

บทบาททางเพศ การประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และกลวิธีการเผชิญปัญหา
ของนักศึกษามหาวิทยาลัย



นางสาวปี่มอริย์ กิ่งแก้ว

สถาบันวิทยบริการ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2549

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

GENDER ROLES, PROBLEM SOLVING APPRAISAL, AND COPING STRATEGIES
OF UNIVERSITY STUDENTS



Miss Pimaree Ginggeo

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

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

Faculty of Psychology

Chulalongkorn University

Academic Year 2006

Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์

บทบาททางเพศ การประเมินความสามารถของตนในการ
แก้ปัญหา และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษา
มหาวิทยาลัย

โดย

นางสาว ปิ้มอารีย์ กิ่งแก้ว

สาขาวิชา

จิตวิทยาการศึกษา

อาจารย์ที่ปรึกษา

รองศาสตราจารย์ สุภาพรรณ โคตรจรัส

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการ
การศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโทบัณฑิต

.....คณบดีคณะจิตวิทยา
(รองศาสตราจารย์ ดร. สมโภชน์ เขี่ยมสุภาสิต)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

.....ประธานกรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. กรรณิการ์ นลราชสุวัจน์)

.....อาจารย์ที่ปรึกษา
(รองศาสตราจารย์ สุภาพรรณ โคตรจรัส)

.....กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร. ชุมพร ยงกิตติกุล)

สถาบันจิตวิทยาการศึกษา
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ป้อมอารีย์ กิ่งแก้ว: บทบาททางเพศ การประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษามหาวิทยาลัย. (GENDER ROLES, PROBLEM SOLVING APPRAISAL, AND COPING STRATEGIES OF UNIVERSITY STUDENTS) อ.ที่ปรึกษา: รศ. สุภาพรณ โคตรจรัส, 203 หน้า.

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบความแตกต่างในการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษาชาย และหญิงที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน โดยเก็บข้อมูลเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ ข้อมูลเชิงปริมาณได้จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏจำนวน 543 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ แบบวัดบทบาททางเพศ แบบวัดการแก้ปัญหา และแบบวัดการเผชิญปัญหา วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง การเปรียบเทียบพหุคูณด้วยวิธีการ Dunnett's T3 และ Scheffe และการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ผลการวิจัยพบว่า 1) ผู้ชายและผู้หญิงมีบทบาททางเพศตรงตามเพศของตนมากที่สุด และผู้หญิงมีบทบาทความเป็นชายและหญิงมากกว่าผู้ชาย 2) กลุ่มตัวอย่างรับรู้ว่าคุณมีความสามารถในการแก้ปัญหา มีความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหา และเข้าจัดการกับปัญหาในระดับค่อนข้างสูง และควบคุมตนเองในขณะที่แก้ปัญหาได้ในระดับปานกลาง 3) กลุ่มตัวอย่างใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมในระดับสูง และใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงในระดับค่อนข้างต่ำ 4) ผู้ที่มีบทบาทความเป็นชาย บทบาทความเป็นหญิง และบทบาทความเป็นชายและหญิง ไม่แตกต่างกันในการรับรู้ความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหา รวมถึงการใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา การลงมือดำเนินการแก้ปัญหาและการวางแผน และการตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโต แต่แตกต่างจากผู้ที่มีบทบาททางเพศไม่เด่นชัด โดยทั้ง 3 กลุ่มรับรู้ว่าคุณมีความสามารถในการแก้ปัญหาและใช้กลวิธีเผชิญปัญหาทุกด้านดังกล่าวมากกว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศไม่เด่นชัด 5) ผู้หญิงผู้ที่มีบทบาทความเป็นหญิง และผู้ที่มีบทบาทความเป็นชายและหญิง ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่าผู้ชาย ผู้ที่มีบทบาทความเป็นชาย และผู้ที่มีบทบาททางเพศไม่เด่นชัด

ข้อมูลเชิงคุณภาพได้จากการสัมภาษณ์นักศึกษาจำนวน 15 คน เป็นผู้ที่มีบทบาทความเป็นชาย บทบาทความเป็นหญิง และบทบาทความเป็นชายและหญิง บทบาทละ 5 คน ที่เต็มใจให้สัมภาษณ์ คัดเลือกจากกลุ่มตัวอย่าง 543 คนของการวิจัยเชิงปริมาณ พบว่า 1) ปัญหาที่นักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นชาย บทบาทความเป็นหญิง และบทบาทความเป็นชายและหญิงพบคือ เรื่องการเรียน ส่วนปัญหาที่นักศึกษาบางส่วนพบ คือ เรื่องการเงิน เรื่องครอบครัว และส่วนน้อยพบปัญหาเรื่องเพื่อน และความรัก 2) นักศึกษารับรู้ว่าคุณสามารถจัดการกับปัญหาได้ และใช้การลงมือดำเนินการแก้ปัญหาและการวางแผน การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อแก้ปัญหา และการหาทางผ่อนคลาย 3) นักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นหญิง และบทบาทความเป็นชายและหญิงใช้การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อกำลังใจด้วย นอกจากนี้พบว่า มีนักศึกษาน้อยไม่เผชิญปัญหา 4) นักศึกษาส่วนใหญ่เรียนรู้จากประสบการณ์ที่ประสบ และรับรู้ว่าคุณเติบโตและเข้มแข็งขึ้น

สาขาวิชา.....จิตวิทยาการปรึกษา.....ลายมือชื่อนิสิต..... ปีการศึกษา.....2549.....ลายมืออาจารย์ที่ปรึกษา.....

4678117438: MAJOR COUNSELING PSYCHOLOGY

KEY WORDS: GENDER ROLES/ PROBLEM SOLVING APPRAISAL/ COPING STRATEGIES

PIMAREE GINGGEO: GENDER ROLES, PROBLEM SOLVING APPRAISAL, AND COPING STRATEGIES OF UNIVERSITY STUDENTS. THESIS ADVISOR: ASSOC. PROF. SUPAPAN KOTRAJARAS. 203 pp.

This research examined the effects of male and female students' gender roles on their problem-solving appraisal and coping strategies, through quantitative and qualitative data. For quantitative data, participants were 543 Rajabhat University students. The instruments used were the Gender Role Inventory, the Problem Solving Inventory, and the Coping Scale. Data was analyzed using a Two-Way ANOVA design followed by post-hoc multiple comparisons with Dunnett's T3 and Scheffe test and Pearson Product Moment Correlations. The major findings were as follows:

1. Most male and female students were sex typing persons and there were more female androgynies than male androgynies.
2. Students reported moderately high levels of problem-solving abilities, problem-solving confidence and willingness to approach problem-solving situations, and had moderate levels of personal control.
3. Students used high levels of Problem-focused Coping and Seeking Social Support and used moderately low levels of Avoidance Coping.
4. Masculine, feminine, and androgynous students were not differ in their perceived problem-solving abilities, problem-solving confidence, and their usage of Problem-focused Coping, Active Coping and Planning, and Positive Reinterpretation and Growth strategies. However these 3 groups had higher perceptions of their abilities to solve problems and used more of those coping strategies than undifferentiated students.
5. Female, feminine, and androgynous students used more Seeking Social Support strategies than male, masculine, and undifferentiated students.

The qualitative data was obtained through interview with 15 volunteers: masculine, feminine, and androgyny, 5 persons in each group, drawn from 543 participants of the quantitative part. The content analysis indicated that: 1) Most students had academic problems, some had financial and family problems, and a few of them had problems with friends and with opposite-sex relationships. 2) Most students had confidence in their problem-solving abilities and used Active Coping and Planning, Seeking Social Support for Instrumental Reasons and Relaxation strategies to deal with their problems. 3) Feminine and androgynous students also used Seeking Social Support for Emotional Reasons and only few students also used Not Coping strategies. 4) Most students learned from past experiences, and gained more strength and growth through adversity.

Field of student....Counseling...Psychology..... Student's signature..... *Pimaree Ginggeo*.....
 Academic year.....2006..... Advisor's signature..... *Supapan Kotrajaras*.....

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดี ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ สุภาพรรณ โคตรจรัส อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ผู้ให้การช่วยเหลือ และชี้แนะตลอดการทำวิทยานิพนธ์ ด้วยความรัก ความห่วงใยและมีเมตตา ทำให้ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งเป็นอย่างมาก และเป็นแรงผลักดันให้ผู้วิจัยทำวิทยานิพนธ์ในครั้งนี้จนสำเร็จลุล่วงไปได้

ขอกราบขอบพระคุณรองศาสตราจารย์ ดร. ชุมพร ยงกิตติกุล ที่กรุณาช่วยเหลือชี้แนะในการพัฒนาปรับปรุงเครื่องมือในการวิจัย และการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ ตลอดจนเพิ่มเติมมุมมองมากมายที่ช่วยให้ผู้วิจัยสามารถมองเห็นสิ่งต่างๆ ได้ครบถ้วนมากขึ้น กราบขอบพระคุณรองศาสตราจารย์ ดร.

กรรณิการ์ นลราชสุวัจน์ ผู้อบรม สั่งสอน และสร้างโอกาสให้ผู้วิจัยได้ฝึกปฏิบัติจริงสำหรับการปรึกษาเชิงจิตวิทยา และให้ความกรุณาผู้วิจัยมาโดยตลอด และขอกราบขอบพระคุณรองศาสตราจารย์ ดร.

โสรัช โพธิ์แก้ว ผู้ซึ่งชี้ให้ผู้วิจัยเห็นถึงความอ่อนน้อม ด้วยความอ่อนน้อมของอาจารย์เอง ทำให้ผู้วิจัยได้มองเห็นทุกอย่างเป็นเรื่องเดียว และช่วยชี้แนะผู้วิจัยในการฝึกฝนการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเรื่อยมา

กราบขอบพระคุณพี่ยุ้ย พี่โอ้ พี่เฒ่า และพี่นก เป็นอย่างยิ่งที่ช่วยประสานงานในการเก็บข้อมูลให้แก่ผู้วิจัย หากปราศจากบุคคลเหล่านี้การเก็บข้อมูลของผู้วิจัยคงมีอาจสำเร็จลุล่วงไปได้อย่างรวดเร็ว ขอขอบคุณพี่รัช พี่กลาง พี่พี พี่อร พี่เอ๋ สำหรับคำแนะนำในการทำวิทยานิพนธ์ต่างๆ ตลอดจนกำลังใจที่มีให้มาโดยตลอด ซึ่งล้วนแต่ทำให้ผู้วิจัยมีกำลังใจที่จะทำงานต่อไป ขอขอบคุณรุ่นพี่ทุกคนและทุกรุ่นที่ผ่านมาที่มีอาจกล่าวได้หมด เพราะหากปราศจากรุ่นพี่แล้ว รุ่นน้องคงเกิดขึ้นไม่ได้ ขอขอบคุณนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา และมหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา ที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามเป็นอย่างดี พร้อมทั้งความร่วมมือในการให้สัมภาษณ์ด้วย

สำหรับบุคคลที่ผู้วิจัยลืมไม่ได้เลยคือ เพื่อนๆ Counseling รุ่น 19 ทุกคนที่ถึงแม้จะต่างที่มา แต่จุดหมายของเรามีอาจแยกจากกัน ขอขอบคุณสำหรับความแตกต่างนี้ และมีมิตรภาพที่มีให้แก่มานานโดยตลอด ขอขอบคุณส้ม และโอบอลที่มีส่วนอย่างมากในการผลักดันให้ผู้วิจัยทำวิทยานิพนธ์จนสำเร็จลุล่วงไปได้ ขอขอบคุณมากสำหรับการช่วยเหลืออย่างล้นเหลือที่มีอาจเอื้อนเอ่ยเป็นคำพูดได้ และขอบคุณรุ่นน้อง (พี่) Counseling รุ่นต่อมาทุกคนที่เป็นห่วงเป็นใย ถามไถ่ ตลอดจนการช่วยเหลือต่างๆ และการทำให้ Counseling ยิ่งดำรงอยู่ต่อไป ขอขอบคุณสำหรับความช่วยเหลือทุกอย่างอย่างจริงจัง และจริงใจ ขอขอบคุณเพื่อนๆ ชาว Crazy Gang ธิ ส้ม ต่าย เปรม แซมบี้ ฟลุ๊ค วิ มินท์ จำ ที่ร่วมผ่านร้อนผ่านหนาวกันมาเป็นเวลาอันยาวนาน และจะเป็นเช่นนี้เรื่อยไป ขอขอบคุณแบบที่ช่วยเหลือในการเก็บข้อมูลมาโดยตลอด

ท้ายที่สุด ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อและคุณแม่ ที่คอยเป็นห่วงเป็นใย ช่วยเหลือ ดูแล ด้วยความรัก และปรารถนาดี ทำให้ผู้วิจัยได้พบกับประสบการณ์ที่ดีมากมาย และขอบคุณน้องกุลที่คอยเป็นห่วงเป็นใยที่คนนี้เรื่อยมา ถึงแม้จะอยู่ไกลกัน และกราบขออภัยไว้ ณ ที่นี้หากผู้วิจัยใส่ชื่อผู้ที่เกี่ยวข้องขาดตกบกพร่องไป

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ฅ
สารบัญภาพ.....	ฉ
บทที่	
1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	6
ขอบเขตของการวิจัย.....	6
คำจำกัดความในการวิจัย.....	8
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	9
2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง.....	11
แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับบทบาททางเพศ.....	11
แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการประเมินความสามารถของตนในการ แก้ปัญหา.....	17
แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับกลวิธีการเผชิญปัญหา.....	23
การประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และกลวิธีการเผชิญ ปัญหากับการปรัการศึกษาเชิงจิตวิทยา.....	34
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	36
3 วิธีการดำเนินการวิจัย.....	46
การออกแบบการวิจัย.....	46
กลุ่มตัวอย่างและการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	46
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	47
ขั้นตอนดำเนินการวิจัย.....	68
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	69
4 ผลการวิจัย.....	71

5	อภิปรายผลการวิจัย.....	107
6	สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ.....	119
	รายการอ้างอิง.....	128
	ภาคผนวก.....	135
	ภาคผนวก ก สถิติที่ใช้ในการวิจัย.....	136
	ภาคผนวก ข แบบวัดฉบับสมบูรณ์ที่ใช้เก็บข้อมูลในการวิจัย.....	141
	ภาคผนวก ค การตรวจสอบคุณภาพของแบบวัดบทบาททางเพศ.....	153
	ภาคผนวก ง การตรวจสอบคุณภาพของแบบวัดการแก้ปัญหา.....	163
	ภาคผนวก จ การตรวจสอบคุณภาพของแบบวัดการเผชิญปัญหา.....	166
	ภาคผนวก ฉ สรุปบทสัมภาษณ์ประสบการณ์ในการเผชิญและจัดการกับปัญหา ของนักศึกษา.....	169
	ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์.....	203

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
1 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ และระดับชั้นปี (n = 543).....	46
2 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างแบบวัด OAT-PM (ฉบับสั้น) ในด้านต่าง ๆ กับแบบวัด BSRI และ แบบวัด PAQ.....	49
3 ค่าความเที่ยงของแบบวัด OAT-PM (ฉบับสั้น).....	49
4 การแบ่งกลุ่มตัวอย่างจากค่ามัธยฐานของค่าเฉลี่ยคะแนนลักษณะความเป็นชาย และค่าเฉลี่ยคะแนนลักษณะความเป็นหญิง (Median split technique).....	51
5 ค่ามัธยฐานที่ใช้เป็นเกณฑ์ในการแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 4 กลุ่มของกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้.....	51
6 ค่าความเที่ยงจากการประเมินค่าความสอดคล้องภายใน และการทดสอบซ้ำของแบบวัดการแก้ปัญหา.....	55
7 เกณฑ์การแปลผลแบบวัดการแก้ปัญหาที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น.....	58
8 ความเที่ยงของแบบวัดการแก้ปัญหาที่ใช้ในการวิจัย.....	60
9 การแปลผลแบบวัดการเผชิญปัญหา.....	64
10 ความเที่ยงของแบบวัดการเผชิญปัญหาที่ใช้ในการวิจัย.....	67
11 เกณฑ์การแปลผลคะแนนจากแบบวัดบทบาททางเพศ.....	72
12 จำนวนและร้อยละ ของบทบาททางเพศจำแนกตามเพศ (n = 543).....	73
13 ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนลักษณะความเป็นชาย และคะแนนลักษณะความเป็นหญิง จำแนกตามบทบาททางเพศ และเพศ (n = 543).....	73
14 ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และกลวิธีการเผชิญปัญหา.....	74
15 ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนคุณลักษณะความเป็นชาย คุณลักษณะความเป็นหญิง คะแนนการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษา จำแนกตามบทบาททางเพศ และเพศ.....	75
16 ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา จำแนกตามบทบาททางเพศ และเพศ.....	77
17 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของคะแนนการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา จำแนกตามบทบาททางเพศ และเพศ.....	78

ตารางที่

18	การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 คะแนนการรับรู้ความสามารถ ของตนในการแก้ปัญหา ของกลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน.....	79
19	การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 คะแนนการประเมิน ความสามารถของตนในการแก้ปัญหา ด้านความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหา ของกลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน.....	79
20	การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 คะแนนการประเมิน ความสามารถของตนในการแก้ปัญหา ด้านการเข้าจัดการปัญหา-หลีกเลี่ยงปัญหา ของกลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน.....	80
21	การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Scheffe คะแนนการประเมินความสามารถ ของตนในการแก้ปัญหา ด้านการควบคุมตนเอง ของกลุ่มตัวอย่างที่มี บทบาททางเพศแตกต่างกัน.....	81
22	ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา ของนักศึกษา จำแนกตามบทบาททางเพศ และเพศ.....	82
23	ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา จำแนกตามบทบาททางเพศ และเพศ.....	83
24	การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Scheffe คะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบ มุ่งจัดการกับปัญหาโดยรวม ของกลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน.....	85
25	การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Scheffe คะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบ มุ่งจัดการกับปัญหา ด้านการลงมือดำเนินการแก้ปัญหาและการวางแผน ของกลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน.....	86
26	การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Scheffe คะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบ มุ่งจัดการกับปัญหา ด้านการตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโต ของกลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน.....	87
27	การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Scheffe คะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบ มุ่งจัดการกับปัญหา ด้านการหาทางผ่อนคลาย ของกลุ่มตัวอย่างที่มี บทบาททางเพศแตกต่างกัน.....	87
28	การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (Contrast Estimate) ของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา แบบมุ่งจัดการกับปัญหา ด้านการหาทางผ่อนคลาย จำแนกตามบทบาททางเพศ และเพศ.....	88

29	การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Scheffe คะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบ แสวงหาการสนับสนุนทางสังคม ของกลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน.....	89
30	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนมาตรวัดความเป็นชาย มาตรวัดความเป็นหญิง คะแนนการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และกลวิธีการเผชิญปัญหา.....	91
31	ข้อกระทงของแบบวัดบทบาททางเพศ จำแนกรายด้าน.....	152
32	ข้อกระทงของแบบวัดการแก้ปัญหา จำแนกรายด้าน.....	152
33	ข้อกระทงของแบบวัดการเผชิญปัญหา จำแนกตามรูปแบบการเผชิญปัญหา.....	152
34	สรุปการตอบแบบสำรวจด้านอาชีพ.....	154
35	สรุปการตอบแบบสำรวจด้านกิจกรรม.....	157
36	สรุปการตอบแบบสำรวจด้านลักษณะที่ปรากฏ.....	158
37	แสดงค่าความสัมพันธ์ของด้านต่างๆ ในรายการคำที่มีลักษณะความเป็นชาย.....	159
38	แสดงค่าความสัมพันธ์ของด้านต่างๆ ในรายการคำที่มีลักษณะความเป็นหญิง.....	159
39	ผลการวิเคราะห์รายข้อของแบบวัดบทบาททางเพศ โดยการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์ สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ ทั้งหมดในแต่ละด้าน (CITC) การทดสอบค่าที (t-test) และค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (alpha) (n = 128).....	160
40	ผลการวิเคราะห์รายข้อของแบบวัดการแก้ปัญหา โดยการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์ สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ ทั้งหมดในแต่ละด้าน และคะแนนรวมทั้งฉบับ (CITC) การทดสอบค่าที (t-test) และ ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (alpha) (n = 73).....	164
41	ผลการวิเคราะห์รายข้อของแบบวัดการเผชิญปัญหา โดยการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์ สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ ทั้งหมดในแต่ละด้านย่อย และด้านใหญ่ (CITC) การทดสอบค่าที (t-test) และค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (alpha) (n = 73).....	167
42	คะแนนจากแบบวัดบทบาททางเพศ แบบวัดการแก้ปัญหา และแบบวัด การเผชิญปัญหาของผู้ให้สัมภาษณ์ทั้ง 15 ราย.....	170

สารบัญภาพ

ภาพที่		หน้า
1	กระบวนการแก้ปัญหาของ Goldfried & Davidson (1976).....	21
2	รูปแบบกระบวนการของความเครียดตามทฤษฎีความเครียดของ Lazarus.....	24
3	ปฏิสัมพันธ์ระหว่างบทบาททางเพศ และเพศของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา แบบมุ่งจัดการกับปัญหา ด้านการหาทางผ่อนคลาย.....	88



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในชีวิตแต่ละวันของคนเรานั้นมีปัญหาต่าง ๆ มากมายที่เราต้องแก้ไขเพื่อให้การดำเนินชีวิตเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ การไม่มีความสามารถที่จะแก้ปัญหาอาจมีผลในทางลบที่สร้างปัญหาตามมาอีกมาก (D'Zurilla & Goldfried, 1971) และเนื่องจากบุคคลต้องเผชิญกับปัญหาจำนวนมากนี้ นักจิตวิทยาจึงได้ศึกษาถึงการแก้ปัญหาและกระบวนการแก้ปัญหาอย่างกว้างขวาง (Heppner & Lee, 2002) D'Zurilla & Goldfried (1971) ให้ความหมายของการแก้ปัญหาว่าเป็น กระบวนการเชิงพฤติกรรม ซึ่งรวมทั้งพฤติกรรมภายนอกและพฤติกรรมทางปัญญา ที่นำมาซึ่งการคิดสร้างทางเลือกต่างๆ เพื่อตอบสนองต่อสถานการณ์ปัญหาที่พบอยู่ และการแก้ปัญหาก็เป็นการเพิ่มความน่าจะเป็นในการเลือกการตอบสนองที่มีประสิทธิภาพมากที่สุดจากทางเลือกต่างๆ ที่มีเป็นจำนวนมาก

กระบวนการในการแก้ปัญหานั้นประกอบด้วย 5 ขั้นตอน ได้แก่ การทำความเข้าใจปัญหา การระบุปัญหา การสร้างทางเลือก การตัดสินใจ และการประเมินผล ซึ่งมีผู้นำกระบวนการ 5 ขั้นตอนนี้มาใช้กันอย่างแพร่หลาย และมีการพัฒนาเป็นโปรแกรมการฝึกการแก้ปัญหาอย่างกว้างขวาง

นอกจากความสามารถในการแก้ปัญหาที่เฉพาะแล้ว ในช่วงยุค 1970 และ 1980 มีนักจิตวิทยาหลายคน que เริ่มให้ความสนใจศึกษา การที่บุคคลประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา (Brown, 1977; Flavell & Wellman, 1977; Meichenbaum & Asarnow, 1979; Antonovsky, 1979; Bandura, 1982 cited in Heppner, Witty, & Dixon, 2004) Butler และ Meichenbaum (1981 cited in Heppner et al., 2004) เน้นว่า ควรจะสนใจศึกษาเกี่ยวกับความเชื่อและความคิดของบุคคลในการแก้ปัญหา ซึ่งจะมีผลต่อการลงมือแก้ปัญหา รวมทั้งการจะดำเนินการแก้ปัญหานั้นหรือไม่ โดยเสนอสมมติฐานว่า การประเมินความสามารถในการแก้ปัญหของแต่ละบุคคลนั้น ไม่เพียงแต่จะมีผลต่อการลงมือแก้ปัญหเท่านั้น แต่ยังเป็นตัวทำนายกระบวนการในการแก้ปัญหาด้วย ซึ่งการประเมินความสามารถในการแก้ปัญหของบุคคล อาจจะเป็นองค์ประกอบสำคัญที่บ่งชี้ว่าบุคคลเข้าจัดการปัญหาอย่างไร

จากแนวคิดของ Butler และ Meichenbaum เกี่ยวกับการประเมินความสามารถในการแก้ปัญหาของบุคคล และแนวคิดของ D'Zurilla และ Goldfried เกี่ยวกับกระบวนการในการแก้ปัญหา Heppner และ Petersen (1982) จึงได้พัฒนาแบบวัดการแก้ปัญหา (Problem Solving Inventory: PSI) ขึ้นเพื่อประเมินความสามารถของบุคคลในการแก้ปัญหา โดยประเมินกระบวนการในการ

แก้ปัญหา 5 ชั้น คือ การทำความเข้าใจปัญหา การระบุปัญหา การสร้างทางเลือก การตัดสินใจ และการประเมินผล พบว่า กระบวนการดังกล่าวจัดได้เป็น 3 องค์ประกอบ คือ ความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหา รูปแบบการเข้าจัดการปัญหา-หลักหนีปัญหา และการควบคุมตนเอง จากนั้นมีผู้นำแบบวัดการแก้ปัญหา (PSI) มาใช้กันอย่างแพร่หลาย

ในทัศนะของ Bem (1981) บทบาททางเพศเป็นกระบวนการเรียนรู้ที่ต่อเนื่องมาตั้งแต่วัยเด็ก โดยเด็กจะรวบรวมลักษณะคุณสมบัติและพฤติกรรมต่างๆ จากการสังเกตบุคคลที่อยู่รอบข้าง โดยเฉพาะพ่อแม่ แล้วนำมาปฏิบัติให้เหมาะสมกับเพศของตนตามที่สังคมกำหนด เกิดเป็นเอกลักษณ์ บทบาททางเพศ (sex role identity) โดย Bem เชื่อว่า ลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิงนั้นมีลักษณะที่เป็นอิสระแยกจากกัน ไม่ได้เป็นคุณลักษณะเฉพาะของเพศใดเพศหนึ่งเท่านั้น แต่เป็นคุณลักษณะที่พบได้พร้อมๆ กันทั้งในชายและหญิง เช่น เมื่อบุคคลหนึ่งมีลักษณะของความเป็นชายในระดับสูงก็มิได้หมายความว่าต้องมียุทธลักษณะของความเป็นหญิงในระดับต่ำไปด้วย เพียงแต่โดยทั่วไปมักพบว่าผู้ชายมักจะมีลักษณะความเป็นชายสูงกว่าลักษณะความเป็นหญิง และผู้หญิงจะมีลักษณะความเป็นหญิงสูงกว่าลักษณะความเป็นชาย นอกจากนี้ ยังมีบุคคลที่มีทั้งลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิงสูงทั้งคู่ ซึ่งเรียกลักษณะบทบาทแบบนี้ว่า บทบาทความเป็นชายและหญิง (androgyny) ดังนั้น Bem ได้แบ่งบทบาททางเพศของบุคคลออกเป็น 2 ลักษณะใหญ่ คือ กลุ่มที่มีลักษณะตรงตามเพศสูง ซึ่งลักษณะความแตกต่างทางเพศจะมีอิทธิพลต่อการรับรู้ การแปลความหมาย และการตอบสนองต่อตัวกระตุ้นในสังคมสำหรับคนในกลุ่มนี้ กับอีกพวกหนึ่ง คือ กลุ่มที่มีบทบาทความเป็นชายและหญิง ซึ่งลักษณะความแตกต่างทางเพศไม่ได้มีอิทธิพลต่อการกระทำของบุคคลกลุ่มนี้ในการตอบสนองต่อสถานการณ์ต่างๆ

ผู้ที่มีทั้งลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิงจะมีความได้เปรียบกว่าผู้ที่มีเพียงลักษณะความเป็นชายหรือหญิงเพียงลักษณะใดลักษณะหนึ่ง โดยเฉพาะในการปรับตัวต่อสถานการณ์ต่างๆ ในสังคมปัจจุบันที่มีการเปลี่ยนแปลงไปจากเดิม ทั้งทางด้านเทคโนโลยี การศึกษา ตลอดจนสภาวะทางเศรษฐกิจ ซึ่งทำให้ผู้ชายและผู้หญิงหันมามีส่วนร่วมในการแสดงบทบาทของกันและกันมากขึ้น (Bem, 1974 อ้างถึงใน กรแก้ว คงเดชา, 2544)

จากแนวคิดของ Parson และ Bales (1955) และ Bakan (1966) ลักษณะที่แสดงถึงความ เป็นชาย คือ ลักษณะพฤติกรรมมุ่งความสำเร็จ ซึ่งเป็นพฤติกรรมที่จะนำไปสู่ความสำเร็จตามเป้าหมาย ที่ตนเองวางไว้ ได้แก่ ลักษณะความเป็นผู้นำ ความมั่นใจในตนเอง ความกล้าแสดงออก เป็นต้น ส่วน ลักษณะที่แสดงถึงความ เป็นหญิง คือ ลักษณะพฤติกรรมมุ่งความสัมพันธ์ เป็นพฤติกรรมที่เน้นการ แสดงออกทางอารมณ์ ซึ่งเป็นลักษณะที่ช่วยสนับสนุนให้เกิดผลดีในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น เช่น การเอาใจใส่ผู้อื่น การมีความรู้สึกไวต่อความรู้สึกผู้อื่น และสามารถตอบสนองได้อย่างเหมาะสม เป็นต้น

จากที่กล่าวมาเกี่ยวกับบทบาททางเพศ และการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา นั้น พบว่า E.P.Cook (1990 cited in Heppner et al., 2004) ตั้งสมมติฐานว่า ตัวแปรบุคลิกภาพที่เกี่ยวข้องกับเพศอาจจะมีผลต่อปัญหาทางจิตใจที่เกิดขึ้น อาการที่เกี่ยวข้อง และรวมถึงแนวทางในการตอบสนองต่อปัญหา ในต่างประเทศมีการศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา กับทั้งลักษณะพฤติกรรมมุ่งความสำเร็จ (instrumentality) และลักษณะพฤติกรรมมุ่งความสัมพันธ์ (expressiveness) ซึ่งพบความสัมพันธ์ระหว่างการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหาในทางบวก กับพฤติกรรมมุ่งความสำเร็จ (Heppner, Walter, & Good, 1995; Nezu & Nezu, 1987 cited in Heppner et al., 2004; Brem & Johnson, 1989; McCracken & Weitzman, 1997; Wang, Heppner, & Berry, 1997) และที่พบว่า การประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหาเป็นตัวแปรส่งผ่านของความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมมุ่งความสำเร็จ และการปรับตัวทั้งระหว่างบุคคลและภายในบุคคล (Wang et al., 1997) อย่างไรก็ตาม มีการศึกษาที่พบว่า การประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหาในทางบวก มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมมุ่งความสัมพันธ์เช่นกัน (Heppner et al., 1995 cited in Heppner et al., 2004; Wang et al., 1997) นอกจากนี้ยังพบความแตกต่างในองค์ประกอบของการแก้ปัญหาด้วย คือ องค์ประกอบในด้านความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหา และรูปแบบการเข้าจัดการปัญหา มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมมุ่งความสำเร็จ (Brem & Johnson, 1989) และมีการศึกษาพบว่า องค์ประกอบทั้งสามด้าน คือ ด้านความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหา รูปแบบการเข้าจัดการปัญหา และการควบคุมตนเอง มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมมุ่งความสำเร็จ ในขณะที่มีเพียงรูปแบบการเข้าจัดการปัญหาที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมมุ่งความสัมพันธ์ (Heppner et al., 1995 cited in Heppner et al., 2004)

จากที่กล่าวมายังไม่พบการศึกษาเกี่ยวกับบทบาททางเพศ และการประเมินความสามารถของบุคคลในการแก้ปัญหาในประเทศไทย ผู้วิจัยจึงได้สนใจศึกษาว่า นักศึกษาที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกันจะมีการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหาที่แตกต่างกันหรือไม่ ซึ่ง Heppner et al. (2004) เสนอแนะว่า ในการศึกษาเกี่ยวกับการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหากับตัวแปรทางเพศนั้น ยังไม่พบว่าผู้ชายกับผู้หญิงมีความแตกต่างกันในการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา ซึ่งเป็นการศึกษาเกี่ยวกับเพศตามลักษณะทางร่างกายเท่านั้น และได้เสนอแนะต่อไปว่า ในการศึกษาในเรื่องนี้ต่อไปน่าจะศึกษาตัวแปรบทบาททางเพศร่วมด้วย มากกว่าที่จะศึกษาความแตกต่างของเพศทางร่างกายเพียงประการเดียว ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาบทบาททางเพศตามทฤษฎีของ Bem ที่แบ่งบทบาททางเพศออกเป็น 4 แบบ คือ บทบาทความเป็นชาย บทบาทความเป็นหญิง บทบาทความเป็นชายและหญิง และบทบาททางเพศไม่เด่นชัด โดยศึกษาว่าผู้ที่มีบทบาททางเพศ และเพศแตกต่างกันประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหาแตกต่างกันหรือไม่ อย่างไร

การเผชิญปัญหา เป็นความพยายามทางปัญญาและพฤติกรรมที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างไม่หยุดยั้ง เพื่อจัดการกับปัญหาและความต้องการทั้งจากภายในและภายนอกตัวบุคคล โดยที่บุคคลประเมินว่าเป็นการคุกคาม หรือเกินกว่าความสามารถที่ตนจะรับได้ (Lazarus & Folkman, 1984) และทฤษฎีความเครียดของ Lazarus อธิบายว่า ในการจัดการกับความเครียดมีวิธีการเผชิญปัญหาหลักๆอยู่ 2 วิธี (Endler & Parker, 1990 cited in Heppner et al., 2004) คือ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ประกอบด้วย กิจกรรมที่มุ่งจะเปลี่ยนแปลงสาเหตุของความทุกข์หรือปัญหา และการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ ประกอบด้วย กิจกรรมที่มุ่งจัดการกับอารมณ์ตั้งเครียดที่เกี่ยวข้องกับความทุกข์ (Lazarus & Folkman, 1984)

จากทฤษฎีที่อธิบายกระบวนการของความเครียด และการจัดการกับความเครียดดังกล่าว ในต่างประเทศได้มีผู้ศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่าง การประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา กับการเผชิญปัญหาทั้งแบบที่มุ่งจัดการกับปัญหา และมุ่งจัดการกับอารมณ์ ซึ่งพบว่า การประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหาในทางบวกมีความสัมพันธ์กับการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา หรือความพยายามที่จะเปลี่ยนแปลงสาเหตุของปัญหานั้นๆ (Heppner, Cook, Strozier, & Heppner, 1991; Larson, Piersel, Imao, & Allen, 1990) นอกจากนี้ยังมีผลการวิจัยที่พบว่า ผู้ที่มีความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหา และรูปแบบการเข้าจัดการปัญหา รายงานถึงการเผชิญปัญหาโดยมุ่งจัดการกับปัญหามากที่สุด ในขณะที่ ผู้ที่ไม่สามารถควบคุมตนเองได้ในขณะแก้ปัญหาจะใช้วิธีการปฏิเสธปัญหา และใช้การเผชิญปัญหาโดยมุ่งจัดการที่อารมณ์ (Macnair & Elliott, 1992; Ritchey, Carscaddon, Morgan, 1984; Sabourin, Laporte, Wright, 1990 cited in Heppner et al., 2004; Heppner, Cook, Wright, & Johnson, 1995) การศึกษาเหล่านี้เป็นการศึกษาของต่างประเทศ ยังไม่พบการศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา กับกลวิธีการเผชิญปัญหาในประเทศไทย ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาถึงความสัมพันธ์ของตัวแปรดังกล่าวในกลุ่มนักศึกษาไทย การศึกษาเกี่ยวกับการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหาของคนในกลุ่มวัฒนธรรมอื่น นอกจากกลุ่มวัฒนธรรมตะวันตก อาจได้ทราบถึงข้อความรู้เพิ่มเติมในเรื่องนี้มากขึ้น (Heppner et al., 2004)

มหาวิทยาลัยราชภัฏเป็นสถาบันอุดมศึกษาเพื่อพัฒนาท้องถิ่น เป็นสถาบันการศึกษาสถาบันหนึ่งที่มีความสำคัญยิ่งสำหรับประชาชน (มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา. 2547) และนักศึกษาระดับอุดมศึกษานั้น เป็นบุคคลที่อยู่ในช่วงอายุระหว่าง 17-25 ปี อยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนปลาย เป็นวัยแห่งการเปลี่ยนแปลง และต้องมีการปรับตัวอย่างมาก ทั้งในด้านการเข้าสังคม ด้านอารมณ์ และความเป็นส่วนตัว เพื่อไปสู่การมีรูปแบบพฤติกรรมที่เป็นผู้ใหญ่ต่อไป ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษา

บทบาททางเพศ การประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และกลวิธีที่ใช้ในการเผชิญปัญหา ของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏ

นักจิตวิทยาการปรึกษาเป็นผู้หนึ่งที่มีบทบาทสำคัญในการช่วยนักศึกษาในการเผชิญปัญหา และจัดการกับความเครียดด้วยวิธีและกระบวนการทางจิตวิทยาการปรึกษา นักจิตวิทยาการปรึกษาสามารถใช้อำนวยให้ นักศึกษามีพลังในการเผชิญกับภาวะดังกล่าวได้อย่างเหมาะสม และจัดการกับปัญหาได้ด้วยตนเองอันก่อให้เกิดความภูมิใจในตนเอง ส่งผลให้นักศึกษามีการปรับตัวผ่านภาวะวิกฤติต่างๆได้ และสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างราบรื่น มีประสิทธิภาพ สร้างสรรค์ อันจะนำไปสู่ความมั่งคั่งงามในตัวเองคน ให้สามารถดำเนินชีวิตในปัจจุบันได้อย่างมีความสุข (จรัสรัตน์ ชุ่มอ้อม, 2539 อ้างถึงใน วราภรณ์ รัตนาวิศิษฐกุล, 2545) และมีผลงานวิจัยที่พบว่า การปรึกษาเชิงจิตวิทยานั้นสามารถเพิ่มระดับการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และยังช่วยให้บุคคลสามารถเผชิญปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพด้วย (Nezu, 1986) และผู้ให้บริการการปรึกษาที่มีประสิทธิภาพนั้น ไม่เพียงแต่จะช่วยให้ผู้มารับบริการสามารถแก้ปัญหาของตนได้เท่านั้น แต่ยังส่งผลถึงการประเมินความสามารถในการแก้ปัญหาของผู้มารับบริการที่สูงขึ้นอีกด้วย (Heppner, Cooper, Mulholland, & Wei, 2001; M.J. Heppner, Lee, P.P. Heppner, McKinnon, Multon, & Gysbers, 2004) ในฐานะของผู้บริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ผู้วิจัยเห็นว่า ข้อความรู้เกี่ยวกับการประเมินความสามารถในการแก้ปัญหา และกลวิธีการเผชิญปัญหาที่จะได้จากการวิจัยนี้น่าจะช่วยให้ นักจิตวิทยาการปรึกษาวางแผนทางในการให้บริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยาได้ชัดเจนและเหมาะสมยิ่งขึ้น

นอกจากนี้ ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาประสบการณ์ในการเผชิญและจัดการกับปัญหา รวมถึงการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และวิธีการที่ใช้ในการเผชิญปัญหาของนักศึกษาที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกันด้วยวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ เนื่องจาก การวิจัยเชิงคุณภาพเป็นการแสวงหาความรู้โดยการพิจารณาปรากฏการณ์สังคมจากสภาพแวดล้อมตามความเป็นจริงในทุกมิติ เพื่อหาความสัมพันธ์ของปรากฏการณ์กับสภาพแวดล้อมนั้น วิธีการนี้จะสนใจข้อมูลด้านความรู้สึกนึกคิด ความหมาย ค่านิยมหรืออุดมการณ์ของบุคคลนอกเหนือไปจากข้อมูลเชิงปริมาณ มักใช้เวลานานในการศึกษาติดตามระยะยาว ใช้การสังเกตแบบมีส่วนร่วมและการสัมภาษณ์อย่างไม่เป็นทางการเป็นวิธีการหลักในการเก็บรวบรวมข้อมูล และเน้นการวิเคราะห์ข้อมูลโดยการตีความ สร้างข้อสรุปแบบอุปนัย (สุภาวงศ์ จันทวานิช, 2547)

ดังนั้น จากที่กล่าวมาผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษาชายและหญิงที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน โดยจะนำวิธีการสัมภาษณ์แบบกึ่งมีโครงสร้างมาร่วมในการวิจัยครั้งนี้ด้วย นอกเหนือจากการวิจัยเชิงปริมาณ เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ลึกซึ้งยิ่งขึ้น และเป็นข้อมูลพื้นฐานที่เป็นประโยชน์ต่องานด้านการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

การวิจัยส่วนที่ 1

1. เพื่อศึกษาบทบาททางเพศ การประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษามหาวิทยาลัย
2. เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษามหาวิทยาลัยชาย และหญิงที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน
3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และกลวิธีการเผชิญปัญหา

การวิจัยส่วนที่ 2

เพื่อศึกษาประสบการณ์ในการเผชิญและจัดการกับปัญหา รวมถึงการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และวิธีการที่ใช้ในการเผชิญปัญหาของนักศึกษาที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน

ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้แบ่งเป็น 2 ส่วน คือ การวิจัยเชิงพรรณนา (descriptive research) และ การวิจัยเชิงคุณภาพ (qualitative research) ดังนี้

การวิจัยส่วนที่ 1 เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบความแตกต่างของการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และกลวิธีการที่ใช้ในการเผชิญปัญหาของนักศึกษาชาย และหญิงที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน และหาความสัมพันธ์ระหว่างการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และกลวิธีการเผชิญปัญหา

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาชายและหญิงที่กำลังศึกษาในระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ถึง ชั้นปีที่ 4 ของมหาวิทยาลัยราชภัฏ ในปีการศึกษา 2549 จำนวน 543 คน

การวิจัยส่วนที่ 2 เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ เพื่อศึกษาประสบการณ์ในการเผชิญและจัดการกับปัญหา รวมถึงการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และกลวิธีการที่ใช้ในการเผชิญปัญหาของนักศึกษาที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน โดยวิธีการสัมภาษณ์แบบกึ่งมีโครงสร้าง (semi-structure interview)

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาชายและหญิงจากการวิจัยส่วนที่ 1 ซึ่งเป็นผู้ที่มีความสมัครใจ ยินดีให้ความร่วมมือในการสัมภาษณ์ จำนวน 15 คน โดยแบ่งเป็นผู้ที่มีบทบาทความเป็นชาย บทบาทความเป็นหญิง และบทบาทความเป็นชายและหญิง บทบาทละ 5 คน

ตัวแปรในการวิจัย

1. ตัวแปรอิสระ คือ บทบาททางเพศ แบ่งเป็น 4 ลักษณะ ดังนี้
 1. บทบาทความเป็นชาย
 2. บทบาทความเป็นหญิง
 3. บทบาทความเป็นชายและหญิง
 4. บทบาททางเพศไม่เด่นชัด
2. ตัวแปรตาม
 - 2.1 คะแนนการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหาที่ได้จากแบบวัดการแก้ปัญหา ซึ่งประกอบด้วย 3 ด้าน ดังนี้
 1. ความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหา
 2. รูปแบบการเข้าจัดการปัญหา-หลีกเลี่ยงปัญหา
 3. การควบคุมตนเอง
 - 2.2 คะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาที่ได้จากแบบวัดการเผชิญปัญหา แบ่งออกเป็น 3 รูปแบบ ดังนี้
 1. กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา มีกลวิธีย่อย ดังนี้
 - 1.1 การลงมือดำเนินการแก้ปัญหาและการวางแผน
 - 1.2 การตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโต
 - 1.3 การหาทางผ่อนคลายเป็น
 2. กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม ประกอบด้วย การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อแก้ปัญหา และเพื่อกำลังใจ
 3. กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง มีกลวิธีย่อย ดังนี้
 - 3.1 การไม่เผชิญปัญหา ประกอบด้วย การปฏิเสธ และ การไม่แสดงออกทางพฤติกรรม
 - 3.2 การตำหนิตนเอง

คำจำกัดความในการวิจัย

1. **บทบาททางเพศ** หมายถึง ลักษณะบุคลิกภาพที่แสดงถึงความเป็นชายหรือความเป็นหญิง ซึ่งบุคคลเรียนรู้จากการสังเกตบุคคลที่อยู่รอบข้าง ทั้งที่ใกล้ชิดและไม่ใกล้ชิด รวมถึงการอบรมสั่งสอนโดยตรงของบิดามารดา และตัวแทนต่างๆ ในสังคมตั้งแต่วัยเด็ก แล้วนำมาปฏิบัติให้เหมาะสมกับเพศของตน ในการวิจัยครั้งนี้ หมายถึง ค่าคะแนนของแบบวัดบทบาททางเพศที่ผู้วิจัยพัฒนาจากแนวคิดบทบาททางเพศของ Bem (1981) และจากแบบวัดบทบาททางเพศของ Bem (Bem Sex Role Inventory, 1974 cited in Robinson, Shaver & Wrightsman, 1991) และใช้กรอบอ้างอิงในการพัฒนาแบบวัดของ Liben และ Bigler (2002) ซึ่งแบ่งออกเป็น 4 รูปแบบ คือ

1.1 บทบาทความเป็นชาย (Masculine) หมายถึง บุคคลที่มีค่าคะแนนความเป็นชายสูงกว่าคะแนนมัธยฐาน (median) ของแบบวัดคุณลักษณะความเป็นชาย และมีค่าคะแนนความเป็นหญิงต่ำกว่าคะแนนมัธยฐานของแบบวัดคุณลักษณะความเป็นหญิง

1.2 บทบาทความเป็นหญิง (Feminine) หมายถึง บุคคลที่มีค่าคะแนนความเป็นหญิงสูงกว่าคะแนนมัธยฐานของแบบวัดคุณลักษณะความเป็นหญิง และมีค่าคะแนนความเป็นชายต่ำกว่าคะแนนมัธยฐานของแบบวัดคุณลักษณะความเป็นชาย

1.3 บทบาทความเป็นชายและหญิง (Androgyny) หมายถึง บุคคลที่มีค่าคะแนนความเป็นชายและความเป็นหญิงสูงกว่าคะแนนมัธยฐานทั้งคู่

1.4 บทบาททางเพศไม่เด่นชัด (Undifferentiated) หมายถึง บุคคลที่มีค่าคะแนนความเป็นชายและความเป็นหญิงต่ำกว่าคะแนนมัธยฐานทั้งคู่

2. **การประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา** หมายถึง ตัวแปรส่วนบุคคลที่ปรากฏในรูปแบบการปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับ สิ่งแวดล้อม และเป็นกลุ่มของความคิด ความเข้าใจ ความเชื่อ หรือความคาดหวังเกี่ยวกับการแก้ปัญหา เป็นการรับรู้ความสามารถของตนในการแก้ปัญหา ตลอดจนพฤติกรรม และทัศนคติที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบการแก้ปัญหา ประกอบด้วย ความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหา รูปแบบการเข้าจัดการปัญหา-หลีกเลี่ยงปัญหา และการควบคุมตนเอง ในการวิจัยครั้งนี้ หมายถึง ค่าคะแนนที่ได้จากแบบวัดการแก้ปัญหาที่ผู้วิจัยพัฒนาจากแบบวัดการแก้ปัญหา (Problem Solving Inventory, PSI) ของ Heppner และ Petersen (1982) และจากแบบวัดการแก้ปัญหาที่พัฒนาโดย เสียรชัช งามทิพย์วัฒนา และคณะ (2543) ประกอบด้วย 3 ด้าน คือ

2.1 ความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหา (Problem Solving Confidence, PSC) หมายถึง ความเชื่อมั่นในตนเอง ความเชื่อ และความไว้วางใจในความสามารถของบุคคลหนึ่งที่จะเผชิญกับ

ปัญหาต่างๆได้อย่างดี โดยคะแนนที่สูงในด้านนี้แสดงถึง มีระดับความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหาที่สูงกว่าคะแนนที่ต่ำ

2.2 รูปแบบการเข้าจัดการปัญหา-หลีกเลี่ยงปัญหา (Approach-Avoidance Style, AAS) หมายถึง แนวโน้มโดยทั่วไปที่จะเข้าจัดการหรือหลีกเลี่ยงกิจกรรมต่างๆที่เกี่ยวข้องกับการแก้ปัญหา โดยคะแนนที่สูงในด้านนี้แสดงถึง รูปแบบการเข้าจัดการปัญหามากกว่าการหลีกเลี่ยงปัญหา

2.3 การควบคุมตนเอง (Personal Control, PC) หมายถึง ความเชื่อว่าบุคคลหนึ่งจะสามารถควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมของตนเองได้ในขณะที่ดำเนินการแก้ปัญหาอยู่ โดยคะแนนที่สูงในด้านนี้แสดงถึง การรับรู้ของบุคคลในทางบวกเกี่ยวกับการควบคุมตนเองในการจัดการกับปัญหา

3. กลวิธีการเผชิญปัญหา หมายถึง พฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกมาในรูปแบบต่างๆ เพื่อตอบสนองต่อสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียด โดยเป็นกระบวนการทางความคิด และแสดงออกเป็นพฤติกรรม ซึ่งมีจุดมุ่งหมายเพื่อขจัดหรือบรรเทาภาวะที่มาคุกคามตัวบุคคล ประกอบด้วย การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา การเผชิญปัญหาแบบการแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม และการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง ในการศึกษาครั้งนี้หมายถึง ค่าคะแนนที่ได้จากแบบวัดการเผชิญปัญหาที่ผู้วิจัยพัฒนาจากแบบวัดการเผชิญปัญหาของ สุภาพรพรณ โคตรจรัส และ ชุมพร ยงกิตติกุล (2545) และจากแบบวัดการเผชิญปัญหาที่พัฒนาโดย กรกวรรณ สุพรรณวรรณษา เปรมพร มั่นเสมอ รัชนิย์ แก้วคำศรี และ วราภรณ์ รัตนาวชิษฐิกุล (2545) จำแนกได้ 3 แบบ ได้แก่

3.1 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา (Problem-focused Coping) ประกอบด้วย กลวิธีการเผชิญปัญหาโดยการลงมือดำเนินการแก้ปัญหาและการวางแผน การตีความหมายใหม่ทางบวกและการเติบโต และการหาทางผ่อนคลาย

3.2 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม (Seeking Social Support) ประกอบด้วย การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อแก้ปัญหา และเพื่อกำลังใจ

3.3 การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง (Avoidance) ประกอบด้วย การไม่เผชิญปัญหา และการตำหนิตนเอง

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เพื่อทราบถึงบทบาททางเพศ การประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษา

2. เพื่อทราบถึงความแตกต่างของการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษาชาย และหญิงที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน

3. เพื่อทราบถึงความสัมพันธ์ระหว่างการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และกลวิธีการเผชิญปัญหา
4. เพื่อทราบถึงประสบการณ์ในการเผชิญและจัดการปัญหา รวมถึงการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และกลวิธีที่ใช้ในการเผชิญปัญหาของนักศึกษาที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน
5. เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานในการทำความเข้าใจมนุษย์เพื่อให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแก่นักศึกษา
6. เพื่อเป็นแนวทางในการศึกษาค้นคว้าเรื่องบทบาททางเพศ การประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และกลวิธีการเผชิญปัญหาต่อไป



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทที่ 2

วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

1. แนวคิด และทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับบทบาททางเพศ

1.1 ความหมายของบทบาททางเพศ

บทบาททางเพศเป็นกระบวนการเรียนรู้อย่างต่อเนื่องตั้งแต่วัยเด็ก โดยเด็กจะรวบรวมลักษณะคุณสมบัติและพฤติกรรมต่างๆตามที่ตั้งคัมและวัฒนธรรมกำหนด แล้วนำมาปฏิบัติให้เหมาะสมกับเพศของตน (Bem, 1981) เป็นหมวดหมู่ของพฤติกรรมที่บุคคลเข้าใจในลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิงของคนในสังคม เป็นตัวกำหนดแบบแผนพฤติกรรมของเพศชายและเพศหญิง และเป็นรูปแบบของพฤติกรรมที่สมาชิกได้ปฏิบัติและได้รับการยอมรับจากสังคมที่ตนอยู่ (Block, 1973; Hurlock, 1980 อ้างถึงใน ธิดารัตน์ ธรรมเกษร, 2543) เป็นสิ่งที่สังคมกำหนดขึ้น และคาดหวังว่าหญิงและชายจะต้องมีความแตกต่างกันในเรื่องบุคลิกภาพ ค่านิยม ความชอบ และพฤติกรรม เป็นต้น โดยบุคคลมีแนวโน้มจะเรียนรู้พฤติกรรมที่มีลักษณะตรงตามเพศของตน (Cook, 1985 อ้างถึงใน กรแก้ว คงเดชา, 2544)

1.2 แนวความคิดเกี่ยวกับบทบาททางเพศ

ในทัศนะดั้งเดิม บทบาทของผู้หญิงและผู้ชายมีความแตกต่างกันอย่างชัดเจน โดยเชื่อว่าลักษณะความเป็นหญิงและความเป็นชายมีความต่อเนื่องกันเป็นสองทิศทาง (bipolar continuum) โดยทิศทางทั้งสองจะตรงข้ามกัน มี 2 ขั้ว กล่าวคือ เมื่อบุคคลมีลักษณะใดลักษณะหนึ่งสูงจะมีอีกลักษณะหนึ่งต่ำ เช่น ผู้ชายจะมีลักษณะความเป็นชายในระดับสูง ในขณะที่ผู้หญิงก็จะมีลักษณะความเป็นหญิงในระดับสูง และทั้งชายและหญิงจะมีลักษณะของเพศตรงข้ามอยู่น้อย เช่น ผู้ชายจะมีความอดทนสูง ความอ่อนแอต่ำ ส่วนผู้หญิงจะมีความสุภาพอ่อนโยนสูง ความก้าวร้าวต่ำ (กรแก้ว คงเดชา, 2544)

การอธิบายความแตกต่างระหว่างลักษณะทางเพศชายและหญิงนั้น ได้มีผู้ให้ความสนใจและกำหนดลักษณะความเป็นชายและความเป็นหญิงไว้ โดยมีแนวคิดหลักที่สำคัญดังนี้ คือ

1. แนวคิดของ Parson และ Bales

Parson และ Bales (1955 cited in Kaplan and Sedney, 1980) ได้เสนอว่าลักษณะความเป็นชาย (masculinity) มีลักษณะพฤติกรรมที่เรียกว่า พฤติกรรมมุ่งความสำเร็จ (instrumental

behavior) ซึ่งหมายถึง พฤติกรรมที่จะนำไปสู่ความสำเร็จตามเป้าหมายที่ตนเองวางไว้ ได้แก่ ลักษณะความเป็นผู้นำ ความมั่นใจในตนเอง ความกล้าแสดงออก ส่วนลักษณะความเป็นหญิง (femininity) มีลักษณะพฤติกรรมที่เรียกว่า พฤติกรรมมุ่งความสัมพันธ (expressive behavior) หมายถึง พฤติกรรมที่เน้นการแสดงออกทางอารมณ์ซึ่งจะเป็นลักษณะที่ช่วยสนับสนุนให้เกิดผลดีในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น เช่น การเอาใจใส่ผู้อื่น การมีความรู้สึกไวต่อความรู้สึกผู้อื่น สามารถตอบสนองได้อย่างเหมาะสม

2. แนวคิดของ David Baken

Baken (1966 cited in Kaplan and Sedney, 1980) เสนอว่า ลักษณะความเป็นชาย (masculinity) ประกอบด้วยลักษณะพฤติกรรมที่เรียกว่า เอเจนซี (agency) คือลักษณะของการกระทำที่มีจุดเริ่มต้นจากตนเอง แสดงออกถึงความสามารถในการปกป้องตนเอง (self-protection) กล้าแสดงออก (self-assertion) ความเป็นอิสระ และมีอำนาจ หรือมีอิทธิพลเหนือผู้อื่น ส่วนลักษณะความเป็นหญิง (femininity) ประกอบด้วยลักษณะพฤติกรรมที่เรียกว่า คอมมิวนิเียน (communion) ซึ่งเป็นลักษณะพฤติกรรมที่แสดงถึงความสามารถในการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น และมักแสดงออกในลักษณะของการยอมรับผู้อื่น การเป็นมิตร และการช่วยเหลือผู้อื่น

จากแนวคิดของ Parson และ Bales (1955) และ Baken (1966) นำมาอธิบายความแตกต่างระหว่างชายกับหญิงได้ ทั้งในระดับการรับรู้ ความคาดหวัง และการประเมินตนเอง ในวัฒนธรรมที่หลากหลาย ทำให้มีการนำเอาแนวคิดนี้มาใช้ในการอธิบาย หรือการแยกความแตกต่างระหว่างชายกับหญิงในทางจิตวิทยาอย่างกว้างขวาง จนในบางครั้งถึงกับนิยามว่าลักษณะที่แสดงถึงความเป็นชายก็คือ ลักษณะของเอเจนซี หรือลักษณะของพฤติกรรมมุ่งความสำเร็จ (ลักษณะของการกระทำที่มุ่งไปสู่ความสำเร็จตามเป้าหมาย หรือการกระทำที่มีตนเองเป็นหลัก) และลักษณะที่แสดงถึงความเป็นหญิงก็คือ ลักษณะของคอมมิวนิเียน หรือพฤติกรรมมุ่งความสัมพันธ (ลักษณะพฤติกรรมที่มุ่งตอบสนองความสัมพันธกับผู้อื่น) แบบวัดบทบาททางเพศที่ได้รับอิทธิพลจากแนวคิดทั้งสองแนวคิดดังกล่าว และเป็นแบบวัดบทบาททางเพศที่ใช้อย่างแพร่หลาย และเป็นที่ยอมรับอย่างกว้างขวางในปัจจุบัน ได้แก่ Bem's Sex Role Inventory: BSRI (Bem, 1974) และ Personal Attribute Questionnaire: PAQ (Spence et al., 1975) (นิตยภัฏ อรรถนุพรรณ, 2530)

3. แนวคิดของ Bem

Bem (1974 อ้างถึงใน กรแก้ว คงเดชา, 2544) เชื่อว่า ลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิงนั้นมีลักษณะที่เป็นอิสระแยกจากกัน มิได้เป็นคุณลักษณะเฉพาะของเพศใดเพศหนึ่งเท่านั้น แต่เป็นคุณลักษณะที่พบได้พร้อมๆกันทั้งในชายและหญิง เช่น เมื่อบุคคลหนึ่งมีลักษณะของความเป็นชายในระดับสูงก็มิได้หมายความว่าต้องมียุทธลักษณะของความเป็นหญิงในระดับต่ำไปด้วย เพียงแต่ว่าโดยทั่วไปมักพบว่าผู้ชายมักจะมีลักษณะความเป็นชายสูงกว่าลักษณะของ

ความเป็นหญิง และในผู้หญิงจะมีลักษณะความเป็นหญิงสูงกว่าความเป็นชาย นอกจากนี้ ยังมีบุคคลประเภทที่มีลักษณะความเป็นชายสูง และในขณะเดียวกันก็มีลักษณะความเป็นหญิงสูงด้วย ซึ่งเรียกลักษณะบทบาทแบบนี้ว่า บทบาทความเป็นชายและหญิง (androgyny)

บุคคลที่มีลักษณะบทบาทความเป็นชายและหญิง (androgyny) จะมีศักยภาพผสมระหว่างลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิง โดยมีทั้งสองลักษณะสูงทั้งคู่ บุคคลเหล่านี้จะสามารถตอบสนองต่อสถานการณ์ในรูปแบบต่างๆที่แตกต่างกันไป กล่าวคือ การตอบสนองต่อสถานการณ์ต่างๆจะเป็นไปตามที่เห็นว่าเหมาะสม มากกว่าที่จะทำตามที่ตั้งคัมเห็นว่าเป็นสิ่งที่หญิงหรือชายควรกระทำ Bem (1975) กล่าวว่า บทบาททางเพศแบบความเป็นชายและหญิงจะมีความยืดหยุ่น มีการผสมผสานระหว่างความเข้มแข็งของชายและความอ่อนโยนของหญิง ทำให้มีความสามารถในการตอบสนองต่อสถานการณ์ต่างๆ ได้อย่างเหมาะสมและประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิต

ในทัศนะของ Bem (1974 อ้างถึงใน กรแก้ว คงเดชา, 2544) ผู้ที่มีลักษณะความเป็นชายและหญิงจะมีความได้เปรียบกว่าผู้ที่มีเพียงลักษณะความเป็นชาย หรือลักษณะความเป็นหญิงที่เด่นชัดเพียงลักษณะใดลักษณะหนึ่ง โดยเฉพาะในการปรับตัวตามสถานการณ์ต่างๆ ในสังคมปัจจุบันที่มีการเปลี่ยนแปลงไปจากเดิม ทั้งทางด้านเทคโนโลยี การศึกษา ตลอดจนสภาวะทางเศรษฐกิจ ซึ่งจะทำให้ผู้ชายและผู้หญิงหันมามีส่วนร่วมในการแสดงบทบาทของกันและกันมากขึ้น จึงเป็นที่คาดว่าบุคคลที่มีบทบาทความเป็นชายและหญิงอาจมีเพิ่มมากขึ้นในสังคม

1.3 การเรียนรู้บทบาททางเพศ

การเรียนรู้บทบาททางเพศ เป็นการที่บุคคลรับเอาบุคลิกภาพบางอย่างของบุคคลอื่นมาเป็นส่วนหนึ่งของบุคลิกภาพของตน การเรียนรู้บทบาททางเพศเกิดขึ้นตั้งแต่วัยต้นของชีวิต กล่าวคือ เด็กจะเริ่มเลียนแบบบทบาททางเพศโดยดูจากพ่อแม่และบุคคลใกล้ชิด และเมื่อโตขึ้นก็จะเรียนรู้โดยสังเกตจากบุคคลในสังคม การเรียนรู้บทบาททางเพศจึงเป็นการที่เด็กซึมซับเอาลักษณะ ความเชื่อ ทัศนคติ ค่านิยม และพฤติกรรมทางเพศของบุคคล เพื่อสร้างบุคลิกภาพของตน เพื่อให้เกิดเอกลักษณ์แห่งตน

กระบวนการนี้เกิดได้อย่างไร เด็กเรียนรู้บทบาทที่เหมาะสมกับตนอย่างไร ตามทฤษฎีจิตวิเคราะห์เชื่อว่า เกิดจากการถอดแบบ (identification) จากพ่อแม่เพศเดียวกับตน ส่วนทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมเชื่อว่า พฤติกรรมที่เหมาะสมของเด็กเกิดจากการให้รางวัลและการลงโทษ พอๆกับการเรียนรู้จากการสังเกตตัวแบบ ส่วนทฤษฎีพัฒนาการทางความคิดเชื่อว่า เด็กเรียนรู้บทบาทตนเองจากการประทับตราตนเองว่าเป็นชายหรือหญิง (Bem, 1981) ส่วนในงานวิจัยครั้งนี้จะศึกษาและวัดบทบาททางเพศโดยใช้ทฤษฎีของ Bem เป็นพื้นฐาน

1.4 ทฤษฎีรูปแบบทางความคิดและความเข้าใจเกี่ยวกับบทบาททางเพศ (Gender Schema Theory) ของ Bem

จุดเริ่มแรกของทฤษฎีรูปแบบทางความคิดและความเข้าใจเกี่ยวกับบทบาททางเพศมาจากการสังเกตพบว่า เด็กมีพัฒนาการอย่างคงที่เกี่ยวกับการเรียนรู้ลักษณะความเป็นหญิงและลักษณะความเป็นชายตามที่สังคมของเขากำหนดขึ้น Bem (1984 อ้างถึงใน ฉันทจิต จริยจรรยาโรจน์, 2541) มองว่าลักษณะความเป็นหญิงและลักษณะความเป็นชายนั้น ประกอบด้วยพฤติกรรมและลักษณะทางบวกต่างๆรวมกัน ซึ่งเป็นลักษณะเฉพาะตัวของเพศชายและเพศหญิงที่แตกต่างกัน และเป็นลักษณะที่พึงปรารถนาสำหรับเพศหนึ่งมากกว่าอีกเพศหนึ่ง การที่จะบอกว่าบุคคลใดมีลักษณะความเป็นหญิงหรือความเป็นชาย จะดูได้จากพฤติกรรมที่บุคคลนั้นตอบสนองต่อเหตุการณ์ต่างๆในสภาพแวดล้อม โดยสังคมแต่ละสังคมมีมาตรฐานที่เหมาะสมเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมที่พึงปรารถนาสำหรับแต่ละเพศ

เดิมนั้น Bem เชื่อว่าผู้ชายและผู้หญิงมีความแตกต่างกัน เนื่องมาจากอิทธิพลของวัฒนธรรมและสังคมที่เป็นตัวกำหนดอย่างกว้างๆ เกี่ยวกับลักษณะบทบาททางเพศของชายและหญิง แต่แนวคิดใหม่ของ Bem ที่เรียกว่า ทฤษฎีรูปแบบทางความคิดและความเข้าใจเกี่ยวกับบทบาททางเพศ (gender schema theory) (Bem, 1981) เน้นว่าบุคคลจะมีลักษณะบทบาททางเพศเป็นอย่างไร ขึ้นอยู่กับการพัฒนารูปแบบทางความคิดความเข้าใจเกี่ยวกับบทบาททางเพศของตน โดย Bem เสนอขั้นตอนในการพัฒนาดังกล่าวไว้ 2 ขั้นตอนดังนี้ คือ ในขั้นแรก บุคคลจะเรียนรู้ขั้นพื้นฐานเกี่ยวกับเพศจากความแตกต่างระหว่างบทบาทของเพศชายและหญิงทั่วไปจากสังคม ว่าบทบาทใดเหมาะสมกับเพศใด เกิดเป็นรูปแบบทางความคิดและความเข้าใจเกี่ยวกับบทบาททางเพศ (gender schema) ขึ้นในตัวบุคคลนั้นๆ และในขั้นที่สอง บุคคลจะสามารถประเมินตนเองได้ว่าลักษณะบุคลิกภาพแบบใดที่มีความเหมาะสมเฉพาะกับเพศของตน โดยอาศัยรูปแบบทางความคิดและความเข้าใจเกี่ยวกับบทบาททางเพศที่ตนเองพัฒนาขึ้น ประเมินความเหมาะสมของลักษณะบุคลิกภาพของตนกับรูปแบบทางความคิดและความเข้าใจเกี่ยวกับบทบาททางเพศว่ามีความสอดคล้องกันหรือไม่ ฉะนั้น รูปแบบทางความคิดและความเข้าใจเกี่ยวกับบทบาททางเพศจึงเปรียบเสมือนมาตรฐานของสังคมที่กำหนดขึ้นในการประเมินลักษณะบุคลิกภาพและพฤติกรรมสำหรับเพศใดเพศหนึ่ง และเมื่อบุคคลสังเกตเห็นว่าตนมีบทบาททางเพศตรงตามมาตรฐานของสังคมแล้ว จะก่อให้เกิดความคิดรวบยอดเกี่ยวกับตนเองในเรื่องความแตกต่างทางเพศที่มั่นคงยิ่งขึ้น และเกิดเป็นบทบาททางเพศที่สังคมปรารถนา

Bem ได้แบ่งบทบาททางเพศของบุคคลออกเป็น 2 ลักษณะใหญ่ คือ พวก gender schematic เป็นกลุ่มที่มีลักษณะตรงตามเพศสูง ซึ่งลักษณะความแตกต่างทางเพศจะมีอิทธิพลต่อการรับรู้ การแปลความหมาย และการตอบสนองต่อตัวกระตุ้นในสังคม อีกพวกหนึ่ง คือ gender

aschematic หรือเรียกว่า แอนโดรจีนี (androgyny) ในบุคคลกลุ่มนี้ลักษณะความแตกต่างทางเพศ ไม่ได้มีอิทธิพลต่อการกระทำของตนที่ตอบสนองต่อสถานการณ์ต่างๆ

Bem ได้เน้นความแตกต่างของผู้ที่มีบทบาททางเพศแบบตรงตามเพศกับผู้ที่ไม่มีบทบาททางเพศแบบแอนโดรจีนีไว้ 2 ประการ คือ ประการที่หนึ่ง เราสามารถแยกบุคคลที่มีลักษณะบทบาททางเพศแบบตรงตามเพศจากบุคคลที่ไม่มีบทบาทไม่ตรงตามเพศของตนโดยใช้กระบวนการพัฒนารูปแบบทางความคิดและความเข้าใจเกี่ยวกับบทบาททางเพศ (gender schema processing) โดยผู้ที่ไม่มีบทบาททางเพศแบบตรงตามเพศจะมีแรงจูงใจภายในที่จะจัดระบบของข้อมูลที่ได้รับให้เป็นไปตามระเบียบ กฎเกณฑ์ที่สังคมยอมรับ คือ ลักษณะความเป็นชาย (masculine) ในผู้ชาย และลักษณะความเป็นหญิง (feminine) ในผู้หญิง เกิดเป็นความคิดรวบยอดเกี่ยวกับตนเองและมีพฤติกรรมที่แสดงออกในลักษณะที่เป็นไปตามเพศของตน แต่ในบุคคลที่มีบทบาททางเพศแบบชายและหญิง (androgyny) นั้นไม่มีความแตกต่างของพฤติกรรมหรือคุณสมบัติที่เกี่ยวข้องกับเพศอย่างชัดเจน ส่วนประการที่สอง คือ เราสามารถจำแนกผู้ที่มีลักษณะบทบาททางเพศแบบตรงตามเพศจากบุคคลที่ไม่มีบทบาทไม่ตรงตามเพศของตนโดยใช้แบบวัดบทบาททางเพศ ซึ่งบุคคลที่มีบทบาททางเพศแบบตรงตามเพศจะกล่าวถึงตนเองโดยแยกออกเป็นลักษณะความเป็นชาย หรือลักษณะความเป็นหญิง ลักษณะใดลักษณะหนึ่ง ในทางตรงข้ามผู้ที่มีบทบาทความเป็นชายและหญิงจะเลือกข้อความของแบบวัดอย่างอิสระมากกว่าที่จะคำนึงถึงลักษณะความเป็นชายหรือความเป็นหญิง (Bem, 1981)

จากที่กล่าวมาจะเห็นว่า ทฤษฎีรูปแบบทางความคิดและความเข้าใจเกี่ยวกับบทบาททางเพศเป็นทฤษฎีที่เน้นถึงการเปลี่ยนแปลงของระบบรูปแบบทางความคิด ความเข้าใจเกี่ยวกับตนเองของบุคคล โดยจะเกิดการเรียนรู้ถึงความแตกต่างทางเพศและพฤติกรรมต่างๆจากสังคม บุคคลจะพยายามรักษาไว้ซึ่งพฤติกรรมที่สังคมยอมรับและให้การสนับสนุน เกิดเป็นลักษณะบทบาททางเพศแบบตรงตามเพศขึ้น แต่ในขณะเดียวกันก็มีบุคคลอีกประเภทหนึ่งที่ไม่ยึดติดกับกฎเกณฑ์และความคาดหวังของสังคม มีความยืดหยุ่นในการตอบสนองต่อสถานการณ์ต่างๆมากกว่าบุคคลที่มีบทบาทตรงตามเพศของตน ซึ่ง Bem เรียกบทบาททางเพศแบบนี้ว่า บทบาทความเป็นชายและหญิง (androgyny)

Huston (1983 cited in Cook, 1985 อ้างถึงใน ฉันทจิต จริยจรรยาโรจน์, 2541) กล่าวว่า ทฤษฎีรูปแบบทางความคิดและความเข้าใจเกี่ยวกับบทบาททางเพศมีรากฐานมาจากทฤษฎีพัฒนาการทางความคิด (cognitive development theory) และทฤษฎีปัญญาทางสังคม (social cognitive theory) ซึ่งทฤษฎีรูปแบบทางความคิดและความเข้าใจเกี่ยวกับบทบาททางเพศและทฤษฎีพัฒนาการทางความคิดเน้นร่วมกันในเรื่องโครงสร้างและการทำงานของกระบวนการทางความคิด (cognitive processes) ของแต่ละบุคคล โดยมีการซึมซับลักษณะบทบาททางเพศของตนและมีการ

ปรับโครงสร้างทางความคิดทำให้เกิดความคิดรวบยอดเกี่ยวกับตนเอง ซึ่งกระบวนการดังกล่าวจะเกิดขึ้นในระยะแรกๆ ของชีวิต แต่อย่างไรก็ตาม ทฤษฎีรูปแบบทางความคิดและความเข้าใจเกี่ยวกับบทบาททางเพศและทฤษฎีพัฒนาการทางความคิดก็ยังคงมีความแตกต่างกันอยู่บ้าง โดยทฤษฎีพัฒนาการทางความคิดนั้นเน้นความแตกต่างของเพศทางกายภาพว่า ทำให้เกิดลักษณะที่แตกต่างกันในแต่ละเพศ โดยบุคคลจะรับรู้ว่าเป็นเพศใดแล้วจะค่อยๆ รับประทานอาหารของเพศตนเองเข้าไป ซึ่งรูปแบบของพฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศของตนทำให้เกิดรูปแบบทางความคิดและความเข้าใจเกี่ยวกับบทบาททางเพศ ส่วนทฤษฎีรูปแบบทางความคิดและความเข้าใจเกี่ยวกับบทบาททางเพศของ Bem นั้น เน้นว่าลักษณะที่แตกต่างกันในแต่ละเพศว่าเกิดจากการแบ่งแยกบทบาททางเพศของสังคม ทำให้มีผลกระทบต่อความคิดรวบยอด และพฤติกรรมของบุคคล เมื่อเด็กมีการเรียนรู้ถึงขอบเขตของบทบาททางเพศของชายและหญิงจึงเกิดรูปแบบทางความคิดและความเข้าใจเกี่ยวกับบทบาททางเพศ ดังนั้นทฤษฎีรูปแบบทางความคิดและความเข้าใจเกี่ยวกับบทบาททางเพศจึงเป็นผลมาจากการกำหนดของสังคมเป็นหลัก สำหรับทฤษฎีรูปแบบทางความคิดและความเข้าใจเกี่ยวกับบทบาททางเพศกับทฤษฎีปัญญาทางสังคมนั้นจะเน้นร่วมกันในเรื่องอิทธิพลของสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อการเรียนรู้บทบาททางเพศของเด็ก ซึ่งทฤษฎีปัญญาทางสังคมเน้นว่าเด็กจะมีการเรียนรู้พฤติกรรมของบทบาททางเพศ (sex role behaviors) จากการที่เด็กมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม Mischel (1982 cited in Cook, 1985 อ้างถึงใน ฉันทจิต จริยจรรยาโรจน์, 2541) กล่าวว่า เด็กหญิงและเด็กชายจะเรียนรู้พฤติกรรมที่คล้ายคลึงกัน แต่จะแสดงออกในลักษณะใดเป็นผลมาจากความคาดหวังของสังคมที่มีต่อพฤติกรรมของแต่ละเพศ ส่วนทฤษฎีรูปแบบทางความคิดและความเข้าใจเกี่ยวกับบทบาททางเพศนั้นกล่าวว่า สภาพแวดล้อมจะมีอิทธิพลในแง่การเป็นตัวกำหนดความแตกต่างระหว่างบทบาททางเพศของเพศหญิงและเพศชายโดยทั่วไป ทำให้มีผลกระทบต่อความคิดรวบยอดและพฤติกรรมของบุคคล

กล่าวโดยสรุปแล้วทฤษฎีรูปแบบทางความคิดและความเข้าใจเกี่ยวกับบทบาททางเพศ (gender schema theory) เป็นทฤษฎีที่เน้นถึงการเปลี่ยนแปลงของระบบโครงสร้างทางความคิด ความเข้าใจเกี่ยวกับตนเองของบุคคลโดยจะเกิดการเรียนรู้ถึงความแตกต่างทางเพศ และพฤติกรรมต่างๆ จากสังคม บุคคลจะพยายามรักษาไว้ซึ่งพฤติกรรมที่สังคมยอมรับและให้การสนับสนุน เกิดเป็นลักษณะบทบาททางเพศแบบตรงตามเพศขึ้น แต่ในขณะเดียวกันก็มีบุคคลอีกประเภทหนึ่งที่ไม่ยึดติดกับกฎเกณฑ์และความคาดหวังของสังคม มีความยืดหยุ่นในการตอบสนองต่อสถานการณ์ต่างๆ มากกว่าบุคคลที่มีบทบาทตรงตามเพศของตน ซึ่ง Bem เรียกบทบาททางเพศนี้ว่า บทบาทความเป็นชายและหญิง (androgyny)

2. แนวคิด และทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา

2.1 ความเป็นมาของการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา

ในการปฏิวัติทางความคิดในช่วงยุค 1970 และ 1980 มีงานวิจัยจำนวนหนึ่งที่เริ่มให้ความสนใจในเรื่องที่ว่า ผู้คนประเมินความสามารถของตนเองอย่างไร (Antonovsky, 1979; Bandura, 1982 cited in Heppner et al., 2004) ซึ่งงานวิจัยเหล่านี้ได้รับอิทธิพลจากตัวแปรที่เกี่ยวกับความคิดหรือตัวแปรด้านอภิปัญญา (metacognitive variable) (Brown, 1977; Flavell & Wellman, 1977; Meichenbaum & Asarnow, 1979 cited in Heppner et al., 2004) ความคิดในระดับอภิปัญญานั้นหมายถึง การรับรู้ถึงกระบวนการต่างๆ ที่มีผลต่อการใช้ทักษะทางความคิดของบุคคล หลังจากนั้นประมาณ 2 ปี Bandura (1986 cited in Heppner et al., 2004) เขียนถึงการรับรู้ความสามารถในตนเอง (self-efficacy) และได้รวบรวมหลักฐานที่สำคัญในการสนับสนุนความคิดนี้ไว้ด้วยที่ว่า การประเมินสถานการณ์เฉพาะมีผลต่อแรงจูงใจ พฤติกรรม ความคิด และปฏิกิริยาทางอารมณ์ต่อสถานการณ์ตั้งเครียด จากนั้น Butler และ Meichenbaum (1981 cited in Heppner et al., 2004) ได้รวมเอาตัวแปรด้านอภิปัญญาเข้าไปสู่วรรณกรรมต่างๆ ที่เกี่ยวกับการแก้ปัญหา โดยเน้นว่า งานวิจัยเกี่ยวกับการแก้ปัญหานั้น ไม่ควรจะศึกษาเพียงความรู้หรือกระบวนการเฉพาะที่บุคคลนำมาประยุกต์สู่วิธีการแก้ปัญหานั้น แต่ควรจะสนใจเกี่ยวกับความเชื่อ และความคิดของบุคคลว่าจะแก้ไขปัญหายังไง รวมทั้งจะดำเนินการแก้ปัญหานั้นหรือไม่ด้วย และยังมีสมมติฐานต่อไปว่า การประเมินว่าตนมีความสามารถในการแก้ปัญหาหรือไม่ เพียงใดนั้น ไม่เพียงแต่จะมีผลต่อการลงมือแก้ปัญหานั้น แต่ยังเป็นตัวทำนายกระบวนการในการแก้ปัญหานั้นด้วย ซึ่งการประเมินหรือการรับรู้ความสามารถในการแก้ปัญหาของบุคคลอาจจะประกอบเป็นองค์ประกอบที่สำคัญที่บอกว่าคุณคนเข้าจัดการปัญหาอย่างไร

จากแนวคิดของ Butler และ Meichenbaum (1981 cited in Heppner et al., 2004) เกี่ยวกับการประเมินทักษะในการแก้ปัญหานั้นของบุคคล และแนวคิดของ D'Zurilla และ Goldfried (1971) เกี่ยวกับกระบวนการแก้ปัญหา Heppner และ Petersen (1982) ได้พัฒนาแบบวัดการแก้ปัญหาขั้น (PSI) เพื่อประเมินความสามารถของบุคคลในการแก้ปัญหา โดยประเมินกระบวนการแก้ปัญหา 5 ขั้น คือ การทำความเข้าใจปัญหา การระบุปัญหา การสร้างทางเลือก การตัดสินใจ และการประเมินผล แต่ผลของการวิเคราะห์องค์ประกอบไม่ได้สนับสนุนขั้นตอนทั้ง 5 ขั้นที่มีอยู่ แต่จัดได้เป็น 3 องค์ประกอบ คือ ความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหา รูปแบบการเข้าจัดการปัญหา-หลักหนึ่งปัญหา และการควบคุมตนเอง หลังจากนั้นก็ได้มีการใช้แบบวัด PSI กันอย่างแพร่หลาย

2.2 แนวคิด และทฤษฎีเกี่ยวกับการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา

2.2.1 รูปแบบปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และสิ่งแวดล้อมในแนวคิดของการเผชิญปัญหา (Person-environment models)

แม้ว่าจะมีแนวความคิดและทฤษฎีของการเผชิญปัญหา และการแก้ปัญหาอยู่มากมาย แต่แนวคิดหนึ่งที่เป็นรากฐานโดยทั่วไปก็คือ การมองถึงปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อม ในแนวคิดนี้จะมองว่าการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหาเป็นตัวแปรส่วนบุคคล Dohrenwend และ Dohrenwend (1978 cited in Heppner et al., 2004) เสนอหลักทั่วไปของการเผชิญปัญหาว่าเป็น ความสมดุลระหว่างความต้องการหรือการเรียกร้องจากสถานการณ์ (หรือสิ่งแวดล้อม) และความสามารถหรือทรัพยากรที่บุคคลมีอยู่ (D'Zurilla, 1986; Fisher, 1986; Heppner & Krauskopf, 1987; Lazarus, DeLongis, Folkman, & Gruen, 1985 cited in Heppner et al., 2004; Lazarus & Folkman, 1984) ซึ่งทรัพยากรที่ว่ามีอยู่มากมาย เช่น แหล่งสนับสนุนทางสังคมต่างๆ ความมั่นคงทางการเงิน ประสบการณ์หรือความรู้ในอดีตที่ใช้ในสถานการณ์ที่เฉพาะ และทักษะในการเผชิญปัญหาทั่วไป กล่าวโดยสรุปก็คือในช่วง 20 ปีที่ผ่านมา การพัฒนาทฤษฎีหลักๆ ของการเผชิญปัญหาก็คือการระบุถึงปัจจัยที่มีผลต่อการเผชิญปัญหา ซึ่งส่งผลต่อตัวแปรส่วนบุคคลในการตอบสนองต่อความเครียด ปัจจัยดังกล่าว ได้แก่ ความเปราะบางหรือความอดทนต่อความเครียด (Wortman et al., 1992 cited in Heppner et al., 2004) ซึ่งช่วยอธิบายว่าทำไมบางคนถึงสามารถเผชิญกับสถานการณ์ที่ตึงเครียดได้ ในขณะที่บางคนกลับต้องเผชิญกับความตึงเครียด และมีความยากลำบากในการปรับตัว การใช้ประโยชน์ของปัจจัยส่วนบุคคลต่างๆ อาจจะแปรผันขึ้นอยู่กับปริมาณความต้องการหรือการเรียกร้องจากสิ่งแวดล้อม ดังนั้น ปัจจัยหลักอันหนึ่งในการเผชิญปัญหาก็คือ การประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา หรือการประเมินว่าตนเองเป็นผู้แก้ปัญหาแน่นอน

2.2.2 ความคาดหวังในทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Generalized expectancies within social learning theory)

Heppner และ Petersen (1982) สรุปว่าองค์ประกอบ 3 ด้านของแบบวัดการแก้ปัญหา (PSI) เป็นตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับองค์ประกอบด้านแรงจูงใจหรือด้านความคาดหวัง ในทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม โดยองค์ประกอบด้านที่หนึ่ง (ความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหา) และด้านที่สาม (การควบคุมตนเอง) มีความสัมพันธ์โดยตรงกับด้านความคาดหวัง หรือด้านการควบคุมของ Rotter (1966 cited in Heppner et al., 2004) และการรับรู้ความสามารถในตนเองของ Bandura (1986 cited in Heppner et al., 2004) ส่วนองค์ประกอบด้านที่สอง (รูปแบบการเข้าจัดการปัญหา-หลีกเลี่ยงปัญหา) เป็นแนวโน้มที่จะเข้าจัดการหรือหลีกเลี่ยงปัญหา ซึ่งคล้ายคลึงกับการให้คำจำกัดความการเข้าหา-หลีกเลี่ยงในช่วงแรกของ Dollard และ Miller (1950 cited in Heppner et al., 2004) ซึ่งองค์ประกอบในด้าน

นี้ที่พบในแบบวัดการเผชิญปัญหาหลายแบบวัด และ Heppner (1980 cited in Heppner et al., 2004) เน้นว่า “จากประสบการณ์ส่วนบุคคลต่างๆ ทำให้บุคคลพัฒนาความเชื่อทั่วไปเกี่ยวกับตนเอง และความสามารถของตน เกิดเป็นการประเมินและความคาดหวังทั่วไปเกี่ยวกับตนเอง รวมทั้งผู้อื่น ด้วยว่าเป็นผู้แก้ปัญหา” ดังนั้น สรุปได้ว่าการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหาคือ ตัวแปรส่วนบุคคล (Heppner & Lee, 2002) และเป็นกลุ่มของความเชื่อหรือความคาดหวังเกี่ยวกับความสามารถในการแก้ปัญหของตนเอง (Heppner, 1988 cited in Heppner et al., 2004)

D'Zurilla และคณะ (D'Zurilla, 1986 cited in Heppner et al., 2004; D'Zurilla & Goldfried, 1971; D'Zurilla & Nezu, 1990) รวบรวมคำอธิบายเกี่ยวกับความคาดหวังในการแก้ปัญหาจากมุมมองของการเรียนรู้ทางสังคม และให้คำจำกัดความของกระบวนการแก้ปัญหาในลักษณะขององค์ประกอบของแรงจูงใจทั่วไป รวมทั้งแนวโน้มการตอบสนองทางความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม และต่อมาให้คำจำกัดความของการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหาคือ กลุ่มของความเชื่อและความคาดหวังในการแก้ปัญหา ส่วน Nezu และ Perri (1989 cited in Heppner et al., 2004) เสนอว่าองค์ประกอบด้านการเข้าจัดการปัญหา-หลีกเลี่ยงปัญหา อาจจะเป็นการวัดทักษะในการแก้ไขปัญหทั่วไป เช่น การรวบรวมทางเลือกในการแก้ปัญหา นอกจากนี้ Elliott และคณะ (Elliott, Sherwin, Harkin, & Marmarosh, 1995; Elliott, Shewchuk, Richeson, Pickelman, & Franklin, 1996) กล่าวถึงรูปแบบการบูรณาการของการแก้ปัญหา และเสนอว่า องค์ประกอบของการแก้ปัญหา 2 ด้าน (ความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหา และการควบคุมตนเอง) แสดงถึงขั้นตอนการแก้ปัญหาลำดับแรกในรูปแบบการเรียนรู้ทางสังคม (การทำความเข้าใจปัญหา) และรูปแบบการเข้าจัดการปัญหา-หลีกเลี่ยงปัญหาเป็นองค์ประกอบของทักษะในการแก้ปัญหา

กล่าวโดยสรุปก็คือ การประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหาที่วัดโดยแบบวัดการแก้ปัญหา (PSI) เป็นตัวแปรส่วนบุคคลที่ปรากฏในรูปแบบการปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อม และเป็นกลุ่มของความเชื่อหรือความคาดหวังเกี่ยวกับการแก้ปัญหา โดยองค์ประกอบทั้ง 3 ด้าน คือ ความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหา รูปแบบการเข้าจัดการปัญหา-หลีกเลี่ยงปัญหา และการควบคุมตนเอง แสดงถึง รูปแบบในการแก้ปัญหของแต่ละบุคคล

2.3 ความหมายของ “การแก้ปัญหา”

การแก้ปัญหาคือกระบวนการเชิงพฤติกรรม ซึ่งรวมทั้งพฤติกรรมภายนอกและพฤติกรรมทางปัญญา ที่นำมาซึ่งการคิดสร้างทางเลือกต่างๆ เพื่อตอบสนองต่อสถานการณ์ปัญหาที่พบอยู่ และการแก้ปัญหายังเป็นการเพิ่มความน่าจะเป็นในการเลือกการตอบสนองที่มีประสิทธิผลมากที่สุดจากทางเลือกต่างๆ ที่มีเป็นจำนวนมาก (D'Zurilla & Goldfried, 1971) และการแก้ปัญหายังเป็น

กระบวนการที่ผู้เรียนค้นพบ เป็นการผสมผสานสิ่งที่ได้เรียนรู้มา และวางแผนที่จะประยุกต์สิ่งเหล่านั้น เพื่อความสำเร็จในการแก้ปัญหาสำหรับสถานการณ์ใหม่ๆ (Gagne, 1985)

2.4 กระบวนการแก้ปัญหา

กระบวนการแก้ปัญหานั้นมีความแตกต่างกันในวิธีการต่างๆ ซึ่งมีผู้ที่ทำการศึกษามากมายดังนี้

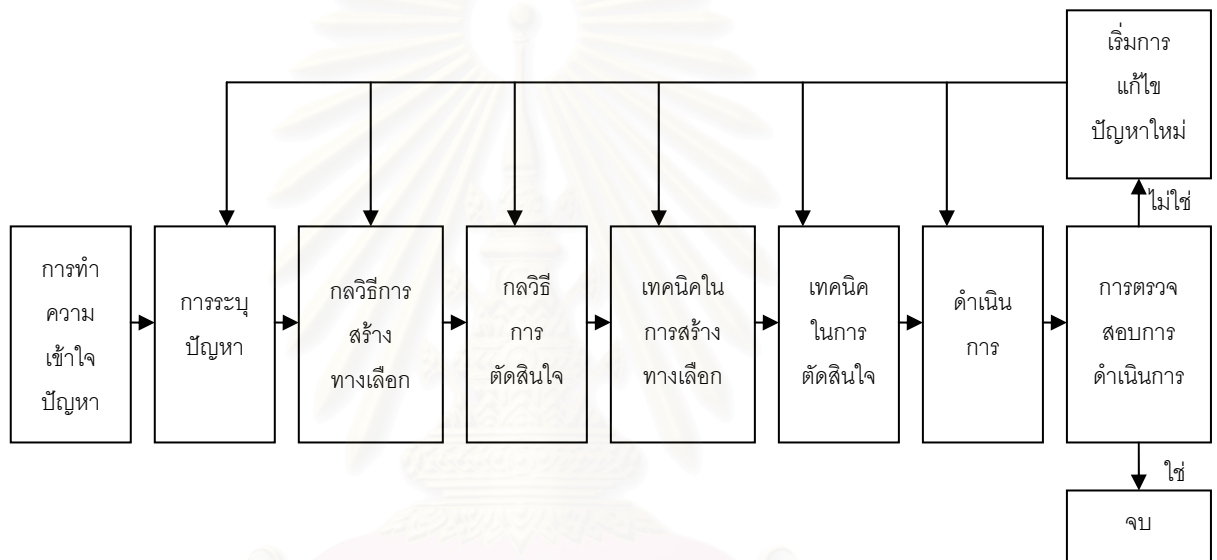
Dewey (1926 อ้างถึงใน ซวาลา เวชยันต์, 2544) ได้เสนอวิธีการแก้ปัญหาที่ปัจจุบันถือ ว่าเป็นวิธีการแสวงหาความรู้ทางวิทยาศาสตร์ไว้ 5 ขั้นตอน ดังนี้

1. ขั้นปรากฏความยุ่งยาก เกิดเป็นปัญหาขึ้น
2. ขั้นจำกัดขอบเขต และนิยามความยุ่งยาก
3. ขั้นเสนอแนะการแก้ปัญหา
4. ขั้นอนุมานหาเหตุผลของสมมติฐาน
5. ขั้นทดสอบสมมติฐาน

D'Zurilla & Goldfried (1971) สรุปว่า การแก้ปัญหามีขั้นตอนที่สำคัญ 5 ขั้น ดังนี้

1. การทำความเข้าใจปัญหา ประกอบด้วย การรับรู้ถึงปัญหาต่างๆในชีวิตประจำวัน การสันนิษฐานว่าคนเราสามารถรับมือกับปัญหานั้นๆได้ การเตรียมพร้อมในการรับรู้ถึงปัญหาเมื่อสถานการณ์ที่เป็นปัญหามาถึง และการยับยั้งสิ่งล่อใจที่จะทำให้เราออกแวก
2. การระบุปัญหา โดยปกติปัญหาที่เกิดขึ้นมักจะไม่ชัดเจน ดังนั้นเราจะต้องระบุถึงปัญหาที่เกิดขึ้นอย่างชัดเจนก่อน
3. การเสนอทางเลือกในการแก้ปัญหาหลายๆทาง เป็นการเสนอทางเลือกต่างๆ ให้มากที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ เพื่อจะได้มีทางเลือกที่เป็นการตอบสนองซึ่งมีประสิทธิภาพมากที่สุดต่อการแก้ปัญหาอยู่ในทางเลือกเหล่านี้ เป็นการเน้นไปที่การระดมความคิด
4. การตัดสินใจเลือกทางเลือก มีวัตถุประสงค์เพื่อเป็นการประเมินทางเลือกที่เสนอไว้ในขั้นตอนการเสนอทางเลือกในการแก้ปัญหาหลายๆทาง ว่าทางเลือกใดสามารถจะนำมาปฏิบัติได้และเลือกทางเลือกที่ดีที่สุดสำหรับการแก้ปัญหา โดยทางเลือกที่ดีที่สุดนี้พิจารณาจากการคาดหวังว่าน่าจะเป็นทางเลือกที่มีประสิทธิภาพมากที่สุด ซึ่งจะช่วยนำไปสู่เป้าหมายของการแก้ปัญหาให้สัมฤทธิ์ผลได้ โดยที่ส่งผลทางบวกมากที่สุด ในขณะที่ได้รับผลทางลบน้อยที่สุด
5. การตรวจสอบทางเลือก มีวัตถุประสงค์เพื่อประเมินผลลัพธ์ที่ได้จากทางเลือกและตรวจสอบความมีประสิทธิภาพ หรือประโยชน์ของทางเลือกที่ได้เลือกไว้ในขั้นตอนการตัดสินใจเลือกทางเลือกเมื่อมีการนำมาใช้ในสถานการณ์ปัญหาจริง

รูปแบบทางทฤษฎีที่ตรงกับกระบวนการแก้ปัญหาในขั้นนี้มาจากงานของ Galanter และ Pribram (1960 cited in Goldfried & Goldfried, 1980) ที่เรียกว่า รูปแบบ “Test-Operate-Test-Exit” (TOTE) ซึ่งระบุว่า การกระทำของแต่ละบุคคล (ทั้งภายนอกและภายใน) นั้นจะถูกกำหนดโดยผลของการกระทำว่าบรรลุถึงเป้าที่ตั้งไว้หรือยัง ดังนี้ บุคคลยืนย่นในมาตรฐานที่ต้องการ (“Test”) และกระทำในสิ่งที่คิดไว้ (“Operate”) จากนั้นก็ดูว่าผลของการกระทำนั้นตรงตามมาตรฐานที่ตั้งไว้หรือไม่ (“Test”) ถ้าตรงตามมาตรฐานที่ตั้งไว้ก็ถือว่าจบกระบวนการ แต่ถ้ายังไม่ตรงตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ก็จะกลับไปสู่ขั้นการกระทำ (“Operate”) อีกครั้ง



ภาพที่ 1 กระบวนการแก้ปัญหา

ที่มา: Goldfried & Davidson (1976, p.192 cited in Goldfried & Goldfried, 1980)

Guildford (1971 อ้างถึงใน ชวลา เวชยันต์, 2544) กล่าวว่า กระบวนการแก้ปัญหามี 5 ขั้นตอนดังนี้

1. ขั้นเตรียมการ หมายถึง ขั้นตอนในการตั้งปัญหาหรือค้นหาว่าปัญหานั้นคืออะไร
2. ขั้นวิเคราะห์ปัญหา หมายถึง การพิจารณาหาสาเหตุที่สำคัญของปัญหา หรือสิ่งใดไม่ใช่สาเหตุของปัญหา
3. ขั้นเสนอแนวทางแก้ปัญหา หมายถึง การหาวิธีการแก้ปัญหาให้ตรงสาเหตุ โดยหาวิธีการที่เหมาะสมกับสาเหตุของปัญหานั้นมาแก้ไข
4. ขั้นตรวจสอบผล หมายถึง ขั้นเสนอเกณฑ์เพื่อตรวจสอบผลลัพธ์ที่ได้จากการเสนอแนวทางในการแก้ปัญหา โดยพิจารณาผลลัพธ์ว่าตรงกับสิ่งที่ต้องการหรือไม่ ถ้าไม่ ต้องหาวิธีอื่นๆ จนกว่าจะประสบความสำเร็จ

5. ชี้แนะไปประยุกต์ หมายถึง การนำวิธีการแก้ปัญหาที่ใช้ได้ผลไปใช้กับปัญหาที่คล้ายกันในโอกาสต่อไป

Sprankle (1995) กล่าวว่า คนเราจะต้องตัดสินใจเพื่อที่จะแก้ปัญหาต่างๆที่เข้ามาในชีวิตอยู่ทุกวัน และถึงแม้ว่าปัญหาที่เราเจออาจไม่ได้สำคัญมากนัก แต่ถ้าเราตัดสินใจผิดพลาดก็จะเป็นการเสียเวลาและทรัพยากรไปโดยใช่เหตุ ดังนั้น Sprankle จึงเสนอขั้นตอนการแก้ปัญหา 6 ขั้นตอน ดังนี้

1. ระบุปัญหา เป็นกระบวนการแรกของการแก้ปัญหา โดยระบุถึงปัญหาที่เกิดขึ้นก่อนว่าคืออะไร มิเช่นนั้นเราก็จะไม่สามารถแก้ไขปัญหานั้นได้

2. ทำความเข้าใจกับปัญหา เป็นการทำทำความเข้าใจถึงสิ่งต่างๆที่เกี่ยวข้องกับปัญหา ซึ่งรวมถึงการเข้าใจความรู้พื้นฐานของบุคคลหรือวิธีการที่ใช้ในการแก้ปัญหา เพื่อที่จะสามารถเลือกใช้วิธีการที่เหมาะสมกับบุคคลได้ เช่น ถ้ามีคนมาถามทางไปร้านอาหาร และคนๆนั้นไม่ใช่คนในท้องถิ่นบริเวณนั้น เราก็จะต้องเลือกคำอธิบายที่ละเอียดขึ้น เพื่อให้เกิดความเข้าใจ

3. ระบุทางเลือกเพื่อแก้ปัญหา ควรมีทางเลือกในการแก้ปัญหามากมายทาง ซึ่งทางเลือกต่างๆอาจได้มาจากการถามบุคคลอื่นๆ

4. เลือกวิธีที่ดีที่สุดจากทางเลือกที่มีอยู่ไปใช้ ในขั้นตอนนี้จะต้องระบุและประเมินถึงข้อดีและข้อเสียของทางเลือกแต่ละทางเลือก ก่อนที่จะเลือกทางเลือก

5. กำหนดวิธีการที่จะนำทางเลือกไปแก้ปัญหา วิธีการที่จะนำมาใช้นี้จะต้องอยู่ภายใต้เงื่อนไขของขั้นที่สอง

6. ประเมินผล เป็นการตรวจสอบว่าผลจากการแก้ปัญหานั้นเป็นที่น่าพอใจหรือไม่ และบรรลุตามสิ่งที่ต้องการหรือไม่

2.5 มิติในการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา

Heppner และ Petersen (1982) พัฒนาแบบวัดการแก้ปัญหา (PSI) ขึ้นเพื่อประเมินความสามารถของบุคคลในการแก้ปัญหา โดยในตอนแรกมุ่งจะประเมินกระบวนการในการแก้ปัญหา 5 ขั้น แต่ผลของการวิเคราะห์องค์ประกอบที่ได้ไม่สนับสนุนขั้นตอนทั้ง 5 ขั้นที่มีอยู่ แต่ข้อความในแต่ละขั้นของการแก้ปัญหานั้นได้ถูกจัดเรียงใหม่ใน 3 ด้าน ดังนี้

1. ความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหา (Problem Solving Confidence, PSC) เป็นความเชื่อมั่นในตนเอง ความเชื่อ และความไว้วางใจในความสามารถของตนเองที่จะเผชิญกับปัญหาต่างๆได้อย่างดี

2. รูปแบบการเข้าจัดการปัญหา-หลีกเลี่ยงปัญหา (Approach-Avoidance Style, AAS) เป็นแนวโน้มโดยทั่วไปที่จะเข้าจัดการหรือหลีกเลี่ยงกิจกรรมต่างๆที่เกี่ยวข้องกับการแก้ปัญหา

3. การควบคุมตนเอง (Personal Control, PC) เป็นความเชื่อว่าบุคคลหนึ่งจะสามารถควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมของตนเองได้ในขณะที่ดำเนินการแก้ปัญหา

Heppner และ Petersen (1982) พบว่าองค์ประกอบทั้ง 3 ด้านนี้ประกอบอยู่ในกระบวนการแก้ปัญหาในทุกๆขั้น

ในการวิจัยครั้งนี้จะศึกษาและวัดการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหาตามแนวของ Heppner และ Petersen (1982)

3. แนวคิด และทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับกลวิธีการเผชิญปัญหา

3.1 ความหมายของการเผชิญปัญหา

การเผชิญปัญหา เป็นความพยายามทางปัญญาและพฤติกรรมที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างไม่หยุดยั้ง เพื่อจัดการกับปัญหาและความต้องการทั้งจากภายในและภายนอกตัวบุคคล โดยที่บุคคลประเมินว่าเป็นการคุกคาม หรือเกินกว่าความสามารถที่ตนจะรับได้ (Lazarus & Folkman, 1984) และผลที่ตามมาอาจจะเป็นไปได้ทั้งทางบวกและทางลบ

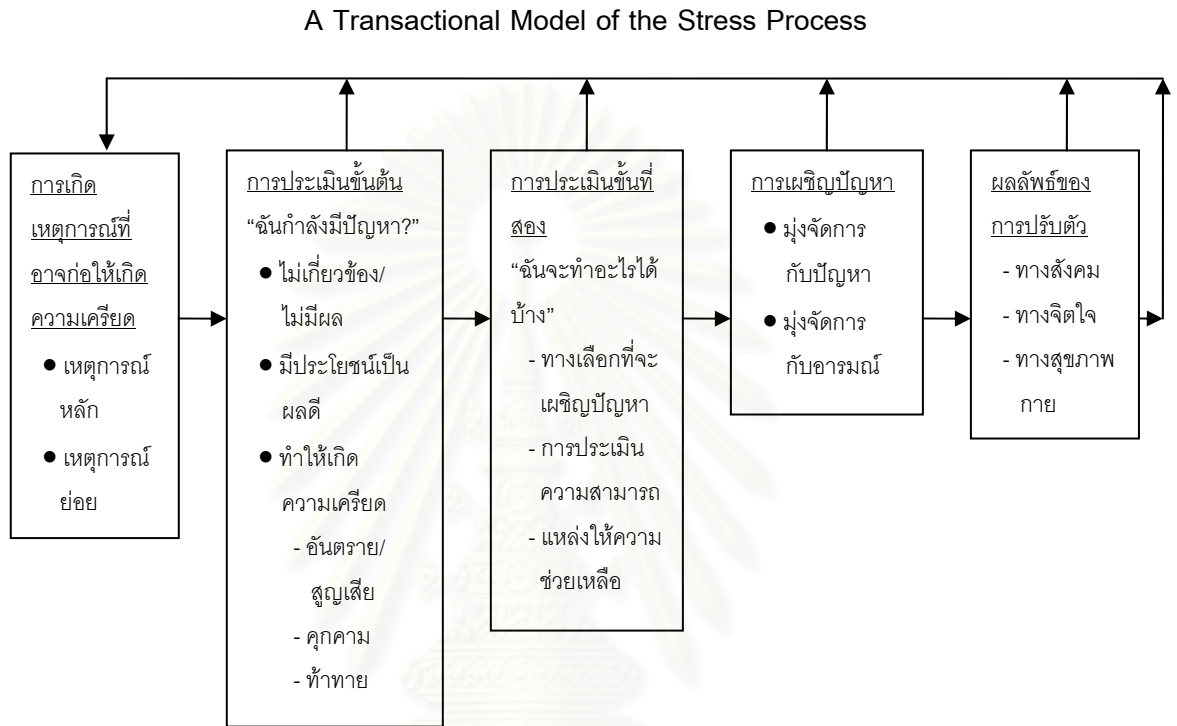
3.2 รูปแบบของกระบวนการของความเครียดและการเผชิญปัญหา

Lazarus และ Folkman (1984) ได้อธิบายความเครียดในแง่ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและสิ่งแวดล้อม ในกระบวนการของความเครียด (A Transactional Model of the Stress Process) ซึ่งมีองค์ประกอบหลัก 5 ประการ คือ 1. การเกิดเหตุการณ์ที่อาจก่อให้เกิดความเครียด 2. การประเมินขั้นต้น 3. การประเมินขั้นที่สอง 4. การเผชิญปัญหา และ 5. ผลลัพธ์ของการปรับตัวที่เกิดขึ้น

1. การเกิดเหตุการณ์ที่อาจก่อให้เกิดความเครียด (Occurrence of a Potentially Stressful Event)

ความเครียดเป็นผลของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อม รวมถึงเหตุการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้นกับบุคคลนั้นด้วย ซึ่งถือเป็นสิ่งเร้าที่มากกระตุ้นให้เกิดความเครียด ความไม่มั่นใจ หรือมีผลขัดขวางการดำเนินชีวิตตามปกติ หรืออาจเป็นเหตุการณ์ที่เป็นการเปลี่ยนแปลงที่ยิ่งใหญ่ในชีวิต เช่น การสูญเสียญาติพี่น้อง การหย่าร้าง การล้มละลาย การตกงาน หรือเป็นเหตุการณ์ย่อยที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน เช่น ความกังวลเกี่ยวกับรูปร่างหน้าตา น้ำหนัก ส่วนสูง การทำงานมากเกินไป ปัญหาจราจร หรือเป็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นต่อเนื่องในชีวิต เช่น อาการป่วยเรื้อรัง หรือแม้แต่เหตุการณ์สืบสวน รุนแรง หรือความสูญเสียที่แม้จะไม่เกิดขึ้นกับบุคคลโดยตรง เช่น ข่าววาทภัย ซึ่งจะมีความเครียดมากน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับประเมินเหตุการณ์และการประเมินความสามารถของบุคคล

Slavin และคณะ (1991 อ้างถึงใน สุภาพรพรณ โคตรจรัส, 2539) ศึกษาทฤษฎีความเครียดของ Lazarus (Lazarus & Folkman, 1984) และสรุปเป็นแผนภาพรูปแบบกระบวนการของความเครียด ดังนี้



ภาพที่ 2 รูปแบบกระบวนการของความเครียดตามทฤษฎีความเครียดของ Lazarus (Slavin et al., 1991: หน้า 157-158 อ้างถึงใน สุภาพรพรณ โคตรจรัส, 2539)

2. การประเมินขั้นต้น (Primary Appraisal)

เป็นการประเมินเหตุการณ์ที่ประสบ โดยบุคคลใช้สติปัญญา ความรู้ และประสบการณ์เพื่อที่จะตัดสินว่าเหตุการณ์นั้นมีผลคุกคามต่อตนเองหรือไม่ ซึ่งบุคคลจะประเมินเหตุการณ์ออกมาใน 3 ลักษณะ ดังนี้

1. ไม่มีความเกี่ยวข้องกับตนเอง (Irrelevant) คือ เมื่อเผชิญกับสภาวะแวดล้อมแล้วบุคคลประเมินว่าสถานการณ์นั้นไม่ได้เกี่ยวข้องกับสวัสดิภาพของตน
2. มีผลดีกับตนเอง (Being-positive) คือ เมื่อเผชิญกับสถานการณ์แล้วบุคคลประเมินว่าเกิดผลดีในทางบวก เพิ่มความสุขมากขึ้น บุคคลจะแสดงการตอบสนองต่อสถานการณ์ด้วยความเพลิดเพลิน มีความสุข มีความรัก และความร่าเริง
3. เต็มไปด้วยความเครียด (Stressful) คือ เมื่อเผชิญกับสถานการณ์บุคคลประเมินว่าเป็นสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด มี 3 ลักษณะคือ

1. เป็นอันตรายหรือสูญเสีย (Harm/Loss) เป็นการประเมินผลของเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นด้านลบ หลังจากเหตุการณ์ที่ผ่านไปแล้ว ผลของเหตุการณ์ก่อให้เกิดความรู้สึกสูญเสีย หรือเป็นอันตรายต่อบุคคลทั้งด้านสัมพันธภาพ สุขภาพหรือควมามีคุณค่าในตนเอง

2. การคุกคาม (Threat) เป็นการประเมินเหตุการณ์โดยบุคคลคาดคะเนว่าเหตุการณ์นั้นจะทำให้เกิดอันตราย หรือเป็นการสูญเสีย เป็นการคาดคะเนผลของเหตุการณ์ในทางลบ ทำให้เกิดความกลัว วิตกกังวล และโกรธ

3. การท้าทาย (Challenge) เป็นการประเมินเหตุการณ์ของบุคคลต่อเหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้น โดยการคาดคะเนผลของเหตุการณ์ว่าตนจะได้รับประโยชน์หรือเป็นผลดีกับตน ซึ่งเป็นการคาดคะเนของเหตุการณ์ในทางบวก ทำให้มีขวัญและกำลังใจขึ้น

3. การประเมินขั้นที่สอง (Secondary Appraisal)

ในขั้นนี้บุคคลจะต้องใช้สติปัญญา ความเฉลียวฉลาด และใช้ความพยายามอย่างเต็มที่ที่จะแก้ไขปัญหา เป็นการประเมินความสามารถของบุคคลต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นว่าจะแก้ไขอย่างไร และประเมินแหล่งช่วยเหลือที่จะได้รับว่าจะสามารถจัดการกับสิ่งที่เกิดขึ้นได้หรือไม่อย่างไร ซึ่งแหล่งช่วยเหลือมีทั้งแหล่งช่วยเหลือทางกายภาพ เช่น ภาวะสุขภาพของบุคคล และความอดทน แหล่งช่วยเหลือทางสังคม เช่น ระบบสังคมของบุคคล การช่วยเหลือทางสังคมที่จะให้ข้อมูลและการช่วยเหลือด้านอารมณ์ แหล่งช่วยเหลือทางด้านจิตใจ เช่น ความเชื่อ ทักษะในการแก้ปัญหา การเห็นคุณค่าในตนเอง แหล่งช่วยเหลือทางวัตถุ เช่น เงิน และอุปกรณ์ต่างๆ เมื่อบุคคลประเมินความสามารถที่ตนมีอยู่ และประเมินแหล่งช่วยเหลือที่มี แล้วจะนำมาพิจารณาร่วมกัน และเลือกทางออกด้วยตนเองในทางที่จะส่งเสริมให้บุคคลได้พบหนทางในการแก้ปัญหา

ดังนั้น เมื่อมีเหตุการณ์เกิดขึ้นการประเมินทางปัญญาขั้นต้นรับรู้ว่าเป็นอันตรายหรือคุกคาม ในการประเมินทางปัญญาขั้นที่สอง หากบุคคลประเมินว่าสามารถจัดการกับสถานการณ์นั้นได้ด้วยตนเอง และยังมีแหล่งช่วยเหลืออื่นๆ ที่สามารถช่วยได้ การประเมินขั้นนี้จึงเป็นการประเมินว่าเหตุการณ์นั้นมีลักษณะท้าทาย ความเครียดจะไม่เกิดขึ้น แต่หากบุคคลประเมินว่าตนไม่มีความสามารถที่จะแก้ไขปัญหาได้แล้ว และยังขาดการช่วยเหลือจากแหล่งและมองไม่เห็นแนวทางในการแก้ไขอื่นๆ ความเครียดก็จะเกิดขึ้น

4. การเผชิญปัญหา (Coping Efforts)

การเผชิญปัญหานั้น บุคคลจะแสดงออกมาสัมพันธ์กับความรูสึกนึกคิด จิตใจ อารมณ์ของบุคคลขณะนั้น ด้วยการลงมือจัดการกับปัญหาหรือความเครียดที่มี โดยพยายามที่จะควบคุม ลด หรือทนต่อความต้องการทั้งภายในและภายนอกที่เกิดจากเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดและวิธีจัดการกับความเครียด แบ่งโดยทั่วไปได้ 2 แบบ (Lazarus & Folkman, 1984) คือ

1. การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา (Problem-focused Coping) เป็นความพยายามในการทำความเข้าใจปัญหา พิจารณาว่า ปัญหาคืออะไร สาเหตุอยู่ที่ไหน และหาทางออกที่เป็นไปได้ กลวิธีที่ใช้อาจมุ่งแก้ไขปรับเปลี่ยนที่สถานการณ์ หรือพฤติกรรมของผู้อื่น หรือมุ่งแก้ที่ตนเอง เช่น พิจารณาบทบทวน ปรับเปลี่ยนทัศนคติและความต้องการของตนใหม่ พัฒนาทักษะที่ใช้ในการเผชิญปัญหา เป็นต้น เป็นการวางแผน วางขั้นตอนในการดำเนินการมุ่งมั่นในการแก้ปัญหา และลงมือดำเนินการแก้ไขปัญหานั้นโดยตรง

2. การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ (Emotion-focused Coping) เป็นความพยายามที่จะจัดการกับอารมณ์ทางลบทั้งหลายที่เกิดขึ้น เช่น ความกลัว ความโกรธ ความเศร้า ความสงสัยไม่แน่ใจ คับข้องใจ ความวิตกกังวล ความไม่สบายใจต่างๆ กลวิธีที่ใช้ อาจเป็นการระบายออกทางอารมณ์ การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อได้รับกำลังใจ การมองปัญหาในแง่มุมใหม่ในทางบวก การทำสมาธิ การออกกำลังกาย เป็นต้น

โดยทั่วไป บุคคลจะเลือกใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาในกรณี que เห็นว่าตนสามารถจัดการกับปัญหาได้ และมักจะใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ เมื่อเห็นว่าปัญหานั้นเกินกว่าจะแก้ไขได้ การเผชิญปัญหาที่จะให้ผลอย่างดีที่สุด คือ การใช้กลวิธีทั้ง 2 แบบดังกล่าว ให้ช่วยเสริมซึ่งกันและกัน นำไปสู่การจัดการกับปัญหาได้อย่างราบรื่นและมีประสิทธิภาพ

5. ผลลัพธ์ของการปรับตัว (Adaptation Outcomes)

Lazarus and Folkman (1984) จำแนกผลการปรับตัวต่อความเครียดซึ่งเป็นผลที่เกิดจากการเผชิญความเครียด อาจเป็นผลระยะสั้นหรือระยะยาว โดยแบ่งไว้ 3 กลุ่ม คือ

1. ผลทางด้านสังคม (Social functioning) เป็นผลการปรับตัวต่อความเครียดที่บุคคลตอบสนองบทบาทต่างๆของตนในสังคม ในฐานะพ่อแม่ นายจ้างหรือบุคคลในสังคมและการที่บุคคลมีสัมพันธภาพที่น่าพึงพอใจกับบุคคลอื่น สามารถเผชิญกับเหตุการณ์ประจำวันต่างๆได้อย่างมีประสิทธิภาพ แสดงว่าผลการปรับตัวทางสังคมของบุคคลนั้นมีประสิทธิภาพ

2. ผลทางด้านจิตใจ (Morale) มีผลจากการรับรู้ของตนเองต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน รู้สึกเกี่ยวกับตนเองและสภาพชีวิตของตนเองอย่างไร เช่น พึงพอใจ หรือไม่พึงพอใจ มีความสุข ไม่มีความสุข มีความคาดหวัง หรือหวาดกลัว เป็นต้น

3. ผลต่อสุขภาพร่างกาย (Somatic illness) มีผลในความสามารถตอบสนองของความต้องการของสุขภาพร่างกายหรือทำให้สุขภาพทรุดโทรม

จากแผนภาพกระบวนการความเครียดทั้ง 5 ขั้นตอนนี้ ไม่จำเป็นจะต้องเกิดขึ้นตามลำดับ ผลที่เกิดขึ้นในกระบวนการแต่ละขั้นสามารถย้อนกลับไปสู่การประเมินขั้นต้นได้อีก หรือเมื่อเราใช้วิธีการเผชิญปัญหาไปแล้วแต่ไม่ประสบผลสำเร็จ จะต้องมีการย้อนกลับมาประเมินเหตุการณ์นั้นอีกครั้ง เพื่อหาวิธีการเผชิญปัญหาใหม่ที่ดีขึ้น เพื่อลดความเครียด ทำให้ผลของการปรับตัวมีประสิทธิภาพ การประเมินที่ย้อนกลับไปกลับมานี้เป็นวงจรที่เกิดขึ้นซ้ำแล้วซ้ำอีกในกระบวนการของความเครียด

3.3 วิธีการเผชิญปัญหา

3.3.1 วิธีการเผชิญปัญหาของ Carver, Scheier and Weintraub

ในปี ค.ศ.1989 Carver, Scheier และ Weintraub (อ้างถึงใน สุภาพรพรณ โคตรจรัส, 2539) ได้ศึกษาและรวบรวมวิธีการเผชิญปัญหาโดยใช้ทฤษฎีความเครียดของ Lazarus (1978) และรูปแบบของการกำกับตนเอง (self-regulation) เป็นพื้นฐานในการพัฒนาแบบวัดการเผชิญปัญหา และได้เสนอวิธีการเผชิญปัญหา 14 วิธี ดังนี้

1. การลงมือกระทำการเผชิญปัญหา (Active Coping) เป็นกระบวนการในการลงมือแก้ปัญหาเพื่อขจัดสิ่งที่ก่อให้เกิดความเครียด รวมถึงการลงมือแก้ปัญหาโดยตรง การใช้ความพยายามมากขึ้นในการแก้ปัญหา การดำเนินการและวางแผนสู่การปฏิบัติ

2. การวางแผน (Planning) เป็นการคิดหาวิธีการในการเผชิญกับสิ่งที่ทำให้เกิดความเครียด รวมถึงการหาวิธีการเผชิญปัญหา การคิดเกี่ยวกับขั้นตอนในการกระทำและวางแผน และหาทางที่จะจัดการกับปัญหาให้ได้เป็นอย่างดีที่สุด

3. การระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง (Suppression of Competing Activities) เป็นการระงับความสนใจอื่นที่เข้ามาเกี่ยวข้อง ทำให้เราสนใจที่จะเผชิญปัญหาอย่างเต็มที่

4. การชะลอการเผชิญปัญหา (Restraint Coping) เป็นการรอโอกาสที่เหมาะสมจึงจะลงมือทำ ต้องทำให้แน่ใจว่า จะไม่ทำให้เหตุการณ์เลวร้ายยิ่งขึ้นถ้าด่วนลงมือทำเสียก่อน

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

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

7. การตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโต (Positive Reinterpretation and Growth) เป็นการจัดการความกดดันทางอารมณ์มากกว่าเป็นการเผชิญกับสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียด หรือจัดการปรับเปลี่ยนสถานการณ์ โดยการมองสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียดในทางที่ดี หรือการเติบโตในแง่มุมมองใหม่ในทาบวก จะนำบุคคลให้มุ่งสู่การลงมือแก้ปัญหาโดยตรง และเรียนรู้จากประสบการณ์ที่ได้รับนั้น

8. การยอมรับ (Acceptance) เป็นการยอมรับความจริงตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้น ซึ่งการยอมรับความจริงที่เกิดขึ้นเป็นสิ่งที่ดีกว่าการบอกให้ทราบว่าคุณคนนั้นพร้อมที่จะเผชิญกับสถานการณ์นั้นๆ

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

10. การปฏิเสธ (Denial) เป็นการปฏิเสธต่อสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียด ปฏิเสธความเป็นจริงที่เกิดขึ้น และไม่สนใจต่อเหตุการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียด

11. การระบายออกทางอารมณ์ (Focus on Venting of Emotions) เป็นการให้ความสนใจต่ออารมณ์ความรู้สึกที่มี และระบายความรู้สึกเหล่านั้น

12. การไม่แสดงออกทางอารมณ์ (Behavioral Disengagement) เป็นการลดความพยายามในการเผชิญกับปัญหาหรือสิ่งทำให้เกิดความเครียด เป็นพฤติกรรมที่แสดงถึงการช่วยตนเองไม่ได้

13. การไม่เกี่ยวข้องทางความคิด (Mental Disengagement) เป็นการลดความกดดันทางอารมณ์ โดยการไม่คิดถึงวิธีการเผชิญกับปัญหา ไม่คิดถึงเป้าหมายที่มีอุปสรรคขัดขวางหรือเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด โดยใช้กิจกรรมอื่นเพื่อที่จะไม่คิดถึงปัญหา รวมถึงการฝันกลางวัน การนอน การดูโทรทัศน์

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

3.3.2 วิธีการเผชิญปัญหาของ Frydenberg and Lewis

Frydenberg and Lewis (1993 อ้างถึงใน วิธนา มิ่งเมือง, 2540) ได้ศึกษารวบรวมวิธีการเผชิญปัญหาของวัยรุ่น โดยยึดทฤษฎีของ Lazarus และคณะ (Lazarus, Averil & Opton, 1974; Lazarus & Launier, 1978, อ้างถึงใน วิธนา มิ่งเมือง, 2540) ร่วมกับลักษณะพัฒนาการของวัยรุ่นตามทฤษฎีของ Erikson (1963, 1985 cited in Frydenberg, 1977 อ้างถึงใน วิธนา มิ่งเมือง, 2540) และงานวิจัยที่เกี่ยวกับปัญหาของวัยรุ่นของ Hauser & Bowlds (1990 cited in Frydenberg, 1977 อ้างถึงใน วิธนา มิ่งเมือง, 2540) และของ Collins (1991 cited in Frydenberg, 1977 อ้างถึงใน วิธนา มิ่งเมือง, 2540) เป็นพื้นฐานในการพัฒนาแบบวัดการเผชิญปัญหา โดยเสนอรูปแบบการเผชิญปัญหาของวัยรุ่นทั้งหมด 18 วิธี ได้แก่

1. การแสวงหาความเพลิดเพลินเพื่อการผ่อนคลาย (Seek Relaxing Diversion) เป็นการแสวงหาวิธีการต่างๆที่กระทำแล้วทำให้บุคคลรู้สึกเพลิดเพลิน หรือบุคคลรู้สึกผ่อนคลายจากปัญหา หรือความเครียดได้ โดยเป็นวิธีที่ไม่เป็นโทษต่อร่างกาย และไม่เกี่ยวกับการกีฬา เช่น การฟังเพลง การเล่นเกมคอมพิวเตอร์ หรือการพักผ่อน เป็นต้น

2. การทำงานและสัมฤทธิ์ผล (Work & Achieve) เป็นวิธีการจัดการปัญหาโดยแสดงให้เห็นถึงความพยายาม ความมานะบากบั่นในการทำงาน เพื่อให้ประสบความสำเร็จ หรือเกิดสัมฤทธิ์ผลในงาน เช่น การขยันทำงานมากขึ้น การติดตามงานที่ต้องการจะทำ เป็นต้น

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

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

5. การคบหาเพื่อนสนิท (Investing in Close Friend) เป็นการกระทำเพื่อสร้างสายสัมพันธ์ที่ดี หรือสร้างความใกล้ชิดสนิทสนมกับเพื่อนชายหรือหญิง เช่น การใช้เวลากับเพื่อน การนัดพบปะเพื่อนฝูง เป็นต้น

6. การมุ่งเน้นในด้านบวก (Focus on Positive) เป็นการมองสถานการณ์ หรือปัญหานั้นไปในทางที่ดี ซึ่งเป็นการแสดงให้เห็นถึงทัศนคติที่เป็นมุมมองทางบวกต่อชีวิต และสถานการณ์ต่างๆ ได้แก่ การมองหาส่วนดีของเหตุการณ์หรือปัญหาที่เกิดขึ้น การพยายามทำให้ชีวิตสดใส ร่าเริง เป็นต้น

7. การแสวงหาการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม (Seek to Belong) เป็นการแสวงหาวิธีการต่างๆ ที่กระทำแล้วทำให้ตนเองได้รับการยอมรับ หรือเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม เช่น การพยายามทำให้อุบัติการณ์ที่มีความสำคัญต่อตนเองประทับใจตนเอง การพยายามทำตัวให้เข้ากับเพื่อนๆ เป็นต้น

8. การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม (Seeking Social Support) เป็นวิธีการเผชิญปัญหาโดยมุ่งเน้นจัดการกับปัญหา แต่วิธีการจัดการนั้นอาศัยความช่วยเหลือหรือสนับสนุนจากผู้ที่อยู่รอบข้าง เช่น การขอความช่วยเหลือจากพ่อแม่ ครู หรือเพื่อน ขอคำแนะนำจากผู้อื่นมาแก้ปัญหาของตน เป็นต้น

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

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

11. การรวมกลุ่มจัดการกับปัญหา (Social Action) เป็นวิธีการจัดการกับปัญหา โดยใช้การรวมกลุ่ม หรือหาพวกมาร่วมกันจัดการกับปัญหาแทนการจัดการกับปัญหาด้วยตัวเองเพียงลำพัง

12. การคิดเพื่อเติมเต็มความปรารถนา (Wishful Thinking) เป็นการจัดการกับปัญหาโดยใช้การคิด หวัง หรือปรารถนาที่จะให้ปัญหาหรือความทุกข์คลี่คลายลง เช่น การปรารถนาจะให้สิ่งปฏิกิริยาอย่างใดอย่างหนึ่งเกิดขึ้น หรือการคิดจินตนาการว่าทุกสิ่ง จะกลับจากร้าย กลายเป็นดี เป็นต้น

13. การเก็บปัญหาไว้คนเดียว (Keep to Self) เป็นการเก็บเอาความคิด ความรู้สึก ที่เป็นทุกข์ หรือความกดดันต่างๆไว้กับตนเอง และหลีกเลี่ยงจะพบปะผู้อื่น

14. การตำหนิตนเอง (Self Blame) เป็นการโทษตนเอง การตำหนิตนเองว่าเป็นตัวการที่ทำให้ความยุ่งยากหรือปัญหาต่างๆเกิดขึ้น มักจะเกิดขึ้นเมื่อบุคคลไม่สามารถจะจัดการกับปัญหาได้ หรือมองไม่เห็นทางออกของปัญหา

15. การมีความกังวล (Worry) เป็นการลดความคับข้องใจ หรือความกดดันทางอารมณ์ด้วยการคิดเกี่ยวกับปัญหามากขึ้น แต่ไม่สามารถช่วยให้ความทุกข์ลดลงได้ เนื่องจากความคิ
นั้นมักเป็นความคิดในทางลบ

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

17. การไม่เผชิญกับปัญหา (Not Coping) เป็นวิธีการที่แสดงให้เห็นถึงการที่บุคคลสามารถจัดการใดๆ กับปัญหาหรือความทุกข์ที่เกิดขึ้นได้ และมีแนวโน้มที่จะพัฒนาไปสู่อาการทางกายที่มีสาเหตุมาจากจิตใจ

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

กลวิธีการเผชิญปัญหาทั้ง 18 วิธีเหล่านี้ เมื่อจัดตามกรอบแนวความคิดวิธีการเผชิญปัญหาของ Lazarus และ Folkman (1984) จะได้กลวิธีดังนี้คือ

กลวิธีการเผชิญปัญหาที่จัดอยู่ในการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่ปัญหา (Problem-Focused Coping) ได้แก่ การแสวงหาความเพลิดเพลินเพื่อการผ่อนคลาย การทำงาน และสัมฤทธิ์ผล การแก้ปัญหา การผ่อนคลายทางด้านร่างกาย การคบหาเพื่อนสนิท การแสวงหาการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม การแสวงหาความช่วยเหลือจากผู้เชี่ยวชาญ การรวมกลุ่มจัดการกับปัญหา และการมีความวิตกกังวล

กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่อารมณ์ (Emotion-Focused Coping) ได้แก่ การคิดเพื่อเติมเต็มความปรารถนา การแสวงหาการสนับสนุนทางด้านจิตใจ การมุ่งเน้นในด้านบวก การไม่รับรู้ปัญหา การตำหนิตนเอง การลดความตึงเครียด การเก็บปัญหาไว้คนเดียว

จากการศึกษาของ Frydenberg และ Lewis (1993 อ้างถึงใน วิณา มิ่งเมือง, 2540) ได้จัดแบ่งกลุ่มวิธีการเผชิญปัญหาทั้ง 18 วิธีออกเป็น 3 กลุ่ม ดังนี้

กลุ่มที่ 1 เป็นการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา โดยใช้ความสามารถของตนเอง (Solving the Problem หรือ Problem-Focused) ได้แก่ การแก้ปัญหา การผ่อนคลายทางร่างกาย การทำงานและสัมฤทธิ์ผล การคบเพื่อนสนิท การแสวงหาการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม การมุ่งเน้นในด้านบวก และการแสวงหาความเปลี่ยนแปลงเพื่อการผ่อนคลาย

กลุ่มที่ 2 เป็นการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา โดยอาศัยแหล่งสนับสนุนอื่น (Reference to Others) ได้แก่ การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม การแสวงหาการสนับสนุนทางด้านจิตใจ การแสวงหาความช่วยเหลือจากผู้เชี่ยวชาญ และการรวมกลุ่มจัดการกับปัญหา

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

เมื่อพิจารณากลวิธีการเผชิญปัญหาทั้ง 18 วิธีในแง่ของประสิทธิภาพการทำงานของ การเผชิญปัญหาใน 2 ลักษณะ คือ วิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพ ได้แก่ วิธีที่แสดงให้เห็นถึงความพยายามในการจัดการกับปัญหา หรือความเครียดที่มีอยู่โดยตรงโดยใช้ความสามารถของตนเอง หรืออาศัยแหล่งสนับสนุนอื่นๆ และวิธีเผชิญปัญหาที่ไม่มีประสิทธิภาพ ได้แก่ วิธีที่แสดงให้เห็นถึงลักษณะของการไม่สามารถจัดการกับปัญหา หรือหลีกเลี่ยงปัญหา

3.4 การตรวจสอบคุณสมบัติเชิงจิตมิติของแบบวัดการเผชิญปัญหา

Cook & Heppner (1997) ได้ศึกษารวบรวมกลวิธีการเผชิญปัญหาที่ได้จากการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือจากแบบวัดการเผชิญปัญหา 3 แบบ ได้แก่ แบบวัดการเผชิญปัญหา (The COPE Inventory) ของ Carver และคณะ (1989) วัดองค์ประกอบการเผชิญปัญหา 14 ด้าน แบบวัดกลวิธีการเผชิญปัญหา (The Coping Strategies Inventory) ของ Tobin และคณะ (1989) วัดองค์ประกอบของการเผชิญปัญหา 8 ด้าน และแบบวัดการเผชิญปัญหาในสถานการณ์ที่กดดัน (The Coping Inventory for Stressful Situation) ของ Endler & Parker (1994) วัดองค์ประกอบการเผชิญปัญหา 4 ด้าน เมื่อนำแบบวัดทั้ง 3 มาตรวจสอบคุณสมบัติเชิงจิตมิติ พบว่าแบบวัดทั้ง 3 มีความสอดคล้องกันในการอธิบายคุณลักษณะโดยรวมของกลวิธีการเผชิญปัญหาที่แบ่งออกเป็น 3 แบบคือ

องค์ประกอบที่ 1 การเผชิญปัญหาโดยมุ่งจัดการกับปัญหา ประกอบด้วยกลวิธีการเผชิญปัญหาด้านต่างๆ ที่มีน้ำหนักองค์ประกอบ (factor loading) ตั้งแต่ .41 ถึง .78 โดยเรียงลำดับจากด้านที่มีน้ำหนักองค์ประกอบมากไปหาน้อยตามลำดับ คือ กลวิธีการเผชิญปัญหาด้านการวางแผน (COPE) การลงมือดำเนินการแก้ไขปัญหา (COPE) การจัดการกับปัญหา (CISS) การแก้ปัญหา (CSI) การตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโต (COPE) การปรับเปลี่ยนความคิด (CSI) การระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง (COPE) การชะลอการเผชิญปัญหา (COPE) การยอมรับ (COPE)

องค์ประกอบที่ 2 การเผชิญปัญหาโดยการแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม ประกอบด้วยกลวิธีการเผชิญปัญหาด้านต่างๆ ที่มีน้ำหนักองค์ประกอบระหว่าง .38 ถึง .84 โดยเรียงลำดับจากด้านที่มีน้ำหนักองค์ประกอบจากมากไปหาน้อยตามลำดับ คือ ด้านการแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อกำลังใจ (COPE) การสนับสนุนทางสังคม (CSI) การหาความเพลิดเพลินทางสังคม (CISS) การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อแก้ปัญหา (COPE) การถอยหนีจากสังคม (CSI) การแสดงออกทางอารมณ์ (CSI) การเบี่ยงเบนความสนใจ (CISS)

องค์ประกอบที่ 3 การเผชิญปัญหาโดยการหลีกเลี่ยงนี้ ประกอบด้วยกลวิธีการเผชิญปัญหาด้านต่างๆ ที่มีน้ำหนักองค์ประกอบระหว่าง .32 ถึง .70 เรียงจากมากไปหาน้อยตามลำดับ คือ ด้านการหลีกเลี่ยงปัญหา (CSI) การจัดการกับอารมณ์ (CISS) การคิดเพื่อเติมเต็มความปรารถนา (CSI) การตำหนิตนเอง (CSI) การปฏิเสธ (COPE) การไม่แสดงออกทางพฤติกรรม (COPE) การถอยหนีจากสังคม (CSI) การไม่เกี่ยวข้องทางความคิด (COPE) การเบี่ยงเบนความสนใจ (CISS) การใช้สุรา/สารเสพติด (COPE)

จะเห็นได้ว่ากลวิธีการเผชิญปัญหาที่หลากหลายมีโครงสร้างองค์ประกอบจัดได้เป็น 3 องค์ประกอบ ที่ประกอบด้วย กิจกรรมการเผชิญปัญหาทั้งในด้านปัญญา อารมณ์ และพฤติกรรม

3.5 การพัฒนาแบบวัดการเผชิญปัญหาของสุภาพรณ โคตรจรัส

สุภาพรณ โคตรจรัส (2539) ได้พัฒนาแบบวัดการเผชิญปัญหาฉบับสั้น ตามแนวทฤษฎีความเครียดของ Lazarus (1966; Lazarus & Folkman, 1984) และแบบวัดการเผชิญปัญหาของ Carver, Scheier & Weintraub (1989) วัดกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษา ประกอบด้วยวิธีการเผชิญปัญหา 15 ด้าน มีข้อคำถาม 30 ข้อ ซึ่งได้มีผู้นำแบบวัดดังกล่าวไปใช้กับตำรวจจราจร นักศึกษาเยาวชนผู้กระทำผิดในสถานพินิจ และผู้ถูกคุมประพฤติ (กรภวรรณ สุพรรณวรรษา, 2544) สุภาพรณ โคตรจรัส และชุมพร ยงกิตติกุล (2545) ได้นำแบบวัดการเผชิญปัญหาดังกล่าวมาปรับปรุงเพื่อนำไปศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการอบรมเลี้ยงดู และรูปแบบการเผชิญปัญหาของนักเรียนมัธยมศึกษาประกอบด้วยข้อคำถาม 40 ข้อ วัดรูปแบบการเผชิญปัญหา 3 แบบ ดังนี้

1. การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา (Problem-focused coping) แสดงถึงความพยายามลงมือแก้ปัญหาโดยจัดการโดยตรงกับปัญหา ประกอบด้วย 9 ด้าน ได้แก่ การลงมือดำเนินการแก้ปัญหา การวางแผน การทำงานหนักและความสำเร็จในงาน การระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง การชะลอการเผชิญปัญหา การตีความหมายในทางบวก การยอมรับ การหาทางผ่อนคลาย การแสวงหาการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม

2. การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม (Seeking social support) แสดงถึง ความพยายามในการจัดการกับปัญหาโดยอาศัยแหล่งทรัพยากรต่างๆ ประกอบด้วย 2 ด้าน ได้แก่ การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อแก้ปัญหา และเพื่อกำลังใจ

3. การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง (Avoidance) แสดงถึงการไม่สามารถเผชิญกับปัญหาได้ เป็นการหลีกเลี่ยงปัญหา ประกอบด้วย 7 ด้าน ได้แก่ การปฏิเสธ การไม่แสดงออกทางพฤติกรรม การไม่เกี่ยวข้องทางความคิด การเก็บความรู้สึกไว้คนเดียว การตำหนิตนเอง การเป็นกังวล และการใส่ใจในอารมณ์ที่เกิดขึ้น

3.6 ปัจจัยที่มีผลต่อวิธีการเผชิญปัญหา

บุคคลจะมีวิธีการในการเผชิญปัญหาที่แตกต่างกันออกไป จะประสบผลสำเร็จหรือไม่ก็ขึ้นอยู่กับแหล่งทรัพยากรที่สนับสนุนทั้งภายในและภายนอกของบุคคล (Lazarus and Folkman, 1984) ได้แก่

1. ภาวะสุขภาพและพลังกำลังของบุคคล (Health and energy) ภาวะสุขภาพและพลังกำลังมีผลกระทบต่อวิธีการเผชิญปัญหาของบุคคล บุคคลที่มีสุขภาพดี และมีพลังกำลังแข็งแรง ย่อมที่ความเข้มแข็งและคงทนต่อภาวะเครียดได้มากกว่าบุคคลที่เจ็บป่วยหรือไม่มีพลังกำลัง

2. ความเชื่อในทางบวก (Positive beliefs) ความเชื่อในทางบวกที่มีผลต่อวิธีการเผชิญปัญหา คือ ความเชื่อในความสามารถของตน หรือความเชื่ออำนาจภายในตน กับความเชื่ออำนาจภายนอกตน บุคคลที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนมักจะใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ส่วนบุคคลที่เชื่ออำนาจภายนอกตนมักจะใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์

3. ทักษะในการแก้ปัญหา (Problem solving) บุคคลที่สามารถแสวงหาความรู้ ข้อมูลต่างๆ ได้ดีจะเป็นทรัพยากรที่ช่วยให้บุคคลสามารถเผชิญปัญหาได้ดียิ่งขึ้น

4. ทักษะทางสังคม (Social skills) ทักษะทางสังคมเป็นการแสดงถึงความสามารถของบุคคลในการที่จะสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น บุคคลที่มีทักษะนี้ดีก็จะช่วยเอื้ออำนวยให้บุคคลสามารถจัดการกับปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้

5. การสนับสนุนทางสังคม (Social support) บุคคลที่ได้รับการสนับสนุนหรือได้รับการช่วยเหลือจากบุคคลอื่นที่เกี่ยวข้อง ก็จะช่วยทำให้บุคคลมีแหล่งทรัพยากรที่จะจัดการกับปัญหาได้มากขึ้น

6. แหล่งทรัพยากรทางวัตถุ (Material resources) บุคคลที่มีทรัพย์สิน เงินทอง หรือสิ่งของต่างๆ ก็จะสามารถใช้เป็นแหล่งทรัพยากรในการจัดการกับปัญหาได้วิธีหนึ่ง ซึ่งอาจช่วยให้บุคคลมีทางเลือกวิธีการแก้ปัญหาได้มากขึ้น

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยศึกษารูปแบบการเผชิญปัญหา 3 ด้าน โดยศึกษาพฤติกรรมการเผชิญปัญหาในด้านย่อย ดังนี้ รูปแบบการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ประกอบด้วย การลงมือดำเนินการแก้ปัญหาและการวางแผน การตีความหมายในทางบวกและการเติบโต และการหาทางผ่อนคลาย รูปแบบการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม ประกอบด้วย การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อแก้ปัญหา และเพื่อกำลังใจ รูปแบบการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง ประกอบด้วย การไม่เผชิญปัญหา และการตำหนิตนเอง

4. การประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และกลวิธีการเผชิญปัญหากับการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

จากประสบการณ์ในการให้บริการการปรึกษา Krumboltz (1965) เน้นว่า การที่ผู้มารับบริการต้องการความช่วยเหลือจากผู้เชี่ยวชาญในการแก้ปัญหาและความตึงเครียดต่างๆ ที่พวกเขาไม่สามารถแก้ไขได้ด้วยตนเองนั้น เป็นเหตุผลหลักในการดำรงอยู่ของวิชาชีพการให้บริการการปรึกษา จึงสรุปได้ว่าการปรึกษาเชิงจิตวิทยาคือการช่วยเหลือผู้มารับบริการในการเผชิญความเครียด และจัดการกับปัญหาและความยากลำบากต่างๆ (D.N. Dixon & Glover, 1984; Fretz, 1981; Krumboltz, 1965; Urban & Ford, 1971; Weitz, 1964 cited in Heppner et al., 2004; D'Zurilla & Goldfried, 1971) และได้มีการประยุกต์การแก้ปัญหาเข้าไปในกระบวนการการบำบัดต่างๆ รวมทั้งมีการฝึกการแก้ปัญหาทั้งเพื่อการป้องกันและการบำบัดรักษา (Heppner et al., 2004) ซึ่งก็พบงานวิจัยที่ชี้ให้เห็นว่าผู้ให้บริการการปรึกษาที่มีประสิทธิภาพนั้น ไม่เพียงแต่จะช่วยให้ผู้มารับบริการสามารถแก้ปัญหาของตนได้เท่านั้น แต่ยังส่งผลถึงการรับรู้ความสามารถในการแก้ปัญหาของผู้มารับบริการที่สูงขึ้นอีกด้วย (Heppner, Cooper, Mulholland, & Wei, 2001; M.J. Heppner, Lee, P.P. Heppner, McKinnon, Multon, & Gysbers, 2004) ดังนั้น การแก้ปัญหาจึงถือเป็นโครงสร้างหลักที่สำคัญสำหรับนักจิตวิทยาและผู้เชี่ยวชาญในการให้ความช่วยเหลือ เป็นการนำเอาการให้บริการการปรึกษาออกจาก การบำบัด รักษาเฉพาะผู้ป่วยที่มีความผิดปกติ มาให้บริการกับบุคคลโดยทั่วไป ปล่อยให้อยู่ในส่วนของจิตวิทยาด้านบวก และเน้นการช่วยเสริมสร้าง และพัฒนาทักษะในการแก้ปัญหาให้บุคคลทั่วไป ทำให้กระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยามีคุณค่า และมีความหมายยิ่งขึ้น

ดังที่กล่าวมา การฝึกการแก้ปัญหาและการให้บริการการปรึกษานั้น มีผลทำให้มีการเปลี่ยนแปลงในด้านบวกในการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา (Heppner & Petersen,

1982; Nezu, 1986) ซึ่ง Nezu (1986) พบว่า การฝึกการแก้ปัญหาที่มีผลในการเพิ่มระดับการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหาในทางบวก ควบคู่กับการมีอากาศที่สดชื่นที่ลดลง

ในเรื่องความเครียด และการเติบโตและพัฒนาของบุคคล สุภาพรณ โคตรจรัส (2547) สรุปไว้ว่า การเรียนรู้จากทั้งประสบการณ์ทางบวกและลบในชีวิต เพื่อให้บุคคลดำรงชีวิตอย่างมีประสิทธิภาพ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง คือ การเรียนรู้จากประสบการณ์ทางลบ ทั้งนี้เพราะ ในการดำรงชีวิตบุคคลย่อมเผชิญปัญหาต่าง ๆ นานาทั้งที่รุนแรงและไม่รุนแรง การเรียนรู้ในการใช้สภาพการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดให้เป็นประโยชน์ต่อการเจริญเติบโตของบุคคลนั้น ไม่ใช่เพียงแต่เรียนรู้ที่จะเผชิญกับความเครียดโดยทั่วไปเท่านั้น แต่ต้องเรียนรู้ที่จะเผชิญกับสภาพที่ก่อให้เกิดความเครียดรุนแรงที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง และก่อให้เกิดความสะเทือนใจอย่างมากนั้นอย่างสร้างสรรค์ด้วยการได้บทเรียนจากประสบการณ์ ช่วยให้บุคคลฉลาดขึ้น แข็งแกร่งขึ้น และมีวุฒิภาวะมากขึ้น เป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งในการดำเนินชีวิตอย่างมีประสิทธิภาพ แต่บางครั้งเมื่อประสบปัญหาที่ก่อให้เกิดความเครียดอย่างรุนแรงและมองหาลทางออกไม่ได้ การขอความช่วยเหลือจากผู้เชี่ยวชาญจะช่วยให้บุคคลสามารถประเมินสถานการณ์ได้ใหม่ สามารถมองสถานการณ์ในลักษณะที่ท้าทาย และเลือกวิธีการเผชิญความเครียดได้อย่างเหมาะสม สามารถดำรงชีวิตอย่างมีประสิทธิภาพ

สำหรับการเผชิญความเครียดนั้น ในประเทศไทยได้มีผู้นำการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวพิจารณาความเป็นจริง ตลอดจนนำแนวคิดและหลักการไปประยุกต์ใช้ทั้งในวงการศึกษาศาสนาคูมประพฤติ องค์กร และหน่วยงานด้านสาธารณสุข และพบว่า สามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคลไปในทางบวกได้อย่างมีประสิทธิภาพ (สุดฤทัย มุขยวงศา, 2533; พรประภา แก้วกล้า, 2534; จันทรเพ็ญ อินทร์ไชยา, 2537; ภัทรสุดา ฮามคำไพ, 2539; อุไรวรรณ พัฒนสัตยวงศ์, 2537; สร้อยสิรินทร์ สืบสิริ, 2539) อ้างถึงใน สุภาพรณ โคตรจรัส, 2539) โดยมีการนำการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงมาลดพฤติกรรมเสพติดและเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ถูกคุมความประพฤติที่อยู่ในระหว่างการคุมความประพฤติประจำศาลอาญา (พรประภา แก้วกล้า, 2534) ลดความเครียดในการฝึกปฏิบัติงานของนักศึกษาพยาบาล (จันทรเพ็ญ อินทร์ไชยา, 2537) และเพิ่มความสามารถในการเผชิญปัญหา โดยเพิ่มพฤติกรรมเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และมุ่งจัดการกับอารมณ์ที่สนับสนุนการแก้ปัญหา และลดพฤติกรรมเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ที่ไม่สนับสนุนการแก้ปัญหา และการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงปัญหา (ภัทรสุดา ฮามคำไพ, 2539) และนำการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงไปให้บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาทั้งแบบรายบุคคลและแบบกลุ่ม กับเด็กนักเรียนระดับมัธยมศึกษา (อุไรวรรณ พัฒนสัตยวงศ์, 2537) และกับเด็กที่อยู่ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนกลาง (สร้อยสิรินทร์ สืบสิริ, 2539)

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับบทบาททางเพศ

ฉันทิกา ทิมากร (2534) ศึกษาความแตกต่างของความสามารถในการปรับตัวกับเพื่อนของเด็กวัยรุ่นที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชายหญิง ที่ศึกษาอยู่ระดับมัธยมศึกษาปีที่ 6 จากโรงเรียนสหศึกษาในสังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ จำนวน 400 คน เป็นผู้หญิงและผู้ชาย จำนวนกลุ่มละ 200 คน ผลการวิจัยพบว่า เด็กวัยรุ่นที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน มีความสามารถในการปรับตัวกับเพื่อนแตกต่างกัน และเด็กวัยรุ่นชายที่มีบทบาททางเพศแบบมีความเป็นชายสูงลักษณะเดียว มีความสามารถในการปรับตัวได้ดีกว่าเด็กวัยรุ่นชายที่มีบทบาททางเพศแบบอื่นๆ ส่วนในวัยรุ่นหญิง พบว่า เด็กวัยรุ่นหญิงที่มีบทบาททางเพศแบบมีความเป็นหญิงและความเป็นชายสูงทั้งคู่ มีความสามารถในการปรับตัวกับเพื่อนดีที่สุด

ชวนพิศ สันติโรจน์ประไพ (2534) ศึกษาเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของวัยรุ่นที่มีบทบาทหญิงชายต่างกัน วัยรุ่นที่มีบทบาทแอนโดรจีนีเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าวัยรุ่นที่มีบทบาทความเป็นหญิงสูง และบทบาททางเพศไม่เด่นชัด แต่ไม่แตกต่างจากวัยรุ่นที่มีบทบาทความเป็นชายสูง นอกจากนี้ วัยรุ่นชายที่มีบทบาทความเป็นชายสูงเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าวัยรุ่นชายที่มีบทบาทความเป็นหญิงสูง และบทบาทไม่เด่นชัด แต่ไม่แตกต่างจากวัยรุ่นชายที่มีบทบาทแอนโดรจีนี ส่วนวัยรุ่นหญิงที่มีบทบาทความเป็นชายสูงเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าวัยรุ่นหญิงที่มีบทบาทไม่เด่นชัด แต่ไม่แตกต่างจากวัยรุ่นหญิงที่มีบทบาทแบบแอนโดรจีนี และความเป็นหญิงสูง

วรรณภา เพชรพันธ์ (2534) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเอกลักษณ์บทบาทหญิงชายของวัยรุ่น กับเอกลักษณ์บทบาทหญิงชายของพ่อแม่ตามการรับรู้ของตนเอง พบว่า เอกลักษณ์บทบาทหญิงชายของลูกวัยรุ่น มีความสัมพันธ์กับเอกลักษณ์บทบาทหญิงชายของพ่อแม่ กล่าวคือ เด็กวัยรุ่นที่พ่อแม่มีบทบาทหญิงชายแบบแอนโดรจีนีทั้งคู่ จะทำให้ลูกมีบทบาทหญิงชายตามลักษณะแอนโดรจีนีมากกว่าบทบาทหญิงชายในลักษณะอื่น

ดุลยา จิตตะยโสธร (2536) ศึกษาความแตกต่างของบทบาททางเพศ กับความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับเพื่อนสนิทของนักเรียนก่อนวัยรุ่นที่มีเพศและบทบาททางเพศที่ต่างกัน ผลการวิจัยพบว่า เด็กก่อนวัยรุ่นหญิงมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับเพื่อนสนิทเพศเดียวกันมากกว่าเด็กก่อนวัยรุ่นชาย และเด็กก่อนวัยรุ่นชายที่มีบทบาททางเพศแบบมีความเป็นหญิงและความเป็นชายสูงทั้งคู่ มีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับเพื่อนสนิทเพศเดียวกันสูงสุด รองลงมาได้แก่ ผู้ที่มีบทบาททางเพศแบบมีความเป็นหญิงสูงลักษณะ

เดียว แบบมีความเป็นชายสูงลักษณะเดียว และแบบมีความเป็นหญิงและความเป็นชายต่ำทั้งคู่ ตามลำดับ ส่วนเด็กก่อนวัยรุ่นหญิงที่มีบทบาททางเพศแบบมีความเป็นหญิงและความเป็นชายสูงทั้งคู่ มีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับเพื่อนสนิทเพศเดียวกันสูงกว่าเด็กก่อนวัยรุ่นหญิงที่มีบทบาททางเพศแบบมีความเป็นหญิงและความเป็นชายต่ำทั้งคู่ นอกจากนี้ยังพบอีกว่า เด็กก่อนวัยรุ่นชายที่มีบทบาททางเพศแบบมีความเป็นหญิงและความเป็นชายสูงทั้งคู่ มีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับเพื่อนสนิทเพศเดียวกัน แตกต่างกับเด็กก่อนวัยรุ่นหญิง

Flaherty และ Dusek (1980) ศึกษากลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษาวิทยาลัยชายและหญิงที่มีบทบาทแอนโดรจีนี และมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง และอัตมโนทัศน์ในระดับสูง ว่าจะมีความเกี่ยวข้องกับภารกิจที่มีบทบาทความเป็นชายและบทบาทความเป็นหญิงสูงทั้งคู่ หรือว่าเกี่ยวข้องแค่เพียงการมีบทบาทความเป็นชายสูงเท่านั้น โดยกลุ่มตัวอย่างจะทำแบบวัดบทบาททางเพศของ Bem และแบบวัดอัตมโนทัศน์ซึ่งประกอบด้วย 4 มิติ ผลที่ได้พบว่า คะแนนการปรับตัวของกลุ่มที่มีบทบาทแอนโดรจีนีจะสูงกว่ากลุ่มผู้ที่มีบทบาทไม่เด่นชัด คะแนนด้านความสำเร็จและความเป็นผู้นำของกลุ่มที่มีบทบาทแอนโดรจีนีและบทบาทความเป็นชายจะสูงกว่าบทบาทความเป็นหญิงและบทบาทไม่เด่นชัด คะแนนด้านความเป็นกันเองและการเข้าสังคมของกลุ่มที่มีบทบาทแอนโดรจีนีและบทบาทความเป็นหญิงจะสูงกว่าบทบาทความเป็นชายและบทบาทไม่เด่นชัด คะแนนอัตมโนทัศน์ของผู้ที่มีบทบาทความเป็นชาย และผู้ที่มีบทบาทความเป็นหญิงตกอยู่ในมิติที่เหมาะสมสำหรับทั้งคู่ ส่วนคะแนนของผู้ที่มีบทบาทแอนโดรจีนี และผู้ที่มีบทบาทไม่เด่นชัดจะตกอยู่ในระดับกึ่งกลาง ซึ่งผลที่ได้นี้ก็เป็นการสนับสนุนทฤษฎีของ Bem ในเรื่องความยืดหยุ่นของผู้ที่มีบทบาทแอนโดรจีนี

Bassof และ Glass (1982) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบทบาททางเพศ (บทบาทแอนโดรจีนี บทบาทความเป็นชาย และบทบาทความเป็นหญิง) และสุขภาพจิต (พยาธิสภาพทางจิต และการปรับตัวทางจิตใจ) โดยการวิเคราะห์ข้อมูลจากการศึกษา 26 เรื่อง พบว่า บทบาททางเพศมีความสัมพันธ์กับสุขภาพจิต โดยกลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาทความเป็นชาย และบทบาทแอนโดรจีนี จะมีระดับสุขภาพจิตสูงกว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาทความเป็นหญิง

Chung (1983 อ้างถึงใน ชวนพิศ สันติโรจน์ประไพ, 2535) ได้ศึกษาเกี่ยวกับบทบาททางเพศ และระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของนักศึกษาชาวอเมริกันและนักศึกษาชาวเกาหลี โดยใช้แบบวัดบทบาททางเพศของ Bem (Bem's Sex Role Inventory) และแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองของ Coopersmith (Coopersmith Self Esteem Inventory) กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาวิทยาลัยชาวอเมริกัน 208 คน และนักศึกษาชาวเกาหลี 297 คน พบว่ามีความแตกต่างระหว่างสองวัฒนธรรม คือ

ในนักศึกษาชาวอเมริกันที่มีบทบาทความเป็นชายจะมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูง ส่วนในนักศึกษาชาวเกาหลี บทบาทแอนโดรจีนีจะมีความสัมพันธ์กับระดับการเห็นคุณค่าในตนเองมากกว่า บทบาททางเพศแบบอื่นๆ ผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐานที่ว่า บทบาททางเพศและระดับการเห็นคุณค่าในตนเองมีความแตกต่างกันระหว่างวัฒนธรรม

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา

วาเลีย ซุซวีเชซ (2538) ได้ศึกษาผลของการฝึกการแก้ปัญหาตามแนวของเดอซูริลลา (D'Zurilla) ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียนประถมศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ประถมศึกษาปีที่ 5 และประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดเวฬุวนาราม ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ระดับชั้นละ 10 คน รวมเป็น 30 คน โดยสุ่มมาเป็นกลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม ระดับชั้นละ 5 คน งานวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลองแบบมีกลุ่มควบคุมทดสอบก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง ในระหว่างการทดลองนั้นนักเรียนกลุ่มทดลองจะได้รับการฝึกการแก้ปัญหาตามแนวของเดอซูริลลา ส่วนกลุ่มควบคุมจะไม่ได้รับการฝึกการแก้ปัญหา ผลการวิจัยพบว่า 1. นักเรียนกลุ่มทดลองมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์หลังการทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2. นักเรียนกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมมุ่งสู่ผลสัมฤทธิ์หลังการทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 3. นักเรียนกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมทางการเรียนที่เป็นปัญหาหลังการทดลองน้อยกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม

Hepner, Hibel, Neal, Weinstein และ Rabinowitz (1982) ได้ทดสอบความแตกต่างระหว่างนักศึกษาที่รับรู้ว่าเป็นผู้ที่ประสบความสำเร็จในการแก้ปัญหา และไม่ประสบความสำเร็จในการแก้ปัญหา ในตัวแปรที่เกี่ยวกับความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ในการแก้ปัญหาภายในบุคคล และระหว่างบุคคล กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาปริญญาตรีจำนวน 20 คนที่ได้คะแนนสูง และ 20 คนที่ได้คะแนนต่ำจากการทำแบบวัด Problem Solving Inventory (PSI) โดยนักศึกษาเหล่านี้ถูกถามเกี่ยวกับว่าพวกเขาแก้ปัญหาระหว่างบุคคลและภายในบุคคลอย่างไร จากการสัมภาษณ์อย่างมีโครงสร้างเป็นเวลา 1 ชั่วโมง และตอบแบบสอบถาม Mooney Problem Checklist และหลังจากจบชั่วโมงสัมภาษณ์แล้ว ผู้สัมภาษณ์ก็จะประเมินผู้ร่วมการวิจัยแต่ละคนในตัวแปรทางความคิด และพฤติกรรมหลายๆตัว และก็จะบันทึกพฤติกรรมที่สังเกตได้ รวมทั้งสถานการณ์ที่เกิดขึ้น ณ ตอนนั้นด้วย ผลที่ได้พบว่า การรับรู้ตนเองว่าเป็นผู้ที่ประสบความสำเร็จในการแก้ปัญหา กับผู้ที่ไม่ประสบความสำเร็จในการแก้ปัญหา มีความแตกต่างกันใน 1. จำนวนของปัญหาที่ระบุใน Mooney Problem Checklist

2.จำนวนการประเมินการรายงานตนเองที่เกี่ยวกับกระบวนการแก้ปัญหาส่วนบุคคล เช่น การอ้างสาเหตุ ความคาดหวัง แผนการป้องกัน ทักษะ และ พฤติกรรม และ 3.ในการประเมินโดยผู้สัมภาษณ์ในตัวแปรทางความคิด และพฤติกรรมหลายๆตัว นอกจากนี้ ผลที่ได้ยังบ่งว่าชนิดของปัญหาที่จะแก้ไขนั้นมีผลต่อกระบวนการแก้ปัญหาด้วย

Philips, Pazienza และ Ferrin (1984) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรรูปแบบการตัดสินใจ และการประเมินความสามารถของตนเองในการแก้ปัญหาในนักศึกษาปริญญาตรี จำนวน 243 คน โดยใช้การวิเคราะห์ canonical ในการตรวจสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งสองดังกล่าว ผลที่ได้จาก canonical 3 แบบ พบว่า 1.บุคคลที่ใช้การตัดสินใจแบบมีเหตุผลมีแนวโน้มที่จะเข้าจัดการ (มากกว่าหลีกเลี่ยง) สถานการณ์ที่เป็นปัญหา 2.บุคคลที่ใช้การตัดสินใจแบบพึ่งพารายงานว่าตนเข้าจัดการสถานการณ์ที่เป็นปัญหา แต่ไม่มีความเชื่อมั่นในความสามารถในการแก้ปัญหาของตน และ 3.การใช้การตัดสินใจทั้งแบบใช้เหตุผลและใช้ความรู้สึกมักประเมินว่ามีความมั่นใจมากขึ้นและควบคุมตนเองได้น้อยลง

Elliott, Godshall, Shrout, และ Witty (1990) ได้ตรวจสอบความสัมพันธ์ระหว่างการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา การรายงานนิสัยในการเรียน และผลการเรียนในนักศึกษาวิทยาลัยจำนวน 63 คน จากการวิเคราะห์การถดถอย พบว่า การประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหาเป็นตัวทำนายที่สำคัญของนิสัยในการเรียน และคะแนนเฉลี่ย แสดงให้เห็นว่า การประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหามีความสัมพันธ์กับนิสัยในการเรียนและผลการเรียนในกลุ่มนักศึกษาที่มีความเสี่ยงในการเรียน

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเผชิญปัญหา

วีณา มิ่งเมือง (2540) ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงต่อกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำจำนวน 16 คน สุ่มเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 8 คน กลุ่มทดลองได้เข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงทั้งหมด 12 ครั้ง เป็นระยะเวลา 7 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 1 ถึง 2 ครั้งรวมทั้งสิ้นประมาณ 20 ชั่วโมง โดยผู้วิจัยเป็นผู้นำกลุ่ม เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบวัดการเผชิญปัญหาของวัยรุ่น ซึ่งผู้วิจัยพัฒนาจากแบบวัดการเผชิญปัญหาของวัยรุ่น (The Adolescent Coping Scale) ของพรายเดนเบอร์กและลูอิส ผลการวิจัยพบว่า (1) หลังการทดลอง นักเรียนที่เข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม มีคะแนนการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาโดยใช้ความสามารถของตนเอง และโดยอาศัยแหล่งสนับสนุนอื่นๆ สูงกว่าก่อนเข้าร่วมกลุ่ม

และสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้ากลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (2) หลังการทดลอง นักเรียนที่เข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม มีคะแนนการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงปัญหาต่ำกว่าก่อนเข้ากลุ่ม และต่ำกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้ากลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

กรกรวรรณ สุพรรณวรรษา (2544) ได้ศึกษารูปแบบการอธิบายการมองโลกในแง่ดี กับกลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษา ผลการวิจัยพบว่า นิสิตนักศึกษา ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมาก และการใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงหนี้น้อย ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางพบว่า นิสิตนักศึกษาหญิงใช้การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่านิสิตนักศึกษาชาย และนิสิตนักศึกษาสาขาวิชามนุษยศาสตร์ใช้การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงหนี้นี้นอกจากนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ แต่ไม่แตกต่างจากนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์

เปรมพร มั่นเสมอ (2545) ศึกษาการปรับตัวในมหาวิทยาลัย และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ผลการวิจัยพบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 โดยทั่วไปใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพ โดยใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามาก ใช้การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมค่อนข้างมาก และใช้การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงหนี้น้อย ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางของการปรับตัวในมหาวิทยาลัย และกลวิธีการเผชิญปัญหา พบว่า นิสิตนักศึกษาหญิงปรับตัวด้านสังคมได้ดีกว่า และใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่าชาย นิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยเอกชนใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงหนี้นี้นอกจากนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐ และนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม มากกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ

สุภาพรรณ โคตรจรัส และ ชุมพร ยงกิตติกุล (2545) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการอบรมเลี้ยงดู และพฤติกรรมส่วนบุคคลของวัยรุ่นไทย ในด้านการปรับตัวด้านครอบครัว ความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ และการเผชิญปัญหา กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 และปีที่ 6 จำนวน 1,316 คน ที่สุ่มจากโรงเรียนระดับมัธยมศึกษาจาก 5 เขต ของประเทศไทย ผลการวิจัยในส่วนของ การเผชิญปัญหา พบว่า วัยรุ่นที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเอาใจใส่ ใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามากกว่า และใช้แบบหลีกเลี่ยงหนี้น้อยกว่าวัยรุ่นที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม แบบตามใจ และแบบทอดทิ้ง และใช้การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่า วัยรุ่นที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม และแบบทอดทิ้ง นอกจากนี้ พบว่า วัยรุ่นหญิงใช้การเผชิญปัญหา

แบบแสวงการสนับสนุนทางสังคมมากกว่าวัยรุ่นชาย วัยรุ่นในกรุงเทพมหานครใช้การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงมากกว่าวัยรุ่นในภาคใต้ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และภาคกลาง กลุ่มตัวอย่างที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระดับสูงใช้การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงน้อยกว่ากลุ่มที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระดับต่ำ

Heppner, Cook, Strozier, & Heppner (1991) ได้ตรวจสอบบทบาทของตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับอาชีพ (เอกลักษณ์ในอาชีพ และอุปสรรคในอาชีพ) และตัวแปรการเผชิญปัญหา (การประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และรูปแบบการเผชิญปัญหา) ในการทำนายอาการซึมเศร้า และการรับรู้ความเครียด การควบคุม และความก้าวหน้าในการเปลี่ยนแปลงอาชีพของชาวนาที่อยู่ในช่วงวิกฤติ ซึ่งกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นชาวนาชาย 44 คน และหญิง 35 คน ซึ่งมีอายุเฉลี่ย 39.2 และ 41.6 ปีตามลำดับ ผลการวิจัยพบว่า ชาวนาทั้งชายและหญิงมีระดับความเครียดค่อนข้างมากเหมือนกัน แต่มีทางออกในการปฏิบัติต่อความเครียดจากวิกฤติต่างกัน โดยพบว่าในกลุ่มตัวอย่างชายนั้นรับรู้ว่าตนมีความสามารถในการแก้ปัญหา และใช้การเผชิญปัญหาโดยมุ่งจัดการกับอารมณ์ ในขณะที่กลุ่มตัวอย่างหญิงที่ขาดเอกลักษณ์ในอาชีพ และรับรู้ถึงอุปสรรคต่อการเปลี่ยนแปลงในอาชีพ มีความเครียดและภาวะซึมเศร้า

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับบทบาททางเพศและการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา

Brems และ Johnson (1989) ได้ศึกษาถึงอิทธิพลของเพศและบทบาททางเพศที่มีผลต่อการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และการเลือกใช้วิธีการเผชิญปัญหา โดยศึกษาในกลุ่มนักศึกษาปริญญาตรีชายและหญิงจำนวน 138 คนที่มีอายุระหว่าง 20-40 ปี เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ Bem Sex-Role Inventory (Bem, 1974), Problem-Solving Inventory (Heppner, 1986) และ FIRO-Cope (Schutz, 1962) ผลที่ได้พบว่า นักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นชาย และนักศึกษาชายประเมินว่าตนมีความสามารถในการแก้ปัญหา มีความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหา และมีความปรารถนาที่จะเข้าจัดการกับสถานการณ์ที่เป็นปัญหา ส่วนในการเผชิญปัญหานั้นศึกษาถึงการเลือกใช้กลไกทางจิตในการป้องกันตัว พบว่า นักศึกษาชายเลือกใช้การปฏิเสธปัญหา ในขณะที่นักศึกษาหญิงเลือกใช้กลไกทางจิตในการป้องกันตัวแบบการกล่าวโทษตนเอง

McCracken และ Weitzman (1997) ตรวจสอบความสัมพันธ์ของลักษณะพฤติกรรมเอเจนซี (ลักษณะของการกระทำที่มีจุดเริ่มต้นจากตนเอง แสดงออกถึงความสามารถในการปกป้องตนเอง กล่าวแสดงออก ความเป็นอิสระและมีอำนาจ หรืออิทธิพลเหนือผู้อื่น) การประเมินความสามารถของตนใน

การแก้ปัญหา และการเลือกอาชีพ โดยวัดจากแบบวัดทัศนคติต่อการมีหลายบทบาท กลุ่มตัวอย่างคือ นักศึกษาหญิงระดับปริญญาตรี และปริญญาโท จำนวน 191 คน ผลการวิจัยในส่วนของประเมิณความสามารถของตนในการแก้ปัญหาพบว่า ผู้ที่มีลักษณะพฤติกรรมเอเจนซีประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหาในทางบวก

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเพศ บทบาททางเพศและกลวิธีการเผชิญปัญหา

ปณตพร พงษ์อนันตโยธิน (2544) ได้เปรียบเทียบพฤติกรรมการเผชิญปัญหาของผู้ใหญ่วัยทำงาน ที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ใหญ่วัยทำงาน อายุระหว่าง 25-35 ปี อยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร มีการศึกษาระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่าขึ้นไป ผลการวิจัยพบว่า ผู้ที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกันมีพฤติกรรมการเผชิญปัญหาแตกต่างกัน โดยผู้ที่มีบทบาทความเป็นชายมีพฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบการเผชิญหน้ากับปัญหาต่ำกว่าผู้ที่มีบทบาททางเพศไม่เด่นชัด ส่วนผู้ที่มีบทบาทความเป็นชายและหญิงมีพฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบการถอยห่างต่ำกว่าผู้ที่มีบทบาทความเป็นหญิง นอกจากนี้ผู้ที่มีบทบาทความเป็นชายและหญิง และบทบาทความเป็นชายมีพฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงปัญหาสูงกว่าผู้ที่มีบทบาททางเพศไม่เด่นชัด และพบว่าผู้ที่มีบทบาทความเป็นชายและหญิง บทบาทความเป็นชาย และบทบาทความเป็นหญิงมีพฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบการเผชิญหน้ากับปัญหาต่ำกว่าพฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงปัญหา

Ptacek, Smith และ Zanas (1992) ศึกษาระยะเวลาเป็นเวลา 21 วันต่อเนื่องกัน โดยให้นักศึกษาชาย หญิง 186 คน นึกถึงสถานการณ์ที่ตึงเครียดที่สุดในแต่ละวัน และบันทึกว่าตนประเมินสถานการณ์นั้นอย่างไร ระบุถึงวิธีการเผชิญปัญหาที่ใช้ พร้อมทั้งตนรับรู้ว่ามีประสิทธิภาพมากน้อยเพียงใด จากนั้น ให้ออกถึงผลที่ตามมา ผู้วิจัยวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างเพศโดยพิจารณาความถี่ในการใช้ ระดับที่ใช้ สัดส่วนที่ใช้เมื่อเทียบกับวิธีอื่น และครั้งแรกที่เลือกใช้วิธีนั้นๆ ผลที่ได้สอดคล้องกับสมมุติฐานเกี่ยวกับกระบวนการทางสังคมที่ว่า ผู้ชายใช้การมุ่งจัดการกับปัญหามากกว่าผู้หญิง และผู้หญิงใช้การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม และใช้การมุ่งจัดการกับอารมณ์มากกว่าผู้ชาย และทั้งชายและหญิงเห็นว่า การมุ่งจัดการกับปัญหาเป็นวิธีที่มีประสิทธิภาพมากกว่าการแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม ส่วนการแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมีประสิทธิภาพกว่าการมุ่งจัดการกับอารมณ์

Spangenberg และ Lategan (1993) อ้างถึงใน ปณตพร พงษ์อนันตโยธิน, 2544) ได้ศึกษาการเผชิญปัญหาในผู้ที่มีบทบาทความเป็นชายและหญิง และรูปแบบการระบุนสาเหตุ โดยใช้แบบวัดการเผชิญปัญหาของ Zeitlin (1985) คือ Zeitlin Coping Inventory แบบวัดบทบาททางเพศของ Bem

คือ Bem Sex Role Inventory และแบบสอบถามรูปแบบการระบุสาเหตุ โดยใช้กลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 301 คน ที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับอุดมศึกษา พบว่า ผู้หญิงที่มีบทบาทความเป็นชายและหญิงมีความสามารถในการเผชิญปัญหามากกว่าผู้หญิงที่มีบทบาทความเป็นหญิง บทบาทความเป็นชายและบทบาททางเพศไม่เด่นชัด นอกจากนี้ทั้งชายและหญิงที่มีบทบาทความเป็นชายและหญิงมีรูปแบบการเผชิญปัญหาแบบยืดหยุ่น (flexible) มากกว่าผู้ที่มีลักษณะบทบาททางเพศชนิดอื่นๆ

May และ Spangenberg (1997 อ้างถึงใน ปณตพร พงษ์อนันตโยธิน, 2544) ศึกษาผู้ชายที่มีบทบาทความเป็นชายและหญิงกับแนวทางการเผชิญปัญหา โดยใช้แบบวัดการเผชิญปัญหาของ Zeitlin (1985) คือ Zeitlin Coping Inventory และแบบวัดบทบาททางเพศของ Bem คือ Bem Sex Role Inventory กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ใหญ่เพศชายจำนวน 169 คน มีอายุระหว่าง 25-50 ปี กำลังศึกษาวิชาบริหารธุรกิจอยู่ที่ University of Stellenbosch Graduate School of Business ประเทศแอฟริกาใต้ พบว่า ไม่มีความแตกต่างด้านความสามารถในการเผชิญปัญหาโดยรวมในผู้ที่มีบทบาทความเป็นชายและหญิง และผู้ที่มีบทบาทความเป็นชาย โดยผู้มีบทบาททางเพศทั้งสองลักษณะข้างต้นนี้มีความสามารถในการเผชิญปัญหามากกว่าผู้ที่มีบทบาทความเป็นหญิง และบทบาททางเพศไม่เด่นชัด ส่วนการเผชิญปัญหาในสถานการณ์ต่างๆนั้น ผู้ที่มีบทบาทความเป็นชายและหญิงมีความยืดหยุ่นมากกว่าผู้ที่มีบทบาททางเพศแบบอื่นๆ นอกจากนี้ยังไม่พบความแตกต่างระหว่างผู้ที่มีบทบาทความเป็นชายและหญิง และผู้ที่มีบทบาทความเป็นชายในการเผชิญปัญหาเกี่ยวกับตนเอง

Day และ Livingstone (2003) ตรวจสอบความแตกต่างในการรับรู้ถึงความเครียด และการใช้แหล่งสนับสนุนทางสังคมของนักศึกษาชาย และหญิง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรีชาย 72 คน หญิง 114 คน โดยให้นักศึกษาประเมินความเครียดใน 5 สถานการณ์ และระบุประเภทและแหล่งสนับสนุนทางสังคมที่จะเลือกใช้ในการเผชิญกับสถานการณ์ทั้ง 5 ผลที่ได้พบว่า ผู้หญิงรับรู้ถึงสถานการณ์ความเครียดสูงกว่าผู้ชายใน 3 สถานการณ์ ผู้หญิงมักจะแสวงหาการสนับสนุนทางอารมณ์มากกว่าชาย แต่อย่างไรก็ตาม เมื่อมีการควบคุมการรับรู้ถึงสถานการณ์ความเครียด ก็ไม่พบว่าชาย และหญิงมีความแตกต่างกันในการเลือกใช้การสนับสนุนทางสังคม ทั้งแหล่งและประเภทของการสนับสนุน

Renk และ Creasey (2003) ตรวจสอบความสัมพันธ์ระหว่างเพศ บทบาททางเพศ และกลวิธีการเผชิญปัญหาในวัยรุ่นตอนปลาย 169 คน พบว่า วัยรุ่นหญิงใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์มากกว่าวัยรุ่นชาย วัยรุ่นชาย หญิงที่มีบทบาทความเป็นชายสูง ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามากกว่าวัยรุ่นชาย หญิงที่มีบทบาทความเป็นชายต่ำ ในทางตรงกันข้าม วัยรุ่นชาย

หญิงที่มีบทบาทความเป็นหญิงสูง ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์มากกว่าวัยรุ่นชาย หญิงที่มีบทบาทความเป็นหญิงต่ำ และไม่พบความแตกต่างระหว่างเพศ และบทบาททางเพศในการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหาและกลวิธีการเผชิญปัญหา

Heppner, Reeder และ Larson (1983) ได้ตรวจสอบสิ่งที่เกี่ยวข้องทางความคิดของการประเมินตนเองในการแก้ปัญหาที่แตกต่างกัน โดยตรวจสอบตัวแปรทางความคิดหลายตัวในผู้ที่รับรู้ตนเองว่าเป็นผู้ที่แก้ปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ และไม่มีประสิทธิภาพ เช่น อคติในทัศนคติ ความเชื่อที่ไร้เหตุผล และความคิดไม่สมเหตุสมผล รวมทั้งตรวจสอบตัวแปรกระบวนการทางความคิดอีกหลายตัวด้วย เช่น ความต้องการสำหรับกระบวนการทางความคิด และการเผชิญปัญหา กลุ่มตัวอย่างจำนวน 500 คน ตอบแบบทดสอบ Problem Solving Inventory ในการสอบครั้งใหญ่ในช่วงเริ่มต้นเทอมใหม่ หลังจากนั้นคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างมาจำนวน 52 คน และให้ตอบแบบวัด 5 ชุด ดังนี้ Irrational Beliefs Test, Tennessee Self-Concept Scale, Need for Cognition Scale, Thought Stopping Survey Schedule และ Ways of Coping Scale ผลการวิจัยพบว่า การประเมินตนเองในการแก้ปัญหามีผลต่อตัวแปรตามทุกตัวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งก็คือ กลุ่มตัวอย่างที่รับรู้ว่าเป็นผู้ที่แก้ปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพมีแนวโน้มที่จะเข้าร่วมกิจกรรมทางความคิดมากกว่า มีคะแนนทัศนคติสูงมากกว่า และคะแนนด้านตนเองต่ำกว่า มีความคิดไม่สมเหตุสมผล ความเชื่อที่ไร้เหตุผล และมีการกล่าวโทษน้อยกว่า ใช้การเผชิญปัญหาโดยมุ่งจัดการกับปัญหามากกว่า และมีการโทษตนเองน้อยกว่า ผู้ที่รับรู้ว่าเป็นผู้แก้ปัญหาได้อย่างไม่มีประสิทธิภาพ

Larson, Piersel, Imao และ Allen (1990) ศึกษาโดยวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณเพื่อระบุถึงตัวทำนายจากตัวแปรหลายตัวต่อการประเมินตนเองในการแก้ปัญหาในกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม เป็นนักศึกษาปริญญาตรีที่ลงทะเบียนเรียนวิชาจิตวิทยาการศึกษาเบื้องต้น จำนวนทั้งหมด 443 คน โดยตัวแปรตาม คือ การประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และตัวแปรที่คาดว่าเป็นตัวแปรต้นคือ ระดับทักษะในการแก้ปัญหา กลวิธีการเผชิญปัญหาทางบวกและทางลบ การเชื่ออำนาจภายในตนเองและภายนอกตนเอง และผลรวมของคะแนนความเข้มเศร้า ลักษณะวิตกกังวล และทัศนคติ ผลของการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ พบว่า ตัวแปรต้นดังกล่าวสามารถอธิบายความแปรปรวนในการประเมินตนเองในการแก้ปัญหาได้ 50% และ 41% ในกลุ่มตัวอย่างที่ 1 และ 2 ตามลำดับ และพบตัวทำนายที่มีนัยสำคัญ 2 ตัวคือ 1.กลวิธีการเผชิญปัญหาทางบวก ประกอบด้วย การมุ่งจัดการปัญหา และแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม 2.ทักษะในการแก้ปัญหาของบุคคลโดยรวม

จากการศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยดังกล่าวข้างต้นนี้ ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาถึงการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษาชายและหญิงที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน ด้วยข้อมูลจากการวิจัยเชิงปริมาณ รวมทั้งข้อมูลเชิงคุณภาพ โดยใช้วิธีการสัมภาษณ์แบบกึ่งมีโครงสร้างมาช่วยในการวิจัยครั้งนี้ด้วย ซึ่งข้อมูลที่ได้น่าจะใช้ในการจัดโปรแกรมการพัฒนานักศึกษาให้มีความเข้าใจตนเองได้รอบด้านขึ้นกว่าเดิม เป็นพื้นฐานในการให้บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแก่นักศึกษาต่อไป



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทที่ 3

วิธีการดำเนินการวิจัย

1. การออกแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้แบ่งการศึกษาเป็น 2 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา (descriptive research) และส่วนที่ 2 เป็นการศึกษาเชิงคุณภาพ (qualitative research)

การวิจัยส่วนที่ 1 เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา (descriptive research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบความแตกต่างของการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษาชาย และหญิงที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน และศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และกลวิธีการเผชิญปัญหา

การวิจัยส่วนที่ 2 เป็นการศึกษาเชิงคุณภาพ (qualitative research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสบการณ์ในการเผชิญและจัดการกับปัญหา รวมถึงการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และวิธีการที่ใช้ในการเผชิญปัญหาของนักศึกษาที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน ด้วยการสัมภาษณ์แบบกึ่งมีโครงสร้าง (semi-structure interview)

2. กลุ่มตัวอย่างและการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยส่วนที่ 1

กลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษาระดับปริญญาตรีของมหาวิทยาลัยราชภัฏที่กำลังศึกษาอยู่ระดับชั้นปีที่ 1 - ชั้นปีที่ 4 ในปีการศึกษา 2549 จำนวน 543 คน ผู้วิจัยสุ่มกลุ่มตัวอย่างด้วยการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (stratified random sampling) ตามเพศ

ตารางที่ 1 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ และระดับชั้นปี (n = 543)

เพศ	ระดับชั้นปี				รวม
	1	2	3	4	
ชาย	137	41	28	7	213
หญิง	199	54	53	24	330
รวม	336	95	81	31	543

การวิจัยส่วนที่ 2

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยส่วนนี้ ผู้วิจัยคัดเลือกผู้รับการสัมภาษณ์จากกลุ่มตัวอย่างในส่วนที่ 1 ซึ่งเป็นผู้ที่มีคะแนนแบบวัดบทบาททางเพศตามเกณฑ์ค่ามัธยฐานของมาตรฐานความเป็นชาย และมาตรฐานความเป็นหญิง และมีความสมัครใจ ยินดีให้ความร่วมมือในการสัมภาษณ์ รวมทั้งผู้วิจัยสามารถติดต่อ และนัดหมายเวลาที่สะดวกในการให้สัมภาษณ์ได้ โดยเป็นผู้ที่มีบทบาททางเพศ 3 กลุ่ม คือ บทบาทความเป็นชาย บทบาทความเป็นหญิง และบทบาทความเป็นชายและหญิง จำนวนกลุ่มละ 5 คน รวมทั้งหมด 15 คน โดยสัมภาษณ์เกี่ยวกับประสบการณ์ในการเผชิญและจัดการกับปัญหา รวมถึงการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และวิธีการที่ใช้ในการเผชิญปัญหา

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

3.1 การวิจัยส่วนที่ 1

สำหรับการวิจัยส่วนที่ 1 เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา ใช้เครื่องมือในการวิจัยเป็นแบบวัด 3 ฉบับ คือ

1. แบบวัดบทบาททางเพศ ผู้วิจัยพัฒนาแบบวัดนี้จากแนวคิดบทบาททางเพศของ Bem (1981) และจากแบบวัดบทบาททางเพศของ Bem (Bem Sex Role Inventory, 1974 cited in Robinson, Shaver & Wrightsman, 1991) และใช้กรอบอ้างอิงในการพัฒนาแบบวัดของ Liben และ Bigler (2002)

2. แบบวัดการแก้ปัญหา ผู้วิจัยพัฒนามาจากแบบวัดการแก้ปัญหา (Problem Solving Inventory: PSI) ของ Heppner และ Petersen (1982) และจากแบบวัดการแก้ปัญหาที่พัฒนาโดย เขียวรัชย์ งามทิพย์วัฒนา และคณะ (2543)

3. แบบวัดการเผชิญปัญหา (Coping Scale) ผู้วิจัยพัฒนามาจากแบบวัดการเผชิญปัญหาของสุภาพรพรณ โคตรจรัส และ ชุมพร ยงกิตติกุล (2545) และจากแบบวัดการเผชิญปัญหาที่พัฒนาโดย กรกวรรณ สุพรรณวรรษา เปรมพร มั่นเสมอ รัชนิย์ แก้วคำศรี และ วราภรณ์ รัตนาวชิษฏ์กุล (2545)

1. แบบวัดบทบาททางเพศ

แบบวัดบทบาททางเพศที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยพัฒนาโดยใช้พื้นฐานจากแนวคิดบทบาททางเพศของ Bem (1981) และจากแบบวัดบทบาททางเพศของ Bem (Bem Sex Role Inventory, 1974 cited in Robinson et al., 1991) และใช้กรอบอ้างอิงในการพัฒนาแบบวัดของ Liben และ Bigler (2002)

1.1 แบบวัดบทบาททางเพศ OAT-PM (ฉบับสั้น) ของ Liben และ Bigler

1.1.1 ลักษณะของแบบวัดบทบาททางเพศ OAT-PM (ฉบับสั้น)

แบบวัดบทบาททางเพศของ Liben และ Bigler (2002) ประกอบด้วย แบบวัด OAT-AM (attitude measure) และ OAT-PM (personal measure) สร้างขึ้นเพื่อใช้ประเมินทัศนคติที่มีต่อลักษณะทางเพศของบุคคลอื่น (AM) และ ประเมินลักษณะทางเพศของตนเอง (PM) แบบวัดทั้งสองฉบับนี้ประกอบด้วยรายการค่าแบ่งเป็น 3 ด้าน คือ ด้านอาชีพ (O) ด้านกิจกรรม (A) และด้านลักษณะที่ปรากฏ (T) ในแต่ละด้านประกอบด้วยรายการค่าที่จำแนกได้ 3 ลักษณะ คือ ค่าที่แสดงลักษณะความเป็นชาย ค่าที่แสดงลักษณะความเป็นหญิง และค่าที่มีลักษณะเป็นกลาง แบบวัดของ Liben และ Bigler ในระยะแรกประกอบด้วยรายการค่าด้านอาชีพทั้งหมด 64 ค่า ด้านกิจกรรม 66 ค่า และด้านลักษณะที่ปรากฏ 62 ค่า ต่อมา Liben และ Bigler ได้พัฒนาแบบวัดทั้งสองฉบับนี้ให้สั้นกว่าฉบับแรก โดยแบบวัดฉบับสั้นทั้งฉบับมีรายการค่ารวมทั้งสิ้น 75 ค่า จำแนกเป็น 3 ด้าน แต่ละด้านมีรายการค่าทั้งหมด 25 ค่า แบ่งเป็นค่าที่แสดงลักษณะความเป็นชาย 10 ค่า ค่าที่แสดงลักษณะความเป็นหญิง 10 ค่า และค่าที่มีลักษณะเป็นกลาง 5 ค่า ผู้วิจัยนำแบบวัด OAT-PM ฉบับยาว มาพัฒนาให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง และสังคมไทย เพื่อใช้ในการวิจัยครั้งนี้

1.1.2 การประเมินคุณภาพของแบบวัด

1. การประเมินค่าความตรง (Validity)

1.1 ค่าความตรงภายนอก (External validity)

Liben และ Bigler ตรวจสอบค่าความตรงของแบบวัดด้วยวิธีหาความสัมพันธ์ระหว่างแบบวัด OAT-PM กับแบบวัด BSRI (Bem Sex Role Inventory, 1974) และแบบวัด PAQ (Personal Attributes Questionnaire, 1974) พบว่า แบบวัด BSRI และ PAQ นั้นมีความสัมพันธ์ในระดับสูงกับ แบบวัด OAT-PM ในด้านลักษณะที่ปรากฏ และมีความสัมพันธ์ในระดับปานกลางกับด้านอาชีพ และด้านกิจกรรม ดังรายละเอียดในตารางที่ 2

2. การประเมินค่าความเที่ยง (Reliability)

Liben และ Bigler ตรวจสอบค่าความเที่ยงด้วยการประเมินค่าความสอดคล้องภายใน (internal consistency) ด้วยสูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) และแบบแบ่งครึ่งแบบทดสอบด้วย Guttman split-half และสูตรทำประเมินค่าความเที่ยงด้วยการทดสอบซ้ำเว้นช่วงเวลา 2 สัปดาห์ ผลที่ได้พบว่าแบบวัด OAT-PM มีค่าความสอดคล้องภายในในระดับค่อนข้างสูง ยกเว้นค่าที่มีลักษณะความเป็นหญิงในด้านลักษณะที่ปรากฏ ได้ค่าความสอดคล้องภายในในระดับปานกลาง ส่วนการทดสอบซ้ำ พบว่า การตอบแบบวัด OAT-PM นั้นมีความคงที่เมื่อผ่านระยะเวลาอันสั้น ดังรายละเอียดในตารางที่ 3

ตารางที่ 2 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างแบบวัด OAT-PM (ฉบับสั้น) ในด้านต่าง ๆ กับแบบวัด BSRI และ แบบวัด PAQ

แบบวัด OAT-PM		BSRIF	BSRIM	PAQF	PAQM	PAQMF
ลักษณะ ความเป็น หญิง	ด้านอาชีพ	0.39*	-0.38*	0.19	-0.19	-0.39*
	ด้านกิจกรรม	0.45*	-0.40*	0.24*	-0.28*	-0.52*
	ด้านลักษณะที่ปรากฏ	0.56*	-0.24*	0.52*	-0.35*	-0.67*
ลักษณะ ความเป็น ชาย	ด้านอาชีพ	-0.22	0.23*	-0.24*	-0.16	0.39*
	ด้านกิจกรรม	-0.19	0.05	-0.14	-0.07	0.05
	ด้านลักษณะที่ปรากฏ	-0.23*	0.68*	-0.05	0.57*	0.45*

หมายเหตุ BSRI = Bem Sex Role Inventory, PAQ = Personal Attributes Questionnaire

F = ลักษณะความเป็นหญิง M = ลักษณะความเป็นชาย และ *p < .05

ตารางที่ 3 ค่าความเที่ยงของแบบวัด OAT-PM (ฉบับสั้น)

มาตรวัด		สัมประสิทธิ์ อัลฟา	Guttman Split-Half	การทดสอบซ้ำ (ช่วง 2 สัปดาห์)
		(n = 75)		
ลักษณะ ความเป็น หญิง	ด้านอาชีพ	0.76	0.78	0.72
	ด้านกิจกรรม	0.81	0.75	0.78
	ด้านลักษณะที่ปรากฏ	0.65	0.68	0.82
ลักษณะ ความเป็น ชาย	ด้านอาชีพ	0.73	0.71	0.76
	ด้านกิจกรรม	0.75	0.77	0.79
	ด้านลักษณะที่ปรากฏ	0.71	0.68	0.88

1.1.3 การตอบแบบวัดและเกณฑ์การให้คะแนน

แบบวัดบทบาททางเพศนี้แบ่งออกเป็น 3 ด้าน คือ ด้านอาชีพ ด้านกิจกรรม และด้านลักษณะที่ปรากฏ ในแต่ละด้านประกอบด้วยคำที่แสดงลักษณะความเป็นชาย 10 คำ ลักษณะความเป็นหญิง 10 คำ และลักษณะความเป็นกลาง 5 คำ ดังนั้น ในการตอบแบบวัดจึงจำแนกออกได้ดังนี้

1. ด้านอาชีพ ประกอบด้วยรายการอาชีพ 25 รายการ ให้เลือกตอบว่า ท่านต้องการประกอบอาชีพเหล่านี้มากน้อยเพียงใด ตั้งแต่ ไม่ต้องการเลย (1) ไปจนถึง ต้องการมาก (4)

2. ด้านกิจกรรม ประกอบด้วยรายการกิจกรรม 25 รายการ ให้เลือกตอบว่า โดยปกติท่านทำกิจกรรมเหล่านี้บ่อยเพียงใด ตั้งแต่ ไม่ทำเลย (1) ไปจนถึง ทำบ่อยหรือบ่อยมาก (4)

3. ด้านลักษณะที่ปรากฏ ประกอบด้วยคำแสดงลักษณะของบุคคล 25 รายการ ให้เลือกตอบว่า ลักษณะต่อไปนี้ตรงกับตัวท่านมากน้อยเพียงใด ตั้งแต่ ไม่ตรงเลย (1) ไปจนถึง ตรงที่สุด (4)

การให้คะแนนแบบวัดแต่ละข้อ ให้คะแนนตั้งแต่ 1 ถึง 4 ตามหมายเลขระดับต่างๆ เช่น เลือกหมายเลข 1 ได้ 1 คะแนน หมายเลข 4 ได้ 4 คะแนน เป็นต้น โดยคิดคะแนนแยกเป็นค่าที่แสดงลักษณะความเป็นชาย และค่าที่แสดงลักษณะความเป็นหญิง ส่วนค่าที่แสดงลักษณะความเป็นกลางไม่นำมาคิดคะแนน การคิดคะแนนแยกกันนั้นเนื่องจากคะแนนลักษณะความเป็นชาย กับลักษณะความเป็นหญิง เป็นอิสระต่อกัน

1.1.4 การแปลผลแบบวัด

การแปลผลแบบวัดนั้นสามารถมีความยืดหยุ่นได้หลายวิธี ขึ้นอยู่กับทฤษฎี หรือแนวคิดที่ผู้วิจัยแต่ละคนยึดเป็นหลัก ก่อนอื่นจะต้องนำข้อมูลที่ได้จากแบบวัดบทบาททางเพศของกลุ่มตัวอย่างแต่ละคนมาหาคะแนนรวม และค่าเฉลี่ยของลักษณะความเป็นชาย 10 ข้อ และลักษณะความเป็นหญิง 10 ข้อ ทั้ง 3 ด้าน ซึ่งจะได้ค่าคะแนนออกมาทั้งหมด 6 ค่า หรืออาจจะรวมคะแนนลักษณะความเป็นชายของทั้ง 3 ด้าน และลักษณะความเป็นหญิงทั้ง 3 ด้าน ซึ่งจะได้ค่าคะแนนออกมาเพียง 2 ด้าน คือ ด้านลักษณะความเป็นชาย และด้านลักษณะความเป็นหญิง จากนั้นถ้ายึดตามหลักแนวคิดของ Bem ให้นำค่าเฉลี่ยที่ได้มาเรียงกันจากค่าน้อยไปหาค่ามาก จะได้ค่ามัธยฐาน (median) ซึ่งเป็นค่าตรงกลางของค่าเฉลี่ยแต่ละลักษณะ ใช้ค่ามัธยฐานนี้เป็นเกณฑ์ปกติหรือบรรทัดฐาน (norm) ในการแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 4 กลุ่ม (median split technique) ดังตารางที่ 4

จากการแปลผลคะแนนด้วยเทคนิคดังกล่าว สามารถจัดกลุ่มตัวอย่างตามบทบาททางเพศได้ 4 กลุ่ม ดังนี้คือ

1. บทบาทความเป็นชาย (Masculine) คือ กลุ่มตัวอย่างที่มีค่าเฉลี่ยคะแนนลักษณะความเป็นชายสูงเพียงลักษณะเดียว แต่มีค่าเฉลี่ยคะแนนลักษณะความเป็นหญิงต่ำ

2. บทบาทความเป็นหญิง (Feminine) คือ กลุ่มตัวอย่างที่มีค่าเฉลี่ยคะแนนลักษณะความเป็นหญิงสูงเพียงลักษณะเดียว แต่มีค่าเฉลี่ยคะแนนลักษณะความเป็นชายต่ำ

3. บทบาทความเป็นชายและหญิง (Androgyny) คือ กลุ่มตัวอย่างที่มีค่าเฉลี่ยคะแนนลักษณะความเป็นชาย และลักษณะความเป็นหญิงสูงทั้งคู่

4. บทบาททางเพศไม่เด่นชัด (Undifferentiated) คือ กลุ่มตัวอย่างที่มีค่าเฉลี่ยคะแนนลักษณะความเป็นชาย และลักษณะความเป็นหญิงต่ำทั้งคู่

ตารางที่ 4 การแบ่งกลุ่มตัวอย่างจากค่ามัธยฐานของค่าเฉลี่ยคะแนนลักษณะความเป็นชาย และค่าเฉลี่ยคะแนนลักษณะความเป็นหญิง (Median split technique)

		ลักษณะความเป็นหญิง (Femininity)	
		ต่ำกว่ามัธยฐาน	สูงกว่ามัธยฐาน
ลักษณะความเป็นชาย (Masculinity)	ต่ำกว่ามัธยฐาน	บทบาททางเพศไม่เด่นชัด (Undifferentiated)	บทบาทความเป็นหญิง (Feminine)
	สูงกว่ามัธยฐาน	บทบาทความเป็นชาย (Masculine)	บทบาทความเป็นชายและหญิง (Androgyny)

1.2 ลักษณะของแบบวัดบทบาททางเพศที่พัฒนาขึ้นในการวิจัยครั้งนี้

แบบวัดบทบาททางเพศมีจำนวน 75 ข้อประกอบด้วยคำในด้านต่าง ๆ 3 ด้าน คือ ด้านอาชีพ ด้านกิจกรรม และด้านลักษณะที่ปรากฏ ในแต่ละด้านมีข้อความจำนวน 25 ข้อ โดยแบ่งเป็นมาตรวัดความเป็นชาย 10 ข้อ มาตรวัดความเป็นหญิง 10 ข้อ และมาตรวัดความเป็นกลาง 5 ข้อ มีการตอบเป็นลักษณะมาตราประเมินค่า (likert scale) ให้เลือกตอบ 4 ระดับ ให้คะแนนเป็นรายข้อ มีช่วงคะแนนตั้งแต่ 1 ถึง 4 คะแนน (แสดงในภาคผนวก ข.)

1.2.1 การแปลผล

นำคะแนนรวมในมาตรวัดความเป็นชาย และมาตรวัดความเป็นหญิงมาหารด้วยจำนวนข้อกระทงทั้งหมดของมาตรวัดนั้น (30 ข้อ) คะแนนที่ได้จะออกมาเป็นคะแนนเฉลี่ย มีช่วงคะแนนตั้งแต่ 1 ถึง 4 (ไม่ต้องคิดคะแนนในมาตรวัดความเป็นกลาง) ใช้ค่ามัธยฐาน (median) เป็นเกณฑ์ปกติหรือบรรทัดฐาน (norm) ในการแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 4 กลุ่ม ดังตารางที่ 4

ตารางที่ 5 ค่ามัธยฐานที่ใช้เป็นเกณฑ์ในการแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 4 กลุ่ม ของกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้

	ลักษณะความเป็นชาย	ลักษณะความเป็นหญิง
ค่ามัธยฐาน	2.13	2.47

หมายเหตุ หลังจากแบ่งคนออกเป็น 4 กลุ่มแล้ว เหลือกลุ่มตัวอย่าง 543 คนจากเดิม 577 คน เนื่องจากตัดบุคคลที่ไม่สามารถจำแนกบทบาททางเพศได้ออกไป

1.3 การพัฒนาแบบวัดบทบาททางเพศสำหรับงานวิจัยในครั้งนี้

ผู้วิจัยพัฒนาแบบวัดบทบาททางเพศจากแนวคิดบทบาททางเพศของ Bem (1981) และจากแบบวัดบทบาททางเพศของ Bem (Bem Sex Role Inventory, 1974 cited in Robinson et al., 1991) และใช้กรอบอ้างอิงในการพัฒนาแบบวัดของ Liben และ Bigler (2002) ดังขั้นตอนต่อไปนี้

1. ผู้วิจัยศึกษาแนวคิดทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับบทบาททางเพศ รวมทั้งศึกษาการพัฒนาแบบวัดบทบาททางเพศของ Bem (1974 cited in Robinson et al., 1991) และของ Liben และ Bigler (2002)

2. ผู้วิจัยนำแบบวัดบทบาททางเพศ (OAT-PM) ของ Liben และ Bigler (2002) ฉบับยาวมาแปลเป็นภาษาไทย ปรับปรุงแก้ไข และเพิ่มเติมคำให้เหมาะสมกับสังคมไทย โดยในด้านอาชีพ ได้รวบรวมรายการอาชีพจากเอกสารการแนะแนวอาชีพในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายของสมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย และดูรายละเอียดอาชีพตามโครงสร้างมาตรฐานอาชีพ (ประเทศไทย) ของกรมการจัดหางาน กองส่งเสริมการมีงานทำ ส่วนด้านที่เลือกรวบรวมรายการคำจากงานวิจัยต่างๆ และเก็บรวบรวมข้อมูลจากบุคคลซึ่งมีลักษณะคล้ายกลุ่มตัวอย่างประกอบ ได้รายการคำด้านอาชีพทั้งหมด 139 รายการ ด้านกิจกรรม 54 รายการ และด้านลักษณะที่ปรากฏ 67 รายการ จากนั้นนำรายการคำทั้งหมดที่ได้นำเสนออาจารย์ผู้ทรงคุณวุฒิ 2 ท่าน คือ รศ.ดร.ชุมพร ยงกิตติกุล และ รศ.สุภาพวรรณ โคตรจรัส เพื่อการตรวจพิจารณาปรับปรุงแก้ไขคำให้มีความเหมาะสมยิ่งขึ้น

3. นำรายการคำที่ได้ไปใช้สำรวจความคิดเห็นของกลุ่มคนที่มีลักษณะคล้ายกับกลุ่มตัวอย่างเพื่อเป็นการระบุให้แน่ชัดว่ารายการคำต่าง ๆ ที่นำมาสร้างเป็นแบบวัดนั้น เป็นคำที่แสดงลักษณะความเป็นชาย ลักษณะความเป็นหญิง หรือลักษณะความเป็นกลาง โดยนำรายการคำที่รวบรวมได้มาหาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และแจกแจงความถี่ของการตอบในแต่ละข้อ จากนั้นพิจารณาว่าถ้าข้อใดมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.4 หรือต่ำกว่า และมีความถี่ในการตอบว่าข้อนั้นมีลักษณะเป็นผู้ชายมากกว่า ก็ถือว่าข้อนั้นมีลักษณะความเป็นชาย และถ้าข้อใดมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.6 หรือมากกว่า และมีความถี่ในการตอบว่าข้อนั้นมีลักษณะเป็นผู้หญิงมากกว่า ก็ถือว่าข้อนั้นมีลักษณะความเป็นหญิง ส่วนข้อที่เหลือมีลักษณะเป็นกลาง (แสดงในภาคผนวก ค.)

4. คัดเลือกคำที่มีลักษณะความเป็นชายด้านละ 15 คำ ลักษณะความเป็นหญิงด้านละ 15 คำ และลักษณะความเป็นกลางด้านละ 10 คำ มาสร้างเป็นแบบวัด แยกการตอบเป็น 3 ด้าน ดังนี้
ด้านอาชีพ ให้ผู้ตอบรายงานว่า ตนต้องการจะประกอบอาชีพเหล่านี้มากน้อยเพียงใด ให้เลือกตอบตั้งแต่ ไม่ต้องการเลย (1) ไปจนถึง ต้องการมาก (4)

ด้านกิจกรรม ให้ผู้ตอบรายงานว่า ตนทำกิจกรรมเหล่านี้บ่อยเพียงใด ให้เลือกตอบตั้งแต่ ไม่เคยเลย (1) ไปจนถึง ทำบ่อยหรือบ่อยมาก (4)

ด้านลักษณะที่ปรากฏ ให้ผู้ตอบรายงานว่า ลักษณะในแต่ละข้อนั้นตรงกับตนเอง มากน้อยเพียงใด ให้เลือกตอบตั้งแต่ ไม่ตรงเลย (1) ไปจนถึง ตรงที่สุด (4)

5. นำแบบวัดที่ได้ไปทดสอบกับนักศึกษามหาวิทยาลัย แล้วนำมาวิเคราะห์หาค่า สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างรายข้อกับรายข้อที่เหลือโดยรวม (corrected item total correlation: CITC) จำแนกตามลักษณะความเป็นชาย ลักษณะความเป็นหญิง และลักษณะความเป็นกลาง โดย นับรวมทั้งด้านอาชีพ ด้านกิจกรรม และด้านลักษณะที่ปรากฏไว้ด้วยกัน และหาค่าความสัมพันธ์ ระหว่างด้านทั้ง 3 ของแบบวัดลักษณะความเป็นชาย และแบบวัดลักษณะความเป็นหญิง พบว่า แต่ละ ด้านมีค่าความสัมพันธ์อยู่ในระดับสูง (แสดงในภาคผนวก ค.)

1.4 การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

1.4.1 การประเมินค่าความตรง (Validity)

ก. การประเมินค่าความตรงตามสภาพ (Concurrent Validity)

ผู้วิจัยนำแบบวัดที่ได้รับการพิจารณา และปรับปรุงแก้ไขข้อความให้ถูกต้องตรง ตามเนื้อหาจำนวน 120 ข้อ ไปทดลองใช้กับนักศึกษามหาวิทยาลัยจำนวน 128 คน จากนั้นนำมา ทดสอบค่าที (t-test) ด้วยการทดสอบแบบกลุ่มอิสระโดยใช้กลุ่มคะแนนสูงและกลุ่มคะแนนต่ำร้อยละ 27 คัดเลือกข้อคำถามที่มีค่าอำนาจจำแนกสูงหรือมีค่า t มากกว่า 1.67 ขึ้นไป ที่ระดับนัยสำคัญ .05 แล้วนำมาวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างรายข้อกับรายข้อที่เหลือโดยรวมของลักษณะ ความเป็นชาย ลักษณะความเป็นหญิงและลักษณะความเป็นกลางจากนั้นเสนอผู้ทรงคุณวุฒิทั้ง 2 ท่านพิจารณาตัดข้อความ จนเหลือข้อความทั้งสิ้น 75 ข้อ

ทดสอบค่าที (t-test) อีกครั้ง พบว่าข้อคำถามทั้ง 75 ข้อ มีค่า t สูงกว่า 1.67 โดย มีค่า t อยู่ระหว่าง 2.09-12.736 จากนั้นนำแบบวัดมาวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่าง รายข้อกับรายด้านรวมของลักษณะความเป็นชาย ลักษณะความเป็นหญิง และลักษณะความเป็น กลาง พบว่าในด้านลักษณะความเป็นชายมีข้อคำถามที่มีค่า r สูงกว่า 0.20 จำนวน 28 ข้อ โดยมีค่า r อยู่ระหว่าง 0.21-0.63 ด้านลักษณะความเป็นหญิง มีข้อคำถามที่มีค่า r สูงกว่า 0.20 จำนวน 30 ข้อ โดยมีค่า r อยู่ระหว่าง 0.24-0.72 และด้านลักษณะความเป็นกลาง มีข้อคำถามที่มีค่า r สูงกว่า 0.20 จำนวน 11 ข้อ โดยมีค่า r อยู่ระหว่าง 0.23-0.37 (แสดงในภาคผนวก ค.) แล้วจึงนำไปใช้กับกลุ่ม ตัวอย่างจริงต่อไป

โดยสรุปแล้วมีข้อคำถามที่นำมาใช้จริงจำนวน 75 ข้อ เป็นข้อคำถามในด้าน อาชีพ ด้านกิจกรรม และด้านลักษณะที่ปรากฏด้านละ 25 ข้อ ในแต่ละด้านจำแนกเป็นค่าที่แสดง ความเป็นชาย 10 ข้อ ค่าที่แสดงความเป็นหญิง 10 ข้อ และค่าที่แสดงความเป็นกลาง 5 ข้อ แต่ในการ คิดคะแนนจะไม่นำคะแนนในมาตรวัดความเป็นกลางมาคิดคะแนนด้วย

1.4.2 การประเมินค่าความเที่ยง (Reliability)

ผู้วิจัยนำคะแนนจากแบบวัดบทบาททางเพศจำนวน 75 ข้อ ที่ได้จากนักศึกษา 128 คน มาวิเคราะห์หาค่าความเที่ยง โดยวิธีการหาค่าความสอดคล้องภายใน (internal consistency) ด้วยสูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาครอนบาค (Cronbach's Alpha coefficient) ได้ค่าความเที่ยงในมาตรวัดความเป็นชาย (30 ข้อ) เท่ากับ 0.89 มาตรวัดความเป็นหญิง (30 ข้อ) เท่ากับ 0.92 และมาตรวัดความเป็นกลาง (15 ข้อ) เท่ากับ 0.65

2. แบบวัดการแก้ปัญหา

แบบวัดการแก้ปัญหาในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยพัฒนาจากแบบวัดการแก้ปัญหาของ Heppner และ Petersen (1982) และจากแบบวัดการแก้ปัญหาที่พัฒนาโดย เขียรชัย งามทิพย์วัฒนา และคณะ (2543)

2.1 แบบวัดการแก้ปัญหา (Problem Solving Inventory) ของ Heppner และ Petersen

2.1.1 ลักษณะของแบบวัดการแก้ปัญหา (Problem Solving Inventory)

แบบวัดการแก้ปัญหาของ Heppner และ Petersen (1982) ประเมินกระบวนการแก้ปัญหาตามทฤษฎีของ Dewey (1933) และ D'Zurilla & Goldfried (1971) แบ่งกระบวนการแก้ปัญหาเป็น 5 ขั้นตอน ผลจากการวิเคราะห์องค์ประกอบพบว่า แบบวัดจัดเรียงใน 3 มิติ และมิติทั้ง 3 ประกอบอยู่ในกระบวนการแก้ปัญหาทั้ง 5 ขั้นตอน

แบบวัดการแก้ปัญหาเป็นแบบวัดที่ให้ผู้ตอบรายงานตนเอง (self-report) ถึงการรับรู้ความสามารถในการแก้ปัญหาของตน รวมทั้งพฤติกรรมและทัศนคติที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบการแก้ปัญหา ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 35 ข้อ ในจำนวนนี้มีข้อที่เพิ่มเติมขึ้นมา 3 ข้อที่ไม่ได้นำมาคิดคะแนน และไม่ได้รวมอยู่ในองค์ประกอบทั้ง 3 ของแบบวัด การตอบมีลักษณะเป็นมาตรประเมินค่า (likert scale) ให้เลือกตอบ 6 ระดับ ตั้งแต่ เห็นด้วยอย่างยิ่ง (1) ไปจนถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง (6) องค์ประกอบทั้ง 3 ด้านของแบบวัดมีดังนี้

1. ความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหา (Problem Solving Confidence, PSC) เป็นความเชื่อมั่นในตนเอง ความเชื่อ และความไว้วางใจในความสามารถของตนเองที่จะเผชิญกับปัญหาต่างๆ ได้อย่างดี ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 11 ข้อ

2. รูปแบบการเข้าจัดการปัญหา-หลีกเลี่ยงปัญหา (Approach-Avoidance Style, AAS) เป็นแนวโน้มโดยทั่วไปที่จะเข้าจัดการหรือหลีกเลี่ยงกิจกรรมต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการแก้ปัญหา ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 16 ข้อ

3. การควบคุมตนเอง (Personal Control, PC) เป็นความเชื่อว่าบุคคลหนึ่งจะสามารถควบคุมอารมณ์ และพฤติกรรมของตนเองได้ในขณะที่ดำเนินการแก้ปัญหาอยู่ ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 5 ข้อ

2.1.2 การประเมินคุณภาพของแบบวัด

1. การประเมินค่าความตรง (Validity)

1.1 ความตรงตามสภาพและความตรงเชิงภาวะสันนิษฐาน (Concurrent and Construct Validity)

Heppner และ Petersen (1982) พบว่า คะแนนจากแบบวัดการแก้ปัญหาทั้ง 3 ด้านย่อย และคะแนนรวมมีความสัมพันธ์กับการประเมินระดับทักษะในการแก้ปัญหา และระดับความพึงพอใจในทักษะนั้นๆ ของนักศึกษา รวมทั้งสัมพันธ์กับคะแนนการเข้าอานาภายในตนเองและภายนอกตนเองอีกด้วย และยังสามารถแยกผู้ที่มีคะแนนสูง และคะแนนต่ำในการทำแบบวัดออกจากกันได้ นอกจากนี้ พบว่าคะแนนจากแบบวัดการแก้ปัญหานั้นสามารถทำนายดัชนีที่บ่งชี้ถึงการปรับตัวทางด้านจิตใจหลายประการ เช่น การเห็นคุณค่าในตนเอง ความซึมเศร้า ความวิตกกังวล และความสิ้นหวัง และมีความเกี่ยวข้องกับปัญหาการปรับตัวทางจิตใจที่เฉพาะเจาะจงลงไป เช่น ความผิดปกติในการรับประทานอาหาร (eating disorder) อีกด้วย (Heppner & Baker, 1997)

2. การประเมินค่าความเที่ยง (Reliability)

ค่าความเที่ยงจากการประเมินค่าความสอดคล้องภายใน (internal consistency) และการทดสอบซ้ำ (test-retest) ในช่วงเวลา 2 และ 3 สัปดาห์มีค่าดังแสดงในตารางที่ 6 (Heppner, 1988 cited in Heppner & Baker, 1997; Heppner & Petersen, 1982) ตารางที่ 6 ค่าความเที่ยงจากการประเมินค่าความสอดคล้องภายใน และ การทดสอบซ้ำของแบบวัดการแก้ปัญหา

มาตรวัด	ค่าความสอดคล้องภายใน สัมประสิทธิ์อัลฟา	ทดสอบซ้ำ (2 สัปดาห์)	ทดสอบซ้ำ (3 สัปดาห์)
ความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหา	0.85	0.85	0.78
รูปแบบการเข้าจัดการปัญหา- หลักหนีปัญหา	0.84	0.88	0.77
การควบคุมตนเอง	0.72	0.83	0.81
คะแนนรวมทั้งฉบับ	0.90	0.89	0.81

3. ข้อมูลเกณฑ์ปกติ (Normative data)

ในส่วนของค่าเฉลี่ย พบว่า ในกลุ่มของคนไข้มีค่าเฉลี่ยของคะแนนที่สูงกว่าคนปกติ สำหรับนักศึกษามหาวิทยาลัยนั้น ในกลุ่มคนปกติจะมีค่าเฉลี่ยประมาณ 88 คะแนน (Heppner, 1988 cited in Heppner et al., 2004) ในขณะที่กลุ่มคนไข้ที่เป็นนักศึกษามีค่าเฉลี่ยประมาณ 100 คะแนน (Nezu, 1986b cited in Heppner et al., 2004) เช่นเดียวกับในกลุ่มผู้ใหญ่ การวัดแนวโน้มเข้าสู่ศูนย์กลางสำหรับกลุ่มคนปกติมีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 76-86 คะแนน (Heppner, 1988 cited in Heppner, Cook, Strozier, & Heppner, 1991; Sabourin, Laporte, & Wright, 1980 cited in Heppner et al., 2004) ในขณะที่กลุ่มคนไข้ที่เป็นผู้ใหญ่มีค่าเฉลี่ยประมาณ 100 คะแนน (Reis & Heppner, 1993) และมีการระบุถึงกลุ่มผู้ใหญ่เพศหญิงที่เป็นคนปกติว่ามีค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบวัดทั้งฉบับ และด้านย่อย 3 ด้าน ดังนี้คือ 86.2, 24.9, 44.2, และ 17.1 ตามลำดับ (Heppner, 1988 cited in Reis & Heppner, 1993)

นอกจากการใช้ค่าคะแนนเฉลี่ยในการแบ่งแล้ว ยังพบว่ามีการใช้ค่ามัธยฐานในการแบ่งกลุ่มคนอีกด้วย ในงานของ Elliott & Marmarosh (1994) ใช้ค่ามัธยฐานของกลุ่มตัวอย่างที่ 91 คะแนน ในการแบ่งคนออกเป็น 2 กลุ่ม

2.1.3 การตอบแบบวัดและเกณฑ์การให้คะแนน

แบบวัดมีลักษณะการตอบเป็นแบบเลือกตอบแบบมาตราประเมินค่า (likert scale) 6 ระดับ ผู้ตอบจะต้องพิจารณาข้อความในแต่ละข้อว่าตรงกับลักษณะการแก้ปัญหาของตนมากน้อยเพียงใด โดยการตอบนั้นให้ผู้ตอบเลือกคำตอบที่ตรงกับตนเองมากที่สุด มีช่วงคะแนนตั้งแต่ 1 ถึง 6 คะแนน การตรวจให้คะแนนข้อคำถามในแบบวัดมี 2 ลักษณะ คือ ข้อความด้านบวก (18 ข้อ) และข้อความด้านลบ (14 ข้อ) โดยมีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

	คะแนนข้อความทางบวก	คะแนนข้อความทางลบ
1 = เห็นด้วยอย่างยิ่ง	1 คะแนน	6 คะแนน
2 = เห็นด้วย	2 คะแนน	5 คะแนน
3 = เห็นด้วยบ้าง	3 คะแนน	4 คะแนน
4 = ไม่เห็นด้วยบางส่วน	4 คะแนน	3 คะแนน
5 = ไม่เห็นด้วย	5 คะแนน	2 คะแนน
6 = ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	6 คะแนน	1 คะแนน

2.1.4 การแปลผลแบบวัด

ในงานวิจัยที่ผ่านมา มีการใช้ค่าคะแนนแนวโน้มเข้าสู่ศูนย์กลางทั้งค่าเฉลี่ย และค่ามัธยฐานในการแบ่งคนออกเป็น 2 กลุ่ม โดยผู้ที่ได้คะแนนรวมต่ำกว่าค่าเฉลี่ย (หรือมัธยฐาน)

หมายถึง มีการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหาดีกว่าผู้ที่ได้คะแนนสูงกว่าค่าเฉลี่ย (หรือมัธยฐาน) และนอกจากนี้มีการแปลผลโดยแบ่งเป็นด้านย่อย 3 ด้าน คือ ผู้ที่ได้รับคะแนนต่ำในแต่ละด้านย่อย หมายถึง มีการประเมินว่าตนมีความสามารถในการแก้ปัญหาในด้านบวก คือ มีความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหา มีการเข้าหาปัญหามากกว่าหลีกเลี่ยงปัญหา และสามารถควบคุมตนเองในการดำเนินการแก้ปัญหาได้ดี

2.2 ลักษณะของแบบวัดการแก้ปัญหาที่พัฒนาขึ้นในการวิจัยครั้งนี้

แบบวัดการแก้ปัญหาประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 30 ข้อ วัดการรับรู้ความสามารถของตนในการแก้ปัญหา โดยให้บุคคลประเมินตนเองใน 3 ด้าน ได้แก่ ความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหา (9 ข้อ) รูปแบบการเข้าจัดการปัญหา-หลีกเลี่ยงปัญหา (12 ข้อ) และการควบคุมตนเอง (9 ข้อ) มีลักษณะเป็นมาตราประเมินค่า (likert scale) ให้เลือกตอบ 6 ระดับว่าข้อความดังกล่าวตรงกับตัวของผู้ตอบมากน้อยเพียงใด ตั้งแต่ 'ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง' (1) ไปจนถึง 'เห็นด้วยอย่างยิ่ง' (6) (มีการกลับค่าคะแนนจากของเดิมให้สอดคล้องกับแบบวัดอื่นในงานวิจัยนี้ เพื่อการตอบที่ง่ายขึ้นของผู้ตอบ) ให้คะแนนเป็นรายข้อ โดยมีช่วงคะแนนตั้งแต่ 1 ถึง 6 คะแนน การตรวจให้คะแนนในแบบวัดมี 2 ลักษณะ คือ ข้อความด้านบวก (21 ข้อ) และ ข้อความด้านลบ (9 ข้อ) มีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

	คะแนนข้อความทางบวก	คะแนนข้อความทางลบ
1 = ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	1 คะแนน	6 คะแนน
2 = ไม่เห็นด้วย	2 คะแนน	5 คะแนน
3 = ไม่เห็นด้วยบางส่วน	3 คะแนน	4 คะแนน
4 = เห็นด้วยบ้าง	4 คะแนน	3 คะแนน
5 = เห็นด้วย	5 คะแนน	2 คะแนน
6 = เห็นด้วยอย่างยิ่ง	6 คะแนน	1 คะแนน

2.2.1 การแปลผล

แบบวัดการแก้ปัญหาที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นคิดคะแนนรวมทั้งฉบับ และคิดคะแนนเป็นด้านย่อย 3 ด้าน โดยนำคะแนนรวมมาหารด้วยจำนวนข้อในแต่ละด้าน ดังนี้ แบบวัดทั้งฉบับ 30 ข้อ ด้านความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหา 9 ข้อ รูปแบบการเข้าจัดการปัญหา-หลีกเลี่ยงปัญหา 12 ข้อ และด้านการควบคุมตนเอง 9 ข้อ คะแนนที่ได้เป็นคะแนนเฉลี่ย มีช่วงคะแนนตั้ง 1 ถึง 6 นำคะแนนเฉลี่ยดังกล่าวมาแปลผลตามเกณฑ์ดังตารางที่ 7

ตารางที่ 7 เกณฑ์การแปลผลแบบวัดการแก้ปัญหาที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น

คะแนนเฉลี่ย การแก้ปัญหา	หมายถึง
1.00-2.49	รับรู้ความสามารถของตนเองในการแก้ปัญหาในระดับต่ำ/ มีความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหาในระดับต่ำ/ มีแนวโน้มในการหลีกเลี่ยงปัญหาสูง/ ควบคุมตนเองในขณะที่แก้ปัญหาในระดับต่ำ
2.50-3.49	รับรู้ความสามารถของตนเองในการแก้ปัญหาในระดับปานกลางถึงค่อนข้างต่ำ/ มีความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหาในระดับปานกลางถึงค่อนข้างต่ำ/ มีแนวโน้มในการหลีกเลี่ยงปัญหาในระดับปานกลางถึงค่อนข้างสูง/ ควบคุมตนเองในขณะที่แก้ปัญหาในระดับปานกลางถึงค่อนข้างต่ำ
3.50-4.49	รับรู้ความสามารถของตนเองในการแก้ปัญหาในระดับปานกลางถึงค่อนข้างสูง/ มีความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหาในระดับปานกลางถึงค่อนข้างสูง/ มีแนวโน้มในการเข้าจัดการกับปัญหาในระดับปานกลางถึงค่อนข้างสูง/ ควบคุมตนเองในขณะที่แก้ปัญหาในระดับปานกลางถึงค่อนข้างสูง
4.50-6.00	รับรู้ความสามารถของตนเองในการแก้ปัญหาโดยรวมในระดับสูง/ มีความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหาในระดับสูง/ มีแนวโน้มในการเข้าจัดการกับปัญหาสูง/ ควบคุมตนเองในขณะที่แก้ปัญหาในระดับสูง

2.3 การพัฒนาแบบวัดการแก้ปัญหาสำหรับงานวิจัยในครั้งนี้

ผู้วิจัยพัฒนาแบบวัดการแก้ปัญหาจากแบบวัดการแก้ปัญหา (Problem Solving Inventory) ของ Heppner และ Petersen (1982) และจากแบบวัดการแก้ปัญหาที่พัฒนาโดย เขียวรัชย์ งามทิพย์วัฒนา และคณะ (2543) ดังขั้นตอนต่อไปนี้

1. ผู้วิจัยศึกษาแนวคิดทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา รวมทั้งศึกษาการพัฒนาแบบวัดการแก้ปัญหา (Problem Solving Inventory) ของ Heppner และ Petersen (1982)

2. ผู้วิจัยนำแบบวัดการแก้ปัญหา (Problem Solving Inventory) ของ Heppner และ Petersen (1982) และฉบับของเขียวรัชย์ งามทิพย์วัฒนา และคณะ มาแปลและเรียบเรียงภาษาใหม่ เพื่อให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง จากนั้นนำเสนออาจารย์ผู้ทรงคุณวุฒิ 2 ท่านเพื่อการตรวจพิจารณาปรับปรุงแก้ไขข้อความให้เหมาะสมยิ่งขึ้น

3. ในการพัฒนาแบบวัดในครั้งนี้ ผู้วิจัยพัฒนาข้อคำถามเพิ่มเติมตามกรอบแนวคิดของแบบวัดเดิม ซึ่งเมื่อรวมกับของเดิมแล้วได้ข้อคำถามทั้งสิ้น 41 ข้อ นำไปทดสอบกับนักศึกษามหาวิทยาลัย แล้วนำมาวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างรายข้อกับรายข้อที่เหลือโดยรวม และรายข้อกับรายข้อที่เหลือรวมในด้านย่อย (corrected item total correlation) เพื่อพิจารณาปรับปรุงแก้ไขข้อความและนำไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างจริงต่อไป

2.4 การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

2.4.1 การประเมินค่าความตรง (Validity)

ก. การประเมินค่าความตรงตามเนื้อหา (Content Validity)

ผู้วิจัยนำแบบวัดฉบับที่แปลและเรียบเรียงภาษา และพัฒนาข้อคำถามเพิ่มเติมดังกล่าวข้างต้น ไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 2 ท่าน คือ รองศาสตราจารย์ ดร. ชุมพร ยงกิตติกุล และรองศาสตราจารย์สุภาพพรรณ โคตรจรัส ตรวจสอบและปรับปรุงแก้ไขข้อความให้ถูกต้องตรงตามเนื้อหาและมีความเหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างมากขึ้น

ข. การประเมินค่าความตรงตามสภาพ (Concurrent Validity)

ผู้วิจัยนำแบบวัดที่ได้รับการพิจารณาและปรับปรุงแก้ไขข้อความให้ถูกต้องตรงตามเนื้อหาแล้วจำนวน 41 ข้อ ไปทดลองใช้กับนักศึกษา 73 คน จากนั้นผู้วิจัยทดสอบค่าที (t-test) ด้วยการทดสอบแบบกลุ่มอิสระโดยใช้กลุ่มคะแนนสูงและกลุ่มคะแนนต่ำร้อยละ 27 คัดเลือกข้อคำถามที่มีค่าอำนาจจำแนกสูงหรือมีค่า t มากกว่า 1.67 ขึ้นไป ที่ระดับนัยสำคัญ .05 แล้วนำมาวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างรายข้อกับรายข้อที่เหลือโดยรวม และรายข้อกับรายข้อที่เหลือรวมในด้านย่อย จากนั้นเสนอผู้ทรงคุณวุฒิทั้ง 2 ท่านพิจารณาตัดข้อความ จนเหลือข้อความทั้งสิ้น 30 ข้อ

ผู้วิจัยทดสอบค่าที (t-test) อีกครั้ง พบว่าข้อคำถาม 28 ข้อ มีค่า t มากกว่า 1.67 โดยมีค่า t อยู่ระหว่าง 1.81-8.38 จากนั้นวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างรายข้อกับรายข้อที่เหลือโดยรวมพบว่าข้อคำถามที่มีค่า r สูงกว่า 0.23 จำนวน 26 ข้อ โดยมีค่า r อยู่ระหว่าง 0.26-0.66 และวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างรายข้อกับรายข้อที่เหลือรวมในด้านย่อยพบว่าข้อคำถามที่มีค่า r สูงกว่า 0.23 จำนวน 29 ข้อ โดยมีค่า r อยู่ระหว่าง 0.25-0.67 จากนั้นผู้วิจัยดำเนินการปรับข้อคำถามที่มีค่า r ต่ำกว่า 0.23 และเสนอผู้ทรงคุณวุฒิทั้ง 2 ท่านเพื่อพิจารณาตรวจสอบ แล้วจึงนำไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างจริงต่อไป (แสดงในภาคผนวก ง.)

สรุปได้ว่ามีข้อคำถามที่นำมาใช้จริงจำนวน 30 ข้อ โดยเป็นข้อคำถามในด้านความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหา 9 ข้อ ด้านรูปแบบการเข้าจัดการปัญหา-หลีกเลี่ยงปัญหา 12 ข้อ และด้านการควบคุมตนเอง 9 ข้อ

ตารางที่ 8 ความเที่ยงของแบบวัดการแก้ปัญหาที่ใช้ในการวิจัย

มาตรวัด	Heppner และ Petersen (1982) (n = 150)		ผู้วิจัย, 2549 (ทดลองใช้) (n = 73)		ผู้วิจัย, 2549 (กลุ่มตัวอย่างจริง) (n = 577)	
	จำนวน ข้อ	ความ เที่ยง	จำนวน ข้อ	ความ เที่ยง	จำนวน ข้อ	ความ เที่ยง
ด้านความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหา	11	0.85	9	0.77	9	0.76
ด้านรูปแบบการเข้าจัดการปัญหา-หลักหนีปัญหา	16	0.84	12	0.85	12	0.79
ด้านการควบคุมตนเอง	5	0.72	9	0.67	9	0.62
รวมทั้งฉบับ	32	0.90	30	0.89	30	0.87

2.4.2 การประเมินค่าความเที่ยง (Reliability)

ผู้วิจัยนำแบบวัดการแก้ปัญหาจำนวน 30 ข้อที่ได้จากนักศึกษา 73 คน มาวิเคราะห์หาค่าความเที่ยง โดยวิธีการหาค่าความสอดคล้องภายใน (internal consistency) ด้วยสูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาครอนบาค (Cronbach's Alpha coefficient) ได้ค่าความเที่ยงทั้งฉบับเท่ากับ 0.89 ค่าความเที่ยงด้านความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหาเท่ากับ 0.77 ค่าความเที่ยงด้านรูปแบบการเข้าจัดการปัญหา-หลักหนีปัญหาเท่ากับ 0.85 และค่าความเที่ยงด้านการควบคุมตนเองเท่ากับ 0.67

3. แบบวัดการเผชิญปัญหา

แบบวัดการเผชิญปัญหาที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยพัฒนาจากแบบวัดการเผชิญปัญหาของสุภาพรพรณ โคตรจรัส และชุมพร ยงกิตติกุล (2545) ซึ่งวัดการเผชิญปัญหาของวัยรุ่น และจากแบบวัดการเผชิญปัญหาของ กรกรวรรณ สุพรรณวรรษา เปรมพร มั่นเสมอ รัชนิย์ แก้วคำศรี และวารภรณ์ รัตนวิศิษฐกุล (2545) ซึ่งวัดการเผชิญปัญหาของนิสิต นักศึกษา

3.1 แบบวัดการเผชิญปัญหาของ กรกรวรรณ สุพรรณวรรษา เปรมพร มั่นเสมอ รัชนิย์ แก้วคำศรี และวารภรณ์ รัตนวิศิษฐกุล

3.1.1 ลักษณะของแบบวัดการเผชิญปัญหา

แบบวัดการเผชิญปัญหาเป็นแบบวัดที่ใช้วัดการเผชิญปัญหาของบุคคลพัฒนามาจากทฤษฎีความเครียดของลาซารัส (Folkman & Lazarus, 1984) แบบวัดการเผชิญปัญหาของ Carver, Scheier and Weintraub (1989) และแบบวัดการเผชิญปัญหาของ Frydenberg and Lewis (1993) แบบวัดการเผชิญปัญหานี้เป็นแบบวัดสำหรับรายงานตนเอง ใช้ประเมินแนวโน้มของแต่ละ

บุคคลในการใช้วิธีการเผชิญปัญหาเมื่อประสบปัญหาหรือความเครียด แบ่งเป็นการเผชิญปัญหา 3 รูปแบบ ประกอบด้วยกลวิธีการเผชิญปัญหา 17 วิธี มีข้อกระทงทั้งหมด 55 ข้อ ดังนี้

1. การมุ่งจัดการกับปัญหา (Problem-focused Coping) เป็นด้านที่แสดงถึงความพยายามในการจัดการกับปัญหาโดยตรง ประกอบด้วยวิธีการเผชิญปัญหา 8 วิธี รวม 27 ข้อดังนี้

1.1 การลงมือดำเนินการแก้ปัญหา (Active Coping, AC) และการวางแผน (Planning, P) ประกอบด้วย ข้อความที่แสดงถึงความพยายามในการลงมือแก้ปัญหาเพื่อจัดการกับสิ่งที่ก่อให้เกิดความเครียด รวมทั้งการวางแผนไปสู่การจัดการกับปัญหา รวม 5 ข้อ

1.2 การทำงานหนักและความสำเร็จในงาน (Work Hard and Achieve, W&A) เป็นการกระทำที่แสดงถึงความมุ่งมั่นสู่เป้าหมาย ความขยันหมั่นเพียร การทำงานหนักและทำให้สำเร็จ ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงความขยันหมั่นเพียร การทำงานหนักเพื่อให้ประสบความสำเร็จ รวม 3 ข้อ

1.3 การระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง (Suppression of Competing, SCA) เป็นการระงับสิ่งที่จะเข้ามารบกวนความใส่ใจในการเผชิญปัญหาอย่างเต็มที่ ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงการระงับสิ่งต่างๆที่จะมารบกวนความสนใจในการเผชิญปัญหาอย่างเต็มที่ รวม 3 ข้อ

1.4 การชะลอการเผชิญปัญหา (Restraint Coping, RC) เป็นการรอโอกาสที่เหมาะสมจึงจะลงมือทำ ต้องทำให้แน่ใจว่าจะไม่ทำให้เหตุการณ์เลวร้ายยิ่งขึ้นถ้าด่วนลงมือทำเสียก่อน ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงการรอคอยโอกาสที่เหมาะสมแล้วค่อยลงมือแก้ปัญหา รวม 3 ข้อ

1.5 การตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโต (Positive Reinterpretation and Growth, PR) เป็นการจัดการกับความกดดันทางอารมณ์มากกว่าจัดการเปลี่ยนสถานการณ์ โดยมองสถานการณ์นั้นในแง่มุมมองใหม่ในทางบวก มองหาว่าส่วนดีของเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น เรียนรู้จากประสบการณ์ที่ได้รับนั้น ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงการมองปัญหาหรือสถานการณ์ในทางบวก มองหาส่วนดี และเรียนรู้จากประสบการณ์ที่ได้รับ รวม 3 ข้อ

1.6 การยอมรับ (Acceptance, A) เป็นการยอมรับความเป็นจริงตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้น ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงการยอมรับความเป็นจริงตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้น รวม 3 ข้อ

1.7 การหาทางผ่อนคลาย (Relaxation, R) เป็นการทำกิจกรรมที่ชอบ ทำงานอดิเรก การดูแลสุขภาพร่างกาย หาความเพลิดเพลิน เพื่อการพักผ่อนหย่อนใจ ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงการพักผ่อนหย่อนใจ การทำกิจกรรมที่ชอบ รวม 4 ข้อ

1.8 การแสวงหาการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม (Seek to Belong, B) เป็นการปฏิบัติตนที่แสดงถึงความใส่ใจและเห็นความสำคัญในสัมพันธภาพกับผู้อื่น และสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงการใส่ใจ และการให้ความสำคัญกับสัมพันธภาพ รวม 3 ข้อ

2. การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม (Seeking Social Support) เป็นองค์ประกอบในการเผชิญปัญหาที่แสดงถึงความพยายามในการจัดการกับปัญหา โดยอาศัยแหล่งสนับสนุนต่างๆ ประกอบด้วยวิธีการเผชิญปัญหา 2 วิธี รวม 8 ข้อ ดังนี้

2.1 การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อแก้ปัญหา (Seeking Instrumental Social Support, SSIS) เป็นการขอคำปรึกษา ขอข้อมูลรายละเอียดเกี่ยวกับเหตุการณ์เพิ่มเติม ขอทราบแนวทางการเผชิญปัญหาจากผู้ที่เคยประสบเหตุการณ์เช่นเดียวกันหรือขอคำปรึกษาจากผู้เชี่ยวชาญ ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงการขอความช่วยเหลือจากแหล่งต่างๆ เพื่อให้การแก้ปัญหาบรรลุผล รวม 5 ข้อ

2.2 การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อกำลังใจ (Seeking Emotional Social Support, SESS) เป็นการพูดระบายความทุกข์เพื่อขอความเห็นใจ คำปลอบโยน รวมทั้งการหาที่พึ่งทางใจจากแหล่งต่างๆ เช่น ศาสนา ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงการพยายามพูดระบายเพื่อขอกำลังใจ และความเห็นอกเห็นใจ รวม 3 ข้อ

3. การหลีกเลี่ยง (Avoidance Coping) เป็นองค์ประกอบในการเผชิญปัญหาที่แสดงถึงความไม่สามารถจะจัดการกับปัญหาได้ โดยแสดงพฤติกรรมต่างๆ เพื่อหลีกเลี่ยงปัญหา ประกอบด้วย วิธีการเผชิญปัญหา 7 วิธี รวม 20 ข้อ ดังนี้

3.1 การปฏิเสธ (Denial, D) เป็นการปฏิเสธความจริงที่เกิดขึ้น และไม่สนใจต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงการปฏิเสธความจริงที่เกิดขึ้น รวม 2 ข้อ

3.2 การไม่เกี่ยวข้องทางพฤติกรรม (Behavioral Disengagement หรือ Not Coping, BD) เป็นการลดความพยายามในการแก้ไขปัญหา ไม่เข้าไปเกี่ยวข้องกับปัญหา เป็นพฤติกรรมที่แสดงถึงการช่วยตนเองไม่ได้ ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงการล้มเลิกความพยายามในการจัดการกับปัญหา รวม 3 ข้อ

3.3 การไม่เกี่ยวข้องทางความคิด (Mental Disengagement, MD) เป็นการลดความกดดันทางอารมณ์ด้วยการไม่คิดถึงปัญหา หรือเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด โดยหันไปทำกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง ไม่นำไปสู่การแก้ปัญหา หรือคิดว่าเหตุการณ์จะคลี่คลายได้เองหรือมีปาฏิหาริย์เกิดขึ้น ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงการลดความกดดันทางอารมณ์โดยไม่คิดถึงปัญหา หรือคิดว่าปัญหาจะคลี่คลายไปได้เอง รวม 3 ข้อ

3.4 การเก็บความรู้สึกไว้คนเดียว (Keep to Self, KS) เป็นการไม่เปิดเผยความคิด ความรู้สึกต่างๆ ของตนให้ผู้อื่นรู้ รวมทั้งหลีกเลี่ยงการพบปะผู้อื่น ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงการไม่เปิดเผยความรู้สึกต่างๆ ให้ผู้อื่นรู้ รวม 3 ข้อ

3.5 การตำหนิตนเอง (Self Blame, SB) เป็นการกระทำที่แสดงถึงการโทษตนเอง การตำหนิตนเอง ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงการโทษตนเอง ว่าตนเองผิดและเป็นต้นเหตุของปัญหา รวม 3 ข้อ

3.6 การเป็นกังวล (Worry, W) เป็นการแสดงถึงความกังวลในเหตุการณ์ หรือสถานการณ์ต่างๆ ทั้งในปัจจุบันและในอนาคต ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงความกังวลในเรื่องต่างๆ รวม 3 ข้อ

3.7 การระบายออกทางอารมณ์ (Focus on Venting of Emotion, FVE) เป็นการใส่ใจต่ออารมณ์ความรู้สึกที่มีและระบายความรู้สึกนั้นต่อสิ่งต่างๆ อาจทำให้หมกมุ่นกับอารมณ์นั้นมากขึ้น หรือไม่ก่อให้เกิดประโยชน์ใดๆ และอาจก่อให้เกิดอุปสรรคและปัญหามากขึ้น เช่น การร้องไห้ โวยวาย หงุดหงิด การใช้สุราหรือยา ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงการหาวิธีการระบายออกอย่างไม่ถูกวิธี และบางครั้งกลับทำให้ปัญหาเพิ่มมากขึ้น รวม 3 ข้อ

3.1.2 การประเมินคุณภาพของแบบวัด

1. การประเมินค่าความตรง (Validity)

1.1 การตรวจสอบความตรงตามสภาพ (Concurrent validity)

กรกรวรรณ สุพรรณวรรษา เปรมพร มั่นเสมอ รัชนิย์ แก้วคำศรี และ วราภรณ์ รัตนวิศิษฐ์กุล ตรวจสอบความตรงเชิงสภาพโดยดูค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมในแต่ละด้าน ซึ่งได้พิจารณาร่วมกับ รองศาสตราจารย์สุภาพรรณ โคตรจรัส และ รองศาสตราจารย์ ดร.ชุมพร ยงกิตติกุล พบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆทั้งหมดในแต่ละด้าน มีค่าอยู่ระหว่าง 0.23 - 0.71

ทดสอบค่าที (t-test) โดยทดสอบความแตกต่างระหว่างคะแนนของกลุ่มสูงกับกลุ่มต่ำร้อยละ 27 โดยคัดเลือกข้อคำถามที่มีค่าที่สูงกว่า 1.67 ขึ้นไป ที่ระดับนัยสำคัญ .05 พบว่ามีค่า t อยู่ระหว่าง 1.71-15.02 รวมข้อกระทงทั้งหมดของแบบวัดการเผชิญปัญหาจำนวน 55 ข้อ

2. การหาค่าความเที่ยง (Reliability)

ผู้พัฒนาแบบวัดการเผชิญปัญหาฉบับภาษาไทยทั้ง 4 ท่านนำคะแนนจากแบบวัดการเผชิญปัญหาทั้ง 55 ข้อที่ได้จากนักศึกษาจำนวน 125 คนไปหาค่าความเที่ยงโดยการหาค่าความสอดคล้องภายใน (internal consistency) ด้วยสูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ได้ค่าความเที่ยงของแบบวัดทั้งฉบับ เท่ากับ 0.82 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา เท่ากับ 0.85 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม เท่ากับ 0.84 และกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง เท่ากับ 0.75

3.1.3 การตอบแบบวัด และเกณฑ์การให้คะแนน

แบบวัดการเผชิญปัญหา มีข้อคำถาม 55 ข้อ มีลักษณะเป็นมาตราประเมินค่า (likert scale) ให้เลือกตอบ 5 ระดับ โดยผู้ตอบพิจารณาว่าเมื่อตนพบเหตุการณ์ที่ยุ่งยาก เป็นปัญหา หรือเมื่อรู้สึกเครียด โดยทั่วไปจะใช้วิธีใดบ้างในการโต้ตอบต่อความเครียด ซึ่งมีลักษณะและเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

1 = ไม่ทำเลย	หมายถึง	โดยทั่วไปฉันจะไม่ทำเช่นนั้นเลย	1 คะแนน
2 = ไม่ค่อยได้ทำ	หมายถึง	โดยทั่วไปฉันจะทำเช่นนั้นบ้างเล็กน้อย	2 คะแนน
3 = ทำและไม่ทำพอๆกัน	หมายถึง	โดยทั่วไปฉันจะทำเช่นนั้นในปริมาณปานกลาง	3 คะแนน
4 = ทำค่อนข้างบ่อย	หมายถึง	โดยทั่วไปฉันจะเช่นนั้นเป็นส่วนมาก	4 คะแนน
5 = ทำบ่อยมาก	หมายถึง	โดยทั่วไปฉันจะทำเช่นนั้นเป็นประจำ	5 คะแนน

3.1.4 การแปลผลแบบวัดการเผชิญปัญหา

นำคะแนนรวมในแต่ละด้านมาหารด้วยจำนวนข้อกระทงทั้งหมดของรายด้านนั้น โดยในด้านการมุ่งจัดการกับปัญหามีข้อกระทง 27 ข้อ ด้านการแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมีข้อกระทง 8 ข้อ และด้านการหลีกเลี่ยงมีข้อกระทง 20 ข้อ คะแนนที่ได้ออกมาจะเป็นคะแนนเฉลี่ย มีช่วงคะแนนตั้งแต่ 1 ถึง 5 แล้วนำคะแนนเฉลี่ยดังกล่าวมาแปลผลตามเกณฑ์ดังตารางที่ 9

ตารางที่ 9 การแปลผลแบบวัดการเผชิญปัญหา

คะแนนเฉลี่ยการเผชิญปัญหา	หมายถึง
1.00-2.49	ใช้การเผชิญปัญหาด้านนั้นในระดับต่ำ
2.50-3.49	ใช้การเผชิญปัญหาด้านนั้นในระดับปานกลาง
3.50-5.00	ใช้การเผชิญปัญหาด้านนั้นในระดับสูง

3.2 ลักษณะของแบบวัดการเผชิญปัญหาที่พัฒนาขึ้นในการวิจัยครั้งนี้

แบบวัดการเผชิญปัญหาประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 31 ข้อ มีลักษณะเป็นมาตราประเมินค่า (likert scale) ซึ่งมีให้เลือกตอบ 5 ระดับ โดยให้ผู้ตอบพิจารณาว่าเมื่อตนพบเหตุการณ์ที่ยุ่งยาก เป็นปัญหา หรือเมื่อรู้สึกเครียดโดยทั่วไปจะใช้วิธีใดบ้างในการโต้ตอบต่อความเครียด ให้เลือกตอบตั้งแต่ ไม่ทำเลย (1) หมายถึง โดยทั่วไปผู้ตอบจะไม่ทำเช่นนั้นเลย ไปจนถึง ทำบ่อยมาก (5) หมายถึง โดยทั่วไปผู้ตอบจะทำเช่นนั้นเป็นประจำ ให้คะแนนเป็นรายข้อ มีช่วงคะแนน 1 ถึง 5 คะแนน

แบบวัดการเผชิญปัญหา 31 ข้อ ในการวิจัยครั้งนี้ มุ่งวัดกลวิธีการเผชิญปัญหา 6 ด้าน ซึ่งจัดอยู่ในกลวิธีการเผชิญปัญหา 3 รูปแบบ ดังนี้

1. การมุ่งจัดการกับปัญหา (Problem Focus Coping) รวม 16 ข้อ ประกอบด้วย กลวิธีการเผชิญปัญหา 3 กลวิธี ได้แก่ การลงมือดำเนินการแก้ปัญหา และการวางแผน (Active Coping and Planning) 5 ข้อ การตีความหมายใหม่ในทางบวก และการเติบโต (Positive Reinterpretation and Growth) 6 ข้อ และการหาทางผ่อนคลาย (relaxation) 5 ข้อ
2. การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม (Seeking Social Support) รวม 7 ข้อ ประกอบด้วย การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อแก้ปัญหา และเพื่อกำลังใจ
3. การหลีกเลี่ยง (Avoidance) รวม 8 ข้อ ประกอบด้วย กลวิธีการเผชิญปัญหา 2 กลวิธี ได้แก่ การไม่เผชิญปัญหา (Not Coping) 5 ข้อ และการตำหนิตนเอง (Self Blame) 3 ข้อ

3.2.1 การแปลผล

หารคะแนนรวมแต่ละด้านด้วยจำนวนข้อของรายด้าน คะแนนที่ได้เป็นคะแนนเฉลี่ย มีช่วงคะแนนตั้งแต่ 1 ถึง 5 แปลผลคะแนนตามเกณฑ์ในตารางที่ 9

3.3 การพัฒนาแบบวัดการเผชิญปัญหาสำหรับงานวิจัยในครั้งนี้

ผู้วิจัยได้พัฒนาแบบวัดการเผชิญปัญหาจากแบบวัดการเผชิญปัญหาของ สุภาพรรณ โคตรจรัส และชุมพร ยงกิตติกุล (2545) และของ กรกวรรณ สุพรรณวรราชา เปรมพร มั่นเสมอ รัชนิย์ แก้วคำศรี และวารภรณ์ รัตนวิศิษฐกุล (2545) ตามขั้นตอน ดังนี้

1. ผู้วิจัยศึกษาแนวคิดทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเผชิญปัญหา รวมถึงแบบวัดการเผชิญปัญหาดังกล่าวข้างต้น เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาปรับปรุงข้อคำถามเพื่อให้มีความเหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง

2. ผู้วิจัยคัดเลือกข้อคำถามจากแบบวัดการเผชิญปัญหาดังกล่าวข้างต้น โดยเลือก คีศึกษากลวิธีย่อยต่าง ๆ ซึ่งจัดอยู่ในรูปแบบการเผชิญปัญหา 3 รูปแบบ ดังนี้

1. การมุ่งจัดการกับปัญหา (Problem Focus Coping) แบ่งเป็นด้านย่อย ดังนี้

- 1.1 การลงมือดำเนินการแก้ปัญหา (Active Coping) และการวางแผน (Planning)

- 1.2 การตีความหมายใหม่ในทางบวก และการเติบโต (Positive Reinterpretation and Growth) ซึ่งรวมข้อคำถามจากด้านการยอมรับ (Acceptance) ไว้ด้วย

- 1.3 การหาทางผ่อนคลาย (Relaxation)

2. การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม (Seeking Social Support) ประกอบด้วย การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อแก้ปัญหา และเพื่อกำลังใจ

3. กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง (Avoidance) แบ่งเป็นด้านย่อย ดังนี้

3.1 การไม่เผชิญปัญหา (Not Coping) ประกอบด้วยข้อคำถามจากด้านการปฏิเสธ (Denial) และการไม่เกี่ยวข้องทางพฤติกรรม (Not Coping)

3.2 การตำหนิตนเอง (Self Blame)

นำข้อคำถามดังกล่าวเสนอผู้ทรงคุณวุฒิ 2 ท่าน คือ รศ.ดร.ชุมพร ยงกิตติกุล และ รศ.สุภาพรรณ โคตรจรัส เพื่อพิจารณา

3. ผู้วิจัยนำข้อคำถามที่ผ่านการพิจารณาของผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 41 ข้อ ไปทดลองใช้กับนักศึกษามหาวิทยาลัย แล้วนำมาวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์รายข้อกับรายข้อที่เหลือโดยรวม และรายข้อกับรายข้อที่เหลือรวมในด้านย่อย (corrected item total correlation) เพื่อพิจารณาปรับปรุงแก้ไขข้อความและนำไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างจริงต่อไป

3.4 การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

3.4.1 การประเมินค่าความตรง (Validity)

ก. การประเมินค่าความตรงตามสภาพ (Concurrent Validity)

ผู้วิจัยนำแบบวัดที่คัดเลือกข้อคำถามตามด้านที่ต้องการศึกษาไปทดลองใช้กับนักศึกษามหาวิทยาลัยจำนวน 73 คน ทดสอบค่าที่ (t-test) ด้วยการทดสอบแบบกลุ่มอิสระโดยใช้กลุ่มคะแนนสูงและกลุ่มคะแนนต่ำร้อยละ 27 โดยคัดเลือกข้อคำถามที่มีค่าอำนาจจำแนกสูงหรือมีค่า t มากกว่า 1.67 ขึ้นไป ที่ระดับนัยสำคัญ .05 จากนั้นวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างรายข้อกับรายข้อที่เหลือในด้านใหญ่ และรายข้อกับรายข้อที่เหลือในด้านย่อย จากนั้นเสนอผู้ทรงคุณวุฒิทั้ง 2 ท่านพิจารณาตัดข้อความ จนเหลือข้อความทั้งสิ้น 30 ข้อ

ผู้วิจัยทดสอบค่าที่ (t-test) อีกครั้ง พบว่าข้อคำถาม 23 ข้อ มีค่า t มากกว่า 1.67 โดยมีค่า t อยู่ระหว่าง 1.76-5.42 จากนั้นวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างรายข้อกับรายข้อที่เหลือโดยรวมพบว่าข้อคำถามที่มีค่า r สูงกว่า 0.23 จำนวน 28 ข้อ โดยมีค่า r อยู่ระหว่าง 0.23-0.65 และวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างรายข้อกับรายข้อที่เหลือรวมในด้านย่อยพบว่าข้อคำถามที่มีค่า r สูงกว่า 0.23 จำนวน 29 ข้อ โดยมีค่า r อยู่ระหว่าง 0.23-0.65 จากนั้นผู้วิจัยดำเนินการปรับข้อคำถามที่มีค่า r ต่ำกว่า 0.23 พร้อมทั้งคิดข้อคำถามเพิ่มเติม 1 ข้อ เพื่อความครบถ้วนตามโครงสร้างของแบบวัด ได้ข้อคำถามทั้งสิ้น 31 ข้อ จากนั้นนำเสนอผู้ทรงคุณวุฒิทั้ง 2 ท่านเพื่อพิจารณาตรวจสอบ แล้วจึงนำแบบวัดไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างจริงต่อไป (แสดงในภาคผนวก ง.)

3.4.2 การประเมินค่าความเที่ยง (Reliability)

ผู้วิจัยนำแบบวัดการเผชิญปัญหาจำนวน 30 ข้อที่ได้จากนักศึกษา 73 คน มาวิเคราะห์หาค่าความเที่ยง โดยวิธีการหาค่าความสอดคล้องภายใน (internal consistency) ด้วยสูตร

สัมประสิทธิ์ อัลฟาครอนบาค (Cronbach's Alpha coefficient) ได้ค่าความเที่ยงทั้งฉบับ และด้านต่างๆ ดังแสดงในตารางที่ 10

ตารางที่ 10 ความเที่ยงของแบบวัดการเผชิญปัญหาที่ใช้ในการวิจัย

มาตรวัด	สุภาพรณ และชุมพร, 2545 (n = 2500)		กรกรวรรณ เปรมพร รัชนิย์ และวราภรณ์, 2545 (n = 125)		ผู้วิจัย, 2549 (ทดลองใช้) (n = 73)		ผู้วิจัย, 2549 (กลุ่มตัวอย่างจริง) (n = 577)	
	จำนวน ข้อ	ความ เที่ยง	จำนวน ข้อ	ความ เที่ยง	จำนวน ข้อ	ความ เที่ยง	จำนวน ข้อ	ความ เที่ยง
1. การมุ่งจัดการกับปัญหา	20	0.85	27	0.85	15	0.82	16	0.85
1.1 การลงมือดำเนินการแก้ปัญหา และการวางแผน	-	-	-	-	5	0.74	5	0.76
1.2 การตีความหมายใหม่ในทางบวก และการเติบโต	-	-	-	-	6	0.71	6	0.79
1.3 การหาทางผ่อนคลาย	-	-	-	-	4	0.68	5	0.66
2. การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม	4	0.63	8	0.84	7	0.74	7	0.80
3. การหลีกเลี่ยง	16	0.73	20	0.75	8	0.72	8	0.75
3.1 การไม่เผชิญปัญหา	-	-	-	-	5	0.67	5	0.63
3.2 การตำหนิตนเอง	-	-	-	-	3	0.73	3	0.72
รวมทั้งฉบับ	40	-	55	0.82	30	0.77	31	0.82

3.2 การวิจัยส่วนที่ 2

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยส่วนนี้ คือ แบบสัมภาษณ์กึ่งมีโครงสร้างที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นแล้ว พัฒนาให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้นจากผลการสัมภาษณ์นำร่อง เพื่อเป็นแนวคำถามในการสัมภาษณ์ โดย ตัวอย่างแนวคำถามที่ใช้ในการสัมภาษณ์จริง มีดังนี้

1. ที่ผ่านมาในชีวิต น้องได้พบกับปัญหาอะไรบ้าง และปัญหาใดที่น้องพบมากที่สุด
2. ปัญหาใดที่ทำให้หนักใจที่สุด
3. ส่วนใหญ่คิดว่าสามารถจัดการกับปัญหาที่เจอได้หรือเปล่าคะ
4. เมื่อพบกับปัญหา ปกติจัดการกับปัญหาเหล่านั้นอย่างไรบ้าง (ส่วนใหญ่ใช้วิธีอะไร และ ปัญหาแต่ละอย่างใช้วิธีจัดการแตกต่างกันหรือไม่)

5. ในขณะที่เผชิญหน้ากับปัญหาต่าง ๆ นั้น มีแหล่งกำลังใจจากที่ไหนบ้างหรือเปล่านั้น (ถามในกรณีที่ผู้ให้สัมภาษณ์ยังไม่ได้พูดถึงการสนับสนุนทางสังคม)
6. ส่วนมากเมื่อเผชิญกับปัญหา น้องเผชิญปัญหาด้วยตัวคนเดียวหรือได้ปรึกษาใครบ้างหรือเปล่านั้น
7. น้องมองว่าปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นส่งผลอย่างไรกับชีวิตบ้าง (ยกตัวอย่าง)

4. ขั้นตอนดำเนินการวิจัย

4.1 การวิจัยส่วนที่ 1

ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บข้อมูลตามขั้นตอน ดังนี้

4.1.1 ผู้วิจัยติดต่อขอหนังสือราชการจากคณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เพื่อขออนุญาตเก็บข้อมูลจากนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏในกรุงเทพมหานคร 2 แห่ง ได้แก่ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา และมหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา

4.1.2 ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

ผู้วิจัยเก็บข้อมูลด้วยตนเองจากมหาวิทยาลัยราชภัฏ 2 แห่ง ได้แก่ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา และมหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา โดยแจกแบบสอบถามทั้งสิ้น 680 ชุด จากนั้นนำแบบสอบถามดังกล่าวมาตรวจสอบความครบถ้วนในการตอบ รวมทั้งตรวจให้คะแนนได้แบบวัดที่มีความครบถ้วนสมบูรณ์ทั้งสิ้น 543 ชุด จากนั้นผู้วิจัยนำแบบวัดทั้ง 543 ฉบับ มาบันทึกคะแนนเพื่อรวบรวมข้อมูล และนำมาวิเคราะห์ด้วยวิธีการทางสถิติโดยโปรแกรมสำเร็จรูป SPSS

4.2 การวิจัยส่วนที่ 2

ผู้วิจัยเก็บข้อมูลด้วยตนเอง โดยการสัมภาษณ์แบบกึ่งมีโครงสร้างกับนักศึกษาที่สมัครใจยินดีให้ความร่วมมือในการสัมภาษณ์จำนวน 15 คน โดยจำแนกเป็นนักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นชาย 5 คน บทบาทความเป็นหญิง 5 คน และบทบาทความเป็นชายและหญิง 5 คน

1. การเตรียมการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยเลือกกลุ่มตัวอย่างที่จะสัมภาษณ์ตามเกณฑ์ที่กำหนด จากนั้นติดต่อทางโทรศัพท์เพื่อนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ที่จะสัมภาษณ์ โดยแนะนำตัว แจ้งถึงวัตถุประสงค์เพื่อขอความร่วมมือในการสัมภาษณ์ โดยก่อนการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยทำความเข้าใจกับข้อคำถาม พร้อมทั้งเตรียมอุปกรณ์บันทึกเสียง

2. ขั้นเริ่มการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยแนะนำตัว แจ้งวัตถุประสงค์ของการวิจัย การรักษาความลับของข้อมูล และขออนุญาตบันทึกเสียงการสัมภาษณ์ โดยผู้วิจัยชวนผู้รับการสัมภาษณ์พูดคุยในเรื่องทั่ว ๆ ไปก่อน เพื่อสร้างบรรยากาศความเป็นกันเองให้มากขึ้นก่อนการสัมภาษณ์

3. ขั้นสัมภาษณ์และบันทึกข้อมูล ใช้เวลาประมาณ 45-60 นาที โดยผู้วิจัยใช้แนวคำถามที่เตรียมไว้เป็นแนวทางในการสัมภาษณ์ ซึ่งสามารถยืดหยุ่นได้ตามสถานการณ์ ผู้วิจัยแสดงออกด้วยการตั้งใจฟัง สนใจ ใส่ใจ ยอมรับ เพื่อให้ผู้รับการสัมภาษณ์รู้สึกไว้วางใจ และเต็มใจที่จะเล่าประสบการณ์ตามความเป็นจริงของเขา

4. ขั้นสิ้นสุดการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยกล่าวขอบคุณผู้รับการสัมภาษณ์ที่ให้ความร่วมมือ และให้สมุดจดบันทึกเป็นการตอบแทนน้ำใจ

5. การวิเคราะห์ข้อมูล

5.1 การวิจัยส่วนที่ 1

การวิเคราะห์ข้อมูลในงานวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS ในการคำนวณและวิเคราะห์ค่าสถิติ ดังนี้

1. หาค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าเฉลี่ย (mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (standard deviation) ของคะแนนบทบาททางเพศ คะแนนการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา

2. วิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง (Two-way ANOVA) โดยมีตัวแปรอิสระ คือ เพศ และบทบาททางเพศ 4 แบบ คือ บทบาทความเป็นชาย บทบาทความเป็นหญิง บทบาทความเป็นชายและหญิง และบทบาททางเพศไม่เด่นชัด ตัวแปรตาม คือ การประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และกลวิธีการเผชิญปัญหา หากผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนพบความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่โดยวิธีการของ Dunnett's T3 และหากการวิเคราะห์ความแปรปรวนไม่พบความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่โดยวิธีการของ Scheffe

3. หาค่าความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา ด้วยวิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation)

5.2 การวิจัยส่วนที่ 2

ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

1. ถอดเทปบทสัมภาษณ์แบบคำต่อคำ (verbatim) จากกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด และตรวจสอบความถูกต้องด้วยการเปรียบเทียบกับการฟังเทปบันทึกบทสัมภาษณ์ซ้ำ

2. ในขั้นตอนของการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยจะอ่านบทสัมภาษณ์ทั้งหมดซ้ำหลาย ๆ รอบ แล้วถอดรหัสข้อความ (coding)

3. พิจารณาหาความหมายจากประสบการณ์ในการเผชิญและจัดการกับปัญหาของผู้ให้สัมภาษณ์ในด้านลักษณะของปัญหาที่ประสบ ความเชื่อมั่นในความสามารถของตนในการเผชิญปัญหา วิธีการที่ใช้ในการเผชิญปัญหา การเรียนรู้จากปัญหาที่ประสบ และระบุเนื้อหาสำคัญ (theme) ที่ได้จากการถอดเทปบทสัมภาษณ์

4. จัดหมวดหมู่ (categories) ของเนื้อหาสำคัญที่มีความเหมือนหรือคล้ายคลึงกัน และตั้งชื่อหมวดหมู่ตามลักษณะเนื้อหาสำคัญนั้นๆ

5. ตรวจสอบข้อมูล และความน่าเชื่อถือของผลการวิเคราะห์ข้อมูล ด้วยการนำบทสัมภาษณ์ที่ได้จากการถอดเทปแล้ว มาให้ผู้ที่มีความรู้ในด้านจิตวิทยา รวมถึงมีความรู้ ความเข้าใจ และผ่านประสบการณ์ในด้านงานวิจัยเชิงคุณภาพ มาอ่านบทสัมภาษณ์ที่เป็นตัวอักษร (script) และทำการถอดรหัสข้อความ (coding) แล้วนำมาเปรียบเทียบความสอดคล้อง หรือความแตกต่างจากการถอดรหัสของผู้วิจัย จากนั้นผู้วิจัย และผู้ทำการตรวจสอบข้อมูลจะมาประชุม สรุปความคิดเห็นจากการถอดรหัสข้อความ โดยจะสรุปเล็กรหัสข้อความจากความคิดเห็นที่ตรงกัน ถำรหัสข้อความใดมีความเห็นต่างกันจะพิจารณาร่วมกันอีกครั้งเพื่อหาข้อสรุปใหม่จนได้ข้อสรุปที่ตรงกัน (peer debriefing)

บทที่ 4

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยจะนำเสนอเป็น 2 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา และ ส่วนที่ 2 เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามวัตถุประสงค์การวิจัย ดังนี้

การวิจัยส่วนที่ 1

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาบทบาททางเพศ การประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษามหาวิทยาลัย
2. เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษามหาวิทยาลัยชาย และหญิงที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน
3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และกลวิธีการเผชิญปัญหา

ตัวแปรในการวิจัย ประกอบด้วย

1. ตัวแปรอิสระ คือ เพศ และบทบาททางเพศ ซึ่งแบ่งออกเป็น 4 แบบ คือ บทบาทความเป็นชาย บทบาทความเป็นหญิง บทบาทความเป็นชายและหญิง และบทบาททางเพศไม่เด่นชัด
2. ตัวแปรตาม คือ
 - 2.1 การประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา ได้แก่ ค่าคะแนนการรับรู้ความสามารถของตนในการแก้ปัญหา ที่วัดจากแบบวัดการแก้ปัญหา ซึ่งประกอบด้วย 3 ด้าน ดังนี้
 - 2.1.1 ความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหา (Problem Solving Confidence)
 - 2.1.2 รูปแบบการเข้าจัดการปัญหา-หลีกเลี่ยงปัญหา (Approach-Avoidance Style)
 - 2.1.3 การควบคุมตนเอง (Personal Control)
 - 2.2 กลวิธีในการเผชิญปัญหา ได้แก่ ค่าคะแนนการเผชิญปัญหา ที่ได้จากแบบวัดการเผชิญปัญหา แบ่งออกเป็น 3 รูปแบบ และ 6 กลวิธี ดังนี้
 - 2.2.1 การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา (Problem-Focused Coping) ซึ่งมีกลวิธีย่อย ดังนี้
 - 2.2.1.1 การลงมือดำเนินการแก้ปัญหาและการวางแผน (Active Coping and

Planning)

2.2.1.2 การตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโต (Positive Reinterpretation and Growth)

2.2.1.3 การหาทางผ่อนคลาย (Relaxation)

2.2.2 การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม (Seeking Social Support) ประกอบด้วย การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อแก้ปัญหา และเพื่อกำลัใจ

2.2.3 การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง (Avoidance) ซึ่งมีกลวิธีย่อย ดังนี้

2.2.3.1 การไม่เผชิญปัญหา (Not Coping) ซึ่งประกอบด้วย การปฏิเสธ และการไม่แสดงออกทางพฤติกรรม

2.2.3.2 การตำหนิตนเอง (Self Blame)

การจำแนกกลุ่มตัวอย่างตามบทบาททางเพศ

นำคะแนนรวมในมาตรวัดความเป็นชาย และมาตรวัดความเป็นหญิงหารด้วยจำนวนข้อ กระทั่งทั้งหมดของมาตรวัดนั้น (30 ข้อ) ได้เป็นคะแนนเฉลี่ย มีช่วงคะแนนตั้งแต่ 1 ถึง 4 นำค่าเฉลี่ยที่ได้มาเรียงกันจากค่าน้อยไปหาค่ามาก ได้ค่ามัธยฐาน (Median) ซึ่งเป็นค่าตรงกลางของค่าเฉลี่ยของลักษณะความเป็นชาย และลักษณะความเป็นหญิง พิจารณาค่ามัธยฐานของค่าเฉลี่ยของคะแนนลักษณะความเป็นชาย และค่าเฉลี่ยของคะแนนลักษณะความเป็นหญิง ดังเกณฑ์ในตารางที่ 11

ตารางที่ 11 เกณฑ์การแปลผลคะแนนจากแบบวัดบทบาททางเพศ

		ลักษณะความเป็นหญิง (Femininity)	
		ต่ำกว่ามัธยฐาน	สูงกว่ามัธยฐาน
ลักษณะความเป็นชาย (Masculinity)	ต่ำกว่ามัธยฐาน	บทบาททางเพศไม่เด่นชัด (Undifferentiated)	บทบาทความเป็นหญิง (Feminine)
	สูงกว่ามัธยฐาน	บทบาทความเป็นชาย (Masculine)	บทบาทความเป็นชาย และหญิง (Androgyny)

1. ค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรทั้งหมด

1.1 บทบาททางเพศ และเพศ

กลุ่มตัวอย่างทั้งผู้ชายและผู้หญิงมีบทบาททางเพศตรงตามเพศของตนมากที่สุด และผู้หญิงมีบทบาทความเป็นชายและหญิงมากกว่าผู้ชาย ดังแสดงในตารางที่ 12

ตารางที่ 12 จำนวนและร้อยละ ของบทบาททางเพศจำแนกตามเพศ (n = 543)

บทบาททางเพศ	เพศ						รวม	
	ชาย			หญิง			จำนวน (n)	ร้อยละ
	จำนวน (n)	ร้อยละ ของ จำนวน กลุ่มตย. ทั้งหมด	ร้อยละ ของ จำนวน กลุ่มตย. เพศชาย	จำนวน (n)	ร้อยละ ของ จำนวน กลุ่มตย. ทั้งหมด	ร้อยละ ของ จำนวน กลุ่มตย. เพศหญิง		
บทบาทความเป็นชาย	161	29.7	75.23	23	4.2	7	184	33.9
บทบาทความเป็นหญิง	6	1.1	2.81	163	30.0	49.54	169	31.1
บทบาทความเป็นชายและหญิง	14	2.6	6.54	82	15.1	24.92	96	17.7
บทบาททางเพศไม่เด่นชัด	33	5.9	15.42	61	11.4	18.54	94	17.3
รวม	214	39.4	100	329	60.6	100	543	100

1.2 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนลักษณะความเป็นชาย และ ลักษณะความเป็นหญิง

ตารางที่ 13 ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนลักษณะความเป็นชาย และ คะแนนลักษณะความเป็นหญิง จำแนกตามบทบาททางเพศ และเพศ (n = 543)

บทบาททางเพศ	เพศ								รวม			
	ชาย				หญิง				ชาย		หญิง	
	ลักษณะความ เป็นชาย	ลักษณะความ เป็นหญิง	ลักษณะความ เป็นชาย	ลักษณะความ เป็นหญิง	ลักษณะความ เป็นชาย	ลักษณะความ เป็นหญิง	ลักษณะความ เป็นชาย	ลักษณะความ เป็นหญิง	M	SD	M	SD
ค่ามัธยฐานที่ใช้เป็นเกณฑ์ในการแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 4 กลุ่มในการวิจัยครั้งนี้								2.13		2.47		
บทบาทความเป็นชาย	2.63	0.30	1.90	0.31	2.42	0.25	2.28	0.14	2.60	0.30	1.94	0.32
บทบาทความเป็นหญิง	1.69	0.31	2.81	0.15	1.81	0.22	2.83	0.26	1.81	0.23	2.82	0.26
บทบาทความเป็นชายและหญิง	2.78	0.30	2.76	0.30	2.40	0.22	2.92	0.25	2.46	0.27	2.90	0.26
บทบาททางเพศไม่เด่นชัด	1.88	0.19	1.78	0.33	1.72	0.25	2.22	0.20	1.78	0.24	2.06	0.33
รวม	2.50	0.42	1.96	0.41	1.98	0.37	2.70	0.36	2.19	0.46	2.41	0.53

เมื่อพิจารณาค่ามัธยฐานที่ใช้เป็นเกณฑ์ในการแบ่งกลุ่มตัวอย่างในครั้งนี้ออกเป็น 4 กลุ่มตาม บทบาททางเพศ และคะแนนรวมเฉลี่ยของลักษณะความเป็นชาย และลักษณะความเป็นหญิง ของ กลุ่มตัวอย่างทั้งผู้ชายและผู้หญิง ในตารางที่ 13 จะเห็นว่า ผู้ชายส่วนใหญ่มีบทบาทความเป็นชาย ในขณะที่เดียวกัน ผู้หญิงส่วนใหญ่ก็มีบทบาทความเป็นหญิง สอดคล้องกับข้อมูลในตารางที่ 12

1.3 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการรับรู้ความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และกลวิธีการเผชิญปัญหา

ตารางที่ 14 ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และกลวิธีการเผชิญปัญหา

ตัวแปร	M	SD
การรับรู้ความสามารถของตนในการแก้ปัญหา	4.08	0.47
1. ความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหา	4.24	0.55
2. รูปแบบการเข้าจัดการปัญหา-หลีกเลี่ยงปัญหา	4.29	0.55
3. การควบคุมตนเอง	3.65	0.55
กลวิธีการเผชิญปัญหา		
1. กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา	3.74	0.48
1.1 การลงมือดำเนินการแก้ปัญหาและการวางแผน	3.60	0.56
1.2 การตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโต	3.91	0.54
1.3 การหาทางผ่อนคลายเป็น	3.69	0.65
2. กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม	3.55	0.70
3. กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง	2.57	0.57
3.1 การไม่เผชิญปัญหา	2.48	0.60
3.2 การตำหนิตนเอง	2.71	0.77

เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการรับรู้ความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และกลวิธีการเผชิญปัญหา ในตารางที่ 14 พบว่า นักศึกษามหาวิทยาลัยโดยรวมรับรู้ว่าคุณมีความสามารถในการแก้ปัญหาในระดับค่อนข้างสูง โดยมีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนในการแก้ปัญหาค่อนข้างมาก ส่วนใหญ่จะเข้าจัดการกับปัญหามากกว่าหลีกเลี่ยง และควบคุมทั้งอารมณ์และพฤติกรรมของตนในขณะที่แก้ปัญหาได้ในระดับปานกลาง ส่วนกลวิธีการเผชิญปัญหานั้น นักศึกษาใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาทั้ง 3 กลวิธี และใช้การแสวงหาการ

สนับสนุนทางสังคมในระดับสูง ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงในระดับค่อนข้างต่ำ โดยใช้วิธีไม่เผชิญปัญหาในระดับต่ำ และตำหนิตนเองในระดับปานกลาง

1.4 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนคุณลักษณะความเป็นชาย คุณลักษณะความเป็นหญิง การประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และกลวิธีการ เผชิญปัญหา

ตารางที่ 15 ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนคุณลักษณะความเป็นชาย
คุณลักษณะความเป็นหญิง คะแนนการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา
และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษา จำแนกตามบทบาททางเพศ และเพศ

ตัวแปร	จำนวน		ค่าคะแนน				การประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา								
			คุณลักษณะ ความเป็น ชาย		คุณลักษณะ ความเป็น หญิง		การรับรู้ความ สามารถของ ตนในการ แก้ปัญหา		ความเชื่อมั่น ในการ แก้ปัญหา		รูปแบบการ เข้าจัดการ- หลีกเลี่ยง ปัญหา		การควบคุม ตนเอง		
	คน	ร้อยละ	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	
บทบาททางเพศ															
บทบาทความเป็นชาย	184	33.9	2.60	0.30	1.94	0.32	4.11	0.46	4.27	0.54	4.29	0.55	3.70	0.53	
บทบาทความเป็นหญิง	169	31.1	1.81	0.23	2.82	0.26	4.10	0.44	4.26	0.52	4.30	0.51	3.68	0.55	
บทบาทความเป็นชาย และหญิง	96	17.7	2.46	0.27	2.90	0.26	4.14	0.52	4.32	0.59	4.38	0.61	3.64	0.59	
บทบาททางเพศไม่เด่นชัด	94	17.3	1.78	0.24	2.06	0.33	3.94	0.46	4.06	0.54	4.16	0.56	3.52	0.54	
เพศ															
ชาย	214	39.4	2.50	0.42	1.96	0.41	4.12	0.49	4.27	0.59	4.30	0.58	3.72	0.53	
หญิง	329	60.6	1.98	0.37	2.70	0.36	4.06	0.47	4.22	0.54	4.28	0.54	3.61	0.56	
รวม	543	100	2.19	0.46	2.41	0.53	4.08	0.47	4.24	0.55	4.29	0.55	3.65	0.55	

ตารางที่ 15 (ต่อ)

ตัวแปร	จำนวน		ค่าคะแนน				กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา								
			คุณลักษณะ ความเป็น ชาย		คุณลักษณะ ความเป็น หญิง		การมุ่ง จัดการกับ ปัญหา โดยรวม		การลงมือ ดำเนินการ แก้ปัญหา และการ วางแผน		การ ตีความหมาย ใหม่ใน ทางบวกและ การเติบโต		การหาทาง ผ่อนคลาย		
			คน	ร้อยละ	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M
บทบาททางเพศ															
บทบาทความเป็นชาย	184	33.9	2.60	0.30	1.94	0.32	3.82	0.45	3.64	0.55	3.96	0.55	3.84	0.63	
บทบาทความเป็นหญิง	169	31.1	1.81	0.23	2.82	0.26	3.71	0.44	3.59	0.52	3.93	0.49	3.58	0.64	
บทบาทความเป็นชาย และหญิง	96	17.7	2.46	0.27	2.90	0.26	3.87	0.45	3.78	0.55	4.00	0.51	3.82	0.61	
บทบาททางเพศไม่เด่นชัด	94	17.3	1.78	0.24	2.06	0.33	3.50	0.53	3.35	0.59	3.66	0.61	3.47	0.66	
เพศ															
ชาย	214	39.4	2.50	0.42	1.96	0.41	3.80	0.49	3.65	0.58	3.93	0.57	3.81	0.67	
หญิง	329	60.6	1.98	0.37	2.70	0.36	3.70	0.47	3.56	0.54	3.89	0.52	3.61	0.62	
รวม	543	100	2.19	0.46	2.41	0.53	3.74	0.48	3.60	0.56	3.91	0.54	3.69	0.65	
ตัวแปร	จำนวน		ค่าคะแนน				กลวิธีการ เผชิญปัญหา แบบแสวงหา การสนับสนุน ทางสังคม		กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง						
			คุณลักษณะ ความเป็น ชาย		คุณลักษณะ ความเป็น หญิง				การหลีกเลี่ยง โดยรวม		การไม่เผชิญ ปัญหา		การตำหนิ ตนเอง		
			คน	ร้อยละ	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M
บทบาททางเพศ															
บทบาทความเป็นชาย	184	33.9	2.60	0.30	1.94	0.32	3.39	0.71	2.50	0.58	2.40	0.62	2.66	0.81	
บทบาทความเป็นหญิง	169	31.1	1.81	0.23	2.82	0.26	3.75	0.67	2.56	0.52	2.48	0.56	2.68	0.71	
บทบาทความเป็นชาย และหญิง	96	17.7	2.46	0.27	2.90	0.26	3.65	0.62	2.72	0.61	2.63	0.63	2.87	0.79	
บทบาททางเพศไม่เด่นชัด	94	17.3	1.78	0.24	2.06	0.33	3.37	0.70	2.57	0.57	2.50	0.59	2.68	0.78	
เพศ															
ชาย	214	39.4	2.50	0.42	1.96	0.41	3.35	0.70	2.52	0.58	2.42	0.61	2.68	0.80	
หญิง	329	60.6	1.98	0.37	2.70	0.36	3.67	0.67	2.60	0.56	2.52	0.59	2.72	0.75	
รวม	543	100	2.19	0.46	2.41	0.53	3.55	0.70	2.57	0.57	2.48	0.60	2.71	0.77	

2. การประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และกลวิธีการเผชิญปัญหา ของนักศึกษามหาวิทยาลัย จำแนกตามบทบาททางเพศ และเพศ

2.1 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของคะแนนการประเมินความสามารถ ของตนในการแก้ปัญหา จำแนกตามบทบาททางเพศ และเพศ

ตารางที่ 16 ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนการประเมินความสามารถ
ของตนในการแก้ปัญหา จำแนกตามบทบาททางเพศ และเพศ

ตัวแปรต้น			n	การประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา							
				การรับรู้ ความสามารถ ของตนในการ แก้ปัญหา		ความเชื่อมั่น ในการ แก้ปัญหา		รูปแบบการ เข้าจัดการ- หลีกเลี่ยง ปัญหา		การควบคุม ตนเอง	
				M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
บทบาท ทางเพศ และ เพศ	บทบาทความ เป็นชาย	ชาย	161	4.13	0.46	4.30	0.54	4.32	0.55	3.72	0.52
		หญิง	23	3.96	0.46	4.11	0.49	4.14	0.58	3.56	0.54
		รวม	184	4.11	0.46	4.27	0.54	4.29	0.55	3.70	0.53
	บทบาทความ เป็นหญิง	ชาย	6	4.28	0.89	4.56	1.02	4.33	0.96	3.94	1.01
		หญิง	163	4.09	0.42	4.25	0.50	4.30	0.49	3.67	0.53
		รวม	169	4.10	0.44	4.26	0.52	4.30	0.51	3.68	0.55
	บทบาทความ เป็นชายและ หญิง	ชาย	14	4.12	0.62	4.27	0.86	4.30	0.67	3.73	0.56
		หญิง	82	4.14	0.50	4.33	0.54	4.39	0.61	3.63	0.59
		รวม	96	4.14	0.52	4.32	0.59	4.38	0.61	3.64	0.59
	บทบาททาง เพศไม่เด่นชัด	ชาย	33	4.01	0.48	4.06	0.60	4.22	0.66	3.67	0.40
		หญิง	61	3.90	0.44	4.06	0.51	4.13	0.50	3.44	0.59
		รวม	94	3.94	0.46	4.06	0.54	4.16	0.56	3.52	0.54
รวม			543	4.08	0.47	4.24	0.55	4.29	0.55	3.65	0.55

ตารางที่ 17 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของคะแนนการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา จำแนกตามบทบาททางเพศ และเพศ

ตัวแปรตาม	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	Levene's F Test	ผลการทดสอบค่าเฉลี่ยรายคู่
การรับรู้ความสามารถของตนในการแก้ปัญหา	บทบาททางเพศ	2.80	3	0.93	4.32**		mas>un*, fem>un*, and>un* (ตารางที่ 18)
	เพศ	0.76	1	0.76	3.51		-
	บทบาททางเพศ*เพศ	0.33	3	0.11	0.52		-
	ความคลาดเคลื่อน	115.32	535	0.22		2.68*	
	รวม	118.85	542				
ความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหา	บทบาททางเพศ	4.10	3	1.37	4.64**		mas>un*, fem>un*, and>un* (ตารางที่ 19)
	เพศ	0.40	1	0.40	1.36		-
	บทบาททางเพศ*เพศ	0.89	3	0.30	1.00		-
	ความคลาดเคลื่อน	157.81	535	0.30		2.24*	
	รวม	163.03	542				
รูปแบบการเข้าจัดการ-หลีกหนีปัญหา	บทบาททางเพศ	2.66	3	0.89	2.91*		ไม่มีนัยสำคัญ (ตารางที่ 20)
	เพศ	0.38	1	0.38	1.24		-
	บทบาททางเพศ*เพศ	0.54	3	0.18	0.59		-
	ความคลาดเคลื่อน	163.07	535	0.31		2.80*	
	รวม	166.33	542				
การควบคุมตนเอง	บทบาททางเพศ	2.53	3	0.84	2.82*		ไม่มีนัยสำคัญ (ตารางที่ 21)
	เพศ	2.09	1	2.09	6.98**		ชาย > หญิง*
	บทบาททางเพศ*เพศ	0.18	3	0.06	0.20		-
	ความคลาดเคลื่อน	159.95	535	0.30		1.30	
	รวม	164.32	542				

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

ค่าเฉลี่ยของคะแนนการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหาดังแสดงในตารางที่ 16 และผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางในตารางที่ 17 พบว่า

2.1.1 กลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาทความเป็นชาย (M = 4.11) บทบาทความเป็นหญิง (M = 4.10) และบทบาทความเป็นชายและหญิง (M = 4.14) รับรู้ความสามารถของตนในการ

แก้ปัญหาก็ไม่แตกต่างกัน แต่แตกต่างจากกลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศไม่เด่นชัด ($M = 3.94$) โดยกลุ่มตัวอย่างทั้ง 3 กลุ่มรับรู้ว่าคุณมีความสามารถในการแก้ปัญหามากกว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศไม่เด่นชัดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังผลการทดสอบค่าเฉลี่ยรายคู่ในตารางที่ 18

2.1.2 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างบทบาททางเพศ และเพศ ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 18 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 คะแนนการรับรู้ความสามารถของตนในการแก้ปัญหากลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน

บทบาททางเพศ	n	M	SD	คะแนนการรับรู้ความสามารถของตนในการแก้ปัญหากลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน			
				1	2	3	4
1. บทบาทความเป็นชาย	184	4.11	0.46				
2. บทบาทความเป็นหญิง	169	4.10	0.44	~			
3. บทบาทความเป็นชายและหญิง	96	4.14	0.52	~	~		
4. บทบาททางเพศไม่เด่นชัด	94	3.94	0.46	1 > 4*	2 > 4*	3 > 4*	

* $p < .05$

ตารางที่ 19 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 คะแนนการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหาด้านความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหากลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน

บทบาททางเพศ	n	M	SD	คะแนนการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหาด้านความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหากลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน			
				1	2	3	4
1. บทบาทความเป็นชาย	184	4.27	0.54				
2. บทบาทความเป็นหญิง	169	4.26	0.52	~			
3. บทบาทความเป็นชายและหญิง	96	4.32	0.59	~	~		
4. บทบาททางเพศไม่เด่นชัด	94	4.06	0.54	1 > 4*	2 > 4*	3 > 4*	

* $p < .05$

2.1.3 กลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาทความเป็นชาย ($M = 4.27$) บทบาทความเป็นหญิง ($M = 4.26$) และบทบาทความเป็นชายและหญิง ($M = 4.32$) มีความเชื่อมั่นในความสามารถของตน

ในการแก้ปัญหาไม่แตกต่างกัน แต่แตกต่างจากกลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศไม่เด่นชัด ($M = 4.06$) โดยกลุ่มตัวอย่างทั้ง 3 กลุ่มมีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองในการแก้ปัญหามากกว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศไม่เด่นชัดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังผลการทดสอบค่าเฉลี่ยรายคู่ในตารางที่ 19

2.1.4 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างบทบาททางเพศ และเพศ ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 20 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 คะแนนการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา ด้านการเข้าจัดการปัญหา-หลีกเลี่ยงปัญหา ของกลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน

บทบาททางเพศ (ก)	บทบาททางเพศ (ข)	ความแตกต่างของค่าเฉลี่ย (ก-ข)	SE	Sig.
1. บทบาทความเป็นชาย	2. บทบาทความเป็นหญิง	-0.01	0.06	1.00
	3. บทบาทความเป็นชายและหญิง	-0.08	0.07	0.84
	4. บทบาททางเพศไม่เด่นชัด	0.13	0.07	0.30
2. บทบาทความเป็นหญิง	1. บทบาทความเป็นชาย	0.01	0.06	1.00
	3. บทบาทความเป็นชายและหญิง	-0.08	0.07	0.87
	4. บทบาททางเพศไม่เด่นชัด	0.14	0.07	0.24
3. บทบาทความเป็นชายและหญิง	1. บทบาทความเป็นชาย	0.08	0.07	0.84
	2. บทบาทความเป็นหญิง	0.08	0.07	0.87
	4. บทบาททางเพศไม่เด่นชัด	0.22	0.09	0.07
4. บทบาททางเพศไม่เด่นชัด	1. บทบาทความเป็นชาย	-0.13	0.07	0.30
	2. บทบาทความเป็นหญิง	-0.14	0.07	0.24
	3. บทบาทความเป็นชายและหญิง	-0.22	0.09	0.07

2.1.5 ผลหลักของตัวแปรบทบาททางเพศต่อการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหาด้านการเข้าจัดการปัญหา-หลีกเลี่ยงปัญหา แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 อย่างไรก็ตามเมื่อทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่ ด้วยวิธี Dunnett's T3 ดังตารางที่ 20 พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศต่างกัน ประเมินความสามารถของตนในการเข้าจัดการปัญหา-หลีกเลี่ยงปัญหาไม่แตกต่างกัน

2.1.6 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างบทบาททางเพศ และเพศ ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 21 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Scheffe คะแนนการประเมินความสามารถของตน ในการแก้ปัญหาด้านการควบคุมตนเอง ของกลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน

บทบาททางเพศ (ก)	บทบาททางเพศ (ข)	ความแตกต่างของ ค่าเฉลี่ย (ก-ข)	SE	Sig.
1. บทบาทความเป็นชาย	2. บทบาทความเป็นหญิง	0.02	0.06	0.98
	3. บทบาทความเป็นชายและหญิง	0.06	0.07	0.86
	4. บทบาททางเพศไม่เด่นชัด	0.18	0.07	0.09
2. บทบาทความเป็นหญิง	1. บทบาทความเป็นชาย	-0.02	0.06	0.98
	3. บทบาทความเป็นชายและหญิง	0.04	0.07	0.97
	4. บทบาททางเพศไม่เด่นชัด	0.15	0.07	0.19
3. บทบาทความเป็นชาย และหญิง	1. บทบาทความเป็นชาย	-0.06	0.07	0.86
	2. บทบาทความเป็นหญิง	-0.04	0.07	0.97
	4. บทบาททางเพศไม่เด่นชัด	0.12	0.08	0.53
4. บทบาททางเพศไม่ เด่นชัด	1. บทบาทความเป็นชาย	-0.18	0.07	0.09
	2. บทบาทความเป็นหญิง	-0.15	0.07	0.19
	3. บทบาทความเป็นชายและหญิง	-0.12	0.08	0.53

2.1.7 ผลหลักของตัวแปรบทบาททางเพศต่อ การประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหาด้านการควบคุมตนเอง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ผู้วิจัยจึงทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่ ด้วยวิธี Scheffe ดังตารางที่ 21 ซึ่งพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศต่างกัน มีความสามารถในการควบคุมตนเองในขณะแก้ปัญหาไม่แตกต่างกัน

2.1.8 ผู้ชาย ($M = 3.72$) มีความสามารถในการควบคุมตนเองในขณะแก้ปัญหา มากกว่าผู้หญิง ($M = 3.61$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.1.9 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างบทบาททางเพศ และเพศ ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.2 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา จำแนกตามบทบาททางเพศ และเพศ

ตารางที่ 22 ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา
ของนักศึกษา จำแนกตามบทบาททางเพศ และเพศ

ตัวแปรต้น			n	กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา							
				การมุ่งจัดการ กับปัญหา โดยรวม		การลงมือ ดำเนินการ แก้ปัญหาและ การวางแผน		การตีความ หมายใหม่ใน ทางบวกและ การเติบโต		การหาทาง ผ่อนคลาย	
						M	SD	M	SD		
บทบาท ทางเพศ และ เพศ	บทบาทความ เป็นชาย	ชาย	161	3.84	0.46	3.66	0.56	3.95	0.54	3.87	0.64
		หญิง	23	3.71	0.41	3.50	0.52	3.99	0.58	3.60	0.50
		รวม	184	3.82	0.45	3.64	0.55	3.96	0.55	3.84	0.63
	บทบาทความ เป็นหญิง	ชาย	6	3.72	0.58	3.77	0.79	4.28	0.61	3.00	0.55
		หญิง	163	3.71	0.44	3.58	0.51	3.92	0.48	3.60	0.63
		รวม	169	3.71	0.44	3.59	0.52	3.93	0.49	3.58	0.64
	บทบาทความ เป็นชายและ หญิง	ชาย	14	3.94	0.64	3.94	0.66	3.95	0.75	3.93	0.75
		หญิง	82	3.86	0.41	3.75	0.52	4.01	0.46	3.80	0.58
		รวม	96	3.87	0.45	3.78	0.55	4.00	0.51	3.82	0.61
	บทบาททาง เพศไม่เด่นชัด	ชาย	33	3.58	0.54	3.44	0.61	3.70	0.61	3.58	0.71
		หญิง	61	3.46	0.53	3.30	0.58	3.64	0.61	3.41	0.64
		รวม	94	3.50	0.53	3.35	0.59	3.66	0.61	3.47	0.66
รวม			543	3.74	0.48	3.60	0.56	3.91	0.54	3.69	0.65

ตารางที่ 22 (ต่อ)

ตัวแปรต้น			n	กลวิธีการ เผชิญปัญหา แบบแสวงหา การสนับสนุน ทางสังคม		กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง					
						การหลีกเลี่ยง โดยรวม		การไม่เผชิญ ปัญหา		การตำหนิ ตนเอง	
						M	SD	M	SD	M	SD
บทบาท ทางเพศ และ เพศ	บทบาทความ เป็นชาย	ชาย	161	3.35	0.71	2.47	0.56	2.38	0.60	2.62	0.79
		หญิง	23	3.71	0.65	2.65	0.72	2.49	0.72	2.93	0.88
		รวม	184	3.39	0.71	2.50	0.58	2.40	0.62	2.66	0.81
	บทบาทความ เป็นหญิง	ชาย	6	3.07	0.64	2.38	0.55	2.10	0.45	2.83	0.78
		หญิง	163	3.78	0.66	2.56	0.52	2.49	0.56	2.68	0.71
		รวม	169	3.75	0.67	2.56	0.52	2.48	0.56	2.68	0.71
	บทบาทความ เป็นชายและ หญิง	ชาย	14	3.53	0.57	2.91	0.65	2.76	0.55	3.17	0.95
		หญิง	82	3.67	0.62	2.68	0.60	2.60	0.64	2.82	0.76
		รวม	96	3.65	0.62	2.72	0.61	2.63	0.63	2.87	0.79
	บทบาททาง เพศไม่เด่นชัด	ชาย	33	3.29	0.69	2.63	0.58	2.55	0.62	2.76	0.74
		หญิง	61	3.41	0.71	2.54	0.57	2.48	0.57	2.64	0.81
		รวม	94	3.37	0.70	2.57	0.57	2.50	0.59	2.68	0.78
รวม			543	3.55	0.70	2.57	0.57	2.48	0.60	2.71	0.77

ตารางที่ 23 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา จำแนกตาม
บทบาททางเพศ และเพศ

ตัวแปรตาม	แหล่งความ แปรปรวน	SS	df	MS	F	Levene's F Test	ผลการทดสอบ ค่าเฉลี่ยรายคู่
การมุ่งจัดการ กับปัญหา โดยรวม	บทบาททางเพศ	7.70	3	2.57	11.97***		mas>un*, fem>un*, and>un* (ตารางที่ 24)
	เพศ	0.58	1	0.58	2.72		-
	บทบาททางเพศ*เพศ	0.07	3	0.02	0.11		-
	ความคลาดเคลื่อน	114.72	535	0.21		1.46	
	รวม	123.65	542				

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

ตารางที่ 23 (ต่อ)

ตัวแปรตาม	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	Levene's F Test	ผลการทดสอบ ค่าเฉลี่ยรายคู่
การลงมือ ดำเนินการ แก้ปัญหาและ การวางแผน	บทบาททางเพศ	9.98	3	3.33	11.12***		mas>un*, fem>un*, and>un* (ตารางที่ 25)
	เพศ	1.58	1	1.58	5.26*		ชาย > หญิง*
	บทบาททางเพศ*เพศ	0.03	3	0.01	0.03		-
	ความคลาดเคลื่อน	160.05	535	0.30		1.06	
	รวม	170.92	542				
การ ตีความหมาย ใหม่ใน ทางบวกและ การเติบโต	บทบาททางเพศ	6.94	3	2.31	8.13***		mas>un*, fem>un*, and>un* (ตารางที่ 26)
	เพศ	0.05	1	0.05	0.17		-
	บทบาททางเพศ*เพศ	0.84	3	0.28	0.99		-
	ความคลาดเคลื่อน	152.20	535	0.28		1.78	
	รวม	160.09	542				
การหาทาง ผ่อนคลาย	บทบาททางเพศ	8.37	3	2.79	7.07***		mas>fem*, mas>un*, and>fem*, and>un* (ตารางที่ 27)
	เพศ	0.85	1	0.85	2.17		-
	บทบาททางเพศ*เพศ	3.54	3	1.18	3.00*		(ตารางที่ 28 ภาพที่ 3)
	ความคลาดเคลื่อน	210.96	535	0.39		1.30	
	รวม	227.45	542				
กลวิธีการ เผชิญปัญหา แบบแสวงหา การสนับสนุน ทางสังคม	บทบาททางเพศ	5.10	3	1.70	3.72*		fem>mas*, fem>un*, and>mas*, and>un* (ตารางที่ 29)
	เพศ	4.16	1	4.16	9.11**		หญิง > ชาย*
	บทบาททางเพศ*เพศ	1.99	3	0.66	1.46		-
	ความคลาดเคลื่อน	244.33	535	0.46		0.76	
	รวม	266.06	542				
กลวิธีการ เผชิญปัญหา แบบหลีกเลี่ยง	บทบาททางเพศ	2.40	3	0.80	2.49		-
	เพศ	0.00	1	0.00	0.001		-
	บทบาททางเพศ*เพศ	1.62	3	0.54	1.68		-
	ความคลาดเคลื่อน	171.63	535	0.32		0.53	
	รวม	176.33	542				

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

ตารางที่ 23 (ต่อ)

ตัวแปรตาม	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	Levene's F Test	ผลการทดสอบ ค่าเฉลี่ยรายคู่
การ ไม่เผชิญปัญหา	บทบาททางเพศ	2.24	3	0.75	2.09	0.47	-
	เพศ	0.02	1	0.02	0.06		-
	บทบาททางเพศ*เพศ	1.47	3	0.49	1.36		-
	ความคลาดเคลื่อน	191.54	535	0.36			
	รวม	196.37	542				
การ ตำหนิตนเอง	บทบาททางเพศ	2.87	3	0.96	1.62	0.73	-
	เพศ	0.04	1	0.04	0.06		-
	บทบาททางเพศ*เพศ	3.73	3	1.24	2.10		-
	ความคลาดเคลื่อน	316.49	535	0.59			
	รวม	323.28	542				

*p<.05

ค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาดังแสดงในตารางที่ 22 และผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางในตารางที่ 23 พบว่า

2.2.1 กลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาทความเป็นชาย (M = 3.82) บทบาทความเป็นหญิง (M = 3.71) และบทบาทความเป็นชายและหญิง (M = 3.87) ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาไม่แตกต่างกัน แต่แตกต่างจากกลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศไม่เด่นชัด (M = 3.50) โดยกลุ่มตัวอย่างทั้ง 3 กลุ่มใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาดังกล่าวมากกว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศไม่เด่นชัด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังผลการทดสอบค่าเฉลี่ยรายคู่ในตารางที่ 24

ตารางที่ 24 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Scheffe คะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาโดยรวม ของกลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน

บทบาททางเพศ	n	M	SD	คะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาโดยรวม			
				1	2	3	4
1. บทบาทความเป็นชาย	184	3.82	0.45				
2. บทบาทความเป็นหญิง	169	3.71	0.44	~			
3. บทบาทความเป็นชายและหญิง	96	3.87	0.45	~	~		
4. บทบาททางเพศไม่เด่นชัด	94	3.50	0.53	1 > 4*	2 > 4*	3 > 4*	

*p<.05

2.2.2 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างบทบาททางเพศ และเพศ ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 25 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Scheffe คะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ด้านการลงมือดำเนินการแก้ปัญหาและการวางแผนของกลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน

บทบาททางเพศ	n	M	SD	คะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ด้านการลงมือดำเนินการแก้ปัญหาและการวางแผน			
				1	2	3	4
1. บทบาทความเป็นชาย	184	3.64	0.55				
2. บทบาทความเป็นหญิง	169	3.59	0.52	~			
3. บทบาทความเป็นชายและหญิง	96	3.78	0.55	~	~		
4. บทบาททางเพศไม่เด่นชัด	94	3.35	0.59	1 > 4*	2 > 4*	3 > 4*	

*p<.05

2.2.3 กลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาทความเป็นชาย (M = 3.64) บทบาทความเป็นหญิง (M = 3.59) และบทบาทความเป็นชายและหญิง (M = 3.78) ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาในด้านการลงมือดำเนินการแก้ปัญหาและการวางแผนไม่แตกต่างกัน แต่แตกต่างจากกลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศไม่เด่นชัด (M = 3.35) โดยกลุ่มตัวอย่างทั้ง 3 กลุ่มใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาดังกล่าวมากกว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศไม่เด่นชัดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังผลการทดสอบค่าเฉลี่ยรายคู่ในตารางที่ 25

2.2.4 ผู้ชาย (M = 3.65) ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ด้านการลงมือดำเนินการแก้ปัญหาและการวางแผนมากกว่าผู้หญิง (M = 3.57) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.2.5 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างบทบาททางเพศ และเพศ ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.2.6 กลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาทความเป็นชาย (M = 3.96) บทบาทความเป็นหญิง (M = 3.93) และบทบาทความเป็นชายและหญิง (M = 4.00) ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ด้านการตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโตไม่แตกต่างกัน แต่แตกต่างจากกลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศไม่เด่นชัด (M = 3.66) โดยกลุ่มตัวอย่างทั้ง 3 กลุ่มใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาดังกล่าวมากกว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศไม่เด่นชัด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังผลการทดสอบค่าเฉลี่ยรายคู่ในตารางที่ 26

2.2.7 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างบทบาททางเพศ และเพศไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 26 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Scheffe คะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ด้านการตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโตของกลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน

บทบาททางเพศ	n	M	SD	คะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ด้านการตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโต			
				1	2	3	4
1. บทบาทความเป็นชาย	184	3.96	0.55				
2. บทบาทความเป็นหญิง	169	3.93	0.49	~			
3. บทบาทความเป็นชายและหญิง	96	4.00	0.51	~	~		
4. บทบาททางเพศไม่เด่นชัด	94	3.66	0.61	1 > 4*	2 > 4*	3 > 4*	

*p<.05

2.2.8 กลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาทความเป็นชาย (M = 3.84) และบทบาทความเป็นชายและหญิง (M = 3.82) ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ด้านการหาทางผ่อนคลายมากกว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาทความเป็นหญิง (M = 3.58) และบทบาททางเพศไม่เด่นชัด (M = 3.47) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังผลการทดสอบค่าเฉลี่ยรายคู่ในตารางที่ 27 ตารางที่ 27 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Scheffe คะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ด้านการหาทางผ่อนคลาย ของกลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน

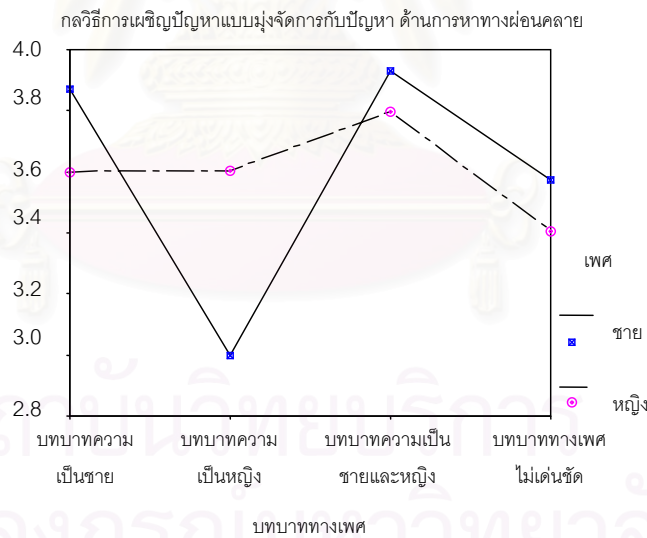
บทบาททางเพศ	n	M	SD	คะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ด้านการหาทางผ่อนคลาย			
				1	2	3	4
1. บทบาทความเป็นชาย	184	3.84	0.63				
2. บทบาทความเป็นหญิง	169	3.58	0.64	1 > 2*			
3. บทบาทความเป็นชายและหญิง	96	3.82	0.61	~	3 > 2*		
4. บทบาททางเพศไม่เด่นชัด	94	3.47	0.66	1 > 4*	~	3 > 4*	

*p<.05

ตารางที่ 28 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (Contrast Estimate) ของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ด้านการหาทางผ่อนคลายเป็นจำแนกตามบทบาททางเพศ และเพศ

บทบาททางเพศ	เพศ	n	M	SD	คะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา							
					ด้านการหาทางผ่อนคลายเป็นจำแนกตามบทบาททางเพศ และเพศ							
					1	2	3	4	5	6	7	8
1. บทบาทความเป็นชาย	ชาย	161	3.87	0.64		-	1>3*	1>4*	-	-	1>7*	1>8*
2. บทบาทความเป็นชาย	หญิง	23	3.60	0.50			2>3*	-	-	-	-	-
3. บทบาทความเป็นหญิง	ชาย	6	3.00	0.55				4>3*	5>3*	6>3*	7>3*	-
4. บทบาทความเป็นหญิง	หญิง	163	3.60	0.63					-	6>4*	-	4>8*
5. บทบาทความเป็นชายและหญิง	ชาย	14	3.93	0.75						-	-	5>8*
6. บทบาทความเป็นชายและหญิง	หญิง	82	3.80	0.58							-	6>8*
7. บทบาททางเพศไม่เด่นชัด	ชาย	33	3.58	0.71								-
8. บทบาททางเพศไม่เด่นชัด	หญิง	61	3.41	0.64								-

*p<.05



ภาพที่ 3 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างบทบาททางเพศ และเพศของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ด้านการหาทางผ่อนคลายเป็นจำแนกตามบทบาททางเพศ และเพศ

2.2.9 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างบทบาททางเพศและเพศ มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยผู้ชายที่มีบทบาทความเป็นชาย มีคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ด้านการหาทางผ่อนคลายเป็นจำแนกตามบทบาททางเพศ และเพศมากกว่าทั้งชายและหญิงที่มีบทบาทความเป็นหญิง และบทบาททางเพศไม่เด่นชัด และยังพบอีกว่า ผู้หญิงที่มีบทบาทความเป็นชาย และบทบาทความเป็นหญิง ทั้งชายและหญิงที่มี

บพบาทความเป็นชายและหญิง และผู้ชายที่มีบพบาททางเพศไม่เด่นชัด มีคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ด้านการหาทางผ่อนคลายมากกว่าผู้ชายที่มีบพบาทความเป็นหญิง นอกจากนี้ ผู้หญิงที่มีบพบาทความเป็นชายและหญิง มีคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาในด้านเดียวกันนี้ มากกว่าผู้หญิงที่มีบพบาทความเป็นหญิง ส่วนผู้หญิงที่มีบพบาททางเพศไม่เด่นชัด มีคะแนนในด้านนี้ต่ำกว่าผู้หญิงที่มีบพบาทความเป็นหญิง และทั้งชายและหญิงที่มีบพบาทความเป็นชายและหญิง ดังแสดงในตารางที่ 28 ภาพที่ 3

นอกจากนี้ยังพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เผชิญปัญหาด้วยการหาทางผ่อนคลายในระดับสูง ยกเว้น ชายที่มีบพบาทความเป็นหญิง ใช้กลวิธีดังกล่าวในระดับปานกลาง

ตารางที่ 29 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Scheffe คะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม ของกลุ่มตัวอย่างที่มีบพบาททางเพศแตกต่างกัน

บพบาททางเพศ	n	M	SD	คะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม			
				1	2	3	4
1. บพบาทความเป็นชาย	184	3.39	0.71				
2. บพบาทความเป็นหญิง	169	3.75	0.67	2 > 1*			
3. บพบาทความเป็นชายและหญิง	96	3.65	0.62	3 > 1*	~		
4. บพบาททางเพศไม่เด่นชัด	94	3.37	0.70	~	2 > 4*	3 > 4*	

*p<.05

2.2.10 กลุ่มตัวอย่างที่มีบพบาทความเป็นหญิง (M = 3.75) และบพบาทความเป็นชายและหญิง (M = 3.65) ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อแก้ปัญหา และเพื่อกำลังใจมากกว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีบพบาทความเป็นชาย (M = 3.39) และบพบาททางเพศไม่เด่นชัด (M = 3.37) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังผลการทดสอบค่าเฉลี่ยรายคู่ในตารางที่ 29

2.2.11 ผู้หญิง (M = 3.68) ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อแก้ปัญหา และเพื่อกำลังใจมากกว่าผู้ชาย (M = 3.34) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.2.12 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างบพบาททางเพศ และเพศ ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.2.13 กลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน ใช้กลวิธีการหลีกเลี่ยงปัญหาไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และปฏิสัมพันธ์ระหว่างบทบาททางเพศ และเพศไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.2.14 กลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน ใช้กลวิธีการหลีกเลี่ยงปัญหาโดยไม่เผชิญปัญหาไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และปฏิสัมพันธ์ระหว่างบทบาททางเพศ และเพศไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.2.15 กลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน ใช้กลวิธีการหลีกเลี่ยงปัญหาโดยการดำหนิตนเองไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และปฏิสัมพันธ์ระหว่างบทบาททางเพศ และเพศไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการหาค่าความสัมพันธ์ในตารางที่ 30 พบว่า

1. การรับรู้ความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และการประเมินความสามารถของตนในด้านย่อยทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหา รูปแบบการเข้าจัดการปัญหา และด้านการควบคุมตนเอง มีความสัมพันธ์ทางบวกกับ กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และกลวิธีการมุ่งจัดการกับปัญหาในด้านย่อยทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านการลงมือดำเนินการแก้ปัญหาและการวางแผน ด้านการตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโต และด้านการหาทางผ่อนคลาย ในขณะที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับกลวิธีการหลีกเลี่ยงปัญหาแบบหลีกเลี่ยงปัญหา และกลวิธีการหลีกเลี่ยงปัญหาในด้านย่อยทั้ง 2 ด้าน ได้แก่ การไม่เผชิญปัญหา และการดำหนิตนเอง

2. กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา การมุ่งจัดการกับปัญหาด้านย่อยทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านการลงมือดำเนินการแก้ปัญหาและการวางแผน ด้านการตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโต ด้านการหาทางผ่อนคลาย และกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์กันทางบวก ในขณะที่ กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และการมุ่งจัดการกับปัญหาทั้ง 3 ด้านมีความสัมพันธ์กันทางลบ กับ กลวิธีการหลีกเลี่ยงปัญหาแบบหลีกเลี่ยงปัญหา และการหลีกเลี่ยงปัญหาด้านการไม่เผชิญปัญหา

3. กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงปัญหา กลวิธีการหลีกเลี่ยงปัญหาด้านการไม่เผชิญปัญหา และการดำหนิตนเอง มีความสัมพันธ์กันทางบวก

4. กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการรับรู้ความสามารถของตนในการแก้ปัญหา การประเมินความสามารถของตนด้านความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหา และรูปแบบการเข้าจัดการปัญหา ในขณะที่ ไม่พบความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญระหว่างกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงปัญหา รวมทั้ง กลวิธีการหลีกเลี่ยงปัญหาด้านย่อยทั้ง 2 ด้าน ได้แก่ การไม่เผชิญปัญหา และการดำหนิตนเอง

3. ความสัมพันธ์ระหว่างการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และกลวิธีการเผชิญปัญหา

ตารางที่ 30 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนมาตรวัดความเป็นชาย มาตรวัดความเป็นหญิง คะแนนการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และกลวิธีการเผชิญปัญหา

ตัวแปร	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1. มาตรวัดความเป็นชาย	1.00													
2. มาตรวัดความเป็นหญิง	-0.26**	1.00												
3. การรับรู้ความสามารถของตนในการแก้ปัญหา	0.14**	0.09*	1.00											
4. ความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหา	0.14**	0.11*	0.87**	1.00										
5. การเข้าจัดการ-หลีกเลี่ยง (การเข้าจัดการกับปัญหา)	0.11*	0.12**	0.90**	0.72**	1.00									
6. การควบคุมตนเอง	0.10*	-0.01	0.76**	0.50**	0.50**	1.00								
7. กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา	0.30**	0.11*	0.63**	0.56**	0.60**	0.41**	1.00							
8. การลงมือดำเนินการแก้ปัญหา และการวางแผน	0.24**	0.13**	0.65**	0.58**	0.63**	0.41**	0.85**	1.00						
9. การตีความหมายใหม่ในทางบวก และการเติบโต	0.19**	0.14**	0.59**	0.53**	0.56**	0.38**	0.87**	0.71**	1.00					
10. การหาทางผ่อนคลายเป็น	0.32**	0.01	0.33**	0.30**	0.30**	0.23**	0.75**	0.41**	0.42**	1.00				
11. การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม	-0.06	0.30**	0.20**	0.19**	0.25**	0.04	0.38**	0.28**	0.29**	0.35**	1.00			
12. กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง	0.04	0.10*	-0.33**	-0.23**	-0.24**	-0.39**	-0.11**	-0.10*	-0.10*	-0.07	0.07	1.00		
13. การไม่เผชิญปัญหา	0.02	0.10*	-0.33**	-0.25**	-0.28**	-0.32**	-0.14**	-0.16**	-0.16**	-0.04	0.08	0.89**	1.00	
14. การดำเนินตนเอง	0.05	0.07	-0.22**	-0.14**	-0.10*	-0.35**	-0.03	0.01	0.002	-0.09*	0.04	0.81**	0.46**	1.00

*p < 0.05, **p < 0.01

สรุปผลการวิจัยส่วนที่ 1

1. บทบาททางเพศ

จากกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด นักศึกษามีบทบาทความเป็นชายสูงสุดคิดเป็นร้อยละ 33.9 รองลงมาคือ บทบาทความเป็นหญิงคิดเป็นร้อยละ 31.1 บทบาทความเป็นชายและหญิงคิดเป็นร้อยละ 17.7 และบทบาททางเพศไม่เด่นชัดคิดเป็นร้อยละ 17.3 โดยที่กลุ่มตัวอย่างทั้งชายและหญิงมีบทบาททางเพศตรงตามเพศของตนมากที่สุด และหญิงมีบทบาทความเป็นชายและหญิงมากกว่าชาย (ตารางที่ 12)

2. การประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา

2.1 นักศึกษาโดยรวมรับรู้ว่าจะตนมีสามารถในการแก้ปัญหา ($M = 4.08$) และมีความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหา ($M = 4.24$) เข้าจัดการกับปัญหามากกว่าหลักการ ($M = 4.29$) ในระดับค่อนข้างสูง และควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมตนเองได้ในขณะแก้ปัญหา ($M = 3.65$) ในระดับปานกลาง (ตารางที่ 14)

2.2 การประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหาจำแนกตามบทบาททางเพศ และเพศ

2.2.1 กลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาทความเป็นชาย ($M = 4.11$) บทบาทความเป็นหญิง ($M = 4.10$) และบทบาทความเป็นชายและหญิง ($M = 4.14$) รับรู้ว่าจะตนมีความสามารถในการแก้ปัญหาไม่แตกต่างกัน แต่แตกต่างจากกลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศไม่เด่นชัด ($M = 3.94$) โดยกลุ่มตัวอย่างทั้ง 3 กลุ่มรับรู้ว่าจะตนมีความสามารถในการแก้ปัญหามากกว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศไม่เด่นชัดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ตารางที่ 18)

2.2.2 กลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาทความเป็นชาย ($M = 4.27$) บทบาทความเป็นหญิง ($M = 4.26$) และบทบาทความเป็นชายและหญิง ($M = 4.32$) มีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองในการแก้ปัญหาไม่แตกต่างกัน แต่แตกต่างจากกลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศไม่เด่นชัด ($M = 4.06$) โดยกลุ่มตัวอย่างทั้ง 3 กลุ่มมีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองในการแก้ปัญหามากกว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศไม่เด่นชัดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ตารางที่ 19)

2.2.3 ผู้ชาย ($M = 3.72$) รับรู้ว่าจะตนมีความสามารถในการแก้ปัญหา ด้านการควบคุมตนเองมากกว่าผู้หญิง ($M = 3.61$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ตารางที่ 17)

2.2.4 การประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา ด้านการเข้าจัดการปัญหา-หลักการปัญหา พบว่า บทบาททางเพศ และเพศ ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ตารางที่ 20)

3. กลวิธีการเผชิญปัญหา

3.1 นักศึกษามหาวิทยาลัยโดยรวมใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และกลวิธีมุ่งจัดการกับปัญหาในด้านย่อยทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านการลงมือดำเนินการแก้ปัญหาและการวางแผน ด้านการตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโต และด้านการหาทางผ่อนคลาย พร้อมทั้งกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมในระดับสูง และใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงในระดับค่อนข้างต่ำ โดยไม่เผชิญปัญหาในระดับต่ำ และตำหนิตนเองในระดับปานกลาง (ตารางที่ 14)

3.2 กลวิธีการเผชิญปัญหาจำแนกตามบทบาททางเพศ และเพศ

3.2.1 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา

3.2.1.1 กลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาทความเป็นชาย ($M = 3.82$) บทบาทความเป็นหญิง ($M = 3.71$) และบทบาทความเป็นชายและหญิง ($M = 3.87$) ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาไม่แตกต่างกัน แต่แตกต่างจากกลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศไม่เด่นชัด ($M = 3.50$) โดยกลุ่มตัวอย่างทั้ง 3 กลุ่มใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาดังกล่าวมากกว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศไม่เด่นชัด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ตารางที่ 24)

3.2.1.2 กลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาทความเป็นชาย ($M = 3.64$) บทบาทความเป็นหญิง ($M = 3.59$) และบทบาทความเป็นชายและหญิง ($M = 3.78$) ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาในด้านการลงมือดำเนินการแก้ปัญหาและการวางแผนไม่แตกต่างกัน แต่แตกต่างจากกลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศไม่เด่นชัด ($M = 3.35$) โดยกลุ่มตัวอย่างทั้ง 3 กลุ่มใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาดังกล่าวมากกว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศไม่เด่นชัดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ตารางที่ 25)

3.2.1.3 กลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาทความเป็นชาย ($M = 3.96$) บทบาทความเป็นหญิง ($M = 3.93$) และบทบาทความเป็นชายและหญิง ($M = 4.00$) ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ด้านการตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโตไม่แตกต่างกัน แต่แตกต่างจากกลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศไม่เด่นชัด ($M = 3.66$) โดยกลุ่มตัวอย่างทั้ง 3 กลุ่มใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาดังกล่าวมากกว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศไม่เด่นชัด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ตารางที่ 26)

3.2.1.4 กลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาทความเป็นชาย ($M = 3.84$) และบทบาทความเป็นชายและหญิง ($M = 3.82$) ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ด้านการหาทางผ่อนคลายมากกว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาทความเป็นหญิง ($M = 3.58$) และบทบาททางเพศไม่เด่นชัด ($M = 3.47$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ตารางที่ 27)

3.2.1.5 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างบทบาททางเพศและเพศ มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ตารางที่ 28 ภาพที่ 3) ดังนี้

กลุ่มตัวอย่างผู้ชายที่มีบทบาทความเป็นชายใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ด้านการหาทางผ่อนคลายมากกว่า กลุ่มตัวอย่างทั้งชายและหญิงที่มีบทบาทความเป็นหญิง และบทบาททางเพศไม่เด่นชัด

ผู้หญิงที่มีบทบาทความเป็นชาย และบทบาทความเป็นหญิง ทั้งชายและหญิงที่มีบทบาทความเป็นชายและหญิง และผู้ชายที่มีบทบาททางเพศไม่เด่นชัด ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ด้านการหาทางผ่อนคลายมากกว่า ผู้ชายที่มีบทบาทความเป็นหญิง

ผู้หญิงที่มีบทบาทความเป็นชายและหญิงใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ด้านการหาทางผ่อนคลายมากกว่าผู้หญิงที่มีบทบาทความเป็นหญิง

ผู้หญิงที่มีบทบาททางเพศไม่เด่นชัด ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ด้านการหาทางผ่อนคลายต่ำกว่าผู้หญิงที่มีบทบาทความเป็นหญิง และทั้งชายและหญิงที่มีบทบาทความเป็นชายและหญิง

3.2.1.6 ผู้ชาย ($M = 3.65$) ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ด้านการลงมือดำเนินการแก้ปัญหาและการวางแผนมากกว่าผู้หญิง ($M = 3.57$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ตารางที่ 23)

3.2.2 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม

3.2.2.1 กลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาทความเป็นหญิง ($M = 3.75$) และบทบาทความเป็นชายและหญิง ($M = 3.65$) ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาทความเป็นชาย ($M = 3.39$) และบทบาททางเพศไม่เด่นชัด ($M = 3.37$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ตารางที่ 29)

3.2.2.2 ผู้หญิง ($M = 3.68$) ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่าผู้ชาย ($M = 3.34$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ตารางที่ 23)

3.2.3 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง

นักศึกษาที่มีบทบาททางเพศ และเพศแตกต่างกันใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงโดยรวม และด้านการไม่เผชิญปัญหา และด้านการตำหนิตนเองไม่แตกต่างกัน

4. ความสัมพันธ์ระหว่างการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหาและกลวิธีการเผชิญปัญหา (ตารางที่ 30)

4.1 การรับรู้ความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหาด้านย่อยทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหา รูปแบบการเข้าจัดการปัญหา และด้านการควบคุมตนเอง มีความสัมพันธ์ทางบวกกับ กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และกลวิธีมุ่งจัดการกับปัญหาในด้านย่อยทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านการลงมือดำเนินการแก้ปัญหา และการวางแผน ด้านการตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโต และด้านการหาทางผ่อนคลาย ในขณะที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงปัญหา และกลวิธีการหลีกเลี่ยงปัญหาในด้านย่อยทั้ง 2 ด้าน ได้แก่ การไม่เผชิญปัญหา และการตำหนิตนเอง

4.2 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา การมุ่งจัดการกับปัญหาด้านย่อยทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านการลงมือดำเนินการแก้ปัญหาและการวางแผน ด้านการตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโต ด้านการหาทางผ่อนคลาย และกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์กันทางบวก ในขณะที่ กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และการมุ่งจัดการกับปัญหาทั้ง 3 ด้านมีความสัมพันธ์กันทางลบ กับ กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงปัญหา และการหลีกเลี่ยงปัญหาด้านการไม่เผชิญปัญหา

4.3 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงปัญหา กลวิธีการหลีกเลี่ยงปัญหาด้านการไม่เผชิญปัญหา และการตำหนิตนเอง มีความสัมพันธ์กันทางบวก

4.4 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการรับรู้ความสามารถของตนในการแก้ปัญหา การประเมินความสามารถของตนด้านความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหา และรูปแบบการเข้าจัดการปัญหา ในขณะที่ ไม่พบความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญระหว่างกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงปัญหา รวมทั้ง กลวิธีการหลีกเลี่ยงปัญหาในด้านย่อยทั้ง 2 ด้าน ได้แก่ การไม่เผชิญปัญหา และการตำหนิตนเอง

การวิจัยส่วนที่ 2

เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ เพื่อศึกษาประสบการณ์ในการเผชิญและจัดการกับปัญหา รวมถึงการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และกลวิธีที่ใช้ในการเผชิญปัญหาของนักศึกษาที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน จากกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยส่วนที่ 1 ที่สมัครใจและยินดีให้ความร่วมมือในการสัมภาษณ์ โดยวิธีการสัมภาษณ์แบบกึ่งมีโครงสร้าง (semi-structure interview) กลุ่มตัวอย่าง

ประกอบด้วย นักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นชาย บทบาทความเป็นหญิง และบทบาทความเป็นชาย และหญิง จำนวนบทบาทละ 5 คน รวม 15 คน ผู้วิจัยสามารถสรุปประเด็นหลัก (theme) ของ ประสบการณ์ในการเผชิญและจัดการกับปัญหาของนักศึกษาจากการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการ สัมภาษณ์ดังนี้

1. ลักษณะของปัญหาที่นักศึกษาประสบ

1.1 ปัญหาที่นักศึกษาประสบส่วนใหญ่ คือ ปัญหาการเรียน

1.2 ปัญหาที่นักศึกษาบางส่วนพบ คือ ปัญหาการเงิน ปัญหาครอบครัว ที่เป็นปัญหา ส่วนน้อย คือ ปัญหาเรื่องเพื่อน (5 คน) และปัญหาเรื่องความรัก (2 คน)

2. ความเชื่อมั่นในความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และวิธีการที่ใช้ในการเผชิญปัญหา

2.1 ความเชื่อมั่นในความสามารถของตนในการแก้ปัญหา

2.2 กลวิธีการเผชิญปัญหาที่นักศึกษาเลือกใช้

2.2.1 การลงมือดำเนินการแก้ปัญหาและการวางแผน

2.2.2 การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อแก้ปัญหา

2.2.3 การหาทางผ่อนคลาย

2.2.4 การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อกำลังใจ

2.2 กลวิธีการเผชิญปัญหาที่นักศึกษาบางส่วนเลือกใช้

2.2.1 การตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโต

2.2.2 การระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง

2.2.3 การไม่เผชิญปัญหา

3. การเรียนรู้จากปัญหาที่ประสบ

1. ลักษณะของปัญหาที่นักศึกษาประสบ

1.1 ปัญหาที่นักศึกษาประสบส่วนใหญ่

ปัญหาที่นักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นชาย บทบาทความเป็นหญิง และบทบาทความเป็นชายและหญิง ประสบส่วนใหญ่ คือ ปัญหาเรื่องการเรียน ซึ่งถือว่าเป็นภาระหน้าที่หลักของนักศึกษาในตอนนี้ ลักษณะปัญหาที่พบมีทั้งความไม่เข้าใจในบทเรียน บอกว่าเรื่องที่เรียนยาก ส่วนบางคนให้เหตุผลว่า เนื้อหาที่เรียนไม่มีประโยชน์สำหรับตน คาดว่าตอนไปทำงานคงจะไม่ได้นำไปใช้ และพบปัญหาการแบ่งเวลาในการทำงานที่อาจารย์สั่งและการอ่านหนังสือ และสำหรับนักศึกษาบางคน ที่ทำงานพิเศษระหว่างเรียนไปด้วย ก็จะไปประสบกับปัญหาในการแบ่งเวลาในการทำงานและการ

เรียนเช่นกัน นอกจากนี้ บางคนยังกล่าวว่าอาจารย์สอนไม่รู้เรื่องและให้คะแนนไม่ตรงกับที่ตนคาดหวัง โดยตนคาดหวังว่าจะได้คะแนนสูงกว่านี้ เพราะให้ความสนใจและตั้งใจในการเรียนและการทำงานส่งมา และพบนักศึกษาบางส่วนที่กล่าวถึงปัญหาการเรียน โดยบอกว่ามีสาเหตุมาจากที่ตนไม่ตั้งใจเรียนเอง อาจเนื่องมาจากตอนนั้นไม่เห็นความสำคัญ หรือเพลิดเพลินกับการเที่ยวเล่นอยู่ ซึ่งต่อมาก็สามารถปรับตัว และมีความตั้งใจในการเรียนมากขึ้น

1.2 ปัญหาที่นักศึกษาบางส่วนพบ

ปัญหาที่นักศึกษาบางส่วนพบ คือ ปัญหาการเงิน ปัญหาครอบครัว ปัญหาเรื่องเพื่อน และปัญหาเรื่องความรัก สำหรับปัญหาในเรื่องการเงินนั้น ส่วนใหญ่พบในนักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นชาย และบทบาทความเป็นชายและหญิง โดยมากนักศึกษากล่าวว่าอยากทำงานเพื่อหาเงินไว้ใช้จ่ายส่วนตัว เพื่อช่วยแบ่งเบาภาระทางบ้าน ไม่อยากให้พ่อแม่ลำบาก เพราะแค่ที่ต้องจ่ายอยู่ทุกวันก็มากอยู่แล้ว โดยพบว่ามีนักศึกษาจำนวน 12 คนที่เคยมีประสบการณ์ในการทำงานพิเศษ แต่ในปัจจุบันมีบางส่วนที่กำลังหางานอยู่ และอีกบางส่วนที่ทำงานมาอย่างต่อเนื่องอยู่แล้ว ส่วนปัญหาครอบครัวนั้น พบในจำนวนที่น้อยลงมา (8 คน) โดยปัญหาที่พบมีทั้งเรื่องปัญหาของบุคคลภายในครอบครัวที่ส่งผลต่อความรับผิดชอบของตน เช่น การต้องไปจัดการปัญหาให้กับน้อง เป็นต้น และการที่พ่อหรือแม่ของนักศึกษาเสียชีวิตไป และในปัจจุบันบางส่วนต้องอาศัยอยู่กับแม่เลี้ยงหรือญาติสนิท โดยตนเรียกว่าแม่หรือพ่อ สำหรับเรื่องนี้พบว่า มีนักศึกษาบางคนเห็นว่าเรื่องดังกล่าวเป็นปัญหา อาจเนื่องจากว่าตนไม่มีความสนิทสนมกับบุคคลในครอบครัว แต่สำหรับบางคนที่มีความสนิทสนม และเข้าใจกันดีภายในครอบครัว จะไม่กล่าวว่าเรื่องนี้เป็นปัญหา ส่วนปัญหาที่พบน้อยที่สุดจะเป็นเรื่องเพื่อนและเรื่องความรัก เรื่องเพื่อนที่พบจะเป็นเรื่องของการทำรายงาน โดยกล่าวว่า เพื่อนไม่ช่วยทำงาน (ทำรายงานกลุ่ม) และย้งนำงานของตนเองมาให้ช่วยทำอีก ส่วนเรื่องความรักมีนักศึกษาเพียง 2 คนเท่านั้นที่พบปัญหานี้

2. ความเชื่อมั่นในความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และวิธีการที่ใช้ในการเผชิญปัญหา

จากที่กล่าวมา ปัญหาที่นักศึกษาประสบส่วนใหญ่ คือ ปัญหาเรื่องการเงิน ซึ่งถือว่าเป็นภาระหน้าที่หลักของนักศึกษาในตอนนี และปัญหาที่นักศึกษาบางส่วนพบ คือ ปัญหาเรื่องการเงิน ปัญหาเรื่องครอบครัว ปัญหาเรื่องเพื่อน และปัญหาเรื่องความรัก จะเห็นได้ว่าปัญหาที่นักศึกษาพบมีความหลากหลาย แตกต่างกันไปตามสถานการณ์ที่นักศึกษาแต่ละคนต้องประสบ ซึ่งอาจมาจากความแตกต่างของพื้นฐานครอบครัว และสิ่งแวดล้อมรอบข้างของนักศึกษา

นักศึกษาทุกคน ไม่ว่าจะมียบทบาทความเป็นชาย บทบาทความเป็นหญิง หรือบทบาทความเป็นชายและหญิง เมื่อประสบปัญหาจะลงมือจัดการกับปัญหา และใช้การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม และการผ่อนคลาย โดยเมื่อประสบปัญหา นักศึกษาจะลงมือดำเนินการแก้ปัญหาและวางแผน

และลงมือจัดการกับปัญหาตามขั้นตอนที่วางไว้ เชื่อมั่นในความสามารถของตนเองในการจัดการกับปัญหา จะลงมือจัดการกับปัญหาก่อนที่จะขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น (ยกเว้นนักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นหญิงเพียง 1 คน ที่เลือกใช้การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเป็นวิธีแรก จากนั้นจึงลงมือจัดการกับปัญหา) และในกรณีที่ไม่สามารถจัดการกับปัญหาได้ จะแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อแก้ปัญหา โดยผู้ที่มีบทบาทความเป็นชายส่วนใหญ่ จะขอคำปรึกษาเพื่อหาแนวทางในการแก้ปัญหา ในขณะที่ผู้ที่มีบทบาทความเป็นหญิง และบทบาทความเป็นชายและหญิง จะใช้ทั้งการแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อแก้ปัญหา และเพื่อกำลังใจ โดยจะขอคำปรึกษาเพื่อหาแนวทางแก้ไขปัญหา และบางทีเล่าปัญหาเพียงเพื่อระบายความไม่สบายใจ หรือเพื่อได้รับกำลังใจ และทำกิจกรรมที่ชอบ ทำงานอดิเรกเพื่อเป็นการผ่อนคลาย

นอกจากนักศึกษาทุกคนจะใช้วิธีเผชิญปัญหาดังกล่าวข้างต้นแล้ว ยังมีนักศึกษาบางส่วนที่มีมุมมองทางบวกในการเผชิญปัญหา เรียนรู้จากปัญหาที่ประสบ และมีนักศึกษาเพียงส่วนน้อย ได้แก่ ผู้ที่มีบทบาทความเป็นหญิงบางคนที่ไม่เผชิญปัญหา คือ ปฏิเสธความจริงที่เกิดขึ้น ไม่ลงมือแก้ปัญหา หรือหลีกเลี่ยงความพยายามได้ง่ายด้วย

อาจพิจารณาความเชื่อมั่นในความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และการเลือกใช้วิธีการในการเผชิญปัญหาของนักศึกษาจากตัวอย่างข้อความบางประการที่ได้จากการสัมภาษณ์ ดังนี้

2.1 ความเชื่อมั่นในความสามารถของตนในการแก้ปัญหา

นักศึกษาทุกคน ไม่ว่าจะ มีบทบาทความเป็นชาย บทบาทความเป็นหญิง หรือบทบาทความเป็นชายและหญิง เมื่อประสบปัญหาจะมีความเชื่อมั่นว่าตนสามารถจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นได้ และบางครั้งประสบการณ์ในการแก้ปัญหาต่างๆที่ผ่านมา ก็ทำให้นักศึกษามีความรู้และทักษะในการแก้ปัญหาเพิ่มมากขึ้น นักศึกษาจึงมีความเชื่อมั่นว่าตนสามารถจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน และปัญหาที่อาจเกิดขึ้นในอนาคตได้ ดังคำกล่าวต่อไปนี้

“คือผมเป็นคนที่จะเยอทะยานอยู่แล้วด้วยครับ ไม่คิดว่าปัญหาที่เราเจอมันจะไม่มีทางแก้ครับ จะพยายามหาทางแก้ทุกอย่าง...ตอนประถมผมเป็นประธานนักเรียน มัธยมก็เป็นคณะกรรมการ พอขึ้นมหาลัยก็ช่วยกองกิจการนักศึกษาอยู่ ก็เลยมีความคิดเป็นผู้ใหญ่กว่าคนอื่น ก็ลองคิดว่าปัญหาจุดเดียวมันแยกได้ก็อย่างแล้วจุดสุดท้ายผลลัพธ์มันเป็นอย่างไรเราก็จะเลือกทางที่ดีที่สุด” (mas1/ ผู้ชาย)

“ก็อาจจะนานหน่อย แล้วอีกอย่างเงินเดือนครูมันก็น้อยมาก กว่าจะผ่อนรถผ่อนบ้านเสร็จมันก็จะนานครับ แต่ก็คิดว่าไม่น่าจะมีปัญหา เพราะว่าอย่างตลาดน้ำตอนนี้มันกำลังบูม ผมก็ไปขายผักอยู่ พ่อแม่ขายของ ก็คิดว่าถ้าไปหารายได้เพิ่มจากตลาดน้ำก็คงจะได้รายได้เพิ่มขึ้นมาเรื่อยๆ ก็ไม่น่ามีปัญหาอะไร เพราะถ้าผมเรียนจบทางบ้านก็หมดภาระแล้ว ก็อาจจะจะมีเงินเก็บมาผ่อนมาใช้หนี้ให้หมด” (mas2/ ผู้ชาย)

“หนูอยู่ในกลุ่มไม่ตั้งใจเรียน แต่หนูเรียนได้อยู่แล้ว เวลาว่างหนูจะชอบอ่านหนังสือ” (fem5/ ผู้หญิง)

“เรื่องสอบอาจารย์เค้าไม่ค่อยออกในหนังสือจะออกปฏิบัติมากกว่า...มันก็ไม่ยากนะคะถ้าดูจากของเก่า” (and2/ ผู้หญิง)

“...ความคิดแรกเราคิดว่าเราจะจัดการมันได้มัย...ก็คิดว่าทำได้นะคะ” (and4/ ผู้หญิง)

2.2 กลวิธีการเผชิญปัญหาที่นักศึกษาเลือกใช้

2.2.1 การลงมือดำเนินการแก้ปัญหาและการวางแผน

การลงมือดำเนินการแก้ปัญหาและการวางแผน เป็นความพยายามในการลงมือแก้ปัญหาเพื่อจัดการกับสิ่งที่ก่อให้เกิดความเครียด รวมทั้งการวางแผนไปสู่การจัดการกับปัญหา การที่นักศึกษาเลือกใช้การเผชิญปัญหานี้ ส่วนหนึ่งมาจากนักศึกษามีความเชื่อมั่นว่าตนสามารถจัดการกับปัญหาได้ จึงลงมือจัดการกับปัญหาด้วยตนเอง นอกจากนี้พบว่า การที่นักศึกษาเห็นว่าปัญหาที่นักศึกษาพบเป็นหน้าที่ และความรับผิดชอบของตน หรือเรื่องดังกล่าวมีความสำคัญสำหรับตน รวมทั้งเมื่อนักศึกษาคำนึงถึงอนาคตของตนเอง และครอบครัว นักศึกษาจะเลือกใช้วิธีการเผชิญปัญหานี้ ซึ่งถือว่าเป็นวิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพวิธีหนึ่ง ดังคำกล่าวต่อไปนี้

ปัญหาเกี่ยวกับการเรียน

“มันเป็นตั้งแต่รู้ผลสอบมาเทอมแรก กลับไปก็จะเครียด เพราะผลสอบมันไม่ดี ก็ตั้งใจนะครับ ยังไงก็บังคับตัวเอง ทำตารางไว้เลยครับ คืออย่างน้อยก็ต้องดูวันละครึ่งชั่วโมงครับ ต้องดูให้ผ่าน แบบให้ติด อยากรู้หนังสือเก่ง ต้องบังคับตัวเองนะครับ แล้วก็ทำได้ครับ แต่จะดูมากดูน้อยนี่ก็แล้วแต่ แต่ส่วนมากก็จะเป็นแบบดูแป๊บเดียวก็จะเบื่อแล้วก็วางไปเลย แต่ก็ต้องดูทุกวันนะครับ เพราะบังคับ..แล้วก็ลองเขียนนะครับ ลองสรุปทุกอย่าง ช่วยได้เยอะครับ” (mas3/ ผู้ชาย)

“ตั้งแต่ข้ามหลาย จากปกติไม่ชอบอ่านนะ แต่เหมือนแบบเราต้องอ่านนะ...ก็อาจารย์สอนไม่รู้เรื่องนะ อย่างเค้าแปลวรรณคดีมาวรรณคดี หนูก็ต้องมานั่งหาศัพท์มาแปลอ่านเอง ที่หลังจนมันติด” (fem5/ ผู้หญิง)

ปัญหาเรื่องการเงิน และเรื่องครอบครัว

“เมื่อก่อนแม่จะชอบดื่มเบียร์ แล้วพ่อจะโมโหพอแม่เมา เค้าก็จะทะเลาะกันบ่อยๆ ก็เลยเกิดอาการเครียดบ้าง พอเห็นพ่อแม่ทะเลาะกันลูกก็ไม่สบายใจครับ...บางทีก็กลัวใจเดินเข้าไปตรงกลางเลย ประมาณว่าถ้าเค้าจะตีกันยังไงก็โดนเราแน่ๆครับ สักพักเค้าก็จะออก เหมือนเค้าก็ห่วงลูกเหมือนกันนะครับ...พอดี รู้สึกว่าจะวันเกิดครับ เลยขอแม่ให้เลิกกินเหล้าให้พ่อเลิกดูดบหรี่ พออีกปีเค้าก็เลิก” (mas1/ ผู้ชาย)

“ทำยังไงก็ได้ครับที่ช่วยแบ่งเบาภาระทางบ้านได้ ก็ไปอยู่บ้านญาติก่อนตอนแรกๆ ก็ต้องยอมตื่นเช้าหน่อยเพื่อที่จะมาเรียน แล้วทอมหนึ่งพอตั้งตัวได้ก็พยายามหางานทำครับก็เข้าหออยู่ที่นี่ ก็ไปทำงานกับเพื่อนครับทำเคเอฟซี แล้วพยายามใช้เงินที่ช่วยให้มันน้อยลง รู้ค่าของเงินมากขึ้นครับ” (mas2/ ผู้ชาย)

“เป็นเรื่องเงินมากกว่า..พ่อแม่ก็อายุมากแล้ว หาเงินส่งหนูเรียนไม่ค่อยไหวค่ะ...ตอนนี้ก็ทำงานอยู่ค่ะ ทำเซสเตอร์กิลค่ะ ทำช่วงปิดเทอม แล้วก็งานพิเศษเกี่ยวกับบายอิตาเลียนค่ะ ตอนเปิดเทอมก็จะทำเสาร์อาทิตย์ หรือไม่ก็เย็นๆบ้าง แล้วแต่เค้าโทรมาตาม” (and5/ ผู้หญิง)

“ถ้ามีปัญหาเรื่องเงินก็ช่วยพ่อแม่ทำงานค่ะ ก็มีออกหน่วยพยาบาล แล้วก็ทำที่เคเอฟซี” (and4/ ผู้หญิง)

ปัญหาเรื่องเพื่อน

“คือเพื่อนเค้าจะทำอะไรไม่เป็นเลย แล้วให้เราทำ ทั้งที่ตอนเรียนก็เรียนพร้อมกัน แต่เค้าก็ให้เราทำ...บางที่เราก็ก่อนเค้าทำบ้าง แต่บางครั้งถ้าเราทำไม่ไหวจริงๆ เรายังต้องบอกเค้าว่า เรายังต้องทำงานของเราเหมือนกันนะ” (fem5/ ผู้หญิง)

2.2.2 การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อแก้ปัญหา

การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อแก้ปัญหา เป็นการขอคำปรึกษา ขอข้อมูล รายละเอียดเกี่ยวกับเหตุการณ์เพิ่มเติม ขอทราบแนวทางการเผชิญปัญหาจากผู้ที่เคยประสบเหตุการณ์เช่นเดียวกัน หรือขอคำปรึกษาจากผู้เชี่ยวชาญ นักศึกษามักเลือกใช้วิธีการนี้เมื่อต้องการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้น แต่รับรู้ว่าคุณมีความสามารถไม่เพียงพอ อาจลองแก้ด้วยตนเองแล้วหรือไม่ก็ตาม ดังนั้น จึงขอคำแนะนำ หรือความช่วยเหลือจากบุคคลที่ตนคิดว่าสามารถช่วยเหลือ ให้คำแนะนำได้ เช่น พ่อแม่ อาจารย์ รุ่นพี่ และเพื่อน เป็นต้น เพื่อนำคำแนะนำดังกล่าวมาพิจารณาปรับใช้ในการแก้ปัญหาต่อไป ดังคำกล่าวต่อไปนี้

“ถ้ามีปัญหาจริงๆจะปรึกษาแม่ก่อนเพราะว่า พักหลังเวลาอยู่ที่นี้เวลามีปัญหาอะไรก็จะโทรไปคุยกับแม่ครับ แม่จะช่วยตัดสินใจให้ครับ ถ้าเป็นปัญหาอะไรเล็กน้อยที่ตัวเองแก้ไม่ได้ก็จะปรึกษาเพื่อนครับ” (mas2/ ผู้ชาย)

“ถ้ากับพี่สาวนี่จะเป็น ปรึกษาหาทางออกเลยครับว่าควรจะทำยังไง สงสารแม่ควรจะทำออกดีมัย จะพูดกันเลยครับกับพี่สาว” (mas3/ ผู้ชาย)

“ส่วนมากจะคุยกับพี่ กับน้า เพราะอย่างน้อยๆน้าก็ต้องมีปัญหาในเรื่องการทำงานเหมือนกันกับเรา การเรียนยังไงก็ปัญหาใกล้เคียงกัน ก็จะเข้าใจเราด้วย” (fem1/ ผู้หญิง)

“ถ้าเป็นชีวิตถ้าไม่เข้าใจจะถามอาจารย์ แล้วอาจารย์เค้าก็ดีคือจะเข้าใจพวกหนูว่าหนูไม่เข้าใจตรงไหน แล้วเค้าก็จะช่วย” (fem4/ ผู้หญิง)

“ตอนแรกก็คิดด้วยตัวเองก่อนว่าจะทำยังไง แต่ถ้าคิดแล้วทำไม่ได้หนูก็จะพูดให้แม่ฟัง เพราะว่าหนูกับพ่อแม่จะคุยกันอยู่แล้วทุกเรื่อง ไม่ว่าจะเป็นเรื่องแฟนก็จะคุย ถามแม่ว่าจะทำไง แม่ก็จะช่วยบอกให้ว่าลองทำอย่างนี้สิ ถ้าทำไม่ได้ค่อยหาทางใหม่” (fem5/ ผู้หญิง)

“ส่วนมากก็จะเป็นพวกเขียนโปรแกรมคะ..จะหนักนิดนึง บางทีก็จะให้เพื่อนช่วยสอนให้ มีเพื่อนคนหนึ่งที่เก๋” (and5/ ผู้หญิง)

ในบางกรณีนักศึกษาสามารถคิดหาทางแก้ปัญหาได้ แต่ทางปรากฏว่ามีทางแก้มากเกินไป ไม่รู้ว่าจะเลือกวิธีไหน จึงขอคำแนะนำจากผู้ที่มีประสบการณ์มากกว่า ดังคำกล่าวต่อไปนี้

“บางทีทางแก้มีหลายทางมาก ไม่รู้ว่าจะเลือกทางไหน ก็จะไปถามเค้า..รุ่นพี่ที่เค้าเป็นประธานนักเรียนสมัยมัธยม เคยไปค่ายด้วยกัน ไปเป็นสตาฟช่วยอาจารย์ “ (mas1/ ผู้ชาย)

2.2.3 การหาทางผ่อนคลาย

การหาทางผ่อนคลายเป็นการทำกิจกรรมที่ชอบ ทำงานอดิเรก การดูแลสุขภาพร่างกาย หาความเพลิดเพลิน เพื่อการพักผ่อนหย่อนใจ พบว่า นักศึกษามักใช้วิธีการนี้อีกวิธีหนึ่งเมื่อเกิดความเครียด นอกเหนือจากการลงมือจัดการกับปัญหาและการวางแผน โดยมุ่งให้ตนเองเกิดความสบายใจ ปลอดภัย และใจเย็นขึ้น พร้อมทั้งจะกลับไปจัดการกับปัญหาอีกครั้งหนึ่ง หรือเป็นการผ่อนคลายหลังจากที่จัดการกับปัญหาเรียบร้อยแล้ว ดังตัวอย่างต่อไปนี้

“ที่ผมทำเป็นประจำ คือผมก็จะหางานทำ เช่น ผมจะหีบกีตาร์มาเล่น แล้วผมก็เล่นเกม... เหมือนเวลาผมเครียดผมจะทำ เพราะบางทีผมเครียดผมจะหน้ามืดผมจะทำลายข้าวของ มันไม่ดี ผมก็จะหากีตาร์มาเล่นให้มันใจเย็นขึ้น เพราะผมเป็นคนใจร้อนครับ อารมณ์ร้อน บางทีผมเครียด ผมจะทำลายข้าวของหรือว่าทำร้ายตัวเอง” (mas4/ ผู้ชาย)

“ก็ผ่อนคลายโดยการไปออกกำลังกายแถวบ้านครับ ก็ไปวิ่งบ้างวันหนึ่งก็ซัก 5-10 กิโลเมตร” (mas5/ ผู้ชาย)

“ผ่อนคลาย คือ หนูไม่รู้เป็นไรนะจะต้องไปกิน KFC แล้วก็ไอศกรีมกับเพื่อนทุกเดือนเลย แล้วก็ไปช้อปปิ้ง ได้ใช้เงินก็จะสบายใจ ผ่อนคลายขึ้น” (fem4/ ผู้หญิง)

“ของหนูนี้ถ้าผ่อนคลายจริงๆนะคะ ก็หาอะไรที่เราทำแล้วสบายใจขึ้น ของหนูที่ชอบฟังเพลง แล้วก็ดูหนังที่มันแบบให้เราคลายเครียดนะคะ คล้ายๆกับให้โยนความทุกข์ออกไป จะได้ให้ใจเราปลอดภัยไปรง ให้เราเริ่มต้นใหม่ ลองทำใหม่ ให้มีความคิดสร้างสรรค์เพิ่มมากขึ้น..เมื่อก่อนหนูชอบอ่านหนังสือการ์ตูน

มาก..ผ่อนคลายดี สร้างสรรค์ดีออก..ดูลายเส้นมันสวยดี หนูชอบวาดตามเค้า มันทำให้เรามีสมาธิ มันทำให้เรารู้สึกสดชื่น” (and3/ ผู้หญิง)

2.2.4 การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อกำลังใจ

การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อกำลังใจ เป็นการพูดระบายความทุกข์เพื่อขอความเห็นใจ คำปลอบโยน รวมทั้งการหาที่พึ่งทางใจจากแหล่งต่างๆ เช่น ศาสนา เป็นต้น โดยมากพบว่า นักศึกษาหญิง และนักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นหญิงใช้วิธีการนี้ในการจัดการกับปัญหา มากกว่านักศึกษาชาย และนักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นชาย แต่ไม่แตกต่างจากนักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นชายและหญิง โดยบุคคลที่นักศึกษาเลือกที่จะพูดคุยด้วย มักเป็นผู้ที่นักศึกษาเห็นว่าสามารถเข้าใจตนเองได้ เช่น พ่อแม่ ญาติพี่น้อง และเพื่อน เป็นต้น ดังคำกล่าวต่อไปนี้

“แรกๆจะทำใจไม่ค่อยได้ แต่มีเพื่อนเยอะค่ะ เพื่อนที่ไม่มีแฟนเหมือนกัน ก็เลยอยู่ด้วยกัน ถ้าเค้ามีแฟนก็จะไปกับแฟน แต่นี้ยังไม่มีแฟนเหมือนกันเลยอยู่เป็นเพื่อนกัน” (fem2/ ผู้หญิง)

“อย่างเรื่องเพื่อนก็เคยเครียด เครียดจนร้องไห้ แบบไม่รู้จะทำไปกับมันแล้ว..ก็ร้องให้กับเพื่อนอีกคนหนึ่ง เพื่อนเก่า เพราะเค้าก็จะมีปัญหาเรื่องเพื่อนเหมือนกัน ก็เลยมานั่งคุยกัน” (fem5/ ผู้หญิง)

“ก็จะระบาย ส่วนใหญ่ก็จะระบายกับเพื่อนสนิทมากกว่า..ผมพูดให้ฟัง ไม่ให้ช่วยคิด นี่เป็นอย่างนี้ละ ให้ผมสบายใจ” (and1/ ผู้ชาย)

“คือถ้าพูดกับพ่อแม่ไม่ได้ หนูก็มาระบายให้เพื่อนฟังแทน เพื่อนเค้าก็จะบอกว่าเขาไม่เป็นไร น้า มันก็จะทำให้เรารู้สึกโล่งใจบ้าง” (and3/ ผู้หญิง)

ส่วนนักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นชายมักบอกว่า โดยมากจะปรึกษาขอคำแนะนำมากกว่า ไม่ค่อยบ่นหรือพูดระบายความรู้สึกออกมา จะเก็บไว้คนเดียว ดังคำกล่าวต่อไปนี้

“ถ้ากับเพื่อนนี่ก็ส่วนมากก็คุยปรับทุกข์ ไม่ให้เครียดมากกว่า แต่ก็ไม่ค่อยคุยนะครับ โดยมากจะเก็บไว้คนเดียว” (mas3/ ผู้ชาย)

“ก็จะคุยแบบ ผมจะไปขอความคิดเห็นจากเค้าครับ..ผมไม่ค่อยบ่น ผมจะเก็บไว้กับตัวผมคนเดียว” (mas4/ ผู้ชาย)

แต่ก็มีนักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นชายคนหนึ่งพูดคุยกับเพื่อน เพื่อให้เกิดความสบายใจ โดยบอกว่า

“บางทีเครียดก็คุยโทรศัพท์กับเพื่อนหรือไม่ก็กับแฟน แต่ตอนนี้ก็เลิกกันไปแล้ว คุยโทรศัพท์ก็หายเครียดไปบ้าง ก็ดีไปอีกแบบ” (mas5/ ผู้ชาย)

2.3 กลวิธีการเผชิญปัญหาที่นักศึกษาบางส่วนเลือกใช้

2.3.1 การตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโต

การตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโต เป็นการจัดการกับความกดดันทางอารมณ์มากกว่าจัดการเปลี่ยนสถานการณ์ โดยมองสถานการณ์นั้นในแง่มุมมองใหม่ในทางบวก มองหาส่วนดีของเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น เรียนรู้จากประสบการณ์ที่ได้รับ พบว่า นักศึกษาเลือกใช้วิธีการนี้เมื่อไม่สามารถเปลี่ยนแปลงสถานการณ์ หรือปัญหาที่เกิดขึ้นได้ ดังตัวอย่างต่อไปนี้

“ปัญหาต่างๆที่ทำให้เครียด หรือว่าทำให้แบบ..เป็นปัญหาทุกอย่างนะครับ ส่วนมากก็จะเก็บนะครับ ที่ว่าเคยพลาดมา เคยอะไรมา จะเก็บมา แล้วก็จะไม่เสียดายนะครับว่าตัวเองแบบเคยพลาด คือจะเก็บบทเรียนนะครับ อย่างน้อยก็ถึงพลาดมาครั้งหน้าก็จะมีอีกแล้ว เพราะก็จะรู้ ก็เก็บมาเป็นบทเรียนสำหรับผมนี้ไม่เสียใจอะไรสักนิดเลยครับถ้าไปพลาด หรือไปทำผิดหรือล้มเหลวมา จะไม่เสียดาย ไม่เสียดายเงิน ไม่เสียดายเวลา ไม่เสียดายอะไรทั้งสิ้นเลยครับ เพราะว่า อย่างน้อยก็ครั้งนี้แหละ ไปซื้อของถ้าโดนหลอกก็อย่างน้อยครั้งนี้แหละที่หลอกเราได้ ครั้งหน้าหลอกเราไม่ได้แล้ว เงินแค่เท่านี้ทำให้เรารู้ไปตลอดชีวิต มันโอเคนะครับ” (mas3/ ผู้ชาย)

“ตอนนี้เรียนรู้มาก ถ้าพูดถึงเรื่องเกี่ยวกับความรัก คือตอนแรกก็มีแฟนคบกันมาเกือบสามปีคะ เพิ่งเลิกกันเมื่อปีที่แล้วเอง..ก็เพิ่งมารู้ข่าวคะว่าเค้าไปมีคนอื่น โดยที่เราไม่รู้เรื่องเลย เราก็งงว่าอะไร เพราะโทรติดต่อกันทุกวัน..หนูก็เริ่มทำใจได้แล้วคะ ไม่ใช่เสีย..ก็ไม่ใช่เป็นไรคะ ทำให้เราได้เรียนรู้ เข้มแข็งมากขึ้น” (fem2/ ผู้หญิง)

“เรื่องในครอบครัว เรื่องของพ่อกับแม่นะคะ แต่ตอนนี้ก็ทำใจได้ ก็เป็นเรื่องของผู้ใหญ่ ..สงสารแม่อย่างเดียวเลยคะตอนนี้..มันช่วยทำให้เราขยันขึ้น ทำให้เราแบ่งเวลาเป็น มันได้ประสบการณ์เยอะเลย เหมือนเป็นแรงจูงใจให้กระตุ้นให้เรามีกำลังใจในการทำงานคะ” (and4/ ผู้หญิง)

2.3.2 การระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง

การระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง เป็นการระงับสิ่งที่จะเข้ามารบกวนความใส่ใจในการเผชิญปัญหาอย่างเต็มที่ ปัญหาที่นักศึกษาพบและให้ความสำคัญที่สุดในตอนนี้ คือ เรื่องการเรียน ดังนั้นหากมีสิ่งอื่นที่จะมาขัดขวางการเรียน นักศึกษาบางส่วนจึงมีความพยายามที่จะระงับสิ่งนั้นไม่ให้เกิดขึ้น ดังตัวอย่างต่อไปนี้

“แบบว่าอยากจะตัดแฟนออกไปเลยนะครับ คือเรียนก็อยากจะอยู่กับเพื่อน เรียนไปเลย ก็ไม่อยากให้แบบ เราจะเรียน จะสอบอยู่แล้วต้องมาทะเลาะอะไรกัน น่าเบื่อเนอะ..ยังคบกันอยู่ แต่ก็ไม่ค่อยได้คุย ไม่ได้อะไร เพราะว่าอย่างถ้าบอกว่ามาเรียนนี่ก็จะไม่รับโทรศัพท์เลย จะพูดอย่างนี้ไปเลย” (mas3/ ผู้ชาย)

“หนูก็ขอเลิกเลย บอกว่าหนูไม่มีเวลาเรียนนะ หนูขอเรียนดีกว่า คำก็เข้าใจเพราะว่าคำก็เคยเรียนมาก่อน คำก็โอเคคะ ต่างฝ่ายต่างเลิกกันไป” (and3/ ผู้หญิง)

2.3.3 การไม่เผชิญปัญหา

การไม่เผชิญปัญหา เป็นการปฏิเสธความจริงที่เกิดขึ้น ไม่สนใจต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นและลดความพยายามในการแก้ไขปัญหา ไม่เข้าไปเกี่ยวข้องกับปัญหา เป็นพฤติกรรมที่แสดงถึงการช่วยตนเองไม่ได้ โดยมากนักศึกษาใช้วิธีการนี้เมื่อรับรู้ว่าคุณไม่สามารถจัดการกับปัญหาได้อีกต่อไป ไม่ว่าจะทำวิธีใดก็ตาม โดยได้ลงมือจัดการกับปัญหาแล้ว แต่ไม่ประสบผลสำเร็จ ดังนั้นนักศึกษาจึงหยุดที่จะจัดการกับปัญหานั้นๆ ดังคำกล่าวต่อไปนี้

“จะมามาถึงสาเหตุนะครับว่าทำไม ปัญหานี้มันคืออะไร แล้วจะแก้ยังไง จะหาต้นเหตุครับ แล้วแก้ครับ ถ้าแก้ไขไม่ได้ส่วนมากก็จะไม่ทำอะไรเลย ถ้าทำเต็มที่แล้วแก้ไขไม่ได้ก็จะเฉยๆไปเลยครับ” (mas3/ ผู้ชาย)

“แต่ถ้าบางปัญหา ถ้าเราจัดการไม่ได้ เราก็ไม่รู้ว่าจะทำยังไง ก็ต้องปล่อยให้มันเลยไป..บางที่มันหนักหนานะอย่างเรื่องเพื่อน หนูก็ไม่รู้จะทำไ้กับเค้าแล้ว เหมือนทำไปหลายวิธีแล้ว คำก็เป็นแบบนี้ของเค้าตลอดเลย” (fem5/ ผู้หญิง)

นอกจากนี้ นักศึกษายังใช้วิธีการนี้เมื่อเห็นว่าตนเองไม่สามารถเข้าไปจัดการกับปัญหาได้ เนื่องจากปัญหาเกิดขึ้นจากบุคคลอื่น ไม่ได้เกิดขึ้นจากตนเอง เช่น การต้องอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ตนเองไม่ชอบ ทำให้เกิดความไม่สบายใจ แต่ก็ไม่สามารถไปจัดการกับสิ่งเหล่านั้นได้ ดังคำกล่าวต่อไปนี้

“คือแม่ความจริงอะ แม่หนูเสียตั้งแต่หนู ม.3 ตอนนี่แม่ที่อยู่ปัจจุบันอะคะคือแม่เลี้ยง แต่ก็ไม่ค่อยได้อยู่เกี่ยวกัน หนูก็ต่างคนต่างอยู่ใช้อย่างนี้ดีกว่า...แต่ก็ไม่ได้เกลียดอะไรนะ เฉยๆเข้าใจ เพราะหนูก็คิดอยู่แล้วว่าเรียนจบก็ไปทำงาน ก็จะไปอยู่ข้างนอก ก็เป็นชีวิตของหนูแล้ว ก็ไม่คิดอะไรมากมาย” (fem3/ ผู้หญิง)

3. การเรียนรู้จากปัญหาที่ประสบ

นักศึกษาส่วนใหญ่มองเห็นว่าปัญหาที่ตนเคยพบนั้น เปรียบเสมือนบทเรียนบทหนึ่ง ทำให้ตนได้เรียนรู้เกี่ยวกับปัญหาต่างๆ ได้ฝึกการแก้ปัญหา ทำให้มีความสามารถในการแก้ปัญหาที่หลากหลายมากขึ้น และสามารถนำเอาทักษะดังกล่าวไปใช้ในภายภาคหน้าได้ โดยหวังว่าในอนาคตถ้าต้องเจอปัญหาที่หนักก็จะสามารถผ่านไปได้ เพราะตนเคยพบปัญหาที่หนักกว่ามาแล้ว ดังนั้น ปัญหาที่ว่าหนักก็อาจจะดูเหมือนเบา สามารถแก้ไขได้อย่างง่ายดาย ดังตัวอย่างต่อไปนี้

“เพราะว่าเราทำงานหนักไป แล้วพอเราเรียนจบ แล้วไปเจองานที่ก็คิดว่าหนักแหละ แต่พอเราเจอก็อาจจะสบายๆ มันก็เหมือนมันก็หนักแหละ หนักจริงสำหรับคนอื่น แต่เราเคยเจอที่มันหนักกว่ามาแล้ว เราก็เลยดูเหมือนว่ามันง่ายครับ คิดอย่างนี้ดีกว่า...แล้วก็เกี่ยวกับการแก้ปัญหาหลายๆอย่าง ปัญหาเฉพาะหน้าว่าถ้าเจอปัญหาอย่างนี้จะต้องทำยังไง” (mas1/ ผู้ชาย)

“ส่วนมากถ้าเจอปัญหาที่ไม่ใช่แบบจะปล่อยให้เวลาผ่านไป ถ้าปัญหามันก็ต้องแก้ไข แก้ไขเพื่อให้มีประสบการณ์ในการแก้ปัญหาอีกขั้นหนึ่งในอนาคต จะได้เรียนรู้ว่าครั้งนี้เรียนรู้แล้ว ครั้งหน้าก็อาจจะเจอปัญหาอาจจะหนักแต่เนื่องด้วยเรามีประสบการณ์แล้วก็อาจจะแก้ปัญหาได้โดยที่ไม่ลำบาก” (mas5/ ผู้ชาย)

“ก็ไม่เป็นไรค่ะ ทำให้เราได้เรียนรู้ เข้มแข็งมากขึ้น” (fem2/ ผู้หญิง)

“ปัญหาที่ผ่านมาก็เป็นเหมือนประสบการณ์ที่สอนให้เราเข้มแข็งขึ้น เพราะการมาใช้ชีวิตอยู่คนเดียวมันต้องรับผิดชอบมากขึ้น ช่วยเหลือตัวเองมากขึ้น ก็ได้เรียนรู้หลายๆอย่างค่ะ” (fem4/ ผู้หญิง)

“..สอนไม่หักหลังปัญหา ให้สู้ปัญหาไปไม่ว่าจะเจออะไร ให้สู้ไปค่อยๆแก้ไปไม่ให้หนีปัญหา เพราะจะช้าจะเร็วมันก็ต้องทำ” (and2/ ผู้หญิง)

“มันช่วยทำให้เราขยันขึ้น ทำให้เราแบ่งเวลาเป็น มันได้ประสบการณ์เยอะเลย เหมือนเป็นแรงจูงใจให้กระตุ้นให้เรามีกำลังใจในการทำงานค่ะ” (and4/ ผู้หญิง)

ผลของการวิจัยเชิงคุณภาพนี้ สอดคล้องกับผลของการวิจัยเชิงปริมาณที่พบว่า นักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นชาย บทบาทความเป็นหญิง และบทบาทความเป็นชายและหญิง ต่างรับรู้ว่าคุณมีความสามารถในการแก้ปัญหา มีความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหา และเข้าจัดการกับปัญหา และใช้การลงมือดำเนินการแก้ปัญหาและการวางแผน การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม และการหาทางผ่อนคลายในระดับสูง โดยนักศึกษาทั้ง 3 กลุ่มใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาดังกล่าวไม่แตกต่างกัน

นอกจากนี้ผลการวิจัยเชิงคุณภาพยังช่วยให้เกิดความเข้าใจในประสบการณ์ในการเผชิญ และจัดการกับปัญหาของนักศึกษาเพิ่มเติม ในด้านลักษณะของปัญหาที่ประสบ การจัดการกับปัญหา และการเรียนรู้จากปัญหาที่ประสบ คือ ปัญหาที่นักศึกษาประสบส่วนใหญ่ คือ ปัญหาการเรียน และปัญหาที่นักศึกษาบางส่วนพบ คือ ปัญหาการเงิน ปัญหาครอบครัว ปัญหาเรื่องเพื่อน และปัญหาเรื่องความรัก โดยในการแก้ปัญหานั้น นักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นชาย บทบาทความเป็นหญิง และบทบาทความเป็นชายและหญิง จะลงมือดำเนินการจัดการกับปัญหาด้วยตนเองก่อน (ยกเว้นนักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นหญิงเพียง 1 คน ที่เลือกใช้การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเป็นวิธีแรก จากนั้นจึงลงมือจัดการกับปัญหา) จากนั้นหากเห็นว่าไม่สามารถจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นได้แล้ว นักศึกษาทั้ง 3 กลุ่มจะใช้การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อแก้ปัญหา และใช้การหาทางผ่อนคลายเมื่อเกิดความเครียด และต้องการทำให้ตนเองรู้สึกสดชื่น ปลอดภัย และใจเย็นขึ้นเพื่อกลับไปจัดการกับ

ปัญหาอีกครั้งหนึ่ง นอกจากนี้ นักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นหญิง และบทบาทความเป็นชายและหญิง จะใช้การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อกำลังใจ โดยจะระบายความไม่สบายใจของตนออกมาเพื่อให้ตนรู้สึกสบายใจขึ้น หรือเพื่อได้รับกำลังใจจากบุคคลอื่น และมีนักศึกษาบางส่วนที่มีมุมมองทางบวกในการเผชิญปัญหา เรียนรู้จากปัญหาที่ประสบ และมีส่วนน้อย ได้แก่ ผู้ที่มีบทบาทความเป็นหญิงบางคนที่ไม่เผชิญปัญหา

จากที่กล่าวมาจะเห็นว่า นักศึกษาเลือกใช้วิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพ จึงทำให้สามารถจัดปัญหา หรือทำให้ปัญหาบรรเทาลงได้ และจากประสบการณ์ดังกล่าวก็ทำให้นักศึกษาได้เรียนรู้มากขึ้นเกี่ยวกับการแก้ปัญหา ส่งผลให้นักศึกษาสามารถดำเนินชีวิตต่อไปได้อย่างมั่นคง และพร้อมที่จะเผชิญกับปัญหาที่ประสบในอนาคตต่อไป



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทที่ 5

อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้แบ่งเป็น 2 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา (descriptive research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบความแตกต่างในการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษาชาย และหญิงที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน และหาความสัมพันธ์ระหว่างการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และกลวิธีการเผชิญปัญหา ส่วนที่ 2 เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (qualitative research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสบการณ์ในการเผชิญและจัดการกับปัญหา รวมถึงการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และวิธีการที่ใช้ในการเผชิญปัญหาของนักศึกษาที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน ด้วยการสัมภาษณ์แบบกึ่งมีโครงสร้างกับนักศึกษาที่ยินดีและเต็มใจให้สัมภาษณ์ อภิปรายผลการวิจัยได้ดังนี้

1. บทบาททางเพศของนักศึกษาโดยรวม

ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 543 คน เป็นชาย 214 คน และเป็นหญิง 329 คน โดยทั้งชายและหญิงมีบทบาททางเพศที่ตรงตามเพศของตนสูงที่สุด กล่าวคือ ชายมีบทบาทความเป็นชายสูงที่สุด คิดเป็นร้อยละ 75.23 ของนักศึกษาชาย (161 คน) และหญิงมีบทบาทความเป็นหญิงสูงที่สุด คิดเป็นร้อยละ 49.54 ของนักศึกษาหญิง (163 คน) และหญิงมีบทบาทความเป็นชายและหญิงคิดเป็นร้อยละ 24.92 (82 คน) ในขณะที่ชายมีบทบาทความเป็นชายและหญิง คิดเป็นร้อยละ 6.54 (14 คน) (ตารางที่ 12) สอดคล้องกับที่ Bem (1974 อ้างถึงใน กรแก้ว คงเดชา, 2544) เชื่อว่า ลักษณะความเป็นชาย และลักษณะความเป็นหญิงเป็นอิสระแยกจากกัน มิได้เป็นคุณลักษณะของเพศใดเพศหนึ่งเท่านั้น แต่เป็นคุณลักษณะที่พบได้พร้อมๆ กันทั้งในชายและหญิง แต่โดยทั่วไปมักพบว่า ผู้ชายมักจะมีลักษณะความเป็นชายสูงกว่าลักษณะความเป็นหญิง และผู้หญิงจะมีลักษณะความเป็นหญิงสูงกว่าลักษณะความเป็นชาย ในขณะที่เดียวกันก็มีบุคคลที่มีทั้งลักษณะความเป็นหญิงและลักษณะความเป็นชายสูงทั้งคู่ ซึ่งเรียกลักษณะบทบาทแบบนี้ว่า บทบาทความเป็นชายและหญิง (androgyny) โดยบุคคลเหล่านี้จะมีศักยภาพผสมผสานระหว่างความเข้มแข็งของชาย และความอ่อนโยนของหญิง จะมีความยืดหยุ่น และสามารถตอบสนองต่อสถานการณ์ที่แตกต่างกันไป ตามที่ตนเห็นว่าเหมาะสม มากกว่าที่จะทำตามที่ตั้งใจเห็นว่าเป็นสิ่งที่หญิงหรือชายควรกระทำ และจากการสำรวจความคิดเห็นของนักศึกษา เพื่อพัฒนาแบบวัดบทบาททางเพศของผู้วิจัย พบว่า นักศึกษาเลือกตอบรายการคำด้านอาชีพ กิจกรรม และลักษณะที่ปรากฏต่าง ๆ มีความเป็นกลางเป็นส่วนใหญ่ กล่าวคือ นักศึกษาเห็นว่ารายการคำต่างๆ

นั้น สามารถที่จะกระทำหรือเป็นได้ทั้งหญิงและชาย ซึ่งแสดงให้เห็นว่าในปัจจุบันสังคมมีความคาดหวังเกี่ยวกับบทบาทหญิงและชายว่าแตกต่างกันน้อยลง มีความยืดหยุ่นในการแสดงบทบาทมากขึ้น

การพัฒนาบทบาททางเพศเป็นกระบวนการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง เกิดขึ้นตั้งแต่วัยต้นของชีวิต กล่าวคือ เด็กจะเริ่มเลียนแบบบทบาททางเพศโดยดูจากพ่อแม่และบุคคลใกล้ชิด ดังนั้น การเลี้ยงดูของพ่อแม่จะมีผลอย่างยิ่งต่อการพัฒนาลักษณะบทบาททางเพศของเด็ก นอกจากนี้ จากงานวิจัยของ Lansky (1967 cited in Kaplan & Sedney, 1980) พบว่า พ่อแม่มีแนวโน้มที่แสดงความไม่เห็นด้วยต่อการเลือกกิจกรรมที่มีลักษณะตรงข้ามกับเพศของลูกชายมากกว่าลูกสาว โดยพ่อแม่แสดงความคิดเห็นทางลบต่อกิจกรรมที่มีลักษณะตรงข้ามกับเพศของลูกชาย แต่แสดงความคิดเห็นที่เป็นกลางหรือทางบวกต่อกิจกรรมที่มีลักษณะตรงข้ามกับเพศของลูกสาว และจากงานวิจัยของ Fagot (1977 cited in Kaplan & Sedney, 1980) พบว่า พ่อแม่จะตอบสนองต่อพฤติกรรมของลูกสาวกับพฤติกรรมของลูกชายแตกต่างกัน โดยพ่อแม่จะตอบสนองทางบวกเมื่อเด็กมีพฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศของตน ในทางตรงกันข้าม พ่อแม่จะตอบสนองทางลบเมื่อเด็กมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมกับเพศของตน โดยพ่อแม่ลงโทษลูกชายเมื่อแสดงพฤติกรรมที่มีลักษณะของความเป็นหญิงมากกว่า ลงโทษลูกสาวเมื่อแสดงพฤติกรรมของความเป็นชาย ซึ่งแสดงให้เห็นว่า พ่อแม่คาดหวังให้เด็กผู้ชายมีบทบาททางเพศที่ตรงตามเพศมากกว่าเด็กผู้หญิง และจากผลการวิจัยในครั้งนี้ก็พบว่า ผู้หญิงมีบทบาทความเป็นชายและหญิงมากกว่าผู้ชาย (ตารางที่ 12)

2. การประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหาของนักศึกษา

2.1 การประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหาของนักศึกษา

ผลการวิจัยโดยรวมพบว่า นักศึกษารับรู้ว่าคุณมีความสามารถในการแก้ปัญหา และมีความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหา มีความพยายามในการเข้าจัดการกับปัญหามากกว่าที่จะหลีกเลี่ยงปัญหาในระดับค่อนข้างสูง และสามารถควบคุมทั้งอารมณ์และพฤติกรรมของตนเองในขณะที่แก้ปัญหาได้ในระดับปานกลาง (ตารางที่ 14) การประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหานั้นเป็นตัวแปรส่วนบุคคล (Heppner & Lee, 2002) ที่ปรากฏในรูปแบบการปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อม และเป็นกลุ่มของความคิด ความเข้าใจ ความเชื่อ หรือความคาดหวังเกี่ยวกับความสามารถในการแก้ปัญหาของบุคคล (Heppner, 1988 cited in Heppner et al., 2004) ซึ่ง Butler และ Meichenbaum (1981 cited in Heppner et al., 2004) ได้ตั้งสมมติฐานว่า การประเมินว่าคุณมีความสามารถในการแก้ปัญหาหรือไม่ เพียงใดนั้น ไม่เพียงแต่จะมีผลต่อการลงมือแก้ปัญหาเท่านั้น แต่ยังเป็นตัวทำนายถึงกระบวนการในการแก้ปัญหานั้นด้วย

จากผลการวิจัยในครั้งนี้นี้แสดงให้เห็นว่า นักศึกษาโดยรวมรับรู้ว่าคุณมีความสามารถในการแก้ปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่ง Heppner et al. (2004) กล่าวว่า ผู้ที่รับรู้ว่าคุณมีความสามารถในการแก้ปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพนั้นจะมีสุขภาพกาย และสุขภาพจิตที่ดี เผชิญปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ และมีการปรับตัวในการทำงานได้ดีกว่าผู้ที่รับรู้ว่าคุณจัดการกับปัญหาต่างๆ ได้อย่างไม่มีประสิทธิภาพ ดังผลการวิจัยในต่างประเทศที่พบว่า ผู้ที่รับรู้ว่าคุณสามารถแก้ปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพมีคะแนนอัตมโนทัศน์สูงกว่า คะแนนด้านตนเองต่ำกว่า มีความคิดไม่สมเหตุสมผล ความเชื่อที่ไร้เหตุผล และมีการกล่าวโทษน้อยกว่า และใช้การเผชิญปัญหาโดยมุ่งจัดการกับปัญหา มากกว่าผู้ที่รับรู้ว่าคุณแก้ปัญหาได้อย่างไม่มีประสิทธิภาพ (Heppner et al., 1983) นอกจากนี้ นักศึกษาที่รับรู้ว่าคุณเป็นผู้ที่ประสบความสำเร็จในการแก้ปัญหา จะมีแรงจูงใจในการแก้ปัญหา มากกว่า คาดหวังในความสำเร็จสูงกว่า รับรู้ว่าคุณมีความสามารถและความพยายามของคุณมีความสำคัญต่อการแก้ปัญหามากกว่า ให้ความสำคัญกับโชคกลางน้อยกว่า ประเมินว่าตนหลีกเลี่ยงปัญหาน้อยกว่า แก้ปัญหาอย่างเป็นระบบ และมีความพยายามอย่างจริงจังในการแก้ปัญหา รับรู้ว่าเป็นเรื่องปกติที่ต้องพบเจอปัญหาในชีวิต เข้าใจปัญหาอย่างชัดเจนมากกว่า เรียนรู้จากการสังเกตผู้อื่นมากกว่า ใช้ยาและสุราน้อยกว่า ใช้การระดมความคิดมากกว่า ประเมินว่าตนมีความคิดริเริ่ม มีเหตุผลจริงจัง และมีความคิดที่เป็นระบบในการตัดสินใจต่างๆ มากกว่าผู้ที่รับรู้ว่าคุณไม่ประสบความสำเร็จในการแก้ปัญหา (Heppner et al., 1982) และจากผลการวิจัยในครั้งนี้พบว่า นักศึกษาโดยรวมรับรู้ว่าคุณมีความสามารถในการแก้ปัญหาในระดับค่อนข้างสูง และเผชิญปัญหาอย่างมีประสิทธิภาพ โดยใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมในระดับสูง และใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงในระดับค่อนข้างต่ำ (ตารางที่ 14)

2.2 การประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหาของนักศึกษา จำแนกตามบทบาททางเพศ และเพศ

2.2.1 การรับรู้ความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหา

นักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นชาย บทบาทความเป็นหญิง และบทบาทความเป็นชายและหญิง รับรู้ว่าคุณมีความสามารถในการแก้ปัญหา และมีความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหาไม่แตกต่างกัน แต่แตกต่างจากนักศึกษาที่มีบทบาททางเพศไม่เด่นชัด โดยนักศึกษาทั้ง 3 กลุ่ม รับรู้ว่าคุณมีความสามารถในการแก้ปัญหา และมีความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหามากกว่านักศึกษาที่มีบทบาททางเพศไม่เด่นชัด (ตารางที่ 17) สอดคล้องกับงานวิจัยที่พบว่า ผู้ที่มีลักษณะพฤติกรรมมุ่งความสำเร็จ (instrumental behavior) ซึ่งแสดงความเป็นชาย (Baken, 1966; Parson & Bales, 1955) ประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหาในทางบวก (Brems & Johnson, 1989; McCracken &

Weitzman, 1997; Wang, Heppner, & Berry, 1997) ในขณะเดียวกันก็มีงานวิจัยในกลุ่มนักศึกษาที่พบว่า ผู้ที่มีลักษณะพฤติกรรมมุ่งความสัมพันธ์ (expressive behavior) ซึ่งแสดงถึงความเป็นหญิง (Baken, 1966; Parson & Bales, 1955) มีความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหาเช่นกัน (Wang et al., 1997)

จากผลการวิจัยเชิงคุณภาพในครั้งนี้ พบว่า การที่นักศึกษาประเมินว่าตนมีความสามารถในการแก้ปัญหา และมีความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหานั้น ส่วนหนึ่งเนื่องมาจากประสบการณ์ต่างๆที่นักศึกษาได้ใช้ในการแก้ปัญหา และเมื่อนักศึกษาสามารถจัดการปัญหาต่างๆให้ผ่านพ้นไปได้ ก็ทำให้นักศึกษามีความรู้และทักษะในการแก้ปัญหาเพิ่มมากขึ้น และนักศึกษาก็ใช้ความรู้และทักษะนั้นในการแก้ปัญหาในอนาคตต่อไป ดังบทสัมภาษณ์ต่อไปนี้

“ทุกวันนี้ผมก็ดี แต่ไม่รู้เหมือนกันว่าอนาคตจะมีปัญหาอะไรอีก แต่ส่วนมากก็น่าจะแก้ได้ แต่ผมส่วนมากถ้าเจอปัญหาที่ไม่ใช่แบบจะปล่อยให้เวลาผ่านไป ถ้าปัญหามันก็ต้องแก้ไข แก้ไขเพื่อให้มีประสบการณ์ในการแก้ปัญหาอีกขั้นหนึ่งในอนาคต จะได้เรียนรู้ว่าครั้งนี้เรียนรู้แล้ว ครั้งหน้าก็อาจจะเจอปัญหาอาจจะหนักแต่เรื่องด้วยเรามีประสบการณ์แล้วก็อาจจะแก้ปัญหาได้โดยที่ไม่ลำบาก” (mas5/ ผู้ชาย)

“เหมือนกับเราเคยเจอแบบนี้มาแล้วค่ะ เราก็น่าจะสามารถแก้ปัญหาได้” (fem2/ ผู้หญิง)

ส่วนนักศึกษาที่มีบทบาททางเพศไม่เด่นชัดนั้นเป็นผู้ที่มีลักษณะความเป็นชาย และลักษณะความเป็นหญิงต่ำทั้งคู่ ซึ่งไม่เอื้ออำนวยให้ประสบความสำเร็จในสังคมปัจจุบันได้ บทบาททางเพศแบบนี้ เป็นบทบาทที่สังคมไม่พึงปรารถนามากที่สุดเนื่องจากเป็นบทบาทที่สับสน มีการแสดงออกตามที่สังคมกำหนดไว้ไม่ชัดเจน เป็นผลให้ไม่สามารถตอบสนองต่อสถานการณ์ต่างๆได้อย่างเหมาะสม (ฉันทิกา ทิมากร, 2534) จึงทำให้ผู้ที่มีบทบาททางเพศไม่เด่นชัด ได้รับความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และมีความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหาคือต่ำกว่าผู้ที่มีบทบาททางเพศแบบอื่นๆ

2.2.2 การควบคุมตนเอง

ผู้ชายรับรู้ว่าตนมีความสามารถในการควบคุมอารมณ์ และพฤติกรรมของตน ในขณะที่แก้ปัญหาได้มากกว่าผู้หญิง (ตารางที่ 17) สอดคล้องกับผลการวิจัยครั้งนี้ในส่วนที่พบว่า ผู้ชายใช้การมุ่งจัดการกับปัญหา ด้านการลงมือดำเนินการแก้ปัญหาและการวางแผนมากกว่าผู้หญิง (ตารางที่ 23) ซึ่งการวางแผนและลงมือดำเนินการแก้ปัญหานั้น เป็นอีกแนวทางหนึ่งที่จะทำให้สามารถบรรลุถึงเป้าหมายในการแก้ปัญหาได้ นอกจากนี้ จากการบอกเล่าถึงประสบการณ์ในการแก้ปัญหาที่ผ่านมาของนักศึกษาในการวิจัยเชิงคุณภาพครั้งนี้ พบว่า ผู้ชายส่วนหนึ่งมักพยายามแก้ปัญหาให้เสร็จสิ้นไป และจากนั้นจึงค่อยหาทางผ่อนคลายทางอารมณ์ ดังคำกล่าวต่อไปนี้

“ผมส่วนมากจะเรียนเสร็จเครียด ก็ทำงานครับ ส่วนมากจะทำให้เสร็จแล้วก็มารวมตัวกันครับ ในกลุ่มจะมาคุยกัน เล่นกัน แล้วพอเย็นก็จะกินอาหารอย่างนี้ครับ หนุ่ยย่าง...ต้องเสร็จก่อนนะครับ ถ้าค้างคา อยู่จะไม่มีอารมณ์ไปเที่ยว” (mas3 / ผู้ชาย)

ในขณะที่เดียวกัน ยังกล่าวอีกว่า ในการแก้ปัญหา นั้นมักจะไปนั่งคิดคนเดียวเงียบๆ จะตัดเรื่องราวที่ไม่เกี่ยวข้อง หรืออารมณ์ต่างๆออกให้หมดก่อน แล้วจึงคิดหาทางแก้ไขปัญหาต่อไป ซึ่ง จะเห็นได้ว่าการกระทำดังกล่าวเป็นการพยายามควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมของตนเองในขณะที่ แก้ปัญหา เพื่อให้การแก้ปัญหาลุล่วงไปได้โดยมีประสิทธิภาพ ดังคำกล่าวต่อไปนี้

“ตกุ้งมันฝึกให้คนใจเย็นครับ จริงๆนะ ต้องนั่งเฝ้าจ้องกับมัน...อย่างแก้ปัญหา นะครับ ไปนั่งตกุ้งได้ เลยครับ นั่งเพลินนะ...จะทำให้ไม่สับสนครับ คิดอะไรไม่สับสนครับ” (mas2/ ผู้ชาย)

“ผมว่าปัญหาถ้าแก้จากต้นเหตุ นะครับ ต้องไปนั่งเงียบๆ นะครับ แล้วก็ตัดอารมณ์โมโห อารมณ์ หงุดหงิดหรือว่าเราจะทำงานเสร็จมัย ตัดออกไปก่อนเลยครับ แล้วก็มาแก้ปัญหาที่ต้นเหตุเลย พอแก้เสร็จแล้ว ผมคิดว่าว่างานอะไร ปัญหาทุกอย่างที่ผมทำนะ ผมว่ามันคลี่คลายดีครับ ก็โอเค” (mas3/ ผู้ชาย)

ส่วนผู้หญิงบางครั้งจะระบายออกทางอารมณ์ เช่น ถ้าพบปัญหาที่คาดไม่ถึง หรือ เป็นเรื่องใหญ่ที่ไม่ทันตั้งตัว ก็อาจร้องไห้ ออกมา และแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อกำลังใจ ระบายความทุกข์กับเพื่อน และในขณะที่แก้ปัญหาจะมีการหาทางผ่อนคลายเป็นบ้างเมื่อรู้สึกว่าคุณเองไม่ไหวแล้วจริงๆ ดังคำกล่าวต่อไปนี้

“บางทีก็คิดไม่ได้เลยนะที่...บางทีมันหนักหนานะอย่างเรื่องเพื่อน หนุ่ยก็ไม่รู้จะทำไ้กับเค้าแล้ว เหมือนทำไปหลายวิธีแล้ว เค้าก็เป็นแบบนี้ของเค้าตลอดเลย...เครียดจนร้องไห้ แบบไม่รู้จะทำไ้กับมันแล้ว ก็ ร้องไห้กับเพื่อนอีกคนหนึ่ง เพราะเค้าก็จะมีปัญหาเรื่องเพื่อนเหมือนกัน” (fem5/ ผู้หญิง)

“ถ้าไม่ไหวจริงๆก็ร้องไห้ ออกมา ก็คุยกับเพื่อนนะค่ะ” (and4/ ผู้หญิง)

2.2.3 การเข้าจัดการปัญหา-หลีกเลี่ยงปัญหา

นักศึกษาที่มีบทบาททางเพศ และเพศแตกต่างกัน ประเมินความสามารถของตนใน การแก้ปัญหา ด้านการเข้าจัดการกับปัญหา-หลีกเลี่ยงปัญหาไม่แตกต่างกัน (ตารางที่ 17) โดย นักศึกษาเข้าจัดการปัญหาในระดับค่อนข้างสูง (ตารางที่ 14) แสดงให้เห็นว่านักศึกษาส่วนใหญ่ไม่ว่า จะมีบทบาททางเพศแบบใด จะเข้าจัดการกับปัญหามากกว่าที่จะหลีกเลี่ยงปัญหา โดยไม่ปล่อยให้ ปัญหาผ่านไป สอดคล้องกับงานวิจัยที่พบว่าผู้ที่มีลักษณะพฤติกรรมมุ่งความสำเร็จ (มีบทบาทความ เป็นชาย) จะเข้าจัดการปัญหามากกว่าหลีกเลี่ยงปัญหา (Brems & Johnson, 1989) ในขณะที่เดียวกันก็

พบว่า ผู้ที่มีลักษณะพฤติกรรมมุ่งความสัมพันธ์ (มีบทบาทความเป็นหญิง) ก็เข้าจัดการปัญหาเช่นกัน (Heppner et al., 1995 cited in Heppner et al., 2004; Wang et al., 1997)

3. กลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษา

3.1 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา (Problem-focused Coping)

จากผลการวิจัยโดยรวมพบว่า นักศึกษาใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาในระดับสูง (ตารางที่ 14) แสดงให้เห็นว่า เมื่อประสบกับปัญหาหรือสถานการณ์ที่ยากในชีวิตหรือเกิดความเครียด นักศึกษามักเลือกใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาเป็นส่วนใหญ่ ซึ่งจัดว่าเป็นลักษณะการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพ เนื่องจาก การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหานั้นเป็นความพยายามในการทำความเข้าใจกับปัญหา ว่าปัญหาคืออะไร มีสาเหตุอยู่ที่ไหน และหาทางออกที่เป็นไปได้สำหรับปัญหานั้นๆ (Lazarus & Folkman, 1984) จึงทำให้สามารถขจัดปัญหาหรือทำให้ปัญหาบรรเทาลงได้ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหานั้นประกอบด้วย กลวิธีย่อยหลายวิธี จากผลการวิจัยในครั้งนี้พบว่า นักศึกษาใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาในด้านย่อยต่างๆ ในระดับสูงเช่นกัน (ตารางที่ 14) กล่าวคือ นักศึกษามีการวางแผนและลงมือดำเนินการจัดการกับปัญหาด้วยตนเอง ยอมรับในปัญหาที่เกิดขึ้น และมองปัญหาใหม่ในทางบวก พยายามมองชีวิตให้สดใสเบิกบาน และหาทางผ่อนคลายบ้างในเวลาที่เกิดความเครียด จะเห็นว่กลวิธีต่างๆนี้ล้วนแล้วแต่เป็นกลวิธีที่มีประสิทธิภาพทั้งสิ้น ซึ่งทำให้นักศึกษาสามารถดำเนินชีวิตต่อไปได้อย่างราบรื่น

3.1.1 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา จำแนกตามบทบาททางเพศ และเพศ

3.1.1.1 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาโดยรวม การลงมือดำเนินการแก้ปัญหาและการวางแผน และการตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโต

นักศึกษามีบทบาทความเป็นชาย บทบาทความเป็นหญิง และบทบาทความเป็นชายและหญิง ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาโดยรวม และกลวิธีมุ่งจัดการกับปัญหาด้านการลงมือดำเนินการแก้ปัญหาและการวางแผน และด้านการตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโตไม่แตกต่างกัน แต่แตกต่างจากนักศึกษามีบทบาททางเพศไม่เด่นชัด โดยนักศึกษาทั้ง 3 กลุ่มใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาดังกล่าวมากกว่านักศึกษามีบทบาททางเพศไม่เด่นชัด (ตารางที่ 23) ซึ่งแตกต่างจากงานวิจัยที่ผ่านมาที่พบว่า ผู้หญิงที่มีบทบาทความเป็นชายและหญิงมีความสามารถในการเผชิญปัญหาได้ดีกว่า ผู้หญิงที่มีบทบาทความเป็นชาย และบทบาทความเป็น

หญิง (Spangenberg & Lategon, 1993 อ้างถึงใน ปณตพร พงษ์อนันตโยธิน, 2544) ผู้ชายที่มีบทบาทความเป็นชายและหญิง และบทบาทความเป็นชาย มีความสามารถในการเผชิญปัญหา มากกว่าผู้ชายที่มีบทบาทความเป็นหญิง (May & Spangenberg, 1997 อ้างถึงใน ปณตพร พงษ์อนันตโยธิน, 2544) นอกจากนี้ Renk และ Creasey (2003) พบว่า วัยรุ่นชาย และหญิงที่มีบทบาทความเป็นชายสูง ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามากกว่า วัยรุ่นชาย และ หญิงที่มีบทบาทความเป็นชายต่ำ

สำหรับความแตกต่างของผลการวิจัยที่พบในครั้งนี้นี้กับผลการวิจัยบางส่วนที่ผ่านมา นั้นอาจเนื่องมาจาก ผู้ที่มีบทบาทความเป็นหญิงปรับตัวให้สามารถอยู่รอดในสังคมปัจจุบันได้ โดยปัจจุบันทั้งชายและหญิงมีความเท่าเทียมกันมากขึ้น ต่างคนต่างก็ต้องทำงาน มีภาระรับผิดชอบ บทบาทความเป็นชาย และบทบาทความเป็นหญิงในสังคมปัจจุบันมีความยืดหยุ่นมากขึ้น มีความสอดคล้องกันมาก และแตกต่างกันน้อยลง จากกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ พบว่า นักศึกษาประสบกับปัญหาเรื่องการเรียนเป็นส่วนใหญ่ เนื่องจากกำลังอยู่ในวัยที่ต้องศึกษาเล่าเรียนเหมือนกัน และจากการสัมภาษณ์นักศึกษาทั้ง 15 คนในส่วนของกรณีศึกษาเชิงคุณภาพ พบว่า มีนักศึกษา 12 คนเคยทำงานพิเศษในระหว่างเรียนและช่วงปิดภาคเรียน เพื่อหาเงินมาไว้ใช้จ่ายส่วนตัว จะได้ไม่ต้องรบกวนทางบ้าน เป็นการช่วยแบ่งเบาภาระทางบ้านอีกทาง โดยช่วงที่ไปสัมภาษณ์พบว่า มีนักศึกษาบางส่วนอยู่ระหว่างการหางานทำในช่วงปิดภาคเรียน และบางส่วนทำงานมาอย่างต่อเนื่องแล้ว จะเห็นได้ว่าไม่ว่านักศึกษาจะมีบทบาททางเพศแบบใด ก็จะต้องรับผิดชอบตัวเองเพื่อให้สามารถผ่านพ้นเหตุการณ์ต่างๆไปได้ โดยนักศึกษาใช้กลวิธีมุ่งจัดการกับปัญหาด้านการลงมือดำเนินการแก้ปัญหาและการวางแผนเป็นหลัก ดังตัวอย่างต่อไปนี้

ปัญหาเรื่องการเรียน

“มันเป็นตั้งแต่รู้ผลสอบมาเทอมแรก กลับไปก็จะเครียด เพราะผลสอบมันไม่ดี ก็ตั้งใจนะครับ ยิ่งไงก็บังคับตัวเอง ทำตารางไว้เลยครับ คืออย่างน้อยก็ต้องดูวันละครึ่งชั่วโมงครับ ต้องดูให้ผ่าน แบบให้ติด อยากรอ่านหนังสือเก่ง ต้องบังคับตัวเองนะครับ แล้วก็ทำได้ครับ แต่จะดูมากดูน้อยนี่ก็แล้วแต่ แต่ส่วนมากก็จะเป็นแบบดูแป๊บเดียวก็จะเบื่อแล้วก็วางไปเลย แต่ก็ต้องดูทุกวันนะครับ เพราะบังคับ...แล้วก็ลองเขียนนะครับ ลองสรุปทุกอย่าง ช่วยได้เยอะครับ” (mas3/ ผู้ชาย)

“ตั้งแต่เข้ามาหาลัย จากปกติไม่ชอบอ่านนะ แต่เหมือนแบบเราต้องอ่านนะ...ก็อาจารย์สอนไม่รู้เรื่อง อย่างเค้าแปลวรรคข้ามวรรคเนี่ย หนูก็ต้องมานั่งหาศัพท์มาแปลอ่านเอง ทีหลังจนมันติด” (fem5/ ผู้หญิง)

ปัญหาเรื่องการเงิน

“ทำยังไงก็ได้ครับที่ช่วยแบ่งเบาภาระทางบ้านได้ ก็ไปอยู่บ้านญาติก่อนตอนแรกๆ ก็ต้องยอมตื่นเช้าหน่อยเพื่อที่จะมาเรียน แล้วთომหนึ่งพอตั้งตัวได้ก็พยายามหางานทำครับ ก็เช่าหออยู่ที่นี่ ก็ไปทำงานกับเพื่อนครับ ทำเคเอฟซี แล้วพยายามใช้เงินเที่ยวให้มันน้อยลง รู้ค่าของเงินมากขึ้นครับ” (mas2/ ผู้ชาย)

“เป็นเรื่องเงินมากกว่า..พ่อแม่อายุมากแล้ว หาเงินส่งหนูเรียนไม่ค่อยไหวค่ะ...ตอนนี้ก็ทำงานอยู่ค่ะ ทำเซสเตอร์กิลค่ะ ทำช่วงปิดเทอม แล้วก็งานพิเศษเกี่ยวกับบายอิตาเลียนค่ะ ตอนเปิดเทอมก็จะทำเสาร์อาทิตย์ หรือไม่ก็เย็นๆบ้าง แล้วแต่เค้าโทรมาตาม” (and5/ ผู้หญิง)

ปัญหาเรื่องครอบครัว

“เมื่อก่อนแม่จะชอบตีแม่เบียร์ แล้วพ่อจะไม่โทษพ่อแม่ เค้าก็จะทะเลาะกันบ่อยๆ ก็เลยเกิดอาการเครียดบ้าง พอเห็นพ่อแม่ทะเลาะกันลูกก็ไม่สบายใจครับ...บางทีก็กลั้นใจเดินฝ่าไปตรงกลางเลย ประมาณว่าถ้าเค้าจะตีกันยังไงก็โดนเราแน่ๆครับ สักพักเค้าก็จะออก เหมือนเค้าก็ห่วงลูกเหมือนกันนะครับ...พอดี รู้สึกว่าจะวันเกิดครับ เลยขอแม่ให้เลิกกินเหล้าให้พ่อเลิกดูบรูรี่ พออีกปีเค้าก็เลิก” (mas1/ ผู้ชาย)

3.1.1.2 การหาทางผ่อนคลาย

นักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นชาย และบทบาทความเป็นชายและหญิง ใช้กลวิธีมุ่งจัดการกับปัญหาด้านการหาทางผ่อนคลายมากกว่า นักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นหญิง และบทบาททางเพศไม่เด่นชัด (ตารางที่ 23) ที่เป็นเช่นนี้ ผู้วิจัยมีความเห็นว่า เนื่องจากการหาทางผ่อนคลายนั้นเป็นการทำกิจกรรมที่ชอบ ทำงานอดิเรก ดูแลสุขภาพร่างกาย หาความเพลิดเพลิน เพื่อพักผ่อนหย่อนใจ โดยมุ่งให้ตนเองเกิดความสบายใจ ผ่อนคลาย ปลอดภัย และใจเย็นขึ้น ซึ่งผู้ที่มีบทบาทความเป็นหญิงโดยปกติมักบอกเล่าความทุกข์ของตนให้ผู้อื่นรับรู้ เพื่อขอความเห็นใจและคำปลอบโยน ให้ตนรู้สึกสบายใจขึ้น ดังนั้น ผู้ที่มีบทบาทความเป็นหญิงจึงอาจให้ความสำคัญกับการหาทางผ่อนคลายผ่านกิจกรรมอื่นๆในระดับที่ลดน้อยลงมา ส่วนผู้ที่มีบทบาทความเป็นชายมักไม่ค่อยบอกเล่าถึงอารมณ์ของตนให้ผู้อื่นรับรู้มากนัก โดยบอกว่าจะเก็บไว้คนเดียว ดังนั้น สิ่งที่ทำให้ผู้ที่มีบทบาทความเป็นชายรู้สึกผ่อนคลาย สบายใจมากขึ้นจึงเป็นการทำกิจกรรมที่ตนชอบ เช่น การเล่นดนตรี การตกปลา ตกกุ้ง หรือการออกกำลังกาย เป็นต้น

3.2 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม (Seeking Social Support)

จากผลการวิจัยโดยรวมพบว่า นักศึกษาใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมในระดับสูง (ตารางที่ 14) การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเป็นการเผชิญ

ปัญหาที่แสดงถึงความพยายามในการจัดการกับปัญหา โดยอาศัยแหล่งสนับสนุนต่างๆ เป็นการขอความช่วยเหลือจากบุคคลอื่นเพื่อแก้ปัญหา และเพื่อกำลังใจ แสดงให้เห็นว่า เมื่อนักศึกษาประสบปัญหา หรือสถานการณ์ที่ยุ่งยากที่ทำให้เกิดความเครียด นอกจากนักศึกษาก็จะใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาโดยมุ่งจัดการกับปัญหาด้วยตนเองแล้ว นักศึกษายังเลือกใช้วิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมอีกด้วย เช่น ในปัญหาที่วุ่นวายเกี่ยวกับการใช้ชีวิตอาจขอความช่วยเหลือแนะนำจาก พ่อแม่ หรือญาติพี่น้องใกล้ชิดที่พอจะมีประสบการณ์ในลักษณะเดียวกันกับตนเอง ในเรื่องการเรียนอาจขอความช่วยเหลือจากอาจารย์ หรือเพื่อนที่มีความเข้าใจมากกว่าตน และในบางครั้งอาจจะไม่ได้ต้องการคำแนะนำใดๆจากบุคคลอื่น เพียงแต่ได้บอกเล่าปัญหา และความรู้สึกของตนให้ผู้ฟัง เพื่อให้รู้สึกสบายใจมากขึ้นเท่านั้น ซึ่งถือว่าเป็นการจัดการกับอารมณ์อย่างมีประสิทธิภาพ และนำไปสู่การจัดการกับปัญหาต่อไป

3.2.1 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม จำแนกตามบทบาททางเพศ และเพศ

เมื่อจำแนกกลุ่มตัวอย่างตามบทบาททางเพศ พบว่า นักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นหญิง และบทบาทความเป็นชายและหญิง ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่านักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นชาย และบทบาททางเพศไม่เด่นชัด (ตารางที่ 23) ผลที่ได้สอดคล้องกับงานวิจัยของ Renk และ Creasey (2003) ในส่วนที่พบว่า วัยรุ่นชายและหญิงที่มีบทบาทความเป็นหญิงสูงใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์มากกว่าวัยรุ่นชายและหญิงที่มีบทบาทความเป็นหญิงต่ำ

3.2.1.1 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อแก้ปัญหา จากผลการวิจัยเชิงคุณภาพในครั้งนี้ พบว่า นักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นชาย บทบาทความเป็นหญิง และบทบาทความเป็นชายและหญิงส่วนมาก ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อแก้ปัญหา เมื่อไม่สามารถแก้ปัญหาด้วยตนเองได้ ดังตัวอย่างต่อไปนี้

“ถ้ามีปัญหาจริงๆจะปรึกษาแม่ก่อนเพราะว่า พักหลังเวลาอยู่ที่นี้เวลามีปัญหาอะไรก็จะโทรไปคุยกับแม่ครับ แม่จะช่วยตัดสินใจให้ครับ ถ้าเป็นปัญหาอะไรเล็กน้อยที่ตัวเองแก้ไม่ได้ก็จะปรึกษาเพื่อนครับ” (mas2/ ผู้ชาย)

“ส่วนมากจะคุยกับพี่ กับน้ำ เพราะอย่างน้อยๆน้ำก็ต้องมีปัญหาในเรื่องการทำงานเหมือนกันกับเรา การเรียนยังงี้ก็ปัญหาใกล้เคียงกัน ก็จะเข้าใจเราด้วย” (fem1/ ผู้หญิง)

“ส่วนมากก็จะเป็นพวกเขียนโปรแกรมคะ...จะหนักนิดนึง บางทีก็จะให้เพื่อนช่วยสอนให้ มีเพื่อนคนหนึ่งก็เก่ง” (and5/ ผู้หญิง)

3.2.1.2 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อกำลังใจ จากผลการวิจัยเชิงคุณภาพในครั้งนี้พบว่า โดยมากนักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นหญิง และบทบาทความเป็นชายและหญิงจะเลือกใช้วิธีนี้มากกว่าผู้ที่มีบทบาทความเป็นชาย โดยผู้ที่มีบทบาทความเป็นชายมักไม่ค่อยบอกเล่าถึงอารมณ์ ความรู้สึกของตนเองให้ผู้อื่นรับรู้และมักกล่าวว่า “จะเก็บไว้คนเดียว” ดังตัวอย่างต่อไปนี้

“อย่างเรื่องเพื่อนก็เคยเครียด เครียดจนร้องไห้ แบบไม่รู้จะทำไงกับมันแล้ว..ก็ร้องให้กับเพื่อนอีกคนหนึ่ง เพราะเค้าก็จะมีปัญหาเรื่องเพื่อนเหมือนกัน ก็เลยมานั่งคุยกัน” (fem5/ ผู้หญิง)

“ก็จะระบาย ส่วนใหญ่ก็จะระบายกับเพื่อนสนิทมากกว่า...ผมพูดให้ฟัง ไม่ให้ช่วยคิด นี่เป็นอย่างนี้นะ ให้ผมสบายใจ” (and1/ ผู้ชาย)

“ถ้ากับเพื่อนนี่ก็ส่วนมากก็คุยปรับทุกข์ ไม่ให้เครียดมากกว่า แต่ก็ไม่ค่อยคุยนะครับ โดยมากจะเก็บไว้คนเดียว” (mas3/ ผู้ชาย)

“ก็จะคุยแบบ ผมจะไปขอความคิดเห็นจากเค้าครับ...ผมไม่ค่อยบ่น ผมจะเก็บไว้กับตัวผมคนเดียว” (mas4/ ผู้ชาย)

สำหรับผู้ที่มีบทบาทความเป็นชายและหญิงนั้น เป็นผู้ที่มีลักษณะความเป็นชาย และลักษณะความเป็นหญิงสูงทั้งคู่ จึงอาจกล่าวได้ว่า บุคคลที่มีบทบาททางเพศดังกล่าวเป็นบุคคลที่มีความยืดหยุ่นสูง สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมไปได้ตามความเหมาะสม จึงสามารถเผชิญปัญหาได้ด้วยวิธีการที่มีประสิทธิภาพ (Brems & Johnson, 1989)

3.2.1.3 เมื่อจำแนกกลุ่มตัวอย่างตามเพศ พบว่า ผู้หญิงใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่าผู้ชาย (ตารางที่ 23) ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ กรกรวรรณ สุพรรณวรรณ (2544) สุภาพรพรณ โคตรจรัส และชุมพร ยงกิตติกุล (2545) และเปรมพร มั่นเสมอ (2545) ที่พบว่า นักเรียน นักศึกษาหญิงใช้การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่าชาย นอกจากนี้ จากการศึกษาระยะยาวของ Ptacek, Smith และ Zanas (1992) เกี่ยวกับเพศ และการเผชิญปัญหาของนักศึกษา พบว่า ผู้หญิงใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่าผู้ชาย ทั้งในด้านของความถี่บ่อย และด้านของระดับความถี่น้อย ส่วนงานของ Day และ Livingstone (2003) ก็พบผลในทำนองเดียวกันว่า ผู้หญิงจะปรึกษาคู่หูและเพื่อนมากกว่าผู้ชาย และผู้หญิงใช้การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อกำลังใจมากกว่าผู้ชาย ที่เป็น

เช่นนี้อาจเนื่องมาจากกระบวนการทางสังคมที่มักสอนให้ผู้หญิงไว้ใจผู้อื่น ให้แสดงออกถึงอารมณ์ความรู้สึก และนอกจากนี้ ผู้หญิงยังได้รับการสนับสนุนให้แสวงหาการสนับสนุนทางจิตใจ ในขณะที่ผู้ชายไม่ได้รับการสนับสนุนให้การกระทำพฤติกรรมดังกล่าว โดยผู้ชายมักถูกสอนให้จัดการกับปัญหาโดยตรง และให้ระงับไว้ซึ่งการแสดงออกทางอารมณ์ของตนออกมา (Strokes & Wilson, 1984 cited in Ptacek et al., 1992)

3.3 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง (Avoidance)

จากผลการวิจัยโดยรวมพบว่า นักศึกษาใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงในระดับค่อนข้างต่ำ โดยใช้การไม่เผชิญปัญหาในระดับต่ำ และใช้การตำหนิตนเองในระดับปานกลาง (ตารางที่ 14) กล่าวคือ นักศึกษาใช้การปฏิเสธ หรือการไม่รับรู้ถึงปัญหาที่เกิดขึ้น และระอคอยปาฏิหาริย์ให้เกิดขึ้นโดยไม่ยอมทำอะไรให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในระดับต่ำ และมีการกล่าวโทษตำหนิตนเองในระดับปานกลาง แสดงให้เห็นว่า นักศึกษาโดยรวมไม่หลีกเลี่ยงปัญหาด้วยการไม่เผชิญกับปัญหา แต่จะลงมือดำเนินการจัดการกับปัญหาด้วยตนเอง และหากไม่สามารถจัดการด้วยตนเองได้ ก็จะปรึกษาหาทางแก้ไขจากบุคคลที่คิดว่าสามารถช่วยเหลือตนได้ดังผลการวิจัยที่ได้กล่าวมาแล้ว

สรุปได้ว่า นักศึกษารับรู้ว่าตนมีความสามารถค่อนข้างมากในการแก้ปัญหา และเผชิญปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ คือ ใช้ทั้งกลวิธีการมุ่งจัดการกับปัญหา และการแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมในระดับสูง และใช้การหลีกเลี่ยงปัญหาในระดับค่อนข้างต่ำ สอดคล้องกับผลการวิจัยครั้งนี้ในส่วนที่พบว่า การประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม มีความสัมพันธ์กันทางบวก ในขณะที่ ตัวแปรดังกล่าวมีความสัมพันธ์ทางลบกับกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง

3.3.1 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง จำแนกตามบทบาททางเพศ และเพศ

เมื่อจำแนกตามบทบาททางเพศ และเพศ พบว่า นักศึกษาที่มีบทบาททางเพศ และเพศแตกต่างกัน ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง และกลวิธีการหลีกเลี่ยงปัญหาด้านการไม่เผชิญปัญหา และด้านการตำหนิตนเองไม่แตกต่างกัน (ตารางที่ 23) สอดคล้องกับงานวิจัยของ รัชนิย์ แก้วคำศรี (2545) ที่พบว่า นักศึกษาชายและหญิงใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงไม่แตกต่างกันที่เป็นเช่นนี้เนื่องจาก การเลือกใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงนั้นส่วนหนึ่งมาจากการที่บุคคลประเมินว่าตนไม่มีความสามารถเพียงพอที่จะจัดการกับปัญหาได้ ไม่ว่าจะเป็นการจัดการด้วยตนเองหรือขอความช่วยเหลือจากบุคคลอื่น ซึ่งจากผลการวิจัยในครั้งนี้ พบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่รับรู้ว่าตนมี

ความสามารถในการแก้ปัญหาในระดับค่อนข้างสูง และใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมในระดับสูง ทำให้สามารถจัดการปัญหาของตนได้ จึงไม่มีความจำเป็นที่จะหลีกเลี่ยงปัญหา ทำให้นักศึกษาใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงในระดับที่ค่อนข้างต่ำ

นอกจากนี้ จากผลการวิจัยเชิงคุณภาพในครั้งนี้ พบว่า มีนักศึกษาส่วนน้อยใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงเมื่อเห็นว่าตนไม่สามารถจัดการกับปัญหาได้ โดยอาจกล่าวหาว่าปัญหาที่เกิดขึ้นมีสาเหตุมาจากบุคคลอื่น หรือสิ่งแวดล้อมอื่นซึ่งอยู่นอกเหนือการควบคุมของตน ดังคำกล่าวต่อไปนี้

“บางเรื่องถ้าเกิดมัน (แก้ไข) ไม่ได้จริงๆ ก็ปล่อยมันไป” (mas4/ ผู้ชาย)

“คือความจริง แม่หนูเสียตั้งแต่หนู ม.3 ตอนนี่แม่ที่อยู่ปัจจุบัน คือแม่เลี้ยง แต่ก็ไม่ค่อยได้ยุ่งเกี่ยวกับ หนูก็ต่างคนต่างอยู่ใช้อย่างนี้ดีกว่า...แต่ก็ไม่ได้เกลียดอะไรนะ เฉยๆเข้าใจ เพราะหนูก็คิดอยู่แล้วว่าเรียนจบก็ไปทำงานก็จะไปอยู่ข้างนอกก็เป็นชีวิตของหนูแล้ว ก็ไม่คิดอะไรมากมาย” (fem3/ ผู้หญิง)

จากที่กล่าวมาผู้วิจัยเห็นว่า ประสพการณ์ในการเผชิญกับปัญหาต่างๆที่นักศึกษาได้พบเจอเปรียบเสมือนบทเรียนบทหนึ่งในชีวิตของนักศึกษา ที่ช่วยสอนให้นักศึกษาได้รู้จักกับปัญหาสาเหตุของปัญหา จุดมุ่งหมายในการแก้ปัญหา และสุดท้ายก็ได้พบกับวิธีการต่างๆในการปัญหา ซึ่งผลที่ได้อาจจะดีบ้าง หรือไม่ดีบ้าง แต่ทั้งหมดนั้นก็ล้วนแล้วแต่เป็นบทเรียนที่สามารถช่วยให้นักศึกษาได้เตรียมพร้อมที่จะเผชิญกับโลกในภายภาคหน้าต่อไป และในส่วนนี้เองที่นักจิตวิทยาการปรึกษาจะมีส่วนช่วยเหลือในการเผชิญปัญหาของนักศึกษา โดยการเป็นผู้ที่คอยรับฟังปัญหาของนักศึกษาด้วยการยอมรับและเข้าใจนักศึกษาอย่างที่นักศึกษาเป็น และเอื้อให้นักศึกษาได้เห็นถึงประสพการณ์ของตนเองเข้าใจตนเองและผู้อื่นมากขึ้น มองเห็นแนวทางในการเผชิญปัญหาที่เป็นประโยชน์ เพื่อนำไปใช้เผชิญกับปัญหาในอนาคตได้อย่างมั่นคงและมีประสิทธิภาพต่อไป

บทที่ 6

สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

การวิจัยส่วนที่ 1

1. เพื่อศึกษาบทบาททางเพศ การประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และ กลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษามหาวิทยาลัย
2. เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และ กลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษามหาวิทยาลัยชาย และหญิงที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน
3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และ กลวิธีการเผชิญปัญหา

การวิจัยส่วนที่ 2

เพื่อศึกษาประสบการณ์ในการเผชิญและจัดการกับปัญหา รวมถึงการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และวิธีการที่ใช้ในการเผชิญปัญหาของนักศึกษาที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน

กลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยส่วนที่ 1

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักศึกษาของมหาวิทยาลัยราชภัฏที่กำลังศึกษาอยู่ระดับชั้นปีที่ 1 - ชั้นปีที่ 4 ในปีการศึกษา 2549 จำนวน 543 คน

การวิจัยส่วนที่ 2

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาชาย และหญิงจากการวิจัยส่วนที่ 1 ซึ่งเป็นผู้ที่สมัครใจ ยินดีให้ความร่วมมือในการสัมภาษณ์ จำนวน 15 คน โดยแบ่งเป็นผู้ที่มีบทบาทความเป็นชาย บทบาทความเป็นหญิง และบทบาทความเป็นชายและหญิง บทบาทละ 5 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยส่วนที่ 1

1. แบบวัดบทบาททางเพศ ผู้วิจัยพัฒนาแบบวัดนี้จากแนวคิดบทบาททางเพศของ Bem (1981) และจากแบบวัดบทบาททางเพศของ Bem (Bem Sex Role Inventory, 1974 cited in Robinson, Shaver & Wrightsman, 1991) และใช้กรอบอ้างอิงในการพัฒนาแบบวัดของ Liben และ Bigler (2002)

2. แบบวัดการแก้ปัญหา ผู้วิจัยพัฒนาจากแบบวัดการแก้ปัญหา (Problem Solving Inventory: PSI) ของ Heppner และ Petersen (1982) และจากแบบวัดการแก้ปัญหาที่พัฒนาโดย เขียวชัย งามทิพย์วัฒนาและคณะ (2543)

3. แบบวัดการเผชิญปัญหา (Coping Scale) ผู้วิจัยพัฒนาจากแบบวัดการเผชิญปัญหาของ สุภาพรพรณ โคตรจรัส และชุมพร ยงกิตติกุล (2545) และจากแบบวัดการเผชิญปัญหาที่พัฒนาโดย กรกวรรณ สุพรรณวรราชา เปรมพร มั่นเสมอ รัชเนีย แก้วคำศรี และ วราภรณ์ รัตนวิศิษฐ์กุล (2545)

การวิจัยส่วนที่ 2

1. ข้อคำถามเพื่อใช้เป็นแนวทางในการสัมภาษณ์
2. เครื่องบันทึกเสียง

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยส่วนที่ 1

1. ผู้วิจัยติดต่อขอหนังสือราชการจากคณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เพื่อขออนุญาตเก็บข้อมูลจากนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏในกรุงเทพมหานคร 2 แห่ง ได้แก่ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา และมหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา

2. ผู้วิจัยเก็บข้อมูลด้วยตนเองจากมหาวิทยาลัยราชภัฏ 2 แห่ง ได้แก่ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา และมหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา โดยแจกแบบสอบถามทั้งสิ้น 680 ชุด จากนั้นนำแบบสอบถามดังกล่าวมาตรวจสอบความครบถ้วนในการตอบ รวมทั้งตรวจให้คะแนนได้แบบวัดที่มีความครบถ้วนสมบูรณ์ทั้งสิ้น 543 ชุด จากนั้นผู้วิจัยนำแบบวัดทั้ง 543 ฉบับ มาบันทึกคะแนนเพื่อรวบรวมข้อมูล และนำมาวิเคราะห์ด้วยวิธีการทางสถิติโดยโปรแกรมสำเร็จรูป SPSS

การวิจัยส่วนที่ 2 ผู้วิจัยเก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์แบบกึ่งมีโครงสร้างกับนักศึกษาที่มีความสมัครใจ ยินดีให้ความร่วมมือในการสัมภาษณ์จำนวน 15 คน โดยจำแนกเป็นนักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นชาย 5 คน บทบาทความเป็นหญิง 5 คน และบทบาทความเป็นชายและหญิง 5 คน

1. การเตรียมการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยเลือกกลุ่มตัวอย่างที่จะสัมภาษณ์ตามเกณฑ์ที่กำหนด จากนั้นติดต่อทางโทรศัพท์เพื่อนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ที่จะสัมภาษณ์ โดยแนะนำตัว แจ้งถึงวัตถุประสงค์เพื่อขอความร่วมมือในการสัมภาษณ์ โดยก่อนการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยทำความเข้าใจกับข้อคำถาม พร้อมทั้งเตรียมอุปกรณ์บันทึกเสียง

2. ขั้นเริ่มการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยแนะนำตัว แจ้งวัตถุประสงค์ของการวิจัย การรักษาความลับของข้อมูล และขออนุญาตบันทึกเสียงการสัมภาษณ์ โดยผู้วิจัยชวนผู้รับการสัมภาษณ์พูดคุยในเรื่องทั่ว ๆ ไปก่อน เพื่อสร้างบรรยากาศความเป็นกันเองให้มากขึ้นก่อนการสัมภาษณ์

3. ขั้นสัมภาษณ์และบันทึกข้อมูล ใช้เวลาประมาณ 45-60 นาที โดยผู้วิจัยใช้แนวคำถามที่เตรียมไว้เป็นแนวทางในการสัมภาษณ์ ซึ่งสามารถยืดหยุ่นได้ตามสถานการณ์ ผู้วิจัยแสดงออกด้วยการตั้งใจฟัง สนใจ ใส่ใจ ยอมรับ เพื่อให้ผู้รับการสัมภาษณ์รู้สึกไว้วางใจ และเต็มใจที่จะเล่าประสบการณ์ตามความเป็นจริงของเขา

4. ขั้นสิ้นสุดการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยกล่าวขอบคุณผู้รับการสัมภาษณ์ที่ให้ความร่วมมือ และให้สมุดจดบันทึกเป็นการตอบแทนน้ำใจ

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยส่วนที่ 1 ขั้นตอนในการวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยส่วนที่ 1 มีดังนี้

1. หาค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าเฉลี่ย (mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (standard deviation) ของคะแนนบทบาททางเพศ คะแนนการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา

2. วิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง (Two-way ANOVA) โดยมีตัวแปรอิสระ คือ เพศ และบทบาททางเพศ 4 แบบ คือ บทบาทความเป็นชาย บทบาทความเป็นหญิง บทบาทความเป็นชายและหญิง และบทบาททางเพศไม่เด่นชัด ตัวแปรตาม คือ การประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และกลวิธีการเผชิญปัญหา หากผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนพบความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่โดยวิธีการของ Dunnett's T3 หากการวิเคราะห์ความแปรปรวนไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่โดยวิธีการของ Scheffe

3. หาค่าความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา ด้วยวิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation)

การวิจัยส่วนที่ 2 ขั้นตอนในการวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยส่วนที่ 2 มีดังนี้

1. ถอดเทปบทสัมภาษณ์แบบคำต่อคำ (verbatim) จากกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด และตรวจสอบความถูกต้องด้วยการเปรียบเทียบกับการฟังเทปบันทึกบทสัมภาษณ์ซ้ำ
2. ในขั้นตอนของการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยจะอ่านบทสัมภาษณ์ทั้งหมดซ้ำหลายรอบ แล้วถอดรหัสข้อความ (coding)
3. พิจารณาหาความหมายจากประสบการณ์ในการเผชิญและจัดการกับปัญหาของผู้ให้สัมภาษณ์ในด้านลักษณะของปัญหาที่ประสบ ความเชื่อมั่นในความสามารถของตนในการเผชิญปัญหา วิธีการที่ใช้ในการเผชิญปัญหา การเรียนรู้จากปัญหาที่ประสบ และระบุเนื้อหาสำคัญ (theme) ที่ได้จากการถอดเทปบทสัมภาษณ์
4. จัดหมวดหมู่ (categories) ของเนื้อหาสำคัญที่มีความเหมือนหรือคล้ายคลึงกัน และตั้งชื่อหมวดหมู่ตามลักษณะเนื้อหาสำคัญนั้นๆ
5. ตรวจสอบข้อมูล และความน่าเชื่อถือของผลการวิเคราะห์ข้อมูล ด้วยการนำบทสัมภาษณ์ที่ได้จากการถอดเทปแล้ว มาให้ผู้ที่มีความรู้ในด้านจิตวิทยา รวมถึงมีความรู้ ความเข้าใจและผ่านประสบการณ์ในด้านงานวิจัยเชิงคุณภาพ มาอ่านบทสัมภาษณ์ที่เป็นตัวอักษร (script) และทำการถอดรหัสข้อความ (coding) แล้วนำมาเปรียบเทียบความสอดคล้อง หรือความแตกต่างจากการถอดรหัสของผู้วิจัย จากนั้นผู้วิจัย และผู้ทำการตรวจสอบข้อมูลจะมาประชุม สรุปความคิดเห็นจากการถอดรหัสข้อความ โดยจะสรุปเลือกรหัสข้อความจากความคิดเห็นที่ตรงกัน ถ้ำรหัสข้อความใดมีความเห็นต่างกันจะพิจารณาร่วมกันอีกครั้งเพื่อหาข้อสรุปใหม่จนได้ข้อสรุปที่ตรงกัน (peer debriefing)

ผลการวิจัย

การวิจัยส่วนที่ 1

1. บทบาททางเพศ

จากกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด นักศึกษามีบทบาทความเป็นชายสูงสุดคิดเป็นร้อยละ 33.9 รองลงมาคือ บทบาทความเป็นหญิงคิดเป็นร้อยละ 31.1 บทบาทความเป็นชายและหญิงคิดเป็นร้อยละ 17.7 และบทบาททางเพศไม่เด่นชัดคิดเป็นร้อยละ 17.3 โดยที่กลุ่มตัวอย่างทั้งชายและหญิงมีบทบาททางเพศตรงตามเพศของตนมากที่สุด และผู้หญิงมีบทบาทความเป็นชายและหญิงมากกว่าผู้ชาย

2. การประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา

2.1 นักศึกษาโดยรวมรับรู้ว่าจะตนมีความสามารถในการแก้ปัญหา และมีความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหา เข้าจัดการกับปัญหามากกว่าที่จะหลีกเลี่ยงปัญหาในระดับค่อนข้างสูง และมีการควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมตนเองในขณะที่แก้ปัญหาได้ในระดับปานกลาง

2.2 การประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหาจำแนกตามบทบาททางเพศ และเพศ

2.2.1 กลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาทความเป็นชาย บทบาทความเป็นหญิง และบทบาทความเป็นชายและหญิง รับรู้ว่าจะตนมีความสามารถในการแก้ปัญหา และมีความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหาไม่แตกต่างกัน แต่แตกต่างจากกลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศไม่เด่นชัด โดยกลุ่มตัวอย่างทั้ง 3 กลุ่มรับรู้ว่าจะตนมีความสามารถในการแก้ปัญหาดังกล่าวมากกว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศไม่เด่นชัด

2.2.2 ผู้ชายรับรู้ว่าจะตนมีความสามารถในการแก้ปัญหา ด้านการควบคุมตนเองมากกว่าผู้หญิง

3. กลวิธีการเผชิญปัญหา

3.1 นักศึกษาโดยรวมใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และกลวิธีมุ่งจัดการกับปัญหาด้านย่อยทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านการลงมือดำเนินการแก้ปัญหาและการวางแผน ด้านการตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโต และด้านการหาทางผ่อนคลาย พร้อมทั้งกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมในระดับสูง และใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงในระดับค่อนข้างต่ำ โดยไม่เผชิญปัญหาในระดับต่ำ และใช้การตำหนิตนเองในระดับปานกลาง

3.2 กลวิธีการเผชิญปัญหาจำแนกตามบทบาททางเพศ และเพศ

3.2.1 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา

3.2.1.1 กลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาทความเป็นชาย บทบาทความเป็นหญิง และบทบาทความเป็นชายและหญิง ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และกลวิธีมุ่งจัดการกับปัญหาในด้านการลงมือดำเนินการแก้ปัญหาและการวางแผน และด้านการตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโตไม่แตกต่างกัน แต่แตกต่างจากกลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศไม่เด่นชัด โดยกลุ่มตัวอย่างทั้ง 3 กลุ่มใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาดังกล่าวมากกว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาททางเพศไม่เด่นชัด

3.2.1.2 กลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาทความเป็นชาย และบทบาทความเป็นชายและหญิง ใช้กลวิธีมุ่งจัดการกับปัญหาด้านการหาทางผ่อนคลายนอกเหนือจากกลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาทความเป็นหญิง และบทบาททางเพศไม่เด่นชัด

3.2.1.3 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างบทบาททางเพศและเพศ ดังนี้

กลุ่มตัวอย่างผู้ชายที่มีบทบาทความเป็นชาย ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ด้านการหาทางผ่อนคลายนอกเหนือจากกลุ่มตัวอย่างทั้งชายและหญิงที่มีบทบาทความเป็นหญิง และบทบาททางเพศไม่เด่นชัด

ผู้หญิงที่มีบทบาทความเป็นชาย และบทบาทความเป็นหญิง ทั้งชายและหญิงที่มีบทบาทความเป็นชายและหญิง และผู้ชายที่มีบทบาททางเพศไม่เด่นชัด ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ด้านการหาทางผ่อนคลายนอกเหนือจากผู้ชายที่มีบทบาทความเป็นหญิง

ผู้หญิงที่มีบทบาทความเป็นชายและหญิง ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ด้านการหาทางผ่อนคลายนอกเหนือจากผู้หญิงที่มีบทบาทความเป็นหญิง

ผู้หญิงที่มีบทบาททางเพศไม่เด่นชัด ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ด้านการหาทางผ่อนคลายนอกเหนือจากผู้หญิงที่มีบทบาทความเป็นหญิง และทั้งชายและหญิงที่มีบทบาทความเป็นชายและหญิง

3.2.1.4 ผู้ชายใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ด้านการลงมือดำเนินการแก้ปัญหาและการวางแผนมากกว่าผู้หญิง

3.2.2 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม

3.2.2.1 กลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาทความเป็นหญิง และบทบาทความเป็นชายและหญิง ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีบทบาทความเป็นชาย และบทบาททางเพศไม่เด่นชัด

3.2.2.2 ผู้หญิงใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางมากกว่าผู้ชาย

3.2.3 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง

นักศึกษาที่มีบทบาททางเพศ และเพศแตกต่างกันใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง และกลวิธีการหลีกเลี่ยงปัญหาด้านการไม่เผชิญปัญหา และด้านการดำเนินตนเองไม่แตกต่างกัน

4. ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนในการแก้ปัญหาและกลวิธีการเผชิญปัญหา

4.1 การรับรู้ความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหาในด้านย่อยทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหา รูปแบบการเข้าจัดการปัญหา และด้านการควบคุมตนเอง มีความสัมพันธ์ทางบวกกับ กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และกลวิธีการมุ่งจัดการกับปัญหาในด้านย่อยทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านการลงมือดำเนินการแก้ปัญหาและการวางแผน ด้านการตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโต และด้านการหาทางผ่อนคลาย ในขณะที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงปัญหา และกลวิธีการหลีกเลี่ยงปัญหาในด้านย่อยทั้ง 2 ด้าน ได้แก่ การไม่เผชิญปัญหา และการตำหนิตนเอง

4.2 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา การมุ่งจัดการกับปัญหาด้านย่อยทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านการลงมือดำเนินการแก้ปัญหาและการวางแผน ด้านการตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโต ด้านการหาทางผ่อนคลาย และกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์กันทางบวก ในขณะที่ กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และการมุ่งจัดการกับปัญหาทั้ง 3 ด้านมีความสัมพันธ์กันทางลบ กับ กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง และการหลีกเลี่ยงปัญหาด้านการไม่เผชิญปัญหา

4.3 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงปัญหา กลวิธีการหลีกเลี่ยงปัญหาด้านการไม่เผชิญปัญหา และการตำหนิตนเอง มีความสัมพันธ์กันทางบวก

4.4 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการรับรู้ความสามารถของตนในการแก้ปัญหา การประเมินความสามารถของตนด้านความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหา และรูปแบบการเข้าจัดการปัญหา ในขณะที่ ไม่พบความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญระหว่างกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง รวมทั้ง กลวิธีการหลีกเลี่ยงปัญหาในด้านย่อยทั้ง 2 ด้าน ได้แก่ การไม่เผชิญปัญหา และการตำหนิตนเอง

การวิจัยส่วนที่ 2

ปัญหาที่นักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นชาย บทบาทความเป็นหญิง และบทบาทความเป็นชายและหญิงพบส่วนใหญ่ คือ เรื่องการเรียน และปัญหาที่นักศึกษาบางส่วนพบ คือ เรื่องการเงิน เรื่องครอบครัว เรื่องเพื่อน และเรื่องความรัก โดยนักศึกษารับรู้ว่าคุณสามารถจัดการกับปัญหาได้ด้วยตนเอง เชื่อว่าตนมีความสามารถที่จะจัดการกับปัญหาต่างๆได้ และใช้กลวิธีการลงมือดำเนินการจัดการ

กับปัญหาและการวางแผน แต่หากนักศึกษาไม่สามารถจัดการกับปัญหาได้ด้วยตนเองแล้ว นักศึกษามักใช้วิธีแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อแก้ปัญหา และหาทางผ่อนคลายโดยทำกิจกรรมที่ชอบหรืองานอดิเรก นอกจากนี้ ผู้ที่มีบทบาทความเป็นหญิง และบทบาทความเป็นชายและหญิงส่วนใหญ่ จะใช้การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อกำลังใจ เพื่อเป็นการลดความตึงเครียดและทำให้ตนเองรู้สึกสบายใจขึ้นอีกด้วย

ส่วนวิธีการเผชิญปัญหาที่นักศึกษาบางส่วนเลือกใช้ คือ การตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโต และการระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง นอกจากนี้ นักศึกษาส่วนน้อยใช้การไม่เผชิญปัญหาเมื่อพบว่า ตนไม่สามารถจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นได้ โดยได้ลองลงมือจัดการกับปัญหามาแล้วหลายวิธีแต่ไม่บรรลุผลสำเร็จ หรือนักศึกษามองว่าปัญหาที่เกิดขึ้นมีสาเหตุมาจากบุคคลอื่นซึ่งตนเองไม่สามารถจัดการได้ ก็เลือกใช้การไม่เผชิญปัญหาเช่นกัน

จากการที่นักศึกษาได้ใช้ความพยายามในการแก้ไขปัญหาที่ประสบ และสามารถแก้ไขปัญหาต่างๆให้ผ่านพ้นไปได้ นั่นก็เปรียบเสมือนบทเรียนบทหนึ่ง เป็นการเรียนรู้เกี่ยวกับการแก้ปัญหาที่ได้จากประสบการณ์จริงของตน ซึ่งนักศึกษาได้จดจำไว้ใช้ในอนาคตข้างหน้า ในกรณีที่ต้องประสบกับปัญหาอีก และนักศึกษาส่วนใหญ่พบว่าตนเข้มแข็งมากขึ้น เรียนรู้และเติบโตจากประสบการณ์ในการแก้ไขปัญหาที่ผ่านมา

ผลของการวิจัยเชิงคุณภาพนี้ สอดคล้องกับผลของการวิจัยเชิงปริมาณที่พบว่า นักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นชาย บทบาทความเป็นหญิง และบทบาทความเป็นชายและหญิง ต่างรับรู้ว่าคุณมีความสามารถในการแก้ปัญหา มีความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหา และเข้าจัดการกับปัญหา และใช้การลงมือดำเนินการแก้ปัญหาและการวางแผน การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม และการหาทางผ่อนคลายในระดับสูง โดยนักศึกษาทั้ง 3 กลุ่มใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาดังกล่าวไม่แตกต่างกัน นอกจากนี้ ผลการวิจัยเชิงคุณภาพยังช่วยให้เกิดความเข้าใจในประสบการณ์ในการเผชิญ และจัดการกับปัญหาของนักศึกษาเพิ่มเติม ในด้านลักษณะของปัญหาที่ประสบ การจัดการกับปัญหา และการเรียนรู้จากปัญหาที่ประสบ

ข้อเสนอแนะ

ก. ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้

1. ควรจัดตั้งให้มีศูนย์ให้บริการการปรึกษาในมหาวิทยาลัยต่างๆ พร้อมทั้งประชาสัมพันธ์ให้นักศึกษาทราบอย่างทั่วถึง เพื่อที่นักศึกษาจะได้ไปใช้บริการเมื่อตนรู้สึกว่าต้องการความช่วยเหลือจากบุคคลอื่น ในกรณีที่ไม่สามารถจัดการกับปัญหา หรือความเครียดได้ด้วยตนเอง

2. ควรนำแบบวัดบทบาททางเพศ แบบวัดการแก้ปัญหา และแบบวัดการเผชิญปัญหามาใช้ในกลุ่มนักศึกษา เพื่อใช้เป็นข้อมูลเบื้องต้นในการให้บริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยากับนักศึกษา

3. จากผลการวิจัยพบว่า ผู้ที่มีบทบาททางเพศไม่เด่นชัดมีคะแนนการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา รวมทั้งคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาในด้านต่างๆน้อยกว่าผู้ที่มีบทบาททางเพศแบบอื่นๆ ดังนั้น จึงควรจัดโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาให้กับนักศึกษากลุ่มนี้ เพื่อให้ นักศึกษากลุ่มนี้มีการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหาในทางบวก และเลือกใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพมากขึ้น

4. จากผลการวิจัยที่ได้ อาจนำไปใช้จัดบริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยา หรือโปรแกรมการพัฒนานักศึกษา ให้มีความเข้าใจตนเอง และพัฒนาความสามารถในการเผชิญและจัดการปัญหา

5. จากผลการวิจัยที่ได้ อาจเป็นความรู้ให้ครู อาจารย์มีความเข้าใจในตัวนักศึกษารอบด้านมากขึ้น และสามารถให้ความช่วยเหลือแก่นักศึกษาได้

ข. ข้อเสนอแนะในการวิจัยต่อไป

1. ในการวิจัยต่อไปหากต้องการนำแบบวัดบทบาททางเพศไปใช้ ควรมีการปรับปรุงให้เหมาะสมกับช่วงอายุ ลักษณะของกลุ่มตัวอย่างที่จะใช้ และสภาพของสังคมในปัจจุบันขณะนั้น เนื่องจากรายการค่าที่ใช้ในด้านอาชีพ ด้านกิจกรรม และด้านลักษณะที่ปรากฏจะมีความแตกต่างกันออกไปในแต่ละช่วงวัย ส่วนด้านอาชีพและกิจกรรมจะมีการเปลี่ยนแปลงไปตามสภาพของสังคมในขณะนั้น ซึ่งควรจะมีการสำรวจให้แน่ชัดก่อนว่ารายการค่าต่างๆที่เลือกมาใช้นั้น แสดงถึงลักษณะความเป็นชาย ลักษณะความเป็นหญิง หรือลักษณะความเป็นกลาง

2. ควรมีการศึกษาบทบาททางเพศในกลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมเบี่ยงเบนทางเพศ เพื่อเกิดความเข้าใจในกลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมเบี่ยงเบนทางเพศมากขึ้น และอาจได้ข้อความรู้เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานในการอบรมเลี้ยงดูเด็ก

3. ควรศึกษาเกี่ยวกับการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา กับตัวแปรทางสุขภาพจิตอื่นๆ รวมถึงจิตวิทยาด้านบวกต่างๆ ในสังคมไทย เพื่อทราบถึงความสัมพันธ์ของการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหา กับตัวแปรอื่นๆ ซึ่งสามารถใช้เป็นพื้นฐานในการวิจัยเกี่ยวกับการประเมินความสามารถของตนในการแก้ปัญหาต่อไป และอาจเป็นประโยชน์สำหรับการพัฒนาการให้บริการการปรึกษาเช่นกัน

รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

- กรกวรรณ สุพรรณนรรษา. (2544). การวิเคราะห์การมองโลกในแง่ดีและกลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัย. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารศึกษาศาสตร์ สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- กรรณิกา เฉลิมกุล. (2543). การเปรียบเทียบความพึงพอใจในชีวิตสมรสของผู้ที่มีเอกลักษณ์บทบาททางเพศแตกต่างกัน. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารศึกษาศาสตร์ สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- กรแก้ว คงเดชา. (2544). การรับรู้บทบาทหญิงชายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา เขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารศึกษาศาสตร์ สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- กองส่งเสริมการมีงานทำ. (2547). โครงสร้างมาตรฐานอาชีพ, from <http://www.doe.go.th/vgnew/standard/tSCO/index.asp>.
- ฉันทจิต จริยจรรยาโรจน์. (2541). การเปรียบเทียบความพึงพอใจในชีวิตสมรสของคู่สมรสที่มีการจับคู่ของบทบาททางเพศแตกต่างกัน. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารศึกษาศาสตร์ สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ฉันทิกา ทิมากร. (2534). ความแตกต่างของความสามารถในการปรับตัวกับเพื่อนของเด็กวัยรุ่นที่มีบทบาททางเพศต่างกัน. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารศึกษาศาสตร์ สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เฉลิมชัย หาญกล้า. (2545). การพัฒนาระบบการตรวจติดตามคุณภาพภายในของสถาบันราชภัฏ. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารศึกษาศาสตร์ สาขาบริหารการศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ชวนพิศ สันติโรจน์ประไพ. (2534). การเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของวัยรุ่นที่มีการรับรู้บทบาททางเพศต่างกัน. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารศึกษาศาสตร์ สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ชวลา เวชยันต์. (2544). การพัฒนาแผนการเรียนการสอนที่ใช้เทคนิคการเรียนรู้ด้วยการรับใช้สังคม เพื่อส่งเสริมความตระหนักในการรับใช้สังคม ทักษะการแก้ปัญหา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารศึกษาศาสตร์ สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- ดูลยา จิตตะยโสธร. (2536). ความแตกต่างของบทบาททางเพศกับความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับเพื่อนสนิทของนักเรียนก่อนวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ธิดารัตน์ ธรรมเกษร. (2543). บทบาททางเพศ สัมฤทธิผลทางอาชีพ และการอนุมานสาเหตุความสำเร็จในอาชีพของผู้หญิงทำงาน. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาสังคม จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เกียรติชัย ยามทิพย์วัฒนา และคณะ. (2543). ความเครียดและรูปแบบการแก้ปัญหา. วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย, ปีที่ 45, ฉบับที่ 1, 60-69.
- นิตยกุล อรรถนุพรรณ. (2530). ลักษณะของชายและหญิงในปัจจุบัน และลักษณะที่พึงปรารถนาของชายและหญิงตามการรับรู้ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นิเชต สุนทรพิทักษ์. (2547). ภารกิจสถาบันราชภัฏบนเส้นทางรัฐธรรมนูญ 2540. วารสารวิชาการราชภัฏกรุงเทพฯ. ปีที่ 11 ฉบับที่ 20. 26-40.
- บุหงา วัฒนะ. (2547). ฝันที่อยากให้เป็นจริง. วารสารวิชาการราชภัฏกรุงเทพฯ. ปีที่ 11 ฉบับที่ 20. 41-49.
- ปณตพร พงษ์อนันตโยธิน. (2544). การเปรียบเทียบพฤติกรรมและการเผชิญปัญหาเกี่ยวกับปัญหาของผู้ใหญ่วัยทำงานที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เปรมพร มั่นเสมอ. (2545). การปรับตัว กลวิธีการเผชิญปัญหา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาชั้นปีที่ 1. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ฝ่ายส่งเสริมงานแนะแนว. (2549). ชุดแนะแนวการศึกษาและอาชีพ: เปิดโลกการศึกษาและอาชีพออดฮิต เล่ม 1. กรุงเทพฯ: สำนักงานบัณฑิตแนะแนว.
- ฝ่ายส่งเสริมงานแนะแนว. (2549). ชุดแนะแนวการศึกษาและอาชีพ: เปิดโลกการศึกษาและอาชีพออดฮิต เล่ม 2. กรุงเทพฯ: สำนักงานบัณฑิตแนะแนว.
- มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา. (2547). พระราชบัญญัติมหาวิทยาลัยราชภัฏ พ.ศ.2547. วารสารวิชาการราชภัฏกรุงเทพฯ. ปีที่ 11 ฉบับที่ 20. 1-25.
- รัชนิย์ แก้วคำศรี. (2545). ความสัมพันธ์ของรูปแบบความผูกพัน การเห็นคุณค่าในตนเอง และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษา. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- วรรณภา เพชรพันธุ์. (2534). การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเอกลักษณ์บทบาททางเพศของวัยรุ่น
กับเอกลักษณ์บทบาททางเพศของพ่อแม่ตามการรับรู้ของตนเอง. วิทยานิพนธ์ปริญญา
มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วราภรณ์ รัตนวิศิษฐ์กุล. (2545). ความหวังและกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษา. วิทยานิพนธ์
ปริญญาามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วาลิกา สุขวิเศษ. (2538). ผลของการฝึกการแก้ปัญหาตามแนวคิดของเดอซูริลลาที่มีต่อผลสัมฤทธิ์
ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียนประถมศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ.
วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วีณา มิ่งเมือง. (2540). ผลของการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง
ต่อกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ.
วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุภางค์ จันทวานิช. (2547). พิมพ์ครั้งที่ 6. การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยเชิงคุณภาพ.
กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุภางค์ จันทวานิช. (2547). พิมพ์ครั้งที่ 12. วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์
แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุภาพรรณ โคตรจรัส. (2539). ความเครียดและการบริหารความเครียด. เอกสารการประชุมวิชาการ
สมาคมจิตวิทยาแห่งประเทศไทย: 1-14.
- สุภาพรรณ โคตรจรัส. (2547). ความเครียดและการเผชิญความเครียด. เอกสารประกอบการสอน
คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย: 1-22.
- สุภาพรรณ โคตรจรัส และชุมพร ยงกิตติกุล. (2545). ความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการอบรมเลี้ยงดู
และพฤติกรรมส่วนบุคคลของวัยรุ่นไทย. กรุงเทพมหานคร: คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย.

ภาษาอังกฤษ

- Basoff, E. S., & Glass, G. V. (1982). The relationship between sex roles and mental health: A meta-analysis of twenty-six studies. *Counseling Psychologist, 10*, 105-112.
- Bem, S. L. (1975). Sex role adaptability: One consequence of psychological androgyny. *Journal of Personality and Social Psychology, 31*, 634-643.
- Bem, S. L. (1981). Gender schema theory: A cognitive account of sex typing. *Psychological Review, 88*, 354-364.
- Brems, C., & Johnson, M. E. (1989). Problem-solving appraisal and coping style: The influence of sex-role orientation and gender. *Journal of Psychology, 123*, 187-194.
- Cook, S. W., & Heppner, P. P. (1997). A psychometric study of three coping measures. *Educational and Psychological Measurement, 57*, 906-923.
- Day, A. L., & Livingstone, H. A. 2003. Gender differences in perceptions of stress and utilization of social support among university students. *Canadian Journal of Behavioral Science, 35*, 73-83. (available online at www.sciencedirect.com).
- D'Zurilla, T. J., & Goldfried, M. R. (1971). Problem solving and behavior modification. *Journal of Abnormal Psychology, 78*, 107-126.
- D'Zurilla, T. J., & Nezu, A. M. (1990). Development and preliminary evaluation of Social Problem-Solving Inventory. *Psychological Assessment, 2*, 156-163.
- Elliott, T. R., Godshall, F., Shrout, J. R., & Witty, T. E. (1990). Problem-solving appraisal, self-reported study habits, and performance of academically at-risk college students. *Journal of Counseling Psychology, 37*, 203-207.
- Elliott, T. R., & Marmarosh, C. L. (1994). Problem-solving appraisal, health complaints, and health-related expectancies. *Journal of Counseling and Development, 72*, 531-537.
- Elliott, T. R., Sherwin, E., Harkins, S. W., & Marmarosh, C. (1995). Self-appraisal problem-solving ability, affective status, and psychological distress. *Journal of Counseling Psychology, 42*, 105-115.
- Elliott, T. R., Shewchuk, R., Richeson, C., Pickelman, H., & Franklin, K. W. (1996). Problem-solving appraisal and the prediction of depression during pregnancy and in the postpartum period. *Journal of Counseling and Development, 74*, 645-651.

- Flaherty, J. F., & Dusek, J. B. (1980). An investigation of the relationship between psychological androgyny and components of self-concept. *Journal of Personality and Social Psychology, 38*, 984-992.
- Gagne, R. M. (1985). *The Conditions of learning and theory of instruction* (3rd ed.). Japan: CBS College Publishing.
- Goldfried, M. R., & Goldfried, A. P. (1980). Cognitive change methods. In: F.H. Kanfer & A. P. Goldstein (Eds.). *Helping people change* (2nd ed.). New York: Pergamon Press Inc.
- Heppner, M. J., Lee, D., Heppner, P. P., McKinnon, L. C., Multon, K. D., & Gysbers, N. C. (2004). The role of problem-solving appraisal in the process and outcome of career counseling. *Journal of Vocational Behavior, 65*, 217-238.
- Heppner, P. P. (1978). A review of the problem-solving literature and its relationship to the counseling process. *Journal of Counseling Psychology, 25*, 366-375.
- Heppner, P. P., & Baker, C. E. (1997). Applications of the Problem-Solving Inventory. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development, 29*, 229-241. Retrieved Feb, 27, 2005, from EBSCOhost database.
- Heppner, P. P., Cook, S. W., Strozier, A. L., & Heppner, M. J. (1991). An investigation of coping styles and gender differences with farmers in career transition. *Journal of Counseling Psychology, 38*, 167-174.
- Heppner, P. P., Cook, S. W., Wright, P. M., & Johnson Jr., W. C. (1995). Progress in resolving problem: A problem-focused style of coping. *Journal of Counseling Psychology, 42*, 279-293.
- Heppner, P. P., Cooper, C. C., Mulholland, A. M., & Wei, M. F. (2001). A brief, multidimensional, problem solving based psychotherapy outcome measure. *Journal of Counseling Psychology, 48*, 330-343.
- Heppner, P. P., Hibel, J. H., Neal, G. W., Weinstein, C. L., & Rabinowitz, F. E. (1982). Personal problem solving: A descriptive study of individual differences. *Journal of Counseling Psychology, 24*, 580-590.

- Heppner, P. P., & Lee, D. (2002). Problem-solving appraisal and psychological adjustment. In: C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.). *Handbook of positive psychology* (pp.288-298). New York: Oxford University Press.
- Heppner, P. P., Neal, G. W., & Larson, L. M. (1984). Problem-solving training as prevention with college students. *Personnel and Guidance Journal*, 62, 514-519.
- Heppner, P. P., & Petersen, C. H. (1982). The development and implications of a personal problem-solving inventory. *Journal of Counseling Psychology*, 29, 66-75.
- Heppner, P. P., Reeder, B. L., & Larson, L. M. (1983). Cognitive variables associated with personal problem-solving appraisal: Implications for counseling. *Journal of Counseling Psychology*, 30, 537-545.
- Heppner, P. P., Witty, T. E., & Dixon, W. A. (2004). Problem-solving appraisal and human adjustment: A review of 20 years of research using the Problem Solving Inventory. *The Counseling Psychologist*, 32, 344-428.
- Larson, L. M., Piersel, W. C., Imao, R. A., & Allen, S. J. (1990). Significant predictors of problem-solving appraisal. *Journal of Counseling Psychology*, 37, 482-490.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer Publishing.
- Liben, L. S., & Bigler, R. S. (2002). The developmental course of gender differentiation: Conceptualizing, measuring, and evaluating constructs and pathways. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 67 (2, Serial No. 269).
- McCracken, R. S., & Weitzman, L. M. (1997). Relationship of personal agency, problem-solving appraisal, and traditionality of career choice to woman's attitudes toward multiple role planning. *Journal of Counseling Psychology*, 44, 149-159.
- Nezu, A. M. (1986). Efficacy of a social problem-solving therapy approach for unipolar depression. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 54, 196-202.
- Phillips, S. D., PaZienza, N. J., & Ferrin, H. H. (1984). Decision-making styles and problem-solving appraisal. *Journal of Counseling Psychology*, 31, 497-502.
- Ptacek, T. J., Smith, R. E. & Zanas, J. 1992. Gender, appraisal, and coping: A longitudinal analysis. *Journal of Personality*, 60, 747-770. (available online at www.sciencedirect.com).

- Reis, S. D., & Heppner, P. P. (1993). Examination of coping resources and family adaptation in mothers and daughters of incestuous versus nonclinical families. *Journal of Counseling Psychology, 40*, 100-108.
- Renk, K., & Creasey, G. (2003). The relationship of gender, gender identity, and coping strategies in late adolescents. *Journal of Adolescence, 26*, 159-168. (available online at www.sciencedirect.com).
- Robinson, J. P., Shaver, P. R., & Wrightman, L. S. (1991). *Measurement of personality and social psychology attitudes*. Academic Press Inc.
- Sprankle, M. (1995). *Problem solving and programming concepts* (3rd ed.). New York: Prentice-Hall, Inc.
- Wang, L., Heppner, P. P., & Berry, T. R. (1997). Role of gender-related personality traits, problem-solving appraisal, and perceived social support in developing a mediational model of psychological adjustment. *Journal of Counseling Psychology, 44*, 245-255.



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ก.

สถิติที่ใช้ในการวิจัย

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่

1.1 ค่าเฉลี่ย โดยใช้สูตร

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

เมื่อ \bar{x} แทน คะแนนเฉลี่ย

$\sum x$ แทน ผลรวมของคะแนนทั้งหมด

n แทน จำนวนของกลุ่มตัวอย่าง

1.2 ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน โดยใช้สูตร

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

เมื่อ SD แทน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

\bar{x} แทน คะแนนเฉลี่ย

$\sum (x - \bar{x})^2$ แทน ผลรวมของส่วนต่างระหว่างคะแนนกับคะแนนเฉลี่ยยกกำลังสอง

n แทน จำนวนของกลุ่มตัวอย่าง

2. สถิติสำหรับการวิเคราะห์เครื่องมือ ได้แก่

2.1 วัดค่าความเที่ยงโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์ α (α - Coefficient) ของครอนบาค (

Cronbach's Alpha)

$$\alpha = \left(\frac{n}{n-1} \right) \left(1 - \frac{\sum s_i^2}{s_x^2} \right)$$

เมื่อ n แทน จำนวนข้อ

s_i^2 แทน ความแปรปรวนของคะแนนแต่ละข้อ

s_x^2 แทน ความแปรปรวนของคะแนนผู้รับการทดสอบทั้งหมด

2.2 ค่าอำนาจจำแนกของแบบวัดบทบาททางเพศ แบบวัดการแก้ปัญหา และแบบวัดการเผชิญปัญหา

สถิติที่ใช้ทดสอบ คือ t - test แบบกลุ่มอิสระ

$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{\frac{(n_1 - 1)s_1^2 + (n_2 - 1)s_2^2}{n_1 + n_2 - 2}} \sqrt{\frac{n_1 + n_2}{n_1 n_2}}}$$

$$df = n_1 + n_2 - 2$$

เมื่อ	\bar{x}_1	แทน	คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มที่ 1
	\bar{x}_2	แทน	คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มที่ 2
	n_1	แทน	ขนาดของกลุ่มที่ 1
	n_2	แทน	ขนาดของกลุ่มที่ 2
	s_1^2	แทน	ความแปรปรวนของกลุ่มที่ 1
	s_2^2	แทน	ความแปรปรวนของกลุ่มที่ 2

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

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

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

3. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

3.1 การทดสอบค่าความแปรปรวนสองทาง (Two-way ANOVA)

$$F = \frac{MS_A}{MS_E}$$

$$F = \frac{MS_B}{MS_E}$$

$$F = \frac{MS_{AB}}{MS_E}$$

$$MS_A = \frac{SS_A}{a-1}$$

$$MS_B = \frac{SS_B}{b-1}$$

$$MS_{AB} = \frac{SS_{AB}}{(a-1)(b-1)}$$

$$SS_T = SS_A + SS_B + SS_{AB} + SS_E$$

โดยที่	SS_T	แทน	ผลบวกของความผันแปรทั้งหมดที่มีองศาอิสระ $abn - 1 = n - 1$
	SS_A	แทน	ผลบวกของความผันแปรที่เกิดจากปัจจัย A ที่มีองศาอิสระ $(a - 1)$
	SS_B	แทน	ผลบวกของความผันแปรที่เกิดจากปัจจัย B ที่มีองศาอิสระ $(b - 1)$
	SS_{AB}	แทน	ผลบวกของความผันแปรที่เกิดจากอิทธิพลร่วมของปัจจัย A และ B ที่มีองศาอิสระ $(a - 1)(b - 1)$
	SS_E	แทน	ผลบวกของความคลาดเคลื่อนยกกำลังสองที่มีองศาอิสระ $ab(n - 1)$

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

3.2 การทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่ตามวิธีการของ Dunnett's T3

$$t = \frac{(\bar{x}_1 - \bar{x}_2)}{\sqrt{MS_w \left(\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2} \right)}}$$

$$df = N - K$$

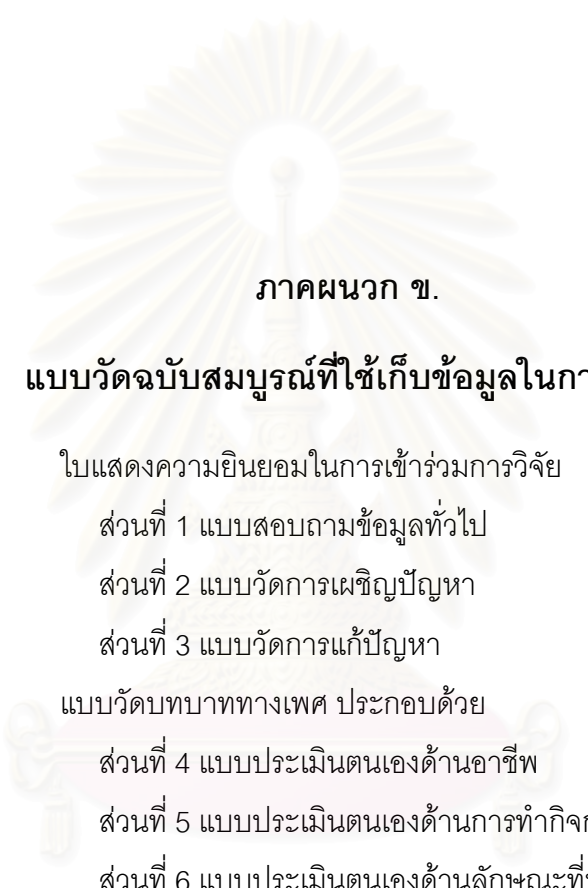
เมื่อ	\bar{X}	แทน	ค่ามัธยฐานเลขคณิตของแต่ละกลุ่ม
	n	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่างแต่ละกลุ่ม
	N	แทน	ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง
	MS_w	แทน	ความแปรปรวนระหว่างกลุ่ม
	K	แทน	ค่าคงที่

3.3 การทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่ตามวิธีการของ Scheffe

$$t_s = \frac{(\bar{x}_1 - \bar{x}_2)^2}{\frac{MS_w (n_1 + n_2)}{n_1 n_2}}$$

$$df = N - K$$

เมื่อ	\bar{x}	แทน	ค่ามัธยฐานเลขคณิตของแต่ละกลุ่ม
	n	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่างแต่ละกลุ่ม
	N	แทน	ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง
	MS_w	แทน	ความแปรปรวนระหว่างกลุ่ม
	K	แทน	ค่าคงที่



ภาคผนวก ข.

แบบวัดฉบับสมบูรณ์ที่ใช้เก็บข้อมูลในการวิจัย

ใบแสดงความยินยอมในการเข้าร่วมการวิจัย

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป

ส่วนที่ 2 แบบวัดการเผชิญปัญหา

ส่วนที่ 3 แบบวัดการแก้ปัญหา

แบบวัดบทบาททางเพศ ประกอบด้วย

ส่วนที่ 4 แบบประเมินตนเองด้านอาชีพ

ส่วนที่ 5 แบบประเมินตนเองด้านการทำกิจกรรมต่างๆ

ส่วนที่ 6 แบบประเมินตนเองด้านลักษณะที่ปรากฏต่างๆ

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ใบแสดงความยินยอมในการเข้าร่วมการวิจัย

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ในการตอบแบบสอบถาม

เรียน ท่านผู้ตอบแบบสอบถาม

เนื่องด้วยนางสาวปิ่นอารีย์ กิ่งแก้ว นิสิตปริญญามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กำลังดำเนินการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการแก้ปัญหาของนิสิต นักศึกษา ในการนี้ผู้วิจัยใคร่ขอความอนุเคราะห์จากท่าน ดังนี้

1. ขอความอนุเคราะห์ในการตอบแบบสอบถาม โดยใช้เวลาในการตอบประมาณ 20 นาที
2. ขอความอนุเคราะห์ในการสัมภาษณ์เกี่ยวกับประสบการณ์ในการแก้ปัญหาต่างๆ ที่ท่านเคยเผชิญมา ซึ่งใช้เวลาประมาณ 1 ชั่วโมง โดยผู้วิจัยจะทำการสุ่มคัดเลือกผู้เข้าร่วมการวิจัยที่ยินดีให้การสัมภาษณ์ เพื่อนัดสัมภาษณ์ต่อไป ทั้งนี้เพื่อให้ผลที่ได้ตรงตามความเป็นจริงของท่านมากที่สุด ผู้วิจัยขอความกรุณาให้ท่านอ่านและกรอกข้อมูลให้ครบถ้วน รวมทั้งตอบแบบสอบถามให้ตรงกับความเป็นจริงของท่านมากที่สุด

อนึ่ง แบบสอบถามชุดนี้ตลอดจนการสัมภาษณ์ เป็นการเก็บข้อมูลเพื่อใช้ในการทำวิทยานิพนธ์เท่านั้น ซึ่งไม่มีผลกระทบต่อท่าน และคำถามต่างๆ ไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด คำตอบของท่านจะนำเสนอเป็นข้อมูลโดยรวม และใช้เฉพาะในการวิจัยครั้งนี้เท่านั้น โดยผู้วิจัยขอรับรองว่าข้อมูลต่างๆ ที่ได้รับจะเก็บไว้เป็นความลับและนำไปใช้เพื่อประโยชน์ทางวิชาการเท่านั้น นอกจากนี้ในระหว่างตอบแบบสอบถาม หากท่านไม่ต้องการตอบแบบสอบถามอีกต่อไป ท่านสามารถยกเลิกการตอบแบบสอบถามได้โดยไม่มีผลกระทบต่อท่านทั้งสิ้น

ผู้วิจัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความร่วมมือจากท่านเป็นอย่างดี และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

น.ส. ปิ่นอารีย์ กิ่งแก้ว

ผู้วิจัย

สำหรับผู้เข้าร่วมวิจัย: ขอความกรุณาท่านอ่านข้อความต่อไปนี้ให้ชัดเจนแล้วจึงใส่เครื่องหมาย ลงในช่อง ที่ตรงกับตัวท่าน

1. 1.1 ข้าพเจ้าได้อ่านคำชี้แจงข้างต้นโดยละเอียด มีความเข้าใจและยินดีเข้าร่วมการวิจัย โดยยินยอมตอบแบบสอบถามชุดนี้
 - 1.2 ข้าพเจ้าไม่ยินดีเข้าร่วมการวิจัย (กรณีที่ท่านเลือกข้อนี้ ขอความกรุณาท่านส่งแบบสอบถามคืนให้ผู้วิจัยได้ทันที)
2. 2.1 ข้าพเจ้ายินดีให้การสัมภาษณ์ ซึ่งจะมีการนัดหมายต่อไป โดยสามารถติดต่อข้าพเจ้าได้ที่

ชื่อ-สกุล _____ ชื่อเล่น _____

เบอร์โทรศัพท์ที่ติดต่อได้สะดวก _____
- 2.2 ข้าพเจ้าไม่ยินดีให้การสัมภาษณ์

ลงชื่อ _____

(_____)

วันที่ _____ เดือน _____ พ.ศ. _____

หมายเหตุ : กรณีที่ท่านไม่ลงชื่อในช่องด้านล่างนี้ หมายความว่าท่านไม่ยินดีเข้าร่วมการวิจัย

แบบสอบถามชุดนี้เป็นกรเก็บข้อมูลเพื่อใช้ในการทำวิทยานิพนธ์เท่านั้น ซึ่งไม่มีผลกระทบต่อท่าน และคำถามต่างๆ ไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด โดยผู้วิจัยขอรับรองว่าข้อมูลต่างๆ ที่ได้รับจะเก็บไว้เป็นความลับ จึงขอความกรุณาท่านตอบคำถามต่อไปนี้ให้ตรงกับตัวท่านมากที่สุด

ขอขอบพระคุณทุกท่านที่ให้ความร่วมมือมา ณ ที่นี้ด้วย

คำแนะนำ แบบสอบถามชุดนี้แบ่งออกเป็น 6 ส่วน แต่ละส่วนมีคำแนะนำในการตอบ โปรดอ่านคำแนะนำก่อนทำแบบสอบถาม

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

คำชี้แจง กรุณากรอกข้อความลงในช่องว่าง และใส่เครื่องหมาย ✓ ในช่อง ที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด

1. เพศ

ชาย หญิง

2. ท่านมีพี่น้องทั้งหมดจำนวน _____ คน (รวมทั้งตัวท่านด้วย)

เป็นผู้ชาย _____ คน

เป็นผู้หญิง _____ คน

3. ท่านจบการศึกษาระดับชั้นมัธยมศึกษามาจากโรงเรียน _____

จังหวัด _____ ซึ่งเป็น โรงเรียนสหศึกษา

โรงเรียนสตรี

โรงเรียนชายล้วน

4. ปัจจุบันท่านศึกษาอยู่ที่ _____ คณะ _____

5. ระดับชั้นปี

ชั้นปีที่ 1

ชั้นปีที่ 2

ชั้นปีที่ 3

ชั้นปีที่ 4

ชั้นปีที่ 5

สำหรับผู้วิจัย

ส่วนที่ 2 แบบสำรวจตนเอง (แบบวัดการเผชิญปัญหา)

คำชี้แจง เมื่อพบเหตุการณ์ยุ่งยาก เป็นปัญหา หรือ เมื่อรู้สึกเครียด ท่านทำสิ่งต่อไปนี้บ่อยเพียงไร

กรุณาอ่านข้อความในแบบสำรวจทีละข้อ แล้วเลือกคำตอบที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด โดยไม่ต้องคำนึงว่าคนส่วนใหญ่จะทำหรือคิดอย่างไร แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับตัวเลือกนั้น โดยแต่ละช่องมีความหมายดังนี้

1 = ไม่ทำเลย	หมายถึง	โดยทั่วไปฉันจะไม่ทำเช่นนั้นเลย
2 = ไม่ค่อยได้ทำ	หมายถึง	โดยทั่วไปฉันจะทำเช่นนั้นบ้างเล็กน้อย
3 = ทำและไม่ทำพอๆกัน	หมายถึง	โดยทั่วไปฉันจะทำเช่นนั้นในปริมาณปานกลาง
4 = ทำค่อนข้างบ่อย	หมายถึง	โดยทั่วไปฉันจะเช่นนั้นเป็นส่วนมาก
5 = ทำบ่อยมาก	หมายถึง	โดยทั่วไปฉันจะทำเช่นนั้นเป็นประจำ

ข้อความ	1 ไม่ทำ เลย	2 ไม่บ่อย ได้ทำ	3 ทำและไม่ทำ พอๆกัน	4 ทำค่อนข้าง บ่อย	5 ทำบ่อย มาก
1. ฉันลงมือแก้ไขที่สาเหตุของปัญหา					
2. ฉันเรียนรู้จากเหตุการณ์ที่ประสบ					
3. ฉันเรียนรู้ที่จะอยู่กับปัญหาที่เกิดขึ้น					
4. ฉันดูแลตัวเองให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง เช่น เล่นกีฬา ออกกำลังกาย และรับประทานอาหารตามหลักโภชนาการ					
5. ฉันปรึกษาพ่อแม่ หรือญาติพี่น้อง					
6. ฉันระบายความในใจของฉันกับคนที่ฉันไว้ใจ และรู้สึกสบายใจขึ้น					
7. ฉันพยายามไม่รับรู้ว่ามิอะอะไรเกิดขึ้น					
8. ฉันยอมรับว่าไม่สามารถแก้ไขปัญหาได้ และเลิกความพยายามที่จะแก้ปัญหาคต่อไป					
9. ฉันคิดว่าฉันเป็นต้นเหตุของปัญหา					
10. ฉันลงมือแก้ปัญหาก็ที่ละขั้น					
11. ฉันหาสิ่งที่ดีจากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น					
12. ฉันยอมรับสิ่งที่เกิดขึ้น และพยายามทำให้ดีที่สุด					
13. ฉันหาเวลาเพื่อทำกิจกรรมที่ชอบหรือทำงานอดิเรก					
14. ฉันพูดคุยปัญหากับคนอื่นเพื่อหาทางแก้ปัญหาค					
15. ฉันเล่าปัญหาให้เพื่อนที่มีปัญหาเช่นเดียวกันฟัง					
16. ฉันพยายามบอกตัวเองว่า เหตุการณ์นี้ไม่ได้เกิดขึ้นจริง					
17. ฉันหมดความพยายามที่จะทำอะไรต่อไป					

ข้อความ	1 ไม่ทำ เลย	2 ไม่ค่อย ได้ทำ	3 ทำและไม่ทำ พอๆกัน	4 ทำค่อนข้าง บ่อย	5 ทำบ่อย มาก
18. ฉันบอกตัวเองว่าเป็นความผิดของฉัน					
19. ฉันคิดหาทางที่จะจัดการกับปัญหาอย่างไรให้ดีที่สุด					
20. จากประสบการณ์ที่ผ่านมาทำให้ฉันปรับปรุงและเปลี่ยนแปลงตนเอง					
21. ฉันยอมรับปัญหาที่เกิดขึ้น และพยายามมองชีวิตให้สดใสเบิกบาน					
22. ฉันหาทางผ่อนคลายความเครียด เช่น ฟังเพลง อ่านหนังสือ ดูโทรทัศน์ เล่นดนตรี เดินห้างสรรพสินค้า ดูของสวย ๆ งาม ๆ					
23. ฉันเล่าปัญหาของฉัน และรู้สึกว่ามีคนเข้าใจและเห็นอกเห็นใจฉัน					
24. ฉันรู้สึกไม่สบาย					
25. ฉันตำหนิตนเอง					
26. ฉันพิจารณาถึงขั้นตอนต่าง ๆ ในการลงมือแก้ปัญหา					
27. ฉันออกกำลังการเพื่อคลายเครียด					
28. ฉันขอความช่วยเหลือจากอาจารย์หรือเพื่อน					
29. ฉันพิจารณาดูว่าฉันกำลังทำอะไรและทำไมจึงทำ					
30. ฉันขอคำปรึกษาจากผู้ที่มีความรู้ หรือผู้เชี่ยวชาญในเรื่องนั้น ๆ					
31. ฉันหาทางผ่อนคลาย โดยทำจิตใจให้สงบ เช่น อยู่กับธรรมชาติ ฝึกสมาธิ					

ส่วนที่ 3 แบบประเมินตนเอง (แบบวัดการแก้ปัญหา)

คำชี้แจง ข้อความด้านล่างต่อไปนี้เป็นข้อความที่แสดงถึงการตอบสนองของท่านต่อสถานการณ์ที่เป็นปัญหาต่างๆ

กรุณาอ่านและพิจารณาข้อความแต่ละข้อความโดยละเอียดก่อนกาเครื่องหมาย ✓ ในช่องที่คิดว่าตรงกับตัวท่านมากที่สุด โดยแต่ละช่องมีความหมายดังนี้

- 1 หมายถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
- 2 หมายถึง ไม่เห็นด้วย
- 3 หมายถึง ไม่ค่อยเห็นด้วย
- 4 หมายถึง เห็นด้วยบ้าง
- 5 หมายถึง เห็นด้วย
- 6 หมายถึง เห็นด้วยอย่างยิ่ง

ข้อความ	1 ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	2 ไม่ เห็น ด้วย	3 ไม่ค่อย เห็น ด้วย	4 เห็น ด้วย บ้าง	5 เห็น ด้วย	6 เห็น ด้วย อย่างยิ่ง
1. เมื่อแก้ปัญหาไม่ได้ ฉันไม่เคยพิจารณาว่าทำไมวิธีที่ใช้จึงไม่ได้ผล						
2. เมื่อฉันแก้ปัญหาในครั้งแรกล้มเหลว ฉันรู้สึกไม่มั่นใจว่าจะสามารถจัดการกับปัญหานั้นได้						
3. เมื่อแก้ปัญหาได้แล้ว ฉันไม่เคยทบทวนว่ามีอะไรบ้างที่ถูกต้อง หรือผิดพลาด						
4. ฉันคิดวิธีแก้ปัญหาได้หลายทางที่สร้างสรรค์และมีประสิทธิภาพ						
5. เมื่อแก้ปัญหาได้แล้ว ฉันจะเปรียบเทียบสิ่งที่เกิดขึ้นจริงกับสิ่งที่ฉันคาดการณ์ไว้						
6. เมื่อเผชิญกับปัญหา ฉันจะคิดทบทวนถึงความรู้สึกของตัวเอง เพื่อทำความเข้าใจว่ากำลังเกิดอะไรขึ้น						
7. ฉันสามารถแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้เป็นส่วนใหญ่ แม้ในระยะแรกจะดูเหมือนไม่มีทางออกก็ตาม						
8. ฉันไม่รู้สึกเสียใจ แม้จะยังแก้ปัญหาไม่ได้ตามความคาดหวัง						
9. เมื่อเผชิญปัญหา ฉันจะหยุดคิดก่อนที่จะตัดสินใจทำอะไรต่อไป						

ข้อความ	1 ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	2 ไม่ เห็น ด้วย	3 ไม่ค่อย เห็น ด้วย	4 เห็น ด้วย บ้าง	5 เห็น ด้วย	6 เห็น ด้วย อย่างยิ่ง
10. บางครั้งฉันรู้สึกเหมือนกำลังค้นหาทิศทางใน ความมืด ยังไม่ได้ลงมือจัดการกับสิ่งที่ปัญหา อย่างแท้จริง						
11. หากฉันมีเวลาและความพยายามมากพอ ฉันเชื่อ ว่าฉันสามารถแก้ปัญหาได้เป็นส่วนใหญ่						
12. โดยทั่วไปฉันคิดหาวิธีแก้ปัญหาได้หลายวิธี						
13. ฉันทำอะไรแบบรีบร้อน และมักนึกเสียใจภายหลัง						
14. เมื่อเผชิญกับสถานการณ์ใหม่ ฉันมั่นใจว่า ฉันสามารถจัดการกับปัญหาที่อาจเกิดขึ้นได้						
15. เมื่อฉันตัดสินใจเลือกวิธีแก้ปัญหา ฉันจะพิจารณา เปรียบเทียบผลลัพธ์ที่จะได้ของแต่ละวิธี						
16. บางครั้งฉันเครียด หรือไม่สบายใจจนทำให้คิด หาทางออกในการแก้ปัญหาได้ไม่มากนัก						
17. ฉันมั่นใจที่จะแก้ปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นใหม่ได้						
18. แม้ว่าการแก้ปัญหาครั้งแรกของฉันไม่ได้ผล แต่ ฉันมั่นใจว่าฉันจะหาทางแก้ปัญหาได้						
19. เมื่อฉันคิดถึงวิธีการในการแก้ปัญหาหนึ่งๆ ฉันมัก คิดหาทางออกได้ไม่มากนัก						
20. ก่อนลงมือแก้ปัญหาฉันมักจะวางแผน และ พิจารณาถึงผลที่จะเกิดขึ้น						
21. เมื่อเผชิญกับปัญหา ฉันไม่แน่ใจว่าฉันจะจัดการ กับสถานการณ์นั้นได้หรือไม่						
22. ฉันมีวิธีการที่เป็นระบบในการเปรียบเทียบ ทางเลือกต่างๆในการแก้ปัญหา แล้วจึงตัดสินใจ						
23. เมื่อเกิดปัญหา ฉันจะตรวจสอบปัจจัยรอบตัวว่า สิ่งใดที่จะส่งผลต่อปัญหาที่เกิดขึ้นได้						
24. เมื่อประสบปัญหา สิ่งแรกที่ฉันทำคือ พยายามหา ว่าปัญหาที่แท้จริงคืออะไร						
25. ถึงแม้ว่าจะมีทางเลือกในการแก้ปัญหาไม่มากนัก แต่ฉันก็ยอมรับได้						

ข้อความ	1 ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	2 ไม่ เห็น ด้วย	3 ไม่ค่อย เห็น ด้วย	4 เห็น ด้วย บ้าง	5 เห็น ด้วย	6 เห็น ด้วย อย่างยิ่ง
26. ฉันสามารถแก้ไขปัญหาต่างๆ ที่มีความยุ่งยาก ซับซ้อนได้						
27. เมื่อฉันรู้สึกสับสนกับปัญหาที่เกิดขึ้น สิ่งแรกที่ทำ คือ สืบหาสถานการณ์และพิจารณาข้อมูลที่เกี่ยวข้องทั้งหมด						
28. ฉันผิดหวังมากเมื่อผลการแก้ปัญหาไม่เป็นไปตาม ที่ฉันคาดไว้						
29. ฉันมั่นใจว่าฉันสามารถจัดการกับสถานการณ์ ต่างๆ ที่เป็นปัญหาได้						
30. เมื่อฉันคิดวิธีการแก้ปัญหาได้หลายวิธี ฉันจะ เปรียบเทียบว่า วิธีใดจะได้ผลมากที่สุด						

ส่วนที่ 4 แบบประเมินตนเองด้านอาชีพ (แบบวัดบทบาททางเพศ)

คำชี้แจง ต่อไปนี้เป็นรายการอาชีพต่างๆ ที่บุคคลสามารถทำได้ ขอให้ท่านอ่านรายการอาชีพด้านล่างนี้และพิจารณาว่า **ถ้าท่านสามารถเลือกได้โดยไม่มีเงื่อนไขใด** ท่านต้องการจะประกอบอาชีพเหล่านี้มากน้อยเพียงใด จากนั้นให้ **ทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความต้องการของท่านมากที่สุด** ไม่มีคำตอบใดถูกหรือผิด โดยที่

- | | | |
|---|---------|------------------------------------|
| 1 | หมายถึง | ท่านไม่ต้องการประกอบอาชีพนี้เลย |
| 2 | หมายถึง | ท่านไม่ต้องการประกอบอาชีพนี้มากนัก |
| 3 | หมายถึง | ท่านต้องการประกอบอาชีพนี้บ้าง |
| 4 | หมายถึง | ท่านต้องการประกอบอาชีพนี้มาก |

ท่านต้องการเป็น...	ไม่ต้องการเลย 1	ไม่ต้องการมากนัก 2	ต้องการบ้าง 3	ต้องการมาก 4
1. ช่างไฟฟ้า				
2. พนักงานขายเครื่องสำอาง				
3. นักจัดรายการวิทยุ (ดี.เจ.)				
4. ช่างเครื่องยนต์				
5. ผู้นำเสนอสินค้า (พรีตตี)				
6. นักข่าว				
7. ทหาร				
8. พยาบาล				
9. นักวิทยาศาสตร์				
10. พนักงานดับเพลิง				
11. ช่างเสริมสวย				
12. มัคคุเทศก์				
13. กัปตันเรือ				
14. ประชาสัมพันธ์				
15. ทันตแพทย์				
16. ผู้รับเหมาก่อสร้าง				
17. นักจัดดอกไม้				
18. นักบิน				
19. เลขานุการ				
20. ตำรวจสืบราชการลับ				
21. นักออกแบบเสื้อผ้า (ดีไซเนอร์)				
22. ผู้ประกอบเครื่องคอมพิวเตอร์				
23. นักออกแบบเครื่องประดับ				
24. ช่างเทคนิค				
25. นางแบบ				

ส่วนที่ 5 แบบประเมินตนเองด้านการทำกิจกรรมต่างๆ (แบบวัดบทบาททางเพศ)

คำชี้แจง ต่อไปนี้เป็นรายการกิจกรรมต่างๆที่บุคคลสามารถทำได้ ขอให้ท่านอ่านรายการกิจกรรมด้านล่างนี้และพิจารณาว่า ท่านทำกิจกรรมเหล่านี้บ่อยเพียงใด จากนั้นให้ทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด ไม่มีคำตอบใดถูกหรือผิด โดยที่

- 1 หมายถึง ท่านไม่ได้ทำกิจกรรมนั้นเลย
- 2 หมายถึง ท่านแทบจะไม่ได้ทำกิจกรรมนั้น
- 3 หมายถึง ท่านทำกิจกรรมนั้นเป็นบางครั้ง
- 4 หมายถึง ท่านทำกิจกรรมนั้นบ่อย หรือบ่อยมาก

ท่านทำ...	ไม่ทำเลย 1	แทบจะไม่ได้ทำ 2	ทำเป็นบางครั้ง 3	ทำบ่อย หรือ บ่อยมาก 4
1. ซ่อมรถ/ อุปกรณ์ต่าง ๆ ภายในบ้าน				
2. เย็บปักถักร้อย				
3. ไปดูหนัง				
4. สร้างแบบจำลองรถ/ เครื่องบิน				
5. ซ่อมปิ้ง				
6. ดูรายการสารคดี				
7. เล่นสนุกเกอร์				
8. จัดดอกไม้				
9. ทำงานอาสาสมัคร งานการกุศล				
10. ปีนเขา				
11. ทำขนม				
12. เล่นไพ่				
13. เล่นกีฬาผาดโผน				
14. เดินแอโรบิค				
15. ดูรายการเกมโชว์				
16. ตกปลา				
17. ใช้เวลาแต่งตัวนาน				
18. ซ้อมดนตรี				
19. ไปจ่ายตลาด				
20. เดินป่า				
21. ออกแบบเสื้อผ้า				
22. เขียนโปรแกรมคอมพิวเตอร์				
23. บัดกวาดบ้าน				
24. ยิงปืน				
25. เดินรำ				

ส่วนที่ 6 แบบประเมินตนเองด้านลักษณะที่ปรากฏต่างๆ (แบบวัดบทบาททางเพศ)

คำชี้แจง ต่อไปนี้เป็นรายการค่าแสดงลักษณะที่ปรากฏต่างๆ ของบุคคล ขอให้ท่านอ่านรายการลักษณะด้านล่างเหล่านี้และพิจารณาว่า **ลักษณะในแต่ละข้อนั้นตรงกับตัวท่านมากน้อยเพียงใด** จากนั้นให้ทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด ไม่มีคำตอบใดถูกหรือผิด โดยที่

- | | | |
|---|---------|----------------------------|
| 1 | หมายถึง | ไม่ตรงกับตัวท่านเลย |
| 2 | หมายถึง | ไม่ค่อยตรงกับตัวท่านมากนัก |
| 3 | หมายถึง | ตรงกับตัวท่านบางส่วน |
| 4 | หมายถึง | ตรงกับตัวท่านที่สุด |

ท่านมีลักษณะ...	ไม่ตรงเลย 1	ไม่ค่อยตรง 2	ตรงบางส่วน 3	ตรงที่สุด 4
1. ชอบวิชาพลศึกษา				
2. อ่อนช้อย				
3. มีความมั่นใจในตนเอง				
4. เก่งด้านการกีฬา				
5. อ่อนไหว				
6. มีอารมณ์ขัน				
7. กล้าได้ กล้าเสีย กล้าเสี่ยง				
8. ตื่นตกใจง่าย				
9. ชอบช่วยเหลือ				
10. เจ็บขริม				
11. ละเอียดอ่อน				
12. รักสัตว์				
13. เข้มแข็ง				
14. ร้องไห้เก่ง				
15. ช่างคิดสร้างสรรค์				
16. ชอบการแข่งขัน				
17. ประณีต				
18. ชอบผจญภัย				
19. ชิ่งอน				
20. ชอบวิชาคณิตศาสตร์				
21. รักนวลสงวนตัว				
22. กล้าหาญ				
23. อ่อนโยน				
24. คุยโว ใ้อวด				
25. เป็นระเบียบเรียบร้อย				

ตารางที่ 31 ข้อกระทงของแบบวัดบทบาททางเพศ จำแนกรายด้าน

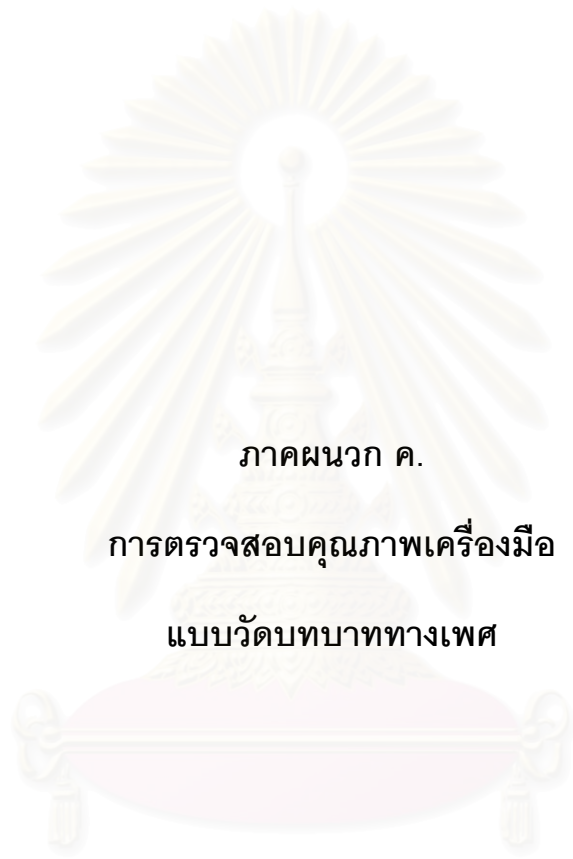
มาตรวัด		ข้อกระทงที่	รวม(ข้อ)
ด้านอาชีพ	คุณลักษณะความเป็นชาย	1, 4, 7, 10, 13, 16, 18, 20, 22, 24	10
	คุณลักษณะความเป็นหญิง	2, 5, 8, 11, 14, 17, 19, 21, 23, 25	10
	คุณลักษณะความเป็นกลาง	3, 6, 9, 12, 15	5
ด้านกิจกรรม	คุณลักษณะความเป็นชาย	1, 4, 7, 10, 13, 16, 18, 20, 22, 24	10
	คุณลักษณะความเป็นหญิง	2, 5, 8, 11, 14, 17, 19, 21, 23, 25	10
	คุณลักษณะความเป็นกลาง	3, 6, 9, 12, 15	5
ด้านลักษณะที่ปรากฏ	คุณลักษณะความเป็นชาย	1, 4, 7, 10, 13, 16, 18, 20, 22, 24	10
	คุณลักษณะความเป็นหญิง	2, 5, 8, 11, 14, 17, 19, 21, 23, 25	10
	คุณลักษณะความเป็นกลาง	3, 6, 9, 12, 15	5

ตารางที่ 32 ข้อกระทงของแบบวัดการแก้ปัญหา จำแนกรายด้าน

แบบวัดการแก้ปัญหา	ข้อกระทงทางบวกข้อที่	ข้อกระทงทางลบข้อที่	รวม(ข้อ)
1. ความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหา	4, 7, 11, 14, 17, 24, 26, 29	21	9
2. รูปแบบการเข้าจัดการปัญหา- หลีกเลี่ยงปัญหา	5, 6, 9, 12, 15, 22, 23, 27, 30	1, 3, 19	12
3. การควบคุมตนเอง	8, 18, 20, 25	2, 10, 13, 16, 28	9

ตารางที่ 33 ข้อกระทงของแบบวัดการเผชิญปัญหา จำแนกรูปแบบการเผชิญปัญหา

การเผชิญปัญหา	ข้อกระทงข้อที่	รวม(ข้อ)
1. การมุ่งจัดการกับปัญหา		(16)
1.1 การลงมือดำเนินการแก้ปัญหาและการวางแผน	1, 10, 19, 26, 29	5
1.2 การตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโต	2, 3, 11, 12, 20, 21	6
1.3 การหาทางผ่อนคลายเป็น	4, 13, 22, 27, 31	5
2. การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อแก้ปัญหา และเพื่อกำลังใจ	5, 6, 14, 15, 23, 28, 30	7
3. การหลีกเลี่ยง		(8)
3.1 การไม่เผชิญปัญหา	7, 8, 16, 17, 24	5
3.2 การตำหนิตนเอง	9, 18, 25	3



ภาคผนวก ค.

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

แบบวัดบทบาททางเพศ

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 34 สรุปการตอบแบบสำรวจด้านอาชีพ

อาชีพ	ค่าเฉลี่ย	ฐานนิยม	SD	อาชีพ	ค่าเฉลี่ย	ฐานนิยม	SD
*1. นักบิน	1.95	2	0.66	32. วิศวกร	2.58	3	0.55
2. สถาปนิก	2.76	3	0.43	33. เจ้าของกิจการ	3.00	3	0.23
3. นักดาราศาสตร์	2.71	3	0.57	34. เกษตรกร	2.76	3	0.43
4. ผู้จัดการการศึกษา	3.11	3	0.65	35. นักคอมพิวเตอร์	2.71	3	0.57
*5. ช่างเครื่องยนต์	1.68	2	0.53	*36. พนักงานดับเพลิง	1.63	2	0.59
6. หัวหน้าวงดนตรี	2.50	3	0.69	37. ตำรวจ	1.95	2	0.52
7. นักการธนาคาร	2.89	3	0.61	*38. ทหาร	1.50	1	0.56
*8. ศิลปิน	3.00	3	0.33	*39. พนักงานต้อนรับบนเครื่องบิน	3.74	4	0.69
9. ผู้กำกับการแสดง	2.47	3	0.56	40. พนักงานทำความสะอาด	3.61	4	0.49
*10. ผู้ควบคุมวงดนตรี (วาทยกร)	2.13	2	0.67	*41. ค้าขาย	3.13	3	0.34
11. นักดนตรี	2.97	3	0.16	*42. นักพากย์	3.00	3	0.23
12. คนขับรถโดยสาร	1.95	2	0.77	43. นักแปล	3.26	3	0.45
13. นักเคมี	3.11	3	0.51	44. คนเก็บขยะ	2.79	3	0.58
14. นักคณิตศาสตร์	3.00	3	0.52	45. คนกวาดถนน	3.18	3	0.65
15. นักชีววิทยา	3.21	3	0.41	46. นักภูมิศาสตร์	2.79	3	0.41
16. เภสัชกร	3.37	3	0.49	47. นักการภารโรง	2.45	3	0.72
*17. ผู้ประกอบเครื่องคอมพิวเตอร์	2.11	2	0.69	48. นักกีฬาอาชีพ	2.68	3	0.53
18. คนงานก่อสร้าง	1.76	2	0.59	49. ทนายความ	2.63	3	0.54
*19. ทันตแพทย์	3.11	3	0.39	50. นักกฎหมาย	2.74	3	0.50
20. วิสัญญีแพทย์	3.24	3	0.71	*51. ผู้พิพากษา	2.39	3	0.64
21. จักษุแพทย์	2.84	3	0.37	52. ชัยการ	2.39	3	0.64
22. ศัลยแพทย์	2.76	3	0.59	53. นักสืบ	2.37	3	0.67
23. แพทย์ผิวหนัง	3.18	3	0.51	54. บุรุษไปรษณีย์	1.71	2	0.65
24. สูตินารีแพทย์	3.53	3	0.86	*55. พนักงานบริษัท	3.05	3	0.32
*25. พยาบาล	4.21	4	0.62	56. เจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัย	1.58	2	0.50
*26. นักจัดรายการวิทยุ (ดี.เจ.)	2.92	3	0.36	57. พนักงานขาย	3.24	3	0.43
27. พิธีกร	3.00	3	0.23	*58. ประชาสัมพันธ์	3.92	4	0.71
*28. ช่างไฟฟ้า	1.63	2	0.49	59. ผู้คุมนักโทษ	1.87	1	0.81
29. ช่างประปา	1.63	2	0.49	*60. พนักงานคุมประพฤติ	2.05	2	0.80
30. ช่างไม้	1.50	1, 2	0.51	61. ช่างซ่อมนาฬิกา	2.29	2	
31. ช่างทาสี	1.74	2	0.55	62. ผู้อำนวยการโรงเรียน	2.92	3	

ตารางที่ 34 (ต่อ)

อาชีพ	ค่าเฉลี่ย	ฐานนิยม	SD	อาชีพ	ค่าเฉลี่ย	ฐานนิยม	SD
63. พนักงานเก็บเงิน	3.26	3	0.65	94. คนทำสวน	2.16	2	0.68
*64. นักวิทยาศาสตร์	2.97	3	0.43	95. นักเศรษฐศาสตร์	3.03	3	0.37
65. นักวิจัย	3.00	3	0.45	96. นักบัญชี	3.37	3	0.49
*66. เจ้าหน้าที่ป่าไม้	2.21	2	0.28	97. นักบริหารธุรกิจ	3.00	3	0.33
67. ชาวประมง	1.97	2	0.33	98. นักโฆษณา	2.97	3	0.28
*68. กัปตันเรือ	1.71	2	0.66	99. นักวิทยาการคอมพิวเตอร์	2.89	3	0.31
69. ตั๊กแตนเรือ	1.79	2	0.59	100. นักธรณีวิทยา	2.76	3	0.43
70. ช่างซ่อมรองเท้า	2.24	2	0.65	101. นักบริหารงานบุคคล	2.84	3	0.37
71. คนขับรถบรรทุก	1.47	1	0.70	102. นักการทูต	2.58	3	0.55
72. ช่างโลหะ	1.61	1	0.68	*103. นักข่าว	3.00	3	0.23
*73. ช่างตัดเย็บ	3.92	4	0.51	104. นักภาษาศาสตร์	3.18	3	0.39
*74. นักออกแบบเสื้อผ้า (ดีไซเนอร์)	3.50	3	0.64	105. นักโบราณคดี	2.92	3	0.43
75. พี่เลี้ยงเด็ก	4.13	4	0.54	*106. มัคคุเทศก์	3.13	3	0.34
76. นักโภชนาการ	3.45	3	0.56	107. นักตรวจพิสูจน์หลักฐาน	2.84	3	0.44
*77. ครู-อาจารย์	3.29	3	0.53	108. สัตวแพทย์	2.92	3	0.36
*78. ช่างเสริมสวย	3.92	4	0.50	109. นักการตลาด	3.00	3	0.40
79. นักประพันธ์	3.11	3	0.52	110. นายหน้า	2.66	3	0.53
*80. คนจัดดอกไม้	3.84	4	0.54	*111. ผู้รับเหมาก่อสร้าง	1.92	2	0.63
81. นักตกแต่งภายใน(มัณฑนากร)	3.16	3	0.45	112. ช่างอิเล็กทรอนิกส์	1.76	2	0.63
82. นักเขียน	3.08	3	0.64	*113. พนักงานรับโทรศัพท์	3.82	4	0.73
83. นักการเมือง	2.55	3	0.44	114. นายอำเภอ	2.26	2	0.60
84. ช่างภาพ	2.74	3	0.27	115. ปลัดอำเภอ	2.21	2	0.66
*85. บรรณารักษ์	3.53	3	0.56	*116. ผู้ใหญ่บ้าน	2.21	2	0.66
*86. พนักงานขายเครื่องสำอาง	4.26	4	0.45	117. นักประดิษฐ์	2.74	3	0.55
87. นักพูด	2.95	3	0.60	118. นักเดินเรือ	2.05	2	0.69
*88. นักออกแบบผลิตภัณฑ์	3.00	3	0.55	119. นักอักษรศาสตร์	3.24	3	0.43
89. จิตรกร	2.84	3	0.32	120. นักสถิติ	3.08	3	0.36
*90. เลขานุการ	3.84	4	0.00	121. นักประวัติศาสตร์	3.03	3	0.43
91. นักสังคมสงเคราะห์	3.47	3	0.65	122. นักสำรวจ	2.68	3	0.57
92. ผู้ประกอบอาหารในภัตตาคาร	2.84	3	0.55	123. นักการโรงแรม	3.26	3	0.64
93. นักกายภาพบำบัด	2.89	3	0.45	124. นักแนะแนว	3.37	3	0.49

ตารางที่ 34 (ต่อ)

อาชีพ	ค่าเฉลี่ย	ฐานนิยม	SD
125. แพทย์แผนโบราณ	3.13	3	0.53
*126. ช่างเทคนิค	2.29	2	0.69
127. นักธรณีวิทยา	2.71	3	0.46
128. นักอุตสาหกรรมการเกษตร	2.92	3	0.49
129. นักหนังสือพิมพ์	3.05	3	0.23
130. จิตแพทย์	3.11	3	0.51
131. นักจิตวิทยา	3.13	3	0.47
132. ช่างทอผ้า	3.73	4	0.65
133. ช่างแกะสลัก	2.97	3	0.79
*134. ตำรวจสืบราชการลับ	2.08	2	0.85
*135. ผู้นำเสนอสินค้า (พรีตตี)	4.58	5	0.64
136. บาร์เทนเดอร์	2.66	3	0.71
137. แคนดี้	3.79	4	0.81
138. นักกายกรรม	2.95	3	0.52
139. นักเล่นกล	2.68	3	0.57

หมายเหตุ * เลือกไปใช้ในแบบวัดบทบาททางเพศ (ทดลองใช้ครั้งที่ 1)

ตัวหนาคัดเลือกไปใช้ในแบบวัดฉบับจริง (มีเพิ่มเติมรายการอาชีพ 2 รายการสำหรับผู้หญิง)

คะแนนค่าเฉลี่ย และฐานนิยมในการตอบมีความหมาย ดังนี้

- 1 หมายถึง ชายเท่านั้น
- 2 หมายถึง ชายเป็นส่วนมาก และหญิงบางส่วน
- 3 หมายถึง ชายและหญิงพอๆกัน
- 4 หมายถึง หญิงเป็นส่วนมาก และชายบางส่วน
- 5 หมายถึง หญิงเท่านั้น

ตารางที่ 35 สรุปการตอบแบบสำรวจด้านกิจกรรม

กิจกรรม	ค่าเฉลี่ย	ฐานนิยม	SD	กิจกรรม	ค่าเฉลี่ย	ฐานนิยม	SD
*1. สร้างแบบจำลองรถ/เครื่องบิน	2.24	2	0.56	28. อ่านนิยาย	3.48	3	0.57
*2. เขียนโปรแกรมคอมพิวเตอร์	2.79	3	0.42	*29. เย็บปักถักร้อย	4.15	4	0.57
3. ซ่อมรถจักรยานยนต์	1.82	2	0.58	*30. ออกแบบเสื้อผ้า	3.58	4	0.66
*4. ซ่อมรถ	1.76	2	0.56	*31. ใช้เวลาว่างตัวน่าน	3.88	4	0.69
*5. แข่งรถ	2.36	2, 3	0.65	*32. ซ้อมแป้ง	3.91	4	0.68
*6. ตกปลา	2.61	3	0.61	*33. คุยทางโทรศัพท์	3.24	3	0.44
7. ล่าสัตว์	1.85	2	0.62	*34. บัดกวาดบ้าน	3.48	3	0.62
8. เล่นยิมนาสติก	3.48	3	0.57	*35. ทำงานอาสาสมัครงานการกุศล	3.09	3	0.52
*9. เล่นหมากรุก	2.73	3	0.52	*36. ดูละครน้ำเน่า	3.85	4	0.57
*10. ยิงปืน	2.79	3	0.42	37. เขียนบทกลอน	3.24	3	0.56
*11. เล่นเกม	2.91	3	0.29	*38. จัดดอกไม้	3.94	4	0.61
12. ฝึกฝนศิลปะการป้องกันตัว	3.03	3	0.59	39. แสดงละคร	3.15	3	0.36
*13. เล่นกีฬาผาดโผน	2.54	3	0.62	*40. เดินรำ	3.30	3	0.53
*14. เล่นสนุกเกอร์	2.21	2	0.65	41. ซ้อมม้า	2.88	3	0.33
*15. เดินป่า	2.67	3	0.59	*42. เล่นสเก็ต	2.91	3	0.29
*16. ปีนเขา	2.48	3	0.67	*43. ไปเที่ยวกลางคืน	2.64	3	0.65
*17. ล้างรถ	2.55	3	0.83	*44. ไปดูหนัง	3.00	3	0.00
*18. ล้างจาน	3.39	3	0.56	*45. ฟังเพลง	3.00	3	0.00
*19. ซัก รีดเสื้อผ้า	3.48	3	0.51	46. วาดภาพ	2.97	3	0.17
20. ดูรายการกีฬาทางทีวี	2.82	3	0.47	*47. เล่นไพ่	2.88	3	0.42
*21. ทำอาหาร	3.55	3, 4	0.67	*48. เล่นหมากรุกฮอส	2.88	3	0.33
*22. ทำขนม	3.79	4	0.55	*49. ซ้อมดนตรี	2.67	3	0.54
*23. เดินแอโรบิค	3.88	4	0.65	50. ซ้อมจักรยาน	2.94	3	0.24
*24. เลี้ยงดูเด็ก	3.67	3	0.69	*51. ดูรายการเกมโชว์	3.18	3	0.47
*25. ไปจ่ายตลาด	3.64	3, 4	0.65	*52. ดูรายการสารคดี	2.97	3	0.31
26. ล่องเรือ	2.76	3	0.44	53. ดูรายการเพลง	3.21	3	0.49
*27. ประดิษฐ์สิ่งของ	2.88	3	0.42	54. เล่นตัวต่อภาพ (จิ๊กซอว์)	3.15	3	0.44

หมายเหตุ * เลือกไปใช้ในแบบวัดบทบาททางเพศ (ทดลองใช้ครั้งที่ 1)

ตัวหนาคัดเลือกไปใช้ในแบบวัดฉบับจริง

ตารางที่ 36 สรุปการตอบแบบสำรวจด้านลักษณะที่ปรากฏ

ลักษณะที่ปรากฏ	ค่าเฉลี่ย	ฐานนิยม	SD	ลักษณะที่ปรากฏ	ค่าเฉลี่ย	ฐานนิยม	SD
*1. ซึ่ปั่น	2.67	4	1.74	33. ทำตัวให้ดูดี	3.08	3	0.50
*2. มั่งง่าย	1.47	2	1.16	*34. ช่างคิดสร้างสรรค์	3.06	3	0.58
*3. แสดงความเป็นผู้นำ	2.75	3	0.60	35. อยากรู้อยากเห็น	3.47	3	0.61
*4. ชอบผจญภัย	2.58	3	0.55	36. ชอบศิลปะ	3.00	3	0.48
*5. ก้าวร้าว	1.39	2	1.13	37. ชอบดนตรี	2.89	3	0.58
6. มีความทะเยอทะยาน	2.97	3	0.56	38. มีความเป็นมิตร	3.06	3	0.41
*7. คุยโว โอ้อวด	1.83	3	1.34	39. เก่งงานด้านศิลปะ	2.75	3	0.60
*8. กล้าหาญ	2.78	3	0.59	*40. ซื่อจรรยา	2.33	4	1.82
*9. ชอบการแข่งขัน	2.53	3	0.56	*41. ขยันเรียน	3.25	3	0.50
*10. มีความมั่นใจในตัวเอง	3.08	3	0.28	42. รู้จักกาลเทศะ	3.19	3	0.47
*11. ชอบวิชาคณิตศาสตร์	2.58	3	0.55	43. มีความจริงจัง	3.03	3	0.56
*12. ชอบวิชาพลศึกษา	2.11	2	0.52	44. เชื่อเพื่อเนื้อแม่	3.03	3	0.45
13. ชอบวิชาวิทยาศาสตร์	2.94	3	0.53	45. มีความเกรงใจ	3.19	3	0.53
*14. เก่งด้านการกีฬา	2.19	2	0.58	46. มีสัมมาคารวะ	3.17	3	0.45
*15. เป็นตัวของตัวเอง	2.92	3	0.37	*47. รักษาวลสงวนตัว	3.94	4	0.67
*16. มีความสมเหตุสมผล	3.03	3	0.61	48. ซื่อสัตย์สุจริต	3.06	3	0.33
17. เกเร	1.33	0, 2	1.17	49. พุดจาสุภาพ	3.19	3	0.47
18. มีไหวพริบ	3.03	3	0.51	50. อ่อนน้อมถ่อมตน	3.11	3	0.47
*19. เข้มแข็ง	2.50	3	0.56	*51. อ่อนช้อย	4.25	4	0.60
*20. อ่อนโยน	3.72	4	0.62	*52. สนุกสนาน ร่าเริง	3.11	3	0.39
21. มีเสน่ห์	3.17	3	0.45	*53. เจียบขริม	2.47	2	0.61
*22. ร้องไห้เก่ง	3.44	4	1.63	54. สรรหาของกิน	3.36	3	0.87
*23. อ่อนไหว	3.89	4	0.52	*55. ประณีต	3.92	4	0.60
*24. รักสัตว์	3.11	3	0.39	*56. ละเอียดอ่อน	4.00	4	0.63
25. ชอบเรียนภาษา	3.44	3	0.69	57. รอบคอบ	3.19	3	0.58
*26. ตื่นตกใจง่าย	3.69	4	1.28	*58. สะเพว่่า	1.56	0	1.32
27. ทำตามคำแนะนำ	3.31	3	0.47	*59. เจ้าชู้	1.67	3	1.33
28. สุภาพเรียบร้อย	3.53	3	0.56	60. เห็นแก่ตัว	1.47	0	1.54
*29. ชอบช่วยเหลือ	3.11	3	0.46	*61. หัวอ่อน	3.11	4	1.39
*30. เป็นระเบียบเรียบร้อย	3.53	4	0.61	*62. กตัญญู กตเวที	3.00	3	0.00
*31. ซื่ออาย	3.53	4	1.06	*63. มีอารมณ์ขัน	3.03	3	0.29
*32. ช่างพูด	3.61	4	0.69	*64. กล้าได้ กล้าเสีย กล้าเสี่ยง	2.33	2	0.59

ตารางที่ 36 (ต่อ)

ลักษณะที่ปรากฏ	ค่าเฉลี่ย	ฐานนิยม	SD
*65. ซึ้งอน	3.67	4	1.24
66. ใจน้อยง่าย	3.17	4	1.65
67. โลด	2.03	3	1.63

หมายเหตุ * เลือกไปใช้ในแบบวัดบทบาททางเพศ (ทดลองใช้ครั้งที่ 1)

ตัวหนาคัดเลือกไปใช้ในแบบวัดฉบับจริง

คะแนนค่าเฉลี่ย และฐานนิยมในการตอบมีความหมาย ดังนี้

- 1 หมายถึง ชายเท่านั้น
- 2 หมายถึง ชายเป็นส่วนมาก และหญิงบางส่วน
- 3 หมายถึง ชายและหญิงพอกๆกัน
- 4 หมายถึง หญิงเป็นส่วนมาก และชายบางส่วน
- 5 หมายถึง หญิงเท่านั้น

ตารางที่ 37 แสดงค่าความสัมพันธ์ของด้านต่างๆ ในรายการคำที่มีลักษณะความเป็นชาย

รายการคำ	1	2	3
1. ด้านอาชีพ	1		
2. ด้านกิจกรรม	.57**	1	
3. ด้านลักษณะที่ปรากฏ	.50**	.53**	1

**p < 0.01

ตารางที่ 38 แสดงค่าความสัมพันธ์ของด้านต่างๆ ในรายการคำที่มีลักษณะความเป็นหญิง

รายการคำ	1	2	3
1. ด้านอาชีพ	1		
2. ด้านกิจกรรม	.69**	1	
3. ด้านลักษณะที่ปรากฏ	.56**	.62**	1

**p < 0.01

ตารางที่ 39 ผลการวิเคราะห์รายข้อของแบบวัดบทบาททางเพศ โดยการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ ทั้งหมดในแต่ละด้าน (CITC) การทดสอบค่าที (t-test) และค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (alpha) (n = 128)

รายด้าน	ข้อ	ข้อความ	t-test	ค่า CITC
มาตรวัดความเป็นชาย (30 ข้อ) $\alpha = 0.89$				
ด้านอาชีพ	1	ช่างไฟฟ้า	7.783***	.5141
	4	ช่างเครื่องยนต์	7.426***	.5660
	7	ทหาร	6.013***	.3929
	10	พนักงานดับเพลิง	5.784***	.4380
	13	กัปตันเรือ	8.110***	.5678
	16	ผู้รับเหมาก่อสร้าง	4.923***	.4733
	18	นักบิน	7.105***	.4935
	20	ตำรวจสืบราชการลับ	4.542***	.3500
	22	ผู้ประกอบการคอมพิวเตอร์	11.379***	.6004
	24	ช่างเทคนิค	9.172***	.6325
ด้านกิจกรรม	1	ซ่อมรถ/ อุปกรณ์ต่าง ๆ ภายในบ้าน	6.256***	.5094
	4	สร้างแบบจำลองรถ/ เครื่องบิน	5.787***	.4540
	7	เล่นสนุกเกอร์	8.205***	.5381
	10	ปีนเขา	5.461***	.4299
	13	เล่นกีฬาผาดโผน	5.661***	.5256
	16	ตกปลา	6.232***	.4823
	18	ซ่อมดนตรี	7.735***	.4977
	20	เดินป่า	7.785***	.5319
	22	เขียนโปรแกรมคอมพิวเตอร์	4.813***	.3740
	24	ยิงปืน	6.143***	.4402
ด้านลักษณะที่ปรากฏ	1	ชอบวิชาพลศึกษา	4.288***	.3743
	4	เก่งด้านการกีฬา	5.568***	.5026
	7	กล้าได้ กล้าเสีย กล้าเสี่ยง	2.697**	.2052
	10	เฝ้ายาม	2.088*	.1568
	13	เข้มแข็ง	4.765***	.3970
	16	ชอบการแข่งขัน	7.955***	.4947
	18	ชอบผจญภัย	6.449***	.4061

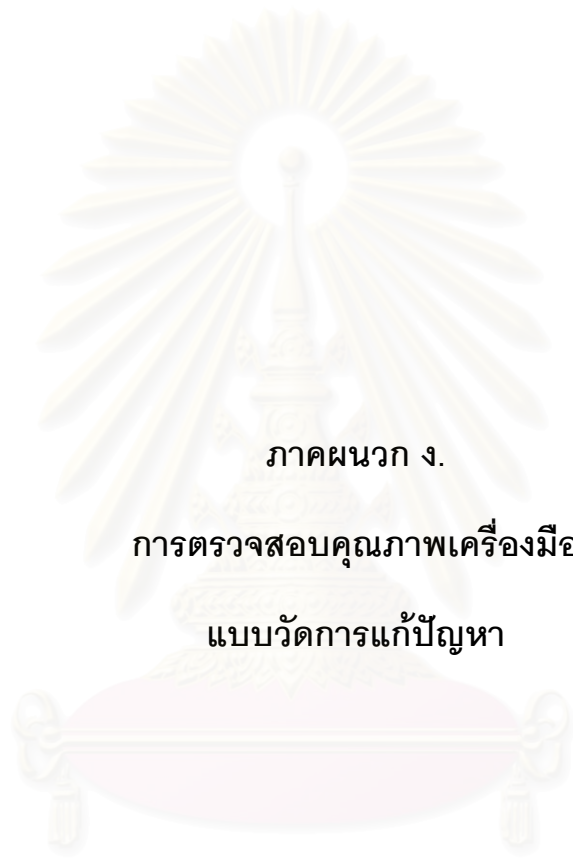
ตารางที่ 39 (ต่อ)

ด้านย่อย	ข้อ	ข้อความ	t-test	CITC
ด้านลักษณะ ที่ปรากฏ	20	ชอบวิชาคณิตศาสตร์	3.435***	.2397
	22	กล้าหาญ	3.567***	.3672
	24	คุยโว ใช้อวด	2.708**	.1590
มาตรวัดความเป็นหญิง (30 ข้อ) $\alpha = 0.92$				
ด้านอาชีพ	2	พนักงานขายเครื่องสำอาง	8.925***	.5949
	5	ผู้นำเสนอสินค้า (พริตตี้)	7.972***	.5294
	8	พยาบาล	8.683***	.5519
	11	ช่างเสริมสวย	12.416***	.7174
	14	ประชาสัมพันธ์	7.005***	.5280
	17	นักจัดดอกไม้	10.190***	.6575
	19	เลขานุการ	7.121***	.5359
	21	นักออกแบบเสื้อผ้า (ดีไซเนอร์)	10.515***	.5982
	23	นักออกแบบเครื่องประดับ	8.312***	.5789
	25	นางแบบ	8.240***	.5749
ด้านกิจกรรม	2	เย็บปักถักร้อย	6.847***	.5182
	5	ข้อปิ้ง	5.330***	.4215
	8	จัดดอกไม้	12.736***	.6591
	11	ทำขนม	9.467***	.5278
	14	เต้นแอโรบิค	11.723***	.6632
	17	ใช้เวลาแต่งตัวนาน	6.624***	.4981
	19	ไปจ่ายตลาด	7.697***	.5443
	21	ออกแบบเสื้อผ้า	7.746***	.5417
	23	ปักกวาดบ้าน	4.254***	.2967
	25	เดินรำ	7.141***	.5241
ด้านลักษณะ ที่ปรากฏ	2	อ่อนช้อย	6.208***	.4726
	5	อ่อนไหว	5.968***	.4209
	8	ตื่นตกใจง่าย	5.532***	.3252
	11	ละเอียดอ่อน	4.809***	.4196
	14	ร้องไห้เก่ง	7.454***	.5244
	17	ประณีต	5.067***	.4009

ตารางที่ 39 (ต่อ)

ด้านย่อย	ข้อ	ข้อความ	t-test	CITC
ด้านลักษณะ ที่ปรากฏ	19	ขี้จน	3.469***	.2410
	21	รักนวลสงวนตัว	5.295***	.4324
	23	ช่อนโยน	7.546***	.5534
	25	เป็นระเบียบเรียบร้อย	4.246***	.2879
มาตรวัดความเป็นกลาง (15 ข้อ) $\alpha = 0.65$				
ด้านอาชีพ	3	นักจัดรายการวิทยุ (ดี.เจ.)	7.307***	.3655
	6	นักข่าว	7.113***	.3675
	9	นักวิทยาศาสตร์	5.489***	.2632
	12	มัคคุเทศก์	6.412***	.3462
	15	ทันตแพทย์	5.317***	.2984
ด้านกิจกรรม	3	ไปดูหนัง	4.009***	.2636
	6	ดูรายการสารคดี	2.851**	.2250
	9	ทำงานอาสาสมัคร งานการกุศล	5.026***	.2412
	12	เล่นไพ่	3.139**	.1636
	15	ดูรายการเกมโชว์	3.815***	.2342
ด้านลักษณะ ที่ปรากฏ	3	มีความมั่นใจในตนเอง	5.145***	.3204
	6	มีอารมณ์ขัน	4.047***	.2533
	9	ชอบช่วยเหลือ	3.159**	.2274
	12	รักสัตว์	3.151**	.1220
	15	ช่างคิดสร้างสรรค์	4.611***	.3412

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



ภาคผนวก ง.

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

แบบวัดการแก้ปัญหา

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

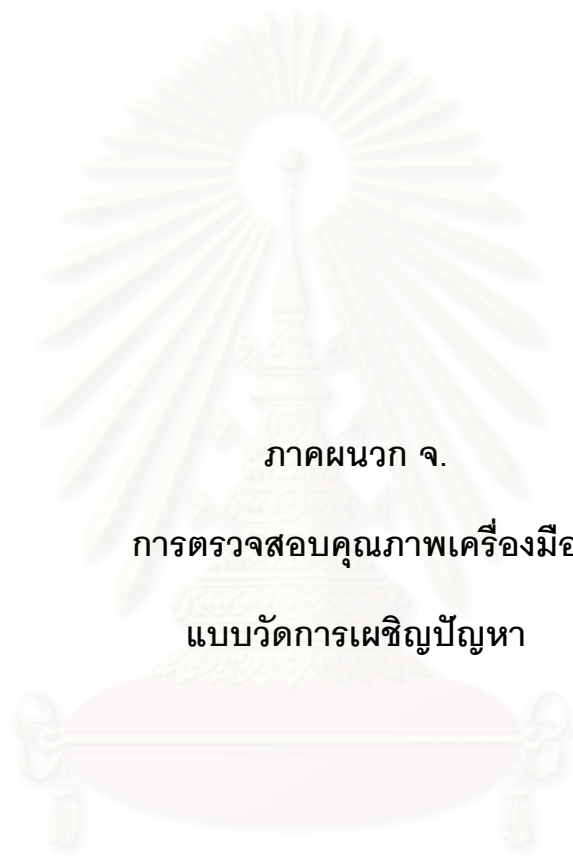
ตารางที่ 40 ผลการวิเคราะห์รายข้อของแบบวัดการแก้ปัญหา โดยการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆทั้งหมดในแต่ละด้าน และคะแนนรวมทั้งฉบับ (CITC) การทดสอบค่าที (t-test) และค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (alpha) (n = 73)

ข้อ	ข้อความ	t-test	รายข้อกับรายด้าน	รายข้อกับทั้งฉบับ
ความเชื่อมั่นในการแก้ปัญหา (9 ข้อ) $\alpha = 0.77$				
4	ฉันคิดวิธีแก้ปัญหาได้หลายทางที่สร้างสรรค์และมีประสิทธิภาพ	4.965***	.4734	.5503
7	ฉันสามารถแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้นได้เป็นส่วนใหญ่ แม้ในระยะแรกจะดูเหมือนไม่มีทางออกก็ตาม	5.237***	.5242	.5437
11	หากฉันมีเวลาและความพยายามมากพอ ฉันเชื่อว่าฉันสามารถแก้ปัญหาได้เป็นส่วนใหญ่	3.483***	.2912	.3144
14	เมื่อเผชิญกับสถานการณ์ใหม่ ฉันมั่นใจว่าฉันสามารถจัดการกับปัญหาที่อาจเกิดขึ้นได้	4.198***	.5850	.4706
17	ฉันมั่นใจที่จะแก้ปัญหายากๆที่เกิดขึ้นใหม่ได้	5.133***	.6039	.5680
21	เมื่อเผชิญกับปัญหา ฉันไม่แน่ใจว่าฉันจะจัดการกับสถานการณ์นั้นได้หรือไม่	4.894***	.2837	.4731
24	เมื่อประสบปัญหา สิ่งแรกที่ฉันทำคือ พยายามหาว่าปัญหาที่แท้จริงคืออะไร	3.549***	.2684	.3068
26	ฉันสามารถแก้ไขปัญหาดังๆ ที่มีความยุ่งยากซับซ้อนได้	6.591***	.5515	.5935
29	ฉันมั่นใจว่าฉันสามารถจัดการกับสถานการณ์ต่างๆที่เป็นปัญหาได้	7.193***	.6262	.5517
การเข้าจัดการปัญหา-หลีกเลี่ยงปัญหา (12 ข้อ) $\alpha = 0.85$				
1	เมื่อแก้ปัญหาไม่ได้ ฉันไม่เคยพิจารณาว่าทำไมวิธีที่ใช้จึงไม่ได้ผล	3.889***	.4325	.3476
3	เมื่อแก้ปัญหาได้แล้ว ฉันไม่เคยทบทวนว่ามีอะไรบางอย่างที่ถูกต้อง หรือผิดพลาด	5.075***	.5803	.6037
5	เมื่อแก้ปัญหาได้แล้ว ฉันจะเปรียบเทียบผลที่เกิดขึ้นจริงกับสิ่งที่ฉันคาดการณ์ไว้	3.051**	.4943	.3843
6	เมื่อเผชิญกับปัญหา ฉันจะคิดทบทวนถึงความรู้สึกของตัวเอง เพื่อทำความเข้าใจว่ากำลังเกิดอะไรขึ้น	4.265***	.3799	.4172
9	เมื่อเผชิญปัญหา ฉันจะหยุดคิดก่อนที่จะตัดสินใจทำอะไรต่อไป	6.212***	.4042	.4959
12	โดยทั่วไปฉันคิดหาวิธีแก้ปัญหาได้หลายวิธี	8.241***	.6703	.6550

ตารางที่ 40 (ต่อ)

ข้อ	ข้อความ	t-test	รายข้อกับ รายด้าน	รายข้อกับ ทั้งฉบับ
15	เมื่อฉันตัดสินใจเลือกวิธีแก้ปัญหา ฉันจะพิจารณาเปรียบเทียบผลลัพธ์ที่จะได้ของแต่ละวิธี	5.043***	.5664	.4734
19	เมื่อฉันคิดถึงวิธีการในการแก้ปัญหาหนึ่งๆ ฉันมักคิดหาทางออกได้ไม่มากนัก	3.063**	.2919	.2859
22	ฉันมีวิธีการที่เป็นระบบในการเปรียบเทียบทางเลือกต่างๆในการแก้ปัญหา แล้วจึงตัดสินใจ	3.601***	.5483	.5137
23	เมื่อเกิดปัญหา ฉันจะตรวจสอบปัจจัยรอบตัวว่าสิ่งใดที่จะส่งผลต่อปัญหาที่เกิดขึ้นได้	6.519***	.6243	.6537
27	เมื่อฉันรู้สึกสับสนกับปัญหาที่เกิดขึ้น สิ่งแรกๆที่ทำได้คือ สํารวจสถานการณ์และพิจารณาข้อมูลที่เกี่ยวข้องทั้งหมด	8.376***	.6356	.6680
30	เมื่อฉันคิดถึงวิธีการแก้ปัญหาได้หลายวิธี ฉันจะเปรียบเทียบว่าวิธีใดจะได้ผลมากที่สุด	7.048***	.6363	.6040
การควบคุมตนเอง (9 ข้อ) $\alpha = 0.67$				
2	เมื่อฉันแก้ปัญหาในครั้งแรกล้มเหลว ฉันรู้สึกไม่มั่นใจว่าจะสามารถจัดการกับปัญหานั้นได้	3.590***	.4742	.4965
8	ฉันไม่รู้รู้สึกเสียใจ แม้จะยังแก้ปัญหาไม่ได้ตามความคาดหวัง	1.809*	.3227	.2610
10	บางครั้งฉันรู้สึกเหมือนกำลังคลำหาทิศทางในความมืด ยังไม่ได้ลงมือจัดการกับสิ่งที่ปัญหาอย่างแท้จริง	3.822***	.4771	.3779
13	ฉันทำอะไรแบบรีบร้อน และมักนึกเสียใจภายหลัง	3.642***	.4137	.3674
16	บางครั้งฉันเครียดหรือไม่สบายใจจนทำให้คิดหาทางออกในการแก้ปัญหาได้ไม่มากนัก	2.063*	.2505	.1733
18	แม้ว่าการแก้ปัญหาครั้งแรกของฉันไม่ได้ผล แต่ฉันมั่นใจว่าฉันจะหาทางแก้ปัญหาได้	1.197	.3623	.1850
20	ก่อนลงมือแก้ปัญหาฉันมักจะวางแผน และพิจารณาถึงผลที่จะเกิดขึ้น	6.384***	.3271	.6316
25	ถึงแม้ว่าจะมีทางเลือกในการแก้ปัญหาไม่มากนัก แต่ฉันก็ยอมรับได้	1.975*	.0724	.1655
28	ฉันผิดหวังมากเมื่อผลการแก้ปัญหาไม่เป็นไปตามที่ฉันคาดไว้	1.145	.4076	.1150
รวมทั้งฉบับ (30 ข้อ) $\alpha = 0.89$				

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



ภาคผนวก จ.

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

แบบวัดการเผชิญปัญหา

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

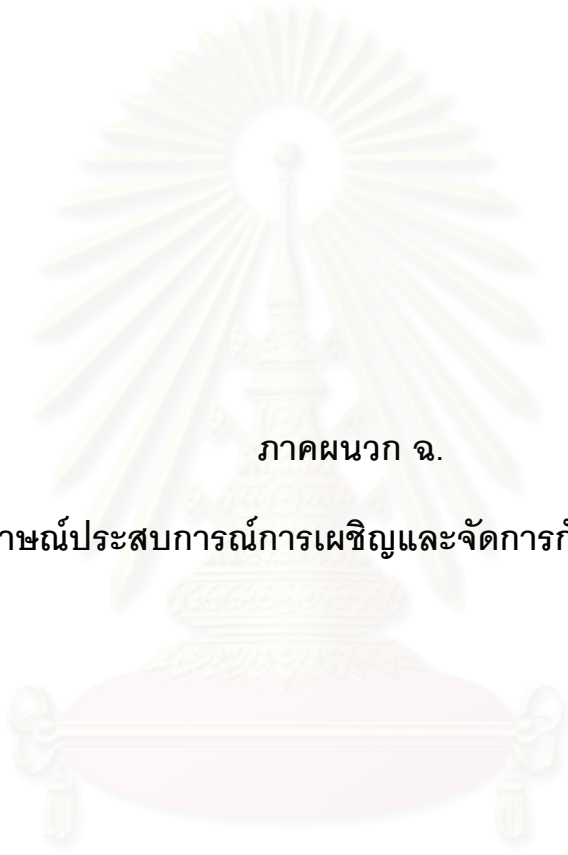
ตารางที่ 41 ผลการวิเคราะห์รายข้อของแบบวัดการเผชิญปัญหา โดยการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆทั้งหมดในแต่ละด้านย่อย และด้านใหญ่ (CITC) การทดสอบค่าที (t-test) และค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (alpha) (n = 73)

รายด้าน	ข้อ	ข้อความ	t-test	รายข้อกับ ด้านย่อย	รายข้อกับ ด้านใหญ่
1. การมุ่งจัดการกับปัญหา (15 ข้อ) $\alpha = 0.82$					
1.1 การลงมือ ดำเนินการ แก้ปัญหาและ การวางแผน $\alpha = 0.74$	1	ฉันลงมือแก้ไขที่สาเหตุของปัญหา	4.041***	.6225	.5391
	10	ฉันลงมือแก้ปัญหาไปที่ละขั้น	3.516***	.4811	.4679
	19	ฉันคิดหาทางที่จะจัดการกับปัญหาอย่างไรให้ดีที่สุด	2.873**	.5197	.4585
	26	ฉันพิจารณาถึงขั้นตอนต่างๆในการลงมือแก้ปัญหา	5.424***	.4857	.4571
	29	ฉันพิจารณาดูว่าฉันกำลังทำอะไรและทำไมจึงทำ	4.714***	.4316	.4034
1.2 การ ตีความหมาย ใหม่ใน ทางบวก และ การเติบโต $\alpha = 0.71$	2	ฉันเรียนรู้จากเหตุการณ์ที่ประสบ	4.730***	.4567	.4160
	3	ฉันเรียนรู้ที่จะอยู่กับปัญหาที่เกิดขึ้น	3.874***	.3570	.3798
	11	ฉันหาสิ่งที่ดีจากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น	3.419***	.4926	.5651
	12	ฉันยอมรับสิ่งที่เกิดขึ้นและยอมรับว่ามันไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ (ปรับแก้)	1.265	.3806	.2304
	20	จากประสบการณ์ที่ผ่านมาทำให้ฉันปรับปรุงและเปลี่ยนแปลงตนเอง	4.258***	.5119	.5704
	21	ฉันยอมรับปัญหาที่เกิดขึ้น และพยายามมองชีวิตให้สดใสเบิกบาน	3.821***	.4698	.5164
1.3 การหาทาง ผ่อนคลาย $\alpha = 0.68$	4	ฉันดูแลตัวเองให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง เช่น เล่นกีฬา ออกกำลังกาย และรับประทานอาหารตามหลักโภชนาการ	4.186***	.6168	.4253
	13	ฉันหาเวลาเพื่อทำกิจกรรมที่ชอบหรือทำงานอดิเรก	4.256***	.4897	.5351
	22	ฉันหาทางผ่อนคลายความเครียด เช่น ฟังเพลง อ่านหนังสือ ดูโทรทัศน์ เล่นดนตรี เดิน ว่างสรรพสินค้า ดูของสวย ๆ งาม ๆ	2.691**	.2794	.3423
	27	ฉันออกกำลังกายเพื่อคลายเครียด	4.480***	.5334	.3290

ตารางที่ 41 (ต่อ)

รายด้าน	ข้อ	ข้อความ	t-test	รายข้อกับ ด้านย่อย	รายข้อกับ ด้านใหญ่
2. การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อแก้ปัญหา และเพื่อกำลังใจ (7 ข้อ) $\alpha = 0.74$					
	5	ฉันขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น เช่น พ่อแม่ หรือญาติพี่น้อง (ปรับแก้)	1.804*	.3753	.3753
	6	ฉันระบายความในใจของฉันกับใครบางคนและรู้สึกสบายใจขึ้น (ปรับแก้)	2.561**	.3800	.3800
	14	ฉันพูดคุยปัญหาเกี่ยวกับคนอื่นให้ช่วยหาทางแก้ปัญหา (ปรับแก้)	3.354**	.4722	.4722
	15	ฉันเล่าปัญหาให้เพื่อนที่มีปัญหาเช่นเดียวกันฟัง	4.168***	.6522	.6522
	23	ฉันเล่าปัญหาของฉัน และรู้สึกว่าไม่มีใครเข้าใจและเห็นอกเห็นใจฉัน	3.767***	.5018	.5018
	28	ฉันขอความช่วยเหลือจากอาจารย์หรือเพื่อน	4.658***	.5989	.5989
	30	ฉันขอคำปรึกษาจากผู้ที่มีความรู้ หรือผู้เชี่ยวชาญในเรื่องนั้นๆ	2.310*	.2300	.2300
3. การหลีกเลี่ยง (8 ข้อ) $\alpha = 0.72$					
3.1 การไม่เผชิญ ปัญหา $\alpha = 0.67$	7	ฉันพยายามไม่รับรู้ว่ามีอะไรเกิดขึ้น	-.500	.4674	.3507
	8	ฉันยอมรับว่าไม่สามารถแก้ไขปัญหาได้ และเลิกความพยายามที่จะแก้ปัญหาต่อไป	.211	.5615	.4307
	16	ฉันพยายามบอกตัวเองว่าเหตุการณ์นี้ไม่ได้เกิดขึ้นจริง	.991	.4378	.4307
	17	ฉันหมดความพยายามที่จะทำอะไรต่อไป	.524	.3861	.4463
	24	ฉันรู้สึกไม่สบายใจ	.587	.2424	.3580
3.2 การ ตำหนิตนเอง $\alpha = .73$	9	ฉันคิดว่าฉันเป็นต้นเหตุของปัญหา	2.391*	.5307	.4041
	18	ฉันบอกตัวเองว่าเป็นความผิดของฉัน	1.270	.5818	.3771
	25	ฉันตำหนิตนเอง	1.758*	.5382	.5215
รวมทั้งฉบับ (30 ข้อ) $\alpha = 0.77$					

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



ภาคผนวก ฉ.

สรุปทศัณษภาษณ์ประสบการณ์การเผชิญและจัดการกับปัญหาของนักศึกษา

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 42 คะแนนจากแบบวัดบทบาททางเพศ แบบวัดการแก้ปัญหา และแบบวัดการเผชิญปัญหา
ของผู้ให้สัมภาษณ์ทั้ง 15 ราย

ผู้ให้สัมภาษณ์	ค่ามัธยฐานคะแนน บทบาททางเพศ		การรับรู้ ความสามารถของ ตนในการแก้ปัญหา		ความเชื่อมั่นใน การแก้ปัญหา		การเข้าจัดการ- หลีกเลี่ยงปัญหา		การควบคุม ตนเอง	
	ลักษณะ ความเป็น ชาย	ลักษณะ ความเป็น หญิง	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
	2.13	2.47	4.08	0.47	4.24	0.55	4.29	0.55	3.65	0.55
mas1 (ชาย)	2.93	1.70	3.50**		3.44**		3.75**		3.22**	
mas2 (ชาย)	3.07	1.40	4.83***		4.89***		5.00***		4.56***	
mas3 (ชาย)	3.40	1.97	3.87**		4.33**		4.00**		3.22**	
mas4 (ชาย)	2.93	2.10	3.80**		3.67**		3.92**		3.78**	
mas5 (ชาย)	3.13	1.47	4.50***		4.78***		4.83***		3.78**	
fem1 (หญิง)	1.67	3.27	4.07**		3.78**		4.83***		3.33**	
fem2 (หญิง)	2.07	3.50	4.13**		4.33**		4.50***		3.44**	
fem3 (หญิง)	1.90	3.33	4.00**		5.11***		3.83**		3.11**	
fem4 (หญิง)	1.73	3.13	3.97**		3.67**		4.42***		3.67**	
fem5 (หญิง)	1.73	3.20	4.93***		5.11***		5.33***		4.22**	
and1 (ชาย)	3.23	2.97	4.30**		4.78***		4.58***		3.44**	
and2 (หญิง)	2.17	3.10	4.00**		4.22**		4.08**		3.67**	
and3 (หญิง)	2.80	3.47	3.47**		3.56**		3.67**		3.11**	
and4 (หญิง)	2.43	3.33	4.70***		4.89***		5.00***		4.11**	
and5 (หญิง)	2.93	3.53	3.87**		4.22**		4.00**		3.33**	

* หมายถึง น้อย ** หมายถึง ปานกลาง *** หมายถึง มาก

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 42 (ต่อ)

ผู้ให้สัมภาษณ์	คำมัธยฐานคะแนน บทบาททางเพศ		การมุ่งจัดการกับ ปัญหาโดยรวม		การลงมือดำเนิน การแก้ปัญหา และการวางแผน		การตีความหมาย ใหม่ในทางบวก และการเติบโต		การหาทางผ่อน คลาย	
	ลักษณะ ความเป็น ชาย	ลักษณะ ความเป็น หญิง	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
	2.13	2.47	3.74	0.48	3.60	0.56	3.91	0.54	3.69	0.65
mas1 (ชาย)	2.93	1.70	4.31***		4.00***		4.00***		5.00***	
mas2 (ชาย)	3.07	1.40	4.13***		4.20***		4.33***		3.80***	
mas3 (ชาย)	3.40	1.97	3.56***		2.80**		4.50***		3.20**	
mas4 (ชาย)	2.93	2.10	3.75***		3.20**		4.00***		4.00***	
mas5 (ชาย)	3.13	1.47	4.19***		4.40***		3.83***		4.40***	
fem1 (หญิง)	1.67	3.27	3.50***		3.80***		3.00**		3.80***	
fem2 (หญิง)	2.07	3.50	3.88***		3.60***		3.83***		4.20***	
fem3 (หญิง)	1.90	3.33	4.69***		4.20***		5.00***		4.80***	
fem4 (หญิง)	1.73	3.13	3.94***		3.60***		3.83***		4.40***	
fem5 (หญิง)	1.73	3.20	4.56***		4.20***		4.67***		4.80***	
and1 (ชาย)	3.23	2.97	4.31***		4.60***		4.50***		3.80***	
and2 (หญิง)	2.17	3.10	3.69***		3.40**		3.83***		3.80***	
and3 (หญิง)	2.80	3.47	3.13**		3.00**		3.17**		3.20**	
and4 (หญิง)	2.43	3.33	4.38***		3.60***		4.50***		5.00***	
and5 (หญิง)	2.93	3.53	3.94***		3.80***		3.83***		4.20***	

* หมายถึง น้อย ** หมายถึง ปานกลาง *** หมายถึง มาก

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 42 (ต่อ)

ผู้ให้สัมภาษณ์	ค่ามัธยฐานคะแนน บทบาททางเพศ		การแสวงหาการ สนับสนุนทางสังคม		การหลีกเลี่ยง โดยรวม		การไม่เผชิญ ปัญหา		การตำหนิตนเอง	
	ลักษณะ ความเป็น ชาย	ลักษณะ ความเป็น หญิง	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
	2.13	2.47	3.55	0.70	2.57	0.57	2.48	0.60	2.71	0.77
mas1 (ชาย)	2.93	1.70	2.14*		2.13*		1.80*		2.67**	
mas2 (ชาย)	3.07	1.40	2.29*		1.63*		1.40*		2.00*	
mas3 (ชาย)	3.40	1.97	2.86**		2.00*		1.60*		2.67**	
mas4 (ชาย)	2.93	2.10	3.00**		3.00**		2.80**		2.33*	
mas5 (ชาย)	3.13	1.47	3.43**		2.50**		2.40*		2.67**	
fem1 (หญิง)	1.67	3.27	4.29***		3.75***		3.40**		4.33***	
fem2 (หญิง)	2.07	3.50	4.29***		2.88**		2.80**		3.00**	
fem3 (หญิง)	1.90	3.33	4.43***		2.38*		2.40*		2.33*	
fem4 (หญิง)	1.73	3.13	4.29***		2.38*		2.40*		2.33*	
fem5 (หญิง)	1.73	3.20	4.57***		1.75*		1.80*		1.67*	
and1 (ชาย)	3.23	2.97	4.00***		4.25***		4.00***		4.67***	
and2 (หญิง)	2.17	3.10	3.29**		3.00**		3.00**		3.00**	
and3 (หญิง)	2.80	3.47	3.43**		2.50**		2.60**		2.33*	
and4 (หญิง)	2.43	3.33	4.71***		1.88*		1.80*		2.00*	
and5 (หญิง)	2.93	3.53	4.57***		3.13**		3.20**		3.00**	

* หมายถึง น้อย ** หมายถึง ปานกลาง *** หมายถึง มาก

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สรุปบทสัมภาษณ์ประสบการณ์การเผชิญและจัดการกับปัญหาของนักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นชายรายที่ 1: mas1

เพศ: ชาย สถานศึกษา: มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา คณะ: มนุษยศาสตร์ ปี 1

ในวันที่สัมภาษณ์ mas1 นั้นเป็นช่วงปิดเทอมซึ่ง mas1 ต้องไปทำงานเป็นพนักงานรักษาความปลอดภัยที่บริษัทแห่งหนึ่งในตอนเย็น โดยเข้าฟังสรุปงานตอน 4 โมง และเริ่มเข้าทำงานเวลา 6 โมงเย็น ถึง 6 โมงเช้า

ในตอนสัมภาษณ์นั้นเมื่อถามถึงปัญหา mas1 นึกถึงปัญหาเรื่องเรียนและเรื่องครอบครัว โดยเล่าให้ฟังว่า เมื่อก่อนแม่ของ mas1 เป็นคนชอบตีแม่เบียร์ (เลิกได้ตอน mas1 อยู่ชั้น ป.4) แล้วพอจะไม่ไหวเวลาแม่เมา พ่อกับแม่จึงทะเลาะกันบ่อยๆ mas1 เองรู้สึกเครียด และไม่สบายใจ แต่โดยปกติ mas1 จะไม่บอกเล่าความรู้สึกนี้กับคนอื่น ยกเว้นเวลาที่มีโอกาสเจอพี่ชายในบางครั้ง ก็จะร้องไห้กับพี่ชายบ้าง หรืออาจนั่งคุยกับหมอนข้าง บางทีนั่งเล่นกีตาร์ไปร้องไห้ไปก็มี จากนั้น mas1 ตัดสินใจจัดการกับปัญหานี้โดยบอกว่า “บางทีก็กลั้นใจเดินผ่านไปตรงกลางเลย ประมาณว่าถ้าเค้าจะตีกันยังไงก็ต้องโดนเราแน่ๆครับ สักพักเค้าก็จะออก เหมือนเค้าก็เป็นห่วงลูกเหมือนกันครับ” และนอกจากนี้ยัง mas1 ขอให้แม่เลิกตีแม่เหล้า และให้พ่อเลิกบุหรี่ในวันเกิดของตัวเอง ซึ่งพ่อแม่ก็ค่อยๆเลิก และพอมาถึงวันเกิดของตัวเองอีกปีหนึ่ง ก็เอ่ยปากขอพ่อแม่อีกครั้ง จากนั้นพ่อแม่ก็เลิกเลย ซึ่งทำให้ mas1 รู้สึกดีใจมาก จากนั้นปัญหาที่พ่อแม่ทะเลาะกันก็ลดลง อาจจะมีทะเลาะกันบ้างเล็กน้อยด้วยเรื่องไม่เป็นเรื่อง แต่ไม่มีการลงไม้ลงมือกันอีก

ส่วนเรื่องของการเรียนบอกว่า กังวลเรื่องผลการเรียนไม่ดี จากตอนประถมได้ 3.2 แต่พอมามัธยมเหลือ 2.6 รู้สึกเครียด กลัวเรียนไม่จบ กลัวสอบเข้ามหาวิทยาลัยไม่ได้ mas1 ให้เหตุผลว่าเพราะตนขี้เกียจ ไม่ค่อยทำงานส่ง เนื่องด้วยตอน ม.2 เทอม1 ทำงานส่งครบทุกชิ้นแล้วได้เกรด 1 แต่ตอนเทอม 2 ไม่ได้ทำงานส่งเลย แล้วอาจารย์ให้เกรด 2 จึงไม่อยากทำแล้ว โดยเชื่อว่าทำแล้วได้เกรดน้อยไม่ทำดีกว่า และก็มีเพื่อนเชื่อเช่นนี้มาตลอดจนกระทั่งมารู้ตัวอีกทีก็ ม.6 ซึ่งบอกว่ายากที่จะแก้ไขแล้ว นอกจากนี้ ในช่วงที่จะต้องสอบเข้ามหาวิทยาลัย (สอบที่สวนสุนันทาเลย) mas1 บอกว่าต้องทำงานด้วยตั้งแต่ 6 โมงเย็นถึง 6 โมงเช้า แล้วพอเช้ามาก็ต้องไปสอบจนถึงบ่าย 2 เป็นอย่างนี้อยู่ 2 วัน ไม่ได้นอน 48 ชม.เต็มๆ ก็คิดว่าจะไม่ติด แต่ก็สอบผ่านมาได้ มาเรียนที่นี่

นอกจากนี้ mas1 เล่าถึงประสบการณ์ในการทำงานเป็นพนักงานรักษาความปลอดภัยให้ฟังว่า เคยทำอยู่ที่โรงแรมชื่อดังแห่งหนึ่งในปีที่ผ่านๆ มา เป็นโรงแรมที่มีกษัตริย์ และทูตจากประเทศต่างๆ มาพักเยอะ ดังนั้นการทำงานจึงค่อนข้างรู้สึกกดดัน เพราะถ้าพลาดคือโรงแรมจะเสียชื่อ แต่ก็บอกว่าสามารถผ่านมาได้ รู้สึกสนุก และชอบที่ได้ทำงานนี้ และบอกว่าชอบที่ได้ทำงานเยอะๆ แต่เบื่อและไม่

ชอบ ถ้าต้องนั่งอยู่เฉยๆแล้วได้เงินเดือนมา เพราะรู้สึกเหมือนไปโกงเค้า และเห็นว่าการทำงานเยอะจะได้รับประสบการณ์มากมาย ได้รู้ในสิ่งที่ไม่เคยรู้ รู้สึกภูมิใจ และเห็นคุณค่าของตนเองมากขึ้นที่ได้ทำงานหาเงินส่งตัวเองเรียน ช่วยแบ่งเบาภาระของพ่อแม่ และบอกว่าการทำงานหนักในตอนนั้นก็เพื่ออนาคตข้างหน้า ถ้าเจองานที่หนักอีกก็อาจรู้สึกสบายๆ เพราะเคยเจอที่หนักกว่ามาแล้ว จึงรู้สึกว่าอยากเก็บเกี่ยวประสบการณ์หลายๆอย่างไว้ เพื่อเตรียมตัวสำหรับการทำงานในอนาคตต่อไป

ในการแก้ปัญหาต่างๆโดยทั่วไปนั้น mas1 บอกว่าตนเป็นคนทะเลาะทะเลาะอยู่แล้ว จึงคิดว่าปัญหาทุกอย่างต้องมีทางแก้ไข และจะพยายามหาทางแก้ทุกอย่าง โดยจะประมวลดูว่าเรื่องหนึ่งๆมีทางแก้อย่างไรบ้าง ก็ทาง และผลลัพธ์เป็นอย่างไร และจะเลือกทางที่ดีที่สุด หากมีอุปสรรคเกิดขึ้นก็จะต้องคิดต่อว่าจะจัดการอย่างไร อาจจะต้องปรับเปลี่ยนวิธีการบ้าง ซึ่งผลที่ได้ก็จะต่างกันด้วย แต่ก็ต้องยอมได้อย่างเสียอย่าง mas1 บอกว่าตนมีความคิดที่เป็นผู้ใหญ่กว่าคนอื่นในรุ่นเดียวกันนิดหน่อย เพราะ ตนเคยเป็นประธานนักเรียนมาตอนประถม เป็นกรรมการนักเรียนตอนมัธยม และตอนอยู่มหาวิทยาลัยก็ไปช่วยกองกิจการนักศึกษาด้วย ในกรณีถ้าเจอปัญหาที่คิดว่าหนัก และไม่สามารถแก้ไขเองได้ mas1 บอกว่าจะมีตัวช่วย คือจะขอความช่วยเหลือจากรุ่นพี่ที่เคยทำงานด้วยกัน หรือญาติๆบ้าง เพราะเห็นว่าคนเหล่านี้เป็นคนเก่งน่าจะช่วยเหลือได้ และโดยมากจะปรึกษาเพื่อหาแนวทางแก้ปัญหามากกว่าที่จะพูดระบายแล้วความรู้สึกของตนออกไป นอกจากนี้ ถ้าเกิดมีเรื่องเครียดมากๆก็จะหาทางผ่อนคลายด้วยการไปสังสรรค์กับเพื่อน ไปเดินเล่นสะพานพุทธ โดยบอกว่าการผ่อนคลายนี้เป็นการลืมปัญหาไปสักพัก เพราะถ้าเครียดมากๆจะคิดอะไรไม่ออก หลังจากนั้นจึงค่อยกลับมาคิดต่อว่าจะจัดการกับปัญหาอย่างไรต่อไป

สรุปและข้อสังเกตเพิ่มเติม

จากที่ mas1 กล่าวว่าตนเป็นคนทะเลาะทะเลาะ จะเห็นได้ว่า mas1 เข้าจัดการกับปัญหาในทุกเรื่องด้วยความมั่นใจ และไม่ท้อถอย จะมีแผนการเตรียมไว้สำรองเสมอ จนบางครั้งมีแผนการมากเกินไปไม่รู้ว่าจะเลือกทำอย่างไรดี จึงปรึกษารุ่นพี่ที่มีประสบการณ์มากกว่าในบางครั้ง จากที่กล่าวมา จะเห็นว่า mas1 ให้ความสำคัญกับการทำงาน และการได้เรียนรู้ประสบการณ์เป็นอย่างมาก เนื่องจากเห็นว่าในอนาคตถ้าเจอเรื่องที่หนักจะได้รู้สึกสบาย เพราะได้ผ่านเรื่องที่หนักกว่ามาแล้ว และจากการที่ mas1 ทำงานหาเงินเพื่อส่งตัวเองเรียนนั้น ทำให้ mas1 รู้สึกภูมิใจและเห็นคุณค่าของตนเองมากขึ้น

สรุปบทสัมภาษณ์ประสบการณ์การเผชิญและจัดการกับปัญหาของนักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นชายรายที่ 2: mas2

เพศ: ชาย สถานศึกษา: มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา คณะ: ครุศาสตร์ ปี 2

เริ่มแรกนั้น mas2 บอกว่าปัญหาเกิดจากตนเองเป็นต้นเหตุ โดยได้เล่าถึงประสบการณ์ในช่วงวัยรุ่นให้ฟังว่า ตอนเป็นวัยรุ่นจะเกเรมาก ออกไปเที่ยวตอนกลางคืนกับเพื่อนเป็นวัยรุ่นกวนเมือง กลับบ้านดึกๆตื่นๆ จนพ่อแม่ดุๆ และเข้มงวดกับตนเองมากขึ้น จากนั้นเมื่อรู้สึกว่าคุณบังคับมากขึ้นจึงทำตัวออกนอกกฎมากกว่าเดิม ถ้าออกนอกบ้านพ่อแม่ไม่ให้เงิน ก็ต้องไปยืมเงินเพื่อน หรือทำอะไรที่ไม่ดีเพื่อแลกกับเงินที่ต้องเอามาใช้เอง อะไรที่คิดว่าน่ากลัวตรงนั้นมันเป็นเรื่องที่ไม่น่ากลัว ไปโรงพักไปเจออะไรหลุด ก็ไปขโมยมาขาย เป็นต้น และก็เป็นอย่างนี้เรื่อยๆ จนกระทั่งมาช่วงหนึ่งรู้สึกกลัว เห็นเพื่อนโดนจับเยอะ เลยนึกถึงตัวเองว่าถ้าโดนจับ พ่อแม่ก็ต้องเสียใจแน่ๆ และบอกว่าถ้าตนเองโดนจับที่บ้านก็ไม่เหลือใคร เพราะน้องชายก็ดูท่าจะไม่เรียนแล้ว ดังนั้น ญาติพี่น้องจึงฝากความหวังไว้ที่ตนคนเดียว จึงต้องทำตรงนี้ให้ดี นอกจากนี้ระยะหลัง ตอน ม.6 ยังเห็นพ่อแม่ทำงานหนักขึ้น แม่ดูซบลงไป ดูแก่ลง รู้สึกสงสารพ่อแม่ จึงมาคิดได้ว่าถ้ายังทำตัวอย่างนี้อยู่ พอถึงมหาวิทยาลัยคงไม่รอดแน่ ดังนั้นจึงต้องเปลี่ยนแปลงตัวเอง ถ้าไม่เปลี่ยนแปลงตัวเอง พอเรียนมหาวิทยาลัยก็ไม่ได้ทำอะไรอยู่

หลังจากที่คิดได้แล้วจึงเริ่มวางแผนว่าจะออกห่างจากเพื่อนกลุ่มเดิม เพราะบอกว่าถ้าเลิกเลยคงไม่ได้ ก็เริ่มไม่ไปบ้านเพื่อน พอไม่ไปบ่อยเข้าเพื่อนก็มาตามที่บ้าน ก็บอกว่าไปอยู่กรุงเทพ ไปเรียนอยู่กรุงเทพ เดียวไปหาแล้วกัน เป็นการแก้ปัญหาคือจะพูดปลอบใจเค้า ไม่ใช่ตัดความสัมพันธ์ไปเลย จะได้ไม่แตกกัน จากนั้นก็เริ่มสนใจเรียนหนังสือมากขึ้น พยายามปรับตัว พอมารเรียนที่กรุงเทพก็ทำทุกอย่างที่ช่วยแบ่งเบาภาระทางบ้าน โดยตอนแรกก็ไปอยู่บ้านญาติก่อน ยอมตื่นเช้าหน่อย จากนั้นก็หาเงินทำและก็ออกมาอยู่หอพัก ใช้เงินเที่ยวให้น้อยลง รู้ค่าของเงินมากขึ้น และคิดว่าถ้าเรียนจบก็จะไปทำงานแถวบ้าน โดยบอกว่า "จุดสูงสุดในชีวิตคือ การปลูกบ้านให้พ่อแม่สักหลังหนึ่ง"

ตอนนี้ mas2 ทำงานทั้งตอนเปิดเทอม ช่วงหลังเลิกเรียน และปิดเทอมก็ไปเล่นเครื่องแถวบ้าน (mas2 เรียนเอกดนตรี) และร้องเพลง เป็นกหารหารายได้ ซึ่งบอกว่าได้ประสบการณ์หลายอย่างจากการทำงาน ได้ทำในสิ่งที่ไม่รู้มาก่อน ได้เจอปัญหาหลายอย่าง ทำให้แก้ปัญหาได้ดีขึ้น ส่วนการเล่นเครื่องก็เหมือนได้ฝึกซ้อมไปในตัว แต่ mas2 ยังมีความกังวลว่าจะสามารถบรรลุถึงเป้าหมายได้ช้า (ปลูกบ้านให้พ่อแม่) เพราะ บอกว่าอยากเรียนต่อโทด้วย และทำงานไปด้วย แต่เงินเดือนก็น้อย อาจจะต้องใช้เวลานานหน่อย แต่ก็บอกว่าไม่น่าจะมีปัญหาอะไร เพราะตอนนี้ตลาดน้ำกำลังบูม ก็จะไปขายผัก และพ่อแม่ก็ไปขายของที่นั่นด้วย น่าจะมีรายได้เพิ่มขึ้นจำนวนหนึ่ง

ส่วนเรื่องของการเรียน mas2 บอกว่าช่วงนี้ไม่มีปัญหาอะไร เพราะได้เกรดประมาณ 3.98 แต่บอกว่าตอนนี้ลดลงแล้ว เพราะวิชาภาษาอังกฤษเป็นตัวจุดเกรด แต่ก็พยายามเรียนให้ทัน แล้วก็สนใจให้มากขึ้น ถ้าเกิดไม่รู้เรื่องอะไรก็จะถามอาจารย์ ก็จะช่วยได้เยอะ และบอกว่าบางทีถ้าเกรดเราไม่ดี แต่อาจารย์อาจจะเห็นว่า เเขอคนนี้สนใจงานดี เค้าอาจจะช่วยจุดเกรดเราขึ้นก็ได้

ในการแก้ปัญหา นั้น mas2 กล่าวว่า ส่วนใหญ่จะแก้ปัญหาด้วยตนเอง ไม่ค่อยได้ปรึกษาใคร แต่ถ้ามีปัญหาใหญ่จริงๆจะปรึกษาแม่ก่อน เพราะแม่จะช่วยตัดสินใจ แต่ถ้าเป็นอะไรที่เล็กน้อยที่ตัวเองแก้ไม่ได้ก็จะปรึกษาเพื่อน และยังบอกอีกว่าโดยมากไม่ค่อยมีเรื่องอะไรให้เครียด จะเป็นคนนึงๆ อารมณ์ดี ส่วนมากเพื่อนจะโทรมาคุยเล่นบ่อย แต่ถ้ามีอารมณ์ไหนที่เปื้อนๆก็จะซ้อมดนตรี หรือไม่ก็ร้องเพลงเล่น นอกจากนี้ถ้าเบื่อมากๆก็อาจจะไปตกกุง ตกปลาจะทำให้ใจเย็นขึ้น และกล่าวเพิ่มเติมว่าการตกกุงฝึกให้คนใจเย็น เพราะต้องนั่งเฝ้าจ้องกับมัน เดียวนี้ถ้าไปตกกุงก็จะเอาหนังสือไปอ่านด้วยไม่หลับ อย่างถ้าแก้ปัญหาก็ก็นั่งตกกุงได้เลย นั่งเพลิน คิดไปถึงเรื่องต่างๆได้ คิดอะไรไม่สับสน

สรุปและข้อสังเกตเพิ่มเติม

จากบทสัมภาษณ์ของ mas2 จะเห็นว่า mas2 เป็นผู้ซึ่งผ่านประสบการณ์ในชีวิตมามากมาย ทั้งเรื่องที่ดี และเรื่องไม่ดี ซึ่งพบว่า mas2 ไม่ได้คิดถึงอนาคตของตน และไม่ได้คำนึงถึงบุคคลรอบข้าง ในขณะที่ทำตัวไม่ดี แต่เมื่อถึงจุดหนึ่งที่ mas2 คิดถึงอนาคตของตนเอง และคำนึงถึงพ่อแม่ ว่าพ่อแม่ต้องทำงานหนักเพื่อตน ก็ทำให้ mas2 สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเองไปในทางที่ดีได้ โดย mas2 ทำทุกวิถีทางที่จะช่วยแบ่งเบาภาระทางบ้าน พยายามตั้งใจเรียนให้มากขึ้น คิดถึงอนาคตของตนเอง และคิดจะปลูกบ้านให้พ่อแม่สักหลังเป็นจุดสูงสุดของชีวิต และสิ่งสำคัญคือ หลังจากที่ mas2 วางแผนอนาคตไว้แล้ว ก็พยายามสร้าง และดำรงไว้ซึ่งแนวทางที่จะไปถึงเป้าหมาย โดยไม่ย่อท้อ

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สรุปบทสัมภาษณ์ประสบการณ์การเผชิญและจัดการกับปัญหาของนักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นชายรายที่ 3: mas3

เพศ: ชาย สถานศึกษา: มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา คณะ: มนุษยศาสตร์ ปี 1

เมื่อกล่าวถึงปัญหา mas3 นึกถึงเรื่องครอบครัว และเรื่องการเรียนรู้ โดยเรื่องครอบครัวนั้น mas3 กล่าวว่า เนื่องจากพ่อเพิ่งเสียชีวิต ตอนนี้แม่จึงต้องทำงานส่งลูกเรียนอยู่คนเดียว ที่บ้านทำอะไร ทำสวน เรื่องนี้เป็นเรื่องที่ทำให้ mas3 เครียดมาก เนื่องจากสงสารแม่ เห็นแม่เหนื่อย และเหงา แม่ต้องอยู่คนเดียว เพราะลูกๆไปเรียนกันคนละที่หมด โดยปกติ mas3 จะคุยเรื่องนี้กับพี่ๆน้องๆ โดยเฉพาะพี่สาว จะปรึกษาว่า ใครจะออกจากโรงเรียนแล้วไปอยู่เป็นเพื่อนแม่ ช่วยแม่ทำงาน โดยส่วนตัวของ mas3 เองก็อยากไปช่วยแม่ทำงาน แต่ในขณะที่เดียวกันก็อยากเรียนเพื่อที่จะได้มีอนาคตเช่นกัน จะได้ไม่ต้องลำบาก อยากให้ที่บ้านสบาย ดังนั้น ปัญหานี้จึงเป็นปัญหาที่ mas3 คิดมาก และหนักใจมากที่สุด แต่สุดท้ายเมื่อแม่บอกว่า ให้ตั้งใจเรียน รีบเรียนเร็วๆ จบมาอะไรก็ได้ช่วยกันทำงาน ก็ทำให้ mas3 สบายใจขึ้น และตอนนี้ยายก็มาอยู่เป็นเพื่อนแม่ด้วย ดังนั้น mas3 จึงพยายามตั้งใจเรียนอย่างเต็มที่ เพื่อที่จะได้กลับไปช่วยงานแม่ โดยคิดว่า ถ้าพี่น้องไม่ได้ช่วยส่งเสียเลี้ยงดูแม่ อย่างน้อยที่สุดตนเองก็จะเลี้ยงดูแม่ได้ ส่งเงินให้แม่ อยากให้ทุกคนในบ้านสบาย และคิดถึงอนาคตของตัวเองเสมอ

ส่วนเรื่องการเรียนรู้นั้น mas3 กล่าวว่า ตนเป็นคนหัวไม่ค่อยดี แต่ก็ตั้งใจ พยายามทำให้ดีที่สุด และอีกอย่างตนเรียน ปวช. มา เมื่อมาเรียนที่นี่ก็หนักเหมือนกัน เรียนตามเพื่อนไม่ทัน ไม่ค่อยรู้เรื่อง และพอมาเจอข้อสอบที่ใช้เขียนก็ทำไม่ได้เลย พอคะแนนสอบออกมาก็รู้สึกกดดันมาก เพราะคะแนนต่ำกว่าเพื่อนในกลุ่ม แต่ mas3 บอกว่า โชคดีมากที่ได้มาเจอเพื่อนดี คอยช่วยเหลือตลอด ให้กำลังใจ คอยบอก คอยสอนตลอด เช่น เพื่อนจะแนะนำว่าให้อ่านหนังสือ ทบทวนอย่างไร พอกลับไปก็จะไปอ่าน จากปกติที่ไม่เคยอ่าน จะลองเขียนทุกอย่าง ตั้งใจยังไงก็ต้องบังคับตัวเองให้ได้ ทำตารางไว้เลยว่าอย่างน้อยก็ต้องดูวันละครึ่งชั่วโมง ต้องดูให้ผ่าน ให้ติด อยากอ่านหนังสือเก่งก็ต้องบังคับตัวเอง แล้วสุดท้ายก็ทำได้ บังคับตัวเองให้อ่าน ให้เขียน ลองสรุปทุกอย่าง จนปัจจุบันสามารถทำอะไรเองได้หมด ทำเป็นทุกอย่าง ถ้าเครียด ไม่เข้าใจก็จะโทรไปคุยกับเพื่อนสนุกลงาน แล้วก็ถามว่าทำยังไง เพื่อก็จะบอกมาทั้งหมด ซึ่งถือว่าดีมาก และยังบอกต่อว่า นี่ถ้าไม่ได้มาเจอเพื่อนดีขนาดนี้ ก็อาจจะโดนโทษแล้วก็ได้ ส่วนในการทำงานส่งอาจารย์นั้น ถ้า mas3 ทำงานแล้วเครียด ก็จะพยายามทำงานให้เสร็จไปก่อน จากนั้นค่อยผ่อนคลายโดยการไปกินข้าวกับเพื่อน ไปสังสรรค์กันในกลุ่มเพื่อน คุย เล่นกัน แต่เน้นว่า จะต้องทำงานเสร็จก่อน เพราะหากงานยังไม่เสร็จก็ไม่มีอารมณ์ไปเที่ยว นอกจากนี้ในเรื่องการเรียนนั้น mas3 กล่าวว่า เนื่องจากมีแฟนทำให้รบกวนเรื่องการเรียนรู้ โดยในช่วงแรกๆเป็นปัญหามาก แต่

ตอนนี้ดีขึ้นแล้ว เนื่องจาก mas3 บอกไปเลยว่า ถ้ามาเรียนก็จะไม่รับโทรศัพท์นะ เพื่อเป็นการตัดปัญหา จะได้ไม่ต้องมาทะเลาะกันให้เป็นกังวล ให้เกิดความไม่สบายใจ

ส่วนในการแก้ปัญหาที่นั่น ส่วนมาก mas3 บอกว่าถ้าไม่สามารถจัดการกับปัญหาเองได้ ก็จะไปคิดว่าจะไปปรึกษาใครดี ซึ่งโดยมากจะไปปรึกษาคนที่คิดว่าจะช่วยได้ แต่ถ้าปรึกษาแล้วเค้าช่วยอะไรไม่ได้ก็จะมานั่งเงยบๆคนเดียว มาคิดหาสาเหตุของปัญหา หาว่าปัญหาคืออะไร แล้วจะแก้ยังไง จะหาต้นเหตุก่อน แล้วค่อยแก้ จะไปนั่งเงยบๆ แล้วก็ตัดอารมณ์โมโห อารมณ์หงุดหงิด หรือว่าเราจะทำงานเสร็จมั้ยออกไปก่อนเลย แล้วก็มาแก้ที่ต้นเหตุ พอแก้เสร็จก็คิดว่างาน หรือปัญหาทุกอย่างมันคลี่คลายดี แต่ถ้าทำเต็มที่แล้วแก้ไม่ได้ส่วนมากก็จะไม่ทำอะไรเลย ก็จะเฉยๆไปเลย นอกจากนี้ mas3 ยังกล่าวถึงความผิดพลาดที่เคยเกิดขึ้นในอดีตในเรื่องต่างๆว่า ตนไม่รู้สึกเสียใจ หรือเสียตายใดๆทั้งสิ้นในสิ่งที่เคยพลาดมาไม่ว่าจะเป็นเงิน เวลา หรือสิ่งอื่นๆ เพราะจะเก็บสิ่งต่างๆเป็นบทเรียน อย่างน้อยเคยพลาดมาแล้ว ครั้งหน้าก็จะมีอีก เงินแค่นี้ทำให้รู้ไปตลอดชีวิต ก็โอเค ครั้งนี้หลอกเราได้ แต่ครั้งหน้าก็จะมีอีกแล้ว จะพยายามจำทุกอย่างไว้เป็นบทเรียน

สรุปและข้อสังเกตเพิ่มเติม

ปัญหาที่ mas3 ประสบในตอนนี้มีเรื่องครอบครัวและเรื่องการเรียน เนื่องจากพ่อเพิ่งเสียชีวิต แม่ต้องอยู่คนเดียว mas3 จึงต้องตัดสินใจว่าจะทำอย่างไรดีระหว่างออกจากโรงเรียนไปอยู่เป็นเพื่อนแม่ หรือว่าเรียนต่อไป ซึ่งในเรื่องนี้โดยมาก mas3 จะปรึกษาหาทางออก พูดคุยกับพี่สาว แต่เมื่อได้คำตอบจากแม่ว่าให้ตั้งใจเรียน mas3 ก็สบายใจขึ้น และพยายามตั้งใจเรียนอย่างเต็มที่ เพื่อจะได้ไปช่วยแม่ทำงาน โดย mas3 คำนึงถึงขนาดของตนเอง และครอบครัวเป็นหลัก อยากให้ครอบครัวแม่พี่น้องสบาย ไม่อยากให้ลำบาก จึงทำให้ mas3 มีความมุ่งมั่นที่จะเรียนให้สำเร็จ และถึงแม้เรื่องเรียนจะเป็นปัญหาหนักสำหรับ mas3 แต่เนื่องจากมีเพื่อนคอยช่วยเหลือในทุกๆอย่าง ประกอบกับความตั้งใจพยายามของ mas3 เองจึงทำให้สามารถทำอะไรเองเป็นหมด และสามารถผ่านปัญหาต่างๆไปได้ นอกจากนี้ mas3 ยังเห็นคุณค่าของประสบการณ์ ความผิดพลาดต่างๆที่เคยเกิดขึ้นกับตน โดยกล่าวว่า ทุกสิ่งที่เคยผิดพลาดมาก็เป็นเหมือนบทเรียนที่จะคอยย้ำเตือนว่า ครั้งหน้าจะไม่ทำอีก จะไม่เสียใจหรือเสียใจในสิ่งที่เกิดขึ้นแม้แต่น้อย ซึ่งถือเป็นความเติบโตที่ได้จากการเรียนรู้ประสบการณ์ของ mas3

สรุปบทสัมภาษณ์ประสบการณ์การเผชิญและจัดการกับปัญหาของนักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นชายรายที่ 4: mas4

เพศ: ชาย สถานศึกษา: มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา คณะ: ครุศาสตร์ ปี 3

ปัญหาหลักในตอนนั้นของ mas4 คือปัญหาเรื่องการเรียน กลัวเรียนไม่ทันเพื่อน ซึ่ง mas4 บอกว่าตนขาดเรียนบ่อยตอนอยู่ปี 2 เนื่องจากไปเที่ยวเกือบทุกคืนกับเพื่อนที่เอนกอื่น แล้วตอนเช้าก็ตื่นมาเรียนไม่ไหว ซึ่งเพื่อนที่เรียนเอนกเดียวกันก็โทรมาตาม แต่ก็ตื่นไม่ไหว จึงขาดเรียนบ่อย เดือนแรกขาดเรียนเกือบทุกวัน แต่ก็มาตั้งตัวได้ตอนประมาณเดือนที่สอง เพราะ เพื่อนโทรมาบอกว่ามีงานหลายอย่าง ซึ่งตนไม่รู้เรื่อง จึงต้องมาเรียน นอกจากนี้ที่ mas4 สามารถเลิกไปเที่ยวได้ เพราะ นึกถึงพ่อแม่ว่า ท่านหาเงินมาให้ แล้วตนไม่ไปเรียน ถ้าท่านรู้ก็คงเสียใจมาก จึงได้กลับตัวมาเรียน และก็พยายามเรียนให้ทันเพื่อน ตั้งใจเรียนมากขึ้น ถ้ามีตรงไหนที่ไม่เข้าใจ พอลกลับมาบ้านก็จะทบทวนให้เข้าใจ และบางครั้งก็อาจถามเพื่อนที่เข้าใจมากกว่าตน หรือถามอาจารย์ ซึ่งก็สามารถช่วยได้มาก

สำหรับการทำงานนั้น mas4 เล่าว่าตนเคยทำงานพิเศษตอนอยู่ปี 2 เป็นพนักงานขายของบริษัทแห่งหนึ่งซึ่งต้องเดินไปเสนอขายสินค้าตามบ้าน แต่ก็ทำได้แค่หนึ่งอาทิตย์ เนื่องจากทางบริษัทได้ยกเลิกโครงการไป แต่ถึงระยะเวลาที่ได้ทำงานจะสั้นแต่ mas4 เล่าว่าได้ประสบการณ์ระดับหนึ่งจากการทำงานนี้ เพราะ ต้องใช้ความอดทนเป็นอย่างมาก ทั้งทนแดดร้อน และยังต้องทนฟังเสียงด่าของผู้คน ซึ่งตนจะไปต่อว่าเค้าก็ไม่ได้ เพราะ จะทำให้โดนหักคะแนน ในตอนแรก mas4 ก็คิดว่าจะเลิกแล้วไม่ทำแล้ว แต่พี่ๆที่ทำงานอยู่ด้วยกันก็บอกว่าวันแรกก็อย่างนี้แหละ จากนั้นพอวันที่ 2 mas4 ก็เริ่มคุ้นเคยกับงานมากขึ้น เริ่มปรับตัวได้ และในช่วงที่ไปสัมภาษณ์นี้ mas4 ก็กำลังหางานทำในช่วงปิดเทอมอยู่ด้วย แต่บอกว่าต้องเคลียร์งานเรื่องเรียนให้เสร็จก่อน การที่ mas4 ไปหางานทำนั้น mas4 ให้เหตุผลว่าเป็นการหาเงินเอาไว้ใช้ส่วนตัว อย่างเช่น ถ้าอยากได้เสื้อผ้าอะไรก็ได้ซื้อเอง ไม่ต้องรบกวนเงินของพ่อแม่ นอกจากนี้ mas4 ยังเล่าถึงประสบการณ์ในวัยเด็กว่าตนมีโรคประจำตัวเยอะ กลัวว่าโตมาแล้วจะมีปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพ ซึ่งตอนนั้นตนเป็นโรคเกี่ยวกับกระดูก และค่าใช้จ่ายที่ใช้ก็สูงมากจนพ่อแม่บอกว่าไม่รู้จะรับไหวหรือเปล่า แต่พ่อแม่ก็บอกให้ออกกำลังกาย ซึ่งตนก็ทำตามคำแนะนำโดยเล่นทุกอย่างที่เป็นการออกกำลังกาย เล่นฟุตบอล วิ่ง และแม่ก็ซื้อนมให้ดื่มเป็นประจำ จากนั้นร่างกายก็แข็งแรงขึ้น ดีขึ้นเรื่อยๆ จนปัจจุบันนี้ก็หายแล้ว

ในการแก้ปัญหาโดยมาก mas4 จะแก้ปัญหาด้วยตนเองก่อน หากว่าปัญหานั้นเป็นปัญหาที่ตนสามารถจัดการได้ โดยจะพิจารณาว่าปัญหาเกิดจากอะไร จากนั้นก็ค่อยๆคิดค่อยๆแก้ไป แต่ถ้าปัญหานั้นมันหนักหนามากจนแก้เองไม่ได้ก็จะบอกพ่อแม่ จะปรึกษาพ่อแม่ ซึ่งโดยมากจะปรึกษาขอความคิดเห็นหรือคำแนะนำจากพ่อแม่ จะไม่ค่อยบ่น หรือระบายความรู้สึกออกมา โดยบอกว่าจะเก็บ

ไว้คนเดียว นอกจากนี้ หากเกิดความเครียดขึ้น mas4 จะหากิจกรรมทำ เช่น เล่นกีตาร์ หรือเล่นเกมส์ โดยกล่าวเพิ่มเติมว่า ในเวลาที่ตนเครียดบางครั้งอาจหน้ามืดจนทำลายข้าวของ หรือทำร้ายตัวเอง ซึ่งมันไม่ดี ก็เลยพยายามควบคุมตัวเองให้มากขึ้น และจะหีบกีตาร์มาเล่นให้ใจเย็นขึ้น นอกจากนี้ mas4 ยังหาทางผ่อนคลายโดยการไปเดินเล่นกับเพื่อนอีกด้วย

สรุปและข้อสังเกตเพิ่มเติม

ปัญหาที่ mas4 พบคือ เรื่องการเรียน ซึ่งเกิดจากตนขาดเรียนบ่อย แต่หลังจากเวลาผ่านไปได้หนึ่งเดือน mas4 ก็เริ่มคิดได้ เนื่องจากเพื่อนโทรมาบอกเรื่องงาน และตนไม่รู้เรื่องเลย ประกอบกับตนคำนึงถึงพ่อแม่ว่าท่านส่งเสียเงินมาให้เรียน แต่กลับไม่เรียนก็กลัวว่าท่านจะเสียใจ จึงได้พยายามตั้งใจเรียนให้มากขึ้น หากไม่เข้าใจสิ่งไหน ก็กลับไปทบทวนด้วยตัวเอง และอาจปรึกษาเพื่อนหรืออาจารย์บ้างจนตนสามารถเข้าใจมากขึ้น นอกจากนี้ในการแก้ปัญหา mas4 บอกว่า โดยมากจะจัดการปัญหากับปัญหาด้วยตนเอง โดยพิจารณาหาสาเหตุของปัญหาและค่อยๆ แก้ไป และหากปัญหาใดหนักเกินกว่าที่ตนจะจัดการเองได้ ก็จะปรึกษาพ่อแม่เพื่อหาทางออก จะไม่คอยบ่น หรือระบายความรู้สึกของตนออกมา ส่วนประสบการณ์จากที่เคยทำงานมานั้น ก็สอนให้ตนรู้จักอดทนในหลายๆ เรื่อง

สรุปบทสัมภาษณ์ประสบการณ์การเผชิญและจัดการกับปัญหาของนักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นชายรายที่ 5: mas5

เพศ: ชาย สถานศึกษา: มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา คณะ: รัฐประศาสนศาสตร์ ปี 1

ปัญหาของ mas5 ส่วนใหญ่นั้นจะเป็นปัญหาในครอบครัว ซึ่งปัจจุบัน mas5 อาศัยอยู่กับพ่อและน้องชาย ส่วนแม่ไปทำงานอยู่ต่างจังหวัดได้เกือบ 10 ปีแล้ว นานๆทีถึงจะกลับมา และปัญหาที่พบบ่อยก็คือ ปัญหาที่น้องชายทะเลาะกับแฟน และน้องชายก็แก้ไข จัดการเองไม่ได้ จึงต้องให้ครอบครัวช่วยเหลือ โดยตนเป็นคนคอยช่วยเหลือ mas4 บอกว่าจริงๆก็ไม่ใช่เรื่องของตน แต่ด้วยความที่เป็นน้องชายก็ต้องไปช่วยแก้ไข เพราะพ่อทำงานก็มีเรื่องต้องคิดมากอยู่แล้ว จึงไม่อยากให้พ่อต้องมาคิดมากเรื่องอื่นๆอีก และบางทีพ่อก็คิดไม่ออกด้วยว่าจะแก้อย่างไร ซึ่งปัญหาที่เกิดขึ้นนี้ไม่ได้เกิดแค่ครั้งเดียว แต่เกิดขึ้นหลายครั้งแล้ว ซึ่งผู้ใหญ่ก็ต้องมาเดือดร้อนด้วย เช่น บางทีน้องทะเลาะกับแฟน คู่กันไม่รู้เรื่อง ก็ร้องไห้อยู่ดีดีจะฆ่าตัวตาย ไปกระโดดน้ำ บางทีลงไปโคลง โคลนเต็มตัว เดินแทบจะไม่ไหวก็ต้องไปลากขึ้นมา เป็นต้น นอกจากนี้ ตอนน้องอายุประมาณ 14 ปียังเป็นโรคอีสุกอีใสขึ้นสมอง ต้องไปนอนรักษาอยู่ที่โรงพยาบาล หลังจากนั้นพอลกลับมาบ้านแล้วก็ต้องคอยดูแลกันอย่างใกล้ชิด เพราะ บางทีก็จะมีอาการแปลกๆ เช่น ละเมอจะออกไปเล่นเกมส์ตอนกลางคืน เป็นต้น ดังนั้น ช่วงนั้นก็ไม่ได้คอยได้นอน เพราะต้องคอยเฝ้าน้อง

นอกจากนี้ยังมีปัญหาเรื่องการเงิน จึงต้องออกจากมหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่งเมื่อปีที่แล้ว และมาเรียนต่อที่นี่ และตอนนี้ก็กำลังหางานทำตอนช่วงปิดเทอมอยู่ด้วย เพราะต้องหาเงินเก็บเอาไว้เพื่อต้องส่งตัวเองเรียน เพราะถ้าเกิดพ่อออกจากงานแล้ว เกิดอยู่ดีๆเจ้านายเค้าไล่ออก ก็จะมีขาดรายได้ไป นอกจากนี้ตอนจบ ม.6 ก็เคยทำงานมาแล้วครั้งหนึ่ง ทำที่โรงงาน แต่ทำได้แค่ 2 อาทิตย์ก็ต้องออก เพราะต้องมาหาที่เรียน โดยตอนนั้นที่ทำงานเพราะอยากหาเงินเอาไว้ไปเที่ยวบ้าง หลังจากจบ ม.6 แล้วก็อยากไปเที่ยวเพื่อผ่อนคลาย ไปเที่ยวต่างจังหวัด เที่ยวทะเลบ้าง เป็นต้น แต่ถึงแม้จะทำงานเพียง 2 อาทิตย์แต่ก็ทำให้ mas5 ได้ประสบการณ์ในการทำงาน การเป็นลูกน้องเค้าต้องทำงานหนัก ซึ่ง mas5 คิดว่าอนาคตถ้าได้เป็นนายจะได้เข้าใจว่าลูกน้องเค้าเป็นอย่างไรกันบ้าง คือ ก่อนที่จะเป็นนายก็ต้องรู้ว่าลูกน้องเค้าชอบไม่ชอบอะไร

การแก้ปัญหาโดยมากถ้าเจอปัญหา mas5 จะไม่ปล่อยไว้ คือถ้ามีปัญหาก็ต้องแก้ แก้เพื่อให้มีประสบการณ์ในการแก้ปัญหาอีกขั้นหนึ่งในอนาคต จะได้เรียนรู้ว่าครั้งนี้เรียนรู้แล้วครั้งหน้าก็อาจจะเบา ปัญหาอาจจะหนักแต่เนื่องด้วยเรามีประสบการณ์แล้ว ก็อาจจะแก้ปัญหาได้โดยที่ไม่ลำบาก และโดยมากจะแก้ปัญหาด้วยตัวเอง ส่วนมากไม่ค่อยได้ปรึกษาใคร แต่ก็มีบ้างที่ปรึกษา ก็จะถามเพื่อน ซึ่งส่วนมากจะสามารถแก้ไขได้ด้วยดี ส่วนมากจะสำเร็จ มีน้อยเรื่องที่จะไม่สำเร็จ และหากต้องเจอปัญหา

ในอนาคต mas5 ก็มั่นใจว่าจะสามารถแก้ไขได้ โดยบอกด้วยว่า ปัญหาที่เกิดขึ้นในอนาคตก็น่าจะเป็นปัญหาที่ใหญ่ เพราะเราก็ต้อขึ้น ปัญหาที่ใหญ่ขึ้นตาม และหากเกิดความเครียดขึ้น mas5 จะหาทางผ่อนคลายด้วยการไปวิ่งออกกำลังกายแถวบ้าน วันละ 5-10 กิโลเมตร หรือบางทีก็คุยโทรศัพท์กับเพื่อน หรือไม่ก็แฟน แต่ตอนนี้เลิกกันไปแล้ว คุยโทรศัพท์ก็หายเครียดไปบ้าง ก็ดีไปอีกแบบ

สรุปและข้อสังเกตเพิ่มเติม

ปัญหาของ mas5 โดยมากเป็นเรื่องภายในครอบครัวที่ mas5 ต้องดูแลน้อง โดยน้องจะมีปัญหามาให้แก้หลายอย่าง โดยมากจะเป็นเรื่องพี่น้องทะเลาะกับแฟน นอกจากนี้ ยังพบปัญหาการเงินบ้าง ซึ่ง mas5 ก็กำลังหางานทำในช่วงปิดเทอมอยู่ โดยหวังว่าจะนำเงินเก็บไว้ใช้เป็นค่าเรียน ในกรณีที่พอต้องออกจากงาน ก็จะได้มีเงินเก็บไว้ใช้ ส่วนในการแก้ปัญหาหนี้ โดยมาก mas5 จะแก้ปัญหาด้วยตนเอง ไม่ค่อยปรึกษาใครมากนัก และมีความเชื่อมั่นว่าตนสามารถแก้ปัญหาที่อาจจะเกิดขึ้นในอนาคตได้ โดยถ้าเกิดปัญหา mas5 จะไม่ปล่อยให้ปัญหาผ่านไป จะต้องเข้าไปจัดการกับปัญหานั้น mas5 มองว่าการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นต่างๆ ก็เพื่อจะได้มีประสบการณ์ในการแก้ปัญหาเพิ่มมากขึ้น เพื่อจะได้เอาไว้ใช้ในอนาคต

สรุปบทสัมภาษณ์ประสบการณ์การเผชิญและจัดการกับปัญหาของนักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นหญิงรายที่ 1: fem1

เพศ: หญิง สถานศึกษา: มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา คณะ: ครุศาสตร์ ปี 3

fem1 กล่าวว่า ปัญหาที่ตนพบก็คือ เรียนวิชาเขียนโปรแกรมไม่ค่อยรู้เรื่อง โดยบอกว่าตอนแรกก็เจอนี้ท้อเลย เพราะ เห็นว่าเพื่อนบางคนมีพื้นฐานมาอยู่แล้ว ส่วนตนไม่เคยเจอ เหมือนเป็นสิ่งใหม่ ดังนั้นจึงกังวลว่าจะทำได้หรือไม่ แต่ก็บอกว่าที่ตนเลือกเรียนคอมฯนี้เพราะชอบ สนใจอยากรู้ว่าเรียนเกี่ยวกับอะไร นอกจากใช้พิมพ์งานแล้วยังทำอะไรได้อีก แต่เมื่อมาเจอวิชาเขียนโปรแกรมซึ่งตนไม่ค่อยรู้เรื่องจึงเกิดความรู้สึกท้อ และนอกจากนี้ยังเห็นว่าวิชานี้เป็นสิ่งที่ไกลตัว คิดว่าไม่ได้นำไปใช้จริง เพราะถ้าไปสอนก็สอนแค่โปรแกรมสำเร็จรูป ไม่ได้สอนเขียนโปรแกรมแบบนี้ ดังนั้น สำหรับวิชานี้ที่ fem1 เห็นว่าเป็นเรื่องไกลตัว ไม่มีประโยชน์สำหรับตน fem1 จึงให้ความสนใจวิชานี้ไม่มากนัก โดยบอกว่า “ถ้าช่วงแรกที่อาจารย์ให้ทำงานส่งก็จะทำได้ แต่ถ้าหลังๆมาอาจารย์เริ่มสอนเร็วแล้วตามไม่ทัน ก็จะเริ่มไม่อยากทำแล้ว เบื่อ” แต่สำหรับการเรียนโดยรวมทุกวิชา fem1 บอกว่า ก็ต้องตั้งใจเรียน fem1 จะทยอยอ่านหนังสือที่ละนิดตั้งแต่ช่วงแรกๆ แต่พอระยะหลังมีงานเยอะก็จะไม่ได้อ่านแล้ว ไปอ่านอีกทีก็ช่วงสอบเลย

นอกจากปัญหาเกี่ยวกับวิชาที่เรียนแล้ว เนื่องจาก fem1 ลงเรียนที่ม.รามคำแหง ไว้ด้วย และต้องทำงานพิเศษด้วย fem1 จึงมีการจัดการวางแผนเวลาโดยกล่าวว่า ตอนนี้อยู่ปี 3 งานค่อนข้างเยอะ จึงต้องรีบที่ม.ราม ไว้ก่อน เพราะที่นั่นเรียนเมื่อไหร่ก็ได้ แต่ที่นี่เค้าบังคับ และที่รามก็เหลืออีกไม่กี่ตัวแล้วก็ฝึกงาน ต้องทำที่นี่ให้ดีก่อน ส่วนการทำงานนั้น fem1 ไปช่วยนำทำงานในตอนเย็นที่โรงพยาบาลแห่งหนึ่งี่สร้างใหม่ คือไปสแกนของ แต่เนื่องจากต้องทำงานตอน 2 ทุ่มถึง เที่ยงคืน ดังนั้น fem1 จึงเลือกไปทำงานในวันที่ไม่มีเรียนวิชาตอนเช้าในวันถัดไปจะได้นอนตื่นสายหน่อย แล้วค่อยไปเรียนตอนบ่าย นอกจากนี้ fem1 กล่าวว่า เมื่อก่อนเคยสอบได้ที่ ม.สารคาม มาก่อน โดยเรียนนาฏศิลป์ แต่พอเรียนไปได้หนึ่งเทอมแล้วรู้สึกที่ไม่ใช่ จึงออกไปลงเรียนจิตวิทยาที่ม.ราม จากนั้นเห็นว่าคอมฯน่าสนใจตัวเองก็ชอบเหมือนกัน ก็เลยมาเรียนที่นี้ในเวลาเดียวกันด้วยเลย และเนื่องจากมีญาติทำงานอยู่ที่นี้เยอะ พี่ก็จบจากที่นี้ด้วยก็เลยตัดสินใจมาเรียนที่นี้ (มรภ.บ้านสมเด็จฯ)

เมื่อกล่าวถึงปัญหา fem1 คิดว่าตนสามารถจัดการกับปัญหาได้ โดยมีการลำดับความสำคัญว่าสิ่งไหนมาก่อน จวนตัวก่อนก็จะแก้ไปก่อน อันไหนมาทีหลังก็เอาไว้ทีหลัง แต่ถ้าบางปัญหาเรามองเห็นช่องทางที่จะแก้ก็แก้ไปก่อนเลย แต่ถ้ายังไม่เห็นก็ปล่อยไว้ก่อน...แต่ปล่อยไว้นานๆก็ไม่ดี นอกจากนี้ในการแก้ปัญหา fem1 กล่าวว่า บางทีก็ปรึกษาพี่ (ลูกพี่ลูกน้อง fem1 เป็นลูกคนเดียว) และน้ำ (fem1 เป็นคนศรัทธาแต่มาอาศัยอยู่ที่บ้านน้ำ โดยที่บ้านอยู่กัน 6 คน มีพี่ น้ำ 2 คน และน้อง 2

คน) “โดยให้เหตุผลว่า อย่างน้อยๆน่าก็ต้องมีปัญหาในเรื่องการทำงานเหมือนกับเรา การเรียนยังไงก็มีปัญหาใกล้เคียงกัน ก็จะเข้าใจเราด้วย” แต่ถ้ามีปัญหาเรื่องเพื่อนก็จะคุยกับเพื่อนในกลุ่ม โดยจะเล่าให้เพื่อนฟังหมด และส่วนมากจะพูดให้ฟังเฉยๆ ไม่ได้ขอคำแนะนำใดๆ

สรุปและข้อสังเกตเพิ่มเติม

ปัญหาที่ fem1 เจอในช่วงนี้ ส่วนมากจะเป็นเรื่องการเรียนรู้ ซึ่ง fem1 ก็มีวางแผน จัดเวลาในการเรียนได้อย่างลงตัว อย่างเช่นตอนที่ไปสัมภาษณ์ fem1 มีงานที่จะต้องส่งในอีกหนึ่งสัปดาห์ข้างหน้า แต่ในวันที่ไปสัมภาษณ์ fem1 ก็ทำงานนั้นเสร็จแล้ว และก็ฝากเพื่อนส่ง ซึ่งแสดงให้เห็นถึงความรับผิดชอบต่อหน้าที่ของ fem1 นอกจากนี้ fem1 ลงเรียนถึง 2 ที่และยังต้องช่วยนำทำงานด้วย แต่ก็ไม่พบว่ามึ่สิ่งใดที่เป็นอุปสรรคสำหรับ fem1 จะมีก็แต่ความเหนื่อยล้าบ้างในบางเวลาเท่านั้น และโดยรวม fem1 ก็คิดว่าตนต้องสามารถผ่านไปให้ได้



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สรุปบทสัมภาษณ์ประสบการณ์การเผชิญและจัดการกับปัญหาของนักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นหญิงรายที่ 2: fem2

เพศ: หญิง สถานศึกษา: มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา คณะ: ครุศาสตร์ ปี 4

ขณะนี้ fem2 เพิ่งศึกษาจบ ดังนั้นปัญหาหลักในตอนนี้เป็นของ fem2 จึงเกี่ยวกับการหางานทำ โดย fem2 ตั้งใจว่าจะหางานทำในกรุงเทพฯ แล้วจึงเดินทางกลับบ้านที่ จ.สุรินทร์ fem2 มีวิธีการหางานโดยการไปทักโบสถ์ครุไว้หลายที่ตามคำแนะนำของอาจารย์ และนอกจากนี้ก็คิดว่าจะสอบบรรจุให้ได้ตามความต้องการของพ่อและแม่ด้วย ซึ่งในตอนนี้มีอยู่โรงเรียนหนึ่งที่เรียก fem2 ไปสัมภาษณ์แล้ว แต่จะต้องสอบสอบอีกทีหนึ่ง fem2 ก็มีความกังวลอยู่บ้างโดยไม่รู้ว่าจะรับเข้าทำงานหรือไม่ เพราะ คำก็มีความใกล้เคียงเหมือนกัน แต่ก็บอกว่าจะทำให้เต็มที่

เมื่อพิจารณาถึงช่วงที่ผ่านมา fem2 บอกว่าตอนที่เรียนอยู่ก็จะมีปัญหาเรื่องงานค้างมา แล้วต้องมาเร่งทำตอนใกล้ส่ง และต้องอ่านหนังสือสอบด้วย ดังนั้นช่วงใกล้สอบจึงเป็นช่วงที่เครียดช่วงหนึ่ง แต่ก็สามารถผ่านพ้นมาได้โดยตลอด โดยบอกว่าเวลาเร่งจริงๆก็ต้องดูว่าอันไหนมาก่อนก็จะทำก่อน ส่วนในการทำงานก็จะมีปัญหาเรื่องเพื่อนไม่ช่วยทำงาน คือ โดยปกติ fem2 จะเป็นหัวหน้ากลุ่ม แต่บอกว่าบางทีก็ไม่กล้าปล่อยให้เพื่อนทำ เพราะไม่มั่นใจในตัวเพื่อน จึงทำงานด้วยตัวเองคนเดียว โดยคิดว่าเราทำเราก็ได้ ได้ประสบการณ์ ได้ความรู้ แต่ในระยะต่อมาก็เริ่มมีการปรับตัว โดยจะหาข้อมูลมาและแบ่งให้เพื่อนไปพิมพ์ และตอนทำก็มาสรุปด้วยตัวเอง ส่วนตอนปี 4 บอกว่ารู้สึกดีขึ้นในเรื่องนี้เนื่องจากอาจารย์ให้จับกลุ่มเอง ก็จะจับกลุ่มกับเพื่อนที่สนิทๆกัน จะได้คุยกันง่ายขึ้น และเพื่อนที่สนิทกันส่วนใหญ่ก็จะช่วยกันทำงานอยู่แล้ว

นอกจากนี้ปัญหาใหญ่ปัญหาหนึ่งที่ fem2 เจอก็คือ เรื่องที่แฟนไม่มีผู้หญิงอื่น (ในตอนแรก fem2 ดูจะยังไม่กล้าพูดถึงเรื่องนี้ อาจเพราะยังไม่สนิทใจ หรืออาจจะไม่อยากจะพูดถึง) fem2 เล่าให้ฟังว่าไม่รู้เรื่องนี้มาก่อนเลย และกังวลมาก เพราะโทรศัพท์ติดต่อกับแฟนอยู่ทุกวัน (แฟนเป็นคนแถวบ้านอยู่ที่ จ.สุรินทร์) อยู่ๆแฟนไปคบกับคนอื่นตอนไหนก็ไม่รู้ ในตอนที่เพิ่งรู้เรื่องนั้น fem2 บอกว่าร้องไห้เลย และเพื่อนก็เอาโทรศัพท์ไปคุยต่อให้จนรู้เรื่องราวทั้งหมดว่าเค้าคบกันมาได้ 7 เดือนแล้ว ในช่วงแรกๆ fem2 บอกว่ายังทำใจไม่ค่อยได้ แต่มีเพื่อนเยอะ เพื่อนที่ไม่มีแฟนเหมือนกัน ก็เลยอยู่ด้วยกัน ต้องอยู่กับเพื่อนตลอด ถ้าอยู่คนเดียวก็ฟังชาน ตอนแรกจะรู้สึกว้าวลอยๆ ตัวจะลอยๆ ใจจะลอยๆตลอดเวลาเลยพาเพื่อนไปวัดทำบุญ ไปซื้อบั้งบ้าง จะอยู่เฉยไม่ได้ แต่ตอนนี้เริ่มทำใจได้แล้ว ไม่ซีเรียส บอกว่าไม่เป็นไร ทำให้เราได้เรียนรู้ เข้มแข็งมากขึ้น และยังคงกล่าวต่อว่า ถ้าคนไม่เคยเจอแบบนี้ แล้วไปเจอตอนมีครอบครัวไปแล้ว ก็ทำทางจะอาการหนักเหมือนกัน

ในการแก้ปัญหา fem2 บอกว่า ถ้าเจอปัญหามากก็คิดว่าตนสามารถจัดการได้ ส่วนมากจะระบายให้เพื่อนฟัง แล้วก็ปรึกษาเพื่อน และเดี๋ยวนี้ก็คุยกับแม่ด้วย แต่ตอนมัธยมยังไม่กล้าคุยกับแม่ เพราะไม่รู้ว่าจะว่าอย่างไร แต่เดี๋ยวนี้คุยกันแบบเปิดอกได้เลย เพราะแม่พยายามเข้าใจมากขึ้น เรื่องคนนี้แม่ก็รู้ แม่ก็บอกว่าไม่เป็นไรหรอก

สรุปและข้อสังเกตเพิ่มเติม

ปัญหาที่ fem2 ให้ความสำคัญที่สุดในตอนนี้ก็คือ การหางานทำ เนื่องจากเพิ่งเรียนจบ fem2 มีวิธีการจัดการกับเรื่องนี้โดยการไปทักโบสสมัครไว้หลายๆที่ตามคำแนะนำของอาจารย์ และตั้งใจว่าจะสอบบรรจุให้ได้ตามความต้องการของพ่อ และแม่ ส่วนปัญหาที่ fem2 พบเจอและรู้สึกรังเกียจว่าเป็นปัญหาที่หนัก ก็น่าจะเป็นเรื่องแฟนไปมีผู้หญิงอื่น โดยที่ตัวเองไม่รู้เรื่องมาก่อนเลย เพราะ คุยโทรศัพท์กับแฟนอยู่ทุกวัน เรื่องนี้จึงทำให้ fem2 เสียใจมาก ในช่วงแรกจึงต้องอยู่กับแฟนตลอดเวลา และหากิจกรรมทำ ไม่เช่นนั้นจะคิดฟุ้งซ่านขึ้นมาทุกที และเมื่อเวลาผ่านไป fem2 พอจะทำใจได้บ้างแล้ว ก็กลับมามองเรื่องนี้ว่าเป็นสิ่งที่ได้เรียนรู้ ทำให้ตนเองเข้มแข็งขึ้น fem2 คิดว่าเมื่อพบเจอปัญหาจะสามารถจัดการกับปัญหาได้ แต่โดยมากจะเลือกใช้วิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเป็นวิธีแรก จากนั้นจึงลงมือจัดการกับปัญหาด้วยตนเองต่อไป

สรุปบทสัมภาษณ์ประสบการณ์การเผชิญและจัดการกับปัญหาของนักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นหญิงรายที่ 3: fem3

เพศ: หญิง สถานศึกษา: มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา คณะ: ครุศาสตร์ ปี 3

เมื่อถามถึงปัญหา ในตอนแรก fem3 บอกว่าไม่มีปัญหาอะไร เรื่องเรียนก็ไม่มี เพราะส่วนมากเพื่อนจะช่วย ถึงงานเดียวเพื่อนก็ช่วย ดังนั้น จึงสามารถผ่านไปได้ fem3 บอกว่ามักจะอ่านหนังสือก่อนสอบประมาณ 1 สัปดาห์ และก็อ่านอีกทีก่อนสอบ 1 วัน ถ้ามีอะไรไม่เข้าใจก็ถามเพื่อน หรือถ้าวันไหนขาดเรียนก็จะขอสมุดเพื่อนมาดูย้อนหลัง fem3 บอกว่าก็มีบ้างที่เรียนไม่เข้าใจ ก็รู้สึกเครียดนิดหน่อย และก็พยายามทำให้หายเครียดโดยการถามที่ไม่เข้าใจ ให้มันเคลียร์ตอนนั้น แล้วมันก็จะไม่เครียดแล้ว แต่ถ้าไม่เข้าใจมากแล้วยังไม่เคลียร์ เวลาออกจากห้องเรียน ได้ไปเฮฮากับเพื่อนก็จะหายเครียด แต่จะมาคิดได้ตอนเรียนอีกครั้งว่ายังไม่เข้าใจอยู่ แต่สุดท้ายก็คิดว่าช่างมันเถอะ “คนอื่นก็ไม่เข้าใจเหมือนกัน จะมาเครียดทำไม” จากนั้น fem3 จึงกล่าวถึงปัญหาหนึ่งขึ้นมา คือ การที่นัดกับคนอื่นแล้วตนเองจะมาสาย แต่จากนั้นก็กลับบอกว่า “มันก็ไม่ใช่ว่ามันก็เป็นบางครั้ง” (ผู้วิจัยนัด fem3 เวลา 11.00 น. แต่ fem3 มาถึงสถานที่นัดหมายเวลา 13.00 น.) และอธิบายเพิ่มว่า “ก็พยายามเร็วค่ะ พอเร็วได้มาทันที่ค่านัด พออีกครั้งก็เป็นเหมือนเดิม ก็คิดว่าทันแต่ความจริงก็อาจจะไม่ทัน เพราะรถติด ไม่มีรถก็ไม่ทันเอง” และสุดท้ายก็บอกว่า “ก็ไม่ได้จริงจังอะไรกับมัน ก็พยายามแล้ว”

จากนั้นหลังจากที่พูดคุยได้สักพัก fem3 จึงได้กล่าวขึ้นมาว่า “คือความจริง แม่หนูเสียตั้งแต่หนู ม.3 ตอนนั้นแม่ที่อยู่ปัจจุบัน คือ แม่เลี้ยง แต่ก็ไม่ค่อยได้อยู่กัน หนูก็ต่างคนต่างอยู่ ใช้อย่างนี้ดีกว่า แต่กับพ่อแม่ ก็เฉยๆกันมาตั้งแต่เด็กแล้ว เพราะ ตอนเด็กคืออยู่กับแม่ ส่วนพ่อไปทำงาน ปี สองปีไม่เคยเจอกัน มันก็เลยเหมือนว่าพอฟกกลับมาอยู่ด้วยก็รู้จะเป็นพ่อ แต่ก็ไม่ใช่สนิทกัน ก็ทำไปตามหน้าที่ อย่างเราก็อ่านหนังสือที่พ่อก็ทำหน้าที่พ่อไป คอยเลี้ยงดู” และบอกต่อว่า “ถ้าถามว่ารักมั๊ยก็รัก แต่ก็ไม่ได้แสดงออกอะไรกันมาก ไม่ได้ถามว่าเป็นยังไงกันบ้างลูก ก็พูดคุยกันธรรมดามากกว่า” หลังจากนั้น fem3 ก็ยังคงพูดซ้ำ ซ้ำประเด็นเดิมอยู่หลายครั้ง เกี่ยวกับว่า ตนไม่ได้มีปัญหาอะไรกันกับแม่เลี้ยง แต่จะใช้วิธีต่างคนต่างอยู่มากกว่า และบอกเพิ่มเติมว่า ถ้าตนเรียนจบแล้วก็จะไปทำงาน ไปอยู่ข้างนอก เป็นชีวิตของตนเองจึงไม่ได้คิดอะไรมาก ส่วนปัจจุบัน โดยมากก็จะใช้เวลาอยู่กับเพื่อน ตอนเปิดเทอมหลังเลิกเรียนก็จะไปกินข้าวกับเพื่อน ไปเดินเล่น แต่ในช่วงปิดเทอมก็บอกว่าเหงาหน่อย แต่ก็คงจะไม่อยู่บ้าน คิดว่าจะไปหางานทำกับเพื่อน ใช้เวลาไปทำงานดีกว่า ได้เงินด้วย และก็จะไปเที่ยวกับเพื่อนเป็นบางครั้ง เพื่อคลายเหงา เนื่องจากถ้าอยู่บ้านก็เหมือนอยู่ตัวคนเดียว ไม่ค่อยได้คุยอะไรกับใคร ส่วนมากถ้าอยู่ที่บ้านก็จะอยู่ในห้องของตนเอง ดูทีวี ฟังเพลง เล่นเกมไปตามเรื่อง

ถ้ามีปัญหาโดยมาก fem3 จะเล่า ระบายให้เพื่อนฟัง ซึ่งเพื่อนก็อาจจะให้คำแนะนำอะไรมาบ้าง จากนั้น fem3 จึงนำคำแนะนำมาปรับใช้ และสุดท้ายก็จะจัดการกับปัญหาด้วยตนเอง และ fem3 ยังเชื่อว่า ปัญหาทุกปัญหาก็ต้องมีทางออกของมัน เมื่อถึงเวลา ก็จะหาทางออกได้เอง และคิดว่าถ้าเจอปัญหาในอนาคตข้างหน้า ตนเองก็จะสามารถจัดการได้ โดยให้เหตุผลว่า “ทำไมแค่นี้จะไม่ได้ เจอยิ่งกว่านี้ยังเจอมาแล้ว”

สรุปและข้อสังเกตเพิ่มเติม

ปัญหาที่ fem3 พบคือ ปัญหาครอบครัว ซึ่ง fem3 ไม่ได้พูดคุยเรื่องนี้กับใครมากนักถ้าไม่สนิท ซึ่งก็ไม่ได้บอกเล่าความไม่สบายใจของตนให้พ่อฟังเช่นเดียวกัน เนื่องจากบอกว่าตนไม่สนิทกับพ่อ จะสนิทกับแม่มากกว่า ซึ่งแม่ก็เสียไปแล้ว ดังนั้น fem3 จึงใช้เวลาส่วนใหญ่อยู่กับเพื่อน และยังคงกล่าวอีกว่าถ้าจบแล้วก็จะไปใช้ชีวิตทำงานอยู่ข้างนอกกับเพื่อน คงจะไม่อยู่ที่บ้าน ส่วนเรื่องการเรียนนั้น fem3 คิดว่าไม่เป็นปัญหาอะไรมากนัก เนื่องจากมีเพื่อนคอยช่วยเหลือ และในส่วนที่ fem3 กล่าวถึง การไม่ตรงต่อเวลาของตน จะเห็นได้ว่า fem3 ไม่ได้คิดที่จะจัดการแก้ไขเรื่องนี้อย่างจริงจัง เนื่องจาก ไม่ได้ให้ความสำคัญกับเรื่องนี้มากมายนัก ในการแก้ปัญหาต่างๆไป fem3 คิดว่าตนสามารถจัดการกับปัญหาต่างๆได้ โดยจะพูดคุยให้เพื่อนฟัง หลังจากนั้นจึงจัดการกับปัญหาด้วยตนเอง

สรุปบทสัมภาษณ์ประสบการณ์การเผชิญและจัดการกับปัญหาของนักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นหญิงรายที่ 4: fem4

เพศ: หญิง สถานศึกษา: มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา คณะ: ครุศาสตร์ ปี 3

เมื่อกล่าวถึงปัญหา fem4 บอกว่าเป็นเรื่องที่ต้องคิดมาก และต้องหาทางแก้ อาจจะไม่เล็กหรือใหญ่ก็ได้ โดยส่วนตัวปัญหาที่พบก็มีเรื่องเรียน และเรื่องที่บ้าน สำหรับเรื่องเรียนนั้นไม่ถือว่าเป็นปัญหาอะไรมากนัก เพราะพอจะปรับระดับประคองให้ผ่านพ้นไปได้ ถึงแม้ว่าตัวเองจะเรียนสายศิลป์มา โดยบอกว่ายังมีคนที่ไม่รู้เรื่องมากกว่าตน (fem4 เรียนเอกวิทยาศาสตร์) จะมีที่เป็นปัญหาที่วิชาฟิสิกส์กับเคมี ส่วนวิชาชีวะบอกว่าไม่ค่อยมีปัญหาเท่าไร เนื่องจากสามารถอ่านเองได้ และอาจารย์ที่สอนวิชานี้ก็เข้าใจนักศึกษาดีว่าไม่เข้าใจตรงไหน เรื่องอะไร และ fem4 เองเมื่อไม่เข้าใจก็จะไปถามอาจารย์ อาจารย์ก็จะช่วยได้เยอะ ส่วนวิชาฟิสิกส์เป็นวิชาที่ไม่ชอบเลย เคยรู้สึกท้อทุกครั้งที่ต้องเจอวิชานี้ โดยเล่าให้ฟังว่ามีอยู่ครั้งหนึ่งที่ต้องทำงานส่งอาจารย์กับเพื่อน 2 คน fem4 บอกว่าตนเป็นคนทำงาน แต่ผลสุดท้ายคะแนนออกมาเพื่อนได้ C⁺ ส่วนตนเองติด 1 จึงไม่เข้าใจ และเข้าไปถามอาจารย์ แต่อาจารย์กลับบอกว่า “ผมจะไปรู้คุณหรือ สงสัยข้อสอบหาย” สุดท้ายอาจารย์ก็ให้สอบใหม่ แล้วก็ได้แค่ D ก็รู้สึกไม่ชอบอาจารย์คนนี้ และบอกอีกว่าอาจารย์คนนี้ไม่ค่อยเข้าสอน จะเอาแผ่นใสมาวางให้จด เพราะอาจารย์เค้ามัวงานเยอะ เวลาที่ท้อก็จะปรึกษาแม่ เคยทำจนขนาดว่าจะไปเ็นใหม่แล้วก็เรียนการโรงแรมอย่างที่เคยสอบได้ แต่แม่บอกว่าเรียนอันนี้ต่อไปเถอะยังงี้ก็เรียนมาแล้ว เชื่อว่าเราต้องทำได้ เรียนมาตั้งขนาดนี้แล้วก็ตั้งใจอีกนิด ก็เลยฮึดสู้ขึ้นมาว่า เอาเถอะยังงี้ก็ต้องจบ ก็เลยพยายามทำจนผ่านพ้นไปได้ ส่วนวิชาเคมีก็อาศัยว่ากลับบ้านช้าหน่อยหลังจากปิดเทอม ก็อยู่ทำ lab อีกประมาณหนึ่งอาทิตย์ และก็ทำกิจกรรมตามที่อาจารย์เค้าให้ทำ ก็ได้เกรดประมาณ B B⁺ C⁺ แล้ว วิชานี้จะไม่มีสอบ อาจารย์จะให้เป็นคะแนนเก็บ ก็โดยรวม fem4 บอกว่าไม่มีปัญหาอะไรมาก ยังงี้ก็ต้องผ่านไปได้ ตอนแรก fem4 ตั้งไว้ว่าจะเอาเกียรตินิยม แต่พอได้ D มาหนึ่งตัวก็ไม่เอาแล้ว แต่ยังงี้ก็ขอให้ 3.00 ขึ้น

ส่วนปัญหาที่บ้านนั้น fem4 เล่าให้ฟังว่า แถวบ้านจะรู้จักกันหมดเป็นแบบต่างจังหวัด จะมีการชิงดีชิงเด่นกัน ถ้าใครทำดี ได้ดีเค้กก็ชม แต่ว่าอย่าได้ทำอะไรพลาดเสีย เพราะทุกคนพร้อมที่จะเหยียบซ้ำทันที ก็เลยรู้สึกไม่ชอบสังคมที่บ้านเลย ไม่ค่อยอยากกลับบ้าน เพราะกลับไปก็เหมือนมีคนคอยจ้องมองเราอยู่ตลอดว่าทำอะไร มันรู้สึกอึดอัด อย่างกลับไปนี่ก็ใส่กางเกงขาสั้นไม่ได้ เสื้อแบบนี้ก็ใส่ไม่ได้ (ชี้ให้ดูที่ตัวเองใส่อยู่เป็นเสื้อแขนกุด) ต้องใส่แบบมีแขนตลอด แต่อยู่กรุงเทพฯนี่ทำได้ แม่บอกว่าอยู่ที่นั่นจะทำอะไร ยังงี้ก็ได้ แต่ถ้ากลับไปบ้าน เราเคยทำยังงี้ก็ต้องทำอย่างนั้น fem4 จึงรู้สึกเบื่อมาก ถึงขนาดกับบอกว่า ถ้าเรียนจบแล้วจะไม่ไปทำงานที่บ้าน ให้อยู่ในจังหวัดเดียวกันก็ได้ แต่ไม่ชอบอยู่ที่บ้าน อยากมีบ้านสักหลัง ให้พ่อแม่มาอยู่ด้วยกันได้ แต่ไม่ไปอยู่แถวบ้านแน่นอน มันเบื่อ

ในการแก้ปัญหาที่ fem4 บอกว่าโดยมากจะปรึกษาเพื่อนก่อน เพื่อนจะช่วยปลอบใจ แล้วก็แนะนำได้บ้าง จากนั้นจึงนำสิ่งที่เพื่อนบอกกลับมาคิดอีกทีว่าจะเลือกใช้วิธีไหน จากนั้นก็ลงมือจัดการกับปัญหา และก็จะแก้ไขให้เสร็จก่อน จากนั้นจึงค่อยไปเที่ยวผ่อนคลาย โดยบอกว่าจะต้องไปกิน KFC และไอศกรีมกับเพื่อนทุกเดือน แล้วก็ไปช้อปปิ้ง เวลาได้ใช้เงินก็จะสบายใจ ผ่อนคลายขึ้น และนอกจากปรึกษาเพื่อน fem4 ยังปรึกษาอาที่อยู่กรุงเทพด้วย โดยบอกว่า อาจะเข้าใจ เค้ายู่กรุงเทพฯ นาน และก็รู้จักเราด้วย อา ก็จะเข้าใจเรา แต่จะไม่ค่อยปรึกษาพ่อแม่ เพราะไม่อยากให้พ่อแม่ไม่สบายใจ และอีกอย่างคือ พ่อแม่เป็นคนหัวโบราณ ไม่ค่อยจะเข้าใจเราด้วย สุดท้าย fem4 บอกว่าถ้าเจอปัญหาในอนาคตข้างหน้าก็ไม่รู้ว่าจะแก้ปัญหาได้หรือไม่ แต่ก็พยายามทำให้ดีที่สุด โดยให้เหตุผลว่าตนเองเป็นคนไม่ชอบทำอะไรลวกๆ ถ้าต้องทำอะไรก็จะตั้งใจทำให้เต็มที่ ให้ออกมาดีที่สุดในสิ่งที่ทำได้

สรุปและข้อสังเกตเพิ่มเติม

ปัญหาที่ fem4 พบคือปัญหาเรื่องการเรียน กับเรื่องที่บ้าน โดยในเรื่องการเรียนนั้นดูไม่ค่อยจะเป็นปัญหาสำหรับ fem4 เท่าไหร่ เพราะ fem4 เชื่อกันว่าตนสามารถผ่านพ้นทุกอย่างไปได้ ถึงแม้ว่าตนจะจบมัธยมปลายมาจากแผนศิลป์ แต่ก็ยังมีคนที่ไม่รู้เรื่องมากกว่าตน ส่วนในวิชาที่ไม่ชอบและรู้สึกท้อมากที่สุด ก็คือ วิชาฟิสิกส์ ซึ่งก็ได้กำลังใจจากแม่ในบางส่วนหนึ่ง จึงทำให้ฮึดสู้ต่อไป ส่วนในเรื่องสภาพสังคมที่บ้านนั้นเป็นเรื่องที่ fem4 รู้สึกเบื่อมาก ถึงขนาดบอกว่าในอนาคตยังไงก็ไม่อยากทำงานแถวบ้าน ถ้ามีบ้านของตนเองก็ไม่อยากอยู่แถวบ้าน เป็นการใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง ผู้วิจัยเข้าใจว่าที่ fem4 ต้องทำเช่นนี้ เนื่องจากปัญหาดังกล่าวเป็นปัญหาที่ fem4 ไม่สามารถเข้าไปจัดการได้ ไม่สามารถที่จะไปเปลี่ยนแปลงสภาพสังคมที่เป็นอยู่ได้ fem4 จึงเลือกที่จะไม่เข้าไปเกี่ยวข้องกับสภาพสังคมนั้น จะได้ไม่ต้องรู้สึกไม่สบายใจ

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สรุปบทสัมภาษณ์ประสบการณ์การเผชิญและจัดการกับปัญหาของนักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นหญิงรายที่ 5: fem5

เพศ: หญิง สถานศึกษา: มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา คณะ: มนุษยศาสตร์ ปี 1

เมื่อกล่าวถึงปัญหา fem5 ตอบอย่างมั่นใจว่า ปัญหาตอนนี้คือเรื่องเพื่อน โดยบอกว่า “เพื่อนจะทำอะไรไม่เป็นเลย แล้วก็เอางานมาให้เราทำ ทั้งที่ตอนเรียนก็เรียนพร้อมกัน แต่เค้าก็ให้เราทำ” fem5 กล่าวอีกว่า ในกลุ่มมีอยู่ 9 คน ก็มีบางพวกที่ช่วยได้ แต่บางพวกก็ไม่ทำเลย ถึงแม้เป็นงานเดียวกันก็ตามมาให้เราทำ fem5 รู้สึกลำบากใจ และบอกว่ายากที่จะปฏิเสธ เพราะเพื่อนก็สนิทกัน ไปไหนก็ไปด้วยกัน ในตอนแรก fem5 จึงช่วยเพื่อนทำบ้าง แต่บางครั้งถ้าทำไม่ไหวจริงๆ ก็จะบอกเค้าว่า เราก็ต้องทำงานของเราเหมือนกัน แต่เพื่อนก็ยังคงเป็นแบบเดิม ไม่ค่อยสนใจงานตัวเองเท่าไร เรื่องนี้จึงเป็นเรื่องที่ fem5 เครียดมาก บอกว่าทำไปหลายวิธีแล้ว แต่เค้าก็ยังเป็นแบบเดิมอยู่ บางครั้งเครียดจนร้องไห้เลย คือไม่รู้ว่าจะทำยังไงแล้ว ก็เลยร้องให้กับเพื่อนคนหนึ่ง เป็นเพื่อนเก่า เพราะเค้าก็จะมีปัญหาเรื่องเพื่อนเหมือนกัน ก็เลยมานั่งคุยกัน นอกจากนี้ fem5 บอกว่าจะกลับบ้านไปบ่นให้แม่ฟังทุกวัน ไปเจออะไรมาบ้าง แม่ก็จะแนะนำมา จากนั้นก็มาคิดเองอีกทีว่าทำแล้วดีหรือไม่ และเหตุที่ fem5 คิดมาก เพราะอธิบายว่าในห้องจะมีอยู่ 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ตั้งใจเรียนมาก กับกลุ่มที่ไม่ค่อยตั้งใจเรียน ซึ่งตนจะอยู่ในกลุ่มที่ไม่ค่อยตั้งใจเรียน และคิดว่าไม่สามารถที่จะเปลี่ยนไปอยู่ในกลุ่มที่ตั้งใจเรียนมากได้ เนื่องจากบอกว่า “มันไม่ใช่ มันน่าเบื่อ” และเพื่อนกลุ่มนี้ก็ต้องเรียนห้องเดียวกันตลอดทุกวิชาจนถึงปี 4 ดังนั้น fem5 จึงมองไม่เห็นทางที่จะไปอยู่กับเพื่อนกลุ่มอื่นได้เลย แต่ถึงแม้ fem5 จะบอกว่าตนอยู่ในกลุ่มที่ไม่ค่อยตั้งใจเรียน แต่ก็สามารถเอาตัวรอดได้ เพราะเวลาว่างจะชอบอ่านหนังสือ อ่านจนติดตั้งแต่เข้ามาวิทยาลัย จากปกติไม่ชอบอ่าน แต่เหมือนมันต้องอ่าน เพราะบางทีอาจารย์สอนไม่รู้เรื่องอย่างเค้าแปลข้ามวรรค ก็ต้องมานั่งหาศัพท์แปลอ่านเองที่หลังจนมันติด

ปัญหาอีกเรื่องหนึ่ง คือ fem5 บอกว่าตนเองเป็นคนเจ้าชู้ ก็มีปัญหาคือแม่ก็จะช่วย อย่างถ้าไม่ยอมรับโทรศัพท์ใคร แม่ก็จะบอกว่าหัดไปแล้ว fem5 กล่าวว่าตนเป็นคนเอาแต่ใจ ไม่ง้อใคร ใครรับไม่ได้ก็ไปสิ ซึ่ง fem5 คิดว่าผู้ชายคนหนึ่งก็เป็นเหมือนสิ่งที่ผ่านมาแล้วก็ผ่านไป เค้าไม่ได้อยู่กับเราตลอดชีวิต เพราะตนยังมีพ่อแม่อยู่ จึงไม่ได้คิดมากหรือเสียใจอะไร และตนเองก็มีอะไรให้ทำตั้งเยอะแยะ เช่น ไปเที่ยวกับพ่อแม่ เพราะ โดยปกติในเดือนหนึ่งๆจะต้องไปเที่ยวต่างจังหวัด หรือต่างประเทศอยู่แล้ว ก็เลยไม่ต้องมานั่งคิดเรื่องนี้มากมาย (เนื่องจากที่บ้านชอบเที่ยวกันอยู่แล้ว fem5 จึงเลือกเรียนเอกการท่องเที่ยว)

ในส่วนของการแก้ปัญหา fem5 คิดว่าตนสามารถจัดการกับปัญหาที่ผ่านเข้ามาได้ แต่บางปัญหาก้จัดการไม่ได้ และไม่รู้ว่าจะจัดการอย่างไร ก็ต้องปล่อยให้มันเลยไป แต่ส่วนใหญ่จะจัดการกับ

มันได้ โดยจะจัดการกับปัญหาไปที่ละอย่าง ดูว่ามันเป็นอย่างไร ควรแก้อย่างไร จะคิดหลายๆวิธี ชอบคิดกว้างๆว่าควรทำอย่างไรดี แต่ก็มีบ้างบางครั้งก็คิดไม่ได้เลย ถ้าคิดแล้วทำไม่ได้ก็จะไปเล่าให้แม่ฟัง เพราะจะคุยกับพ่อแม่ทุกเรื่องอยู่แล้ว ไม่ว่าจะเป็นเรื่องแฟนก็คุย ถามแม่ว่าทำยังไง แม่ก็จะช่วยบอกว่าให้ลองทำอย่างนี้สิ ถ้าทำไม่ได้ค่อยหาทางใหม่

สรุปและข้อสังเกตเพิ่มเติม

ปัญหาโดยหลักตอนนี้ของ fem5 ก็คือเรื่องเพื่อนไม่ช่วยทำงานกลุ่ม และยังเอางานเดียวของตนเองมาให้ช่วยทำด้วย ซึ่ง fem5 ได้จัดการกับปัญหานี้ไปบ้างแล้ว แต่ผลก็ยังไม่มีการเปลี่ยนแปลง และด้วยเหตุที่ทราบว่าตนจะต้องเรียนห้องเดียวกับเพื่อนกลุ่มนี้ไปตลอดทั้ง 4 ปี จึงทำให้รู้สึกเครียดที่ไม่สามารถจะเปลี่ยนแปลงอะไรได้ ซึ่ง fem5 ก็หาทางออกโดยการพูดคุยกับเพื่อนเก่าและ บอกเล่าให้แม่ฟังด้วย ได้คำแนะนำและกำลังใจกลับมาส่วนหนึ่ง สุดท้าย fem5 ก็พยายามทำตัวให้เป็นกลางที่สุด พยายามบอกว่างานของตนก็ยังไม่เสร็จ จึงช่วยทำให้ไม่ได้ นอกจากนี้ ยังมีปัญหาที่กล่าวว่าตนเป็นคนเจ้าชู้ เอาแต่ใจ ซึ่งก็ให้แม่ช่วยบ้างในบางครั้ง แต่ในส่วนนี้ก็ไม่ได้คิดอะไรมาก เพราะชีวิตในตอนนี้ยังมีพ่อแม่อยู่ และยังมีอะไรให้ทำตั้งเยอะแยะ โดยรวมถ้า fem5 เจอปัญหาก็คิดว่าตนสามารถจัดการได้ โดยมีวิธีการที่เป็นระบบในการคิดแก้ปัญหา แต่ในบางครั้งถ้าเห็นว่าไม่รู้จะทำอย่างไรจริงๆ ก็จะปล่อยมันไป และถ้าบางครั้งที่ตนไม่สามารถคิดหาทางออกได้ ส่วนมากก็จะไปปรึกษาพ่อแม่ เพราะจะเล่าให้พ่อแม่ฟังทุกเรื่อง

สรุปบทสัมภาษณ์ประสบการณ์การเผชิญและจัดการกับปัญหาของนักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นชายและหญิงรายที่ 1: and1

เพศ: ชาย สถานศึกษา: มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา คณะ: ครุศาสตร์ ปี 3

ปัญหาที่ and1 พบมีเรื่องการเรียน และการทำงาน ในตอนนี้ปัญหาที่หนักใจและทำให้ and1 รู้สึกเบื่อ คือ เรื่องการทำงาน เนื่องจากตนโดนพักงานโดยที่ไม่ทราบสาเหตุว่าตนทำผิดอะไร ซึ่งถ้าโดนพักงานก็จะถูกเพื่อนร่วมงานมองไม่ดี เป็นการเสียชื่อ และ and1 ยอมรับว่ามีผลต่อจิตใจของตนอย่างมาก รู้สึกไม่ดี และตนก็ไม่ทราบด้วยว่าตนทำผิดอะไร แต่ and1 เล่าให้ฟังว่าเคยโดนพักงานมาแล้วครั้งหนึ่ง แต่ครั้งนั้นเนื่องจากตนทำผิดจริงๆ ก็ยอมรับได้ แต่ครั้งนี้ตนแค่นกับตัวเองว่าปวดตา จากนั้นเค้าก็ให้พักงานเลย ซึ่งตนไม่เข้าใจ และนอกจากนี้ก็รู้สึกเบื่อเพื่อนร่วมงานด้วยที่เค้าไม่มีเหตุผล เค้ามาพูดเปรียบเทียบว่าทำไม and1 ขอยุติได้ แต่เค้าขอยุติไม่ได้ สุดท้าย and1 จึงกำลังคิดอยู่ว่าจะทำอย่างไรดี ก็อาจจะออกจากงาน (and1 ทำงานในครัวของร้านบะหมี่ญูปูนแห่งหนึ่งเป็นเวลาเกือบ 1 ปีแล้ว ซึ่งถือว่านานเพราะเพื่อนคนอื่นๆที่เคยทำอยู่ด้วยกันก็ทยอยออกกันไปหมดแล้ว เนื่องจากรู้สึกเบื่อเช่นเดียวกัน) โดย and1 ให้เหตุผลว่าที่มาทำงานนี้ไม่ได้ต้องการเงินอะไรมากมาย เพราะ พ่อแม่ก็ยังส่งเสียเลี้ยงดูตนอยู่ แค่อยากทำงานสนุกๆ แล้วเงินที่ได้ก็เป็นรางวัลของความสนุก แต่ถ้าทำงานแล้วไม่สนุกก็ไม่อยากได้เงิน และความเบื่อหน่ายในเรื่องนี้ก็ส่งผลให้ and1 ไม่อยากทำอะไรเลย ปล่อยให้เลยเถิด งานที่ต้องทำส่งอาจารย์ก็ยังไม่ได้ทำเลย ในขณะที่เพื่อนบางคนทำเสร็จแล้ว ซึ่ง and1 บอกว่ารอให้หายเบื่อก่อนแล้วค่อยต้องทำงานส่งแล้ว เพราะก็ใกล้กำหนดส่งเข้ามาทุกที เรื่องการเรียนยังงี้ก็ทิ้งไม่ได้ แต่เรื่องงานนี้จะไปหาเพื่อนร่วมงานใหม่ก็ได้ แต่เรียนนี่หาใหม่ไม่ได้แล้ว

ในเรื่องการเรียนนั้นเนื่องจาก and1 สอบเข้านักเรียนจำไม่ได้ดี เพราะตกเรื่องสายตา และเพื่อนชวนมาเรียนที่นี่ จึงมาเรียนตามคำชวนของเพื่อน แต่ไม่ได้มีจุดมุ่งหมายที่แน่ชัดว่าตนอยากเรียนอะไร จึงตัดสินใจเลือกมั่วๆ โดยเลือกเรียนเอกคอมฯศึกษา โดยเห็นว่าตนก็เคยเรียนคอมฯมา ซึ่งการตัดสินใจเลือกมั่วๆก็ส่งผลให้ไม่ค่อยเข้าใจในเวลาเรียน ไม่รู้เรื่อง โดยเฉพาะวิชาเขียนโปรแกรมซึ่ง and1 เห็นว่าไม่น่าจะได้นำไปใช้จริง ไปฝึกสอนก็ไม่ได้ใช้ ไม่มีประโยชน์สำหรับตนและถ้าไม่ได้ใช้นานๆก็ลืม and1 จึงไม่ได้ให้ความสนใจ ใส่ใจวิชานี้อย่างเต็มที่ แต่อย่างไรก็ตาม and1 บอกว่า ก็ต้องให้ผ่านจุดนี้ไปก่อน แต่ในขณะเดียวกัน วิชาที่ตนคิดว่าได้ประโยชน์ อย่างเช่น วิชาที่เกี่ยวกับการสอน and1 จะตั้งใจเรียน และพยายามอย่างเต็มที่ โดยในการเรียนนั้น and1 จะให้ความสำคัญกับการเรียนในชั้นเรียนมากกว่าการอ่านหนังสือ จะไม่เน้นการอ่านหนังสือมากนัก

ในการแก้ปัญหาต่างๆไป and1 คิดว่าปัญหาทุกอย่างมีทางแก้ ขึ้นอยู่กับว่าจะแก้ได้หรือไม่ และเห็นว่าปัญหาเราเป็นคนพบเอง สร้างเองก็ต้องแก้ไขด้วยตนเอง ไม่จำเป็นต้องให้คนอื่นมาช่วยแก้ โดย

การแก้หนี้ and1 จะลำดับจากความสำคัญของปัญหา โดยจัดการกับปัญหาที่สำคัญมาก่อน และปัญหาที่สำคัญน้อยก็เอาไว้ทีหลัง ในการแก้ปัญหาก็อาจจะมีพูดคุยปรึกษาเพื่อนบ้าง แต่จะไม่คุยกับพ่อแม่ เพราะเห็นว่าเป็นปัญหาของตนเอง ไม่ใช่ปัญหาครอบครัว ไม่อยากให้พ่อแม่ต้องมาทุกข์ใจ ปวดหัว ปัญหาของตนเองก็แก้เอง และถ้าหากเจอปัญหาในอนาคตก็คิดว่าตนจะสามารถจัดการได้

สรุปและข้อสังเกตเพิ่มเติม

ปัญหาที่ and1 พบคือ เรื่องการเรียน และการทำงาน โดยในตอนนี้รู้สึกเบื่อเรื่องที่ทำงานมาก เนื่องจากโดนพักงานโดยที่ตนเองไม่ทราบสาเหตุ และเพื่อนร่วมงานก็ไม่มีเหตุผล ดังนั้น จึงอาจจะตัดสินใจออกจากรางานแต่ก็รอเวลาสักพักก่อน ส่วนเรื่องเรียนเนื่องจากความเบื่อจากที่ทำงานจึงยังไม่ได้ทำงานส่งอาจารย์ ในขณะที่เพื่อนบางคนทำเสร็จแล้ว and1 บอกว่ารอให้หายเบื่อก่อน แต่เดี๋ยวก็ต้องทำแล้วเพราะก็ใกล้กำหนดส่งเข้ามาทุกที and1 บอกว่าเรื่องเรียนเป็นเรื่องที่สำคัญ จะตัดทิ้งไม่ได้ แต่เรื่องงานตัดทิ้งได้ เนื่องจากตนไม่ได้เดือดร้อนเรื่องเงิน พ่อแม่ยังส่งเสียเลี้ยงดูอยู่ จึงไม่ได้คิดมากอะไรที่ทำงานเพราะอยากสนุก และเงินก็เป็นรางวัลของความสนุก ดังนั้นถ้ารู้สึกไม่สนุกก็ไม่อยากได้เงิน นอกจากนี้ เรื่องการเรียนยังมีปัญหาเกี่ยวกับวิชาที่เรียน คือ การเขียนโปรแกรม โดยตนรู้สึกว่าวิชานี้ไม่มีประโยชน์สำหรับตน ไม่ได้นำไปใช้จริง จึงไม่ให้ความสนใจ ตั้งใจอย่างเต็มที่ แต่หากวิชาที่ตนเห็นความสำคัญว่ามีประโยชน์กับตน ก็จะตั้งใจเรียนอย่างเต็มที่ และทำให้ดีที่สุด ในการแก้ปัญหา and1 คิดว่าปัญหาทุกอย่างมีทางแก้ ขึ้นอยู่กับว่าจะแก้ได้หรือไม่ โดยมากจะแก้ปัญหาด้วยตนเอง ซึ่งจะมีการลำดับความสำคัญของปัญหา ปัญหาที่สำคัญมากก็จะแก้ก่อน ปัญหาที่สำคัญน้อยลงมาก็เอาไว้ทีหลัง และหากอนาคตข้างหน้าต้องเจอปัญหาก็คิดว่าตนสามารถจัดการได้

สรุปบทสัมภาษณ์ประสบการณ์การเผชิญและจัดการกับปัญหาของนักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นชายและหญิงรายที่ 2: and2

เพศ: หญิง สถานศึกษา: มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา คณะ: ครุศาสตร์ ปี 3

ปัญหาที่ and2 พบ คือ เรื่องการเรียน เกี่ยวกับการเขียนโปรแกรม ซึ่ง and2 บอกว่าไม่เข้าใจว่าทำไมตัวเองถึงเขียนไม่ได้ ทั้งๆที่เพื่อนเขียนแบบเดียวกันก็เสร็จ ตนไม่รู้จักหรือว่าอะไร ทั้งๆที่ก็เรียนพร้อมกัน เพราะไม่เข้าใจตั้งแต่แรก หรือว่าไม่ถนัด ก็เลยรู้สึกน้อยใจนิดๆ ซึ่งก็เป็นเช่นนี้อยู่หลายครั้ง จึงพยายามตั้งใจเรียนก็พอรู้เรื่องขึ้นมาหน่อย และก็ให้เพื่อนที่เข้าใจมากกว่าตนช่วยสอนด้วย นอกจากนี้ในเรื่องการเรียน and2 ยังมีความกังวลในหลายๆเรื่อง and2 เล่าให้ฟังว่ากังวลตั้งแต่ตอนอยู่ ป.6 จะขึ้น ม.1 กลัวเรียนไม่ได้ กลัวไม่จบ และตอน ม.3 เพื่อนชวนไปเที่ยว ก็กลัวว่าเพื่อนจะพาไปเสียคน จะปฏิเสธก็เกรงใจ ไม่รู้จะทำอย่างไร ส่วนตอนนี้ก็กลัวว่าจะไปฝึกสอนได้มั้ย ไม่รู้จะไปสอนอะไรเค้า กลัวสอนแล้วเด็กไม่รู้เรื่อง แต่ and2 ก็บอกว่าสามารถผ่านมาได้ทุกครั้ง แต่ว่าต้องวางแผนก่อนว่าจะทำอะไร ต้องทำแบบนั้นนะ ถ้าไม่ทำมันจะไม่ไปตามขั้นตอน เช่น การทำงานส่งอาจารย์ก็จะเตรียมข้อมูลไว้ก่อนเลย พอใกล้ส่งหรืออาจารย์กำหนดวันส่งแล้วก็จะพิมพ์ เป็นต้น

นอกจากนี้ก็อาจจะมีทะเลาะกับพ่อแม่บ้าง (แม่ของ and2 เสียตั้งแต่ and2 อายุ 4 ขวบ และแม่ในปัจจุบันนี้ก็คืออาของ and2 ซึ่งเลี้ยงดู and2 เหมือนเป็นลูกคนหนึ่ง ส่วนพ่อทำงานอยู่สมุทรสาคร แต่ก็มากินข้าวเย็นที่บ้านทุกวัน) แต่ก็เป็นเรื่องเล็กน้อยไม่ได้หนักใจอะไร เช่น บางทีพ่อแม่ไม่เข้าใจ เพราะแม่เป็นคนหัวโบราณ แล้วเราเป็นวัยรุ่น บางทีเราอยากทำอะไรบ้างเค้าก็ไม่เข้าใจ เช่น ถ้าตอนต้นเทอมเคยกลับบ้านเร็ว แต่พอผ่านไปสักพักกลับบ้านช้าลง ก็จะถามแล้วว่าทำไมกลับบ้านช้า ก็บอกว่าเรียนเค้าก็ไม่ค่อยเชื่อ ก็เลยเอาตารางสอนไปให้ดู นอกจากนี้ and2 ยังจัดการกับปัญหาโดยการกลับบ้านไปก็จะไปช่วยพ่อแม่ทำงานบ้าน เค้าจะได้ไม่เหนื่อย ไม่บ่นเลิกบ่น แล้วถ้าทำงานบ้านเสร็จเราอยากทำอะไรก็ทำ หรือหากมีความไม่สบายใจเกี่ยวกับพ่อแม่ก็จะไปเล่าให้เพื่อนสนิทฟัง และก็มีบ้างที่คุยกับพ่อแม่โดยตรงเลยว่าตนรู้สึกอย่างไร ซึ่งเค้าก็บอกว่าเป็นห่วง ไม่อยากให้เราในทางที่ผิด จะมีแฟนเค้าก็บอกว่าให้เรียนให้จบก่อน เป็นต้น

ในกรณีที่มึปัญหา and2 จะปรึกษาพ่อแม่ก่อน ซึ่งตนจะสนิทกับพ่อแม่มาก และบอกว่าถ้าคุยกับพ่อแม่เค้าก็จะพาไปทางที่ดี โดยปกติถ้าเรียนเสร็จ and2 ก็จะกลับบ้าน and2 บอกว่าตนเป็นคนเงิบๆ ไม่ค่อยพูด ส่วนมากจะอยู่คนเดียว จะไม่ค่อยไปไหนกับเพื่อนมากนัก แต่จะมีเพื่อนสนิทที่สามารถพูดคุยได้ทุกอย่างอยู่ 1 คน ซึ่งตนบอกว่ามีเยอะแล้ววุ่นวาย ดังนั้น ถ้ามีปัญหาอะไรโดยมากก็จะคุยกับพ่อแม่ และบอกต่อไปอีกว่า “ถึงให้ไปทำงานแล้วก็ยังเชื่อพ่อแม่อยู่ดี ทำอะไรก็จะปรึกษาพ่อแม่

แม่ก่อน” ในบางครั้งถ้าเกิดความเครียดขึ้นก็อาจจะไปเที่ยว ไปคนเดียวบ้าง หรือบางครั้งก็ไปกับเพื่อน ไปเดินห้างเฉยๆ ปล่อยใจตามสบาย ไปดูของสวยๆงามๆ ให้มันหายเหนื่อย

สรุปและข้อสังเกตเพิ่มเติม

ปัญหาโดยมากที่ and2 พบคือเรื่องการเรียน โดยตนจะมีความกังวลในหลายๆเรื่องในอนาคต แต่เมื่อถึงเวลาที่ต้องเจอกับปัญหานั้นจริงๆ ก็สามารถผ่านพ้นไปได้ทุกครั้ง โดยได้มีการวางแผนไว้ล่วงหน้า และค่อยๆดำเนินการตามแผนที่วางไว้ ในกรณีที่มีปัญหา ส่วนมาก and2 จะปรึกษาพ่อแม่ เพราะตนจะสนิทกับพ่อแม่มาก โดยบอกว่าถ้าคุยกับพ่อแม่เค้าก็จะพาไปในทางที่ดี จะไม่ค่อยคุยปรึกษา กับเพื่อนมากนัก แต่ก็จะมีเพื่อนสนิทที่สามารถคุยได้ทุกอย่างอยู่หนึ่งคน แต่ในบางครั้งก็มีปัญหากับพ่อแม่บ้าง พ่อแม่ไม่เข้าใจตน ซึ่ง and2 จะพูดคุยเรื่องนี้ให้เพื่อนฟัง และบางครั้งก็พูดคุยกับพ่อแม่โดยตรงเลย ซึ่งก็เข้าใจว่าพ่อแม่เป็นห่วงตน แต่บางครั้งก็อยากจะมีความเป็นส่วนตัวบ้าง แต่สุดท้าย and2 ก็หาทางออกของตนได้ และปฏิบัติตนได้อย่างเหมาะสม

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สรุปบทสัมภาษณ์ประสบการณ์การเผชิญและจัดการกับปัญหาของนักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นชายและหญิงรายที่ 3: and3

เพศ: หญิง สถานศึกษา: มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา คณะ: มนุษยศาสตร์ ปี 1

and3 คิดว่าทุกคนต้องเจอปัญหา ขึ้นอยู่กับว่าเราอยู่ตรงจุดไหน โดยบอกว่าตนเองนั้นกำลังเรียนอยู่ก็จะมีปัญหาเรื่องการเรียน แต่ตอนนี้ปิดเทอม และกำลังทำงานอยู่ ดังนั้นจึงประสบปัญหาเรื่องการทำงานอีกอย่างหนึ่ง and3 กล่าวว่า ปัญหาเกี่ยวกับการทำงานก็คือ งานจะหนักมาก หยุดวันอาทิตย์วันเดียว และแต่ละวันก็ต้องยืนตลอดทั้งวัน ตั้งแต่ 8 โมงเช้า ถึง 5 ทุ่ม และเค้าจะเข้มงวดมาก คุยกันก็ไม่ได้ เพราะงานต้องได้ยอด ไม่เหมือนงานที่เคยทำตอน ม.5 ซึ่งงานสบายกว่านี้ นี่ก็ไม่คิดว่างานจะหนักขนาดนี้ จึงต้องปรับตัวมากทีเดียว ตอนแรกท้อจนจะออกจากงานเลย แต่ก็ไปคุยกับพ่อแม่ เค้าก็บอกว่าให้ทำไป จะได้เรียนรู้ชีวิตว่าการทำงานจริงๆเป็นอย่างไร ให้มีความตั้งใจเรียนต่อ จะได้ไม่ต้องมาทำงานเหนื่อยขนาดนี้ ก็เลยทำให้ฮึดสู้ต่อว่า ก็ต้องทำนะ เพราะว่าเราต้องการเงินเอาไว้อุ่นใจ เวลาทำกิจกรรมในปีต่อไปด้วยจะได้ไม่ต้องขอพ่อแม่ ช่วยเค้าแบ่งเบาภาระได้ และก็ขอทำงานเพื่อฝึกตัวเอง ภูมิใจตัวเองด้วยว่าจะทนได้มั๊ย ทนถูกด่า แล้วก็ทนร่างกายด้วยว่าตัวเองไหวมั๊ย แต่ก็จะมีรับทำแค่ 2 เดือนพอ เนื่องจากตนมาทำงานพ่อแม่ก็ต้องเหนื่อยคอยไปรับกลับบ้านดึกๆดื่นๆ ทั้งที่ความจริงพ่อแม่ต้องนอนแล้ว และงานบ้านก็ต้องมาช่วยทำอีก ซึ่งปกติตนจะเป็นคนทำเอง ก็เลยว่าจะต้องรับแค่ 2 เดือนพอ พ่อแม่จะได้ไม่ต้องเหนื่อยมากด้วย

ส่วนปัญหาการเรียน and3 บอกว่าเป็นปัญหาใหญ่ของนักศึกษา และสำหรับตนเองก็เห็นว่าวิชาภาษาอังกฤษเป็นอุปสรรคสำหรับตนวิชาหนึ่ง เพราะว่าตนไม่ค่อยเก่ง ในตอนแรกก็อยากจะเรียนพิเศษเพิ่มเพราะเพื่อนก็มาชวนอยู่ แต่เนื่องจากค่าเรียนแพง ไม่มีเงิน จึงคิดว่าไม่เรียนดีกว่า แต่ก็อาศัยว่าลองเรียนไป เรียนรู้เพิ่มเติมด้วยตัวเองดีกว่า ส่วนการเรียนโดยทั่วไปนั้น and3 จะเรียงลำดับว่าแต่ละวันเรียนอะไรมา ก็จะพยายามเคลียร์งานให้เสร็จ และส่งงานให้ทัน เพราะงานก็เป็นคะแนนเก็บซึ่งจะช่วยให้เราได้อย่างหนึ่ง เมื่อทำงานเสร็จก็อ่านหนังสือสอบให้ได้ ถ้าสอบคะแนนไม่ค่อยดี อย่างน้อยก็ยังมีความคะแนนเก็บที่ทำมาช่วยได้ แต่ที่วางแผนไว้แบบนี้ก็ทำไม่ได้ตรงที่ ไม่ได้อ่านหนังสือ ได้แต่ทำงานส่งอย่างเดียว เพราะงานเยอะมาก และบางที่อาจารย์ก็จะมาสั่งตอนท้ายๆด้วย ดังนั้นจะได้อ่านหนังสือจริงๆก็ตอนที่ทำงานเสร็จแล้ว ก็คือเหลือเวลาอีกประมาณหนึ่งอาทิตย์ก่อนสอบ นอกจากนี้ ในการอ่านหนังสือสอบในเทอมแรกจะมุ่งไปที่วิชาเอกอย่างเดียว วิชาพื้นฐานไม่ได้อ่าน คะแนนจึงตกฮวบ จากนั้นพอเทอมสองก็ปรับตัวว่า อ่านทุกวิชาพอๆกัน เพราะคะแนนแต่ละวิชาก็เท่ากัน ผลที่ได้ก็ดีขึ้น คะแนนก็ออกมาไล่เลี่ยกัน แต่วิชาภาษาอังกฤษก็ยังต่ำกว่าวิชาอื่น ทั้งๆที่ก็ทำงานส่งทุกอย่างไม่เห็นคะแนนจะดีขึ้นเลย นอกจากนี้ and3 ยังกล่าวถึงเรื่องการเรียนและเรื่องความรักด้วยว่า เนื่องจากตอนเรียนจะไม่

ค่อยมีเวลาให้แฟน เพราะตัวเองก็อยากที่จะตั้งใจเรียนให้เต็มที่ จึงทะเลาะกันบ่อยๆ ดังนั้น หลังจากที่เข้ามาเรียนที่นี่ได้สักพักจึงขอเลิกกับแฟน โดยบอกว่าตนไม่มีเวลาเรียนนะ ขอเรียนก่อนดีกว่า ซึ่งแฟนก็เข้าใจเพราะเคยผ่านประสบการณ์การเรียนมาก่อน ทั้งสองก็จึงเลิกกันด้วยดี ไม่มีปัญหาอะไร และหากในเวลาเรียนเกิดความเครียดขึ้นก็จะหาทางผ่อนคลายโดยการฟังเพลง ดูหนังให้หายเครียด แต่ถ้าเป็นเมื่อก่อนจะชอบอ่านหนังสือการ์ตูน ชอบดูลายเส้นที่เค้าวาด และก็วาดตามในบางครั้ง มันทำให้มีสมาธิดี ทำให้รู้สึกสดชื่น

โดยทั่วไปที่เจอปัญหา and3 จะพยายามแก้ปัญหาด้วยตนเองก่อน ถ้าแก้ไม่ได้ก็จะไปปรึกษาคนอื่น ซึ่งส่วนมากจะปรึกษาคนที่อายุมากกว่า เพราะเค้าจะมีประสบการณ์มากกว่าก็จะช่วยได้ แต่ถ้ากับเพื่อนก็จะไม่ค่อยได้ช่วยเรื่องหาทางแก้ไขเท่าไร แต่จะเป็นการระบายมากกว่า และจากปัญหาที่ผ่านมา and3 เห็นว่าถ้าเราโตขึ้นปัญหาก็เยอะขึ้นด้วย ซึ่งก็รู้สึกว่าจะต้องมีการจัดการมากขึ้นในทุกๆเรื่อง และปัญหาก็ช่วยสอนให้รู้จักคิดว่ถ้าเจอปัญหาอย่างนี้ต้องทำอย่างไร แล้วแก้ไขอย่างไร ก็จะตัดปัญหาตั้งแต่ก่อนที่มันจะเกิด เช่น เรื่องการทำรายงานก็จะรู้จักปรับตัวว่าถ้าได้งานมาก็จะรีบทำก่อนเลย จะได้ไม่ต้องเร่งทำตอนท้าย เป็นต้น

สรุปและข้อสังเกตเพิ่มเติม

ปัญหาสำหรับ and3 นั้นขึ้นอยู่กับว่าตอนนั้นตนอยู่ในสถานการณ์ใด ซึ่งปัจจุบันก็มีเรื่องการทำงานกับเรื่องการเรียน ซึ่งโดยมาก and3 จะจัดการกับปัญหาต่างๆด้วยตนเองก่อน หากไม่ได้จริงๆก็จะปรึกษากับผู้ที่คิดว่าจะช่วยเหลือตนได้ ซึ่ง and3 ให้ความสำคัญกับแหล่งสนับสนุนนี้มาก โดยบอกว่าถ้าไม่มีใครอยู่ด้วยนี่จะเป็นปัญหาใหญ่มากกว่าสิ่งอื่นใด ในเรื่องการเรียนรู้ and3 จะรู้จักปรับตัวจากประสบการณ์ที่เคยผ่านมา ส่วนเรื่องการทำงานก็จะปรึกษาพ่อแม่ ซึ่งพ่อแม่จะช่วยให้กำลังใจและสามารถแนะนำในเรื่องนี้ได้ ทำให้ and3 มีกำลังใจที่จะทำงานต่อไปให้สำเร็จตามจุดหมายที่ตั้งไว้ว่าต้องการเงินมาใช้จ่ายค่ากิจกรรมในปีต่อไป เพื่อที่จะได้ไม่ต้องรบกวนพ่อแม่ และเป็นการช่วยแบ่งเบาภาระทางบ้านอีกทางหนึ่ง และหวังว่าอนาคตข้างหน้าตนจะเป็นหลักให้ครอบครัว คอยเลี้ยงดูพ่อแม่ ตายายได้

สรุปบทสัมภาษณ์ประสบการณ์การเผชิญและจัดการกับปัญหาของนักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นชายและหญิงรายที่ 4: and4

เพศ: หญิง สถานศึกษา: มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา คณะ: ครุศาสตร์ ปี 3

เมื่อกล่าวถึงปัญหา and4 นี้ถึงปัจจัยในครอบครัว และเรื่องการเงิน โดยบอกว่าครอบครัวของตนพออยู่พอกิน ไม่ได้อยู่กับพ่อแม่ตลอด อาศัยอยู่กับยาย เพราะพ่อแม่แยกกันไปทำงาน ถ้ามีปัญหาเรื่องเงินก็จะช่วยพ่อแม่ทำงาน ที่ทำอยู่ตอนนี้ก็มีออกหน่วยพยาบาล กับทำที่ร้านอาหารแห่งหนึ่ง ซึ่งจะทำทั้งตอนเปิดเทอมและปิดเทอม เพื่อหาเงินไว้ใช้จ่าย เป็นการแบ่งเบาภาระทางบ้าน แต่ก็เหนื่อยนิดหน่อย และเมื่อไม่นานมานี้ก็เพิ่งทราบว่าพ่อแม่ของตนเกิดความไม่เข้าใจกันขึ้น ซึ่งพ่อก็จะไปๆมาๆ ตนเองก็รู้สึกสงสารแม่เหมือนกัน และนี่เป็นเหตุผลหนึ่งที่ทำให้ and4 ยิ่งอยากทำงานหาเงินไว้ใช้มากขึ้น เพื่อจะได้ไม่ต้องรบกวนทางบ้าน ไม่ต้องให้แม่เหนื่อยมาก ส่วนเรื่องการเงินนั้น ถ้าอาจารย์สั่งงานมากก็จะเริ่มทำแต่เนิ่นๆ จะหาข้อมูลมาก่อน แต่จะมารวบรวมอีกทีตอนใกล้ส่ง แต่ก็ส่งทันเวลาทุกครั้ง และเนื่องจากต้องทำงานด้วยและก็เรียนด้วยดังนั้น and4 จึงมีการจัดเวลาโดยจะเขียนโน้ตติดไว้ที่ห้องตลอดว่างานแต่ละชิ้นต้องส่งเมื่อไหร่ ทำอะไรไปแล้วบ้าง คือจะต้องจัดตารางไว้เลยแล้วแต่ละวันจะต้องทำอะไรบ้าง เป็นต้น

เมื่อประสบปัญหา and4 มีความมั่นใจว่าตนสามารถจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นได้ โดยจะคิดหาวิธีการแก้ปัญหา ก่อนนั้นจึงค่อยลงมือแก้ปัญหา ซึ่งบางครั้งก็จะแก้ปัญหาได้สำเร็จดังที่หวังไว้ แต่ก็มีบางครั้งที่ต้องรอกเวลาหน่อย ซึ่งทุกครั้งก็จะลงมือจัดการกับปัญหาด้วยตนเองก่อน แต่หากแก้ปัญหาไม่ได้จริงๆ ก็จะปรึกษาคนอื่น เช่น บางครั้งก็จะคุยกับน้องของตนเองบ้าง โดยมากจะเป็นเรื่องเงิน นอกจากนี้ก็จะคุยกับยายเป็นประจำ เนื่องจากสนิทกับยาย อยู่กับยายมาตลอด แต่ถ้ามีปัญหาเรื่องเพื่อนก็จะคุยกับเพื่อน ส่วนเรื่องการเงินนั้นถ้าไม่เข้าใจ ก็จะถามอาจารย์บ้าง และถามเพื่อนบ้าง แต่ถ้าวิชาไหนที่สามารถอ่านเองได้ก็จะหาหนังสือมาอ่านด้วยตัวเอง เป็นต้น

เมื่อเกิดความเครียดขึ้น and4 จะหาหนังสือธรรมะมาอ่าน เพื่อจะได้ลืมเรื่องราวความเครียดไปพักหนึ่ง แต่ถ้ารู้สึกที่ไม่ไหวจริงๆ ก็จะร้องไห้ออกมาเลย และจะคุยกับเพื่อน พอร้องไห้แล้วมันก็รู้สึกดีขึ้น สบายใจขึ้น เหมือนได้ปลดปล่อย นอกจากนี้ก็จะฟังเพลงเพื่อให้หายเครียด และพร้อมที่จะลุกขึ้นมาจัดการกับปัญหาต่อ

สรุปและข้อสังเกตเพิ่มเติม

ปัญหาที่ and4 พบก็จะมีเรื่องการเงิน และเรื่องครอบครัว รวมถึงเรื่องการเงินด้วย ซึ่งโดยปกติ and4 เชื่อว่าตนสามารถจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นได้ โดยจะจัดการกับปัญหาต่างๆด้วยตนเอง ก่อน จากนั้นถ้ามีปัญหาใดที่ไม่สามารถจัดการได้จริงๆ ก็จะปรึกษาขอความช่วยเหลือจากผู้อื่นที่พอจะ

ช่วยได้ โดยมากก็จะคุยกับน้อง เพื่อน และยาย แต่หากมีปัญหาเรื่องการเรียนรู้ก็จะขอความช่วยเหลือจากอาจารย์ นอกจากนี้ and4 เริ่มทำงานพิเศษมาหลายปีแล้ว และปัจจุบันก็ทำงานอยู่ 2 อย่าง ซึ่งทำทั้งตอนเปิดเทอมและตอนปิดเทอม เพื่อเป็นการช่วยแบ่งเบาภาระทางบ้าน และยังเมื่อทราบว่าพ่อของตนจะแยกไปอยู่ที่อื่น ก็เกิดความสงสารแม่และยังมีความรู้สึกอยากทำงานหาเงินไว้ใช้เองมากยิ่งขึ้น เพื่อนพ่อแม่จะได้ไม่ต้องลำบาก และการที่ and4 ต้องเรียนด้วย และทำงานด้วยจึงต้องมีการจัดเวลาให้เหมาะสม ลงตัว and4 จึงเขียนโน้ตติดไว้ที่ห้อง เพื่อบอกว่ามึงงานอะไรที่ต้องทำบ้าง ส่งวันไหน และในแต่ละวันจะต้องทำอะไรบ้าง เพื่อเป็นการเตือนตัวเองอย่างหนึ่ง



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สรุปบทสัมภาษณ์ประสบการณ์การเผชิญและจัดการกับปัญหาของนักศึกษาที่มีบทบาทความเป็นชายและหญิงรายที่ 5: and5

เพศ: หญิง สถานศึกษา: มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา คณะ: ครุศาสตร์ ปี 3

ปัญหาที่ and5 พบโดยมากจะเป็นเรื่องครอบครัว และเรื่องการเงินเป็นส่วนใหญ่ สำหรับเรื่องการเรียนไม่ค่อยมีปัญหาหนัก โดยเรื่องครอบครัวก็จะเป็นเรื่องที่พ่อแม่ของ and5 อายุมากแล้ว จึงทำงานหาเงินส่งลูกเรียนไม่ค่อยไหว and5 จึงช่วยแบ่งเบาภาระโดยการหางานทำในระหว่างเรียน เพื่อจะได้มีเงินไว้ใช้จ่าย จะได้ไม่ต้องรบกวนพ่อแม่ นอกจากนี้ ในตอนปิดเทอมก็จะกลับบ้านไปช่วยพ่อแม่ทำงานที่บ้าน ซึ่งที่บ้านก็จะทำเกี่ยวกับการเกษตร แต่ปัจจุบันตอนปิดเทอมก็ยังทำงานอยู่ที่กรุงเทพ ในการทำงาน and5 ก็จะมีปัญหาบ้างเล็กน้อย คือหัวหน้าจะหงุดหงิดเรื่องงาน และก็จะบ่นเล็กน้อย ซึ่ง and5 ก็เฉยๆไปไม่ได้ใส่ใจมากนัก และก็ทำงานส่วนของตัวเองต่อไปให้เต็มที่

เรื่องการเรียนนั้นหากอาจารย์สั่งงานมาก็จะเตรียมข้อมูลไว้ก่อน และพอใกล้ส่งก็ค่อยรวบรวมอีกครั้งหนึ่ง ส่วนการอ่านหนังสือนั้น and5 จะค่อยๆอ่านมาเรื่อยๆ เพราะเนื้อหาค่อนข้างเยอะ ถ้ามาอ่านมีหลังก็กลัวจะอ่านไม่ทัน โดยจะมีเวลาอ่านก็ตอนดึกๆหน่อย หรือไม่ก็เข้าไปเลย ในการเรียนนั้นจะมีวิชาที่เป็นปัญหาก็คือ พวกเขียนโปรแกรม ก็จะหนักนิดหนึ่ง ซึ่งบางครั้งก็จะให้เพื่อนช่วยสอนให้ จะมีเพื่อนอยู่คนหนึ่งที่เก่ง นอกจากนี้ and5 ก็ต้องมีการจัดเวลาสำหรับการทำงานและการเรียนที่เหมาะสมด้วย เนื่องจากทำงานอยู่ 2 ที่ and5 จะเขียนโน้ตติดไว้ที่ห้องเหมือนกับ and4 (ผู้วิจัยมาทราบทีหลังว่า and4 และ and5 เคยอยู่ห้องเดียวกันมาก่อน แต่ตอนนี้ไม่ได้อยู่ด้วยกันแล้ว)

ในการแก้ปัญหา and5 คิดว่าตนสามารถจัดการกับปัญหาได้ โดยถ้าปัญหาไม่ใหญ่มาก and5 จะแก้ด้วยตัวเอง แต่ถ้าปัญหาใหญ่มากก็จะปรึกษาเพื่อน และส่วนมากก็จะคุยกับน้องด้วย ก็จะคุยกับน้องได้ทุกเรื่อง แต่ถ้าคุยกับแม่ก็จะคุยตอนที่กลับไปบ้านมากกว่า ส่วนถ้าเกิดความเครียดขึ้นก็จะไปเที่ยวให้หายเครียด ไปร้องคาราโอเกะกับเพื่อนบ้าง และจากประสบการณ์ต่างๆที่กล่าวมา and5 บอกว่า ทำให้มีความขยันมากขึ้น รู้จักหางาน แบ่งเวลาเป็น

สรุปและข้อสังเกตเพิ่มเติม

ปัญหาที่ and5 พบจะเป็นเรื่องครอบครัวและการเงิน ซึ่ง and5 จัดการกับปัญหาโดยการหางานทำเพื่อช่วยแบ่งเบาภาระค่าใช้จ่ายของที่บ้าน เนื่องจากพ่อแม่ของตนก็อายุมากแล้ว นอกจากนี้ and5 ยังต้องเรียนอยู่ด้วย ดังนั้นจึงต้องมีการจัดแบ่งเวลาที่ดี เพื่อที่จะให้ไม่เสียการเรียนด้วย โดย and5 จะเขียนโน้ตติดไว้ที่ห้องว่ามีงานอะไรบ้าง ต้องส่งวันไหน เช่นเดียวกับ and4 เนื่องจากทั้งสองคนเคยอยู่ห้องเดียวกันมาก่อน และนอกจากนี้ในการทำงาน เมื่ออาจารย์สั่งงานมาก็จะเตรียมข้อมูลไว้ก่อน และค่อยมารวบรวมพิมพ์ส่งอาจารย์ตอนใกล้ส่งอีกที ส่วนการอ่านหนังสือ and5 จะวางแผนการ

อ่านหนังสือไว้ตั้งแต่เนิ่นๆ เพื่อที่จะได้ไม่ต้องมาเหนื่อยตอนท้ายทีเดียว เพราะเนื้อหาที่ค่อนข้างเยอะ และหากมีปัญหา and5 จะหาทางแก้ด้วยตัวเองก่อน แต่ถ้าปัญหานั้นใหญ่เกินกว่าที่ตนจะจัดการได้ ก็จะไปปรึกษาเพื่อน หรือน้อง ซึ่ง and5 จะสนิทกับน้องมาก จะคุยกันได้ทุกเรื่อง และถ้าเกิดความเครียดขึ้นก็จะไปเที่ยว ไปร้องคาราโอเกะกับเพื่อน เพื่อให้ผ่อนคลายมากขึ้น



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นางสาวปิ่นอารีย์ กิ่งแก้ว เกิดเมื่อวันที่ 17 พฤศจิกายน พ.ศ.2524 สำเร็จการศึกษาระดับปริญญา วิทยาศาสตร์บัณฑิต สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ จากภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ในปีการศึกษา 2545 และเข้าศึกษาต่อในสาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในปี พ.ศ. 2546

ประสบการณ์ในการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

1. ประสบการณ์ในการเข้าเป็นสมาชิกกลุ่ม

สมาชิกกลุ่มจิตสัมพันธ์ (Encounter group) 1 ครั้ง

สมาชิกกลุ่มพัฒนาตน (Personal growth group) 2 ครั้ง

2. ประสบการณ์ในการเป็นผู้นำกลุ่ม

สมาชิกกลุ่มจิตสัมพันธ์ (Encounter group) 1 ครั้ง

สมาชิกกลุ่มพัฒนาตน (Personal growth group) 4 ครั้ง

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย