

ความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลในการสอบ
ความเชื่อเรื่องโชคกลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ และเจตจำนงเสรี
ในนักศึกษาปริญญาตรี มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร

บุญชนก ธรรมวงศา*

กรรณิการ์ แสนสุภา**

บทคัดย่อ

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) ศึกษาระดับความวิตกกังวลในการสอบ ความเชื่อเรื่องโชคกลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์และเจตจำนงเสรีของนักศึกษาปริญญาตรี มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร (2) ศึกษาความสัมพันธ์ของความวิตกกังวลในการสอบ ความเชื่อเรื่องโชคกลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์และเจตจำนงเสรีของนักศึกษาปริญญาตรี มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร โดยกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ นักศึกษาปริญญาตรี จำนวน 173 คน สุ่มตัวอย่างโดยการเลือกตามความสะดวก เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถาม และ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลประกอบด้วย ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการวิเคราะห์สหสัมพันธ์แบบสเปียร์แมน

ผลการศึกษาค้นคว้าพบว่า (1) นักศึกษาปริญญาตรีของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร มีความวิตกกังวลในการสอบ กับความเชื่อเรื่องโชคกลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ โดยภาพรวมอยู่ในระดับต่ำ และมีเจตจำนงเสรี โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง (2) ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรพบว่า ทุกตัวแปรมีความสัมพันธ์ต่อกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยความวิตกกังวลในการสอบมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเชื่อเรื่องโชคกลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ และมีความสัมพันธ์ทางลบกับเจตจำนงเสรี ส่วนความเชื่อเรื่องโชคกลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์มีความสัมพันธ์ทางลบกับเจตจำนงเสรี

บทนำ

นักศึกษาปริญญาตรีต้องเผชิญกับความท้าทายทั้งด้านวิชาการและการปรับตัวทางจิตใจ โดยเฉพาะการสอบซึ่งไม่เพียงเป็นเครื่องชี้วัดผลการเรียน แต่ยังเป็นปัจจัยที่สร้างความวิตกกังวลจากแรงกดดันและความคาดหวังผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา ความวิตกกังวลในการสอบ (test anxiety) เป็นภาวะที่นักศึกษาที่มีแนวโน้มตอบสนองทั้งทางอารมณ์และการคิดต่อความกลัวว่าจะคะแนนจะต่ำกว่าความคาดหวัง หรือ กลัวผลลัพธ์ด้านลบจากการประเมินทางวิชาการ ไม่ว่าจะเป็นการสอบปากเปล่า การสอบข้อเขียน การนำเสนองาน หรือการทดสอบสั้น ๆ ในชั้นเรียน (Thomas & Bapu, 2022) ความวิตกกังวลนี้แสดงออกเป็นอาการทางกายภาพ เช่น ปวดศีรษะ คลื่นไส้ อาการทางอารมณ์ เช่น รู้สึกเครียด กลัว ท้อแท้ รวมทั้งอาการทางการรู้คิดและพฤติกรรม เช่น สมาธิสั้น คิดเปรียบเทียบกับผู้อื่น และการผัดวันประกันพรุ่ง โดยมีปัจจัยร่วมสำคัญ ได้แก่ การขาดการเตรียมตัว แรงกดดันด้านผลการเรียน ความกลัวความล้มเหลว ประสบการณ์สอบล้มเหลวซ้ำซาก และความยึดมั่นในความสมบูรณ์แบบของตนเอง (University of North Carolina at Chapel Hill, 2025)

*นักศึกษานิเทศศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ ภาควิชาจิตวิทยา สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา มหาวิทยาลัยรามคำแหง

**อาจารย์ที่ปรึกษาการค้นคว้าอิสระ ประจำคณะศึกษาศาสตร์ ภาควิชาจิตวิทยา สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา มหาวิทยาลัยรามคำแหง

การศึกษาของ Matthews et al. (2006) พบว่า ความวิตกกังวลในการสอบส่งผลให้ความมั่นใจในตนเองลดลง ยิ่งความกังวลทวีมากขึ้น ความสามารถก็จะยิ่งถดถอยตามไปด้วย กลายเป็นวงจรความถดถอยที่ส่งผลกระทบต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน การศึกษาของ Jirjees et al. (2024) สำรวจวิธีรับมือความวิตกกังวลในการสอบของนักศึกษามหาวิทยาลัย พบว่า นอกจากการพึ่งพาวิธีการทางกายภาพ เช่น การลดเวลานอน และดื่มกาแฟหรือเครื่องดื่มที่มีคาเฟอีน นักศึกษาจำนวนร้อยละ 58.3 ใช้วิธีการสวดมนต์เพื่อบรรเทาความวิตกกังวล ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่านักศึกษามีจำนวนไม่น้อยแสวงหาความมั่นคงทางจิตใจจากความเชื่อเพื่อรับมือกับความวิตกกังวลนี้

Vyse (2000) กล่าวว่า การพึ่งพาความเชื่อเรื่องโชคลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ (superstition) ในหมู่นักศึกษามหาวิทยาลัยเกิดขึ้นเมื่อเผชิญกับความกังวลว่าจะสอบได้คะแนนไม่ดี โดยรูปแบบพฤติกรรมที่พบได้บ่อยในหมู่นักศึกษามหาวิทยาลัยมีอยู่ 2 ประเภทคือ การพกวัตถุนำโชค และการปฏิบัติตามความเชื่อส่วนบุคคลเพื่อเสริมสร้างความมั่นใจ เช่น พั่นผ้าพันคอผืนเดิมไปสอบทุกครั้ง หรือก้าวเท้าขวาเข้าห้องสอบ โดยพจนานุกรมจิตวิทยา ฉบับสมาคมจิตวิทยาอเมริกัน (American Psychological Association, 2018) นิยามความเชื่อเรื่องโชคลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ว่า ความเชื่อที่ไม่สอดคล้องกับเหตุผลเชิงวิทยาศาสตร์ ซึ่งผู้ยึดถือเชื่ออย่างปราศจากการตั้งคำถามและไม่มีเหตุผลรองรับว่าวัตถุหรือการกระทำบางอย่างสามารถช่วยให้ผลลัพธ์เป็นไปตามที่ต้องการได้ ในบริบทไทย ความเชื่อนี้เรียกกันแพร่หลายว่า "มูเตลู" ครอบคลุมตั้งแต่การพึ่งพาโหราพยากรณ์ไปจนถึงการเสริมดวงชะตาราศี บูชาเครื่องรางของขลัง หรือทำพิธีกรรมเพื่อให้ความปรารถนาด้านการเรียน การงาน และความรักสัมฤทธิ์ผล และยังพบว่าระดับการศึกษาไม่มีผลต่อระดับความเชื่อนี้ โดยร้อยละ 64.89 ของกลุ่มตัวอย่างที่จบการศึกษาระดับปริญญาตรีมีความเชื่อเรื่องโชคลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ในระดับปานกลางถึงมาก (เสาวลักษณ์ ตะเกาหิรัญ, 2566) ในการศึกษาของนักเรียนชาวจีน Mocan & Yu (2020) ชี้ให้เห็นว่าความเชื่อดังกล่าวช่วยเสริมสร้างแรงจูงใจ จากการพบว่านักเรียนที่เกิดปีมังกรมีแนวโน้มสำเร็จการศึกษาในระดับวิทยาลัยและได้รับคะแนนสอบเข้ามหาวิทยาลัยสูงกว่า เนื่องจากผู้ปกครองคาดหวังถึง "อิทธิฤทธิ์แห่งมังกร" จึงทุ่มเทเวลาและทรัพยากรกับบุตรหลานมากขึ้น อย่างไรก็ตาม หากพิจารณาอีกด้าน การพึ่งพาความเชื่อเหล่านี้อาจบ่งชี้ถึงการขาดความมั่นใจในศักยภาพของบุคคล จำกัดความสามารถในการตัดสินใจ และความรับผิดชอบต่อผลของการกระทำของตนเอง และลดทอนความพยายามในการเตรียมความพร้อมสำหรับการสอบของนักศึกษาด้วยเช่นกัน

