



สรุปผลการวิจัย การอภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง ปัญหาการปรับตัวและสุขภาพจิตของนิสิตโควตา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ วิทยาเขตบางเขน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัญหาการปรับตัวและสุขภาพจิตของนิสิตโควตา ความก้าวแปรเพศ ชั้นปี และวิชาเอกที่เลือกเรียน ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยโดยใช้แบบสอบถาม 3 ชุด เป็นเครื่องมือใช้ในการวิจัย ได้แก่

ชุดที่ 1 เป็นแบบสอบถามข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับสถานภาพของนิสิตโควตา จำนวน 12 ข้อ

ชุดที่ 2 เป็นแบบสอบถามสำรวจปัญหาการปรับตัว (Mooney Problem Check List: College Form) จำนวน 220 ข้อ

ชุดที่ 3 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับปัญหากลุ่มอาการทางจิต (SCL-90) จำนวน 90 ข้อ

แล้วนำเครื่องมือนี้ไปทำการวิจัยกับกลุ่มนิสิตโควตา ที่กำลังเรียนอยู่ใน มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ วิทยาเขตบางเขน และได้ลงทะเบียนเรียน ในภาคที่ 2 ปีการศึกษา 2531 จำนวน 204 คน โดยการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง และได้รับข้อมูลกลับมาครบทั้งหมด

หลังจากนั้นได้นำแบบสอบถามมาวิเคราะห์เนื้อหา ค่าร้อยละ (%) ค่ามัธยฐานเลขคณิต (\bar{X}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) และเปรียบเทียบปัญหาในแต่ละด้านด้วยการทดสอบค่า "เอฟ" (F-test) แล้วเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยโดยใช้ SNK ที่ระดับความมีนัยสำคัญทางสถิติ .05 โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS⁺ ของศูนย์คอมพิวเตอร์มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลในรูปแบบตารางประกอบความเรียง

สรุปผลการวิจัย

57-69

ผลการวิจัยสรุปได้ดังต่อไปนี้

1. ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับนิสิตโควตา

กลุ่มนิสิตที่ใช้ในการวิจัย เป็นนิสิตโควตาทั้งหมดที่ลงทะเบียนเรียนในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2531 จำนวน 204 คน เป็นเพศชาย 35 คน เพศหญิง 169 คน กำลังเรียนอยู่ในชั้นปีที่ 1 จำนวน 52 คน ชั้นปีที่ 2 จำนวน 50 คน ชั้นปีที่ 3 จำนวน 47 คน และชั้นปีที่ 4 จำนวน 55 คน นิสิตโควตาส่วนใหญ่แล้วเลือกเรียนวิชาเอกภาษาอังกฤษ ร้อยละ 32.8 วิชาเอกสังคมเป็นวิชาเลือกเรียนน้อยที่สุด ร้อยละ 0.5 อายุเฉลี่ยของนิสิตโควตาส่วนใหญ่แล้วอยู่ในระหว่าง 19-20 ปี ร้อยละ 42.2 อาศัยอยู่ในจังหวัดนนทบุรีเป็นส่วนใหญ่ ร้อยละ 15.7 ปีคา-มารดาของนิสิตโควตาส่วนใหญ่จะประกอบอาชีพเกษตรกร ซึ่งมีรายได้เฉลี่ยเดือนละ 2,001-5,000 บาท ร้อยละ 47.5 ส่วนใหญ่แล้วปีคา-มารดาของนิสิตโควตาจบการศึกษาระดับชั้นประถมศึกษาและยังใช้ชีวิตอยู่ร่วมกัน ปัจจุบันนิสิตโควตาส่วนใหญ่อาศัยอยู่ในหอพัก ร้อยละ 40.7

2. ปัญหาการปรับตัวของนิสิตโควตา

2.1 ปัญหารายค่าน พบว่านิสิตโควตาประสบปัญหาโดยส่วนรวมร้อยละ 71.3 ประสบปัญหาด้านกิจกรรมทางสังคมและนันทนาการกับค่านหลักสูติและการสอนมากที่สุดร้อยละ 84.3 รองลงมาได้แก่ค่านการเรียนค่านอนาคตเกี่ยวกับอาชีพและการศึกษา ประสบปัญหาน้อยที่สุดได้แก่ ค่านบ้านและครอบครัว

พิจารณาระดับของปัญหาพบว่าเมื่อรวมปัญหาแล้ว เป็นปัญหาที่ระดับมากที่สุด ร้อยละ 1.1 ที่ระดับมาก ร้อยละ 6.2 ที่ระดับปานกลาง ร้อยละ 24.8 และที่ระดับน้อย ร้อยละ 67.9

พิจารณาปัญหาการปรับตัวรายข้อที่ควรสนใจ

ปัญหาการปรับตัวรายข้อของนิสิตโควตาทั้งหมดที่มีปัญหาตั้งแต่ร้อยละ 75 ขึ้นไป
 ร้อยเรียงลำดับจากมากไปหาน้อย

| รายการปัญหา | N | % |
|--|-------|------|
| | (204) | |
| มีพื้นฐานความรู้ไม่ดีในบางวิชา(164) | 182 | 89.2 |
| ต้องการคำแนะนำและประสบการณ์ที่จำเป็น ในการทำงานก่อนออกจากมหาวิทยาลัย(199) | 181 | 88.7 |
| กลัวไม่มืงงานทำ เมื่อ เรียนสำเร็จ(198) | 178 | 87.3 |
| มหาวิทยาลัยขาดสถานที่/อุปกรณ์เพื่อการพักผ่อน(220) | 178 | 87.3 |
| มีความรู้พื้นฐานและฝึก เคเรียนจากชั้นมัธยมมาไม่พอ(165) | 173 | 84.8 |
| ไม่ได้ใช้เวลาคูหนังสือ/ศึกษาค้นคว้า เพียงพอ(169) | 172 | 84.3 |
| สงสัยว่าจะได้งานทำตามสายวิชาที่เรียนมาหรือไม่(195) | 172 | 84.3 |
| รู้สึกอ่อนเพลียอยู่ เสมอ(1) | 171 | 83.3 |
| อยากมีเงินไว้ใช้จ่ายส่วนตัวมากกว่านี้(21) | 170 | 83.3 |
| ขาดความรู้รอบรู้ในชีวิต(45) | 164 | 80.4 |
| สงสัยว่าจะประสบความสำเร็จในชีวิตหรือไม่(189) | 164 | 80.4 |
| สมาธิ เสียใจได้ง่ายไม่ค่อยมีสมาธิ(162) | 162 | 79.4 |
| กลัวความล้มเหลวกลัวการสอบตก(178) | 162 | 79.4 |
| กิจกรรมของมหาวิทยาลัยขาดการประสานงานที่ดี(219) | 161 | 78.9 |
| ไม่ค่อยเข้าใจในสิ่งที่อาจารย์สอน(202) | 160 | 78.4 |
| มีโรคกลัวที่จะทำในสิ่งที่ต้องการทำน้อยมาก(59) | 158 | 77.5 |
| ไม่สามารถลืมเรื่องที่ทำให้ไม่สบายใจได้(97) | 158 | 77.5 |
| ไม่สบายใจที่บางครั้งคิดใน เรื่องที่ไม่ถูกต้อง(99) | 158 | 77.5 |
| เรียนไม่เก่งได้คะแนนต่ำ(166) | 158 | 77.5 |
| ไม่ได้ออกกำลังกาย เพียงพอ(3) | 157 | 77.0 |

ปัญหาการปรับตัวรายข้อของนิสิตควาหาทั้งหมดที่มีปัญหาตั้งแต่ร้อยละ 75 ขึ้นไป
โดยเรียงลำดับจากมากไปหาน้อย (ต่อ)

| รายการปัญหา | N | % |
|---|-------|------|
| | (204) | |
| แสดงความคิดเห็นออกมาเป็นคำพูดที่ตีได้ยาก(175) | 157 | 77.0 |
| บางวิชาอาจารย์ทำงานมากเกินไป(214) | 157 | 77.0 |
| มีเวลาเล่นกีฬาน้อยมาก(42) | 156 | 76.5 |
| มักกังวลในสิ่งเล็กๆน้อยๆ(82) | 156 | 76.5 |
| มีส่วนเสีย เช่น ซิลิม/สะเพร่า/เกียจคร้าน(91) | 156 | 76.5 |
| มีความกังวลเกี่ยวกับการสอบ(179) | 156 | 77.0 |
| ต้องระเหิมกระเหิมในการใช้จ่ายทุกบาททุกสตางค์(28) | 155 | 76.0 |
| อยากทราบว่าตนเองมีความสามารถในอาชีพใดบ้าง(194) | 155 | 76.0 |
| ต้องการปรับปรุงตนเองด้านกิริยามรรยาทและการเข้าสังคม(55) | 154 | 75.5 |
| อยากหารายได้พิเศษเพราะเดือดร้อนทางการเงิน(24) | 153 | 75.0 |
| เขียนบรรยายไม่เก่ง(167) | 153 | 75.0 |

2.2 ปัญหาการปรับตัวแยกตามเพศ พบว่านิสิตควาหา

เพศชายประสบปัญหาการปรับตัวมากที่สุดในด้านกิจกรรมทางสังคมและนันทนาการ รองลงมาได้แก่ด้านการเงินและที่อยู่อาศัย ด้านหลักสูตรและการสอน ประสบปัญหาน้อยที่สุดได้แก่ด้านทางเพศ นิสิตควาหาเพศหญิงพบว่าประสบปัญหามากที่สุดคือ การปรับตัวทางด้านอนาคตเกี่ยวกับอาชีพและการศึกษา รองลงมาได้แก่ด้านการเรียน ด้านกิจกรรมทางสังคมและนันทนาการ ประสบปัญหาน้อยได้แก่ด้านทางเพศ เมื่อพิจารณาระดับของปัญหาทั้งสอง เพศแล้วพบว่า เป็นปัญหาที่ระดับน้อยในทุก ๆ ด้าน

เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยทั้งสอง เพศพบว่านิสิตควาหาเพศหญิงมีความ

แตกต่างจากนิสิตโควตาพิเศษชายในด้านอนาคตเกี่ยวกับอาชีพและการศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เพียงด้านเดียว

2.3 กลุ่มนิสิตโควตาแยกตามชั้นปี พบว่านิสิตโควตาชั้นปีที่ 1 ประสบปัญหามากที่สุด คือการปรับตัวทางด้านอนาคตเกี่ยวกับอาชีพและการศึกษา รองลงมาได้แก่ด้านการเรียน ด้านกิจกรรมทางสังคมและนันทนาการ ประสบปัญหาน้อยที่สุดในด้านศีลธรรมจรรยาและศาสนา นิสิตโควตาชั้นปีที่ 2 ประสบปัญหามากที่สุดในด้านอนาคตเกี่ยวกับอาชีพและการศึกษา รองลงมาได้แก่ด้านการเรียน ด้านกิจกรรมทางสังคมและนันทนาการ ประสบปัญหาน้อยที่สุดได้แก่ด้านทางเพศ นิสิตโควตาชั้นปีที่ 3 ประสบปัญหามากที่สุดในด้านอนาคตเกี่ยวกับอาชีพและการศึกษากับด้านการเรียน รองลงมาได้แก่ด้านกิจกรรมทางสังคมและนันทนาการ ประสบปัญหาน้อยที่สุดได้แก่ด้านบ้านและครอบครัว นิสิตโควตาชั้นปีที่ 4 ประสบปัญหามากที่สุดในด้านอนาคตเกี่ยวกับอาชีพและการศึกษา รองลงมาได้แก่ด้านกิจกรรมทางสังคมและนันทนาการ ด้านการเรียน ประสบปัญหาน้อยที่สุดได้แก่ด้านทางเพศ

เมื่อพิจารณาระดับของปัญหาแล้วพบว่านิสิตโควตาทุกชั้นปีส่วนใหญ่มีปัญหาที่ระดับน้อยทุกด้าน

เมื่อเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวระหว่างชั้นปีพบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.4 กลุ่มนิสิตโควตาแยกตามวิชาเอก พบว่าเมื่อรวมปัญหาทั้ง 11 ด้าน ของนิสิตโควตาทุกวิชาเอกมีปัญหาการปรับตัวโดยรวมที่ระดับน้อย วิชาเอกนิสิตโควตาวิชาเอกเคมีมีปัญหามากกว่าวิชาเอกอื่น รองลงมาได้แก่วิชาเอกฟิสิกส์ ภาษาไทย คหกรรม ภาษาอังกฤษ เทคโนโลยีทางการศึกษา ชีววิทยา และคณิตศาสตร์ ตามลำดับ

เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านของแต่ละวิชาเอก พบว่านิสิตทุกวิชาเอกมีปัญหาที่ระดับน้อยเกือบทุกด้าน ยกเว้นด้านการเงินและที่อยู่อาศัย ด้านกิจกรรมทางสังคมและนันทนาการ ด้านการเรียน และด้านอนาคตเกี่ยวกับอาชีพและการ

ศึกษา ที่นิสิตวิชาเอกฟิสิกส์และ เคมีมีปัญหาการปรับตัวทั้ง 4 ด้านนี้ที่ระดับปานกลาง และนิสิตวิชาเอกชีววิทยามีปัญหาการปรับตัวด้านบ้านและครอบครัวที่ระดับน้อย

เมื่อเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวของนิสิตโควตาทุกวิชาเอกทั้งรายด้าน และรวมทั้ง 11 ด้าน พบว่ามีปัญหาการปรับตัวแตกต่างกันในด้านการเงินและที่อยู่อาศัยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่สำหรับด้านอื่น ๆ ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยด้านการเงินและที่อยู่อาศัย โดยนำมาเปรียบเทียบการวิเคราะห์พหุคูณ (Multiple Comparison) โดยวิธี SNK (Student-Newman-Kuels) จากค่าเฉลี่ยของวิชาเอก พบว่าวิชาเอกเคมีกับวิชาเอกชีววิทยา และวิชาเอกเคมีกับวิชาเอกภาษาอังกฤษ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ ส่วนวิชาเอกอื่น ๆ ไม่มีปัญหาแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. ปัญหาสุขภาพจิตของนิสิตโควตา

3.1 ปัญหารายด้าน พบว่านิสิตโควตาส่วนใหญ่มีปัญหาสุขภาพจิตที่ควรสนใจเรียงตามลำดับตั้งแต่มากไปหาน้อย ตั้งแต่ร้อยละ 65 ขึ้นไป

| รายการปัญหา | N(204) | % |
|--|--------|------|
| มักกังวลต่อคำพูดของคนอื่น(6) | 166 | 81.4 |
| กังวลใจเกี่ยวกับความสะอาดของตัวเอง(10) | 161 | 78.9 |
| รู้สึกลำบากใจในการตัดสินใจในสิ่งต่าง ๆ (46) | 157 | 77.0 |
| สะเทือนใจง่ายเมื่อมีสิ่งต่าง ๆ มากกระทบจิตใจ(34) | 156 | 76.5 |
| รู้สึกกังวลในสิ่งต่าง ๆ มากเกินไป (31) | 156 | 76.5 |
| รู้สึกปวดศีรษะ(1) | 155 | 76.0 |
| รู้สึกว่าทำอะไรทุกอย่างต้องใช้ความพยายามทุกครั้ง(71) | 152 | 74.5 |
| รู้สึกว่าความคิดบางอย่างของคนนั้นผิด(90) | 152 | 74.5 |
| รู้สึกว่าตนเองไม่มีสมธิ(55) | 151 | 74.0 |

| รายการปัญหา | N(204) | % |
|--|--------|------|
| คิดว่าคนที่มาวิ่งแถมคนควรผูกคาน้ำ(8) | 148 | 72.5 |
| รู้สึกเหงา(29) | 148 | 72.5 |
| ไม่สบายใจเมื่อมีคนเฝ้ามองหรือพูดถึงตนเอง(61) | 144 | 70.6 |
| มักคาน้ำตนเองในเรื่องต่าง ๆ (26) | 143 | 70.1 |
| รู้สึกโกรธและหงุดหงิดง่าย(11) | 142 | 69.6 |
| ต้องทำงานซ้ำ ๆ เพื่อให้แน่ใจว่าถูกต้องทุกครั้ง(38) | 141 | 69.1 |
| รู้สึกเครียด(57) | 140 | 68.6 |
| ไม่สนใจเกี่ยวกับเรื่องเพศ(5) | 136 | 66.7 |
| ชอบคิดอะไรซ้ำ ๆ ซาก ๆ (3) | 135 | 66.2 |
| คิดว่าคนกระทำผิดควรได้รับการลงโทษ(85) | 124 | 65.7 |
| จะตรวจตราสิ่งที่ทำไปแล้วซ้ำแล้วซ้ำอีก(45) | 123 | 65.2 |

ตัวเลขใน () หมายถึง เลขข้อของแบบสอบถาม

3.2 กลุ่มนิสิตโควตาแยกตามเพศ เมื่อเปรียบเทียบปัญหาสุขภาพจิตพบว่านิสิตโควตาเพศชายและนิสิตโควตาเพศหญิง มีปัญหาสุขภาพจิตเกือบทุกด้านที่ระดับปานกลาง ยกเว้นด้านความวิตกกังวล เป็นปัญหาที่ระดับน้อย

เมื่อเปรียบเทียบปัญหาสุขภาพจิตของนิสิตโควตาเพศชายกับนิสิตโควตาเพศหญิงทั้งสองรวมและรายด้านพบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ยกเว้นด้านความรู้สึกไม่ชอบติดต่อกับผู้อื่นกับด้านความกลัวโรคฯไม่มีเหตุผล ซึ่งนิสิตโควตาเพศหญิงมีความรู้สึกทางด้านนี้มากกว่านิสิตโควตาเพศชาย

3.3 กลุ่มนิสิตโควตาแยกตามชั้นปี เมื่อเปรียบเทียบปัญหาสุขภาพจิตจะเห็นว่านิสิตโควตาทุกชั้นปีมีปัญหาสุขภาพจิตเกือบทุกด้านที่ระดับปานกลาง ยกเว้นด้านความวิตกกังวลเป็นปัญหาที่ระดับน้อย แต่นิสิตโควตาชั้นปีที่ 3 มีปัญหาสุขภาพจิตด้านความกลัวโรคฯไม่มีเหตุผลที่ระดับมาก

เมื่อเปรียบเทียบปัญหาสุขภาพจิตของนิสิตโควตาทุกชั้นปี พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในทุก ๆ ด้าน

3.4 กลุ่มนิสิตโควตาแยกตามวิชาเอก พบว่านิสิตโควตาทุกวิชาเอกมีปัญหาสุขภาพจิตด้านความวิตกกังวลที่ระดับน้อย พิจารณาโดยส่วนรวมของรายด้านพบว่า เป็นปัญหาที่ระดับปานกลาง ยกเว้นนิสิตโควตาวิชาเอกคหกรรมกับวิชาเอกฟิสิกส์มีปัญหาสุขภาพจิตในด้านความกลัวโดยไม่มีเหตุผล ด้านซึมเศร้า ด้านความรู้สึกล้มชอบติดต่อกับผู้อื่น ด้านความรู้สึกล้มคบกติของร่างกาย และด้านอาการทางจิตที่ระดับมาก นิสิตโควตาวิชาเอกเทคโนโลยีทางการศึกษามีปัญหาสุขภาพจิตด้านความหวาดระแวงที่ระดับน้อย

เมื่อ เปรียบเทียบปัญหาด้านสุขภาพจิตของนิสิตโควตาทุกวิชาเอกพบว่าไม่มี ความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในทุกด้าน

การอภิปรายผลการวิจัย

การศึกษาปัญหาการปรับตัวและสุขภาพจิตของนิสิตโควตาทหารวิทยาลัย ศรีนครินทร์วิโรฒ วิทยาเขตบางเขน ผู้วิจัยขออภิปรายผลในประเด็นสำคัญ ดังนี้

1. ปัญหาการปรับตัว

จากการวิจัยได้พบว่า นิสิตโควตาประสบปัญหามากที่สุดในด้านการเรียน ด้านอนาคตเกี่ยวกับอาชีพและการศึกษา ด้านหลักสูตรและการสอน และด้านกิจกรรมทางสังคมและนันทนาการ ซึ่งปัญหาการปรับตัวทั้ง 4 ด้านนี้ไม่ว่าจะเป็นนิสิตโควตาทั้งหมด แยกตามเพศ แยกตามชั้นปี หรือแยกตามวิชาเอกที่เลือกเรียนก็ตาม ผลออกมาคล้ายคลึงกัน ส่วนประสบปัญหาน้อยที่สุดจะเหมือนกันคือปัญหาทางเพศ ซึ่งตรงกับผลการวิจัยของสุภาพรณ โศทรจรัส (2524) และสอดคล้องกับผลการวิจัยของอภิวันท์ วงศ์ข้าหลวง (2530) มัลลิกา ตั้งศิริมงคล (2530) สารศคารักษ์ (2530) มัลลิกา จิตรสุข (2508) สมศักดิ์ ประจจะเนย์ (2506)

ดังนั้น ปัญหาที่ควรสนใจเป็นอันดับแรกคือ ปัญหาการปรับตัวทางด้านการเรียน ซึ่งมีปัญหาเกินกว่า ร้อยละ 75 มีถึง 9 ข้อ เมื่อพิจารณาที่ตัวนิสิตโควตาเอง ส่วนใหญ่เป็นนิสิตที่มาจากต่างจังหวัด ซึ่งการเรียนในระดับมัธยมศึกษา

กระบวนการเรียนการสอนที่เป็นรูปแบบเฉพาะ นักเรียนจะทำความเข้าใจครู-อาจารย์บอก
 นักเรียนได้รับความรู้และใกล้ชิดกับครู-อาจารย์มาก แต่เมื่อเข้าสู่มหาวิทยาลัยใน
 กรุงแล้ว การศึกษาเล่าเรียนเป็นแบบที่ช่วยเหลือตนเอง ต้องรับผิดชอบตนเอง
 ครู-อาจารย์เป็นเพียงผู้สอน ซึ่งมักจะไม่ได้มาอยู่ใกล้ชิดกับผู้เรียน ผู้เรียนจะพบ
 กับผู้สอนในช่วงที่มีการสอนเท่านั้น ทำให้รู้สึกเกิดความว่าเหว่คล้ายถูกทอดทิ้ง
 ทำให้ขาดแรงจูงใจในการเรียนอย่างมาก จึงพบว่านิสัยใจคอทุกชั้นปีมีปัญหา
 มากในด้านการเรียน กับด้านอนาคตเกี่ยวกับอาชีพและการศึกษา เพราะไม่ทราบ
 วิธีที่จะเรียนอย่างมีประสิทธิภาพนั่นเอง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ เสริมศักดิ์
 วิศาลาภรณ์ (2514) พบว่าองค์ประกอบทางด้านตัวนิสัยและสถานศึกษามีอิทธิพล
 ต่อผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษาเป็นอย่างมาก เกื้อกูล ทาลิทธิและคณะ (2523) พบว่า
 เมื่อนิสิตมีปัญหาในการปรับตัวด้านการเรียน จะทำให้เรียนไม่ทันเพื่อน ขาดความ
 มั่นใจในตัวเอง ทำให้ผลการเรียนต่ำ และมักจะขาดเรียนบ่อย ๆ ดังนั้นปัญหา
 การปรับตัวทางด้านการเรียน จึงควรเป็นปัญหาที่ต้องแก้ไขอย่างรีบด่วน มิฉะนั้น
 นิสิตใจคออาจจะไม่สามารถเรียนตามหลักสูตรได้ หรือต้องออกจากมหาวิทยาลัย
 กลางคัน ซึ่งนับว่าเป็นการสูญเสียทรัพยากรของชาติอย่างมาก

เมื่อแยกตามเพศแล้วกลับพบว่า นิสิตใจคอเพศชายมีปัญหาการปรับตัว
 มากที่สุดในด้านกิจกรรมทางสังคมและนันทนาการ เท่าที่สำรวจจากแบบสอบถามนั้น
 ส่วนใหญ่แล้วนิสิตใจคอเพศชายต้องการให้มหาวิทยาลัยมีสถานที่เพื่อการพักผ่อน
 นันทนาการ ต้องการโอกาสที่จะเพลิดเพลินกับงานศิลปะหรือดนตรี ต้องการปรับ
 ปรุงตนเองด้านกีฬามารยาท และการเข้าสังคม ต้องการแสดงความสามารถ
 ของตนเองให้ปรากฏ มีความคิดว่าตำราเรียนยากเกินไป อาจารย์ผู้สอนเน้น
 หนักในทฤษฎีและหลักการมากเกินไป และไม่ค่อยจะเข้าใจในสิ่งที่อาจารย์
 สอน เป็นต้น ส่วนนิสิตใจคอหญิงมีปัญหาที่สุดในด้านอนาคตเกี่ยวกับอาชีพ
 และการศึกษา ซึ่งตามหลักของการพัฒนาการจะพบว่าวัยนี้เพศหญิงจะมีวุฒิภาวะ
 ทางอารมณ์สูงกว่าเพศชายแม้ว่าจะมีอายุเท่ากัน

เมื่อพิจารณาในด้านของวิชาเอกพบว่านิสิตใจคอมีปัญหาการปรับตัว
 แยกต่างกัน ส่วนใหญ่แล้วเป็นปัญหาที่ระดับน้อย ยกเว้นวิชาเอกฟิสิกส์กับวิชาเอก
 เคมี มีปัญหาที่ระดับปานกลางในเรื่องการเงินและที่อยู่อาศัย ด้านกิจกรรมทาง

สังคมและนิยามของการ ศึกษารเขียน และด้านอนาคตเกี่ยวกับอาชีพและการศึกษา ซึ่งจากรายงานตัวในแบบสอบถาม ได้แก่ เรื่องอยากจะมีเงินไว้ใช้จ่ายส่วนตัวให้มากกว่านี้ อะหากหารายได้พิเศษเพราะ เพื่อคร่อนทางการเงิน ต้องประหยัดการ ใช้จ่ายทุกบาททุกสตางค์ มีโอกาสเล่นกีฬาน้อย ขาดความรอบรู้ในชีวิต ต้องการ ปรับปรุงตนเองด้านกิริยามารยาท มีโอกาสที่จะทำในสิ่งที่จะทำน้อย มีพื้นความรู้ ใหม่ๆในบางวิชา ความรู้พื้นฐานและฝึกเตรียมจากชั้นมัธยมมีไม่เพียงพอ เรียนไม่ เก่ง เขียนบรรยายไม่เก่ง กลัวความล้มเหลว กลัวสอบตก ต้องการคำแนะนำ และประสบการณ์ที่จำเป็นในการทำงานก่อนออกจากมหาวิทยาลัย ซึ่ง Freud ได้ กล่าวไว้ว่าวัยรุ่นตอนปลายต้องการมีเอกลักษณ์ของตนเอง มีความรับผิดชอบ สามารถ ปรับตัวให้เข้ากับสภาวะของสังคมได้ และ Erikson ได้กล่าวเพิ่มเติมว่า การ ปรับตัวในช่วงนี้ พวกเขาอยากรู้ว่าเขาคือใคร และเขาจะเป็นอะไร แต่ถ้าเขา คัดลใจใจไม่ได้ว่า เขาอยากจะเป็นอะไร จะทำให้เขาสับสนในบทบาทของตนเอง (role confusion) แต่ถ้าเมื่อใดเขาสามารถปรับตัวได้ ก็จะเกิดความเชื่อมั่น ในตัวเอง มีเอกลักษณ์ของตนเอง (Intimacy) พร้อมทั้งจะเรียนและต่อสู้กับ อุปสรรคต่าง ๆ ได้ ซึ่งถ้ามหาวิทยาลัยเห็นความสำคัญเกี่ยวกับเรื่องดังกล่าวมาทั้ง หมดยนี้ ควรจะร่วมมือกันปรับปรุง แก้ไข และป้องกัน ก็จะทำให้นิสิตควาสามารถ เรียนได้จบตามวัตถุประสงค์ของมหาวิทยาลัย

เมื่อ เปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวของนิสิตควาเพศชายกับนิสิตควา เพศหญิง พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เกือบ ทุกด้าน ยกเว้นนิสิตควาเพศหญิงมีปัญหาการปรับตัวด้านอนาคตเกี่ยวกับอาชีพและ การศึกษา แตกต่างจากนิสิตควาเพศชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้อาจเป็น เพราะว่านิสิตควาเพศหญิงซึ่งเป็นวัยรุ่นตอนปลายมักจะมีวุฒิภาวะทาง อารมณ์ได้เร็วกว่า ทำให้เป็นผู้ใหญ่ได้เร็วกว่านิสิตควาเพศชาย เลยมีความ กังวลใจเกี่ยวกับอนาคตสูง อาจจะกลัวในเรื่องการศึกษาคือ หรือปัญหาการคก งานเนื่องจากอาชีพครูเริ่มล้นตลาด ซึ่งตรงกับผลการวิจัยของคราวและคราว (Crow and Crow, 1965) พบว่าวัยรุ่นเพศหญิงมีความวิตกกังวลในเรื่องของการ กลัวว่าจะไม่ประสบผลสำเร็จที่คั้งไว้มากกว่าวัยรุ่นชาย

จากการ เปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวของนิสิตควาแยกตามชั้นปีแล้ว

พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในทุก ๆ ด้าน อาจ
จะ เนื่องจากนิสิตโควตากลุ่มนี้ มีอายุไล่เรียงกัน มีความรอบคอบอาชีพคล้าย ๆ
กันและถูกคัดเลือกโดยคณะกรรมการกลุ่มเดียวกัน จึงทำให้มีปัญหาที่คล้ายคลึงกัน
จากการเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวของนิสิตโควตาแยกตามวิชาเอก
แล้วพบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เกือบทุกด้าน
ยกเว้นด้านการเงินและที่อยู่อาศัย ซึ่งมีวิชาเอกเคมีกับวิชาเอกชีววิทยา และ
วิชาเอกเคมีกับวิชาเอกภาษาอังกฤษ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
ที่ระดับ .05 ซึ่งแอสติน (Astin, 1964) พบว่านิสิตส่วนใหญ่ต้องออกจาก
มหาวิทยาลัยกลางคืนมัก เนื่องจากฐานะ เศรษฐกิจและสังคมในระดับต่ำ แกร์ริสัน
และคนอื่น ๆ (Garrison and other, 1964) พบว่าเด็กที่มาจากครอบครัวที่
ด้อยฐานะทาง เศรษฐกิจและสังคม ย่อมจะขาดประสบการณ์ต่าง ๆ ที่จะช่วยในการ
เรียนรู้ ทำให้เกิดอุปสรรคต่อการศึกษาได้ เมื่อมาพิจารณาจากแบบสอบถามแล้ว
พบว่าทั้งวิชาเอกชีววิทยา กับวิชาเอกภาษาอังกฤษมีปัญหาการปรับตัวด้านการเงิน
และที่อยู่อาศัยที่ระดับน้อย ซึ่งต่างจากวิชาเอกเคมี มีปัญหาทางด้านนี้ที่ระดับ
ปานกลาง ปัญหาที่พบได้แก่ เรื่องอยากมีเงินไว้ใช้จ่ายส่วนตัวมากกว่านี้ อยาก
หารายได้พิเศษเพราะ เคียดร้อนทางการเงิน ต้องประหยัดการใช้จ่ายเงินทุกบาท
ทุกสตางค์ มีความคาดหวังงานหนักเกินไป ครอบครัวมีความกังวลใจในด้าน
เกี่ยวกับการเงิน ได้รับความช่วยเหลือทางการเงินจากทางบ้านน้อย และที่บ้าน
ไม่มีเครื่องอำนวยความสะดวกบางอย่างที่ต้องการ เป็นต้น ซึ่งเป็นที่น่าสังเกต
ได้ว่าวิชาเอกเคมีนั้น จะต้องมีการเข้าห้องแล็บบ่อยมาก วัสดุและสารเคมีต่าง ๆ
มีราคาสูง อาจจะเป็นอุปสรรคในการเรียน ที่ต้องใช้งบประมาณสูง และนิสิต
โควตาเองไม่มีเวลาที่จะออกไปสอนพิเศษก็เป็นได้ จึงทำให้นิสิตโควตาวิชาเอก
เคมีมีปัญหาการปรับตัวแตกต่างไปจากกลุ่มอื่นค่อนข้างสูง

2. ปัญหาสุขภาพจิต

จากการวิจัยได้พบว่า ปัญหาสุขภาพจิตของนิสิตโควตา มีปัญหาสุขภาพจิต
ที่ระดับปานกลาง 8 ด้าน ได้แก่ด้านความรู้สึกลึกซึ้งผิดปกติของร่างกาย ด้านการย้ำคิด

ย้าหา คำนความรู้สึกไม่ชอบคิดต่อกับผู้อื่น คำนซีมเศว่า คำนก้าวร้าวชอบทำลาย คำนความรู้สึกกลัวโรคชไมมีเหตุผล คำนหวาระแวง และคำนโรคจิต ส่วนคำนความวิตกกังวลเป็นปัญหาที่ระดับเล็กน้อย ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของจารูวรรณตั้งศิริมงคล (2530) กนกรัตน์ สุชะคุงคะ (2523) และจากทฤษฎีของ Freud ว่าวัยนี้เป็นวัยประลองชีวิตแบบผู้ใหญ่ จึงทำให้มีอาการเปลี่ยนแปลงงายอย่างไม่มีไม่มีเหตุผล ชาคการควบคุมอารมณ์ มีความกลัวในเรื่องเพศที่เปลี่ยนแปลงจากความไม่สมคูลย์ของอวัยวะต่าง ๆ รวมทั้ง เป็นวัยที่ต้องการการพัฒนาบุคลิกภาพ เพื่อเป็นผู้ใหญ่ที่สมบูรณ์ จึงทำให้ก่อเกิดปัญหาสุขภาพจิตได้ และปัญหาสุขภาพจิตที่พบจากนิสิครควคา มีปัญหาสุขภาพจิตยังไม่รุนแรง แต่อาจจะมีอาการผิดปกติทางจิตเกิดขึ้นได้เป็นบางครั้งบางคราว เมื่อมีอะไรมากระทบกระเทือน หรือจิตใจที่ตนเองมีอยู่ก็อาจจะเกิดอาการเจ็บป่วยทางกาย รู้สึกว่าตนเองนั้นบีบค้อย มีความรู้สึกอึดอัด ไม่สบายใจเมื่ออยู่ต่อหน้าคนอื่น หมกมุ่นอยู่แต่ในความคิดของตนเอง ไม่กล้าจะติดต่อสัมพันธ์กับคนอื่น หมกความสนใจในกิจกรรมต่าง ๆ ท้อแท้ บ้างก็เกิดความโกรธแค้น รู้สึกก้าวร้าวอยากทำลาย ควบคุมอารมณ์ไม่ค่อยจะอยู่ หวาระแวง จนอาจจะกลายเป็นโรคจิตได้ง่าย ถ้าพิจารณาคนที่อายุแล้วจะพบว่า ส่วนใหญ่นั้นนิสิครควคาอยู่ในช่วงวัยของวัยรุ่นตอนปลาย ซึ่งวัยนี้ส่วนใหญ่จะคิดว่าตนเองเป็นผู้ใหญ่แล้ว ควรจะทำอะไร หรือประพฤติดตนเองอย่างผู้ใหญ่ แต่เมื่อต้องมาอยู่ในกรอบของมหาวิทยาลัย จากถิ่นฐานบ้านเรือนของตนเอง มาสู่สภาพแวดล้อมและสังคมใหม่ จึงมีปัญหาทางสุขภาพจิตและการปรับตัว ที่สอดคล้องกับทฤษฎีการพัฒนาบุคลิกภาพของ Erikson (1980) ที่กล่าวว่า บุคคลจะมีการปรับตัวที่สำคัญต่อสภาพสังคมที่แวดล้อมที่มีต่อตนเอง อันเป็นผลจากแรงขับภายในของแต่ละบุคคล และวิถีทางที่เป็นแรงผลักดันจากการกระทำของผู้ปกครอง บางครั้งต้องการผู้ที่ตนเอง เชื่อใจจะปรึกษาหารือหรือช่วยก็ทำไม่ได้ จึงเกิดความไม่ไว้วางใจ ดังนั้นการกระทำสิ่งใดมึงจะเป็นไปในรูปของการย้าคิดย้าหาเสมอ

เมื่อ เปรียบเทียบปัญหาสุขภาพจิตของนิสิครควคาเพศชายกับนิสิครควคาเพศหญิง พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ยกเว้น คำนความรู้สึกไม่ชอบคิดต่อกับผู้อื่น กับคำนความกลัวโรคชไมมีเหตุผล โรคชไมนิสิค

โรคตาเพศหญิงมีความรู้สึกทั้งสองด้านนี้สูงกว่านิลิตโรคตาเพศชาย ซึ่งจากรูวรรณ
ตั้งศิริมงคล (2530) พบว่าปัญหาสุขภาพจิตของนักเรียนชายและนักเรียนหญิงมี
ความแตกต่างกันในเรื่องการไม่ชอบติดต่อกับผู้อื่นและความกลัวโรคที่ไม่มีเหตุผล
และสารัช คาร์คิน (2522) พบว่าวัยรุ่นที่อยู่ในวัยเรียน มีแนวโน้มเป็นคนที่มี
อารมณ์อ่อนไหวง่าย คิดมาก มีความวิตกกังวลสูง สมัญญา เสียงใส(2524)
พบว่านักเรียนหญิงมีความวิตกกังวลด้านสังคมมากกว่านักเรียนชาย

เมื่อเปรียบเทียบปัญหาสุขภาพจิตของนิลิตโรคตาแยกตามชั้นปี พบว่าไม่
มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 พบว่านิลิตโรคตาชั้นปีที่ 2
มีแนวโน้มอาจจะมีความวิตกกังวลสูงกว่านิลิตโรคตาทุกชั้นปีในทุกด้าน แต่นิลิตโรคตา
ชั้นปีที่ 3 มีแนวโน้มปัญหาสุขภาพจิตสูงกว่าทุกชั้นปี ซึ่งอาจจะเนื่องมาจากต้องแยก
เรียนวิชาที่คนเลือกไว้ และการเรียนค่อนข้างจะยาก เพราะเป็นแค่วิชาหลัก ๆ
ทั้งนั้น อีกทั้งต้องเตรียมความรู้ที่แน่นเพื่อที่จะไปสอบออกไปฝึกสอนต่อไป ดังนั้นจึง
อาจจะ เป็นสาเหตุหนึ่งทำให้นิลิตโรคตาชั้นปีที่ 3 เกิดปัญหาทางสุขภาพจิตสูงกว่าชั้น
ปีที่อื่น ส่วนนิลิตโรคตาชั้นปีที่ 2 นั้น เมื่อเทียบกับนิลิตโรคตาชั้นปีที่ 1 จะเห็นได้
ว่ามีปัญหาน้อยกว่ากันมาก อาจจะเนื่องมาจากพวกเขาได้ผ่านการปรับตัว และ
สามารถเตรียมตัวเรียนวิชาพื้นฐาน คือมีการปรับตัวได้แล้ว ทำให้ปัญหาสุขภาพจิต
ลดน้อยลงไป

เมื่อเปรียบเทียบปัญหาสุขภาพจิตของนิลิตโรคตาแยกตามวิชาเอก พบว่า
ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 พบว่านิลิตโรคตาวิชา
เอกฟิสิกส์ มีแนวโน้มอาจจะมีความวิตกกังวลสูงกว่านิลิตโรคตาทุกวิชาเอกในทุก ๆ
ด้าน ยกเว้นด้านความหวาดระแวง ซึ่งนิลิตโรคตาวิชาเอกคหกรรมศาสตร์ มี
ปัญหาสุขภาพจิตทางด้านนี้สูงกว่านิลิตโรคตาทุก ๆ วิชาเอก และเนื่องมาจากนิลิต
โรคตาวิชาเอกคหกรรมศาสตร์ มักจะเป็นนิลิตเพศหญิง จึงเกิดความคิดที่ว่า
คนอื่นอาจจะเอาเปรียบตนเอง เพราะตนเองอ่อนแอ และคน ๆ นั้นควรถูกตำหนิ
รู้สึกว่าจะไม่ค่อยสบายใจ เพราะมีคนเฝ้ามองดูตนเอง หรืออาจจะผูกเกี่ยวกับตนเอง
เป็นต้น ส่วนนิลิตโรคตาวิชาเอกฟิสิกส์มักจะเป็นนิลิตเพศชาย และการปรับตัว
ต่าง ๆ นั้น จะ เป็นไปได้ยากกว่านิลิตโรคตาเพศหญิง ประกอบกับวิชาเอกที่
ตนเองเลือกเรียนเป็นวิชาที่ค่อนข้างยากอยู่แล้ว จึงอาจจะ เป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำ

ให้มีแนวโน้มว่า จะมีปัญหาสุขภาพจิตสูงกว่าวิชาเอกอื่น ๆ

ดังนั้นพอจะสรุปได้ว่า นิสิตเรศวรควรมีปัญหาการปรับตัวในด้านการเรียนมากที่สุด ส่วนทางด้านสุขภาพจิตจะมีปัญหาในด้านการย้ายคิดย้ายท่ามากที่สุด ซึ่งจากการสำรวจในประเทศสหรัฐอเมริกาพบว่าประชากรร้อยละ 5 มีอาการย้ายคิดย้ายท่า และกำลังมีปริมาณเพิ่มมากขึ้น แต่ในประเทศไทยยังไม่มีโครงการสำรวจ (พัลลภโพธิ์พถกษ, 2532)

ข้อเสนอแนะจากผลวิจัย

จากผลการวิจัย นิสิตเรศวรส่วนใหญ่มีปัญหาการปรับตัวทางด้านกิจกรรมทางสังคมและนันทนาการ ด้านหลักสูตรและการสอน ด้านการเรียน และด้านอนาคตเกี่ยวกับอาชีพและการศึกษา ส่วนปัญหาสุขภาพจิตของนิสิตเรศวรส่วนใหญ่แล้วอยู่ที่ระดับปานกลางทุก ๆ ด้าน ยกเว้นด้านความวิตกกังวล ซึ่งอยู่ที่ระดับเล็กน้อย ซึ่งทางมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ วิทยาเขตบางเขน ควรให้ความสนใจและปรับปรุงแก้ไขปัญหาดัง ๆ ที่กล่าวมาข้างต้นนี้ เพื่อนิสิตเรศวรปรับตัวได้ไม่มีปัญหาสุขภาพจิต กลายเป็นประชากรที่มีประสิทธิภาพของประเทศชาติต่อไปในอนาคต ดังต่อไปนี้

1. มหาวิทยาลัยควรหาทางช่วยเหลือนิสิตเรศวรในเรื่องกิจกรรมทางสังคมและนันทนาการ ด้านหลักสูตรและการสอน ด้านการเรียน และด้านอนาคตเกี่ยวกับอาชีพและการศึกษา โดยอาจจะทำการสำรวจปัญหา หรือนำปัญหาที่ค้นพบจากการวิจัยครั้งนี้ นำไปเป็นแนวทางแก้ไข ปรับปรุง เพื่อนิสิตเรศวรได้เรียนสำเร็จและสามารถเป็นประชากรที่มีประสิทธิภาพต่อไป

2. มหาวิทยาลัยควรสนับสนุนให้มคอชแนะแนวมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น โดยมิบุคลากรที่มีความรู้ ความสามารถจริง ๆ ในการให้การบริการแก่นิสิตเรศวร และควรจะเป็นแหล่งที่นิสิตเรศวรสามารถเข้าไปปรึกษาได้อย่างใกล้ชิด ไม่ว่าจะเป็นเรื่องการเรียนรู้ - การศึกษา เรื่องอาชีพ เรื่องหลักสูตร และเรื่องกิจกรรมต่าง ๆ เป็นต้น

3. อาจารย์ที่ปรึกษาควรจะใกล้ชิดกับนิสิตเรศวรให้มาก รวมทั้งให้

ความสนิทสนม อาจจะใช้ยกพบนิสิตรักควาให้บ่อยขึ้น เพื่อนิสิตรักควาเกิดความ
คุ้นเคยและอบอุ่นในคานจคใจ

4. มหาวิทยาลัยควรสนับสนุนงานฝ่ายต่าง ๆ ให้นิสิตได้ออกไปฝึกฝน
ประสบการณ์ เพื่อสามารถจะนำออกไปใช้ในชีวิจจริง ๆ ได้

5. กิจกรรมต่าง ๆ ในมหาวิทยาลัยควรมีการประสานงานกันอย่างคี่
และมีประสิทธิภาพ เพื่อเป็นแบบอย่างที่ดีกับนิสิตรักควา

6. ควรมีการสนับสนุนให้ฝ่ายงานกิจการนิสิคได้ เป็นแหล่งที่นิสิตรักควา
ได้ฝึกฝนคั้นหาประสบการณ์ในการทางานด้วยตนเอง

7. ผู้บริหารฝ่ายต่าง ๆ ควรให้ความร่วมมือในการอบรมพิเศษก่อนที่
นิสิตรักควาเข้าเรียน

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาวิจัยในเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างปัญหาการปรับตัว
และสุขภาพจิตของนิสิตรักควา

2. ควรศึกษาในเรื่องความต้องการของนิสิตรักควาในมหาวิทยาลัย

3. ศึกษาคิตตามผลสำเร็จของนิสิตรักควาที่จบจากมหาวิทยาลัย
และการประกอบอาชีพ

4. เปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษาของนิสิตรักควากับนิสิค
ที่ผ่านการสอบรวมระดับอุดมศึกษา

5. ควรมีการศึกษาและเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวและสุขภาพจิต
ของนิสิตรักควาที่มีความสามารถทางการเรียนสูง : ค่า

ศูนย์วิจัยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย