

บทความวิจัย

เป้าหมายชีวิตของนักเรียนในภาคใต้

Purpose in Life among Students in Southern Thailand

พิมพ์พนิต ภาศรี* กาญจน์สุนภัส บาลทิพย์^๒ อังศุมา อภิชาโต^๓ อภรณ์ทิพย์ บัวเพชร^๓
 Pimpanit Pasri** Karnsunaphat Balthip^๒ Angsuma Apichato^๓ Apornitip Buapet^๓

^๑อาจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ จังหวัดสงขลา

¹Lecturer, Faculty of Nursing, Prince of Songkla University, Songkhla, Thailand.

^๒รองศาสตราจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ จังหวัดสงขลา

²Associate Professor, Faculty of Nursing, Prince of Songkla University, Songkhla, Thailand.

^๓ผู้ช่วยศาสตราจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ จังหวัดสงขลา

³Assistant Professor, Faculty of Nursing, Prince of Songkla University, Songkhla, Thailand.

*ผู้รับผิดชอบหลัก: pim.panit@hotmail.com

*Corresponding author: pim.panit@hotmail.com

Received 15 October 2019 • Revised 18 January 2021 • Accepted 16 March 2021

บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงบรรยายนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาเป้าหมายชีวิตของนักเรียนในพื้นที่ภาคใต้ของประเทศไทยกลุ่มตัวอย่างจำนวน 222 คน เป็นนักเรียนที่ศึกษาในโรงเรียนมัธยมในภาคใต้ และเข้าร่วมงาน ม.อ. วิชาการ ประจำปี 2559 ของคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ การสุ่มตัวอย่างสุ่มแบบบังเอิญ เครื่องมือในการเก็บข้อมูล ประกอบด้วย 2 ส่วน ได้แก่ 1) แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป และ 2) แบบวัดเป้าหมายชีวิต แบบวัดเป้าหมายชีวิตผ่านการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน และหาความเที่ยงกับนักเรียนวัยรุ่นจำนวน 30 คน มีค่าความเที่ยงสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค เท่ากับ 0.84 และวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงบรรยาย ผลวิจัย พบว่า นักเรียนมีค่าเฉลี่ยคะแนนเป้าหมายชีวิต และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เท่ากับ $M(SD) = 95.12(14.34)$ เมื่อพิจารณาตามปัจจัยหลักของแบบวัด 5 ด้าน พบว่า ความมุ่งหวังในชีวิต เป็นด้านที่มีค่าเฉลี่ยคะแนนความมีเป้าหมายสูงสุด = 33.69(5.60) รองลงมา คือ ด้านทัศนคติต่อชีวิต = 20.85(4.00) ด้านการดำรงชีวิตอย่างมีความหมาย = 20.28(4.19) ด้านการเลือกกำหนดชีวิตตนเอง = 10.28(2.96) และด้านความรู้สึกว่าตนไร้ความหมาย = 10.02(2.79) ผลการวิจัยนี้ สามารถใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการวางแผนเพื่อส่งเสริมเป้าหมายชีวิตของนักเรียน เพื่อช่วยให้ดำเนินชีวิตอย่างผู้มีพลังและมีทิศทาง เต็มไปด้วยความรู้สึกถึงคุณค่าในตนเอง มีความรับผิดชอบต่อตนเอง และเป็นพลเมืองที่มีคุณภาพของประเทศชาติต่อไป

คำสำคัญ: เป้าหมายชีวิต; นักเรียนไทย; วัยรุ่น; ภาคใต้

Abstract

This descriptive research aimed to describe the purpose in life among students in southern Thailand. The sample consisted of 222 Thai students who participated in activities at the academic booth of the Division of Community Nurse Practitioner, Faculty of Nursing, at the 2016 Prince of Songkla University open house. Accidental sampling was used to select the sample. The instruments consisted of two components: 1) personal data, and 2) the Purpose in Life (PIL) questionnaire. The PIL questionnaire was approved by three experts, and was tested for reliability with 30 junior high school students using Cronbach's alpha coefficient, which yielded the value of 0.84. Data were analyzed using descriptive statistics. The results revealed that most of adolescents had overall purpose in life about with mean and SD $M(SD) = 95.12(14.34)$ Considering each of five domains of the purpose in life questionnaire, the highest mean score level was found in life expectancy component = $33.69(5.60)$, followed by attitude to life = $20.85(4.00)$, living with meaningful = $20.28(4.19)$, self-determination = $10.28(2.96)$ and feeling that I am meaningless = $10.02(2.79)$. respectively The findings could be used as a basis for planning, promoting and maintaining their purpose in life. Furthermore, this findings could be help them to live with strength, self-direction, self-esteem and responsibility for their life, and to be a quality citizen of the nation.

Keywords: purpose in life; Thai students; adolescent; Southern

ความเป็นมาของปัญหา

ประชากรไทยในช่วงอายุวัยรุ่น เป็นช่วงวัยที่มีจำนวนหนึ่งในสิบ (ร้อยละ 9.20) ของประชากรทั้งประเทศ¹ นอกจากนี้วัยรุ่นนับเป็นช่วงวัยที่สำคัญ เนื่องจากเป็นวัยที่มีภาวะที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตสังคม สติปัญญา อารมณ์ และจิตวิญญาณ อีกทั้งวัยรุ่น เป็นระยะเวลาแห่งการเรียนรู้และฝึกฝนทักษะในทุกด้านของชีวิต² เป็นช่วงเปลี่ยนวัยชีวิตทางสังคม ค่านิยม อุดมคติ ความสนใจ เป็นระยะหัวเลี้ยวหัวต่อระหว่างความเป็นเด็กกับความเป็นผู้ใหญ่ และแสวงหาเอกลักษณ์ของตนเอง ค้นพบเอกลักษณ์ของตนเอง ค้นหาตัวตน และเริ่มมีเป้าหมายชีวิต และค้นพบความหมายและเป้าหมายชีวิต³ เกิดการพัฒนาการทางจิตวิญญาณ รวมทั้งพัฒนาไปสู่ผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพ เป็นพลังสำคัญที่จะสร้างสรรค์สังคม จึงนับได้ว่าวัยรุ่นเป็นทรัพยากรบุคคลที่สำคัญ

อย่างไรก็ตามสังคมปัจจุบันเทคโนโลยีมีความเจริญก้าวหน้าไปอย่างรวดเร็ว ซึ่งส่งผลกระทบต่อวัยรุ่น ข้อมูลจากการสำรวจการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ และการสื่อสารในครัวเรือนของสำนักงานสถิติแห่งชาติ⁴ พบว่า วัยรุ่นมักใช้อินเทอร์เน็ตในการเล่นเกมส์/ดาวน์โหลดเกมส์และการสนทนาออนไลน์เพิ่มขึ้นอย่างมาก เฉพาะการสนทนาออนไลน์ที่เพิ่มขึ้นเกือบ 10 เท่า จากร้อยละ 1.60 ในปี พ.ศ. 2551 เป็นร้อยละ 13.80 ในปี พ.ศ. 2553 ซึ่งส่งผลให้หมดเวลา

ไปกับกิจกรรมเหล่านี้ และยังอาจนำไปสู่การถูกล่อลวง หรือชักชวนออกไปยังที่โคจรหรือแหล่งอบายมุขต่างๆ ได้ง่าย นอกจากนี้ยังพบว่า มีวัยรุ่นอายุต่ำกว่า 20 ปี นิยมเที่ยวผับ/สถานเริงรมย์ (ร้อยละ 8.90)⁴ ซึ่งนำไปสู่ปัญหาต่างๆ ตามมา เช่น การดื่มสุราและของมีเมา การใช้สารเสพติด หรือการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัย ส่งผลให้เกิดการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร รวมถึงการติดโรคทางเพศสัมพันธ์สอดคล้องกับการศึกษาเรื่องกระบวนการสร้างเป้าหมายชีวิตของเยาวชนไทยที่มีชีวิตอยู่กับเอชไอวี พบว่า สาเหตุสำคัญประการหนึ่งของการติดเชื้อเอชไอวีในวัยรุ่น คือ ไร้สิ่งยึดเหนี่ยวในการดำเนินชีวิต ดำเนินชีวิตแบบไม่มีเป้าหมาย การเผชิญกับปัญหาในครอบครัวหรือครอบครัวแตกแยก^{5,6} ประกอบกับปัญหาใหญ่ของวัยรุ่นไทยส่วนหนึ่ง คือ ไม่สนใจอนาคตตัวเอง เพราะมีคนคอยกำหนดเส้นทางชีวิต โดยวัยรุ่นไม่รับรู้ถึงความต้องการของตัวเอง ส่งผลให้วัยรุ่นไม่มีเป้าหมายในการดำเนินชีวิต เกิดความสับสนในบทบาทของตนเอง มักจะเลียนแบบผู้อื่น ถูกชักจูงได้ง่าย มีพฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ เช่น การใช้สารเสพติด เข้ากลุ่มกับวัยรุ่นเกเร หรือก่ออาชญากรรม จากข้อมูลดังกล่าวนี้จะเห็นได้ว่า วัยรุ่นเป็นวัยที่มีความเสี่ยงต่อเรื่องต่างๆ ซึ่งการป้องกันปัญหาวัยรุ่นสามารถดำเนินการได้หลายวิธี เช่น การเลี้ยงดูอย่างถูกต้อง การให้ความรัก ความอบอุ่น การฝึกให้รู้จักระเบียบวินัย การฝึกทักษะชีวิต

ให้สามารถแก้ไขปัญหาได้ถูกต้อง การมีทักษะในการปฏิเสธ สิ่งที่ไม่ถูกต้อง การมีทักษะสังคมและมีเอกลักษณ์ของตนเอง^{7,8} และการสร้างเป้าหมายชีวิต⁹

การมีเป้าหมายชีวิต ถือเป็นองค์ประกอบสำคัญในการดำเนินชีวิตของวัยรุ่น¹⁰ การมีเป้าหมายชีวิตจะช่วยให้วัยรุ่นเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพและมีสุขภาพ เพราะทำให้มีแรงจูงใจ มีความต้องการที่จะประสบความสำเร็จ และให้แนวทางในการดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง^{11,12} วัยรุ่นที่เข้าใจความหมายของการมีชีวิตและรู้จักตั้งเป้าหมายชีวิต จะเป็นผู้ที่มีพฤติกรรมสุขภาพดี มีสุขภาพกาย จิต สังคม และจิตวิญญาณดี สามารถค้นหาเอกลักษณ์ของตนเอง มีความเชื่อมั่นและมีความต้องการที่จะเดินทางไปให้ถึงเป้าหมาย มีความตั้งใจ ยึดมั่นในความสำเร็จ แม้ว่าวัยรุ่นเหล่านั้นจะเติบโตมาจากสิ่งแวดล้อมที่มีความเสี่ยง การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเป้าหมายชีวิตกับภาวะสุขภาพของวัยรุ่น พบว่า การมีเป้าหมายชีวิตช่วยป้องกันวัยรุ่นจากพฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ เช่น การดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ การมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัย และการควบคุมอาหาร¹³ การส่งเสริมให้วัยรุ่นรู้จักการตั้งเป้าหมายชีวิต จึงเป็นเรื่องสำคัญ เพราะการมีเป้าหมายชีวิตจะช่วยให้ชีวิตดำเนินไปอย่างมีทิศทาง และมีความหมาย จากการศึกษางานวิจัยเชิงคุณภาพเกี่ยวกับกระบวนการสร้างเป้าหมายชีวิตของเยาวชนไทยที่มีชีวิตอยู่กับเอชไอวี พบว่า หากวัยรุ่นมีเป้าหมายชีวิตจะดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข^{5,14} และสอดคล้องกับภาระงานตามพัฒนาการของวัยรุ่นประการหนึ่งคือ วัยรุ่นจะต้องสามารถเลือก และเตรียมตัวที่จะเลือกอาชีพในอนาคตได้ด้วยตนเอง¹⁵ นอกจากนี้วัยรุ่นที่มีเป้าหมายชีวิตจะเป็นผู้ที่มีจิตอาสา และคำนึงถึงประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าประโยชน์ส่วนตน¹⁶ และการมีเป้าหมายชีวิต จะช่วยส่งเสริมการเติบโต ความมีคุณธรรม และความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของวัยรุ่นได้¹⁷

ข้อมูลจากการทบทวนการศึกษาที่ผ่านมา ยังไม่พบการศึกษาที่สามารถใช้เป็นฐานข้อมูลเป้าหมายชีวิตของวัยรุ่นในพื้นที่ภาคใต้ ซึ่งบริบทของภาคใต้นั้นมีความหลากหลาย ทั้งทางด้านศาสนา ภาษา และวัฒนธรรม ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาระดับเป้าหมายชีวิตของนักเรียนวัยรุ่นในภาคใต้ ซึ่งข้อมูลจากการศึกษานี้จะสามารถใช้เป็นพื้นฐานในการส่งเสริมเป้าหมายชีวิต และให้แนวทางในการพัฒนาโปรแกรมหรือกลยุทธ์ในการสร้างเสริมเป้าหมายชีวิตของวัยรุ่น เพื่อให้วัยรุ่นเกิดแรงจูงใจภายในที่จะมุ่งไปสู่ความสำเร็จ ช่วยให้เกิดการรู้จักเตรียมพร้อมและใช้ชีวิตอย่างรอบคอบ สามารถ

รับมือและวางแผนในการเผชิญปัญหาต่างๆ อย่างมีพลังและมีทิศทาง เพื่อตนเอง คนรอบข้าง และเป็นพลเมืองที่มีคุณภาพของประเทศชาติต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาระดับเป้าหมายชีวิตของนักเรียนที่ศึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษาพื้นที่ภาคใต้ของประเทศไทย

รูปแบบการศึกษา

กรอบแนวคิดการวิจัย

การวิจัยนี้ใช้แนวคิดเป้าหมายชีวิต (Purpose in life) ของ Bronk Holmes and Talib.¹⁸ โดยเป้าหมายชีวิตเป็นการรับรู้ต่อสิ่งที่ทำให้ดำรงอยู่ และเป็นสิ่งที่ทำให้บุคคลมีกำลังใจ ดำรงชีวิตอยู่อย่างมั่นคงและมุ่งมั่นเมื่อต้องเผชิญกับอุปสรรคหรือวิกฤตของชีวิต ซึ่งเกิดจากบุคคลมีความเชื่อที่ว่าชีวิตของตนเองมีความสำคัญ Purpose in life ตรงกับคำในภาษาไทยว่าเป้าหมายชีวิตหรือความมุ่งหวังในชีวิต หรือจุดมุ่งหมายในชีวิต เป้าหมายชีวิต เป็นความตั้งใจอย่างมั่นคงที่จะไปสู่จุดมุ่งหมาย เป้าหมาย หรือ ความมุ่งหวังในชีวิต¹⁸ และเมื่อบุคคลค้นพบเป้าหมายชีวิต ทำให้เกิดความรู้สึกถึงความมีคุณค่าในตนเอง รู้สึกพึงพอใจในชีวิต มีความหวัง มีความเข้มแข็ง และมีพลังในการดำเนินชีวิต การมีเป้าหมายชีวิตเป็นบทบาทและหน้าที่ที่สำคัญของบุคคลทุกคน แนวคิดความหมายและเป้าหมายชีวิต เชื่อว่าการค้นหาความหมายของชีวิต เป็นแรงจูงใจขั้นแรกในชีวิตของมนุษย์ทุกคน ผู้ที่สามารถค้นพบ และคงไว้ซึ่งความหมายหรือเป้าหมายชีวิตจะเป็นผู้ที่มีสุขภาพที่ดี¹⁷

วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา (descriptive research) เพื่อศึกษาเป้าหมายชีวิตของนักเรียนที่ศึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษาพื้นที่ภาคใต้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือ นักเรียนวัยรุ่นที่ศึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา พื้นที่ภาคใต้ และเข้าร่วมกิจกรรมในงาน ม.อ. วิชาการประจำปี 2559 ของคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนวัยรุ่น อายุระหว่าง 14-18 ปี เข้าร่วมงาน ม.อ. วิชาการของ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ จำนวน 222 คน คัดเลือก

กลุ่มตัวอย่างแบบบังเอิญ (accidental sampling method) และมีความยินดีที่จะเข้าร่วมการวิจัย จำนวนของกลุ่มตัวอย่าง ได้จากการคำนวณจากจำนวนนักเรียนวัยรุ่นที่เข้าร่วมงาน ม.อ. วิชาการของ คณะพยาบาลศาสตร์ ในปี 2558

จริยธรรมในการวิจัย

งานวิจัยได้ผ่านการพิจารณาจากคณะกรรมการ ศูนย์จริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ สาขาสังคมศาสตร์และ พฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ตามเอกสาร เลขที่ NREC 2016_022 (ลงวันที่ 10 สิงหาคม 2559) ทีม วิจัยได้ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย และการพิทักษ์สิทธิ์ ให้แก่กลุ่มตัวอย่างทุกรายก่อนเก็บข้อมูลว่า ข้อมูลทั้งหมดจะ ถูกนำเสนอในภาพรวม ไม่มีการระบุชื่อ กลุ่มตัวอย่างมีสิทธิ์ ตอบรับหรือปฏิเสธการเข้าร่วมการวิจัยได้ตลอดเวลา พร้อม ทำหนังสือชี้แจงเป็นลายลักษณ์อักษร และในกรณีที่กลุ่ม ตัวอย่างมีอายุต่ำกว่า 18 ปี ได้ขออนุญาต และชี้แจงข้อมูล ให้กลุ่มตัวอย่าง และผู้ปกครองหรือครูที่มาร่วมงานกับกลุ่ม ตัวอย่างรับทราบถึงวัตถุประสงค์ ซึ่งกลุ่มตัวอย่างได้อ่าน ข้อมูล และลงนามยินยอมเข้าร่วมการวิจัยด้วยตนเอง

การเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถาม ประกอบด้วย 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป เป็นข้อคำถามแบบให้เลือก ตอบและเติมคำ ประกอบด้วยข้อคำถาม จำนวน 19 ข้อ ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานศึกษา จังหวัด ระดับ ผลการเรียน ศาสนา รายรับ รายจ่าย แหล่งที่มาของรายได้ ความเพียงพอของรายรับ การมีเงินเหลือเก็บ การเดินทางไปโรงเรียน โรคประจำตัว การรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การใช้รถจักรยานยนต์ การสวมหมวกนิรภัย และการเล่นเกมส้อมพิวเตอร์

ส่วนที่ 2 แบบวัดเป้าหมายชีวิต (หรือมาตรวัด ความมุ่งมั่นในชีวิต) (Purpose in life: PIL) พัฒนาโดย Crumbaugh and Maholick¹⁹ แปลและเรียบเรียงโดย Tuicomepee¹³ ใช้วัดการรับรู้เป้าหมายชีวิตของบุคคล แบบวัดประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 20 ข้อ ซึ่งมีการทดลอง ใช้ในกลุ่มนักศึกษาไทยจำนวน 1,320 คน พบว่าสามารถ วัดการรับรู้เป้าหมายชีวิตของนักศึกษาไทยได้อย่างมีความตรง และน่าเชื่อถือ¹³ และจากทดลองใช้ได้มีการตัดข้อคำถามออก จำนวน 2 ข้อ เหลือเพียง 18 ข้อ เนื่องจากข้อคำถามไม่เหมาะ กับบริบทของกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นเด็กและเยาวชนไทย

(เป็นข้อคำถามเกี่ยวกับการทำงานและการเกษียณอายุ) แบบวัดเป็นลักษณะให้ผู้ตอบรายงานตนเองแบบมาตราส่วน ประมาณค่า (rating scale) 7 ระดับ โดย 1 หมายถึง ไม่เห็น ด้วยมากที่สุด 2 หมายถึง ไม่เห็นด้วยมาก 3 หมายถึง ไม่เห็น ด้วย 4 หมายถึง ไม่แน่ใจ 5 หมายถึง เห็นด้วย 6 หมายถึง เห็นด้วยมาก และ 7 หมายถึง เห็นด้วยมากที่สุด

แบบวัดเป้าหมายชีวิต แบ่งเป็น 5 ปัจจัย จำนวน 18 ข้อ คือ ด้านความมุ่งมั่นในชีวิต มีจำนวน 6 ข้อ (ข้อที่ 3, 4, 8, 13, 17, 20) ด้านการดำรงชีวิตอย่างมีความหมาย มีจำนวน 4 ข้อ (ข้อที่ 1, 2, 5, 9) ด้านทัศนคติต่อชีวิต มีจำนวน 4 ข้อ (ข้อที่ 6, 11, 15, 16) ด้านความรู้สึกว่า ตนไร้ความหมาย มีจำนวน 2 ข้อ (ข้อที่ 10, 12) ด้านเลือก กำหนดชีวิตตนเอง 2 ข้อ (ข้อที่ 14, 18) แปลผลเป็น คะแนนรวม มีค่าคะแนนตั้งแต่ 18 ถึง 126 คะแนน หาก ค่าคะแนน PIL สูง แสดงถึง การมีความมุ่งมั่นในชีวิตหรือ มีเป้าหมายชีวิตสูง หากค่าคะแนน PIL ต่ำ แสดงว่ามีภาวะ คับข้องใจ ไม่มี ความมุ่งมั่นในชีวิต หรือไม่มีเป้าหมายชีวิต

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลในช่วง สัปดาห์ของการจัดประชุม ม.อ.วิชาการ ระหว่างวันที่ 17-19 สิงหาคม พ.ศ. 2559 โดยให้กลุ่มตัวอย่างอ่านและตอบ แบบสอบถามด้วยตนเอง ใช้เวลาในการตอบประมาณ 15-20 นาที การให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามเป็นไป ตามความสมัครใจของนักเรียน ซึ่งนักเรียนทุกคนที่เข้าร่วม โครงการได้รับรู้ อ่านข้อมูล และลงนามในใบยินยอมด้วย ตนเองโดยมีครูที่ดูแลเป็นผู้ร่วมลงนามแทนผู้ปกครองในการ อนุญาตให้เข้าร่วมได้ จากนั้นผู้วิจัยนำแบบสอบถามทั้งหมด มาตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถาม และนำข้อมูล มาวิเคราะห์ทางสถิติ

วิธีการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลทั้ง 2 ส่วน ซึ่งประกอบด้วย ข้อมูล ทั่วไป และเป้าหมายชีวิตของนักเรียนวัยรุ่นวิเคราะห์ด้วย สถิติเชิงบรรยาย ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วน เบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัย

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

กลุ่มตัวอย่าง ทั้งสิ้น 222 คน มีอายุเฉลี่ย 15.50 ปี (ช่วงอายุระหว่าง 13-18 ปี) เป็นเพศหญิงร้อยละ 69.37 และ เพศชายร้อยละ 30.63 ส่วนใหญ่กำลังศึกษาชั้นมัธยมศึกษา ตอนต้น ร้อยละ 43.24 รองลงมา ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

ร้อยละ 56.76 สังกัดอยู่ในโรงเรียนเอกชน ร้อยละ 51.80 และโรงเรียนรัฐบาล ร้อยละ 44.59 และมีเพียงร้อยละ 3.60 เท่านั้นที่สังกัดอยู่ในโรงเรียนสอนศาสนา ส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ ร้อยละ 79.73 และอาศัยอยู่ในจังหวัดสงขลา ร้อยละ 84.23 ส่วนใหญ่มีพี่น้องจำนวน 1-2 คน ร้อยละ 57.20 ค่าใช้จ่ายรายวันที่นักเรียนได้รับต่อวัน คือ 51-100 บาท ร้อยละ 72.97 ส่วนใหญ่ได้รับเงินจากพ่อแม่ ร้อยละ 90.09

ผลการเรียนในภาคการศึกษาที่ผ่านมา ได้เกรดเฉลี่ย 3.51-4.00 ร้อยละ 32.43 เคยย้ายโรงเรียน ร้อยละ 12.61 เคยมีความขัดแย้งกับเพื่อนจนเป็นปัญหา ร้อยละ 7.66 นักเรียนไม่ดื่มหมมและไม่ออกกำลังกาย ร้อยละ 57.21 ปัจจัยเสี่ยงที่พบสูงสุด คือ การใช้รถจักรยานยนต์ ร้อยละ 52.70 ซึ่งร้อยละ 40.09 สวมหมวกนิรภัยเป็นบางครั้ง และร้อยละ 30.63 ไม่สวมหมวกนิรภัย รองลงมา คือ เล่นเกมส์คอมพิวเตอร์ ร้อยละ 37.39

ตาราง 1 จำนวน และร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามคุณลักษณะทั่วไป (N = 222)

ลักษณะ	จำนวน (ร้อยละ)
อายุ (ปี) (M = 15.43 SD = 1.28, Range = 13-18)	
14-13	67 (30.18)
16-15	99 (44.60)
18-17	56 (25.22)
เพศ	
หญิง	154 (69.37)
ชาย	68 (30.63)
ระดับการศึกษา	
มัธยมศึกษาตอนต้น	96 (43.24)
มัธยมศึกษาตอนปลาย	126 (56.76)
ศาสนา	
พุทธ	177 (79.73)
อิสลาม	42 (18.92)
คริสต์	3 (1.35)
จำนวนพี่น้อง (คน)	
2-1	127 (57.21)
3-4	82 (36.94)
มากกว่า 4	13 (5.85)
เกรดเฉลี่ยเทอมที่ผ่านมา	
ต่ำกว่า 2.00	2 (0.90)
2.00-2.50	25 (11.26)
2.51-3.00	56 (25.23)
3.01-3.50	67 (30.18)
3.51-4.00	72 (32.43)

ส่วนที่ 2 เป้าหมายชีวิต

การศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่าง (N = 222) มีระดับคะแนนเฉลี่ยของการมีเป้าหมายชีวิต เท่ากับ $M(SD) = 95.12(14.34)$ ซึ่งจากปัจจัยหลักของแบบวัดเป้าหมายชีวิต แบ่งเป็น 5 ด้าน พบว่า ความมุ่งหวังในชีวิตเป็นด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด = 33.69(5.60) โดยข้อที่มีคะแนนสูงสุด ได้แก่ ข้อที่ 8 “ในการดำเนินชีวิตให้ประสบความสำเร็จ ฉันได้สร้างสำเร็จแก่ชีวิต” = 6.00(1.20) รองลงมา คือ ด้านทัศนคติต่อชีวิต = 20.85(4.00) พบว่า ข้อที่มีคะแนนสูงสุด ได้แก่ ข้อที่ 16 “เกี่ยวกับการฆ่าตัวตายฉันไม่เคยนึกถึงเลย” = 6.06(1.61) และข้อที่มีคะแนนต่ำสุดคือ ข้อ 15 “เกี่ยวกับความตายฉันไม่ได้เตรียมตัว ไม่อยากนึกถึง” = 4.25(2.09) ด้านการดำรงชีวิตอย่างมีความหมาย = 20.28(4.19) พบว่า

ข้อที่มีคะแนนสูงสุด ได้แก่ ข้อที่ 9 “ชีวิตของฉันอยู่ท่ามกลางสิ่งดีๆ ที่น่าตื่นเต้น” = 5.60(1.22) และข้อที่มีคะแนนต่ำสุดคือ ข้อที่ 5 “ทุกๆ วันจะเหมือนเดิมทุกอย่าง” = 4.73(1.75) ด้านการเลือกกำหนดชีวิตตนเอง = 10.28(2.96) พบว่า ข้อที่มีคะแนนสูงสุด ได้แก่ ข้อที่ 18 “ชีวิตของฉัน ฉันเป็นผู้กำหนด” = 5.32(1.83) และข้อที่มีคะแนนต่ำสุดคือ ข้อ 14 “ในเรื่องเสรีภาพของคนที่จะเลือกสิ่งที่เขาต้องการ ฉันเชื่อว่ามีเสรีภาพจำกัด” = 4.96(1.94) และด้านความรู้สึกว่าตนไร้ความหมาย = 10.02(2.79) พบว่า ข้อที่มีคะแนนสูงสุด ได้แก่ ข้อที่ 12 “เมื่อมองดูโลกรอบตัวที่เกี่ยวข้องกับฉัน โลกนี้สร้างความสับสนให้แก่ฉัน” = 5.03(1.74) และข้อที่มีคะแนนต่ำสุดคือ ข้อ 10 “ถ้าวันนี้ฉันต้องตายไป ฉันรู้สึกว่าชีวิตฉันไร้คุณค่า” = 5.00(1.78) ตามลำดับดังตาราง 2

ตาราง 2 ค่าเฉลี่ยของคะแนนการรับรู้เป้าหมายชีวิตรายด้าน (N = 222)

ปัจจัย PIL (5 ด้าน)	ช่วงคะแนนที่เป็นไปได้	Mean (SD)	Min-Max
1. ด้านความมุ่งหวังในชีวิต			
ข้อ 3. ชีวิตฉันไม่มีเป้าหมายใดๆ /มีเป้าหมายชัดเจน	1-7	5.72 (1.50)	1-7
ข้อ 4. การดำรงอยู่ของฉันไม่มีจุดมุ่งหมายและไร้ความหมาย/มีจุดมุ่งหมายและมีความหมาย	1-7	5.99 (1.20)	1-7
ข้อ 8. ในการดำเนินชีวิตให้ประสบความสำเร็จ ฉันไม่ได้สร้างความก้าวหน้าใดๆ เลย/ได้สร้างสำเร็จแก่ชีวิต	1-7	6.00 (1.20)	1-7
ข้อ 13. ฉันเป็นคนที่ขาดความรับผิดชอบ/มีความรับผิดชอบ	1-7	5.19 (1.43)	1-7
ข้อ 17. ฉันเห็นว่า ฉันสามารถค้นหาบางสิ่งที่เป็นเป้าหมายและความหมายในชีวิตตลอดจนได้ทุ่มเทตนเองเพื่อสิ่งนั้น	1-7	5.14 (1.42)	1-7
ข้อ 20. ฉันพบว่าชีวิตของฉันไม่มีจุดมุ่งหมายที่จะทุ่มเทตัวเองเพื่ออะไรเลย/มีเป้าหมายชัดเจนน่าพอใจ	1-7	5.64 (1.38)	1-7
คะแนนรวม (ด้าน 1)	6-42	33.69 (5.60)	14-42
2. ด้านการดำรงชีวิตอย่างมีความหมาย			
ข้อ 1. ฉันมักจะเบื่อหน่ายทุกสิ่งทุกอย่าง/ว่าเรงกระตือรือร้น	1-7	5.13 (1.33)	1-7
ข้อ 2. สำหรับฉัน ชีวิตดูเหมือนจะซ้ำซากจำเจ/ตื่นเต้นเสมอ	1-7	4.82 (1.43)	1-7
ข้อ 5. ทุกๆ วันจะเหมือนเดิมทุกอย่าง/มีสิ่งใหม่ๆ เสมอ	1-7	4.73 (1.75)	1-7
ข้อ 9. ชีวิตของฉันว่างเปล่า มีแต่ความสิ้นหวัง/อยู่ท่ามกลางสิ่งดีๆ ที่น่าตื่นเต้น	1-7	5.60 (1.22)	1-7
คะแนนรวม (ด้าน 2)	4-28	20.28 (4.19)	6-28

ตาราง 2 (ต่อ)

ปัจจัย PIL (5 ด้าน)	ช่วงคะแนนที่เป็นไปได้	Mean (SD)	Min-Max
3. ด้านทัศนคติต่อชีวิต			
ข้อ 6. ถ้าเลือกได้ฉันไม่อยากเกิดมาอีกเลยทุกชาติ/เกิดใหม่ให้เหมือนในชาตินี้	1-7	5.08 (1.53)	1-7
ข้อ 11. เมื่อคิดถึงชีวิตฉันสงสัยบ่อยครั้งว่าทำไมจึงมีชีวิตอยู่/มองเห็นเหตุผลของการมีชีวิตอยู่เสมอ	1-7	5.45 (1.60)	1-7
ข้อ 15. เกี่ยวกับความตายฉันไม่ได้เตรียมตัว ไม่อยากนึกถึง/ฉันเตรียมพร้อมเสมอและไม่กลัวความตาย	1-7	4.25 (2.09)	1-7
ข้อ 16. เกี่ยวกับการฆ่าตัวตายฉันนึกถึงเสมอว่าเป็นการแก้ปัญหา/ไม่เคยนึกถึงเลย	1-7	6.06 (1.61)	1-7
คะแนนรวม (ด้าน 3)	4-28	20.85 (4.00)	7-28
4. ด้านความรู้สึกว่าตนไร้ความหมาย			
ข้อ 10. ถ้าวันนี้ฉันต้องตายไป ฉันรู้สึกที่ชีวิตฉันไร้คุณค่า/มีคุณค่ามาก	1-7	5.00 (1.78)	1-7
ข้อ 12. เมื่อมองดูโลกรอบตัวที่เกี่ยวข้องกับฉัน โลกนี้สร้างความสับสนให้แก่นฉันเสมอ/ดูลงตัว มีความหมายต่อฉันอย่างพอเหมาะ	1-7	5.03 (1.74)	1-7
คะแนนรวม (ด้าน 4)	2-14	10.02 (2.79)	2-14
5. ด้านการเลือกกำหนดชีวิตตนเอง			
ข้อ 14. ในเรื่องเสรีภาพของคนที่จะเลือกสิ่งที่เขาต้องการ ฉันเชื่อว่าเสรีภาพจำกัด/มีเสรีภาพเต็มที่	1-7	4.96 (1.94)	1-7
ข้อ 18. ชีวิตของฉันอยู่นอกเหนือจากการควบคุมของฉัน/ฉันเป็นผู้กำหนด	1-7	5.32 (1.83)	1-7
คะแนนรวม (ด้าน 5)	2-14	10.28 (2.96)	2-14
คะแนนรวม (5 ด้าน)	M(SD) =	Median =	Min-Max =
	95.12(14.34)	96.5	51,126

การอภิปรายผลการวิจัย

คะแนนเฉลี่ยความมีเป้าหมายชีวิตตามแบบวัดเป้าหมายชีวิต (Purpose in life: PIL) พบว่า นักเรียนมีค่าเฉลี่ยคะแนนความมีเป้าหมายชีวิต เท่ากับ $M(SD) = 95.12(14.34)$ จากคะแนนที่เป็นไปได้ตั้งแต่ 18-126 แปลผลได้ว่ามีเป้าหมายชีวิตค่อนข้างสูง ทั้งนี้อาจจะเป็นเพราะกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับสติปัญญาที่อยู่ในระดับดี โดยมีเกรดเฉลี่ยมากกว่า 3.01 (จากคะแนนเต็ม 4) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาที่พบว่า เกรดเฉลี่ยมีผลต่อค่าคะแนนเฉลี่ยเป้าหมายชีวิต²⁰ และศึกษาในโรงเรียนเอกชน ประกอบกับการศึกษาครั้งนี้ได้ศึกษาในกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมงาน ม.อ. วิชาการของคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ซึ่งอาจจะเป็นกลุ่มที่มีโอกาสในการเข้าถึงแหล่งเรียนรู้หรือสื่อต่างๆ ที่ส่งผลต่อการมีโอกาสนในการพัฒนาตนเองมากกว่าวัยรุ่นทั่วไป และสอดคล้องกับการศึกษาเกี่ยวกับเป้าหมายชีวิต ความหวัง และความพึงพอใจในชีวิตของวัยรุ่น วัยผู้ใหญ่

ตอนต้น และวัยรุ่นใหญ่ ที่พบว่า การค้นหาเป้าหมายชีวิตมีความสัมพันธ์กับการมีความพึงพอใจในชีวิตของวัยรุ่น²¹ ประกอบกับช่วงวัยรุ่นตอนกลาง คือ ช่วงอายุระหว่าง 14-17 ปี เป็นช่วงวัยที่มีการพัฒนาความคิดเชิงมโนธรรม ความมีเหตุผล มีความคิดตามความเป็นจริง มีเป้าหมายชีวิตทางด้านการศึกษาเพิ่มสูงขึ้นจากช่วงวัยรุ่นตอนต้น² จึงทำให้ผลการศึกษาในครั้งนี้พบว่า นักเรียนมีค่าเฉลี่ยคะแนนความมีเป้าหมายชีวิตที่ค่อนข้างสูง

เมื่อพิจารณาตามองค์ประกอบ 5 ด้าน พบว่า ความมุ่งหวังในชีวิตเป็นด้านที่มีค่าเฉลี่ยของคะแนนความมีเป้าหมายสูงสุด = 33.69 (5.60) รองลงมา คือ ด้านทัศนคติต่อชีวิต = 20.85(4.00) ด้านการดำรงชีวิตอย่างมีความหมาย = 20.28(4.19) ด้านการเลือกกำหนดชีวิตตนเอง = 10.28(2.96) และด้านความรู้สึกว่าตนไร้ความหมาย = 10.02(2.79) ตามลำดับโดยด้านความมุ่งหวังในชีวิต ด้านทัศนคติต่อชีวิต และด้านการดำรงชีวิตอย่างมีความหมายเป็นด้านที่มี

ค่าเฉลี่ยของคะแนนความมีเป้าหมายสูงสุด 3 อันดับแรก ส่วนด้านการเลือกกำหนดชีวิตตนเอง และด้านความรู้สึกว่าตนไร้ความหมาย มีคะแนนเฉลี่ยรองลงมา ตามลำดับ แสดงให้เห็นว่านักเรียนส่วนใหญ่มีความมุ่งหวังในชีวิต มีทัศนคติที่ดีในการดำเนินชีวิตและดำรงชีวิตอย่างมีความหมาย อาจเนื่องมาจากนักเรียนกลุ่มนี้ส่วนใหญ่มีผลการเรียนดี มีสติปัญญาดีมีครอบครัวเป็นแหล่งสนับสนุนที่ดีมีรายได้เพียงพอ โดยรายรับส่วนใหญ่มาจากพ่อแม่ และมีสัมพันธภาพในครอบครัวที่ดีซึ่งการได้รับการดูแลและสนับสนุนในด้านต่างๆ จากครอบครัวจะทำให้นักเรียนรู้สึกอบอุ่น ปลอดภัยรู้สึกได้รับความรัก และการดูแลเอาใจใส่ทำให้นักเรียนมีความพร้อมที่จะเรียนรู้สอดคล้องกับงานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่ส่งผลต่อเป้าหมายชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย²² และงานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับการส่งเสริมการสร้างเป้าหมายชีวิตในนักเรียนวัยรุ่นไทย²³⁻²⁵ ซึ่งพบว่า สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับเป้าหมายชีวิตของนักเรียน อีกทั้งนักเรียนยังมีเพื่อนสนิทและไม่มี ความขัดแย้งกับเพื่อน มีเพียงร้อยละ 7.66 เท่านั้นที่เคยเกิดความขัดแย้งกับเพื่อน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาเกี่ยวกับ ปัจจัยที่ส่งผลต่อเป้าหมายชีวิตของนักเรียนช่วงชั้นที่ 4 โรงเรียนพระราชหฤทัยคอนแวนซ์ ซึ่งพบว่า สัมพันธภาพระหว่างเพื่อนเป็นหนึ่งในปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับเป้าหมายชีวิต และการศึกษา²² ที่พบว่า สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับเป้าหมายชีวิต นักเรียนที่มีสัมพันธภาพกับเพื่อนดี ก็จะมีเป้าหมายชีวิตที่ดี ทั้งนี้เพราะนักเรียนและเพื่อนจะมีการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน มีความหวังใจ ไว้วางใจ รู้จักการให้ และการรับ มีการพูดคุยแลกเปลี่ยนเป้าหมายซึ่งกันและกัน เมื่อมีปัญหาต่างๆ จะมีเพื่อนคอยให้คำปรึกษาและให้กำลังใจทำให้นักเรียนเกิดความมั่นใจและมีพลังใจ

ค่าเฉลี่ยของคะแนนความมีเป้าหมายชีวิตด้านความมุ่งหวังในชีวิตรายข้อ พบว่าข้อที่ 8 ในการดำเนินชีวิตให้ประสบความสำเร็จ ฉันได้สร้างสำเร็จแก่ชีวิต และข้อที่ 4 การดำรงอยู่ของฉันมีจุดมุ่งหมายและมีความหมาย มีคะแนนสูงสุดตามลำดับ แสดงให้เห็นว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความรับผิดชอบ มีเป้าหมายชีวิตชัดเจน สามารถค้นหาสิ่งที่เป็นเป้าหมายและความหมายในชีวิตได้ มีความพยายามเพื่อสร้างความสำเร็จแก่ชีวิต ส่วนการรับรู้เกี่ยวกับการมีชีวิตอยู่ของตนเอง กลุ่มตัวอย่างรับรู้ชีวิตของตนเองดำรงอยู่อย่างมีจุดมุ่งหมายและมีความหมาย มองเห็นเหตุผลของ

การมีชีวิตอยู่ ไม่เคยคิดถึงการฆ่าตัวตาย แสดงให้เห็นถึงการตระหนักถึงคุณค่า และความสำคัญของตนเอง และสอดคล้องกับการศึกษากระบวนการสร้างเป้าหมายชีวิตของเยาวชนไทยที่มีชีวิตอยู่กับเอชไอวี พบว่าสิ่งสำคัญที่ช่วยส่งเสริมการสร้างเป้าหมายชีวิต คือ การรับรู้ถึงความสามารถของตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเอง⁵ และสอดคล้องกับการศึกษา²² ที่พบว่า การรับรู้ความสามารถของตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับเป้าหมายชีวิตนักเรียน นักเรียนที่มีการรับรู้ความสามารถของตนเองมาก จะมีเป้าหมายชีวิตดี ทั้งนี้เพราะนักเรียนจะรับรู้และเข้าใจตนเอง สามารถวางแผนชีวิตของตนเองได้ สามารถประเมินความสามารถของตนเองในการทำอะไรต่างๆ และสามารถตัดสินใจกระทำสิ่งนั้นให้บรรลุตามเป้าหมายที่ตนวางไว้ได้ นอกจากนี้กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีผลการเรียนเฉลี่ยอยู่ในช่วง 3.51-4.00 ร้อยละ 32.43 และในช่วง 3.01-3.50 ร้อยละ 30.18 แสดงให้เห็นว่านักเรียนเหล่านี้ไม่มีปัญหาด้านการเรียน ซึ่งอาจจะมีผลให้นักศึกษามีเป้าหมายชีวิตในอัตราที่สูงตามมา

ด้านความรู้สึกว่าตนไร้ความหมาย และด้านการเลือกกำหนดชีวิตตนเองมีค่าเฉลี่ยของคะแนน ความมีเป้าหมายอยู่ 2 ลำดับสุดท้าย ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากเด็กและเยาวชนไทยส่วนหนึ่งมักจะเติบโตมากับครอบครัวและสังคมที่ผู้ใหญ่เป็นคนวางไว้ให้ ส่งผลให้ไม่ได้เลือกอนาคตด้วยตัวเอง เพราะคิดว่าจะมีผู้อื่นคิดแทนหรือกำหนดไว้ให้แล้วหรือบางครั้งเป้าหมายของตนเองอาจจะแตกต่างจากพ่อแม่ โดยทำให้เด็กเหล่านั้นไม่ได้มีการตั้งเป้าหมายชีวิตตามความต้องการของตนเอง^{26,27} ในทางตรงกันข้ามเด็กบางกลุ่มกลับขาดโอกาสทางสังคม แม้จะตั้งเป้าหมาย แต่ชีวิตก็ไม่เคยมีโอกาสน่าไปถึง เพราะมีความขาดแคลนในหลายด้าน ทำให้ต้องทิ้งอนาคตตัวเอง เอาชีวิตรอดไปวันๆ ครอบครัวและสังคมควรให้เด็กและเยาวชนได้มีโอกาสเป็นผู้กำหนดชีวิตของตนเอง มีเสรีภาพอย่างเต็มที่ เพราะเป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่แสดงถึงความต้องการที่จะได้รับอิสระของวัยรุ่น เนื่องจากวัยรุ่นเป็นช่วงที่ต้องการมีความเป็นตัวของตัวเอง เป็นวัยที่มีความคิดอิสระ²⁸ และเริ่มค้นหาตัวเอง วัยรุ่นมีความเชื่อว่าการเป็นอิสระจากผู้ที่มีอำนาจเหนือตนเอง คือ เครื่องหมายของความเป็นผู้ใหญ่²⁹ นอกจากนี้นักเรียนส่วนใหญ่ ระบุว่าโลกรอบตัวที่เกี่ยวข้องกับตนเองนั้นลงตัว และมีความหมาย แต่ถ้าหากวันหนึ่งต้องเสียชีวิต ก็ยังรับรู้ว่าเป็นบุคคลที่มีคุณค่ามากซึ่งการรับรู้ถึงคุณค่าในตัวเองนี้เป็นสิ่งสำคัญที่ส่งเสริมการสร้างเป้าหมายชีวิต อีกทั้งการที่นักเรียนมี

สิ่งยึดเหนี่ยวจิตใจและมีสิ่งผูกพันจะทำให้รับรู้ถึงความมีคุณค่าในตนเอง มีความสามารถในการปรับตัวและการจัดการอารมณ์ มีภาวะสุขภาพดีขึ้น โดยเฉพาะในวัยรุ่น พบว่า ผู้ที่มีสิ่งยึดเหนี่ยวจิตใจจะมีผลการเรียนดีขึ้น และลดพฤติกรรมเสี่ยงด้วย³⁰

นักเรียนวัยรุ่นไทยในภาคใต้ มีค่าเฉลี่ยคะแนนความมีเป้าหมายชีวิต เท่ากับ = 95.12(14.34) ซึ่งแปลว่ามีเป้าหมายชีวิตค่อนข้างสูง เมื่อพิจารณาตามองค์ประกอบรายด้าน พบว่า ด้านความมุ่งมั่นในชีวิต ด้านทัศนคติต่อชีวิต ด้านการดำรงชีวิตอย่างมีความหมาย เป็นด้านที่มีค่าเฉลี่ยของคะแนนความมีเป้าหมายชีวิตสูงเป็น 3 อันดับแรก ส่วนด้านการเลือกกำหนดชีวิตตนเอง และด้านความรู้สึกว่าตนไร้ความหมาย มีค่าเฉลี่ยของคะแนนความมีเป้าหมายลดลงมาตามลำดับ ทั้งนี้ควรส่งเสริมด้านการเลือกกำหนดชีวิตตนเอง และด้านความรู้สึกว่าตนไร้ความหมายให้เพิ่มขึ้น

ผลการวิจัยนี้ สามารถใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการวางแผนเพื่อส่งเสริมเป้าหมายชีวิตของนักเรียนวัยรุ่น เพื่อช่วยให้ดำเนินชีวิตอย่างผู้มีพลังและมีทิศทางเต็มไปด้วยความรู้สึกถึงคุณค่าภายในตนเอง มีความรับผิดชอบต่อนตนเอง และเป็นพลเมืองที่มีคุณภาพของประเทศชาติต่อไป

ข้อจำกัดของการศึกษา

เนื่องจากการศึกษาครั้งนี้ ทำการศึกษาเฉพาะในกลุ่มวัยรุ่นของภาคใต้ ข้อมูลที่ได้จึงไม่ครอบคลุมวัยรุ่นทั้งประเทศ ดังนั้นหากนำผลการวิจัยไปใช้ควรคำนึงถึงความแตกต่างของบริบททางสังคมและวิถีชีวิต รวมถึงการเปรียบเทียบผลการศึกษากับงานวิจัยในภูมิภาคอื่นๆ จึงควรมีการศึกษาในกลุ่มวัยรุ่นทั่วประเทศต่อไป และนอกจากนี้การศึกษาในครั้งนี้ได้มีการตัดข้อคำถามออกจำนวน 2 ข้อ เหลือเพียง 18 ข้อ (เนื่องจากมีข้อคำถามไม่เหมาะกับบริบทของกลุ่มเด็กและเยาวชนไทย) ในการทำการศึกษาในครั้งต่อไป ควรพิจารณาความเหมาะสมของข้อคำถามให้สอดคล้องกับบริบทและคุณลักษณะของกลุ่มเป้าหมายก่อนนำไปใช้ด้วย

สรุป

การวิจัยนี้ พบว่า นักเรียนวัยรุ่นไทยในภาคใต้ มีค่าเฉลี่ยคะแนนความมีเป้าหมายชีวิตค่อนข้างสูง อย่างไรก็ตามยังพบพฤติกรรมเสี่ยง ได้แก่ การเล่นเกมสโคมพิวเตอร์ การขับซิ่งรถจักรยานยนต์โดยไม่สวมหมวกนิรภัย การใช้สารเสพติด และการมีเพศสัมพันธ์ ทั้งนี้จึงควรส่งเสริมเป้าหมายชีวิตให้เพิ่มขึ้น และในการศึกษาวิจัยครั้งต่อไป ควรมีการออกแบบการเก็บข้อมูลในการศึกษาเป้าหมายของนักเรียน

วัยรุ่นเขตพื้นที่ภาคใต้ในสเกลที่ใหญ่ขึ้น หรือกลุ่มที่ไม่ได้อยู่ในระบบการศึกษา เพื่อให้สามารถอ้างอิงไปสู่กลุ่มประชากรวัยรุ่นได้ นอกจากนี้ ควรมีการศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความมีเป้าหมายของนักเรียนวัยรุ่น เพื่อหาแนวทางในการพัฒนาส่งเสริมให้นักเรียนวัยรุ่นมีเป้าหมายชีวิตต่อไป

ข้อเสนอแนะและการนำไปใช้

1. ควรมีการพัฒนาโปรแกรมเพื่อการส่งเสริมเป้าหมายชีวิตในวัยรุ่น โดยอาจจะส่งเสริมในด้านการเลือกกำหนดชีวิตตนเอง และด้านความรู้สึกว่าตนไร้ความหมาย เนื่องจากเป็นด้านที่ยังมีคะแนนไม่สูงมาก และควรมีการศึกษาเพิ่มเติมว่าเหตุใดสองด้านนี้จึงมีคะแนนไม่สูงมาก และจะมีแนวทางในการส่งเสริมให้สูงขึ้นได้อย่างไร

2. ควรทำการศึกษาเพิ่มเติมในกลุ่มวัยรุ่นที่มีความเฉพาะมากขึ้น เช่น กลุ่มที่ไม่อยู่ระบบการศึกษาที่เป็น formal educations กลุ่มที่อยู่ในสถานพินิจ กลุ่มที่อาศัยอยู่ในสถานสงเคราะห์ หรือกลุ่มศาสนาอิสลาม เพราะปัจจัยเหล่านี้อาจส่งผลต่อคะแนนความมีเป้าหมายชีวิตที่แตกต่างกันของเด็กวัยรุ่น โดยอาจจะศึกษาคะแนนความมีเป้าหมายชีวิตก่อนเพื่อพัฒนาโปรแกรมเพื่อการส่งเสริมเป้าหมายชีวิตในที่มีความเฉพาะเจาะจงกับวัยรุ่นกลุ่มนี้ต่อไป

3. ควรทำการศึกษาเพิ่มเติมเกี่ยวกับปัจจัยที่มีผลต่อเป้าหมายชีวิต เช่น พ่อแม่ ครอบครัว หรือกลุ่มเพื่อนสนิท เพราะสิ่งเหล่านี้จะส่งผลต่อการใช้ชีวิต และการตั้งเป้าหมายชีวิตของเด็กวัยรุ่น

