

# เพศสถานะกับรูปแบบการใช้ชีวิต: การศึกษาข้ามวัฒนธรรม (ไทย ออสเตรเลีย) Gender and Life Styles: Cross Cultural Research (Thailand Australia)

รังสรรค์ โฉมยา<sup>1</sup>, อารยา ปิยะกุล<sup>2</sup>  
Rungson Chomeya<sup>1</sup>, Araya Piyakun<sup>2</sup>

Received: 16 January 2020

Revised: 24 March 2020

Accepted: 22 April 2020

## บทคัดย่อ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์ที่สำคัญ คือ (1) เพื่อศึกษารูปแบบการใช้ชีวิตของเพศชายและหญิง (ทั้งในภาพรวมและรูปแบบการใช้ชีวิตย่อย 6 รูปแบบ) ในประเทศไทยและออสเตรเลีย และ (2) เพื่อศึกษาเปรียบเทียบรูปแบบการใช้ชีวิตของเพศชายและหญิงระหว่างตัวอย่างจากประเทศทั้งสอง ตัวอย่างในการศึกษาเป็นนิสิตปริญญาตรี จำนวน 213 คน จากประเทศไทย 112 คน และประเทศออสเตรเลีย 101 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ แบบวัดรูปแบบการใช้ชีวิต ซึ่งประกอบด้วยรูปแบบการใช้ชีวิต 6 แบบ มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา ระหว่าง.79 สถิติที่ใช้ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่าที ผลการวิจัยพบว่า

1. ในเพศชาย ตัวอย่างจากออสเตรเลีย มีรูปแบบการใช้ชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับปานกลางทุกด้านเช่นเดียวกับเพศหญิง ยกเว้นแบบสุขภาพนิยมในเพศชายที่อยู่ในระดับสูง ทั้งชายและหญิงนิยมรูปแบบการใช้ชีวิตแบบสุขภาพนิยม ต่ำที่สุดในเพศชายได้แก่แบบแสวงหาความก้าวหน้า เพศหญิง ได้แก่แบบอนุรักษ์นิยม ส่วนตัวอย่างจากประเทศไทย พบว่า ทั้งชายและหญิงมีรูปแบบการใช้ชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับปานกลางทุกด้าน ยกเว้นแบบอนุรักษ์นิยมและแบบชอบใช้ชีวิตที่บ้านในเพศชายที่อยู่ในระดับสูง เพศชายมีรูปแบบการใช้ชีวิตแบบอนุรักษ์นิยมสูงและต่ำที่สุดได้แก่แบบท่องราตรี เพศหญิงมีรูปแบบการใช้ชีวิตแบบสุขภาพนิยมสูงและต่ำที่สุดได้แก่ แบบอนุรักษ์นิยมเช่นเดียวกับหญิงออสเตรเลีย

2. รูปแบบการใช้ชีวิตของสองประเทศแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในภาพรวมและรายด้านทุกด้านทั้งในเพศชายและหญิง ยกเว้นแบบสุขภาพนิยมในเพศชายพบว่าไม่แตกต่างกัน โดยนิสิตจากไทยจะมีความชัดเจนของรูปแบบการใช้ชีวิตมากกว่าออสเตรเลียในภาพรวมและในรายด้านทุกด้าน ทั้งในกลุ่มเพศชายและหญิง ยกเว้นแบบท่องราตรีทั้งชายและหญิง แบบสุขภาพนิยมในเพศหญิง ที่ออสเตรเลียมากกว่าไทย

**คำสำคัญ:** รูปแบบการใช้ชีวิต, เพศสถานะ, การศึกษาข้ามวัฒนธรรม, ไทย, ออสเตรเลีย

<sup>1</sup> รองศาสตราจารย์ ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

<sup>2</sup> อาจารย์ ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

<sup>1</sup> Associate professor, Department of Educational Psychology and Guidance, Faculty of Education, Mahasarakham University

<sup>2</sup> Lecturer, Department of Educational Psychology and Guidance, Faculty of Education, Mahasarakham University

## Abstract

The purposes of this study were: 1) to examine the six lifestyles of Australian and Thai male and female students in total and in each style, and 2) to compare the students' lifestyles across genders (male and female) and across countries (Australia and Thailand). The participants of the study consisted of 213 students (112 Thai students and 101 Australian students). The instruments included the lifestyles questionnaire which involved six types of lifestyles. The questionnaire reliability measured by Cronbach's alpha coefficient was 0.79. The statistics used in the study were mean, standard deviation, and t-test.

The results revealed that:

1. The Australian male participants had overall lifestyles at a moderate level, same as the female participants. However, the healthy lifestyle of the male participants was at a high level. Both genders preferred the healthy lifestyle. While the males had trendy lifestyle at a lowest level, the females showed conservative lifestyle at a lowest. The participants in both genders had the overall lifestyles at a moderate level, but conservative lifestyle and homey lifestyle were found at a high level. The male participants had the high level of conservative lifestyle and lowest level of night going lifestyle. The Thai female participants had the highest level of healthy lifestyles and lowest level of conservative lifestyle, similar to Australian females.

2. There was the statistically significant difference between Thai and Australian students at 0.05. However, for the healthy lifestyle, it was found no difference between Thai and Australian male participants. Interestingly, the Thai participants had more apparent lifestyles than Australian participants in overall and each type of life styles, but not for night going lifestyle. The healthy lifestyle of Australian female participants was higher than Thai participants.

**Keywords:** Lifestyles, Gender, Cross Cultural Research, Thailand, Australia

## บทนำ

รูปแบบการใช้ชีวิต หมายถึง พฤติกรรมที่ใช้ในชีวิตประจำวันจนมีลักษณะคงที่ แน่นนอน มีแบบแผน (Thirlaway and Upton, 2009: 7 cited in WHO 1986: 118) ซึ่งลักษณะของพฤติกรรมต่างๆ ของบุคคลจะเป็นตัวบ่งบอกถึง รูปแบบการใช้ชีวิตแต่ละแบบว่ามีลักษณะของพฤติกรรม การเข้าสังคมในลักษณะใด มีลักษณะของการบริโภคแบบใด การแสวงหาความบันเทิงหรือพักผ่อนหย่อนใจในแบบใด การใช้เวลาว่างงาน

อดิเรก บุคลิกภาพและการแต่งกาย ล้วนเป็นส่วนประกอบของรูปแบบการใช้ชีวิต ทั้งนี้รูปแบบการใช้ชีวิตจะถูกดำเนินจนกลายเป็น อุปนิสัย เป็นวิธีประจำที่กระทำสิ่งต่างๆ ตามอัตลักษณ์ของแต่ละบุคคล รูปแบบการใช้ชีวิต จะเป็นตัวกำหนดเจตคติ ค่านิยม และทัศนคติของแต่ละบุคคล รูปแบบการใช้ชีวิต จึงมีความหมายในเชิงของอัตราหรือตัวตน และใช้ในการสร้างสัญลักษณ์ทางวัฒนธรรมที่ประกอบด้วยอัตลักษณ์ของบุคคลในสังคมสมัยใหม่มีการใช้ประโยชน์จากรูปแบบ

การใช้ชีวิตและอัตลักษณ์ของตัวตนในลักษณะการพัฒนาสำนึกแห่งตนจากความเชื่อและการทำกิจกรรมมากกว่าที่จะมองว่ารูปแบบการใช้ชีวิตเป็นแค่พฤติกรรมการบริโภคที่ทำให้บุคคลพัฒนาความเป็นตัวตนจากการบริโภคหรือใช้ผลิตภัณฑ์หรือบริการที่หลากหลาย ซึ่งผลิตภัณฑ์หรือบริการเหล่านั้นเองที่เป็นตัวบ่งบอกถึงรูปแบบการดำเนินชีวิตที่แตกต่างกัน ซึ่งเป็นการมองรูปแบบการใช้ชีวิตในความหมายแคบ

ความสำคัญของการศึกษาเกี่ยวกับรูปแบบการใช้ชีวิต หรือสไตล์การใช้ชีวิตของบุคคล ในทางพฤติกรรมศาสตร์รูปแบบการใช้ชีวิต เป็นตัวแปรหนึ่งที่มีความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมต่างๆ ของบุคคล บุคลิกภาพ วัฒนธรรม (Hofstede and McCrae, 2004: 38-52) ลักษณะการบริโภค (Cosmas, 1982: 455) และเป็นตัวแปรที่บ่งชี้ถึงคุณลักษณะบางอย่างของบุคคล งานวิจัยทางด้านวิทยาศาสตร์การแพทย์มักจะทำการศึกษา รูปแบบการใช้ชีวิตที่มีความเกี่ยวข้องกับประเด็นต่างๆ ทางด้านสุขภาพของบุคคล รูปแบบการใช้ชีวิตยังส่งผลกระทบต่อความคาดหวังต่างๆ ในชีวิต (Li Pan Wang Liu Dhana Franco and Hu, 2018: 1-16) โดยเฉพาะรูปแบบการใช้ชีวิตในมิติต่างๆ ทางด้านสุขภาพ ในประเทศไอร์แลนด์มีการศึกษาสำรวจอย่างกว้างขวางเกี่ยวกับรูปแบบการใช้ชีวิต (Lifestyle) เจตคติของบุคคล (Attitudes) และโภชนาการ (Nutrition) เพื่อรายงานเกี่ยวกับสุขภาพจิต (Mental Health) และสุขภาวะทางสังคม (Social Well-being) ของประชากรในประเทศ (Barry Van Molcho Morgan McGee Conroy and Perry, 2009) ซึ่งถือว่าเป็นตัวบ่งชี้คุณภาพทางสังคมประการหนึ่ง

การศึกษาเรื่อง รูปแบบการใช้ชีวิตของนิสิตปริญญาตรี: การศึกษาข้ามวัฒนธรรม (ไทย ออสเตรเลีย) จะเป็นการศึกษาภาพรวม

ของรูปแบบการใช้ชีวิตของนิสิตปริญญาตรี ของมหาวิทยาลัยมหาสารคาม ประเทศไทย และมหาวิทยาลัยโมนาช เมืองเมลเบิร์น ประเทศออสเตรเลีย ทั้งในเรื่องของรูปแบบพฤติกรรมและวิถีการใช้ชีวิต เพื่อที่จะประเมิน เปรียบเทียบคุณลักษณะต่างๆ ของรูปแบบการใช้ชีวิตของนิสิตปริญญาตรี มหาวิทยาลัยมหาสารคาม ประเทศไทย และมหาวิทยาลัยโมนาช เมืองเมลเบิร์น ประเทศออสเตรเลีย โดยมีสมมุติฐานเบื้องต้นในการเปรียบเทียบระหว่างสองสังคมที่เป็นตัวแทนของสังคมในประเทศที่พัฒนาแล้วกับสังคมในประเทศที่กำลังพัฒนา เพื่อประโยชน์ในการพัฒนาการองค์ความรู้ทางด้านจิตวิทยา หาจุดเหมือนจุดต่างของรูปแบบการใช้ชีวิตในสังคมทั้งสอง ในงานวิจัยในสมัยใหม่ที่ศึกษาในลักษณะนี้ เช่น การศึกษาแบบข้ามวัฒนธรรมเพื่อเปรียบเทียบภาวะสุขภาพ คุณภาพชีวิตระหว่างหญิงสูงอายุในประเทศออสเตรเลียและประเทศเวียดนาม (Dao-Tran Seib Jones and Anderson, 2014: 1-7) เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างสองสังคมที่มีความแตกต่างกัน นอกจากนี้งานวิจัยนี้ยังเป็นการศึกษาเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนิสิตในระดับปริญญาตรีของประเทศไทยต่อไป

## วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษารูปแบบการใช้ชีวิตของเพศชายและหญิง (ทั้งในภาพรวมและรูปแบบการใช้ชีวิตย่อย 6 รูปแบบ) ในประเทศไทยและออสเตรเลีย
2. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบรูปแบบการใช้ชีวิตของเพศชายและหญิงระหว่างตัวอย่างจากประเทศทั้งสอง

## สมมุติฐาน

รูปแบบการใช้ชีวิต (ทั้งในภาพรวมและรูปแบบการใช้ชีวิตย่อย 6 รูปแบบ) ในเพศชายและ

หญิงมีความแตกต่างกัน เมื่อเปรียบเทียบระหว่างประเทศไทยและประเทศออสเตรเลีย

## วิธีการศึกษา

1. ประชากร ได้แก่ นิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยมหาสารคาม ที่เรียนในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2562 และนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยโมนาช เมืองเมลเบิร์น ประเทศออสเตรเลีย

2. ตัวอย่าง ได้แก่ นิสิตประเทศละ 100 คน แต่เก็บได้จริง 213 คน จากประเทศไทย 112 คน และประเทศออสเตรเลีย 101 คน จำนวนตัวอย่างสำหรับการวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของสองกลุ่ม แม้ว่าการประมาณค่าจากตัวอย่างที่มี 1,000 รายมีแนวโน้มที่จะประมาณค่าได้มากกว่า แต่การประมาณค่าพารามิเตอร์จากประชากรด้วยตัวอย่าง อย่างน้อย 100 คน ก็สามารถทำได้และให้การประมาณในระดับที่ยอมรับได้ (Healey, 2015: 153-154) ข้อควรระวังเกี่ยวกับขั้นตอนนี้ คือ การทดสอบจะไม่น่าเชื่อถือหากความแปรปรวนของทั้งสองกลุ่มไม่เท่ากัน หากมีข้อสงสัยควรทำการตรวจสอบ ถ้าความแปรปรวนพิสูจน์แล้วว่าไม่เท่ากันและขนาดของกลุ่มตัวอย่างมีขนาดเล็ก สองกลุ่มรวมกันมากกว่าหรือเท่ากับ 30 ค่าวิกฤตอาจถูกประมาณค่าโดยการทดสอบค่าซี (z) เพื่อความสะดวก แต่ถ้าสองตัวอย่างมีขนาดใหญ่ (แต่ละกลุ่มมีตัวอย่างมากกว่าหรือเท่ากับ 30 ขึ้นไป) ก็จะทำให้ผลการประมาณค่าที่ดีได้ (Dowdy, Wearden and Chilko, 2004: 190-196)

3. ตัวแปรรูปแบบการใช้ชีวิต จะประกอบด้วย รูปแบบการใช้ชีวิตย่อย 6 รูปแบบ เช่น แบบชอบใช้ชีวิตที่บ้าน, แบบท่องเที่ยว, แบบสังคมเปิด, แบบแสวงหาความก้าวหน้า, แบบอนุรักษ์นิยม และ แบบสุขภาพนิยม

4. แบบวัดรูปแบบการใช้ชีวิต แบบวัดที่สอบถามเกี่ยวกับการรับรู้ของบุคคลเกี่ยวกับรูปแบบการใช้ชีวิตของตนเองในลักษณะต่างๆ 6 ประการ คือ (1) แบบชอบใช้ชีวิตที่บ้าน (2) แบบท่องเที่ยว (3) แบบสังคมเปิด (4) แบบแสวงหาความก้าวหน้า (5) แบบอนุรักษ์นิยม และ (6) แบบสุขภาพนิยม ลักษณะเป็นแบบวัดแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) แบบ 6 ระดับ จำนวน 25 ข้อ โดยวัดใน 6 ด้านๆ ตามนิยามตัวแปร เป็นแบบวัดที่ผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้นโดยอิงแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบการใช้ชีวิต แบบวัดแต่ละฉบับมีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ ตั้งแต่ .79 สำหรับรูปแบบการใช้ชีวิต ฉบับภาษาอังกฤษ ได้ดำเนินการสร้างดังนี้ คือ หลังจากพัฒนาแบบวัดต้นฉบับในภาษาไทยเสร็จ ผู้วิจัยดำเนินการแปลจากต้นฉบับภาษาไทยเป็นภาษาอังกฤษ (Translation) จากนั้นก็ให้ผู้เชี่ยวชาญทางภาษาต่างประเทศแปลจากฉบับภาษาอังกฤษมาเป็นภาษาไทย (Back translation) เพื่อตรวจสอบความตรงของเนื้อหาทางภาษาว่ามีความใกล้เคียงกัน หรือแตกต่างกันมากน้อยเพียงใด หากพบว่ามีความแตกต่างก็ดำเนินการแก้ไขเพื่อให้ความหมายตรงตามต้นฉบับมากที่สุด หรือมีความหมายเหมือนกันทุกประการ ทำการตรวจเช็คการแปลและความหมายเดิมอีกครั้งและทำการแปลกลับเป็นภาษาอังกฤษปรับและเรียบเรียงจนมีข้อความใกล้เคียงต้นฉบับ ทดลองใช้ หาค่าคุณภาพ และนำไปใช้ในสถานการณ์ที่กำหนดตามแบบทดสอบ หรือใกล้เคียงที่สุด โดยคำนึงถึงมาตรฐาน ความสุภาพ แนวปฏิบัติตามวัฒนธรรมนั้นๆ และแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของนิสิต ซึ่งประกอบด้วยข้อมูลเกี่ยวกับ เพศ และภูมิลำเนา

การแปลความหมายจากแบบวัด แบ่งการพิจารณาจากค่าเฉลี่ยเป็น 3 ระดับ ระดับ ต่ำค่าเฉลี่ยอยู่ระหว่าง 1-2 คะแนนระดับปานกลางค่า



จากตารางที่ 1 เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา เปรียบเทียบรูปแบบการใช้ชีวิตระหว่างตัวอย่างจากสองประเทศ ในกลุ่มเพศชาย พบว่าตัวอย่าง จากมหาวิทยาลัยโมนาช ประเทศออสเตรเลีย มีรูปแบบการใช้ชีวิตโดยรวม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.49 ซึ่งจัดอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อแยกพิจารณาเป็นรายด้านก็พบว่าทุกด้านมีระดับของพฤติกรรมอยู่ในระดับปานกลางทุกด้าน โดยรูปแบบการใช้ชีวิตที่มีค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมสูงที่สุด 3 ลำดับแรกได้แก่ รูปแบบการใช้ชีวิตแบบสุขภาพนิยม รูปแบบการใช้ชีวิตแบบท่องเที่ยว และรูปแบบการใช้ชีวิตแบบชอบใช้ชีวิตที่บ้าน โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.15, 3.94 และ 3.42 ตามลำดับ รูปแบบการใช้ชีวิตที่มีค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมต่ำที่สุดได้แก่ รูปแบบการใช้ชีวิตแบบแสวงหาความก้าวหน้า โดยมีค่าเฉลี่ยเพียง 2.84 ส่วนตัวอย่าง จากมหาวิทยาลัยมหาสารคาม ประเทศไทย พบว่า มีรูปแบบการใช้ชีวิตโดยรวม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.17 ซึ่งจัดอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อแยกพิจารณาเป็นรายด้านก็พบว่าทุกด้านมีระดับของพฤติกรรมอยู่ในระดับปานกลางทุกด้าน ยกเว้นรูปแบบการใช้ชีวิตแบบอนุรักษ์นิยม รูปแบบการใช้ชีวิตแบบชอบใช้ชีวิตที่บ้านที่อยู่ในระดับสูง โดยรูปแบบการใช้ชีวิตที่มีค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมสูงที่สุด 3 ลำดับแรกได้แก่ รูปแบบการใช้ชีวิตแบบอนุรักษ์นิยม รูปแบบการใช้ชีวิตแบบชอบใช้ชีวิตที่บ้าน และรูปแบบการใช้ชีวิตแบบแสวงหาความก้าวหน้า โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 5.07,

4.75 และ 4.10 ตามลำดับ รูปแบบการใช้ชีวิตที่มีค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมต่ำที่สุดได้แก่ รูปแบบการใช้ชีวิตแบบท่องเที่ยว โดยมีค่าเฉลี่ยเพียง 3.24

ในกลุ่มเพศหญิง พบว่า ตัวอย่าง จากมหาวิทยาลัยโมนาช ประเทศออสเตรเลีย มีรูปแบบการใช้ชีวิตโดยรวม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.21 ซึ่งจัดอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อแยกพิจารณาเป็นรายด้านก็พบว่าทุกด้านมีระดับของพฤติกรรมอยู่ในระดับปานกลางทุกด้าน โดยรูปแบบการใช้ชีวิตที่มีค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมสูงที่สุด 3 ลำดับแรกได้แก่ รูปแบบการใช้ชีวิตแบบสุขภาพนิยม รูปแบบการใช้ชีวิตแบบท่องเที่ยว และรูปแบบการใช้ชีวิตแบบชอบใช้ชีวิตที่บ้าน โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.84, 3.69 และ 3.14 ตามลำดับ รูปแบบการใช้ชีวิตที่มีค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมต่ำที่สุดได้แก่ รูปแบบการใช้ชีวิตแบบอนุรักษ์นิยม โดยมีค่าเฉลี่ยเพียง 3.21 ส่วนตัวอย่าง จากมหาวิทยาลัยมหาสารคาม ประเทศไทย พบว่า มีรูปแบบการใช้ชีวิตโดยรวม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.21 ซึ่งจัดอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อแยกพิจารณาเป็นรายด้านก็พบว่าทุกด้านมีระดับของพฤติกรรมอยู่ในระดับปานกลาง โดยรูปแบบการใช้ชีวิตที่มีค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมสูงที่สุด 3 ลำดับแรกได้แก่ รูปแบบการใช้ชีวิตแบบสุขภาพนิยม รูปแบบการใช้ชีวิตแบบท่องเที่ยว และรูปแบบการใช้ชีวิตแบบสังคมเปิด โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.84, 3.69 และ 3.20 ตามลำดับ รูปแบบการใช้ชีวิตที่มีค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมต่ำที่สุดได้แก่ รูปแบบการใช้ชีวิตแบบอนุรักษ์นิยม โดยมีค่าเฉลี่ยเพียง 3.21

**ตารางที่ 2** แสดงค่าสถิติจากการทดสอบค่าที เพื่อเปรียบเทียบรูปแบบการใช้ชีวิต (ในภาพรวมและในองค์ประกอบย่อย) ระหว่างนิสิตประเทศออสเตรเลียและประเทศไทย ในกลุ่มเพศชาย

ตัวแปร	กลุ่ม	N	$\bar{X}$	S.D.	t	p-value
แบบชอบใช้ชีวิตที่บ้าน	ออสเตรเลีย	37	3.42	1.08	-6.12	0.000
	ไทย	23	4.75	0.60		
แบบท่องเที่ยว	ออสเตรเลีย	37	3.94	0.91	2.99	0.000
	ไทย	23	3.24	0.82		
แบบสังคมเปิด	ออสเตรเลีย	37	3.39	1.06	-2.85	0.013
	ไทย	23	4.03	0.68		
แบบแสวงหาความก้าวหน้า	ออสเตรเลีย	37	2.99	0.90	-5.75	0.000
	ไทย	23	4.10	0.58		
แบบอนุรักษ์นิยม	ออสเตรเลีย	37	3.07	0.82	-9.97	0.000
	ไทย	23	5.07	0.63		
แบบสุขภาพนิยม	ออสเตรเลีย	37	4.15	1.09	1.45	0.153
	ไทย	23	3.72	1.18		
ภาพรวม	ออสเตรเลีย	37	3.49	0.60	-4.75	0.000
	ไทย	23	4.17	0.43		

จากตารางที่ 2 เมื่อเปรียบเทียบรูปแบบการใช้ชีวิตในภาพรวมและรูปแบบการใช้ชีวิตรายด้าน ระหว่างนิสิตออสเตรเลียและประเทศไทย เฉพาะกลุ่มเพศชาย ด้วยการวิเคราะห์การทดสอบค่าที (t-test) พบว่ารูปแบบการใช้ชีวิตของสองประเทศแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในภาพรวมและรายด้านทุกด้าน ยกเว้น

รูปแบบการใช้ชีวิตแบบสุขภาพนิยม ที่พบว่าไม่แตกต่างกัน โดยนิสิตจากประเทศไทยจะมีความชัดเจนของรูปแบบการใช้ชีวิตมากกว่านิสิตจากประเทศออสเตรเลียในภาพรวมและในรายด้านทุกด้าน ยกเว้นรูปแบบการใช้ชีวิตแบบท่องเที่ยวที่นิสิตประเทศออสเตรเลียนีรูปแบบการใช้ชีวิตที่ชัดเจนมากกว่าประเทศไทย

**ตารางที่ 3** แสดงค่าสถิติจากการทดสอบค่าที เพื่อเปรียบเทียบรูปแบบการใช้ชีวิต (ในภาพรวมและในองค์ประกอบย่อย) ระหว่างนิสิตประเทศออสเตรเลียและประเทศไทย ในกลุ่มเพศหญิง

ตัวแปร	กลุ่ม	N	$\bar{X}$	S.D.	t	p-value
แบบชอบใช้ชีวิตที่บ้าน	ออสเตรเลีย	64	3.14	0.85	-11.20	0.000
	ไทย	89	4.51	0.67		
แบบท่องเที่ยว	ออสเตรเลีย	64	3.69	0.80	6.01	0.000
	ไทย	89	2.93	0.76		
แบบสังคมเปิด	ออสเตรเลีย	64	3.20	0.79	-5.79	0.000
	ไทย	89	3.95	0.79		
แบบแสวงหาความก้าวหน้า	ออสเตรเลีย	64	2.75	0.89	-7.39	0.000
	ไทย	89	3.71	0.73		
แบบอนุรักษ์นิยม	ออสเตรเลีย	64	2.72	0.66	-24.05	0.000
	ไทย	89	4.99	0.50		
แบบสุขภาพนิยม	ออสเตรเลีย	64	3.84	1.09	4.71	0.000
	ไทย	89	3.09	0.88		
ภาพรวม	ออสเตรเลีย	64	3.21	0.47	-9.35	0.000
	ไทย	89	3.89	0.43		

จากตารางที่ 3 เมื่อเปรียบเทียบรูปแบบการใช้ชีวิตในภาพรวมและรูปแบบการใช้ชีวิตรายด้าน ระหว่างนิสิตออสเตรเลียและประเทศไทย เฉพาะกลุ่มเพศหญิง ด้วยการวิเคราะห์การทดสอบค่าที (t-test) พบว่ารูปแบบการใช้ชีวิตของสองประเทศแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในภาพรวมและรายด้านทุกด้าน โดยนิสิตจากประเทศไทยจะมีความชัดเจนของรูปแบบการใช้ชีวิตมากกว่านิสิตจากประเทศออสเตรเลีย ในภาพรวมและในรายด้านทุกด้าน ยกเว้นรูปแบบการใช้ชีวิตแบบห้องราตรีและรูปแบบการใช้ชีวิตแบบสุขภาพนิยม ที่นิสิตประเทศออสเตรเลียมีรูปแบบการใช้ชีวิตที่ชัดเจนมากกว่า

### สรุปและอภิปรายผล

จากข้อพบที่สำคัญคือ ตัวอย่างจากประเทศออสเตรเลีย ทั้งชายและหญิงมีรูปแบบการใช้ชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับปานกลางทุกด้าน ยกเว้นรูปแบบการใช้ชีวิตแบบสุขภาพนิยมในเพศชายพบว่าอยู่ในระดับสูง นิยมรูปแบบการใช้ชีวิตแบบสุขภาพนิยมทั้งชายและหญิง ต่ำที่สุดในเพศชายได้แก่ รูปแบบการใช้ชีวิตแบบแสวงหาความก้าวหน้า ในเพศหญิงได้แก่รูปแบบการใช้ชีวิตแบบอนุรักษนิยม ส่วนตัวอย่างจากประเทศไทยพบว่า ทั้งชายและหญิงมีรูปแบบการใช้ชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับปานกลางทุกด้าน ยกเว้นรูปแบบการใช้ชีวิตแบบอนุรักษนิยมรูปแบบการใช้ชีวิตแบบชอบใช้ชีวิตที่บ้านในเพศชายที่อยู่ในระดับสูง เพศชายนิยมรูปแบบการใช้ชีวิตแบบอนุรักษนิยมต่ำที่สุดได้แก่ รูปแบบการใช้ชีวิตแบบห้องราตรี เพศหญิงนิยมรูปแบบการใช้ชีวิตแบบสุขภาพนิยม ต่ำที่สุดได้แก่ รูปแบบการใช้ชีวิตแบบอนุรักษนิยมเช่นเดียวกับหญิงออสเตรเลีย ผลที่พบเช่นนี้เนื่องจาก ความแตกต่างทางกายภาพ สิ่งแวดล้อมและสถานการณ์ที่แตกต่างทำให้รายละเอียดของแบบแผนการใช้ชีวิตมีความแตกต่าง

กัน (Carson, 2019: 142-155) นอกจากนี้ ความแตกต่างนั้นยังเป็นผลมาจากตัวแปรทางด้านเพศทั้งเพศสภาพ (biological sex) และเพศสถานะ (Gender) ตัวแปรทั้งสองนี้สัมพันธ์กับสุขภาพและผลลัพธ์ด้านสุขภาพตลอดจนในเรื่องของรูปแบบการชีวิตของบุคคล แต่เป็นที่ยอมรับกันโดยทั่วไปว่าเพศสถานะมีอิทธิพลมากกว่าเพศสภาพ สำหรับการเลือกรูปแบบการใช้ชีวิตของบุคคลในสังคม (Thirlaway and Upton, 2009: 16) (Annandale and Hunt 2000) สอดคล้องกับงานวิจัยของ มาซฮารีอาซาด และรอซเบ (Mazhariyazad and Rozbe, 2014: 482-489) ได้ทำการศึกษาวิจัยความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการใช้ชีวิตกับสุขภาพโดยทั่วไปของนักศึกษาอิสลาม เป็นการวิจัยทางด้านวิทยาศาสตร์สุขภาพ ที่มีแนวคิดว่าคุณภาพเป็นส่วนที่สำคัญที่สุดอย่างหนึ่งของชีวิตมนุษย์ซึ่งเป็นเงื่อนไขที่สำคัญมีบทบาททางสังคมแนวคิดเรื่องรูปแบบการใช้ชีวิตของบุคคลทั่วไปมักจะแสดงให้เห็นถึงรูปแบบพฤติกรรมที่เป็นที่รู้จักได้ในชีวิตประจำวันของพวกเขา ผลการศึกษาพบความสัมพันธ์ระหว่างเพศ มีความสัมพันธ์กับมุมมองทางด้านสุขภาพทั่วไป รูปแบบการใช้ชีวิตอย่างมีนัยสำคัญ นอกจากนี้ในงานการศึกษาของเต๋าทรานและคณะ (Dao-Tran et al., 2014: 1-7) ได้ทำการศึกษาการเปรียบเทียบข้ามวัฒนธรรมความสัมพันธ์ระหว่างคุณภาพชีวิตกับสุขภาพ ความเกี่ยวข้องระหว่างปัจจัยทั้งสองในหญิงสูงวัยในประเทศเวียดนามและประเทศออสเตรเลีย ผลการวิจัยพบอิทธิพลของรูปแบบการใช้ชีวิตที่ส่งผลต่อสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่แตกต่างกันในสองประเทศ

ผลการศึกษาพบว่า รูปแบบการใช้ชีวิตของสองประเทศแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในภาพรวมและรายด้านทุกด้านทั้งในกลุ่มเพศชายและหญิง ยกเว้น รูปแบบการใช้ชีวิตแบบสุขภาพนิยมในกลุ่มเพศชายพบว่า

ไม่แตกต่างกัน โดยนิสิตจากประเทศไทยจะมีความชัดเจนของรูปแบบการใช้ชีวิตมากกว่านิสิตจากประเทศออสเตรเลียในภาพรวมและในรายด้านทุกด้าน ทั้งในกลุ่มเพศชายและหญิง ยกเว้นรูปแบบการใช้ชีวิตแบบท่องเที่ยวในเวลากลางคืน กลุ่มเพศชาย รูปแบบการใช้ชีวิตแบบท่องเที่ยว รูปแบบการใช้ชีวิตแบบสุขภาพนิยมในกลุ่มเพศหญิง ที่นิสิตประเทศออสเตรเลียมีรูปแบบการใช้ชีวิตที่ชัดเจนมากกว่าประเทศไทย ผลที่พบเช่นนี้เนื่องจาก เนื่องจาก ผลของปฏิสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบที่สำคัญ 3 ประการ คือ พันธุกรรม (Heredity) สิ่งแวดล้อม (Environment Factors) และสถานการณ์ (Situation Conditions) ที่มีความแตกต่างและเปลี่ยนแปลงหล่อหลอมให้เกิดคุณลักษณะของบุคคล ปัจจัยสามประการนี้ส่งผลให้บุคคลแสดงบุคลิกภาพที่แตกต่าง และแบบแผนของบุคคลก็เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นจากปฏิสัมพันธ์ของปัจจัยต่างๆ (Carson, 2019: 142-155) รูปแบบการใช้ชีวิตที่แตกต่างกันเป็นผลมาจากอารมณ์ความรู้สึก บุคลิกภาพและวัฒนธรรมที่ส่งผลร่วมกัน (Favaretto Musse and Costa, 2019: 23-32) สอดคล้องกับงานวิจัยของ ฮอฟสตีดและแมคเคร (Hofstede and McCrae, 2004) ได้ทำการศึกษา ทบทวนรูปแบบบุคลิกภาพและวัฒนธรรม ความเชื่อมโยงลักษณะและมิติทางวัฒนธรรม ผลการศึกษาสะท้อนให้เห็นการเปลี่ยนแปลงทางด้านบุคลิกภาพหรือรูปแบบการใช้ชีวิตภายใต้บริบททางวัฒนธรรมที่มีการเปลี่ยนแปลงไป นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับ ออซคาน (Ozkana Lajunen Chliaoutakisc Parker and HeikkiSummala, 2006: 1011-1018) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง การศึกษาแบบข้ามวัฒนธรรมเกี่ยวกับความแตกต่างระหว่างพฤติกรรมการขับขี (รูปแบบการใช้ชีวิตแบบหนึ่ง) โดยทำการศึกษเปรียบเทียบ 6 ประเทศ เก็บตัวอย่างจากอังกฤษ เนเธอร์แลนด์ ฟินแลนด์ กรีซ อิหร่านและตุรกี ผลการวิจัย

พบว่าทักษะการรับรู้และทักษะด้านความปลอดภัย มีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับความปลอดภัยและการมีส่วนร่วมในอุบัติเหตุทางถนน ในประเทศไทย ยุโรปตะวันตกมากกว่ากรีซ อิหร่านและตุรกี ที่พบว่าไม่ค่อยสอดคล้องกันระหว่างทักษะการรับรู้และทักษะด้านความปลอดภัยกับความปลอดภัยและการมีส่วนร่วมในอุบัติเหตุทางถนน

### ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอต่อการนำผลไปใช้ รูปแบบการใช้ชีวิตในแต่ละแบบจะมีข้อดี ข้อด้อยที่ต่างกัน เช่น การที่ตัวอย่างจากประเทศออสเตรเลียส่วนใหญ่มีรูปแบบการใช้ชีวิตแบบสุขภาพนิยมสูงสุดและต่ำสุดในรูปแบบการใช้ชีวิตแบบแสวงหาความก้าวหน้า และการที่ตัวอย่างจากประเทศไทยส่วนใหญ่มีรูปแบบการใช้ชีวิตแบบอนุรักษ์นิยมและต่ำสุดในรูปแบบการใช้ชีวิตแบบท่องเที่ยว ดังนั้นการเรียนรู้ที่จะปรับตัวภายใต้บริบททางสังคมและวัฒนธรรมที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างมาก จะช่วยให้เราอยู่ในสังคมโลกได้อย่างเป็นปกติสุข รูปแบบการใช้ชีวิตแบบท่องเที่ยวที่พบว่าเป็นตัวอย่างจากประเทศไทยมีระดับต่ำกว่ารูปแบบการใช้ชีวิตแบบอื่นๆ ถือเป็นสิ่งที่ดีที่สังคมควรให้การสนับสนุนส่งเสริม (มีข้อพิจารณาว่าตัวอย่างของการศึกษาเป็นนิสิตในระดับปริญญาตรีในจังหวัดมหาสารคาม ปรากฏการณ์นี้อาจจะยังไม่เป็นตัวแทนของคนไทยทั้งหมดในภาพรวมได้)

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยต่อไป การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาด้วยมโนทัศน์ของการวิจัยในเชิงปริมาณแต่เพียงอย่างเดียวและใช้วิธีการศึกษาแบบภาคตัดขวาง (Cross Sectional Study) ข้อค้นพบของการวิจัยอาจจะยังขาดความลุ่มลึกในหลายประเด็น ดังนั้น จึงควรมีการศึกษาวิจัยด้วยมโนทัศน์ของการวิจัยเชิงคุณภาพ หรือ การวิจัยแบบระยะยาว (Longitudinal Study)

## กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยครั้งนี้ได้รับทุนสนับสนุนการวิจัยจากงบประมาณรายได้ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม ขอขอบคุณ คณะกรรมการที่พิจารณาในการจัดสรรทุนวิจัยให้กับผู้วิจัยทุกท่าน คณาจารย์ที่มีส่วนช่วยเหลือในการ

เก็บข้อมูล รวมถึง ดร.อิวานา โคซาไซห์ (Ivana Kosasih, Ph.D.) จากมหาวิทยาลัยโมนาช เมืองเมลเบิร์น รัฐวิกตอเรีย ประเทศออสเตรเลีย ที่เป็นผู้ช่วยเหลือในการเก็บข้อมูลในการวิจัยในส่วนของประเทศออสเตรเลียให้แล้วเสร็จในเวลาอันรวดเร็ว และตัวอย่างของการวิจัยทั้งสองประเทศ

## เอกสารอ้างอิง

- Annandale, E. and Hunt, K. (2000). *Gender Inequalities in Health*. Buckingham: Open University Press.
- Ashton, M.C. (2019). *Individual Differences and Personality*. 3<sup>rd</sup>ed. London: Academic Press.
- Barry, M.M., van Lente, E., Molcho, M., Morgan, K., McGee, H., Conroy, R.,... & Perry, I. (2009). *SLÁN 2007: Survey of Lifestyle, Attitudes and Nutrition in Ireland: Mental Health and Social Well-being Report*. Retrieved from <https://core.ac.uk/download/pdf/60774092.pdf>
- Carson, R.C. (2019). *Interaction concepts of personality*. New York: Routledge Taylor & Francis Group.
- Cosmas, S.C. (1982). Life styles and consumption patterns. *Journal of Consumer Research*, 8(4): 453-455.
- Dao-Tran H.T., Seib C., Jones L. and Anderson D. (2014). A cross cultural comparison of health related quality of life and its associated factors among older women in Vietnam and Australia. *BMC Research Notes*, 11(174): 1-7.
- Dowdy, S., Wearden, S., & Chilko, D. (2011). *Statistics for research (Vol. 512)*. New Jersey: John Wiley & Sons.
- Favaretto, R.M., Musse, S.R. and Costa, A.B. (2019). *Emotion, Personality and Cultural Aspects in Crowds: Towards a Geometrical Mind*. Switzerland: Springer International Publishing.
- Healey, J.F. (2015). *The Essentials of Statistics: A Tool for Social Research*. Boston: Wadsworth Publishing.
- Hofstede, G. and McCrae, R.R. (2004). Personality and culture revisited: Linking traits and dimensions of culture. *Cross-cultural research*, 38(1): 52-88.
- Kingsley, D. (1982). *Human Society*. New York: Harper & Row.
- Li, Y., Pan, A., Wang, D.D., Liu, X., Dhana, K., Franco, O.H., & Hu, F.B. (2018). Impact of healthy lifestyle factors on life expectancies in the US population. *Circulation*, 138(4): 345-355.
- Mazhariyad, F. and Rozbe, N. (2014). The relationship between lifestyle and general health of students at Islamic Azad University of Bandar Abbas. *Hormozgan Medical Journal*, 18(6): 482-489.

- Merriam-Webster. (2019). *Online Dictionary*. (Online). Available: Merriam-Webster company <http://www.m-w.com>.
- Ozkana, T., Lajunen, T., Chliaoutakisc, J.E., Parker, D. and HeikkiSummala, H. (2006). Cross-cultural differences in driving skills: A comparison of six countries. *Accident Analysis & Prevention*, 38(5): 1011-1018.
- Tabachnick, B.G. and Fidell, L.S. (2014). *Using Multivariate Statistics Pearson New International Edition*. New York. Pearson.
- Thirlaway K. and Upton D. (2009). *The Psychology of Lifestyle: Promoting Healthy Behaviour*. Routledge Publishing.