

ความสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดีกับสุขภาวะของบุคคล:
การวิเคราะห์อภิมาน
The Relationship between Optimism and Well-Being:
Meta-Analysis

มารยาท โยทองยศ¹

Marayat Yotongyos

วิธัญญา วัฒนโธ²

Vitanya Vanno

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ของการวิจัยเพื่อประเมินคุณภาพและคุณลักษณะงานวิจัย ประมาณขนาดอิทธิพลของการมองโลกในแง่ดีกับสุขภาวะของบุคคลในรูปสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ และศึกษาอิทธิพลของคุณลักษณะของงานวิจัยต่อขนาดอิทธิพลดังกล่าว โดยใช้สังเคราะห์งานวิจัยที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดีกับสุขภาวะของบุคคลด้วยเทคนิคการวิเคราะห์อภิมาน (Meta-analysis) จากงานวิจัยเชิงเปรียบเทียบ/ทดลองและเชิงสหสัมพันธ์ที่มีลักษณะตรงตามเกณฑ์การคัดเลือกงานวิจัย การสังเคราะห์งานวิจัยประกอบด้วยการวิเคราะห์อภิมานรายงานวิจัยเชิงปริมาณจำนวน 18 เรื่อง ผลการวิจัยแสดงให้เห็นความสัมพันธ์ทางบวกที่มีนัยสำคัญทางสถิติระหว่างการมองโลกในแง่ดีกับสุขภาวะของบุคคล โดยคุณลักษณะของงานวิจัยที่มีอิทธิพลกำกับขนาดอิทธิพลของความสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดีกับสุขภาวะของบุคคล มี 5 ตัวแปร ได้แก่ ประเภทของตัวแปรตามปีที่ตีพิมพ์ ขนาดตัวอย่าง คุณภาพของงานวิจัย และจำนวนตัวแปรตาม

คำสำคัญ: การมองโลกในแง่ดี สุขภาวะ การวิเคราะห์อภิมาน

ABSTRACT

The objectives of this research were to evaluate quality and characteristics of research, to evaluate effect sizes in correlation term, and to study the effect of moderators on effect size differences. The research synthesis consisted of a meta-analysis of 18 quantitative research reports involving the relationships between optimism and well-being using experimental and correlational designs that met the

¹ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยกรุงเทพ

School of Science and Technology, Bangkok University, e-mail: marayat.y@bu.ac.th

² คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

Faculty of Humanities, Srinakharinwirot University, e-mail: vitanya@swu.ac.th

inclusion criteria. The results indicated the expected significant positive relationship between optimism and well-being. The analysis of moderators revealed that 5 variables (i.e. types of dependent variables, publication year, sample size, research quality, and the numbers of dependence variable) moderated the relationship between optimism and well-being.

Keywords: *Optimism, Well-being, Meta-analysis*

บทนำ

การมองโลกในแง่ดี (Optimism) เป็นตัวแปรที่ได้รับความสนใจจากนักจิตวิทยาในสาขาจิตวิทยาเชิงบวก (Positive Psychology) ที่เปลี่ยนความสนใจจากเดิมที่เป็นเรื่องของความผิดปกติหรือการทำหน้าที่ที่ไม่ถูกต้องของมนุษย์ไปสู่เรื่องที่เกี่ยวข้องกับความถูกต้องและดีงามของมนุษย์ โดยจิตวิทยาเชิงบวกจะมุ่งเน้นจุดแข็งมากกว่าจุดอ่อน มุ่งเน้นเรื่องสุขภาพและสิ่งจำเป็นของชีวิตมากกว่าความเจ็บป่วยและความผิดปกติทางจิตใจ (Luthans, Luthans, & Luthans, 2004)

นักจิตวิทยานิยามการมองโลกในแง่ดีในลักษณะของความคาดหวังเกี่ยวกับอนาคตของบุคคล (Carver & Scheier, 2002; Carver, Scheier, & Segerstrom, 2010) กล่าวคือการมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรความแตกต่างระหว่างบุคคล ซึ่งสะท้อนถึงระดับของความคาดหวังที่นำพึงปรารถนาในอนาคตของบุคคล (Carver, Scheier, & Segerstrom, 2010) โดยคนมองโลกในแง่ดีคือคนที่มีความคาดหวังว่าสิ่งดีๆ จะเกิดขึ้นกับพวกเขา ส่วนคนมองโลกในแง่ร้ายคือคนที่มีความคาดหวังว่าสิ่งไม่ดีหรือสิ่งเลวร้ายจะเกิดขึ้นกับพวกเขา (Carver & Scheier, 2002) นอกจากนี้ คนมองโลกในแง่ดีจะมีแนวโน้มที่จะเชื่อมั่นและยืนยันการคาดการณ์กับความท้าทายที่หลากหลายในชีวิต ในขณะที่คนมองโลกในแง่ร้ายจะมีแนวโน้มที่จะไม่แน่ใจและลังเลในสถานการณ์ที่คล้ายกัน (Carver, Scheier, & Segerstrom, 2010)

การมองโลกในแง่ดีมีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลลัพธ์ที่นำพึงปรารถนา เช่น เซวานอาร์มณ (Kumcagiz, Celik, Yilmaz, & Eren, 2011) การรับรู้ความสามารถในการควบคุมผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (Ruthig, Haynes, Stupnisky, & Perry, 2009) และความผูกพันแน่วแน่ในการทำงาน (Salmela-Aro, Tolvanen, & Nurmi, 2009) โดยมีความสัมพันธ์ทาง

ลบกับผลลัพธ์ที่ไม่พึงปรารถนา เช่น ความเหนื่อยหน่ายหมดพลังในการทำงาน (Salmela-Aro, Tolvanen, & Nurmi, 2009) และปัญหาด้านจิต-สังคม (Ho, Cheung, & Cheung, 2010) เป็นต้น อย่างไรก็ตาม งานวิจัยส่วนใหญ่เกี่ยวกับการมองโลกในแง่ดีจะศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดีกับสุขภาวะของบุคคล (Well-being) ซึ่งหมายถึงสถานะของความ สุข ความพอใจ ความเครียดระดับต่ำ สุขภาพทางกายและจิตใจและทัศนคติที่ดีหรือคุณภาพชีวิตที่ดี (American Psychological Association, 2006) และ Yalçın (2011) ศึกษาการมองโลกในแง่ดีกับความพึงพอใจในชีวิตกับนักศึกษาวินิจฉัยในประเทศตุรกี 133 คน และพบว่า การมองโลกในแง่ดีสามารถทำนายความพึงพอใจในชีวิตได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ Krypzel และ Henderson-King (2010) ศึกษาการมองโลกในแง่ดีกับความเครียดของนักศึกษาระดับปริญญาตรี 309 คน และพบว่า คนที่มีการมองโลกในแง่ดีจะมองว่าการศึกษาเป็นแหล่งของความเครียดน้อยกว่า ส่วน Ruthig, Haynes, Stupnisky และ Perry (2009) ศึกษาการมองโลกในแง่ดีกับความเครียดและความซึมเศร้าของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ในลักษณะของการศึกษาระยะยาว (Longitudinal Study) และพบว่า การมองโลกในแง่ดีสามารถทำนายความเครียดและความซึมเศร้าของบุคคลได้ กล่าวคือ คนที่มีการมองโลกในแง่ดีระดับสูงจะมีความสัมพันธ์กับความเครียดและความซึมเศร้าระดับต่ำ นอกจากนี้ ผลวิจัยยังพบว่า การมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรสื่อ (Mediator) ในความสัมพันธ์ระหว่างการฟื้นพลัง (Resilience) กับสุขภาวะทางจิต (Psychological Well-being) ด้วย (Souri & Hasanirad, 2011)

ผู้วิจัยสนใจที่จะสังเคราะห์งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดีกับสุขภาวะของบุคคล เนื่องจากผลการวิเคราะห์ทอริมานจะยืนยัน

ความสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดีกับสุขภาวะของบุคคลจากงานวิจัยที่ทำในไทยและต่างประเทศ ทำให้นักจิตวิทยาสามารถสนับสนุนให้มีการพัฒนาคุณลักษณะทั้งสองนี้ในมนุษย์ได้อย่างมั่นใจมากขึ้น โดยจะวิเคราะห์ด้วยเทคนิคการวิเคราะห์ห่อภิมาณ (Meta-analysis) ซึ่งเป็นวิธีการสังเคราะห์งานวิจัยหลายๆ เรื่องที่ศึกษาปัญหาเดียวกันด้วยวิธีการวิเคราะห์ทางสถิติเพื่อให้ได้ข้อค้นพบจากงานวิจัยที่นำมาศึกษา ทั้งนี้ ข้อมูลสำหรับการวิเคราะห์ห่อภิมาณประกอบด้วยผลการวิจัยวัดในรูปของดัชนีมาตรฐาน ได้แก่ ขนาดอิทธิพล (Effect Size) สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ และข้อมูลคุณลักษณะงานวิจัย นอกจากนี้ งานวิจัยนี้ยังมีการเปรียบเทียบความแตกต่างของดัชนีมาตรฐานจากงานวิจัยตามคุณลักษณะของงานวิจัยหรือไม่เรียกว่าศึกษาอิทธิพลของตัวแปรกำกับ (Moderators) ที่จะช่วยอธิบายความผันแปรในค่าขนาดอิทธิพลของความสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดีกับสุขภาวะของบุคคลด้วย จึงทำให้ได้ข้อสรุปที่กว้างขวางและลุ่มลึก (นงลักษณ์ วิรัชชัย และ สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา, 2552) เนื่องจากความเข้าใจเกี่ยวกับตัวแปรกำกับที่มีบทบาทในความสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดีกับสุขภาวะของบุคคล น่าจะทำให้ผู้เกี่ยวข้องสามารถนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์ในการพัฒนาการมองโลกในแง่ดีและสุขภาวะของบุคคลได้อย่างเหมาะสมมากขึ้น

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อประเมินคุณภาพและคุณลักษณะงานวิจัยเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดีกับสุขภาวะของบุคคล
2. เพื่อประมาณค่าขนาดอิทธิพลในรูปสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ที่แสดงความสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดีกับสุขภาวะของบุคคล
3. เพื่อศึกษาอิทธิพลของคุณลักษณะของงานวิจัยต่อขนาดอิทธิพลของความสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดีกับสุขภาวะของบุคคล

ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้กำหนดขอบเขตด้านเนื้อหาของการสังเคราะห์งานวิจัย คือ ผลการวิจัยเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดีกับสุขภาวะของบุคคล โดยเป็น

ผลการวิจัยต่างประเทศที่ตีพิมพ์เผยแพร่ระหว่าง ค.ศ. 2007-2012 และผลการวิจัยในประเทศไทยระหว่าง พ.ศ. 2550 ถึง 2555 รวมทั้งหมด 18 เรื่อง โดยสุขภาวะของบุคคลจะครอบคลุมตัวแปรสุขภาวะทางจิต สุขภาวะเชิงอัตวิสัย สุขภาพร่างกาย ความสุข ความพึงพอใจในชีวิตและงาน ปัญหาด้านจิต-สังคม ความเครียด ความซึมเศร้าและอารมณ์ด้านลบ เนื่องจากตัวแปรเหล่านี้สอดคล้องกับนิยามของสุขภาวะของสมาคมจิตวิทยาอเมริกัน (American Psychological Association, 2006) โดยในการวิจัยนี้ ผู้วิจัยได้ปรับค่าของตัวแปรสุขภาวะที่มีความหมายเชิงลบให้มีความหมายเชิงบวก เช่น “ความเครียด” เป็น “ความไม่เครียด” แล้วกลับทิศทางของค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดีกับตัวแปรสุขภาวะเหล่านี้จากลบเป็นบวกด้วยเพื่อให้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ทั้งหมดในการศึกษาครั้งนี้อยู่ในทิศทางเดียวกัน

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการสังเคราะห์งานวิจัยเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดีกับสุขภาวะของบุคคลด้วยเทคนิคการวิเคราะห์ห่อภิมาณ โดยมีขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย ดังนี้ 1) ขั้นตอนการกำหนดวัตถุประสงค์ของการวิจัย 2) ขั้นตอนการศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องและพัฒนารอบแนวคิดในการวิจัย 3) ขั้นตอนการรวบรวมและลงรหัสงานวิจัย 4) ขั้นตอนประเมินคุณภาพงานวิจัย 5) ขั้นตอนการวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้น 6) ขั้นตอนการวิเคราะห์ห่อภิมาณ ประกอบด้วย การวิเคราะห์ประมาณค่าขนาดอิทธิพล การศึกษาความแตกต่างของค่าขนาดอิทธิพลจากงานวิจัยแต่ละเรื่องและการศึกษาปัจจัยด้านคุณลักษณะของงานวิจัยที่ส่งผลต่อค่าขนาดอิทธิพล และ 7) ขั้นตอนการสรุปองค์ความรู้ที่ได้จากการสังเคราะห์งานวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ งานวิจัยเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดีกับสุขภาวะของบุคคลจากบทความวิจัยต่างประเทศที่ตีพิมพ์เผยแพร่ระหว่าง ค.ศ. 2007-2012 และวิทยานิพนธ์/ปริญญาโท/ปริญญาตรีและสารนิพนธ์/การศึกษาระดับปริญญาตรี/งานวิจัยส่วนบุคคลในประเทศไทยระหว่าง พ.ศ. 2550-2555

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ งานวิจัยเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดีกับสุขภาวะของบุคคลจากบทความวิจัยต่างประเทศที่มีการตีพิมพ์เผยแพร่ระหว่าง ค.ศ. 2007-2012 จำนวน 10 เรื่องและวิทยานิพนธ์/ปริญญาโทและปริญญาตรีและการศึกษาอิสระในประเทศไทยระหว่าง พ.ศ. 2550-2555 จำนวน 8 เรื่อง

เกณฑ์การคัดเลือกงานวิจัย

เกณฑ์ในการคัดเลือกงานวิจัยประกอบด้วย 1) เป็นงานวิจัยเชิงเปรียบเทียบ/ทดลองหรือเชิงสหสัมพันธ์ที่มีการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดีกับสุขภาวะของบุคคล โดยสุขภาวะของบุคคลจะประกอบด้วยตัวแปรต่างๆ ที่มีความสอดคล้องกับนิยามของสุขภาวะของสมาคมจิตวิทยาอเมริกัน และ 2) เป็นงานวิจัยที่มีการรายงานค่าสถิติพื้นฐานและหรือค่าสถิติจากการทดสอบนัยสำคัญที่เพียงพอต่อการนำไปใช้คำนวณค่าขนาดอิทธิพลได้

การสืบค้นงานวิจัยและการคัดเลือกงานวิจัย

ผู้วิจัยสืบค้นงานวิจัยเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดีกับสุขภาวะของบุคคล ซึ่งเป็นบทความวิจัยต่างประเทศที่มีการตีพิมพ์เผยแพร่ในระหว่าง ค.ศ. 2007-2012 จากฐานข้อมูล Scopus โดยใช้คำสำคัญว่า “Optimism” and “Well-being” และวิทยานิพนธ์/ปริญญาโทและปริญญาตรีและการศึกษาอิสระ/งานวิจัยส่วนบุคคลในประเทศไทยระหว่าง พ.ศ. 2550 ถึง 2555 จากฐานข้อมูล ThaiLIS Digital Collection และระบบยืมตัวเล่มของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โดยใช้คำสำคัญว่า “การมองโลกในแง่ดี” แล้วสำรวจเนื้อหาในบทความและตัวเล่มวิทยานิพนธ์/ปริญญาโทและปริญญาตรีและการศึกษาอิสระ/งานวิจัยส่วนบุคคลว่ามีคุณสมบัติสอดคล้องกับเกณฑ์การคัดเลือกงานวิจัยที่กำหนดไว้หรือไม่

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยและการลงทะเบียนวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วยแบบบันทึกและแบบประเมิน จำนวน 4 ชุด ซึ่งนำมาจากรายงานการสังเคราะห์งานวิจัยของ นางลักษณ์ วิรัชชัย และสำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา (2552) ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

1. แบบบันทึกคุณลักษณะงานวิจัย ซึ่งเป็นแบบบันทึกข้อมูลทั่วไปของคุณลักษณะงานวิจัยด้านการพิมพ์และผู้วิจัยด้านเนื้อหาสาระงานวิจัยและด้านวิธีวิทยาการวิจัย จำนวน 19 ข้อ และคู่มือการลงทะเบียน

2. แบบบันทึกข้อมูลคุณลักษณะงานวิจัยเชิงเปรียบเทียบ/การทดลอง ซึ่งเป็นแบบบันทึกข้อมูลคุณลักษณะงานวิจัยเชิงเปรียบเทียบ/การทดลอง จำนวน 9 ข้อ และคู่มือการลงทะเบียน

3. แบบบันทึกข้อมูลคุณลักษณะงานวิจัยเชิงสหสัมพันธ์ ซึ่งเป็นแบบบันทึกข้อมูลคุณลักษณะงานวิจัยเชิงสหสัมพันธ์ จำนวน 8 ข้อ และคู่มือการลงทะเบียน

4. แบบประเมินคุณภาพงานวิจัย มีลักษณะเป็นมาตรฐานประมาณค่า 5 ระดับ ตั้งแต่ 0 คือ คุณภาพงานวิจัย ระดับต่ำถึง 4 คือ คุณภาพงานวิจัยระดับสูง จำนวน 30 ข้อ

การลงทะเบียนงานวิจัย

ผู้วิจัยบันทึกข้อมูลงานวิจัยจากบทความวิจัย วิทยานิพนธ์/ปริญญาโทและปริญญาตรีและการศึกษาอิสระ/งานวิจัยส่วนบุคคลที่มีคุณสมบัติสอดคล้องกับเกณฑ์การคัดเลือกงานวิจัยลงในแบบบันทึกคุณลักษณะงานวิจัยแบบบันทึกข้อมูลคุณลักษณะงานวิจัยเชิงเปรียบเทียบ/การทดลองและแบบบันทึกข้อมูลคุณลักษณะงานวิจัยเชิงสหสัมพันธ์

การประเมินคุณภาพของงานวิจัย

ผู้วิจัยประเมินคุณภาพของงานวิจัยตามหัวข้อในแบบประเมินคุณภาพงานวิจัยของ นางลักษณ์ วิรัชชัย และสำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา (2552) ซึ่งประกอบด้วยหัวข้อการประเมิน 30 ข้อ คะแนนตั้งแต่ 0-4 คะแนน โดยมีคู่มือการให้คะแนนสำหรับแต่ละหัวข้อการประเมิน ตัวอย่างเช่นหัวข้อ “ชื่อเรื่องมีความชัดเจน น่าสนใจ” คะแนน 0 คือ ไม่ระบุถึงปัญหาวิจัย คะแนน 1 คือ ระบุถึงปัญหาวิจัย คะแนน 2 คือ ระบุถึงปัญหาวิจัย ระบุตัวแปรสำคัญที่ศึกษา ได้แก่ ตัวแปรอิสระหรือตัวแปรตามอย่างใดอย่างหนึ่งเท่านั้น คะแนน 3 คือ ระบุถึงปัญหาวิจัย ระบุตัวแปรสำคัญที่ศึกษา ได้แก่ ตัวแปรอิสระและตัวแปรตามครบถ้วน และคะแนน 4 คือ ระบุถึงปัญหาวิจัย ระบุตัวแปรสำคัญที่ศึกษา ได้แก่ ตัวแปรอิสระและตัวแปรตาม และระบุกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา ทั้งนี้ หัวข้อการประเมิน 30 ข้อนี้มีความครอบคลุมความตรง 4 ประเภท ได้แก่ 1) ความตรงภายนอก ตัวอย่างหัวข้อประเมิน เช่น

“การสุ่มกลุ่มตัวอย่างและเกณฑ์ในการคัดเลือกมีความถูกต้องเหมาะสม” 2) ความตรงภายใน ตัวอย่างหัวข้อประเมิน เช่น “เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยมีความเหมาะสม และมีคุณภาพ” 3) ความตรงเชิงโครงสร้าง ตัวอย่างหัวข้อประเมิน เช่น “เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องสอดคล้องกับปัญหาหรือวัตถุประสงค์ของการวิจัย” และ 4) ความตรงในการสรุปข้อมูลทางสถิติ ตัวอย่างหัวข้อประเมิน เช่น “สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลมีความถูกต้องเหมาะสมกับลักษณะของข้อมูล”

การประเมินคุณภาพของงานวิจัยใช้ผู้ประเมิน 2 คน เมื่อผู้ประเมินแต่ละคนประเมินงานวิจัยโดยพิจารณาตามคู่มือการให้คะแนนแล้วได้นำผลการประเมินทั้งหมดมาพิจารณาร่วมกัน กรณีที่ผลการประเมินระหว่างผู้ประเมินไม่สอดคล้องกันก็จะอภิปรายร่วมกันแล้วประเมินงานวิจัยใหม่อีกครั้ง

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้แบ่งเป็น 3 ส่วน คือ การประเมินคุณภาพงานวิจัย การประเมินคุณลักษณะงานวิจัย และการประเมินค่าขนาดอิทธิพลในรูปสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ และการศึกษาความแตกต่างของขนาดอิทธิพลที่เกิดจากตัวแปรกำกับคุณลักษณะของงานวิจัย โดยผู้วิจัยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. การประเมินคุณภาพงานวิจัย

ผู้วิจัยประเมินคุณภาพงานวิจัยโดยใช้สถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่ามัธยฐานเลขคณิตและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน โดยกำหนดเกณฑ์แปลผลคะแนน คือ คะแนนเฉลี่ยอยู่ระหว่าง 3.21-4.00 หมายถึง คุณภาพดีมาก 2.41-3.20 หมายถึง คุณภาพดี 1.61-2.40 หมายถึง คุณภาพปานกลาง 0.81-1.60 หมายถึง คุณภาพค่อนข้างต่ำ และต่ำกว่า 0.80 หมายถึง คุณภาพต่ำมาก

2. การประเมินคุณลักษณะงานวิจัย

ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานคุณลักษณะงานวิจัยระดับเล่มเพื่อประเมินคุณลักษณะงานวิจัยด้วยสถิติบรรยาย ได้แก่ ความถี่และร้อยละ

3. การประมาณค่าขนาดอิทธิพลและการศึกษาอิทธิพลของตัวแปรกำกับต่อขนาดอิทธิพล

ผู้วิจัยประเมินค่าขนาดอิทธิพลด้วยดัชนีมาตรฐานซึ่งแบ่งเป็น 2 ประเภทตามประเภทของงานวิจัย คือ งานวิจัยเชิงสหสัมพันธ์ และงานวิจัยเชิงเปรียบเทียบ/ทดลอง ในงานวิจัยเชิงสหสัมพันธ์ ผู้วิจัยใช้วิธีการประมาณค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดีกับสุขภาวะของบุคคล ในกรณีที่มีการรายงานค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์มากกว่าหนึ่งค่า ผู้วิจัยใช้วิธีการคำนวณค่าเฉลี่ยของค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ในงานวิจัยแต่ละเรื่อง สำหรับงานวิจัยเชิงเปรียบเทียบ/ทดลอง ผู้วิจัยใช้วิธีการประมาณค่าขนาดอิทธิพลจากผลต่างมาตรฐานระหว่างคะแนนเฉลี่ยและเมื่อนำดัชนีมาตรฐานไปวิเคราะห์ต่อผู้วิจัยได้แปลงดัชนีมาตรฐานงานวิจัยเชิงสหสัมพันธ์ และวิเคราะห์อิทธิพลของตัวแปรกำกับต่อขนาดอิทธิพลการมองโลกในแง่ดีกับสุขภาวะของบุคคลโดยตัวแปรกำกับเป็น 2 ลักษณะ คือ ตัวแปรจัดประเภทวิเคราะห์ด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวน (Analysis of Variance, ANOVA) ส่วนตัวแปรเชิงปริมาณวิเคราะห์ด้วยการวิเคราะห์การถดถอย (Regression Analysis)

ผลการวิจัย

ผู้วิจัยนำเสนอผลการวิจัยโดยแบ่งเป็น 3 ส่วน ได้แก่ การประเมินคุณภาพงานวิจัย การประเมินคุณลักษณะงานวิจัย และการประเมินค่าขนาดอิทธิพลและการศึกษาความแตกต่างของขนาดอิทธิพลที่เกิดจากตัวแปรกำกับ โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. การประเมินคุณภาพงานวิจัย

ผลการประเมินคุณภาพงานวิจัย จำนวน 18 เรื่อง โดยใช้สถิติบรรยายและการแจกแจงความถี่ประเด็นลักษณะงานวิจัยที่ใช้ประเมินจำแนกตามระดับคุณภาพงานวิจัย ได้แก่ คุณภาพงานวิจัยที่อยู่ในระดับดีมาก ดี ปานกลาง ค่อนข้างต่ำและต่ำมาก ดังนี้

ประเด็นคุณภาพวิจัยที่อยู่ในระดับดีมาก มี 5 ประเด็น ได้แก่ ชื่อเรื่องมีความชัดเจน ($M = 3.50$, $SD = 0.99$) เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องมีปริมาณมากพอ ($M = 3.83$, $SD = 0.71$) ลักษณะการนำเสนอการแปลผลการวิเคราะห์

ข้อมูล (M = 3.89, SD = 0.32) การแปลความหมายและสรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลมีความถูกต้องชัดเจน (M = 3.89, SD = 0.47) และรูปแบบรายงานถูกต้องตามหลักวิชา (M = 3.83, SD = 0.38)

ประเด็นคุณภาพวิจัยที่อยู่ในระดับดี มี 8 ประเด็น ได้แก่ ปัญหาวิจัย/วัตถุประสงค์มีความสอดคล้องกับชื่อเรื่องถูกต้องตามหลักการวิจัย (M = 3.06, SD = 1.16) ผลสรุปที่ได้มีความครอบคลุมสอดคล้องกับวัตถุประสงค์และปัญหาวิจัย (M = 3.17, SD = 1.42) ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหาชัดเจน สอดคล้องกับเรื่องที่วิจัย (M = 2.67, SD = 1.24) สมมติฐานถูกต้องชัดเจนตามหลักการวิจัย (M = 2.50, SD = 0.99) เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งภาษาไทยและต่างประเทศมีสัดส่วนเหมาะสม (มีข้อมูลเฉพาะงานวิจัยภาษาไทย) (M = 2.75, SD = 1.04) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยมีความเหมาะสมและมีคุณภาพ (M = 2.50, SD = 0.99) การอภิปรายผลสอดคล้องกับผลการวิจัยและครอบคลุมประเด็นปัญหาวิจัย (M = 2.94, SD = 1.35) ข้อเสนอแนะมีความชัดเจน และเป็นประโยชน์ (M = 2.56, SD = 1.20)

ประเด็นคุณภาพวิจัยที่อยู่ในระดับปานกลาง มี 10 ประเด็น ได้แก่ การนิยามศัพท์เฉพาะมีความชัดเจน (M = 2.00, SD = 1.50) การออกแบบการวิจัยสอดคล้องกับปัญหาการวิจัย (M = 2.00, SD = 0.84) สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลมีความถูกต้องเหมาะสมกับลักษณะของข้อมูล (M = 2.06, SD = 0.24) คุณภาพรายงานวิจัยในภาพรวม (M = 2.39, SD = 0.98) เหตุผลและความจำเป็นในการทำวิจัยมีความสมเหตุสมผล (M = 1.78, SD = 0.81) เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องสอดคล้องกับปัญหาหรือวัตถุประสงค์ของการวิจัย (M = 1.72, SD = 1.02) กำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่างได้อย่างเหมาะสมกับการวิจัย (M = 1.89, SD = 0.83) การสุ่มกลุ่มตัวอย่างและเกณฑ์ในการคัดเลือกมีความถูกต้องเหมาะสม (M = 1.78, SD = 1.22) กระบวนการในการเก็บรวบรวมข้อมูลมีความชัดเจนและเหมาะสม (M = 1.72, SD = 1.60) และเป็นงานวิจัยที่นำไปใช้ประโยชน์ได้ในทางปฏิบัติ (M = 1.83, SD = 0.38)

ประเด็นคุณภาพวิจัยที่อยู่ในระดับค่อนข้างต่ำ มี 5 ประเด็น ได้แก่ ข้อตกลงเบื้องต้นของงานวิจัยเหมาะสมและมีเหตุผลรองรับ (M = 1.00, SD = 0.00) การเขียนข้อจำกัด

ของงานวิจัยถูกต้องชัดเจนตามหลักการวิจัย (M = 1.50, SD = 0.99) เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องมีความทันสมัยและเชื่อมโยงกับงานวิจัยในอดีต (M = 1.11, SD = 0.32) ขั้นตอนการวิจัยมีความชัดเจน (M = 1.33, SD = 1.53) เป็นงานวิจัยที่นำไปใช้ประโยชน์ได้ในทางวิชาการ (M = 1.44, SD = 0.92)

ประเด็นคุณภาพวิจัยที่อยู่ในระดับต่ำมากมี 1 ประเด็น ได้แก่ กรอบแนวคิดในการวิจัยมีความถูกต้องเหมาะสมชัดเจนตามหลักการวิจัย (M = 0.72, SD = 1.36)

ส่วนประเด็นเกี่ยวกับกำหนดขอบเขตของการวิจัยได้อย่างเหมาะสมและมีเหตุผลรองรับนั้น งานวิจัย 18 เรื่องนี้ไม่ได้มีการกำหนดขอบเขตของการวิจัยไว้

2. การประเมินคุณลักษณะงานวิจัย

คุณลักษณะงานวิจัยระดับเล่มพบว่า เป็นงานวิจัยต่างประเทศ จำนวน 10 เรื่อง (ร้อยละ 55.56) และงานวิจัยไทย 8 เรื่อง (ร้อยละ 44.44) เป็นงานวิจัยที่ตีพิมพ์เผยแพร่ระหว่าง ค.ศ. 2007-2011 โดยงานวิจัยที่ตีพิมพ์ใน ค.ศ. 2008, 2010 และ 2011 มีจำนวนเท่ากัน คือ 4 เรื่อง (ร้อยละ 22.22) และตีพิมพ์ใน ค.ศ. 2007 และ 2009 มีจำนวนเท่ากัน คือ 3 เรื่อง (ร้อยละ 16.67)

งานวิจัยมาจากสถาบันหรือแหล่งตีพิมพ์ 13 แหล่ง โดยเป็นงานวิจัยของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยมากที่สุด คือ จำนวน 3 เรื่อง (ร้อยละ 16.67) รองลงมา คือ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์และวารสาร Social Psychology of Education จำนวน 2 เรื่องเท่ากัน (ร้อยละ 11.11) ผู้วิจัยส่วนใหญ่เป็นคณะผู้วิจัยคือ จำนวน 8 เรื่อง (ร้อยละ 44.44) รองลงมา คือ เป็นเพศหญิง จำนวน 6 เรื่อง (ร้อยละ 33.3) ประเภทของงานวิจัยมี 3 ประเภท มากที่สุด คือ บทความวิจัย จำนวน 10 เรื่อง (ร้อยละ 55.56) รองลงมา คือ วิทยานิพนธ์ระดับปริญญาโท จำนวน 5 เรื่อง (ร้อยละ 27.78) และการค้นคว้าอิสระ จำนวน 3 เรื่อง (ร้อยละ 16.67) แบบแผนการวิจัยมี 3 แบบ โดยเป็นการวิเคราะห์ความสัมพันธ์มากที่สุด คือ จำนวน 15 เรื่อง (ร้อยละ 83.33) รองลงมา คือ การเปรียบเทียบ/ทดลอง จำนวน 2 เรื่อง (ร้อยละ 11.11) และการเปรียบเทียบและความสัมพันธ์น้อยที่สุด คือ จำนวน 1 เรื่อง (ร้อยละ 5.56) งานวิจัยมีทั้งระบุและไม่ระบุสมมติฐาน

การวิจัย โดยงานวิจัยที่มีการระบุสมมติฐานมี 3 ลักษณะ คือ เป็นแบบมีทิศทางมากที่สุด คือ จำนวน 8 เรื่อง (ร้อยละ 44.44) รองลงมา คือ มีทิศทางและไม่มีทิศทาง จำนวน 3 เรื่อง (ร้อยละ 16.67) ไม่มีทิศทางน้อยที่สุด จำนวน 2 เรื่อง (ร้อยละ 11.11) ส่วนที่เหลือไม่มีการระบุสมมติฐานการวิจัย คือ จำนวน 5 เรื่อง (ร้อยละ 27.78) การออกแบบการวิจัยมี 2 ลักษณะ โดยงานวิจัยส่วนใหญ่ไม่ใช่งานวิจัยเชิงการเปรียบเทียบ/ทดลอง คือ จำนวน 16 เรื่อง (ร้อยละ 88.89) และเป็น Pretest-Posttest Control Group Design จำนวน 2 เรื่อง (ร้อยละ 11.11)

งานวิจัยที่นำมาสังเคราะห์มีวิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่าง 6 ลักษณะ โดยเป็นแบบเจาะจงมากที่สุด คือ จำนวน 7 เรื่อง (ร้อยละ 38.89) รองลงมา คือ อาสาสมัคร จำนวน 4 เรื่อง (ร้อยละ 22.22) และอย่างง่ายจำนวน 3 เรื่อง (ร้อยละ 16.67) สถานภาพของกลุ่มตัวอย่างมี 10 ประเภท โดยเป็น นิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยมากที่สุด คือ จำนวน 5 เรื่อง (ร้อยละ 27.78) รองลงมา คือ พนักงานระดับปฏิบัติการ จำนวน 3 เรื่อง (ร้อยละ 16.67) ประชาชนทั่วไปและ พนักงานธนาคาร จำนวน 2 เรื่องเท่ากัน (ร้อยละ 11.11) ระดับการศึกษาของกลุ่มตัวอย่างมี 3 ประเภท คือ การศึกษาหลากหลายระดับ จำนวน 9 เรื่อง (ร้อยละ 50) รองลงมา คือ ระดับปริญญาตรี จำนวน 5 เรื่อง (ร้อยละ 27.78) และน้อยที่สุด คือ ระดับมัธยมศึกษา จำนวน 1 เรื่อง (ร้อยละ 5.56) และแหล่งที่มาของกลุ่มตัวอย่างมี 8 แหล่ง คือ มหาวิทยาลัยมากที่สุด คือ จำนวน 5 เรื่อง (ร้อยละ 27.78) โรงพยาบาล จำนวน 3 เรื่อง (ร้อยละ 16.67) บริษัทเอกชน สำนักงานธนาคารและหลากหลายแหล่ง จำนวนเท่ากัน คือ 2 เรื่อง (ร้อยละ 11.11)

งานวิจัยที่นำมาสังเคราะห์มีวัตถุประสงค์การวิจัย 3 ประเภท โดยเป็นการหาความสัมพันธ์มากที่สุด คือ จำนวน 16 เรื่อง (ร้อยละ 88.89) รองลงมา คือ การศึกษาเปรียบเทียบ จำนวน 7 เรื่อง (ร้อยละ 38.89) เครื่องมือวัดที่ใช้มี 5 ชนิด โดยเป็นแบบสอบถามและแบบทดสอบหรือแบบวัดจำนวนเท่ากัน คือ 10 เรื่อง (ร้อยละ 55.56) สถิติที่ใช้วิเคราะห์มี 9 ลักษณะ โดยเป็นสถิติบรรยายมากที่สุด คือ

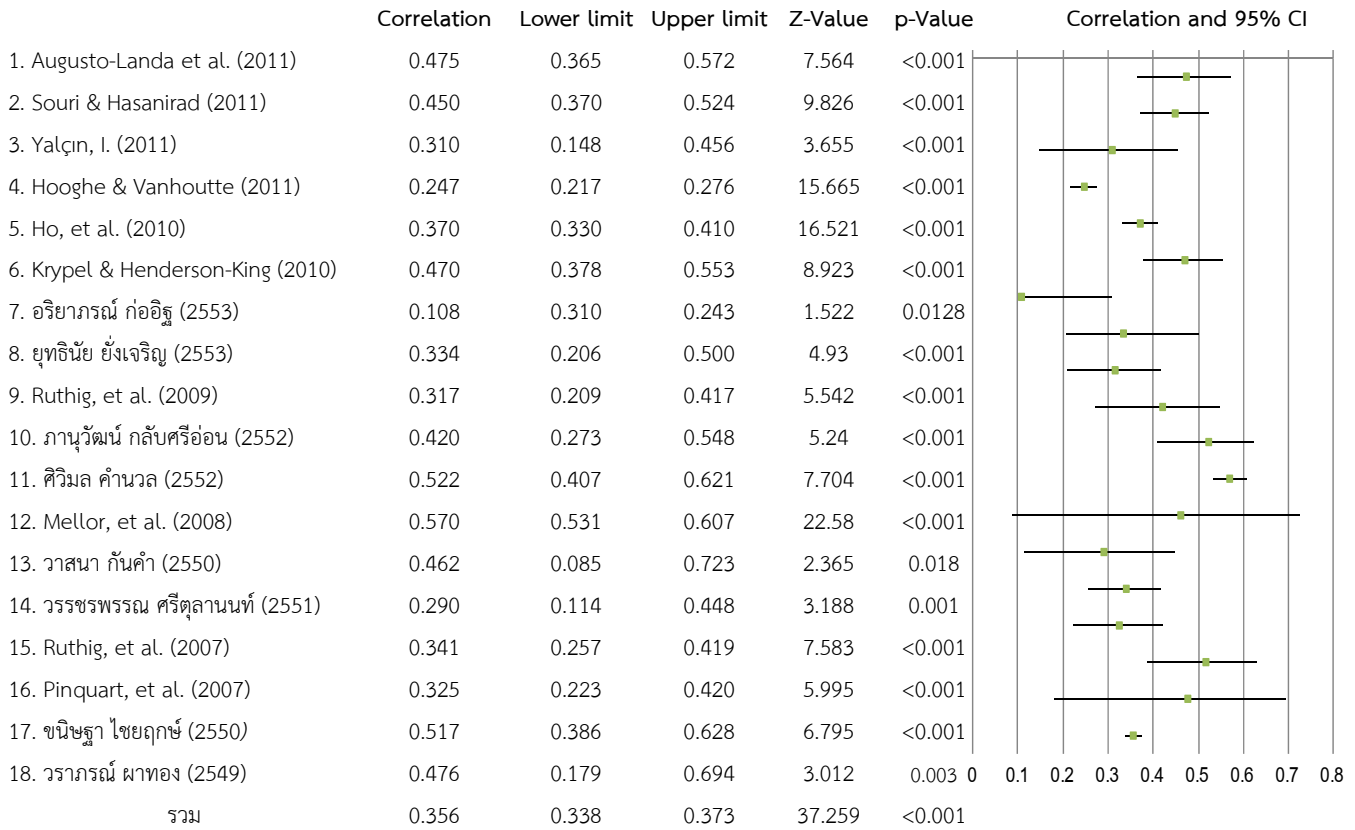
จำนวน 17 เรื่อง (ร้อยละ 94.44) รองลงมา คือ สหสัมพันธ์/การวิเคราะห์ถดถอยอย่างง่าย (Simple Correlation/Regression) และสหสัมพันธ์/การวิเคราะห์ถดถอยพหุ (Multiple Correlation/Regression) จำนวนเท่ากัน คือ 14 เรื่อง (ร้อยละ 77.78)

งานวิจัยที่นำมาสังเคราะห์มีจำนวนตัวแปรตามต่ำสุด คือ 1 ตัว และสูงสุด คือ 6 ตัว จำนวนตัวแปรอิสระต่ำสุด คือ 0 ตัว และสูงสุด คือ 13 ตัว จำนวนสมมติฐานของการวิจัยต่ำสุด คือ 0 ข้อ และสูงสุด คือ 6 ข้อ และขนาดตัวอย่างเฉลี่ยเท่ากับ 440.44 ตัวอย่าง ต่ำสุด คือ 20 ตัวอย่าง และสูงสุด คือ 2,080 ตัวอย่าง

3. การประมาณค่าขนาดอิทธิพลและการศึกษาความแตกต่างของขนาดอิทธิพลที่เกิดจากตัวแปรกำกับ

ผู้วิจัยคำนวณดัชนีมาตรฐาน 2 ประเภทตามประเภทของงานวิจัย คือ งานวิจัยเชิงสหสัมพันธ์และงานวิจัยเชิงเปรียบเทียบ/ทดลอง ในงานวิจัยเชิงสหสัมพันธ์ ผู้วิจัยใช้วิธีการประมาณค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดีกับสุขภาวะของบุคคล ในกรณีที่มีการรายงานค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์มากกว่าหนึ่งค่า ผู้วิจัยใช้วิธีการคำนวณค่าเฉลี่ยของค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ในงานวิจัยแต่ละเรื่องเพื่อใช้ในการวิเคราะห์ทอภิมาน สำหรับงานวิจัยเชิงเปรียบเทียบ/ทดลอง ผู้วิจัยใช้วิธีการประมาณค่าขนาดอิทธิพลจากผลต่างมาตรฐานระหว่างคะแนนเฉลี่ย

ผู้วิจัยประมาณค่าขนาดอิทธิพลในรูปดัชนีมาตรฐานเชิงสหสัมพันธ์แบบอิทธิพลช่วงความเชื่อมั่น 95% (CI) แล้วใช้สถิติทดสอบซี (Z-test) เพื่อทดสอบว่าค่าขนาดอิทธิพลแตกต่างจากศูนย์หรือไม่ ผลการวิเคราะห์พบว่าค่าขนาดอิทธิพลเท่ากับ 0.356 (95% CI เท่ากับ 0.338-0.373) แตกต่างจากศูนย์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ($Z = 37.259, p < 0.01$) แล้วใช้สถิติทดสอบ Q เพื่อทดสอบความเป็นเอกพันธ์ของค่าขนาดอิทธิพล เมื่อพิจารณาค่าสถิติทดสอบ Q พบความแปรปรวนระหว่างค่าขนาดอิทธิพลของงานวิจัยที่นำมาสังเคราะห์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 สถิติพื้นฐาน และ Forest Plot ของดัชนีมาตรฐานเชิงสหสัมพันธ์

ผู้วิจัยแบ่งกลุ่มคุณลักษณะงานวิจัยเพื่อทดสอบอิทธิพลของตัวแปรกำกับที่มีต่อค่าขนาดอิทธิพล โดยแบ่งกลุ่มตามตัวแปรกำกับ ซึ่งประกอบด้วยประเภทของตัวแปรตาม แบ่งเป็น 5 กลุ่ม ได้แก่ 1) ความพึงพอใจในด้านต่างๆ 2) ความไม่เครียดและความไม่ซึมเศร้า 3) สุขภาพร่างกายและสุขภาวะทางจิต แหล่งข้อมูลแบ่งเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่ งานวิจัยต่างประเทศและงานวิจัยในประเทศไทย เครื่องมือวัดตัวแปรแบ่งเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่ แบบวัดและแบบสอบถาม คุณลักษณะของตัวแปรตามแบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ คุณลักษณะด้านบวกและคุณลักษณะด้านลบ เพศของผู้วิจัยแบ่งเป็น 3 กลุ่ม คือ คณะผู้วิจัย เพศชายและเพศหญิง ประเภทของงานวิจัยแบ่งเป็น 3 กลุ่ม คือ การศึกษาอิสระ วิทยานิพนธ์ปริญญาโทและบทความวิจัย การออกแบบการวิจัยแบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ การเปรียบเทียบ/ทดลองและความสัมพันธ์ ทิศทางของสมมติฐานแบ่งเป็น 4 กลุ่ม ได้แก่

มีทิศทาง มีทิศทางและไม่มีทิศทาง ไม่มีทิศทางและไม่ระบุสมมติฐาน วิธีการเลือกตัวอย่างแบ่งเป็น 3 กลุ่ม คือ การเลือกแบบเจาะจง/อาสาสมัคร การสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น และการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย ประเภทของกลุ่มตัวอย่างแบ่งเป็น 4 กลุ่ม ได้แก่ คนวัยทำงาน นักเรียน/นักศึกษา ประชาชนทั่วไป ผู้ป่วยหรือผู้สูงอายุ ระดับการศึกษาแบ่งเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่ มัธยมศึกษา/ปริญญาตรีและหลายระดับ สถานที่เก็บข้อมูลแบ่งเป็น 4 กลุ่ม ได้แก่ โรงพยาบาล โรงเรียน/มหาวิทยาลัย สำนักงานและหลากหลายแหล่ง การใช้สถิติที่แบบเป็นอิสระต่อกัน (Independent t-test) แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ ใช้กับไม่ใช่ การใช้สถิติที่แบบไม่เป็นอิสระต่อกัน (Dependent t-test) แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ ใช้กับไม่ใช่ การใช้สหสัมพันธ์ (Correlation) แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ ใช้กับไม่ใช่ และการใช้การวิเคราะห์ถดถอย (Regression) แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ ใช้กับไม่ใช่

ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับตัวแปรกำกับที่มีลักษณะเป็นตัวแปรจัดประเภทด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวน (Analysis of Variance, ANOVA) ผลการวิเคราะห์พบว่า ค่าขนาดอิทธิพลแตกต่างกันตามประเภทของตัวแปรตามอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ($Q = 23.074, p < 0.01$)

โดยประเภทของตัวแปรตามที่มีค่าขนาดอิทธิพลสูงสุด คือ ความสุข ซึ่งมีค่าสหสัมพันธ์เฉลี่ยเท่ากับ 0.475 อย่างไรก็ตาม ผู้วิจัยไม่พบความแตกต่างของค่าขนาดอิทธิพลระหว่างกลุ่มของตัวแปรกำกับของงานวิจัยในลักษณะอื่นๆ ที่นำมาใช้ในการสังเคราะห์ ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ผลกระทบของคุณลักษณะงานวิจัยที่มีต่อความสัมพันธ์ระหว่างมุมมองโลกในแง่ดีกับสุขภาวะของบุคคล

ตัวแปรกำกับ	95% CI					Z	Q	ตัวแปรกำกับ	95% CI					Z	Q
	N	Mean	Lower	Upper	Lower				Upper	N	Mean	Lower	Upper		
ประเภทของตัวแปรตาม						23.074**		วิธีการเลือกตัวอย่าง						4.294	
ความพึงพอใจในด้านต่างๆ	3	0.241	0.186	0.294	8.425**		เจาะจง/อาสาสมัคร	15	0.377	0.295	0.453	8.457**			
ความไม่เครียด/ความไม่ซึมเศร้า	5	0.348	0.202	0.480	4.480**		แบ่งชั้น	3	0.409	0.167	0.604	3.205**			
ความสุข	5	0.475	0.389	0.553	9.570**		อย่างง่าย	3	0.510	0.409	0.599	8.592**			
ปัญหาทางจิตสังคม/อารมณ์ด้านลบ	2	0.432	0.188	0.625	3.338**		ประเภทของกลุ่มตัวอย่าง						1.496		
สุขภาพร่างกาย/สุขภาวะทางจิต	6	0.411	0.267	0.538	5.238**		คนวัยทำงาน	8	0.395	0.277	0.502	6.140**			
แหล่งข้อมูล						0.028	นักเรียน/นักศึกษา	7	0.403	0.272	0.519	5.644**			
งานวิจัยต่างประเทศ	12	0.389	0.298	0.474	7.739**		ประชาชนทั่วไป	2	0.421	0.061	0.684	2.269*			
งานวิจัยในประเทศไทย	9	0.401	0.291	0.501	6.635**		ผู้ป่วย/ผู้สูงอายุ	4	0.341	0.291	0.389	12.611**			
เครื่องมือวัดตัวแปร						0.469	ระดับการศึกษา						0.010		
แบบวัด	7	0.423	0.336	0.503	8.702**		มัธยมศึกษา/ปริญญาตรี	7	0.400	0.255	0.527	5.086**			
แบบสอบถาม	14	0.382	0.295	0.462	8.055**		หลายระดับ	14	0.392	0.304	0.473	8.107**			
คุณลักษณะของตัวแปรตาม						0.105	สถานที่เก็บข้อมูล						2.027		
คุณลักษณะด้านบวก	14	0.402	0.318	0.479	8.685**		โรงพยาบาล	4	0.304	0.130	0.460	3.353**			
คุณลักษณะด้านลบ	7	0.378	0.248	0.494	5.406**		โรงเรียน/มหาวิทยาลัย	7	0.403	0.272	0.519	5.644**			
เพศผู้วิจัย						0.111	สำนักงาน	6	0.435	0.344	0.518	8.484**			
คณะผู้วิจัย	12	0.389	0.298	0.474	7.739**		หลากหลายแหล่ง	4	0.382	0.189	0.547	3.743**			
ชาย	3	0.417	0.276	0.540	5.409**		การใช้ independent t-test						0.394		
หญิง	6	0.395	0.222	0.544	4.260**		ใช้	5	0.356	0.212	0.485	4.656**			
ประเภทงานวิจัย						0.075	ไม่ใช้	16	0.406	0.324	0.482	8.932**			
การศึกษาอิสระ	4	0.390	0.269	0.498	5.957**		การใช้ dependent t-test						0.501		
วิทยานิพนธ์ปริญญาโท	5	0.419	0.208	0.592	3.718**		ใช้	2	0.470	0.244	0.648	3.829**			
บทความวิจัย	12	0.389	0.298	0.474	7.739**		ไม่ใช้	19	0.390	0.317	0.458	9.740**			
การออกแบบการวิจัย						0.501	การใช้ correlation						1.451		
การเปรียบเทียบ/ทดลอง	2	0.470	0.244	0.648	3.829**		ใช้	16	0.401	0.317	0.478	8.627**			
ความสัมพันธ์	19	0.390	0.317	0.458	9.740**		ไม่ใช้	5	0.342	0.292	0.390	12.603**			
ทิศทางของสมมติฐาน						5.749	การใช้ Regression						0.211		
มีทิศทาง	10	0.414	0.305	0.513	6.855**		ใช้	16	0.385	0.307	0.457	9.047**			
มีทิศทางและไม่มีทิศทาง	3	0.504	0.393	0.601	7.790**		ไม่ใช้	5	0.433	0.228	0.601	3.926**			
ไม่มีทิศทาง	3	0.319	0.066	0.534	2.453*										
ไม่ระบุสมมติฐาน	5	0.359	0.301	0.415	11.219**										

หมายเหตุ ** $p < 0.01$, * $p < 0.05$

กรณีที่ตัวแปรกำกับเป็นตัวแปรต่อเนื่อง ผู้วิจัยใช้การวิเคราะห์ถดถอยอภิมาน (Meta-regression) เพื่อทดสอบอิทธิพลของตัวแปรกำกับที่มีต่อค่าขนาดอิทธิพล ผลการวิเคราะห์พบว่า ตัวแปรที่มีอิทธิพลทางลบต่อค่าขนาดอิทธิพลประกอบด้วยตัวแปรปีที่ตีพิมพ์ของงานวิจัยและขนาดตัวอย่าง โดยตัวแปรปีที่ตีพิมพ์ของงานวิจัยมีอิทธิพลทางลบต่อค่าขนาดอิทธิพลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ($Z = -7.172, p < 0.01$) แสดงให้เห็นว่า ค่าขนาดอิทธิพลลดลงตามช่วงเวลาของการตีพิมพ์และตัวแปรขนาดตัวอย่างก็มีอิทธิพลทางลบต่อค่าขนาดอิทธิพลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 เช่นกัน ($Z = -5.210, p < 0.01$) แสดงให้เห็นว่า งานวิจัยที่มีตัวอย่างขนาดใหญ่จะมีค่าขนาด

อิทธิพลอยู่ในระดับต่ำ สำหรับตัวแปรที่มีอิทธิพลทางบวกต่อค่าขนาดอิทธิพลประกอบด้วยตัวแปรคุณภาพงานวิจัยและจำนวนของตัวแปรตาม โดยตัวแปรคุณภาพงานวิจัยมีอิทธิพลทางบวกต่อค่าขนาดอิทธิพลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ($Z = 2.458, p < 0.05$) แสดงให้เห็นว่า งานวิจัยที่ได้รับการประเมินว่ามีคุณภาพสูงจะมีค่าขนาดอิทธิพลอยู่ในระดับสูง ส่วนตัวแปรจำนวนตัวแปรตามมีอิทธิพลทางบวกต่อค่าขนาดอิทธิพลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ($Z = 8.149, p < 0.01$) แสดงให้เห็นว่า งานวิจัยที่มีจำนวนตัวแปรตามมากจะมีค่าขนาดอิทธิพลอยู่ในระดับสูง ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ผลกระทบของคุณลักษณะงานวิจัยเชิงปริมาณที่มีต่อความสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดีกับสุขภาวะของบุคคล

ตัวแปรกำกับ	Effect size	Standard error	95% CI		Z
			Lower	Upper	
ปีที่ตีพิมพ์เผยแพร่					
Slope	-0.047	0.007	-0.060	-0.035	-7.172**
Intercept	95.803	13.305	69.725	121.881	7.200**
จำนวนสมมติฐาน					
Slope	-0.004	0.004	-0.012	0.004	-0.940
Intercept	0.394	0.015	0.364	0.424	25.602**
ขนาดตัวอย่าง					
Slope	0.000	0.000	0.000	0.000	-5.210**
Intercept	0.463	0.018	0.428	0.499	25.844**
จำนวนตัวแปรตาม					
Slope	0.047	0.006	0.036	0.059	8.149**
Intercept	0.276	0.016	0.245	0.307	17.410**
คุณภาพงานวิจัย					
Slope	0.002	0.001	0.000	0.003	2.458*
Intercept	0.266	0.048	0.172	0.361	5.548**

หมายเหตุ ** $p < 0.01, * p < 0.05$

การสรุปและอภิปรายผล

การสังเคราะห์งานวิจัยเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดีกับสุขภาวะของบุคคล จำนวน 18 เรื่อง ผลการวิจัยแสดงให้เห็นความสัมพันธ์ทางบวกที่มีนัยสำคัญทางสถิติระหว่างการมองโลกในแง่ดีกับสุขภาวะของบุคคล โดยคุณลักษณะของงานวิจัยที่มีอิทธิพลกำกับขนาดอิทธิพลของความสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดีกับสุขภาวะ

ของบุคคล มี 5 ตัวแปร ได้แก่ ประเภทของตัวแปรตาม ปีที่ตีพิมพ์ ขนาดตัวอย่าง คุณภาพของงานวิจัย และจำนวนตัวแปรตาม โดยปีที่ตีพิมพ์ และขนาดตัวอย่างมีอิทธิพลกำกับในความสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดีกับสุขภาวะในทางลบในขณะที่คุณภาพของงานวิจัย และจำนวนตัวแปรตามมีอิทธิพลกำกับในทางบวก ซึ่งผลการวิจัยสามารถอภิปรายได้ดังนี้

ประเภทของตัวแปรตามที่ศึกษามีอิทธิพลต่อขนาดอิทธิพล โดยความสุขมีขนาดอิทธิพลสูงสุด ซึ่งแสดงให้เห็นว่าการมองโลกในแง่ดีกับความสุขเป็นสิ่งที่มีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันในระดับสูง กล่าวคือ เมื่อบุคคลมองโลกในแง่ดีแล้วก็จะนำไปสู่ความสุขที่เกิดขึ้นกับบุคคลด้วย ทั้งนี้ น่าจะมีสาเหตุมาจากการมองโลกในแง่ดีทำให้บุคคลคาดหวังว่าจะมีผลลัพธ์ในเชิงบวกเกิดขึ้นกับตนในสถานการณ์ต่างๆ ความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวกเช่นนี้ย่อมทำให้บุคคลเกิดความสุข ผลการสังเคราะห์นี้ยังสะท้อนให้เห็นว่าความสุขน่าจะเป็นตัวแปรที่ใช้ในการอธิบายสุขภาวะของบุคคลได้ดีที่สุดด้วย (American Psychological Association, 2006)

ปีที่ตีพิมพ์มีอิทธิพลต่อขนาดอิทธิพลโดยการตีพิมพ์ในช่วงเวลาที่ใหม่กว่าจะขนาดอิทธิพลจะน้อยกว่า การอธิบายถึงสาเหตุของปรากฏการณ์นี้ต้องอาศัยการอธิบายจากข้อมูลอื่นประกอบเพราะตัวแปรช่วงเวลาตีพิมพ์เป็นตัวแทนของปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นในช่วงเวลานั้น ตัวแปรปีที่ตีพิมพ์เองไม่สามารถอธิบายปรากฏการณ์ได้โดยตรง (Wood & Eagly, 2009) เมื่อพิจารณาลักษณะของตัวแปรในงานวิจัยพบว่าจำนวนตัวอย่างของงานวิจัยที่นำมาศึกษางานที่ตีพิมพ์ปีใหม่มีขนาดตัวอย่างที่ใหญ่กว่า และขนาดตัวอย่างมีอิทธิพลทางลบต่อขนาดอิทธิพลซึ่งสอดคล้องกันกับตัวแปรปีที่ตีพิมพ์ ดังนั้น การอธิบายอิทธิพลของปีที่ตีพิมพ์จึงอธิบายได้ว่าเพราะงานวิจัยในปีใหม่มีการใช้ขนาดตัวอย่างมากขึ้นและมีขนาดอิทธิพลลดลง อาจเนื่องมาจากกลุ่มตัวอย่างขนาดใหญ่ทำให้ขนาดอิทธิพลระดับต่ำมีนัยสำคัญได้ง่ายกว่ากลุ่มตัวอย่างขนาดเล็ก (Jennions & Møller, 2002) ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ นงลักษณ์ วิรัชชัย และ สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา (2552) ที่พบว่า ขนาดตัวอย่างมีอิทธิพลต่อขนาดอิทธิพลระหว่างตัวแปรที่ศึกษา

คุณภาพของงานวิจัยที่นำมาศึกษาครั้งนี้มีผลการประเมินคุณภาพงานวิจัยอยู่ในระดับสูง และคุณภาพงานวิจัยมีอิทธิพลทางบวกต่อขนาดอิทธิพล กล่าวคือ งานวิจัยที่มีคุณภาพสูงจะมีขนาดอิทธิพลที่สูงกว่างานวิจัยที่มีคุณภาพต่ำกว่า อาจมาเนื่องจากการประเมินคุณภาพงานวิจัยในการสังเคราะห์งานวิจัยครั้งนี้อยู่บนพื้นฐานของการประเมินความตรง (Validity) 4 ประเภท คือ ความตรงภายนอก ความตรงภายใน ความตรงเชิงโครงสร้างและความตรงในการสรุปข้อมูลทาง

สถิติ (สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา, 2552) ดังนั้นงานวิจัยที่ได้รับการประเมินว่ามีคุณภาพสูงจึงสะท้อนว่างานวิจัยเหล่านี้ให้ผลการวิจัยที่มีความตรงในระดับสูงส่งผลให้ได้ผลการวิเคราะห์ขนาดอิทธิพลที่ถูกต้องมากขึ้น สอดคล้องกับงานวิจัยอื่น อาทิ ธีรยา ทองสมบัติ ธนินทร์ รัตนโอฬาร และ ศิริรัตน์ เพ็ชรแสงศรี (2557) พรทิพย์ พันตา และ สุชาดา บวรกิตวงศ์ (2555) และ นงลักษณ์ วิรัชชัย และ สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา (2552) ที่พบว่า คุณภาพของงานวิจัยมีอิทธิพลต่อขนาดอิทธิพลระหว่างตัวแปรที่ศึกษา

จำนวนตัวแปรตามในการวิจัยมีอิทธิพลต่อขนาดอิทธิพลในบวก กล่าวคือ งานวิจัยที่มีจำนวนตัวแปรตามสูงจะมีขนาดอิทธิพลสูงกว่างานวิจัยที่มีจำนวนตัวแปรตามต่ำกว่า สอดคล้องกับงานวิจัยของ นงลักษณ์ วิรัชชัย และ สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา (2552) ที่พบว่า จำนวนตัวแปรตามมีอิทธิพลต่อขนาดอิทธิพลระหว่างตัวแปรที่ศึกษา อาจเนื่องจากเมื่อมีการศึกษาตัวแปรตามที่เกี่ยวข้องกับสุขภาวะของบุคคลเพิ่มมากขึ้นทำให้สามารถวัดความผันแปรของสุขภาวะของบุคคลได้เพิ่มขึ้นด้วย และส่งผลให้สามารถอธิบายขนาดอิทธิพลระหว่างมุมมองโลกกับสุขภาวะของบุคคลได้ดีขึ้น (Wood & Eagly, 2009)

ข้อเสนอแนะในการวิจัย

ผลการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะในเชิงวิชาการและเชิงการปฏิบัติดังนี้

ข้อเสนอแนะเชิงวิชาการ

1. การศึกษาความสัมพันธ์หรืออิทธิพลของการมองโลกในแง่ดีที่มีต่อสุขภาวะของบุคคลอาจใช้ตัวแปรความสุขเป็นตัวแทนสุขภาวะของบุคคลได้ เนื่องจากผลการวิจัยพบว่าความสุขเป็นตัวแปรตามที่มีค่าขนาดอิทธิพลสูงในการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดีกับสุขภาวะของบุคคล

2. ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า คุณภาพของงานวิจัยส่งผลทำให้การอธิบายปรากฏการณ์ของความสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดีกับสุขภาวะของบุคคลได้ชัดเจนขึ้น ดังนั้น ผู้วิจัยจึงควรให้ความสำคัญคุณภาพของงานวิจัยและค้นหาแนวทางในการออกแบบงานวิจัยให้มีคุณภาพสูงขึ้น

ข้อเสนอแนะเชิงการปฏิบัติ

1. ผลการวิจัยแสดงให้เห็นความสัมพันธ์ระหว่างมุมมองโลกในแง่ดีกับสุขภาวะของบุคคล ดังนั้น ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการพัฒนาสุขภาวะของบุคคลหรือหน่วยงานด้านสุขภาพต่างๆ ควรจะพัฒนาโปรแกรมเสริมสร้างการมองโลกในแง่ดีให้กับบุคคล ซึ่งมีความเกี่ยวข้องกับการเสริมสร้างสุขภาวะของบุคคลด้วย

2. ผลการวิจัยพบว่า ความสุขเป็นตัวแปรตามที่มีคาชานาอิทธิพลสูงสุดในการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างมุมมองโลกในแง่ดีกับสุขภาวะของบุคคล ดังนั้น การพัฒนาสุขภาวะของบุคคลควรจะมุ่งเน้นการเสริมสร้างความสุขให้กับบุคคล

การนำไปประยุกต์ใช้ควรคำนึงถึงข้อจำกัดของงานวิจัยในครั้งนี้เรื่องขนาดตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยที่มีจำนวน 18 เรื่อง ซึ่งอาจส่งผลถึงอำนาจในการทดสอบของสถิติในการวิจัยและการอ้างอิงไปยังกลุ่มประชากร แต่อย่างไรก็ตาม ผลการวิจัยนี้ได้ให้องค์ความรู้ที่เป็นประโยชน์ต่องานวิชาการด้านจิตวิทยา

บรรณานุกรม

ชนิษฐา ไชยฤกษ์. (2550). *ความสัมพันธ์ระหว่างมุมมองโลกในแง่ดี ความสุขและคุณภาพการให้บริการของพนักงานให้บริการลูกค้าในฝ่ายขาย: กรณีศึกษาสายการบินแห่งหนึ่ง*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์).

ชานนท์ ประชุมชื่น, ปิยะธิดา ปัญญา และ พงศ์ธร โพธิ์พลศักดิ์. (2557). การสังเคราะห์งานวิจัยที่เกี่ยวกับบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนระดับประถมศึกษา โดยวิธีวิเคราะห์เมตต้า. การประชุมวิชาการนำเสนอผลงานวิจัยระดับบัณฑิตศึกษา ครั้งที่ 15, มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

ธีรยา ทองสมบัติ, ธนินทร์ รัตน์โอฬาร และ ศิริรัตน์ เพ็ชรแสงศรี. (2557). การวิเคราะห์อภิมานวิทยานิพนธ์เกี่ยวกับรูปแบบการเรียนการสอนที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน : คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรม สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง. การประชุมวิชาการระดับชาติ ครั้งที่ 4 การพัฒนาประสบการณ์การเรียนรู้ในชีวิตจริง : กระบวนทัศน์การเรียนรู้สู่อาเซียน คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรม สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง.

นงลักษณ์ วิรัชชัย และ สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. (2552). *รายงานการสังเคราะห์งานวิจัยเกี่ยวกับคุณภาพการศึกษไทย: การวิเคราะห์อภิมาน (Meta-analysis)*. กรุงเทพฯ: สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา.

พรทิพย์ พันตา และ สุชาดา บวรกิตติวงศ์. (2555). การสังเคราะห์งานวิจัยนวัตกรรมการเรียนการสอนคณิตศาสตร์: การวิเคราะห์อภิมานและการวิเคราะห์กลุ่มแฝง. *วารสารอิเล็กทรอนิกส์ทางการศึกษา*. 7(1), 1803-1816.

ภาณุวัฒน์ กลับศรีอ่อน. (2552). *ความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการเผชิญปัญหา ฝ่าฟันอุปสรรค การมองโลกในแง่ดีกับความเครียดในการทำงานของตัวแทนประกันชีวิต*. (การศึกษาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย).

ยุทธิณีย์ ยิ่งเจริญ. (2553). *ความสัมพันธ์ระหว่างมุมมองโลกในแง่ดี จิตสำนึกในการให้บริการ ความสุขกับคุณภาพการบริการ*. (การศึกษาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย).

วรรณพรพรรณ ศรีตุลานนท์. (2551). *ความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในงาน การมองโลกในแง่ดี ความมั่นคงทางการเงินและความสุขในชีวิตของพนักงานธนาคาร*. (การศึกษาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย).

วารภรณ์ ผาทอง. (2549). *ผลของโปรแกรมพัฒนาการมองโลกในแง่ดีต่อความสุขในชีวิตของผู้ป่วยโรค ความดันโลหิตสูง*. (การค้นคว้าแบบอิสระวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่).

วาสนา กันคำ. (2550). *ผลของโปรแกรมพัฒนาการมองโลกในแง่ดีต่อการมองโลกในแง่ดีและความเครียดของพยาบาลในหอผู้ป่วยวิกฤติ โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่*. (การค้นคว้าแบบอิสระวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่).

ศิริมล คำนวล. (2552). *ความสัมพันธ์ระหว่างมุมมองโลกในแง่ดี ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคและความสุข: กรณีศึกษาพนักงานบริษัทเอกชนแห่งหนึ่ง*. (ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์).

- อริยาภรณ์ ก่ออิฐ. (2553). *ความสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกกับความเครียดในงานและความสำเร็จในงานของพนักงานขายเวชภัณฑ์ในโรงพยาบาลเขตกรุงเทพและปริมณฑล*. สารนิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ.
- Augusto-Landa, J.M., Pulido-Martos, M., & Lopez-Zafra, E. (2011). Does Perceived Emotional Intelligence and Optimism/pessimism Predict Psychological Well-being?. *Journal of Happiness Studies*. 12, 463-474.
- Carver, C.S., & Scheier, M.F. (2002). *Optimism*. In *Handbook of positive psychology*. Snyder, C.R.; & Lopez, S.J. 231-243. Oxford, UK: Oxford University Press.
- Carver, C.S., Scheier, M.F., & Segerstrom, S.C. (2010). Optimism. *Clinical Psychology Review*. 30, 879-889.
- Ho, M.Y., Cheung, F.M., & Cheung, S.F. (2010). The role of meaning in life and optimism in promoting well-being. *Personality and Individual Differences*. 48, 658-663.
- Hooghe, M. & Vanhoutte, B., (2011). Subjective well-being and social capital in Belgian communities: The impact of community characteristics on subjective well-being Indicators in Belgium. *Social Indicators Research*. 100, 17-36.
- Jennions, M.D. & Møller A.P. (2002). Relationships fade with time: a meta-analysis of temporal trends in publication in ecology and evolution. *Proceedings of the Royal Society B*. 269, 43-48.
- Krypel, M.N., & Henderson-King, D., (2010). Stress, coping styles, and optimism: are they related to meaning of education in students' lives?. *Social Psychology of Education*. 13, 409-424.
- Kumcagiz, H., Celik, S.B., Yilmaz, M., & Eren, Z. (2011). The effects of emotional intelligence on optimism of university students. *Social and Behavioral Sciences*. 30, 973-977.
- Mellor, D., Hayashi, Y., Firth, L., et al. (2008). Volunteering and Well-Being: Do Self-Esteem, Optimism, and Perceived Control Mediate the Relationship?. *Journal of Social Service Research*. 34, 61-70.
- Peterson, S.J., Luthans, F. Avolio, B.J., Walumbwa, F.O., & Zhang, Zhen. (2011). Psychological capital and employee performance: A latent growth modeling approach. *Personnel Psychology*. 64, 427-450.
- Pinquart, M. Fröhlich, C. & Silbereisen, R.K. (2007). Optimism, pessimism, and change of psychological well-being in cancer patients. *Psychology, Health & Medicine*. 12, 421-432.
- Ruthig, J.C. Chipperfield, J.G. Newall, N.E.; et al. (2007). Detrimental Effects of Falling on Health and Well-being in Later Life: The Mediating Roles of Perceived Control and Optimism. *Journal of Health Psychology*. 12, 231-248.
- Ruthig, J.C., Haynes, T.L., Stupnisky, R.H., & Perry, R.P. (2009). Perceived academic control: mediating the effects of optimism and social support on college students' psychological health. *Social Psychology of Education*. 12, 233-249.
- Salmela-Aro, K. Tolvanen, A., & Nurmi, J.E. (2009). Achievement strategies during university studies predict early career burnout and engagement. *Journal of Vocational Behavior*. 75, 162-172.
- Souri, H. & Hasanirad, T. (2011). Relationship between resilience, optimism and psychological well-being in students of medicine. *Social and Behavioral Sciences*. 30, 1541-1544.
- Yalçın, I. (2011). Social support and optimism as predictors of life satisfaction of college students. *International Journal of Advanced Counselling*. 33, 79-87.
- Wood, W. & Eagly, A. (2009). Advantages of certainty and uncertainty. In H. Cooper, L.V. Hedges & J.C. Valentine (Eds.), *The handbook of research synthesis and meta-analysis*. 2, 455-472: Russell Sage Foundation.

TRANSLATED THAI REFERENCES

- Chailerk, K. (2006). The relationship between optimism, happiness, and service quality of customer services staff in sales department: A case study of an airline company. (Master's thesis, Thammasat University). (in Thai).
- Kankom, W. (2006). Effects of an optimism development program on optimism and stress of nurses in critical care unit at Maharaj Nakorn Chiang Mai Hospital. (Master's thesis, Chiang Mai University). (in Thai).
- Khamnuan, S. (2008). Relationships between optimism, adversity quotient and happiness: A case study of a private company. (Master's thesis, Thammasat University). (in Thai).
- Klubsri-on, P. (2008). Relationships between coping ability, adversity quotient, optimism and working stress of insurance agent. (Master's thesis, Thammasat University). (in Thai).
- Korit, A. (2009). Relationship between optimism, job stress and job success, of medical sales representatives in Bangkok and perimeter areas. (Master's thesis, King Mongkut's University of Technology North Bangkok). (in Thai).
- Phathong, W. (2005). *Effects of an optimism development program on happiness of hypertensive patients*. (Master's thesis, Chiang Mai University). (in Thai).
- Prachumchuen, C., Panya, P., & Poeplusak, P. (2014). A synthesis of research works involving computer-assisted instruction for prathom sukka using a meta-analysis. Graduate Research Conference: GRC 2014 Khen Kean University. (in Thai).
- Punta, P., & Bowarnkitiwong, S. (2012). A synthesis of mathematics teaching innovation research: Meta-analysis and latent class analysis. *An Online Journal of Education: OJED*, 7(1), 1803-1816. (in Thai).
- Sritulanon, W. (2007). *The relationship between job satisfaction, optimism, services mind, financial security and life happiness*. (Master's thesis, Chulalongkorn University). (in Thai).
- Thongsombut, T., Ratana-o-larn, T., & Petsansi, S. (2514). *Thesis meta-analysis of learning model affecting to achievement: industrial education, King Mongkut's Institute of Technology Ladkrabang*. The 12th International Conference on Devoping Real-Life Learning Experiences: Changing Education Paradigms in ASEAN. Faculty of Induatrial Education, King Mongkut's Institute of Technology Ladkrabang (KMITL) Bangkok, Thailand. (in Thai).
- Wiratchai, N., & Office of the Education Council. (2008). The report of research synthesis of education quality in Thailand. Bangkok: Office of the Education Council. (in Thai).
- Yongcharoen, Y. (2009). *The relationship between optimism, services mind, happiness and service quality*. Master's thesis, Chulalongkorn University. (in Thai).



ดร.มารยาท โยทองยศ สำเร็จการศึกษา ค.ด. (วิธี
วิทยาการวิจัยการศึกษา) จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และ
วท.ม (สถิติประยุกต์) และ วท.บ. (สถิติ) มหาวิทยาลัย
เชียงใหม่ ปัจจุบันเป็นอาจารย์ประจำคณะวิทยาศาสตร์
และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยกรุงเทพ



ดร.วิธัญญา วัฒนโธ สำเร็จการศึกษา ค.ด. (วิธีวิทยาการ
วิจัยการศึกษา) ศศ.ม. (จิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ)
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และ วท.บ. จิตวิทยา มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ (เกียรตินิยมอันดับ 1) ปัจจุบันเป็นผู้ช่วย
ศาสตราจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