

195 2541  
195 2541  
195 2541

ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา  
โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี สังกัดกรมพลศึกษา จังหวัดสุพรรณบุรี

ปริญญานิพนธ์

ของ

นลินี ธรรมอานวยสุข

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา


ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษา

มีนาคม 2541


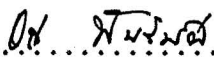

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

คณะกรรมการควบคุมและคณะกรรมการสอบได้พิจารณาปริญญาโทฉบับนี้แล้ว เห็นสมควร  
รับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษา  
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

คณะกรรมการควบคุม

.....  ..... ประธาน  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ทศพร ประเสริฐสุข)  
..... ทศพร ทองภักดี ..... กรรมการ  
(อาจารย์ทัศนากองภักดี)

คณะกรรมการสอบ

.....  ..... ประธาน  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ทศพร ประเสริฐสุข)  
..... ทศพร ทองภักดี ..... กรรมการ  
(อาจารย์ทัศนากองภักดี)  
.....  ..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม  
(รองศาสตราจารย์ ดร.อารี พันธมณี)  
.....  ..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรหมธิดา แสนคาเครือ)

บัณฑิตวิทยาลัยอนุมัติให้รับปริญญาโทฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร  
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษา ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย  
(ศาสตราจารย์ ดร.เสวิมศักดิ์ วิชาลาภรณ์)  
วันที่ 13... เดือน มิถุนายน... พ.ศ. 2541

## ประกาศขอบคุณการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความสามารถของผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ทศพร ประเสริฐสุข ประธานกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ และอาจารย์ทัศนาก ทองภักดี กรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ รองศาสตราจารย์ ดร.อารี พันธุ์มี และผู้ช่วยศาสตราจารย์พรหมธิดา แสนคำเครือ กรรมการสอบปากเปล่าปริญญานิพนธ์ ที่กรุณาให้คำปรึกษา แนวคิด และข้อเสนอแนะ ตลอดจนแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ด้วยความเมตตาอย่างสูง ซึ่งผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาเป็นอย่างยิ่ง จึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ ที่นี้

ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์กมลรัตน์ กรีทอง ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรหมธิดา แสนคำเครือ และอาจารย์วิไลลักษณ์ พงษ์เสภา ที่ให้คำแนะนำและเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณ ศาสตราจารย์ ดร.ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ รองศาสตราจารย์ ดร.อารี พันธุ์มี ที่แสดงความห่วงใย และให้กำลังใจแก่ผู้วิจัยตลอดมา

ขอกราบขอบพระคุณ คณะจารย์ในภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษาทุกท่าน ที่ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ให้แก่ผู้วิจัย

ขอขอบพระคุณอาจารย์เต็มศักดิ์ คทวณิช อาจารย์พยอมน ธีรุตส อาจารย์จินดาพร แสงแก้ว อาจารย์นิตยาภรณ์ ดั่งเรือง ที่เป็นผู้ให้กำลังใจ แสดงความห่วงใย และให้ความช่วยเหลือผู้วิจัยด้วยดีเสมอมา

ขอขอบพระคุณอาจารย์รุ่ง เรียงกีฬาสุพรรณบุรี อาจารย์รุ่ง เรียงกีฬานครศรีธรรมราช และอาจารย์รุ่ง เรียงกีฬาลุบลราชธานี ที่กรุณาให้ความอนุเคราะห์และความร่วมมือเป็นอย่างดีในงานการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้

ขอขอบพระคุณ คุณแม่ และสมาชิกทุกคนในครอบครัว ที่ให้กำลังใจและให้ความห่วงใยผู้วิจัยมาตลอด

ผลแห่งความดีทั้งหมดที่เกิดขึ้นจากงานวิจัยในครั้งนี้ขอมอบให้กับคุณแม่และบูรพคณาจารย์ที่ประสิทธิ์ประสาทความรู้ตั้งแต่ต้นจนถึงปัจจุบัน

นลินี ธรรมอานวยสุข

## สารบัญ

บทที่	หน้า
1	บทนำ ..... 1
	คำนำ ..... 1
	ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า ..... 5
	สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า ..... 6
	ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า ..... 9
	ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า ..... 10
	นิยามศัพท์เฉพาะ ..... 11
2	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ..... 17
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี ..... 18
	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียด ..... 27
	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเพศและความเครียด ..... 43
	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับอายุและความเครียด ..... 45
	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและความเครียด... 47
	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพและความเครียด ..... 51
	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเซาวน์ปัญหาและความเครียด..... 58
	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวและ ความเครียด ..... 63
	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสภาพของบิดามารดาและความเครียด... 66
	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง และความเครียด ..... 69
	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความคาดหวังของบิดามารดาและ ความเครียด ..... 71
	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนและความเครียด ..... 74

บทที่	หน้า
3	79
วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า .....	79
แหล่งข้อมูลและกลุ่มตัวอย่าง .....	79
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า .....	80
วิธีดำเนินการสร้างเครื่องมือ .....	81
วิธีดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล .....	94
วิธีจัดกระทำกับข้อมูล .....	95
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล .....	95
4	99
ผลการวิเคราะห์ข้อมูลการศึกษาค้นคว้า .....	99
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลและการแปลผล .....	99
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล .....	101
5	188
บทย่อ สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ .....	188
บทย่อ .....	188
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า .....	188
สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า .....	188
วิธีดำเนินการวิจัย .....	192
ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า .....	192
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า .....	192
การวิเคราะห์ข้อมูล .....	194
สรุปผลการศึกษาค้นคว้า .....	195
อภิปรายผล .....	203
ข้อเสนอแนะ .....	219
ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยต่อไป .....	219

บทที่	หน้า
บรรณานุกรม .....	221
ภาคผนวก .....	235
ภาคผนวก ก .....	236
ภาคผนวก ข .....	255
ประวัติย่อของผู้วิจัย .....	265

## บัญชีตาราง

ตาราง		หน้า
1	แสดงจำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่าง .....	80
2	แสดงจำนวนและร้อยละของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จำแนกตามตัวแปรเพศ ระดับชั้น ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ประเภทกีฬา จำนวนครั้งของการแข่งขัน แผนการเรียน ช่วงระยะเวลาของการฝึกซ้อม เชื้อวมปัญญา ฐานะทาง เศรษฐกิจของครอบครัว สถานภาพการสมรสบิดามารดา ความคาดหวัง ของบิดามารดา และบุคลิกภาพ .....	102
3	แสดงค่าเฉลี่ยและความเบี่ยงเบนมาตรฐานของตัวแปรจำแนกตามระดับชั้น ...	107
4	แสดงค่าเฉลี่ยและความเบี่ยงเบนมาตรฐานของตัวแปรจำแนกตามประเภทกีฬา ..	109
5	แสดงค่าเฉลี่ยและความเบี่ยงเบนมาตรฐานของความเครียดในการเรียน จำแนกตามระดับชั้น .....	111
6	แสดงค่าเฉลี่ยและความเบี่ยงเบนมาตรฐานของความเครียดในการเรียน จำแนกตามประเภทกีฬา .....	113
7	แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการเรียน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา กลุ่มที่ไม่มีแผนการเรียน .....	115
8	แสดงความสัมพันธ์ของตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการเรียนของนักเรียน กลุ่มที่ไม่มีแผนการเรียน .....	118
9	แสดงการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ เมื่อใช้ความเครียดในการเรียนด้านร่างกาย ของนักเรียนกลุ่มที่ไม่มีแผนการเรียนเป็นเกณฑ์ โดยใช่วิธีวิเคราะห์แบบ Stepwise .....	121
10	แสดงตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนด้านร่างกายของนักเรียน กลุ่มที่ไม่มีแผนการเรียน โดยใช่วิธีวิเคราะห์แบบ Stepwise .....	122

11	แสดงการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ เมื่อใช้ความเครียดในการเรียนด้านจิตใจ ของนักเรียนกลุ่มที่ไม่มีแผนการเรียนเป็นเกณฑ์ โดยใช้วิธีวิเคราะห์แบบ Stepwise .....	124
12	แสดงตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนด้านจิตใจของนักเรียน กลุ่มที่ไม่มีแผนการเรียน โดยใช้วิธีวิเคราะห์แบบ Stepwise .....	125
13	แสดงการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ เมื่อใช้ความเครียดในการเรียนด้านพฤติกรรม ของนักเรียนกลุ่มที่ไม่มีแผนการเรียนเป็นเกณฑ์ โดยใช้วิธีวิเคราะห์แบบ Stepwise .....	127
14	แสดงตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนด้านพฤติกรรมของ นักเรียนกลุ่มที่ไม่มีแผนการเรียน โดยใช้วิธีวิเคราะห์แบบ Stepwise .....	128
15	แสดงการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ เมื่อใช้ความเครียดในการเรียนด้าน อาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนกลุ่มที่ไม่มีแผนการเรียนเป็นเกณฑ์ โดยใช้วิธีวิเคราะห์แบบ Stepwise .....	130
16	แสดงตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนด้านอาการโดยรวม ทุกด้าน ของนักเรียนกลุ่มที่ไม่มีแผนการเรียน โดยใช้วิธีวิเคราะห์แบบ Stepwise .....	131
17	แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการเรียน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา กลุ่มที่มีแผนการเรียน .....	133
18	แสดงความสัมพันธ์ของตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการเรียนของนักเรียน กลุ่มที่มีแผนการเรียน .....	135
19	แสดงการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ เมื่อใช้ความเครียดในการเรียนด้านร่างกาย ของนักเรียนกลุ่มที่มีแผนการเรียนเป็นเกณฑ์ โดยใช้วิธีวิเคราะห์แบบ Stepwise .....	138

20	แสดงตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนด้านร่างกายของนักเรียน กลุ่มที่มีแผนการเรียน โดยใช้วิธีวิเคราะห์แบบ Stepwise .....	139
21	แสดงการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ เมื่อใช้ความเครียดในการเรียนด้านจิตใจ ของนักเรียนกลุ่มที่มีแผนการเรียนเป็นเกณฑ์ โดยใช้วิธีวิเคราะห์แบบ Stepwise .....	141
22	แสดงตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนด้านจิตใจของนักเรียน กลุ่มที่มีแผนการเรียน โดยใช้วิธีวิเคราะห์แบบ Stepwise .....	142
23	แสดงการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ เมื่อใช้ความเครียดในการเรียนด้านพฤติกรรม ของนักเรียนกลุ่มที่มีแผนการเรียนเป็นเกณฑ์ โดยใช้วิธีวิเคราะห์แบบ Stepwise .....	144
24	แสดงตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนด้านพฤติกรรมของ นักเรียนกลุ่มที่มีแผนการเรียน โดยใช้วิธีวิเคราะห์แบบ Stepwise .....	145
25	แสดงการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ เมื่อใช้ความเครียดในการเรียนด้าน อาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนกลุ่มที่มีแผนการเรียนเป็นเกณฑ์ โดยใช้วิธีวิเคราะห์แบบ Stepwise .....	147
26	แสดงตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนด้านอาการโดยรวม ทุกด้าน ของนักเรียนกลุ่มที่มีแผนการเรียน โดยใช้วิธีวิเคราะห์แบบ Stepwise .....	148
27	แสดงผลการเปรียบเทียบความเครียดในการเรียนด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จานเนก ตามเพศ .....	150
28	แสดงผลการเปรียบเทียบความเครียดในการเรียนด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จานเนก ตามอายุ .....	151

29	แสดงผลการเปรียบเทียบความเครียดในการเรียนด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จำแนก ตามระดับชั้น .....	153
30	แสดงผลการเปรียบเทียบความเครียดในการเรียนด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จำแนก ตามแผนการเรียน .....	154
31	แสดงผลการเปรียบเทียบความเครียดในการเรียนด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จำแนก ตามสถานภาพสมรสของบิดามารดา .....	156
32	แสดงผลการเปรียบเทียบความเครียดในการเรียนด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จำแนก ตามความคาดหวังของบิดามารดา .....	158
33	แสดงผลการเปรียบเทียบความเครียดในการเรียนด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จำแนก ตามบุคลิกภาพ .....	159
34	แสดงผลการเปรียบเทียบความเครียดในการเรียนด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จำแนก ตามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง .....	161
35	แสดงผลการเปรียบเทียบความเครียดในการเรียนด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จำแนก ตามบรรยากาศการเรียนการสอนด้านตัวครู .....	163
36	แสดงผลการเปรียบเทียบความเครียดในการเรียนด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จำแนก ตามสถานที่เรียน .....	164

37	แสดงผลการเปรียบเทียบความเครียดในการเรียนด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จ้าแนก ตามตัวแปรสื่อและอุปกรณ์การเรียน .....	167
38	แสดงผลการเปรียบเทียบความเครียดในการเรียนด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จ้าแนก ตามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน .....	168
39	แสดงผลการเปรียบเทียบความเครียดในการเรียนด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จ้าแนก ตามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู .....	170
40	แสดงผลการเปรียบเทียบความเครียดในการเรียนด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จ้าแนก ตามตัวแปรการปรับตัวในหอพัก .....	172
41	แสดงผลการเปรียบเทียบความเครียดในการเรียนด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จ้าแนก ตามสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนโดยรวมทั้งหมด .....	174
42	แสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความเครียดในการเรียนด้าน ร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษา จ้าแนกผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน .....	
43	แสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความเครียดในการเรียนด้าน ร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษา จ้าแนกตามจำนวนครั้งของการแข่งขัน .....	178
44	แสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความเครียดในการเรียนด้าน ร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษา จ้าแนกตามช่วงระยะเวลาของการฝึกซ้อมกีฬา .....	180

45	แสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความเครียดในการเรียนด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จำแนกตามระดับเขาวินิจฉัย .....	182
46	แสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความเครียดในการเรียนด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จำแนกตามฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว .....	184
47	แสดงผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านร่างกาย ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวต่างกัน .....	186
48	แสดงผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวต่างกัน .....	187

## บทที่ 1

### บทนำ

#### ความ

1. \* ในสภาพปัจจุบันภาวะเศรษฐกิจและสังคมของประเทศต่าง ๆ ทั่วโลก มีการเปลี่ยนแปลงพัฒนาไปสู่ความเจริญก้าวหน้าอย่างรวดเร็ว และการเปลี่ยนแปลงยิ่งเร็วมากเพียงใดภาวะความกดดันทางจิต ก็ยิ่งทวีมากขึ้นเพียงนั้นแทบทุกสังคม จนทำให้ประชาชนปรับตัวไม่ทัน จึงเกิดปัญหาทางสังคมมากมาย โดยเฉพาะในประเทศไทยปัญหาการเปลี่ยนแปลงเหล่านี้ กระทบกระเทือนต่อค่าครองชีพ และการดำเนินชีวิตของคนเราอย่างมาก ไม่ว่าจะเป็นเรื่องการทำงาน การศึกษาเล่าเรียน หรือความสัมพันธ์ในครอบครัว ทำให้เกิดความตึงเครียด วิตกกังวล เป็นต้นเหตุของความเสื่อมโทรมของสุขภาพจิต ซึ่งอาจนำไปสู่ปัญหาทางสุขภาพจิตได้ ดังนั้นทุกคนจึงต้องมีการปรับตัวเพื่อที่สามารถดำรงชีวิตอยู่รอดได้ในสังคม การปรับตัวนี้แต่ละคนจะปรับตัวได้ไม่เท่าเทียมกันคนที่สามารถปรับตัวได้ดีก็จะดำเนินชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุข ส่วนคนที่ปรับตัวได้ไม่ดีก็จะก่อให้เกิดความเครียดขึ้นได้

ความเครียดเป็นความรู้สึกไม่พอใจ ไม่สบายใจ เสมือนจิตใจถูกบีบบังคับซึ่งเป็นผลมาจากความแปรปรวนของร่างกายและจิตใจ ความเครียดสามารถเกิดขึ้นได้กับทุกคน ทุกเพศทุกวัย ทุกอาชีพ ทุกคนล้วนแต่เคยเผชิญความเครียดมาด้วยกันทั้งสิ้น (Powell and Engright. 1990 : 1) ตราบาดที่มนุษย์ผู้หนึ่งยังมีความต้องการ ซึ่งเป็นแรงผลักดันภายใน มีความรับผิดชอบเป็นมาในธรรมอยู่ และยังต้องดิ้นรนเพื่อแสวงหาโอกาสของชีวิตในท่ามกลางสังคมที่เปลี่ยนแปลงและวุ่นวาย (สุจิต สุวรรณชีพ. 2531 : 95) นอกจากนี้ คามินอฟ และพรอสแฮนสกี (Kaminoff and Proshansky. 1982 : 380) กล่าวว่า สาเหตุที่สำคัญของความเครียดนั้นได้เกี่ยวข้องกับสภาพแวดล้อมในการดำรงชีวิต ความคาดหวังและความต้องการของบุคคลและบ่อยครั้ง พบว่าความเครียดเกิดจากปัจจัยหลาย ๆ ด้านพร้อมกัน ซึ่งสอดคล้องกับยอดหญ้า (นามแฝง) (2528 : 69) ได้กล่าวสรุปถึงผลการศึกษานักวิจัยแห่งสหรัฐอเมริกาเกี่ยวกับ สาเหตุของความเครียด

พบว่า ความเครียดของนักศึกษาส่วนมากนั้น มีสาเหตุมาจากหลาย ๆ เรื่อง ตั้งแต่เรื่องการปรับตัวให้เข้ากับชีวิตในมหาวิทยาลัย ตลอดทั้งเรื่องกังวลใจจากทางบ้าน นอกจากนี้ ชีววัตน์นิจนตร (2526 : 6) ยังกล่าวว่าวัยรุ่นจำนวนมากไม่น้อยในสถานศึกษาต่าง ๆ มีลักษณะบกพร่องทางสุขภาพจิตในรูปแบบที่ต่างกันไป วัยรุ่นบางประเภทมีเรื่องอีโก้คับข้องใจ จึงแสดงออกในรูปของความก้าวร้าว หาเหตุทะเลาะวิวาท บางกลุ่มอาจจะมีความเครียดในเรื่องต่าง ๆ มากเกินไปจนเกิดอาการผิดปกติทางกายหรือมีอาการเฉื่อยชา ซึมเศร้า และขาดแรงจูงใจที่จะพัฒนาตนเองให้มีความก้าวหน้าในชีวิต

✕ ความเครียดเป็นสิ่งที่ไม่ดี อันเป็นสาเหตุหนึ่งที่น่าไปสู่โรคภัยไข้เจ็บทั้งทางร่างกายทางจิตใจและการทำงาน โดยความเครียดที่เกิดขึ้นมาก และต่อเนื่องเป็นเวลานานก็จะส่งผลกระทบต่อสุขภาพทางด้านร่างกายและจิตใจ เช่น ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ ปวดศีรษะ โรคกระเพาะ และลำไส้ โรคที่คอหอย เส้นเลือดแข็งและอุดตันหรือแตกในสมอง ติ่งเครียดวิตกกังวล ซึมเศร้า หงุดหงิด จุนเจียว คิดมาก คิดสั้น หรืออาจฆ่าตัวตายได้ (Arnold and Feldman. 1986 : 459) คนไทยในปัจจุบันป่วยเป็นโรคเครียดมากขึ้น จากการสำรวจพบว่า ผู้ป่วยที่มาหาแพทย์ในโรงพยาบาลทั่วไป 10 คนนั้น มีอาการโรคเครียดถึง 3 คน (สุรพงษ์ อาพันธ์วงศ์ : 2535 : 5) และเป็นโรคจิตร้อยละ 15 คิดจากประชากรทั้งประเทศ 9 ล้านคน (สมชาย จักรพันธ์. 2534 : 3) และมีแนวโน้มว่าจะเพิ่มจำนวนขึ้นเรื่อย ๆ จนทำให้สถิติการฆ่าตัวตายของคนไทยติดอันดับที่ 2 ของโลก (อรรถสิทธิ์ เวชชาชีวะ. 2534 : 3) นอกจากนี้ คนที่มีความเครียดมากจะขาดความเชื่อมั่นในการทำงาน เสี่ยงต่อการตัดสินใจขาดความรอบคอบ และมักจะทำงานผิดพลาดอยู่เสมอ ทำงานไม่เสร็จตามกำหนด เปื่อหน่ายและปัญหาที่สำคัญอีกประการหนึ่งคือ เมื่อเกิดความเครียดกับคนหนึ่งในองค์การแล้วจะส่งผลกระทบต่อสมาชิกคนอื่น ๆ ในองค์การด้วย ซึ่งจะทำให้เกิดผลเสียหายขยายวงกว้างออกไปได้ (ยีนยง ไทยาใจดี. 2537 : 2)

ความเครียดมีทั้งประโยชน์และโทษต่อคนเรา สำหรับส่วนที่เป็นประโยชน์นั้น

ถ้ามีความเครียดอยู่ในระดับที่พอเหมาะก็จะช่วยกระตุ้นให้คนรู้สึกตื่นตัว สนใจงานกิจวัตรประจำวัน แต่ถ้าหากมีความเครียดในระดับที่ไม่เหมาะสม เช่น ถ้ามีระดับความเครียดต่ำเกินไป ก็จะทำให้คนเฉื่อยชา เกียจคร้าน เปื่อหน่าย ขาดความสนใจ การทำงานขาดคุณภาพ แต่ถ้ามีความเครียดมากเกินไปก็ทำให้เกิดผลเสียต่อสุขภาพและการปฏิบัติงาน (Callahan and Others. 1986 : 483)

ดังนั้นจะเห็นได้ว่า ความเครียดเป็นสิ่งที่ต้องเกิดขึ้นในการดำเนินชีวิตของคนเราทุกคน ไม่สามารถหลีกเลี่ยงความเครียดในรูปแบบต่าง ๆ ได้ จากสาเหตุดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า ความเครียดเป็นภาวะที่ร่างกาย และจิตใจตอบสนองต่อสิ่งเร้าหรือสิ่งที่มีมากระตุ้นทำให้บุคคลมีการปรับตัวทั้งด้านร่างกายและจิตใจ มีผลทำให้เกิดการแสดงพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปจากเดิมทำให้เสียความสมดุลของชีวิต และสาเหตุที่ก่อให้เกิดความเครียดก็มาจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายและจิตใจ สภาพแวดล้อมต่าง ๆ เช่น สภาพครอบครัว เพื่อน การเรียน เศรษฐกิจ เป็นต้น ซึ่งความรุนแรงของความเครียดที่เกิดขึ้นจะมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียด พื้นฐานของแต่ละบุคคลประสบการณ์ และการรับรู้ของแต่ละบุคคล ต่อลักษณะปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียด

ปัญหาเกี่ยวกับความเครียดในชีวิตที่มีผลเกี่ยวโยงถึงปัญหาสุขภาพจิตนั้น เป็นปัญหาที่มีความสำคัญมาก เพราะถ้าปล่อยปละละเลยไปก็จะเสียหายถึงชุมชน ตลอดจนความมั่นคงของประเทศชาติ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง สุขภาพจิตของเด็กนักเรียน ซึ่งจะ เป็นอนาคตของชาติ และช่วงวัยที่สำคัญที่สุด คือ ช่วงวัยรุ่น (Adolescence) ซึ่งเป็นวัยที่เชื่อมต่อระหว่างเด็กกับผู้ใหญ่ ระยะเวลานี้เป็นหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต ชีวิตอันนี้ปลายจะราบรื่นหรือไม่เพียงใด ย่อมขึ้นอยู่กับ การดำเนินชีวิตของระยะหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิตนี้อยู่ไม่น้อยทีเดียว เพราะเหตุว่าเด็กวัยนี้ต้องประสบความยุ่งยาก มีปัญหาต่าง ๆ มากมายและความลำบากในการปรับตัว จึงมีผู้กล่าวว่า เป็น "วัยวิกฤต" (Critical Period) บ้าง หรือ "วัยแห่งพายุแคะ" (Storm and Stress) (สุชา จันทน์เอม.2527 :133) นอกจากนี้ในวัยรุ่นยังมีการเปลี่ยนแปลงทั้งร่างกายและจิตใจโดยธรรมชาติ เมื่อมีภาวะทางเศรษฐกิจและสังคมเข้ามา มีบทบาทร่วมด้วย ก็ยิ่งทำให้วัยรุ่นมีความกดดันมากขึ้น รวมทั้งต้องมีการแข่งขันกัน ทั้งในด้าน การดำเนินชีวิต การศึกษาเล่าเรียน การสอบแข่งขันเพื่อที่จะเรียนต่อในมหาวิทยาลัย สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ย่อมเป็นตัวกำหนดอารมณ์ความรู้สึกของวัยรุ่นเป็นอย่างมาก และจากสถิติของศูนย์สุขภาพจิต ปรากฏว่า เด็กวัย 13 - 19 ปี มีปัญหาสุขภาพจิตสูงที่สุด จำนวนคนไข้ชายมากกว่าหญิง บุญพอ เพ็ญผลและคนอื่น ๆ (2522 : 1) ซึ่งสอดคล้องกับ จิราภรณ์ เอ็มเอี่ยม (2536 : 2) ที่กล่าวว่า นักเรียนที่อยู่ในช่วงวัยรุ่น ระหว่างอายุ 13 - 19 ปี มีโอกาสที่จะประสบกับความเครียดด้วยสาเหตุหลายประการ ทั้งนี้เพราะ

วัยรุ่นกำลังอยู่ในระหว่างการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสิ่งแวดล้อม เมื่อวัยรุ่นเข้าเรียนในระดับมัธยมศึกษาเขาต้องมีการปรับตัวสูง ปรับตัวกับการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย ครูและเพื่อน และเป็นช่วงชีวิตที่อยู่ในวัยซึ่งปรับตัวยากและมีปัญหา/ดั่งที่เฮอร์ล็อก (Hurlock. 1964 : 3) กล่าวว่าวัยรุ่นเป็นวัยหัวเลี้ยวหัวต่อ เป็นวัยแห่งการปรับตัว เป็นวัยแห่งปัญหา และเป็นวัยที่มีความเครียดทางอารมณ์ มักเจ้าอารมณ์ ตัดสินใจรวดเร็วและรุนแรง วัยรุ่นเป็นวัยที่ประสบความเครียดมากในหลาย ๆ เรื่องโดยเฉพาะอย่างยิ่งในเรื่องการเรียน วัยนี้将有ความเครียดมาก เพราะเป็นวัยที่จะต้องเรียนหนักเป็นพิเศษเพื่อที่จะเตรียมตัวสอบแข่งขันเข้าศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษา/และนักเรียนอีกกลุ่มหนึ่งที่ประสบกับความเครียดสูง ได้แก่ นักเรียนที่จะต้องทำหน้าที่รับผิดชอบหลายอย่างในเวลาเดียวกัน เช่น นักกีฬา ซึ่งต้องรับผิดชอบทั้งด้านการเรียน และการกีฬาควบคู่กันไป

จากการสำรวจข้อมูลเบื้องต้นโดยใช้คำถามปลายเปิดเกี่ยวกับสภาพปัจจุบันที่ประสบอยู่ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี จำนวน 150 คน พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ประสบปัญหาด้านการเรียน จำนวน 117 คน คิดเป็นร้อยละ 78 ได้แก่ ว่างนอนในเวลาเรียน จำนวน 36 คน คิดเป็นร้อยละ 30.8 ไม่เข้าใจวิชาเรียนบางรายวิชา จำนวน 27 คน คิดเป็นร้อยละ 23.1 เรียนไม่ทันเพื่อน จำนวน 21 คน คิดเป็นร้อยละ 17.9 เพื่อนชอบคุยกันเสียงดังในเวลาเรียน จำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 10.3 ไม่กล้าซักถามอาจารย์ผู้สอน จำนวน 11 คน คิดเป็นร้อยละ 9.4 และอาจารย์สอนเร็ว จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 8.5 และผู้วิจัยได้ทำการสำรวจต่อไปถึงความรู้สึกและอาการของนักเรียนเมื่อเกิดปัญหาด้านการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี โดยใช้คำถามปลายเปิด 2 ข้อ ข้อแรกใช้คำถามว่า นักเรียนรู้สึกอย่างไรเมื่อเกิดปัญหาเกี่ยวกับการเรียน คำตอบที่ได้คือ รู้สึกท้อแท้ เบื่อหน่าย เบื่อเรียน เบื่อเพื่อน ไม่กระปรีกระเป่าวิตกกังวล สับสน และข้อสองใช้คำถามว่า นักเรียนมีอาการอย่างไรเมื่อมีปัญหาเกี่ยวกับการเรียนคำตอบที่ได้คือ ปวดศีรษะ อ่อนเพลีย อึดอัด ไม่พอใจโดยไม่ทราบสาเหตุ ท่างานผิดพลาดบ่อยครั้ง หงุดหงิด ไม่อยากทำอะไร ไม่ไหวง่าย

จากการสำรวจข้อมูลเบื้องต้นได้พบว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี กำลังประสบปัญหาทางการเรียน และมีอาการต่าง ๆ เมื่อมีปัญหาลักษณะเช่น ปวดศีรษะ อ่อนเพลีย อึดอัด ไม่พอใจโดยไม่ทราบสาเหตุ วิตกกังวล ทำงานผิดพลาดบ่อยครั้ง หงุดหงิด ไม่อยากทำอะไร ไม่โหยงาย ซึ่งเป็นลักษณะอาการของผู้ที่มีความเครียด สอดคล้องแนวคิดของ ดูแกน และคนอื่น ๆ (Dougan and others. 1986 : 194) กล่าวถึงอาการต่าง ๆ ของ ความเครียดว่า มีอาการรู้สึกหงุดหงิดฉุนเฉียวง่าย กังวลใจ รู้สึกสับสน หลงลืมง่าย รู้สึกซึมเศร้า เบื่อหน่าย วิงเวียนศีรษะ ตาพร่า ปวดหลัง และสอดคล้องกับงานวิจัยของ ชูศรี เลิศรัตน์เดชากุล (2532 : 21) ที่กล่าวว่า นักศึกษาส่วนใหญ่ที่มีความเครียดจะมีอาการหงุดหงิด โมหะ ฉุนเฉียวง่าย เบื่อหน่าย กระวนกระวาย ปวดเมื่อยตามกล้ามเนื้อและอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย เช่น ปวดศีรษะ มือสั่น ตาพร่า เป็นต้น

\* ดังนั้นเมื่อนักเรียนเกิดความเครียดขึ้นแล้วนับว่าเป็นอุปสรรคสำคัญในการเรียนเป็นอย่างยิ่ง ถ้าปล่อยให้ความเครียดเกิดขึ้นกับนักเรียนแล้ว จะด้วยสาเหตุใดก็ตามย่อมนำมาซึ่งผลเสียต่อนักเรียน เพราะความเครียดอาจทำให้นักเรียนเกิดการเบื่อหน่ายต่อการเรียน หมกมุ่นกังวลใจในการเรียน และอาจทำให้สุขภาพกายเสื่อมโทรมลง ซึ่งจะมีผลทำให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนลดลง ขาดความเอาใจใส่ต่อการเรียนอย่างจริงจังนับว่าเป็นอุปสรรคต่อการเรียนเป็นอย่างยิ่ง

ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงมีความประสงค์ที่จะศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการเรียน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี

### ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อศึกษาระดับความเครียดในการเรียนของนักเรียน จำแนกตามชั้นปีและประเภทกีฬา
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนกับความเครียดในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา
3. เพื่อค้นหาตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา

4. เพื่อสร้างสมการพยากรณ์ความเครียดในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาจากตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน

5. เพื่อเปรียบเทียบความเครียดในการเรียนแต่ละด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จำแนกตามตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนโดยใช้ประเภทกีฬาเป็นเกณฑ์

### สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. ตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน มีความสัมพันธ์กับความเครียดในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่ไม่มีแผนการเรียน

2. ตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนมีตัวแปรอย่างน้อย 1 ตัวแปร ที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านร่างกาย ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่ไม่มีแผนการเรียนได้

3. ตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน สามารถสร้างสมการความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านร่างกายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่ไม่มีแผนการเรียนได้

4. ตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนที่มีตัวแปรอย่างน้อย 1 ตัวแปร ที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านจิตใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่ไม่มีแผนการเรียนได้

5. ตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนสามารถสร้างสมการความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านจิตใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่ไม่มีแผนการเรียนได้

6. ตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว ด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนแผนการเรียน มีตัวแปรอย่างน้อย 1 ตัวแปร ที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านพฤติกรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่ไม่มีแผนการเรียนได้



16. ตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว ด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนสามารถสร้าง  
สมการความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านพฤติกรรม ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่มี  
แผนการเรียนได้

17. ตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนมีตัวแปร  
อย่างน้อย 1 ตัวแปร ที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการโดยรวม  
ทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่มีแผนการเรียนได้

18. ตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนสามารถสร้าง  
สมการความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่มี  
แผนการเรียนได้

19. นักเรียนที่มีเพศต่างกันมีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน

20. นักเรียนที่มีอายุต่างกันมีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน

21. นักเรียนที่มีระดับชั้นต่างกันมีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน

22. นักเรียนที่มีแผนการเรียนต่างกันมีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน

23. นักเรียนที่มีสถานภาพการสมรสของบิดามารดา ต่างกันมีความเครียดในแต่ละด้าน  
แตกต่างกัน

24. นักเรียนที่มีความคาดหวังของบิดามารดาต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้าน  
แตกต่างกัน

25. นักเรียนที่มีบุคลิกภาพต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน

26. นักเรียนที่มีสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครองต่างกัน มีความเครียดในการเรียน  
แต่ละด้านแตกต่างกัน

27. นักเรียนที่มีบรรยากาศการเรียนการสอนด้านตัวครูต่างกัน มีความเครียดในการเรียน  
แต่ละด้านแตกต่างกัน

28. นักเรียนที่มีบรรยากาศการเรียนการสอนด้านสถานที่ต่างกัน มีความเครียดในการเรียน  
แต่ละด้านแตกต่างกัน

29. นักเรียนที่มีบรรยากาศการเรียนการสอนด้านสื่อและอุปกรณ์ต่างกัน มีความเครียดใน  
การเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน

30. นักเรียนที่มีสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อนต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน

31. นักเรียนที่มีสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครูต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน

32. นักเรียนที่มีการปรับตัวในหอพักต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน

33. นักเรียนที่มีสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนโดยรวมทุกด้านต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน

34. นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน

35. นักเรียนที่มีจำนวนครั้งของการแข่งขันต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน

36. นักเรียนที่มีช่วงระยะเวลาของการฝึกซ้อมกีฬาต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน

37. นักเรียนที่มีเขาวนปีนต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน

38. นักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน

### ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

ผลของการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้ทำให้ทราบว่า มีตัวแปรใดบ้างที่มีความเกี่ยวข้องกับ ความเครียดในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี สังกัด กรมพลศึกษา เพื่อเป็นข้อมูลสำหรับผู้บริหาร ฝ่ายวิชาการอาจารย์ผู้สอน อาจารย์ที่ปรึกษา ตลอดจน ผู้ปกครองในการป้องกันและให้ความช่วยเหลือนักเรียนที่มีความเครียดได้อย่างถูกต้อง

## ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

### 1. ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนที่กำลังเรียนอยู่ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 6 โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี สังกัดกรมพลศึกษา จำนวน 486 คน เป็นนักเรียนชาย 351 คน และนักเรียนหญิง 135 คน

### 2. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนที่กำลังเรียนอยู่ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 6 ปีการศึกษา 2540 โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี สังกัดกรมพลศึกษา จำนวน 461 คน เป็นนักเรียนชาย 338 คน และนักเรียนหญิง 123 คน ซึ่งผู้วิจัยต้องการที่จะเก็บรวบรวมข้อมูลกับประชากรทั้งหมด แต่เนื่องจากมีนักเรียนเก็บตัวและแข่งขันกีฬา จำนวน 25 คน จึงไม่สามารถเก็บรวบรวมข้อมูลกับประชากรทั้งหมดได้

### 3. ตัวแปรที่ศึกษา

3.1 ตัวแปรพหุภาคีที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ แบ่งออกเป็น 3 ด้านคือ

3.1.1 ด้านส่วนตัวของนักเรียน ได้แก่

3.1.1.1 เพศ

3.1.1.2 อายุ

3.1.1.3 ระดับชั้นที่กำลังเรียน

3.1.1.4 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

3.1.1.5 ประเภทกีฬา

3.1.1.6 จำนวนครั้งของการแข่งขันกีฬา

3.1.1.7 แผนการเรียน

3.1.1.8 ช่วงระยะเวลาของการฝึกซ้อมกีฬา

3.1.1.9 บุคลิกภาพ

3.1.1.10 เชาวนปัญญา

### 3.1.2 ด้านครอบครัว ได้แก่

- 3.1.2.1 สถานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว
- 3.1.2.2 สถานภาพของบิดามารดา
- 3.1.2.3 สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง
- 3.1.2.4 ความคาดหวังของบิดามารดา

### 3.1.3 ด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน ได้แก่

- 3.1.3.1 บรรยากาศการเรียนการสอน
- 3.1.3.2 สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน
- 3.1.3.3 สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู
- 3.1.3.4 การปรับตัวในหอพัก

## 3.2 ตัวแปรเกณฑ์ ได้แก่ ความเครียดในการเรียน

### นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ความเครียดในการเรียน หมายถึง อาการและความรู้สึกต่าง ๆ ทางด้านร่างกาย และจิตใจของนักเรียน ที่ตอบสนองต่อสิ่งที่มีมากระตุ้นทั้งภายในและภายนอกร่างกายจากการเรียน ทำให้ภาวะร่างกายและจิตตาสอดคล้อง ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกายด้านจิตใจ และด้านพฤติกรรม ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1.1 ความเครียดที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ได้แก่ หัวใจเต้นแรงหายใจเข้าออกลำบาก ปวดศีรษะ บัสสาวะบ่อย ไม่กระปรี้กระเปร่า มือเท้าเย็นผิดปกติ และอ่อนเพลียเกร็ง, กล้ามเนื้อกระตุก

1.2 ความเครียดที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านจิตใจ ได้แก่ วิตกกังวล ไม่มีความสุข สับสน หงุดหงิด อึดอัด เบื่อเรียน เบื่อเพื่อน ไม่พอใจโดยไม่ทราบสาเหตุ

1.3 ความเครียดที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านพฤติกรรม ได้แก่ ไม่มีสมาธิ ไม่ฟังความคิดเห็นของผู้อื่น กระสับกระส่าย ลุกลิ่ลุกลอน ทำงานผิดพลาดบ่อยครั้ง นอนไม่หลับ มือสั่น

2. โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี หมายถึง สถานศึกษาแห่งแรกในสังกัดกรมพลศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ที่จัดตั้งขึ้นตามมติคณะรัฐมนตรี เมื่อวันที่ 17 เมษายน 2533 และได้เปิดรับนักเรียนรุ่นแรก เมื่อปีการศึกษา 2534 โดยมีวัตถุประสงค์จะสร้างเยาวชนให้เป็นบุคคลที่มีระเบียบวินัย จัดการศึกษาและการกีฬาสำหรับเยาวชนที่มีความถนัดและความสามารถทางการกีฬา ให้มีโอกาสพัฒนาด้านอารมณ์ สังคมและสติปัญญา ขณะนี้ มีนักเรียนทั้งหมด 537 คน เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 5 คน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 19 คน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 27 คน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 90 คน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 95 คน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 71 คน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 111 คน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 74 คน และชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 45 คน

3. ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการเรียน หมายถึง สิ่งที่เกี่ยวข้องที่อาจเป็นสาเหตุให้เกิดความเครียดในการเรียน ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ จำนวนเป็น 3 ด้าน คือ ตัวแปรด้านส่วนตัว ตัวแปรด้านครอบครัว และตัวแปรด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนดังรายละเอียดต่อไปนี้

3.1 ตัวแปรด้านส่วนตัว หมายถึง ลักษณะเฉพาะบุคคลของนักเรียนที่เกี่ยวข้องที่ทำให้เกิดความเครียดได้แก่ เพศ อายุ ระดับชั้นที่กำลังเรียน ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ประเภทกีฬา จำนวนครั้งของการแข่งขัน แผนการเรียน บุคลิกภาพ เชื้อชาติปัญญา และช่วงระยะเวลาของการฝึกซ้อม

3.1.1 ระดับชั้นที่กำลังเรียน หมายถึง นักเรียนที่กำลังเรียนอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษา และมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี

3.1.2 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หมายถึง ความสามารถทางการเรียนของนักเรียนที่แสดงถึงผลสำเร็จในการเรียน โดยพิจารณาจากผลการเรียนที่เป็นระดับคะแนนเฉลี่ยสะสมทุกวิชาในภาคเรียนที่ 1 ของชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 6 ปีการศึกษา 2540 โดยจำนวนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเป็น 3 กลุ่มดังนี้ (ระเบียบการวัดผลกรรมสัมฤทธิ์ศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ)

3.1.2.1 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ หมายถึง ผลการเรียนที่มีระดับคะแนนเฉลี่ยสะสมต่ำกว่า 2.00

3.1.2.2 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลาง หมายถึง ผลการเรียนที่มีระดับคะแนนเฉลี่ยสะสมตั้งแต่ 2.00 - 2.74

3.1.2.3 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง หมายถึง ผลการเรียนที่มีระดับคะแนนเฉลี่ยสะสมตั้งแต่ 2.75 ขึ้นไป

3.1.3 ประเภทกีฬา หมายถึง ชนิดของกีฬาที่นักเรียนถนัดและเลือกฝึกซ้อมเพื่อพัฒนาความสามารถในด้านนั้น ซึ่งแบ่งเป็น 2 ประเภท ได้แก่ ประเภททีม และประเภทบุคคล กีฬาประเภททีม ประกอบด้วย ฟุตบอล กรีฑา และวอลเลย์บอล ส่วนกีฬาประเภทบุคคลประกอบด้วย วัยน้ำ เซปักตะกร้อ เทเบิลเทนนิส เทนนิส แบดมินตัน ยูโด กระโดดน้ำ มวยสากล ยิมนาสติกสากล ยิมนาสติกลีลาใหม่ และยิงปืน (กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ, 2537 : 13)

3.1.4 จำนวนครั้งของการแข่งขัน หมายถึง ความถี่ในการเข้าร่วมแข่งขันกีฬาของนักเรียนแต่ละประเภทกีฬารอบหนึ่งปีการศึกษา

3.1.5 แผนการเรียน ได้แก่ การกำหนดรายวิชาบังคับและวิชาเลือกให้นักเรียนเรียนอย่างมีเป้าหมายโดยโรงเรียนเป็นผู้กำหนดขึ้น ซึ่งมีให้นักเรียนเลือกเรียนได้ 2 แผนการเรียน คือ วิทยาศาสตร์กับคณิตศาสตร์ และคณิตศาสตร์กับภาษาอังกฤษ โดยจะใช้ในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ดังนั้นในการวิเคราะห์ข้อมูลจะไม่ใช้ตัวแปรแผนการเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

3.1.6 บุคลิกภาพ หมายถึง ลักษณะเฉพาะของบุคคลหรือพฤติกรรมของบุคคลที่แสดงออกหรือตอบสนองต่อสถานการณ์ต่าง ๆ ในการดำรงชีวิต ซึ่งทำให้นักคนนั้นมีความแตกต่างจากบุคคลอื่น บุคลิกภาพในการวิจัยครั้งนี้แบ่งตามแบบสำรวจการกระทำกิจกรรมของเจนกินส์ (Jenkins Activity Survey) ซึ่งแบ่งออกเป็น 2 แบบคือ

3.1.6.1 ลักษณะบุคลิกภาพแบบ เอ เป็นลักษณะบุคลิกภาพของคนที่รักความก้าวหน้า ชอบฟันฝ่าอุปสรรค มีความก้าวร้าว โกรธง่าย ชอบทำงานให้ประสบผลสำเร็จและสัมฤทธิ์ผล ชอบทำงานด้วยความรวดเร็ว ไม่ชอบการรอคอย

3.1.6.2 ลักษณะบุคลิกภาพแบบ บี เป็นลักษณะบุคลิกภาพของคนที่ค่อนข้างเฉื่อยชา จิตใจเยือกเย็น ทำงานไปเรื่อย ๆ ไม่หวังผลสัมฤทธิ์ในการทำงาน ไม่ชอบฟันฝ่าอุปสรรคต่าง ๆ อุดทนและรอคอยได้ //

3.1.7 เชาวนปัญญา หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการใช้วิจารณญาณที่เกิดจากกระบวนการทางสมองที่สลับซับซ้อน ทากิจกรรมต่าง ๆ อย่างมีจุดหมาย คิดหาเหตุผลในการ

แก้ไขข้อหา ซึ่งสามารถวัดได้จากแบบทดสอบวัดระดับเชาว์ปัญญาของ ราเวน (Raven) มีชื่อว่า Standard Progressive Matrices จำนวน 60 ข้อ นำคะแนนไปเทียบกับ เกณฑ์ ระดับเชาว์ปัญญา โดยใช้เกณฑ์มาตรฐานของเด็กไทย ของณรงค์ดี ทะละภักดิ์ และสมทรง สัมสุวรรณเลิศ (2509) ซึ่งแบ่งนักเรียนได้ตามระดับสติปัญญาเป็น 3 ระดับ ดังนี้

3.1.7.1 ระดับสติปัญญาสูงกว่าปานกลาง (I.Q. อยู่ระหว่าง 110-119)

3.1.7.2 ระดับสติปัญญาปานกลาง (I.Q. อยู่ระหว่าง 90-109)

3.1.7.3 ระดับสติปัญญาต่ำกว่าปานกลาง (I.Q. อยู่ระหว่าง 80-89)

3.1.8 ระยะเวลาของการฝึกซ้อม หมายถึง ช่วงระยะเวลาที่นักเรียนที่เป็นนักกีฬา ประเภทต่าง ๆ ใช้ฝึกซ้อมกีฬาเป็นประจำ แบ่งออกเป็น 3 ช่วงเวลา ได้แก่

3.1.8.1 ช่วงระยะเวลาวันจันทร์ถึงวันศุกร์

3.1.8.2 ช่วงเวลาทั้งช่วงวันจันทร์ถึงวันศุกร์และวันเสาร์

3.1.8.3 ช่วงเวลาทั้งช่วงวันจันทร์ถึงวันศุกร์และวันเสาร์ วันอาทิตย์

3.2 ตัวแปรด้านครอบครัว หมายถึง สภาพโดยทั่วไปของครอบครัว ได้แก่ ฐานะทาง เศรษฐกิจของครอบครัว สถานภาพการสมรสของบิดามารดา สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับ ผู้ปกครองและความคาดหวังของบิดามารดา

3.2.1 ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว หมายถึง รายได้ต่อเดือนของบิดามารดา หรือรายได้ของผู้ปกครองที่อุปการะนักเรียน โดยให้บิดามารดาหรือผู้ปกครองระบุว่ามียาไรได้เท่าใด ต่อเดือนแล้วผู้วิจัยจึงนำข้อมูลนั้นมาแบ่งกลุ่มตามสภาพที่แท้จริง

3.2.2 สถานภาพการสมรสบิดามารดา หมายถึง ลักษณะการครองชีวิตสมรสของบิดามารดา จำแนกเป็น 2 ประเภทดังนี้

3.2.2.1 บิดามารดาอยู่ร่วมกัน

3.2.2.2 บิดามารดาแยกกันอยู่

3.2.3 สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง หมายถึง ลักษณะการกระทำที่บิดามารดา ผู้ปกครองและนักเรียนปฏิบัติต่อกัน ในด้านการเรียน ได้แก่ ความสนใจ ชักถาม แนะนำ ให้ความช่วยเหลือและร่วมมือในการทำกิจกรรมการเรียน ให้เงินและทุนทรัพย์ในการใช้จ่าย

3.2.4 ความคาดหวังของบิดามารดา หมายถึง ความคิด ของบิดามารดาที่มีต่อ นักเรียนในระดับต่าง ๆ ได้แก่ ำให้เรียนต่อในระดับอุดมศึกษา หรือให้เรียนจบชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

3.3 ตัวแปรด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน หมายถึง สภาพการณ์ต่าง ๆ ทาง การเรียนทั้งใน และนอกห้องเรียนที่มีผลต่อการเรียน จานแนกเป็น

3.3.1 บรรยากาศการเรียนการสอน หมายถึง

3.3.1.1 ด้านตัวครู ได้แก่ วิธีการสอนของครู การเปิดโอกาสให้ นักเรียนซักถาม การมอบหมายงาน การทบทวนบทเรียน และการรักษาระเบียบในระหว่างเรียน

3.3.1.2 สถานที่เรียน ได้แก่ ขนาดของห้องเรียน การถ่ายเท ของอากาศความเป็นระเบียบเรียบร้อยของห้องเรียน

3.3.1.3 สื่อและอุปกรณ์การเรียน ได้แก่ ปริมาณของสื่อ อุปกรณ์การเรียน เมื่อเทียบกับจำนวนนักเรียน ความทันสมัย คุณภาพการใช้งาน และความชัดเจนถูกต้องตามวัตถุประสงค์

3.3.2 สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน หมายถึง พฤติกรรมที่นักเรียนและ เพื่อนปฏิบัติต่อกันทั้งในห้องเรียนและนอกห้องเรียน ได้แก่ ความเสียสละเพื่อส่วนรวม ความห่วงใย ซึ่งกันและกัน และการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

3.3.3 สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู หมายถึง พฤติกรรมที่นักเรียนและ ครูปฏิบัติต่อกันทั้งในและนอกห้องเรียน ได้แก่ ความสัมพันธ์ระหว่างครูกับนักเรียน การซักถามระหว่าง เรียน และความสนใจของครูต่อนักเรียน

3.3.4 การปรับตัวในหอพัก หมายถึง พฤติกรรมที่แสดงออกของนักเรียน ที่สามารถจะเข้ากับสภาพแวดล้อม และสถานการณ์ใหม่ ๆ ในระหว่างที่พักอยู่ในที่พักออาศัยใน โรงเรียน ซึ่งได้แก่ กฎระเบียบของหอพัก ความสัมพันธ์กับเพื่อน และความสัมพันธ์กับครูหอพัก

ตัวแปรต้น

ตัวแปรตาม

- ด้านส่วนตัว
- เพศ
  - อายุ
  - ระดับชั้น
  - ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
  - ประเภทกีฬา
  - จำนวนครั้งของการแข่งขัน
  - แผนการเรียน
  - ช่วงระยะเวลาของการแข่งขัน
  - บุคลิกภาพ
  - เซาว์นปัญญา

- ความเครียดในการเรียน  
(Learning Stress)
- ด้านร่างกาย  
(Physical Trait)
  - ด้านจิตใจ  
(Mental Trait)
  - ด้านพฤติกรรม  
(Behavioral Trait)
  - โดยรวมทุกด้าน  
(Total Score Symtoms)

- ด้านครอบครัว
- ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว
  - สถานภาพของบิดามารดา
  - สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง
  - ความคาดหวังของบิดามารดา

- ด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน
- บรรยากาศการเรียนการสอน
  - สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน
  - สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู
  - การปรับตัวในหอพัก

กรอบแนวความคิด (Frame Work)

## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้มีความมุ่งหมายที่จะศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี ผู้วิจัยได้รวบรวมเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ซึ่งครอบคลุมหัวข้อต่าง ๆ ดังนี้

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี

2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียด

2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความเครียด

2.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียด

3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรด้านส่วนตัวนักเรียน

3.1 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศและความเครียด

3.1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศและความเครียด

3.1.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศ และความเครียด

3.2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องอายุและความเครียด

3.2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับเรื่องอายุและความเครียด

3.2.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องอายุและความเครียด

3.3 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและความเครียด

3.3.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับเรื่องผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและความเครียด

3.3.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและความเครียด

3.4 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพและความเครียด

3.4.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพและความเครียด

3.4.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพและความเครียด

3.5 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเซวรณ์ปัญญาและความเครียด

3.5.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับเซวรณ์ปัญญาและความเครียด

3.5.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเซวรณ์ปัญญาและความเครียด

4. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรด้านครอบครัว

4.1 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว

และความเครียด

4.1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับเรื่องฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวและ

ความเครียด

4.1.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว

และความเครียด

4.2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องสภาพของบิดามารดา และความเครียด

4.2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับเรื่องสภาพของบิดามารดาและความเครียด

4.2.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องสภาพของบิดามารดาและความเครียด

4.3 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง

และความเครียด

4.3.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับเรื่องสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง

และความเครียด

4.3.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง

และความเครียด

4.4 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องความคาดหวังของบิดามารดากับ

ความเครียด

4.4.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับเรื่องความคาดหวังของบิดามารดากับความเครียด

4.4.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องความคาดหวังของบิดามารดากับความเครียด

5. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน

5.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับเรื่องสภาพแวดล้อมที่โรงเรียนและความเครียด

5.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องสภาพแวดล้อมที่โรงเรียนและความเครียด

## 1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี

### ประวัติโรงเรียนจังหวัดสุพรรณบุรี

โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี เป็นโรงเรียนกีฬาแห่งแรกที่ตั้งขึ้นในประเทศไทย จากการดำริของนายปรีดา รอดโพธิ์ทอง (2534 : 1) อธิบดีกรมพลศึกษาที่ต้องการยกระดับและพัฒนามาตรฐานทางการศึกษา ให้ทัดเทียมนานาชาติอารยประเทศประกอบกับ เพื่อสนองนโยบายรัฐบาล ในการส่งเสริมการกีฬาอย่างกว้างขวางและทั่วถึง เพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิต และพัฒนามาตรฐานการกีฬา เพื่อให้มีขีดความสามารถในการเข้าร่วมการแข่งขันกีฬากับนานาชาติได้ดียิ่งขึ้น และมติคณะรัฐมนตรีให้ประเทศไทยรับเป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ ครั้งที่ 13 ในปีพ.ศ. 2541 และการแข่งขันกีฬาโอลิมปิกในปี พ.ศ. 2547 การประชุมคณะรัฐมนตรีเมื่อวันที่ 30 พฤษภาคม 2532 กรมพลศึกษาได้แต่งตั้งคณะกรรมการเพื่อศึกษาสภาพปัญหาในการพัฒนาพลศึกษาและการกีฬาของชาติ ตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบันและศึกษาแนวทางการดำเนินงานส่งเสริมและพัฒนามาตรฐานการกีฬาของต่างประเทศแล้วจัดทำเป็นโครงการที่เป็นรูปธรรมและมีแนวปฏิบัติอย่างชัดเจน โดยผสมผสานการดำเนินงานทุกระบบเข้าด้วยกัน ทั้งทางด้านการศึกษา เศรษฐกิจ สังคม การเมือง และวิทยาศาสตร์การกีฬาเสนอต่อกระทรวงศึกษาธิการ และคณะรัฐมนตรีตามลำดับดังนี้

กระทรวงศึกษาธิการได้อนุมัติโครงการจัดตั้งโรงเรียนกีฬา เมื่อวันที่ 21 กุมภาพันธ์ 2532 ส่งโครงการเสนอความเห็นชอบต่อคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ และได้รับความเห็นชอบสมควรสนับสนุนในการประชุมคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ ครั้งที่ 8/2532 ในวันที่จันทร์ที่ 9 ตุลาคม 2532 กระทรวงศึกษาธิการได้เสนอโครงการเพื่อขออนุมัติต่อคณะรัฐมนตรี คณะรัฐมนตรีได้มีมติเห็นชอบเมื่อวันที่ 17 เมษายน 2533 กระทรวงศึกษาธิการจึงได้ประกาศจัดตั้งโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี ขึ้นเป็นแห่งแรกเมื่อวันที่ 7 สิงหาคม 2533 ซึ่งมีลักษณะเป็นสถาบันอิสระขึ้นตรงต่อกรมพลศึกษา

ในการเตรียมการดำเนินงานซึ่งใช้สถานที่อาคารเรียน 2 วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดสุพรรณบุรี เป็นสำนักงานและได้ปรับปรุงอาคารสถานที่ในวิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดสุพรรณบุรี เป็นสถานที่ดำเนินงานทุก ๆ ด้าน จากนั้นกรมพลศึกษาได้ประกาศรับสมัครและสอบคัดเลือกนักเรียนเข้าเรียนในโรงเรียนกีฬา

จังหวัดสุพรรณบุรีประจำปีการศึกษา 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 ว่ายน้ำ เทเบิลเทนนิส เทนนิส ยิมนาสติกสากลและสกีลาใหม่ แบดมินตัน และเซปักตะกร้อ รับรายงานตัว และมอบตัวนักเรียนเข้าเรียน เมื่อวันที่ 11 - 15 พฤษภาคม 2534 และจัดพิธีเปิดโรงเรียนกีฬาขึ้นเมื่อวันที่ 16 พฤษภาคม 2534 โดยนายปรีดา รอดโพธิ์ทอง เป็นประธานในพิธี เปิด เริ่มจัดการเรียนการสอนตั้งแต่วันที่ 16 พฤษภาคม 2534 เป็นต้นมา ทั้งนี้ เพื่อให้การจัดการศึกษาของโรงเรียนเป็นไปตามโครงการและมีประสิทธิภาพกรมพลศึกษาจึงได้กำหนดแนวปฏิบัติในการดำเนินงานจัดการศึกษาโรงเรียนกีฬาเป็นนโยบายดังนี้ (ปรีดา รอดโพธิ์ทอง. 2534 : 1 - 3)

#### นโยบายของโรงเรียนกีฬา

นโยบายของโรงเรียนกีฬามีดังนี้ คือ

1. จัดการศึกษาตามหลักสูตรระดับประถมศึกษา และมัธยมศึกษาของกระทรวงศึกษาธิการ เพื่อขยายโอกาสการศึกษาให้กับนักเรียนที่มีความถนัดและความสามารถพิเศษทางการกีฬา ให้ได้รับการส่งเสริมและพัฒนาขีดความสามารถทางการกีฬาให้ถึงขีดสูงสุดไปพร้อมกับการศึกษาตามหลักสูตร โดยมุ่งเน้นให้นักเรียนเป็นคนดี มีคุณธรรมและมีคุณภาพ มีความเป็นเลิศทางด้านวิชาการและการกีฬา
2. จัดดำเนินการสอบคัดเลือกนักเรียนเข้าเรียนให้เป็นไปด้วยความบริสุทธิ์และยุติธรรม
3. จัดหลักสูตรการเรียนการสอนให้เป็นไปตามเกณฑ์การใช้หลักสูตรของกระทรวงศึกษาธิการ และให้เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพและคุณภาพ นานวัตกรรมและเทคโนโลยีทางการศึกษามาใช้ในการจัดการเรียนการสอนให้มากที่สุด
4. ระดับบุคลากรของกรมพลศึกษาที่มีอยู่และสรรหาคณาจารย์ที่มีคุณภาพ คุณธรรม มีความรู้ความสามารถเฉพาะสาขา และมีความเสียสละ ไปปฏิบัติงานที่โรงเรียนกีฬา ตลอดทั้งระดมทรัพยากรที่มีอยู่ในกรมพลศึกษาไปใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุดในการดำเนินงานของโรงเรียนกีฬา

5. ดำเนินการส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพ สมรรถภาพ และความสามารถทางการกีฬา ของนักเรียนให้เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ ตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬา วิทยาศาสตร์สุขภาพและ โภชนาการ โดยจัดให้มีแพทย์ พยาบาล นักวิทยาศาสตร์การกีฬา และนักโภชนาการประจำที่ โรงเรียนกีฬาทุกแห่ง

6. จัดกิจกรรมในการส่งเสริมและพัฒนาบุคลิกภาพ คุณธรรมและจริยธรรมให้นักเรียน เป็นพลเมืองดีของชาติ และมีน้ำใจนักกีฬาเป็นแบบอย่างที่ดีของสังคม

7. จัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมและพัฒนาความสามารถทางการกีฬาตามหลักวิทยาศาสตร์ การกีฬาและกิจกรรมเพื่อเสริมประสบการณ์ในการเข้าร่วมการแข่งขันทั้งภายในประเทศและ ต่างประเทศ

8. จัดให้มีอาคารเรียน อาคารประกอบ ห้องปฏิบัติการ สถานที่ฝึกกีฬา และอุปกรณ์ต่าง ๆ ที่ทันสมัยและเพียงพอต่อความต้องการ โดยเฉพาะจะจัดให้มีศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬา ศูนย์เทคโนโลยี ทางการศึกษาที่ทันสมัยในโรงเรียนกีฬา

9. สนับสนุนและส่งเสริมการดำเนินการวิจัยเพื่อพัฒนาและแก้ไขปัญหาคอนกรีตทุก ๆ ด้าน โดยเฉพาะด้านการส่งเสริม และพัฒนาความสามารถทางการกีฬา สมรรถภาพและสุขภาพของ นักเรียน ตลอดทั้งเพื่อยกระดับมาตรฐานการกีฬาของชาติ

10. ส่งเสริมและพัฒนาบุคลากรให้มีความรู้และความสามารถในการปฏิบัติงานตามหน้าที่ และความรับผิดชอบให้มีประสิทธิภาพสูงสุด โดยมีการฝึกอบรมในขณะประจำการส่งไปศึกษาอบรมทั้ง ในประเทศและต่างประเทศ

11. จัดให้มีการจัดเก็บและบันทึกข้อมูลของนักเรียนทุก ๆ ด้านที่ถูกต้องและเป็นปัจจุบัน อยู่เสมอ สามารถนำข้อมูลและสารสนเทศมาใช้ในการดำเนินงานอย่างมีประสิทธิภาพ

12. ประสานงานกับภาครัฐและเอกชน ทั้งในประเทศและต่างประเทศ เพื่อขอความร่วมมือ และช่วยเหลือทางด้านวิชาการ บุคลากร วัสดุอุปกรณ์และเงินทุนให้การดำเนินงานของโรงเรียนกีฬา ดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพ

#### วัตถุประสงค์ของโรงเรียนกีฬา

กรมพลศึกษา (2534 : 15) ได้กล่าวถึง จุดมุ่งหมายของโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี ไว้ดังนี้คือ

1. จัดการศึกษาและการกีฬาสำหรับเด็กและเยาวชนที่มีความถนัด และความสามารถพิเศษทางการกีฬาที่มีโอกาสได้รับการส่งเสริม และพัฒนาความสามารถทางการกีฬาให้สูงสุดไปพร้อม ๆ กับการพัฒนาด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม สติปัญญา
2. เตรียมและผลิตนักกีฬาที่มีความสามารถพิเศษ และมีคุณภาพเข้าร่วมแข่งขันกีฬาในระดับชาติ และนานาชาติ ทัดเทียมนานาชาติอารยประเทศ
3. ศึกษา ค้นคว้า วิเคราะห์และวิจัย เพื่อพัฒนามาตรฐานการกีฬา และนักกีฬาของประเทศไทย

#### หลักการเกณฑ์ในการคัดเลือก

ในการกำหนดเกณฑ์การคัดเลือกผู้เข้าศึกษาในโรงเรียนกีฬานั้น กรมพลศึกษา (2536 : 1 - 5) มีหลักการที่สำคัญคือ ในการพิจารณาองค์ประกอบที่มีความเกี่ยวข้องหรือมีผลต่อการพัฒนาด้านความเจริญเติบโตและความสามารถทางการกีฬาของนักเรียน โรงเรียนกีฬาได้พิจารณาจากองค์ประกอบดังต่อไปนี้ คือ

1. สมรรถภาพทางกลไกและทักษะทางการกีฬา

ในการคัดเลือกบุคคลโดยคาดหวังที่จะสร้างเสริมให้เป็นนักกีฬาที่ดีนั้น กรมพลศึกษา (2536 : 1 - 5) กล่าวว่าจะต้องพิจารณาคุณลักษณะพื้นฐานที่สำคัญของนักกีฬา ได้แก่

- 1.1 สมรรถภาพทางกลไก
- 1.2 ทักษะทางการกีฬา

สมรรถภาพทางกลไก หมายถึง ความสามารถในการปฏิบัติทักษะเบื้องต้น โดยใช้สมรรถภาพร่างกาย ด้านพลังของกล้ามเนื้อ ความคล่องแคล่วว่องไว ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ความทนทานของกล้ามเนื้อ ความทนทานของระบบไหลเวียนเลือด ความอ่อนตัวและความเร็ว

ทักษะทางการกีฬา เป็นรากฐานที่สำคัญของการกีฬา การวัดทักษะกีฬาจะช่วยให้ทราบถึงระดับความสามารถในการปฏิบัติแต่ละกิจกรรมในการเล่นกีฬา

ในการคัดเลือกนักเรียนเพื่อเข้าเรียนในโรงเรียนกีฬา ผู้ที่สมัครเข้าศึกษาทุกคนจะต้องรับการทดสอบทักษะทางการกีฬาตามชนิดที่ถนัดหรือที่ระบุไว้ในใบสมัคร

## 2. ความถนัดทางการเรียน

ความถนัดทางการเรียน (กรมพลศึกษา. 2536 : 3) หมายถึง ความพร้อมหรือความสามารถของบุคคลในการเรียนรู้และฝึกหัดวิทยาการหรือทักษะด้านต่าง ๆ อันเป็นผลจากการเรียนรู้ หรือประสบการณ์ที่เหมาะสมแบบทดสอบความถนัดทางการเรียนประกอบด้วยหมวดรายการทดสอบความสามารถด้านภาษาตัวเลข เหตุผล มิติสัมพันธ์ สัญลักษณ์ และความจริง การประเมินความถนัดทางการเรียนจะเป็นแนวทางหนึ่งซึ่งช่วยให้ทราบถึงระดับสติปัญญา รวมทั้งการพยากรณ์สัมฤทธิ์ผลทางการเรียนของบุคคลได้

## 3. ความสมบูรณ์ของร่างกายและสุขภาพ

ความสมบูรณ์ทางร่างกาย และสุขภาพเป็นองค์ประกอบพื้นฐานในการเสริมสร้างและพัฒนาความสามารถทางการกีฬาของเยาวชนทุกระดับอายุ การประเมินความสมบูรณ์ทางด้านร่างกาย พิจารณาจากคุณสมบัติและลักษณะต่าง ๆ ดังนี้ (กรมพลศึกษา. 2536 : 3)

1. ขนาดและโครงสร้างร่างกาย โดยพิจารณาจากสัดส่วนระหว่างน้ำหนักและส่วนสูง
2. สภาวะทางชีวการแพทย์ โดยการตรวจวิเคราะห์ทางการแพทย์ดังนี้
  - 2.1 การตรวจสัญญาณชีพภาพ ได้แก่ การวัดชีพจร อัตราการหายใจ
  - 2.2 การตรวจทางกายภาพเพื่อวิเคราะห์พยาธิสภาพบางอย่างระบบโครงสร้าง

ร่างกายและประสาทสัมผัส ได้แก่

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

- 2.3 การตรวจทางห้องปฏิบัติการ โดยการตรวจเลือดและปัสสาวะเพื่อ

วิเคราะห์

2.3.1 สภาวะพื้นฐานทางโลหิตวิทยา (ชนิดของกลุ่มเลือด จำนวน และลักษณะของเม็ดเลือดแดง จำนวนเม็ดเลือด และการแยกชนิดของเม็ดเลือดขาว ความเข้มข้นของฮีโมโกลบินฯ)

### 2.3.2 พยาธิสภาพหรือโรคที่เป็นมาแต่กำเนิด หรือสืบทอดได้ทาง

พันธุกรรม ที่มีผลกระทบต่อสุขภาพและการออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬา

2.4 การซักประวัติ เพื่อทราบถึงข้อมูลเกี่ยวกับประวัติสุขภาพทั้งของเด็ก และ  
บิดามารดา

#### การคัดเลือก

ในการคัดเลือกนักเรียนเข้าเรียน ในโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีนั้นทางโรงเรียนได้แบ่ง  
ออกเป็น 2 ขั้นตอน ดังนี้ (กรมพลศึกษา. 2536 : 4)

1. การคัดเลือกขั้นต้น เป็นการคัดเลือกโดยพิจารณาด้านสมรรถภาพทางกลไกของ  
ผู้สมัคร

1.1 อาจารย์ของวิทยาลัยพลศึกษาที่ตั้งในเขตการศึกษาของผู้สมัครดำเนินการ  
ทดสอบ สมรรถภาพทางร่างกายและทักษะทางการกีฬา แล้วจัดส่งเอกสารการรับสมัครพร้อมทั้ง  
แบบบันทึกดังกล่าวให้คณะกรรมการกลางเพื่อดำเนินการต่อไป

1.2 คณะกรรมการกลางของกรมพลศึกษา ประมวลผลการทดสอบตามขั้นตอนที่ 1  
จากทุกวิทยาลัยพลศึกษาและแจ้งรายชื่อผู้ผ่านการคัดเลือกขั้นต้นผ่านไปยังจังหวัดทุกจังหวัด และ  
วิทยาลัยพลศึกษาทุกแห่ง

2. การคัดเลือกขั้นที่สอง เป็นการคัดเลือกโดยพิจารณาจากความถนัดทางการเรียนและ  
ความสมบูรณ์ด้านร่างกายและจิตใจ ดำเนินการ ณ วิทยาลัยพลศึกษาและโรงพยาบาลประจำจังหวัด  
ที่ตั้งโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี

2.1 ทดสอบความถนัดทางการเรียน และสรุปผลการทดสอบความถนัดทางการเรียน  
โดยคณะกรรมการที่กรมพลศึกษาแต่งตั้ง

2.2 ตรวจวิเคราะห์ทางการแพทย์เพื่อประเมินความสมบูรณ์ด้านร่างกายและสุขภาพ  
แล้วสรุปผลการตรวจวิเคราะห์ โดยคณะแพทย์และเจ้าหน้าที่โรงพยาบาลประจำจังหวัด

2.3 ทดสอบความสามารถพิเศษทางการกีฬา และสรุปผลคะแนนทดสอบเรียงลำดับ  
ความสามารถแต่ละประเภทกีฬา 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. ตรวจสอบสุขภาพ

ประกาศรายชื่อผู้เข้าเรียนตามชั้นเรียน

### การจัดการศึกษาของโรงเรียนกีฬา

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

#### 1. การจัดหลักสูตรและการเรียนการสอน

การจัดการเรียนการสอนตามหลักสูตรประถมศึกษาและมัธยมศึกษา พุทธศักราช 2521 ฉบับปรับปรุงพุทธศักราช 2523 ของกระทรวงศึกษาธิการ เหมือนโรงเรียนทั่วไปทุกประการ แต่จะมุ่งเน้นการนำนวัตกรรมและเทคโนโลยีใหม่ ๆ มาใช้ในการจัดการเรียนการสอนให้มากที่สุด จัดครู - อาจารย์ที่มีความรู้ความสามารถ มีประสบการณ์ และมีความเชี่ยวชาญในการสอน ในแต่ละระดับชั้นและแต่ละรายวิชา สอนในแต่ละระดับชั้นตามหลักสูตร นอกจากนี้ยังได้จัดกิจกรรมรวมหลักสูตรและกิจกรรมเสริมหลักสูตร เพื่อพัฒนาบุคลิกภาพ จิตใจ คุณธรรม วัฒนธรรม และการอาชีพให้กับนักเรียนในโรงเรียนกีฬา โดยมุ่งเน้นให้นักเรียนเป็นพลเมืองดีมีคุณธรรมและจริยธรรมเป็นที่พึงประสงค์ของสังคม และมีความเป็นเลิศทางด้านวิชาการควบคู่กันไป

#### 2. การฝึกสอนกีฬา

การฝึกสอนกีฬานในโรงเรียนกีฬามุ่งเน้นพัฒนาสมรรถภาพทางกายและความสามารถทางการกีฬาให้ถึงขีดสูงสุด ตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬา โดยระดมทรัพยากรบุคคลของกรมพลศึกษาที่มีความรู้ ความสามารถ ประสบการณ์ และมีความเชี่ยวชาญเฉพาะกีฬามารับผิดชอบในการสอนประจำ และเป็นอาจารย์พิเศษจัดตั้งศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬา สร้างเสริมพัฒนา ป้องกันและแก้ไข

ปัญหาทางด้านสมรรถภาพทางกายและความสามารถทางการกีฬา ฝึกสอนกีฬาให้กับนักเรียนที่มีความสามารถพิเศษในแต่ละชนิดกีฬาเป็นประจำทุกวัน วันละ 5 ชั่วโมง โดยมุ่งพัฒนานักเรียนให้มีความสามารถทางการกีฬาตามลำดับดังนี้

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

การพัฒนาความสามารถทางการกีฬาของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีมุ่งหวังความสำเร็จในระยะยาว โดยมีเป้าหมายกำหนดที่จะผลิตนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาซีเกมส์ ครั้งที่ 18 ในปี พ.ศ.2538 เป็นปีแรก และจะผลิตนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ และโอลิมปิกเกมส์ ต่อไป

## 2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียด

### 2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความเครียด

#### 2.1.1 ความหมายของความเครียด

สำหรับความหมายของความเครียดนั้น มีผู้ให้ความหมายต่าง ๆ กัน ดังต่อไปนี้

ความเครียด (Stress) ในภาษาลาตินมาจาก คำว่า Strictus ซึ่งหมายถึง สภาวะที่บุคคลรู้สึกแน่น อึดอัด (Tight) หรือถูกจำกัด (Narrow) ในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง เช่น ความคิด หรือสถานที่ ทำให้เกิดความรู้สึกที่อึดอัด กล้ามเนื้อหดตัวและในศตวรรษที่ 18 ได้มีการนำ Stress ไปใช้ทางกลศาสตร์ ซึ่งหมายถึงปริมาณแรงที่กระทำต่อหนึ่งหน่วยพื้นที่ เช่น บอนด์/ตารางนิ้ว

นอกจากนี้ ในศตวรรษที่ 19 ความเครียดได้ถูกนำมาใช้ในการแพทย์ที่เกี่ยวข้อง เนื่องจาก ร่างกายได้รับความกดดันหรือการทำท่าย (Neufeld. 1989 : 10)

สุจริต สุวรรณชีพ (2531 : 95) กล่าวว่า ความเครียดเป็นภาวะของจิตใจ เขาเองที่ตื่นตัวเตรียมพร้อมที่จะเผชิญกับสถานการณ์หรือความกดดันอย่างใดอย่างหนึ่ง อันไม่พึงประสงค์ ซึ่งเราคาดคิดว่า สถานการณ์หรือความกดดันนั้น ๆ หนักหนา หรือเกินกว่ากำลังความสามารถพยายามปกติของเราที่จะแก้ไข หรือขจัดปัดเป่าให้หมดสิ้นหรือบรรเทาเบาบางลงได้

✓ ทศนา บุญทอง (2533 : 211) กล่าวว่า ความเครียดเป็นภาวะการณ์ ซึ่งเป็นผลกระทบทั้งหมดที่เกิดแก่บุคคล ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม เมื่อมีสิ่งที่ยับยั้งและสิ่งรบกวนนั้น อาจมีสาเหตุจากภายนอกหรือภายในบุคคลก็ได้ ภาวะเครียดเป็นอันตรายต่อร่างกาย มีโทษทำให้เกิดความชำรุดทรุดโทรมในร่างกาย ทำให้เกิดความรู้สึกไม่สุขสบาย และทำให้ร่างกายต้องมีกระบวนการตอบสนองเพื่อปรับหรือแก้ภาวะนั้นให้คืนสู่สภาพสมดุล

บารอนและพอลลัส (Baron and Paulus. 1991 : 398) กล่าวว่า ความเครียดเป็นภาวะที่เกิดจากปฏิกิริยาของร่างกายและจิตใจที่มีต่อสถานการณ์ใด ๆ ที่บุคคลรับรู้ได้ว่าถูกคุกคามในการบรรลุเป้าหมายของเขา

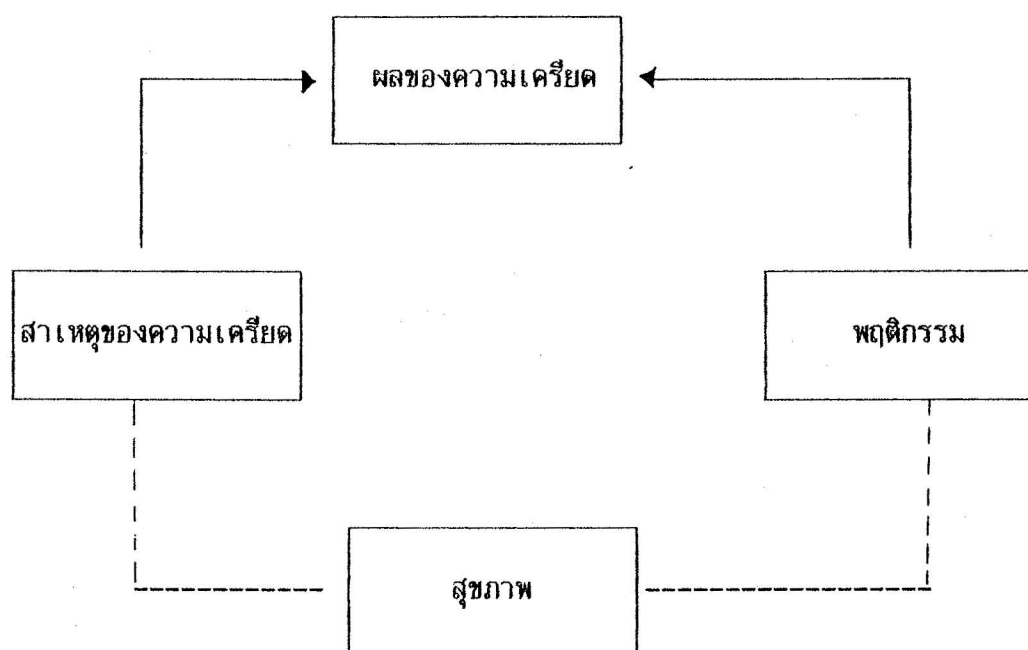
✓ พจนานุกรมฉบับดอร์แลนด์ (Dorland's. 1994 : 1589) กล่าวว่า ความเครียดเป็นผลรวมของปฏิกิริยาทางชีววิทยาต่อสิ่งกระตุ้นที่ไม่พึงปรารถนา ในด้านกายภาพ อารมณ์ จิตใจ ทั้งภายในภายนอกที่มีแนวโน้มจะรบกวนภาวะสมดุลย์ของสิ่งมีชีวิตนั้น ๆ หากว่าปฏิกิริยาดังกล่าวนั้นไม่เพียงพอ หรือไม่เหมาะสม ก็อาจนำไปสู่ความผิดปกติได้

รวีวรรณ นิเวศพันธ์ (2538 : 19) กล่าวว่า ความเครียดเป็นอาการความรู้สึกที่ร่างกายหรือจิตใจได้รับความกระทบกระเทือน ทำให้มีปฏิกิริยาแสดงออกในรูปแบบต่าง ๆ ถ้าแก้ไขได้ก็ไม่มีอะไรเกิดขึ้น แต่ถ้าแก้ไขไม่ได้ก็จะเป็นความเครียดที่ออกมาทางกาย อารมณ์ และพฤติกรรม

✓ จากความหมายต่าง ๆ ดังกล่าวข้างต้น ซึ่งสรุปได้ว่า ความเครียดเป็นภาวะร่างกายและจิตใจตอบสนองต่อสิ่งที่มาคุกคาม ทั้งภายในและภายนอกตัวบุคคล รวมทั้งเหตุการณ์สภาพแวดล้อมต่าง ๆ ที่ทำให้เกิดความกดดัน ความทุกข์และไม่สบายใจ ทำให้เกิดการปรับตัวต่อสิ่งคุกคามนั้น ๆ เพื่อรักษาความสมดุลย์ของตนไว้ โดยแสดงออกมาทางกาย จิตใจ และพฤติกรรมซึ่งมีความแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล

### 2.1.2 แนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับความเครียด

ฟาร์เมอร์ โมนาฮาน และเฮคเลอร์ (Farmer, Monahan and Hekeler. 1984 : 20 - 24) กล่าวถึง วงจรสุขภาพ (Health Cycle) ที่เกี่ยวกับความเครียดว่ามีกระบวนการดังนี้



ภาพประกอบ 1 วงจรสุขภาพ

จากภาพประกอบ 1 วงจรสุขภาพประกอบด้วย

2.1.2.1 สาเหตุของความเครียด (Source of Stress) มีหลายสาเหตุตั้งแต่ตัวบุคคลเอง ครอบครัว เพื่อน สภาพแวดล้อมในการทำงาน บ่อยครั้งที่ความเครียดเกิดจากปัจจัยหลาย ๆ อย่างพร้อมกัน

2.1.2.2 ผลของความเครียด (The Effect of Stress) โดยทั่วไปจะเกี่ยวข้องกับอารมณ์ ความรู้สึก เช่น ความซึมเศร้า ความวิตกกังวล ความหงุดหงิด ฉุนเฉียว

และมีผลทางสรีระ เช่น ปวดศีรษะ ท้องป็นป่วน ซึ่งผลของความเครียดนี้เป็นปฏิกิริยาของร่างกายที่มีต่อสาเหตุของความเครียดในสถานการณ์นั้น ๆ

2.1.2.3 พฤติกรรม (Behavior) สืบเนื่องมาจากผลของความเครียด เป็นการกระทำที่สัมพันธ์กับความรูสึก เช่น บุคคลเกิดความเบื่อหน่าย อันเนื่องมาจากชีวิตประจำวัน จึงทำให้เกิดพฤติกรรมการนอนมาก ดังนั้นผลของความเครียดจะสามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้

2.1.2.4 สุขภาพ (Health) หมายถึง ทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิต แต่เนื่องจากลักษณะธรรมชาติของความเครียด อาจส่งผลให้เกิดพฤติกรรมทางบวก เช่น เกิดความมุ่งมั่นที่จะเผชิญสถานการณ์หรือพฤติกรรมทางลบ เช่น ท้อแท้ สิ้นหวัง ดังแสดงไว้ในรูปเป็นเส้นประ ซึ่งหมายความว่า พฤติกรรมที่เกิดขึ้นนั้นจะมีผลต่อสุขภาพหรือไม่ ขึ้นอยู่กับว่าพฤติกรรมนั้นเป็นพฤติกรรมทางบวกหรือทางลบ

### 2.1.3 ชนิดของความเครียด

ความเครียดที่เกิดขึ้นมีหลายชนิด ได้มีการจำแนกโดยใช้เกณฑ์ต่าง ๆ เช่น

#### ✓ 1. การจำแนกความเครียดตามแหล่งที่เกิด

มิลเลอร์ และคีน (Miller and Keane. 1972 : 915 - 916) ได้แบ่งความเครียดตามแหล่งที่เกิดเป็น 2 ชนิดคือ

1.1 ความเครียดที่เกิดจากร่างกาย (Physical Stress) แบ่งตามระยะการเกิดได้เป็น 2 ชนิดคือ

1.1.1 ความเครียดชนิดเฉียบพลัน (Emergency Stress) เป็นสิ่งที่ไม่คาดความชีวิตที่เกิดขึ้นทันทีทันใด เช่น การได้รับบาดเจ็บ การเกิดอุบัติเหตุ การตกอยู่ในสถานการณ์ที่น่ากลัว เป็นต้น

1.1.2 ความเครียดชนิดต่อเนื่อง (Continuing Stress) เป็นสิ่งคุกคามที่เกิดขึ้นแล้วดำเนินไปอย่างต่อเนื่อง เช่น การเปลี่ยนแปลงของร่างกายในวัยต่าง ๆ หรือการเปลี่ยนแปลงร่างกายในบางโอกาส เช่น การเจ็บปวดเรื้อรัง การตั้งครรภ์ เป็นต้น

1.2 ความเครียดที่เกิดจากจิตใจ (Psychological Stress) เป็นสิ่งคุกคามที่สืบเนื่องมาจากความนึกคิด หรือเกิดขึ้นอย่างเฉียบพลันจากการตอบสนองทันทีทันใดต่อสิ่งที่มาคุกคามและคาดว่าจะอันตราย ทำให้เกิดความเครียดของกล้ามเนื้อ หัวใจเต้นแรง และเร็ว เป็นต้น ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อการปฏิบัติหน้าที่ต่าง ๆ

✓ 2. การจำแนกความเครียดตามสาเหตุที่เกิด

ดูบริน (Dubrin. 1990 : 173 - 174) ได้แบ่งความเครียด ออกเป็น 2 ชนิด คือ

2.1 ความเครียดที่เกิดจากสิ่งที่ดี (Positive thing Stress) หรือเรียกว่า ความสุข (Eustress) เป็นความเครียดที่ผู้ได้รับเกิดความสุข ความคิดสร้างสรรค์ และมีความสามารถในการแก้ปัญหาได้ดีขึ้น จะผลิตเฟลีนอิมเอิบไปด้วยความปิติยินดี ได้แก่ การแต่งงาน การประสบความสำเร็จในงานหน้าที่การงาน

2.2 ความเครียดที่เกิดจากสิ่งที่ไม่ดี (Negative thing Stress) หรือเรียกว่า ความทุกข์ (Distress) เป็นความเครียดที่ทำให้ผู้รับเกิดความไม่สบายใจ โดยทั่วไปเมื่อบุคคลเผชิญเหตุการณ์บางอย่าง ก็จะเข้าใจทันทีว่าเกิดความทุกข์ได้แก่ การหย่าร้าง การเจ็บป่วย การสอบไม่ผ่าน เป็นต้น

วอลเลซ (Wallace. 1978 : 457 - 458) แบ่งสาเหตุของความเครียดออกเป็น 2 กลุ่มคือ

1. สาเหตุจากภายนอก (Exogenous Stress) เป็นความเครียดที่มีก่เกิดจากความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลซึ่งแยกออกเป็น

1.1 สาเหตุจากครอบครัว เช่น ความสัมพันธ์ของพ่อแม่ ลูก คู่สมรส

1.2 สาเหตุจากที่ทำงาน เช่น ความสัมพันธ์ระหว่างนายจ้าง ลูกจ้าง ความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนร่วมงาน ขวัญและกำลังใจ ความล้มเหลวของธุรกิจ

1.3 สาเหตุอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับคน

2. สาเหตุภายใน (Endogenous Stress) ได้แก่ ความเจ็บปวด ความจำ ความรู้สึก ความฝัน ความคาดหวัง เป็นต้น

เอนเจิล (Engle. 1962 : 288 - 300) สรุปสาเหตุที่ก่อให้เกิดความเครียดทางจิตใจไว้ 3 ประการคือ

1. การสูญเสียหรือเกรงว่าจะสูญเสียสิ่งที่มีค่า สิ่งที่รัก สิ่งที่มีความสำคัญต่อตน ได้แก่ การสูญเสียหรือเกรงว่าจะสูญเสียอวัยวะ บทบาทในสังคม อาชีพการงาน หรือสัตว์เลี้ยง ที่ตนมีความผูกพันอยู่ เป็นต้น

2. การได้รับอันตรายหรือเกรงว่าจะได้รับอันตราย เช่น การที่จะต้องอยู่ในสถานการณ์ใหม่ หรือสถานการณ์ที่ไม่คุ้นเคย การพลัดพรากจากบุคคลที่ใกล้ชิด การเปลี่ยนหน้าที่ความรับผิดชอบ การสอบ การได้แย่ง การแข่งขัน การพบเหตุการณ์ที่น่าตกใจ หรือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกะทันหันโดยไม่คาดคิดมาก่อน

3. ความคับข้องใจ เมื่อบุคคลไม่ได้รับการตอบสนองความต้องการทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม

นอกจากนี้ ชูทิศย์ ปานปรีชา (2529 : 486 - 488) อธิบายสาเหตุของความเครียดดังต่อไปนี้

1. สาเหตุภายใน หมายถึง ความเครียดที่เกิดจากสาเหตุ หรือปัจจัยต่าง ๆ ที่มาจากตัวคน สามารถแยกได้เป็น 2 ชนิดคือ

1.1 สาเหตุทางร่างกาย เป็นภาวะบางอย่างของร่างกายที่ทำให้เกิดความเครียด เนื่องจากร่างกายและจิตใจแยกกันไม่ได้เมื่อส่วนหนึ่งส่วนใดชำรุดหรือเจ็บป่วย จะทำให้อีกส่วนหนึ่งชำรุด หรือเจ็บป่วยไปด้วย ฉะนั้นเมื่อร่างกายเครียด จะทำให้จิตใจเครียดด้วย ภาวะต่าง ๆ ที่เป็นสาเหตุของความเครียด ได้แก่

1.1.1 ความเมื่อยล้าทางร่างกาย เป็นสภาพของร่างกายที่ไม่สมบูรณ์ แข็งแรง หรือได้ผ่านการทำงานอย่างหนักและนาน

1.1.2 ร่างกายได้รับการพักผ่อนไม่เพียงพอ เป็นสภาพของร่างกายที่เกิดจากการตรากตรำทำงานติดต่อกันนาน

1.1.3 รับประทานอาหารไม่เพียงพอ หรือไม่ถูกสุขลักษณะ ทำให้ร่างกายทิวโหย น้ำตาลในเลือดต่ำ ร่างกายขาดวิตามินและเกลือแร่ ซึ่งเป็นส่วนประกอบที่สำคัญในการให้พลังงานแก่ร่างกาย ทำให้ร่างกายอ่อนเพลีย เกิดความเครียดได้

1.1.4 ความเจ็บปวดทางร่างกาย เช่น มีโรคประจำตัว ได้รับการผ่าตัด หนัก ทำให้ไม่อยากอาหาร เนื้อเยื่อของอวัยวะที่ป่วยถูกทำลายหรือทำงานไม่ได้ดี เสียหน้าเสียเลือด เป็นผลทำให้ร่างกายอ่อนเพลีย

1.1.5 ภาวะติดสุราและยาเสพติด สุราและยาเสพติดไปกดประสาททำให้ ร่างกายต้องใช้เวลาพักผ่อนมาก เป็นผลทำให้ร่างกายอ่อนเพลีย อ่อนแอมากขึ้นทุกขณะ

1.2 สาเหตุทางใจ สภาพทางจิตใจบางอย่างสามารถก่อให้เกิดความเครียด ได้คือ

1.2.1 อารมณ์ที่ไม่ดีทุกชนิด ได้แก่ ความกลัวความวิตกกังวล ความเศร้า อารมณ์ดังกล่าวก่อให้เกิดความรู้สึก ทุกข์ใจ ไม่สบายใจ โดยเฉพาะความเศร้า ทำให้เกิดความรู้สึก ลึกลับ ไม่คิดต่อผู้อื่น ความรู้สึกทั้งหมดนี้ทำให้เกิดความเครียด

1.2.2 ความคับข้องใจ เป็นภาวะของจิตใจ เกิดขึ้นเมื่อความต้องการ ถูกขัดขวางทำให้มีปัญหาคือต้องเผชิญ เกิดความรู้สึกไม่พอใจ โกรธ วิตกกังวล ใจเจ็บเหมือนถูกบีบคั้น เกิดความเครียดขึ้น

1.2.3 บุคลิกภาพบางประเภท ทำให้เกิดความเครียดได้ คือ

1.2.3.1 เป็นความจริงจังกับชีวิต (Perfectionist) ทำอะไร ต้องทำให้ดี สมบูรณ์แบบ เจ้าระเบียบ เป็นคนตรงมีมาตรฐานในการดำเนินชีวิตสูง มีความสามารถ ในการทำงานเหนือกว่าผู้อื่น ทำให้ตลอดชีวิตต้องทำงานหนัก และต้องทำงานทุกอย่างด้วยตัวเอง จึงทำให้เกิดความเครียดได้ง่าย

1.2.3.2 เป็นคนใจร้อน รุนแรง ก้าวร้าว ควบคุมอารมณ์ ไม่อยู่ คนประเภทนี้อารมณ์เปลี่ยนแปลงได้มาก มีการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยาด้วย ทำให้เกิด ความเครียดได้ง่าย

1.2.3.3 เป็นคนต้องพึ่งพาผู้อื่น คนประเภทนี้ขาดความเชื่อมั่น ในตนเอง มีความรู้สึกว่าตนเองไม่เก่ง ไม่กล้าตัดสินใจ ไม่กล้าทำอะไรด้วยตนเอง ต้องอาศัย ความคิดคำแนะนำและกำลังใจจากผู้อื่น ทำให้มีความกลัว วิตกกังวล มองอนาคตด้วยความหวาดหวั่น อยู่เสมอ เกิดความเครียดเป็นประจำ

2. สาเหตุภายนอก หมายถึง ปัจจัยต่าง ๆ นอกตัวคนที่เป็นสาเหตุทำให้เกิดความเครียด ซึ่งได้แก่

2.1 การสูญเสียสิ่งที่รัก ได้แก่ การสูญเสียคนรัก ของรัก ทรัพย์สิน หน้าที่ การงาน การแต่งงาน หรือถูกให้ออกจากงาน ถูกลดตำแหน่ง หรือย้ายงาน ธุรกิจล้มละลาย

2.2 การเปลี่ยนแปลงในชีวิต ในระยะหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิตจะมีจิตใจแปรปรวน (Psychological Imbalance) ทำให้เกิดความเครียดไม่มากนักน้อย ระยะหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต ได้แก่ การเข้าโรงเรียนครั้งแรก ทำงานครั้งแรก สมรสใหม่ ๆ วิทยุมศพประจำเดือน การเปลี่ยนแปลงสิ่งแวดล้อม ทำให้ต้องปรับตัว การเปลี่ยนแปลงอย่างกะทันหันโดยไม่ได้คาดคิด หรือไม่ได้เตรียมตัวไว้ก่อน เช่น การย้ายโรงเรียน การย้ายที่อยู่และอพยพย้ายถิ่น เป็นต้น

2.3 ภัยอันตรายต่าง ๆ ที่คุกคามชีวิตและทรัพย์สิน ไม่ว่าจะเป็นภัยที่มนุษย์สร้างขึ้น หรือภัยธรรมชาติ เช่น อยู่ในถิ่นที่มีโจรผู้ร้ายชุกชุม ถูกขู่จะทำร้ายร่างกาย อยู่ในสนามรบ และไฟไหม้บ้าน ภาวะดังกล่าวทำให้เกิดความกดดันบีบคั้นจิตใจอย่างรุนแรง เกิดความเครียดอย่างรุนแรงได้

2.4 ภาวะเศรษฐกิจตกต่ำ ยากจน เป็นหนี้สิน ทำให้การเจริญเติบโต ไม่สมบูรณ์ขาดอาหาร เรียนได้ไม่เต็มที่ อยู่ในชุมชนแออัด ไม่มีความปลอดภัยในชีวิตทรัพย์สิน ทำให้เกิดความวิตกกังวล หวาดกลัว คิดมาก บีบคั้นจิตใจ เกิดความเครียดได้

2.5 สภาพของสังคมเมือง มีคนหลังไหล เข้ามาอยู่หางานทำในเมืองมากขึ้นเรื่อย ๆ อยู่กันแออัดยัดเยียด ชีวิตต้องแข่งขัน ชิงดีชิงเด่น การเดินทางไม่สะดวกเพราะการจราจรติดขัด ชีวิตครอบครัวไม่อบอุ่นต่างคนต่างอยู่ ขาดอากาศบริสุทธิ์หายใจ สภาพดังกล่าวทำให้เกิดความเครียดได้

จากที่กล่าวมาข้างต้นพอจะสรุปได้ว่า แท้จริงแล้วทุกสิ่งในชีวิตสามารถนำความเครียดมาสู่บุคคลได้ทั้งสิ้น สาเหตุของความเครียดนั้น อาจมีสาเหตุจากตัวบุคคลเองหรือภายในบุคคล ความเครียดที่เกิดขึ้นเนื่องมาจากปัจจัยหลายอย่าง เช่น โครงสร้างทางร่างกาย และสภาวะทางสรีระวิทยา ระดับพัฒนาการและการรับรู้ของบุคคล บุคลิกภาพ นอกจากนี้ ยังมีสาเหตุจากภายนอกตัวบุคคล ความเครียดที่เกิดขึ้น มักมาจากสิ่งแวดล้อม สถานการณ์ เหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน เช่น ความเครียดที่เกิดขึ้นภายในครอบครัว ปัญหาอาชีพการงาน ปัญหาเศรษฐกิจ ปัญหาสัมพันธภาพระหว่างบุคคล เป็นต้น

#### 2.1.4 ระดับความเครียด

ซูทิตย์ ปานปรีชา (2529 : 483) แบ่งระดับหรือความรุนแรงของความเครียดไว้เป็น 3 ระดับคือ

ระดับแรก เป็นภาวะของจิตใจที่มีความเครียดอยู่เล็กน้อย ยังถือเป็นภาวะปกติพบได้ในชีวิตประจำวันของทุก ๆ คน ขณะกำลังเผชิญปัญหาต่าง ๆ หรือกำลังต่อสู้กับความรู้สึกที่ไม่ดีของตนเองจะเกิดความเครียดเล็กน้อยขึ้น อาจไม่รู้สึกรู้สึกรเพราะความเคยชิน หรือรู้สึกเพียงเล็กน้อยพอทนได้ ไม่มีการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยาของร่างกาย ความนึกคิดอารมณ์และพฤติกรรมมาให้เห็นได้ชัดเจนไม่เกิดผลเสียในการดำเนินชีวิต

ระดับสอง เป็นภาวะของจิตใจที่มีความเครียดปานกลาง เป็นระยะที่ร่างกายและจิตใจต่อสู้กับความเครียดที่มี แสดงออกให้เห็นโดยมีการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยา ความคิดอารมณ์ พฤติกรรมและการดำเนินชีวิต ความเครียดระดับนี้ เป็นสัญญาณเตือนภัยว่ามีความเครียด ถ้าปล่อยให้ความเครียดเพิ่มขึ้น จะทำให้เกิดพยาธิสภาพของร่างกายและจิตใจ เกิดเป็นโรคต่าง ๆ การดำเนินชีวิตประจำวันเสียไป ทำให้การทำงานเลวลง หรือผิดพลาด การตัดสินใจเสียไปด้วย

ระดับสาม เป็นภาวะของจิตใจที่มีความเครียดรุนแรงหรือเครียดมาก ร่างกายและจิตใจแพ้ความเครียด มีการเปลี่ยนแปลงของร่างกายและจิตใจให้เห็นเด่นชัด มีพยาธิสภาพหรือป่วยเป็นโรคขึ้น ทำให้การดำเนินชีวิตเสียไป การตัดสินใจผิดพลาด ระยะนี้ต้องการการดูแลช่วยเหลือและรักษาตัว แม้สาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดหมดไปได้โดยง่าย การช่วยเหลือตัวเองเพียงอย่างเดียวไม่เพียงพอต้องมีผู้อื่นเข้ามาช่วยด้วย

#### 2.1.5 อาการของความเครียด

ดูแกน และคนอื่น ๆ (Dougan and others. 1986 : 191 - 198) กล่าวถึง อาการของความเครียด โดยแบ่งออกเป็น 4 ด้านดังต่อไปนี้

1. ด้านอารมณ์ (Mood) เช่น รู้สึกหงุดหงิด จุนเจ็ยง่าย กังวลใจ รู้สึกสับสน หลงลืมง่าย เบื่อหน่าย เป็นต้น

2. ด้านอวัยวะ (Organ) เช่น หัวใจเต้นแรง หายใจถี่ กระเพาะอาหารปั่นป่วน เหงื่อออกง่ายกว่าปกติ วิงเวียนศีรษะ ปากคอแห้ง บัสสาวะบ่อย ท้องเสีย หรือท้องผูกบ่อย ๆ เป็นต้น

3. ด้านกล้ามเนื้อ (Muscles) เช่น มือและนิ้วสั่น เส้นกระดูกกล้ามเนื้อยึด พูดตะกุกตะกัก ขบกรามบ่อย ๆ ตาพร่าตามัว ปวดหลัง เป็นต้น

4. ด้านพฤติกรรมที่แสดงออก (Behavior) เช่น ลูกสี่ลูกกลน เดินตัวเกร็ง นอนไม่หลับ ตื่นแล้วยังนอนต่อ ความต้องการทางเพศลดน้อยลง มีอุบัติเหตุเกิดขึ้นบ่อยครั้ง ต้องพึ่งยาหรือไปพบแพทย์บ่อยขึ้น เป็นต้น

#### 2.1.6 ผลของความเครียด

✓ ฟาร์เมอร์ โมนาฮาน และเฮคเลอร์ (Farmer, Monahan and Hckler. 1984 : 24) กล่าวว่า ผลของความเครียดโดยทั่วไปแล้วจะเกี่ยวข้องกับความรู้สึกหรืออารมณ์ เช่น ความซึมเศร้า ความวิตกกังวล ความหงุดหงิดฉุนเฉียว รวมทั้งมีผลทางสรีระ เช่น ปวดศีรษะ ท้องปั่นป่วน ซึ่งผลของความเครียดนี้เป็นปฏิกิริยาของร่างกายที่มีต่อสาเหตุของความเครียดในสถานการณ์นั้น ๆ

สุพัตนา เดชาติวงศ์ และคนอื่น ๆ (2520 : 405 - 466) กล่าวถึงการเปลี่ยนแปลงของร่างกายและจิตใจ เมื่อมีความเครียดเกิดขึ้นดังนี้

1. ทางร่างกาย มีความตึงเครียดของกล้ามเนื้อ ใจสั่น มือกระดูก เหงื่อออก (โดยเฉพาะบริเวณฝ่ามือและฝ่าเท้า) ม่านตาขยาย ชีพจรเต้นเร็ว บัสสาวะบ่อย ท้องเดิน หายใจเร็วแรงและลึก อาจมีอาการแน่นหน้าอก รู้สึกชาแขนและขา กล้ามเนื้อเกร็ง

2. ทางจิตใจ มีความไม่สบายใจ กระวนกระวายใจ หวาดกลัว หงุดหงิดขาดสมาธิ ตลอดจนถึงกังวลใจว่าจะมีอันตรายร้ายแรงเกิดขึ้นกับตน บางทีมีความรู้สึกเบื่ออาหาร หรือนอนไม่หลับ มีความรู้สึกทางเพศลดลง

ส่วนวัชรรัตน์ หลิมรัตน์ (2527 : 42) ได้สรุปปฏิกิริยาในร่างกาย อันเป็นผลของความเครียดว่า ทำให้มีการเปลี่ยนแปลงในร่างกาย 3 ประการดังนี้ (1) ต่อมหวมกไตโต (2) กระเพาะอาหารและลำไส้เล็กอักเสบ (3) ต่อมไทมัส และต่อมน้ำเหลืองที่เย็บฝ่อ ปฏิกิริยาเหล่านี้ จะเกิดได้ทั้งผู้ที่มีความเครียดอย่างรุนแรง และผู้ที่มีความเครียดค่อนข้างน้อย แต่ขึ้นอยู่กับสภาพ

เครียดนาน ๆ นอกจากนี้เมื่อเกิดความเครียดขึ้นยังทำให้เกิดผลที่นอกเหนือไปจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายอีกด้วย ได้แก่ มีพฤติกรรมที่ผิดแปลกไปจากเดิม ร่างกายไม่ตอบสนองต่อยาและสิ่งกระตุ้น ภูมิคุ้มกัน เป็นต้น

นอกจากนี้ ชูติดย์ บานปรีชา (2529 : 491 - 494) กล่าวถึง ผลของความเครียดที่มีต่อสุขภาพและชีวิตความเป็นอยู่ของคน โดยกล่าวว่า ธรรมชาติของคน มีการปรับตัว มีความสามารถควบคุมและคงทนต่อความเครียดได้ระดับหนึ่ง โดยทำให้จิตใจอยู่ในสมดุล (Psychological Equilibrium) หรือเป็นปกติเหมือนคนทั่วไป แต่ถ้าความเครียดเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ และปล่อยให้มีอยู่นานเกินความสามารถที่คนทั่วไปจะปรับตัว ควบคุม หรือคงทนต่อไปได้จะ เกิดผลเสียต่อร่างกาย จิตใจ และชีวิตความเป็นอยู่ได้ดังต่อไปนี้

#### 1. ผลเสียต่อร่างกาย

ความเครียดทำให้ร่างกายเกิดการแปรปรวนและผิดปกติได้หลายประการ ดังนี้

1.1 ทำให้ร่างกายอยู่ในสภาพเหมือนทำงานหนัก อ่อนเพลีย อ่อนแอ แม้จะไม่ได้ ออกกำลังกายเลยก็ตาม ความอ่อนแอของร่างกาย ทำให้ภูมิคุ้มกันในตัวต่ำลง มีโอกาสติดเชื้อโรคได้ง่าย คนที่เครียดจึงมักเป็นหวัด ป่วยบ่อย ๆ และไม่ค่อยหาย

1.2 เกิดโรคต่าง ๆ ในกลุ่มที่เรียกว่า ความผิดปกติทางสรีรวิทยา เนื่องจากสาเหตุทางจิต (Psychophysiological Disorders) โรคที่พบบ่อยในกลุ่มนี้ เช่น ปวดศีรษะ ปวดต้นคอ ปวดหลัง ปวดศีรษะข้างเดียว ความดันโลหิตสูง หลอดเลือดที่หัวใจตีบตัน เป็นแผลในกระเพาะและลำไส้เล็กส่วนต้น โรคเกี่ยวกับระบบทางเดินอาหาร เป็นต้น

1.3 สิว ความเครียดทำให้ผิวหนังผลิตเคราติน (Keratin) เพิ่มมากขึ้น เคราติน เป็นต้นเหตุให้เกิดสิวนานบนหน้า นอกจากนี้ ความเครียดทำให้คนชอบเกา ชอบแกะหรือแคะผิวหนัง ทำให้มีสิวเพิ่มมากขึ้น

1.4 ผมหงอกเร็วขึ้น ผมร่วงมากขึ้น ความเครียดทำให้เส้นเลือดที่มาเลี้ยงผิวหนัง โดยเฉพาะบริเวณศีรษะหดตัว ทำให้ผิวหนังบริเวณศีรษะมีเลือดมาเลี้ยงน้อยลง หรือไม่เพียงพอ เป็นผลให้เส้นผมบริเวณศีรษะขาดอาหาร จึงเปลี่ยนเป็นสีขาวหรือร่วงหลุดจากศีรษะได้

1.5 แก่ก่อนวัย อายุสั้น ความเครียด มีผลต่อสุขภาพโดยทั่วไปของคนที่มีความเครียดสูงติดต่อกันอยู่นานจะดูแก่ก่อนวัย

## 2. ผลเสียต่อจิตใจและชีวิตความเป็นอยู่

ความเครียดทำให้จิตใจและชีวิตความเป็นอยู่แปรปรวน และเกิดความผิดปกติได้หลายชนิดดังนี้

2.1 ชีวิตไม่มีความสุข ความเครียดทำให้จิตใจไม่เบิกบาน เสมือนถูกบีบคั้นทางใจ รู้สึกหงุดหงิด ไร้ค่า ใจน้อย อารมณ์เสียได้ง่าย มักจะหมกมุ่นครุ่นคิดอยู่ตลอดเวลา ไม่ยินดียินร้ายต่อสิ่งเร้าที่เคยให้ความสุข

2.2 นอนไม่หลับ ความเครียดทำให้จิตใจไม่สงบ ฟุ้งซ่าน คิดไปต่าง ๆ นานา คิดวกไปวนมา ความคิดจับต้นชนปลายไม่ถูก ไม่สามารถหาข้อสรุปและหยุดความคิดได้ คิดทั้งเวลาทำงาน ยามว่าง ยามพักผ่อน ไม่ว่าเวลากลางวันหรือกลางคืน จึงทำให้เกิดอาการนอนไม่หลับ

2.3 เป็นโรคจิตหรือโรคประสาท ความเครียดสูงและเป็นอยู่นาน เป็นผลให้อารมณ์ ความคิด การรับรู้ การตัดสินใจ และพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไปมาก ไม่สามารถปรับตัวได้ จะเกิดเป็นโรคจิตโรคประสาทได้ในที่สุด

2.4 ติดสุราและยาเสพติด เป็นทั้งเหตุและเป็นทั้งผลของความเครียด ผู้ที่มีความเครียดและไม่รู้จักระบายหรือจัดความเครียดอย่างถูกต้อง อาจหันไปใช้วิธีดื่มสุราหรือใช้ยาเสพติด ซึ่งเกิดผลระยะสั้น คือทำให้ผ่อนคลายความเครียดลง แต่ผลในระยะยาวทำให้ความเครียดเพิ่มขึ้น เมื่อดื่มสุราหรือใช้ยาเสพติดเพื่อลดความเครียดบ่อย ๆ เข้าในที่สุด ก็ต้องติดสุราและยาเสพติด

2.5 ครอบครัวไม่มีความสุข ความเครียดทำให้จิตใจอ่อนแอ หงุดหงิด ขาดความอดทน ขาดเหตุผล อารมณ์เสียง่าย ใครพูดจาไม่ถูกใจ หรือถูกขัดใจก็จะรู้สึกไม่พอใจ และแสดงออกมาทางใบหน้า คำพูดและการกระทำ ทำให้ผู้ที่อยู่ใกล้ชิดหรืออยู่ร่วมกัน เรือรบเดียวกัน เกิดความเครียดขึ้นด้วย ทำให้มีเรื่องระหองระแหง โกรธ ทะเลาะเบาะแว้งกัน ระหว่างสมาชิกของครอบครัว เกิดความไม่สงบสุขในครอบครัว

2.6 นิสัยเปลี่ยนแปลง ความเครียดทำให้นิสัยหรือการดำเนินชีวิตประจำวันเปลี่ยนแปลงไป เช่น สูบบุหรี่จัด หรือรับประทานอาหารบ่อยขึ้น เพื่อให้หายเครียด ทำให้ติดบุหรี่ ร่างกายอ้วนมาก หรือมีน้ำหนักมากเกินไป บางรายลดความเครียดโดยออกเที่ยวเตร่หาเมรัยหาความสุข เล่นการพนัน ใช้เงินเกินตัว ทำให้ร่างกายทรุดโทรม ติดการพนัน เงินทองหมดตัว เป็นหนี้สินได้

✓ 2.7 การฆ่าตัวตายหรือฆ่าผู้อื่น ความเครียดทำให้ร่างกายและจิตใจอ่อนแอ อาจทำให้ทำอะไรหุนหันพลันแล่น หรือทำไปชั่ววูบ ฆ่าผู้อื่นจากอารมณ์โกรธ หรือเมื่อเกิดอารมณ์เศร้าขึ้นมา มีความอยากตาย ก็อาจตัดสินใจฆ่าตัวเอง โดยไม่สามารถมีสติพิจารณา ไตร่ตรอง ยั้งยั้งซึ่งใจก่อนทำได้ในระยะหลัง ๆ ได้มีข่าวปรากฏในสังคมไทยอยู่หลายครั้งเกี่ยวกับการฆ่าตัวตายของผู้บริหารระดับสูง ซึ่งมีสาเหตุมาจากความเครียดทุกครั้ง

จากผลของความเครียดสรุปได้ว่า บุคคลทุกคนสามารถทนต่อความเครียดได้ระดับหนึ่ง ถ้ามีความเครียดมากและเป็นอยู่นาน จะเกิดผลเสียต่อสุขภาพกาย สุขภาพจิตและการดำเนินชีวิต

### 2.7.1 การวัดความเครียด

เทพวัลย์ สุชาติ (2530 : 30) กล่าวว่า การที่ร่างกายมีปฏิกิริยาตอบสนองต่อสาเหตุของความเครียด ส่งผลให้เกิดอาการต่าง ๆ ทั้งร่างกาย จิตใจ และอารมณ์ ความรู้สึกนั้นชี้ให้เห็นว่า การจะวัดว่าบุคคลใดมีความเครียดหรือไม่ มากน้อยเพียงใด สามารถวัดได้จากอาการต่าง ๆ ทั้งทางร่างกาย จิตใจ และอารมณ์ ซึ่งเป็นปฏิกิริยาของร่างกายที่มีต่อสาเหตุของความเครียดนั่นเอง

ส่วนชูติศย์ บานเปรี๊ชา (2529 : 482) กล่าวว่า การที่จะทราบได้ว่าบุคคลใดมีความเครียดหรือไม่และมากน้อยเพียงใดนั้นมี 2 วิธีดังนี้

วิธีแรก สังเกตสิ่งที่ปรากฏออกมาในตัวคน ทั้งด้านอารมณ์ ด้านบอกเล่า พฤติกรรมรวมทั้งอาการต่าง ๆ เช่น อารมณ์หงุดหงิด โกรธง่าย ขาดความอดทน ควบคุมอารมณ์ไม่อยู่ บ่นถึงปัญหาที่มี แสดงอาการเหน็ดเหนื่อย ถอนหายใจ สิ้นหน้ำ กระสับกระส่าย ตลอดทั้งการแสดงพฤติกรรมที่ผิดไปจากเดิมหรือมีความแปรปรวนทางร่างกาย เช่น เบื่ออาหาร น้ำหนักลด อ่อนเพลีย โดยมีสาเหตุมาจากการมีงานที่ต้องรับผิดชอบมาก การมีปัญหามากและการแก้ปัญหาไม่ตกเป็นต้น

วิธีที่สอง ใช้แบบทดสอบที่สร้างขึ้นเพื่อตรวจหาความเครียด โดยสามารถคำนวณออกมาเป็นตัวเลขเปรียบเทียบกับคะแนนมาตรฐานของแบบทดสอบนั้น ๆ ทำให้บอกได้ว่ามีความเครียดหรือไม่และมากน้อยเพียงไร ตัวอย่างเช่น Health Opinion survey (HOS) Symptom Check List 90 (SCL - = 90) และ Connell Medical Index (CMI) แบบทดสอบที่กล่าวมานี้

โดยเฉพาะ HOS ใช้ได้ง่าย รวดเร็ว เนื่องจากมีคำถามให้ตอบเพียง 20 ข้อ สามารถตรวจหาความเครียดรายบุคคลและสำรวจความเครียดของชุมชนได้ด้วย

การศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการนำแบบทดสอบ HOS และ CMI มาใช้ในการศึกษาความเครียดมีดังต่อไปนี้

นราธร ศรประสิทธิ์ (2529 : 120) ศึกษาเรื่อง "ปัจจัยทางสังคม จิตวิทยา ที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของวัยรุ่น" โดยดัดแปลงแบบทดสอบความเครียด CMI และ HOS มาใช้ประกอบด้วยคำถามทั้งสิ้น 21 ข้อ

เทพวัลย์ สุชาติ (2530 : 55) ได้ดัดแปลงแบบทดสอบความเครียดทั้ง CMI และ HOS มาใช้ในการศึกษาวิจัยปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเครียดของนักสังคมสงเคราะห์ โดยดัดแปลงให้ครอบคลุมเนื้อหาที่เป็นอาการทั้งทางร่างกายและจิตใจ อันเป็นผลของความเครียด 4 เรื่อง ดังนี้คือ

1. ความวิตกกังวล (Anxiety)
2. ความซึมเศร้า (Depression)
3. ความรู้สึกรุนแรงหงุดหงิดฉุนเฉียว (Irritability)
4. อาการต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นทางร่างกาย (Somatic Complaints)

ชูศรี เลิศรัตน์ไศยากุล (2532 : 38) ศึกษาเรื่อง "การผ่อนคลายกล้ามเนื้อเพื่อลดความเครียดของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยเทคโนโลยีอุตสาหกรรม สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ" โดยดัดแปลงแบบทดสอบความเครียดของคุณแกนและคนอื่น ๆ มาใช้ มีข้อความถามทั้งสิ้น 40 ข้อ

ดุชนี ทิศนาจนัฏฐานี (2539 : 49) ศึกษาเรื่อง "ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการปฏิบัติงานของพยาบาลหน่วยฉุกเฉิน ในโรงพยาบาลของรัฐ กรุงเทพมหานคร" โดยปรับปรุงมาจากแบบวัดความเครียดของ การ์ดีเนอร์ และปีทตี มาใช้ มีข้อความถามทั้งหมด 32 ข้อ

จากเอกสารต่าง ๆ ดังกล่าวข้างต้น วิธีการที่จะทราบว่าคุณคนใดมีความเครียดหรือไม่ และมากน้อยเพียงใดนั้น สามารถพิจารณาได้จากพฤติกรรมที่คุณคนนั้นแสดงออก และจากแบบทดสอบซึ่งแบบทดสอบเกี่ยวกับความเครียดที่ใช้กัน ได้แก่ HOS, SCL - 90 CMI และแบบทดสอบความเครียดของคุณแกนและคนอื่น ๆ

## 2.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียด

วูล์ฟ (Wolf. 1966 : 1946 - 1954) ได้ศึกษาเรื่อง ความเครียดกับการเกิดโรคระบบทางเดินอาหาร โดยศึกษาทั้งในคนปกติ และผู้ป่วย สรุปผลได้ว่า เมื่อคนเรามีความเครียด เยื่อกระเพาะอาหารและลำไส้จะมีการเปลี่ยนแปลงปริมาณของเลือดที่มาเลี้ยงอวัยวะเหล่านั้นทำให้มีการบีบตัวแรงและเร็วขึ้น เส้นเลือดจะเปราะบางและฉีกขาดได้ง่าย สำหรับในขณะที่ผู้ป่วยมีอาการปกตินั้น แม้ความดันในลำไส้จะเพิ่มขึ้นถึง 200 มิลลิเมตรปรอท และเยื่อผนังลำไส้จะทนได้ถึง 6 นาที โดยไม่มีการฉีกขาดเกิดขึ้น แต่เมื่อผู้ป่วยคนเดียวกันนี้กำลังโกรธ หรือมีความเครียด ลำไส้จะบีบตัวแรง แม้จะมีความดันในลำไส้เพียง 60 มิลลิเมตรปรอท ก็ทำให้เส้นเลือดฉีกขาด และมีเลือดออกได้ภายใน 1 นาที เนื่องจากกระเพาะอาหารและลำไส้เล็ก เป็นกล้ามเนื้อประเภทเดียวกับลำไส้ใหญ่ ดังนั้น ผลของความเครียดที่มีต่ออวัยวะดังกล่าวจึงน่าจะเหมือนกัน

นิเคลลี (Nikelly. 1966 : 122) กล่าวว่า จากประสบการณ์ในการให้บริการด้านสุขภาพจิตในวิทยาลัย พบว่า มีอาการใหญ่ ๆ อยู่สามประการที่ทำให้นักเรียนปรับตัวไม่ได้ คือ ความวิตกกังวล ความเศร้า และอาการที่เนื่องมาจากจิตใจ ซึ่งความเครียดนี้เกิดจากสิ่งแวดล้อมที่นักเรียนไม่สามารถแก้ไขได้ จึงทำให้เกิดอาการทางจิตขึ้นมา ซึ่งสอดคล้องกับ ริงเนสส์ (Ringness. 1968 : 270) กล่าวว่า คนเมื่อมีความคับข้องใจ ความขัดแย้งเนื่องจากบุคคลไม่สามารถปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ ก็จะมีผลทำให้เกิดความเครียดทางอารมณ์ และในที่สุดจะทำให้สุขภาพจิตเสื่อมได้

เฮาส์ (House. 1974 : 17 - 27) ศึกษาเรื่องความเครียดจากการปฏิบัติงานที่มีผลต่อการเกิดโรคหัวใจ ในคนงานอเมริกันผิวขาว โดยศึกษาตัวแปรที่ก่อให้เกิดความเครียดอันเป็นสาเหตุของโรคหัวใจ พบว่า คนงานที่มีบุคลิกภาพแบบก้าวร้าว มีความทะเยอทะยานสูง ชอบการแข่งขัน ใจร้อน รับผิดชอบ เร่งรีบทำงานให้ทันกับเวลาที่ขีดเส้นตายเอาไว้ ลักษณะของบุคลิกภาพต่าง ๆ ดังกล่าวนี้อาจก่อให้เกิดความเครียดสูง และมีผลต่อการเกิดโรคหัวใจสูงอีกด้วย และยังพบอีกว่าตัวแปรด้านความพึงพอใจในการปฏิบัติงานก็เป็นตัวแปรหนึ่งที่เกิดความเครียดอันเป็นสาเหตุของโรคหัวใจ กล่าวคือ ถ้ามีความพึงพอใจและภาคภูมิใจในงานต่ำจะมีความเครียดสูงทำให้เกิดโรคหัวใจ และโรคอื่น ๆ สูงไปด้วย

ลา ร็อคโค และคนอื่น ๆ (LaRocco and others. 1980 : 205) ได้สรุปผลการวิจัยพบว่า แรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บังคับบัญชา ผู้ใต้บังคับบัญชา และเพื่อนร่วมงาน มีความสัมพันธ์เชิงลบกับความเครียดงานเชิงปฏิบัติงาน

#### งานวิจัยในประเทศ

ทิพาวรรณ จันทระพิบูลย์ (2510 : 100 - 104) ศึกษาปัญหาที่เป็นอุปสรรคในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 120 คน พบว่า สาเหตุของปัญหา ได้แก่ สิ่งแวดล้อมทางบ้าน เช่น ที่อยู่อาศัย ฐานะเศรษฐกิจ และความสัมพันธ์ในครอบครัว สิ่งแวดล้อมทางโรงเรียน เช่น ทัศนคติของนักเรียนต่อครู และต่อวิชาเรียน ตลอดจนความรู้สึกที่มีต่อเพื่อน และปัญหาที่เกิดจากตัวนักเรียนเอง เช่น สุขภาพ สติปัญญา การใช้เวลาว่าง

ไพฑูริย์ อินทริวิชา (2510 : 181 - 188) ศึกษาความต้องการและปัญหาในการปรับตัวของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ วิทยาลัยวิชาการศึกษาประสานมิตร จำนวน 490 คน เป็นชาย 250 คน และหญิง 240 คน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนมีความรู้สึกว่าครูบางคนไม่เข้าใจ มีปัญหาการเลือกแผนกวิชา ไม่รู้จักวิธีแบ่งเวลาในการเรียนและการทำงาน ไม่อยากเปลี่ยนห้องเรียนทุกชั่วโมง ต้องการข้อเสนอเกี่ยวกับการศึกษาต่อและอาชีพ ต้องการให้เปลี่ยนระเบียบ การแต่งกาย และต้องการให้ปรับปรุงความสะอาดและคุณภาพของอาหาร

สมบูรณ์ ศาลยาชีวิน (2510 : 10) สํารวจปัญหาของนักศึกษามหาวิทยาลัยขอนแก่น จำนวน 383 คน พบว่า นักศึกษามีปัญหาการเรียน ไม่เข้าใจตำรา ภาษาต่างประเทศ ขาดสมาธิ พื้นความรู้ไม่เพียงพอ ไม่มีโอกาสได้ไต่ถามอาจารย์ มีเวลาดูหนังสือไม่เพียงพอ

นราธร ศรีประสิทธิ์ (2529 : 106) ทำการวิจัยเรื่องปัจจัยทางสังคมและจิตวิทยาที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของเด็กวัยรุ่น โดยใช้กลุ่มตัวอย่าง 400 คน พบว่า ความเครียดของเด็กนักเรียนวัยรุ่นครอบคลุมลักษณะอาการของความเครียดทั้งความวิตกกังวล ความคับข้องใจ ความกลัว ความโกรธ รวมถึงอาการต่าง ๆ ของร่างกายที่มีสาเหตุมาจากอารมณ์ดังเครียด เด็กนักเรียนวัยรุ่นส่วนใหญ่ จะมีลักษณะอาการดังกล่าวในระดับปานกลาง มีบางส่วนที่มีอาการขั้นรุนแรง ซึ่งอาการที่เกิดบ่อย คือ รู้สึกมึนงง หรือเวียนศีรษะ รวมทั้งมีความรู้สึกโกรธ หงุดหงิดได้ง่ายโดยไม่มีเหตุผล

สมทรง สุวรรณเลิศ (2517 : 22 - 25) กล่าวว่า ปัญหาสุขภาพจิตของเด็กวัยรุ่นที่พบบ่อย คือ ปัญหาทางเพศ โรคจิต โรคประสาท ทั้งนี้เนื่องมาจากเด็กวัยรุ่นมีความวิตกกังวลสูง และมีปัญหาหลายอย่างที่ต้องเผชิญอาการต่าง ๆ ที่แสดงออกมาเป็นเครื่องบ่งชี้ให้รู้ว่าเด็กไม่สามารถปรับตัวต่อปัญหาที่เกิดขึ้นได้ และสำหรับสาเหตุของความผิดปกติที่สำคัญ ๆ อาจเนื่องมาจากความบกพร่องในตัวเด็กเอง ทั้งทางร่างกายและจิตใจ หรือมาจากความสัมพันธ์และท่าทีในการอบรมเลี้ยงดูที่ไม่เหมาะสมของพ่อแม่ต่อเด็ก รวมทั้งท่าทีของครูต่อเด็กและสภาพแวดล้อมที่โรงเรียนด้วย

จากงานวิจัยดังกล่าวข้างต้น แสดงว่ามีปัจจัยหรือสาเหตุหลายประการที่สัมพันธ์กับความเครียด และความเครียดในการเรียนของนักเรียน ซึ่งประกอบด้วย ผู้สอน ผู้เรียน สิ่งแวดล้อม การปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้สอนกับผู้เรียน สภาพแวดล้อมทางครอบครัว และโรงเรียน

จากเอกสารและงานวิจัยทั้งในประเทศและต่างประเทศที่ได้ศึกษามาแล้วข้างต้น แสดงให้เห็นว่า "ความเครียด" เป็นเรื่องที่น่าศึกษาวิจัย เพราะความเครียดเป็นปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ซึ่งทุกคนจะต้องเผชิญ หลีกเลี่ยงไม่ได้ โดยเฉพาะเด็กนักเรียน ถ้าต้องประสบเหตุการณ์ที่มีความเครียดมาก จะทำให้เกิดปัญหาทางด้านการเรียนในที่สุด

### 3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรด้านส่วนตัวนักเรียน

#### 3.1 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศและความเครียด

##### 3.1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศและความเครียด

ตามปกติวัยรุ่นเป็นวัยที่มีความรู้สึกนึกคิด อุดมคติ การปรับตัว ด้านจิตใจของวัยรุ่นชาย และวัยรุ่นหญิง แตกต่างกัน ดังนั้นตัวแปรเพศ จึงนับว่ามีความสำคัญมากในการศึกษาค้นคว้าคาเพลน (Kaplan. 1959 : 293) ได้กล่าวว่า เด็กหญิงมีปัญหาการปรับตัวมากกว่าเด็กชาย เนื่องจากเด็กหญิงได้รับการปกป้องมาก แต่มีอิสระน้อยกว่าเด็กชาย ต้องทำตามความต้องการของพ่อแม่อย่างใกล้ชิด และนอกจากนี้ยังมีความขัดแย้งในใจมาก ซึ่งอาจจะเกิดจากความวิตกกังวลและความก้าวร้าวไว้ จึงทำให้เกิดความคับข้องใจ และแสดงออกในด้านปัญหาการปรับตัวไม่ได้

##### 3.1.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศและความเครียด

### งานวิจัยในประเทศ

พาร์แรก (นิภา พงศ์วิรัตน์. 2520 : 11 ; อ้างอิงมาจาก Farrag. 1960 : 1137) ได้ทำการเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวของนักเรียนอียิปต์ กับปัญหาของนักเรียนอเมริกันในระดับเกรด 10, 11, 12 แล้วแปลปัญหาชุดเดียวกันเป็นภาษาอาหรับ สำหรับนักเรียนชั้นเดียวกันในอียิปต์ พบว่า นักเรียนอเมริกันมีปัญหาน้อยกว่านักเรียนอียิปต์ และนักเรียนหญิงอียิปต์มีปัญหามากกว่านักเรียนชายอียิปต์

โรบินเฟลด์ (Rebinfeld. 1960 : 1140) ได้ประเมินผลการให้คำปรึกษาปัญหาส่วนตัว ปัญหาสังคม และปัญหาการเรียนของโรงเรียนระดับมัธยมศึกษาในเมือง เนวาด มลรัฐนิวเจอร์ซีย์ โดยออกแบบสอบถามนักเรียนที่เรียนสำเร็จจากโรงเรียน จำนวน 93 คน และตามนักเรียนที่ต้องออกจากโรงเรียนกลางคันอีก จำนวน 115 คน พบว่า นักเรียนกลุ่มที่ต้องออกจากโรงเรียนกลางคันและยังไม่เริ่มงานที่นั่น เป็นกลุ่มที่มีปัญหามากที่สุด และนักเรียนชายต้องการความช่วยเหลือจากฝ่ายแนะแนวมากกว่านักเรียนหญิง

① โรเจอร์ส (วรรณ ทอญ้อย. 2523 : 11 ; อ้างอิงมาจาก Rogers. 1960 : 3161 - A) ศึกษาปัญหาของนักเรียนชั้นปีที่ 1 ในวิทยาลัยครู โดยใช้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 100 คน ด้วยวิธีการสัมภาษณ์เป็นรายบุคคล พบว่า นักศึกษาชายมีปัญหามากกว่านักศึกษาหญิงประเภทของปัญหา ได้แก่ ปัญหาเกี่ยวกับการเรียน ความสัมพันธ์กับอาจารย์ การเงิน อารมณ์ และปัญหาอื่น ๆ

นัท (Nutt. 1972 : 650) ศึกษาปัญหาของนักเรียนในรัฐโคโลราโด กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียนชั้น 7 - 12 จำนวน 607 คน ครู 33 คน พบว่า นักเรียนประสบปัญหาจากมากไปหาน้อยดังนี้ คือ ปัญหาเกี่ยวกับหลักสูตร การปรับตัวให้เข้ากับงานของโรงเรียน ความสัมพันธ์ทางจิตวิทยาส่วนบุคคล ปัญหาเกี่ยวกับกิจกรรมทางสังคม และสันตนาการ นอกจากนี้ยังพบว่า เพศระดับชั้น มีอิทธิพลต่อลำดับความสำคัญของปัญหานักเรียนอีกด้วย แต่เพศมีอิทธิพลมากกว่าระดับชั้น

### งานวิจัยในประเทศ

ไพบุลย์ อินทวิชา (2511 : 181 - 183) ศึกษาความต้องการและปัญหาการปรับตัวของนักเรียนในโรงเรียนมัธยมสาธิต วิทยาลัยวิชาการศึกษา ประสานมิตร จำนวน 490 คน ชาย

250 คน หญิง 240 คน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนชายและนักเรียนหญิงประสบปัญหาด้านการปรับตัวพอ ๆ กัน แต่นักเรียนชายมีปัญหากล่าวเรียนมากกว่านักเรียนหญิง

กรรณิการ์ พันศิริกุล (2521 : 57 - 58) สํารวจปัญหาการเรียน สังคม และส่วนตัวของนักเรียนโรงเรียนสารพัดช่าง ในกรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียนชายมีปัญหากล่าวเรียนมากกว่านักเรียนหญิงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

พวงสร้อย วรกุล (2522 : 86) ได้ศึกษาเปรียบเทียบสภาพปัญหาในการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกรุงเทพมหานคร และจังหวัดสงขลา ปีการศึกษา 2521 จำนวน 678 คน เป็นชาย 364 คน และเป็นหญิง 314 คน พบว่า โดยส่วนรวมแล้วนักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีสภาพปัญหาในการปรับตัวแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สรุปจากเอกสารและงานวิจัยดังกล่าวข้างต้น นักเรียนชายและนักเรียนหญิงที่อยู่ในวัยรุ่นมีปัญหาแตกต่างกันในด้านต่าง ๆ โดยเฉพาะในระดับมัธยมศึกษา พบว่า นักเรียนชายมีปัญหาดังกล่าวต้องการความช่วยเหลือจากฝ่ายแนะแนวมากกว่าหญิง และมีปัญหาการเรียนการสอนมากกว่านักเรียนหญิง ดังนั้น จึงชี้ให้เห็นว่า เพศเป็นองค์ประกอบหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อความเครียดในการเรียนของนักเรียน

### 3.2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องอายุและความเครียด

#### 3.2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับเรื่องอายุและความเครียด

เด็กวัยรุ่นมักจะเป็นเด็กที่อยู่ในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษาเป็นส่วนใหญ่ จะเห็นได้ว่าวัยรุ่นเป็นวัยหัวเลี้ยวหัวต่อระหว่างเด็กกับผู้ใหญ่ เป็นวัยแห่งการปรับตัว เป็นวัยแห่งปัญหา เป็นวัยที่มีความเครียดทางอารมณ์ มีอารมณ์วู่วาม ตัดสินใจรวดเร็ว ผู้ใหญ่ควรรู้จักที่จะยอมรับว่า เมื่อถึงระยะวัยรุ่นเด็กจะประสบกับการเปลี่ยนแปลงครั้งใหญ่ในชีวิตทั้งทางร่างกาย สังคม อารมณ์ และสติปัญญา เด็กอาจจะมีปัญหาบางอย่างน้อยบ้าง แล้วแต่ความแตกต่างระหว่างบุคคล และความแตกต่างของพื้นฐานทางบ้านและทางสังคม ข้อสำคัญผู้ใหญ่ควรเข้าใจว่าการเปลี่ยนแปลงทั้งหลายนี้เป็นเพียงพัฒนาการตอนหนึ่งของชีวิตมนุษย์ที่ทุกคนจะต้องผ่านเท่านั้น (รุ่งทิพา จักรกร. 2521 : 181)

เฮอรัลลอค (Hurlock. 1959 : 251) ได้กล่าวถึงสภาพและปัญหาของเด็กช่วงวัยรุ่นว่าเป็นระยะที่พัฒนาทั้งด้านวิถีทางดำเนินชีวิต ด้านร่างกายและจิตใจ เป็นช่วงเวลาของ

ความจริงของงาน และการเปลี่ยนแปลงงานแทบทุกด้านของเด็ก เช่น ด้านร่างกาย สติปัญญา สังคม และอารมณ์ เป็นช่วงเวลาที่ได้รับสิ่งใหม่ ๆ ทั้งประสบการณ์ ความรับผิดชอบ ตลอดจนความสัมพันธ์กับเพื่อนและผู้ใหญ่ การเปลี่ยนแปลงจากวัยรุ่นไปสู่ผู้ใหญ่อย่างรวดเร็วในระยะแรก ๆ จึงดูเหมือนว่า ปัญหาต่าง ๆ เกิดขึ้นประดังในตัวเด็กอย่างกระชั้นชิด เด็กวัยรุ่นจึงไม่มีเวลาพอที่จะปรับตัวให้ทันกับปัญหาเหล่านั้นได้ ปัญหาต่าง ๆ ของเด็กวัยรุ่นที่พบมาก ได้แก่ ปัญหาทางการเรียน ปัญหาทางสังคม ปัญหาทางบ้าน ปัญหาสุขภาพ ปัญหาการเงิน นอกจากนี้เด็กในวัยรุ่นตอนต้น จะมียุทธศาสตร์รุนแรงมากกว่าวัยที่ผ่านมา เด็กมักจะมีชีวิตขัดแย้งกับพ่อแม่ ครู และเพื่อน ทำให้เด็กรู้สึกว่ามีปัญหาในการปรับตัว ทั้งด้านชีวิตส่วนตัว และการเรียนเด็กในวัยนี้จึงเป็นวัยที่มีลักษณะที่ไม่แน่นอน

แมสแลช (Maslach. 1986 : 60) กล่าวว่า ผู้ที่มีอายุน้อยจะมีความเครียดสูงกว่าผู้ที่มีอายุมาก นั่นเป็นเพราะอายุที่เพิ่มขึ้นนั้นได้สะสมประสบการณ์ของการทำงานเมื่อมีโอกาสสุ่มรอบคอบ รู้จักชีวิต สามารถปรับตัวได้สอดคล้องกับสถานการณ์ที่เป็นจริงได้ดีกว่า

จากการศึกษาข้างต้น พบว่า อายุมีส่วนเกี่ยวข้องที่ทำให้บุคคลเกิดความเครียดในการเรียน

### 3.2.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องอายุและความเครียด

#### งานวิจัยในประเทศ

โควิท (ลัดดาวัลย์ หกสุวรรณ. 2518 : 2 ; อ้างอิงมาจาก Cowhig. 1964 : n.d.) ศึกษาปัญหาเด็กที่ต้องออกจากโรงเรียนก่อนเรียนสำเร็จ พบว่า เด็กในวัย 16 ปี มีปัญหามากกว่าเด็กในวัย 14 - 15 ปี

สถาบันวิจัยเด็กในสหรัฐอเมริกา (Childen's Bureau. 1950 - 1952 : n.d.) ได้รวบรวมอายุของเด็กที่กระทำผิดจากศาล โดยวิธีการสุ่มตัวอย่าง พบว่า เด็กชายที่กระทำผิดมากที่สุดมีอายุเฉลี่ย 15 ปี 4 เดือน ส่วนเด็กหญิงมีอายุเฉลี่ย 15 ปี 5 เดือน และทั้งเด็กชายและเด็กหญิงที่กระทำผิดน้อยที่สุด คือ 10 ปี และ 11 ปี นอกจากนี้จากการสำรวจระดับอายุของเด็กและเยาวชน ปี ค.ศ. 1949 จากศาล 413 แห่ง พบว่า อายุเฉลี่ยของเด็กที่กระทำผิดมากที่สุดคือ 15 ปี 6 เดือน

### งานวิจัยในประเทศ

ลัดดาวัลย์ ทกสุวรรณ (2518 : 52 - 53) ศึกษาเปรียบเทียบปัญหาการเรียน สังคมและส่วนตัวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลายในโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร กับโรงเรียนสาธิตในกรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนวัยรุ่นตอนต้น มีปัญหาการเรียนมากกว่านักเรียนที่อยู่ในวัยก่อนวัยรุ่นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สมศักดิ์ สีภาสุรพิสุทธิ์ (2518 : 65 - 66) ศึกษาเปรียบเทียบปัญหาการเรียน สังคมและส่วนตัวของนักเรียนในระดับประถมศึกษาตอนปลาย ในเขตการศึกษา 2 พบว่า นักเรียนวัยรุ่นตอนต้นมีปัญหาทั้ง 3 ด้าน มากกว่านักเรียนวัยก่อนวัยรุ่นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

กรรณิการ์ พันศิริกุล (2524 : 57 - 58) สํารวจปัญหาการเรียนสังคม และส่วนตัวของนักเรียนโรงเรียนสารพัดช่าง ในกรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียนที่มีอายุ 17 - 20 ปี มีปัญหาการเรียนมากกว่านักเรียนที่มีอายุ 21 - 30 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากเอกสารและงานวิจัยดังกล่าวข้างต้น ชี้ให้เห็นว่าระดับอายุที่ต่างกัน มีผลทำให้เด็กประสบปัญหาแตกต่างกัน และมีระดับความเครียดที่แตกต่างกัน โดยเฉพาะในระดับมัธยมศึกษา พบว่านักเรียนที่มีอายุน้อยจะมีความเครียดมากกว่านักเรียนที่มีอายุมาก

### 3.3 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและความเครียด

#### 3.3.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับเรื่องผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและความเครียด

นักจิตวิทยาและนักการศึกษาสนใจองค์ประกอบต่าง ๆ ที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และยอมรับว่า การที่บุคคลมีระดับสติปัญญาเท่ากันมิได้หมายความว่า จะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเท่ากัน เพราะการที่บุคคลจะประสบผลสำเร็จทางการเรียนได้ดีเพียงใดขึ้นอยู่กับองค์ประกอบทางด้านสติปัญญา (Intellectual Factor) และองค์ประกอบที่ไม่ใช่สติปัญญา (Non - Intellectual Factor) ดังที่ ฮาร์วิกเฮอส์ท (Harvighurst. 1953 : 506) ได้กล่าวถึงข้อสรุปของ เทอร์แมน (Terman) ว่า ความแตกต่างของความสำเร็จของแต่ละบุคคลที่มีระดับสติปัญญาเท่ากัน ส่วนใหญ่เนื่องมาจากองค์ประกอบที่ไม่ใช่สติปัญญา

ส่วนในด้านองค์ประกอบที่ไม่ใช่สติปัญญา นั้น นักการศึกษา นักจิตวิทยา และนักแนะแนว พยายามที่จะศึกษาค้นคว้าวิจัยดูว่ามีอะไรบ้างที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเท่าที่ปรากฏ ขณะนี้ ผลการวิจัยส่วนมาก พบว่า องค์ประกอบที่นอกเหนือไปจากสติปัญญา มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนจริง และมีเพียงส่วนน้อยที่การวิจัยพบว่าไม่มีผลต่อการเรียน

ริงเนสส์ (Ringness. 1968 : 131) กล่าวว่า เด็กที่ประสบความสำเร็จในโรงเรียนมีแนวโน้มที่จะมีความรู้สึกที่ดีเกี่ยวกับตนเอง ช่วยตัวเองได้เมื่อเผชิญกับภาวะความตึงเครียด ในที่สุด สามารถปรับตัวได้ และมีสุขภาพจิตดี ส่วนคนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ จะมีความวิตกกังวลที่อดอย และมุ่งร้ายต่อผู้อื่น ซึ่งถ้ามีความวิตกกังวลมาก ๆ จะทำให้คนนั้นมีสุขภาพจิตไม่ดี และจากการศึกษาของ เทเลอร์ (Ringness. 1968 : 140 ; citing Taylor. 1961 : 76) พบว่า คนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง จะมีการปรับตัวทางด้านอารมณ์ให้เข้ากับสิ่งต่าง ๆ ได้ดีกว่าคนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ซึ่งอาจจะเป็นเพราะว่า คนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงได้รับรางวัลในสังคม มีทัศนคติที่ดีต่อตนเองและคนอื่นในโรงเรียน

### 3.3.1.1 ความหมายของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

โดยทั่วไปผลสัมฤทธิ์ (Achievement) หมายถึง ขนาดของความสำเร็จที่ได้จากการทำงานที่ต้องอาศัยความพยายามจำนวนหนึ่ง ซึ่งอาจเป็นผลมาจากการกระทำที่อาศัยความสามารถทางร่างกายหรือสมอง ดังนั้น ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนจึงเป็นขนาดของความสำเร็จที่ได้จากการเรียน โดยอาศัยความสามารถเฉพาะตัวของแต่ละบุคคล ตัวที่บ่งชี้ถึงผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน อาจได้มาจากกระบวนการที่ไม่ต้องอาศัยการทดสอบ (Nontesting Procedures) เช่น จากการสังเกต หรือการตรวจการบ้าน หรืออาจอยู่ในรูปของเกรดที่ได้ที่โรงเรียน ซึ่งต้องอาศัยกรรมวิธีที่ซับซ้อนและช่วงเวลาในการประเมินอันยาวนาน หรืออีกวิธีหนึ่งอาจวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้วยแบบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนทั่วไป (Published Achievement Tests) จะพบว่า การวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่นิยมใช้กันทั่วไป มักอยู่ในรูปของเกรดที่ได้จากโรงเรียน เนื่องจากให้ผลที่เชื่อถือได้มากกว่า อย่างน้อยก่อนการประเมินผลการเรียนของนักเรียน ครูจะต้องพิจารณาองค์ประกอบอื่นๆ อีกหลาย ๆ ด้านจึงย่อมดีกว่าการแสดงขนาดความล้มเหลว หรือความสำเร็จทางการเรียน จากการทดสอบนักเรียนด้วยแบบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนทั่ว ๆ ไป เพียงครั้งเดียว (อัจฉรา สุชารมณี และอรพินท์ ชูชม. 2530 : 10)

ไพศาล หวังพานิช (2514 : 137) กล่าวว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หมายถึง คุณลักษณะและความสามารถของบุคคลอันเกิดจากการเรียนการสอน เป็นการเปลี่ยนแปลง พฤติกรรมและประสพการณ์ของการเรียนรู้ที่เกิดจากการฝึกอบรม หรือเกิดจากการสอนและ ทัศนวิทยา แก้วสวัสดิ์วงศ์ (2524 : 1 - 6) ได้กล่าวว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของ นักเรียน หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการตอบแบบสอบถามวัดผลสัมฤทธิ์

กู๊ด และคนอื่น ๆ (Good and others. 1973 : 7) ได้ให้ความหมายของ ผลสัมฤทธิ์ (Achievement) ว่า หมายถึง ความสำเร็จ (Accomplishment) ความ คล่องแคล่ว ความชำนาญในการใช้ทักษะหรือการประยุกต์ใช้ความรู้ต่าง ๆ ส่วนผลสัมฤทธิ์ ทางการเรียน (Academic Achievement) หมายถึง ความรู้หรือทักษะอันเกิดจาก การเรียนรู้ในวิชาต่าง ๆ ที่ได้เรียนมาแล้ว ซึ่งได้จากผลการทดสอบของครูผู้สอน หรือ ผู้รับผิดชอบในการสอนหรือทั้งสองอย่างรวมกัน

จากที่กล่าวมาพอสรุปความหมายของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนได้ว่า ผลสัมฤทธิ์ทาง การเรียน หมายถึง ความรู้ความสามารถที่ผู้เรียนได้รับหลังจากการเรียนวิชานั้น ๆ แล้ว ซึ่งจะทราบว่ามีปริมาณมากน้อยเพียงใด โดยพิจารณาได้จากคะแนนผลสอบแบบทดสอบผลสัมฤทธิ์ ทางการเรียน หรือได้จากการสังเกตพฤติกรรมและความสำเร็จด้านอื่น ๆ ประกอบ

### 3.3.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับ เรื่องผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและความเครียด งานวิจัยในต่างประเทศ

กรอนลันด์ (Gronlund. 1959 : 176) ศึกษาพบว่า เด็กคนใดก็ตาม ถ้าประสบปัญหาด้านการปรับตัวแล้วมักจะประสบปัญหาการเรียนด้วย การขัดแย้งกันภายในกลุ่ม ทำให้การเรียนไม่มีประสิทธิภาพ เกิดความตึงเครียดทางอารมณ์และไม่มีความสุข ซึ่งสอดคล้องกับ ผลการวิจัยของ กิลล์ (Gill. 1962 : 144 - 149) ที่ศึกษาถึงอิทธิพลของผลสัมฤทธิ์ทาง การเรียนต่อสภาพปัญหาของเด็ก พบว่า เด็กที่เรียนดีจะมีปัญหาด้านการปรับตัวน้อยกว่ากลุ่ม นักเรียนที่เรียนอ่อน และมีความสามารถในการแก้ปัญหาได้ดีกว่ากลุ่มที่เรียนอ่อนด้วย

ริงเนสส์ (Ringness. 1968 : 141) ศึกษาเกี่ยวกับเด็กระดับเก้า พบว่า พวกที่มี ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ มีปัญหาทางด้านครอบครัวและทางโรงเรียน คือ ขัดขืน มีความพลุ่งพล่าน ทางอารมณ์ และมีอาการทางประสาทมากกว่าพวกที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง เพราะพวกที่มี

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง จะเป็นคนที่มีความรับผิดชอบ ควบคุมตัวเองได้ เข้าสังคมได้ดี และมีความอดทนทางอารมณ์และจิตใจ

ซาร์ (วรรณ ทงน้อย. 2523 : 13 ; อ้างอิงมาจาก Sarr. 1970 : 23) ศึกษาปัญหาของนักเรียน โดยจำแนกกลุ่มตัวอย่างตามเพศ อายุ และระดับสติปัญญา พบว่านักเรียนชั้น 10 ที่มีเกณฑ์ภาคเชาวน์ต่ำ มีปัญหาด้านต่าง ๆ ทั้งปัญหาเกี่ยวกับตนเอง สุขภาพ ความสัมพันธ์กับเพื่อน ครู อาจารย์ ชีวิตในบ้านและโรงเรียน ปัญหาการเรียน การเงิน การปรับตัว และด้านศาสนา มากกว่านักเรียนชั้นเดียวกันที่มีเกณฑ์ภาคเชาวน์สูงประมาณ 10 เท่า และนักเรียนชั้น 11 ที่มีเกณฑ์ภาคเชาวน์ค่อนข้างต่ำ มีปัญหามากกว่านักเรียนที่มีเกณฑ์ภาคเชาวน์ค่อนข้างสูง ประมาณ 2 เท่าครึ่ง

โอโนดา (พวงสร้อย วรกุล. 2522 : 19 ; อ้างอิงมาจาก Onoda. 1975 : 7726-A) ศึกษาพบว่า เด็กที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง จะเป็นคนที่มีความรับผิดชอบ ควบคุมตัวเองได้ มีความสัมพันธ์ที่ดีกับครู ส่วนคนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำเป็นคนขี้เกียจ มีความสัมพันธ์กับคนอื่นไม่ดี มีความสับสนวุ่นวายใจ

#### งานวิจัยในประเทศ

วัฒนา พุ่มเล็ก (2513 : 97) ศึกษาอิทธิพลขององค์ประกอบที่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง และนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 และมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย พบว่า นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ มีปัญหาการคบเพื่อน ปัญหาครอบครัว และแผนงานในอนาคตมากกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สมทรง สุวรรณเลิศ (2514 : 1 - 4) ได้ศึกษาเด็กที่มีปัญหาทางการเรียนในเด็กที่เรียนไม่ดี หรือเรียนต่ำกว่าความสามารถในเกณฑ์เฉลี่ย หรือในเด็กฉลาดมาก แต่เรียนไม่ดีเท่าที่ควร ทั้งนี้เนื่องจากปัญหาทางอารมณ์และความคับข้องใจ ซึ่งมีสาเหตุหลายอย่างเช่น ความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัวไม่ดี พ่อแม่ไม่ลงรอยกันทำให้เด็กพลอยวิตกกังวล ขาดความสุขหรือบางที่พ่อแม่ไม่เข้าใจไม่สนใจเด็กเลย ทำให้เด็กรู้สึกว่าเขาตกค้างใจ

สมศักดิ์ สีภาสุรพิสุทธิ (2518 : 65 - 66) ศึกษาปัญหาด้านการเรียน สังคม และ ส่วนตัวของนักเรียนระดับประถมศึกษาตอนปลาย ในเขตการศึกษา 2 พบว่า นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ มีปัญหาทั้ง 3 ด้าน มากกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ กุศยา แสงเดช (2518 : 52) ที่พบว่า นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำมีปัญหาด้านการเรียน สังคม และส่วนตัวมากกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง

นราธร ศรีประสิทธิ์ (2529 : 96) ศึกษาปัจจัยทางสังคมและจิตวิทยาที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของเด็กวัยรุ่น กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสามเสนวิทยาลัย และโรงเรียนทอวัง พบว่า เด็กนักเรียนวัยรุ่นที่มีผลการเรียนอยู่ในระดับต่ำ จะมีความเครียดมากกว่าในกลุ่มอื่น ซึ่งแสดงว่าเด็กนักเรียนวัยรุ่นในกลุ่มนี้ จะมีความวิตกกังวลกับผลการเรียนของตนเอง ซึ่งจะส่งผลต่อตนเองในการที่จะสอบได้หรือสอบตก รวมไปถึงการสอบเข้ามหาวิทยาลัย

จากเอกสารและงานวิจัยข้างต้นจะเห็นได้ว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมีความสัมพันธ์กับปัญหาของเด็กเป็นอย่างมาก ทั้งในทางบวกและทางลบ และนอกจากนี้ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนยังมีผลต่อจิตใจและพฤติกรรมของเด็กด้วย ดังนั้น ผู้วิจัยเห็นว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนจะส่งผลถึงความเครียดในการเรียนของนักเรียนด้วย

### 3.4 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพและความเครียด

#### 3.4.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพและความเครียด

##### 3.4.1.1 ความหมายของบุคลิกภาพ

อนาสตาซี (Anastasi. 1968 : 111) กล่าวว่า บุคลิกภาพของบุคคลเกิดจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างพันธุกรรมกับสิ่งแวดล้อม บุคคลที่มีพันธุกรรมร่วมกัน แต่อยู่ในสภาพแวดล้อมต่างกัน อาจก่อให้เกิดบุคลิกภาพต่างกัน หรือแม้แต่สภาพแวดล้อมและพันธุกรรมเดียวกันก็อาจทำให้เกิดบุคลิกภาพต่างกันได้ นอกจากนี้ ฮิลการ์ด และแอทกินสัน (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2530 : 41 ; อ้างอิงมาจาก Hilgard and Atkinson. 1967 : 462) กล่าวว่า บุคลิกภาพ หมายถึง ลักษณะ

รวมของบุคคลและวิธีการแสดงออกของพฤติกรรมของเขา ส่วนออลพอร์ต (Allport. 1967 : 28) ได้อธิบายว่า บุคลิกภาพเป็นระบบการเคลื่อนไหวของอินทรีย์ที่อยู่ภายในจิตใจบุคคล และเป็นตัวกำหนดลักษณะนิสัย (Traits) ประจำตัวของบุคคลนั้นทั้งหมด

รูช (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2530 : 41 ; อ้างอิงมาจาก Ruch. 1953 : 29) กล่าวว่า บุคลิกภาพคือตัวเราทั้งตัวหรืออวัยวะที่แสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ออกมา และพฤติกรรมต่าง ๆ ที่แสดงออกมานั้น จะเป็นกระจกเงาที่สะท้อนความรู้สึกนึกคิด หรือทัศนคติของบุคคลนั้น ๆ

สายสุรี จุติกุล (2511 : 8) กล่าวว่า บุคลิกภาพ หมายถึง ส่วนต่าง ๆ ของบุคคล ที่รวมกันแล้วทำให้บุคคลนั้นแตกต่างบุคคลอื่น ส่วนต่าง ๆ นั้น ได้แก่ อุบนิสัย นิสัยใจคอ ความสนใจ ทัศนคติ วิธีการปรับตัว โครงสร้างของร่างกาย ซึ่งส่วนต่าง ๆ เหล่านี้จัดเป็นลักษณะที่สำคัญของแต่ละบุคคล และเชดคัมภ์ ไชวาสินธุ์ (2520 : 3) กล่าวว่า บุคลิกภาพ หมายถึง ลักษณะนิสัย ที่รวมเป็นแบบฉบับเฉพาะตัวของแต่ละบุคคล และเป็นสิ่งที่ทำให้เห็นความแตกต่างระหว่างบุคคล ซึ่งพิจารณาได้จากรูปแบบพฤติกรรมของบุคคลนั้น

#### 3.4.1.2 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อบุคลิกภาพ

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2530 : 44) กล่าวว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อบุคลิกภาพ ประกอบด้วย พันธุกรรม สิ่งแวดล้อม และช่วงเวลาชีวิตของบุคคล กล่าวคือ

1. พันธุกรรม สิ่งถ่ายทอดทางพันธุกรรม ส่วนมากเป็นลักษณะทางกาย เช่น ความสูง ต่ำ ลักษณะเส้นผม สีของผิว ชนิดของโลหิต โรคภัยไข้เจ็บบางชนิด และข้อบกพร่องทางร่างกายบางชนิด เช่น ตาบอดสี คีรณะล้าน นิ้วเกิน มือติดกัน ฯลฯ ซึ่งลักษณะทางกายเหล่านี้ เป็นอิทธิพลของพันธุกรรมที่มีต่อบุคลิกภาพของแต่ละบุคคลทั้งสิ้น

2. สิ่งแวดล้อม มีอิทธิพลต่อพัฒนาการของมนุษย์ทั้งทางร่างกาย จิตใจ และบุคลิกภาพ สำหรับสิ่งแวดล้อมที่มีอิทธิพลมากที่สุดต่อพัฒนาการทางกาย ทางจิตใจ และบุคลิกภาพ คือบุคคลอื่น ๆ รอบตัวเรา ครอบครัว กลุ่มคนและวัฒนธรรม สิ่งแวดล้อมที่เป็นมนุษย์คนอื่น ๆ นี้จะมีอิทธิพลอย่างมากต่อการพัฒนาทางบุคลิกภาพ ทัศนคติ และพฤติกรรมทางสังคมของมนุษย์

3. ช่วงเวลาในชีวิตของมนุษย์ แสดงถึงระดับพัฒนาการทางร่างกายและจิตใจ อันเกิดจากอิทธิพลร่วมระหว่างพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อม ตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน และแม้ว่าระยะสำคัญของพัฒนาการของมนุษย์ส่วนมากจะอยู่ในช่วงชีวิตวัยเด็กเป็นส่วนใหญ่

อีริคสัน (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2530 : 42 ; อ้างอิงมาจาก Erikson. 1959 : 88 - 94) เชื่อว่าการพัฒนาบุคลิกภาพของมนุษย์นั้น มิได้หยุดยั้งแต่ในวัยเด็ก แต่จะมีการพัฒนาลักษณะต่าง ๆ ของบุคลิกภาพอย่างเป็นลำดับ ตลอดชีวิตของบุคคลแต่ละบุคคล

กาฏจนา คาสูวรรณ (2524 : 194 - 195) ได้กล่าวถึงลักษณะของประสบการณ์ที่มีผลต่อบุคลิกภาพของบุคคลไว้ดังนี้

1. ประสบการณ์รวมทางวัฒนธรรม เป็นประสบการณ์ที่บุคคลได้รับเหมือนกันหรือต่างกันมีผลให้บุคคลมีบุคลิกภาพที่แตกต่างกันตามความเชื่อ ทศนคติ ค่านิยม ประเพณี และคาสอนของสังคมนั้น
2. ประสบการณ์เฉพาะตัว เป็นอิทธิพลที่ได้รับจากการอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่ ผู้ปกครองที่แตกต่างกัน มีผลให้บุคคลแต่ละคนได้รับการหล่อหลอมบุคลิกภาพไม่เหมือนกัน ผู้ที่ได้รับการเลี้ยงดูที่เหมาะสม ได้รับความรัก เอาใจใส่ดูแล ทั่วถึงกำลังใจก็จะพัฒนาบุคลิกภาพไปในทิศทางที่เหมาะสม มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีเหตุผลและมองโลกในแง่ดี ในขณะที่ผู้ที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย หรือเข้มงวด จะมีบุคลิกภาพไปในทิศทางตรงกันข้าม มีความก้าวร้าว ไม้ไว้ใจคน หวาดระแวง และมีทัศนคติที่ไม่ดีต่อสังคม

ฉลอง ภิรมย์รัตน์ (2521 : 29 - 30) กล่าวว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อบุคลิกภาพมี 2 ปัจจัยใหญ่ ๆ คือ

1. องค์ประกอบด้านพันธุกรรม เป็นการถ่ายทอดยีนส์จาก พ่อ แม่ หรือบรรพบุรุษไปสู่ลูกหลาน ได้แก่ ลักษณะทางด้าน รูปร่าง หน้าตา ท่าทาง ผิวพรรณ อารมณ์ ตลอดจนระบบประสาทและระบบโลหิต ซึ่งเป็นลักษณะที่ติดตัวมาตั้งแต่เกิด
2. องค์ประกอบทางด้านสิ่งแวดล้อม ทั้งที่เป็นธรรมชาติและสภาพวัฒนธรรม ประเพณี กฎเกณฑ์ ระเบียบต่าง ๆ ในสังคมที่บุคคลเกี่ยวข้องกับอยู่ เป็นผลให้เกิดการเรียนรู้และปรับตัวให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมนั้น ๆ ได้แก่ ลมฟ้าอากาศ ที่อยู่อาศัย อาหาร ตลอดจนบุคคลที่อยู่ใกล้ชิด องค์ประกอบด้านสิ่งแวดล้อมนี้มีผลให้บุคคลเกิดการเรียนรู้ที่แตกต่างกันส่งผลให้บุคลิกภาพของตนแตกต่างกัน

นอกจากนี้ มูส และมูส (จรรยา เกษศรีสังข์. 2537 : 106 ; อ้างอิงมาจาก Moos and Moos. 1968 : 1 - 2) กล่าวว่า บุคลิกภาพของแต่ละบุคคล บรรยากาศใน

ครอบครัว และการเผชิญปัญหา มีความสัมพันธ์กัน เช่น บุคคลที่มีบุคลิกภาพก้าวร้าว มีความขัดแย้งในใจ มักจะมาจากครอบครัวที่ปฏิเสธหรือไม่ยอมรับหรืออิดา ครอบครัวที่ปล่อยปละละเลยบุตรมากเกินไป หรือครอบครัวที่ควบคุมบุตรอิดามากเกินไป ทำให้บุตรหรืออิดาที่เป็นสมาชิกของครอบครัวนั้นม่มีวิธีการเผชิญปัญหาที่ไม่เหมาะสม เช่น มักจะแสดงอารมณ์เกรธ สู้โดยไม่มีเหตุผล หรือบางครั้งอาจจะใช้วิธีการหลีกเลี่ยงในการเผชิญปัญหา ส่วนครอบครัวที่มีบรรยากาศของความรัก อื้ออานร ให้ความอบอุ่น ให้ความสนใจ เอาใจใส่ดูแลบุตรอิดา สมาชิกของครอบครัวนั้นก็จะมี ความเชื่อมั่นในตนเอง กล้าคิด กล้าแสดงออก มีเหตุผล มีความสามารถในการตัดสินใจ พิจารณา ข้อดี-ข้อเสีย ก่อนลงมือกระทำหรือตัดสินใจ ซึ่งผู้ที่มีลักษณะบุคลิกภาพดังกล่าวและอยู่ใน ครอบครัวที่อบอุ่น ส่วนใหญ่จะใช้วิธีการเผชิญปัญหาแบบสู้โดยคำนึงถึงเหตุผลประกอบ

จากเอกสารที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพที่กล่าวมาข้างต้นนั้น จะเห็นได้ว่า บุคลิกภาพเป็น การแสดงออกทั้งด้านการกระทำและความคิด ซึ่งเป็นผลมาจากพันธุกรรมกับสิ่งแวดล้อม รวมทั้ง ประสบการณ์ต่าง ๆ ที่บุคคลได้รับ

#### 3.4.1.3 ประวัติความเป็นมาของการศึกษาบุคลิกภาพแบบเอ และบุคลิกภาพแบบบี

บุคลิกภาพแบบเอ เป็นบุคลิกภาพที่ค้นพบในราวปี ค.ศ.1960 อันเนื่องมาจาก โรสแมน (Roseman) ได้เริ่มสังเกตผู้ป่วยโรคหัวใจว่า มีบุคลิกภาพบางอย่างที่แปลกกนจากผู้ป่วยโรคอื่น ๆ จากการสังเกตเหตุการณ์บางอย่างในคลินิกโรคหัวใจของเขาพบว่า แก้วอี้ที่ผู้ป่วยโรคหัวใจมานั่ง ตรวจนั้นจะมีรอยลึกเฉพาะตรงขอบแก้วอี้เท่านั้น แสดงว่า คนใช้ส่วนใหญ่ของเขานั่งแก้วอี้แต่ตรงขอบ แก้วอี้ ซึ่งทำให้เขาคิดว่า คนเช่นนี้จะต้องเป็นคนรีบร้อน เพราะคนที่ทำอะไรรีบร้อน รีบเร่งมักนั่ง แก้วอี้แต่ตรงขอบเพื่อจะได้ลุกขึ้นได้โดยเร็ว คล้ายกับลักษณะของคนพร้อมที่จะเคลื่อนไหวได้ทันที จากความคิดนี้ทำให้เขาคิดว่า น่าจะมีบุคลิกบางอย่างที่เป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคหัวใจ ซึ่ง สอดคล้องกับการสังเกตของเขาอีกว่า ผู้ป่วยโรคหัวใจบางคนนั้นไม่มีปัจจัยเสี่ยง (Risk Factor) ที่เคยเชื่อกันว่า เป็นสาเหตุสำคัญของโรคหัวใจเลย แต่เดิมนั้นพบว่า การมีโคเลสเตอรอลสูง ความดันโลหิตสูง การสูบบุหรี่ การเป็นเบาหวาน และความอ้วน เป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรค หัวใจ และในที่สุดก็พบว่า มีบุคลิกภาพชนิดหนึ่งซึ่งต่อมาเขาให้ เชื่อว่าบุคลิกภาพแบบเอ และบุคลิกภาพ ตรงกันข้าม เรียกว่า เป็นบุคลิกภาพแบบบี การค้นพบบุคลิกภาพแบบเอ นั้น ถือว่าเป็นการค้นพบที่สำคัญ

เพราะบุคลิกภาพแบบเอ เป็นปัจจัยเสี่ยงกว่าปัจจัยทางกายภาพทุกปัจจัย ถ้าเปรียบเทียบระหว่างผู้ที่เป็นโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง หรือโรคไขมันในหลอดเลือดสูงกับคนที่มีบุคลิกภาพแบบเอแล้ว คนที่มีบุคลิกภาพแบบเอ จะถือว่าเป็นปัจจัยเสี่ยงที่สุดของการเกิดโรคหัวใจ (จรรยา เกษศรีสังข์. 2537 ; อ้างอิงมาจาก รังสิต ทรมระฤก. 2532 : 10)

จากประวัติความเป็นมาของการศึกษาบุคลิกภาพแบบเอ และแบบบี นั้น ฟรีดแมนและโรสแมน (Friedman and roseman. 1974 : 164) สรุปลักษณะของบุคลิกภาพแบบเอ และบุคลิกภาพแบบบี ได้ดังนี้

บุคลิกภาพแบบเอ (type A Behavior Pattern Personality) หมายถึง บุคลิกภาพเร่งร้อน ชอบแข่งขันและก้าวร้าว ชอบทำงานให้ไต่ได้มาก ๆ ในเวลาน้อย มีความรู้สึกที่เวลาผ่านไปอย่างรวดเร็ว มีความมานะพยายามในการทำงานอย่างใดอย่างหนึ่งให้ประสบความสำเร็จ ชอบฟันฝ่าอุปสรรคต่าง ๆ เพื่อให้เกิดสัมฤทธิ์ผล ชอบทำงานด้วยความรวดเร็ว ทนไม่ได้รับการทำงานล่าช้า มีความต้องการพักผ่อนน้อยกว่าคนอื่น และถูกกระตุ้นให้เกิดความรู้สึกโกรธและก้าวร้าวได้ง่าย

บุคลิกภาพแบบบี (Type B Behavior Pattern Personality) หมายถึง บุคลิกภาพที่มีความผ่อนคลาย ไม่รีบร้อนและไม่ก้าวร้าว มีลักษณะเฉื่อย ๆ เหนื่อย ๆ ชอบการพักผ่อนและดำเนินชีวิตแบบง่าย ๆ ไม่ชอบฟันฝ่าอุปสรรคต่าง ๆ ในการทำงาน และไม่คอยชอบการทำงานในเวลาอันรีบด่วน

3.4.1.4 การวัดบุคลิกภาพแบบเอ และบุคลิกภาพแบบบี แบบวัดบุคลิกภาพทั้ง 2 แบบนี้ในปัจจุบันมี 3 แบบวัดคือ (อัจฉรา วงษ์วัฒนามงคล. 2533 : 21)

แบบที่ 1 แบบสัมภาษณ์อย่างมีโครงสร้าง (Structured Interview SI) ประกอบด้วยคำถาม 25 ข้อ เป็นการถามโดยให้ผู้ตอบบรรยายงานพฤติกรรมตนเองในสถานการณ์ต่าง ๆ ที่ทำให้คนที่มีบุคลิกภาพแบบเอ ไม่สามารถทนได้ เช่น สถานการณ์ที่ทำให้โกรธ สถานการณ์ที่มีการแข่งขันอย่างมาก แบบสัมภาษณ์นี้เป็นการวัดการแสดงออกทางด้านกายภาพ

แบบวัดที่ 2 มาตรฐานวัดลักษณะบุคลิกภาพแบบเอ ของ แฟรมมิงแฮม (Framingham Type A Scale : FTAS) เป็นแบบวัดรายงานของตนเอง เช่นเดียวกับแบบที่ 1 ประกอบด้วยคำถาม 10 ข้อ วัดทางด้านแรงขับมุ่งสัมฤทธิ์ การมีความรู้สึกที่เวลาผ่านไปอย่างรวดเร็ว และการรับรู้ว่ามีความกดดันในการทำงาน

แบบวัดที่ 3 แบบสำรวจการกระทำของเจกินส์ (Jenkins Activity Survey หรือ Jas) เป็นแบบสอบถามแบบรายงานตนเอง ซึ่ง อัจฉรา วงศ์วัฒนามงคล (2533 : 21) และชมพูนุท พงษ์ศิริ (2535 : 8 - 9) ได้ปรับปรุงเป็นแบบสอบถามประกอบด้วยข้อความ 20 ข้อ เป็นแบบวัดที่คล้ายกับแบบวัดแบบแรก แต่ได้ดัดแปลงให้เป็นแบบสอบถามแบบปรนัย ได้วิเคราะห์หาค่าภาพแล้วปรากฏว่า คนที่ได้คะแนนจากแบบสอบถามนี้สูงจะเป็นบุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบ เอ ส่วนผู้ที่ได้คะแนนแบบวัดนี้ต่ำจะเป็นบุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบบี แบบวัดนี้จะวัดความรู้สึกที่มีต่อสถานการณ์ต่าง ๆ โดยเฉพาะสถานการณ์ในการทำงาน ความกดดันในการทำงานและสถานการณ์การแข่งขัน //

### 3.4.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพแบบเอ และบุคลิกภาพแบบบี

#### 3.4.2.1 งานวิจัยในต่างประเทศ

จากการศึกษาของ บลูเมนทอลส์ (ชมพูนุท พงษ์ศิริ. 2535 : 28 ; อ้างอิงมาจาก Blumenthal. 1978 : 634) ได้ศึกษาบุคลิกภาพแบบเอ และแบบบี ของนักเรียนชาย และนักเรียนหญิง พบว่า นักเรียนที่มีบุคลิกภาพแบบเอ จะเป็นบุคลิกภาพที่มีความเครียดสูงกว่านักเรียนที่มีบุคลิกภาพแบบบี

เคลลี และฮูสตัน (อัจฉรา วงศ์วัฒนามงคล. 2533 : 19 ; อ้างอิงมาจาก Kelly and Houston. 1985) ได้ศึกษาบุคลิกภาพแบบเอ และแบบบี โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นหญิงที่ทำงานนอกบ้าน พบว่า หญิงที่ทำงานนอกบ้านที่มีบุคลิกภาพแบบเอ มีระดับการศึกษาสูงกว่าระดับสถานภาพทางอาชีพสูงกว่าหญิงที่ทำงานนอกบ้านที่มีบุคลิกภาพแบบบี และจากการศึกษาโดยใช้ตัวแปรที่เกี่ยวกับลักษณะการทำงาน พบว่า บุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบเอ มีชั่วโมงการทำงานมากกว่า มีปริมาณงานที่ทำมากกว่า มีแนวโน้มว่าจะมีชั่วโมงการทำงานต่ออาทิตย์มากกว่า และรายงานว่ามีความสับสนในบทบาทการทำงาน ความตึงเครียดในการทำงาน และต้องการประสบการณ์การทำงานมากกว่า บุคคลที่มีลักษณะบุคลิกภาพแบบบี

สตรูบ และโบลันด์ (Strube and Boland. 1968) ได้ทำการวิจัยเชิงทดลองเพื่อศึกษาการรับรู้สาเหตุของการกระทำและความเพียรในการทำงานของบุคคลที่มีลักษณะบุคลิกภาพแบบเอ และแบบบี ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มที่มีบุคลิกภาพแบบเอ ได้รับความเชื่อถือในความ

สำเร็จของงานมากกว่าความล้มเหลว ส่วนความสัมพันธ์ระหว่างการวินิจฉัยความยากของงานกับความเพียรในการทำงานนั้น พบว่า มีความสัมพันธ์กันทางลบ กล่าวคือ ถ้างานมีความยากมากขึ้น บุคคลจะมีความเพียรพยายามในการทำงานลดลง แต่จะมีความเพียรพยายามในงานที่มีความยากปานกลาง แต่บุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบบีนั้น ความเชื่อถือในความสำเร็จและความล้มเหลวไม่แตกต่างกัน และความยากของงานและความเพียรพยายามจะมีความสัมพันธ์กันทางบวก

#### 3.4.2.2 งานวิจัยในประเทศ

อัจฉรา วงศ์วัฒนามงคล (2533 : 126 - 127) ได้ศึกษาตัวแปรทางพฤติกรรมศาสตร์ที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาต่อในระดับบัณฑิตศึกษา โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ที่มีพฤติกรรมการศึกษาต่อจำนวน 120 คน และไม่มีพฤติกรรมศึกษาต่อ จำนวน 120 คน ตัวแปรที่ศึกษาคือ จิตลักษณะพื้นฐานของบุคคล และสภาพแวดล้อมที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการศึกษาต่อ ในการศึกษาจิตลักษณะพื้นฐานนั้น ศึกษาจากบุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบเอ และบุคลิกภาพแบบบี ผลการวิจัยพบว่า ผู้ที่มีพฤติกรรมการศึกษาต่อจะมีลักษณะบุคลิกภาพแบบเอ มากกว่าผู้ที่ไม่มีความประพฤติการศึกษาต่อ โดยเฉพาะในกลุ่มคนโสด ส่วนกลุ่มคนที่มีครอบครัว และมีบุคลิกภาพแบบเอ จะมีทัศนคติที่ดีต่อการศึกษาต่อมากกว่าคนที่มีบุคลิกภาพแบบบี

ชมพูนุช พงษ์ศิริ (2535 : 73 - 74) ได้ศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการฝึกปฏิบัติงานบนหอผู้ป่วยของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลสภากาชาดไทย กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2,3 และ 4 จำนวน 230 คน ตัวแปรที่ศึกษาคือ ทัศนคติต่อวิชาชีพพยาบาล บุคลิกภาพแบบเอ และแบบบี ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และชั้นปี ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่มีบุคลิกภาพแบบเอ มีความวิตกกังวลในการฝึกปฏิบัติงานบนหอผู้ป่วยสูงกว่าแบบบี

จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพแบบเอ และแบบบี จะเห็นได้ว่า บุคลิกภาพแบบเอ เป็นบุคลิกภาพแบบกระตือรือร้น ชอบความสำเร็จ ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค ไม่ชอบการรอคอย ส่วนบุคลิกภาพแบบบีเป็นบุคลิกภาพแบบเฉื่อยช้า ไม่ชอบการเร่งรีบ ไม่ชอบต่อสู้แข่งขัน อดทนรอคอยได้ ซึ่งบุคลิกภาพทั้งสองแบบย่อมที่จะมีผลต่อสภาพจิตใจของบุคคล รวมทั้งความล้มเหลวและความสำเร็จทางการเรียนที่แตกต่างกันไป

### 3.5 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเชาวน์ปัญญากับความเครียด

#### 3.5.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับเชาวน์ปัญญากับความเครียด

##### 3.5.1.1 ความหมายเชาวน์ปัญญา

เชาวน์ปัญญา (Intelligence) นักจิตวิทยาและนักการศึกษาได้ให้คำนิยามหรือความหมายของคำว่า เชาวน์ปัญญาไว้หลายประการ คือ

กู๊ด (Good. 1945 : 225) ได้ให้ความหมายของเชาวน์ปัญญาไว้ 3 แบบคือ

1. เชาวน์ปัญญา หมายถึง ความสามารถในการปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ใหม่ๆ ได้อย่างรวดเร็ว

2. เชาวน์ปัญญา หมายถึง สมรรถภาพทางสมองที่สามารถรวบรวมประสบการณ์ต่าง ๆ เข้าด้วยกันได้

3. เชาวน์ปัญญา หมายถึง ระดับความสามารถทางสมอง ซึ่งสามารถวัดได้ด้วยเครื่องมือทดสอบเชาวน์ปัญญา

เวคสเลอร์ (Wechsler. 1958 : 7) กล่าวว่า เชาวน์ปัญญาเป็นความสามารถของบุคคลในการทำกิจกรรมต่าง ๆ อย่างมีจุดหมาย คิดหาเหตุผลและสามารถปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมอย่างมีประสิทธิภาพ

บินเน็ต (Binet. 1968 : 14 - 15) ได้กล่าวว่า เชาวน์ปัญญา คือผลรวมของความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถหลายประการ ที่สำคัญ คือ ความสามารถในการตัดสินใจการคิดหาเหตุผลและความสามารถในการปรับตัว

มอสโควิตซ์ (Moskowitz. 1969 : 246 - 248) กล่าวว่า เชาวน์ปัญญาหมายถึง คุณภาพ หรือประสิทธิภาพของพฤติกรรมที่บุคคลนั้นแสดงออกภายในช่วงเวลาที่กำหนดแน่นอน รวมทั้งความสามารถที่จะปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมใหม่ได้สำเร็จและรวดเร็ว ซึ่งระดับเชาวน์ปัญญาของบุคคลสามารถวัดได้ด้วยเครื่องมือวัดเชาวน์ปัญญา

สุรางค์ ไคว์ตระกูล (2536 : 75) ได้สรุปความหมายของเชาวน์ปัญญาที่นักจิตวิทยาได้เห็นอาจจะแบ่งออกเป็น 4 กลุ่มดังนี้

กลุ่มที่ 1 ให้คำจำกัดความของเชาวน์ปัญญาว่าเป็นความสามารถในการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม คนที่มีเชาวน์ปัญญาสูงจะปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ดีกว่าคนที่มีเชาวน์ปัญญาต่ำ

กลุ่มที่ 2 เน้นความหมายของเชาวน์ปัญญา คือ ความสามารถในการแก้ปัญหาบุคคล  
ที่มีเชาวน์ปัญญาสูงจะมีความสามารถในการแก้ปัญหาดีกว่าบุคคลที่มีเชาวน์ปัญญาต่ำ

กลุ่มที่ 3 เชาวน์ปัญญา คือ ความสามารถในการคิดแบบนามธรรม

กลุ่มที่ 4 เชาวน์ปัญญา คือ ความสามารถในการเรียนรู้ คนที่มีเชาวน์ปัญญาสูงจะ  
สามารถเรียนรู้ได้เร็วกว่าคนที่มีเชาวน์ปัญญาต่ำ

จากความหมายต่าง ๆ สรุปได้ว่า เชาวน์ปัญญา คือ ความสามารถของบุคคลที่ใช้ความคิด  
อย่างมีเหตุผล แก้ไขปัญหา รวมทั้งมีความสามารถในการเรียนรู้และปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมใหม่  
ได้สำเร็จและรวดเร็ว ซึ่งระดับเชาวน์ปัญญาของบุคคลสามารถวัดได้ด้วยเครื่องมือวัดเชาวน์ปัญญา  
นักจิตวิทยาหลายท่านได้พยายามคิดค้นทฤษฎีเกี่ยวกับเชาวน์ปัญญา และเสนอไว้หลาย ๆ ทฤษฎี  
แตกต่างกันไป

### 3.5.1.2 ทฤษฎีเชาวน์ปัญญา

1. ทฤษฎีองค์ประกอบเดียว (Uni-Factor Theory) เป็นทฤษฎีของ  
ศาสตราจารย์เทอร์แมน ผู้สร้างแบบทดสอบ สแตนฟอร์ด บีเนท์ เชื่อว่า เชาวน์ปัญญา คือ ความ  
สามารถในการคิดแบบนามธรรม เป็นผลของพันธุกรรมเพียงอย่างเดียว ฉะนั้นจึงเป็นสิ่งที่คงที่ไม่  
เปลี่ยนแปลง (สุรางค์ ไคว่ตระกูล. 2536 : 79)

2. ทฤษฎีสององค์ประกอบ (Two-Factor Theory) ทฤษฎีนี้ สเปียร์แมน  
(Charles Spearman) เป็นผู้คิดขึ้น โดยเสนอแนะความคิดเกี่ยวกับเชาวน์ปัญญาว่า เชาวน์ปัญญา  
ของคนนั้นประกอบด้วยสององค์ประกอบด้วยกัน คือ องค์ประกอบทั่ว ๆ ไป (General Factor)  
หรือ g-factor เป็นความสามารถพื้นฐานทางสมองและเป็นความสามารถทั่ว ๆ ไปในการประกอบ  
กิจกรรมตลอดจนใช้เป็นศูนย์กลางในการทำกิจกรรมต่าง ๆ และองค์ประกอบเฉพาะ (Specific  
Factor) หรือ s-factor เป็นความสามารถพิเศษของบุคคลซึ่งจำแนกลงไปในเฉพาะกิจอย่างเดียว  
(Anastasi. 1967 : 327 - 328) เช่น ความสามารถทางภาษา ความสามารถทางตัวเลข  
ความสามารถทางเครื่องจักรกล เป็นต้น ซึ่งความสามารถเหล่านี้ แต่ละคนมีความแตกต่างกัน  
องค์ประกอบทั้งสองนี้ เป็นองค์ประกอบที่สำคัญในการแสดงความคิดเห็นหรือกระทำกิจกรรมต่าง ๆ  
สเปียร์แมน จึงสร้างแบบสอบย่อยหลายฉบับ แต่ละฉบับมีองค์ประกอบทั่ว ๆ ไป กับองค์ประกอบย่อย

และนักจิตวิทยาชาวอังกฤษส่วนใหญ่มีความเชื่อว่าปัจจุบันแบบทดสอบเชาว์ปัญญา g-factor ได้ดีที่สุด คือแบบทดสอบโปรเกรสซีฟ แมทริกซ์ (Progressive Matrices) ของ ราเวน (ชัยพร วิชชาวุธ. 2525 : 358)

3. ทฤษฎีองค์ประกอบหลายตัว (Multiple Factor Theory) เรอร์สโตน (Thurstone) ได้ใช้การวิเคราะห์ตัวประกอบ (Factor Analysis) แยกความสามารถต่าง ๆ ของมนุษย์ออกเป็นทั้งหมด 7 กลุ่ม เรอร์สโตน เรียกความสามารถทั้ง 7 กลุ่มว่า ความสามารถปฐมภูมิ (Primary Mental Abilities) เรอร์สโตนไม่ยอมรับว่า คนเรามีความสามารถพื้นฐานหรือความสามารถทั่วไป "g" ของสเปียร์แมน ทฤษฎีของเรอร์สโตนเน้นความแตกต่างภายในตัวบุคคล (Intraindividual Differences) ระหว่างความสามารถเฉพาะต่าง ๆ ความสามารถปฐมภูมิ 7 กลุ่ม คือ ความสามารถทางภาษา ความสามารถทางจำนวน ความสามารถทางความจริง ความสามารถในการใช้คำได้อย่างคล่องแคล่ว ความสามารถด้านเหตุผล ความสามารถด้านมิติสัมพันธ์ และความสามารถทางความไวต่อการรับรู้ (สุรางค์ ไคว์ตระกูล. 2536 : 80 - 81)

4. ทฤษฎีโครงสร้างเชาว์ปัญญา (The Structure of Intellect) ทฤษฎีนี้ กิลฟอร์ด (Guilford) ได้ขยายแนวความคิดของเรอร์สโตน ออกเป็นอีกหลายองค์ประกอบตามรูปแบบโครงสร้างของเชาว์ปัญญาประกอบด้วย สามมิติ คือ มิติเนื้อหา (Contents) มิติการปฏิบัติงาน (Operations) และมิติการกระทำของสมอง (Products) ในแต่ละมิตียังแยกความสามารถย่อยออกเป็นดังนี้ มิติเนื้อหาแบ่งเป็นด้านภาพ ด้านสัญลักษณ์ ด้านภาษา และด้านพฤติกรรม มิติการปฏิบัติงานแบ่งเป็น การรู้ การเข้าใจ ความจำ การคิดอเนกนัย การคิดแบบเอกนัย และการคิดแบบประเมินค่า มิติผลของการกระทำของสมอง แบ่งเป็น หน่วย จำพวก และความสัมพันธ์ ระบบ การแปลงรูป (ล้วน สายยศ. 2522 : 43 - 45)

### 3.5.1.3 การวัดระดับเชาว์ปัญญา

วิธีการที่ใช้ทดสอบเชาว์ปัญญา มี 2 ชนิด คือ (สุรางค์ ไคว์ตระกูล. 2536 : 85 - 86)

1. การทดสอบเป็นรายบุคคล (Individual Test) หมายถึง การทดสอบที่แต่ละคน ผู้ที่ดำเนินการทดสอบจะต้องได้รับการอบรมเป็นพิเศษทั้งการทดสอบ การให้คะแนนและการตีความหมายของคะแนน ตัวอย่างแบบทดสอบนี้ ได้แก่ แบบทดสอบสแตนฟอร์ด-บินเน็ต (Stanford Binet) และแบบทดสอบเชาวน์ปัญญาของเวคสเลอร์ (Wechsler Intelligence Scales) ซึ่งมีแบบทดสอบสำหรับเด็กและผู้ใหญ่ เป็นต้น

2. การทดสอบเป็นกลุ่ม การทดสอบแบบนี้ใช้แบบทดสอบที่คิดขึ้นพิเศษสำหรับใช้ทดสอบเชาวน์ปัญญาเป็นกลุ่ม เพื่อที่ประหยัดเวลาและค่าใช้จ่าย ผลของคะแนนสอบเชาวน์ปัญญาแบบนี้จะไม่แน่นอนเท่ากับการทดสอบเป็นรายบุคคล ตัวอย่างแบบทดสอบกลุ่มนี้ที่ใช้กันแพร่หลาย คือ Kihlman-Anderson Intelligence Test, Lorge - Thorndike Intelligence Test และ California Test of Mental Maturity เป็นต้น

การสื่อความหมายของการทดสอบเชาวน์ปัญญา วิลเลียม สเตอร์น (William Stern) นักจิตวิทยาชาวเยอรมันเป็นบุคคลแรกที่บัญญัติศัพท์คำว่าระดับความสามารถทางเชาวน์ปัญญา หรือเกณฑ์ภาคเชาวน์ (Intelligence Quotient) ซึ่งเขียนเป็นสูตรได้ดังนี้

$$I.Q = \frac{MA}{CA} \times 100$$

I.Q. = Intelligence Quotient

MA = Mental Age คือ อายุสมมอง ซึ่งได้จากการตอบแบบทดสอบอายุสมมอง

CA = Chronological Age หมายถึง อายุตามปฏิทินหรืออายุจริง

เด็กที่มีอายุ 10 ปี แต่มีอายุสมมอง 12 ปี จะมี IQ เท่ากับ 120 ส่วนเด็กที่มีอายุ 14 ปี มีอายุสมมอง 12 ปี มี IQ เท่ากับ 86

แบบทดสอบ เดอะโพรเกรสซีฟ แมทริซิส (The Progressive Matrices) แบบทดสอบนี้ได้พัฒนาขึ้นในประเทศอังกฤษ โดย เจ.ซี.ราเวน (J.C. Raven) ซึ่งออกแบบสร้างขึ้นเพื่อวัดองค์ประกอบทั่วไป (g-factor) ของสเปียร์แมน (Spearman) มีลักษณะเป็นแบบไม่ใช้ภาษาตัวแบบทดสอบเป็นรูปต่าง ๆ ที่จัดเป็นระบบภาพเป็นรูปทรงเรขาคณิต

แบบทดสอบนี้มี 3 ชุดคือ

ชุดที่ 1 The Coloured Progressive Matrices (CPM)

ชุดที่ 2 The Standard Progressive Matrices (SPM)

ชุดที่ 3 The Advanced Progressive Matrices (APM)

ลักษณะของแบบทดสอบ ประกอบด้วย รูปภาพที่จัดเป็นชุดย่อย ๆ 3 - 5 ชุด และข้อปัญหา แต่ละข้อมีลักษณะเป็นแบบเลือกคำตอบที่ถูกที่สุดโดยตอบ อาจเป็น 6 - 8 ตัวเลือก โดยมีภาพที่กำหนดให้ 1 ภาพ ซึ่งภาพนี้มีส่วนที่ขาดหายไป ให้ผู้รับการทดสอบเลือกเอาภาพที่เป็นตัวเลือก 1 ภาพ ซึ่งคิดว่าเป็นส่วนที่ขาดหายไปของภาพที่กำหนด แล้วทำภาพนั้นสมบูรณ์ แบบทดสอบนี้ดำเนินการทดสอบเป็นรายบุคคล หรือเป็นกลุ่มก็ได้ (Anastasi. 1968 : 241 - 247)

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้ศึกษาค้นคว้าใช้แบบทดสอบชุดที่ 2 คือ The Standard Progressive Matrices (SPM) แบบทดสอบชุดนี้สร้างขึ้นมาเพื่อใช้กับบุคคลที่อยู่ในทุกระดับอายุทุกเพศ ไม่ว่าระดับการศึกษา เชื้อชาติ หรือสภาวะร่างกายจะเป็น อย่างไรก็ตาม แบ่งเป็นชุดของข้อปัญหาชุดย่อย ๆ ได้ 5 ชุด คือ A, B, C, D หรือ E ซึ่งแต่ละชุดมีข้อปัญหา จำนวน 12 ข้อ รวมทั้งหมด 60 ข้อ ลักษณะของข้อปัญหาเป็นภาพขาวดำ สำหรับสองชุดแรกถึง A และ B นั้น แบบฟอร์มของรูปภาพเป็นเช่นเดียวกับข้อปัญหาในชุด A และ B ของ CPM ตั้งแต่ชุด C, D และ E เป็นข้อปัญหาที่มีความยากและรูปฟอร์มซับซ้อนขึ้นเรื่อย ๆ

การทดสอบความสามารถทางเชาวน์ปัญญา โดยใช้ แบบทดสอบ The Progressive Matrices คือการทดสอบที่ง่าย ๆ แบบหนึ่งไม่สลับซับซ้อนไม่มีอิทธิพลทางภาษา และวัฒนธรรมเข้ามาเกี่ยวข้อง แบบทดสอบนี้จะบอกถึงความสามารถในการสังเกต (Ability in Observation) การรับรู้ทางการเห็น (Visual Perception) การคิดอย่างกระจ่าง (Clear Perception) และเหตุผลขัดแย้ง (Critical Reasoning)

แบบทดสอบนี้มีความสัมพันธ์กับแบบทดสอบของ สแตนฟอร์ด - บีเนท์ เป็น .78 (ณรงค์ศักดิ์ และสมทรง สุวรรณเลิศ. 2519 : 123) และมีความสัมพันธ์กับ Verbal Test ของเวคสเลอร์ เป็น .58 กับ Performance เป็น .70 (สมทรง สุวรรณเลิศ. 2511 : 207) ซึ่งนับว่าเชื่อถือได้

จากการศึกษาทฤษฎีเชาวน์ปัญญา และแบบทดสอบ เชาวน์ปัญญาที่กล่าวมาแล้วนั้น จะเห็นได้ว่า แบบทดสอบเสมอภาคทางวัฒนธรรมของ ราเวน คือ The Standard Progressive Matrices มีความเหมาะสมในการใช้ทดสอบความสามารถทางเชาวน์ปัญญา ทั้งนี้เพื่อวัดระดับเชาวน์ปัญญาของนักเรียน ที่มีผลต่อความเครียดทางการเรียน แบบทดสอบนี้ ใช้เวลาน้อย ทดสอบไม่ยาก และที่สำคัญเชื่อถือได้

### 3.5.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเชาวน์ปัญญากับความเครียด

#### งานวิจัยในประเทศ

สุวิมล ร่องวานิช (2522 : 60) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "สหพันธ์พหุคูณ ระหว่างองค์ประกอบด้านเชาวน์ปัญญา ปัญหาส่วนตัว นิสัยและทัศนคติทางการเรียนกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1" กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 สังกัดกองการมัธยมศึกษา กรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 1,175 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลคือ แบบทดสอบเชาวน์ปัญญา ชื่อ แมทริซีส์ ก้าวหน้ามาตรฐาน (Standard Progressive Matrices) แบบสำรวจปัญหาส่วนตัวของ มูนีเย่ (The Mooney Problem Checklist) และระบบสำรวจเจตคติและทัศนคติทางการเรียน ซึ่งปรากฏผลว่าองค์ประกอบด้านเชาวน์ปัญญา มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.48

ศึกษา พาหะมาก (2532 : 69 - 70) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง พัฒนาการทางสติปัญญา และการปรับตัวของนักเรียนในจังหวัดศรีสะเกษ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้เป็นนักเรียนชายและนักเรียนหญิง ชั้นประถมศึกษา และมัธยมศึกษา ในจังหวัดศรีสะเกษ จำนวน 800 คน พบว่า พัฒนาการทางสติปัญญา มีความสัมพันธ์กันในทางบวกกับพัฒนาการทางการปรับตัว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

## 4. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรด้านครอบครัว

4.1 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว และความเครียด

4.1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับเรื่องฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวและความเครียด

สมทรง สุวรรณเลิศ (2514 : 46) ได้กล่าวว่า เด็กที่มาจากครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำ หรือยากจนมักจะมีปัญหามากทั้งทางด้านร่างกาย และจิตใจและนำไปสู่ปัญหาความประพฤติ ซึ่งปัญหาเหล่านี้มีผลเสียต่อการเรียน และต่อปัญหาทางด้านอารมณ์และเสภาพ ชูพิชัยกุล และคนอื่น ๆ (ม.ป.ป. : 108) กล่าวว่า สาเหตุที่ฐานะทางเศรษฐกิจมีส่วนเกี่ยวข้องกับสุขภาพจิตนี้อาจเป็นเพราะฐานะทางเศรษฐกิจที่ย่อมหมายถึง การมีความรู้สึกมั่นคงในตัวเองจึงทำให้ความกดดันมีน้อย บุคคลไม่ต้องทนทุกข์อยู่กับภาวะเคร่งเครียด หรือมีข้อขัดแย้งอยู่ในใจมากมายนัก

4.1.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวและความเครียด

#### งานวิจัยในประเทศ

การริสัน และคนอื่น ๆ (Garrison and others. 1964 : 403 - 407) ได้ศึกษาถึงองค์ประกอบอันมีผลต่อผลการเรียนของนักเรียน พบว่า ฐานะทางเศรษฐกิจและสังคม เป็นสิ่งสำคัญที่มีผลต่อการเรียนของนักเรียนมาก เด็กที่มาจากครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมต่ำย่อมขาดประสบการณ์ต่าง ๆ ในอันที่จะส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู ทำให้เด็กเกิดปัญหาอันเป็นอุปสรรคต่อการเรียนได้

วาเนอริ (Ringness. 1968 : 270 ; citing Warner. 1948 : 113 - 119) ได้ใช้แบบสอบถามวัดบุคลิกภาพ พบว่า พวกชนชั้นกลางจะเป็นคนที่มีความมั่นคงทางอารมณ์ เป็นตัวของตัวเอง ขณะที่พวกฐานะทางเศรษฐกิจต่ำ มีแนวโน้มขาดความอบอุ่น หงุดหงิดง่าย และมีอาการทางประสาท เช่น กัดเล็บ พวกนี้มีความยากลำบากในการควบคุมอารมณ์ มีความวิตกกังวล ปรับตัวเข้ากับสังคมลำบากมากกว่าชนชั้นกลาง และชนชั้นสูง และจากรายงานผลการประชุมของคณะกรรมการเกี่ยวกับสุขภาพจิต (The Joint Commission on Mental Health of Children. 1973 : 25) ซึ่งศึกษากับพวกอินเดียนแดงอเมริกา พบว่า ความยากจนและมีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำ จะเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดความผิดปกติ

ทางจิตใจอย่างมาก เช่น เป็นพวกที่ติดสุรา โรคประสาท ปรับตัวอยู่ในสังคมได้ไม่ดี เป็นคน  
เฉยเมย และแยกตัวเอง

#### งานวิจัยในประเทศ

สมศักดิ์ บรรเทิงสุช (2510 : 247 - 249) ได้สำรวจสภาพทั่ว ๆ ไปทาง  
เศรษฐกิจและสภาพแวดล้อมทางการเรียนของนักเรียนเพื่อศึกษาดูว่า ข้อเท็จจริงเกี่ยวกับรายได้  
ของครอบครัวนั้นมีส่วนเกี่ยวข้องกับปัญหา และความต้องการของนักเรียนอย่างไรบ้าง โดยได้  
ศึกษาจากนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนมัธยมสาธิตวิทยาลัย วิชาการศึกษาระดับมัธยม  
พบว่า นักเรียนที่บิดามารดามีฐานะทางเศรษฐกิจแตกต่างกัน ประสบปัญหาแตกต่างกัน

ทิพวรรณ จันทระพิบูลย์ (2510 : 54 - 56) ได้ศึกษาถึงปัญหาที่เป็นอุปสรรคใน  
การเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในโรงเรียนรัฐบาล จังหวัดจันทบุรี จำนวน 120 คน  
ผลการศึกษาพบว่า ปัญหาที่เป็นอุปสรรคต่อการเรียนนั้น ได้แก่ สภาพแวดล้อมทางบ้าน ความสัมพันธ์  
ระหว่างบุคคลภายในบ้าน และฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว เป็นต้น และพบว่า ฐานะของ  
ครอบครัวที่แตกต่างกัน ทำให้ลักษณะของปัญหาที่เด็กประสบแตกต่างกันด้วย

มณูญ เบ้าแจริญ (2522 : 85 - 87) ศึกษาปัญหาส่วนตัว สังคม และการเรียน  
ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย นักศึกษาผู้ใหญ่ระดับ 5 สังกัดกรมสามัญศึกษา และนักเรียน  
อาชีวศึกษาระดับ ปวช. สังกัดกรมอาชีวศึกษา จำนวน 560 คน พบว่า นักเรียนที่มีฐานะทาง  
เศรษฐกิจของครอบครัวต่ำมีปัญหาทั้ง 3 ด้านสูงกว่านักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว  
ปานกลาง และสูง นอกจากนี้ยังพบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย นักศึกษาผู้ใหญ่ระดับ 5 และ  
โรงเรียนอาชีวศึกษา มีปัญหาการเรียนมากที่สุด

พวงสร้อย วรกุล (2522 : 88) ได้ศึกษาสภาพปัญหาการปรับตัวระหว่างโรงเรียน  
ที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวต่างกัน ปีการศึกษา 2521 จำนวน 678 คน ของโรงเรียน  
สังกัดกรมสามัญศึกษาในกรุงเทพมหานคร และจังหวัดสงขลา พบว่า โดยส่วนรวมแล้วนักเรียนที่มี  
ฐานะทางเศรษฐกิจต่ำ ปานกลาง และสูง มีสภาพปัญหาในด้านการปรับตัวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ  
ทางสถิติที่ระดับ .01 โดยนักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำมีสภาพปัญหาในด้านการปรับตัวมากกว่า  
นักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจปานกลางและสูง

นราธร ศรประสิทธิ์ (2529 : 82) ได้ศึกษาปัจจัยทางสังคมและจิตวิทยาที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของเด็กวัยรุ่น กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสามเสนวิทยา และโรงเรียนหอวัง พบว่า กลุ่มนักเรียนวัยรุ่นที่ครอบครัวมีปัญหาเกี่ยวกับรายได้ จะมีความเครียดไปในเชิงบวก มากกว่ากลุ่มเด็กนักเรียนวัยรุ่นที่ไม่มีปัญหา

จากเอกสารและงานวิจัยทั้งในต่างประเทศและในประเทศ จะพบว่า ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวมีความสำคัญมาก มีผลและมีอิทธิพลต่อความเครียดของวัยรุ่นมาก และทำให้เกิดความเครียดที่แตกต่างกันออกไป โดยส่วนใหญ่แล้ว เด็กที่มาจากครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำ จะมีสภาพปัญหาในการปรับตัว และมีความเครียดมากกว่า เด็กที่มาจากครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจปานกลางและสูง

#### 4.2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องสถานะภาพของบิดามารดา และความเครียด

##### 4.2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับเรื่องสถานะภาพของบิดามารดา และความเครียด

สภาพครอบครัว เป็นสิ่งแวดล้อมที่มีความสำคัญต่อทัศนคติหรือพฤติกรรมของเด็ก เพราะบิดามารดาหรือบุคคลในครอบครัว ย่อมมีอิทธิพลในการถ่ายทอดความรู้สึกนึกคิดให้กับเด็ก (สุพิตรา สุภาพ. 2521 : 50) และรุจ วังษี (2515 : 39) กล่าวว่า บิดามารดา และผู้ปกครองนับว่าเป็นผู้ที่ใกล้ชิด และคลุกคลีอยู่กับเด็กเป็นประจำ เป็นระยะเวลาที่ยาวนานกว่าคนอื่น ๆ เป็นผู้ที่มีอิทธิพลต่อเด็กมากที่สุด ในด้านความประพฤติ และการดำเนินชีวิต และสาเหตุที่ทำให้เยาวชนมีปัญหา เรื่องการปรับตัว ประพฤติเป็นคนเกเร ที่เกิดจากครอบครัวผู้ปกครองนั้น ได้แก่ การแตกแยกหรือหย่าร้างในครอบครัว พ่อแม่หรือผู้ปกครองทอดทิ้งไม่เอาใจใส่

นอกจากนี้ มาโนช สุขฤกษ์ (2526 : 65) ได้ให้ความเห็นว่า เด็กที่เติบโตมาจากครอบครัวที่ขาดความสมบูรณ์ ซึ่งเป็นผลมาจากการตาย การหย่าร้าง พ่อแม่แยกกันอยู่และสภาวะอื่น ๆ ที่ทำให้สูญเสียพ่อแม่ จะทำให้เด็กขาดความรักและความอบอุ่นที่ควรจะได้รับเป็นคนมีปมด้อยในตนเอง เมื่อโตขึ้นจะประสบปัญหาการปรับตัว และการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น ซึ่งสอดคล้องกับ สุชา จันทน์เอม และสุรางค์ จันทน์เอม (2529 : 166 - 167) ได้กล่าวว่า ถ้าเด็กมาจากครอบครัวที่แตกแยก กล่าวคือ บิดามารดาหย่าร้างแยกกันอยู่ หรือบิดามารดามีภรรยา

หลายคน ซึ่งบุตรของภรรยาแต่ละคนได้รับความรักไม่เท่าเทียมกัน จะทำให้เด็กขาดความสุข เกิดการเบื่อหน่ายบ้าน คิดว่าตนไม่เป็นที่ปรารถนาของครอบครัว จึงกลายเป็นเด็กที่มีปัญหา ในที่สุด เช่น ประพฤติผิดกฎของโรงเรียน ไม่สนใจเรียน เล่นการพนัน หรือขโมยของผู้อื่น เป็นต้น

#### 4.2.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องสถานภาพของบิดามารดาและความเครียด งานวิจัยในประเทศ

เฮอร์ล็อก (Herlock. 1964 : 661) ศึกษาพบว่า เด็กที่รู้จักว่าพ่อแม่รังเกียจ ไม่ต้องการหรือพ่อแม่แยกทางกัน เด็กจะเกิดความหวาดกลัว ชาติที่ฟังทางใจ และมีชีวิตอยู่ด้วยความหวาดระแวง เมื่อไปที่โรงเรียนเด็กจะไม่สามารถปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมใหม่ๆ ได้ ซึ่งแสดงให้เห็นว่า การเผชิญกับปัญหาของเด็กนั้นจะไม่สามารถที่จะแก้ไขได้ถ้าความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่กับลูกเป็นไปในทางที่ไม่ดี

เฮทเธริงตัน (Hetherington. 1984 : 389) ได้ศึกษาเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง มีการแสดงอารมณ์ของความทุกข์ และความผิดปกติของพฤติกรรม พบว่า วัยรุ่นต้องรับมือกับความขัดแย้งที่เกิดขึ้นเป็นไปตามปกติของพัฒนาการและความบาดหมางของบิดามารดาในเวลาเดียวกัน ทำให้เกิดความยุ่งยากซับซ้อนในการปรับตัวทางจิตวิทยา การใช้สิ่งเสพติด

มอร์อัน (Moran. 1990 : 5347) ศึกษาองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมที่เป็นปัญหา การปรับตัวทางด้านอารมณ์และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของวัยรุ่นตอนต้นที่มาจากครอบครัวแตกแยก ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมที่เป็นปัญหาการปรับตัวทางด้านอารมณ์ และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ของวัยรุ่นดังกล่าวได้แก่ ความรู้สึกที่ตนเองถูกทอดทิ้งจากบิดามารดา กับเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่ต้องเผชิญอันเนื่องมาจากครอบครัวที่แตกแยก

มัล ฮอลล์แลนด์ (Mul Holland. 1990 : 439B) ได้ศึกษาสภาพจิตใจของเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง โดยศึกษากับกลุ่มเด็กวัยรุ่น จากโรงเรียนขนาดกลาง จำนวน 96 โรงเรียน พบว่า สถานการณ์หย่าร้างของพ่อแม่เป็นวิกฤติการณ์ที่เลวร้ายที่กระทบกระเทือนจิตใจส่งผลกระทบยาวต่อชีวิตเด็กด้วย ซึ่งมีความสอดคล้องกับ แพนสกาย (Pansky. 1991 : 314 - B) ได้ศึกษาบทบาททางเพศและการปรับตัวของเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง โดยทำ

การศึกษาเด็กเกรด 2 และเกรด 3 จำนวน 139 คน โดยเป็นเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง 59 คน และมาจากครอบครัวสมบูรณ์ 83 คน พบว่า การหย่าร้างก่อให้เกิดความแค้นแก่เด็ก ๆ เป็นอย่างมาก ซึ่งเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้างจะมีลักษณะดังนี้ คือ ความวิตกกังวล ความกดดัน ความกลุ้มใจ ก้าวร้าว และมีปัญหาทางด้านการเรียนมากกว่าเด็กที่มาจากครอบครัวที่สมบูรณ์

#### งานวิจัยในประเทศ

เสาวลักษณ์ เลิศดำรงค์เดช และคนอื่น ๆ (2525 : 1 - 3) ทำการวิจัยเรื่อง การสำรวจสุขภาพจิตเด็กวัยรุ่นในโรงเรียนขอนแก่นวิทยายน จำนวน 621 คน พบว่า กลุ่มวัยรุ่นที่ไม่ได้อยู่กับบิดา มารดา มีแนวโน้มที่จะมีปัญหสุขภาพจิตสูงกว่าวัยรุ่นที่อยู่กับบิดามารดา และกลุ่มนักเรียนวัยรุ่นชายที่ไม่ได้อยู่กับบิดามารดา มีแนวโน้มที่จะมีปัญหสุขภาพจิตสูงกว่าวัยรุ่นชายที่อยู่กับบิดามารดา

ชีรวัดณ์ นิจนตร (2526 : 197) ได้ศึกษาสภาพเชิงจิตสังคมในโรงเรียนกับสุขภาพจิตของนักเรียนวัยรุ่น ในเขตกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า วัยรุ่นที่มาจากครอบครัวแตกแยกมีมีคุณภาพแห่งตนต่ำกว่า ซึมเศร้ามากกว่า วิตกกังวลมากกว่า และมีสุขภาพจิตส่วนรวมเล็่อมกว่าวัยรุ่นที่มาจากครอบครัวปกติ

ศุภลักษณ์ พุทธิพงษ์สิทธิ์ (2524 : 167) ได้ศึกษาสุขภาพจิตและพฤติกรรมทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง พบว่า นักเรียนที่มาจากครอบครัวที่บิดามารดาหย่าร้างกัน มีพฤติกรรมชอบแกล้งเพื่อนมากกว่านักเรียนที่มาจากครอบครัวที่บิดามารดาไม่ได้หย่าร้างกัน และนักเรียนที่มาจากครอบครัวที่บิดามารดาหย่าร้างกัน มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีน้อยกว่านักเรียนที่มาจากครอบครัวที่บิดามารดาไม่ได้หย่าร้างกัน

นิลวรรณ ศิริอังกุล (2535 : 76) ได้ศึกษาสุขภาพจิตของนักเรียนในชุมชนแออัด เขตห้วยขวาง กรุงเทพมหานคร โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชายและหญิง อายุระหว่าง 11 - 16 ปี จำนวน 534 คน พบว่า นักเรียนที่อยู่ในครอบครัวปกติสภาพจิตด้านการปรับตัวทางอารมณ์ดีกว่านักเรียนในครอบครัวที่แตกแยก

จากเอกสารและงานวิจัยที่กล่าวมาข้างต้น จะเห็นได้ว่า สถานภาพของบิดามารดามีความสำคัญต่อชีวิตและสุขภาพจิตของเด็กเป็นอันมาก รวมทั้งปัญหาการเรียนด้วย การที่เด็กไม่สนใจเรียนหรือมีปัญหาการเรียนในด้านต่าง ๆ นั้น อาจเป็นเพราะว่าบิดามารดาปล่อยปละละเลย ไม่ให้ความสนใจในตัวเด็ก ทำให้เด็กรู้สึกว่าการเรียนไม่มีประโยชน์ ขาดกำลังใจในการเรียน

#### 4.3 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับ

##### ผู้ปกครองและความเครียด

##### 4.3.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับเรื่องสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง

##### และความเครียด

ความเครียดของเด็กวัยรุ่นจะออกมาในรูปแบบใดนั้น ยังขึ้นอยู่กับความสัมพันธ์ในครอบครัวเป็นสำคัญ ถ้าสมาชิกในครอบครัวไม่มีความเข้าใจตัวเด็ก ไม่รัก ไม่ห่วงใย ไม่พยายามทำความเข้าใจถึงปัญหา และความต้องการของเด็กวัยรุ่นให้ดีพอ ซึ่งแสดงถึงความสัมพันธ์ในครอบครัวไม่ดีแล้ว จะสร้างความเครียดให้กับเด็กวัยรุ่นเป็นทุนเดิมประกอบกับปัจจัยอื่น ๆ ยิ่งทำให้ความเครียดเพิ่มมากขึ้น เด็กวัยรุ่นจึงต้องพยายามปรับตนเองให้เหมาะสมเพื่อรักษาสมาคม ซึ่งต้องอาศัยองค์ประกอบช่วยเหลือและสิ่งสนับสนุน อันจะได้จากสมาชิกในครอบครัว เช่น การทำให้คำปรึกษาหารือ การให้กำลังใจ การปลุกปลอบใจ การให้ความรักความเข้าใจ เป็นต้น ถ้าความสัมพันธ์ในครอบครัวดีจะทำให้แก้ปัญหาได้ กลับสู่สภาวะสมดุล ในทางตรงกันข้าม ถ้าขาดความช่วยเหลือจากสมาชิกในครอบครัว จะทำให้กลไกในทางที่ไม่เหมาะสม จึงแก้ปัญหาไม่ได้ ไม่สามารถกลับสู่สภาวะสมดุลได้ ซึ่งนำไปสู่ภาวะวิกฤตเช่น ความวิตกกังวล ความคับข้องใจ ความกลัว ความขัดแย้งในใจ การซึมเศร้าอย่างมาก และการแยกตัวเองออกจากสังคม และในที่สุดก็จะเกิดโรคจิต โรคประสาท ประชั้ย เปี่ยมสมบูรณ์ (2525 : 72)

นราธร ศรประสิทธิ์ (2529 : 16) เด็กวัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ มากมาย เพราะเป็นช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อ คาบเกี่ยวระหว่างความเป็นผู้ใหญ่กับความเป็นเด็ก ความตึงเครียดทางอารมณ์ย่อมเกิดขึ้นได้ตลอดเวลา ถ้าเขาไม่สามารถแก้ปัญหานั้น ๆ หรือปรับตัวต่อปัญหาได้ ความกดดันทางจิตก็จะมีมากขึ้น ครอบครัวโดยสมาชิกในครอบครัว จึงเป็นองค์ประกอบสำคัญในการช่วยเหลือต่อการเผชิญกับความเครียดนั้น ๆ ของเด็กวัยรุ่นให้เป็นไปในทางที่เหมาะสม เพราะฉะนั้นการปฏิบัติตนของบิดามารดา จึงเป็นกลไกในการช่วยลดหรือเพิ่มความเครียดในวัยรุ่น

##### 4.3.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง

##### และความเครียด

##### งานวิจัยในต่างประเทศ

มุสเสน และคองเกอร์ (Musen and Conger. 1956 : 256) ศึกษาพบว่าพื้นฐานพฤติกรรมของเด็กเกิดขึ้นจากบรรยากาศภายในบ้าน ถ้าทุกคนในบ้านมีความสัมพันธ์กันดี

เด็กก็จะแสดงความเป็นมิตรและมีความสัมพันธ์อันดีกับคนนอกบ้านด้วย แต่ถ้าการกระจายความรักและความอบอุ่นภายในบ้าน เป็นไปอย่างไม่ยุติธรรม เช่น บิดามารดาให้ความรัก ความเอาใจใส่แก่ลูกมากน้อยไม่เท่ากัน จะก่อให้เกิดความเครียดทางจิต และอารมณ์ไม่มั่นคงแก่เด็กที่คิดว่าตนไม่ได้รับความอบอุ่นเท่ากับพี่น้องคนอื่น ๆ การที่บิดามารดาแสดงความรุนแรงต่อเด็ก แสดงความเกลียดชัง มีผลให้เด็กเกิดความคับข้องใจ มีอารมณ์ไม่มั่นคง

เวกแกนด์ (วรรณภท พองไญย. 2523 : 12 ; อ้างอิงมาจาก Weigand. 1957 : 518 - 522) มีความสนใจเรื่องการปรับตัวของนักเรียนและบทบาทของพ่อแม่ในครอบครัวที่เด็กอาศัยอยู่ ได้สรุปผลการศึกษาไว้ดังนี้ นักเรียนที่ประสบผลสำเร็จและไม่ประสบผลสำเร็จทางการเรียน มีความแตกต่างกันทางการปรับตัว และทัศนคติต่อวิชาเรียน นักเรียนที่ประสบผลสำเร็จทางการเรียนมีปัญหาทางครอบครัวน้อยกว่านักเรียนที่ไม่ประสบผลสำเร็จทางการเรียน และนักเรียนที่ประสบผลสำเร็จทางการเรียนได้รับการสั่งสอนการปรับตนจากทางบ้าน และมีทัศนคติที่ดีต่อทางบ้าน

มาร์โลว์ และวิลสัน (Marlow and Wilson. 1961 : 501 - 510) ศึกษาเด็กที่เรียนในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายที่มีระดับสติปัญญาสูงสองกลุ่ม กลุ่มหนึ่งประสบผลสำเร็จทางการเรียน ส่วนอีกกลุ่มหนึ่งไม่ประสบผลสำเร็จทางการเรียน ทั้งหมด จำนวน 96 คน พบว่าเด็กที่ประสบผลสำเร็จทางการเรียนนั้น พ่อแม่ดูแลเอาใจใส่อย่างดี ยอมรับเด็กให้เด็กได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ มีความไว้วางใจเด็กในการกระทำสิ่งต่าง ๆ ยอมให้เด็กได้มีส่วนร่วมในการตัดสินใจ รวมทั้งให้กำลังใจเด็ก แต่ไม่เร่งรัดเกี่ยวกับความสำเร็จทางการเรียนมากเกินไป ส่วนเด็กที่ไม่ประสบผลสำเร็จทางการเรียนจะมีคะแนนด้านต่าง ๆ ค่อนข้างต่ำ

#### งานวิจัยในประเทศ

อาภา ทัศนช่าง (2511 : 53) พบว่า นิสิตนักศึกษาที่ไม่สามารถประสบผลสำเร็จทางการเรียน มักมีปัญหาทางอารมณ์ ซึ่งได้แก่ ความวิตกกังวลใจ กระวนกระวายใจ การพึ่งผู้อื่น มีทัศนคติทางลบต่อบิดามารดา มีความขัดแย้งและคับข้องใจ

สมทรง สุวรรณเลิศ (2514 : 7 - 9) ศึกษาเด็กที่มีปัญหาการเรียนของเด็กที่เรียนไม่ได้ หรือเรียนต่ำกว่าความสามารถในเกณฑ์เฉลี่ย หรือเรียนเด็กฉลาดมาก แต่เรียนไม่ได้เท่าที่ควร ทั้งนี้เนื่องมาจากเด็กมีปัญหาทางอารมณ์ ซึ่งมีสาเหตุหลายอย่าง เช่น ความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิก

นครอบครัวไม่ดี พ่อแม่ไม่ลงรอยกัน ทำให้เด็กพลอยวิตกกังวลจะขาดความสุข หรือบางที่พ่อแม่ไม่  
เข้าใจ และไม่สนใจเด็กเลย ทำให้เด็กรู้สึกว่าการเรียนไม่มีประโยชน์และขาดกำลังใจในการเรียน

กวินทร์ ธรรมนุด (2522 : 20) ศึกษาพบว่า เด็กที่อยู่ในครอบครัวที่มีบรรยากาศ  
ที่พ่อแม่ปล่อยปละละเลย ชอบบ่นจู้จี้ ไม่เอาใจใส่ เวลามีปัญหาเฉพาะหน้าเกิดขึ้นเด็กจะตัดสินใจ  
ไม่ถูก ไม่รู้ว่าอะไรควรทำ ไม่ควรทำอย่างไร ชอบทำงานชนิดที่ไม่ต้องออกแรง ชอบวิธีรวลัด  
หรือความสะดวกสบายต่าง ๆ

จากเอกสารและงานวิจัยที่กล่าวมาข้างต้น ชี้ให้เห็นว่าการปฏิบัติตนของบิดามารดาที่มีความ  
สำคัญในการหล่อหลอมพฤติกรรมของเด็ก เด็กจะมีความผูกพันกับครอบครัวตั้งแต่เล็กจนโต เพราะฉะนั้น  
การอบรมสั่งสอน การให้ความรัก ให้คำแนะนำ และเป็นที่ยปรึกษา รวมทั้งการถ่ายทอดความรู้สึกนึกคิด  
หรือพฤติกรรมมาให้เด็กนั้น บทบาทของบิดามารดาจึงมีอิทธิพลต่อตัวเด็กมาก

#### 4.4 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องความคาดหวังของบิดามารดากับความเครียด

##### 4.4.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับเรื่องความคาดหวังของบิดามารดากับความเครียด

ประชัย เปี่ยมสมบูรณ์ (2525 : 70 - 71) นับตั้งแต่วัยแรกเริ่มของชีวิตจวบจน  
เข้าสู่วัยเด็กเล็ก วัยรุ่น และวัยหนุ่มสาว บิดามารดาย่อมมีบทบาทและอิทธิพลไม่น้อยที่จะกำหนดแนวทาง  
ชีวิตกับบุตร-ธิดา ทั้งทางตรงและทางอ้อม โดยปกติบิดามารดาทุกคนย่อมปรารถนาที่จะเห็นบุตรธิดาของ  
ตนประสบความสำเร็จก้าวหน้าในชีวิตอนาคต แต่อย่างไรก็ตาม วิธีการของบิดามารดาแต่ละคู่มักจะแตกต่างกัน  
บิดามารดาที่เป็นพรหมของบุตร ย่อมตระหนักว่า บุตรธิดาไม่ใช่เครื่องปั้นดินเผาที่จะปั้นได้ตามใจผู้ปั้น  
ตลอดเวลา แต่บุตรธิดาคือบุคคลที่มีบุคลิกภาพ ทักษะคิดและความถนัดของตนเอง บิดามารดาจึงควรอยู่  
ในฐานะผู้ป้อนข้อมูลและแนะแนวทางดำเนินชีวิตแก่บุตรธิดา ไม่ใช่ผู้บังคับการชีวิต การตัดสินใจการเลือก  
วิถีชีวิต ยิ่งเมื่อบุตรธิดาเติบโตมากขึ้น จึงควรเป็นเรื่องที่บุตรธิดาจะต้องตัดสินใจโดยมีบิดามารดา  
เสมือนที่ปรึกษา ในบางครอบครัวบุตรธิดาไม่โชคดีดังเช่นที่กล่าว ตรงกันข้ามบิดามารดาบางราย  
ปราศจากความเข้าใจบุตรธิดา มักใช้วิธีการกำหนดและบีบบังคับให้บุตรธิดาเลือกวิถีชีวิต และวิชาชีพ  
ที่ตนมุ่งหลัง ทำให้เด็กเกิดความกดดัน อาจเกิดความคับข้องใจ และความขัดแย้งภายในจิตใจอย่าง  
รุนแรง ทำให้มีผลกระทบกระเทือนต่อการพัฒนาบุคลิกภาพ และทำให้ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง  
รวมทั้งพลาดกล้วในการที่จะตัดสินใจแก้ไขปัญหาชีวิตในอนาคต

สุพิทรา สุภาพ (2518 : 37 - 39) กล่าวว่า ในเด็กวัยรุ่นนี้เป็นปัจจัยที่มีความต้องการที่จะมีความเป็นอิสระและความต้องการนี้จะรุนแรงมากในวัยนี้ เพราะเป็นวัยที่อยู่ระหว่างวัยเด็กกับวัยผู้ใหญ่ จึงอยากจะแสดงออกซึ่งความเป็นตัวของตัวเอง ฉะนั้น จึงไม่ชอบให้ผู้ใหญ่มากำกว่าในชีวิตรตน และประกอบกับเด็กในวัยนี้มีการพัฒนาความคิดที่เป็นอุดมคติส่วนตัวเป็นอย่างมาก มีการกำหนดแนวทางความต้องการในอนาคตและความสำเร็จของตนเองไว้แล้ว เป็นวัยที่อยากรับผิดชอบ อยากพึ่งตนเอง ผันถึงจุดหมายในอนาคต เช่น อยากเป็นโน่นอยากเป็นนี้ การที่บิดามารดาเข้ามากำหนดความต้องการและแนวทางชีวิตแทนตัวเขาเอง จึงเป็นการบีบบังคับตัวเขา ซึ่งขัดกับความต้องการและพัฒนาการทางบุคลิกภาพ ความตึงเครียดทางอารมณ์ย่อมเกิดขึ้นได้ และโดยสภาพทั่วไปบุคคลเมื่อเกิดสภาพความต้องการ (Need) เกิดขึ้นจะเป็นผลสะท้อนทำให้เกิดพฤติกรรมซึ่งเรียกว่า ความตึงเครียด (Tension) และเมื่อความต้องการของบุคคลไม่ได้รับการตอบสนองระหว่างที่อยู่ในสภาพที่อดกลั้น ระบบต่าง ๆ ของร่างกายก็จะได้รับความกระทบกระเทือน เนื่องจากความไม่สมดุล นั้นแสดงว่า บุคคลนั้นจะเกิดความเครียดขึ้น

นราธร ศรีประสิทธิ์ (2529 : 24) กล่าวว่า ความต้องการหรือความมุ่งหวังในชีวิต ทั้งของตัววัยรุ่นเอง และที่บิดามารดามีต่อตัวเขา อาจจะมาซึ่งความเครียดทางจิตใจให้เกิดขึ้นกับตัวเขาเองได้ และถ้าความต้องการหรือมุ่งหวังนั้นมีความขัดแย้งกัน ระหว่างของตนเองกับของบิดามารดา จะทำให้เขาเกิดความยุ่งยากสับสนมากยิ่งขึ้น จนอาจเป็นความขัดแย้งทางอารมณ์อย่างรุนแรง ประกอบกับโดยสภาพธรรมชาติของความต้องการของบุคคลนั้น เมื่อเกิดสภาวะความต้องการขึ้น ความเคร่งเครียด ความกดดันก็จะมีอยู่แล้ว ซึ่งจะทำให้บุคคลนั้น ๆ จำเป็นต้องหาทางเพื่อที่จะตอบสนองต่อความต้องการหรือความคาดหวังนั้น ๆ ในชีวิตของตน เพื่อที่จะกลับสู่ภาวะความสมดุลย์ ทั้งทางร่างกายและจิตใจ และในปัจจุบันวัยรุ่นจำเป็นต้องมีการแข่งขันกันในด้านต่าง ๆ มากมาย เกี่ยวกับอนาคตของตนเองทั้งด้านการศึกษา การเลือกที่จะประกอบอาชีพ การแข่งขันทางงานทำ และการก้าวเข้าสู่ฐานะของความเป็นผู้ใหญ่ ทำให้การพึ่งพาตนเอง การตอบสนองต่อความมุ่งหวังในชีวิตจะต้องมีมากขึ้น ดังนั้นความคาดหวังของบิดามารดา จึงเป็นสถานการณ์หนึ่งที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กับความเครียดที่เกิดขึ้นกับวัยรุ่นในปัจจุบัน

#### 4.4.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความคาดหวังของบิดามารดาและความเครียด

##### งานวิจัยในประเทศ

ชอทิพย์ ราชศรีเกรียงไกร (2523 : 90) ได้ศึกษาความมุ่งหวังของบิดามารดาที่มีต่อการศึกษาและอาชีพของบุตร พบว่า สำหรับความมุ่งหวังในด้านการศึกษา บิดาของนักเรียน ส่วนใหญ่จะมีความมุ่งหวังให้บุตรจบการศึกษาระดับปริญญาตรีหรือสูงกว่านี้ขึ้นไป และในด้านความมุ่งหวังในอาชีพ พบว่า บิดาของนักเรียนส่วนใหญ่มองเห็นว่าให้บุตรมีอาชีพ วิชาชีพ ที่เกี่ยวข้องสูงที่สุดนั้น แสดงให้เห็นว่าเด็กวัยรุ่นในปัจจุบันมักถูกคาดหวังจากบิดามารดาและครอบครัวต่อการศึกษาระดับสูง ๆ และการมีอาชีพที่สูงที่สุด

จุมพล ทนินพานิช (2517 : 103) ศึกษาเกี่ยวกับแผนการศึกษาต่อและประกอบอาชีพของนักเรียนชั้น ม.ศ.5 พบว่า บิดามีอาชีพพ่อค้า นักธุรกิจ มีความต้องการและมุ่งหวังให้บุตรของตนเข้าศึกษาในระดับอุดมศึกษา ร้อยละ 22.2 บิดาที่มีอาชีพอิสระและอื่น ๆ ต้องการให้บุตรเรียนระดับอุดมศึกษา ร้อยละ 14.1 และบิดาที่เป็นลูกจ้างเอกชนมี ร้อยละ 11.3 ที่ต้องการให้บุตรเรียนถึงระดับอุดมศึกษา และนอกจากนี้ยังพบว่า บิดาที่มีอาชีพลูกจ้างเอกชนและพ่อค้าต้องการให้บุตรมีอาชีพแพทย์ และบิดาที่มีอาชีพข้าราชการและทำงานอิสระมีความมุ่งหวังให้บุตรตนเรียนแพทย์รองลงมา ส่วนบิดามารดาที่มีอาชีพอิสระและลูกจ้างเอกชนมีความมุ่งหมายหวังให้บุตรตนมีอาชีพเป็นวิศวกร นักธุรกิจ ส่วนบิดามารดาที่มีอาชีพอิสระและข้าราชการต้องการให้บุตรตนมีอาชีพเป็นนักปกครอง แสดงให้เห็นว่า บิดามารดาและครอบครัวของเด็กที่มีความคาดหวังหรือความต้องการให้บุตรของตนเป็นอย่างที่ตนต้องการที่มองว่าอาชีพที่สังคมยกย่องและ เป็นอาชีพที่มีรายได้ดีจึงอยากให้บุตร เป็นเช่นนั้น

จากเอกสารและงานวิจัยที่กล่าวมาข้างต้น จะเห็นได้ว่า ความคาดหวังของบิดามารดา ส่งผลให้เด็กวัยรุ่นเกิดความเครียด เพราะบิดามารดาเด็กมีความคาดหวังให้บุตรของตนเป็นอย่างที่ตนต้องการ

## 5. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน

### 5.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับเรื่องสภาพแวดล้อมที่โรงเรียนและความเครียด

ปัจจุบันโรงเรียนมีบทบาทสำคัญในการผลิตคนให้เป็นพลเมืองดี เพราะโรงเรียนมีอิทธิพลต่อเด็กมากกว่าสถาบันอื่น ดังนั้นโรงเรียนจึงสมควรตระหนักถึงบทบาทของตนเองที่จะส่งเสริมพัฒนาการของเด็กในด้านต่าง ๆ จึงจำเป็นต้องจัดบรรยากาศและสภาพแวดล้อมที่จะช่วยส่งเสริมการเรียนการสอนของนักเรียน ดังที่ ละเมียด ลิมอักษร (2519 : 23 - 28) กล่าวว่า โรงเรียนเป็นสถานที่ซึ่งจัดขึ้นโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้เกิดการศึกษาแก่เด็กโดยตรง โรงเรียนจึงเป็นสิ่งแวดล้อมทางการศึกษาที่สำคัญที่สุด โรงเรียนเป็นสถานที่ที่เด็กได้พบสิ่งแวดล้อมหลายอย่าง เช่น ได้มีการสมาคมติดต่อกับครู และเพื่อนนักเรียนในวัยต่าง ๆ ได้รับการอบรมสั่งสอนจากครู ได้เล่นและทำงานร่วมกับเพื่อนนักเรียนด้วยกัน ได้อ่านหนังสือในห้องสมุด ได้ดูภาพยนตร์และโทรทัศน์และได้ฟังวิทยุที่ครูจัดขึ้นเพื่อประกอบการสอน ซึ่งล้วนแต่เป็นประโยชน์ต่อการศึกษาทั้งสิ้นช่วยให้เด็กมีประสบการณ์ มีความเจริญงอกงามในด้านต่าง ๆ

อุรุธญา รักษมธุรี (2526 : 6 - 7) ศึกษาสภาพแวดล้อมของโรงเรียนตามความรู้สึกของอาจารย์ นักเรียนระดับมัธยมศึกษา และระดับประถมศึกษา ให้ความหมายของสภาพแวดล้อมของโรงเรียนไว้ว่า สภาพแวดล้อมของโรงเรียน หมายถึง สภาพการณ์ต่าง ๆ ในโรงเรียนที่มีอิทธิพลต่อความเป็นอยู่และพัฒนาการทุกด้านของนักเรียนและครู เป็นต้นว่า ระบบการศึกษา ระบบการปกครอง กิจกรรมทุกอย่างในโรงเรียน ได้แบ่งสภาพแวดล้อมของโรงเรียนออกเป็น 7 ด้าน คือ

1. การเรียนการสอน หมายถึง สภาพหรือบรรยากาศการเรียนการสอน การจัดการเรียนการสอนหลักสูตร วิธีสอน การวัดผล ตำรา และเอกสารประกอบการสอน
2. การบริหารงาน หมายถึง แนวนโยบายการดำเนินงานการบริหารโรงเรียน กฎข้อบังคับและระเบียบวินัยที่มีผลบังคับใช้กับนักเรียนและครู เป็นต้น
3. การให้บริการนักเรียน หมายถึง บริการต่าง ๆ ที่จัดขึ้นในโรงเรียน เช่น บริการแนะแนวบริการอาหารกลางวัน บริการสุขภาพ บริการห้องสมุด บริการรับ-ส่ง เป็นต้น

4. การจัดกิจกรรมนักเรียน หมายถึง กิจกรรมต่าง ๆ ที่จัดขึ้นในโรงเรียนเพื่อให้นักเรียนที่สมบูรณ์แก่นักเรียน เช่น กิจกรรมการปกครอง ชุมนุมทางวิชาการ กิจกรรมรื่นเริงและกีฬา กิจกรรมส่งเสริมประเพณีและวัฒนธรรม กิจกรรมเพื่อสาธารณประโยชน์ เป็นต้น

5. สังคมกลุ่มเพื่อน หมายถึง ความสัมพันธ์ในหมู่นักเรียนและครู การคบเพื่อนของนักเรียนภายในโรงเรียน การรวมกลุ่มความสัมพันธ์และความร่วมมือในกลุ่มเพื่อน กิจกรรมที่เอื้อต่อการพัฒนาการกลุ่มที่จัดขึ้นในโรงเรียน

6. อาคารสถานที่ หมายถึง ลักษณะของอาคารสถานที่ภายในโรงเรียน เช่น ดิกรเรียน ห้องสมุด ห้องปฏิบัติการต่าง ๆ โรงอาหาร ที่พักผ่อนหย่อนใจ สถานที่อำนวยความสะดวกต่าง ๆ ภายในโรงเรียน รวมทั้งการจัดตกแต่งบริเวณความสะอาดของอาคารและบริเวณ การบำรุงรักษาและสิ่งแวดล้อมภายนอกโรงเรียน เช่น กลิ่นเหม็น เสียงรบกวน แสงเสื่อมโทรม เป็นต้น

7. จริยธรรม หมายถึง สภาพแวดล้อมที่เกี่ยวข้องกับความประพฤติของครูและนักเรียน ที่อยู่ในศีลธรรมอันดี มีการปฏิบัติไปในทางสร้างสรรค์ และทำให้การอยู่ร่วมกันในสังคมเป็นไปอย่างผาสุก

ชิรวัดน์ นิจนตร (2526 : 28 - 29) ได้กล่าวถึงสภาพแวดล้อมของโรงเรียนโดยแบ่งสภาพแวดล้อมของโรงเรียนออกเป็น 3 ด้าน ดังนี้

1. สภาพแวดล้อมทางด้านกายภาพ หมายถึง อาคารสถานที่ สิ่งก่อสร้าง วัสดุอุปกรณ์ต่าง ๆ และอาณาบริเวณที่อยู่ รวมไปถึงลักษณะการจัด การตกแต่ง และการใช้พื้นที่หรือสิ่งก่อสร้างต่าง ๆ

2. สภาพแวดล้อมทางด้านสภาพสังคม หมายถึง การปฏิสัมพันธ์หรือการเกี่ยวข้องสัมพันธ์ระหว่างบุคคลต่าง ๆ ภายในโรงเรียน ซึ่งหมายถึง บรรยากาศภายในโรงเรียน

3. สภาพแวดล้อมทางด้านจิต หมายถึง ลักษณะการรับรู้ของบุคคลเกี่ยวกับสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นว่าสอดคล้องความคิด และความต้องการของเขาหรือไม่เพียงไร เช่น การรับรู้เกี่ยวกับความสมเหตุสมผลระหว่างการกระทำของเขากับผลที่ได้รับ

สุพิชญา อีระกุล และคนอื่น ๆ (2524 : 182 - 187) ได้เสนอแนะแนวทางการจัดสิ่งแวดล้อมที่เอื้ออำนวยต่อการเรียนการสอนไว้หลายประการ สรุปได้ดังนี้

1. สภาพโรงเรียนและห้องเรียน โรงเรียนจัดอาคารสถานที่ถูกหลักวิชา เช่น การวางแผนแนวอาคารถูกทิศทาง ได้รับแสงสว่างเพียงพอ อากาศถ่ายเทได้ดีไม่ร้อนอบอ้าวจนเกินไป ไม่มีเสียงรบกวนภายนอกด้วยสิ่งที่สวยงามเป็นระเบียบ เพื่อช่วยให้บรรยากาศร่มรื่นน่าเรียน สภาพห้องเรียนควรยืดหยุ่นได้ตลอดเวลา บริเวณควรสะอาด สวยงาม โต๊ะเก้าอี้มีเพียงพอกับจำนวนนักเรียนและขนาดต้องเหมาะสมกับนักเรียน เพราะสิ่งเหล่านี้ไม่มีความจำเป็นที่จะสร้างเสริมการเรียนการสอนให้ได้ดี
2. หลักสูตร คือ แนวทางที่โรงเรียนจัดประสบการณ์ให้แก่เด็ก เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ หลักสูตรที่ดี จะต้องจัดให้ตรงกับความมุ่งหมายของการศึกษาและตรงกับความต้องการของเด็กแต่ละวัย
3. อุปกรณ์การศึกษา เป็นเครื่องช่วยให้เกิดการเรียนรู้ได้ดีและง่ายขึ้น การจะใช้วัสดุอุปกรณ์ประกอบการเรียนการสอนให้ได้ดีนั้นขึ้นอยู่กับทักษะและความสนใจของครูว่าจะใช้อุปกรณ์นั้น ๆ ได้เหมาะสมกับเนื้อหา เวลา และใช้ได้ถูกต้องเพียงใด
4. กิจกรรมต่าง ๆ ในการเรียนการสอนกิจกรรม คือ พฤติกรรมที่แสดงออกแล้วทำให้เกิดการเรียนรู้ ซึ่งการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นจะดีหรือไม่ขึ้นอยู่กับกิจกรรมที่ทำนั้นตรงกับจุดมุ่งหมายที่วางไว้หรือไม่ กิจกรรมที่ดีควรเป็นกิจกรรมที่ผู้เรียนกระทำแล้ว เกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง เช่นกิจกรรมเกี่ยวกับการพูด การเขียน
5. เวลาและโอกาส การเรียนจะเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพขึ้นอยู่กับเวลา ครูจะต้องจัดสรรเวลาให้เหมาะสมกับวิชา หรือเนื้อหาที่จะสอน เวลาควรมีการยืดหยุ่นตามเนื้อหา ไม่ควรมีกฎเกณฑ์ตายตัว
6. สถานที่ สถานที่ที่ใช้ในการเรียนนั้น อาจไม่ได้หมายถึงห้องเรียนเพียงอย่างเดียว บางครั้งอาจเป็นสนาม หรือ สถานที่ไปทัศนศึกษาด้วย สถานที่จึงมีส่วนช่วยสร้างความรู้สึกและบรรยากาศของการศึกษาเล่าเรียน การเปลี่ยนแปลงบรรยากาศ ในการเรียนช่วยให้นักเรียนไม่เบื่อหน่าย ช่วยเหลือสังคมของเด็กดีขึ้น
7. ผู้เรียน การเรียนการสอนจะเกิดขึ้นได้และเป็นผลดี ก็ต่อเมื่อผู้เรียนมีความพร้อม ความสนใจที่จะศึกษาหาความรู้ ครูจะต้องกระตุ้นให้ผู้เรียน เกิดความพร้อมที่จะเรียนหรือเมื่อผู้เรียนเกิด

ความพร้อมที่จะเรียนก็ควรทำให้โอกาสแก่ผู้เรียนทันที ครูผู้สอนจะต้องหมั่นสังเกตพฤติกรรมของผู้เรียน หากแสดงความรู้สึกว่ามีความวิตกกังวล มีความคับข้องใจ ครูจะต้องช่วยลดความรู้สึกนั้น ๆ เสียก่อนและพยายามสร้างบรรยากาศที่จะให้ผู้เรียนได้ใช้ความสามารถได้อย่างเต็มที่

8. ผู้สอนและวิธีสอน ครูถือว่าเป็นปัจจัยสำคัญที่สุดประการหนึ่งที่จะช่วยให้การเรียนการสอนประสบผลดี นักการศึกษาต่างประเทศ และการวิจัยการศึกษาได้ระบุไว้แน่ชัดว่า ยังไม่มีอุปกรณ์การสอนใด ๆ ในโลกนี้ ที่จะใช้แทนครูที่มีความสามารถในการสอนได้

## 5.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องสภาพแวดล้อมที่โรงเรียนและความเครียด

### งานวิจัยในประเทศ

เลวิน และคนอื่น ๆ (ลีลาศ บุญทองขาว. 2527 : 16; อ้างอิงมาจาก Lewin and others. 1939 : 271 - 279) ได้ศึกษาเกี่ยวกับบรรยากาศในชั้นเรียน พบว่านักเรียนที่อยู่ชั้นเรียนแบบอัตตาธิปไตย มีแนวโน้มเป็นเด็กก้าวร้าว หยาดกระด้าง ไม่มีความเห็นใจผู้อื่น ส่วนชั้นเรียนที่มีบรรยากาศแบบประชาธิปไตยนั้น กลับส่งเสริมให้นักเรียนรู้จักสามัคคีปรองดอง เป็นมิตรต่อกัน การเรียนราวกับมีบรรยากาศที่น่าสบายใจน่าเรียน เพราะครูรู้จักจัดความกดดัน ความเกรงกลัวไว้ได้ ๆ ออกไปจากชั้นได้

ทอย์แมน (Tiedman. 1942 : 657 - 664) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างนักเรียนกับครู ผลจากการวิจัยพบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาจะไม่ชอบครูแบบเผด็จการที่มีนิสัยข่มขู่ ปราศจากความเห็นอกเห็นใจและการสอนแบบใช้อำนาจทั้งหลายนั้น เด็กยิ่งโตขึ้นเท่าไรก็จะมีความรู้สึกเป็นปฏิปักษ์ยิ่งขึ้นเพียงนั้น

บุช (Bush. 1942 : 645 - 656) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างครูกับนักเรียน พบว่า ครูที่พยายามหาความรู้จักกับเด็ก ๆ ให้ความเห็นอกเห็นใจเด็ก รู้จักส่งเสริมการเรียนตามความต้องการและความสนใจของเด็ก เด็กจะเรียนได้ดี และมีความสามารถในการปรับตัวด้านการเรียนได้สูง ซึ่งต่างกับครูที่มุ่งสอนโดยวิธีกดดันให้เด็กยอมรับความต้องการของตนผลที่สุดเด็กจะไม่พอใจในตัวครูและเรียนไม่ได้ดีเท่าที่ควร

โอเบอ์ทฟเฟอร์ (Oberteuffer. 1954 : 296 - 297) ได้ศึกษาสุขภาพจิตที่เกี่ยวกับการศึกษาในโรงเรียนพบว่า อิทธิพลของชั้นเรียนก็เป็นสิ่งแวดล้อมอย่างหนึ่งที่มีผลต่อสุขภาพจิตของเด็ก และการจัดบรรยากาศของห้องเรียนดีจะมีส่วนช่วยให้นักเรียนปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ดี

ธอร์นเบอร์ก (Thornburg. 1975 : 181 - 185) ศึกษาทัศนคติต่อโรงเรียนกับกลุ่มนักเรียนที่มีปัญหาต้องออกจากโรงเรียนกลางคัน พบว่านักเรียนร้อยละ 50 ของกลุ่มตัวอย่างมีทัศนคติที่ดีต่อโรงเรียน และอีกร้อยละ 24 แสดงทัศนคติไม่ดีต่อโรงเรียนอย่างรุนแรง ซึ่งแสดงออกหลายลักษณะ เช่น เห็นว่าหลักสูตรการเรียนการสอนไม่มีประโยชน์ เป็นการเรียนครูผู้สอนเน้นเรื่องคะแนนมากเกินไป ครูลาเอียงและกฎข้อบังคับของโรงเรียนเข้มงวดเกินไป

### งานวิจัยในประเทศ

สุรัสวดี ศิลปอนันต์ และคนอื่น ๆ (2518 : 56) ศึกษาปัญหาการศึกษาของจังหวัดและเขตในส่วนที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเรียนการสอนของโรงเรียนมัธยมศึกษา เขตการศึกษา 4 พบว่า ครูไม่กระตือรือร้นในการสอน ครูให้โอกาสแก่นักเรียนในการร่วมกิจกรรมในบทเรียนน้อย ครูขาดทักษะที่จะกระตุ้นให้นักเรียนเกิดความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ครูไม่ได้ใช้ผลการสอบเป็นเครื่องมือแก้ไขข้อบกพร่องในการเรียนการสอนมัธยมศึกษาที่มีต่อครูในโรงเรียนภาคกลาง ผลการวิจัยพบว่า ลักษณะการสอนของครูที่มีการสอนดีก็คือ ความรู้ดี เตรียมการสอนดี ตั้งใจสอน ใช้อุปกรณ์การสอนในการอธิบายให้นักเรียนให้เกิดความเข้าใจและมีวิธีการสอนแตกต่างกันตามความสามารถของเด็ก

อุรัญญา รุชมธุรี (2526 : 100 - 105) ได้ศึกษาสภาพแวดล้อมของโรงเรียนเอกชนในเครือคาทอลิก และสภาคริสตจักรแห่งประเทศไทย ในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ทั้ง 2 กลุ่ม มีความต้องการส่วนใหญ่นี้เหมือนกัน คือ มีความต้องการในการปรับปรุงการจัดสภาพแวดล้อมด้านการบริการนักเรียนสูงเป็นอันดับหนึ่ง และด้านการเรียนการสอนเป็นอันดับรองลงมา ที่เป็นเช่นนี้ อาจเป็นเพราะนักเรียนในวัยนี้ต้องการดูแลเอาใจใส่อย่างใกล้ชิด เพราะสภาพแวดล้อมที่สับสนในสังคม อาจก่อให้เกิดปัญหาการปรับตัวทางด้านร่างกายและจิตใจ

จากเอกสารและงานวิจัยที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า สิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนมีความสำคัญและมีอิทธิพลต่อการเรียนรู้ของนักเรียน ซึ่งมีส่วนที่ทำให้ให้นักเรียนเกิดความเครียดในการเรียนได้ไม่ว่าจะเป็นครูผู้สอน เพื่อน อาคารสถานที่ ห้องเรียน รวมทั้งความสัมพันธ์ของบุคคลในโรงเรียนทั้งในห้องเรียนและนอกห้องเรียน

### บทที่ 3

#### วิธีการดำเนินการศึกษาค้นคว้า

#### แหล่งข้อมูลและกลุ่มตัวอย่าง

##### ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนที่กำลังเรียนอยู่ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 6 โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี สังกัดกรมพลศึกษา จำนวน 486 คน เป็นนักเรียนชาย 351 คน และนักเรียนหญิง 135 คน

##### กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนที่กำลังเรียนอยู่ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 6 ปีการศึกษา 2540 โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี สังกัดกรมพลศึกษา จำนวน 461 คน เป็นนักเรียนชาย 338 คน และนักเรียนหญิง 123 คน ซึ่งผู้วิจัยต้องการที่จะเก็บรวบรวมข้อมูลกับประชากรทั้งหมด แต่เนื่องจากมีนักเรียนเก็บตัวและแข่งขันกีฬา จำนวน 25 คน จึงไม่สามารถเก็บรวบรวมข้อมูลกับประชากรทั้งหมดได้ ดังแสดงในตาราง 1

ตาราง 1 แสดงจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

ระดับชั้น	ประชากร		รวม	กลุ่มตัวอย่าง		รวม	ร้อยละ
	ชาย	หญิง		ชาย	หญิง		
มัธยมศึกษาปีที่ 1	59	31	90	59	31	90	100.00
มัธยมศึกษาปีที่ 2	78	17	95	78	17	95	100.00
มัธยมศึกษาปีที่ 3	52	19	71	52	19	71	100.00
มัธยมศึกษาปีที่ 4	80	31	111	76	21	97	87.39
มัธยมศึกษาปีที่ 5	49	25	74	43	25	68	91.89
มัธยมศึกษาปีที่ 6	33	12	45	30	10	40	88.89
รวม	351	135	486	338	123	461	94.86

### เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับ  
ความเครียดในการเรียนประกอบด้วย

1. แบบสอบถามข้อมูลด้านส่วนตัว ✓
2. แบบสอบถามด้านครอบครัว ✓
3. แบบสอบถามด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน ✓
4. แบบสอบถามความเครียดในการเรียน ✓
5. แบบทดสอบเชาวน์ปัญญา

## วิธีสร้างเครื่องมือและการหาคุณภาพเครื่องมือ

1. แบบสอบถามข้อมูลด้านส่วนตัว แบ่งเป็น 3 ตอน ดังนี้คือ

1.1 ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลด้านส่วนตัว เป็นแบบสอบถามที่เกี่ยวกับเพศ อายุ ระดับชั้นที่กำลังเรียน ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ประเภทกีฬา จำนวนครั้งของการแข่งขัน แผนการเรียน ช่วงระยะเวลาของการฝึกซ้อม ดังตัวอย่าง

ตัวอย่างแบบสอบถามด้านส่วนตัวของนักเรียน

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามด้านส่วนตัวของท่าน เมื่อท่านอ่านข้อความแล้วโปรดทำ

เครื่องหมาย / ลงในช่อง [ ] และเติมข้อความลงในช่องว่างให้ครบถ้วน

1. เพศ [ ] ชาย

[ ] หญิง

2. ระดับชั้นที่กำลังเรียน

[ ] ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

[ ] ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

[ ] ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

[ ] ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

[ ] ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

[ ] ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

3. อายุ ..... ปี

4. คะแนนเฉลี่ยสะสมทุกรายวิชาจากการวัดผล ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2540...

5. ประเภทกีฬา .....

6. จำนวนครั้งที่เข้าร่วมแข่งขันในรอบหนึ่งปีการศึกษา ..... ครั้ง

7. แผนการเรียน ( ) คณิตศาสตร์ - วิทยาศาสตร์

( ) คณิตศาสตร์ - ภาษาอังกฤษ

8. ช่วงเวลาของการฝึกซ้อม

[ ] ช่วงระยะเวลาวันจันทร์ถึงวันศุกร์

[ ] ช่วงเวลาทั้งช่วงวันจันทร์ถึงวันศุกร์และวันเสาร์

[ ] ช่วงเวลาทั้งช่วงวันจันทร์ถึงวันศุกร์และวันเสาร์ วันอาทิตย์

## 1.2 ตอนที่ 2 แบบสอบถามบุคลิกภาพ มีขั้นตอนการสร้างดังนี้

1.2.1 ศึกษาเอกสารงานวิจัยและนิยามศัพท์เฉพาะที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพ

1.2.2 ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามเกี่ยวกับบุคลิกภาพที่สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ

โดยปรับปรุงมาจากแบบสอบถามบุคลิกภาพของ อัจฉรา วงศ์วัฒนามงคล (2533 : 162)

จำนวน 30 ข้อ

1.2.3 ทหาความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ (Face Validity) โดยนำแบบสอบถามในข้อ 1.2.1 และ 1.2.2 ไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 3 คน คือ รองศาสตราจารย์กมลรัตน์ กวีทอง ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรหมธิดา แสนคำเครือ และอาจารย์วิไลลักษณ์ พงษ์โสภาก เพื่อตรวจสอบด้านเนื้อหา ข้อคำถาม และภาษาที่ใช้แล้วนำไปปรับปรุงแก้ไขก่อนนำไปทดลองใช้ ได้ข้อคำถาม จำนวน 30 ข้อ

1.2.4 นำแบบสอบถามบุคลิกภาพ ซึ่งปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้ (Try Out) กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นและตอนปลาย โรงเรียนกีฬาทุ่งสง จังหวัดนครศรีธรรมราช ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 60 คน และนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นและตอนปลาย โรงเรียนกีฬาอูบลราชธานี จังหวัดอุบลราชธานี จำนวน 60 คน รวมทั้งหมด 120 คน จากนั้นนำมาตรวจาคะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด เพื่อหาค่าอำนาจจำแนก โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามรายข้อกับคะแนนรวมทั้งหมดด้วยวิธี Item Total Correlation เพื่อหาค่าอำนาจจำแนกเฉพาะกลุ่มบุคลิกภาพแบบ เอ และกลุ่มบุคลิกภาพแบบบี โดยเลือกเฉพาะข้อที่มีค่า  $r$  ตั้งแต่ 0.2 ขึ้นไป มาใช้เป็นแบบสอบถาม โดยได้แบบสอบถามเกี่ยวกับบุคลิกภาพ จำนวน 24 ข้อ แบ่งเป็นบุคลิกภาพแบบเอ 12 ข้อ และบุคลิกภาพแบบบี 12 ข้อ มีค่า  $r$  อยู่ระหว่าง 0.219 - 0.669

1.2.5 ทาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามโดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha-Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2531 : 132 - 133) ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามบุคลิกภาพทั้งฉบับเท่ากับ .7399

1.2.6 ลักษณะแบบสอบถามบุคลิกภาพ เป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ตามแบบของลิเคอร์ที่มี 5 ระดับ

ตัวอย่างแบบสอบถามบุคลิกภาพ

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้ประกอบด้วยข้อความที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมในชีวิตประจำวันของนักเรียน ขอให้นักเรียนอ่านข้อความแล้วพิจารณาว่า เป็นจริงตรงกับพฤติกรรมที่ปฏิบัติอยู่มากน้อยเพียงใด แล้วตอบโดยทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ต้องการเพียงข้อละ เครื่องหมายเดียวดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ตรงกับการกระทำของนักเรียนเป็นประจำทุกครั้งที่
จริง	หมายถึง	ตรงกับการกระทำของนักเรียนเกือบทุกครั้งที่
จริงบ้างไม่จริงบ้าง	หมายถึง	บางครั้งตรงกับการกระทำของนักเรียน บางครั้ง ไม่ตรงกับการกระทำของนักเรียน
จริงน้อย	หมายถึง	ตรงกับการกระทำของนักเรียนน้อยครั้งมาก
ไม่จริงเลย	หมายถึง	ไม่ตรงกับการกระทำของนักเรียนเลย

ข้อ	ข้อความ	จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง ไม่จริงบ้าง	จริง น้อย	ไม่จริง เลย
0	เมื่อข้าพเจ้ามีนัด ข้าพเจ้าไปถึงที่หมายก่อนเวลา	.....	.....	.....	.....	.....
00	ข้าพเจ้ารู้สึกไม่พอใจ ถ้ามีคนมาขัดจังหวะเวลา ทำงาน .....	.....	.....	.....	.....	.....
000	ข้าพเจ้าเป็นคนกระตือรือร้นที่จะทำงานให้ดีที่สุด	.....	.....	.....	.....	.....

เกณฑ์การให้คะแนน

ผู้วิจัยตรวจและให้คะแนนตามความหมายของคำถามในแต่ละข้อต่อไปนี้

1. ข้อที่มีลักษณะบุคลิกภาพแบบ A ให้คะแนนดังนี้
 

จริงที่สุด	ให้	5	คะแนน
จริง	ให้	4	คะแนน
จริงบ้างไม่จริงบ้าง	ให้	3	คะแนน
จริงน้อย	ให้	2	คะแนน
ไม่จริงเลย	ให้	1	คะแนน
2. ข้อความที่มีบุคลิกภาพแบบ B ให้คะแนนดังนี้
 

จริงที่สุด	ให้	1	คะแนน
จริง	ให้	2	คะแนน
จริงบ้างไม่จริงบ้าง	ให้	3	คะแนน
จริงน้อย	ให้	4	คะแนน
ไม่จริงเลย	ให้	5	คะแนน

การแปลความหมายของบุคลิกภาพแบบเอ และแบบบี ใช้เกณฑ์ดังนี้

คะแนนของแบบสอบถามนี้จะอยู่ระหว่าง 0 - 120 คะแนน

ผู้ที่ได้คะแนน 61 - 120 มีบุคลิกภาพแบบ เอ

ผู้ที่ได้คะแนน 0 - 60 มีบุคลิกภาพแบบ บี

2. แบบสอบถามด้านครอบครัว แบ่งเป็น 3 ตอน ดังนี้คือ

2.1 ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามด้านครอบครัวของนักเรียน เป็นแบบสอบถามที่

ถามเกี่ยวกับรายได้สถานภาพการสมรสของบิดามารดา และความคาดหวังของบิดามารดา

ตัวอย่างแบบสอบถามด้านครอบครัว

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามด้านส่วนตัวของท่าน เมื่อท่านอ่านข้อความแล้ว โปรดทำ

เครื่องหมาย / ลงในช่อง [ ] และเติมข้อความลงในช่องว่างให้ครบถ้วน

1. บิดามารดาของนักเรียนมีรายได้ร่วมกันต่อเดือนประมาณ เดือนละเท่าไร ..... บาท

2. สถานภาพสมรสของบิดามารดา

[ ] บิดามารดาอยู่ร่วมกัน [ ] บิดามารดาแยกกันอยู่

### 3. บิดามารดาของนักเรียนมีความคาดหวังให้นักเรียนเรียนจนถึงระดับใด

[ ] จบชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 [ ] ต่อในระดับอุดมศึกษา

2.2 ตอนที่ 2 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง ได้แก่ ความสนใจ ชักถาม แนะนำ ให้ความช่วยเหลือและร่วมมือในการทำกิจกรรมการเรียนให้เงินทุนทรัพย์สินในการใช้จ่าย แนะนำวิธีการปฏิบัติตนในการอยู่ร่วมกันในสังคมมีขั้นตอนการสร้างดังนี้

2.2.1 ศึกษานิยามศัพท์เฉพาะ เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม

2.2.2 ผู้วิจัยได้ศึกษาแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครองนักเรียนของเสาวรัตน์ จุฬรัตน์ (2535 : 147 - 149) ผู้วิจัยได้นำมาปรับปรุงและสร้างแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง จำนวน 33 ข้อ นำแบบสอบถามไปหาความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ โดยนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 3 คน คือ รองศาสตราจารย์กมลรัตน์ กรีทอง ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรหมธิดา แสนคำเครือ และอาจารย์วิไลลักษณ์ พงษ์โสภาก เพื่อตรวจหาความเหมาะสมทั้งด้านเนื้อหา ข้อคำถาม และภาษาที่ใช้ให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขก่อนนำไปทดลองใช้ ได้ข้อคำถาม จำนวน 31 ข้อ

2.2.3 นำแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง ซึ่งปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้ (Try Out) กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นและตอนปลาย โรงเรียนกีฬาทุ่งสง จังหวัดนครศรีธรรมราช ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 60 คน และนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นและตอนปลาย โรงเรียนกีฬาอุบลราชธานี จำนวน 60 คน รวมทั้งหมด 120 คน แล้วนำมาตรวจให้คะแนน เพื่อวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ โดยใช้เทคนิค 25% โดยนำคะแนนที่ตรวจแล้วมาเรียงลำดับจากสูงที่สุดมายังต่ำสุด แล้วแยกนักเรียน 25% ที่ได้คะแนนสูง และ 25% ที่ได้คะแนนต่ำ นำค่าเฉลี่ยรายข้อมาทดสอบนัยสำคัญทางสถิติโดยใช้  $t$  - test เลือกข้อที่มีค่า  $t$  ตั้งแต่ 1.75 ขึ้นไป มาใช้เป็นแบบสอบถาม โดยได้แบบสอบถามจำนวน 22 ข้อ มีค่า  $t$  อยู่ระหว่าง 2.95 - 7.97

2.2.4 หาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามโดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha-Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) (พวงรัตน์ ทวีรัตน์ 2536 : 132 - 133) ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครองทั้งฉบับเท่ากับ .8726

2.2.5 ลักษณะของแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อใช้วัดเกี่ยวกับสิ่งที่บิดามารดาหรือผู้ปกครองและนักเรียนปฏิบัติต่อกันเกี่ยวกับการเรียน เป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ตามแบบของลิเคอร์ท์มี 5 ระดับ

ตัวอย่างแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง

ค่าชี้แจง		
	ให้นักเรียนอ่านข้อความเกี่ยวกับสิ่งที่บิดามารดาหรือผู้ปกครองและนักเรียนปฏิบัติต่อกันเกี่ยวกับการเรียน แล้วโปรดเขียนเครื่องหมาย / ลงในช่องทางขวามือช่องใดช่องหนึ่งจาก 5 ช่อง ที่ตรงกับกรกระทำเป็นประจำมากที่สุด ซึ่งแบ่งเป็น 5 ระดับได้แก่	
บ่อยครั้งที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับกรกระทำของผู้ปกครองหรือของนักเรียนที่ปฏิบัติเป็นประจำ
บ่อยครั้ง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับกรกระทำของผู้ปกครองหรือของนักเรียนที่ปฏิบัติเกือบทุกครั้ง
บางครั้ง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับกรกระทำของผู้ปกครองหรือของนักเรียนที่ปฏิบัติบางครั้ง
น้อยครั้ง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับกรกระทำของผู้ปกครองหรือของนักเรียนที่ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง
น้อยครั้งที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับกรกระทำของผู้ปกครองหรือของนักเรียนที่ปฏิบัติน้อยครั้งหรือไม่เคยกระทำเลย

## แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง

ข้อที่	ข้อความ	บ่อยครั้งที่สุด	บ่อยครั้ง	บางครั้ง	น้อยครั้ง	น้อยครั้งที่สุด
0	พ่อแม่ซักถามข้าพเจ้า					
00	เกี่ยวกับการเรียน					
	พ่อแม่ให้คำปรึกษากับ					
	ข้าพเจ้า เวลามีปัญหา					
	เกี่ยวกับการเรียน					

เกณฑ์การให้คะแนนของแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง ข้อความที่มีความ  
ทางบวกให้คะแนนดังนี้

บ่อยครั้งที่สุด ๖ ให้ 5 คะแนน

บ่อยครั้ง ๖ ให้ 4 คะแนน

บางครั้ง ๖ ให้ 3 คะแนน

น้อยครั้ง ๖ ให้ 2 คะแนน

น้อยครั้งที่สุด ๖ ให้ 1 คะแนน

ข้อความที่มีความหมายในทางลบให้คะแนนดังนี้

บ่อยครั้งที่สุด ๖ ให้ 1 คะแนน

บ่อยครั้ง ๖ ให้ 2 คะแนน

บางครั้ง ๖ ให้ 3 คะแนน

น้อยครั้ง ๖ ให้ 4 คะแนน

น้อยครั้งที่สุด ๖ ให้ 5 คะแนน

3. แบบสอบถามด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน เป็นแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนเกี่ยวกับสภาพแวดล้อมในโรงเรียน ได้แก่ ครู บรรยายภาคการเขียน การสอน ความสัมพันธ์ของนักเรียนกับเพื่อน ความสัมพันธ์ของนักเรียนกับครู ระเบียบวินัยของโรงเรียนและการปรับตัวในหอพัก โดยมีขั้นตอนการสร้างดังนี้

3.1 ศึกษานิยามศัพท์เฉพาะ เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสภาพแวดล้อมในโรงเรียนเพื่อเป็นแนวทางการสร้างแบบสอบถาม

3.2 ศึกษาแบบสอบถามที่เกี่ยวข้องกับสภาพแวดล้อมที่โรงเรียนของเสาวรัตน์ จุลรัตน์ (2535 : 154 - 156) และสมศรี บุญอรุณรักษา (2539 : 93 - 95) นำมาปรับปรุงให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ นำแบบสอบถาม สิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนที่สร้างขึ้น จำนวน 50 ข้อ ไปหาผู้ทรงคุณวุฒิ 3 คน รองศาสตราจารย์กมลรัตน์ กรีทอง ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรหมธิดา แสนคำเครือ และอาจารย์วิไลลักษณ์ พงษ์โสภณ เพื่อตรวจสอบความเหมาะสมทั้งด้านเนื้อหาข้อความและภาษาที่ใช้ แล้วนำมาปรับปรุงก่อนนำไปทดลองใช้ ได้ข้อความจำนวน 47 ข้อ

3.3 นำแบบสอบถามสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน ซึ่งปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้ (Try-out) กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นและตอนปลาย โรงเรียนกีฬาทุ่งสง จังหวัดนครศรีธรรมราช ที่ไม่เข้ากลุ่มตัวอย่าง จำนวน 60 คน และนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นและตอนปลาย โรงเรียนกีฬาอุบลราชธานี จังหวัดอุบลราชธานี จำนวน 60 คน รวมทั้งหมด 120 คน แล้วนำมาตรวจหาคะแนนเพื่อวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ โดยใช้เทคนิค 25% โดยนำคะแนนที่ตรวจแล้วมาเรียงลำดับจากสูงสูดมายังต่ำสุด แล้วแยกนักเรียน 25% ที่ได้คะแนนสูงและ 25% ที่ได้คะแนนต่ำ นำค่าเฉลี่ยรายข้อมาทดสอบนัยสำคัญทางสถิติโดยใช้ t-test เลือกข้อที่มีค่า t ตั้งแต่ 1.75 ขึ้นไป มาใช้เป็นแบบสอบถาม โดยได้แบบสอบถามจำนวน 44 ข้อ มีค่า t อยู่ระหว่าง 1.82 - 7.81

3.4 หาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามโดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha - Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2536 : 132 - 133) ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนทั้งฉบับเท่ากับ .9042

3.5 ลักษณะของแบบสอบถามสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนเป็นแบบทดสอบที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อใช้วัดความคิดเห็นของนักเรียนต่อสิ่งแวดล้อมที่เรียนในด้านตัวครู สถานที่เรียน สื่อและ

อุปกรณ์การเขียน สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู และการปรับตัวในหอพัก เป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ตามแบบของ ลีเคอร์ท มี 5 ระดับ

ตัวอย่างแบบสอบถามสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน

- คำชี้แจง** ให้นักเรียนอ่านข้อความเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน แล้วโปรดขีดเครื่องหมาย / ลงใน ช่องทางขวามือช่องใดช่องหนึ่ง ใน 5 ช่อง ที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุด ซึ่งแบ่งเป็น 5 ระดับ ได้แก่
- จริงที่สุด หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นและการกระทำของนักเรียนมากที่สุด
- จริง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นและการกระทำของนักเรียนจริงพอสมควร
- จริงบ้าง หมายถึง ข้อความนั้นบางครั้งตรงกับความคิดเห็น และการกระทำของนักเรียน บางครั้งก็ไม่ตรงกับความคิดเห็นและการกระทำ
- ไม่จริง หมายถึง ข้อความนั้นไม่ตรงกับความคิดเห็นและการกระทำของนักเรียนมาก
- ไม่จริงที่สุด หมายถึง ข้อความนั้นไม่ตรงกับความคิดเห็นและการกระทำของนักเรียนมากที่สุด

## แบบสอบถามสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน

ข้อที่	ข้อความ	จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	ไม่จริง	ไม่จริงที่สุด
	<b><u>ด้านบรรยากาศการเรียนการสอน</u></b>					
	<b><u>วิธีการสอนของครู</u></b>					
0	ครูสอนเร็ว					
00	ครูให้การบ้านมากเกินไป					
	<b><u>สถานที่เรียน</u></b>					
0	ห้องเรียนไม่เป็นระเบียบ					
00	อากาศในห้องเรียนร้อนอบอ้าว					
	<b><u>สื่อและอุปกรณ์การเรียน</u></b>					
0	อุปกรณ์การเรียนวิทยาศาสตร์ มีไม่เพียงพอ					
00	โต๊ะและเก้าอี้มีไม่เพียงพอ					
	<b><u>ด้านสัมพันธภาพระหว่างนักเรียน กับเพื่อน</u></b>					
0	เพื่อนส่วนใหญ่มองเห็นแก่ตัว					
00	ข้าพเจ้ามีเรื่องทะเลาะเบาะแว้ง กับเพื่อนเสมอ					
	<b><u>ด้านสัมพันธภาพระหว่างนักเรียน กับครู</u></b>					
0	ข้าพเจ้ารู้สึกท้อใจในการเรียน เพราะครูสนใจแต่นักเรียน ที่เรียนเก่ง					
00	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าครูเป็นคนถือตัว ไม่เป็นกันเองกับนักเรียน					

ข้อที่	ข้อความ	จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	ไม่จริง	ไม่จริงที่สุด
0	<u>ด้านการปรับตัวในหอพัก</u> กฎระเบียบของหอพักมากเกินไป					
00	ครูหอพักเข้มงวดมาก					

4. แบบสอบถามความเครียดในการเรียน เป็นแบบสอบถามข้อความที่ถามถึงอาการต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับนักเรียน ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และพฤติกรรมเมื่อนักเรียนเกิดความเครียดในการเรียน โดยมีขั้นตอนการสร้างดังนี้

4.1 ศึกษานิยามศัพท์เฉพาะ เอกสาร และงานวิจัย ที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการเรียนเพื่อนำมาเป็นแนวทางการสร้างแบบสอบถาม

4.2 ศึกษาแบบสอบถามที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของ ชูศรี เลิศรัตน์เดชากุล (2532 : 63 - 64) และคุณณี ทิศนาจินทรธานี (2539 : 104 - 106) นำมาปรับปรุงให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ ได้ข้อความ จำนวน 50 ข้อ นำแบบสอบถามความเครียดในการเรียนให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 3 คน รองศาสตราจารย์กมลรัตน์ กรีทอง ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรหมธิดา แสนคำเครือ และอาจารย์วิไลลักษณ์ พงษ์โสภาก เพื่อตรวจความเหมาะสมทางด้านเนื้อหา ข้อคำถามและภาษาที่ใช้ แล้วนำมาปรับปรุงก่อนนำไปใช้ ได้ข้อความจำนวน 50 ข้อ

4.3 นำแบบสอบถามความเครียดในการเรียน ซึ่งปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้ (Try-out) กับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นและตอนปลาย โรงเรียนกีฬาทุ่งสง จังหวัดนครศรีธรรมราช ที่ไม่เข้ากลุ่มตัวอย่าง จำนวน 60 คน และนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นและตอนปลาย โรงเรียนกีฬาอุบลราชธานี จังหวัดอุบลราชธานี จำนวน 60 คน รวมทั้งหมด 120 คน แล้วนำมาตรวจให้คะแนน เพื่อวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ โดยใช้เทคนิค 25% โดยนำคะแนนที่ตรวจ แล้วมาเรียงลำดับจากสูงสุดมายังต่ำสุด แล้วแยกนักเรียน 25% ที่ได้คะแนนสูงและ 25% ที่ได้คะแนนต่ำ นำค่าเฉลี่ยรายข้อมาทดสอบนัยสำคัญทางสถิติโดยใช้ t-test

เลือกข้อที่มีค่า  $t$  ตั้งแต่ 1.75 ขึ้นไป มาใช้เป็นแบบสอบถาม โดยได้แบบสอบถาม จำนวน 30 ข้อ มีค่า  $t$  อยู่ระหว่าง 1.88 - 9.93

4.4 หาค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบโดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha-Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) (พวงรัตน์ ทวีรัตน์, 2536 : 132 - 133) ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามความเครียดในการเรียนทั้งฉบับเท่ากับ .7748

4.5 ลักษณะของแบบสอบถามความเครียดในการเรียน เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อใช้วัดเกี่ยวกับความเครียดในการเรียน เป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ตามแบบของลิเคอร์ท์มี 5 ระดับ

#### ตัวอย่างแบบสอบถามความเครียดในการเรียน

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนอ่านข้อความเกี่ยวกับอาการและความรู้สึกทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการเรียนของนักเรียน ขอให้นักเรียนพิจารณาว่าข้อความนั้นตรงกับความรู้สึก หรือการแสดงออกของนักเรียนมากน้อยเพียงใด แล้วตอบคำถามโดยทำเครื่องหมาย / ลงในช่องทางขวามือช่องใดช่องหนึ่งใน 5 ช่อง ดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือพฤติกรรมของนักเรียนมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือพฤติกรรมของนักเรียนมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือพฤติกรรมของนักเรียนบ้าง
		พอสมควร
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือพฤติกรรมของนักเรียนเล็กน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือพฤติกรรมของนักเรียนน้อยที่สุด
		จนเกือบจะไม่เกิดขึ้นเลย

ข้อที่	ข้อความ	จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
0	<b>ด้านร่างกาย</b> ข้าพเจ้ารู้สึกปวดศีรษะขึ้นมาทันที ที่พบปัญหาเกี่ยวกับการเรียน					
0	<b>ด้านจิตใจ</b> ข้าพเจ้ารู้สึกไม่มีความสุขในเวลาเรียน					
0	<b>ด้านพฤติกรรม</b> ข้าพเจ้าทำงานผิดพลาดบ่อยครั้ง					

เกณฑ์การให้คะแนนของแบบสอบถามความเครียดในการเรียน

จริงที่สุด	ให้	5	คะแนน
จริง	ให้	4	คะแนน
จริงบ้าง	ให้	3	คะแนน
จริงน้อย	ให้	2	คะแนน
จริงน้อยที่สุด	ให้	1	คะแนน

เกณฑ์การแปลความหมาย

ผู้วิจัยใช้เกณฑ์การแปลความหมายตามแนวคิดของยืนยง ไทยใจดี (2537 : 111)

ประเมินเกณฑ์สูง ปานกลาง ต่ำ ดังนี้

คะแนน 1.00 - 2.49 หมายถึง มีความเครียดในการเรียนระดับต่ำ

คะแนน 2.50 - 3.49 หมายถึง มีความเครียดในการเรียนระดับปานกลาง

คะแนน 3.50 - 5.00 หมายถึง มีความเครียดในการเรียนระดับสูง

5. แบบทดสอบทางเชาวน์ปัญญา The Standard Progressive Matrice เป็นแบบทดสอบที่ John C.Raven สร้างและพัฒนาขึ้นเพื่อใช้กับบุคคลทุกระดับ ทุกอายุการศึกษา และเชื้อชาติ

ประกอบด้วย แบบสอบย่อย 5 ชุด คือ A,B,C,D หรือ E ซึ่งแต่ละชุดมีข้อปัญหา จำนวน 12 ข้อ รวมทั้งหมด 60 ข้อ ลักษณะของข้อปัญหาเป็นภาพขาว ดำ ในชุด A และ B มีลักษณะปัญหาค่อนข้างง่าย ไม่สลับซับซ้อน ชุด C และชุด D และ E เป็นข้อปัญหาที่มีความยากและรูปภาพมีลักษณะซับซ้อนขึ้นเรื่อย ๆ

การให้คะแนน แบบทดสอบนี้ให้คะแนนแต่ละข้อปัญหาเป็น 1 คะแนน แบบทดสอบชุด 2 นี้ จึงมีคะแนนเต็ม 60 คะแนน ซึ่งจะมีเกณฑ์ปกติที่ตำแหน่งเปอร์ เซนต์ไทล์ เทียบคะแนนที่ผู้ได้รับการทดสอบ ตอบได้ตามระดับอายุของเขา การประเมินค่า เขาวน้ปัญหา ก็ประเมินจากตำแหน่ง เปอร์ เซนต์ไทล์ ที่เทียบได้

การแปลความหมาย

แบบทดสอบวัด เขาวน้ปัญหา ชุดนี้แบ่งระดับสติปัญญาของบุคคลออกเป็น 3 ระดับดังนี้

1. ระดับที่ 1 พวกฉลาดกว่าปกติ เป็นพวกที่มีผลการทดสอบได้ตำแหน่ง เปอร์ เซนต์ไทล์ ที่ 75 ขึ้นไป มีระดับเขาวน้ปัญหา ระหว่าง 110 - 119 ขึ้นไป
2. ระดับที่ 2 พวกปานกลาง ระดับปกติ เป็นพวกที่มีความสามารถในการทดสอบ ซึ่งมีคะแนนระหว่างตำแหน่ง เปอร์ เซนต์ไทล์ ที่ 90 - 109
3. ระดับที่ 3 พวกต่ำกว่าปานกลาง พวกนี้ได้คะแนนที่ตำแหน่ง เปอร์ เซนต์ไทล์ ตั้งแต่ 20 - 25 มีระดับเขาวน้ปัญหาอยู่ระหว่าง 80 - 89

### วิธีดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยดำเนินการเป็นลำดับขั้นตอน ดังนี้

1. ผู้วิจัยนำหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย ไปยังสถานศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง เพื่อขออนุญาต และขอความอนุเคราะห์จากอาจารย์ใหญ่ ของโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี ในการเก็บรวบรวมข้อมูล
2. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามไปเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ระหว่างวันที่ 1 พฤศจิกายน 2540 ถึงวันที่ 10 พฤศจิกายน 2540 ได้ข้อมูลกลับมา 461 ฉบับ ครบ 100%

3. ผู้วิจัยคัดเลือกเฉพาะแบบสอบถามที่ตอบครบทุกข้อของนักเรียน ปรากฏว่าแบบสอบถามทุกฉบับตอบครบทุกข้อ จึงนำมาตรวจให้คะแนน แล้วนำข้อมูลมาวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป

### วิธีจัดกระทำข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ข้อมูลทั่วไปคิดค่าร้อยละ
2. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของตัวแปรต่าง ๆ โดยใช้ค่าสหสัมพันธ์ของเพียร์สัน

(Pearson Product Moment Correlation Coefficient)

3. ค้นหาตัวพยากรณ์ ความเครียดในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี โดยใช้วิธีการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) แบบ Stepwise

4. เปรียบเทียบความแตกต่างของความเครียดในการเรียนกับตัวแปรที่ศึกษาโดยใช้ t-test ในกรณีที่มี 2 กลุ่ม และใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One Way Analysis of Variance) ในกรณีที่มี 3 กลุ่ม (ชูศรี วงศ์รัตน์. 2537 : 249)

### สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือ

2.1 การหาค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถาม โดยใช้ t-test (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2536 : 139 - 140)

$$t = \frac{\bar{X}_H - \bar{X}_L}{\sqrt{\frac{S_H^2}{n_H} + \frac{S_L^2}{n_L}}}$$

เมื่อ $t$	แทน ค่าอำนาจจํานนของแบบสอบถาม
$\bar{X}_H$	แทน คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มสูง
$\bar{X}_L$	แทน คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มต่ำ
$S_H^2$	แทน คะแนนความแปรปรวนของกลุ่มสูง
$S_L^2$	แทน คะแนนความแปรปรวนของกลุ่มต่ำ
$n_H, n_L$	แทน จํานวนนักเรียนในแต่ละกลุ่มซึ่งเท่ากัน

2.2 การหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา ( $\alpha$  - Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2536 : 132 - 133)

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

เมื่อ $\alpha$	แทน สัมประสิทธิ์ของความเชื่อมั่น
$n$	แทน จํานวนข้อของแบบสอบถามทั้งฉบับ
$\sum S_i^2$	แทน ผลรวมคะแนนความแปรปรวนแต่ละข้อ
$S_t^2$	แทน คะแนนความแปรปรวนของแบบสอบถามทั้งฉบับ

### 3. สถิติการวิเคราะห์สมมติฐาน

3.1 หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ โดยใช้สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2536 : 153)

3.2 การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) แบบ Stepwise โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for WINDOW V.6

3.3 เปรียบเทียบความแตกต่างของความเครียดในการเรียนกับตัวแปรที่ศึกษา โดยใช้ t-test ในกรณีที่มี 2 กลุ่ม และใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One Way Analysis of Variance) ในกรณีที่มี 3 กลุ่มขึ้นไป (ชูศรี วงศ์รัตนะ. 2537 : 249)

## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูลการศึกษาค้นคว้า

ในการวิเคราะห์ข้อมูลและแปลผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เพื่อจะให้เกิดความเข้าใจตรงกัน ในการแปลผลการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ที่ใช้แทนความหมาย

#### สัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

$\bar{X}$	แทน	ค่าเฉลี่ย
S.D.	แทน	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
N	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
F	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาใน F-Distribution
df	แทน	Degree of Freedom
SS	แทน	Sum of Squares
MS	แทน	Mean Squares
$R^2$	แทน	กำลังสองค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ
SE	แทน	ความคลาดเคลื่อนมาตรฐานในการพยากรณ์
SEb	แทน	ความคลาดเคลื่อนของการประมาณค่าพารามิเตอร์
b	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของตัวพยากรณ์ ซึ่งพยากรณ์ในรูปคะแนนดิบ
B	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของตัวพยากรณ์ ซึ่งพยากรณ์ในรูปคะแนนมาตรฐาน
a	แทน	ค่าคงที่ของสมการพยากรณ์ในรูปคะแนนดิบ
$\hat{Y}$	แทน	ค่าพยากรณ์ความเครียดให้การเรียนของนักเรียนโดยใช้คะแนนดิบ
$\hat{Z}$	แทน	ค่าพยากรณ์ความเครียดในการเรียนของนักเรียนโดยใช้คะแนนมาตรฐาน
t	แทน	อัตราส่วนวิกฤตที่ใช้พิจารณาในการแจกแจงค่า t

X <sub>1</sub>	แทน	เพศ
X <sub>2</sub>	แทน	อายุ
X <sub>3</sub>	แทน	ระดับชั้น
X <sub>4</sub>	แทน	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
X <sub>5</sub>	แทน	ประเภทกีฬา
X <sub>6</sub>	แทน	จำนวนครั้งของการแข่งขัน
X <sub>7</sub>	แทน	ช่วงระยะเวลาของการฝึกซ้อม
X <sub>8</sub>	แทน	แผนการเรียน
X <sub>9</sub>	แทน	เขาวนปัญญา
X <sub>10</sub>	แทน	ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว
X <sub>11</sub>	แทน	สถานภาพของบิดามารดา
X <sub>12</sub>	แทน	ความคาดหวังของบิดามารดา
X <sub>13</sub>	แทน	บุคลิกภาพ
X <sub>14</sub>	แทน	สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง
X <sub>15</sub>	แทน	ตัวครู
X <sub>16</sub>	แทน	สถานที่เรียน
X <sub>17</sub>	แทน	สื่อและอุปกรณ์การเรียน
X <sub>18</sub>	แทน	สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน
X <sub>19</sub>	แทน	สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู
X <sub>20</sub>	แทน	การปรับตัวในหอพัก
X <sub>21</sub>	แทน	สิ่งแวดล้อมโดยรวมทุกด้าน
Y <sub>1</sub>	แทน	ความเครียดที่แสดงอาการทางด้านร่างกาย
Y <sub>2</sub>	แทน	ความเครียดที่แสดงอาการทางด้านจิตใจ
Y <sub>3</sub>	แทน	ความเครียดที่แสดงอาการทางด้านพฤติกรรม
Y <sub>4</sub>	แทน	ความเครียดที่แสดงอาการโดยรวมทุกด้าน

### การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ข้อมูลทั่วไปคิดคำร้อยละ
2. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของตัวแปรด้านต่าง ๆ โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson Product - Moment Correlation Coefficient)
3. การค้นหาตัวพยากรณ์ที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเขียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โดยใช้วิธีการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) แบบ Stepwise
4. เปรียบเทียบความแตกต่างของความเครียดในการเรียนกับตัวแปรที่ศึกษา โดยใช้ t-test ในกรณีที่มี 2 กลุ่ม และใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One Way Analysis of Variance) ในกรณีที่มีมากกว่า 3 กลุ่ม

### การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำเสนอโดยแบ่งเป็นตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี คือ

1.1 จำนวนร้อยละที่เป็นกลุ่มตัวอย่างจำแนกตาม เพศ อายุ ระดับชั้น ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ประเภทกีฬา จำนวนครั้งของการแข่งขัน แผนการเรียน ช่วงระยะเวลาของการฝึกซ้อม เชาวน์ปัญญา ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว สถานภาพสมรส บิดามารดา ความคาดหวังของบิดามารดา และบุคลิกภาพ

1.2 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของตัวแปร ด้านครอบครัว ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง ด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน ได้แก่ ด้านตัวครู สถานที่สื่อและอุปกรณ์การเรียน สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู การปรับตัวในหอพัก และสิ่งแวดล้อมโดยรวมทุกด้าน จำแนกตามระดับชั้นและประเภทกีฬา

1.3 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้าน จำแนกตามระดับชั้นและประเภทกีฬา

ตอนที่ 2 การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐานของการวิจัยที่ตั้งไว้

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี สังกัดกรมพลศึกษา จังหวัดสุพรรณบุรี

1.1 จำนวนร้อยละของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ อายุ ระดับชั้น ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ประเภทกีฬา จำนวนครั้งของการแข่งขัน แผนการเรียน ช่วงระยะเวลาของการฝึกซ้อม เยาวชนปัญญา ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว สถานภาพสมรส บิดามารดา ความคาดหวังของบิดามารดา และบุคลิกภาพ ดังตาราง 2

ตาราง 2 แสดงจำนวนและร้อยละของนักเรียน จำแนกตามตัวแปร เพศ อายุ ระดับชั้น ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ประเภทกีฬา จำนวนครั้งของการแข่งขัน แผนการเรียน ช่วงระยะเวลาของการฝึกซ้อม เชวานปีฤดูกาล ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว สถานภาพการสมรส บิดามารดา ความคาดหวังของบิดามารดา และบุคลิกภาพ

ตัวแปร	ระดับของตัวแปร	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1. เพศ	ชาย	338	73.3
	หญิง	123	26.7
	รวม	461	100.0
2. อายุ	11-14 ปี	191	41.4
	15 ปีขึ้นไป	270	58.6
	รวม	461	100.0
3. ระดับชั้น	ม.1-ม.3	256	55.5
	ม.4-ม.6	205	44.5
	รวม	461	100.0
4. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	สูง	124	26.9
	ปานกลาง	249	54.0
	ต่ำ	88	19.1
	รวม	461	100.0

ตาราง 2 (ต่อ)

ตัวแปร	ระดับของตัวแปร	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ประเภทกีฬา	ทีม	207	44.9
	บุคคล	254	55.1
	รวม	461	100.0
จำนวนครั้งของ การแข่งขัน	1 - 5 ครั้ง	232	70.1
	6 - 10 ครั้ง	95	20.6
	10 ครั้งขึ้นไป	43	9.3
	รวม	461	100.0
แผนการเรียน	คณิต-วิทย์	80	38.6
	คณิต-ภาษา	127	61.4
	รวม	207	100.0
ช่วงระยะเวลา ของการฝึกซ้อมกีฬา	จันทร์-ศุกร์	178	38.6
	จันทร์-เสาร์	233	50.5
	จันทร์-อาทิตย์	50	10.8
	รวม	461	100.0
เขาวงกตปัญหา	สูงกว่าปานกลาง	192	41.6
	ปานกลาง	257	55.7
	ต่ำกว่าปานกลาง	12	2.6
	รวม	461	100.0

ตาราง 2 (ต่อ)

ตัวแปร	ระดับของตัวแปร	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ฐานะทางเศรษฐกิจ	สูง	177	38.4
	ปานกลาง	176	38.2
	ต่ำ	108	23.4
	รวม	461	100.0
สถานภาพสมรส บิดามารดา	อยู่ร่วมกัน	396	85.9
	แยกกันอยู่	65	14.1
	รวม	461	100.0
ความคาดหวังของ บิดามารดา	จบชั้น ม.6	73	15.8
	ต่อในระดับอุดมศึกษา	388	84.2
	รวม	461	100.0
บุคลิกภาพ	แบบเอ	392	85.0
	แบบบี	69	15.0
	รวม	461	100.0

จากตาราง 2 พบว่า นักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมีจำนวน 461 คน เป็นนักเรียนเพศชาย จำนวน 338 คน เป็นนักเรียนเพศหญิงจำนวน 123 คน คิดเป็นร้อยละ 73.3 และ

26.7 ตามลำดับ เมื่อจำแนกตามอายุ พบว่า นักเรียนอายุ 15 ปีขึ้นไป มีจำนวนมากที่สุด จำนวน 270 คน คิดเป็นร้อยละ 58.6 และอายุระหว่าง 11 - 14 ปี จำนวน 191 คน คิดเป็นร้อยละ 41.4

เมื่อจำแนกตามระดับชั้น พบว่า ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น มีจำนวนมากที่สุด จำนวน 256 คน คิดเป็นร้อยละ 55.5 และระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จำนวน 205 คน คิดเป็นร้อยละ 44.5

เมื่อจำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพบว่า นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางมีจำนวนมากที่สุด จำนวน 249 คน คิดเป็นร้อยละ 54.0 มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง จำนวน 124 คน คิดเป็นร้อยละ 26.9 และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ จำนวน 88 คน คิดเป็นร้อยละ 19.1 ตามลำดับ

เมื่อจำแนกตามประเภทกีฬาพบว่า นักเรียนที่เล่นกีฬาประเภทกีฬาบุคคลมีจำนวนมากที่สุด จำนวน 254 คน คิดเป็นร้อยละ 55.1 และนักเรียนที่เล่นกีฬาประเภททีม จำนวน 207 คน คิดเป็นร้อยละ 44.9

เมื่อจำแนกตามจำนวนครั้งของการแข่งขัน พบว่า นักเรียนที่มีจำนวนครั้งของการแข่งขัน 1 - 5 ครั้ง มีจำนวนมากที่สุด จำนวน 232 คน คิดเป็นร้อยละ 70.1 มีจำนวนครั้งของการแข่งขัน 6-10 ครั้ง จำนวน 95 คนคิดเป็นร้อยละ 20.6 และมีจำนวนครั้งของการแข่งขัน 10 ครั้งขึ้นไป จำนวน 43 คน คิดเป็นร้อยละ 9.3 ตามลำดับ

เมื่อจำแนกตามแผนการเรียน พบว่า นักเรียนเลือกเรียนแผนการเรียนคณิตศาสตร์ และภาษาอังกฤษมีจำนวนมากที่สุด จำนวน 127 คน คิดเป็นร้อยละ 61.4 และนักเรียนเลือกเรียนแผนการเรียนคณิตศาสตร์และวิทยาศาสตร์ จำนวน 80 คน คิดเป็นร้อยละ 38.6

เมื่อจำแนกตามช่วงระยะเวลาของการฝึกซ้อม พบว่า นักเรียนที่ฝึกซ้อมกีฬาช่วงวันจันทร์ ถึงวันเสาร์มีจำนวนมากที่สุด จำนวน 233 คน คิดเป็นร้อยละ 50.5 และนักเรียนฝึกซ้อมกีฬาวันจันทร์ ถึงวันศุกร์ จำนวน 178 คน คิดเป็นร้อยละ 38.6 และมีนักเรียนฝึกซ้อมกีฬาช่วงวันจันทร์ ถึงวันอาทิตย์ จำนวน 50 คน คิดเป็นร้อยละ 10.8 ตามลำดับ

เมื่อจำแนกตามเขาวนปัญญา พบว่า นักเรียนที่มีระดับเขาวนปัญญานานกลาง มีจำนวนมากที่สุด จำนวน 257 คน คิดเป็นร้อยละ 55.7 นักเรียนที่มีระดับเขาวนปัญญาสูงกว่าปานกลาง

จำนวน 192 คน คิดเป็นร้อยละ 41.6 และนักเรียนที่มีระดับเขาวนปีญต่ากว่าปานกลาง  
จำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 2.6 ตามลำดับ

เมื่อจําแนกตามฐานะทางเศรษฐกัจ พบว่า นักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกัจสูงมีจำนวน  
มากที่สุด จำนวน 177 คน คิดเป็นร้อยละ 38.4 นักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกัจปานกลาง  
จำนวน 176 คน คิดเป็นร้อยละ 38.2 และนักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกัจต่ำ จำนวน 108 คน  
คิดเป็นร้อยละ 23.4 ตามลำดับ

เมื่อจําแนกตามสถานภาพสมรสบิดามารดา พบว่า นักเรียนที่มีบิดามารดาอยู่ร่วมกัน  
มีจำนวนมากที่สุด จำนวน 396 คน คิดเป็นร้อยละ 85.9 และนักเรียนที่มีบิดามารดาแยกกันอยู่  
จำนวน 65 คน คิดเป็นร้อยละ 14.1

เมื่อจําแนกตามความคาดหวังของบิดามารดา พบว่า นักเรียนที่มีบิดามารดาคาดหวัง  
ให้เรียนต่อในระดับอุดมศึกษา มีจำนวนมากที่สุด จำนวน 388 คน คิดเป็นร้อยละ 84.2 และ  
นักเรียนที่บิดามารดาไม่มีความคาดหวังให้เรียนจบในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 73 คน  
คิดเป็นร้อยละ 15.8

นอกจากนี้เมื่อจําแนกตามบุคลิกภาพพบว่า นักเรียนมีบุคลิกภาพแบบเอ จำนวนมากที่สุด  
จำนวน 392 คน คิดเป็นร้อยละ 85.0 และมีบุคลิกภาพแบบบี จำนวน 69 คน คิดเป็นร้อยละ  
15.0

1.2 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของตัวแปร ด้านครอบครัว ได้แก่  
สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง ด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน ได้แก่ ด้านตัวครู สถานที่  
สื่อและอุปกรณ์การเรียน สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู การปรับตัวในหอพัก และสิ่งแวดล้อม  
โดยรวมทุกด้าน จําแนกตามระดับชั้นและประเภทกีฬา ปรากฏผลดังตาราง 3 และ ตาราง 4

ตาราง 3 แสดงค่าเฉลี่ยและความเบี่ยงเบนมาตรฐานของสัมพันธภาพระหว่างนักเรียน  
กับผู้ปกครอง ด้านตัวครู สถานที่ สื่อและอุปกรณ์การเรียน สัมพันธภาพระหว่างนักเรียน  
กับเพื่อน สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู การปรับตัวในหอพักและโดยรวมทุกด้าน  
จำแนกตามระดับชั้น

ตัวแปร	ระดับชั้น	N	$\bar{X}$	S.D.	ระดับคะแนนเฉลี่ย
<b>ด้านครอบครัว</b>					
- สัมพันธภาพระหว่างนักเรียน กับผู้ปกครอง	ม.ต้น	256	3.94	0.48	ดี
	ม.ปลาย	205	4.00	0.48	ดี
<b>ด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน</b>					
- ด้านตัวครู	ม.ต้น	256	3.50	0.54	ปานกลาง
	ม.ปลาย	205	3.29	0.53	ปานกลาง
- สถานที่	ม.ต้น	256	3.54	0.62	ปานกลาง
	ม.ปลาย	205	3.35	0.71	ปานกลาง
- สื่อและอุปกรณ์การเรียน	ม.ต้น	256	3.38	0.57	ปานกลาง
	ม.ปลาย	205	3.22	0.65	ปานกลาง
- สัมพันธภาพระหว่างนักเรียน กับเพื่อน	ม.ต้น	256	3.76	0.64	ดี
	ม.ปลาย	205	4.00	0.60	ดี
- สัมพันธภาพระหว่างนักเรียน กับครู	ม.ต้น	256	3.53	0.68	ปานกลาง
	ม.ปลาย	205	3.49	0.67	ปานกลาง
- การปรับตัวในหอพัก	ม.ต้น	256	3.66	0.66	ปานกลาง
	ม.ปลาย	205	3.38	0.61	ปานกลาง
- สิ่งแวดล้อมโดยรวมทุกด้าน	ม.ต้น	256	3.52	0.43	ปานกลาง
	ม.ปลาย	205	3.43	0.43	ปานกลาง

จากตาราง 3 พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นและมัธยมศึกษาตอนปลาย มีค่าเฉลี่ยของตัวแปร ด้านตัวครู สถานที่ สื่อและอุปกรณ์การเรียน สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู การปรับตัวในหอพัก และสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน โดยรวมทุกด้านอยู่ในระดับปานกลาง และมีค่าเฉลี่ยของตัวแปร สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครองกับตัวแปรสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน อยู่ในระดับดี

ตาราง 4 แสดงค่าเฉลี่ยและความเบี่ยงเบนมาตรฐานของ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียน  
กับผู้ปกครอง ด้านตัวครู สถานที่ สื่อและอุปกรณ์การเรียน สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน  
สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู การปรับตัวในหอพักและโดยรวมทุกด้าน จำแนกตามประเภทกีฬา

ตัวแปร	ประเภทกีฬา	N	$\bar{X}$	S.D.	ระดับคะแนนเฉลี่ย
<b>ด้านครอบครัว</b>					
- สัมพันธภาพระหว่างนักเรียน กับผู้ปกครอง	ทีม	207	3.94	0.48	ดี
	บุคคล	254	4.00	0.48	ดี
<b>ด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน</b>					
- ด้านตัวครู	ทีม	207	3.41	0.54	ปานกลาง
	บุคคล	254	3.41	0.54	ปานกลาง
- สถานที่	ทีม	207	3.48	0.66	ปานกลาง
	บุคคล	254	3.43	0.68	ปานกลาง
- สื่อและอุปกรณ์การเรียน	ทีม	207	3.31	0.62	ปานกลาง
	บุคคล	254	3.31	0.60	ปานกลาง
- สัมพันธภาพระหว่างนักเรียน กับเพื่อน	ทีม	207	3.89	0.60	ดี
	บุคคล	254	3.85	0.66	ดี
- สัมพันธภาพระหว่างนักเรียน กับครู	ทีม	207	3.53	0.68	ปานกลาง
	บุคคล	254	3.50	0.67	ปานกลาง
- การปรับตัวในหอพัก	ทีม	207	3.40	0.64	ปานกลาง
	บุคคล	254	3.45	0.64	ปานกลาง
- สิ่งแวดล้อมโดยรวมทุกด้าน	ทีม	207	3.48	0.45	ปานกลาง
	บุคคล	254	3.48	0.42	ปานกลาง

จากตาราง 4 พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาทั้งกีฬาประเภททีมและประเภทบุคคล มีค่าเฉลี่ยของตัวแปร ด้านตัวครู สถานที่ สื่อและอุปกรณ์การเรียน สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู การปรับตัวในหอพัก และสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน โดยรวมทุกด้านอยู่ในระดับปานกลาง และมีค่าเฉลี่ยของตัวแปร สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครองกับตัวแปรสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อนอยู่ในระดับดี

1.3 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้าน จำแนกตามระดับชั้นและประเภทกีฬา ปรากฏผลดังตาราง 5 และตาราง 6

ตาราง 5 แสดงค่าสถิติพื้นฐานของคะแนนความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียน จำแนกตามระดับชั้น

ความเครียดในการเรียน	ระดับชั้น	N	$\bar{X}$	S.D.	ระดับคะแนนเฉลี่ย
ด้านร่างกาย	ม.ต้น	256	2.58	0.71	ปานกลาง
	ม.ปลาย	205	2.64	0.74	ปานกลาง
	รวม	461	2.61	0.73	
ด้านจิตใจ	ม.ต้น	256	3.10	0.72	ปานกลาง
	ม.ปลาย	205	3.10	0.62	ปานกลาง
	รวม	461	3.10	0.67	
ด้านพฤติกรรม	ม.ต้น	256	2.94	0.63	ปานกลาง
	ม.ปลาย	205	2.94	0.63	ปานกลาง
	รวม	461	2.94	0.63	
ด้านรวมทุกด้าน	ม.ต้น	256	2.87	0.59	ปานกลาง
	ม.ปลาย	205	2.89	0.57	ปานกลาง
	รวม	461	2.88	0.57	

จากตาราง 5 พบว่า ความเครียดในการเรียนที่แสดงออกด้านร่างกายของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น มีคะแนนเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ 2.58 และความเครียดในการเรียนที่แสดงออกด้านจิตใจ ในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น และตอนปลายมีคะแนนเฉลี่ยสูงสุด คือ 3.10 ซึ่งระดับความเครียดในการเรียนของนักเรียนทุกด้าน และทุกระดับชั้น จะอยู่ในระดับปานกลาง

ตาราง 6 แสดงค่าสถิติพื้นฐานของคะแนนความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียน จำแนกตามประเภทกีฬา

ความเครียดในการเรียน	ประเภทกีฬา	N	$\bar{X}$	S.D.	ระดับคะแนนเฉลี่ย
ด้านร่างกาย	ทีม	207	2.67	0.67	ปานกลาง
	บุคคล	254	2.56	0.77	ปานกลาง
	รวม	461	2.61	0.73	
ด้านจิตใจ	ทีม	207	3.11	0.66	ปานกลาง
	บุคคล	254	3.09	0.69	ปานกลาง
	รวม	461	3.10	0.67	
ด้านพฤติกรรม	ทีม	207	2.98	0.59	ปานกลาง
	บุคคล	254	2.91	0.66	ปานกลาง
	รวม	461	2.94	0.63	
ด้านรวมทุกด้าน	ทีม	207	2.92	0.55	ปานกลาง
	บุคคล	254	2.85	0.60	ปานกลาง
	รวม	461	2.88	0.58	

จากตาราง 6 พบว่า ความเครียดในการเรียนที่แสดงออกด้านร่างกายของกีฬาประเภทบุคคล มีคะแนนเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ 2.56 และความเครียดในการเรียนที่แสดงออกด้านจิตใจในกีฬาประเภททีมมีคะแนนเฉลี่ยสูงสุดคือ 3.11 ซึ่งระดับความเครียดในการเรียนของนักเรียนที่แสดงออกทุกด้าน และทุกประเภทกีฬา จะอยู่ในระดับปานกลาง

ตอนที่ 2 การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐานของการวิจัยที่ตั้งไว้

### ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 1

สมมติฐานของการวิจัยข้อที่ 1 ที่ว่า "ตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน มีความสัมพันธ์กับความเครียดในการเรียน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่ไม่มีแผนการเรียน" ปรากฏผลดังตาราง 7 - 8



ตาราง 7 (ต่อ)

ตัวแปร	X <sub>13</sub>	X <sub>14</sub>	X <sub>15</sub>	X <sub>16</sub>	X <sub>17</sub>	X <sub>18</sub>	X <sub>19</sub>	X <sub>20</sub>	X <sub>21</sub>	Y 1	Y <sub>2</sub> <small>(ค่าเฉลี่ย)</small>	Y <sub>3</sub>	Y <sub>4</sub> <small>ข้อดี</small>
X <sub>1</sub>	.110	-.152*	-.057	-.029	.028	-.125	-.053	.109	-.022	.013	-.018	.041	.013
X <sub>2</sub>	-.164*	-.040	.250*	.126*	.127*	-.124*	.117	.137*	.177*	-.090	-.082	-.030	-.080
X <sub>3</sub>	-.134*	-.077	.199*	.142*	.131	-.181*	.034	.070	.113	-.049	-.003	.002	-.021
X <sub>4</sub>	.321*	.229*	-.052	.026	-.041	.230*	.123*	-.050	.043	-.021	-.060	-.047	-.052
X <sub>5</sub>	.100	-.063	-.003	.043	-.005	.030	.018	-.041	.007	.076	.022	.049	.058
X <sub>6</sub>	.014	.067	-.097	-.093	-.062	.043	-.048	-.069	-.088	.054	.070	.043	.066
X <sub>7</sub>	.076	.024	-.014	.016	-.058	.126*	.025	.010	.022	.090	.076	-.011	.063
X <sub>9</sub>	-.090	-.112	.091	-.001	.061	.127*	-.027	.116	.042	.001	.054	.046	.038
X <sub>10</sub>	.036	-.231*	.025	-.019	.044	-.079	-.033	.012	-.009	.096	.030	.027	.062
X <sub>11</sub>	.002	.073	.037	.090	-.006	.045	.018	-.015	.039	-.094	-.045	-.004	-.058
X <sub>12</sub>	-.067	-.178*	.038	.014	.071	-.029	.008	.033	.024	.073	.001	.067	.055
X <sub>13</sub>	1.000	.308*	.064	.081	.111	.154*	.121*	.105	.148*	-.021	.002	-.024	-.017
X <sub>14</sub>		1.000	.219*	.173*	.115	.345*	.256*	.205*	.316*	-.176*	-.066	-.130*	-.147*
X <sub>15</sub>			1.000	.410*	.337*	.241*	.687*	.446*	.816*	-.255*	-.293*	-.182*	-.287*
X <sub>16</sub>				1.000	.270*	.224*	.339*	.238*	.612*	-.146*	-.181*	-.102	-.168*
X <sub>17</sub>					1.000	.168*	.234*	.223*	.485*	.044	-.064	-.022	-.015
X <sub>18</sub> <small>ข้อดี</small>						1.000	.341*	.307*	.507*	-.190*	-.136*	-.183*	-.199*
X <sub>19</sub>							1.000	.536*	.819*	-.195*	-.227*	-.136*	-.219*
X <sub>20</sub>								1.000	.734*	-.174*	-.249*	-.189*	-.238*
X <sub>21</sub>									1.000	-.241*	-.301*	-.207*	-.293*

ตาราง 7 (ต่อ)

---



---

ตัวแปร	X <sub>13</sub>	X <sub>14</sub>	X <sub>15</sub>	X <sub>16</sub>	X <sub>17</sub>	X <sub>18</sub>	X <sub>19</sub>	X <sub>20</sub>	X <sub>21</sub>	Y <sub>1</sub>	Y <sub>2</sub>	Y <sub>3</sub>	Y <sub>4</sub>
Y <sub>1</sub>										1.000	.591*	.594*	.864*
Y <sub>2</sub>											1.000	.598*	.853*
Y <sub>3</sub>												1.000	.845*
Y <sub>4</sub>													1.000

---



---

ตาราง 8 แสดงค่าสัมประสิทธิ์ของตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการเรียนของนักเรียน  
ชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี โดยใช้ตัวพยากรณ์ด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว  
และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน (ไม่มีแผนการเรียน)

ตัวแปร	ด้านร่างกาย	ด้านจิตใจ	ด้านพฤติกรรม	โดยรวมทุกด้าน
<b>ด้านส่วนตัว</b>				
เพศ	0.013	-0.018	0.041	0.013
อายุ	-0.090	-0.082	-0.030	-0.080
ระดับชั้น	-0.049	-0.003	0.002	-0.021
ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	-0.027	-0.060	-0.047	-0.052
ประเภทกีฬา	0.076	0.022	0.049	0.058
จำนวนครั้งของการแข่งขัน	0.054	0.070	0.043	0.066
ช่วงระยะเวลาของการฝึกซ้อม	0.090	0.076	-0.011	0.063
เขavnปัญญา	0.001	0.054	0.046	0.038
<b>ด้านครอบครัว</b>				
บุคลิกภาพ	-0.021	0.002	-0.024	-0.017
ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว	0.096	0.030	0.027	0.062
สถานภาพการสมรสของบิดามารดา	-0.094	-0.046	-0.004	-0.059
ความคาดหวังของบิดามารดา	0.073	0.001	0.067	0.055
สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง	-0.176*	-0.066	-0.130*	-0.147*
<b>ด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน</b>				
ด้านตัวครู	-0.255*	-0.293*	-0.182*	-0.287*
สถานที่	-0.146*	-0.181*	-0.102	-0.168*

ตาราง 8 (ต่อ)

ตัวแปร	ด้านร่างกาย	ด้านจิตใจ	ด้านพฤติกรรม	โดยรวมทุกด้าน
สื่อและอุปกรณ์การเรียน	-0.044	-0.064	-0.022	-0.015
สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน	-0.190*	-0.136*	-0.183*	-0.199*
สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู	-0.195*	-0.227*	-0.136*	-0.219*
การปรับตัวในหอพัก	-0.174*	-0.249*	0.189*	-0.238*
สิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนโดยรวมทุกด้าน	-0.241*	-0.301*	-0.207*	-0.293*

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 7-8 พบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายใน ระหว่างตัวพยากรณ์กับความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี มีค่าระหว่าง -0.255 - 0.096 ซึ่งตัวแปรสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง มีค่า -0.176 ด้านตัวครูมีค่า -0.255 สถานที่เรียนมีค่า -0.146 สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อนมีค่า -0.190 สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครูมีค่า -0.95 การปรับตัวในหอพักมีค่า -0.174 และสิ่งแวดล้อมโดยรวมทุกด้านมีค่า -0.241 มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

และยังพบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายในระหว่างตัวพยากรณ์กับความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านจิตใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี มีค่าระหว่าง -0.301 - 0.076 ซึ่งตัวแปรด้านตัวครูมีค่า -0.293 สถานที่เรียนมีค่า -0.181 สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อนมีค่า -0.136 สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครูมีค่า -0.227 การปรับตัวในหอพักมีค่า -0.249 และสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนโดยรวมทุกด้านมีค่า -0.301 มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านจิตใจ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

และยังพบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายในระหว่างตัวพยากรณ์กับความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านพฤติกรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี มีค่าระหว่าง  $-0.207 - 0.067$  ตัวแปรด้านสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู มีค่า  $-0.136$  ตัวแปรสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครองมีค่า  $-0.130$  ด้านตัวครูมีค่า  $-0.182$  สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อนมีค่า  $-0.189$  สิ่งแวดล้อมโดยรวมทุกด้านมีค่า  $-0.207$  มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านพฤติกรรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

นอกจากนี้ยังพบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายในระหว่างตัวพยากรณ์กับความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการโดยรวมทุกด้าน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี มีค่าระหว่าง  $-0.293 - 0.066$  ซึ่งตัวแปรสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครองมีค่า  $-0.147$  ด้านตัวครูมีค่า  $-0.287$  สถานที่เรียนมีค่า  $-0.168$  สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อนมีค่า  $-0.199$  สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครูมีค่า  $-0.219$  การปรับตัวในหอพักมีค่า  $-0.238$  และสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนโดยรวมทุกด้านมีค่า  $-0.293$  มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดที่ก่อให้เกิดอาการโดยรวมทุกด้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

## ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 2

สมมติฐานของการวิจัยข้อที่ 2 ที่ว่า "ตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน มีตัวแปรอย่างน้อย 1 ตัวแปร ที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านร่างกาย ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่ไม่มีแผนการเรียนได้" ปรากฏผลดังตาราง 9 - 10

ตาราง 9 แสดงการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ เมื่อใช้ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกายเป็นตัวเกณฑ์ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี โดยใช้ตัวพยากรณ์ด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน (ไม่มีแผนการเรียน)

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
Regression	5	3086.455	615.291	13.199*
Residual	455	21210.182	46.615	

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05  $F_{.05}(5,455) = 2.23$

จากตาราง 9 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวน พบว่า ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี มีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงกับตัวแปรด้านตัวครู สื่ออุปกรณ์การเรียน สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน ช่วงระยะเวลาของการฝึกซ้อม และสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงสามารถใช้สมการเชิงเส้น สร้างสมการพยากรณ์ได้ จึงได้คำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ ดังแสดงในตาราง 10

ตาราง 10 แสดงค่าสัมประสิทธิ์ของตัวพยากรณ์ ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา (แผนการเรียน) โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี โดยวิธีวิเคราะห์แบบ Stepwise

ตัวแปร	b	SEb	B	R <sup>2</sup>	F
ด้านตัวครู	-.347	.064	-.258	.065	31.947*
สื่อและอุปกรณ์การเรียน	.413	.112	.173	.085	21.147*
สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน	-.315	.110	-.137	.105	17.952*
ช่วงระยะเวลาของการฝึกซ้อม	1.311	.498	.117	.119	15.386*
สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง	-.066	.033	-.095	.127	13.199*

$$R^2 = .127$$

$$SE = 6.828$$

$$a = 40.614$$

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05  $F_{.05}(1,455) = 3.86$   $F_{.05}(4,455) = 2.39$   
 $F_{.05}(2,455) = 3.02$   $F_{.05}(5,455) = 2.23$   
 $F_{.05}(3,455) = 2.62$

จากตาราง 10 พบว่า ตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านร่างกาย ได้แก่ ตัวแปรด้านตัวครู สื่อและอุปกรณ์การเรียน สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน ช่วงระยะเวลาของการฝึกซ้อม และสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง

ซึ่งตัวแปรทั้ง 5 นี้ สามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านร่างกายได้ ร้อยละ 12.70 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ และได้ค่าสัมประสิทธิ์ของตัวพยากรณ์มาเขียนเป็นสมการได้ดังนี้

### ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 3

สมมติฐานของการวิจัยข้อที่ 3 ที่ว่า "ตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน สามารถสร้างสมการความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านร่างกาย ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่ไม่มีแผนการเรียนได้" โดยนำค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของตัวพยากรณ์มาเขียนสมการ โดยนำค่าในตาราง 10

สมการพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โดยนำค่าคะแนนดิบ

$$\hat{Y} = 40.614 - .347 (\text{ด้านตัวครู}) + .413 (\text{สื่อและอุปกรณ์การเรียน}) - .315 (\text{สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน}) + 1.311 (\text{ช่วงระยะเวลาของการฝึกซ้อม}) - .066 (\text{สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง})$$

สมการพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โดยนำค่าคะแนนมาตรฐาน

$$\hat{Z} = -.258 (\text{ด้านตัวครู}) + .173 (\text{สื่อและอุปกรณ์การเรียน}) - .137 (\text{สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน}) + .117 (\text{ช่วงระยะเวลาของการฝึกซ้อม}) - .095 (\text{สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง})$$

ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

#### ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 4

สมมติฐานของการวิจัยข้อที่ 4 ที่ว่า "ตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน มีตัวแปรอย่างน้อย 1 ตัวแปร ที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านจิตใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่ไม่มีแผนการเรียนได้" บราวกฎผลดังตาราง 11 - 12

ตาราง 11 แสดงการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ เมื่อใช้ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านจิตใจเป็นตัวเกณฑ์ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี โดยยใช้ตัวพยากรณ์ด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน (ไม่มีแผนการเรียน)

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
Regression	3	2357.225	786.408	19.367*
Residual	457	18556.775	40.606	

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05  $F_{.05}(3,457) = 2.62$

จากตาราง 11 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวน พบว่า ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านจิตใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี มีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงกับตัวแปรด้านตัวครู การปรับตัวในหอพัก และระดับเขาวนปีญญา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงสามารถใช้สมการเชิงเส้น สร้างสมการพยากรณ์ได้ จึงได้คำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ ดังแสดงในตาราง 12

ตาราง 12 แสดงค่าสัมประสิทธิ์ของตัวพยากรณ์ ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านจิตใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา (ไม่มีแผนการเรียน) โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี โดยใช่วิธีวิเคราะห์ระบบ Stepwise

ตัวแปร	b	SEb	B	R <sup>2</sup>	F
ด้านตัวครู	-.285	.062	-.229	.086	43.372*
การปรับตัวในหอพัก	.185	.059	-.158	.104	26.522*
ระดับเขาวนปีญญา	1.195	.555	.096	.113	19.367*

$$R^2 = .113$$

$$SE = 6.372$$

$$a = 44.497$$

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05  $F_{.05} (1,455) = 3.86$

$F_{.05} (2,455) = 3.02$

$F_{.05} (3,455) = 2.62$

จากตาราง 12 พบว่า ตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านจิตใจ ได้แก่ ตัวแปรด้านตัวครู การปรับตัวในหอพัก ระดับเขาวนปีญญา ซึ่งตัวแปรทั้ง 3 นี้ สามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านจิตใจ ได้ร้อยละ 11.30 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ และได้้นำค่าสัมประสิทธิ์ของตัวพยากรณ์มาเขียนเป็นสมการได้ดังนี้

### ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 5

สมมติฐานของการวิจัยข้อที่ 5 ที่ว่า "ตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน สามารถสร้างสมการความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านจิตใจ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่ไม่มีแผนการเรียนได้" โดยนำค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของตัวพยากรณ์มาเขียนสมการ โดยใช้ค่าในตาราง 12

สมการพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านจิตใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โดยใช้คะแนนดิบ

$$\hat{Y} = 44.497 - .285 (\text{ด้านตัวครู}) - .185 (\text{การปรับตัวในหอพัก}) + 1.195$$

(ระดับเซวาน์ปัญญา)

สมการพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านจิตใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โดยใช้คะแนนมาตรฐาน

$$\hat{Z} = -.229 (\text{ด้านตัวครู}) - .158 (\text{การปรับตัวในหอพัก}) + .096 (\text{ระดับเซวาน์ปัญญา})$$

(ระดับเซวาน์ปัญญา)

ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

### ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 6

สมมติฐานของการวิจัยข้อที่ 6 ที่ว่า "ตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน มีตัวแปรอย่างน้อย 1 ตัวแปร ที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านพฤติกรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่ไม่มีแผนการเรียนได้" ปรากฏผลดังตาราง 13 - 14

ตาราง 13 แสดงการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ เมื่อใช้ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านพฤติกรรมเป็นตัวเกณฑ์ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี โดยยใช้ตัวพยากรณ์ด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน (ไม่มีแผนการเรียน)

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
Regression	3	1120.516	373.505	9.940*
Residual	455	17097.279	37.576	

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05  $F_{.05}(3,455) = 2.62$

จากตาราง 13 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวน พบว่า ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านพฤติกรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี มีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงกับตัวแปรด้านตัวในหอพัก สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน และด้านตัวครูอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงสามารถใช้สมการเชิงเส้น สร้างสมการพยากรณ์ได้ จึงได้คำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ ดังแสดงในตาราง 14

ตาราง 14 แสดงค่าสัมประสิทธิ์ของตัวพยากรณ์ ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทาง ด้านพฤติกรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา (ไม่มีแผนการเรียน) โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี โดยวิธีวิเคราะห์แบบ Stepwise

ตัวแปร	b	SEb	B	R <sup>2</sup>	F
การปรับตัวในหอพัก	-.111	.058	-.102	.036	16.984*
สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน	-.253	.096	-.127	.053	12.792*
ด้านตัวครู	-.121	.060	-.104	.062	9.940*

$$R^2 = .062$$

$$SE = 6.130$$

$$a = 41.842$$

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05  $F_{.05} (1,455) = 3.86$

$F_{.05} (2,455) = 3.02$

$F_{.05} (3,455) = 2.62$

จากตาราง 14 พบว่า ตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านพฤติกรรม ได้แก่ ตัวแปรการปรับตัวในหอพัก สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน และด้านตัวครู ซึ่งตัวแปรทั้ง 3 นี้ สามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านพฤติกรรมได้ ร้อยละ 6.20 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ และได้้นำค่าสัมประสิทธิ์ของตัวพยากรณ์มาเขียนเป็นสมการได้ดังนี้

### ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 7

สมมติฐานของการวิจัยข้อที่ 7 ที่ว่า "ตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน สามารถสร้างสมการความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านพฤติกรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่ไม่มีแผนการเรียนได้" โดยนำค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของตัวพยากรณ์มาเขียนสมการ โดยใช้ค่าในตาราง 14

สมการพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านพฤติกรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โดยใช้คะแนนดิบ

$$\hat{Y} = 41.842 - .111 (\text{การปรับตัวในหอพัก}) - .258 (\text{สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน}) - .121 (\text{ด้านตัวครู})$$

สมการพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านพฤติกรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โดยใช้คะแนนมาตรฐาน

$$\hat{Z} = -.102 (\text{การปรับตัวในหอพัก}) - .127 (\text{สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน}) - .104 (\text{ด้านตัวครู})$$

ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

### ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 8

สมมติฐานของการวิจัยข้อที่ 8 ที่ว่า "ตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน มีตัวแปรอย่างน้อย 1 ตัวแปร ที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่ไม่มีแผนการเรียนได้" ปรากฏผลดังตาราง 15 - 16

ตาราง 15 แสดงการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ เมื่อใช้ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการโดยรวมทุกด้านเป็นตัวเกณฑ์ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี โดยใช้ตัวพยากรณ์ด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน (ไม่มีแผนการเรียน)

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
Regression	4	16447.807	4111.952	15.382*
Residual	454	121365.369	267.325	

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05  $F_{.05}(4,454) = 2.39$

จากตาราง 14 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวน พบว่า ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี มีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงกับตัวแปรด้านตัวครู สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน สื่อและอุปกรณ์การเรียน และการปรับตัวในหอพัก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงสามารถใช้สมการเชิงเส้น สร้างสมการพยากรณ์ได้ จึงได้คำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ ดังแสดงในตาราง 16

ตาราง 16 แสดงค่าสัมประสิทธิ์ของตัวพยากรณ์ ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการ โดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา (ไม่มีแผนการเรียน) โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี โดยใช้วิธีวิเคราะห์แบบ Stepwise

ตัวแปร	b	SEb	B	R <sup>2</sup>	F
ด้านตัวครู	-.776	.166	-.242	.082	40.875*
สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน	-.686	.256	-.125	.100	25.351*
สื่อและอุปกรณ์การเรียน	.643	.268	.113	.110	18.763*
การปรับตัวในหอพัก	-.337	.154	-.112	.119	15.382*

$$R^2 = .119$$

$$SE = 16.350$$

$$a = 125.901$$

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05  $F_{.05} (1,455) = 3.86$   
 $F_{.05} (2,455) = 3.02$   
 $F_{.05} (3,455) = 2.62$   
 $F_{.05} (4,454) = 2.39$

จากตาราง 16 พบว่า ตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการโดยรวมทุกด้าน ได้แก่ ตัวแปรด้านตัวครู สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน สื่อและอุปกรณ์การเรียน และการปรับตัวในหอพัก ซึ่งตัวแปรทั้ง 4 นี้ สามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการโดยรวมทุกด้าน ได้ ร้อยละ 11.90 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ และได้ นำค่าสัมประสิทธิ์ของตัวพยากรณ์มาเขียนเป็นสมการได้ดังนี้

### ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 9

สมมติฐานของการวิจัยข้อที่ 9 ที่ว่า "ตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน สามารถสร้างสมการความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่ไม่มีแผนการเรียนได้" โดยนาค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของตัวพยากรณ์มาเขียนสมการ โดยใช้ค่าในตาราง 16

สมการพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โดยใช้คะแนนดิบ

$$\hat{Y} = 125.901 - .776 \text{ (ด้านตัวครู)} - .686 \text{ (สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน)} + .643 \text{ (สื่อและอุปกรณ์การเรียน)} - .337 \text{ (การปรับตัวในหอพัก)}$$

สมการพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โดยใช้คะแนนมาตรฐาน

$$\hat{Z} = -.242 \text{ (ด้านตัวครู)} - .125 \text{ (สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน)} + .113 \text{ (สื่อและอุปกรณ์การเรียน)} - .112 \text{ (การปรับตัวในหอพัก)}$$

ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้





ตาราง 18 แสดงค่าสัมประสิทธิ์ของตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการเรียนของนักเรียน  
ชั้นมัธยมศึกษาที่มีแผนการเรียน โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี โดยใช้ตัวพยากรณ์ด้านส่วนตัว  
ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน

ตัวแปร	ด้านร่างกาย	ด้านจิตใจ	ด้านพฤติกรรม	โดยรวมทุกด้าน
<b>ด้านส่วนตัว</b>				
เพศ	-0.042	-0.033	0.045	-0.014
ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	-0.118	-0.139	-0.143	-0.154
จำนวนครั้งของการแข่งขัน	0.026	0.071	-0.023	0.028
ช่วงระยะเวลาของการฝึกซ้อม	0.154	0.105	-0.011	0.010
แผนการเรียน	-0.127	-0.136	-0.226*	-0.187*
เขาวนปีญญา	0.071	0.050	0.020	0.056*
บุคลิกภาพ	-0.078	-0.094	-0.157	-0.125
<b>ด้านครอบครัว</b>				
ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว	0.047	-0.023	0.010	0.016
สถานภาพการสมรสของบิดามารดา	-0.155	-0.123	-0.059	-0.133
ความคาดหวังของบิดามารดา	0.049	0.016	0.142	0.079
สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง	-0.166	-0.043	-0.234*	-0.174

ตาราง 18 (ต่อ)

ตัวแปร	ด้านร่างกาย	ด้านจิตใจ	ด้านพฤติกรรม	โดยรวมทุกด้าน
<b>ด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน</b>				
ด้านตัวครู	-0.122	-0.240*	-0.104	-0.177
สถานที่	-0.083	-0.061	-0.050	-0.076
สื่อและอุปกรณ์การเรียน	0.041	-0.033	0.033	0.018
สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน	-0.245*	-0.141	-0.220*	-0.238*
สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู	-0.094	-0.117*	-0.070	-0.110*
การปรับตัวในหอพัก	-0.146	-0.187*	-0.197*	-0.203*
สิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนโดยรวมทุกด้าน	-0.157	-0.198*	-0.148*	-0.194*

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 17-18 พบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายใน ระหว่างตัวพยากรณ์กับความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่มีแผนการเรียน โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี มีค่าระหว่าง -0.245 - 0.154 ซึ่งตัวแปรสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน มีค่า -0.245 มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

และยังพบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายในระหว่างตัวพยากรณ์กับความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านจิตใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่มีแผนการเรียน โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีมีค่าระหว่าง -0.240 - 0.015 ซึ่งตัวแปรด้านตัวครูมีค่า -0.240 การปรับตัวในหอพักมีค่า -0.187 และสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนโดยรวมทุกด้านมีค่า -0.198 มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านจิตใจ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

และยังพบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายในระหว่างตัวพยากรณ์กับความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านพฤติกรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่มีแผนการเรียน โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี มีค่าระหว่าง  $-0.234 - 0.142$  ซึ่งตัวแปรแผนการเรียน มีค่า  $-0.226$  สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครองมีค่า  $-0.234$  สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน มีค่า  $-0.220$  และการปรับตัวในหอพัก มีค่า  $-0.197$  มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านพฤติกรรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ  $.05$

นอกจากนี้ยังพบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายในระหว่างตัวพยากรณ์กับความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการโดยรวมทุกด้าน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่มีแผนการเรียน โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี มีค่าระหว่าง  $-0.238 - 0.079$  ซึ่งตัวแปรแผนการเรียนมีค่า  $-0.187$  สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อนมีค่า  $-0.238$  การปรับตัวในหอพักมีค่า  $-0.203$  และสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนโดยรวมทุกด้านมีค่า  $-0.194$  มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดที่ก่อให้เกิดอาการโดยรวมทุกด้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ  $.05$

### ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 11

สมมติฐานการวิจัยข้อที่ 11 ที่ว่า "ตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนมีตัวแปรอย่างน้อย 1 ตัวแปร ที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านร่างกายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่มีแผนการเรียนได้" ปรากฏผลดังตาราง 19-20

ตาราง 19 แสดงการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ เมื่อใช้ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกายเป็นตัวเกณฑ์ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่มีแผนการเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี โดยใช้ตัวพยากรณ์ด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
Regression	2	1015.126	507.563	10.003*
Residual	202	10249.918	50.742	

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05  $F_{.05, (2, 202)} = 3.04$

จากตาราง 19 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวน พบว่า ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี มีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงกับตัวแปรด้านสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน และช่วงระยะเวลาของงานการฝึกซ้อมกีฬาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงสามารถใช้สมการเชิงเส้น สร้างสมการพยากรณ์ได้ จึงได้คำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ ดังแสดงในตาราง 20

ตาราง 20 แสดงค่าสัมประสิทธิ์ของตัวพยากรณ์ ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทาง  
ด้านร่างกายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา (มีแผนการเรียน) โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี  
โดยใช้วิธีวิเคราะห์แบบ Stepwise

ตัวแปร	b	SEb	B	R <sup>2</sup>	F
สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน	-.641	.167	-.258	.060	12.961*
ช่วงระยะเวลาของการฝึกซ้อมกีฬา	2.022	.782	.173	.090	10.003*

$$R^2 = .090$$

$$SE = 7.123$$

$$a = 35.657$$

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05  $F_{.05, (1, 202)} = 3.86$

$F_{.05, (2, 202)} = 3.04$

จากตาราง 20 พบว่า ตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิด  
อาการด้านร่างกาย ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน และช่วงระยะเวลาของการฝึกซ้อม  
กีฬา ซึ่งตัวแปรทั้ง 2 นี้ สามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิด  
อาการด้านร่างกายได้ ร้อยละ 9.00 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้  
ที่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ และได้ค่าสัมประสิทธิ์ของตัวพยากรณ์มาเขียนเป็นสมการได้ดังนี้

## ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 12

สมมติฐานการวิจัยข้อที่ 12 ที่ว่า "ตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนสามารถสร้างสมการความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านร่างกายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่มีแผนการเรียนได้" โดยนำค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของตัวพยากรณ์มาเขียนสมการโดยใช้ค่าในตาราง 20

สมการพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่มีแผนการเรียน โดยใช้คะแนนดิบ

$$\hat{Y} = 35.657 - .641 (\text{สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน}) + 2.022$$

(ช่วงระยะเวลาของการฝึกซ้อม)

สมการพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่มีแผนการเรียน โดยใช้คะแนนมาตรฐาน

$$\hat{Z} = -.258 (\text{สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน}) + .173 (\text{ช่วงระยะเวลา}$$

ของการฝึกซ้อมกีฬา)

ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

### ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 13

สมมติฐานการวิจัยข้อที่ 13 ที่ว่า "ตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนมีตัวแปรอย่างน้อย 1 ตัวแปร ที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านจิตใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่มีแผนการเรียนได้" ปรากฏผลดังตาราง 21-22

ตาราง 21 แสดงการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ เมื่อใช้ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านจิตใจเป็นตัว เกณฑ์ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี โดยใช้ตัวพยากรณ์ด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน (มีแผนการเรียน)

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
Regression	1	444.871	444.871	12.420*
Residual	203	7271.109	35.818	

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05  $F_{.05, (1, 203)} = 3.89$

จากตาราง 21 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวน พบว่า ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านจิตใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่มีแผนการเรียน โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี มีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงกับตัวแปรด้านตัวครู อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงสามารถอ้างสมการเชิงเส้น สร้างสมการพยากรณ์ได้ จึงได้คำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ ดังแสดงในตาราง 22

ตาราง 22 แสดงค่าสัมประสิทธิ์ของตัวพยากรณ์ ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านจิตใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา (มีแผนการเรียน) โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี โดยใช้วิธีวิเคราะห์แบบ Stepwise

ตัวแปร	b	SEb	B	R <sup>2</sup>	F
ด้านตัวครู	-.280	.079	-.240	.058	12.420*

$$R^2 = .058$$

$$SE = 5.985$$

$$a = 40.211$$

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05  $F_{.05}(1,203) = 3.89$

จากตาราง 22 พบว่า ตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านจิตใจ ได้แก่ ตัวแปรด้านตัวครู ซึ่งตัวแปรนี้ สามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านจิตใจ ได้ร้อยละ 5.80 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ และได้ค่าสัมประสิทธิ์ของตัวพยากรณ์มาเขียนเป็นสมการได้ดังนี้

### ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 14

สมมติฐานการวิจัยข้อที่ 14 ที่ว่า "ตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนสามารถสร้างสมการความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านจิตใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่มีแผนการเรียนได้" โดยนำค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของตัวพยากรณ์มาเขียนสมการโดยใช้ค่าในตาราง 22

สมการพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านจิตใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โดยใช้คะแนนดิบ

$$\hat{Y} = 40.211 - .280 \text{ (ด้านตัวครู)}$$

สมการพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านจิตใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โดยใช้คะแนนมาตรฐาน

$$\hat{Z} = -.240 \text{ (ด้านตัวครู)}$$

### ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 15

สมมติฐานการวิจัยข้อที่ 15 ที่ว่า "ตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนมีตัวแปรอย่างน้อย 1 ตัวแปร ที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านพฤติกรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่มีแผนการเรียนได้" ปรากฏผลดังตาราง 23-24

ตาราง 23 แสดงการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ เมื่อใช้ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านพฤติกรรมเป็นตัวเกณฑ์ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่มีแผนการเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี โดยใช้ตัวพยากรณ์ด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
Regression	4	1036.505	259.126	7.342*
Residual	200	7058.783	35.294	

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05  $F_{.05}(4,200) = 2.41$

จากตาราง 23 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวน พบว่า ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านพฤติกรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี มีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงกับตัวแปรสัมพันธ์ภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง แผนการเรียน การปรับตัวในหอพัก และสถานที่ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงสามารถใช้สมการเชิงเส้น สร้างสมการพยากรณ์ได้ จึงได้คำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ ดังแสดงในตาราง 24

ตาราง 24 แสดงค่าสัมประสิทธิ์ของตัวพยากรณ์ ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านพฤติกรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา (มีแผนการเรียน) โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี โดยใช้วิธีวิเคราะห์แบบ Stepwise

ตัวแปร	b	SEb	B	R <sup>2</sup>	F
สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับ					
ผู้ปกครอง	-.096	.044	-.157	.055	11.732*
แผนการเรียน	-3.514	1.027	-.273	.081	8.944*
การปรับตัวในหอพัก	-.225	.080	-.195	.107	8.052*
สถานที่	.220	.101	.174	.128	7.342*

$$R^2 = .128$$

$$SE = 5.941$$

$$a = 40.873$$

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05  $F_{.05, (1,200)} = 3.89$   $F_{.05(4,200)} = 2.41$   
 $F_{.05, (2,200)} = 3.04$   
 $F_{.05, (3,200)} = 2.65$

จากตาราง 24 พบว่า ตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านพฤติกรรม ได้แก่ ตัวแปรสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง แผนการเรียน การปรับตัวในหอพัก และสถานที่ ซึ่งตัวแปรทั้ง 4 นี้ สามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านพฤติกรรมได้ ร้อยละ 12.80 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ และได้นำค่าสัมประสิทธิ์ของตัวพยากรณ์มาเขียนเป็นสมการได้ดังนี้

### ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 16

สมมติฐานการวิจัยข้อที่ 16 ที่ว่า "ตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนสามารถสร้างสมการความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านพฤติกรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่มีแผนการเรียนได้" โดยนำค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของตัวพยากรณ์มาเขียนสมการโดยใช้ค่าในตาราง 24

สมการพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านพฤติกรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โดยใช้คะแนนดิบ

$$\hat{Y} = 40.873 - .096 (\text{สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง}) - 3.514 (\text{แผนการเรียน}) - .225 (\text{การปรับตัวในหอพัก}) + .220 (\text{สถานที่})$$

สมการพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านพฤติกรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โดยใช้คะแนนมาตรฐาน

$$\hat{Z} = -.157 (\text{สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง}) - .273 (\text{แผนการเรียน}) - .195 (\text{การปรับตัวในหอพัก}) + .174 (\text{สถานที่})$$

ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

### ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 17

สมมติฐานการวิจัยข้อที่ 17 ที่ว่า "ตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนมีตัวแปรอย่างน้อย 1 ตัวแปร ที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่มีแผนการเรียนได้" ปรากฏผลดังตาราง 25-26

ตาราง 25 แสดงการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ เมื่อใช้ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการโดยรวมทุกด้านเป็นตัวเกณฑ์ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี โดยใช้ตัวพยากรณ์ด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน (มีแผนการเรียน ยกเว้นอายุ ระดับชั้น และประเภทกีฬา)

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
Regression	3	5670.324	1890.108	7.037*
Residual	201	53987.998	268.597	

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05  $F_{.05, (3,201)} = 2.65$

จากตาราง 25 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวน พบว่า ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี มีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงกับตัวแปรสัมพันธ์ภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน การปรับตัวในหอพัก และแผนการเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงสามารถเข้าสมการเชิงเส้น สร้างสมการพยากรณ์ได้ จึงได้คำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ ดังแสดงในตาราง 26

ตาราง 26 แสดงค่าสัมประสิทธิ์ของตัวพยากรณ์ ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการ โดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา (มีแผนการเรียน) โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี โดยใช้วิธีวิเคราะห์แบบ Stepwise

ตัวแปร	b	SEb	B	R <sup>2</sup>	F
สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน	-.833	.424	-.146	.057	12.213*
การปรับตัวในหอพัก	-.500	.223	-.160	.075	8.193*
แผนการเรียน	-5.194	2.464	-.148	.095	7.037*

$$R^2 = .095$$

$$SE = 16.388$$

$$a = 120.722$$

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05  $F_{.05, (1,200)} = 3.89$   
 $F_{.05, (2,200)} = 3.04$   
 $F_{.05, (3,200)} = 2.65$

จากตาราง 26 พบว่า ตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการโดยรวมทุกด้าน ได้แก่ ตัวแปรสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน การปรับตัวในหอพัก และแผนการเรียน ซึ่งตัวแปรทั้ง 3 นี้ สามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการโดยรวมทุกด้าน ได้ ร้อยละ 9.50 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ และได้้นำค่าสัมประสิทธิ์ของตัวพยากรณ์มา เขียนเป็นสมการได้ดังนี้

### ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 18

สมมติฐานการวิจัยข้อที่ 18 ที่ว่า "ตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนสามารถสร้างสมการความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่มีแผนการเรียนได้" โดยนำค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของตัวพยากรณ์มาเขียนสมการโดยใช้ค่าในตาราง 26

สมการพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โดยใช้คะแนนดิบ

$$\hat{Y} = 120.722 - .833 \text{ (สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน)} - .500$$

(การปรับตัวในหอพัก) -5.194 (แผนการเรียน)

สมการพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โดยใช้คะแนนมาตรฐาน

$$\hat{Z} = -.146 \text{ (สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน)} - .160 \text{ (การปรับตัวในหอพัก)}$$

-.148 (แผนการเรียน)

ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

### ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 19

สมมติฐานของการวิจัยข้อที่ 19 ที่ว่า "นักเรียนที่มีเพศต่างกันและประเภทกีฬาต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน ซึ่งปรากฏผลดังตาราง 27

ตาราง 27 แสดงการเปรียบเทียบความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จำแนกตามเพศ โดยแยกพิจารณาในกีฬาแต่ละประเภท

ความเครียด ในการเรียน	ประเภทกีฬา  กลุ่ม	ทีม				บุคคล			
		N	$\bar{X}$	S.D.	t	N	$\bar{X}$	S.D.	t
ด้านร่างกาย	ชาย	169	26.44	6.99	-1.10	169	25.82	7.93	0.71
	หญิง	38	27.76	5.11		85	25.09	7.18	
ด้านจิตใจ	ชาย	169	31.02	6.72	-0.47	169	30.76	7.00	-0.44
	หญิง	38	31.59	5.82		85	31.16	6.74	
ด้านพฤติกรรม	ชาย	169	29.80	6.19	0.41	169	29.26	6.53	0.56
	หญิง	38	29.37	4.43		85	28.76	6.84	
โดยรวม	ชาย	169	87.26	17.37	-0.49	169	85.84	17.99	0.43
	หญิง	38	88.71	12.66		85	84.80	17.89	

จากตาราง 27 พบว่า นักเรียนชายและนักเรียนหญิงทั้งกีฬาประเภททีมและประเภทบุคคล มีความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้ไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

### ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 20

สมมติฐานของการวิจัยข้อที่ 20 ที่ว่า "นักเรียนที่มีอายุต่างกันและประเภทกีฬาต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน" ซึ่งปรากฏผลดังตาราง 28

ตาราง 28 แสดงการเปรียบเทียบความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จำแนกตามอายุ โดยแยกพิจารณาในกีฬาแต่ละประเภท

ความเครียด ในการเรียน	ประเภทกีฬา กลุ่ม	ทีม				บุคคล			
		N	$\bar{X}$	S.D.	t	N	$\bar{X}$	S.D.	t
ด้านร่างกาย	11 - 14 ปี	76	25.53	6.41	-1.90	115	25.16	7.12	-0.79
	15 ปีขึ้นไป	131	27.35	6.78		139	25.92	8.13	
ด้านจิตใจ	11 - 14 ปี	76	30.33	6.45	-1.33	115	30.44	7.33	-0.95
	15 ปีขึ้นไป	131	31.59	6.60		139	31.27	6.53	

ตาราง 28 (ต่อ)

ความเครียด ในการเรียน	ประเภทกีฬา  กลุ่ม	ทีม				บุคคล			
		N	$\bar{X}$	S.D.	t	N	$\bar{X}$	S.D.	t
ด้านพฤติกรรม	11 - 14 ปี	76	29.38	4.63	-0.73	115	29.04	6.47	-0.13
	15 ปีขึ้นไป	131	29.95	6.53		139	29.14	6.77	
โดยรวม ทุกด้าน	11 - 14 ปี	76	85.18	14.84	-1.55	115	84.46	17.61	-0.83
	15 ปีขึ้นไป	131	88.89	17.43		139	86.34	18.20	

จากตาราง 28 พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่มีอายุต่างกัน ทั้งกีฬาประเภททีมและประเภทบุคคล มีความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้ไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

### ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 21

สมมติฐานของการวิจัยข้อที่ 21 ที่ว่า "นักเรียนที่มีระดับชั้นต่างกันและประเภทกีฬาต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน" ซึ่งปรากฏผลดังตาราง 29

ตาราง 29 แสดงการเปรียบเทียบความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จำนวนตาม ระดับชั้น โดยแยกพิจารณาในกีฬาแต่ละประเภท

ความเครียด ในการเรียน	ประเภทกีฬา กลุ่ม	ทีม				บุคคล			
		N	$\bar{X}$	S.D.	t	N	$\bar{X}$	S.D.	t
ด้านร่างกาย	ม.1 - ม.3	107	26.39	6.88		149	25.30	7.29	
	ม.4 - ม.6	100	26.99	6.50	-0.64	105	25.97	8.22	-0.69
ด้านจิตใจ	ม.1 - ม.3	107	31.24	6.81		149	30.84	7.48	
	ม.4 - ม.6	100	31.00	6.30	0.27	105	30.98	6.04	-0.16
ด้านพฤติกรรม	ม.4 - ม.6	107	29.56	5.61		149	29.27	6.82	
	ม.4 - ม.6	100	29.89	6.21	-0.40	105	28.86	6.37	0.48
โดยรวม ทุกด้าน	ม.1 - ม.3	107	87.20	16.45		149	85.27	18.36	
	ม.4 - ม.6	100	87.88	16.81	-0.30	105	85.81	17.39	-0.23

จากตาราง 29 พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่มีระดับชั้นต่างกัน ทั้งกีฬาประเภททีม และประเภทบุคคล มีความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้ไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

### ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 22

สมมติฐานของการวิจัยข้อที่ 22 ที่ว่า "นักเรียนที่มีแผนการเรียนต่างกันและประเภทกีฬาต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน" ซึ่งปรากฏผลดังตาราง 30

ตาราง 30 แสดงการเปรียบเทียบความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จำแนกตามแผนการเรียน โดยแยกพิจารณาในกีฬาแต่ละประเภท

ความเครียด	ประเภทกีฬา	ทีม				บุคคล			
		กลุ่ม	N	$\bar{X}$	S.D.	t	N	$\bar{X}$	S.D.
ด้านร่างกาย	คณิต - วิทยุ	45	25.04	6.67	-2.80**	35	25.60	8.74	-0.41
	คณิต - ภาษา	55	28.58	5.96		72	26.29	7.95	
ด้านจิตใจ	คณิต - วิทยุ	45	29.22	6.49	-2.63**	35	30.86	6.18	-0.24
	คณิต - ภาษา	55	32.45	5.80		72	31.18	5.99	

ตาราง 30 (ต่อ)

ความเครียด ในการเรียน	ประเภทกีฬา กลุ่ม	ทีม				บุคคล			
		N	$\bar{X}$	S.D.	t	N	$\bar{X}$	S.D.	t
ด้านพฤติกรรม	คณิต - วิทยุ	45	27.51	5.74	-3.68**	35	27.69	6.92	-1.39
	คณิต - ภาษา	55	31.84	5.94		72	29.49	5.98	
โดยรวม ทุกด้าน	คณิต - วิทยุ	45	81.78	16.85	-3.46**	35	84.17	18.97	-0.78
	คณิต - ภาษา	55	92.87	15.18		72	86.96	16.54	

\*\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01  $t_{.01, (98)} = 2.617$

จากตาราง 30 พบว่า เมื่อเปรียบเทียบความเครียดในการเรียนแต่ละด้านของนักเรียน  
ชั้นมัธยมศึกษา แผนการเรียนคณิตศาสตร์ - วิทยาศาสตร์ และคณิตศาสตร์ - ภาษาอังกฤษ  
ปรากฏว่า นักเรียนที่เลือกเรียนแผนการเรียนคณิตศาสตร์ - วิทยาศาสตร์ และคณิตศาสตร์ -  
ภาษาอังกฤษ ในกีฬาประเภททีม ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย  
ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวม ทุกด้าน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่  
ระดับ .01 ( $t = 2.617$ ) แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติของนักเรียนในกีฬา  
ประเภทบุคคล มีความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้าน  
พฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้าน

### ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 23

สมมติฐานของการวิจัยข้อที่ 23 ที่ว่า "นักเรียนที่มีสถานภาพการสมรสของบิดามารดาต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน" ซึ่งปรากฏผลดังตาราง 31

ตาราง 31 แสดงการเปรียบเทียบความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จานแนกตามสถานภาพสมรสบิดามารดา โดยแยกพิจารณาในกีฬาแต่ละประเภท

ความเครียด ในการเรียน	ประเภทกีฬา กลุ่ม	ทีม				บุคคล			
		N	$\bar{X}$	S.D.	t	N	$\bar{X}$	S.D.	t
ด้านร่างกาย	อยู่ร่วมกัน	177	26.57	6.77	-0.58	219	25.17	7.39	-2.12*
	แยกกันอยู่	30	27.33	6.28		35	28.11	9.02	
ด้านจิตใจ	อยู่ร่วมกัน	177	31.07	6.70	-0.28	219	30.73	6.69	-0.99
	แยกกันอยู่	30	31.43	5.73		35	31.97	8.17	
ด้านพฤติกรรม	อยู่ร่วมกัน	177	29.74	5.95	0.12	219	29.06	6.50	-0.21
	แยกกันอยู่	30	29.60	5.70		35	29.31	7.40	

ตาราง 31 (ต่อ)

ความเครียด ในการเรียน	ประเภทกีฬา กลุ่ม	ทีม				บุคคล			
		N	$\bar{X}$	S.D.	t	N	$\bar{X}$	S.D.	t
โดยรวม ทุกด้าน	อยู่ร่วมกัน	177	87.38	16.84	-0.30	219	84.87	17.34	-1.39
	แยกกันอยู่	30	88.37	15.27		35	89.40	21.11	

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05  $t_{.05, (252)} = 1.960$

จากตาราง 31 พบว่า เมื่อเปรียบเทียบความเครียดในการเรียนแต่ละด้านของนักเรียน  
ชั้นมัธยมศึกษา ที่มีบิดามารดาอยู่ร่วมกันและแยกกันอยู่ ปรากฏว่านักเรียนที่มีบิดามารดาอยู่ร่วมกัน  
และแยกกันอยู่ในกีฬาประเภทบุคคลมีความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย  
แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ( $t = 1.960$ ) แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัย  
สำคัญทางสถิติของความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม  
และอาการโดยรวมทุกด้านในกีฬาประเภททีม ส่วนในกีฬาประเภทบุคคลไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัย  
สำคัญทางสถิติของคะแนนความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม  
และอาการโดยรวมทุกด้านเช่นกัน

### ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 24

สมมติฐานของการวิจัยข้อที่ 24 ที่ว่า "นักเรียนที่มีมารดาที่มีความคาดหวังต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน" ซึ่งปรากฏผลดังตาราง 32

ตาราง 32 แสดงการเปรียบเทียบความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จำแนกตามความคาดหวังของบิดามารดา โดยแยกพิจารณาในกีฬาแต่ละประเภท

ความเครียด ในการเรียน	ประเภทกีฬา กลุ่ม	ทีม				บุคคล			
		N	$\bar{X}$	S.D.	t	N	$\bar{X}$	S.D.	t
ด้านร่างกาย	จบชั้น ม.6	44	27.93	6.38		29	26.14	8.38	
	เรียนต่อระดับ อุดมศึกษา	163	26.34	6.75	1.40	225	25.50	7.60	0.42
ด้านจิตใจ	จบชั้น ม.6	44	30.82	6.63		29	31.24	7.22	
	เรียนต่อระดับ อุดมศึกษา	163	31.21	6.55	-0.35	225	30.85	6.88	0.28
ด้านพฤติกรรม	จบชั้น ม.6	44	30.86	4.94		29	29.57	6.79	
	เรียนต่อระดับ อุดมศึกษา	163	29.41	6.11	1.45	225	29.04	6.62	0.40
โดยรวม ทุกด้าน	จบชั้น ม.6	44	89.61	14.99		29	87.07	19.48	
	เรียนต่อระดับ อุดมศึกษา	163	86.96	16.99	0.94	225	85.30	17.76	0.49

จากตาราง 32 พบว่า นักเรียนที่ติดตามการตามมีความคาดหวังต่างกัน ทั้งในประเภททีม และประเภทบุคคล มีความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้ไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

### ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 25

สมมติฐานของการวิจัยข้อที่ 25 ที่ว่า "นักเรียนที่มีบุคลิกภาพต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน" ซึ่งปรากฏผลดังตาราง 33

ตาราง 33 แสดงการเปรียบเทียบความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จำแนกตามบุคลิกภาพ โดยแยกพิจารณาในกีฬาแต่ละประเภท

ความเครียด ในการเรียน	ประเภทกีฬา กลุ่ม	ทีม				บุคคล			
		N	$\bar{X}$	S.D.	t	N	$\bar{X}$	S.D.	t
ด้านร่างกาย	แบบ เอ	180	26.70	7.12	0.02	212	26.10	7.43	0.48
	แบบ บี	27	26.68	6.64		42	25.47	7.44	
ด้านจิตใจ	แบบ เอ	180	32.26	6.74	0.96	212	31.43	6.78	0.54
	แบบ บี	27	30.96	6.53		42	30.79	6.94	

ตาราง 33 (ต่อ)

ความเครียด ของการเรียน	ประเภทกีฬา กลุ่ม	ทีม				บุคคล			
		N	$\bar{X}$	S.D.	t	N	$\bar{X}$	S.D.	t
ด้านพฤติกรรม	แบบ เอ	180	29.37	5.99	-0.33	212	29.80	5.72	0.75
	แบบ บี	27	29.37	5.29		42	28.96	6.79	
โดยรวม ทุกด้าน	แบบ เอ	180	88.33	14.22	0.27	212	86.53	16.72	0.53
	แบบ บี	27	87.41	16.94		42	85.23	18.18	

จากตาราง 33 พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่มีบุคลิกภาพแบบ เอ และแบบ บี ทั้งกีฬาประเภททีมและประเภทบุคคล มีความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้าน ร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้ไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

### ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 26

สมมติฐานของการวิจัยข้อที่ 26 ที่ว่า "นักเรียนมีความสัมพันธ์ภาพระหว่างนักเรียนกับ ผู้ปกครองต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแตกต่างกัน" ซึ่งปรากฏผลดังตาราง 34

ตาราง 34 แสดงการเปรียบเทียบความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จำแนกตาม สัมพันธ์ภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง โดยแยกพิจารณาตามประเภทกีฬา

ความเครียด ในการเรียน	ประเภทกีฬา กลุ่ม	ทีม				บุคคล			
		N	$\bar{X}$	S.D.	t	N	$\bar{X}$	S.D.	t
ด้านร่างกาย	ดี	102	25.52	6.82	2.49*	135	25.04	8.17	1.17
	ไม่ดี	105	27.81	6.39		119	26.18	7.07	
ด้านจิตใจ	ดี	102	30.52	7.03	1.31	135	31.21	7.32	-0.76
	ไม่ดี	105	31.71	6.04		119	30.55	6.41	
ด้านพฤติกรรม	ดี	102	28.85	6.63	2.10*	135	29.16	6.81	-0.17
	ไม่ดี	105	30.56	4.97		119	29.02	6.43	

ตาราง 34 (ต่อ)

ความเครียด งานการเรียน	ประเภทกีฬา กลุ่ม	ทีม				บุคคล			
		N	$\bar{X}$	S.D.	t	N	$\bar{X}$	S.D.	t
โดยรวม ทุกด้าน	ดี	102	84.89	18.31	2.28*	135	85.41	18.92	0.08
	ไม่ดี	105	90.09	14.36		119	85.59	16.80	

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05  $t_{.05, (205)} = 1.960$

จากตาราง 34 พบว่า เมื่อเปรียบเทียบความเครียดงานการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ที่มีสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครองที่ดีและไม่ดี ปรากฏว่า นักเรียนกีฬาประเภททีม นักเรียนที่มีสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครองที่ดีและไม่ดี มีความเครียดงานการเรียน ที่ก่อให้เกิดอาการด้านร่างกาย ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้าน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ( $t = 1.960$ ) แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติของความเครียดงานการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านจิตใจ ส่วนกีฬาประเภทบุคคล พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่มีสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครองที่ดีและไม่ดี มีความเครียดงานการเรียนที่ก่อให้เกิด อาการด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

### ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 27

สมมติฐานของการวิจัยข้อที่ 27 ที่ว่า "นักเรียนที่มีบรรยากาศการเรียนการสอนด้านตัวครูต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแตกต่างกัน" ซึ่งปรากฏผลดังตาราง 35

ตาราง 35 แสดงการเปรียบเทียบความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จำแนกตามบรรยากาศการเรียนการสอนด้านตัวครู โดยแยกพิจารณาตามประเภทกีฬา

ความเครียด ในการเรียน	ประเภทกีฬา กลุ่ม	ทีม				บุคคล			
		N	$\bar{X}$	S.D.	t	N	$\bar{X}$	S.D.	t
ด้านร่างกาย	ดี	100	24.82	6.45	4.01**	116	23.99	7.56	3.06**
	ไม่ดี	107	28.42	6.47		138	26.91	7.55	
ด้านจิตใจ	ดี	100	29.15	6.57	4.37**	116	29.34	7.34	3.37**
	ไม่ดี	107	32.97	6.00		138	32.21	6.24	
ด้านพฤติกรรม	ดี	100	28.42	5.62	3.13**	116	28.29	6.97	1.78
	ไม่ดี	107	30.93	5.92		138	29.78	6.26	

ตาราง 35 (ต่อ)

ความเครียด ในการเรียน	ประเภทกีฬา กลุ่ม	ทีม				บุคคล			
		N	$\bar{X}$	S.D.	t	N	$\bar{X}$	S.D.	t
โดยรวม ทุกด้าน	ดี	100	82.39	16.55	4.50**	116	81.62	19.09	3.23**
	ไม่ดี	107	92.33	15.19		138	88.80	16.23	

\*\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01  $t_{.01, (205)} = 2.576$

จากตาราง 35 พบว่า เมื่อเปรียบเทียบความเครียดในการเรียนแต่ละด้านตามบรรยากาศการเรียนการสอนด้านตัวครูที่ดีและไม่ดี ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ปรากฏว่า ในกีฬาประเภททีม มีความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรมและอาการโดยรวมทุกด้าน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ( $t = 2.576$ ) ส่วนในกีฬาประเภทบุคคล มีความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และอาการโดยรวมทุกด้าน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ( $t = 2.576$ ) แต่ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านพฤติกรรมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

### ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 28

สมมติฐานของการวิจัยข้อที่ 28 ที่ว่า "นักเรียนที่มีบรรยากาศการเรียนการสอนด้านสถานที่ต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน" ซึ่งปรากฏผลดังตาราง 36

ตาราง 36 แสดงการเปรียบเทียบความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จำแนกตามสถานที่เรียน โดยแยกพิจารณาตามประเภทกีฬา

ความเครียด ในการเรียน	ประเภทกีฬา กลุ่ม	ทีม				บุคคล			
		N	$\bar{X}$	S.D.	t	N	$\bar{X}$	S.D.	t
ด้านร่างกาย	ดี	115	25.31	6.87	3.37**	123	24.55	7.53	2.07*
	ไม่ดี	92	28.39	6.07		131	26.53	7.73	
ด้านจิตใจ	ดี	115	29.97	6.57	2.90**	123	29.60	7.40	2.94**
	ไม่ดี	92	32.58	6.28		131	32.11	6.20	
ด้านพฤติกรรม	ดี	115	28.58	5.90	3.17**	123	28.63	7.11	1.08
	ไม่ดี	92	31.14	5.61		131	29.53	6.12	

ตาราง 36 (ต่อ)

ความเครียด ในการเรียน	ประเภทกีฬา กลุ่ม	ทีม				บุคคล			
		N	$\bar{X}$	S.D.	t	N	$\bar{X}$	S.D.	t
โดยรวม ทุกด้าน	ดี	115	83.86	17.11	3.66**	123	82.79	19.00	2.34*
	ไม่ดี	92	92.11	14.76		131	88.04	16.53	

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05  $t_{.05, (252)} = 1.960$

\*\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01  $t_{.01, (252)} = 2.576$

จากตาราง 36 พบว่า เมื่อเปรียบเทียบความเครียดในการเรียนแต่ละด้านตามสถานที่เรียนที่ดีและไม่ดี ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ปรากฏว่า ในกีฬาประเภททีม มีความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านรวมทั้งกีฬาในประเภทบุคคล มีความเครียดในการเรียนด้านจิตใจแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ( $t = 2.576$ ) และพบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ( $t = 1.960$ ) ในกีฬาประเภทบุคคลที่มีความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านร่างกายและอาการโดยรวมทุกด้าน แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติของความเครียดที่ก่อให้เกิดอาการด้านพฤติกรรม ในกีฬาประเภทบุคคล

### ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 29

สมมติฐานของการวิจัยข้อที่ 29 ที่ว่า "นักเรียนที่มีบรรยากาศการเรียนการสอนด้านสื่อและอุปกรณ์ต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน" ซึ่งปรากฏผลดังตาราง 37

ตาราง 37 แสดงการเปรียบเทียบความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จำแนกตามตัวแปรสื่อและอุปกรณ์การเรียน โดยแยกพิจารณาในกีฬาแต่ละประเภท

ความเครียด ในการเรียน	ประเภทกีฬา กลุ่ม	ทีม				บุคคล			
		N	$\bar{X}$	S.D.	t	N	$\bar{X}$	S.D.	t
ด้านร่างกาย	ดี	110	26.13	6.93	-1.11	132	25.84	7.69	-0.57
	ไม่ดี	97	27.16	6.46		122	25.29	7.69	
ด้านจิตใจ	ดี	110	30.89	5.97	0.55	132	30.86	7.41	0.08
	ไม่ดี	97	31.39	7.17		122	30.93	6.35	
ด้านพฤติกรรม	ดี	110	29.76	5.92	-0.11	132	28.79	6.49	0.75
	ไม่ดี	97	29.67	5.90		122	29.42	6.78	
โดยรวม ทุกด้าน	ดี	110	87.82	15.79	-0.27	132	85.34	18.07	0.14
	ไม่ดี	97	87.20	17.52		122	85.66	17.84	

จากตาราง 37 พบว่า ความเครียดในการเรียนแต่ละด้านของนักเรียนที่เรียนโดยสื่อและอุปกรณ์การเรียนที่ดีและไม่ดี ปรากฏว่า สื่อและอุปกรณ์การเรียนที่ดีและไม่ดี ทั้งในกีฬา ประเภททีมและประเภทบุคคล มีความเครียดที่ก่อให้เกิดอาการด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้าน แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

### ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 30

สมมติฐานของการวิจัยข้อที่ 30 ที่ว่า "นักเรียนที่มีสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อนต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน" ซึ่งปรากฏผลดังตาราง 38

ตาราง 38 แสดงการเปรียบเทียบความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จำแนกตามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน โดยแยกพิจารณาตามประเภทกีฬา

ความเครียด ในการเรียน	ประเภทกีฬา กลุ่ม	ทีม				บุคคล			
		N	$\bar{X}$	S.D.	t	N	$\bar{X}$	S.D.	t
ด้านร่างกาย	ดี	104	25.72	6.79	2.09*	127	24.50	7.83	2.04*
	ไม่ดี	103	27.65	6.48		127	26.55	7.43	
ด้านจิตใจ	ดี	104	30.22	6.61	2.01*	127	30.07	7.47	1.92
	ไม่ดี	103	32.03	6.40		127	31.72	6.04	

ตาราง 38 (ต่อ)

ความเครียด ในการเรียน	ประเภทกีฬา กลุ่ม	ทีม				บุคคล			
		N	$\bar{X}$	S.D.	t	N	$\bar{X}$	S.D.	t
ด้านพฤติกรรม	ดี	104	29.17	6.05	1.34	127	28.51	7.05	1.41
	ไม่ดี	103	30.27	5.71		127	29.69	6.13	
โดยรวม ทุกด้าน	ดี	104	85.11	17.31	2.12*	127	83.18	18.92	2.08*
	ไม่ดี	103	89.96	15.53		127	87.85	16.61	

\*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05  $t_{.05, (252)} = 1.960$

จากตาราง 38 พบว่า เมื่อเปรียบเทียบความเครียดในการเรียนแต่ละด้านของนักเรียน  
ชั้นมัธยมศึกษา ที่มีสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อนที่ดีและไม่ดี ปรากฏว่า นักเรียนกีฬาประเภททีม  
สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อนที่ดีและไม่ดี มีความเครียดในการเรียนด้านร่างกาย ด้านจิตใจ  
และอาการโดยรวมทุกด้าน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ( $t = 1.960$ ) แต่พบ  
ความแตกต่างอย่างไรไม่มีนัยสำคัญทางสถิติของความเครียดในการเรียนด้านพฤติกรรม ในส่วนของกีฬา  
ประเภทบุคคลนั้น ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านร่างกาย และอาการที่แสดงออก  
โดยรวมทุกด้าน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ( $t = 1.960$ ) แต่ไม่พบความ  
แตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติของความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านจิตใจ และด้าน  
พฤติกรรม

### ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 31

สมมติฐานของการวิจัยข้อที่ 31 ที่ว่า "นักเรียนที่มีสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครูต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน" ซึ่งปรากฏผลดังตาราง 39

ตาราง 39 แสดงการเปรียบเทียบความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จำแนกตามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู โดยแยกพิจารณาตามประเภทกีฬา

ความเครียด ในการเรียน	ประเภทกีฬา กลุ่ม	ทีม				บุคคล			
		N	$\bar{X}$	S.D.	t	N	$\bar{X}$	S.D.	t
ด้านร่างกาย	ดี	100	25.12	6.48	3.32**	123	24.88	7.37	1.40
	ไม่ดี	107	28.14	6.59		131	26.23	7.94	
ด้านจิตใจ	ดี	100	30.16	6.98	2.07*	123	29.91	7.39	2.22*
	ไม่ดี	107	32.03	6.02		131	31.82	6.30	
ด้านพฤติกรรม	ดี	100	28.97	6.11	1.78	123	28.80	6.99	0.70
	ไม่ดี	107	30.42	5.63		131	29.38	6.26	

ตาราง 39 (ต่อ)

ความเครียด ในการเรียน	ประเภทกีฬา กลุ่ม	ทีม				บุคคล			
		N	$\bar{X}$	S.D.	t	N	$\bar{X}$	S.D.	t
โดยรวม ทุกด้าน	ดี	100	84.25	17.07	2.79**	123	83.59	18.99	1.66
	ไม่ดี	107	90.59	15.58		131	87.32	16.72	

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05  $t_{.05, (252)} = 1.960$

\*\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01  $t_{.01, (205)} = 2.576$

จากตาราง 39 พบว่า เมื่อเปรียบเทียบความเครียดในการเรียนแต่ละด้านของนักเรียน  
ชั้นมัธยมศึกษา ที่มีสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครูที่ดีและไม่ดี ปรากฏว่า ในกีฬาประเภททีม  
มีความเครียดในการเรียนด้านร่างกาย และอาการโดยรวมทุกด้าน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ  
ทางสถิติที่ระดับ .01 ( $t = 2.576$ ) และพบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05  
( $t = 1.960$ ) ของความเครียดในการเรียนด้านจิตใจ ทั้งในกีฬาประเภททีมและประเภท  
บุคคล แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติของความเครียดด้านร่างกาย และด้าน  
อาการที่แสดงออกโดยรวมทุกด้านในกีฬาประเภทบุคคล และความเครียดด้านพฤติกรรมในกีฬา  
ประเภททีม

### ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 32

สมมติฐานของการวิจัยข้อที่ 32 ที่ว่า "นักเรียนที่มีการปรับตัวในหอพักต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน" ซึ่งปรากฏผลดังตาราง 40

ตาราง 40 แสดงการเปรียบเทียบความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จำแนกตาม ตัวแปรการปรับตัวในหอพัก โดยแยกพิจารณาตามประเภทกีฬา

ความเครียด ในการเรียน	ประเภทกีฬา กลุ่ม	ทีม				บุคคล			
		N	$\bar{X}$	S.D.	t	N	$\bar{X}$	S.D.	t
ด้านร่างกาย	ดี	103	25.09	5.82	3.50**	135	24.88	7.36	1.54
	ไม่ดี	104	28.26	7.13		119	26.36	7.99	
ด้านจิตใจ	ดี	103	29.37	6.09	3.97**	135	29.73	7.35	2.90**
	ไม่ดี	104	32.87	6.65		119	32.22	6.12	
ด้านพฤติกรรม	ดี	103	28.33	5.68	3.46**	135	28.20	6.95	2.31*
	ไม่ดี	104	31.10	5.81		119	30.12	6.10	

ตาราง 40 (ต่อ)

ความเครียด ในการเรียน	ประเภทกีฬา กลุ่ม	ทีม				บุคคล			
		N	$\bar{X}$	S.D.	t	N	$\bar{X}$	S.D.	t
โดยรวม ทุกด้าน	ดี	103	82.79	15.35	4.26**	135	82.82	18.65	2.57*
	ไม่ดี	104	92.22	16.49		119	88.58	16.61	

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05  $t_{.05, (252)} = 1.960$

\*\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01  $t_{.01, (252)} = 2.576$

จากตาราง 40 พบว่า เมื่อเปรียบเทียบความเครียดในการเรียนแต่ละด้านของนักเรียน  
ชั้นมัธยมศึกษา ที่มีการปรับตัวในหอพักได้ดีและได้ไม่ดี ปรากฏว่า นักเรียนกีฬาประเภททีมกับนักเรียนที่มีการ  
ปรับตัวในหอพักได้ดีและได้ไม่ดี มีความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านร่างกาย ด้านจิตใจ  
ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้าน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01  
( $t = 2.576$ ) และในส่วนของกีฬาประเภทบุคคล นักเรียนที่มีการปรับตัวในหอพักได้ดีและได้ไม่ดี  
มีความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านจิตใจ แตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01  
( $t = 2.576$ ) ส่วนด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้าน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ  
ที่ระดับ .05 ( $t = 1.960$ ) แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติของความเครียดใน  
การเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านร่างกาย

### ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 33

สมมติฐานของการวิจัยข้อที่ 33 ที่ว่า "นักเรียนที่มีสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนโดยรวมทุกด้านต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน" ซึ่งปรากฏผลดังตาราง 41

ตาราง 41 แสดงการเปรียบเทียบความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จำแนกตามสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนโดยรวมทั้งหมด และแยกพิจารณาตามประเภทกีฬา

ความเครียด ในการเรียน	ประเภทกีฬา กลุ่ม	ทีม				บุคคล			
		N	$\bar{X}$	S.D.	t	N	$\bar{X}$	S.D.	t
ด้านร่างกาย	ดี	102	24.73	6.18	4.32**	124	24.36	7.75	2.48*
	ไม่ดี	105	28.58	6.05		130	26.73	7.47	
ด้านจิตใจ	ดี	102	29.03	6.29	4.77**	124	29.49	7.52	3.23**
	ไม่ดี	105	33.16	6.17		130	32.24	5.99	
ด้านพฤติกรรม	ดี	102	28.25	5.93	3.62**	124	28.48	6.94	1.45
	ไม่ดี	105	31.14	5.29		130	29.69	6.27	

ตาราง 41 (ต่อ)

ความเครียด ในการเรียน	ประเภทกีฬา กลุ่ม	ทีม				บุคคล			
		N	$\bar{X}$	S.D.	t	N	$\bar{X}$	S.D.	t
โดยรวม ทุกด้าน	ดี	105	82.01	16.24	4.98**	124	82.34	19.31	2.79**
	ไม่ดี	105	92.89	15.16		130	88.55	15.97	

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05  $t_{.05, (252)} = 1.960$

\*\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01  $t_{.01, (252)} = 2.576$

จากตาราง 41 พบว่า เมื่อเปรียบเทียบความเครียดในการเรียนแต่ละด้านของนักเรียนที่มีสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนโดยรวมทั้งหมดดีและไม่ดี ปรากฏว่า นักเรียนที่มีสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนโดยรวมดีและไม่ดี ในกีฬาประเภททีมมีความเครียดที่ก่อให้เกิดอาการด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้าน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ( $t = 2.576$ ) ส่วนในกีฬาประเภทบุคคลมีความเครียดที่ก่อให้เกิดอาการด้านร่างกายแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ( $t = 1.960$ ) และพบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ( $t = 2.576$ ) ของความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านจิตใจและอาการโดยรวมทุกด้าน แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติของความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านพฤติกรรม

### ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 34

สมมติฐานของการวิจัยข้อที่ 34 ที่ว่า "นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกันมีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน" ซึ่งปรากฏผลดังตาราง 42

ตาราง 42 แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และโดยรวมทุกด้าน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยแยกพิจารณาตามประเภทกีฬา

ความเครียด ในการเรียน	แหล่ง ความ แปรปรวน	ประเภทกีฬา							
		ทีม				บุคคล			
		df	SS	MS	F	df	SS	MS	F
ด้าน ร่างกาย	ระหว่างกลุ่ม	2	55.85	27.93	0.62	2	13.98	6.99	0.12
	ภายในกลุ่ม	204	9165.10	44.93		251	14912.10	59.41	
	รวม	206	9220.96			253	14926.08		
ด้านจิตใจ	ระหว่างกลุ่ม	2	27.16	13.58	0.31	2	122.43	61.22	1.29
	ภายในกลุ่ม	204	8821.57	43.24		251	11938.91	47.57	
	รวม	206	8848.73			253	12061.34		
ด้าน พฤติกรรม	ระหว่างกลุ่ม	2	70.02	35.01	1.01	2	17.04	8.52	0.19
	ภายในกลุ่ม	204	7093.73	34.77		251	10992.67	44.15	
	รวม	206	7163.75			253	11009.71		

ตาราง 42 (ต่อ)

ความเครียด ในการเรียน	แหล่ง ความ แปรปรวน	ประเภทกีฬา							
		ทีม				บุคคล			
		df	SS	MS	F	df	SS	MS	F
โดยรวม	ระหว่างกลุ่ม	2	441.06	220.53	0.80	2	236.13	118.06	0.37
ทุกด้าน	ภายในกลุ่ม	204	56226.54	275.62		251	80440.87	323.06	
	รวม	206	56667.60			253	80677.00		

จากตาราง 42 พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกัน ทั้งกีฬาประเภททีมและประเภทบุคคล มีความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้ไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

### ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 35

สมมติฐานของการวิจัยข้อที่ 35 ที่ว่า "นักเรียนที่มีจำนวนครั้งของการแข่งขันต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน" ซึ่งปรากฏผลดังตาราง 43

ตาราง 43 แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และโดยรวมทุกด้าน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จำแนกตามจำนวนครั้งของการแข่งขัน โดยแยกพิจารณาตามประเภทกีฬา

ความเครียด ในการเรียน	แหล่ง ความ แปรปรวน	ประเภทกีฬา							
		ทีม				บุคคล			
		df	SS	MS	F	df	SS	MS	F
ด้าน ร่างกาย	ระหว่างกลุ่ม	2	22.04	11.02	0.24	2	120.93	60.47	1.03
	ภายในกลุ่ม	204	9198.91	45.09		251	14805.15	58.98	
	รวม	206	9220.96			253	14926.08		
ด้านจิตใจ	ระหว่างกลุ่ม	2	42.99	21.50	0.50	2	79.16	39.58	0.83
	ภายในกลุ่ม	204	8805.74	43.17		251	11982.18	47.74	
	รวม	206	8848.73			253	12061.34		
ด้าน พฤติกรรม	ระหว่างกลุ่ม	2	30.82	15.41	0.44	2	213.79	106.89	2.47
	ภายในกลุ่ม	204	7132.93	34.97		251	10795.93	43.36	
	รวม	206	7163.75			253	11009.71		

ตาราง 43 (ต่อ)

ความเครียด ในการเรียน	แหล่ง ความ แปรปรวน	ประเภทกีฬา							
		ทีม				บุคคล			
		df	SS	MS	F	df	SS	MS	F
โดยรวม	ระหว่างกลุ่ม	2	27.41	13.70	0.05	2	1047.44	523.72	1.64
ทุกด้าน	ภายในกลุ่ม	204	56640.20	277.65		251	79629.55	319.80	
	รวม	206	56667.60			253	80677.00		

จากตาราง 43 พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่มีจำนวนครั้งของการแข่งขันต่างกัน ทั้งในกีฬาประเภททีมและประเภทบุคคล มีความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้าน ร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญ ทางสถิติ ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้ไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

### ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 36

สมมติฐานของการวิจัยข้อที่ 36 ที่ว่า "นักเรียนที่มีช่วงระยะเวลาของการฝึกซ้อมกีฬาต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน" ซึ่งปรากฏผลดังตาราง 44

ตาราง 44 แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และโดยรวมทุกด้าน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จำแนกตามช่วงระยะเวลาของการฝึกซ้อมกีฬา โดยแยกพิจารณาตามประเภทกีฬา

ความเครียด ในการเรียน	แหล่ง ความ แปรปรวน	ประเภทกีฬา							
		ทีม				บุคคล			
		df	SS	MS	F	df	SS	MS	F
ด้าน ร่างกาย	ระหว่างกลุ่ม	2	122.84	61.42	1.38	2	73.22	36.61	0.62
	ภายในกลุ่ม	204	9098.12	44.60		251	14852.86	59.17	
	รวม	206	9220.96			253	14926.08		
ด้านจิตใจ	ระหว่างกลุ่ม	2	75.71	37.85	0.88	2	38.38	19.19	0.40
	ภายในกลุ่ม	204	8773.03	43.01		251	12022.96	47.90	
	รวม	206	8848.73			253	12061.34		
ด้าน พฤติกรรม	ระหว่างกลุ่ม	2	11.00	5.50	0.16	2	10.16	5.08	0.12
	ภายในกลุ่ม	204	7152.15	35.06		251	10999.56	44.17	
	รวม	206	7163.75			253	11009.71		

ตาราง 44 (ต่อ)

ความเครียด ในการเรียน	แหล่ง ความ แปรปรวน	ประเภทกีฬา							
		ทีม				บุคคล			
		df	SS	MS	F	df	SS	MS	F
โดยรวม	ระหว่างกลุ่ม	2	252.88	126.44	0.46	2	350.34	175.17	0.54
ทุกด้าน	ภายในกลุ่ม	204	56414.72	276.54		251	80326.66	322.60	
	รวม	206	56667.60			253	80677.00		

จากตาราง 44 พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาใช้ระยะเวลาของการฝึกซ้อมต่างกัน ทั้งในกีฬาประเภททีมและประเภทบุคคล มีความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้ไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

### ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 37

สมมติฐานของการวิจัยข้อที่ 37 ที่ว่า "นักเรียนที่มีเขาวนป้อนต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน" ซึ่งปรากฏผลดังตาราง 45

ตาราง 45 แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และโดยรวมทุกด้าน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จำแนกตามระดับเขาวนป้อน โดยแยกพิจารณาตามประเภทกีฬา

ความเครียด ในการเรียน	แหล่ง ความ แปรปรวน	ประเภทกีฬา							
		ทีม				บุคคล			
		df	SS	MS	F	df	SS	MS	F
ด้าน ร่างกาย	ระหว่างกลุ่ม	2	72.28	36.14	0.81	2	56.50	28.25	0.48
	ภายในกลุ่ม	204	9148.67	44.85		251	14869.58	59.24	
	รวม	206	9220.96			253	14926.08		
ด้านจิตใจ	ระหว่างกลุ่ม	2	92.63	46.31	1.08	2	43.94	21.97	0.46
	ภายในกลุ่ม	204	8756.11	42.92		251	12017.40	47.88	
	รวม	206	8848.73			253	12061.34		
ด้าน พฤติกรรม	ระหว่างกลุ่ม	2	140.91	70.45	2.05	2	2.00	1.00	0.02
	ภายในกลุ่ม	204	7022.84	34.43		251	11007.71	44.21	
	รวม	206	7163.75			253	11009.71		

ตาราง 45 (ต่อ)

ความเครียด ในการเรียน	แหล่ง ความ แปรปรวน	ประเภทกีฬา							
		ทีม				บุคคล			
		df	SS	MS	F	df	SS	MS	F
โดยรวม	ระหว่างกลุ่ม	2	709.01	354.51	1.29	2	22.80	11.40	0.04
ทุกด้าน	ภายในกลุ่ม	204	55958.59	274.31		251	80654.20	323.91	
	รวม	206	56667.60			253	80677.00		

จากตาราง 45 พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่มีระดับเขาวนั้ปัญหาต่างกัน ทั้งในกีฬาประเภททีมและประเภทบุคคล มีความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้ไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

### ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 38

สมมติฐานของการวิจัยข้อที่ 38 ที่ว่า "นักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน" ซึ่งปรากฏผลดังตาราง 46

ตาราง 46 แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และโดยรวมทุกด้าน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จำแนกตามฐานะเศรษฐกิจของครอบครัว โดยแยกพิจารณาตามประเภทกีฬา

ความเครียด ในการเรียน	แหล่ง ความ แปรปรวน	ประเภทกีฬา							
		ทีม				บุคคล			
		df	SS	MS	F	df	SS	MS	F
ด้าน ร่างกาย	ระหว่างกลุ่ม	2	6.50	3.25	0.07	2	479.21	239.60	4.16*
	ภายในกลุ่ม	204	9214.46	45.17		251	14446.87	57.56	
	รวม	206	9220.96			253	14926.08		
ด้านจิตใจ	ระหว่างกลุ่ม	2	203.08	101.54	2.40	2	247.53	123.77	2.63
	ภายในกลุ่ม	204	8645.65	42.38		251	11813.81	47.07	
	รวม	206	8848.73			253	12061.34		
ด้าน พฤติกรรม	ระหว่างกลุ่ม	2	25.55	12.77	0.37	2	156.51	78.26	1.80
	ภายในกลุ่ม	204	7138.20	34.99		251	10853.20	43.59	
	รวม	206	7163.75			253	11009.71		

ตาราง 46 (ต่อ)

ความเครียด ในการเรียน	แหล่ง ความ แปรปรวน	ประเภทกีฬา							
		ทีม				บุคคล			
		df	SS	MS	F	df	SS	MS	F
โดยรวม	ระหว่างกลุ่ม	2	106.11	53.06	0.19	2	2534.83	1267.41	4.04*
ทุกด้าน	ภายในกลุ่ม	204	56561.49	277.26		251	78142.17	313.82	
	รวม	206	56667.60			253	80677.00		

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05  $F_{.05, (2,251)} = 3.02$

จากตาราง 46 พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาในกีฬาประเภททีมที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่างกัน มีความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรมและอาการโดยรวมทุกด้านไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนในกีฬาประเภทบุคคล นักเรียนมีความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านร่างกาย และอาการโดยรวมทุกด้านแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ( $F = 3.02$ ) แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติของคะแนนความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านจิตใจ และด้านพฤติกรรม

จากการที่พบว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาในกีฬาประเภทบุคคลที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวต่างกันมีความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านร่างกาย และอาการโดยรวมทุกด้าน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ผู้วิจัยจึงนำคะแนนเฉลี่ยของความเครียดในการเรียนของนักเรียนมาเปรียบเทียบเป็นรายคู่ เพื่อดูความแตกต่างโดยวิธีของ เชฟเฟ (Scheffe) ดังแสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตาราง 47

ตาราง 47 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการ  
ด้านร่างกายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวต่างกัน

ฐานะทางเศรษฐกิจ	ปานกลาง	สูง	ต่ำ
	24.51	25.12	28.11
ปานกลาง 24.51	-	0.61	3.60*
สูง 25.12		-	2.99*
ต่ำ 28.11			-

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (cvd - 1.662)

จากตาราง 47 แสดงว่า นักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวต่ำ มีคะแนนเฉลี่ยความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกายสูงกว่านักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวปานกลาง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (cvd = 1.662) และนักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวต่ำ มีคะแนนเฉลี่ยความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกายสูงกว่านักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวสูง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (cvd = 1.662) ส่วนคู่อื่น ๆ ที่เหลือไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ตาราง 48 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการ  
โดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวต่างกัน

ฐานะทางเศรษฐกิจ	ปานกลาง	สูง	ต่ำ
	82.76	84.73	91.27
ปานกลาง 82.76	-	1.97	8.41*
สูง 84.73		-	6.54*
ต่ำ 91.27			-

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (cvd = 3.881)

จากตาราง 48 แสดงว่า นักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวต่ำ มีคะแนนเฉลี่ยความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการโดยรวมทุกด้านสูงกว่านักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวปานกลาง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (cvd = 3.881) และนักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวต่ำ มีคะแนนเฉลี่ยความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการโดยรวมทุกด้านสูงกว่านักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวสูง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (cvd = 3.881) ส่วนคู่อื่น ๆ ที่เหลือไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

## บทที่ 5

### บทย่อ สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

#### บทย่อ

#### ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อศึกษาระดับความเครียดในการเรียนของนักเรียน จากเกณฑ์ตามชั้นปีและประเภทกีฬา
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนกับความเครียดในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา
3. เพื่อค้นหาตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา
4. เพื่อสร้างสมการพยากรณ์ความเครียดในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาจากตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน
5. เพื่อเปรียบเทียบความเครียดในการเรียนแต่ละด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จากเกณฑ์ตามตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนโดยใช้ประเภทกีฬาเป็นเกณฑ์

#### สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. ตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน มีความสัมพันธ์กับความเครียดในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่ไม่มีแผนการเรียน
2. ตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนมีตัวแปรอย่างน้อย 1 ตัวแปร ที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านร่างกาย ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่ไม่มีแผนการเรียนได้

3. ตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน สามารถสร้างสมการความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านร่างกายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาศึกษาที่ไม่มีแผนการเรียนได้
4. ตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนที่มีตัวแปรอย่างน้อย 1 ตัวแปร ที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านจิตใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่ไม่มีแผนการเรียนได้
5. ตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนสามารถสร้างสมการความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านจิตใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่ไม่มีแผนการเรียนได้
6. ตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว ด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนแผนการเรียน มีตัวแปรอย่างน้อย 1 ตัวแปร ที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านพฤติกรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่ไม่มีแผนการเรียนได้
7. ตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว ด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนสามารถสร้างสมการความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านพฤติกรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่ไม่มีแผนการเรียนได้
8. ตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว ด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนมีตัวแปรอย่างน้อย 1 ตัวแปร ที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการโดยรวมทุกด้าน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่ไม่มีแผนการเรียนได้
9. ตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว ด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนสามารถสร้างสมการความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่ไม่มีแผนการเรียนได้
10. ตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว ด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนมีความสัมพันธ์กับความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้าน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่มีแผนการเรียน



22. นักเรียนที่มีแผนการเรียนต่างกันมีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน
23. นักเรียนที่มีสถานภาพการสมรสของบิดามารดา ต่างกันมีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน
24. นักเรียนที่มีความคาดหวังของบิดามารดาต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน
25. นักเรียนที่มีบุคลิกภาพต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน
26. นักเรียนที่มีสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครองต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน
27. นักเรียนที่มีบรรยากาศการเรียนการสอนด้านตัวครูต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน
28. นักเรียนที่มีบรรยากาศการเรียนการสอนด้านสถานที่ต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน
29. นักเรียนที่มีบรรยากาศการเรียนการสอนด้านสื่อและอุปกรณ์ต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน
30. นักเรียนที่มีสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อนต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน
31. นักเรียนที่มีสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครูต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน
32. นักเรียนที่มีการปรับตัวในหอพักต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน
33. นักเรียนที่มีสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนโดยรวมทุกด้านต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน
34. นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน
35. นักเรียนที่มีจำนวนครั้งของการแข่งขันต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน

36. นักเรียนที่มีช่วงระยะเวลาของการฝึกซ้อมกีฬาต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน

37. นักเรียนที่มีเขวามัน้ญญตต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน

38. นักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวต่างกัน มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้านแตกต่างกัน

### วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

#### ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

##### 1. ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนที่กำลังเรียนอยู่ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 6 โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี สังกัดกรมพลศึกษา จำนวน 486 คน เป็นนักเรียนชาย จำนวน 351 คน และนักเรียนหญิง จำนวน 135 คน

##### 2. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนที่กำลังเรียนอยู่ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 6 ปีการศึกษา 2540 โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี สังกัดกรมพลศึกษา จำนวน 461 คน เป็นนักเรียนชาย 338 คน และนักเรียนหญิง 123 คน ซึ่งจำแนกตามระดับชั้น

### เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี สังกัดกรมพลศึกษา ซึ่งประกอบด้วย

1. แบบสอบถามเกี่ยวข้องกับตัวแปรด้านส่วนตัว ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 ตอน คือ

1.1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลด้านส่วนตัว ได้แก่ เพศ อายุ ระดับชั้น  
ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ประเภทกีฬา จำนวนครั้งของการแข่งขัน แผนการเรียน และช่วง  
ระยะเวลาของการฝึกซ้อมกีฬา ซึ่งเป็นแบบสอบถามที่ถามเกี่ยวกับข้อเท็จจริงของกลุ่มตัวอย่าง

1.2 แบบสอบถามบุคลิกภาพ เป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า  
(Rating Scale) ตามแบบของลิเคอร์ท (Likert) มี 5 ระดับ จำนวน 24 ข้อ ได้ค่า  
ความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.7399

1.3 แบบทดสอบระดับเชาวน์ปัญญา เป็นแบบทดสอบของ John C. Raven  
ชื่อ The Standard Progressive Matrices จำนวน 60 ข้อ

2. แบบสอบถามที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรด้านครอบครัว ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 ตอนคือ

2.1 แบบสอบถามเกี่ยวกับรายละเอียดข้อมูลครอบครัวของนักเรียน ได้แก่  
รายได้ของบิดามารดา รวมทั้งต่อเดือน สถานภาพการสมรสของบิดามารดา และความคาดหวัง  
ของบิดามารดา

2.2 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง เป็นแบบสอบถาม  
ชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ตามแบบของลิเคอร์ท (Likert) มี 5  
ระดับ จำนวน 22 ข้อ ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.8726

3. แบบสอบถามตัวแปรด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน ได้แก่ ด้านตัวครู สถานที่เรียน  
สื่อและอุปกรณ์การเรียน สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับ  
ครู และการปรับตัวในหอพัก เป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale)  
ตามแบบของลิเคอร์ท (Likert) มี 5 ระดับ จำนวน 44 ข้อ ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ  
0.9042

4. แบบสอบถามความเครียดในการเรียน เป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า  
(Rating Scale) ตามแบบของลิเคอร์ท (Likert) มี 5 ระดับ จำนวน 30 ข้อ ได้ค่าความ  
เชื่อมั่นเท่ากับ 0.7748

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลโดยขอความอนุเคราะห์จากอาจารย์ใหญ่โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี ซึ่งผู้วิจัยทำการวัดระดับเชาวน์ปัญญา พร้อมทั้งแจกและเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ระหว่างวันที่ 1 พฤศจิกายน 2540 ถึงวันที่ 10 พฤศจิกายน 2540 รวมทั้งสิ้น 461 ฉบับ ได้รับข้อมูลกลับมา 100% ผู้วิจัยคัดเลือกแบบสอบถามที่ตอบครบทุกข้อของนักเรียน พบว่า แบบทดสอบและแบบสอบถามทุกฉบับตอบครบทุกข้อ จึงนำมาตรวจให้คะแนนและนำข้อมูลมาวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป

### การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้โปรแกรมข้อมูลสำเร็จรูปสำหรับการวิจัยทางสังคมศาสตร์ SPSS (Statistical Package for Social Science) ดังนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลส่วนตัวของกลุ่มตัวอย่างตามตัวแปรที่ศึกษา โดยใช้การคำนวณค่าความถี่ ค่าร้อยละ ส่วนข้อมูลด้านครอบครัว ด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน และความเครียดในการเรียนโดยใช้ค่าเฉลี่ยและค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของตัวแปรที่ศึกษา โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation Coefficient)
3. การค้นหาตัวพยากรณ์ที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โดยใช้วิธีการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) แบบ Stepwise
4. เปรียบเทียบความแตกต่างของความเครียดในการเรียนกับตัวแปรที่ศึกษา โดยใช้ t-test ในกรณีที่มี 2 กลุ่ม และใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One Way Analysis of Variance) ในกรณีที่มีมากกว่า 2 กลุ่ม

ถ้าพบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จะทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ย เป็นรายคู่ โดยวิธีของเชฟเฟ (Scheffe)

### สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล มีดังต่อไปนี้

1. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการศึกษาระดับความเครียดของนักเรียนจนเนกตาม ชั้นปี และประเภทกีฬา ดังรายละเอียดต่อไปนี้

ความเครียดในการเรียนของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี มีระดับความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้าน ของนักเรียนทุกระดับชั้น และทุกประเภทกีฬา อยู่ในระดับปานกลาง

2. ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนกับความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้าน ของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี โดยจำแนกเป็นกลุ่มที่ไม่มีแผนการเรียน และกลุ่มที่มีแผนการเรียนซึ่งมีดังนี้คือ

ความสัมพันธ์ของตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน (กลุ่มที่ไม่มีแผนการเรียน) ในด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน ได้แก่ ด้านตัวครู สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู การปรับตัวในหอพัก และสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนโดยรวมทุกด้าน มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรมและอาการโดยรวมทุกด้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในด้านครอบครัว ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านร่างกาย ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นอกจากนี้ ตัวแปรสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน ได้แก่ สถานที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และอาการโดยรวมทุกด้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ดังแสดงในตาราง 7-8)

3. ตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา (กลุ่มที่ไม่มีแผนการเรียน) ที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย โดยเรียงลำดับจากตัวพยากรณ์ที่ส่งผลมากที่สุดไปยังส่งผลน้อยที่สุด ได้แก่ ตัวแปรด้านตัวครู สื่อและอุปกรณ์การเรียน สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน ช่วงระยะเวลาของการฝึกซ้อมกีฬา และสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง ตามลำดับ สามารถอธิบายความแปรปรวนของความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกายได้ ร้อยละ 12.70 ในด้านตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านจิตใจ ได้แก่ ตัวแปรด้านตัวครู การปรับตัวในหอพัก และระดับเชาวน์ปัญญา ซึ่งตัวแปรทั้ง 3 นี้ สามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านจิตใจได้ร้อยละ 11.30 และตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านพฤติกรรม ได้แก่ การปรับตัวในหอพัก สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อนและด้านตัวครู ซึ่งตัวแปรทั้ง 3 นี้ สามารถอธิบายความแปรปรวนของความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านพฤติกรรมได้ร้อยละ 6.20 และตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการโดยรวมทุกด้าน ได้แก่ ด้านตัวครู สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน สื่อและอุปกรณ์การเรียนและการปรับตัวในหอพัก ซึ่งตัวแปรทั้ง 4 นี้ สามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการโดยรวมทุกด้านได้ร้อยละ 11.90

4. สมการที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่ไม่มีแผนการเรียนได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คือสมการพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการที่แสดงออกโดยรวมทุกด้านโดยนำค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยของตัวพยากรณ์มาเขียนสมการ ได้ดังนี้คือ

4.1 สมการพยากรณ์ ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา กลุ่มที่ไม่มีแผนการเรียน 2 สมการ คือ

โดยใช้คะแนนดิบ

$$\hat{Y} = 40.614 - .347 (\text{ด้านตัวครู}) + .413 (\text{สื่อและอุปกรณ์การเรียน}) - .315 (\text{สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน}) + 1.311 (\text{ช่วงระยะเวลาของการฝึกซ้อม}) - .066 (\text{สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง})$$

โดยใช้คะแนนมาตรฐาน

$$\hat{Z} = -.258 \text{ (ด้านตัวครู)} + .173 \text{ (สื่อและอุปกรณ์การเรียน)} - .137 \text{ (สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน)} + .117 \text{ (ช่วงระยะเวลาของการฝึกซ้อม)} - .095 \text{ (สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง)}$$

4.2 สมการพยากรณ์ ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านจิตใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา กลุ่มที่ไม่มีแผนการเรียน 2 สมการ คือ

โดยใช้คะแนนดิบ

$$\hat{Y} = 44.497 - .285 \text{ (ด้านตัวครู)} - .185 \text{ (การปรับตัวในหอพัก)} + 1.195 \text{ (ระดับเชาวน์ปัญญา)}$$

โดยใช้คะแนนมาตรฐาน

$$\hat{Z} = -.229 \text{ (ด้านตัวครู)} - .158 \text{ (การปรับตัวในหอพัก)} + .096 \text{ (ระดับเชาวน์ปัญญา)}$$

4.3 สมการพยากรณ์ ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านพฤติกรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา กลุ่มที่ไม่มีแผนการเรียน 2 สมการ คือ

โดยใช้คะแนนดิบ

$$\hat{Y} = 41.842 - .111 \text{ (การปรับตัวในหอพัก)} - .285 \text{ (สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน)} - .121 \text{ (ด้านตัวครู)}$$

โดยใช้คะแนนมาตรฐาน

$$\hat{Z} = -.102 \text{ (การปรับตัวในหอพัก)} - .127 \text{ (สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน)} - .104 \text{ (ด้านตัวครู)}$$

4.4 สมการพยากรณ์ ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา กลุ่มที่ไม่มีแผนการเรียน 2 สมการ คือ

โดยใช้คะแนนดิบ

$$\hat{Y} = 125.901 - .776 \text{ (ด้านตัวครู)} - .686 \text{ (สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน)} + .643 \text{ (สื่อและอุปกรณ์การเรียน)} - .337 \text{ (การปรับตัวในหอพัก)}$$

โดยการใช้คะแนนมาตรฐาน

$$\hat{Z} = -.242 \text{ (ด้านตัวครู)} - .125 \text{ (สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน} \\ + .113 \text{ (สื่อและอุปกรณ์การเรียน)} - .112 \text{ (การปรับตัวในหอพัก)}$$

5. ความสัมพันธ์ของตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่

โรงเรียน (กลุ่มที่มีแผนการเรียน) ตัวแปรด้านส่วนตัว ได้แก่ แผนการเรียน มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ตัวแปรด้านครอบครัว ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านพฤติกรรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน ได้แก่ ด้านตัวครู มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านจิตใจ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านร่างกาย ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และการปรับตัวในหอพัก มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนโดยรวมทุกด้าน มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านจิตใจ และอาการโดยรวมทุกด้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ดังแสดงในตาราง 17-18)

6. ตัวแปรที่พยากรณ์ความเครียดในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา

(กลุ่มที่มีแผนการเรียน) ที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย โดยเรียงลำดับจากตัวพยากรณ์ที่ส่งผลมากที่สุดไปยังที่ส่งผลน้อยที่สุด ได้แก่ ตัวแปรสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน และช่วงระยะเวลาของการฝึกซ้อมกีฬาตามลำดับ ซึ่งตัวแปรทั้ง 2 นี้ สามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกายได้ ร้อยละ 9.00 ส่วนตัวแปรด้านตัวครู สามารถอธิบายความแปรปรวนของความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านจิตใจได้ร้อยละ 5.80 และตัวแปรที่สามารถอธิบายความแปรปรวนของความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านพฤติกรรม ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง แผนการเรียน การปรับตัวในหอพัก และสถานที่เรียน ซึ่งตัวแปรทั้ง 4

นี้สามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านพฤติกรรมได้ ร้อยละ 12.80 และตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการโดยรวมทุกด้าน ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน การปรับตัวในหอพัก และแผนการเรียน ซึ่งตัวแปรทั้ง 3 นี้ สามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการโดยรวมทุกด้านได้ ร้อยละ 9.50

7. สมการที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่มีแผนการเรียนได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คือ สมการพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการที่แสดงออกโดยรวมทุกด้าน โดยนำค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยของตัวพยากรณ์มาเขียนเป็นสมการได้ดังนี้คือ

7.1 สมการพยากรณ์ ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา กลุ่มที่มีแผนการเรียน 2 สมการ คือ

โดยใช้คะแนนดิบ

$$\hat{Y} = 35.657 - .641 (\text{สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน}) + 2.022$$

(ช่วงระยะเวลาของการฝึกซ้อมกีฬา)

โดยใช้คะแนนมาตรฐาน

$$\hat{Z} = -.258 (\text{สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน}) + .173 (\text{ช่วงระยะเวลา}$$

ของการฝึกซ้อมกีฬา)

7.2 สมการพยากรณ์ ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านจิตใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา กลุ่มที่มีแผนการเรียน 2 สมการ คือ

โดยใช้คะแนนดิบ

$$\hat{Y} = 40.211 - .280 (\text{ด้านตัวครู})$$

โดยใช้คะแนนมาตรฐาน

$$\hat{Z} = -.240 (\text{ด้านตัวครู})$$

7.3 สมการพยากรณ์ ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านพฤติกรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา กลุ่มที่มีแผนการเรียน 2 สมการ คือ

โดยใช้คะแนนดิบ

$$\hat{Y} = 40.873 - .096 \text{ (สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง)} - 3.514 \text{ (แผนการเรียน)} - .225 \text{ (การปรับตัวในหอพัก)} + .220 \text{ (สถานที่เรียน)}$$

โดยใช้คะแนนมาตรฐาน

$$\hat{Z} = -.157 \text{ (สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง)} - .273 \text{ (แผนการเรียน)} - .195 \text{ (การปรับตัวในหอพัก)} + .174 \text{ (สถานที่เรียน)}$$

สมการพยากรณ์ความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียน  
ชั้นมัธยมศึกษา กลุ่มที่มีแผนการเรียน 2 สมการ คือ ประเภทกีฬา 2 สมการคือ

โดยใช้คะแนนดิบ

$$\hat{Y} = 120.722 - .833 \text{ (สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน)} - .500 \text{ (การปรับตัวในหอพัก)} - 5.194 \text{ (สถานที่เรียน)}$$

โดยใช้คะแนนมาตรฐาน

$$\hat{Z} = -.146 \text{ (สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน)} - .160 \text{ (การปรับตัวในหอพัก)} - .148 \text{ (แผนการเรียน)}$$

8. ผลการวิเคราะห์การเปรียบเทียบความเครียดในการเรียน ที่ก่อให้เกิดอาการ  
ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียน จำแนกตาม  
ตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน โดยใช้ประเภทกีฬาเป็นเกณฑ์

ไม่สพ. 8.1 นักเรียนที่มีตัวแปรเพศ อายุ ระดับชั้น ความคาดหวังของบิดามารดา บุคลิกภาพ  
สื่อและอุปกรณ์การเรียน ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน จำนวนครั้งของการแข่งขันกีฬา ช่วงระยะเวลา  
ของการฝึกซ้อมกีฬา และระดับเขาวนปีญูที่ต่างกัน ทั้งในกีฬาประเภททีม และประเภทบุคคล  
มีความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และ  
อาการโดยรวมทุกด้านไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ดังแสดงในตาราง 27, 28, 29  
32, 33, 37, 42, 43, 44 และ 45 )

8.2 นักเรียนที่มีตัวแปรแผนการเรียนต่างกันในเรื่องกีฬาประเภททีมและนักเรียนมีความเครียด  
ในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้าน

แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนในกีฬาประเภทบุคคลไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทั้งด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรมและอาการโดยรวมทุกด้าน (ดังแสดงในตาราง 30)

8.3 นักเรียนที่มีตัวแปรสถานภาพการสมรสต่างกัน ในกีฬาประเภททีมไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ของความเครียดในการเรียนทุกด้าน ส่วนในกีฬาประเภทบุคคล นักเรียนมีความเครียดในการเรียนด้านร่างกายแตกต่างกันมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติของความเครียดในการเรียนด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรมและอาการโดยรวมทุกด้าน (ดังแสดงในตาราง 31)

8.4 นักเรียนที่มีตัวแปรสัมพันธ์ภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครองต่างกัน ในกีฬาประเภทบุคคล ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ของความเครียดในการเรียนทุกด้าน ส่วนในกีฬาประเภททีม นักเรียนมีความเครียดในการเรียนด้านร่างกาย ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านแตกต่างกันมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติของความเครียดในการเรียนด้านจิตใจ (ดังแสดงในตาราง 34)

8.5 นักเรียนที่มีตัวแปรด้านตัวครูต่างกัน ในกีฬาประเภททีม นักเรียนมีความเครียดในการเรียนทุกด้านแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนในกีฬาประเภทบุคคล นักเรียนมีความเครียดในการเรียนด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และอาการโดยรวมทุกด้านแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติของความเครียดในการเรียนด้านพฤติกรรม (ดังแสดงในตาราง 35)

8.6 นักเรียนที่มีตัวแปรสถานที่เรียนต่างกัน ในกีฬาประเภททีม นักเรียนมีความเครียดในการเรียนทุกด้าน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และในกีฬาประเภทบุคคล นักเรียนมีความเครียดในการเรียนจิตใจแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และนักเรียนมีความเครียดในการเรียนด้านร่างกาย และอาการโดยรวมทุกด้าน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติของความเครียดในการเรียนด้านพฤติกรรม (ดังแสดงในตาราง 36)

8.7 นักเรียนที่มีสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อนต่างกัน ในกีฬาประเภททีม นักเรียนมีความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และอาการโดยรวม ทุกด้านแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติของความเครียดด้านพฤติกรรม ส่วนในกีฬาประเภทบุคคล พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ของความเครียดด้านร่างกาย และอาการโดยรวมทุกด้าน แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติของความเครียดด้านจิตใจและด้านพฤติกรรม (ดังแสดงในตาราง 38)

8.8 นักเรียนที่มีสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครูต่างกัน ในกีฬาประเภททีม นักเรียนมีความเครียดในการเรียนด้านร่างกาย และอาการโดยรวมทุกด้าน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และพบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ของความเครียดด้านจิตใจ ทั้งในกีฬาประเภททีมและประเภทบุคคล แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติของความเครียดด้านร่างกายและอาการโดยรวมทุกด้าน ในกีฬาประเภทบุคคล และความเครียดด้านพฤติกรรมในกีฬาประเภททีม (ดังแสดงในตาราง 39)

Place 8.9 นักเรียนที่มีการปรับตัวในหอพักต่างกัน ในกีฬาประเภททีม นักเรียนมีความเครียดในการเรียนทุกด้าน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนในกีฬาประเภทบุคคล นักเรียนมีความเครียดในการเรียนด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวม ทุกด้านแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติของความเครียดในการเรียนด้านร่างกาย (ดังแสดงในตาราง 40)

8.10 นักเรียนที่มีสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนโดยรวมทั้งหมดต่างกัน ในกีฬาประเภททีม นักเรียนมีความเครียดในการเรียนทุกด้าน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนในกีฬาประเภทบุคคล นักเรียนมีความเครียดในการเรียนด้านร่างกาย แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และพบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ของความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านจิตใจ และอาการโดยรวมทุกด้าน แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติของความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านพฤติกรรม (ดังแสดงในตาราง 41)

8.11 นักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวต่างกัน ในกีฬาประเภททีม นักเรียนมีความเครียดในการเรียนทุกด้านไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ส่วนใน

ก็พบว่าประเภทบุคคล นักเรียนมีความเครียดในการเรียนด้านร่างกาย และอาการโดยรวมทุกด้านแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติของความเครียดในการเรียนด้านจิตใจ และพฤติกรรม (ดังแสดงในตาราง 46) โดยนักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวต่ำมีความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกายและอาการโดยรวมทุกด้านสูงกว่านักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวปานกลางอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวต่ำมีความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย และอาการโดยรวมทุกด้านสูงกว่านักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวสูงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

### อภิปรายผล

ผลการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ อภิปรายผลได้ดังต่อไปนี้

1. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานในการศึกษาระดับความเครียดในการเรียนของนักเรียน จำแนกตามชั้นปีและประเภทกีฬา อภิปรายผลได้ดังนี้

การหาระดับความเครียดในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี มีระดับความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้าน ของนักเรียนทุกระดับชั้นและทุกประเภทกีฬา จะอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งคะแนนเฉลี่ยความเครียดที่มีคะแนนมากที่สุด คือ คะแนนเฉลี่ยของความเครียดที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านจิตใจจากผลการวิจัยจะเห็นว่านักเรียนทุกคนที่เรียนในโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีมีความเครียดในการเรียนซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง (ดังแสดงในตาราง 5,6) ที่เป็นเช่นนี้อาจเป็นเพราะนักเรียนทุกคนต้องรับผิดชอบทั้งในด้านการเรียน และการฝึกซ้อมกีฬานานช่วงเช้านักเรียนตื่นนอนก็ต้องออกฝึกซ้อมกีฬาประมาณ 1-2 ชั่วโมง หลังจากนั้นก็ต้องไปโรงเรียนเรียนหนังสือ หลังเลิกเรียนก็ต้องกลับมาฝึกซ้อมกีฬา ซึ่งนักเรียนทุกคนต้องอยู่ในสภาพการฝึกที่ต้องอาศัยทักษะความอดทน ความรับผิดชอบ และความขยันขันแข็งตลอดเวลา ซึ่งสอดคล้องกับชินโอสถ หัสปาเรอ (2525 : 15 - 17) ได้กล่าวไว้ว่าบุคคลที่ต้องรับผิดชอบสิ่งต่างๆ ในเวลาเดียวกันย่อมมีอิทธิพล

ต่อร่างกาย และจิตใจของมนุษย์ ทำให้มนุษย์เกิดความเครียดได้ นอกจากนั้นการเปลี่ยนแปลงสภาพภาพของนักเรียนก็เป็นสาเหตุของความเครียดได้ เพราะในขณะที่ฝึกกีฬา ลักษณะของการฝึกนักเรียนต้องรับผิดชอบ ตรงเวลา ตั้งใจ ขยันและต้องอดทน แต่เมื่อเสร็จสิ้นจากการฝึกซ้อมก็ทำให้นักเรียนก็กลับสู่สภาพภาพของการเป็นนักเรียน ซึ่งการเปลี่ยนแปลงสภาพภาพในช่วงเวลาที่ใกล้เคียงกัน ทำให้นักเรียนเกิดความสับสนและเกิดความเครียด ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ยูพีตี ศรีพัฒนาสุวรรณ (2539 : 75) ที่พบว่า การเปลี่ยนแปลงสภาพภาพของนักศึกษาพยาบาล เป็นสาเหตุให้เกิดความเครียดได้ เพราะในขณะที่ฝึกปฏิบัติงานหอบผู้ป่วย ลักษณะของการปฏิบัติงาน นักศึกษาพยาบาลต้องรับผิดชอบต่อความเจ็บป่วยและชีวิตของผู้ป่วย แต่เมื่อฝึกปฏิบัติเสร็จนักศึกษา ก็กลับสู่สภาพภาพของการเป็นนักศึกษา นอกจากนั้นการศึกษาของ นราธร ศรีประสิทธิ์ (2529 : 106) ยังพบว่าความเครียดของเด็กนักเรียนวัยรุ่นครอบคลุมลักษณะอาการของความเครียด ทั้งความวิตกกังวลความคับข้องใจ ความกลัว ความโกรธ รวมถึงอาการต่างๆ ของร่างกายที่มีสาเหตุมาจากอารมณ์ตึงเครียด เด็กนักเรียนวัยรุ่นส่วนใหญ่จะมีลักษณะอาการดังกล่าวในระดับปานกลาง มีบางส่วนที่มีอาการขั้นรุนแรง ซึ่งอาการที่เกิดบ่อย คือ รู้สึกมึนงง หรือเวียนศีรษะ รวมทั้งมีความรู้สึกโกรธ หงุดหงิดได้ง่ายโดยไม่มีเหตุผล

2. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลความสัมพันธ์ของตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนกับความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้าน (กลุ่มที่ไม่มีแผนการเรียน) จากการวิจัยพบว่าตัวแปรทั้งด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน ได้แก่ ด้านตัวครู สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู การปรับตัวในหอพัก และสิ่งแวดล้อมโดยรวมทุกด้าน มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ดังแสดงในตาราง 7,8) ในด้านครอบครัว ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านร่างกาย ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ดังแสดงในตาราง 7,8) และตัวแปรด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน ได้แก่ สถานที่เรียนมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และอาการ

โดยรวมทุกด้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งอภิปรายผลได้ดังนี้ ในด้านสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดในการเรียน แสดงว่า ถ้านักเรียนมีสัมพันธภาพกับผู้ปกครองดี เช่น พ่อแม่ให้การเอาใจใส่ดี ให้ความรักความอบอุ่น ให้ความช่วยเหลือ และเป็นที่ยอมรับเวลาที่มมีปัญหาการเรียน จะมีความเครียดในการเรียนต่ำ ในทางตรงกันข้ามถ้านักเรียนมีสัมพันธภาพกับผู้ปกครองไม่ดีก็จะมี ความเครียดในการเรียนสูง ซึ่งผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ แซนดีเตอร์ และบิกก์ (Sandeter and Bigge. 1966 : 473 - 474) ที่พบว่า ปัญหาภายในครอบครัว และความสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกในครอบครัว มีความสัมพันธ์ผูกพันกับความสามารถในการเรียน ในตนเองเดียวกันกับ สมทรง สุวรรณเลิศ (2514 : 7 - 9) ศึกษาเด็กที่มีปัญหาการเรียน ของเด็กที่เรียนไม่ดี พบว่า มีสาเหตุหลายอย่าง เช่น ความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัว ไม่ดี ทำให้เด็กรู้สึกว่าการเรียนไม่มีประโยชน์ และขาดกำลังใจในการเรียน ส่วนในด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดในการเรียน ที่เป็นเช่นนี้เพราะว่า ในโรงเรียนบุคลากรหลัก คือ ครูที่มีหน้าที่ดูแล อบรมสั่งสอน รวมทั้งให้วิชาความรู้แก่นักเรียน ทำให้ครูมีอิทธิพลต่อนักเรียนที่ต้องมีความสัมพันธ์กับนักเรียน การทำกิจกรรมการเรียนเช่น ทำงาน เป็นกลุ่ม ทำการบ้าน อ่านหนังสือ นักเรียนต้องทำด้วยตนเองหรือทำกับเพื่อน มีการปรึกษา แลกเปลี่ยนความคิดเห็น เกี่ยวกับการเรียน ช่วยเหลือในการทำงานซึ่งกันและกันระหว่างนักเรียน กับเพื่อน มีสันทนาการ เช่น การเล่นกีฬา ร้องเพลง ทำกิจกรรมในสถานที่ของโรงเรียน ทั้งใน ห้องเรียนและนอกห้องเรียนเช่น โรงอาหาร สนามกีฬา สวนหย่อม เป็นต้น ซึ่งทั้งหมดนี้เป็นปัจจัย สำคัญที่ส่งผลต่อความเครียดในการเรียนของนักเรียน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ เพียเจต์ (เสาวรัตน์ จุลรัตน์. 2535 : 38 ; อ้างอิงมาจาก Piaget, 1978 : 162 - 164) พบว่า ตัวแปรด้านบรรยากาศในชั้นเรียนเป็นตัวแปรหนึ่งส่งผลต่อความแปรปรวนในการเรียนรู้ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ในตนเองเดียวกันกับ อริญญา รักขมณู (2526 : 6 - 7) ได้กล่าว ว่า สภาพแวดล้อมในโรงเรียนมีอิทธิพลต่อความเป็นอยู่และพัฒนาการทุกด้านของนักเรียน

3. ตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนของนักเรียนที่ก่อให้เกิดอาการ ทางด้านร่างกาย ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้าน ของนักเรียนโรงเรียนกีฬา จังหวัด สุพรรณบุรี (กลุ่มที่ไม่มีแผนการเรียน) อภิปรายผลได้ดังนี้

ตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนของนักเรียน (กลุ่มที่ไม่มีแผนการเรียน) ที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ได้แก่ ตัวครู สื่อและอุปกรณ์การเรียน สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน ช่วงระยะเวลาของการฝึกซ้อมกีฬา และสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง สามารถอธิบายความแปรปรวนของความเครียดทางด้านร่างกายได้ร้อยละ 12.70 (ดังแสดงในตาราง 9) ส่วนในด้านจิตใจ ได้แก่ ตัวครู การปรับตัวในหอพัก และระดับเข้าร่วมปัญญา สามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของความเครียดด้านจิตใจได้ร้อยละ 11.30 ส่วนในด้านพฤติกรรม ได้แก่ การปรับตัวในหอพัก สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน และด้านตัวครู ซึ่งสามารถอธิบายความแปรปรวนของความเครียดด้านพฤติกรรมได้ร้อยละ 6.20 และในด้านอาการโดยรวมทุกด้าน ได้แก่ ด้านตัวครู สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน สื่อและอุปกรณ์การเรียน และการปรับตัวในหอพัก ซึ่งสามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของความเครียดโดยรวมทุกด้านได้ร้อยละ 11.90

บรรยากาศการเรียนการสอนด้านตัวครู สามารถร่วมเป็นตัวพยากรณ์ความเครียดในการเรียนของนักเรียนได้ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากการเรียนการสอนจะเกิดขึ้นได้ และเป็นผลดีก็ต่อเมื่อนักเรียนมีความพร้อม ความสนใจที่จะศึกษาหาความรู้ บุคคลสำคัญที่จะทำให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ได้ ก็คือ ครูผู้สอน ครูจะต้องกระตุ้นให้นักเรียนเกิดความพร้อมที่จะเรียน ครูผู้สอนจะต้องหมั่นสังเกตพฤติกรรมของผู้เรียน หากแสดงความรู้สึกว่ามีความวิตกกังวล มีความคับข้องใจ ครูจะต้องช่วยลดความรู้สึกนั้นๆ เสียก่อน และพยายามสร้างบรรยากาศที่จะให้ผู้เรียนได้ใช้ความสามารถได้อย่างเต็มที่ ดังนั้นจึงถือว่าครูเป็นปัจจัยสำคัญที่สุดประการหนึ่งที่จะช่วยให้การเรียนการสอนประสบผลดี นักการศึกษาต่างประเทศ และการวิจัยการศึกษาได้ระบุไว้แน่ชัดว่า ยังไม่มีอุปกรณ์การสอนใด ๆ ในโลกนี้ที่จะใช้แทนครูที่มีความสามารถในการสอนได้ ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ บุชกร เพชรวิวรรธน์ (2519 : 65) ที่พบว่า ลักษณะการสอนของครูที่ดีคือ ครูจะต้องมีความรู้ดี เตรียมการสอนดี ตั้งใจสอน และมีวิธีการสอนแตกต่างกันตามความสามารถของนักเรียน และสอดคล้องกับงานวิจัยของไทย์แมน (Tieman. 1942 : 627 - 664) ที่พบว่า นักเรียนจะไม่ชอบครูแบบเผด็จการหรือมีนิสัยข่มขู่ ไม่มีความเห็นอกเห็นใจนักเรียน และสอดคล้องกับงานวิจัยของ บุธ (วิลาศ ทองขาว. 2527 : 16 ; อ้างอิงมาจาก Buth. 1942 : 645 - 656) ซึ่งพบว่าครูที่รู้จักส่งเสริมการเรียนตามความต้องการและความสนใจ

ของเด็ก เด็กจะเรียนได้ดี ซึ่งต่างกับครูที่มุ่งสอนโดยวิธีกดดันให้เด็กยอมรับตามความต้องการของตน ผลที่สุดเด็กจะไม่พอใจในตัวครูและเรียนได้ไม่ดีเท่าที่ควร และนอกจากนี้ยังสอดคล้องกับแนวคิดของ สุชา จันทน์เอม (2528 : 142) ที่กล่าวว่า สิ่งที่เป็นอุปสรรคต่อการเรียนของนักเรียนที่เกิดจากตัวครู ได้แก่ ครูลาเอียง รักเด็กไม่เท่ากัน ครูไม่เอาใจใส่การสอน ขาดเทคนิคและวิธีการสอนที่ดี ครูขาดลักษณะของการเป็นครูที่ดี และครูไม่เข้าใจหลักสูตร ที่กล่าวมาทั้งหมดนี้จะเห็นว่าผลของการเรียนการสอนจะดีหรือไม่ย่อมเกิดจากตัวครู ถ้าครูดี สอนดี ผลก็ย่อมดีและคุณภาพของการเรียนการสอนก็ย่อมจะดีด้วย

ช่วงระยะเวลาของการฝึกซ้อมกีฬาสามารถร่วมกันพยากรณ์ความเครียดในการเรียนของนักเรียนได้ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากนักเรียนทุกคนใช้เวลาในการฝึกซ้อมกีฬาเกือบทุกวัน บางประเภทกีฬาใช้เวลาฝึกซ้อมกีฬาช่วงวันจันทร์ถึงวันศุกร์ และบางประเภทกีฬาใช้เวลาฝึกซ้อมตั้งแต่วันจันทร์ถึงวันอาทิตย์ สาเหตุที่ต้องมีการฝึกซ้อมเป็นประจำเกือบทุกวันเพราะนักเรียนทุกคนเป็นนักกีฬา มีโปรแกรมการแข่งขันบ่อยมาก จึงต้องขยันและหมั่นฝึกซ้อมประจำ เพื่อรักษาสมรรถภาพของตนเอง ดังนั้นเมื่อนักเรียนต้องใช้เวลาส่วนใหญ่นำมาใช้ในการฝึกซ้อมกีฬาจึงมีเวลาที่จะทำการบ้าน อ่านหนังสือ ทบทวนบทเรียนน้อยมาก บางคนเรียนไม่ทันเพื่อน ทำข้อสอบไม่ได้ ไม่เข้าใจบทเรียน ซึ่งเมื่อนักเรียนประสบกับปัญหาดังกล่าวย่อมนำมาซึ่งความเครียดได้ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ นิธิพัฒน์ เมฆขจร (2540 : 76) ที่ศึกษาการใช้เวลาด้านกีฬาของนักศึกษา พบว่า กีฬาแต่ละประเภทมีช่วงระยะเวลาการฝึกซ้อมที่แตกต่างกัน ทั้งที่ฝึกซ้อมในวันธรรมดา วันเสาร์ และวันอาทิตย์ หรือฝึกซ้อมทั้งวันธรรมและหยุดวันเสาร์ วันอาทิตย์ กีฬาบางประเภทที่มีนักศึกษาที่เป็นนักกีฬาที่สังกัดสโมสรต่าง ๆ จะมีตารางการแข่งขันตลอดปี ทำให้ให้นักเรียนที่เป็นนักกีฬาประเภทดังกล่าวจะต้องมีการฝึกซ้อมอย่างสม่ำเสมอ และยิ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬา (2524 : 12 - 15) ที่ได้ศึกษาเกี่ยวกับปัญหาการฝึกซ้อมของนักกีฬานักเรียนการแข่งขันกีฬาเขตแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 14 จังหวัดปัตตานี พบว่านักกีฬาร้อยละ 73.12 ฝึกซ้อมในตอนเย็น และฝึกซ้อมทั้งตอนเช้าและตอนเย็นร้อยละ 21.70

สัมพันธ์ภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครองสามารถร่วมกันพยากรณ์ความเครียดในการเรียนของนักเรียนได้ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากกลุ่มเด็กนักเรียนวัยรุ่นที่มีความสัมพันธ์

ในครอบครัวไม่ดี มีปัญหาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ในครอบครัวในด้านต่าง ๆ เช่น ด้านความรัก ความเข้าใจระหว่างบิดามารดากับบุตร การขาดความรัก ความเข้าใจระหว่างสมาชิกในครอบครัวด้วยกัน ซึ่งปัญหาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ในครอบครัวนี้จะทำให้เด็กนักเรียนวัยรุ่นเกิดความคับข้องใจ มีอารมณ์เก็บกด เกิดความขัดแย้งในใจ มีความวิตกกังวล รวมทั้งในด้านการเรียนด้วย เมื่อนักเรียนเกิดปัญหาในการเรียนจะหาที่ปรึกษาในครอบครัว ก็ไม่มีผู้ใดให้คำปรึกษาได้ อันมีผลทำให้นักเรียนเกิดความเครียดในการเรียนต่อไป ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ นราธร ศรีประสิทธิ์ (2529 : 16) ได้ศึกษาความเครียดของวัยรุ่น พบว่า เด็กวัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ มากมาย เพราะเป็นช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อ ความตึงเครียดทางอารมณ์ย่อมเกิดขึ้นได้ตลอดเวลา ถ้าเขาไม่สามารถแก้ปัญหาที่นั้น ๆ หรือปรับตัวต่อปัญหาได้

สื่อและอุปกรณ์การเรียน สามารถร่วมเป็นตัวพยากรณ์ความเครียดในการเรียนของนักเรียนได้ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากการเรียนการสอนจะดีหรือไม่ดีนั้นขึ้นอยู่กับปัจจัยต่าง ๆ เช่น ระบบบริการห้องสมุด วัสดุทัศนศึกษา ศูนย์หนังสือ และเทคโนโลยีใหม่ ๆ เพราะสิ่งเหล่านี้จะช่วยเร้าให้ผู้เรียนสนใจที่จะเรียน ทั้งยังทำให้ผู้เรียนจดจำได้นาน ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ นพพงษ์ บุญดีตราดุลย์ (2521 : 8 - 17) ที่กล่าวว่า วัสดุอุปกรณ์หรือทัศนูปกรณ์เป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยให้เกิดการเรียนรู้ง่ายขึ้น สะดวกขึ้น และลดเวลาในการอธิบายของครูผู้สอนให้น้อยลง และทำให้ผู้เรียนมีอิสระและช่วยเหลือตนเองในการเรียนรู้ดีขึ้น

สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน สามารถร่วมเป็นตัวพยากรณ์ความเครียดในการเรียนของนักเรียนได้ ทั้งนี้เพราะพฤติกรรมด้านสังคมกับกลุ่มเพื่อน ซึ่งเกี่ยวข้องกับ การคบหาสมาคม การมีสัมพันธภาพอันดีระหว่างเพื่อน การทำงานร่วมกัน และการช่วยเหลือซึ่งกันและกันนั้นหมู่นักเรียน มีอิทธิพลต่อนักเรียนวัยนี้เป็นอย่างมาก เพราะนักเรียนวัยรุ่นจะมีความต้องการทางด้านอารมณ์ และสังคมสูงมาก ต้องการเพื่อน และการเอาอกเอาใจ ยอมรับนับถือ ต้องการแลกเปลี่ยน และได้รับอิทธิพลจากเพื่อน สอดคล้องกับแนวคิดของ วิมล โรจนวีระ (2512 : 6) ที่กล่าวว่า ในประเทศสหรัฐอเมริกา บิดา มารดา ครู อาจารย์ ให้ความสำคัญและเอาใจใส่ในเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนฝูงของเด็กมาก ครูเชื่อว่าถ้าหากศิษย์ของตน

สามารถเข้ากับเพื่อนฝูงได้ดีจะช่วยให้อุทิศเวลาได้ดีและเรียนหนังสือได้ดี ซึ่งสอดคล้องกับข้อสรุปของ เฟลด์แมน และนิวคอมบ์ (ประกอบ คูปรัตน์. 2525 : 179 - 180 ; อ้างอิงมาจาก Feldman and Newcomb. 1973 : 75) ซึ่งสรุปว่า เพื่อนสามารถให้กำลังใจในเรื่องทั่วไปซึ่งไม่สามารถหาได้จากอาจารย์ และชั้นเรียน เพื่อนร่วมกลุ่มสามารถช่วยเหลือเกื้อหนุนในด้านกำหนดวัตถุประสงค์ในการเรียน และวิธีการได้ กลุ่มสามารถช่วยทำให้นักเรียนมีความมั่นใจและพอใจยิ่งขึ้น และเพื่อนยังช่วยทำหน้าที่ในการฝึกเข้าสังคมแก่นักเรียน และช่วยในการสร้างความสัมพันธ์ส่วนตัว ซึ่งจะมีผลในการช่วยเหลือกันระหว่างเรียนได้ และสอดคล้องกับ รวีวรรณ ฐมชัย (2536 : 90 - 91) นักเรียนวัยรุ่นจะเรียนรู้ ปรัชญาหรือ และเชื่อถือเพื่อนมากกว่าผู้ใหญ่และญาติพี่น้อง เมื่อสังคมกลุ่มเพื่อนดีนักเรียนก็จะได้รับอิทธิพลจากเพื่อนไปด้วย หากพฤติกรรมด้านสังคมกับกลุ่มเพื่อนไม่ดีก็จะส่งผลกระทบต่อสภาพร่างกาย จิตใจ การเรียนรู้ของนักเรียน และยังก่อให้เกิดความเครียด หรือความวิตกกังวลในการเรียนอีกด้วย ความกดดันทางจิตก็จะมีมากขึ้น ครอบครัวโดยสมาชิกในครอบครัวจึงเป็นองค์ประกอบสำคัญในการช่วยเหลือต่อการเผชิญกับความเครียดนั้น ๆ ของเด็กวัยรุ่นให้เป็นไปในทางที่เหมาะสม เพราะฉะนั้นการปฏิบัติตนของบิดามารดาจึงเป็นกลไกในการช่วยลดหรือเพิ่มความเครียดในวัยรุ่น และสอดคล้องกับ มุสเสน และคองเกอร์ (Musen and Conger. 1956 : 256) ศึกษาพบว่า พื้นฐานพฤติกรรมของเด็กเกิดขึ้นจากบรรยากาศภายในบ้านถ้าทุกคนในบ้านมีความสัมพันธ์กันดี เด็กก็จะแสดงความเป็นมิตร แต่ถ้าความสัมพันธ์ในครอบครัวไม่ดีก็จะก่อให้เกิดความเครียดทางจิต และอารมณ์ไม่มั่นคง และสอดคล้องกับ เวกแกนด์ (วรรณ ทอญ้อย. 2523 : 12 ; อ้างอิงมาจาก Weigand. 1957 : 518 - 522) ได้ศึกษาพบว่า นักเรียนที่ประสบผลสำเร็จและไม่ประสบผลสำเร็จทางการเรียน มีความแตกต่างกันทางการปรับตัว และทัศนคติต่อวิชาเรียน นักเรียนที่ประสบผลสำเร็จทางการเรียนมีปัญหาทางครอบครัวน้อยกว่านักเรียนที่ไม่ประสบผลสำเร็จทางการเรียน และนักเรียนที่ประสบผลสำเร็จทางการเรียนได้รับการสั่งสอนการปรับตัวจากที่บ้าน และมีทัศนคติที่ดีต่อที่บ้าน นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับการศึกษาของ มาสโลว์ และวิลสัน (Maslow and Winson. 1961 : 501 - 510) ศึกษาเด็กที่เรียนในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายที่ประสบผลสำเร็จทางการเรียนนั้น พ่อแม่ดูแลเอาใจใส่อย่างดี ยอมรับเด็กให้เด็กได้มีส่วนร่วมใน

กิจกรรมต่าง ๆ มีความไว้วางใจเด็กในการกระทำสิ่งต่าง ๆ ยอมให้เด็กได้มีส่วนร่วมในการตัดสินใจ รวมทั้งการให้กำลังใจเด็ก แต่ไม่เร่งรัดเกี่ยวกับความสำเร็จมากเกินไป ส่วนเด็กที่ไม่ประสบความสำเร็จทางการเรียนจะมีคะแนนด้านต่าง ๆ ค่อนข้างต่ำ ดังนั้นจะเห็นได้ว่าสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครองมีความสำคัญในการหล่อหลอมพฤติกรรมของเด็ก เด็กจะมีความผูกพันกับครอบครัวตั้งแต่เล็กจนโต เพราะฉะนั้นการอบรมสั่งสอน การให้ความรัก ให้ความแนะนำ และเป็นที่ยกย่อง รวมทั้งการถ่ายทอดความรู้สึกนึกคิดหรือพฤติกรรมมาสู่เด็กนั้น บทบาทของผู้ปกครองจึงมีอิทธิพลต่อตัวเด็กมาก

การปรับตัวในหอพัก สามารถร่วมเป็นตัวพยากรณ์ความเครียดในการเรียนของนักเรียนได้ ทั้งนี้เพราะนักเรียนทุกคนต้องพักประจำหอพัก และทุกคนย้ายมาจากโรงเรียนต่าง ๆ เข้ามาพักอาศัยในหอพักร่วมกัน จึงต้องมีการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมที่ตนเองอยู่ มีการคบเพื่อนใหม่ ครูคนใหม่ ระบบการอยู่ร่วมกัน และระบบการเรียนการสอนแบบใหม่ ทำให้นักเรียนต้องมีการปรับตัวในการอยู่หอพัก และปรับตัวในด้านการศึกษา เพราะนักเรียนอยู่ในช่วงวัยรุ่นกำลังมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ดังนั้นหากนักเรียนคนใดไม่สามารถปรับตัวเองให้เข้ากับสภาพแวดล้อมที่ตนเองอยู่ได้ ก็จะทำให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ซึ่งอาจนำมาซึ่งความเครียดต่อไปได้ ซึ่งสอดคล้องกับ จิราภรณ์ เอมเยี่ยม (2536 : 2) ที่กล่าวว่านักเรียนที่อยู่ในช่วงวัยรุ่นมีโอกาสที่จะประสบกับความเครียดด้วยสาเหตุหลายประการ ทั้งนี้เพราะวัยรุ่นกำลังอยู่ในระหว่างการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสิ่งแวดล้อม เพื่อวัยรุ่นเข้ามาเรียนในระดับมัธยมศึกษาเขาต้องมีการปรับตัวสูง ปรับตัวกับการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย ครู และเพื่อน และเป็นช่วงชีวิตซึ่งปรับตัวยากและมีปัญหา และสอดคล้องกับการศึกษาของ เฮอร์ล็อก (Hurlock. 1964 : 3) ที่กล่าวว่า วัยรุ่นเป็นวัยแห่งการปรับตัว เป็นวัยแห่งปัญหา และเป็นวัยที่มีความเครียดทางอารมณ์ มักเจ้าอารมณ์ ตัดสินใจรวดเร็วและรุนแรง วัยรุ่นนี้เป็นวัยที่ประสบความเครียดมากในหลาย ๆ เรื่อง โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเรื่องการเรียน

ระดับเขาวนปัญญา สามารถร่วมเป็นตัวพยากรณ์ความเครียดในการเรียนของนักเรียนได้ ทั้งนี้เพราะนักเรียนที่เข้ามาเรียนในระดับมัธยมศึกษาของโรงเรียนก็หาทุกคน

ย้ายมาจากโรงเรียนต่าง ๆ ทั่วทุกจังหวัดในประเทศไทย มาจากสภาพแวดล้อมต่างกัน และมีระดับ  
 เชาวน์ปัญญาที่ต่างกัน ผู้ที่มีระดับเชาวน์ปัญญาสูงก็จะสามารถปรับตัวและสามารถเรียนรู้กับระบบ  
 การสอนของครู และเข้าใจบทเรียนได้เร็วกว่าผู้ที่มีระดับเชาวน์ปัญญานกลางและต่ำ จึงทำให้นัก  
 นักเรียนที่มีระดับเชาวน์ปัญญานกลางและต่ำเกิดปัญหาในการเรียน สับสน วิดกกังวล และ  
 ความเครียดในการเรียน ดังนั้นระดับเชาวน์ปัญญาจึงเป็นตัวบ่งชี้ความเครียดในการเรียนของ  
 นักเรียน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ศึกษา พาหะมาก (2532 : 69 - 70) ได้ศึกษา  
 ความสัมพันธ์ระหว่างพัฒนาการทางสติปัญญา และการปรับตัวของนักเรียน พบว่า พัฒนาการทาง  
 สติปัญญา มีความสัมพันธ์กันทางบวกกับพัฒนาการทางการปรับตัว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ  
 ที่ระดับ .05

4. ความสัมพันธ์ของตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน  
 (กลุ่มที่มีแผนการเรียน) ตัวแปรด้านส่วนตัว ได้แก่ แผนการเรียน มีความสัมพันธ์ทางลบกับความ  
 เครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้าน อย่างมีนัยสำคัญ  
 ทางสถิติที่ระดับ .05 (ดังแสดงในตาราง 17,18) ในด้านครอบครัว ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่าง  
 นักเรียนกับผู้ปกครอง มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทาง  
 ด้านพฤติกรรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ดังแสดงในตาราง 17,18) ด้านสิ่งแวดล้อม  
 ที่โรงเรียน ได้แก่ ด้านตัวครู มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดที่ก่อให้เกิดอาการทางด้าน  
 จิตใจ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ดังแสดงในตาราง 17,18) และสัมพันธภาพระหว่าง  
 นักเรียนกับเพื่อน มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านร่างกาย  
 ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ดังแสดงใน  
 ตาราง 17,18) และการปรับตัวในหอพัก มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดที่ก่อให้เกิดอาการ  
 ทางด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05  
 (ดังแสดงในตาราง 17,18) และสิ่งแวดล้อมโดยรวมทุกด้าน มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียด  
 ในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านจิตใจ และอาการโดยรวมทุกด้าน อย่างมีนัยสำคัญทาง  
 สถิติที่ระดับ .05 (ดังแสดงในตาราง 17,18) จากผลการศึกษารววิจัย แผนการเรียน  
 มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดในการเรียนของนักเรียน ซึ่งอาจเป็นเพราะเลือก

แผนการเรียนโดยที่ตนเองมีความถนัด ทักษะ และพื้นฐานที่ไม่ดีในแผนการเรียนที่ตนเอง  
เลือก ซึ่งอาจจะเลือกไปเพราะเลือกตามเพื่อน เลือกเพราะบิดามารดาให้เลือก เมื่อ  
นักเรียนได้เรียนในแผนการเรียนที่ตนเองไม่มีทักษะหรือพื้นฐานที่ดีพอก็ทำให้การเรียนประสบปัญหา  
ในการเรียน และนำมาซึ่งความเครียดในการเรียนได้ ส่วนในด้านครอบครัวและด้านสิ่งแวดล้อม  
ที่โรงเรียน มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดในการเรียน ได้อภิปรายไว้แล้วในเบื้องต้นของ  
ความสัมพันธ์ในกลุ่มที่ไม่มีแผนการเรียน

5. ตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนของนักเรียนที่ก่อให้เกิดอาการ  
ทางด้านร่างกาย ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้าน ของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัด  
สุพรรณบุรี (กลุ่มที่มีแผนการเรียน) อภิปรายผลได้ดังนี้

ตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนของนักเรียน (กลุ่มที่มีแผน  
การเรียน) ที่ก่อให้เกิดอาการด้านร่างกาย ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อนและช่วง  
ระยะเวลาของการฝึกซ้อมกีฬา ซึ่งสามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของความเครียดด้าน  
ร่างกายได้ร้อยละร้อยละ 9.00 ด้านจิตใจ ได้แก่ ตัวแปรด้านตัวครู สามารถอธิบายความแปรปรวน  
ด้านจิตใจได้ร้อยละ 5.80 ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครองแผนการเรียน การปรับ  
ตัววันหยุดพัก และสถานที่เรียน ซึ่งสามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของความเครียดด้าน  
พฤติกรรมได้ร้อยละ 12.80 และด้านอาการโดยรวมทุกด้าน ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียน  
กับเพื่อน การปรับตัววันหยุดพัก และแผนการเรียน ซึ่งสามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของ  
ความเครียดในการเรียนด้านอาการโดยรวมทุกด้านได้ร้อยละ 9.50 ซึ่งจะขออภิปรายเฉพาะ  
ตัวพยากรณ์แผนการเรียน เพราะตัวพยากรณ์ตัวอื่นได้อภิปรายไว้แล้ว เบื้องต้นในกลุ่มที่ไม่มีแผน  
การเรียน

แผนการเรียนสามารถร่วมเป็นตัวพยากรณ์ความเครียดในการเรียนของ  
นักเรียนได้ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจาก กลุ่มนักเรียนที่เรียนโดยเลือกแผนการเรียนนั้นจะเป็นนักเรียน  
ในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ซึ่งแผนการเรียนที่นักเรียนเลือกเรียนจะมี 2 แผนการเรียน  
คือ แผนการเรียนคณิตศาสตร์และวิทยาศาสตร์กับคณิตศาสตร์และภาษาอังกฤษ ซึ่งทางโรงเรียน  
เปิดโอกาสให้นักเรียนเลือกเรียนได้ตามความต้องการของตน ซึ่งบางคนก็เลือกตามเพื่อน บางคน

ก็เลือกโดยพ่อแม่เลือกให้ จึงทำให้นักเรียนที่เลือกตามเพื่อนหรือเลือกโดยที่พ่อแม่เลือกให้ประสบปัญหาการเรียน เนื่องจากไม่มีทักษะและพื้นฐานในแผนการเรียนที่นักเรียนเลือกเรียน ทำให้เรียนไม่ทันเพื่อน ไม่เข้าใจวิชาที่ครูสอน ซึ่งมีผลทำให้นักเรียนมีความกังวลกลัวจะทำข้อสอบไม่ได้ กลัวว่าจะสอบไม่ผ่านและวิตกกังวลเกี่ยวกับผลการเรียนของตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ นราธร ศรีประสิทธิ์ (2529 : 100) ที่ศึกษาพบว่า มีนักเรียน 1 ใน 3 ของกลุ่มนักเรียนวัยรุ่นที่ศึกษา เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 มีความวิตกกังวลกลัวว่าจะสอบไม่ผ่านในการสอบไล่และกึ่งเวลาเกี่ยวกับผลการเรียนของตนเอง

6. ผลการศึกษา การเปรียบเทียบความเครียดในการเรียนแต่ละด้านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จำแนกตามตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน โดยใช้ประเภทกีฬาเป็นเกณฑ์ ในสมมติฐานข้อที่ 19-38 อภิปรายผลได้ดังนี้

จากผลการศึกษา พบว่า นักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีความเครียดแตกต่างกันเพียงเล็กน้อย ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่าในปัจจุบันนี้ นักเรียนชายและนักเรียนหญิงต่างก็มีประสบการณ์และสิทธิเท่าเทียมกัน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ เสาวรัตน์ จุลรัตน์ (2535 : 105) ที่ศึกษาปัญหาการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา พบว่า นักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีปัญหาการเรียนไม่แตกต่างกัน

ในด้านอายุ พบว่า นักเรียนที่มีอายุมากทั้งงานกีฬาประเภททีม และประเภทบุคคลมีความเครียดในการเรียนสูงกว่านักเรียนที่มีอายุน้อย ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่านักเรียนที่มีอายุมากจะเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย เป็นวัยที่ต้องเรียนอย่างหนัก เพราะต้องเตรียมความพร้อมที่จะต้องสอบเข้ามหาวิทยาลัย โดยกลุ่มเด็กนักเรียนในวัยนี้ จะมีปัญหาว่า กังวลกลัวจะสอบเข้ามหาวิทยาลัยไม่ได้ การเตรียมตัวสอบ อ่านหนังสือไม่ทัน เวลาในการอ่านไม่เพียงพอ และกึ่งเวลาจะกลัวจะทำให้ทางบ้านหรือพ่อแม่ผิดหวังเมื่อสอบเข้ามหาวิทยาลัยไม่ได้ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ นราธร ศรีประสิทธิ์ (2529 : 100) ที่ศึกษาพบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 มีความกังวลกลัวว่าจะสอบไม่ผ่าน และสอบเข้ามหาวิทยาลัยไม่ได้ และยังสอดคล้องกับการศึกษาของ ลัดดาวัลย์ หกสุวรรณ (2518 : 52 - 53) พบว่า นักเรียนวัยรุ่นตอนต้นมีปัญหาการเรียนมากกว่านักเรียนที่อยู่วัยก่อนวัยรุ่น

ในด้านระดับชั้น พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นและชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายมีระดับความเครียดแตกต่างกันเล็กน้อย โดยพบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายมีความเครียดอยู่ในระดับสูงกว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ดังนั้น ตารางการฝึกซ้อมที่หนักมาก ทำให้ไม่มีเวลาที่จะทบทวนบทเรียน และบางครั้งก็เรียนไม่ทันเพื่อน นอกจากนี้ยังต้องเตรียมพร้อมที่จะสอบเข้ามหาวิทยาลัยด้วย ซึ่งทำให้นักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายเกิดความเครียดมาก

ในด้านแผนการเรียน พบว่า นักเรียนที่เลือกเรียนแผนการเรียนคณิต-วิทย์ และคณิต-ภาษา ในกีฬาประเภททีมมีความเครียดแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยพบว่านักเรียนที่เลือกเรียนแผนการเรียนคณิต-ภาษา ทั้งในกีฬาประเภททีมและประเภทบุคคลมีความเครียดสูงกว่านักเรียนที่เลือกเรียนแผนการเรียนคณิต-วิทย์ ที่เป็นเช่นนี้อาจเป็นเพราะว่านักเรียนที่เลือกเรียนแผนการเรียนคณิต-ภาษา มีพื้นฐานในวิชาภาษาอังกฤษและคณิตศาสตร์ที่ไม่ดี เพราะนักเรียนเหล่านี้จะเป็นกลุ่มนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ จึงทำให้เกิดปัญหาเวลาเรียน และนำมาซึ่งความเครียดในที่สุด

ในด้านบุคลิกภาพ พบว่า นักเรียนที่มีบุคลิกภาพแบบเอ ทั้งในกีฬาประเภททีมและประเภทบุคคล มีความเครียดแต่ละด้านสูงกว่านักเรียนที่มีบุคลิกภาพแบบบี ทั้งนี้เพราะบุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบเอ จะชอบทำสิ่งต่าง ๆ อย่างรีบร้อน ชอบแข่งขัน ชอบทำงานให้ได้มาก ๆ ในเวลาน้อย ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ บลูเมนทอลส์ (ชมพูนุช พงษ์ศิริ. 2535 : 28 ; อ้างอิงมาจาก Blumenthal. 1978 : 634) พบว่า นักเรียนที่มีบุคลิกภาพแบบเอ จะมีบุคลิกภาพที่มีความเครียดสูงกว่านักเรียนที่มีบุคลิกภาพแบบบี และสอดคล้องกับการศึกษาของ ชมพูนุช พงษ์ศิริ (2535 : 73 - 74) ได้ศึกษาความวิตกกังวลของนักศึกษาพยาบาล พบว่า นักศึกษาที่มีบุคลิกภาพแบบเอ มีความวิตกกังวลในการฝึกปฏิบัติงานสูงกว่าแบบบี

ในด้านฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว พบว่า นักเรียนให้กีฬาประเภทบุคคลมีความเครียดในการเรียนทางด้านร่างกาย และอาการโดยรวมทุกด้าน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวต่ำ มีคะแนนความเครียดในการเรียนด้านร่างกายสูงกว่านักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวปานกลาง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และในด้านอาการโดยรวมทุกด้าน นักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจ

ของครอบครัวปานกลาง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เนื่องมาจากเด็กนักเรียนที่มาจากครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำยอมขาดประสบการณ์ต่าง ๆ ในอันที่จะส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้ ทำให้เด็กเกิดปัญหาอันเป็นอุปสรรคต่อการเรียนได้ และทำให้ส่งผลต่อความเครียดในการเรียนได้ ซึ่งสอดคล้องกับคำกล่าวของ สมทรง สุวรรณเลิศ (2514 : 46) ได้กล่าวว่า เด็กที่มาจากครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำหรือยากจนจะมีปัญหามาก ทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ซึ่งส่งผลเสียต่อการเรียน ในทำนองเดียวกันกับการศึกษาของ พวงสร้อย วรกุล (2522 : 88) พบว่า นักเรียนที่มีสภาพเศรษฐกิจของครอบครัวต่ำมีสภาพปัญหาด้านการปรับตัวมากกว่านักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวปานกลางและสูง

ในด้านสภาพภาพการสมรสของบิดามารดา พบว่า ในกีฬาประเภทบุคคลมีความเครียดในการเรียนด้านร่างกาย แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนในด้านอื่นและในกีฬาประเภททีมไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความเครียดและพบว่านักเรียนที่มีบิดามารดาแยกกันอยู่จะมีความเครียดสูงกว่าบิดามารดาอยู่ร่วมกัน ที่เป็นเช่นนี้ เพราะสภาพครอบครัว เป็นสิ่งแวดล้อมที่มีความสำคัญต่อพฤติกรรมของเด็ก เด็กที่เติบโตมาจากครอบครัวที่ขาดความสมบูรณ์ ซึ่งเป็นผลมาจากการตาย การหย่าร้าง พ่อแม่แยกกันอยู่ และสภาวะอื่น ๆ ที่ทำให้สูญเสียพ่อแม่ จะทำให้เด็กขาดความรักและความอบอุ่นที่ควรจะได้รับ เป็นคนเฝ้าฝันตนเอง เมื่อโตขึ้นจะประสบปัญหาการปรับตัวและการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น ซึ่งสอดคล้องกับ มิล ฮอลล์แลนด์ (Mul Hollang. 1990 : 439 B) ได้ศึกษาสภาพจิตใจของเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้างพบว่า สถานการณ์หย่าร้างของพ่อแม่เป็นวิกฤตการณ์ที่เลวร้ายที่กระทบกระเทือนจิตใจส่งผลกระทบระยะยาวต่อชีวิตด้วย และเด็กจะมีปัญหาการเรียนมากกว่าเด็กที่มาจากครอบครัวที่สมบูรณ์

ในด้านความคาดหวังของบิดามารดา พบว่า นักเรียนที่บิดามารดาคาดหวังให้นักเรียนเรียนจบเพียงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 จะมีความเครียดสูงกว่านักเรียนที่บิดามารดาคาดหวังให้นักเรียนเรียนต่อในระดับอุดมศึกษา แต่พบความแตกต่างเพียงเล็กน้อยเท่านั้น เพราะนักเรียนส่วนใหญ่มุ่งหมายที่จะเรียนต่อในระดับที่สูงขึ้นไป เมื่อบิดามารดาที่มีความคาดหวังให้นักเรียนเรียนจบเพียงชั้นมัธยมศึกษา เพื่อไปช่วยทำงานหาเงิน เจือจุนครอบครัว เด็กจึงเกิด

ความเครียดเพราะหมดหวังที่จะได้ศึกษาต่อ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ นราธร ศรีประสิทธิ์ (2529 : 24) ที่กล่าวว่า ความต้องการหรือความมุ่งหวังในชีวิตทั้งของตัววัยรุ่นเอง และที่บิดามารดามีต่อตัวเขา อาจจะนำมาซึ่งความเครียดทางจิตใจให้เกิดขึ้นกับตัวเขาเองได้ และถ้าความต้องการหรือคาดหวังนั้นมีความขัดแย้งกันระหว่างตนเองกับของบิดามารดา จะทำให้เขาเกิดความยุ่งยากสับสนมากขึ้น

ในด้านสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง พบว่า นักเรียนที่มีสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนและผู้ปกครองที่ดีและไม่ดีมีความเครียดในการเรียนนั้นก็พบประเภทที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความเครียดในการเรียนพบว่า นักเรียนที่มีสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนและผู้ปกครองที่ไม่ดี มีความเครียดสูงกว่านักเรียนที่มีสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ อาภา ทัศนช่าง (2511 : 53) พบว่า นิสิตนักศึกษาที่ไม่สามารถประสบความสำเร็จทางการเรียนมักมีปัญหาทางอารมณ์ ซึ่งได้แก่ ความวิตกกังวลใจ กระวนกระวายใจ การฟุ้งผู้อื่น มีทัศนคติทางลบต่อบิดามารดา มีความขัดแย้งและคับข้องใจ

ในด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน ได้แก่ ตัวครู สถานที่เรียน สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู และการปรับตัวในหอพัก ซึ่งอภิปรายได้ดังนี้คือ

ด้านตัวครู ในที่พบบทประเภทที่มีความเครียดในการเรียนแต่ละด้าน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และในประเภทบุคคลมีความเครียดในการเรียนด้านร่างกาย จิตใจ และอาการโดยรวมทุกด้าน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ที่เป็นเช่นนี้เพราะครูเป็นบุคคลสำคัญในการเรียนการสอน หากครูสอนไม่ดี สอนไม่ตรงตามจุดประสงค์ ไม่มีกิจกรรมที่น่าสนใจก็อาจทำให้เด็กเรียนไม่เข้าใจจนวิชาที่เรียน และเกิดปัญหาการเรียน เมื่อเกิดปัญหาที่หาที่ปรึกษาไม่ได้ก็ทำให้เด็กเรียนเกิดความเครียดในการเรียน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ บุษกร เพชรวิวรรณ (2519 : 65) พบว่า ลักษณะการสอนของครูที่ดี คือ ครูจะต้องมีความรู้ดี เตรียมการสอนดี ตั้งใจสอน และอธิบายให้นักเรียนเกิดความเข้าใจ และมีวิธีการสอนแตกต่างกันตามความสามารถของนักเรียน และสอดคล้องกับงานวิจัยของ บุธ (วิลาศ ทองขาว. 2527 : 16 ; อ้างอิงมาจาก Buth. 1942 : 645 - 656) ซึ่งพบว่าครูที่รู้จักส่งเสริม

การเรียนตามความต้องการของเด็กเด็กจะเรียนได้ดี ซึ่งต่างกับครูที่มุ่งสอนโดยวิธีกดดันให้เด็กยอมรับความต้องการของตน ผลที่สุดเด็กจะไม่พอใจในตัวครู และเรียนได้ไม่ดีเท่าที่ควร

ด้านสถานที่เรียน ในกึ่งฟ้าประเภทที่มักเรียนมีความเครียดแต่ละด้านแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนในกึ่งฟ้าประเภทบุคคล พบว่า มีความเครียดด้านร่างกาย และอาการโดยรวมทุกด้าน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และพบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ของความเครียดในการเรียนด้านจิตใจ ทั้งนี้เนื่องมาจากสถานที่เรียนเป็นส่วนสำคัญในการดำรงชีวิตในโรงเรียนของนักเรียน หากโรงเรียนมีสถานที่ไม่น่าเรียน ไม่สะอาด คับแคบ ย่อมมีผลต่อการเรียนรู้ของเด็ก นักเรียนจะรู้สึกอึดอัดและเกิดความเครียดในเวลาเรียนได้ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของโอเบอร์ทัฟเฟอร์ (Obentueffer. 1954 : 296 - 297) ได้ศึกษาสุขภาพจิตที่เกี่ยวกับการศึกษาในโรงเรียน พบว่า อิทธิพลของชั้นเรียนก็เป็นสิ่งแวดล้อมอย่างหนึ่งที่มีผลต่อสุขภาพจิตของเด็ก และการจัดบรรยากาศของห้องเรียนดีจะมีผลช่วยให้นักเรียนปรับตัว เข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ดี

ด้านสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน ในกึ่งฟ้าประเภททีม นักเรียนมีความเครียดในการเรียนด้านร่างกาย จิตใจ และอาการโดยรวมทุกด้าน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และในกึ่งฟ้าประเภทบุคคล นักเรียนมีความเครียดด้านร่างกายและอาการโดยรวมทุกด้านแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เพราะการมีสัมพันธภาพอันดีระหว่างเพื่อน การทำงานร่วมกัน และการช่วยเหลือซึ่งกันและกันในหมู่นักเรียนมีอิทธิพลต่อนักเรียนในวัยนี้มาก เพราะนักเรียนวัยนี้จะมีความต้องการทางด้านอารมณ์และสังคมสูงมาก ต้องการเพื่อน และการเอาอกเอาใจยอมรับนับถือ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ วิลล โรจันวีระ (2512 : 6) ที่กล่าวว่าในประเทศสหรัฐอเมริกา บิตามารดา ครู อาจารย์ ให้ความสำคัญ และเอาใจใส่ในเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนฝูงของเด็กมาก ครู เชื่อว่าถ้าหากศิษย์ของตนสามารถเข้ากับเพื่อนฝูงได้ดี จะช่วยให้สุขภาพจิตดีและเรียนหนังสือได้ดี และสอดคล้องกับ รวีวรรณ รุณชัย (2536 : 90) นักเรียนวัยนี้ จะเรียนรู้ ปรัชญาหรือ และเชื่อถือเพื่อนมากกว่าผู้ใหญ่ เมื่อสังคมกลุ่มเพื่อนดีนักเรียนก็จะได้รับอิทธิพลของเพื่อนไปด้วย หากพฤติกรรมของกลุ่มเพื่อนไม่ดี ก็จะส่งผลกระทบต่อสภาพร่างกาย จิตใจ และการเรียนรู้ของนักเรียน

ด้านสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู ในกีฬาประเภททีม พบว่า นักเรียนมีความเครียดในการเรียนด้านร่างกาย และอาการโดยรวมทุกด้าน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีความเครียดด้านจิตใจแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนในกีฬาประเภทบุคคล พบว่านักเรียนมีความเครียดด้านจิตใจ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เป็นเพราะว่าสัมพันธภาพของครูกับนักเรียนมีอิทธิพลต่อการศึกษาของนักเรียน รวมทั้งมีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนด้วย เมื่อครูให้ความสำคัญกับตนเองกับนักเรียน นักเรียนย่อมรู้สึกสบายใจที่จะรับวิชาหรือทำความเข้าใจบทเรียน ทั้งนี้ยังเกิดความรู้สึกเชื่อถือและไว้วางใจครูอีกด้วย สอดคล้องกับ มัวร์ (Moor, 1957 : 2) วิเคราะห์ปัญหาของนักเรียนพบปัญหาที่นักเรียนเผชิญเรียงลำดับความสำคัญ คือ ความสัมพันธ์กับครู ความสำเร็จในการเรียน บริการของโรงเรียน และการศึกษาต่อในอนาคต ซึ่งสอดคล้องกับร็อบเจอส์ (Roger, 1969 : 157) ที่ว่า สัมพันธภาพอันดีของครูกับนักเรียนนั้นจะเอื้ออำนวยต่อการเรียนรู้ของเด็กนักเรียน และสอดคล้องกับงานวิจัยของ พรรรณี ชูทัย (2532 : 261) ที่ว่า การที่ครูมีความเมตตากรุณาเห็นอกเห็นใจนักเรียน สนใจนักเรียนอย่างสม่ำเสมอ มีความยุติธรรม ตลอดจนมีความสัมพันธ์อันดีกับนักเรียน ทำให้นักเรียนรักที่จะเรียน และส่งผลให้นักเรียนประสบความสำเร็จในการเรียนด้วย

ด้านการปรับตัวในหอพัก ในกีฬาประเภททีม พบว่า นักเรียนมีความเครียดในการเรียนแต่ละด้าน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และในกีฬาประเภทบุคคล พบว่านักเรียนมีความเครียดในการเรียนด้านจิตใจ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้าน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ที่เป็นเช่นนี้อาจเป็นเพราะว่านักเรียนอยู่ในช่วงวัยรุ่นเป็นวัยแห่งการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกายและจิตใจ และสภาพแวดล้อมที่นักเรียนอยู่นั้นเป็นหอพัก ต้องทำตามกฎระเบียบข้อบังคับของหอพักอย่างเคร่งครัด การปรับตัวในด้านสังคม ทั้งเพื่อนใหม่และครูคนใหม่ ซึ่งถ้าหากนักเรียนไม่สามารถปรับตัวเองได้ย่อมเกิดปัญหาในการอยู่ร่วมกันในหอพัก ซึ่งอาจมีผลทำให้นักเรียนเกิดความเครียดได้

### ข้อเสนอแนะ

#### ข้อเสนอแนะทั่วไป

1. เนื่องจากตัวแปรสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนสามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาได้ดี ดังนั้น โรงเรียนควรได้ปรับปรุงสภาพการเรียนการสอน โดยคำนึงถึงตัวแปรด้านลักษณะของนักเรียนเป็นสำคัญ ได้แก่ ความถนัดทางการเรียน ความเป็นปัญญา การปฏิบัติตนของผู้ปกครองต่อนักเรียนด้านการเรียน และสภาพแวดล้อมในโรงเรียน ควรจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตรและกิจกรรมทางด้านการเรียน เพื่อเปิดโอกาสให้นักเรียนมีการปะทะสังสรรค์ หรือร่วมมือกับเพื่อน ๆ และครู เพื่อสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน และกระตุ้นให้นักเรียนมีการปรับตัวด้านการเรียนที่ดี

2. ผลการวิจัยครั้งนี้ สามารถใช้เป็นข้อมูลให้ผู้บริหาร อาจารย์ผู้สอน อาจารย์ที่ปรึกษา อาจารย์แนะแนว ผู้ปกครอง ตลอดจนนักเรียนได้ทราบว่า มีตัวแปรใดบ้างที่มีความสัมพันธ์และสามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาได้มากน้อยแตกต่างกันไป เพื่ออาจารย์ผู้สอน ผู้ปกครองนักเรียน และผู้เกี่ยวข้องจะได้นำไปเป็นแนวทางในการปรับปรุงและพัฒนาการเรียนการสอน รวมทั้งสภาพแวดล้อมในโรงเรียนต่อไป เพื่อป้องกันความเครียดที่อาจเกิดขึ้นได้ และเพื่อให้นักเรียนมีสุขภาพจิตที่ดีต่อไป อันจะส่งผลให้นักเรียนประสบความสำเร็จทางการเรียนได้

#### ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัย

1. ควรศึกษาตัวแปรด้านอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา เช่น ทิศนคติของนักเรียนที่มีต่อวิชาต่าง ๆ ที่กำลังเรียน การเผชิญความเครียดในการเรียน เป็นต้น

2. ควรศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการเรียนของนักเรียนในระดับอื่น ๆ เช่น ระดับอุดมศึกษา เป็นต้น

3. ควรนำตัวแปรที่พยากรณ์ความเครียดในการเรียนไปทำการศึกษาวิจัยเชิงทดลอง เพื่อลดความเครียดในการเรียน โดยใช้เทคนิคต่าง ๆ

4. ควรศึกษาเปรียบเทียบระดับความเครียดในการเรียนของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี กับนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดอุบลราชธานี จังหวัดขอนแก่น และจังหวัดนครศรีธรรมราช

บรรณานุกรม

## บรรณานุกรม

- กนิษฐา แก้วสวัสดิวงศ์. องค์ประกอบที่สัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ของเด็กเกาะและเด็กพื้นที่ราบ. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2524. อัดสำเนา.
- กรรณิการ์ พันศิริกุล. การสำรวจปัญหาการเรียนสังคม และส่วนตัวของนักเรียนสารพัดช่าง ในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2521. อัดสำเนา.
- กวินทร์ ธรรมนุด. การศึกษาเปรียบเทียบพัฒนาการทางการคิด โดยยึดตนเองเป็นศูนย์กลาง ของเด็กที่มีความแตกต่างกัน ในด้านการอบรมเลี้ยงดู และการยอมรับของกลุ่มเพื่อน. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2522. อัดสำเนา.
- กาญจนา คำสุวรรณ. จิตวิทยาเบื้องต้น. กรุงเทพฯ : ทวีการพิมพ์, 2524.
- กศยา แสงเดช. การศึกษาเปรียบเทียบปัญหาการเรียน สังคม และส่วนตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร และจังหวัดชัยภูมิ. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2518. อัดสำเนา.
- จิราภรณ์ เอมเอี่ยม. ความสัมพันธ์ระหว่างการปรับตัวทางสังคมกับสุขภาพจิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยนเรศวร, 2536. อัดสำเนา.
- จรรยา เกษศรีสังข์. วิธีเผชิญปัญหาของนักเรียนนายร้อยตำรวจ. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2537. อัดสำเนา.
- จุมพล หนีพานิซ. แผนการศึกษาต่อผลการประกอบอาชีพของนักเรียนชั้น ม.ศ.5 วิทยานิพนธ์ ก.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2517. อัดสำเนา.
- ฉลอง ภิมย์รัตน์. จิตวิทยาสังคม. กรุงเทพฯ : ประจักษ์การพิมพ์, 2521.
- ชัยพร วิชชาวุธ. มูลสารจิตวิทยา. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2525.

- ชมพูนุช พงษ์ศิริ. ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการปฏิบัติงานบนหอผู้ป่วยของ  
นักศึกษาพยาบาล สภากาชาดไทย กรุงเทพมหานคร. ปรินต์นิพนธ์ กศ.ม.  
กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2535. อัดสำเนา.
- ช่อทิพย์ ราศรีเกรียงไกร. ความมุ่งหวังของบิดาที่มีต่อการศึกษาและอาชีพของบุตร : ศึกษา  
เปรียบเทียบระหว่างนักเรียนชั้นประถมศึกษามัธยมศึกษาในโรงเรียน สังกัดกรมสามัญศึกษา  
และโรงเรียนสังกัดมหาวิทยาลัย. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์  
มหาวิทยาลัย, 2523. อัดสำเนา.
- ชินโอสถ หัสบำเรอ. "ความเครียดจากการทำงานและวิธีการแก้ไข," วารสารการศึกษา กทม.  
19(9) : 4 - 6 ; กรกฎาคม 2531.
- ชิววัฒน์ นิจนตร. สภาพเชิงจิต - สังคมในโรงเรียนกับสุขภาพจิตของนักเรียนวัยรุ่นใน  
กรุงเทพมหานคร. ปรินต์นิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ  
ประสานมิตร, 2526. อัดสำเนา.
- ชูติศย์ ปานปรีชา. "ความเครียด," ใน จิตวิทยาทั่วไป. นนทบุรี : มหาวิทยาลัย  
สุโขทัยธรรมมาธิราช, 2529.
- ชูศรี เลิศรัตน์เดชากุล. การฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อ เพื่อลดความเครียดของนักศึกษา  
วิทยาลัยเทคโนโลยีอุตสาหกรรม สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ.  
ปรินต์นิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2532.  
อัดสำเนา.
- เชิดศักดิ์ โฆวาสินธุ์. การวัดทัศนคติและบุคลิกภาพ. กรุงเทพฯ : สำนักทดสอบทางการศึกษา  
และจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2520.
- ดุชนี ทศนาจันทธานี. ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการปฏิบัติงานของพยาบาล หน่วยฉุกเฉิน  
ในโรงพยาบาลของรัฐ กรุงเทพมหานคร. ปรินต์นิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัย  
ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2539. อัดสำเนา.
- เทพวัลย์ สุชาติ. ปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเครียดของนักสังคมสงเคราะห์ที่ทางการแพทย์. วิทยานิพนธ์  
สค.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2530. อัดสำเนา.

- ทัศนาศ นุญทอง. "บุคลิกภาพกับการปฏิบัติวิชาชีพการพยาบาล," ใน เอกสารการสอนชุดวิชา  
ประสบการณ์วิชาชีพการพยาบาล หน่วยที่ 1 - 8 มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.  
พิมพ์ครั้งที่ 4. นนทบุรี : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, 2533.
- ทิพาวรรณ จันทรพิบูลย์. ปัญหาที่เป็นอุปสรรคในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3  
ในโรงเรียนรัฐบาล จังหวัดจันทบุรี. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์  
มหาวิทยาลัย, 2510. อัดสำเนา.
- \* นราธร ศรประเสริฐ. ปัจจัยทางสังคม และจิตวิทยาที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของเด็กวัยรุ่น.  
วิทยานิพนธ์ สค.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2529. อัดสำเนา.
- นิธิพัฒน์ เมฆจร. การศึกษาการใช้เวลาของนักศึกษาที่เป็นนักกีฬา มหาวิทยาลัยศรีปทุม  
กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ  
ประสานมิตร, 2518. อัดสำเนา.
- นิภา พงศ์วิรัตน์. การศึกษาปัญหาทางสังคมของเด็กวัยรุ่นตอนต้นในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัด  
กรมสามัญศึกษาในภาคกลาง. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัย  
ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2520. อัดสำเนา.
- นิลวรรณ ศิริอังกฤษ. สุขภาพจิตของนักเรียนในชุมชนแออัด เขตห้วยขวาง กรุงเทพมหานคร.  
วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร,  
2535. อัดสำเนา.
- บุญพอ เพ็ญผล และคนอื่น ๆ. โครงการสุขภาพจิตในโรงเรียน. กรุงเทพฯ : กองอนามัย  
โรงเรียนกรมอนามัย, 2522.
- บุษกร เพชรวิวรรธน์. ทัศนคติของนักเรียนมัธยมศึกษาที่มีต่อครูในโรงเรียนภาคกลาง.  
วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร,  
2519. อัดสำเนา.
- ประชัย เปี่ยมสมบูรณ์. "ครอบครัวสลาย ปัจจัยภายนอกและภายใน," วารสารสังคม  
วิทยา มานุษยวิทยา 2 ฉ. (มกราคม 2525).

ปิติพงศ์ ประเสริฐผล. การศึกษาปฏิสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและความคาดหวัง  
ในชีวิตกับความเครียดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6. ปริญญาโท กศ.ม.

กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2535. อัดสำเนา.

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. สุขภาพจิตเบื้องต้น. กรุงเทพฯ : บัณฑิตการพิมพ์, 2530.

พลศึกษา, กรม. กระทรวงศึกษาธิการ. โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี. ฝ่ายวิทยาลัย

พลศึกษา กรุงเทพฯ : 2537.

พวงรัตน์ ทวีรัตน์. วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์. ครั้งที่ 5 กรุงเทพฯ :

บริษัทฟิงเกอร์บุ๊ก แอนด์ มีเดีย จำกัด, 2536.

\* พวงสร้อย วรกุล. การศึกษาเปรียบเทียบสภาพปัญหาในการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยม

ศึกษาดอนต้นในกรุงเทพมหานคร และจังหวัดสงขลา. ปริญญาโท กศ.ม. กรุงเทพฯ :

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2522. อัดสำเนา.

ไพบุณย์ อินทริวิชา. การศึกษาถึงความต้องการและปัญหาในการปรับตัวของนักเรียนใน

โรงเรียนมัธยมสาธิตแบบประสม วิทยาลัยวิชาการศึกษา ประสานมิตร ปีการศึกษา 2510.

ปริญญาโท กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2511.

อัดสำเนา.

\* ไพศาล หวังพานิช. ความสัมพันธ์ระหว่างกิจกรรมนอกชั้นเรียนกับผลการเรียนของนิสิตชั้นปีที่ 3

วิทยาลัยวิชาการศึกษา ประสานมิตร. ปริญญาโท กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัย

ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2514. อัดสำเนา.

มัญญุ แบ้นเจริญ. การศึกษาเปรียบเทียบปัญหาส่วนตัว ปัญหาสังคมและปัญหาการเรียนของ

นักเรียนอาชีวศึกษา นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย และนักศึกษาผู้ใหญ่ ระดับ 5

จังหวัดสงขลา. ปริญญาโท กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ประสานมิตร, 2522. อัดสำเนา.

มานิช สุขฤกษ์. จิตวิทยาปกติ. กรุงเทพฯ : ชวนการพิมพ์, 2526.

ยอดหญ้า (นามแฝง). "มาคลายความเครียดกันเถอะ," สักทอง. 10(2) : 69 เมษายน -

มิถุนายน 2528.

- ยีนยง ไทยใจดี. ปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเครียดและวิธีการจัดการกับความเครียดในการปฏิบัติงาน  
ของผู้บริหารโรงเรียนมัธยมศึกษาในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ. วิทยานิพนธ์ กศ.ม.  
กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2537. อัดสำเนา.
- รวิวรรณ นิเวศพันธ์ และกนกรัตน์ สุชะตุงคะ. "พคนไทยเครียดจากสิ่งแวดล้อมเป็นพิษ,"  
ไทยรัฐ. 23 กุมภาพันธ์ 2538.
- รุ่งทิภา จักรกร. การมัธยมศึกษา. กรุงเทพฯ : ภาควิชาหลักสูตรและการสอน คณะศึกษาศาสตร์  
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2526.
- รุจ วรังษี. "ปัญหาการหย่าร้างในครอบครัว," วารสารประชากรศึกษา. 1(2) : 12 - 14 ;  
ธันวาคม 2515.
- ล้วน สายยศ. หลักการสร้างแบบทดสอบความถนัด. สำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา  
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, กรุงเทพฯ : 2522.
- ละเมียด ลิมอักษร. "สิ่งแวดล้อมที่ส่งผลทางการศึกษา," ประชาศึกษา. 27 : 23 - 28 ;  
กุมภาพันธ์ 2519.
- ลัดดาวัลย์ ทกสุวรรณ. การศึกษาเปรียบเทียบปัญหาการเรียน สังคม และส่วนตัวของนักเรียน  
ชั้นประถมศึกษาตอนปลายในโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานครกับโรงเรียนสาธิตในกรุงเทพ  
มหานคร. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร,  
2518. อัดสำเนา.
- วรรณมา ทองนุ้ย. การวิเคราะห์ปัญหาของนักเรียนประถมศึกษาสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัด  
นครสวรรค์. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ  
ประสานมิตร, 2523. อัดสำเนา.
- วัชรรัตน์ หลิมรัตน์ "ความเครียด," ศูนย์แพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น. 10(7) : 41-46;  
มกราคม - มีนาคม 2527.
- วัฒนา พุ่มเล็ก. การศึกษาเปรียบเทียบองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน  
ของนักเรียนที่มีความสามารถในการเรียนต่ำกับนักเรียนที่มีความสามารถในการเรียนสูง  
ระดับมัธยมศึกษาโรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ :  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2513. อัดสำเนา.

- วิลาศ บุญทองขาว. บรรยายภาคการเรียนการสอนในโรงเรียนมัธยมศึกษา ตามทัศนะของนักเรียน ครู และผู้บริหาร เขตการศึกษา 4. ปรินฤพานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2527. อัดสำเนา.
- วิชาการ, กรม กระทรวงศึกษาธิการ. "มาสู้ มาลอง มาเล่นกีฬา," หนังสืออ่านเพิ่มเติม วิชาพลศึกษา ระดับมัธยมศึกษา. ศูนย์พัฒนาหนังสือ, กรุงเทพฯ : 2537.
- ศึกษา พาหะมาก. พัฒนาการทางสติปัญญาและการปรับตัวของนักเรียนในจังหวัดศรีสะเกษ. ปรินฤพานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2532. อัดสำเนา.
- ศุภลักษณ์ พงศพิงศ์สิทธิ์. สุขภาพจิตและพฤติกรรมการเรียนรู้ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2524. อัดสำเนา.
- สมชาย จักรพันธ์. "คนไทยติดอันดับรองแชมป์," มติชนรายวัน. 21 ธันวาคม 2534.
- สมทรง สุวรรณเลิศ. "การประเมินค่า WISC และ WAIS IQ จากคะแนน Progressive Matrices' วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย. 3 : 205 - 211 ; กรกฎาคม - กันยายน, 2511.
- . "ปัญหาทางการเรียนในเด็ก," วารสารจิตวิทยาคลินิกเด็ก. 3:1 - 4 ; ธันวาคม 2514.
- . "ปัญหาสุขภาพจิตในเด็กวัยเรียน," วารสารจิตวิทยาคลินิก. 20 - 24 มิถุนายน 2517.
- สมบูรณ์ ศาลยาชีวิน. รายงานการสำรวจปัญหาของนักศึกษามหาวิทยาลัยขอนแก่น. ขอนแก่น : มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2510. อัดสำเนา.
- สมศักดิ์ ลีภาสุรพิสุทธิ์. การศึกษาเปรียบเทียบปัญหาด้านการเรียน สังคม และส่วนตัวของนักเรียน ในระดับประถมศึกษาตอนปลาย ในเขตการศึกษา 2. ปรินฤพานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2518. อัดสำเนา.
- สายสุรี จุติกุล. "จิตวิทยา," ใน เอกสารประกอบการสอนวิชาจิตวิทยา. กรุงเทพฯ : คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2511.

- สุจิต สุวรรณชีพ. "ความเครียด," วารสารจิตวิทยาคลินิก. 19(2) : 95 - 97 ;  
กรกฎาคม - ธันวาคม 2531.
- สุชา จันทน์เอม. จิตวิทยาพัฒนาการ. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช จำกัด, 2527.
- สุชา จันทน์เอม และสุรางค์ จันทน์เอม. จิตวิทยาเด็ก. กรุงเทพฯ : แพรวพิทยา, 2529.
- สุพัฒนา เตชาติวงศ์ และคนอื่น ๆ. ตำราจิตเวชศาสตร์. กรุงเทพฯ : สมาคมจิตแพทย์  
แห่งประเทศไทย, 2520.
- สุพัตรา สุภาพ. สังคมและวัฒนธรรมไทย. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช, 2518.  
———. ปัญหาสังคม. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช, 2521.
- สุพิชญา อีระกุล และคนอื่น ๆ. การนิเทศการศึกษา. กรุงเทพฯ : พิมพ์วิทยาคาร, 2524.
- สุรัฐ ศิลปอนันต์ และคนอื่น ๆ. รายงานการวิจัยปัญหาการศึกษาของจังหวัดและเขต.  
กรุงเทพฯ : ฝ่ายวิจัยเศรษฐกิจการศึกษา กองแผนงาน สำนักงานปลัดกระทรวง  
ศึกษาธิการ, 2518.
- สุรพงศ์ อภัพวงค์. "ความเครียดใกล้ตัว," เดลินิวส์. 29 สิงหาคม 2535.
- สุรางค์ ไคว์ตระกูล. จิตวิทยาการศึกษา. ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย,  
2536.
- สุวิมล ว่องวานิช. สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างองค์ประกอบด้านเชาวน์ปัญญา ปัญหาส่วนตัว  
และทัศนคติทางการเรียนกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1.  
วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2522. อัดสำเนา.
- โสภกา ชูพิชัยกุล และคนอื่น ๆ. จิตวิทยาอบกติ. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยรามคำแหง มปท.
- เสาวรัตน์ จุรัตน์. ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับปัญหาการเรียนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นใน  
โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดนครศรีธรรมราช. วิทยานิพนธ์ กศ.ม.  
กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2535. อัดสำเนา.
- เสาวลักษณ์ เลิศดำรงค์เดช และคนอื่น ๆ. "โครงการสำรวจสุขภาพจิตเด็กวัยรุ่น,"  
ใน เอกสารประกอบการบรรยายในการประชุมวิชาการสุขภาพจิต ครั้งที่ 55 เรื่อง  
สุขภาพจิตเด็กและเยาวชน และงานสาธารณสุขมูลฐาน. กรุงเทพฯ : กรมการแพทย์  
กระทรวงสาธารณสุข, 2525.

อรรถสิทธิ์ เวชชาชีวะ. "คนไทยเครียด," มติชนรายงาน. 21 ธันวาคม 2534.

อัจฉรา วงษ์วัฒนามงคล. ตัวแปรทางพฤติกรรมศาสตร์เกี่ยวข้องกับกาการศึกษาต่อในระดับ  
บัณฑิตศึกษา. ปรินญาณพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ  
ประสานมิตร, 2533. อัดสำเนา.

✦ อัจฉรา สุขารมณั และอรพินท์ ชูชม. การศึกษาเปรียบเทียบนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน  
ปกติ. ปรินญาณพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร,  
2530. อัดสำเนา.

อาภา ถนัดช่าง. การศึกษาองค์ประกอบบางประการที่มีผลต่อการเรียนไม่สำเร็จของนิสิต  
วิทยาลัยวิชาการศึกษา. ปรินญาณพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : วิทยาลัยวิชาการศึกษา  
ประสานมิตร, 2511. อัดสำเนา.

อุรัญา รุกขมธูรี. สภาพแวดล้อมในโรงเรียนเอกชนในเครือคาทอลิก และสภาคริสตจักร  
แห่งประเทศไทย ในเขตกรุงเทพมหานคร. ปรินญาณพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ :  
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2526. อัดสำเนา.

Allport, Gordon W. Pattern and Growth in Personality. New York :  
Holt, Rinehart & Winner, 1967.

Anastasi, Anne. Personality Development. New York : McGraw-Hill  
Book Company, 1968.

Arnold, Hug J. and Daniel C. Feldman. Organizational Behavior.  
New York : McGraw-Hill, 1986.

Baron, Robert A. and Paul B. Paulus. Understanding Human Relations.  
2nd ed. Boston : Allyn and Bacon, 1991.

- Brush, R.N. "A Study of Student Teacher Relationship," Journal of Education Research. 35 : 645 - 66 ; 1942. The Psychological Abstract. 42 706 ; May, 1968.
- Callahan, Rober E. Patrick C. Fleenop and Harry R. Knudson.  
Understanding Organizational Behavior : A Managerial Viewpiont.  
Columbus : Chalers E Merrill Publishing, 1986.
- Children's Bureau, US. Department of Health Education and Welfare.  
Jurinite Court Statistics. 1952.
- Dorland, Newman W.A. Dorland 's Illustrated Medical Dictionary.  
28 th ed. Philadelphia : W.B. Saunders, 1994.
- Dougan, Barbara and others. "Stress Management," in Life Skills for Self Development. Johannesburg : National Council of Mental Health, 1986.
- Dubrin, Andrew J. Effective Business Psychology. 3rd ed. Englewood Cliffs, N.J. : Prentice-Hall, 1990.
- Engle George L. Psychological Development in Health and Disease. Philadelphia : W.E. Saunders Co., 1962.
- Farmer, Richard E. Lynn, Hunt Monahan and Reinhold W. Hekeler.  
Stress Management for Human Services. Beverly Hills : Sage Publications Inc. 1984.

- Friedman, M. and R.H. Roseman. "Behavior Pattern and Coronary Angiographic Findings," Journal of the American Medical Association. 240 : 164 ; 1974
- Garrison, Karl C., Albert J. Kingston and Arthur S. McDonal. Educational Psychology. 2nd ed. New York : Appletion Century Croft, 1964.
- Gill, L.J. "Some Non-Intellectual Correlated of Academic Achievement among Maxican Secondary School Student," Journal of Education Psychology. 53 : 244 - 149 ; March, 1962.
- Good, Cater V. Dictionary of Education. New York : McGraw-Hill Book Company, Inc., 1945.
- ★ Good, V.C. and others. Ed Dictionary of Education. New York : McGraw-Hill Book Company, 1973.
- Gronlund. Sociometry in the Classroom. New York : Harper, 1959.
- Havighurst, Robert J. Human Development and Education. New York : Mckay Company, 1953.
- Hetherington, Mavis E. and Kathleen A. Camara. "Families in Teansition: The Precess of Dissolution and Reconstitution. In Review of Child Development Research. The Family : Edited by Ross D. Perke Chicago : University of Chicago Press, 1984.

- House, James S. "Occupational Stress and Coronary Heart Disease,"  
Journal of Health and Social Behavior. 15 : 17 - 27 ; March,  
1974.
- Hurlock, Elizabeth B. Developmental Psychology. New York : McGraw-Hill,  
1959.
- . Developmental Psychology. New York : McGraw-Hill Book Company,  
1964.
- Kaplan Louis. Mental Health and Human Relation in Education. New York :  
Harper and Brothers, 1959.
- Kaminoff Robert D. and Harold M. Proshansky. Hand Book of Stress :  
Theoretical and Clinical Aspects. New York : The Free Press,  
1982.
- LaRocco, James M. and others. "Social Support Occupational Stress and  
Health," Journal of Health and Social Behavior. 21 : 202 - 217 ;  
September, 1980.
- Maslach, C. Burnout. The Cost of Caring. 2nd ed. New Jersey :  
Prentice-Hall, 1986.
- Miller, Benjamin F and Claire B. Keane. Encyclopedia and Dictionary  
of Medicine and Nursing. Philadelphia : W.B. Saunders, 1972.

Morrow, W:R and R.C. Willson. "Family Relations of Bright High-Achieving and Under-Achieving High School Boy," Child Development. 32 : 508 - 514 ; April, 1961.

Moskowitz, Merle J. General Psychology. Boston : Houghton Mifflin Company, 1969.

Mul Holland, Debra Jupzon. "Resilient and Vulnerable Children of 1990. Divorce," Dissertation Abstract International. 51(1) : 439-B; July, 1990.

Neufeld, Richard W.J. Advance in the Investigation of Psychological Stress. New York : John Wiley and Sons, 1989.

Nikelly, Arthur G. Mental Health for Students. Illinois, Spring Field, 1966.

Nutt, Monna La Velle. "Analysis of Student and Teacher Recordings of Adolescent Problems," Dissertation Abstracts International. 33 : 650-A ; August, 1972.

Oberteuffer, Delbert. School Mental Education. New York : Harper, 1954.

Pansky, Jonathan Hugh. "Gender Role and Adjustment in Children of Diverce," Dissertation Abstract International. 51(6) : 314 - B ; January, 1991.

Powell, Trevor J. and Simon J. Enright. Anxiety and Stress Management.  
London : Rontledge, 1990.

★ Ringness, Thomas A. Mental Health in The School. New York : Random  
House, 1968.

Strube, Michael J. and Susan M. Boland. "Postperformance Attributions  
and Task Persistance Among Type A and B Individuals,"  
Journal of Personality and Social Psychology. 50(2) : 413 - 420 ;  
February, 1968.

Thornburg, Hershel D. Contemparary Adolescence : Reading. 2nd ed.  
Monterey, Calif. Brooks Cole Publishing, 1975.

Tiedman, S.C. "A Study of Pupil - Teacher Relationships," Journal  
of Education Research. 35 : 657 - 664 ; 1942.

Wechsler, David. The Measurement and Approach of Adult Intelligence.  
4 th ed. Baltimore : Williment Willkins, 1958.

Wolf, Harold G. "Illustrated Medical and Health Encyclopedia,"  
in Stress and Discase. edited by Morris Fishbein ; New York :  
H.S. Stuttman Co., 1966.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

หนังสือขอความร่วมมือและแบบสอบถาม

ที่ ทม 1007/ ๖๕๑๐



บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

กัณยายน 2540

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนกีฬาจังหวัดอุบลราชธานี

บัณฑิตวิทยาลัย ขอรับรองว่า นางสาวลินี ธรรมอำนวยสุข เป็นนิสิตระดับปริญญาโท  
วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษา ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

นิสิตผู้ี้มีความประสงค์จะมาติดต่อขอความสะดวกในการศึกษาชั้นคว่ำ เพื่อทำปริญญานิพนธ์  
เรื่อง ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนกีฬาจังหวัด  
สุพรรณบุรี จังหวัดสุพรรณบุรี สังกัดกรมพลศึกษา

ทั้งนี้อยู่ในความควบคุมดูแลของ

ผศ.ดร.ทศพร ประเสริฐสุข

ประธาน

อ.ทัศนาก ทองภักดี

กรรมการ

สิ่งที้นิสิตไคร้ขอความอนุเคราะห์ คือ ขอให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 6 ตอบแบบสอบถาม  
ในระหว่างเดือนกันยายน 2540 เพื่อเป็นข้อมูลในการทำปริญญานิพนธ์

บัณฑิตวิทยาลัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่าท่านจะกรุณาให้ความร่วมมือในครั้งนี้ และขอขอบคุณในความ  
ช่วยเหลืออนุเคราะห์ใด ๆ ที่ท่านจะโปรดค่าให้แก่ นิสิตผู้ี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(นางสาวศิริฎา พูลสุวรรณ)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

บัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 2584119

ที่ ทม 1007/ ๖๕๕4



บัณฑิตวิทยาลัย

238

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

กั กันยายน 2540

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนกีฬาทุ่งสงจังหวัดนครศรีธรรมราช

บัณฑิตวิทยาลัย ขอรับรองว่า นางสาวลินี ธรรมธานวยสุข เป็นนิสิตระดับปริญญาโท  
วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษา ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

นิสิตผู้ี้มีความประสงค์จะมาติดต่อขอความสะดวกในการศึกษาค้นคว้า เพื่อทำปริญญานิพนธ์  
เรื่อง ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนกีฬาจังหวัด  
สุพรรณบุรี จังหวัดสุพรรณบุรี สังกัดกรมพลศึกษา

ทั้งนี้อยู่ในความควบคุมดูแลของ

ผศ.ดร.ทศพร ประเสริฐสุข

ประธาน

อ.ทัศนาก ท่องภักดี

กรรมการ

สิ่งที่นิสิตเ้ขอความอนุเคราะห์ คือ ขอให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 6 ตอบแบบสอบถาม  
ในระหว่างเดือนกันยายน 2540 เพื่อเป็นข้อมูลในการทำปริญญานิพนธ์

บัณฑิตวิทยาลัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่าท่านจะกรุณาให้ความร่วมมือในครั้งนี้ และขอขอบคุณในความ  
ช่วยเหลืออนุเคราะห์ใด ๆ ที่ท่านจะโปรดให้แก่นิสิตผู้ี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(นางสาวศิริยุภา หุตสุวรรณ)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

บัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 2584119



ที่ ทม 1007/ ๒๒๖๐

บัณฑิตวิทยาลัย

239

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๒๓ ตุลาคม 2540

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์

เรียน อาจารย์ใหญ่โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี

บัณฑิตวิทยาลัย ขอรับรองว่า นางสาวณลินี ธรรมอำนวยสุข เป็นนิสิตระดับปริญญาโท  
วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษา ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

นิสิตผู้ที่มีความประสงค์จะมาติดต่อขอความสะดวกในการศึกษาค้นคว้า เพื่อทำปริญญานิพนธ์  
เรื่อง ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการเรียน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาโรงเรียนกีฬาจังหวัด  
สุพรรณบุรี

ทั้งนี้อยู่ในความควบคุมดูแลของ

ผศ.ดร.ทศพร ประเสริฐสุข

ประธาน

อ.ทัศนาก ทองภักดี

กรรมการ

สิ่งที่นิสิตใคร่ขอความอนุเคราะห์ คือ ขอให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 6 จำนวน 500 คน  
ตอบแบบสอบถาม ในระหว่างเดือนพฤศจิกายน 2540 เพื่อเป็นข้อมูลในการทำปริญญานิพนธ์

บัณฑิตวิทยาลัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่าท่านจะกรุณาให้ความร่วมมือในครั้งนี้ และขอขอบคุณในความ  
ช่วยเหลืออนุเคราะห์ใด ๆ ที่ท่านจะโปรดให้แก่นิสิตผู้นี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(นางสาวศิริยภา พูลสุวรรณ)

รักษาราชการแทน คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

บัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 2584119

### แบบสอบถาม

เรื่อง ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาโรงเรียนกีฬา  
จังหวัดสุพรรณบุรี สังกัดกรมพลศึกษา

#### คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม

แบบสอบถามประกอบด้วย 4 ตอน ได้แก่

ตอนที่ 1 แบบสอบถามตัวแปรด้านส่วนตัว

ตอนที่ 2 แบบสอบถามตัวแปรด้านครอบครัว

ตอนที่ 3 แบบสอบถามตัวแปรด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน

ตอนที่ 4 แบบสอบถามความเครียดในการเรียน

แบบสอบถามนี้ไม่มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการเรียน  
ของนักเรียน นักเรียนสามารถแสดงความรู้สึกหรือความคิดเห็นได้อย่างอิสระ คำตอบของนักเรียน  
ไม่มีข้อถูกหรือผิด และไม่มีผลกระทบกระเทือนต่อการเรียนแต่อย่างใด ในการตอบแบบสอบถาม  
นักเรียนไม่ต้องลงชื่อของนักเรียน คำตอบทั้งหมดจะเก็บไว้เป็นความลับ ไม่มีการเปิดเผยให้ผู้อื่น  
ทราบ

จึงขอความกรุณาให้นักเรียนตอบให้ตรงกับความรู้สึก และความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุด  
โปรดตอบให้ครบทุกข้อ

ขอขอบพระคุณที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามครั้งนี้

นางสาวนลินี ธรรมอนานวยสุข

นิสิตปริญญาโท วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษา

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

## แบบสอบถาม

## ตอนที่ 1 แบบสอบถามตัวแปรด้านส่วนตัว แบ่งเป็น 2 ส่วน

1.1 แบบสอบถามด้านส่วนตัว

1.2 แบบสอบถามเกี่ยวกับบุคลิกภาพ

## 1.1 แบบสอบถามด้านส่วนตัว

**คำชี้แจง** แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามด้านส่วนตัวของนักเรียน เมื่อนักเรียนอ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย / ลงในช่อง  ให้ครบถ้วน

1. เพศ  ชาย  
 หญิง
2. อายุ  11 - 14 ปี  15 - 18 ปี  
 18 ปีขึ้นไป
3. ระดับชั้นที่กำลังเรียน  ม.1  ม.4  
 ม.2  ม.5  
 ม.3  ม.6
4. ระดับคะแนนเฉลี่ยสะสมของภาคเรียนที่ 1/2540  
 ต่ำกว่า 2.00  
 ตั้งแต่ 2.00 - 2.74  
 ตั้งแต่ 2.75 ขึ้นไป
5. ประเภทกีฬา  ฟุตบอล  แบดมินตัน  
 เซปักตะกร้อ  ยูโด  
 วอลเลย์บอล  กระโดดน้ำ  
 กรีฑา  มวยสากล  
 วายน้ำ  ยิมนาสติกสากล  
 เทเบิลเทนนิส  ยิมนาสติกลีลาใหม่  
 เทนนิส  ยิงปืน

6. จำนวนครั้งของการแข่งขันในรอบหนึ่งปีการศึกษา
- 1 - 5 ครั้ง
- 6 - 10 ครั้ง
- 10 ครั้งขึ้นไป
7. แผนการเรียน  คณิตศาสตร์กับวิทยาศาสตร์
- คณิตศาสตร์กับภาษาอังกฤษ
8. ช่วงระยะเวลาของการฝึกซ้อม
- ช่วงระยะเวลาวันจันทร์ถึงวันศุกร์
- ช่วงระยะเวลาวันจันทร์ถึงวันเสาร์
- ช่วงระยะเวลาวันจันทร์ถึงวันอาทิตย์

## 1.2 แบบสอบถามเกี่ยวกับบุคลิกภาพ

**คำชี้แจง** แบบสอบถามนี้ประกอบด้วยข้อความที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมในชีวิตประจำวันของนักเรียน ขอให้นักเรียนอ่านข้อความแล้วพิจารณาว่าข้อความนั้นเป็นความจริงตรงกับการกระทำที่นักเรียนปฏิบัติอยู่เป็นประจำเพียงใด แล้วตอบโดยทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ต้องการเพียงข้อละเครื่องหมายเดียวดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ตรงกับการกระทำของนักเรียนเป็นประจำทุกครั้ง
จริง	หมายถึง	ตรงกับการกระทำของนักเรียนเกือบทุกครั้ง
จริงบ้างไม่จริงบ้าง	หมายถึง	บางครั้งตรงกับการกระทำของนักเรียน บางครั้งไม่ตรงกับการกระทำของนักเรียน
จริงน้อย	หมายถึง	ตรงกับการกระทำของนักเรียนน้อยครั้งมาก
ไม่จริงเลย	หมายถึง	ไม่ตรงกับการกระทำของนักเรียนเลย

ข้อ	ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง	จริงบ้าง ไม่จริงบ้าง	จริง น้อย	ไม่จริง เลย
1	เวลาที่ข้าพเจ้านั่งทำงาน ถ้ามีคนมาขัดจังหวะ ข้าพเจ้าจะรู้สึกไม่พอใจ.....	.....	.....	.....	.....	.....
2	ข้าพเจ้าไม่สนใจว่างานที่ทำอยู่จะสำเร็จตาม เป้าหมายหรือไม่.....	.....	.....	.....	.....	.....
3	เมื่อข้าพเจ้า เริ่มต้นทำสิ่งใดแล้ว ข้าพเจ้าต้อง ทำให้เสร็จโดยเร็วที่สุด.....	.....	.....	.....	.....	.....
4	ข้าพเจ้าไม่รู้สึกรอคอยที่ทำงานที่ข้าพเจ้าทำอยู่ มานานไปอย่างล่าช้า.....	.....	.....	.....	.....	.....
5	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าต้องทำอะไรต่าง ๆ อย่างรวดเร็ว เพื่อแข่งกับเวลา.....	.....	.....	.....	.....	.....
6	ข้าพเจ้าไม่รู้สึกรอคอยที่คอยรอคนผัดผ่อนเป็น เวลานาน ๆ.....	.....	.....	.....	.....	.....
7	ข้าพเจ้าไม่เห็นความจำเป็นที่ต้องกระตือรือร้น ในการทำงาน.....	.....	.....	.....	.....	.....
8	เมื่อมีปัญหาในการเรียน ข้าพเจ้าจะพยายามแก้ ปัญหานั้นให้ได้.....	.....	.....	.....	.....	.....
9	ข้าพเจ้าคิดว่าตนเอง เป็นคนเฉื่อยช้ากับการเรียน.....	.....	.....	.....	.....	.....
10	ข้าพเจ้าจะเลือกทำงานมากกว่าไปเที่ยวกับเพื่อน.....	.....	.....	.....	.....	.....
11	ข้าพเจ้าทำงานที่ได้รับมอบหมายไปเรื่อย ๆ โดย ไม่คำนึงว่าจะเสร็จเมื่อไร.....	.....	.....	.....	.....	.....
12	ข้าพเจ้าทนไม่ได้ถ้าต้องทำงานร่วมกับเพื่อนที่ไม่ รับผิดชอบ.....	.....	.....	.....	.....	.....

ข้อ	ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง	จริงบ้าง ไม่จริงบ้าง	จริง น้อย	ไม่จริง เลย
13	ข้าพเจ้าไม่รู้สึกหงุดหงิดเมื่อต้องฟังคนที่พูดซ้ำซาก	...	.....	.....	.....	.....
14	เพื่อน ๆ ส่วนใหญ่เห็นว่าข้าพเจ้าเป็นคนจริงจัง กับการเรียน.....	.....	.....	.....	.....	.....
15	ข้าพเจ้าไม่ชอบทำงานที่ต้องมีการแข่งขันกับคนอื่น	.....	.....	.....	.....	.....
16	เวลาทำงานข้าพเจ้าจะทำงานที่ได้รับมอบหมาย อย่างดีที่สุด.....	.....	.....	.....	.....	.....
17	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าเพื่อน ๆ รอบข้างทำงานไม่ถูกใจ ข้าพเจ้า.....	.....	.....	.....	.....	.....
18	ข้าพเจ้าไม่รู้สึกหงุดหงิดเมื่อต้องทำสิ่งต่าง ๆ ซ้ำซาก.....	.....	.....	.....	.....	.....
19	ข้าพเจ้าชอบที่จะแสวงหาความรู้ให้กับตนเอง ตลอดเวลา.....	.....	.....	.....	.....	.....
20	ข้าพเจ้าชอบทำงานไปเรื่อย ๆ โดยไม่ต้องมี เวลาเป็นตัวกำหนด.....	.....	.....	.....	.....	.....
21	ข้าพเจ้าไม่รู้สึกเป็นการเสียเวลา ถ้าต้องไปรอ ซื้อของในร้านค้าที่มีลูกค้าแน่น.....	.....	.....	.....	.....	.....
22	ข้าพเจ้ารู้สึกเบื่อกับที่ต้องฟังคนที่พูดเรื่องไร้สาระ และจะหาทางเลี่ยงออกมาทันที.....	.....	.....	.....	.....	.....
23	ข้าพเจ้าทำงานและกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิต ประจำวันอย่างรวดเร็วและว่องไว.....	.....	.....	.....	.....	.....
24	ข้าพเจ้ามักจะเข้าห้องส้วม.....	.....	.....	.....	.....	.....

## ตอนที่ 2 แบบสอบถามตัวแปรด้านครอบครัว แบ่งเป็น 2 ส่วน ดังนี้

2.1 แบบสอบถามเกี่ยวกับครอบครัวของนักเรียน

2.2 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง

### 2.1 แบบสอบถามเกี่ยวกับครอบครัวของนักเรียน

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับครอบครัวของนักเรียน เมื่อนักเรียนอ่านข้อความแล้ว โปรดทำเครื่องหมาย / ลงในช่อง  และเติมข้อความในช่องว่างให้ครบถ้วน

1. บิดามารดาของนักเรียนมีรายได้รวมกันต่อเดือนประมาณเดือนละ.....บาท

2. สถานภาพของบิดามารดา

บิดามารดาอยู่ ร่วมกัน

บิดามารดาแยกกันอยู่

3. บิดามารดาของนักเรียนมีความคาดหวังให้นักเรียนเรียนถึงระดับใด

จบชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

ต่อในระดับมหาวิทยาลัย

### 2.2 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านข้อความเกี่ยวกับพฤติกรรมที่นักเรียน และผู้ปกครองหรือบิดามารดาปฏิบัติต่อกันเกี่ยวกับการเรียน แล้วทำเครื่องหมาย / ลงในช่องทางขวามือช่องใดช่องหนึ่งใน 5 ช่อง ที่ตรงกับการกระทำเป็นประจํามากที่สุด ซึ่งแบ่งเป็น 5 ระดับ ดังนี้

บ่อยครั้งที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับการกระทำของผู้ปกครองหรือของนักเรียนที่ปฏิบัติเป็นประจำ
บ่อยครั้ง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับการกระทำของผู้ปกครองหรือของนักเรียนที่ปฏิบัติเกือบทุกครั้ง
บางครั้ง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับการกระทำของผู้ปกครองหรือของนักเรียนที่ปฏิบัติบางครั้ง
น้อยครั้ง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับการกระทำของผู้ปกครองหรือของนักเรียนที่ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง
น้อยครั้งที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับการกระทำของผู้ปกครองหรือของนักเรียนที่ปฏิบัติน้อยครั้งมากหรือไม่เคยกระทำเลย

ข้อ	ข้อความ	บ่อยครั้ง ที่สุด	บ่อย ครั้ง	บาง ครั้ง	น้อย ครั้ง	น้อยครั้ง ที่สุด
1	ผู้ปกครองอนุญาตให้ข้าพเจ้าเข้าร่วมกิจกรรมพิเศษ ต่าง ๆ ที่โรงเรียนจัดขึ้น .....	.....	.....	.....	.....	.....
2	ผู้ปกครองไม่ค่อยสนใจซักถามเกี่ยวกับการเรียนของ ข้าพเจ้า.....	.....	.....	.....	.....	.....
3	เมื่อข้าพเจ้ากลับบ้านผู้ปกครองซักถามเกี่ยวกับการ เรียน.....	.....	.....	.....	.....	.....
4	ผู้ปกครองแนะนำวิธีการอ่านหนังสือให้ข้าพเจ้า.....	.....	.....	.....	.....	.....
5	เมื่อมีเวลาผู้ปกครองจะพูดเกี่ยวกับการเรียนกับ ข้าพเจ้า.....	.....	.....	.....	.....	.....
6	เมื่อใกล้สอบผู้ปกครองให้กำลังใจข้าพเจ้าในการอ่าน หนังสือ.....	.....	.....	.....	.....	.....
7	ถ้าสอบตกผู้ปกครองจะลงโทษข้าพเจ้า.....	.....	.....	.....	.....	.....
8	ผู้ปกครองไม่สนใจว่าข้าพเจ้าจะทำการบ้านหรือไม่ทำ การบ้าน.....	.....	.....	.....	.....	.....
9	เมื่อข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับการเรียนข้าพเจ้าจะขอ คำปรึกษาจากผู้ปกครอง.....	.....	.....	.....	.....	.....
10	ผู้ปกครองคอยเตือนให้ข้าพเจ้าอ่านหนังสือ.....	.....	.....	.....	.....	.....
11	ข้าพเจ้าไม่พอใจ เมื่อผู้ปกครองบอกให้ข้าพเจ้าต้อง อ่านหนังสือทุกวัน.....	.....	.....	.....	.....	.....
12	ข้าพเจ้าไม่พอใจเมื่อถูกผู้ปกครองตำหนิเกี่ยวกับการ เรียน.....	.....	.....	.....	.....	.....

ข้อ	ข้อความ	บ่อยครั้ง ที่สุด	บ่อย ครั้ง	บาง ครั้ง	น้อย ครั้ง	น้อยครั้ง ที่สุด
13	ผู้ปกครองบังคับให้ข้าพเจ้าเลือกเรียนในสายการเรียน ที่ท่านบอกให้เลือกเรียน โดยไม่คำนึงถึงความต้องการ ของข้าพเจ้า.....	.....	.....	.....	.....	.....
14	ผู้ปกครองสนับสนุนความสามารถพิเศษของข้าพเจ้า โดยให้ฝึกฝนและเรียนรู้เพิ่มเติม.....	.....	.....	.....	.....	.....
15	ผู้ปกครองจ่ายเงินข้าพเจ้าซื้ออุปกรณ์การเรียนทุกครั้ง ที่ต้องการ.....	.....	.....	.....	.....	.....
16	ผู้ปกครองแสดงด้วยกิริยาท่าทางหรือการกระทำให้เห็น ว่าสนใจเกี่ยวกับการเรียนของข้าพเจ้า.....	.....	.....	.....	.....	.....
17	ผู้ปกครองไม่มีเวลาพูดคุยเรื่องเกี่ยวกับการเรียนกับ ข้าพเจ้า.....	.....	.....	.....	.....	.....
18	ผู้ปกครองไม่อนุญาตให้ข้าพเจ้าไปร่วมทำกิจกรรม พิเศษกับโรงเรียน.....	.....	.....	.....	.....	.....
19	ข้าพเจ้าได้รับความแนะนำช่วยเหลือ และกำลังใจจาก ผู้ปกครองเมื่อเกิดปัญหาและความยุ่งยากใจ เกี่ยวกับ การเรียน.....	.....	.....	.....	.....	.....
20	เมื่อข้าพเจ้าไม่เข้าใจการบ้านผู้ปกครองไม่สามารถ ช่วยข้าพเจ้าได้.....	.....	.....	.....	.....	.....
21	ผู้ปกครองไม่อนุญาตให้ข้าพเจ้าซื้ออุปกรณ์การเรียน ด้วยตนเอง.....	.....	.....	.....	.....	.....
22	ผู้ปกครองไม่มีเวลาพูดคุยเกี่ยวกับการเรียนของ ข้าพเจ้า.....	.....	.....	.....	.....	.....

### ตอนที่ 3 แบบสอบถามตัวแปรด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนอ่านข้อความเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน แล้วโปรดทำเครื่องหมาย / ลงในช่องทางขวามือของใดช่องหนึ่งใน 5 ช่อง ที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุด ซึ่งแบ่งเป็น 5 ระดับ ดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น และการกระทำของนักเรียนมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น และการกระทำของนักเรียนจริงพอสมควร
จริงบ้างไม่จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นบางครั้งตรงกับความคิดเห็น และการกระทำของนักเรียน บางครั้งก็ไม่ตรงกับความคิดเห็นและการกระทำ
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น และการกระทำของนักเรียนน้อย
ไม่จริงเลย	หมายถึง	ข้อความนั้นไม่ตรงกับความคิดเห็น และการกระทำของนักเรียนเลย

ข้อ	ข้อความ	จริงที่สุด	จริง	จริงบ้างไม่จริงบ้าง	จริงน้อย	ไม่จริงเลย
<b>ด้านบรรยากาศการเรียนการสอน</b>						
<b>ด้านตัวครู</b>						
1	ครูมีวิธีการสอนที่ทำให้การเรียนน่าสนใจ.....	.....	.....	.....	.....	.....
2	ครูมุ่งแต่สอนเนื้อหาวิชาเพียงอย่างเดียว โดยไม่เปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น.....	.....	.....	.....	.....	.....
3	ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามข้อสงสัยเกี่ยวกับเนื้อหาวิชาที่เรียน.....	.....	.....	.....	.....	.....

ข้อ	ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง	จริงบ้าง ไม่จริงบ้าง	จริง น้อย	ไม่จริง เลย
4	ครูสอนเร็วให้นักเรียนฟังไม่ทัน.....					
5	ครูเข้มงวดมากทำให้บรรยากาศไม่น่าเรียน.....					
6	ครูไม่ตรวจการบ้าน.....					
7	ครูจัดกิจกรรมการเรียนการสอนสอดคล้องกับเนื้อหา วิชาที่สอน.....					
8	ครูให้การบ้านมากเกินไป.....					
9	ครูทบทวนบทเรียนก่อนเริ่มสอนบทเรียนใหม่ทุกครั้ง..					
10	ครูจัดกิจกรรมการเรียนการสอนไม่น่าสนใจ..... <u>สถานที่เรียน</u>					
11	อากาศในห้องเรียนถ่ายเทดี.....					
12	สภาพห้องเรียนไม่มีความเป็นระเบียบเรียบร้อย.....					
13	ห้องเรียนคับแคบ.....					
14	โต๊ะเก้าอี้มีไม่เพียงพอกับจำนวนนักเรียน.....					
15	ห้องเรียนมีขนาดพอเหมาะกับจำนวนนักเรียน.....					
16	อากาศในห้องเรียนร้อนอบอ้าว.....					
17	ห้องเรียนสะอาดเป็นระเบียบเรียบร้อย..... <u>สื่อและอุปกรณ์การเรียน</u>					
18	แต่ละห้องมีอุปกรณ์การเรียนการสอนอย่างเพียงพอ..					
19	อุปกรณ์การเรียนการสอนที่ครูใช้มีสภาพที่ดีในการ ใช้งาน.....					
20	สื่อและอุปกรณ์การเรียนมีความทันสมัย.....					
21	อุปกรณ์การเรียนและสื่อมีไม่เพียงพอกับจำนวน นักเรียน.....					

ข้อ	ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง	จริงบ้าง ไม่จริงบ้าง	จริง น้อย	ไม่จริง เลย
22	สื่อและอุปกรณ์การเรียนส่วนใหญ่มีความชัดเจนถูกต้องตามวัตถุประสงค์.....	.....	.....	.....	.....	.....
<b>ด้านสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน</b>						
23	เพื่อนให้ความช่วยเหลือ ฟังพาอาศัยซึ่งกันและกันในด้าน การเรียน เช่น ให้อ่านอุปกรณ์การเรียน.....	.....	.....	.....	.....	.....
24	ข้าพเจ้ามีเพื่อนสนิทที่สามารถปรึกษาเกี่ยวกับการเรียนได้.....	.....	.....	.....	.....	.....
25	เพื่อนที่โรงเรียนส่วนใหญ่เห็นแก่ตัว.....	.....	.....	.....	.....	.....
26	ข้าพเจ้ากับเพื่อนทำกิจกรรมนอกระบบเรียนด้วยความสามัคคี.....	.....	.....	.....	.....	.....
27	ข้าพเจ้ามีเรื่องทะเลาะเบาะแว้งกับเพื่อน.....	.....	.....	.....	.....	.....
<b>ด้านสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู</b>						
28	ข้าพเจ้ารู้สึกท้อใจงานการเรียนเพราะครูสนใจแต่นักเรียนที่เรียนเก่ง.....	.....	.....	.....	.....	.....
29	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าครูเป็นคนถือตัวไม่เป็นกันเองกับนักเรียน.....	.....	.....	.....	.....	.....
30	ครูรับฟังเหตุผลของนักเรียน.....	.....	.....	.....	.....	.....
31	ครูสนใจนักเรียนทุกคนในห้องเรียน.....	.....	.....	.....	.....	.....
32	เมื่อนักเรียนเจ็บป่วย ครูให้ความดูแลอย่างใกล้ชิด.....	.....	.....	.....	.....	.....
33	ครูซักถามนักเรียนทุกคนในห้องเรียน.....	.....	.....	.....	.....	.....
34	ครูไม่เปิดโอกาสให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการเรียนการสอน.....	.....	.....	.....	.....	.....
35	ครูไม่รับฟังความคิดเห็นของนักเรียน.....	.....	.....	.....	.....	.....

ข้อ	ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง	จริงบ้าง ไม่จริงบ้าง	จริง น้อย	ไม่จริง เลย
<b>ด้านการปรับตัวในหอพัก</b>						
36	กฎระเบียบของหอพักมากเกินไป.....	.....	.....	.....	.....	.....
37	อาจารย์หอพักเข้มงวดมาก.....	.....	.....	.....	.....	.....
38	เมื่อนักเรียนขอคำปรึกษาจากอาจารย์หอพักเกี่ยวกับ ปัญหาที่เกิดขึ้นในหอพัก อาจารย์ยินดีให้คำแนะนำ แก่นักเรียน.....	.....	.....	.....	.....	.....
39	เพื่อนร่วมหอพักมีน้ำใจ เอื้อเฟื้อ เผื่อแผ่ซึ่งกันและกัน.....	.....	.....	.....	.....	.....
40	อาจารย์หอพักรักและห่วงใยนักเรียนเวลาเจ็บป่วย.....	.....	.....	.....	.....	.....
41	เพื่อนส่วนใหญเห็นแก่ตัว เช่น ชอบเปิดทีวีดูใน รายการที่ตนเองชอบ.....	.....	.....	.....	.....	.....
42	อาจารย์หอพักไม่รับฟังความคิดเห็นของนักเรียน.....	.....	.....	.....	.....	.....
43	อาจารย์หอพักให้ความสำคัญกับนักเรียนทุกคน.....	.....	.....	.....	.....	.....
44	อาจารย์หอพักลาเอียง รักนักเรียนไม่เท่ากัน.....	.....	.....	.....	.....	.....

#### ตอนที่ 4 แบบสอบถามความเครียดในการเรียน

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนอ่านข้อความเกี่ยวกับอาการความรู้สึกทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการเรียนของนักเรียน ขอให้นักเรียนพิจารณาว่าข้อความนั้นตรงกับความรู้สึก หรือการแสดงออกของนักเรียนมากน้อยเพียงใด แล้วตอบคำถามโดยทำเครื่องหมาย / ลงในช่องทางขวามือช่องใดช่องหนึ่ง ใน 5 ช่อง ดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือพฤติกรรมของนักเรียนมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือพฤติกรรมของนักเรียนมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือพฤติกรรมของนักเรียนบ้างพอสมควร
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือพฤติกรรมของนักเรียนเล็กน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือพฤติกรรมของนักเรียนน้อยที่สุด จนเกือบจะไม่เกิดขึ้นเลย

ข้อ	ข้อความ	จริงที่สุด	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
<b><u>ด้านร่างกาย</u></b>					
1	ข้าพเจ้ารู้สึกปวดศีรษะเมื่อพบปัญหาเกี่ยวกับการเรียน.....	....	....	....	.....
2	ข้าพเจ้าบัสสาวะบ่อย ๆ เมื่อไม่สามารถทำงานที่ครูมอบหมายให้ทำ.....	....	....	....	.....
3	ข้าพเจ้ารู้สึกเกร็งจนกล้ามเนื้อกระตุกในเวลาเรียน เมื่อไม่เข้าใจบทเรียน.....	....	....	....	.....
4	ถ้าต้องทำการบ้านติดต่อกันยาวนาน ข้าพเจ้าจะมีอาการเกร็งจนกล้ามเนื้อกระตุก.....	....	....	....	.....
5	ข้าพเจ้ารู้สึกปวดศีรษะทุกครั้งที่ทำกรบ้านไม่ได้.....	....	....	....	.....
6	ข้าพเจ้ารู้สึกหัวใจเต้นแรงทุกครั้งก่อนเข้าห้องสอบ.....	....	....	....	.....
7	พอทำงานผิดพลาดที่ไรข้าพเจ้าจะรู้สึกไม่กระปรี้กระเปร่า.....	....	....	....	.....
8	ข้าพเจ้ารู้สึกหายใจเข้าออกลำบากทุกครั้งที่ทำกรบ้านส่งไม่ทัน.....	....	....	....	.....

ข้อ	ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง	จริง บ้าง	จริง น้อย	จริงน้อย ที่สุด
9	ข้าพเจ้ารู้สึกมือเท้าเย็นผิดปกติทุกครั้งที่ยังเรียนไม่ทันเพื่อน...	....	....	....	....	.....
10	ข้าพเจ้ารู้สึกอ่อนเพลียเมื่อไม่สามารถแก้ปัญหาเกี่ยวกับการเรียนได้.....	....	....	....	....	.....
<b><u>ด้านจิตใจ</u></b>						
11	ข้าพเจ้ารู้สึกอึดอัด เมื่ออุปสรรคการเรียนไม่พร้อม.....	....	....	....	....	.....
12	ข้าพเจ้าเบื่อเรียน วิชาที่เรียนไม่เข้าใจ.....	....	....	....	....	.....
13	ข้าพเจ้ารู้สึกวิตกกังวลว่าตนเองจะสอบไม่ผ่าน.....	....	....	....	....	.....
14	ข้าพเจ้าหงุดหงิดง่ายในเวลาเรียน.....	....	....	....	....	.....
15	เวลาเรียนข้าพเจ้ารู้สึกไม่พอใจโดยไม่ทราบสาเหตุ.....	....	....	....	....	.....
16	ข้าพเจ้ารู้สึกเบื่อในการทำกิจกรรมกับเพื่อนร่วมชั้น.....	....	....	....	....	.....
17	ข้าพเจ้ารู้สึกอึดอัด เมื่อไม่เข้าใจบทเรียน.....	....	....	....	....	.....
18	เวลาสอบข้าพเจ้าจะวิตกกังวลจนเกินเหตุ.....	....	....	....	....	.....
19	เมื่อทำงานผิดพลาด ข้าพเจ้ารู้สึกไม่มีความสุข.....	....	....	....	....	.....
20	เมื่อมีการบ้านมากข้าพเจ้ารู้สึกสับสนจนทำอะไรไม่ถูก.....	....	....	....	....	.....
<b><u>ด้านพฤติกรรม</u></b>						
21	ข้าพเจ้ามักทำงานผิดพลาดบ่อยครั้ง.....	....	....	....	....	.....
22	ข้าพเจ้าไม่ไว้วางใจผู้อื่นในการเรียน.....	....	....	....	....	.....
23	ข้าพเจ้ากระสับกระส่ายเมื่อถูกครูซักถาม.....	....	....	....	....	.....
24	ข้าพเจ้านอนไม่หลับเมื่อทำการบ้านไม่ได้.....	....	....	....	....	.....
25	ข้าพเจ้ามักลืกลืม ลืม เมื่อลอกการบ้านเพื่อนส่งให้ทันเวลา.....	....	....	....	....	.....
26	ข้าพเจ้ากระสับกระส่ายทุกครั้งที่ยังทำงานผิดพลาด.....	....	....	....	....	.....

ข้อ	ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง บ้าง	จริง น้อย	จริง น้อย ที่สุด
27	ถ้าครูให้ออกไปรายงานหน้าชั้น ข้าพเจ้าจะมือสั่นกว่าปกติ	...	...	...	.....
28	ข้าพเจ้าจะลุกสี่ลุกกลน ถ้าทำงานที่ได้รับมอบหมายไม่สำเร็จ	...	...	...	.....
29	ถ้าเพื่อนคุยในเวลาเรียน ข้าพเจ้าจะไม่มีสมาธิในการเรียน	...	...	...	.....
30	ข้าพเจ้ามักจะทำงานตามใจตนเอง โดยไม่ฟังความคิดเห็น ของผู้อื่น.....	...	...	...	.....

ภาคผนวก ข  
คุณภาพเครื่องมือ

ตาราง 49 แสดงค่าอำนาจจำแนกรายชื่อของแบบสอบถามเกี่ยวกับบุคลิกภาพ

ลำดับชื่อ	ค่าอำนาจจำแนก (r)
1	0.219
2	0.281
3	0.556
4	0.384
5	0.454
6	0.335
7	0.499
8	0.499
9	0.410
10	0.477
11	0.425
12	0.408
13	0.236
14	0.503
15	0.333
16	0.513
17	0.669
18	0.290
19	0.291
20	0.339

ตาราง 49 (ต่อ)

ลำดับข้อ	ค่าอำนาจจำแนก (r)
21	0.246
22	0.310
23	0.484
24	0.532

ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามเท่ากับ 0.7399

ตาราง 50 แสดงค่าอำนาจจำแนกแบบสอบถามความสัมพันธ์ระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง

ลำดับข้อ	ค่าอำนาจจำแนก (t)
1	3.60
2	5.68
3	6.07
4	6.23
5	7.88
6	7.19
7	4.31
8	8.02
9	7.95
10	6.28
11	3.25
12	2.41
13	3.78
14	6.46
15	5.25
16	6.89
17	3.75
18	2.95
19	7.97

ตาราง 50 (ต่อ)

ลำดับข้อ	ค่าอำนาจจำแนก (t)
20	4.15
21	3.96
22	5.02

ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามเท่ากับ 0.8726

ตาราง 51 แสดงค่าอำนาจจำแนกแบบสอบถามด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน

ลำดับข้อ	ค่าอำนาจจำแนก (t)
1	2.68
2	5.09
3	5.05
4	4.27
5	4.58
6	3.33
7	5.11
8	1.82
9	3.27
10	7.81
11	4.62
12	2.70
13	4.99
14	5.11
15	3.95
16	3.35
17	5.85
18	4.52
19	5.37
20	5.26
21	4.00

ตาราง 51 (ต่อ)

ลำดับข้อ	ค่าอำนาจจำแนก (t)
22	5.91
23	3.75
24	4.13
25	3.89
26	3.38
27	8.96
28	5.13
29	4.69
30	5.63
31	4.63
32	6.77
33	4.93
34	4.43
35	4.87
36	3.85
37	4.48
38	4.95
39	5.04
40	6.52
41	3.04

ตาราง 51 (ต่อ)

ลำดับข้อ	ค่าอำนาจจำแนก (t)
42	5.57
43	4.20
44	4.92

ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามเท่ากับ 0.9042

ตาราง 52 แสดงค่าอำนาจจำแนกแบบสอบถามความเครียดในการเรียน

ลำดับข้อ	ค่าอำนาจจำแนก (t)
1	5.20
2	3.15
3	5.31
4	4.95
5	8.13
6	6.57
7	4.79
8	6.75
9	5.29
10	7.59
11	4.59
12	4.94
13	4.76
14	6.66
15	5.79
16	5.12
17	4.86
18	9.93
19	6.15
20	5.16
21	5.96

ตาราง 250 (ต่อ)

ลำดับข้อ	ค่าอำนาจจําแนก (t)
22	5.28
23	6.61
24	4.31
25	5.72
26	5.95
27	4.92
28	5.29
29	4.85
30	1.88

ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามเท่ากับ 0.9195

## ประวัติย่อของผู้วิจัย

ชื่อ	นางสาวนลินี	ชื่อสกุล	ธรรมอนวยสุข
เกิดวันที่	26 เดือนเมษายน	พุทธศักราช	2511
ที่อยู่ปัจจุบัน		81/152 หมู่ 9 ถนนเพชรเกษม แขวงบางหว้า	
		เขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร 10160	
		โทร.02-8051154	
ที่ทำงาน		โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี	
		ตำบลรั้วใหญ่ อําเภอมือง จังหวัดสุพรรณบุรี 72000	
		โทร.035 - 545660-4	
ประวัติการศึกษา			
	พ.ศ.2530	มัธยมศึกษาตอนปลาย	โรงเรียนพรหมานุสรณ์จังหวัดเพชรบุรี
	พ.ศ.2533	ศษ.บ. (ประถมศึกษา)	มหาวิทยาลัยศิลปากร
		พระราชวังสนามจันทร์ นครปฐม	
	พ.ศ.2541	กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา)	มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
		ประสานมิตร	

ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา  
โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี สังกัดกรมพลศึกษา จังหวัดสุพรรณบุรี

บทคัดย่อ

ของ

นลินี ธรรมอานวยสุข

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา

ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษา

มีนาคม 2541

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี สังกัดกรมพลศึกษา จังหวัดสุพรรณบุรี จำนวนตามตัวแปรดังนี้ คือ ตัวแปรด้านส่วนตัว ได้แก่ เพศ อายุ ระดับชั้น ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน จำนวนครั้งของการแข่งขัน แผนการเรียน ช่วงระยะเวลาของการฝึกซ้อมกีฬา ระดับเขาน้ำปัญญา และบุคลิกภาพ ตัวแปรด้านครอบครัว ได้แก่ ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว สถานภาพการสมรสของบิดามารดา สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง และความคาดหวังของบิดามารดา ตัวแปรด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน ได้แก่ ตัวครู สถานที่ สื่อและอุปกรณ์การเรียน สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู และการปรับตัวในหอพัก กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี สังกัดกรมพลศึกษา จังหวัดสุพรรณบุรี ปีการศึกษา 2540 จำนวน 461 คน เป็นนักเรียนชาย 338 คน นักเรียนหญิง 123 คน เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบสอบถามที่ถามเกี่ยวกับตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการเรียนของนักเรียน สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลคือ การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) แบบ Stepwise ใช้การทดสอบแบบ t (t-test) และการทดสอบความแปรปรวนทางเดียว (One Way Analysis of Variance)

ผลการศึกษาปรากฏดังนี้

1. ความเครียดของนักเรียน มีระดับความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้าน ในทุกระดับชั้น และทุกประเภทกีฬา อยู่ในระดับปานกลาง

2. ตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา (กลุ่มที่ไม่มีแผนการเรียน และกลุ่มที่มีแผนการเรียน)

2.1 กลุ่มที่ไม่มีแผนการเรียน ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครองด้านตัวครู สถานที่ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู การปรับตัวในหอพัก และสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนโดยรวมทุกด้าน มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดในการเรียนของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.2 กลุ่มที่มีแผนการเรียน ได้แก่ แผนการเรียน สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง ตัวครู สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน การปรับตัวในหอพัก และสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนโดยรวมทุกด้าน มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดในการเรียนของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. ตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการเรียนของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี จำแนกเป็นกลุ่มที่ไม่มีแผนการเรียน และกลุ่มที่มีแผนการเรียน มีดังนี้คือ

3.1 กลุ่มที่ไม่มีแผนการเรียนในด้านร่างกาย ได้แก่ ตัวครู สื่อและอุปกรณ์การเรียน สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน ช่วงระยะเวลาของการฝึกซ้อมกีฬา และสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง ในด้านจิตใจ ได้แก่ ตัวครู การปรับตัวในหอพัก และระดับเขาวนปัญญา ส่วนในด้านพฤติกรรม ได้แก่ การปรับตัวในหอพัก สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อนและด้านตัวครู ส่วนในด้านอาการโดยรวมทุกด้าน ได้แก่ ด้านตัวครู สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน สื่อและอุปกรณ์การเรียนและการปรับตัวในหอพัก ซึ่งสามารถอธิบายความแปรปรวนของความเครียดในการเรียนแต่ละด้านได้ ร้อยละ 12.70, 11.30, 6.20 และ 11.90 ตามลำดับ

3.2 กลุ่มที่มีแผนการเรียนในด้านร่างกาย ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน และช่วงเวลาของการฝึกซ้อมกีฬา ด้านจิตใจ ได้แก่ ตัวครู ด้านพฤติกรรม ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง แผนการเรียน การปรับตัวในหอพัก และสถานที่เรียน ส่วนด้านอาการโดยรวมทุกด้าน ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน การปรับตัวในหอพัก และแผนการเรียน ซึ่งสามารถอธิบายความแปรปรวนของความเครียดในการเรียนแต่ละด้านได้ร้อยละ 9.00, 5.80, 12.80 และ 9.50 ตามลำดับ

4. ผลการวิเคราะห์การเปรียบเทียบความเครียดในการเรียน ที่ก่อให้เกิดอาการด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านของนักเรียน จำแนกตามตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน โดยใช้ประเภทกีฬาเป็นเกณฑ์

4.1 นักเรียนที่มีตัวแปรเพศ อายุ ระดับชั้น ความคาดหวังของบิดามารดา บุคลิกภาพ สื่อและอุปกรณ์การเรียน ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน จำนวนครั้งของการแข่งขันกีฬา ช่วงระยะเวลาของการฝึกซ้อมกีฬา และระดับเขาวนปัญญาที่ต่างกัน ทั้งในกีฬาประเภททีม และประเภทบุคคล มีความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

4.2 นักเรียนที่มีตัวแปรแผนการเรียนต่างกัน ในกีฬาประเภททีมและนักเรียนที่มีความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนในกีฬาประเภทบุคคลพบความแตกต่างอย่างไม่มีนัยสำคัญทั้งด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรมและอาการโดยรวมทุกด้าน

4.3 นักเรียนที่มีตัวแปรสถานภาพการสมรสต่างกัน ในกีฬาประเภททีมไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ของความเครียดในการเรียนทุกด้าน ส่วนในกีฬาประเภทบุคคล นักเรียนมีความเครียดในการเรียนด้านร่างกายแตกต่างกันมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติของความเครียดในการเรียนด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรมและอาการโดยรวมทุกด้าน

4.4 นักเรียนที่มีตัวแปรสัมพันธ์ภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครองต่างกัน ในกีฬาประเภทบุคคล ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ของความเครียดในการเรียนทุกด้าน ส่วนในกีฬาประเภททีม นักเรียนมีความเครียดในการเรียนด้านร่างกาย ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านแตกต่างกันมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติของความเครียดในการเรียนด้านจิตใจ

4.5 นักเรียนที่มีตัวแปรด้านตัวครูต่างกัน ในกีฬาประเภททีม นักเรียนมีความเครียดในการเรียนทุกด้านแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนในกีฬาประเภทบุคคล นักเรียนมีความเครียดในการเรียนด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และอาการโดยรวมทุกด้านแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติของความเครียดในการเรียนด้านพฤติกรรม

4.6 นักเรียนที่มีตัวแปรสถานที่เรียนต่างกัน ในกีฬาประเภททีม มีความเครียดในการเรียนทุกด้าน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และในกีฬาประเภทบุคคล นักเรียนมีความเครียดในการเรียนจิตใจแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และนักเรียนมีความเครียดในการเรียนด้านร่างกาย และอาการโดยรวมทุกด้าน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติของความเครียดในการเรียนด้านพฤติกรรม

4.7 นักเรียนที่มีสัมพันธ์ภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อนต่างกัน ในกีฬาประเภททีม นักเรียนมีความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และอาการโดยรวมทุกด้านแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติของความเครียดด้านพฤติกรรม ส่วนในกีฬาประเภทบุคคล พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทาง

สถิติที่ระดับ .05 ของความเครียดด้านร่างกาย และอาการโดยรวมทุกด้าน แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติของความเครียดด้านจิตใจและด้านพฤติกรรม

4.8 นักเรียนที่มีสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครูต่างกัน ในกีฬาประเภททีม นักเรียนมีความเครียดในการเรียนด้านร่างกาย และอาการโดยรวมทุกด้าน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และพบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ของความเครียดในด้านจิตใจ ทั้งในกีฬาประเภททีมและประเภทบุคคล แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติของความเครียดด้านร่างกายและอาการโดยรวมทุกด้าน ในกีฬาประเภทบุคคล และความเครียดด้านพฤติกรรมในกีฬาประเภททีม

4.9 นักเรียนที่มีการปรับตัวในหอพักต่างกัน ในกีฬาประเภททีม นักเรียนมีความเครียดในการเรียนทุกด้าน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนในกีฬาประเภทบุคคล นักเรียนมีความเครียดในการเรียนด้านจิตใจ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวม ทุกด้านแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติของความเครียดในการเรียนด้านร่างกาย

4.10 นักเรียนที่มีสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนโดยรวมทั้งหมดต่างกัน ในกีฬาประเภททีม นักเรียนมีความเครียดในการเรียนทุกด้าน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนในกีฬาประเภทบุคคล นักเรียนมีความเครียดในการเรียนด้านร่างกาย แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และพบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ของความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านจิตใจ และอาการโดยรวมทุกด้าน แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติของความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านพฤติกรรม

4.11 นักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวต่างกัน ในกีฬาประเภททีม นักเรียนมีความเครียดในการเรียนทุกด้านไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ส่วนในกีฬาประเภทบุคคล นักเรียนมีความเครียดในการเรียนด้านร่างกาย และอาการโดยรวมทุกด้าน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติของความเครียดในการเรียนด้านจิตใจ และพฤติกรรม

VARIABLES RELATED TO LEARNING STRESS OF SECONDARY SCHOOL STUDENTS  
OF SPORT SCHOOL UNDER THE DEPARTMENT OF PHYSICAL EDUCATION  
IN CHANGWAT SUPHAN BURI

AN ABSTRACT

BY

NALINEE TUMUMNUEYSUK

Presented in partial fulfillment of the requirements for the  
Master of Education degree in Educational Psychology  
at Srinakharinwirot University

March 1998

The purposes of this research were to investigate the variables related to Learning Stress of Secondary Sports School Students Under the Department of Physical Education in Changwat Suphan Buri and to determine the significant impact of the variables of personal data, gender, age, class levels, learning achievements, times of sport competitions, studying plan, duration of sport training, intelligence quotient level and personality. The study was designed to study variables of family ; such as family environment, economic family status, parents marital status, the relationships between parents and students and parents' expectations. The study was desiged to study variables of school environment, i.e., teachers, mass media and studying instruments, the relationships between students and their friends, students and teachers and the adjustment in the dormitory. The subjects were 461 secondary sports school students : 338 males and 123 females under the Department of Physical Education in Changwat Suphan Buri in the academic year 1997. The research instrument were the variables related to learning stress questionnaires, and the stepwise multiple regression analysis, one-way analysis of variance and t-test were used to analyse the data.

The results of the study were as follows ;

1. The students stress; the learning stress level that impacts on the students, i.e. physical symptoms, mental symptoms, behavioral symptom and total score symptoms for every class level and all kinds of sports, were at medium level.

2. Statistically significant relationships were found between the learning stress of the studying plan group and the non-studying plan group as follows :

2.1 Statistically significant relationships in the non-studying plan group i.e., parent-student relationships, teachers, places, relationships with friends, student-teacher relationships, the adjustment in the dormitory and school environment, with the stress in learning of students at were found to be negative at .05 level.

2.2 Statistically significant relationship in the studying plan group i.e., studying plan, parent-student relationships, the adjustments in the dormitory and school environment, and in total score, with the stress in learning of student were found to be negative at .05 level.

3. The following variables significantly predicted the stress in learning of secondary sports school students under the Department of Physical Education in Changwat Suphan Buri :

3.1 The Non-Studying plan group i.e., teachers, mass media and learning instruments, students' relationships with friends, duration of sports training and parent-student relationships, for physical trait and mental trait, i.e., teachers, the adjustment in the dormitory, intelligence quotient level. For behavioral trait, i.e., the adjustment in the dormitory, students and their friends relationships, teachers and the total score in symptoms, i.e., teachers, students and their friends relationships, mass media and learning instrument, the adjustment in the dormitory significantly predicted the learning stress in each trait with 12.70%, 11.30%, 6.20% and 11.90% of variability in the learning stress predictable from the stated variables.

3.2 With Studying plan group, in physical trait, i.e., students and their friends relationships, duration of sports training

In mental trait, i.e., teachers, in behavioral trait, i.e., parental students relationships, studying plan, the adjustment in the dormitory and places, but the total score in symptoms, i.e., students and their friends relationships, the adjustment in the dormitory and studying plan significantly predicted the learning stress in each trait with 9.00%, 5.80%, 12.80% and 9.50% as follows from the stated variables.

4. The results of the analysis in the comparison of the learning stress which were affected by physical trait, mental trait behavioral trait and the total score symptoms of the students were classified by personal family and school environment by using kinds of sports criteria.

4.1 Statistical non-significant relationships were found between genders, age levels, class level, parental expectation, personality, mass media and learning instruments, learning achievement, times of sports competition, duration of sports training and the difference between intelligence quotient and the stress in each type and trait of sport.

4.2 Students with differentials in studying plan and of team sports, learning stress with physical traits, mental trait, behavioral trait and total score symptoms were found to have a significant relationship at .01 level, but non-significant relationships in physical trait, mental trait, behavioral trait and total score symptoms

4.3 Statistical non-significant relationships were found among the students with differential in marital status in sports and all the learning stress between traits, the learning stress with mental

trait behavioral trait and total score symptoms, but significant relationships in individual sports and the learning stress in physical trait at .05 level.

4.4 Statistical non-significant relationships were found among the students with differential in parent-student relationship in individual sports, all of the learning stress traits and learning stress in mental traits, but significant in team sports of the learning stress students in physical trait, behavioral trait and total score symptoms at .05 level.

4.5 Statistical significant relationships were found among teachers with team sports, all the learning stress traits and also with the individual sports with the kinds of learning stress students in physical trait, mental trait and total score symptoms at .01 level, but non-significant in behavioral traits.

4.6 Statistical significant relationships were found among studying places in team sports with the learning stress and also the learning stress students in individual sports with the learning stress in mental trait at .01 level but the learning stress students with physical trait and the total score symptoms at .05 level but non-significant relationships in the learning stress of behavioral traits.

4.7 Statistical significant relationships were found in the learning stress between students and their friends in the kinds of team sports with physical trait, mental trait and the total score symptoms at .05 level, but non-significant in the learning stress of behavioral trait, but in individual of sports with the learning

stress in physical traits and the total score symptoms at .05 level and non-significant in mental trait and behavioral traits.

4.8 Statistical significant relationships were found in learning stress between students and their teachers with team sports, in physical trait and the total score symptoms at .01 level, but found in the mental trait with both team sports and individual sports at .05 level, but non-significant in the physical trait and the total score symptoms in individual sports and the behavioral trait in team sports.

4.9 Statistical significant relationships were found in the learning stress between the adjustment in the dormitory of team sports, the learning stress in all traits at .01 level, but the individual sports, the learning stress in mental traits at .01 level, but in the behavioral trait and the total score symptoms at .05 and non-significant in individual sport with the learning stress in physical traits.

4.10 Statistical significant relationships were found in the learning stress between school environment in team sports, the learning stress in the total score symptoms at .01 level, but in the individual sports, the learning stress in physical traits at .05 level and at .01 level in the learning stress with mental traits and the total score symptoms and non-significant in the learning stress with behavioral traits.

4.11 Statistical non-significant relationships were found in the learning stress with differentials in family economic status of team sports, but significant in individual sports, the learning stress in physical trait at the total score symptoms at .05 level and non-significant in the learning stress with mental trait and behavioral traits.