การมีส่วนร่วมในการเขียนบทความ

ผู้วิจัยทุกคนมีส่วนร่วมในกระบวนการทำวิจัย และการเขียนบทความตีพิมพ์ โดยหัวหน้าทีมวิจัยเป็นผู้รับผิดชอบหลักในการเขียน และสมาชิกทีมวิจัยมีส่วนช่วยในการปรับแก้ไขให้ข้อเสนอแนะ

การมีผลประโยชน์ทับซ้อน

งานวิจัยชิ้นนี้ไม่มีผลประโยชน์ทับซ้อนกับหน่วยงานหรือองค์กรใด

แหล่งทุนสนับสนุน

ขอขอบคุณหน่วยวิจัยเพื่อส่งเสริมการมีชีวิตที่สมดุลลงตัวของคนไทยในภาคใต้ (The Research Unit in Enhancing Harmony in life of Southern Thai People) ซึ่งสนับสนุนทุนในการทำวิจัยในครั้งนี้ (ปัจจุบัน RU นี้ปิดตัวลงแล้ว)

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบพระคุณศาสตราจารย์ ดร.อรัญญา ต้อยคำภีร์ ที่ให้คำแนะนำในการทำวิจัย ขอบคุณหน่วยวิจัยเพื่อส่งเสริมการมีชีวิตที่สมดุลลงตัวของคนไทยในภาคใต้ผู้ให้การสนับสนุนทุนวิจัย ขอขอบคุณผู้ให้ข้อมูลทุกท่านที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีในการทำวิจัยครั้งนี้ และท้ายที่สุดขอขอบคุณคณาจารย์ในสาขาเวชปฏิบัติชุมชน คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ทุกท่านที่คอยสนับสนุน และเป็นแรงผลักดันในการทำวิจัยจนสำเร็จ

เอกสารอ้างอิง

1. Department of Provincial Administration. Official Statistics Registration System [Internet]. Patumtanee: Department of Provincial Administration; [Internet]. [cited 2016 Apr 6]. Available from: http://stat.dopa.go.th/stat/statnew/upstat_age_disp.php.
2. Areekun W. Adolescent health care and supervision. Bangkok: Department of Pediatrics, Phramongkutkloa Hospital and College of Medicine; 2010.
3. Sawyer SM, Afifi RA, Bearinger LH, et al. Adolescence Health. *Lancet*; 2012.
4. National statistical office Thailand. Information technology and communication branch [Internet]. Bangkok: National Statistical Office Thailand; [Internet]. [cited 2016 May 10]. Available from: http://service.nso.go.th/nso/nsopublish/citizen/news/news_youth.jsp.
5. Balthip Q, Chandrema S. Process of establishing purpose of life of Thai teenagers living with HIV. *Songklanagarind J Nurs*. 2013; 33(3): 1-15. Thai.
6. Balthip K, Petchruschatachart U, Piriyaakontorn S, et al. Purpose in life among Thai junior high school adolescents. *Songklanagarind J Nurs*. 2017; 37: 89-97. Thai.
7. Thanaporndee T. Factors Affecting on Goal of Life of the Fourth Level, Secondary Grades 4-6 Students at Sacred Heart Convent School in Klongtoey District, Bangkok. Bangkok: Srinakharinwirot University; 2008. Thai.
8. Kedman P. Adolescent development. Bangkok: department of psychiatry, Faculty of Medicine Siriraj Hospital. [Internet]. [cited 2016 Feb 9] Available from: http://www.psyclin.co.th/new_page_57.htm.
9. Scarborough MK, Lewis CM, Kulkarni S. Enhancing adolescent brain development through goal-setting activities. *Social work*. 2010; 55(3): 276-78.
10. Machell KA, Disabato DJ, Kashdan TB. Buffering the negative impact of poverty on youth: The power of purpose in life. *Soc Indic Res*. 2016; 126(2): 845-61
11. Bronk KC, Finch WH, Talib TL. Purpose in life among high ability adolescents. *High Ability Studies*. 2010; 21(2): 133-45.
12. Tuikumpee A. Logotherapy. Bangkok: Chulalongkorn University Press; 2016. Thai.
13. Brassai L, Piko BF, Steger MF. Meaning in life: Is it a protective factor for adolescents' psychological health?. *Int J Behav Med*. 2011; 18(1): 44-51.
14. Balthip Q, Purnell JM. Pursuing meaning and purpose in life among Thai adolescents living with HIV: A grounded theory study. *J Assoc Nurses AIDS Care*. 2014; 4(25): e27-38. doi: 10.1016/j.jana.2014.03.004.
15. Kaotrakun S. Educational psychology. 11 th ed. Bangkok: Chulalongkorn University Press; 2010. Thai.
16. Bronk KC. The role of purpose in optimal human functioning. in: *Purpose in life*. Springer, Dordrecht. 2014.
17. Damon W, Menon J, Bronk, KC. The development of purpose during adolescence. *Applied Development Science*. 2003; 7(3): 119-28.
18. Bronk CK, Holmes WF, Talib LT. Purpose in life among high ability adolescents. *High*

- Ability Studies. 2010; 21(2): 133-45.
19. Crumbaugh CJ, Maholick LT. An experimental study in existentialism: The psychometric approach to Frankl's concept of noogenic neurosis. *Br J Clin Psychol.* 1964; 20(2): 200-07.
 20. Pholchan T, Chuangchum P. The life purposes and searching for meaning of life in the Third Year Medical Students, Naresuan University. *Thammasat Med J.* 2018; 18(4): 636-43. Thai.
 21. Kendall CB, Patrick LH, Daniel KL, et al. Purpose, hope, and life satisfaction in three age groups. *J Posit Psychol.* 2009; 4(6): 500-10. doi: 10.1080/17439760903271439.
 22. Plodprong V. Factors affecting life gold of upper secondary students of Srinakarinwirot University, Patumwan Demonstration school. *J educ SWU.* 2018; 13(1): 235-48. Thai.
 23. Balthip K, McSherry W, Nilmanat K. Spirituality and dignity of Thai adolescents living with HIV. *Religions.* 2017; 8(257): 1-18. doi: 10.3390/rel8120257.
 24. Balthip K, McSherry W, Petchruschatachart U, et al. Enhancing life purpose amongst Thai adolescents. *J Moral Educ.* 2017; 46(3): 295-307.
 25. Balthip K, Petchruschatachart U, Piriyaakontorn S, et al. Purpose in life among Thai junior high school adolescents. *Songklanagarind J Nurs.* 2017; 37(Suppl): 89-97.
 26. Blattnera CM, Belle L, Terese L, et al. Searching for a sense of purpose: The role of parents and effects on self-esteem among female adolescents. *J Adolesc Res* 2013; 36: 839-48. doi: 10.1016/j.adolescence.2013.06.008. Thai.
 27. Pongsayaporn K. Purpose in life and stress of Chulalongkorn university's undergraduate students. Bangkok: Chulalongkorn University. 2018. Thai.
 28. Jutopama M. Educational Psychology. Bureerum: Rawat Printing. 2011. Thai.
 29. Keawkangwan S. Development Psychology. Bangkok: Thummasat University Press; 2010. Thai.
 30. Phillips S, Celeste R, Haase, et al. Connectedness in the context of patient-provider relationships: A concept analysis. *J Adv Nurs.* 2012; 68(1): 230-45.