

ความเครียดและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของนิสิตปริญญาตรีที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะ
พาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



บทคัดย่อและแฟ้มข้อมูลฉบับเต็มของวิทยานิพนธ์ตั้งแต่ปีการศึกษา 2554 ที่ให้บริการในคลังปัญญาจุฬาฯ (CUIR)
เป็นแฟ้มข้อมูลของนิสิตเจ้าของวิทยานิพนธ์ ที่ส่งผ่านทางบัณฑิตวิทยาลัย

The abstract and full text of theses from the academic year 2011 in Chulalongkorn University Intellectual Repository (CUIR)
are the thesis authors' files submitted through the University Graduate School.

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาสุขภาพจิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์
คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ปีการศึกษา 2560
ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

Stress and related factors of undergraduate institute financial aid recipients at Faculty
of Commerce and Accountancy, Chulalongkorn University



A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Master of Science Program in Mental Health

Department of Psychiatry

Faculty of Medicine

Chulalongkorn University

Academic Year 2017

Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์

ความเครียดและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของนิสิต
ปริญญาตรีที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์
และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

โดย

นางสาวจรรุชา บรรเจิดถาวร

สาขาวิชา

สุขภาพจิต

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นายแพทย์ภูษงค์ เหล่ารุจิสวัสดิ์

คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่ง
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต

.....คณบดีคณะแพทยศาสตร์
(ศาสตราจารย์ นายแพทย์สุทธิพงษ์ วัชรสินธุ)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

.....ประธานกรรมการ
(นายแพทย์ โชติมันต์ ชินวรารักษ์)

.....อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นายแพทย์ภูษงค์ เหล่ารุจิสวัสดิ์)

.....กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย
(นายแพทย์นิพัทธ์ กาญจนธนาเลิศ)

CHULALONGKORN UNIVERSITY

จรรยา บรรเจิดถาวร : ความเครียดและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของนิสิตปริญญาตรีที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (Stress and related factors of undergraduate institute financial aid recipients at Faculty of Commerce and Accountancy, Chulalongkorn University) อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก: ผศ. นพ.ภูษงค์ เหล่ารุจิสวัสดิ์, 103 หน้า.

วัตถุประสงค์ : การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความเครียดและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของนิสิตปริญญาตรีที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

วิธีการศึกษา : รูปแบบการศึกษาเป็นการศึกษาเชิงพรรณนา ณ จุดเวลาใดเวลาหนึ่ง กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา คือ นิสิตปริญญาตรีที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 127 ราย โดยใช้แบบสอบถามตอบด้วยตนเอง 4 ชุด ประกอบด้วยแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล, แบบประเมินความเครียด, แบบประเมินแรงสนับสนุนทางสังคม และแบบประเมินการเห็นคุณค่าในตนเอง วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าเฉลี่ย ร้อยละ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติไคสแควร์

ผลการศึกษา : พบว่านิสิตที่ได้รับทุนการศึกษามีความเครียดอยู่ในระดับต่ำ ร้อยละ 54.3 ระดับปานกลาง ร้อยละ 35.5 และมีความเครียดในระดับสูงอยู่ที่ร้อยละ 10.2 โดยปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของนิสิตที่ได้รับทุนการศึกษามี 5 ปัจจัย ได้แก่ แรงสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสาร การเห็นคุณค่าในตนเอง หลักสูตรที่ศึกษา ปัญหาความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมชั้นเรียน และปัญหาความสัมพันธ์กับบุคคลในครอบครัว

สรุป : นิสิตที่ได้รับทุนการศึกษาส่วนใหญ่มีความเครียดในระดับต่ำ-ปานกลาง อย่างไรก็ตามมีเพียงร้อยละ 10.2 เท่านั้น ที่มีความเครียดในระดับสูง ซึ่งผลการศึกษานี้ทำให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องสามารถเฝ้าระวังและป้องกันปัญหาต่อไป

ภาควิชา จิตเวชศาสตร์

ลายมือชื่อนิสิต

สาขาวิชา สุขภาพจิต

ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาหลัก

ปีการศึกษา 2560

5974266030 : MAJOR MENTAL HEALTH

KEYWORDS: ความเครียด (STRESS) / นิสิตปริญญาตรี (UNDERGRADUATE) / ทุนการศึกษา (FINANCIAL AID)

JARUCHA BANJERDTHAWORN: Stress and related factors of undergraduate institute financial aid recipients at Faculty of Commerce and Accountancy, Chulalongkorn University. ADVISOR: ASST. PROF. PUCHONG LAURUJISAWAT, M.D., 103 pp.

Objective : The purposes of this research were to study the stress and its related factors of undergraduate institute financial aid recipients at Faculty of Commerce and Accountancy, Chulalongkorn University.

Methods : The research design was cross-sectional descriptive. The samples were undergraduate students who received the financial aid in the Faculty of Commerce and Accountancy. There were 127 self-administered questionnaires, including personal information questionnaire, Suangprung Stress Test (Modified version), Social support questionnaire, and Rosenberg Self-Esteem Scale. Data were analyzed by mean, percentage, standard deviation, and Chi-Square Statistic.

Results : The results of the study showed that the students who received the financial aid had a lower stress level of 54.3%, moderate level of 35.5% and high level of 10.2%. There were five factors significantly related to the stress of students received this financial aid : information support, self-esteem, study programs, classmate relationship problem and relationship problem in family.

Conclusion : Most of the students who received the financial aid had low to moderate stress level. However, only 10.2% had high stress level. The result of this study allows the related departments concerned to monitor and prevent further problems.

Department: Psychiatry

Student's Signature

Field of Study: Mental Health

Advisor's Signature

Academic Year: 2017

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์นายแพทย์ภุชงค์ เหล่ารุจิสวัสดิ์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ที่ให้คำแนะนำ และช่วยตรวจสอบแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ในการทำวิทยานิพนธ์ครั้งนี้

ขอขอบพระคุณอาจารย์ ดร.ณภัทรวรรต บัวทอง ที่ให้คำแนะนำทางด้านสถิติ และความช่วยเหลือต่าง ๆ

ขอขอบพระคุณอาจารย์ ดร.ศันธยา กิตติโกวิท รองคณบดีฝ่ายกิจการนิสิต คณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี และคุณณัฐธิดา อัครเรืองพิภพ เจ้าหน้าที่ฝ่ายกิจการนิสิตที่ให้ความอนุเคราะห์ในการจัดเก็บข้อมูล

ขอขอบพระคุณอาจารย์นายแพทย์โชติมันต์ ชินวรารักษ์ ที่กรุณาเป็นประธานกรรมการตรวจทาน และแก้ไขจุดบกพร่องต่าง ๆ

ขอขอบพระคุณอาจารย์นายแพทย์นิพัทธ์ กาญจนธนาเลิศ ที่กรุณาสละเวลาเป็นกรรมการสอบ และช่วยตรวจสอบ แก้ไข ข้อบกพร่องต่าง ๆ

ขอขอบพระคุณเจ้าของแบบสอบถามทุกท่านที่อนุญาตให้ใช้แบบสอบถามในการทำวิจัยในครั้งนี้

ขอขอบพระคุณพี่ ๆ เจ้าหน้าที่ห้องภาควิชาจิตเวชศาสตร์ที่ให้ความช่วยเหลือ รับประทานอาหาร และให้คำแนะนำมาตลอด

ขอบคุณเพื่อน ๆ ทั้งภาคนอกและภาคในที่ทำให้กำลังใจ ช่วยเหลือกัน จนเรียนจบ ขอบคุณมิตรภาพดี ๆ ที่ได้จากที่นี่

สุดท้ายนี้ผู้วิจัยขอขอบพระคุณพระเจ้า ครอบครัว และพี่ ๆ เพื่อน ๆ ที่ให้กำลังใจ สนับสนุนในการเรียนจนผ่านมาได้ด้วยดี

สารบัญ

หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ฅ
บทที่ 1	11
บทนำ.....	11
ความสำคัญและที่มาของปัญหาทางวิจัย	11
คำถามการวิจัย (Research Question).....	12
วัตถุประสงค์การวิจัย (Research objective)	13
การให้นิยามในเชิงปฏิบัติการ (Operational Definition)	13
กรอบแนวคิดในการวิจัย (Conceptual Framework)	15
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย (Expected Benefit and Application).....	16
บทที่ 2	17
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	17
ตอนที่ 1 ความรู้เกี่ยวกับความเครียด.....	17
ตอนที่ 2 ความรู้เกี่ยวกับแรงสนับสนุนทางสังคม.....	19
ตอนที่ 3 ความรู้เกี่ยวกับการเห็นคุณค่าตนเอง.....	21
ตอนที่ 4 แนวคิดและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	23
บทที่ 3	29
วิธีดำเนินการวิจัย	29
รูปแบบงานวิจัย (Research Design).....	29

ระเบียบวิธีวิจัย (Research Methodology).....	29
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	30
การเก็บรวบรวมข้อมูล	35
การวิเคราะห์ข้อมูล	35
บทที่ 4	36
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	36
บทที่ 5	75
สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	75
สรุปผลการวิจัย.....	75
อภิปรายผลการวิจัย.....	76
ข้อจำกัดในการวิจัย.....	81
ข้อเสนอแนะ	81
การนำผลการวิจัยไปใช้	82
รายการอ้างอิง	83
ภาคผนวก.....	88
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์	103

สารบัญตาราง

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละ ของข้อมูลส่วนบุคคล (n=127).....37

ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละของข้อมูลด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น41

ตารางที่ 3 จำนวน ร้อยละ ของข้อมูลด้านความเครียด ระดับความเครียดรวมของนิสิตที่ได้รับ
ทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำแนกตามชั้นปีที่
กำลังศึกษา43

ตารางที่ 4 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่ามัธยฐาน และพิสัยควอไทล์ ค่าต่ำสุด ค่าสูงสุด
ของคะแนนความเครียดรวมของนิสิตที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โดยจำแนกตามชั้นปี (n=127).....44

ตารางที่ 5 จำนวน ร้อยละ ของระดับความเครียด (จำแนกรายด้าน).....44

ตารางที่ 6 คะแนนความเครียดที่แบ่งออกเป็นด้านต่าง ๆ ของนิสิตที่ได้รับทุนการศึกษาใน
คณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (n=127).....45

ตารางที่ 7 จำนวน ร้อยละ ของข้อมูลด้านปัจจัยทางสังคม ได้แก่ แรงสนับสนุนทางสังคม
(n=127) จำแนกตามชั้นปีของนิสิตที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.....46

ตารางที่ 8 จำนวน ร้อยละ ของข้อมูลด้านปัจจัยทางสังคม ได้แก่ แรงสนับสนุนทางสังคม
(n=127) จำแนกรายด้าน47

ตารางที่ 9 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่ามัธยฐาน และพิสัยควอไทล์ ค่าต่ำสุด ค่าสูงสุด
ของคะแนนแรงสนับสนุนทางสังคมของนิสิตที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการ
บัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (จำแนกรายด้าน)48

ตารางที่ 10 จำนวน ร้อยละ ของข้อมูลด้านปัจจัยทางจิตสังคม ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง
(n=127) จำแนกตามชั้นปีของนิสิตที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.....49

ตารางที่ 11 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่ามัธยฐาน และพิสัยควอไทล์ ค่าต่ำสุด50

ตารางที่ 12	แสดงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่ศึกษากับระดับความเครียดรวมของกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 127 คน โดยใช้สถิติ Chi-square, Fisher's exact test และ Crude OR (95%CI)	51
ตารางที่ 13	ความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคมกับระดับความเครียดรวม	55
ตารางที่ 14	ความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเอง กับระดับความเครียดรวม	56
ตารางที่ 15	ความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะทั่วไปของนิสิตกับระดับความเครียดด้านอารมณ์	57
ตารางที่ 16	ความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคมกับระดับความเครียดด้านอารมณ์	61
ตารางที่ 17	ความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองกับระดับความเครียดด้านอารมณ์	62
ตารางที่ 18	ความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะทั่วไปของนิสิตกับระดับความเครียดด้านร่างกาย	63
ตารางที่ 19	ความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคมกับระดับความเครียดด้านร่างกาย	67
ตารางที่ 20	ความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าตนเองกับระดับความเครียดด้านร่างกาย	68
ตารางที่ 21	ความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะทั่วไปของนิสิตกับระดับความเครียดด้านพุทธิปัญญา	69
ตารางที่ 22	ความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคมกับระดับความเครียดด้านพุทธิปัญญา	73
ตารางที่ 23	ความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองกับระดับความเครียดด้านพุทธิปัญญา	74

บทที่ 1

บทนำ

ความสำคัญและที่มาของปัญหางานวิจัย (Background and Rational)

ในปัจจุบัน สภาพแวดล้อม เศรษฐกิจและสังคมได้เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว ทำให้คนต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงและจำเป็นต้องมีการปรับตัว หากบุคคลใดไม่สามารถปรับตัวได้ ก็จะส่งผลให้เกิดความเครียดได้ ปัญหาความเครียดในปัจจุบัน จึงส่งผลกระทบต่อในหลายด้าน ทั้งด้านร่างกายและจิตใจ นำไปสู่ปัญหาสุขภาพกายและสุขภาพจิตไม่เพียงแต่ทำให้เกิดภาวะวิตกกังวล ภาวะซึมเศร้า เท่านั้น แต่รวมไปถึงอัตราการฆ่าตัวตายที่เพิ่มสูงขึ้นอันเป็นผลมาจากความเครียดอีกด้วย

กรมสุขภาพจิตกระทรวงสาธารณสุข⁽¹⁾ รายงานอัตราการฆ่าตัวตายสำเร็จของคนไทยปี พ.ศ. 2558 มีจำนวน 4,205 คน เพิ่มขึ้นจากปี พ.ศ.2557 ที่มีจำนวน 3,950 คน คิดเป็นอัตราการฆ่าตัวตายเฉลี่ยเดือนละ 350 คน หรือเฉลี่ยวันละ 10 คน หากแยกตามอายุ 10-29 ปี ในปี พ.ศ.2557 จะมีจำนวน 753 คน และ พ.ศ.2558 มีจำนวน 723 คน อัตราการฆ่าตัวตายของคนไทยไม่ได้เพิ่มสูงมากนัก แต่เป็นสิ่งที่ต้องตระหนักถึงและวางแผนดูแลป้องกันบุคคลที่มีความเสี่ยง เพื่อลดจำนวนคนฆ่าตัวตาย จะเห็นได้ว่าปัญหาด้านความเครียดไม่ได้ส่งผลกระทบต่อชีวิตเท่านั้น แต่ยังส่งผลกระทบต่อสังคม เศรษฐกิจด้วย

ในปัจจุบัน ตัวเลขจากกรมสุขภาพจิต ผู้ป่วยที่เข้ารับบริการทางจิตเวชในประเทศไทย รวมทุกจังหวัดในปี พ.ศ.2559 มีจำนวน 925,911 คน⁽²⁾ และคาดว่าจะมีจำนวนเพิ่มขึ้นในอนาคต จำนวนผู้ใช้บริการปรึกษาปัญหาทางโทรศัพท์ 1323 ของปี พ.ศ.2557 ปัญหาความเครียดและวิตกกังวลเป็นปัญหาที่มีอัตราการโทรมาขอคำปรึกษามากที่สุด 14,935 ครั้ง รองลงมาคือโรคจิตเวช 11,829 ครั้ง⁽³⁾

กลุ่มนิสิต/นักศึกษา เป็นกลุ่มวัยที่อยู่ในช่วงของการเปลี่ยนแปลง จากวัยรุ่นเข้าวัยผู้ใหญ่ การเปลี่ยนแปลงรูปแบบการเรียนจากเดิมตั้งรับเป็นการแสวงหาความรู้และรับผิดชอบด้วยตนเอง การสร้างสัมพันธ์กับเพื่อนใหม่ในรั้วมหาวิทยาลัย ความต้องการการยอมรับในกลุ่มเพื่อนและสังคม การทำกิจกรรมต่าง ๆ สภาพแวดล้อม วัฒนธรรมที่เปลี่ยนไป สิ่งเหล่านี้อาจเป็นตัวกระตุ้นให้เกิดความเครียดได้หากนิสิตไม่สามารถปรับตัวให้ทันการเปลี่ยนแปลงเหล่านี้ การเห็นคุณค่าในตนเอง การได้รับแรงสนับสนุนจากครอบครัว สังคม เพื่อน และอาจารย์ เป็นปัจจัยที่ช่วยส่งเสริมให้นิสิตสามารถเผชิญปัญหาและจัดการความเครียดได้⁽⁴⁻⁶⁾

เคยมีการศึกษาว่าปัจจัยที่กระตุ้นให้นักศึกษาเกิดความเครียดได้มากที่สุด คือ ปัญหาทางการเงิน⁽⁷⁾ วิทยา บุญเลิศไกรได้ให้คำแนะนำว่า ควรมีนโยบายเชิงรุกและเชิงรับ เพื่อป้องกันกลุ่มเสี่ยงที่อาจจะเกิดความเครียดได้⁽⁸⁾

ผลการศึกษาของ Australia Medical Students' association⁽⁹⁾ พบว่าปัญหาทางด้านจิตเวชในเยาวชนเป็นปัญหาสำคัญระดับโลก ทั้งยังพบการกระจายตัวของปัญหาทางสุขภาพจิตในนักศึกษา ซึ่งจำเป็นต้องตระหนักถึงทางแก้และวิธีรักษา⁽¹⁰⁾

จากการศึกษาความเครียดของนิสิตชั้นปีที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย⁽¹¹⁾ พบว่าสาขาวิชาสังคมศาสตร์มีระดับความเครียดสูงกว่าสาขาอื่น ๆ ซึ่งคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชีเป็นหนึ่งในคณะของสาขาวิชาสังคมศาสตร์ที่มีความเครียดสูง

คณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เป็นคณะที่มีการเรียนการสอนเฉพาะด้าน เช่น การบัญชี การบริหาร สถิติ และเทคโนโลยีสารสนเทศ เป็นการเรียนรู้ที่ต้องใช้ความละเอียดรอบคอบในด้านตัวเลข ทั้งยังมีการรวมตัวของกลุ่มคนหลากหลาย ค่านิยมในสังคมมหาวิทยาลัย กลุ่มเพื่อน วัฒนธรรม การแข่งขันทางการเรียน ปัจจัยแวดล้อมต่าง ๆ เหล่านี้ ล้วนทำให้เกิดความเครียดได้ไม่มากนัก

จากการทบทวนวรรณกรรม ผู้วิจัยยังไม่พบในฐานข้อมูลมาก่อนว่า เคยมีการศึกษาที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของนิสิตที่ได้รับทุนการศึกษา ผู้วิจัยจึงสนใจจะศึกษาความเครียดในนิสิตที่ได้รับทุนการศึกษา เนื่องจากนิสิตในกลุ่มนี้ เป็นกลุ่มที่มีความต้องการความช่วยเหลือทางด้านทุนทรัพย์จากคณะ มหาวิทยาลัย และหน่วยงานภายนอก เป็นไปได้ว่า นิสิตที่มีปัญหาด้านการเงินกลุ่มนี้ เป็นกลุ่มที่น่าจะมีความเครียด ถือเป็น การคัดกรองกลุ่มเสี่ยงที่อาจจะเกิดภาวะเครียดในระดับรุนแรงได้ ตามที่มีงานวิจัยเคยสำรวจ⁽⁸⁾ การคัดกรองกลุ่มเสี่ยงมีประโยชน์ในการลดความเสี่ยง ที่จะนำไปสู่ปัญหาสุขภาพจิต นอกจากนี้ผู้วิจัยยังมีความสนใจว่ามีปัจจัยใดบ้างที่ผลส่งต่อความเครียดของนิสิตทุนกลุ่มนี้ เพื่อที่จะทราบข้อมูลและเป็นประโยชน์ต่อทางคณะ และมหาวิทยาลัย ในการวางแผน ดูแล ป้องกันเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้นตามมา

คำถามการวิจัย (Research Question)

1. ความเครียดของนิสิตปริญญาตรีที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เป็นอย่างไร
2. ปัจจัยใดที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของนิสิตปริญญาตรีที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

วัตถุประสงค์การวิจัย (Research objective)

1. เพื่อศึกษาความเครียดของนิสิตปริญญาตรีที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของนิสิตปริญญาตรีที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สมมติฐานการวิจัย (Hypothesis)

ไม่มี

การให้นิยามในเชิงปฏิบัติการ (Operational Definition)

ความเครียด⁽¹²⁾ หมายถึง ภาวะที่ร่างกายแสดงปฏิกิริยาตอบสนองต่อสิ่งที่มาคุกคามเพื่อต่อต้านหรือเอาชนะสิ่งที่มาคุกคาม เป็นสัจพจน์ของสิ่งมีชีวิตทุกชีวิตที่ตอบโต้สิ่งที่เป็นอันตรายกับตน การแสดงออกของบุคคล แสดงออกทางด้านพฤติกรรมภายนอกและปฏิกิริยาเคมีภายในร่างกาย ซึ่งจะแสดงออกแตกต่างกันตามพื้นฐานบุคลิกภาพและความสามารถในการปรับตัวของแต่ละบุคคล

ระดับความเครียด⁽¹³⁾

1. ความเครียดในระดับต่ำ (Mild Stress) หมายถึง ความเครียดขนาดน้อย ๆ และหายไปในช่วงเวลาอันสั้น เป็นความเครียดที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ไม่คุกคามต่อการดำเนินชีวิต บุคคลจะมีการปรับตัวอย่างอัตโนมัติด้วยความเคยชิน และใช้พลังงานเล็กน้อยในการปรับตัว เป็นภาวะที่ร่างกายผ่อนคลาย

2. ความเครียดในระดับปานกลาง (Moderate Stress) หมายถึง ความเครียดที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันเนื่องจากมีสิ่งคุกคาม หรือเจอเหตุการณ์ต่าง ๆ บุคคลจะมีปฏิกิริยาตอบสนองออกมาในลักษณะความกลัวหรือความวิตกกังวล ถือว่าอยู่ในเกณฑ์ปกติทั่วไป ไม่รุนแรง ไม่ก่อให้เกิดอันตรายแก่ร่างกาย เป็นระดับความเครียดที่ทำให้เกิดความกระตือรือร้น

3. ความเครียดในระดับสูง (High Stress) หมายถึง ความเครียดในระดับที่บุคคลไม่สามารถปรับตัว เมื่อเจอกับเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดสูงได้ ไม่สามารถลดความเครียดลงได้ในระยะเวลาอันสั้น เป็นความเครียดในระดับอันตราย หากไม่ได้รับการรักษาเพื่อบรรเทา จะทำให้เกิดความเครียดเรื้อรังและโรคต่าง ๆ ภายหลังได้

4.ความเครียดในระดับรุนแรง (Severe Stress) หมายถึง ความเครียดในระดับสูงที่ดำเนินติดต่อกันมาอย่างต่อเนื่อง จนทำให้บุคคลเกิดความล้มเหลวในการปรับตัว จนทำให้เกิดความเบื่อหน่าย ท้อแท้ ไม่มีแรง ควบคุมตนเองไม่ได้ จนทำให้เกิดโรคร้ายต่าง ๆ หรืออาการทางกายได้ง่าย

นิสิตทุน หมายถึง นิสิตระดับปริญญาตรีอายุ 18 ปีขึ้นไป ที่กำลังศึกษาอยู่ชั้นปีที่ 1-4 หลักสูตรภาษาไทย ที่ได้รับทุนการศึกษาจากคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย หรือหน่วยงานภายนอกที่ทางคณะ/มหาวิทยาลัยเป็นผู้จัดสรร

ทุนการศึกษา⁽¹⁴⁾ หมายถึง การสนับสนุนค่าใช้จ่ายที่จำเป็นในการศึกษา หมายความว่ารวมถึงค่าเทอมการศึกษา ค่าอุปกรณ์การเรียน ค่าอาหาร ค่าที่พักอาศัย และค่าใช้จ่ายรายเดือนที่บุคคล หรือองค์การต่าง ๆ บริจาคให้เพื่อช่วยเหลือสงเคราะห์ผู้ที่มีได้อยู่ในหน้าที่ เลี้ยงดูปกครองโดยตรงของตน ได้ศึกษาเล่าเรียน

ในงานวิจัยครั้งนี้ ทุนการศึกษา จะหมายถึง ทุนการศึกษาที่ทางคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยเป็นผู้พิจารณาจัดสรรให้แก่ นิสิตที่ขาดแคลนด้านทุนทรัพย์เท่านั้น ซึ่งสามารถแบ่งทุนได้ 3 ประเภท ดังนี้

ทุน ข1 : ทุนค่าเล่าเรียน

ทุน ข2 : ทุนรายเดือน

ทุน ค : ทุนค่าหอ/ค่าใช้จ่ายอื่น ๆ

สภาพนิสิต⁽¹⁵⁾ มี 2 ประเภท คือ สภาพปกติ และสภาพวิथाทัณฑ์

นิสิตสภาพปกติ หมายถึง นิสิตที่ลงทะเบียนเรียนเป็นภาคการศึกษาแรก หรือนิสิตที่สอบได้แต้มเฉลี่ยสะสมไม่ต่ำกว่า 2.00

นิสิตสภาพวิथाทัณฑ์ หมายถึง นิสิตที่สอบได้แต้มเฉลี่ยสะสมตั้งแต่ 1.50 ถึง 1.99

แรงสนับสนุนทางสังคม⁽¹⁶⁾ หมายถึง การที่บุคคลได้รับความช่วยเหลือจากบุคคล หรือกลุ่มคนที่บุคคลนั้นมีปฏิสัมพันธ์ด้วย โดยได้รับการช่วยเหลือในด้านอารมณ์และสังคม ด้านข้อมูลข่าวสาร และด้านวัตถุสิ่งของ

การเห็นคุณค่าในตนเอง⁽¹⁷⁾ หมายถึง การที่บุคคลมีความรู้สึกเห็นคุณค่าของตนเอง หรือมีความภาคภูมิใจในตนเอง ซึ่งเกิดจากการประเมินคุณค่าตนเองด้านความสามารถ ความสำคัญ ความสำเร็จ และความมีคุณค่าของตนเอง ทั้งยังสามารถยอมรับการเห็นคุณค่าที่ผู้อื่นมีต่อตน การมีความเชื่อมั่นในตนเอง และนับถือตนเอง ซึ่งมีพื้นฐานมาจากความรู้สึกที่มีต่อตนเอง

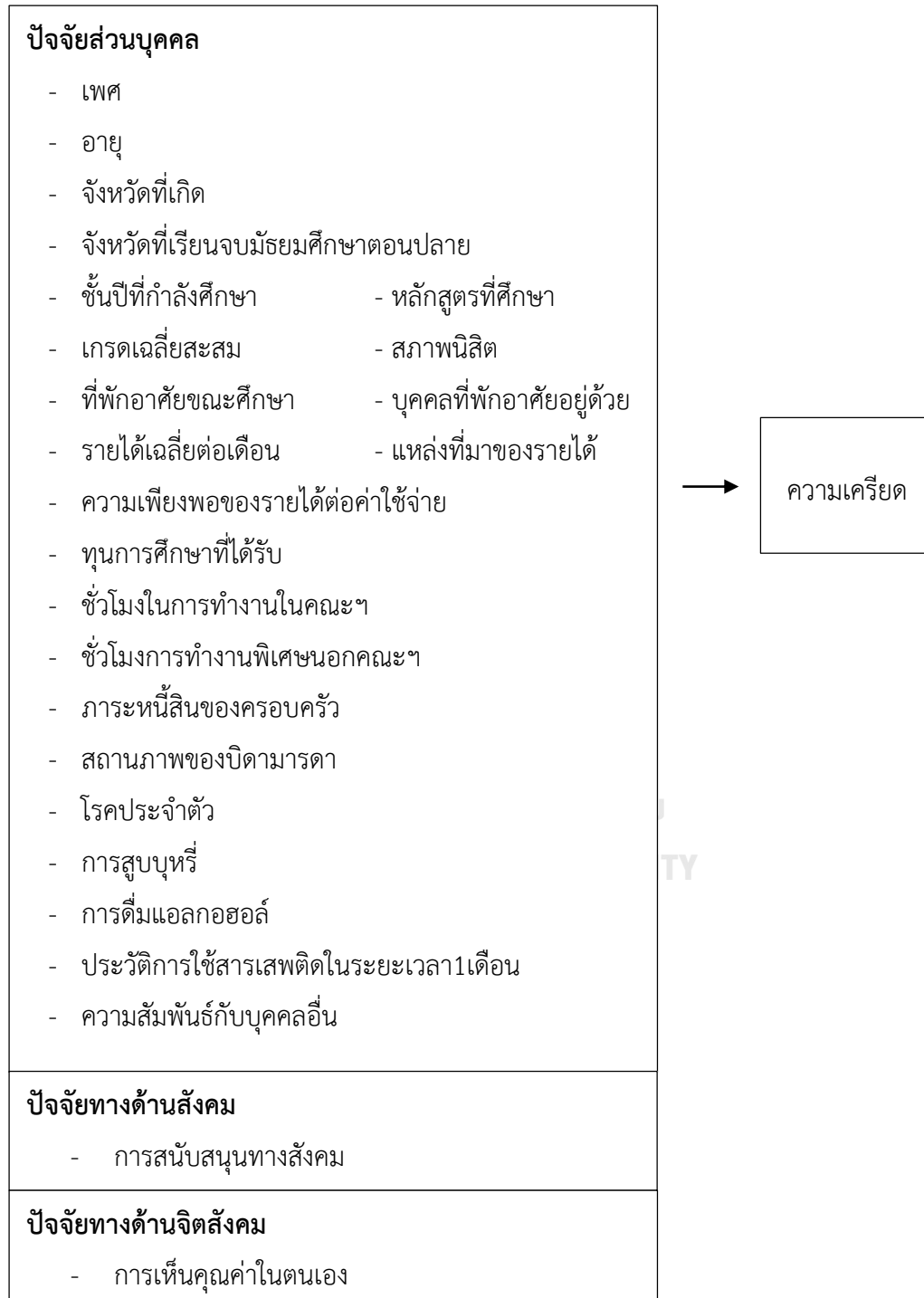
กรอบแนวคิดในการวิจัย (Conceptual Framework)

ตัวแปรต้น

(independent variable)

ตัวแปรตาม

(dependent variable)



ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย (Expected Benefit and Application)

1. เพื่อทราบความเครียดในนิสิตปริญญาตรีที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
2. เพื่อเป็นการคัดกรองนิสิตที่ได้รับทุนการศึกษาที่อาจจะมีปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้เกิดภาวะเสี่ยงทางสุขภาพจิต
3. เพื่อเป็นแนวทางให้อาจารย์ที่ปรึกษา กิจกรรมนิสิต คณะฯ และมหาวิทยาลัยในการดูแลนิสิตทุนในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
4. เพื่อเป็นแนวทางส่งเสริมกิจกรรม การป้องกัน และช่วยเหลือแก่นิสิตทุนที่มีความเครียดในอนาคต ลดปัจจัยที่ทำให้เกิดความเครียดในอนาคต

ข้อตกลงเบื้องต้น (Assumption)

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาความเครียดและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของนิสิตปริญญาตรีที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยเท่านั้น

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ตอนที่ 1 ความรู้เกี่ยวกับความเครียด

1.ความหมายของความเครียด

ความหมายความเครียด

กรมสุขภาพจิต⁽¹⁸⁾ ให้ความหมายว่า ความเครียด เป็นภาวะที่บุคคลรู้สึกถูกกดดัน ไม่สบายใจ วุ่นวายใจ กลัว วิตกกังวล ตลอดจนถูกบีบคั้น เกิดจากการที่บุคคลรับรู้ หรือประเมินสิ่งที่เข้ามาใน ประสบการณ์ของตนว่าเป็นสิ่งที่คุกคามจิตใจ หรือก่อให้เกิดอันตรายแก่ร่างกาย อันเป็นผลให้สภาวะ สมดุลของร่างกายและจิตใจเสียไป มีปฏิกิริยาตอบสนองหลายอย่าง เช่น การใช้กลไกป้องกันตัวเอง การเปลี่ยนแปลงด้านสรีระ ด้านพฤติกรรม ด้านความนึกคิด และด้านอารมณ์ความรู้สึกการถูกกดดัน หรือทำให้ความเครียดเหล่านั้นคลายลง และกลับเข้าสู่ภาวะสมดุลอีกครั้งหนึ่ง

พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๕๔⁽¹⁹⁾ ให้ความหมายว่า ความเครียดเป็น ลักษณะอาการที่สมองไม่ได้ผ่อนคลายเพราะคร่ำเคร่งอยู่กับงานจนเกินไป, ลักษณะอาการที่จิตใจมี อารมณ์บางอย่างมากกดดันความรู้สึกอย่างรุนแรง

Selye Hans⁽²⁰⁾ ให้ความหมายของความเครียดว่า เป็นอาการที่ร่างกายมีปฏิกิริยาตอบสนอง ต่อสิ่งที่มากระตุ้นคุกคาม โดยสิ่งนั้นมีต้นเหตุมาจากสถานการณ์หรือเหตุการณ์ที่เกี่ยวข้องกับร่างกาย จิตใจ สังคม และสิ่งแวดล้อม โดยแต่ละบุคคลมีการตอบสนองที่แตกต่างกันไป

อรพรรณ ลือบุญธวัชชัย⁽¹²⁾ ให้ความหมาย ภาวะเครียดว่า เป็นภาวะที่ร่างกายแสดง ปฏิกิริยาตอบสนองต่อสิ่งที่มาคุกคามเพื่อต่อต้านหรือเอาชนะสิ่งที่มาคุกคาม เป็นสัญชาตญาณของ สิ่งมีชีวิตทุกชีวิตที่ตอบโต้สิ่งที่เป็นอันตรายกับตน การแสดงออกของบุคคล แสดงออกทางด้าน พฤติกรรมภายนอกและปฏิกิริยาเคมีภายในร่างกาย ซึ่งจะแสดงออกแตกต่างกันตามพื้นฐาน บุคลิกภาพและความสามารถในการปรับตัวของแต่ละบุคคล

สถาบันสุขภาพจิตแห่งชาติของสหรัฐอเมริกา⁽²¹⁾ (National Institute of Mental Health) สรุปความว่า ความเครียดเกิดได้กับทุกคน ทุกที่และทุกเวลา ความเครียดไม่ได้ส่งผลเสียไปทั้งหมด สัตว์ทั้งหลายต่างก็มีการตอบสนองต่อความเครียดที่ทำให้มันสามารถเอาชีวิตรอดได้ แต่ความเครียด เรื้อรังเป็นสาเหตุของทั้งปัญหาสุขภาพกายและสุขภาพจิต

จากนิยามข้างต้น จึงสรุปได้ว่า ความเครียด หมายถึง ภาวะที่บุคคลตอบสนองต่อสถานการณ์หรือสิ่งกระตุ้นที่เข้ามา ซึ่งก่อให้เกิดความรู้สึกกดดันและอึดอัดใจ โดยแต่ละบุคคลจะมีปฏิกิริยาตอบสนองต่อสิ่งที่เกิดขึ้นแตกต่างกัน

2. ประเภทของความเครียด

สถาบันสุขภาพจิตแห่งชาติของสหรัฐอเมริกา⁽²¹⁾ ได้แบ่งความเครียดออกเป็นอย่างน้อย 3 ประเภท

1. ความเครียดที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ซึ่งสัมพันธ์กับแรงกดดันในที่ทำงาน, ครอบครัว, และความรับผิดชอบอื่น ๆ ในชีวิตประจำวัน

2. ความเครียดที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงอย่างกะทันหันในด้านลบ เช่น ตกงาน, หย่าร้าง, หรือเจ็บป่วย

3. ความเครียดที่เกิดจากเหตุการณ์สะเทือนขวัญ ซึ่งเกิดขึ้นเมื่อตกอยู่ในอันตรายที่ทำให้ได้รับบาดเจ็บหรือเสียชีวิต เช่น อุบัติเหตุครั้งใหญ่, สงคราม, การโจมตี หรือภัยพิบัติทางธรรมชาติ ซึ่งประเภทของความเครียดนี้ เป็นสาเหตุของโรคเครียดจากเหตุการณ์ร้ายแรง มีชื่อย่อว่า PTSD (Post-traumatic Stress Disorder)

3. ปัจจัยและสาเหตุของความเครียด

กรมสุขภาพจิต⁽²²⁾ แบ่งสาเหตุของความเครียดออกเป็น 2 ข้อได้ดังนี้

1. จากปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิต เช่น ปัญหาครอบครัว ปัญหาการเรียนหรือการทำงาน ปัญหาสุขภาพ ปัญหาการเงิน ปัญหาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เป็นต้น ซึ่งปัญหาเหล่านี้จะเป็นตัวกระตุ้นที่ทำให้เกิดความเครียดได้

2. จากความคิดและการประเมินสถานการณ์ของแต่ละบุคคล บุคคลที่มีอารมณ์ขัน มองโลกในแง่ดี ใจเย็น มักจะมีความเครียดน้อยกว่าบุคคลที่เอาจริงเอาจังในชีวิต มองโลกในแง่ร้าย และใจร้อน นอกจากนี้บุคคลที่รู้สึกว่าตนเองได้รับการสนับสนุน มีคนคอยช่วยเหลือยามมีปัญหา มักจะมีความเครียดน้อยกว่าคนที่อยู่ตามลำพัง

ซึ่งสาเหตุของความเครียดมักไม่ได้เกิดจากสาเหตุใดสาเหตุหนึ่งอย่างตายตัว แต่มักจะเกิดจากทั้ง 2 สาเหตุประกอบกัน คือ มีปัญหาเป็นตัวกระตุ้น และการใช้ความคิดและการประเมินสถานการณ์จะเป็นตัวบอกว่าเครียดมากน้อยในระดับไหน

4. ระดับของความเครียด

สุวัฒน์ มหัตถ์นิรันดร์กุล, วนิดา พุ่มไพศาลชัย และพิมพ์มาศ ตาปัญญา⁽¹³⁾ ได้แบ่งระดับความเครียดออกเป็น 4 ระดับ โดยใช้ความรุนแรงของความเครียดเป็นเกณฑ์ในการแบ่ง ดังนี้

1. ความเครียดในระดับต่ำ (Mild Stress) หมายถึง ความเครียดขนาดน้อย ๆ และหายไปในช่วงเวลาอันสั้น เป็นความเครียดที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ความเครียดในระดับนี้ไม่คุกคามต่อการดำเนินชีวิต บุคคลจะมีการปรับตัวอย่างอัตโนมัติด้วยความเคยชิน และใช้พลังงานเล็กน้อยในการปรับตัว เป็นภาวะที่ร่างกายผ่อนคลาย

2. ความเครียดในระดับปานกลาง (Moderate Stress) หมายถึง ความเครียดที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน เนื่องจากมีสิ่งคุกคาม หรือเจอเหตุการณ์ต่าง ๆ บุคคลจะมีปฏิกิริยาตอบสนองออกมา ในลักษณะความกลัวหรือความวิตกกังวล ถือว่าอยู่ในเกณฑ์ปกติทั่วไป ไม่รุนแรง ไม่ก่อให้เกิดอันตรายแก่ร่างกาย เป็นระดับความเครียดที่ทำให้เกิดความกระตือรือร้น

3. ความเครียดในระดับสูง (High Stress) หมายถึง ความเครียดในระดับที่บุคคลไม่สามารถปรับตัว เมื่อเจอกับเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดสูงได้ ไม่สามารถลดความเครียดลงได้ในระยะเวลาอันสั้น เป็นความเครียดในระดับอันตราย หากไม่ได้รับการรักษาเพื่อบรรเทา จะทำให้เกิดความเครียดเรื้อรังและโรคต่าง ๆ ภายหลังได้

4. ความเครียดในระดับรุนแรง (Severe Stress) หมายถึง ความเครียดในระดับสูงที่ดำเนินติดต่อกันมาอย่างต่อเนื่อง จนทำให้บุคคลเกิดความล้มเหลวในการปรับตัว จนทำให้เกิดความเบื่อหน่าย ท้อแท้ ไม่มีแรง ควบคุมตนเองไม่ได้จนทำให้เกิดโรคร้ายต่าง ๆ หรืออาการทางกายได้ง่าย

ตอนที่ 2 ความรู้เกี่ยวกับแรงสนับสนุนทางสังคม

2.1 ความหมายของแรงสนับสนุนทางสังคม

แรงสนับสนุนทางสังคม⁽²³⁾

Thoits⁽²³⁾ ได้ให้ความหมายของแรงสนับสนุนทางสังคม หมายถึง การที่บุคคลได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลหรือกลุ่มคนที่บุคคลนั้นมีปฏิสัมพันธ์ด้วย โดยได้รับการช่วยเหลือในด้านอารมณ์และสังคม ด้านข้อมูลข่าวสาร และด้านวัตถุประสงค์ของ

Tolsdorf⁽²⁴⁾ กล่าวว่า แรงสนับสนุนทางสังคม เป็นเหมือนการกระทำหรือพฤติกรรมใด ๆ ที่เป็นรูปแบบประจำ (function) ในการช่วยเหลือบุคคลใดบุคคลหนึ่งอย่างเฉพาะเจาะจงเพื่อช่วยเหลือให้บุคคลนั้นบรรลุเป้าหมายที่วางไว้

Albrecht and Adelman's⁽²⁵⁾ ให้นิยาม แรงสนับสนุนทางสังคมว่า เป็นทั้งรูปแบบประจำ (function) และกระบวนการ (process) ที่นำไปสู่การช่วยเหลือ โดยเน้นไปที่การติดต่อสื่อสารทั้งทางวาจา หรือการแสดงออกทางพฤติกรรม จนการสนับสนุนทางสังคมเกิดขึ้น

จากนิยามข้างต้นจึงสรุปได้ว่า แรงสนับสนุนทางสังคม หมายถึง การสนับสนุนและให้ความช่วยเหลือบุคคลในด้านต่าง ๆ จากบุคคลรอบข้าง เช่น การสนับสนุนในด้านอารมณ์, สังคม, ข้อมูลข่าวสาร และสิ่งของ เป็นต้น

2.2 ประเภทของการสนับสนุนทางสังคม

Schaefer และคณะ⁽²⁶⁾ แบ่งการสนับสนุนทางสังคมออกเป็น 3 ประเภท ดังนี้

1. การสนับสนุนทางด้านอารมณ์ (Emotional Support) คือ การให้ความมั่นใจ ไว้วางใจ ความรู้สึกใกล้ชิดผูกพัน ทำให้บุคคลรู้สึกว่าเป็นส่วนหนึ่งของสังคมนั้น

2. การสนับสนุนทางด้านทรัพยากรหรือวัตถุ (Tangible Support) คือ การให้ความช่วยเหลืออย่างเป็นรูปธรรม เช่น การให้เงินและสิ่งของ การให้บริการรูปแบบต่าง ๆ เช่น การช่วยเหลือในยามต้องการ การช่วยทำงาน การดูแลยามป่วยไข้ เป็นต้น

3. การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร (Informational Support) คือ การให้ข้อมูลข่าวสารและคำแนะนำ การให้ข้อมูลสะท้อนพฤติกรรมของบุคคล เพื่อให้บุคคลรับรู้พฤติกรรมของตนเอง และสามารถจัดการปัญหาได้

2.3 แหล่งสนับสนุนทางสังคม⁽²⁷⁾ แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม ดังนี้

1. กลุ่มปฐมภูมิ คือ กลุ่มบุคคลที่มีความสนิทสนมใกล้ชิด ได้แก่ ครอบครัว ญาติ พี่น้อง และเพื่อนบ้าน

2. กลุ่มทุติยภูมิ คือ กลุ่มบุคคลที่มีความสัมพันธ์ตามกฎเกณฑ์ทางสังคม ได้แก่ เพื่อนร่วมชั้นเรียน เพื่อนร่วมงาน กลุ่มวิชาชีพและกลุ่มสังคมอื่น ๆ ได้แก่ ครู แพทย์และพยาบาล เป็นต้น

ในบริบทของนิสิต Danielsen, Samdal, Hetland et al.⁽²⁸⁾ ได้เสนอว่า แหล่งเอื้ออำนวยทางสังคมที่ทำให้นิสิตสามารถใช้ชีวิตช่วงศึกษาเล่าเรียนได้อย่างมีความสุข มีความเป็นอยู่ที่ดี และสามารถใช้ชีวิตอย่างมีประสิทธิภาพได้นั้นมาจากครอบครัว อาจารย์ และเพื่อน ดังนั้นการสนับสนุนทางสังคมจึงเป็นสิ่งสำคัญในการจัดการแก้ปัญหาของนิสิต

ตอนที่ 3 ความรู้เกี่ยวกับการเห็นคุณค่าตนเอง

3.1 ความหมายของการเห็นคุณค่าตนเอง

การเห็นคุณค่าตนเอง

การเห็นคุณค่าในตนเอง (Self Esteem) นักวิจัยหลาย ๆ คนอาจจะใช้คำอื่นที่แตกต่างกันออกไป เช่น คำว่า ความพึงพอใจในตนเอง (Self-satisfaction) หรือ การเห็นความสำคัญของตนเอง (Self-importance) หรือ การเคารพตนเอง (Self-respect) หรือ ภาพลักษณ์ตนเอง (Self-image)

Maslow⁽²⁹⁾ ได้ให้ความหมายของคำว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง (Self Esteem) ว่า การเห็นคุณค่าในตนเองนั้น ประกอบด้วย 2 องค์ประกอบหลัก ๆ ได้แก่

1. การเห็นคุณค่าในตนเอง จากการเคารพในตนเอง (Self-respect) และรับรู้ถึงคุณค่าของตนเอง เช่น ความเข้มแข็งของตนเอง ความสามารถของตนเอง ความชื่นชมในตนเอง (self-admired) ความมั่นใจในตนเอง (self-confident) และการไม่ตกอยู่ภายใต้การบังคับของใคร

2. การเห็นคุณค่าในตนเองจากผู้อื่น มาจากการที่บุคคลนั้นคิดว่า ตนเองได้รับคุณค่า เช่น ได้รับเกียรติ ได้รับชื่อเสียง อำนาจ การยกย่อง การยอมรับ การเคารพ ความห่วงใย การเชิดชู โดยที่บุคคลนั้นรู้สึกได้ว่าตนเองได้รับการยอมรับจากผู้อื่น เช่น การเลื่อนตำแหน่ง เป็นต้น

Coopersmith⁽³⁰⁾ ให้แนวคิดว่าการเห็นคุณค่าในตนเอง เป็นการประเมินตนเองของแต่ละบุคคล โดยมีทัศนคติเกี่ยวกับการยอมรับและไม่ยอมรับตนเอง เป็นความเชื่อของบุคคลที่มีต่อความสามารถ ความสำเร็จ และคุณค่าของตนเอง ซึ่งบุคคลอื่นสามารถรับรู้ได้จากการกระทำและคำพูดที่บุคคลนั้นแสดงออกมา

ซึ่งอาจจะเขียนเป็นความสัมพันธ์ได้ว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง คือ สัดส่วนของความสำเร็จ ต่อความคาดหวัง ดังสมการ

$$\text{การเห็นคุณค่าในตนเอง (Self Esteem)} = \frac{\text{ความสำเร็จ (Success)}}{\text{ความคาดหวัง (Expectation)}}$$

Rosenberg⁽³¹⁾ ให้ความหมายการเห็นคุณค่าในตนเองว่า เป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นภายใน เรื่องการยอมรับในตนเอง นับถือและเชื่อถือตนเอง เป็นการประเมินตนเองในด้านบวกและลบ

การเห็นคุณค่าตนเอง⁽¹⁷⁾ หมายถึง การที่บุคคลมีความรู้สึกเห็นคุณค่าของตนเองหรือมีความภาคภูมิใจในตนเอง ซึ่งเกิดจากการประเมินคุณค่าตนเองด้านความสามารถ ความสำคัญ ความสำเร็จ

และควมมีคุณค่าของตนเอง ทั้งยังสามารถยอมรับการเห็นคุณค่าที่ผู้อื่นมีต่อตน การมีความเชื่อมั่นในตนเอง และนับถือตนเอง ซึ่งมีพื้นฐานมาจากความรู้สึกที่มีต่อตนเอง

3.2 ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง

Coopersmith⁽³⁰⁾ และ Maslow⁽²⁹⁾ แสดงให้เห็นว่า มี 2 ปัจจัยที่ส่งอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยแบ่งเป็นปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอก

1. ปัจจัยภายใน เป็นปัจจัยเฉพาะตัวของแต่ละบุคคล เช่น

คุณสมบัติทางกายภาพ ส่งผลโดยตรงต่อความภูมิใจในตนเอง ซึ่งเป็นสิ่งที่มองเห็นได้จาก น้ำหนัก ส่วนสูง รูปร่าง การแต่งกาย ความแข็งแรง ความตื่นตัว ซึ่งบุคคลที่มีคุณสมบัติทางกายภาพดี จะมีความพึงพอใจในตนเองสูงกว่าบุคคลที่มีคุณสมบัติทางกายด้อยกว่า ไม่เพียงแต่คุณสมบัติทางกายภาพที่ดีอย่างเดียว แต่ยังรวมถึงสถานะทางสังคม สถานะทางอารมณ์ สภาพจิตใจที่ดีอีกด้วย นอกจากนี้ระดับของคุณสมบัติทางกายภาพที่ส่งผลต่อความภูมิใจในตนเองมาจากค่านิยมทางสังคมอีกด้วย

เพศ ค่านิยมทางวัฒนธรรมส่วนใหญ่ให้ความสำคัญกับเพศชายมากกว่าเพศหญิง ซึ่งจะเห็นได้จากในหลาย ๆ ประเทศตำแหน่งผู้นำประเทศ หรือผู้บริหารระดับสูงมักจะเป็นผู้ชาย และผู้หญิงจะมีสถานะทางสังคมด้อยกว่า ความสำเร็จของผู้ชายถูกมองว่ามาจากความสามารถ ในขณะที่ความสำเร็จของผู้หญิงถูกมองว่ามาจากโชคช่วย สิ่งนี้ทำให้ความเป็นชายรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าความเป็นหญิง ซึ่งเป็นความแตกต่างด้านทัศนคติของแต่ละวัฒนธรรม

ความสำเร็จและความสามารถพิเศษ บุคคลที่ประสบความสำเร็จจะมีความมั่นใจในตนเองสูง หรือบุคคลที่มีความสามารถพิเศษด้านกีฬา ศิลปะ ก็สามารถชดเชยกับความสำเร็จทางด้านการศึกษาได้

สถานะทางอารมณ์ ขึ้นอยู่กับความพึงพอใจ ความวิตกกังวล ขึ้นอยู่กับแต่ละบุคคล มีสาเหตุมาจากประสบการณ์ส่วนตัว หรือการรับรู้จากการกระทำของคนอื่น บุคคลที่มองโลกในแง่บวกจะมีความพึงพอใจตนเองสูงกว่าบุคคลที่มองโลกแง่ลบ

ความทะเยอทะยาน บุคคลที่มีความทะเยอทะยานจะเป็นบุคคลที่มีเป้าหมายเป็นของตนเอง และถ้าบุคคลนั้นสามารถบรรลุเป้าหมายนั้นได้จะรู้สึกว่ามีคุณค่า และหาเป้าหมายที่สูงขึ้นต่อไป

คุณค่าในตนเอง การประเมินตนเองขึ้นอยู่กับสิ่งที่บุคคลนั้นให้คุณค่า การที่บุคคลนั้นเปรียบเทียบตนเองกับสิ่งอื่น ๆ ซึ่งให้ความสำคัญกับความแตกต่างในสิ่งนั้น ๆ โดยมีแนวโน้มว่าจะใช้ค่านิยมของสังคมประเมินคุณค่าในตนเอง

ปัญหาต่าง ๆ และพยาธิวิทยา ปัญหาทางสุขภาพกายและสุขภาพจิตล้วนส่งผลทางลบต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง บุคคลที่ไม่ค่อยมีปัญหาทางด้านสุขภาพจะมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง ใน

งานวิจัยของ Rosenberg พบว่าวัยรุ่นชายที่เห็นคุณค่าในตนเองต่ำมักจะมีปัญหาด้านสุขภาพจิต ไม่มีความสุข

2. ปัจจัยภายนอก ได้แก่ เหตุการณ์ หรือเงื่อนไขที่บุคคลนั้นมีปฏิสัมพันธ์ด้วย

ความสัมพันธ์ในครอบครัว เป็นจุดเริ่มต้นในการสร้างการเห็นคุณค่า หากบรรยากาศในครอบครัวอบอุ่น สนับสนุนซึ่งกันและกัน มีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน พ่อแม่มีอารมณ์ที่คงที่ พ่อแม่เป็นบุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองสูง ก็จะส่งผลให้บุคคลในครอบครัวมีการพัฒนาและเห็นคุณค่าในตนเองสูง

โรงเรียนและการศึกษา ประสบการณ์ที่โรงเรียนเป็นส่วนหนึ่งในการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองรองจากครอบครัว ด้วยกิจกรรมที่หลากหลายที่โรงเรียนทำให้พวกเขาสามารถแสดงทักษะและความสามารถ ขณะที่พวกเขาเรียนรู้ที่จะแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ด้วยตัวของเขาเอง ส่งผลให้เกิดความมั่นใจและความภูมิใจในตนเองสูงขึ้น คุณครูคือแบบอย่างที่สำคัญในโรงเรียน สิ่งที่ครูทำ อารมณ์ ความใส่ใจ ทศนคติ ความรัก ความอบอุ่น และความสัมพันธ์ระหว่างครูกับเด็ก ๆ มีอิทธิพลอย่างมากต่อการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง

สถานะทางสังคม ที่แตกต่างกันทำให้เกิดการเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่น ไม่ว่าจะเป็นตัวนำหน้า ที่ บทบาททางสังคม ครอบครัว และสถานะทางการเงิน

กลุ่มเพื่อน แต่ละบุคคลมักจะเปรียบเทียบทักษะความสามารถของตนเองกับเพื่อน ๆ หากว่าได้รับการยอมรับก็จะรู้สึกว่าคุณค่าในตนเองมีความสำคัญ และการเห็นคุณค่าในตนเองจะเพิ่มสูงขึ้น ในทางตรงกันข้ามบุคคลที่ได้รับการต่อว่า ไม่ได้รับการยอมรับ ไม่ได้รับความสำคัญก็จะเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ

ตอนที่ 4 แนวคิดและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

วิทยา บุญเลิศเกิดไกร และ ชาติชาย คล้ายสุบรรณ⁽⁸⁾ ศึกษาปัจจัยด้านความเครียดกับคุณภาพชีวิตของนิสิตแพทย์ ศูนย์แพทยศาสตรศึกษาชั้นคลินิก โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร ปรารจันบุรี พบว่า นิสิตส่วนใหญ่ ร้อยละ 62.5 มีคุณภาพชีวิตโดยรวมในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.5 มีคุณภาพชีวิตที่ดี ปัจจัยความเครียดส่วนตัว เช่น ปัญหาด้านการเงิน การประสานงานกับเจ้าหน้าที่ มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต ส่วนปัจจัยความเครียดด้านการศึกษาไม่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต

ทัศนาว ทวีคุณ, พัชรินทร์ นินทจันทร์ และโสภณ แสงอ่อน⁽³²⁾ ศึกษาปัจจัยทำนายความเครียดของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์มหาบัณฑิต จากกลุ่มตัวอย่าง 161 คน พบว่าปัจจัยที่ส่งผล

ต่อความเครียดเป็นปัจจัยด้านการเรียน การเงิน สุขภาพ สัมพันธภาพกับบุคคลในครอบครัว บุคคล ใกล้ชิด และเพื่อน ส่วนความแข็งแกร่งในชีวิตเป็นปัจจัยปกป้องจากความเครียด

อังสนา สิงหกุล⁽⁷⁾ ศึกษาเรื่องความชุกของความเครียดและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียด ของนิสิตปริญญาโท คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 126 คน เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามทั่วไป, แบบประเมินที่มาของความเครียด, แบบประเมินและ วิเคราะห์ความเครียดด้วยตนเองของกรมสุขภาพจิต และแบบวัดระดับคุณภาพชีวิต พบว่า ความชุก ของนิสิตปริญญาโท คิดเป็น ร้อยละ 34.1 สภาพแวดล้อม ภูมิสำเนา และสภาวะจิตใจเป็นปัจจัยที่ เกี่ยวข้องกับความเครียดของนิสิตปริญญาโท คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภควัต วงศ์ไทย⁽³³⁾ ศึกษาเรื่องความเครียดของนิสิตระดับปริญญาตรี ภาควิชาสถาปัตยกรรม คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เก็บข้อมูลจากนิสิต ปีการศึกษา 2557 จำนวน ทั้งสิ้น 323 คน พบว่า นิสิตส่วนใหญ่ ร้อยละ 39.7 มีความเครียดอยู่ในระดับปานกลาง ปัจจัยที่มีผล ต่อความเครียด ได้แก่ จำนวนงานที่ได้รับมอบหมายในแต่ละรายวิชาที่มาก, จำนวนครั้งของการตรวจ แบบกับอาจารย์ประจำกลุ่มที่น้อย, และอายุที่เพิ่มขึ้นของนิสิต

วรินทร์ รามสูต⁽³⁴⁾ ศึกษาแหล่งความเครียดของนิสิตปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยจำนวน 452 คน เก็บข้อมูลโดยใช้ แบบสอบถาม DASS-Stress Scale และแบบสอบถามแหล่งความเครียด ผลการวิจัยพบว่านิสิต ปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มีระดับการรับรู้ความเครียดในด้านการเรียนสูงสุด รองลงมา คือ ด้านสภาวะทางสังคม ด้านเศรษฐกิจ ด้านเรื่องส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านปฏิสัมพันธ์กับเพื่อน และบุคคลอื่น ตามลำดับ

วิโรจน์ ทองสุพรรณ, บุญชอบ เกียรติกำจาย และอุกฤษฏ์ มนูญจันทร์⁽³⁵⁾ ทำการศึกษาเรื่อง ความเครียดของนิสิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน ใช้กลุ่มตัวอย่าง 631 คน จาก คณะเกษตรศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ คณะศิลปศาสตร์และวิทยาศาสตร์ คณะวิศวกรรมศาสตร์ ปีที่ 1-4 และคณะสัตวแพทยศาสตร์ ปีที่ 4-6 โดยใช้แบบสำรวจความเครียด Health Opinion Survey (HOS) และแบบสอบถามสาเหตุหรือสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด พบว่า กลุ่มคณะศิลปศาสตร์ และวิทยาศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ และคณะเกษตรศาสตร์ มีความเครียดสูงสุดในชั้นปีที่ 1 ส่วน คณะวิศวกรรมศาสตร์และคณะสัตวแพทยศาสตร์มีความเครียดสูงสุดในชั้นปีสุดท้าย โดยปัจจัยที่ส่งผล ต่อความเครียดของนิสิต คือ ปัจจัยด้านสุขภาพ ด้านการศึกษาในปัจจุบัน ด้านการปรับตัว และด้านที่ พักอาศัย

นภัศกร ชันธควร⁽¹¹⁾ ศึกษาความเครียดและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของนิสิตชั้นปีที่ 1 ระดับปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โดยกลุ่มตัวอย่างสุ่มจากนิสิตปีที่ 1 ทุกคณะ เป็นจำนวน ทั้งหมด 418 คน ผลการศึกษาพบว่านิสิตส่วนใหญ่มีความเครียดอยู่ในระดับสูง ปัจจัยที่ทำนาย

ความเครียดของนิสิต คือ ไม่เข้าใจเนื้อหาที่เรียน, การที่มีเวลาพักผ่อนไม่เพียงพอ และมีความขัดแย้งกับคนในครอบครัว คณะสาขาวิชาสังคมศาสตร์มีระดับความเครียดสูง-รุนแรงเป็นอันดับ 1 จาก 4 สาขาวิชาที่ศึกษา

มรุณีน คำวงศ์ปิ่น⁽³⁶⁾ ศึกษาเรื่องความเครียด วิธีการปรับแก้และแรงสนับสนุนทางสังคมของบุคคลที่เคยพยายามฆ่าตัวตาย มีกลุ่มตัวอย่างจำนวน 40 คน จากบุคคลที่เคยพยายามฆ่าตัวตายที่มารักษาในโรงพยาบาลสันทรายและโรงพยาบาลสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่ พบว่า ร้อยละ 66.67 ของกลุ่มตัวอย่างมีความคิดฆ่าตัวตายและมีแรงสนับสนุนทางสังคมในระดับต่ำ

อรอนงค์ ทรงสกุล⁽⁴⁾ ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุน, มโนภาพแห่งตนและการสนับสนุนทางสังคมกับการปรับตัวของวัยรุ่นตอนต้น กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่ศึกษาอยู่ในโรงเรียนสหศึกษา สังกัดกองการมัธยมศึกษา กรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ จำนวน 900 คน พบว่า เพศหญิงปรับตัวได้ดีกว่าเพศชาย, ผู้ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงปรับตัวได้ดีกว่าผู้ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ มโนภาพแห่งตนและการสนับสนุนทางสังคมส่งผลร่วมกันต่อการปรับตัว ผู้ที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมต่ำ หากมีมโนภาพแห่งตนดีจะปรับตัวได้ดีกว่าผู้ที่มีมโนภาพแห่งตนไม่ดี

ชาญวุฒิ ธิติรัตนโชติ, ณัฐญาดา เหล่าคงธรรม, วิสันต์ มาวงษ์, ทัดดา ศรีบุญเรือง, และ คณะ⁽³⁷⁾ ทำการศึกษาเรื่องการประเมินสุขภาพจิตและความเครียดของนักศึกษามหาวิทยาลัยอุบลราชธานี พบว่า ส่วนใหญ่มีความเครียดในระดับน้อยถึงปานกลาง ปัจจัยส่วนบุคคล เช่น เพศ กลุ่มคณะที่ศึกษา ชั้นปีที่ศึกษา ผลการเรียน และความเพียงพอของรายได้มีความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตและความเครียด

Susan Gore, Robert H. Asetline, Jr., Mary Ellen Colten⁽⁵⁾ ทำการศึกษาโครงสร้างทางสังคม, ความเครียดในชีวิต และอาการซึมเศร้าในเด็กวัยรุ่น โดยทำการสุ่มตัวอย่างนักเรียนระดับชั้นมัธยมปลายจำนวน 1,208 คน มุ่งเน้นวิเคราะห์ที่โครงสร้างครอบครัว เศรษฐฐานะทางสังคมและเพศ และดูปัจจัยเสี่ยงทั้งทางตรงและทางอ้อม ผลการวิจัยพบว่า เพศมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญในด้านการรับรู้ความเครียด เด็กที่โตมาในครอบครัวพ่อแม่เลี้ยงเดี่ยวมีโอกาสที่จะมีอาการซึมเศร้าได้มากกว่า ทั้งเพศชายและหญิงที่มีเศรษฐฐานะทางสังคมในระดับต่ำมีความเสี่ยงในด้านความเครียดและการขาดการสนับสนุน

Campbell, Svenson และ Jarvis⁽³⁸⁾ ศึกษาระดับการรับรู้ความเครียดของนิสิตในมหาวิทยาลัยคอนคอร์เดีย จำนวน 457 คน เป็นนิสิตชาย 177 คน และนิสิตหญิง 280 คน ผลการศึกษาพบว่า นิสิตหญิงมีระดับการรับรู้ความเครียดสูงกว่านิสิตนักศึกษาชาย วิธีการลดความเครียดของนิสิตหญิงส่วนใหญ่จะเป็นการลดข้อผูกมัดในชีวิตประจำวันลง การออกกำลังกาย และลดความกังวลในเรื่องต่าง ๆ ลง

Crikszentmihalyi & Lason⁽³⁹⁾ พบว่านิสิตที่อยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนปลายทั้งชายและหญิงใช้เวลากับครอบครัวไม่ต่างกัน แต่วัยรุ่นหญิงจะมีส่วนร่วมในการสนทนากับบุคคลในครอบครัวมากกว่าเพศชาย สามารถระบายความเครียดกับคนในครอบครัวมากกว่าเพศชาย วัยรุ่นเพศชายจึงมีระดับการรับรู้ความเครียดที่มากกว่า

Misra, Ranjita, McKean, Michelle, West, Sarah, Russo, & Tony⁽⁴⁰⁾ ศึกษาการรับรู้ความเครียดด้านการศึกษาเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มนักศึกษากับคณาจารย์จากมหาวิทยาลัยมิสซิสซิปปี โดยมีกลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาจำนวน 249 คน และคณาจารย์จำนวน 67 คน อายุเฉลี่ย 21 และ 42 ปี ตามลำดับ ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาหญิงเกิดความเครียดและตอบสนองต่อความเครียดมากกว่านักศึกษาชาย คณาจารย์สังเกตเห็นความเครียดของนักศึกษาได้จากปฏิกิริยาที่ตอบสนองต่อความเครียดมากขึ้น และยังพบว่าความเครียดในแต่ละชั้นปีแตกต่างกัน

Australia Medical Students' association⁽⁹⁾ ได้ทำการศึกษาสุขภาพจิตของนักศึกษาในประเทศออสเตรเลีย พบว่า ปัญหาด้านการเงิน การอาศัยอยู่คนเดียว การพักอยู่นอกมหาวิทยาลัย และฐานะของครอบครัวที่ไม่ดี มีผลต่อปัญหาสุขภาพจิต

Hefner J, Eisenberg D⁽⁴¹⁾ ศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างสุขภาพจิตและแรงสนับสนุนทางสังคม โดยสำรวจผ่านทางเว็บไซต์ มีกลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยในมหาวิทยาลัยเปิดจำนวน 1,378 คน พบว่านักศึกษาที่มีความแตกต่างทางด้านเชื้อชาติ สถานะทางเศรษฐกิจระดับต่ำ มีความเสี่ยงสูงที่จะแยกตัวออกจากสังคม และยังพบว่านักศึกษาที่มีการสนับสนุนทางสังคมต่ำ มีแนวโน้มที่จะพบปัญหาสุขภาพจิต รวมถึงความเสี่ยง 6 เท่าที่จะเป็นโรคซึมเศร้า

Kara Ziv, Daniel Eisenberg, Sarah E. Gollust, Ezra⁽¹⁰⁾ ศึกษาความคงทนของปัญหาสุขภาพจิตและความต้องการของนักศึกษามหาวิทยาลัย ทำการสำรวจผ่านทางเว็บไซต์ โดยเก็บข้อมูลในฤดูใบไม้ร่วงปี ค.ศ.2005 และติดตามผลการสำรวจในฤดูใบไม้ร่วงปี ค.ศ.2007 โดยใช้เครื่องมือวัดอาการผิดปกติทางจิต เช่น ความวิตกกังวล, ซึมเศร้า, การกินที่ผิดปกติ, การทำร้ายตัวเอง และการฆ่าตัวตาย ผลการสำรวจพบว่า นักศึกษาเกินครึ่งมีปัญหาทางด้านสุขภาพจิตอย่างน้อยหนึ่งด้าน และร้อยละ 60 ของนักศึกษามีปัญหาสุขภาพจิต เมื่อเวลาผ่านไป โดยเทียบสองจุดเวลา มีนักศึกษาน้อยกว่าครั้งที่ได้รับการรักษา

Xingmin Wang, Lin Cai, Jing Qian, and Jiayi Peng⁽⁶⁾ ศึกษาถึงผลกระทบจากแรงสนับสนุนทางสังคม และปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดและซึมเศร้าในนักศึกษามหาวิทยาลัย โดยมีกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 632 คน ทำแบบสอบถามประเมินการรับรู้ความเครียด, การรับรู้แรงสนับสนุนทางสังคม และแบบประเมินซึมเศร้า ผลการศึกษาพบว่า แรงสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดและซึมเศร้า

Reda Abouserie⁽⁴²⁾ ศึกษาแหล่งที่มาและระดับความเครียดในความสัมพันธ์ของอำนาจควบคุมตนเอง (Locus of Control) และการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self Esteem) ในนักศึกษา มหาวิทยาลัย โดยทำการสุ่มตัวอย่างจำนวน 675 คน เป็นชาย 202 คน และหญิง 473 คน ทำการศึกษาในนักศึกษาปริญญาตรีชั้นปีที่ 2 พบว่าการสอบและผลการสอบส่งผลให้นักศึกษาเครียดมากที่สุด และพบว่าเพศหญิงมีความเครียดมากกว่าเพศชายอย่างมีนัยสำคัญ กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 77.6 มีระดับความเครียดปานกลาง และร้อยละ 10.4 มีระดับความเครียดสูง ผลการศึกษายังบอกด้วยว่า ความสัมพันธ์ระหว่างอำนาจควบคุมตนเอง (Locus of Control) และความเครียดด้านการศึกษามีความสัมพันธ์เชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญ โดยนักศึกษาที่เชื่ออำนาจควบคุมนอกตนเอง มีความเครียดมากกว่านักศึกษาที่เชื่ออำนาจควบคุมในตนเอง และความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองกับความเครียดด้านการศึกษา และความเครียดในชีวิตเป็นความสัมพันธ์ในเชิงลบอย่างมีนัยสำคัญ โดยนักศึกษาที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงจะมีความเครียดน้อยกว่านักศึกษาที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ

Negga, Feven; Applewhite, Sheldon; Livingston, Ivor⁽⁴³⁾ ศึกษาความเครียดของนักศึกษาชาวอเมริกันเชื้อสายแอฟริกัน : ความแตกต่างทางด้านเชื้อชาติ, การเห็นคุณค่าในตนเองและแรงสนับสนุนทางสังคม กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาชาวแอฟริกันอเมริกันจำนวน 344 คนจาก Historically Black College & University (HBCU) พบว่า 5 อันดับของแหล่งความเครียด คือ การเสียชีวิตของสมาชิกในครอบครัว (ร้อยละ 82) เกรดเฉลี่ยต่ำ (ร้อยละ 69) การจัดการเวลา (ร้อยละ 61) ปัญหาความสัมพันธ์กับคนรัก (ร้อยละ 57) และการขาดชั้นเรียน (ร้อยละ 55) นอกจากนั้นยังพบความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเอง, แรงสนับสนุนทางสังคม และความเครียดในนักศึกษา กลุ่มตัวอย่างนี้

Patel & Greydanus⁽⁴⁴⁾ (1999) ได้ทำการศึกษาเรื่องความกังวลในเด็กกับการใช้สารเสพติด พบว่าวัยรุ่นเป็นช่วงที่สำคัญที่เริ่มมีการใช้สารเสพติดจากเพื่อน จากการรับรู้ในมหาวิทยาลัย และการเข้าถึงสาร เช่น แอลกอฮอล์ บุหรี่ เป็นต้น ซึ่งการใช้สารเสพติดของนักเรียนมีความสัมพันธ์ที่เกี่ยวข้องกับความเครียด

Saleh, Camart, และ Romo⁽⁴⁵⁾ ได้ทำการศึกษาการทำนายความเครียดในนักศึกษา มหาวิทยาลัย โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาในมหาวิทยาลัยฝรั่งเศส จำนวน 483 คน ที่มีอายุระหว่าง 18-24 ปี ผลการศึกษาพบว่าร้อยละ 72.9 มีความทุกข์ใจจากอาการวิตกกังวล เครียด และซึมเศร้า ยิ่งกว่านั้นยังพบว่ากลุ่มตัวอย่างมากกว่าครึ่งหนึ่ง ร้อยละ 62.7 มีความภูมิใจในตนเองต่ำ และร้อยละ 56.7 มองโลกในแง่ร้าย ส่วนปัจจัยในการทำนายความเครียดพบว่า ความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า มีความสามารถ การมองโลกในแง่ดี เป็นตัวทำนายความเครียดที่สำคัญ

Sarkova, Bacikova-Sleskova, Madarasova Geckova et al.⁽⁴⁶⁾ ศึกษาเรื่องจิตวิทยาความเป็นอยู่ดีของวัยรุ่นและความนับถือตนเองในบริบทของความสัมพันธ์ในโรงเรียน โดยใช้กลุ่มตัวอย่าง 3,694 คน อายุเฉลี่ย 14.3 ± 0.62 ปี พบว่าหากความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมชั้นเรียนดี ความเครียด ความวิตกกังวล ซึมเศร้าก็จะน้อย

Sheeba FARHAN และ Imran KHAN⁽⁴⁷⁾ ได้ทำการศึกษาผลกระทบของความเครียด การเห็นคุณค่าในตนเองและปัจจัยทางเพศกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนในโรงเรียน พบว่าความเครียดและการเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์กัน ในขณะที่เพศไม่มีผลกระทบอย่างมีนัยสำคัญกับความเครียดและการเห็นคุณค่าในตนเอง

Jou & Fukada⁽⁴⁸⁾ ทำการศึกษาเรื่องอิทธิพลของความเครียดและการสนับสนุนทางสังคมต่อสุขภาพกาย, สุขภาพจิต และความสุขของนักศึกษาชาวจีนในประเทศญี่ปุ่น กลุ่มตัวอย่างจำนวน 175 คนจาก 13 มหาวิทยาลัยของญี่ปุ่น พบว่าความเครียดและแรงสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์กัน นักศึกษาที่มีความเครียดสูงจะต้องการความช่วยเหลือและต้องการแรงสนับสนุนมากกว่าผู้ที่มีความเครียดน้อย

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

รูปแบบงานวิจัย (Research Design)

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา ณ จุดเวลาใดเวลาหนึ่ง (cross-sectional descriptive study)

ระเบียบวิธีวิจัย (Research Methodology)

ประชากรเป้าหมาย คือ นิสิตปริญญาตรีที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ประชากรตัวอย่าง คือ นิสิตปริญญาตรีที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ชั้นปีที่ 1-4 ปีการศึกษา 2560 ที่ผ่านเกณฑ์คัดเลือก

เกณฑ์การคัดเลือกเข้า (Inclusion Criteria)

1. เป็นนิสิตระดับปริญญาตรีที่ได้รับทุนการศึกษาจากคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย คณะ/มหาวิทยาลัยเป็นผู้พิจารณาจัดสรร โดยกำลังศึกษาอยู่ในชั้นปีที่ 1 ถึง ชั้นปีที่ 4 และมีอายุ 18 ปีขึ้นไป

2. เป็นนิสิตที่กำลังศึกษาอยู่ในหลักสูตรภาษาไทย 3 หลักสูตรดังต่อไปนี้ หลักสูตรบัญชีบัณฑิต หลักสูตรสถิติศาสตร์บัณฑิต และหลักสูตรบริหารศาสตร์บัณฑิต

3. ให้ความร่วมมือและเต็มใจในการเข้าร่วมในการวิจัย

เกณฑ์การคัดเลือกออก (Exclusion Criteria)

1. นิสิตที่มีอาการเจ็บป่วยอย่างรุนแรง จนทำให้ไม่สามารถใช้ชีวิตตามปกติได้

2. นิสิตที่มีอุปสรรคอื่นที่ทำให้ไม่สามารถเข้าร่วมในงานวิจัยได้

ขนาดของตัวอย่าง คำนวณขนาดตัวอย่างจากความเครียดในนิสิตทุนฯ

โดยใช้สูตร sample size for finite population ของ Wayne W.,D. (1995) ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% และยอมให้คลาดเคลื่อน 5% ดังนี้

$$n = \frac{Np(1-p)z^2_{1-\frac{\alpha}{2}}}{d^2(N-1) + p(1-p)z^2_{1-\frac{\alpha}{2}}}$$

เมื่อกำหนด

n แทน จำนวนกลุ่มตัวอย่างน้อยที่สุดที่ต้องการ

N แทน ขนาดของประชากร

Z แทน ค่าสถิติที่ใช้ใน Z-distribution

p แทน สัดส่วนของนิสิตทุนที่มีความเครียด (เมื่อต้องการจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่มีขนาดมากที่สุด)

d แทน ความคลาดเคลื่อนที่ยอมให้เกิดขึ้นได้

การวิจัยครั้งนี้คิดค่าสัดส่วน p ที่ 0.5 เพื่อให้ได้ขนาดตัวอย่างมากที่สุด N = 130 คน Z = 1.96 ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 หรือที่ระดับความเชื่อมั่น 95% และ d = 0.05 แทนค่า จะได้

$$n = \frac{130(0.5)(1-0.5)(1.96)^2}{(0.05)^2(130-1) + 0.5(1-0.5)(1.96)^2}$$

$$= 98$$

จำนวนกลุ่มตัวอย่าง = 98 คน และเพื่อป้องกันความผิดพลาดในการเก็บข้อมูล ผู้วิจัยจึงเพิ่มขนาดกลุ่มตัวอย่างอีก 30 % ดังนั้นจะได้ขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่จะศึกษา คือ 127 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบ่งเป็น 2 ส่วน ผู้วิจัยออกแบบเอง มีจำนวน 26 ข้อ โดยเป็นข้อคำถามที่เกี่ยวกับข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม เป็นคำถามปลายปิด มีลักษณะเป็นคำถามให้เลือกตอบ และแบบเขียนตอบ ประกอบด้วยตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ จังหวัดที่เกิด จังหวัดที่เรียนจบมัธยมศึกษาตอนปลาย ชั้นปีที่กำลังศึกษา หลักสูตรที่ศึกษา เกรดเฉลี่ยสะสม สภาพนิสิต ที่พักอาศัยขณะศึกษา บุคคลที่พักอาศัยอยู่ด้วย รายได้เฉลี่ยต่อเดือน แหล่งที่มาของรายได้ ความเพียงพอของรายได้ต่อค่าใช้จ่าย ทุนการศึกษาที่ได้รับ ชั่วโมงในการทำงานในขณะนี้ ชั่วโมงการทำงานพิเศษนอกขณะนี้ ภาระหนี้สินของครอบครัว สถานภาพของบิดามารดา โรคประจำตัว การสูบบุหรี่

การดื่มแอลกอฮอล์ ประวัติการใช้สารเสพติดในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา และตอนที่ 2 ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ได้แก่ การมีครอบครัว ความสัมพันธ์กับคนรัก เพื่อน และคนในครอบครัว

ส่วนที่ 2 แบบทดสอบความเครียดสวนปรุง (ฉบับปรับปรุง) Suanprung Stress Test (Modified)⁽³³⁾

เป็นเครื่องมือที่ปรับปรุงและพัฒนาจากแบบวัดความเครียดสวนปรุง (ฉบับดั้งเดิม) 20 ข้อ ของนายแพทย์สุวัฒน์ มหัตนรินทร์กุล, วนิดา พุ่มไพศาลชัย และพิมพ์มาศ ตาปัญญา โดยผู้ช่วยศาสตราจารย์นายแพทย์ชัยชนะ นิ่มนวล และนายภควัต วงศ์ไทย จากวิทยานิพนธ์เรื่อง ความเครียดของนิสิตคณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เพื่อวัดความเครียดที่เหมาะสมสำหรับคนไทย จากกรอบแนวคิดทางด้านชีวภาพ จิตใจ และสังคมของความเครียด เป็นมาตรประเมินแบบเรียงลำดับ (ordinal rating scale) 3 มาตรา เพื่อประเมินความถี่ และมาตรวัดระดับความเครียด 5 มาตรา จำนวน 22 ข้อ ผ่านการตรวจสอบแล้ว มีค่า Cronbach's Alpha coefficient = 0.90

โดยแบบทดสอบความเครียดสวนปรุงฉบับปรับปรุง มีการดัดแปลงดังนี้

- 1.แบบสอบถามฉบับเดิมจะให้ผู้ตอบข้ามหรือทิ้งว่างในข้อที่ไม่มีเหตุการณ์เกิดขึ้น ซึ่งอาจจะทำให้ผู้วิจัยแยกไม่ได้ระหว่าง “การไม่มีเหตุการณ์เกิดขึ้น” กับ “การไม่ตอบ” หรือ “ไม่มีข้อมูล” จึงปรับให้ผู้ตอบ ตอบคำถามทุกข้อ โดยให้เลือก “0” หากไม่เคยมีเหตุการณ์เกิดขึ้น
- 2.ปรับช่วงเวลาอ้างอิงจาก 6 เดือนเป็น 1 เดือน เนื่องจากใช้กับนิสิตและเป็นการวิจัยเพื่อค้นหาระดับความเครียดขณะที่ศึกษาอยู่ การพิจารณาในช่วงเวลาสั้น ๆ จึงน่าจะเหมาะสมกว่า
- 3.แบบทดสอบฉบับเดิมใช้คำสังเดียวกับข้อคำถามทั้งหมด แต่ข้อคำถามมี 2 กลุ่มคือ เหตุการณ์หรือประสบการณ์ กับ อาการ จึงปรับคำสังเป็นกลาง ๆ ว่า “ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ท่านรู้สึก...” และตามด้วยเหตุการณ์หรืออาการแต่ละข้อ
- 4.เนื่องจากแบบสอบถามนี้พัฒนามานานแล้ว รูปแบบความเครียดในปัจจุบันอาจจะมีเพิ่มเติมจากเดิม ผู้วิจัยจึงเพิ่ม “ต้อง รีบเร่ง มีเวลาไม่พอ” และ “สังคมมีความรุนแรงหรือไม่ปลอดภัย” เพื่อให้สอดคล้องกับสถานการณ์ในปัจจุบัน ข้อคำถามของแบบสอบถามฉบับปรับปรุงจึงมีจำนวนทั้งหมด 22 ข้อ
- 5.ปรับการคิดค่าคะแนน โดยขยายส่วนการมีเหตุการณ์ หรืออาการ จากไม่ตอบมีค่าเท่ากับ 0 เป็น ไม่เลย = 0, บางครั้ง = 1, บ่อย ๆ = 2 และการรวมคะแนนแต่ละข้อใช้การคูณ (Multiplicative) ค่าของส่วนนี้กับระดับความเครียด (1 ถึง 5) ดังนั้นในแต่ละข้อจะมีค่าคะแนนตั้งแต่ 0 ถึง 10 คะแนน ซึ่งทำให้คะแนนมีความละเอียดมากขึ้น

นอกจากนี้ยังแบ่งความเครียดออกเป็น 3 ด้านดังนี้ 1.ด้านอารมณ์ 2.ด้านร่างกาย และ

3.ด้านพุทธิปัญญา

ความเครียดด้านต่าง ๆ	รายละเอียดข้อคำถาม
ด้านอารมณ์	1.กลัวการทำงานผิดพลาด
	2.ไปไม่ถึงเป้าหมายที่วางไว้
	3.ต้องแข่งขันหรือเปรียบเทียบ
	4.ต้องรีบเร่ง มีเวลาไม่พอ
	19.วิตกกังวล
	20.ฮึดฮัดคับข้องใจ
	21.โกรธ หรือ หงุดหงิด
	22.เศร้าหรือท้อแท้
ด้านร่างกาย	9.กล้ามเนื้อตึงหรือปวด
	10.ปวดหัวจากความตึงเครียด
	11.ปวดหลัง
	12.ความอยากอาหารเปลี่ยนแปลง
	13.ปวดศีรษะข้างเดียว
	14.เหนื่อยง่าย
ด้านพุทธิปัญญา	15.เป็นหวัดบ่อย ๆ
	16.ความจำไม่ดี
	17.สับสน งุนงง
	18.ตั้งสมาธิลำบาก

วิธีทดสอบ ให้ผู้ตอบอ่านคำถามแล้วสำรวจดูว่าในระยะ 1 เดือนที่ผ่านมา มีเหตุการณ์ใดเกิดขึ้นกับ ผู้ตอบบ้าง โดยวงกลมล้อมรอบตัวเลข 0 หากเหตุการณ์นั้นไม่เคยเกิดขึ้นเลย 1 หากเหตุการณ์นั้น เกิดขึ้นบางครั้ง และ 2 หากเหตุการณ์นั้นเกิดขึ้นบ่อยครั้ง จากนั้นให้ประเมินว่าผู้ตอบมีความรู้สึก อย่างไรต่อเหตุการณ์นั้น แล้วให้วงกลมล้อมรอบระดับความเครียด ที่เป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ให้คะแนน 1-2-3-4-5 ดังนี้

ไม่เครียด	ให้ 1 คะแนน
เครียดเล็กน้อย	ให้ 2 คะแนน
เครียดปานกลาง	ให้ 3 คะแนน
เครียดมาก	ให้ 4 คะแนน
เครียดที่สุด	ให้ 5 คะแนน

การรวมคะแนนและการแปลผล

การรวมคะแนนของแต่ละข้อให้คูณ (Multiplicative) ค่าของการเกิดเหตุการณ์ (0-2) กับระดับคะแนนของความเครียดในแต่ละข้อ (1-5) แล้วนำคะแนนที่ได้จากแต่ละข้อมารวมกัน ซึ่งคะแนนในแต่ละข้อมีได้ตั้งแต่ 0-10 คะแนน

0 – 53	คะแนน	เครียดน้อย
54 – 93	คะแนน	เครียดปานกลาง
94 – 139	คะแนน	เครียดสูง
140	คะแนนขึ้นไป	เครียดรุนแรง

นอกจากนี้ยังแบ่งความเครียดออกเป็นด้านต่าง ๆ ได้ทั้งหมด 3 ด้าน ได้แก่ ด้านอารมณ์, ด้านร่างกาย, และด้านพุทธิปัญญา ซึ่งเกณฑ์การแบ่งระดับความเครียดมีดังนี้

ความเครียดด้านต่าง ๆ	ระดับความเครียด		
	ค่าคะแนนที่เป็นไปได้	เครียดต่ำ	เครียดสูง
	(คะแนน)	(คะแนน)	(คะแนน)
ด้านอารมณ์	0-80	0-44	≥ 45
ด้านร่างกาย	0-70	0-25	≥ 26
ด้านพุทธิปัญญา	0-30	0-16	≥ 17

หมายเหตุ ในบทที่ 4 ตารางแสดงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับระดับความเครียด จะแบ่งระดับความเครียดเป็น 2 ระดับ ดังนี้

ระดับต่ำ หมายถึง ความเครียดน้อย – ปานกลาง

ระดับสูง หมายถึง ความเครียดสูง – รุนแรง

ส่วนที่ 3 แบบประเมินการสนับสนุนทางสังคมฉบับภาษาไทย⁽⁴⁹⁾

พัฒนาโดย อรพรรณ ลือบุญธวัชชัย และพีรพนธ์ ลือบุญธวัชชัย ใช้ประเมินการสนับสนุนทางสังคม โดยมีแนวคิดมาจากการสนับสนุนทางสังคมของ Schaefer แบบสอบถามเป็นแบบมาตราประมาณค่า (rating scale) มีจำนวนทั้งหมด 16 ข้อ ประกอบด้วย 3 ด้าน คือ 1.ด้านอารมณ์ (จำนวน 7 ข้อ) 2.ด้านข้อมูลข่าวสาร (จำนวน 4 ข้อ) และ 3.ด้านทรัพยากรหรือวัตถุ (จำนวน 5 ข้อ)

การทดสอบความเชื่อมั่นและความเที่ยงตรง มีความสอดคล้องภายในดี ค่า Cronbach's Alpha coefficient = 0.91, 0.88, 0.87 เรียงตามการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์, ข่าวสาร และด้านวัตถุ

การรวมคะแนน

ค่าคะแนนสนับสนุนทางสังคม 1 หมายถึง น้อยที่สุด จนถึง 5 หมายถึง มากที่สุด โดยคะแนนรวมจะอยู่ในช่วง 16-80 คะแนน สามารถแบ่งคะแนนออกเป็น 3 กลุ่ม ดังนี้ กลุ่มที่มีการสนับสนุนทางสังคมสูง คือ ผู้ที่ได้คะแนนมากกว่า $\text{mean} + 1\text{SD}$ กลุ่มที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับปานกลาง คือ ผู้ที่ได้คะแนนระหว่าง $\text{mean} \pm 1\text{SD}$ และกลุ่มที่มีการสนับสนุนทางสังคมในระดับต่ำ คือ ผู้ที่ได้คะแนนน้อยกว่า $\text{mean} - 1\text{SD}$ โดยข้อมูลมีการกระจายแบบปกติ

ส่วนที่ 4 แบบประเมินการเห็นคุณค่าตัวเอง⁽⁵⁰⁾

โดยใช้แบบประเมินการเห็นคุณค่าในตนเองของโรเซนเบิร์ก (Rosenberg Self Esteem Scale) ของฐปนีย์ ตั้งจิตภักดีสกุล จากวิทยานิพนธ์เรื่อง ปัจจัยที่สัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเองและความรู้สึกสิ้นหวังในเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนกลาง ใช้วัดการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลทั่วไป เป็นมาตรวัดแบบเรียงลำดับ (ordinal rating scale) 4 มาตรฐาน จำนวน 10 ข้อ ค่า Cronbach's Alpha coefficient = 0.6728

การแปลผล

ข้อความทางบวก 5 ข้อ คือ ข้อ 1,3,4,7,10 (การให้คะแนน เห็นด้วยอย่างยิ่ง, เห็นด้วย, ไม่เห็นด้วย, ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง = 4,3,2,1 ตามลำดับ)

ข้อความทางลบ 5 ข้อ คือ ข้อ 2,5,6,8,9 (การให้คะแนน เห็นด้วยอย่างยิ่ง, เห็นด้วย, ไม่เห็นด้วย, ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง = 1,2,3,4 ตามลำดับ)

การรวมคะแนน

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University
คะแนนเฉลี่ย 3 – 4 เห็นคุณค่าในตนเองสูง
คะแนนเฉลี่ย 2 – 2.99 เห็นคุณค่าในตนเองปานกลาง
คะแนนเฉลี่ย 1 – 1.99 เห็นคุณค่าในตนเองต่ำ

การขออนุญาตใช้เครื่องมือ

ผู้วิจัยได้ดำเนินการขออนุญาตใช้แบบสอบถาม ได้แก่ แบบทดสอบความเครียดสวนปรุง (ฉบับปรับปรุง) แก่ผู้ช่วยศาสตราจารย์นายแพทย์ชัยชนะ นิมนวล และนายภควัต วงศ์ไทย แบบประเมินการสนับสนุนทางสังคมฉบับภาษาไทย แก่รองศาสตราจารย์นายแพทย์พีรพันธ์ ลือบุญธวัชชัย และแบบประเมินการเห็นคุณค่าตนเองแก่ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล เพื่อพิจารณาอนุญาตให้ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการวิจัยครั้งนี้

การเก็บรวบรวมข้อมูล (Data Collection)

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลดังนี้

1. ขออนุญาตรับรอง จากภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และเอกสารรับรองโครงการวิจัยจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคน คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เพื่อใช้ประกอบการขออนุญาตเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่าง
2. นำหนังสือรับรองไปแนะนำตัวและขออนุญาตเก็บข้อมูลในนิสิตที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ยื่นแก่คณบดี คณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
3. เข้าพบรองคณบดีฝ่ายกิจการนิสิต คณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี และเจ้าหน้าที่ฝ่ายกิจการนิสิต เพื่อชี้แจงถึงวัตถุประสงค์และขอความร่วมมือในการวิจัย
4. ผู้วิจัยจะแนะนำตนเอง อธิบายวัตถุประสงค์ วิธีการที่จะปฏิบัติต่อผู้เข้าร่วมการวิจัย ประโยชน์และความเสี่ยงที่อาจจะได้รับ ฯลฯ และตอบข้อสงสัยจนผู้ได้รับเชิญให้เข้าร่วมการวิจัยพอใจ และให้เวลาตัดสินใจโดยอิสระ ก่อนลงนามให้ความยินยอมเข้าร่วมในการวิจัย ที่ห้องกิจการนิสิต คณะฯ
5. สำหรับการเก็บข้อมูลจริง ผู้วิจัยจะทำการเก็บข้อมูลที่ห้องกิจการนิสิต คณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โดยสถานที่ในการให้ผู้เข้าร่วมวิจัยตอบแบบสอบถามมีความสะดวกในการเก็บข้อมูลและมีความเป็นส่วนตัวในระดับหนึ่ง การเก็บข้อมูลผู้วิจัยจะเป็นผู้ชี้แจงรายละเอียดทั้งหมด พร้อมทั้งให้คำแนะนำ ในขณะที่ทำแบบสอบถาม การเก็บข้อมูลจะเก็บข้อมูลนิสิตทุนทุกราย จนครบตามจำนวนขนาดกลุ่มตัวอย่าง

การวิเคราะห์ข้อมูล (Data Analysis)

1. สถิติเชิงพรรณนา เพื่ออธิบายข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างที่จะศึกษา คือ ค่าร้อยละ ค่าต่ำสุด ค่าสูงสุด ค่ากลางและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. สถิติเชิงอนุมาน เพื่อดูความสัมพันธ์กับปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียด โดยใช้สถิติ Chi-Square Test

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยสามารถแบ่งผลการวิเคราะห์ข้อมูลได้เป็น 2 ส่วนดังนี้

ส่วนที่ 1 การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนาด้วย ค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่ามัธยฐานและพิสัยควอไทล์ เพื่อบรรยายลักษณะของนิสิตที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ได้แก่

- 1.1 ข้อมูลทั่วไปส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ อายุ ภูมิลำเนา ชั้นปีที่กำลังศึกษา หลักสูตรที่ศึกษา เกรดเฉลี่ยสะสม(GPAX) ลักษณะที่พักอาศัย บุคคลที่พักอาศัยอยู่ด้วย รายได้ แหล่งที่มาของรายได้ ความเพียงพอของรายได้ จำนวนทุนที่ได้รับ การทำงานพิเศษ ภาระหนี้สิน สถานภาพบิดา/มารดา โรคประจำตัว การสูบบุหรี่ การดื่มแอลกอฮอล์ การใช้สารเสพติด
- 1.2 ข้อมูลด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ได้แก่ ความสัมพันธ์กับคนรัก ความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมชั้นเรียน และความสัมพันธ์กับคนในครอบครัว
- 1.3 ข้อมูลด้านความเครียด ได้แก่ ความเครียดรวม ความเครียดด้านอารมณ์ ความเครียดด้านร่างกาย และความเครียดด้านพุทธิปัญญา
- 1.4 ข้อมูลด้านปัจจัยทางสังคม ได้แก่ การสนับสนุนทางสังคม
- 1.5 ข้อมูลด้านปัจจัยทางจิตสังคม ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง

ส่วนที่ 2 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ปัจจัยทางด้านสังคม ปัจจัยทางด้านจิตสังคม และความเครียดโดยใช้สถิติ Chi-square, Fisher's exact test และ Crude OR (95%CI)

ส่วนที่ 1 การวิเคราะห์ข้อมูลด้วย ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่ามัธยฐานและพิสัยควอไทล์ เพื่อบรรยายลักษณะของนิสิตที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

1.1 ข้อมูลทั่วไปส่วนบุคคล

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละ ของข้อมูลส่วนบุคคล (n=127)

จำแนกตาม เพศ อายุ ภูมิภาค จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ชั้นปีที่กำลังศึกษา หลักสูตรที่ศึกษา เกรดเฉลี่ยสะสม (GPAX) ลักษณะที่พักอาศัย บุคคลที่พำนักอาศัยอยู่ด้วย รายได้ แหล่งที่มาของรายได้ ความเพียงพอของรายได้อื่นๆ จำนวนทุนที่ได้รับ การทำงานพิเศษ ภาระหนี้สิน สถานภาพบิดา/มารดา โรคประจำตัว การสูบบุหรี่ การดื่มแอลกอฮอล์ การใช้สารเสพติด

ปัจจัยที่ศึกษา	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เพศ (n=127)		
ชาย	78	61.4
หญิง	49	38.6
อายุ (n=127)		
18 ปี	29	22.8
19 ปี	27	21.3
20 ปี	30	23.6
21 ปี	22	17.3
22 ปี	19	15.0

Mean = 19.80, S.D. = 1.37, Min = 18, Max = 22

ภูมิภาค (n=127)

กทม. และปริมณฑล	67	52.8
ภาคเหนือ	15	11.8
ภาคกลาง	13	10.2
ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ	10	7.9
ภาคอีสาน	5	3.9
ภาคตะวันตก	6	4.7
ภาคใต้	11	8.7

ปัจจัยที่ศึกษา	จำนวน (คน)	ร้อยละ
<u>ชั้นปีที่กำลังศึกษา (n=127)</u>		
ปีที่ 1	50	39.4
ปีที่ 2	24	18.9
ปีที่ 3	26	20.5
ปีที่ 4	27	21.2
<u>หลักสูตรที่ศึกษา (n=127)</u>		
บัญชีศาสตรบัณฑิต	49	38.6
สถิติศาสตรบัณฑิต	28	22.0
บริหารศาสตรบัณฑิต	50	39.4
<u>เกรดเฉลี่ยสะสม (n = 77)</u>		
<i>(ไม่รวมนิสิตชั้นปีที่ 1 เนื่องจากยังไม่มีเกรดเฉลี่ยสะสม)</i>		
น้อยกว่า 2.50	3	3.9
2.50 - 2.99	23	29.9
3.00 - 3.49	26	33.7
มากกว่าหรือเท่ากับ 3.50	25	32.5
<u>ลักษณะที่พักอาศัย (n=127)</u>		
บ้าน	52	40.9
หอพักในมหาวิทยาลัย	39	30.7
หอพักนอกมหาวิทยาลัย	26	20.5
คอนโดมิเนียม/อพาร์ทเมนต์	10	7.9
<u>การพักอาศัย (n=126)</u>		
อยู่กับบิดา-มารดา	60	47.6
อยู่กับญาติ	7	5.6
อยู่กับพี่-น้อง	9	7.1
อยู่กับเพื่อน	40	31.8
อยู่คนเดียว	10	7.9
<u>รายได้ปัจจุบัน (n=127)</u>		
< 5,000 บาท	73	57.5
5,000 - 10,000 บาท	49	38.6
> 10,000 บาท	5	3.9

ปัจจัยที่ศึกษา	จำนวน (คน)	ร้อยละ
Mean = 6,300, S.D. = 3,870.24, Min = 2,000, Max = 32,000		
แหล่งที่มาของรายได้ (n=127) ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ		
พ่อแม่	123	96.9
ทุนคณะ	109	85.8
ทุนเอกชน	10	7.9
กยศ	2	1.6
งานพิเศษ	68	53.5
อื่น ๆ	10	7.9
แหล่งที่มาของรายได้ (n=126)		
1 แหล่ง	10	7.9
มากกว่า 1 แหล่ง	116	92.1
ความเพียงพอของรายได้ (n=120)		
เพียงพอ	91	75.8
ไม่เพียงพอ	29	24.2
ทุนการศึกษาที่ได้รับ (n=127) ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ		
ทุน ข1	102	80.3
ทุน ข2	92	72.4
ทุน ค	54	42.5
จำนวนทุนที่ได้รับ (n = 127)		
1 ทุน	38	29.9
มากกว่า 1 ทุนขึ้นไป	89	70.1
งานพิเศษ (n = 123)		
ไม่ทำ	99	80.5
ทำ	24	19.5
ภาระหนี้สิน (n=47)		
น้อยกว่าเท่ากับ 50,000 บาท	28	59.6
มากกว่า 50,000 บาท	19	40.4
Mean = 993,101.87, S.D. = 1,410,810.36,		
Min-Max = 5,000-6,000,000		

ปัจจัยที่ศึกษา	จำนวน (คน)	ร้อยละ
สถานภาพของบิดา-มารดา (n=127)		
อยู่ด้วยกัน	76	59.8
แยกกันอยู่	18	14.2
หย่า	20	15.7
บิดาเสียชีวิต	12	9.5
มารดาเสียชีวิต	1	0.8
โรคประจำตัว (n= 127)		
ไม่มี	104	81.8
มี	23	18.1
กระเพาะอาหารอักเสบ	1	0.8
ชาลัสซีเมีย	2	1.6
ภูมิแพ้	15	11.8
ภูมิแพ้, กระเพาะอาหารอักเสบ	1	0.8
ไมเกรน	2	1.6
ลมชัก	1	0.8
หอบ, ภูมิแพ้	1	0.8
การสูบบุหรี่ (n=126)		
ไม่สูบบุหรี่	124	98.4
สูบบุหรี่	2	1.6
การดื่มแอลกอฮอล์ (n=126)		
ไม่ดื่ม	96	76.2
ดื่มเป็นประจำ	30	23.8
การใช้สารเสพติด (n=127)		
ไม่ใช้สารเสพติด	127	100
ใช้สารเสพติด	0	0

จากตารางที่ 1 นิสิตที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 127 คน ส่วนใหญ่เป็นเพศชาย (78 คน, ร้อยละ 61.4) อายุเฉลี่ย 19.80 ปี (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เท่ากับ 1 ปี 4 เดือน) ภูมิลำเนาอยู่กรุงเทพมหานครและปริมณฑล (ร้อยละ 52.8) แบ่งเป็น 4 ชั้นปี ส่วนใหญ่ศึกษาอยู่ในหลักสูตรบริหารศาสตรบัณฑิต (ร้อยละ 39.4) เกรดเฉลี่ย

สะสมส่วนใหญ่อยู่ในช่วง 3.00-3.49 (ร้อยละ 33.7) โดยลักษณะที่พักอาศัยเป็นบ้าน (ร้อยละ 40.9) โดยอาศัยอยู่กับบิดามารดา (ร้อยละ 47.6) ส่วนใหญ่มีรายได้น้อยกว่า 5,000 บาท (ร้อยละ 57.5) โดยเฉลี่ยอยู่ที่ 6,300 บาท ได้รับจากบิดามารดา (ร้อยละ 96.9) และส่วนใหญ่มีรายได้มากกว่า 1 แหล่ง โดยรายได้ที่ได้รับมีความเพียงพอ (ร้อยละ 75.8) ภาระหนี้สินของครอบครัวส่วนใหญ่ไม่น้อยกว่า 50,000 บาท (ร้อยละ 59.6) บิดามารดาส่วนใหญ่อยู่ด้วยกัน (ร้อยละ 59.8) นิสิตส่วนใหญ่ได้รับทุนการศึกษา มากกว่า 1 ทุน (ร้อยละ 70.1) โดยแบ่งเป็นทุน ข1 (ร้อยละ 80.3) ทุน ข2 (ร้อยละ 72.4) และทุน ค (ร้อยละ 42.5) ส่วนใหญ่ไม่ได้ทำงานพิเศษ (ร้อยละ 80.5) พบว่าร้อยละ 81.9 ไม่มีโรคประจำตัว และ ร้อยละ 11.8 มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่เป็นโรคมุมิแพ้ ส่วนใหญ่ไม่สูบบุหรี่ (ร้อยละ 98.4) ร้อยละ 76.2 ไม่ดื่มแอลกอฮอล์ และนิสิตทั้งหมด (ร้อยละ 100) ไม่มีการใช้สารเสพติด

1.2 ข้อมูลด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น

ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละของข้อมูลด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น

จำแนกตาม สถานะการมีคนรัก ความสัมพันธ์กับคนรัก ความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมชั้นเรียน และความสัมพันธ์กับคนในครอบครัวของกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 127 คน

ข้อมูลระดับความสัมพันธ์กับคนรักในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา	จำนวน	ร้อยละ
สถานะการมีคนรัก (n=127)		
ไม่มี	103	81.1
มี	24	18.9
ความสัมพันธ์กับคนรัก (n=24)		
ไม่มีปัญหา	7	29.2
มีปัญหาน้อย	10	41.7
มีปัญหาปานกลาง	5	20.8
มีปัญหามาก	2	8.3
ระดับความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมชั้นเรียนในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา	จำนวน	ร้อยละ
ความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมชั้น (n=127)		
ไม่มีปัญหา	59	46.5
มีปัญหาน้อย	54	42.5
มีปัญหาปานกลาง	7	5.5
มีปัญหามาก	7	5.5

ระดับความสัมพันธ์กับคนในครอบครัวในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา	จำนวน	ร้อยละ
ความสัมพันธ์กับคนในครอบครัว (n=127)		
ไม่มีปัญหา	60	47.2
มีปัญหาเล็กน้อย	46	36.2
มีปัญหาปานกลาง	13	10.3
มีปัญหามาก	8	6.3

จากผลการศึกษาความสัมพันธ์กับคนรัก พบว่า นิสิตที่มีคนรักหรือคู่รักมีจำนวน 24 คน คิดเป็นร้อยละ 18.9 ส่วนใหญ่มีความสัมพันธ์อยู่ในระดับมีปัญหาเล็กน้อย (ร้อยละ 41.7) รองลงมาคือ ไม่มีปัญหา (ร้อยละ 29.2) มีปัญหาปานกลาง (ร้อยละ 20.8) และ มีปัญหามาก (ร้อยละ 8.3) ตามลำดับ

ส่วนระดับความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมชั้น พบว่าส่วนใหญ่อยู่ในระดับไม่มีปัญหา (ร้อยละ 46.5) รองลงมาคือ มีปัญหาเล็กน้อย (ร้อยละ 42.5) มีปัญหาปานกลาง (ร้อยละ 5.5) และมีปัญหามาก (ร้อยละ 5.5) ตามลำดับ

ระดับความสัมพันธ์กับคนในครอบครัว พบว่าส่วนใหญ่ไม่มีปัญหา (ร้อยละ 47.2) รองลงมาคือ มีปัญหาเล็กน้อย (ร้อยละ 36.2) มีปัญหาปานกลาง (ร้อยละ 10.3) และมีปัญหามาก (ร้อยละ 6.3)

1.3 ข้อมูลด้านความเครียด ได้แก่ ความเครียดรวม ความเครียดด้านอารมณ์ ความเครียดด้านร่างกาย และความเครียดด้านพุทธิปัญญา

ตารางที่ 3 จำนวน ร้อยละ ของข้อมูลด้านความเครียด ระดับความเครียดรวมของนิสิตที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำแนกตามชั้นปีที่กำลังศึกษา

ระดับความเครียด	จำนวน	ร้อยละ
ระดับความเครียดรวมของนิสิตทั้งหมด (n=127)		
เครียดน้อย	69	54.3
เครียดปานกลาง	45	35.5
เครียดสูง	13	10.2
ระดับความเครียดรวมของนิสิตชั้นปีที่ 1 (n=50)		
เครียดน้อย	26	52.0
เครียดปานกลาง	18	36.0
เครียดสูง	6	12.0
ระดับความเครียดรวมของนิสิตชั้นปีที่ 2 (n=24)		
เครียดน้อย	16	66.7
เครียดปานกลาง	6	25.0
เครียดสูง	2	8.3
ระดับความเครียดรวมของนิสิตชั้นปีที่ 3 (n=26)		
เครียดน้อย	13	50.0
เครียดปานกลาง	11	42.3
เครียดสูง	2	7.7
ระดับความเครียดรวมของนิสิตชั้นปีที่ 4 (n=27)		
เครียดน้อย	14	51.9
เครียดปานกลาง	10	37.0
เครียดสูง	3	11.1

จากตารางที่ 3 พบความเครียดในนิสิตที่ได้รับทุนการศึกษา ส่วนใหญ่มีความเครียดรวมอยู่ในระดับเครียดน้อย (ร้อยละ 54.3) รองลงมามีความเครียดระดับปานกลาง (ร้อยละ 35.5) และ

ความเครียดระดับสูง (ร้อยละ 10.2) ตามลำดับ แต่ไม่พบความเครียดในระดับรุนแรง หากจำแนกตามชั้นปี จะพบว่านิสิตชั้นปีที่ 1 มีความเครียดระดับสูงมากที่สุด รองลงมาเป็นนิสิตชั้นปีที่ 4

ตารางที่ 4 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่ามัธยฐาน และพิสัยควอไทล์ ค่าต่ำสุด ค่าสูงสุด ของคะแนนความเครียดรวมของนิสิตที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โดยจำแนกตามชั้นปี (n=127)

ความเครียด	Mean (S.D.)	Median (IQR)	Min.- Max
คะแนนความเครียดรวมของนิสิตทั้งหมด (n=127)	54.4 (28.81)	50.0 (38.0)	1 - 139
คะแนนความเครียดรวมของนิสิตชั้นปีที่ 1 (n=50)	56.28 (29.20)	51.0 (36.0)	9 - 128
คะแนนความเครียดรวมของนิสิตชั้นปีที่ 2 (n=24)	48.54 (29.46)	41.0 (31.0)	1 - 124
คะแนนความเครียดรวมของนิสิตชั้นปีที่ 3 (n=26)	43.26 (29.45)	53.0 (34.0)	5 - 139
คะแนนความเครียดรวมของนิสิตชั้นปีที่ 4 (n=27)	55.41 (27.79)	51.0 (48.0)	12 - 107

จากตารางที่ 4 คะแนนความเครียดรวมของนิสิตที่ตอบแบบสอบถามทั้งหมด พบว่านิสิตชั้นปีที่ 1 และ 4 มีคะแนนความเครียดรวมเฉลี่ยสูงสุด รองลงมาคือ นิสิตชั้นปีที่ 2 และ 3 ตามลำดับ

ตารางที่ 5 จำนวน ร้อยละ ของระดับความเครียด (จำแนกรายด้าน)

ระดับความเครียด	ต่ำ		สูง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ด้านอารมณ์	111	87.4	16	12.6
ด้านร่างกาย	87	68.5	40	31.5
ด้านพุทธิปัญญา	115	90.6	12	9.4
โดยรวม	114	89.8	13	10.2

จากตารางที่ 5 พบว่า นิสิตที่ได้รับทุนส่วนใหญ่ มีความเครียดด้านร่างกายสูงที่สุด (ร้อยละ 31.5) รองลงมาเป็นความเครียดด้านอารมณ์ (ร้อยละ 12.6) และความเครียดด้านพุทธิปัญญา (ร้อยละ 9.4)

ตารางที่ 6 คะแนนความเครียดที่แบ่งออกเป็นด้านต่าง ๆ ของนิสิตที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะ
พาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (n=127)

ความเครียดในด้านต่าง ๆ	Mean (S.D.)	Median (IQR)	Min.- Max
ความเครียดทางด้านอารมณ์ (n=127)	27.1 (14.7)	25.0 (16.0)	1 - 70
ความเครียดทางด้านร่างกาย (n=127)	12.5 (9.4)	10.0 (13.0)	0 - 38
ความเครียดทางด้านพุทธิปัญญา (n=127)	7.5 (5.7)	6.0 (7.0)	0 - 24

จากตารางที่ 6 เมื่อแบ่งความเครียดออกเป็นรายด้าน พบว่านิสิตมีคะแนนเฉลี่ยของ
ความเครียดด้านอารมณ์ เท่ากับ 27.1 คะแนน, ความเครียดด้านร่างกาย เท่ากับ 12.5 คะแนน
และความเครียดด้านพุทธิปัญญา เท่ากับ 7.5 คะแนน



1.4 ข้อมูลด้านปัจจัยทางสังคม ได้แก่ การสนับสนุนทางสังคม

ตารางที่ 7 จำนวน ร้อยละ ของข้อมูลด้านปัจจัยทางสังคม ได้แก่ แรงสนับสนุนทางสังคม (n=127) จำแนกตามชั้นปีของนิสิตที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ระดับแรงสนับสนุนทางสังคม	จำนวน	ร้อยละ
ระดับแรงสนับสนุนทางสังคมรวมของนิสิตทั้งหมด (n=127)		
แรงสนับสนุนทางสังคมสูง	21	16.5
แรงสนับสนุนทางสังคมปานกลาง	82	64.6
แรงสนับสนุนทางสังคมต่ำ	24	18.9
ระดับแรงสนับสนุนทางสังคมรวมของนิสิตชั้นปีที่ 1 (n=50)		
แรงสนับสนุนทางสังคมสูง	9	18.0
แรงสนับสนุนทางสังคมปานกลาง	30	60.0
แรงสนับสนุนทางสังคมต่ำ	11	22.0
ระดับแรงสนับสนุนทางสังคมรวมของนิสิตชั้นปีที่ 2 (n=24)		
แรงสนับสนุนทางสังคมสูง	7	29.2
แรงสนับสนุนทางสังคมปานกลาง	15	62.5
แรงสนับสนุนทางสังคมต่ำ	2	8.3
ระดับแรงสนับสนุนทางสังคมรวมของนิสิตชั้นปีที่ 3 (n=26)		
แรงสนับสนุนทางสังคมสูง	3	11.5
แรงสนับสนุนทางสังคมปานกลาง	19	73.1
แรงสนับสนุนทางสังคมต่ำ	4	15.4
ระดับแรงสนับสนุนทางสังคมรวมของนิสิตชั้นปีที่ 4 (n=27)		
แรงสนับสนุนทางสังคมสูง	2	7.4
แรงสนับสนุนทางสังคมปานกลาง	18	66.7
แรงสนับสนุนทางสังคมต่ำ	7	25.9

จากตารางที่ 7 ในภาพรวมพบว่านิสิตส่วนใหญ่มีแรงสนับสนุนทางสังคมปานกลาง (ร้อยละ 64.6) รองลงมา มีแรงสนับสนุนทางสังคมต่ำ (ร้อยละ 18.9) และมีแรงสนับสนุนทางสังคมสูง (ร้อยละ 16.5) ตามลำดับ

หากจำแนกแยกตามชั้นปี พบว่านิสิตที่กำลังศึกษาชั้นปีที่ 4 มีแรงสนับสนุนทางสังคมต่ำ มากที่สุด (ร้อยละ 25.9) รองลงมา คือ นิสิตกำลังศึกษาชั้นปีที่ 1 (ร้อยละ 22) นิสิตชั้นปีที่ 3 (ร้อยละ 15.4) และ นิสิตชั้นปีที่ 2 (ร้อยละ 8.3) ตามลำดับ

นอกจากนี้ ยังพบว่า นิสิตชั้นปีที่ 2 มีแรงสนับสนุนทางสังคมสูง สูงที่สุด (ร้อยละ 29.2) รองลงมา คือ นิสิตชั้นปีที่ 1 (ร้อยละ 18.0) นิสิตชั้นปีที่ 3 (ร้อยละ 11.5) และนิสิตชั้นปีที่ 4 (ร้อยละ 7.4) ตามลำดับ

ตารางที่ 8 จำนวน ร้อยละ ของข้อมูลด้านปัจจัยทางสังคม ได้แก่ แรงสนับสนุนทางสังคม (n=127) จำแนกรายด้าน

การสนับสนุนทางสังคม	ต่ำ		ปานกลาง		สูง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ด้านอารมณ์	19	15	82	64.5	26	20.5
ด้านข้อมูลข่าวสาร	21	16.5	90	70.9	16	12.6
ด้านทรัพยากรและวัตถุ	15	11.8	91	71.7	21	16.5
โดยรวม	24	18.9	82	64.6	21	16.5

จากตารางที่ 8 ในภาพรวมพบว่านิสิตส่วนใหญ่มีแรงสนับสนุนทางสังคมโดยรวมในระดับปานกลาง (ร้อยละ 64.6) หากแยกเป็นรายด้าน พบว่าส่วนใหญ่มีแรงสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ ด้านข้อมูลข่าวสาร และด้านทรัพยากรวัตถุในระดับปานกลาง (ร้อยละ 64.5, 70.9, และ 71.7 ตามลำดับ)

ตารางที่ 9 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่ามัธยฐาน และพิสัยควอไทล์ ค่าต่ำสุด ค่าสูงสุด ของคะแนนแรงสนับสนุนทางสังคมของนิสิตที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (จำแนกรายด้าน)

การสนับสนุนทางสังคม	Mean (S.D.)	Median (IQR)	Min - Max
ด้านอารมณ์ (คะแนนเต็ม = 35 คะแนน)	28.4 (4.5)	29.0 (6.0)	13 - 35
ด้านข้อมูลข่าวสาร (คะแนนเต็ม = 20 คะแนน)	13.9 (3.1)	14.0 (4.0)	6 - 20
ด้านทรัพยากรและวัตถุ (คะแนนเต็ม = 25 คะแนน)	17.7 (3.5)	17.0 (5.0)	7 - 25
โดยรวม (คะแนนเต็ม = 80 คะแนน)	59.9 (9.1)	61.0 (12.0)	40 - 80

จากตารางที่ 9 พบว่า คะแนนแรงสนับสนุนรวมโดยเฉลี่ยของนิสิตได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เท่ากับ 59.9 ± 9.1 คะแนน แรงสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์มีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 28.4 ± 4.5 คะแนน ด้านข้อมูลข่าวสาร เท่ากับ 13.9 ± 3.1 คะแนน และด้านทรัพยากรและวัตถุเท่ากับ 17.7 ± 3.5 คะแนน

1.5 ข้อมูลด้านปัจจัยทางจิตสังคม ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง

ตารางที่ 10 จำนวน ร้อยละ ของข้อมูลด้านปัจจัยทางจิตสังคม ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง (n=127) จำแนกตามชั้นปีของนิสิตที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง	จำนวน	ร้อยละ
ระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของนิสิตทั้งหมด (n=127)		
เห็นคุณค่าในตนเองสูง	48	37.8
เห็นคุณค่าในตนเองปานกลาง	78	61.4
เห็นคุณค่าในตนเองต่ำ	1	0.8
ระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของนิสิตชั้นปีที่ 1 (n=50)		
เห็นคุณค่าในตนเองสูง	17	34
เห็นคุณค่าในตนเองปานกลาง	32	64
เห็นคุณค่าในตนเองต่ำ	1	2
ระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของนิสิตชั้นปีที่ 2 (n=24)		
เห็นคุณค่าในตนเองสูง	10	41.7
เห็นคุณค่าในตนเองปานกลาง	14	58.3
เห็นคุณค่าในตนเองต่ำ	0	0
ระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของนิสิตชั้นปีที่ 3 (n=26)		
เห็นคุณค่าในตนเองสูง	10	38.5
เห็นคุณค่าในตนเองปานกลาง	16	61.5
เห็นคุณค่าในตนเองต่ำ	0	0
ระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของนิสิตชั้นปีที่ 4 (n=27)		
เห็นคุณค่าในตนเองสูง	11	40.7
เห็นคุณค่าในตนเองปานกลาง	16	59.3
เห็นคุณค่าในตนเองต่ำ	0	0

จากตาราง พบว่านิสิตส่วนใหญ่มีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองปานกลาง (ร้อยละ 61.4) รองลงมา เห็นคุณค่าในตนเองสูง (ร้อยละ 37.8) และ เห็นคุณค่าในตนเองต่ำ (ร้อยละ 0.8) ตามลำดับ

ตารางที่ 11 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่ามัธยฐาน และพิสัยควอไทล์ ค่าต่ำสุด ค่าสูงสุดของคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองของนิสิตที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์ และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โดยจำแนกตามชั้นปี

การเห็นคุณค่าในตนเอง		Mean (S.D)	Median (IQR)	Min - Max
คะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองของนิสิตทั้งหมด (n=127)		2.8 (0.4)	2.8 (1.0)	2 - 4
คะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองของนิสิตชั้นปีที่ (n=50)	1	2.8 (0.4)	2.8 (1.0)	2 - 4
คะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองของนิสิตชั้นปีที่ (n=24)	2	2.9 (0.3)	2.9 (0.0)	3 - 4
คะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองของนิสิตชั้นปีที่ (n=26)	3	2.8 (0.4)	2.8 (1.0)	2 - 4
คะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองของนิสิตชั้นปีที่ (n=27)	4	2.9 (0.4)	2.7 (1.0)	2 - 4

จากตารางที่ 11 พบว่า คะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองโดยเฉลี่ยของนิสิตที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เท่ากับ 2.8 คะแนน (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.4)

ส่วนที่ 2 ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของกลุ่มตัวอย่าง

ตารางที่ 12 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่ศึกษากับระดับความเครียดรวมของกลุ่มตัวอย่างจำนวน 127 คน โดยใช้สถิติ Chi-square, Fisher's exact test และ Crude OR (95%CI)

ปัจจัยศึกษา	ระดับความเครียด				Crude OR (95% CI)	p- value
	ต่ำ		สูง			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
เพศ						
หญิง	69	88.5	9	11.5	1.47 (0.38-6.90)	0.54
ชาย	45	91.8	4	8.2	Reference	
อายุ						
น้อยกว่าเท่ากับ 19 ปี	50	89.3	6	10.7	1.10 (0.29-4.08)	0.88
มากกว่า 19 ปีขึ้นไป	64	90.1	7	9.9	Reference	
ภูมิลำเนา						
กทม. และปริมณฑล	62	92.5	5	7.5	Reference	0.28
อื่น ๆ	52	86.7	8	13.3	1.91 (0.51-7.84)	
ชั้นปีที่กำลังศึกษา						
ปีที่ 1	44	88.0	6	12.0	1.64 (0.26-17.69)	0.93 ^b
ปีที่ 2	22	91.7	2	8.3	1.09 (0.07-16.22)	
ปีที่ 3	24	92.3	2	7.7	Reference	
ปีที่ 4	24	88.9	3	11.1	1.50 (0.16-19.32)	
หลักสูตรที่ศึกษา						
บัญชีบัณฑิต	47	95.9	2	4.1	Reference	0.01 [*]
สถิติศาสตร์บัณฑิต	21	75.0	7	25.0	7.83 (1.30-81.09)	
บริหารศาสตร์บัณฑิต	46	92.0	4	8.0	3.83 (0.84-19.51)	
เกรดเฉลี่ยสะสม (GPAX)						
ต่ำกว่า 2.99	23	88.5	3	11.5	1.53 (0.21-9.84)	0.68
มากกว่าหรือเท่ากับ 2.99	47	92.2	4	7.8	Reference	

^{*}P < 0.05, ^aใช้ค่าสถิติ Fisher's Exact Test, ^bไม่ตรงตาม assumption chi-square

ตารางที่ 12 (ต่อ)

ปัจจัยศึกษา	ระดับความเครียด				Crude OR (95% CI)	p- value
	ต่ำ		สูง			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
ลักษณะที่พักอาศัย						
บ้าน	49	94.2	3	5.8	Reference	0.17
หอพัก/อพาร์ทเมนต์	65	86.7	10	13.3	2.51 (0.60-14.86)	
พักอาศัยอยู่กับ						
พ่อแม่/พี่น้อง/ญาติ	69	90.8	7	9.2	Reference	0.62
เพื่อน/แฟน/อยู่คนเดียว	44	88.0	6	12.0	1.34 (0.35-5.01)	
รายได้						
<= 5,000 บาท	67	91.8	6	8.2	Reference	0.38
>5,000 บาท	47	87.0	7	13.0	1.66 (0.44-6.38)	
แหล่งที่มาของรายได้						
1 แหล่ง	9	90.0	1	10.0	Reference	0.99 ^a
มากกว่า 1 แหล่ง	104	89.7	12	10.3	1.04 (0.12-49.25)	
ความเพียงพอของรายได้						
เพียงพอ	83	91.2	8	8.8	Reference	0.30 ^a
ไม่เพียงพอ	24	82.8	5	17.2	2.16 (0.50-8.27)	
จำนวนทุนที่ได้รับ						
1 ทุน	35	92.1	3	7.9	Reference	0.75 ^a
มากกว่า 1 ทุนขึ้นไป	79	88.8	10	11.2	1.48 (0.35-8.83)	
งานพิเศษ						
ไม่ทำ	87	87.9	12	12.1	Reference	0.51 ^a
ทำ	20	83.3	4	16.7	1.45 (0.31-5.45)	
ชั่วโมงรวมในการทำงานพิเศษ						
<= 20 ชั่วโมง	109	89.3	13	10.7	-	0.99 ^a
>20 ชั่วโมง	5	100	0	0	-	

*P < 0.05, ^aใช้ค่าสถิติ Fisher's Exact Test, ^bไม่ตรงตาม assumption chi-square

ตารางที่ 12 (ต่อ)

ปัจจัยศึกษา	ระดับความเครียด				Crude OR (95% CI)	p- value
	ต่ำ		สูง			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
ภาระหนี้สิน						
<= 50,000 บาท	25	89.3	3	10.7	Reference	0.24 ^a
>50,000 บาท	14	73.7	5	26.3	2.98 (0.48-21.58)	
สถานภาพบิดา/มารดา						
อยู่ด้วยกัน	71	93.4	5	6.6	Reference	0.10
แยกกันอยู่/หม้าย/หย่า/ อื่น ๆ	43	84.3	8	15.7	2.64 (0.70-10.87)	
โรคประจำตัว						
ไม่มี	95	91.3	9	8.7	Reference	0.25 ^a
มี	19	82.6	4	17.4	2.22 (0.45-8.97)	
การสูบบุหรี่						
ไม่สูบบุหรี่	111	89.5	13	10.5	-	0.99 ^a
สูบบุหรี่เป็นประจำ	2	100	0	0		
การดื่มแอลกอฮอล์						
ไม่ดื่ม	86	89.6	10	10.4	1.05 (0.24-6.34)	0.99 ^a
ดื่มเป็นประจำ	27	90.0	3	10.0	Reference	
การมีคนรัก						
ไม่มี	94	91.3	9	8.7	Reference	0.27 ^a
มี	20	83.3	4	16.7	2.09 (0.42-8.40)	
ความสัมพันธ์กับคนรัก						
ไม่มีปัญหา	16	94.1	1	5.9	Reference	0.06 ^a
มีปัญหา	4	57.1	3	42.9	12.0 (0.65-667.77)	
ความสัมพันธ์กับเพื่อน						
ร่วมชั้นเรียน						
ไม่มีปัญหา	105	92.9	8	7.1	Reference	0.006 ^{**}
มีปัญหา	9	64.3	5	35.7	7.29 (1.51-31.56)	

*P < 0.05, **P < 0.01, ^aใช้ค่าสถิติ Fisher's Exact Test, ^bไม่ตรงตาม assumption chi-square

ตารางที่ 12 (ต่อ)

ปัจจัยศึกษา	ระดับความเครียด				Crude OR (95% CI)	p- value
	ต่ำ		สูง			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
ความสัมพันธ์กับคนในครอบครัว						
ไม่มีปัญหา	100	94.3	6	5.7	Reference	0.001**
มีปัญหา	14	66.7	7	33.3	8.33 (2.02-34.06)	

*P < 0.05, **P < 0.01, ^aใช้ค่าสถิติ Fisher's Exact Test, ^bไม่ตรงตาม assumption chi-square

จากตารางที่ 12 ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่ใช้ศึกษาและระดับความเครียดของกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 127 คน โดยใช้สถิติ Chi-square, Fisher's exact test และ Crude OR (95%CI) พบว่าหลักสูตรที่ศึกษา ความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมชั้นเรียน และ ความสัมพันธ์ในครอบครัวมีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดรวม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 13 ความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคมกับระดับความเครียดรวม

ปัจจัยศึกษา	ระดับความเครียด				Crude OR (95% CI)	p- value
	ต่ำ		สูง			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
แรงสนับสนุนทางสังคม						
รวม						
ปานกลาง/สูง	94	91.3	9	8.7	Reference	0.27 ^a
ต่ำ	20	83.3	4	16.7	2.09 (0.42-8.40)	
แรงสนับสนุนทางสังคม						
ด้านอารมณ์						
ปานกลาง/สูง	99	91.7	9	8.3	Reference	0.11 ^a
ต่ำ	15	78.9	4	21.1	2.93 (0.58-12.15)	
แรงสนับสนุนทางสังคม						
ด้านทรัพยากร/วัตถุ						
ปานกลาง/สูง	97	91.5	9	8.5	Reference	0.23 ^a
ต่ำ	17	81.0	4	19.0	2.54 (0.51-10.35)	
แรงสนับสนุนทางสังคม						
ด้านข้อมูลข่าวสาร						
ปานกลาง/สูง	103	92.8	8	7.2	Reference	0.01 [*]
ต่ำ	11	68.8	5	31.2	5.85 (1.25-24.37)	

*P < 0.05, ^aใช้ค่าสถิติ Fisher's Exact Test

จากตารางที่ 13 ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคมกับระดับความเครียดรวมของกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 127 คน โดยใช้สถิติ Chi-square, Fisher's exact test และ Crude OR (95%CI) พบว่าแรงสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสารมีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดรวมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 14 ความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเอง กับระดับความเครียดรวม

ปัจจัยศึกษา	ระดับความเครียด				Crude OR (95% CI)	p-value
	ต่ำ		สูง			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
การเห็นคุณค่าในตนเอง						
สูง	48	100	0	0	-	0.002**
ปานกลาง/ต่ำ	66	83.5	13	16.5		

*P < 0.05, **P < 0.01, ^aใช้ค่าสถิติ Fisher's Exact Test

จากตารางที่ 14 ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองกับระดับความเครียดรวมของกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 127 คน โดยใช้สถิติ Chi-square, Fisher's exact test และ Crude OR (95%CI) พบว่าการเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดรวม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

ตารางที่ 15 ความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะทั่วไปของนิสิตกับระดับความเครียดด้านอารมณ์

ปัจจัยศึกษา	ระดับความเครียด				Crude OR (95% CI)	p- value
	ต่ำ		สูง			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
เพศ						
หญิง	69	88.5	9	11.5	Reference (0.37-4.18)	0.65
ชาย	42	85.7	7	14.3	1.28	
อายุ						
น้อยกว่าเท่ากับ 19 ปี	49	87.5	7	12.5	Reference (0.31-3.46)	0.98
มากกว่า 19 ปีขึ้นไป	62	87.3	9	12.7	1.02	
ภูมิลำเนา						
กทม. และปริมณฑล	60	89.6	7	10.4	Reference	0.44
อื่น ๆ	51	85.0	9	15.0	1.51 (0.46-5.13)	
ชั้นปีที่กำลังศึกษา						
ปีที่ 1	43	86.0	7	14.0	1.79 (0.30-18.95)	0.89 ^b
ปีที่ 2	22	91.7	2	8.3	Reference	
ปีที่ 3	23	88.5	3	11.5	1.43 (0.15-18.59)	
ปีที่ 4	23	85.2	4	14.8	1.91 (0.24-22.88)	
หลักสูตรที่ศึกษา						
บัญชีบัณฑิต	46	93.9	3	6.1	Reference	0.20
สถิติศาสตร์บัณฑิต	24	85.7	4	14.3	2.56 (0.39-18.64)	
บริหารศาสตร์บัณฑิต	41	82.0	9	18.0	3.37 (0.76-20.39)	
เกรดเฉลี่ยสะสม (GPAX)						
ต่ำกว่า 2.99	23	88.5	3	11.5	Reference	0.99 ^a
มากกว่าหรือเท่ากับ 2.99	45	88.2	6	11.8	1.02 (0.20-6.89)	
ลักษณะที่พักอาศัย						
บ้าน	46	88.5	6	11.5	Reference	0.76
หอพัก/อพาร์ทเมนต์	65	86.7	10	13.3	1.18 (0.36-4.24)	

*P < 0.05, **P < 0.01, ^a ใช้ค่าสถิติ Fisher's Exact Test, ^b ไม่ตรงตาม assumption chi-square

ตารางที่ 15 (ต่อ)

ปัจจัยศึกษา	ระดับความเครียด				Crude OR (95% CI)	p- value
	ต่ำ		สูง			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
พักอาศัยอยู่กับ						
พ่อแม่/พี่น้อง/ญาติ	68	89.5	8	10.5	Reference	0.37
เพื่อน/แฟน/อยู่คนเดียว	42	84.0	8	16.0	1.62 (0.49-5.35)	
รายได้						
<= 5,000 บาท	64	87.7	9	12.3	Reference	0.92
>5,000 บาท	47	87.0	7	13.0	1.06 (0.31-3.46)	
แหล่งที่มาของรายได้						
1 แหล่ง	8	80	2	20	1.82 (0.17-10.47)	0.61 ^a
มากกว่า 1 แหล่ง	102	87.9	14	12.1	Reference	
ความเพียงพอของรายได้						
เพียงพอ	82	90.1	9	9.9	Reference	0.19 ^a
ไม่เพียงพอ	23	79.3	6	20.7	2.38 (0.62-8.35)	
จำนวนทุนที่ได้รับ						
1 ทุน	33	86.8	5	13.2	1.07 (0.27-3.68)	0.99 ^a
มากกว่า 1 ทุนขึ้นไป	78	87.6	11	12.4	Reference	
งานพิเศษ						
ไม่ทำ	87	87.9	12	12.1	Reference	0.51 ^a
ทำ	20	83.3	4	16.7	1.45 (0.31-5.45)	
ชั่วโมงรวมในการทำงานพิเศษ						
<= 20 ชั่วโมง	106	86.9	16	13.1		0.99 ^a
>20 ชั่วโมง	5	100	0	0	-	
ภาระหนี้สิน						
<= 50,000 บาท	23	82.1	5	17.9	Reference	0.31 ^a
>50,000 บาท	13	68.4	6	31.6	2.12 (0.43-10.56)	

*P < 0.05, **P < 0.01, ^a ใช้ค่าสถิติ Fisher's Exact Test, ^b ไม่ตรงตาม assumption chi-square

ตารางที่ 15 (ต่อ)

ปัจจัยศึกษา	ระดับความเครียด				Crude OR (95% CI)	p- value
	ต่ำ		สูง			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
สถานภาพบิดา/มารดา						
อยู่ด้วยกัน	68	89.5	8	10.5	Reference	0.39
แยกกันอยู่/หม้าย/หย่า/ อื่น ๆ	43	84.3	8	15.7	1.58 (0.48-5.22)	
โรคประจำตัว						
ไม่มี	92	88.5	12	11.5	Reference	0.49 ^a
มี	19	82.6	4	17.4	1.61 (0.34-6.09)	
การสูบบุหรี่						
ไม่สูบ	108	87.1	16	12.9	-	0.99 ^a
สูบเป็นครั้งคราว	2	100	0	0		
การดื่มแอลกอฮอล์						
ไม่ดื่ม	84	87.5	12	12.5	Reference	0.99 ^a
ดื่มเป็นครั้งคราว	26	86.7	4	13.3	1.08 (0.23-3.96)	
การมีคนรัก						
ไม่มี	92	89.3	11	10.7	Reference	0.18 ^a
มี	19	79.2	5	20.8	2.2 (0.53-7.85)	
ความสัมพันธ์กับคนรัก						
ไม่มีปัญหา	15	88.2	2	11.8	Reference	0.13 ^a
มีปัญหา	4	57.1	3	42.9	5.63 (0.44-82.61)	
ความสัมพันธ์กับเพื่อน						
ร่วมชั้นเรียน						
ไม่มีปัญหา	100	88.5	13	11.5	Reference	0.38 ^a
มีปัญหา	11	78.6	3	21.4	2.10 (0.33-9.44)	

*P < 0.05, **P < 0.01, ^a ใช้ค่าสถิติ Fisher's Exact Test, ^b ไม่ตรงตาม assumption chi-square

ตารางที่ 15 (ต่อ)

ปัจจัยศึกษา	ระดับความเครียด				Crude OR (95% CI)	p- value
	ต่ำ		สูง			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
ความสัมพันธ์กับคนในครอบครัว						
ไม่มีปัญหา	98	92.5	8	7.5	Reference	0.001**
มีปัญหา	13	61.9	8	38.1	7.54 (2.03-27.13)	

*P < 0.05, **P < 0.01, ^a ใช้ค่าสถิติ Fisher's Exact Test, ^b ไม่ตรงตาม assumption chi-square

จากตารางที่ 15 ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่ใช้ศึกษาและระดับความเครียดของกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 127 คน โดยใช้สถิติ Chi-square, Fisher's exact test และ Crude OR (95%CI) พบว่าความสัมพันธ์กับคนในครอบครัวมีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดทางด้านอารมณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

ตารางที่ 16 ความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคมกับระดับความเครียดด้านอารมณ์

ปัจจัยศึกษา	ระดับความเครียด				Crude OR (95% CI)	p- value
	ต่ำ		สูง			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
แรงสนับสนุนทางสังคม						
รวม						
ปานกลาง/สูง	93	90.3	10	9.7	Reference	0.08 ^a
ต่ำ	18	75.0	6	25.0	3.1 (0.81-10.79)	
แรงสนับสนุนทางสังคม						
ด้านอารมณ์						
ปานกลาง/สูง	98	90.7	10	9.3	Reference	0.02 [*]
ต่ำ	13	68.4	6	31.6	4.52 (1.13-16.43)	
แรงสนับสนุนทางสังคม						
ด้านทรัพยากร/วัตถุ						
ปานกลาง/สูง	95	89.6	11	10.4	Reference	0.14 ^a
ต่ำ	16	76.2	5	23.8	2.70 (0.64-9.82)	
แรงสนับสนุนทางสังคม						
ด้านข้อมูลข่าวสาร						
ปานกลาง/สูง	99	89.2	12	10.8	Reference	0.12 ^a
ต่ำ	12	75.0	4	25.0	2.75 (0.55-11.06)	

*P < 0.05, ^a ใช้ค่าสถิติ Fisher's Exact Test

จากตารางที่ 16 ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคมกับระดับความเครียดด้านอารมณ์ของกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 127 คน โดยใช้สถิติ Chi-square, Fisher's exact test และ Crude OR (95%CI) พบว่าแรงสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดด้านอารมณ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 17 ความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองกับระดับความเครียดด้านอารมณ์

ปัจจัยศึกษา	ระดับความเครียด				Crude OR (95% CI)	p- value
	ต่ำ		สูง			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
การเห็นคุณค่าในตนเอง						
สูง	46	95.8	2	4.2	Reference	0.03*
ปานกลาง/ต่ำ	65	82.3	14	17.7	4.95 (1.05-46.53)	

*P < 0.05

จากตารางที่ 17 ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองกับระดับความเครียดด้านอารมณ์ของกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 127 คน โดยใช้สถิติ Chi-square, Fisher's exact test และ Crude OR (95%CI) พบว่าการเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดด้านอารมณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 18 ความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะทั่วไปของนิสิตกับระดับความเครียดด้านร่างกาย

ปัจจัยศึกษา	ระดับความเครียด				Crude OR (95% CI)	p- value
	ต่ำ		สูง			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
เพศ						
หญิง	49	62.8	29	37.2	2.04 (0.85-5.12)	0.08
ชาย	38	77.6	11	22.4	Reference	
อายุ						
น้อยกว่าเท่ากับ 19 ปี	39	69.6	17	30.4	Reference	0.81
มากกว่า 19 ปีขึ้นไป	48	67.6	23	32.4	1.10 (0.48-2.52)	
ภูมิลำเนา						
กทม. และปริมณฑล	48	71.6	19	28.4	Reference	0.42
อื่น ๆ	39	65.0	21	35.0	1.36 (0.60-3.09)	
ชั้นปีที่กำลังศึกษา						
ปีที่ 1	34	68.0	16	32.0	1.28 (0.40-4.34)	0.87
ปีที่ 2	17	70.8	7	29.2	1.12 (0.27-4.60)	
ปีที่ 3	19	73.1	7	26.9	Reference	
ปีที่ 4	17	63.0	10	37.0	1.60 (0.43-6.11)	
หลักสูตรที่ศึกษา						
บัญชีบัณฑิต	34	69.4	15	30.6	1.4 (0.52-3.76)	0.12
สถิติศาสตร์บัณฑิต	15	53.6	13	46.4	2.74 (0.91-8.24)	
บริหารศาสตร์บัณฑิต	38	76	12	24	Reference	
เกรดเฉลี่ยสะสม (GPAX)						
ต่ำกว่า 2.99	17	65.4	9	34.6	1.27 (0.40-3.86)	0.64
มากกว่าหรือเท่ากับ 2.99	36	70.6	15	29.4	Reference	
ลักษณะที่พักอาศัย						
บ้าน	37	71.2	15	28.8	Reference	0.59
หอพัก/อพาร์ทเมนต์	50	66.7	25	33.3	1.23 (0.54-2.89)	

*P < 0.05, ^a ใช้ค่าสถิติ Fisher's Exact Test

ตารางที่ 18 (ต่อ)

ปัจจัยศึกษา	ระดับความเครียด				Crude OR (95% CI)	p- value
	ต่ำ		สูง			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
พักอาศัยอยู่กับ						
พ่อแม่/พี่น้อง/ญาติ	51	67.1	25	32.9	1.14 (0.50-2.69)	0.73
เพื่อน/แฟน/อยู่คนเดียว	35	70.0	15	30.0	Reference	
รายได้						
<= 5,000 บาท	47	64.4	26	35.6	1.58 (0.68-3.73)	0.25
>5,000 บาท	40	74.1	14	25.9	Reference	
แหล่งที่มาของรายได้						
1 แหล่ง	8	80.0	2	20.0	Reference	0.50 ^a
มากกว่า 1 แหล่ง	78	67.2	38	32.8	1.95 (0.36-19.62)	
ความเพียงพอของรายได้						
เพียงพอ	65	71.4	26	28.6	Reference	0.34
ไม่เพียงพอ	18	62.1	11	37.9	1.53 (0.57-3.97)	
จำนวนทุนที่ได้รับ						
1 ทุน	25	65.8	13	34.2	1.22 (0.46-3.21)	0.67
มากกว่า 1 ทุนขึ้นไป	62	69.7	27	30.3	Reference	
งานพิเศษ						
ไม่ทำ	67	67.7	32	32.3	1.16 (0.41-3.65)	0.77
ทำ	17	70.8	7	29.2	Reference	
ชั่วโมงรวมในการทำงานพิเศษ						
<= 20 ชั่วโมง	83	68.0	39	32.0	1.88 (0.18-94.89)	0.99 ^a
>20 ชั่วโมง	4	80.0	1	20.0	Reference	
ภาระหนี้สิน						
<= 50,000 บาท	20	71.4	8	28.6	Reference	0.19
>50,000 บาท	10	52.6	9	47.4	2.25 (0.56-9.02)	

*P < 0.05, ^a ใช้ค่าสถิติ Fisher's Exact Test

ตารางที่ 18 (ต่อ)

ปัจจัยศึกษา	ระดับความเครียด				Crude OR (95% CI)	p- value
	ต่ำ		สูง			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
สถานภาพบิดา/มารดา						
อยู่ด้วยกัน	54	71.1	22	28.9	Reference	0.45
แยกกันอยู่/หม้าย/หย่า/ อื่น ๆ	33	64.7	18	35.3	1.34 (0.58-3.05)	
โรคประจำตัว						
ไม่มี	76	73.1	28	26.9	Reference	0.02*
มี	11	47.8	12	52.2	2.96 (1.05-8.28)	
การสูบบุหรี่						
ไม่สูบบุหรี่	85	68.5	39	31.5	-	0.99 ^a
สูบบุหรี่เป็นประจำ	2	100	0	0		
การดื่มแอลกอฮอล์						
ไม่ดื่ม	65	67.7	31	32.3	1.11 (0.43-3.09)	0.81
ดื่มเป็นประจำ	21	70.0	9	30.0	Reference	
การมีคนรัก						
ไม่มี	72	69.9	31	30.1	Reference	0.48
มี	15	62.5	9	37.5	1.39 (0.48-3.83)	
ความสัมพันธ์กับคนรัก						
ไม่มีปัญหา	11	64.7	6	35.3	Reference	0.99 ^a
มีปัญหา	4	57.1	3	42.9	1.38 (0.15-11.41)	
ความสัมพันธ์กับเพื่อน						
ร่วมชั้นเรียน						
ไม่มีปัญหา	82	72.6	31	27.4	Reference	0.011*
มีปัญหา	5	35.7	9	64.3	4.76 (1.29-19.29)	

*P < 0.05, ^a ใช้ค่าสถิติ Fisher's Exact Test

ตารางที่ 18 (ต่อ)

ปัจจัยศึกษา	ระดับความเครียด				Crude OR (95% CI)	p- value
	ต่ำ		สูง			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
ความสัมพันธ์กับคนในครอบครัว						
ไม่มีปัญหา	76	71.7	30	28.3	Reference	0.08
มีปัญหา	11	52.4	10	47.6	2.30 (0.78-6.64)	

*P < 0.05, ^a ใช้ค่าสถิติ Fisher's Exact Test

จากตารางที่ 18 ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่ใช้ศึกษาและระดับความเครียดของกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 127 คน โดยใช้สถิติ Chi-square, Fisher's exact test และ Crude OR (95%CI) พบว่าโรคประจำตัว และความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมชั้นเรียนมีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดด้านร่างกาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 19 ความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคมกับระดับความเครียดด้านร่างกาย

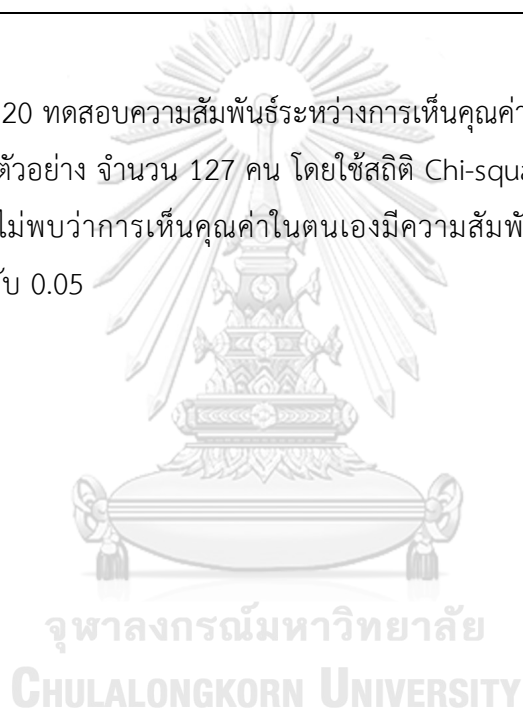
ปัจจัยศึกษา	ระดับความเครียด				Crude OR (95% CI)	p- value
	ต่ำ		สูง			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
แรงสนับสนุนทางสังคม						
รวม						
ปานกลาง/สูง	73	70.9	30	29.1	Reference	0.23
ต่ำ	14	58.3	10	41.7	1.74 (0.61-4.74)	
แรงสนับสนุนทางสังคม						
ด้านอารมณ์						
ปานกลาง/สูง	76	70.4	32	29.6	Reference	0.28
ต่ำ	11	57.9	8	42.1	1.73 (0.55-5.21)	
แรงสนับสนุนทางสังคม						
ด้านทรัพยากร/วัตถุ						
ปานกลาง/สูง	74	69.8	32	30.2	Reference	0.48
ต่ำ	13	61.9	8	38.1	1.42 (0.46-4.13)	
แรงสนับสนุนทางสังคม						
ด้านข้อมูลข่าวสาร						
ปานกลาง/สูง	77	69.4	34	30.6	1.36 (0.37-4.51)	0.58
ต่ำ	10	62.5	6	37.5	Reference	

จากตารางที่ 19 ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคมกับระดับความเครียดด้านร่างกายของกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 127 คน โดยใช้สถิติ Chi-square, Fisher's exact test และ Crude OR (95%CI) ไม่พบว่าแรงสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดด้านร่างกายทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 20 ความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าตนเองกับระดับความเครียดด้านร่างกาย

ปัจจัยศึกษา	ระดับความเครียด				Crude OR (95% CI)	p- value
	ต่ำ		สูง			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
การเห็นคุณค่าในตนเอง						
สูง	36	75.0	12	25.0	Reference	0.22
ปานกลาง/ต่ำ	51	64.6	28	35.4	1.65 (0.70-4.04)	

จากตารางที่ 20 ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองกับระดับความเครียดด้านร่างกายของกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 127 คน โดยใช้สถิติ Chi-square, Fisher's exact test และ Crude OR (95%CI) ไม่พบว่าการเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดด้านร่างกายทางสถิติที่ระดับ 0.05



ตารางที่ 21 ความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะทั่วไปของนิสิตกับระดับความเครียดด้านพุทธิปัญญา

ปัจจัยศึกษา	ระดับความเครียด				Crude OR (95% CI)	p- value
	ต่ำ		สูง			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
เพศ						
หญิง	68	87.2	10	12.8	3.46 (0.68-33.58)	0.13 ^a
ชาย	47	95.9	2	4.1	Reference	
อายุ						
น้อยกว่าเท่ากับ 19 ปี	52	92.9	4	7.1	Reference	0.43
มากกว่า 19 ปีขึ้นไป	63	88.7	8	11.3	1.65 (0.41-7.89)	
ภูมิลำเนา						
กทม. และปริมณฑล	63	94.0	4	6.0	Reference	0.16
อื่น ๆ	52	86.7	8	13.3	2.42 (0.60-11.55)	
ชั้นปีที่กำลังศึกษา						
ปีที่ 1	46	92.0	4	8.0	1.09 (0.14-12.79)	0.72 ^b
ปีที่ 2	22	91.7	2	8.3	1.14 (0.08-16.86)	
ปีที่ 3	22	84.6	4	15.4	2.27 (0.29-27.01)	
ปีที่ 4	25	92.6	2	7.4	Reference	
หลักสูตรที่ศึกษา						
บัญชีบัณฑิต	44	89.8	5	10.2	2.73 (0.42-29.73)	0.13 ^b
สถิติศาสตร์บัณฑิต	23	82.1	5	17.9	5.22 (0.76-57.36)	
บริหารศาสตร์บัณฑิต	48	96	2	4	Reference	
เกรดเฉลี่ยสะสม (GPAX)						
ต่ำกว่า 2.99	25	96.2	1	3.8	Reference	0.25 ^a
มากกว่าหรือเท่ากับ 2.99	44	86.3	7	13.7	3.98 (0.46-186.27)	
ลักษณะที่พักอาศัย						
บ้าน	49	94.2	3	5.8	Reference	0.36 ^a
หอพัก/อพาร์ทเมนต์	66	88	9	12	2.23 (0.52-13.37)	

*P < 0.05, ^a ใช้ค่าสถิติ Fisher's Exact Test, ^b ไม่ตรงตาม assumption chi-square

ตารางที่ 21 (ต่อ)

ปัจจัยศึกษา	ระดับความเครียด				Crude OR (95% CI)	p- value
	ต่ำ		สูง			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
พักอาศัยอยู่กับ						
พ่อแม่/พี่น้อง/ญาติ	70	92.1	6	7.9	Reference	0.54 ^a
เพื่อน/แฟน/อยู่คนเดียว	44	88.0	6	12.0	1.59 (0.40-6.34)	
รายได้						
<= 5,000 บาท	66	90.4	7	9.6	1.04 (0.27-4.41)	0.95
>5,000 บาท	49	90.7	5	9.3	Reference	
แหล่งที่มาของรายได้						
1 แหล่ง	9	90	1	10	1.06 (0.02-9.05)	0.99 ^a
มากกว่า 1 แหล่ง	105	90.5	11	9.5	Reference	
ความเพียงพอของรายได้						
เพียงพอ	82	90.1	9	9.9	Reference	0.99 ^a
ไม่เพียงพอ	26	89.7	3	10.3	1.05 (0.17-4.64)	
จำนวนทุนที่ได้รับ						
1 ทุน	37	97.4	1	2.6	Reference	0.11 ^a
มากกว่า 1 ทุนขึ้นไป	78	87.6	11	12.4	5.22 (0.70-230.53)	
งานพิเศษ						
ไม่ทำ	91	91.9	8	8.1	Reference	0.45 ^a
ทำ	21	87.5	3	12.5	1.63 (0.26-4.51)	
ชั่วโมงรวมในการทำงานพิเศษ						
<= 20 ชั่วโมง	110	90.2	12	9.8	-	0.99 ^a
>20 ชั่วโมง	5	100	0	0	-	
ภาระหนี้สิน						
<= 50,000 บาท	26	92.9	2	7.1	Reference	0.38 ^a
>50,000 บาท	16	84.2	3	15.8	2.44 (0.25-31.54)	

*P < 0.05, ^a ใช้ค่าสถิติ Fisher's Exact Test, ^b ไม่ตรงตาม assumption chi-square

ตารางที่ 21 (ต่อ)

ปัจจัยศึกษา	ระดับความเครียด				Crude OR (95% CI)	p- value
	ต่ำ		สูง			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
สถานภาพบิดา/มารดา						
อยู่ด้วยกัน	69	90.8	7	9.2	Reference	0.99 ^a
แยกกันอยู่/หม้าย/หย่า/ อื่น ๆ	46	90.2	5	9.8	1.07 (0.25-4.19)	
โรคประจำตัว						
ไม่มี	94	90.4	10	9.6	1.12 (0.21-11.22)	0.99 ^a
มี	21	91.3	2	8.7	Reference	
การสูบบุหรี่						
ไม่สูบ	112	90.3	12	9.7	-	0.99 ^a
สูบเป็นครั้งคราว	2	100	0	0		
การดื่มแอลกอฮอล์						
ไม่ดื่ม	91	94.8	5	5.2	Reference	0.01 [*]
ดื่มเป็นครั้งคราว	23	76.7	7	23.3	5.54 (1.35-23.59)	
การมีคนรัก						
ไม่มี	93	90.3	10	9.7	1.18 (0.23-11.85)	0.99
มี	22	91.7	2	8.3	Reference	
ความสัมพันธ์กับคนรัก						
ไม่มีปัญหา	15	88.2	2	11.8	-	0.99 ^a
มีปัญหา	7	100	0	0		
ความสัมพันธ์กับเพื่อน						
ร่วมชั้นเรียน						
ไม่มีปัญหา	104	92.0	9	8.0	Reference	0.13 ^a
มีปัญหา	11	78.6	3	21.4	3.15 (0.47-15.20)	

*P < 0.05, ^a ใช้ค่าสถิติ Fisher's Exact Test, ^b ไม่ตรงตาม assumption chi-square

ตารางที่ 21 (ต่อ)

ปัจจัยศึกษา	ระดับความเครียด				Crude OR (95% CI)	p- value
	ต่ำ		สูง			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
ความสัมพันธ์กับคนในครอบครัว						
ไม่มีปัญหา	98	92.5	8	7.5	Reference	0.11 ^a
มีปัญหา	17	81	4	19	2.88 (0.57-12.17)	

*P < 0.05, ^a ใช้ค่าสถิติ Fisher's Exact Test, ^b ไม่ตรงตาม assumption chi-square

จากตารางที่ 21 ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่ใช้ศึกษาและระดับความเครียดของกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 127 คน โดยใช้สถิติ Chi-square, Fisher's exact test และ Crude OR (95%CI) พบว่าการดื่มแอลกอฮอล์มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดด้านพุทธิปัญญา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 22 ความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคมกับระดับความเครียดด้านพุทธิปัญญา

ปัจจัยศึกษา	ระดับความเครียด				Crude OR (95% CI)	p- value
	ต่ำ		สูง			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
แรงสนับสนุนทางสังคม						
รวม						
ปานกลาง/สูง	94	91.3	9	8.7	Reference	0.70 ^a
ต่ำ	21	87.5	3	12.5	1.49 (0.24-6.66)	
แรงสนับสนุนทางสังคม						
ด้านอารมณ์						
ปานกลาง/สูง	99	91.7	9	8.3	Reference	0.39 ^a
ต่ำ	16	84.2	3	15.8	2.06 (0.32-9.44)	
แรงสนับสนุนทางสังคม						
ด้านทรัพยากร/วัตถุ						
ปานกลาง/สูง	97	91.5	9	8.5	Reference	0.42 ^a
ต่ำ	18	85.7	3	14.3	1.80 (0.28-8.13)	
แรงสนับสนุนทางสังคม						
ด้านข้อมูลข่าวสาร						
ปานกลาง/สูง	102	91.9	9	8.1	Reference	0.18 ^a
ต่ำ	13	81.2	3	18.8	2.62 (0.40-12.29)	

^a ใช้ค่าสถิติ Fisher's Exact Test

จากตารางที่ 22 ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคมกับระดับความเครียดด้านพุทธิปัญญาของกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 127 คน โดยใช้สถิติ Chi-square, Fisher's exact test และ Crude OR (95%CI) ไม่พบว่าแรงสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดด้านพุทธิปัญญา ทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 23 ความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองกับระดับความเครียดด้านพุทธิปัญญา

ปัจจัยศึกษา	ระดับความเครียด				Crude OR (95% CI)	p- value
	ต่ำ		สูง			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
การเห็นคุณค่าในตนเอง						
สูง	47	97.9	1	2.1	Reference	0.03*
ปานกลาง/ต่ำ	68	86.1	11	13.9	7.6 (1.03-334.03)	

*P < 0.05, ^a ใช้ค่าสถิติ Fisher's Exact Test

จากตารางที่ 23 ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองกับระดับความเครียดด้านพุทธิปัญญาของกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 127 คน โดยใช้สถิติ Chi-square, Fisher's exact test และ Crude OR (95%CI) พบว่าการเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดด้านพุทธิปัญญา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษาครั้งนี้ เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา ณ จุดเวลาใดเวลาหนึ่ง (cross-sectional descriptive study) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความเครียดและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของนิสิตปริญญาตรีที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โดยใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย ประชากรตัวอย่าง คือ นิสิตปริญญาตรีที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 127 คน เก็บข้อมูลเดือนธันวาคม 2560

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาเป็นแบบสอบถามประกอบด้วย 1.แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป 2.แบบทดสอบความเครียดสวนปรุง (ฉบับปรับปรุง) 3.แบบประเมินการสนับสนุนทางสังคมฉบับภาษาไทย และ 4.แบบประเมินการเห็นคุณค่าในตนเอง

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ประกอบด้วย สถิติเชิงพรรณนา ใช้บรรยายลักษณะทั่วไปของข้อมูล ได้แก่ จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าพิสัยควอไทล์ สถิติเชิงอนุมาน ได้แก่ สถิติ Chi-square, Fisher's exact test และ Odds ratio (OR) with 95% Confident interval (95% CI) ใช้วิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยทางด้านสังคม ปัจจัยทางด้านจิตสังคม และความเครียด

สรุปผลการวิจัย

1.จากนิสิตจำนวน 127 คน พบความเครียดในระดับต่ำ 69 คน (ร้อยละ 54.3), ระดับปานกลาง 45 คน (ร้อยละ 35.5) และระดับสูง 13 คน (ร้อยละ 10.2) แต่ไม่พบความเครียดในระดับรุนแรง เมื่อแยกคะแนนความเครียดออกเป็นด้านต่าง ๆ 3 ด้าน พบว่า

- นิสิตจำนวน 127 คน มีความเครียดด้านร่างกายสูง 40 คน (ร้อยละ 31.5)
- นิสิตจำนวน 127 คน มีความเครียดด้านอารมณ์สูง 16 คน (ร้อยละ 12.6)
- นิสิตจำนวน 127 คน มีความเครียดด้านพุทธิปัญญาสูง 12 คน (ร้อยละ 9.4)

2.ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของนิสิตปริญญาตรีที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ได้แก่ การเห็น

คุณค่าในตนเอง ($p < 0.01$) หลักสูตรที่ศึกษา ความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมชั้นเรียน ความสัมพันธ์กับคนในครอบครัว และแรงสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสาร ($p < 0.05$)

เมื่อพิจารณาโดยแบ่งความเครียดเป็น 3 ด้าน จะพบว่าปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดด้านอารมณ์ คือ ความสัมพันธ์กับในครอบครัว ($p < 0.01$) การเห็นคุณค่าในตนเอง และแรงสนับสนุนสังคมทางด้านอารมณ์ ($p < 0.05$) ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดด้านร่างกาย คือ โรคประจำตัว ความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมชั้นเรียน ($p < 0.05$) และปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดด้านพุทธิปัญญา คือ การดื่มแอลกอฮอล์ และการเห็นคุณค่าในตนเอง ($p < 0.05$)

อภิปรายผลการวิจัย

1.ระดับความเครียดของนิสิต

จากการศึกษาในครั้งนี้พบว่า นิสิตปริญญาตรีที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ส่วนใหญ่มีความเครียดรวมในระดับต่ำ (ร้อยละ 54.3)

เนื่องจากในประเทศไทยยังไม่พบว่ามีผู้ใดทำการศึกษาความเครียดในนิสิต/นักศึกษาที่ได้รับทุนโดยไม่ต้องใช้คืนมาก่อน แต่มีการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างอื่นที่พอจะใกล้เคียงกันและพบว่าผลการศึกษาสอดคล้องกับการศึกษาในครั้งนี้ ได้แก่ การศึกษาของชาญวุฒิ ธิติรัตน์โชติ และคณะ⁽³⁷⁾ ได้ทำการประเมินสุขภาพจิตและความเครียดของนักศึกษามหาวิทยาลัยอุบลราชธานี โดยมีกลุ่มตัวอย่างจำนวน 11,498 คน พบว่าส่วนใหญ่มีความเครียดในระดับน้อยถึงปานกลาง ร้อยละ 77.98 สอดคล้องกับการศึกษาของนิศากร เชื้อสารุชุน และสรันยา เสงพระพรหม⁽⁵¹⁾ ศึกษาความชุกและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในแพทย์ใช้ทุนในปี 2555 พบว่าความชุกของความเครียดในแพทย์ใช้ทุนอยู่ที่ร้อยละ 29.4 ซึ่งส่วนใหญ่มีความเครียดในระดับปกติและไม่เครียด แต่ไม่สอดคล้องกับการศึกษาของนภัสกร ชันธควร⁽¹¹⁾ ที่ศึกษาความเครียดและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของนิสิตชั้นปีที่ 1 ระดับปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปีการศึกษา 2558 พบว่านิสิตส่วนใหญ่มีความเครียดในระดับสูง-รุนแรง และการศึกษาของจุฑารัตน์ สลธิปัญญา และวิทยา เหมพันธ์⁽⁵²⁾ ที่ทำการศึกษารื่องความเครียดของนักศึกษามหาวิทยาลัยในระดับปริญญาตรี โดยใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 674 คน พบว่านักศึกษาร้อยละ 57.6 มีความเครียดในระดับสูง และร้อยละ 22.1 มีความเครียดในระดับรุนแรง ทั้งนี้กลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษา ชั้นปีที่ศึกษา และช่วงเวลาทำการศึกษแตกต่างกัน ทำให้ผลการศึกษามิสอดคล้องกัน

2. ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียด

จากการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดรวมของนิสิตที่ได้รับทุนการศึกษาในครั้งนี้ คือ ปัจจัยทางด้านจิตสังคม ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง และปัจจัยทางด้านสังคม ได้แก่ การสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสาร แต่ไม่พบว่าการสนับสนุนทางสังคมด้านทรัพยากร/วัตถุ และด้านอารมณ์มีความสัมพันธ์กับความเครียด

ปัจจัยทางด้านจิตสังคม

การเห็นคุณค่าในตนเอง พบว่าการเห็นคุณค่าในตนเอง มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดของนิสิตที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย สอดคล้องกับการศึกษาของ Reda Abouserie⁽⁴²⁾ ที่ศึกษาเรื่องแหล่งที่มาและระดับความเครียดในความสัมพันธ์ของอำนาจควบคุมตนเอง และการเห็นคุณค่าตนเองในนักศึกษามหาวิทยาลัย พบว่านิสิต/นักศึกษาที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงจะมีความเครียดน้อยกว่านิสิต/นักศึกษาที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ และเป็นปัจจัยทำนายความเครียดที่สำคัญ กล่าวคือ นิสิต/นักศึกษาที่เห็นคุณค่าในตนเองปานกลาง/ต่ำ มีโอกาสเกิดความเครียดในระดับสูง-รุนแรงมากกว่านิสิต/นักศึกษาที่เห็นคุณค่าในตนเองสูง ซึ่งสอดคล้องกับ การศึกษาของ Sheeba FARHAN และ Imran KHAN⁽⁴⁷⁾ และการศึกษาของ Saleh, Camart & Romo⁽⁴⁵⁾ พบว่าการเห็นคุณค่าในตนเองเป็นปัจจัยทำนายความเครียดที่สำคัญ

บุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองต่ำ มักจะมีลักษณะขาดความมั่นใจในตนเอง ไม่เชื่อมั่นในทักษะความสามารถของตนเอง มองและแปลความหมายต่าง ๆ ในด้านลบ เช่น มองว่าตนเองไร้ความสามารถ เมื่อมีปัญหาเกิดขึ้น และเมื่อต้องเผชิญกับเหตุการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียดเป็นเวลานาน การเห็นคุณค่าในตนเองก็อาจถูกทำให้ลดน้อยลงได้⁽⁵³⁾ บุคคลเหล่านี้มักจะไม่สามารถเผชิญกับปัญหาและแก้ไขได้ ซึ่งส่งผลโดยตรงต่อความเครียดและสุขภาพจิต⁽⁵⁴⁾ ตรงกันข้ามบุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองสูง เป็นบุคคลที่สามารถเผชิญกับปัญหาได้ดี เนื่องจากผู้ที่มีความนับถือตนเองสูง มักจะมีมุมมองการรับรู้ไปในทางบวก⁽⁵⁵⁾ เป็นบุคคลที่มีความมั่นใจในตนเองว่าจะสามารถเผชิญกับเหตุการณ์/สถานการณ์ที่ไม่เป็นไปดังที่คาดหวังด้วยความหวังและความกล้าหาญได้⁽³⁰⁾

ปัจจัยทางด้านสังคม

แรงสนับสนุนทางสังคม พบว่าการสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสารที่ไม่ดี (ระดับต่ำ/ปานกลาง) มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดของนิสิตที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย สอดคล้องกับการศึกษาของ Xingming Wang, Lin Cai, Jing Qian และคณะ⁽⁶⁾ เนื่องจากการสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสารเป็นสิ่งสำคัญพื้นฐานที่นิสิต/นักศึกษาต้องการ การที่นิสิต/นักศึกษาได้รับข้อมูลข่าวสารที่มีประโยชน์ การได้รับคำแนะนำในวันที่มีปัญหา

จากบุคคลใกล้ชิด⁽⁴⁹⁾ เช่น เพื่อนและครอบครัว จะทำให้นิสิต/นักศึกษาจัดการกับเหตุการณ์ทั่ว ๆ ไป และสถานการณ์ที่ตึงเครียดได้ ช่วยลดความวิตกกังวลและความเครียดให้น้อยลง⁽⁵⁶⁾ ซึ่งตรงกับแนวคิดของ House⁽⁵⁷⁾ ว่าการสนับสนุนทางสังคมช่วยให้ผู้รับ รู้สึกในทางบวกทำให้ลดภาวะเครียดได้

นอกจากนี้ Jou & Fukada⁽⁴⁸⁾ ยังพบว่า แรงสนับสนุนทางสังคมยังเป็นตัวป้องกันภาวะความเครียดได้ ไม่ว่าจะในขณะนั้นจะเกิดความเครียดหรือยังไม่เกิดก็ตาม ซึ่งเมื่อเกิดความเครียดหรือความวิตกกังวลแล้ว จะพบว่าการสนับสนุนทางสังคมจะเป็นตัวส่งเสริมปัจจัยทางด้านจิตวิทยา ไม่ว่าจะ เป็นความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น การเห็นคุณค่าในตนเอง การเคารพตนเอง การควบคุมตนเอง ให้ลดความวิตกกังวลและความเครียดน้อยลงได้⁽⁵⁸⁾

ปัจจัยส่วนบุคคล

จากผลการศึกษา ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ภูมิฐานะ ชั้นปีที่กำลังศึกษา เกรดเฉลี่ยสะสม ลักษณะที่พักอาศัย บุคคลที่ที่พักอาศัยอยู่ด้วย รายได้ที่ไม่เพียงพอ จำนวนทุนที่ได้รับ ชั่วโมงการทำงานพิเศษ หนี้สิน สถานภาพบิดา/มารดา โรคประจำตัว การสูบบุหรี่ การดื่มแอลกอฮอล์ การมีคนรัก และความสัมพันธ์กับคนรัก ไม่มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดรวม

เพศ ไม่มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียด สอดคล้องกับการศึกษาของของณัฐพร รอดเจริญ⁽⁵⁹⁾ ที่ศึกษาเรื่องความเครียดและปัจจัยที่เกี่ยวข้องของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิตคณะนิติศาสตร์ ของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร และ วิทยา บุญเลิศเกิดไกรและคณะ⁽⁸⁾ ไม่พบเพศว่ามีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดของนิสิต แต่ไม่สอดคล้องกับการศึกษาของชาญวุฒิ อธิรัตน์โชติ และคณะ⁽³⁷⁾ ที่ทำการประเมินสุขภาพจิตและความเครียดของนักศึกษามหาวิทยาลัยอุบลราชธานี เก็บข้อมูลกลุ่มตัวอย่างจำนวน 11,498 คน โดยมีสัดส่วนเพศหญิงต่อเพศชาย เท่ากับ 2 : 1 ผลการศึกษาพบว่าเพศหญิงมีระดับความเครียดสูง-รุนแรงมากกว่าเพศชาย ในขณะที่การศึกษาครั้งนี้มีสัดส่วนเพศหญิงต่อเพศชาย เท่ากับ 1 : 2 จึงเป็นไปได้ว่ากลุ่มตัวอย่างที่ศึกษามีสัดส่วนประชากรเพศชายและเพศหญิงที่แตกต่างกัน สภาพแวดล้อมแตกต่างกัน ทำให้ผลไม่สอดคล้องกัน

อายุ ไม่พบว่ามีความสัมพันธ์กับระดับความเครียด โดยอายุของกลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษามีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 19.8 ปี ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานอยู่ที่ 1.37 ไม่ได้มีความแตกต่างกันมาก ระดับความเครียดจึงไม่แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของของณัฐพร รอดเจริญ⁽⁵⁹⁾ และนภัศกร ชันชควร⁽¹¹⁾

ภูมิฐานะ ไม่พบว่ามีสัมพันธ์กับระดับความเครียด สอดคล้องกับการศึกษาของของณัฐพร รอดเจริญ⁽⁵⁹⁾ และการศึกษาของธัญญารัตน์ จันทระเสนา⁽⁶⁰⁾ ศึกษาความเครียดของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีภูมิฐานะอยู่ใน กทม. และ

ปริณทล กับต่างจังหวัด มีความเครียดไม่แตกต่างกัน ซึ่งอาจเกิดจากการเข้ามาเรียนในมหาวิทยาลัย และเจอสภาพแวดล้อมเดียวกัน ทำให้เกิดการปรับตัวและใช้ชีวิตได้ไม่แตกต่างกัน^(59, 60) แต่ไม่สอดคล้องกับการศึกษาของอังสนา สิงหอุบล⁽⁷⁾ ที่พบว่า ภูมิลาเนา เป็นปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของนิสิตปริญญาโท คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ซึ่งเป็นไปได้ว่ากลุ่มตัวอย่าง บริบท สภาพแวดล้อม ระดับปริญญาที่แตกต่างกัน ส่งผลให้ผลการศึกษามีสอดคล้องกัน

ชั้นปีที่กำลังศึกษา ไม่พบว่ามีความสัมพันธ์กับความเครียด แตกต่างจากชาญวุฒิ ธิติรัตนโชติ⁽³⁷⁾ ซึ่งพบว่าชั้นปีมีผลต่อความเครียด โดยชั้นปีสูงจะมีความเครียดสูงขึ้น จากการศึกษาในครั้งนี้พบว่า แต่ละชั้นปี มีระดับความเครียดไม่แตกต่างกัน เป็นไปได้ว่ากลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา, สภาพแวดล้อม, มหาวิทยาลัย และเครื่องมือที่ใช้แตกต่างกัน จึงทำให้ไม่สอดคล้องกับผลการศึกษาร้างต้น

หลักสูตรที่ศึกษา พบว่ามีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดรวม หลักสูตรที่แตกต่างกันส่งผลให้ระดับความเครียดรวมแตกต่างกัน จากการศึกษาข้อมูลพบว่าแต่ละหลักสูตรมีวิชาเรียนเฉพาะที่ แตกต่างกัน⁽⁶¹⁾ สถิติศาสตร์บัณฑิต สามารถแยกสาขาออกเป็น 3 สาขา ได้แก่ สาขาสถิติ สาขาประกันภัย และสาขาเทคโนโลยีสารสนเทศ โดยวิชาส่วนใหญ่ของหลักสูตรสถิติศาสตร์บัณฑิตเป็นวิชาที่เกี่ยวข้องกับตัวเลข ใช้ความสามารถในการคิดคำนวณ การคิดเป็นเหตุเป็นผล การวิเคราะห์ทางสถิติ และพิสูจน์ทฤษฎีต่าง ๆ และเนื้อหาวิชาที่มีความซับซ้อน ในขณะที่หลักสูตรบัญชีศาสตร์บัณฑิต และหลักสูตรบริหารศาสตร์บัณฑิตมีเนื้อหาวิชาในเชิงธุรกิจมากกว่า จึงเป็นไปได้ว่าความแตกต่างของเนื้อหาวิชาที่เรียน โครงสร้างหลักสูตรที่ศึกษาจะส่งผลให้เกิดความเครียดในระดับที่แตกต่างกัน

เกรดเฉลี่ยสะสม ไม่พบว่ามีสัมพันธ์กับระดับความเครียด เกรดเฉลี่ยสะสมต่างกันมีความเครียดไม่แตกต่างกัน สอดคล้องกับการศึกษาของณัฐพร รอดเจริญ⁽⁵⁹⁾ แต่ต่างจากงานวิจัยของชาญวุฒิ ธิติรัตนโชติ และคณะ⁽³⁷⁾ ที่พบว่าผลการเรียนสัมพันธ์กับความเครียด นิสิต/นักศึกษาที่มีผลการเรียนต่ำมีความเครียดสูง เนื่องมาจากความกังวลในเรื่องการฟื้นฟูสภาพนิสิตและความคาดหวังจากผู้ปกครอง ซึ่งผลการศึกษาที่ได้ในครั้งนี้ไม่สอดคล้องกัน อาจเป็นเพราะกลุ่มตัวอย่าง คณะ ชั้นปี และปีที่ศึกษาแตกต่างกันจึงทำให้ผลไม่สอดคล้องกัน

ลักษณะที่พักอาศัย และ บุคคลที่พักอาศัยอยู่ด้วย ไม่พบว่ามีสัมพันธ์กับระดับความเครียด แตกต่างจากการศึกษาของ Australia Medical Students' association⁽⁹⁾ ที่พบว่าการศึกษาอยู่คนเดียว การพักอยู่นอกมหาวิทยาลัย มีผลต่อปัญหาสุขภาพจิต แตกต่างจากการศึกษาครั้งนี้ พบว่านิสิต/นักศึกษาส่วนใหญ่ที่พักอาศัยอยู่ที่บ้านและอยู่กับบิดามารดา มีระดับความเครียดไม่แตกต่างกันจากนิสิต/นักศึกษาที่พักอาศัยในหอพัก และอยู่คนเดียว เป็นไปได้ว่ากลุ่มตัวอย่าง, มหาวิทยาลัย, ช่วงเวลา และสภาพแวดล้อมในการศึกษาแตกต่างกัน ทำให้ผลการศึกษามีสอดคล้องกัน

รายได้ที่ไม่เพียงพอ ไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียด การศึกษาครั้งนี้พบว่านิสิต/นักศึกษาที่มีรายได้ไม่เพียงพอ มีความเครียดสูงไม่แตกต่างจากนิสิต/นักศึกษาที่มีรายได้เพียงพอ ซึ่งต่างจากการศึกษาของชาญวุฒิ ธิตีรัตน์โชติและคณะ⁽³⁷⁾ ที่พบว่านิสิต/นักศึกษาที่มีรายได้ไม่เพียงพอจะมีความเครียดอยู่ในระดับสูง และ Australia Medical Students' association⁽⁹⁾ ที่พบว่านิสิต/นักศึกษาที่มีปัญหาทางการเงินจะมีความเครียดในระดับสูง เป็นไปได้ว่ากลุ่มตัวอย่างและเครื่องมือที่ใช้ศึกษาแตกต่างกัน จึงทำให้ผลออกมาแตกต่างกัน นอกจากนี้อาจอธิบายได้ว่า กลุ่มตัวอย่างนี้ได้รับการสนับสนุนทางการเงิน เช่น ทุนการศึกษา ค่าเทอม และค่าใช้จ่ายไปในระดับหนึ่งแล้ว จึงทำให้รายได้ที่ไม่เพียงพอไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียด

งานพิเศษ หรือการทำงานระหว่างเรียน พบว่าการทำงานพิเศษไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียด นิสิตที่ไม่ได้ทำงานพิเศษมีระดับความเครียดไม่แตกต่างจากนิสิตที่ทำงานพิเศษ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของนภัสกร ชันธศวร⁽¹¹⁾ ที่พบว่าการทำงานหารายได้ระหว่างเรียนไม่ใช่ปัจจัยหลักที่ทำให้เกิดความเครียด

หนี้สิน ไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียด ซึ่งแตกต่างจากการศึกษาของเชิงชาย ถาวรยุธร⁽⁶²⁾ ทำการศึกษาความเครียดและปัจจัยที่เกี่ยวข้อง โดยมีกลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษากฎหมายแห่งเนติบัณฑิตยสภา พ.ศ.2557 ซึ่งเป็นกลุ่มผู้ที่สำเร็จการศึกษาในระดับปริญญาตรีมาแล้ว พบว่าหนี้สินมีความสัมพันธ์กับความเครียด ในขณะที่การศึกษาครั้งนี้พบว่าไม่มีความสัมพันธ์กัน ผลการศึกษาที่เกิดขึ้น เป็นไปได้ว่าความแตกต่างทางด้านกลุ่มตัวอย่างที่มีอายุมากกว่า, เครื่องมือ, สภาพแวดล้อม และระยะเวลาที่ทำการศึกษาแตกต่างกัน จึงได้ผลแตกต่างกัน

สถานภาพการสมรสบิดา/มารดา ไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียด สอดคล้องกับการศึกษาของนภัสกร ชันธศวร⁽¹¹⁾ ที่พบว่าสถานภาพของบิดา-มารดา ส่งผลต่อความเครียดของนิสิตไม่แตกต่างกัน

โรคประจำตัว ไม่สัมพันธ์กับความเครียดรวม นิสิตที่ได้รับทุนการศึกษาที่มีโรคประจำตัวและไม่มีโรคประจำตัว มีความเครียดรวมไม่แตกต่างกัน แต่ผลการศึกษาครั้งนี้พบว่าโรคประจำตัวมีความสัมพันธ์กับความเครียดด้านร่างกาย ซึ่งไม่สอดคล้องกับการศึกษาของณัฐพร รอดเจริญ⁽⁵⁹⁾ ที่พบว่าโรคประจำตัวทางกายหรือโรคทางจิตมีผลต่อความเครียด เป็นไปได้ว่าเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาแตกต่างกัน โรคประจำตัวต่างกัน จึงทำให้ผลออกมาไม่สอดคล้องกัน

ความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น พบว่าความสัมพันธ์กับคนในครอบครัวมีความสัมพันธ์กับความเครียด สอดคล้องกับ Shaikh⁽⁶³⁾ ที่ศึกษาการจัดการความเครียดในนักศึกษาแพทย์ พบว่าปัญหาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในครอบครัว ส่งผลต่อความเครียดของนักศึกษา และยังพบว่าความสัมพันธ์กับเพื่อน

ร่วมชั้นเรียนมีความสัมพันธ์กับความเครียดรวมและความเครียดด้านร่างกาย เช่น มีอาการปวดตึงกล้ามเนื้อ ปวดศีรษะ ปวดหลัง เหนื่อยง่าย เป็นหวัดบ่อย ๆ และความอยากอาหารเปลี่ยนแปลง⁽³³⁾ บุคคลที่มีปัญหาความขัดแย้งกับเพื่อนร่วมชั้นเรียนมักจะมีผลต่อความเครียด ซึมเศร้าและวิตกกังวล หากมีความสัมพันธ์ที่ดี ความเครียด ความวิตกกังวล ซึมเศร้าก็จะน้อย⁽⁴⁶⁾

การดื่มแอลกอฮอล์ พบว่าไม่มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดรวม ซึ่งสอดคล้องกับ Larissa A. Pohorecky⁽⁶⁴⁾ ที่ทำการศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดและแอลกอฮอล์: การปรับปรุงการวิจัยของมนุษย์ พบว่าแอลกอฮอล์ไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียด โดยนักศึกษาที่ดื่มแอลกอฮอล์แต่ละบุคคลมีเหตุผลที่แตกต่างกันไป เช่น การดื่มเพื่อสังคม การดื่มเพื่อคลายเครียด เป็นต้น แต่พบว่าแอลกอฮอล์มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดด้านพุทธิปัญญา นิสิตที่ดื่มแอลกอฮอล์มีโอกาสเกิดความเครียดด้านพุทธิปัญญาในระดับสูงมากกว่านิสิตที่ไม่ดื่มแอลกอฮอล์ กล่าวคือ แอลกอฮอล์มีส่วนเกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงของสติปัญญา⁽⁶⁵⁾ เช่น มีอาการสับสน การคิดที่ผิดปกติ การตัดสินใจที่ไม่ดี ตั้งสมาธิลำบาก เป็นต้น

ข้อจำกัดในการวิจัย

การศึกษานี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา ณ จุดเวลาใดเวลาหนึ่ง (cross-sectional descriptive study) จึงไม่สามารถอธิบายถึงความสัมพันธ์ที่เป็นเหตุผลในเชิงวิเคราะห์ได้ และการศึกษานี้เป็นการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างนิสิตปริญญาตรีที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยเท่านั้น จึงไม่สามารถเป็นตัวแทนของนิสิตที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะอื่น ๆ มหาวิทยาลัยอื่น ๆ หรือระดับการศึกษาในชั้นอื่น ๆ ได้

ข้อเสนอแนะ

ในการศึกษาความเครียดและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของนิสิตปริญญาตรีที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยครั้งนี้ พบว่า ส่วนใหญ่มีความเครียดในระดับต่ำ-ปานกลาง มีเพียงร้อยละ 10.2 เท่านั้นที่มีความเครียดในระดับสูง ผู้วิจัยจึงมีข้อเสนอแนะเพื่อนำไปใช้ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับความเครียดของนิสิตที่ได้รับทุนการศึกษาในครั้งต่อไป ดังนี้

1. การศึกษาเชิงพรรณนา โดยทำการศึกษาความเครียดและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของนิสิตที่ได้รับทุนการศึกษา เปรียบเทียบกับนิสิตที่ไม่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และ

การบัญชี จุฬาลงกรณ์ และศึกษาเพิ่มเติมในคณะที่เหมือนกันของมหาวิทยาลัยอื่น เพื่อทำการเปรียบเทียบกัน

2. การศึกษาเชิงคุณภาพ โดยศึกษาความเครียดของนิสิตที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เพื่อค้นหาว่าสาเหตุใดที่ทำให้นิสิตที่ได้รับทุนการศึกษาจำนวนหนึ่งมีความเครียดในระดับสูง โดยการสัมภาษณ์เชิงลึก (in-depth interview) หรือ ทำสนทนากลุ่ม (focused group)

การนำผลการวิจัยไปใช้

1. ข้อมูลที่ได้จากการศึกษาครั้งนี้ ทำให้ได้ข้อมูลที่เป็นองค์ความรู้เกี่ยวกับความเครียดและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของนิสิตปริญญาตรีที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

2. ระดับความเครียดของนิสิตที่ได้รับทุน พบว่ามีเพียงร้อยละ 10.2 ที่มีความเครียดในระดับสูง ซึ่งถือว่าเป็นกลุ่มเสี่ยงที่ต้องเฝ้าระวัง หากไม่ได้รับการดูแล อาจนำไปสู่ปัญหาทางสุขภาพจิตได้ ผลของการศึกษาครั้งนี้ จึงสามารถนำไปประสานงานกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพจิตของนิสิตให้เฝ้าระวัง คัดกรอง และให้คำแนะนำสนับสนุนแก่นิสิตที่เป็นกลุ่มเสี่ยงได้

3. หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น กิจการนิสิต มหาวิทยาลัย หรือผู้ที่สนใจ สามารถนำผลที่ได้จากการศึกษาในครั้งนี้ไปพัฒนา สร้างเสริมปัจจัยเชิงแรงที่ให้นิสิตสามารถเผชิญปัญหาได้ เช่น จัดกิจกรรมที่ส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองของนิสิต สร้างการยอมรับนับถือ และความภาคภูมิใจในตนเอง

4. เพื่อใช้เป็นแนวทางในการพิจารณาและให้ความช่วยเหลือแก่นิสิตที่มีปัญหาความเครียด แรงสนับสนุนทางสังคมเป็นหนึ่งในปัจจัยที่มีผลต่อความเครียด ดังนั้นการให้แรงสนับสนุนทางสังคมแก่นิสิตในด้านต่าง ๆ เช่น ด้านข้อมูลข่าวสาร ให้คำแนะนำ ให้คำปรึกษา, ด้านอารมณ์ ให้กำลังใจยามมีปัญหา, ด้านทรัพยากร/วัตถุ โดยเฉพาะปัญหาทางการเงิน ค่าใช้จ่ายที่ไม่เพียงพอ ซึ่งเป็นหนึ่งในสาเหตุหลักที่ให้นิสิตในมหาวิทยาลัยเกิดความเครียด โดยประสานงานกับกิจการนิสิตของคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี เพื่อดูแลนิสิตในด้านแหล่งทุนและความช่วยเหลือต่าง ๆ

5. ส่งเสริมให้มีการอบรมเสริมสร้างทักษะในด้านการสื่อสาร และการใช้ชีวิต เพื่อให้นิสิตเรียนรู้ และมีทักษะที่จำเป็นในการสร้างสัมพันธภาพที่ดี การปรับตัว และการอยู่ร่วมในสังคม ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญ ทำให้นิสิตมีแหล่งสนับสนุนสังคมทางด้านอารมณ์ สามารถช่วยลดความเครียดได้

รายการอ้างอิง

1. กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. รายงานจำนวนการฆ่าตัวตายของประเทศไทย : แยกตามช่วงอายุ. 2554.
2. กรมสุขภาพจิต. รายงานผู้ป่วยมารับบริการด้านจิตเวชประจำปีงบประมาณ 2559.
3. กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. รายงานประจำปีกรมสุขภาพจิต ปีงบประมาณ 2557.
4. อรอนงค์ ทรงสกุล. ความสัมพันธ์ระหว่างการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุน, มโนภาพแห่งตนและการสนับสนุน ทางสังคมกับการปรับตัวของวัยรุ่นตอนต้น. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาจิตวิทยาคลินิก มหาวิทยาลัยมหิดล, 2544.
5. Gore S, Asetline RH, Jr., Colton ME. Social structure, life stress and depressive symptoms in a high school-aged population. J Health Soc Behav 33 (June 1992): 97-113.
6. Wang X, Cai L, Qian J, Peng J. Social support moderates stress effects on depression. Int J Ment Health Syst 8 (November 2014): 41.
7. อังสนา สิงหอุบล. ความชุกของความเครียดและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของนิสิตปริญญาโท คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชาสุขภาพจิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2549.
8. วิทยา บุญเลิศเกิดไกร. ปัจจัยด้านความเครียดกับคุณภาพชีวิตของนิสิตแพทย์ ศูนย์แพทยศาสตร์ศึกษาชั้นคลินิก โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร ปราจีนบุรี. บูรพาเวชสาร 1 (มกราคม-มิถุนายน 2558): 4-14.
9. Australia Medical Student's association. University Student Mental Health : The Australian Context. AMSA Student Mental Health and Wellbeing Committee; 2013.
10. Kara Zivin DE, Sarah E Gollust, Ezra Golberstein. Persistence of mental health problems and needs in a college student population. Journal of affective disorders 117 (February 2009): 180-5.
11. นภัสกร ชันธควร. ความเครียดและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของนิสิตชั้นปีที่1 ระดับปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชาสุขภาพจิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2558.
12. อรพรรณ ลือบุญธวัชชัย. ภาวะเครียดของผู้บริหารในสถาบันอุดมศึกษา : ผลกระทบและแนวทางแก้ไข. วารสารพยาบาลศาสตร์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 6 (ธันวาคม 2537): 1-3.
13. สุวัฒน์ มหัตนรินทร์กุล, วนิตา พุ่มไพศาลชัย, และพิมพ์มาศ ตาปัญญา. รายงานการวิจัยเรื่องการสร้างแบบวัดความเครียดสวนปรุง. โรงพยาบาลสวนปรุง จังหวัดเชียงใหม่.; พฤษภาคม 2540.

14. พัทธา สายหู. สารานุกรมไทยสำหรับเยาวชน โดยพระราชประสงค์ในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว. เรื่องที่ ๒ การศึกษา 2531.
15. สำนักงานการทะเบียน จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ข้อบังคับ ระเบียบ ประกาศ จุฬาฯ ว่าด้วยการศึกษาชั้นปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย พ.ศ. 2559 [ออนไลน์].2559. Available from: <https://www.reg.chula.ac.th/cuannounced.html>
16. รัชจณา สิงห์ทอง. ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการเผชิญปัญหาความพึงพอใจในชีวิต แรงสนับสนุนทางสังคม และภาวะซึมเศร้าของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา อำเภอเมือง จังหวัดสุราษฎร์ธานี. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาชุมชน ภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2545.
17. ชัยวัฒน์ วงศ์อาษา. ผลการฝึกอบรมที่ต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร , 2539.
18. กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. ความเครียดและสุขภาพจิตคนไทย. กรุงเทพมหานคร: กระทรวงสาธารณสุข; 2539.
19. สำนักงานราชบัณฑิตยสภา. พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.๒๕๕๔
Available from: <http://www.royin.go.th/dictionary/>.
20. Selye Hans. The Stress of Life. New York: McGraw Hill; 1956.
21. National Institute of Mental Health. stress [online]. 2016. Available from: <https://medlineplus.gov/stress.html>.
22. กรมสุขภาพจิต. คู่มือคลายเครียด (ฉบับปรับปรุงใหม่). [ออนไลน์]: สำนักสุขภาพจิตสังคม; 2555.
23. Thoits PA. Social support as coping assistance. Journal of Consulting and Clinical Psychology 54 (August 1986): 416-23.
24. Tolsdorf CC. Social Networks, Support, and Coping: An Exploratory Study. Family Process 15 (December 1976): 407-17.
25. Albrecht TL, Adelman MB. Communicating social support: Sage Publications; 1987.
26. Schaefer C, Coyne JC, Lazarus RS. The health-related functions of social support. J Behav Med 4 (December 1981): 381-406.
27. จริยวัตร คมพยัคฆ์. แรงสนับสนุนทางสังคม มโนทัศน์การนำไปใช้. วารสารพยาบาล 6 (เมษายน-มิถุนายน 2531): 96-8.
28. Danielsen AG, Samdal O, Hetland J, Wold B. School-Related Social Support and Students' Perceived Life Satisfaction. The Journal of Educational Research 102 (May 2009): 303-20.

29. Maslow AH. Motivation and personality. New York: Harper & Row; 1970.
30. Coopersmith S. The Antecedent of Self-Esteem. California: Consulting Psychologists Press; 1990.
31. Rosenberg M. Conceiving the Self. New York: Basic Books; 1979.
32. ทักษิณา ทวีคุณ, พัชรินทร์ นินทจันทร์, และโสภณ แสงอ่อน. ปัจจัยทำนายความเครียดของนักศึกษาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต. วารสารพยาบาลกระทรวงสาธารณสุข 22 (กันยายน-ธันวาคม 2555): 1-11.
33. ภควัต วงศ์ไทย. ความเครียดของนิสิตระดับปริญญาตรี ภาควิชาสถาปัตยกรรม คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาสุขภาพจิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2557.
34. วรินทร์ รามสุด. แหล่งความเครียดของนิสิตปริญญาตรีจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2547.
35. วิโรจน์ ทองสุพรรณ, บุญชอบ เกียรติกำจาย, และอุกฤษฏ์ มนูญจันทร์. ความเครียดของนิสิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน: โครงการวิจัยรหัส ส-ค 7.42. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ สถาบันวิจัยและพัฒนาแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2543.
36. มธุริน คำวงศ์ปิ่น. ความเครียด วิธีการปรับแก้และแรงสนับสนุนทางสังคมของบุคคลที่เคยพยายามฆ่าตัวตาย. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2543.
37. ชาญวุฒิ ธิติรัตน์โชติ, ณัฐธาดา เหล่าคงธรรม, วิสันต์ มาวงศ์, และคณะ. การประเมินสุขภาพจิตและความเครียดของนักศึกษามหาวิทยาลัยอุบลราชธานี. Journal of Pharmaceutical Sciences 9 (January 2014): 66-71.
38. Campbell RL, Svenson LW, Jarvis GK. Perceived level of stress among university undergraduate students in Edmonton, Canada. Percept Mot Skills 75 (October 1992): 552-4.
39. Csikszentmihalyi M. Being adolescent : conflict and growth in the teenage years. In: Larson R, editor. New York :: Basic Books; 1984.
40. Misra R, McKean M, West S, Russo T. Academic stress of college students: Comparison of student and faculty perceptions: 2000. 236-45 p.
41. Hefner J, Eisenberg D. Social support and mental health among college students. Am J Orthopsychiatry 79 (October 2009): 491-9.
42. Abouserie R. Sources and Levels of Stress in Relation to Locus of Control and Self Esteem in University Students. Educational Psychology 14 (January 1994): 323-30.
43. Negga FA, Sheldon; Livingston, Ivor,. African American College Students and Stress: School Racial Composition, Self-Esteem and Social Support. College Student Journal 41 (December 2007): 823-30.


44. Patel D.R. GDE. Substance Abuse: a Pediatric Concern. Indian Journal of Pediatrics 66 (July-August 1999): 557-67.
45. Saleh D, Camart N, Romo L. Predictors of Stress in College Students. Frontiers in Psychology 8 (January 2017).
46. Sarkova M, Bacikova-Sleskova M, Madarasova Geckova A, Katreniakova Z, van den Heuvel W, van Dijk JP. Adolescents' psychological well-being and self-esteem in the context of relationships at school. Educational Research 56 (October 2014): 367-78.
47. Sheeba FARHAN IK. IMPACT OF STRESS, SELF-ESTEEM AND GENDER FACTOR ON STUDENTS' ACADEMIC ACHIEVEMENT. International Journal on New Trends in Education and Their Implications 6 (April 2015).
48. Jou YH, Fukada H. Stress and social support in mental and physical health of Chinese students in Japan. Psychol Rep 81 (December 1997): 1303-12.
49. Lueboonthavatchai P. Prevalence and psychosocial factors of anxiety and depression in breast cancer patients. J Med Assoc Thai 90 (October 2007): 2164-74.
50. รูปนีย์ ตั้งจิตภักดีสกุล. ปัจจัยที่สัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเองและความรู้สึกสิ้นหวังในเด็กและเยาวชน ที่กระทำผิดในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนกลาง. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, สาขาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, 2544.
51. นิศากร เชื้อสาธุชน, และสรันยา เสงพระพรหม. ความชุกและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในแพทย์ใช้ทุนในปี 2555. วารสารวิจัยระบบสาธารณสุข 8 (เมษายน-มิถุนายน 2557): 176-86.
52. จุฑารัตน์ สกริปัญญา, และวิทยา เหมพันธ์. ความเครียดของนักศึกษามหาวิทยาลัย. วารสารศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยแม่โจ้ 1 (มกราคม-มิถุนายน 2556): 42-58.
53. Zautra AJ, Reich JW. Life events and perceptions of life quality: Developments in a two-factor approach. Journal of Community Psychology 11 (April 1983): 121-32.
54. Bruno FJ. Adjustment and Personal Growth: Seven Pathways: Wiley; 1983.
55. Tubman JG, Windle M. Continuity of difficult temperament in adolescence: Relations with depression, life events, family support, and substance use across a one-year period. Journal of Youth and Adolescence 24 (April 1995): 133-53.
56. Murphy PM, Kupshik GA, Dawson B. Loneliness, stress and well-being: a helper's guide. London: Routledge; 1992.
57. S. House J, L. Kahn R, D. McLeod J, Williams D. Measures and concepts of social support, 1985.

58. ไพศาล แยมวงศ์. การศึกษาการสนับสนุนทางสังคมที่มีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2555.
59. ณัฏฐพร รอดเจริญ. ความเครียดและปัจจัยที่เกี่ยวข้องของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต คณะนิติศาสตร์ ของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. คณะแพทยศาสตร์, 2559.
60. ธัญญารัตน์ จันทร์เสนา. ความเครียดของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ., 2555.
61. หลักสูตรปริญญาตรี [online]. 2561. Available from: <https://www.cbs.chula.ac.th/programs-th/bachelors-th/> [cited 31 มีนาคม 2561].
62. เชิงชาย ถาวรยุธร. ความเครียดของนักศึกษาซึ่งศึกษา ณ สำนักอบรมกฐนหมายแห่งเนติบัณฑิตยสภา. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2557.
63. Shaikh BT, Kahloon A, Kazmi M, Khalid H, Nawaz K, Khan NA, et al. Stress management in medical students. J Coll Physicians Surg Pak 14 (May 2004): 306.
64. Pohorecky LA. Stress and Alcohol Interaction: An Update of Human Research. Alcoholism: Clinical and Experimental Research 15 (June 1991): 438-59.
65. Short and Long Term Mental Effects of Alcohol [online]. Available from: <https://americanaddictioncenters.org/alcoholism-treatment/mental-effects/> [cited 2018, March 24].



ภาคผนวก

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

	คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย	เอกสารชี้แจงข้อมูล	AF 09-
		คำอธิบายสำหรับ ผู้เข้าร่วมในโครงการวิจัย	04/5.0 หน้า 1/5

ชื่อโครงการวิจัย ความเครียดและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของนิสิตปริญญาตรีที่ได้รับทุนการศึกษา
ในคณะแพทยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ผู้วิจัยหลัก

ชื่อ นางสาวจรรุชา บรรเจิดถาวร
ที่อยู่สถานศึกษาของผู้วิจัย ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ถนนพระราม 4 เขตปทุมวัน กรุงเทพมหานคร10330
เบอร์โทรศัพท์ที่ทำงาน 02-256-4298
เบอร์โทรศัพท์ติดต่อ 24 ชั่วโมง 097-2636829

อาจารย์ที่ปรึกษา


ชื่อ ผู้ช่วยศาสตราจารย์นายแพทย์ภูงศ์ เหล่ารัฐสวัสดิ์
ที่อยู่ทำงาน ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ถนนพระราม 4 เขตปทุมวัน กรุงเทพมหานคร10330
เบอร์โทรศัพท์ที่ทำงาน 02-256-4298
เบอร์โทรศัพท์ติดต่อ 24 ชั่วโมง 089-4492240

แหล่งทุนวิจัย

ไม่มี

เรียน ผู้เข้าร่วมโครงการวิจัยทุกท่าน

ท่านได้รับเชิญให้เข้าร่วมในโครงการวิจัยนี้ เนื่องจากท่านเป็นนิสิตปริญญาตรีที่ได้รับทุนการศึกษา
ในคณะแพทยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ก่อนที่ท่านจะตัดสินใจเข้าร่วมในการศึกษา
วิจัยดังกล่าว ขอให้ท่านอ่านเอกสารฉบับนี้อย่างถี่ถ้วน เพื่อให้ท่านได้ทราบถึงเหตุผลและรายละเอียดของการ
ศึกษาวิจัยในครั้งนี้ หากท่านมีข้อสงสัยใด ๆ เพิ่มเติม กรุณาซักถามจากผู้ทำวิจัย ซึ่งจะเป็นผู้สามารถตอบ
คำถามและให้ความกระจ่างแก่ท่านได้

	คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย	เอกสารชี้แจงข้อมูล	AF 09-
		คำอธิบายสำหรับ ผู้เข้าร่วมในโครงการวิจัย	04/5.0 หน้า 2/5

ท่านสามารถขอคำแนะนำในการเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้จากครอบครัว เพื่อน หรือแพทย์ประจำตัวของท่านได้ ท่านมีเวลาอย่างเพียงพอในการตัดสินใจโดยอิสระ ถ้าท่านตัดสินใจแล้วว่าจะเข้าร่วมในโครงการวิจัยนี้ ขอให้ท่านลงนามในเอกสารแสดงความยินยอมของโครงการวิจัยนี้

เหตุผลความเป็นมา

ความเครียดเป็นภาวะที่เกิดขึ้นได้กับทุกเพศ ทุกวัย และทุกอาชีพ ความเครียดเกิดได้จากหลายสาเหตุ โดยสาเหตุหลักที่ก่อให้เกิดความเครียด เกิดจากปัญหาทางด้านการเงิน การเรียน ครอบครัว และสังคม ฯลฯ

การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็วในปัจจุบัน เป็นอีกสาเหตุหนึ่งที่น่าไปสู่ภาวะเครียดได้ ซึ่งความเครียดที่สะสมมาเป็นเวลานาน จะส่งผลกระทบต่อร่างกายและจิตใจ อันเป็นสาเหตุของความเจ็บป่วยและปัญหาทางด้านสุขภาพจิตตามมา

ผู้วิจัยจึงเห็นความสำคัญของปัญหาดังกล่าว จึงได้ทำการศึกษาและเก็บข้อมูลเพื่อจะคัดกรองกลุ่มเสี่ยงที่อาจเกิดภาวะเครียดได้ ซึ่งข้อมูลที่ได้จากการศึกษาคั้งนี้จะเป็นประโยชน์ต่อตัวนิสิต คณะ และมหาวิทยาลัย เพื่อใช้ในการวางแผน ดูแล ป้องกัน แก้ไขตลอดจนส่งเสริมกิจกรรมเพื่อลดปัจจัยเสี่ยงที่เป็นที่มาของความเครียด


วัตถุประสงค์ของการศึกษา

1. เพื่อศึกษาความเครียดของนิสิตปริญญาตรีที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของนิสิตปริญญาตรีที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

วิธีการที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย

หากท่านมีคุณสมบัติตามเกณฑ์คัดเลือกและยินยอมที่จะเข้าร่วมในโครงการวิจัยนี้ จะได้รับแบบประเมิน ซึ่งประกอบด้วย

1. แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป จำนวน 26 ข้อ
2. แบบทดสอบความเครียดสวนปรุง (ฉบับปรับปรุง) จำนวน 22 ข้อ
3. แบบประเมินการสนับสนุนทางสังคมฉบับภาษาไทย จำนวน 16 ข้อ
4. แบบประเมินการเห็นคุณค่าตนเอง จำนวน 10 ข้อ

	คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย	เอกสารชี้แจงข้อมูล	AF 09-
		คำอธิบายสำหรับ ผู้เข้าร่วมในโครงการวิจัย	04/5.0 หน้า 3/5

โดยท่านจะเป็นผู้ทำแบบสอบถามด้วยตนเอง รวมใช้เวลาในการทำแบบสอบถามประมาณ 25-30 นาที ท่านมีสิทธิไม่ตอบคำถามข้อใด ๆ ที่ท่านไม่ต้องการตอบ โดยคาดว่าจะมีผู้เข้าร่วมการศึกษาประมาณ 123 คน

ความรับผิดชอบของอาสาสมัครผู้เข้าร่วมในโครงการวิจัย

ผู้ทำวิจัยใคร่ขอความความร่วมมือจากท่านตอบคำถามตามความเป็นจริง

ความเสี่ยงที่อาจได้รับ

การเข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้ ท่านจะได้รับความเสี่ยงเล็กน้อยที่ไม่มากกว่าความเสี่ยงในชีวิตประจำวัน (minimal risks) เช่น เสียเวลา รู้สึกไม่สะดวก ไม่สบายในการทำแบบสอบถาม ผู้วิจัยจะเก็บข้อมูลที่ท่านตอบในแบบสอบถามเป็นความลับ จะไม่มีผลกระทบต่อท่านและไม่มีผลต่อการพิจารณาทุนการศึกษาใด ๆ ทั้งสิ้น

หากท่านเกิดอาการไม่สบายในระหว่างการตอบแบบสอบถาม ท่านสามารถหยุดตอบแบบสอบถาม และผู้วิจัยจะรับผิดชอบให้การดูแลท่าน หรือประสานงานให้ท่านได้รับการดูแลและรับคำปรึกษาจากรองศาสตราจารย์นายแพทย์ภูษงค์ เหล่ารุจิสวัสดิ์ โดยผู้วิจัยจะรับผิดชอบค่าใช้จ่ายทั้งหมด


ประโยชน์ที่อาจได้รับ

ท่านอาจจะไม่ได้รับประโยชน์ใด ๆ จากการเข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้ อย่างไรก็ตามหากพบว่าท่านมีความเครียดระดับสูงหรือรุนแรง ผู้วิจัยจะให้คำปรึกษาเบื้องต้น และประสานงานให้ท่านปรึกษากับนักจิตวิทยา จิตแพทย์ ตามกระบวนการช่วยเหลือนิสิตที่มีปัญหาสุขภาพจิตของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยต่อไป ผลการศึกษาโดยรวมที่ได้ อาจจะเป็นประโยชน์สำหรับใช้เป็นแนวทางในการวางแผน ดูแล ป้องกัน ปัจจัยเสี่ยงต่าง ๆ ที่ทำให้เกิดความเครียด อันจะก่อเกิดประโยชน์แก่นิสิตปริญญาตรีที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยต่อไป

ข้อปฏิบัติของท่านขณะที่ร่วมในโครงการวิจัย

ขอให้ท่านปฏิบัติดังนี้

- ขอให้ท่านให้ข้อมูลทางการแพทย์ของท่านทั้งในอดีต และปัจจุบัน แก่ผู้ทำวิจัยด้วยความสัตย์จริง
- ขอให้ท่านแจ้งให้ผู้ทำวิจัยทราบความผิดปกติที่เกิดขึ้นระหว่างที่ท่านร่วมในโครงการวิจัย
- หากท่านมีข้อซักถามประการใด สามารถซักถามผู้วิจัยได้โดยตรง

	คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย	เอกสารชี้แจงข้อมูล	AF 09-
		คำอธิบายสำหรับ ผู้เข้าร่วมในโครงการวิจัย	04/5.0 หน้า 4/5

คำตอบแทนสำหรับผู้เข้าร่วมวิจัย

ท่านจะไม่ได้รับเงินค่าตอบแทนจากการเข้าร่วมในโครงการวิจัยในการศึกษาครั้งนี้

การเข้าร่วมและการสิ้นสุดการเข้าร่วมโครงการวิจัย

การเข้าร่วมในโครงการวิจัยครั้งนี้เป็นไปโดยความสมัครใจ หากท่านไม่สมัครใจจะเข้าร่วมการศึกษาแล้ว ท่านสามารถถอนตัวได้ตลอดเวลา การขอถอนตัวออกจากโครงการวิจัยจะไม่มีผลต่อการพิจารณาทุนการศึกษาและคะแนนความประพฤติของท่านแต่อย่างใด

การปกป้องรักษาข้อมูลความลับของอาสาสมัคร

ข้อมูลนี้อาจนำไปสู่การเปิดเผยตัวท่าน จะได้รับการปกปิดและจะไม่เปิดเผยแก่สาธารณชน ในกรณีที่เกิดการวิจัยได้รับการตีพิมพ์ ชื่อและที่อยู่ของท่านจะต้องได้รับการปกปิดอยู่เสมอ โดยจะใช้เฉพาะรหัสประจำโครงการวิจัยของท่าน

จากการลงนามยินยอมของท่าน ผู้ทำวิจัย และผู้สนับสนุนการวิจัย คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย ผู้ตรวจสอบการวิจัย และหน่วยงานควบคุมระเบียบกฎหมาย สามารถเข้าไปตรวจสอบบันทึกข้อมูลของท่านได้แม้จะสิ้นสุดโครงการวิจัยแล้วก็ตาม โดยไม่ละเมิดสิทธิของท่านในการรักษาความลับเกินขอบเขตที่กฎหมายและระเบียบกฎหมายอนุญาตไว้

การยกเลิกการให้ความยินยอม


หากท่านต้องการยกเลิกการให้ความยินยอมดังกล่าว ท่านสามารถแจ้ง หรือเขียนบันทึกขอยกเลิกการให้คำยินยอม โดยส่งไปที่ นางสาวจรรุษา บรรเจิดถาวร ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ถนนพระราม4 เขตปทุมวัน กรุงเทพมหานคร 10330

หากท่านขอยกเลิกการให้คำยินยอมหลังจากที่ท่านได้เข้าร่วมโครงการวิจัยแล้ว ข้อมูลส่วนตัวของท่านจะไม่ถูกบันทึกเพิ่มเติม อย่างไรก็ตามข้อมูลอื่น ๆ ของท่านอาจถูกนำมาใช้เพื่อประเมินผลการวิจัย และท่านจะไม่สามารถกลับมาเข้าร่วมในโครงการนี้ได้อีก ทั้งนี้เนื่องจากข้อมูลของท่านที่จำเป็นสำหรับใช้เพื่อการวิจัยไม่ได้ถูกบันทึก

สิทธิของผู้เข้าร่วมในโครงการวิจัย

ในฐานะที่ท่านเป็นผู้เข้าร่วมในโครงการวิจัย ท่านจะมีสิทธิ์ดังต่อไปนี้

1. ท่านจะได้รับทราบถึงลักษณะและวัตถุประสงค์ของการวิจัยในครั้งนี้
2. ท่านจะได้รับการอธิบายเกี่ยวกับระเบียบวิธีการของการวิจัยครั้งนี้
3. ท่านจะได้รับการอธิบายถึงความเสี่ยงและความไม่สบายที่จะได้รับจากการวิจัย
4. ท่านจะได้รับการอธิบายถึงประโยชน์ที่ท่านอาจจะได้รับจากการวิจัย

	คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย	เอกสารชี้แจงข้อมูล คำอธิบายสำหรับ ผู้เข้าร่วมในโครงการวิจัย	AF 09- 04/5.0
			หน้า 5/5


5. ท่านจะมีโอกาสได้ซักถามเกี่ยวกับงานวิจัยหรือขั้นตอนที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย
6. ท่านจะได้รับทราบว่าการยินยอมเข้าร่วมในโครงการวิจัยนี้ ท่านสามารถขอถอนตัวจากโครงการเมื่อไรก็ได้ โดยผู้เข้าร่วมในโครงการวิจัยสามารถขอถอนตัวจากโครงการโดยไม่ได้รับผลกระทบใด ๆ ทั้งสิ้น
7. ท่านจะได้รับเอกสารข้อมูลคำอธิบายสำหรับผู้เข้าร่วมในโครงการวิจัยและสำเนาเอกสารยินยอมที่มีทั้งลายเซ็นและวันที่
8. ท่านมีสิทธิ์ในการตัดสินใจว่าจะเข้าร่วมในโครงการวิจัยหรือไม่ก็ได้ โดยปราศจากการใช้อิทธิพลบังคับข่มขู่ หรือการหลอกลวง
9. ในกรณีที่ผลของแบบสอบถามแปลผลว่าท่านมีระดับความเครียดระดับสูงหรือระดับรุนแรง ท่านจะมีสิทธิ์ในการได้รับคำแนะนำจากผู้วิจัยในการให้คำปรึกษาเบื้องต้น และประสานงานไปยังนักจิตวิทยา จิตแพทย์ ตามกระบวนการช่วยเหลือนิสิตที่มีปัญหาสุขภาพทางจิตของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยต่อไป

หากท่านไม่ได้รับการชดเชยอันควรต่อการบาดเจ็บหรือเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นโดยตรงจากการวิจัย หรือท่านไม่ได้รับการปฏิบัติตามที่ปรากฏในเอกสารข้อมูลคำอธิบายสำหรับผู้เข้าร่วมในการวิจัย ท่านสามารถร้องเรียนได้ที่ สำนักงานคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ตึกอานันทมหิดลชั้น 3 โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ ถนนพระราม 4 ปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330 โทรศัพท์/โทรสาร 0-2256-4493 ในเวลาราชการ หรือ e-mail : medchulairb@chula.ac.th

การลงนามในเอกสารให้ความยินยอม ไม่ได้หมายความว่าท่านได้สละสิทธิ์ทางกฎหมายตามปกติที่ท่านพึงมี

ขอขอบคุณในการให้ความร่วมมือของท่านมา ณ ที่นี้

.....

	คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย	เอกสารแสดงความยินยอม	AF 09-
		เข้าร่วม	05/5.0
		โครงการสำหรับอาสาสมัคร	หน้า 1/2

การวิจัยเรื่อง ความเครียดและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของนิสิตปริญญาตรีที่ได้รับทุนการศึกษาใน คณะแพทยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

ข้าพเจ้า นาย/นาง/นางสาว.....

ที่อยู่.....

ได้อ่านรายละเอียดจากเอกสารข้อมูลสำหรับผู้เข้าร่วมโครงการวิจัยวิจัยที่แนบมาฉบับวันที่..... และข้าพเจ้ายินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัยโดยสมัครใจ

ข้าพเจ้าได้รับสำเนาเอกสารแสดงความยินยอมเข้าร่วมในโครงการวิจัยที่ข้าพเจ้าได้ลงนาม และ วันที่ พร้อมด้วยเอกสารข้อมูลสำหรับผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย ทั้งนี้ก่อนที่จะลงนามในใบยินยอมให้ทำการวิจัย นี้ ข้าพเจ้าได้รับการอธิบายจากผู้วิจัยถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ระยะเวลาของการทำวิจัย วิธีการวิจัย อันตราย ที่อาจเกิดขึ้นจากการวิจัย รวมทั้งประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นจากการวิจัย ข้าพเจ้ามีเวลาและโอกาสเพียงพอในการซักถามข้อสงสัยจนมีความเข้าใจอย่างดีแล้ว โดยผู้วิจัยได้ตอบคำถามต่าง ๆ ด้วยความเต็มใจ ไม่ปิดบังซ่อนเร้นจนข้าพเจ้าพอใจ


ข้าพเจ้ามีสิทธิที่จะบอกเลิกเข้าร่วมในโครงการวิจัยเมื่อใดก็ได้ โดยไม่จำเป็นต้องแจ้งเหตุผล และการบอกเลิกการเข้าร่วมการวิจัยนี้ จะไม่มีผลต่อสิทธิอื่น ๆ ที่ข้าพเจ้าจะพึงได้รับต่อไป

ผู้วิจัยรับรองว่าจะเก็บข้อมูลส่วนตัวของข้าพเจ้าเป็นความลับ และจะเปิดเผยได้เฉพาะเมื่อได้รับการยินยอมจากข้าพเจ้าเท่านั้น คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน สำนักงานคณะกรรมการอาหาร และยาอาจได้รับอนุญาตให้เข้ามาตรวจและประมวลข้อมูลของข้าพเจ้า ทั้งนี้จะต้องกระทำไปเพื่อวัตถุประสงค์เพื่อตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูลเท่านั้น โดยการตกลงที่จะเข้าร่วมการศึกษานี้ข้าพเจ้าได้ให้คำยินยอมที่จะให้มีการตรวจสอบข้อมูลของข้าพเจ้าได้

ผู้วิจัยรับรองว่าจะไม่มีการเก็บข้อมูลใด ๆ เพิ่มเติม หลังจากที่ข้าพเจ้าขอยกเลิกการเข้าร่วมโครงการวิจัยและต้องการให้ทำลายเอกสารทั้งหมดที่สามารถสืบค้นถึงตัวข้าพเจ้าได้

ข้าพเจ้าเข้าใจว่า ข้าพเจ้ามีสิทธิที่จะตรวจสอบหรือแก้ไขข้อมูลส่วนตัวของข้าพเจ้าและสามารถ ยกเลิกการให้สิทธิในการใช้ข้อมูลส่วนตัวของข้าพเจ้าได้ โดยต้องแจ้งให้ผู้วิจัยรับทราบ

ข้าพเจ้าได้ตระหนักว่าข้อมูลในการวิจัยของข้าพเจ้าที่ไม่มีการเปิดเผยชื่อ จะผ่านกระบวนการต่าง ๆ เช่น การเก็บข้อมูล การบันทึกข้อมูลในแบบบันทึกและในคอมพิวเตอร์ การตรวจสอบ การวิเคราะห์ และการ รายงานข้อมูลเพื่อวัตถุประสงค์ทางวิชาการเท่านั้น

	คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย	เอกสารแสดงความยินยอม เข้าร่วม โครงการสำหรับอาสาสมัคร	AF 09- 05/5.0
			หน้า 2/2

ข้าพเจ้าได้อ่านข้อความข้างต้นและมีความเข้าใจดีทุกประการแล้ว ยินดีเข้าร่วมในการวิจัยด้วยความเต็มใจ จึงได้ลงนามในเอกสารแสดงความยินยอมนี้

.....ลงนามผู้ให้ความยินยอม
(.....) ชื่อผู้ยินยอมตัวบรรจง
วันที่เดือน.....พ.ศ.....

ข้าพเจ้าได้อธิบายถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย วิธีการวิจัย อันตราย หรือความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นจากการวิจัย รวมทั้งประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นจากการวิจัยอย่างละเอียด ให้ผู้เข้าร่วมในโครงการวิจัยตามนามข้างต้นได้ทราบและมีความเข้าใจดีแล้ว พร้อมลงนามลงในเอกสารแสดงความยินยอมด้วยความเต็มใจ

.....ลงนามผู้ทำวิจัย
(จารุชา บรรเจิดถาวร) ชื่อผู้ทำวิจัย ตัวบรรจง
วันที่เดือน.....พ.ศ.....

.....ลงนามพยาน
(.....) ชื่อพยาน ตัวบรรจง
วันที่เดือน.....พ.ศ.....

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

แบบสอบถาม สำหรับการวิจัย

เรื่อง ความเครียดและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของนิสิตปริญญาตรีที่ได้รับทุนการศึกษาใน คณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

คำชี้แจงในการทำแบบสอบถาม

- แบบสอบถามสำหรับผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย เป็นผู้ตอบแบบสอบถาม มี 4 ส่วน ประกอบด้วย

ส่วนที่ 1	แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป	จำนวน	26	ข้อ
ส่วนที่ 2	แบบวัดความเครียดสวนปรุง(ฉบับปรับปรุง)	จำนวน	22	ข้อ
ส่วนที่ 3	แบบประเมินการสนับสนุนทางสังคม	จำนวน	16	ข้อ
ส่วนที่ 4	แบบประเมินการเห็นคุณค่าของตนเอง	จำนวน	10	ข้อ
- ให้ผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยอ่านคำชี้แจงของแบบสอบถามแต่ละส่วนอย่างละเอียดจนเข้าใจ ก่อนลงมือทำ และตอบแบบสอบถามตามความเป็นจริงมากที่สุด โดยไม่ต้องเขียนชื่อนามสกุล ในแบบสอบถามชุดนี้
- ข้อมูลที่ได้จากการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยขอรับรองว่าจะเก็บรักษาไว้เป็นความลับ และนำเสนอผลการวิจัยในภาพรวม ไม่มีการนำเสนอรายบุคคลแต่อย่างใด
- แบบสอบถามทั้งหมดนี้ใช้เวลาในการตอบประมาณ 30 นาที
- ท่านมีสิทธิไม่ตอบคำถามข้อใด ๆ ที่ท่านไม่ต้องการตอบ

หมายเหตุ ข้อมูลที่ท่านตอบในแบบสอบถามนี้จะเป็นความลับ และไม่มีผลต่อการพิจารณา ทุนการศึกษาใด ๆ ทั้งสิ้น

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

นางสาวจรรุชา บรรณเจตถาวร

นิสิตหลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสุขภาพจิต
ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป

ขอให้ท่านตอบแบบสอบถามโดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน แต่ละข้อคำถามที่ตรงกับท่านมากที่สุด

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลทั่วไป

1. เพศ หญิง (1) ชาย (2)
2. อายุ ปี
3. จังหวัดที่เกิด
4. เรียนจบมัธยมศึกษาตอนปลายจากจังหวัด
5. กำลังศึกษาอยู่ระดับปริญญาตรี คณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
 - ปีที่ 1 (1)
 - ปีที่ 2 (2)
 - ปีที่ 3 (3)
 - ปีที่ 4 (4)
6. หลักสูตรที่ศึกษา
 - บัญชีบัณฑิต (1)
 - สถิติศาสตร์บัณฑิต (2)
 - บริหารศาสตร์บัณฑิต (3)
7. เกรดเฉลี่ยสะสม (GPAX)
(หากเป็นนิสิตชั้นปีที่ 1 ให้ข้ามข้อนี้ไป)
8. สถานภาพนิสิต
 - นิสิตสภาพปกติ (1) นิสิตสภาพวิथाทัณฑ์ (2)
9. ที่พักอาศัยขณะศึกษา
 - บ้าน (1)
 - หอพักในมหาวิทยาลัย (2)
 - หอพักนอกมหาวิทยาลัย (3)
 - คอนโดมิเนียม/อพาร์ทเมนต์ (4)
10. ท่านพักอาศัยอยู่กับใคร

บิดามารดา <input type="checkbox"/> (1)	ญาติ <input type="checkbox"/> (2)
พี่-น้อง <input type="checkbox"/> (3)	เพื่อน <input type="checkbox"/> (4)
แฟน <input type="checkbox"/> (5)	ไม่มี (อยู่คนเดียว) <input type="checkbox"/> (6)
11. รายได้เฉลี่ยต่อเดือนบาท

12. แหล่งที่มาของรายได้ (โดยเรียง 3 ลำดับแรก 1 = มากสุด 2 = ปานกลาง และ 3 = น้อยที่สุด)

- บิดา/มารดา/ผู้ปกครอง (1)
 เงินทุนช่วยเหลือของมหาวิทยาลัย/คณะ (2)
 เงินทุนช่วยเหลือของภาคเอกชน (3)
 กองทุนกั๊ยมเพื่อการศึกษา (4)
 ทำงานพิเศษ (5)
 อื่น ๆ (6)
 ถ้ามี โปรดระบุ

13. ความเพียงพอของรายได้ต่อค่าใช้จ่ายรายเดือน

เพียงพอ (1) ไม่เพียงพอ (2)

14. ทุนการศึกษาที่ท่านได้รับ

- ทุน ข 1 (ค่าเล่าเรียน) (1)
 ทุน ข 2 (ทุนรายเดือน) โปรดระบุจำนวน.....บาท/เดือน (2)
 ทุน ค (ทุนค่าหอ/ค่าใช้จ่ายอื่น ๆ) โปรดระบุจำนวน.....บาท/เดือน (3)

15. ท่านทำงานทุนในคณะฯ จำนวน ชั่วโมง / สัปดาห์

16. ท่านทำงานพิเศษภายนอกคณะฯ หรือไม่

ไม่ทำ (1) ทำ ระบุ จำนวน ชั่วโมง / สัปดาห์ (2)

17. ภาระหนี้สินของครอบครัว

มีหนี้สิน (ประมาณ.....บาท) (1)
 ไม่มีหนี้สิน (2)

18. สถานภาพของบิดามารดา

อยู่ด้วยกัน (1) แยกกันอยู่ (2)
 หย่าร้าง (3) บิดาเสียชีวิต (4)
 มารดาเสียชีวิต (5) บิดามารดาเสียชีวิตทั้งคู่ (6)

19. ท่านมีโรคประจำตัวหรือไม่

ไม่มี (1) มี (2)

โปรดระบุ.....

20. ท่านสูบบุหรี่หรือไม่

ไม่สูบ (1)

สูบเป็นครั้งคราว (2)

สูบเป็นประจำ (3)

21. ท่านดื่มแอลกอฮอล์หรือไม่

ไม่ดื่ม (1)

ดื่มเป็นครั้งคราว (2)

ดื่มเป็นประจำ (3)

22. ใน ระยะเวลา 1 เดือน ที่ผ่านมา ท่านเคยใช้สารเสพติดอื่น ๆ หรือไม่

ไม่ใช้ (1)

ใช้ (ระบุ)..... (2)

ตอนที่ 2 การประเมินความสัมพันธ์ระหว่างท่านกับบุคคลอื่น

โปรดวงกลม ล้อมรอบตัวเลขที่ตรงความรู้สึกท่านมากที่สุด โดย 0 หมายถึง ไม่มีปัญหาเลย
เรียงลำดับจนถึง 10 หมายถึง มีปัญหาหนัก

23. ปัจจุบันท่านมีคนรักหรือไม่ (ถ้าไม่มี ข้ามไปข้อที่ 25)

ไม่มี

(1)

มี

(2)

24. ใน ระยะเวลา 1 เดือน ที่ผ่านมา ความสัมพันธ์ของท่านกับคนรักเป็นอย่างไร



CHULALONGKORN UNIVERSITY

25. ใน ระยะเวลา 1 เดือน ที่ผ่านมา ความสัมพันธ์ของท่านกับเพื่อนร่วมชั้นเรียนเป็นอย่างไร



26. ใน ระยะเวลา 1 เดือน ที่ผ่านมา ความสัมพันธ์ของท่านกับคนในครอบครัวเป็นอย่างไร



ส่วนที่ 2 แบบทดสอบความเครียดสวนปรุง (ฉบับปรับปรุง) Suanprung Stress Test
(Modified)

คำชี้แจง กรุณาอ่านข้อความด้านล่าง แล้วสำรวจว่า ในระยะ 1 เดือนที่ผ่านมา สิ่งเหล่านี้เกิดขึ้นกับตัวท่าน**บ่อยเพียงใด** [0 = ไม่เคยเกิดขึ้นเลย , 1 = บางครั้ง , 2 = บ่อยครั้ง] และก่อให้เกิด**ความเครียดในระดับใด** [1 = ไม่เครียด, 2 = เครียดเล็กน้อย, 3 = เครียดปานกลาง, 4 = เครียดมาก, 5 = เครียดมากที่สุด]

โดย ○ ล้อมรอบตัวเลขที่ตรงตามความรู้สึกของท่านมากที่สุด และกรณาดอบทั้ง 2 ส่วน (อนึ่งข้อความเหล่านี้ไม่มีถูกผิด)

ข้อ	ในระยะ 1 เดือนที่ผ่านมา ท่านรู้สึก	ความถี่			ระดับความเครียด				
		ไม่เคย	บางครั้ง	บ่อย ๆ	ไม่เครียด	↔			เครียดที่สุด
0	กลัวทำงานผิดพลาด	0	○ 1	2	1	2	○ 3	4	5
1	กลัวทำงานผิดพลาด	0	1	2	1	2	3	4	5
2	ไปไม่ถึงเป้าหมายที่วางไว้	0	1	2	1	2	3	4	5
3	ต้องแข่งขันหรือเปรียบเทียบ	0	1	2	1	2	3	4	5
4	ต้องรีบเร่ง มีเวลาไม่พอ	0	1	2	1	2	3	4	5
5	เงินไม่พอใช้จ่าย	0	1	2	1	2	3	4	5
6	ครอบครัวมีความขัดแย้ง	0	1	2	1	2	3	4	5
7	สังคมมีความรุนแรงหรือไม่	0	1	2	1	2	3	4	5
8	กังวลเรื่องสารพิษหรือมลภาวะ	0	1	2	1	2	3	4	5
9	กล้ามเนื้อตึงหรือปวด	0	1	2	1	2	3	4	5
10	ปวดหัวจากความตึงเครียด	0	1	2	1	2	3	4	5
11	ปวดหลัง	0	1	2	1	2	3	4	5
12	ความอยากอาหารเปลี่ยนแปลง	0	1	2	1	2	3	4	5
13	ปวดศีรษะข้างเดียว	0	1	2	1	2	3	4	5
14	เหนื่อยง่าย	0	1	2	1	2	3	4	5
15	เป็นหวัดบ่อย ๆ	0	1	2	1	2	3	4	5
16	ความจำไม่ดี	0	1	2	1	2	3	4	5
17	สับสน งุนงง	0	1	2	1	2	3	4	5
18	ตั้งสมาธิลำบาก	0	1	2	1	2	3	4	5
19	วิตกกังวล	0	1	2	1	2	3	4	5
20	อึดอัดคับข้องใจ	0	1	2	1	2	3	4	5
21	โกรธ หรือ หงุดหงิด	0	1	2	1	2	3	4	5
22	เศร้า หรือ ท้อแท้	0	1	2	1	2	3	4	5

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามประเมินการสนับสนุนทางสังคม

คำชี้แจง ในระยะเวลา 1 เดือนที่ผ่านมา ท่านมีทัศนคติเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคมในแต่ละข้ออย่างไร โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องตัวเลือกที่ตรงกับความรู้สึกของท่านมากที่สุดเพียงข้อเดียว

ข้อความ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
	5	4	3	2	1
1.ด้านอารมณ์					
1.1 มีผู้แสดงความเห็นใจเมื่อท่านมีอาการเจ็บป่วย					
1.2 มีผู้ห่วงใยถามข่าวคราวทุกข์สุขของท่านเสมอ					
1.3 ท่านได้รับกำลังใจจากคนในครอบครัวเมื่อไม่สบายใจหรือเป็นทุกข์					
1.4 บุคคลรอบข้างเป็นเพื่อนที่ดีกับท่าน					
1.5 ท่านมีผู้ที่ไว้วางใจและเป็นที่ปรึกษาได้เมื่อไม่สบายใจ					
1.6 คนในครอบครัวท่านดีต่อท่านเสมอ					
1.7 เพื่อนดีต่อท่านเสมอ					
2.ด้านข้อมูลข่าวสาร					
2.1 มีผู้ให้ข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์แก่ท่านเสมอ					
2.2 มีผู้ให้ข้อมูลเกี่ยวกับการดูแลตนเองแก่ท่านเป็นอย่างดี					
2.3 มีผู้แนะนำท่านเกี่ยวกับการปฏิบัติตนด้านสุขอนามัย					
2.4 ท่านได้รับคำแนะนำในเรื่องที่ท่านอยากรู้					
3.ด้านทรัพยากรหรือวัตถุ					
3.1 เมื่อมีปัญหาการเงิน ท่านได้รับความช่วยเหลือเสมอ					
3.2 มีผู้ช่วยแบ่งเบาภาระงานบ้านของท่าน					
3.3 มีผู้ช่วยแบ่งเบาภาระในสถานศึกษาของท่าน					
3.4 มีผู้ช่วยแบ่งเบาภาระการดูแลสมาชิกในครอบครัวของท่าน					
3.5 ท่านได้รับสิ่งของเครื่องใช้ที่จำเป็นเสมอ					

ส่วนที่ 4 แบบประเมินการเห็นคุณค่าตัวเอง

คำชี้แจง ข้อความด้านล่างเกี่ยวข้องกับความรู้สึกทั่วไปของท่าน

ให้ท่านทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความรู้สึกของท่านมากที่สุด

ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง
1. โดยทั่วไปฉันรู้สึกพอใจตนเอง				
2. มีบ่อยครั้งที่ฉันคิดว่าตัวเองไม่มีอะไรดีเลย				
3. ฉันรู้สึกว่าตัวฉันก็มีอะไรดี ๆ ในตัวเอง				
4. ฉันสามารถทำอะไรได้ดีเหมือนคนอื่น ๆ				
5. ฉันรู้สึกว่าตัวเองไม่มีอะไรน่าภูมิใจมากนัก				
6. ฉันรู้สึกบ่อย ๆ ว่าตัวเองไร้ค่า				
7. ฉันรู้สึกว่าตัวเองก็มีคุณค่าอย่างน้อยที่สุด เท่ากับคนอื่น				
8. ฉันอยากจะทำภาคภูมิใจในตัวเองมากกว่านี้				
9. โดยรวมแล้วฉันมีแนวโน้มจะรู้สึกว่าตัวฉัน ล้มเหลว				
10. ฉันมีความรู้สึกที่ดีกับตัวเอง				

ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

ชื่อ นางสาว จารุชา บรรเจิดถาวร

วัน เดือน ปี เกิด 9 มีนาคม 2532

ภูมิลำเนา กรุงเทพมหานคร

ประวัติการศึกษา

พ.ศ.2554 สำเร็จการศึกษาในระดับปริญญาตรี สาขาประกันภัย ภาควิชาสถิติ คณะ
พาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

พ.ศ.2559 เข้าศึกษาในหลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสุขภาพจิต ภาควิชาจิต
เวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ประวัติการทำงาน

พ.ศ.2554-ปัจจุบัน ทำงานที่บริษัทหลักทรัพย์กสิกรไทย จำกัด (มหาชน) ตำแหน่ง
ผู้จัดการเงินทุนบุคคล

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY