

การปรับตัว กลวิธีการเผชิญปัญหา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาชั้นปีที่ 1



นางสาวเปรมพร มั่นเสมอ

สถาบันวิทยบริการ

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2545

ISBN 974-17-2575-2

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ADJUSTMENT, COPING STRATEGIES, AND ACADEMIC ACHIEVEMENT  
IN FIRST-YEAR COLLEGE STUDENTS

Miss Premporn Mansamer



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements  
for the Degree of Master of Arts in Counseling Psychology

Faculty of Psychology  
Chulalongkorn University  
Academic Year 2002  
ISBN 974-17-2575-2



เปรมพร มั่นเสมอ: การปรับตัว กลวิธีการเผชิญปัญหา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษา  
 ชั้นปีที่ 1. (ADJUSTMENT, COPING STRATEGIES, AND ACADEMIC ACHIEVEMENT IN  
 FIRST-YEAR COLLEGE STUDENTS) อ. ที่ปรึกษา: รศ.สุภาพรณ โคตรจรัส, 214 หน้า  
 ISBN 974-17-2575-2

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์คือ 1. เพื่อศึกษาการปรับตัวในมหาวิทยาลัย และกลวิธีการเผชิญปัญหาของ  
 นักศึกษาชั้นปีที่ 1 2. เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวในมหาวิทยาลัย และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษาชั้นปีที่ 1  
 ที่มีภูมิลำเนาแตกต่างกันในด้านเพศ สาขาวิชา ประเภทของสถานศึกษา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน กลุ่มตัวอย่าง  
 ประกอบด้วย นิสิตนักศึกษาจากมหาวิทยาลัยของรัฐและเอกชน จำนวนทั้งสิ้น 651 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย  
 ครั้งนี้ ได้แก่ แบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัย และแบบวัดการเผชิญปัญหา วิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์  
 ค่าสถิติพื้นฐาน วิเคราะห์ความแปรปรวนสามทาง และวิเคราะห์เปรียบเทียบพหุคูณด้วยวิธีของ Dunnett's T3  
 ผลการวิจัยพบว่า

1. นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ปรับตัวได้ดีในด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย
2. นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 โดยทั่วไปใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพโดยใช้การเผชิญปัญหาแบบ  
 มุ่งจัดการกับปัญหามาก ใช้การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมค่อนข้างมาก และใช้การ  
 เผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงค่อนข้างน้อย
3. ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางของการปรับตัวในมหาวิทยาลัย และกลวิธีการเผชิญปัญหา  
 จำแนกตามเพศ สาขาวิชา ประเภทของสถานศึกษา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ที่มีนัยสำคัญ มีดังนี้
  - 3.1 นิสิตนักศึกษาหญิงปรับตัวด้านสังคมได้ดีกว่า และใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการ  
 สนับสนุนทางสังคมมากกว่าชาย
  - 3.2 นิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยเอกชนปรับตัวด้านการเรียนได้ดีกว่า แต่ปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์  
 ได้น้อยกว่านิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐ
  - 3.3 นิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยเอกชนใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงมากกว่านิสิตนักศึกษาใน  
 มหาวิทยาลัยของรัฐ
  - 3.4 นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงและปานกลางปรับตัวโดยรวมและปรับตัวด้านความผูกพัน  
 กับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมายได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ
  - 3.5 นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ได้ดีกว่านิสิต  
 นักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ
  - 3.6 นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทาง  
 สังคมมากกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ

หลักสูตร .....จิตวิทยาการปรึกษา.....

สาขาวิชา .....จิตวิทยาการปรึกษา.....

ปีการศึกษา.....2545.....

ลายมือชื่อนิสิต .....

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา.....

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม.....

# # 4278116438: MAJOR COUNSELING PSYCHOLOGY

KEY WORD: ADJUSTMENT/ COPING STRATEGIES/ COLLEGE STUDENTS

PREMPORN MANSAMER: ADJUSTMENT, COPING STRATEGIES, AND ACADEMIC ACHIEVEMENT IN FIRST-YEAR COLLEGE STUDENTS. THESIS ADVISOR: ASSOC. PROF. SUPAPAN KOTRAJARAS, 214 pp. ISBN 974-17-2575-2

This research investigated 1) the adjustment to college and coping strategies of first-year college students and 2) the effects of students' gender, field of study, university types and academic achievement on their adjustment and coping strategies. Participants were 651 undergraduate students from government and private universities. The instrument used were The Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ) and the Coping Scale. Data was analyzed using a three-way ANOVA design followed by post-hoc multiple comparisons with Dunnett's T3 test. The major findings were as follows:

1. First-year college students reported high level of institutional attachment/goal commitment.
2. First-year college students used effective means of coping: used more problem-focused strategies, used moderately high level of social support-seeking strategies, and used moderately low avoidance strategies.
3. The three-way ANOVA yielded significant effects for gender, university types and academic achievement on adjustment to college and coping strategies:
  - 3.1 First-year female college students reported more social adjustment and used more social support-seeking strategies than first-year male college students.
  - 3.2 Private college students reported more academic adjustment, but less personal/emotional adjustment than government college students.
  - 3.3 Private college students used more avoidance strategies than government college students.
  - 3.4 Students with high and moderate academic achievement reported more total adjustment and institutional attachment/goal commitment than those with low academic achievement.
  - 3.5 Students with moderate academic achievement reported more personal/emotional adjustment than those with low academic achievement.
  - 3.6 Students with high academic achievement used more social support-seeking strategies than those with low academic achievement.

Program ...Counseling Psychology...  
 Field of study ... Counseling Psychology...  
 Academic year .....2002.....

Student's signature .....  
 Advisor's signature .....  
 Co-advisor's signature .....

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี ด้วยความกรุณาของรองศาสตราจารย์ สุภาพรณ โคตรจรัส อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ผู้ให้คำแนะนำ ปรึกษา ดูแลเอาใจใส่ด้วยความห่วงใย ตลอดจนตรวจแก้ไขความบกพร่องต่าง ๆ ทำให้การวิจัยสำเร็จสมบูรณ์ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณอาจารย์เป็นอย่างสูง

ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.ชุมพร ยงกิตติกุล ผู้กรุณาให้คำแนะนำ และดูแลกระบวนการในการพัฒนาและปรับปรุงเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ตลอดจนการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยความเอาใจใส่เป็นอย่างดี ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.โสรัช โพธิ์แก้ว อาจารย์ผู้ประสิทธิ์ประสาทความรู้ให้ผู้วิจัยเข้าใจถึงศาสตร์ของการปรึกษาเชิงจิตวิทยา และการเข้าใจชีวิตที่แท้จริงได้อย่างลึกซึ้ง ขอกราบขอบพระคุณ อาจารย์อรัญญา ต้อยคัมภีร์ ที่กรุณาให้ข้อคิด ให้คำแนะนำอันเป็นประโยชน์อย่างยิ่ง และได้ถามด้วยความเป็นห่วง กราบขอบพระคุณอาจารย์คณะจิตวิทยาทุกท่าน ขอกราบขอบพระคุณนายกสมาคมสถาบันอุดมศึกษาเอกชนแห่งประเทศไทยที่ให้ความอนุเคราะห์ในการเก็บข้อมูล ขอกราบขอบพระคุณ ดร.ชวลิต หมั่นน้อยที่ให้ความกรุณาตรวจแบบวัดที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล กราบขอบพระคุณ ผศ.วัฒนา ศรีสัตย์วาจา อาจารย์ประภัสสร อาจารย์ชิตชนก ที่ให้ความกรุณาในการเก็บรวบรวมข้อมูล กราบขอบพระคุณ คุณนิรมล ภาวระสกุล และพี่ ๆ เจ้าหน้าที่ สสอท. ทุกท่าน ผู้ให้ความช่วยเหลือ และให้คำแนะนำในการดำเนินเรื่องแก่ผู้วิจัยเป็นอย่างดี กราบขอบพระคุณ รองอธิการบดีมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต อธิการบดีมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร มหาวิทยาลัยกรุงเทพ มหาวิทยาลัยศรีปทุม มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต และมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติที่กรุณาให้ผู้วิจัยได้เข้าไปเก็บข้อมูล รวมทั้งอาจารย์ทุกท่าน เจ้าหน้าที่และนิสิตนักศึกษาทุกคนที่ให้ความร่วมมือกับผู้วิจัยเป็นอย่างดีในการเก็บรวบรวมข้อมูล ขอขอบคุณเจ้าหน้าที่คณะจิตวิทยาทุกท่าน และขอขอบคุณบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่ให้ทุนอุดหนุนในการวิจัยครั้งนี้

ขอขอบคุณ คุณกรวรรณ สุพรรณวรรษา คุณศศกร วิชัย คุณวรวิร์ ธนประภุต คุณมุกดา เกียรติวิกรัย คุณสมบุญ จารุเกษมทวี คุณณัฐสุดา เต็มพันธ์ คุณสุพัตรา จันทร์ลีลา คุณสุชาดา สุวิชาชนันท์ และเพื่อน ๆ จิตวิทยาการศึกษารุ่น 15 ทุกคนที่ให้กำลังใจ ปลอดภัย ให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกันตลอดมา และเอื้อให้ผู้วิจัยได้งอกงามและสัมผัสกับมิตรภาพที่แท้จริง และโดยเฉพาะอย่างยิ่ง คุณวราภรณ์ รัตนวิศิษฎ์กุล และคุณรัชนี แก้วคำศรี เพื่อนผู้ร่วมทุกข์ร่วมสุขกับผู้วิจัยเสมอมา ขอขอบคุณ พี่ ๆ จิตวิทยาการศึกษารุ่น 14 ทุกคนที่มีส่วนเป็นกำลังใจ ให้ความรัก ความปรารถนาดีแก่ผู้วิจัย

ท้ายที่สุดนี้ ผู้วิจัยน้อมรำลึกถึงพระคุณของ คุณพ่อ คุณแม่ ผู้ให้ชีวิต ให้ความอบอุ่น ให้ความรัก ความห่วงใย และส่งเสริมการศึกษาด้วยดีเสมอมา ขอขอบคุณน้องอ๊าด น้องชายที่คอยให้ความช่วยเหลือและอยู่เคียงข้างตลอดมา ผู้วิจัยขอมอบความสำเร็จในครั้งนี้แด่ คุณพ่อคุณแม่ น้องอ๊าด ไพจิต และ ทุกคนที่มีส่วนเกื้อหนุนให้วิทยานิพนธ์สำเร็จได้ด้วยดี

เปรมพร มั่นเสมอ

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย .....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญตาราง.....	ณ
สารบัญภาพ.....	๗
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา .....	1
วัตถุประสงค์ในการวิจัย .....	7
สมมติฐานการวิจัย.....	7
ขอบเขตของการวิจัย .....	7
คำจำกัดความในการวิจัย .....	9
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	11
บทที่ 2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง.....	12
แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง .....	12
แนวคิดเกี่ยวกับการปรับตัว .....	12
แนวคิดเกี่ยวกับการเผชิญปัญหา .....	19
แนวคิดเกี่ยวกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน .....	34
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	36
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย .....	60
กลุ่มตัวอย่าง .....	60
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย .....	61
ขั้นตอนในการวิจัย .....	77
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	77
บทที่ 4 ผลการวิจัย .....	78
บทที่ 5 การอภิปรายผล .....	138
บทที่ 6 สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ.....	149
รายการอ้างอิง.....	157

## สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
ภาคผนวก.....	165
ภาคผนวก ก สถิติที่ใช้ในการวิจัย.....	166
ภาคผนวก ข แบบวัดฉบับสมบูรณ์ที่ใช้เก็บข้อมูลในการวิจัย.....	172
ภาคผนวก ค การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือแบบสอบถาม	
การปรับตัวในมหาวิทยาลัย.....	183
ภาคผนวก ง การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือแบบวัดการเผชิญปัญหา.....	194
ภาคผนวก จ ข้อมูลของกลุ่มตัวอย่าง .....	203
ภาคผนวก ฉ คะแนนที่ปกติของแบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัย .....	206
ภาคผนวก ช คะแนนที่ปกติของแบบวัดการเผชิญปัญหา .....	210
ประวัติของผู้เขียนวิทยานิพนธ์ .....	214

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
1 การวิเคราะห์องค์ประกอบของมาตรวัดการเผชิญปัญหา.....	31
2 สรุปรงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวในมหาวิทยาลัย กลวิธีการเผชิญปัญหา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน.....	46
3 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ สาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษา.....	60
4 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของผลของแบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัย แต่ละด้านกับผลของการประเมินภาพรวมด้วยตนเองเกี่ยวกับการปรับตัวในแต่ละด้านของนิสิตนักศึกษา.....	68
5 ค่าความเที่ยงของแบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัยของ Baker และ Siryk และแบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัยของนิสิตนักศึกษาไทย.....	69
6 ค่าความเที่ยงของแบบวัดการเผชิญปัญหาในแต่ละรูปแบบ.....	76
7 ค่าเฉลี่ย (X) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของคะแนนการปรับตัว ในมหาวิทยาลัย จำแนกตามเพศ สาขาวิชา ประเภทของสถานศึกษา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน.....	79
8 ค่าเฉลี่ย (X) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา จำแนกตามเพศ สาขาวิชา ประเภทของสถานศึกษา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน.....	81
9 ค่าเฉลี่ย (X) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนิสิตนักศึกษา.....	82
10 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนิสิตนักศึกษา.....	83
11 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่แตกต่างกันของนิสิตนักศึกษา.....	83
12 การทดสอบความเป็นเอกพันธ์ของความแปรปรวน.....	84
13 ค่าเฉลี่ย (X) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของการปรับตัวในมหาวิทยาลัย จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และสาขาวิชา.....	86
14 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัย จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และสาขาวิชา.....	87
15 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยโดยรวมของนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกัน.....	88

## สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่	หน้า
16 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยโดยรวม จำแนกตามเพศ และสาขาวิชา .....	90
17 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านการเรียนของนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกัน .....	92
18 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านการเรียน จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และสาขาวิชา .....	92
19 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านส่วนตัวและอารมณ์ของนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกัน .....	94
20 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านสังคม จำแนกตามเพศ และสาขาวิชา .....	95
21 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมายของนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกัน .....	96
22 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย จำแนกตามเพศ และสาขาวิชา .....	97
23 ค่าเฉลี่ย (X) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของการปรับตัวในมหาวิทยาลัย จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และประเภทของสถานศึกษา .....	98
24 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัย จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และประเภทของสถานศึกษา .....	99
25 ค่าเฉลี่ย (X) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของการปรับตัวในมหาวิทยาลัย จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษา .....	103
26 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัย จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษา .....	104

## สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่	หน้า
27 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยโดยรวม จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และสาขาวิชา.....	107
28 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยโดยรวม จำแนกตามสาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษา.....	108
29 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยโดยรวม จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษา.....	109
30 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านการเรียน จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และสาขาวิชา.....	111
31 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านส่วนตัวและอารมณ์ จำแนกตามสาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษา.....	113
32 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านส่วนตัวและอารมณ์ จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษา.....	114
33 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย จำแนกตามสาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษา.....	116
34 ค่าเฉลี่ย (X) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของกลวิธีการเผชิญปัญหา จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และสาขาวิชา.....	117
35 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และสาขาวิชา.....	118
36 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมของนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกัน.....	120
37 ค่าเฉลี่ย (X) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของกลวิธีการเผชิญปัญหา จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และประเภทของสถานศึกษา.....	121

## สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่	หน้า
38 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และประเภทของสถานศึกษา .....	122
39 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนกลวิธีการ การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม จำแนกตามเพศ และประเภทของสถานศึกษา.....	124
40 ค่าเฉลี่ย (X) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของกลวิธีการเผชิญปัญหา จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษา .....	126
41 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษา .....	127
42 เปรียบเทียบผลการวิจัยอื่นกับผลการวิจัยในครั้งนี้.....	134
43 ข้อกระทงของแบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัย จำแนกรายด้าน.....	181
44 ข้อกระทงของแบบวัดการเผชิญปัญหา จำแนกตามรูปแบบการเผชิญปัญหา.....	181
45 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามรายข้อกับคะแนนรวมรายด้านย่อย ค่า CITC (Corrected item-total correlation) และค่าความเที่ยงโดยใช้ สัมประสิทธิ์อัลฟา (alpha) (n = 38) .....	184
46 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามรายข้อกับคะแนนรวมรายด้านย่อย ค่า CITC (Corrected item-total correlation) และค่าความเที่ยงโดยใช้ สัมประสิทธิ์อัลฟา (alpha) ของแบบวัดการปรับตัวในมหาวิทยาลัย (n = 100) .....	189
47 ผลการวิเคราะห์รายข้อของแบบวัดการเผชิญปัญหา โดยการวิเคราะห์ค่า สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมข้ออื่น ๆ ทั้งหมด ในแต่ละด้าน (CITC) โดยแบ่งเป็นแบบวัด 2 ฉบับ คือ ฉบับ A และฉบับ B (การทดลองใช้ครั้งที่ 1).....	195
48 ผลการวิเคราะห์รายข้อของแบบวัดการเผชิญปัญหา โดยการวิเคราะห์ค่า สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น ๆ ทั้งหมด ในแต่ละด้าน (CITC) การทดสอบค่าที (t-test) และค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (alpha) (การทดลองใช้ครั้งที่ 2).....	199

## สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่	หน้า
49	จำนวนและร้อยละของนิสิตนักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย ..... 204
50	คะแนนดิบ (Score) ค่าที่ปกติ (Normalized-T score) และระดับเปอร์เซ็นต์ไทล์ (Percentile rank) ของคะแนนการปรับตัวโดยรวม และรายด้าน ข้อมูลจากแบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัยของนิสิตนักศึกษา จำนวน 651 คน ..... 207
51	คะแนนดิบ (Score) ค่าที่ปกติ (Normalized-T score) และระดับเปอร์เซ็นต์ไทล์ (Percentile rank) ของคะแนนรวมแต่ละรูปแบบของกลวิธีการเผชิญปัญหา ข้อมูลจากแบบวัดการเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัย จำนวน 651 คน ..... 211

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## สารบัญภาพ

ภาพที่	หน้า
1 รูปแบบกระบวนการของความเครียดตามทฤษฎีความเครียดของ Lazarus.....	20
2 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศ และสาขาวิชาของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัย โดยรวม .....	90
3 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และสาขาวิชาของคะแนน การปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านการเรียน .....	93
4 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศ และสาขาวิชาของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัย ด้านสังคม .....	95
5 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศ และสาขาวิชาของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัย ด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย .....	97
6 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และสาขาวิชาของคะแนน การปรับตัวในมหาวิทยาลัยโดยรวม .....	107
7 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างสาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษาของคะแนน การปรับตัวในมหาวิทยาลัยโดยรวม .....	108
8 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และสาขาวิชาของคะแนน การปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านการเรียน.....	111
9 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างสาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษาของคะแนน การปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านส่วนตัวและอารมณ์.....	113
10 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างสาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษาของคะแนน การปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่น ในเป้าหมาย.....	116
11 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศ และประเภทของสถานศึกษาของคะแนนกลวิธี การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม .....	124

# บทที่ 1

## บทนำ

### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

งานของนักจิตวิทยาการปรึกษา คือ การช่วยให้บุคคลสามารถดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างราบรื่นและมีความสุข โดยเฉพาะในเรื่องการปรับตัว เนื่องจากมนุษย์เราต้องมีการปรับตัวให้พฤติกรรมของตนเองสอดคล้องกับความต้องการภายในตนเองและสภาพแวดล้อมทางสังคม การปรับตัวดังกล่าวประกอบด้วยกระบวนการในการจัดการกับความต้องการหรือความกดดันที่บุคคลไม่สามารถหาทางแก้ไขให้ผ่านพ้นไปได้ จึงเป็นสาเหตุให้เกิดความเครียด ความวิตกกังวล ความรู้สึกสับสน ไม่มีความสุข ดังนั้น คนเราจึงจำเป็นต้องรู้จักปรับตัว เพื่อช่วยรักษาความสมดุลของชีวิตเอาไว้ จึงกล่าวได้ว่าความสามารถในการปรับตัวมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการดำเนินชีวิตของมนุษย์ทุกคน (Lazarus, 1969; นิภา นิธยาน, 2520; สุภาพรณ โคตรจรัส, 2524) และเมื่อบุคคลไม่สามารถปรับตัวต่อความคับข้องใจหรือความกดดันที่เกิดขึ้นได้ก็จะก่อให้เกิดความทุกข์ ทั้งยังส่งผลโดยตรงต่อสุขภาพจิตของคนนั้น และถ้าไม่ได้รับการช่วยเหลือแก้ไขก็จะพัฒนาเป็นโรคทางจิตเวชได้ (นิภา นิธยาน, 2520; อภิวันท์ วงศ์ข้าหลวง, 2530) ในขณะเดียวกัน หากบุคคลมีการปรับตัวที่ดีก็จะทำให้บุคคลนั้นมีความสุข มีความพึงพอใจในชีวิต สามารถยอมรับสภาพต่าง ๆ ได้ สามารถสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี และก่อให้เกิดสุขภาวะทางจิตที่ดีด้วย (Wintre and Yaffe, 2000; Rathus and Navid, 1995) ซึ่งจากการรวบรวมข้อมูลทางสถิติของกรมสุขภาพจิตในงานให้บริการปรึกษาปัญหาสุขภาพจิตทางโทรศัพท์ทุกหน่วยงาน ประจำปีงบประมาณ 2542 และ 2543 พบว่าจำนวนของผู้มารับบริการปรึกษาทางโทรศัพท์ที่ประสบปัญหาการปรับตัวมีจำนวนมากเป็นอันดับต้น ๆ ของผู้มารับบริการทั้งหมด

การปรับตัวเป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นตลอดชีวิต เนื่องจากบุคคลต้องประสบกับเหตุการณ์ที่แปรเปลี่ยนไปตลอดเวลา จึงทำให้บุคคลต้องปรับ และพัฒนาตนเองให้อยู่กับสภาพนั้น ๆ ได้อย่างกลมกลืน (Coleman and Glaros, 1983) การปรับตัวในมหาวิทยาลัยเป็นสถานการณ์ที่สำคัญมากช่วงหนึ่งในชีวิตมนุษย์ เนื่องจากช่วงนี้เป็นช่วงที่ชีวิตต้องมีการเปลี่ยนแปลงอย่างมาก นับได้ว่าเป็นช่วงวิกฤตช่วงหนึ่ง การที่บุคคลต้องเปลี่ยนจากสภาพนักเรียนในโรงเรียนไปสู่การเรียนในระดับอุดมศึกษา เป็นงานการพัฒนาที่มีความสำคัญมาก กล่าวคือ การศึกษาในโรงเรียนนั้น บรรยายภาคการเรียนการสอน และอาจารย์ไม่ว่าจะเป็นอาจารย์ประจำชั้น อาจารย์ประจำวิชา หรือแม้แต่อาจารย์แนะแนวต่างก็เอาใจใส่ดูแลนักเรียนอย่างใกล้ชิด

หากนักเรียนมีปัญหาในเรื่องการเรียน หรือเรื่องส่วนตัวก็สามารถปรึกษาอาจารย์ได้อย่างเต็มที่ รวมทั้งในแต่ละสัปดาห์จะต้องมีกิจกรรมโฮมรูมอย่างน้อยสัปดาห์ละหนึ่งครั้งซึ่งเป็นกิจกรรมที่ดำเนินการเพื่อส่งเสริม และพัฒนานักเรียนในด้านต่าง ๆ เช่น การรู้จักตนเองและผู้อื่น ทักษะการตัดสินใจ การแก้ไขปัญหา และการวางแผนชีวิต เป็นต้น ส่วนการศึกษาในระดับอุดมศึกษานั้นมีรูปแบบแตกต่างจากรูปแบบในโรงเรียนที่เคยชิน เช่น การเปลี่ยนจากระบบการเรียนที่มีอาจารย์คอยดูแลใกล้ชิดมาสู่โลกที่ค่อนข้างอิสระ ต้องตัดสินใจด้วยตนเองเป็นส่วนใหญ่ทั้งในเรื่องการเลือกวิชาเรียน เลือกเวลาเรียน การคบกับเพื่อนกลุ่มใหม่ที่มีพื้นฐานแตกต่างกัน และมีนิสิตนักศึกษาจำนวนหนึ่งต้องพักอยู่ในห้องพักกับบุคคลอื่น ซึ่งแตกต่างไปจากการพักอยู่กับครอบครัว กับคนคุ้นเคย ซึ่งกล่าวได้ว่าการศึกษาในระดับอุดมศึกษานั้นเป็นระบบการศึกษาที่เป็นผู้ใหญ่มากขึ้น โดยคาดว่านิสิตนักศึกษาที่ศึกษาต่อในระดับนี้จะมีวุฒิภาวะเพียงพอที่จะดูแลรับผิดชอบตนเองในเรื่องต่าง ๆ ได้ แม้ว่าการศึกษาในระดับอุดมศึกษาจะมีอาจารย์ที่ปรึกษาที่คอยดูแลนิสิตนักศึกษา ก็ตาม แต่ก็ไม่ได้ติดตามดูแลอย่างใกล้ชิดนัก ซึ่งก็เช่นเดียวกับอาจารย์ประจำวิชา เนื่องจากอาจารย์จะสอนนิสิตนักศึกษาเป็นจำนวนมากในแต่ละรายวิชา ทำให้อาจารย์ไม่สามารถติดตามการเรียน หรือใส่ใจกับนิสิตนักศึกษาทั้งหมดได้ สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้จึงเป็นสิ่งที่นิสิตนักศึกษาต้องเผชิญและใช้ความพยายามในการปรับตัวเป็นอย่างมาก

ช่วงวัยที่จะเข้าศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษานั้น จะอยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนปลาย ซึ่งเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างมากทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และจิตใจ เป็นต้น เป็นวัยแห่งการเรียนรู้ พัฒนา และปรับเปลี่ยนตนเองให้เหมาะสมกับวัย และบทบาทหน้าที่ของตน ตามความคาดหวังของสังคม ด้วยเหตุนี้จึงทำให้วัยนี้เป็นวัยที่ประสบกับความยุ่งยาก มีปัญหาต่าง ๆ เข้ามาในช่วงนี้อย่างมาก ทั้งปัญหาจากตนเอง คนรอบข้าง และสังคม และหากปัญหาและความยุ่งยากดังกล่าวถ้าเกิดขึ้นในช่วงที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นปีที่ 1 ซึ่งเป็นช่วงที่นิสิตนักศึกษาต้องปรับตัวสู่การเรียนในระดับอุดมศึกษา ปัญหาต่าง ๆ อาจทวีความยุ่งยากยิ่งขึ้น มีงานวิจัยที่พบว่า นิสิต นักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีปัญหาด้านการปรับตัวอย่างมาก ทั้งด้านสังคม ด้านส่วนตัวหรือด้านอารมณ์ และโดยเฉพาะอย่างยิ่งในด้านการเรียน (สุภาพรรณ โคตรจรัส, 2524; พาสนา ฝโลศิลป์, 2535; ประภาวดี เหล่าพูลสุข, 2539) นิสิตนักศึกษาที่มีความยุ่งยากในการปรับตัวก็ต้องการความช่วยเหลือจากนักจิตวิทยาการปรึกษา (Leong and Bonz, 1997) ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาการปรับตัวของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1



การศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการปรับตัวของนักเรียน นิสิตนักศึกษา นั้น มีผู้วิจัยจำนวนมากได้นำแบบสำรวจปัญหาการปรับตัวของ Mooney (Mooney Problem Check List) มาใช้เพื่อสำรวจปัญหาในด้านต่าง ๆ ได้ครอบคลุม ซึ่งปัญหาที่สำรวจมีทั้งหมด 11 ด้าน คือ ด้านสุขภาพและพัฒนากายทางร่างกาย ด้านการเงิน สภาพความเป็นอยู่และการงาน ด้านกิจกรรมทางสังคมและนันทนาการ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ด้านการปรับตัวทางอารมณ์และส่วนตัว ด้านการปรับตัวทางเพศ ด้านบ้านและครอบครัว ด้านศีลธรรมจรรยาและศาสนา ด้านการปรับตัวทางการเรียนในมหาวิทยาลัย ด้านอนาคตเกี่ยวกับอาชีพและการศึกษา และด้านหลักสูตรและการสอน ส่วนการวิจัยโดยเฉพาะในด้านการปรับตัวในมหาวิทยาลัยนั้น Baker และ Siryk (1984) ได้ศึกษาพบว่าสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยมีความสำคัญต่อการปรับตัวของนิสิตนักศึกษา นิสิตนักศึกษามีระดับการปรับตัวที่แตกต่างกัน และการปรับตัวในมหาวิทยาลัยที่สำคัญมี 4 ด้าน ได้แก่ การปรับตัวด้านการเรียน ด้านส่วนตัวและอารมณ์ ด้านสังคม และด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย

การปรับตัวด้านการเรียนนั้นเกี่ยวข้องกับประสบการณ์ด้านการเรียน ความต้องการที่จะศึกษาในมหาวิทยาลัย การมีเป้าหมายและความมุ่งมั่นที่จะเรียนให้สำเร็จ และการยอมรับสภาพแวดล้อมทางด้านการเรียน ส่วนการปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์จะเกี่ยวข้องกับประสบการณ์ที่ได้รับความคิดเห็นแล้วส่งผลต่อร่างกายและจิตใจ สำหรับการปรับตัวด้านสังคมจะเกี่ยวข้องกับความต้องการทางสังคมหรือความต้องการสัมพันธภาพระหว่างบุคคล นั่นคือ มีความสามารถในการจัดการกับประสบการณ์ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล รวมถึงการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลอื่น การคบเพื่อน การเข้าเป็นสมาชิกกลุ่มได้ดีเพียงใด เป็นต้น และการปรับตัวด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย จะเกี่ยวข้องกับความรู้สึกที่มีต่อมหาวิทยาลัยและการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย ทั้งที่เป็นความรู้สึกทั่วไป และเฉพาะเจาะจง โดยเฉพาะอย่างยิ่งกับคุณภาพของสัมพันธภาพและความผูกพันระหว่างนิสิตและสถานศึกษา ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาการปรับตัวในมหาวิทยาลัยตามแนวของ Baker และ Siryk

จากที่กล่าวมาข้างต้นจะเห็นได้ว่าการปรับตัวเป็นกิจกรรมสำคัญของชีวิตที่เกิดขึ้นอยู่ตลอดเวลา และยังเกิดขึ้นพร้อมกับการเผชิญปัญหาด้วย กล่าวคือ หากบุคคลต้องประสบกับปัญหา ความกดดัน ความเครียดที่ผ่านเข้ามาในแต่ละขณะของการดำเนินชีวิตแล้วนั้น บุคคลก็ต้องเผชิญปัญหา ถ้าบุคคลใช้วิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพ บุคคลนั้นก็ปรับตัวได้ แต่ถ้าบุคคลใช้วิธีการเผชิญปัญหาที่ไม่มีประสิทธิภาพ บุคคลนั้นก็ปรับตัวไม่ได้ด้วยเช่นกัน จากรูปแบบกระบวนการของความเครียดตามทฤษฎีความเครียดของ Lazarus (Slavin et al., 1991; สุภาพรรณ โคตรจรัส, 2539) นั้น อธิบายว่าความเครียดเป็นกระบวนการที่เกิดจาก

ปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและเหตุการณ์ที่ตนประสบ เมื่อบุคคลประสบเหตุการณ์เป็นสิ่งที่เร้าที่อาจก่อให้เกิดความเครียดแล้ว บุคคลจะประเมินขั้นต้นต่อเหตุการณ์นั้นว่าเป็นปัญหาหรือไม่ จากนั้นจะประเมินในขั้นที่สองว่า จะทำอะไรต่อเหตุการณ์นั้นได้บ้าง ซึ่งหลังจากการประเมินดังกล่าว บุคคลจะพยายามหาทางเลือกต่าง ๆ ที่จะใช้ในการเผชิญปัญหาหรือลงมือดำเนินการจัดการกับความเครียดหรือปัญหานั้นตามที่ได้เลือกไว้ ซึ่งวิธีการเผชิญปัญหานั้นจะมีผลต่อการปรับตัวของบุคคลด้วย หรืออาจจะกล่าวได้ว่า การปรับตัวนั้นเป็นผลตามที่เกิดขึ้นจากกลวิธีการเผชิญปัญหาที่ใช้นั่นเอง ดังนั้นจึงจำเป็นต้องทำความเข้าใจการเผชิญปัญหาควบคู่กับการปรับตัวด้วย เพื่อให้บุคคลสามารถเลือกใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพ นำไปสู่การปรับตัวได้เป็นอย่างดี มีสุขภาพจิตที่ดี

การเผชิญปัญหาเป็นความพยายามทางปัญญาและพฤติกรรมที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างไม่หยุดยั้ง เพื่อจัดการกับปัญหาและความต้องการทั้งจากภายในและภายนอกตนเองที่บุคคลประเมินว่าเป็นการคุกคามหรือก่อให้เกิดความเครียด (Lazarus and Folkman, 1984; Kleinke, 1991) และเป็นกระบวนการที่ต้องใช้ระยะเวลาในการพยายามและวางแผนในการดำเนินการ ความพยายามดังกล่าวนั้นอาจให้ผลทางบวกหรือลบก็ได้ (สุภาพรธรณ โคตรจรัส, 2539) การที่บุคคลจะตอบสนองหรือเผชิญความเครียดในรูปแบบใดนั้น ขึ้นอยู่กับการประเมินเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นว่าบุคคลจะประเมินเหตุการณ์ออกมาในลักษณะใด และบุคคลจะสามารถแก้ไขปัญหานั้นได้อย่างไรบ้าง วิธีการเผชิญปัญหาของบุคคลเป็นผลจากการกระทำร่วมกันระหว่างปัจจัยภายในบุคคลกับปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในการหาวิธีการตอบสนองต่อเหตุการณ์ เพื่อให้สามารถคงความสมดุลภายใน หรือสามารถรักษาสภาพปกติไว้ได้ ซึ่งบุคคลที่ใช้วิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพคือใช้วิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามากกว่าหลีกเลี่ยงจะปรับตัวในมหาวิทยาลัยได้ดีกว่า (Aspinwall and Taylor, 1992; Lewis, 1998) ส่วนคนที่ใช้วิธีการเผชิญปัญหาที่ไม่มีประสิทธิภาพคือ แบบหลีกเลี่ยงนั้นจะมีความสัมพันธ์ทางลบกับภูมิคุ้มกันโรค (Goodkin, Blaney et al., 1992; Goodkin, Fuchs, Feaster, Leeka and Rishel, 1992; Ironson et al., 1994; Kedom, Bartoov, Mikulincer and Shkolnik, 1992; Futterman, Wellich, Ziehelboim, Luna-Raines and Weiner, 1996; Kemeny, 1991 cited in Segerstrom et al., 1998)

การเผชิญปัญหาที่ศึกษาในการวิจัยครั้งนี้ มีพื้นฐานตามแนวทฤษฎีความเครียดของ Lazarus (Lazarus and Folkman, 1984) โดยอธิบายความเครียดในแง่ของกระบวนการปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและสิ่งแวดล้อม และศึกษากลวิธีการเผชิญปัญหาโดยใช้กรอบอ้างอิงจากแบบวัดของ Carver, Scheier และ Weintraub (1989) และ Frydenberg และ Lewis (1993);

Frydenberg, 1997) จำแนกเป็นรูปแบบการเผชิญปัญหา 3 รูปแบบ ได้แก่ แบบมุ่งจัดการกับปัญหา แบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม และแบบหลีกเลี่ยง ตามการวิเคราะห์โครงสร้างทางจิตมิติของแบบวัดการเผชิญปัญหาของ Cook และ Heppner (1997)

บุคคลที่เข้าศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษานั้น ต้องเผชิญกับสภาพแวดล้อมใหม่ ซึ่งก่อให้เกิดความเครียด และความเครียดที่สำคัญของนิสิตนักศึกษา นั่นคือ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ซึ่งเป็นผลของความสำเร็จที่ได้จากการเรียนโดยวัดได้จากคะแนนการทดสอบด้วยวิธีต่าง ๆ (Douglas, 2000; สุวิริยา สุวรรณโคตร, 2530) ซึ่งส่วนใหญ่จะวัดจากเกรดเฉลี่ย เนื่องจากเกรดเฉลี่ยเป็นผลที่น่าเชื่อถือและเป็นตัวทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ดีที่สุด (Pascarella and Terenzini cited in Wintre and Yaffe, 2000) จากงานวิจัยจำนวนมากเกี่ยวกับปัญหาการปรับตัว โดยเฉพาะด้านการเรียนนั้นพบว่า มีความสัมพันธ์อย่างสูงกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษา (สุภาพรรณ โคตรจรัส, 2524; อภิวันท์ วงศ์ข้าหลวง, 2530) นักศึกษาที่มีปัญหาด้านการเรียนจนต้องออกจากเรียนก่อนกำหนดนั้น จะมีลักษณะการมองปัญหาและมีความสนใจจำกัด มองอนาคตในแง่ร้าย มีความเฉื่อยชาและเกียจคร้าน รู้สึกสับสนและไม่สนใจที่จะเข้าสังคม ส่วนนักศึกษาที่ไม่มีปัญหาด้านการเรียนและสามารถสำเร็จการศึกษาตามเวลาที่กำหนดจะเป็นบุคคลที่เชื่อมั่นในตนเอง มีการยอมรับตนเองสูง มีสติมั่นคง และมีปัญหาการปรับตัวด้านการเรียนน้อยกว่านักศึกษาที่ต้องออกจากเรียนก่อนกำหนด (Peterson, 1967; อรพินทร์ นิมิตรนิวัฒน์ อ้างถึงใน อรพินทร์ ชูชม และอัจฉรา สุขารมณ, 2531) จะเห็นได้ว่า ในการศึกษาในระดับอุดมศึกษานั้นผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเป็นส่วนหนึ่งที่มีความสำคัญต่อความสำเร็จในอนาคตของนิสิตนักศึกษา และยังสามารถบอกถึงการต้องออกจากเรียนก่อนกำหนดอีกด้วย (Astin, 1964) ซึ่งปัญหาด้านการเรียนนั้น ส่งผลกระทบต่อความไม่กล้าที่จะเผชิญกับอุปสรรคในชีวิต (Harju and Bolen, 1998) นิสิตนักศึกษาที่ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงซึ่งเป็นวิธีที่ไม่มีประสิทธิภาพนั้นจะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนลดลง (Halstead, 1996) และมีความเครียดในการเรียนเพิ่มมากขึ้นด้วย (Jones and Frydenberg, 1998)

นอกจากผลการวิจัยที่พบว่าทั้งการปรับตัว กลวิธีการเผชิญปัญหา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมีความสำคัญต่อบุคคลที่อยู่ในวัยเรียน ยังมีงานวิจัยที่ศึกษาถึงความแตกต่างระหว่างเพศในเรื่องการปรับตัวซึ่งมีผลการวิจัยที่ยังไม่ได้ข้อสรุปที่ชัดเจนว่าเพศชายและหญิงมีการปรับตัวแตกต่างกันหรือไม่ (Holmbeek and Wandrei, 1993; Lafreniee and Ledgerwood, 1997; Leong and Bonz, 1997; Jo, 1999; Stuart, 2000; จุฬาลักษณ์ รุ่งวิริยะพงษ์, 2542; ชชาติชาย หมั่นสมัคร, 2542) ส่วนในเรื่องกลวิธีการเผชิญปัญหานั้นพบว่า เพศชายและหญิงใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาและแบบหลีกเลี่ยงไม่แตกต่างกัน แต่ใช้การ

เผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกัน (กรกวรรณ สุพรรณวรรษา, 2544) ในด้านสาขาวิชา พบว่า นิสิตนักศึกษาต่างสาขาวิชาปรับตัวด้านการเรียน ด้านส่วนตัวและอารมณ์ และด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมายแตกต่างกัน แต่ด้านสังคมไม่แตกต่างกัน (จุฬาลักษณ์ รุ่มวิริยะพงษ์, 2542) ส่วนกลวิธีการเผชิญปัญหานั้นพบว่า นิสิตนักศึกษาต่างสาขาวิชาใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และการแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมไม่แตกต่างกัน แต่ใช้แบบหลีกหนีแตกต่างกัน (กรกวรรณ สุพรรณวรรษา, 2544)

งานวิจัยในด้านผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนนั้นพบว่า นักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำจะมีปัญหาการปรับตัวด้านการเรียนมากกว่านักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง (ดารณี ประคองศิลป์, 2530) ส่วนในเรื่องกลวิธีการเผชิญปัญหานั้นมีงานวิจัยทั้งที่พบว่า นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกันใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาไม่แตกต่างกัน (กรกวรรณ สุพรรณวรรษา, 2544) และที่พบว่า วัยรุ่นไทยที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกันใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกหนีแตกต่างกัน โดยผู้ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในระดับสูงและปานกลางใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกหนีน้อยกว่าผู้ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในระดับต่ำ (สุภาพรพรณ โคตรจรัส และชุมพร ยงกิตติกุล, 2545) นอกจากนี้ มีงานวิจัยที่ศึกษาเปรียบเทียบการใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยระบบปิดและระบบเปิด ซึ่งพบว่า นิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยระบบปิดใช้การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่านักศึกษาในมหาวิทยาลัยระบบเปิด (กรกวรรณ สุพรรณวรรษา, 2544) แต่ยังไม่มีการวิจัยที่ศึกษาเปรียบเทียบการใช้กลวิธีการเผชิญปัญหา และการปรับตัวของนิสิตนักศึกษาในประเภทของสถานศึกษาที่จำแนกในลักษณะของมหาวิทยาลัยของรัฐและเอกชน ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาตัวแปรต่าง ๆ ดังกล่าวว่ามีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับการปรับตัวหรือการเผชิญปัญหาแตกต่างกันหรือไม่

จากผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า การปรับตัว กลวิธีการเผชิญปัญหา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนนั้นมีความสัมพันธ์กันและมีความสำคัญต่อนิสิตนักศึกษาอย่างมาก หากสามารถเข้าใจถึงการปรับตัวของนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยควบคู่ไปกับกลวิธีการเผชิญปัญหา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแล้ว ก็จะทำให้เกิดผลดีในการที่จะพัฒนาหรือแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นกับนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยได้อย่างตรงจุด เมื่อสามารถตอบสนองความต้องการของนิสิตนักศึกษาได้แล้วก็จะเป็นการเสริมสร้างบุคลิกภาพของประเทศออกไปอยู่ในสังคมได้อย่างมีคุณภาพมากขึ้น

ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาการปรับตัว และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิต นักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่มีภูมิหลังแตกต่างกันในด้านเพศ สาขาวิชา ประเภทของสถานศึกษา และ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาการปรับตัวในมหาวิทยาลัย และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิต นักศึกษาชั้นปีที่ 1
2. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบการปรับตัวในมหาวิทยาลัย และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่มีภูมิหลังแตกต่างกันในด้านเพศ สาขาวิชา ประเภทของสถานศึกษา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

### สมมติฐานการวิจัย

1. นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่มีภูมิหลังในด้านเพศ สาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษาที่แตกต่างกัน จะมีการปรับตัวในมหาวิทยาลัย และกลวิธีการเผชิญปัญหาแตกต่างกัน
2. นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกันจะมีการปรับตัวในมหาวิทยาลัย และกลวิธีการเผชิญปัญหาที่แตกต่างกัน

### ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา เพื่อศึกษาเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างการปรับตัวในมหาวิทยาลัย และรูปแบบการเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ที่กำลังศึกษาอยู่ในปีการศึกษา 2544 ที่มีภูมิหลังแตกต่างกันในด้านเพศ สาขาวิชา ประเภทของสถานศึกษา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยจะเก็บข้อมูลผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของเทอมต้น

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย นิสิตนักศึกษาชาย และหญิง ที่กำลังศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ของมหาวิทยาลัยของรัฐและเอกชน ในปีการศึกษา 2544

ตัวแปรในการวิจัย ประกอบด้วย

1. ตัวแปรอิสระ คือ

1.1 เพศ

1.2 สาขาวิชา แบ่งได้ 3 กลุ่ม ได้แก่

1.2.1 สาขาวิชาวิทยาศาสตร์

1.2.2 สาขาวิชาสังคมศาสตร์

1.2.3 สาขาวิชามนุษยศาสตร์

1.3 ประเภทของสถานศึกษา ได้แก่

1.3.1 มหาวิทยาลัยของรัฐ

1.3.2 มหาวิทยาลัยเอกชน

1.4 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

1.4.1 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง

1.4.2 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลาง

1.4.3 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ

2. ตัวแปรตาม คือ

2.1 ค่าคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยที่วัดจากแบบสอบถามการปรับตัว  
ในมหาวิทยาลัย ซึ่งแบ่งเป็น 4 ด้าน ได้แก่

2.1.1 การปรับตัวด้านการเรียน

2.1.2 การปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์

2.1.3 การปรับตัวด้านสังคม

2.1.4 การปรับตัวด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นใน  
เป้าหมาย

2.2 ค่าคะแนนรูปแบบการเผชิญปัญหา แบ่งออกเป็น 3 รูปแบบ ได้แก่

2.2.1 การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา

2.2.2 การเผชิญปัญหาแบบการแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม

2.2.3 การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง

## คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

1. การปรับตัว หมายถึง กระบวนการทางจิตใจของบุคคลที่เกิดจากการจัดการกับความ ต้องการ ความกดดัน ความท้าทาย และปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นทั้งจากตนเองและสิ่งแวดล้อม เพื่อให้บรรลุความต้องการและเป้าหมายของตน ในที่นี้การปรับตัวจะหมายถึง ค่าคะแนนการปรับตัวของนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยที่ได้จากแบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัยที่พัฒนาขึ้นโดยศึกษาแนวทางจาก The Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ) ของ Baker และ Siryk (1984, 1985 และ 1986) ซึ่งประกอบด้วยการปรับตัว 4 ด้าน คือ การปรับตัวด้านการเรียน ด้านส่วนตัวและอารมณ์ ด้านสังคม และด้านความผูกพันกับสถานศึกษา และความมุ่งมั่นในเป้าหมาย

2. กลวิธีการเผชิญปัญหา หมายถึง ความพยายามของบุคคลอย่างไม่หยุดยั้งในการที่จะจัดการกับปัญหา หรือสิ่งที่มาคุกคามต่อความเป็นอยู่ของบุคคล โดยการแสดงออกในรูปของพฤติกรรมต่าง ๆ เพื่อให้ความเครียด หรือสิ่งที่มาคุกคามนั้นคลี่คลายลง ในการวิจัยครั้งนี้หมายถึงค่าคะแนนที่ได้จากแบบวัดการเผชิญปัญหาที่พัฒนาจากแบบวัดการเผชิญปัญหาของสุภาพวรรณ โคตรจรัส และชุมพร ยงกิตติกุล (2544) ซึ่งจำแนกการเผชิญปัญหาออกเป็น 3 แบบ คือ

2.1 การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ประกอบด้วยวิธีการเผชิญปัญหาในด้านวิธีลงมือดำเนินการแก้ปัญหาและการวางแผน การทำงานหนักและความสำเร็จในงาน การระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง การชะลอการเผชิญปัญหา การตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโต การยอมรับ การหาทางผ่อนคลาย และการแสวงหาการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม

2.2 การเผชิญปัญหาแบบการแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม ประกอบด้วยวิธีการเผชิญปัญหาโดยการแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อแก้ปัญหา และการแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อกำลังใจ

2.3 การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง ประกอบด้วยวิธีการเผชิญปัญหาในการปฏิเสธ การไม่แสดงออกทางพฤติกรรม การไม่เกี่ยวข้องทางความคิด การเก็บความรู้สึกไว้คนเดียว การตำหนิตนเอง การเป็นกังวล การมุ่งใส่ใจในอารมณ์ที่เกิดขึ้น

3. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หมายถึง คะแนนเฉลี่ยของนิสิตนักศึกษาในภาคแรก ปีการศึกษา 2544 แบ่งออกเป็น 3 ระดับ ดังนี้

3.1 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง หมายถึง นิสิตนักศึกษาที่มีคะแนนเฉลี่ย 3.00 และสูงกว่า

3.2 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลาง หมายถึง นิสิตนักศึกษาที่มีคะแนนเฉลี่ยอยู่ในช่วงระหว่าง 2.50-2.99

3.3 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ หมายถึง นิสิตนักศึกษาที่มีคะแนนเฉลี่ย 2.49 และต่ำกว่า

4. สาขาวิชา ประกอบด้วยสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ โดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยออกเป็น 3 กลุ่ม ดังต่อไปนี้

4.1 สาขาวิชาวิทยาศาสตร์ ประกอบด้วย นิสิตนักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ใน คณะวิทยาศาสตร์ คณะวิศวกรรมศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ คณะสัตวแพทยศาสตร์ คณะทันตแพทยศาสตร์ คณะเภสัชศาสตร์ คณะสหเวชศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ คณะสารสนเทศศาสตร์ คณะเทคนิคการแพทย์ คณะสาธารณสุขศาสตร์และสิ่งแวดล้อม และคณะกายภาพบำบัด

4.2 สาขาวิชาสังคมศาสตร์ ประกอบด้วย นิสิตนักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ใน คณะนิติศาสตร์ คณะรัฐศาสตร์ คณะวารสารศาสตร์และสื่อสารมวลชน คณะนิเทศศาสตร์ คณะเศรษฐศาสตร์ คณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ คณะสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา คณะบัญชี คณะบริหารธุรกิจ คณะเกษตร คณะประมง คณะวนศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ คณะอุตสาหกรรมเกษตร และคณะสังคมสงเคราะห์และสวัสดิการสังคม

4.3 สาขาวิชามนุษยศาสตร์ ประกอบด้วย นิสิตนักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ใน คณะมนุษยศาสตร์ คณะศิลปศาสตร์ และคณะศิลปกรรมศาสตร์



## 5. ประเภทของสถานศึกษา หมายถึง มหาวิทยาลัยของรัฐและเอกชน

5.1 มหาวิทยาลัยของรัฐ ได้แก่ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร และมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

5.2 มหาวิทยาลัยเอกชน ได้แก่ มหาวิทยาลัยกรุงเทพ มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีปทุม และมหาวิทยาลัยหอการค้าไทย

### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เพื่อทราบถึงลักษณะการปรับตัวในมหาวิทยาลัย และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษา
2. เพื่อทราบถึงความแตกต่างระหว่างเพศ สาขาวิชา ประเภทของสถานศึกษา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่สัมพันธ์กับการปรับตัวในมหาวิทยาลัย และกลวิธีการเผชิญปัญหา
3. เพื่อเป็นข้อมูลในการนำมาใช้เป็นแนวทางในการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแก่นิสิตนักศึกษา และยังเป็นแนวทางในการพัฒนาคุณภาพนิสิตนักศึกษาให้ดีขึ้น
4. เพื่อได้แนวทางในการพัฒนาทักษะในการเผชิญปัญหาให้แก่นิสิตนักศึกษา
5. เพื่อได้ความรู้ในการศึกษาค้นคว้าวิจัยในเรื่องการปรับตัว กลวิธีการเผชิญปัญหาและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่อไป

## บทที่ 2

### วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

#### แนวคิดและทฤษฎี

ผู้วิจัยขอแนะนำเสนอแนวคิด และทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัว กลวิธีการเผชิญปัญหา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ตามลำดับดังนี้

#### 1. แนวคิดเกี่ยวกับการปรับตัว (Adjustment)

##### 1.1 ความหมายของการปรับตัว

การปรับตัวเป็นกระบวนการทางจิตใจกระบวนการหนึ่งที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม และต้องเผชิญและจัดการกับปัญหา ความท้าทายและความต้องการในชีวิตประจำวัน (Lazarus, 1961; Simon, Kalichman, and Santrook, 1994; Weiten and Lloyd, 1993) โดยอยู่ภายใต้ความกดดันจากสิ่งแวดล้อม ดังนั้นบุคคลจึงต้องประนีประนอมระหว่างความต้องการของบุคคลและสิ่งแวดล้อม เพื่อให้บรรลุความต้องการและเป้าหมายของตน รวมถึงการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตนเองและสิ่งแวดล้อมด้วย (Arkoff, 1968; Atwater, 1990)

Rogers (1961 cited in Pescitelli, 2001) ได้กล่าวว่า การปรับตัวเป็นการปรับภายในตนเอง โดยให้เกิดความสอดคล้องระหว่างตนและประสบการณ์ ผู้ที่ปรับตัวได้อย่างเต็มที่หรือผู้ที่มีสุขภาพจิตดี คือบุคคลที่เปิดตนเองให้ยอมรับประสบการณ์ทั้งหมดอย่างเต็มที่ โดยทั่วไปประสบการณ์ทั้งหมดที่บุคคลประสบนั้นไม่อยู่ในการรับรู้อย่างรู้ตัวตลอดเวลา แต่สามารถนำมาสู่การรับรู้อย่างรู้ตัวได้อย่างถูกต้องตามความเป็นจริง ไม่มีการใช้กระบวนการป้องกันตัวใด ๆ ไม่มีเงื่อนไขในการให้คุณค่า หรือความหมาย แต่จะมีการยอมรับตนเองอย่างไม่มีเงื่อนไข มีความนึกคิดเกี่ยวกับตนอย่างสอดคล้องกับประสบการณ์ พฤติกรรมที่แสดงออกเป็นไปตามแนวโน้มในการพัฒนาตนอย่างสมบูรณ์เต็มที่ตามศักยภาพ (Self-actualization) มีโครงสร้างของตนที่ยืดหยุ่นอยู่ในกระบวนการที่จะรวมประสบการณ์ใหม่เข้ามาผสมผสานในโครงสร้างของตนได้เสมอ และเป็นผู้ที่อยู่ในกระบวนการเปลี่ยนแปลง

จากความหมายของการปรับตัวพอสรุปได้ว่า การปรับตัวหมายถึง กระบวนการทางจิตใจที่บุคคลต้องเผชิญ และเปิดรับประสบการณ์เกี่ยวกับความต้องการ ความกดดัน ความท้าทายและปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นทั้งจากตนเอง และสิ่งแวดล้อมได้ และสามารถนำประสบการณ์

ที่เกิดขึ้นมาผสมผสานในโครงสร้างของตนได้อย่างเหมาะสม รวมทั้งสามารถเปลี่ยนแปลงตนให้เหมาะกับสภาพแวดล้อมต่าง ๆ โดยที่ตนเองรู้สึกมีความสุขทั้งกายและจิตใจ และสามารถดำเนินชีวิตต่อไปได้อย่างราบรื่น

## 1.2 สาเหตุที่ก่อให้เกิดการปรับตัว และปัญหาการปรับตัวของบุคคล

### สาเหตุที่ก่อให้เกิดการปรับตัว

นักจิตวิทยาได้ให้ความสนใจที่จะศึกษาการปรับตัวในด้านพฤติกรรมของบุคคลที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวให้เป็นไปตามแรงผลักดัน 2 ประการ (ทิวา มั่งน้อย, 2535) คือ

1. แรงผลักดันภายนอก หมายถึงข้อเรียกร้องที่เกิดจากสภาพแวดล้อม และสังคม ซึ่งเกิดจากการที่มนุษย์ต้องอยู่ท่ามกลางสิ่งแวดล้อม และการที่มนุษย์ต้องอยู่ร่วมกัน และต้องผูกพันกับผู้อื่น ฉะนั้น คนเราต้องปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมและสังคม ซึ่งความต้องการหรือข้อเรียกร้องจากสังคมเป็นแรงผลักดันที่มีอิทธิพลอย่างยิ่งต่อบุคคล และต่อวิธีการในการปรับตัวของเขา เพื่อตอบสนองข้อเรียกร้องซึ่งอาจจะเป็นการปรับตัวที่ทำให้ชีวิตประสบความสำเร็จหรือความล้มเหลวก็ได้

2. แรงผลักดันภายใน หรือแรงกระตุ้นที่เกิดจากสภาพทางสรีระภายในร่างกาย และจากประสบการณ์ทางสังคมที่ได้เรียนรู้ในอดีต เป็นความต้องการภายในของแต่ละบุคคลเอง ซึ่งส่วนหนึ่งเกิดจากสภาพทางสรีระของบุคคล อันได้แก่ความต้องการอาหาร น้ำ และความอบอุ่น เพื่อให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ด้วยความสุขสบาย และอีกส่วนหนึ่งเกิดจากสภาวะทางจิต ซึ่งเป็นผลของการเรียนรู้จากประสบการณ์ทางสังคมในชีวิตที่ผ่านมา

การที่บุคคลต้องเผชิญกับแรงผลักดันทั้งภายในและภายนอกนั้น จะทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกทั้งทางบวกและทางลบ หากเป็นความรู้สึกทางบวกบุคคลก็ไม่จำเป็นต้องปรับตัว และหากเป็นความรู้สึกทางลบแล้วนั้นบุคคลต้องปรับเปลี่ยนสิ่งต่าง ๆ นั่นก็คือการปรับตัว ดังนั้นแรงผลักดันที่ก่อให้เกิดสภาวะทางจิตใจนี้ อาจแบ่งได้เป็น 3 ประเภท (ลักขณา สิริวัฒน์, 2544) ได้แก่ ความคับข้องใจ ความขัดแย้งในใจ และความกดดัน

#### 1. ความคับข้องใจ (Frustration)

ความคับข้องใจหมายถึง สภาพของจิตใจหรือความรู้สึกที่เป็นผลสืบเนื่องมาจากความปรารถนาที่บุคคลมุ่งหวัง หรือสิ่งที่บุคคลปรารถนาถูกขัดขวาง ทำให้ไม่สามารถบรรลุจุดมุ่งหมายหรือเป้าหมายที่ตนปรารถนาได้ โดยทั่วไปบุคคลทุกคนไม่สามารถตอบสนองความ

ปรารถนาหรือความต้องการของตนเองได้ทุกประการ ทั้งนี้เพราะว่าแต่ละคนจะต้องเผชิญกับอุปสรรคนานัปการ อุปสรรคต่าง ๆ นี้ บางอย่างอาจจะเกี่ยวข้องกับบุคคลโดยตรง แต่บางอย่างอาจจะเกี่ยวข้องกับบุคคลอื่น เกี่ยวข้องกับสิ่งแวดล้อม ระเบียบ ประเพณี หรือแม้แต่วิทยาศาสตร์ ในบางครั้งอุปสรรคบางอย่าง เราสามารถผ่านพ้นหรือเอาชนะได้ง่าย แต่อุปสรรคบางอย่างกลับมีอิทธิพลและขัดขวางความต้องการหรือความพยายามของเราได้ โดยที่ความคับข้องใจจะมีทั้งระดับที่รุนแรงและไม่รุนแรง แต่เมื่อใดที่เกิดความคับข้องใจแล้ว โดยมากจะเป็นตัวคุกคามต่ออารมณ์ จิตใจ ร่างกาย สวัสดิภาพ หรือแม้กระทั่งชีวิตของบุคคล

สาเหตุของความคับข้องใจจำแนกได้ 2 ประการ คือ

1. สาเหตุส่วนบุคคล ได้แก่ ลักษณะส่วนบุคคลทั้งทางร่างกายและจิตใจ เช่น ความบกพร่องทางร่างกาย เซาว์นปัญญาต่ำ การขาดความเชื่อมั่นในตนเอง เป็นต้น สิ่งเหล่านี้จะอยู่ภายในจิตใจของบุคคลแต่ละคน ซึ่งทำให้บุคคลไม่สามารถสนองความต้องการของตนได้ และอาจทำให้เกิดความคับข้องใจอย่างรุนแรงได้

2. สาเหตุของสิ่งแวดล้อม ได้แก่ สิ่งแวดล้อมทางกายภาพ เช่น สถานที่ทำงาน ที่อยู่อาศัย อุบัติภัยต่าง ๆ และสิ่งแวดล้อมทางสังคม เช่น ฐานะทางสังคมและเศรษฐกิจ นอกจากนี้ยังพบสาเหตุที่สำคัญอื่น ๆ ได้แก่ ความคับข้องใจเนื่องมาจากความขาดแคลน เช่น ขาดแคลนปัจจัย 4 ในการดำรงชีวิต ขาดความรักความอบอุ่น ขาดสัมพันธภาพระหว่างบุคคล ความคับข้องใจเนื่องมาจากการสูญเสีย ได้แก่ การสูญเสียบุคคลที่เรารัก วัตถุสิ่งของที่มีค่า อิศรภาพ การสูญเสียความรัก ความคับข้องใจเนื่องมาจากความล้มเหลว ไม่สมหวัง หรือไม่ประสบความสำเร็จ ซึ่งความคับข้องใจในลักษณะนี้ต้องการการยอมรับอย่างมาก หากบุคคลไม่ยอมรับ และเข้าใจสภาวะการณดังกล่าว จะทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกไม่ปลอดภัย รู้สึกท้อแท้ หมดหวังและสิ้นหวังในที่สุด ความคับข้องใจอันเกิดจากความรู้สึกว่าตนไร้ความหมาย ไม่มีคุณค่า อันเป็นผลเนื่องมาจากการไม่ประสบความสำเร็จ

2. ความขัดแย้งในใจ (Conflicts)

ความขัดแย้งในใจ หมายถึง สภาวะการณที่ทำให้บุคคลเกิดความขัดแย้งในใจตนเอง เมื่อต้องเผชิญต่อสภาวะการณนั้น ๆ โดยบุคคลนั้นเกิดความลำบากใจ หนักใจ หรืออึดอัดใจในการตัดสินใจ ในการตกลงใจที่จะเลือกสิ่งใดสิ่งหนึ่งจากสภาวะการณที่เขาเผชิญอยู่ โดยสิ่งต่าง ๆ ในสภาวะการณนั้น ๆ บุคคลอาจจะชอบมากเท่า ๆ กัน หรือชอบน้อยมากทั้งหมดหรือไม่ชอบทั้งหมด

ความขัดแย้งในใจเกิดขึ้นได้ 3 รูปแบบ คือ

1. ความขัดแย้งแบบนิมาน-นิมาน (Approach-Approach Conflict) คือ การที่อินทรีย์มีสิ่งทีพึงประสงค์สองอย่างในเวลาเดียวกัน เป็นความขัดแย้ง เนื่องจากชอบของสองสิ่งเท่า ๆ กัน แต่ต้องเลือกเอาอย่างใดอย่างหนึ่ง ซึ่งความขัดแย้งแบบนี้เป็นความขัดแย้งที่ไม่รุนแรงนัก เพราะสิ่งที่ต้องเลือกให้ผลบวกทั้งคู่ จึงทำให้การแก้ปัญหาความขัดแย้งแบบนี้ทำได้ไม่ยากนัก

2. ความขัดแย้งแบบนิเสธ-นิเสธ (Avoidance-Avoidance Conflict) คือ การที่อินทรีย์ได้รับสิ่งที่นำมาเสนอไม่พึงประสงค์ทั้งสองอย่าง และอินทรีย์ต้องเลือกเอาเพียงอย่างเดียว ซึ่งไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ เป็นความขัดแย้งเนื่องจากต้องตัดสินใจเลือกจากสิ่งที่ไม่ชอบหรือไม่อยากได้ทั้งสองอย่าง

3. ความขัดแย้งแบบนิมาน-นิเสธ (Approach-Avoidance Conflict) คือ การที่อินทรีย์จะต้องเลือกจากสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่ชอบและไม่ชอบพร้อมกันในเวลาเดียวกัน เป็นความขัดแย้งเนื่องจากตัดสินใจไม่ได้ว่าจะเลือกเอาของสิ่งนั้นไว้หรือทิ้งไป เพราะมีความชอบและไม่ชอบเท่าเทียมกัน

เมื่อพิจารณาแล้วจะพบว่า ความขัดแย้งทั้ง 3 แบบจะเกิดขึ้นเสมอในชีวิตประจำวัน โดยจะเกิดจากความต้องการส่วนบุคคลและความต้องการของสังคมขัดกัน การเข้าไปมีส่วนเกี่ยวข้องกับสิ่งที่เราไม่ประสงค์จะเกี่ยวข้องด้วย การที่จะต้องเผชิญกับความจริง การหลีกเลี่ยงจากความจริง หรือการไม่กล้าเผชิญความจริง ความซื่อสัตย์และการแสวงหาประโยชน์ส่วนตน และความปรารถนาทางเพศและข้อห้ามข้อจำกัดเกี่ยวกับความปรารถนาทางเพศ (ลักษณะ สรีรวัฒน์, 2544)

### 3. ความกดดัน (Pressure)

ความกดดัน หมายถึง สภาพการณ์บางประการที่ผลักดันหรือเรียกร้องหรือบังคับให้บุคคลจำต้องกระทำการใดสิ่งหนึ่ง ความกดดันมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมและการปรับตัวของแต่ละบุคคล ความกดดันนี้เกิดได้ทั้งจากตนเอง และสิ่งแวดล้อม ซึ่งทั้งสองส่วนมีผลต่อกันและกัน ความกดดันที่มีสาเหตุจากตนเองจะเกี่ยวข้องกับระดับความมุ่งหวัง และอุดมคติของบุคคลนั้น ความกดดันที่รุนแรงอาจเกิดจากการตั้งระดับความมุ่งหวังไว้สูงเกินไป ส่วนความกดดันที่มีสาเหตุจากสิ่งแวดล้อมนั้นจะก่อให้เกิดผลกระทบต่อตัวบุคคล อันเป็นความกดดันที่ทุกคนต้องเผชิญในสังคมปัจจุบัน ได้แก่ ความกดดันเนื่องจากการแข่งขัน ความกดดันเนื่องจากความซับซ้อนและอัตราการเปลี่ยนแปลงของสังคม ความกดดันเนื่องจากครอบครัวและสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น

