

อิทธิพลกำกับของรายได้ต่อความสัมพันธ์ระหว่างต้นทุนทางจิตวิทยากับ
สุขภาวะทางจิตของมัคคุเทศก์ไทย

The Moderating Effect of Income on the Relationship between
the Psychological Capital and the Psychological Well-Being among
Thai Tourist Guides

พงศ์ไสลว เอนกจำนงค์พร¹

Pongsavake Anekjumnongporn

Article History

Received: August 15, 2024

Revised: August 14, 2025

Accepted: October 9, 2025

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีเป้าหมายเพื่อศึกษาอิทธิพลกำกับของรายได้ต่อความสัมพันธ์ของต้นทุนทางจิตวิทยาและสุขภาวะทางจิตของมัคคุเทศก์ไทย เลือกตัวอย่างแบบหลากหลายขั้นตอน ใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการวิจัยเพื่อเก็บข้อมูลจากตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ คือ มัคคุเทศก์ไทย 216 คน วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการวิเคราะห์ความถดถอยเชิงเส้นแบบพหุ ผลการวิจัย พบว่า ต้นทุนทางจิตวิทยาต่อสุขภาวะทางจิตโดยมีรายได้กำกับ โดยปฏิสัมพันธ์ระหว่างรายได้กับต้นทุนทางจิตวิทยามีอิทธิพลกับสุขภาวะทางจิตของมัคคุเทศก์ไทยกลุ่มรายได้สูงและต่ำ ($p < 0.01$) ในทางกลับกันต้นทุนทางจิตวิทยาของกลุ่มรายได้ปานกลางไม่มีอิทธิพลกับสุขภาวะทางจิตของมัคคุเทศก์ไทย

คำสำคัญ: รายได้ ต้นทุนทางจิตวิทยา สุขภาวะทางจิต มัคคุเทศก์ไทย

¹ คณะมนุษยศาสตร์และการจัดการการท่องเที่ยว มหาวิทยาลัยกรุงเทพ

School of Humanities and Tourism Management, Bangkok University

E-mail: pongsavake.a@bu.ac.th

Abstract

This research article aims to investigate the income as moderating variable which effect on the relationship between the psychological capital and the psychological well-being among Thai tourist guides. The purposive sampling technique was employed to select the research sample. The questionnaires were collected from 216 Thai tourist guides. The data were analyzed by frequency, percentage, mean, standard deviation and multiple linear regression analysis. The research result revealed that the effect of the psychological capital on the psychological well-being was moderated by income. The interaction between the psychological capital and income affected the psychological well-being of Thai tourist guides in high-income group and low-income group ($p < 0.01$). In contrast, psychological capital had no influences on psychological well-being among Thai tourist guides in moderate-income group.

Keywords: *Income, Psychological Capital, Psychological Well-Being, Thai Tourist Guides*

บทนำ

การท่องเที่ยวเป็นหนึ่งในธุรกิจที่สร้างรายได้มากกว่า 5.80 แสนล้านบาทให้กับประเทศไทย (ศูนย์วิจัยกสิกรไทย, 2567) อีกทั้งยังขับเคลื่อนด้วยมนุษย์เป็นสำคัญผ่านการบริการที่เป็นเอกลักษณ์ประทับใจ โดยเฉพาะอย่างยิ่งมัคคุเทศก์ ซึ่งเป็นบุคคลที่นำทาง ชี้ทาง บอกทาง หรือนำเที่ยวไปยังแหล่งท่องเที่ยวต่าง ๆ ส่งผ่านบริการด้านคำแนะนำ และความรู้ต่าง ๆ กับนักท่องเที่ยว (พระราชบัญญัติธุรกิจนำเที่ยวและมัคคุเทศก์ พ.ศ. 2551, 2551; ราชบัณฑิตยสถาน, 2556) อีกทั้งยังเป็นอาชีพที่สงวนไว้ให้บุคคลสัญชาติไทยเท่านั้น เพราะเป็นอาชีพที่ต้องใช้ความรู้เฉพาะสาขา เช่น การวางแผนการเดินทางให้เหมาะสมกับฤดูกาล ระยะเวลาในการท่องเที่ยว วัฒนธรรม ภูมิศาสตร์ ประวัติศาสตร์ จัดเตรียมและประสานงานกับที่พักแรม บรรยายและ/หรือนำชมแหล่งท่องเที่ยวรวมถึงดูแลความเป็นอยู่ ความปลอดภัย ความสะดวกสบายตลอดการเดินทาง พร้อมทั้งสร้างความประทับใจให้แก่นักท่องเที่ยว อีกทั้งยังก่อให้เกิดการจ้างงานและรายได้มาสู่มัคคุเทศก์ไทยโดยเฉลี่ยรายได้ขั้นต่ำประมาณ 1,000 บาท – 40,000 บาทต่อวัน หรือ 30,000 บาท – 120,000 บาทต่อเดือน (พระราชบัญญัติคุ้มครองแรงงาน พ.ศ. 2541, 2541) ซึ่งจะแตกต่างกันตามลักษณะงานของบุคคล เช่น รายวัน ประจำอิสระ เป็นต้น ซึ่งการทำงานในตำแหน่งดังกล่าวมักจะประสบเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นมากกว่าอาชีพและ/หรือตำแหน่งอื่น ๆ ซึ่งส่งผลต่อจิตใจอยู่บ่อยครั้ง เช่น การเจ็บป่วยของนักท่องเที่ยว การเกิดอุบัติเหตุระหว่างการท่องเที่ยว รถบริการมาไม่ตรง

ตามเวลา เป็นต้น ดังนั้นจึงต้องตรวจสอบต้นทุนทางจิตวิทยาและสุขภาวะทางจิต ซึ่งเป็นหนึ่งในองค์ประกอบของสุขภาวะแบบองค์รวมของบุคลากรที่ต้องคำนึงถึงอย่างสม่ำเสมอ

ต้นทุนทางจิตวิทยาเป็นลักษณะจิตใจของบุคคลสามารถก้าวข้ามปัญหาหรืออุปสรรคต่าง ๆ การเห็นคุณค่าของตนเอง ความสามารถในการรู้คิด รวมถึงความสามารถทางอารมณ์ที่บุคคลใช้เพื่อบรรลุเป้าหมายในชีวิต (Luthans et al., 2007) สำหรับการทำงานของมัคคุเทศก์ต้องคำนึงถึงสุขภาวะทางจิต ซึ่งเป็นเป็นลักษณะจิตใจเชิงบวกที่มีผลต่อการเติบโตและการพัฒนาการของบุคคล (Ryff & Keyes, 1995) ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความสามารถในการปรับตัวของแต่ละบุคคลในสถานการณ์ต่าง ๆ (กิ่งแก้ว ทรัพย์พระวงศ์, 2554; กิ่งแก้ว ทรัพย์พระวงศ์, 2555) อนึ่งการวิจัยของ Sumalrot et al. (2023) Yorulmaz and Basol (2024) และ Zamorano García et al. (2024) แสดงผลว่า ต้นทุนทางจิตวิทยาและสุขภาวะทางจิตของบุคลากรด้านการท่องเที่ยวมีความสัมพันธ์กันหรือกล่าวอีกนัย คือหากบุคคลใดมีต้นทุนทางจิตวิทยาสูง จะมีสุขภาวะทางจิตที่สูง (Heman et al., 2024; Mishra & Venkatesan, 2023; Singh & Mansi, 2009) หากบุคคลใดมีต้นทุนทางจิตวิทยาต่ำจะมีสุขภาวะทางจิตต่ำ (Abbas & Raja, 2015; Mahipalan & Garg, 2024) อีกทั้งการดำรงชีวิตในสถานการณ์ปัจจุบันจำเป็นต้องมีรายได้ (income) ซึ่งเป็นผลประโยชน์หรือเงินที่ได้รับ เช่น เงินเดือน ค่าตอบแทน ค่าจ้าง เป็นต้น (พระราชบัญญัติธุรกิจนำเที่ยวและมััคคุเทศก์ พ.ศ. 2551, 2551; ราชบัณฑิตยสถาน, 2556) สำหรับการดำรงชีวิต นอกจากนี้ยังเป็นตัวแปรกำกับของต้นทุนทางจิตวิทยากับสุขภาวะทางจิต เช่นเดียวกับ Chauhan et al. (2024) Hameed et al. (2024) และ Teng et al. (2024) พบว่า ต้นทุนทางจิตวิทยามีผลกับสุขภาวะทางจิตแตกต่างกันไปในกลุ่มรายได้ที่แตกต่างกัน อาจกล่าวได้ว่า หากของบุคคลใดมีรายได้เพียงพอหรือมากพอที่สามารถดำรงชีวิตประจำวันจะทำให้มีสุขภาวะทางจิตดี (Vyas-Doorgapersad, 2024) อีกทั้งยังเป็นแรงผลักดันการทำงานของบุคลากรที่ทำงานด้านการท่องเที่ยวให้มีประสิทธิภาพ

