิดโรค
ซึ่มเศร้า,” การประชุมวิชาการสุขภาพจิตนานาชาติ ครั้งที่ 5 เรื่อง จากหลังคาแดงสู่ชุมชน.
2(4) : 167 ; กรกฎาคม, 2549.
- เดือนจิตร กฤตลักษณ์. อิทธิพลของความรุนแรงในสังคมที่มีต่อความล้มเหลวทางการเรียน
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 : การวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้าง. วิทยานิพนธ์
วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาเทคโนโลยีวิทยาการศึกษา. ชลบุรี :
มหาวิทยาลัยบูรพา, 2550.
- ธณินทร์ กองสุข. “ความสัมพันธ์ระหว่างเหตุการณ์ความเครียดในชีวิตกับการเกิดโรคซึมเศร้า
ในผู้ป่วยที่มารับบริการของโรงพยาบาลมหาวิทยาลัย 5 แห่ง ปี 2549.”
วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย. 53 (1) : 61 ; มกราคม – มีนาคม, 2551.
< <http://www.dmh.go.th/abstract/details.asp?id=4634> > 27 กรกฎาคม 2553.
- ธณินทร์ กองสุข และคณะ. แนวทางการดูแลผู้ป่วยโรควิตกกังวลระดับจังหวัด
(ฉบับปรับปรุงครั้งที่2). อุบลราชธานี : ศิริธรรมออฟเซ็ท, 2554.
- ธิติมา กาญจนสาย. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล เจตคติที่มีต่อภาวะหมดประจำเดือน
การสนับสนุนทางสังคม เหตุการณ์ความเครียดในชีวิต กับภาวะซึมเศร้าวัยหมดประจำเดือน.
วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช). กรุงเทพฯ :
มหาวิทยาลัยมหิดล, 2551.
- บุญมาศ จันศิริมงคล. ความเครียด การเผชิญความเครียด แรงสนับสนุนทางสังคม และคุณภาพชีวิต
ของญาติผู้ดูแลผู้ที่เป็นมะเร็งที่ได้รับการรังสีรักษา. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่ : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2550.
- พรพิมล ทองชาติ. ปัจจัยที่ส่งผลต่อภาวะซึมเศร้าของวัยรุ่นในจังหวัดอุดรธานี. วิทยานิพนธ์ กศ.ม.
สาขาจิตวิทยาการศึกษา . มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, 2548.
- มยุรี นีรัตราดร. การเห็นคุณค่าในตนเอง การสนับสนุนทางสังคม และภาวะซึมเศร้าในมารดา
วัยรุ่นไทย. วิทยานิพนธ์ ปริญญาตรีบัณฑิต (การพยาบาล) มหาวิทยาลัยมหิดล, 2548.
- วินัย เพชรช่วย. ความเครียด. <<http://bs2504.thport.com/Vinaip/articles/22stress.hlm>>
10 กรกฎาคม 2553.ศิริอร ฤทธิ์ไตรรัตน์. ความชุกและปัจจัยของภาวะซึมเศร้าในนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาตอนปลายในเขตจังหวัดเพชรบุรี. วิทยานิพนธ์ วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2548.

สันติชัย นำจิตขึ้น. “Stress” ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี.

ม.ป.ป. < www.ramamental.com > 27 กรกฎาคม 2553.

สายฝน เอกรวงกูร. รู้จัก เข้าใจ ดูแล ภาวะซึมเศร้า. กรุงเทพฯ : ส. เอเชียเพรส (1998), 2553.

สำนักโรคระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข. รายงานโรคระบาดวิทยา ปี 2552

<<http://epid.moph.go.th/Annual/Annual%202552/Main.html>> 7 กรกฎาคม 2553.

Ho Cheung William Li and others. “Relationships among Mental Health, Self-esteem and Physical Health in Chinese Adolescents An exploratory study.” Journal of Health Psychology, vol.15 no.1 : 96-106, 2010. <<http://hpq.sagepub.com/content/15/1/96.abstract> > July 4, 2010.

Karevold and others. “Predictors and Pathways from Infancy to Symptoms of Anxiety and Depression in Early Adolescence.” Developmental Psychology, 45 (4) : 1051-1060, 2009. < <http://www.eric.ed.gov/ERICWebPortal/> > July 27, 2010.

Shek, D. “A Longitudinal Study of Chinese Cultural Beliefs about Adversity, Psychological Well-Being, Delinquency and Substance Abuse in Chinese Adolescents with Economic Disadvantage.” Social Indicators Research, v71 n1-3 :385-393 ; Mar, 2005. <<http://www.eric.ed.gov/ERICWebPortal/> > July 27, 2010.

Stienhausen, H ; Haslimeier, C and Metzke, C. “Psychological Factors in Adoloescent and Young Adult Self-Reported Depressive Symptoms :Causal or Correlation Association.” Journal of Youth and Adolescence v36 n1 : 89-100 ; Jan, 2007.