

การศึกษาการปรับตัวของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียน
กีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี สังกัดกรมพลศึกษา

ปริญญานิพนธ์

ของ

วรารัตน์ ประสิทธิ์ถัญญกิจ

27 ก.ย. 2537

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสาธมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา

ตามหลักสูตรการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกการศึกษาพิเศษ

กุมภาพันธ์ 2537

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

คณะกรรมการควบคุมและคณะกรรมการสอบได้พิจารณาปริญญานิพนธ์ฉบับนี้แล้ว เห็นสมควร
รับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกการศึกษาพิเศษ
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

คณะกรรมการควบคุม

..... ประธาน

(รองศาสตราจารย์ศรียา นิยมธรรม)

..... กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร.สมสร วงษ์น้อย)

คณะกรรมการสอบ

..... ประธาน

(รองศาสตราจารย์ศรียา นิยมธรรม)

..... กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร.สมสร วงษ์น้อย)

..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม

(รองศาสตราจารย์ ดร.ผดุง อารยะวิญญู)

บัณฑิตวิทยาลัยอนุมัติให้รับปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกการศึกษาพิเศษของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(ดร.ศิริภา พูลสุวรรณ)

วันที่ เดือน พ.ศ. 2537

ประกาศคุณประการ

ปรีชญานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จสมบูรณ์ลงได้ด้วยความกรุณา ช่วยเหลืออย่างดียิ่งจาก
รองศาสตราจารย์ศรียา นิยมธรรม ประธาน รองศาสตราจารย์ ดร.สมสรร วงษ์น้อย
กรรมการ และคณาจารย์ภาคการศึกษาพิเศษทุกท่าน ที่ได้ให้ข้อคิดและคำแนะนำในการทำวิจัย
ตลอดจนแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้ง ในความกรุณา และขอกราบขอบพระคุณ
เป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้ด้วย

ขอขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.ผดุง อารยะวิญญู ที่กรุณาเป็นผู้เชี่ยวชาญ
ตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ ร่วมเป็นคณะกรรมการสอบปากเปล่าและกรุณาตรวจแก้ไขบทคัดย่อ
ภาคภาษาอังกฤษ

ขอขอบคุณ รองศาสตราจารย์สุภาพรรณ โคตรจรัส ที่กรุณาให้คำแนะนำและให้ยืม
เอกสารประกอบการศึกษา

ขอขอบคุณ รองศาสตราจารย์อัจฉรา สุขารมณ์ ที่กรุณาเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบ
คุณภาพเครื่องมือของผู้วิจัย

ขอขอบคุณ อาจารย์ใหญ่โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี อาจารย์ประวิทย์ อุ่นวิจิตร
ที่กรุณาให้ความอนุเคราะห์ และอำนวยความสะดวกในการเก็บรวบรวมข้อมูล

ขอขอบคุณ ดร.อุษณีย์ โพธิ์สุข ประธานกรรมการบริหารหลักสูตร ผู้สร้างขวัญและ
กำลังใจให้กับผู้วิจัยตลอดระยะเวลาการศึกษา

ขอขอบคุณ อาจารย์เปรม กิจเมธี อาจารย์ศรีวิไลรัตน์ มัทธนันชัย อาจารย์
นงลักษณ์ อ่วยสุข ที่ช่วยประสานงานและอำนวยความสะดวกในระหว่างการศึกษาเก็บรวบรวมข้อมูล

ขอขอบคุณ นักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีทุกคนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างและให้
ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามเป็นอย่างดี

ขอขอบคุณ อาจารย์สมประสงค์ ประสงค์เงิน อาจารย์ธานี พันธุ์ด้าย อาจารย์ลลิตา
เหล่าพานิช ที่คอยให้กำลังใจ และให้ความรักความห่วงใย กับผู้วิจัยตลอดระยะเวลาการศึกษา

ขอขอบคุณ อาจารย์สมศักดิ์ ลีลา ที่กรุณาให้ความอนุเคราะห์ในการวิเคราะห์ข้อมูล
เรียบเรียงบทคัดย่อภาคภาษาอังกฤษ และสนับสนุนทางด้านการศึกษากับผู้วิจัยมาโดยตลอด

คุณค่าและประโยชน์อัน เกิดจากปรีชญานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอกราบเป็นเครื่องบูชาพระคุณ
บิดามารดาที่ให้การศึกษาศึกษาพื้นฐาน และอยู่เบื้องหลังความสำเร็จของผู้วิจัยตลอดมา

วรารัตน์ ประสิทธิธัญกิจ

4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	66
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	66
การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล	66
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	67
5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	88
จุดมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า	88
วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า	88
การวิเคราะห์ข้อมูล	89
สรุปผลการศึกษาค้นคว้า	89
อภิปรายผล	90
ข้อเสนอแนะทั่วไป	95
ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยต่อไป	96
บรรณานุกรม	98
ภาคผนวก	107
ประวัติย่อผู้วิจัย	121

บัญชีตาราง

ตาราง		หน้า
1	ค่าเฉลี่ยและความเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนของการปรับตัวแต่ละด้าน ของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี	68
2	เปรียบเทียบการปรับตัวแต่ละด้านของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี จำแนกตามเพศ	70
3	เปรียบเทียบการปรับตัวแต่ละด้านของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี จำแนกตามความสามารถทางกีฬา	73
4	ค่าเฉลี่ยและความเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการปรับตัวแต่ละด้านของ นักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีจำแนกตามลำดับการเกิด	76
5	เปรียบเทียบการปรับตัวแต่ละด้านของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี จำแนกตามลำดับการเกิด	79
6	การทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ การปรับตัวด้านความสัมพันธ์ กับบุคคลอื่นทั่วไป ของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี จำแนก ตามลำดับการเกิด	81
7	เปรียบเทียบการปรับตัวแต่ละด้านของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี จำแนกตามสภาพครอบครัว	82
8	เปรียบเทียบการปรับตัวแต่ละด้านของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี จำแนกตามลักษณะครอบครัว	85

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ	หน้า
1 แผนภูมิแสดงขั้นตอนการดำเนินการสอบคัดเลือกนักเรียนโรงเรียนกีฬา จังหวัดสุพรรณบุรี	17
2 กระบวนการปรับตัว	36
3 สิ่งส่งผลกระทบต่อปรับตัว	47
4 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยการปรับตัวแต่ละด้านของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัด สุพรรณบุรี	69
5 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยการปรับตัวแต่ละด้านของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัด สุพรรณบุรีจำแนกตามเพศ	72
6 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยการปรับตัวแต่ละด้านของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัด สุพรรณบุรีจำแนกตามความสามารถทางกีฬา	75
7 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยการปรับตัวแต่ละด้านของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัด สุพรรณบุรีจำแนกตามลำดับการเกิด	78
8 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยการปรับตัวแต่ละด้านของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัด สุพรรณบุรีจำแนกตามสภาพครอบครัว	84
9 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยการปรับตัวแต่ละด้านของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัด สุพรรณบุรีจำแนกลักษณะครอบครัว	87

สารบัญ

บทที่		หน้า
1	บทนำ	1
	ภูมิหลัง	1
	จุดมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า	5
	ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า	5
	ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า	5
	นิยามศัพท์เฉพาะ	7
2	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย	10
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี	10
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับแบบสำรวจปัญหานี้	19
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัว	26
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัว	48
	สมมติฐานการศึกษาค้นคว้า	58
3	วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า	59
	ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	59
	เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า	59
	ลักษณะของแบบสอบถาม	61
	วิธีดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล	64
	การวิเคราะห์ข้อมูล	64
	สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	64

5. ความสามารถทางศิลปะ การแสดง และดนตรี (Visual and Performing Arts)

6. ความสามารถทางทักษะกลไก (Psychomotor Skills)

สำหรับเด็กที่มีความสามารถทางทักษะกลไกนั้น หมายถึง ความสามารถทางการใช้เครื่องมือ กลไก การไฟฟ้า การกีฬา ซึ่งจากข้อมูลดังกล่าวข้างต้นจัดได้ว่า โรงเรียนกีฬาเป็นโรงเรียนประเภทหนึ่งที่มีการศึกษา เพื่อตอบสนองความต้องการและความสามารถพิเศษของเด็กที่มุ่งส่งเสริมความสามารถทางกีฬาของแต่ละคนอย่างเต็มศักยภาพควบคู่ไปกับการเรียนการสอนวิชาสามัญอื่น ๆ ตามหลักสูตรกระทรวงศึกษาพุทธศักราช 2521 ฉบับปรับปรุง 2533 (กรมพลศึกษา. 2534 : 1-5) โดยมีจุดมุ่งหมาย "เพื่อส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนหันมาสนใจทางการกีฬารวมทั้งพัฒนาความสามารถ และความถนัดของเด็กตามหลักวิชาการอย่างต่อเนื่อง และจริงจังอันส่งผลให้ประเทศชาติมีนักกีฬาที่มีขีดความสามารถทางกีฬาสูงสามารถสร้างชื่อเสียงและเกียรติภูมิให้ประเทศซึ่งถือเป็นการพัฒนากีฬาของชาติ" โดยพิจารณาคัดเลือกนักเรียนจากองค์ประกอบต่อไปนี้

1. สมรรถภาพทางกลไกและทักษะทางการกีฬา
2. ความถนัดทางการเรียน
3. ความสมบูรณ์ของร่างกายและสุขภาพ

โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีเป็นโรงเรียนแห่งแรกที่เกิดขึ้นในประเทศไทยโดยเน้นความเป็นเลิศทางกีฬาซึ่งใช้เวลาในช่วง 06.00 น. - 07.30 น. และ 15.00 น. - 18.00 น. เป็นเวลาฝึกซ้อมกีฬาช่วงเวลา 09.00 - 15.00 น. เป็นเวลาเรียนวิชาสามัญ นักเรียนที่ผ่านการสอบคัดเลือกของโรงเรียนกีฬาได้แล้ว ทุกคนจะต้องเป็นนักเรียนประจำ (กินนอน) ของโรงเรียน ที่รับทั้งนักเรียนชาย และหญิง ที่มาจากภาคต่าง ๆ ทั่วประเทศ ปัจจุบันนี้มีนักเรียนจากจังหวัดต่าง ๆ 57 จังหวัด การที่นักเรียนต้องจากบ้านจากครอบครัวมาอยู่โรงเรียนประจำที่โรงเรียนกีฬานี้ รองผู้อำนวยการโรงเรียนกีฬาฝ่ายกิจกรรมได้ให้สัมภาษณ์ทั้งสื่อพิมพ์ไทยรัฐ (นุสรา ไพ์ตรง, กนิษฐา ศรีประมงค์ และดาว เจียงเจ็ง. 2534 : 5) ว่าเด็กที่เข้ามาเรียนนี้มาจากสภาพแวดล้อม และพื้นฐานที่แตกต่างกัน บางคนก็ยังไม่เคยจากบ้านจากครอบครัว

มีปัญหาทางจิตใจโดยเฉพาะเกี่ยวกับเรื่องคิดถึงผู้ปกครองต้องช่วยกันดูแลในเรื่องการปรับตัว การอยู่ร่วมกันกับเพื่อนและสร้างความคุ้นเคยกับสถานที่ให้เด็ก เพื่อให้เด็กคลายความเหงา ความคิดถึงบ้าน

วรศักดิ์ เพียรชอบ (2534 : 19) กล่าวว่า สถานการณ์การแข่งขันกีฬานักกีฬาในปัจจุบันนี้ มีส่วนเกี่ยวข้องกับจิตวิทยาการกีฬามากขึ้นทุกวัน เพราะความสามารถของนักกีฬาทั้งในการฝึกซ้อม และการแข่งขันนั้น กล่าวได้ว่ามีปัจจัยที่สำคัญ 3 ประการคือ ระดับทักษะ สมรรถภาพทางกายและ สมรรถภาพทางจิตใจ ศิลัย สุวรรณธาดา และถนอมวงศ์ กฤษเพชร (2534 : 8) กล่าวว่า สมรรถภาพทางจิตใจนั้นมีส่วนสำคัญที่จะทำให้นักกีฬามีความพร้อม ในการฝึกซ้อมและแข่งขันได้เต็ม ความสามารถสูงสุด ซึ่งผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการกีฬามักจะมองข้ามปัจจัยที่สำคัญนี้ไปคือ มุ่งฝึกหรือ เตรียมเฉพาะทางด้านสมรรถภาพทางกาย และระดับทักษะของนักกีฬาเท่านั้น ผลสูงสุดที่ได้จึง ไม่เป็นไปตามที่คาดหวังเท่าที่ควร ยิ่งไปกว่านั้นการเตรียมสมรรถภาพทางจิตใจของบุคคลนั้นมีความ จำเป็น และสำคัญยิ่งที่จะทำให้นักกีฬามีความสามารถสูงสุดทางการกีฬาที่ตนเองมีอยู่ ซึ่งจากความ เป็นอยู่ของบุคคลในสังคมปัจจุบันนี้มักจะพบกับความเปลี่ยนแปลงและความเร่งรีบมากขึ้นจาก สภาพการณ์ดังกล่าวนี้ทำให้นักกีฬามีความจำเป็นต้องปรับตัวให้เท่าทันกับสภาพการณ์ และสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป ลาซารัส (Lazarus. 1969 : 17 - 21) กล่าวว่า มนุษย์ต้องมีการปรับตัวให้สอดคล้องกับความต้องการในสภาพแวดล้อมและสังคม ซึ่งปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพจิตในสังคมปัจจุบัน ส่วนใหญ่เป็นผล มาจากการปรับตัวไม่ได้ของบุคคล ประยูร นรการผดุง (2529 : 8) กล่าวถึงลักษณะของบุคคล ที่มีปัญหาในการปรับตัวมักจะแสดงออกในรูปของพฤติกรรม การถดถอยยวดยดี ก้าวร้าว มีความวิตก กังวลสูง หรือแสดงออกในสิ่งที่สังคมไม่ยอมรับ ลักษณะดังกล่าวจะส่งผลกระทบต่อความสามารถในการ ฝึกซ้อมและการแข่งขันกีฬา

กริฟฟิน (นภาพร ทศนัย. 2534 : 28 ; อ้างอิงมาจาก Griffin. 1925) ได้ศึกษา พบว่าความวิตกกังวล เป็นภาวะอารมณ์ที่มีอิทธิพลต่อการแสดงออกทางกีฬามาก จนกล่าวได้ว่า หากนักกีฬาสามารถควบคุมความวิตกกังวลได้แล้วชัยชนะและความสำเร็จในการเล่น จะเป็นไปโดยราบรื่น ในทางตรงกันข้ามนักกีฬาที่ไม่สามารถควบคุมอารมณ์และความวิตกกังวลของ ตนเองได้จะก่อให้เกิดความว้าวุ่น สับสน ความคับข้องใจ ซึ่งนำไปสู่พฤติกรรมก้าวร้าวขึ้นได้ และพฤติกรรมก้าวร้าวนี้เป็นพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดความเสียหาย เป็นอันตรายต่อบุคคลและสังคม อย่างมาก นักจิตวิทยาถือว่าพฤติกรรมก้าวร้าวดังกล่าวนี้เป็นพฤติกรรมที่ปรับตัวไม่ได้ของบุคคล

เบเคอร์ และ โฮลซ์เวิร์ตซ์ (Baker and Holzworth. 1961 : 135 - 139) คนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรง เป็นคนที่ขาดการควบคุมตนเองและจากพฤติกรรมดังกล่าวนี้จะนำมาซึ่งความพ่ายแพ้และการปะทะกันของการแข่งขันกีฬาได้

ช่วงวัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยเชื่อมต่อระหว่างวัยเด็กกับวัยผู้ใหญ่ระยะนี้เป็นหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิตในชั้นปลายจะราบรื่นหรือไม่เพียงใด ขึ้นอยู่กับการดำเนินชีวิตของระยะหัวเลี้ยวหัวต่อเพราะเหตุว่าเด็กในวัยนี้ต้องประสบความยุ่งยากมีปัญหามากมาย และมีความลำบากในการปรับตัว (สุชา จันทน์เอม. 2529 : 133) ดังที่นิภา นิธยาน (2530 : 14) ได้กล่าวว่า ในบรรดาวัยต่าง ๆ ของชีวิตวัยรุ่นเป็นวัยซึ่งประสบปัญหาและวิกฤติการณ์ ในการปรับตัวมากกว่าวัยอื่น ๆ อันสืบเนื่องมาจากสาเหตุต่าง ๆ เช่น เกิดจากการเจริญเติบโตทางร่างกายซึ่งเป็นไปอย่างรวดเร็วมาก เกิดจากการสับสนในบทบาทและหน้าที่ของตนเองเกิดจากงาน และกิจกรรมที่โรงเรียนเกิดจากความสัมพันธ์กับผู้อื่น (ปรางค์ รามสูต. 2528 : 23 - 32) นอกจากสาเหตุเหล่านี้แล้วสภาพแวดล้อมที่น่าจะเกี่ยวข้องกับการปรับตัวในวัยรุ่นด้วย สภาพแวดล้อมดังกล่าวคือสภาพที่นักเรียนพักประจำอยู่ที่โรงเรียน เพราะวัยรุ่นที่เป็นนักเรียนประจำมักประสบปัญหาต่าง ๆ เช่น ปัญหาการขาดความอบอุ่นจากพ่อแม่ ปัญหาการปรับตัวให้เข้ากับอาจารย์หอพักและเพื่อนฝูง ปัญหาการปรับตัวให้เคยชินกับกฎระเบียบอันเคร่งครัดของหอพัก และปัญหาอื่น ๆ ดังการศึกษาปัญหาและความต้องการของนิสิตที่อยู่ประจำหอพักของวิทยาลัยวิชาการศึกษาในส่วนภูมิภาค ปีการศึกษา 2516 ของประเทือง เกาจี (2517 : 105) ที่พบว่า นิสิตประสบปัญหาความต้องการด้านการบริการหอพัก ความสัมพันธ์กับอาจารย์ฝ่ายปกครองหอพักและความสัมพันธ์กับเพื่อนอยู่ในระดับสูง ซึ่งสอดคล้องกับ ดวงเดือน พันธมนาวิน และเพ็ญแข ประจวบจันทน์ (2524 : 179 - 180) ศึกษาพบว่า กลุ่มวัยรุ่นที่มีปัญหาสุขภาพจิตมากที่สุด คือ วัยรุ่นที่ไม่ได้อาศัยอยู่กับบิดามารดาการที่นักเรียนจากบิดามารดาอยู่หอพัก ทำให้พบกับข้อจำกัดของการอบรมเลี้ยงดู ขาดความผูกพันเป็นพิเศษกับใคร อันเป็นพื้นฐานของการสร้างความมั่นคงทางอารมณ์ และจิตใจ

ด้วยเหตุผลและความสำคัญดังกล่าว ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาเรื่องการปรับตัวของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี เพื่อผลการวิจัยครั้งนี้จะเป็นข้อมูลให้ผู้บริหาร อาจารย์และผู้ที่เกี่ยวข้องนำไปพัฒนา และช่วยเหลือนักเรียนที่จะนำมาซึ่งความสามารถและคุณภาพของนักกีฬาต่อไป

จุดมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อศึกษาการปรับตัวของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี
2. เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี จำแนกตามเพศ ความสามารถทางกีฬา ลำดับการเกิด สภาพครอบครัว และลักษณะครอบครัว

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

ผลที่ได้จากการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ อาจใช้เป็นข้อมูลสำหรับหน่วยงานที่จะจัดโรงเรียนประเภทนี้ ตลอดจนผู้ปกครอง ครู และผู้ที่เกี่ยวข้องกับการจัดการศึกษาโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีได้เข้าใจถึงธรรมชาติการปรับตัวของนักเรียน อันจะเป็นพื้นฐานสำหรับผู้ที่เกี่ยวข้องดังกล่าวได้ส่งเสริมและช่วยเหลือ เพื่อที่จะพัฒนาพรสวรรค์ทางกีฬาของนักเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้นตามความมุ่งหวังต่อไป

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

1. ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี สังกัดกรมพลศึกษา
2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 3 โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี สังกัดกรมพลศึกษา ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2536 จำนวน 111 คน

2. ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา แบ่งเป็น 2 ประเภท คือ

- 2.1 ตัวแปรอิสระ ได้แก่

- 2.1.1 เพศ แบ่งเป็น

- 2.1.1.1 เพศชาย

- 2.1.1.2 เพศหญิง

- 2.1.2 ความสามารถทางกีฬา แบ่งเป็น 2 ระดับ
 - 2.1.2.1 ความสามารถในระดับ A
 - 2.1.2.2 ความสามารถในระดับ B
- 2.1.3 ลำดับการเกิด
 - 2.1.3.1 ลูกคนแรก
 - 2.1.3.2 ลูกคนกลาง
 - 2.1.3.3 ลูกคนเล็ก
- 2.1.4 สภาพครอบครัว
 - 2.1.4.1 ครอบครัวปกติ
 - 2.1.4.2 ครอบครัวแตกแยก
- 2.1.5 ลักษณะครอบครัว
 - 2.1.5.1 ครอบครัวเดี่ยว
 - 2.1.5.2 ครอบครัวขยาย
- 2.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ การปรับตัวของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี
 - 2.2.1 ด้านสุขภาพและพัฒนาการทางกาย
 - 2.2.2 ด้านโรงเรียน
 - 2.2.3 ด้านบ้านและครอบครัว
 - 2.2.4 ด้านการเงินการงานและอนาคต
 - 2.2.5 ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน
 - 2.2.6 ด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นทั่วไป
 - 2.2.7 ด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง

ในด้าน

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. การปรับตัว หมายถึง สภาพจิตใจของนักเรียนที่ประสบและรับรู้ปัญหาต่าง ๆ ได้แก่ ปัญหาด้านสุขภาพ และพัฒนาการทางกาย ปัญหาที่พบเมื่ออยู่ที่โรงเรียนหรือเมื่ออยู่กับครอบครัว ปัญหาด้านการเงินการงานและอนาคต ปัญหาด้านความสัมพันธ์กับเพื่อนและบุคคลอื่นทั่วไป ตลอดจนปัญหาความกังวลเกี่ยวกับตนเองวัดได้จากแบบสอบถามการปรับตัว ที่ผู้วิจัยได้ปรับปรุงและดัดแปลงมาจาก แบบสำรวจปัญหาการปรับตัวของมุนี ซึ่งแบ่งออกเป็น 7 ด้านดังนี้

1.1 การปรับตัวของนักเรียนด้านสุขภาพและพัฒนาการทางกาย หมายถึง สภาพจิตใจของนักเรียนที่ประสบและรับรู้เกี่ยวกับการรักษาอวัยวะส่วนต่าง ๆ ของร่างกายให้เป็นปกติ แข็งแรงและการยอมรับพัฒนาการทางกายของตนเอง ซึ่งวัดได้โดยใช้แบบสอบถามการปรับตัวด้านสุขภาพและพัฒนาการทางกาย

1.2 การปรับตัวของนักเรียนด้านโรงเรียน หมายถึง สภาพจิตใจของนักเรียนที่ประสบและรับรู้เกี่ยวกับสภาพแวดล้อมทางโรงเรียน ทักษะ ความรู้สึกเกี่ยวกับโรงเรียนของนักเรียน ซึ่งวัดได้โดยใช้แบบสอบถามการปรับตัวของนักเรียนด้านโรงเรียน

1.3 การปรับตัวของนักเรียนด้านบ้านและครอบครัว หมายถึง สภาพจิตใจของนักเรียนที่ประสบและรับรู้ในด้านสภาพแวดล้อมในครอบครัว ความสัมพันธ์ ประองตองกันนครอบครัว วัดได้โดยแบบสอบถามการปรับตัวของนักเรียนในด้านบ้านและครอบครัว

1.4 การปรับตัวของนักเรียนด้านการเงินงานและอนาคต หมายถึง สภาพจิตใจของนักเรียนที่ประสบและรับรู้เกี่ยวกับด้านการใช้จ่ายยาส่วยเงิน ความคิดคำนึงเกี่ยวกับการศึกษา อาชีพ และอนาคตวัดได้โดยแบบสอบถามการปรับตัวของนักเรียนด้านการเงินงานและอนาคต

1.5 การปรับตัวของนักเรียนในด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน หมายถึง สภาพจิตใจของนักเรียนที่ประสบ และรับรู้เกี่ยวกับด้านการทำงานหรือการสังสรรค์กับเพื่อนทั้งเพศเดียวกันและต่างเพศ วัดได้โดยใช้แบบสอบถามการปรับตัวของนักเรียนในด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน

1.6 การปรับตัวของนักเรียนในด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นทั่วไป หมายถึง สภาพจิตใจของนักเรียนที่ประสบและรับรู้เกี่ยวกับด้านการติดต่อประสานงาน เข้าร่วมกิจกรรม

ที่สัมพันธ์กับบุคคลทั่วไปตลอดจนทัศนคติต่อผู้อื่น วัดได้โดยใช้แบบสอบถามการปรับตัวของนักเรียน
ด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นทั่วไป

1.7 การปรับตัวของนักเรียนด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง หมายถึง สภาพจิตใจ
ของนักเรียนที่ประสบและรับรู้เกี่ยวกับทัศนคติ ตลอดจนความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเอง วัดได้โดย
ใช้แบบสอบถามการปรับตัวของนักเรียนในด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง

2. โรงเรียนกีฬา หมายถึง โรงเรียนที่มีจุดมุ่งหมายในการจัดการศึกษาและการกีฬา
สำหรับเด็กและเยาวชนที่มีความถนัด และความสามารถพิเศษเฉพาะทาง ทางด้านกีฬา

3. ความสามารถทางกีฬา หมายถึง สมรรถภาพทางกีฬาที่วัดด้วยการทดสอบสมรรถภาพ
ด้านการกีฬาของโรงเรียนกีฬารัฐสุพรรณบุรี ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2536 แบ่งออก
เป็น 2 ระดับ

3.1 ความสามารถในระดับ A หมายถึง บุคคลที่มีความสามารถในทางกีฬายู่ใน
ระดับสูง

3.2 ความสามารถในระดับ B หมายถึง บุคคลที่มีความสามารถในทางกีฬายู่ใน
ระดับปานกลาง

4. ลำดับการเกิด หมายถึง ลำดับที่การเกิดของบุคคลในครอบครัว ในที่นี้แบ่งเป็น
3 ลำดับ คือ ลูกคนแรก ลูกคนกลาง ลูกคนเล็ก

5. สภาพครอบครัว หมายถึง สถานภาพสมรสและสัมพันธ์ภาพระหว่าง บิดา มารดา
แบ่งออกเป็น

5.1 ครอบครัวปกติ หมายถึง ครอบครัวที่บิดามารดาของนักเรียนยังมีชีวิตอยู่
และอาศัยอยู่ด้วยกัน

5.2 ครอบครัวที่แตกแยก หมายถึง ครอบครัวที่บิดามารดาของนักเรียนยังมีชีวิต
อยู่แต่หย่าร้างกันหรือแยกกันอยู่ ครอบครัวที่บิดามารดาแยกกันอยู่เพราะหน้าที่การงาน และรวมถึง
นักเรียนที่บิดาและ/หรือมารดาเสียชีวิตไปแล้ว โดยที่นักเรียนอาศัยอยู่กับบิดา หรือมารดา
หรือญาติพี่น้อง

6. ลักษณะครอบครัว หมายถึง ลักษณะความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกันของสมาชิกในครอบครัว
แบ่งออกเป็น

- 6.1 ครอบครัวเดี่ยว หมายถึง ครอบครัวที่ประกอบด้วยบิดา มารดา และบุตร
ไม่รวมลูกจ้าง
- 6.2 ครอบครัวขยาย หมายถึง ครอบครัวที่ประกอบด้วยบิดา มารดา บุตร และญาติ
พี่น้อง ไม่รวมลูกจ้าง

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

แผนพัฒนาการศึกษาแห่งชาติทุกฉบับได้ให้ความสำคัญของการศึกษาแก่เยาวชนในกลุ่มต่าง ๆ โดยเฉพาะแผนพัฒนาการศึกษาแห่งชาติฉบับที่ 7 (พ.ศ. 2535 - 2539) ได้กล่าวถึงวัตถุประสงค์และนโยบายการพัฒนาการศึกษาระดับต่าง ๆ เกี่ยวกับการบริหารการศึกษาว่าจะเร่งขยายบริการการศึกษาทั้งในระบบโรงเรียน และนอกระบบโรงเรียนในรูปแบบต่าง ๆ เพื่อให้เด็กทุกคน ซึ่งได้แก่ ผู้ด้อยโอกาสทางการศึกษา เด็กที่อยู่ในชนบทห่างไกล เด็กที่ใช้ภาษาถิ่นประจำวันเด็กที่อยู่ในชุมชนแออัด เด็กที่มีความบกพร่องทางการเรียนรู้ เด็กที่มีความผิดปกติในด้านต่าง ๆ ให้ได้รับการศึกษาอย่างกว้างขวาง ตลอดจนจัดการศึกษาเพื่อส่งเสริมผู้มีความสามารถพิเศษอีกด้วย (คณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ. 2535 : 43 - 52) สำหรับเด็กปัญญาเลิศ (Gifted Child) และที่มีความสามารถพิเศษเฉพาะทาง (Talented Child) นั้น กระทรวงศึกษาธิการของประเทศไทยสหรัฐอเมริกา (ดวงเดือน อ่อนน้อม. 2529 : 7; อ้างอิงมาจาก U.S.A. Office of Education. 1972) ได้ให้ความหมายเด็กปัญญาเลิศ (Gifted Child) และเด็กที่มีความสามารถพิเศษเฉพาะทาง (Talented Child) ว่าเด็กเก่งและเด็กสามารถพิเศษจะต้องเป็นบุคคลที่ผู้เชี่ยวชาญทางด้านนี้ระบุหรือรับรองว่าเป็นเด็กที่มีความสามารถเป็นเยี่ยมจนเป็นที่ประจักษ์ เด็กเหล่านี้ต้องการโปรแกรมการศึกษา หรือบริการทางการศึกษาที่นอกเหนือไปจากโปรแกรมทั่วไปที่โรงเรียนจัดให้ เพื่อให้เด็กได้ตระหนักถึงคุณค่าของตัวเองและสังคม เด็กเหล่านี้จะมีคะแนนผลสัมฤทธิ์จากการทำข้อสอบมาตรฐานอยู่ในระดับ 3 - 5% หรือมีคุณสมบัติในด้านต่าง ๆ ต่อไปนี้ ด้านใดด้านหนึ่งหรือหลายด้านรวมกัน คือ

1. ความสามารถทางสติปัญญาทั่วไป (Intellectual Ability)
2. ความถนัดเฉพาะวิชา (Specific Academic - Aptitude)
3. ความคิดสร้างสรรค์ (Creative and Productive Thinking)
4. ความสามารถในการเป็นผู้นำ (Leadership Ability)

บทที่ 2

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย

ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และนำมาเสนอโดยแบ่งออกเป็นหัวข้อดังต่อไปนี้

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี
2. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับแบบสำรวจปัญหานี้
3. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัว
4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัว

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี

ประวัติโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี

โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี เป็นโรงเรียนกีฬาแห่งแรกที่เกิดขึ้นในประเทศไทย จากการดำริของนายปรีดา รอดโพธิ์ทอง (2534 : 1) อธิบดีกรมพลศึกษาที่ต้องการยกระดับและพัฒนามาตรฐานทางการศึกษา ให้ทัดเทียมนานาชาติ ประกอบกับ เพื่อสนองนโยบายรัฐบาลในการส่งเสริมการกีฬอย่างกว้างขวางและทั่วถึง เพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิต และพัฒนามาตรฐานการกีฬา เพื่อให้มีขีดความสามารถในการเข้าร่วมการแข่งขันกีฬากับนานาชาติ ได้ดียิ่งขึ้น และมติคณะรัฐมนตรีให้ประเทศไทยรับเป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันกีฬาซีเกมส์ครั้งที่ 13 ในปี พ.ศ. 2541 และการแข่งขันกีฬาโอลิมปิกในปี พ.ศ. 2547 การประชุมคณะรัฐมนตรี เมื่อวันที่ 30 พฤษภาคม 2532 กรมพลศึกษาได้แต่งตั้งคณะทำงานเพื่อศึกษาสภาพปัญหาในการพัฒนาพลศึกษาและการกีฬาของชาติตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบันและศึกษาแนวทางการดำเนินการส่งเสริมและพัฒนามาตรฐานการกีฬาของต่างประเทศแล้วจัดทำเป็นโครงการที่เป็นรูปธรรมและมีแนวปฏิบัติอย่างชัดเจน โดยผสมผสานการดำเนินงานทุกระบบเข้าด้วยกัน ทั้งทางด้านการศึกษา

เศรษฐกิจ สังคม การเมือง และวิทยาศาสตร์การกีฬาเสนอต่อกระทรวงศึกษาธิการ และ
คณะรัฐมนตรีตามลำดับดังนี้

กระทรวงศึกษาธิการได้อนุมัติโครงการจัดตั้งโรงเรียนกีฬา เมื่อวันที่ 21 กุมภาพันธ์
2532 ส่งโครงการเสนอความเห็นชอบต่อคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ และได้รับความ
เห็นชอบสมควรสนับสนุนในการประชุมคณะกรรมการ การศึกษาแห่งชาติ ครั้งที่ 8/2532
ในวันจันทร์ที่ 9 ตุลาคม 2532 กระทรวงศึกษาธิการได้เสนอโครงการเพื่อขออนุมัติต่อคณะรัฐมนตรี
คณะรัฐมนตรีได้มีมติเห็นชอบเมื่อวันที่ 17 เมษายน 2533 กระทรวงศึกษาธิการจึงได้ประกาศจัดตั้ง
โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี ขึ้นเป็นแห่งแรกเมื่อวันที่ 7 สิงหาคม 2533 ซึ่งมีลักษณะเป็นสถาบัน
อิสระขึ้นตรงต่อกรมพลศึกษา

ในการเตรียมการดำเนินงานซึ่งใช้สถานที่อาคารเรียน 2 วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัด
สุพรรณบุรีเป็นสำนักงานและได้ปรับปรุงอาคารสถานที่ในวิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดสุพรรณบุรี
เป็นสถานที่ดำเนินงานทุก ๆ ด้าน จากนั้นกรมพลศึกษาได้ประกาศรับสมัครและสอบคัดเลือกนักเรียน
เข้าเรียนในโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีประจำปีการศึกษา 2534 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 - 6
การรับสมัครกำหนดให้มีหน่วยรับสมัครรวมทั้งสิ้น 94 หน่วย ได้แก่ โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี
วิทยาลัยพลศึกษาทุกแห่ง หน่วยศึกษานิเทศก์กรมพลศึกษาประจำจังหวัดทุกจังหวัดศูนย์ฝึกกีฬา
กรมพลศึกษา จังหวัดขอนแก่น ลำปาง เชียงใหม่ พังงา และกองกีฬา รับสมัครในระหว่างวันที่
11 - 22 กุมภาพันธ์ 2534 มีนักเรียนสมัครทั้งสิ้น 3,186 คน ประกาศผลสอบเมื่อวันที่
22 เมษายน 2534 มีนักเรียนผ่านการสอบคัดเลือกทั้งสิ้น 80 คน มีกีฬาทั้งหมด 9 ชนิด ได้แก่
ฟุตบอล กรีฑา วอลเลย์บอล วูตวู น้ำ เทเบิลเทนนิส เทนนิส ยิมนาสติกสากลและลีลาใหม่ แบดมินตัน
และเซปักตะกร้อ รับรายงานตัวและมอบตัวนักเรียนเข้าเรียนเมื่อวันที่ 11 - 15 พฤษภาคม 2534
และจัดพิธีเปิดโรงเรียนกีฬาขึ้นเมื่อวันพฤหัสบดีที่ 16 พฤษภาคม 2534 โดยนายปรีดา รอดโพธิ์ทอง
เป็นประธานในพิธีเปิด เริ่มจัดการเรียนการสอนตั้งแต่วันพฤหัสบดีที่ 16 พฤษภาคม 2534 เป็นต้นมา
ทั้งนี้เพื่อให้การจัดการศึกษาของโรงเรียนกีฬาเป็นไปตามโครงการและมีประสิทธิภาพกรมพลศึกษา
จึงได้กำหนดแนวปฏิบัติในการดำเนินงานจัดการศึกษาโรงเรียนกีฬาเป็นนโยบายดังนี้
(ปรีดา รอดโพธิ์ทอง. 2534 : 1 - 3)

นโยบายของโรงเรียนกีฬา

นโยบายของโรงเรียนกีฬามีดังนี้ คือ

1. จัดการศึกษาตามหลักสูตรระดับประถมศึกษา และมัธยมศึกษาของกระทรวงศึกษาธิการ เพื่อขยายโอกาสการศึกษาให้กับนักเรียนที่มีความถนัดและความสามารถพิเศษทางการกีฬา ให้ได้รับการส่งเสริมและพัฒนาขีดความสามารถทางการกีฬาให้ถึงขีดสูงสุดไปพร้อมกับการศึกษาตามหลักสูตร โดยมุ่งเน้นให้นักเรียนเป็นคนดี มีคุณธรรมและมีคุณภาพ มีความเป็นเลิศทางด้านวิชาการและการกีฬา
2. จัดดำเนินการสอบคัดเลือกนักเรียนเข้าเรียนให้เป็นไปด้วยความบริสุทธิ์และยุติธรรม
3. จัดหลักสูตรและการเรียนการสอนให้เป็นไปตามเกณฑ์การใช้หลักสูตรของ กระทรวงศึกษาธิการ และให้เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพและคุณภาพ นำนวัตกรรมและเทคโนโลยีทางการศึกษามาใช้ในการจัดการเรียนการสอนให้มากที่สุด
4. ระดมบุคลากรของกรมพลศึกษาที่มีอยู่และสรรหาคณาจารย์ที่มีคุณภาพ คุณธรรม มีความรู้ความสามารถเฉพาะสาขา และมีความเสียสละไปปฏิบัติงานที่โรงเรียนกีฬา ตลอดทั้งระดมทรัพยากรที่มีอยู่ในกรมพลศึกษาไปใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุดในการดำเนินงานของโรงเรียนกีฬา
5. ดำเนินการส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพ สมรรถภาพ และความสามารถทางการกีฬา ของนักเรียนให้เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ ตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬา วิทยาศาสตร์สุขภาพ และโภชนาการ โดยจัดให้มีแพทย์ พยาบาล นักวิทยาศาสตร์การกีฬา และนักโภชนาการประจำ ที่โรงเรียนกีฬาทุกแห่ง
6. จัดกิจกรรมในการส่งเสริมและพัฒนาการบุคลิกภาพ คุณธรรมและจริยธรรม ให้นักเรียนเป็นพลเมืองดีของชาติ และมีน้ำใจนักกีฬาเป็นแบบอย่างที่ดีของสังคม
7. จัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมและพัฒนาความสามารถทางการกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์ การกีฬาและกิจกรรมเพื่อเสริมประสบการณ์ในการเข้าร่วมการแข่งขันทั้งภายในประเทศ และ ต่างประเทศ
8. จัดให้มีอาคารเรียน อาคารประกอบ ห้องปฏิบัติการ สถานที่ฝึกกีฬา และ อุปกรณ์ต่าง ๆ ที่ทันสมัยและเพียงพอต่อความต้องการ โดยเฉพาะจะจัดให้มีศูนย์วิทยาศาสตร์ การกีฬาศูนย์เทคโนโลยีทางการศึกษาที่ทันสมัยในโรงเรียนกีฬา

9. สนับสนุนและส่งเสริมการดำเนินการวิจัยเพื่อพัฒนาและแก้ไขปัญหาทุก ๆ ด้าน โดยเฉพาะด้านการส่งเสริม และพัฒนาความสามารถทางการกีฬา สมรรถภาพและสุขภาพของ นักเรียนตลอดทั้ง เพื่อยกระดับมาตรฐานการกีฬาของชาติ

10. ส่งเสริมและพัฒนาบุคลากรให้มีความรู้และความสามารถในการปฏิบัติงานตามหน้าที่ และความรับผิดชอบให้มีประสิทธิภาพสูงสุด โดยมีการฝึกอบรมในขณะประจำการส่งไปศึกษาอบรม ทั้งในประเทศและต่างประเทศ

11. จัดให้มีการจัดเก็บและบันทึกข้อมูลของนักเรียนทุก ๆ ด้านที่ถูกต้องและเป็นปัจจุบัน อยู่เสมอ สามารถนำข้อมูลและสารสนเทศมาใช้ในการดำเนินงานอย่างมีประสิทธิภาพ

12. ประสานงานกับภาครัฐและเอกชน ทั้งในประเทศและต่างประเทศ เพื่อขอความร่วมมือและช่วยเหลือทางด้านวิชาการ บุคลากร วัสดุอุปกรณ์และเงินทุนให้การดำเนินงานของโรงเรียนกีฬาดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพ

วัตถุประสงค์ของโรงเรียนกีฬา

กรมพลศึกษา (2534 : 15) ได้กล่าวถึง จุดมุ่งหมายของโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี ไว้ดังนี้คือ

1. จัดการศึกษาและการกีฬาสำหรับเด็กและเยาวชนที่มีความถนัด และความสามารถ พิเศษทางการกีฬาให้มีโอกาสได้รับการส่งเสริม และพัฒนาความสามารถทางการกีฬาให้สูงสุด ไปพร้อม ๆ กับการพัฒนาด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม สติปัญญา

2. เตรียมและผลิตนักกีฬาให้มีความสามารถพิเศษ และมีคุณภาพเข้าร่วมแข่งขันกีฬา ในระดับชาติ และนานาชาติ ทดเทียมนานาชาติอารยประเทศ

3. ศึกษา ค้นคว้าวิเคราะห์และวิจัย เพื่อพัฒนามาตรฐานการกีฬา และนักกีฬา ของประเทศ

หลักเกณฑ์ในการคัดเลือก

ในการกำหนดเกณฑ์การคัดเลือกผู้เข้าศึกษาในโรงเรียนกีฬาชั้น กรมพลศึกษา (2536 : 1 - 5) มีหลักการที่สำคัญคือ ในการพิจารณาองค์ประกอบที่มีความเกี่ยวข้องหรือ มีผลต่อการพัฒนาด้านความเจริญเติบโตและความสามารถทางการกีฬาของนักเรียน โรงเรียนกีฬา ได้พิจารณาจากองค์ประกอบต่อไปนี้ คือ

1. สมรรถภาพทางกลไกและทักษะทางการกีฬา

ในการคัดเลือกบุคคลโดยคาดหวังที่จะสร้างเสริมให้เป็นนักกีฬาที่ดีนั้น กรมพลศึกษา (2536 : 1 - 5) กล่าวว่าจะต้องพิจารณาคุณลักษณะพื้นฐานที่สำคัญของนักกีฬา ได้แก่

1.1 สมรรถภาพทางกลไก

1.2 ทักษะทางการกีฬา

สมรรถภาพทางกลไก หมายถึง ความสามารถในการปฏิบัติทักษะเบื้องต้น โดยใช้ สมรรถภาพร่างกาย ด้านพลังของกล้ามเนื้อ ความคล่องแคล่วว่องไว ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ความทนทานของกล้ามเนื้อ ความทนทานของระบบไหลเวียนเลือด ความอ่อนตัวและความเร็ว

ทักษะทางการกีฬา เป็นรากฐานที่สำคัญของการกีฬา การวัดทักษะกีฬาย่อยๆ จะช่วยให้ทราบถึง ระดับความสามารถในการปฏิบัติแต่ละกิจกรรมในการเล่นกีฬา

ในการคัดเลือกนักเรียนเพื่อเข้าเรียนในโรงเรียนกีฬา ผู้ที่สมัครเข้าศึกษาทุกคนจะต้อง รับการทดสอบทักษะทางการกีฬาตามชนิดที่ถนัดหรือที่ระบุไว้ในใบสมัคร

2. ความถนัดทางการเรียน

ความถนัดทางการเรียน (กรมพลศึกษา. 2536 : 3) หมายถึง ความพร้อมหรือ ความสามารถของบุคคลในการเรียนรู้และฝึกหัดวิทยาการหรือทักษะด้านต่าง ๆ อันเป็นผลจากการเรียนรู้หรือประสบการณ์ที่เหมาะสมแบบทดสอบความถนัดทางการเรียนประกอบด้วย หมวดรายการทดสอบความสามารถด้านภาษาตัวเลข เหตุผล มิตรสัมพันธ์ สังเกตการณ์ และความจำ การประเมินความถนัดทางการเรียนจะเป็นแนวทางหนึ่งที่จะช่วยให้ทราบถึงระดับสติปัญญา รวมทั้ง การพยากรณ์สัมฤทธิ์ผลทางการเรียนของบุคคลได้

3. ความสมบูรณ์ของร่างกายและสุขภาพ

ความสมบูรณ์ทางร่างกาย และสุขภาพเป็นองค์ประกอบพื้นฐานในการเสริมสร้างและพัฒนาความสามารถทางการกีฬาของเยาวชนทุกกระดัยอายุ การประเมินความสมบูรณ์ทางด้านร่างกาย พิจารณาจากคุณสมบัติและลักษณะต่าง ๆ ดังนี้ (กรมพลศึกษา, 2536 : 3)

1. ขนาดและโครงสร้างร่างกาย โดยพิจารณาจากสัดส่วนระหว่างน้ำหนักและส่วนสูง
2. สภาวะทางชีวการแพทย์ โดยการตรวจวิเคราะห์ทางการแพทย์ดังนี้

2.1 การตรวจสัณฐานชีวภาพ ได้แก่ การวัดชีพจร อัตราการหายใจ

2.2 การตรวจทางกายภาพเพื่อวิเคราะห์พยาธิสภาพบางอย่างระบบโครงสร้าง

ร่างกายและประสาทสัมผัส ได้แก่

- การมองเห็น ความไวและความลึกในการมองเห็น การจักษุเนกส์
- การได้ยิน ความไวและระดับของการได้ยิน
- ความสมดุลย์ในการทรงตัว
- ความรู้สึกถึงการเคลื่อนไหวของวัตถุ
- การรับการสัมผัส

2.3 การตรวจทางห้องปฏิบัติการ โดยการตรวจเลือดและปัสสาวะเพื่อวิเคราะห์

2.3.1 สภาวะพื้นฐานทางโลหิตวิทยา (ชนิดของกลุ่มเลือด จำนวน และลักษณะของเม็ดเลือดแดง จำนวนเม็ดเลือด และการแยกชนิดของเม็ดเลือดขาว ความเข้มข้นของฮีโมโกลบินฯ)

2.3.2 พยาธิสภาพหรือโรคที่เป็นมาแต่กำเนิด หรือสืบทอดได้

ทางพันธุกรรมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพและการออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬา

2.4 การซักประวัติ เพื่อทราบถึงข้อมูลเกี่ยวกับประวัติสุขภาพทั้งของเด็ก และบิดามารดา

การคัดเลือก

ในการคัดเลือกนักเรียนเข้าเรียน ในโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีนั้น ทางโรงเรียนได้แบ่งออกเป็น 2 ขั้นตอน ดังนี้ (กรมพลศึกษา, 2536 : 4)

1. การคัดเลือกขั้นต้น เป็นการคัดเลือกโดยพิจารณาด้านสมรรถภาพทางกลไกของผู้สมัคร

1.1 อาจารย์ของวิทยาลัยพลศึกษาที่ตั้งในเขตการศึกษาของผู้สมัครดำเนินการทดสอบสมรรถภาพทางร่างกายและทักษะทางการกีฬา แล้วจัดส่งเอกสารการรับสมัครพร้อมทั้งแบบบันทึกดังกล่าวให้คณะกรรมการกลางเพื่อดำเนินการต่อไป

1.2 คณะกรรมการกลางของกรมพลศึกษา ประมวลผลการทดสอบตามขั้นตอนที่ 1 จากทุกวิทยาลัยพลศึกษาและแจ้งรายชื่อผู้ผ่านการคัดเลือกขั้นต้นผ่านไปยังจังหวัดทุกจังหวัด และวิทยาลัยพลศึกษาทุกแห่ง

2. การคัดเลือกขั้นที่สอง เป็นการคัดเลือกโดยพิจารณาจากความถนัดทางการเรียนและความสมบูรณ์ด้านร่างกายและจิตใจ ดำเนินการ ณ วิทยาลัยพลศึกษาและโรงพยาบาลประจำจังหวัดที่ตั้งโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี

2.1 ทดสอบความถนัดทางการเรียน และสรุปผลการทดสอบความถนัดทางการเรียน โดยคณะกรรมการที่กรมพลศึกษาแต่งตั้ง

2.2 ตรวจวิเคราะห์ทางการแพทย์เพื่อประเมินความสมบูรณ์ด้านร่างกายและสุขภาพแล้วสรุปผลการตรวจวิเคราะห์ โดยคณะแพทย์และเจ้าหน้าที่โรงพยาบาลประจำจังหวัด

2.3 ทดสอบความสามารถพิเศษทางการกีฬา และสรุปผลคะแนนทดสอบเรียงลำดับความสามารถแต่ละประเภทกีฬา โดยคณะกรรมการที่เชี่ยวชาญจากกรมพลศึกษาเป็นผู้แต่งตั้งมา

2.4 คณะกรรมการรวบรวมผลการทดสอบความถนัดทางการเรียน ผลการตรวจวิเคราะห์ทางการแพทย์และการทดสอบความสามารถพิเศษทางการกีฬา สรุปพิจารณาตัดสินผลการสอบคัดเลือกเข้าเรียนในโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี แล้วประกาศรายชื่อผู้เข้าเรียนตามชั้นเรียน

แผนภูมิแสดงขั้นตอนการดำเนินการสอบคัดเลือกนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี

1. การรับสมัคร

หน่วยศึกษานิเทศก์กรมพลศึกษาประจำจังหวัด/วิทยาลัยพลศึกษาทุกแห่ง
กองกีฬากรมพลศึกษา ศูนย์ฝึกกีฬากรมพลศึกษาทุกแห่ง และโรงเรียน
กีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี

รับสมัครและรวบรวมเอกสาร

2. การคัดเลือกขั้นต้น

วิทยาลัยพลศึกษาทุกแห่งและกองกีฬากรมพลศึกษา

- ทดสอบ 1. ทดสอบสมรรถภาพทางกลไก
2. ทดสอบทักษะทางการกีฬา

3. การคัดเลือกขั้นที่สอง

คณะกรรมการกลางที่กรมพลศึกษาแต่งตั้ง

- ทดสอบ 1. ความถนัดทางการเรียน
2. ความสามารถพิเศษทางการกีฬา
3. ตรวจสอบภาพ

ประกาศรายชื่อผู้เข้าเรียนตามชั้นเรียน

การจัดการศึกษาของโรงเรียนกีฬา

การจัดการศึกษาของโรงเรียนกีฬา (กรมพลศึกษา. 2534 : 7 - 8) กล่าวว่า เป็นการจัดการศึกษาเพื่อขยายโอกาสทางการศึกษาสำหรับนักเรียนที่มีความถนัดและความสามารถพิเศษทางการกีฬา ให้ได้รับการส่งเสริมและพัฒนาความสามารถทางการกีฬาให้ถึงขีดสูงสุดไปพร้อม ๆ กับการศึกษาตามหลักสูตรประถมศึกษาและมัธยมศึกษาของกระทรวงศึกษาธิการ ซึ่งจะเป็นการเตรียมและการผลิตนักกีฬาของชาติที่มีคุณภาพ ตลอดทั้งเป็นการยกระดับมาตรฐานการกีฬาของชาติให้ทัดเทียมกับนานาชาติของประเทศ สร้างเกียรติยศชื่อเสียงและเกียรติภูมิของประเทศชาติและประชาชนชาวไทย โดยส่วนรวมลักษณะของโรงเรียนกีฬาเป็นโรงเรียนประจำ (กิน - นอน) นักเรียนทุกคนได้รับเงินอุดหนุนจากรัฐบาลด้านค่าใช้จ่าย ค่าอาหาร ค่าเสื้อผ้า ค่าที่พัก และค่าอุปกรณ์การเรียน การจัดการเรียนการสอน และการดำเนินการของโรงเรียนกีฬาในแต่ละด้านดังนี้

1. การจัดหลักสูตรและการเรียนการสอน

การจัดการเรียนการสอนตามหลักสูตรประถมศึกษาและมัธยมศึกษาพุทธศักราช 2521 ฉบับปรับปรุงพุทธศักราช 2533 ของกระทรวงศึกษาธิการเหมือนโรงเรียนทั่วไปทุกประการ แต่จะมุ่งเน้นการนันทนาการและเทคโนโลยีใหม่ ๆ มาใช้ในการจัดการเรียนการสอนให้มากที่สุด จัดครู - อาจารย์ที่มีความรู้ความสามารถ มีประสบการณ์ และมีความเชี่ยวชาญในการสอนในแต่ละระดับชั้นและแต่ละรายวิชา สอนในแต่ละระดับชั้นตามหลักสูตร นอกจากนี้ยังได้จัดกิจกรรมร่วมหลักสูตรและกิจกรรมเสริมหลักสูตร เพื่อพัฒนาบุคลิกภาพ จิตใจ คุณธรรม วัฒนธรรม และการอาชีพให้กับนักเรียนในโรงเรียนกีฬา โดยมุ่งเน้นให้นักเรียนเป็นพลเมืองดีมีคุณธรรมและจริยธรรมเป็นที่พึงประสงค์ของสังคม และมีความเป็นเลิศทางด้านวิชาการควบคู่กันไป

2. การฝึกสอนกีฬา

การฝึกสอนกีฬาในโรงเรียนกีฬามุ่งเน้นพัฒนาสมรรถภาพทางกายและความสามารถทางการกีฬาให้ถึงขีดสูงสุด ตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬา โดยระดมทรัพยากรบุคคลของกรมพลศึกษาที่มีความรู้ ความสามารถ ประสบการณ์ และมีความเชี่ยวชาญเฉพาะกีฬามารับผิดชอบในการสอนประจำ และเป็นอาจารย์พิเศษจัดตั้งศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬา สร้างเสริมพัฒนา ป้องกัน

และแก้ไขปัญหาด้านสมรรถภาพทางกายและความสามารถทางการกีฬา ฝึกสอนกีฬาให้กับนักเรียน ที่มีความสามารถพิเศษในแต่ละชนิดกีฬาเป็นประจำทุกวัน วันละ 3 ชั่วโมง โดยมุ่งพัฒนานักเรียน ให้มีความสามารถทางการกีฬาตามลำดับดังนี้

- 2.1 เตรียมความพร้อมทางด้านร่างกายและจิตใจ
- 2.2 เสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย
- 2.3 พัฒนาทักษะกลไกในการเคลื่อนไหว
- 2.4 วางพื้นฐานทักษะทางการกีฬาระดับพื้นฐาน
- 2.5 พัฒนาทักษะทางการกีฬาระดับพื้นฐานให้มีประสิทธิภาพสูงขึ้น
- 2.6 วางพื้นฐานและทักษะกีฬาเพื่อการแข่งขัน
- 2.7 พัฒนาความสามารถในการแข่งขัน
- 2.8 สร้างเสริมประสบการณ์ในการแข่งขันภายในประเทศ และต่างประเทศ
- 2.9 การแข่งขันเพื่อความเป็นเลิศระดับชาติและนานาชาติ

การพัฒนาความสามารถทางการกีฬานักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีมุ่งหวัง ความสำเร็จในระยะยาว โดยมีเป้าหมายกำหนดที่จะผลิตนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาระดับ ชาติ ครั้งที่ 18 ในปี พ.ศ. 2538 เป็นปีแรก และจะผลิตนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเอเซียเกมส์ และโอลิมปิกเกมส์ ต่อไป

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับแบบสำรวจปัญหานี้

สุภาพรณ โคตรจรัส (2524 : 25) ได้กล่าวว่า แบบสำรวจปัญหานี้เป็นแบบ สำรวจปัญหาที่ใช้วัดสถานะการ การปรับตัวของบุคคล โดยเฉพาะอย่างยิ่งกับกลุ่มตัวอย่างที่มีปัญหา การปรับตัวในระดับปกติ เช่น ในสถาบันการศึกษาอย่างมีประสิทธิภาพ และยังเป็นเทคนิคในการ รายงานตนเองที่ใช้สำรวจปัญหาด้านต่าง ๆ ตรงตามทฤษฎีของโรเจอร์ส (Rogers) ครอบคลุม ลักษณะปัญหาทฤษฎีวิลเลียมสัน (Williamson) และเพรสคอตต์ (Prescott) ซึ่งสอดคล้องกับ ลักษณะงานตามขั้นพัฒนาการในวัยรุ่นของฮาวิกเฮริสท์ (Havighurst)

ประวัติความเป็นมา

แบบสำรวจปัญหามุนีใช้ตัวย่อว่า MPCL (Mooney Problem Checklist : College Form; 1950 : 1) สร้างขึ้นเมื่อปี ค.ศ. 1941 โดย รอสส์ แอล มูนี (Ross L. Mooney) และผู้ร่วมงาน คือ ลีโอนาร์ด วี กอร์ดอน (Leonard V. Gordon) และปรับปรุงครั้งสุดท้ายเมื่อปี ค.ศ. 1950 เพื่อสนองเป้าหมายทางสุขภาพจิตและงานสวัสดิการนักเรียนนิสิตนักศึกษามูนีและผู้ร่วมงาน ได้พยายามพัฒนาวิธีการที่มีระบบในการค้นหาปัญหาของเยาวชนโดยสำรวจเป็นกลุ่ม เป็นวิธีการที่สะดวกง่าย ไม่ซับซ้อน โดยสร้างรายการปัญหาที่จะช่วยให้บุคคลได้แสดงปัญหาส่วนตัวของคนออกมา และวงกลมหัวข้อที่เป็นปัญหามากที่สุด พร้อมทั้งเขียนสรุปปัญหาที่ตนประสบ ผู้ที่ได้คะแนนปัญหามาก คือ ผู้ที่ทางสถาบันการศึกษาควรให้บริการให้คำปรึกษา ความง่ายและสะดวกในการดำเนินการทำให้ผู้นำแบบสำรวจนี้ไปใช้อย่างกว้างขวาง ทั้งเพื่อการวิจัยและเพื่อการให้คำปรึกษาและแนะแนว ครอนบาค (Cronbach. 1970 : 126) เน้นว่าเนื่องจากแบบสำรวจปัญหามูนีมีวิธีการที่ง่าย แม้ผู้ที่ได้รับการฝึกเตรียมมาทางด้านการทดสอบในขอบเขตจำกัดก็สามารถนำไปใช้ได้

แบบสำรวจปัญหามูนี ไม่ใช่แบบทดสอบ แต่เป็นรายการปัญหาที่ช่วยให้บุคคลได้แสดงออกถึงปัญหาส่วนตัวของตน เป็นเทคนิคในการรายงานตนเอง (Self - Report Technique) คะแนนที่ได้ไม่ได้บ่งบอกถึงความรุนแรงของปัญหา แต่แสดงถึงจำนวนของปัญหาที่บุคคลรับรู้อย่างรู้ตัวและเต็มใจที่จะบอกให้ทราบ

ประโยชน์และข้อจำกัด

ประโยชน์ของแบบสำรวจปัญหามูนีนอกจากจะอยู่ที่วิธีการที่ง่าย สะดวก และประหยัดในการค้นหาปัญหาส่วนใหญ่ของกลุ่มและปัญหาของแต่ละบุคคลในกลุ่มแล้ว มูนีและกอร์ดอน (Mooney and Gordon. 1950 : 8) ยังได้เน้นถึงประโยชน์ของแบบสำรวจในการสนองวัตถุประสงค์ที่สำคัญ 5 ประการ คือ

1. เพื่อช่วยอำนวยความสะดวกในการให้คำปรึกษา
 - 1.1 เปิดโอกาสให้บุคคลได้สำรวจ และสรุปปัญหาของตนเองอย่างกว้างขวาง มองเห็นปัญหาทั้งหมดที่จะนำไปปรึกษาอาจารย์แนะแนว หรืออาจารย์อื่น ๆ เป็นการเตรียมบุคคล เพื่อความพร้อมในการรับบริการให้คำปรึกษา
 - 1.2 ช่วยประหยัดเวลาของผู้ให้คำปรึกษา ในการทำความเข้าใจปัญหาของผู้มารับการปรึกษาได้อย่างรวดเร็ว โดยการอ่านรายการปัญหาที่ผู้มารับการปรึกษาคอบ
2. เพื่อการสำรวจปัญหาของบุคคลเป็นกลุ่ม นำไปสู่การวางแผนให้ความช่วยเหลือเป็นรายบุคคล
 - 2.1 เพื่อค้นหาลักษณะของปัญหาในชีวิตของบุคคล
 - 2.2 เพื่อค้นหานักเรียน นิสิตนักศึกษา ที่ต้องการความช่วยเหลือจากการให้คำปรึกษาหรือบริการอื่น ๆ ในปัญหาที่เกี่ยวข้องกับ สุขภาพ สถานศึกษา บ้าน สัมพันธภาพทางสังคมบุคลิกภาพ หรือปัญหาส่วนตัวอื่น ๆ
 - 2.3 เพื่อค้นหาปัญหาที่นักเรียน นิสิตนักศึกษาประสบมากที่สุดใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาและปรับปรุงหลักสูตร กิจกรรมเสริมหลักสูตรตลอดจนโปรแกรมการแนะแนวของสถานศึกษา
3. เพื่อเป็นพื้นฐานในการจัดโฮมรูม (Homeroom) การแนะแนวเป็นกลุ่มและการปฐมนิเทศ
 - 3.1 เป็นการกระตุ้นให้นักเรียน นิสิตนักศึกษาแต่ละบุคคลตระหนักถึงความต้องการ และวิเคราะห์ความต้องการของตนได้อย่างรวดเร็ว
 - 3.2 ช่วยชี้แนะทางการกำหนดหัวข้อการอภิปราย และกิจกรรมกลุ่มได้ตรงกับ ความสนใจและความต้องการของแต่ละกลุ่ม
4. เพื่อช่วยให้อาจารย์เข้าใจในชั้นเรียนของตนมากขึ้น
 - 4.1 เพื่อเสนอวิธีการที่ช่วยให้อาจารย์สามารถสร้างสัมพันธภาพส่วนตัวกับนักเรียน นิสิตนักศึกษา แต่ละคนได้ดีขึ้น
 - 4.2 เพื่อช่วยให้มีข้อมูลในการวิเคราะห์ทำความเข้าใจนักเรียน นิสิตนักศึกษา ซึ่งยากต่อการทำความเข้าใจหรือ "เข้าถึง" ได้เป็นพิเศษ

5. เพื่อการวิจัยเกี่ยวกับปัญหาของเยาวชน

- 5.1 เพื่อแสดงให้เห็นความเปลี่ยนแปลง และความแตกต่างของปัญหาของเยาวชน
เมื่อจำแนกตาม อายุ เพศ ภูมิหลังทางสังคม ความสามารถในการเรียน ความสนใจ เป็นต้น
- 5.2 เพื่อค้นหากลุ่มของปัญหาที่มีความสัมพันธ์ต่อกัน
- 5.3 เพื่อวัดการเปลี่ยนแปลงที่เป็นผลจากการจัดโปรแกรมลดปัญหาให้กับ
นักเรียนนิสิตนักศึกษา

ข้อจำกัด

การใช้ MPCL เป็นเครื่องมือนี้ ต้องคำนึงถึงข้อจำกัดของเครื่องมือแบบนี้ด้วยว่าเป็น
เครื่องมือที่ไม่ได้เป็นเทคนิคที่ลึก เป็นการดูถึงจิตสำนึก (Conscious) มิใช่จิตใต้สำนึก
(Unconscious)

2.3 ชนิดของแบบสำรวจปัญหานี้

เนื่องจากบุคคลแต่ละวัยแต่ละกลุ่มย่อมมีปัญหบางส่วนที่คล้ายคลึงกันและแตกต่างกันมุนี
และกอร์ดอนจึงได้พัฒนาแบบสำรวจปัญหานี้ 6 แบบด้วยกัน 3 แบบแรกเป็นแบบที่ใช้ในสถาบัน
การศึกษา 3 ระดับ คือ ระดับวิทยาลัยและมหาวิทยาลัย ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ระดับมัธยม
ศึกษาตอนต้น พัฒนากันในปี ค.ศ. 1941 และ 1942 ต่อมาได้พัฒนาแบบสำรวจสำหรับนักเรียน
พยาบาล และแบบสำรวจสำหรับเยาวชนชนบทในปี ค.ศ. 1945, 1946 และในปี ค.ศ. 1950
มุนีและกอร์ดอน (Mooney and Gordon) ได้ปรับปรุงแบบสำรวจปัญหาสำหรับใช้ในสถาบัน
การศึกษา 3 ระดับ และได้พัฒนาแบบสำรวจปัญหาสำหรับผู้ใหญ่ (Gordon and Mooney, 1950)
ส่วนแบบสำหรับนักเรียนพยาบาล และแบบสำรวจเยาวชนชนบททางภาควิทยาการศึกษ
มหาวิทยาลัยโอไฮโอ ได้นำไปปรับปรุง ในปี ค.ศ. 1961 และ 1974 มีรายละเอียดพอสรุป
ได้ดังนี้

1. แบบ เอ คือ แบบสำรวจปัญหาสำหรับผู้ใหญ่ (Adult Form A) สำรวจ
ปัญหา 9 ด้าน ได้แก่ ด้านสุขภาพ ความมั่นคงทางเศรษฐกิจ การปรับปรุงตนเอง บุคลิกภาพ

บ้านและครอบครัว ความสัมพันธ์กับเพื่อนต่างเพศ การปรับตัวทางเพศ ศาสนา และอาชีพประกอบ ด้วยรายการปัญหา 288 ข้อ

2. แบบ ซี คือ แบบสำรวจปัญหาสำหรับนิสิตนักศึกษา (College Form C)

3. แบบ เอช คือ แบบสำรวจปัญหาสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย (High School : Form H) ซึ่งได้แก่นักเรียน เกรด 10 - 12

4. แบบ เจ คือ แบบสำรวจปัญหาสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น (Junior High School : Form J) ซึ่งได้แก่นักเรียนเกรด 7 - 9 สำรวจปัญหา 7 ด้าน คือ ด้าน สุขภาพและพัฒนาการทางร่างกาย โรงเรียน บ้านและครอบครัว การเงิน การงานและอนาคต ความสัมพันธ์กับเพื่อนทั้งชายและหญิง ความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นโดยทั่วไปและความกังวลเกี่ยวกับตนเอง ประกอบด้วยรายการปัญหาด้านละ 30 ข้อ รวมทั้งสิ้น 210 ข้อ

5. แบบสำรวจปัญหาสำหรับนักเรียนพยาบาล

6. แบบสำรวจปัญหาสำหรับเยาวชนชนบท มีอายุระหว่าง 16 - 30 ปี

ลักษณะเด่นอีกประการหนึ่งของแบบสำรวจปัญหานี้ ได้แก่ รายการปัญหาที่ครอบคลุม ปัญหาส่วนใหญ่ที่บุคคลในแต่ละวัยแต่ละกลุ่มประสบ มีข้อความที่สั้นกระชับรัดกุมสื่อความหมายเข้าใจได้ง่ายเป็นปัญหาโดยทั่วไปในระดับจิตสำนึก ไม่มีการกระตุ้นให้ตอบคำถามส่วนตัวที่ลึกซึ้งเฉพาะเจาะจงเหมาะสำหรับการสำรวจปัญหาโดยทั่วไปโดยวิธีการกลุ่ม

การพัฒนาและปรับปรุง

ในการพัฒนาแบบสำรวจปัญหานี้ (Mooney and Gordon, 1950 : 9) ได้มีการสร้างรายการปัญหาหลัก (master list) กว่า 5,000 รายการ โดยประมวลจาก ประสบการณ์ของผู้สร้างแบบสำรวจในฐานะที่เป็นอาจารย์แนะแนวและผู้บริหาร การวิเคราะห์ รายงานการศึกษาเฉพาะรายและบันทึกการให้คำปรึกษานักเรียน และนิสิตนักศึกษา เอกสาร อ้างอิงเกี่ยวกับปัญหาของนักเรียนและนิสิตนักศึกษา การวิเคราะห์เรียงความเขียนเกี่ยวกับปัญหา ส่วนตัวของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา จำนวน 4,000 คน การวิเคราะห์ปัญหาของนักเรียน เกรด 7 - 12 จำนวน 250 คน โดยละเอียด การศึกษารายการแสดงความต้องการทาง

และการศึกษาของนักเรียนเกรด 6 เกรด 9 เกรด 12 จำนวน 950 คน 5,000 รายการ และอื่น ๆ โดยมีเกณฑ์ในการคัดเลือกรายการปัญหาดังนี้ คือ 1. ใช้ภาษาที่นักเรียนและนิสิตศึกษาใช้ 2. เป็นข้อความที่สั้นกระชับรัดได้ใจความ 3. เป็นปัญหาทั่วไปที่พบเสมอในนักเรียนและนิสิตนักศึกษาส่วนใหญ่ หรือเป็นปัญหาสำคัญของแต่ละบุคคล 4. ประกอบด้วยรายการปัญหาที่เป็นปัญหาค่อนข้างเบาไปถึงปัญหาหนัก 5. สำหรับปัญหาที่มีความเป็นส่วนตัวมากจะใช้ข้อความที่กว้างมีลักษณะทั่ว ๆ ไป เพื่อช่วยให้บุคคลสามารถตอบรายการปัญหานั้น ๆ ได้โดยรู้สึกว่าได้เปิดเผยในสิ่งที่ลึกซึ้งเฉพาะเจาะจง ถ้าต้องการรับการปรึกษาจะนำปัญหาเฉพาะนั้นมาเปิดเผยได้ในภายหลัง และ 6. เป็นปัญหาที่มองจากตัวนักเรียนและนิสิตนักศึกษาเองไม่ใช่สะท้อนจากสังคม นอกจากนี้ในการจัดกลุ่มหรือด้านของปัญหาและจัดรายการปัญหาให้เหมาะสมในแต่ละด้านนั้นมีเกณฑ์ในการพิจารณา คือ 1. ให้ครอบคลุมปัญหาที่รวบรวมได้ 2. ให้แต่ละด้านมีจำนวนรายการปัญหาเท่ากัน 3. รายการปัญหาในแต่ละด้านมีความสอดคล้องกัน 4. มีจำนวนข้อไม่มากจนเกินไป ย่อยต่อการสรุป แต่ครอบคลุมปัญหาในด้านนั้น ๆ และ 5. จัดด้านของปัญหาให้ง่ายต่อการให้ข้อเสนอแนะ เพื่อการแก้ไขมักจะมีโปรแกรมที่จัดดำเนินการเพื่อการแก้ไขหรือพัฒนาด้านนั้น ๆ อยู่แล้วในสถาบันการศึกษา

สำหรับแบบสำรวจปัญหาของนักเรียนในระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ในครั้งแรกคัดเลือกรายการปัญหาได้ 370 ข้อ นำไปเก็บข้อมูลกับนักเรียน จำนวน 200 คน แบบสำรวจมาปรับปรุงคัดรายการปัญหาไว้ได้ 320 ข้อ แบบสำรวจฉบับนี้ไปเก็บข้อมูลกับนักเรียนที่เรียนซ่อมเสริมรัฐโอไฮโอ นำข้อมูลมาวิเคราะห์และใช้เป็นพื้นฐานในการปรับปรุงครั้งที่ 3 คัดรายการปัญหาไว้ได้ 210 ข้อ และจัดพิมพ์ในปี ค.ศ. 1941 ในการปรับปรุงแบบสำรวจในปี ค.ศ. 1950 นอกจากจะใช้ข้อมูลที่มีอยู่แล้วเป็นพื้นฐานในการปรับปรุง ยังได้ข้อมูลเป็นจำนวนมากจากการวิจัยไม่ได้ตีพิมพ์ของกอร์ดอน (Gordon) ในปี ค.ศ. 1948 ได้แก่การหาค่าความเที่ยงตรงของแบบสำรวจโดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียน จำนวน 243 คน การวิเคราะห์กลุ่ม (Cluster Analysis) ของรายการปัญหา โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียน จำนวน 280 คน ข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างชาย 97 คน หญิง 150 คน ข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างนักเรียนในรัฐโอไฮโอ ชาย 163 คน หญิง 112 คน (Mooney and Price. 1946) ข้อมูลจากการศึกษาทหารผ่านศึกที่แต่งงานแล้วจำนวน 95 คน และโสด จำนวน 100 คน (Entwistle. 1943) ข้อมูลจาก

การศึกษาปัญหาส่วนตัวของนักเรียนหญิง จำนวน 171 คน (Mooney. 1943) ข้อมูลจากการวิเคราะห์คำตอบของนักเรียน จำนวน 1,200 คน โดยละเอียดและข้อมูลจากคำตอบของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายจากรัฐอิลลินอยส์ จำนวน 57 โรงเรียน ปรากฏว่าพัฒนาได้รายการปัญหาสำหรับสำรวจปัญหา 7 ด้าน ประกอบด้วยปัญหาด้านละ 30 ข้อ รวมทั้งสิ้น 210 ข้อ

ต่อมาในปี 1971 บรูว์สเตอร์ (Brewster. 98 : 1971) นำแบบสำรวจปัญหานี้สำหรับนักเรียนในระดับมัธยมศึกษาตอนต้นฉบับปรับปรุงแก้ไขในปี ค.ศ. 1950 มาศึกษาว่าแบบสำรวจปัญหานี้ยังใช้ได้เหมาะสมกับนักเรียนในปัจจุบันหรือไม่ ในขั้นแรกนำแบบสำรวจปัญหานี้ทดสอบกับนักเรียนชุมชน 2 แห่ง จำนวน 144 คน พบว่าต้องคัดรายการปัญหาออก 112 ข้อ จาก 210 ข้อ นำรายการปัญหาที่คงไว้ไปรวมกับรายการปัญหาหลักที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น 900 ข้อ พัฒนาเป็นแบบสำรวจปัญหานักเรียนในชุมชน (Junior College Problem Checklist) ประกอบด้วยรายการปัญหา 579 ข้อ นำไปทดลองใช้และปรับปรุง ได้แบบสำรวจปัญหาซึ่งประกอบด้วยรายการปัญหา 210 ข้อ ปัญหาการปรับตัว 8 ด้าน เป็นลักษณะปัญหาที่เหมือนกันกับปัญหาการปรับตัวด้านต่าง ๆ ในแบบสำรวจปัญหานี้ และเพิ่มปัญหาในชีวิตปัจจุบันขึ้นอีกเพียงด้านเดียว นำไปทดสอบกับนักเรียน จำนวน 311 คน ในโรงเรียน 13 แห่ง ผลปรากฏว่าปัญหาที่นักเรียนเป็นกังวลมากที่สุด คือ ปัญหาภาวะ ถัดไปคือปัญหาการปรับตัวทางการเรียน และปัญหาในชีวิตปัจจุบันตามลำดับ นักเรียนหญิงและชายตอบปัญหาในบางด้านแตกต่างกัน นักเรียนที่ระดับอายุและชั้นปีเดียวกันแม้จะอยู่ต่างโรงเรียนประสบปัญหาลักษณะคล้ายคลึงกัน นักเรียนปัจจุบันมีปัญหากับปัญหาสังคมมากกว่า และแบบสำรวจปัญหาที่บรูว์สเตอร์พัฒนาขึ้นครอบคลุมปัญหาที่นักเรียนในปี ค.ศ. 1970 - 1971 ประสบปัญหาทั้ง 7 ด้าน แสดงว่าแบบสำรวจปัญหานี้ยังนำมาใช้ได้ดี

อย่างไรก็ตาม พาลลาดีโน และ ทรียอน (Palladino and Tryon. 1978 : 108) ได้นำแบบสำรวจปัญหานี้สำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นฉบับแก้ไขปรับปรุงในปี ค.ศ. 1950 มาทดสอบเพื่อเปรียบเทียบปัญหาของนักเรียนในปีการศึกษา 1969 และในปีการศึกษา 1976 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนอายุระหว่าง 14 - 17 ปี เป็นชาย 400 คน และเป็นหญิง 400 คน ในแต่ละกลุ่ม พบว่านักเรียนที่เข้าศึกษาในปีการศึกษา 1976 มีปัญหามากกว่านักเรียนที่เข้าศึกษาในปีการศึกษา 1969 อย่างมีนัยสำคัญด้านการเงิน ที่อยู่อาศัย และการทำงาน ด้านอนาคต

เกี่ยวกับอาชีพและการศึกษา และค่าน้ำเงินและครอบครัว และรวมปัญหาทั้งหมด นักเรียนหญิงมีปัญหามากกว่านักเรียนชายอย่างมีนัยสำคัญในปัญหา 7 ด้าน ปัญหาด้านกิจกรรมทางสังคมและนันทนาการ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ด้านการปรับตัวทางอารมณ์และส่วนตัวเป็นปัญหาในอันดับสูง ทั้งเพศชายและหญิง ในกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มเป็นนักเรียนในปี ค.ศ. 1976 มีปัญหาทางการเงิน ที่อยู่อาศัยและการหางาน และปัญหาด้านอนาคตเกี่ยวกับอาชีพและการศึกษาอยู่ในอันดับต้น ๆ และปัญหาด้านสุขภาพและการพัฒนาการทางร่างกายในอันดับท้าย ๆ มากกว่า นักเรียนของปี ค.ศ. 1969

จากประวัติความเป็นมาของแบบสำรวจปัญหา การปรับตัวมุนนี้ที่กล่าวข้างต้นจะเห็นได้ว่า ได้มีผู้เชี่ยวชาญหลายท่านได้พัฒนา ปรับปรุงมานานจนเป็นแบบสำรวจที่มีคุณภาพเป็นที่รู้จักกันแพร่หลายว่า เป็นแบบสำรวจที่มีลักษณะของรายการปัญหาในระดับปกติ ครอบคลุมปัญหาด้านต่าง ๆ ของนักเรียน เป็นรายการปัญหาที่ถามสั้น ๆ อ่านแล้วเข้าใจง่าย ผู้ตอบพร้อมที่จะตอบและรายงานตนเองจากความรู้สึกจิตสำนึก และเป็นแบบสำรวจที่ตรวจให้คะแนนง่ายตรงไปตรงมาไม่มีกระบวนการในการแปลผลที่สลับซับซ้อนนัก

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัว

ความหมายของการปรับตัว

ในเรื่องการปรับตัวนี้มีผู้ให้คำจำกัดความและความหมายไว้หลายประการคือ

โรเจอร์ส (สุภาพรรณ โคตรจรัส. 2524 : 14 ; อ้างอิงมาจาก Rogers. 1951) กล่าวว่า การปรับตัว คือ บุคลิกภาพทั้งหมดของบุคคลที่มีต่อพฤติกรรม และความขัดแย้งหรือความไม่สอดคล้องระหว่างความนึกคิดเกี่ยวกับตนเองและประสบการณ์ นามาสู่ความตึงเครียดทางอารมณ์ ผู้ปรับตัวได้หมายถึง ผู้ที่มีความนึกคิดเกี่ยวกับตนเองและความเป็นจริงสอดคล้องกันจึงปราศจากความตึงเครียดรวมถึงความนึกคิดเกี่ยวกับตนเองในทางบวกด้วย

แชฟเฟอร์ และโชเบน (Shaffer and Shoben. 1956 : 56) กล่าวว่าโดยสรุปว่าการปรับตัว หมายถึง การรับรู้ในระดับจิตสำนึกภายในตนเองของบุคคล โดยจะไม่เปรียบเทียบกับเกณฑ์ปกติ หรือกับบุคคลอื่น

โลวิงเจอร์ และออสโซริโอ (Loevinger and Ossorio, 1959 : 392 - 394) ได้กล่าวถึง การปรับตัว หมายถึง การรับรู้ตนเองของบุคคลในระดับต่าง ๆ เช่น มีความพอใจในตนเองน้อย มีการยอมรับตนเองน้อยความใกล้เคียงหรือผสมผสานระหว่างตนจริงกับตนในอุดมคติต่ำ พฤติกรรมหรือปรากฏการณ์ดังกล่าวจะเป็นลักษณะของความสามารถในการปรับตัวไม่ดี และในทางตรงกันข้าม การมีพฤติกรรมหรือปรากฏการณ์ การพิจารณาตนเองอยู่ในระดับสูง เช่น มีความพอใจในตนเองรู้สึกว่าคุณค่า เป็นพฤติกรรมหรือปรากฏการณ์ที่แสดงให้เห็นถึงการปรับตัวที่ดี

ต่อมาในปี 1971 กิลเมอร์ (Gilmer, 1971 : 75) ได้ให้ความหมายของการปรับตัวไว้ว่า หมายถึง การรับรู้ของบุคคลเกี่ยวกับตนเองและสภาพแวดล้อม โดยจะไม่เทียบกับเกณฑ์หรือระเบียบใด ๆ ทั้งสิ้น เป็นการรับรู้ตนเองของบุคคลแต่ละคน

สำหรับในประเทศไทย สุทธิ เจริญสุข (2520 : 51) ได้กล่าวว่า การปรับตัวเป็นพฤติกรรมที่คนเราแสดงออกมาให้เห็นอย่างชัดเจนเพื่อแก้ปัญหาเมื่อประสบความซับซ้อนใจ จึงต้องใช้กระบวนการการปรับตัว เมื่อคนเราเกิดความไม่สบายใจขึ้นแล้ว เราจะต้องแสดงพฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งออกมาเสมอ เพื่อช่วยให้ตนเองมีความรู้สึกที่ดีขึ้น

อรรถัย ชื่นมณูย์ (ม.ป.ป.) การปรับตัว เป็นพฤติกรรมของบุคคลเพื่อตอบสนองความต้องการของตนเองเมื่อประสบปัญหาทุกคนจะมีปัญหา และการปรับตัวที่ต่างกันอาจเป็นผลดีหรือผลเสียแก่ผู้กระทำพฤติกรรมนี้ก็ได้

สมชาย วรดิเรก (2527 : 9) ได้อธิบายว่า การปรับตัวคือ ลักษณะการกระทำในเรื่องความต้องการของมนุษย์ แบ่งออกเป็นสองประเภทใหญ่ ๆ คือ ความต้องการทางกาย ซึ่งหมายถึง ความต้องการอาหาร น้ำ การออกกำลังกาย การขับถ่าย และความต้องการอีกอย่างหนึ่ง คือ ความต้องการตำแหน่งทางสังคม ความปลอดภัย ความรัก ความเป็นอิสระและความสำเร็จ ดังนั้นการที่มนุษย์ตอบสนองความต้องการของตนเอง จึงเป็นความพยายามที่ต้องการให้การกระทำของตนเองสอดคล้องกับสังคมและสิ่งแวดล้อมที่เขาอาศัยอยู่ จึงจะทำให้เขาสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

อภิวันท์ วงศ์ข้าหลวง (2529 : 26) ให้ความหมายของการปรับตัวไว้ว่า หมายถึง การรับรู้ปัญหาของบุคคลในระดับปกติ เช่น ปัญหาเกี่ยวกับอารมณ์ สังคม เพื่อน ครอบครัว การเงิน การงานและอนาคตรวมถึงการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลทั่วไปด้วย

คาร์เนกี ประครองศิลป์ (2530 : 24) ได้กล่าวว่า การปรับตัว หมายถึง การรับรู้ของบุคคลในระดับจิตจากจิตสำนึกเกี่ยวกับอารมณ์ สังคม และสิ่งแวดล้อม

เพ็ญทิวา นรินทรางกูร ณ อยุธยา (2532 : 9) ให้ความหมายของการปรับตัวไว้ว่า หมายถึง สภาพจิตใจของคนเราที่รับรู้ในระดับจิตสำนึกเกี่ยวกับตนเองและสภาพแวดล้อมต่าง ๆ

สรุป การปรับตัว หมายถึง สภาพจิตใจของคนเราที่ประสบและรับรู้ปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในสิ่งแวดล้อมรอบข้างอันได้แก่ ปัญหาด้านสุขภาพ พัฒนาการทางกาย ปัญหาที่พบในโรงเรียนหรือครอบครัว ปัญหาด้านการเงิน การงานและอนาคต ปัญหาด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน และบุคคลทั่วไปตลอดจนความกังวลใจเกี่ยวกับตนเอง

ลักษณะของการปรับตัว

ความคิดเกี่ยวกับการปรับตัวมีกำเนิดมาจากวิชาชีววิทยา กล่าวคือ ดาร์วิน (Darwin) เป็นผู้เริ่มใช้คำว่า "การปรับตัว" (Adaptation) ในทฤษฎีวิวัฒนาการที่ว่าสิ่งมีชีวิตที่สามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมของโลกที่เต็มไปด้วยภัยอันตรายได้เท่านั้นที่จะดำรงชีวิตอยู่ได้ การปรับตัวในแง่ชีววิทยา เป็นการปรับตัวที่เป็นไปตามสภาพความต้องการของร่างกาย แต่การปรับตัวในแง่จิตวิทยา (Adjustment) หมายถึง การปรับตัวที่เป็นไปตามสภาพความต้องการของจิตใจ

การปรับตัวของมนุษย์เป็นไปตามแรงผลักดันสองอย่าง คือ

1. แรงผลักดันจากภายนอก (External Demands) เกิดจากการที่มนุษย์ต้องอยู่ท่ามกลางสิ่งแวดล้อม การที่มนุษย์ต้องอยู่ร่วมกันและต้องผูกพันกับผู้อื่น ดังนั้นคนจึงต้องปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมและสังคม ซึ่งเริ่มตั้งแต่วัยเด็กจนถึงวัยผู้ใหญ่
2. แรงผลักดันจากภายใน (Internal Demands) อันได้แก่ ความต้องการอาหาร น้ำ และความอบอุ่น เพื่อให้สามารถดำรงชีพอยู่ได้ด้วยความสุขสบายและอีกส่วนหนึ่งเกิดจากสภาวะทางจิต ซึ่งเป็นผลของการเรียนรู้ เช่น ความต้องการความอบอุ่นใจความต้องการเป็นที่ยอมรับของสังคม และความต้องการความสำเร็จ (Lazarus. 1969 : 17 - 18)

ทอร์ป และชมูลเลอร์ (สมชาย วรดิเรก. 2527 : 9 ; อ้างอิงมาจาก Thorpe and Schmuller. 1965 : unpagged) ได้จำแนกการปรับตัวของบุคคลออกเป็น 2 ลักษณะ คือ การปรับตัวด้านส่วนตัว ซึ่งหมายถึงความคิด ความรู้สึกที่บุคคลมีต่อตนเอง และการปรับตัวทางสังคม หมายถึง ความคิด ความรู้สึกหรือพฤติกรรมของบุคคลที่มีต่อบุคคลอื่นและให้ทัศนะว่า บุคคลที่มีสุขภาพจิตดี คือ บุคคลที่สามารถทำให้การปรับตัวด้านส่วนตัวและการปรับตัวทางสังคม อยู่ในลักษณะสมดุลย์กัน นอกจากนี้ เคโซ สวานนท์ (2512 : 8) ยังได้กล่าวว่า การปรับตัวนั้นจำแนกได้เป็น 3 ประเภท คือ การปรับตัวทางกาย การปรับตัวทางอารมณ์ และการปรับตัวทางสังคม

สรุปได้ว่า ลักษณะการปรับตัวในแง่จิตวิทยานั้นจะเป็นการศึกษาพฤติกรรมของมนุษย์ที่เกิดจากแรงผลักดันสองอย่าง คือ

1. แรงผลักดันภายนอก ซึ่งหมายถึง ข้อเรียกร้องที่เกิดจากสภาพแวดล้อมและสังคม
2. แรงผลักดันภายใน หรือแรงกระตุ้นอันเกิดจากสภาพ ทางสรีระภายในร่างกาย และจากประสบการณ์ทางสังคมที่ได้เรียนรู้ในอดีต

ทฤษฎีการปรับตัว

ดวงเดือน พันธุมนาวิน และเพ็ญแข ประจักษ์จินิก (2524 : 10 - 12) ได้กล่าวถึง ทฤษฎีการปรับตัวของ อีริคสัน (Erikson) ว่า สิ่งที่มีความสำคัญที่สุดในการปรับตัวคือ ความสัมพันธ์กับผู้ที่เกี่ยวข้องกับแวดล้อมตนในช่วงนั้น ๆ ครอบครัวมีส่วนเกี่ยวข้องในการวางพื้นฐานทางจิตใจให้แก่บุคคลตั้งแต่วัยทารกเป็นต้นมา ความจำเป็นที่จะต้องปรับตัวของบุคคลเนื่องจากความเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย ทางความรู้ ความสามารถ และการเปลี่ยนแปลงทางสังคม การที่บุคคลจะปรับตัวได้ดีเพียงใดขึ้นอยู่กับความสัมพันธ์ของบุคคลนั้นที่มีต่อผู้แวดล้อมรอบตนเอง อีกทั้งความสามารถในการปรับตัวได้ดีในขั้นก่อนจะมีอิทธิพลต่อการปรับตัวในขั้นต่อไปด้วย นอกจากนี้ ทฤษฎีของ อีริคสัน ยังกล่าวว่า เด็กต้องปรับตัวเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงทางสรีระและสังคม ประกอบกับการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัวและพื้นฐานทางจิตใจแต่เดิมของเด็ก ซึ่งจะส่งผลร่วมกันต่อความสามารถในการปรับตัวของบุคคลในแต่ละช่วงอายุ

วิลเลียมสัน (Williamson. 1950 : unpagged) ผู้นำทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบนำทาง มีความเชื่อว่ามนุษย์มีสติปัญญา และเหตุผลตลอดจนมีแนวโน้มที่จะพัฒนาตนเองได้แต่การที่จะพัฒนาอย่างเต็มพิกัดต้องอาศัยความช่วยเหลือจากบุคคลอื่น โดยเฉพาะจากสังคมที่แวดล้อมเขาอยู่ การที่บุคคลมีการปะทะสัมพันธ์กับผู้อื่นในสังคม ทำให้เขามองเห็นและรู้จักตัวเองในด้านต่าง ๆ เช่น ความรู้ความสามารถ ความสนใจ ค่านิยมและทัศนคติความต้องการและเป้าหมายที่เขาเลือก ขณะเดียวกันก็ได้เรียนรู้จากผู้อื่น ได้รับข้อมูลและประสบการณ์ทางสังคมด้านต่าง ๆ เช่น ค่านิยมในสังคม มาตรฐานและข้อจำกัดทางสังคม ปัญหาต่าง ๆ ในสังคมตลอดจนวิธีการที่จะจัดการแก้ไขทั้งทางตรงและทางอ้อม จากความเชื่อดังกล่าววิลเลียมสัน สรุปว่าบุคคลจะสามารถปรับตัวได้ถ้าเขามีความรู้ความเข้าใจในตัวเอง รู้จักและเข้าใจสังคมเพราะเขาจะสามารถตัดสินใจเลือกวิธีการดำเนินชีวิต หรือแก้ปัญหาได้อย่างมีทิศทางและมีเหตุผล โดยการใช้ข้อมูลที่เขาได้รับจากประสบการณ์ในสังคมมาประกอบการพิจารณา จนสามารถสร้างความสอดคล้องหรือยืดหยุ่นระหว่างความต้องการ และเป้าหมายที่พึงประสงค์ของตนกับสภาพแวดล้อมทางสังคม

วิลเลียมสัน ได้พิจารณาแยกแยะปัญหาการปรับตัวของบุคคลในแง่ของการปรับตัวต่อสภาพการณ์และสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ไว้ 5 ประการคือ

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

ฮาวิกเฮริสท์ (Havighurst. 1953 : unpagged) พิจารณาการปรับตัวในแง่ของการเรียนรู้ตามขั้นพัฒนาของชีวิต เขามีความเห็นว่าการพัฒนาของชีวิตในแต่ละวัยนั้นบุคคลจะมีงานประจำวัย หรืองานประจำขั้นที่ต้องเรียนรู้ควบคู่ไปด้วย ถ้าบุคคลสามารถพัฒนางาน

ประจำวัยได้สำเร็จก็จะเป็นบุคคลที่มีความสุข และสามารถพัฒนางานประจำวัยในขั้นต่อไปได้สำเร็จด้วย ในทางตรงกันข้ามงานในช่วงวัยใดไม่ประสบผลสำเร็จจะทำให้บุคคลนั้นไม่มีความสุขและพัฒนางานประจำวัยในช่วงต่อไปด้วยความยากลำบาก ดังนั้นบุคคลที่การปรับตัวได้ในทัศนะของฮาวิกเฮร์สท์จึงหมายถึง บุคคลที่ประสบความสำเร็จในการเรียนรู้ และพัฒนางานประจำวัยให้ผ่านพ้นได้ด้วยดี งานพัฒนาตามขั้นที่จำเป็นสำหรับวัยรุ่นและผู้ใหญ่ตอนต้นประกอบด้วย

1. สามารถสร้างความสัมพันธ์ที่ดี และเหมาะสมกับเพื่อนรุ่นเดียวกันทั้งที่เป็นเพศเดียวกันและต่างเพศ
2. สามารถปรับตัวได้เหมาะสมกับบทบาททางเพศของตน
3. มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับพัฒนาการทางร่างกายของตน สามารถปรับตัวให้เข้ากับ ความเปลี่ยนแปลง
4. สามารถควบคุมอารมณ์ของตนได้ เป็นตัวของตัวเองไม่ต้องพึ่งพิงทางอารมณ์จากผู้อื่น เช่น ผู้ใหญ่
5. มั่นใจในเรื่องเศรษฐกิจการเงิน สามารถรับผิดชอบในการใช้จ่ายเงินได้
6. การเลือกและการเตรียมตัวเพื่ออาชีพ
7. เตรียมตัวในเรื่องคู่ครองและชีวิตครอบครัว
8. พัฒนาความรู้ความเข้าใจ เรื่องค่านิยม และจริยธรรม เพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต

เพรสคอตท์ (Prescott. 1957 : 187) ได้กล่าวถึงปัจจัยที่สำคัญ 6 ประการ ที่มีผลต่อการเรียนรู้ของเด็ก ซึ่งเห็นได้ว่าพิจารณาในแง่การปรับตัวต่อสภาพการณ์และสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ เป็นส่วนใหญ่ ประกอบด้วย 1. พัฒนาการทางร่างกาย ได้แก่ สุขภาพโดยทั่วไป สุขนิสัย น้ำหนักและส่วนสูง ความพิการหรือความบกพร่องทางร่างกาย สายตา การได้ยิน ความคล่องแคล่วในการเคลื่อนไหว และการใช้พลัง 2. ความรัก ได้แก่ ทัศนคติของบิดา มารดา พี่น้อง ที่มีต่อผู้เรียน 3. วัฒนธรรมและการอบรมเลี้ยงดูทางบ้าน 4. ความสัมพันธ์กับเพื่อนวัยเดียวกัน 5. การพัฒนาแห่งตน ได้แก่ ความตั้งใจ ความสนใจ ค่านิยม เป้าหมาย และ 6. การปรับตัว ได้แก่ การปรับตัวทางอารมณ์ การโต้ตอบทางอารมณ์ต่อสภาพการณ์ต่าง ๆ

โรเจอร์ส (Rogers. 1967 : 108) ผู้นำด้านทฤษฎีว่าด้วยตน และทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผู้รับคำปรึกษาเป็นศูนย์กลาง เขาได้พิจารณาการปรับตัวในแง่ของการปรับตัวภายในตนเอง โดยเขาเชื่อว่ามนุษย์ทุกคนเป็นศูนย์กลางของประสบการณ์ต่าง ๆ รอบตัว ซึ่งเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา ส่วนหนึ่งของประสบการณ์ที่บุคคลได้รับรู้และการมีการปะทะสัมพันธ์กับผู้อื่น รวมทั้งการประเมินผลจากการมีการปะทะสัมพันธ์นั้นจะก่อให้เกิดเป็น ตัวเรา (Self) หรือ "โครงสร้างของตน" ขึ้นมาเป็นการรับรู้เกี่ยวกับตนเองในด้านต่าง ๆ เช่น บุคลิก ลักษณะ ความสามารถของตน บทบาทต่าง ๆ ของตนในการเกี่ยวข้องกับผู้อื่นและสิ่งแวดล้อม ทศคติและค่านิยมต่าง ๆ ของตัวเรา ประสบการณ์ที่แต่ละบุคคลได้รับจึงมีส่วนสำคัญในการกำหนดบุคลิกภาพของบุคคลให้แตกต่างกัน โดยที่แต่ละคนจะเข้าใจและรู้จักโลกส่วนตัวของเขาได้ดีที่สุด บุคคลที่ปรับตัวได้คือบุคคลที่เป็นตัวของตัวเอง เข้าใจและยอมรับตนเองและผู้อื่น รวมทั้งสามารถรับรู้ประสบการณ์ต่าง ๆ ตามความเป็นจริง นำประสบการณ์นั้นมาจัดให้สอดคล้องกับโครงสร้างหรือบุคลิกลักษณะของตนได้อย่างไม่ขัดแย้ง หรือบิดเบือนและจะมีการรับรู้และความคิดเกี่ยวกับตนเองในทางบวก ส่วนบุคคลที่ปรับตัวไม่ได้นั้น จะมีความขัดแย้งระหว่างความคิดเกี่ยวกับตนกับประสบการณ์ที่เกิดขึ้นมาใหม่อย่างมาก ทำให้เกิดความตึงเครียด วิตกกังวล สับสน ไม่แน่ใจ สูญเสียความเป็นตัวของตัวเองและความคิดเห็นเกี่ยวกับตนจะเป็นไปในทางลบ

รอย (Roy. 1976 : 135 - 138) กล่าวว่า พื้นฐานเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์ประกอบด้วยร่างกายจิตใจและสังคม ซึ่งทำงานผสมผสานเป็นหน่วยเดียวกัน เพื่อคงภาวะปกติสุขหรือภาวะสุขภาพดี ความเจ็บป่วยหรือสิ่งกระตุ้นอื่น ๆ เกิดจากการเปลี่ยนแปลงจากภายนอกหรือภายในบุคคลที่เข้าสู่ระบบชีวิตจะก่อให้เกิดความกระทบกระทั่งต่อบุคคลทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม ดังนั้นบุคคลยังต้องมีการปรับตัว เพื่อรักษาความสมดุลของร่างกายจิตใจและสังคมของบุคคล บุคคลที่ประสบความสำเร็จในการปรับตัวจะมีความมั่นคงในชีวิต ซึ่งพฤติกรรมที่แสดงออกให้เห็นคือ มีสุขภาพดียอมรับความเป็นจริง มีความพึงพอใจในชีวิตเป็นต้น ส่วนผู้ที่ประสบความล้มเหลวในการปรับตัว ก่อให้เกิดปัญหาด้านสุขภาพ ไม่ยอมรับความจริง มีความซึมเศร้า เป็นต้น

การปรับตัวเพื่อคงภาวะความสมดุลในบุคคลนั้น รอยได้รวบรวมพฤติกรรมปรับตัวของมนุษย์ไว้เป็น 4 ประการ คือ

1. พฤติกรรมการปรับตัวตามความต้องการทางด้านสรีระวิทยา (Physiological needs) เพื่อรักษาภาวะของการมีสุขภาพดี

2. พฤติกรรมการปรับตัวตามอัตมโนทัศน์ของตนเอง (Self Concept) มีพื้นฐานมาจากความต้องการทางด้านจิตใจ เป็นความรู้สึกนึกคิดที่บุคคลมีต่อตนเอง หากบุคคลมีความมั่นคงทางจิตใจ มีความเชื่อมั่นและมองเห็นคุณค่าของตนเอง ยอมรับความเป็นจริง ย่อมปรับตัวได้ดีกว่าบุคคลที่มองตนเองไร้ค่า และไม่ยอมรับความเป็นจริง

3. พฤติกรรมการปรับตัวตามบทบาทหน้าที่ (Role Function) เป็นการตอบสนองความต้องการเพื่อคงไว้ ซึ่งความมั่นคงทางสังคมในสถานการณ์ใดก็ตามที่บุคคลไม่สามารถปฏิบัติหน้าที่ตามบทบาทของตนเองได้ บุคคลต้องมีการปรับตัว เพื่อแสดงบทบาทของตนให้เป็นไปตามปกติ แต่จะสำเร็จหรือไม่ขึ้นอยู่กับ การปรับตัวของบุคคลนั้น

4. พฤติกรรมการปรับตัวตามความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับผู้อื่น (Interdependence Relations) เป็นการตอบสนองความต้องการพื้นฐานของบุคคลเพื่อคงไว้ ซึ่งความมั่นคงทางสังคม ดังนั้นความพอเหมาะระหว่างการพึ่งตนเอง การพึ่งผู้อื่น และการให้ผู้อื่นพึ่งพาตนเองมีส่วนช่วยทำให้เกิดความมั่นคงทั้งด้านจิตใจ และสังคม

สรุปจากทฤษฎีข้างต้น ผู้วิจัยจึงได้แนวคิดที่จะศึกษาปัญหาการปรับตัวด้านต่าง ๆ ของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี โดยเฉพาะอย่างยิ่งในแนวของงานตามขั้นตอนการพัฒนาการของชีวิตของฮาวิเฮริสท์ (Havighurst) อันประกอบด้วยลักษณะปัญหาของวิลเลียม (Williamson) และของเพรสคอตท์ (Prescott) ซึ่งเป็นลักษณะของปัญหาการปรับตัวในระดับปกติ สอดคล้องกับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักเรียนโรงเรียนกีฬา และแบบสำรวจปัญหาที่ใช้สอบถามการรับรู้ปัญหาในลักษณะการรายงานตนเองของกลุ่มตัวอย่าง เป็นการสอบถามปัญหาจากผู้ประสบโดยตรง ทั้งนี้ โดยมีความเชื่อพื้นฐานตามแนวความคิดของโรเจอร์ส ที่ว่าไม่มีใครรู้จักโลกส่วนตัวของบุคคลได้ดีไปกว่าตัวของเขาเอง และการทำความเข้าใจในพฤติกรรมของผู้ใดก็ตามจะทำได้อย่างมีประสิทธิภาพที่สุดก็ต่อเมื่อได้ทำความเข้าใจในโลกร่วมตัวของผู้นั้น จากหลักการและทฤษฎีดังกล่าวจะเห็นได้ว่า แบบสำรวจปัญหาการปรับตัวนี้ เป็นแบบสำรวจ

ที่เหมาะสมและสอดคล้องกันกับทฤษฎีดังกล่าวข้างต้นหลายทฤษฎี จึงกล่าวได้ว่าแบบสำรวจปัญหานี้ เป็นแบบสำรวจปัญหาการปรับตัวที่ครอบคลุมทฤษฎีการปรับตัวและปัญหาการปรับตัวทุก ๆ ด้าน

สาเหตุของการปรับตัว

วารินทร์ สายโอบเอื้อ และสุณีย์ อีดากร (2522 : 159 - 160) อธิบายถึงสาเหตุของการปรับตัวว่า คนจะปรับตัวเมื่อเกิดความไม่สบายใจ ความวิตกกังวล ความคับข้องใจ และความเครียดซึ่งจะเกิดจาก

1. ไม่สามารถตอบสนองความต้องการพื้นฐานของตนได้ ซึ่งอาจเป็นเพราะอุปสรรคที่เนื่องมาจากตัวเองหรือผู้อื่น มีผลทำให้บุคคลเกิดความไม่สบายใจ ความคับข้องใจตามมา มาสโลว์ (Maslow) ได้จัดลำดับความต้องการพื้นฐานของมนุษย์เป็นขั้นต่าง ๆ 5 ขั้น ดังนี้

1.1 ความต้องการทางด้านร่างกาย

1.2 ความต้องการความปลอดภัย

1.3 ความต้องการความรักและความเป็นเจ้าของ เช่น ต้องการความรัก ความอบอุ่น การมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ตลอดจนเข้าร่วมเป็นสมาชิกในหมู่คณะ

1.4 ความต้องการได้รับการยกย่องนับถือ เช่น ต้องการชื่อเสียงเกียรติยศ ความร่ำรวยฐานะทางสังคม การยอมรับนับถือตนเอง และการยอมรับจากสังคม

1.5 ความต้องการสัจธรรมแห่งตนนั่นคือ ต้องการเข้าใจตนเองอย่างถ่องแท้ เข้าใจความเป็นจริงของชีวิต และสรรพสิ่งทั้งหลาย ต้องใช้พลังความสามารถของตนเองให้เต็มที่ เพื่อพิสูจน์ให้เป็นประโยชน์แก่วิทยาการและมวลมนุษย์ ซึ่งเป็นความต้องการที่อยู่เหนือความต้องการเกี่ยวกับชื่อเสียงเกียรติยศ ความร่ำรวย หรือการกระทำเพื่อตนเอง

2. เกิดจากความขัดแย้ง หมายถึง การที่บุคคลไม่สามารถจะตัดสินใจเลือกการกระทำทั้งสองอย่างได้ ในขณะที่เดียวกันแต่จะต้องเลือกกระทำเพียงอย่างเดียวนั้นมี 3 ลักษณะ คือ

2.1 ความขัดแย้งในทางบวก เป็นความขัดแย้งที่เกิดจากการที่จะต้องเลือกเพียงอย่างเดียวนสิ่งที่ตนเองชอบเท่า ๆ กัน ตั้งแต่ 2 - 3 อย่างขึ้นไป ถึงจะเลือกแล้วก็ยังเสียค่าสิ่งที่ไม่สามารถจะเลือกได้

2.2 ความขัดแย้งในทางลบ เกิดจากการที่ตัวเองต้องเลือกในสิ่งที่ไม่ชอบเลย ตั้งแต่ 2 - 3 อย่างขึ้นไป จะไม่เลือกก็ไม่ได้เลือกไปแล้วก็ไม่สบายใจ เพราะสิ่งต่าง ๆ เหล่านั้น เราไม่ชอบเลยแต่เราต้องเลือกอย่างใดอย่างหนึ่ง

2.3 ความขัดแย้งในทางบวกและลบ เกิดขึ้นในกรณีที่บุคคลหรือสิ่งต่าง ๆ ที่เราต้องเลือกนั้นมีทั้งถูกใจ และไม่ถูกใจเราในระดับที่เท่า ๆ กันทั้งหมด ตั้งแต่ 2 อย่างขึ้นไป แต่เราต้องเลือกเพียงอย่างเดียว

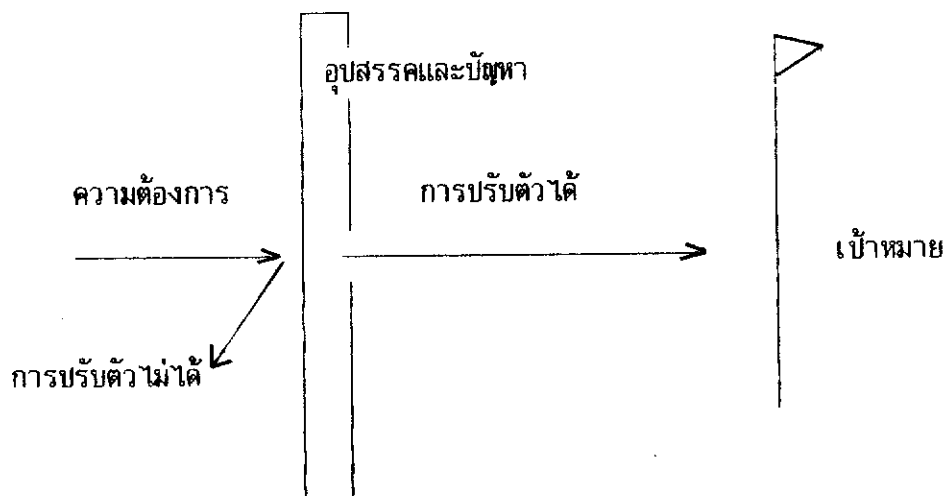
พยอม วงศ์สารศรี (2526 : 12 - 14) ได้กล่าวถึงเหตุที่ก่อให้เกิดการปรับตัว คือ ความต้องการ (Needs) ของมนุษย์ทุกคนมีความต้องการหลายประการในชีวิต เช่น ความต้องการทางกาย ได้แก่ ความต้องการน้ำ อาหาร อากาศ และสิ่งจำเป็นอื่น ๆ เพื่อการดำรงชีวิต นิภา นิธยาน (2530 : 11 - 13) กล่าวว่า นอกจากความต้องการทางร่างกายแล้ว สิ่งแวดล้อมและประสบการณ์ทางสังคมยังผลักดันให้เกิดความต้องการอีกหลายอย่าง นอกเหนือจากความต้องการทางร่างกายได้แก่ ความต้องการความอบอุ่นปลอดภัย ความรัก การได้รับการยกย่องนับถือ ความสำเร็จ ฯลฯ เมื่อความต้องการทั้งหลายได้รับการสนองตอบ จะทำให้บุคคลรู้สึกสบายใจ มีความสุขในการดำเนินชีวิต แต่เมื่อความต้องการของบุคคลไม่ได้รับการสนองตอบโดยมีอุปสรรคหรือปัญหาต่าง ๆ มาขัดขวางบุคคลก็จะเกิดความเครียด วิตกกังวล สับสนว้าวุ่นใจ และความคับข้องใจ ทำให้ไม่มีความสุขในการดำเนินชีวิต ดังนั้นจึงต้องพยายามหาหนทางหรือวิธีการต่าง ๆ เพื่อขจัดอุปสรรคที่มาขัดขวางความต้องการ หรือเพื่อทำให้ปัญหานั้นต่าง ๆ เบาบางลงไปอันจะนำมาซึ่งความสุข ความสบายใจในการดำเนินชีวิตต่อไป

สรุปได้ว่า สาเหตุที่ก่อให้เกิดการปรับตัวของคนเรานั้น เกิดจากความต้องการพื้นฐาน ได้แก่ ความต้องการทางร่างกาย ความต้องการทางจิตใจ และความต้องการทางสังคม ความต้องการดังกล่าวนี้ทั้งความสมหวังและความผิดหวัง เมื่อสมหวังจะทำให้เกิดความรู้สึกสบายใจ มีความสุข ในทางตรงกันข้ามถ้าผิดหวังจะทำให้เกิดความรู้สึกเครียด มีความทุกข์ เสียใจ วิตกกังวล สับสน ว้าวุ่นใจและคับข้องใจ สาเหตุดังกล่าวต่าง ๆ นี้ ล้วนเป็นแรงผลักดันให้บุคคลต้องมีการปรับตัวเพื่อให้อยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข

กระบวนการปรับตัว

นิภา นิธิยาน (2530 : 16) กล่าวถึง กระบวนการปรับตัวว่า หมายถึง พฤติกรรมต่าง ๆ ที่คนเรากระทำเพื่อตอบสนองความต้องการทางสรีระแรงขับ และแรงจิตใจต่าง ๆ ที่รวมเรียกว่า ข้อเรียกร้องภายในและข้อเรียกร้องภายนอก ซึ่งสอดคล้องกับของ กันยา สุวรรณแสง (2533 : 84) ซึ่งได้กล่าวถึงกระบวนการปรับตัวไว้ตามภาพประกอบ 2 ดังนี้

กระบวนการปรับตัว



ภาพประกอบ 2 กระบวนการปรับตัว

จากภาพประกอบ 2 เมื่อบุคคลไปพบกับอุปสรรคโดยทั่วไป แล้วบุคคลก็จะแสดง ความพยายามต่าง ๆ เพื่อจะไปให้ถึงเป้าหมาย บางคนมีความพยายามในระยะเวลาอันสั้น บางคนมีความพยายามอยู่นาน และบางคนก็หาวิธีได้เหมาะสม ทำให้ไปยังเป้าหมายได้เรียกว่าปรับตัวได้ บางคนหาทางไปสู่มเป้าหมายไม่ได้ก็จะแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ที่มีประสิทธิภาพในการปรับตัว

ต่าง ๆ กัน เช่น หนังสือการณัน ตั้งเป้าหมายใหม่หาทางปฏิเสธไม่ยอมรับว่า ตนไม่สามารถเอาชนะอุปสรรคได้ หรืออาจสร้างโลกของตนเองขึ้นมาเพื่อสร้างความสบายใจเป็นต้น

จากสาเหตุของการปรับตัวที่เกิดจากความต้องการของมนุษย์ จึงทำให้เกิดกระบวนการปรับตัว เมื่อความต้องการนั้นมีอุปสรรคหรือปัญหาค้างขวาง บุคคลจึงต้องหาวิธีการหรือหาหนทางที่จะจัดปัญหาหรืออุปสรรคเหล่านั้น โดยแสดงออกทางพฤติกรรมต่าง ๆ สิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่ทุกคนจะต้องประสพรวมทั้งเด็กนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี เพราะนักเรียนที่สอบได้แล้วเข้ามาเรียน จะต้องเข้าเป็นนักเรียนประจำต้องเปลี่ยนแปลงสภาพความเป็นอยู่จากที่บ้านมาเป็นโรงเรียน ต้องเปลี่ยนแปลงทั้งสภาพแวดล้อมและสภาพสังคมใหม่เป็นเหตุให้เกิดกระบวนการปรับตัวของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี

ประเภทของการปรับตัว

วันดี ระเจริญ (2531 : 244 - 247) กล่าวว่า การปรับตัวของบุคคลประกอบไปด้วยวิธีการต่าง ๆ ดังนี้ คือ

1. การหาเหตุผลเข้าข้างตนเอง เป็นการหาเหตุผลซึ่งผิดไปจากความเป็นจริงมาป้องกันตัวเองจากข้อบกพร่องต่าง ๆ เพื่อรักษาหน้าไว้ และกันไม่ให้รู้สึกว่าเป็นคนผิดโดยอาศัยเหตุผลและสติปัญญาเพื่ออธิบายพฤติกรรมที่กระทำลงไป เช่น นักเรียนที่สอบตก จะกล่าวว่าที่สอบตกเพราะสุขภาพไม่ดี เจ็บออก ๆ แอด ๆ ซึ่งความจริงเด็กคนนั้นอาจจะไม่ค่อยได้ท่องหนังสือและไม่ค่อยฉลาดก็ได้ นักเรียนที่เกียจคร้านมักเชื่อว่า คนที่ยื่นเรียนมาก ๆ จะเป็นโรคประสาทได้ง่ายตนเองจึงไม่กล้าขยันมากนัก เป็นการหาเหตุผลเข้าข้างตนเอง

2. การกล่าวโทษผู้อื่น การแก้ความผิดของตนเพื่อให้เกิดความสบายใจ โดยการกล่าวโทษผู้อื่นหรือโยนความผิดให้แก่ผู้อื่น ตัวอย่างเช่น คนคิดเหล้าจะแก้ตัวว่า ที่ต้องดื่มเหล้าเพราะเพื่อนายกรรยาขี้บ่น หรือผู้ใหญ่ เติบตะกะระโดน แต่ดื่มน้อยกว่า ไม่วางกระโถนให้เรียบร้อย เป็นการหาหลักฐานกล่าวอ้างให้บุคคลอื่นมีความผิดในการกระทำที่ไม่สมควรของตนเอง

3. การเลียนแบบ หมายถึง การรับเอาแบบอย่างของบุคคลอื่นมาเป็นของตน เป็นการเลียนแบบให้เหมือนเพื่อให้ตนเองได้รับการยอมรับจากผู้อื่น ช่วยให้ตนเองเกิดความมั่นใจ

มีความรู้สึก เช่น ลูกชายทำตัวให้มีบุคลิกลักษณะแบบพ่อ หรือผู้หญิงแต่งกายตามแฟชั่นนิยมก็เพื่อปรับตัวเอง ให้อยู่ในสังคมได้ แรงผลักดัน ในการเอาอย่างของ เด็กที่นิยมชมชอบ และทะเยอทะยาน อยากให้ตนทัดเทียมกับผู้ที่มีอายุมากกว่าตน และเข้าร่วมเป็นพวกเดียวกัน

4. การถ่ายทอดความรู้สึก เป็นลักษณะเฉพาะตัวเป็นปรากฏการณ์ที่บุคคลผู้หนึ่งถ่ายทอดความรู้สึก ความคิดความปรารถนาของตนที่มีต่อผู้หนึ่งในอดีตไปยังบุคคลอีกผู้หนึ่งในปัจจุบัน เหมือนกับว่า บุคคลผู้นี้เป็นคนเดียวกับคนในอดีต ในกรณีเช่นนี้ อาจนำเอาไปอธิบาย การชอบหรือเกลียดบุคคลซึ่งพบกันโดยไม่มีสาเหตุ อาจเป็นโดยบังเอิญที่บุคคลผู้หนึ่ง ทำให้เกิดอารมณ์เหมือนกับในอดีต

5. การเห็นอกเห็นใจ เป็นการเลียนแบบที่เป็นประโยชน์ซึ่งมักมีจำกัด และชั่วคราว แต่ทำให้คนรู้สึกเห็นอกเห็นใจและเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น

6. การเก็บกด บางคนเมื่อเกิดความวิตกกังวลจากความไม่สมหวังต่าง ๆ จะพยายามต่าง ๆ กดเก็บความรู้สึกนั้นไว้ในจิตใจสำนึก หรือลืมหมดโดยสิ้นเชิงเพื่อหลีกเลี่ยงความเจ็บปวดทางจิตใจ ในเมื่อความต้องการ หรือแรงผลักดันนั้นเกิดขึ้นหรือไม่ถูกต้องตามมโนธรรมของบุคคลนั้น มักจะเกี่ยวกับความรู้สึกผิดชอบความละอายใจ หรือเสียความภาคภูมิใจในตนเองอันเป็นสิ่งที่ก่อให้เกิดความเศร้าจึงเป็นการลืมชนิดหนึ่งแต่เป็นในระดับที่ตนเองยังรู้ตัวอยู่ตลอดเวลาว่า จะพยายามไม่คิดถึงเรื่องอะไร

7. การทดแทนเพื่อชดเชย เป็นการทดแทนเพื่อชดเชยความผิดหวังจากอุปสรรคต่าง ๆ ซึ่งไม่อาจแก้ไขได้โดยวิธีการธรรมดาที่มีอยู่ 3 ทาง คือ

7.1 ยังคงดิ้นรนเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย

7.2 เอาชนะอุปสรรคเพื่อบรรลุเป้าหมายด้านแรงผลักดันที่ก้าวร้าว

7.3 หลีกเลียงหรือหนีจากอุปสรรคดังเช่น ชายหนุ่มคนหนึ่งรักสาวสวยคนหนึ่งแต่ไม่ได้รับการรักตอบ จึงยอมแต่งงานกับน้องสาวที่สวยน้อยกว่า เป็นการทดแทนให้สบายใจได้

8. การย้ายแหล่งทดแทน เครื่องมือในการลดความกังวลอีกแบบหนึ่ง ซึ่งมีกระบวนการเหมือนกับการทดแทนเพื่อชดเชย แต่เป็นเรื่องของความรู้สึกทางอารมณ์ซึ่งเปลี่ยนจากเป้าหมายซึ่งอาจเป็นบุคคล สิ่งของ หรือสถานการณ์ที่ไม่สามารถจะเปิดเผยได้ไปยังบุคคล สิ่งของหรือสถานการณ์อื่น เช่น เด็กโดนแม่ตีก็ไประบายอารมณ์กับสุนัข หรือน้องที่เล็กกว่า เป็นต้น

9. การทลเทิด หมายถึง การทดแทนความต้องการของตนที่ไม่สามารถแสดงออกให้เห็น โดยเปิดเผยด้วยการแสดงออกในสิ่งที่สังคมยอมรับ แรงผลักดันดังกล่าวนี้ได้ถูกเก็บไว้ในจิตใต้สำนึก ซึ่งคอยกระตุ้นจิตใจอยู่เสมอและมีอิทธิพลต่อ Personality อย่างมาก เช่น คนที่มีความรู้สึกก้าวร้าวรุนแรง แสดงพฤติกรรมด้านนี้ด้วยการเป็นนักมวยที่เก่งกล้าหรือเป็นนักฟุตบอล เป็นต้น เป็นการปรับตัวที่เหมาะสมและอยู่ในสังคมได้ด้วยดี

10. การชดเชย เป็นการทดแทนหรือชดเชยอีกแบบหนึ่งโดยพยายามที่จะแก้ความวิตกกังวล ในความบกพร่องหรือปมด้อยของตน โดยการกระทำที่เด่นในอีกทางหนึ่ง เช่น นักศึกษาที่เรียนไม่ดี อาจชดเชยโดยการเป็นนักกีฬาที่แข่งขันชนะอยู่เสมอ หรือคนตัวเล็กแต่เสียงดัง

11. การปฏิเสธความจริง เป็นการเพิกเฉยอุปสรรคหรือปัญหาทำให้เกิดความปวดร้าวใจ อันเป็นสิ่งที่พึงปรารถนาหรือทนไม่ได้ บุคคลจะไม่ยอมรับว่าสิ่งเหล่านั้นได้เกิดขึ้นจริง และทำเสมือนหนึ่งตนเองไม่ได้รับการกระทบกระเทือนจากเหตุการณ์นั้น ๆ

12. การถดถอย เมื่อต้องเผชิญกับปัญหาที่ยากเกินความสามารถไม่อาจแก้ไขหรือหลีกเลี่ยงได้ ก็จะพยายามหลบหนีจากความจริง หรือได้รับการอภัยจากผู้อื่นเพื่อไม่ต้องรับผิดชอบในปัญหานั้น เป็นการเรียกร้องความเห็นใจ เช่น เด็กโตแล้วแต่ยังปัสสาวะรดที่นอนหรือพูดไม่ชัด การหนีความวิตกกังวลโดยการถอยไปเป็นเด็ก จะมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับความรุนแรงของความขัดแย้งในใจ หรือ ความซับซ้อนใจที่เกิดขึ้น

ประเภทการปรับตัวของบุคคลพอสรุปได้ว่า มี 2 ประเภทใหญ่ ๆ คือ ประเภทต่อสู้หรือเผชิญหน้ากับปัญหา จะแสดงออกในรูปการแสดงออกในทางเข้าข้างตนเอง อวดดี ก้าวร้าว ไม่ยอมรับกฎเกณฑ์กติกาถือตนเป็นใหญ่ ส่วนประเภทหลีกเลี่ยงปัญหา คือ พวกที่แยกตัวจากสังคม จากกลุ่ม พวกถดถอยยอมแพ้ต่อปัญหา

การปรับตัวที่ดี

โรเจอร์ (Rogers. 1974 : 358) ได้กล่าวถึง การปรับตัวที่ดี 4 ด้าน คือ

1. ด้านการรับรู้และสติปัญญา การปรับตัวที่ดีนี้ หมายถึง ประสิทธิภาพในการจัดการกับสถานการณ์ต่าง ๆ โดยอาศัยความสามารถในการปรับตัว ซึ่งต้องมีการเปลี่ยนแปลงบทบาท

และความสามารถที่จำแนกแยกแยะสิ่งสำคัญออกจากสิ่งไม่สำคัญ การปรับตัวที่ดีนี้มีส่วนสัมพันธ์โดยตรงกับการรับรู้ตามความเป็นจริง โดยมีการเปิดรับประสบการณ์และการรับรู้ที่ปราศจากการบิดเบือน

2. ด้านส่วนตัว บุคคลที่มีการปรับตัวดีจะยอมรับตนเองและมีความเชื่อมั่นในความสามารถของตน

3. ด้านสังคม บุคคลที่มีการปรับตัวดีจะมีความไว ในการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น เขาจะคล้อยตามสังคม พฤติกรรมจะตั้งอยู่บนรากฐานของเหตุผลและความถูกต้อง

4. ด้านอารมณ์ บุคคลที่ปรับตัวดีจะมีชีวิตอยู่อย่างสงบสุข มีความชื่นชมกับชีวิต มีความคิดสร้างสรรค์ มีอารมณ์ขัน มีความแจ่มใสเบิกบาน

นิภา นิธยาน (2530 : 155 - 157) กล่าวถึง ลักษณะการปรับตัวที่ดีไว้โดยสรุปดังนี้

1. มีความเชื่อมั่น และความรู้สึกมั่นคง มีความภูมิใจในตนเอง
2. มีลักษณะอบอุ่นเป็นมิตร มีลักษณะนิสัยน่ารัก มีเมตตากรุณา
3. รู้สึกตระหนักในคุณค่าของภาระหน้าที่ที่ปฏิบัติ
4. พร้อมที่จะรับประสบการณ์ใหม่ ๆ และสนใจเข้าร่วมกิจกรรมรอบตัว
5. รู้จักรักษาสุขภาพอนามัยสม่ำเสมอ
6. มีความกล้าที่จะเผชิญกับความจริงในชีวิต
7. มีจิตใจหนักแน่นมั่นคง ไม่ท้อถอยหวาดหวั่นพร้อมจะแก้ปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้น

อย่างเต็มกำลังความสามารถ

8. ไม่มีอารมณ์เกลียดเคียดแค้น รู้จักยับยั้ง และควบคุมอารมณ์ได้

9. ไม่แสร้งแสร้ง หรือวิตกกังวลจนเกินเหตุ

สรุปได้ว่า บุคคลที่ปรับตัวได้ดีจะต้องเป็นบุคคลที่รู้จักเข้าใจตนเอง ยอมรับสภาพของตนเอง เข้าใจผู้อื่น มีทัศนคติที่ดีต่อผู้อื่นสร้างสัมพันธ์ไมตรีกับบุคคลอื่นได้ดี ปฏิบัติตนเป็นไปตามระเบียบของสังคม มีอารมณ์มั่นคงยอมรับความเป็นจริงของชีวิตได้ และจะสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

ลักษณะของผู้ที่มีสุขภาพจิตดี

สุขภาพจิตถือได้ว่า เป็นเรื่องสำคัญไม่ยิ่งหย่อนกว่าสุขภาพ ซึ่งกองสุขภาพจิต
สภา มาลากุล ณ อยุธยา. 2530 : 2; อ้างอิงมาจาก กองสุขภาพจิต. 2529 : 8)
ได้กล่าวถึงพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวว่า "สุขภาพจิตนั้นสำคัญกว่าสุขภาพ
เพราะบุคคลใดที่ร่างกายสมบูรณ์แข็งแรง แต่จิตใจฟั่นเฟือน ถ้าหากทำอะไรก็จะเกิดความยุ่งยากได้
กายที่แข็งแรงก็จะเป็นประโยชน์ต่อตนเอง หรือสังคมแต่อย่างใด ส่วนคนที่มีสุขภาพทางกายไม่
แข็งแรงแต่มีสุขภาพจิตดี หมายถึง จิตใจดีรู้จักจิตใจของตนเองและรู้จักปฏิบัติให้ถูกต้องยอมเป็น
ประโยชน์ต่อตนเอง และเป็นประโยชน์ต่อสังคมได้มาก" และมีผู้เสนอลักษณะของผู้ที่มีสุขภาพจิตดีไว้
หลายทาง ดังนี้

จาโฮดา (Jahoda. 1985 : 22 - 24) ได้ให้ความเห็นเกี่ยวกับการพิจารณาว่า
ผู้ใดมีสุขภาพจิตดีหรือไม่ดี คูได้จากลักษณะต่าง ๆ ดังนี้

1. เจตคติที่มีต่อตนเอง สามารถที่จะยอมรับตนเอง มีความภูมิใจในความสำเร็จ
ของตนเอง เคารพตนเอง ตลอดทั้งเข้าใจและยอมรับสภาพของตนเอง
2. การเจริญเติบโตและการพัฒนาการของบุคคลเป็นไปตามความปรารถนา และสอดคล้อง
กับศักยภาพของตนเอง สามารถประสบความสำเร็จและความมุ่งหวังที่พึงประสงค์ ตลอดทั้งสามารถ
พัฒนาความสามารถของตนจนเต็มที
3. ความประสมประสานองค์ประกอบ บุคลิกภาพเป็นไปอย่างกลมกลืนราบรื่นมีสติ
สัมปะชัญญะไม่อยู่ใต้อิทธิพลของจิตไร้สำนึก มีความสามารถที่จะทนต่อความวิตกกังวล และความ
บีบคั้นภายใต้สภาวะการดำรง
4. ความเป็นตัวของตัวเอง และความเป็นอิสระในการกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่พึงประสงค์
มีความเป็นอิสระจากอิทธิพลของสังคมในการที่จะตัดสินใจ โดยยึดมาตรฐานที่เป็นหลักประจำใจของ
ตนมากกว่าที่จะขึ้นอยู่กับกรอบการบีบคั้นของอิทธิพลภายนอก
5. การยอมรับและเผชิญต่อความเป็นจริงไม่หลงมกมายในความเพ้อฝัน หรือความ
ปรารถนาของตนเอง ขณะเดียวกันมีความสนใจ เอาใจใส่ในสวัสดิภาพของบุคคลอื่น
6. ความสามารถที่จะเอาชนะอุปสรรคและสิ่งแวดล้อม โดยสามารถที่จะรักและ
ให้ความรักแก่บุคคลอื่นได้ อุทิศเวลาให้แก่งานตลอดทั้งการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี สามารถที่จะปรับตัว

ให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมมีความพอใจในสภาพแวดล้อมของตนเองหาวิธีการต่าง ๆ เพื่อแก้ปัญหา
ตลอดทั้งอุปสรรคที่จะต้องเผชิญในชีวิตของตน

เอ็กเบิร์ด (Egbert. 1989 : 11) ได้กล่าวไว้ว่า ลักษณะของผู้ที่มีสุขภาพจิตดี คือ

1. รู้จักตนเอง สามารถพัฒนาผสมผสานบุคลิกภาพได้เหมาะสมกับความเป็นจริง
2. เป็นผู้ที่ตั้งความหวังไปในทางที่เป็นจริงได้
3. เป็นผู้ที่เข้าใจชีวิตและจุดมุ่งหมายในชีวิต
4. เป็นผู้มีพลังในการดำรงชีวิต สามารถก่อให้เกิดความหวังของชีวิต
5. มีความสามารถในการปรับความคิด และพฤติกรรมตามสถานการณ์ของชีวิตแต่ละ

ช่วงได้

6. สามารถเปิดเผยตนเอง สร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้

สุภา มาลากุล ณ อยุธยา (2526 : 6) กล่าวถึง ลักษณะนิสัยของผู้ที่มีสุขภาพจิตดีไว้ดังนี้ คือ

1. มีเป้าหมายในชีวิต ที่เป็นไปได้ตามความเป็นจริงและมีลักษณะสร้างสรรค์
2. มีนิสัยในการทำงานดี
3. มีนิสัยในการควบคุมอารมณ์ดี มีความอดทนต่อความไม่สมหวังสูง
4. มีนิสัยในการพักผ่อนใจที่ไม่เป็นอันตรายต่อตนเองและบุคคลอื่น
5. มีนิสัยทางสังคมดี

สุภาพรรณ ไศตรจรัส (2527 : 114 - 116) ได้กล่าวถึง ลักษณะนิสัยของผู้มีสุขภาพจิตดีไว้ดังนี้ คือ

1. ด้านปัญญาความคิด ความเข้าใจ เป็นผู้ที่มีความรับรู้ที่ตรงตามความเป็นจริงใช้สติปัญญาประกอบในการพิจารณาตนเองและสิ่งแวดล้อม คิดและทำอย่างมีเหตุผล รับรู้และเผชิญปัญหาตามความเป็นจริง เต็มใจที่จะหาวิธีแก้ปัญหาโดยตรงในการเผชิญปัญหา
2. ด้านประสบการณ์ทางอารมณ์ สามารถเผชิญความตึงเครียดและความกดดันได้เป็นอย่างดี เมื่อเผชิญปัญหาจะไม่แสดงอารมณ์เกินกว่าเหตุ รักษาอารมณ์ไว้ได้ในระดับสม่ำเสมอแสดงอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมกับสภาพการณ์ มีความมั่นคงทางอารมณ์สามารถเอาชนะความขัดแย้งในใจทั้งภายในและภายนอกได้

3. ด้านความสัมพันธ์ทางสังคมมีมนุษยสัมพันธ์ดี ไม่แยกตัวอยู่คนเดียวหรือแสวงหา กิจกรรมทางสังคมมากเกินไป จนทำให้มีความสัมพันธ์กับผู้อื่นเพียงผิวเผินหรือพองุ่นจนกลายเป็นการะไม่ได้คบผู้อื่นเพียงหวังประโยชน์ส่วนตัว ยอมรับและเข้าใจตนเองและผู้อื่นอย่างแท้จริง มีสัมพันธภาพที่อบอุ่น

4. ด้านการทำงาน ทำงานได้เต็มความสามารถเลือกอาชีพได้ตรงกับความสนใจ และความสามารถของตน รับรู้ และรู้สึกว่าเป็นประโยชน์กับสังคม มีคุณค่า มีความกระตือรือร้น ในชีวิตมีแรงบันดาลใจ มีพลังในการทำงาน

5. ด้านความรัก มีความรักที่แท้จริงเป็นความรักในมนุษยชาติ ซึ่งประกอบไปด้วย ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ไว้วางใจ ความใกล้ชิดสนิทสนม ความพึงพอใจเมื่อเห็นผู้อื่นที่ตนรักมีความสุข รวมทั้งความรักทางเพศ

6. ด้านตนเอง มีความเข้าใจในตนเอง รู้จักตนเองยอมรับตนเองว่า ตนเองคือ ใครต้องการอะไรในชีวิต ยอมรับข้อบกพร่องและภาคภูมิใจในส่วนตัวของตน สามารถเปิดเผย ตัวจริงของตนเอง รู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของสังคมโดยไม่สูญเสียความเป็นตัวของตัวเอง สามารถ พัฒนาตนเองได้อย่างดีที่สุดในศักยภาพของตนเอง

7. ด้านการเผชิญและควบคุมสิ่งแวดล้อม มีความสามารถในการเผชิญและควบคุม สิ่งแวดล้อมใช้สติปัญญาในการเผชิญปัญหา มีอารมณ์มั่นคงสม่ำเสมอ แสดงออกอย่างเหมาะสม

สรุปได้ว่า ผู้ที่มีสุขภาพจิตดีต้องมีร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ปราศจากโรคภัยต้องเข้าใจ ตนเองมีความคาดหวังและความคิดในทางที่จะเป็นจริงได้ มีการแสดงของอารมณ์และพฤติกรรมได้ เหมาะสมกับสภาวะการณ์ต่าง ๆ สามารถมีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่นได้ มีความกระตือรือร้นในชีวิต สามารถใช้ศักยภาพของตนเองได้อย่างดี และสามารถเผชิญปัญหาในชีวิตได้อย่างเหมาะสม

ลักษณะที่แสดงออกถึงความยุ่งยากในการปรับตัว

สุโท เจริญสุข (2520 : 50 - 60) กล่าวถึง อาการปรับตัวไม่ได้ในระยะเริ่มแรก คือ

1. การมีกิจกรรมมากเกินไป เช่น เดินไปเดินมา เหงื่อออกมากกว่าปกติ เป็นต้น

2. การมีกิจกรรมน้อยจนเกินไป เช่น เงียบขรึม เก็บตัว ลดความสนใจต่อตนเอง และบุคคลอื่น เป็นต้น
3. มีความรู้สึกซึมเศร้าใจอย่างรุนแรง ได้แก่ การเบื่อหน่าย การท้อแท้ สิ้นหวังต่อชีวิต รู้สึกว่าตนเองไม่มีคุณค่า เป็นต้น
4. ลักษณะทางร่างกายที่เกิดจากการกระทบกระเทือนจิตใจ เช่น บวดยาระ ท้องเดิน อาเจียน เบื่ออาหาร เป็นต้น
5. การเปลี่ยนแปลงของอารมณ์ที่เกินกว่าเหตุ เช่น การร้องไห้โดยไม่มีเหตุผล การร้องกรี๊ดกร๊าดของผู้ใหญ่ การหาเรื่องทะเลาะวิวาทโดยไม่มีเหตุผล เป็นต้น
6. พฤติกรรมแปลกผิดปกติ เช่น ชอบซ่อนสิ่งของตนเอง เหม่อลอยเป็นกิจวัตรทำอะไรซ้ำซากอย่างไม่มีจุดหมาย เป็นต้น
7. พฤติกรรมลดความตั้งใจ เครียด คือ กระทำซ้ำ ๆ ซาก ๆ ต่าง ๆ เพื่อลดความตั้งใจ เครียด เช่น การกัดเล็บ เอาหัวชนฝา การสิ้นขวายอยู่ตลอดเวลา เป็นต้น
8. การมีทัศนคติที่ไม่ดีต่อผู้อื่น เช่น มองโลกในแง่ร้าย ดูถูกตนเอง ดูถูกผู้อื่น ก้าวร้าว อิจฉาริษยา นินทา เป็นต้น
9. ปฏิกริยาต่อความกลัวและความกังวลใจ เช่น ตัวสั่น ร้องไห้ หายใจเร็วหรือช้ากว่าปกติ กล้ามเนื้อกระตุก เป็นต้น
10. การต่อต้านที่รุนแรง การจู้จี้จุกจิกต่อกฎเกณฑ์และผู้มีอำนาจเกินปกติ พฤติกรรมอันนี้ย่อมขึ้นอยู่กับชนบทธรรมเนียมประเพณี สถานการณ์ และบุคคล เช่น ไม่เข้าเรียน เพราะไม่ชอบอาจารย์ที่สอน เป็นต้น
11. การคิดขี้ดในคำพูด เช่น การพูดตะกุกตะกัก คิดอย่าง พูดเร็วเกินไป เป็นต้น
12. การนอนหลับที่ไม่ปกติ เช่น นอนไม่หลับ นอนหลับน้อยกว่าปกติ การละเมอฝันร้าย เป็นต้น

อาการดังกล่าวนี้ จะนำมาตัดสินว่าเป็นอาการที่แสดงถึงการปรับตัวไม่ได้นั้นก็ต้องพิจารณาถึงความรุนแรงความถี่ความบ่อยของอาการ และความเป็นปกติวิสัยของบุคคลนั้นด้วย

นิภา นิธยาน (2530 : 237 - 239) กล่าวว่า ความยุ่งยากในการปรับตัวไม่ว่าจะมากน้อยเพียงใดก็ตามมักจะปรากฏอาการในลักษณะต่อไปนี้ คือ

1. อาการเคร่งเครียด
2. อาการเจ็บป่วยทางกาย เป็นผลสืบเนื่องมาจากความเคร่งเครียด ได้แก่ โรคกระเพาะอาหาร โรคไตได้ เป็นต้น
3. พฤติกรรมที่เบี่ยงเบนจากมาตรฐานที่พึงงามของสังคม
4. ความหย่อนสมรรถภาพในการดำเนินชีวิต เช่น เกิดความกลัวหรือวิตกกังวลมาก เกิดกว่าเหตุ เป็นต้น

สรุปได้ว่า บุคคลที่มีความยุ่งยากในการปรับตัวจะแสดงออกมาทางพฤติกรรมต่าง ๆ ที่เบี่ยงเบนจากมาตรฐานที่พึงงามทางสังคม เช่น ความก้าวร้าว ซึมเศร้า แยกตัวจากสังคมและพฤติกรรมดังกล่าวนี้จะส่งผลต่อสุขภาพทางกาย ซึ่งจะแสดงออกทางอาการเจ็บป่วยได้

วัยรุ่นกับการปรับตัว

เกษม ต้นดินลาชีวะ (2530 : 12) กล่าวว่า วัยรุ่นเป็นวัยที่สำคัญวัยหนึ่งของชีวิต เพราะเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงจากเด็กไปเป็นผู้ใหญ่ นับว่าเป็นระยะหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต ที่ควรแก่การสนใจ ปัญหาทางจิตหลายอย่างก็มักเริ่มต้นในวัยนี้ เพราะเป็นระยะที่สำคัญที่ทำหายนะความสามารถในการปรับตัว ซึ่งสอดคล้องกับ นิภา นิธยาน (2530 : 14) ที่มีความเห็นว่าเป็นบรรดาภัยต่าง ๆ ของชีวิต วัยรุ่นเป็นวัยซึ่งประสบปัญหาและวิกฤตการณ์ในการปรับตัวมากกว่าวัยอื่น

คูเลน (Kuhlen. 1952 : 2) ได้ศึกษาปัญหาการปรับตัวของวัยรุ่น และสรุปผลไว้ว่าเมื่อถึงวัยรุ่น บุคคลจะต้องประสบกับการเปลี่ยนแปลงครั้งใหญ่ของชีวิต และจะต้องประสบปัญหาในการปรับตัวมากบ้างน้อยบ้าง ซึ่งผู้เกี่ยวข้องควรจะสังเกต ศึกษา และให้ความช่วยเหลือ เพื่อจะสามารถปรับตัวได้ดีขึ้น

การที่วัยรุ่นจะสามารถปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขนั้น จะต้องมีการปรับตัวได้ดีในด้านต่าง ๆ ทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา คือ

การปรับตัวทางด้านร่างกาย วันดี วราวิทย์ (2531 : 134 - 137) กล่าวว่า ความรู้สึกของวัยรุ่นเองยังสับสนในบทบาทของตัวเองในการปรับตัว ในความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น

อย่างมากมาย การรับผิดชอบตัวเองยังกำกวมระหว่างเด็กกับผู้ใหญ่ เด็กรู้สึกว่าตนเองเริ่มจะเป็นผู้ใหญ่อยากรับผิดชอบตัวเองเต็มที่ แต่ขณะเดียวกันก็ขาดความรู้และประสบการณ์ที่จะแยกแยะว่าสิ่งที่เกิดขึ้นกับตัวเอง ในการเปลี่ยนแปลงสรีระของการเติบโตในวัยรุ่นเป็นไปตามธรรมชาติหรือเป็นสิ่งผิดปกติ ดังนั้นในการที่จะช่วยให้วัยรุ่นปรับตัวทางด้านร่างกายได้ดี ควรจะต้องค้นหาความผิดปกติและรักษาแก้ไขตั้งแต่ต้น รักษาอนามัยส่วนบุคคล ป้องกันโรค ส่งเสริมโภชนาการ ออกกำลังกาย และพักผ่อนให้เพียงพอ

การปรับตัวทางด้านอารมณ์ สุชา จันทน์เอม (2529 : 30) กล่าวว่า วัยรุ่นกำลังอยู่ในช่วงความเจริญงอกงามต่าง ๆ กำลังอยู่ในระยะปรับตัว ดังนั้นวัยรุ่นจึงตกอยู่ใต้อิทธิพลของสิ่งแวดล้อมที่ยั่วเย้าทางอารมณ์ได้ง่าย เพราะเด็กในวัยนี้มีอารมณ์อ่อนไหว เชื่อง่าย หลงง่าย ไม่มีอารมณ์มั่นคงเหมือนผู้ใหญ่ จึงมักเกิดปัญหายุ่งยากทางอารมณ์เสมอ ดังนั้นวัยรุ่นจะต้องหลีกเลี่ยงความยุ่งยากต่าง ๆ ผู้ที่เกี่ยวข้องก็ควรหลีกเลี่ยงการกระทำที่เป็นต้นเหตุให้เด็กเกิดความน้อยเนื้อต่ำใจ เพราะจะทำให้เด็กหมดความเชื่อมั่นในตัวเอง ควรปล่อยให้เด็กประสบกับปัญหาชีวิตด้วยตนเอง ซึ่งเขาจะรู้จักหัดแก้ไขหรือหาทางออกที่ดีด้วยตนเอง อันจะทำให้มีสุขภาพทางอารมณ์ดีขึ้น

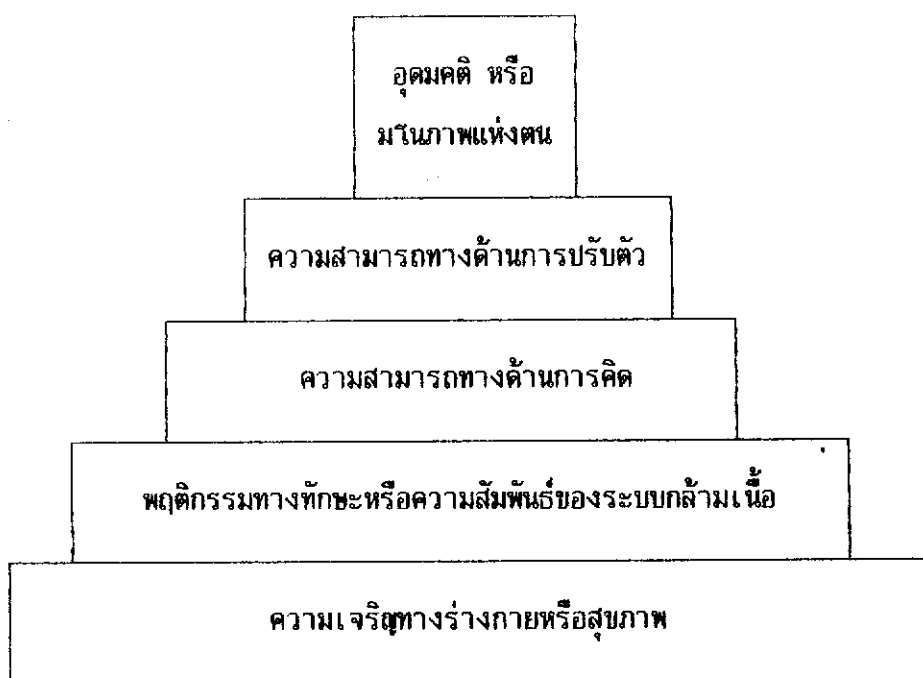
ในการปรับตัวทางสังคมของวัยรุ่น ปรียา เกตุทัต (2529 : 237 - 238) กล่าวว่า เนื่องจากช่วงวัยรุ่นอยู่ในระยะหัวเลี้ยวหัวต่อระหว่างความเป็นเด็กและความเป็นผู้ใหญ่ ดังนั้นจึงมีปัญหาดัง ๆ เกิดขึ้น ที่สำคัญได้แก่ การปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่นในสังคมและการเรียนรู้วิธีสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นให้เหมาะสมกับบทบาทที่เป็นอยู่ในขณะนั้น เพราะพฤติกรรมที่เคยปฏิบัติในวัยเด็กย่อมไม่เหมาะสมที่จะนำมาปฏิบัติในวัยรุ่น การปรับตัวทางสังคมในช่วงวัยรุ่นจะเป็นเครื่องชี้ให้เห็นว่าเขาจะมีการปรับตัวทางสังคมได้ดี เมื่ออยู่ในวัยผู้ใหญ่

การปรับตัวทางด้านสติปัญญา สุชา จันทน์เอม (2529 : 32 - 33) กล่าวว่า วัยรุ่นมีพลังมาก มีความกระตือรือร้น สนใจผู้อื่น และมีความสนใจเกี่ยวกับความแตกต่างทางบุคลิกภาพ มีทัศนคติต่อบุคคลและสิ่งต่าง ๆ แน่ใจดี สามารถใช้ความคิดของตนได้อย่างมีเหตุผล สามารถออกความคิดเห็นร่วมกับผู้อื่นได้ รู้จักสังเกตความรู้สึกของคนอื่นที่มีต่อตนได้มากขึ้น ต้องการทำงานให้ประทับใจผู้อื่น พยายามหาข้อบกพร่องเพื่อแก้ไข ชอบเรียนรู้แบบลองผิดลองถูก ซึ่งการเรียนรู้โดยวิธีนี้เด็กได้ลงมือทำเอง ได้พบปัญหาและวิธีแก้ปัญหारे่อยไปจนกว่าจะได้ผล

สรุปได้ว่า วัยรุ่นเป็นวัยที่ประสบปัญหาในการปรับตัวมากกว่าวัยอื่น ผู้ที่เกี่ยวข้องควรจะช่วยเหลือ ให้วัยรุ่นสามารถปรับตัวได้ดีทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา

สิ่งที่ส่งผลต่อการปรับตัว

คลอสเมอร์ และริพเพิล (Klausmire and Riple. 1971 : 557) กล่าวว่า บุคลิกภาพของมนุษย์ที่แสดงพฤติกรรมตอบสนองต่อสิ่งแวดล้อมของบุคคลนั้น เป็นไปตามโครงสร้างบูรณาการ ซึ่งแสดงได้ดังภาพประกอบ 3



ภาพประกอบ 3 สิ่งส่งผลต่อการปรับตัว

อิทธิพลของโครงสร้างบูรณาการแห่งบุคลิกภาพที่มีต่อพฤติกรรมของมนุษย์นั้น คลอสแมร์ และริฟเฟิล แย้งให้เห็นความสำคัญตามลำดับดังภาพประกอบ 3 ซึ่งกล่าวได้ว่าความเจริญทางร่างกายและสุขภาพ และทักษะทางกลไกหรือความสัมพันธ์ของระบบกล้ามเนื้อ (Health and Psychomotor Skill) ด้านใดด้านหนึ่งเป็นพื้นฐานของมนุษย์ในการพัฒนาบุคลิกภาพและการปรับตัว ถ้ามีความบกพร่องในด้านดังกล่าวนี้หรือหลาย ๆ ด้านของสุขภาพแล้ว ย่อมก่อให้เกิดการขัดขวางบูรณาการของบุคคลในเรื่องความสามารถในการปรับตัวและบุคลิกภาพของบุคคลได้ เพราะการที่บุคคลบกพร่องทางสุขภาพและไม่สามารถใช้ทักษะของร่างกาย (Physical Skills) ได้นั้น อาจเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้บุคคลมีพฤติกรรมไปในทางก้าวร้าว หรือในทางที่ขัดต่อความต้องการของสังคม ดังนั้นการศึกษาการปรับตัว จึงต้องคำนึงถึงลักษณะทางสุขภาพร่างกาย และความสามารถในทักษะของร่างกายที่มีความสัมพันธ์ในการทำงานของระบบกล้ามเนื้อของบุคคลด้วย

สรุปได้ว่า การปรับตัวของบุคคลจะส่งผลต่อสุขภาพกาย สุขภาพใจ ซึ่งจะทำให้เกิดความมั่นคงทางจิตใจ ความสามารถทางทักษะของร่างกาย และความสามารถทางทักษะก็ฟาดต่อไป

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัว

งานวิจัยในต่างประเทศ

บิดดัลพ์ (Biddulph, 1958 : 57) ได้ทำการศึกษาเพื่อเปรียบเทียบบุคลิกภาพและการปรับตัวทางสังคมของผู้ที่มีความสามารถทางกีฬาสูง จำนวน 50 คน กับผู้ที่มีความสามารถทางกีฬาดำจำนวน 50 คน ซึ่งเป็นนักเรียนชายระดับมัธยมศึกษา โดยใช้ความเห็นของครู และแบบทดสอบวัดบุคลิกภาพแคลิฟอร์เนีย (California Test of Personality) เป็นเครื่องมือพบว่า ในกลุ่มผู้มีความสามารถทางกีฬาสูงมีบุคลิกภาพ และการปรับตัวทางสังคมได้ดีกว่ากลุ่มผู้มีความสามารถทางกีฬาดำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

กรอนแลนด์ (Gronlund, 1959 : 176) ได้ศึกษาลักษณะที่นำมาใช้เขานับปัญหาของนิสิตที่ออกกลางคัน โดยวิธีการศึกษาระยะยาว กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตชั้นปีที่ 1 ของมหาวิทยาลัยแห่งรัฐยูทาห์ ปี ค.ศ. 1959 เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลได้แก่ แบบสำรวจ

ทัศนคติทางการเรียนของบราวน์ - โฮลท์ซแมน (Brown - Holtzman Survey of Study Habits and Attitudes - SSHA) แบบทดสอบวัดการปรับตัวแคลิฟอร์เนีย (California Psychological Inventory - CPI) แบบทดสอบบุคลิกภาพ มินเนโซตา (Minnesota Muiltphasic Pensonality Inventory - MMPI) และแบบสำรวจปัญหามูเนย์ (Mooney Problem Checklist - MPCL) ผลการวิจัยพบว่านิสิตที่ออกกลางคันมองปัญหาและมีความสนใจจำกัด มองอนาคตในแง่ร้าย เจือยชา เกียจคร้าน สับสนง่าย ไม่เข้าใจสังคม ส่วนนิสิตที่เรียนสำเร็จตามหลักสูตรมีลักษณะที่เชื่อมั่นในตนเอง ยอมรับตนเองสูง มั่นคง มีความสามารถ จลาครอบรู้ มีนิสัยในการเรียนดี มีปัญหาทางด้านส่วนตัว ด้านครอบครัวและการปรับตัวน้อยกว่านิสิตที่ออกกลางคัน

คาเพลน (Kaplan. 1959 : 293) ได้ศึกษาเปรียบเทียบความคับข้องใจและการปรับตัวของนักเรียนชายหญิงในระดับมัธยมศึกษาตอนต้น โดยแบ่งเป็น นักเรียนชาย 400 คน นักเรียนหญิง 400 คน ผลการศึกษาพบว่า เด็กหญิงมีปัญหาความคับข้องใจในการปรับตัวมากกว่าเด็กชายเนื่องจากเด็กหญิงได้รับการปกป้องมาก มีอิสระน้อยกว่าเด็กชาย ต้องทำตามความต้องการของพ่อแม่อย่างใกล้ชิด และนอกจากนี้ยังมีความขัดแย้งอยู่ภายในใจมากขี้อาย จะเก็บกดความวิตกกังวลและความก้าวร้าว จึงทำให้เกิดความคับข้องใจได้ ส่วนเด็กชายนั้นมีความเป็นอิสระในการที่จะแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ หรือการแสดงออกทางอารมณ์มากกว่า และแสดงความก้าวร้าวออกมาได้มาก ได้รับคำสอน จู้จี้ แนะนำจากผู้ใหญ่น้อยกว่าคงจะเห็นได้ว่ามีข้อมูลของคนไข้ที่รักษาอยู่ในโรงพยาบาลจิตเวช มีผู้หญิงเข้ารับการรักษามากกว่าผู้ชาย ทั้งนี้เพราะปัญหาต่าง ๆ ของผู้หญิงถูกกดไว้จะเพิ่มความกังวลขึ้น จนแสดงออกมาในด้านปัญหาการปรับตัวไม่ได้

กิลล์ (Gill. 1962 : 144 - 149) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนกับการปรับตัวของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาจำนวน 450 คน โดยแยกเป็นนักเรียนกลุ่มผู้มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงกับผู้มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ผลการศึกษาพบว่า เด็กที่เรียนดีมีความสามารถในการปรับตัวทางสังคมได้ดีกว่าเด็กที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ และเด็กที่เรียนดีสามารถแก้ปัญหาด้านการปรับตัวได้ดีกว่าเด็กที่มีผลการเรียนต่ำ

โจนส์ (Jones. 1964 : 108) ได้ทำการศึกษาเพื่อจะเปรียบเทียบการปรับตัวระหว่างนักเรียนที่มีร่างกายแข็งแรงกับนักเรียนที่มีร่างกายอ่อนแอ โดยคัดเลือกเด็กนักเรียนชาย

จากโรงเรียนมัธยม 5 แห่ง ที่มีความแข็งแรงที่สุด และอ่อนแอที่สุดของนักเรียนทั้งหมด กลุ่มละ 10 คน เพื่อทดสอบความแตกต่างในเรื่องการปรับตัวของทั้งสองกลุ่ม โดยใช้แบบทดสอบวัดการปรับตัวของ แคลิฟอร์เนีย (California Reputation test) และระเบียบสะสม (Cumulative Records) ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนกลุ่มที่มีร่างกายแข็งแรงดีนั้นมีลักษณะรูปร่าง สมรรถภาพทางกาย การพัฒนาการด้านต่าง ๆ ฐานะทางสังคม และการปรับตัวมีผลดีอย่างน่าพึงพอใจและพบว่า กลุ่มนักเรียนที่มีร่างกายอ่อนแอ มีความบกพร่องเรื่อง รูปร่าง การพัฒนาการช้ากว่าปกติ สุขภาพอ่อนแอ สมรรถภาพทางกายต่ำ เข้ากับเพื่อนฝูงได้ยาก ขาดฐานะทางสังคม มีความรู้สึกว่าตนเองด้อย และปรับตัวได้ไม่ดี โจนส์ยังกล่าวสรุปอีกว่า การปรับตัวทางสังคมกับความสัมพันธ์ออกมาในทางบวก แสดงว่าความแข็งแรงของสุขภาพร่างกายเป็นปัจจัยสำคัญอย่างหนึ่งต่อการปรับตัวทางสังคมของนักเรียน

ซิงเกอร์ (Singer. 1969 : 94) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ความแตกต่างภายในระหว่างบุคลิกภาพของนักเบสบอล และนักเทนนิส" โดยใช้เบสบอลและเทนนิส ทีมมหาวิทยาลัยโอไฮโอได้ทดสอบนักกีฬา จำนวน 69 คน ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬานานาชาติ ค.ศ. 1965 ด้วยการใช้แบบทดสอบวัดบุคลิกภาพของเอดเวิร์ด (Edward Personal Performance Schedule) โดยทดสอบผู้เล่นทุกคนก่อนจะถึงฤดูกาลแข่งขันแล้ววิเคราะห์ความแปรปรวนร่วมปรากฏว่า ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญในบุคลิกภาพ ระหว่างนักเทนนิส และนักเบสบอล ที่มีทักษะสูงสุด 20 คน และต่ำสุด 20 คน เมื่อทำการเปรียบเทียบระหว่างภายในกลุ่มนักกีฬาที่มีเกณฑ์ปกติ ในลักษณะบุคลิกภาพ 15 ลักษณะ มีเพียงไม่กี่ลักษณะที่ปรากฏให้เห็นถึงความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญ เช่น ด้านสัมฤทธิ์ผลความมีอำนาจเหนือผู้อื่น เป็นต้น

คอนเนล (Connell. 1976 : 101) ได้ทำการศึกษาเรื่องอิทธิพลของการแข่งขันที่มีต่อระดับความวิตกกังวลของนักกีฬาสเกตบอลหญิงของสถาบัน โดยใช้แบบทดสอบความวิตกกังวล คือ แบบทดสอบความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์และเฉพาะบุคคล (State Trait Anxiety Inventory - STAI) ซึ่งคิดขึ้นโดยสปีลเบิร์กเกอร์ คอร์ทซ์และลูชีน (Spielberger, Gorsuch and Lashene) ไปทดสอบนักกีฬาสเกตบอลหญิงของวิทยาลัยสปริงฟิลด์ (Springfield College) จำนวน 11 คน อายุระหว่าง 17 - 21 ปี ผลการศึกษพบว่า

1. ค่ากลาง (Mean) ของความวิตกกังวลเฉพาะบุคคล (Trait Anxiety) ไม่มีความแตกต่างกันในสถานการณ์ระหว่างก่อนเหตุการณ์แข่งขัน และหลังเหตุการณ์แข่งขัน

2. มีความแตกต่างกันในระดับความวิตกกังวลเมื่ออยู่ในสภาพหลังการแข่งขัน ตัวแปรที่ทำให้ระดับความวิตกกังวลหลังการแข่งขัน มีนัยสำคัญเพราะการแพ้ของทีม

แอนเดอร์สัน (Anderson, 1979 : 103) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "การศึกษาเปรียบเทียบลักษณะบุคลิกภาพของนักกีฬาชายกับนักกีฬาหญิง ของมหาวิทยาลัยที่เข้าร่วมแข่งขันกีฬาประเภทชุต และกีฬาประเภทบุคคลระหว่างมหาวิทยาลัย" ประชากรประกอบด้วย (1) นักกีฬาชายของมหาวิทยาลัยที่เข้าร่วมแข่งขันกีฬาประเภทชุต (2) นักกีฬาชายของมหาวิทยาลัยที่เข้าร่วมแข่งขันกีฬาประเภทบุคคล (3) นักกีฬาหญิงของมหาวิทยาลัยที่เข้าร่วมแข่งขันกีฬาประเภทชุต (4) นักกีฬาหญิงของมหาวิทยาลัยที่เข้าร่วมแข่งขันกีฬาประเภทบุคคล (5) ผู้หญิงที่ไม่ใช่ นักกีฬา (6) ผู้ชายที่ไม่ใช่ นักกีฬา รวมทั้งสิ้นจำนวน 315 คน ผลการวิจัยพบว่า

1. นักกีฬาชายและนักกีฬาหญิงไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญกับผู้ชายและผู้หญิงที่ไม่ใช่ นักกีฬา เกี่ยวกับองค์ประกอบบุคลิกภาพด้านการทรงตัว ความมีอำนาจเหนือผู้อื่นความใจกว้าง และความสันนิษฐาน

2. นักกีฬาชายและนักกีฬาหญิงไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญกับผู้ชายและผู้หญิงที่ไม่ใช่ นักกีฬา ในบุคลิกภาพเกี่ยวกับการสังคม วุฒิภาวะ ความรับผิดชอบ การควบคุมตนเอง ความอดทนและความรู้สึกที่ดี

3. นักกีฬาชายและนักกีฬาหญิงไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญกับผู้ชาย และผู้หญิงที่ไม่ใช่ นักกีฬาในเรื่องสัมฤทธิ์ผลการแสดงออก สัมฤทธิ์ผลด้านเป็นอิสระ และสัมฤทธิ์ผลด้านสติปัญญา

4. ลักษณะที่แตกต่างอย่างมีนัยสำคัญ ระหว่างนักกีฬาชายและนักกีฬาหญิงกับผู้ชาย และผู้หญิงที่ไม่ใช่ นักกีฬา คือ องค์ประกอบบุคลิกภาพเกี่ยวกับความอ่อนตัว และลักษณะอย่างผู้หญิง โดยแตกต่างกันทั้งนักกีฬาบุคคล นักกีฬาชุต และผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬา

5. ผู้ชายและผู้หญิงแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ เพียงองค์ประกอบเกี่ยวกับลักษณะความเป็นผู้หญิง และความอ่อนตัว

กรอสเบิร์ก (Grossberg, 1985 : บทคัดย่อ) ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสติปัญญากับการปรับตัวทางอารมณ์ในเด็กปัญญาเลิศ จำนวน 83 คน อายุระหว่าง 7 - 11 ปี จากโรงเรียนเอกชนสำหรับเด็กปัญญาเลิศ และเด็กที่มีความสามารถพิเศษ 31 คนจากโรงเรียนรัฐบาลที่มีโปรแกรมสำหรับเด็กปัญญาเลิศ 32 คน โดยใช้เครื่องมือวัดการปรับตัวทางด้านจิตวิทยารวม 4 ฉบับ ผลการศึกษาพบว่า สติปัญญากับความวิตกกังวลมีความสัมพันธ์กันในทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และเด็กที่มีสติปัญญาสูงจะมีการปรับตัวได้ดีกว่าเด็กที่มีระดับสติปัญญาปานกลางและต่ำ

ดูอาเต (Duarte, 1990 : บทคัดย่อ) ศึกษาองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์และการปรับตัวของกลุ่มปัญญาเลิศ โดยศึกษากับเด็กปัญญาเลิศ 6 คน โดยวิธีการสัมภาษณ์แบบลึก (Indepth Interview) และใช้แบบสอบถาม (Questionnaires) พบว่า สิ่งที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัว ได้แก่ ญาติพี่น้อง ครอบครัว เพื่อน และครู โดยเฉพาะอย่างยิ่งสิ่งแวดล้อมในโปรแกรมการศึกษา

จากการศึกษาผลการวิจัยในประเทศจะเห็นได้ว่า ความแตกต่างระหว่างบุคคลความสามารถเฉพาะตัวของบุคคลนั้นมีความสัมพันธ์กันกับการปรับตัวอย่างมาก กล่าวคือ ผู้ที่มีสติปัญญาสูงความสามารถทางกีฬาสูง ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง การปรับตัวก็ดีขึ้น แต่ในทางตรงกันข้าม ผู้ที่มีระดับสติปัญญาต่ำ ความสามารถทางกีฬาค่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ การปรับตัวอ่อนแอไม่ไปด้วย แต่ความสามารถเฉพาะตัวดังกล่าวนี้สามารถปรับปรุงหรือส่งเสริมได้

งานวิจัยในประเทศ

สุรีย์ ทัชรืหา (2516 : 1) ได้ศึกษาสาเหตุของเด็กวัยเรียนที่เป็นโรคจิต โรคประสาท ซึ่งรับไว้รักษาในโรงพยาบาลตำรวจ พ.ศ. 2515 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ศึกษาเป็นผู้ป่วยโรคจิต โรคประสาทในวัยเรียนที่เข้ารับรักษาตัวในโรงพยาบาลตำรวจ จำนวน 65 คน ผลการศึกษาพบว่า บุคคลที่ 1ป่วยเป็นโรคจิต โรคประสาทมากที่สุด เนื่องจากการเลี้ยงดูที่บกพร่องเกินควรในวาระแรก และพบกับความรู้สึกสูญเสียความรัก เพราะการต้องเสียสละเพื่อน้อง ๆ ทำให้ไม่สามารถปรับตัว หรือเผชิญกับปัญหาเฉพาะหน้าได้

พนมศักดิ์ สวัสดิ์พงษ์ (2517 : 74) ทำการวิจัยเรื่อง "ความสัมพันธ์ระหว่างทักษะทางกีฬากับการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น" เพื่อที่จะหาความสัมพันธ์ระหว่างทักษะทางกีฬากับการปรับตัวทางสังคมแบบเพียร์สัน และแบบพาร์เซียล โดยมีดัชนีการแบ่งรุ่นของแมคคลอยเป็นตัวคงที่ และหาความสัมพันธ์ระหว่างการปรับตัวทางสังคมกับดัชนีการแบ่งรุ่นของแมคคลอย โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชายระดับมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 200 คน คำนวณหาคะแนนดัชนีการแบ่งรุ่นของแมคคลอย คะแนนจากผลการทดสอบทักษะทางกีฬาทุกรายการคะแนนจากผลการทดสอบการปรับตัวทางสังคม ผลการวิจัยพบว่า

1. สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างทักษะทางกีฬากับการปรับตัวทางสังคมแบบเพียร์สัน และแบบพาร์เซียล มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างทักษะทางกีฬากับดัชนีการแบ่งรุ่นของแมคคลอยมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
3. สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการปรับตัวทางสังคมกับดัชนีการแบ่งรุ่นของแมคคลอย มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สมาน กาญจเนติ (2520 : 35 - 36) ได้ทำการศึกษาแบบแผนการอบรมเลี้ยงดูที่มีผลต่อการปรับตัวของเด็ก ผลการศึกษาพบว่า เด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยปรับตัวได้ดีกว่าเด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน และแบบปล่อยปละละเลยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในการปรับตัวของเด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน และแบบปล่อยปละละเลย ทั้งจากการพิจารณาในกลุ่มรวมและพิจารณาแยกตามเพศ สำหรับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย เด็กหญิงปรับตัวดีกว่าเด็กชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ทรงศรี สอนิธิภรณ์ (2522 : 103) ได้ศึกษาเปรียบเทียบปัญหาส่วนตัวระหว่างนิสิตนักศึกษาปีสุดท้ายที่จะสำเร็จการศึกษาตามกำหนดเวลาของหลักสูตรกับผู้ที่สำเร็จหลังกำหนดเวลาของหลักสูตรในมหาวิทยาลัย กลุ่มตัวอย่าง ประกอบด้วยนิสิตนักศึกษาที่จะสำเร็จตามกำหนดเวลาของหลักสูตร 579 คน และนิสิตนักศึกษาที่จะสำเร็จหลังกำหนดเวลาของหลักสูตร 425 คน โดยใช้แบบสอบถามซึ่งดัดแปลงมาจากแบบสำรวจปัญหาในนิสิตนักศึกษานิสิตนักศึกษาปีสุดท้ายที่จะสำเร็จการศึกษาหลังกำหนดเวลาของหลักสูตร มีปัญหาส่วนตัวมากกว่าผู้ที่สำเร็จการศึกษา

ตามกำหนดเวลาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ในด้านการเงิน กิจกรรมและการพักผ่อนหย่อนใจ บ้านและสภาพความเป็นอยู่ในครอบครัว การปรับตัวทางการเรียนและรวมปัญหาทุกด้าน ในกลุ่มตัวอย่าง สาขาวิทยาศาสตร์กายภาพมีปัญหาด้านการปรับตัว ในด้านการเงิน อารมณ์และความรู้สึก นึกคิดเกี่ยวกับตนเอง ส่วนนี้คิด สาขาวิชาสังคมศาสตร์ พบว่า ผู้ที่สำเร็จการศึกษาตามกำหนดเวลา มีปัญหาส่วนตัวมากกว่าผู้ที่สำเร็จการศึกษาหลังกำหนดเวลาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ในด้านกิจกรรม และการพักผ่อนหย่อนใจ และด้านบุคลิกภาพโดยส่วนรวมพบว่านิสิตนักศึกษาชาย มีปัญหาส่วนตัว มากกว่านิสิตนักศึกษาหญิงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ในด้านการเงิน เพศ และรวมปัญหาทุกด้าน แต่มีปัญหาน้อยกว่าในด้านอารมณ์และความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตน

พวงสร้อย วรกุล (2522 : 79) ได้ศึกษาเปรียบเทียบสภาพปัญหาในการปรับตัว ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกรุงเทพมหานคร และจังหวัดสงขลาในกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาเป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 3 โรงเรียนในเขตกรุงเทพมหานคร และจังหวัดสงขลา ปีการศึกษา 2521 จำนวน 678 คน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนมีปัญหาในด้านการปรับตัวกับเพื่อนและครูมาก

รัตนา ยัญทิพย์ (2522 : 136) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ความสัมพันธ์ระหว่างการอบรมเลี้ยงดูพฤติกรรมตอบสนองระหว่างบุคคล และการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3" โดยใช้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ของโรงเรียนในสังกัดกรมสามัญศึกษาในกรุงเทพมหานคร และจังหวัดนครสวรรค์ เป็นกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย การเก็บรวบรวมข้อมูล ใช้เครื่องมือซึ่งประกอบด้วยแบบสอบถามการอบรมเลี้ยงดู แบบทดสอบวัดพฤติกรรมตอบสนองระหว่างบุคคล และแบบทดสอบการปรับตัว นานัลที่ได้มาวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้ค่าสถิติ คือ Multiple Correlation และ Z - test ผลการวิจัยในส่วนของการปรับตัว พบว่า การอบรมเลี้ยงดู พฤติกรรมตอบสนองระหว่างบุคคล และการปรับตัวมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แต่เมื่อพิจารณาค่าสหสัมพันธ์ภายในระหว่างตัวแปรทั้งสาม พบว่า การอบรมเลี้ยงดู มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 แต่ไม่สัมพันธ์กับพฤติกรรมตอบสนองระหว่างบุคคล และพฤติกรรมตอบสนองระหว่างบุคคลไม่มีความสัมพันธ์กับการปรับตัว เมื่อเปรียบเทียบการปรับตัวของเด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูต่างกัน ผลปรากฏว่าเด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบฝึกให้พึ่งตนเอง ปรับตัวดีกว่าเด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบยับยั้งการพึ่งตนเอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แต่เมื่อใช้สถานที่อยู่และเพศเป็นเกณฑ์ พบว่า ทั้งเด็กใน

กรุงเทพมหานคร และเด็กในจังหวัดนครสวรรค์ มีการปรับตัวไม่แตกต่างกัน เช่นเดียวกับที่พบว่า ทั้งเด็กชาย และเด็กหญิงมีการปรับตัวไม่แตกต่างกันด้วย

เจสียา จุฬินทะ (2524 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "การเปรียบเทียบ การปรับตัวทางสังคม ระหว่างนักกีฬาประเภทชู้ตกับนักกีฬาประเภทบุคคล" โดยใช้นักกีฬาที่เข้า แข่งขันกีฬากรมพลศึกษาประจำปี พ.ศ. 2523 จำนวน 100 คน แยกเป็นนักฟุตบอล 25 คน นักวอลเลย์บอล 25 คน นักเทเบิลเทนนิส 25 คน และนักแบดมินตัน 25 คน เป็นกลุ่มตัวอย่าง ในการวิจัย นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ข้อมูลด้วยการหาค่าเฉลี่ย ร้อยละ ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน และทดสอบค่าซี (Z - test) ผลการวิจัยพบว่า

1. นักกีฬาประเภทชู้ต และนักกีฬาประเภทบุคคล มีความสามารถในการปรับตัว ทางสังคมอยู่ในระดับสูง

2. นักกีฬาประเภทชู้ต และนักกีฬาประเภทบุคคล มีความสามารถในการปรับตัว ทางสังคมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

สุภาพรณ โคตรจรัส (2524 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาปัญหาของนิสิตปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย จำนวน 2,059 คน พบว่า มีปัญหาต่าง ๆ ดังนี้ นิสิตมีปัญหาการปรับตัวทางการเรียน เป็นอันดับหนึ่ง (ร้อยละ 73.97) ปัญหาด้านกิจกรรมทางสังคม และนันทนาการเป็นอันดับสอง (ร้อยละ 66.08) ด้านหลักสูตรและการสอนเป็นอันดับสาม (ร้อยละ 65.62) และด้านอารมณ์ และส่วนตัวเป็นอันดับสี่ (ร้อยละ 65.05) ปัญหาการเรียนนั้น ส่วนใหญ่วิตกกังวลเกี่ยวกับการสอบ (ร้อยละ 86)

อัมพร โอตระกูล (2525 : 144 - 155) ได้ทำการวิจัยเรื่องการเปรียบเทียบ การปรับตัวของนักเรียนไทยในชนบทและในเมือง พบว่า นักเรียนในเมืองที่มีอายุระหว่าง 14 - 17 ปี มีปัญหาทางจิตใจที่พบมากที่สุดคือ ไม่มีความมั่นใจในตนเองว่าเป็นเด็กหรือผู้ใหญ่ (ร้อยละ 29.00) ขัดแย้งกับบิดา (ร้อยละ 27.50) มีความยุ่งยากใจเกี่ยวกับการเรียน (ร้อยละ 8.70) มีปัญหาทางจิตใจ (ร้อยละ 7.31) ส่วนนักเรียนชนบทอายุระหว่าง 12 - 18 ปี มีปัญหาทางจิตใจที่พบมากที่สุดคือ ปัญหาในโรงเรียน (ร้อยละ 43.20) ปัญหาทางอารมณ์ (ร้อยละ 22.50) ปัญหาทางพฤติกรรม (ร้อยละ 17.37) มีปัญหาสุขภาพเสียด (ร้อยละ 2.50)

จารุวรรณ ตั้งศิริมงคล (2530 : 150) ได้ศึกษาเรื่องสุขภาพจิตและการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนรัฐบาล ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 610 คน ผลการศึกษาพบว่า ปัญหาสุขภาพจิตของนักเรียนนั้นยังอยู่ในระดับปานกลาง คือ มีปัญหาสุขภาพจิตยังไม่รุนแรง แต่มีอาการผิดปกติทางจิตเป็นบางครั้งในเรื่องความรู้สึกผิดปกติของร่างกาย ย้ำคิดย้ำทำ ความรู้สึกไม่ชอบติดต่อกับผู้อื่น ซึมเศร้า ก้าวร้าวชอบทำลาย กลัวโดยไม่มีเหตุผลและหวาดระแวง ส่วนความวิตกกังวลมีเพียงเล็กน้อย ปัญหาสุขภาพจิตของนักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีความแตกต่างกันในเรื่องไม่ชอบติดต่อกับผู้อื่นและกลัวโดยไม่มีเหตุผล นักเรียนส่วนใหญ่มีปัญหาการปรับตัวทางด้านการเรียนมากที่สุด รองลงมาได้แก่ปัญหาด้านอนาคตในเรื่องของอาชีพและการศึกษาต่อ

อภิวันท์ วงศ์ข้าหลวง (2529 : 109) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างปัญหาการปรับตัว และสุขภาพจิตของนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพวิทยาลัยเทคโนโลยี และอาชีวศึกษาจำนวน 450 คน พบว่า นักศึกษาประสบปัญหามากที่สุด ในด้านการปรับตัวทางการเรียน สุขภาพจิตของนักเรียนไม่ว่าต่างเพศกัน หรือเลือกเรียนสาขาวิชาที่แตกต่างกันมีสุขภาพจิตไม่แตกต่างกัน ปัญหาการปรับตัวกับสุขภาพจิตก็มีความสัมพันธ์กัน

เพ็ญทิวา นรินทร์กร ณ อยุธยา (2532 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ปัญหาการปรับตัวและสุขภาพจิตของนิสิตโควต้า มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ วิทยาเขตบางเขน" โดยใช้นิสิตโควต้า จำนวน 204 คน ใช้แบบสอบถามปัญหาการปรับตัว (Mooney Problem Checklist) และแบบสอบถามสุขภาพจิต (SCL - 90) ได้รับแบบสอบถามคืนทั้งหมดคืนข้อมูลที่ได้มาหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว และทดสอบความแตกต่างรายคู่ โดยวิธีของนิวแมนคูล (Newman Keuls) ผลการศึกษาพบว่า

1. นิสิตโควต้าส่วนใหญ่คิดว่าตนมีปัญหาการปรับตัวที่ระดับน้อย ได้แก่ ด้านการเรียน ด้านกิจกรรมทางสังคมและนันทนาการ ด้านอนาคตเกี่ยวกับอาชีพและการศึกษา และด้านหลักสูตรและการสอน
2. ปัญหาสุขภาพจิตของนิสิตโควต้าที่พบมากแต่อยู่ในระดับปานกลาง ได้แก่ ด้านย้ำคิดย้ำทำ ด้านความรู้สึกผิดปกติของร่างกาย ด้านความรู้สึกไม่ชอบติดต่อกับผู้อื่น ด้านซึมเศร้า ด้านก้าวร้าว ชอบทำลาย ด้านกลัวโดยไม่มีเหตุผล ด้านความหวาดระแวง และด้านอาการทางจิต

3. นิสิตโควต้าเพศชายและนิสิตโควต้าเพศหญิง มีปัญหาการปรับตัวด้านอนาคตเกี่ยวกับอาชีพและการศึกษาแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และมีปัญหาสุขภาพจิต ด้านความรู้สึกไม่ชอบติดต่อกับผู้อื่น และด้านกลัวโดยไม่มีเหตุผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4. นิสิตโควต้าที่เรียนอยู่ในชั้นปีที่แตกต่างกัน มีปัญหาการปรับตัว และสุขภาพจิต ไม่แตกต่างกัน

5. นิสิตโควต้าที่เลือกเรียนวิชาเอกที่แตกต่างกันมีปัญหาการปรับตัวแตกต่างกันในด้านการเงินและที่อยู่อาศัยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนปัญหาสุขภาพจิตไม่มีความแตกต่างกัน

จากการศึกษาผลการวิจัยในประเทศ จะเห็นได้ว่าการปรับตัวของนักเรียนนิสิต นักศึกษามีอิทธิพลโดยตรงต่อผลการศึกษาเล่าเรียน การดำเนินชีวิตภายในสถานศึกษา การศึกษา สภาพปัญหาการปรับตัวจะต้องคำนึงถึงองค์ประกอบต่าง ๆ ที่ใช้เป็นกลไกในการปรับตัว สภาพแวดล้อม และอื่น ๆ ความล้มเหลวของการปรับตัวนี้จะเป็นเหตุที่ก่อให้เกิด ปัญหาการปรับตัวมี ทั้งทางตรงและทางอ้อม เช่น ความสามารถทางกีฬา เพศ การอบรมเลี้ยงดู สภาพการจัดการเรียนการสอนอันได้แก่ หลักสูตรการสอน บรรยากาศการเรียนการสอน เป็นต้น สาเหตุต่าง ๆ นี้ บางสาเหตุสามารถปรับแต่งได้ ควบคุมได้เพื่อการลดอุปสรรคในการปรับตัว ดังนั้นผู้วิจัยจึงได้ ศึกษาเด็กระดับมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี เพื่อต้องการทราบว่า เด็กมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีจะมีปัญหาการปรับตัวเหมือนนักเรียน และนิสิต นักศึกษาหรือไม่

สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. นักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีที่มีเพศต่างกัน มีการปรับตัวแตกต่างกัน
2. นักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีที่มีความสามารถทางกีฬาแตกต่างกัน

มีการปรับตัวแตกต่างกัน

3. นักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีที่มีลำดับการเกิดแตกต่างกัน มีการปรับตัว

แตกต่างกัน

4. นักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีที่มีสภาพครอบครัวแตกต่างกัน มีการปรับตัว

แตกต่างกัน

5. นักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีที่มีลักษณะครอบครัวแตกต่างกัน มีการปรับตัว

แตกต่างกัน

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

การศึกษาการปรับตัวของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 3 โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการศึกษาค้นคว้าตามลำดับขั้นตอนการวิจัยดังต่อไปนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ศึกษาค้นคว้า
3. วิธีการสร้างเครื่องมือ
4. วิธีดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล
5. การวิเคราะห์ข้อมูล
6. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากร ที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 3 โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี สังกัดกรมพลศึกษา
2. กลุ่มตัวอย่าง ที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 3 โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี สังกัดกรมพลศึกษา ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2536 จำนวน 111 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

ในการศึกษาการปรับตัวของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีครั้งนี้ ผู้วิจัยได้แบ่งแบบสอบถามออกเป็น 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ ความสามารถทางกีฬา ลำดับการเกิด สภาพครอบครัว ลักษณะครอบครัว

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามการปรับตัวของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี ซึ่งผู้วิจัยปรับปรุง และดัดแปลงมาจากแบบสำรวจปัญหาการปรับตัวของมูลนิธิที่ใช้กับนักเรียน ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น (The Junior High School : Form J)

วิธีการสร้างเครื่องมือ

ผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างเครื่องมือ โดยมีขั้นตอนดังนี้

1. ศึกษาแบบสำรวจปัญหาของมูลนิธิ ฉบับที่ใช้สำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น (Mooney : Form J)
2. ทำการปรับปรุงและเรียบเรียงแบบสำรวจปัญหาในข้อ 1. เป็นภาษาไทยรวมทั้งสิ้นจำนวน 210 ข้อ ประกอบด้วยด้านต่าง ๆ 7 ด้าน ด้านละ 30 ข้อ ได้แก่ ด้านสุขภาพ และพัฒนาการทางกายด้านโรงเรียน ด้านบ้านและครอบครัว ด้านการเงินการงานและอนาคต ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน ด้านความสัมพันธ์กับบุคคลทั่วไป และด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง
3. นำแบบสอบถามที่ได้ในข้อ 2. ไปให้ผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน คือ รศ.ดร.พดุง อารยะวิทย์ รศ.อัจฉรา สุขารมย์ และดร.พัชรวิทย์ กาเนิดเพ็ชร ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ (Face Validity) และแก้ไขปรับปรุงตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ
4. นำแบบสอบถามในข้อ 3 ไปทดลองใช้ (Try out) กับนักกีฬาของโรงเรียน ในระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 3 ที่โรงเรียนคัดเลือกไว้เป็นตัวแทนของโรงเรียน ในการแข่งขันกีฬา จังหวัดสุพรรณบุรีที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง 3 โรงเรียน คือโรงเรียนกรรณสูตศึกษาลัย โรงเรียน สงวนหญิง และโรงเรียนบางปลาม้า สูงสุมาลย์วิทย์ จำนวน 100 คน เพื่อนำมาหาค่าความเชื่อมั่นโดยสูตรของคูเคอร์ริชาร์ดสัน KR - 20 (ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. 2531 : 168) ได้ความเชื่อมั่นของแบบสอบถามดังนี้

ด้าน	ค่าความเชื่อมั่น
1. ด้านสุขภาพและพัฒนาการทางกาย	.754
2. ด้านโรงเรียน	.810
3. ด้านบ้านและครอบครัว	.741
4. ด้านการเงินการงานและอนาคต	.775
5. ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน	.685
6. ด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นทั่วไป	.799
7. ด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง	.779
ค่าความเชื่อมั่นของแบบสำรวจทั้งหมด	.943

ลักษณะของแบบสอบถาม

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ ความสามารถทางกีฬา ลำดับการเกิด สภาพครอบครัว ลักษณะครอบครัว

คำชี้แจง กรุณาทำเครื่องหมาย / ลงในช่อง () หน้าข้อความที่ตรงกับความเป็นจริง

1. เพศ

() 1. ชาย

() 2. หญิง

2. ความสามารถทางกีฬาของนักเรียน

() 1. ความสามารถระดับ A

() 2. ความสามารถระดับ B

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามแบบเลือกตอบ (Checklist)

ตัวอย่างแบบสอบถาม

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านแต่ละข้อความต่อไปนี้ แล้วระบุข้อความใดเป็นจริงหรือไม่จริง
สำหรับนักเรียน แล้วทำเครื่องหมาย / ลงในช่อง "จริง" หรือ "ไม่จริง"

ขีตกาภษาทในช่อง "จริง" หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความเป็นจริงที่นักเรียน

ประสบอยู่เป็นส่วนใหญ่

ขีตกาภษาทในช่อง "ไม่จริง" หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความเป็นจริงที่นักเรียน

ประสบอยู่น้อยมาก หรือไม่มีเลย

ข้อความ	จริง	ไม่จริง
<u>ด้านสุขภาพและการทางกาย</u>		
0 ปวดศรีษะบ่อย ๆ		
00 อ้วนเกินไป		
<u>ด้านโรงเรียน</u>		
0 อ่านหนังสือช้า		
00 โรงเรียนมีกฎข้อบังคับมากเกินไป		
<u>ด้านบ้านและครอบครัว</u>		
0 ไม่ได้อยู่กับบิดา		
00 ถูกเลี้ยงดูเยี่ยงเด็ก		
<u>ด้านการเงิน งานและอนาคต</u>		
0 ไม่รู้จะหางานทำได้อย่างไร		
00 มีเงินใช้จ่ายน้อยกว่าเพื่อน ๆ		
<u>ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน</u>		
0 ไม่รู้จะนัดกับคนรักอย่างไร		
00 ไม่ได้รับอนุญาตให้ออกไปไหนกลางคืน		

ข้อความ	จริง	ไม่จริง
<u>ด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่นทั่วไป</u>		
0 ผู้มิตรได้ช้า		
00 เป็นคนขี้อาย		
<u>ด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง</u>		
0 เป็นคนคิดมาก		
00 หวาดหวั่นตื่นตกใจง่าย		

เกณฑ์การตรวจให้คะแนน

ผู้วิจัยให้คะแนนตามเครื่องหมายที่นักเรียนตอบแบบสอบถามในช่องต่าง ๆ ดังนี้
 ตอบจริง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความเป็นจริงที่นักเรียนประสบเป็นส่วนใหญ่

ให้ 1 คะแนน

ตอบไม่จริง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความเป็นจริงที่นักเรียนประสบอยู่น้อย
 มาก หรือไม่มีเลย ให้ 0 คะแนน

เกณฑ์การจัดระดับคะแนน

ผู้ที่ได้คะแนนเฉลี่ยร้อยละ 50 ขึ้นไป หมายถึง มีปัญหาในการปรับตัวมาก

ผู้ที่ได้คะแนนเฉลี่ยร้อยละ 49 ลงมา หมายถึง มีปัญหาในการปรับตัวน้อย

วิธีดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลดังนี้

1. ผู้วิจัยขอหนังสือแนะนำตัวจากบัณฑิตวิทยาลัย ถึงอาจารย์ใหญ่โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีเพื่อขออนุญาต และขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูล
2. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามไปอธิบาย ชี้แจงการตอบแบบสอบถามและแจกให้กับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 3 โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างและเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง จำนวน 111 ฉบับ ได้รับคืน 111 ฉบับ คิดเป็นร้อยละร้อย

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัย ผู้วิจัยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป SPSS เพื่อคำนวณหาค่าสถิติต่อไปนี้

1. หาความถี่ และร้อยละ
2. หาคะแนนเฉลี่ย และความเบี่ยงเบนมาตรฐานของการปรับตัวของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีแต่ละด้าน
3. เปรียบเทียบการปรับตัวของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี จำนวนตามเพศ ความสามารถทางกีฬา ลำดับการเกิด สภาพครอบครัว ลักษณะครอบครัวโดยใช้ t - test และ F - test

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่
 - 1.1 คะแนนเฉลี่ย (Mean) (ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ.

1.2 ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

(ส่วน สายยศ และอังคณา สายยศ. 2531 : 64)

2. สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมุติฐาน

2.1 ทดสอบสมมุติฐานข้อ 1, 2, 4 และ 5 โดยใช้สูตร t - test (ส่วน
สายยศ และอังคณา สายยศ. 2531 : 86)

2.2 ทดสอบสมมุติฐานข้อ 3 โดยใช้สูตร F - test (ส่วน สายยศ
และอังคณา สายยศ. 2531 : 95)

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยใช้สัญลักษณ์ในการวิเคราะห์ข้อมูลดังต่อไปนี้

N	แทน	จำนวนนักเรียนในกลุ่มตัวอย่าง
$\bar{x}$	แทน	ค่าเฉลี่ย
S.D.	แทน	ความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
df	แทน	ขั้นแห่งความเป็นอิสระ (Degree of Freedom)
t	แทน	ค่าสถิติที่ใช้ในการพิจารณาใน t - distribution
F	แทน	ค่าสถิติที่ใช้ในการพิจารณาใน F - distribution
SS	แทน	ผลบวกของคะแนนเบี่ยงเบนยกกำลังสอง (Sum of Squares)
MS	แทน	ค่าเฉลี่ยของผลบวกกำลังสอง (Mean Square)
*	แทน	นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

การเสนอผลวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลแบ่งออกเป็น 2 ตอน

1. การศึกษาการปรับตัวของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี
2. การเปรียบเทียบการปรับตัวของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี จำนวนตาม

เพศ ความสามารถทางกีฬา ลำดับการเกิด สภาพครอบครัว ลักษณะครอบครัว

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

ตอนที่ 1 สถิติพื้นฐานและระดับการปรับตัวของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี

1.1 ค่าเฉลี่ยและความเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการปรับตัว และระดับการปรับตัวแต่ละด้านของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี ปรากฏดังตาราง 1

1.2 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยของคะแนนการปรับตัวแต่ละด้านของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี ปรากฏดังภาพประกอบ 4

ตอนที่ 2 การเปรียบเทียบการปรับตัวแต่ละด้านของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี จำแนกตาม ตัวแปรอิสระทั้ง 5 ตัว คือ ตามเพศ ความสามารถทางกีฬา ลำดับการเกิด สภาพครอบครัว ลักษณะครอบครัว

2.1 ค่าเฉลี่ยและความเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการปรับตัวแต่ละด้านของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี จำแนกตามตัวแปรอิสระทั้ง 5 ตัว ปรากฏดังตาราง 4

2.2 แผนภูมิแสดงการเปรียบเทียบการปรับตัว แต่ละด้านของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี จำแนกตามตัวแปรอิสระ ทั้ง 5 ตัว ปรากฏดังภาพประกอบ 5, 6, 7, 8 และ 9

2.3 เปรียบเทียบการปรับตัวแต่ละด้านของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีในแต่ละด้าน จำแนกตามตัวแปรอิสระ 5 ตัว ปรากฏดังตาราง 2, 3, 5, 7 และ 8

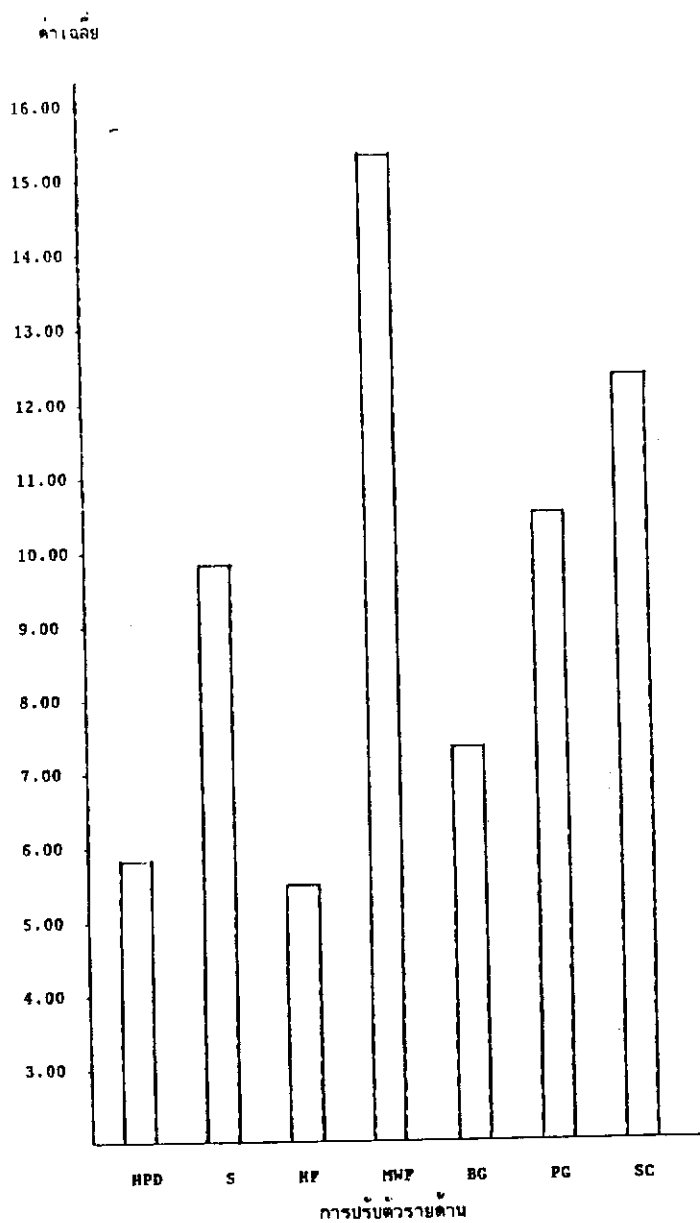
ตอนที่ 1 สถิติพื้นฐานและระดับการปรับตัวของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี

1.1 ค่าเฉลี่ยและความเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการปรับตัว แต่ละด้านของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี

ตาราง 1 ค่าเฉลี่ยและความเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการปรับตัว แต่ละด้านของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี

การปรับตัว	N	X	S.D.	ร้อยละของคะแนนเฉลี่ย
1. ด้านสุขภาพและพัฒนาการทางกาย	111	5.87	3.50	19.56
2. ด้านโรงเรียน	111	9.95	5.08	33.16
3. ด้านบ้านและครอบครัว	111	5.50	3.18	18.33
4. ด้านการเงินการงานและอนาคต	111	15.68	4.60	52.26
5. ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน	111	7.75	4.42	25.83
6. ด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นทั่วไป	111	11.51	4.91	38.36
7. ด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง	111	12.23	5.22	40.76

จากตาราง 1 แสดงว่านักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีมีปัญหาการปรับตัวด้านการงานการเงินและอนาคต อยู่ในเกณฑ์มาก (ร้อยละ 52.26) ส่วนปัญหาการปรับตัวที่อยู่ในเกณฑ์น้อยนั้นเรียงตามลำดับดังนี้ คือ ด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง (ร้อยละ 40.76) ด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นทั่วไป (ร้อยละ 38.36) ด้านโรงเรียน (ร้อยละ 33.16) ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน (ร้อยละ 25.83) ด้านสุขภาพและพัฒนาการทางกาย (ร้อยละ 19.56) และมีปัญหาการปรับตัวน้อยที่สุดในด้านบ้านและครอบครัว (ร้อยละ 18.33) (ดูภาพประกอบ 4)



HPD	ด้านสุขภาพและพัฒนาการทางกาย	S	ด้านโรงเรียน
HF	ด้านบ้านและครอบครัว	MWF	ด้านการเงินการงานและอนาคต
BG	ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน	PG	ด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นทั่วไป
SC	ด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง		

ภาพประกอบ 4 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยการปรับตัวแต่ละด้านของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี

ตอนที่ 2 เปรียบเทียบการปรับตัวแต่ละด้านของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี
โดยจำแนกตามเพศ ความสามารถทางกีฬา ลำดับการเกิด สภาพครอบครัว ลักษณะครอบครัว

2.1 เปรียบเทียบการปรับตัวแต่ละด้านของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี
จำแนกตามเพศ

ตาราง 2 เปรียบเทียบการปรับตัวแต่ละด้านของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี
จำแนกตามเพศ

การปรับตัว	N	$\bar{X}$	S.D.	t
1. ด้านสุขภาพและพัฒนาการทางกาย				
ชาย	73	5.19	3.51	2.96*
หญิง	38	7.18	3.11	
2. ด้านโรงเรียน				
ชาย	73	9.68	5.10	0.75
หญิง	38	10.45	5.08	
3. ด้านบ้านและครอบครัว				
ชาย	73	5.55	2.99	0.20
หญิง	38	5.42	3.58	
4. ด้านการเงินการงานและอนาคต				
ชาย	73	15.49	4.68	0.58
หญิง	38	16.03	4.48	
5. ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน				
ชาย	73	10.85	4.30	0.33
หญิง	38	10.55	4.69	

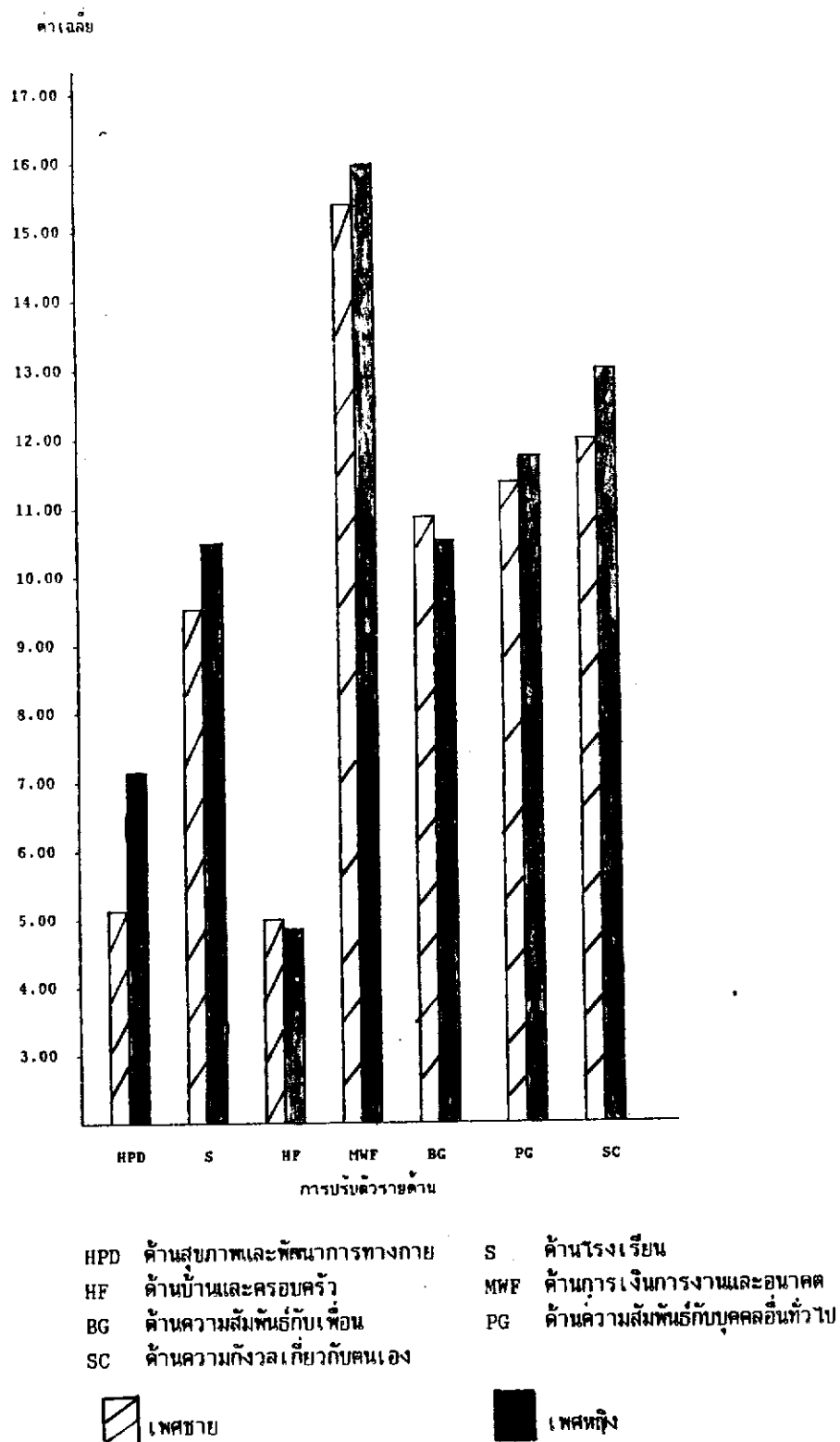
ตาราง 2 (ต่อ)

การปรับตัว	N	X	S.D.	t
6. ด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นทั่วไป				
ชาย	73	11.38	5.29	0.38
หญิง	38	11.76	4.14	
7. ด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง				
ชาย	73	11.84	5.56	1.12
หญิง	38	13.00	4.45	

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 2 แสดงว่านักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี เพศชายและเพศหญิง มีการปรับตัวด้านสุขภาพและการพัฒนาทางกาย แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยที่เพศชายมีการปรับตัวด้านสุขภาพและการพัฒนาทางกายได้ดีกว่าเพศหญิง ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1,

ส่วนด้านโรงเรียน ด้านบ้านและครอบครัว ด้านการเงินการงานและอนาคต ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน ด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นทั่วไป และด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเองไม่พบความแตกต่างระหว่างการปรับตัวของนักเรียนเพศชายและเพศหญิง ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 นั่นคือนักเรียนเพศชายและเพศหญิง ที่การปรับตัวด้านโรงเรียน ด้านบ้านและครอบครัว ด้านการเงินการงานและอนาคต ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน ด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นทั่วไป และด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเองไม่แตกต่างกัน (ดูภาพประกอบ 5)



ภาพประกอบ 5 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยการปรับตัวแต่ละด้าน ของนักเรียนโรงเรียนกีฬา
จังหวัดสุพรรณบุรี จันแนกตามเพศ

2.2 เปรียบเทียบการปรับตัวแต่ละด้านของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี
จำแนกตามความสามารถทางกีฬา

ตาราง 3 เปรียบเทียบการปรับตัวแต่ละด้านของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี
จำแนกตาม ความสามารถทางกีฬา

การปรับตัว	N	$\bar{X}$	S.D.	t
1. ด้านสุขภาพและพัฒนากาย				
ระดับ A	72	5.24	3.36	2.38*
ระดับ B	39	7.05	3.48	
2. ด้านโรงเรียน				
ระดับ A	72	10.00	5.00	0.15
ระดับ B	39	9.85	5.29	
3. ด้านบ้านและครอบครัว				
ระดับ A	72	5.38	3.30	0.58
ระดับ B	39	5.74	2.99	
4. ด้านการเงินการงานและอนาคต				
ระดับ A	72	15.22	4.57	1.42
ระดับ B	39	16.51	4.60	
5. ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน				
ระดับ A	72	10.11	3.91	2.09*
ระดับ B	39	11.92	5.08	
6. ด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นทั่วไป				
ระดับ A	72	11.06	4.78	1.34
ระดับ B	39	12.36	5.10	

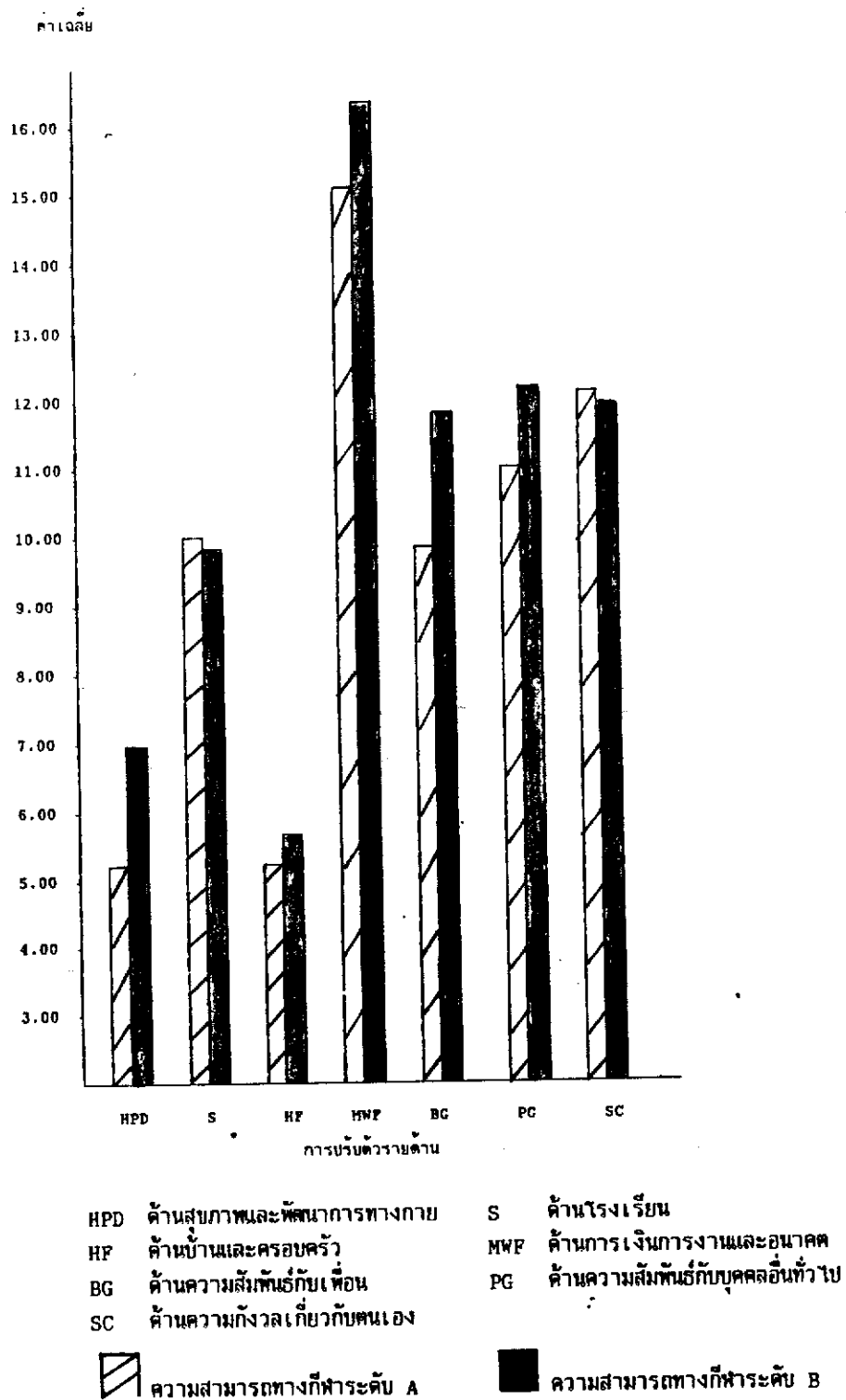
ตาราง 3 (ต่อ)

การปรับตัว	N	$\bar{X}$	S.D.	t
7. ด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง				
ระดับ A	72	12.29	5.52	0.16
ระดับ B	39	12.13	4.68	

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 3 แสดงว่านักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีที่มีความสามารถทางกีฬาระดับ A และความสามารถทางกีฬาระดับ B มีการปรับตัวด้านสุขภาพและการพัฒนาทางกาย และด้านความสัมพันธ์กับเพื่อนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยที่นักเรียนที่มีความสามารถทางกีฬาระดับ A มีการปรับตัวด้านสุขภาพและการพัฒนาทางกาย และด้านความสัมพันธ์กับเพื่อนได้ดีกว่านักเรียนที่มีความสามารถทางกีฬาระดับ B ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานข้อที่ 2

ส่วนการปรับตัวด้านโรงเรียน ด้านบ้านและครอบครัว ด้านการเงินการงานและอนาคต ด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นทั่วไป และด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเองไม่พบความแตกต่างระหว่างการปรับตัวของนักเรียนที่มีความสามารถทางกีฬาระดับ A และความสามารถทางกีฬาระดับ B ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมุติฐานข้อที่ 2 นั่นคือ นักเรียนที่มีความสามารถทางกีฬาระดับ A และความสามารถทางกีฬาระดับ B มีการปรับตัวด้านโรงเรียน ด้านบ้านและครอบครัว ด้านการเงินการงานและอนาคต ด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นทั่วไปและด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเองไม่แตกต่างกัน (ดูภาพประกอบ 6)



ภาพประกอบ 6 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยการปรับตัวแต่ละด้าน ของนักเรียนโรงเรียนกีฬา
จังหวัดสุพรรณบุรี จำแนกตามความสามารถทางกีฬา

2.3 การเปรียบเทียบการปรับตัวแต่ละด้านของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี
จำแนกตามลำดับการเกิด

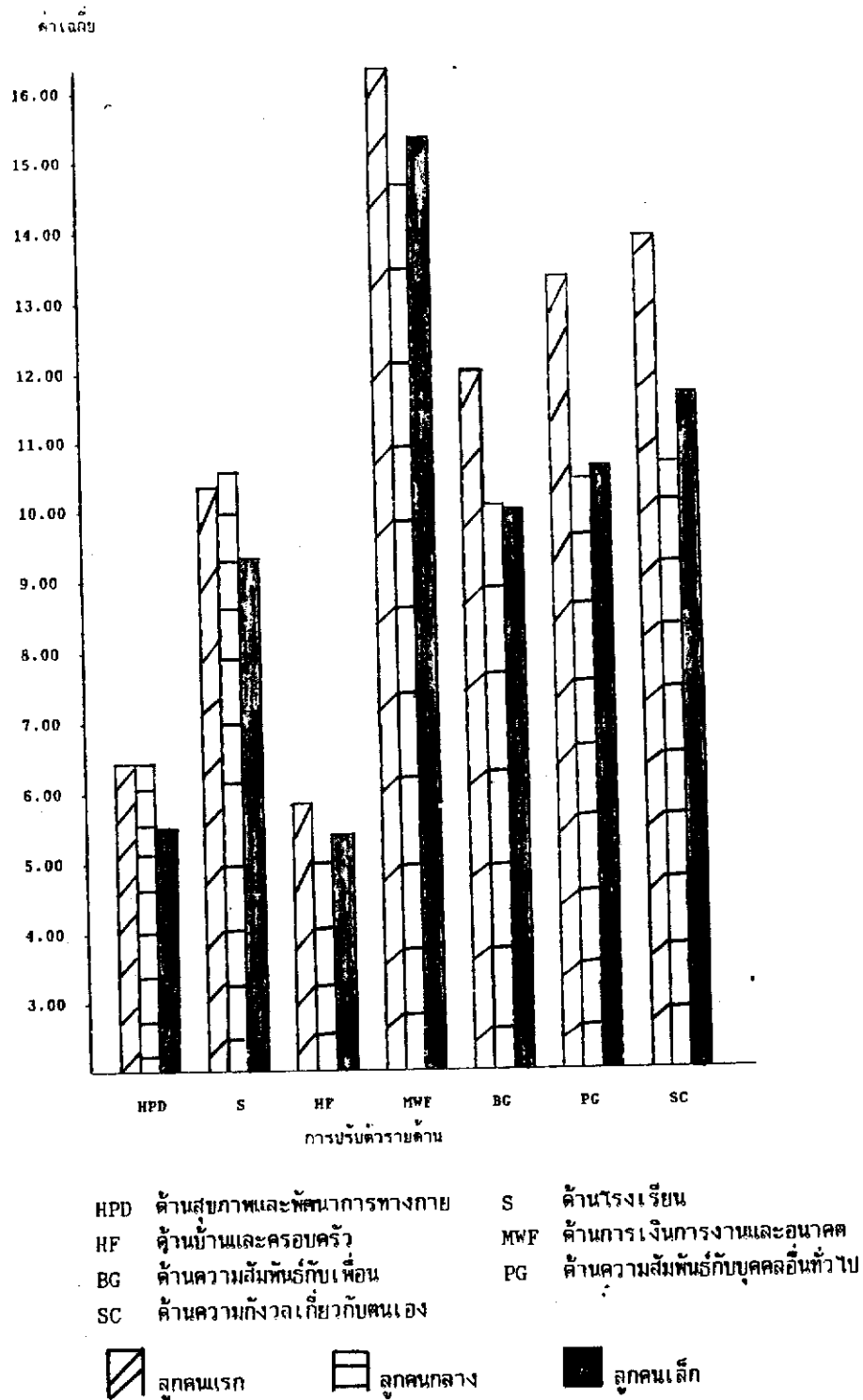
ตาราง 4 ค่าเฉลี่ยและความเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการปรับตัวแต่ละด้านของนักเรียน
โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี จำแนกตามลำดับการเกิด

การปรับตัว	N	$\bar{X}$	S.D.
1. ด้านสุขภาพและพัฒนากายทางกาย			
คนแรก	39	6.15	3.40
คนกลาง	22	6.14	4.39
คนเล็ก	50	5.54	3.16
2. ด้านโรงเรียน			
คนแรก	39	10.38	5.42
คนกลาง	22	10.41	5.82
คนเล็ก	50	9.40	4.49
3. ด้านบ้านและครอบครัว			
คนแรก	39	5.90	2.86
คนกลาง	22	5.09	3.87
คนเล็ก	50	5.38	3.12
4. ด้านการเงินการงานและอนาคต			
คนแรก	39	16.69	4.02
คนกลาง	22	14.73	4.11
คนเล็ก	50	15.30	4.73

ตาราง 4 (ต่อ)

การปรับตัว	N	$\bar{X}$	S.D.
5. ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน			
คนแรก	39	12.03	4.97
คนกลาง	22	10.18	4.63
คนเล็ก	50	10.00	3.67
6. ด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นทั่วไป			
คนแรก	39	13.21	4.94
คนกลาง	22	10.59	5.79
คนเล็ก	50	10.60	4.17
7. ด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง			
คนแรก	39	13.67	5.28
คนกลาง	22	10.68	6.00
คนเล็ก	50	11.80	4.60

จากตาราง 4 เมื่อพิจารณาจากค่าเฉลี่ยพบว่านักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีที่มีลำดับการเกิดแตกต่างกัน มีค่าเฉลี่ยของการปรับตัวแต่ละด้านไม่เท่ากัน ผู้วิจัยจึงได้ทำการทดสอบว่ามีค่าเฉลี่ยการปรับตัวบ้างที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบมี 1 องค์ประกอบ ปรากฏผลดังตาราง 5 (ดูภาพประกอบ 7)



ภาพประกอบ 7 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยการปรับตัวแต่ละด้าน ของนักเรียนโรงเรียนกีฬา จังหวัดสุพรรณบุรี จำแนกตามลำดับการเกิด

ตาราง 5 เปรียบเทียบการปรับตัวแต่ละด้านของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีจำแนกตามลำดับการเกิด

การปรับตัว	Source of Variation	df	SS	MS	F
1. ด้านสุขภาพและพัฒนาการทางกาย	ระหว่างกลุ่ม	2	10.15	5.07	0.41
	ภายในกลุ่ม	108	1334.09	12.35	
	รวม	110	1344.23		
2. ด้านโรงเรียน	ระหว่างกลุ่ม	2	27.13	13.56	0.52
	ภายในกลุ่ม	108	2814.55	26.06	
	รวม	110	2841.68		
3. ด้านบ้านและครอบครัว	ระหว่างกลุ่ม	2	10.56	5.28	0.52
	ภายในกลุ่ม	108	1103.19	10.21	
	รวม	110	1113.75		
4. ด้านการเงินการงานและอนาคต	ระหว่างกลุ่ม	2	67.15	33.58	1.61
	ภายในกลุ่ม	108	2259.17	20.99	
	รวม	110	2326.32		
5. ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน	ระหว่างกลุ่ม	2	98.69	49.34	2.6
	ภายในกลุ่ม	108	2048.28	18.97	
	รวม	110	2146.94		
6. ด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นทั่วไป	ระหว่างกลุ่ม	2	172.05	86.03	3.75*
	ภายในกลุ่ม	108	2479.68	22.96	
	รวม	110	2651.73		

ตาราง 5 (ต่อ)

การปรับตัว	Source of Variation	df	SS	MS	F
7. ด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง	ระหว่างกลุ่ม	2	142.47	71.24	2.70
	ภายในกลุ่ม	108	2851.44	26.40	
	รวม	110	2993.91		

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 5 แสดงว่านักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีที่มีลำดับการเกิดต่างกัน มีการปรับตัวด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นทั่วไปแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานข้อที่ 3 ผู้วิจัยจึงทำการทดสอบหาความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ โดยวิธีของ นิวแมน คูลส์ (Newman Keuls Method) ปรากฏผลดังตาราง 6

ส่วนด้านสุขภาพและพัฒนาการทางกาย ด้านโรงเรียน ด้านบ้านและครอบครัว ด้านการเงินการงานและอนาคต ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน และด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง ไม่พบว่านักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีที่มีลำดับการเกิดแตกต่างกัน มีการปรับตัวแตกต่างกัน ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมุติฐานข้อที่ 3 นั่นคือ นักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีที่มีลำดับการเกิดแตกต่างกัน มีการปรับตัวด้านสุขภาพและพัฒนาการทางกาย ด้านโรงเรียน ด้านบ้านและครอบครัว ด้านการเงินการงานและอนาคต ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อนและด้านความกังวลใจเกี่ยวกับตนเอง ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 6 การทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ การปรับตัวด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นทั่วไป ของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี จำแนกตามลำดับการเกิด

ลำดับการเกิด	$\bar{X}$	คนกลาง	คนเล็ก	คนแรก
		10.59	10.60	13.21
คนกลาง	10.59	-	.01	2.62*
คนเล็ก	10.60		-	2.61
คนแรก	13.21			-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 6 แสดงว่านักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีที่มีลำดับการเกิดเป็นลูกคนกลาง มีการปรับตัวด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นทั่วไปได้ดีกว่านักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีที่มีลำดับการเกิดเป็นลูกคนแรกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีที่มีลำดับการเกิดเป็นลูกคนแรกกับลูกคนเล็ก และนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีที่มีลำดับการเกิดเป็นลูกคนกลางกับลูกคนเล็กมีการปรับตัวด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นทั่วไปไม่แตกต่างกัน

2.4 การเปรียบเทียบการปรับตัวแต่ละด้านของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี
จำแนกตามสภาพครอบครัว

ตาราง 7 เปรียบเทียบการปรับตัวแต่ละด้านของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีจำแนก
ตามสภาพครอบครัว

การปรับตัว	N	$\bar{X}$	S.D.	t
1. ด้านสุขภาพและพัฒนาการทางกาย				
ครอบครัวปกติ	98	6.77	3.27	0.98
ครอบครัวแตกแยก	13	5.76	3.52	
2. ด้านโรงเรียน				
ครอบครัวปกติ	98	11.31	3.97	1.03
ครอบครัวแตกแยก	13	9.77	5.20	
3. ด้านบ้านและครอบครัว				
ครอบครัวปกติ	98	8.00	3.22	3.13*
ครอบครัวแตกแยก	13	5.17	3.04	
4. ด้านการเงินการงานและอนาคต				
ครอบครัวปกติ	98	18.15	2.67	2.10*
ครอบครัวแตกแยก	13	15.35	4.71	
5. ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน				
ครอบครัวปกติ	98	12.08	3.73	1.16
ครอบครัวแตกแยก	13	10.57	4.49	
6. ด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นทั่วไป				
ครอบครัวปกติ	98	13.54	5.03	1.59
ครอบครัวแตกแยก	13	11.25	4.86	

ตาราง 7 (ต่อ)

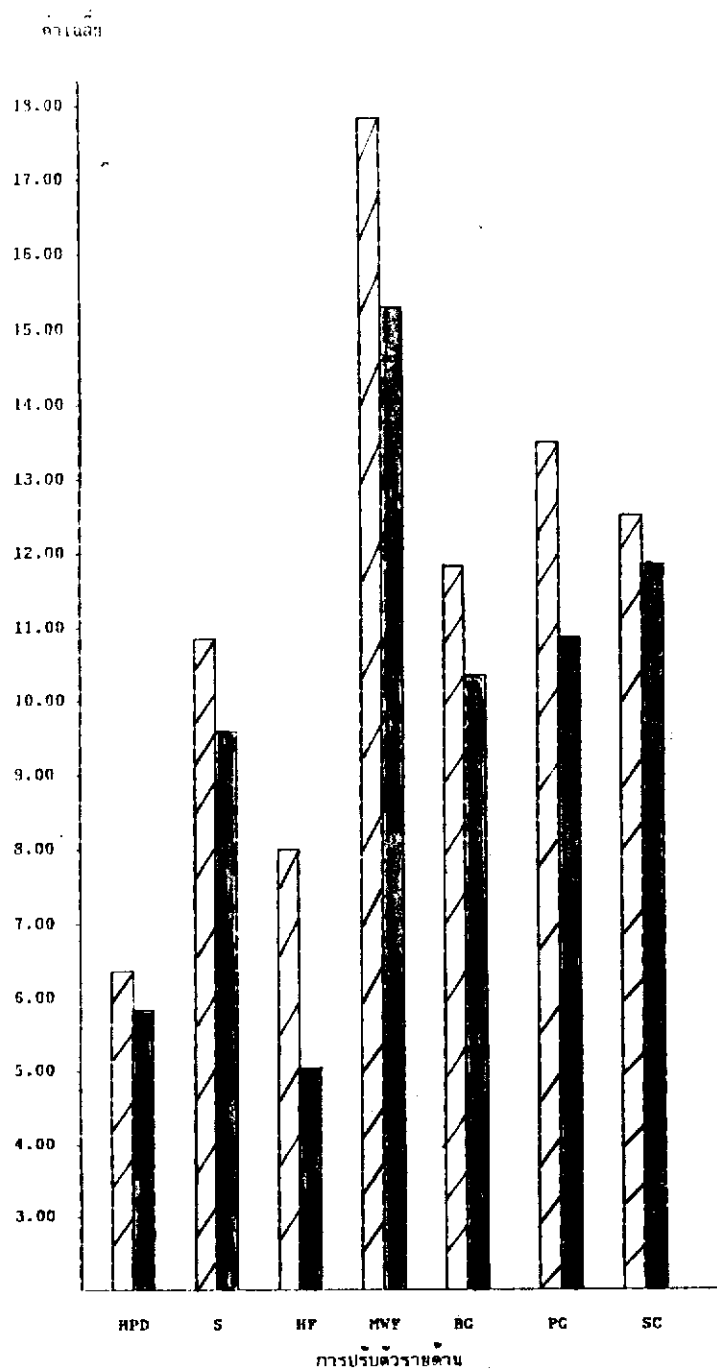
การปรับตัว	N	$\bar{X}$	S.D.	t
7. ด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง				
ครอบครัวยก	98	12.54	4.37	0.22
ครอบครัวยกแยก	13	12.19	5.34	

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 7 แสดงว่านักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีที่มีสภาพครอบครัวปกติและสภาพครอบครัวแตกแยก มีการปรับตัวด้านบ้านและครอบครัวและการเงินการงานและอนาคต แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยที่นักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีที่มีสภาพครอบครัวแตกแยก มีปัญหาการปรับตัว ($\bar{X} = 5.17$) ด้านบ้านและครอบครัว การเงินการงานและอนาคตได้คือนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีที่มีสภาพครอบครัวปกติ ($\bar{X} = 8.00$) ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานข้อที่ 4

ส่วนด้านสุขภาพและพัฒนาการทางกาย ด้านโรงเรียน ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน ด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นทั่วไป และด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง ไม่พบความแตกต่างระหว่างการปรับตัวของนักเรียนที่มีสภาพครอบครัวปกติ และครอบครัวแตกแยกซึ่งไม่เป็นไปตามสมมุติฐานข้อที่ 4 นั่นคือ นักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีที่มีสภาพครอบครัวปกติ และสภาพครอบครัวแตกแยก มีการปรับตัวด้านสุขภาพและพัฒนาการทางกาย ด้านโรงเรียน ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน ด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นทั่วไปและด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง ไม่แตกต่างกัน

(ดูภาพประกอบ 8)



HPD ด้านสุขภาพและพัฒนาการทางกาย

HF ด้านบ้านและครอบครัว

BG ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน

SC ด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง

S ด้านโรงเรียน

MWF ด้านการเงินการงานและอนาคต

PG ด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นทั่วไป



ครอบครัวปกติ



ครอบครัวแตกแยก

ภาพประกอบ 8 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยการปรับตัวแต่ละด้านของนักเรียนโรงเรียนกีฬา
จังหวัดสุพรรณบุรี จำแนกตามสภาพครอบครัว

2.5 การเปรียบเทียบการปรับตัวแต่ละด้านของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี
จำแนกตามลักษณะครอบครัว

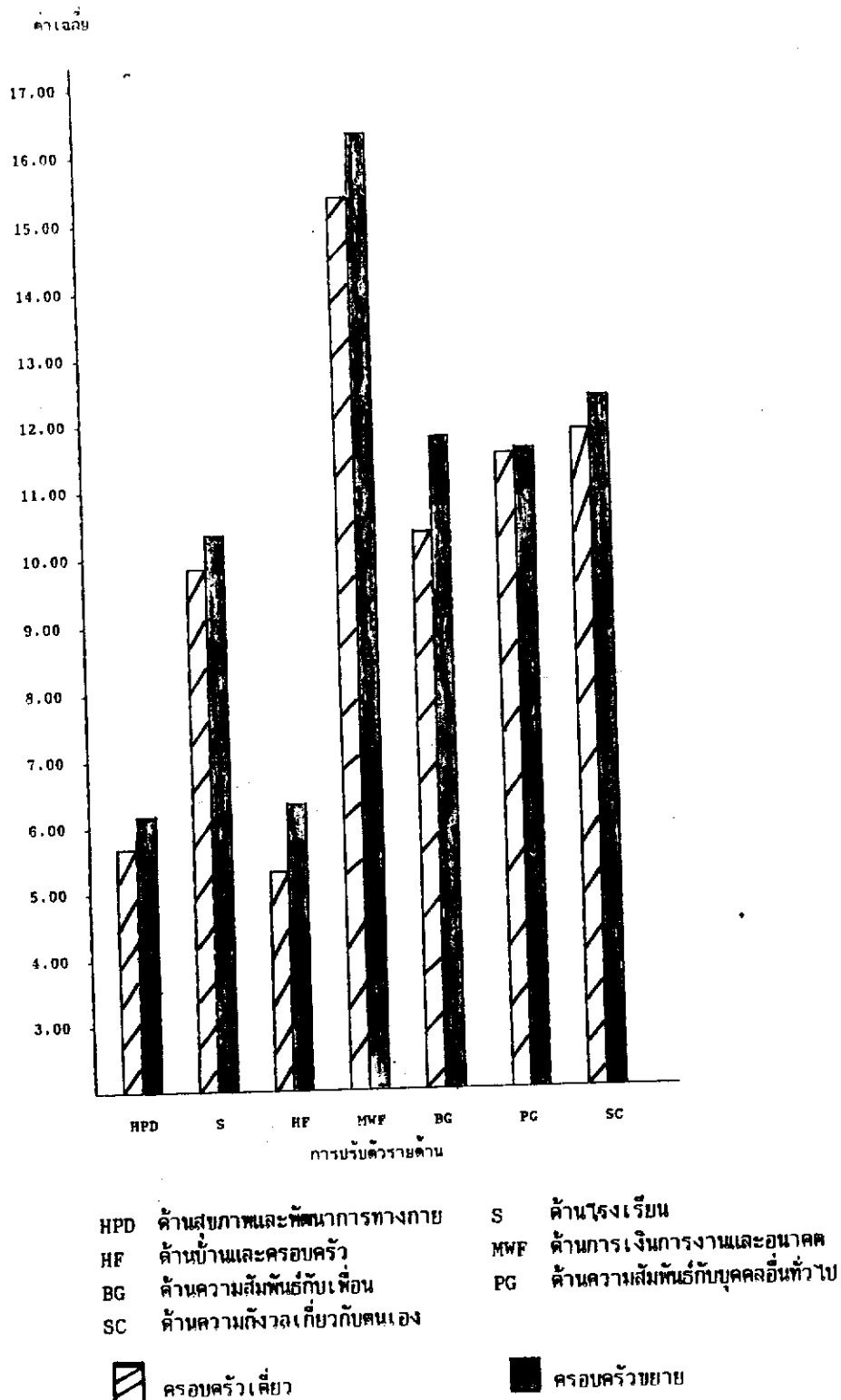
ตาราง 8 เปรียบเทียบการปรับตัวแต่ละด้านของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี
จำแนกตามลักษณะครอบครัว

การปรับตัว	N	$\bar{X}$	S.D	t
1. ด้านสุขภาพและพัฒนาการทางกาย				
ครอบครัวเดี่ยว	95	5.83	3.49	0.31
ครอบครัวขยาย	16	6.13	3.61	
2. ด้านโรงเรียน				
ครอบครัวเดี่ยว	95	9.83	5.19	0.58
ครอบครัวขยาย	16	10.63	4.46	
3. ด้านบ้านและครอบครัว				
ครอบครัวเดี่ยว	95	5.33	3.09	1.53
ครอบครัวขยาย	16	6.63	3.59	
4. ด้านการเงินการงานและอนาคต				
ครอบครัวเดี่ยว	95	15.57	4.80	0.60
ครอบครัวขยาย	16	16.31	3.18	
5. ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน				
ครอบครัวเดี่ยว	95	10.56	4.33	1.10
ครอบครัวขยาย	16	11.88	4.90	
6. ด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นทั่วไป				
ครอบครัวเดี่ยว	95	11.48	4.89	0.15
ครอบครัวขยาย	16	11.69	5.16	

ตาราง 8 (ต่อ)

การปรับตัว	N	$\bar{X}$	S.D	t
7. ด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง				
ครอบครัวเดี่ยว	95	12.17	5.23	0.32
ครอบครัวขยาย	16	12.63	5.32	

จากตาราง 8 ไม่พบความแตกต่างกันระหว่างการปรับตัวของนักเรียน ที่มีลักษณะครอบครัวเดี่ยว และครอบครัวขยาย ทั้งด้านสุขภาพและพัฒนาการทางการ ด้านโรงเรียน ด้านบ้านและครอบครัว ด้านการเงินการงานและอนาคต ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน ด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นทั่วไปและด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมุติฐานข้อที่ 5 นั่นคือ นักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีที่มีลักษณะครอบครัวเดี่ยว และลักษณะครอบครัวขยาย มีปัญหาการปรับตัวด้านสุขภาพและพัฒนาการทางกาย ด้านโรงเรียน ด้านบ้านและครอบครัว ด้านการเงินการงานและอนาคต ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน ด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นทั่วไปและด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง ไม่แตกต่างกัน (ดูภาพประกอบ 9)



ภาพประกอบ 9 แผนภูมิแสดงความสำเร็จการปรับตัวแต่ละด้านของนักเรียนโรงเรียนกีฬา
จังหวัดสุพรรณบุรี จำแนกตามลักษณะครอบครัว

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษาครั้งนี้ ต้องการศึกษการปรับตัวของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี และเปรียบเทียบการปรับตัวของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี จำแนกตามเพศ ความสามารถทางกีฬา ลำดับการเกิด สภาพครอบครัว ลักษณะครอบครัว ซึ่งผลการศึกษาสรุปได้ดังนี้

จุดมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อศึกษการปรับตัวของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี
2. เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี จำแนกตาม เพศ ความสามารถทางกีฬา ลำดับการเกิด สภาพครอบครัว ลักษณะครอบครัว

วิธีการดำเนินการศึกษาค้นคว้า

1. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 3 โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี สังกัดกรมพลศึกษา ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2536 จำนวน 111 คน
2. เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า เป็นแบบสอบถามที่ปรับปรุงและดัดแปลงมาจากแบบสำรวจปัญหาการปรับตัวของมูลนิธิฉบับที่ใช้กับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น (The Junior High School : Form J) จำนวน 210 ข้อ แบบสอบถามแบ่งเป็น 2 ตอน คือ
 - ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม
 - ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับการปรับตัว 7 ด้าน
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามไปอธิบายและแจกให้นักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างด้วยตนเอง จำนวน 111 ฉบับและได้รับคืน 111 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 100

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป SPSS โดยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับดังนี้

1. จัดระดับการปรับตัวรายด้านทั้ง 7 ด้าน ของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี
2. หาค่าสถิติพื้นฐานของข้อมูล
3. หาค่าความแตกต่างการปรับตัวของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี

จำแนกตามเพศ ความสามารถทางกีฬา สภาพครอบครัว ลักษณะครอบครัว โดยใช้ t - test

4. หาค่าความแตกต่างการปรับตัวของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี

จำแนกตามลำดับการเกิด โดยใช้ F - test

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

ผู้วิจัยสรุปผลการศึกษาค้นคว้าดังนี้

1. นักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี สังกัดกรมพลศึกษามีปัญหาการปรับตัวด้านการงานการเงินและอนาคตอยู่ในเกณฑ์มาก (ร้อยละ 52.26) และมีปัญหาการปรับตัวด้านบ้านและครอบครัวอยู่ในเกณฑ์น้อย (ร้อยละ 18.33)
2. นักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี เพศชายและเพศหญิงมีการปรับตัวด้านสุขภาพและพัฒนาการทางกายแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนการปรับตัวด้านโรงเรียน ด้านบ้านและครอบครัว ด้านการเงินการงานและอนาคต ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน ด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นทั่วไป และด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง ไม่แตกต่างกัน
3. นักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีที่มีความสามารถทางกีฬาระดับ A และระดับ B มีการปรับตัวด้านสุขภาพและพัฒนาการทางกาย และการปรับตัวด้านความสัมพันธ์กับเพื่อนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนด้านโรงเรียน ด้านบ้านและครอบครัว

ด้านการเงินการงานและอนาคต ด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นทั่วไป และด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง ไม่แตกต่างกัน

4. นักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีที่มีลำดับการเกิดเป็นลูกคนแรกและคนกลาง มีการปรับตัวด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นทั่วไปแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนด้านสุขภาพและพัฒนาการทางกาย ด้านโรงเรียน ด้านบ้านและครอบครัว ด้านการเงินการงาน และอนาคต ด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นทั่วไป และด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง ไม่แตกต่างกัน

5. นักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีที่มีสภาพครอบครัวปกติและครอบครัวแตกแยก มีการปรับตัวด้านบ้านและครอบครัว และด้านการเงินการงานและอนาคตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนด้านสุขภาพและพัฒนาการทางกาย ด้านโรงเรียน ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน ด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นทั่วไป และด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง ไม่แตกต่างกัน

6. นักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีที่มีลักษณะครอบครัวเดี่ยวและครอบครัวขยาย มีการปรับตัวด้านสุขภาพและพัฒนาการทางกาย ด้านโรงเรียน ด้านบ้านและครอบครัว ด้านการเงินการงานและอนาคต ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน ด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นทั่วไป และด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง ไม่แตกต่างกัน

อภิปรายผล

ตอนที่ 1 การปรับตัวของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี

จากการศึกษาค้นคว้า พบว่านักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีมีปัญหการปรับตัวในด้านการเงินการงานและอนาคต อยู่ในเกณฑ์มาก (ร้อยละ 52.26) ส่วนปัญหาการปรับตัวที่อยู่ในเกณฑ์น้อยนั้นเรียงตามลำดับดังนี้ คือ ด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง (ร้อยละ 40.76) ด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นทั่วไป (ร้อยละ 38.36) ด้านโรงเรียน (ร้อยละ 33.16) ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน (ร้อยละ 25.83) ด้านสุขภาพและพัฒนาการทางกาย (ร้อยละ 19.56) และมีปัญหาการปรับตัวน้อยที่สุดในด้านบ้านและครอบครัว (ร้อยละ 18.33) (ดูตาราง 1) ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับผลการวิจัยปัญหาการปรับตัวของนักศึกษานอก สมกิจ กับพงษ์ (2512 : 105) สุภาพรณ โคตรจรัส (2524 : 186) เจริญ ประคองศิลป์ (2530 : 35)

และสุคิจ เหล่าสุนทร (Laosunlhara. 1951 : 43) ที่พบว่า นักเรียนนิสิตนักศึกษา มีการปรับตัวมากในด้านการเงินการงานและอนาคต ทั้งนี้เพราะโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี เป็นโรงเรียนแห่งแรกและแห่งเดียวในประเทศไทยที่จัดการศึกษา เพื่อความเป็นเลิศทางกีฬา นักเรียนทุกคนเป็นนักเรียนประจำที่มาจากสภาพครอบครัว ฐานะเศรษฐกิจการเงินของครอบครัว แตกต่างกัน เมื่อเข้ามาเรียนในโรงเรียนกีฬาแล้วทุกคนจะเท่าเทียมกันในด้านเศรษฐกิจและ ความเป็นอยู่คือทุกคนจะได้รับทุนอุดหนุนจากรัฐบาล ด้านค่าใช้จ่าย ค่าอาหาร ค่าเสื้อผ้า ค่าที่พัก และอุปกรณ์การเรียน ทุกคนจะไม่ได้ใช้จ่ายเงินในชีวิตประจำวัน ซึ่งผิดไปจากชีวิตประจำวัน ที่เคยอยู่ที่บ้านที่บางคนจะได้ค่าใช้จ่ายเป็นรายเดือน รายสัปดาห์ แล้วจัดสรรปันส่วน ใช้จ่ายตาม ความพึงพอใจของตนเอง จากสภาพดังกล่าว ประกอบกับนักเรียนในระดับมัธยมศึกษาตอนต้นนี้ เป็นวัยรุ่นซึ่งในวัยรุ่น สุภาพรรณ โคตรจรัส (2527 : 142) กล่าวว่า มีความต้องการอิสระ เสรีภาพ ความเป็นตัวของตัวเอง ต้องการตัดสินใจและเลือกทำอะไรด้วยตนเอง ต้องการ การควบคุมจากผู้ใหญ่น้อยลง จากสภาพความเป็นอยู่และเหตุผลในพัฒนาการความต้องการของ วัยรุ่นดังกล่าว จึงทำให้นักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีเกิดความคับข้องใจในเรื่อง การเงิน และทำให้มีการปรับตัวในด้านการเงินมาก ส่วนการปรับตัวด้านการงานและอนาคตนั้น จากวัตถุประสงค์ของโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี (กรมพลศึกษา. 2524 : 15) ข้อ 2 กล่าวไว้ว่า เพื่อผลิตนักกีฬาให้มีความสามารถและคุณภาพเข้าร่วมแข่งขันกีฬาในระดับชาติและ นานาชาติทัดเทียมนานาชาติอารยประเทศ จากจุดมุ่งหมายดังกล่าว ทำให้นักเรียนต่างมีจุดมุ่งหมาย ของอนาคตและหน้าที่การงานที่คล้ายคลึงกันคือ เป็นนักกีฬามืออาชีพ แต่เนื่องจากโรงเรียนกีฬาจังหวัด สุพรรณบุรีเป็นโรงเรียนแห่งแรกและแห่งเดียวในประเทศไทยขณะนี้ ซึ่งยังไม่มีผู้จบการศึกษา นักเรียนยังขาดตัวแบบที่แสดงถึงบทบาทที่เหมาะสมของการเป็นนักกีฬามืออาชีพนักเรียนเกรงว่า จะไม่ประสบความสำเร็จในชีวิต จึงต้องการคำแนะนำเกี่ยวกับ หน้าที่การงานและอนาคตที่ เป็นเช่นนั้น โรเจอร์ (สุภาพรรณ โคตรจรัส. 2527 : 84 ; อ้างอิงมาจาก Roger : 1967 : 108) กล่าวว่า เพราะนักเรียนยังขาดความมั่นใจในตนเองเกี่ยวกับความรู้ ความสามารถของตนเองและมีความขัดแย้งในการรับรู้เกี่ยวกับตนเอง กับประสบการณ์และสิ่งแวดล้อม ทำให้มีความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเอง เป็นไปในทางลบ ซึ่งก่อให้เกิดความคับข้องใจและมีการปรับตัว ในด้านนี้มากและสรีการปรับตัวที่อยู่ใต้อิทธิพลที่น้อยที่สุดคือบ้านและครอบครัวนั้น เป็นเพราะ

นักเรียนใช้เวลาส่วนใหญ่ ในการศึกษาเล่าเรียนและฝึกซ้อมกีฬา มีการปรับตัวที่ท้อแท้การปรับตัว เข้ากับกลุ่มเพื่อน ครูอาจารย์ผู้คุมหอพัก ใ้ค้ผู้ฝึกซ้อมกีฬาเป็นส่วนใหญ่ซึ่งสอดคล้องผลการวิจัยของ ลักษณ์ จรรย์สโรฬาส (2531 : 57) ที่ศึกษาพบว่านักเรียนหอพักมีความวิตกกังวล ด้านครอบครัว และส่วนตัวน้อยกว่านักเรียนไปกลับ

ตอนที่ 2 เปรียบเทียบการปรับตัวของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีจำแนก ตามตัวแปรอิสระ 5 ตัว คือ เพศ ความสามารถทางกีฬา ลำดับการเกิด ลักษณะครอบครัว สภาพ ครอบครัว

2.1 จำแนกตามเพศ

จากการศึกษา พบว่า นักเรียนเพศชายโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีที่มีการปรับตัว ด้านสุขภาพและพัฒนากายทางกายได้ดีกว่านักเรียนเพศหญิงโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี ที่เป็น เช่นนี้เพราะนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นนี้ เป็นวัยที่เข้าสู่วัยรุ่น ซึ่งในวัยรุ่นตอนต้นนี้ เด็กหญิง จะมีการเจริญเติบโตและพัฒนากายทางกาย เปลี่ยนแปลงรวดเร็วกว่าเด็กชายในวัยเดียวกันประมาณ 1 - 2 ปี การเปลี่ยนแปลงทางกายดังกล่าวนี้ ทำให้เพศหญิงเกิดความสับสน วิตกกังวลในเรื่อง สุขภาพและพัฒนากายทางกาย และทำให้เพศหญิงปรับตัวทางด้านสุขภาพและพัฒนากายทางกายมากกว่า เพศชายสอดคล้องกับความเห็นของ วันดี วราวิทย์ (2531 : 134 - 137) ที่กล่าวว่า ความรู้สึก ของวัยรุ่นนั้น ยังสับสน ขาดความรู้และประสบการณ์ที่จะแยกแยะว่าสิ่งที่เกิดขึ้นกับตัวเขาในการ เปลี่ยนแปลงทางสรีระที่เกิดขึ้นจากการเจริญเติบโต และพัฒนากายทางกายนี้เป็นไปตามธรรมชาติ หรือเป็นสิ่งที่ผิดปกติ อีกประการถึงแม้ว่าเพศหญิงจะมีการเจริญเติบโต และพัฒนากายทางกายมากกว่า เพศชายก็ตาม แต่พัฒนากายทางพลกำลังทางกายนั้น อาไพ อ้นฟ้าแสง (2524 : 115) กล่าวว่า เพศชายจะพัฒนาในด้านพลกำลังได้มากกว่าเพศหญิง แม้เพศหญิงจะมีพัฒนากายทางกายมากกว่า เพศชายก็ตาม แต่ในการฝึกซ้อมกีฬาเองนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีนั้น ไม่ได้แบ่งแยก เพศสำหรับระยะเวลาการฝึกซ้อม ทุกคนต้องฝึกในระยะเวลาที่เท่า ๆ กัน ทั้งเพศชายและเพศหญิง คือ วันละ 3 ชั่วโมง จากการระการฝึกซ้อมที่หนัก ในแต่ละวันนี้ทำให้ต้องสูญเสียพลกำลังและ เกิดความเหน็ดเหนื่อย เมื่อยล้า นำมาซึ่งความทรุดโทรมของสุขภาพและร่างกาย ทำให้นักเรียน

เกิดความวิตกกังวลในเรื่องสุขภาพและพัฒนาการทางกายและจากเหตุผลดังกล่าวข้างต้นที่ว่า เพศหญิงมีพัฒนาการทางพลังงานน้อยกว่าเพศชาย จึงทำให้เพศหญิงเกิดความเห็นคุณค่าในตัวเองน้อยลง และทรุดโทรมทางสุขภาพและร่างกาย จากการระดมความคิดเห็นในแต่ละวันมากกว่าเพศชาย จึงทำให้เกิดความกังวลในสุขภาพและพัฒนาการทางกาย ทำให้ต้องปรับตัวด้านสุขภาพและพัฒนาการทางกาย มากกว่าเพศชาย

2.2 จำแนกตามความสามารถทางกีฬา

จากการศึกษา พบว่า นักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีที่มีความสามารถทางกีฬาระดับ A ปรับตัวด้านสุขภาพและพัฒนาการทางกายและด้านความสัมพันธ์กับเพื่อนได้ดีกว่า นักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีที่มีความสามารถทางกีฬาระดับ B สอดคล้องกับความเห็นของ หม่อมคุณหญิง บริพัตร ณ อยุธยา (2531 : 29) กล่าวว่า เด็กปัญญาเลิศจะมีน้ำหนักส่วนสูงและสุขภาพพลานามัยทั่วไปดีกว่าเด็กธรรมดา ต่อมา มาร์แลนด์ (หม่อมคุณหญิง บริพัตร ณ อยุธยา, 2531 ; 33 อ้างอิงมาจาก Marland, 1972) ศึกษาพบว่า เด็กปัญญาเลิศโดยเฉพาะเด็กที่เก่งทางกีฬา มักได้รับเลือกเป็นหัวหน้าชั้นและเป็นที่นิยมนักกีฬาของเพื่อนฝูง ปรับตัวเข้ากับเพื่อนฝูงได้ดีกว่าผู้ปัญญาด้อยกว่าและสอดคล้องกับผลการวิจัยของบิดดัลฟ (Biddulph, 1958 : 57) ที่ศึกษาเปรียบเทียบบุคลิกภาพการปรับตัวทางสังคม ของผู้ที่มีความสามารถทางกีฬาสูง กับผู้ที่มีความสามารถทางกีฬาดำ จากการศึกษาพบว่าในกลุ่มผู้มีความสามารถทางกีฬาสูงมีบุคลิกภาพและการปรับตัวทางสังคมดีกว่ากลุ่มผู้มีความสามารถทางกีฬาดำ

2.3 จำแนกตามลำดับการเกิด

จากการศึกษาค้นคว้า พบว่า นักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีที่มีลำดับการเกิดเป็นลูกคนกลางของครอบครัว ปรับตัวด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นทั่วไปได้ดีกว่า นักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีที่มีลำดับการเกิดเป็นลูกคนแรก สอดคล้องกับการศึกษาของ มิลเลอร์ และมารูยามา (Miller and Maruyama, 1976 : 123 - 125) ที่พบว่า ลูกคนกลางและลูกคนสุดท้ายได้รับเลือกเป็นเพื่อนเล่นและเพื่อนที่จะนั่งด้วยมากกว่าลูกคนโต และในด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลก็พบว่าลูกคนกลางและลูกคนสุดท้ายมีทักษะความสัมพันธ์

ระหว่างบุคคลดีกว่าลูกคนโต ต่อมาแก้วดา คณะวรรณ (2509 : 102) ศึกษาพบว่าลูกคนโตและลูกคนเดียวนั้นแนวโน้มจะมีความก้าวร้าวสูงกว่าลูกคนรองและลูกคนสุดท้อง ส่วนสุรีย์ หัชรืพิทา (2516 : 98) พบว่า บุตรคนที่ 1 บ่อยเป็นโรคจิต โรคประสาทมากที่สุด เนื่องจากการเลี้ยงดูที่ปกป้องเกินควรในวาระแรกและพบกับความสูญเสียความรัก และการต้องเสียสละเพื่อน้อง ๆ ทำให้ไม่สามารถปรับตัวหรือเผชิญกับปัญหาเฉพาะหน้าได้

2.4 จำนวนตามสภาพครอบครัว

จากการศึกษาค้นคว้า พบว่า นักเรียนโรงเรียนกีฬาส่งหวัดสุพรรณบุรีที่มีสภาพครอบครัวแตกแยกปรับตัวด้านบ้านและครอบครัว และด้านการเงินการงานและอนาคตได้ดีกว่านักเรียนโรงเรียนกีฬาส่งหวัดสุพรรณบุรีที่มีสภาพครอบครัวปกติ ทั้งนี้เป็นเพราะว่านักเรียนโรงเรียนกีฬาส่งหวัดสุพรรณบุรีเป็นนักเรียนประจำ ไม่ค่อยได้กลับไปอยู่กับครอบครัวไม่ต้องเผชิญกับปัญหาครอบครัว เช่น ความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัวที่ไม่ดี พ่อแม่ไม่ลงรอยกัน สภาพความเป็นอยู่ของครอบครัว ตลอดจนเศรษฐกิจของครอบครัว จึงมีผลทำให้นักเรียนโรงเรียนกีฬาส่งหวัดสุพรรณบุรีที่มีสภาพครอบครัวแตกแยกปรับตัวได้ดีกว่านักเรียนที่มีสภาพครอบครัวปกติ สอดคล้องกับผลการวิจัยของ ลักษณี จรจรสโสฬส (2531 : 57) ที่พบว่านักเรียนหอพักที่มีสภาพครอบครัวแตกแยกมีความวิตกกังวลด้านครอบครัวและส่วนตัวน้อยกว่านักเรียนไปกลับที่มีสภาพครอบครัวแตกแยกและสอดคล้องกับผลการวิจัยของออร์ (Orr. 1979 : 1907 - B) ที่พบว่าสัมพันธ์ภายในครอบครัวมีความสัมพันธ์กับความมั่นคงในอารมณ์ของวัยรุ่น

2.5 จำนวนตามลักษณะครอบครัว

จากการศึกษาค้นคว้า พบว่า นักเรียนโรงเรียนกีฬาส่งหวัดสุพรรณบุรีที่มีลักษณะครอบครัวเดี่ยวและครอบครัวขยายปรับตัวไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 5 ทั้งนี้เป็นเพราะนักเรียนโรงเรียนกีฬาส่งหวัดสุพรรณบุรีเป็นนักเรียนประจำทุกคนมีสภาพความเป็นอยู่ในหอพักเหมือนกัน คือทุกคนได้รับการอบรมเลี้ยงดูอย่างถูกต้อง ระเบียบเดียวกันและไม่ต้องรับรู้เกี่ยวกับสภาพความเป็นอยู่ของครอบครัว จึงทำให้ตัวแปรดังกล่าวไม่มีอิทธิพลที่จะทำให้นักเรียนโรงเรียนกีฬาส่งหวัดสุพรรณบุรีมีการปรับตัวแตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ ประเทือง เกาจี

(2517 : 111 - 112) พบว่า นิสิตหอพักที่ติดตามการมีสถานภาพสมรสต่างกัน รายได้ต่างกัน และผลการเรียนต่างกัน ประสิทธิภาพและความต้องการบริการหอพัก สวัสดิการ ความสัมพันธ์กับ อาจารย์ผู้ปกครองหอพัก คณะกรรมการโรงเรียน ความสัมพันธ์กับเพื่อน และด้านกิจกรรม สันทนาการ ไม่แตกต่างกัน นอกจากนี้ ลักษณี จรจรสิโสฬส (2531 : 61) วิจัยพบว่า นักเรียนหอพักที่มี ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวต่างกัน มีสภาพของครอบครัวต่างกันและมีผลการเรียนต่างกัน มีความวิตกกังวลด้านสังคม ด้านส่วนตัว ด้านการเรียนและอาชีพไม่แตกต่างกัน

ข้อเสนอแนะทั่วไป

1. จากการศึกษาครั้งนี้ชี้ให้เห็นถึงอิทธิพลของตัวแปรว่ามีผลต่อการปรับตัวของนักเรียน โรงเรียนกีฬา กล่าวคือ นักเรียนหญิงปรับตัวด้านสุขภาพและพัฒนาการทางกายได้คือนักเรียนชาย นักเรียนที่มีความสามารถทางกีฬาระดับ B ปรับตัวด้านสุขภาพและพัฒนาการทางกายได้ดีกว่าความสัมพันธ์กับเพื่อนได้คือนักเรียนที่มีความสามารถทางกีฬาระดับ A นักเรียนที่มีลำดับการเกิดเป็นลูกคนแรกปรับตัวด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นทั่วไปได้คือนักเรียนที่มีลำดับการเกิดเป็นลูกคนกลางและโดยทั่วไปนักเรียนปรับตัวในด้านการงานการเงินและอนาคตได้คือนักเรียนอื่นและปรับตัวได้ดีในด้านบ้านและครอบครัว ซึ่งจากผลการวิจัยดังกล่าวนี้ควรนำมาเป็นข้อมูลเบื้องต้นในการพิจารณาคัดเลือก และพัฒนาการปรับตัวของนักเรียนสำหรับผู้ที่เกี่ยวข้องในการจัดการศึกษาของโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี อันจะส่งผลต่อการศึกษาและคุณภาพของนักเรียนโรงเรียนกีฬาต่อไป

2. จากการศึกษาพบว่า นักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีที่มีสภาพครอบครัวปกติปรับตัวด้านบ้านและครอบครัวและด้านการงานการเงินและอนาคตได้คือนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีที่มีสภาพครอบครัวแตกแยก ดังนั้นอาจารย์ผู้ปกครองหอพักควรคำนึงถึงผลสำคัญของการปรับตัวด้านดังกล่าวและควรให้ความรักความอบอุ่นกับนักเรียนที่มีสภาพครอบครัวปกติ เพื่อผลการปรับตัวด้านดังกล่าวให้ดียิ่งขึ้น

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยต่อไป

1. ควรมีการทําวิจัยเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวของนักเรียนโรงเรียนกีฬา
จังหวัดสุพรรณบุรีกับนักกีฬาของโรงเรียนทั่วไปในจังหวัดสุพรรณบุรี
2. ควรมีการศึกษาถึงสาเหตุที่ทำให้เกิดปัญหาในการปรับตัวของนักเรียน
กีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีแต่ละด้าน

บรรณาการ

บรรณานุกรม

กรมพลศึกษา. "ประวัติโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี," เอกสารแนะนำโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี. หน้า 1 - 9. 2534.

_____. "หลักการในการกำหนดเกณฑ์การคัดเลือก," คู่มือการดำเนินการสอบคัดเลือกนักเรียนเข้าเรียนในโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี. หน้า 1 - 5. 2536.

กันยา สุวรรณแสง. การพัฒนาบุคลิกภาพและการปรับตัว. กรุงเทพฯ : บารุงสาส์น, 2533.

เกษม ดันดิลาชีวะ. "วัยรุ่นหนุ่มจริงหรือ," วารสารไกล่หม่อ. 11(11) : 11 - 14 ; พฤศจิกายน 2530.

แก้วดา คณะวรรณ. ความสัมพันธ์ของลำดับการเกิดกับบุคลิกภาพบางด้าน. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2509. อัดสำเนา.

คณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ, สำนักงาน. แผนการศึกษาแห่งชาติ ฉบับที่ 7

พ.ศ. 2535 - 2539. กรุงเทพฯ : สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ, 2535.

จารุวรรณ ตั้งศิริมงคล. สุขภาพจิตและการปรับตัวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนรัฐบาลในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2530. อัดสำเนา.

เจลิยา จุพันธ์. การเปรียบเทียบการปรับตัวทางสังคมระหว่างนักกีฬาประเภทชุดกับนักกีฬาประเภทบุคคล. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2524. อัดสำเนา.

ดวงเดือน พันธุมนาวิน และเพ็ญแข ประจวบจันทน์. ความสัมพันธ์ภายในครอบครัวกับสุขภาพจิตและจริยธรรมนักเรียนวัยรุ่น. กรุงเทพฯ : สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร, 2524.

ดวงเดือน อ่อนน้อม. การจัดการศึกษาสำหรับเด็กสามารถพิเศษ. กรุงเทพฯ : คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2529.

ดารณี ประคองศิลป์. การศึกษาการปรับตัวของนักศึกษาแพทย์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2530. อัดสำเนา.

- คุชฎี บริพัตร ณ อยุธยา, หม่อม. เด็กปัญญาเลิศ. กรุงเทพฯ : ปาณยา, 2531.
- เดโช สนวนานนท์. ปทานุกรมจิตวิทยา. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์, 2512.
- ทรงศรี สนิททรัพย์. การเปรียบเทียบปัญหาส่วนตัวระหว่างนิสิตนักศึกษาปีสุดท้ายที่จะสำเร็จการศึกษาตามกำหนดเวลาของหลักสูตร กับผู้ที่สำเร็จหลังกำหนดเวลาของหลักสูตรในมหาวิทยาลัย. กรุงเทพฯ : ภาควิชาวิจัยการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2522. อัดสำเนา.
- นภาพร ทศนัย. "ความวิตกกังวลกับการกีฬา," วารสารจิตวิทยาการกีฬา. 1(1 - 3) : 28 - 33 ; มกราคม - ธันวาคม 2534.
- นิภา นิธยาน. การปรับตัวและบุคลิกภาพจิตวิทยาเพื่อการศึกษา. กรุงเทพฯ : สารศึกษาการพิมพ์, 2530.
- นุสรา ไม้ตรง, กนิษฐา ศรีประมงค์ และดาว เจียงเจ็ง. "คุณภาพสังคม," ไทยรัฐ. 18 พฤษภาคม 2534. หน้า 5.
- ประเทือง เกาจี. การศึกษาปัญหาและความต้องการของนิสิตที่อยู่ประจำหอพักของมหาวิทยาลัยวิชาการศึกษาในส่วนภูมิภาค ปีการศึกษา 2516. ปริณิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2517. อัดสำเนา.
- ประยูร นรการผดุง. โรคจิต - โรคประสาท. กรุงเทพฯ : ชัยมงคลการพิมพ์, 2529.
- ปราณี รามสูต. จิตวิทยาวัยรุ่น. กรุงเทพฯ : รุ่งวัฒนา, 2528.
- ปรีดา รอดโพธิ์ทอง. "นโยบายในการจัดการศึกษาโรงเรียนกีฬาของกรมพลศึกษา," เอกสารพิธีเปิดโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี. หน้า 1 - 3. 2534.
- ปรียา เกตุทัต. "พัฒนาการทางอารมณ์และสังคมของวัยรุ่น," เอกสารการสอบข้อวิชาพัฒนาการวัยรุ่นและการอบรม. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, 2529. อัดสำเนา.
- พนมศักดิ์ สวัสดิ์พงษ์. ความสัมพันธ์ระหว่างทักษะทางกีฬากับการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2517. อัดสำเนา.

พยอม วงศ์สารศรี. จิตวิทยาการศึกษา. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว
คณะครุศาสตร์ วิทยาลัยครูสวนดุสิต, 2526.

พวงสร้อย วรกุล. การเปรียบเทียบสภาพปัญหาในการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา
ตอนต้นในกรุงเทพมหานครและจังหวัดสงขลา. ปรินทิพนิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ :
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2522. อัดสำเนา.

เพ็ญทิวา นรินทรางกูร ณ อยุธยา. ปัญหาการปรับตัวและสุขภาพจิตของนิสิตโควต้า มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ วิทยาเขตบางเขน. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย, 2532. อัดสำเนา.

รัตนา ยศทิพย์. ความสัมพันธ์ระหว่างการอบรมเลี้ยงดู พฤติกรรมตอบสนองระหว่างบุคคลและ
การปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3. ปรินทิพนิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ :
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2522. อัดสำเนา.

ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. หลักการวิจัยทางการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ :
ศึกษาพร. 2531.

ลักขณี จจรจรัสไพศาล. การศึกษาความวิตกกังวลของนักเรียนหอพักและนักเรียนไปกลับของ
โรงเรียนสุนารีวิทยา. ปรินทิพนิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร, 2531. อัดสำเนา.

วันดี วราวิทย. "พัฒนาการทางกายของวัยรุ่น", เอกสารการสอนชุดวิชาพัฒนาการ
ของวัยรุ่นและการอบรม. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยา มหาวิทยาลัย
สุโขทัยธรรมาธิราช, 2531. อัดสำเนา.

วันดี ระเจริญ. บุคลิกภาพและการปรับตัว. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว
คณะครุศาสตร์ วิทยาลัยราไพพรรณี, 2531.

วรศักดิ์ เพียรชอบ. "บทบาทของจิตวิทยาการกีฬาที่มีต่อการสอนพลศึกษา," วารสารจิตวิทยา
การกีฬา. 1(19 - 21) ; มกราคม - ธันวาคม 2534.

วารินทร์ สายโอบเอื้อ และสุณีย์ อีรดากร. จิตวิทยาการศึกษา. นนทบุรี : โรงพิมพ์
สถานสงเคราะห์หญิงปากเกร็ดกรมประชาสงเคราะห์, 2522.

- วาสนา ศรีมณี. "ลำดับที่ของบุตรในครอบครัวที่มีปัญหาทางจิตเวช," วารสาร
กรมการแพทย์และอนามัย. 4(2) : 371 - 389 ; กรกฎาคม - สิงหาคม 2517.
- ศิลาชัย สุวรรณธาดา และธนอมวงศ์ กฤษเพชร. "ประวัติและพัฒนาการของจิตวิทยาการกีฬา,"
วารสารจิตวิทยาการกีฬา. 1(1 - 3) : 1 - 8 ; มกราคม - ธันวาคม 2534.
- สมาใจ ทิณพงษ์. การศึกษาค้นคว้าปัญหาและความต้องการของนักศึกษาชั้นประกาศนียบัตรวิชา
การศึกษาชั้นสูงที่อยู่ในวิทยาลัยครูส่วนกลางกับส่วนภูมิภาค ปีการศึกษา 2511.
ปริญญาพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2512.
อัสสาเนา.
- สมชาย วรดิเรก. ปัญหาด้านการปรับตัวของนักเรียนประถมศึกษาในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา.
วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2527. อัสสาเนา.
- สมาน กาญจเนติ. การอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่ที่มีผลต่อการปรับตัวของเด็ก. ปริญญาพนธ์ กศ.ม.
กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2520. อัสสาเนา.
- สุชา จันทน์เอม. จิตวิทยาวัยรุ่น. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช, 2529.
- สุโท เจริญสุข. บทศึกษาจิตวิทยาเพื่อการศึกษาการแนะแนวสุขภาพจิตในโรงเรียน. กรุงเทพฯ :
โอเคียนสตรี, 2520.
- สุภา มาลากุล ณ อยุธยา. สุขภาพจิตวิทยา. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ : มิตรสยาม, 2526.
———. สุขภาพจิตสำหรับประชาชน. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ศาสนา, 2530.
- สุภาพรรณ โคตรจรัส. ความสัมพันธ์ระหว่างปัญหาการปรับตัวกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนิสิต
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย, 2524.
———. สุขภาพจิตเล่ม 1 จิตวิทยาในการดำรงชีวิต. กรุงเทพฯ : คณะครุศาสตร์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2527.
- สุรีย์ หัทธิพิทา. สาเหตุของเด็กวัยเรียนที่เป็นโรคจิต โรคประสาท ซึ่งรับไว้รักษา
ในโรงพยาบาลสำโรง พ.ศ. 2515. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย, 2516. อัสสาเนา.

อัมพร โอตระกูล. "ศึกษาสุขภาพจิตผู้รับบริการศูนย์สุขภาพจิต," วารสารจิตวิทยาคลินิก 9 : 144 - 155 สิงหาคม 2525.

อรรถัย ชื่นนุชย์. สุขภาพจิตและการปรับอารมณ์. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ดีแอนด์เอส ม.ป.ป.

อภิวรรณ วงศ์ข้าหลวง. ความสัมพันธ์ระหว่างปัญหาการปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษา
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ วิทยาลัยเทคโนโลยีและอาชีวศึกษา. วิทยานิพนธ์ ค.ม.
กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2529. อัดสำเนา.

อาไพ อินฟ้าแสง. จิตวิทยาวัยรุ่น. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว
มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2524.

Anderson, Williams F. "A Study of Personality Traits of Men Varsity Athletes as Compared with those of Women Varsity Athletes Participating in Intercollegiate Team and Individual sports," Dissertation Abstracts International. 40 : 2537 - A ; November, 1979.

Baker, John W. and Annette Holzworth. "Social Histories of Successful Children" Child Development 32. March, 1961.

Biddulph, "Athlete Achievement and Personality and Social Adjustment of High School Boys," Research Quarterly. 25 : 1 - 7 ; March, 1958.

Brewster H.W. Jr. "The Problems of Jr. College Freshmen and the Development of the Jr. College Problem Checklist." Dissertation Abstracts International. 32 : 3017 - A ; December, 1971.

Connell, Kathleen. The Influence of Competition on Anxiety Levels of Women's Intercollegiate Basketball Players. Unpublished Master's Thesis, Springfield College. Springfield. Massachusetts, 1976.

- Cronbach, Lee Joseph. Essentials of Psychological Testing. 3rd ed.
New York : Harper and Row, 1970.
- Duarte, Penelope Maria. Gifted Adults' Perceptions of Influential Factors in their Achievements and Adjustments : A Case Study of Selected Participants of the Major Work Program in Cleveland, Ohio. Ph.D. : Kent State University, 1990.
- Egbert, E. "Goncept of Wellness," Journal of Psychiatric Nursing and Mental Health Service. 18 : 9 - 12 ; September, 1989.
- Gill, L.J. "Some Non - Intellectual Correlated of Academic Achievement among Maexican Secondary School Student, Journal of Educational Psychology. 53 : 144 - 149, March, 1962.
- Gilmer, B. and other. Industrial and Organizational Psychology.
New York : McGraw - Hill Book Company, 1971.
- Gronlund, Norman Edward. Sociometry in the Classroom. New York, Harper, 1959.
- Grossberg, Ingid Norene. Relationships between IQ and Emotional Adjustment in Gifted, Latency - Age Children (Psychotherapy - Gifted). Ph.D. : Wayne State University, 1985.
- Havighurst, Robert J. Human Development and Education. New York: Mckay Company, 1953.
- Jahoda, Maria. Current Concepts of Positive Mental Health. New York : New York Book Company Pubisher Inc., 1985.
- Jones, H.E. "Physical Ability as a Factor in Social Adjustment in Adolescence," Journal of Educational Research. 40(1964): 97 ; n.d.

- Kaplan, Louis. Mental Health and Human Relation in Education.
New York : Harper and Brothers, 1959.
- Klausmirer, H.T. and R.E. Riple. Learning and Human Abilities.
New York : Harper & Row Publisher, Inc., 1971.
- Kuhlen, Raymond G. The Psychology of Adolescent Development.
New York : Harper and Brothers Publishers, 1952.
- Lazarus, Richard S. Patterns of Adjustment and Human Effectiveness.
New York : McGraw - Hill, 1969.
- Loevinger, J. and A. Ossorio. "Evaluation of Therapy by Self - report :
A Paradox, Journal Abnormal Social Psychology. 45 : 133 - 146 ;
October, 1959.
- Mooney, Ross L. and Leonard V. Corden. Manual : The Mooney Problem
Checklists. 1950.
- Miller and Maruyama, "Ordinal Position and Peer Popularity," Journal
of Personality and Social Psychology. 33 : 123 - 131 ;
February, 1976.
- Orr, Kelly Kent. "The Relationship of Perceived Family Interpersonal
Compatibility to Adolescent Adjustment." Dissertation Abstracts
International. 40 : 1907 - B ; August, 1979.
- Palladino and Tryon, G.S. "Have the Problems of Entering Freshmen
Changed?," Jounrnal of College Student Personnel. 19 : 313 -
316 ; July, 1978.
- Prescott, Daniel A. The Child in the Educative Process. New York :
McGraw - Hill Book Company, 1957.

- Rogers. Client - Centered Therapy. Boston Houghton Mifflin, 1974.
- Rogers. C.R. "The Organization of Personality," American Psychologists. 2 : 358 - 368 ; December, 1974.
- Roy, Sister C. "Introduction to Nursing : Adaptation Mold," New Jersey : Prentice - Hall Inc., 1976.
- Shaffer, Laurance F. and Edward J. Shoben. The Psychology of Adjustment. Boston : Houghton Mifflin Company, 1959.
- Singer, Robert N. "Personality Differences between and within Baseball and Tennis Players," The Research Quarterly. 40 : 582 - 587 ; October, 1969.
- Sudchai, Laosunlhara. A Survey of Pupil Needs and Problems in a Boy and a Girl Secondary Schools in Bangkok Thailand. Master's Thesis, The Ohio State University, 1951. Typed.
- Williamson, E.G. How to Counsel Students. New York : McGraw - Hill Book Company, 1950.

ภาคผนวก

แบบสอบถาม

คำชี้แจง แบบสอบถามชุดนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อขอทราบรายละเอียดบางอย่างเกี่ยวกับตัวผู้ตอบ
แบบสอบถาม โดยแบ่งออกเป็น 2 ตอน

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามการปรับตัว 7 ด้าน คือ

- 2.1 การปรับตัวด้านสุขภาพและพัฒนาการทางกาย
- 2.2 การปรับตัวด้านโรงเรียน
- 2.3 การปรับตัวด้านบ้านและครอบครัว
- 2.4 การปรับตัวด้านการเงินการงานและอนาคต
- 2.5 การปรับตัวด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน
- 2.6 การปรับตัวด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นทั่วไป
- 2.7 การปรับตัวด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง

ตอนที่ 1

ข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง กรุณาทำเครื่องหมาย / ลงใน () หรือเติมข้อความในช่องว่างให้ตรงกับสภาพความเป็นจริง

1. เพศ () 1. ชาย () 2. หญิง
2. ความสามารถทางกีฬา
 - () 1. ความสามารถในระดับ A
 - () 2. ความสามารถในระดับ B
3. นักเรียนเป็นลูกคนที่.....ของครอบครัว จากจำนวนพี่น้อง.....คน
4. สภาพครอบครัวของนักเรียนขณะนี้
 - () 1. บิดา มารดา อยู่ด้วยกัน
 - () 2. บิดา มารดา หย่าร้างกัน
 - () 3. บิดา มารดา แยกกันอยู่เพราะหน้าที่การงาน
 - () 4. บิดา เสียชีวิตแล้ว
 - () 5. มารดา เสียชีวิตแล้ว
 - () 6. บิดา มารดา เสียชีวิตแล้วทั้งสองท่าน
 - () 7. นักเรียนอาศัยอยู่กับญาติ
5. ภูมิลำเนาที่บ้านที่นักเรียนอาศัยอยู่ขณะนี้ประกอบด้วย
 - () 1. บิดา มารดาของนักเรียน และลูก ๆ
 - () 2. บิดา มารดาของนักเรียน ลูก ๆ และญาติพี่น้อง

ตอนที่ 2

แบบสอบถามการปรับตัว

คำชี้แจง แบบสำรวจปัญหานี้ไม่ใช่แบบทดสอบ แต่เป็นรายการปัญหาที่ผู้เรียนได้เผชิญอยู่ด้วยตัวผู้เรียน
 ประสบอยู่บ่อย ๆ ได้แก่ ปัญหาด้านสุขภาพและการพัฒนาการทางกาย ปัญหาที่พบเมื่ออยู่ที่โรงเรียน
 หรือเมื่ออยู่กับครอบครัว ปัญหาด้านการเงินการงานและอนาคต ปัญหาด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน
 และบุคคลอื่นทั่วไป ตลอดจนปัญหาความกังวลเกี่ยวกับตนเอง ผลที่ได้จากคำตอบของผู้เรียนจะนำ
 ไปศึกษาค้นคว้า เพื่อประโยชน์ของโรงเรียน ครู พ่อแม่ ผู้ปกครอง ตัวผู้เรียนเอง ตลอดจน
 นักเรียนรุ่นต่อ ๆ ไปอีกด้วย แบบสำรวจนี้จะไม่มีการออกหรือเปิดเผยให้นักเรียนตอบให้ตรงกับความรู้สึก
ที่แท้จริง ของตนเองให้มากที่สุด โดยขอให้นักเรียนอ่านแต่ละข้อ แล้วพิจารณาว่านักเรียนมีความ
 รู้สึกหรือมีความเห็นว่า ข้อความนั้นเป็นจริงกับตัวนักเรียนเองหรือไม่แล้วตอบ โดยทำเครื่องหมาย
 (X) ลงในช่อง "จริง" หรือ "ไม่จริง" เพียงครั้งเดียวคำตอบหนึ่งเท่านั้น ขอให้ทำครบทุกข้อ
 ไม่เว้นข้อหรือข้ามข้อ การเลือก X ในช่องใดดังกล่าวความหมายต่อไปนี้

ขีดกากบาทในช่อง "จริง" หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความเป็นจริงที่นักเรียน

ประสบอยู่เป็นส่วนใหญ่ = 1 ๐ : (1๐๐)

ขีดกากบาทในช่อง "ไม่จริง" หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความเป็นจริงที่นักเรียน

ประสบอยู่น้อยมาก หรือไม่มีเลย = 0 ๐ : (1๐๐)

ข้อ	ข้อความ	จริง	ไม่จริง
	<u>ด้านสุขภาพและพัฒนาการทางกาย</u>		
1	ปวดศีรษะบ่อย ๆ		
2	นอนและพักผ่อนไม่เพียงพอ		
3	มีปัญหาเกี่ยวกับฟัน		
4	สุขภาพไม่ดีเท่าที่ควร		
5	ออกกำลังกายไม่เพียงพอ		
6	เตี้ยเกินไปสำหรับอายุเท่านี้		
7	สูงเกินไปสำหรับอายุเท่านี้		
8	ทรวดทรงไม่ดี		
9	ผิวพรรณไม่ดี		
10	ไม่สวย ไม่หล่อ		
11	รับประทานอาหารไม่ถูกหลักโภชนาการ		
12	เบื่ออาหาร		
13	อ้วนเกินไป		
14	ผอมเกินไป		
15	หยุดเรียนเพราะป่วย		
16	เจ็บคอบ่อย ๆ		
17	เป็นหวัดบ่อย ๆ		
18	ไม่สบายบ่อย ๆ		
19	ปวดท้องบ่อย ๆ		
20	เกรงว่าจะต้องทำการผ่าตัด		
21	การได้ยินไม่ชัดเจน		
22	พูดไม่ค่อยชัด		

ข้อ	ข้อความ	จริง	ไม่จริง
23	มีปัญหาเกี่ยวกับตา		
24	รู้สึกอยากสูบบุหรี่		
25	เหนื่อยง่าย		
26	เป็นโรคโพรงจมูกอักเสบ (ไซนัส)		
27	เป็นโรคเกี่ยวกับเท้า		
28	ไม่แข็งแรงเหมือนเด็กคนอื่น		
29	เป็นคนงุ่มง่ามกว่าเพื่อน		
30	รู้สึกหงุดหงิดกับการมีร่างกายไม่สมส่วน		
ด้านโรงเรียน			
1	ได้คะแนนต่ำในการเรียน		
2	กลัวการสอบ		
3	ตกชั้นต้องสอบซ่อมเสมอ		
4	ไม่ชอบเรียน		
5	ไม่สนใจการอ่านหนังสือ		
6	กลัวสอบตก		
7	ลำบากใจในวิชาคณิตศาสตร์		
8	มีปัญหาในการสะกดคำและไวยากรณ์		
9	อ่านหนังสือช้า		
10	มีปัญหาในการเขียน		
11	ค่าใช้จ่ายไม่เพียงพอในการเรียน		
12	ครูให้การบ้านมากเกินไป		
13	ไม่ใส่ใจดูหนังสือ		

ข้อ	ข้อความ	จริง	ไม่จริง
14	กังวลเกี่ยวกับคะแนนสอบ		
15	ไม่ใช่คนเก่งของโรงเรียน		
16	ไม่ชอบโรงเรียน		
17	โรงเรียนมีกฎข้อบังคับมากเกินไป		
18	รู้สึกกระสับกระส่ายในห้องเรียนบ่อย ๆ		
19	เข้ากับครูไม่ได้		
20	ครูไม่ทำตัวเป็นแบบอย่างตามที่อบรมสั่งสอน		
21	หนังสือเรียนอ่านเข้าใจยาก		
22	ลำบากใจในการตอบปากเปล่า		
23	ลำบากใจในการเขียนรายงาน		
24	ความจำไม่ค่อยดี		
25	กลัวการออกไปพูดหน้าชั้น		
26	ห้องเรียนน่าเบื่อ		
27	มีอิสระในชั้นเรียนน้อย		
28	ไม่ค่อยแสดงความคิดเห็นในการอภิปรายปัญหาในชั้นเรียน		
29	ไม่สนใจในวิชาบางวิชาที่เรียน		
30	ต้องเรียนวิชาที่ไม่ชอบ		

ข้อ	ข้อความ	จริง	ไม่จริง
	<u>ด้านบ้านและครอบครัว</u>		
1	เป็นบุตรคนเดียวของบิดามารดา		
2	ไม่ได้อยู่กับบิดามารดา		
3	เป็นกังวลถึงคนในครอบครัว		
4	บิดามารดาต้องทำงานหนักเกินไป		
5	ไม่เคยสนุกสนานเบิกบานกับบิดามารดา		
6	มีการเจ็บป่วยที่บ้าน		
7	เสียใจกับการเสียชีวิตของคนในครอบครัว		
8	บิดามารดาไม่ได้อยู่ด้วยกัน		
9	บิดามารดาแยกหรือหย่าร้างกัน		
10	บิดามารดาไม่เข้าใจในตัวข้าพเจ้า		
11	ถูกลี้นดูเยี่ยงเด็ก ๆ		
12	บิดามารดารักพี่หรือน้องมากกว่าข้าพเจ้า		
13	บิดามารดาตัดสินใจให้ข้าพเจ้ามากเกินไป		
14	บิดามารดาคาดหวังในตัวข้าพเจ้ามากเกินไป		
15	อยากได้ของบางอย่างแต่บิดามารดาไม่ให้		
16	ถูกบิดามารดาตีเตียน		
17	บิดามารดาไม่ค่อยชอบเพื่อน ๆ		
18	บิดามารดาไม่ไว้วางใจข้าพเจ้า		
19	บิดามารดาไม่มีความคิดล้ำสมัย		
20	ไม่สามารถที่แสดงความคิดเห็นต่าง ๆ ภายในบ้านได้ ..		

ข้อ	ข้อความ	จริง	ไม่จริง
21	ในครอบครัวมีการทะเลาะเบาะแว้งกันอยู่เสมอ ๆ		
22	เข้ากับพี่น้องไม่ได้		
23	ไม่กล้าเล่าปัญหาบางอย่างให้บิดามารดาฟัง		
24	ต้องการเสรีภาพในบ้านเพิ่มขึ้น		
25	อยากย้ายบ้านจากที่เดิมไปอยู่อื่น		
26	มีความคิดเห็นขัดแย้งกับบิดามารดาเสมอ ๆ		
27	มักได้เถียงกับบิดามารดาเสมอ ๆ		
28	มีปัญหากับบิดา		
29	มีปัญหากับมารดา		
30	อยากหนีไปจากบ้าน		
<u>ด้านการเงินการงานและอนาคต</u>			
1	ใช้จ่ายเงินไม่ค่อยเป็นประโยชน์		
2	ยังต้องขอเงินพ่อแม่ใช้		
3	ไม่มีเงินใช้เป็นประจำ		
4	ครอบครัวมีความกังวลใจเกี่ยวกับการเงิน		
5	ไม่มีรถใช้ในครอบครัว		
6	มีเสื้อผ้าดี ๆ น้อยเกินไป		
7	อยากหาเงินได้ด้วยตนเอง		
8	อยากมีเงินไว้ใช้จ่ายส่วนตัวมากกว่านี้		
9	ไม่รู้วิธีที่ดีในการเลือกซื้อของดี ๆ		

ข้อ	ข้อความ	จริง	ไม่จริง
10	มีเงินใช้น้อยเกินไป		
11	อยากออกจากโรงเรียนไปทำงานทำ		
12	ไม่รู้จะทำงานทำได้อย่างไร		
13	อยากได้งานทำหลังเลิกเรียน		
14	มีเงินใช้จ่ายน้อยกว่าเพื่อน ๆ		
15	ต้องทำงานหนักเพื่อจะได้เงินมาใช้จ่าย		
16	ไม่รู้จะเลือกเรียนอะไรในชั้นต่อไป		
17	ไม่รู้จะตัดสินใจเรียนอะไรในชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ...		
18	ต้องการคำแนะนำว่าควรทำอะไรเมื่อเรียนจบชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย		
19	ต้องการรู้เรื่องมหาวิทยาลัยมากกว่านี้		
20	อยากรู้รายละเอียดเกี่ยวกับการประกอบอาชีพมากกว่านี้ ..		
21	อยากหางานทำระหว่างปิดภาคเรียน		
22	อยากรู้ความสามารถในการประกอบอาชีพของตนเอง ..		
23	อยากมีคนช่วยตัดสินใจในเรื่องอาชีพ		
24	ไม่รู้ว่าจะเลือกอาชีพให้เหมาะสมกับตนเองได้อย่างไร ..		
25	ไม่รู้ว่าจะออกไปประกอบอาชีพตามที่เรียนมาได้หรือไม่ ..		
26	กลัวเรื่องในอนาคต		
27	ไม่รู้ว่าคุณเองต้องการอะไรอย่างแท้จริง		
28	กังวลใจเรื่องการเงินการเป็นทหาร		
29	สงสัยว่าคุณเองจะได้แต่งงานหรือไม่		
30	สงสัยว่าเมื่อตายแล้วจะเป็นอย่างไร		

ข้อ	ข้อความ	จริง	ไม่จริง
	ความสัมพันธ์กับเพื่อน		
1	ไม่ได้รับอนุญาตให้ใช้รถยนต์ของครอบครัว		
2	ไม่ได้รับอนุญาตให้เล่นตามใจชอบ		
3	มีโอกาสไปงานต่าง ๆ น้อย		
4	ไม่มีเวลาเล่นหรือสนุกสนาน		
5	มีโอกาสทำอะไรตามใจชอบน้อย		
6	เด็กผู้หญิงไม่สนใจในตัวข้าพเจ้า		
7	เด็กผู้ชายไม่สนใจในตัวข้าพเจ้า		
8	ไม่กล้าออกไปเที่ยวกับเพศตรงข้าม		
9	มีนัดกับคนรัก		
10	ไม่รู้จะนัดกับคนรักอย่างไร		
11	ไม่สนใจทำอะไรเวลาว่าง		
12	มักไม่ได้รับอนุญาตให้ออกไปไหนกลางคืน		
13	ผู้ใหญ่ไม่ยอมให้ข้าพเจ้ามีนัดกับคนรัก		
14	อยากรู้จักเพื่อนหญิงมากกว่านี้		
15	อยากรู้จักเพื่อนชายมากกว่านี้		
16	ที่บ้านไม่มีที่รับรองเพื่อน ๆ.....		
17	รู้สึกกลัวมากใจเมื่อเข้าสังคม		
18	รู้สึกอึดอัดใจในการพูดคุยกับเพื่อน ๆ		
19	ไม่ค่อยแน่ใจในการยาพที่แสดงกับเพื่อน ๆ		
20	ไม่ค่อยแน่ใจในความประพฤติที่เหมาะสมเรื่องเพศ		
21	ไม่รู้จะทำอย่างไรในการนัดกับเพื่อนต่างเพศ		
22	มีปัญหากับเพื่อนหญิง		

ข้อ	ข้อความ	จริง	ไม่จริง
23	มีปัญหากับเพื่อนชาย		
24	ไม่แน่ใจว่ามีความรักหรือเปล่า		
25	ไม่แน่ใจว่าจะมีสัมพันธ์รักกับเพศตรงข้ามต่อไปหรือไม่		
26	กำลังหัดเต้นรำ		
27	พยายามทำตัวให้สวยและน่ารัก		
28	คิดถึงเพศตรงข้ามมากเกินไป		
29	ต้องการเรียนรู้เรื่องเพศมากกว่านี้		
30	กระตือรือร้นในการพูดเรื่องเพศ		
<u>ด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นทั่วไป</u>			
1	ผูกมิตรได้ช้า		
2	เป็นคนขี้อาย		
3	เพื่อนไม่ให้ความสำคัญ		
4	ไม่เคยได้รับเลือกให้เป็นผู้นำ		
5	ต้องการให้คนอื่นชอบมากกว่านี้		
6	มักถูกล้อเลียนบ่อย ๆ		
7	ถูกคนอื่นพูดถึงบ่อย ๆ		
8	รู้สึกโกรธง่าย		
9	ถูกคนอื่นชักจูงง่าย		
10	เลือกคบเพื่อนผิด		
11	อยากมีบุคลิกภาพดีกว่านี้		
12	ถูกหัวเราะเยาะ		
13	ถูกคนนินทาเสมอ ๆ		

ข้อ	ข้อความ	จริง	ไม่จริง
14	ถูกกระทำเหมือนไม่ใช่ส่วนหนึ่งของกลุ่มเพื่อน		
15	ถูกใส่ความเสมอ ๆ		
16	รู้สึกประหม่าเวลาพบคนแปลกหน้า		
17	ต้องการให้ผู้อื่นชอบตนเองมากกว่านี้ ..		
18	รู้สึกไม่มีใครเข้าใจตนเลย		
19	คิดถึงใครคนหนึ่ง		
20	รู้สึกไม่มีใครชอบฉัน		
21	มักมีการขัดแย้งกับผู้อื่น		
22	มักใช้กำลังกับผู้อื่น		
23	รู้สึกโกรธง่าย		
24	เป็นคนดื้อรั้น		
25	มักทำให้คนอื่นเจ็บใจ		
26	ขี้อิจฉา		
27	ไม่ชอบคนบางคน		
28	รู้สึกคนบางคนไม่ชอบข้าพเจ้า		
29	พยายามออกห่างผู้ที่ไม่ชอบ		
30	รู้สึกไม่มีใครให้คำปรึกษาเมื่อมีเรื่องลำบากใจ		
<u>ด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง</u>			
1	รู้สึกเป็นคนคิดมาก		
2	เอาจริงเอาจังมากเกินไป		
3	หวาดหวั่นตื่นตกใจง่าย		
4	ไม่กล้าตัดสินใจกลัวความผิดพลาด		

ข้อ	ข้อความ	จริง	ไม่จริง
5	ทำอะไรไม่ค่อยประสบความสำเร็จ		
6	ได้รับความลำบากมาก		
7	พยายามที่จะเลิกนิสัยที่ไม่ดี		
8	บางครั้งเป็นคนไม่ซื่อสัตย์เท่าที่ควร		
9	ทนต่อการยั่ววนใจไม่ได้		
10	ยังควบคุมอารมณ์ตนเองไม่ได้		
11	รู้สึกไม่ได้รับความสนุกสนานเหมือนคนอื่น		
12	มีความกังวลใจ		
13	ฝันร้ายบ่อย ๆ		
14	ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง		
15	บางครั้งคิดว่าไม่ควรเกิดมาเลย		
16	รู้สึกเป็นคนประมาทเลินเล่อ		
17	มักใจลอยบ่อย ๆ		
18	เป็นคนขี้ลืม		
19	เป็นคนเกียจคร้าน		
20	เป็นคนไม่เอาจริงเอาจกกับงาน		
21	รู้สึกระอวยใจบางเรื่องที่ทำความผิด		
22	ถูกลงโทษโดยที่ไม่ได้ทำความผิด		
23	กล่าวคำหยาบ ใช้คำหยาบ		
24	คิดถึงเรื่องสวรรค์นรก		
25	กลัวว่าจะถูกเทวดาลงโทษ		
26	บางครั้งโกหกโดยไม่มีความหมาย		
27	ไม่อาจลืมความผิดที่ได้กระทำลงไปแล้ว		

ข้อ	ข้อความ	จริง	ไม่จริง
28	ไม่สามารถตัดสินใจด้วยตนเองได้		
29	กลัวที่จะลองทำอะไรใหม่ ๆ ด้วยตนเอง		
30	รู้สึกลำบากใจในการพูดถึงปัญหาของตนเอง		

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ นางสาววรารัตน์ ชีอัสกุล ประสิทธิภาพกิจ

เกิดวันที่ 8 เดือน กรกฎาคม พุทธศักราช 2504

สถานที่เกิด อำเภอเมือง จังหวัดอุทัยธานี

สถานที่อยู่ปัจจุบัน บ้านเลขที่ 57 หมู่ 9 ตำบลวังทรายพูน อำเภอวังทรายพูน
จังหวัดพิจิตร 66180

ประวัติการศึกษา

- | | |
|-----------|---|
| พ.ศ. 2523 | มัธยมศึกษา (แผนกธุรกิจ)
จากโรงเรียนอุทัยวิทยาคม จังหวัดอุทัยธานี |
| พ.ศ. 2527 | ป.ศ.สูง (วิชาเอกการอนุบาลศึกษา วิชาโทประวัติศาสตร์)
จากวิทยาลัยครูฉะเชิงเทรา |
| พ.ศ. 2529 | กศ.บ. (วิชาเอกการประถมศึกษา วิชาโทการศึกษาผู้ใหญ่)
จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ บางแสน (มหาวิทยาลัยบูรพา
ปัจจุบัน) |
| พ.ศ. 2537 | กศ.ม. (วิชาเอกการศึกษาพิเศษ สาขาการจัดการศึกษา
สำหรับเด็กปัญญาเลิศ) จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร |

การศึกษาการปรับตัวของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียน
กีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี สังกัดกรมพลศึกษา

บทคัดย่อ

ของ

วรารัตน์ ประสิทธิ์อิฏฐกิจ

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา

ตามหลักสูตรการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกการศึกษาศาสตร์

กุมภาพันธ์ 2537

การศึกษาครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาการปรับตัวของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีและเปรียบเทียบการปรับตัวของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี จำแนกตามเพศความสามารถทางกีฬา ลำดับการเกิด สภาพครอบครัวและลักษณะครอบครัว กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี สังกัดกรมพลศึกษา ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2536 จำนวน 111 คน เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าเป็นแบบสำรวจปัญหาการปรับตัวที่ปรับปรุงมาจากแบบสำรวจปัญหาการปรับตัวของมนี ฉบับที่ใช้กับระดับมัธยมศึกษาตอนต้น (Mooney Perblem Check List Junior High School : Form J) การวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติใช้ t -test และ F - test

ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีมีการปรับตัวอยู่ในระดับดี โดยที่ปรับตัวได้ดีที่สุดในด้านบ้านและครอบครัว และปรับตัวด้านการเงินการงานและอนาคต ค่อนข้างดีกว่าด้านอื่น ๆ นักเรียนชายปรับตัวด้านสุขภาพและพัฒนาการทางกายได้ดีกว่านักเรียนหญิง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นักเรียนที่มีความสามารถทางกีฬาระดับ A ปรับตัวด้านสุขภาพและพัฒนาการทางกาย และด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นทั่วไปได้ดีกว่านักเรียนที่มีความสามารถทางกีฬาระดับ B อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นักเรียนที่มีลำดับการเกิดเป็นลูกคนกลางปรับตัวด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นทั่วไป ได้ดีกว่านักเรียนที่มีลำดับการเกิดเป็นลูกคนแรกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นักเรียนที่มีสภาพครอบครัวแตกแยกปรับตัวด้านบ้านและครอบครัว และด้านการเงินการงานและอนาคตได้ดีกว่านักเรียนที่มีสภาพครอบครัวปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นักเรียนที่มีลักษณะครอบครัวเดี่ยวและครอบครัวขยายปรับตัวได้แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนด้านอื่นนอกจากนี้แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

**A Study on Adjustment of Students in the Secondary
Level of Sport School in Changwat Suphanburi
Department of Physical Education**

An abstract

By

Wararat Prasitthithanyakit

**Presented in Partial fulfillment of the requirements for the
Master of Education degree in Special Education
at Srinakharinwirot University**

February 1994

A Study was conducted to determine and compare the adjustment of secondary school level students attending the Sport School in Changwat Suphanburi. Comparison was made upon gender, athletic ability, birth order, family condition, and family type. Sample included 111 junior secondary school level students attending the school under the Department of Physical Education, during the first semester of 1993 academic year. The modified Mooney Problem Checklist for Junior High School ; Form J was used for data collection. The t-test and F-test were used for data analyses.

It was found, at .05 level of significance, that overall adjustment of the students was at "Good" level. While the students made best adjustment in home and family living, their adjustment in finance, work, and preparations for future were rather poor. Male students made a better adjustment than their female counterparts in health and physical development. Furthermore, students with "A" grade in athletic ability made better adjustment in health, physical development and peer relationship than students whose athletic ability were of "B" grade category. Student whose birth orders were not the "first" or the "last" had a better adjustment in peer relationship than students whose birth order was the first. Considering home and family adjustment, it was found that students with a separated family made a better adjustment than students with united or so-called "normal" family.