ข้อมูลดังกล่าวจึงทำให้ผู้วิจัยสนใจศึกษาเกี่ยวกับต้นทุนทางจิตวิทยาส่งผลกับสุขภาวะทางจิตของมััคคุเทศก์ไทยอย่างไรและรายได้เป็นตัวแปรกำกับความสัมพันธ์ระหว่างต้นทุนทางจิตวิทยาและสุขภาวะทางจิตหรือไม่ เนื่องจากการศึกษาประเด็นดังกล่าวกับมััคคุเทศก์ไทย โดยจำแนกรายได้เป็นกลุ่มรายได้สูง กลุ่มรายได้ปานกลาง และกลุ่มรายได้ต่ำ ยังมีจำนวนน้อย ผลการวิจัยครั้งนี้จะเป็นแนวทางสำหรับหน่วยงานหรือองค์กรที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวและทรัพยากรมนุษย์หรือทุนมนุษย์นำไปปรับใช้เพื่อวางแผนส่งเสริมสุขภาวะและบริหารค่าตอบแทนให้เหมาะสมกับมััคคุเทศก์ไทย อีกทั้งยังเป็นแนวทางการวิจัยในประเด็นที่เกี่ยวข้องกับต้นทุนทางจิตวิทยาและสุขภาวะทางจิตต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างต้นทุนทางจิตวิทยากับสุขภาวะทางจิตของมััคคุเทศก์ไทยโดยมีรายได้เป็นตัวแปรกำกับ

การทบทวนวรรณกรรม

ผู้วิจัยนำเสนอสาระสำคัญของวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง คือ ต้นทุนทางจิตวิทยา สุขภาวะทางจิต รายได้ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

1. ต้นทุนทางจิตวิทยา

ต้นทุนทางจิตวิทยาเป็นคุณลักษณะเฉพาะของบุคคลที่สามารถก้าวข้ามปัญหาหรืออุปสรรคของตนเอง การเห็นคุณค่าของตนเอง ความสามารถรู้คิด ความสามารถทางอารมณ์ที่บุคคลใช้เพื่อบรรลุเป้าหมายต่าง ๆ ของตนเองในชีวิต ซึ่งประกอบด้วย 4 ด้าน คือ 1) ความสามารถที่มีอยู่ของตนเอง คือ ความพยายามของตนเองเพื่อทำสิ่งที่ท้าทายความสามารถให้ประสบผลสำเร็จ 2) ความหวัง คือ ความมุ่งมั่นสู่เป้าหมายตามวิถีทางของตนเองตั้งไว้ ทั้งนี้หากเผชิญปัญหาหรืออุปสรรค สามารถปรับเปลี่ยนหรือเปลี่ยนแปลงวิธีการตามสถานการณ์เพื่อให้ตนเองไปสู่จุดมุ่งหมายความสำเร็จของตนเองได้อย่างเหมาะสม 3) มองโลกในแง่ดี เป็นการคิดและให้เหตุผลเชิงบวกเรื่องความสำเร็จที่จะเกิดทั้งในปัจจุบันและอนาคต และ 4) ความยืดหยุ่น เป็นความสามารถนำตนเองไปสู่ผลสำเร็จ เมื่อเผชิญกับอุปสรรคหรือปัญหาต่าง ๆ ทั้งนี้ยังสามารถปรับสภาพและควบคุมอารมณ์ของตนเองสู่สภาวะปกติอย่างรวดเร็ว (Luthans et al., 2007) ซึ่งวัดและประเมินจากค่าเฉลี่ยที่ได้จากแบบสอบถามตั้งแต่ระดับต่ำที่สุดถึงสูงที่สุด

2. สุขภาวะทางจิต

สุขภาวะทางจิตเป็นลักษณะของจิตใจในเชิงบวกที่หลากหลายต่อการพัฒนาการและการเจริญเติบโตของบุคคล (กิ่งแก้ว ทรัพย์พระวงศ์, 2554; กิ่งแก้ว ทรัพย์พระวงศ์, 2555; Huppert, 2009) ซึ่งมีโครงสร้างตามแนวคิดของ Ryff and Keyes (1995) จำนวน 6 ด้าน คือ 1) ความเป็นตัวของตัวเอง เป็นความคิดและ/หรือการกระทำสิ่งที่ตนเองคิดว่าเหมาะสม ไม่กระทำหรือแสดงพฤติกรรมใด ๆ ตามกระแสสังคม พร้อมทั้งประเมินตามมาตรฐานที่ตนเองตั้งไว้ 2) ความสามารถจัดการกับสถานการณ์ต่าง ๆ เป็นความสามารถจัดการกับสภาพแวดล้อมต่าง ๆ อย่างมีประสิทธิภาพ เลือกรับหรือสร้างบริบทที่เหมาะสมกับค่านิยมและความต้องการส่วนตัว 3) ความเจริญงอกงามในตน เป็นความต้องการพัฒนาตนเองให้มีศักยภาพมากยิ่งขึ้น 4) สัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น คือ มีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ไว้วางใจ และเห็นอกเห็นใจผู้อื่น 5) จุดมุ่งหมายในชีวิต คือ บุคคลมีเป้าหมายในชีวิตและดำเนินชีวิตอย่างมีจุดมุ่งหมาย และ 6) การยอมรับตนเอง คือ มีทัศนคติที่ดี รับรู้ และยอมรับทั้งด้านดีและไม่ดีของตนเอง รวมถึงมีความพึงพอใจในชีวิตของตนเองที่ผ่านมา ซึ่งวัดและประเมินจากค่าเฉลี่ยที่ได้จากแบบสอบถามตั้งแต่ระดับต่ำที่สุดถึงสูงที่สุด

3. รายได้

รายได้ คือ เงินหรือผลประโยชน์ที่ได้รับ ซึ่งเป็นข้อตกลงระหว่างผู้ว่าจ้างและผู้รับจ้างโดยตกลงกันเป็นค่าตอบแทนในการทำงานตามสัญญาสำหรับระยะเวลาการทำงานปกติเป็นรายชั่วโมง รายวัน รายสัปดาห์ รายเดือน หรือระยะเวลาอื่น หรือจ่ายให้โดยคำนวณตามผลงานที่ผู้รับจ้างทำในเวลาทำงานปกติของวันทำงานได้ รวมถึงผู้ว่าจ้างจ่ายให้แก่ผู้รับจ้างในวันหยุดและวันลาที่ผู้รับจ้างไม่ได้ทำงาน (พระราชบัญญัติธุรกิจนำเที่ยวและมัคคุเทศก์ พ.ศ. 2551, 2551; ราชบัณฑิตยสถาน, 2556) โดยจำแนกเป็น 3 กลุ่ม คือ 1) รายได้ต่ำ คือ ประมาณ 158,025 บาทต่อปีหรือต่ำกว่า หรือประมาณ 13,169 บาทหรือต่ำกว่าต่อเดือน 2) รายได้ปานกลาง คือ ประมาณ 158,026 - 490,175 บาทต่อปี หรือประมาณ 13,170 - 40,847 บาทต่อเดือน และ 3) รายได้สูง คือ ประมาณ 490,176 บาทต่อปีหรือมากกว่า หรือประมาณ 40,848 บาทหรือมากกว่าต่อเดือน (The World Bank, 2024)

4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

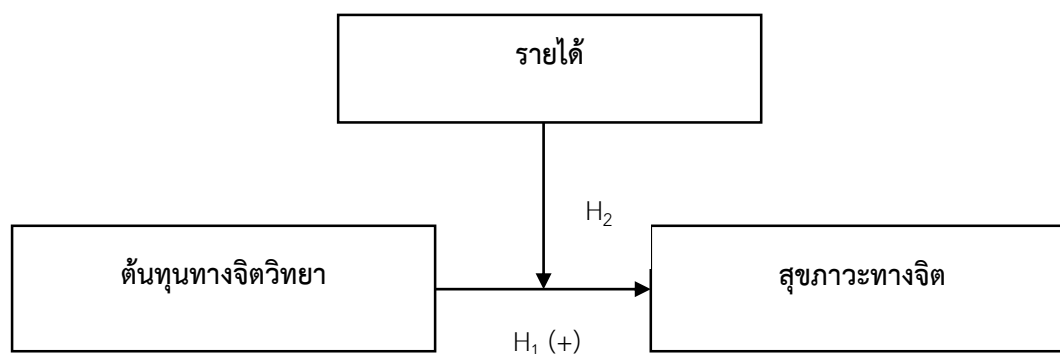
Heman et al. (2024) และ Singh and Mansi (2009) พบว่า หากบุคคลใดมีต้นทุนทางจิตวิทยาดีจะมีสุขภาวะทางจิตที่ดี ในทางกลับกัน Abbas and Raja (2015) และ Mahipalan and Garg (2024) พบว่า หากบุคคลใดมีต้นทุนทางจิตวิทยาต่ำจะมีสุขภาวะทางจิตต่ำ ตัวอย่างการวิจัยกับบุคลากรด้านการท่องเที่ยวของ Sumalrot et al. (2023) พบว่า ต้นทุนทางจิตวิทยาสัมพันธ์กับสุขภาวะทางจิตของพนักงานด้านการท่องเที่ยวในประเทศไทย เช่นเดียวกับ Yorulmaz and Basol (2024) พบว่า พนักงานเกี่ยวกับการท่องเที่ยวของประเทศตุรกีมีต้นทุนทางจิตวิทยาสูง แต่มีสุขภาวะทางจิตระดับปานกลาง และพบว่า มีความสัมพันธ์กันเชิงบวก นอกจากนี้ Mishra and Venkatesan (2023) พบว่า ต้นทุนทางจิตวิทยาสัมพันธ์เชิงบวกกับสุขภาวะทางจิตของบุคลากรด้านการท่องเที่ยว ทั้งนี้เพราะมีแนวทางการส่งเสริมต้นทุนทางจิตวิทยาและสุขภาวะทางจิตผ่านกิจกรรม เช่น การนั่งสมาธิ การเล่นโยคะ การให้คำปรึกษา เป็นต้น อย่างสม่ำเสมอ ส่วน Zamorano García et al. (2024) พบว่า แม้ว่าพนักงานด้านการท่องเที่ยวในประเทศสเปนมีต้นทุนทางจิตวิทยาสูงหากมีความป่วยจากการทำงานจะส่งผลให้สุขภาวะทางจิตต่ำ เพราะการมีส่วนร่วมกับครอบครัวและเพื่อน และเป็นอุปสรรคการทำงาน จึงกล่าวได้ว่าต้นทุนทางจิตวิทยาสัมพันธ์กับสุขภาวะทางจิตของบุคลากรที่ทำงานด้านการท่องเที่ยว

ส่วนงานวิจัยความสัมพันธ์ระหว่างต้นทุนทางจิตวิทยาและสุขภาวะทางจิตโดยมีรายได้เป็นตัวแปรกำกับ Chauhan et al. (2024) พบว่า ต้นทุนทางจิตวิทยามีอิทธิพลกับสุขภาวะทางจิตของกลุ่มพนักงานด้านการท่องเที่ยวในประเทศอินเดีย ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับรายได้ของแต่ละบุคคล อีกทั้งยังพบว่า กลุ่มรายได้ต่ำ (ประมาณ 13,169 บาทหรือต่ำกว่าต่อเดือน) มีสุขภาวะทางจิตต่ำกว่ากลุ่มรายได้สูง (ประมาณ 40,848 บาทหรือมากกว่าต่อเดือน) เช่นเดียวกับ Hameed et al. (2024) ศึกษาในประเทศปากีสถาน และ Ariza-Montes et al. (2019) พบว่า ต้นทุนทางจิตวิทยาสัมพันธ์เชิงลบกับ

สุขภาวะทางจิตของพนักงานด้านการท่องเที่ยวและรายได้เป็นตัวแปรกำกับ โดยพบว่า กลุ่มรายได้สูง (ประมาณ 40,848 บาทหรือมากกว่าต่อเดือน) มีสุขภาวะทางจิตสูงกว่ากลุ่มรายได้ต่ำ (ประมาณ 13,169 บาทหรือต่ำกว่าต่อเดือน) ส่วน Ergun et al. (2023) พบว่า พนักงานด้านการท่องเที่ยวของประเทศตุรกี มีต้นทุนทางจิตวิทยาต่ำและทำให้มีสุขภาวะทางจิตต่ำไปด้วย อีกทั้งรายได้เป็นตัวแปรกำกับจึงทำให้เกิดความเครียดและความตั้งใจเปลี่ยนงานตามลำดับ ในขณะที่ Darvishmotevali and Ali (2020) ศึกษาที่ประเทศอิหร่าน Gavriilidis and Metaxas (2024) ศึกษาที่ประเทศกรีซ และ Teng et al. (2024) ศึกษาที่ไต้หวัน พบว่า พนักงานด้านการท่องเที่ยวได้รับผลกระทบจากการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อโควิด-19 เป็นอย่างมากจึงทำให้ต้องหางานที่มั่นคงมากขึ้น หรือกล่าวอีกนัยหนึ่ง คือหารายได้มากขึ้นเพื่อเสริมสร้างความมั่นคงในชีวิตและจิตใจ หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งเป็นการเสริมสร้างต้นทุนทางจิตวิทยาและสุขภาวะทางจิตไปพร้อม ๆ กัน แสดงว่าต้นทุนทางจิตวิทยามีอิทธิพลกับสุขภาวะทางจิต อีกทั้งหากมีรายได้สูง (ประมาณ 40,848 บาทหรือมากกว่าต่อเดือน) จะมีสุขภาวะทางจิตที่สูงกว่าช่วงที่มีรายได้ต่ำ (ประมาณ 13,169 บาทหรือต่ำกว่าต่อเดือน) จากข้อมูลข้างต้นแสดงให้เห็นว่าต้นทุนทางจิตวิทยามีผลกับสุขภาวะทางจิตแตกต่างกันไปในกลุ่มรายได้ที่แตกต่างกัน

จากข้อมูลข้างต้นสามารถกำหนดสมมติฐานการวิจัย คือ 1) H_1 ต้นทุนทางจิตวิทยาส่งผลทางบวกกับสุขภาวะทางจิตของมัคคุเทศก์ไทย และ 2) H_2 รายได้มีอิทธิพลกำกับความสัมพันธ์ระหว่างต้นทุนทางจิตวิทยากับสุขภาวะทางจิตของมัคคุเทศก์ไทย รวมถึงนำเสนอกรอบแนวคิดในการวิจัยดังภาพที่ 1

กรอบแนวคิดในการวิจัย



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

ที่มา: โดยผู้วิจัย

ระเบียบวิธีวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรในการวิจัยครั้งนี้ คือ มัคคุเทศก์ไทย 63,439 คน (กรมการท่องเที่ยว, 2565) และเป็นตัวอย่าง 216 คน ซึ่งมาจากการคำนวณขนาดตัวอย่างตามสูตรของ Cohen (1988) โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป กำหนดค่าความเชื่อมั่นที่ร้อยละ 95.00 $\alpha = 0.05$ effect size = 0.15 power $(1-\beta) = 0.95$ (Faul et al., 2009) ได้ขนาดตัวอย่างสูงสุด เท่ากับ 119 คน และทดขนาดตัวอย่างเป็น 216 คน ซึ่งเป็นการคำนวณขนาดตัวอย่างของการใช้การวิเคราะห์ความถดถอยเชิงเส้นแบบพหุ

การเลือกตัวอย่างใช้หลายขั้นตอน ประกอบด้วย ขั้นตอนที่ 1 การเลือกแบบเจาะจง กล่าวคือ เลือกบุคลากรด้านการท่องเที่ยว คือ มัคคุเทศก์ที่นำเที่ยวในประเทศทั้งนักท่องเที่ยวชาวไทยและ/หรือชาวต่างชาติ ขั้นตอนที่ 2 การเลือกแบบโควตา ใช้เพศเป็นเกณฑ์ แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ เพศหญิง 108 คน และเพศชาย 108 คน รวม 216 คน และขั้นตอนที่ 3 การเลือกตามสะดวก ทั้งนี้เพราะข้อจำกัดการเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายเนื่องจากบริบทของอาชีพที่มีการเปลี่ยนแปลงสถานที่ทำงานตลอดเวลาจึงทำให้ไม่สามารถกำหนดกรอบการเลือกตัวอย่างที่แน่นอนได้ พร้อมทั้งกำหนดคำถามคัดคุณสมบัติของตัวอย่าง คือ มีอายุ 20 ปีบริบูรณ์หรือมากกว่า และเป็นมัคคุเทศก์ เพื่อคัดเลือกคุณสมบัติของตัวอย่างให้ตรงตามเกณฑ์ที่กำหนด นอกจากนี้การเลือกตัวอย่างแบบสะดวกไม่เป็นไปตามข้อตกลงเบื้องต้นของการใช้สถิติอ้างอิง จึงตรวจสอบการแจกแจงของประชากรแบบปกติด้วยการทดสอบ Kolmogorov-Smirnov test (Lilliefors, 1967) ได้ค่านัยสำคัญทางสถิติ เท่ากับ 0.47 และ ค่า Kolmogorov-Smirnov Z เท่ากับ 1.58 แสดงผลว่ามากกว่าระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 (Kwak & Park, 2019) จึงสามารถใช้การวิเคราะห์ความถดถอยเชิงเส้นแบบพหุได้ (พงษ์ศักดิ์ ชิมมอนต์ส, 2560)

ตัวแปร แบ่งเป็น ตัวแปรอิสระ คือ ต้นทุนทางจิตวิทยา รายได้ และตัวแปรตาม คือ สุขภาวะทางจิต

เครื่องมือการวิจัย

เครื่องมือ คือ แบบสอบถาม ประกอบด้วย 3 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของตัวอย่าง จำนวน 5 ข้อ คือ เพศ อายุ สถานภาพการสมรส ระดับการศึกษา และรายได้ มีลักษณะเลือกตอบ ส่วนที่ 2 แบบวัดต้นทุนทางจิตวิทยา พัฒนาจากแนวคิดต้นทุนทางจิตวิทยาของ Luthans et al. (2007) จำแนกเป็น 4 ด้าน คือ 1) ความสามารถที่มีอยู่ของตนเอง 2) ความหวัง 3) มองโลกในแง่ดี และ 4) ความยืดหยุ่น รวมจำนวน 20 ข้อ และส่วนที่ 3 แบบวัดสุขภาวะทางจิต พัฒนาจากแนวคิดสุขภาวะทางจิต ของ Ryff and Keyes (1995) จำแนกเป็น 6 ด้าน คือ 1) ความเป็นตัวของตัวเอง 2) ความสามารถจัดการกับสถานการณ์ต่าง ๆ 3) ความเจริญงอกงามในตน 4) สัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น 5) จุดมุ่งหมายในชีวิต และ 6) การยอมรับตนเอง รวมจำนวน 42 ข้อ มีลักษณะเป็นมาตราประเมินค่าแบบลิเคิร์ต (Likert, 1932) 5 ระดับ

จาก 1 คะแนน ถึง 5 คะแนน กลับค่าคะแนนกรณีข้อคำถามเป็นเชิงลบ มีเกณฑ์การแปลผลสำหรับส่วนที่ 2 แบบวัดต้นทุนทางจิตวิทยา และส่วนที่ 3 แบบวัดสุขภาวะทางจิต ตามแนวคิดของ Best (1970) คือ

ค่าเฉลี่ย 1.00 – 1.80 คะแนน คือ มีต้นทุนทางจิตวิทยาหรือสุขภาวะทางจิตระดับต่ำที่สุด

ค่าเฉลี่ย 1.81 – 2.60 คะแนน คือ มีต้นทุนทางจิตวิทยาหรือสุขภาวะทางจิตระดับต่ำ

ค่าเฉลี่ย 2.61 – 3.40 คะแนน คือ มีต้นทุนทางจิตวิทยาหรือสุขภาวะทางจิตระดับปานกลาง

ค่าเฉลี่ย 3.41 – 4.20 คะแนน คือ มีต้นทุนทางจิตวิทยาหรือสุขภาวะทางจิตระดับสูง

ค่าเฉลี่ย 4.21 – 5.00 คะแนน คือ มีต้นทุนทางจิตวิทยาหรือสุขภาวะทางจิตระดับสูงที่สุด

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย

แบบสอบถามผ่านการตรวจสอบคุณภาพโดยใช้ค่าดัชนีความสอดคล้องเพื่อตรวจและประเมินความตรงเชิงเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญ 3 คน เลือกคำถามที่มีคะแนนความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ตามเกณฑ์ คือ มากกว่าหรือเท่ากับร้อยละ 75.00 (Rovinelli & Hambleton, 1977) พัฒนา ปรับปรุงตามข้อเสนอแนะ นำไปทดลองใช้กับมัคคุเทศก์ไทย ซึ่งมีคุณสมบัติเดียวกับตัวอย่าง 33 คน (Chakrapani, 2011) หลังจากนั้นนำข้อมูลที่ได้มาหาค่าความเชื่อมั่นโดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคได้ค่าความเชื่อมั่นของต้นทุนทางจิตวิทยาเท่ากับ 0.95 และสุขภาวะทางจิตเท่ากับ 0.89 จากค่าคะแนนดังกล่าวแสดงว่าคุณภาพของแบบสอบถามผ่านคะแนนขั้นต่ำอย่างน้อย 0.70 ตามเกณฑ์ของ Cronbach (1990)

การรวบรวมข้อมูล

การเก็บและรวบรวมข้อมูล จำแนกเป็น 2 ประเภท คือ 1) ข้อมูลทุติยภูมิ ศึกษาแนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางสำหรับพัฒนางานวิจัย และ 2) ข้อมูลปฐมภูมิ เก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถามแบบดั้งเดิมและออนไลน์จากมัคคุเทศก์ไทย พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์และรายละเอียดต่างๆ ให้ตัวอย่างทราบ ยินยอมและสมัครใจตอบแบบสอบถามอย่างอิสระ ซึ่งใช้ระยะเวลาประมาณ 7 สัปดาห์ ได้แบบสอบถามคืน 216 ชุด ร้อยละ 100.00 เลือกแบบสอบถามที่สมบูรณ์ที่นำมาใช้ได้ 216 ชุด ร้อยละ 100.00

การวิเคราะห์ข้อมูล

ใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูปประมวลผลข้อมูลด้วยสถิติ 2 ประเภท ประกอบด้วย สถิติพรรณนา คือ การแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติอ้างอิง คือ การวิเคราะห์ความถดถอยเชิงเส้นแบบพหุ

ผลการวิจัย

การวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นจากตัวอย่าง พบว่า มัคคุเทศก์ไทย 216 คน เป็นเพศชาย 108 คน ร้อยละ 50.00 เพศหญิง 108 คน ร้อยละ 50.00 ส่วนมากอายุ 21 - 30 ปี ร้อยละ 69.90 สถานภาพโสด ร้อยละ 90.30 นอกจากนี้ ร้อยละ 78.70 สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรี โดยมีกลุ่มรายได้สูง (รายได้ประมาณ 40,848 บาทหรือมากกว่าต่อเดือน) 62 คน ร้อยละ 28.70 กลุ่มรายได้ปานกลาง (รายได้ประมาณ 13,170 - 40,847 บาทต่อเดือน) 56 คน ร้อยละ 25.90 และกลุ่มรายได้ต่ำ (รายได้ประมาณ 13,169 บาทหรือต่ำกว่าต่อเดือน) 98 คน ร้อยละ 45.40 ส่วนการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของต้นทุนทางจิตวิทยาและสุขภาวะทางจิตของมัคคุเทศก์ไทย แสดงผลว่าตัวอย่างประเมิน ต้นทุนทางจิตวิทยาระดับสูง (mean = 3.87, SD = 0.65) เมื่อจำแนกรายด้าน พบว่า มัคคุเทศก์ไทยมองโลกในแง่ดี ระดับสูง (mean = 3.97, SD = 0.75) มีความยึดหยุ่นระดับสูง (mean = 3.85, SD = 0.71) รับรู้ความสามารถที่มีอยู่ของตนเองระดับสูง (mean = 3.84, SD = 0.74) และมีความหวังระดับสูง (mean = 3.81, SD = 0.70) เช่นเดียวกัน และสุขภาวะทางจิตระดับปานกลาง (mean = 3.24, SD = 0.45) เมื่อจำแนกรายด้าน พบว่า มัคคุเทศก์ไทยเป็นตัวของตัวเอง ระดับปานกลาง (mean = 3.31, SD = 0.57) ยอมรับตนเองระดับปานกลาง (mean = 3.30, SD = 0.53) มีจุดมุ่งหมาย ในชีวิตระดับปานกลาง (mean = 3.29, SD = 0.58) มีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นระดับปานกลาง (mean = 3.28, SD = 0.54) มีความเจริญงอกงามในตนระดับปานกลาง (mean = 3.16, SD = 0.56) และสามารถจัดการกับสถานการณ์ต่าง ๆ ระดับปานกลาง (mean = 3.11, SD = 0.58) ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของต้นทุนทางจิตวิทยาและสุขภาวะทางจิตของมัคคุเทศก์ไทย

ตัวแปร	mean	SD	ความหมาย
ต้นทุนทางจิตวิทยา	3.87	0.65	สูง
- ความสามารถที่มีอยู่ของตนเอง	3.84	0.74	สูง
- ความหวัง	3.81	0.70	สูง
- มองโลกในแง่ดี	3.97	0.75	สูง
- ความยืดหยุ่น	3.85	0.71	สูง
สุขภาวะทางจิต	3.24	0.45	ปานกลาง
- ความเป็นตัวของตัวเอง	3.31	0.57	ปานกลาง
- ความสามารถจัดการกับสถานการณ์ต่าง ๆ	3.11	0.58	ปานกลาง
- ความเจริญงอกงามในตน	3.16	0.56	ปานกลาง
- สัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น	3.28	0.54	ปานกลาง

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของต้นทุนทางจิตวิทยาและสุขภาวะทางจิตของมัคคุเทศก์ไทย (ต่อ)

ตัวแปร	mean	SD	ความหมาย
- จุดมุ่งหมายในชีวิต	3.29	0.58	ปานกลาง
- การยอมรับตนเอง	3.30	0.53	ปานกลาง

การวิเคราะห์ความถดถอยแบบพหุ โดยมีตัวแปรตาม คือ สุขภาวะทางจิตในสมการที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ได้ค่า $R^2 = 0.21$, $F = 10.83$, $p < 0.01$ จึงอธิบายได้ว่าต้นทุนทางจิตวิทยาที่มีรายได้เป็นตัวแปรกำกับสามารถอธิบายความแปรปรวนของสุขภาวะทางจิต ร้อยละ 20.50 ซึ่งต้นทุนทางจิตวิทยามีสัมประสิทธิ์ของน้ำหนักอิทธิพลต่อสุขภาวะทางจิต เท่ากับ 0.25, $p = 0.00$ ส่วนค่า W_2 แสดงเครื่องหมายลบ เท่ากับ -0.09 ($p < 0.05$) ดังตารางที่ 2 จึงกล่าวได้ว่ากลุ่มรายได้ต่ำ (ประมาณ 13,169 บาทหรือต่ำกว่าต่อเดือน) มีต้นทุนทางจิตวิทยาส่งผลเชิงบวกกับสุขภาวะทางจิตน้อยกว่าเมื่อเทียบกับรายได้กลุ่มแรก คือกลุ่มรายได้สูง (ประมาณ 40,848 บาทหรือมากกว่าต่อเดือน) ในขณะที่การปฏิสัมพันธ์ระหว่างรายได้กับต้นทุนทางจิตวิทยามีผลให้ค่า R^2 เปลี่ยนแปลง (R^2 -Change) เท่ากับ 0.04, $F = 5.53$, $p < 0.01$ จึงสรุปว่า ต้นทุนทางจิตวิทยาเมื่อมีอิทธิพลรายได้เป็นตัวแปรกำกับสามารถพยากรณ์สุขภาวะทางจิตมากขึ้น อีกทั้งต้นทุนทางจิตวิทยาส่งผลเชิงบวกกับสุขภาวะทางจิตของกลุ่มรายได้ต่าง ๆ คือ รายได้สูง คือ รายได้ประมาณ 40,848 บาทหรือมากกว่าต่อเดือน (effect = 0.44) รายได้ปานกลาง คือ รายได้ประมาณ 13,170 - 40,847 บาทต่อเดือน (effect = 0.09) และ รายได้ต่ำ คือ รายได้ประมาณ 13,169 บาทหรือต่ำกว่าต่อเดือน (effect = 0.22) ดังตารางที่ 3 ซึ่งสามารถเขียนสมการถดถอยอย่างง่าย 3 สมการ ที่แสดงความสัมพันธ์แบบเส้นตรงของตัวแปรตาม (Y) คือ สุขภาวะทางจิต และตัวแปรอิสระ (X) คือ ต้นทุนทางจิตวิทยาของแต่ละกลุ่มรายได้ คือ

$$Y_1 \text{ (รายได้สูง: ประมาณ 40,848 บาทหรือมากกว่าต่อเดือน)} = 2.25 + 0.44X$$

$$Y_2 \text{ (รายได้ปานกลาง: ประมาณ 13,170 - 40,847 บาทต่อเดือน)} = 2.90 + 0.09X$$

$$Y_3 \text{ (รายได้ต่ำ: ประมาณ 13,169 บาทหรือต่ำกว่าต่อเดือน)} = 2.32 + 0.22X$$

ตารางที่ 2 การวิเคราะห์ความถดถอยเชิงเส้นแบบพหุของต้นทุนทางจิตวิทยากับสุขภาวะทางจิตของมัคคุเทศก์ไทย

	Coefficient	SE	t	p	LLCI	ULCI
(ค่าคงที่)	3.26	0.03	111.14**	0.00	3.21	3.32
ต้นทุนทางจิตวิทยา	0.25	0.04	5.59**	0.00	0.16	0.34

ตารางที่ 2 การวิเคราะห์ความถดถอยเชิงเส้นแบบพหุของต้นทุนทางจิตวิทยากับสุขภาวะทางจิตของมัคคุเทศก์ไทย (ต่อ)

	Coefficient	SE	t	p	LLCI	ULCI
W ₁	-0.01	0.04	-0.23	0.82	-0.09	0.08
W ₂	-0.09	0.03	-2.34*	0.02	-0.17	-0.01
Interaction ₁	-0.03	0.06	-0.49	0.57	-0.16	0.09
Interaction ₂	-0.16	0.07	-2.35*	0.02	-0.29	-0.03

หมายเหตุ: $R = 0.45$, $R^2 = 0.21$, $MSE = 0.17$, $F = 10.83$, $df1 = 5.00$, $df2 = 210.00$, $p = 0.00$

$X*W \rightarrow R^2\text{-change} = 0.04$, $F = 5.53$, $df1 = 2.00$, $df2 = 210.00$, $p = 0.01$

** $p < 0.01$, * $p < 0.05$

ตารางที่ 3 ผลกระทบแบบมีเงื่อนไขของตัวแปรกำกับระหว่างต้นทุนทางจิตวิทยากับสุขภาวะทางจิตของมัคคุเทศก์ไทย

รายได้	Effect	SE	t	p	LLCI	ULCI
รายได้สูง	0.44	0.07	6.63**	0.00	0.31	0.58
รายได้ปานกลาง	0.09	0.09	1.04	0.30	-0.08	0.27
รายได้ต่ำ	0.22	0.08	2.86**	0.01	0.067	0.37

หมายเหตุ: ** $p < 0.01$

รายได้สูง หมายถึง รายได้ประมาณ 40,848 บาทหรือมากกว่าต่อเดือน

รายได้ปานกลาง หมายถึง รายได้ประมาณ 13,170 - 40,847 บาทต่อเดือน

รายได้ต่ำ หมายถึง รายได้ประมาณ 13,169 บาทหรือต่ำกว่าต่อเดือน

อภิปรายผลการวิจัย

ต้นทุนทางจิตวิทยาสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาวะทางจิตของมัคคุเทศก์ไทยซึ่งสอดคล้องกับ Heman et al. (2024) และ Singh and Mansi (2009) พบว่า หากบุคคลใดมีต้นทุนทางจิตวิทยาสูงจะมีสุขภาวะทางจิตสูง อีกทั้ง Sumalrot et al. (2023) ศึกษาในประเทศไทย พบว่า พนักงานด้านการท่องเที่ยวมีต้นทุนทางจิตวิทยาสัมพันธ์กับสุขภาวะทางจิต เช่นเดียวกับ Mishra and Venkatesan (2023) และ Yorulmaz and Basol (2024) พบว่า พนักงานด้านการท่องเที่ยวมีต้นทุนทางจิตวิทยาความสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาวะทางจิต ทั้งนี้เพราะผู้นำ หน่วยงาน หรือองค์กรมีแนวทางการส่งเสริมต้นทุนทางจิตวิทยาและสุขภาวะทางจิตผ่านกิจกรรม เช่น การนั่งสมาธิ การเล่นโยคะ การให้คำปรึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน เป็นต้น นอกจากนี้ การมีส่วนร่วมในการทำงาน (Ashmawy, 2024; Tsaur et al., 2019) อย่าง

สม้าเสมอ รวมถึง Abbas and Raja (2015) และ Mahipalan and Garg (2024) พบว่า หากบุคคลใดมีต้นทุนทางจิตวิทยาต่ำจะมีสภาวะทางจิตต่ำ Zamorano García et al. (2024) พบว่า ต้นทุนทางจิตวิทยาสัมพันธ์เชิงลบกับสภาวะทางจิต เพราะอาการการเจ็บป่วยจากการทำงาน ซึ่งคือสาเหตุหนึ่งที่ทำให้สภาวะทางจิตต่ำ ดังนั้นไม่ว่าต้นทุนทางจิตวิทยาและสภาวะทางจิตของมัคคุเทศก์จะอยู่ระดับใด มีความสัมพันธ์ในทิศทางใด บุคลากร หน่วยงานหรือองค์การที่เกี่ยวข้องควรมีแนวทางและนโยบายทางการดูแลสภาวะอย่างเป็นองค์รวมทั้งด้านกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ โดยใช้เครือข่ายทุกภาคส่วนอย่างหลากหลาย เพื่อส่งเสริมการทำงานของมัคคุเทศก์รวมถึงบุคลากรด้านการท่องเที่ยวและบริการทำงานได้ (Deb et al., 2024) พร้อมปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงและรับมือกับเหตุการณ์ (Jin & Qi, 2024) ที่อาจจะเกิดขึ้นอย่างสม่ำเสมอต่าง ๆ

รายได้มีอิทธิพลกำกับความสัมพันธ์ระหว่างต้นทุนทางจิตวิทยาและสภาวะทางจิตของมัคคุเทศก์ไทย ซึ่งหมายถึงการปฏิสัมพันธ์ของรายได้กับต้นทุนทางจิตวิทยาส่งผลกับสภาวะทางจิต หรือกล่าวได้ว่าต้นทุนทางจิตวิทยามีอิทธิพลกับสภาวะทางจิตแตกต่างกันตามกลุ่มรายได้ของมัคคุเทศก์ไทยสอดคล้องกับ Chauhan et al. (2024), Ergun et al. (2023) และ Hameed et al. (2024) พบว่า ต้นทุนทางจิตวิทยาของพนักงานด้านการท่องเที่ยวสัมพันธ์กับสภาวะทางจิตโดยมีรายได้เป็นตัวกำกับ ซึ่งกลุ่มรายได้สูง (ประมาณ 40,848 บาทหรือมากกว่าต่อเดือน) จะมีสภาวะทางจิตสูงกว่ากลุ่มรายได้ต่ำ (ประมาณ 13,169 บาทหรือต่ำกว่าต่อเดือน) ทั้งนี้ เพราะในสถานการณ์หรือสังคมปัจจุบันทุกอาชีพทุกตำแหน่งงานเพื่อให้มีความมั่นคงทางการเงิน (Vyas-Doorgapersad, 2024) รวมถึงการสร้างเสริมต้นทุนทางจิตวิทยาสำหรับการดำรงชีวิตในสังคมที่มีพลวัตและหลากหลายของสภาพของสังคม เศรษฐกิจ และการเมือง ในขณะเดียวกันหากมีรายได้อยู่กลุ่มสูง (ประมาณ 40,848 บาทหรือมากกว่าต่อเดือน) จะตอบสนองความต้องการพื้นฐานที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิต (Maslow, 1943) เช่น อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ยารักษาโรค ที่อยู่อาศัย เป็นต้น รวมถึงความต้องการอื่น ๆ ที่ส่งเสริมต้นทุนทางจิตวิทยาและ/หรือสภาวะทางจิตได้มากกว่า เช่น การสังสรรค์กับครอบครัว การสังสรรค์กับเพื่อน การท่องเที่ยว เป็นต้น ได้มากกว่ากลุ่มรายได้ต่ำ (ประมาณ 13,169 บาทหรือต่ำกว่าต่อเดือน) (กิ่งแก้ว ทรัพย์พระวงศ์, 2555; Ariza-Montes et al., 2019) เพราะจะต้องบริหารจัดการรายได้ให้เพียงพอกับการดำรงชีวิต หรือต้องรับผิดชอบค่าใช้จ่ายต่าง ๆ ในครอบครัว ในขณะเดียวกันสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคอุบัติใหม่ทั่วโลกคลี่คลาย ทำให้การท่องเที่ยวฟื้นตัวกลับมาจึงเป็นโอกาสที่จะทำให้มัคคุเทศก์หารายได้มากขึ้น ซึ่งเป็นปัจจัยหนึ่งที่เกื้อหนุนให้สภาวะทางจิตดี (Darvishmotevali & Ali, 2020; Gavriilidis & Metaxas, 2024; Teng et al., 2024) เพราะรายได้ที่หลากหลายเพิ่มมากขึ้น ส่วนกลุ่มรายได้ปานกลาง (ประมาณ 13,170 - 40,847 บาทต่อเดือน) ไม่มีผลใด ๆ กับสภาวะทางจิต แม้ว่าต้นทุนทางจิตวิทยาสัมพันธ์กับสภาวะทางจิต ทั้งนี้ เพราะมัคคุเทศก์กลุ่มรายได้ดังกล่าวสามารถรับมือและวางแผนบริหารจัดการเรื่องต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องในชีวิตประจำวัน รวมถึงสามารถตอบสนองความต้องการขั้นพื้นฐานให้เหมาะสมกับเศรษฐกิจของตนเองได้ ดังนั้น มัคคุเทศก์ไทยจะมีรายได้อยู่กลุ่มใดก็ตาม องค์การหรือหน่วยงาน หรือบุคคลที่เกี่ยวข้องควรส่งเสริม

แนวทางการบริหารจัดการรายได้ในสถานการณ์ปกติหรือสถานการณ์ในภาวะวิกฤติให้สามารถจัดการการเงินที่อยู่ให้มีประสิทธิภาพและเกิดประโยชน์สูงสุดโดยบูรณาการกับการดูแลเสริมสร้างต้นทุนทางจิตวิทยาและสุขภาวะทางจิตอย่างเหมาะสมและยืดหยุ่น (Pathak & Joshi, 2021)

ข้อเสนอแนะในการวิจัย

ข้อเสนอแนะเพื่อนำผลการวิจัยไปใช้

ผู้ที่สนใจ นักวิชาการ และหรือองค์กรด้านธุรกิจการท่องเที่ยวสามารถนำไปเป็นแนวทางการบริหารจัดการสุขภาวะของมัคคุเทศก์ให้เหมาะสมกับกลุ่มรายได้ เช่น กลุ่มรายได้ต่ำ อบรมแนวทางการบริหารจัดการรายได้ในสถานการณ์ปกติหรือสถานการณ์ในภาวะวิกฤติให้สามารถจัดการการเงินที่อยู่ให้มีประสิทธิภาพและเกิดประโยชน์ กลุ่มรายได้ปานกลาง ส่งเสริมการบริหารรายได้ เงินออม และกลุ่มรายได้สูง ส่งเสริมและแนะนำการลงทุนเพื่อสร้างรายได้และความมั่นคงทางการเงินในสถานการณ์ปัจจุบันและอนาคต เป็นต้น รวมถึงการสร้างเสริมสุขภาวะผ่านกิจกรรมสนับสนุนด้านจิตสังคม (psychosocial support) เช่น การใช้เครือข่ายทางสังคมจัดกิจกรรมส่งเสริมต้นทุนทางจิตวิทยาและสุขภาวะทางจิต การบริหารจัดการรายได้ เป็นต้น

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

นักวิจัยหรือผู้ที่สนใจศึกษาเกี่ยวกับต้นทุนทางจิตวิทยาและสุขภาวะทางจิต ควรศึกษาตัวแปรกำกับเพิ่มเติม เช่น เพศ อายุ ประสบการณ์การทำงาน เป็นต้น อีกทั้งยังควรขยายกลุ่มการศึกษาโดยจำแนกมัคคุเทศก์ไทยที่นำเที่ยวภายในประเทศกับมัคคุเทศก์ (หัวหน้าคณะทัวร์) ที่นำคณะทัวร์ไปเที่ยวยังต่างประเทศ รวมถึงตำแหน่งงานอื่น ๆ ในสายงานการท่องเที่ยวว่าได้ผลการวิจัยเป็นอย่างไร โดยใช้วิธีวิจัยที่หลากหลาย เพื่อให้ผลการวิจัยหลากหลายและครอบคลุม

บรรณานุกรม

- กิ่งแก้ว ทรัพย์พระวงศ์. (2554). *จิตวิทยาเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต*. สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยกรุงเทพ.
- กิ่งแก้ว ทรัพย์พระวงศ์. (2555). สุขภาวะทางจิตของผู้สูงอายุไทย. *BU Academic Review*, 11(2), 99-110.
- กรมการท่องเที่ยว. (2565). *จำนวนใบอนุญาตประกอบธุรกิจนำเที่ยว ใบอนุญาตเป็นมัคคุเทศก์ และการขึ้นทะเบียนเป็นผู้นำเที่ยว*. <https://www.dot.go.th/chart-stat/detail/2>
- พงษ์ศักดิ์ ชิมมอนด์ส. (2560). การทดสอบข้อตกลงเบื้องต้นของการวิเคราะห์การถดถอยเชิงเส้นตรง. *วารสารวิจัยและพัฒนาหลักสูตร*, 7(2), 20-37.
- พระราชบัญญัติคุ้มครองแรงงาน พ.ศ. 2541. (2541, 20 กุมภาพันธ์). *ราชกิจจานุเบกษา*. เล่ม 115 ตอนที่ 8ก. หน้า 1-44.

- พระราชบัญญัติธุรกิจนำเที่ยวและมัคคุเทศก์ พ.ศ. 2551. (2551, 6 กุมภาพันธ์). *ราชกิจจานุเบกษา*. เล่ม 125 ตอนที่ 29ก. หน้า 1-27.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2556). *พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2556*. บริษัท นานมีบุ๊คส์ จำกัด. กรุงเทพฯ.
- ศูนย์วิจัยกสิกรไทย. (2567, 3 พฤษภาคม). 4 เดือนแรกปี 2567 รายได้จากนักท่องเที่ยวต่างชาติอยู่ที่ 5.8 แสนล้านบาท เพิ่มขึ้น 37.9% YoY. [https://www.kasikornresearch.com/th/analysis/k-social-media/Pages/Tourism-info67-FB-03-05-2024.aspx#:~:text=4 เดือนแรกปี, บาท เพิ่มขึ้น 37.9% YoY](https://www.kasikornresearch.com/th/analysis/k-social-media/Pages/Tourism-info67-FB-03-05-2024.aspx#:~:text=4%20เดือนแรกปี%2C%20บาท%20เพิ่มขึ้น%2037.9%20YoY)
- Abbas, M., & Raja, U. (2015). Impact of psychological capital on innovative performance and job stress. *Canadian Journal of Administrative Sciences*, 32(2), 128-138. <https://doi.org/10.1002/cjas.1314>
- Ariza-Montes, A., Hernández-Perlines, F., Han, H., & Law, R. (2019). Human dimension of the hospitality industry: Working conditions and psychological well-being among European servers. *Journal of Hospitality and Tourism Management*, 41, 138-147. <https://doi.org/10.1016/j.jhtm.2019.10.013>
- Ashmawy, I. K. I. (2024). The influence of peer support on employee psychological capital during the COVID-19 pandemic. *International Journal of Public Administration*, 47(2), 130-140.
- Best, J. W. (1970). *Consumer behavior* (2nd ed.). Prentice-Hall.
- Chakrapani, C. (2011). *Statistical reasoning vs. magical thinking: Shamanism as statistical knowledge: Is a sample size of 30 all you need?* <http://www.chuckchakrapani.com/articles/pdf/0411chakrapani.pdf>
- Chauhan, R., Jishtu, H., Shaktan, A., & Kumar, A. (2024). Employees' psychological well-being in a pandemic: A case study during the peak of the COVID-19 wave in India. *International Journal of Indian Culture and Business Management*, 31(1), 58-75. <https://doi.org/10.1504/IJICBM.2024.136591>
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed). Lawrence Erlbaum Associates.
- Cronbach, L. J. (1990). *Essential of psychological testing*. Harper & Row.
- Darvishmotevali, M., & Ali, F. (2020). Job insecurity, subjective well-Being and job performance: The moderating role of psychological capital. *International Journal of Hospitality Management*, 87, 102462. <https://doi.org/10.1016/j.ijhm.2020.102462>

- Deb, S. K., Kuri, B. C., & Nafi, S. M. (2024). Application of knowledge management in tourism and hospitality industry: A sustainable approach. In M. Valeri (Ed.), *Knowledge management and knowledge sharing: Business strategies and an emerging theoretical field* (pp. 99-116). Springer Nature Switzerland.
- Ergun, G. S., Bozkurt, H. O., Arslan, E., Kendir, H., & Yayla, O. (2023). Psychological capital as a moderator in the relationship between job Insecurity, job stress, and hotel employees' turnover intention during the Russia-Ukraine war. *International Journal of Hospitality Management*, 111, 103475. <https://doi.org/10.1016/j.ijhm.2023.103475>
- Faul, F., Erdfelder, E., Buchner, A., & Lang, A. G. (2009). Statistical power analyses using G* Power 3.1: Tests for correlation and regression analyses. *Behavior Research Methods*, 41(4), 1149-1160. <https://doi.org/10.3758/BRM.41.4.1149>
- Gavriilidis, G., & Metaxas, T. (2024). The impact of COVID-19 on attitudes towards growth capacity of tourism firms: Evidence from Greece. *Sustainability*, 16(6), 2371. <https://doi.org/10.3390/su16062371>
- Hameed, Z., Garavan, T. N., Naeem, R. M., Burhan, M., Moin, M. F., & McCabe, T. (2024). Subjective well-being, COVID-19 and financial strain following job loss: Stretching the role of human resource management to focus on human sustainability beyond the workplace. *Asia Pacific Journal of Human Resources*, 62(1), e12384. <https://doi.org/10.1111/1744-7941.12384>
- Heman, O. U., Olabode, O. O., & Amram, A. (2024). Work condition factors and employee engagement: The mediating role of psychological capital. *Jurnal Manajemen dan Kewirausahaan*, 26(1), 1-12. <https://doi.org/10.9744/jmk.26.1.1-12>
- Huppert, F. A. (2009). Psychological well-being: Evidence regarding its causes and consequences. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 1(2), 137-164. <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2009.01008.x>
- Jin, D., & Qi, R. (2024). The impact of suburbanization on job-related outcomes in hospitality: Understanding employee solidarity and work mobility. *Journal of Hospitality and Tourism Management*, 58, 28-38. <https://doi.org/10.1016/j.jhtm.2023.11.011>

- Kwak, S. G., & Park, S. H. (2019). Normality test in clinical research. *Journal of Rheumatic Diseases*, 26(1), 5-11.
- Likert, R. A. (1932). A technique for measurement of attitudes. *Archives Psychological*, 140, 5-55.
- Lilliefors, H. W. (1967). On the kolmogorov-smirnov test for normality with mean and variance unknown. *Journal of the American Statistical Association*, 62(318), 399-402.
<https://doi.org/10.2307/2283970>
- Luthans, F., Youssef, C. M., & Avolio, B. J. (2007). *Psychological capital: Developing the human competitive edge*. Oxford University Press.
- Mahipalan, M., & Garg, N. (2024). Does workplace toxicity undermine psychological capital (PsyCap) of the employees? Exploring the moderating role of gratitude. *International Journal of Organizational Analysis*, 32(3), 476-503. <https://doi.org/10.1108/IJOA-12-2022-3543>
- Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50(4), 370-396.
<https://doi.org/10.1037/h0054346>
- Mishra, H., & Venkatesan, M. (2023). Psychological well-being of employees, its precedents and outcomes: A literature review and proposed framework. *Management and Labour Studies*, 48(1), 7-41. <https://doi.org/10.1177/0258042X221117960>
- Pathak, D., & Joshi, G. (2021). Impact of psychological capital and life satisfaction on organizational resilience during COVID-19: Indian tourism insights. *Current Issues in Tourism*, 24(17), 2398-2415.
<https://doi.org/10.1080/13683500.2020.1844643>
- Rovinelli, R. J., & Hambleton, R. K. (1977). On the use of content specialists in the assessment of criterion-referenced test item validity. *Tijdschrift Voor Onderwijs Research*, 2, 49-60.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Singh, S., & Mansi, G. J. (2009). Psychological capital as predictor of psychological well-being. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 35(2), 233-238.

- Sumalrot, T., Suwanwong, C., Pimthong, S., Surakarn, A., Chiangkhong, A., & Khunakorncharatphong, A. (2023). The development and effectiveness of web-based psychological capital intervention on the mental well-being of tourism workers during the COVID-19 pandemic. *BMC Psychology*, 11(1), 1-8. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01189-0>
- Teng, C. C., Chih, C., Liu, C. H., & Ko, W. H. (2024). How does psychosocial safety climate address hotel employees' job embeddedness and organizational commitment during crisis? *Journal of Quality Assurance in Hospitality & Tourism*, 2024, 1-32. <https://doi.org/10.1080/1528008X.2024.2302359>
- The World Bank. (2024). *World bank country and lending groups*. <https://datahelpdesk.worldbank.org/knowledgebase/articles/906519-world-bank-country-and-lending-groups>
- Tsaur, S. H., Hsu, F. S., & Lin, H. (2019). Workplace fun and work engagement in tourism and hospitality: The role of psychological capital. *International Journal of Hospitality Management*, 81, 131-140. <https://doi.org/10.1016/j.ijhm.2019.03.016>
- Vyas-Doorgapersad, S. (2024). Employee wellness programmes for improved performance. *International Journal of Educational Review, Law and Social Sciences (IJERLAS)*, 4(1), 1-12.
- Yorulmaz, M., & Basol, F. S. (2024). Yacht crews' perceptions of ethical climate, safety climate, psychological capital and psychological well-being in Türkiye. *Maritime Business Review*, 9(1), 113-127. <https://doi.org/10.1108/MABR-07-2023-0057>
- Zamorano García, M., Santamaría, G., Seco-Casares, M., Celorrio San Miguel, A. M., Lantarón-Caeiro, E., García, J. F., & Fernández-Lázaro, D. (2024). A cross-sectional observational pilot study of the main risk factors related to lower back pain in Spanish hospitality workers. *Safety*, 10(1), 1-19. <https://doi.org/10.3390/safety10010012>