ประเด็นดังกล่าวนำไปสู่แนวคิดเรื่องเจตจำนงเสรี (Free Will) ซึ่งหมายถึง อำนาจหรือความสามารถของมนุษย์ในการกำหนดตนเอง ในการเลือกหรือตัดสินใจด้วยตนเองอย่างอิสระ โดยไม่ขึ้นกับปัจจัยภายนอก (American Psychological Association, 2018) แนวคิดนี้สะท้อนถึงระดับการควบคุมตนเองและการใช้เหตุผลเมื่อต้องเผชิญสถานการณ์ท้าทายทางวิชาการสำหรับนักศึกษาปริญญาตรี ซึ่งมีความจำเป็นต้องพิจารณาทางเลือกในการเตรียมตัวทางวิชาการและรับมือกับความวิตกกังวลในการสอบด้วยแนวทางที่มีเหตุผลและมีความรับผิดชอบต่อผลลัพธ์ของการตัดสินใจ แม้การพึ่งพาความเชื่อเรื่องโชคลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์สามารถช่วยบรรเทาความเครียดจากสถานการณ์การสอบได้ แต่อาจส่งผลให้การใช้สติและเหตุผลในการกำหนดการกระทำของตนเองลดลง และจำกัดศักยภาพที่แท้จริงของนักศึกษา

ดังนั้น การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลในการสอบ ความเชื่อเรื่องโชคลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ และเจตจำนงเสรีในนักศึกษาระดับปริญญาตรีในบริบทของไทยจึงมีความสำคัญ เนื่องจากยังมีการศึกษาประเด็นนี้ค่อนข้างจำกัด การทำความเข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งสามนี้จะช่วยเติมเต็มช่องว่างทางวิชาการที่มีอยู่ และเป็นประโยชน์ต่อการส่งเสริมสุขภาวะทางจิตใจของนักศึกษา ช่วยให้นักศึกษามี

ทักษะรับมือกับความกดดันทางวิชาการอย่างสร้างสรรค์ ลดการพึ่งพาปัจจัยภายนอกที่ไม่มีเหตุผล และเสริมสร้างความเชื่อมั่นในศักยภาพของตนเองให้มากยิ่งขึ้น

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความวิตกกังวลในการสอบ ความเชื่อเรื่องโชคลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ และเจตจำนงเสรีของนักศึกษาปริญญาตรี มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลในการสอบ ความเชื่อเรื่องโชคลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ และเจตจำนงเสรีของนักศึกษาปริญญาตรี มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร

นิยามศัพท์

1. นักศึกษา หมายถึง นักศึกษาระดับปริญญาตรีของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร
2. ความวิตกกังวลในการสอบ หมายถึง ความวิตกกังวล ซึ่งปรากฏก่อน ระหว่างและหลังการสอบ วัดจากคะแนนแบบสอบถามตามองค์ประกอบ 2 ด้าน ได้แก่ ความกังวล และ อารมณ์
3. ความเชื่อเรื่องโชคลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ หมายถึง ความเชื่อที่ไม่อาศัยหลักเหตุผลและวิทยาศาสตร์ โดยเชื่อว่าการปฏิบัติตามความเชื่อส่วนบุคคล พิธีกรรม หรือสิ่งเหนือธรรมชาติ สามารถส่งผลลัพธ์ที่คาดหวัง วัดจากองค์ประกอบ 7 ด้าน ได้แก่ ความเชื่อทางศาสนาดั้งเดิม ความเชื่อเรื่องพลังจิต ความเชื่อเรื่องไสยศาสตร์ ความเชื่อเรื่องโชคลาง ความเชื่อเรื่องวิญญาณ ความเชื่อเรื่องสิ่งมีชีวิตเหนือธรรมชาติ และความเชื่อเรื่องการพยากรณ์
4. เจตจำนงเสรี หมายถึง ความสามารถในการตัดสินใจและกำหนดการกระทำของตนเองโดยไม่ถูกครอบงำโดยอิทธิพลจากปัจจัยภายนอก วัดจากองค์ประกอบ 4 ด้าน ได้แก่ ความเชื่อในการกำหนดโดยโชคชะตา ความเชื่อในการมีอยู่ของเจตจำนงเสรี ความเชื่อในความไม่แน่นอน และความเชื่อในการกำหนดโดยหลักวิทยาศาสตร์

ขอบเขตการวิจัย

1. ขอบเขตด้านเนื้อหา ได้แก่ ตัวแปรความวิตกกังวลในการสอบ ประกอบด้วย ด้านความกังวล และด้านอารมณ์ ตัวแปรความเชื่อเรื่องโชคลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ประกอบด้วย ด้านความเชื่อทางศาสนาดั้งเดิม ด้านความเชื่อเรื่องพลังจิต ด้านความเชื่อเรื่องไสยศาสตร์ ด้านความเชื่อเรื่องโชคลาง ด้านความเชื่อเรื่องวิญญาณ ด้านความเชื่อเรื่องสิ่งมีชีวิตพิเศษ และด้านความเชื่อเรื่องการพยากรณ์ และตัวแปรเจตจำนงเสรีประกอบด้วย ด้านความเชื่อในการกำหนดโดยโชคชะตา ด้านความเชื่อในการมีอยู่ของเจตจำนงเสรี ด้านความเชื่อในความไม่แน่นอน และด้านความเชื่อในการกำหนดโดยวิทยาศาสตร์
2. ขอบเขตด้านประชากร คือ นักศึกษาที่กำลังศึกษาในระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร จำนวน 173 คน
3. ขอบเขตด้านระยะเวลา การศึกษาดำเนินการระหว่างเดือนมกราคม ถึงเดือนตุลาคม 2568 โดยเก็บข้อมูลช่วงการสอบภาคฤดูร้อนของมหาวิทยาลัย เดือนพฤษภาคม พ.ศ. 2568

แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ความวิตกกังวลในการสอบเป็นรูปแบบความวิตกกังวลที่ปรากฏในช่วงก่อนและระหว่างการสอบ โดยแบ่งเป็น 2 ด้าน คือ ด้านความกังวล (worry) ซึ่งเป็นองค์ประกอบทางการรู้คิด แสดงออกเป็นความคิดเชิงลบเกี่ยวกับความสามารถและผลคะแนน และด้านอารมณ์ (emotionality) ซึ่งเป็นองค์ประกอบทางสรีรวิทยา แสดงออกเป็นปฏิกิริยาทางร่างกาย เช่น มือสั่น หัวใจเต้นเร็ว (Liebert & Morris, 1969; Spielberger, 1980) ความวิตกกังวลในการสอบเป็นปรากฏการณ์ทางจิตวิทยาซึ่งเป็นความสัมพันธ์ระหว่างความคิด อารมณ์ และเชื่อมโยงถึงผลสัมฤทธิ์ในการสอบของบุคคล โดย Zeidner (1998) เสนอแบบจำลองเชิงทฤษฎี 6 แบบ ได้แก่ 1) แบบจำลองแรงขับ (Drive Model) อธิบายว่า ความวิตกกังวลในการสอบเป็นแรงขับที่สามารถส่งเสริมประสิทธิภาพการเรียนรู้ได้ แต่หากมากเกินไป จะส่งผลให้จัดการอารมณ์ได้ยากและประสิทธิภาพการคิดวิเคราะห์และแก้ปัญหาลดลง 2) แบบจำลองการรู้คิด-ความสนใจ (Cognitive-Attentional Model) อธิบายว่า ความวิตกกังวลเกิดจากการเรียนรู้เกี่ยวกับสถานการณ์การสอบที่สร้างความกดดันและความเครียดซ้ำๆ ส่งผลให้บุคคลเบนความสนใจจากการสอบไปสู่ความคิดที่มองตนเองเชิงลบ (self-deprecating thoughts) ทำให้เกิดการตอบสนองทางสรีรวิทยาและด้อยประสิทธิภาพในการสอบลง 3) แบบจำลองการขาดทักษะ (Skills Deficit Model) อธิบายว่า ความวิตกกังวลในการสอบ เกิดจากการขาดทักษะในการเรียนหรือการทำข้อสอบ ซึ่งมีสาเหตุจากการจัดการเรียนการสอนที่ไม่มีประสิทธิภาพ หรือการถ่ายทอดความรู้ที่ไม่เพียงพอ ส่งผลให้บุคคลตระหนักรู้ว่าตนขาดความพร้อมในการสอบ จึงเกิดความวิตกกังวล และผลการสอบที่ไม่ดีตามมา 4) แบบจำลองการกำกับตนเอง (Self-Regulation Model) อธิบายว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ในการสอบคือ กระบวนการกำกับตนเอง (self-regulation) ของบุคคล ซึ่งประกอบด้วยการตั้งเป้าหมายความสำเร็จทางวิชาการ การประเมินและปรับพฤติกรรมของตนให้สอดคล้องกับเป้าหมาย และการประเมินความคาดหวังต่อผลลัพธ์ ความคาดหวังเชิงบวกและความมั่นใจว่าสำเร็จ นำไปสู่ความมุ่งมั่นพยายาม การคาดการณ์เชิงลบและขาดความมั่นใจนำไปสู่การลดลงของความพยายามและผลสัมฤทธิ์ในการสอบ 5) แบบจำลองคุณค่าแห่งตน (Self-Worth Model) อธิบายว่า ความวิตกกังวลในการสอบมีสาเหตุจากความรู้สึกอ่อนด้อยและการโทษตนเองว่าไม่เก่ง ซึ่งมาจากการโดนที่บ้านหรือโรงเรียนบั่นทอนความมั่นใจ และการมองการสอบเป็นภัยคุกคามต่อคุณค่าในตัวเอง ส่งผลให้แรงจูงใจลดลง การเรียนรู้แย่งลง และประสิทธิภาพการสอบลดลง 6) แบบจำลองกระบวนการแลกเปลี่ยนแบบพลวัต (Transactional Process Model) อธิบายว่า ความวิตกกังวลในการสอบเกิดจากปฏิสัมพันธ์แบบพลวัตระหว่างผู้มีลักษณะวิตกกังวลสูง (trait anxiety) กับสถานการณ์การสอบ บุคคลประเภทนี้มีมุมมองสถานการณ์การสอบเป็นภัยคุกคามและเกิดความวิตกกังวลสูง เนื่องจากมีประสบการณ์ทางสังคมวัยเด็กที่ไม่ดี เคยล้มเหลวในการสอบ หรือเคยเห็นผู้อื่นล้มเหลวมาก่อน ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ยึดแนวคิดทฤษฎีของ Liebert & Morris (1969) และ Spielberger (1980) ซึ่งระบุ 2 องค์ประกอบสำคัญ คือ ความกังวล และอารมณ์เป็นหลักในการวัดความวิตกกังวลในการสอบซึ่งได้รับการยอมรับอย่างแพร่หลาย

ความเชื่อเรื่องโชคลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทำงานกับใจเหมือน “ผลกระทบของยาหลอก” (placebo effect) ที่แม้ไม่มีตัวยาที่ออกฤทธิ์โดยตรง แต่กำลังใจและความรู้สึกมั่นใจส่งผลให้อาการดีขึ้นได้มากกว่าผลทางวิทยาศาสตร์จริง ผลกระทบของยาหลอกนี้สะท้อนถึงพลังแห่งความเชื่อและความคาดหวังที่มีต่อทั้งร่างกายและจิตใจของมนุษย์ ความเชื่อนี้จึงมีทั้งด้านที่ช่วยเสริมพลังใจและด้านที่อาจเป็นข้อจำกัด เพราะเมื่อยึดติดมากเกินไปก็ทำให้พึ่งพาปัจจัยภายนอกมากเกินไป (external locus of control) และลดทอนความสามารถใน

การคิดอย่างมีเหตุผลหรือรับผิดชอบต่อการตัดสินใจของตนเอง (Vyse, 1997) สอดคล้องกับการศึกษาของ Pournesaei (2023) ซึ่งพบว่า ความเชื่อเรื่องโชคกลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ของนักศึกษามหาวิทยาลัยมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความวิตกกังวลและภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยนักศึกษาที่รู้สึกกดดันและวิตกกังวลจะยิ่งหันไปพึ่งความเชื่อเรื่องโชคกลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์มากขึ้น และกลายเป็นวงจรของความมกมายที่เมื่อยิ่งเชื่อในโชคกลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์เท่าไร ก็ยิ่งวิตกกังวลง่ายและต้องพึ่งพาโชคกลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์มากขึ้น ในการศึกษานี้ผู้วิจัยได้นำแนวคิดทฤษฎีของ Tobacyk (2004) มาเป็นหลักในการวัดความเชื่อเรื่องโชคกลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์เนื่องจากองค์ประกอบมีความเหมาะสมต่อการประยุกต์ให้เข้ากับกลุ่มเป้าหมายและบริบทของไทย โดยประกอบด้วย 7 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านความเชื่อทางศาสนาดั้งเดิม หมายถึง ความเชื่อและการปฏิบัติตามหลักคำสอนของศาสนา 2) ด้านความเชื่อเรื่องพลังจิต หมายถึง ความเชื่อในความสามารถหยั่งรู้ล่วงหน้าด้วยจิต 3) ด้านความเชื่อเรื่องไสยศาสตร์ หมายถึง ความเชื่อว่าเวทมนต์ คาถา หรือพิธีกรรมสามารถส่งผลตามที่ปรารถนา 4) ด้านความเชื่อเรื่องโชคกลาง หมายถึง การเชื่อถือกลางดลางร้ายที่มาก่อนเหตุการณ์ 5) ด้านความเชื่อเรื่องวิญญาณ หมายถึง ความเชื่อว่าวิญญาณมีจริงและสามารถสื่อสารระหว่างกันได้ 6) ด้านความเชื่อเรื่องสิ่งมีชีวิตพิเศษ หมายถึง ความเชื่อว่ามีสิ่งมีชีวิตเหนือธรรมชาติในตำนานอยู่จริง และ 7) ด้านความเชื่อเรื่องการพยากรณ์ หมายถึง ความเชื่อในการทำนายอนาคตด้วยวิธีที่ไม่มีตรรกะหรือเหตุผลทางวิทยาศาสตร์

เจตจำนงเสรี เป็นรากฐานสำคัญของความรับผิดชอบส่วนบุคคลในด้านการควบคุมตนเองทางศีลธรรม และจริยธรรมอันนำไปสู่พฤติกรรมเชิงบวก และเป็นปัจจัยที่ส่งเสริมการพัฒนาตนเองของบุคคล เนื่องจากมีความสัมพันธ์กับความพากเพียร การลดลงของพฤติกรรมที่มีความเสี่ยง การเพิ่มขึ้นของระดับการรับรู้ความสามารถแห่งตน ระดับผลการเรียนที่ดีขึ้น ระดับผลการปฏิบัติงานที่ดีขึ้น (St Quinton et al., 2023) ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีวงจรของ Morin (2024) ที่อธิบายว่า เจตจำนงเสรี การกำกับตนเอง และการพูดภายใน (inner speech) มีความเชื่อมโยงเชิงตรรกะระหว่างกัน กล่าวคือ เจตจำนงเสรีและการกำกับตนเองต่างมีจุดร่วมกัน คือ การควบคุมการกระทำของตนเอง ซึ่งสิ่งที่เกิดขึ้นกับบุคคลในกระบวนการควบคุมกำกับตนเองย่อมหมายถึงการพูดคุยกับตนเองในใจระหว่างที่คิดวางแผนแก้ปัญหา นอกจากนั้น ทฤษฎีการเลือกอย่างมีเหตุผล (Rational Choice Theory) ของ Çetin (2024) ได้เสนอว่า บุคคลใช้เจตจำนงเสรีในการเลือกตัดสินใจตามระดับความชอบที่ต่างกัน (preferences) โดยทางเลือกขึ้นกับคุณค่าส่วนบุคคลที่แต่ละคนให้ความสำคัญ อาจเป็นความสุข หรือจริยธรรม ในเชิงปรัชญา เจตจำนงเสรีถูกแบ่งเป็น 3 แนวคิดหลัก ได้แก่ แนวคิดอิสรวิสัยที่เชื่อว่ามนุษย์มีเสรีภาพในการเลือกโดยไม่ถูกกำหนดล่วงหน้า แนวคิดเหตุวิสัยที่มองว่าการกระทำของมนุษย์ถูกกำหนดด้วยกฎธรรมชาติ และแนวคิดสมณวิสัยที่ยอมรับว่า แม้มนุษย์มีเสรีภาพ แต่ยังคงอยู่ภายใต้ขอบเขตของเหตุปัจจัยทางธรรมชาติ โดย Paulhus & Carey (2011) เสนอว่า เจตจำนงเสรีสามารถวัดได้ผ่านองค์ประกอบ 4 ด้าน ได้แก่ 1) ความเชื่อในการกำหนดโดยโชคชะตา คือ ความคิดว่าชีวิตถูกลิขิตไว้ล่วงหน้า 2) ความเชื่อในการมีอยู่ของเจตจำนงเสรี คือ ความคิดว่ามนุษย์มีอิสระในการเลือกการกระทำและต้องรับผิดชอบต่อผลลัพธ์ของการเลือกนั้น 3) ความเชื่อในความไม่แน่นอน คือ ความคิดว่าชีวิตเป็นสิ่งที่ไม่อาจคาดเดาได้ และ 4) ความเชื่อในการกำหนดโดยวิทยาศาสตร์ คือ ความคิดว่าพฤติกรรมมนุษย์ถูกกำกับโดยกฎธรรมชาติ พันธุกรรม และสิ่งแวดล้อม ดังนั้น ผู้วิจัยได้นำแนวคิดของ Paulhus & Carey (2011) ซึ่งสะท้อนแนวคิดเจตจำนงเสรีและแนวคิดเหตุนิยมที่เป็นข้อตรงข้ามมาเป็นหลักในการวัดเจตจำนงเสรีในการศึกษานี้

ดังนั้น เมื่อนักศึกษาปริญญาตรีต้องเผชิญกับความวิตกกังวลในการสอบ แม้การพึ่งพาความเชื่อเรื่องโชคกลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์มีส่วนช่วยบรรเทาความวิตกกังวล และเป็นที่พึ่งทางใจได้ แต่การใช้เจตจำนงเสรีในการ

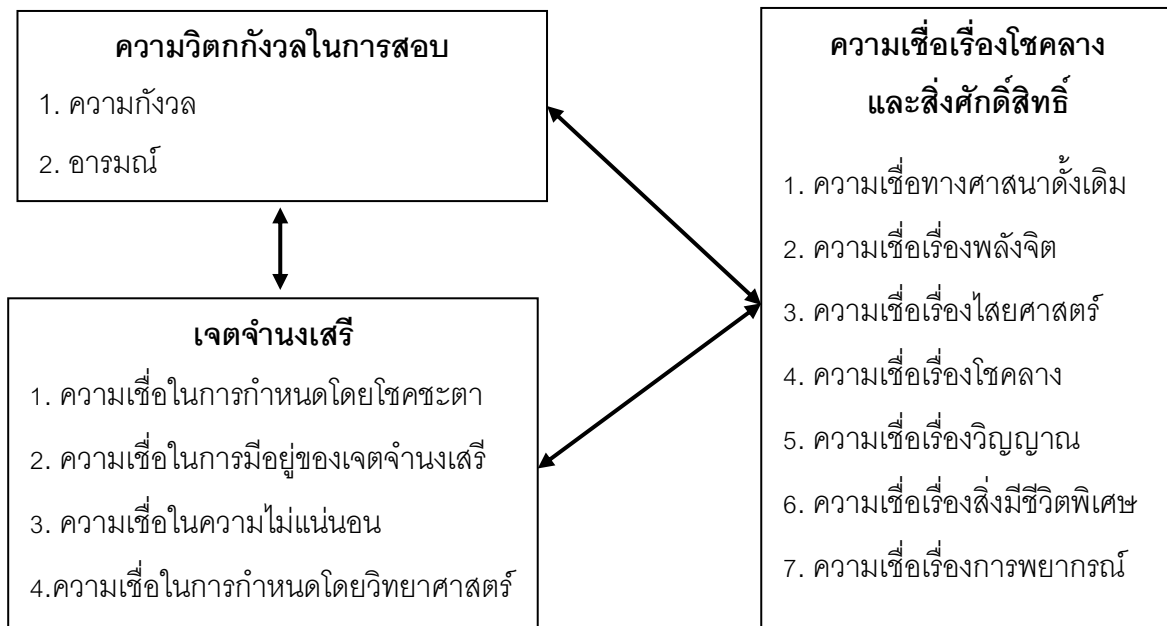
เผชิญสถานการณ์การสอบ ช่วยให้นักศึกษามองสถานการณ์การสอบด้วยความรับผิดชอบ เพิ่มความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง สามารถควบคุมการตอบสนองของตนเองได้ดีขึ้น นำไปสู่การวางแผนเตรียมตัวอันเป็นปัจจัยส่งเสริมผลสัมฤทธิ์ในการสอบและความมั่นคงทางจิตใจได้อย่างแท้จริง

สมมติฐานการวิจัย

1. ความวิตกกังวลในการสอบมีความสัมพันธ์กับความเชื่อเรื่องโชคลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ของนักศึกษา
2. ความวิตกกังวลในการสอบมีความสัมพันธ์กับเจตจำนงเสรีของนักศึกษา
3. ความเชื่อเรื่องโชคลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์มีความสัมพันธ์กับเจตจำนงเสรีของนักศึกษา

กรอบแนวคิดของการวิจัย

ภาพ 1 กรอบแนวคิดที่ใช้ในการวิจัย



ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามออนไลน์ กลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษาปริญญาตรีของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร ขนาดกลุ่มตัวอย่างคำนวณโดยโปรแกรม G*Power โดยกำหนดค่าพารามิเตอร์ ได้แก่ ระดับนัยสำคัญทางสถิติ (α) เท่ากับ .05 อำนาจของสถิติ (Power; $1-\beta$) เท่ากับ .95 และขนาดอิทธิพลระดับปานกลาง (Effect Size = .30) ภายใต้แบบจำลอง Correlation: Bivariate normal model (two-tailed) ผลการคำนวณระบุจำนวนกลุ่มตัวอย่างขั้นต่ำที่เหมาะสม คือ 138 คน ผู้วิจัยสุ่มตัวอย่างแบบไม่เป็นระบบ (non-probability sampling) และเลือกกลุ่มตัวอย่างตามความสะดวก (convenience sampling) โดยเก็บข้อมูลผ่านแบบสอบถามออนไลน์ในช่วงสอบส่วนกลาง ภาคฤดูร้อน ระหว่างวันที่ 21–28 พฤษภาคม พ.ศ. 2568 ผู้วิจัยได้รับแบบสอบถามตอบกลับ 180 ชุด และพบว่าแบบสอบถามที่สมบูรณ์และสามารถนำมาวิเคราะห์ได้จำนวน 173 ชุด

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถาม (Questionnaire) แบ่งเป็น 4 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป เกี่ยวกับ เพศ อายุ คณะ ชั้นปีที่กำลังศึกษา และศาสนา

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามมาตราส่วน Likert 5 ระดับ ให้วัดความวิตกกังวลในการสอบ ประกอบด้วย ด้านความกังวล (worry) และ ด้านอารมณ์ (emotionality) พัฒนาจาก Test Anxiety Inventory (TAI) ของ Spielberger (1980) จำนวน 15 ข้อ

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามมาตราส่วน Likert 5 วัดความเชื่อเรื่องโชคลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ ประกอบด้วย ด้านความเชื่อทางศาสนาดั้งเดิม ด้านความเชื่อเรื่องพลังจิต ด้านความเชื่อเรื่องไสยศาสตร์ ด้านความเชื่อเรื่องโชคลาง ด้านความเชื่อเรื่องวิญญาณ ด้านความเชื่อเรื่องสิ่งมีชีวิตพิเศษ และด้านความเชื่อเรื่องการพยากรณ์ พัฒนาจาก Revised Paranormal Belief Scale (R-PBS) ของ Tobacyk (2004) จำนวน 36 ข้อ

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามมาตราส่วน Likert 5 ระดับ วัดเจตจำนงเสรี ประกอบด้วย ด้านความเชื่อในการกำหนดโดยโชคชะตา ด้านความเชื่อในการมีอยู่ของเจตจำนงเสรี ด้านความเชื่อในความไม่แน่นอน และความเชื่อในการกำหนดโดยวิทยาศาสตร์ พัฒนาจาก The FAD-PLUS: FREE WILL AND DETERMINISM ของ Paulhus & Carey (2011) จำนวน 22 ข้อ

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นเสนอให้ผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่านตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) และคำนวณหาค่าดัชนีความสอดคล้องของข้อคำถาม (IOC) ซึ่งมีค่าระหว่าง 0.67–1.00 จากนั้น นำแบบสอบถามที่ผ่านการตรวจสอบไปทดลองใช้ (try out) กับนักศึกษาที่มีลักษณะคล้ายกับกลุ่มตัวอย่างจริง จำนวน 30 คน เพื่อตรวจสอบค่าความเชื่อมั่น (Reliability) โดยใช้วิธีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha) ซึ่งเกณฑ์ที่ยอมรับได้มีค่า 0.70 ขึ้นไป (Heppner, 2003) ผลปรากฏว่า ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามอยู่ระหว่าง 0.732–0.894 แสดงว่าเครื่องมือมีความเชื่อถือเพียงพอสำหรับการนำไปใช้เก็บข้อมูลจริง

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติเชิงพรรณนาเพื่ออธิบายคุณลักษณะของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา ได้แก่ ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และ ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation-SD)
2. สถิติที่ใช้ในการทดสอบข้อตกลงเบื้องต้นในการเลือกใช้สถิติเพื่อตรวจสอบการแจกแจงปกติของข้อมูล ได้แก่ สถิติ Kolmogorov-Smirnov และ Shapiro-Wilk พบว่า ข้อมูลไม่มีการแจกแจงแบบปกติ
3. สถิติเชิงอนุมานเพื่อทดสอบสมมติฐานการวิจัย คือ สถิติหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบสเปียร์แมน (Spearman's Rank Correlation Coefficient) โดยกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

ผลการวิจัย

ผลการวิจัย พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงจำนวน 128 คน คิดเป็นร้อยละ 74 อายุระหว่าง 22-47 ปี จำนวน 90 คน คิดเป็นร้อยละ 52 เป็นนักศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ จำนวน 59 คน คิดเป็นร้อยละ 34.1 ศึกษาอยู่ในชั้นปีที่ 4 จำนวน 52 คน คิดเป็นร้อยละ 30.1 และนับถือศาสนาพุทธจำนวน 144 คน คิดเป็นร้อยละ 83.2 กลุ่มตัวอย่างมีความวิตกกังวลในการสอบ โดยภาพรวมอยู่ในระดับต่ำ ($\bar{X} = 1.46$, $SD = 0.78$) เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ด้านความกังวล ($\bar{X} = 1.76$, $SD = 0.80$) มีความเชื่อเรื่องโชคลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ โดยภาพรวมอยู่ในระดับต่ำ ($\bar{X} = 1.14$, $SD = 0.72$) เมื่อ

พิจารณารายด้าน พบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ด้านความเชื่อทางศาสนาดั้งเดิม ($\bar{X} = 1.89$, $SD = 1.23$) และมีเจตจำนงเสรี โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.25$, $SD = 0.45$) เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ด้านความเชื่อในการมีอยู่ของเจตจำนงเสรี ($\bar{X} = 3.43$, $SD = 0.78$)

ผลการทดสอบสมมติฐาน

สมมติฐานที่ 1 ความวิตกกังวลในการสอบมีความสัมพันธ์กับความเชื่อเรื่องโชคกลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ ของนักศึกษาปริญญาตรี มหาวิทยาลัยวิทยาลัยแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร

ตาราง 1 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลในการสอบกับความเชื่อเรื่องโชคกลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ของนักศึกษา

ตัวแปร	ความเชื่อเรื่องโชคกลาง และสิ่งศักดิ์สิทธิ์	ด้านความเชื่อทางศาสนาดั้งเดิม	ด้านความเชื่อเรื่องพลังจิต	ด้านความเชื่อเรื่องไสยศาสตร์	ด้านความเชื่อเรื่องโชคกลาง	ด้านความเชื่อเรื่องวิญญาณ	ด้านความเชื่อเรื่องสิ่งมีชีวิตพิเศษ	ด้านความเชื่อเรื่องการพยากรณ์
ความวิตกกังวลในการสอบ	.293**	.240**	.177**	.189*	.181*	.244**	.275**	.192*
ด้านความกังวล	.272**	.291**	.059	.179*	.178*	.232**	.272**	.216**
ด้านอารมณ์	.274**	.179*	.257**	.168*	.171*	.228**	.244**	.114

* $P < .05$, ** $P < .01$

จากตาราง 1 พบว่า ความวิตกกังวลในการสอบมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับค่อนข้างต่ำกับความเชื่อเรื่องโชคกลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ ($r = .293$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 พิจารณารายด้าน พบว่า ความวิตกกังวลด้านความกังวลมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับค่อนข้างต่ำกับความเชื่อทางศาสนาดั้งเดิม ($r = .291$), ความเชื่อเรื่องวิญญาณ ($r = .232$), ความเชื่อเรื่องสิ่งมีชีวิตพิเศษ ($r = .272$) และความเชื่อเรื่องการพยากรณ์ ($r = .216$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 รวมทั้งมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับต่ำกับความเชื่อเรื่องไสยศาสตร์ ($r = .179$) และความเชื่อเรื่องโชคกลาง ($r = .178$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เช่นเดียวกับด้านอารมณ์ซึ่งพบความสัมพันธ์ทางบวกในระดับค่อนข้างต่ำกับความเชื่อเรื่องพลังจิต ($r = .257$), ความเชื่อเรื่องวิญญาณ ($r = .228$) และความเชื่อสิ่งมีชีวิตพิเศษ ($r = .244$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 รวมถึงความสัมพันธ์ทางบวกในระดับต่ำกับความเชื่อทางศาสนาดั้งเดิม ($r = .179$), ความเชื่อเรื่องไสยศาสตร์ ($r = .168$) และความเชื่อเรื่องโชคกลาง ($r = .171$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สมมติฐานที่ 2 ความวิตกกังวลในการสอบมีความสัมพันธ์กับเจตจำนงเสรีของนักศึกษาปริญญาตรี มหาวิทยาลัยวิทยาลัยแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร

ตารางที่ 2

การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลในการสอบกับเจตจำนงเสรีของนักศึกษา

ตัวแปร	เจตจำนงเสรี	ด้านความเชื่อในการกำหนดโดยโชคชะตา	ด้านความเชื่อในการมีอยู่ของเจตจำนงเสรี	ด้านความเชื่อในความไม่แน่นอน	ด้านความเชื่อในการกำหนดโดยวิทยาศาสตร์
ความวิตกกังวลในการสอบ	-.299**	-.255**	-0.012	-.264**	-0.130
ด้านความกังวล	-.241**	-.170*	-0.064	-.234**	-0.124
ด้านอารมณ์	-.297**	-.282**	0.042	-.251**	-0.120

* $P < .05$, ** $P < .01$

จากตารางที่ 2 พบว่า ความวิตกกังวลในการสอบมีความสัมพันธ์ทางลบกับเจตจำนงเสรีในระดับค่อนข้างต่ำ ($r = -.299$) พิจารณารายด้าน พบว่า ความวิตกกังวลในการสอบด้านความกังวลมีความสัมพันธ์ทางลบในระดับค่อนข้างต่ำกับความเชื่อในความไม่แน่นอนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r = -.234$) และมีความสัมพันธ์ทางลบในระดับต่ำกับความเชื่อในการกำหนดโดยโชคชะตาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($r = -.170$) ส่วนความวิตกกังวลในการสอบด้านอารมณ์ พบว่า มีความสัมพันธ์ทางลบในระดับค่อนข้างต่ำกับความเชื่อในการกำหนดโดยโชคชะตา ($r = -.282$) และความเชื่อในความไม่แน่นอน ($r = -.251$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สมมติฐานที่ 3 ความเชื่อเรื่องโชคกลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์มีความสัมพันธ์กับเจตจำนงเสรีของนักศึกษาปริญญาตรี มหาวิทยาลัยวิทยาลัยแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร

ตารางที่ 3

การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อเรื่องโชคกลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์กับเจตจำนงเสรีของนักศึกษา

ตัวแปร	เจตจำนงเสรี	ด้านความเชื่อในการกำหนดโดยโชคชะตา	ด้านความเชื่อในการมีอยู่ของเจตจำนงเสรี	ด้านความเชื่อในความไม่แน่นอน	ด้านความเชื่อในการกำหนดโดยวิทยาศาสตร์
ความเชื่อเรื่องโชคกลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์	-.524**	-.335**	0.063	-.278**	-.280**

ตัวแปร	เจตจำนงเสรี	ด้านความเชื่อในการกำหนดโดยโชคชะตา	ด้านความเชื่อในการมีอยู่ของเจตจำนงเสรี	ด้านความเชื่อในความไม่แน่นอน	ด้านความเชื่อในการกำหนดโดยวิทยาศาสตร์
ด้านความเชื่อทางศาสนาดั้งเดิม	-.335**	-.350**	-0.006	-.183*	-.174*
ด้านความเชื่อเรื่องพลังจิต	-.317**	-.329**	0.058	-.164*	-.175*
ด้านความเชื่อเรื่องไสยศาสตร์	-.525**	-.525**	0.105	-.314**	-.329**
ด้านความเชื่อเรื่องโชคกลาง	-.418**	-.361**	-0.028	-.220**	-.215**
ด้านความเชื่อเรื่องวิญญาณ	-.382**	-.386**	0.115	-.233**	-.211**
ด้านความเชื่อเรื่องสิ่งมีชีวิตพิเศษ	-.481**	-.463**	0.068	-.266**	-.272**
ด้านความเชื่อเรื่องการพยากรณ์	-.375**	-.420**	0.003	-.158*	-.160*

* $P < .05$, ** $P < .01$

จากตารางที่ 3 พบว่า ความเชื่อเรื่องโชคกลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ มีความสัมพันธ์ทางลบกับเจตจำนงเสรีในระดับปานกลาง ($r = -.524$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 พิจารณารายด้าน พบว่า ความเชื่อทางศาสนาดั้งเดิมมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเชื่อในการกำหนดโดยโชคชะตาในระดับค่อนข้างต่ำ ($r = -.350$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเชื่อในความไม่แน่นอนและความเชื่อในการกำหนดโดยวิทยาศาสตร์ในระดับต่ำ ($r = -.183$) และ ($r = -.174$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ความเชื่อเรื่องพลังจิตมีความสัมพันธ์ทางลบในระดับค่อนข้างต่ำกับความเชื่อในการกำหนดโดยโชคชะตา ($r = -.329$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีความสัมพันธ์ทางลบในระดับต่ำกับความเชื่อในความไม่แน่นอน ($r = -.164$) และความเชื่อในการกำหนดโดยวิทยาศาสตร์ ($r = -.175$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ความเชื่อเรื่องไสยศาสตร์มีความสัมพันธ์ทางลบในระดับปานกลางกับความเชื่อในการกำหนดโดยโชคชะตา ($r = -.525$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีความสัมพันธ์ทางลบในระดับค่อนข้างต่ำกับความเชื่อในความไม่แน่นอน ($r = -.314$) และความเชื่อในการกำหนดโดยวิทยาศาสตร์ ($r = -.329$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ความเชื่อเรื่องโชคกลางมีความสัมพันธ์ทางลบในระดับค่อนข้างต่ำกับความเชื่อในการกำหนดโดยโชคชะตา ความเชื่อในความไม่แน่นอน และความเชื่อในการกำหนดโดยวิทยาศาสตร์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r = -.361$) ($r = -.220$) และ ($r = -.215$) ตามลำดับ ความเชื่อเรื่องวิญญาณมีความสัมพันธ์ทางลบในระดับปานกลางกับความเชื่อในการกำหนดโดยโชคชะตา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r = -.396$) และมีความสัมพันธ์ทางลบในระดับค่อนข้างต่ำกับความเชื่อในความไม่แน่นอน และความเชื่อในการกำหนดโดยวิทยาศาสตร์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r = -.233$) และ ($r = -.211$) ตามลำดับ ความเชื่อเรื่องสิ่งมีชีวิตพิเศษมีความสัมพันธ์ทางลบในระดับปานกลางกับความเชื่อในการกำหนดโดยโชคชะตา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r = -.463$) และมีความสัมพันธ์ทางลบในระดับค่อนข้างต่ำกับความเชื่อ

ในความไม่แน่นอน และความเชื่อในการกำหนดโดยวิทยาศาสตร์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r = -.266$) และ ($r = -.272$) ตามลำดับ และสุดท้าย ความเชื่อเรื่องการพยากรณ์มีความสัมพันธ์ทางลบในระดับปานกลางกับความเชื่อในการกำหนดโดยโชคชะตา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r = -.420$) และมีความสัมพันธ์ทางลบในระดับต่ำกับความเชื่อในความไม่แน่นอน และความเชื่อในการกำหนดโดยวิทยาศาสตร์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($r = -.158$) และ ($r = -.160$) ตามลำดับ

สรุปและอภิปรายผล

โดยภาพรวม นักศึกษาปริญญาตรีมีความวิตกกังวลในการสอบอยู่ในระดับต่ำ ($\bar{X} = 1.46$, $SD = 0.78$) แม้ด้านความกังวลทางความคิดจะอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 1.76$, $SD = 0.80$) แต่ด้านอารมณ์อยู่ในระดับต่ำ ($\bar{X} = 1.15$, $SD = 0.94$) แสดงให้เห็นว่า นักศึกษามีการรับรู้สถานการณ์การสอบว่าไม่เป็นภัยคุกคามรุนแรงต่อความสามารถของตน และสามารถควบคุมอารมณ์ได้ค่อนข้างดี สอดคล้องกับกรอบแนวคิดของ Zeidner (1998) ที่ชี้ว่าความวิตกกังวลในการสอบเกี่ยวข้องกับทักษะการเตรียมตัว ความเชื่อมั่นในตนเอง และการกำกับตนเอง ทั้งยังสอดคล้องกับผลการศึกษาของ Mohamadi et al. (2014) ที่พบว่าผู้เรียนที่มีกระบวนการพัฒนาตนเองและการกำกับอารมณ์ที่ดีมีระดับความวิตกกังวลในการสอบต่ำ

ความเชื่อเรื่องโชคกลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์โดยรวมอยู่ในระดับต่ำ ($\bar{X} = 1.14$, $SD = 0.72$) เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ความเชื่อทางศาสนาดั้งเดิมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 1.89$, $SD = 1.23$) ขณะที่ความเชื่อด้านอื่น ๆ เช่น พลังจิต การพยากรณ์ ไสยศาสตร์ วิทยุญาณ สิ่งมีชีวิตพิเศษ และความเชื่อเรื่องโชคกลาง อยู่ในระดับต่ำถึงต่ำมาก ผลดังกล่าวสะท้อนภาพของนักศึกษาที่แม้อยู่ในวัฒนธรรมไทยซึ่งมีความเชื่อเชิงศาสนาและพิธีกรรมทางความเชื่อเป็นพื้นฐาน แต่ในชีวิตประจำวันโดยเฉพาะในบริบททางวิชาการ กลับยึดหลักเหตุผลและวิทยาศาสตร์ในการอธิบายปรากฏการณ์มากกว่า แนวโน้มนี้สอดคล้องกับแนวคิดของ Campbell (1996) ที่มองว่าความเชื่อเรื่องโชคกลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ในสังคมยุคใหม่มีลักษณะ “เชื่อครึ่งไม่เชื่อครึ่ง” (half-belief) คือ แม้มองว่าผลลัพธ์ไม่ได้เกิดจากการปฏิบัติตามความเชื่อดังกล่าว แต่การแสดงออกพฤติกรรมยังคงอยู่ภายใต้อิทธิพลความเชื่อนี้ อีกทั้งยังสอดคล้องกับงานของ Tobacyk et al. (1988) และ Paliwal & Joshi (2019) ที่ชี้ว่าการเชื่อมั่นในอำนาจการควบคุมภายในตนเอง (internal locus of control) ความเชื่อมั่นในตนเอง และการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมของบุคคลสัมพันธ์กับระดับความเชื่อเรื่องโชคกลางที่ต่ำลง

เจตจำนงเสรีในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.25$, $SD = 0.45$) โดยด้านความเชื่อในการมีอยู่ของเจตจำนงเสรีอยู่ในระดับสูงมาก ($\bar{X} = 3.43$, $SD = 0.78$) ขณะที่ด้านความเชื่อในการกำหนดโดยโชคชะตา ความเชื่อในการกำหนดโดยวิทยาศาสตร์ และความเชื่อในความไม่แน่นอนอยู่ในระดับปานกลาง ผลนี้สะท้อนว่า นักศึกษารับรู้ว่าตนมีเสรีภาพในการเลือกและกำหนดชีวิตในระดับหนึ่ง แต่ในขณะเดียวกันก็ยังตระหนักถึงข้อจำกัดจากบริบทภายนอกซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ Feldman et al. (2016) ที่พบว่า นักศึกษาในบริบทเอเชียมีระดับเจตจำนงเสรีอยู่ในช่วงปานกลาง เนื่องจากต้องปรับตัวอยู่ระหว่างความคาดหวังของครอบครัว ระบบเศรษฐกิจ และเป้าหมายชีวิตของตนเอง

สมมติฐานที่ 1 จากการศึกษาพบว่า ความวิตกกังวลในการสอบมีความสัมพันธ์กับความเชื่อเรื่องโชคกลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ของนักศึกษานิเทศศาสตร์ มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร อยู่ในระดับค่อนข้างต่ำ ($r = .293$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่า เมื่อนักศึกษามีระดับความวิตกกังวลสูงขึ้น จะมีแนวโน้มหันไปพึ่งพาความเชื่อในโชคกลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์มากขึ้น แม้ความสัมพันธ์จะอยู่ในระดับไม่สูงมากก็ตาม

ผลนี้สอดคล้องกับการศึกษาของ Futrell (2011) ที่พบว่านักศึกษามหาวิทยาลัยแสดงออกถึงความเชื่อเรื่องโชคกลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ เช่น พกเครื่องราง แต่งตัวเสริมดวงมากขึ้น โดยเฉพาะในช่วงสอบ เพื่อช่วยลดความวิตกกังวลในระยะสั้น ซึ่งนักศึกษามีแนวโน้มที่จะแสวงหาที่พึ่งทางใจ และความรู้สึกว่าตนเองมีการควบคุมสถานการณ์ได้มากขึ้น แม้ว่าในความเป็นจริงแล้ว ความสำเร็จในการสอบขึ้นอยู่กับความพร้อมที่เพียงพอและการมีความรู้ความเข้าใจในเนื้อหาการเรียนเป็นหลัก ดังนั้น ผลการวิจัยที่พบว่ามีความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งสองในระดับค่อนข้างต่ำ แสดงให้เห็นว่าความเชื่อดังกล่าวเป็นเพียงหนึ่งในหลายปัจจัยที่ได้รับอิทธิพลจากความวิตกกังวลในการสอบ

สมมติฐานที่ 2 จากการศึกษาพบว่า ความวิตกกังวลในการสอบมีความสัมพันธ์ทางลบกับเจตจำนงเสรีในระดับค่อนข้างต่ำ ($r = -.299$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่านักศึกษามีเจตจำนงเสรีในระดับสูงขึ้นเท่าไร ระดับความวิตกกังวลในการสอบจะยิ่งน้อยลง สอดคล้องกับการศึกษาของ Shruthvi & Rajakumari (2023) ซึ่งพบว่า นักศึกษาที่ตระหนักถึงสิทธิในการกำกับเส้นทางของตนเองและเชื่อมั่นในศักยภาพภายใน สามารถรับมือกับสถานการณ์ท้าทายทางวิชาการได้อย่างมีประสิทธิภาพ เนื่องจากมองอุปสรรคเป็นสิ่งที่จัดการได้และอาศัยความพยายามกับการตัดสินใจของตนเองเป็นหลัก ในทางกลับกัน เมื่อบุคคลรู้สึกว่าคุณควบคุมผลลัพธ์ไม่ได้หรือถูกกำหนดโดยปัจจัยภายนอก ความวิตกกังวลมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น

สมมติฐานที่ 3 จากการศึกษาพบว่า ความเชื่อเรื่องโชคกลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์มีความสัมพันธ์ทางลบกับเจตจำนงเสรีในระดับปานกลาง ($r = -.524$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่า นักศึกษาปริญญาตรีที่มีคะแนนความเชื่อเรื่องโชคกลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ในระดับสูง คะแนนเจตจำนงเสรีจะต่ำ ซึ่งสะท้อนว่า เมื่อบุคคลย้ายอำนาจการควบคุมไปสู่ภายนอก หรือเลือกปฏิบัติตามความเชื่อที่ไม่เป็นหลักเหตุผล โดยหวังให้ผลลัพธ์เป็นตามต้องการ การรับรู้ชีวิตและผลการเรียนขึ้นอยู่กับกำกับการตนเอง การเลือกและความพยายามของตนเองก็จะลดลง ผลนี้สอดคล้องกับการศึกษาของ Kapoor et al. (2004) ที่พบความสัมพันธ์เชิงลบระหว่างความเชื่อโชคกลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์กับการรับรู้เจตจำนงเสรีส่วนบุคคลในกลุ่มคนหนุ่มสาวเช่นกัน และการศึกษาของ Gallagher & Lewis (2001) ในนักศึกษามหาวิทยาลัยซึ่งพบว่า แม้นักศึกษาอยู่ในระบบการเรียนตามหลักเหตุผล แต่จากต้นภาคเรียนสู่ปลายภาคเรียน การใช้แนวทางเชิงเหตุผลในการสอบของนักศึกษาลดลงถึงร้อยละ 50 มีนักศึกษาเกือบร้อยละ 70 แสดงพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อเรื่องโชคกลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ในการเข้าสอบโดยพฤติกรรมดังกล่าวไม่สัมพันธ์กับความเชื่อทางศาสนา เพศ เชื้อชาติ หรือผลการเรียนที่คาดหวัง โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ในนักศึกษากลุ่มที่เชื่อว่าโชคชะตาเป็นตัวกำหนดผลสอบมักคาดหวังผลการเรียนต่ำกว่ากลุ่มที่ไม่เชื่อในโชคชะตาที่กำหนด

ข้อเสนอแนะ

1. สถาบันการศึกษา หน่วยงานพัฒนานักศึกษา และอาจารย์และผู้สอนในระดับอุดมศึกษา ส่งเสริมการคิดเชิงวิพากษ์และการใช้หลักเหตุผล การอบรมแนะแนวทักษะการเรียนรู้ที่จำเป็น และการวางแผนเป้าหมายทางวิชาการ ทักษะการกำกับตนเอง ควบคู่กับการเรียนรู้เชิงปฏิบัติ เพื่อเสริมสร้างความมั่นใจในศักยภาพตนเองของนักศึกษาและยกระดับคุณภาพทางวิชาการของผู้เรียน
2. สถาบันการศึกษา หน่วยงานพัฒนานักศึกษา และอาจารย์และผู้สอนในระดับอุดมศึกษา จัดโครงการดูแลและส่งเสริมสุขภาพจิตของนักศึกษาอย่างทั่วถึงและต่อเนื่อง เช่น การให้บริการปรึกษาทางจิตวิทยา การอบรมทักษะการจัดการความเครียด เพื่อสุขภาพะทางการเรียนรู้ที่สามารถเพิ่มประสิทธิภาพในการศึกษา รวมทั้งป้องกันไม่ให้ความวิตกกังวลพัฒนาไปสู่ปัญหาทางสุขภาพจิตที่รุนแรงขึ้น

ข้อเสนอแนะงานวิจัยครั้งถัดไป

1. ในการวิจัยครั้งต่อไป อาจออกแบบวิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่างให้กระจายครอบคลุมทุกคณะภายในมหาวิทยาลัยเดียวกัน เพื่อเพิ่มความเที่ยงตรงของระดับความวิตกกังวลและความเชื่อเรื่องโชคลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์และเจตจำนงเสรีและทำให้ผลการศึกษามีน้ำหนักมากยิ่งขึ้น
2. ในการวิจัยครั้งต่อไป อาจออกแบบเป็นการวิจัยเชิงทดลองเพื่อทดสอบอิทธิพลของการนำโปรแกรมหรือนวัตกรรมด้านจิตวิทยา เช่น โปรแกรมลดความวิตกกังวล การให้คำปรึกษาเชิงจิตวิทยาเฉพาะด้าน หรือการฝึกทักษะการคิด เช่น Growth Mindset ต่อความเชื่อเรื่องโชคลางและการเพิ่มการตระหนักรู้ในเจตจำนงเสรีของนักศึกษา
3. ในการวิจัยครั้งต่อไป อาจศึกษาเชิงคุณภาพ เช่น การสัมภาษณ์เชิงลึกหรือการสนทนากลุ่ม เพื่อสำรวจทัศนคติของนักศึกษาในการพึ่งพาความเชื่อเรื่องโชคลางและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ในการบรรเทาความวิตกกังวลในการสอบ การปรับตัว และบทบาทของเจตจำนงเสรีที่มีต่อการใช้ชีวิตของนักศึกษา

เอกสารอ้างอิง

เสาวลักษณ์ ตะเภาทิรัญ. (2566). *ทัศนคติและปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมความเชื่อ*

ในมูเตลูของประชากรในประเทศไทย [สารนิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, วิทยาลัยการจัดการมหาวิทยาลัยมหิดล]. มหาวิทยาลัยมหิดล.

American Psychological Association. (2018). Free will. *APA Dictionary of Psychology*.

<https://dictionary.apa.org/free-will>

American Psychological Association. (2018). Superstition. *APA Dictionary of Psychology*.

<https://dictionary.apa.org/superstition>

Campbell, C. (1996). Half-belief and the paradox of ritual instrumental activism: A theory of modern superstition. *The British Journal of Sociology*, 47(1), 151–166.

Çetin, E. M. (2024, April 21). *Free will and rational choice theory: Exploring the compatibility*.

Rostra Economica. Retrieved October 21, 2025, from

<https://www.rostraeconomica.nl/post/free-will-and-rational-choice-theory-exploring-the-compatibility>

- Feldman, G., Chandrashekar, S. P., & Wong, K. F. E. (2016). The freedom to excel: Belief in free will predict better academic performance. *Personality and Individual Differences*, 90, 377–383.
- Futrell, B. (2011). A closer look at the relationship between superstitious behaviors and trait anxiety. *Rollins Undergraduate Research Journal*, 5(2), 1–8. Retrieved from <http://scholarship.rollins.edu/rurj/vol5/iss2/5>
- Gallagher, T. J., & Lewis, J. M. (2001). Rationalists, fatalists, and the modern superstitious: Test-taking in introductory sociology. *Sociological Inquiry*, 71(1), 1–12
- Heppner, P. P. (2003). *Research design in counseling*. Pacific Grove, CA: Brooks/Cole
- Jirjees, F., Odeh, M., Al-Haddad, A., Assad, R., Hassanin, Y., AlObaidi, H., Kharaba, Z., Alfoteih, Y., & Alzoubi, K. H. (2024). Test anxiety and coping strategies among university students: An exploratory study in the UAE. *Scientific Reports*, 14, 16932.
- Kapoor, P., Garg, D., Gupta, N., Vardhan, A., Solapurkar, D., & Tushar, B. (2024). Is there a correlation between the degree of superstitious beliefs and the sense of personal free will in individuals. *International Journal of Indian Psychology*, 12(2), 1574–1584.
- Liebert, R. M., & Morris, C. W. (1969). Cognitive and emotional components of test anxiety: A distinction and some initial data. *Psychological Reports*, 20, 975–978.
- Matthews, G., Zeidner, M., & Roberts, R. D. (2006). *Models of personality and affect for education: A review and synthesis*. In P. A. Alexander & P. H. Winne (Eds.), *Handbook of educational psychology* (2nd ed., pp. 163–186). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Mocan, N., & Yu, H. (2020). Can superstition create a self-fulfilling prophecy? School outcomes of dragon children in China. *Journal of Human Capital*, 14(4), 485–534.
- Mohamadi, M., Alishahi, Z., & Soleimani, N. (2014). A study on test anxiety and its relationship to test score and self-actualization of academic EFL students in Iran. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 98, 1156–1164.
- Morin, A. (2024). Free Will Implicates Inner Speech via Self-Regulation. *Open Journal of Philosophy*, 14, 547–555.
- Paliwal, R., & Joshi, A. (2019). A study of superstition among anxiety reactive adolescents and normal adolescents. *International Journal of Indian Psychology*, 7(4), 1021–1024.
- Paulhus, D. L., & Carey, J. M. (2011). The FAD-Plus: Measuring lay beliefs regarding free will and related constructs. *Journal of Personality Assessment*, 93(1), 96–104.

- Pournesaei, G. S. (2023). *Superstition and its association with depression and anxiety among university students*. *Journal of Modern Psychology*, 3(2), 41–48.
- Shruthvi, J., & Rajakumari, S. (2023). Relationship between test anxiety and academic locus of control among college students. *International Journal of Humanities, Social Science and Management*, 3(1), 363–368
- Spielberger, C. D. (1980). *Test anxiety inventory: Theory, findings, and cross-cultural research*. Academic Press.
- St Quinton, T., Trafimow, D., & Genschow, O. (2023). *The role of free will beliefs in social behavior: Priority areas for future research*. *Consciousness and Cognition*, 115, 103586.
- Thomas, A. C., & Vignarath Bapu, K. G. (2022). Test anxiety and academic task commitment among young adults. *International Journal of Indian Psychology*, 10(3), 1707–1715.
- Tobacyk, J. J. (2004). A Revised Paranormal Belief Scale. *International Journal of Transpersonal Studies*, 23(1), 94–98.
- Tobacyk, J. J., Nagot, E., & Miller, M. (1988). Paranormal beliefs and locus of control: A multidimensional examination. *Journal of Personality Assessment*, 52(2), 241–246.
- University of North Carolina at Chapel Hill. (2025). *Test Anxiety*. Retrieved July 10, 2025, from <https://learningcenter.unc.edu/tips-and-tools/tackling-test-anxiety/>
- Vyse, S. A. (1997). *Believing in magic: The psychology of superstition*. Oxford University Press.
- Vyse, S. A. (2000). *Believing in magic: The psychology of superstition* (Rev. ed.). Oxford University Press.
- Zeidner, M. (1998). *Test anxiety: The state of art*. New York: Plenum Press.