การศึกษาพฤติกรรมการเปิดเผยตนเองในสื่อสังคมออนไลน์ กับบุคลิกภาพแบบแสดงตัว-เก็บตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนเอกชนระดับมัธยมศึกษาแห่งหนึ่งในจังหวัดชัยภูมิ

A STUDY OF SELF-DISCLOSURE BEHAVIOR ON SOCIAL MEDIA AND EXTROVERT–INTROVERT PERSONALITY AMONG UPPER SECONDARY SCHOOL STUDENTS AT A PRIVATE SECONDARY SCHOOL IN CHAIYAPHUM PROVINCE

กชพร ชัยวิรัตนะ[1*] กนกรดา ญาณะเครื่อง[1] เกียรติชัย ทวีลาภ[1]

Kodchaporn Chaiviratana[1*] Kanokrada Yanakruang[1] Kiadtichai Tavilab[1]

[1] โรงเรียนปัญจดี, ประเทศไทย

[1] Punjadee School, Thailand

* Corresponding author e-mail: Kiadtichai4444@gmail.com

Received: 25/07/2026 I Revised: 28/08/69 I Accepted: 22/09/2026

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการเปิดเผยตนเองในสื่อสังคมออนไลน์ระหว่างบุคลิกภาพแบบแสดงตัว-เก็บตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนเอกชนระดับมัธยมศึกษาแห่งหนึ่งในจังหวัดชัยภูมิ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนเอกชนระดับมัธยมศึกษาแห่งหนึ่งในจังหวัดชัยภูมิ ปีการศึกษา 2568 โดยแบ่งนักเรียนเป็น 2 กลุ่ม คือกลุ่มที่มีบุคลิกภาพแบบแสดงตัว และกลุ่มที่มีบุคลิกภาพแบบเก็บตัว กลุ่มละ 20 คน รวมทั้งสิ้น 40 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือแบบสอบถามพฤติกรรมการเปิดเผยตนเองในสื่อสังคมออนไลน์ซึ่งมีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับตามวิธีสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคเท่ากับ 0.71 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ independent samples t-test ผลการวิจัยพบว่าพฤติกรรมการเปิดเผยตนเองในสื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนที่มีบุคลิกภาพแบบแสดงตัว-เก็บตัวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($t = 3.676, p = .002$) โดยนักเรียนที่มีบุคลิกภาพแบบแสดงตัวมีพฤติกรรมการเปิดเผยตนเองในสื่อสังคมออนไลน์สูงกว่านักเรียนที่มีบุคลิกภาพแบบเก็บตัว ผลการวิจัยนี้สะท้อนให้

เห็นว่าลักษณะบุคลิกภาพอาจเป็นปัจจัยสำคัญที่ควรพิจารณาในการทำความเข้าใจและส่งเสริมพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์อย่างเหมาะสมของนักเรียน

คำสำคัญ: บุคลิกภาพแบบแสดงตัว-เก็บตัว; สื่อสังคมออนไลน์; การเปิดเผยตนเอง

Abstract

This research aimed to compare self-disclosure behavior on social media between extroverted and introverted upper secondary school students at a private secondary school in Chaiyaphum Province. The sample consisted of upper secondary school students at a private secondary school in Chaiyaphum Province in the academic year 2025. The students were divided into two groups: a group with extroverted personality and a group with introverted personality, with 20 students in each group, totaling 40 students. The research instrument was a questionnaire on self-disclosure behavior on social media, with an overall Cronbach's alpha coefficient of 0.71. The statistics used for data analysis were mean, standard deviation, and an independent samples t-test. The research findings revealed that the self-disclosure behavior on social media of students with extroverted and introverted personalities was significantly different at the .05 level ($t = 3.676$, $p = .002$). Students with extroverted personalities had higher self-disclosure behavior on social media than students with introverted personalities. The findings of this research reflect that personality traits may be an important factor that should be considered in understanding and promoting appropriate social media use behavior among students.

Keywords: Extrovert–Introvert Personality; Social Media; Self-disclosure

บทนำ

ปัจจุบันปฏิสัมพันธ์ทางสังคมของมนุษย์ได้เปลี่ยนแปลงรูปแบบอย่างสิ้นเชิงจากการสื่อสารในรูปแบบเผชิญหน้าไปสู่การสื่อสารและการสร้างความสัมพันธ์บนพื้นที่ดิจิทัล โดยมีเครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Network) เป็นกลไกหลักในการขับเคลื่อน ข้อมูลจากการรายงานระดับโลกระบุว่าสื่อสังคมออนไลน์ได้กลายเป็นศูนย์กลางการใช้ชีวิต โดยมีจำนวนบัญชีผู้ใช้โซเชียลมีเดียมากกว่า 5,000 ล้านบัญชี หรือคิดเป็นร้อยละ 62.3 ของประชากรโลก มีแพลตฟอร์มหลักที่มีอัตราการเปิดใช้งานเป็นประจำทุกวัน อาทิ เฟซบุ๊ก (ร้อยละ 64.1) ยูทูบ (ร้อยละ 63.7) และอินสตาแกรม (ร้อยละ 61.6) (We Are Social & Meltwater, 2024) ส่งผลให้พื้นที่ออนไลน์ทำหน้าที่เป็นพื้นที่จำลองในการนำเสนอเรื่องราวส่วนบุคคล โดยมีพฤติกรรมสำคัญคือการเปิดเผยตนเอง (Self-Disclosure) ซึ่งเป็นกระบวนการสื่อสารข้อมูลส่วนบุคคล ความคิดเห็น หรือความรู้สึกภายในเพื่อสร้างการมีส่วนร่วมและการยอมรับในสังคม (Altman & Taylor, 1973) โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่มีอายุประมาณ 15-18 ปี ซึ่งเติบโตมา

พร้อมกับสื่อสังคมออนไลน์ตั้งแต่เกิด จึงใช้พื้นที่นี้เป็นช่องทางหลักในการสื่อสาร สร้างปฏิสัมพันธ์ และแสดงออกซึ่งตัวตน (Anderson & Jiang, 2018)

อย่างไรก็ตาม พฤติกรรมการเปิดเผยตนเองบนสื่อสังคมออนไลน์ไม่ได้เกิดขึ้นในลักษณะเดียวกันทุกคน เนื่องจากแต่ละบุคคลมีระดับความถี่ ปริมาณ และรูปแบบการแบ่งปันข้อมูลที่แตกต่างกัน ในทางจิตวิทยา การแสดงออกที่แตกต่างกันนี้มีความเชื่อมโยงโดยตรงกับลักษณะบุคลิกภาพพื้นฐานตามธรรมชาติ (Personality Traits) ทั้งกลุ่มบุคลิกภาพแบบแสดงตัว (Extrovert) ที่มุ่งเน้นปฏิสัมพันธ์กับสังคม ชอบผจญภัย เปิดเผย ช่างพูด และปรับตัวเร็ว กับกลุ่มบุคลิกภาพแบบเก็บตัว (Introvert) ที่ไวต่อสิ่งเร้า คิดวิเคราะห์ไตร่ตรอง มีความเป็นส่วนตัวสูง เงียบ และระมัดระวัง (Jung, 1971) ความแตกต่างนี้นำมาสู่ข้อสังเกตว่าเมื่อบุคคลทั้งสองกลุ่มเข้ามาใช้งานพื้นที่ออนไลน์จะส่งผลต่อพฤติกรรมการเปิดเผยตัวตนอย่างไร (Amichai-Hamburger & Vinitzky, 2010) ซึ่งการศึกษาพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ในกลุ่มนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายจะช่วยให้เห็นตัวตนที่ชัดเจน ต่างจากกลุ่มเด็กวัยประถมศึกษาหรือมัธยมศึกษาตอนต้นที่ยังถูกควบคุมโดยผู้ปกครองสูง (Livingstone & Helsper, 2008) กลุ่มนักศึกษาที่มุ่งเน้นเรื่องการทำงานและเครือข่ายวิชาชีพ (Embalsado, 2021) หรือกลุ่มวัยทำงานที่พฤติกรรมถูกกำกับด้วยภาระหน้าที่การงานและภาพลักษณ์องค์กร (Li et al., 2024)

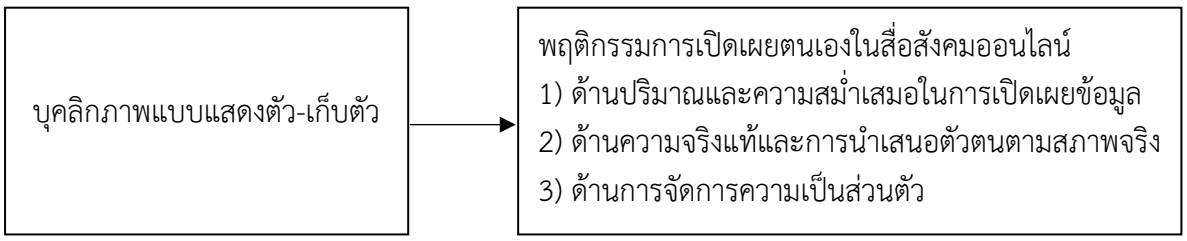
แบบวัดบุคลิกภาพของนักจิตวิทยามีหลากหลาก เช่น Big Five Inventory ที่วัดบุคลิกภาพตาม 5 องค์ประกอบ ได้แก่ Openness, Conscientiousness, Extraversion, Agreeableness, และ Neuroticism โดยประเมินเป็นระดับคะแนนสูง-ต่ำ (John & Srivastava, 1999) หรือแบบวัดบุคลิกภาพ Myers-Briggs Type Indicator (MBTI) ที่จัดประเภทบุคลิกภาพออกเป็น 16 รูปแบบ (Types) จากมิติคู่ตรงข้าม 4 ด้าน ได้แก่ การเปิดเผย/เก็บตัว, การรับรู้ข้อมูล , การตัดสินใจ , และการใช้ชีวิต เน้นการอธิบายความพึงพอใจและแนวโน้มพฤติกรรมในชีวิตประจำวัน (Myers & McCaulley, 1985) ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ใช้แบบสอบถามบุคลิกภาพออนไลน์จาก Psychology Today ซึ่งเป็นแบบสอบถามออนไลน์ด้านจิตวิทยาที่ได้รับการยอมรับในระดับสากล ซึ่งมีความเหมาะสมที่จะนำมาใช้คัดเลือกกลุ่มนักเรียนที่มีบุคลิกแบบเก็บตัว-แสดงตัวตามหลักจิตวิทยาพื้นฐานได้ เนื่องจากเป็นเครื่องมือที่สั้นกระชับ จำนวนข้อคำถามเหมาะสม โดยจะช่วยลดเวลาจากการตอบแบบสอบถามของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายได้เป็นอย่างดี (Žmuk, 2017)

จากข้อสังเกตดังกล่าว ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาพฤติกรรมการเปิดเผยตนเองในสื่อสังคมออนไลน์ของบุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบแสดงตัว-เก็บตัวใน 3 ด้าน ได้แก่ ด้านปริมาณและความสม่ำเสมอในการแบ่งปันข้อมูล เป็นพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับความถี่ในการโพสต์ จำนวนภาพ/วิดีโอ ด้านความจริงแท้และการนำเสนอตัวตนตามความเป็นจริง เป็นพฤติกรรมที่สะท้อนตัวตนที่แท้จริงของข้อมูล อารมณ์ และความคิดเห็น และด้านการจัดการความเป็นส่วนตัวเพื่อความปลอดภัย เป็นพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการตั้งค่าความปลอดภัย การคัดกรองผู้เข้าชม และการประเมินความเสี่ยง (DeVito, 2019) เพื่อทำความเข้าใจรูปแบบพฤติกรรมการสื่อสารออนไลน์ที่แตกต่างกันตามลักษณะบุคลิกภาพของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย และสร้างความตระหนักรู้ด้านความปลอดภัยในยุคดิจิทัลให้เหมาะสมกับบริบทของแต่ละกลุ่มบุคลิกภาพต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการเปิดเผยตนเองในสื่อสังคมออนไลน์ระหว่างบุคลิกภาพแบบแสดงตัว-เก็บตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนเอกชนระดับมัธยมศึกษาแห่งหนึ่งในจังหวัดชัยภูมิ

กรอบแนวคิดในการวิจัย



ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

สมมติฐานการวิจัย

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่มีบุคลิกภาพแบบแสดงตัวและบุคลิกภาพแบบเก็บตัวมีพฤติกรรมการเปิดเผยตนเองในสื่อสังคมออนไลน์ที่แตกต่างกัน

วิธีดำเนินการวิจัย

งานวิจัยเรื่องการศึกษาพฤติกรรมการเปิดเผยตนเองในสื่อสังคมออนไลน์กับบุคลิกภาพแบบแสดงตัว-เก็บตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนเอกชนระดับมัธยมศึกษาแห่งหนึ่งในจังหวัดชัยภูมิ ผู้วิจัยออกแบบวิธีดำเนินการวิจัยดังนี้

1) ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

- ประชากรเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนเอกชนแห่งหนึ่งในจังหวัดชัยภูมิ ปีการศึกษา 2568 จำนวน 66 คน

- กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนเอกชนแห่งหนึ่งในจังหวัดชัยภูมิ ปีการศึกษา 2568 จำนวน 40 คน โดยแบ่งนักเรียนเป็น 2 กลุ่มคือกลุ่มที่มีบุคลิกภาพแบบแสดงตัวและกลุ่มที่มีบุคลิกภาพแบบเก็บตัว จำนวนกลุ่มละ 20 คน รวมทั้งสิ้น 40 คน ได้แก่ นักเรียนที่มีบุคลิกภาพแบบแสดงตัวจำนวน 20 คน เละนักเรียนที่มีบุคลิกภาพแบบเก็บตัวกลุ่มละ 20 คน โดยผู้วิจัยดำเนินการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างดังนี้

(1) ผู้วิจัยขอความอนุเคราะห์นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนเอกชนแห่งหนึ่งในจังหวัดชัยภูมิ ปีการศึกษา 2568 จำนวน 66 คน ทำแบบสอบถามบุคลิกภาพของ Psychology today จาก https://www.psychologytoday.com จำนวน 20 ข้อ ซึ่งเป็นแบบสอบถามแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ

(2) ผู้วิจัยดำเนินการตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ของแบบประเมิน โดยให้คะแนนย้อนกลับสำหรับข้อคำถามที่ตรงกันข้าม จากนั้นคำนวณคะแนนรวมและคะแนนเฉลี่ยของนักเรียนแต่ละคน

(3) พิจารณาคะแนนเฉลี่ยของนักเรียนแต่ละคน เพื่อจำแนกแนวโน้มบุคลิกภาพแบบแสดง-เก็บตัวของนักเรียน โดยใช้ค่า 3.00 ซึ่งเป็นค่ากึ่งกลางของมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ในการพิจารณาข้อมูลบุคลิกภาพแบบแสดงตัว-เก็บตัวของนักเรียน

(4) จัดเรียงลำดับคะแนนนักเรียนตามบุคลิกภาพแบบแสดงตัว-เก็บตัว และคัดเลือกนักเรียนที่มีคะแนนสูงสุดของแต่บุคลิกภาพจำนวนกลุ่มละ 20 คน รวมทั้งสิ้น 40 คน เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มมีจำนวนเท่ากันและไม่มีนักเรียนซ้ำกันระหว่างกลุ่มตัวอย่าง

2) ตัวแปรที่ศึกษา

- ตัวแปรต้น: บุคลิกแบบแสดงตัว-เก็บตัว
- ตัวแปรตาม: พฤติกรรมการเปิดเผยตนเองในสื่อสังคมออนไลน์

3) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

- แบบสอบถามแบบสอบถามบุคลิกภาพของ Psychology Today (https://www.psychologytoday.com) เป็นแบบสอบถามแบบมาตราส่วนประมาณค่าจำนวน 20 ข้อ ซึ่งแต่ละข้อคำถามจะแสดงถึงบุคลิกภาพแบบแสดงตัว-เก็บตัวแสดงดังตาราง 1 ซึ่งนำมาใช้ทำการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้

ตาราง 1 ข้อคำถามแบบสอบถามแบบสอบถามบุคลิกภาพแสดงตัว-เก็บตัว

ข้อ	คำถาม	รูปแบบบุคลิกภาพ
1	เมื่อคนแปลกหน้าเข้ามามาทักทาย ฉันถือว่าเป็นโอกาสอันดีในการสร้างมิตรภาพใหม่ ๆ	แสดงตัว
3	ฉันถือว่าตนเองเป็นคนที่มีความมั่นใจและกล้าแสดงออก	
6	ฉันสามารถชวนคนอื่นคุยได้แทบทุกเรื่อง แม้จะเป็นหัวข้อที่ฉันเพิ่งเคยได้ยินเป็นครั้งแรก	
8	ฉันชอบบรรยากาศที่มีคนอยู่รอบข้างมากกว่าต้องอยู่ในห้องเงียบ ๆ คนเดียว	
9	ฉันจะรู้สึกเหงา หากเห็นว่าวันหยุดนี้ไม่มีนัดไปไหนกับใครเลย	
10	ในที่ประชุมหรือการคุยงานฉันชอบที่จะพูดแลกเปลี่ยนไอเดียทันทีมากกว่าการนั่งฟังเฉย ๆ	
11	ฉันชอบเป็นคนสร้างสีสัน ชอบแกล้งหรือแหย่ให้คนรอบข้างได้หัวเราะ	
12	ฉันสนุกกับการโน้มน้าวให้คนอื่นรู้สึกตื่นเต้นกับโปรเจคหรือแผนการเดินทาง	
18	ตอนเป็นเด็กฉันมักจะอาสาออกมาทำกิจกรรมต่าง ๆ เป็นคนแรก ๆ	
19	เวลาไปเที่ยว สิ่งที่ทำให้ฉันตื่นเต้นที่สุดคือการได้รู้จักและพูดคุยกับคนท้องถิ่นหรือนักเดินทางคนอื่น ๆ	

ข้อ	คำถาม	รูปแบบบุคลิกภาพ
2	การออกไปสังสรรค์กับเพื่อนกลุ่มใหญ่ตลอดทั้งคืนทำให้ฉันรู้สึกหมดพลัง	เก็บตัว
4	ในขณะที่อยู่ท่ามกลางผู้คน ฉันมักเผลอเหม่อลอยเข้าไปอยู่ในโลกความคิดของตัวเองบ่อย ๆ	
5	ฉันรู้สึกอึดอัดหากต้องตกเป็นเป้าสายตาหรือต้องไปเปิดเผยชีวิตส่วนตัวในที่สาธารณะ	
7	ฉันชอบนัดเจอเพื่อนสนิทแค่หนึ่งหรือสองคนมากกว่าการออกไปสังสรรค์กันเป็นกลุ่มใหญ่	
13	ฉันจะรู้สึกเกร็งมากหากถูกบังคับให้เต้น หรือร้องเพลงในงานปาร์ตี้	
14	เวลาที่ฉันต้องเป็นผู้นำ ฉันมักจะชอบคุยรายละเอียดแบบตัวต่อตัวมากกว่าเข้าห้องประชุมใหญ่	
15	เวลาไปงานเลี้ยงฉันมักจะมองหาจังหวะหรือเหตุผลที่จะขอตัวกลับบ้านก่อนอยู่บ่อยครั้ง	
16	ฉันสามารถเป็นผู้ฟังที่ดี และนั่งฟังเรื่องราวของคนอื่นได้นานนับชั่วโมงถ้าเรื่องนั้นน่าสนใจ	
17	ฉันขอเวลาคิดทบทวนให้รอบคอบก่อนตัดสินใจเสมอ แม้คนอื่นจะอยากให้รีบสรุปก็ตาม	
20	การได้ใช้เวลาทั้งวันทำสิ่งที่ชอบอยู่คนเดียวเงียบ ๆ คือการพักผ่อนที่สมบูรณ์แบบสำหรับฉัน	

โดยแต่ละข้อคำถามให้ผู้ตอบเลือกประเมินความคิดเห็น 5 ระดับ ซึ่งมีเกณฑ์การประเมินดังนี้

ระดับความคิดเห็น	คะแนน
เห็นด้วยอย่างยิ่ง	5
เห็นด้วย	4
ไม่แน่ใจ	3
ไม่เห็นด้วย	2
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	1

- แบบสอบถามพฤติกรรมการเปิดเผยตนเองในสื่อสังคมออนไลน์ ผู้วิจัยได้สร้างและหาคุณภาพแบบสอบถามดังนี้

(1) ศึกษาหลักเกณฑ์และวิธีการสร้างแบบสอบถาม เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างเครื่องมือเก็บรวบรวมข้อมูลที่เกี่ยวกับพฤติกรรมการเปิดเผยตัวเองในสื่อสังคมออนไลน์

(2) ศึกษาองค์ประกอบของบุคลิกภาพแบบแสดงตัว-เก็บตัว รวมถึงแนวคิดเรื่องพฤติกรรมการเปิดเผยตัวเองในสื่อสังคมออนไลน์ เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการสร้างข้อคำถามในแบบสอบถาม

(3) สร้างแบบสอบถามพฤติกรรมการเปิดเผยตัวเองในสื่อสังคมออนไลน์ ซึ่งแบ่งเป็น 3 ด้าน ได้แก่ ด้านปริมาณและความสม่ำเสมอในการเปิดเผยข้อมูล ด้านความจริงแท้ในการนำเสนอตัวตนตามสภาพจริง และด้านการจัดการความเป็นส่วนตัว ด้านละ 10 ข้อคำถามย่อย ต้องการใช้จริงด้านละ 5 ข้อ (เผื่อเลือกไว้ 50%) รวมจำนวน 30 ข้อ ใช้จริงทั้งหมด 15 ข้อ เป็นแบบสอบถามแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ

(4) นำแบบสอบถามพฤติกรรมการเปิดเผยตัวเองในสื่อสังคมออนไลน์ที่สร้างขึ้นเสนอต่อผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน ซึ่งเป็นนักจิตวิทยาในโรงพยาบาลแห่งหนึ่งในจังหวัดชัยภูมิ เพื่อพิจารณาความสอดคล้องระหว่างพฤติกรรมการเปิดเผยตัวเองในสื่อสังคมออนไลน์กับข้อคำถามในแต่ละด้าน ซึ่งมีเกณฑ์พิจารณาดังนี้ (สมนึก ภัททิยธนี, 2565)

ให้ +1 แน่ใจว่าข้อคำถามตรงกับพฤติกรรมที่ต้องการวัด
0 ไม่แน่ใจว่าข้อคำถามตรงกับพฤติกรรมที่ต้องการวัด
-1 แน่ใจว่าข้อคำถามไม่ตรงกับพฤติกรรมที่ต้องการวัด

(5) นำแบบสอบถามพฤติกรรมการเปิดเผยตัวเองในสื่อสังคมออนไลน์ที่ได้รับการพิจารณาจากผู้เชียวชาญมาหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) แล้วเลือกข้อที่มีค่าดัชนีความสอดคล้องตั้งแต่ 0.50 ถึง 1.00 (สมนึก ภัททิยธนี, 2565) ซึ่งถือว่าแบบสอบถามข้อนั้นวัดได้ตรงตามพฤติกรรมการเปิดเผยตัวเองในสื่อสังคมออนไลน์หรือมีความเที่ยงตรงตามเนื้อหา ผลการประเมินความสอดคล้องระหว่างพฤติกรรมการเปิดเผยตัวเองในสื่อสังคมออนไลน์กับข้อคำถามของแบบสอบถามบางข้อมีค่าดัชนีความสอดคล้องต่ำกว่า 0.50 ผู้วิจัยจึงคัดเลือกข้อคำถามที่ผ่านเกณฑ์และปรับปรุงข้อคำถามตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญเพื่อให้แบบสอบถามมีความสมบูรณ์มากขึ้น ซึ่งข้อคำถามที่ผู้วิจัยคัดเลือกในแบบสอบถามพฤติกรรมการเปิดเผยตนเองในสื่อสังคมออนไลน์จำนวน 15 ข้อ มีค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่าง 0.67-1.00 ดังตาราง 2

(6) นำแบบสอบถามพฤติกรรมการเปิดเผยตัวเองในสื่อสังคมออนไลน์ที่คัดเลือกและปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญแล้วไปทดลองใช้ (Try Out) กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนเอกชนระดับมัธยมศึกษาแห่งหนึ่งในจังหวัดชัยภูมิ ปีการศึกษา 2568 จำนวน 30 คน ซึ่งมีช่วงวัยใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จากนั้นนำแบบสอบถามมาวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับโดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α-Coefficient) ตามวิธีของ Cronbach พบว่า แบบสอบถามพฤติกรรมการเปิดเผยตัวเองในสื่อสังคมออนไลน์มีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ 0.71

(7) จัดพิมพ์แบบสอบถามฉบับสมบูรณ์เพื่อนำไปใช้ในการเก็บข้อมูลต่อไป

ตาราง 2 การหาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างพฤติกรรมการเปิดเผยตัวเองในสื่อสังคมออนไลน์กับข้อคำถามของแบบสอบถามพฤติกรรมการเปิดเผยตัวเองในสื่อสังคมออนไลน์

ข้อคำถาม	IOC
ด้านปริมาณและความสม่ำเสมอในการเปิดเผยข้อมูล	
1. ฉันมักจะอัปเดตสถานะหรือเรื่องราวในชีวิตประจำวันบนโซเชียลมีเดียสม่ำเสมอ	1
2. ฉันเน้นการสร้างเนื้อหา (Post/Story) ด้วยตนเองมากกว่าการเป็นเพียงผู้ติดตามรับชมข้อมูล	1

ข้อคำถาม	IOC
3. ผู้ติดตามฉันสามารถทราบได้ทันทีว่าตอนนี้ฉันอยู่ที่ไหนหรือกำลังทำกิจกรรมอะไรอยู่	1
4. ฉันมีการโต้ตอบในโพสต์ของผู้อื่นด้วยการแสดงความคิดเห็นบ่อยครั้ง	1
5. ฉันมีการระบุตำแหน่งที่ตั้ง (Check-in) หรือแจ้งสถานะของกิจกรรมที่กำลังดำเนินอยู่ลงบนสื่อสังคมออนไลน์ในทันที	1
ด้านความจริงแท้และการนำเสนอตัวตนตามสภาพจริง	
1. ตัวตนที่ฉันแสดงออกบนสื่อสังคมออนไลน์มีความใกล้เคียงกับตัวตนจริง ๆ ของฉันมาก	1
2. ฉันตั้งใจเลือกเนื้อหาที่จะโพสต์เพื่อสร้างภาพลักษณ์ที่ฉันอยากให้คนอื่น ๆ จดจำ	0.67
3. ฉันแสดงออกถึงลักษณะนิสัยและตัวตนที่แท้จริง (Actual Self) บนพื้นที่ออนไลน์โดยปราศจากการปรุงแต่ง	1
4. ฉันหลีกเลี่ยงการนำเสนอข้อมูลที่บิดเบือนจากความเป็นจริงเพียงเพื่อมุ่งหวังการสร้างภาพลักษณ์ให้ดูโดดเด่น	0.67
5. พฤติกรรมที่ฉันแสดงออกบนสื่อสังคมออนไลน์มีความสอดคล้องกับบุคลิกภาพในชีวิตจริง	1
ด้านการจัดการความเป็นส่วนตัว	
1. ฉันจะไตร่ตรองอย่างละเอียดทุกครั้งก่อนที่จะกดโพสต์ข้อมูลใดๆ ลงไป	0.67
2. ฉันมักจะเลือกปกปิดเรื่องราวที่ไม่สบายใจไว้ ไม่ให้ใครเห็นบนสื่อสังคมออนไลน์	1
3. ฉันมีการประเมินผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นในระยะยาวอย่างรอบคอบก่อนการเผยแพร่ข้อมูลส่วนบุคคลสู่สาธารณะ	1
4. ฉันมีการจัดกลุ่มผู้รับชมเนื้อหา สำหรับข้อมูลที่มีความเป็นส่วนตัวสูง	1
5. ฉันมีการพิจารณาและตรวจสอบประวัติของผู้ที่ขอเพิ่มเพื่อน (Friend Request) อย่างละเอียดก่อนตัดสินใจตอบรับ	1

4) วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยนำแบบสอบถามไปเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง โดยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการศึกษาค้นคว้า และขอความอนุเคราะห์ให้นักเรียนกลุ่มตัวอย่างที่บุคลิกภาพแบบแสดงตัว-เก็บตัวจำนวน 40 คนทำแบบสอบถาม โดยการเก็บข้อมูลจะไม่เก็บข้อมูลส่วนตัว เช่น ชื่อ-นามสกุล เบอร์โทรศัพท์ เลขบัตรประชาชน ซึ่งสอดคล้องกับการระมัดระวังการเก็บข้อมูลและไม่ละเมิดสิทธิของบุคคลตามหลักจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ เมื่อได้แบบสอบถามจากกลุ่มตัวอย่างแล้ว จึงนำแบบสอบถามไปใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

5) การวิเคราะห์ข้อมูล

- ศึกษาพฤติกรรมการเปิดเผยตนเองในสื่อสังคมออนไลน์กับบุคลิกภาพแบบแสดงตัว-เก็บตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในแต่ละด้านโดยการหาค่าคะแนนเฉลี่ย (Mean) และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

- เปรียบเทียบพฤติกรรมการเปิดเผยตนเองในสื่อสังคมออนไลน์ในแต่ละด้านของนักเรียนกลุ่มที่มีบุคลิกภาพแบบแสดงตัวกับกลุ่มที่มีบุคลิกภาพแบบเก็บตัว โดยการทดสอบค่าทีที่กลุ่มตัวอย่างเป็นอิสระแก่กัน (independent sample t-test)

สรุปผลการวิจัย

ตาราง 3 เปรียบเทียบพฤติกรรมการเปิดเผยตนเองในสื่อสังคมออนไลน์ในแต่ละด้านของนักเรียนกลุ่มที่มีบุคลิกภาพแบบแสดงตัวกับกลุ่มที่มีบุคลิกภาพแบบเก็บตัว

พฤติกรรมการเปิดเผยตนเองในสื่อสังคมออนไลน์	**กลุ่มตัวอย่าง n = 40**				**t**	**p**
	แสดงตัว n = 20		**เก็บตัว n = 20**			
	mean	**S.D.**	**mean**	**S.D.**		
ด้านปริมาณและความสม่ำเสมอในการเปิดเผยข้อมูล	2.83	0.54	2.21	0.30	3.070*	.004
ด้านความจริงแท้และการนำเสนอตัวตนตามสภาพจริง	3.68	0.60	3.39	0.67	1.443	.157
ด้านการจัดการความเป็นส่วนตัว	2.17	0.52	1.94	0.68	1.095	.280
รวม	**2.89**	**0.32**	**2.51**	**0.33**	**3.070***	**.004**

หมายเหตุ *มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตารางที่ 3 ผลการเปรียบเทียบพฤติกรรมการเปิดเผยตนเองในสื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนที่มีบุคลิกภาพแบบแสดงตัว-เก็บตัวพบว่า นักเรียนกลุ่มที่มีบุคลิกภาพแบบแสดงตัวมีพฤติกรรมการเปิดเผยตนเองในสื่อสังคมออนไลน์โดยรวมสูงกว่านักเรียนกลุ่มที่มีบุคลิกภาพแบบเก็บตัว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($t = 3.676, p = .002$) เมื่อพิจารณาในแต่ละด้านพบว่า นักเรียนกลุ่มที่มีบุคลิกภาพแบบแสดงตัว-เก็บตัวมีพฤติกรรมการเปิดเผยตนเองในสื่อสังคมออนไลน์ด้านความจริงแท้และการนำเสนอตัวตนตามสภาพจริง และด้านการจัดการความเป็นส่วนตัวไม่แตกต่างกัน แต่ในด้านปริมาณและความสม่ำเสมอในการเปิดเผยข้อมูลนักเรียนกลุ่มที่มีบุคลิกภาพแบบแสดงตัวมีปริมาณความสม่ำเสมอในการเปิดเผยข้อมูลสูงกว่านักเรียนกลุ่มที่มีบุคลิกภาพแบบเก็บตัว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($t = 3.070, p = .004$)

อภิปรายผล

จากการศึกษาพฤติกรรมการเปิดเผยตนเองในสื่อสังคมออนไลน์กับบุคลิกภาพแบบแสดงตัว-เก็บตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนเอกชนระดับมัธยมศึกษาแห่งหนึ่งในจังหวัดชัยภูมิสามารถอภิปรายผลได้ว่า นักเรียนกลุ่มที่มีบุคลิกภาพแสดงตัว-เก็บตัวมีพฤติกรรมการเปิดเผยตนเองในสื่อสังคมออนไลน์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งผลการวิเคราะห์ที่ได้เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากนักเรียนที่มีบุคลิกภาพแบบแสดงตัวมีลักษณะชอบเข้าสังคม มีความมั่นใจในตนเอง

กล้าแสดงออก ชอบกับสิ่งใหม่ที่ท้าทายอยู่เสมอ ปรับตัวเข้ากับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี และเปลี่ยนแปลงความเคยชินหรือลักษณะนิสัยตนเองได้ง่ายเพื่อให้เหมาะสมกับสถานการณ์ที่เปลี่ยนไป (Jung, 1971) ทำให้นักเรียนที่มีบุคลิกภาพแบบแสดงตัวมีปริมาณและความสม่ำเสมอในการแบ่งปันข้อมูลในสื่อสังคมออนไลน์สูงกว่านักเรียนที่มีคุณภาพแบบเก็บตัว สอดคล้องกับ Christofides Muise & Desmarais (2009) ที่กล่าวว่าบุคคลที่มีบุคลิกแบบแสดงตัวน้อยมีแนวโน้มที่จะเปิดเผยตนเองในสื่อสังคมออนไลน์ต่ำ โดยบุคคลเหล่านี้จะระมัดระวังในการเปิดเผยข้อมูลส่วนตัวและการพิมพ์ข้อความต่าง ๆ ในสื่อสังคมออนไลน์ ในทางตรงกันข้ามบุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบแสดงตัวมักจะใช้สื่อสังคมออนไลน์เป็นสื่อกลางในการแสดงพฤติกรรมต่อสาธารณะเพื่อลดความเสี่ยงที่จะทำให้อับอายและลดความวิตกกังวลในการเข้าสังคม

เมื่อพิจารณาพฤติกรรมการเปิดเผยตนเองในสื่อสังคมออนไลน์ในแต่ละด้านพบว่าในด้านความจริงแท้ในการนำเสนอตัวตนตามสภาพจริง ซึ่งเป็นการสะท้อนตัวตนตามจริงของข้อมูล อารมณ์ และความคิดเห็น และด้านการจัดการความเป็นส่วนตัวซึ่งเกี่ยวข้องกับการตั้งค่าความปลอดภัย การคัดกรองผู้เข้าชม และการประเมินความเสี่ยง โดยนักเรียนที่มีบุคลิกภาพแบบแสดงตัว-เก็บตัวมีพฤติกรรมทั้ง 2 ด้านไม่แตกต่างกัน อาจเนื่องมาจากพฤติกรรมการโพสต์สถานะ การส่งข้อความส่วนตัว การแสดงความรู้สึกและความคิดเห็น การแสดงเรื่องราวส่วนตัว ซึ่งต้องอธิบายเรื่องราวของตนเองให้ผู้อื่นเข้าใจจึงเป็นการเปิดเผยข้อมูลส่วนตัวในเรื่องต่าง ๆ ไปโดยปริยาย ทั้งนี้ด้วยธรรมชาติของสื่อสังคมออนไลน์ที่เอื้อให้ผู้ใช้ได้สร้างความสัมพันธ์และเชื่อมต่อกับผู้คนในจำนวนมากและเปิดโอกาสให้คนได้เปิดเผยข้อมูลตนเองมากด้วยการโพสต์หรืออัปเดตสถานะในแต่ละวัน ซึ่งสมาชิกในเครือข่ายที่มีหลายประเภททั้งเพื่อนที่สนิทมาก สนิทน้อย และเพื่อนที่ไม่สนิทคุ้นเคย ยิ่งผู้ใช้ต้องการที่จะนำเสนอตนเองมากเท่าไร ไม่ว่าจะด้วยเหตุผลใดก็ตาม ก็ยิ่งจะต้องเปิดเผยตนเองมากขึ้น ซึ่งเมื่อบุคคลเปิดเผยข้อมูลตนเองมากขึ้น ความเป็นส่วนตัวของบุคคลผู้นั้นก็จะลดลง (ปภาภรณ์ ไชยหาญชาญชัย, 2561) สอดคล้องกับทฤษฎีการสร้างความสัมพันธ์ทางสังคม (Social Penetration Theory) ของ Altman & Taylor (1973) บนพื้นฐานทฤษฎีการแลกเปลี่ยน (Exchange Theory) อธิบายว่าการเปิดเผยตนเองเป็นการสื่อสารรูปแบบหนึ่งที่บุคคลทำให้ตนเป็นที่รู้จักต่อคนอื่น ด้วยการเปิดเผยข้อมูลตนเอง ซึ่งเมื่อฝ่ายตรงข้ามเปิดเผยข้อมูลกลับมาและเกิดการแลกเปลี่ยนข้อมูลระหว่างกันก็จะนำไปสู่ความใกล้ชิด และการพัฒนาความสัมพันธ์ที่ดีขึ้น ยังคนสองคนมีความสนิทสนมกันมากเท่าใดก็จะเปิดเผยข้อมูลตนเองมากขึ้นเท่านั้น นอกจากนี้ยังอาจเนื่องมาจากนักเรียนทั้งสองกลุ่มมีความตระหนักรู้เกี่ยวกับภัยคุกคามทางไซเบอร์ที่เป็นองค์ความรู้พื้นฐานร่วมกันของผู้ใช้งานสื่อสังคมออนไลน์ในยุคดิจิทัล สอดคล้องกับ Madden et al. (2013) ที่กล่าวว่าวัยรุ่นยุคดิจิทัลไม่ว่าจะมีบุคลิกแบบใดต่างมีความตระหนักรู้ต่อความเสี่ยงเชิงสังคม และการถูกคุกคามในพื้นที่สาธารณะในระดับที่สูงใกล้เคียงกัน และมีพฤติกรรมจัดการความเป็นส่วนตัวอย่างรอบคอบ เช่น การลบไฟล์เก่า การจำกัดข้อมูลระบุตัวตนจริง เพื่อป้องกันความเสี่ยงจากคนแปลกหน้าหรือผลกระทบทางสังคม นักเรียนที่มีบุคลิกภาพแบบแสดงตัว-เก็บตัวจึงมีพฤติกรรมการเปิดเผยตนเองในสื่อสังคมออนไลน์ในด้านความจริงแท้ในการนำเสนอตัวตนตามสภาพจริงและด้านการจัดการความเป็นส่วนตัวไม่แตกต่างกัน

ข้อเสนอแนะ

1) ข้อเสนอแนะในการผลการวิจัยไปใช้

จากผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่มีบุคลิกภาพแบบเก็บตัว-แสดงตัวมีพฤติกรรมการเปิดเผยตนเองในสื่อสังคมออนไลน์แตกต่างกัน ดังนั้นโรงเรียน คุณครู และผู้ที่เกี่ยวข้องควรจัดกิจกรรมส่งเสริมให้นักเรียนตระหนักถึงผลกระทบจากการเปิดเผยตนเองในเครือข่ายสังคมออนไลน์ รู้จักเลือกและใช้ประโยชน์จากข้อมูลข่าวสารอย่างสร้างสรรค์ รวมถึงการมีบรรทัดฐานทางสังคมในการไม่ละเมิดสิทธิของผู้อื่น

2) ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

2.1) ควรมีการศึกษากับกลุ่มตัวอย่างที่มีขนาดใหญ่ขึ้นและครอบคลุมมากกว่านี้ เนื่องจากการวิจัยนี้เก็บข้อมูลเพียงแค่เฉพาะนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนเอกชนโรงเรียนเดียวเท่านั้น

2.2) การศึกษาครั้งนี้เป็นการเก็บรวบรวมในเชิงปริมาณโดยใช้แบบสอบถามในการเก็บรวบรวมข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่าง ดังนั้นในการศึกษาค้นคว้าครั้งต่อไปอาจทำการศึกษาค้นคว้าในรูปแบบอื่น เช่น การศึกษาเชิงคุณภาพ การสัมภาษณ์ การสังเกต เพื่อให้ได้ข้อมูลในเชิงลึกและเป็นประโยชน์ในการศึกษาพฤติกรรมการเปิดเผยตนเองในสื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียน

เอกสารอ้างอิง

ปภาภรณ์ ไชยหาญชาญชัย. (2561). การนำเสนอตนเอง การเปิดเผยตนเอง และความเป็นส่วนตัวบนเฟซบุ๊ก. *วารสารนิเทศศาสตร์*, *36*(1), 63–78.

สมนึก ภัททิยธนี. (2565). *การวัดผลการศึกษา* (พิมพ์ครั้งที่ 13). ประสานการพิมพ์.

Altman, I., & Taylor, D. A. (1973). *Social penetration: The development of interpersonal relationships*. Holt, Rinehart and Winston.

Amichai-Hamburger, Y., & Vinitzky, G. (2010). Social network use and personality. *Computers in Human Behavior*, *26*(6), 1289–1295. https://doi.org/10.1016/j.chb.2010.03.018

Anderson, M., & Jiang, J. (2018, May 31). *Teens, social media and technology 2018*. Pew Research Center. https://www.pewresearch.org/internet/2018/05/31/teens-social-media-technology-2018/

Christofides, E., Muise, A., & Desmarais, S. (2009). Information disclosure and control on Facebook: Are they two sides of the same coin or two different processes? *CyberPsychology & Behavior*, *12*(3), 341–345. https://doi.org/10.1089/cpb.2008.0226

DeVito, J. A. (2019). *The interpersonal communication book* (15th ed.). Pearson.

Embalsado, J. V. M. (2021). Emerging adulthood: Identity status and parenting styles. *Journal of Educational Health and Community Psychology*, *10*(4), 704–721. https://doi.org/10.12928/jehcp.v10i4.21879

John, O. P., & Srivastava, S. (1999). The Big Five trait taxonomy: History, measurement, and theoretical perspectives. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (2nd ed., pp. 102–138). Guilford Press.

Jung, C. G. (1971). *Psychological types* (H. G. Baynes, Trans.; R. F. C. Hull, Rev.). Princeton University Press. (Original work published 1921)

Li, P., Cho, H., Shen, C., & Kong, H. (2024). From context adaptation to context restoration: Strategies, motivations, and decision rules of managing context collapse on WeChat. *Journal of Computer-Mediated Communication*, *29*(1), Article zmad043. https://doi.org/10.1093/jcmc/zmad043

Livingstone, S., & Helsper, E. J. (2008). Parental mediation of children's internet use. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, *52*(4), 581–599. https://doi.org/10.1080/08838150802437396

Madden, M., Lenhart, A., Cortesi, S., Gasser, U., Duggan, M., Smith, A., & Beaton, M. (2013, May 21). *Teens, social media, and privacy*. Pew Research Center. https://www.pewresearch.org/internet/2013/05/21/teens-social-media-and-privacy/

Myers, I. B., & McCaulley, M. H. (1985). *Manual: A guide to the development and use of the Myers-Briggs Type Indicator* (2nd ed.). Consulting Psychologists Press.

We Are Social, & Meltwater. (2024). *Digital 2024: Global overview report*. DataReportal. https://datareportal.com/reports/digital-2024-global-overview-report

Žmuk, B. (2017). Impact of questionnaire length and complexity on survey time: Comparison of two business web questionnaire versions. *Metodološki Zvezki*, *14*(2), 49–74. https://doi.org/10.51936/vdqs5871