## ปัญหาการปรับตัวของบุคคล

ปัญหาการปรับตัวในสถานศึกษาของบุคคลอาจวัดได้จากการพิจารณาการพัฒนาตนเองอย่างเต็มที่ของบุคคล จากการพิจารณาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และจากการพิจารณาการปรับตัวของบุคคลในสภาพแวดล้อมต่าง ๆ เช่น การปรับตัวทางด้านการเรียน ทางครอบครัว ทางอารมณ์ และสังคม (สุภาพวรรณ โคตรจรัส, 2525)

Williamson (1939 อ้างถึงในสุภาพวรรณ โคตรจรัส, 2524) ได้พิจารณาแยกแยะปัญหาการปรับตัวของบุคคลในแง่ของการปรับตัวต่อสภาพการณ์และสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ไว้ 5 ประการคือ

1. ปัญหาทางบุคลิกภาพ ซึ่งรวมถึงปัญหาความสัมพันธ์กับเพื่อนวัยเดียวกัน ปัญหาครอบครัว ตลอดจนปัญหาการปรับตัวทางสังคม
2. ปัญหาทางการศึกษา รวมถึงปัญหาการเลือกวิชาเรียน นิสัยทางการเรียน ปัญหาการอ่าน ปัญหาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และแรงจูงใจในการเรียนต่ำ
3. ปัญหาทางอาชีพ รวมถึงความลังเลใจในการเลือกอาชีพ เลือกอาชีพได้ไม่เหมาะสมกับตัวเอง มีความขัดแย้งระหว่างความสนใจกับความสามารถในอาชีพนั้น
4. ปัญหาเศรษฐกิจ รวมถึงการขาดแคลนทุนทรัพย์ ต้องหาทุนเรียนเอง
5. ปัญหาสุขภาพ เช่น ปัญหาการปรับตัวต่อสุขภาพ และความบกพร่องทางร่างกายต่าง ๆ

ในการศึกษาเรื่องการปรับตัวของนิสิตนักศึกษาชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น มีผู้สนใจศึกษาเป็นจำนวนมากโดยใช้แบบสำรวจปัญหาการปรับตัวของ Mooney (Mooney Problem Check List) ซึ่ง Mooney (Mooney อ้างถึงในสุภาพวรรณ โคตรจรัส, 2524) ได้สร้างแบบสำรวจปัญหาการปรับตัวขึ้นเพื่อช่วยอำนวยความสะดวกในการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยา สามารถสำรวจปัญหาได้พร้อมกันเป็นจำนวนมาก ช่วยในด้านการแนะแนวในชั้นเรียน และเพื่อการวิจัยเกี่ยวกับปัญหาของเยาวชนด้วยแบบสำรวจของ Mooney ที่ใช้สำรวจปัญหาการปรับตัวของนิสิตนักศึกษาจะสำรวจปัญหาทั้งหมด 11 ด้าน ได้แก่ ด้านสุขภาพและพัฒนาร่างกาย ด้านการเงิน สภาพความเป็นอยู่และการงาน ด้านกิจกรรมทางสังคมและนันทนาการ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ด้านการปรับตัวทางอารมณ์และส่วนตัว ด้านการปรับตัวทางเพศ ด้านบ้านและครอบครัว ด้าน

ศีลธรรมจรรยาและศาสนา ด้านการปรับตัวทางการเรียนในมหาวิทยาลัย ด้านอนาคตเกี่ยวกับอาชีพและการศึกษา ด้านหลักสูตรและการสอน

ลักษณะการปรับตัวด้านต่าง ๆ ในมหาวิทยาลัย (มุกดา ศรียงค์, 2527) สรุปได้ดังนี้ สำหรับการปรับตัวด้านที่พักอาศัย โดยเฉพาะนิสิตที่มีภูมิลำเนาไกลจากสถานศึกษา จะต้องประสบปัญหาการปรับตัวอยู่ร่วมกับเพื่อนร่วมห้อง เพราะแต่ละคนมีอุปนิสัยที่แตกต่างกัน ด้านความสัมพันธ์ระหว่างนิสิตกับอาจารย์เป็นสถานการณ์ที่นิสิตต้องมีการปรับตัวอย่างมากด้านหนึ่ง หากมีความสัมพันธ์ที่ดีกับอาจารย์จะสามารถช่วยให้เกิดความกระตือรือร้นในการเรียน และมีอิทธิพลต่อการพัฒนาบุคลิกภาพในทางที่ดีของนิสิต ด้านความรู้สึกแปลกหน้าในตนเองเป็นความเหินห่างจากค่านิยมในสังคมของตนเอง การห่างเหินจากบุคคลสำคัญ ๆ ในชีวิต และความเหินห่างจากความรู้สึกของตนเอง ซึ่งมักจะแสดงออกมาในรูปของการไม่มีเอกลักษณ์ที่แน่ชัดของตนเอง การเปลี่ยนแปลงจากการเข้าไปใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย อันเป็นประสบการณ์ใหม่ และจะใช้เวลาหรือใช้ชีวิต ฟังครอบครัว พ่อแม่ พี่น้องลดลง ต้องใช้ชีวิตร่วมกับเพื่อน ๆ มากขึ้น ด้านความรู้สึกว่าเหว่ นิสิตนักศึกษาในระดับอุดมศึกษาจะรู้สึกว่าไม่มีใครเอาใจใส่ เนื่องจากจำนวนนิสิตมีเป็นจำนวนหมื่น โดยเฉพาะนิสิตชั้นปีที่ 1 เพราะต้องเปลี่ยนกลุ่มเพื่อน และครู อาจารย์ จากระดับมัธยมศึกษา เป็นระดับมหาวิทยาลัย ซึ่งนิสิตได้กล่าวหาสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เขารู้สึกไม่พอใจต่อการอยู่ในมหาวิทยาลัย คือความรู้สึกว่าขาดความอบอุ่นจากเพื่อน ไม่มีกลุ่มเพื่อนที่เขาสามารถพูดคุยด้วยได้ และด้านความเปลี่ยนแปลงของจิตใจเพราะการเสพยาเสพติด ปัญหาการติดยาเป็นปัญหาที่มีมากในหมู่วัยรุ่น ซึ่งรวมไปถึงการติดสุรา บุหรี่ และยาชนิดต่าง ๆ ที่จะมีผลต่อการพัฒนาบุคลิกภาพของบุคคลด้วย

จากการศึกษาแนวความคิดเกี่ยวกับการปรับตัวในมหาวิทยาลัยดังกล่าวข้างต้น พอจะสรุปได้ว่านิสิตใหม่ เมื่อเข้ามาศึกษาในมหาวิทยาลัยต้องประสบกับการปรับตัวหลายด้าน เช่น การปรับตัวทางด้านการเรียน ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อนและกับอาจารย์ การพัฒนาเอกลักษณ์ของตนและการเตรียมตัวเพื่ออาชีพ เป็นต้น

การวัดการปรับตัวในมหาวิทยาลัยส่วนมากที่ทำการศึกษากันมา จะเป็นการศึกษาเพียงด้านเดียวหรือสองสามด้าน ซึ่งยังไม่ชัดเจนพอ ดังนั้นในทัศนะของ Baker และ Siryk (1984) มองการปรับตัวในมหาวิทยาลัยเป็นหลายด้าน (multifacet) โดยเริ่มศึกษาจากแบบวัดการปรับตัวด้านการเรียนในมหาวิทยาลัยของ Borow (1949) ซึ่งใช้การตรวจสอบความสัมพันธ์ระหว่างแบบวัดและความเกี่ยวข้องกัน รวมถึงหลักเกณฑ์อิสระของการปรับตัวด้วย หลังจากศึกษาอย่างต่อเนื่อง Baker และ Siryk (1984) ได้สร้างแบบวัดการปรับตัวในมหาวิทยาลัย ที่มีมาตรวัด

ย่อย 4 ด้าน ได้แก่ มาตรการปรับตัวด้านการเรียน มาตรการปรับตัวด้านสังคม มาตรการปรับตัวด้านส่วนตัวหรืออารมณ์ และมาตรการโดยทั่วไป ต่อมาในปี ค.ศ. 1985 ได้เปลี่ยนมาตรวัดสุดท้ายจากมาตรวัดโดยทั่วไป เป็นมาตรวัดความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย ซึ่งแบบวัดนี้เป็นแบบวัดที่ใช้ประเมินการปรับตัวในแง่ของสภาพแวดล้อมในสถานศึกษาของนิสิตนักศึกษาได้ชัดเจน รวมทั้งมีการศึกษาวิจัยที่ใช้แบบวัดนี้เพื่อศึกษาการปรับตัวในมหาวิทยาลัยเป็นจำนวนมาก ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาการปรับตัวในมหาวิทยาลัยของนิสิตนักศึกษาตามกรอบอ้างอิงของ Baker และ Siryk

### 1.3 ผลดี และผลเสียของการปรับตัว

บุคคลที่ปรับตัวได้ จะเป็นบุคคลที่สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข ประสบความสำเร็จในชีวิต มองความกดดันและปัญหาต่าง ๆ ตามที่เป็นจริง ตอบสนองความต้องการของร่างกาย จิตใจ สังคม อารมณ์และสิ่งแวดล้อม รวมทั้งสามารถแก้ไขสถานการณ์ต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม และมีบุคลิกภาพที่มั่นคงเมื่อเป็นผู้ใหญ่อีกด้วย

ส่วนบุคคลที่ไม่สามารถปรับตัวได้นั้น จะส่งผลเสียต่อบุคคลนั้นทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม รวมถึงสิ่งแวดล้อมด้วย กล่าวคือทำให้ร่างกายทรุดโทรม จิตใจว่าวุ่น และวิตกกังวลตลอดเวลา มองเหตุการณ์ต่าง ๆ ว่าไม่สามารถแก้ไขได้ และอาจทำให้บุคคลเหล่านั้นหันเข้าหาสิ่งทีก่อให้เกิดผลเสียต่อตนเองและสังคมในอนาคต นั่นคือ ยาเสพติด หรืออบายมุขต่าง ๆ

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## 2. แนวคิดเกี่ยวกับการเผชิญปัญหา

ในสภาพแวดล้อมปัจจุบัน บุคคลต้องเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ มากมายที่มักก่อให้เกิดความเครียดซึ่งความเครียดเป็นภาวะที่บุคคลต้องอยู่ภายใต้ความกดดัน จึงทำให้บุคคลต้องปรับตัวทั้งทางร่างกายและจิตใจ และเพื่อจะลดความเครียดที่เกิดจากการประเมินนี้ด้วยกระบวนการเผชิญความเครียด (Lazarus and Folkman, 1984) และเมื่อบุคคลเกิดความเครียดแล้ว บุคคลก็จะมี การตอบสนองต่อความเครียดนั้นแตกต่างกัน ซึ่งขึ้นอยู่กับ การประเมินของบุคคลต่อสิ่งเร้าที่เข้ามาระทบ และวิธีการที่บุคคลแต่ละคนเลือกใช้ ในการเผชิญปัญหาที่แตกต่างกันด้วย

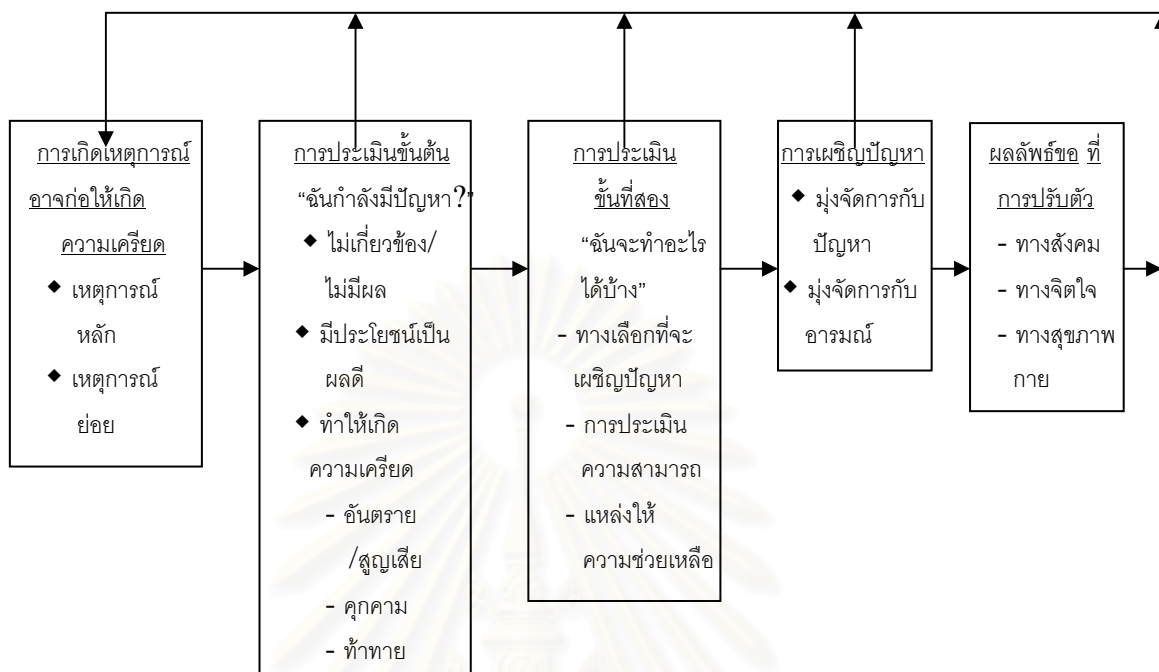
### 2.1 ความหมายของการเผชิญปัญหา

การเผชิญปัญหา เป็นความพยายามทางปัญญาและพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงอย่างไม่หยุดยั้ง เพื่อจัดการกับปัญหาและความต้องการทั้งจากภายในและภายนอกตนเอง โดยที่บุคคลประเมินว่าเป็นการคุกคามหรือเกินกว่าความสามารถที่ตนจะรับได้ (Lazarus and Folkman, 1984) ซึ่งความพยายามในการจัดการกับปัญหาหรือความต้องการนั้นอาจบรรลุผลหรือไม่บรรลุผล อาจสำเร็จหรือล้มเหลวก็ได้ การเผชิญปัญหาเป็นกลไกที่บุคคลใช้เพื่อรักษาภาวะสมดุลของจิตใจที่ถูกรบกวน เพื่อให้บุคคลสามารถทำหน้าที่ต่าง ๆ ในชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ

### 2.2 รูปแบบของกระบวนการของความเครียดและการเผชิญปัญหา

Slavin และคณะ (1991; สุภาพรพรณ โคตรจรัส, 2539) ได้เสนอรูปแบบกระบวนการของความเครียด (A Transactional Model of the Stress Process) ที่ได้พัฒนาตามทฤษฎีความเครียดของ Lazarus (Lazarus and Folkman, 1984) ซึ่งประกอบด้วย องค์ประกอบหลัก 5 ประการ คือ (1) การเกิดเหตุการณ์ที่อาจก่อให้เกิดความเครียด (2) การประเมินขั้นต้น (3) การประเมินขั้นที่สอง (4) การเผชิญปัญหาและ (5) ผลลัพธ์ของการปรับตัว แผนภูมิรูปแบบกระบวนการของความเครียดและการเผชิญปัญหามีดังนี้

## A Transactional Model of the Stress Process



ภาพที่ 1 รูปแบบกระบวนการของความเครียดตามทฤษฎีความเครียดของ Lazarus  
(Slavin et al., 1991: หน้า 157-158; สุภาพรธรรม โคตรจรัส, 2539)

1. การเกิดเหตุการณ์ที่อาจก่อให้เกิดความเครียด (Occurrence of a Potentially Stressful Event)

ความเครียดเป็นผลของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อม ซึ่งรวมไปถึงเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นแก่บุคคลนั้นด้วย ดังนั้นเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นถือเป็นสิ่งเร้าที่มากระตุ้นให้เกิดความเครียดได้ และจะมีความหมายมากน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับการประเมินของบุคคล (Lazarus and Folkman, 1984) เหตุการณ์ที่ถือเป็นสิ่งเร้านี้อาจมีคุณสมบัติเป็นสิ่งเร้าภายใน เป็นข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับเหตุการณ์เฉพาะเจาะจงต่อบุคคลที่ทำให้เกิดความวิตกกังวล ใจหาย และรวมถึงข้อมูลป้อนกลับด้วย หรืออาจมีคุณสมบัติเป็นสิ่งเร้าภายนอก เป็นสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิต เป็นข้อมูลที่ไม่เฉพาะเจาะจงต่อบุคคล เช่น สิ่งแปลกใหม่ต่าง ๆ เหตุการณ์ความสับสนวุ่นวายต่าง ๆ ที่ไม่มีผลโดยตรงต่อบุคคล

เหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตของคุณเป็นสิ่งเร้าที่อาจกระตุ้นให้เกิดความเครียดได้ อาจเป็นเหตุการณ์ที่เป็นการเปลี่ยนแปลงที่ยิ่งใหญ่ในชีวิต เป็นวิกฤตการณ์ที่มีผลกระทบต่อบุคคลโดยตรง เช่น การสูญเสียญาติพี่น้อง การล้มละลาย การตกงาน หรือเป็นเหตุการณ์ย่อย ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน เช่น ความกังวลเกี่ยวกับรูปร่างหน้าตา น้ำหนัก ส่วนสูง สุขภาพของคนในครอบครัว การมีงานที่ต้องทำมากเกินไป ปัญหาจราจร หรือเป็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นต่อเนื่องในชีวิต เช่น อาการป่วยเรื้อรัง หรือแม้แต่เหตุการณ์ สับสนวุ่นวาย หรือความสูญเสียที่แม้จะไม่เกิดขึ้นกับบุคคลโดยตรง เช่น ข่าววาทภัย

## 2. การประเมินขั้นต้น (Primary Appraisal)

เป็นการประเมินเหตุการณ์หรือสภาพการณ์ในสภาพแวดล้อมของบุคคล เมื่อบุคคลประสบเหตุการณ์ บุคคลก็จะประเมินเหตุการณ์ที่ประสบโดยทั่ว ๆ ไป ไม่เฉพาะเจาะจง เพื่อที่จะตัดสินเหตุการณ์นั้นมีผลคุกคามต่อตนเองหรือไม่ การประเมินจะใช้ทั้งปัจจัยส่วนบุคคล คือ ค่านิยมและความเชื่อของบุคคลในการประเมิน เช่น การถามตนเองว่า “ฉันมีปัญหาหรือไม่” และปัจจัยทางสภาพการณ์ คือ เหตุการณ์นั้น ๆ เป็นเหตุการณ์ที่เคยเกิดขึ้นแล้วหรือเป็นเหตุการณ์แปลกใหม่ การประเมินขั้นนี้ เป็นการประเมินสถานการณ์ว่าเป็นอย่างไร ซึ่งบุคคลจะประเมินเหตุการณ์ออกมาใน 3 ลักษณะ ได้แก่ เหตุการณ์นั้นไม่เกี่ยวข้องกับตน หรือมีประโยชน์เป็นผลดีต่อตน หรือเต็มไปด้วยความยุ่งยากก่อให้เกิดความสูญเสียต่อตน ทำให้เกิดความเครียด

การรับรู้ว่าคุณกำลังมีปัญหานั้นเกิดได้จากการประเมินใน 3 ลักษณะ ได้แก่ การประเมินเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับตนแล้วว่าเป็นอันตราย และก่อให้เกิดความสูญเสีย หรือคาดว่าเหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้นน่าจะเป็นอันตราย และเกิดความสูญเสีย ทำให้รู้สึกถูกคุกคามหรือคาดว่าเหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้นยุ่งยากเป็นปัญหา แต่น่าจะจัดการได้ เป็นการประเมินว่าเหตุการณ์ทำลายความสามารถ

1) อันตรายหรือสูญเสีย (Harm/Loss) เป็นการประเมินผลของเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นด้านลบ หลังจากเหตุการณ์ที่ผ่านไปแล้ว ผลของเหตุการณ์ก่อให้เกิดความรู้สึกสูญเสีย หรือเป็นอันตรายต่อบุคคลทั้งด้านสัมพันธภาพ สุขภาพ หรือความมีคุณค่าในตนเอง

2) การคุกคาม (Threat) เป็นการประเมินเหตุการณ์โดยบุคคลคาดคะเนว่าเหตุการณ์นั้นจะทำให้เกิดอันตราย หรือเป็นการสูญเสีย เป็นการคาดคะเนผลของเหตุการณ์ในทางลบ

3) การท้าทาย (Challenge) เป็นการประเมินเหตุการณ์โดยบุคคลคาดคะเนผลว่า เหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้นยุ่งยากเป็นปัญหา แต่น่าจะจัดการได้ น่าจะเกิดผลที่ดีได้ มองเห็นความยุ่งยากและปัญหา แต่คาดคะเนผลของเหตุการณ์ในทางบวก เป็นการประเมินว่าเหตุการณ์ท้าทายความสามารถ

### 3. การประเมินขั้นที่สอง (Secondary Appraisal)

หลังจากได้ประเมินเหตุการณ์นั้น ๆ ขึ้นต้นแล้วว่า เป็นเหตุการณ์ที่ตนกำลังมี ปัญหาที่เต็มไปด้วยความเครียด (Stressful) ซึ่งจะมีการประเมินสถานการณ์ในลักษณะเป็น อันตราย หรือสูญเสีย เป็นการคุกคามหรือเป็นการท้าทายนั้น บุคคลจะมีการประเมินขั้นที่สอง ตามมาซึ่งเป็นการประเมินความสามารถของบุคคลต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นว่าจะแก้ไขอย่างไร เช่น ถามตนเองว่า “ฉันจะสามารถทำอะไรในเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นได้บ้าง” เป็นการประเมินความสามารถ ของบุคคล และประเมินแหล่งช่วยเหลือที่จะได้รับว่าจะสามารถจัดการกับสิ่งที่เกิดขึ้นได้หรือไม่ อย่างไม่รู้ ซึ่งแหล่งช่วยเหลือมีทั้งแหล่งช่วยเหลือทางกายภาพ เช่น ภาวะสุขภาพของบุคคล และ ความอดทน แหล่งช่วยเหลือทางสังคม เช่น ระบบและเครือข่ายทางสังคมของบุคคล การช่วยเหลือ ทางสังคมที่จะให้ข้อมูลและจัดการกับปัญหา และการช่วยเหลือด้านอารมณ์ แหล่งช่วยเหลือ ทางด้านจิตใจ เช่น ความเชื่อ ทักษะในการแก้ปัญหา การเห็นคุณค่าในตนเอง แหล่งช่วยเหลือทาง วัตถุ เช่น เงิน และอุปกรณ์ต่าง ๆ

ดังนั้น เมื่อมีเหตุการณ์เกิดขึ้นการประเมินขั้นต้นรับรู้ว่าเป็นอันตรายหรือ คุกคาม ในการประเมินขั้นที่สอง หากบุคคลประเมินว่าสามารถที่จะจัดการกับเหตุการณ์นั้นได้ด้วย ตนเอง และยังมีแหล่งช่วยเหลืออื่น ๆ ที่สามารถช่วยได้ การประเมินขั้นนี้จึงเป็นการประเมินว่า เหตุการณ์นั้นมีลักษณะท้าทาย ความเครียดจะไม่เกิดขึ้น หรือมีความเครียดในระดับที่จัดการได้ แต่หากบุคคลประเมินว่าตนไม่มีความสามารถที่จะแก้ไขปัญหาได้แล้ว และยังขาดการช่วยเหลือ จากแหล่งอื่นและมองไม่เห็นแนวทางในการแก้ไขอื่น ๆ ความเครียดก็จะเกิดขึ้นอย่างมาก

### 4. การเผชิญปัญหา (Coping Efforts)

เมื่อบุคคลต้องเผชิญต่อเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดหรือปัญหาที่ท้าทาย แล้ว ก็ถึงขั้นของการลงมือดำเนินการจัดการกับปัญหาหรือความเครียดที่มี ซึ่งเรียกว่า การเผชิญ ปัญหาหรือการจัดการกับความเครียด การเผชิญปัญหาของบุคคลจะแสดงออกมาสัมพันธ์กับ ความรู้สึกนึกคิด จิตใจ อารมณ์ของบุคคลขณะนั้น โดยพยายามที่จะควบคุม ลด หรือทนต่อความ

ต้องการทั้งภายในและภายนอกที่เกิดจากเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด และวิธีจัดการกับความเครียด แบ่งโดยทั่วไปได้ 2 แบบ (Lazarus and Folkman, 1984) คือ

(1) การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา (Problem-Focused Coping) เป็นความพยายามในการทำความเข้าใจปัญหา พิจารณาว่า ปัญหาคืออะไร สาเหตุอยู่ที่ไหน และหาทางออกที่เป็นไปได้ กลวิธีที่ใช้อาจมุ่งแก้ไขปรับเปลี่ยนที่สถานการณ์ หรือพฤติกรรมของผู้อื่นหรือมุ่งแก้ที่ตนเอง เช่น พิจารณาบททวน ปรับเปลี่ยนทัศนคติและความต้องการของตนใหม่ พัฒนาทักษะที่ใช้ในการเผชิญปัญหา เป็นต้น เป็นการวางแผน วางขั้นตอนในการดำเนินการมุ่งมั่นในการแก้ปัญหา และลงมือดำเนินการแก้ไขปัญหานั้นโดยตรง

(2) การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ (Emotion-Focused Coping) เป็นความพยายามที่จะจัดการกับอารมณ์ทางลบทั้งหลายที่เกิดขึ้น เช่น ความกลัว ความโกรธ ความเศร้า ความสงสัยไม่แน่ใจ คับข้องใจ ความวิตกกังวล ความไม่สบายใจต่าง ๆ กลวิธีที่ใช้ อาจเป็นการระบายออกทางอารมณ์ การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อได้รับกำลังใจ การมองปัญหาในแงุ่มุมใหม่ในทางบวก การทำสมาธิ การออกกำลังกาย เป็นต้น

โดยทั่วไป บุคคลจะเลือกใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาในกรณี que เห็นว่า ตนสามารถจะจัดการกับปัญหาได้ และมักจะเลือกใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ เมื่อเห็นว่าปัญหานั้นเกินกว่าจะแก้ไขได้ การเผชิญปัญหาที่จะให้ผลดีที่สุด คือการใช้กลวิธี ทั้ง 2 แบบดังกล่าว ให้ช่วยเสริมซึ่งกันและกัน นำไปสู่การจัดการกับปัญหาได้อย่างราบรื่นและมีประสิทธิภาพ

##### 5. ผลลัพธ์ของการปรับตัว (Adaptational Outcomes)

Lazarus และ Folkman (1984) จำแนกผลการปรับตัวต่อความเครียด ซึ่งอาจเป็นผลระยะสั้นหรือระยะยาว เป็นผลลัพธ์ที่เกิดจากการเผชิญความเครียดไว้ 3 ด้าน คือ

1) ผลทางด้านสังคม (Social functioning) เป็นผลการปรับตัวต่อความเครียดที่บุคคลตอบสนองบทบาทต่าง ๆ ของตนในสังคม ในฐานะพ่อแม่ นายจ้างหรือบุคคลในสังคมและการที่บุคคลมีสัมพันธภาพที่น่าพึงพอใจกับบุคคลอื่น สามารถเผชิญกับเหตุการณ์ประจำวันต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ แสดงว่าผลการปรับตัวทางสังคมของบุคคลนั้นมีประสิทธิภาพ

2) ผลทางด้านจิตใจ (Morale) มีผลจากการรับรู้ของตนเองต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน รู้สึกเกี่ยวกับตนเองและสภาพชีวิตของตนเองอย่างไร เช่น พึงพอใจหรือไม่ พึงพอใจ มีความสุขหรือไม่มีความสุข มีความหวังหรือหวาดกลัว เป็นต้น

3) ผลต่อสุขภาพกาย (Somatic illness) มีผลในความสามารถตอบสนองความต้องการของสุขภาพร่างกายหรือทำให้สุขภาพทรุดโทรม

ในกระบวนการของความเครียด ปฏิสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นในองค์ประกอบหลักทั้ง 5 ประการ (Lazarus and Folkman, 1984; Carver, Scheier, and Weintraub, 1989) ไม่ได้เกิดขึ้นตามลำดับ จากการเกิดเหตุการณ์ที่อาจก่อให้เกิดความเครียดไปสู่การประเมินขั้นต้น การประเมินขั้นที่สอง การเผชิญปัญหา และผลลัพธ์ของการปรับตัว ซึ่งจะนำไปสู่การประเมินเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นนั้นอีกครั้งหนึ่ง (Reappraisal) เพียงเท่านั้น แต่ผลที่เกิดขึ้นในกระบวนการย่อยแต่ละองค์ประกอบอาจทำให้บุคคลย้อนกลับไปประเมินกระบวนการย่อยที่ผ่านมาอีกครั้งหนึ่งย้อนกลับไปกลับมา เป็นการประเมินซ้ำแล้วซ้ำอีกได้

บุคคลที่เคยประเมินว่า เหตุการณ์นั้นคุกคาม แต่เมื่อมีข้อมูลเพิ่มเติมให้ประเมินได้ว่า วิธีการและแหล่งให้ความช่วยเหลือในการเผชิญปัญหานั้นเหมาะสมเพียงพอ บุคคลก็จะย้อนกลับไปประเมินเหตุการณ์ที่เคยเห็นว่าคุกคามนั้นอีกครั้งหนึ่ง โดยเห็นว่า คุกคามน้อยลงหรือเมื่อใช้วิธีการเผชิญปัญหาไปแล้วพบว่าไม่ได้ผลตามที่คาดไว้ บุคคลอาจประเมินเหตุการณ์ที่ประสบนั้นอีกครั้งหนึ่ง (Carver, Scheier, and Weintraub, 1989) เป็นวงจรที่เกิดขึ้นซ้ำแล้วซ้ำอีกในกระบวนการของความเครียด

## 2.3 ปัจจัยที่มีผลต่อการเผชิญปัญหา

วิธีการเผชิญปัญหาของแต่ละบุคคลจะมีความแตกต่างกันออกไป และจะประสบความสำเร็จในวิธีการเผชิญปัญหามากน้อยเพียงไร ขึ้นอยู่กับแหล่งสนับสนุนของบุคคลนั้น ซึ่งมีทั้งที่เป็นแหล่งภายในของบุคคลและแหล่งภายนอกของบุคคล (Lazarus and Folkman, 1984) ได้แก่

1. ภาวะสุขภาพและพลังกำลัง (Health and Energy) ภาวะสุขภาพและพลังกำลังมีผลกระทบต่อวิธีการเผชิญปัญหาของบุคคล บุคคลที่มีสุขภาพดี มีพลังกำลังแข็งแรงย่อมมีความเข้มแข็งและทนต่อภาวะความเครียดได้มากกว่าบุคคลที่เจ็บป่วย หรือไม่มีพลังกำลัง

2. ความเชื่อทางบวก (Positive Believe) ความเชื่อทางบวกที่ส่งผลต่อการเผชิญปัญหา คือ ความเชื่อในความสามารถของตน หรือความเชื่ออำนาจภายในตน กับความเชื่อในอำนาจภายนอกตน บุคคลที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนมักจะใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ส่วนบุคคลที่เชื่ออำนาจภายนอกตนมักจะใช้วิธีเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์

3. ทักษะในการแก้ปัญหา (Problem-Solving Skills) บุคคลที่สามารถแสวงหาความรู้ ข้อมูลต่าง ๆ สามารถใช้ความคิดอย่างมีเหตุผล รวมทั้งสามารถคิดวิเคราะห์สถานการณ์ต่าง ๆ ได้ดี จะเป็นทรัพยากรที่ช่วยให้บุคคลสามารถเผชิญกับปัญหาได้ดียิ่งขึ้น

4. ทักษะทางสังคม (Social Skills) ทักษะทางสังคมเป็นการแสดงถึงความสามารถของบุคคลในการที่จะสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น บุคคลที่มีทักษะนี้ดีก็จะช่วยเหลืออำนวยความสะดวกให้บุคคลสามารถจัดการกับปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้ดี

5. การสนับสนุนทางสังคม (Social Support) บุคคลที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคม หรือได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง ก็จะช่วยให้บุคคลมีแหล่งทรัพยากรที่จะจัดการกับปัญหาได้มากขึ้น

6. แหล่งทรัพยากรทางด้านวัตถุ (Material Resource) บุคคลที่มีทรัพย์สินเงินทองหรือสิ่งของต่าง ๆ ก็สามารถใช้เป็นแหล่งทรัพยากรในการจัดการกับปัญหาได้วิธีหนึ่ง ซึ่งอาจช่วยให้บุคคลมีทางเลือกวิธีแก้ปัญหาได้มากขึ้น

## 2.4 วิธีการเผชิญปัญหา

### 2.4.1 การศึกษาการเผชิญปัญหาของ Carver, Scheier และ Weintraub

ในปี ค.ศ. 1989 Carver, Scheier และ Weintraub (1989) ได้ศึกษาวิธีการเผชิญปัญหาโดยใช้ทฤษฎีความเครียดของ Lazarus และ Folkman (1978) และรูปแบบของการกำกับตนเอง (Self-Regulation) เป็นพื้นฐาน พบวิธีการเผชิญปัญหาที่บุคคลใช้ทั้งหมด 14 วิธี ดังนี้

1. การลงมือกระทำการเผชิญปัญหา (Active Coping) เป็นกระบวนการในการลงมือแก้ปัญหาเพื่อขจัดสิ่งที่ก่อให้เกิดความเครียด รวมถึงการลงมือแก้ปัญหาโดยตรง การใช้ความพยายามมากขึ้นในการแก้ปัญหา การดำเนินการและวางแผนสู่การปฏิบัติ

2. การวางแผน (Planning) เป็นการคิดหาวิธีการในการเผชิญกับสิ่งที่ทำให้เกิดความเครียด รวมถึงการหากลวิธีในการเผชิญปัญหา การคิดเกี่ยวกับขั้นตอนในการกระทำและวางแผน และหาทางที่จะจัดการกับปัญหาให้ได้อย่างดีที่สุด

3. การระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง (Suppression of Competing Activities) เป็นการระงับความสนใจอื่นที่จะเข้ามาเกี่ยวข้อง ทำให้เราใส่ใจที่จะเผชิญปัญหาอย่างเต็มที่

4. การชะลอการเผชิญปัญหา (Restraint Coping) เป็นการรอโอกาสที่เหมาะสมจึงจะลงมือทำ ต้องให้แน่ใจว่าจะไม่ทำให้เหตุการณ์เลวร้ายยิ่งขึ้นถ้าด่วนลงมือทำเสียก่อน

5. การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อหาสิ่งช่วยเหลือ (Seeking Social Support for Instrumental Reasons) เป็นการขอคำปรึกษา ขอความช่วยเหลือ ขอข้อมูล รายละเอียดเกี่ยวกับเหตุการณ์เพิ่มเติม ขอทราบแนวทางการเผชิญปัญหาจากผู้ที่เคยประสบเหตุการณ์เช่นเดียวกัน

6. การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อได้รับกำลังใจ (Seeking Social Support for Emotional Reasons) เป็นการพูดระบายความรู้สึก ความทุกข์ เพื่อขอกำลังใจ ความเห็นใจ คำปลอบโยน และความเข้าใจจากบุคคลอื่น

7. การตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโต (Positive Reinterpretation and Growth) เป็นการจัดการความกดดันทางอารมณ์มากกว่าเป็นการเผชิญกับสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียด หรือจัดการปรับเปลี่ยนสถานการณ์ โดยการมองสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียดในทางที่ดี หรือการเติบโตในแง่มุมมองใหม่ในทางบวก ด้วยการทำให้ดีที่สุดเมื่อเผชิญเหตุการณ์นั้น ๆ วิธีการนี้ไม่เพียงแต่ลดความทุกข์โศก แต่จะยังนำบุคคลให้มุ่งสู่การลงมือแก้ปัญหาโดยตรง และเรียนรู้จากประสบการณ์ที่ได้รับนั้น

8. การพึ่งศาสนา (Turning to Religion) เป็นการใช้ศาสนาเป็นแหล่งช่วยเหลือทางจิตใจในขณะเผชิญความเครียด การใช้วิธีการทางศาสนา เช่น การสวดมนต์ การนั่งสมาธิ

9. การยอมรับ (Acceptance) เป็นการยอมรับความเป็นจริงตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้น ซึ่งการยอมรับความจริงที่เกิดขึ้นเป็นสิ่งที่บอกให้ทราบว่า บุคคลนั้นพร้อมที่จะเผชิญกับสถานการณ์นั้น ๆ

10. การปฏิเสธ (Denial) เป็นการปฏิเสธต่อสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียด ปฏิเสธความเป็นจริงที่เกิดขึ้น และไม่สนใจต่อเหตุการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียด



11. การระบายออกทางอารมณ์ (Focus on Venting of Emotions) เป็นการให้ความสนใจต่ออารมณ์ ความรู้สึกที่มี และระบายความรู้สึกเหล่านั้นออกไป

12. การไม่แสดงออกทางพฤติกรรม (Behavioral Disengagement) เป็นการลดความพยายามของบุคคลในการเผชิญกับปัญหาหรือสิ่งทำให้เกิดความเครียด รวมถึงการละทิ้งความพยายามที่จะแก้ปัญหา เป็นพฤติกรรมที่แสดงถึงการช่วยตนเองไม่ได้ มักเกิดกับบุคคลที่คาดหวังว่าตนจะสูญเสีย ไม่มีทางเอาชนะอุปสรรคได้

13. การไม่เกี่ยวข้องทางความคิด (Mental Disengagement) เป็นวิธีการลดความกดดันทางอารมณ์ โดยการไม่คิดถึงวิธีการที่จะเผชิญกับสิ่งทำให้เกิดความเครียด ไม่คิดถึงเป้าหมายที่มีอุปสรรค ชัดขวาง การหนีจากปัญหาโดยวิธีการอื่น ใช้กิจกรรมอื่นเพื่อที่จะไม่คิดถึงปัญหา รวมถึงการฝันกลางวัน การนอน การหมกมุ่นอยู่กับการดูโทรทัศน์ เป็นต้น การใช้กิจกรรมเหล่านี้ส่วนใหญ่จะขัดขวางการแก้ปัญหาที่เป็นประโยชน์

14. การใช้สุรา และ/หรือยา (Alcohol and/or Drug Use) เป็นการใช้สุราหรือยาเพื่อให้ลืมเหตุการณ์ เพื่อให้รู้สึกดีขึ้น

#### 2.4.2 การศึกษาการเผชิญปัญหาของ Frydenberg และ Lewis

Frydenberg และ Lewis (1993 อ้างถึงใน วิธนา มิ่งเมือง, 2540) ได้ศึกษาการเผชิญปัญหาของวัยรุ่น โดยยึดทฤษฎีของ Lazarus และคณะ (Lazarus, Averil and Opton, 1974; Lazarus and Launier, 1978) รวมทั้งแบบวัดการเผชิญปัญหาของ Folkman และ Lazarus (1989) ร่วมกับลักษณะพัฒนาการของวัยรุ่นตาม ทฤษฎีของ Erikson (1963, 1985) และงานวิจัยที่เกี่ยวกับปัญหาของวัยรุ่นของ Hauser และ Bowlds (1990) ของ Collins (1991) เป็นพื้นฐานในการศึกษาวิจัย โดยเสนอรูปแบบการเผชิญปัญหาของวัยรุ่นทั้งหมด 18 วิธี ได้แก่

1. การแสวงหาความเพลิดเพลินเพื่อการผ่อนคลาย (Seek Relaxing Diversion) เป็นการแสวงหาวิธีการต่าง ๆ ที่กระทำแล้วทำให้บุคคลรู้สึกเพลิดเพลิน หรือบุคคลรู้สึกผ่อนคลายจากปัญหาหรือความเครียดได้ โดยเป็นวิธีที่ไม่เป็นโทษต่อร่างกาย และไม่เกี่ยวกับการกีฬา เช่น การฟังเพลง การเล่นเกม หรือการพักผ่อน เป็นต้น

2. การทำงานและสัมฤทธิ์ผล (Work and Achieve) เป็นวิธีการจัดการปัญหาโดยแสดงให้เห็นถึงความพยายาม ความมานะบากบั่นในการทำงาน เพื่อให้ประสบความสำเร็จหรือเกิดสัมฤทธิ์ผลในงาน เช่น การขยันทำงานมากขึ้น การติดตามงานที่ต้องการจะทำ เป็นต้น

3. การแก้ปัญหา (Solving the Problem) เป็นกระบวนการคิด ทำความเข้าใจกับปัญหา สาเหตุ เพื่อหาวิธีในการแก้ปัญหา แล้วดำเนินการหรือลงมือแก้ปัญหามาตามขั้นตอน ซึ่งเป็นวิธีจัดการกับปัญหาอย่างเป็นระบบ

4. การผ่อนคลายทางด้านร่างกาย (Physical Recreation) เป็นการปฏิบัติด้วยวิธีต่าง ๆ เพื่อให้ร่างกายได้รับการผ่อนคลาย และมีสุขภาพแข็งแรง เช่น การเล่นกีฬา หรือออกกำลังกาย เป็นต้น

5. การคบหาเพื่อนสนิท (Investing in Close Friend) เป็นการกระทำเพื่อสร้างสายสัมพันธ์ที่ดีหรือสร้างความใกล้ชิดสนิทสนมกับเพื่อนชายหรือหญิง เช่น การให้เวลากับเพื่อน การนัดพบปะเพื่อนฝูง เป็นต้น

6. การมุ่งเน้นในด้านบวก (Focus on Positive) เป็นการมองสถานการณ์หรือปัญหานั้น ๆ ไปในทางที่ดี ซึ่งเป็นการแสดงให้เห็นถึงทัศนคติที่เป็นมุมมองทางบวกต่อชีวิต และสถานการณ์ต่าง ๆ ได้แก่ การมองหาส่วนดีของเหตุการณ์หรือปัญหาที่เกิดขึ้น การพยายามทำให้ชีวิตสดใส ร่าเริง เป็นต้น

7. การแสวงหาการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม (Seek to Belong) เป็นการแสวงหาวิธีการต่าง ๆ ที่กระทำแล้วทำให้ตนเองได้รับการยอมรับ หรือเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม เช่น การพยายามทำให้นุบุคคลที่มีความสำคัญต่อตนเองประทับใจตนเอง การพยายามทำตัวให้เข้ากับเพื่อน ๆ เป็นต้น

8. การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม (Seeking Social Support) เป็นวิธีการเผชิญปัญหาโดยมุ่งเน้นจัดการกับปัญหา แต่วิธีการจัดการนั้นอาศัยความช่วยเหลือ หรือสนับสนุนจากผู้ที่อยู่รอบข้าง เช่น การขอความช่วยเหลือจากพ่อแม่ ครู หรือเพื่อน ขอคำแนะนำจากผู้อื่น มาแก้ปัญหของตน เป็นต้น

9. การแสวงหาการสนับสนุนทางด้านจิตใจ (Seeking Spiritual Support) เป็นวิธีการจัดการกับปัญหา โดยการนำเอาความเชื่อความศรัทธาทางศาสนา มาใช้จัดการกับปัญหา เช่น การสวดมนต์อธิษฐานขอให้พระคุ้มครอง หรือการอ่านหนังสือธรรมะ เป็นต้น

10. การแสวงหาความช่วยเหลือจากผู้เชี่ยวชาญ (Seeking Professional Help) เป็นวิธีการจัดการกับปัญหาโดยมุ่งจัดการที่สาเหตุของปัญหา แต่การจัดการกับปัญหานั้นอาศัยความช่วยเหลือสนับสนุนจากผู้เชี่ยวชาญโดยเฉพาะ เช่น การขอรับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

11. การรวมกลุ่มจัดการกับปัญหา (Social Action) เป็นวิธีการจัดการกับปัญหา โดยใช้การรวมกลุ่ม หรือหาพวกมาร่วมกันจัดการกับปัญหาแทนการจัดการกับปัญหาด้วยตัวเอง เพียงลำพัง

12. การมีความคิดที่เป็นความปรารถนา (Wishful Thinking) เป็นการจัดการกับปัญหา โดยใช้การคิด หวัง หรือปรารถนาที่จะให้ปัญหาหรือความทุกข์คลี่คลายลง เช่น การปรารถนาจะให้สิ่งปาฏิหาริย์อย่างใดอย่างหนึ่งเกิดขึ้น หรือการคิดจินตนาการว่าทุก ๆ สิ่งจะกลับจากร้ายกลายเป็นดี เป็นต้น

13. การเก็บปัญหาไว้คนเดียว (Keep to Self) เป็นการเก็บเอาความคิด ความรู้สึกที่เป็นทุกข์ หรือความกดดันต่าง ๆ ไว้กับตนเอง และหลีกเลี่ยงที่จะพบปะผู้อื่น

14. การตำหนิตนเอง (Self Blame) เป็นการโทษตนเอง การตำหนิตนเองว่าเป็นตัวการที่ทำให้ความยุ่งยากหรือปัญหาต่าง ๆ เกิดขึ้น มักจะเกิดขึ้นเมื่อบุคคลไม่สามารถจะจัดการกับปัญหาได้ หรือมองไม่เห็นทางออกของปัญหา

15. การมีความกังวล (Worry) เป็นการลดความคับข้องใจ หรือความกดดันทางอารมณ์ด้วยการคิดเกี่ยวกับปัญหามากขึ้น แต่ไม่สามารถช่วยให้ความทุกข์ลดลงได้ เนื่องจากความคิดนั้นมักเป็นความคิดในทางลบ

16. การไม่รับรู้ปัญหา (Ignore the Problem) เป็นการตัดปัญหา หลีกเลี่ยงปัญหา และไม่ยอมรับปัญหาที่เกิดขึ้น เพื่อให้ตนเองรู้สึกดี

17. การไม่เผชิญกับปัญหา (Not Coping) เป็นวิธีการที่แสดงให้เห็นถึงการที่บุคคลไม่สามารถจัดการใด ๆ กับปัญหา หรือความทุกข์ที่เกิดขึ้นได้ และมีแนวโน้มที่จะพัฒนาไปสู่อาการทางกายที่มีสาเหตุมาจากจิตใจ

18. การลดความตึงเครียด (Tension Reduction) เป็นการแสวงหาวิธีการต่าง ๆ เพื่อจะช่วยให้ความเครียดลดลง เช่น การดื่มเหล้า สูบบุหรี่ หรือการใช้ยาเสพติด เป็นต้น

กลวิธีการเผชิญปัญหาทั้ง 18 วิธีเหล่านี้ เมื่อจัดตามกรอบแนวคิดวิธีการเผชิญปัญหาของ Folkman และ Lazarus (1984) จะได้กลวิธีดังนี้คือ กลวิธีการเผชิญปัญหาที่จัดอยู่ในการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่ปัญหา (Problem-Focused Coping) ได้แก่ การแสวงหาความเพลิดเพลิดเพื่อการผ่อนคลาย การทำงานและสัมฤทธิ์ผล การแก้ปัญหา การผ่อนคลายทางด้านร่างกาย การคบหาเพื่อนสนิท การแสวงหาการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม การแสวงหาการสนับสนุน

ทางสังคม การแสวงหาความช่วยเหลือจากผู้เชี่ยวชาญ การรวมกลุ่มจัดการกับปัญหา ส่วนกลวิธี การเผชิญปัญหาที่จัดอยู่ในวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่อารมณ์ (Emotion-Focused Coping) ได้แก่ การมีความคิดที่เป็นความปรารถนา การแสวงหาการสนับสนุนทางด้านจิตใจ การมุ่งเน้นในด้านบวก การไม่รับรู้ปัญหา การตำหนิตนเอง การลดความตึงเครียด การเก็บปัญหาไว้คนเดียว การมีความกังวล

จากการศึกษาของ Frydenberg และ Lewis (1993 อ้างถึงใน วิธนา มิ่งเมือง, 2540) ได้จัดแบ่งกลุ่มวิธีการเผชิญปัญหาทั้ง 18 วิธี ออกเป็น 3 กลุ่มดังนี้

กลุ่มที่ 1 เป็นการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาโดยใช้ความสามารถของตนเอง (Solving the Problem หรือ Problem-Focused) ได้แก่ การแก้ปัญหา การผ่อนคลายทางด้านร่างกาย การทำงานและสัมฤทธิ์ผล การคบเพื่อนสนิท การแสวงหาการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม การมุ่งเน้นในด้านบวก และการแสวงหาความเพลิดเพลินเพื่อการผ่อนคลาย

กลุ่มที่ 2 เป็นการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาโดยอาศัยแหล่งสนับสนุนอื่น ๆ (Reference to Others) ได้แก่ การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม การแสวงหาการสนับสนุนทางด้านจิตใจ การแสวงหาความช่วยเหลือจากผู้เชี่ยวชาญ และการรวมกลุ่มจัดการกับปัญหา

กลุ่มที่ 3 เป็นการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงปัญหา (Non-Productive Coping หรือ Avoidance) ได้แก่ การมีความกังวล การมีความคิดที่เป็นความปรารถนา การไม่รับรู้ปัญหา การไม่เผชิญปัญหา การเก็บปัญหาไว้คนเดียว และการตำหนิตนเอง

เมื่อพิจารณากลวิธีการเผชิญปัญหาทั้ง 18 วิธีในแง่ของประสิทธิภาพการทำงานของ การเผชิญปัญหาจำแนกได้ใน 2 ลักษณะ คือ วิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพ ได้แก่ วิธีที่แสดงให้เห็นถึงความพยายามในการจัดการกับปัญหาหรือความเครียดที่มีอยู่โดยตรงโดยใช้ความสามารถของตนเองหรืออาศัยแหล่งสนับสนุนอื่น ๆ และวิธีเผชิญปัญหาที่ไม่มีประสิทธิภาพ ได้แก่ วิธีที่แสดงให้เห็นถึงลักษณะของการไม่สามารถจัดการกับปัญหา หรือหลีกเลี่ยงปัญหานั้นเอง (Frydenberg and Lewis, 1993 อ้างถึงใน วิธนา มิ่งเมือง, 2540)

### 2.4.3 การศึกษาเชิงจิตมิติของแบบวัดการเผชิญปัญหา

Cook และ Heppner (1997) ได้ตรวจสอบคุณภาพของแบบวัดการเผชิญปัญหา โดยการวิเคราะห์องค์ประกอบของมาตรวัดการเผชิญปัญหา 3 แบบ ดังแสดงในไว้ในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 การวิเคราะห์องค์ประกอบของมาตรวัดการเผชิญปัญหา

กลวิธีที่ใช้ในการเผชิญปัญหา	นำมา จาก แบบวัด	รูปแบบของการเผชิญปัญหา		
		องค์ประกอบที่ 1 มุ่งจัดการ กับปัญหา	องค์ประกอบที่ 2 แสวงหาการสนับสนุน ในด้านอารมณ์และสังคม	องค์ประกอบที่ 3 หลีกเลี่ยง
การวางแผน	COPE	.78	.17	-.16
การลงมือดำเนินการแก้ปัญหา	COPE	.78	.13	-.07
การมุ่งลงมือจัดการกับปัญหา	CISS	.78	.19	-.20
การแก้ไข้ปัญหา	CSI	.68	.08	-.06
การตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโต	COPE	.65	.26	-.12
การระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง	COPE	.64	.07	.10
การเปลี่ยนรูปแบบการคิด	CSI	.57	.29	-.01
การชะลอการเผชิญปัญหา	COPE	.44	-.06	.24
การยอมรับ	COPE	.41	.02	.04
การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อรับกำลังใจ	COPE	-.12	.84	.06
การสนับสนุนทางสังคม	CSI	.03	.84	.03
การเปลี่ยนแปลงด้านสังคม	CSI	.16	.76	.07
การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อหาสิ่งช่วยเหลือ	COPE	.28	.70	.02
การถอยหนีจากสังคม	CSI	.06	-.52	.50
การแสดงออกทางด้านอารมณ์	CSI	.23	.51	.21
การหลีกเลี่ยงปัญหา	CSI	-.07	.09	.70
การมุ่งจัดการกับอารมณ์	CISS	.09	.12	.69
การมีความคิดที่เป็นความปรารถนา	CSI	.04	.03	.67
การวิพากษ์วิจารณ์ตนเอง	CSI	.07	-.12	.61
การปฏิเสธ	COPE	-.08	.07	.54
การไม่แสดงออกทางพฤติกรรม	COPE	-.17	-.06	.53
การไม่เกี่ยวข้องทางความคิด	COPE	.08	.17	.46
การเบี่ยงเบนความสนใจ	CISS	.08	.38	.46
การใช้สุราและ/หรือยา	COPE	-.12	-.07	.32
การพึ่งศาสนา	COPE	.12	.14	-.07
การใช้อารมณ์ขัน	COPE	.16	-.01	.20

หมายเหตุ ตัวหนาแสดงถึงค่าสหสัมพันธ์ที่สูงกว่า .30 CISS = แบบวัดการเผชิญปัญหาในสถานการณ์ที่กดดัน

(Coping Inventory for Stressful Situation, Endler & Parkers, 1990, 1994); CSI = แบบวัดกลวิธีในการเผชิญปัญหา (Coping Strategies Inventory, Tobin, Holroyol, Reynolds & Wigal, 1989); COPE = แบบวัดการเผชิญปัญหา (COPE, Carver, Scheier & Weintraub, 1989)

Cook และ Heppner (1997) ได้ตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือการวัดการเผชิญปัญหาจากแบบวัดการเผชิญปัญหา 3 แบบ ได้แก่ แบบวัดการเผชิญปัญหา (COPE) ของ Carver, Scheier และ Weintraub (1989) แบบวัดกลวิธีการเผชิญปัญหา (Coping Strategies Inventory) ของ Tobin, Holroyd, Reynolds และ Wigal (1989) และแบบวัดการเผชิญปัญหาในสถานการณ์ที่กดดัน (Coping Inventory for Stressful Situation) ของ Endler และ Parker (1994) โดยเครื่องมือวัดทั้งสามมีความสอดคล้องกันในการอธิบายคุณลักษณะโดยรวมของกลวิธีการเผชิญปัญหาที่แบ่งออกเป็น 3 แบบคือ 1) การมุ่งจัดการกับปัญหา (Problem Engagement) 2) การแสวงหาการสนับสนุนทางอารมณ์และสังคม (Social/Emotional Support) 3) การหลีกเลี่ยง (Avoidance) ซึ่งวิธีการเผชิญปัญหา 3 แบบนี้มีความสัมพันธ์กับกลวิธีการเผชิญปัญหา 26 ด้าน

จากตารางที่ 1 สามารถจำแนกให้เห็นถึงรูปแบบการเผชิญปัญหา 3 รูปแบบหลัก โดยกลวิธีการเผชิญปัญหาทั้ง 26 ด้าน มีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับรูปแบบหลักในลักษณะใดลักษณะหนึ่งโดยเฉพาะ ดังนี้

1. การมุ่งจัดการกับปัญหา (Problem Engagement) สัมพันธ์กับวิธีการวางแผน การลงมือดำเนินการแก้ไขปัญหา การมุ่งกระทำการแก้ไขปัญหา การตีความหมายใหม่ในทางบวก และการเติบโต การระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง การเปลี่ยนโครงสร้างทางความคิด การชะลอการเผชิญปัญหา การยอมรับปัญหา

2. การหาแรงสนับสนุนทางอารมณ์และสังคม (Social/Emotional Support) สัมพันธ์กับวิธีแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อให้ได้รับกำลังใจ การสนับสนุนทางสังคม การเปลี่ยนแปลงด้านสังคม การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อหาสิ่งช่วยเหลือ การแสดงออกในด้านอารมณ์ และการถอยหนีจากสังคม

3. การหลีกเลี่ยง (Avoidance) สัมพันธ์กับวิธีการถอยหนีจากสังคม การหลีกเลี่ยงปัญหา การมุ่งจัดการกับอารมณ์ การมีความคิดที่เป็นความปรารถนา การวิพากษ์วิจารณ์ตนเอง การปฏิเสธ การไม่แสดงออกทางพฤติกรรม การไม่เกี่ยวข้องทางความคิด การเบี่ยงเบนความสนใจ การใช้สุราและ/หรือยา

สุภาพวรรณ โคตรจรัส (2539) ได้พัฒนาแบบวัดฉบับสั้น ตามแนวของ Carver, Scheier และ Weintraub ซึ่งวัดกลวิธีการเผชิญปัญหา 15 ด้าน มีข้อกระทงจำนวน 30 ข้อ และวัดรูปแบบการเผชิญปัญหา 3 แบบ ได้แก่ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา แบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ที่สนับสนุนการแก้ปัญหา และแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ที่ไม่สนับสนุนการแก้ปัญหา/

หลักหนีปัญหา จากนั้นมีผู้นำแบบวัดฉบับสั้นนี้ไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างต่าง ๆ ได้แก่ ตำรวจจราจร (สุตรัก พิระกันทา, 2540) นักศึกษา (เจตน์สันต์ แต่งสุวรรณ และคณะ, 2541) เยาวชนผู้กระทำผิดในสถานพินิจฯ (อารยา ด้านพานิช, 2542) และผู้ถูกคุมประพฤติ (รัชดา ไชยโยธา, 2543)

สุภาพรรณ โคตรจรัส และชุมพร ยงกิตติกุล ได้นำแบบวัดการเผชิญปัญหาดังกล่าวมาปรับปรุงเพื่อนำไปศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการอบรมเลี้ยงดู และรูปแบบการเผชิญปัญหาของนักเรียนมัธยมศึกษา (พวรรณทิพย์ ศิริวรรณบุศย์ และคณะ, 2545; สุภาพรรณ โคตรจรัส และชุมพร ยงกิตติกุล, 2545) ประกอบด้วย ข้อกระทง 40 ข้อ วัดรูปแบบการเผชิญปัญหา 3 รูปแบบ ได้แก่ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม และการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง ประกอบด้วย มาตรฐานวัดวิธีการเผชิญปัญหา 18 ด้าน

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาการเผชิญปัญหาตามแนวทฤษฎีความเครียดของ Lazarus (1966; Lazarus and Folkman, 1984) และพัฒนาแบบวัดการเผชิญปัญหาจากแบบวัดการเผชิญปัญหาของ สุภาพรรณ โคตรจรัส (2539) และสุภาพรรณ โคตรจรัส และชุมพร ยงกิตติกุล (2544)

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

### 3. แนวคิดเกี่ยวกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

#### 3.1 ความหมายของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หมายถึง คะแนนเฉลี่ยสะสม เป็นคะแนนที่ได้จากการให้คะแนนระบบตัวอักษร โดยกำหนดอักษรและคะแนนดังนี้คือ  $A = 4$ ,  $B+ = 3.5$ ,  $B = 3$ ,  $C+ = 2.5$ ,  $C = 2$ ,  $D+ = 1.5$ ,  $D = 1$ ,  $F = 0$  ในแต่ละรายวิชา โดยเอาผลรวมของผลคูณของหน่วยกิตกับคะแนนของแต่ละรายวิชาหารด้วยผลรวมของหน่วยกิตของรายวิชาที่เรียนมาทั้งหมด (สุภาพวรรณ โคตรจรัส, 2524)

กรมวิชาการ (2533) อธิบายผลการเรียนโดยใช้ตัวเลขแสดงความหมาย ดังนี้

เกรด 4 หมายถึง ผลการเรียนดีมาก

เกรด 3 หมายถึง ผลการเรียนดี

เกรด 2 หมายถึง ผลการเรียนปานกลาง

เกรด 1 หมายถึง ผลการเรียนผ่านเกณฑ์ขั้นต่ำ

เกรด 0 หมายถึง ผลการเรียนไม่ผ่านเกณฑ์ขั้นต่ำ

สำหรับการเรียนในระดับปริญญาตรี มีการจำแนกสถานภาพการเป็นนิสิตดังนี้คือนิสิตสภาพปกติ ได้แก่ นิสิตที่ลงทะเบียนเรียนเป็นภาคการศึกษาแรก หรือนิสิตที่สอบได้แต้มเฉลี่ยสะสมไม่ต่ำกว่า 2.00 ส่วนนิสิตสภาพพิทยาทันท์ ได้แก่ นิสิตที่สอบได้แต้มเฉลี่ยสะสมตั้งแต่ 1.50 – 1.99 (ทะเบียนและประมวลผล, 2543)

ในการวิจัยครั้งนี้จึงจำแนกระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนิสิตนักศึกษา ดังนี้  
ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระดับสูง หมายถึง ระดับคะแนน 3.00 และสูงกว่า  
ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระดับปานกลาง หมายถึง ระดับคะแนน 2.50 – 2.99  
ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระดับต่ำ หมายถึง ระดับคะแนน 2.49 และต่ำกว่า

#### 3.2 องค์ประกอบที่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

Gagne (1970 อ้างถึงใน สุวีริยา สุวรรณโคตร, 2538) ได้กล่าวถึง องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสรุปได้ว่า ในกระบวนการเรียนรู้ใด ๆ มีองค์ประกอบหลักอยู่ 2 ประการเท่านั้น ที่มีอิทธิพลต่อการเรียนรู้ ได้แก่ องค์ประกอบด้านพันธุกรรม และองค์ประกอบด้านสิ่งแวดล้อม ดังนี้



1. องค์ประกอบด้านพันธุกรรม เป็นส่วนที่ได้รับปัจจัยทางชีววิทยา ซึ่งมีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอยู่หลายองค์ประกอบด้วยกัน แต่ที่นักจิตวิทยาและนักการศึกษาให้ความสนใจเป็นพิเศษ ได้แก่ สติปัญญา และความถนัด สติปัญญาเป็นความสามารถทางสมองซึ่งเกี่ยวข้องอยู่กับความสามารถในการปรับตัวกับสถานการณ์ใหม่ และเป็นที่ยอมรับกันว่า สติปัญญาของบุคคลนั้นได้รับการถ่ายทอดทางพันธุกรรม แต่มีองค์ประกอบบางอย่างเข้ามาเกี่ยวข้องด้วย เช่น ประสบการณ์การเรียนรู้และความสนใจ สำหรับความถนัดที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ได้แก่ ความถนัดเชิงภาษา ความถนัดเชิงเหตุผล ความถนัดเชิงมิติ ความถนัดเชิงความจำ และความถนัดเชิงตัวเลข

2. องค์ประกอบด้านสิ่งแวดล้อมเป็นส่วนที่บุคคลได้รับมาจากการเรียนรู้ สังคม และองค์ประกอบด้านสิ่งแวดล้อมที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนนั้น แบ่งได้เป็น 3 ด้าน คือ ด้านที่ 1 เป็นองค์ประกอบเกี่ยวกับผลสัมฤทธิ์ด้านสภาพสังคมและเศรษฐกิจของผู้เรียน ด้านที่ 2 ได้แก่ องค์ประกอบที่เกี่ยวกับโรงเรียน และบุคลิกภาพโดยส่วนรวมของครู ด้านที่ 3 ได้แก่ องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพการศึกษา

Prescott (1961 อ้างถึงใน สุวีริยา สุวรรณโคตร, 2538) กล่าวถึง องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สรุปได้ 6 องค์ประกอบ ดังนี้

1. ด้านร่างกาย ได้แก่ อัตราการเจริญเติบโตของร่างกาย สุขภาพของร่างกาย ข้อบกพร่องของร่างกายและลักษณะท่าทาง
2. ด้านความรัก ได้แก่ ความสัมพันธ์ระหว่างบิดามารดา ความสัมพันธ์ระหว่างบุตร และความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัว
3. ด้านวัฒนธรรมและสิ่งแวดล้อม ได้แก่ ขนบธรรมเนียมประเพณี ความเป็นอยู่ของครอบครัว สภาพแวดล้อมทางบ้าน การอบรมทางบ้าน และฐานะทางบ้าน
4. ด้านความสัมพันธ์ในหมู่เพื่อนวัยเดียวกัน
5. ด้านการพัฒนาแห่งตน ได้แก่ สติปัญญา ความสนใจ เจตคติ และแรงจูงใจ
6. ด้านการปรับตัว ได้แก่ การปรับตัวและการแสดงอารมณ์

มีงานวิจัยที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัญหาการปรับตัวกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนิสิตนักศึกษาที่พบว่า ปัญหาการปรับตัวด้านการเรียน ด้านการเงินและที่อยู่อาศัยมีความสัมพันธ์ทางลบกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และปัญหาการปรับตัวด้านการเรียน ด้านอารมณ์ และส่วนตัว ด้านการเงินและที่อยู่อาศัย ด้านกิจกรรมทางสังคมและนันทนาการ ด้านอนาคตเกี่ยวกับอาชีพและการศึกษา ด้านการปรับตัวทางเพศ และด้านความสัมพันธ์ทางสังคมร่วมกัน

ทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนได้ร้อยละ 11.82 (สุภาพรรณ โคตรจรัส, 2524) การปรับตัวด้านการเรียนและด้านสังคมเป็นตัวทำนายการปรับตัวในมหาวิทยาลัยและเกรดเฉลี่ยได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (Helman, 2000) นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระดับสูง มีการปรับตัวด้าน ครอบครัวดีกว่า ใช้การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงนี้น้อยกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ (สุภาพรรณ โคตรจรัส และชุมพร ยงกิตติกุล, 2545) การปรับตัวด้านการเรียน และด้านส่วนตัวและอารมณ์สัมพันธ์กับการเผชิญปัญหา โดยการเผชิญปัญหาด้านการลงมือดำเนินการแก้ปัญหาสามารถทำนายการปรับตัวด้านการเรียน และด้านส่วนตัวและอารมณ์ในทางบวกได้ การเผชิญปัญหาด้านการระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้องทำนายการปรับตัวด้านการเรียนในทางลบได้ และการเผชิญปัญหาด้านการระบายออกทางอารมณ์สัมพันธ์ในทางลบกับการปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ (Leong and Bonz, 1997)

## เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

### 1. งานวิจัยเกี่ยวกับการปรับตัวในมหาวิทยาลัย

#### งานวิจัยในประเทศ

จารุวรรณ ตั้งสิริมงคล (2529) ได้ศึกษาสุขภาพจิตและการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ซึ่งพบว่าประสบปัญหาการปรับตัวมากที่สุดในการปรับตัวทางการเรียน รองลงมาคือ ด้านอนาคต อาชีพและการศึกษา การปรับตัวทางอารมณ์และส่วนตัว เมื่อจำแนกตามเพศพบว่า นักเรียนชายและนักเรียนหญิงประสบปัญหาการปรับตัวรายด้านตรงกันคือ ประสบปัญหา มากที่สุดในการปรับตัวทางการเรียน รองลงมาคือด้านอนาคต อาชีพและการศึกษา การปรับตัวทางอารมณ์และส่วนตัว

ดารณี ประคองศิลป์ (2530) ได้ศึกษาปัญหาการปรับตัวของนิสิตแพทย์มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ พบว่าปัญหาที่นิสิตแพทย์ประสบมากที่สุดเป็นอันดับหนึ่งคือ ปัญหาการเรียน ร้อยละ 99.64 รองลงมาคือปัญหาด้านหลักสูตรและการสอน ร้อยละ 94.30 ปัญหาด้านกิจกรรมทางสังคมและนันทนาการ ร้อยละ 83.09 และปัญหาที่นิสิตแพทย์ประสบน้อยที่สุดคือด้านบ้านและครอบครัว

อภิวันท์ วงศ์ข้าหลวง (2530) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัญหาการปรับตัว และสุขภาพจิตของนิสิตระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ วิทยาลัยเทคโนโลยีและอาชีวศึกษา เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบตรวจสอบสุขภาพจิต SCL-90 และแบบสำรวจ ปัญหาการปรับตัว (Mooney Problem Checklist) พบว่านิสิตประสบปัญหา มากที่สุดในด้านการปรับตัวทางการเรียน สุขภาพจิตของนิสิตจำแนกตามเพศและสาขาวิชาชีพ มีสุขภาพจิตทั้ง 9 ด้าน ไม่แตกต่างกัน และการปรับตัวมีความสัมพันธ์กับปัญหาสุขภาพจิต

เพ็ญทิวา นรินทรางกูร ณ อยุธยา (2533) ได้ศึกษาปัญหาการปรับตัวและสุขภาพจิตของนิสิตโควต้ามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ วิทยาเขตบางเขน กลุ่มตัวอย่างได้แก่นิสิต โควต้ามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ วิทยาเขตบางเขน จำนวน 204 คน ที่ลงทะเบียนเรียนใน ภาคเรียน ที่ 2 ปีการศึกษา 2531 พบว่าปัญหาสุขภาพจิตของนิสิตโควต้าที่พบมากที่สุดอยู่ในระดับปานกลาง ได้แก่ ด้านการย่ำคิดย่ำทำ ความรู้สึกไม่ชอบติดต่อกับผู้อื่น ซึมเศร้า ก้าวร้าว ชอบทำลาย ก้าวโดยไม่มีเหตุผล หวาดระแวง และอาการทางจิต นิสิตชายและหญิงมีการปรับตัวเกี่ยวกับอาชีพและการศึกษา และปัญหาด้านความรู้สึกไม่ชอบติดต่อกับผู้อื่นและก้าวโดยไม่มีเหตุผลแตกต่างกัน นิสิตโควต้าที่เลือกเรียนวิชาเอกแตกต่างกันจะมีปัญหาการปรับตัวด้านการเงิน และที่อยู่อาศัยแตกต่างกัน ส่วนปัญหาสุขภาพจิตไม่มีความแตกต่างกัน

พาสนา ฝโลศิลป์ (2535) ได้สำรวจปัญหาการปรับตัวในเด็กวัยรุ่น กรุงเทพมหานคร โดยจำแนกตามเพศและช่วงระยะพัฒนาการของวัยรุ่น พบว่าเด็กวัยรุ่นตอนต้นเพศชายประสบปัญหาการปรับตัวมากที่สุดด้านโรงเรียน และประสบปัญหาการปรับตัวน้อยที่สุดด้านบ้านและครอบครัว เด็กวัยรุ่นตอนต้นเพศหญิงประสบปัญหาการปรับตัวมากที่สุดด้านโรงเรียน และประสบปัญหาการปรับตัวน้อยที่สุดด้านสุขภาพและพัฒนาการทางด้านร่างกาย เด็กวัยรุ่นตอนกลางเพศชายประสบปัญหาการปรับตัวมากที่สุดด้านอนาคตเกี่ยวกับอาชีพและการศึกษา และประสบปัญหาการปรับตัวน้อยที่สุดด้านการปรับตัวทางเพศ เด็กวัยรุ่นตอนกลางเพศหญิงประสบปัญหาการปรับตัวมากที่สุดด้านการปรับตัวทางการเรียนและด้านอนาคตเกี่ยวกับอาชีพและการศึกษา และประสบปัญหาการปรับตัวน้อยที่สุดด้านการเงิน สภาพความเป็นอยู่ และการทำงาน ส่วนเด็กวัยรุ่นตอนปลายทั้งชายและหญิงประสบปัญหาการปรับตัวมากที่สุดทางด้านการเรียน และประสบปัญหาการปรับตัวน้อยที่สุดด้านบ้านและครอบครัว

จุฬาลักษณ์ รุ่งวิริยะพงษ์ (2542) ได้ศึกษาการปรับตัวของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ผลการวิจัยพบว่า ในการปรับตัวด้านการเรียนพบว่า กลุ่มสาขาวิชาที่ศึกษามีผลต่อการปรับตัวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ การปรับตัวด้านสังคมพบว่า การเข้าร่วมกิจกรรมนอกหลักสูตร อายุ รายได้ของครอบครัว และระดับการศึกษาของบิดามารดามีผลต่อการปรับตัวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ การปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์พบว่า การเข้าร่วมกิจกรรมนอกหลักสูตร อายุ กลุ่มสาขาวิชาที่ศึกษา รายได้ของครอบครัว ระดับการศึกษาของบิดามารดา อาชีพของมารดา และสภาพที่อยู่อาศัยของนิสิตมีผลต่อการปรับตัวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ การปรับตัวด้านความรู้สึกผูกพันต่อสถานศึกษาและการปรับตัวโดยรวมพบว่า อายุ กลุ่มสาขาวิชาที่ศึกษา รายได้ของครอบครัว และระดับการศึกษาของบิดามารดามีผลต่อการปรับตัวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และพบว่าการปรับตัวในแต่ละด้านและการปรับตัวโดยรวมยกเว้นด้านสังคม มีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลการเรียนเทอมแรกของนิสิตในระดับต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

#### งานวิจัยในต่างประเทศ

Helman (2000) ได้ตรวจสอบโปรแกรมการช่วยเหลือด้านการปรับตัวในมหาวิทยาลัยที่จัดให้กับนักศึกษาคณะวิทยาศาสตร์และคณะวิศวกรรมปีแรก จำนวน 174 คน โดยการตรวจสอบโปรแกรมการเรียนรู้ในการดำเนินชีวิตด้านสังคมและด้านการเรียนเพื่อจะค้นหาความสัมพันธ์กับการปรับตัวด้านการเรียน การปรับตัวด้านสังคม และการปรับตัวโดยรวม รวมถึงเกรดเฉลี่ย โดยใช้แบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัย (The Student Adaptation to College Questionnaire) เพื่อวัดการปรับตัวของนักศึกษาในมหาวิทยาลัย และสำรวจโปรแกรมที่ใช้ในการศึกษานี้ เพื่อวัดระดับการปรับตัวด้านการเรียนและด้านสังคมของนักศึกษา วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้การทดสอบด้วยค่าที (t-test) และการวิเคราะห์สหสัมพันธ์การถดถอยพหุคูณ พบว่าการปรับตัวด้านการเรียนและด้านสังคมไม่สัมพันธ์โดยตรงกับโปรแกรมการเรียนรู้การดำเนินชีวิต และเมื่อทดสอบด้วยการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณพบว่า การปรับตัวด้านการเรียนและด้านสังคมเป็นตัวทำนายการปรับตัวโดยรวมและเกรดเฉลี่ยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

Holmbeck และ Wandrei (1993) ได้ทำการศึกษาเรื่องปัจจัยส่วนตัวและตัวทำนายที่มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวในนักศึกษามหาวิทยาลัยโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่เป็นตัวทำนายการปรับตัวของนักศึกษาในด้านสถานการณ์ที่บ้าน การทำงานของครอบครัว ความแตกต่างเฉพาะบุคคล โครงสร้างของการใช้ชีวิต ผลการศึกษาพบว่า บุคลิกภาพเป็นตัวทำนายการปรับตัวได้ดีกว่าโครงสร้างของการใช้ชีวิต นักศึกษาทั้งเพศหญิงและเพศชายที่มี

ความรู้สึกทางบวกกับครอบครัวจะปรับตัวได้ดี เพศชายจะมีบุคลิกภาพแบบอิสระมากกว่าเพศหญิง เพศหญิงมีความสามารถในการสร้างสัมพันธภาพมากกว่าเพศชาย และพบว่าเพศชายกับเพศหญิงมีความแตกต่างกันในการปรับตัว

## 2. งานวิจัยเกี่ยวกับการเผชิญปัญหา

### งานวิจัยในประเทศ

สุภาพวรรณ โคตรจรัส และชุมพร ยงกิตติกุล (2545) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูและพฤติกรรมส่วนบุคคลของวัยรุ่นไทย ในด้านการปรับตัวด้านครอบครัว ความเครียดฉลัดทางอารมณ์ และการเผชิญปัญหา ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเอาใจใส่มีการปรับตัวด้านครอบครัวดีกว่า ใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามากกว่า และใช้การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงน้อยกว่านักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม แบบตามใจ และแบบทอดทิ้ง และใช้การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่า มีระดับความเครียดฉลัดทางอารมณ์สูงกว่านักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุมและแบบทอดทิ้ง และพบอีกว่า นักเรียนหญิงใช้การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่านักเรียนชาย นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระดับสูงมีการปรับตัวด้านครอบครัวดีกว่า และใช้การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงน้อยกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระดับต่ำ

กรกวรรณ สุพรรณวรรณ (2544) ได้ศึกษาการมองโลกแง่ดีและกลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษา ผลการวิจัยพบว่า นิสิตนักศึกษาใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมาก และใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงน้อย ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางพบว่า นิสิตนักศึกษาที่มีระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกันใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาทั้ง 3 แบบไม่แตกต่างกัน นิสิตนักศึกษาหญิงใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่านิสิตนักศึกษาชาย และนิสิตนักศึกษาในสาขาวิชามนุษยศาสตร์ใช้การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงมากกว่านิสิตนักศึกษาในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ แต่ไม่แตกต่างจากนิสิตนักศึกษาในสาขาวิชาสังคมศาสตร์

## งานวิจัยในต่างประเทศ

Harju และ Bolen (1998) ได้ศึกษาผลกระทบของการมองโลกในแง่ดี 3 ระดับ โดยใช้แบบวัดแนวทางการดำเนินชีวิต ฉบับปรับปรุง เปรียบเทียบกับการเผชิญปัญหา (Brief COPE) และองค์ประกอบด้านระดับคุณภาพชีวิต กลุ่มตัวอย่างคือนักศึกษามหาวิทยาลัยจำนวน 204 คน พบว่าผู้ที่มองโลกในแง่ดีสูงจะมีสุขภาพดี และมีระดับคุณภาพชีวิตสูง (ศึกษาเกี่ยวกับความพึงพอใจในชีวิต) และใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นการกระทำ และการเปลี่ยนมุมมองปัญหาในทางบวก และผู้ที่มองโลกในแง่ดีต่ำจะมีความไม่พึงพอใจกับคุณภาพชีวิตของตนทั้งหมด และใช้วิธีการไม่ยุ่งเกี่ยวกับปัญหา และดื่มสุรา และยังพบว่านักศึกษาหญิงที่มีระดับคุณภาพชีวิตสูงจะเผชิญปัญหาโดยการใช่วิธีการแสดงออกทางอารมณ์ และการหาที่พึ่งทางศาสนา ส่วนนักศึกษาชายมักใช้การยอมรับ และการมีอารมณ์ขัน

Berzonsky (1992) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบเอกลักษณ์ 3 รูปแบบ คือ แบบหาข้อมูล แบบธรรมดา และแบบหลีกเลี่ยง และวิธีการเผชิญความเครียดที่คุกคามเอกลักษณ์ของบุคคล ในนักศึกษาวัยรุ่นตอนปลายจำนวน 171 คน โดยทำแบบวัดลักษณะเอกลักษณ์และแบบวัดการเผชิญปัญหา และแบบวัดความวิตกกังวล ผลการศึกษาพบว่านักศึกษาที่มีลักษณะเอกลักษณ์แบบหลีกเลี่ยงและแบบธรรมดาใช้การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง (คิดถึงความต้องการคิดถึงอนาคต พยายามลดความกดดัน) แต่นักศึกษาที่มีลักษณะเอกลักษณ์แบบหาข้อมูลมีความสัมพันธ์กับการเผชิญปัญหาแบบมั่นคงและแบบมุ่งจัดการกับปัญหา

Aspinwall และ Taylor (1992) ได้ศึกษาพบว่า นิสิตนักศึกษาที่ใช้การลงมือแก้ปัญหา มากกว่าหลีกเลี่ยงปัญหา จะมีการปรับตัวทางบวกมากขึ้น และยังพบอีกว่า องค์ประกอบด้านลักษณะนิสัย เช่น การมองโลกแง่ดี และการเห็นคุณค่าในตนเองมีอิทธิพลต่อการปรับตัว เนื่องจากส่งผลกระทบต่อวิธีการเผชิญปัญหาที่เลือกใช้

Verma และคณะ (1995 cited in Pestonjee, 1999) ได้ดำเนินการศึกษาเพื่อตรวจสอบกลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษา กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตนักศึกษาชายจำนวน 120 คน และนิสิตนักศึกษาหญิงจำนวน 85 คน (อายุ 19-20 ปี) จากมหาวิทยาลัยปัญจาบ โดยใช้แบบวัดการเผชิญปัญหา เพื่อจะศึกษาวิธีการเผชิญปัญหาที่เป็นลักษณะโดยทั่วไป ผลการวิจัยได้อภิปรายจากลักษณะการเผชิญปัญหาที่สำคัญ 4 ลักษณะคือ การแสวงหาความช่วยเหลือ การมุ่งจัดการกับปัญหา การแก้ไขที่อารมณ์ และการหลีกเลี่ยง ข้อค้นพบได้แก่ (1) นิสิตนักศึกษาเผชิญสถานการณ์ยุ่งยากด้วยวิธีการที่รอบคอบ และมีแนวโน้มที่จะหลีกเลี่ยงปัญหาที่ต้องเผชิญในชีวิตด้วย (2) ความแตกต่างระหว่างเพศพบว่า เพศชายจะใช้เครื่องมือที่ผสมแอลกอฮอล์หรือยา

เป็นบางครั้งเพื่อหลีกเลี่ยงปัญหา และเพศหญิงใช้การอธิษฐานหรือหวังว่าจะดีขึ้น (3) เมื่อเผชิญหน้ากับปัญหาและพยายามที่จะแก้ปัญหา นั้น เพศหญิงอารมณ์เสียมากกว่าเพศชาย

Doule (1993) ศึกษาผลกระทบจากเหตุการณ์ในชีวิตประจำวัน การเผชิญปัญหา ความเชื่อภายในและภายนอกกับอาการทางจิตและคุณภาพชีวิตของนิสิตพบว่า ความเครียดในชีวิตประจำวันมีความสัมพันธ์ทางบวกกับอาการทางจิตอย่างมีนัยสำคัญ แต่สัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตอย่างไม่มีนัยสำคัญ การเผชิญปัญหาที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับอาการทางจิตอย่างมีนัยสำคัญคือ การระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง การพึ่งศาสนา การปฏิเสธ การไม่เกี่ยวข้องทางความคิด และการระบายออกทางอารมณ์ ส่วนการเผชิญปัญหาที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพชีวิตอย่างมีนัยสำคัญคือ การตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโต การลงมือกระทำการเผชิญปัญหา การวางแผน การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อได้รับกำลังใจ และการพึ่งศาสนา และการเผชิญปัญหาที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับคุณภาพชีวิตอย่างมีนัยสำคัญ คือ การไม่แสดงออกทางพฤติกรรม และนิสิตที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนมีคุณภาพชีวิตดีกว่านิสิตที่ไม่มีความเชื่ออำนาจภายในตนอย่างมีนัยสำคัญ

Mattson (1987) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างประสิทธิภาพของการเผชิญปัญหา และพัฒนาการของวุฒิภาวะของนักศึกษาพยาบาล เป็นการวิเคราะห์ประโยชน์ที่บุคคลใช้วิธีการเผชิญปัญหาอย่างมีประสิทธิภาพ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาพยาบาล 138 คนของมหาวิทยาลัยแคลิฟอร์เนีย โดยใช้แบบวัดวิธีการเผชิญปัญหา (Ways of Coping) ของ Folkman และ Lazarus และแบบวัด Student Development Task Inventory-2 ของ Minston, Miller และ Prince และข้อมูลเกี่ยวกับอายุ ระดับชั้นปี และวิธีการเผชิญปัญหาที่ใช้ได้ผลมาก่อน มีสมมติฐานว่านักศึกษาที่มีคะแนนจากการวัดพัฒนาการความเป็นผู้ใหญ่สูงจะมีวิธีการเผชิญปัญหาในสถานการณ์สูงกว่ากลุ่มที่มีระดับความเป็นผู้ใหญ่ต่ำ ผลการศึกษาสนับสนุนสมมติฐาน และชี้ให้เห็นความแตกต่างระหว่างผู้ที่ใช้วิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพและไม่มีประสิทธิภาพ นักศึกษาที่ประสบความสำเร็จจะใช้วิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพโดยใช้การแก้ไขปัญหา การสนับสนุนทางสังคม การมองโลกในแง่ที่ดี ส่วนนิสิตที่เลือกใช้วิธีที่ไม่มีประสิทธิภาพจะเลือกใช้วิธีการ “การตำหนิตนเอง” “การมีความคิดที่เป็นความปรารถนา” ชี้ให้เห็นถึง ผู้ที่ใช้วิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพจะใช้ประโยชน์จากการใช้วิธีเดียวกันนี้มาแล้วในอดีต ผู้ที่ใช้วิธีการเผชิญปัญหาที่ไม่มีประสิทธิภาพจะได้ทดลองหลายวิธี และมักจะเลือกวิธีที่ไม่มีประสิทธิภาพ ผู้ที่ใช้วิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพมักจะมีความพัฒนาการของวุฒิภาวะสูงกว่าผู้ที่ใช้วิธีการเผชิญปัญหาที่ไม่มีประสิทธิภาพ จากการวิเคราะห์การถดถอย พบตัวทำนาย 2 ตัวที่ใช้พยากรณ์ประสิทธิภาพ

ของการเผชิญปัญหา คือ พัฒนาการของวุฒิภาวะและการเผชิญปัญหาที่เคยประสบความสำเร็จในอดีต ส่วนอายุและชั้นปีไม่มีความสัมพันธ์กับคะแนนพัฒนาการของวุฒิภาวะ

Pauls (1991) ศึกษาการรับรู้ความเครียดของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 ในวิทยาลัยพยาบาล ประสบการณ์ความเครียดที่มีสาเหตุมาจากทั้งความต้องการทางการเรียนและความต้องการในการฝึกปฏิบัติ แสดงออกในรูปของปฏิกิริยาด้านอารมณ์ ร่างกาย พฤติกรรม และวิธีการเผชิญปัญหาที่เคยใช้ การวิเคราะห์ประสบการณ์ความเครียดของนักศึกษาพยาบาลใช้รูปแบบการวิเคราะห์ของ Lazarus และ Folkman เป็นการวิเคราะห์ที่ประเมินภาวะคุกคามและประเมินภาวะอันตราย/สูญเสีย วิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษาพยาบาลจัดเป็นทั้งแบบแก้ปัญหาและมุ่งเน้นทางด้านอารมณ์ โดยวิธีการเผชิญปัญหาแบบแก้ปัญหา ได้แก่ การหาข้อมูล การแก้ไขปัญหา การปรับโครงสร้างความคิดใหม่และการวิเคราะห์โดยใช้เหตุผล วิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นด้านอารมณ์ ได้แก่ การสร้างสมดุลทางจิตใจและหลีกเลี่ยงโดยจัดการกับอารมณ์

### 3. การปรับตัวในมหาวิทยาลัย การเผชิญปัญหา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

#### งานวิจัยในประเทศ

สุภาพรณ โคตรจรัส (2524) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัญหาการปรับตัวกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กลุ่มตัวอย่างประกอบด้วยนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 2009 คน สุ่มจากนิสิตทุกระดับชั้นเรียนจากทุกคณะในจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เครื่องมือที่ใช้ คือ แบบสำรวจปัญหาของนิสิต ซึ่งพัฒนาจากแบบสำรวจปัญหาสำหรับนิสิตนักศึกษาของ Mooney ซึ่งส่วนหนึ่งของงานวิจัยได้มีการสำรวจปัญหาการปรับตัวของนิสิต พบว่า ปัญหาที่นิสิตชั้นปีที่ 1 ประสบมากที่สุด คือ การปรับตัวทางการเรียน ถึงร้อยละ 75.13 ประสบปัญหาค่อนข้างมาก คือในช่วงร้อยละ 64.78 ลงมาถึงร้อยละ 54.61 ในด้านกิจกรรมทางสังคมและนันทนาการ ด้านการปรับตัวทางอารมณ์และส่วนตัว ด้านอนาคตเกี่ยวกับอาชีพและการศึกษา ด้านหลักสูตรและการสอน และด้านความสัมพันธ์ทางสังคมตามลำดับ และพบว่า ปัญหาด้านการเงินและที่อยู่อาศัย ด้านการปรับตัวทางอารมณ์และส่วนตัว และด้านการปรับตัวทางการเรียน ร่วมกันทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนได้ร้อยละ 5.67

จรรยา เกษศรีสังข์ (2537 อ้างถึงใน สดใส นิยมจันทร์, 2541) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและการเผชิญปัญหา ซึ่งผลการวิจัยพบว่า การปรับตัวด้านการเรียนภาคทฤษฎี นักเรียนนายร้อยตำรวจที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง ส่วนมากใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามากที่สุด และกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง



หีน้อยที่สุด ส่วนนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลาง ส่วนมากใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา รองลงมาคือ กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบประนีประนอม และสำหรับนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ส่วนมากใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงปัญหา รองลงมาคือ กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา การปรับตัวด้านส่วนตัว นักเรียนนายร้อยตำรวจที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง และนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลาง ส่วนมากใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และใช้แบบหลีกเลี่ยงหีน้อยที่สุด ส่วนนักเรียนที่มี ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ส่วนมากใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาทั้งสามแบบเท่า ๆ กัน การปรับตัวด้านสังคม นักเรียนนายร้อยตำรวจที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง ส่วนมากใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงหีน้อยที่สุด ส่วนนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลาง ส่วนมากใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบประนีประนอมน้อยที่สุด สำหรับนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ส่วนมากใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงปัญหา และใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบประนีประนอมน้อยที่สุด

#### งานวิจัยในต่างประเทศ

Matthews (1998) ได้สำรวจอิทธิพลของความผูกพันกับพ่อแม่และรูปแบบการเผชิญปัญหาที่สัมพันธ์กับการปรับตัวในมหาวิทยาลัยของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 โดยใช้ทฤษฎีความผูกพัน ความเครียดและการเผชิญปัญหา และสุขภาพจิต และการเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงในมหาวิทยาลัย ซึ่งได้ตั้งสมมติฐานว่า ทั้งความผูกพันกับพ่อแม่และรูปแบบการเผชิญปัญหาจะทำนายการปรับตัว 4 ด้าน คือ ด้านการเรียน ด้านสังคม ด้านส่วนตัวและอารมณ์ และด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 จำนวน 166 คนจากมหาวิทยาลัยเจซุท โดยให้ทำแบบวัด 3 แบบคือ แบบวัดการปรับตัวในมหาวิทยาลัย (The Student Adaptation to College) แบบวัดความผูกพันกับพ่อแม่และกับเพื่อน (The Inventory of Parent and Peer Attachment) และแบบวัดการเผชิญปัญหา (The COPE Scale) และแบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว เก็บข้อมูลในระหว่างสัปดาห์ที่ 7 ของภาคการศึกษาแรก ผลของการวิเคราะห์สหสัมพันธ์การถดถอยพหุคูณพบว่า ทรัพยากรภายในและภายนอกทำนายการปรับตัวด้านการเรียน และการปรับตัวด้านส่วนตัวด้านอารมณ์ได้ แต่ไม่สามารถทำนายการปรับตัวด้านสังคมและด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมายได้อย่างมีนัยสำคัญ ตัวแปรการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่อารมณ์และการสนับสนุนทางสังคมทำนายการปรับตัวด้านการเรียนที่มีความสัมพันธ์ในทางลบระหว่างตัวแปรทำนายและการปรับตัวด้านการเรียน ตัวแปรการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นด้านอารมณ์ ความผูกพันกับเพื่อน และเพศทำนายการปรับตัวด้าน

ส่วนตัวและอารมณ์ได้ ขณะที่การปรับตัวด้านการเรียนมีความสัมพันธ์ในทางลบกับการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่อารมณ์ และการปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ ส่วนความผูกพันกับพ่อแม่ไม่สามารถทำนายการปรับตัวด้านใด ๆ ได้

Chroniak และ Marie (1998) ได้ตรวจสอบตัวกำหนดการเผชิญปัญหา และการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ในการศึกษาเชิงปริมาณ กลุ่มตัวอย่างคือนักศึกษาชั้นปีที่ 1 จากมหาวิทยาลัยมิสซิสซิปปีจำนวน 69 คน โดยเก็บรวบรวมข้อมูลพื้นฐาน การเตรียมพร้อมทางด้านการเรียน ความพร้อมในบทบาททางพัฒนาการ การฟื้นฟูพลัง ความเครียดและการแสวงหาการสนับสนุนจากสถานศึกษา และการสนับสนุนที่ไม่เป็นทางการในฤดูใบไม้ร่วง และมีการติดตามผลในฤดูใบไม้ผลิ โดยการประเมินพฤติกรรมการเผชิญปัญหา และการปรับตัวที่แท้จริง และวิเคราะห์สหสัมพันธ์การถดถอยพหุคูณเพื่อที่จะทดสอบตัวทำนายการปรับตัว และหาความสัมพันธ์ระหว่างตัวทำนาย ผลการวิจัยพบว่า การเตรียมพร้อมด้านการเรียน ข้อมูลพื้นฐานทางสังคม และความพร้อมในบทบาททางพัฒนาการไม่ได้ทำนายการปรับตัวได้อย่างมีประสิทธิภาพ การฟื้นฟูพลังที่เกี่ยวข้องกับความหวัง (การมองโลกในแง่ดี) และการเห็นคุณค่าในตนเองทำนายการปรับตัวได้ นักศึกษาที่มีความเครียดสูงจะใช้การเผชิญปัญหาที่ไม่เหมาะสม และปรับตัวโดยรวม ปรับตัวด้านการเรียน และด้านส่วนตัวและอารมณ์ได้น้อย การใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาที่เหมาะสมสามารถทำนายการปรับตัวโดยรวมได้ดี ส่วนนักศึกษาใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาที่ไม่เหมาะสมทำนายการปรับตัวได้น้อย

ส่วนการศึกษาเชิงคุณภาพ จะสัมภาษณ์นักศึกษาจำนวน 26 คน โดยเน้นที่ประสบการณ์ในมหาวิทยาลัยและกลวิธีการเผชิญปัญหา จากการสัมภาษณ์แสดงให้เห็นว่า การปรับตัวเป็นผลจากการเผชิญปัญหาที่เหมาะสม ซึ่งเกิดเนื่องจากนักศึกษารับรู้ถึงความมั่นคงที่ได้รับจากการสนับสนุน และมีความสามารถในการควบคุมและมีความหวัง โดยแบ่งกลุ่มนักศึกษาที่ให้สัมภาษณ์เป็น 2 กลุ่ม ได้แก่ คนที่ปรับตัวได้สูง และคนที่ปรับตัวได้ต่ำ/คนที่ปรับตัวไม่ได้สูง นักศึกษาส่วนใหญ่ใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และไม่เต็มใจที่จะแสวงหาความช่วยเหลือ ข้อมูลจากการสัมภาษณ์เสนอแนะว่า การที่จะทำให้นักศึกษาชั้นปีที่ 1 ประสบความสำเร็จได้นั้น นักศึกษาจะต้องพัฒนาทักษะในการเผชิญปัญหารูปแบบใหม่ ได้แก่ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ และการแสวงหาการสนับสนุน การสัมภาษณ์สะท้อนถึง แนวโน้มในการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ตลอดปีการศึกษาซึ่งประกอบด้วย 3 ระยะ คือ ช็อค/ความตื่นเต้น การรู้สึกตัว/การต่อสู้กับสิ่งที่เกิดขึ้น และมีความสุขมากขึ้น/การรับรู้ถึงสิ่งที่เป็นไปได้ ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมคือ ทำกิจกรรมที่ให้ข้อมูลเกี่ยวกับการปรับตัว โดยสำรวจวิธีการเผชิญปัญหาที่ นักศึกษาใช้ และเสนอแนะถึงการแสวงหาความช่วยเหลือด้วย

Marcotte (1997) ได้ตรวจสอบตัวทำนายที่สำคัญต่อการปรับตัวของนักศึกษาปีแรก โดยมีกลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษานิติศาสตร์ จำนวน 229 คน จากมหาวิทยาลัยในแคนาดา วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์องค์ประกอบ เพื่อสำรวจข้อมูลแบบสอบถามที่แยกแยะตามตัวแปรแฝง และใช้การทำนายด้วยรูปแบบเชิงโครงสร้าง ผลการวิจัยพบว่า การปรับตัวและการเผชิญกับสถานการณ์ที่ประเมินว่าถูกคุกคามมีผลต่อเกรดเฉลี่ยในทางลบ

Leong และ Bonz (1997) ได้ศึกษาถึงการเผชิญปัญหาและการทำนายการปรับตัวในมหาวิทยาลัยในนักศึกษาชั้นปีที่ 1 จำนวน 161 คน ผลการศึกษพบว่า การปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านการเรียน และด้านส่วนตัวและอารมณ์สัมพันธ์กับการเผชิญปัญหา ขณะที่การปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านสังคม และด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมายไม่สัมพันธ์กับการเผชิญปัญหา การเผชิญปัญหาในด้านการลงมือกระทำการเผชิญปัญหาสามารถทำนายการปรับตัวด้านการเรียนได้ และสามารถทำนายการปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ในทางบวกได้ การเผชิญปัญหาด้านการระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้องการทำนายการปรับตัวด้านการเรียนได้ในทางลบ และการระบายออกทางอารมณ์สัมพันธ์กับการปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ในทางลบ

จากทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องข้างต้นเกี่ยวกับการปรับตัวในมหาวิทยาลัย กลวิธีในการเผชิญปัญหา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน พอสรุปได้ว่า ทั้งผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน การปรับตัวในมหาวิทยาลัย และกลวิธีในการเผชิญปัญหาต่างก็มีความเกี่ยวข้องกัน ดังตารางสรุปงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวในมหาวิทยาลัย และกลวิธีในการเผชิญปัญหา

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 2 สรุปงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวในมหาวิทยาลัย กลวิธีการเผชิญปัญหา และ  
ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ผู้วิจัย	กลุ่มตัวอย่าง	ตัวแปรต้น	ตัวแปรตาม	ผลการวิจัย
การออกแบบการวิจัย: การวิจัยเชิงสำรวจ				
สุภาพรรณ โคตรจรัส (2524)	นิสิตทุกชั้นปี 2009 คน	- เพศ - ระดับชั้นเรียน - สาขาวิชาที่ เรียน	- ปัญหาการ ปรับตัว (แบบสำรวจ ปัญหาของ นิสิตนักศึกษา) มี 11 ด้าน	- ปัญหาที่นิสิตชั้นปีที่ 1 ประสบมากที่สุด คือ ปรับตัวด้านการเรียน ถึงร้อยละ 75.13 ประสบปัญหาค่อนข้างมากคือ ในด้านกิจกรรมทางสังคมและ นันทนาการ ด้านการปรับตัวทางอารมณ์ ด้านอนาคตเกี่ยวกับอาชีพและการศึกษา ด้านหลักสูตรและการสอน และด้าน ความสัมพันธ์ทางสังคม อยู่ในช่วงร้อย ละ 54.61 ถึงร้อยละ 64.78 - ปัญหาด้านการเงินและที่อยู่อาศัย ด้าน การปรับตัวทางอารมณ์และส่วนตัว และ ด้านการปรับตัวทางการเรียนร่วมกัน ทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนได้ ร้อย ละ 5.67
จารุวรรณ ตั้งสิริมงคล (2529)	นักเรียน มัธยมศึกษา ปีที่ 6 610 คน	- เพศ	- ปัญหาการ ปรับตัว (The Mooney Problem Check List) มี 11 ด้าน - สุขภาพจิต (SCL-90)	- นักเรียนประสบปัญหาการปรับตัว มาก ที่สุดในด้านการปรับตัวด้านการเรียน รองลงมาคือด้านอนาคตเกี่ยวกับอาชีพ และการศึกษา การปรับตัวทางอารมณ์ และส่วนตัว - นักเรียนชายและหญิงประสบปัญหาการ ปรับตัวตรงกันคือ ประสบปัญหามาก ที่สุดในด้านการปรับตัวทางด้านการ เรียน รองลงมาคือ ด้านอนาคต เกี่ยวกับอาชีพและการศึกษา การ ปรับตัวทางอารมณ์และส่วนตัว

## ตารางที่ 2 (ต่อ)

ผู้วิจัย	กลุ่มตัวอย่าง	ตัวแปรต้น	ตัวแปรตาม	ผลการวิจัย
ดารณี ประคองศิลป์ (2530)	นักศึกษา แพทยศาสตร์ 331 คน	- เพศ - ชั้นปี - ผลสัมฤทธิ์ ทางการเรียน - ภูมิปัญญา	- ปัญหาการ ปรับตัว (The Mooney Problem Check List) มี 11 ด้าน	- นักศึกษาแพทยศาสตร์โดยส่วนรวม ประสบปัญหามากที่สุดในการ ปรับตัวทางการเรียน และประสบปัญหา น้อยที่สุดด้านบ้านและครอบครัว - นักศึกษาหญิงมีปัญหาการปรับตัวด้าน สุขภาพและพัฒนาการทางร่างกาย และ การปรับตัวทางการเรียนมากกว่า นักศึกษาชาย นักศึกษาชายมีปัญหาการ ปรับตัวด้านศีลธรรมจรรยาและศาสนา มากกว่านักศึกษาหญิง - นักศึกษาแพทย์ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการ เรียนต่ำมีปัญหาการปรับตัวทางการเรียน มากกว่านักศึกษาแพทย์ที่มี ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง - นักศึกษาแพทย์ที่สอบเข้าศึกษาโดยวิธี สอบตรงกับนักศึกษาแพทย์ที่สอบเข้า ศึกษาโดยวิธีสอบรวมมีปัญหาการ ปรับตัวไม่แตกต่างกัน
อภิวันท์ วงศ์ข้าหลวง (2530)	นักศึกษา ระดับประกาศ นียบัตร 450 คน	- เพศ - สาขาวิชาชีพ	- ปัญหาการ ปรับตัว (The Mooney Problem Check List) มี 11 ด้าน - สุขภาพจิต (SCL-90)	- นิสิตประสบปัญหาที่สุดในด้านการ ปรับตัวทางการเรียน - สุขภาพจิตของนิสิตจำแนกตามเพศและ สาขาวิชา พบว่า มีสุขภาพจิตทั้ง 9 ด้าน ไม่แตกต่างกัน - การปรับตัวมีความสัมพันธ์กับปัญหา สุขภาพจิต
เพ็ญทิวา นรินทร์างกูร ณ อรุณยา (2533)	นิสิตโควตา 204 คน	- เพศ - การเลือกเรียน วิชาเอก - ชั้นปี	- ปัญหาการ ปรับตัว (The Mooney Problem Check List) มี 11 ด้าน	- ปัญหาสุขภาพจิตที่พบมากแต่อยู่ใน ระดับปานกลาง ได้แก่ ด้านการขี้คิดขี้ ทำ ความรู้สึกไม่ชอบติดต่อกับผู้อื่น ซึมเศร้า ก้าวร้าวชอบทำลาย กลัวโดย ไม่ มีเหตุผล หวาดระแวง และอาการทางจิต

## ตารางที่ 2 (ต่อ)

ผู้วิจัย	กลุ่มตัวอย่าง	ตัวแปรต้น	ตัวแปรตาม	ผลการวิจัย
			- สุขภาพจิต (SCL-90)	- นิสิตชายและหญิงมีการปรับตัวเกี่ยวกับอาชีพและการศึกษา และปัญหาด้านความรู้สึกไม่ชอบติดต่อกับผู้อื่นและกลัวโดยไม่มีเหตุผลแตกต่างกัน
พาสนา ผโลศิลป์ (2535)	เด็กวัยรุ่น 200 คน แบ่งเป็น วัยรุ่นตอนต้น 400 คน วัยรุ่น ตอนกลาง 400 คนและ วัยรุ่นตอน ปลาย 400 คน	- เพศ - ระยะเวลา พัฒนาการ 1. วัยรุ่นตอนต้น 2. วัยรุ่นตอนกลาง 3. วัยรุ่นตอนปลาย	- ปัญหาการปรับตัว (The Mooney Problem Check List) มี 11 ด้าน	- เด็กวัยรุ่นตอนต้นเพศชายประสบปัญหา มากที่สุดด้านโรงเรียน และน้อยที่สุดในด้านบ้านและครอบครัว ส่วนวัยรุ่นตอนต้นเพศหญิงประสบปัญหามากที่สุดด้านโรงเรียน และน้อยที่สุดด้านสุขภาพ และพัฒนาการทางด้านร่างกาย - เด็กวัยรุ่นตอนกลางทั้งเพศชายและหญิงประสบปัญหาการปรับตัวมากที่สุดในด้านอนาคตเกี่ยวกับอาชีพและการศึกษา สำหรับเพศชายประสบปัญหาน้อยที่สุดในด้านเพศ เพศหญิงประสบปัญหาน้อยที่สุดในด้านการเงิน สภาพความเป็นอยู่และการงาน - เด็กวัยรุ่นตอนปลายทั้งเพศชายและหญิงประสบปัญหาการปรับตัวมากที่สุดในทางด้านการเรียน และประสบปัญหาน้อยที่สุดในด้านบ้านและครอบครัว
จุพาลักษณ์ รุ่งวิริยะพงษ์ (2542)	นิสิตชั้นปีที่ 1 767 คน	- กลุ่มสาขาวิชาที่ศึกษา - เพศ - อายุ - ภูมิลำเนาเดิม - สภาพที่อยู่อาศัย - สถานภาพครอบครัว	- การปรับตัวของนิสิต (The Student Adaptation to College Questionnaire) วัดการปรับตัว 4 ด้าน	- กลุ่มสาขาวิชาที่ศึกษามีผลต่อการปรับตัวด้านการเรียน - การเข้าร่วมกิจกรรมนอกหลักสูตร อายุ รายได้ของครอบครัว และระดับการศึกษาของบิดามารดามีผลต่อการปรับตัวด้านสังคม - การเข้าร่วมกิจกรรมนอกหลักสูตร อายุ กลุ่มสาขาวิชาที่ศึกษา รายได้ของครอบครัว ระดับการศึกษาของบิดามารดา อาชีพของมารดา และสภาพที่อยู่อาศัยของนิสิตมีผลต่อการปรับตัว

## ตารางที่ 2 (ต่อ)

ผู้วิจัย	กลุ่มตัวอย่าง	ตัวแปรต้น	ตัวแปรตาม	ผลการวิจัย
		<ul style="list-style-type: none"> <li>- รายได้ต่อเดือนของครอบครัว</li> <li>- อาชีพของบิดามารดา</li> <li>- ระดับการศึกษาของบิดามารดา</li> <li>- การเข้าร่วมกิจกรรมนอกหลักสูตร</li> </ul>		<p>ด้านส่วนตัวและอารมณ์</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- อายุ กลุ่มสาขาวิชาที่ศึกษา รายได้ของครอบครัว และระดับการศึกษาของบิดามารดามีผลต่อการปรับตัวด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย และการปรับตัวโดยรวม</li> <li>- การปรับตัวด้านการเรียน ด้านส่วนตัวและอารมณ์ ด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย และการปรับตัวโดยรวมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลการเรียนเทอมแรกของนิสิตในระดับต่ำ</li> </ul>
Helman (ค.ศ.2000)	นักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะวิทยาศาสตร์และวิศวกรรมศาสตร์ 174 คน	<ul style="list-style-type: none"> <li>- โปรแกรมการเรียนรู้ในการดำเนินชีวิต</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- การปรับตัวในมหาวิทยาลัย (The Student Adaptation to College Questionnaire)</li> <li>- เกรดเฉลี่ย</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- การปรับตัวด้านการเรียนและด้านสังคมไม่สัมพันธ์โดยตรงกับโปรแกรมการเรียนรู้การดำเนินชีวิต</li> <li>- การปรับตัวด้านการเรียนและด้านสังคมเป็นตัวทำนายการปรับตัวโดยรวมและเกรดเฉลี่ย</li> </ul>
จรรยา เกษศรีสังข์ (2537)	นายร้อยตำรวจ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- การปรับตัว (แบ่งได้ 3 ด้านคือ ด้านการเรียน ภาคทฤษฎี ด้านส่วนตัว และด้านสังคม</li> <li>- ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- การเผชิญปัญหา</li> </ul>	<p>การปรับตัวด้านการเรียนภาคทฤษฎี</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- นักเรียนนายร้อยตำรวจที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา มากที่สุด และใช้แบบหลีกเลี่ยงหนี้อยที่สุด สำหรับนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และรองลงมาใช้แบบประนีประนอม ส่วนนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบ</li> </ul>

## ตารางที่ 2 (ต่อ)

ผู้วิจัย	กลุ่มตัวอย่าง	ตัวแปรต้น	ตัวแปรตาม	ผลการวิจัย
				<p>หลีกหนี และรองลงมาใช้แบบมุ่งจัดการกับปัญหา</p> <p>การปรับตัวด้านส่วนตัว</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- นักเรียนนายร้อยตำรวจที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง และปานกลางใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามากที่สุด และใช้แบบหลีกหนีน้อยที่สุด ส่วนนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาทั้งสามแบบเท่า ๆ กัน</li> </ul> <p>การปรับตัวด้านสังคม</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- นักเรียนนายร้อยตำรวจที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามากที่สุด และใช้แบบหลีกหนีน้อยที่สุด สำหรับนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และใช้แบบประนีประนอมน้อยที่สุด ส่วนนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบ หลีกหนีมาก และใช้แบบประนีประนอมน้อยที่สุด</li> </ul>
Marcotte (ค.ศ.1997)	นักศึกษาระดับปีที่ 1 229 คน	<ul style="list-style-type: none"> <li>- การเผชิญปัญหาที่ประเมินว่าทำหาย</li> <li>- การเผชิญปัญหาที่ประเมินว่า ถูกคุกคาม</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- การปรับตัว (ด้านการเรียน, ด้านส่วนตัว และอารมณ์, ด้านสังคม, ด้านความผูกพันกับสถานศึกษา</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ปัญหาการปรับตัวและการเผชิญปัญหาที่ประเมินว่าถูกคุกคามมีผลต่อเกรดในเชิงลบ</li> <li>- การเผชิญปัญหาที่ประเมินว่าทำหาย มีผลต่อการปรับตัวในทางบวก</li> <li>- การเผชิญปัญหาที่ประเมินว่าถูกคุกคามมีผลต่อการปรับตัวในทางลบ</li> </ul>



ตารางที่ 2 (ต่อ)

ผู้วิจัย	กลุ่มตัวอย่าง	ตัวแปรต้น	ตัวแปรตาม	ผลการวิจัย
			และความ มุ่งมั่นใน เป้าหมาย	
Leong & Bonz (ค.ศ.1997)	นักศึกษา ชั้นปีที่ 1  161 คน	- การเผชิญ ปัญหา  (The COPE Scale)	- การปรับตัว วัดการปรับตัว 4 ด้าน คือ ด้าน การเรียน ด้าน ส่วนตัวและ อารมณ์ ด้าน สังคม และด้าน ความผูกพันกับ สถานศึกษา และความ มุ่งมั่นใน เป้าหมาย	- การปรับตัวด้านการเรียน และด้าน ส่วนตัวและอารมณ์ สัมพันธ์กับการ เผชิญปัญหา แต่การปรับตัวด้านสังคม และด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและ ความมุ่งมั่นในเป้าหมาย ไม่มีสัมพันธ์กับ การเผชิญปัญหา  - การเผชิญปัญหาด้านการลงมือ ดำเนินการแก้ปัญหาทำนายการปรับตัว ด้านการเรียนได้และทำนายการปรับตัว ด้านส่วนตัวและอารมณ์ในทางบวกได้  - การระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง ทำนายการปรับตัวด้านการเรียนใน ทาง ลบได้  - การระบายออกทางอารมณ์สัมพันธ์ ในทางลบกับการปรับตัวด้านส่วนตัว และอารมณ์
Chroniak & Marie (ค.ศ.1998)	นักศึกษา ชั้นปีที่ 1  การศึกษา แบ่งเป็น 2 ส่วน ได้แก่  1. การศึกษา ในเชิง ปริมาณ  69 คน	- การ เตรียมพร้อม ด้านการเรียน  - ความพร้อมใน บทบาททาง พัฒนาการ  - การฟื้นฟู	- การเผชิญ ปัญหา  - การปรับตัว	การศึกษาเชิงปริมาณ พบว่า  - การเตรียมพร้อมด้านการเรียน ข้อมูล พื้นฐานทางสังคม และความพร้อมใน บทบาททางพัฒนาการ ไม่ได้ทำนายการ ปรับตัวได้อย่างมีประสิทธิภาพ  - การฟื้นฟูที่เกี่ยวกับความหวัง (การ มองโลกแง่ดี) และการเห็นคุณค่าใน ตนเองทำนายการปรับตัวได้

## ตารางที่ 2 (ต่อ)

ผู้วิจัย	กลุ่มตัวอย่าง	ตัวแปรต้น	ตัวแปรตาม	ผลการวิจัย
	2. การศึกษา ในเชิง คุณภาพ 26 คน	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ความเครียดและการแสวงหาการสนับสนุนจากสถานศึกษา</li> <li>- การได้รับการสนับสนุนแบบไม่เป็นทางการ</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- นักศึกษาที่มีความเครียดสูงจะใช้การเผชิญปัญหาที่ไม่เหมาะสม และปรับตัวโดยรวม ปรับตัวด้านการเรียน และด้านส่วนตัวและอารมณ์ได้น้อย</li> <li>- การใช้การเผชิญปัญหาที่เหมาะสมสามารถทำนายนการปรับตัวโดยรวมได้ดี</li> <li>- นักศึกษาที่ใช้การเผชิญปัญหาที่ไม่เหมาะสมทำนายนการปรับตัวได้น้อย</li> </ul> <p>การศึกษาเชิงคุณภาพ พบว่า</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- การปรับตัวเป็นผลมาจากการเผชิญปัญหาที่เหมาะสม ซึ่งเกิด เนื่องจากนักศึกษารับรู้ถึงความมั่นคงที่ได้รับการสนับสนุน และมีความสามารถในการควบคุมและมีความหวัง</li> <li>- นักศึกษาส่วนใหญ่ใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และไม่เต็มใจที่จะแสวงหาความช่วยเหลือ</li> <li>- การปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ประกอบด้วย 3 ระยะคือ ช็อค/ความตื่นเต้น การรู้สึกตัว/การต่อสู้กับสิ่งที่เกิดขึ้น และมีความผาสุกมากขึ้น/การรับรู้ถึงสิ่งที่เป็นไปได้</li> </ul>
Matthews (ค.ศ.1998)	นักศึกษา ชั้นปีที่ 1 166 คน	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ความผูกพันกับพ่อแม่ (The Inventory of Parent and Peer Attachment)</li> <li>- รูปแบบของการเผชิญปัญหา (The COPE Scale)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- การปรับตัวจำแนกได้ 4 ด้าน ได้แก่ ด้านการเรียน ส่วนตัว และอารมณ์ ด้านสังคม และผูกพันกับสถานศึกษา</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ทรัพยากรภายในและภายนอกทำนายนการปรับตัวด้านการเรียน และด้านส่วนตัวและอารมณ์ได้ แต่ไม่สามารถทำนายนการปรับตัวด้านสังคม และ ความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมายได้</li> <li>- การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์และการสนับสนุนทางสังคมทำนายนการปรับตัวด้านการเรียนที่มีความสัมพันธ์ในทางลบระหว่างตัวแปร</li> </ul>

ตารางที่ 2 (ต่อ)

ผู้วิจัย	กลุ่มตัวอย่าง	ตัวแปรต้น	ตัวแปรตาม	ผลการวิจัย
			และความมุ่งมั่น ในเป้าหมาย (The Student Adaptation to College Questionnaire)	<p>ทำนายและการปรับตัวด้านการเรียน</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ ความผูกพันกับเพื่อน และเพศ</li> <li>ทำนายการปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ได้</li> <li>- การปรับตัวด้านการเรียนสัมพันธ์ในทางลบกับการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์และการปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์</li> <li>- ความผูกพันกับพ่อแม่ไม่สามารถทำนายการปรับตัวด้านใด ๆ ได้</li> </ul>
กรกวรรณ สุพรรณ วรธยา (2544)	นิสิตนักศึกษา 743 คน	<ul style="list-style-type: none"> <li>- เพศ</li> <li>- ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน</li> <li>- สาขาวิชา</li> <li>- การมองโลกในแง่ดี</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- กลวิธีการเผชิญปัญหา มี 3 แบบ คือ แบบมุ่งจัดการกับปัญหา แบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม และแบบหลีกเลี่ยง</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- นิสิตนักศึกษาใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมาก และใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบ หลีกเลี่ยงน้อยกว่า</li> <li>- นิสิตนักศึกษาที่มีระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน แตกต่างกันใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาทั้ง 3 แบบไม่แตกต่างกัน</li> <li>- นิสิตนักศึกษาหญิงใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่า นิสิตนักศึกษาชาย</li> </ul>
สุภาพรรณ โคตรจรัสและ ชุมพร ขงกิตติกุล (2545)	นักเรียน ชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 1 624 คน และชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 6 662 คน รวมทั้งหมด 1316 คน	<ul style="list-style-type: none"> <li>- การอบรมเลี้ยงดู (Parenting Style Rating Scale) วัดรูปแบบการเลี้ยงดู 4 แบบ คือ แบบเอาใจใส่ แบบ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- การปรับตัวด้านครอบครัว (Family Functioning Scale)</li> <li>- ความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Intelligence)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- นักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเอาใจใส่มีการปรับตัวด้านครอบครัว ได้ดีกว่า ใช้การเผชิญปัญหาแบบ มุ่งจัดการกับปัญหามากกว่า และใช้การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงน้อยกว่า</li> <li>- นักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม แบบตามใจ และแบบทอดทิ้ง และใช้การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่า มีระดับความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์</li> </ul>

## ตารางที่ 2 (ต่อ)

ผู้วิจัย	กลุ่มตัวอย่าง	ตัวแปรต้น	ตัวแปรตาม	ผลการวิจัย
		ควบคุม แบบตามใจ และแบบ ทอดทิ้ง - ผลสัมฤทธิ์ ทางการเรียน - เพศ	Scale) - การเผชิญปัญหา (Coping Scale) วัดการเผชิญ ปัญหา 3 แบบคือ แบบมุ่งจัดการ กับปัญหา แบบ แสวงหาการ สนับสนุนทาง สังคม และแบบ หลีกหนี	สูงกว่านักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดู แบบควบคุม และแบบทอดทิ้ง - นักเรียนหญิงใช้การเผชิญปัญหาแบบ แสวงหาการสนับสนุนทางสังคม มากกว่านักเรียนชาย - นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ระดับสูงมีการปรับตัวด้านครอบครัว ดีกว่า และใช้การเผชิญปัญหาแบบ หลีก หนีน้อยกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ ทางการเรียนระดับต่ำ
<b>Mattson</b> (ค.ศ.1987 )	นักศึกษา พยาบาล 38 คน	- อายุ - ชั้นปี - พัฒนาการ ในด้านความ เป็นผู้ใหญ่ (Student Developmen t Task Inventory-2)	- การเผชิญปัญหา (Ways of Coping)	- นักศึกษาที่มีระดับความเป็นผู้ใหญ่สูงจะ มีวิธีการเผชิญปัญหาในสถานการณ์สูง กว่ากลุ่มที่มีระดับความเป็นผู้ใหญ่ต่ำ - นักศึกษาที่ประสบความสำเร็จจะใช้ วิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพ โดยการใช้แก้ไขปัญหา การสนับสนุน ทางสังคม การมองโลกในแง่ดี ส่วน นักศึกษาที่เลือกใช้วิธีการที่ไม่มี ประสิทธิภาพจะเลือกใช้วิธีการตำหนิ ตนเอง การมีความคิดที่เป็นความ ประารถนา - พัฒนาการในด้านความเป็นผู้ใหญ่ และ การเผชิญปัญหาที่เคยประสบ ความสำเร็จในอดีตเป็นตัวทำนายที่ใช้ พยากรณ์ประสิทธิภาพของการ เผชิญ ปัญหา - อายุ และชั้นปีไม่มีความสัมพันธ์กับ คะแนนพัฒนาการในด้านความเป็น ผู้ใหญ่

## ตารางที่ 2 (ต่อ)

ผู้วิจัย	กลุ่มตัวอย่าง	ตัวแปรต้น	ตัวแปรตาม	ผลการวิจัย
Pauls (ค.ศ.1991)	นักศึกษา พยาบาล ชั้นปีที่ 1		<ul style="list-style-type: none"> <li>- วิธีการเผชิญปัญหา</li> <li>- ประสิทธิภาพความเครียด</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- นักศึกษาพยาบาลใช้วิธีการเผชิญปัญหา ได้แก่ การหาข้อมูล การแก้ไข ปัญหา การปรับโครงสร้างความคิดใหม่ และการวิเคราะห์โดยใช้เหตุผล และวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นด้านอารมณ์ ได้แก่ การสร้างสมดุลทางจิตใจ และหลีกเลี่ยงโดยจัดการกับอารมณ์</li> </ul>
Berzonsky (ค.ศ.1992)	นักศึกษา 171 คน	<ul style="list-style-type: none"> <li>- รูปแบบเอกลักษณ์จำแนก 3 รูปแบบ ได้แก่ แบบหาข้อมูล แบบธรรมดา และแบบหลีกเลี่ยง (แบบวัดลักษณะเอกลักษณ์)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- การเผชิญปัญหา (แบบวัดการเผชิญปัญหา)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- นักศึกษาที่มีลักษณะเอกลักษณ์แบบหลีกเลี่ยง และแบบธรรมดาใช้การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง</li> <li>- นักศึกษาที่มีลักษณะเอกลักษณ์แบบหาข้อมูลสัมพันธ์กับการเผชิญปัญหาแบบมั่นคง และแบบมุ่งจัดการกับปัญหา</li> </ul>
Doule (ค.ศ.1993)	นิสิตนักศึกษา		<ul style="list-style-type: none"> <li>- ความเครียดในชีวิตประจำวัน</li> <li>- การเผชิญปัญหา</li> <li>- ความเชื่อภายในและภายนอก</li> <li>- คุณภาพชีวิต</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ความเครียดในชีวิตประจำวันมีความสัมพันธ์ทางบวกกับอาการทางจิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ</li> <li>- การเผชิญปัญหาที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับอาการทางจิตอย่างมีนัยสำคัญคือ การระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง การพึ่งศาสนา การปฏิเสธ การไม่เกี่ยวข้องทางความคิด และการระบายออกทางอารมณ์</li> </ul>

ตารางที่ 2 (ต่อ)

ผู้วิจัย	กลุ่มตัวอย่าง	ตัวแปรต้น	ตัวแปรตาม	ผลการวิจัย
				<ul style="list-style-type: none"> <li>- การเผชิญปัญหาที่มีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญกับคุณภาพชีวิต คือ การตีความหมายใหม่ในทางบวก และการเติบโต การลงมือดำเนินการ แก้ปัญหา การวางแผน การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อได้รับกำลังใจ และการพึ่งศาสนา</li> <li>- การเผชิญปัญหาที่มีความสัมพันธ์ทางลบอย่างมีนัยสำคัญกับคุณภาพชีวิตคือ การไม่แสดงออกทางพฤติกรรม</li> <li>- นิสิตที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนมีคุณภาพชีวิต ดีกว่านิสิตที่ไม่มี ความเชื่ออำนาจภายในตนอย่างมีนัยสำคัญ</li> </ul>
Holmbeek & Wandrei (ค.ศ.1993)	นักศึกษา	<ul style="list-style-type: none"> <li>- บุคลิกภาพ</li> <li>- เพศ</li> <li>- โครงสร้างของการใช้ชีวิต</li> <li>- การทำงานของครอบครัว</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- การปรับตัวในมหาวิทยาลัย</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- บุคลิกภาพเป็นตัวทำนายการปรับตัวได้ดีกว่าโครงสร้างของการใช้ชีวิต</li> <li>- นักศึกษาทั้งเพศชายและหญิงที่มีความรู้สึกรับรองต่อครอบครัวจะปรับตัวได้ดี</li> <li>- เพศชายจะมีบุคลิกภาพแบบอิสระมากกว่าเพศหญิง แต่เพศหญิงมีความสามารถในการสร้างสัมพันธภาพมากกว่าเพศชาย</li> <li>- เพศชายและหญิงมีการปรับตัวแตกต่างกัน</li> </ul>
Verma และคณะ (ค.ศ.1995)	นิสิตนักศึกษา 205 คน		<ul style="list-style-type: none"> <li>- การเผชิญปัญหา (แบบวัดการเผชิญปัญหา) จำแนกได้ 4 รูปแบบ คือ การแสวงหาความช่วยเหลือ การมุ่งจัดการกับ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- นิสิตนักศึกษาเผชิญสถานการณ์ยุ่งยากด้วยวิธีการที่รอบคอบและมีแนวโน้มที่จะหลีกเลี่ยงปัญหาที่ต้องเผชิญในชีวิต</li> <li>- เพศชายใช้เครื่องมือผสมแอลกอฮอล์หรือยาเป็นบางครั้งเพื่อหลีกเลี่ยงปัญหา ส่วนเพศหญิงใช้การอธิษฐานหรือหวังว่าจะดีขึ้น</li> </ul>

## ตารางที่ 2 (ต่อ)

ผู้วิจัย	กลุ่มตัวอย่าง	ตัวแปรต้น	ตัวแปรตาม	ผลการวิจัย
			ปัญหา การ แก้ไขที่อารมณ์ และการ หลีกเลี่ยง	- เมื่อเผชิญกับปัญหา และพยายามที่จะ แก้ปัญหานั้น เพศหญิงมีอารมณ์เสีย มากกว่าเพศชาย
Harju & Bolen (ค.ศ.1998)	นักศึกษา 204 คน	- เพศ - การมองโลกใน แง่ดี (แบบวัด แนวทางการ ดำเนินชีวิต ฉบับปรับปรุง)	- การเผชิญ ปัญหา (Brief COPE) - องค์ประกอบ ด้านระดับ คุณภาพชีวิต	- ผู้ที่มองโลกในแง่ดีสูงจะมีสุขภาพดี มีระดับคุณภาพชีวิตสูง และใช้กลวิธี การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นการ กระทำ และการเปลี่ยนมุมมองปัญหา ในทางบวก - ผู้ที่มองโลกในแง่ดีต่ำ จะมีความไม่ พึงพอใจกับคุณภาพชีวิตของตน ทั้งหมด และใช้วิธีการไม่ยุ่งเกี่ยวกับ ปัญหาและดื่มสุรา - นักศึกษาหญิงที่มีระดับคุณภาพชีวิต สูงจะเผชิญปัญหาโดยใช้วิธีการ แสดงออกทางอารมณ์ และการหาที่พึ่ง ทางศาสนา ส่วนนักศึกษาชาย มักใช้ การยอมรับและการมีอารมณ์ขัน
การออกแบบการวิจัย: การทดสอบ Model				
Aspinwall & Taylor (ค.ศ.1992)	นักศึกษา ชั้นปีที่ 1 672 คน	- การมองโลกใน แง่ดี (Life Orientation Test) - Psychological control (Rotter's Locus of Control, Burger's Desire for Control Scale)	- การปรับตัว (Index of Well-being, The Perceived Stress Scale, Dunkel- Schettered Lobel's Assessment of Academic Stress,	- นิสิตนักศึกษาที่ใช้การลงมือแก้ปัญหา มากกว่าหลีกเลี่ยงปัญหาจะมีการ ปรับตัวทางบวกมากขึ้น - องค์ประกอบด้านลักษณะนิสัย เช่น การมองโลกในแง่ดี การเห็นคุณค่า ในตนเองมีอิทธิพลต่อการปรับตัว เนื่องจากส่งผลกระทบต่อวิธีการ เผชิญปัญหาที่เลือกใช้

ตารางที่ 2 (ต่อ)

ผู้วิจัย	กลุ่มตัวอย่าง	ตัวแปรต้น	ตัวแปรตาม	ผลการวิจัย
		<ul style="list-style-type: none"> <li>- การเห็นคุณค่าในตนเอง (Rosenberg Self-esteem Inventory)</li> <li>- การเผชิญปัญหา (Ways of Coping Instrument, UCLA Social Support Inventory)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Self-reported Adjustment to College, The Cohen-Hoberman Inventory of Physical Symptoms, Pintrich's Motivated Learning Strategies Questionnaire, Mallinckrodt's Work on Dropout Intention)</li> </ul>	

ผู้วิจัยได้ศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องเกี่ยวกับการปรับตัวและกลวิธีการเผชิญปัญหา สำหรับการปรับตัวนั้นพบว่า เพศชายและหญิงมีการปรับตัวแตกต่างกันหรือไม่นั้นยังไม่มีข้อค้นพบที่ชัดเจน (Holmbeck and Wandrei, 1993; Leong and Bonz, 1997; จุฬาลักษณ์ รุ่งวิริยะพงษ์, 2542) นิสิตนักศึกษาต่างสาขาวิชาปรับตัวด้านการเรียน ด้านส่วนตัวและอารมณ์ ด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมายแตกต่างกัน (จุฬาลักษณ์ รุ่งวิริยะพงษ์, 2542) ส่วนนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำมีปัญหาการปรับตัวมากกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง (ดารณี ประคองศิลป์, 2530) สำหรับกลวิธีการเผชิญปัญหาพบว่า นิสิตนักศึกษาเพศชายและหญิงใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาและแบบหลีกเลี่ยงไม่แตกต่างกัน แต่ใช้แบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกัน โดยนิสิตนักศึกษาหญิงใช้กลวิธีนี้มากกว่านิสิตนักศึกษาชาย ส่วนนิสิตนักศึกษาต่างสาขาวิชาใช้กลวิธีการ



เผชิญปัญหาแบบหลีกหนีแตกต่างกัน และนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกัน ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาทั้งสามแบบไม่แตกต่างกัน (กรกวรรณ สุพรรณวรรณา, 2544) นอกจากนี้ ยังมีประเด็นที่น่าสนใจเกี่ยวกับประเภทของสถานศึกษาในลักษณะของมหาวิทยาลัยของรัฐและเอกชนซึ่งยังไม่มีผู้วิจัยคนใดศึกษา

ดังนั้นในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงได้ตั้งสมมติฐานการวิจัยของการปรับตัวในมหาวิทยาลัย กลวิธีการเผชิญปัญหา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ดังนี้

1. นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่มีภูมิลำเนาในด้านเพศ สาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษาที่แตกต่างกัน จะมีการปรับตัวในมหาวิทยาลัย และกลวิธีการเผชิญปัญหาแตกต่างกัน
2. นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกันจะมีการปรับตัวในมหาวิทยาลัย และกลวิธีการเผชิญปัญหาที่แตกต่างกัน



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

### บทที่ 3

#### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive Research) มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างการปรับตัวในมหาวิทยาลัย และรูปแบบการเผชิญปัญหาของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่มีภูมิหลังแตกต่างกันในด้านเพศ สาขาวิชา ประเภทของสถานศึกษา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

#### 1. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย นักศึกษาชายและหญิงที่กำลังศึกษา ระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ในปีการศึกษา 2544 ของมหาวิทยาลัยของรัฐและเอกชน จำนวน 651 คน เป็นนักศึกษาชาย 294 คน นักศึกษาหญิง 357 คน

#### การสุ่มกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยได้คัดเลือกนักศึกษาระดับปริญญาตรีจากมหาวิทยาลัยของรัฐและเอกชน ในปีการศึกษา 2544 โดยได้คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างด้วยการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) ตามสาขาวิชา เพศ และประเภทของสถานศึกษา ได้กลุ่มตัวอย่างที่ทำ แบบสอบถาม สมบูรณ์ และนำมาใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลทั้งสิ้น 651 คน จำแนกกลุ่มตัวอย่าง ตามชั้น ดังนี้

ตารางที่ 3 กลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ สาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษา

F	รัฐบาล						เอกชน						รวม					
	ชาย		หญิง		รวม		ชาย		หญิง		รวม		ชาย		หญิง		รวม	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1	75	11.5	70	10.7	145	22.3	65	10.0	39	6.0	104	16.0	140	47.7	109	30.5	249	38.2
2	35	6.0	70	10.8	109	16.7	44	6.7	56	8.6	100	15.4	83	28.2	126	35.3	209	32.1
3	21	3.2	69	10.6	90	13.8	50	7.7	53	8.1	103	15.8	71	24.1	122	34.2	193	29.6
รวม	135	20.7	209	32.1	344	52.8	159	24.4	148	22.7	307	47.2	294	100	357	100	651	100

หมายเหตุ F = สาขาวิชา, 1 = วิทยาศาสตร์, 2 = สังคมศาสตร์, 3 = มนุษยศาสตร์

## 2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป และแบบวัด 2 ฉบับ ดังนี้

2.1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง เป็นการสอบถามข้อมูลภูมิหลังของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ เพศ อายุ สถานศึกษา คณะ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (GPA) การมีส่วนร่วมในกิจกรรมอื่น ๆ ที่นอกเหนือจากการเรียน ผู้ที่นิสิตนักศึกษาอาศัยอยู่ด้วย จำนวนพี่น้อง ลำดับการเกิด อาชีพหลักของผู้นำครอบครัว และสถานที่พักของนิสิตนักศึกษา

2.2 แบบวัด ประกอบด้วย แบบวัด 2 ฉบับ คือ แบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัย และแบบวัดการเผชิญปัญหา

### แบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัย

แบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัย (The Student Adaptation to College Questionnaire) ที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้พัฒนาขึ้นโดยศึกษาแนวทางจากแบบวัดการปรับตัวของ Baker และ Siryk (1984, 1985, 1986) ที่ใช้วัดการปรับตัวของนักศึกษา ซึ่งมีจุดประสงค์คือใช้เป็นข้อมูลเพื่อการศึกษาเชิงจิตวิทยาและการวิจัยเกี่ยวกับการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัยของนิสิตนักศึกษา

#### 1. ลักษณะของแบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัย

แบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัยเป็นแบบวัดที่ให้ผู้ตอบรายงานตนเอง (self-report) เพื่อประเมินการปรับตัวของนักศึกษาในมหาวิทยาลัย ซึ่งข้อความจะเน้นคุณสมบัติในการปรับตัวของนักศึกษาต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย มีลักษณะเป็นมาตรประเมินค่า (Likert scale) 9 ระดับ ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 67 ข้อ ซึ่งวัดการปรับตัวในมหาวิทยาลัย 4 ด้าน โดยมีโครงสร้าง ดังนี้

1. การปรับตัวด้านการเรียน (Academic adjustment) ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 24 ข้อ ซึ่งครอบคลุมถึงประสบการณ์ด้านการเรียน โดยให้ประเมินทัศนคติที่มีต่อเป้าหมายในการเรียนและงานด้านการเรียนที่ต้องการจะทำ เช่น ฉันสนุกกับการเรียนของฉัน การทำตัวให้เหมาะกับงานด้านการเรียนได้ดีแค่ไหน เช่น ฉันไม่หยุดการเรียนของฉันไว้เพียงแค่นี้ ประสิทธิภาพหรือความพยายามด้านการเรียน เช่น เร็ว ๆ นี้ฉันพยายามที่จะตั้งใจเรียนแต่ทำได้ยาก และการยอมรับสภาพแวดล้อมด้านการเรียน เช่น ฉันพอใจกับรายวิชาที่ลงเรียนในเทอมนี้

2. การปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ (Personal/emotional adjustment) ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 15 ข้อ ซึ่งสัมพันธ์กับลักษณะเฉพาะเจาะจงของประสบการณ์ที่เพิ่มความกดดันโดยทั่วไป โดยถามถึงความรู้สึกด้านจิตใจ เช่น เมื่อไม่นานมานี้ฉัน รู้สึกเครียดและหงุดหงิด และด้านร่างกาย เช่น ฉันไม่สามารถนอนหลับให้สนิทได้

3. การปรับตัวด้านสังคม (Social adjustment) ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 20 ข้อ ซึ่งเกี่ยวกับการประเมินค่าและการประสบความสำเร็จในกิจกรรมและการทำหน้าที่ในสังคม โดยทั่วไป เช่น ฉันเข้าร่วมกิจกรรมในมหาวิทยาลัย การจัดการกับสัมพันธ์ระหว่างบุคคล โดยตรงมากขึ้น เช่น ฉันพบกับคนจำนวนมาก และทำให้มีเพื่อนมากเท่าที่ฉันอยากได้ เกี่ยวกับการย้ายที่อยู่ ฉันรู้สึกว่าเหวเมื่อต้องห่างจากบ้านในตอนนี้ การยอมรับสิ่งแวดล้อมทางสังคม เช่น ฉันสนุกกับการอยู่ในหอพัก

4. การปรับตัวด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย (Institutional attachment/goal commitment) ประกอบด้วย ข้อกระทงจำนวน 15 ข้อ ประกอบด้วยข้อความเกี่ยวกับความรู้สึกที่มีต่อมหาวิทยาลัยโดยทั่วไป และการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัยโดยเฉพาะเจาะจง เช่น ฉันรู้สึกว่าฉันเหมาะกับมหาวิทยาลัยนี้ และอื่น ๆ ซึ่งสัมพันธ์กับสถานศึกษาและ/หรือการผูกมัดตนเองกับเป้าหมาย โดยข้อกระทงจำนวน 8 ข้อจะซ้ำกับข้อกระทงของการปรับตัวด้านสังคม และข้อกระทงจำนวน 1 ข้อจะซ้ำกับข้อกระทงของการปรับตัวด้านการเรียน

วิธีการตอบแบบสอบถามและเกณฑ์การให้คะแนน

ให้ผู้ตอบแบบสอบถามเลือกตอบจากมาตราประเมินค่า 9 ระดับ ตั้งแต่ 1-9 โดยเลือกตอบ 1 ระดับ ที่อยู่ในช่องระหว่าง 1 ถึง 9 ตามรูปแบบดังนี้

1	2	3	4	5	6	7	8	9
*	*	*	*	*	*	*	*	*

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

### เกณฑ์การให้คะแนน

การตรวจให้คะแนนแต่ละข้อกระทงในแบบสอบถามชุดนี้มี 2 ลักษณะ คือ ข้อกระทงทางบวก และข้อกระทงทางลบ โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

คำตอบหรือตัวเลือก	ข้อกระทงทางบวก	ข้อกระทงทางลบ
ตรงมากที่สุด	9	1
	8	2
	7	3
	6	4
	5	5
	4	6
	3	7
	2	8
ไม่ตรงเลย	1	9

คะแนนรวมจากแบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัยทั้งฉบับ คะแนนสูงหมายถึง การประเมินตนเองว่าปรับตัวในมหาวิทยาลัยได้ดี คะแนนต่ำหมายถึง มีความยุ่งยากในการปรับตัว

2. คุณภาพของแบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัย (The Student Adaptation to College Questionnaire) ของ Baker และ Siryk

Baker และ Siryk ได้สร้างแบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัย เพื่อทำความเข้าใจเกี่ยวกับการปรับตัวของนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัย Clark ให้มากขึ้น โดยได้เริ่มทำการศึกษาในปี ค.ศ.1980 ถึง 1984

## 2.1 การประเมินค่าความตรง (Validity)

Baker และ Siryk (1989 cited in Dahmas and Bernadin, 1992) ได้ประเมินค่าความตรงด้วยวิธีหาค่าความตรงที่สัมพันธ์กับเกณฑ์ (Criterion-related Validity) โดยเปรียบเทียบกับเกณฑ์ในแต่ละมาตรวัด ดังนี้ การปรับตัวด้านการเรียนตรวจสอบความตรงด้วยเกรดเฉลี่ย พบว่ามีความสัมพันธ์ทางบวก ( $r = .17$  ถึง  $.53$ ,  $p < .01$ ) การปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ตรวจสอบความตรงจากการถามว่านิสิตนักศึกษารู้จักศูนย์บริการทางจิตวิทยาในมหาวิทยาลัยซึ่งพบความสัมพันธ์ทางลบ ( $r = -.23$  ถึง  $-.34$ ,  $p < .01$ ) การปรับตัวด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมายตรวจสอบความตรงด้วยข้อมูลการออกจากมหาวิทยาลัยกลางคัน พบความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญ ( $r = -.27$  ถึง  $-.41$ ,  $p < .01$ )

## 2.2 การประเมินค่าความเที่ยง (Reliability)

Baker และ Siryk (1989 cited in Dahmas and Bernadin, 1992) ได้หาค่าความเที่ยงโดยวิธีการประเมินค่าความคงที่ภายใน (internal consistency) จากสูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) พบว่าการปรับตัว รวมทุกด้านมีค่าความเที่ยงอยู่ในช่วง  $.92 - .95$  การปรับตัวด้านการเรียนมีค่าความเที่ยงอยู่ในช่วง  $.81 - .90$  การปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์มีค่าความเที่ยงอยู่ในช่วง  $.77 - .86$  การปรับตัวด้านสังคมมีค่าความเที่ยงอยู่ในช่วง  $.83 - .91$  และการปรับตัวด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมายมีค่าความเที่ยงอยู่ในช่วง  $.85 - .91$

### แบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัยที่ผู้วิจัยพัฒนากับกลุ่มนิสิตนักศึกษาไทย

#### 1. ลักษณะของแบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัย

แบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัยเป็นแบบวัดที่ให้ผู้ตอบรายงานตนเอง (self-report) เพื่อประเมินการปรับตัวของนักศึกษาในมหาวิทยาลัย ซึ่งข้อความจะเน้นคุณสมบัติในการปรับตัวของนักศึกษาต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย มีลักษณะเป็นมาตรประเมินค่า (Likert scale) 4 ระดับ ได้แก่ ตรงมาก ตรง ไม่ค่อยตรง และไม่ตรงเลย ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 59 ข้อ ซึ่งวัดการปรับตัวในมหาวิทยาลัย 4 ด้าน โดยมีโครงสร้าง ดังนี้

1. การปรับตัวด้านการเรียน (Academic adjustment) เป็นการประเมินประสบการณ์ด้านการเรียน ความต้องการ เป้าหมาย งานด้านการเรียน ประสิทธิภาพ รวมทั้งการยอมรับสิ่งแวดล้อมด้านการเรียน ประกอบด้วย ข้อกระทงจำนวน 17 ข้อ

2. การปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ (Personal/emotional adjustment) เป็นการประเมินปัญหาทางด้านจิตใจ (Psychological distress) หรืออาการทางร่างกายที่เป็นผลมาจากจิตใจ (Somatic consequence of distress) ประกอบด้วย ข้อกระทงจำนวน 15 ข้อ

3. การปรับตัวด้านสังคม (Social adjustment) เป็นการประเมินสัมพันธภาพระหว่างบุคคลของนิสิตนักศึกษา (การทำความรู้สึกเพื่อน การสร้างความสัมพันธ์ และการเข้าร่วมกลุ่มเพื่อน) ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 19 ข้อ

4. การปรับตัวด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย (Institutional attachment/goal commitment) เป็นการประเมินความรู้สึกของนิสิตนักศึกษาที่มีต่อมหาวิทยาลัยที่กำลังศึกษาอยู่ ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 14 ข้อ ซึ่งการปรับตัวด้านนี้จะมีข้อกระทงจำนวน 8 ข้อ ที่ซ้ำกับการปรับตัวด้านอื่น ๆ โดยซ้ำกับการปรับตัวด้านการเรียนจำนวน 1 ข้อ และซ้ำกับการปรับตัวด้านสังคมจำนวน 7 ข้อ

วิธีการตอบแบบสอบถามและเกณฑ์การให้คะแนน

การตรวจให้คะแนนแต่ละข้อกระทงในแบบสอบถามชุดนี้มี 2 ลักษณะ คือ ข้อกระทงทางบวก และข้อกระทงทางลบ โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

คำตอบ	คะแนน	
	ข้อกระทงทางบวก	ข้อกระทงทางลบ
ตรงมาก	4	1
ตรง	3	2
ไม่ค่อยตรง	2	3
ไม่ตรงเลย	1	4

ข้อกระทงทางด้านลบมีทั้งหมด 34 ข้อ (ภาคผนวก ข)

ในแบบสอบถามจำนวน 59 ข้อ นั้น จะมีข้อกระทงอยู่ 2 ข้อที่ไม่ได้จัดอยู่ในด้านใดด้านหนึ่ง ซึ่งได้แก่ ข้อกระทงข้อที่ 21 และ 55 โดยจะนำคะแนนของข้อกระทงทั้งสองข้อมาคิดคะแนนการปรับตัวรวม แต่ไม่นำมาคิดรวมกับการปรับตัวด้านใดด้านหนึ่งใน 4 ด้าน เนื่องจาก ข้อกระทงทั้งสองข้อนี้ เป็นข้อกระทงที่ตรวจสอบความตั้งใจในการตอบแบบสอบถาม ซึ่งหากผู้ตอบตอบข้อกระทงทั้ง 2 ข้อนี้ไม่ตรงกันหรือบิดเบือนเกิน 1 ระดับ ให้คัดแบบสอบถามชุดนั้นออก เพราะผู้ตอบแบบสอบถามไม่ตั้งใจในการตอบ

คะแนนรวมจากแบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัยทั้งฉบับ คะแนนสูงหมายถึง การประเมินตนเองว่าปรับตัวในมหาวิทยาลัยได้ดี คะแนนต่ำหมายถึง มีความยุ่งยากในการปรับตัว

#### การแปลผล

ผู้วิจัยใช้เกณฑ์การตัดคะแนนของคะแนนเฉลี่ยรวมในแต่ละด้าน โดยมีเกณฑ์การตัดคะแนนดังนี้

ช่วงคะแนนระหว่าง	ความหมาย
1.00 – 1.99	ปรับตัวไม่ได้/มีปัญหาในการปรับตัวมาก
2.00 – 2.49	ปรับตัวได้น้อย/มีปัญหาการปรับตัวค่อนข้างมาก
2.50 – 2.99	ปรับตัวได้ปานกลางค่อนข้างดี/มีปัญหาการปรับตัวปานกลางถึงค่อนข้างน้อย
3.00 – 3.49	ปรับตัวได้ดี/ไม่มีปัญหาการปรับตัว
3.50 – 4.00	ปรับตัวได้ดีมาก/ไม่มีปัญหาการปรับตัวเลย

#### 2. การพัฒนาแบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัยของผู้วิจัย

ผู้วิจัยได้พัฒนาแบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัย โดยดำเนินการตามลำดับขั้นตอน ดังนี้

1. ศึกษาแนวคิด งานวิจัย และแบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัยของ Baker และ Siryk
2. สร้างคำถามปลายเปิดเพื่อสำรวจปัญหาการปรับตัวเองของนักศึกษาในประเทศไทย



3. ศึกษาข้อความของแบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัย นำมาเป็นแนวทางในการสร้างข้อกระทง รวมทั้งประมวลปัญหาจากคำถามปลายเปิด เพื่อนำมาเพิ่มเติมแบบสอบถามให้สอดคล้องกับกลุ่มตัวอย่าง

#### 4. การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

##### 4.1 การประเมินค่าความตรง (Validity)

###### 4.1.1 การตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity)

ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัยฉบับที่ได้พัฒนาตามแนวทางของ Baker และ Siryk จำนวน 70 ข้อ ไปตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา โดยผู้ทรงวุฒิซึ่งเป็นอาจารย์ประจำคณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 3 ท่าน คือ รองศาสตราจารย์ สุภาพรรณ โคตรจรัส รองศาสตราจารย์ ดร.ชุมพร ยงกิตติกุล และ รองศาสตราจารย์ ดร.โสริช โพธิแก้ว ตรวจสอบสำนวนภาษา และความเหมาะสมในการนำไปใช้กับกลุ่มตัวอย่าง

###### 4.2.2 การตรวจสอบความตรงตามสภาพ (Concurrent Validity)

ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่ได้ปรับปรุงแล้วไปทดลองใช้กับนักศึกษาปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 จำนวน 40 คน และนำข้อมูลที่ได้วิเคราะห์หาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น ๆ ในแต่ละด้าน (Corrected Item-total Correlation: CITC) โดยคัดเลือกข้อความที่มีค่า  $r$  สูงกว่า .20 พบว่ามีข้อความที่ผ่านเกณฑ์จำนวน 59 ข้อ ไม่ผ่านเกณฑ์จำนวน 11 ข้อ

ผู้วิจัยนำข้อความที่มีค่า  $r$  ต่ำกว่า .20 มาปรับปรุง และนำเสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิ 2 ท่านคือ รองศาสตราจารย์ สุภาพรรณ โคตรจรัส และรองศาสตราจารย์ ดร. ชุมพร ยงกิตติกุล เพื่อพิจารณาปรับปรุงแก้ไขร่วมกัน

จากนั้นผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขจำนวน 64 ข้อ ไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ถึง 4 จำนวน 100 คน แล้วนำข้อมูลมาวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อโดยการทดสอบค่าที (t-test) แบบกลุ่มอิสระ โดยใช้กลุ่มคะแนนสูงและกลุ่มคะแนนต่ำ ร้อยละ 27 โดยคัดเลือกข้อที่มีค่าอำนาจจำแนกสูง หรือมีค่าที (t-test) มากกว่า 1.70 ขึ้นไป ที่ระดับนัยสำคัญ .05 พบว่ามีข้อกระทงที่มีค่าที่สูงกว่า 1.70 จำนวน 59 ข้อ และหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น ๆ ในแต่ละด้าน (Corrected Item-total

Correlation: CITC) พบว่ามีค่าสหสัมพันธ์ระหว่างรายข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น ๆ ใน แต่ละด้านอยู่ในช่วง .19 ถึง .61 และข้อกระทงจำนวน 1 ข้อ ที่ไม่ผ่านเกณฑ์ แต่ต้องคงไว้เพื่อให้แบบสอบถามมีข้อกระทงที่ครอบคลุมทุกแง่มุม

หลังจากนั้นผู้วิจัยตรวจสอบความตรงตามสภาพของแบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัย โดยการตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างผลของแบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัยกับผลของการประเมินภาพรวมเกี่ยวกับการปรับตัวในแต่ละด้านของนิสิตนักศึกษา ด้วยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (Pearson's product-moment correlation coefficient) ซึ่งมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของผลของแบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัย

แต่ละด้านกับผลของการประเมินภาพรวมด้วยตนเองเกี่ยวกับการปรับตัวในแต่ละด้านของนิสิตนักศึกษา

ผลการประเมินภาพรวมด้วยตนเอง	ผลการประเมินตนเองด้วยแบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัย			
	ด้านการเรียน	ด้านส่วนตัวและอารมณ์	ด้านสังคม	ความผูกพันกับสถานศึกษาฯ
ด้านการเรียน	.56**	.41**	.41**	.40**
ด้านส่วนตัวและอารมณ์		.61**	.55**	.48**
ด้านสังคม			.60**	.48**
ความผูกพันกับสถานศึกษาฯ				.59**

\*\* p < .01

จากตารางที่ 4 นิสิตนักศึกษาประเมินภาพรวมด้วยตนเองได้สอดคล้องกับการประเมินตนเองด้วยแบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัย ดังจะเห็นได้จากค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ที่มีค่าในระดับปานกลางค่อนข้างสูง และมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01

#### 4.2 การประเมินค่าความเที่ยง (Reliability)

ในประเทศไทย จุฬาลักษณ์ รุ่งวิริยะพงษ์ (2542) ได้นำแบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัยมาแปลและเรียบเรียงเป็นภาษาไทย เพื่อวัดการปรับตัวในมหาวิทยาลัยของนิสิต โดยนำไปใช้กับนิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยที่ไม่ใช่ กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน แล้วนำข้อมูลมาวิเคราะห์หาค่าความเที่ยงด้วยวิธีการประเมินค่าความคงที่ภายใน (internal consistency) ด้วยสูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficients) พบว่าการปรับตัวโดยรวมมีค่าความเที่ยง .87 การปรับตัวด้านการเรียนมีค่าความเที่ยง .74 การปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ มีค่าความเที่ยง .83 การปรับตัวด้านสังคมมีค่าความเที่ยง .77 และการปรับตัวด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมายมีค่าความเที่ยง .69

ในส่วนของแบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัยที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น ผู้วิจัยได้ตรวจสอบค่าความเที่ยงของแบบสอบถามด้วยการนำคะแนนที่ได้จากนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ถึงปีที่ 4 จำนวน 100 คน หาค่าความเที่ยง (Reliability) โดยวิธีประเมินค่าความคงที่ภายใน (Internal Consistency) ด้วยสูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficients) ได้สัมประสิทธิ์แอลฟาทั้งฉบับเท่ากับ .90 ซึ่งเป็นค่าความเที่ยงในระดับสูง และหาค่าความเที่ยงของแบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัยในแต่ละด้าน ซึ่งมีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา ดังนี้

ตารางที่ 5 ค่าความเที่ยงของแบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัยของ Baker และ Siryk และแบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัยของนิสิตนักศึกษาไทย

มาตรวัด	จำนวน ข้อ	ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา		จำนวน ข้อ	ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา เปรมพร มั่นเสมอ
		Baker และ Siryk	จุฬาลักษณ์ รุ่งวิริยะพงษ์		
ด้านการเรียน	24	.81 - .90	.74	20	.69
ด้านส่วนตัวและ อารมณ์	15	.77 - .86	.83	16	.80
ด้านสังคม	20	.83 - .91	.77	20	.81
ความผูกพันกับ สถานศึกษาฯ	15	.85 - .91	.69	15	.80
รวมทั้งฉบับ	67	.92 - .95	.87	64	.90

### 4.3 การหาค่าคะแนนที่ปกติ

ผู้วิจัยหาค่าคะแนนที่ปกติ (Normalized T-score) เพื่อใช้แปลความหมายของคะแนนแบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัย โดยนำคะแนนโดยรวมและคะแนนรวมรายด้านของแบบสอบถามการปรับตัวที่ได้จากนิสิตนักศึกษาจำนวน 651 คน มาหาค่าคะแนนที่ (T-score) ด้วยสูตร  $T = 50 + 10Z$  ได้ค่าคะแนนดิบของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยโดยรวมอยู่ระหว่าง 111-220 การปรับตัวด้านการเรียนอยู่ระหว่าง 26-64 ด้านส่วนตัวและอารมณ์อยู่ระหว่าง 21-58 ด้านสังคมอยู่ระหว่าง 33-74 ด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย อยู่ระหว่าง 22-56 และค่าคะแนนที่ของคะแนนดิบโดยรวมและรายด้าน และค่าระดับเปอร์เซ็นต์ไทล์ ดังรายละเอียดในภาคผนวก ฉ

### แบบวัดการเผชิญปัญหา

แบบวัดการเผชิญปัญหาที่ผู้วิจัยจะได้นำมาพัฒนานั้น เป็นแบบวัดการเผชิญปัญหาของสุภาพรรณ โคตรจรัส (2539) และสุภาพรรณ โคตรจรัส และชุมพร ขงกิตติกุล (2544) ที่มีพื้นฐานทฤษฎีความเครียดและการเผชิญความเครียดของ Lazarus (1966; Lazarus and Folkman, 1984; Folkman and Lazarus, 1988) และใช้กรอบอ้างอิงในการพัฒนาแบบวัดของ Carver, Scheier และ Weintraub (1989) และ Frydenberg และ Lewis (1993) รวมทั้งการวิเคราะห์โครงสร้างทางจิตมิติของแบบวัดการเผชิญปัญหาโดย Cook และ Hepper (1997)

#### 1. ลักษณะของแบบวัดการเผชิญปัญหา

แบบวัดการเผชิญปัญหาเป็นแบบวัดที่ให้ผู้ตอบรายงานตนเอง (self-report) เกี่ยวกับวิธีที่ใช้เมื่อประสบปัญหาหรือความเครียด มีลักษณะเป็นมาตราประเมินค่า (Likert scale) 5 ระดับ ตั้งแต่ ทำบ่อยมาก (5) ไปจนถึง ไม่ทำเลย (1) ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 55 ข้อ (ภาคผนวก ข) ซึ่งวัดรูปแบบการเผชิญปัญหา 3 รูปแบบ ได้แก่ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม และการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง โดยประกอบด้วยมาตรวัดย่อย 17 ด้าน โดยมีโครงสร้างดังนี้

1. การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา (Problem-Focused Coping) เป็นองค์ประกอบในการเผชิญปัญหาในด้านที่แสดงถึงความพยายามในการจัดการกับปัญหา โดยตรง ประกอบด้วยมาตรวัดย่อย 8 ด้าน รวมข้อกระทงจำนวน 27 ข้อ ซึ่งแบ่งตามมาตรวัดย่อยได้ดังนี้

1.1 การลงมือดำเนินการแก้ปัญหา (Active Coping) และการวางแผน (Planning) ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงกระบวนการในการลงมือแก้ปัญหาเพื่อจัดสิ่งที ก่อให้เกิดความเครียด รวมถึงการลงมือแก้ปัญหาโดยตรง การใช้ความพยายามมากขึ้นในการ แก้ปัญหา การดำเนินการแก้ปัญหาคตามขั้นตอน และการคิดหาวิธีการในการเผชิญกับสิ่งที่ก่อให้เกิด ความเครียด คิดหาวิธีที่จะนำมาใช้ รวมทั้งขั้นตอนในการดำเนินการวางแผนสู่การปฏิบัติ ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 5 ข้อ

1.2 การทำงานหนักและความสำเร็จในงาน (Work Hard and Achieve) ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงการกระทำที่แสดงถึงความมุ่งมั่นสู่เป้าหมาย ความขยันหมั่นเพียร การทำงานหนักและทำให้สำเร็จ ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 3 ข้อ

1.3 การระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง (Suppression of Competing Activities) ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงการระงับสิ่งที่เข้ามารบกวนความใส่ใจในการเผชิญ ปัญหาอย่างเต็มที่ ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 3 ข้อ

1.4 การชะลอการเผชิญปัญหา (Restraint Coping) ประกอบด้วยข้อความที่ แสดงถึงการรอโอกาสที่เหมาะสมจึงจะลงมือทำ ต้องทำให้แน่ใจว่าจะไม่ทำให้เหตุการณ์เลวร้าย ยิ่งขึ้นถ้าลงมือทำเสียก่อน ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 3 ข้อ

1.5 การตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโต (Positive Reinterpretation and Growth) ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงการจัดการความกดดันทางอารมณ์ มากกว่าจัดการปรับเปลี่ยนสถานการณ์ โดยมองสถานการณ์นั้นในแงุ่มใหม่ในทางบวก มองหา ส่วนดีของเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น เรียนรู้จากประสบการณ์ที่ได้รับนั้น ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 3 ข้อ

1.6 การยอมรับ (Acceptance) ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงการยอมรับ ความเป็นจริงตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้น รวมทั้งมองโลกในแง่บวก ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 3 ข้อ

1.7 การหาทางผ่อนคลาย (Relaxation) ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงการ ทำกิจกรรมที่ชอบ ทำงานอดิเรก การดูแลสุขภาพร่างกาย หาความเพลิดเพลิน เพื่อการพักผ่อนหย่อน ใจ ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 4 ข้อ

1.8 การแสวงหาการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม (Seek to Belong) ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงการปฏิบัติตนที่แสดงถึงความใส่ใจ และเห็นความสำคัญในสัมพันธภาพกับผู้อื่น ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 3 ข้อ

2. การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม (Social Support Seeking) เป็นองค์ประกอบในการเผชิญปัญหาในด้านที่แสดงถึงความพยายามในการจัดการกับปัญหาโดยอาศัยแหล่งทรัพยากรต่าง ๆ ประกอบด้วยมาตรวัดย่อย 2 ด้าน รวมข้อกระทงจำนวน 8 ข้อ ซึ่งแบ่งตามมาตรวัดย่อยได้ดังนี้

2.1 การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อแก้ปัญหา (Seeking Instrumental Social Support) ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงการขอคำปรึกษา ขอข้อมูล รายละเอียดเกี่ยวกับเหตุการณ์เพิ่มเติม ขอทราบแนวทางการเผชิญปัญหาจากผู้ที่เคยประสบเหตุการณ์เช่นเดียวกันหรือการขอคำปรึกษาจากผู้เชี่ยวชาญ ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 5 ข้อ

2.2 การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อกำลังใจ (Seeking Emotional Social Support) ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงการพูดระบายความทุกข์เพื่อขอความเห็นใจ คำปลอบโยน รวมทั้งการหาที่พึ่งทางใจจากแหล่งต่าง ๆ ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 3 ข้อ

3. การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง (Avoidance) เป็นองค์ประกอบในการเผชิญปัญหาในด้านที่แสดงถึงการไม่สามารถเผชิญปัญหาได้ เป็นการใช้การหลีกเลี่ยงปัญหา ประกอบด้วยมาตรวัดย่อย 7 ด้าน รวมข้อกระทงจำนวน 20 ข้อ ซึ่งแบ่งตามมาตรวัดย่อยได้ดังนี้

3.1 การปฏิเสธ (Denial) ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงการปฏิเสธความเป็นจริงที่เกิดขึ้น และไม่สนใจต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 2 ข้อ

3.2 การไม่แสดงออกทางพฤติกรรม (Behavioral Disengagement หรือ Not Coping) ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงการลดความพยายามของบุคคลในการแก้ปัญหา เป็นพฤติกรรมที่แสดงถึงการช่วยตนเองไม่ได้ ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 3 ข้อ

3.3 การไม่เกี่ยวข้องทางความคิด (Mental Disengagement) ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงการลดความกดดันทางอารมณ์โดยการไม่คิดถึงปัญหา หรือเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด โดยหันไปทำกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้องไม่นำไปสู่การแก้ปัญหาหรือคิดว่าเหตุการณ์จะคลี่คลายได้เองหรือมีปาฏิหาริย์เกิดขึ้น ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 3 ข้อ

3.4 การเก็บความรู้สึกไว้คนเดียว (Keep to Self) ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงการไม่เปิดเผยความคิด ความรู้สึกต่าง ๆ ของตนให้ผู้อื่นรู้ รวมทั้งหลีกเลี่ยงการพบปะผู้อื่น ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 3 ข้อ

3.5 การตำหนิตนเอง (Self Blame) ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงการกระทำที่แสดงถึงการโทษตนเอง การตำหนิตนเอง ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 3 ข้อ

3.6 การเป็นกังวล (Worry) ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงความกังวลในเหตุการณ์หรือสถานการณ์ต่าง ๆ ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 3 ข้อ

3.7 การมุ่งใส่ใจในอารมณ์ที่เกิดขึ้น (Focus on Venting of Emotions) ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงการใส่ใจต่ออารมณ์ความรู้สึกที่มี และระบายความรู้สึกนั้นต่อ สิ่งต่าง ๆ อาจทำให้หมกมุ่นกับอารมณ์นั้นมากขึ้น หรือไม่ก่อให้เกิดประโยชน์ใด ๆ และอาจก่อให้เกิดอุปสรรคและปัญหามากขึ้น เช่น การใช้สุราหรือยา ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 3 ข้อ

#### วิธีการตอบแบบวัด

ให้ผู้ตอบแบบวัดประเมินตนเองว่าเมื่อท่านพบกับสภาพการณ์ที่ยุ่งยากและเป็นปัญหา หรือสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียด แล้วให้เลือกคำตอบที่ตรงกับการกระทำของคุณมากที่สุด จากนั้นให้ทำเครื่องหมายถูก (4) ลงในช่องที่ตรงกับคำตอบตามลำดับความมากน้อยที่ตรงกับการกระทำของคุณมากที่สุด โดยในแต่ละข้อจะมีตัวเลือกดังนี้

- |     |                    |         |   |
|-----|--------------------|---------|---|
| 1 = | ไม่ทำเลย           | หมายถึง | โดยทั่วไปฉันจะไม่ทำเช่นนั้นเลย          |
| 2 = | ไม่ค่อยได้ทำ       | หมายถึง | โดยทั่วไปฉันจะทำเช่นนั้นบ้างเล็กน้อย    |
| 3 = | ทำและไม่ทำพอ ๆ กัน | หมายถึง | โดยทั่วไปฉันจะทำเช่นนั้นในปริมาณปานกลาง |
| 4 = | ทำค่อนข้างบ่อย     | หมายถึง | โดยทั่วไปฉันจะทำเช่นนั้นเป็นส่วนมาก     |
| 5 = | ทำบ่อยมาก          | หมายถึง | โดยทั่วไปฉันจะทำเช่นนั้นเป็นประจำ       |

### เกณฑ์การให้คะแนน

การให้คะแนนจะให้คะแนนรายข้อ โดยมีช่วงคะแนนตั้งแต่ 1-5 คะแนน ซึ่งให้คะแนนรายข้อตามความบ่อยครั้งของการใช้วิธีการเผชิญปัญหาแต่ละวิธีดังนี้คือ

คำตอบ	คะแนน
ทำบ่อยมาก	5
ทำค่อนข้างบ่อย	4
ทำและไม่ทำพอ ๆ กัน	3
ไม่ค่อยได้ทำ	2
ไม่ทำเลย	1

### การแปลผล

ผู้วิจัยใช้เกณฑ์การตัดคะแนนของคะแนนเฉลี่ยรวมในแต่ละด้าน โดยคะแนนแต่ละช่วงแสดงถึงการใช้กลวิธีการเผชิญปัญหานั้น ๆ มากหรือน้อยตามเกณฑ์การตัดคะแนน ดังนี้

ช่วงคะแนนระหว่าง	การใช้กลวิธีการเผชิญปัญหา
1.00 – 2.49	น้อย
2.50 – 2.99	ปานกลางถึงค่อนข้างน้อย
3.00 – 3.49	ปานกลางถึงค่อนข้างมาก
3.50 – 5.00	มาก

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## การพัฒนาแบบวัดการเผชิญปัญหาของผู้วิจัย

ผู้วิจัยได้พัฒนาแบบวัดตามขั้นตอน ดังนี้

1. ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิด งานวิจัย และแบบวัดการเผชิญปัญหา ตลอดจนวิธีการประเมินจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งแบบวัดการเผชิญปัญหาฉบับที่ได้พัฒนาเป็นภาษาไทยของ สุภาพรณ โศตรจรัส (2539) เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาข้อกระทงของแบบวัดให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง

2. ผู้วิจัยได้พัฒนาแบบวัดร่วมกับกรกวรรณ สุพรรณวรธษา รัชนิษฐ์ แก้วคำศรี และวารภรณ์ รัตนาวชิษญกุล เพื่อใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนิสิตนักศึกษา โดยได้ศึกษางานวิจัยของ สุภาพรณ โศตรจรัส และชุมพร ขงกิตติกุล ที่นำแบบวัด COPE ของ Carver, Scheier และ Weintraub (1989) และแบบวัด Adolescent Coping Scale (ACS) ของ Frydenberg และ Lewis (1993) มาพัฒนาใช้สำหรับคนไทย ซึ่งเป็นพื้นฐานข้อมูลเดียวกัน ในขั้นตอนของการพัฒนาแบบวัดนั้น คณะผู้วิจัยได้พัฒนาภายใต้การให้คำปรึกษาของผู้เชี่ยวชาญด้านแบบวัดการเผชิญปัญหา 2 ท่าน คือ รองศาสตราจารย์ สุภาพรณ โศตรจรัส และรองศาสตราจารย์ ดร.ชุมพร ขงกิตติกุล

3. การกำหนดโครงสร้างและพัฒนาข้อกระทงของแบบวัด นำข้อมูลที่ได้จากการศึกษาทฤษฎีความเครียด และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องมาเป็นพื้นฐานในการปรับปรุงแบบวัดการเผชิญปัญหาที่มีจำนวน 92 ข้อ วัดกลวิธีการเผชิญปัญหา 17 ด้าน

### 4. การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

#### 4.1 การประเมินค่าความตรง (Validity)

##### 4.1.1 การประเมินค่าความตรงตามสภาพ (Concurrent Validity)

ผู้วิจัยได้นำข้อกระทงจำนวน 92 ข้อ ที่ได้จากการศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัย มาแบ่งออกเป็น 2 ฉบับ คือ ฉบับ A และฉบับ B ฉบับละ 46 ข้อ โดยคัดเลือกข้อกระทงในแต่ละด้านให้มีจำนวนข้อเท่า ๆ กันในแต่ละฉบับ รวมทั้งทำการสลับข้อกระทง แต่ละด้านให้คละกัน จากนั้นนำแบบวัดฉบับ A และฉบับ B (ภาคผนวก ง) ไปทดลองใช้โดยเก็บรวบรวมข้อมูลกับนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ฉบับละ 50 คน จากนั้นนำมาวิเคราะห์ ข้อมูลเพื่อคัดเลือก รายข้อโดยดูค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมในแต่ละด้าน (Corrected Item-total Correlation: CITC) ซึ่งได้พิจารณาพร้อมกับ รองศาสตราจารย์ สุภาพรณ โศตรจรัส และ รอง

ศาสตราจารย์ ดร.ชุมพร ขงกิตติกุล โดยเลือกข้อความที่มีค่าสูงในแต่ละด้าน ด้านละประมาณ 2-5 ข้อ จะได้ข้อกระทงของแบบวัดทั้งหมด 55 ข้อ

หลังจากได้คัดเลือกข้อกระทงจากแบบวัดทั้งสองฉบับมารวมเป็นแบบวัดฉบับเดียวได้ข้อกระทงทั้งหมด 55 ข้อแล้ว ผู้วิจัยปรับปรุงข้อกระทงหนึ่งข้อ ได้แก่ ข้อที่ 36 ในฉบับ A ก่อนที่จะนำไปทดลองใช้ครั้งที่ 2 กับนิสิตนักศึกษาจำนวน 125 คน เพื่อหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อในแต่ละด้านกับคะแนนรวมในแต่ละด้าน (Corrected Item-total Correlation : CITC) อีกครั้งหนึ่ง ได้ค่าสหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง .23 - .71 และหาค่าอำนาจจำแนกด้วยการทดสอบค่าที (t-test) แบบกลุ่มอิสระโดยใช้กลุ่มคะแนนสูงและกลุ่มคะแนนต่ำ ร้อยละ 27 โดยคัดเลือกข้อกระทงที่มีค่าอำนาจจำแนกสูง หรือมีค่าที่มากกว่า 1.70 ขึ้นไป ที่ระดับนัยสำคัญ .05 ค่าทีของแบบวัดฉบับนี้มีค่าอยู่ระหว่าง 1.71 – 15.02 ได้ข้อกระทงทั้งหมดของแบบวัดการเผชิญปัญหาฉบับใช้จริง 55 ข้อ (รายละเอียดแสดงไว้ในภาคผนวก ง)

#### 4.2 การตรวจสอบความเที่ยง (Reliability)

ผู้วิจัยนำคะแนนแบบวัดการเผชิญปัญหา ที่ได้จากนักศึกษาจำนวน 125 คน หาค่าความเที่ยง (Reliability) โดยวิธีประเมินค่าความคงที่ภายใน (internal consistency) ด้วยสูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficients) ได้สัมประสิทธิ์แอลฟาของกลวิธีการเผชิญปัญหาแต่ละด้าน ดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 6 ค่าความเที่ยงของแบบวัดการเผชิญปัญหา

กลวิธีการเผชิญปัญหา	ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา
การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา	.85
การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม	.84
การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง	.75
ค่าความเที่ยงทั้งฉบับ	.82

### 4.3 การหาค่าคะแนนที่ปกติ

ผู้วิจัยหาค่าคะแนนที่ปกติ (Normalized T-score) เพื่อใช้แปลความหมายของคะแนนแบบวัดการเผชิญปัญหา โดยนำคะแนนรวมรายด้านของแบบวัดที่ได้จากนิสิตนักศึกษาจำนวน 651 คน มาหาค่าคะแนนที่ (T-score) ด้วยสูตร  $T = 50 + 10Z$  ได้ค่าคะแนนดิบของคะแนนรูปแบบการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาอยู่ระหว่าง 62-145 แบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมอยู่ระหว่าง 12-72 และแบบหลีกเลี่ยงอยู่ระหว่าง 31-89 และค่าคะแนนที่ของคะแนนดิบในแต่ละด้าน และค่าระดับเปอร์เซ็นต์ไทล์ ดังรายละเอียดในภาคผนวก ข

#### ขั้นตอนในการวิจัย

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลตามขั้นตอน ดังนี้

1. ผู้วิจัยได้ทำหนังสือติดต่อขออนุญาตเก็บข้อมูลการวิจัยไปยังมหาวิทยาลัยของรัฐและเอกชน
2. ผู้วิจัยจัดดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยใช้วิธีแจกแบบวัดและเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองกับนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ของมหาวิทยาลัยของรัฐ ส่วนนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนนั้น ทางมหาวิทยาลัยเป็นผู้เก็บรวบรวมข้อมูลให้ตามที่ผู้วิจัยกำหนดกลุ่มตัวอย่างไว้

#### การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลในงานวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS ในการคำนวณและวิเคราะห์ค่าสถิติ ดังนี้

1. หาค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่ามัธยฐานเลขคณิต (X) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยโดยรวมและรายด้านทั้ง 4 ด้าน และคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแต่ละรูปแบบ

2. ทดสอบสมมติฐานการวิจัยโดยการวิเคราะห์ค่าความแปรปรวนสามทาง (Three-way ANOVA) โดยมีตัวแปรอิสระ ได้แก่ เพศ สาขาวิชา ประเภทของสถานศึกษา และ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และวิเคราะห์ตัวแปรตามที่ละตัว ได้แก่ คะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัย และคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา ถ้าผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จะทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่โดยวิธี Dunnett's T3

## บทที่ 4

### ผลการวิจัย

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล เสนอเป็นลำดับขั้นดังนี้

#### 1. ค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรทั้งหมด

1.1 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 จำแนกตามเพศ สาขาวิชา ประเภทของสถานศึกษา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

1.2 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 จำแนกตามเพศ สาขาวิชา ประเภทของสถานศึกษา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

2. ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของการปรับตัวในมหาวิทยาลัย และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 จำแนกตามเพศ สาขาวิชา ประเภทของสถานศึกษา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

2.1 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางของตัวแปรการปรับตัวในมหาวิทยาลัยโดยรวม และรายด้านทั้ง 4 ด้าน จำแนกตามตัวแปรดังนี้

2.1.1 จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และสาขาวิชา

2.1.2 จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และประเภทของสถานศึกษา

2.1.3 จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษา

2.2 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางของตัวแปรกลวิธีการเผชิญปัญหาทั้ง 3 แบบ จำแนกตามตัวแปรดังนี้

2.2.1 จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และสาขาวิชา

2.2.2 จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และประเภทของสถานศึกษา

2.2.3 จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษา

## 1. ค่าสถิติพื้นฐาน

1.1 การปรับตัวในมหาวิทยาลัยโดยรวม และรายด้านทั้ง 4 ด้านของนิสิตนักศึกษา ชั้นปีที่ 1 จำแนกตามเพศ สาขาวิชา ประเภทของสถานศึกษา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ตารางที่ 7 ค่าเฉลี่ย (X) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัย จำแนกตามเพศ สาขาวิชา ประเภทของสถานศึกษา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (N = 651)

ตัวแปร	จำนวน		การปรับตัวในมหาวิทยาลัย									
			โดยรวม		ด้านการเรียน		ด้านส่วนตัวและอารมณ์		ด้านสังคม		ด้านความผูกพันกับสถานศึกษา	
	คน	ร้อยละ	X	S.D.	X	S.D.	X	S.D.	X	S.D.	X	S.D.
เพศ												
ชาย	294	45.2	2.81	0.30	2.62	0.37	2.75	0.45	2.85	0.32	3.11	0.38
หญิง	357	54.8	2.87	0.29	2.66	0.35	2.79	0.46	2.92	0.34	3.19	0.39
สาขาวิชา												
วิทยาศาสตร์	249	38.2	2.82	0.28	2.62	0.36	2.76	0.45	2.87	0.32	3.12	0.35
สังคมศาสตร์	209	32.1	2.83	0.32	2.62	0.35	2.74	0.47	2.91	0.35	3.16	0.43
มนุษยศาสตร์	193	29.6	2.88	0.29	2.70	0.36	2.84	0.44	2.90	0.35	3.19	0.39
ประเภทของสถานศึกษา												
รัฐบาล	344	52.8	2.86	0.29	2.61	0.36	2.82	0.45	2.92	0.34	3.19	0.38
เอกชน	307	47.2	2.82	0.30	2.67	0.35	2.72	0.46	2.86	0.33	3.11	0.39
ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน												
ต่ำ	209	32.1	2.77	0.32	2.54	0.35	2.70	0.49	2.84	0.36	3.08	0.41
ปานกลาง	200	30.7	2.88	0.27	2.67	0.36	2.83	0.42	2.91	0.31	3.20	0.37
สูง	242	37.2	2.88	0.29	2.71	0.35	2.79	0.44	2.92	0.33	3.18	0.37
รวม	651	100	2.84	0.30	2.64	0.36	2.78	0.46	2.89	0.34	3.15	0.39

การวัดการปรับตัวในมหาวิทยาลัยใช้มาตรประเมินค่า 4 ระดับ ตั้งแต่ 1 ถึง 4 โดยตั้งเกณฑ์ดังนี้ คะแนนที่อยู่ในช่วงระหว่าง 1.00 – 1.99 แสดงถึง การปรับตัวไม่ได้/มีปัญหามาก คะแนนที่อยู่ในช่วงระหว่าง 2.00 – 2.49 แสดงถึง การปรับตัวได้น้อย/มีปัญหาค่อนข้างมาก คะแนนที่อยู่ในช่วงระหว่าง 2.50 – 2.99 แสดงถึง การปรับตัวได้ปานกลางถึงค่อนข้างดี/มีปัญหাপานกลางถึงค่อนข้างน้อย คะแนนที่อยู่ในช่วงระหว่าง 3.00 – 3.49 แสดงถึง ปรับตัวได้ดี/ไม่มีปัญหา คะแนนที่อยู่ในช่วงระหว่าง 3.50 – 4.00 แสดงถึง ปรับตัวได้ดีมาก/ไม่มีปัญหาเลย

จากข้อมูลในตารางที่ 7 เมื่อเปรียบเทียบกับเกณฑ์การตัดคะแนนดังกล่าวแสดงว่า

1.1.1 นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีการปรับตัวโดยรวมได้ปานกลางถึงค่อนข้างดี คือมี ปัญหาการปรับตัวโดยรวมในระดับปานกลางถึงค่อนข้างน้อย เมื่อพิจารณาการปรับตัวแต่ละด้าน พบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ปรับตัวได้ในระดับปานกลางถึงค่อนข้างดีในด้านการเรียน ด้าน ส่วนตัวและอารมณ์ ด้านสังคม และปรับตัวได้ดีในด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่น ในเป้าหมาย

1.1.2 นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ทั้งชายและหญิง ทั้งในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ ทั้งในมหาวิทยาลัยของรัฐและเอกชน ทั้งที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการ เรียนในระดับสูง ปานกลาง และต่ำ ต่างก็มีการปรับตัวโดยรวม การปรับตัวด้านการเรียน ด้าน ส่วนตัวและอารมณ์ ด้านสังคมได้ในระดับปานกลางถึงค่อนข้างดี และปรับตัวได้ดีในด้านความ ผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

1.2 กลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 จำแนกตามเพศ สาขาวิชา ประเภทของสถานศึกษา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ตารางที่ 8 ค่าเฉลี่ย (X) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา จำแนกตามเพศ สาขาวิชา ประเภทของสถานศึกษา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (N = 651)

ตัวแปร	จำนวน		กลวิธีการเผชิญปัญหา					
			แบบมุ่งจัดการกับปัญหา		แบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม		แบบหลีกเลี่ยง	
	คน	ร้อยละ	X	S.D.	X	S.D.	X	S.D.
เพศ								
ชาย	294	45.2	3.73	0.38	3.30	0.61	2.88	0.50
หญิง	357	54.8	3.69	0.37	3.45	0.60	2.87	0.50
สาขาวิชา								
วิทยาศาสตร์	249	38.2	3.75	0.35	3.33	0.63	2.82	0.45
สังคมศาสตร์	209	32.1	3.67	0.39	3.36	0.60	2.89	0.54
มนุษยศาสตร์	193	29.6	3.70	0.37	3.48	0.58	2.92	0.52
ประเภทของสถานศึกษา								
รัฐบาล	344	52.8	3.71	0.38	3.43	0.60	2.84	0.46
เอกชน	307	47.2	3.70	0.37	3.33	0.61	2.92	0.55
ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน								
ต่ำ	209	32.1	3.69	0.38	3.30	0.64	2.88	0.55
ปานกลาง	200	30.7	3.70	0.36	3.36	0.62	2.88	0.47
สูง	242	37.2	3.73	0.37	3.47	0.56	2.87	0.49
รวม	651	100	3.71	0.37	3.38	0.61	2.87	0.50

การวัดกลวิธีการเผชิญปัญหาใช้มาตรประเมินค่า 5 ระดับ ตั้งแต่ 1 ถึง 5 โดยตั้งเกณฑ์ดังนี้ คะแนนที่อยู่ในช่วงระหว่าง 1.00 – 2.49 แสดงถึง การใช้กลวิธีการเผชิญปัญหากลวิธีนี้น้อย คะแนนที่อยู่ในช่วงระหว่าง 2.50 – 2.99 แสดงถึง การใช้กลวิธีการเผชิญปัญหากลวิธีนี้น้อยปานกลางถึงค่อนข้างน้อย คะแนนที่อยู่ในช่วงระหว่าง 3.00 – 3.49 แสดงถึง การใช้กลวิธีการเผชิญปัญหากลวิธีนี้น้อยปานกลางถึงค่อนข้างมาก คะแนนที่อยู่ในช่วงระหว่าง 3.50 – 5.00 แสดงถึง การใช้กลวิธีการเผชิญปัญหากลวิธีนี้น้อยมาก

จากข้อมูลในตารางที่ 8 เมื่อเปรียบเทียบกับเกณฑ์การตัดคะแนนดังกล่าวแสดงว่า

1.2.1 นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามาก ใช้การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมปานกลางถึงค่อนข้างมาก และใช้การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงหนีปานกลางถึงค่อนข้างน้อย

1.2.2 นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ทั้งชายและหญิง ทั้งในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ ทั้งในมหาวิทยาลัยของรัฐและเอกชน ทั้งที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในระดับสูง ปานกลาง และต่ำ ต่างก็ใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามาก ใช้การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมปานกลางถึงค่อนข้างมาก และใช้การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงหนีปานกลางถึงค่อนข้างน้อย

## 2. ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของการปรับตัวในมหาวิทยาลัยและกลวิธีการเผชิญ

ปัญหาของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 จำแนกตามเพศ สาขาวิชา ประเภทของสถานศึกษา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ก่อนวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐาน ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA) ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ผู้วิจัยแบ่งเป็น 3 ระดับคือ สูง กลาง และต่ำ เพื่อตรวจสอบว่าระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ผู้วิจัยแบ่งไว้ 3 ระดับมีความแตกต่างกัน ถ้าผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ผู้วิจัยจะทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธีการ Dunnett's T3

ตารางที่ 9 ค่าเฉลี่ย (X) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนิสิตนักศึกษา

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	พิสัยคะแนน	จำนวน (คน)	X	S.D.
ต่ำ	2.49 และต่ำกว่า	209	2.10	0.26
ปานกลาง	2.50 – 2.99	200	2.72	0.14
สูง	3.00 และสูงกว่า	242	3.32	0.27
รวม		651	2.75	0.56



ตารางที่ 10 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนิสิตนักศึกษา

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	ค่า F
ระหว่างกลุ่ม	166.58	2	83.29	1519.21***
ภายในกลุ่ม	35.53	648	0.05	
รวม	202.10	650		

\*\*\*p < .001

ตารางที่ 11 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่แตกต่างกันของนิสิตนักศึกษา

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	X	S.D.	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน		
			1	2	3
1. ต่ำ	2.10	0.26			
2. ปานกลาง	2.72	0.14	2>1***		
3. สูง	3.32	0.27	3>1***	3>2***	

\*\*\*p < .001

ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวน ดังตารางที่ 10 พบว่า การแบ่งระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนิสิตนักศึกษาไว้ 3 ระดับ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 จากนั้นผู้วิจัยจึงได้ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ผลปรากฏในตารางที่ 11 จึงสรุปได้ว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่แบ่งไว้ 3 ระดับมีความแตกต่างกันจริง

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## 2.1 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทาง

ในเบื้องต้นก่อนที่ผู้วิจัยจะวิเคราะห์ค่าความแปรปรวนสามทาง เนื่องจากเพศ สาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษา มีสัดส่วนกลุ่มตัวอย่างต่างกัน (ดังตารางที่ 7 และ 8) ผู้วิจัยจึงทดสอบเอกพันธ์ของค่าความแปรปรวน (test of homogeneity of variance) ของตัวแปรตาม ก่อนจะทำการวิเคราะห์ค่าความแปรปรวนสามทาง

ตารางที่ 12 การทดสอบความเป็นเอกพันธ์ของความแปรปรวน

ตัวแปรต้น	ตัวแปรตาม	ค่า F	ระดับนัยสำคัญ
จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และสาขาวิชา	การปรับตัวในมหาวิทยาลัย		
	การปรับตัวโดยรวม	1.55	.07
	ด้านการเรียน	0.69	.81
	ด้านส่วนตัวและอารมณ์	1.24	.22
	ด้านสังคม	1.19	.27
	ด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย	2.27*	.003
	กลวิธีการเผชิญปัญหา		
	แบบมุ่งจัดการกับปัญหา	1.17	.28
	แบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม	1.38	.14
	แบบหลีกเลี่ยง	1.14	.31
จำแนกตาม ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา และประเภทของ สถานศึกษา	การปรับตัวในมหาวิทยาลัย		
	การปรับตัวโดยรวม	1.25	.22
	ด้านการเรียน	1.06	.39
	ด้านส่วนตัวและอารมณ์	1.28	.20
	ด้านสังคม	1.30	.18
	ด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย	1.53	.08
	กลวิธีการเผชิญปัญหา		
	แบบมุ่งจัดการกับปัญหา	1.23	.24
	แบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม	1.21	.25
	แบบหลีกเลี่ยง	1.32	.17

\* $p < .05$   $F(17,633) = 1.65$

ตารางที่ 12 (ต่อ)

ตัวแปรต้น	ตัวแปรตาม	ค่า F	ระดับนัยสำคัญ
จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และประเภทของ สถานศึกษา	การปรับตัวในมหาวิทยาลัย		
	การปรับตัวโดยรวม	1.30	.22
	ด้านการเรียน	1.82*	.04
	ด้านส่วนตัวและอารมณ์	1.15	.32
	ด้านสังคม	1.80*	.05
	ด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย	1.28	.23
	กลวิธีการเผชิญปัญหา		
	แบบมุ่งจัดการกับปัญหา	1.26	.24
	แบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม	1.51	.12
	แบบหลีกเลี่ยง	1.44	.15

\* $p < .05$   $F(11,639) = 1.80$ 

จากตารางที่ 12 ผลการทดสอบความเป็นเอกพันธ์ของค่าความแปรปรวน พบว่าไม่แตกต่างกัน ยกเว้นการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมายที่จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และสาขาวิชา และการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านการเรียน และด้านสังคมที่จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และประเภทของสถานศึกษา ซึ่งเป็นความคลาดเคลื่อนอันเนื่องมาจากกลุ่มตัวอย่างมีความแตกต่างกัน และ ผู้วิจัยจะวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางต่อไป หากการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางพบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ผู้วิจัยจะทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่ตามวิธี Dunnett's T3 ในกรณีที่ตัวแปรอิสระจำแนกมากกว่าหรือเท่ากับ 3 ระดับ และในกรณีที่พบว่ามีปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร ผู้วิจัยใช้วิธีการเสนอเป็นกราฟแสดงความสัมพันธ์

### 2.1.1 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางของตัวแปรการปรับตัวในมหาวิทยาลัยโดยรวม และรายด้านทั้ง 4 ด้าน จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และสาขาวิชา

ตารางที่ 13 ค่าเฉลี่ย (X) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของการปรับตัวในมหาวิทยาลัย  
 จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และสาขาวิชา

จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และสาขาวิชา			n	คะแนนการปรับตัว									
				โดยรวม		ด้านการเรียน		ด้านส่วนตัวและอารมณ์		ด้านสังคม		ด้านความผูกพันกับสถานศึกษาฯ	
				X	S.D.	X	S.D.	X	S.D.	X	S.D.	X	S.D.
ชาย	ต่ำ	วิทยาศาสตร์	57	2.69	0.29	2.47	0.35	2.62	0.49	2.76	0.28	2.99	0.35
		สังคมศาสตร์	28	2.72	0.33	2.51	0.36	2.58	0.46	2.88	0.36	3.01	0.42
		มนุษยศาสตร์	27	2.86	0.30	2.59	0.29	2.86	0.41	2.92	0.34	3.20	0.39
		รวม	112	2.74	0.31	2.50	0.34	2.67	0.47	2.83	0.32	3.04	0.38
	ปานกลาง	วิทยาศาสตร์	45	2.84	0.27	2.66	0.37	2.75	0.50	2.86	0.31	3.18	0.31
		สังคมศาสตร์	25	2.76	0.33	2.51	0.41	2.76	0.34	2.82	0.36	3.05	0.53
		มนุษยศาสตร์	22	2.98	0.23	2.85	0.35	2.93	0.40	2.97	0.23	3.25	0.29
		รวม	92	2.85	0.29	2.66	0.39	2.80	0.44	2.87	0.31	3.16	0.38
	สูง	วิทยาศาสตร์	38	2.82	0.24	2.69	0.31	2.77	0.37	2.82	0.30	3.05	0.33
		สังคมศาสตร์	30	2.90	0.34	2.71	0.37	2.89	0.46	2.91	0.38	3.18	0.43
		มนุษยศาสตร์	22	2.90	0.31	2.71	0.37	2.79	0.46	2.89	0.35	3.27	0.35
		รวม	90	2.87	0.29	2.70	0.34	2.81	0.42	2.87	0.34	3.15	0.38
รวม			294	2.81	0.30	2.62	0.37	2.75	0.45	2.85	0.32	3.11	0.38
หญิง	ต่ำ	วิทยาศาสตร์	37	2.85	0.32	2.56	0.34	2.80	0.44	2.93	0.39	3.19	0.41
		สังคมศาสตร์	36	2.81	0.33	2.61	0.34	2.66	0.57	2.91	0.33	3.14	0.40
		มนุษยศาสตร์	24	2.75	0.38	2.58	0.45	2.77	0.53	2.69	0.44	2.99	0.53
		รวม	97	2.81	0.34	2.58	0.37	2.74	0.51	2.86	0.40	3.12	0.44
	ปานกลาง	วิทยาศาสตร์	35	2.88	0.24	2.60	0.32	2.86	0.41	2.92	0.27	3.19	0.36
		สังคมศาสตร์	32	2.84	0.26	2.58	0.29	2.76	0.46	2.94	0.31	3.20	0.37
		มนุษยศาสตร์	41	2.96	0.24	2.80	0.32	2.93	0.32	2.95	0.34	3.28	0.34
		รวม	108	2.90	0.25	2.67	0.33	2.86	0.40	2.94	0.31	3.23	0.35
	สูง	วิทยาศาสตร์	37	2.94	0.26	2.78	0.35	2.83	0.44	2.97	0.29	3.21	0.26
		สังคมศาสตร์	58	2.89	0.31	2.71	0.34	2.75	0.44	2.96	0.35	3.26	0.41
		มนุษยศาสตร์	57	2.86	0.28	2.67	0.36	2.78	0.49	2.93	0.33	3.14	0.39
		รวม	152	2.89	0.29	2.71	0.35	2.78	0.46	2.95	0.33	3.20	0.37
รวม			357	2.87	0.29	2.66	0.35	2.79	0.46	2.92	0.34	3.18	0.39
รวม			651	2.84	0.30	2.64	0.36	2.78	0.46	2.89	0.34	3.15	0.39

ตารางที่ 14 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัย  
จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และสาขาวิชา

ตัวแปรตาม	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	ค่า F	Sig.
การปรับตัวใน มหาวิทยาลัย ด้านโดยรวม	เพศ	639.08	1	639.08	2.16	.143
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	4807.71	2	2403.86	8.11**	.000
	สาขาวิชา	1281.03	2	640.52	2.16	.116
	เพศ*ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	57.21	2	28.61	0.10	.908
	เพศ*สาขาวิชา	2156	2	1078	3.64*	.027
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*สาขาวิชา	1850.39	4	462.60	1.56	.183
	เพศ*ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*สาขาวิชา	1031.98	4	257.99	0.87	.481
	ความคลาดเคลื่อน	187641.59	633	296.43		
รวม	201039.33	650				
การปรับตัวใน มหาวิทยาลัย ด้านการเรียน	เพศ	19.69	1	19.69	0.56	.455
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	774.27	2	387.13	10.99**	.000
	สาขาวิชา	241.93	2	120.97	3.44*	.033
	เพศ*ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	36.28	2	18.14	0.52	.598
	เพศ*สาขาวิชา	67.13	2	33.57	0.95	.386
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*สาขาวิชา	521.14	4	130.29	3.70**	.005
	เพศ*ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*สาขาวิชา	65.79	4	16.45	0.47	.760
	ความคลาดเคลื่อน	22286.59	633	35.21		
รวม	24167.52	650				
การปรับตัวใน มหาวิทยาลัย ด้านส่วนตัว และอารมณ์	เพศ	13.05	1	13.05	0.28	.594
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	315.92	2	157.96	3.44*	.033
	สาขาวิชา	250.37	2	125.19	2.73	.066
	เพศ*ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	47.77	2	23.89	0.52	.595
	เพศ*สาขาวิชา	155.56	2	77.78	1.69	.185
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*สาขาวิชา	229.86	4	57.46	1.25	.288
	เพศ*ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*สาขาวิชา	86.49	4	21.62	0.47	.757
	ความคลาดเคลื่อน	29074.64	633	45.93		
รวม	30275.52	650				

ตารางที่ 14 (ต่อ)

ตัวแปรตาม	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	ค่า F	Sig.
การปรับตัวใน มหาวิทยาลัย ด้านสังคม	เพศ	92.85	1	92.85	2.33	.127
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	207.67	2	103.84	2.61	.074
	สาขาวิชา	28.39	2	14.20	0.36	.700
	เพศ*ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	81.45	2	40.73	1.02	.360
	เพศ*สาขาวิชา	358.09	2	179.05	4.50*	.011
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*สาขาวิชา	149.71	4	37.43	0.94	.440
	เพศ*ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*สาขาวิชา	238.47	4	59.62	1.50	.201
	ความคลาดเคลื่อน	25181.48	633	39.78		
	รวม	26446.22	650			
การปรับตัวใน มหาวิทยาลัย ด้านความ ผูกพันกับ สถานศึกษา และความ มุ่งมั่นใน เป้าหมาย	เพศ	62.34	1	62.34	2.18	.140
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	263.45	2	131.72	4.61*	.010
	สาขาวิชา	57.85	2	28.92	1.01	.364
	เพศ*ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	2.65	2	1.33	0.05	.955
	เพศ*สาขาวิชา	308.05	2	154.02	5.40**	.005
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*สาขาวิชา	118.35	4	29.59	1.04	.388
	เพศ*ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*สาขาวิชา	164.91	4	41.23	1.44	.218
	ความคลาดเคลื่อน	18069.21	633	28.55		
	รวม	19164.07	650			

\* p &lt; .05, \*\* p &lt; .01

ตารางที่ 15 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนการปรับตัวใน  
มหาวิทยาลัยโดยรวมของนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกัน

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	n	X	S.D.	การปรับตัวโดยรวม		
				1	2	3
1. ต่ำ (2.49 และต่ำกว่า)	209	2.77	0.32			
2. ปานกลาง (2.50 – 2.99)	200	2.88	0.27	2>1***		
3. สูง (3.00 และสูงกว่า)	242	2.88	0.29	3>1***	~	

\*\*\* p &lt; .001

### 2.1.1.1 การปรับตัวในมหาวิทยาลัยโดยรวม

ค่าเฉลี่ยของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยโดยรวม จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และสาขาวิชา ปรากฏในตารางที่ 7 และ 13 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทาง ดังตารางที่ 14 พบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกัน มีคะแนนการปรับตัวโดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยการปรับตัวโดยรวมของ นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง ( $X = 2.88$ ) และปานกลาง ( $X = 2.88$ ) ดีกว่า นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ( $X = 2.77$ ) ในขณะที่ นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง และปานกลางมีการปรับตัวโดยรวมไม่แตกต่างกัน ผลปรากฏในตารางที่ 15

ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและสาขาวิชา มีนัยสำคัญทางสถิติ โดยการปรับตัวโดยรวมของ นิสิตนักศึกษาชายในสาขาวิชามนุษยศาสตร์ ( $X = 2.91$ ) และ นิสิตนักศึกษาหญิงในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ ( $X = 2.89$ ) ดีกว่า นิสิตนักศึกษาชายในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ ( $X = 2.77$ ) ผลปรากฏในตารางที่ 16 และภาพที่ 2

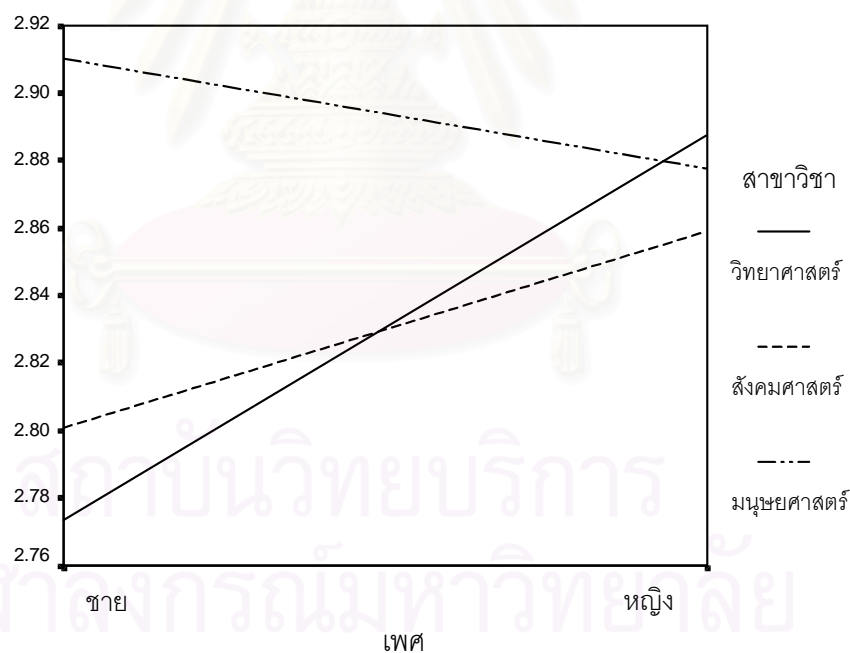
ส่วนเพศ สาขาวิชา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและสาขาวิชา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างระหว่างตัวแปรทั้งสามนั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ 16 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยโดยรวม จำแนกตามเพศและสาขาวิชา

เพศ	สาขาวิชา	n	X	S.D.	การปรับตัวโดยรวม					
					1	2	3	4	5	6
1.ชาย	วิทยาศาสตร์	140	2.77	0.28						
2.ชาย	สังคมศาสตร์	83	2.80	0.34	~					
3.ชาย	มนุษยศาสตร์	71	2.91	0.28	3>1*	~				
4.หญิง	วิทยาศาสตร์	109	2.89	0.28	4>1*	~	~			
5.หญิง	สังคมศาสตร์	126	2.86	0.30	~	~	~	~		
6.หญิง	มนุษยศาสตร์	122	2.87	0.30	~	~	~	~	~	

\* p < .05

คะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยโดยรวม



ภาพที่ 2 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและสาขาวิชาของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยโดยรวม



### 2.1.1.2 การปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านการเรียน

ค่าเฉลี่ยของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านการเรียน จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และสาขาวิชา ปรากฏในตารางที่ 7 และ 13 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทาง ดังตารางที่ 14 พบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกัน มีคะแนนการปรับตัวด้านการเรียนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยการปรับตัว ด้านการเรียนของนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง ( $X = 2.71$ ) ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลาง ( $X = 2.67$ ) และต่ำ ( $X = 2.54$ ) ผลปรากฏในตารางที่ 17

ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทาง ดังตารางที่ 14 พบว่า สาขาวิชามีนัยสำคัญทางสถิติ จึงนำมาทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 พบว่า นิสิตนักศึกษาในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์มีการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านการเรียนไม่แตกต่างกัน ที่เป็นเช่นนี้เพราะการทดสอบความแปรปรวนเป็นการทดสอบสมมติฐานที่เป็นไปได้ว่า ทั้งหมดจะอยู่ในความสนใจ และไม่อยู่ในความสนใจของการวิจัยครั้งนี้ หากสมมติฐานใดเพียงสมมติฐานเดียวมีนัยสำคัญ การทดสอบความแปรปรวนก็จะมีนัยสำคัญด้วย ดังนั้นจึงไม่มีเหตุผลที่ต้องทดสอบต่อให้ได้ต้นเหตุของความมีนัยสำคัญของความแปรปรวน (Kirk, 1968 อ้างถึงใน ฉัฐสุดา เต้พันธ์, 2544)

ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและสาขาวิชามีนัยสำคัญทางสถิติ โดยนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางในสาขาวิชามนุษยศาสตร์ มีการปรับตัวด้านการเรียนได้ดีกว่า ( $X = 2.81$ ) นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ ( $X = 2.51$ ) สังคมศาสตร์ ( $X = 2.57$ ) และมนุษยศาสตร์ ( $X = 2.58$ ) และนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางในสาขาวิชาสังคมศาสตร์ ( $X = 2.55$ ) และพบว่าการปรับตัวด้านการเรียนของนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ ( $X = 2.73$ ) และสังคมศาสตร์ ( $X = 2.71$ ) ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ ( $X = 2.51$ ) ผลปรากฏในตารางที่ 18 และภาพที่ 3

ส่วนเพศ ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและสาขาวิชา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างระหว่างตัวแปรทั้งสามนั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ 17 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนการปรับตัวใน มหาวิทยาลัยด้านการเรียนของนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกัน

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	n	X	S.D.	การปรับตัวด้านการเรียน		
				1	2	3
1. ต่ำ (2.49 และต่ำกว่า)	209	2.54	0.35			
2. ปานกลาง (2.50 – 2.99)	200	2.67	0.36	2>1**		
3. สูง (3.00 และสูงกว่า)	242	2.71	0.35	3>1***	~	

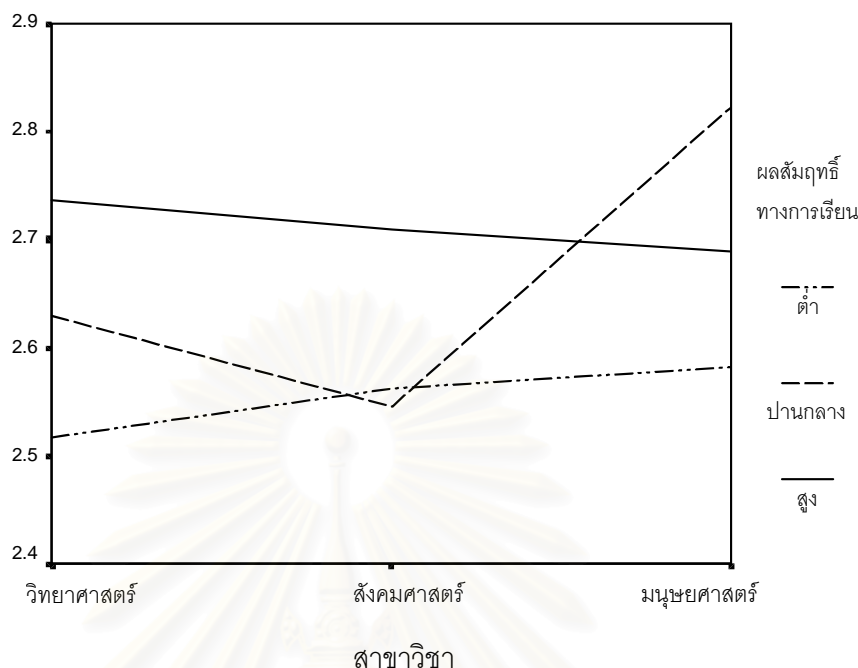
\*\* p < .01, \*\*\* p < .001

ตารางที่ 18 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนการปรับตัวใน มหาวิทยาลัยด้านการเรียน จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและสาขาวิชา

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	สาขาวิชา	n	X	S.D.	การปรับตัวด้านการเรียน									
					1	2	3	4	5	6	7	8	9	
1.ต่ำ	วิทยาศาสตร์	94	2.51	0.35										
2.ต่ำ	สังคมศาสตร์	64	2.57	0.35	~									
3.ต่ำ	มนุษยศาสตร์	51	2.58	0.37	~	~								
4.ปานกลาง	วิทยาศาสตร์	80	2.63	0.35	~	~	~							
5.ปานกลาง	สังคมศาสตร์	57	2.55	0.35	~	~	~	~						
6.ปานกลาง	มนุษยศาสตร์	63	2.81	0.33	6>1***	6>2**	6>3*	~	6>5*					
7.สูง	วิทยาศาสตร์	75	2.73	0.33	7>1***	~	~	~	~	~				
8.สูง	สังคมศาสตร์	88	2.71	0.35	8>1**	~	~	~	~	~	~	~		
9.สูง	มนุษยศาสตร์	79	2.68	0.36	~	~	~	~	~	~	~	~	~	

\* p < .05, \*\* p < .01, \*\*\* p < .001

คะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านการเรียน



ภาพที่ 3 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและสาขาวิชาของคะแนนปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านการเรียน

### 2.1.1.3 การปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านส่วนตัวและอารมณ์

ค่าเฉลี่ยของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านส่วนตัวและอารมณ์ จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และสาขาวิชา ปรากฏในตารางที่ 7 และ 13 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทาง ดังตารางที่ 14 พบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกันมีคะแนนการปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางมีการปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ได้ ดีกว่า ( $X = 2.83$ ) นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ( $X = 2.70$ ) สำหรับนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงไม่แตกต่างจากนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลาง และต่ำ ผลปรากฏในตารางที่ 19 ส่วนเพศ สาขาวิชา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและสาขาวิชา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและสาขาวิชา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งสามนั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ 19 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านส่วนตัวและอารมณ์ของนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกัน

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	n	X	S.D.	การปรับตัวด้านการเรียน		
				1	2	3
1. ต่ำ (2.49 และต่ำกว่า)	209	2.70	0.49			
2. ปานกลาง (2.50 – 2.99)	200	2.83	0.42	2>1*		
3. สูง (3.00 และสูงกว่า)	242	2.79	0.44	~	~	

\* p < .05

#### 2.1.1.4 การปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านสังคม

ค่าเฉลี่ยของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านสังคม จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และสาขาวิชา ปรากฏในตารางที่ 7 และ 13 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทาง ดังตารางที่ 14 พบว่า ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและสาขาวิชาที่ส่งผลร่วมกันต่อคะแนนการปรับตัวด้านสังคมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยการปรับตัวด้านสังคมของ นิสิตนักศึกษาหญิงในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ (X = 2.94) และสังคมศาสตร์ (X = 2.94) ดีกว่า นิสิตนักศึกษาชายในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ (X = 2.81) ผลปรากฏในตารางที่ 20 และภาพที่ 4 ส่วนเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและสาขาวิชา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งสามนั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

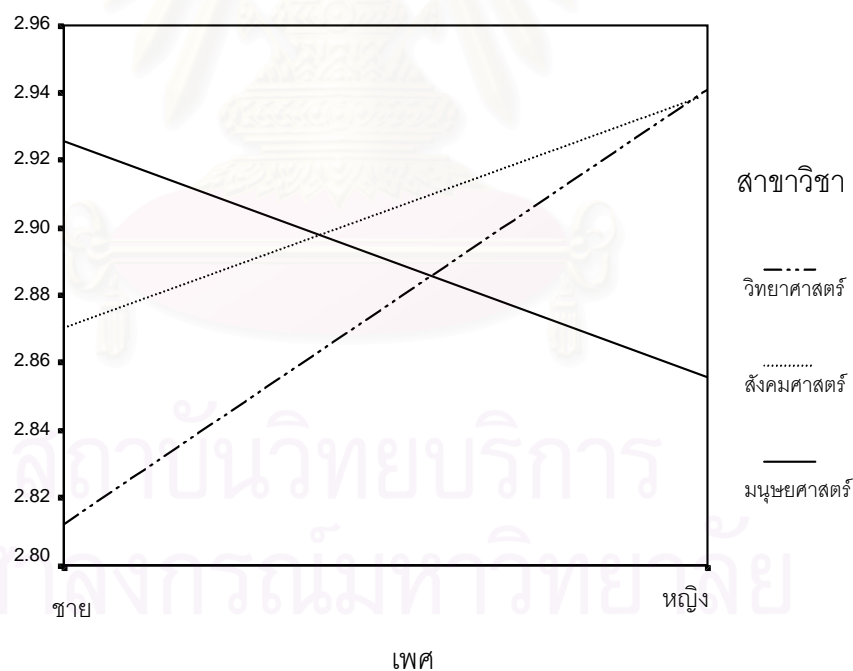
สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 20 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนการปรับตัวใน  
มหาวิทยาลัยด้านสังคม จำแนกตามเพศและสาขาวิชา

เพศ	สาขาวิชา	n	X	S.D.	การปรับตัวด้านสังคม					
					1	2	3	4	5	6
1.ชาย	วิทยาศาสตร์	140	2.81	0.30						
2.ชาย	สังคมศาสตร์	83	2.87	0.36	~					
3.ชาย	มนุษยศาสตร์	71	2.93	0.31	~	~				
4.หญิง	วิทยาศาสตร์	109	2.94	0.32	4>1*	~	~			
5.หญิง	สังคมศาสตร์	126	2.94	0.33	5>1*	~	~	~		
6.หญิง	มนุษยศาสตร์	122	2.89	0.37	~	~	~	~	~	

\*  $p < .05$

คะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านสังคม



ภาพที่ 4 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและสาขาวิชาของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัย

ด้านสังคม

### 2.1.1.5 การปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย

ค่าเฉลี่ยของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และสาขาวิชา ปรากฏในตารางที่ 7 และ 13 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทาง ดังตารางที่ 14 พบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกัน มีคะแนนการปรับตัวด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมายแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยการปรับตัวด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมายของนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง ( $X = 3.18$ ) และปานกลาง ( $X = 3.20$ ) ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ( $X = 3.08$ ) ผลปรากฏในตารางที่ 21

ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและสาขาวิชา มีนัยสำคัญทางสถิติ โดยการปรับตัวด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมายของนิสิตนักศึกษาชายในสาขาวิชามนุษยศาสตร์ ( $X = 3.24$ ) และนิสิตนักศึกษาหญิงในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ ( $X = 3.20$ ) และสังคมศาสตร์ ( $X = 3.21$ ) ดีกว่านิสิตนักศึกษาชายในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ ( $X = 3.07$ ) ผลปรากฏในตารางที่ 22 และภาพที่ 5

ส่วนเพศ สาขาวิชา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและสาขาวิชา และ ปฏิสัมพันธ์ระหว่างระหว่างตัวแปรทั้งสามนั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ 21 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมายของนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกัน

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	n	X	S.D.	การปรับตัวด้านความผูกพันกับสถานศึกษา		
				1	2	3
1. ต่ำ (2.49 และต่ำกว่า)	209	3.08	0.41			
2. ปานกลาง (2.50 – 2.99)	200	3.20	0.37	2>1**		
3. สูง (สูงกว่า 3.00)	242	3.18	0.39	3>1*	~	

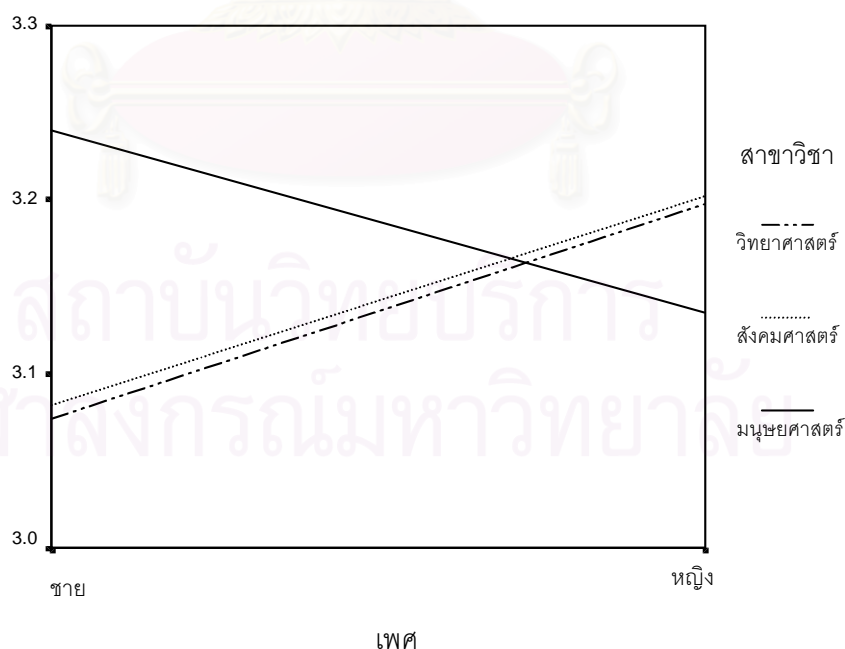
\*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$

ตารางที่ 22 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย จำแนกตามเพศและสาขาวิชา

เพศ	สาขาวิชา	n	X	S.D.	การปรับตัวด้านความผูกพันกับสถานศึกษา					
					1	2	3	4	5	6
1.ชาย	วิทยาศาสตร์	140	3.07	0.34						
2.ชาย	สังคมศาสตร์	83	3.09	0.46	~					
3.ชาย	มนุษยศาสตร์	71	3.24	0.34	3>1*	~				
4.หญิง	วิทยาศาสตร์	109	3.20	0.35	4>1*	~	~			
5.หญิง	สังคมศาสตร์	126	3.21	0.40	5>1*	~	~	~		
6.หญิง	มนุษยศาสตร์	122	3.15	0.41	~	~	~	~	~	

\*  $p < .05$

คะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านความผูกพันกับสถานศึกษา



ภาพที่ 5 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและสาขาวิชาของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย

2.1.2 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางของตัวแปรการปรับตัวในมหาวิทยาลัย  
โดยรวม และรายด้านทั้ง 4 ด้าน จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และประเภทของ  
สถานศึกษา

ตารางที่ 23 ค่าเฉลี่ย (X) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของการปรับตัวในมหาวิทยาลัย  
จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และประเภทของสถานศึกษา

จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และประเภทของ สถานศึกษา			n	คะแนนการปรับตัว									
				โดยรวม		ด้านการเรียน		ด้านส่วนตัว และอารมณ์		ด้านสังคม		ด้านความ ผูกพันกับ สถานศึกษาฯ	
				X	S.D.	X	S.D.	X	S.D.	X	S.D.	X	S.D.
ชาย	ต่ำ	รัฐบาล	35	2.73	0.30	2.43	0.42	2.68	0.51	2.84	0.28	3.07	0.38
		เอกชน	77	2.74	0.31	2.55	0.29	2.67	0.46	2.82	0.34	3.04	0.39
		รวม	112	2.74	0.31	2.51	0.34	2.67	0.47	2.83	0.32	3.04	0.38
	ปาน กลาง	รัฐบาล	54	2.86	0.29	2.63	0.37	2.83	0.45	2.89	0.35	3.19	0.37
		เอกชน	38	2.84	0.29	2.71	0.42	2.76	0.43	2.85	0.25	3.13	0.41
		รวม	92	2.85	0.29	2.66	0.39	2.80	0.44	2.87	0.31	3.16	0.38
	สูง	รัฐบาล	46	2.85	0.30	2.64	0.31	2.86	0.38	2.86	0.39	3.11	0.40
		เอกชน	44	2.89	0.29	2.76	0.37	2.77	0.46	2.88	0.28	3.19	0.35
		รวม	90	2.87	0.29	2.70	0.34	2.81	0.42	2.87	0.34	3.15	0.38
	รวม		294	2.81	0.30	2.62	0.37	2.75	0.45	2.85	0.32	3.11	0.38
หญิง	ต่ำ	รัฐบาล	34	2.83	0.37	2.56	0.39	2.73	0.55	2.95	0.36	3.17	0.49
		เอกชน	63	2.80	0.32	2.60	0.36	2.75	0.50	2.81	0.41	3.10	0.42
		รวม	97	2.81	0.34	2.58	0.37	2.74	0.51	2.86	0.40	3.12	0.44
	ปาน กลาง	รัฐบาล	72	2.92	0.26	2.62	0.33	2.92	0.36	2.96	0.34	3.27	0.35
		เอกชน	36	2.86	0.23	2.77	0.29	2.73	0.44	2.89	0.24	3.14	0.36
		รวม	108	2.90	0.25	2.67	0.33	2.86	0.40	2.94	0.31	3.23	0.35
	สูง	รัฐบาล	103	2.90	0.28	2.67	0.36	2.82	0.47	2.96	0.31	3.24	0.34
		เอกชน	49	2.88	0.32	2.81	0.32	2.70	0.44	2.93	0.36	3.12	0.42
		รวม	152	2.89	0.29	2.71	0.35	2.78	0.46	2.95	0.33	3.20	0.37
	รวม		357	2.87	0.29	2.66	0.35	2.79	0.46	2.92	0.34	3.19	0.39
รวม		651	2.84	0.30	2.64	0.36	2.78	0.46	2.89	0.34	3.15	0.39	



ตารางที่ 24 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัย  
จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และประเภทของสถานศึกษา

ตัวแปรตาม	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	ค่า F	Sig.
การปรับตัวใน มหาวิทยาลัย ด้านโดยรวม	เพศ	1094.61	1	1094.61	3.62	.057
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	4404.92	2	2202.46	7.29**	.001
	ประเภทของสถานศึกษา	69.92	1	69.92	0.23	.631
	เพศ*ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	312.26	2	156.13	0.52	.597
	เพศ*ประเภทของสถานศึกษา	262.29	1	262.29	0.87	.352
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*ประเภทของสถานศึกษา	190.91	2	95.45	0.32	.729
	เพศ*ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*ประเภทของสถานศึกษา	2.54	2	1.27	0.00	.996
	ความคลาดเคลื่อน	193128.78	639	302.24		
รวม	201039.33	650				
การปรับตัวใน มหาวิทยาลัย ด้านการเรียน	เพศ	103.41	1	103.41	2.93	.088
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	1086.23	2	543.12	15.36**	.000
	ประเภทของสถานศึกษา	472.18	1	472.18	13.36**	.000
	เพศ*ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	35.52	2	17.76	0.50	.605
	เพศ*ประเภทของสถานศึกษา	0.05	1	0.05	0.00	.971
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*ประเภทของสถานศึกษา	20.55	2	10.27	0.29	.748
	เพศ*ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*ประเภทของสถานศึกษา	37.91	2	18.95	0.54	.585
	ความคลาดเคลื่อน	22590.17	639	35.35		
รวม	24167.52	650				
การปรับตัวใน มหาวิทยาลัย ด้านส่วนตัว และอารมณ์	เพศ	7.37	1	7.37	0.16	.689
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	245.19	2	122.60	2.66	.070
	ประเภทของสถานศึกษา	192.14	1	192.14	4.18*	.041
	เพศ*ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	87.47	2	43.73	0.95	.387
	เพศ*ประเภทของสถานศึกษา	14.18	1	14.18	0.31	.579
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*ประเภทของสถานศึกษา	99.21	2	49.61	1.08	.341
	เพศ*ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*ประเภทของสถานศึกษา	30.65	2	15.33	0.33	.717
	ความคลาดเคลื่อน	29403.91	639	46.02		
รวม	30275.52	650				

ตารางที่ 24 (ต่อ)

ตัวแปรตาม	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	ค่า F	Sig.
การปรับตัวใน มหาวิทยาลัย ด้านสังคม	เพศ	196.99	1	196.99	4.90*	.027
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	110.07	2	55.04	1.37	.255
	ประเภทของสถานศึกษา	104.72	1	104.72	2.60	.107
	เพศ*ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	8.47	2	4.24	0.11	.900
	เพศ*ประเภทของสถานศึกษา	70.23	1	70.23	1.75	.187
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*ประเภทของสถานศึกษา	53.12	2	26.56	0.66	.517
	เพศ*ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*ประเภทของสถานศึกษา	13.79	2	6.89	0.17	.842
	ความคลาดเคลื่อน	25695.41	639	40.21		
	รวม	26446.22	650			
การปรับตัวใน มหาวิทยาลัย ด้านความ ผูกพันกับ สถานศึกษา และความ มุ่งมั่นใน เป้าหมาย	เพศ	84.12	1	84.12	2.91	.089
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	165.67	2	82.84	2.86	.058
	ประเภทของสถานศึกษา	76.90	1	76.90	2.66	.103
	เพศ*ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	13.43	2	6.72	0.23	.793
	เพศ*ประเภทของสถานศึกษา	71.69	1	71.69	2.48	.116
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*ประเภทของสถานศึกษา	24.99	2	12.50	0.43	.649
	เพศ*ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*ประเภทของสถานศึกษา	34.60	2	17.30	0.60	.550
	ความคลาดเคลื่อน	18481.53	639	28.92		
	รวม	19164.07	650			

\*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ 

## 2.1.2.1 การปรับตัวในมหาวิทยาลัยโดยรวม

ค่าเฉลี่ยของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยโดยรวม จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และประเภทของสถานศึกษา ปรากฏในตารางที่ 7 และ 23 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทาง ดังตารางที่ 24 พบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกันมีคะแนนการปรับตัวโดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยการปรับตัวของนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง ( $X = 2.88$ ) และปานกลาง ( $X = 2.88$ ) ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ( $X = 2.77$ ) ในขณะที่นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง และปานกลางมีการปรับตัวในมหาวิทยาลัยโดยรวมไม่แตกต่างกัน ปรากฏในตารางที่ 15

ส่วนเพศ ประเภทของสถานศึกษา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและประเภทของสถานศึกษา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและประเภทของสถานศึกษา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งสามนั้นไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

### 2.1.2.2 การปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านการเรียน

ค่าเฉลี่ยของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านการเรียน จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และประเภทของสถานศึกษา ปรากฏในตารางที่ 7 และ 23 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทาง ดังตารางที่ 24 พบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกันมีคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านการเรียนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยการปรับตัวด้านการเรียนของนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง ( $X = 2.71$ ) และปานกลาง ( $X = 2.67$ ) ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ( $X = 2.54$ ) ผลปรากฏในตารางที่ 17

นิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยเอกชนมีการปรับตัวด้านการเรียนได้ดีกว่า ( $X = 2.67$ ) นิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐ ( $X = 2.61$ ) ผลปรากฏในตารางที่ 7

ส่วนเพศ ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและประเภทของสถานศึกษา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและประเภทของสถานศึกษา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งสามนั้นไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

### 2.1.2.3 การปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านส่วนตัวและอารมณ์

ค่าเฉลี่ยของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านส่วนตัวและอารมณ์ จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และประเภทของสถานศึกษา ปรากฏในตารางที่ 7 และ 23 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทาง ดังตารางที่ 24 พบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ในสถานศึกษาแตกต่างกันมีคะแนนการปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐ มีการปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ได้ดีกว่า ( $X = 2.82$ ) นิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยเอกชน ( $X = 2.72$ ) ผลปรากฏในตารางที่ 7

ส่วนเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและประเภทของสถานศึกษา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและประเภทของสถานศึกษา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งสามนั้นไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

#### 2.1.2.4 การปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านสังคม

ค่าเฉลี่ยของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านสังคม จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และประเภทของสถานศึกษา ปรากฏในตารางที่ 7 และ 23 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทาง ดังตารางที่ 24 พบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่มีเพศแตกต่างกันมีคะแนนการปรับตัวด้านสังคมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยนิสิตนักศึกษาหญิง มีการปรับตัวด้านสังคมได้ดีกว่า ( $X = 2.92$ ) นิสิตนักศึกษาชาย ( $X = 2.85$ ) ผลปรากฏในตารางที่ 7

ส่วนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ประเภทของสถานศึกษา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและประเภทของสถานศึกษา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและประเภทของสถานศึกษา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งสามนั้นไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

#### 2.1.1.5 การปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย

ค่าเฉลี่ยของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และประเภทของสถานศึกษา ปรากฏในตารางที่ 7 และ 23 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทาง ดังตารางที่ 24 ซึ่งพบว่า ผลหลักของตัวแปรเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ประเภทของสถานศึกษา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและประเภทของสถานศึกษา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและประเภทของสถานศึกษา และปฏิสัมพันธ์ระหว่าง ตัวแปรทั้งสามนั้นไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

**2.1.3 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางของตัวแปรการปรับตัวในมหาวิทยาลัยโดยรวม และรายด้านทั้ง 4 ด้าน** จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษา

ตารางที่ 25 ค่าเฉลี่ย (X) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของการปรับตัวในมหาวิทยาลัย  
 จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษา

จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ ทางการเรียน สาขาวิชา และประเภทของ สถานศึกษา			n	คะแนนการปรับตัว									
				โดยรวม		ด้านการเรียน		ด้านส่วนตัว และอารมณ์		ด้านสังคม		ด้านความผูกพัน กับสถานศึกษา	
				X	S.D.	X	S.D.	X	S.D.	X	S.D.	X	S.D.
ต่ำ	วิทยาศาสตร์	รัฐบาล	43	2.79	0.30	2.49	0.35	2.72	0.50	2.92	0.31	3.15	0.40
		เอกชน	51	2.71	0.32	2.52	0.35	2.67	0.46	2.75	0.35	3.00	0.37
		รวม	94	2.75	0.31	2.51	0.35	2.69	0.48	2.82	0.34	3.07	0.39
	สังคมศาสตร์	รัฐบาล	15	2.88	0.38	2.56	0.47	2.86	0.59	2.98	0.32	3.24	0.43
		เอกชน	49	2.74	0.31	2.57	0.31	2.56	0.48	2.87	0.35	3.04	0.40
		รวม	64	2.77	0.33	2.57	0.35	2.63	0.52	2.90	0.34	3.09	0.41
	มนุษยศาสตร์	รัฐบาล	11	2.57	0.37	2.40	0.54	2.42	0.48	2.68	0.34	2.82	0.51
		เอกชน	40	2.87	0.31	2.63	0.30	2.93	0.41	2.84	0.42	3.18	0.43
		รวม	51	2.80	0.34	2.58	0.37	2.82	0.47	2.81	0.41	3.10	0.47
	รวม		209	2.77	0.32	2.54	0.35	2.70	0.49	2.84	0.36	2.84	0.41
ปานกลาง	วิทยาศาสตร์	รัฐบาล	57	2.85	0.26	2.58	0.31	2.82	0.47	2.90	0.32	3.19	0.34
		เอกชน	23	2.87	0.25	2.76	0.42	2.76	0.46	2.86	0.24	3.16	0.32
		รวม	80	2.86	0.25	2.63	0.35	2.80	0.47	2.89	0.29	3.18	0.33
	สังคมศาสตร์	รัฐบาล	29	2.89	0.31	2.53	0.39	2.97	0.32	2.91	0.41	3.28	0.43
		เอกชน	28	2.73	0.25	2.57	0.30	2.55	0.38	2.86	0.25	2.99	0.43
		รวม	57	2.81	0.29	2.55	0.35	2.76	0.41	2.89	0.34	3.14	0.45
	มนุษยศาสตร์	รัฐบาล	40	2.95	0.25	2.76	0.35	2.91	0.34	2.99	0.33	3.26	0.32
		เอกชน	23	2.98	0.20	2.91	0.28	2.97	0.37	2.89	0.26	3.29	0.32
		รวม	63	2.97	0.24	2.81	0.33	2.93	0.35	2.96	0.31	3.27	0.32
	รวม		200	2.88	0.27	2.67	0.36	2.83	0.42	2.91	0.31	2.91	0.37
สูง	วิทยาศาสตร์	รัฐบาล	45	2.85	0.25	2.69	0.32	2.80	0.41	2.88	0.31	3.10	0.32
		เอกชน	30	2.92	0.27	2.81	0.34	2.80	0.40	2.92	0.30	3.17	0.29
		รวม	75	2.88	0.26	2.73	0.33	2.80	0.40	2.90	0.30	3.13	0.31
	สังคมศาสตร์	รัฐบาล	65	2.90	0.32	2.67	0.36	2.82	0.45	2.96	0.36	3.28	0.39
		เอกชน	23	2.87	0.33	2.84	0.30	2.74	0.47	2.89	0.35	3.09	0.47
		รวม	88	2.89	0.32	2.71	0.35	2.80	0.45	2.94	0.36	3.23	0.42
	มนุษยศาสตร์	รัฐบาล	39	2.88	0.27	2.62	0.34	2.88	0.47	2.93	0.33	3.17	0.37
		เอกชน	40	2.86	0.31	2.74	0.37	2.69	0.47	2.91	0.34	3.18	0.40
		รวม	79	2.87	0.29	2.68	0.36	2.78	0.48	2.92	0.33	3.17	0.38
	รวม		242	2.88	0.29	2.71	0.35	2.79	0.44	2.92	0.33	3.18	0.37
รวม		651	2.84	0.30	2.64	0.36	2.78	0.46	2.89	0.34	3.15	0.39	

ตารางที่ 26 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัย  
จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษา

ตัวแปรตาม	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	ค่า F	Sig.
การปรับตัวใน มหาวิทยาลัย ด้านโดยรวม	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	5285.91	2	2642.95	8.98**	.000
	สาขาวิชา	150.52	2	75.26	0.26	.774
	ประเภทของสถานศึกษา	2.95	1	2.95	0.01	.920
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*สาขาวิชา	3107.92	4	776.98	2.64*	.033
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*ประเภทของสถานศึกษา	314.82	2	157.41	0.54	.586
	สาขาวิชา*ประเภทของสถานศึกษา	3241.70	2	1620.85	5.51**	.004
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*สาขาวิชา*ประเภทของสถานศึกษา	3375	4	843.75	2.87*	.023
	ความคลาดเคลื่อน	186253.59	633	294.24		
รวม	201039.33	650				
การปรับตัวใน มหาวิทยาลัย ด้านการเรียน	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	1026.08	2	513.04	14.91**	.000
	สาขาวิชา	69.39	2	34.70	1.01	.365
	ประเภทของสถานศึกษา	528.36	1	528.36	15.36**	.000
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*สาขาวิชา	725.82	4	181.45	5.27**	.000
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*ประเภทของสถานศึกษา	17.55	2	8.77	0.26	.775
	สาขาวิชา*ประเภทของสถานศึกษา	52.98	2	26.49	0.77	.464
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*สาขาวิชา*ประเภทของสถานศึกษา	119.55	4	29.89	0.87	.482
	ความคลาดเคลื่อน	21781.01	633	34.41		
รวม	24167.52	650				
การปรับตัวใน มหาวิทยาลัย ด้านส่วนตัว และอารมณ์	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	345.51	2	172.76	3.92*	.020
	สาขาวิชา	50.56	2	25.28	0.57	.563
	ประเภทของสถานศึกษา	113.63	1	113.63	2.58	.109
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*สาขาวิชา	188.31	4	47.08	1.07	.371
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*ประเภทของสถานศึกษา	173.07	2	86.54	1.97	.141
	สาขาวิชา*ประเภทของสถานศึกษา	708.01	2	354.01	8.04**	.000
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*สาขาวิชา*ประเภทของสถานศึกษา	813.65	4	203.41	4.62**	.001
	ความคลาดเคลื่อน	27871.68	633	44.03		
รวม	30275.52	650				

ตารางที่ 26 (ต่อ)

ตัวแปรตาม	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	ค่า F	Sig.
การปรับตัวใน มหาวิทยาลัย ด้านสังคม	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	196.18	2	98.09	2.44	.088
	สาขาวิชา	70.25	2	35.13	0.87	.418
	ประเภทของสถานศึกษา	78.90	1	78.90	1.96	.162
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*สาขาวิชา	202.20	4	50.55	1.26	.286
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*ประเภทของสถานศึกษา	18.68	2	9.34	0.23	.793
	สาขาวิชา*ประเภทของสถานศึกษา	65.63	2	32.81	0.82	.443
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*สาขาวิชา*ประเภทของสถานศึกษา	271.30	4	67.83	1.69	.152
	ความคลาดเคลื่อน	25465.78	633	40.23		
รวม	26446.22	650				
การปรับตัวใน มหาวิทยาลัย ด้านความ ผูกพันกับ สถานศึกษา และความ มุ่งมั่นใน เป้าหมาย	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	257.68	2	128.84	4.56*	.011
	สาขาวิชา	11.36	2	5.68	0.20	.818
	ประเภทของสถานศึกษา	50.27	1	50.27	1.78	.183
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*สาขาวิชา	189.63	4	47.41	1.68	.153
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*ประเภทของสถานศึกษา	37.43	2	18.72	0.66	.516
	สาขาวิชา*ประเภทของสถานศึกษา	495.96	2	247.98	8.78**	.000
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*สาขาวิชา*ประเภทของสถานศึกษา	244.83	4	61.21	2.17	.071
	ความคลาดเคลื่อน	17880.83	633	28.25		
รวม	19164.07	650				

\*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ 

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

### 2.1.3.1 การปรับตัวในมหาวิทยาลัยโดยรวม

ค่าเฉลี่ยของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยโดยรวม จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษา ปรากฏในตารางที่ 7 และ 25 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทาง ดังตารางที่ 26 พบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกันมีคะแนนการปรับตัวโดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยการปรับตัวโดยรวมของนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง ( $X = 2.88$ ) และปานกลาง ( $X = 2.88$ ) ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ( $X = 2.77$ ) ในขณะที่นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง และปานกลางมีการปรับตัวในมหาวิทยาลัยโดยรวมไม่แตกต่างกัน ผลปรากฏในตารางที่ 15 ส่วนสาขาวิชา ประเภทของสถานศึกษานั้นไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและสาขาวิชามีนัยสำคัญทางสถิติ โดยนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางในสาขาวิชามนุษยศาสตร์ มีการปรับตัวโดยรวมได้ดีกว่า ( $X = 2.97$ ) นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ ( $X = 2.75$ ) และสังคมศาสตร์ ( $X = 2.77$ ) ผลปรากฏในตารางที่ 27 และภาพที่ 6

ปฏิสัมพันธ์ระหว่างสาขาวิชาและประเภทของสถานศึกษามีนัยสำคัญทางสถิติ โดยการปรับตัวโดยรวมของนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ในมหาวิทยาลัยของรัฐ ( $X = 2.90$ ) และสาขาวิชามนุษยศาสตร์ในมหาวิทยาลัยเอกชน ( $X = 2.89$ ) ดีกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ในมหาวิทยาลัยเอกชน ( $X = 2.77$ ) ผลปรากฏในตารางที่ 28 และภาพที่ 7

ปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งสามมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยการปรับตัวโดยรวมของนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางสาขาวิชามนุษยศาสตร์ทั้งในมหาวิทยาลัยของรัฐ ( $X = 2.95$ ) และเอกชน ( $X = 2.98$ ) ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ในมหาวิทยาลัยเอกชน ( $X = 2.72$ ) และนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางสาขาวิชามนุษยศาสตร์ในมหาวิทยาลัยเอกชน มีการปรับตัวโดยรวมได้ดีกว่า ( $X = 2.98$ ) นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนทั้งต่ำ ( $X = 2.74$ ) และปานกลาง ( $X = 2.73$ ) สาขาวิชาสังคมศาสตร์ในมหาวิทยาลัยเอกชน ผลปรากฏในตารางที่ 29

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

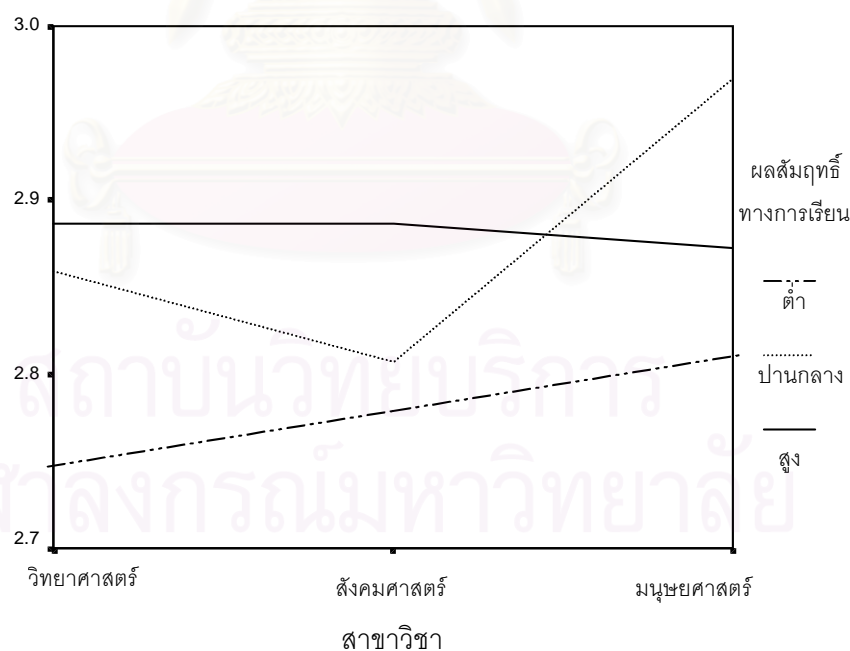


ตารางที่ 27 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนการปรับตัวใน  
มหาวิทยาลัยโดยรวม จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและสาขาวิชา

ผลสัมฤทธิ์ ทางการเรียน	สาขาวิชา	n	X	S.D.	การปรับตัวโดยรวม									
					1	2	3	4	5	6	7	8	9	
1.ต่ำ	วิทยาศาสตร์	94	2.75	0.31										
2.ต่ำ	สังคมศาสตร์	64	2.77	0.33	~									
3.ต่ำ	มนุษยศาสตร์	51	2.80	0.34	~	~								
4.ปานกลาง	วิทยาศาสตร์	80	2.86	0.25	~	~	~							
5.ปานกลาง	สังคมศาสตร์	57	2.81	0.29	~	~	~	~						
6.ปานกลาง	มนุษยศาสตร์	63	2.97	0.24	6>1***	6>2***	~	~	~					
7.สูง	วิทยาศาสตร์	75	2.88	0.26	~	~	~	~	~	~				
8.สูง	สังคมศาสตร์	88	2.89	0.32	~	~	~	~	~	~	~			
9.สูง	มนุษยศาสตร์	79	2.87	0.29	~	~	~	~	~	~	~	~		

\*\*\* p < .001

คะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยโดยรวม



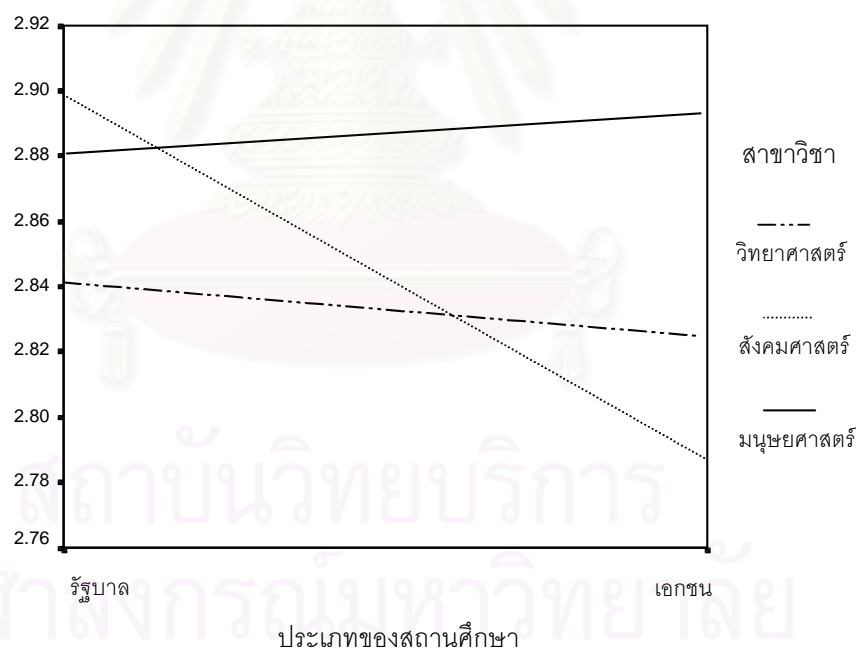
ภาพที่ 6 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและสาขาวิชาของคะแนนการปรับตัวใน  
มหาวิทยาลัยโดยรวม

ตารางที่ 28 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนการปรับตัวใน  
มหาวิทยาลัยโดยรวม จำแนกตามสาขาวิชาและประเภทของสถานศึกษา

สาขาวิชา	ประเภทของ สถานศึกษา	n	X	S.D.	การปรับตัวโดยรวม					
					1	2	3	4	5	6
1.วิทยาศาสตร์	รัฐบาล	145	2.84	0.27						
2.วิทยาศาสตร์	เอกชน	104	2.81	0.30	~					
3.สังคมศาสตร์	รัฐบาล	109	2.90	0.32	~	~				
4.สังคมศาสตร์	เอกชน	100	2.77	0.30	~	~	4<3*			
5.มนุษยศาสตร์	รัฐบาล	90	2.88	0.30	~	~	~	~		
6.มนุษยศาสตร์	เอกชน	103	2.89	0.29	~	~	~	6>4*	~	

\*  $p < .05$

คะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยโดยรวม



ภาพที่ 7 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างสาขาวิชาและประเภทของสถานศึกษาของ

คะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยโดยรวม

ตารางที่ 29 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนการปรับตัวใน  
มหาวิทยาลัยโดยรวม จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชาและประเภทของ  
สถานศึกษา

GPA/FIELD/UNIV	n	X	S.D.	การปรับตัวโดยรวม																
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	1	1	1	1	1	1
1.L/Sci/Gov	43	2.80	0.30																	
2.L/Sci/Pri	51	2.72	0.32	~																
3.L/Soc/Gov	15	2.88	0.38	~	~															
4.L/Soc/Pri	49	2.74	0.31	~	~	~														
5.L/Hum/Gov	11	2.57	0.37	~	~	~	~													
6.L/Hum/Pri	40	2.87	0.31	~	~	~	~	~												
7.M/Sci/Gov	57	2.85	0.26	~	~	~	~	~	~											
8.M/Sci/Pri	23	2.87	0.25	~	~	~	~	~	~	~										
9.M/Soc/Gov	29	2.89	0.31	~	~	~	~	~	~	~	~									
10.M/Soc/Pri	28	2.73	0.25	~	~	~	~	~	~	~	~	~								
11.M/Hum/Gov	40	2.95	0.25	~	11>2*	~	~	~	~	~	~	~	~							
12.M/Hum/Pri	23	2.98	0.20	~	12>2*	~	12>4*	~	~	~	~	~	12>10*	~						
13.H/Sci/Gov	45	2.86	0.25	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~					
14.H/Sci/Pri	30	2.92	0.27	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~				
15.H/Soc/Gov	65	2.90	0.32	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~			
16.H/Soc/Pri	23	2.87	0.33	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~		
17.H/Hum/Gov	39	2.88	0.27	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	
18.H/Hum/Pri	40	2.86	0.31	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~

หมายเหตุ GPA = ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน,  
ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน: L = ต่ำ, M = ปานกลาง, H = สูง,  
FIELD = สาขาวิชา, Sci = วิทยาศาสตร์, Soc = สังคมศาสตร์, Hum = มนุษยศาสตร์,  
UNIV = ประเภทของสถานศึกษา, Gov = รัฐบาล, Pri = เอกชน

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

### 2.1.3.2 การปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านการเรียน

ค่าเฉลี่ยของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านการเรียน จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษา ปรากฏในตารางที่ 7 และ 25 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทาง ดังตารางที่ 26 พบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกันมีคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านการเรียนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยการปรับตัวด้านการเรียนของนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง ( $X = 2.71$ ) และปานกลาง ( $X = 2.67$ ) ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ( $X = 2.54$ ) ผลปรากฏในตารางที่ 17 และนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยเอกชนมีการปรับตัว ด้านการเรียน ได้ดีกว่า ( $X = 2.67$ ) นิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐ ( $X = 2.61$ ) ผลปรากฏในตารางที่ 7

ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและสาขาวิชา มีนัยสำคัญทางสถิติ โดยการปรับตัวด้านการเรียนของนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางในสาขาวิชามนุษยศาสตร์ ( $X = 2.81$ ) ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ ( $X = 2.51$ ) สังคมศาสตร์ ( $X = 2.57$ ) และมนุษยศาสตร์ ( $X = 2.58$ ) และนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางในสาขาวิชาสังคมศาสตร์ ( $X = 2.55$ ) และพบว่า การปรับตัวด้านการเรียนของนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ ( $X = 2.73$ ) และสังคมศาสตร์ ( $X = 2.71$ ) ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ ( $X = 2.51$ ) ผลปรากฏในตารางที่ 30 และภาพที่ 8

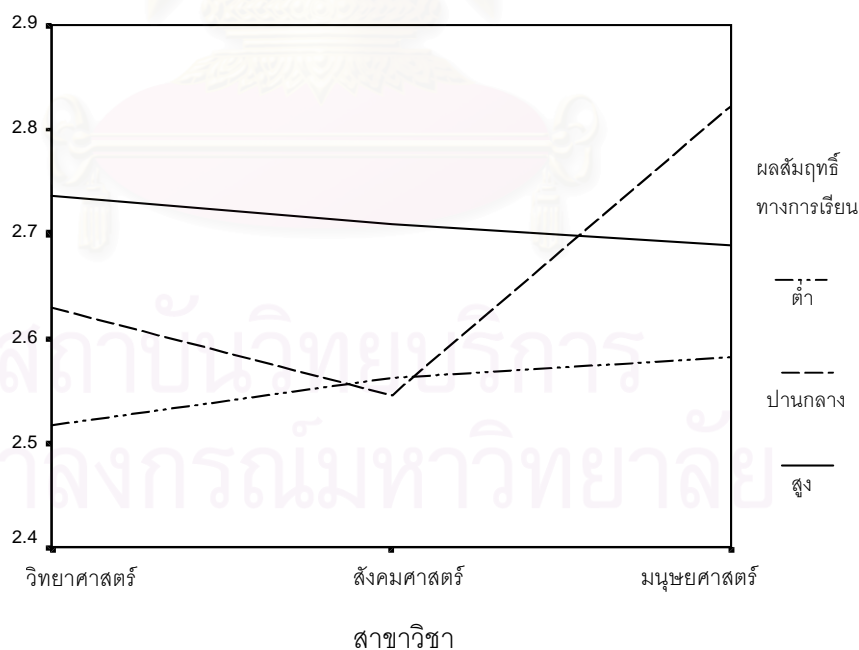
ส่วนสาขาวิชา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและประเภทของสถานศึกษา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างสาขาวิชาและประเภทของสถานศึกษา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งสามนั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ 30 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนการปรับตัวใน  
มหาวิทยาลัยด้านการเรียน จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและสาขาวิชา

ผลสัมฤทธิ์ ทางการเรียน	สาขาวิชา	n	X	S.D.	การปรับตัวด้านการเรียน									
					1	2	3	4	5	6	7	8	9	
1.ต่ำ	วิทยาศาสตร์	94	2.51	0.35										
2.ต่ำ	สังคมศาสตร์	64	2.57	0.35	~									
3.ต่ำ	มนุษยศาสตร์	51	2.58	0.37	~	~								
4.ปานกลาง	วิทยาศาสตร์	80	2.63	0.35	~	~	~							
5.ปานกลาง	สังคมศาสตร์	57	2.55	0.35	~	~	~	~						
6.ปานกลาง	มนุษยศาสตร์	63	2.81	0.33	6>1***	6>2**	6>3*	~	6>5*					
7.สูง	วิทยาศาสตร์	75	2.73	0.33	7>1***	~	~	~	~	~				
8.สูง	สังคมศาสตร์	88	2.71	0.35	8>1**	~	~	~	~	~	~			
9.สูง	มนุษยศาสตร์	79	2.68	0.36	~	~	~	~	~	~	~	~		

\*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$

คะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านการเรียน



ภาพที่ 8 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและสาขาวิชาของ  
คะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านการเรียน

### 2.1.3.3 การปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านส่วนตัวและอารมณ์

ค่าเฉลี่ยของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านส่วนตัวและอารมณ์ จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษา ปรากฏในตารางที่ 7 และ 25 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทาง ดังตารางที่ 26 พบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกันมีคะแนนการปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางมีการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านส่วนตัวและอารมณ์ได้ดีกว่า ( $X = 2.83$ ) นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ( $X = 2.70$ ) ส่วนนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงไม่แตกต่างจากนิสิต นักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลาง และต่ำ ผลปรากฏในตารางที่ 19

ปฏิสัมพันธ์ระหว่างสาขาวิชาและประเภทของสถานศึกษามีนัยสำคัญทางสถิติ โดยการปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ของนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ ( $X = 2.78$ ) สังคมศาสตร์ ( $X = 2.86$ ) และมนุษยศาสตร์ในมหาวิทยาลัยของรัฐ ( $X = 2.84$ ) และนิสิตนักศึกษาสาขาวิชามนุษยศาสตร์ในมหาวิทยาลัยเอกชน ( $X = 2.84$ ) ดีกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ในมหาวิทยาลัยเอกชน ( $X = 2.59$ ) ผลปรากฏในตารางที่ 31 และภาพที่ 9

ปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งสามมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยการปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ของนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำสาขาวิชามนุษยศาสตร์ในมหาวิทยาลัยเอกชน ( $X = 2.93$ ) นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางสาขาวิชาสังคมศาสตร์ในมหาวิทยาลัยของรัฐ ( $X = 2.97$ ) และสาขาวิชามนุษยศาสตร์ทั้งในมหาวิทยาลัยของรัฐบาล ( $X = 2.91$ ) และเอกชน ( $X = 2.97$ ) ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ทั้งต่ำ ( $X = 2.56$ ) และปานกลาง ( $X = 2.55$ ) สาขาวิชาสังคมศาสตร์ในมหาวิทยาลัยเอกชน ผลปรากฏในตารางที่ 32

ส่วนสาขาวิชา ประเภทของสถานศึกษา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและสาขาวิชา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและประเภทของสถานศึกษานั้นไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

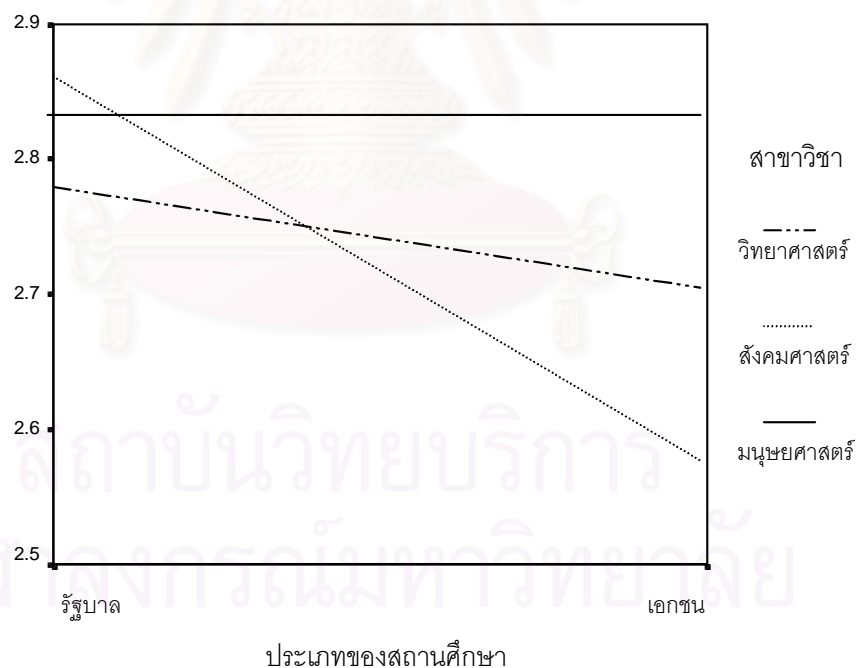
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 31 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านส่วนตัวและอารมณ์ จำแนกตามสาขาวิชาและประเภทของสถานศึกษา

สาขาวิชา	ประเภทของสถานศึกษา	n	X	S.D.	การปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์					
					1	2	3	4	5	6
1.วิทยาศาสตร์	รัฐบาล	145	2.78	0.46						
2.วิทยาศาสตร์	เอกชน	104	2.73	0.44	~					
3.สังคมศาสตร์	รัฐบาล	109	2.86	0.44	~	~				
4.สังคมศาสตร์	เอกชน	100	2.59	0.46	4<1*	~	4<3***			
5.มนุษยศาสตร์	รัฐบาล	90	2.84	0.44	~	~	~	5>4**		
6.มนุษยศาสตร์	เอกชน	103	2.84	0.44	~	~	~	6>4*	~	

\*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$

คะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านส่วนตัวและอารมณ์



ภาพที่ 9 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างสาขาวิชาและประเภทของสถานศึกษาของ

คะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านส่วนตัวและอารมณ์

ตารางที่ 32 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนการปรับตัวใน  
มหาวิทยาลัยด้านส่วนตัวและอารมณ์ จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชาและ  
ประเภทของสถานศึกษา

GPA/FIELD/UNIV	n	X	S.D.	การปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์															
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	1	1	1	1	1
1.L/Sci/Gov	43	2.72	0.50																
2.L/Sci/Pri	51	2.67	0.46	~															
3.L/Soc/Gov	15	2.86	0.59	~	~														
4.L/Soc/Pri	49	2.56	0.48	~	~	~													
5.L/Hum/Gov	11	2.42	0.48	~	~	~	~												
6.L/Hum/Pri	40	2.93	0.41	~	~	~	6>4*	~											
7.M/Sci/Gov	57	2.82	0.47	~	~	~	~	~											
8.M/Sci/Pri	23	2.76	0.46	~	~	~	~	~	~										
9.M/Soc/Gov	29	2.97	0.32	~	~	~	9>4**	~	~	~									
10.M/Soc/Pri	28	2.55	0.38	~	~	~	~	~	10<6*	~	~	10<9**							
11.M/Hum/Gov	40	2.91	0.34	~	~	~	11>4*	~	~	~	~	~	11>10*						
12.M/Hum/Pri	23	2.97	0.37	~	~	~	12>4*	~	~	~	~	~	12>10*	~					
13.H/Sci/Gov	45	2.80	0.41	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~				
14.H/Sci/Pri	30	2.80	0.40	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~			
15.H/Soc/Gov	65	2.82	0.45	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~		
16.H/Soc/Pri	23	2.74	0.47	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~		
17.H/Hum/Gov	39	2.88	0.47	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~		
18.H/Hum/Pri	40	2.69	0.47	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~		

หมายเหตุ GPA = ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน,  
ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน: L = ต่ำ, M = ปานกลาง, H = สูง,  
FIELD = สาขาวิชา, Sci = วิทยาศาสตร์, Soc = สังคมศาสตร์, Hum = มนุษยศาสตร์,  
UNIV = ประเภทของสถานศึกษา, Gov = รัฐบาล, Pri = เอกชน

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



#### 2.1.3.4 การปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านสังคม

ค่าเฉลี่ยของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านสังคม จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษา ปรากฏในตารางที่ 7 และ 25 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทาง ดังตารางที่ 26 พบว่า ผลหลักของตัวแปรผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา ประเภทของสถานศึกษา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและสาขา-วิชา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและประเภทของสถานศึกษา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างสาขาวิชาและประเภทของสถานศึกษา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งสามนั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

#### 2.1.3.5 การปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย

ค่าเฉลี่ยของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านความผูกพันกับสถานศึกษา และความมุ่งมั่นในเป้าหมาย จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษา ปรากฏในตารางที่ 7 และ 25 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทาง ดังตารางที่ 26 ซึ่งพบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกันมีคะแนนการปรับตัวด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมายแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยการปรับตัวด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมายของนิสิต นักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง ( $X = 3.18$ ) และปานกลาง ( $X = 3.20$ ) ดีกว่านิสิต นักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ( $X = 3.08$ ) ผลปรากฏในตารางที่ 21

ปฏิสัมพันธ์ระหว่างสาขาวิชาและประเภทของสถานศึกษามีนัยสำคัญทางสถิติ โดยนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ในมหาวิทยาลัยของรัฐ มีการปรับตัวด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมายได้ดีกว่า ( $X = 3.28$ ) นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ ( $X = 3.09$ ) และสังคมศาสตร์ในมหาวิทยาลัยเอกชน ( $X = 3.04$ ) ผลปรากฏในตารางที่ 33 และภาพที่ 10

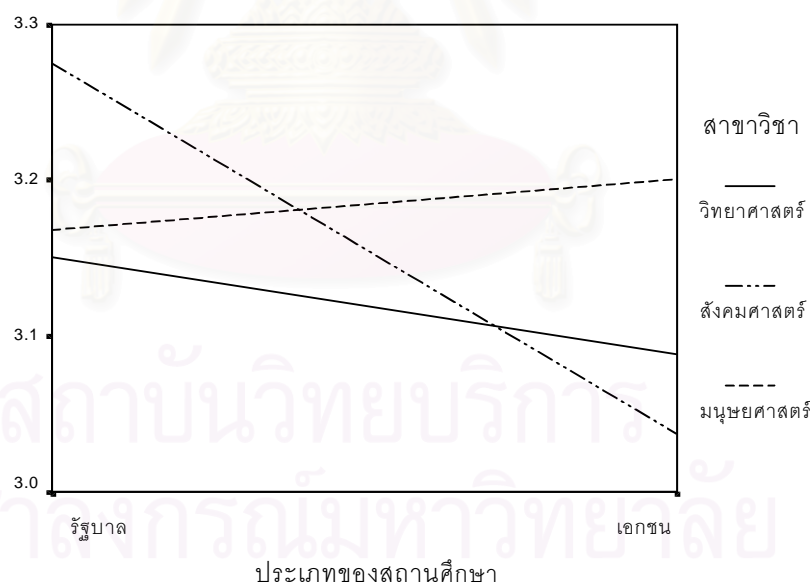
ส่วนสาขาวิชา ประเภทของสถานศึกษา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและสาขาวิชา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและประเภทของสถานศึกษา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งสามนั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ 33 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนการปรับตัวใน  
มหาวิทยาลัยด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย จำแนกตาม  
สาขาวิชาและประเภทของสถานศึกษา

สาขาวิชา	ประเภทของ สถานศึกษา	n	X	S.D.	การปรับตัวด้านความผูกพันกับสถานศึกษา					
					1	2	3	4	5	6
1.วิทยาศาสตร์	รัฐบาล	145	3.15	0.35						
2.วิทยาศาสตร์	เอกชน	104	3.09	0.35	~					
3.สังคมศาสตร์	รัฐบาล	109	3.28	0.40	~	3>2*				
4.สังคมศาสตร์	เอกชน	100	3.04	0.42	~	~	4<3**			
5.มนุษยศาสตร์	รัฐบาล	90	3.17	0.39	~	~	~	~		
6.มนุษยศาสตร์	เอกชน	103	3.20	0.39	~	~	~	~	~	

\*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$

คะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านความผูกพันกับสถานศึกษา



ภาพที่ 10 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างสาขาวิชาและประเภทของสถานศึกษาของคะแนนการปรับตัว  
ในมหาวิทยาลัยด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย

## 2.2 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางของตัวแปรกลวิธีการเผชิญปัญหา

### 2.2.1 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางของตัวแปรกลวิธีการเผชิญปัญหาทั้ง

3 แบบ จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และสาขาวิชา

ตารางที่ 34 ค่าเฉลี่ย (X) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของกลวิธีการเผชิญปัญหา  
จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และสาขาวิชา

จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และสาขาวิชา			n	คะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา					
				มุ่งจัดการกับปัญหา		แสวงหาการสนับสนุน ทางสังคม		หลีกเลี่ยง	
				X	S.D.	X	S.D.	X	S.D.
ชาย	ต่ำ	วิทยาศาสตร์	57	3.71	0.34	3.25	0.67	2.89	0.47
		สังคมศาสตร์	28	3.71	0.39	3.29	0.69	3.08	0.64
		มนุษยศาสตร์	27	3.63	0.44	3.21	0.70	2.84	0.56
		รวม	112	3.69	0.37	3.25	0.68	2.93	0.54
	ปาน กลาง	วิทยาศาสตร์	45	3.80	0.35	3.30	0.61	2.90	0.44
		สังคมศาสตร์	25	3.65	0.38	3.20	0.57	2.84	0.43
		มนุษยศาสตร์	22	3.73	0.35	3.21	0.42	2.84	0.51
		รวม	92	3.74	0.36	3.25	0.56	2.87	0.45
	สูง	วิทยาศาสตร์	38	3.83	0.37	3.32	0.62	2.78	0.47
		สังคมศาสตร์	30	3.66	0.47	3.30	0.58	2.81	0.54
		มนุษยศาสตร์	22	3.76	0.31	3.66	0.41	2.94	0.51
		รวม	90	3.76	0.40	3.40	0.58	2.83	0.50
รวม			294	3.73	0.38	3.30	0.61	2.88	0.50
หญิง	ต่ำ	วิทยาศาสตร์	37	3.69	0.37	3.26	0.61	2.63	0.44
		สังคมศาสตร์	36	3.68	0.43	3.43	0.61	2.93	0.61
		มนุษยศาสตร์	24	3.72	0.36	3.36	0.55	2.94	0.57
		รวม	97	3.69	0.39	3.35	0.60	2.82	0.55
	ปาน กลาง	วิทยาศาสตร์	35	3.71	0.27	3.47	0.61	2.88	0.41
		สังคมศาสตร์	32	3.65	0.43	3.41	0.74	2.90	0.51
		มนุษยศาสตร์	41	3.62	0.37	3.49	0.62	2.88	0.54
		รวม	108	3.66	0.36	3.46	0.65	2.88	0.48
	สูง	วิทยาศาสตร์	37	3.73	0.41	3.42	0.64	2.80	0.42
		สังคมศาสตร์	58	3.68	0.33	3.43	0.47	2.83	0.49
		มนุษยศาสตร์	57	3.75	0.36	3.67	0.54	3.01	0.50
		รวม	152	3.72	0.36	3.52	0.55	2.89	0.48
รวม			357	3.69	0.37	3.45	0.60	2.87	0.50
รวม			651	3.71	0.37	3.38	0.61	2.87	0.50

ตารางที่ 35 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา  
จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และสาขาวิชา

ตัวแปรตาม	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	ค่า F	Sig.
กลวิธีการเผชิญ ปัญหาแบบมุ่ง จัดการกับปัญหา	เพศ	82.40	1	82.40	0.82	.366
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	205.25	2	102.62	1.02	.362
	สาขาวิชา	446.72	2	223.36	2.21	.110
	เพศ*ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	106.28	2	53.14	0.53	.591
	เพศ*สาขาวิชา	101.92	2	50.96	0.51	.604
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*สาขาวิชา	265.59	4	66.40	0.66	.621
	เพศ*ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*สาขาวิชา	159.60	4	39.90	0.40	.812
	ความคลาดเคลื่อน	63858.47	633	100.88		
รวม	65313.95	650				
กลวิธีการเผชิญ ปัญหาแบบ แสวงหาการ สนับสนุนทาง สังคม	เพศ	170.54	1	170.54	7.39**	.007
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	198.07	2	99.03	4.29*	.014
	สาขาวิชา	71.91	2	35.96	1.56	.211
	เพศ*ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	36.08	2	18.04	0.78	.458
	เพศ*สาขาวิชา	8.45	2	4.22	0.18	.833
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*สาขาวิชา	213.45	4	53.36	2.31	.056
	เพศ*ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*สาขาวิชา	20.68	4	5.17	0.22	.925
	ความคลาดเคลื่อน	14606.75	633	23.08		
รวม	15398.66	650				
กลวิธีการเผชิญ ปัญหาแบบ หลีก หนี	เพศ	12.29	1	12.29	0.12	.726
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	26.46	2	13.23	0.13	.876
	สาขาวิชา	459.98	2	229.99	2.30	.101
	เพศ*ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	245.39	2	122.69	1.23	.294
	เพศ*สาขาวิชา	236.02	2	118.01	1.18	.308
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*สาขาวิชา	947.42	4	236.86	2.37	.052
	เพศ*ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*สาขาวิชา	223.95	4	55.99	0.56	.692
	ความคลาดเคลื่อน	63361	633	100.10		
รวม	65624.10	650				

\*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$

### 2.2.1.1 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา

ค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และสาขาวิชา ปรากฏในตารางที่ 8 และ 34 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทาง ดังตารางที่ 35 ซึ่งพบว่า ผลหลักของตัวแปรเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและสาขาวิชา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและสาขาวิชา และปฏิสัมพันธ์ระหว่าง ตัวแปรทั้งสามนั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

### 2.2.1.2 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม

ค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และสาขาวิชา ปรากฏในตารางที่ 8 และ 34 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทาง ดังตารางที่ 35 ซึ่งพบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่มีเพศแตกต่างกันมีคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยนิสิตนักศึกษาหญิงใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่า ( $X = 3.45$ ) นิสิตนักศึกษาชาย ( $X = 3.30$ ) ผลปรากฏในตารางที่ 8 และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่า ( $X = 3.47$ ) นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ( $X = 3.30$ ) ผลปรากฏในตารางที่ 36 ส่วนสาขาวิชา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและสาขาวิชา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและสาขาวิชา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งสามนั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 36 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนกลวิธีการ  
 เષชญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมของนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทาง  
 การเรียนแตกต่างกัน

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	n	X	S.D.	กลวิธีการเษชญปัญหาแบบแสวงหาการ สนับสนุนทางสังคม		
				1	2	3
1. ต่ำ (2.49 และต่ำกว่า)	209	3.30	0.64			
2. ปานกลาง (2.50 – 2.99)	200	3.36	0.62	~		
3. สูง (3.00 และสูงกว่า)	242	3.47	0.56	3>1**	~	

\*\* p < .01

### 2.2.1.3 กลวิธีการเษชญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง

ค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีการเษชญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง จำแนกตามเพศ  
 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และสาขาวิชา ปรากฏในตารางที่ 8 และ 34 ผลการวิเคราะห์ความแปร  
 ปรวนสามทาง ดังตารางที่ 35 ซึ่งพบว่า ผลหลักของตัวแปรเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา  
 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและสาขาวิชา  
 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและสาขาวิชา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งสาม  
 นั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

สถาบันวิทยบริการ  
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

2.2.2 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางของตัวแปรกลวิธีการเผชิญปัญหาทั้ง 3  
แบบ จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และประเภทของสถานศึกษา

ตารางที่ 37 ค่าเฉลี่ย (X) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของกลวิธีการเผชิญปัญหา  
จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และประเภทของสถานศึกษา

จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ ทางการเรียน และประเภท ของสถานศึกษา			n	คะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา					
				มุ่งจัดการกับปัญหา		แสวงหาการ สนับสนุนทางสังคม		หลีกเลี่ยง	
				X	S.D.	X	S.D.	X	S.D.
ชาย	ต่ำ	รัฐบาล	35	3.70	0.34	3.20	0.69	2.91	0.49
		เอกชน	77	3.68	0.39	3.27	0.67	2.94	0.56
		รวม	112	3.69	0.37	3.25	0.68	2.93	0.54
	ปาน กลาง	รัฐบาล	54	3.74	0.33	3.24	0.54	2.83	0.45
		เอกชน	38	3.74	0.40	3.26	0.59	2.93	0.45
		รวม	92	3.74	0.36	3.25	0.56	2.87	0.45
	สูง	รัฐบาล	46	3.72	0.47	3.32	0.60	2.82	0.44
		เอกชน	44	3.80	0.31	3.48	0.54	2.83	0.56
		รวม	90	3.76	0.40	3.40	0.58	2.83	0.50
	รวม			294	3.73	0.38	3.30	0.61	2.88
หญิง	ต่ำ	รัฐบาล	34	3.75	0.37	3.50	0.58	2.77	0.54
		เอกชน	63	3.66	0.39	3.26	0.60	2.84	0.56
		รวม	97	3.69	0.39	3.35	0.60	2.82	0.55
	ปาน กลาง	รัฐบาล	72	3.70	0.37	3.54	0.59	2.80	0.44
		เอกชน	36	3.58	0.33	3.29	0.73	3.05	0.54
		รวม	108	3.66	0.36	3.46	0.65	2.88	0.48
	สูง	รัฐบาล	103	3.70	0.37	3.56	0.57	2.87	0.45
		เอกชน	49	3.77	0.32	3.42	0.50	2.94	0.56
		รวม	152	3.72	0.36	3.52	0.55	2.89	0.48
	รวม			357	3.69	0.37	3.45	0.60	2.87
รวม			651	3.71	0.37	3.38	0.61	2.87	0.50

ตารางที่ 38 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา  
จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และประเภทของสถานศึกษา

ตัวแปรตาม	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	ค่า F	Sig.
กลวิธีการเผชิญ ปัญหาแบบมุ่ง จัดการกับ ปัญหา	เพศ	169.98	1	169.98	1.69	.194
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	240.28	2	120.14	1.20	.303
	ประเภทของสถานศึกษา	24.66	1	24.66	0.25	.620
	เพศ*ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	215.14	2	107.57	1.07	.343
	เพศ*ประเภทของสถานศึกษา	82.99	1	82.99	0.83	.364
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*ประเภทของสถานศึกษา	511.49	2	255.75	2.55	.079
	เพศ*ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*ประเภทของสถานศึกษา	50.75	2	25.37	0.25	.777
	ความคลาดเคลื่อน	64172.14	639	100.43		
รวม	65313.95	650				
กลวิธีการเผชิญ ปัญหาแบบ แสวงหาการ สนับสนุนทาง สังคม	เพศ	172.19	1	172.19	7.50**	.006
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	137.37	2	68.69	2.99	.051
	ประเภทของสถานศึกษา	37.40	1	37.40	1.63	.202
	เพศ*ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	8.31	2	4.42	0.19	.825
	เพศ*ประเภทของสถานศึกษา	201.77	1	201.77	8.79**	.003
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*ประเภทของสถานศึกษา	28.54	2	14.27	0.62	.537
	เพศ*ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*ประเภทของสถานศึกษา	0.80	2	0.40	0.02	.983
	ความคลาดเคลื่อน	14671.62	639	22.96		
รวม	15398.66	650				
กลวิธีการเผชิญ ปัญหาแบบ หลีกเลี่ยง	เพศ	0.16	1	0.16	0.00	.968
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	72.33	2	36.16	0.36	.699
	ประเภทของสถานศึกษา	458.91	1	458.91	4.55*	.033
	เพศ*ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	397.86	2	198.93	1.97	.140
	เพศ*ประเภทของสถานศึกษา	97.93	1	97.93	0.97	.325
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*ประเภทของสถานศึกษา	219	2	109.50	1.09	.338
	เพศ*ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*ประเภทของสถานศึกษา	25.63	2	12.81	0.13	.881
	ความคลาดเคลื่อน	64474.40	639	100.90		
รวม	65624.10	650				

\*\*p < .01



### 2.2.2.1 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา

ค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และประเภทของสถานศึกษา ปรากฏในตารางที่ 8 และ 37 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทาง ดังตารางที่ 38 ซึ่งพบว่า ผลหลักของตัวแปรเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ประเภทของสถานศึกษา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและประเภทของสถานศึกษา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และประเภทของสถานศึกษา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งสามนั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

### 2.2.2.2 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม

ค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และประเภทของสถานศึกษา ปรากฏในตารางที่ 8 และ 37 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทาง ดังตารางที่ 38 ซึ่งพบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่มีเพศแตกต่างกันมีคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยนิสิตนักศึกษาหญิงใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่า ( $X = 3.45$ ) นิสิตนักศึกษาชาย ( $X = 3.30$ ) ผลปรากฏในตารางที่ 8

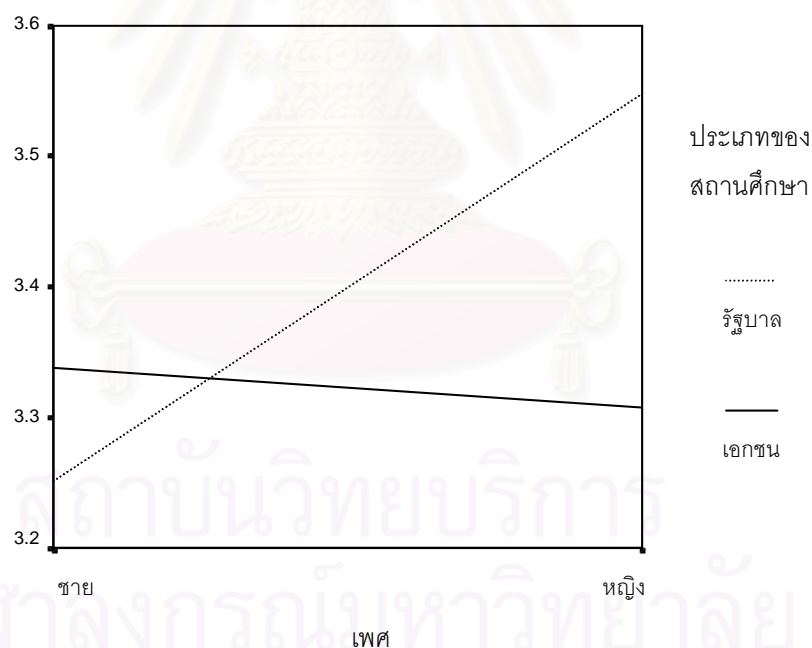
ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและประเภทของสถานศึกษามีนัยสำคัญทางสถิติ โดยนิสิตนักศึกษาหญิงในมหาวิทยาลัยรัฐบาล ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่า ( $X = 3.55$ ) นิสิตนักศึกษาชายในมหาวิทยาลัยรัฐบาล ( $X = 3.26$ ) และเอกชน ( $X = 3.33$ ) และนิสิตนักศึกษาหญิงในมหาวิทยาลัยเอกชน ( $X = 3.32$ ) ผลปรากฏในตารางที่ 39 และภาพที่ 11 ส่วนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ประเภทของสถานศึกษา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและประเภทของสถานศึกษา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งสามนั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ 39 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนกลวิธีการ  
เผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม จำแนกตามเพศและประเภทของ  
สถานศึกษา

เพศ	ประเภทของ สถานศึกษา	n	X	S.D.	กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการ สนับสนุนทางสังคม			
					1	2	3	4
1.ชาย	รัฐบาล	135	3.26	0.60				
2.ชาย	เอกชน	159	3.33	0.62	~			
3.หญิง	รัฐบาล	209	3.55	0.58	3>1***	3>2**		
4.หญิง	เอกชน	148	3.32	0.60	~	~	4<3**	

\*\* p < .01, \*\*\* p < .001

คะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม



ภาพที่ 11 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและประเภทของสถานศึกษาของคะแนนกลวิธีการ  
การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม

### 2.2.2.3 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง

ค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงนี้ จำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และประเภทของสถานศึกษา ปรากฏในตารางที่ 8 และ 37 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทาง ดังตารางที่ 38 ซึ่งพบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่ศึกษาในสถานศึกษาแตกต่างกัน มีคะแนนการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงนี้แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยเอกชน ( $X = 2.92$ ) ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงนี้มากกว่านิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐ ( $X = 2.84$ ) ผลปรากฏในตารางที่ 8 ส่วนตัวแปรเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและประเภทของสถานศึกษา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและประเภทของสถานศึกษา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งสามนั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

### 2.2.3 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางของตัวแปรกลวิธีการเผชิญปัญหาทั้ง 3 แบบ จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษา

#### 2.2.3.1 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา

ค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษา ปรากฏในตารางที่ 8 และ 40 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทาง ดังตารางที่ 41 ซึ่งพบว่า ผลหลักของตัวแปรผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา ประเภทของสถานศึกษา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและสาขาวิชา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและประเภทของสถานศึกษา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างสาขาวิชาและประเภทของสถานศึกษา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งสามนั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 40 ค่าเฉลี่ย (X) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของกลวิธีการเผชิญปัญหา  
จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษา

จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษา			n	คะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา						
				มุ่งจัดการกับปัญหา		แสวงหาการสนับสนุนทางสังคม		หลีกเลี่ยง		
				X	S.D.	X	S.D.	X	S.D.	
ต่ำ	วิทยาศาสตร์	รัฐบาล	43	3.77	0.32	3.39	0.67	2.83	0.47	
		เอกชน	51	3.65	0.37	3.14	0.60	2.75	0.48	
		รวม	94	3.70	0.35	3.25	0.64	2.79	0.47	
	สังคมศาสตร์	รัฐบาล	15	3.62	0.33	3.36	0.72	2.67	0.61	
		เอกชน	49	3.72	0.43	3.37	0.63	3.10	0.60	
		รวม	64	3.69	0.41	3.37	0.65	2.99	0.62	
	มนุษยศาสตร์	รัฐบาล	11	3.77	0.50	3.18	0.47	3.10	0.52	
		เอกชน	40	3.64	0.37	3.31	0.67	2.83	0.56	
		รวม	51	3.67	0.40	3.28	0.63	2.89	0.56	
	รวม			209	3.69	0.38	3.30	0.64	2.88	0.55
	ปานกลาง	วิทยาศาสตร์	รัฐบาล	57	3.74	0.30	3.43	0.56	2.84	0.41
			เอกชน	23	3.82	0.37	3.23	0.73	3.02	0.42
รวม			80	3.76	0.32	3.38	0.61	2.89	0.42	
สังคมศาสตร์		รัฐบาล	29	3.66	0.43	3.28	0.68	2.77	0.45	
		เอกชน	28	3.64	0.37	3.35	0.67	2.98	0.48	
		รวม	57	3.65	0.40	3.31	0.67	2.87	0.47	
มนุษยศาสตร์		รัฐบาล	40	3.73	0.37	3.49	0.55	2.80	0.48	
		เอกชน	23	3.54	0.34	3.23	0.58	2.97	0.59	
		รวม	63	3.66	0.37	3.39	0.57	2.86	0.53	
รวม			200	3.70	0.36	3.36	0.62	2.88	0.47	
สูง		วิทยาศาสตร์	รัฐบาล	45	3.76	0.45	3.41	0.65	2.80	0.45
			เอกชน	30	3.81	0.28	3.31	0.60	2.77	0.44
	รวม		75	3.78	0.39	3.37	0.63	2.79	0.44	
	สังคมศาสตร์	รัฐบาล	65	3.65	0.40	3.39	0.54	2.87	0.45	
		เอกชน	23	3.74	0.32	3.37	0.45	2.70	0.62	
		รวม	88	3.67	0.38	3.38	0.51	2.82	0.50	
	มนุษยศาสตร์	รัฐบาล	39	3.71	0.35	3.74	0.55	2.89	0.43	
		เอกชน	40	3.80	0.34	3.60	0.45	3.08	0.55	
		รวม	79	3.76	0.34	3.67	0.50	2.99	0.50	
	รวม			242	3.73	0.37	3.47	0.56	2.87	0.49
	รวม			651	3.71	0.37	3.38	0.61	2.87	0.50

ตารางที่ 41 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา  
 จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษา

ตัวแปรตาม	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	ค่า F	Sig.
กลวิธีการเผชิญ ปัญหาแบบ มุ่ง จัดการกับ ปัญหา	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	282.05	2	141.03	1.11	.224
	สาขาวิชา	575.91	2	287.95	2.88	.057
	ประเภทของสถานศึกษา	6.33	1	6.33	0.06	.801
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*สาขาวิชา	279.73	4	69.93	0.70	.592
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*ประเภทของสถานศึกษา	330.37	2	165.18	1.65	.192
	สาขาวิชา*ประเภทของสถานศึกษา	252.56	2	126.28	1.26	.283
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*สาขาวิชา*ประเภทของสถานศึกษา	507.46	4	126.87	1.27	.280
	ความคลาดเคลื่อน	63228.32	633	99.89		
รวม	65313.95	650				
กลวิธีการเผชิญ ปัญหาแบบ แสวงหาการ สนับสนุนทาง สังคม	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	210.74	2	105.37	4.58*	.011
	สาขาวิชา	65.45	2	32.73	1.42	.242
	ประเภทของสถานศึกษา	60.63	1	60.63	2.63	.105
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*สาขาวิชา	193.19	4	48.30	2.10	.080
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*ประเภทของสถานศึกษา	11.18	2	5.59	0.24	.785
	สาขาวิชา*ประเภทของสถานศึกษา	65.13	2	32.57	1.41	.244
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*สาขาวิชา*ประเภทของสถานศึกษา	66.19	4	16.55	0.72	.580
	ความคลาดเคลื่อน	14580.47	633	23.03		
รวม	15398.66	650				
กลวิธีการเผชิญ ปัญหาแบบ หลีกเลี่ยง	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	81.08	2	40.54	0.41	.661
	สาขาวิชา	486.47	2	243.24	2.48	.084
	ประเภทของสถานศึกษา	256.03	1	256.03	2.61	.106
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*สาขาวิชา	574.83	4	143.71	1.47	.211
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*ประเภทของสถานศึกษา	381.12	2	190.56	1.95	.144
	สาขาวิชา*ประเภทของสถานศึกษา	202.36	2	101.18	1.03	.357
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*สาขาวิชา*ประเภทของสถานศึกษา	1476.51	4	369.13	3.77**	.005
	ความคลาดเคลื่อน	62006.49	633	97.96		
รวม	65624.10	650				

\*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$

### 2.2.3.2 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม

ค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษา ปรากฏในตารางที่ 8 และ 40 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทาง ดังตารางที่ 41 ซึ่งพบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกันมีคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่า ( $X = 3.47$ ) นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ( $X = 3.30$ ) ผลปรากฏในตารางที่ 36 ส่วนสาขาวิชา ประเภทของสถานศึกษา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและสาขาวิชา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและประเภทของสถานศึกษา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างสาขาวิชาและประเภทของสถานศึกษา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งสามนั้น ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

### 2.2.3.3 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง

ค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษา ปรากฏในตารางที่ 8 และ 40 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทาง ดังตารางที่ 41 ซึ่งพบว่า ปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษามีนัยสำคัญทางสถิติ จากนั้นจึงทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 พบว่า เมื่อจำแนกนิสิตนักศึกษาตามปฏิสัมพันธ์ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษาที่แตกต่างกัน พบว่า นิสิตนักศึกษาในกลุ่ม ดังกล่าว ใช้การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงไม่แตกต่างกัน ที่เป็นเช่นนี้เพราะการทดสอบความแปรปรวนเป็นการทดสอบสมมติฐานที่เป็นไปได้ว่า ทั้งหมดจะอยู่ในความสนใจ และไม่อยู่ในความสนใจของการวิจัยครั้งนี้ หากสมมติฐานใดเพียงสมมติฐานเดียวมีนัยสำคัญ การทดสอบความแปรปรวนก็จะมีนัยสำคัญด้วย ดังนั้นจึงไม่มีเหตุผลที่ต้องทดสอบต่อให้ได้ต้นเหตุของความมีนัยสำคัญของความแปรปรวน (Kirk, 1968 อ้างถึงใน ฦๅสุดาเต้พันธ์, 2544) ส่วนตัวแปรผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา ประเภทของสถานศึกษา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและสาขาวิชา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและประเภทของสถานศึกษา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างสาขาวิชาและประเภทของสถานศึกษานั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

## สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล

### 1. การปรับตัวในมหาวิทยาลัยของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 สรุปได้ดังนี้

1.1 นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีการปรับตัวโดยรวมในระดับปานกลางถึงค่อนข้างดี โดยมีการปรับตัวด้านการเรียน ด้านส่วนตัวและอารมณ์ และด้านสังคมในระดับปานกลางถึงค่อนข้างดี และมีการปรับตัวได้ดีในด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย

นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ทั้งชายและหญิง ทั้งในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ ทั้งในมหาวิทยาลัยของรัฐและเอกชน ทั้งที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในระดับสูง ปานกลาง และต่ำ ต่างก็มีการปรับตัวในมหาวิทยาลัยโดยรวม การปรับตัวด้านการเรียน ด้านส่วนตัวและอารมณ์ ด้านสังคมได้ในระดับปานกลางถึงค่อนข้างดี และปรับตัวได้ดีในด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย (ตารางที่ 7)

1.2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ในการปรับตัวโดยรวม การปรับตัวด้านการเรียน ด้านส่วนตัวและอารมณ์ ด้านสังคม และด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทาง (Three-way ANOVA) โดยจำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษาเป็นตัวแปรอิสระ การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 มีดังต่อไปนี้

#### 1.2.1 การปรับตัวในมหาวิทยาลัยโดยรวม

1.2.1.1 นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงและปานกลางมีการปรับตัวโดยรวมได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ (ตารางที่ 15)

1.2.1.2 นิสิตนักศึกษาชายสาขาวิชามนุษยศาสตร์ และนิสิตนักศึกษาหญิงสาขาวิชาวิทยาศาสตร์มีการปรับตัวโดยรวมได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาชายสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ (ตารางที่ 16)

1.2.1.3 นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางสาขาวิชามนุษยศาสตร์มีการปรับตัวโดยรวมได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำทั้งในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ และสังคมศาสตร์ (ตารางที่ 27)

1.2.1.4 นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ในมหาวิทยาลัยของรัฐ และนิสิตนักศึกษาสาขาวิชามนุษยศาสตร์ในมหาวิทยาลัยเอกชนมีการปรับตัวโดยรวมได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ในมหาวิทยาลัยเอกชน (ตารางที่ 28)

1.2.1.5 นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางสาขาวิชามนุษยศาสตร์ทั้งในมหาวิทยาลัยของรัฐและเอกชนมีการปรับตัวโดยรวมได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ในมหาวิทยาลัยเอกชน และนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยเอกชนสาขาวิชามนุษยศาสตร์ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางมีการปรับตัวโดยรวมได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนทั้งปานกลาง และต่ำ (ตารางที่ 29)

1.2.1.6 ส่วนเพศ สาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษาไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ตารางที่ 14, 24 และ 26)

## 1.2.2 การปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านการเรียน

1.2.2.1 นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงมีการปรับตัวด้านการเรียนได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลาง และต่ำ ตามลำดับ (ตารางที่ 17)

1.2.2.2 นิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยเอกชนมีการปรับตัวด้านการเรียนได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐ (ตารางที่ 7)

1.2.2.3 นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางสาขาวิชามนุษยศาสตร์มีการปรับตัวด้านการเรียนได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำทั้งในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ และนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางสาขาวิชาสังคมศาสตร์ (ตารางที่ 18)

1.2.2.4 นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงทั้งในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ และสังคมศาสตร์มีการปรับตัวด้านการเรียนได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ (ตารางที่ 18)

1.2.2.5 นิสิตนักศึกษาจำแนกตามเพศ และสาขาวิชาที่แตกต่างกันมีการปรับตัวด้านการเรียนไม่แตกต่างกัน (ตารางที่ 14, 24 และ 26)

## 1.2.3 การปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านส่วนตัวและอารมณ์

1.2.3.1 นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางมีการปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ (ตารางที่ 19)

1.2.3.2 นิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐมีการปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยเอกชน (ตารางที่ 7)



1.2.3.3 นิสิตนักศึกษาทั้งในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ในมหาวิทยาลัยของรัฐ และนิสิตนักศึกษาสาขาวิชามนุษยศาสตร์ในมหาวิทยาลัยเอกชนมีการปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ในมหาวิทยาลัยเอกชน (ตารางที่ 31)

1.2.3.4 นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำสาขาวิชามนุษยศาสตร์ในมหาวิทยาลัยเอกชน นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางสาขาวิชาสังคมศาสตร์ในมหาวิทยาลัยของรัฐ และสาขาวิชามนุษยศาสตร์ทั้งในมหาวิทยาลัยของรัฐและเอกชนมีการปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนทั้งต่ำ และ ปานกลางสาขาวิชาสังคมศาสตร์ในมหาวิทยาลัยเอกชน (ตารางที่ 32)

1.2.3.5 นิสิตนักศึกษาจำแนกตามเพศ และสาขาวิชาที่แตกต่างกันมีการปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ไม่แตกต่างกัน (ตารางที่ 14, 24 และ 26)

#### 1.2.4 การปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านสังคม

1.2.4.1 นิสิตนักศึกษานหญิงปรับตัวด้านสังคมได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาชาย (ตารางที่ 7)

1.2.4.2 นิสิตนักศึกษานหญิงสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ และสังคมศาสตร์มีการปรับตัวด้านสังคมได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาชายสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ (ตารางที่ 20)

1.2.4.3 นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษาแตกต่างกันมีการปรับตัวด้านสังคมไม่แตกต่างกัน (ตารางที่ 14, 24 และ 26)

1.2.5 การปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย

1.2.5.1 นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงและปานกลางมีการปรับตัวด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมายได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ (ตารางที่ 21)

1.2.5.2 นิสิตนักศึกษาชายสาขาวิชามนุษยศาสตร์ และนิสิตหญิงสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ และสังคมศาสตร์มีการปรับตัวด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมายได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาชายสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ (ตารางที่ 22)

1.2.5.3 นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ในมหาวิทยาลัยของรัฐมีการปรับตัวด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมายได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาทั้งในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ และสังคมศาสตร์ในมหาวิทยาลัยเอกชน (ตารางที่ 33)

1.2.5.4 นิสิตนักศึกษาจำแนกตามเพศ สาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษาที่แตกต่างกันมีการปรับตัวด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมายไม่แตกต่างกัน (ตารางที่ 14, 24 และ 26)

## 2. กลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 สรุปได้ดังนี้

2.1 นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 โดยทั่วไปเผชิญปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพ ได้แก่ ใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามาก ใช้การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมปานกลางค่อนข้างมาก และใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาที่ไม่มีประสิทธิภาพ คือ ใช้การหลีกเลี่ยงปานกลางค่อนข้างน้อย

นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ทั้งชายและหญิง ทั้งในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ ทั้งในมหาวิทยาลัยของรัฐและเอกชน ทั้งที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในระดับสูงปานกลาง และต่ำ ต่างก็ใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามาก ใช้การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมปานกลางค่อนข้างมาก และใช้การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงปานกลางค่อนข้างน้อย (ตารางที่ 8)

2.2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม และแบบหลีกเลี่ยง โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทาง (Three-way ANOVA) โดยจำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษาเป็นตัวแปรอิสระ และการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 มีดังต่อไปนี้

### 2.2.1 กลวิธีการเผชิญแบบมุ่งจัดการกับปัญหา

นิสิตนักศึกษาจำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา ประเภทของสถานศึกษาที่แตกต่างกัน ใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาไม่แตกต่างกัน และปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ตารางที่ 35, 38 และ 41)

## 2.2.2 กลวิธีการเผชิญแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม

2.2.2.1 นิสิตนักศึกษาหญิงใช้การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่านิสิตนักศึกษาชาย (ตารางที่ 8)

2.2.2.2 นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ (ตารางที่ 36)

2.2.2.3 นิสิตนักศึกษาหญิงในมหาวิทยาลัยของรัฐใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่านิสิตนักศึกษาชายทั้งในมหาวิทยาลัยของรัฐและเอกชน และมากกว่านิสิตนักศึกษาหญิงในมหาวิทยาลัยเอกชน (ตารางที่ 39)

## 2.2.3 กลวิธีการเผชิญแบบหลีกเลี่ยง

2.2.3.1 นิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยเอกชนใช้การเผชิญปัญหาแบบ หลีกเลี่ยงมากกว่านิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐ (ตารางที่ 8)

2.2.3.2 เพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา และปฏิสัมพันธ์ระหว่าง ตัวแปรไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ตารางที่ 35, 38 และ 41)

ตารางที่ 42 เปรียบเทียบผลการวิจัยอื่นกับผลการวิจัยในครั้งนี้

ตัวแปรตาม	ตัวแปรต้น	ผลการวิจัยอื่น	ผลการวิจัยในครั้งนี้
การปรับตัว	เพศ	เพศชายและหญิงปรับตัวแตกต่างกัน (Jo, 1999; Holmbeck and Wandrei, 1993) เพศชายและหญิงปรับตัวไม่แตกต่างกัน (Stuart, 2000; Lafreniee and Ledgerwood, 1997; ซาดิซาย หมั่นสมักร, 2542) เพศชายและเพศหญิงปรับตัวด้านการเรียน ด้านส่วนตัวและ อารมณ์ ด้านสังคม ด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย และการปรับตัวโดยรวมไม่แตกต่างกัน (Leong and Bonz, 1997; จุฬาลักษณ์ รุ่งวิริยะพงษ์, 2542)	นิสิตนักศึกษาที่มีเพศแตกต่างกันมีการปรับตัวด้านสังคมแตกต่างกัน โดยนิสิตนักศึกษาปรับตัวด้านสังคมได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาชาย แต่การปรับตัวด้านการเรียน ด้านส่วนตัวและ อารมณ์ ด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย และการปรับตัวโดยรวมไม่แตกต่างกัน
	สาขาวิชา	นิสิตนักศึกษาต่างสาขาวิชาปรับตัวด้านการเรียน ด้านส่วนตัวและ อารมณ์ และด้านความผูกพันกับสถานการศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมายแตกต่างกัน แต่ด้านสังคมไม่แตกต่างกัน (จุฬาลักษณ์ รุ่งวิริยะพงษ์, 2542)	นิสิตนักศึกษาในสาขาวิชาแตกต่างกันมีการปรับตัวรายด้านทั้ง 4 ด้านและการปรับตัวโดยรวมไม่แตกต่างกัน

## ตารางที่ 42 (ต่อ)

ตัวแปรตาม	ตัวแปรต้น	ผลการวิจัยอื่น	ผลการวิจัยในครั้งนี้
การปรับตัว	ประเภทของสถานศึกษา	ยังไม่มีผู้วิจัยคนใดศึกษาในประเด็นนี้	นิสิตนักศึกษาที่ศึกษาในสถานศึกษาแตกต่างกันมีการปรับตัวด้านการเรียนและด้านส่วนตัวและอารมณ์แตกต่างกัน โดยนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยเอกชนปรับตัวด้านการเรียนได้ดีกว่า แต่ปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ได้น้อยกว่านิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐ ส่วนการปรับตัวด้านสังคม ด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย และการปรับตัวโดยรวมไม่แตกต่างกัน
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	นักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำจะมีปัญหาการปรับตัวด้านการเรียนมากกว่านักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง (ดารณี ประคองศิลป์, 2530)	นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกันมีการปรับตัวโดยรวม การปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ และด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมายแตกต่างกัน โดยนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงและปานกลางปรับตัวโดยรวมและปรับตัวด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมายได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ และนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ

## ตารางที่ 42 (ต่อ)

ตัวแปรตาม	ตัวแปรต้น	ผลการวิจัยอื่น	ผลการวิจัยในครั้งนี้
กลวิธีการ เผชิญปัญหา	เพศ	เพศชายและหญิงใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาและแบบหลีกเลี่ยงนี้ไม่แตกต่างกัน แต่ใช้การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกัน โดยนิสิตนักศึกษาหญิงใช้การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่านิสิตนักศึกษาชาย (กรภวรรณ สุพรรณวรรษา, 2544) วัยรุ่นหญิงใช้การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่าวัยรุ่นชาย (สุภาพรรณ โคตรจรัส และชุมพร ยงกิตติกุล, 2545)	เพศชายและหญิงใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาและแบบหลีกเลี่ยงนี้ไม่แตกต่างกัน แต่ใช้การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกัน โดยนิสิตนักศึกษาหญิงใช้การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่านิสิต นักศึกษาชาย
	สาขาวิชา	นิสิตนักศึกษาต่างสาขาวิชาใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และการแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมไม่แตกต่างกัน แต่ใช้แบบหลีกเลี่ยงนี้แตกต่างกัน โดยนิสิตนักศึกษาสาขาวิชามนุษยศาสตร์ใช้การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงนี้มากกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ แต่ไม่แตกต่างจากนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ (กรภวรรณ สุพรรณวรรษา, 2544)	นิสิตนักศึกษาในสาขาวิชาแตกต่างกันใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาทั้ง 3 แบบไม่แตกต่างกัน

## ตารางที่ 42 (ต่อ)

ตัวแปรตาม	ตัวแปรต้น	ผลการวิจัยอื่น	ผลการวิจัยในครั้งนี้
	ประเภทของสถานศึกษา	ยังไม่มีผู้วิจัยคนใดศึกษาในประเด็นนี้	นิสิตนักศึกษาที่ศึกษาในสถานศึกษาแตกต่างกันใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงนี้แตกต่างกัน โดยนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยเอกชนใช้การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงนี้มากกว่านิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐ แต่ใช้การเผชิญปัญหาแบบ มุ่งจัดการกับปัญหา และแบบ แสวงหาการสนับสนุนทางสังคม ไม่แตกต่างกัน
กลวิธีการเผชิญปัญหา	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกันใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาไม่แตกต่างกัน (กรกวรรณ สุพรรณวรรรยา, 2544) วัยรุ่นไทยที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกันใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงนี้แตกต่างกัน โดยผู้ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในระดับสูงและปานกลางใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงนี้น้อยกว่าผู้ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในระดับต่ำ (สุภาพรรณ โคตรจรัส และ ชุมพร ขงกิตติกุล, 2545)	นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกันใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกัน โดยนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงใช้การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ แต่ไม่พบความแตกต่างในการใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาและแบบหลีกเลี่ยงนี้

## บทที่ 5

### การอภิปรายผล

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา เพื่อศึกษาการปรับตัวในมหาวิทยาลัย กลวิธี การเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษา และเปรียบเทียบการปรับตัวในมหาวิทยาลัย และกลวิธีการเผชิญ ปัญหาของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่มีภูมิหลังแตกต่างกันในด้านเพศ สาขาวิชา ประเภทของ สถานศึกษา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยผู้วิจัยจะอภิปรายผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์การวิจัย ดังนี้

#### 1. การปรับตัวในมหาวิทยาลัยของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1

##### 1.1 การปรับตัวในมหาวิทยาลัยโดยรวม

จากการเก็บรวบรวมข้อมูลจากนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 เนื่องจากคาดว่าน่าจะอยู่ใน ระยะที่ต้องการการปรับตัวมากที่สุด ผลปรากฏว่า นิสิตนักศึกษาปรับตัวในมหาวิทยาลัยโดยรวมได้ ในระดับปานกลางถึงค่อนข้างดี โดยปรับตัวได้ดีในด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่น ในเป้าหมาย ส่วนการปรับตัวด้านการเรียน ด้านส่วนตัวและอารมณ์ และด้านสังคมนั้น นิสิต นักศึกษาปรับตัวได้ในระดับปานกลางค่อนข้างดี จากผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า นิสิต นักศึกษาชั้น ปีที่ 1 ปรับตัวในมหาวิทยาลัยได้ค่อนข้างดีนั้นอาจเนื่องมาจากนิสิตนักศึกษามีความคาดหวังในแง่ดี และมีการเตรียมพร้อมสำหรับการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย กล่าวคือ นิสิตนักศึกษาคาดล่วงหน้าว่าจะ ประสบกับความยุ่งยากในการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย และคิดว่าตนเองสามารถ จัดการกับความยุ่งยาก เหล่านั้นได้ (Pancer and Hunsberger, 2000)

เมื่อพิจารณาการปรับตัวในมหาวิทยาลัยแต่ละด้านจะพบว่า ในด้านความผูกพันกับ สถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย ซึ่งเกี่ยวข้องกับความรู้สึกที่มีต่อมหาวิทยาลัยที่ตนกำลัง ศึกษาอยู่นั้น นิสิตนักศึกษามีการปรับตัวได้ดี ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากความมุ่งมั่นในการเรียนของนิสิต นักศึกษาเอง ประกอบกับบรรยากาศในมหาวิทยาลัยทั้งในด้านการเรียนการสอน กิจกรรมนิสิต นักศึกษา และกลุ่มเพื่อนที่ทำให้นิสิตนักศึกษารู้สึกว่าตนปรับตัวในมหาวิทยาลัย ได้เป็นอย่างดี พอใจกับชีวิตทางสังคมที่มหาวิทยาลัย พอใจกับวิชาที่เรียน อาจารย์ที่สอน และ กลุ่มเพื่อนที่มี ทำให้ รู้สึกว่าตัดสินใจถูกที่มาเรียนที่นี่ และคาดหวังว่าจะเรียนจบ



การที่นิสิตนักศึกษาที่มีความรู้สึกที่ดีต่อมหาวิทยาลัยที่ตนศึกษานั้นจะส่งผลให้เกิดความรู้สึกผูกพัน ต้องการที่จะศึกษาในมหาวิทยาลัยแห่งนั้นต่อไป ทั้งยังอาจก่อให้เกิดผลทางบวกต่อการปรับตัวในด้านอื่น ๆ ได้แก่ ด้านการเรียน ด้านส่วนตัวและอารมณ์ และด้านสังคม และ การปรับตัวด้านต่าง ๆ ดังกล่าวอาจส่งผลต่อกันและกันได้ ดังมีงานวิจัยที่พบว่า การผูกพันกับสถานศึกษามีอิทธิพลต่อการปรับตัวด้านการเรียน (Chartrand, 1992)

## 1.2 การปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านการเรียน

ผลการวิจัยพบว่า นิสิตนักศึกษาปรับตัวด้านการเรียนได้ค่อนข้างดี คือ จะเรียนอย่างมีเป้าหมาย พึงพอใจในวิชาที่เรียน เข้าเรียนอย่างสม่ำเสมอ และติดตามผลการเรียนได้ค่อนข้างดี

ในด้านผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพบว่า นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงปรับตัวด้านการเรียนได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางและต่ำ อธิบายได้ว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเป็นตัววัดผลของความสำเร็จ และการปรับตัวด้านการเรียนประการหนึ่ง ดังงานวิจัยของ สุภาพรรณ โคตรจรัส (2524) ที่พบว่า การปรับตัวด้านการเรียนมีความสัมพันธ์อย่างสูงกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยที่นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงมีการปรับตัวด้านการเรียนได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางและต่ำ ตามลำดับ และพบอีกว่าคนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงจะเห็นว่าตนเองมีคุณค่า ซึ่งจะพัฒนาไปสู่การปรับตัวที่ดีด้วย (Hickman, Bartholomae, and McKenry, 2000) ส่วนนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำจะมีลักษณะตรงกันข้ามคือ มีความรู้สึกไม่ดีต่อตนเอง ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง และกลัวความล้มเหลวในสิ่งที่ตั้งใจทำจึงส่งผลให้มีความพยายามต่ำ (พรนภา บรรจงกาลกุล, 2539) รวมทั้งมีปัญหาในด้านแรงจูงใจในการศึกษา การวางแผนการเรียน วิธีอ่านหนังสือ การจับประเด็นสำคัญ เป็นต้น (จิระวัฒน์ วงศ์สวัสดิวัฒน์, 2543) และจากสาเหตุที่ กล่าวมาข้างต้นทำให้นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำสามารถปรับตัวได้น้อยกว่า

จากผลการวิจัยที่พบว่า นิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยเอกชนปรับตัวด้านการเรียนได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐ อธิบายได้ว่า ระบบการเข้าศึกษาต่อในมหาวิทยาลัยของรัฐและเอกชนค่อนข้างแตกต่างกัน สำหรับนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐส่วนใหญ่เข้าศึกษาต่อโดยการใช้ระบบการสอบคัดเลือกที่เรียกโดยทั่วไปว่า เอนทรานซ์ (Entrance) ซึ่งนิสิตนักศึกษามีความมุ่งมั่นที่จะเข้าศึกษาต่อในมหาวิทยาลัยที่เลือกไว้อย่างสูง และเมื่อนิสิตนักศึกษาสอบเข้าในมหาวิทยาลัยของรัฐได้แล้วนั้น จึงเกิดความรู้สึกกดดันตนเองว่าจะต้องศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐจนจบปริญญาให้ได้ ซึ่งอาจจะส่งผลให้เกิดความคาดหวังกับการเรียนในระดับสูง ทั้งความคาดหวังที่เกิดจากตน จากอาจารย์ผู้สอน ผู้ปกครองจึงทำให้เกิดความรู้สึกกังวล

กับการเรียนของตนเองมากยิ่งขึ้น ดังเห็นได้จากผลการวิจัยที่พบว่านิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐมีความกังวลด้านการเรียน และมีปัญหาการปรับตัวด้านการเรียนมากกว่า

นอกจากนี้ผลการวิจัยยังพบอีกว่า นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางสาขาวิชามนุษยศาสตร์มีการปรับตัวด้านการเรียนได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำทั้งในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ และนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางสาขาวิชาสังคมศาสตร์ นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงทั้งในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ และสังคมศาสตร์ปรับตัวด้านการเรียนได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ จากผลการวิจัยที่พบว่า นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ปรับตัวด้านการเรียนได้น้อยกว่านิสิตนักศึกษากลุ่มอื่น ๆ นั้น อาจเนื่องมาจาก นิสิตนักศึกษาในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์นั้น ต้องสนใจ และใส่ใจอย่างมากกับเนื้อหาวิชาที่เรียน อีกทั้งบรรยากาศการเรียนการสอนที่เน้นวิชาการอย่างมาก มีการแข่งขันเรียน ทำให้ต้องขยัน และหมั่นทบทวนบทเรียนอย่างต่อเนื่องเพื่อให้ผลการเรียนของตนเองลดลงมากเกินไป และนิสิตนักศึกษาในกลุ่มนี้มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำอยู่แล้วยังต้องให้ความใส่ใจกับการเรียนมากยิ่งขึ้น เพื่อที่จะคงสภาพความเป็นนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยแห่งนั้น จนจบได้รับปริญญาซึ่งเป็นเป้าหมายหลักของตนในการศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษา ยิ่งก่อให้เกิดความเครียด ความกดดันมากยิ่งขึ้น จึงส่งผลให้มีความกังวล และมีปัญหาในการปรับตัวด้านการเรียนมากกว่านิสิตนักศึกษากลุ่มอื่น ๆ

### 1.3 การปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านส่วนตัวและอารมณ์

ผลการวิจัยพบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 โดยรวมปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ได้ค่อนข้างดี คือไม่ค่อยมีเรื่องให้กังวลใจนัก สามารถพึ่งพาตนเองได้ ควบคุมอารมณ์และจัดการกับปัญหาต่าง ๆ ได้ค่อนข้างดี

ในด้านผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพบว่า นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ และนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงและต่ำปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ไม่แตกต่างกัน ซึ่งอธิบายได้ว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเป็นตัววัดความสำเร็จประการหนึ่ง หากนิสิตนักศึกษาได้ผลการเรียนตามที่ตนหวังไว้จะทำให้เกิดความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง มองตนเองว่ามีคุณค่า และทำให้สามารถปรับตัวได้ดี (Hickman, Bartholomae, and McKenry, 2000) ซึ่งมีประเด็นน่าสนใจที่พบว่า นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงและต่ำมีการปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านส่วนตัวและอารมณ์ไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้อาจอธิบายได้ว่านิสิตนักศึกษาทั้งสองกลุ่มได้รับประสบการณ์ความกดดันจากผลการเรียนในลักษณะคล้ายคลึงกัน กล่าวคือนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง มีระดับความคาดหวังที่สูงจะรู้สึกกดดันว่าตนจะมีผลสัมฤทธิ์ทางการ

เรียนต่ำกว่าเดิม ส่วนนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำกว่ารู้สึกกดดันว่าตนจะสามารถทำผลการเรียนได้ดีขึ้นกว่าเดิมหรือไม่ และกลัวว่าหากตนไม่สามารถทำได้จะส่งผลให้ตนต้องออกจากมหาวิทยาลัย ซึ่งเป็นประเด็นที่น่าจะนำไปศึกษาต่อเพื่อทำความเข้าใจในประเด็นนี้ให้ชัดเจนขึ้น

สำหรับประเภทของสถานศึกษา ผลการวิจัยพบว่า นิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยเอกชน และพบอีกว่า นิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐทั้งในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ และนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยเอกชนเฉพาะในสาขาวิชามนุษยศาสตร์ปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยเอกชนในสาขาวิชาสังคมศาสตร์ และเมื่อพิจารณาประเภทของสถานศึกษา สาขาวิชาและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนร่วมกันพบว่า นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางสาขาวิชาสังคมศาสตร์ในมหาวิทยาลัยของรัฐ และสาขาวิชามนุษยศาสตร์ทั้งในมหาวิทยาลัยของรัฐและเอกชน และแม้แต่นิสิตนักศึกษาสาขาวิชามนุษยศาสตร์ในมหาวิทยาลัยเอกชนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำกว่าปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ในมหาวิทยาลัยเอกชนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนทั้งปานกลางและต่ำ

การที่นิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ได้ดีกว่า นิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยเอกชนนั้น อาจอธิบายได้ว่า จากประสบการณ์การเตรียมตัวและการสอบคัดเลือกเข้าศึกษาต่อในมหาวิทยาลัยของรัฐนั้น เป็นประสบการณ์ที่ทำให้ นิสิต นักศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐต้องเผชิญกับความเครียด ความกดดันทั้งจากผลการเรียน ความรู้สึกต่อตนเอง กลุ่มเพื่อน สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย และบุคคลรอบข้างที่คาดหวังกับตัวนิสิต นักศึกษา ทำให้ต้องปรับตัวเองให้สามารถเผชิญกับประสบการณ์ดังกล่าวให้ได้ และจากการที่ต้องผ่านประสบการณ์ความเครียด ความกดดันดังกล่าวทำให้นิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐเรียนรู้ที่จะจัดการกับความรู้สึกทางลบที่เกิดขึ้นกับตนเองได้ดีกว่า โดยใช้วิธีการเผชิญปัญหาที่ไม่มีประสิทธิภาพคือการหลีกเลี่ยงน้อยกว่า อีกทั้งการเข้าศึกษาต่อในมหาวิทยาลัยของรัฐได้ก็ถือเป็นการประสบความสำเร็จประการหนึ่ง ซึ่งทำให้นิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐมีความรู้สึกต่อตนเองในทางบวก มองตนว่ามีศักยภาพในการจัดการกับปัญหา ความรู้สึกทางลบได้ในแนวทางที่เหมาะสม

นอกจากนั้นก็มีประเด็นที่น่าสนใจที่พบว่า นิสิตนักศึกษาสภาวิชาวิชามนุษยศาสตร์ทั้งในมหาวิทยาลัยของรัฐและเอกชน ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลาง และในมหาวิทยาลัยเอกชนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำมีการปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาสภาวิชาสังคมศาสตร์ในมหาวิทยาลัยเอกชนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในระดับปานกลางและต่ำ ซึ่งอาจอธิบายได้ว่า นิสิตนักศึกษาสภาวิชาวิชามนุษยศาสตร์ในมหาวิทยาลัยเอกชนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในระดับปานกลางและต่ำไม่รู้สึกถูกกดดันในด้านการเรียนจนมีผลกระทบต่อ การปรับตัวในด้านส่วนตัวและอารมณ์ ไม่ค่อยมีเรื่องให้กังวลใจ และสามารถจัดการกับปัญหาต่าง ๆ ได้ดี

#### 1.4 การปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านสังคม

ผลการวิจัยพบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 โดยรวมปรับตัวด้านสังคมได้ค่อนข้างดี คือมีทักษะทางสังคมเพียงพอ ปรับตัวกับกิจกรรมในมหาวิทยาลัย มีสัมพันธภาพทางสังคมกับกลุ่มเพื่อนค่อนข้างดี

จากผลการวิจัยที่พบว่า นิสิตนักศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านสังคมได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาชายนั้น อธิบายได้ว่าเนื่องจากเพศหญิงมีแนวโน้มที่จะให้ความสนใจกับสัมพันธภาพทางสังคมมากกว่าชาย (Harju and Bolen, 1998) ในขณะที่เพศชายเมื่อประสบกับความยุ่งยากในการปรับตัวแล้วจะเก็บความรู้สึก ความคับข้องใจ หรือปัญหาต่าง ๆ ไว้กับตนเองมากกว่า จะเปิดเผยให้ผู้อื่นได้รับรู้ (Lafreniere and Ledgerwood, 1997) นอกจากนี้เพศหญิงยังสามารถจัดการกับประสบการณ์ที่เป็นปัญหาในด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลได้ดี และไม่ก่อให้เกิดความยุ่งยากในการปรับตัวด้านสังคมด้วย

ส่วนนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกันปรับตัวด้านสังคมไม่แตกต่างกันนั้น อาจเนื่องมาจากนิสิตนักศึกษาทั้งที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในระดับสูง ปานกลาง และต่ำต่างก็สามารถปรับตัวเข้ากับชีวิตในมหาวิทยาลัยได้ดี สามารถเข้ากับเพื่อนร่วมสาขาวิชาได้ มีเพื่อนสนิท มีสัมพันธภาพที่ดีกับอาจารย์ มีความรู้สึกพึงพอใจกับชีวิตในมหาวิทยาลัย และเมื่อเกิดปัญหาขึ้นก็มีเพื่อนที่สามารถเล่าปัญหาต่าง ๆ ให้ฟังได้ จึงทำให้มีการปรับตัวด้านสังคมไม่แตกต่างกัน

นอกจากนั้นพบอีกว่า นิสิตนักศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์และสังคมศาสตร์ปรับตัวด้านสังคมได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาชายสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ ดังที่กล่าวข้างต้นว่านิสิตนักศึกษาชายเมื่อประสบกับปัญหาแล้วจะเก็บความรู้สึก ความคับข้องใจ หรือปัญหาต่าง ๆ ไว้กับตนเองมากกว่าจะเปิดเผยให้ผู้อื่นได้รับรู้ (Lafreniere and Ledgerwood, 1997) และการศึกษาในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์นั้นเป็นสาขาวิชาที่มีเนื้อหาในการเรียน รูปแบบการเรียนการสอนที่ต้องให้ความสนใจอย่างมาก อีกทั้งยังต้องให้ความสำคัญกับการเรียนของตนเป็นอันดับแรก ทำให้การให้

ความสำคัญกับการสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างกันนั้นเป็นความสำคัญอันดับรองลงมา แต่ การศึกษาในระดับอุดมศึกษานั้นต้องทำงานกับผู้อื่นทั้งด้านการเรียนและกิจกรรมอื่น ๆ ด้วย ซึ่งการ ทำงานร่วมกับผู้อื่นก็คือถือว่าเป็นการพัฒนาทักษะการอยู่ร่วมกับผู้อื่น และจะส่งผลต่อไปในอนาคตใน การประกอบอาชีพอีกด้วย จึงถือได้ว่าเป็นประเด็นสำคัญที่ควรให้ความสนใจประเด็นหนึ่งด้วย

1.5 การปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นใน เป้าหมาย

ผลการวิจัยพบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 โดยรวมปรับตัวด้านความผูกพันกับ สถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมายได้เป็นอย่างดี

จากผลการวิจัยที่พบว่า นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงและ ปาน กลางปรับตัวด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมายได้ดีกว่านิสิต นักศึกษา ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำนั้น อาจอธิบายได้ว่า ผลสัมฤทธิ์ทางเรียนซึ่งถือว่าเป็นตัวที่วัดผลของ ความสำเร็จประการหนึ่ง จึงทำให้นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดีเกิดความรู้สึกที่ดีกับ ตนเอง และสถานศึกษาของตน ซึ่งก่อให้เกิดความรู้สึกผูกพันกับสถานศึกษามากขึ้น และมีความ มุ่งมั่นที่จะศึกษาให้สำเร็จในสถานศึกษาแห่งนั้น

ส่วนผลการวิจัยที่พบว่า นิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐสาขาวิชา สังคมศาสตร์มีการปรับตัวด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมายได้ดีกว่า นิสิต นักศึกษาในมหาวิทยาลัยเอกชนทั้งในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ และสังคมศาสตร์นั้น อาจกล่าว ได้ว่านิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐ สาขาวิชาสังคมศาสตร์มีความพึงพอใจในบรรยากาศของ มหาวิทยาลัยทั้งในด้านการเรียน การสอน และกิจกรรมทางสังคมในมหาวิทยาลัยมากกว่า

นอกจากนี้ผลการวิจัยที่พบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่ศึกษาในสาขาวิชา แยกต่างหากมีการปรับตัวในมหาวิทยาลัยโดยรวม การปรับตัวด้านการเรียน ด้านส่วนตัวและอารมณ์ ด้านสังคม ด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมายไม่แตกต่างกัน ถึงแม้ว่า การศึกษาในแต่ละสาขาวิชาจะมีความแตกต่างกัน แต่การเริ่มเข้าศึกษาชั้นปีที่ 1 ในระดับอุดมศึกษา นั้น แต่ละสาขาวิชาต่างก็มีเนื้อหาวิชาที่ต้องศึกษา แต่ก็ยังมีรายวิชาที่เป็นรายวิชา พื้นฐานที่นิสิต นักศึกษาทุกสาขาวิชาต้องเรียนร่วมกัน เพราะมีรายวิชาส่วนหนึ่งเป็นรายวิชา พื้นฐานในหมวด ของการศึกษาทั่วไปที่นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาต่าง ๆ จะเลือกเรียนร่วมกันได้ รวมทั้งมี ประสบการณ์ร่วมกันในการเผชิญกับสภาพแวดล้อมใหม่ ๆ ในมหาวิทยาลัยเช่นเดียวกันไม่ว่าจะ ศึกษาอยู่ในสาขาวิชาใดก็ตาม ดังนั้น การเผชิญกับสิ่งแปลกใหม่ที่มีความคล้ายคลึงกันนั้น จึงทำ ให้ทุกคนต้องปรับตัวในมหาวิทยาลัยในทุก ๆ ด้านเช่นเดียวกัน อีกทั้งยังเป็นไปได้ว่า มีการให้ ความสำคัญกับการเตรียมความพร้อมให้กับนิสิตนักศึกษาใหม่ การได้ปรึกษากับอาจารย์ที่ปรึกษา

การได้ทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกับเพื่อนนิสิตนักศึกษา และการได้รับการต้อนรับที่ดีและอบอุ่นจากรุ่นพี่ และอาจารย์ ก็น่าจะเป็นส่วนดีที่ทำให้สามารถปรับตัวได้เช่นกัน

## 2. กลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1

### 2.1 การเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 โดยรวม

นิสิตนักศึกษาโดยรวมใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามาก ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมปานกลางค่อนข้างมาก และใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงปานกลางค่อนข้างน้อย จากผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า นิสิตนักศึกษาใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพ ได้แก่ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมในการแก้ปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ที่ผ่านเข้ามา ซึ่งจะส่งผลดีต่อการดำเนินชีวิตและคุณภาพชีวิตของนิสิตนักศึกษา (Doule, 1993, Frydenberg and Lewis, 1993) มีผลการวิจัยที่พบว่าการได้รับการสนับสนุนทางสังคมทำให้ผู้ป่วยสามารถ มีชีวิตได้ยาวนานขึ้น (Petricrew, Bell, and Hunter, 2002) และใช้กลวิธีแบบหลีกเลี่ยงปัญหา ไม่พยายามแก้ไขปัญหา ซึ่งเป็นวิธีการเผชิญปัญหาที่ไม่มีประสิทธิภาพในระดับปานกลางค่อนข้างน้อย ซึ่งแสดงว่านิสิตนักศึกษาเลือกที่จะใช้การเผชิญปัญหาแบบนี้ในกรณีที่เห็นว่าจำเป็น จึงถือได้ว่านิสิตนักศึกษาเป็นเยาวชนที่จะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพในอนาคต

เมื่อพิจารณากระบวนการความเครียดตามทฤษฎีความเครียดของ Lazarus แล้วนั้น จะแสดงให้เห็นว่า การปรับตัวเป็นผลตามที่เกิดขึ้นจากการใช้กลวิธีการเผชิญปัญหา ดังนั้นการที่นิสิตนักศึกษาใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมซึ่งเป็นวิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพ อันจะส่งผลทางบวกต่อสุขภาพจิต โดยเฉพาะสุขภาพจิตซึ่งรวมไปถึงการปรับตัวที่ดีด้วย

เมื่อพิจารณาการเผชิญปัญหาในแต่ละแบบนั้น แสดงให้เห็นว่า การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาเป็นความพยายามที่จะจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นโดยตรง บุคคลที่เลือกใช้การเผชิญปัญหาแบบนี้จะพยายามจัดการกับปัญหาต่าง ๆ ที่ตนประสบให้ผ่านพ้นไปได้โดยมุ่งมั่นที่จะแก้ปัญหา โดยพยายามหาทางออกที่ดีที่สุด พิจารณาสถานการณ์แล้วรอเวลาให้ได้จังหวะที่เหมาะสมจึงลงมือทำ เรียนรู้จากเหตุการณ์ที่ประสบ และยอมรับปัญหาที่เกิดขึ้นและพยายามมองชีวิตให้สดใสเบิกบาน การมองเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในแต่ละขณะตามที่เป็นจริง ทำให้บุคคลนั้นสามารถดำเนินชีวิตต่อไปได้อย่างราบรื่น

ส่วนการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเป็นความพยายามในการจัดการกับปัญหาโดยอาศัยแหล่งทรัพยากรอื่น ๆ ทั้งเพื่อแก้ปัญหาและเพื่อกำลังใจโดยพิจารณาความคิดเห็นของผู้อื่นแล้วพยายามนำมาใช้จัดการกับปัญหา ระบายความในใจกับใครบางคน หรืออาจขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น เช่น พ่อแม่ หรือญาติพี่น้อง เป็นต้น กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบนี้ใช้เป็นตัวกันชนต่อความวุ่นวาย ความสับสนในการดำเนินชีวิต และเมื่อบุคคลใช้กลวิธีนี้จะทำให้เกิดความรู้สึกปลอดภัย มีความมั่นใจในตนเองที่จะจัดการกับความต้องการ ความคับข้องใจ และความท้าทายต่าง ๆ ได้ดีขึ้น (Sarason, 1996)

สำหรับการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงจะเป็นวิธีการที่บุคคลไม่สามารถเผชิญปัญหาได้ เป็นวิธีการที่บุคคลมักจะตำหนิตนเอง เก็บปัญหาและความกังวลไว้คนเดียวหรือหาวิธีแสดงออกเพื่อให้ความทุกข์ลดลง เช่น ร้องไห้ โวยวาย หรือนอนหลับ หรือพยายามไม่รับรู้ว่ามีอะไรเกิดขึ้น หากบุคคลใช้วิธีการนี้มากเกินไปจะทำให้บุคคลไม่ยอมแก้ปัญหา แต่จะพยายามหลีกเลี่ยง หรือไม่ยอมรับว่ามีปัญหาเกิดขึ้น ซึ่งไม่ได้เป็นวิธีการที่ช่วยแก้ปัญหาแต่กลับจะสร้างปัญหาให้มากยิ่งขึ้น ย่อมทำให้มีความเครียดสูงขึ้นด้วย

2.2 การเผชิญปัญหาจำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ประเภทของสถานศึกษา และสาขาวิชา

### 2.2.1 เพศ

ผลการวิจัยพบว่า นิสิตนักศึกษาทั้งชายและหญิงใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาและแบบหลีกเลี่ยงไม่แตกต่างกัน โดยใช้การเผชิญที่มีประสิทธิภาพ เช่นเดียวกันคือ การมุ่งจัดการกับปัญหามากเช่นเดียวกัน และใช้การเผชิญปัญหาที่ไม่มีประสิทธิภาพคือ แบบหลีกเลี่ยงค่อนข้างน้อยเช่นเดียวกัน ส่วนการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมนั้นพบว่า นิสิตนักศึกษาหญิงใช้กลวิธีดังกล่าวมากกว่านิสิตนักศึกษาชาย ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ กรกวรรณ สุพรรณวรรณา (2544) ซึ่งศึกษาในกลุ่มตัวอย่างนิสิตนักศึกษา และผลการวิจัยของ สุภาพรรณ โคตรจรัส และชุมพร ยงกิตติกุล (2545) ที่พบว่าวัยรุ่นหญิงใช้การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่าวัยรุ่นชาย ทั้งนี้มีงานวิจัยที่พบว่าเพศหญิงมีแนวโน้มที่จะให้ความสนใจกับสัมพันธภาพทางสังคมและและยินดีที่จะได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลอื่นมากกว่าชาย (Billing and Moos, 1981; Tsai, 1992; Holmbeck and Wandrei, 1993; Harju and Bolen, 1998)

นอกจากนี้เมื่อพิจารณาปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศ และประเภทของสถานศึกษา ผลการวิจัยพบว่า นิสิตนักศึกษาหญิงในมหาวิทยาลัยของรัฐใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่านิสิตนักศึกษาชายในมหาวิทยาลัยของรัฐและเอกชน และมากกว่านิสิตนักศึกษาหญิงในมหาวิทยาลัยเอกชน อาจอธิบายได้ว่า บรรยากาศในมหาวิทยาลัยของรัฐทั้งในด้านการจัดการเรียนการสอน กิจกรรมของนิสิตนักศึกษา และกลุ่มเพื่อนทำให้นิสิตนักศึกษาหญิงในมหาวิทยาลัยของรัฐใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่านิสิตนักศึกษาหญิงในมหาวิทยาลัยเอกชน

### 2.2.2 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ผลการวิจัยพบว่า นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกันใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาและแบบหลีกเลี่ยงไม่แตกต่างกัน โดยใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามาก และใช้การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงน้อยกว่า แต่พบว่า นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ซึ่งอธิบายได้ว่า นิสิต นักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนทางการเรียนสูง ใช้วิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพโดยตอบสนองต่อความท้าทายในชีวิตด้วยการรับผิดชอบในการหาวิธีแก้ปัญหา หันหน้าเข้าหาปัญหา และการแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมซึ่งรวมทั้งการทราบถึงแหล่งให้ความช่วยเหลือที่เหมาะสม ได้แก่ การแสวงหาความช่วยเหลือ และขอคำปรึกษาจากผู้รู้ ผู้เชี่ยวชาญ ตลอดจนพ่อแม่ พี่น้อง ครูอาจารย์ และเพื่อน ทั้งนี้เพื่อการแก้ปัญหาและเพื่อได้รับกำลังใจ การปรึกษากับผู้รู้หรือการได้รับกำลังใจต่างก็เป็นสิ่งที่จะช่วยเสริมความมั่นคงในการเผชิญปัญหาต่าง ๆ มากขึ้น (Kleinke, 1991) และในมหาวิทยาลัยนั้น เพื่อนเป็นแหล่งสนับสนุนทางสังคมที่มีความสำคัญต่อนิสิตนักศึกษาแหล่งหนึ่ง เนื่องจากในวัยนี้เป็นวัยที่เพื่อนมีอิทธิพลต่อการพัฒนาความรู้สึกรู้สึกคิด ทักษะคิดและค่านิยมเป็นอย่างมาก วัยนี้มีความต้องการเป็นที่ยอมรับของเพื่อนรุ่นราวคราวเดียวกันกับตนเองซึ่งเป็นกระบวนการของการเติบโตเป็นผู้ใหญ่ และยังเป็นพื้นฐานของการปรับตัวในด้านอารมณ์และสังคมต่อไปในอนาคตด้วย (สุภาพรรณ โคตรจรัส, 2522)

### 2.2.3 ประเภทของสถานศึกษา

ผลการวิจัยพบว่า เมื่อพิจารณาการใช้การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง พบว่า นิสิตนักศึกษาทั้งในมหาวิทยาลัยของรัฐและเอกชนใช้วิธีการดังกล่าวในระดับค่อนข้างน้อย แต่นิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยเอกชนใช้วิธีการนี้มากกว่า ซึ่งอาจอธิบายได้ว่า นิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐนั้น ต้องสอบคัดเลือกเพื่อเข้าศึกษาต่อในมหาวิทยาลัยซึ่งทำให้มองตนเองว่ามี



ศักยภาพเพียงพอ และมีความมั่นใจในตนเองว่าจะสามารถเอาชนะอุปสรรคต่าง ๆ ที่ผ่านเข้ามาในชีวิตได้ จึงหลีกเลี่ยงปัญหาน้อยกว่า

#### 2.2.4 สาขาวิชา

ผลการวิจัยพบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่ศึกษาในสาขาวิชาแตกต่างกันใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา แบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมและแบบหลีกเลี่ยงไม่แตกต่างกัน เนื่องจากบุคคลมักจะเลือกใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาที่เคยใช้แล้วประสบความสำเร็จมาก่อนในอดีต (Mattson, 1987) และยังขึ้นอยู่กับประเภทของปัญหาที่ต้องเผชิญด้วย (Compas, 1987) โดยบุคคลจะประเมินตนเองร่วมกับประสบการณ์ในอดีต เพื่อให้ใช้วิธีการที่เหมาะสมที่สุด ดังนั้น การศึกษาในสาขาวิชาที่แตกต่างกันจึงไม่น่าจะมีผลต่อการเลือกใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแตกต่างกัน

ผลการวิจัยสรุปได้ว่า โดยภาพรวมนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ปรับตัวในมหาวิทยาลัยได้ค่อนข้างดีในทุก ๆ ด้าน และปรับตัวได้ดีในด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย และใช้การเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพคือ แบบมุ่งจัดการกับปัญหามาก และแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมค่อนข้างมาก และใช้การเผชิญปัญหาที่ไม่มีประสิทธิภาพคือ แบบหลีกเลี่ยงค่อนข้างน้อย หากพิจารณาในด้านเพศ พบว่า นิสิตนักศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ปรับตัวด้านสังคมได้ดีกว่า ใช้การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่านิสิตนักศึกษาชาย ในด้านสาขาวิชาพบว่า นิสิตนักศึกษาในสาขาวิชาแตกต่างกันปรับตัวโดยรวมและรายด้าน และใช้การเผชิญปัญหาทั้งสามแบบไม่แตกต่างกัน ในด้านประเภทของสถานศึกษาพบว่า นิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยเอกชนปรับตัวด้านการเรียนได้ดีกว่า แต่ปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ได้น้อยกว่า และใช้การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงมากกว่านิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐ ในด้านผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพบว่า นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงปรับตัวโดยรวม และปรับตัวด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมายได้ดีกว่า ใช้การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่า และนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางปรับตัวโดยรวม และปรับตัวด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมายได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ

จากผลการวิจัยที่ได้กล่าวมาข้างต้นนั้นมีข้อสังเกตว่า นิสิตนักศึกษาใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพได้แก่ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามาก และแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมค่อนข้างมาก แต่ใช้การเผชิญปัญหาที่ไม่มีประสิทธิภาพได้แก่แบบหลีกเลี่ยงค่อนข้างน้อยนั้น ทำให้นิสิตนักศึกษาปรับตัวในมหาวิทยาลัยได้ค่อนข้างดี เมื่อ

พิจารณานิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำแล้วนั้นจะพบว่า นิสิตนักศึกษาในกลุ่มนี้มีปัญหาการปรับตัวค่อนข้างมาก และใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพน้อยกว่านิสิตนักศึกษากลุ่มอื่น ทำให้อาจเกิดปัญหาในการศึกษาและใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย ดังนั้นในฐานะนักจิตวิทยาการปรึกษาจึงควรให้ความใส่ใจกับนิสิตนักศึกษาในกลุ่มนี้ เพื่อจะช่วยให้นิสิตนักศึกษาสามารถศึกษาต่อและใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัยต่อไปจนจบการศึกษา อีกทั้งแบบวัดการปรับตัวในมหาวิทยาลัยและแบบวัดการเผชิญปัญหานั้น เป็นแบบวัดที่สามารถใช้ในการสำรวจปัญหาการปรับตัว และการเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษาได้ในเบื้องต้น เพื่อเป็นข้อมูลในการจัดบริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยาให้แก่นิสิตนักศึกษาทั้งในแง่การป้องกันและการแก้ไขปัญหาได้รวดเร็วและมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## บทที่ 6

### สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

#### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาการปรับตัวในมหาวิทยาลัย และกลวิธีในการเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1
2. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบการปรับตัวในมหาวิทยาลัย และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่มีภูมิหลังแตกต่างกันในด้านเพศ สาขาวิชา ประเภทของสถานศึกษา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

#### สมมติฐานการวิจัย

1. นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่มีภูมิหลังในด้านเพศ สาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษาที่แตกต่างกัน จะมีการปรับตัวในมหาวิทยาลัย และกลวิธีในการเผชิญปัญหาแตกต่างกัน
2. นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกันจะมีการปรับตัวในมหาวิทยาลัย และกลวิธีในการเผชิญปัญหาที่แตกต่างกัน

#### กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย นิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ในปีการศึกษา 2544 ของมหาวิทยาลัยของรัฐและเอกชน จำนวน 651 คน โดยคัดเลือกด้วยวิธีการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling)

## เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป และ แบบวัด 2 ฉบับ ดังนี้

1. แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง เป็นการสอบถามข้อมูลภูมิหลังของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ เพศ อายุ สถานศึกษา คณะ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (GPA) การมีส่วนร่วมในกิจกรรมอื่น ๆ ที่นอกเหนือจากการเรียน ผู้ที่นิสิตนักศึกษาอาศัยอยู่ด้วย จำนวนพี่น้อง ลำดับการเกิด อาชีพหลักของผู้ปกครอง และสถานที่พักของนิสิตนักศึกษา

2. แบบวัด ประกอบด้วย แบบวัด 2 ฉบับ คือ แบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัยประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 59 ข้อ ซึ่งวัดการปรับตัว 4 ด้าน ได้แก่ ด้านการเรียน จำนวน 17 ข้อ ด้านส่วนตัวและอารมณ์ จำนวน 15 ข้อ ด้านสังคม จำนวน 19 ข้อ และด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย จำนวน 14 ข้อ และวัดการปรับตัวโดยรวมด้วย ซึ่งผู้วิจัยได้ศึกษามาจากแบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัยของ Baker และ Siryk และ แบบวัดการเผชิญปัญหา ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 55 ข้อ วัดรูปแบบการเผชิญปัญหา 3 รูปแบบ ได้แก่ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา จำนวน 27 ข้อ ซึ่งมีมาตรวัดย่อยจำนวน 8 ด้าน การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม จำนวน 8 ข้อ ซึ่งมีมาตรวัดย่อยจำนวน 2 ด้าน การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง จำนวน 20 ข้อ ซึ่งมีมาตรวัดย่อยจำนวน 7 ด้าน

## ขั้นตอนการดำเนินการวิจัยและการเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอน ดังนี้

1. ศึกษาแนวคิด และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวในมหาวิทยาลัย กลวิธีการเผชิญปัญหา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน จากนั้นติดต่อขอความร่วมมือในการวิจัย โดยทำหนังสือขอความร่วมมือจากคณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ถึงมหาวิทยาลัยของรัฐและเอกชนเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้

2. จัดเตรียมแบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัย และแบบวัดการเผชิญปัญหา ที่ผู้วิจัยได้พัฒนาตามขั้นตอนที่กล่าวไว้ในบทที่ 3

3. ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองกับนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยของรัฐ ส่วนนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนนั้น ทางมหาวิทยาลัยเป็นผู้เก็บ รวบรวมข้อมูลให้ตามที่ผู้วิจัยกำหนดกลุ่มตัวอย่างไว้

## การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลในงานวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS ในการคำนวณและวิเคราะห์ค่าสถิติ ดังนี้

1. หาค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่ามัชฌิมเลขคณิต (X) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยโดยรวมและรายด้านทั้ง 4 ด้าน และคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแต่ละรูปแบบ

2. ทดสอบสมมติฐานการวิจัยโดยการวิเคราะห์ค่าความแปรปรวนสามทาง (Three-way ANOVA) โดยมีตัวแปรอิสระ ได้แก่ เพศ สาขาวิชา ประเภทของสถานศึกษา และ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และวิเคราะห์ตัวแปรตามที่ละตัว ได้แก่ คะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัย และคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา ถ้าผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จะทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่โดยวิธี Dunnett's T3

## สรุปผลการวิจัย

1. การปรับตัวในมหาวิทยาลัยของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 สรุปได้ดังนี้

1.1 นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีการปรับตัวโดยรวมในระดับปานกลางถึงค่อนข้างดี โดยมีการปรับตัวด้านการเรียน ด้านส่วนตัวและอารมณ์ และด้านสังคมในระดับปานกลางถึงค่อนข้างดี และมีการปรับตัวได้ดีในด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย

นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ทั้งชายและหญิง ทั้งในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ ทั้งในมหาวิทยาลัยของรัฐและเอกชน ทั้งที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในระดับสูง ปานกลาง และต่ำ ต่างก็มีการปรับตัวในมหาวิทยาลัยโดยรวม การปรับตัวด้านการเรียน ด้านส่วนตัวและอารมณ์ ด้านสังคมได้ในระดับปานกลางถึงค่อนข้างดี และปรับตัวได้ดีในด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย

1.2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลของคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ในการปรับตัวโดยรวม การปรับตัวด้านการเรียน ด้านส่วนตัวและอารมณ์ ด้านสังคม และด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทาง (Three-way ANOVA) โดยจำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา และประเภท

ของสถานศึกษาเป็นตัวแปรอิสระ และการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 มีดังต่อไปนี้

### 1.2.1 การปรับตัวในมหาวิทยาลัยโดยรวม

1.2.1.1 นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงและปานกลางมีการปรับตัวโดยรวมได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ

1.2.1.2 นิสิตนักศึกษาชายสาขาวิชามนุษยศาสตร์ และนิสิตนักศึกษาหญิงสาขาวิชาวิทยาศาสตร์มีการปรับตัวโดยรวมได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาชายสาขาวิชาวิทยาศาสตร์

1.2.1.3 นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางสาขาวิชามนุษยศาสตร์มีการปรับตัวโดยรวมได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำทั้งในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ และสังคมศาสตร์

1.2.1.4 นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ในมหาวิทยาลัยของรัฐ และนิสิตนักศึกษาสาขาวิชามนุษยศาสตร์ในมหาวิทยาลัยเอกชนมีการปรับตัวโดยรวมได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ในมหาวิทยาลัยเอกชน

1.2.1.5 นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางสาขาวิชามนุษยศาสตร์ทั้งในมหาวิทยาลัยของรัฐและเอกชนมีการปรับตัวโดยรวมได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ในมหาวิทยาลัยเอกชน และนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยเอกชนสาขาวิชามนุษยศาสตร์ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางมีการปรับตัวโดยรวมได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนทั้งปานกลาง และต่ำ

1.2.1.6 ส่วนเพศ สาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษาไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

### 1.2.2 การปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านการเรียน

1.2.2.1 นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงมีการปรับตัวด้านการเรียนได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลาง และต่ำ ตามลำดับ

1.2.2.2 นิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยเอกชนมีการปรับตัวด้านการเรียนได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐ

1.2.2.3 นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางสาขาวิชามนุษยศาสตร์มีการปรับตัวด้านการเรียนได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำทั้งในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ และนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางสาขาวิชาสังคมศาสตร์

1.2.2.4 นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงทั้งในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ และสังคมศาสตร์มีการปรับตัวด้านการเรียนได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำสาขาวิชาวิทยาศาสตร์

1.2.2.5 นิสิตนักศึกษาจำแนกตามเพศ และสาขาวิชาที่แตกต่างกันมีการปรับตัวด้านการเรียนไม่แตกต่างกัน

### 1.2.3 การปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านส่วนตัวและอารมณ์

1.2.3.1 นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางมีการปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ

1.2.3.2 นิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐมีการปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยเอกชน

1.2.3.3 นิสิตนักศึกษาทั้งในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ในมหาวิทยาลัยของรัฐ และนิสิตนักศึกษาสาขาวิชามนุษยศาสตร์ในมหาวิทยาลัยเอกชนมีการปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ในมหาวิทยาลัยเอกชน

1.2.3.4 นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำสาขาวิชามนุษยศาสตร์ในมหาวิทยาลัยเอกชน นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางสาขาวิชาสังคมศาสตร์ในมหาวิทยาลัยของรัฐ และสาขาวิชามนุษยศาสตร์ทั้งในมหาวิทยาลัยของรัฐและเอกชนมีการปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนทั้งต่ำ และ ปานกลางสาขาวิชาสังคมศาสตร์ในมหาวิทยาลัยเอกชน

1.2.3.5 นิสิตนักศึกษาจำแนกตามเพศ และสาขาวิชาที่แตกต่างกันมีการปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ไม่แตกต่างกัน

### 1.2.4 การปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านสังคม

1.2.4.1 นิสิตนักศึกษหญิงปรับตัวด้านสังคมได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาชาย

1.2.4.2 นิสิตนักศึกษหญิงสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ และสังคมศาสตร์มีการปรับตัวด้านสังคมได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาชายสาขาวิชาวิทยาศาสตร์

1.2.4.3 นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษาแตกต่างกันมีการปรับตัวด้านสังคมไม่แตกต่างกัน

1.2.5 การปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย

1.2.5.1 นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงและปานกลางมีการปรับตัวด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมายได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ

1.2.5.2 นิสิตนักศึกษาชายสาขาวิชามนุษยศาสตร์ และนิสิตหญิงสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ และสังคมศาสตร์มีการปรับตัวด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมายได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาชายสาขาวิชาวิทยาศาสตร์

1.2.5.3 นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ในมหาวิทยาลัยของรัฐมีการปรับตัวด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมายได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาทั้งในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ และสังคมศาสตร์ในมหาวิทยาลัยเอกชน

1.2.5.4 นิสิตนักศึกษาจำแนกตามเพศ สาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษาที่แตกต่างกันมีการปรับตัวด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมายไม่แตกต่างกัน

## 2. กลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 สรุปได้ดังนี้

2.1 นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 โดยทั่วไปเผชิญปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพ ได้แก่ ใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามาก ใช้การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมปานกลางค่อนข้างมาก และใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาที่ไม่มีประสิทธิภาพ คือ ใช้การหลีกเลี่ยงปัญหามาก

นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ทั้งชายและหญิง ทั้งในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ ทั้งในมหาวิทยาลัยของรัฐและเอกชน ทั้งที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในระดับสูงปานกลาง และต่ำ ต่างก็ใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามาก ใช้การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมปานกลางค่อนข้างมาก และใช้การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงปัญหามาก



2.2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม และแบบหลีกเลี่ยง โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทาง (Three-way ANOVA) โดยจำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา และประเภทของสถานศึกษาเป็นตัวแปรอิสระ และการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 มีดังต่อไปนี้

### 2.2.1 กลวิธีการเผชิญแบบมุ่งจัดการกับปัญหา

นิสิตนักศึกษาจำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา ประเภทของสถานศึกษาที่แตกต่างกัน ใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาไม่แตกต่างกัน และปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

### 2.2.2 กลวิธีการเผชิญแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม

2.2.2.1 นิสิตนักศึกษาหญิงใช้การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่านิสิตนักศึกษาชาย

2.2.2.2 นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระดับสูงใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ

2.2.2.3 นิสิตนักศึกษาหญิงในมหาวิทยาลัยของรัฐใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่านิสิตนักศึกษาชายทั้งในมหาวิทยาลัยของรัฐและเอกชน และมากกว่านิสิตนักศึกษาหญิงในมหาวิทยาลัยเอกชน

### 2.2.3 กลวิธีการเผชิญแบบหลีกเลี่ยง

2.2.3.1 นิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยเอกชนใช้การเผชิญปัญหาแบบ หลีกเลี่ยงมากกว่านิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐ

2.2.3.2 เพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

## ข้อเสนอแนะ

### การนำผลการวิจัยไปใช้

1. ควรจัดโปรแกรมการศึกษาเชิงจิตวิทยาให้กับนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ เพื่อช่วยให้นิสิตนักศึกษาลดความตึงเครียด และสามารถใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัยต่อไปได้อย่างราบรื่น
2. ควรนำแบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัย และแบบวัดการเผชิญปัญหามาใช้โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อใช้เป็นข้อมูลเบื้องต้นในการดำเนินการการศึกษาเชิงจิตวิทยาและการประเมินตนเองของนิสิตนักศึกษา และเพื่อใช้ในวิจัยเกี่ยวกับการใช้ชีวิตของนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัย โดยให้นิสิตนักศึกษาที่เข้ามาศึกษาในสถานศึกษาแห่งนั้นมาประเมินตนเองด้วยแบบวัดทั้งสองนี้ ทำให้นิสิตนักศึกษาเข้าใจตนเองได้มากขึ้น และยังเป็นการค้นหาผู้ต้องการความช่วยเหลือด้วยบริการการศึกษาเชิงจิตวิทยา (reach-out program) ได้อีกประการหนึ่งด้วย พร้อมทั้งสามารถจัดโครงการการศึกษาเชิงจิตวิทยาได้เหมาะสมกับความต้องการของนิสิตนักศึกษามากขึ้น และช่วยลดความเสี่ยงต่อการสูญเปล่าทางการศึกษา
3. ควรจัดโครงการเพื่อส่งเสริมการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ความรู้เกี่ยวกับการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย แนะนำบริการต่าง ๆ ในมหาวิทยาลัย รวมทั้งศูนย์ให้บริการการศึกษาเชิงจิตวิทยา ซึ่งเป็นข้อมูลที่นิสิตนักศึกษาควรรับทราบ และสามารถใช้บริการได้อย่างมีประสิทธิภาพ

### การวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาวิจัยเกี่ยวกับตัวแปรทางบุคลิกภาพ เช่น การเห็นคุณค่าในตนเอง การมองโลกในแง่ดี หรือลักษณะบุคลิกภาพต่าง ๆ ว่ามีความเกี่ยวข้องหรือมีผลต่อการปรับตัวในมหาวิทยาลัย และกลวิธีการเผชิญปัญหาอย่างไร
2. ควรศึกษาการปรับตัวในมหาวิทยาลัยและกลวิธีการเผชิญปัญหาในเชิงลึกขึ้น เพื่อทำความเข้าใจถึงความสามารถในการปรับตัวในด้านต่าง ๆ และรูปแบบการเผชิญปัญหาในสถานการณ์ที่แตกต่างกัน โดยใช้การสัมภาษณ์ในเชิงลึกซึ่งเป็นวิธีการศึกษาที่ให้ข้อมูลของกลุ่มตัวอย่างได้ละเอียดและชัดเจนในทุกแง่มุม ตัวอย่างเช่น จะสัมภาษณ์คนที่ปรับตัวได้ และคนที่ปรับตัวไม่ได้ เพื่อให้ทราบถึงปัญหาที่ประสบ สาเหตุ ใช้การเผชิญปัญหาแบบใด และยังสามารถศึกษาว่าคนที่ปรับตัวได้ และไม่ได้ใช้รูปแบบการเผชิญปัญหาแตกต่างกันหรือไม่อย่างไร เป็นต้น

## รายการอ้างอิง

### ภาษาไทย

- กรกวรรณ สุพรรณวรรณ. (2544). การวิเคราะห์การมองโลกในแง่ดี และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัย. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- กันยา สุวรรณแสง. (2533). การพัฒนาบุคลิกภาพและการปรับตัว. ภาควิชาการศึกษา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์บำรุงสาส์น.
- จิระวัฒน์ วงศ์สวัสดิวัฒน์. (2543). การเรียนและกลยุทธ์ในการศึกษากับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน. วารสารวิชาการ สมาคมสถาบันอุดมศึกษาเอกชนแห่งประเทศไทย, 1 (พฤศจิกายน): 50-56.
- จิ๋ว เชาว์ถาวร. (2539). ผลของการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบรายบุคคลตามแนวโรเจอร์ต่อวิธีการเผชิญความเครียดของมารดาที่มีบุตรเป็นโรคธาลัสซีเมีย. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- จารุวรรณ ตั้งศิริมงคล. (2529). สุขภาพจิตและการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนรัฐบาล ในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- จุฬาลักษณ์ ร่มวิริยะพงษ์. (2542). การศึกษาการปรับตัวของนิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในภาคการศึกษาแรก ปีการศึกษา 2542. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขภาพจิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ชาติชาย หมั่นสมัค. (2542). การปรับตัวของนักศึกษาโครงการสหบทพิเศษ คณะวิทยาศาสตร์ สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร.
- ณัฐสุดา เต็มพันธ์. (2544). ความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบความผูกพัน และเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพของนักศึกษา. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ดารณี ประคองศิลป์. (2530). การศึกษาปัญหาการปรับตัวของนักศึกษาแพทย์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- ทะเบียนและประมวลผล, สำนัก. (2543). *คู่มืออาจารย์ที่ปรึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย*.  
 กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ทิวา มั่งน้อย. (2535). *การเปรียบเทียบความสามารถในการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนที่มีรูปแบบของการอธิบายต่างกัน*. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นิภา นิธยานน. (2520). *การปรับตัวและบุคลิกภาพ*. คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒปทุมวัน. กรุงเทพฯ: สารศึกษาการพิมพ์.
- ประภาวดี เหล่าพูลสุข. (2539). *ปัญหาการปรับตัวและสุขภาพจิตของนิสิตชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยบูรพา จังหวัดชลบุรี*. วิทยานิพนธ์สังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- พรนภา บรรจงกาลกุล. (2539) *การวิเคราะห์จำแนกปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการเรียนของกลุ่มนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงและต่ำในสถาบันผลิตครู สังกัดทบวงมหาวิทยาลัย*. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาอุดมศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พรธนทิพย์ ศิริวรรณบุศย์ และคณะ. (2545). *การศึกษารูปแบบความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมของคนไทยกับกระบวนการทางสังคมประกิตของครอบครัวในปัจจุบันที่เอื้อต่อการพัฒนาประเทศ*. รายงานการวิจัย. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พาสนา ผลไศลป. (2535). *การสำรวจปัญหาการปรับตัวในเด็กวัยรุ่น กรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เพ็ญทิวา นรินทรางกูร ณ อยุธยา. (2532). *ปัญหาการปรับตัวและสุขภาพจิตของนิสิตโควต้า มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ วิทยาเขตบางเขน*. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- ภัทรสุดา ฮามคำไพ. (2538). *ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงต่อกลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิตพยาบาล*. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- มุกดา ศรีรงค์. (2527). *บุคลิกภาพที่สมบูรณ์*. กรุงเทพฯ: รุ่งเรืองการพิมพ์.
- ลักขณา ศรีวัฒน์. (2544). *จิตวิทยาในชีวิตประจำวัน*. ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม. กรุงเทพฯ: โอเอสพรีนส์เฮ้าส์.
- วิชากร, กรม. (2533). *คู่มือการประเมินผลการเรียนตามหลักสูตรมัธยมศึกษาตอนต้น พุทธศักราช 2521 ฉบับปรับปรุง พ.ศ.2533*. กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ.

- วีณา มิ่งเมือง. (2540). ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงต่อกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สดใส นิยมจันทร์. (2541). การศึกษาปัญหาด้านการเรียน ส่วนตัวและสังคม และวิธีการเผชิญปัญหาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร.
- สมพร รุ่งเรืองกลกิจ. (2532). การใช้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มโดยเพื่อนเพื่อลดปัญหาการปรับตัวในมหาวิทยาลัยของนิสิตพยาบาลชั้นปีที่ 1. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุภาพจิต, กรม. (2542). แบบรายงานผลการปฏิบัติงานการให้บริการผู้ป่วยนอกจิตเวชของหน่วยงานสังกัดกรมสุขภาพจิต ประจำปีงบประมาณ 2542. (เดือนตุลาคม 2541-เมษายน 2542). กรุงเทพมหานคร. ศูนย์สารสนเทศ กองแผนงาน กรมสุขภาพจิต (อัดสำเนา).
- สุภาพจิต, กรม. (2543). แบบรายงานผลการปฏิบัติงานการให้บริการผู้ป่วยนอกจิตเวชของหน่วยงานสังกัดกรมสุขภาพจิต ประจำปีงบประมาณ 2543. (เดือนตุลาคม 2542-กันยายน 2543). กรุงเทพมหานคร. ศูนย์สารสนเทศ กองแผนงาน กรมสุขภาพจิต (อัดสำเนา).
- สุภาพวรรณ โคตรจรัส. (2522). นิสิตนักศึกษากับการปรับตัวในมหาวิทยาลัย. วารสารแนะแนว, 14 (ตุลาคม-พฤศจิกายน): 42-54.
- สุภาพวรรณ โคตรจรัส. (2524). ความสัมพันธ์ระหว่างปัญหาการปรับตัวกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. รายงานการวิจัย. ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุภาพวรรณ โคตรจรัส. (2525). สุขภาพจิต: จิตวิทยาในการดำรงชีวิต เล่ม 1. ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุภาพวรรณ โคตรจรัส. (2539). ความเครียดและการบริหารความเครียด. เอกสารการประชุมวิชาการประจำปี สมาคมจิตวิทยาแห่งประเทศไทย เรื่องเทคนิคทางจิตวิทยาในการพัฒนาคุณภาพคน 6-7 กรกฎาคม 2539.
- สุภาพวรรณ โคตรจรัส และชุมพร ยงกิตติกุล. (2544). การวัดการเผชิญปัญหา. กรุงเทพฯ: คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สุภาพวรรณ โคตรจรัส และชุมพร ยงกิตติกุล. (2545). *ความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูและพฤติกรรมส่วนบุคคลของวัยรุ่นไทย*. กรุงเทพฯ: คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สุวิริยา สุวรรณโคตร. (2538). *ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล อ้อมในทัศนคติ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนกับการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ สังกัดกระทรวงสาธารณสุข*. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาการพยาบาลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

อรพินทร์ ชูชม และอัจฉรา สุขารมณ. (2531). *การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนสอบคัดเลือก ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระดับปริญญาตรี ปัญหาส่วนตัว ทัศนคติและนิสัยในการเรียนกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนิสิตระดับปริญญาโท*. รายงานการวิจัย. สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร.

อภิวันท์ วงศ์ข้าหลวง. (2530). *ความสัมพันธ์ระหว่างปัญหาการปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ วิทยาลัยเทคโนโลยีและอาชีวศึกษา*. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

## ภาษาอังกฤษ

Anastasi, A. (1961). *Psychological testing* (2<sup>nd</sup> ed.). London: Macmillan.

Arkoff, Abe. (1968). *Adjustment and mental health*. New York: McGraw-Hill.

Aspinwall, L. G., & Taylor, S. E. (1992). Modeling cognitive adaptation: A longitudinal investigation of the impact of individual differences and coping on college adjustment and performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 989-1003.

Astin, A. W. (1964). Personal and environmental factors associated with college dropouts among aptitude students. *Journal of Educational Psychology*, 55, 219-227.

Atwater, E. (1990). *Psychology of adjustment: Personal growth in a changing world* (4<sup>th</sup> ed). New Jersey: Prentice Hall.

Baker, R. W., & Siryk, B. (1984). Measuring adjustment to college. *Journal of Counseling Psychology*, 31, 179-189.

- Baker, R. W., & Siryk, B. (1985). Expectation and reality in freshman adjustment to college. *Journal of Counseling Psychology, 32*, 94-103.
- Baker, R. W., & Siryk, B. (1986). Exploratory Intervention with a scale measuring adjustment to college. *Journal of Counseling Psychology, 33*, 31-38
- Berzonsky, M. D. (1992). Identity style and coping strategies. *Journal of Personality and Social Psychology, 60*, 771-778.
- Billings, A. G., & Moos, R. H. (1981). The role of coping responses and social resources in attenuating the stress of life events. *Journal of Behavioral Medicine, 4*, 139-157.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology, 56*, 267-283
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J.K. (1994). Situational coping and coping disposition in a stressful transaction. *Journal of Personality and Social Psychology, 66*, 184-195
- Chartrand, J. M. (1992). An empirical test of a model of nontraditional student adjustment. *Journal of Counseling Psychology, 39*, 193-202.
- Chroniak, R., & Marie, K. (1998). Coping and adjustment in the freshman year transition. *Dissertation Abstracts International, 59*: 12-A
- Coleman, J. C., & Glaros, A. G. (1983). *Contemporary psychology and effective behavior. (5<sup>th</sup> ed.)*. Glenview, Ill: Scott, Foresman.
- Compas, B. E. (1987). Coping with stress during childhood and adolescence. *Psychological Bulletin, 101*, 393-403.
- Cook, S. W., & Hepper, P. P. (1997). A psychometric study of three coping measures. *Educational and Psychological Measurement, 57*, 906-923.
- Dahmas, S., & Bernadin, H. J. (1992). Student adaptation to college questionnaire. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development, 25*, 139-143.
- Douglas, L. M. (2000). Potential predictors of academic achievement for african-american students at California State University, Fresno. *Dissertation Abstracts International, 61*: 12-A.
- Doyle, D. A. (1993). Factors predicting quality of life and psychiatric symptomology

- among college student. *Dissertation Abstracts International*, 54: 04-B.
- Frydenberg, E., & Lewis, R. (1993). Boys play sport and girls turn to others: Age, gender and ethnicity as determinants of coping. *Journal of Adolescence*, 16, 252-266.
- Gilmer, B. H. (1975). *Applied psychology: Adjustment in living and work* (2<sup>nd</sup> ed.). New York: McGraw-Hill.
- Hall, A. S., & Torres, I. (2002). Partnerships in preventing adolescent stress: Increasing self-esteem, coping and support through effective counseling. *Journal of Mental Health Counseling*, 24: 97-109.
- Halstead, M. K. (1996). Transition into high school: Psychosocial correlates of adjustment. *Dissertation Abstracts International*, 56: 11-B.
- Harju, B. L., & Bolen, L. M. (1998). The effects of optimism on coping and perceived quality of life of college students. *Journal of Social Behavior and Personality*, 13, 185-200.
- Helman, C. K. (2000). Adjustment to College: The contribution of a living-learning program for science and engineering students. *Dissertation Abstracts International*, 60: 10-A.
- Hickman, G. P., Baltholomae, S., & McKenry, P. C. (2000). Influence of parenting style on the adjustment and academic achievement of traditional college freshmen. *Journal of College Student Development*, 41, 41-54.
- Holmbeck, G. N., & Wandrei, M. L. (1993). Individual and relational predictors of adjustment in first-year college students. *Journal Of Counseling Psychology*, 40, 73-78.
- Jo, H. (1999). The influence of african-american urban high school students' ethnic identity and coping strategies on academic involvement and psychology adjustment. *Dissertation Abstracts International*, 59: 07-A.
- Jones, B., & Frydenberg, E. (1999). Who need help and when: Coping with the transition from school to university. *Paper present at the Annual Conference of American Educational Research Association*. April, 19-23.
- Kirby, J. J. (2001). The impact of family process on adjustment: What matter most?. *Dissertation Abstracts International*, 61: 11-A.



- Kleinke, C. J. (1991). *Coping with life challenges*. California: Brook/Cole.
- Lafreniere, K. D., & Ledgerweed, D. H. (1997). Influences of leaving home, perceived family support, and gender on the transition to university. *Guidance and Counseling, 12*, 14-18.
- Lazarus, R. S. (1961). *Adjustment and psychology*. New York: McGraw-Hill.
- Lazarus, R. S. (1976). *Patterns of adjustment*. (3<sup>rd</sup> ed.). Tokyo: McGraw-Hill Kogurusha.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer.
- Lazarus, R. S. (1969). *Patterns of adjustment and human effectiveness*. New York: McGraw-Hill.
- Leong, T. L., & Bonz, M. H. (1997). Coping styles as predictors of college adjustment among freshman. *Counseling Psychology Quarterly, 10*, 211-220.
- Marcotte, G. (1997). A model investigating adjustment to university in first year students. *Dissertation Abstracts International, 57*: 07-A.
- Matthews, T. B. (1998). The influence of parental attachment and coping style on the adjustment to college. *Dissertation Abstracts International, 59*: 07-A
- Mattson, S. D. (1987). The relationship between effective coping strategies and developmental maturity of registered nurses in a baccalanreate nursing program. *Dissertation Abstracts International, 48*: 12-A.
- Myers, J. L. (1971). *Fundamentals of experimental design* (4<sup>th</sup> ed.). Boston: Allyn and Bacon.
- Pancer, S. M., & Hunsberger, B. (2000). Cognitive complexity of expectations and adjustment to university in the first year. *Journal of Adolescent Research, 15*, 38-57.
- Pauls, M. (1991). A description and analysis of stress experience among first year student nurses. *Masters Abstracts International, 31*: 02.
- Pescitelli, D. (2001). *An analysis of Carl Rogers' theory of personality*. Retrieved January, 1, 2001 from database on The World Wide Web:  
<http://wynja.com/personality/rogers.html>
- Pestonjee, D. M. (1999). *Stress and coping: The indian experience* (2<sup>nd</sup> ed.). New Delhi: Sage.

- Petticrew, M., Bell, R., & Hunter, D. (2002). Influence of psychological coping on survival and recurrence in people with cancer: systematic review. *British Medical Journal*, 325, 1066-1069.
- Rathus, S. A., & Navid, J. S. (1995). *Adjustment and growth: The challenges of life* (6<sup>th</sup> ed.). Florida: Harcourt Brace and College.
- Sarason, I. G. (1996). *Abnormal psychology: The problem of maladaptive behavior* (8<sup>th</sup> ed.). NJ: Prentice Hall.
- Seegerstrom, S. C., Taylor, S. D., Kememy, M. E., & Fahey, J. L. (1998). Optimism is associated with mood, coping and immune change in response to stress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1646-1655.
- Simons, S. A., Kalichman, S., & Santrook, J. W. (1994). *Human adjustment*. Iowa: Wm. C. Brown Communications.
- Slavin, L. A., Reiner, K. L., McCreary, M. L., & Gowda, K. K. (1991). Toward a multicultural model of the stress process. *Journal of Counseling and Development*, 70, 156-163.
- Stuart, M. C. (2000). An investigation of locus of control, psychological adjustment, and adjustment to college among international students from the Caribbean, enrolled at a private, historically black university. *Dissertation Abstracts International*, 60: 08-A.
- Tsai, C. J. (1994). Stress and coping efficacy among high school students in Taiwan. *Dissertation Abstracts International*, 54: 10-B.
- Weiten, W., & Lloyd, M. (1993). *Psychology applied to modern life: Adjustment in the 90s* (4<sup>th</sup> ed.). CA: Brooks/Cole.
- Wintre, M. G., & Yaffe, M. (2000). First-year students' adjustment to university life as a function of relationships with parents. *Journal of Adolescent Research*, 15, 9-29.



ภาคผนวก

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ก.

สถิติที่ใช้ในการวิจัย

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## 1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่

### 1.1 ค่าเฉลี่ย โดยใช้สูตร

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{n}$$

เมื่อ  $\bar{X}$  แทน ค่าเฉลี่ย  
 $\sum X$  แทน ผลรวมของคะแนนทั้งหมด  
 $n$  แทน จำนวนของกลุ่มตัวอย่าง

### 1.2 ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน โดยใช้สูตร

$$SD = \sqrt{\frac{\sum (X - \bar{X})^2}{n - 1}}$$

เมื่อ  $SD$  แทน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน  
 $\bar{X}$  แทน ค่าเฉลี่ย  
 $\sum (X - \bar{X})^2$  แทน ผลรวมของคะแนนทั้งหมด  
 $n$  แทน จำนวนของกลุ่มตัวอย่าง

## 2. สถิติสำหรับการวิเคราะห์เครื่องมือ ได้แก่

2.1 วัดค่าความเที่ยงโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์  $\alpha$  ( $\alpha$  - Coefficient) ของ  
 ครอนบาค (Cronbach's Alpha)

$$\alpha = \left[ \frac{n}{n-1} \right] \left[ 1 - \frac{\sum S_i^2}{S_x^2} \right]$$

เมื่อ  $n$  แทน จำนวนข้อ  
 $S_i^2$  แทน ความแปรปรวนของคะแนนแต่ละข้อ  
 $S_x^2$  แทน ความแปรปรวนของคะแนนผู้รับการทดสอบทั้งหมด

2.2 ค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัย และแบบวัดการเผชิญปัญหา สถิติที่ใช้ทดสอบ คือ t-test แบบกลุ่มอิสระ

$$t = \frac{X_1 - X_2}{\sqrt{\frac{(n_1 - 1) S_1^2 + (n_2 - 1) S_2^2}{n_1 + n_2 - 2} \cdot \frac{n_1 + n_2}{n_1 n_2}}}$$

$$df = n_1 + n_2 - 2$$

เมื่อ  $X_1$  แทน คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มที่ 1

$X_2$  แทน คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มที่ 2

$n_1$  แทน ขนาดของกลุ่มที่ 1

$n_2$  แทน ขนาดของกลุ่มที่ 2

$S_1^2$  แทน ความแปรปรวนของกลุ่มที่ 1

$S_2^2$  แทน ความแปรปรวนของกลุ่มที่ 2

2.3 ค่าความสัมพันธ์รายข้อกับคะแนนรวมของข้อทั้งหมดด้วยวิธีการคำนวณค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's product – moment correlation coefficient)

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - \sum X \sum Y}{\sqrt{[N \sum X^2 - (\sum X)^2] [N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## 2.4 ค่าคะแนนตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ไทล์

$$X = L + \left[ \frac{N(P/100) - F}{f} \right] i$$

- เมื่อ  $X$  = คะแนนที่ต้องการหา  
 $N$  = จำนวนข้อมูลทั้งหมด  
 $L$  = ขีดจำกัดล่างที่แท้จริงของชั้นคะแนนที่มีค่า  $X$  อยู่  
 (ชั้นเดียวกับที่ค่า  $N(P/100)$  อยู่)  
 $P$  = ตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่กำหนดให้  
 $F$  = ความถี่สะสมจากคะแนนต่ำสุดถึง  $L$   
 $F$  = ความถี่ของคะแนนชั้นที่  $X$  อยู่  
 $i$  = ค่าอันตรภาคชั้น

## 3. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

## 3.1 การทดสอบค่าความแปรปรวนสามทาง (Three-way ANOVA)

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F
<u>ผลหลักของแต่ละตัวแปรอิสระ</u>				
A	$SS_A$	$a - 1$	$SS_A / a - 1$	$MS_A / MS_{S/ABC}$
B	$SS_B$	$b - 1$	$SS_B / b - 1$	$MS_B / MS_{S/ABC}$
C	$SS_C$	$c - 1$	$SS_C / c - 1$	$MS_C / MS_{S/ABC}$
<u>ผลปฏิสัมพันธ์รายคู่ของตัวแปรอิสระ</u>				
AB	$SS_{AB}$	$(a - 1)(b - 1)$	$SS_{AB} / (a - 1)(b - 1)$	$MS_{AB} / MS_{S/ABC}$
AC	$SS_{AC}$	$(a - 1)(c - 1)$	$SS_{AC} / (a - 1)(c - 1)$	$MS_{AC} / MS_{S/ABC}$
BC	$SS_{BC}$	$(b - 1)(c - 1)$	$SS_{BC} / (b - 1)(c - 1)$	$MS_{BC} / MS_{S/ABC}$
<u>ผลปฏิสัมพันธ์ทั้งสามของตัวแปรอิสระ</u>				
ABC	$SS_{ABC}$	$(a - 1)(b - 1)(c - 1)$	$SS_{ABC} / (a - 1)(b - 1)(c - 1)$	$MS_{ABC} / MS_{S/ABC}$
	$SS_{S/ABC}$	$abc / (n - 1)$	$SS_{S/ABC} / abc / (n - 1)$	

$$SS_A = \frac{\sum_j^a \left[ \sum_i^n \sum_k^b \sum_m^c Y \right]^2}{nbc} - C$$

$$SS_B = \frac{\sum_k^b \left[ \sum_i^n \sum_j^a \sum_m^c Y \right]^2}{nac} - C$$

$$SS_C = \frac{\sum_m^c \left[ \sum_i^n \sum_j^a \sum_k^b Y \right]^2}{nab} - C$$

$$SS_{AB} = \frac{\sum_j^a \sum_k^b \left[ \sum_i^n \sum_m^c Y \right]^2}{nc} - C - SS_A - SS_B$$

$$SS_{AC} = \frac{\sum_j^a \sum_m^c \left[ \sum_i^n \sum_k^b Y \right]^2}{nb} - C - SS_A - SS_C$$

$$SS_{BC} = \frac{\sum_k^b \sum_m^c \left[ \sum_i^n \sum_j^a Y \right]^2}{na} - C - SS_B - SS_C$$

$$SS_{ABC} = \frac{\sum_j^a \sum_k^b \sum_m^c \left[ \sum_i^n Y \right]^2}{n} - C - SS_A - SS_B - SS_C - SS_{BC} - SS_{AB} - SS_{AC}$$

$$SS_{S/ABC} = \sum_i^n \sum_j^a \sum_k^b \sum_m^c Y^2 - \frac{\sum_i^n \sum_j^a \sum_k^b \sum_m^c \left[ \sum_i^n Y \right]^2}{n}$$

a b c

หมายถึง กลุ่มย่อยที่เกิดจากระดับของตัวแปรอิสระ A B และ



	C ตามลำดับ
$MS_A$ $MS_B$ $MS_C$ $MS_{AB}$ $MS_{AC}$ $MS_{BC}$	หมายถึง ค่าเฉลี่ยของผลบวกกำลังสองของข้อมูลแต่ละแหล่ง
$MS_{ABC}$	ความแปรปรวน
$MS_{S/ABC}$	หมายถึง ค่าเฉลี่ยกำลังสองของเทอมของความคลาดเคลื่อน หรือค่าเฉลี่ยกำลังสองที่เหลือ

### 3.2 การทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่ตามวิธีการของ Dunnett's T3

$$t = \frac{(X_1 - X_2)}{\sqrt{MS_W \left[ \frac{(1)}{n_1} + \frac{(1)}{n_2} \right]}}$$

$$df = N - K$$

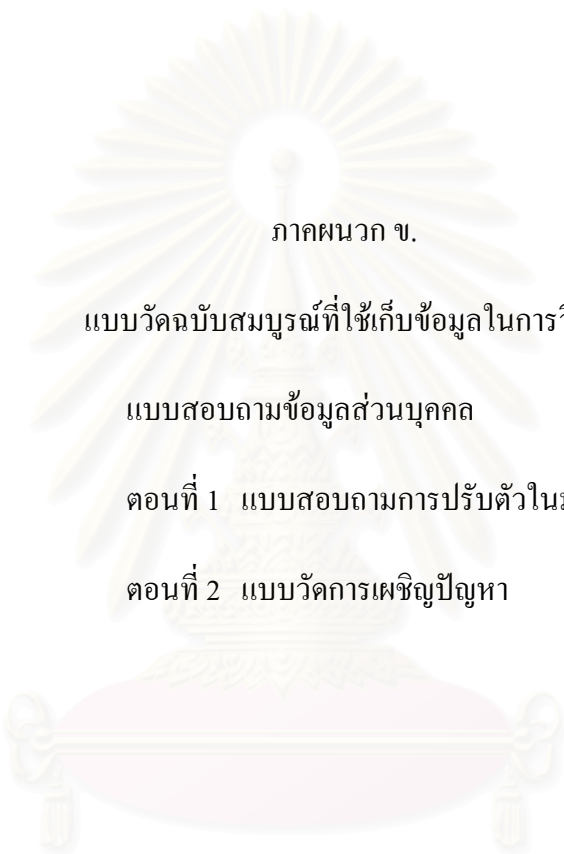
เมื่อ  $X$  แทน ค่ามัชฌิมเลขคณิตของแต่ละกลุ่ม

$n$  แทน จำนวนกลุ่มตัวอย่างแต่ละกลุ่ม

$N$  แทน ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

$MS_W$  แทน ความแปรปรวนระหว่างกลุ่ม

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ข.

แบบวัดฉบับสมบูรณ์ที่ใช้เก็บข้อมูลในการวิจัย

แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล

ตอนที่ 1 แบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัย

ตอนที่ 2 แบบวัดการเผชิญปัญหา

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ข้อมูลส่วนบุคคล

- ให้นักศึกษานักศึกษาทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง
1. เพศ  ชาย  หญิง
  2. อายุ ..... ปี
  3. มหาวิทยาลัย ..... รหัสประจำตัวนักศึกษา .....
  4. คณะที่กำลังศึกษา ..... สาขาวิชา .....
  5. ชั้นปีที่ .....  เคยศึกษาในมหาวิทยาลัย..... จำนวน.....ปี  
 ไม่เคย
  6. แด้มเฉลี่ยสะสม (G.P.A.) ของนิสิตนักศึกษาในภาคแรก .....
  7. ขณะศึกษาในมหาวิทยาลัย ท่านได้เป็นสมาชิกหรือทำกิจกรรมนอกหลักสูตรของชมรม ดังนี้  
 ชมรมในมหาวิทยาลัย/ชมรมภายนอกมหาวิทยาลัย ได้แก่.....  
 ไม่ได้เข้าร่วมเป็นสมาชิกและทำกิจกรรมใด ๆ
  8. พ่อแม่ของนิสิตนักศึกษา  
 ยังมีชีวิตอยู่ทั้งสองคน  เสียชีวิตแล้วทั้งสองคน  
 พ่อยังมีชีวิตอยู่ แต่แม่เสียชีวิตแล้ว  แม่ยังมีชีวิตอยู่ แต่พ่อเสียชีวิตแล้ว
  9. นิสิตนักศึกษามีพี่น้องร่วมพ่อแม่เดียวกัน รวมทั้งตัวนักศึกษาเอง.....คน นักศึกษาเป็นลูกคนที่.....
  10. อาชีพหลักของผู้ปกครอง  
 รับราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจ  ค้าขายเล็ก ๆ น้อย ๆ  
 เจ้าของบริษัท/ร้านค้า  ชาวไร่/ชาวนา/ชาวสวน  
 พนักงานบริษัทเอกชน  รับจ้างทั่วไป  
 อื่น ๆ โปรดระบุ .....
  11. ปัจจุบันนิสิตนักศึกษาอาศัยอยู่กับ [ขีดถูก (✓) ได้มากกว่าหนึ่งช่อง]  
 พ่อแม่  พ่อ  
 แม่  พ่อเลี้ยง  
 แม่เลี้ยง  อื่น ๆ โปรดระบุ .....

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## แบบประเมินตนเอง

### ตอนที่ 1

#### คำแนะนำในการตอบ

กรุณาอ่านข้อความแต่ละข้ออย่างรอบคอบแล้วพิจารณาว่าแต่ละข้อตรงกับตัวท่านมากน้อยเพียงใด ทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด แต่ละข้อไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด กรุณาตอบทุกข้อ

ข้อความ	ตรง มาก	ตรง	ไม่ค่อย ตรง	ไม่ตรง เลย
1. ฉันรู้สึกว่าการปรับตัวเข้ากับบรรยากาศของมหาวิทยาลัยได้ดี				
2. ฉันรู้สึกดีถึงเครียดหรือวิตกกังวลในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา				
3. ฉันติดตามการเรียนได้ทัน				
4. ฉันได้รู้จักคนมากมายและมีเพื่อนมากมายเมื่อมาเรียนที่นี่				
5. ฉันเรียนในระดับมหาวิทยาลัยอย่างมีเป้าหมาย				
6. ฉันรู้สึกเศร้าและหงุดหงิดมากช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา				
7. ฉันปรับตัวเข้ากับชีวิตในมหาวิทยาลัยได้ดี				
8. เวลาสอบ ฉันมักทำข้อสอบได้ไม่ดี				
9. ฉันรู้สึกเหนื่อยมากในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา				
10. การต้องพึ่งพาตนเองและรับผิดชอบตนเองไม่ใช่เรื่องง่ายสำหรับฉัน				
11. ฉันรู้สึกพึงพอใจกับระดับการเรียนที่ทำได้ขณะนี้				
12. ฉันติดต่อกับอาจารย์ได้เป็นอย่างดีทั้งในชั่วโมงเรียนและนอกชั่วโมงเรียน				
13. ฉันคิดว่าฉันตัดสินใจถูกแล้วที่เรียนต่อในมหาวิทยาลัย				
14. ฉันคิดว่าฉันตัดสินใจถูกแล้วที่มาเรียนที่นี่				
15. ฉัน ไม่ได้ขยันเรียนอย่างที่ฉันควรจะทำ				
16. ฉันมีเพื่อนที่สนิทหลายคนที่มาเรียนที่นี่				
17. ฉันมีเป้าหมายในการเรียนในมหาวิทยาลัยอย่างชัดเจน				
18. ฉันควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ไม่ค่อยดีในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา				
19. ฉันรู้สึกว่าตนเองไม่เก่งพอในวิชาที่เรียนอยู่ขณะนี้				
20. ความเหงาเป็นปัญหาอย่างหนึ่งของฉันในขณะนี้				
21. ฉันรู้สึกว่าฉันควบคุมสถานการณ์ที่เกิดขึ้นกับตนเองที่มาเรียนมหาวิทยาลัยได้ดี				

ข้อความ	ตรง มาก	ตรง	ไม่ค่อย ตรง	ไม่ตรง เลย
22. ฉันปวดหัวบ่อย ๆ ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา				
23. ฉันไม่มีแรงจูงใจในการเรียนหนังสือเท่าใดนักในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา				
24. ฉันพอใจที่เข้าร่วมกิจกรรมนอกหลักสูตรที่มีในมหาวิทยาลัย				
25. ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ฉันกำลังคิดใคร่ครวญว่า ฉันควรไป ขอคำแนะนำจากบุคคลที่ฉันไว้วางใจและเชื่อถือดีหรือไม่				
26. ฉันเริ่มสงสัยเกี่ยวกับคุณค่าของการศึกษาในระดับมหาวิทยาลัย				
27. ฉันเข้ากับเพื่อนร่วมสาขาวิชาของฉันได้ดี				
28. ฉันอยากเรียนที่มหาวิทยาลัยอื่นมากกว่าที่นี่				
29. ฉันพอใจกับวิชาที่เปิดสอนทั้งด้านความหลากหลายและจำนวน วิชาที่เปิดสอนในมหาวิทยาลัย				
30. ฉันรู้สึกว่ามีทักษะทางด้านสังคมเพียงพอที่จะเข้ากับคนอื่นในมหาวิทยาลัยได้				
31. ฉันโกรธง่ายเกินไปในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา				
32. ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ฉันไม่ค่อยมีสมาธิในการเรียน				
33. ฉันนอนไม่ค่อยหลับ				
34. ผลการเรียนของฉันไม่ค่อยดีนักเมื่อเทียบกับความพยายามที่ทำไป				
35. ฉันรู้สึกอึดอัดใจกับเพื่อนในมหาวิทยาลัย				
36. ฉันเข้าเรียนอย่างสม่ำเสมอ				
37. บางครั้งความคิดของฉันสับสนได้ง่าย				
38. ฉันพอใจกับการที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ในมหาวิทยาลัย				
39. ฉันคาดหวังว่าจะอยู่เรียนที่นี่ จนจบได้รับปริญญาตรี				
40. ฉันเข้ากับเพื่อนต่างเพศไม่ค่อยได้				
41. ฉันกังวลเกี่ยวกับค่าใช้จ่ายในการเรียนที่นี่				
42. ฉันรู้สึกเหงามากในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา				
43. ฉันรู้สึกว่าระยะนี้ ฉันมีปัญหามากกับการเริ่มต้นทำการบ้าน				
44. ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ฉันแบ่งเวลาในการเรียนได้ไม่ค่อยดีนัก				

ข้อความ	ตรง มาก	ตรง	ไม่ค่อย ตรง	ไม่ตรง เลย
45. ฉันรู้สึกพึงพอใจกับการเรียนในเทอมนี้				
46. ฉันคิดว่าตนเองมีสุขภาพดี				
47. ฉันรู้สึกว่าฉันแตกต่างจากเพื่อน ๆ ในมหาวิทยาลัยและแตกต่าง ใน ลักษณะที่ฉันไม่ชอบ				
48. สิ่งที่ทำให้ฉันสนใจส่วนใหญ่ไม่เกี่ยวข้องกับสิ่งที่เรียนในมหาวิทยาลัย				
49. ช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ฉันคิดอย่างยิ่งว่าจะย้ายไปเรียนที่อื่น				
50. ช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ฉันคิดอย่างยิ่งว่าฉันควรจะลาออกจาก มหาวิทยาลัยและเลิกเรียนเลยดีกว่า				
51. ฉันคิดว่าฉันควรจะพักการเรียนชั่วคราวแล้วค่อยกลับมาเรียนใหม่				
52. ฉันมีเพื่อนที่สามารถเล่าปัญหาต่าง ๆ ให้ฟังได้				
53. ฉันรู้สึกลำบากอย่างยิ่งในการจัดการกับความเครียดที่ฉันต้อง เผชิญ ในมหาวิทยาลัย				
54. ฉันรู้สึกพึงพอใจกับชีวิตทางสังคมที่มหาวิทยาลัย				
55. ฉันรู้สึกมั่นใจว่าฉันจะสามารถจัดการกับปัญหาและความท้าทายต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้นในอนาคตในมหาวิทยาลัยได้อย่างดี				
56. ฉันรู้สึกอึดอัดใจกับอาจารย์ที่สอนบางวิชา				
57. ฉัน ไม่ชอบกิจกรรมประชุมเชียร์				
58. ฉันชอบประเพณีการต้อนรับน้องใหม่ และเห็นว่าเป็นสิ่งที่ควร ทำไว้				
59. ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ฉันคิดใคร่ครวญว่าฉันควรไปขอ คำปรึกษาจากศูนย์การปรึกษาและแนะแนวของมหาวิทยาลัย หรือ ไปหานักจิตวิทยา/จิตแพทย์ดีหรือไม่				

## ตอนที่ 2

### คำแนะนำในการตอบ

เมื่อท่านพบกับสภาพการณ์ที่ยุ่งยากและเป็นปัญหาในชีวิต เป็นสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียด ท่านย่อมมีวิธีการมากมายหลายวิธีในการโต้ตอบต่อความเครียด ข้อคำถามต่อไปนี้ถามเกี่ยวกับสิ่งที่ท่านทำและรู้สึกเมื่อท่านประสบกับเหตุการณ์ดังกล่าว

ขอให้ท่านอ่านข้อความในแบบสำรวจทีละข้อ แล้วเลือกคำตอบที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด โดยไม่ต้องคำนึงว่าคนส่วนใหญ่จะทำหรือคิดอย่างไร **ทำเครื่องหมาย 4 ลงในช่องที่ตรงกับตัวเลือก** ตามลำดับความมากน้อย ที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด ไม่มีคำตอบใด “ถูก” หรือ “ผิด” **โปรดตอบทุกข้อ**

### คำตอบให้เลือก ในแต่ละข้อมีตัวเลือกให้เลือก ดังนี้

- |                        |         |   |
|------------------------|---------|---|
| 1 = ไม่ทำเลย           | หมายถึง | โดยทั่วไปฉันจะไม่ทำเช่นนั้นเลย          |
| 2 = ไม่ค่อยได้ทำ       | หมายถึง | โดยทั่วไปฉันจะทำเช่นนั้นบ้างเล็กน้อย    |
| 3 = ทำและไม่ทำพอ ๆ กัน | หมายถึง | โดยทั่วไปฉันจะทำเช่นนั้นในปริมาณปานกลาง |
| 4 = ทำค่อนข้างบ่อย     | หมายถึง | โดยทั่วไปฉันจะทำเช่นนั้นเป็นส่วนมาก     |
| 5 = ทำบ่อยมาก          | หมายถึง | โดยทั่วไปฉันจะทำเช่นนั้นเป็นประจำ       |

### ตัวอย่างการตอบ

เมื่อพบเหตุการณ์ที่ยุ่งยาก เป็นปัญหา หรือเมื่อรู้สึกเครียด ท่านทำสิ่งต่อไปนี้บ่อยเพียงไร

วิธีการใช้	ทำบ่อย มาก 5	ทำค่อนข้างบ่อย 4	ทำและไม่ทำ พอ ๆ กัน 3	ไม่ค่อย ได้ทำ 2	ไม่ ทำเลย 1
ฉันระบายความรู้สึกออกมา		4			

แสดงว่าเมื่อท่านพบเหตุการณ์ที่ยุ่งยาก เป็นปัญหาในชีวิต หรือเมื่อรู้สึกเครียด ท่านมักจะระบายความรู้สึกออกมา **เป็นส่วนมาก**

เมื่อพบเหตุการณ์ยุ่งยาก เป็นปัญหา หรือ เมื่อรู้สึกเครียด ท่านทำสิ่งต่อไปนี้บ่อยเพียงไร

วิธีการใช้	ทำบ่อย มาก 5	ทำค่อนข้างบ่อย 4	ทำและไม่ทำ พอ ๆ กัน 3	ไม่ค่อย ได้ทำ 2	ไม่ ทำเลย 1
1. ฉันลงมือแก้ไขที่สาเหตุของปัญหา					
2. ฉันพยายามทำงานให้ทันตามกำหนด					
3. ฉันเรียนรู้จากเหตุการณ์ที่ประสบ					
4. ฉันเรียนรู้ที่จะอยู่กับปัญหาที่เกิดขึ้น					
5. ฉันพยายามทำตัวให้เข้ากับเพื่อน ๆ ได้ดี					
6. ฉันขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น เช่น พ่อแม่ หรือญาติพี่น้อง					
7. ฉันระบายความในใจของฉันกับใครบางคนและรู้สึกสบายใจขึ้น					
8. ฉันพยายามไม่รับรู้ว่ามิอะอะไรเกิดขึ้น					
9. ฉันจะทำกิจกรรมอื่น เช่น ดูโทรทัศน์ เพื่อจะให้เกิดถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นน้อยลง					
10. ฉันไม่ให้ใครรู้ว่า ฉันกำลังกังวลเรื่องอะไร					
11. ฉันกังวลว่าตนเองจะไม่มีความสุข					
12. ฉันลงมือแก้ปัญหาไปที่ละขั้น					
13. ฉันไปมหาวิทยาลัยสม่ำเสมอ					
14. ฉันรอเวลาให้ได้จังหวะที่เหมาะสมจึงลงมือทำ					
15. ฉันดูแลตัวเองให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง เช่น เล่นกีฬา ออกกำลังกาย และรับประทานอาหารตามหลักโภชนาการ					
16. ฉันพูดคุยปัญหากับคนอื่นให้ช่วยหาทางแก้ปัญหา					
17. ฉันเล่าปัญหาให้เพื่อนที่มีปัญหาเช่นเดียวกันฟัง					
18. ฉันยอมรับว่าไม่สามารถแก้ไขปัญหาได้ และเลิกความพยายามที่จะแก้ปัญหาค่อยไป					
19. ฉันเลี้ยงที่จะพบปะผู้คน					
20. ฉันหาวิธีใดวิธีหนึ่งแสดงออกเพื่อให้ความทุกข์ลดลง เช่น ร้องไห้ โวยวาย หรือนอนหลับ					



วิธีการใช้	ทำบ่อย มาก 5	ทำค่อนข้างบ่อย 4	ทำและไม่ทำ พอ ๆ กัน 3	ไม่ค่อย ได้ทำ 2	ไม่ ทำเลย 1
21. ฉันพิจารณาความคิดเห็นของผู้อื่นแล้วพยายามนำมาใช้จัดการกับปัญหา					
22. ฉันมุ่งอยู่ที่การแก้ปัญหาและไม่ให้สิ่งใดมารบกวนความพยายามของฉัน					
23. ฉันหาสิ่งที่ดีจากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น					
24. ฉันหาเวลาเพื่อทำกิจกรรมที่ชอบหรือทำงานอดิเรก					
25. ฉันขอความช่วยเหลือจากอาจารย์หรือเพื่อน					
26. ฉันหวังว่าจะมีปาฏิหาริย์เกิดขึ้นให้สิ่งร้าย ๆ ที่เกิดขึ้นกลับกลายเป็นดี					
27. ฉันคิดว่าฉันเป็นต้นเหตุของปัญหา					
28. ฉันรู้สึกหงุดหงิด และจะระบายอารมณ์ออกมา					
29. ฉันคิดหาทางที่จะจัดการกับปัญหาอย่างไรให้ดีที่สุด					
30. ฉันมุ่งอยู่ที่การแก้ปัญหาอย่างเต็มที่ โดยไม่ให้ความคิดและกิจกรรมอื่นมารบกวน					
31. ฉันทำอะไรเพื่อให้แน่ใจว่า จะไม่ทำอะไรที่เลวร้าย เพราะการกระทำที่เร็วเกินไป					
32. ฉันยอมรับสิ่งที่เกิดขึ้นและยอมรับว่า มันไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้					
33. ฉันทำให้คนที่มีความสำคัญกับตัวฉันประทับใจ					
34. ฉันเล่าปัญหาของฉัน และรู้สึกว่ามีคนเข้าใจและเห็นอกเห็นใจฉัน					
35. ฉันหวังว่าปัญหาต่าง ๆ จะคลี่คลายไปได้เอง					
36. ฉันบอกตัวเองว่าเป็นความผิดของฉัน					
37. ฉันกังวลเกี่ยวกับอนาคตของฉัน					
38. ฉันพิจารณาถึงขั้นตอนต่าง ๆ ในการลงมือแก้ปัญหา					

วิธีการใช้	ทำบ่อย มาก 5	ทำค่อนข้างบ่อย 4	ทำและไม่ทำ พอ ๆ กัน 3	ไม่ค่อย ได้ทำ 2	ไม่ ทำเลย 1
39. ฉันคิดหาทางแก้ปัญหานี้ โดยไม่ให้สิ่งใดมารบกวน					
40. จากประสบการณ์ที่ผ่านมาทำให้ฉันปรับปรุงและเปลี่ยนแปลงตนเอง					
41. ฉันหาทางผ่อนคลายความเครียด เช่น ฟังเพลง อ่านหนังสือ ดูโทรทัศน์ เล่นดนตรี เดินห้างสรรพสินค้า ของสวย ๆ งาม ๆ					
42. ฉันขอคำปรึกษาจากผู้ที่มีความรู้ หรือผู้เชี่ยวชาญในเรื่องนั้นๆ					
43. ฉันหมดความพยายามที่จะทำอะไรต่อไป					
44. ฉันตำหนิตนเอง					
45. ฉันพิจารณาว่าฉันกำลังทำอะไรและทำไม จึงทำ					
46. ฉันรอคอยเพื่อทำจิตใจให้สงบได้ก่อนจึงลงมือแก้ปัญห					
47. ฉันออกกำลังกายเพื่อคลายเครียด					
48. ฉันพยายามบอกตัวเองว่า เหตุการณ์นี้ไม่ได้เกิดขึ้นจริง					
49. ฉันเก็บความรู้สึกต่าง ๆ ไว้คนเดียว					
50. ฉันกังวลกับปัญหาที่เกิดขึ้น					
51. ฉันขยันทำงานมาก					
52. ฉันยอมรับปัญหาที่เกิดขึ้น และพยายามมองชีวิตให้สดใสเบิกบาน					
53. ฉันปรับปรุงความสัมพันธ์ของฉันกับผู้อื่น					
54. ฉันกินหรือดื่มต่างไปจากปกติ					
55. ฉันรู้สึกไม่สบาย					

ขอบคุณทุกท่านที่ให้ความร่วมมือ

ตารางที่ 43 ข้อกระทงของแบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัย จำแนกรายด้าน

ด้านการปรับตัวในมหาวิทยาลัย	ข้อกระทงทางบวกข้อที่	ข้อกระทงทางลบข้อที่
1. การเรียน (จำนวน 17 ข้อ)	3, 5, 11, 17, 29, 36, 45	8, 15, 19, 23, 26, 32, 34, 43, 44, 48
2. ส่วนตัวและอารมณ์ (จำนวน 15 ข้อ)	46	2, 6, 9, 10, 18, 22, 25, 31, 33, 37, 41, 42, 53, 59
3. สังคม (จำนวน 19 ข้อ)	1, 4, 7, 12, 14, 16, 24, 27, 30, 38, 52, 54, 58	20, 35, 40, 47, 56, 57
4. ความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย (จำนวน 14 ข้อ)	1, 4, 13, 14, 29, 39, 54	28, 35, 47, 49, 50, 51, 56

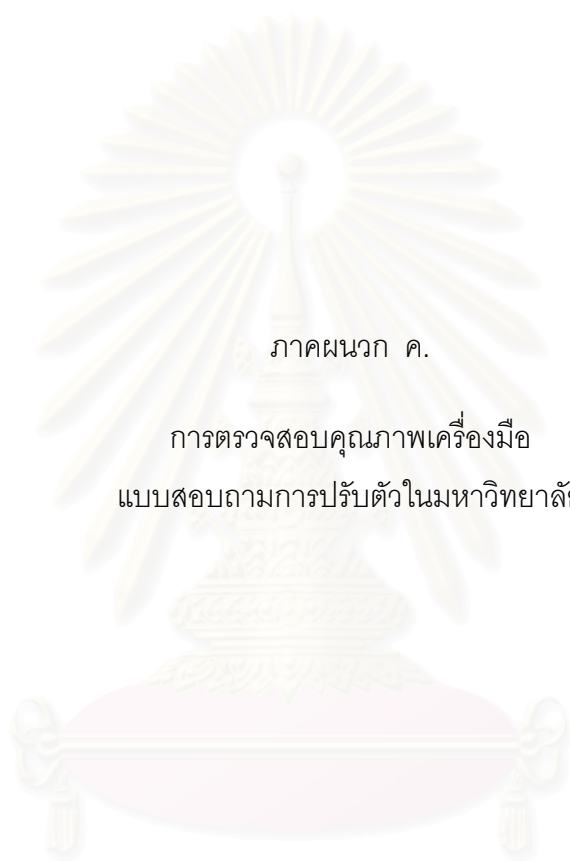
ตารางที่ 44 ข้อกระทงของแบบวัดการเผชิญปัญหา จำแนกตามรูปแบบการเผชิญปัญหา

การเผชิญปัญหา	ข้อกระทงข้อที่
1. การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา (จำนวน 27 ข้อ)	
1.1 การลงมือดำเนินการแก้ปัญหา และการวางแผน	1, 12, 29, 38, 45
1.2 การทำงานหนักและความสำเร็จในงาน	2, 13, 51
1.3 การระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง	22, 30, 39
1.4 การชะลอการเผชิญปัญหา	14, 31, 46
1.5 การตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโต	3, 23, 40
1.6 การยอมรับ	4, 32, 52
1.7 การหาทางผ่อนคลาย	15, 24, 41, 47
1.8 การแสวงหาการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม	5, 33, 53
2. การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม (จำนวน 8 ข้อ)	
2.1 การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อแก้ปัญหา	6, 16, 21, 25, 42
2.2 การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อกำลังใจ	7, 17, 34

## ตารางที่ 44 (ต่อ)

การเผชิญปัญหา	ข้อกระทงข้อที่
3. การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง (จำนวน 20 ข้อ)	
3.1 การปฏิเสธ	8, 48
3.2 การไม่แสดงออกทางพฤติกรรม	18, 43, 55
3.3 การไม่เกี่ยวข้องกับความคิด	9, 26, 35
3.4 การเก็บความรู้สึกไว้คนเดียว	10, 19, 49
3.5 การตำหนิตนเอง	27, 36, 44
3.6 การเป็นกังวล	11, 37, 50
3.7 การมุ่งใส่ใจในอารมณ์ที่เกิดขึ้น	20, 28, 54

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ค.

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ  
แบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัย

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 45 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามรายข้อกับคะแนนรวมรายด้านย่อย ค่า CITC (Corrected item-total correlation) และค่าความเที่ยง โดยใช้สัมประสิทธิ์อัลฟา (alpha) (ทดลองใช้ครั้งที่ 1, n = 38)

มาตรวัดย่อย	ลำดับ ข้อใน แบบวัด	ข้อกระทง	ค่า Correlation		ค่า CITC	
			รายข้อ กับทั้งฉบับ	รายข้อ กับรายด้าน	รายข้อ กับทั้งฉบับ	รายข้อ กับรายด้าน
1. การปรับตัวด้านการเรียน	3	ฉันติดตามการเรียนได้ทัน	0.161	.363*	0.1432	0.3064
	5	ฉันเรียนในระดับมหาวิทยาลัยอย่างมีเป้าหมาย	0.281	.528**	0.2446	0.4292
	6	ฉันคิดว่าสาขาวิชาที่เรียนนี้ค่อนข้างยาก	0.076	0.083	0.0399	-0.0219
	10	เวลาสอบ ฉันมักทำข้อสอบได้ไม่ดี	.555**	.666**	0.531	0.5946
	13	ฉันรู้สึกพึงพอใจกับระดับการเรียนที่ทำได้ขณะนี้	.326*	.348*	0.2826	0.2056
	17	ฉันไม่ได้ขยันเรียนอย่างที่ผมควรจะทำ	0.319	.499**	0.2889	0.4115
	19	ฉันมีเป้าหมายในการเรียนในมหาวิทยาลัยอย่างชัดเจน	.462**	.627**	0.431	0.5469
	21	ฉันรู้สึกว่าตนเองไม่เก่งพอในวิชาที่เรียนอยู่ขณะนี้	.425**	.446**	0.3978	0.3483
	23	สำหรับฉันแล้วการได้รับปริญญาเป็นสิ่งสำคัญมาก	-0.136	-0.108	-0.1814	-0.2565
	25	ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ฉันแบ่งเวลาในการเรียนได้ไม่ค่อยดีนัก	0.242	.552**	0.2115	0.4685
	27	ฉันสนุกกับการเขียนรายงานสำหรับวิชาต่าง ๆ ที่เรียน	0.114	.413**	0.0783	0.3138
	29	ฉันไม่มีแรงจูงใจในการเรียนหนังสือเท่าใดนักในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา	.483**	.722**	0.4454	0.6341
	32	ฉันเริ่มสงสัยเกี่ยวกับคุณค่าของการศึกษาในระดับมหาวิทยาลัย	.474**	.472**	0.4382	0.3432
	36	ฉันพอใจกับวิชาที่เปิดสอนทั้งในด้านความหลากหลายและจำนวนวิชาที่เปิดสอนในมหาวิทยาลัย	.411*	0.267	0.3802	0.1588
	39	ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ฉันไม่ค่อยมีสมาธิในการเรียน	.515**	.509**	0.4893	0.4226
	41	ผลการเรียนของฉันไม่ค่อยดีนักเมื่อเทียบกับความพยายามที่ผมทำไป	.343*	.369*	0.3093	0.2567

ตารางที่ 45 (ต่อ)

มาตรวัดย่อย	ลำดับ ข้อใน แบบวัด	ข้อกระทง	ค่า Correlation		ค่า CITC	
			รายชื่อ กับทั้งฉบับ	รายชื่อ กับรายด้าน	รายชื่อ กับทั้งฉบับ	รายชื่อ กับรายด้าน
	43	ฉันพอใจกับวิชาที่เรียน ทั้งในแง่เนื้อหาที่ครอบคลุมวิชาที่เรียน และคุณภาพ ของวิชาที่เรียน	-0.343	-0.087	-0.3709	-0.1923
	44	ฉันเข้าเรียนอย่างสม่ำเสมอ	0.168	.395*	0.1348	0.2968
	50	ฉันสนุกกับการเรียนที่นี่	.592**	.363*	0.5658	0.2568
	52	ฉันรู้สึกว่าระยะนี้ ฉันมีปัญหาอย่างมากกับการเริ่มต้นทำการบ้าน	.395*	.456**	0.3617	0.3503
	54	ฉันรู้สึกพึงพอใจกับวิชาที่เรียนในเทอมนี้	-0.175	-0.049	-0.2001	-0.1326
	57	สิ่งที่ฉันสนใจส่วนใหญ่ไม่เกี่ยวข้องกับสิ่งที่เรียนในมหาวิทยาลัย	.369*	.467**	0.3369	0.37
	61	ฉันรู้สึกพึงพอใจอาจารย์ที่สอนวิชาต่าง ๆ อย่างมาก	-0.018	0.174	-0.0439	.09.8
2. การปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์	2	ฉันรู้สึกตึงเครียดหรือวิตกกังวลในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา	.524**	.778**	0.4885	0.715
	7	ฉันรู้สึกเศร้าและหงุดหงิดมากช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา	.551**	.751**	0.5204	0.6913
	11	ฉันรู้สึกเหนื่อยมากในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา	.494**	.785**	0.4577	0.7258
	12	การต้องพึ่งพาตนเองและรับผิดชอบตนเองไม่ใช่เรื่องง่ายสำหรับฉัน	.611**	.577**	0.5832	0.4898
	20	ฉันควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ไม่ค่อยดีในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา	.572**	.747**	0.5448	0.6925
	24	ฉันกินอาหารได้มากขึ้นในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา	0.1	0.087	0.0618	-0.0221
	28	ฉันปวดหัวบ่อย ๆ ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา	.400*	.583**	0.3584	0.4817
	31	ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ฉันกำลังคิดใคร่ครวญว่า ฉันควรไปขอคำแนะนำ จากบุคคลที่ฉันไว้วางใจและเชื่อถือดีหรือไม่	.325*	.562**	0.2871	0.4732
	35	ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ฉันมีน้ำหนักเพิ่มขึ้นหรือลดลงมากเกินไป	0.108	0.086	0.0673	-0.0301

ตารางที่ 45 (ต่อ)

มาตรวัดย่อย	ลำดับ ข้อใน แบบวัด	ข้อกระทง	ค่า Correlation		ค่า CITC	
			รายชื่อ กับทั้งฉบับ	รายชื่อ กับรายด้าน	รายชื่อ กับทั้งฉบับ	รายชื่อ กับรายด้าน
	38	ฉันโกรธง่ายเกินไปในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา	.440**	.598**	0.405	0.5138
	40	ฉันนอนไม่ค่อยหลับ	.415**	.533**	0.3811	0.4461
	45	บางครั้งความคิดของฉันสับสนได้ง่าย	.508**	.626**	0.4808	0.5575
	49	ฉันกังวลมากเกี่ยวกับค่าใช้จ่ายในการเรียนที่นี่	.323*	0.124	0.2824	-0.0023
	55	ฉันคิดว่าตนเองมีสุขภาพดี	0.22	0.277	0.18	0.1655
	63	ฉันรู้สึกลำบากอย่างยิ่งในการจัดการกับความเครียดที่ฉันต้องเผชิญ ในมหาวิทยาลัย	.725**	.737**	0.7068	0.6841
	70	ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ฉันคิดใคร่ครวญว่าฉันควรไปขอคำปรึกษาจาก ศูนย์การปรึกษาและแนะแนวของมหาวิทยาลัย หรือไปหานักจิตวิทยา/ จิตแพทย์ดีหรือไม่	.486**	.574**	0.4527	0.4849
<b>3. การปรับตัวด้านสังคม</b>	1	ฉันรู้สึกว่าการปรับตัวเข้ากับบรรยากาศของมหาวิทยาลัยได้ดี	.600**	.765**	0.5784	0.7434
	4	ฉันได้รู้จักคนมากมายและมีเพื่อนมากมายเมื่อมาเรียนที่นี่	0.307	.679**	0.2741	0.6227
	8	ฉันเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ในมหาวิทยาลัยมากมาย	0.118	.406*	0.0835	0.3538
	9	ฉันปรับตัวเข้ากับชีวิตในมหาวิทยาลัยได้ดี	.588**	.676**	0.5656	0.6425
	14	ฉันติดต่อกับอาจารย์ได้อย่างเป็นกันเองทั้งในชั่วโมงเรียนและนอกชั่วโมงเรียน	0.199	.397*	0.1669	0.3335
	16	ฉันคิดว่าฉันตัดสินใจถูกแล้วที่มาเรียนที่นี่	.536**	0.513**	0.5059	0.4291
	18	ฉันมีเพื่อนที่สนิทหลายคนที่นี่มหาวิทยาลัยนี้	0.21	.466**	0.1721	0.3913
	22	ความเหงาเป็นปัญหาอย่างหนึ่งของฉันในขณะนี้	.612**	.452**	0.5804	0.3501



ตารางที่ 45 (ต่อ)

มาตรวัดย่อย	ลำดับ ข้อใน แบบวัด	ข้อกระทง	ค่า Correlation		ค่า CITC	
			รายชื่อ กับทั้งฉบับ	รายชื่อ กับรายด้าน	รายชื่อ กับทั้งฉบับ	รายชื่อ กับรายด้าน
	26	ฉันมีความสุขกับที่พักอาศัยในปัจจุบัน	0.1	0.279	0.07	0.2194
	30	ฉันพอใจกับกิจกรรมนอกหลักสูตรการเรียนที่มีในมหาวิทยาลัย	0.11	.403*	0.0761	0.3629
	33	ฉันเข้ากับเพื่อนร่วมสาขาวิชาของฉันได้ดี	.336*	.476**	0.3075	0.4297
	37	ฉันรู้สึกว่ามีทักษะทางด้านสังคมเพียงพอที่จะเข้ากับคนอื่น ในมหาวิทยาลัยได้	.461**	.612**	0.4358	0.5601
	42	ฉันรู้สึกอึดอัดใจกับเพื่อนในมหาวิทยาลัย	.749**	.683**	0.7286	0.6172
	46	ฉันพอใจกับการที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ในมหาวิทยาลัย	.414**	.599**	0.3905	0.5628
	48	ฉันเข้ากับเพื่อนต่างเพศไม่ค่อยได้	.664**	.734**	0.6409	0.6738
	51	ฉันรู้สึกเหงามากในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา	.587**	0.267	0.5596	0.1619
	56	ฉันรู้สึกว่าฉันแตกต่างจากเพื่อน ๆ ในมหาวิทยาลัยและแตกต่างในลักษณะ ที่ฉันไม่ชอบ	.689**	.711**	0.6629	0.6326
	62	ฉันมีเพื่อนที่สามารถเล่าปัญหาต่าง ๆ ให้ฟังได้	0.254	.580**	0.2166	0.5144
	64	ฉันรู้สึกพึงพอใจกับชีวิตทางสังคมที่มหาวิทยาลัย	.604**	.702**	0.5811	0.6498
	66	ฉันรู้สึกอึดอัดใจกับอาจารย์ในมหาวิทยาลัย	0.064	0.047	0.0347	0.467
	67	ฉันไม่ชอบกิจกรรมประชุมเชียร์	0.271	.488**	0.2299	0.419
	68	ฉันพอใจกับระบบอาวุโสที่มีอยู่ในมหาวิทยาลัย	0.156	0.254	0.1175	0.2542
	69	ฉันชอบประเพณีการต้อนรับน้องใหม่ และเห็นว่าเป็นสิ่งที่ควรธำรงไว้	.391*	.559**	0.3558	0.5258

ตารางที่ 45 (ต่อ)

มาตรวัดย่อย	ลำดับ ข้อใน แบบวัด	ข้อกระทง	ค่า Correlation		ค่า CITC		
			รายชื่อ กับทั้งฉบับ	รายชื่อ กับรายด้าน	รายชื่อ กับทั้งฉบับ	รายชื่อ กับรายด้าน	
4. การปรับตัวด้านการผูกพันกับ สถานศึกษา	1	ฉันรู้สึกว่าคุณปรับตัวเข้ากับบรรยากาศของมหาวิทยาลัยได้ดี	.600**	.703**	0.5784	0.6239	
	4	ฉันได้รู้จักคนมากมายและมีเพื่อนมากมายเมื่อมาเรียนที่นี่	0.307	.488**	0.2741	0.348	
	15	ฉันคิดว่าฉันตัดสินใจถูกแล้วที่เรียนต่อในมหาวิทยาลัย	.626**	.785**	0.6068	0.7123	
	16	ฉันคิดว่าฉันตัดสินใจถูกแล้วที่มาเรียนที่นี่	.536**	.714**	0.5059	0.649	
	26	ฉันมีความสุขดีกับที่พักอาศัยในปัจจุบัน	0.1	0.268	0.07	0.1421	
	34	ฉันอยากเรียนที่มหาวิทยาลัยอื่นมากกว่าที่นี่	.514**	.486**	0.483	0.4373	
	36	ฉันพอใจกับวิชาที่เปิดสอนทั้งด้านความหลากหลาย และจำนวนวิชา ที่เปิดสอนในมหาวิทยาลัย	.411**	.511**	0.3802	0.3906	
	42	ฉันรู้สึกอึดอัดใจกับเพื่อนในมหาวิทยาลัย	.749**	.698**	0.7286	0.597	
	47	ฉันคาดหวังว่าจะอยู่เรียนที่นี่ จนจบได้รับปริญญาตรี	.331*	.462**	0.3101	0.3692	
	56	ฉันรู้สึกว่าฉันแตกต่างจากเพื่อน ๆ ในมหาวิทยาลัยและแตกต่างในลักษณะ ที่ฉันไม่ชอบ	.689**	.766**	0.6629	0.6468	
	58	ช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ฉันคิดอย่างยิงว่าจะย้ายไปเรียนที่อื่น	.627**	.677**	0.6073	0.6731	
	59	ช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ฉันคิดอย่างยิงว่าฉันควรจะลาออกจากมหาวิทยาลัย และเลิกเรียนเลยดีกว่า	.543**	.331*	0.5192	0.3261	
	60	ฉันคิดว่าฉันควรจะพักการเรียนชั่วคราวแล้วค่อยกลับมาเรียนใหม่	.549**	.379*	0.5288	0.3805	
	64	ฉันรู้สึกพึงพอใจกับชีวิตทางสังคมที่มหาวิทยาลัย	.604**	.745**	0.5811	0.6126	
	66	ฉันรู้สึกอึดอัดใจกับอาจารย์ในมหาวิทยาลัย	0.064	0.117	0.0347	0.1055	
	การปรับตัวโดยรวม						
	ค่า alpha ทั้งฉบับ = .91						

ตารางที่ 46 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามรายข้อกับคะแนนรวมรายด้านย่อย ค่า CITC (Corrected item-total correlation) และค่าความเที่ยงโดย  
ใช้สัมประสิทธิ์อัลฟา (alpha) ของแบบวัดการปรับตัวในมหาวิทยาลัย (ทดลองใช้ครั้งที่ 2, n = 100)

มาตรวัดย่อย	ลำดับ ข้อใน แบบวัด	ข้อกระทง	ค่า Correlation		ค่า CITC		t-test
			รายข้อ กับทั้งฉบับ	รายข้อ กับรายด้าน	รายข้อ กับทั้งฉบับ	รายข้อ กับรายด้าน	
1. การปรับตัวด้านการเรียน จำนวน 20 ข้อ ค่า alpha = .6917	3	ฉันติดตามการเรียนได้ทัน	.481**	.584**	0.459	0.5346	4.52**
	5	ฉันเรียนในระดับมหาวิทยาลัยอย่างมีเป้าหมาย	.432**	.466**	0.4043	0.3983	4.31**
	8	เวลาสอบ ฉันมักทำข้อสอบได้ไม่เต็ม (R)	.450**	.549**	0.4218	0.4863	4.71**
	11	ฉันรู้สึกพึงพอใจกับระดับการเรียนที่ทำได้ขณะนี้	.364**	.462**	0.3305	0.384	3.23**
	15	ฉันไม่ได้ขยันเรียนอย่างที่คุณควรจะทำ (R)	.443**	.593**	0.4099	0.5233	3.41**
	17	ฉันมีเป้าหมายในการเรียนในมหาวิทยาลัยอย่างชัดเจน	.466**	.451**	0.4363	0.3732	5.03**
	19	ฉันรู้สึกว่าตนเองไม่เก่งพอในวิชาที่เรียนอยู่ขณะนี้ (R)	.451**	.523**	0.4253	0.4627	5.14**
	22	ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ฉันแบ่งเวลาในการเรียนได้ไม่ค่อยดีนัก (R)	.371**	.542**	0.3381	0.4734	3.11**
	24	ฉันสนใจในการทำรายงานสำหรับวิชาต่าง ๆ ที่เรียน	0.153	.236**	0.1173	0.1513	1.75*
	26	ฉันไม่มีแรงจูงใจในการเรียนหนังสือเท่าใดนักในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา (R)	.633**	.628**	0.6067	0.5607	5.82**
	29	ฉันเริ่มสงสัยเกี่ยวกับคุณค่าของการศึกษาในระดับมหาวิทยาลัย (R)	.579**	.449**	0.5492	0.3569	5.45**
	32	ฉันพอใจกับวิชาที่เปิดสอนทั้งในด้านความหลากหลายและจำนวนวิชา ที่เปิดสอนในมหาวิทยาลัย	.390**	.366**	0.3617	0.2931	3.82**
	35	ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ฉันไม่ค่อยมีสมาธิในการเรียน (R)	.439**	.506**	0.4055	0.4265	3.70**
	37	ผลการเรียนของฉันไม่ค่อยดีนักเมื่อเทียบกับความพยายามที่ทำไป (R)	.507**	.531**	0.4785	0.4603	4.93**
	39	ฉันเข้าเรียนอย่างสม่ำเสมอ	.233**	.348**	0.1986	0.2665	1.71*
	45	ฉันสนุกกับการเรียนที่นี่	.320**	.484**	0.145	0.0466	1.84*

ตารางที่ 46 (ต่อ)

มาตรวัดย่อย	ลำดับ ข้อใน แบบวัด	ข้อกระทง	ค่า Correlation		ค่า CITC		t-test
			รายข้อ กับทั้งฉบับ	รายข้อ กับรายด้าน	รายข้อ กับทั้งฉบับ	รายข้อ กับรายด้าน	
	47	ฉันรู้สึกว่าระยะนี้ ฉันมีปัญหามากกับการเริ่มต้นทำการบ้าน (R)	.463**	.462**	0.4334	0.3864	5.31**
	49	ฉันรู้สึกพึงพอใจกับวิชาที่เรียนในเทอมนี้	.534**	.526**	0.5097	0.4646	4.90**
	52	สิ่งที่ฉันสนใจส่วนใหญ่ไม่เกี่ยวข้องกับสิ่งที่เรียนในมหาวิทยาลัย (R)	.423**	.477**	0.3952	0.4113	3.23**
	56	ฉันรู้สึกพึงพอใจอาจารย์ที่สอนวิชาต่าง ๆ อย่างมาก	0.142	.226*	0.1174	0.167	0.81
2. การปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ จำนวน 16 ข้อ ค่า alpha = .8021	2	ฉันรู้สึกตึงเครียดหรือวิตกกังวลในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา (R)	.526**	.649**	0.4927	0.5569	6.07**
	6	ฉันรู้สึกเศร้าและหงุดหงิดมากช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา (R)	.542**	.687**	0.5142	0.6149	5.25**
	9	ฉันรู้สึกเหนื่อยมากในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา (R)	.467**	.582**	0.4323	0.479	6.22**
	10	การต้องพึ่งพาตนเองและรับผิดชอบตนเองไม่ใช่เรื่องง่ายสำหรับฉัน (R)	.596**	.605**	0.5702	0.5187	6.44**
	18	ฉันควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ไม่ค่อยดีในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา (R)	.564**	.639**	0.5383	0.561	4.65**
	21	ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ฉันกินหรือดื่มต่างไปจากปกติ	-0.215	-0.138	-0.2557	-0.2687	-2.64
	25	ฉันปวดหัวบ่อย ๆ ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา (R)	.469**	.571**	0.4361	0.4732	4.46**
	28	ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ฉันกำลังคิดใคร่ครวญว่า ฉันควรไปขอ คำแนะนำจากบุคคลที่ฉันไว้วางใจและเชื่อถือดีหรือไม่ (R)	.346**	.450**	0.3103	0.3412	3.60**
	34	ฉันโกรธง่ายเกินไปในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา (R)	.490**	.561**	0.4565	0.4564	4.75**
	36	ฉันนอนไม่ค่อยหลับ (R)	.394**	.480**	0.3636	0.388	3.72**
	40	บางครั้งความคิดของฉันสับสนได้ง่าย (R)	.506**	.531**	0.4811	0.4505	4.39**
	44	ฉันกังวลมากเกี่ยวกับค่าใช้จ่ายในการเรียนที่นี่ (R)	.351**	.460**	0.314	0.3472	4.60**
	46	ฉันรู้สึกเหงามากในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา (R)	.512**	.607**	0.4835	0.5231	5.25**

ตารางที่ 46 (ต่อ)

มาตรวัดย่อย	ลำดับ ข้อใน แบบวัด	ข้อกระทง	ค่า Correlation		ค่า CITC		t-test
			รายข้อ กับทั้งฉบับ	รายข้อ กับรายด้าน	รายข้อ กับทั้งฉบับ	รายข้อ กับรายด้าน	
	50	ฉันคิดว่าตนเองมีสุขภาพดี	.279**	.326**	0.2469	0.2243	2.46**
	58	ฉันรู้สึกลำบากอย่างยิ่งในการจัดการกับความเครียดที่ฉันต้องเผชิญ ในมหาวิทยาลัย (R)	.615**	.630**	0.5897	0.5456	5.63**
	64	ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ฉันคิดใคร่ครวญว่าฉันควรไปขอคำปรึกษาจาก ศูนย์การปรึกษาและแนะแนวของมหาวิทยาลัย หรือไปหานักจิตวิทยา/ จิตแพทย์ดีหรือไม่ (R)	.459**	.454**	0.4293	0.355	3.84**
<b>3. การปรับตัวด้านสังคม</b>							
จำนวน 20 ข้อ	1	ฉันรู้สึกว่าฉันปรับตัวเข้ากับบรรยากาศของมหาวิทยาลัยได้ดี	.474**	.589**	0.4541	0.5348	4.02**
ค่า alpha = .8106	4	ฉันได้รู้จักคนมากมายและมีเพื่อนมากมายเมื่อมาเรียนที่นี่	.360**	.473**	0.332	0.3915	2.49**
	7	ฉันปรับตัวเข้ากับชีวิตในมหาวิทยาลัยได้ดี	.522**	.559**	0.5045	0.505	4.71**
	12	ฉันติดต่อกับอาจารย์ได้เป็นอย่างดีทั้งในชั่วโมงเรียนและนอกชั่วโมงเรียน	.293**	.370**	0.2591	0.2676	2.15*
	14	ฉันคิดว่าฉันตัดสินใจถูกแล้วที่มาเรียนที่นี่	.482**	.490**	0.4532	0.3971	3.67**
	16	ฉันมีเพื่อนที่สนิทหลายคนที่นี่มหาวิทยาลัยนี้	.438**	.548**	0.4088	0.4639	4.05**
	20	ความเหงาเป็นปัญหาอย่างหนึ่งของฉันในขณะนี้ (R)	.443**	.443**	0.4088	0.3305	4.31**
	23	ฉันมีความพึงพอใจกับที่อยู่อาศัยในปัจจุบัน	.215*	.229*	0.181	0.1223	2.68**
	27	ฉันพอใจที่เข้าร่วมในกิจกรรมนอกหลักสูตรที่มีในมหาวิทยาลัย	.257**	.359**	0.224	0.2603	2.42**
	30	ฉันเข้ากับเพื่อนร่วมสาขาวิชาของฉันได้ดี	.541**	.580**	0.5175	0.5087	4.85**
	33	ฉันรู้สึกว่าฉันมีทักษะทางด้านสังคมเพียงพอที่จะเข้ากับคนอื่น ในมหาวิทยาลัยได้	.443**	.518**	0.4189	0.4477	4.58**

ตารางที่ 46 (ต่อ)

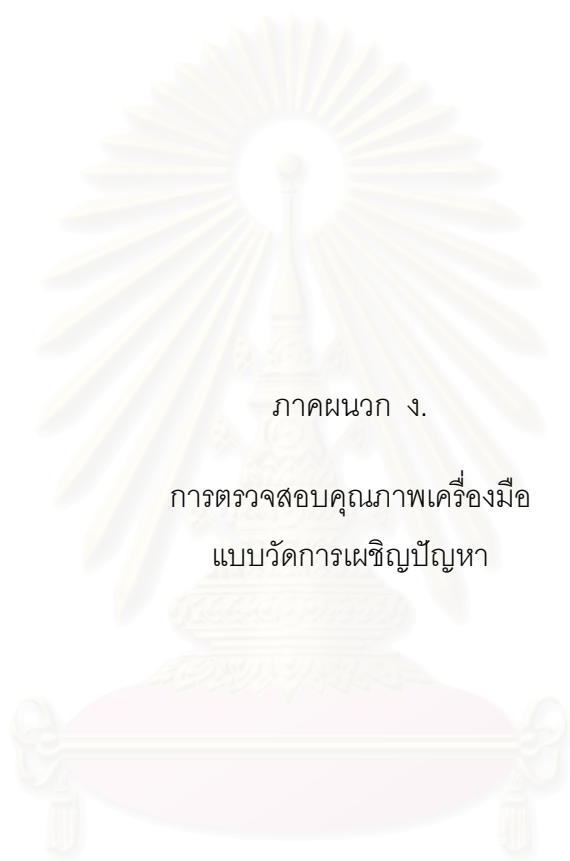
มาตรวัดย่อย	ลำดับ ข้อใน แบบวัด	ข้อกระทง	ค่า Correlation		ค่า CITC		t-test
			รายข้อ กับทั้งฉบับ	รายข้อ กับรายด้าน	รายข้อ กับทั้งฉบับ	รายข้อ กับรายด้าน	
	38	ฉันรู้สึกอึดอัดใจกับเพื่อนในมหาวิทยาลัย (R)	.469**	.523**	0.4364	0.4222	4.91**
	41	ฉันพอใจกับการที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ในมหาวิทยาลัย	.295**	.414**	0.2665	0.3294	3.12**
	43	ฉันเข้ากับเพื่อนต่างเพศไม่ค่อยได้ (R)	.508**	.571**	0.4825	0.4955	4.42**
	51	ฉันรู้สึกว่าฉันแตกต่างจากเพื่อน ๆ ในมหาวิทยาลัยและแตกต่าง ในลักษณะที่ฉันไม่ชอบ (R)	.589**	.601**	0.5649	0.5247	6.73**
	57	ฉันมีเพื่อนที่สามารถเล่าปัญหาต่าง ๆ ให้ฟังได้	.405**	.433**	0.3769	0.3441	4.78**
	59	ฉันรู้สึกพึงพอใจกับชีวิตทางสังคมที่มหาวิทยาลัย	.630**	.617**	0.6122	0.5584	5.49**
	61	ฉันรู้สึกอึดอัดใจกับอาจารย์ที่สอนบางวิชา (R)	.360**	.392**	0.3249	0.2812	3.59**
	62	ฉันไม่ชอบกิจกรรมประชุมเชียร์ (R)	.298**	.375**	0.2563	0.2459	2.18*
	63	ฉันชอบประเพณีการต้อนรับน้องใหม่ และเห็นว่าเป็นสิ่งที่ควรธำรงไว้	.291**	.486**	0.2573	0.393	2.19*
4. การปรับตัวด้านการผูกพันกับ สถานศึกษาและความมุ่งมั่น ในเป้าหมาย  จำนวน 15 ข้อ ค่า alpha = .80	1	ฉันรู้สึกว่าฉันปรับตัวเข้ากับบรรยากาศของมหาวิทยาลัยได้ดี	.474**	.558**	0.4541	0.4855	4.02**
	4	ฉันได้รู้จักคนมากมายและมีเพื่อนมากมายเมื่อมาเรียนที่นี่	.360**	.410**	0.332	0.2998	2.49**
	13	ฉันคิดว่าฉันตัดสินใจถูกแล้วที่เรียนต่อในมหาวิทยาลัย	.515**	.677**	0.4925	0.6054	4.49**
	14	ฉันคิดว่าฉันตัดสินใจถูกแล้วที่มาเรียนที่นี่	.482**	.697**	0.4532	0.6124	3.67**
	23	ฉันมีความสุขดีกับที่พักอาศัยในปัจจุบัน	.215**	.284**	0.181	0.152	2.68**
	31	ฉันอยากเรียนที่มหาวิทยาลัยอื่นมากกว่าที่นี่ (R)	.328**	.568**	0.2891	0.439	2.76**
	32	ฉันพอใจกับวิชาที่เปิดสอนทั้งด้านความหลากหลาย และจำนวนวิชา ที่เปิดสอนในมหาวิทยาลัย	.390**	.384**	0.3617	0.2672	3.83**

ตารางที่ 46 (ต่อ)

มาตรวัดย่อย	ลำดับ ข้อใน แบบวัด	ข้อกระทง	ค่า Correlation		ค่า CITC		t-test
			รายข้อ กับทั้งฉบับ	รายข้อ กับรายด้าน	รายข้อ กับทั้งฉบับ	รายข้อ กับรายด้าน	
	38	ฉันรู้สึกอึดอัดใจกับเพื่อนในมหาวิทยาลัย (R)	.469**	.510**	0.4364	0.3787	4.91**
	42	ฉันคาดหวังว่าจะอยู่เรียนที่นี่ จนจบได้รับปริญญาตรี	.287**	.457**	0.2638	0.3736	2.59**
	51	ฉันรู้สึกว่าฉันแตกต่างจากเพื่อน ๆ ในมหาวิทยาลัยและแตกต่าง ในลักษณะที่ฉันไม่ชอบ (R)	.589**	.548**	0.5649	0.4416	6.73**
	53	ช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ฉันคิดอย่างยิงว่าจะย้ายไปเรียนที่อื่น (R)	.465**	.652**	0.4386	0.5665	3.11**
	54	ช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ฉันคิดอย่างยิงว่าฉันควรจะลาออกจาก มหาวิทยาลัยและเลิกเรียนเลยดีกว่า (R)	.470**	.645**	0.4523	0.5886	2.91**
	55	ฉันคิดว่าฉันควรจะพักการเรียนชั่วคราวแล้วค่อยกลับมาเรียนใหม่ (R)	.477**	.645**	0.4623	0.5781	2.37**
	59	ฉันรู้สึกพึงพอใจกับชีวิตทางสังคมที่มหาวิทยาลัย	.630**	.673**	0.6122	0.6061	5.49**
	61	ฉันรู้สึกอึดอัดใจกับอาจารย์ที่สอนบางวิชา (R)	.360**	.336**	0.3249	0.1904	3.59**
<b>การปรับตัวโดยรวม ค่า alpha ทั้งฉบับ = .90</b>							

หมายเหตุ ข้อความที่เป็นตัวเอียง คือข้อที่ตัดทิ้งก่อนนำไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างจริง

\*\* p < .01, \* p < .05



ภาคผนวก ง.

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

แบบวัดการเผชิญปัญหา

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ตารางที่ 47 ผลการวิเคราะห์รายข้อของแบบวัดการเผชิญปัญหา โดยการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมข้ออื่น ๆ ทั้งหมดในแต่ละด้าน (CITC) โดยแบ่งเป็นแบบวัดสองฉบับ คือ ฉบับ A และฉบับ B (การทดลองใช้ครั้งที่ 1)

## ฉบับ A

ข้อที่	ข้อกระทง	ค่า CITC
1	ฉันลงมือแก้ไขที่สาเหตุของปัญหา	.4901
2	ฉันคิดหาทางที่จะจัดการกับปัญหาอย่างไรให้ดีที่สุด	.5218
3	ฉันพยายามทำงานให้ทันตามกำหนด	.4459
4	ฉันปิดบังความรู้สึกของฉันไม่ให้ใครรู้	.1643
5	ฉันไปมหาวิทยาลัยสม่ำเสมอ	.4675
6	ฉันมุ่งอยู่ที่การแก้ปัญหา และไม่ให้สิ่งใดมารบกวนความพยายามของฉัน	.5801
7	ฉันรอเวลาให้ได้จังหวะที่เหมาะสม จึงลงมือทำ	.6080
8	ฉันเรียนรู้จากเหตุการณ์ที่ประสบ	.6644
9	ฉันค้นหาสิ่งที่ดีจากเหตุการณ์ที่ประสบ	.4378
10	ฉันยอมรับสิ่งที่เกิดขึ้น และยอมรับว่ามันไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้	.2747
11	ฉันหาทางผ่อนคลายความเครียด เช่น ฟังเพลง อ่านหนังสือ ดูโทรทัศน์ เล่นดนตรี เดินห้างสรรพสินค้า ดูของสวย ๆ งาม ๆ	.4036
12	ฉันทำงานหรือกิจกรรมอื่น เพื่อที่จะไม่ได้กังวลกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น	.0809
13	ฉันทำการบ้านและดูหนังสือแทนที่จะออกไปเที่ยวเล่น	.2372
14	ฉันดูแลตัวเองให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง เช่น เล่นกีฬา ออกกำลังกาย และรับประทานอาหารตามหลักโภชนาการ	.5123
15	ฉันรู้สึกไม่สบาย	.3665
16	ฉันมุ่งอยู่ที่การแก้ปัญหาอย่างเต็มที่ โดยไม่ให้ความคิดและกิจกรรมอื่นมารบกวน	.5926
17	ฉันลงมือแก้ปัญหาไปทีละขั้น	.6857
18	ฉันคิดว่า ฉันเป็นต้นเหตุของความเดือดร้อนให้ตนเอง	.2497
19	ฉันทำให้คนที่มีความสำคัญกับตัวฉันประทับใจ	.3314
20	ฉันพูดคุยปัญหากับคนอื่น เพื่อช่วยหาทางแก้ปัญหา	.3689
21	ฉันพิจารณาถึงขั้นตอนต่าง ๆ ในการลงมือแก้ปัญหา	.6106
22	จากประสบการณ์ที่ผ่านมา ทำให้ฉันปรับปรุงและเปลี่ยนแปลงตนเอง	.6339
23	ฉันตำหนิตนเอง	.3799

## ฉบับ A (ต่อ)

ข้อที่	ข้อกระทง	ค่า CITC
24	ฉันจะสบายใจขึ้น เมื่อได้ระบายใส่ใครสักคน	.1946
25	ฉันถามวิธีแก้ปัญหากับผู้ที่เคยอยู่ในสถานการณ์เดียวกันมาก่อน	.2411
26	ฉันแสวงหากำลังใจจากเพื่อน ๆ และบุคคลรอบข้าง	.2490
27	ฉันออกกำลังกายเพื่อคลายเครียด	<b>.5093</b>
28	ฉันรอคอยเพื่อทำใจให้สงบได้ก่อนจึงลงมือแก้ปัญหา	<b>.5237</b>
29	ฉันสวดมนต์เพื่อให้จิตใจสงบ	.1745
30	ฉันพยายามผูกมิตรกับผู้อื่น	.2215
31	ฉันเห็นว่าฉันเป็นคนผิด	.3421
32	ฉันหาวิธีใดวิธีหนึ่งแสดงออกเพื่อให้ความทุกข์ลดลง เช่น ร้องไห้ โวยวาย หรือนอนหลับ	<b>.4308</b>
33	ฉันบอกตัวเองว่า เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับตัวฉัน มันไม่เป็นความจริง	.1514
34	ฉันเรียนรู้ที่จะอยู่กับปัญหาที่เกิดขึ้น	<b>.4106</b>
35	ฉันยอมรับว่าไม่สามารถแก้ไขปัญหาได้ และเลิกความพยายามที่จะแก้ปัญหาต่อไป	<b>.6511</b>
36	ฉันขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น เช่น พ่อ แม่ หรือเพื่อน	<b>.5528</b>
37	ฉันคิดถึงเรื่องอื่น ๆ ที่ทำให้จิตใจสบายแทนที่จะมัวเป็นกังวล	-.0536
38	ฉันวางแผนต่อปัญหาเหมือนไม่มีอะไรเกิดขึ้น	.1930
39	ฉันหวังว่าจะมีปฏิกิริยาเกิดขึ้นให้สิ่งร้าย ๆ ที่เกิดขึ้นกลับกลายเป็นดี	<b>.3813</b>
40	ฉันเก็บความรู้สึกต่าง ๆ ไว้คนเดียว	<b>.3500</b>
41	ฉันกังวลกับปัญหาที่เกิดขึ้น	<b>.4707</b>
42	ฉันกังวลว่าตนเองจะไม่มีความสุข	<b>.5449</b>
43	ฉันรู้สึกหงุดหงิด และจะระบายอารมณ์ออกมา	<b>.3411</b>
44	ฉันพิจารณาความคิดเห็นของผู้อื่นแล้วพยายามนำมาใช้จัดการกับปัญหา	<b>.4049</b>
45	ฉันแกล้งบอกตัวเองว่า เหตุการณ์นี้ไม่ได้เกิดขึ้นจริง	<b>.3185</b>
46	ฉันจะรู้สึกดีขึ้นถ้าได้ดื่มสุรา สูบบุหรี่ หรือใช้ยาเสพติดอื่น	.0592
<b>ค่าแอลฟาทั้งฉบับ (n = 49)</b>		<b>.7244</b>

หมายเหตุ ข้อความที่เป็นตัวหนา คือ ข้อความที่ผู้วิจัยได้คัดเลือกใช้ในแบบวัดฉบับจริง

## ฉบับ B

ข้อที่	ข้อกระทง	ค่า CITC
1	ฉันลงมือแก้ปัญหาไปจนสุดความสามารถ	.1765
2	ฉันเปลี่ยนแปลงอะไรบางอย่าง เพื่อให้แก้ปัญหาได้ดีขึ้น	-.0331
3	ฉันรอเพื่อหาโอกาสที่เหมาะสม จึงลงมือแก้ปัญหา	-.1166
4	ฉันนำวิธีใหม่ ๆ มาใช้แก้ปัญหา	.3012
5	ฉันเล่าปัญหาให้เพื่อนที่มีปัญหาเช่นเดียวกันฟัง	<b>.5901</b>
6	ฉันขยันทำงานมาก	<b>.2549</b>
7	ฉันมุ่งอยู่ที่การแก้ปัญหานี้ โดยละความสนใจจากสิ่งอื่นไปบ้าง	.1227
8	ฉันไม่ทำอะไรเลย เพราะคิดหาวิธีแก้ปัญหาไม่ได้	.1502
9	ฉันระบายความในใจของฉันกับใครบางคนและรู้สึกสบายใจขึ้น	<b>.6694</b>
10	ฉันพยายามควบคุมตนเองไม่ให้ทำอะไรเร็วเกินไป	.0147
11	ฉันหันไปสนใจเรื่องอื่นที่ไม่ใช่ปัญหาที่เกิดขึ้น	.1830
12	ฉันไม่ให้ใครรู้ว่า ฉันกำลังกังวลเรื่องอะไร	<b>.2933</b>
13	ฉันพบปะสังสรรค์กับเพื่อน	.3962
14	ฉันพยายามมองเหตุการณ์ที่ประสบในแง่มุมมองใหม่ที่ดี	.3863
15	ฉันกังวลว่าอะไรจะเกิดขึ้นกับฉัน	.1803
16	ฉันจะอยู่คนเดียวไม่พบใคร	.2821
17	ฉันคิดถึงคนที่ประสบปัญหามากกว่าฉัน ทำให้ฉันเห็นว่าปัญหาของฉันไม่หนักหนาเท่าไร	-.0807
18	ฉันพยายามทำงานให้สำเร็จอย่างดี	.1347
19	ฉันออกไปเที่ยวหาความสนุกสนานเพลิดเพลิน	.3177
20	ฉันปรับปรุงความสัมพันธ์ของฉันกับผู้อื่น	<b>.2671</b>
21	ฉันเลิกพยายามที่จะแก้ปัญหา	.3887
22	ประสบการณ์ที่เกิดขึ้น ทำให้ฉัน ได้เรียนรู้และรู้สึกว่าคุณได้ช่วย	.3981
23	ฉันขอคำปรึกษาจากผู้ที่มีความรู้ หรือผู้เชี่ยวชาญในเรื่องนั้น ๆ	.7133
24	ฉันคิดว่า ฉันเป็นต้นเหตุของปัญหา	.3101
25	ฉันทำอะไรเพื่อให้แน่ใจว่าจะไม่ทำอะไรที่เลวร้ายเพราะการกระทำที่เร็วเกินไป	.2970
26	ฉันคิดหาทางแก้ปัญหานี้ โดยไม่ให้สิ่งใดมารบกวน	.2576
27	ฉันเล่าปัญหาของฉัน และรู้สึกว่ามีคนเข้าใจและเห็นอกเห็นใจฉัน	.6816
28	ฉันหาเวลาเพื่อทำกิจกรรมที่ชอบหรือทำงานอดิเรก	.5445
29	ฉันตัดปัญหาออกไปจากใจฉัน และไม่รับรู้ว่ามันมีอะไรเกิดขึ้น	.2319

## ฉบับ B (ต่อ)

ข้อที่	ข้อกระทง	ค่า CITC
30	ฉันปรึกษาหารือกับกลุ่มหรือเพื่อนเพื่อหาทางแก้ปัญหา	.3467
31	ฉันกังวลเกี่ยวกับอนาคตของฉัน	.2779
32	ฉันวางมือจากกิจกรรมอื่น เพื่อใส่ใจกับสิ่งที่เกิดขึ้นอย่างเต็มที่	.2052
33	ฉันหมดความพยายามที่จะทำอะไรต่อไป	.3967
34	ฉันกินหรือดื่มต่างไปจากปกติ	.4842
35	ฉันจะทำกิจกรรมอื่น เช่น ดูโทรทัศน์ เพื่อจะให้คิดถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น น้อยลง	.3689
36	ฉันคิดว่าปัญหาต่าง ๆ จะคลี่คลายไปในทางที่ดี	.0380
37	ฉันเลี้ยงที่จะพบปะผู้คน	.5768
38	ฉันทำใจให้เป็นสุขกับสิ่งที่เกิดขึ้น	.2465
39	ฉันพิจารณาดูว่า ฉันกำลังทำอะไรและทำไมจึงทำ	.4504
40	ฉันบอกตัวเองว่าเป็นความผิดของฉัน	.4448
41	ฉันขอความช่วยเหลือจากอาจารย์หรือเพื่อน	.5810
42	ฉันกังวลเกี่ยวกับเรื่องต่าง ๆ ในอนาคต	.2551
43	ฉันยอมรับปัญหาที่เกิดขึ้น และพยายามมองชีวิตให้สดใสเบิกบาน	.4816
44	ฉันพยายามทำตัวให้เข้ากับเพื่อน ๆ ได้ดี	.5544
45	ฉันระบายความรู้สึกออกมา	-.1438
46	ฉันหวังว่าปัญหาต่าง ๆ จะคลี่คลายไปได้เอง	.3788
ค่าแอลฟาทั้งฉบับ (n = 43)		.8258

หมายเหตุ ข้อความที่เป็นตัวหนา คือ ข้อความที่ผู้วิจัยได้คัดเลือกใช้ในแบบวัดฉบับจริง

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 48 ผลการวิเคราะห์รายข้อของแบบวัดการเผชิญปัญหา โดยการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น ๆ ทั้งหมดในแต่ละด้าน (CITC) การทดสอบค่าที (t-test) และค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (alpha) (การทดลองใช้ครั้งที่ 2)

รายด้าน	ข้อกระทง	t-test	ค่า CITC
1. การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา			
1. การลงมือดำเนินการแก้ปัญหาและการวางแผน	1. ฉันลงมือแก้ไขที่สาเหตุของปัญหา	5.77**	.4544
	12. ฉันลงมือแก้ปัญหาไปที่ละขั้น	7.53**	.5708
	29. ฉันคิดหาทางที่จะจัดการกับปัญหาอย่างไรให้ดีที่สุด	5.00**	.4497
	38. ฉันพิจารณาถึงขั้นตอนต่าง ๆ ในการลงมือแก้ปัญหา	6.93**	.6088
	45. ฉันพิจารณาว่าฉันกำลังทำอะไรและทำไมจึงทำ	3.43**	.3105
2. การทำงานหนักและความสำเร็จในงาน	2. ฉันพยายามทำงานให้ทันตามกำหนด	3.96**	.3844
	13. ฉันไปมหาวิทยาลัยสม่ำเสมอ	3.12**	.2761
	51. ฉันขยันทำงานมาก	4.45**	.3768
3. การระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง	22. ฉันมุ่งอยู่ที่การแก้ปัญหาและไม่ให้สิ่งใดมารบกวนความพยายามของฉัน	5.82**	.4702
	30. ฉันมุ่งอยู่ที่การแก้ปัญหาอย่างเต็มที่ โดยไม่ให้ความคิดและกิจกรรมอื่นมารบกวน	6.84**	.5963
	39. ฉันคิดหาทางแก้ปัญหานี้ โดยไม่ให้สิ่งใดมารบกวน	7.89**	.6690
4. การชะลอการเผชิญปัญหา	14. ฉันรอเวลาให้ได้จังหวะที่เหมาะสมจึงลงมือทำ	2.68**	.2502
	31. ฉันทำอะไรเพื่อให้แน่ใจว่า จะไม่ทำอะไรที่เลวร้าย เพราะการกระทำที่เร็วเกินไป	4.73**	.4810
	46. ฉันรอคอยเพื่อทำจิตใจให้สงบได้ก่อนจึงลงมือแก้ปัญหา	4.84**	.4262

ตารางที่ 48 (ต่อ)

รายด้าน	ข้อกระทง	t-test	ค่า CITC
5. การตีความหมายใหม่ใน ทางบวกและการเติบโต	3. ฉันเรียนรู้จากเหตุการณ์ที่ประสบ	6.15**	.4432
	23. ฉันหาสิ่งที่ดีจากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น	5.90**	.4806
	40. จากประสบการณ์ที่ผ่านมาทำให้ฉันปรับปรุง และเปลี่ยนแปลงตนเอง	5.78**	.4575
6. การยอมรับ	4. ฉันเรียนรู้ที่จะอยู่กับปัญหาที่เกิดขึ้น	3.81**	.3611
	32. ฉันยอมรับสิ่งที่เกิดขึ้นและยอมรับว่ามันไม่ สามารถเปลี่ยนแปลงได้	2.38**	.2165
	52. ฉันยอมรับปัญหาที่เกิดขึ้น และพยายามมอง ชีวิตให้สดใสเบิกบาน	4.05**	.3772
7. การหาทางผ่อนคลาย	15. ฉันดูแลตัวเองให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง เช่น เล่นกีฬา ออกกำลังกาย และรับประทานอาหาร อาหารตามหลักโภชนาการ	4.41**	.3324
	24. ฉันหาเวลาเพื่อทำกิจกรรมที่ชอบหรือทำงาน อดิเรก	3.77**	.2809
	41. ฉันหาทางผ่อนคลายความเครียด เช่น ฟังเพลง อ่านหนังสือ ดูโทรทัศน์ เล่นดนตรี เดิน ห้างสรรพสินค้า ของสวย ๆ งาม ๆ	4.02**	.1925
	47. ฉันออกกำลังกายเพื่อคลายเครียด	5.94**	.4116
8. การแสวงหาการเป็นส่วนหนึ่ง ของกลุ่ม	5. ฉันพยายามทำตัวให้เข้ากับเพื่อน ๆ ได้ดี	2.98**	.2994
	33. ฉันทำให้คนที่ความสำคัญกับตัวฉันประทับใจ	2.08**	.1194
	53. ฉันปรับปรุงความสัมพันธ์ของฉันกับผู้อื่น	3.59**	.3295

## ตารางที่ 48 (ต่อ)

รายด้าน	ข้อกระทง	t-test	ค่า CITC
2. การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม			
1. การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อแก้ปัญหา	6. ฉันขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น เช่น พ่อแม่ หรือญาติพี่น้อง	6.15**	.4222
	16. ฉันพูดคุยปัญหาเกี่ยวกับคนอื่นให้ช่วยหาทางแก้ปัญหา	9.46**	.6271
	21. ฉันพิจารณาความคิดเห็นของผู้อื่นแล้วพยายามนำมาใช้จัดการกับปัญหา	3.85**	.2606
	25. ฉันขอความช่วยเหลือจากอาจารย์หรือเพื่อน	14.04**	.6053
	42. ฉันขอคำปรึกษาจากผู้ที่มีความรู้ หรือผู้เชี่ยวชาญในเรื่องนั้น ๆ	7.57**	.5251
2. การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อกำลังใจ	7. ฉันระบายความในใจของฉันกับใครบางคนและรู้สึกสบายใจขึ้น	15.02**	.7081
	17. ฉันเล่าปัญหาให้เพื่อนที่มีปัญหาเช่นเดียวกันฟัง	9.15**	.6759
	34. ฉันเล่าปัญหาของฉัน และรู้สึกว่ามีคนเข้าใจและเห็นอกเห็นใจฉัน	9.36**	.6769
3. การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง			
1. การปฏิเสธ	8. ฉันพยายามไม่รับรู้ว่ามီးอะไรเกิดขึ้น	1.71*	.0813
	48. ฉันพยายามบอกตัวเองว่า เหตุการณ์นี้ไม่ได้เกิดขึ้นจริง	3.89**	.3326
2. การไม่แสดงออกทางพฤติกรรม	18. ฉันยอมรับว่าไม่สามารถแก้ไขปัญหาคได้ และเลิกความพยายามที่จะแก้ปัญหาคต่อไป	3.74**	.2869
	43. ฉันหมดความพยายามที่จะทำอะไรต่อไป	7.99**	.5651
	55. ฉันรู้สึกไม่สบาย	6.17**	.4839

ตารางที่ 48 (ต่อ)

รายด้าน	ข้อกระทง	t-test	ค่า CITC
3. การไม่เกี่ยวข้องทางความคิด	9. ฉันจะทำกิจกรรมอื่น เช่น ดูโทรทัศน์ เพื่อจะ คิดถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นน้อยลง	3.03**	.1818
	26. ฉันหวังว่าจะมีปาฏิหาริย์เกิดขึ้นให้สิ่งร้าย ๆ ที่ เกิดขึ้นกลับกลายเป็นดี	2.61**	.2121
	35. ฉันหวังว่าปัญหาต่าง ๆ จะคลี่คลายไปได้เอง	2.94**	.1372
4. การเก็บความรู้สึกไว้คนเดียว	10. ฉันไม่ให้ใครรู้ว่า ฉันกำลังกังวลเรื่องอะไร	0.58	-.1372
	19. ฉันเลี้ยงที่จะพบปะผู้คน	4.32**	.3450
	49. ฉันเก็บความรู้สึกต่าง ๆ ไว้คนเดียว	2.69**	.1110
5. การตำหนิตนเอง	27. ฉันคิดว่าฉันเป็นต้นเหตุของปัญหา	8.56**	.6424
	36. ฉันบอกตัวเองว่าเป็นความผิดของฉัน	6.56**	.5574
	44. ฉันตำหนิตนเอง	8.74**	.6483
6. การเป็นกังวล	11. ฉันกังวลว่าตนเองจะไม่มีความสุข	3.91**	.3353
	37. ฉันกังวลเกี่ยวกับอนาคตของฉัน	4.33**	.3850
	50. ฉันกังวลกับปัญหาที่เกิดขึ้น	3.57**	.2907
7. การมุ่งใส่ใจในอารมณ์ที่ เกิดขึ้น	20. ฉันหาวิธีใดวิธีหนึ่งแสดงออกเพื่อให้ความทุกข์ ลดลง เช่น ร้องไห้ โวยวาย หรือนอนหลับ	2.96**	.2295
	28. ฉันรู้สึกหงุดหงิด และจะระบายอารมณ์ออกมา	4.10**	.3301
	54. ฉันกินหรือดื่มต่างไปจากปกติ	4.61**	.3316
<b>สัมประสิทธิ์แอลฟา</b>		<b>.8204</b>	

หมายเหตุ

\*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ 

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย





ภาคผนวก จ.

ข้อมูลของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

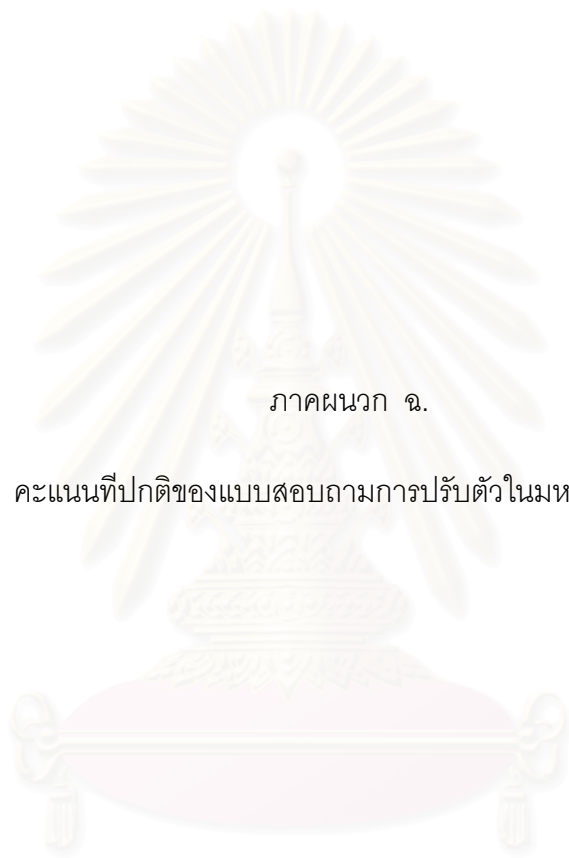
สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 49 จำนวนและร้อยละของนิสิตนักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย

ตัวแปร	จำนวน	
	คน	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	294	45.2
หญิง	357	54.8
ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน		
ต่ำ	209	32.1
ปานกลาง	200	30.7
สูง	242	37.2
สาขาวิชา		
วิทยาศาสตร์	249	38.2
สังคมศาสตร์	209	32.1
มนุษยศาสตร์	193	29.6
ประเภทของสถานศึกษา		
รัฐบาล	344	52.8
เอกชน	307	47.2
อายุ		
17 ปี	14	2.2
18 ปี	258	39.6
19 ปี	270	41.5
20 ปี	64	9.8
21 ปี	26	4.0
22 ปี	15	2.3
23 ปี	3	0.5
24 ปี	1	0.2

ตารางที่ 49 (ต่อ)

ตัวแปร	จำนวน	
	คน	ร้อยละ
<b>การเข้าร่วมกิจกรรม</b>		
เข้าร่วมกิจกรรม	260	39.9
ไม่เข้าร่วมกิจกรรม	391	60.1
<b>พ่อแม่ของนิสิตนักศึกษา</b>		
ยังมีชีวิตอยู่ทั้งสองคน	584	89.7
พ่อยังมีชีวิตอยู่ แต่แม่เสียชีวิตแล้ว	15	2.3
เสียชีวิตแล้วทั้งสองคน	3	0.5
แม่มยังมีชีวิตอยู่ แต่พ่อเสียชีวิตแล้ว	49	7.5
<b>จำนวนพี่น้อง</b>		
ลูกคนเดียว	76	11.7
2 คน	274	42.1
3 คน	193	29.6
4 คน	72	11.1
5 คน	21	3.2
6 คน	8	1.2
7 คน	5	0.8
8 คน	1	0.2
9 คน	1	0.2
<b>อาชีพของผู้ปกครอง</b>		
ข้าราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจ	173	26.6
เจ้าของบริษัท/ร้านค้า	170	26.1
พนักงานบริษัทเอกชน	53	8.1
ค้าขาย	86	13.2
ชาวไร่/ชาวนา/ชาวสวน	63	9.7
รับจ้างทั่วไป	73	11.2
อื่น ๆ	33	5.1



ภาคผนวก ฉ.

คะแนนที่ปกติของแบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัย

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

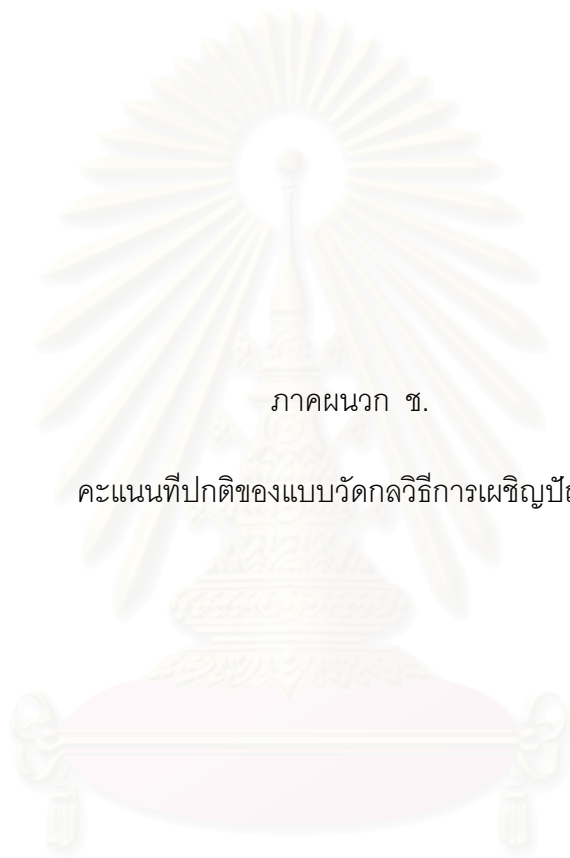
ตารางที่ 50 คะแนนดิบ (Score) ค่าที่ปกติ (Normalized-T scored) และระดับเปอร์เซ็นต์ไทล์ (Percentile rank) ของคะแนนการปรับตัวโดยรวม และรายด้าน  
ข้อมูลจากแบบสอบถามการปรับตัวมหาวิทยาลัยของนิสิตนักศึกษา จำนวน 651 คน

การปรับตัวโดยรวม			การปรับตัวโดยรวม			ด้านการเรียน			ด้านส่วนตัวและอารมณ์			ด้านสังคม			ด้านความผูกพันกับสถานศึกษา		
Score	Normalized-T scored	Percentile rank	Score	Normalized-T scored	Percentile rank	Score	Normalized-T scored	Percentile rank	Score	Normalized-T scored	Percentile rank	Score	Normalized-T scored	Percentile rank	Score	Normalized-T scored	Percentile rank
220	81	99	202	70	97	64	81	99	58	81	99	74	81	99	56	80	99
219	80	99	201	69	97	63	80	99	57	77	99	73	77	99	55	76	99
218	80	99	200	69	96	62	80	99	56	73	99	72	76	99	54	72	99
217	80	99	199	68	96	61	78	99	55	70	98	71	76	99	53	69	97
216	80	99	198	68	96	60	74	99	54	68	97	70	74	99	52	66	93
215	80	99	197	67	95	59	72	98	53	67	96	69	72	99	51	64	91
214	80	99	196	66	95	58	71	98	52	66	94	68	70	98	50	62	86
213	78	99	195	66	94	57	69	97	51	64	91	67	69	97	49	59	80
212	77	99	194	65	93	56	67	95	50	62	88	66	67	96	48	57	71
211	76	99	193	64	92	55	65	93	49	61	85	65	66	94	47	54	62
210	75	99	192	64	91	54	64	91	48	59	81	64	65	92	46	52	55
209	75	99	191	63	90	53	63	89	47	58	77	63	63	89	45	50	47
208	74	99	190	62	89	52	62	88	46	56	71	62	61	85	44	48	39
207	74	99	189	62	87	51	60	83	45	55	66	61	59	81	43	47	35
206	73	98	188	61	86	50	59	78	44	53	61	60	58	77	42	45	30
205	72	98	187	61	84	49	57	74	43	52	55	59	57	73	41	44	25
204	72	98	186	60	84	48	56	69	42	50	48	58	55	66	40	43	21
203	71	98	185	60	83	47	54	63	41	49	42	57	53	60	39	41	17

ตารางที่ 50 (ต่อ)

การปรับตัวโดยรวม			การปรับตัวโดยรวม			ด้านการเรียน			ด้านส่วนตัวและอารมณ์			ด้านสังคม			ด้านความผูกพันกับสถานศึกษา		
Score	Normalized-T scored	Percentile rank	Score	Normalized-T scored	Percentile rank	Score	Normalized-T scored	Percentile rank	Score	Normalized-T scored	Percentile rank	Score	Normalized-T scored	Percentile rank	Score	Normalized-T scored	Percentile rank
184	59	81	167	49	47	46	52	56	40	47	36	56	52	54	38	39	13
183	58	79	166	49	44	45	51	50	39	45	30	55	50	46	37	38	10
182	58	78	165	48	43	44	49	42	38	44	27	54	48	41	36	36	8
181	57	76	164	48	41	43	47	36	37	43	22	53	47	35	35	35	6
180	57	75	163	47	39	42	45	29	36	42	19	52	45	30	34	34	5
179	56	73	162	47	38	41	44	23	35	40	16	51	44	24	33	32	3
178	56	70	161	46	35	40	42	17	34	40	14	50	42	19	32	30	2
177	55	68	160	46	34	39	40	14	33	38	11	49	40	16	31	27	1
176	54	66	159	45	32	38	38	11	32	37	8	48	39	12	30	25	0
175	54	64	158	45	30	37	37	9	31	35	6	47	37	9	29	24	0
174	53	63	157	44	29	36	35	6	30	34	5	46	36	7	28	23	0
173	53	60	156	44	26	35	34	5	29	32	4	45	34	6	27	23	0
172	52	57	155	43	25	34	32	3	28	31	3	44	33	4	26	22	0
171	51	54	154	43	22	33	30	2	27	30	2	43	32	3	25	20	0
170	51	53	153	42	21	32	28	1	26	28	1	42	30	3	24	20	0
169	50	51	152	42	19	31	27	1	25	27	1	41	29	2	23	20	0
168	50	49	151	41	18	30	26	1	24	26	0	40	28	1	22	19	0





ภาคผนวก ข.

คะแนนที่ปกติของแบบวัดกลวิธีการเผชิญปัญหา

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ตารางที่ 51 คะแนนดิบ (Score) ค่าที่ปกติ (Normalized-T scored) และระดับเปอร์เซ็นต์ไทล์ (Percentile rank) ของคะแนนรวมแต่ละรูปแบบของกลวิธีการเผชิญปัญหา ข้อมูลจากแบบวัดการเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัย จำนวน 651 คน

มุ่งจัดการกับปัญหา			แสวงหาการสนับสนุนทางสังคม			หลีกเลี่ยง		
Score	Normalized-T Scored	Percentile rank	Score	Normalized-T Scored	Percentile rank	Score	Normalized-T Scored	Percentile rank
126	81	99	39	81	99	89	81	99
125	71	99	38	76	99	86	80	99
124	75	99	37	73	99	85	76	99
123	74	99	36	70	98	84	73	99
122	72	98	35	68	97	83	72	98
121	70	98	34	65	95	82	71	98
120	69	97	33	63	91	81	71	98
119	69	97	32	60	88	80	70	97
118	68	96	31	58	81	79	69	97
117	67	95	30	56	75	78	69	97
116	66	94	29	53	66	77	68	96
115	65	93	28	51	58	76	67	95
114	64	92	27	49	50	75	67	95
113	63	92	26	47	43	74	66	94
112	62	89	25	45	35	73	65	93
111	61	87	24	43	26	72	64	92
110	60	85	23	42	22	71	63	90
109	59	83	22	40	17	70	62	89
108	58	81	21	38	13	69	61	87
107	57	76	20	37	10	68	61	86
106	56	73	19	35	8	67	60	84
105	55	70	18	33	5	66	59	81

ตารางที่ 51 (ต่อ)

มุ่งจัดการกับปัญหา			แสวงหาการสนับสนุนทางสังคม			หลีกเลี่ยง		
Score	Normalized-T Scored	Percentile rank	Score	Normalized-T Scored	Percentile rank	Score	Normalized-T Scored	Percentile rank
104	54	67	17	31	3	65	58	79
103	53	63	16	30	2	64	57	77
102	52	59	15	28	1	63	56	74
101	51	54	14	26	0	62	55	71
100	50	51	13	23	0	61	54	68
99	48	46	12	19	0	60	53	64
98	47	40				59	52	60
97	46	38				58	51	55
96	45	33				57	50	52
95	44	29				56	49	48
94	43	26				55	48	44
93	42	23				54	47	40
92	42	21				53	46	36
91	41	18				52	45	32
90	40	16				51	44	28
89	39	14				50	43	24
88	38	12				49	41	20
87	37	10				48	40	17
86	36	9				47	39	15
85	36	8				46	38	13
84	35	7				45	37	10
83	33	5				44	35	7
82	32	3				43	34	6
81	31	2				42	33	4

## ตารางที่ 51 (ต่อ)

มุ่งจัดการกับปัญหา			แสวงหาการสนับสนุนทางสังคม			หลีกเลี่ยง		
Score	Normalized-T Scored	Percentile rank	Score	Normalized-T Scored	Percentile rank	Score	Normalized-T Scored	Percentile rank
80	30	2				41	32	4
79	29	1				40	32	3
78	28	1				39	32	3
77	27	1				38	31	3
76	27	1				37	29	2
75	26	0				36	27	1
74	26	0				35	27	1
73	26	0				34	26	0
72	26	0				33	25	0
71	25	0				32	22	0
70	25	0				31	19	0
69	25	0						
68	23	0						
67	23	0						
66	23	0						
65	23	0						
64	22	0						
63	20	0						
62	19	0						

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นางสาวเปรมพร มั่นเสมอ เกิดวันที่ 3 พฤษภาคม พ.ศ.2520 สำเร็จการศึกษา  
ระดับปริญญา วิทยาศาสตร์บัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาคลินิก จากภาควิชาจิตวิทยา คณะ  
สังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ในปีการศึกษา 2541 และเข้าศึกษาต่อในสาขาวิชา  
จิตวิทยาการปรึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในปี พ.ศ.2542

ประสบการณ์ในการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

### 1. ประสบการณ์ในการเข้าเป็นสมาชิกกลุ่ม

สมาชิกกลุ่มจิตสัมพันธ์ (Encounter group) 1 ครั้ง

สมาชิกกลุ่มพัฒนาตน (Personal growth group) 1 ครั้ง

### 2. ประสบการณ์ในการเป็นผู้นำกลุ่ม

ผู้นำกลุ่มพัฒนาตน (Personal growth group) 7 ครั้ง

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย