

การปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับ
บุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร

ปริญญานิพนธ์
ของ
ดร.ณรรัตน์ ผลสวัสดิ์

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกสุขศึกษา
กุมภาพันธ์ 2544
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

150/2544

150/2544

ร.3

การปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับ
บุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร

บทคัดย่อ

ของ

ดร.ณรัตน์ ผลสวัสดิ์

2544

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกสุขศึกษา
กุมภาพันธ์ 2544

ดร.ณรัตน์ ผลสวัสดิ์. (2544). การปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษา
สำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร. ปรินิพนธ์
กศ.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
คณะกรรมการควบคุม : รองศาสตราจารย์สุจินต์ ปรีชามารภ,
ผู้ช่วยศาสตราจารย์วินัส ปัทมภาสพงษ์.

การศึกษาครั้งนี้ มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาและเปรียบเทียบการปรับตัวและสุขภาพจิต
ของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏ
พระนคร ตามตัวแปรเพศ อายุ อาชีพ รายได้ สถานภาพสมรส หลักสูตร คณะวิชา และการ
สนับสนุนทางสังคม ตลอดจนศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการปรับตัวกับสุขภาพจิตของนักศึกษา
โครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร

กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.)
สถาบันราชภัฏพระนคร จำนวน 302 คน เป็นนักศึกษาชาย 109 คน และนักศึกษาหญิง 193
คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มแบบหลายขั้นตอน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบ
คัดกรองปัญหาสุขภาพจิตไทย จี เอช คิว-28 (Thai GHQ-28) ของโกลด์ เบอร์ก และคนอื่น ๆ
ซึ่งแปลโดย นายแพทย์ธนา นิลชัยโกวิท และแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น วิเคราะห์ข้อมูล
โดยหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบค่าที (t-test) ทดสอบค่า (F-test)
และหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson product moment correlation
coefficient)

ผลการศึกษา พบว่า

1. นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบัน
ราชภัฏพระนคร มีการปรับตัวอยู่ในระดับพอใช้ และมีสุขภาพจิตอยู่ในระดับปกติ
2. นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบัน
ราชภัฏพระนคร ที่มีเพศ อายุ อาชีพ รายได้ หลักสูตรต่างกัน มีการปรับตัวไม่แตกต่างกัน ส่วน
นักศึกษาที่มีสถานภาพสมรส คณะวิชา และการสนับสนุนทางสังคมต่างกัน มีการปรับตัว
แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
3. นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบัน
ราชภัฏพระนคร ที่มีเพศ อายุ อาชีพ รายได้ หลักสูตร และคณะวิชาต่างกัน มีสุขภาพจิตไม่
แตกต่างกัน ส่วนนักศึกษาที่มีสถานภาพสมรส และการสนับสนุนทางสังคมต่างกัน มีสุขภาพจิต
แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
4. นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบัน
ราชภัฏพระนคร การปรับตัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาพจิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่
ระดับ .05

THE ADJUSTMENT AND MENTAL HEALTH OF MANAGING STUDY FOR
PERSONNEL PROGRAM AT RAJABAHT INSTITUTE PHRANAKHON

AN ABSTRACT
BY
DARUNRAT POOLSAWAT

Presented in partial fulfillment of the requirements
for the Master of Education degree in Health Education
at Srinakharinwirot University
February 2001

Darunrat Poolsawat. (2001). *The adjustment and mental health of Managing study for Personnel Program at Rajabaht Institute Phranakhon.*
Master thesis, M.Ed. (Health Education). Bangkok : Graduate School,
Srinakharinwirot University. Advisor Committee:
Assoc. Prof. Sujin Preechamart, Assit Prof. Venus Pattamapassapong.

The purpose of this study was to find out and compare the adjustment and mental health levels of students on Managing Study for Personnel Program at Rajabaht Institute Phranakhon according to variables as sex, ages, occupations, incomes, marital status, curriculums, faculties and social supports. Moreover, the relationship between adjustment and mental health of students were studied also.

The sample was 302 students, 109 males and 193 females. The sample was chosen by multistage random sampling technique. The instrument used for collecting the data was Thai GHQ-28 form or the General Health Questionnaire 28 of Goldberg and others, translated by Thana Nilchaikowit and constructed by the reseacher. The data were analyzed by using the percentage, means, standard devition, t-test, F-test and Pearson correlation coefficient were used for the data analysis.

The results were as follows :

1. The students on Managing Study for Personnel Program at Rajabaht Institute Phranakhon were at moderate adjustment and good mental health.
2. The students on Managing Study for Personnel Program at Rajabaht Institute Phranakhon with different sex, ages, occupations, incomes and curriculums and adjustment with no statistical significant difference but the students on Managing Study for Personnel Program with different marital status, faculties and social supports had adjustment with statistical significant difference at .05 level.
3. The students on Managing Study for Personnel Program at Rajabaht Institute Phranakhon with different sex, ages, occupations, incomes, curriculums and faculties had mental health with no statistical significant difference but the students on Managing Study for Personnel Program at Rajabaht Institute

Phranakhon with different marital status and social supports had mental health with statistical significant difference at .05 level.

4. The students on Managing Study for Personnel Program at Rajabaht Institute Phranakhon had adjustment positively related to mental health at .05 level.

ปริญญานิพนธ์

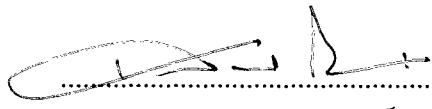
เรื่อง

การปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับ
บุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร

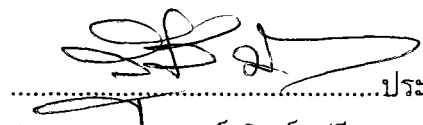
ของ

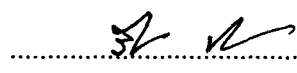
นางสาวดรุณรัตน์ ผลสวัสดิ์

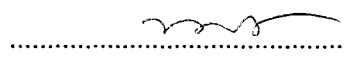
ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัย ให้นำเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกสุขศึกษา
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

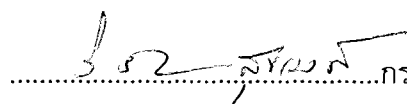

.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(ศาสตราจารย์ ดร.เสริมศักดิ์ วิศวลาภรณ์)
วันที่.....เดือน กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2544

คณะกรรมการสอบปริญญานิพนธ์


.....ประธาน
(รองศาสตราจารย์สุจินต์ ปรีชามารัตน์)


.....กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์วินัส ปัทมสาพงษ์)


.....กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(รองศาสตราจารย์ สพ.ญ.นภาพร มัธยมามกร)


.....กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์วิริยา สุขวงศ์)

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จสมบูรณ์ลงได้ด้วยความกรุณาเป็นอย่างยิ่งจาก รองศาสตราจารย์สุจินต์ ปรีชาमारณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์วินัส ปัทมภาสพงษ์ และ รองศาสตราจารย์ สัตวแพทย์หญิงนภาพร มัธยมามกูร ผู้ช่วยศาสตราจารย์วิริยา สุขวงศ์ คณะ กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม ซึ่งได้ให้คำแนะนำช่วยเหลือและแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ รวมทั้งให้ การสนับสนุนเป็นกำลังใจแก่ผู้วิจัยด้วยดีตลอดมา ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้ง และประทับใจในความกรุณา ของอาจารย์ทุกท่าน จึงขอกราบขอบพระคุณอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณผู้เชี่ยวชาญทุกท่าน ที่กรุณาตรวจสอบความเที่ยงตรงตามเนื้อหา ของเครื่องมือวิจัย รวมทั้งให้ข้อเสนอแนะในการปรับปรุงแก้ไขเครื่องมือวิจัยให้มีประสิทธิภาพและ ขอกราบขอบพระคุณ นายแพทย์ธนา นิลชัยโกวิทย์ ที่อนุญาตให้ใช้เครื่องมือทดสอบสุขภาพจิต GHQ-28

ขอกราบขอบพระคุณ อธิการบดีสถาบันราชภัฏจันทรเกษม อธิการบดีสถาบันราชภัฏ พระนคร อาจารย์ดุชนี ศุภวรรณะกุล อาจารย์อารี ฉายะภูติ อาจารย์สถาบันราชภัฏพระนคร ทุกท่าน และนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) ทุกคนที่ได้ให้ ความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล

ขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อ คุณแม่ น้อง และญาติของผู้วิจัยทุกท่าน ขอขอบคุณ คุณกรรณิการ์ คุณจันทร์ทีก คุณนันทยา เพชรประพันธ์ คุณอรนิภา ผลสวัสดิ์ คุณจริยา ผ่องจิตต์ คุณลัดดาวัลย์ พงษ์ไพจิตร และเพื่อนร่วมเรียนวิชาเอกสุขศึกษา รุ่น 16 ทุกท่าน ที่ ให้กำลังใจและช่วยเหลือผู้วิจัย ขอขอบคุณทุกท่านที่ไม่ได้กล่าวนามไว้ ณ ที่นี้ ที่มีส่วนช่วยให้ ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยดี

ดร.ณรัตน์ ผลสวัสดิ์

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ	1
ภูมิหลัง	1
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า	4
ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า	5
ข้อตกลงเบื้องต้น	5
ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า	5
การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง	6
ตัวแปรที่ศึกษา	6
นิยามศัพท์เฉพาะ	6
กรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า	10
สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า	11
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	12
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาค้นคว้า	12
การปรับตัว	12
สุขภาพจิต	19
การสนับสนุนทางสังคม	28
แบบคัดกรองปัญหาสุขภาพจิต GHQ	31
สถาบันราชภัฏพระนคร	33
โครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.)	36
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาค้นคว้า	41
งานวิจัยในต่างประเทศ	41
งานวิจัยในประเทศไทย	43
3 วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า	48
การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง	48
ประชากร	48
กลุ่มตัวอย่าง	48
การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า	50

สารบัญ(ต่อ)

บทที่	หน้า
3 (ต่อ) ลักษณะของเครื่องมือ.....	50
ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ.....	51
เกณฑ์ในการให้คะแนนและการแปลความหมาย	52
การหาคุณภาพของเครื่องมือ.....	54
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	55
การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล	55
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	56
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	62
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	62
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	62
5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	80
สังเขปความมุ่งหมาย สมมติฐาน และวิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า	80
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า	80
สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า.....	80
วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า	81
สรุปผลการศึกษาค้นคว้า	83
อภิปรายผล.....	85
ข้อเสนอแนะ	92
ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป.....	92
บรรณานุกรม	94
ภาคผนวก.....	103
ประวัติย่อผู้วิจัย	130

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 จำนวนประชากร จำแนกตามประเภทของหลักสูตร คณะวิชา และเพศ ของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) รุ่น 23.....	49
2 จำนวนกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามประเภทของหลักสูตร คณะวิชา และเพศ ของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) รุ่น 23	50
3 ข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถามและคำร้อยละ จำแนกตามเพศ อายุ อาชีพ รายได้ สถานภาพสมรส หลักสูตร คณะวิชา และ การสนับสนุนทางสังคม.....	64
4 จำนวน ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับการปรับตัว และสุขภาพจิต ของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร.....	66
5 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ย การปรับตัวของนักศึกษา โครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร.....	67
6 จำนวนค่าเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานของการปรับตัวของ นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) จำแนกตามอายุ อาชีพ รายได้ สถานภาพสมรส และการสนับสนุนทาง สังคม.....	68
7 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียวของคะแนนการปรับตัวของ นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร จำแนกตามอายุ อาชีพ รายได้ สถานภาพสมรส คณะวิชา และการสนับสนุนทางสังคม	70
8 ผลการทดสอบความแตกต่างของค่าคะแนนเฉลี่ยการปรับตัวเป็นรายคู่ของ นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร ตามสถานภาพสมรส คณะวิชา และการ สนับสนุนทางสังคม	72

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง		หน้า
9	เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนสุขภาพจิต ของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร.....	74
10	จำนวนค่าเฉลี่ยและค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานคะแนนสุขภาพจิต นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) จำแนกตามอายุ อาชีพ รายได้ สถานภาพสมรส และการสนับสนุนทางสังคม.....	75
11	ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียวของคะแนนสุขภาพจิตของ นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร จำแนกตามอายุ อาชีพ รายได้ สถานภาพสมรส คณะวิชา และการสนับสนุนทางสังคม	77
12	ผลการทดสอบความแตกต่างของค่าคะแนนเฉลี่ยสุขภาพจิตเป็นรายคู่ของ นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร ตามสถานภาพสมรส และการสนับสนุนทางสังคม	79
13	ความสัมพันธ์ระหว่างการปรับตัวกับสุขภาพจิตของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป. สถาบันราชภัฏพระนคร นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ.....	80
14	ค่าอำนาจจำแนก (r) เป็นรายชื่อของแบบสอบถาม การปรับตัวและการสนับสนุนทางสังคม ของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร.....	114
15	เฉลยแบบสอบถามการปรับตัวและการสนับสนุนทางสังคม ของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป. สถาบันราชภัฏพระนคร.....	116

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ

หน้า

1	ประมาณการประชากร จำแนกตามกลุ่มอายุ และ เพศ พ.ศ. 2538.....	2
2	กรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า.....	10
3	ต้นไม้สุขภาพจิตดี.....	24
4	ต้นไม้ผู้มีปัญหาสุขภาพจิต.....	25
5	โครงสร้างการบริหารงานสถาบันราชภัฏพระนคร.....	33

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

การดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมทุกวันนี้ คนเราต้องแสวงหาทางที่จะตอบสนองความต้องการของตนเองตลอดเวลา ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม ซึ่งการหาทางตอบสนองความต้องการของคนเรานั้น บางครั้งก็มีอุปสรรคหรือมีปัญหาขัดขวาง ทำให้ไม่สามารถตอบสนองความต้องการทุกอย่างของตนได้ จึงทำให้เกิดความรู้สึกขัดแย้ง ผิดหวัง สับสน ว้าวุ่นใจ และความเครียดจากการเผชิญปัญหาจะมากหรือน้อยก็แตกต่างกันไป ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความสำคัญ ความซับซ้อนของปัญหา และระยะเวลาที่เกิดปัญหา รวมทั้งลักษณะสภาพร่างกาย ระดับสติปัญญา การรับรู้ และประสบการณ์ของแต่ละคน ดังนั้นคนเราจำเป็นต้องรู้จักการปรับตัวเพื่อบรรเทาความรู้สึกคับข้องใจให้เบาบางลง และรักษาคุณภาพของชีวิตไว้ให้ได้ กล่าวได้ว่า ความสามารถในการปรับตัว จึงมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการดำเนินชีวิตของคนทุกคน (นิภา นิธยาน. 2530 : 9 - 10)

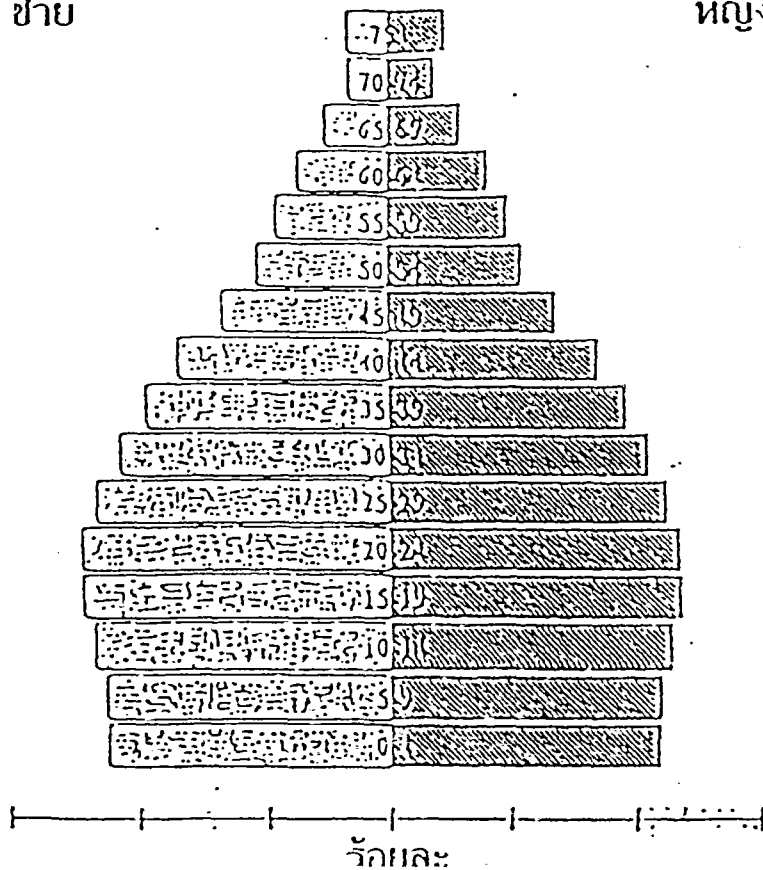
ภาวะที่คนเราไม่สามารถปรับตัวตามสถานการณ์ (Cultural lag) ได้ จะส่งผลกระทบต่อสถานะทางด้านสุขภาพจิต ซึ่งแม้จะไม่มีดัชนีชี้วัดภาวะสุขภาพจิตอย่างแท้จริง แต่ปรากฏการณ์ที่เป็นจริงในปัจจุบัน คือ ความเครียดซึ่งเป็นโรคที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมมีแนวโน้มสูงขึ้น และผลกระทบที่ตามมา คือ การไม่สามารถจัดการกับความรับผิดชอบ หรือภาระหน้าที่ได้อย่างมีประสิทธิภาพเท่าที่ควร ทั้งในสถาบันครอบครัว สถาบันการศึกษาและสถาบันทางสังคมอื่น ๆ ทำให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ตามมามากมาย หรืออาจกล่าวได้ว่าการเปลี่ยนแปลงที่รวดเร็วในสังคมยุคโลกาภิวัตน์ รวมทั้งการแข่งขันเชิงรุกทางธุรกิจที่เป็นไปอย่างสูง ก่อให้เกิดภาวะที่คนส่วนใหญ่ไม่สามารถปรับตัวได้ตามสถานการณ์ (Cultural lag) ปัญหาสุขภาพจิตจึงสูงขึ้น โดยเฉพาะความเครียดซึ่งเป็นมูลเหตุสำคัญที่นำไปสู่ปัญหาสุขภาพจิตที่รุนแรง คือ โรคจิต การฆ่าตัวตาย รวมทั้งเป็นมูลเหตุที่ทำให้ประชาชนใช้วิธีการไม่ถูกต้องในการแก้ปัญหาของตน เช่น การใช้สารเสพติดและอื่น ๆ พบว่า อัตราการใช้ยาเสพติด ยาแก้ปวดประสาท ยาแก้ปวด และยาโรกระเพาะ ซึ่งเกี่ยวข้องกับสุขภาพจิตมีปริมาณมากขึ้น (กรมสุขภาพจิต. ม.ป.ป.: 2)

แนวโน้มของปัญหาสังคมต่าง ๆ ของประเทศไทยที่เพิ่มมากขึ้น เป็นผลมาจากการพัฒนาเศรษฐกิจที่ขยายตัวเข้าสู่ความเป็นอุตสาหกรรมมากขึ้น และการย้ายถิ่นฐานของคนวัยทำงานจากชนบทเข้าสู่เมืองหลวง ก่อให้เกิดปัญหาความหนาแน่นของประชากร ความแออัดของที่อยู่อาศัย การแข่งขันกันทำงาน และการว่างงาน เป็นต้น ปัญหาดังกล่าวมีผลต่อสุขภาพจิตของบุคคลในวัยทำงานเป็นอย่างยิ่ง เนื่องจากในปัจจุบันพบว่า สัดส่วนของประชากรในวัยทำงาน

แนวโน้มมากกว่าประชากรในวัยอื่น ๆ ดังปรากฏตามภาพประกอบ 1 (กระทรวงสาธารณสุข. กรมสุขภาพจิต. ม.ป.ป. : 4)

ชาย

หญิง



ภาพประกอบ 1 ประมาณการประชากร จำแนกตามกลุ่มอายุและเพศ พ.ศ. 2538

จากภาพประกอบ 1 แสดงว่า จำนวนบุคคลในวัยทำงานหรือวัยผู้ใหญ่มีจำนวนเพิ่มขึ้น คนวัยนี้อยู่ในระยะเปลี่ยนวัยจากความเป็นหนุ่มสาวเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ ซึ่งเป็นวัยที่ต้องเผชิญภาวะวิกฤตทางกาย อารมณ์ สังคมและจิตใจ ซึ่งคนวัยผู้ใหญ่นี้เป็นบุคคลที่มีความรับผิดชอบที่สูงยิ่งต่อความเจริญและความเสื่อมของครอบครัว สังคม และประเทศชาติ คนในวัยผู้ใหญ่ทั้งชายและหญิง ไม่ว่าร่ำรวยหรือยากจน จะเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย อารมณ์ งานอาชีพ เรื่องเพศ ความสนใจ ค่านิยม ความเป็นอยู่ภายในครัวเรือน และอื่น ๆ อย่างหนีไม่พ้น ซึ่งหากปรับตัวไม่ทันเพราะขาดความรู้ ความเข้าใจสภาพธรรมชาติของร่างกาย อารมณ์ จิตใจ และสังคมประจำวันแล้ว ก็มักทำให้ช่วงชีวิตในวัยผู้ใหญ่สับสน ไร้ความสุขจนถึงกับเป็นโรคจิต

โรคประสาทหรือเป็นผู้ก่อปัญหาให้กับคู่สมรส ลูกหลานพ่อแม่ รวมทั้งกิจการงานอาชีพ สังคม และประเทศชาติโดยส่วนรวมได้

ศรีเรือน แก้วกังวาล (2522 : 31) ได้ศึกษาตามหลักทฤษฎีจิตวิทยาพัฒนาการ อธิบายว่า คน 2 วัยที่มีความคิดฆ่าตัวตายมากที่สุด คือ คนที่อยู่ในวัยรุ่น และวัยกลางคน เพราะคนสองวัยนี้มักเผชิญกับปัญหาชีวิตและการปรับตัวทางกาย ทางอารมณ์ ทางสังคมหนักหน่วงกว่าวัยอื่น ๆ เมื่อหมดกำลังใจในการเผชิญกับปัญหาวิกฤตต่าง ๆ เหล่านั้น ก็อาจฆ่าตัวตายได้

นิรมล แก้วมีศรี (2537 : 2 - 3) กล่าวว่า การที่จะพัฒนาประเทศให้เจริญก้าวหน้า นั้น จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องอาศัยบุคลากรหรือคน เป็นกำลังสำคัญในการดำเนินการ บุคคลที่จะทำงานได้มีประสิทธิภาพนั้น จะต้องมีความรู้พื้นฐานทางการมีสุขภาพอนามัยดี คือ ประกอบด้วยสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดีและสมบูรณ์ ลักษณะของผู้ที่มีสุขภาพกายดีและสมบูรณ์นั้น หมายถึง การมีอวัยวะร่างกายที่แข็งแรงสมบูรณ์และทำงานได้โดยปกติ ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ และทั้งนี้ จะรวมถึงการมีสุขภาพจิตดี มีสภาพอารมณ์ จิตใจแจ่มใส สามารถปรับตัวและควบคุมอารมณ์ให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม และสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

สถาบันราชภัฏพระนคร เป็นสถาบันอุดมศึกษาเพื่อการพัฒนาท้องถิ่น มีวัตถุประสงค์ ให้การศึกษาวิชาการและวิชาชีพชั้นสูง ทำการวิจัย ให้บริการทางวิชาการแก่สังคม ปรับปรุง ถ่ายทอดและพัฒนาเทคโนโลยี ทะนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม ผลิตครู นอกจากทำหน้าที่ให้ความรู้ ความสามารถในสาขาวิชาต่าง ๆ สำหรับนักศึกษาภาคปกติแล้ว ยังได้ดำเนินการจัดการเรียน การสอนให้กับนักศึกษาภาคพิเศษ ซึ่งอยู่ภายใต้ชื่อว่า โครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากร ประจำการ (กศ.บป.) เพื่อตอบสนองความต้องการของท้องถิ่น ซึ่งเป็นการจัดการศึกษาแก่ คนทำงาน ก่อให้เกิด “การพัฒนาแบบยั่งยืน” ซึ่งหมายถึง การพัฒนาประเทศอย่างมั่นคงด้วยความ เป็นตัวของตัวเอง

การดำเนินโครงการจัดการศึกษาสำหรับผู้มีงานทำในระดับปริญญาเป็นที่นิยมของ ประชาชนมาช้านาน เป็นหน้าที่ของสถาบันราชภัฏทุกแห่งทั่วประเทศในช่วง พ.ศ. 2519 ถึง พ.ศ. 2528 ได้ดำเนินการภายใต้ชื่อ โครงการฝึกอบรมครูและบุคลากรทางการศึกษาประจำการ (อศป.) ผู้เข้าศึกษาส่วนใหญ่จะประกอบด้วยครูประจำการในทุกภูมิภาค ต่อมา พ.ศ. 2528 จนถึงปัจจุบัน ได้พัฒนามาเป็น “โครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.)” ซึ่งการรับบุคคลเข้าศึกษาจะรับประชาชนทุกอาชีพเข้าศึกษา (สำนักงานสภาสถาบันราชภัฏ. 2542 : 9) ดังคำกล่าวของวิชัย แซ่ซ่ง (2542 : คำนำ) เลขาธิการสภาสถาบันราชภัฏ ในข้อความตอนหนึ่งว่า

การให้โอกาสคนในการศึกษาเพื่อพัฒนาตนเองและพัฒนาสังคมนั้น ในบ้านเรายังไม่เป็นที่เพียงพอแก่ทุกคน คนที่ควรมีโอกาสได้เรียนในวัยที่ควรจะเรียนต้องพลาดโอกาสไปเป็นอันมาก ทั้ง ๆ ที่เขาเหล่านั้นมีศักยภาพสูงพอที่พัฒนาตนเองได้อย่างดียิ่ง ทั้งนี้เนื่องมาจากที่นั่งในสถาบันอุดมศึกษาของรัฐมีจำนวนจำกัด รวมทั้งข้อจำกัดในด้านครอบครัว ข้อจำกัดในเรื่องส่วนตัว จึงทำให้เขาเหล่านั้นพลาดโอกาสดังกล่าว สถาบันราชภัฏเข้าใจคนทุกคนที่ต้องการโอกาส โดยเฉพาะอย่างยิ่งคนทำงานที่เคยพลาดโอกาส ให้คนเหล่านี้ได้มีโอกาสในการพัฒนาตนเองตามความตั้งใจ

ดังนั้นการดำเนินโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) จึงสนับสนุนและส่งเสริมให้บุคคลในวัยทำงานได้พัฒนาความรู้ ความสามารถ ความเจริญงอกงาม ทั้งร่างกายและจิตใจ มีความเป็นผู้ใหญ่ที่มีความรับผิดชอบทั้งในงานอาชีพของตนเองและมีความรับผิดชอบด้านการเรียน ซึ่งการทำงานกับการเรียนมีความแตกต่างกันอย่างมาก นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) ต้องปรับตัวทั้งทางด้านการทำงาน ควบคู่ไปกับการเรียน ถ้าหากสามารถปรับตัวให้เข้ากับการทำงานและกิจกรรมต่าง ๆ ในระหว่างที่ศึกษาอยู่ในสถาบันการศึกษาได้ ก็เป็นที่เชื่อว่านักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) ก็จะไม่มีปัญหาในเรื่องบุคลิกภาพและสุขภาพจิต ในทางกลับกันหากนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) ปรับตัวไม่ได้ อาจทำให้เกิดความหดหู่ ท้อแท้ หมดหวัง เบื่อหน่าย วิตกกังวล อันจะส่งผลทั้งการทำงานและการเรียนได้

สถาบันราชภัฏพระนคร เป็นสถาบันที่รับนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) หลายสาขาวิชา และมีจำนวนนักศึกษาที่ทำงานแล้วสมัครเข้าศึกษาเป็นจำนวนมาก ปัญหาต่าง ๆ เหล่านี้ ถ้าไม่ได้รับการแก้ไข ย่อมส่งผลให้นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) มีปัญหาสุขภาพจิตได้ ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาปัญหาการปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) เพื่อนำผลที่ได้จากการศึกษาครั้งนี้มาเป็นแนวทางและข้อเสนอแนะในการแก้ปัญหา วางแผน ป้องกัน และให้คำแนะนำแก่นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) ต่อไป

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อศึกษาระดับการปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร
2. เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร ตามตัวแปร เพศ อายุ อาชีพ รายได้ สถานภาพสมรส หลักสูตร คณะวิชา และการสนับสนุนทางสังคม

3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการปรับตัวกับสุขภาพจิตของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

1. ทำให้ทราบถึงระดับการปรับตัวและสุขภาพจิตของนักนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) หลักสูตรระดับปริญญาตรี 2 ปี (หลังอนุปริญญา) และระดับปริญญาตรี 4 ปี สถาบันราชภัฏพระนคร

2. ทำให้ทราบความแตกต่างของการปรับตัวและสุขภาพจิตของนักนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) หลักสูตรระดับปริญญาตรี 2 ปี (หลังอนุปริญญา) และระดับปริญญาตรี 4 ปี สถาบันราชภัฏพระนคร ตามตัวแปร เพศ อายุ รายได้ อาชีพ สถานภาพสมรส หลักสูตร คณะวิชา และการสนับสนุนของสังคม

3. ทำให้ทราบความสัมพันธ์ระหว่างการปรับตัวและสุขภาพจิตของนักนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) หลักสูตรระดับปริญญาตรี 2 ปี (หลังอนุปริญญา) และระดับปริญญาตรี 4 ปี สถาบันราชภัฏพระนคร

4. เป็นแนวทางให้อาจารย์สถาบันราชภัฏพระนคร และบุคคลที่เกี่ยวข้องให้ความช่วยเหลือนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) ที่เริ่มมีปัญหาสุขภาพจิตตั้งแต่ต้น

ข้อตกลงเบื้องต้น

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ศึกษาเฉพาะนักศึกษาที่เข้ารับการศึกษาระดับปริญญาตรีในโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) รุ่น 23 ซึ่งลงทะเบียนเรียนในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2543 ตามหลักสูตรระดับปริญญาตรี 2 ปี (หลังอนุปริญญา) และระดับปริญญาตรี 4 ปี จากคณะครุศาสตร์ คณะมนุษยศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ และการจัดการ และคณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ของสถาบันราชภัฏพระนคร เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาการปรับตัวและสุขภาพจิตของนักนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร โดยมีขอบเขตการศึกษาดังต่อไปนี้

การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) รุ่น 23 หลักสูตรระดับปริญญาตรี 2 ปี (หลังอนุปริญญา) และระดับปริญญาตรี 4 ปี ของสถาบันราชภัฏพระนคร จำนวน 1,230 คน เป็นนักศึกษาชาย 444 คน และเป็นนักศึกษาหญิง 786 คน ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2543

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) รุ่น 23 หลักสูตรระดับปริญญาตรี 2 ปี (หลังอนุปริญญา) และระดับปริญญาตรี 4 ปี ของสถาบันราชภัฏพระนคร จำนวน 302 คน เป็นนักศึกษาชาย 109 คน และเป็นนักศึกษาหญิง 193 คน ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2543 ซึ่งได้มาโดยวิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multistage random sampling) และกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่าง โดยวิธีการคำนวณจากสูตรยามาเน่ (Yamane')

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ แบ่งเป็นดังนี้

- 1.1 เพศ
- 1.2 อายุ
- 1.3 อาชีพ
- 1.4 รายได้
- 1.5 สถานภาพสมรส
- 1.6 หลักสูตร
- 1.7 คณะวิชา
- 1.8 การสนับสนุนของสังคม

2. ตัวแปรตาม ได้แก่ การปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.)

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. การปรับตัว

หมายถึง การแสดงออกของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) ที่มีต่อบุคคลและสิ่งแวดล้อมได้อย่างเหมาะสมโดยปราศจากความคับข้องใจ ความขัดแย้งในใจ และความวิตกกังวล เมื่อศึกษาร่วมกับผู้อื่นในสถาบันราชภัฏพระนคร ซึ่งแบ่งการปรับตัวออกเป็น 3 ด้าน ดังนี้

1.1 การปรับตัวด้านการเรียน ได้แก่ การตั้งใจและเอาใจใส่ต่อการเรียน ความพยายามที่จะเรียนให้มีผลสัมฤทธิ์ทางเรียนดี และความพึงพอใจในสาขาที่เลือกเรียน

1.2 การปรับตัวด้านสังคม ได้แก่ การเคารพสิทธิของผู้อื่น การมีความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น การเห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าส่วนตน ความรู้สึกผูกพัน และพึงพอใจในสถาบันที่ศึกษาและสถานที่ทำงาน

1.3 การปรับตัวด้านอารมณ์ ได้แก่ การยอมรับและจัดการปัญหาที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสม ด้วยความรู้สึกสบายใจ ปราศจากความคับข้องใจ ความขัดแย้งในใจและความวิตกกังวล การปรับตัวสามารถวัดได้ด้วยแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

2. สุขภาพจิต

หมายถึง ภาวะสุขภาพที่แสดงออกมาทางร่างกาย อารมณ์ และความรู้สึกต่อตนเอง เป็นความรู้สึกและการแสดงออกของนักศึกษาที่แสดงความสามารถในการปรับตัวเข้ากับสังคมและสิ่งแวดล้อม ตลอดจนความสามารถในการเผชิญอุปสรรคต่าง ๆ วัดได้โดยใช้แบบสอบถามสุขภาพทั่วไป (General health questionnaire) คือ GHQ - 28 สร้างขึ้นโดยโกลด์เบิร์ก และคนอื่น ๆ (Goldberg and others. 1988) เป็นแบบสอบถามเพื่อคัดกรองปัญหาสุขภาพจิตซึ่งนายแพทย์ธนา นิลชัยโกวิทย์ และคนอื่น ๆ (2539 : 1 - 6) แห่งภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์รามธิบดี ได้เรียบเรียงเป็นภาษาไทย แบบสอบถามชนิดนี้สามารถระบุได้ว่า บุคคลนี้มีปัญหาสุขภาพจิตหรือไม่ ซึ่งวัดออกมาได้เป็น 4 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านความวิตกกังวลและการนอนหลับ ด้านความรู้สึกมีคุณค่าในตัวเอง และด้านความซึมเศร้า

3. โครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.)

หมายถึง การจัดการศึกษาที่นอกเหนือจากการจัดการศึกษาภาคปกติ แบบให้ปริญญา อนุปริญญา หรือประกาศนียบัตรแก่บุคลากรที่ปฏิบัติงานในหน่วยงานของรัฐ เอกชน หรือประกอบอาชีพส่วนตัว โดยใช้คำย่อว่า “กศ.บป.” (คู่มือนักศึกษาสถาบันราชภัฏพระนคร. 2542 : 101)

4. นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) รุ่น 23

หมายถึง ลำดับของการเปิดรับนักศึกษาเข้ามาศึกษาอบรมในโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) รุ่น 23 ตั้งแต่ปีการศึกษา 2541 ซึ่งในปัจจุบันลงทะเบียนเรียนในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2543 (คู่มือนักศึกษาสถาบันราชภัฏพระนคร. 2542 : 101)

5. เพศ

หมายถึง ลักษณะของนักศึกษาที่เข้ารับการศึกษารวมในโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ

5.1 ชาย

5.2 หญิง

6. อายุ

หมายถึง จำนวนอายุเต็มปีบริบูรณ์ของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) ของสถาบันราชภัฏพระนคร แบ่งออกเป็น 4 กลุ่ม คือ (สำนักงานสถิติแห่งชาติ. 2537 : 1)

6.1 อายุต่ำกว่า 21 ปี

6.2 อายุ 21 – 30 ปี

6.3 อายุ 31 – 40 ปี

6.4 อายุมากกว่า 40 ปี

7. อาชีพ

หมายถึง การทำงานในปัจจุบันของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) ของสถาบันราชภัฏพระนคร แบ่งออกเป็น 5 กลุ่ม คือ (สำนักงานสถิติแห่งชาติ. 2537 : 6)

7.1 รับราชการ หรือพนักงานรัฐวิสาหกิจ หมายถึง ผู้ที่รับราชการหรือทำงานในสังกัดหน่วยงานรัฐบาลหรือรัฐวิสาหกิจ

7.2 รับจ้าง หมายถึง ผู้รับจ้างเป็นรายวัน รายเดือน หรือรับจ้างส่วนตัว ซึ่งมีรายได้ไม่แน่นอนในแต่ละเดือน

7.3 เกษตรกรรม หมายถึง ผู้ประกอบอาชีพทำนา ทำสวน ทำไร่หรือเลี้ยงสัตว์

7.4 ค้าขาย หมายถึง ผู้ทำการค้าทุกชนิด รวมทั้งหาบเร่ แผงลอย

7.5 ไม่ได้ประกอบอาชีพ หมายถึง ผู้ที่ไม่มีอาชีพใด ๆ รวมทั้งนักเรียน หรือนักศึกษา

8. รายได้

หมายถึง เงินเดือนหรือรายได้พิเศษอื่น ๆ ของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) ของสถาบันราชภัฏพระนคร แบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม คือ (สำนักงานสถิติแห่งชาติ. 2537 : 48)

8.1 รายได้ต่ำกว่า 3,000 บาทต่อเดือน

8.2 รายได้ 3,000 บาท – 8,000 บาทต่อเดือน

8.3 รายได้สูงกว่า 8,000 บาทต่อเดือน

9. สถานภาพสมรส

หมายถึง ฐานะทางสังคมเกี่ยวกับการใช้ชีวิตร่วมกันแบบสามีภรรยา แบ่งออกเป็น 3 ลักษณะ คือ (สำนักงานสถิติแห่งชาติ. 2532 : 198)

9.1 โสด หมายถึง นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) ที่ยังไม่มีสามี หรือภรรยา

9.2 คู่ หมายถึง นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) ที่ยังมีสามี หรือภรรยา อยู่ด้วยกันในปัจจุบัน

9.3 หม้าย หย่า แยก หมายถึง นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคคลทั่วไป (กศ.บป.) ที่เคยมีสามี ภรรยา อยู่ด้วยกันในอดีต แต่สามีหรือภรรยาเสียชีวิต หย่าร้าง หรือแยกกันอยู่

10. หลักสูตร

หมายถึง หลักสูตรที่เปิดสอนในโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคคลทั่วไป (กศ.บป.) เฉพาะรุ่น 23 แบ่งออกเป็น 2 หลักสูตร คือ (สำนักงานสภาสถาบันราชภัฏ. 2542 : 19)

10.1 หลักสูตรปริญญาตรี 2 ปี (หลังอนุปริญญา) เป็นหลักสูตรต่อเนื่องที่จัดการศึกษาระดับปริญญาตรี ใช้เวลาเรียน 2 ปี สำหรับผู้ที่จบการศึกษาระดับอนุปริญญา หรือเทียบเท่า

10.2 หลักสูตรปริญญาตรี 4 ปี เป็นหลักสูตรที่จัดการศึกษาระดับปริญญาตรี ใช้เวลาเรียน 4 ปี สำหรับผู้ที่จบการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลายหรือเทียบเท่า

11. คณะวิชา

หมายถึง หน่วยงานที่เปิดทำการสอนในโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) เฉพาะรุ่น 23 แบ่งออกเป็น 4 คณะวิชา คือ (คู่มือนักศึกษา สถาบันราชภัฏพระนคร. 2542 : 17 - 34)

10.1 คณะครุศาสตร์

10.2 คณะมนุษยศาสตร์

10.3 คณะวิทยาการจัดการ

10.4 คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี

12. การสนับสนุนทางสังคม

หมายถึง การได้รับความช่วยเหลือสนับสนุนจากบุคคลในสังคมของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร ทางด้านอารมณ์ (การได้รับความรัก ความรู้สึกผูกพัน และความไว้วางใจซึ่งกันและกัน) ด้านการยอมรับและเห็นคุณค่า (การได้รับความเชื่อถือ ไว้วางใจ ยกย่องให้เกียรติ) ด้านการมีส่วนร่วมและเป็นส่วนหนึ่งของสังคม (การมีกิจกรรมร่วมกันและช่วยเหลือกันในสังคม) ด้านข้อมูลข่าวสาร (การได้รับข้อมูล คำแนะนำ ซึ่งสามารถนำไปใช้ในการแก้ปัญหา การปรับตัว และสุขภาพจิต ของนักศึกษาได้) และด้านการเงิน แรงงานหรือสิ่งของ (การได้รับความช่วยเหลือในเรื่องการเงิน แรงงาน เวลาหรือการให้บริการ) ซึ่งการสนับสนุนทางสังคม แบ่งออกเป็น 3 ระดับ คือ

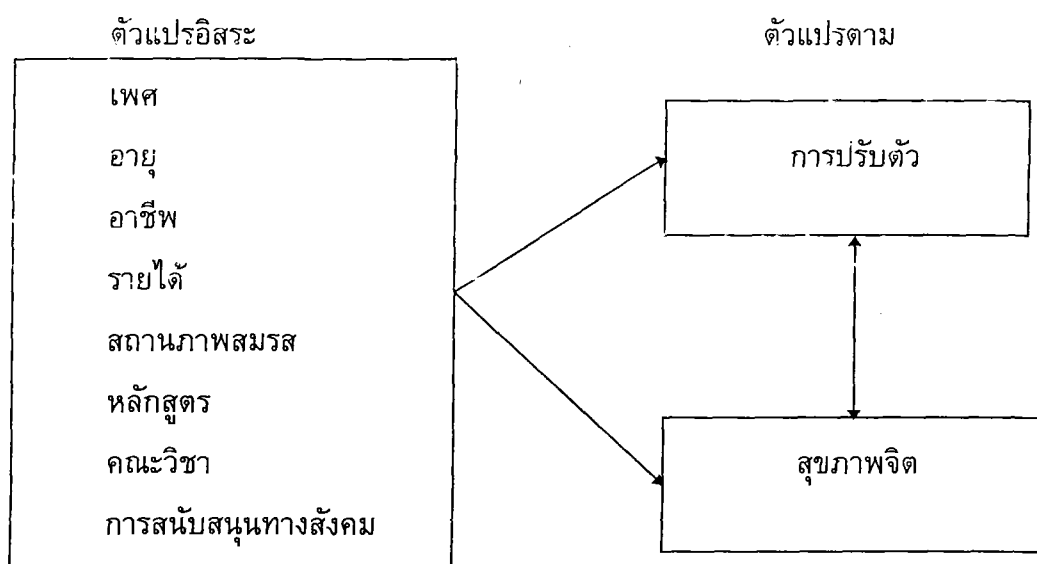
- 12.1 การได้รับการสนับสนุนทางสังคมระดับมาก
- 12.2 การได้รับการสนับสนุนทางสังคมระดับปานกลาง
- 12.3 การได้รับการสนับสนุนทางสังคมระดับน้อย

13. สถาบันราชภัฏพระนคร

หมายถึง สถาบันอุดมศึกษาที่จัดขึ้นตามพระราชบัญญัติสภาสถาบันราชภัฏ พ.ศ. 2538 สังกัดกรมสภาสถาบันราชภัฏ กระทรวงศึกษาธิการ (คู่มือนักศึกษาสภาสถาบันราชภัฏพระนคร. 2542 : 6)

กรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า

การศึกษาการปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) ครั้งนี้ผู้วิจัยได้กำหนดตัวแปรในแต่ละด้าน คือ เพศ อายุ อาชีพ รายได้ สถานภาพสมรส หลักสูตร คณะวิชา และการสนับสนุนทางสังคม ที่น่าจะมีส่วนสัมพันธ์กับการปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) เพื่อเป็นแนวทางในการส่งเสริมและป้องกันปัญหาการปรับตัว และปัญหาสุขภาพจิตในสถาบันราชภัฏพระนคร ดังปรากฏตามภาพประกอบ 2



ภาพประกอบ 2 กรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า

- [illegible]

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาการปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) ครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องตามหัวข้อดังต่อไปนี้

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาค้นคว้า
 - 1.1 การปรับตัว
 - 1.2 สุขภาพจิต
 - 1.3 การสนับสนุนทางสังคม
 - 1.4 แบบคัดกรองปัญหาสุขภาพจิต GHQ
 - 1.5 สถาบันราชภัฏพระนคร
 - 1.6 โครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.)
2. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาค้นคว้า
 - 2.1 งานวิจัยในต่างประเทศ
 - 2.2 งานวิจัยในประเทศไทย

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาค้นคว้า

การปรับตัว (Adjustment)

มนุษย์ทุกคนจำเป็นต้องมีการปรับตัวต่อสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงไป ทั้งนี้อาจจะเป็นสถานการณ์ที่อยู่ภายใต้ตัวบุคคล เช่น การเจริญเติบโตของร่างกาย ความเสื่อมของร่างกาย ความรู้สึก ความคิดเห็น เป็นต้น หรือสถานการณ์ที่อยู่ภายนอกตัวบุคคล ได้แก่ บุคคลที่อยู่รอบตัว สิ่งแวดล้อมและการใช้ชีวิตประจำวัน เป็นต้น เพื่อพยายามเอาชนะอุปสรรคทั้งภายในและภายนอกตนเอง โดยทำให้เกิดภาวะสมดุลกับสิ่งแวดล้อมได้อย่างเหมาะสมทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ซึ่งได้มีผู้ให้ความหมายของการปรับตัวไว้หลายลักษณะ ดังนี้

กมลรัตน์ หล้าสูงษ์ (2524 : 180) กล่าวว่า การปรับตัวเป็นกระบวนการที่บุคคลพยายามปรับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นแก่ตนเอง ไม่ว่าจะเป็นปัญหาด้านอารมณ์ ปัญหาด้านบุคลิกภาพ ปัญหาด้านความต้องการให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อม จนเป็นสภาพอารมณ์ที่ตนสามารถทนอยู่ได้ในสังคมหรือสิ่งแวดล้อมนั้น ๆ

สุรางค์ จันทร์เอม (2527 : 84) กล่าวว่า การปรับตัว หมายถึง การที่บุคคลแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ เพื่อให้บรรลุจุดหมายปลายทางในสิ่งแวดล้อมของตน เมื่อมนุษย์ได้ทำในสิ่งที่ตนต้องการแล้ว ความตึงเครียดต่าง ๆ ก็ย่อมคลายลงไป

อภิวันทน วรศุขาลง (2529 :29) กล่าวว่า การปรับตัว หมายถึง การรับรู้ปัญหาของบุคคลในระดับปกติ เช่น ปัญหาเกี่ยวกับอารมณ์ สังคม เพื่อน ครอบครัว การเงิน การงานและอนาคต รวมถึงการติดต่อสัมพันธ์กับบุคลากรประจำการด้วย

ดารณี ประครองศิลป์ (2530 : 24) กล่าวว่า การปรับตัว หมายถึง การรับรู้ของบุคคลในระดับปกติจากจิตสำนึกเกี่ยวกับอารมณ์ สังคม และสิ่งแวดล้อม

สิริชัย ประทีปฉาย (2533 : 177) กล่าวว่า การปรับตัว หมายถึง การที่บุคคลพยายามหาวิธีต่าง ๆ เพื่อขจัดความไม่สบายใจของตนให้หมดไป เมื่อบุคคลมีความต้องการที่ย่อมจะต้องต่อสู้เพื่อให้ได้มาซึ่งสิ่งที่ตนต้องการ

กันยา สุวรรณแสง (2536 : 50) กล่าวว่า การปรับตัว หมายถึง การปรับกายและใจให้อยู่ในสังคม ในสภาพแวดล้อมและสถานการณ์ต่าง ๆ ได้อย่างเป็นสุข

โคลแมน และแฮมแมน (ดวงแข วิทยาสุนทรวงศ์. 2541 : 11 ; อ้างอิงจาก Coleman & Hammen. 1981. *Abnormal psychology and modern life*. p. 109) กล่าวว่า การปรับตัว หมายถึง ผลของความพยายามของบุคคลที่พยายามปรับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นแก่ตนเอง ไม่ว่าปัญหานั้นจะเป็นปัญหาในด้านบุคลิกภาพ ด้านความต้องการหรือด้านอารมณ์ ให้ความเหมาะสมกับสภาพแวดล้อม จนเป็นสถานการณ์ที่บุคคลนั้นสามารถทนอยู่ในสภาพแวดล้อม นั้น ๆ ได้อย่างมีความสุข

วอร์เชล (ชาติชาย หมั่นสมัคร. 2542 : 12 – 13 ; อ้างอิงจาก Worchiel. 1989. *Adjustment path way to personal growth*. p. 6) กล่าวว่า การปรับตัวเป็นการเผชิญกับตนเองกับสภาพแวดล้อม กับบุคคลที่เราพบปะในแต่ละวัน การปรับตัวเป็นกระบวนการที่ซับซ้อน กล่าวคือ ต้องประกอบไปด้วย

1. การเรียนรู้และเข้าใจเกี่ยวกับตนเอง และสภาพแวดล้อมทางสังคมและกายภาพของตนเอง
2. ใช้ความเข้าใจดังกล่าวเป็นตัวกำหนดเป้าหมายที่เป็นจริงของการแบ่งแยก
3. ใช้ความสามารถที่ควบคุมสภาพแวดล้อม และจุดหมายปลายทางของการปรับตัว เพื่อจะจะสามารถบรรลุถึงจุดหมายที่ตั้งไว้
4. มีความเฉียบไวต่อความต้องการของผู้อื่น เพื่อจะสามารถสร้างสรรค์ในทางบวกแก่คนอื่น

สรุปได้ว่า การปรับตัว หมายถึง การที่บุคคลเรียนรู้ที่จะปรับและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองให้เกิดความสอดคล้อง กลมกลืนเข้ากับสภาพแวดล้อมและความต้องการของตนเอง เพื่อให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ในสังคมและสภาพแวดล้อมของตนได้อย่างมีความสุข

ลักษณะของการปรับตัวที่ดี

ได้มีผู้ให้ความหมายของการปรับตัวที่ดีไว้หลายลักษณะดังนี้

ทอร์ฟ และคนอื่น ๆ (อรพินทร์ ชูชม และ อัจฉรา สุขารมณ. 2532 : 8 – 9 ; อ้างอิงจาก Thorpe and others. 1959. *Child psychology and development*. p. 3 – 5) ได้แบ่งลักษณะการปรับตัวที่ดีออกเป็น 2 ลักษณะ ดังนี้

1. การปรับตัวเอง หมายถึง ความคิด ความรู้สึก ที่บุคคลมีต่อตนเอง ประกอบด้วยลักษณะดังต่อไปนี้

1.1 ความเป็นตัวของตัวเอง หมายถึง การที่บุคคลจะทำอะไรได้ด้วยตนเอง ไม่ต้องพึ่งผู้อื่น มีความมั่นคงทางอารมณ์ และรับผิดชอบในการกระทำของตนเอง

1.2 การมองเห็นคุณค่าของตนเอง หมายถึง การที่บุคคลเป็นที่ยอมรับของผู้อื่น และบุคคลอื่นเชื่อในความสามารถของเขา ทำให้เขาเกิดความรู้สึกมีค่า พอใจและเชื่อมั่นในความสามารถ ความมีเหตุผลของตนเอง

1.3 ความรู้สึกเป็นอิสระของตนเอง หมายถึง การที่บุคคลพอใจในอิสระภาพ มีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นอย่างมีเหตุผล ตัดสินใจในการกระทำ และวางแผนชีวิตของตนเอง รวมทั้งมีเสรีภาพในการคบเพื่อนและการใช้จ่าย

1.4 ความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม หมายถึง การได้รับความอบอุ่นในครอบครัว ในหมู่เพื่อนฝูง ทำให้มีความภาคภูมิใจในบ้าน ในโรงเรียน เป็นต้น

1.5 ความรู้สึกไม่มีแนวโน้มที่จะถอยหนี

1.6 ความรู้สึกไม่มีอาการทางประสาท

2. การปรับตัวทางสังคม หมายถึง ความคิด ความรู้สึก หรือพฤติกรรมที่มีต่อบุคคลอื่น ประกอบด้วยลักษณะดังต่อไปนี้

2.1 ปทัสถานทางสังคม หมายถึง การที่บุคคลมีความเคารพสิทธิของผู้อื่น เห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม บุคคลประเภทนี้จะเข้าใจความถูกต้องของสังคม

2.2 ทักษะทางสังคม หมายถึง การที่บุคคลปรับตัวเข้ากับผู้อื่นได้ดีทั้งกับเพื่อนและคนแปลกหน้า เป็นที่ชื่นชอบของผู้อื่น มีความสนใจปัญหาต่าง ๆ และกิจกรรมต่าง ๆ

2.3 แนวโน้มทางสังคม

2.4 ความสัมพันธ์ในครอบครัว หมายถึง การที่บุคคลรู้สึกว่าได้รับความรัก มีความรู้สึกอบอุ่น มั่นคงปลอดภัย และมั่นใจในตนเอง ในความสัมพันธ์กับบุคคลในบ้าน

2.5 ความสัมพันธ์ในโรงเรียน หมายถึง การที่บุคคลรู้สึกว่าได้รับความรักจากครู มีความสุขในการอยู่ร่วมกันกับเพื่อน รู้สึกว่างานในโรงเรียนเหมาะสมกับความสนใจและวุฒิภาวะของตน

2.6 ความสัมพันธ์กับชุมชน หมายถึง การที่บุคคลเข้าร่วมกับเพื่อนบ้าน ได้อย่างมีความสุข มีส่วนร่วมในการปรับปรุงชุมชนของตนเอง เข้าสมาคมกับคนแปลกหน้าได้ มีความพอใจในกฎเกณฑ์และสวัสดิภาพของชุมชน

ทินดอล (Tindall. 1959 : 79) กล่าวถึงลักษณะการปรับตัวที่ดีไว้ 7 ประการ ดังนี้

1. รักษาไว้ซึ่งความสมบูรณ์ของบุคลิกภาพ คือ สามารถผสมผสานความต้องการของตนกับพฤติกรรมที่แสดงออกให้เหมาะสมกับสิ่งแวดล้อมได้
2. พฤติกรรมที่แสดงออกต้องเป็นไปตามบรรทัดฐานของสังคม
3. สามารถปรับตัวเข้ากับสภาพความเป็นจริงของสังคมได้
4. มีความมั่นคงในการดำเนินชีวิต
5. มีวุฒิภาวะที่เหมาะสม
6. สามารถควบคุมอารมณ์ให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมและสังคมได้
7. มองสังคมในทัศนคติที่ดี และช่วยเหลือสังคมเสมอ

สรุปได้ว่า ลักษณะของการปรับตัวที่ดี หมายถึง ความสามารถปรับและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตน เพื่อให้เกิดความสอดคล้อง กลมกลืนระหว่างความต้องการของตนเองกับสภาพแวดล้อมที่เกี่ยวข้อง โดยมีลักษณะมีความเชื่อมั่นในตนเอง เห็นคุณค่าของตนเอง ความเป็นอิสระ เป็นที่ยอมรับของกลุ่มสังคม มีความมั่นคงทางอารมณ์ เข้ากับผู้อื่นได้ รู้จักและปฏิบัติตามกฎระเบียบของสังคมได้

ลักษณะของการปรับตัวที่ไม่ดี

ได้มีผู้ให้ความหมายของการปรับตัวที่ไม่ดีไว้หลายลักษณะ ดังนี้

พฤติกรรมหรือลักษณะที่แสดงว่าบุคคลปรับตัวไม่ดีนั้น แคพเพลน (Capwell แนวจำปา. 2540 : 17 ; อ้างอิงจาก Kaplan. 1959. *Mental health and human relation in education*. p. 27) ได้แบ่งออกเป็น 6 ประเภทดังนี้

1. พวกที่ชอบกระพริบตาบ่อย ๆ เลียริมฝีปาก ดึงผม กัดเล็บ กระดิกขา หรือปัสสาวะบ่อย ๆ พวกนี้เกิดจากความวิตกกังวล
2. พวกหมกมุ่นอยู่กับความเศร้าโศกเสียใจ ตื่นเต้นจนเกินไป ไม่รับผิดชอบงาน พวกนี้เกิดจากอารมณ์รุนแรงจนเกินไป
3. พวกที่ต้องพึ่งพาผู้อื่น ทำงานคนเดียวไม่ได้ ขี้ระแวง ขี้สงสัย ขาดเหตุผล ตัดสินใจเองไม่ได้ รู้สึกว่าตนเองขาดความสามารถและมีปมด้อย พฤติกรรมเหล่านี้เกิดจากขาดวุฒิภาวะทางอารมณ์
4. พวกที่ชอบแสดงอาการก้าวร้าวผู้อื่น ต่ำหนิติเตียน พุดจาขวานผ่าซาก พวกนี้คิดว่าตนเองเหนือกว่าผู้อื่น

5. พวกที่พูดจาหยาบคาย ขาดความสุภาพ ชอบขัดขืนคำสั่ง ชอบรังแกและทารุณสัตว์ ตลอดจนชอบต่อต้านระเบียบวินัย พวกนี้เกิดจากการต่อต้านสังคม

6. พวกที่เจ็บป่วยโดยขาดเหตุผล กินจุ หิวเก่ง บางครั้งอาเจียนและอุจจาระไม่เป็นเวลา พวกนี้มีสาเหตุมาจากจิตใจได้รับความกระทบกระเทือน

นิภา นิธยาน (2530 :160) ได้กล่าวถึงลักษณะอาการ ความยุ่งยากในการปรับตัว ไม่ว่าจะเป็นมากน้อยเพียงใดก็ตาม มักจะปรากฏอาการในลักษณะดังนี้

1. อาการเคร่งเครียด
2. อาการเจ็บป่วยทางกาย
3. พฤติกรรมที่เบี่ยงเบนจากมาตรฐานของสังคม
4. ความหย่อนสมรรถภาพในการดำเนินชีวิต

โรเจอร์ (อาภา จันทรสกุล. 2535 : 68 ; อ้างอิงจาก Roger. 1974. *American psychologists.*) ได้พิจารณาลักษณะของผู้ที่ปรับตัวไม่ได้ คือ ผู้ที่ไม่ยอมรับตนเอง การพิจารณาและการรับรู้เกี่ยวกับตนเองบิดเบือนไปจากความเป็นจริง ไม่สามารถรับรู้ความต้องการที่เกิดขึ้นภายในตนเองและสภาพความเป็นจริงภายนอกได้ เมื่อสื่อการรับรู้เกี่ยวกับตนเองไม่มีประสิทธิภาพ ปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นก็เสียหาย มีพฤติกรรมไม่คงเส้นคงวา อารมณ์แปรปรวนเร็ว เกิดจากความคลาดเคลื่อนอย่างมากระหว่างตนเองกับประสบการณ์

สรุปได้ว่า ลักษณะของผู้ที่ปรับตัวไม่ดี หมายถึง การที่บุคคลไม่สามารถปรับเปลี่ยนและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนให้เข้ากับกลุ่มเพื่อนหรือสังคมได้ ไม่มีความมั่นใจในตนเอง ไม่ไว้วางใจผู้อื่น ฝ่าฝืนกฎระเบียบของสังคม

ปัญหาการปรับตัวของนักศึกษาในระดับอุดมศึกษา

ได้มีผู้กล่าวถึงลักษณะของปัญหาการปรับตัวของนักศึกษาในระดับอุดมศึกษาไว้ดังนี้

ทองคุณ หงษ์พันธุ์ (2524 : 7) สรุปถึงปัญหาการปรับตัวด้านการเรียนการสอนในระดับอุดมศึกษาไว้ดังนี้

1. ปัญหาด้านจุดมุ่งหมายในทัศนะของนักศึกษา มีความเห็นว่า
 - 1.1 นักศึกษาไม่มีโอกาสเข้าร่วมในการกำหนดจุดมุ่งหมายการศึกษา
 - 1.2 สถาบันการศึกษาตั้งวัตถุประสงค์ไว้ดี แต่ขาดการดำเนินงานให้บรรลุตามวัตถุประสงค์นั้น บางแห่งตั้งวัตถุประสงค์ไว้สูงเกินไป
 - 1.3 ขาดการติดตามผลผู้สำเร็จการศึกษา
 - 1.4 ในส่วนตัวของนักศึกษา จะมุ่งศึกษาเพื่อยกระดับฐานะของตนเองเป็นส่วนใหญ่ โดยขาดการนำความรู้ไปใช้ เพื่อเป็นประโยชน์ต่อส่วนรวม
2. ปัญหาด้านหลักสูตรและสภาพการเรียนการสอน

2.1 ผู้สอนใช้การบรรยาย ทำให้เบื่อหน่าย และการสอนมีลักษณะท่องจำ เนื้อหามากเกินไป

2.2 หนังสืออ้างอิงมีน้อย ขาดตำราต่างประเทศที่แปลเป็นภาษาไทย

2.3 ผู้สอนขาดความเป็นกันเอง และมาสอนไม่สม่ำเสมอ

3. ปัญหาการใช้เทคโนโลยีทางการศึกษา

3.1 ผู้สอนส่วนใหญ่ใช้ชอล์กและกระดานดำเป็นอุปกรณ์การสอน

3.2 ผู้สอนไม่เข้าใจและไม่มีทักษะในการใช้อุปกรณ์ สื่อการเรียนต่าง ๆ

4. ปัญหาการประเมินผลความก้าวหน้าของผู้เรียนและผู้สอน

4.1 ผู้สอนไม่มีหลักเกณฑ์วัดผลที่แน่นอน

4.2 ผู้สอนบางท่านให้คะแนนจากผลงาน หรือสอบเพียงอย่างเดียว ควรพิจารณาการแสดงความคิดเห็นควบคู่กันไปกับการรายงาน การสอบข้อเขียน ไม่ควรนำเรื่องส่วนตัวมาเกี่ยวข้อง ให้ความสนทนสนมและความใกล้ชิดน้อยเกินไป

วัลลภา เทพหัสดิน ณ อยุธยา (2530 : 15 - 20) ได้กล่าวถึง ปัญหาของ นิสิต นักศึกษาไว้ว่า การที่นิสิตนักศึกษามีจำนวนมากขึ้น เป็นเหตุให้เกิดปัญหาหลายด้าน ปัญหาต่าง ๆ อาจพิจารณาเป็นประเด็นต่าง ๆ ได้ดังนี้

1. ค่านิยมการศึกษาระดับอุดมศึกษา พ่อ แม่ ผู้ปกครอง ญาติพี่น้อง ตลอดจนคนในสังคมผลักดันให้ผู้สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมปลายมุ่งสู่การศึกษาระดับอุดมศึกษา โดยมิได้ตระหนักในความไม่พร้อมของเด็ก เมื่อนิสิต นักศึกษาไม่พร้อมที่จะเรียนจะทำให้เกิดความเบื่อหน่าย หรือไม่สามารที่จะเรียนได้

2. ความผิดหวังต่อสภาพการคัดเลือก หลังจากนักเรียนมัธยมได้พยายามจะสอบเข้าสถาบันอุดมศึกษา ผู้ที่สอบได้นั้นบางคนมักจะเข้าไม่ได้ตามคณะที่ตนพอใจ เมื่อสอบเข้าได้ศึกษาในคณะที่ตนไม่พึงประสงค์ ทำให้เกิดความท้อแท้ใจ และก่อให้เกิดปัญหาทางวิชาการ คือไม่สนใจที่จะศึกษาค้นคว้า มุ่งแต่ความคิดที่จะสอบใหม่ นักศึกษาจำนวนไม่น้อยที่ตกอยู่ในสภาพความไม่พึงพอใจต่อสถาบันที่สอบคัดเลือกได้ เมื่อใจไม่รักทำให้ปรับตัวไม่ได้ มีผลกระทบไปสู่การศึกษา

3. ปัญหาด้านการเงิน มีนิสิต นักศึกษาจำนวนไม่น้อยที่มีปัญหาเกี่ยวกับเรื่องค่าใช้จ่ายในขณะที่ศึกษาอยู่ สาเหตุมาจากผู้ปกครองไม่สามารถส่งเสียค่าเล่าเรียน เนื่องจากมีฐานะยากจน บางทีไม่มีเงินค่าอาหารกลางวัน อาจทำให้กระทบต่อผลการเรียนถ้าไม่ได้รับความช่วยเหลือ

4. ปัญหาด้านครอบครัว มีนิสิต นักศึกษาจำนวนหนึ่งที่บิดา มารดา เสียชีวิตไปแล้วหรือมีครอบครัวที่แตกแยก สภาพครอบครัวที่สูญเสียผู้อุปการะหรือหลักชีวิตไป อาจทำให้นักศึกษาเกิดความว้าวุ่น คับข้องใจ ทำให้มีผลมาสู่ต้องเรียนหรือปรับตัวกับสภาพการศึกษา

5. ปัญหาด้านสุขภาพ นิสิต นักศึกษาแทบทุกคนที่มีปัญหาส่วนตัวมาสู่สถาบันอุดมศึกษาด้วย เช่น ปัญหาด้านสุขภาพ มีผู้กล่าวว่านิสิต นักศึกษาเกือบทุกคนเป็นหรือเคยเป็นโรคทางเดินอาหาร ปวดท้อง ท้องไม่ปกติ โรคกระเพาะอาหาร

6. ปัญหาด้านการเรียน เนื่องจากการเรียนระดับอุดมศึกษาเป็นการส่งเสริมให้นิสิต นักศึกษาหาความรู้ด้วยตนเอง รู้จักค้นคว้า รู้จักใช้ข้อมูลต่าง ๆ ที่ได้จากการสังเกต ชักถาม จดจำ สืบค้น ปฏิบัติจริงจากการอ่าน การเรียนระดับนี้จึงยากกว่าระดับมัธยมศึกษา และนักศึกษาระดับนี้มีความใกล้ชิดกับอาจารย์น้อย จึงต้องรู้จักค้นคว้า สร้างวินัยในตนเอง ในด้านการเรียนค่อนข้างจะอิสระไปไหนมาไหนได้สะดวก ไม่มีอาจารย์คอยควบคุมดูแลหรือบังคับให้เข้าชั้นเรียน จึงเป็นเหตุให้หลายคนไม่รู้จักบังคับใจตนเอง ถึงเวลาเรียนก็สันทนากันบ้าง จดคำบรรยายไม่ทันบ้าง ผลการเรียนส่วนใหญ่ในชั้นปีที่ 1 มักสอบตก เมื่อได้คะแนนไม่ดีก็จะเกิดการท้อถอยมากขึ้น ไม่มีกำลังใจในการค้นคว้าหาความรู้ต่อไป

ทิพย์สุดา จงใจ (2541 : 15) ได้กล่าวถึงสภาพปัญหาการดำเนินงานการฝึกอาชีพพระยะสันว่า จากการประเมินผลการดำเนินงานการศึกษาผู้ใหญ่สายอาชีพ หลักสูตรวิชาชีพ ระยะสั้นของศูนย์การศึกษานอกโรงเรียนจังหวัดทั่วประเทศ ปรากฏว่ามีปัญหาที่เป็นอุปสรรคในการดำเนินงานการฝึกวิชาชีพพระยะสัน ดังนี้

1. ปัญหาการขาดข้อมูลอย่างเป็นระบบ เพื่อการวางแผนให้สอดคล้องกับความต้องการของการตลาด
2. ปัญหาการโอนเงินงบประมาณจากส่วนกลางสู่ส่วนท้องถิ่นทำได้ล่าช้า ทำให้เกิดความไม่คล่องตัวของการฝึกอาชีพพระยะสัน
3. ปัญหาการขาดการประสานงานกับหน่วยงานอื่น ๆ ซึ่งจะช่วยด้านการประหยัดการใช้ทรัพยากร
4. ปัญหาหลักสูตรบางหลักสูตรล้าสมัย บางหลักสูตรระยะเวลาสั้นมากเกินไป ทำให้การฝึกไม่ได้ผลเท่าที่ควร ผู้ที่สำเร็จจากการฝึกวิชาชีพขาดคุณภาพ โดยเฉพาะผู้ที่มีพื้นฐานน้อย
5. ปัญหาคุณภาพครูผู้ฝึก บางแห่งขาดแคลน บางแห่งมีครูฝึกแต่เป็นครูที่ขาดประสบการณ์ ทำให้มีปัญหาในการถ่ายทอด
6. ปัญหาการออกกลางคันของนักศึกษาค่อนข้างสูง
7. ปัญหางบประมาณมีน้อย ทำให้การฝึกล้าสมัยไม่ทันต่อความเปลี่ยนแปลงทางเทคโนโลยีใหม่ ๆ
8. ปัญหาผู้เข้าฝึกวิชาชีพไม่ตั้งใจเอาไปใช้ให้เกิดประโยชน์
9. ปัญหาการตลาดสำหรับผลผลิตของผู้ที่ได้รับการฝึกอาชีพ
10. ปัญหาการขาดแคลนเงินทุนสำหรับผู้มีความประสงค์จะมีกิจการของตนเอง

11. ปัญหาภาวะเครียดต่าง ๆ ซึ่งมีมากมาย ชับซ้อนจนไม่เกือบลการทำงาน และกลายเป็นอุปสรรคต่อการดำเนินงาน

สรุปได้ว่าปัจจัยที่เข้ามาเกี่ยวข้องกับปัญหาของนักศึกษา ส่วนใหญ่อาจเกิดขึ้นจากตัวนักศึกษาเอง ที่ไม่ปรับตนเองให้เข้ากับผู้สอน หลักสูตรและสถานศึกษา ดังนั้นการจัดการศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาจึงจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องเข้าใจและหาวิถีทางเพื่อให้นักศึกษาปรับตัวได้อย่างรวดเร็วที่สุด

สุขภาพจิต (Mental health)

การดำรงชีวิตอยู่ในสังคมปัจจุบัน หากจะมุ่งมันให้ประสบความสำเร็จ ต้องอาศัยปัจจัยหลายประการ เช่น มีสุขภาพแข็งแรง ฐานะทางเศรษฐกิจที่มั่นคง มีการศึกษาดี เป็นต้น ทั้งนี้ปัจจัยที่มีความสำคัญยิ่ง คือ การมีสุขภาพจิตที่ดี มีจิตใจเข้มแข็ง สามารถแก้ปัญหาและเอาชนะอุปสรรคต่าง ๆ ที่ผ่านเข้ามาในชีวิตได้ บางคนมีสุขภาพกายที่แข็งแรง มีฐานะมั่นคงแต่สุขภาพจิตไม่ดี จิตใจอ่อนแอ ไม่สามารถทนทานต่อความเครียด ความกดดันต่าง ๆ ผู้คนย่อมประสบความล้มเหลวในการดำเนินชีวิต (เยาวันภู ผลิตพันธ์เกียรติ. 2534 :1) ซึ่งได้มีผู้ให้ความหมายของสุขภาพจิตไว้ หลายลักษณะดังนี้

เบอร์นาร์ด (Bernard. 1970 : 17) กล่าวว่า สุขภาพจิต หมายถึง ความสามารถในการปฏิบัติตนให้ได้รับประโยชน์ มีความพึงพอใจ สุขใจ และพฤติกรรมนั้นไม่ขัดแย้งกับสังคม คนที่มีสุขภาพจิตดีสามารถเผชิญและยอมรับความเป็นจริงในชีวิต สุขภาพจิตของบุคคลจะดีที่สุดเมื่อบุคคลนั้นยอมรับความสำเร็จของตนเองตามสภาพความเป็นจริง และความสามารถของตนเองด้วยความพอใจ โดยได้รับความกระทบกระเทือนหรือความคับข้องใจน้อยที่สุด บุคคลจะมีสุขภาพจิตในขั้นที่น่าพอใจถ้าบุคคลนั้นไม่ตั้งเครียดต่อความไม่สมหวัง จะไม่มีปฏิกิริยาต่อต้านรุนแรง แต่จะรักษาไว้ซึ่งความมีเหตุผล มีการแสดงออกเหมาะสมกับกาลเทศะ

มูลี (Mouly. 1965 :165) กล่าวว่า สุขภาพจิต หมายถึง การกระทำพฤติกรรมที่เหมาะสม เพื่อสนองความต้องการของบุคคลเป็นการลดความตึงเครียดทางอารมณ์ เพื่อการปรับตัว เพื่อสัมพันธ์ภาพอันดีระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อม

กลาสเซอร์ (Glasser. 1960 :187 – 189) กล่าวว่า สุขภาพจิตเป็นการรับผิดชอบความสามารถของบุคคลที่สนองความต้องการต่าง ๆ ของเขา โดยที่ความต้องการขั้นพื้นฐานนั้นจำแนกได้ 2 ประการ คือ ความต้องการที่จะรักและต้องการเป็นที่รักของคนอื่น กับความต้องการว่าตนเองมีค่าทั้งต่อตนเองและผู้อื่น

สุชา จันทรโสม (2527 :2) กล่าวว่า สุขภาพจิต เป็นสมรรถภาพในการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ดี มีความคิดถูกต้อง แก้ปัญหาในการดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม สามารถทำประโยชน์ให้แก่ตนเองและสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ และคนที่มีสุขภาพจิตดีนั้น

ต้องมีร่างกายที่แข็งแรง มีความคิดดี อารมณ์มั่นคง มีความสามารถในการทำงานและปรับตัวเข้ากับสังคมได้ดี

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2530 :6) กล่าวว่า สุขภาพจิต หมายถึง ความสมบูรณ์ทางจิตใจของมนุษย์ ซึ่งจะช่วยให้มนุษย์ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข ปราศจากโรคจิต โรคประสาท มีความสามารถในการปรับตัวในสังคมได้อย่างเหมาะสม มีความมั่นคงทางใจ มีสมรรถภาพในการทำงาน มีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น และสามารถทำประโยชน์ให้แก่ตนเองและสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ

สุจินต์ ปริชามารถ (2535 : 14) กล่าวว่า สุขภาพจิต หมายถึง สมรรถภาพหรือความสามารถในการปรับตัวของคนเราให้เข้ากับสถานการณ์ปัจจุบัน และรวมถึงสถานการณ์ที่กำลังจะมาถึงด้วย

สมประสงค์ โอวาทกา และ จวีวรรณ สัตยธรรม (2539 :42) กล่าวว่า สุขภาพจิต เป็นภาวะที่บุคคลมีความพึงพอใจกับสภาพที่ตนเองได้ปรับตัวเข้ากับสถานการณ์และสิ่งแวดล้อม รวมทั้งการกระทำต่าง ๆ ซึ่งทำให้ผู้ที่อยู่รอบตัวมีความสุข อบอุ่น ยอมรับผู้อื่นและเป็นตัวของตัวเอง พร้อมทั้งจะเผชิญปัญหาต่าง ๆ โดยไม่ท้อแท้ ใช้สติปัญญาอย่างสุขุมเพื่อแก้ปัญหา มากกว่าการใช้อารมณ์ คิดถึงประโยชน์ในระยะยาวมากกว่าเฉพาะหน้า

องค์การอนามัยโลก (World Health Organization : WHO) ได้ให้ความหมายของสุขภาพจิตไว้ว่า หมายถึง ความสามารถของบุคคลที่ปรับตัวให้มีความสุขอยู่กับสังคมและสิ่งแวดล้อมได้ดี มีความสัมพันธ์อันดีงามกับบุคคลอื่น และดำรงชีวิตอยู่ได้ด้วยความสุขุมอย่างสุขสบาย รวมทั้งสนองความต้องการของตนเองในโลกที่กำลังเปลี่ยนแปลงนี้ได้ โดยไม่มีข้อขัดแย้งภายในจิตใจเกิดขึ้น ทั้งนี้คำว่า สุขภาพจิต มิได้หมายความว่าเฉพาะเพียงแต่ปราศจากอาการของโรคประสาท และโรคจิตเท่านั้น (สุจินต์ ปริชามารถ. 2535 : 14 ; อ้างอิงจาก WHO. 1986. *Young people's health a challenge for society.*)

สรุปได้ว่า สุขภาพจิต หมายถึง ความสามารถของบุคคลในด้านความรู้สึกที่มีต่อตนเอง ต่อผู้อื่น ในแง่ดี สามารถปฏิบัติตนให้เข้ากับสภาพแวดล้อมได้ดี มีความมั่นคงในอารมณ์ เผชิญปัญหาหรืออุปสรรคได้ ยอมรับในสิ่งต่าง ๆ ที่เปลี่ยนแปลงในสังคมปัจจุบันได้

องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพจิต

ได้มีผู้กล่าวถึงลักษณะขององค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพจิตไว้หลายลักษณะ ดังนี้

กรมการแพทย์ (2525 :16) ได้สรุปองค์ประกอบของสุขภาพจิตไว้ 3 ด้าน ดังนี้

1. สภาพทางกาย (Physical stress) ได้แก่ พันธุกรรม สุขภาพ การได้รับสิ่งที่เป็นพิษ โภชนาการ โรคภัยไข้เจ็บ ความพิการ เป็นต้น

2. พื้นฐานบุคลิกภาพเดิม (Personality defect) ซึ่งอยู่ภายใต้อิทธิพลของประสบการณ์จากสัมพันธภาพภายในครอบครัว ความต้องการพื้นฐาน การได้รับการตอบสนอง และการปรับตัว ประสบการณ์ที่ได้จากสังคม ความสะเทือนใจที่ได้มาแต่เด็ก

3. ภาวะกดดันทางจิตใจ (Mental stress) เป็นเหตุกระตุ้น ซึ่งมักมาจากการเงิน การงาน ครอบครัว สังคม สิ่งแวดล้อม การใช้ชีวิตด้านเพศ

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2530 :194 - 196) ได้กล่าวถึงองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพจิตของนักเรียน นักศึกษา ดังนี้

1. ทางครอบครัว พบว่า สิ่งสำคัญที่จะเป็นตัวผลักดันให้เด็กมีปัญหา ออกไปนอกบ้าน คบเพื่อนเลว จนในที่สุดกระทำความผิด และสภาพครอบครัวที่แตกแยกมีส่วนผลักดันให้เด็กกระทำความผิด ครอบครัวเป็นหน่วยแรกที่หล่อหลอมเด็กและเป็นที่ให้กระบวนการเรียนรู้ทางสังคม ซึ่งเป็นกระบวนการขัดเกลาอุปนิสัยและพฤติกรรมของแต่ละบุคคล บิดามารดา ก็คือครูผู้สอน สิ่งแวดล้อมของครอบครัวเป็นองค์ประกอบ ฉะนั้นอิทธิพลของครอบครัวที่มีต่อเด็กจึงสำคัญมาก

1.1 นักเรียนไม่ได้รับการพัฒนาที่ถูกต้องทั้งทางร่างกาย จิตใจ สังคม และอารมณ์จากทางบ้าน

1.2 มีพี่น้องหลายคน เกิดการแข่งขันกันโดยไม่รู้ตัว

1.3 บิดามารดาไม่ต้องการให้บุตรเกิดมา

1.4 ครอบครัวมีบรรยากาศที่เต็มไปด้วยอารมณ์ต่าง ๆ มากเกินไป

1.5 บิดามารดาถนอมเด็ก และไม่หัดให้เด็กพึ่งพาตนเอง ทำแม่กระทั่งการบ้านให้เด็ก

1.6 บิดามารดาทำงานมากเกินไป ไม่มีเวลาให้บุตรธิดา

1.7 บิดามารดาไม่มีความอบอุ่นทางใจให้แก่เด็ก

2. สถาบันการศึกษา เนื่องจากเด็กจะอยู่กับโรงเรียน หรือสถานศึกษาเป็นส่วนใหญ่ โรงเรียนจึงมีความสำคัญในการอบรมสั่งสอน ปลูกฝังนิสัย จิตใจ และเป็นแหล่งที่สองที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาความคิดและบุคลิกภาพของเด็กและเยาวชน ครูเป็นบุคคลที่มีบทบาทสำคัญมากต่อชีวิตของเด็กและเยาวชน ครูเป็นองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพจิตของนักเรียนโดยตรง

3. สังคมและสิ่งแวดล้อม มีอิทธิพลอย่างยิ่งต่อพฤติกรรมของเด็กและเยาวชน เด็กจะเรียนรู้พฤติกรรมที่มีปัญหา หรือพฤติกรรมที่เป็นที่ยอมรับจากสังคมที่เด็กอยู่ หรือมีส่วนเกี่ยวข้อง จากการสำรวจสถิติเกี่ยวกับการกระทำผิดของเด็กและเยาวชนในศาลคดีเด็กและเยาวชน ปรากฏว่า แหล่งสลัม ที่อยู่อาศัยของนักเลงหัวไม้หรือพวกอันธพาล แหล่งเสื่อมโทรมต่าง ๆ จะมีเด็กและเยาวชนกระทำความผิดมากกว่าในเขตอื่น ๆ นอกจากนี้สิ่งแวดล้อมทางด้านสถานเริงรมย์ ยังมีส่วนสำคัญในการยั่วยุให้เด็กและเยาวชนหลงและเสียคนได้ง่าย

สุจินต์ ปรีชามารท (2535 : 16 – 39) กล่าวถึงองค์ประกอบที่มีผลต่อสุขภาพจิต หรือสาเหตุที่ทำให้สุขภาพจิตเสื่อมหรือผิดปกติ มีหลายประการดังนี้

1. ความบกพร่องทางร่างกาย ความบกพร่องต่าง ๆ ของร่างกายย่อมมีผลกระทบต่อจิตใจของผู้คนด้วย เช่น หลังกอง ขาเป้ หูหนวก นิ้วด้วน ฯลฯ
2. ความสามารถทางสติปัญญาสูงหรือต่ำเกินไป คนที่มีสติปัญญาสูงเกินไปหรือฉลาดเกินไป ทำอะไรรวดเร็วเกินไปจนคนอื่นตามไม่ทัน ส่วนคนที่มีสติปัญญาต่ำเกินไปจนทำอะไรไม่ทันเพื่อน ทำให้เกิดการปรับตัวไม่ดี เข้ากับสังคมไม่ได้
3. ความบกพร่องทางด้านครอบครัว เช่น พ่อแม่แยกตัว ปฏิสัมพันธ์ระหว่างมารดาและเด็ก การอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่หรือผู้ปกครอง ความแตกต่างของระดับทางสังคมและเศรษฐกิจของแต่ละครอบครัว สภาพต่าง ๆ ของครอบครัวที่มีผลต่อพัฒนาการของเด็กและสภาพแวดล้อมทางบ้าน
4. สภาพต่าง ๆ ของชุมชนที่มีผลกระทบต่อพัฒนาการของเด็ก ได้แก่ ความยากจน ความวุ่นวายของชุมชน ขาดโอกาสทางการศึกษา ฯลฯ
5. ความบกพร่องในด้านเศรษฐกิจของบุคคล
6. ความบกพร่องทางด้านโรงเรียนหรือสถาบันการศึกษา
7. ความบกพร่องทางด้านสถานที่ทำงาน
8. ความบกพร่องในการดำเนินชีวิตในสังคมปัจจุบัน
9. ความเจ็บป่วย
10. ความผิดหวังในชีวิต

สรุปได้ว่า องค์ประกอบต่าง ๆ ที่เป็นสาเหตุแห่งความบกพร่องทางจิตนั้น เนื่องจากความบกพร่องหรือผิดปกติในสภาพทางชีววิทยา สภาพทางจิตวิทยาและสภาพทางสิ่งแวดล้อมของแต่ละบุคคล เป็นองค์ประกอบที่สำคัญที่ทำให้บุคคลไม่สามารถปรับปรุงตัวเองเพื่อให้เข้ากับเพื่อนและสังคม ตลอดจนสิ่งแวดล้อมได้ จึงมีผลทำให้สุขภาพจิตเสื่อมหรืออาจทำให้เกิดเป็นโรคประสาทและโรคจิตขึ้นได้

ลักษณะของผู้ที่มีสุขภาพจิตดี

ได้มีผู้กล่าวถึงลักษณะของผู้ที่มีสุขภาพจิตดีไว้หลายลักษณะ ดังนี้

เอ็กเบอร์ต (สุจินต์ ปรีชามารท. 2535 : 39 ; อ้างอิงจาก Egbert. 1980. *Journal of psychiatric nursing and mental health service*. p. 9 –12) กล่าวว่า ลักษณะของผู้มีสุขภาพจิตดี มีดังนี้

1. รู้จักตนเอง สามารถพัฒนาบุคลิกภาพผสมผสานกันได้เหมาะสมกับความ เป็นจริง
2. เป็นผู้ที่ตั้งความหวังไว้ในทางที่เป็นจริงได้
3. เป็นผู้ que เข้าใจชีวิตและจุดมุ่งหมายในชีวิต

4. เป็นผู้มีพลังในการดำรงชีวิตและสามารถก่อให้เกิดความหวังของชีวิต
5. มีความสามารถในการปรับความคิด พฤติกรรม ตามประสบการณ์ของชีวิตแต่ละช่วงได้

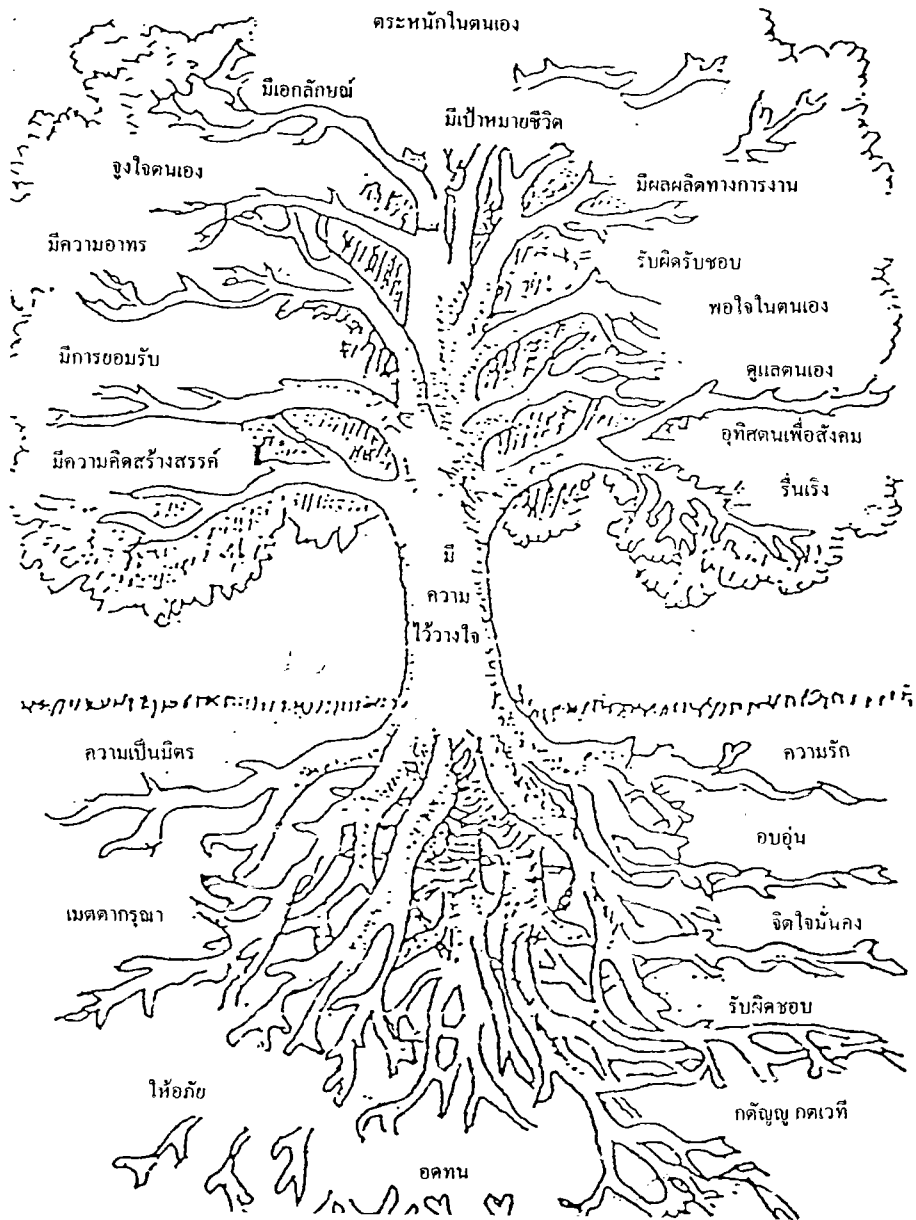
6. สามารถเปิดเผยตนเอง และสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้

กรมสุขภาพจิต (2537 : 3) รายงานถึงลักษณะของผู้มีสุขภาพจิตดีนั้น ควรมีลักษณะเข้าใจและยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล รู้จักหน้าที่และความรับผิดชอบต่อตนเอง และสังคม มีระบบระเบียบในการคิดและยึดมั่นคุณธรรม รับฟังและสนใจผู้อื่น มีโลกทัศน์กว้าง มีความสามารถแก้ไขปัญหอย่างเหมาะสม รู้จักสำรวจและเข้าใจตนเองและยอมรับตนเอง การแสดงออกทางอารมณ์เป็นไปอย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ สามารถปรับตัวกับสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงได้อย่างพึงพอใจ มีความยืดหยุ่น มั่นคง มีขอบเขต มีมนุษยสัมพันธ์ ยอมรับความเป็นจริงที่มีอยู่ สามารถจัดการเพื่อตอบสนองความต้องการทางร่างกายได้อย่างเหมาะสม

สมประสงค์ โอวาทกา และ จวีวรรณ สัตยธรรม (2539 :59) กล่าวว่า ผู้มีสุขภาพจิตดี หมายถึง บุคคลซึ่งมีความพึงพอใจกับสภาพที่ตนเองได้ปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ และสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ได้ รวมทั้งทำให้ผู้ที่อยู่ร่วมกันมีความสุข อบอุ่น ยอมรับผู้อื่นและเป็นตัวของตัวเอง พร้อมทั้งเผชิญปัญหาต่าง ๆ โดยไม่ท้อแท้ ใช้สติปัญญาอย่างสุขุมเพื่อแก้ไข ปัญหา

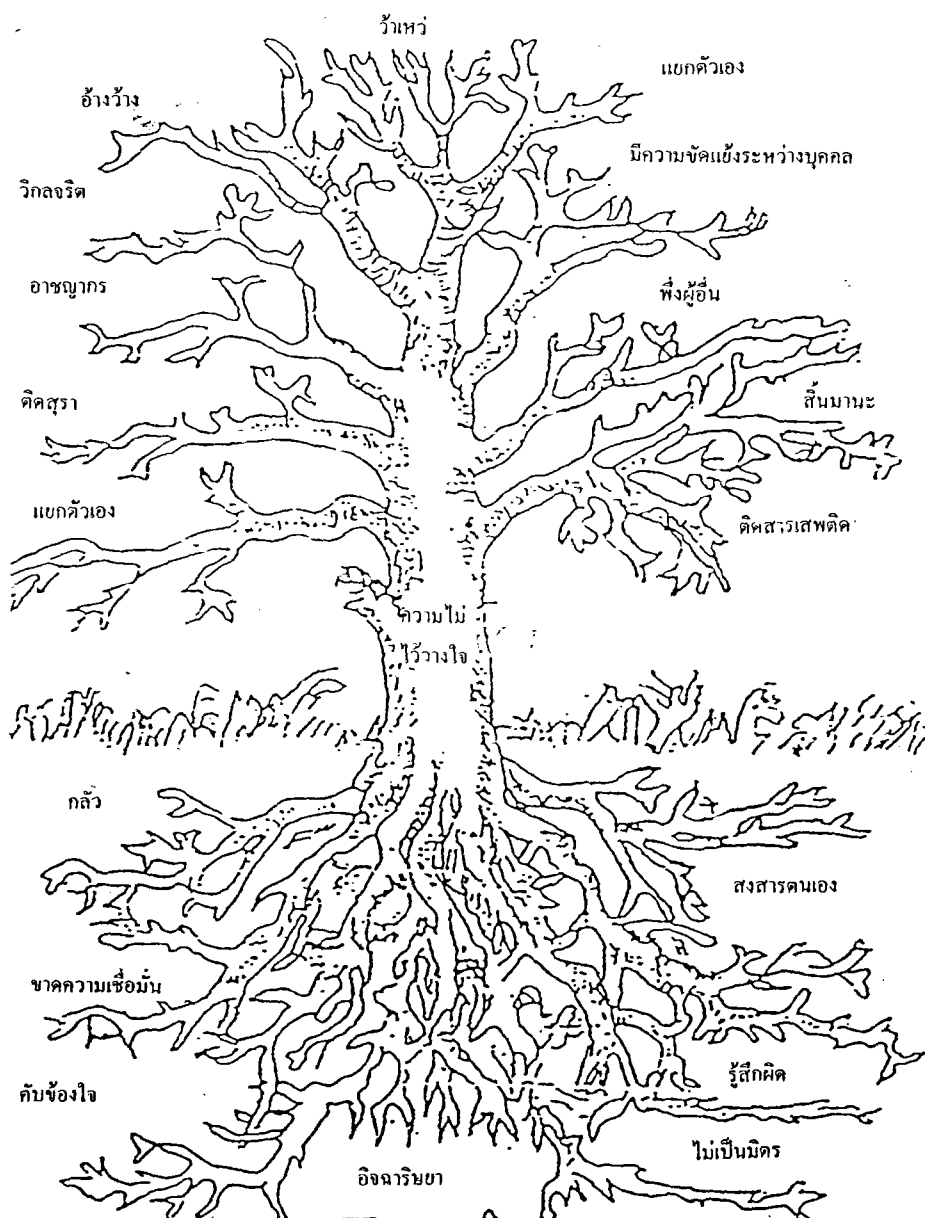
เกรก และ เพอร์โก (สมประสงค์ โอวาทกา และ จวีวรรณ สัตยธรรม 2539 : 45-46 ; อ้างอิงจาก Kriegh & Perko. 1983. *Basic psychiatric concept in nursing*. p. 36 - 37) ได้สร้างสัญลักษณ์เป็นรูปต้นไม้ 2 ต้น แสดงให้เห็นถึงผู้ที่มีสุขภาพจิตดี และผู้ที่มีปัญหาสุขภาพจิตดังนี้

ต้นไม้ของผู้มีสุขภาพจิตดี จะมีรากที่เต็มไปด้วยความเป็นมิตร ความเมตตา กรุณา ให้อภัย อดทน สำนึกในบุญคุณผู้อื่น จิตใจมั่นคง อบอุ่น และมีความรักซึ่งทำให้เกิดความไว้วางใจ ซึ่งเป็นลำดับขั้นที่แข็งแกร่ง แตกกิ่งก้านสาขาเป็นความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ยอมรับอาหาร คำนิ่งถึงบุคคลอื่น มีแรงจูงใจ ตระหนักในตนเอง มีเป้าหมายชีวิต มีผลผลิตทางการงาน มีความรับผิดชอบดูแลเอาใจใส่ พื่อใจในตนเอง อุทิศตนเพื่อสังคม มีความสนุกสนานรื่นเริง ดังปรากฏตามภาพประกอบ 3 (สมประสงค์ โอวาทกา และจวีวรรณ สัตยธรรม. 2539 : 45)



ภาพประกอบ 3 ต้นไม้สุขภาพจิตดี

ต้นไม้ของผู้ป่วยทางจิต รากจะเต็มไปด้วยความกลัว ความรู้สึกไม่มั่นคง มีความคับข้องใจ ชุ่นเคือง อิจฉาริษยา วิดกกังวล ไม่เป็นมิตร รู้สึกผิด สงสารตนเอง ซึ่งทำให้ลำต้นไม่แข็งแรง คือ ไม่ไว้วางใจบุคคลอื่น กิ่งก้านเหี่ยวเฉาเต็มไปด้วยการแยกตนเอง เสพสุราจนเป็นโรคพิษสุราเรื้อรัง เป็นอาชญากร วิกลจริต รู้สึกอ้างว้างโดดเดี่ยว เฉยเมย มีปัญหาในการสร้างสัมพันธภาพ ฟังคนอื่น ล้นม่านะ ติดยาเสพติด ดังปรากฏตามภาพประกอบ 4 (สมประสงค์ โอวาทกา และฉวีวรรณ สัตยธรรม. 2539 : 46)



ภาพประกอบ 4 ต้นไม้ของผู้ที่มีปัญหาสุขภาพจิต

ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพจิต

ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพจิต ได้มีผู้กล่าวไว้หลายลักษณะดังนี้

สุโท เจริญสุข (2520 : 5 – 6) ได้กล่าวว่า ถ้าพิจารณาคุณสมบัติขณะนี้ จะเห็นว่าเรื่องที่ขัดขวางต่อสุขภาพจิตของเราอยู่มาก เช่น

1. ความลำบากแย่งกันในเรื่องการทำมาหากิน
2. การเรียนต่อของนักเรียน นักศึกษา
3. การว่างงาน คนล้นงาน ไม่มีงานให้คนงานทำในระดับต่าง ๆ
4. ความไม่เพียงพอในด้านการแพทย์ และการศึกษาภาคบังคับ
5. ความขัดแย้งทางการเมือง
6. การทุจริต คอร์รัปชัน ฉ้อราษฎร์บังหลวง หลอกลวง คดโกง
7. ปัญหาเรื่องที่อยู่อาศัย
8. ปัญหาเกี่ยวกับยาเสพติดที่ร้ายแรง เช่น เฮโรอีน ผิ่น สุรา ฯลฯ

หทัยทิพย์ ควรสุภา (2525 :9) ได้กล่าวถึงปัญหาใหญ่ที่เป็นปัจจัยทำให้สุขภาพจิตของคนเสื่อมลง ดังนี้

1. ปัญหาเศรษฐกิจฝืดเคือง รายได้น้อย ไม่พอใช้จ่าย
2. ปัญหาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ในครอบครัว
3. การใช้เวลาว่างไม่เป็นประโยชน์
4. ความรู้สึกไม่พอใจในอาชีพของตน
5. เป็นคนคิดมากหวังมากเกินไป
6. ขาดกำลังใจ อ่อนแอเกินไป

กองสุขภาพจิต (2535 : 38 – 40) สรุปปัจจัยที่ทำให้เกิดปัญหาสุขภาพจิตไว้ดังนี้

1. ความอยาก ความต้องการทั้งหลายอันติดตัวมาตั้งแต่กำเนิด ทั้งทางด้านร่างกาย เช่น สิ่งของต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับการกินอยู่หลับนอน การขับถ่าย การสืบพันธุ์ และความปลอดภัย เป็นต้น และด้านจิตใจ เช่น ความเป็นเจ้าของ ความมีหน้ามีตา การได้รับการยกย่องสรรเสริญ การมีเกียรติ มีอำนาจ เป็นต้น ซึ่งเมื่อไม่ได้ เมื่ออยากมี อยากเป็น หรือเมื่อไม่อยากเป็น แต่หลีกเลี่ยงไม่ได้ก็จะเกิดปัญหา
2. ปัญหาครอบครัว ความขัดแย้งกันระหว่างสมาชิกภายในครอบครัว ความที่ต้องรับผิดชอบปัญหาต่าง ๆ ที่ต้องแก้ไข หรือดิ้นรนเพื่อความอยู่รอดทั้งของตนเองและครอบครัว
3. ปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ การทำมาหากิน เพื่อให้ได้มาซึ่งปัจจัยในการดำรงชีวิต การดิ้นรน ความผิดพลาดในการดำเนินงาน ความเสียหายที่เกิดโดยไม่คาดฝัน และอุปสรรคต่าง ๆ

4. ปัญหาทางด้านสังคม การอยู่ร่วมกันของมนุษย์ มีการติดต่อ มีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน มีกฎเกณฑ์ มีการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกันของมนุษย์ เมื่อมีกฎระเบียบ ก็ย่อมมีการขัดผลประโยชน์ เมื่อคนมาจากภูมิหลังต่างกันและความคิดเห็นต่างกัน มารวมกัน ย่อมมีความแตกต่างเกิดขึ้น การแบ่งชั้นวรรณะ การแก่งแย่ง ชิงดีชิงเด่น การเอาเปรียบ เหล่านี้เป็นปัญหาสังคม และเป็นสิ่งที่ก่อดันจิตใจของผู้ที่เสียเปรียบหรือด้อยโอกาส

สรุปได้ว่า ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพจิตที่สัมพันธ์กับตัวของบุคคลใดนั้น เกิดจากสิ่งแวดล้อม ครอบครัว ภาวะเศรษฐกิจ ปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นนั้น ถ้าบุคคลใดไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้ ก็จะส่งผลต่อสุขภาพจิตได้

การส่งเสริมสุขภาพจิต

กรมการแพทย์ (2529 :4) ได้เสนอวิธีการส่งเสริมสุขภาพจิตตนเองไว้ดังนี้

1. ฝึกควบคุมอารมณ์ ไม่ด่วนตีใจ เสียใจ หรือโกรธเร็วเกินไป หรือมากเกินไป ถ้าหากรักษาอารมณ์ให้เยือกเย็นสุขุมแล้ว จะตัดสินใจได้ถูกต้องขึ้น

2. ฝึกให้มีอารมณ์ขัน

3. มองโลกในแง่ดี

4. ฝึกให้มีความอดทน โดยตั้งใจเอาชนะใจตนเอง

5. ผ่อนคลายความเครียดทุกครั้งที่มีโอกาส เช่น เล่นกีฬาที่ให้ความสนุกสนาน ไม่ว่าจะแพ้หรือชนะ เลิกวิตกกังวลเรื่องที่อยู่ นอกเหนืออำนาจควบคุมของตน ฝึกทำใจให้ว่าง ในบางโอกาสเพียงชั่วขณะ จะช่วยให้จิตใจปลอดโปร่งได้

6. ก่อนตัดสินใจ หาข้อเท็จจริงให้มากที่สุดจากทุกด้านและทุกฝ่าย ใช้เหตุผลแก้ปัญหา หากมีความผิดพลาดเกิดขึ้น ควรหาว่าผิดที่ตรงไหน ไม่ใช่ผิดที่ใคร จะทำให้ทั้งงานและความสัมพันธ์กับผู้ร่วมงานดำเนินต่อไปอย่างราบรื่น

7. ฝึกรับฟังเหตุผลและความคิดเห็นของผู้อื่นด้วยใจเป็นกลาง ฟังให้ตลอด พยายามเข้าใจความรู้สึกของเขา การฟังทำให้เข้าใจเรื่องราวกระจ่างขึ้น หากเป็นความเข้าใจผิดควรให้อภัยกันได้

8. คิดถึงประโยชน์ระยะยาว มองการณ์ไกลมากกว่าผลที่ได้เฉพาะหน้า รู้จักคอยจังหวะที่เหมาะสม และรู้จักผ่อนสั้นผ่อนยาวตามสถานการณ์

9. ทำตนให้เป็นประโยชน์แก่ทั้งตนเองและผู้อื่นเสมอ เป็นการสร้างคุณค่าและความภาคภูมิใจให้แก่ตนเอง ซึ่งสำคัญกว่าคำยกย่องสรรเสริญจากผู้อื่น ความภูมิใจในตนเองเป็นสิ่งคุ้มกันมิให้ดูถูกตนเอง หรือเกิดความท้อถอย

10. ฝึกพิจารณาข้อดีข้อเสีย ปมด้อย ปมเด่นของตนเอง ให้รู้จักตนเองมากขึ้น ถ้ายอมรับความจริงและรู้ข้อบกพร่องของตนเอง จะแก้ไขปรับปรุงตนเองได้ ส่วนที่ไม่สามารถแก้ไขได้ต้องยอมรับ จะทำให้ความไม่สบายใจลดลง

11. เมื่อผิดยอมรับผิด ตนเองจะโล่งใจ และผู้อื่นมักจะให้อภัย

12. การส่งเสริมสุขภาพจิตของตนเอง เราสามารถกระทำได้ด้วยตนเอง
อย่างง่าย โดยสามารถทำได้ตลอดเวลาและทุกสถานการณ์ การหมั่นฝึกปฏิบัติตนเองให้มี
สุขภาพจิตที่ดีอย่างสม่ำเสมอ ย่อมส่งผลให้เราสามารถดำเนินชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข

การสนับสนุนทางสังคม (Social support)

การได้รับการสนับสนุนทางสังคม เป็นปัจจัยสำคัญประการหนึ่งที่มีผลต่อพฤติกรรม
สุขภาพ เนื่องจากการสนับสนุนทางสังคมเป็นตัวแปรทางจิตสังคม ที่มีความสัมพันธ์กับสุขภาพ
และพฤติกรรมอนามัยของมนุษย์ทั้งร่างกายและจิตใจ โดยเฉพาะในภาวะที่บุคคลมีการเจ็บป่วย
หรือช่วยเหลือตนเองได้จำกัด (ปิยนุช ปัญญาธิระ. 2542 : 22 ; อ้างอิงจาก Tilden. 1985.
Research in nursing and health. p. 299 – 306)

ฟิลิซุค (Pilisuk. 1982 : 25) กล่าวว่า การสนับสนุนทางสังคมเป็นความช่วยเหลือ
ระหว่างบุคคลในด้านวัตถุ สิ่งของ การให้ความเชื่อมั่นที่ทำให้บุคคลมีความรู้สึกว่าคุณเป็นที่ยอมรับ
ของสังคม มีความรู้สึกมั่นคงและเป็นส่วนหนึ่งของสังคม

ทอยส์ (Thoits. 1982 : 147) กล่าวว่า การสนับสนุนทางสังคม หมายถึง การที่
บุคคลในเครือข่ายของสังคมได้รับการช่วยเหลือทางอารมณ์และสังคม สิ่งของ หรือข้อมูล ซึ่ง
การสนับสนุนนี้จะช่วยให้บุคคลสามารถเผชิญและตอบสนองต่อความเจ็บป่วยและความเครียดได้

เพนเดอร์ (ปิยนุช ปัญญาธิระ. 2542 : 22 ; อ้างอิงจาก Pender. 1987. *Health
promotion in nursing practice.* p. 396) กล่าวว่า การสนับสนุนทางสังคม หมายถึง การที่
บุคคลรู้จักความเป็นเจ้าของ การได้รับความรัก การยอมรับ รู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของสังคม เป็น
ที่ต้องการของบุคคลอื่น โดยได้รับจากกลุ่มคนในระบบของสังคมเป็นผู้ให้การสนับสนุนทางจิต
อารมณ์ อุปกรณ์ ข่าวสาร และคำแนะนำ

แมคโดเวล และ นิวเวล (เสาวลักษณ์ พิพัฒนาเวชกิจ. 2539 : 16 ; อ้างอิงจาก
Mcdowell and Newell. 1987. *Measuring health : A guide to rating scales and
questionnaires.* p. 155) กล่าวว่า การสนับสนุนทางสังคม หมายถึง กลุ่มของบุคคลที่ผู้ป่วย
ให้ความไว้วางใจ เป็นกลุ่มบุคคลที่ผู้ป่วยสามารถไว้วางใจได้ และเป็นกลุ่มบุคคลที่ทำให้เขารู้สึกว่า
ได้รับการดูแลเอาใจใส่และให้คุณค่าเขาเช่นบุคคลคนหนึ่ง

สมจิต หนูเจริญกุล (2531 : 47) กล่าวว่า การสนับสนุนทางสังคม เป็นการปฏิบัติ
การช่วยเหลือในด้านร่างกายและจิตใจ การแนะนำ หรือการให้ความรู้แก่บุคคลอื่น ตลอดจน
การจัดสภาพแวดล้อมให้เหมาะสม เพื่อช่วยการส่งเสริมพัฒนาการของแต่ละบุคคล

บุญเยี่ยม ตระกูลวงษ์ (2536 : 84) กล่าวว่า การสนับสนุนทางสังคม หมายถึง
สิ่งที่ “ผู้รับแรงสนับสนุน” ได้รับการช่วยเหลือด้านข้อมูลข่าวสาร วัสดุ สิ่งของ หรือการสนับสนุน

ทางสังคม ซึ่งอาจเป็นบุคคลหรือกลุ่ม แล้วมีผลทำให้ผู้รับปฏิบัติไปในทิศทางที่ผู้รับต้องการ ซึ่งหมายถึงการมีสุขภาพอนามัยที่ดี

ประภาเพ็ญ สุวรรณ (2537 : 96) กล่าวว่า การสนับสนุนทางสังคม หมายถึง การที่บุคคลหนึ่งมีบุคคลหนึ่ง (หรือหลายคน) ซึ่งเป็นที่ไว้วางใจ เป็นที่พึ่งได้ เชื่อถือได้ ให้การดูแลและทำให้บุคคลนั้นเกิดความรู้สึกว่ายังมีผู้ให้การดูแลและทำให้รู้สึกว่าตนเองมีค่า

สรุปได้ว่า การสนับสนุนทางสังคม หมายถึง การที่บุคคลได้รับความรัก ความห่วงใย เอาใจใส่ จากผู้คนรอบข้าง เช่น เพื่อน พ่อแม่ พี่น้อง ญาติหรือบุคคลอื่น ๆ ที่มีความใกล้ชิดกัน ทำให้เขารู้สึกว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และตนเป็นคนที่มีค่าในสายตาของสังคมนั้น

ชนิดของการสนับสนุนทางสังคม

ได้มีผู้กล่าวถึงชนิดของการสนับสนุนทางสังคมไว้หลายลักษณะ ดังนี้

คอบบ์ (Cobb. 1976 :300 – 312) กล่าวถึงชนิดการสนับสนุนทางสังคมว่า ประกอบด้วย การสนับสนุน 3 ด้าน ดังนี้

1. การสนับสนุนทางด้านอารมณ์ (Emotion support) คือ การให้ความรัก และการดูแลเอาใจใส่
2. การสนับสนุนทางด้านการให้การยอมรับและเห็นคุณค่า (Esteem support) เป็นข้อมูลที่ช่วยให้บุคคลรู้ว่าตนเป็นคนมีค่า เป็นที่ยอมรับของบุคคลอื่น
3. การสนับสนุนด้านการได้มีส่วนร่วม และเป็นส่วนหนึ่งของสังคม (Socially support or network) เป็นข้อมูลที่ช่วยให้บุคคลรับรู้ว่าเป็นส่วนหนึ่งของสังคม มีการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

เซฟเฟอร์ และคนอื่น ๆ (ปิยนุช ปัญญาธิระ. 2542 : 23 ; อ้างอิงจาก Sheppher and oihers. 1986. *Diabetes Care.*) แบ่งการสนับสนุนทางสังคมออกเป็น 3 ชนิด ดังนี้

1. การสนับสนุนทางอารมณ์ (Emotion support) หมายถึง ความผูกพัน ความอบอุ่นใจและความรู้สึกไว้วางใจ
2. การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร (Information support) เป็นการให้ข้อมูล ข่าวสาร คำแนะนำ ทำให้บุคคลสามารถนำไปแก้ไขปัญหา หรือข้อมูลป้อนกลับ ทำให้บุคคลรู้ถึงพฤติกรรม และการปฏิบัติตน
3. การสนับสนุนด้านสิ่งของและแรงงาน (Tangimention support) เป็นการได้รับความช่วยเหลือด้านเงินทอง สิ่งของและแรงงาน

สรุปได้ว่า การสนับสนุนทางสังคมของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับ บุคคลตาพิการประจำการ (กศ.บป.) แบ่งออกเป็น 5 ชนิด คือ การสนับสนุนด้านอารมณ์ การสนับสนุนด้านการได้รับการยอมรับและเห็นคุณค่า การสนับสนุนด้านการมีส่วนร่วมและเป็นส่วนหนึ่งของสังคม การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร และการสนับสนุนด้านการเงิน แรงงานและสิ่งของ

ระดับของการสนับสนุนทางสังคม

กอทท์ลิบ (Gottlieb. 1985 : 5 – 22) แบ่งการสนับสนุนทางสังคมออกเป็น 3 ระดับ คือ

1. ระดับกว้าง (Macro level) เป็นการพิจารณาถึงการเข้าร่วม หรือการมีส่วนร่วมในในสังคม อาจวัดได้จากความสัมพันธ์กับสถาบันในสังคม การดำเนินวิถีชีวิตในสังคม และการเข้าร่วมกับกลุ่มต่าง ๆ ด้วยความสมัครใจ
2. ระดับกลุ่มเครือข่าย (Mezzo level) เป็นการมองที่โครงสร้างและหน้าที่ของเครือข่ายสังคมด้วยการวัดอย่างเฉพาะเจาะจง ถึงกลุ่มบุคคลที่มีสัมพันธ์ภาพกันอย่างสม่ำเสมอ เช่น กลุ่มเพื่อน ชนิดของการสนับสนุนทางสังคมในระดับนี้ ได้แก่ การให้คำแนะนำ การช่วยเหลือด้านวัตถุ ความเป็นมิตร การสนับสนุนด้านอารมณ์ และการยกย่อง
3. ระดับแคบ หรือระดับเล็ก (Micro level) เป็นความสัมพันธ์ของบุคคลที่มีความใกล้ชิดสนิทสนมกันมากที่สุด ทั้งนี้มีความเชื่อว่าคุณภาพของความสัมพันธ์มีความสำคัญมากกว่าปริมาณ คือ ขนาดจำนวน และความถี่ ซึ่งแหล่งของแรงสนับสนุน ได้แก่ คู่สมรส บุตร และสมาชิกในครอบครัว หรือบุคคลซึ่งมีความใกล้ชิดทางอารมณ์ ให้การสนับสนุนทางจิตใจ แสดงความรัก ความห่วงใย

การสนับสนุนทางสังคมกับสุขภาพของมนุษย์

จากการที่แนวคิดเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคมแพร่หลาย จึงมีนักวิชาการหลาย ๆ ท่านได้พยายามศึกษาและอธิบายกลไกการทำงาน หรือผลของการสนับสนุนทางสังคมที่มีต่อภาวะสุขภาพและการเจ็บป่วยไว้หลายท่าน ดังนี้

เบอร์กแมน และ ซัยม์ (Berkman & Syme. 1979 : 202) ได้เสนอแนวความคิดเกี่ยวกับความสัมพันธ์ของการสนับสนุนทางสังคมกับสุขภาพของมนุษย์ไว้ ดังนี้

1. คนที่แยกตัวออกจากสังคมจะได้รับการสนับสนุนจากสังคมน้อย และมีโอกาสเกิดการปฏิบัติตนด้านสุขภาพที่ไม่ถูกต้อง
2. การแยกตัวออกจากสังคมมีผลต่อจิตใจ เช่น ซึมเศร้า ทำให้คนเปลี่ยนแปลงกลไกการต่อสู้ เป็นหนทางนำไปสู่พฤติกรรมเสี่ยงต่อการเกิดโรคหรืออุบัติเหตุ
3. การแยกตัวออกจากสังคม จะทำให้คนมีการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยา ส่งผลให้บุคคลมีโอกาasเป็นโรคได้ง่ายขึ้น

โคเฮน และ วิลลิส (Cohen & Willis. 1985 : 310 – 357) ได้ทำการศึกษากลไกการสนับสนุนทางสังคมเพื่ออธิบายภาวะสุขภาพของมนุษย์ทั้งด้านร่างกายและจิตใจ โดยสรุปผลการศึกษาไว้ 2 ประการ คือ

1. การสนับสนุนทางสังคม จะทำให้บุคคลมีประสบการณ์ที่ดี มีอารมณ์มั่นคง ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อระบบต่อมไร้ท่อ ระบบประสาทและระบบภูมิคุ้มกันโรค (Neuroendocrine

and immune system) ทำงานดีขึ้นหรืออาจส่งผลให้คนมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดี ซึ่งเป็นการส่งผลโดยตรง นอกจากนี้การสนับสนุนทางสังคมยังช่วยเสริมหน้าที่ในการต่อสู้ปัญหาของแต่ละคนให้ดีขึ้น ทำให้ปัญหาลดความรุนแรงลง

2. การสนับสนุนทางสังคม จะช่วยลดภาวะวิกฤตของชีวิต โดยการสนับสนุนทางสังคมนั้นจะเป็นตัวช่วยลดความเครียดอันจะนำไปสู่ภาวะวิกฤต ซึ่งความเครียดจะเกิดขึ้นได้เมื่อคนเรารู้สึกว่าไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ รู้สึกว่าตนเองด้อยคุณค่า ภาวะเช่นนี้จะไปรบกวนสมดุลของระบบต่อมไร้ท่อ ระบบประสาทและระบบภูมิคุ้มกันโรค ทำให้ง่ายต่อการเกิดโรค ในขณะที่เดียวกันก็ทำให้บุคคลไม่สนใจสุขภาพของตนเอง มีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการเกิดโรค

เพนเดอร์ (Pender. 1987 : 396) ได้สรุปถึงผลของการสนับสนุนทางสังคมที่มีต่อภาวะสุขภาพของบุคคลไว้ดังนี้

1. ช่วยส่งเสริมการเจริญเติบโต และการทำงานของระบบต่าง ๆ ในร่างกาย พัฒนาสิ่งแวดล้อม เพิ่มการมีคุณค่าของตนเอง ทำให้มีอารมณ์มั่นคงและมีความสุขในชีวิต
2. ลดความเครียดของเหตุการณ์ที่เป็นภาวะวิกฤตในชีวิต
3. ช่วยยืนยัน รับรอง หรือการทำให้เกิดความมั่นใจ และคาดการณ์การกระทำของบุคคลนั้นว่าเป็นที่ต้องการของสังคม
4. เป็นกันชนรับรองเหตุการณ์ที่เป็นภาวะวิกฤตในชีวิต โดยมีอิทธิพลต่อการแปลเหตุการณ์และการตอบสนองทางอารมณ์ของบุคคล ทำให้บุคคลมีการปรับตัวได้ดี จึงช่วยลดการเจ็บป่วย ซึ่งจะเป็นการป้องกันโรคได้

สรุปได้ว่า การสนับสนุนทางสังคมกับสุขภาพของมนุษย์ มีความสัมพันธ์กัน เนื่องจากการสนับสนุนทางสังคมจะทำให้บุคคลมีความมั่นใจในคุณค่าของตนเอง ทำให้รู้สึกว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของสังคม มีกำลังใจในการต่อสู้กับปัญหาของตนเอง มีความสนใจในการดูแลสุขภาพทั้งทางร่างกายและจิตใจของตนเอง

แบบคัดกรองปัญหาสุขภาพจิต GHQ

จี เอช คิว (General Health Questionnaire : GHQ) ของโกลด์เบิร์ก (Goldberg. 1972) เป็นแบบคัดกรองปัญหาสุขภาพจิต ที่นายแพทย์ธนา นิลชัยโกวิท และคนอื่น ๆ (2539 : 1-17) ได้แปลเป็นภาษาไทย และทำการศึกษาในประชาชนเขตหนองจอกที่มารับบริการจากหน่วยแพทย์เคลื่อนที่ จำนวน 100 ราย เพื่อทดสอบความเชื่อถือได้ และความแม่นยำของเครื่องมือในการคัดกรองปัญหาสุขภาพจิตในชุมชน เมื่อเปรียบเทียบกับ การวินิจฉัยของจิตแพทย์ ผลการศึกษาพบว่า แบบคัดกรองปัญหาสุขภาพจิต (General health questionnaire) ฉบับภาษาไทย (Thai GHQ) ทุกฉบับ ทั้งฉบับเต็ม คือ Thai GHQ-60 และฉบับอื่น ๆ ที่ตัดตอนมาจากฉบับเต็ม คือ Thai GHQ-30, Thai GHQ-28 และ Thai GHQ-12 มีความเชื่อถือได้ และความแม่นยำตรงอยู่ในเกณฑ์ดี ได้แก่ ความสอดคล้องภายใน (Internal consistencies)

ของข้อคำถาม ซึ่งวิเคราะห์โดยใช้ Cronbach's alpha coefficient มีค่าตั้งแต่ 0.80 ถึง 0.94 และมีค่าความไว (Sensitivity) ตั้งแต่ร้อยละ 78.10 ถึง 85.30 และความจำเพาะ (Specificity) ตั้งแต่ร้อยละ 84.40 ถึง 89.70 จึงสมควรนำมาใช้เป็นแบบคัดกรองปัญหาสุขภาพจิตในประชากรไทยได้

จี เอช คิว (GHQ) ได้รับการออกแบบมาสำหรับคัดกรองปัญหาสำคัญ 2 ประการ คือ การไม่สามารถดำเนินชีวิตในด้านต่าง ๆ ได้อย่างปกติสุขตามที่ควรจะเป็น และการมีปัญหาที่ทำให้เกิดความทุกข์ใจ โดยเน้นถึงปัญหาที่ผิดไปจากสภาวะปกติของบุคคลนั้น ๆ มากกว่าลักษณะที่เป็นลักษณะประจำของบุคคลนั้น ๆ เช่น ปัญหาบุคลิกภาพ ข้อคำถามของจี เอช คิว (GHQ) จะครอบคลุมปัญหาใหญ่ ๆ 4 ด้าน คือ ความรู้สึกไม่เป็นสุข (Unhappiness) ความวิตกกังวล (Anxiety) ความบกพร่องเชิงสังคม (Social impairment) และความรู้สึกกังวลเกี่ยวกับสุขภาพ (Hypochondriasis) อย่างไรก็ตาม จี เอช คิว (GHQ) เป็นเพียงแบบคัดกรองปัญหาสุขภาพจิต และบอกเพียงว่าน่าจะมีความผิดปกติทางจิตเวชเท่านั้น แต่ไม่สามารถบอกได้ว่ามีความผิดปกติทางจิตเวชชนิดใด

ในการคิดคะแนนของ จี เอช คิว (GHQ) โกลด์เบิร์ก (Goldberg) แนะนำให้ใช้การคิดแบบ GHQ score (0-0-1-1) ซึ่งสะดวกและได้ผลไม่แตกต่างจากการคิดคะแนนแบบ Likert score (0-1-2-3) โดยพบว่า Correlation ระหว่างวิธีทั้งสองนี้ อยู่ระหว่าง 0.92-0.94 ส่วนเกณฑ์ในการตัดสินว่ามีความผิดปกติทางจิตเวชของ จี เอช คิว (GHQ) ฉบับต่าง ๆ มีดังนี้ จี เอช คิว-60 ใช้จุดตัดคะแนนที่ 11/12 จี เอช คิว - 28 ใช้จุดตัดคะแนนที่ 4/5 จี เอช คิว - 30 ใช้จุดตัดคะแนนที่ 3/4 และ จี เอช คิว-12 ใช้จุดตัดคะแนนที่ 1/2

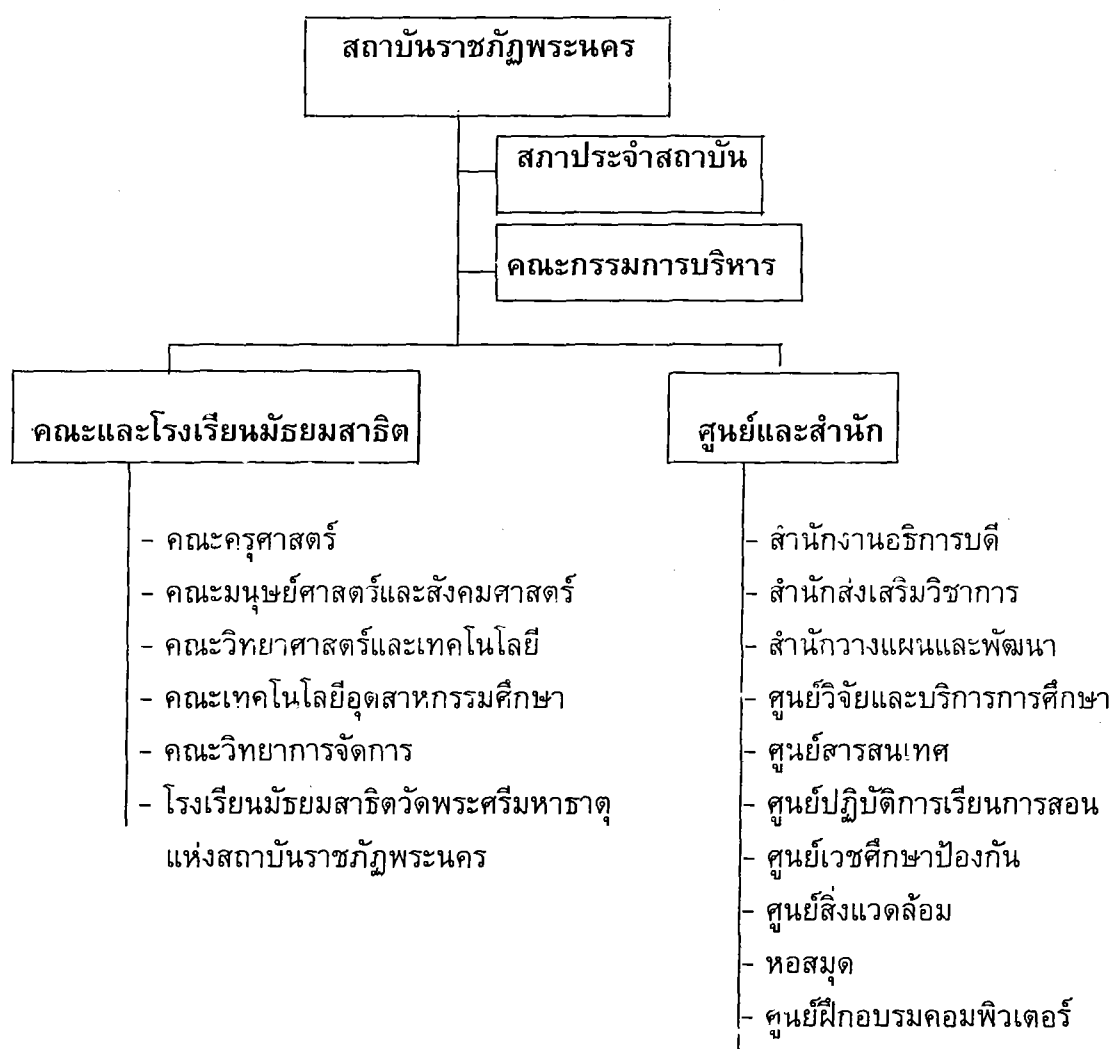
จากการศึกษาของนายแพทย์ธนา นิลชัยโกวิทย์ และคนอื่น ๆ (2539 : 1-6) พบว่าแบบคัดกรองปัญหาสุขภาพจิตฉบับภาษาไทย จี เอช คิว-28 นั้น มีความเหมาะสมในกรณีที่ต้องการคะแนนของกลุ่มอาการผิดปกติต่าง ๆ ทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ อาการทางกาย อาการวิตกกังวลและนอนไม่หลับ ความบกพร่องทางสังคม และอาการซึมเศร้าที่รุนแรง

สรุปได้ว่า ผู้วิจัยใช้แบบคัดกรองปัญหาสุขภาพจิต ไทย จี เอช คิว 28 มาทดสอบภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร เพื่อต้องการทราบอาการผิดปกติต่าง ๆ ทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ อาการทางกาย อาการวิตกกังวลและนอนไม่หลับ ความบกพร่องทางสังคม และอาการซึมเศร้าที่รุนแรงของนักศึกษาเพื่อเป็นแนวทางในการแก้ปัญหา วางแผน ป้องกัน และให้คำแนะนำแก่นักศึกษาที่เริ่มมีปัญหาสุขภาพจิตได้ต่อไป

สถาบันราชภัฏพระนคร

สถาบันราชภัฏพระนคร เป็นสถาบันอุดมศึกษาในเครือสภามหาวิทยาลัยรัตนโกสินทร์ ซึ่งเป็นกลุ่มสถาบันราชภัฏที่ตั้งอยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 6 แห่ง ประกอบด้วย สถาบันราชภัฏพระนคร สถาบันราชภัฏจันทรเกษม สถาบันราชภัฏสวนดุสิต สถาบันราชภัฏสวนสุนันทา สถาบันราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา และสถาบันราชภัฏธนบุรี

สถาบันราชภัฏพระนครมีโครงสร้างการบริหารงานดังปรากฏตามภาพประกอบ 5 (สถาบันราชภัฏพระนคร. 2541 : 6)



ภาพประกอบ 5 โครงสร้างการบริหารงานสถาบันราชภัฏพระนคร ปีการศึกษา 2540

วัตถุประสงค์ของสถาบันราชภัฏพระนคร

ตามมาตรา 7 แห่งพระราชบัญญัติสถาบันราชภัฏ พ.ศ. 2538 ซึ่งถือเป็นวัตถุประสงค์ของสถาบันราชภัฏพระนคร มีดังนี้ (สถาบันราชภัฏพระนคร. 2541 : 9)

1. เป็นสถาบันอุดมศึกษาเพื่อการพัฒนาท้องถิ่น
2. เพื่อให้การศึกษาระดับปริญญาตรีและวิชาชีพชั้นสูง
3. ทำการวิจัย
4. บริการทางวิชาการ
5. ปรับปรุง ถ่ายทอด และพัฒนาเทคโนโลยี
6. ทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม
7. ผลิตครูและส่งเสริมวิทยฐานะครู

เป้าหมายการดำเนินงานของสถาบันราชภัฏพระนคร

ในการดำเนินงานของสถาบันราชภัฏพระนคร มีการวางเป้าหมายไว้ดังนี้ (สถาบันราชภัฏพระนคร. 2541 :9)

1. จัดการศึกษาด้านเทคโนโลยีอุตสาหกรรมและวิศวกรรมศาสตร์ในบางสาขา ให้สอดคล้องกับตลาดแรงงานอุตสาหกรรม และเป็นแหล่งกลางในการพัฒนาความรู้ ถ่ายทอด เทคโนโลยีและพัฒนาเทคโนโลยีใหม่ในท้องถิ่น
2. จัดตั้งศูนย์วิทยาศาสตร์และศาสตร์ประยุกต์ เพื่อการจัดการเรียนการสอน ทางด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ให้เป็นแหล่งค้นคว้าและพัฒนาความรู้ใหม่ในการวิจัย ทดลอง และเผยแพร่ความรู้แก่ชุมชน
3. จัดตั้งศูนย์คอมพิวเตอร์ให้เป็นศูนย์กลางการสอนคอมพิวเตอร์ และให้บริการความรู้แก่บุคลากรในสถาบันและท้องถิ่น
4. จัดตั้งศูนย์ภาษาให้เป็นศูนย์กลางในการสอนภาษาต่างประเทศ และให้บริการความรู้แก่บุคลากรในสถาบันและท้องถิ่น
5. จัดตั้งสำนักฝึกอบรม และบริการวิชาการ ให้เป็นศูนย์กลางการพัฒนา ทรัพยากรมนุษย์แก่บุคลากรภายในและภายนอกสถาบัน
6. จัดตั้งบัณฑิตศึกษา ตามแผนการเปิดสอนในสาขาเทคโนโลยีอุตสาหกรรม สิ่งแวดล้อมศึกษา คณิตศาสตร์ศึกษา ฯลฯ ของสถาบัน เพื่อพัฒนาบุคลากรของหน่วยงานต่าง ๆ ในเขตความรับผิดชอบของท้องถิ่น
7. เตรียมการจัดการสอนพุทธศาสนาศึกษาร่วมกับวัดพระศรีมหาธาตุวรวิหาร เพื่อพัฒนาเผยแผ่พระพุทธศาสนา

บทบาทของสถาบันราชภัฏพระนคร

สถาบันราชภัฏพระนครได้ดำเนินงานพัฒนาสถาบันตามแผนพัฒนาสถาบันราชภัฏ ในแผนพัฒนาการศึกษาระยะที่ 8 ที่ได้กำหนดบทบาทและภารกิจของสถาบันไว้ 7 ด้าน ดังนี้(สถาบันราชภัฏพระนคร. 2541 : 58)

1. ด้านการจัดการศึกษา
2. ด้านการวิจัย
3. ด้านการบริการวิชาการ
4. ด้านการปรับปรุงถ่ายทอดและพัฒนาเทคโนโลยี
5. ด้านการทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม
6. ด้านการผลิตครูและส่งเสริมวิทยฐานะครู
7. ด้านการบริหาร

ภารกิจด้านการจัดการศึกษาของสถาบันราชภัฏพระนคร

ภาระหน้าที่สำคัญประการหนึ่งของสถาบันราชภัฏพระนคร คือ การจัดการศึกษาในระดับปริญญาตรี ในฐานะสถาบันอุดมศึกษาเพื่อพัฒนาท้องถิ่น สถาบันมุ่งมั่นจะเสริมสร้างให้บัณฑิตของสถาบันมีความรู้ความสามารถสูงและมีคุณภาพตามที่สังคมต้องการ โดยเน้นคุณภาพของบัณฑิตให้เป็นผู้มีคุณธรรม จริยธรรม เพื่อเป็นผู้นำที่ดีในสังคม ตลอดจนมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ สามารถนำวิชาความรู้ที่ได้รับไปปรับใช้ในการดำเนินชีวิตทั้งต่อตนเองและสังคม เพื่อเสริมสร้างให้การผลิตบัณฑิตของสถาบันบรรลุเป้าหมายดังกล่าว สถาบันจึงได้จัดกิจกรรมที่หลากหลายให้แก่บัณฑิตทั้งในหลักสูตรและนอกหลักสูตร

สถาบันราชภัฏพระนคร มีส่วนราชการที่มีภาระหน้าที่จัดการศึกษา ได้แก่ คณะครุศาสตร์ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ คณะวิทยาการจัดการ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี คณะเทคโนโลยีอุตสาหกรรม รวม 5 คณะ ประกอบด้วย 30 ภาควิชา ทุกคณะร่วมกันผลิตบัณฑิตใน 3 สาขาวิชา คือ สาขาศิลปศาสตร์ สาขาวิชาวิทยาศาสตร์ และสาขาวิชาการศึกษา นอกจากนี้สถาบันยังมีหน่วยงานในระดับอื่น คือ โรงเรียนมัธยมสาธิตวัดพระศรีมหาธาตุแห่งสถาบันราชภัฏพระนคร ซึ่งจัดการศึกษาในระดับมัธยมศึกษา และโครงการบัณฑิตศึกษา ซึ่งทำหน้าที่ประสานงาน ควบคุม ดูแลการจัดการศึกษาระดับประกาศนียบัตรบัณฑิตศึกษาและการศึกษาระดับปริญญาโท

การจัดการศึกษาระดับปริญญาตรีนั้น สถาบันจัดการศึกษาทั้งในเวลาราชการ (ภาคปกติ) และนอกเวลาราชการ (กศ.บป.) การรับนักศึกษาภาคปกติจะดำเนินการคัดเลือกและสอบคัดเลือกร่วมกับสถาบันราชภัฏในกลุ่มรัตนโกสินทร์ส่วนหนึ่ง อีกส่วนหนึ่งคัดเลือกจากนักศึกษาที่มีความสามารถพิเศษด้านต่าง ๆ สำหรับนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันจะรับสมัครและสอบคัดเลือกเอง ผู้ที่เข้าศึกษาจะเป็นผู้ที่มี

งานประจำทำอยู่แล้วและจะมาเรียนนอกเวลาราชการ โดยวันปกติจะมาเรียนช่วงเวลา 17.00 – 20.20 น. และวันอาทิตย์เวลา 8.30 – 20.20 น. โปรแกรมที่เปิดสอนเช่นเดียวกับนักศึกษาภาคปกติ

สำหรับการจัดการศึกษาระดับสูงกว่าปริญญาตรีนั้น ในปีการศึกษา 2540 อยู่ในระหว่างเตรียมการเพื่อเปิดสอนในโปรแกรมวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต แขนงเทคโนโลยีอุตสาหกรรม และบริหารการศึกษา รวมทั้งเตรียมการเปิดสอนหลักสูตรประกาศนียบัตรบัณฑิตวิชาชีพครู สำหรับผู้จบระดับปริญญาตรีที่ยังไม่มีวุฒิปริญญา (สถาบันราชภัฏพระนคร. 2541 :59)

กำหนดการจัดการเรียนการสอนของสถาบันราชภัฏพระนคร

สถาบันราชภัฏพระนคร กำหนดให้มีการจัดการเรียนการสอนเป็น 3 ภาคเรียน ดังนี้

1. ภาคเรียนที่ 1 เปิดเรียนวันที่ 10 มิถุนายน
 ปิดเรียนวันที่ 16 ตุลาคม
2. ภาคเรียนที่ 2 เปิดเรียนวันที่ 1 พฤศจิกายน
 ปิดเรียนวันที่ 11 มีนาคม
3. ภาคเรียนที่ 3 เปิดเรียน เดือนมีนาคม (ประมาณกลางเดือน)
 (ภาคฤดูร้อน) ปิดเรียน เดือนพฤษภาคม (ประมาณกลางเดือน)

สถาบันราชภัฏพระนคร เป็นสถาบันอุดมศึกษาที่สำคัญในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ของประเทศที่ผลิตกำลังคนในระดับอุดมศึกษา เป็นการให้ความรู้ ความสามารถ และเสริมทักษะในขั้นสูง เพื่อเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศ เป็นทรัพยากรที่มีคุณภาพของประเทศ ยุทธศาสตร์ดังกล่าวจึงมีบทบาทและมีส่วนสำคัญในการผลักดันหรือนำการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมไปสู่เป้าหมายที่พึงปรารถนา (จิระ หงส์ลดารมภ์. 2532 : 1)

โครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.)

โครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ ใช้คำย่อว่า กศ.บป. เป็นการจัดการศึกษาแก่คนที่มิงานทำอยู่แล้วหรือคนทำงานเพื่อก่อให้เกิด “การพัฒนาแบบยั่งยืน” ซึ่งหมายถึงการพัฒนาประเทศอย่างมั่นคงด้วยความเป็นตัวของตัวเอง ไม่ขึ้นอยู่กับอิทธิพลหรือการกำหนดของสังคมอื่นหรือประเทศอื่น คนทำงาน หมายความว่า บุคคลที่อยู่ประจำทำงานในทุกส่วนทุกอาชีพ บุคคลดังกล่าวจะมีประสบการณ์และความรับผิดชอบในสายอาชีพของตนอยู่อย่างต่อเนื่อง ซึ่งการได้ศึกษาความรู้ใหม่ การได้นำสาระของงานที่ทำอยู่มาวิเคราะห์ จะนำไปสู่การพัฒนาตนเอง กระบวนการดังกล่าวของประชาชนที่ได้ศึกษาขณะประกอบอาชีพ จะนำไปสู่ความเจริญรุ่งเรืองของประเทศ และนำไปสู่การพัฒนาอย่างยั่งยืนซึ่งเป็นจุดประสงค์ของการพัฒนาตามทฤษฎีการพัฒนาประเทศทั้งปวงนั่นเอง (สำนักงานสภาสถาบันราชภัฏ. 2542 : 9)

การดำเนินโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ ดำเนินงานตามระเบียบทางราชการ มีระบบ ระเบียบ มีการตรวจสอบคุณภาพเป็นไปตามหลักวิชาการ หลักการพัฒนาและสอดคล้องกับช่วงของการพัฒนาประเทศที่มุ่งพัฒนาคุณภาพของคนในทุกช่วงอายุหรือตลอดชีวิต

ปรัชญาและแนวคิดในการดำเนินงานโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.)

ถ้าจะกล่าวว่า การให้การศึกษาคือการพัฒนาคนเพื่อไปพัฒนาสังคมแล้ว โครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) เป็นโครงการที่ได้ทำหน้าที่ดังกล่าวเป็นอย่างดี เพราะช่วยให้คนมีการศึกษาที่สูงขึ้น 1 ส่วนใน 50 ส่วน นับเป็นจำนวนไม่น้อย และถ้าหากพิจารณาในเชิงคุณภาพก็จะพบว่า คนจำนวนมากนี้ได้มีโอกาสพัฒนาตนเอง พัฒนางาน และพัฒนาสังคมตามวัตถุประสงค์ของโครงการที่ตั้งไว้ ดังปรัชญาในการดำเนินงานโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการดังนี้ (สำนักงานสถาบันราชภัฏ. 2542 : 17)

1. เป็นการศึกษาที่เปิดโอกาสให้บุคคลแสวงหาความรู้อย่างกว้างขวางและหลากหลาย (Education for all) คือ การศึกษาที่ตอบสนองการเรียนรู้ของบุคคลในการศึกษาระดับอุดมศึกษาตามความสนใจ และความพร้อมของผู้เรียน

2. เป็นการศึกษาเพื่อพัฒนาอาชีพ (Education for career development) คือ การศึกษาเพื่อพัฒนาตนเอง และพัฒนาอาชีพ จัดสำหรับผู้มีงานทำและต้องการเพิ่มพูนความรู้ทักษะประสิทธิภาพในการทำงาน

3. เป็นการศึกษาเพื่อพัฒนาท้องถิ่นหรือชุมชน (Education for community development) คือการศึกษาที่จัดสำหรับบุคลากรประจำการ เพื่อพัฒนาชุมชนหรือท้องถิ่นที่เขาอาศัยอยู่ พัฒนาวิถีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น ดำรงไว้ซึ่งสิ่งดีงามและมีคุณค่าของสังคมไว้ ช่วยให้สังคมมีความเจริญก้าวหน้าและอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข

4. เป็นการศึกษาเพื่อพัฒนาวัฒนธรรม (Education for cultural development) คือ การจัดการศึกษาที่ยึดแนวทางของการสืบทอด ทำนุบำรุงรักษาวัฒนธรรมของสังคมและท้องถิ่นให้ดำรงอยู่ สามารถผสมผสานวัฒนธรรมดั้งเดิมกับวัฒนธรรมใหม่ได้อย่างกลมกลืนกัน ทั้งด้านภาษา ศาสนา ศิลปะ ดนตรีและขนบธรรมเนียมประเพณีต่าง ๆ ตลอดจนระบบครอบครัวแบบชนบท

5. การศึกษาเพื่อพัฒนาเทคโนโลยี (Education for technological development) คือ การจัดการศึกษาที่ส่งเสริมการเลือก การใช้ และการสร้างสรรค์เทคโนโลยี ซึ่งหมายรวมทั้งเทคโนโลยีสมัยใหม่ และเทคโนโลยีชาวบ้านที่มีคุณค่า อันมีความสำคัญต่อตนเองและท้องถิ่น ตั้งแต่เทคโนโลยีการดำรงชีวิตการเกษตร การผลิตแบบไทย จนถึงเทคโนโลยีด้านการสื่อสารและโทรคมนาคม โดยจะคำนึงถึงความสมดุลทางธรรมชาติและมีผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อมน้อยที่สุด

ปรัชญาและแนวคิดพื้นฐานในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ดังกล่าว เป็นเสมือนทิศทางที่สถาบันราชภัฏแต่ละแห่งนำไปสู่การจัดดำเนินงาน ทั้งการเรียน การสอน การบริหาร และการจัดการโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) อย่างเป็นระบบ

หลักการจัดการศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.)

หลักการจัดการศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ เป็นหลักสูตรฉบับ พ.ศ. 2536 ที่ปรับปรุงมาจากหลักสูตรเดิม คือ ฉบับ พ.ศ. 2531 โดยยึดมาตรฐานวิชาการและวิชาชีพระดับอุดมศึกษา ซึ่งมีมาตรฐานตามเกณฑ์ของทบวงมหาวิทยาลัย เป็นหลักสูตรที่มุ่งผลิตกำลังคนที่สนองความต้องการของท้องถิ่นและสอดคล้องกับแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ คือให้เป็นทั้งนักวิชาการและวิชาชีพชั้นสูง มีความยืดหยุ่น สามารถปรับตามสภาพการเปลี่ยนแปลงด้านเศรษฐกิจ สังคมและความก้าวหน้าของวิทยาการ เปิดโอกาสให้เลือกเรียนได้อย่างกว้างขวาง มีทั้งหลักสูตรระดับอนุปริญญา ระดับปริญญาตรี และระดับปริญญาตรี (หลังอนุปริญญา) ในการจัดกิจกรรมและประสบการณ์การเรียนรู้มุ่งเน้นการปฏิบัติควบคู่ทฤษฎี และยึดหลักความร่วมมือระหว่างสถาบันการศึกษากับองค์กรและสถานประกอบการในชุมชนลักษณะทวิภาคี (Dual system) นำไปสู่การพัฒนาความก้าวหน้าในวิชาชีพและวิชาการ และมุ่งเน้นการพัฒนาตัวผู้เรียนให้มีความรู้ด้านเทคนิค วิธีการจัดการงานอาชีพและด้านคุณธรรม (สำนักงานสภาสถาบันราชภัฏ. 2542 :18)

จุดมุ่งหมายของการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.)

จุดมุ่งหมายของการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) โดยมีหลักสูตร 3 สาขา คือ สาขาวิชาการศึกษา สาขาวิชาวิทยาศาสตร์ และสาขาวิชาศิลปศาสตร์ มีเจตนารมณ์และจุดมุ่งหมายหลักเหมือนกัน คือมุ่งให้ผู้สำเร็จการศึกษามีความรู้ ทักษะและเทคนิคเฉพาะทาง สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการประกอบอาชีพได้เป็นอย่างดี ทั้งการประกอบอาชีพในหน่วยงานหรือประกอบอาชีพอิสระ มีความคิดสร้างสรรค์ มีนิสัยใฝ่รู้ มีทักษะและวิจรณ์ญาณในการแก้ปัญหา สามารถปรับตัวในการทำงานได้อย่างเหมาะสม มีเจตคติที่ดี มีจรรยาบรรณและมุ่งมั่นในการพัฒนาอาชีพ มีโลกทัศน์กว้างไกล พัฒนาค้นให้ทันกับการเปลี่ยนแปลงของสังคม เป็นพลเมืองดี มีความเป็นประชาธิปไตย ตลอดจนยึดมั่นในสถาบันชาติ ศาสนาและพระมหากษัตริย์ สำหรับจุดมุ่งหมายเฉพาะของหลักสูตรทั้งสามสาขานั้น มีความแตกต่างกันบ้างตามลักษณะของสาขาวิชานั้น และมีจุดเด่นของแต่ละสาขา เช่น สาขาวิชาการศึกษามุ่งให้ผู้สำเร็จการศึกษามีเจตคติที่ดีต่อการเป็นครู มีความรัก ศรัทธาในวิชาชีพครู และมีคุณธรรม จริยธรรมในวิชาชีพครู สำหรับสาขาวิชาวิทยาศาสตร์จะมุ่งเน้นการนำความรู้ทางด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีไปประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงานทั้งหน่วยงานรัฐ เอกชน และประกอบ

อาชีพอิสระ รวมทั้งการปรับปรุงคุณภาพชีวิตของตนเองได้อย่างเหมาะสม โดยคำนึงถึงผลกระทบต่อการดำรงชีวิต การประกอบอาชีพ สังคม และสภาพแวดล้อม ส่วนสาขาศิลปศาสตร์นั้น มุ่งเน้นการนำความรู้ด้านศิลปศาสตร์ไปประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงาน การประกอบอาชีพทั้งภาครัฐ เอกชน และการประกอบอาชีพอิสระ รวมทั้งการปรับปรุงคุณภาพชีวิตของตนและสังคมได้อย่างเหมาะสมเช่นเดียวกัน(สำนักงานสถาบันราชภัฏ. 2542 : 18 – 19)

หลักสูตรการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.)

หลักสูตรในโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ ต้องอาศัยองค์ประกอบสำคัญ คือ นโยบาย การบริหาร บุคลากร งบประมาณ วัสดุอุปกรณ์และการจัดการ และองค์ประกอบที่สำคัญประการหนึ่งก็คือ “หลักสูตร” เพราะหลักสูตรเป็นเสมือนแผนการหรือพิมพ์เขียวที่กำหนดว่าการศึกษาและการจัดการเรียนการสอนจะเป็นไปในทิศทางใดถ้าไม่มีหลักสูตรทั้งผู้สอนและ ผู้เรียนก็ไม่ทราบว่าจะมีสิ่งใดเป็นสื่อกลางในการกำหนดรูปแบบและกิจกรรมการเรียนการสอน โครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการก็เช่นเดียวกัน สถาบันราชภัฏมีหลักสูตรเป็นตัวกลางเพื่อการจัดการศึกษาตามโครงการ ซึ่งปัจจุบันนี้ยังคงใช้หลักสูตรวิทยาลัยครูฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2536 สำหรับการผลิตบัณฑิตในโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) มี 3 สาขาวิชา คือ สาขาวิชาการศึกษา สาขาวิทยาศาสตร์ และสาขาวิชาศิลปศาสตร์ (สำนักงานสถาบันราชภัฏ. 2542 : 18)

โครงสร้างหลักสูตรการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.)

สำหรับโครงสร้างของหลักสูตรที่ใช้ในการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) มีโครงสร้างทั้งในด้านหมวดวิชา กลุ่มวิชา หน่วยกิต และชั่วโมงเรียนเป็นไปตามเกณฑ์มาตรฐานของทบวงมหาวิทยาลัย และข้อบังคับสภาการฝึกหัดครู ว่าด้วยเกณฑ์มาตรฐานหลักสูตร ทั้งในสาขาวิชาการศึกษา สาขาวิทยาศาสตร์ และสาขาวิชาศิลปศาสตร์ โดยมีโครงสร้างประกอบด้วยหมวดวิชาและกลุ่มวิชา ดังนี้ (สำนักงานสถาบันราชภัฏ. 2542 : 19 – 20)

1. หมวดวิชาพื้นฐาน (General education) เป็นการศึกษาเนื้อหาความรู้ ซึ่งเป็นพื้นฐานที่นักศึกษาทุกคนต้องเรียนเพื่อให้มีความรู้อย่างกว้างขวางและรอบรอบในสิ่งจำเป็นสำหรับการเป็นพลเมืองดีของสังคม แบ่งออกเป็น 4 กลุ่ม ดังนี้

- 1.1 กลุ่มวิชาภาษาและการสื่อสาร
- 1.2 กลุ่มวิชามนุษยศาสตร์
- 1.3 กลุ่มวิชาสังคมศาสตร์
- 1.4 กลุ่มวิชาคณิตศาสตร์ วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี

2. **หมวดวิชาเฉพาะด้าน (Specialized education)** เป็นวิชาเฉพาะทางใดทางหนึ่งที่นักศึกษาแต่ละคนเลือกเรียน เพื่อให้มีความรู้ ความสามารถ ทักษะ รู้เทคนิค และเข้าใจกระบวนการงานอาชีพและมีเจตคติที่ดีต่องานอาชีพ แบ่งออกเป็น 3 กลุ่มวิชา

2.1 กลุ่มวิชาเนื้อหา หรือกลุ่มวิชาเอก – โท

2.2 กลุ่มวิชาวิทยาการจัดการ หรือกลุ่มวิชาชีพครู

2.3 กลุ่มวิชาปฏิบัติการและฝึกประสบการณ์วิชาชีพ

3. **หมวดวิชาเลือกเสรี (Free education)** เป็นสาขาที่ให้นักศึกษาเลือกเรียนได้ตามความถนัดและความสนใจ เพื่อให้มีโลกทัศน์ที่กว้างขึ้น

หลักสูตรที่ใช้ในโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) มี 3 หลักสูตร ด้วยกัน ดังนี้

1. **หลักสูตรอนุปริญญา** เป็นหลักสูตรที่จัดการศึกษาระดับต่ำกว่าปริญญาตรี ใช้เวลาเรียน 2 ปี สำหรับผู้ที่จบการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย หรือเทียบเท่า เมื่อจบการศึกษาแล้วสามารถกลับไปปฏิบัติงานหรือจะศึกษาต่อในระดับปริญญาตรี (หลังอนุปริญญา) อีก 2 ปีก็ได้ การสำเร็จการศึกษาตามหลักสูตรอนุปริญญาต้องเรียนระหว่าง 70 – 90 หน่วยกิต ซึ่งแล้วแต่โปรแกรมวิชา

2. **หลักสูตรปริญญาตรี** เป็นหลักสูตรที่จัดการศึกษาระดับปริญญาตรี ใช้เวลาเรียน 4 ปี สำหรับผู้ที่จบการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลายหรือเทียบเท่า การสำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรี 4 ปี ต้องเรียนระหว่าง 120 – 150 หน่วยกิต ซึ่งแล้วแต่โปรแกรมวิชา

3. **หลักสูตรปริญญาตรี 2 ปี (หลังอนุปริญญา)** เป็นหลักสูตรต่อเนื่องที่จัดการศึกษาระดับปริญญาตรี ใช้เวลาเรียน 2 ปี สำหรับผู้ที่จบการศึกษาระดับอนุปริญญาหรือเทียบเท่า การสำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรี (หลังอนุปริญญา) ต้องเรียนระหว่าง 60 – 80 หน่วยกิต ตามโปรแกรมวิชานั้น ๆ กำหนด

สรุปได้ว่า โครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) ในสถาบันราชภัฏพระนครเป็นการจัดการศึกษาที่นอกเหนือจากการจัดการศึกษาภาคปกติ แบบให้ปริญญา อนุปริญญา หรือประกาศนียบัตร แก่บุคลากรที่ปฏิบัติงานในหน่วยงานของรัฐ เอกชน หรือประกอบอาชีพส่วนตัว และนอกจากจะรับผู้ที่ยังไม่สำเร็จการศึกษาในระดับปริญญาตรีมาศึกษาต่อแล้ว ยังเปิดโอกาสให้ผู้สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรีในสาขาต่าง ๆ จากสถาบันการศึกษาในระดับอุดมศึกษาหรือมหาวิทยาลัยของรัฐและเอกชนเข้าศึกษาเพื่อพัฒนางานและพัฒนาอาชีพในหลักสูตรที่ต้องการเพิ่มเติมได้ โดยได้รับยกเว้นบางรายวิชา หรือขอโอนผลการเรียนตามเกณฑ์มาตรฐาน หลักสูตรและโปรแกรมวิชาที่เข้าศึกษา อันจะเป็นผลดีต่อผู้เรียนและสอดคล้องกับปรัชญาของโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) ในด้านการพัฒนางานอาชีพของนักศึกษาเหล่านั้นด้วย

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาค้นคว้า

งานวิจัยในต่างประเทศ

แคชมาร์ช และ คนอื่น ๆ (Kaczmarc and others. 1990 : 1195 – 1202) ได้ศึกษา การปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ในมหาวิทยาลัยนิวเม็กซิโก ประเทศสหรัฐอเมริกา โดยแบ่งนักศึกษาออกเป็น 3 กลุ่มดังนี้ กลุ่มที่ 1 เป็นนักศึกษาทั่วไป จำนวน 57 คน (ใช้เปรียบเทียบ) กลุ่มที่ 2 เป็นนักศึกษา จำนวน 24 คน นักศึกษาเหล่านี้อยู่ในโครงการที่ได้รับการสนับสนุนจากภาครัฐ กลุ่มที่ 3 เป็นนักศึกษา จำนวน 68 คน มีจุดมุ่งหมายในการปรับตัวด้านการเรียน โดยใช้แบบสอบถามการปรับตัวในวิทยาลัยของนักศึกษา เอส เอ ซี คิว (Student adjustment to college questionnaire) ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษากลุ่มที่ 3 มีการปรับตัวแตกต่างกับกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ในด้านการเรียน

โลว – ลู (Luo – Lu. 1990 : 225 – 232) ได้ศึกษาการปรับตัวของนักศึกษาจีนในมหาวิทยาลัยออกฟอร์ด ประเทศอังกฤษ ต่อความคิดถึงบ้าน จำนวน 49 คน ผลการศึกษาพบว่า บุคลิกภาพ สุขภาพจิต ความต้องการเอาใจใส่ และการคิดถึงบ้าน ส่งผลกระทบต่อ การรับรู้ทางด้านสติปัญญา โดยเฉพาะด้านการเรียน เมื่อเวลาผ่านไปนาน ๆ เข้า พฤติกรรมที่ นักศึกษาจีนแสดงออกรวมทั้งสภาพทางสังคมที่นักศึกษาสามารถปรับตัวได้ ความเครียดต่าง ๆ จะค่อย ๆ ลดลง แต่ความคิดถึงบ้านยังคงมีอยู่

โฮมสตอร์ม และคนอื่น ๆ (Holmstrom and others. 1987 : 1 – 202) ได้ศึกษา อาการเจ็บป่วยทางจิต และสุขภาพจิตของนักศึกษาในมหาวิทยาลัยฟินแลนด์เป็นเวลา 13 ปี และรายงานในปี ค.ศ. 1937 ผลการศึกษาพบว่า ความเจ็บป่วยทางจิตมีมากขึ้นตามอายุ เพศ ชายต่างกับเพศหญิง นักศึกษาหญิงจะเชื่อเรื่องประเพณี ส่วนนักศึกษาชายจะสนใจความเป็น อยู่ในสังคมและมนุษย์สัมพันธ์มากกว่า การเจ็บป่วยทางจิตของนักศึกษาชายมักแสดงออกมาใน รูปของอาการทางกาย ส่วนนักศึกษาหญิงแสดงออกมาในรูปของความกลัว และวิตกกังวล

อิงลิช และเพียร์สัน (English & Peason. 1963 : 459) ได้ศึกษาสภาวะอารมณ์ใน คนอเมริกัน ผลการศึกษาพบว่า เมื่อเข้าสู่ผู้ใหญ่จะต้องหลีกเลี่ยงจากความวิตกกังวล และ ความกดดันต่าง ๆ ที่อาจทำให้เป็นโรคประสาท ซึ่งถ้าบุคคลใดมีสุขภาพจิตดีก็จะสามารถผ่าน ชีวิตในวัยต่าง ๆ ไปได้อย่างราบรื่น

โรเจอร์ (ศุภชัย ยาวะประภาษ. 2525 : 63 ; อ้างอิงจาก Roger. 1974. *American psychologist*. p. 358) ได้ศึกษาเกี่ยวกับเรื่องความเครียดในการทำงานของคนทำงาน ผลการ ศึกษาพบว่า การที่คนเราจะมีอาการเครียดหรือไม่นั้น ไม่ได้ขึ้นอยู่กับลักษณะทางประชากร เช่น อายุ การศึกษา และก็ไม่ได้อิงอยู่กับประเภทขององค์กร หรือหน่วยงานที่บุคคลทำงาน อยู่ด้วย ความสามารถของบุคคลในการเผชิญหน้ากับความเครียดที่เกิดขึ้นนั้น ขึ้นอยู่กับปัจจัย ที่สำคัญ ๆ เช่น ลักษณะทางบุคลิกภาพของบุคคลนั้น ลักษณะของสิ่งแวดล้อมทางสังคมรอบ ๆ

ตัวเขา ลักษณะของชีวิตส่วนตัวบางอย่างนอกเหนือจากชีวิตการทำงาน เช่น ชีวิตครอบครัว และฐานะการเงิน

รัตนา พุ่มไพศาล (2521 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาความต้องการในการเข้าเรียนในสถานศึกษาของผู้ใหญ่ในประเทศสหรัฐอเมริกา พบว่า บุคคลวัยผู้ใหญ่เข้าเรียนต่อเพื่อต้องการความรู้ในเรื่องทั่ว ๆ ไป เพื่อสนองความอยากรู้อยากเห็น เพื่อให้ผู้บังคับบัญชาพอใจ เพื่อหลีกเลี่ยงความจำเจในชีวิตประจำวัน เพื่อต้องการเป็นพ่อแม่ที่ดี เพื่อหางานใหม่ เพื่อต้องการเพื่อนใหม่ เพื่อต้องการประกาศนียบัตรหรือปริญญาบัตร เพื่อต้องการเข้าใจปัญหาสังคม เพื่อต้องการรู้สึกเป็นเจ้าของ เพื่อหลีกเลี่ยงปัญหาส่วนตัว และเพื่อยกระดับการศึกษา ความต้องการเหล่านี้มีความสำคัญเรียงตามลำดับดังกล่าว ผลการศึกษาพบว่า หลักสูตรการศึกษาสำหรับบุคคลวัยผู้ใหญ่ที่มีคนสนใจมากที่สุด ได้แก่ โปรแกรมงานอดิเรก และหลักสูตรการพักผ่อนหย่อนใจ ส่วนหลักสูตรวิชาชีพได้รับความสนใจเป็นอันดับรองลงมา

สถาบันการศึกษาผู้ใหญ่แห่งชาติของประเทศอังกฤษ หรือ NIAE (นวลจันทร์ เพิ่มพูนรัตนกุล. 2540 : 32 อ้างอิงจาก National Institute for adult education. 1970. *Adult education*.) ได้ศึกษาโดยทำการสำรวจหาเหตุผลที่ทำให้ผู้ใหญ่เข้าเรียนสถานศึกษา ผลการศึกษาพบว่า เหตุผลด้านอาชีพ เป็นเหตุผลสำคัญที่สุด รองลงมาได้แก่ เพื่อพัฒนาตนเอง รองลงมา เพื่อต้องการนำความรู้ไปปรับปรุงตนเองและครอบครัวให้ดีขึ้น เช่น กลุ่มแม่บ้าน รองลงมาได้แก่ ต้องการเข้าร่วมสังคม และส่วนเหตุผลอื่นมีอาทิเช่น มาเรียนเพราะมีเวลาว่าง ช่วงนั้นพอดี หรือสนใจในกิจกรรมนั้นเป็นพิเศษอยู่แล้ว เป็นต้น

ทอลซ์ (อุ้นดา นพคุณ 2527 : 16 ; อ้างอิงจาก Tough. 1971. *The adult's learning projects*. p. 135) ได้ศึกษาโดยนำแนวคิดของฮูล (Houle) ไปศึกษาต่อที่สถาบันเพื่อการค้นคว้าทางการศึกษาออนตาริโอ (Ontario institute for studies in education) ทอลซ์ ได้ศึกษาว่า ทำไมผู้เรียนผู้ใหญ่จึงเข้ามาสู่โครงการ เขาเรียนรู้อะไร และเรียนรู้อย่างไร ผลการศึกษาพบว่า ผู้ใหญ่เป็นจำนวนมากใช้เวลาประมาณ 100 – 800 ชั่วโมงต่อปี ในการศึกษาด้วยตนเอง และประมาณ ร้อยละ 70 ของการเรียนรู้ทั้งหมดของผู้ใหญ่ จะเป็นการเรียนรู้ที่เกิดจากการทำตนเอง เป็นการเรียนนอกระบบโรงเรียน ผู้เรียนส่วนใหญ่ไม่ได้เรียนเพื่อเครดิตหรือวุฒิบัตร แต่ส่วนมากจะเป็นการศึกษาเพื่อให้บรรลุถึงความเพียบพร้อมสมบูรณ์ของชีวิต

มุขเลนแคมป์ และเชเลส (ศราวดี ดันธรรมจาริก. 2541 : 45 อ้างอิงจาก Muhlenkamp & Sayles. 1986. *Western journal of Nursing research*. p. 334 – 338) ได้ศึกษาถึงสาเหตุที่แรงสนับสนุนทางสังคมมีผลทำให้บุคคลมีการปฏิบัติการดูแลตนเองเพื่อให้มีสุขภาพดี โดยศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ถึงแรงสนับสนุนทางสังคม ความภาคภูมิใจในตนเอง และการปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเองในกลุ่มผู้ใหญ่ที่พักในฮอพาร์ตเมนต์ จำนวน 98 ราย ผลการศึกษาพบว่า แรงสนับสนุนทางสังคมทำให้บุคคลมีความภาคภูมิใจในตนเอง และ

ทำให้มีการปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเองได้สูงขึ้น แต่ในการดูแลตนเองที่มุขเลนแคมป์และเซเลสได้ศึกษานั้น จัดเป็นเพียงส่วนหนึ่งของความต้องการในการดูแลตนเองโดยทั่วไป

แฮร์ และคนอื่น ๆ (Hare and others. 1988 : 105 - 115) ได้ศึกษาตัวทำนายความเปราะบางของพยาบาลวิชาชีพและต่ำกว่าวิชาชีพ ในแผนกที่ต้องให้การพยาบาลผู้ป่วยอย่างเฉียบพลัน และแผนกที่ต้องให้การดูแลผู้ป่วยเรื้อรัง ตัวแปรที่สำคัญ คือ ปัจจัยระหว่างบุคคล เช่น สัมพันธภาพในการทำงาน การสนับสนุนอย่างไม่เป็นทางการ การเผชิญกับผู้ป่วยที่มีการพยากรณ์โรคไม่ดี ปัจจัยส่วนบุคคล เช่น บุคลิกภาพ กลวิธี การปรับตัว ความกลัวต่อการตายของผู้ป่วยและปัจจัยด้านสถานภาพ เช่น ประวัติส่วนตัว ประวัติการศึกษาและการทำงาน เป็นต้น ผลการศึกษาพบว่า ตัวทำนายความเปราะบางที่ดีที่สุด คือ สัมพันธภาพในการทำงาน ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ การศึกษา การทำงาน และบุคลิกภาพ

งานวิจัยในประเทศไทย

อุทุมพร ทองอุทัย (2523 : 63) ได้ศึกษาถึงความมุ่งหวังในการศึกษาต่อระดับอุดมศึกษา จากกลุ่มตัวอย่าง 4 กลุ่ม คือ กลุ่มนักเรียน กลุ่มนักศึกษา กลุ่มผู้ทำงาน และกลุ่มครู โดยใช้สัดส่วนประมาณร้อยละ 10 ของประชากรเป้าหมายแต่ละกลุ่ม ตัวแปรมี 5 ตัว คือ ตัวแปรด้านความหมายของการศึกษาต่อระดับอุดมศึกษา ด้านความต้องการศึกษาต่อระดับอุดมศึกษา ด้านลักษณะความคาดหวังในการสำเร็จการศึกษา ด้านลักษณะแผนการดำเนินชีวิต และด้านความยากน้อยในการสนับสนุนทางสังคมในด้านการเงิน เครื่องมือที่ใช้ คือ แบบสอบถามความคิดเห็น ผลการศึกษาพบว่า นักเรียน นักศึกษา ผู้ทำงาน และครู ประมาณร้อยละ 49 ให้ความสำคัญต่อการศึกษามากที่สุด ร้อยละ 43 ต้องการศึกษาต่อ ร้อยละ 57 คาดว่าตนจะสำเร็จการศึกษาตามระยะเวลาที่หลักสูตรกำหนด ร้อยละ 68 ตั้งใจที่จะทำงาน และเรียนพร้อมกัน และร้อยละ 24 เห็นว่าตนมีการสนับสนุนทางสังคมในด้านการเงินเพื่อการศึกษาต่อ

สุริย์ นาคนิยม (2528 : 49 - 51) ได้ศึกษาปัญหาและความแตกต่างของนักศึกษาผู้ใหญ่สายอาชีพหลักสูตรระยะสั้น ของศูนย์การศึกษานอกโรงเรียน ในเขตการศึกษา 2 ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษามีปัญหาด้านสิ่งอำนวยความสะดวกมากที่สุด รองลงมาได้แก่ ปัญหาด้านตัวผู้เรียนเอง ปัญหาด้านการเรียนการสอน นอกจากนี้พบว่า นักศึกษาที่มีเพศต่างกัน อายุต่างกัน และสาขาวิชาต่างกัน มีปัญหาการเรียนรู้นั้นในด้านต่าง ๆ แตกต่างกัน

อุบล ทศนโกวิท (2531 : 57) ได้ศึกษาเปรียบเทียบสภาพที่เป็นจริงกับสภาพที่คาดหวังเกี่ยวกับการพบกลุ่มของนักศึกษาผู้ใหญ่แบบเบ็ดเสร็จ ระดับที่ 3 - 4 ทางวิทยุและไปรษณีย์ ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่มีเพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพการทำงานต่างกัน มีความคิดเห็นต่อสภาพที่เป็นจริงและสภาพที่คาดหวังเกี่ยวกับการพบกลุ่มด้านครูประจำกลุ่ม ด้านผู้เรียน ด้านกิจกรรมพบกลุ่ม และด้านสภาพแวดล้อมแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนนักศึกษาที่มีสภาพสมรสต่างกันมีความคิดเห็นต่อสภาพที่เป็นจริงและ

สภาพที่คาดหวังเกี่ยวกับการพบกลุ่มด้านครูประจำกลุ่ม และด้านผู้เรียนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนด้านกิจกรรมการพบกลุ่มและด้านสภาพแวดล้อม นักศึกษามีความคิดเห็นแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ดารณี ประครองศิลป์ (2530 : 85 – 88) ได้ศึกษา การปรับตัวของนักศึกษาแพทยมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ผลการศึกษาพบว่า ปัญหาที่นักศึกษาแพทย์ประสบมากที่สุดเป็นอันดับหนึ่งก็คือ ปัญหาทางด้านการเรียน ร้อยละ 99.64 ได้แก่ วิชาที่เรียนมีเนื้อหาสาระมากเกินไปทำให้เกิดปัญหาเกี่ยวกับการแบ่งเวลาในการเรียน มีความกดดันในการสอบบ่อยครั้ง มีปัญหาด้านกิจกรรมทางสังคมและนันทนาการ นักศึกษาไม่ได้พักผ่อนเต็มที่ ไม่มีเวลาสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น

อภิวันท์ วงศ์ข้าหลวง (2530 : 62) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัญหาการปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ วิทยาลัยเทคโนโลยีและอาชีวศึกษา โดยใช้กลุ่มตัวอย่าง 450 คน ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาประสบปัญหามากที่สุด เป็นการปรับตัวด้านการเรียน ปัญหาการปรับตัวและสุขภาพจิตมีความสัมพันธ์กัน เพราะหากนักศึกษามีปัญหาทางสุขภาพจิตจะส่งผลกระทบต่อการศึกษาโดยตรง

ยรรยง ผิวอ่อน (2535 : 18) ได้ศึกษาการปรับตัวในระดับมหาวิทยาลัยของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยรามคำแหง ผลการศึกษาพบว่า การที่นักศึกษาจะประสบความสำเร็จทางการศึกษามีผลมาจากการปรับตัวในมหาวิทยาลัย การปรับตัวมีผลต่อความรู้สึกด้านการเรียนสูงกว่าด้านอื่น ๆ เช่น มีผลต่อความตั้งใจและการมีสมาธิในการเรียนเพิ่มขึ้นหรือลดลงได้ ถ้าหากนักศึกษาไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาวะแวดล้อมขณะเรียนได้ เช่น การปรับตัวในการฟังคำบรรยายสรุป อาจทำให้ติดตามบทเรียนไม่ทัน ทำให้เกิดการเบื่อหน่ายในบทเรียนได้ ส่วนสถานที่เรียนนั้นหากนักศึกษาพยายามปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมได้ ไม่ว่าจะเป็นห้องเรียนหรือตึกเรียนจึงไม่ใช่วิธีแก้ปัญหาในการเรียน

จิราภรณ์ เอมเอี่ยม (2536 : 81 – 84) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการปรับตัวทางสังคมกับสุขภาพจิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 393 คน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีการปรับตัวและสุขภาพจิตอยู่ในระดับปกติ ตัวแปรที่มีความสัมพันธ์ระหว่างการปรับตัวทางสังคมกับสุขภาพจิตของนักเรียนชั้นปีที่ 1 ได้แก่ เพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สถานภาพของครอบครัว การปรับตัวทางสังคมกับสุขภาพจิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีความสัมพันธ์กัน ถ้ามีการปรับตัวด้านต่าง ๆ ได้ดี สุขภาพจิตของนักเรียนก็จะดีตามมาด้วย

จรวพร กาญจนโชติ (2536 : 118 – 120) ได้ศึกษาการปรับตัวและสุขภาพจิตของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ภาควิชา โดยใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 379 คน เป็นนิสิตชาย 125 คน นิสิตหญิง 245 คน ซึ่งกลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตในระดับปริญญาตรีภาคปกติ ผลการศึกษาพบว่า นิสิตส่วนใหญ่มีการปรับตัวและระดับสุขภาพจิตทุก ๆ ด้านในระดับปกติ

นิสิตชายกับนิสิตหญิงมีการปรับตัวด้านรายได้ สุขภาพและพัฒนาการทางร่างกาย ด้านกิจกรรมและความสัมพันธ์ทางสังคมแตกต่างกัน และนิสิตชายที่อยู่ในชั้นปีที่สูงกว่ามีสุขภาพจิตดีกว่า นิสิตชายที่ศึกษาอยู่ในชั้นปีที่ต่ำกว่า

ไฉไล ไชยเสรี (2539 :108 -109) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธภาพในครอบครัว การมีส่วนร่วมในสังคม ความพึงพอใจในชีวิต ความวิตกกังวลในสภาพการสูงอายุ และการสนับสนุนทางสังคมกับสุขภาพจิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ โรงพยาบาลตำรวจ ผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่สุขภาพจิตดี สัมพันธภาพในครอบครัว การมีส่วนร่วมในสังคม ความพึงพอใจในชีวิตและการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาพจิตของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ผู้สูงอายุเพศชายและเพศหญิงมีสุขภาพจิตไม่แตกต่างกัน ผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 - 64 ปี และ 65 - 69 ปี สุขภาพจิตดีกว่าผู้สูงอายุที่มีอายุ 70 - 74 ปี ส่วนผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 - 64 ปี และผู้สูงอายุที่มีอายุ 65 - 69 ปี มีสุขภาพจิตไม่แตกต่างกัน ระดับการศึกษาสูงมีสุขภาพจิตดี และสถานภาพสมรสคู่มีสุขภาพจิตไม่แตกต่างจากผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสไม่คู่ ผู้สูงอายุที่มีฐานะทางเศรษฐกิจสูงมีสุขภาพจิตดี

ชนิษฐา ชื่นนิยม (2540 :111 - 129) ได้ศึกษาการปรับตัวทางสังคมของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสรีราชัญญา ในปีการศึกษา 2539 โดยใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 200 คน ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาพยาบาลมีการปรับตัวทางสังคมค่อนข้างดีถึงการปรับตัวทางสังคมได้ดี สิ่งที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวทางสังคมด้านความสัมพันธ์ในชุมชนของนักศึกษาตามลำดับความสำคัญ คือ อัตมโนทัศน์ ความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน และความเครียด

ณัฐพล แนวจำปา (2540 : 60 - 65) ได้ศึกษาการปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยมหิดล กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาหลักสูตรปริญญาตรีที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นปีที่ 1 ของมหาวิทยาลัยมหิดล ณ ศูนย์ศาลายา ปีการศึกษา 2537 จำนวน 337 คน ผลการศึกษาพบว่า การปรับตัวทางด้านการเรียน ด้านหลักสูตรและการสอน ด้านอารมณ์ มีปัญหาการปรับตัวอยู่ในระดับปานกลาง และการปรับตัวของนักศึกษาที่เข้าร่วมกิจกรรมนักศึกษาสูง มีปัญหาด้านสังคมและอารมณ์อยู่ในระดับต่ำ

วารุณี แจ่มกระจาย (2540 : 117 - 125) ได้ศึกษาการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลเกื้อการุณย์ สำนักการแพทย์ กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 , 2 , 3 และ 4 ของวิทยาลัยพยาบาลเกื้อการุณย์ ภาคการศึกษาที่ 2 ประจำปีการศึกษา 2539 จำนวน 248 คน ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาพยาบาลมีการปรับตัวทางด้านสุขภาพและพัฒนาการทางร่างกาย ด้านการเงินและที่อยู่อาศัย ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ด้านการปรับตัวทางด้านอารมณ์และส่วนตัว ด้านการปรับตัวทางเพศ ด้านบ้านและครอบครัว ด้านศีลธรรมจรรยาและศาสนา อยู่ในระดับดี นักศึกษาพยาบาลปีที่ 4 มีการปรับตัวได้ดีกว่านักศึกษาชั้นปีที่ 1 , 2 และ 3

ดวงแข วิทยาสุนทรวงศ์ (2541 :50 - 54) ได้ศึกษาผลของกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสืบ จังหวัดตรัง ปีการศึกษา 2540 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 ที่มีการปรับตัวด้านการเรียนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 50 จำนวน 30 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 15 คน กลุ่มทดลองได้รับการเข้ากลุ่มสัมพันธ์เรื่องการปรับตัวทางด้านการเรียน 14 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง ติดต่อกันเป็นเวลา 7 สัปดาห์ กลุ่มควบคุมได้รับการให้ข้อเสนอแนะ เรื่อง การปรับตัวด้านการเรียน 14 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง ติดต่อกันเป็นเวลา 7 สัปดาห์ ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาพยาบาลมีการปรับตัวด้านการเรียนดีขึ้น หลังจากการเข้ากลุ่มสัมพันธ์และหลังได้รับการให้ข้อเสนอแนะ

ศรวดี ดันธรรมจาริก (2541 : 80 -85) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะสุขภาพจิตของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่รักษาด้วยเครื่องไตเทียมในโรงพยาบาลของรัฐ เขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 196 คน โดยได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยต่าง ๆ คือ ปัจจัยทางชีวสังคม ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา ปัจจัยด้านสุขภาพ ได้แก่ ระยะเวลาการเจ็บป่วย จำนวนครั้งของการรักษาด้วยเครื่องไตเทียม และปัจจัยด้านเศรษฐกิจและสังคม ได้แก่ รายได้ ค่าใช้จ่ายในการรักษา และการสนับสนุนทางสังคมกับภาวะสุขภาพจิตของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่รักษาด้วยเครื่องไตเทียม ผลการศึกษาพบว่า ผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่รักษาด้วยเครื่องไตเทียมในโรงพยาบาลของรัฐ เขตกรุงเทพมหานคร ร้อยละ 53.57 มีภาวะสุขภาพจิตอยู่ในเกณฑ์ไม่ปกติ และการสนับสนุนทางสังคมเป็นปัจจัยเดียวที่มีความสัมพันธ์กับภาวะสุขภาพจิตของผู้ป่วยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยผู้ป่วยที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมต่ำจะมีค่าร้อยละของภาวะสุขภาพจิตผิดปกติสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมสูง ส่วนปัจจัยอื่น ๆ ไม่พบว่ามีความสัมพันธ์กับภาวะสุขภาพจิตของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่รักษาด้วยเครื่องไตเทียม

สุวรรณ อติชัยมนตรี (2542 : 68 - 78) ได้ศึกษาสุขภาพจิตของบุคลากรฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลศรีธัญญา กลุ่มตัวอย่างเป็นบุคลากรฝ่ายการพยาบาลที่ปฏิบัติงานในโรงพยาบาลศรีธัญญา จำนวน 249 คน เป็นชาย 79 คนและเป็นหญิง 170 คน ผลการศึกษาพบว่า บุคลากรฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลศรีธัญญาส่วนใหญ่มีสุขภาพจิตดี แต่บุคลากรส่วนหนึ่งในฝ่ายการพยาบาลซึ่งประกอบด้วย พยาบาลวิชาชีพ พยาบาลเทคนิค เจ้าหน้าที่พยาบาลและผู้ช่วยเหลือคนไข้ เป็นผู้ที่ต้องปฏิบัติงานเกี่ยวข้องกับผู้ป่วยที่มีปัญหาทางจิตโดยตรง มีปัญหาสุขภาพจิตบ้างเล็กน้อย

พิสมัย บัวอุไร (2542 :89 - 99) ได้ศึกษาปัญหาการเรียนของนักศึกษาในโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ โปรแกรมวิชาการจัดการทั่วไป ระดับปริญญาตรี สถาบันราชภัฏบุรีรัมย์ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาในโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ ระดับปริญญาตรี รุ่น 12 รุ่น 13 ศูนย์บุรีรัมย์และศูนย์ร้อยเอ็ด สถาบันราชภัฏ

บุรีรัมย์ จำนวน 222 คน ผลการศึกษาพบว่า ปัญหาการเรียนของนักศึกษาทั้ง 6 ด้าน คือ ด้านหลักสูตร ด้านวิธีการจัดการเรียนการสอน ด้านผู้เรียน ด้านผู้สอน ด้านการวัดผลและประเมินผล และด้านสื่อการเรียนการสอนและสิ่งอำนวยความสะดวก มีปัญหาอยู่ในระดับต่ำ ปัญหาของนักศึกษาส่วนใหญ่ เป็นงานที่ได้รับมอบหมายในรูปแบบงานเดี่ยวและได้รับมอบหมายให้ไปศึกษาค้นคว้านอกชั้นเรียน นักศึกษาที่มาเรียนมีงานทำในช่วงเวลากลางวัน จึงไม่มีเวลามากพอที่จะทำงานเดี่ยวส่งตามที่ผู้สอนมอบหมายในทุกวิชาได้

ชาติชาย หมั่นสมักร (2542 : 126 - 133) ได้ศึกษาการปรับตัวของนักศึกษา โครงการสมทบพิเศษ คณะวิทยาศาสตร์ สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาโครงการสมทบพิเศษ คณะวิทยาศาสตร์ สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง ประจำปีการศึกษา 2541 จำนวน 178 คนเป็นนักศึกษาชาย 96 คน และนักศึกษาหญิง 82 คน ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่มีค่าใช้จ่าย 3,001 - 5,000 บาท ต่อเดือน และมากกว่า 5,001 บาทต่อเดือน มีการปรับตัวอยู่ในระดับดี สิ่งที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนักศึกษา คือ สถานภาพสมรสของบิดามารดาฐานะเศรษฐกิจของบิดามารดา สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับบิดามารดา สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับอาจารย์ และ สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับเพื่อน

สรุปได้ว่า จากการศึกษาทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยเห็นว่า การปรับตัวและสุขภาพจิต มีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตของคนทุกคน เนื่องจากการอยู่ร่วมกันในสังคมนั้น บุคคลต้องสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น มีความเข้าใจและยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล สามารถปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดจากสิ่งแวดล้อม ครอบครัว และภาวะเศรษฐกิจได้ เพราะฉะนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาการปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษา โครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร เพื่อนำผลที่ได้จากการศึกษามาเป็นแนวทางและข้อเสนอแนะในการแก้ปัญหา วางแผน ป้องกัน และให้คำแนะนำแก่นักศึกษาที่มีปัญหาในการปรับตัวและมีปัญหาสุขภาพจิตได้ตั้งแต่ต้น สังคมจะได้มีบุคลากรที่มีคุณภาพ สามารถพัฒนาตนเองและประเทศชาติได้ต่อไป

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey research) ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และผลงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องมาเป็นแนวทางในการสำรวจ การปรับตัวและสุขภาพจิต ของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร โดยผู้วิจัยดำเนินการตามลำดับดังต่อไปนี้

1. การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า
 - 2.1 ลักษณะของเครื่องมือ
 - 2.2 ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ
 - 2.3 เกณฑ์การให้คะแนนและการแปลความหมาย
 - 2.4 การหาคุณภาพของเครื่องมือ
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล
5. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้านี้เป็นนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากร ประจำการ (กศ.บป.) รุ่น 23 หลักสูตรระดับปริญญาตรี 2 ปี (หลังอนุปริญญา) และปริญญาตรี 4 ปี ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2543 จากคณะครุศาสตร์ คณะมนุษยศาสตร์ คณะวิทยาการ จัดการและคณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ของสถาบันราชภัฏพระนคร จำนวน 1,230 คน เป็นนักศึกษาชาย 444 คน เป็นนักศึกษาหญิง 786 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้านี้เป็นนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับ บุคลากรประจำการ (กศ.บป.) รุ่น 23 หลักสูตรระดับปริญญาตรี 2 ปี (หลังอนุปริญญา) และ ปริญญาตรี 4 ปี ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2543 จากคณะครุศาสตร์ คณะมนุษยศาสตร์ คณะวิทยาการจัดการและคณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ของสถาบันราชภัฏพระนคร จำนวน 302 คน เป็นนักศึกษาชาย 109 คน เป็นนักศึกษาหญิง 193 คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มแบบ หลายขั้นตอน (Multistage random sampling) และมีวิธีการดำเนินการเลือกกลุ่มตัวอย่าง ดังต่อไปนี้

1. กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยวิธีการคำนวณจากสูตรยามาเน่ (Yamane')
(ไพศาล หวังพานิช. 2531 : 215 ; อ้างอิงจาก Yamane. 1967. *Statistical : An introductory analysis*. p. 886)

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

เมื่อ n แทน ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

N แทน ขนาดของประชากร

e แทน ความคลาดเคลื่อนที่ยอมให้เกิดกำหนด.05

2. จำแนกประชากรออกเป็นกลุ่มตามประเภทของหลักสูตร คณะวิชา และเพศของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) รุ่น 23 โดยวิธีสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified random sampling) ดังปรากฏตามตาราง 1

ตาราง 1 จำนวนประชากร จำแนกตามประเภทของหลักสูตร คณะวิชา และเพศ ของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษา สำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) รุ่น 23

ประเภทหลักสูตร	คณะวิชา								รวม
	ครุศาสตร์		มนุษยศาสตร์		วิทยาการ จัดการ		วิทยาศาสตร์ และเทคโนโลยี		
	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	
ปริญญาตรี 2 ปี (หลังอนุปริญญา)	50	60	21	22	77	431	29	16	706
ปริญญาตรี 4 ปี	34	50	11	18	139	129	83	60	524
รวม	84	110	32	40	216	560	112	7	ชาย = 444 หญิง = 786
	194		72		776		188		1,230

ที่มา : สำนักงานวางแผนและพัฒนา สถาบันราชภัฏพระนคร. (2542). สถิติจำนวน
นักศึกษา สถาบันราชภัฏพระนคร ประจำปีการศึกษา 2542. กรุงเทพฯ :
สถาบันฯ.

3. จากตาราง 1 สุ่มกลุ่มตัวอย่างตามสัดส่วน จำแนกตามประเภทของหลักสูตร คณะวิชา และเพศ ดังปรากฏตามตาราง 2

ตาราง 2 จำนวนกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามประเภทของหลักสูตร คณะวิชา และเพศ ของ
นักศึกษาโครงการจัดการศึกษา สำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) รุ่น 23

ประเภทหลักสูตร	คณะวิชา								
	ครุศาสตร์		มนุษยศาสตร์		วิทยาการ จัดการ		วิทยาศาสตร์ และเทคโนโลยี		รวม
	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	
ปริญญาตรี 2 ปี (หลังอนุปริญญา)	12	15	5	5	19	106	6	4	172
ปริญญาตรี 4 ปี	9	12	3	4	34	32	20	16	130
รวม	21	27	8	9	53	138	26	20	ชาย = 109 หญิง = 193
	48		17		191		46		302

ที่มา : สำนักงานวางแผนและพัฒนา สถาบันราชภัฏพระนคร. (2542). สถิติจำนวน
นักศึกษา สถาบันราชภัฏพระนคร ประจำปีการศึกษา 2542. กรุงเทพฯ :
สถาบันฯ.

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

ลักษณะของเครื่องมือ

ลักษณะเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามการปรับตัว
สุขภาพจิต และการสนับสนุนทางสังคม ของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากร
ประจำการ (กศ.บป.) ซึ่งแบ่งออกเป็น 4 ตอนดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามรายละเอียดส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม เกี่ยวกับ เพศ
อายุ อาชีพ รายได้ สถานภาพสมรส หลักสูตร และคณะวิชา ซึ่งมีลักษณะเป็นแบบตรวจสอบ
รายการ (Check list)

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามการปรับตัวของผู้ตอบแบบสอบถามที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นเอง
ซึ่งประกอบด้วย การปรับตัว 3 ด้าน คือ การปรับตัวด้านการเรียน การปรับตัวด้านสังคม และ
การปรับตัวด้านอารมณ์ ซึ่งแบบสอบถามมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) 5
ระดับ ได้แก่ จริงที่สุด จริง จริงบ้าง จริงน้อย และจริงน้อยที่สุด

ตอนที่ 3 แบบสอบถามสุขภาพจิต เป็นแบบสอบถามเพื่อคัดกรองปัญหาสุขภาพจิต จีเอชคิว - 28 (GHQ-28) ของโกลด์เบิร์ก และคนอื่น ๆ (Goldberg and others. 1988 : unpage) ซึ่งนายแพทย์ธนา นิลชัยโกวิทย์ และคนอื่น ๆ (2539 : 1-6) สังกัดภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์รามาธิบดี ได้เรียบเรียงเป็นภาษาไทยและได้มีการทดลองใช้ในปี พ.ศ. 2538 กับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นประชาชนในเขตหนองจอก ซึ่งมารับบริการจากหน่วยแพทย์เคลื่อนที่ จำนวน 100 คน เพื่อทดสอบความเชื่อถือได้และความแม่นยำของเครื่องมือในการคัดกรองปัญหาสุขภาพจิตในชุมชนกับการวินิจฉัยของจิตแพทย์ ผลการศึกษาพบว่า THAI GHQ มีค่าความเชื่อถือได้และความแม่นยำอยู่ในเกณฑ์ดี ได้แก่ ความสอดคล้องภายใน (Internal consistencies) ของข้อคำถาม มีค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ตั้งแต่ 0.84 ถึง 0.94 และมีค่าความไว (Sensitivity) ตั้งแต่ร้อยละ 78.1 ถึง 85.3 และความจำเพาะ (Specificity) ตั้งแต่ร้อยละ 84.4 ถึง 89.7 ซึ่งสมควรนำมาใช้เป็นแบบคัดกรองปัญหาสุขภาพจิตในประชากรไทยได้

แบบสอบถามชนิดนี้สามารถระบุได้ว่า บุคคลนี้มีปัญหาสุขภาพจิตหรือไม่ ข้อคำถามแบ่งออกเป็น 4 ตอน คือ

ตอนที่ 1 คำถามด้านร่างกาย มี 7 ข้อ คือ ข้อ 1-7

ตอนที่ 2 คำถามด้านความวิตกกังวลและการนอนหลับ มี 7 ข้อ คือ ข้อ 8-14

ตอนที่ 3 คำถามด้านความบกพร่องทางสังคม มี 7 ข้อ คือ ข้อ 15-21

ตอนที่ 4 คำถามด้านอาการซึมเศร้าที่รุนแรง มี 7 ข้อ คือ ข้อ 22-28

ใช้วิธีคิดคะแนนแบบ 0-0-1-1

ตอนที่ 4 แบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคมของผู้ตอบแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง ซึ่งประกอบด้วยคำถามสนับสนุนทางสังคม 5 ด้าน คือ การสนับสนุนด้านอารมณ์ การสนับสนุนด้านการได้รับการยอมรับและเห็นคุณค่า การสนับสนุนด้านการมีส่วนร่วมและเป็นส่วนหนึ่งของสังคม การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร และการสนับสนุนด้านการเงิน แรงงานและสิ่งของ ซึ่งลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) ตามแบบของลิเคิร์ต (Likert) มี 5 ระดับ ได้แก่ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และ น้อยที่สุด

ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ

ผู้วิจัยมีขั้นตอนในการสร้างแบบสอบถามซึ่งเป็นเครื่องมือในการวิจัยครั้งนี้ คือ

1. ศึกษาเอกสาร ทฤษฎี งานวิจัยและตำราต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวสุขภาพจิต และการสนับสนุนทางสังคมของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.)

2. ศึกษาเกณฑ์และวิธีการสร้างแบบสอบถามจากตำรา เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัว สุขภาพจิต และการสนับสนุนทางสังคมของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.)

3. สร้างแบบสอบถาม โดยศึกษาจากตำรา เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัว สุขภาพจิต และการสนับสนุนทางสังคมของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) ผู้วิจัยได้สร้างแบบสอบถามการปรับตัวได้จำนวน 40 ข้อ และแบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคม จำนวน 30 ข้อ

4. นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นให้ประธานและกรรมการที่ปรึกษาตรวจสอบความถูกต้องของภาษา ความชัดเจนของการใช้ภาษา ความตรงตามเนื้อหาและความตรงเชิงโครงสร้างให้มีความถูกต้อง ก่อนนำไปทดลองใช้

5. นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นไปให้ผู้เชี่ยวชาญด้านการปรับตัวและการสนับสนุนทางสังคม จำนวน 5 ท่าน พิจารณาตรวจสอบความถูกต้อง ความชัดเจน ของการใช้ภาษา ความตรงตามเนื้อหา และความตรงเชิงโครงสร้างให้มีความถูกต้องก่อนนำไปทดลองใช้

6. ทำการทดลอง (Try out) แบบสอบถามการปรับตัวสุขภาพจิตและการสนับสนุนทางสังคม กับนักศึกษาชายและนักศึกษาหญิง โครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏจันทรเกษม จำนวน 50 คน ซึ่งมีคุณสมบัติคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างเพื่อหาค่าอำนาจจำแนก (Discrimination) และความเชื่อมั่น (Reliability) พบว่า การปรับตัว และการสนับสนุนทางสังคมมีค่าอำนาจจำแนก 0.21-.60 และ 0.30-0.74 ตามลำดับ และการปรับตัว สุขภาพจิต และการสนับสนุนทางสังคม มีค่าความเชื่อมั่น 0.63, 0.86 และ 0.88 ตามลำดับ

7. ปรับปรุงแก้ไขแบบสอบถามการปรับตัวและสนับสนุนทางสังคม เพื่อนำไปใช้จริงได้ แบบสอบถามการปรับตัว จำนวน 31 ข้อ และการสนับสนุนทางสังคม จำนวน 26 ข้อ

เกณฑ์การให้คะแนนและการแปลความหมาย

1. ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามการปรับตัว คะแนนมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) มี 5 ระดับดังนี้

	ข้อความที่เป็นทางบวก	ข้อความที่เป็นทางลบ
จริงที่สุด	5 คะแนน	1 คะแนน
จริง	4 คะแนน	2 คะแนน
จริงบ้าง	3 คะแนน	3 คะแนน
จริงน้อย	2 คะแนน	4 คะแนน
จริงน้อยที่สุด	1 คะแนน	5 คะแนน

การแปลความหมายของคะแนนเฉลี่ยการปรับตัว (วิเชียร เกตุสิงห์. 2538 : 9) คือ

ค่าเฉลี่ย	3.67 – 5.00	หมายถึง	การปรับตัวดี
ค่าเฉลี่ย	2.34 – 3.66	หมายถึง	การปรับตัวพอใช้
ค่าเฉลี่ย	1.00 – 2.33	หมายถึง	การปรับตัวไม่ดี

2. ตอนที่ 3 เป็นแบบสอบถามเพื่อคัดกรองปัญหาสุขภาพจิต จีเอสคิว - 28 (GHQ - 28) มีลักษณะดังนี้

เกณฑ์การพิจารณาคะแนนแบบสอบถามสุขภาพจิต GHQ - 28

เลือกข้อคำตอบที่ 1 หรือ 2 แรก ให้คะแนน 0 คะแนน

เลือกข้อคำตอบที่ 3 หรือ 4 หลัง ให้คะแนน 1 คะแนน

การแปลความหมาย

คะแนน 0 – 3 หมายถึง ผู้มีสุขภาพจิตปกติ

คะแนน 4 – 28 หมายถึง ผู้มีปัญหาทางสุขภาพจิต

3. ตอนที่ 4 เป็นแบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคม คะแนนมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) มี 5 ระดับ ดังนี้

	ข้อความที่เป็นทางบวก	ข้อความที่เป็นทางลบ
มากที่สุด	5 คะแนน	1 คะแนน
มาก	4 คะแนน	2 คะแนน
ปานกลาง	3 คะแนน	3 คะแนน
น้อย	2 คะแนน	4 คะแนน
น้อยที่สุด	1 คะแนน	5 คะแนน

การแปลความหมาย ระดับคะแนนเฉลี่ยทั้งหมดของการสนับสนุนทางสังคม

(วิเชียร เกตุสิงห์, 2538 : 9) คือ

ค่าเฉลี่ย 3.67 – 5.00 หมายถึง การได้รับการสนับสนุนทางสังคม
ระดับมาก

ค่าเฉลี่ย 2.34 – 3.66 หมายถึง การได้รับการสนับสนุนทางสังคม
ระดับปานกลาง

ค่าเฉลี่ย 1.00 – 2.33 หมายถึง การได้รับการสนับสนุนทางสังคม
ระดับน้อย

การหาคุณภาพของเครื่องมือ

การหาคุณภาพเครื่องมือเพื่อการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ดำเนินการดังนี้

1. หาค่าความเที่ยงตรง (Validity) ผู้วิจัยนำแบบสอบถามการปรับตัวและการสนับสนุนทางสังคมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง เสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 ท่าน เพื่อพิจารณารวบรวมความเที่ยงตรงเชิงพินิจ (Face validity) และพิจารณาข้อความให้ชัดเจน เหมาะสม ถูกต้อง

เที่ยงตรงตามเนื้อหาที่ต้องการวัด โดยใช้เกณฑ์กำหนดคะแนนดังนี้ (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2538 : 117)

- + 1 เมื่อแน่ใจว่าข้อคำถามนั้นมีความสอดคล้องกับสิ่งที่ต้องการวัด
- 0 เมื่อไม่แน่ใจว่าข้อคำถามนั้นมีความสอดคล้องกับสิ่งที่ต้องการวัดหรือไม่
- 1 เมื่อแน่ใจว่าข้อคำถามนั้นไม่มีความสอดคล้องกับสิ่งที่ต้องการวัด

บันทึกผลการพิจารณาความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญแต่ละข้อ แล้วนำไปหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IC) ระหว่างข้อคำถามกับสิ่งที่ต้องการวัด โดยผู้วิจัยจะเลือกข้อคำถามที่มีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IC) ตั้งแต่ 0.5 ขึ้นไปเป็นแบบสอบถาม และตัดข้อคำถามที่มีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IC) น้อยกว่า 0.5 ออกไป ได้แบบสอบถามการปรับตัว จำนวน 31 ข้อ และแบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคม จำนวน 26 ข้อ

2. หาค่าอำนาจจำแนก ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏจันทรเกษม ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 50 คน จากนั้นจึงนำมาวิเคราะห์ดังนี้

นำแบบสอบถามการปรับตัวและการสนับสนุนทางสังคม มาหาค่าอำนาจจำแนก โดยใช้วิธีการหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมทั้งฉบับ (Corrected item to total correlation) (สุณี รักษาเกียรติศักดิ์. 2539 : 117 – 118) ผลการวิเคราะห์เป็นดังนี้

2.1 แบบสอบถามการปรับตัว จำนวน 31 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกระหว่าง 0.21 ถึง 0.60

2.2 แบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคม จำนวน 26 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกระหว่าง 0.30 ถึง 0.74

3. หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ผู้วิจัยนำแบบสอบถามการปรับตัว สุขภาพจิต และการสนับสนุนทางสังคม มาหาค่าความเชื่อมั่น โดยใช้วิธีครอนบัค (Cronbach) หาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2538 : 125) ผลการวิเคราะห์เป็นดังนี้

3.1 แบบสอบถามการปรับตัว มีค่าความเชื่อมั่น 0.67

3.2 แบบสอบถามสุขภาพจิต มีค่าความเชื่อมั่น 0.86

3.3 แบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคม มีค่าความเชื่อมั่น 0.88

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัยถึงนายแพทย์ธนา นิลชัยโกวิทย์ ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี เพื่อขออนุญาตใช้แบบสอบถาม GHQ - 28 ซึ่งแปลเป็นภาษาไทย
2. ผู้วิจัยขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย ถึง อธิการบดีสถาบันราชภัฏพระนคร เพื่อขออนุมัติในการศึกษาวิจัย พร้อมทั้งนัดหมาย วัน เวลา ที่จะดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล
3. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามแจกให้กลุ่มตัวอย่างด้วยตนเอง พร้อมชี้แจงรายละเอียดในการตอบแบบสอบถาม และให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถาม โดยใช้เวลาพิจารณาตอบแบบสอบถาม ในเวลาไม่เกิน 1 ชั่วโมง และผู้วิจัยรับข้อมูลกลับทันที เมื่อกลุ่มตัวอย่างตอบเสร็จ
4. ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองทั้งหมด ตั้งแต่วันที่ 28 สิงหาคม 2543 ถึงวันที่ 22 กันยายน 2543 เวลา 18.00-20.00 น. ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2543 ได้ข้อมูลแบบสอบถามที่สมบูรณ์ทั้งสิ้นจำนวน 302 ฉบับ และนำข้อมูลที่ได้ไปวิเคราะห์ต่อไป

การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

เมื่อดำเนินการทดลองและสอบถามกลุ่มตัวอย่างครบถ้วนเรียบร้อยแล้ว ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้นำมากระทำดังนี้

1. ตรวจให้คะแนนแบบสอบถามการปรับตัว สุขภาพจิตและการสนับสนุนทางสังคม ของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร ตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้
 2. วิเคราะห์ข้อมูลต่อไปนี โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS/PC⁺
 - 2.1 คำนวณหาค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของเพศ อายุ อาชีพ รายได้ สถานภาพสมรส หลักสูตร คณะวิชา และการสนับสนุนทางสังคม
 - 2.2 เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยของการปรับตัว และ สุขภาพจิตของตัวแปร 2 กลุ่มที่เป็นอิสระจากกัน คือ เพศ หลักสูตร โดยการทดสอบด้วยค่าที่ (t - test) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1 , 2 , 11 และ 12
 - 2.3 เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยของการปรับตัว และ สุขภาพจิต ของตัวแปรที่มากกว่า 2 กลุ่ม คือ อายุ อาชีพ รายได้ สถานภาพสมรส คณะวิชา และการสนับสนุนทางสังคม โดยการทดสอบค่า เอฟ (F - test) โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (One way analysis of variance) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 3 , 4 , 5 , 6 , 7 , 8 , 9 , 10 , 13 , 14 , 15 และ 16
- ถ้าพบว่าข้อใดมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จะทำการตรวจสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ โดยใช้วิธีของนิวแมน - คูลส์ (Newman-Keuls method)

3. หาความสัมพันธ์ระหว่างการปรับตัวกับสุขภาพจิต ของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson product moment correlation coefficient) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 17 และทดสอบความมีนัยสำคัญของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ที่คำนวณได้ โดยการทดสอบค่าที (t - test)

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐานได้แก่

1.1 หาค่าร้อยละโดยใช้สูตร (บุญชม ศรีสะอาด. 2535 : 101)

$$P = \frac{fx100}{n}$$

เมื่อ P แทน ค่าร้อยละ

f แทน ความถี่ที่ต้องการแปลงเป็นค่าร้อยละ

n แทน จำนวนความถี่ทั้งหมด

1.2 ค่าเฉลี่ยของคะแนน (Mean) โดยใช้สูตร (ชูศรี วงศ์รัตน์. 2541 : 35)

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

เมื่อ $\bar{X}$ แทน ค่าคะแนนเฉลี่ย

$\sum X$ แทน ค่าผลรวมคะแนน

N แทน จำนวนคนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

1.3 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนน (Standard deviation) โดยใช้สูตร (ชูศรี วงศ์รัตน์. 2541 : 65)

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

เมื่อ S	แทน ความเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนน
$\sum x^2$	แทน ผลรวมของคะแนนแต่ละตัวยกกำลังสอง
$(\sum x)^2$	แทน ผลรวมของคะแนนทั้งหมดยกกำลังสอง
n	แทน จำนวนคนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

2. สถิติที่ใช้ในการหาคุณภาพเครื่องมือ

2.1 การตรวจสอบความเที่ยงตรงตามเนื้อหา โดยอาศัยดุลยพินิจของผู้เชี่ยวชาญ เรียกว่า Face validity ซึ่งสามารถตรวจสอบและวิเคราะห์ออกมาในเชิงปริมาณหรือตัวเลขดังนี้ (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2540 : 117)

2.1.1 หากค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับจุดประสงค์ที่ต้องการวัด โดยนำเครื่องมือที่สร้างขึ้นไปให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจเนื้อหา แล้วแต่ละคนพิจารณาถึงความเห็นและให้คะแนนดังนี้

- + 1 เมื่อแน่ใจว่าข้อคำถามนั้นมีความสอดคล้องกับสิ่งที่ต้องการวัด
- 0 เมื่อไม่แน่ใจว่าข้อคำถามนั้นมีความสอดคล้องกับสิ่งที่ต้องการวัดหรือไม่
- 1 เมื่อแน่ใจว่าข้อคำถามนั้นไม่มีความสอดคล้องกับสิ่งที่ต้องการวัด

2.1.2 นำคะแนนที่ได้มาแทนค่าโดยใช้สูตร (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2538 : 117)

$$IC = \frac{\sum R}{N}$$

เมื่อ IC	แทน	ดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับจุดประสงค์ที่ต้องการวัด
$\sum R$	แทน	ผลรวมของคะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญเนื้อหาทั้งหมด
N	แทน	จำนวนผู้เชี่ยวชาญ

โดยใช้เกณฑ์ของค่า IC ตั้งแต่ 0.5 ขึ้นไป

2.2 หากอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ โดยหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมทั้งหมด (Corrected Item to total correlation) โดยใช้สูตร (สุณี รักษาเกียรติศักดิ์. 2539 : 117 - 118)

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

เมื่อ r_{xy} แทน สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร X กับตัวแปร Y

N แทน จำนวนกลุ่มตัวอย่าง

$\sum X$ แทน ผลรวมของคะแนนรายข้อ (Item) ของกลุ่มตัวอย่าง

$\sum Y$ แทน ผลรวมของคะแนนรวม (Total) ของกลุ่มตัวอย่าง

$\sum X^2$ แทน ผลบวกของกำลังสองของคะแนน X

$\sum Y^2$ แทน ผลรวมกำลังสองของคะแนน Y

$\sum XY$ แทน ผลรวมของผลคูณของคะแนน X คะแนน Y

2.3 วิเคราะห์ความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถาม โดยใช้สูตรค่าสัมประสิทธิ์อัลฟา (Alpha coefficient) ของครอนบัค (Cronbach) โดยใช้สูตร (สุณี รักษาเกียรติศักดิ์. 2539 : 118)

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

เมื่อ α แทน ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับ

n แทน จำนวนข้อของคำถาม

$\sum s_i^2$ แทน ผลรวมของคะแนนความแปรปรวนของแบบสอบถามแต่ละข้อ

s_i^2 แทน คะแนนความแปรปรวนของแบบสอบถามทั้งฉบับ

3. สถิติที่ใช้ทดสอบสมมติฐาน

3.1 ทดสอบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยระหว่างกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่มที่เป็นอิสระจากกัน โดยการทดสอบค่าที (t - test) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อ 1 , 2 , 11 และ 12 โดยใช้สูตร (ชูศรี วงศ์รัตนะ. 2541 : 173)

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{s_1^2}{n_1} + \frac{s_2^2}{n_2}}}$$

$$\text{โดยที่ } df = \frac{\left[\frac{s_1^2}{n_1} + \frac{s_2^2}{n_2} \right]^2}{\frac{\left[\frac{s_1^2}{n_1} \right]^2}{n_1 - 1} + \frac{\left[\frac{s_2^2}{n_2} \right]^2}{n_2 - 1}}$$

เมื่อ t	แทน	ค่าใช้พิจารณาใน t - distribution
X_1, X_2	แทน	คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2
s_1^2, s_2^2	แทน	ค่าความแปรปรวนของคะแนนในกลุ่มตัวอย่างที่ 1 และ กลุ่มที่ 2
n_1, n_2	แทน	จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่างกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2
df	แทน	ชั้นแห่งความเป็นอิสระ (Degree of freedom)

3.2 ทดสอบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยของตัวแปรมากกว่า 2 กลุ่มขึ้นไป โดยทดสอบค่า เอฟ (F -test) หรือวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว(One - way analysis of variance) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 3 , 4 , 5 , 6 , 7 , 8 , 9 , 10 , 13 , 14 , 15 และ 16 โดยใช้สูตร (ชูศรี วงศ์รัตนะ. 2541 : 236)

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

เมื่อ F	แทน	ค่าที่ใช้พิจารณาใน F - distribution
MS_B	แทน	ค่าเฉลี่ยของผลบวกยกกำลังสองระหว่างกลุ่ม
MS_w	แทน	ค่าเฉลี่ยของผลบวกยกกำลังสองภายในกลุ่ม

ถ้าผลการทดสอบพบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จะตรวจสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่โดยวิธีของนิวแมน - คูลล์ (Newman-Keuls method) โดยใช้สูตร (ชูศรี วงศ์รัตนะ. 2541 : 249)

$$q \cdot \sqrt{\frac{MS_w}{k}}$$

เมื่อ q แทน q - Statistic ที่ได้จากตาราง

MS_w แทน ค่า Mean Square ภายในกลุ่ม

k แทน จำนวนคะแนนในแต่ละกลุ่มตัวอย่างที่ไม่เท่ากัน

3.3 หาความสัมพันธ์ระหว่างการปรับตัวกับสุขภาพจิต โดยทดสอบค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson product moment correlation coefficient) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อ 17 โดยใช้สูตร (ชูศรี วงศ์รัตน์. 2541 : 314)

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

เมื่อ r แทน ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์

$\sum X$ แทน ผลรวมของคะแนนชุด X

$\sum Y$ แทน ผลรวมของคะแนนชุด Y

$\sum X^2$ แทน ผลรวมของคะแนน X แต่ละตัวยกกำลังสอง

$\sum Y^2$ แทน ผลรวมของคะแนน Y แต่ละตัวยกกำลังสอง

$\sum XY$ แทน ผลรวมของผลคูณระหว่าง X กับ Y

N แทน จำนวนคนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

3.4 ทดสอบความมีนัยสำคัญของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ที่คำนวณได้ โดยทดสอบค่าที (t - test) โดยใช้สูตร (ชูศรี วงศ์รัตน์. 2541 : 317)

$$t = \frac{r\sqrt{N-2}}{\sqrt{1-r^2}}$$

เมื่อ t แทน ค่าสถิติ (t-distribution)

r แทน ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ที่คำนวณได้

N แทน จำนวนคนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้ใช้สัญลักษณ์ที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

n	แทน	จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง
$\bar{x}$	แทน	คะแนนเฉลี่ย
s	แทน	ความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
t	แทน	ค่าสถิติที่ใช้ในการพิจารณา ใน t – distribution
F	แทน	ค่าสถิติที่ใช้ในการพิจารณาใน F – distribution
p	แทน	ความน่าจะเป็น (Probability)
df	แทน	ชั้นแห่งความอิสระ (Degree of freedom)
SS	แทน	ผลบวกกำลังสองของคะแนน (Sum of square)
MS	แทน	ค่าเฉลี่ยของผลบวกกำลังสองของคะแนน (Mean square)
r	แทน	สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์
*	แทน	มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล แบ่งออกเป็น 5 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร เกี่ยวกับเพศ อายุ อาชีพ รายได้ สถานภาพสมรส หลักสูตร คณะวิชา และการสนับสนุนทางสังคม โดยหาค่าความถี่และค่าร้อยละ ดังปรากฏตามตาราง 3

ตอนที่ 2 วิเคราะห์คะแนนการปรับตัวและสุขภาพจิต ตามเกณฑ์ที่กำหนดแล้วหาค่าความถี่ ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของการปรับตัวและสุขภาพจิต ของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร ดังปรากฏตามตาราง 4

ตอนที่ 3 วิเคราะห์ข้อมูลเพื่อเปรียบเทียบระดับการปรับตัวของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร ตามสมมติฐานดังนี้

3.1 วิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนการปรับตัวในแต่ละด้าน ระหว่างนักศึกษาชายกับนักศึกษาหญิง และหลักสูตรปริญญาตรี 2 ปี (หลังอนุปริญญา) กับปริญญาตรี 4 ปี โดยการทดสอบค่าที (t-test) ดังปรากฏตามตาราง 5

3.2 วิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนน การปรับตัวจำแนกตามอายุ อาชีพ รายได้ สถานภาพสมรส คณะวิชา และการสนับสนุนทางสังคม โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (One-way analysis of variance) ถ้าพบว่ามี ความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ก็ทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยเป็นรายคู่ โดยวิธีการของนิวแมน-คูลล์ (Newman-Keuls method)

ตอนที่ 4 วิเคราะห์ข้อมูลเพื่อเปรียบเทียบระดับสุขภาพจิตของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร ตามสมมติฐานดังนี้

4.1 วิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนสุขภาพจิตในแต่ละด้าน ระหว่างนักศึกษาชายกับนักศึกษาหญิง และหลักสูตรปริญญาตรี 2 ปี (หลังอนุปริญญา) กับปริญญาตรี 4 ปี โดยการทดสอบค่าที (t-test) ดังปรากฏตามตาราง 9

4.2 วิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนสุขภาพจิต จำแนกตามอายุ อาชีพ รายได้ สถานภาพสมรส คณะวิชา และการสนับสนุนทางสังคมต่างกัน โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (One-way analysis of variance) ถ้าพบว่ามี ความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ก็ทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยเป็นรายคู่ โดยใช้วิธีของนิวแมน-คูลล์ (Newman-Keuls method)

ตอนที่ 5 วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการปรับตัวกับสุขภาพจิตของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson product moment correlation coefficient) ดังปรากฏตามตาราง 13

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร โดยการแจกแจงความถี่เป็นจำนวนและร้อยละ ดังปรากฏตามตาราง 3

ตาราง 3 ข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถามและค่าร้อยละ จำแนกตามเพศ อายุ อาชีพ รายได้ สถานภาพสมรส หลักสูตร คณะวิชา และการสนับสนุนทางสังคม

ตัวแปร	n	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	109	36.10
หญิง	193	63.90
รวม	302	100.00
อายุ		
ต่ำกว่า 21 ปี	14	4.60
21-30 ปี	213	70.50
31-40 ปี	59	10.50
มากกว่า 40 ปี	16	5.40
รวม	302	100.00
อาชีพ		
รับราชการหรือพนักงานรัฐวิสาหกิจ	82	27.20
รับจ้าง	152	52.30
เกษตรกร	2	0.70
ค้าขาย	11	3.60
ไม่ได้ประกอบอาชีพ	49	16.20
รวม	302	100.00
รายได้		
ต่ำกว่า 3,000 บาท	17	5.60
3,000 - 8,000 บาท	175	57.90
สูงกว่า 8,000 บาท	110	36.50
รวม	302	100.00
สถานภาพสมรส		
โสด	223	73.80
คู่	74	24.50
หม้าย/หย่า/แยก	5	1.70
รวม	302	100.00

ตาราง 3 (ต่อ)

ตัวแปร	n	ร้อยละ
หลักสูตร		
ปริญญาตรี 2 ปี (หลังอนุปริญญา)	172	57.00
ปริญญาตรี 4 ปี	130	43.00
รวม	302	100.00
คณะวิชา		
ครุศาสตร์	48	15.90
มนุษยศาสตร์	17	5.60
วิทยาการจัดการ	191	63.20
วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	46	15.20
รวม	302	100.00
การสนับสนุนทางสังคม		
มาก	3	1.00
ปานกลาง	161	53.30
น้อย	138	45.70
รวม	302	100.00

จากตาราง 3 แสดงว่า นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร จำนวน 302 คน จำแนกตามสถานภาพ ได้ดังนี้

เพศ ส่วนใหญ่ เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 63.90 เป็นเพศ ชาย คิดเป็นร้อยละ 36.10

อายุ ส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 21-30 ปี คิดเป็นร้อยละ 70.50 รองลงมาคือ 31-40 ปี มากกว่า 40 ปี และต่ำกว่า 21 ปี คิดเป็นร้อยละ 10.50, 5.40 และ 4.60 ตามลำดับ

อาชีพ ส่วนใหญ่ มีอาชีพรับจ้าง คิดเป็นร้อยละ 52.30 รองลงมาคือ รับราชการหรือรัฐวิสาหกิจ ไม่ได้ประกอบอาชีพ ค้าขาย และเกษตรกรรม คิดเป็นร้อยละ 27.20, 16.20, 3.60 และ 0.70 ตามลำดับ

รายได้ ส่วนใหญ่มีรายได้ 3,000-8,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 57.90 รองลงมาคือ สูงกว่า 8,000 บาท และต่ำกว่า 3,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 36.50 และ 5.60 ตามลำดับ

สถานภาพสมรส ส่วนใหญ่มีสถานภาพโสด คิดเป็นร้อยละ 73.80 รองลงมาคือ คู่และหม้าย, หย่า, แยก คิดเป็นร้อยละ 24.50 และ 1.70 ตามลำดับ

หลักสูตรที่นักศึกษาเรียน ส่วนใหญ่เป็นหลักสูตรปริญญาตรี 2 ปี (หลังอนุปริญญา) คิดเป็นร้อยละ 57.00 รองลงมา หลักสูตรปริญญาตรี 4 ปี ร้อยละ 43.00

คณะวิชาที่นักศึกษาสังกัด ส่วนใหญ่เป็นคณะวิทยาการจัดการ คิดเป็นร้อยละ 63.20 รองลงมาคือ คณะครุศาสตร์ วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี และคณะมนุษยศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 15.90, 15.20 และ 5.60 ตามลำดับ

การสนับสนุนทางสังคม ส่วนใหญ่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 53.30 รองลงมาคือ ระดับน้อยและระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 45.70 และ 1.00 ตามลำดับ

ตอนที่ 2 วิเคราะห์คะแนนการปรับตัว และสุขภาพจิต ตามเกณฑ์ที่กำหนดแล้วหาค่าความถี่ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับการปรับตัวและสุขภาพจิต ของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร ดังปรากฏตามตาราง 4

ตาราง 4 จำนวน ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับการปรับตัว และสุขภาพจิตของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร

ตัวแปร	n	$\bar{x}$	s	ระดับ
การปรับตัว	302	3.61	.38	พอใช้
สุขภาพจิต	302	3.28	4.33	ปกติ

จากตาราง 4 แสดงว่า นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร มีการปรับตัวอยู่ในระดับพอใช้ ($\bar{x} = 3.61$, $s = .38$) และสุขภาพจิตอยู่ในระดับปกติ ($\bar{x} = 3.28$, $s = 4.33$)

ตอนที่ 3 วิเคราะห์ข้อมูลเพื่อเปรียบเทียบระดับการปรับตัว ของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร

3.1 วิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยการปรับตัวระหว่างนักศึกษาหญิงกับนักศึกษาชาย และหลักสูตรปริญญาตรี 2 ปี (หลังอนุปริญญา) กับปริญญาตรี 4 ปี โดยการทดสอบค่าที (t-test) ดังปรากฏตามตาราง 5

ตาราง 5 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ย การปรับตัวของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร ตามเพศ และหลักสูตร

ตัวแปร	n	$\bar{x}$	s	t	p
1. เพศ					
ชาย	109	3.63	.41	1.60	.20
หญิง	193	3.61	.37		
2. หลักสูตร					
อนุปริญญา 2 ปี	172	3.59	.37	0.48	.48
(หลังอนุปริญญา)					
ปริญญาตรี 4 ปี	130	3.61	.40		

จากตาราง 5 แสดงว่า นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร ที่มีเพศ และหลักสูตรต่างกัน มีการปรับตัวไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 1 และ 11 ที่ว่านักศึกษาที่มีเพศต่างกัน และหลักสูตรต่างกันจะมีการปรับตัวแตกต่างกัน

3.2 วิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนการปรับตัว จำแนกตามอายุ อาชีพ รายได้ สถานภาพสมรส คณะวิชา และการสนับสนุนทางสังคมต่างกัน โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (One-way analysis of variance) ถ้าพบว่ามี ความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ก็ทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยเป็นรายคู่ โดยใช้วิธีของนิวแมน-คูลส์ (Newman-Keuls method)

ตาราง 6 จำนวนค่าเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานของการปรับตัวของนักศึกษาโครงการ
จัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร จำแนกตาม
อายุ อาชีพ รายได้ สถานภาพสมรส และการสนับสนุนทางสังคม

ตัวแปร	n	$\bar{x}$	s
1. อายุ			
ต่ำกว่า 21 ปี	14	3.66	.39
21-30 ปี	213	3.57	.36
31-40 ปี	59	3.72	.42
มากกว่า 40 ปี	16	3.79	.46
รวม	302	3.61	.38
2. อาชีพ			
รับราชการหรือพนักงานรัฐวิสาหกิจ	82	3.64	.43
รับจ้าง	152	3.61	.35
เกษตรกรกรรม	2	4.14	.25
ค้าขาย	11	3.78	.37
ไม่ได้ประกอบอาชีพ	49	3.52	.38
รวม	302	3.61	.38
3. รายได้			
ต่ำกว่า 3,000 บาท	17	3.49	.35
3,000-8,000 บาท	175	3.58	.39
สูงกว่า 8,000 บาท	110	3.68	.37
รวม	302	3.61	.38
4. สถานภาพสมรส			
โสด	223	3.71	.39
คู่	74	3.58	.58
หม้าย/หย่า/แยก	5	3.70	.40
รวม	302	3.61	.38

ตาราง 6 (ต่อ)

ตัวแปร	n	$\bar{x}$	s
5. คณะวิชา			
ครุศาสตร์	48	3.67	.38
มนุษยศาสตร์	17	3.39	.31
วิทยาการจัดการ	191	3.44	.38
วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	46	3.57	.38
รวม	302	3.61	.38
6. การสนับสนุนทางสังคม			
มาก	3	3.75	.38
ปานกลาง	161	3.51	.34
น้อย	138	3.00	.39
รวม	302	3.61	.38

จากตาราง 6 แสดงว่า นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร ที่มีอายุ อาชีพ รายได้ สถานภาพสมรส คณะวิชา และการสนับสนุน มีค่าคะแนนเฉลี่ยการปรับตัวในระดับพอใช้ เมื่อพิจารณาค่าคะแนนเฉลี่ยการปรับตัวตามตัวแปรที่ศึกษาได้ผล ดังนี้

อายุ ส่วนใหญ่อายุมากกว่า 40 ปี มีค่าคะแนนเฉลี่ยการปรับตัวสูงสุด รองลงมาคือ 31-40 ปี ต่ำกว่า 21 ปี และที่ต่ำสุด คือ 21-30 ปี ($\bar{x} = 3.79$, $s = .39$, $\bar{x} = 3.72$, $s = .42$ และ $\bar{x} = 3.57$, $s = .36$ ตามลำดับ)

อาชีพ ส่วนใหญ่ อาชีพเกษตรกรรม มีค่าคะแนนเฉลี่ยการปรับตัวสูงสุด รองลงมาคือ ค้าขาย รับราชการ หรือพนักงานรัฐวิสาหกิจ รับจ้าง และที่ต่ำสุด คือ ผู้ที่ไม่ได้ประกอบอาชีพ ($\bar{x} = 4.14$, $s = .25$, $\bar{x} = 3.78$, $s = .37$, $\bar{x} = 3.64$, $s = .43$, $\bar{x} = 3.61$, $s = .35$, และ $\bar{x} = 3.52$, $s = .38$ ตามลำดับ)

รายได้ ส่วนใหญ่ ผู้ที่มีรายได้สูงกว่า 8,000 บาท มีค่าคะแนนเฉลี่ยของการปรับตัวสูงสุด รองลงมาคือ 3,000-8,000 บาท และที่ต่ำที่สุดคือ ต่ำกว่า 3,000 บาท ($\bar{x} = 3.68$, $s = .37$, $\bar{x} = 3.58$, $s = .39$ และ $\bar{x} = 3.49$, $s = .35$ ตามลำดับ)

สถานภาพ ส่วนใหญ่นักศึกษาที่มีสถานภาพโสดมีค่าคะแนนเฉลี่ยของการปรับตัวสูงสุด รองลงมาคือ สถานภาพหม้าย/หย่า/แยก และที่ต่ำที่สุดคือ สถานภาพคู่ ($\bar{x} = 3.71$, $s = .39$, $\bar{x} = 3.70$, $s = .40$ และ $\bar{x} = 3.70$, $s = .58$ ตามลำดับ)

คณะวิชา ส่วนใหญ่ ผู้ที่ศึกษาอยู่ในคณะวิชาครุศาสตร์ มีค่าคะแนนเฉลี่ยของการปรับตัวสูงสุด รองลงมาคือ คณะวิชามนุษยศาสตร์ คณะวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี และที่ต่ำสุดคือ คณะวิชาวิทยาการจัดการ ($\bar{x} = 3.67, s = .38$, $\bar{x} = 3.59, s = .31$, $\bar{x} = 3.57, s = .38$ และ $\bar{x} = 3.44, s = .38$ ตามลำดับ)

การสนับสนุนทางสังคม ส่วนใหญ่ผู้ที่มีการสนับสนุนทางสังคมมาก มีค่าคะแนนเฉลี่ยสูงสุด รองลงมาคือ ปานกลาง และที่ต่ำที่สุด คือ น้อย ($\bar{x} = 3.75, s = .38$, $\bar{x} = 3.51, s = .34$ และ $\bar{x} = 3.00, s = .29$ ตามลำดับ)

จากข้อมูลตามตาราง 6 ผู้วิจัยจึงนำไปวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (One-way analysis of variance) ดังปรากฏตามตาราง 7

ตาราง 7 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียวของคะแนนการปรับตัวของ

นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏ
พระนคร จำแนกตามอายุ อาชีพ รายได้ สถานภาพสมรส คณะวิชาและการสนับสนุน
ทางสังคม

ตัวแปร	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	p
1. อายุ	ระหว่างกลุ่ม	3	1.56	.32	2.53	.51
	ภายในกลุ่ม	298	43.91	.14		
	รวม	301	45.47			
2. อาชีพ	ระหว่างกลุ่ม	4	1.30	.33	2.22	.06
	ภายในกลุ่ม	297	44.14	.14		
	รวม	301	45.47			
3. รายได้	ระหว่างกลุ่ม	2	.93	.46	2.10	.64
	ภายในกลุ่ม	299	44.54	.14		
	รวม	301	45.47			
4. สถานภาพสมรส	ระหว่างกลุ่ม	2	.99	.49	3.31*	.03
	ภายในกลุ่ม	299	44.48	.14		
	รวม	301	45.47			
5. คณะวิชา	ระหว่างกลุ่ม	3	2.13	.71	4.88*	.00
	ภายในกลุ่ม	298	43.34	.14		
	รวม	301	45.47			

ตาราง 7 (ต่อ)

ตัวแปร	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	p
6. การสนับสนุนทางสังคม	ระหว่างกลุ่ม	2	5.20	2.60	19.30*	.00
	ภายในกลุ่ม	299	40.27	.13		
	รวม	301	45.47			

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 7 แสดงว่า นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร ที่มีอายุ อาชีพ รายได้ สถานภาพสมรส คณะวิชา และการสนับสนุนทางสังคม มีการปรับตัว จำแนกตามตัวแปรที่ศึกษาได้ผลดังนี้

อายุ นักศึกษาที่มีอายุต่างกัน มีการปรับตัวไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 3 ที่ว่านักศึกษาที่มีอายุต่างกันจะมีการปรับตัวแตกต่างกัน

อาชีพ นักศึกษาที่มีอาชีพต่างกัน มีการปรับตัวไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 5 ที่ว่านักศึกษาที่มีอาชีพต่างกันจะมีการปรับตัวแตกต่างกัน

รายได้ นักศึกษาที่มีรายได้ต่างกัน มีการปรับตัวไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 7 ที่ว่านักศึกษาที่มีรายได้ต่างกัน จะมีการปรับตัวแตกต่างกัน

นักศึกษาที่มีสถานภาพสมรส คณะวิชา และการสนับสนุนทางสังคมต่างกัน จะมีการปรับตัวแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 9 , 10 และ 15 ผู้วิจัยจึงนำไปทดสอบความแตกต่างของค่าคะแนนเฉลี่ยเป็นรายคู่ โดยใช้วิธีการของนิวแมน-คูลล์ (Newman-Keuls method) ดังปรากฏตามตาราง 8

ตาราง 8 ผลการทดสอบความแตกต่างของค่าคะแนนเฉลี่ยการปรับตัวเป็นรายคู่ของ
นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.)
สถาบันราชภัฏพระนคร ตามสถานภาพสมรส คณะวิชาและการสนับสนุนทางสังคม

ตัวแปร		ผลการทดสอบเป็นรายคู่			
สถานภาพสมรส		ไสด	หม้าย/หย่า/แยก	คู่	
	$\bar{x}$	3.71	3.70	3.58	
ไสด	3.71	-	0.01	0.13*	
หม้าย/หย่า/แยก	3.70		-	0.12	
คู่	3.58			-	
คณะวิชา		ครุศาสตร์	มนุษยศาสตร์	วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	วิทยาการจัดการ
	$\bar{x}$	3.67	3.59	3.57	3.44
ครุศาสตร์	3.67	-	0.08	0.10	0.23*
มนุษยศาสตร์	3.59		-	0.02	0.15
วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	3.57			-	-
วิทยาการจัดการ	3.44				-
การสนับสนุนทางสังคม		มาก	ปานกลาง	น้อย	
	$\bar{x}$	3.75	3.51	3.00	
มาก	3.75	-	0.24*	0.75*	
ปานกลาง	3.51		-	0.51	
น้อย	3.00			-	

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 8 แสดงว่า นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร มีผลการทดสอบความแตกต่างของค่าคะแนนเฉลี่ยการปรับตัวเป็นรายคู่ ตามตัวแปรที่ศึกษาได้ผลดังนี้

สถานภาพสมรส นักศึกษาที่มีสถานภาพโสดมีค่าคะแนนเฉลี่ยในการปรับตัวสูงกว่า นักศึกษาที่มีสถานภาพคู่ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 กล่าวคือ นักศึกษาที่มีสถานภาพโสด มีการปรับตัวดีกว่านักศึกษาที่มีสถานภาพคู่ ส่วนคู่อื่น ๆ พบว่าไม่แตกต่างกัน

คณะวิชา นักศึกษาที่ศึกษาอยู่ในคณะวิชาครุศาสตร์ มีค่าคะแนนเฉลี่ยในการปรับตัวสูงกว่านักศึกษาที่ศึกษาอยู่ในคณะวิชาวิทยาการจัดการอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 กล่าวคือ นักศึกษาที่ศึกษาอยู่ในคณะวิชาครุศาสตร์ มีการปรับตัวดีกว่านักศึกษาที่ศึกษาอยู่ในคณะวิชาวิทยาการจัดการ ส่วนคู่อื่น ๆ พบว่าไม่แตกต่างกัน

การสนับสนุนทางสังคม นักศึกษาที่มีการสนับสนุนทางสังคมมาก มีค่าคะแนนเฉลี่ยในการปรับตัวสูงกว่านักศึกษาที่มีการสนับสนุนทางสังคมปานกลาง และน้อย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 กล่าวคือ นักศึกษาที่มีการสนับสนุนทางสังคมมาก มีการปรับตัวดีกว่านักศึกษาที่มีการสนับสนุนทางสังคมปานกลางและน้อย ส่วนคู่อื่น ๆ พบว่าไม่แตกต่างกัน

ตอนที่ 4 วิเคราะห์ข้อมูลเพื่อเปรียบเทียบระดับสุขภาพจิต ของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร

4.1 วิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนสุขภาพจิต ระหว่างนักศึกษาชาย กับนักศึกษาหญิง และหลักสูตรปริญญาตรี 2 ปี (หลังอนุปริญญา) และปริญญาตรี 4 ปี โดยทดสอบค่าที (t-test) ดังปรากฏตามตาราง 9

ตาราง 9 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยสุขภาพจิต ของนักศึกษาโครงการ
จัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร จำแนกตาม
เพศ และหลักสูตร

ตัวแปร	n	$\bar{x}$	s	t	p
1. เพศ					
ชาย	109	2.94	3.98	1.89	.17
หญิง	193	3.47	4.51		
2. หลักสูตร					
อนุปริญญา 2 ปี (หลังอนุปริญญา)	172	2.90	4.03	1.57	.06
ปริญญาตรี 4 ปี	130	3.77	4.66		

จากตาราง 9 แสดงว่า นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร ที่มีเพศและหลักสูตรต่างกัน มีค่าคะแนนเฉลี่ยสุขภาพจิตอยู่ในระดับดี

นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร ที่มีเพศและหลักสูตรต่างกัน มีสุขภาพจิตไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 2 และ 12 ที่ว่า นักศึกษาที่มีเพศและหลักสูตรต่างกันจะมีสุขภาพจิตแตกต่างกัน

4.2 ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนสุขภาพจิตจำแนกตามอายุ อาชีพ รายได้ สถานภาพสมรส คณะวิชา และการสนับสนุนทางสังคมต่างกัน โดยวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (One-way analysis of variance) ถ้าพบมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ก็ทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยเป็นรายคู่ โดยใช้วิธีการของนิวแมน-คูลล์ (Newman-Keuls method)

ตาราง 10 จำนวนค่าเฉลี่ยและค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานของสุขภาพจิตของนักศึกษา
 โครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร
 จำแนกตามอายุ อาชีพ รายได้ สถานภาพสมรส คณะวิชาและการสนับสนุนทางสังคม

ตัวแปร	n	$\bar{x}$	s
1. อายุ			
ต่ำกว่า 21 ปี	14	3.28	2.86
21-30 ปี	213	3.43	4.35
31-40 ปี	59	3.20	4.80
มากกว่า 40 ปี	16	1.56	2.92
รวม	302	3.28	4.33
2. อาชีพ			
รับราชการหรือพนักงานรัฐวิสาหกิจ	82	3.04	4.42
รับจ้าง	152	3.17	4.32
เกษตรกรรม	2	0.50	0.70
ค้าขาย	11	3.45	4.61
ไม่ได้ประกอบอาชีพ	49	4.08	4.24
รวม	302	3.28	4.33
3. รายได้			
ต่ำกว่า 3,000 บาท	17	3.11	2.84
3,000-8,000 บาท	175	3.61	4.55
สูงกว่า 8,000 บาท	110	2.78	4.12
รวม	302	3.28	4.33
4. สถานภาพสมรส			
โสด	223	3.70	4.36
คู่	74	2.22	4.12
หม้าย/หย่า/แยก	5	0.00	0.00
รวม	302	3.28	4.33

ตาราง 10 (ต่อ)

ตัวแปร	n	$\bar{x}$	s
5. คณะวิชา			
ครุศาสตร์	48	3.50	3.96
มนุษยศาสตร์	17	2.82	4.53
วิทยาการจัดการ	191	3.12	4.23
วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	46	3.86	5.06
รวม	302	3.28	4.33
6. การสนับสนุนทางสังคม			
มาก	13	6.00	3.46
ปานกลาง	161	3.98	4.72
น้อย	138	2.39	3.56
รวม	302	3.28	4.33

จากตาราง 10 แสดงว่า นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร ที่มีอายุ อาชีพ รายได้ สถานภาพสมรส คณะวิชา และการสนับสนุนทางสังคม มีค่าคะแนนเฉลี่ยสุขภาพจิตในระดับปกติ เมื่อพิจารณาค่าคะแนนเฉลี่ยสุขภาพจิตตามตัวแปรที่ศึกษาได้ผลดังนี้

อายุ ส่วนใหญ่ อายุ 21-30 ปี มีค่าคะแนนเฉลี่ยสุขภาพจิตสูงสุด รองลงมาคือ ต่ำกว่า 21 ปี, 31-40 ปี และที่ต่ำสุดคือ อายุมากกว่า 40 ปี ($\bar{x} = 3.43, s = 4.35$, $\bar{x} = 3.28, s = 2.86$, $\bar{x} = 3.20, s = 4.80$ และ $\bar{x} = 1.56, s = 2.92$ ตามลำดับ)

อาชีพ ส่วนใหญ่ ผู้ที่ไม่ได้ประกอบอาชีพมีค่าคะแนนเฉลี่ยสุขภาพจิตสูงสุด รองลงมาคือ ค้าขาย รับจ้าง รับราชการหรือพนักงานรัฐวิสาหกิจ และที่ต่ำสุด คือ เกษตรกรรม ($\bar{x} = 4.08, s = 4.20$, $\bar{x} = 3.45, s = 4.61$, $\bar{x} = 3.17, s = 4.32$, $\bar{x} = 3.00, s = 4.42$, และ $\bar{x} = 0.50, s = 0.70$ ตามลำดับ)

รายได้ ส่วนใหญ่ มีรายได้ 3,000-8,000 บาท มีค่าคะแนนเฉลี่ยสุขภาพจิตสูงสุด รองลงมาคือ ต่ำกว่า 3,000 บาท และที่ต่ำสุดคือ สูงกว่า 8,000 บาท ($\bar{x} = 3.61, s = 4.55$, $\bar{x} = 3.11, s = 2.84$ และ $\bar{x} = 2.78, s = 4.12$ ตามลำดับ)

สถานภาพสมรส ส่วนใหญ่ผู้ที่มีสถานภาพโสดมีค่าคะแนนเฉลี่ยของสุขภาพจิตสูงสุด รองลงมาคือ คู่ และที่ต่ำสุดคือ หม้าย, หย่า, แยก ($\bar{x} = 3.70, s = 4.36$, $\bar{x} = 2.22, s = 4.12$ และ $\bar{x} = 0.00, s = 0.00$ ตามลำดับ)

คณะวิชา ส่วนใหญ่ ผู้ที่ศึกษาอยู่ในคณะวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มีค่าคะแนนเฉลี่ยของสุขภาพจิตสูงสุด รองลงมาคือ ครุศาสตร์ วิทยาการจัดการ และที่ต่ำสุดคือ มนุษยศาสตร์ ($\bar{x} = 3.86, s = 5.06$, $\bar{x} = 3.50, s = 3.94$, $\bar{x} = 3.12, s = 4.23$ และ $\bar{x} = 2.82, s = 4.53$ ตามลำดับ)

การสนับสนุนทางสังคม ส่วนใหญ่ผู้ที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมมาก มีค่าคะแนนเฉลี่ยของสุขภาพจิตสูงสุด รองลงมาคือ ปานกลาง และที่ต่ำสุดคือน้อย ($\bar{x} = 6.00, s = 3.46$, $\bar{x} = 3.98, s = 4.72$ และ $\bar{x} = 2.39, s = 3.66$ ตามลำดับ)

จากข้อมูลตามตาราง 10 ผู้วิจัยจึงนำไปวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (One-way analysis of variance) ดังปรากฏตามตาราง 11

ตาราง 11 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียวของคะแนนสุขภาพจิตของนักศึกษา
โครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร
จำแนกตามอายุ อาชีพ รายได้ สถานภาพสมรส คณะวิชาและการสนับสนุนทางสังคม

ตัวแปร	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	p
1. อายุ	ระหว่างกลุ่ม	3	52.45	17.48	.931	.48
	ภายในกลุ่ม	298	5598.62	18.78		
	รวม	301	5651.07			
2. อาชีพ	ระหว่างกลุ่ม	4	53.33	13.33	.70	.58
	ภายในกลุ่ม	297	5597.74	18.84		
	รวม	301	5651.07			
3. รายได้	ระหว่างกลุ่ม	2	46.97	23.48	1.25	.28
	ภายในกลุ่ม	299	5604.10	18.74		
	รวม	301	5651.07			
4. สถานภาพ สมรส	ระหว่างกลุ่ม	2	175.51	87.75	4.79*	.00
	ภายในกลุ่ม	299	5475.56	18.31		
	รวม	301	5651.07			
5. คณะวิชา	ระหว่างกลุ่ม	3	26.40	8.80	.46	.70
	ภายในกลุ่ม	298	5624.67	18.87		
	รวม	301	5651.07			
6. การสนับสนุน ทางสังคม	ระหว่างกลุ่ม	2	210.02	105.01	5.77*	.00
	ภายในกลุ่ม	299	5441.05	18.19		
	รวม	301	5651.07			

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 11 แสดงว่า นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร ที่มีอายุ อาชีพ รายได้ สถานภาพสมรส คณะวิชา และการสนับสนุนทางสังคม มีสุขภาพจิตจำแนกตามตัวแปรที่ศึกษาได้ผลดังนี้

อายุ นักศึกษาที่มีอายุต่างกัน มีสุขภาพจิตไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 4 ที่ว่า นักศึกษาที่มีอายุต่างกัน จะมีสุขภาพจิตแตกต่างกัน

อาชีพ นักศึกษาที่มีอาชีพต่างกัน มีสุขภาพจิตไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 6 ที่ว่า นักศึกษาที่มีอาชีพต่างกัน จะมีสุขภาพจิตแตกต่างกัน

รายได้ นักศึกษาที่มีรายได้ต่างกัน มีสุขภาพจิตไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 8 ที่ว่า นักศึกษาที่มีรายได้ต่างกัน จะมีสุขภาพจิตแตกต่างกัน

คณะวิชา นักศึกษาที่ศึกษาอยู่ในคณะวิชาต่างกัน มีสุขภาพจิตไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 14 ที่ว่า นักศึกษาที่ศึกษาอยู่ในคณะวิชาต่างกัน มีสุขภาพจิตแตกต่างกัน

นักศึกษามีสถานภาพสมรสและการสนับสนุนทางสังคมต่างกัน มีสุขภาพจิตแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 10 และ 16 เพื่อให้ทราบความแตกต่างของค่าคะแนนเฉลี่ยสุขภาพจิต จึงนำการทดสอบความแตกต่างของค่าคะแนนเฉลี่ยเป็นรายคู่ โดยใช้วิธีการของนิวแมน-คูลล์ (Newman-keuls method) ดังปรากฏตามตาราง 12

ตาราง 12 ผลการทดสอบความแตกต่างของค่าคะแนนเฉลี่ยสภาพจิตเป็นรายคู่ของ
นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.)
สถาบันราชภัฏพระนคร ตามสถานภาพสมรส และการสนับสนุนทางสังคม

ตัวแปร	ผลการทดสอบเป็นรายคู่			
		โสด	คู่	หม้าย/หย่า/แยก
สถานภาพสมรส	$\bar{x}$	3.70	2.22	0.00
โสด	3.70	-	1.48*	3.70
คู่	2.22		-	2.20
หม้าย/หย่า/แยก	0.00			-
การสนับสนุนทางสังคม		มาก	ปานกลาง	น้อย
	$\bar{x}$	6.00	3.98	2.39
มาก	6.00	-	2.02*	3.61
ปานกลาง	3.98		-	1.59
น้อย	2.39			-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 12 แสดงว่า นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร มีผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าคะแนนเฉลี่ยการปรับตัวเป็นรายคู่ตามตัวแปรที่ศึกษา ดังนี้

สถานภาพสมรส นักศึกษาที่มีสถานภาพโสด มีค่าคะแนนเฉลี่ยสูงกว่านักศึกษาที่มีสถานภาพคู่ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 กล่าวคือ นักศึกษาที่มีสถานภาพโสด มีสภาพจิตดีกว่านักศึกษาที่มีสถานภาพคู่ ส่วนคู่อื่น ๆ พบว่าไม่แตกต่างกัน

การสนับสนุนทางสังคม นักศึกษาที่มีการสนับสนุนทางสังคมมาก มีค่าคะแนนเฉลี่ยสูงกว่านักศึกษาที่มีการสนับสนุนทางสังคมปานกลาง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 กล่าวคือ นักศึกษาที่มีการสนับสนุนทางสังคมมาก มีสภาพจิตดีกว่านักศึกษาที่มีการสนับสนุนทางสังคมปานกลาง ส่วนคู่อื่น ๆ พบว่าไม่แตกต่างกัน

ตอนที่ 5 ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างการปรับตัวกับสุขภาพจิตของนักศึกษา
 โครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร โดยการหา
 สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson product moment correlation coefficient) ดัง
 ปรากฏตามตาราง 13

ตาราง 13 ความสัมพันธ์ระหว่างการปรับตัวกับสุขภาพจิตของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษา
 สำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร

สถานภาพ	การปรับตัว	สุขภาพจิต
การปรับตัว	1.00	.30*
สุขภาพจิต		1.00

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 13 แสดงว่า นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ
 (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร ด้านการปรับตัว มีความสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาพจิต อย่าง
 มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 17 ที่ว่า การปรับตัวมีความ
 สัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาพจิต กล่าวคือ นักศึกษาที่มีการปรับตัวดีจะมีสุขภาพจิตดีตามไปด้วย

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

สังเขปความมุ่งหมาย สมมติฐาน และวิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อศึกษาระดับการปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร
2. เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร ตามตัวแปร เพศ อายุ อาชีพ รายได้ สถานภาพสมรส หลักสูตร คณะวิชา และการสนับสนุนทางสังคม
3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการปรับตัวกับสุขภาพจิตของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร

สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) ที่มีเพศต่างกันจะมีการปรับตัวแตกต่างกัน
2. นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) ที่มีเพศต่างกันจะมีสุขภาพจิตแตกต่างกัน
3. นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) ที่มีอายุต่างกันจะมีการปรับตัวแตกต่างกัน
4. นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) ที่มีอายุต่างกันจะมีสุขภาพจิตแตกต่างกัน
5. นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) ที่มีอาชีพต่างกันจะมีการปรับตัวแตกต่างกัน
6. นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) ที่มีอาชีพต่างกันจะมีสุขภาพจิตแตกต่างกัน
7. นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) ที่มีรายได้ต่างกันจะมีการปรับตัวแตกต่างกัน
8. นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) ที่มีรายได้ต่างกันจะมีสุขภาพจิตแตกต่างกัน
9. นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) ที่มีสถานภาพสมรสต่างกันจะมีการปรับตัวแตกต่างกัน
10. นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) ที่มีสถานภาพสมรสต่างกันจะมีสุขภาพจิตแตกต่างกัน

11. นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) ที่ศึกษาอยู่ในหลักสูตรต่างกันจะมีการปรับตัวแตกต่างกัน
12. นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) ที่ศึกษาอยู่ในหลักสูตรต่างกันจะมีสุขภาพจิตแตกต่างกัน
13. นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) ที่ศึกษาอยู่ในคณะวิชาต่างกันจะมีการปรับตัวแตกต่างกัน
14. นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) ที่ศึกษาอยู่ในคณะวิชาต่างกันจะมีสุขภาพจิตแตกต่างกัน
15. นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) ที่มีการสนับสนุนทางสังคมต่างกันจะมีการปรับตัวแตกต่างกัน
16. นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) ที่มีการสนับสนุนทางสังคมต่างกันจะมีสุขภาพจิตแตกต่างกัน
17. การปรับตัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาพจิต ของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.)

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) รุ่น 23 หลักสูตรระดับปริญญาตรี 2 ปี (หลังอนุปริญญา) และระดับปริญญาตรี 4 ปี ของสถาบันราชภัฏพระนคร จำนวน 1,230 คน เป็นนักศึกษาชาย 444 คน และเป็นนักศึกษาหญิง 786 คน ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2543

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) รุ่น 23 หลักสูตรระดับปริญญาตรี 2 ปี (หลังอนุปริญญา) และระดับปริญญาตรี 4 ปี ของสถาบันราชภัฏพระนคร จำนวน 302 คน เป็นนักศึกษาชาย 109 คน และเป็นนักศึกษาหญิง 193 คน ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2543 ซึ่งได้มาโดยวิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multistage random sampling) และกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่าง โดยวิธีการคำนวณจากสูตรยามาเน่ (Yamane')

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

ลักษณะของเครื่องมือ

ลักษณะเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามการปรับตัวสุขภาพจิต และการสนับสนุนทางสังคม ของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) ซึ่งแบ่งออกเป็น 4 ตอนดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามรายละเอียดส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม เกี่ยวกับ เพศ อายุ อาชีพ รายได้ สถานภาพสมรส หลักสูตร และคณะวิชา ซึ่งมีลักษณะเป็นแบบตรวจสอบรายการ (Check list)

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามการปรับตัวของผู้ตอบแบบสอบถามที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นเอง ซึ่งประกอบด้วย การปรับตัว 3 ด้าน คือ การปรับตัวด้านการเรียน การปรับตัวด้านสังคม และการปรับตัวด้านอารมณ์ ซึ่งแบบสอบถามมีลักษณะเป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) 5 ระดับ ได้แก่ จริงที่สุด จริง จริงบ้าง จริงน้อย และจริงน้อยที่สุด จำนวน 31 ข้อ

ตอนที่ 3 แบบสอบถามสุขภาพจิต เป็นแบบสอบถามเพื่อคัดกรองปัญหาสุขภาพจิต จีเอสคิว - 28 (GHQ-28) ของโกลด์เบิร์กและคนอื่น ๆ (Goldberg and others. 1988 : unpage) ซึ่งนายแพทย์ธนา นิลชัยโกวิท และคนอื่น ๆ (2539 : 1-6) แห่งภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ รามาธิบดี ได้เรียบเรียงเป็นภาษาไทยและได้มีการทดลองใช้ในปี พ.ศ. 2538 ดังกลุ่มตัวอย่างที่เป็นประชาชนในเขตหนองจอก ซึ่งมารับบริการจากหน่วยแพทย์เคลื่อนที่ จำนวน 100 คน เพื่อทดสอบความเชื่อถือได้และความแม่นยำของเครื่องมือในการคัดกรองปัญหาสุขภาพจิตในชุมชนกับการวินิจฉัยของจิตแพทย์ ผลการศึกษาพบว่า THAI GHQ มีค่าความ เชื่อถือได้และความแม่นยำอยู่ในเกณฑ์ดี ได้แก่ ความสอดคล้องภายใน (Internal consistencies) ของข้อคำถาม มีค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ตั้งแต่ 0.84 ถึง 0.94 และมีค่าความไว (Sensitivity) ตั้งแต่ร้อยละ 78.1 ถึง 85.3 และความจำเพาะ (Specificity) ตั้งแต่ร้อยละ 84.4 ถึง 89.7 ซึ่งสมควรรนำมาใช้เป็นแบบคัดกรองปัญหาสุขภาพจิตในประชากรไทยได้

แบบสอบถามชนิดนี้สามารถระบุได้ว่า บุคคลนี้มีปัญหาสุขภาพจิตหรือไม่ ข้อคำถามแบ่งออกเป็น 4 ตอน คือ

ตอนที่ 1 คำถามด้านร่างกาย มี 7 ข้อ คือ ข้อ 1-7

ตอนที่ 2 คำถามด้านความวิตกกังวลและการนอนหลับ มี 7 ข้อ คือ ข้อ 8-14

ตอนที่ 3 คำถามด้านความบกพร่องทางสังคม มี 7 ข้อ คือ ข้อ 15-21

ตอนที่ 4 คำถามด้านอาการซึมเศร้าที่รุนแรง มี 7 ข้อ คือ ข้อ 22-28

ใช้วิธีคิดคะแนนแบบ 0-0-1-1

ตอนที่ 4 แบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคมของผู้ตอบแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง ซึ่งประกอบด้วยคำถามสนับสนุนทางสังคม 5 ด้าน คือ การสนับสนุนด้านอารมณ์ การสนับสนุนด้านการได้รับการยอมรับและเห็นคุณค่า การสนับสนุนด้านการมีส่วนร่วมและเป็นส่วนหนึ่งของสังคม การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร และการสนับสนุนด้านการเงิน แรงงานและสิ่งของ ซึ่งลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) มี 5 ระดับ ได้แก่ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด

การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

เมื่อดำเนินการทดลองและสอบถามกลุ่มตัวอย่างครบถ้วนเรียบร้อยแล้ว ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้ออกมากระทำดังนี้

1. ตรวจให้คะแนนแบบสอบถามการปรับตัว สุขภาพจิตและการสนับสนุนทางสังคม ของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร ตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้

2. วิเคราะห์ข้อมูลต่อไปนี โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS/PC⁺

2.1 คำนวณหาค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของเพศ อายุ อาชีพ รายได้ สถานภาพสมรส หลักสูตร คณะวิชา และการสนับสนุนทางสังคม

2.2 เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยของการปรับตัว และ สุขภาพจิตของตัวแปร 2 กลุ่มที่เป็นอิสระจากกัน คือ เพศ หลักสูตร โดยการทดสอบด้วยค่าที่ (t - test) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1 , 2 , 11 และ 12

2.3 เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยของการปรับตัว และ สุขภาพจิต ของตัวแปรที่มากกว่า 2 กลุ่ม คือ อายุ อาชีพ รายได้ สถานภาพสมรส คณะ วิชา และการสนับสนุนทางสังคม โดยการทดสอบค่า เอฟ (F - test) โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (One way analysis of variance) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 3 , 4 , 5 , 6 , 7 , 8 , 9 , 10 , 13 , 14 , 15 และ 16

ถ้าพบว่าข้อใดมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จะทำการตรวจสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ โดยใช้วิธีของนิวแมน - คูลส์ (Newman-Keuls method)

3. หาความสัมพันธ์ระหว่างการปรับตัวกับสุขภาพจิต ของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson product moment correlation coefficient) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 17 และ ทดสอบความมีนัยสำคัญของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ที่คำนวณได้ โดยการทดสอบค่าที่ (t - test)

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

1. นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างครั้งนี้ มีจำนวน 302 คน ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มากกว่าเพศชาย คิดเป็นร้อยละ 63.90 ส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 21-30 ปี คิดเป็นร้อยละ 70.50 มีอาชีพรับจ้างและรับราชการหรือพนักงานรัฐวิสาหกิจ คิดเป็นร้อยละ 52.30 และ 27.20 ตามลำดับ มีรายได้ 3,000-8,000 และสูงกว่า 8,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 57.90 และ 36.40 ตามลำดับ ส่วนใหญ่มีสถานภาพโสด คิดเป็นร้อยละ 73.80 ศึกษาอยู่ในหลักสูตรปริญญาตรี 2 ปี (หลังอนุปริญญา) มากกว่าปริญญาตรี 4 ปี คิดเป็นร้อยละ 57.00 และ 43.00 ตามลำดับ

ส่วนใหญ่ศึกษาอยู่ในคณะวิชาวิทยาการจัดการ คิดเป็นร้อยละ 63.20 มีการสนับสนุนทางสังคมปานกลาง และน้อย คิดเป็นร้อยละ 53.30 และ 45.70 ตามลำดับ

2. นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร มีการปรับตัวอยู่ในระดับพอใช้ ($\bar{X} = 3.61$) และสุขภาพจิตอยู่ในระดับปกติ ($\bar{X} = 3.28$)

3. ผลการเปรียบเทียบการปรับตัวของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร จำแนกตามตัวแปรดังนี้

3.1 นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.)

สถาบันราชภัฏพระนคร ที่มีเพศต่างกัน มีการปรับตัวไม่แตกต่างกัน

3.2 นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.)

สถาบันราชภัฏพระนคร ที่มีอายุต่างกัน มีการปรับตัวไม่แตกต่างกัน

3.3 นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.)

สถาบันราชภัฏพระนคร ที่มีอาชีพต่างกัน มีการปรับตัวไม่แตกต่างกัน

3.4 นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.)

สถาบันราชภัฏพระนคร ที่มีรายได้ต่างกัน มีการปรับตัวไม่แตกต่างกัน

3.5 นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.)

สถาบันราชภัฏพระนคร ที่มีสถานภาพสมรสต่างกัน มีการปรับตัวแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3.6 นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.)

สถาบันราชภัฏพระนคร ที่ศึกษาอยู่ในหลักสูตรต่างกัน มีการปรับตัวไม่แตกต่างกัน

3.7 นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.)

สถาบันราชภัฏพระนคร ที่ศึกษาอยู่ในคณะวิชาต่างกัน มีการปรับตัวแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3.8 นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.)

สถาบันราชภัฏพระนคร ที่มีการสนับสนุนทางสังคมต่างกัน มีการปรับตัวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4. ผลการเปรียบเทียบสุขภาพจิตของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร จำแนกตามตัวแปรดังต่อไปนี้

4.1 นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.)

สถาบันราชภัฏพระนคร ที่มีเพศต่างกัน มีสุขภาพจิตไม่แตกต่างกัน

4.2 นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.)

สถาบันราชภัฏพระนคร ที่มีอายุต่างกัน มีสุขภาพจิตไม่แตกต่างกัน

4.3 นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.)

สถาบันราชภัฏพระนคร ที่มีอาชีพต่างกัน มีสุขภาพจิตไม่แตกต่างกัน

4.4 นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.)

สถาบันราชภัฏพระนคร ที่มีรายได้ต่างกัน มีสุขภาพจิตไม่แตกต่างกัน

4.5 นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.)

สถาบันราชภัฏพระนคร ที่มีสถานภาพสมรสต่างกัน มีสุขภาพจิตแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4.6 นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.)

สถาบันราชภัฏพระนคร ที่ศึกษาอยู่ในหลักสูตรต่างกัน มีสุขภาพจิตไม่แตกต่างกัน

4.7 นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.)

สถาบันราชภัฏพระนคร ที่ศึกษาอยู่ในคณะวิชาต่างกัน มีสุขภาพจิตไม่แตกต่างกัน

4.8 นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.)

สถาบันราชภัฏพระนคร ที่มีการสนับสนุนทางสังคมต่างกัน มีสุขภาพจิตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

5. นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร การปรับตัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาพจิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

การอภิปรายผล

1. การปรับตัว

1.1 ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร มีการปรับตัวอยู่ในระดับพอใช้ อาจเนื่องมาจากนักศึกษาส่วนใหญ่อยู่ในวัยผู้ใหญ่หรืออยู่ในวัยทำงาน ต้องประกอบอาชีพ มีหน้าที่รับผิดชอบมากขึ้น นักศึกษาต้องแบ่งเวลาในการรับผิดชอบภาระหน้าที่ต่าง ๆ หลายอย่างพร้อมกัน จึงทำให้นักศึกษาปรับตัวในด้านการเรียนได้ไม่เต็มที่ ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของชาติชาย หมั่นสมัค (2542 : 126) ที่พบว่า การปรับตัวของนักศึกษาโครงการจัดการสมทบพิเศษ อยู่ในระดับพอใช้

1.2 ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่มีเพศต่างกัน มีการปรับตัวไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 1 ที่ว่านักศึกษาที่มีเพศต่างกัน มีการปรับตัวแตกต่างกัน อาจเนื่องมาจากการศึกษาสมัยใหม่จัดการเรียนการสอนให้นักศึกษาเรียนร่วมกัน ทั้งนักศึกษาชายและนักศึกษาหญิง และส่งเสริมให้ผู้เรียนได้ศึกษาค้นคว้าด้วยตนเองเป็นหลัก ผู้เรียนจึงต้องปรับตัวเองให้เข้ากับการศึกษาในระดับที่สูงขึ้น เป็นผู้ที่กล้าแสดงออก และแก้ปัญหาด้วยตนเอง ดังนั้น นักศึกษาชายและนักศึกษาหญิงจึงต้องการความสำเร็จในด้านการเรียนเท่ากัน จึงทำให้นักศึกษาชายและนักศึกษาหญิงมีการปรับตัวไม่แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ

จรรยาพร กาญจนโชติ (2536 : 121) ที่พบว่า การปรับตัวของนิสิตชายกับนิสิตหญิงของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ภาคใต้ มีการปรับตัวไม่แตกต่างกัน

1.3 ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่มีอายุต่างกัน มีการปรับตัวไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 3 ที่ว่า นักศึกษาที่มีอายุต่างกัน จะมีสุขภาพจิตแตกต่างกัน อาจเนื่องมาจาก นักศึกษาส่วนใหญ่ อยู่ในวัยผู้ใหญ่หรือวัยทำงาน สามารถเรียนรู้และศึกษาถึงปัญหา และข้อบกพร่องที่ได้รับตลอดระยะเวลาที่ดำเนินชีวิตอยู่ในครอบครัว สถานที่ทำงานและสถาบันที่ศึกษาอยู่ร่วมกัน จึงทำให้เกิดความเข้าใจซึ่งกันและกันมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของแมสเลซ (หัตยา มัทยาท. 2541 : 18 ; อ้างอิงจาก Maslach. 1986. *Burnout the Profession : Coping Strategies, Causes and Costs*. p. 60) ที่พบว่าอายุเป็นปัจจัยที่บ่งชี้ถึงความมีวุฒิภาวะและประสบการณ์ของบุคคลทั้งในชีวิตส่วนตัวและการทำงาน บุคคลที่มีอายุมากขึ้น มีวุฒิภาวะทางอารมณ์สูงขึ้น มีความสุขุมรอบคอบ รู้จักชีวิต มองชีวิตกว้างไกลลึกซึ้งมากขึ้น สามารถปรับตัวให้สอดคล้องกับสภาพที่เป็นจริงได้ดี

1.4 ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่มีอาชีพต่างกัน มีการปรับตัวไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 5 ที่ว่า นักศึกษาที่มีอาชีพต่างกัน มีการปรับตัวแตกต่างกัน อาจเนื่องมาจาก การจัดการเรียนการสอนในโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) ของสถาบันราชภัฏพระนคร รับผู้เข้ามาศึกษาไม่จำกัดอาชีพ นักศึกษาสามารถนำความรู้ที่ได้ไปใช้ในการพัฒนาอาชีพของตนให้ก้าวสูงขึ้นไปในโอกาสต่อไป ดังนั้นไม่ว่านักศึกษาจะประกอบอาชีพใดก็สามารถเข้ามาศึกษาได้ จึงทำให้นักศึกษาที่มีอาชีพต่างกัน มีการปรับตัวไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับผลการศึกษาของพิสมัย บัวอุไร (2542 : 94) พบว่า นักศึกษาที่ปฏิบัติงานในสังกัดของหน่วยงานต่างกัน มีปัญหาในการปรับตัวด้านการเรียนแตกต่างกัน

1.5 ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่มีรายได้ต่างกัน มีการปรับตัวไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 7 ที่ว่า นักศึกษาที่มีรายได้ต่างกัน มีการปรับตัวแตกต่างกัน อาจเนื่องมาจากนักศึกษาเรียนรวมกันเป็นกลุ่ม ต้องพึ่งพาอาศัยกัน ต้องรับผิดชอบต่อส่วนรวม มีความสามัคคี และความเสียสละร่วมกัน ทำให้นักศึกษามีความเข้าใจถึงสภาพเศรษฐกิจในปัจจุบัน การมีงานทำและได้เงินหรือค่าตอบแทนเท่าใดก็ตามก็ทำให้เกิดความพึงพอใจแล้ว จึงทำให้นักศึกษาที่มีรายได้ต่างกันมีการปรับตัวไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับการศึกษาของปาลชาติ ชาวโพธิ์หลวง (2543 : 96) ที่พบว่า เจ้าหน้าที่ตำรวจจราจรที่มีเงินเดือนต่ำกว่า 8,000 บาท เงินเดือนน้อยไม่เพียงพอต่อค่าครองชีพในปัจจุบันและสอดคล้องกับภารกิจหน้าที่ที่ต้องรับผิดชอบสูง จึงเป็นปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียด ส่งผลให้มีปัญหาในการปรับตัวตามมาอีกด้วย

1.6 ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่มีสถานภาพสมรสต่างกัน มีการปรับตัวแตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 9 ที่ว่า นักศึกษาที่มีสถานภาพสมรสต่างกัน มีการปรับตัวแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 อาจเนื่องมาจากนักศึกษาที่มีสถานภาพโสด ไม่ต้องรับผิดชอบต่อภาระหน้าที่ในครอบครัว จึงสามารถปรับตัวทั้งในการทำงาน

และการเรียนได้ดีกว่า และสามารถทุ่มเทชีวิตจิตใจในการทำงานและการเรียนได้ดีกว่านักศึกษาที่มีสถานภาพคู่หรือสมรสแล้ว ซึ่งมีภาระที่ต้องรับผิดชอบ ทั้งการทำงาน การเรียนและครอบครัว จึงทำให้นักศึกษาที่มีสภาพโสดปรับตัวได้ดีกว่าคนที่มีสถานภาพคู่ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของหัตยา มัทยาท (2541 : 102) ที่พบว่า พยาบาลวิชาชีพประจำการที่มีภาระครอบครัว มีความเบื่อหน่ายมากกว่าพยาบาลวิชาชีพประจำการที่ไม่มีภาระครอบครัว และสอดคล้องกับการศึกษาของอรุณ ปรีดีดิลก (2524 : 28-31) ที่พบว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการไม่มาเรียนและการปรับตัวในการเรียนของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) คือ การมีภาระรับผิดชอบต่อครอบครัว ซึ่งนอกจากนักศึกษาที่มีสถานภาพสมรสจะมีภาระรับผิดชอบต่อครอบครัวแล้ว ยังต้องมีภาระหน้าที่จากการทำงานประจำอีกด้วย

1.7 ผลการศึกษา พบว่า นักศึกษาที่มีหลักสูตรต่างกัน มีการปรับตัวไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 11 ที่ว่า นักศึกษาที่ศึกษาอยู่ในหลักสูตรต่างกัน จะมีการปรับตัวแตกต่างกัน อาจเนื่องมาจาก หลักสูตรที่สถาบันราชภัฏไชยในปัจจุบัน เป็นหลักสูตรที่จัดขึ้นโดยคำนึงถึงความต้องการของผู้เรียนและตลาดแรงงานเป็นสำคัญ เพื่อให้สอดคล้องกับอาชีพในปัจจุบัน ทำให้ผู้เรียนสามารถเลือกเรียนได้ตามความต้องการมากยิ่งขึ้น และยังทุ่มเทความสามารถในการศึกษาหาความรู้ ผักผ่อนทักษะต่าง ๆ พยายามปรับตัวในทุก ๆ ด้าน เพื่อคงอยู่ในสถาบันจนสำเร็จการศึกษาตามหลักสูตรที่กำหนดไว้ได้ ซึ่งไม่สอดคล้องกับการศึกษาของพิสมัย บัวอุไร (2542 : 95) ที่พบว่า นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏบุรีรัมย์ ที่มีหลักสูตรต่างกัน นักศึกษามีปัญหาในการเรียนแตกต่างกัน เพราะผู้เรียนขาดความเข้าใจที่ชัดเจนเกี่ยวกับหลักสูตรที่ตนเองเรียน

1.8 ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่ศึกษาอยู่ในคณะวิชาต่างกัน มีการปรับตัวแตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 13 ที่ว่า นักศึกษาที่ศึกษาอยู่ในคณะวิชาต่างกัน จะมีการปรับตัวแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 อาจเนื่องมาจาก นักศึกษาที่ศึกษาอยู่ในคณะวิชาครุศาสตร์ มั่นใจในวิชาชีพครู อีกทั้งสถาบันราชภัฏพระนครได้กำหนดทิศทาง และแผนหลักในการปฏิรูปการฝึกหัดครู มุ่งให้วิชาชีพครูเป็นวิชาชีพชั้นสูง ฟื้นฟูความเชื่อมั่นของนักศึกษา และสร้างจิตสำนึกของความเป็นครู พัฒนาความสามารถทั้งทางวิชาชีพครู และวิชาการให้ได้มาตรฐาน และยกฐานะวิชาชีพครูให้สูงขึ้น จึงทำให้นักศึกษาคณะวิชาครุศาสตร์ปรับตัวได้ดีกว่านักศึกษาที่ศึกษาอยู่ในคณะวิชาวิทยาการจัดการ อาจเนื่องมาจากคณะวิชาวิทยาการจัดการมีจำนวนนักศึกษาต่อกลุ่มมากเกินไป ไม่เหมาะสม จึงทำให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ตามมา เช่น แก้อัไม่เพียงพอ ห้องเรียนไม่สะอาด เสียงดัง และนักศึกษาไม่มีโอกาสร่วมกิจกรรมในชั้นเรียนได้อย่างเต็มที่ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของพิสมัย บัวอุไร (2542 : 89) พบว่า นักศึกษาในโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคคลทั่วไป คณะวิทยาการจัดการทั่วไป ระดับปริญญาตรี สถาบันราชภัฏบุรีรัมย์ มีปัญหาด้านการเรียน 6 ด้าน คือ ด้านหลักสูตร ด้านวิธีการจัดการเรียนการสอน ด้านผู้เรียน ด้านผู้สอน ด้านการวัดผลและประเมินผล และด้านสื่อการเรียนการสอน และ

สิ่งอำนวยความสะดวกบ้างเล็กน้อย และสอดคล้อง กับการศึกษาของจรรยาพร กาญจนโชติ (2536 : 124) ที่พบว่า นิสิตที่ศึกษาอยู่ในคณะวิชาต่างกันมีการปรับตัวแตกต่างกัน

1.9 ผลการศึกษา พบว่า นักศึกษาที่มีการสนับสนุนทางสังคมต่างกัน มีการปรับตัวแตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 15 ที่ว่า นักศึกษาที่มีการสนับสนุนทางสังคมต่างกัน มีการปรับตัวแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 อาจเนื่องมาจาก นักศึกษาที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมมาก ถึงแม้ว่าจะต้องรับผิดชอบด้านการทำงานและการเรียน แต่เมื่อได้รับความห่วงใย กำลังใจจากเพื่อนและครอบครัว แล้วส่งผลให้นักศึกษาสามารถปรับตัวได้ดี ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของแมสแลส (หัตยา มัทยา. 2541 : 104 ; อ้างอิงจาก Maslach. 1986. *Burnout the Profession : Coping Strategies, Causes and Costs*. p. 106-111) ที่พบว่า การสนับสนุนทางสังคม มีบทบาทสำคัญที่ทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกสำเร็จในการทำงาน ซึ่งช่วยลดความเครียดและความเหนื่อยง่ายต่อการเรียนและการทำงานได้ ดังนั้นนักศึกษาที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมมาก จึงมีการปรับตัวได้ดีกว่านักศึกษาที่ได้รับการสนับสนุนปานกลางและน้อย

2. สุขภาพจิต

2.1 ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กส.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร มีสุขภาพจิตอยู่ในระดับปกติ อาจเนื่องมาจากนักศึกษาส่วนใหญ่อยู่ในวัยผู้ใหญ่หรือวัยทำงาน เมื่อได้เข้ามาศึกษาในสถาบันราชภัฏพระนคร ได้พบกับเพื่อนในวัยใกล้เคียงกัน ได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับเพื่อนร่วมชั้น ไม่ว่าจะเป็นเรื่องการทำงาน การเรียน และเรื่องส่วนตัว ทำให้เกิดความไว้วางใจซึ่งกันและกัน ดังนั้นการมีสุขภาพทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคมดี จึงส่งผลให้สุขภาพจิตของนักศึกษาอยู่ในระดับดีตามมาด้วย ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของจรรยาพร กาญจนโชติ (2536 : 125) ที่พบว่า นิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ภาควิชา มีระดับสุขภาพจิตปกติ และสอดคล้องกับการศึกษาของวรารัตนา แสงวิภาค (2542 : 100) ที่พบว่า สุขภาพจิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาในเขตเทศบาลเมือง จังหวัดชัยภูมิ อยู่ในระดับปกติเป็นจำนวนมาก

✓ 2.2 ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่มีเพศต่างกัน มีสุขภาพจิตไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 2 ที่ว่า นักศึกษาที่มีเพศต่างกัน มีสุขภาพจิตแตกต่างกัน อาจเนื่องมาจาก นักศึกษาชายและนักศึกษาหญิงอยู่ในวัยใกล้เคียงกัน มีระดับความรู้พื้นฐาน และอาชีพใกล้เคียงกัน มีการเข้าร่วมกิจกรรมด้านการเรียนร่วมกัน จึงทำให้นักศึกษาชายและนักศึกษาหญิง เกิดความภาคภูมิใจ รู้สึกว่าตนมีคุณค่า จึงส่งผลต่อสุขภาพจิตให้ดีขึ้นตามมาด้วย ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของวรารัตนา แสงวิภาค (2542 : 99) ที่พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาในเทศบาลเมืองชัยภูมิ ที่มีเพศต่างกัน มีสุขภาพจิตไม่แตกต่างกัน และสอดคล้องกับการศึกษาของสงศรี จัยสิน (2528 : 247-257) ที่พบว่า สุขภาพจิตของประชาชนจังหวัดชลบุรี ที่มีอายุ 15 ปีขึ้นไป ที่มีเพศแตกต่างกัน มีสุขภาพจิตและความเครียดไม่แตกต่างกัน และ

สอดคล้องกับการศึกษาของสุวรรณ อติชัยมนตรี (2542 : 68) ที่พบว่า บุคลากรฝ่ายการพยาบาลที่มีเพศต่างกัน สุขภาพจิตไม่แตกต่างกัน

2.3 ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่มีอายุต่างกัน มีสุขภาพจิตไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 4 ที่ว่า นักศึกษาที่มีอายุต่างกัน มีสุขภาพจิตแตกต่างกัน อาจเนื่องมาจากนักศึกษาส่วนใหญ่บรรลุนิติภาวะแล้ว และอยู่ในวัยผู้ใหญ่ มีระดับอายุใกล้เคียงกัน มีการมองโลกและชีวิตอย่างกว้างไกล ครอบคลุม และลึกซึ้ง มีวุฒิภาวะมากขึ้น จึงมีความพึงพอใจในความสำเร็จของตนมีความสุขในการทำงานและการเรียน สามารถแสดงความคิดเห็นได้อย่างถูกต้อง โดยใช้เหตุผลและประสบการณ์ของตนเอง ด้วยความมั่นใจ จึงทำให้นักศึกษาที่มีอายุต่างกัน มีสุขภาพจิตไม่แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของหทัยา มัทยาท (2541 : 101) ที่พบว่า พยาบาลประจำการทุกกลุ่มอายุมีความเบื่อหน่ายต่อการทำงาน แต่แต่ละด้านไม่แตกต่างกัน แต่ไม่สอดคล้องกับการศึกษาของชโรทัย บัญญัติ (2540 : 90) ที่พบว่า ปัญหาการเรียนของนักศึกษาผู้ใหญ่วัยกลางคน และสูงอายุในหลักสูตรการศึกษานอกโรงเรียนสายสามัญวิธีเรียนทางไกล จังหวัดกำแพงเพชร ที่นักศึกษามีอายุต่างกัน มีปัญหาในการเรียนแตกต่างกัน

2.4 ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่มีอาชีพแตกต่างกัน มีสุขภาพจิตไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 6 ที่ว่า นักศึกษาที่มีอาชีพแตกต่างกัน มีสุขภาพจิตแตกต่างกัน อาจเนื่องมาจาก นักศึกษาที่ปฏิบัติงานในสังกัดหน่วยงานราชการ หรือรัฐวิสาหกิจ และหน่วยงานอื่น ๆ ก็ตาม ต้องมีการต้องรับผิดชอบต่อการปฏิบัติงานเหมือนกันทุกคน เพราะนักศึกษาส่วนใหญ่อยู่ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น เพื่อแสวงหาความเหมาะสมกับความถนัดและความพอใจของตน ดังนั้นนักศึกษามีอาชีพแตกต่างกัน จึงมีความเข้าใจซึ่งกันและกัน และพร้อมที่จะส่งเสริมกันและกันให้มีความเจริญรุ่งเรืองในอาชีพการงาน จึงทำให้มีสุขภาพจิตไม่แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับ พรรณภา ชีวรัฐพัฒน์ (2532 : 130) ที่พบว่า ผู้ป่วยวัณโรคที่ได้รับการตรวจและรักษาในศูนย์วัณโรคเขต 12 จังหวัดยะลา ที่มีอาชีพต่างกัน มีระดับสภาวะสุขภาพจิตแตกต่างกัน แต่ไม่สอดคล้องกับชโรทัย บัญญัติ (2540 : 91) ที่พบว่า นักศึกษาผู้ใหญ่วัยกลางคนและผู้สูงอายุที่มีอาชีพต่างกัน มีปัญหาทางด้านการเรียนแตกต่างกัน

2.5 ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่มีรายได้ต่างกัน มีสุขภาพจิตไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 8 ที่ว่า นักศึกษาที่มีรายได้ต่างกัน มีสุขภาพจิตแตกต่างกัน อาจเนื่องมาจาก นักศึกษาที่อยู่ในวัยผู้ใหญ่ หรือวัยทำงาน นักศึกษาส่วนใหญ่ มีรายได้เป็นของตนเอง อีกทั้งสถาบันราชภัฏพระนครเป็นสถาบันของรัฐบาล ค่าใช้จ่ายในการลงทะเบียนจึงไม่สูงมากนัก และผู้วิจัยเคยศึกษาอยู่ในสถาบันราชภัฏพระนคร ซึ่งอาจารย์จะจัดให้ทำงานเป็นกลุ่ม จึงเป็นการลดค่าใช้จ่ายได้พอสมควร อีกทั้งนักศึกษาต้องจัดการกับรายได้ของตนให้พอเพียงต่อค่าครองชีพของตน และนักศึกษาทุกคนมุ่งมั่นการศึกษาค้นคว้าเพื่อพัฒนาตนเป็นหลักทั้งในด้านการเรียนและการทำงาน จึงไม่คำนึงว่าฐานะเศรษฐกิจของตนและผู้อื่นเป็นเช่นไร จึงทำให้นักศึกษาที่มีอาชีพแตกต่างกันมีสุขภาพจิตไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับการศึกษาของพัชร

ศรีสังข์ (2535 : 110) ที่พบว่า บุคลากรทางการพยาบาลที่มีรายได้ต่างกัน จะมีสุขภาพจิตแตกต่างกัน

2.6 ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่มีสถานภาพสมรสต่างกัน มีสุขภาพจิตแตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 10 ที่ว่า นักศึกษาที่มีสถานภาพสมรสต่างกัน มีสุขภาพจิตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 อาจเนื่องมาจาก นักศึกษาที่มีสถานภาพโสด ไม่ต้องรับผิดชอบภาระหน้าที่ในครอบครัว มีเวลาให้กับตนเองมากกว่านักศึกษาที่มีสถานภาพสมรสคู่ที่จะต้องมีการรับผิดชอบ ทั้งการทำงาน ครอบครัวและการเรียน จึงส่งผลให้นักศึกษาที่มีสถานภาพโสดมีสุขภาพจิตดีกว่านักศึกษาที่มีสถานภาพสมรสคู่ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของจารุวรรณ ศรีสว่าง (2542 : 70) ที่พบว่า ครูที่มีสถานภาพโสด มีสุขภาพจิตดีกว่าครูที่มีสถานภาพคู่ แต่ไม่สอดคล้องกับการศึกษาของพัชร ศรีสังข์ (2535 : 109) ที่พบว่า บุคลากรทางการพยาบาลที่มีสถานภาพสมรสต่างกัน มีสุขภาพจิตไม่แตกต่างกัน

2.7 ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่ศึกษาอยู่ในหลักสูตรต่างกัน มีสุขภาพจิตไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 12 ที่ว่า นักศึกษาที่ศึกษาอยู่ในหลักสูตรต่างกัน จะมีสุขภาพจิตแตกต่างกัน อาจเนื่องมาจากในปัจจุบันหลักสูตรที่สถาบันราชภัฏพระนครใช้อยู่เป็นหลักสูตรที่จัดขึ้นโดยคำนึงถึงความต้องการของผู้เรียน และตลาดแรงงานเป็นสำคัญ เพื่อให้สอดคล้องกับอาชีพและสภาพการณ์ในปัจจุบัน ทำให้ผู้เรียนสามารถเลือกเรียนหลักสูตรต่างๆ ได้ตามความเหมาะสมของตน เช่น หลักสูตรอนุปริญญา, ปริญญาตรี 2 ปี (หลังอนุปริญญา) และปริญญาตรี 4 ปี อีกทั้งไม่ต้องเสียเวลาในการทำงาน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของเสาวนีย์ เลวลีย์ (2536 : 44-46) ที่พบว่า หลักสูตรต้องมีความสอดคล้องกับสภาพความต้องการของสังคม มีความยืดหยุ่นตามความสนใจ ตามความต้องการ และความถนัดของผู้เรียน ยืดหยุ่นตามสภาพท้องถิ่น และสถานภาพของสถานศึกษา จึงทำให้นักศึกษาที่ศึกษาอยู่ในหลักสูตรต่างกัน มีสุขภาพจิตไม่แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของทอลซ์ (อุ้นดา นพคุณ. 2527 : 16 ; อ้างอิงจาก Tough. 1971. *The adult's learning projects*. p. 135) ที่พบว่า การเรียนรู้ของวัยผู้ใหญ่เกิดจากการเรียนรู้ด้วยตนเอง เป็นการเรียนนอกระบบโรงเรียน ผู้เรียนส่วนใหญ่ไม่ได้เรียนเพื่อเครดิตหรือวุฒิบัตร แต่ส่วนมากจะเป็นการศึกษาเพื่อให้บรรลุถึงความเพียบพร้อมสมบูรณ์ของชีวิต

2.8 ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่มีคณะวิชาต่างกัน มีสุขภาพจิตไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 10 ที่ว่า นักศึกษาที่ศึกษาอยู่ในคณะวิชาต่างกัน จะมีสุขภาพจิตแตกต่างกัน อาจเนื่องมาจากทุกคณะวิชาที่ทางสถาบันราชภัฏพระนครได้เปิดสอนมีเจตนารมณ์ และจุดมุ่งหมายหลักเหมือนกัน คือมุ่งให้ผู้เรียนมีความรู้ ทักษะ และเทคนิคเฉพาะทางสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการประกอบอาชีพในหน่วยงาน หรืออาชีพอิสระได้ มีความคิดสร้างสรรค์ มีนิสัยใฝ่รู้ มีทักษะ และวิจรรณญาณในการแก้ปัญหา ในการทำงาน และการเรียนได้อย่างเหมาะสม จึงส่งผลให้นักศึกษาที่เรียนในคณะวิชาต่างกัน มีสุขภาพจิตไม่แตกต่างกัน ซึ่ง

สอดคล้องกับการศึกษาของจรรยาพร กาญจนโชติ (2536 : 128) ที่พบว่า สุขภาพจิตของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ภาควิชาที่เรียนคณะวิชาต่างกัน มีสุขภาพจิตไม่แตกต่างกัน

2.9 ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่มีการสนับสนุนทางสังคมต่างกัน มีสุขภาพจิตแตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 16 ที่ว่า นักศึกษาที่มีการสนับสนุนทางสังคมต่างกัน มีสุขภาพจิตแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 อาจเนื่องมาจากการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์กับสุขภาพ และพฤติกรรมสุขภาพของมนุษย์ทั้งทางร่างกายและจิตใจ ทำให้นักศึกษาเชื่อว่าตนได้รับความรัก ความเอาใจใส่ ยกย่อง และเห็นคุณค่าจากเพื่อน ครอบครัว และผู้บริหาร ดังนั้นจึงรู้สึกว่าเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัว สถานที่ทำงาน และสถานศึกษา จึงส่งผลให้มีสุขภาพจิตดีกว่าผู้ที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมปานกลางและน้อย ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของไฉไล ไชยเสรี (2539 : 114-115) ที่พบว่า ผู้สูงอายุที่มีการสนับสนุนทางสังคมสูง มีสุขภาพจิตดี ผู้สูงอายุที่มีการสนับสนุนทางสังคมต่ำ มีสุขภาพจิตไม่ดี และไม่สอดคล้องกับการศึกษาของหัตยา มัทยาท (2541 : 104) ที่พบว่า กลุ่มพยาบาลวิชาชีพประจำการที่มีการสนับสนุนทางสังคมสูง มีความเหนื่อยหน่ายด้านความสำเร็จส่วนบุคคลสูงกว่ากลุ่มที่มีการสนับสนุนทางสังคมต่ำและธรรมดา

3. ผลการศึกษาพบว่า การปรับตัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาพจิต ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 17 ที่ว่า การปรับตัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาพจิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 อาจเนื่องมาจากนักศึกษาส่วนใหญ่อยู่ในวัยผู้ใหญ่หรือวัยทำงานต้องประกอบอาชีพ มีหน้าที่รับผิดชอบมากขึ้น จึงต้องปรับตัวและส่งเสริมสุขภาพร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม ของตนให้ดีที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของนิภา นิธยาน (2530 : 151) ที่พบว่า ความสำเร็จในการปรับตัวย่อมยังส่งผลให้เกิดสุขภาพจิตที่ดี และมีสภาพชีวิตที่เป็นสุข จึงส่งผลให้การปรับตัวมีความสัมพันธ์กับสุขภาพจิต ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของฮิลการ์ด (จรรยาพร กาญจนโชติ. 2536 : 129 ; อ้างอิงจาก Higard. 1962. *Introduction to Psychology*. p. 549) ที่พบว่า ผู้ที่สามารถปรับตัวต่อสภาพแวดล้อมด้วยตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ จะเป็นผู้ที่มีสุขภาพจิตดี และสอดคล้องกับการศึกษาของอภิวันท์ วงศ์ข้าหลวง (2530 : 62) ที่พบว่า การปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพวิทยาลัยเทคโนโลยีและอาชีวศึกษา มีความสัมพันธ์กันและสอดคล้องกับการศึกษาของจรรยาพร กาญจนโชติ (2536 : 129) ที่พบว่า การปรับตัวและสุขภาพจิตของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ภาควิชาที่เรียนคณะวิชาต่างกัน มีความสัมพันธ์กันทางบวก

ข้อเสนอแนะ

จากผลการศึกษาที่พบว่า การปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร มีการปรับตัวและสุขภาพจิตอยู่ในระดับปกติ เพื่อเป็นการป้องกันและส่งเสริมการปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษาที่อยู่ในระดับปกติอยู่แล้วให้ดียิ่งขึ้น จึงมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. สถาบันราชภัฏพระนคร ควรเห็นถึงความสำคัญของปัญหาการปรับตัวและสุขภาพจิตโดยส่งเสริมสุขภาพจิตของนักศึกษา ให้นักศึกษาได้ร่วมกิจกรรมต่าง ๆ เช่น นันทนาการ กีฬา ดนตรี เพื่อให้นักศึกษาได้รู้สึกผ่อนคลายความตึงเครียดจากการทำงาน และการเรียน
2. สถาบันราชภัฏพระนคร ควรมีการประเมินสภาวะสุขภาพจิต สภาวะความเครียด ความพึงพอใจในการเรียนของนักศึกษาสม่ำเสมอ เพื่อให้ทราบถึงสภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษา สาเหตุที่มีผลต่อสุขภาพจิต ผลกระทบต่อร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และการเรียน เพื่อนำมาเป็นข้อมูลในการปรับปรุงส่งเสริมนักศึกษาให้มีสุขภาพจิตดี ประเทศชาติจะได้มีบุคลากรที่มีประสิทธิภาพและคุณภาพยิ่งขึ้น
3. สถาบันราชภัฏพระนคร ควรเห็นถึงความสำคัญของการจัดสิ่งแวดล้อมในสถาบันราชภัฏพระนครให้ถูกสุขลักษณะ เพื่อเป็นการส่งเสริมการปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษา อาจารย์ และบุคลากรทุกคนที่ปฏิบัติงานอยู่ในสถาบันราชภัฏพระนคร ให้เป็นบุคลากรที่มีคุณภาพยิ่งขึ้น

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

ในการวิจัยครั้งต่อไป ผู้วิจัยเห็นว่าเพื่อให้ทราบการปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษาในสถาบันราชภัฏพระนคร และสถาบันการศึกษาอื่น ๆ ผู้บริหารการศึกษาควรดำเนินการดังต่อไปนี้

1. ควรมีการสำรวจปัญหาการปรับตัวและปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษา แยกตามคณะวิชา เพื่อให้ทราบถึงปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น จะได้หาทางป้องกันและแก้ไขได้อย่างมีประสิทธิภาพ
2. ควรมีการศึกษาถึงปัญหาการปรับตัวและปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษา ของสถาบันราชภัฏอื่น ๆ ได้แก่ สถาบันราชภัฏจันทรเกษม สถาบันราชภัฏสวนสุนันทา สถาบันราชภัฏสวนดุสิต และสถาบันราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา เพื่อนำมาเปรียบเทียบกับกันถึงความแตกต่างของสภาพแวดล้อมที่อาจมีอิทธิพลต่อการปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษาได้
3. ควรศึกษาถึงการปรับตัวและสุขภาพจิตของบุคลากรภายในสถาบันราชภัฏพระนคร เช่น ผู้บริหาร คณาจารย์และนักการภารโรง เพื่อให้ทราบถึงการปรับตัวและสุขภาพจิตของบุคลากรภายในสถาบันราชภัฏพระนคร

4. ควรศึกษาถึงตัวแปรอื่น ๆ เพิ่มเติม ซึ่งอาจเป็นปัจจัยที่มีผลต่อการปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษา เช่น สภาพแวดล้อม ประสบการณ์ในการทำงาน ภูมิลำเนาเดิม และระดับการศึกษาก่อนเข้ารับการศึกษ เป็นต้น

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กมลรัตน์ หล้าสูงษ์. (2524). *สุขภาพจิตในโรงเรียน*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์พิมพ์นามกฏ
ราชวิทยาลัย.
- กระทรวงสาธารณสุข กรมการแพทย์. (2525). *คู่มือการฝึกอบรมความรู้สุขภาพจิตสำหรับ
เจ้าหน้าที่สาธารณสุข*. นนทบุรี: กรมการแพทย์ กระทรวงฯ.
- _____. (2529). *การประชุมวิชาการจิตเวชครั้งที่ 5*. นนทบุรี: กรมการแพทย์ กระทรวงฯ.
- _____. (2535). *ความรู้เรื่องสุขภาพจิตเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต*. พิมพ์ครั้งที่ 2.
กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์การศาสนา.
- กระทรวงสาธารณสุข กรมสุขภาพจิต. (2537). *สรุปรายงานวิเคราะห์นิยามความหมาย
สุขภาพจิตและองค์ประกอบของสุขภาพจิต จากสัมมนาการจัดตั้งองค์ประสาน
เครือข่ายและการนิยามความหมายสุขภาพจิต ระหว่างวันที่ 22 – 23 กันยายน
2537 ณ โรงแรมหลุยส์เทเวร์น กรุงเทพฯ. นนทบุรี : กรมสุขภาพจิต กระทรวงฯ.*
- _____. (ม.ป.ป.). *แผนพัฒนาสุขภาพจิต ตามแผนพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ
ฉบับที่ 8 (พ.ศ. 2540 – 2544) ด้านสาธารณสุข*. นนทบุรี : กรมสุขภาพจิต
กระทรวงฯ.
- กันยา สุวรรณแสง. (2536). *บุคลิกภาพและการปรับตัว*. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ :
โรงพิมพ์อักษรพิทยา.
- ชนิษฐา ชื่นนิยม. (2540). *การปรับตัวทางสังคมของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาล
บรมราชชนนี ศรีธัญญา*. ปริญญาโท กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ:
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- จรรยาพร กาญจนโชติ. (2536). *การปรับตัวและสุขภาพจิตของนิสิตมหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ ภาคใต้*. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ :
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- จารุวรรณ ศรีสว่าง. (2542). *ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิตของครู ระดับมัธยมศึกษา
โรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดสมุทรสาคร*. ปริญญานิพนธ์
กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- จิตรา วสุวานิช. (2528). *สุขภาพจิตและการปรับอารมณ์*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์
ป.สัมพันธ์พานิชย์.

- จิราภรณ์ เอ็มเอี่ยม. (2536). ความสัมพันธ์ระหว่างการปรับตัวทางสังคมกับสุขภาพจิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดเชียงใหม่. ปรินทิพนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยนเรศวร. ถ่ายเอกสาร.
- จีระ หงส์ลดารมภ์. (2531 , 2532, ตุลาคม – มกราคม). “การศึกษา : ยุทธวิธีการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์เพื่อการพัฒนาประเทศ,” ใน การศึกษาแห่งชาติ. 23(3) : 118 – 124.
- ไฉไล ไชยเสวี. (2539). ความสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธภาพในครอบครัว การมีส่วนร่วมในสังคม ความพึงพอใจในชีวิต ความวิตกกังวลในสภาพการสูงอายุ และการสนับสนุนทางสังคมกับสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ ในชมรมผู้สูงอายุ โรงพยาบาลตำรวจ. ปรินทิพนิพนธ์ กศ.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- ชาติชาย หมั่นสมักร. (2542). การปรับตัวของนักศึกษาโครงการสมทบพิเศษ คณะวิทยาศาสตร์ สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง. ปรินทิพนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- ชูศรี วงศ์รัตนะ. (2541). เทคนิคการใช้สถิติเพื่อการวิจัย. พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพฯ: ศูนย์หนังสือจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ชโรทัย บัญติ. (2540). ปัญหาในการเรียนของนักศึกษาผู้ใหญ่วัยกลางคน และสูงอายุในหลักสูตรการศึกษานอกโรงเรียนสายสามัญ วิธีเรียนทางไกล จังหวัดกำแพงเพชร. ปรินทิพนิพนธ์ กศ.ม. (การศึกษาผู้ใหญ่). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- ณัฐพล แนวจำปา. (2540). การปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยมหิดล. ปรินทิพนิพนธ์ กศ.ม. (อุดมศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- ดวงแข วิทยาสุนทรวงศ์. (2541). ผลของกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนคร จังหวัดตรัง. ปรินทิพนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- ดารณี ประคองศิลป์. (2530). การศึกษาการปรับตัวของนักศึกษาแพทย์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.

- ทองคุณ หงษ์พันธ์. (2524). *ทัศนพื้นฐานและปัจจัยการเพิ่มแรงจูงใจในการเรียนของ นักศึกษาวิทยาลัยครูบุรีรัมย์*. รายงานวิจัย. บุรีรัมย์ : ถ่ายเอกสาร.
- ทิพย์สุดา จงใจ. (2541). *การศึกษาปัญหาในการเรียนของนักศึกษาวิชาชีพหลักสูตรระยะสั้น ในวิทยาลัยสารพัดช่าง สาขามขมชนเมืองใหม่ สมุทรปราการ*. สารนิพนธ์ กศ.ม.(การศึกษาผู้ใหญ่). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- ธนา นิลชัยโกวิท และคนอื่น ๆ (2539). *ความเชื่อถือได้และความแม่นยำของ General Health Questionnaire ฉบับภาษาไทย*. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี.
- นวลจันทร์ เพิ่มพูนรัตนกุล. (2540). *ความคาดหวังของผู้เรียนต่อโครงการยกระดับความรู้ พื้นฐานสำหรับกำนัน ผู้ใหญ่บ้าน และผู้นำท้องถิ่น ในจังหวัดสุพรรณบุรี*. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (การศึกษาผู้ใหญ่). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- นิภา นิชยายน. (2530). *การปรับตัวและบุคลิกภาพจิตวิทยาเพื่อการศึกษา*. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.
- นิรมล แก้วมีศรี. (2537). *ปัจจัยที่สัมพันธ์กับสุขภาพจิตของบุคลากรทางการแพทย์ สอนสราญรมย์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี*. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- บุญชม ศรีสะอาด. (2535). *การวิจัยเบื้องต้น*. มหาสารคาม : ภาควิชาพื้นฐานการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มหาสารคาม.
- บุญเยี่ยม ตระกูลวงศ์. (2536). “รูปแบบพฤติกรรมสุขภาพ,” ใน *สุขศึกษาและ ประชาสัมพันธ์กับการพัฒนาสาธารณสุขเพื่อบรรลุสุขภาพดีถ้วนหน้า*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.
- ประภาเพ็ญ สุวรรณ. (2537). *การวัดสถานะทางสุขภาพ : การสร้างมาตราส่วนประมาณค่า และแบบสอบถาม*. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ภาพพิมพ์
- ปาลชาติ ชาวโพธิ์หลวง. (2543). *ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความเครียดและวิธีเผชิญ ความเครียดในการปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่ตำรวจจราจรชั้นประทวน กองบังคับการ ตำรวจจราจร*. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- ปิยะนุช ปัญญาธิระ. (2542). *พฤติกรรมสุขภาพและภาวะการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด ของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลิน โรงพยาบาลราชบุรี*. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.

- ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. (2530). *สุขภาพจิตเบื้องต้น*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์บัณฑิตการพิมพ์.
- พรรณรัฐ ชีวรัฐพัฒน์. (2532). *สุขภาพจิตของผู้ป่วยโรคที่เข้ารับการตรวจและรักษาใน ศูนย์โรคเขต 12 จังหวัดยะลา*. ปรินูญานิพนธ์ กศ.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- พวงรัตน์ ทวีรัตน์. (2540). *วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์*. พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพฯ : สำนักงานทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา มหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- พัชรี ศรีสังข์. (2535). *สุขภาพจิตของบุคลากรทางการแพทย์ในโรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์*. ปรินูญานิพนธ์ กศ.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- พิสมัย บัวไร่. (2542). *ปัญหาการเรียนของนักศึกษาในโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคคลทั่วไป โปรแกรมวิชาการจัดการทั่วไประดับปริญญาตรี สถาบันราชภัฏบุรีรัมย์*. ปรินูญานิพนธ์ กศ.ม. (ธุรกิจศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- ไพศาล หวังพานิช. (2531). *วิธีการวิจัย*. กรุงเทพฯ : ม.ป.พ.
- รัตนา พุ่มไพศาล. (2521). *การศึกษาผู้ใหญ่ในสหรัฐอเมริกา*. กรุงเทพฯ : ห้องภาพสุพรรณ. ถ่ายเอกสาร.
- ยรรยง ผิวอ่อน. (2535). *ผลของการให้คำปรึกษาแบบไม่นำทางที่มีการปรับตัวกับเพื่อนของ นิสิตชั้นปีที่ 1 โครงการเพชรในตม มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร*. ปรินูญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- เยาวนาฏ ผลิตนนท์เกียรติ. (2534). “พ่อแม่กับสุขภาพจิตเด็ก 14,” ใน *เด็กไทยวันพรุ่งนี้*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์การศาสนา.
- วัลลภา เทพหัสดิน ณ อยุธยา. (2536). *งานบุคลากรนิสิตนักศึกษา*. กรุงเทพฯ : ภาควิชา อุดมศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วารุณี แจ่มกระจาย. (2540). *การปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาล เกื้อการุณย์ สำนักการแพทย์ กรุงเทพมหานคร*. ปรินูญานิพนธ์ กศ.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- วิเชียร เกตุสิงห์. (2538, กุมภาพันธ์-มีนาคม). “คำเฉลี่ยกับการแปลความหมาย : เรื่องง่าย ๆ ที่บางครั้งก็พลาดได้,” *ข่าวสารการวิจัยการศึกษา*. 18(3) : 8-11.

- ศรวาดิ ดันธรรมจาริก. (2541). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะสุขภาพจิตของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่รักษาด้วยเครื่องไตเทียมในโรงพยาบาลของรัฐ เขตกรุงเทพมหานคร. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2522). จิตวิทยาฝ่ายภาษา. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แพรวพิทยา.
- ศุภชัย ยาวะประภาษ. (2524, 4 มิถุนายน). “ความเครียดของนักบริหาร : ปัญหาและทางออก,” ใน สังคมศาสตร์. 29(2).
- สงศรี จัยสิน. (2528, เมษายน). สุขภาพจิตของประชาชน จังหวัดชลบุรี. 4 : 247-259.
- สถาบันราชภัฏพระนคร สำนักส่งเสริมวิชาการ. (2542). คู่มือนักศึกษาสถาบันราชภัฏพระนคร. กรุงเทพฯ : สำนักส่งเสริมวิชาการ สถาบันฯ.
- สถาบันราชภัฏพระนคร สำนักงานแผนและพัฒนา. (2542). สถิติจำนวนนักศึกษาสถาบันราชภัฏพระนคร. กรุงเทพฯ : สำนักงานแผนและพัฒนา สถาบันฯ.
- สถาบันราชภัฏพระนคร. (2541). รายงานประจำปี พ.ศ.2540 สถาบันราชภัฏพระนคร. กรุงเทพฯ : สถาบันฯ.
- สมจิตร หนูเจริญกุล. (2531). ผลของการให้ความรู้และสนับสนุนการดูแลตนเองต่อคุณภาพชีวิตในผู้ป่วยมะเร็งที่ได้รับการรังสีรักษา. วิทยานิพนธ์ดุษฎีบัณฑิต : Wagne state university.
- สมประสงค์ โอวาทกา และ ฉวีวรรณ สัตยธรรม. (2539). การพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต. นนทบุรี : โรงพิมพ์ยุทธินทร์.
- สิริชัย ประทีปฉาย. (2533). การพัฒนาบุคลากรและการปรับตัว. จันทบุรี : วิทยาลัยรำไพพรรณี.
- สุจินต์ ปรีชามารถ. (2535). สุขภาพจิตเบื้องต้น. กรุงเทพฯ : ภาควิชาสุขศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- สุชา จันทรเอม. (2527). สุขภาพจิต. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ : อักษรบัณฑิต.
- สุณี รักษาเกียรติศักดิ์. (2539). การวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติด้วย SPSS. กรุงเทพฯ : สำนักงานคอมพิวเตอร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- สุรี นาคนิม. (2526). ปัญหาความต้องการของนักศึกษาผู้ใหญ่สายอาชีพหลักสูตรระยะสั้นของศูนย์การศึกษานอกโรงเรียน จังหวัด เขตการศึกษา 2. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (การศึกษาผู้ใหญ่). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- สุโท เจริญสุข. (2520). สุขภาพจิตเบื้องต้น. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.

- สุวรรณ อติชัยมนตรี. (2542). *สุขภาพจิตของบุคลากรฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาล ศรีธัญญา*. ปริญญาโท กศ.ม.(สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- เสาวนีย์ เลวลีย์. (2536). *การพัฒนาหลักสูตรการศึกษาผู้ใหญ่ และการศึกษานอกระบบ โรงเรียน*. กรุงเทพฯ : ภาควิชาการศึกษาผู้ใหญ่ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- เสาวลักษณ์ พิพัฒนาเวชกิจ. (2539). *ความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคมของ ครอบครัว และการดูแลตนเองของผู้ป่วยจิตเวช*. ปริญญาโท กศ.ม.(สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2537). *สถิติรายได้ประชากรทั่วประเทศ*. กรุงเทพฯ : สำนัก นายกรัฐมนตรี.
- สำนักงานสภาพัฒนาการศษ. (2542). *กศ.บป. กับการพัฒนาคนทำงาน*. กรุงเทพฯ : สิริวัฒนาอินเตอร์พริ้น.
- หัตยา มัทยาท (2541). *ปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยการทำงาน และปัจจัยทางจิตใจ ที่เกี่ยวกับ ความเหนื่อยหน่ายของพยาบาลวิชาชีพประจำการในโรงพยาบาลศูนย์ภาคตะวันออกเฉียง*. ปริญญาโท กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- หทัยทิพย์ คอรัสภา. (2525). *สุขภาพจิตของครูแนะแนวโรงเรียนมัธยมศึกษาในเขต กรุงเทพมหานคร*. ปริญญาโท กศ.ม.(จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- อรพินท์ ชูชม และ อัจฉรา สุขารมณ. (2532). *รายงานการวิจัยเรื่ององค์ประกอบที่สัมพันธ์ กับการปรับตัวของนักเรียนวัยรุ่น*. กรุงเทพฯ : สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- อรุณ ปรีดีดิถก. (2524). *รายงานการวิจัยที่มีผลต่อการไม่มาเรียนของนักศึกษาและ บุคลากรประจำการ*. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์อักษรไทย.
- อภิวันท์ วงศ์ข้าหลวง. (2530). *ความสัมพันธ์ระหว่างปัญหาการปรับตัวและสุขภาพจิตของ นักศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ วิทยาลัยเทคโนโลยีและอาชีวศึกษา*. วิทยานิพนธ์ ค.ม.(จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- อาภา จันทรสกุล. (2535). *ทฤษฎีและวิธีการให้คำปรึกษาในโรงเรียน*. กรุงเทพฯ : คณะ ศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

- อุทุมพร ทองอุไทย. (2533, ตุลาคม) “ความมุ่งหวังในการศึกษาต่อระดับ
อุดมศึกษา,” ใน *วารสารวิจัยทางการศึกษา*. 10 : 63-74.
- อุ๋นตา นพคุณ. (2527). *การเรียนรู้การสอนเพื่อพัฒนาทรัพยากรมนุษย์*. กรุงเทพฯ :
โรงพิมพ์กรุงสยามการพิมพ์.
- อุบล ทัศนโกวิท. (2531). *การเปรียบเทียบสถานที่เป็นจริงและสภาพที่คาดหวังเกี่ยวกับการ
พบกลุ่มของนักศึกษาผู้ใหญ่แบบเบ็ดเสร็จ ระดับ ที่ 3 - 4 ทางวิทยุและไปรษณีย์ ใน
เขตการศึกษานอกโรงเรียน ภาคกลาง*. ปริญญาโท กศ.ม. (การศึกษาผู้ใหญ่).
กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
ถ่ายเอกสาร.
- Berkman, L.F. & Syme, L. (1979, February). “Social network, host resistance, and
mortality : a nine year follow – up study of alameda county resident,” *American
Journal of Epidemiology*. 109 : 186 – 203.
- Bernard, Harold W. (1970). *Mental health in classroom*. New York : Mc Graw – Hill.
- Cobb, S. (1976, September – October). “Social support and moderate of life stress,”
Psychosomatic Medicine. 38 : 300 – 314.
- Cohen, S & Wills, T.A. (1985, February). “Stress, social support and the buffering
hypothesis,” *Psychological Bulletin*. 98 : 310 – 357.
- English, Spurgeon & Pearson, Gerald H.J. (1963). *Emotion problems of living*.
New York : W.W. Norton.
- Glasser, William. (1985). *Mental health or mental illness*. New York : Harper and
Row inc.
- Goldberg, D.P. & Williams P.A. (1988). *User guide to the general health questionnaire*.
Berkshire : NFER-Nelson.
- Gottlieb, B.H. (1985). “Social network and social support : An overview of research,
practice, and policy implications,” *Health Education Quarterly*. 12(1) : 5 – 22.
- Hare and others. (1988). “Predictor of burnout in professional and paraprofessional
nurses working in hospitals and nursing home,” *International Journal of
Nursing Study*. 25 : 105 – 115.
- Holmstrom, R., Jussila, L. and others. (1987). “Assessment of mental health and
illness, considered in the light of a 1 – 3 year longitudinal study,” (Mental
health of the Finnish student, follow up report III). *Acta Psychiatrica Scandina*.
(Suppl) 333 : 1 – 202.

- Kaczmarek and others. (1990). "Assessment of College Adjustment in Three Freshmen group," *Psychological Report*. 66 : 1195 – 1202.
- Luo – Lo. (1990). "Adaptation to british universities : Home sickness and mental health of chinese student," *Counselling Psychology Quarterly*. 3(6) : 225 –232.
- Mouly, Georgel. (1965). *Psychology for effective teaching*. New York : Holt Rinchart and winston.
- Pender, N.J. (1982). *Health Promotion in Nursing Prattice*. 2 nd ed. Norewalk : Appleton-Century-Crofts.
- Pilisuk, M. (1982, January). "Dilivry of social support : the social inoculation," *American Journal of Orthopsychiatry*. 52 : 20 – 30.
- Thoits, Peggy A. (1982, January). "A conceptual, methodological and theoritical problem in student in studying social support as a buffer against life stress," *Journal of Health and Social Behavior*. 23 : 143 –159.
- Tindall, R.H. (1959). *Relationship among measures of adjustment reading in the psychology of adjustment*. New York : McGraw – Hill.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือในการวิจัย



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ บัณฑิตวิทยาลัย มศว โทร. 258 - 4119, 664 - 1000 ต่อ 5644

ที่ ทม 1012/ ๖๖๖

วันที่ ๖ กรกฎาคม 2543

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน คณบดีคณะศึกษาศาสตร์

เนื่องด้วย นางสาวตรุณรัตน์ ผลสวัสดิ์ นิสิตระดับปริญญาโท วิชาเอกศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง "การปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร" โดยมี รองศาสตราจารย์สุจินต์ ปรีชามารถ และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์วินัส ปัทมภาสพงษ์ เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำวิทยานิพนธ์ ในกรณีนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ รองศาสตราจารย์วิญญา วิศาลาภรณ์ เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบสอบถามการปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ(กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่าน ได้โปรดพิจารณาให้ข้าราชการในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาวตรุณรัตน์ ผลสวัสดิ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษา และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้ด้วย

(ศาสตราจารย์ ดร.เสริมศักดิ์ วิศาลาภรณ์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ บัณฑิตวิทยาลัย มศว โทร. 258 - 4119, 664 - 1000 ต่อ 5644

ที่ ทม 1012/ ๒๕๔๘

วันที่ ๖ กรกฎาคม 2543

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน คณบดีคณะพลศึกษา

เนื่องด้วย นางสาวดรณรัตน์ ผลสวัสดิ์ นิสิตระดับปริญญาโท วิชาเอกศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง "การปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร" โดยมี รองศาสตราจารย์สุจินต์ ปรีชามารถ และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์วินัส ปัทมภาสพงษ์ เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ รองศาสตราจารย์นภาพร มัชฌิมานุกุล และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์วิริยา สุขวงศ์ เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบการปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่าน ได้โปรดพิจารณาให้ข้าราชการในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาวดรณรัตน์ ผลสวัสดิ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษา และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้ด้วย

(ศาสตราจารย์ ดร.เลริมศักดิ์ วิศาลาภรณ์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย



107

ที่ ทม 1012/ 1110

บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๕ กรกฎาคม 2543

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน อธิการบดี สถาบันราชภัฏพระนคร

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม

เนื่องด้วย นางสาวดรณรัตน์ ผลสวัสดิ์ นิสิตระดับปริญญาโท วิชาเอกศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง "การปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร" โดยมี รองศาสตราจารย์สุจินต์ ปริชามารถ และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์วินัส ปัทมภาสพงษ์ เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในกรณีนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ อาจารย์ดุษฎี ศุภวรรณะกุล เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบสอบถามการปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่าน ได้โปรดพิจารณาให้ข้าราชการในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาวดรณรัตน์ ผลสวัสดิ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษา และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(ศาสตราจารย์ ดร.เสริมศักดิ์ วิชาลาภรณ์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 258-4119, 664-1000 ต่อ 5644, 5664

โทรสาร. 258-4119



ที่ ทม 1012/ ๒๒๑

บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๒ กรกฎาคม 2543

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านบัวชุม

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม

เนื่องด้วย นางสาวดรุณรัตน์ ผลสวัสดิ์ นิสิตระดับปริญญาโท วิชาเอกศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง "การปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร" โดยมี รองศาสตราจารย์สุจินต์ ปรีชามารุต และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์วินัส บัณฑิตพงศ์ เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ อาจารย์กรรณิการ์ คุณจันทร์ทิพย์ เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบสอบถามการปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่าน ได้โปรดพิจารณาให้ข้าราชการในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาวดรุณรัตน์ ผลสวัสดิ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษา และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(ศาสตราจารย์ ดร.เสริมศักดิ์ วิศาลาภรณ์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 258-4119, 664-1000 ต่อ 5644, 5664

โทรสาร. 258-4119

ภาคผนวก ข

หนังสือขอความอนุเคราะห์ในการวิจัย

ที่ ทม 1012/ ๐2356



บัณฑิตวิทยาลัย

110

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

13 กรกฎาคม 2543

เรื่อง ขออนุญาตใช้แบบสอบถาม

เรียน ผู้อำนวยการโรงพยาบาลรามาริบัติ

เนื่องด้วย นางสาวดรุณรัตน์ ผลสวัสดิ์ นิสิตระดับปริญญาโท วิชาเอกสุขภาพศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง "การปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร" โดยมี รองศาสตราจารย์สุจินต์ ปริขามารต และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์วินัส ปัทมภาสพงษ์ เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อพัฒนาเครื่องมือการวิจัย โดยขออนุญาตใช้แบบสอบถาม GHQ - 28 (General Health Questionnaire) ของ นายแพทย์ธนา นิลชัยโกวิทย์ ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์รามาริบัติ เพื่อนำไปใช้เก็บข้อมูลกับนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.)

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่าน ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวดรุณรัตน์ ผลสวัสดิ์ ได้ใช้แบบสอบถามดังกล่าว ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษา และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(ศาสตราจารย์ ดร.เสริมศักดิ์ วิชาลาภรณ์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 258-4119, 564-1000 ต่อ 5664, 5644

โทรสาร. 258-4119



111

ที่ ทม 1012/ 2534

บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

1 สิงหาคม 2543

เรื่อง ขอความร่วมมือเพื่อการวิจัย

เรียน อธิการบดีสถาบันราชภัฏจันทรเกษม

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม

เนื่องด้วย นางสาวดรณรัตน์ ผลสวัสดิ์ นิสิตระดับปริญญาโท วิชาเอกสุศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง "การปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษา สำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร" โดยมีรองศาสตราจารย์สุจินต์ ปรีชาमारถ และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์วินัส บัณฑาสพงษ์ เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อพัฒนาเครื่องมือการวิจัย โดยขออนุญาตใช้สถานที่ และขอให้ศึกษาระดับปริญญาตรี สาขาวิชาเอกเทคโนโลยีและนวัตกรรมการศึกษา หมู่เรียน 2(2)/3 และสาขาวิชาเอกจิตวิทยาและการแนะแนว หมู่เรียน 3(2)/2 สาขาวิชาเอกละ 50 คน เป็นกลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามการปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษา สำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร ในระหว่างเดือนสิงหาคม 2543

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่าน ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวดรณรัตน์ ผลสวัสดิ์ ได้เก็บข้อมูลในการทำปริญญานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษา และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(ศาสตราจารย์ ดร.เสริมศักดิ์ วิชาลาภรณ์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 258-4119, 664-1000 ต่อ 5726, 5646

โทรสาร. 258-4119



112

ที่ ทม 1012/ ๒๔๔๔

บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๒๔ สิงหาคม 2543

เรื่อง ขอความร่วมมือเพื่อการวิจัย

เรียน อธิการบดีสถาบันราชภัฏพระนคร

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม

เนื่องด้วย นางสาวดรณรัตน์ ผลสวัสดิ์ นิสิตระดับปริญญาโท วิชาเอกสุศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง "การปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร" โดยมีรองศาสตราจารย์สุจินต์ ปริขามารด และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์วินัส ปัทมภาสพงษ์ เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขออนุญาตใช้สถานที่ และขอให้นักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) ระดับปริญญาตรี รุ่น 23 คณะครุศาสตร์ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ คณะวิทยาการจัดการ และคณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี จำนวน 310 คน ตอบแบบสอบถามการปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร ในระหว่างเดือนสิงหาคม - กันยายน 2543

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่าน ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวดรณรัตน์ ผลสวัสดิ์ ได้เก็บข้อมูลในการทำปริญญานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษา และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(ศาสตราจารย์ ดร.เสริมศักดิ์ วิศาลาภรณ์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 664-1000 ต่อ 5726, 5646 โทรสาร. 258-4119

ภาคผนวก ค

คุณภาพเครื่องมือ

ตาราง 14 ค่าค่าอำนาจจำแนก (r) เป็นรายชื่อของแบบสอบถาม การปรับตัวและการ
สนับสนุนทางสังคม ของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ
(กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร

	แบบสอบถามการปรับตัว	แบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคม
	r	r
1	0.46	0.66
2	0.53	0.66
3	0.45	0.58
4	0.24	0.39
5	0.46	0.51
6	0.47	0.74
7	0.40	0.56
8	0.27	0.33
9	0.34	0.66
10	0.20	0.13
11	0.28	0.68
12	0.30	0.30
13	0.26	0.47
14	0.39	0.32
15	0.29	0.60
16	0.31	0.45
17	0.42	0.42
18	0.29	0.60
19	0.21	0.32
20	0.35	0.49
21	0.23	0.32
22	0.45	0.38
23	0.33	0.24
24	0.21	0.57
25	0.60	0.46
26	0.28	0.57
27	0.29	-
28	0.28	-

ตาราง 14 (ต่อ)

	แบบสอบถามการปรับตัว	แบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคม
	r	r
29	0.47	-
30	0.29	-
31	0.28	-

แบบทดสอบการสนับสนุนทางสังคม มีค่าความเชื่อมั่น (r) = 0.88

แบบทดสอบการปรับตัว มีค่าความเชื่อมั่น (r) = 0.63

แบบทดสอบสุขภาพจิต มีค่าความเชื่อมั่น (r) = 0.86

ตาราง 15 เฉลยแบบสอบถาม การปรับตัวและการสนับสนุนทางสังคม ของนักศึกษา
โครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร
ตามลักษณะคำถามทางบวกและลบ

ข้อ	การปรับตัว	การสนับสนุนทางสังคม
1	+	+
2	+	+
3	+	+
4	+	-
5	-	-
6	-	+
7	-	+
8	+	+
9	-	+
10	+	+
11	-	-
12	-	+
13	+	-
14	-	+
15	-	+
16	-	-
17	-	+
18	-	+
19	+	+
20	-	-
21	+	+
22	+	+
23	-	+
24	+	+
25	+	+
26	-	-

ตาราง 15 (ต่อ)

ข้อ	การปรับตัว	การสนับสนุนทางสังคม
27	-	
28	-	
29	+	
30	-	
31	+	

ภาคผนวก ง

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล

แบบสอบถามเพื่อการวิจัย
เรื่อง การปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษา
สำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร

คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม

แบบสอบถามชุดนี้ แบ่งออกเป็น 4 ตอนคือ

ตอนที่1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป

ตอนที่2 แบบสอบถามการปรับตัว

ตอนที่3 แบบสอบถามสุขภาพจิต

ตอนที่4 แบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคม

แบบสอบถามนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อต้องการทราบข้อมูลเกี่ยวกับการปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร เพื่อนำข้อมูลมาศึกษาวิจัยประกอบการศึกษาระดับมหาบัณฑิต วิชาเอกสุขศึกษาเท่านั้น การตอบแบบสอบถามครั้งนี้ไม่มีผลกระทบต่อท่านแต่อย่างใดทั้งสิ้น จึงขอความกรุณาตอบคำถามให้ครบทุกข้อ

ขอขอบคุณที่ร่วมมือในการตอบแบบสอบถามครั้งนี้

นางสาวดรุณรัตน์ ผลสวัสดิ์
 นิสิตปริญญาโท เอกสุขศึกษา
 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง () ตามความจริง

1. เพศ

- () ชาย
() หญิง

2. อายุ

- () ต่ำกว่า 21 ปี
() 21 – 30 ปี
() 31 – 40 ปี
() สูงกว่า 40 ปี

3. อาชีพ

- () รับราชการ หรือ พนักงานรัฐวิสาหกิจ
() รับจ้าง
() เกษตรกรรม
() ค้าขาย
() ไม่ได้ประกอบอาชีพ

4. รายได้ของท่าน

- () ต่ำกว่า 3,000 บาท ต่อเดือน
() 3,000 – 8,000 บาท ต่อเดือน
() สูงกว่า 8,000 บาท ต่อเดือน

5. สถานภาพสมรส

- () โสด
() คู่
() หม้าย / หย่า / แยก

6. หลักสูตรที่ท่านศึกษา

- () ปริญญาตรี 2 ปี (หลังอนุปริญญา)
() ปริญญาตรี 4 ปี

7. คณะวิชา

- () ครุศาสตร์
() มนุษยศาสตร์ และสังคมศาสตร์
() วิทยาการจัดการ
() วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี

ตอนที่2 แบบสอบถามการปรับตัว

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องตัวเลือกข้อใดข้อหนึ่งเพียงช่องเดียวที่ตรง

กับข้อเท็จจริง ของนักศึกษามากที่สุด ดังนี้

จริงที่สุด	ตรงกับข้อเท็จจริงของนักศึกษามากที่สุด
จริง	ตรงกับข้อเท็จจริงของนักศึกษามาก
จริงบ้าง	ตรงกับข้อเท็จจริงของนักศึกษาบ้างและบางครั้งไม่ตรงบ้าง
จริงน้อย	ตรงกับข้อเท็จจริงของนักศึกษาน้อย
จริงน้อยที่สุด	ตรงกับข้อเท็จจริงของนักศึกษาน้อยที่สุด

ข้อที่	ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง	จริง บ้าง	จริง น้อย	จริง น้อย ที่สุด
	<u>การปรับตัวทางการเรียน</u>					
1	ท่านตั้งใจฟังอาจารย์บรรยาย.....					
2	เมื่อไม่เข้าใจท่านจะซักถาม ข้อสงสัยจากอาจารย์.....					
3	ท่านพยายามทำความเข้าใจ ในบท เรียนขณะที่อาจารย์บรรยาย...					
4	ท่านจดบันทึกสิ่งที่อาจารย์เน้นเป็น กรณีพิเศษ ขณะฟังบรรยาย.....					
5	ท่านมักจะง่วงนอน ในขณะที่ อาจารย์กำลังบรรยาย.....					
6	ท่านขาดความพร้อม ของการมา เข้าเรียนในแต่ละวัน.....					
7	ท่านขาดความพร้อม ในการทำ รายงานหรือส่งงานให้ทันเวลา.....					
8	ท่านมีเวลาอ่านหนังสือและทำ รายงานเพียงพอ.....					
9	ท่านไม่เคยวางแผนการเรียน หรือ ทำงานใดๆ ล่วงหน้า.....					

ข้อที่	ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง	จริง บ้าง	จริง น้อย	จริง น้อย ที่สุด
10	ท่านทำงานที่ได้รับมอบหมาย ด้วย ตนเอง.....					
11	ท่านขาดเรียนในบางวิชา เพื่อมา ทำงานที่ได้รับมอบหมายให้เสร็จ ทันเวลา.....					
12	ท่านนอนไม่ค่อยหลับในช่วงก่อน สอบ.....					
	<u>การปรับตัวด้านสังคม</u>					
1	ท่านสนใจกิจกรรมการเรียน และ กิจกรรมต่าง ๆ เช่น กีฬา ดนตรี ของสถาบัน.....					
2	ท่านรู้สึกอึดอัด เมื่อต้องทำ กิจกรรมกับเพื่อนร่วมชั้นและเพื่อน ต่างคณะ.....					
3	ท่านรู้สึกไม่สบายใจเมื่อเกิดขัดแย้ง กับเพื่อนร่วมชั้นและเพื่อนต่างคณะ					
4	ท่านขาดความมั่นใจในการเป็นผู้นำ					
5	ท่านรู้สึกว่าเพื่อนไม่เข้าใจและ ยอมรับในตัวท่าน.....					
6	ท่านมักขัดแย้งกับเพื่อน เมื่อได้รับ มอบหมายให้ทำงานกลุ่ม.....					
7	ท่านมีส่วนร่วมในการทำงาน หรือ การอภิปรายในชั้นเรียน.....					
8	ขณะรายงานอยู่หน้าชั้นเรียน ท่าน ไม่มั่นใจในตนเอง.....					
9	เมื่อมีเวลา ท่านใช้เวลาในการปรึกษา แลกเปลี่ยนความคิดเห็นเรื่องเรียน กับเพื่อน.....					
10	ท่านยอมรับและฟังความคิดเห็น ของเพื่อนเมื่อทำงานร่วมกัน.....					

ข้อที่	ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง	จริง บ้าง	จริง น้อย	จริง น้อย ที่สุด
	<u>การปรับตัวด้านอารมณ์</u>					
1	ท่านรู้สึกหงุดหงิดเมื่อมีคนถาม เรื่องเรียนและเรื่องส่วนตัว.....					
2	ท่านยอมรับทราบถึงปัญหาและ ปรับปรุงตนเองเมื่ออาจารย์หรือ เพื่อนตำหนิ.....					
3	ท่านรู้สึกภาคภูมิใจ ในการตัดสินใจ ทำงานด้วยตนเอง.....					
4	ท่านมักจะเครียดและกังวลใน เรื่อง เล็กๆ น้อยๆ.....					
5	ท่านมักกลัวที่จะทำความผิด.....					
6	ท่านไม่เคยลืมความผิดหวัง หรือ ความล้มเหลวที่ผ่านมา.....					
7	ท่านยอมรับข้อบกพร่องของตนเอง ตามความเป็นจริง.....					
8	เมื่อดีใจหรือเสียใจมากๆ ท่านมัก จะทำอะไรไม่ถูก.....					
9	ท่านรู้สึกภาคภูมิใจเมื่อทำงาน สำเร็จด้วยตนเอง.....					

ตอนที่3 แบบสอบถามสุขภาพจิต GHQ - 28

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องตัวเลือกช่องใดช่องหนึ่งเพียงช่องเดียวที่ตรงกับข้อเท็จจริงของนักศึกษามากที่สุด

สุขภาพโดยทั่วไปของท่านในระยะสองถึงสามสัปดาห์ที่ผ่านมาเป็นอย่างไรบ้าง กรุณาตอบคำถามต่อไปนี้โดยขีดเครื่องหมายถูกหน้าคำตอบที่ใกล้เคียงกับสภาพของท่านในปัจจุบันหรือในช่วงสองถึงสามสัปดาห์ที่ผ่านมามากที่สุด โดยไม่รวมถึงปัญหาที่ท่านเคยมีในอดีตและกรุณาตอบคำถามทุกข้อ

ในระยะที่ผ่านมาท่าน

- 1) รู้สึกสบายและมีสุขภาพดี

☐ ดีกว่าปกติ	☐ เหมือนเดิม
☐ แย่กว่าปกติ	☐ แย่กว่าปกติมาก
- 2) รู้สึกต้องการยาบำรุงให้มีกำลังวังชา

☐ ไม่เลย	☐ ไม่มากกว่าปกติ
☐ ก่อนข้างมากกว่าปกติ	☐ มากกว่าปกติมาก
- 3) รู้สึกทรมานและสุขภาพไม่ดี

☐ ไม่เลย	☐ ไม่มากกว่าปกติ
☐ ก่อนข้างมากกว่าปกติ	☐ มากกว่าปกติมาก
- 4) รู้สึกไม่สบาย

☐ ไม่เลย	☐ ไม่มากกว่าปกติ
☐ ก่อนข้างมากกว่าปกติ	☐ มากกว่าปกติมาก
- 5) เจ็บหรือปวดบริเวณศีรษะ

☐ ไม่เลย	☐ ไม่มากกว่าปกติ
☐ ก่อนข้างมากกว่าปกติ	☐ มากกว่าปกติมาก
- 6) รู้สึกตึงหรือคล้ายมีแรงกดที่ศีรษะ

☐ ไม่เลย	☐ ไม่มากกว่าปกติ
☐ ก่อนข้างมากกว่าปกติ	☐ มากกว่าปกติมาก
- 7) มีอาการวูบร้อนหรือหนาว

☐ ไม่เลย	☐ ไม่มากกว่าปกติ
☐ ก่อนข้างมากกว่าปกติ	☐ มากกว่าปกติมาก
- 8) นอนไม่หลับเพราะกังวลใจ

☐ ไม่เลย	☐ ไม่มากกว่าปกติ
☐ ก่อนข้างมากกว่าปกติ	☐ มากกว่าปกติมาก

- 9) ไม่สามารถหลับได้สนิทหลังจากหลับแล้ว
- ☐ ไม่เลย ☐ ไม่มากกว่าปกติ
- ☐ ค่อนข้างมากกว่าปกติ ☐ มากกว่าปกติมาก
- 10) รู้สึกตึงเครียดอยู่ตลอดเวลา
- ☐ ไม่เลย ☐ ไม่มากกว่าปกติ
- ☐ ค่อนข้างมากกว่าปกติ ☐ มากกว่าปกติมาก
- 11) รู้สึกหงุดหงิด อารมณ์ไม่ดี
- ☐ ไม่เลย ☐ ไม่มากกว่าปกติ
- ☐ ค่อนข้างมากกว่าปกติ ☐ มากกว่าปกติมาก
- 12) รู้สึกกลัวหรือตกใจโดยไม่มีเหตุผลสมควร
- ☐ ไม่เลย ☐ ไม่มากกว่าปกติ
- ☐ ค่อนข้างมากกว่าปกติ ☐ มากกว่าปกติมาก
- 13) รู้สึกเรื่องต่าง ๆ ทั้บถมจนรับไม่ไหว
- ☐ ไม่เลย ☐ ไม่มากกว่าปกติ
- ☐ ค่อนข้างมากกว่าปกติ ☐ มากกว่าปกติมาก
- 14) รู้สึกกังวล กระวนกระวาย และเครียดอยู่ตลอดเวลา
- ☐ ไม่เลย ☐ ไม่มากกว่าปกติ
- ☐ ค่อนข้างมากกว่าปกติ ☐ มากกว่าปกติมาก
- 15) หอะไรทำให้ตัวเองไม่มีเวลาว่างได้
- ☐ มากกว่าปกติ ☐ เหมือนปกติ
- ☐ ค่อนข้างน้อยกว่าปกติ ☐ น้อยกว่าปกติมาก
- 16) ทำอะไรช้ากว่าปกติ
- ☐ เร็วกว่าปกติ ☐ เหมือนปกติ
- ☐ ช้ากว่าปกติ ☐ ช้ากว่าปกติมาก
- 17) รู้สึกว่าโดยทั่วไปแล้วทำอะไร ๆ ได้ดี
- ☐ ดีกว่าปกติ ☐ เหมือนเดิม
- ☐ ดีน้อยกว่าปกติ ☐ ดีน้อยกว่าปกติมาก
- 18) พอใจกับการที่ทำงานลุล่วงไป
- ☐ มากกว่าปกติ ☐ พอ ๆ กับตามปกติ
- ☐ น้อยกว่าปกติ ☐ น้อยกว่าปกติมาก
- 19) รู้สึกว่าได้ทำตัวให้เป็นประโยชน์ในเรื่องต่าง ๆ
- ☐ มากกว่าปกติ ☐ เหมือนปกติ
- ☐ น้อยกว่าปกติ ☐ น้อยกว่าปกติมาก

- 20) รู้สึกว่าสามารถตัดสินใจในเรื่องต่าง ๆ ได้
- ☐ มากกว่าปกติ ☐ เหมือนปกติ
- ☐ น้อยกว่าปกติ ☐ น้อยกว่าปกติมาก
- 21) สามารถมีความสุขกับกิจกรรมในชีวิตประจำวันตามปกติได้
- ☐ มากกว่าปกติ ☐ เหมือนปกติ
- ☐ น้อยกว่าปกติ ☐ น้อยกว่าปกติมาก
- 22) คิดว่าตัวเองเป็นคนไร้ค่า
- ☐ ไม่เลย ☐ ไม่มากกว่าปกติ
- ☐ ก่อนข้างมากกว่าปกติ ☐ มากกว่าปกติมาก
- 23) รู้สึกว่าชีวิตนี้หมดหวังโดยสิ้นเชิง
- ☐ ไม่เลย ☐ ไม่มากกว่าปกติ
- ☐ ก่อนข้างมากกว่าปกติ ☐ มากกว่าปกติมาก
- 24) รู้สึกไม่คุ้มค่าที่จะมีชีวิตอยู่ต่อไป
- ☐ ไม่เลย ☐ ไม่มากกว่าปกติ
- ☐ ก่อนข้างมากกว่าปกติ ☐ มากกว่าปกติมาก
- 25) คิดว่ามีความเป็นไปได้ที่จะอยากจบชีวิตตัวเอง
- ☐ ไม่อย่างแน่นอน ☐ ไม่คิดว่าเป็นอย่างนั้น
- ☐ มีอยู่บ้างเหมือนกัน ☐ มีแน่ ๆ
- 26) รู้สึกว่าบางครั้งทำอะไรไม่ได้เลยเพราะประสาทตึงเครียดมาก
- ☐ ไม่เลย ☐ ไม่มากกว่าปกติ
- ☐ ก่อนข้างมากกว่าปกติ ☐ มากกว่าปกติมาก
- 27) พบว่าตัวเองรู้สึกอยากตายไปให้พ้น ๆ
- ☐ ไม่เลย ☐ ไม่มากกว่าปกติ
- ☐ ก่อนข้างมากกว่าปกติ ☐ มากกว่าปกติมาก
- 28) พบว่ามีความรู้สึกที่อยากจะทำลายชีวิตตัวเองเข้ามาอยู่ในความคิดเสมอ ๆ
- ☐ ไม่อย่างแน่นอน ☐ ไม่คิดว่าเป็นอย่างนั้น
- ☐ มีอยู่บ้างเหมือนกัน ☐ มีแน่ ๆ

ตอนที่ 4 แบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคม

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องตัวเลือกข้อใดข้อหนึ่งเพียงช่องเดียวที่ตรงกับ

ข้อเท็จจริงของนักศึกษามากที่สุด ดังนี้

มากที่สุด	ตรงกับข้อเท็จจริงของนักศึกษามากที่สุด
มาก	ตรงกับข้อเท็จจริงของนักศึกษา
ปานกลาง	ตรงกับข้อเท็จจริงของนักศึกษาบ้างและบางครั้งไม่ตรงบ้าง
น้อย	ตรงกับข้อเท็จจริงของนักศึกษาน้อย
น้อยที่สุด	ตรงกับข้อเท็จจริงของนักศึกษาน้อยที่สุด

ข้อที่	ข้อความ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
<u>การสนับสนุนด้านอารมณ์</u>						
1	ท่านได้รับความรักความเอาใจใส่จากเพื่อน.....					
2	ท่านมีความสุขที่ได้ทำงานร่วมกับเพื่อน.....					
3	อาจารย์และเพื่อนร่วมชั้นทำให้ท่านรู้สึกอบอุ่น มั่นใจ และปลอดภัย.....					
4	ท่านขาดเพื่อนที่ไว้วางใจ และสามารถพูดคุยปัญหาต่างๆ ได้.....					
5	ท่านรู้สึกว่าเพื่อนเบียดเบียนในตัวท่าน....					
6	เพื่อนมักให้กำลังใจ เมื่อท่านรู้สึกไม่สบายใจเรื่องเรียน.....					
<u>การสนับสนุนด้านการยอมรับและเห็นคุณค่า</u>						
1	เพื่อนไม่เกียติ ยกย่อง และนับถือท่าน.....					
2	เมื่อมีปัญหาเพื่อนมักมาขอคำปรึกษาจากท่าน.....					
3	เพื่อนชมเชย และให้กำลังใจ เมื่อท่านทำงานสำเร็จ.....					

ข้อที่	ข้อความ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
4	ท่านมีเพื่อนให้กำลังใจ และคอยช่วยเหลือในการทำงานกลุ่ม.....					
5	เพื่อนทำให้ท่าน ขาดความมั่นใจในการเรียนและการทำงานกลุ่ม.....					
<u>การสนับสนุนด้านการมีส่วนร่วมและเป็นส่วนหนึ่งของสังคม</u>						
1	ท่านมีเพื่อนสนิทไปมาหาสู่เช่นเดิม.....					
2	ท่านขาดการพบปะสังสรรค์กับเพื่อนร่วมชั้น.....					
3	เพื่อนพอใจที่ได้ปฏิบัติกิจกรรม ร่วมกับท่าน.....					
4	ท่านและเพื่อนได้มีโอกาส แสดงความคิดเห็น และตัดสินใจร่วมกัน.....					
5	เพื่อนไม่ให้ความสนใจในการทำงานและการเรียนของท่าน.....					
<u>การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร</u>						
1	ท่านได้รับความรู้ ข้อมูลข่าวสารใหม่ ๆ จากเพื่อน อาจารย์ และสถาบัน.....					
2	เพื่อนช่วยเหลือท่านในการค้นคว้าหนังสือหรือเอกสารต่าง ๆ.....					
3	เพื่อนเตือนให้ท่าน ปฏิบัติตามกฎหมายระเบียบของสถาบัน.....					
4	เพื่อนให้คำแนะนำ และเสนอแนวคิดในทางที่เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิต.....					
5	ท่านไม่ให้ความสนใจข้อมูล ข่าวสารจากสื่อต่าง ๆ เช่น วิทยุ โทรทัศน์ ฯลฯ					

ข้อที่	ข้อความ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1	<u>การสนับสนุนด้านการเงินและแรงงาน</u> เมื่อท่านมีปัญหาในด้านการเงิน ครอบครัวของท่านจะคอยช่วยเหลือท่าน					
2	ในขณะที่ท่านต้องไปเรียน ครอบครัวจะ ช่วยกันแบ่งเบาภาระภายในบ้าน.....					
3	ครอบครัวของท่านคอยช่วยเหลือท่าน ในการเรียน.....					
4	เมื่อท่านไม่สามารถรับผิดชอบงานที่ได้ รับมอบหมาย เพื่อนๆ สามารถแบ่งเบา ภาระของงานในส่วนนี้ได้.....					
5	ท่านขาดเพื่อนสนิท ที่คอยอำนวยความสะดวก สะดวกเมื่อท่านต้องการ.....					

ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ	นางสาวดรณรัตน์ ผลสวัสดิ์
เกิดวันที่	22 กุมภาพันธ์ 2516
สถานที่เกิด	อำเภอเมือง จังหวัดชัยภูมิ
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	171/3025 หมู่ 2 แขวงคลองถนน เขตสายไหม กรุงเทพมหานคร 10220
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2531	ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จากโรงเรียนสตรีชัยภูมิ
พ.ศ. 2534	ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 จากโรงเรียนดอนเมืองทหารอากาศบำรุง
พ.ศ. 2538	วิทยาศาสตร์บัณฑิต (สุขศึกษา) จากสถาบันราชภัฏพระนคร
พ.ศ. 2543	การศึกษามหาบัณฑิต (สุขศึกษา) จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร