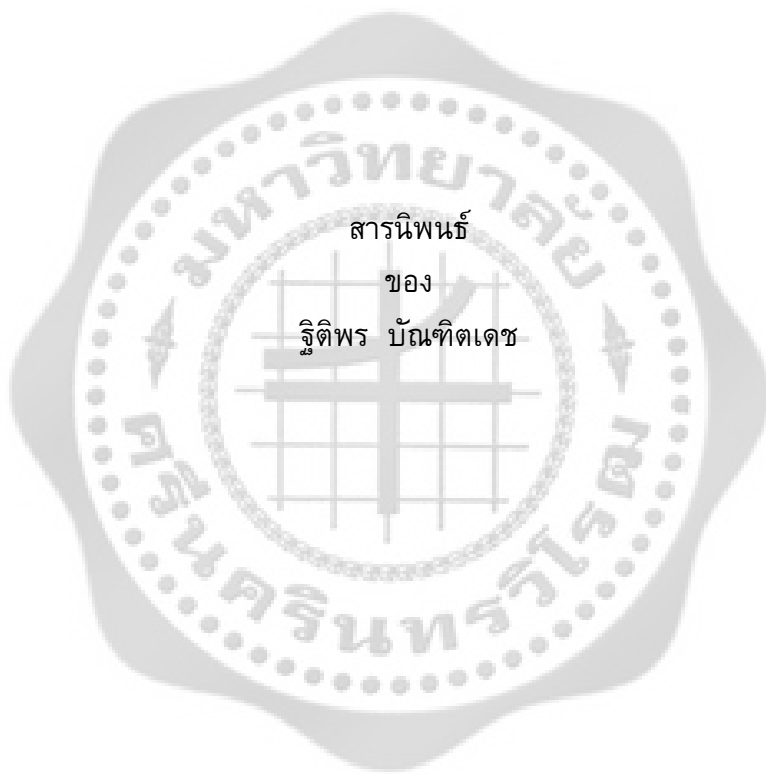


ปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์  
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร



เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา  
พฤษภาคม 2552

ปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์  
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร



เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา  
พฤษภาคม 2552  
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์  
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร



เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา  
พฤษภาคม 2552

จิตติพร บัณฑิตเดช. (2552). ปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร. สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. คณะกรรมการควบคุม: รองศาสตราจารย์เวณนี้ กรีทอง

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ ปีการศึกษา 2551 จำนวน 267 คน เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นเครื่องคัดกรองสุขภาพจิต ไทย จีเอชคิว 60 (Thai GHQ 60) แบบสอบถามบุคลิกภาพ แบบสอบถามแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียน แบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคตทางการเรียน แบบสอบถามความคาดหวังของผู้ปกครอง แบบสอบถามลักษณะทางกายภาพของการเรียน แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์ แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน วิเคราะห์ข้อมูลโดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน และการถดถอยพหุคูณ

ผลการศึกษาค้นคว้า พบว่า

1. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 มี 2 ปัจจัย ได้แก่ สาขาวิชาที่กำลังศึกษา คือ สาขาวิชาอุตสาหกรรมศึกษา ( $X_{16}$ ) และสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน ( $X_{23}$ )
2. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 มี 2 ปัจจัย ได้แก่ สาขาวิชาที่กำลังศึกษา คือ สาขาวิชาปฐมวัย ( $X_5$ ) และลักษณะทางกายภาพทางการเรียน ( $X_{21}$ ) ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 มี 1 ปัจจัย ได้แก่ สาขาวิชาที่กำลังศึกษา คือ สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว ( $X_{10}$ )
3. ปัจจัยที่ไม่พบความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ มี 9 ปัจจัย ได้แก่ เพศชาย ( $X_1$ ) เพศหญิง ( $X_2$ ) อายุ ( $X_3$ ) ระยะเวลาที่ช่วงการศึกษา ( $X_4$ ) สาขาวิชาที่กำลังศึกษาบางสาขา ได้แก่ สาขาวิชาประถมศึกษา ( $X_6$ ) สาขาวิชามัธยมศึกษา ( $X_7$ ) สาขาวิชาอุดมศึกษา ( $X_8$ ) สาขาวิชาบริหารการศึกษา ( $X_9$ ) สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา ( $X_{11}$ ) สาขาวิชาวัดผลการศึกษา ( $X_{12}$ ) สาขาวิชาการวิจัยและสถิติเพื่อการศึกษา ( $X_{13}$ ) สาขาวิชาเทคโนโลยีการศึกษา ( $X_{14}$ ) และสาขาวิชาการศึกษาผู้ใหญ่ ( $X_{15}$ ) บุคลิกภาพ ( $X_{17}$ ) แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการ

เรียน ( $X_{18}$ ) ลักษณะมุ่งอนาคตทางการเรียน ( $X_{19}$ ) ความคาดหวังของผู้ปกครอง ( $X_{20}$ ) และสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์ ( $X_{22}$ )

4. ปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 มี 2 ปัจจัย เรียงลำดับจากปัจจัยที่ส่งผลมากที่สุดไปยังปัจจัยที่ส่งผลน้อยที่สุด ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน ( $X_{23}$ ) และบุคลิกภาพ ( $X_{17}$ )

5. สมการพยากรณ์สุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานครสามารถเขียนได้ดังนี้

5.1 ในรูปคะแนนดิบ ได้แก่

$$\hat{Y} = -11.778 + .274 X_{23} + .251 X_{17}$$

5.2 ในรูปคะแนนมาตรฐาน ได้แก่

$$Z = .193 X_{23} + .140 X_{17}$$



FACTORS AFFECTING ON MENTAL HEALTH OF GRADUATE STUDENTS  
FACULTY OF EDUCATION AT SRINAKHARINWIROT UNIVERSITY  
IN WATTANA DISTRICT, BANGKOK



Presented in Partial Fulfillment of the Requirements for the  
Master of Education Degree in Educational Psychology  
at Srinakharinwirot University

May 2009

Thitiporn Bunditdech. (2009). *Factors Affecting on mental health of Graduate Students Faculty of Education at Srinakharinwirot University in Wattana District, Bangkok*. Master's Project, M.Ed. (Educational Psychology). Bangkok: Graduate School Srinakharinwirot University. Project Advisor: Assoc. Prof. Waythanee Greethong,

The purpose of this research were to investigate variables related to mental health of Graduate Students Faculty of Education at Srinakharinwirot University in Wattana District, Bangkok. The sample were 267 Graduate Students Faculty of Education at Srinakharinwirot University in Wattana District, Bangkok. The research instruments were Thai General Health Questionnaires 60 (Thai GHQ 60), the questionnaires of personality, the questionnaires of motivation of learning, the questionnaires of feature of learning, the questionnaires of expectation of parents, the questionnaires of relationship between Graduate Students and teachers, the questionnaires of relationship between Graduate Students and peers. The data were analyzed by Person's Correlation and Stepwise Multiple Regression Analysis.

The results were as follows :

1. There were significantly positive on mental health of Graduate Students Faculty of Education at Srinakharinwirot University in Wattana District, Bangkok and 2 factors : Industrial Technological Major ( $X_{16}$ ) and relationship between Graduate Students and peers ( $X_{23}$ ) at .01 level, respectively.

2. There were significantly negative on mental health of Graduate Students Faculty of Education at Srinakharinwirot University in Wattana District, Bangkok and 2 factors: Early Childhood Education Major( $X_5$ ) and physical learning environment ( $X_{21}$ ) at .05 level, respectively. There were significantly negative on mental health of Graduate Students Faculty of Education at Srinakharinwirot University in Wattana District, Bangkok and 1 factors : Guidance and Counseling Psychology ( $X_{10}$ ) at .01 level, respectively.

3. There were no significantly on mental health of Graduate Students Faculty of Education at Srinakharinwirot University in Wattana District, Bangkok and 9 factors: gender: male ( $X_1$ ), gender: female ( $X_2$ ), age ( $X_3$ ), Time ( $X_4$ ), Elementary Education Major ( $X_6$ ), Secondary Education Major ( $X_7$ ), Higher Education Major ( $X_8$ ), Educational Administration Major ( $X_9$ ), Educational Psychology Major ( $X_{11}$ ), Educational

Measurement Major ( $X_{12}$ ), Educational Research and Statistics Major ( $X_{13}$ ), Educational Technology Major ( $X_{14}$ ), Adult Educational Major ( $X_{15}$ ), Personality ( $X_{17}$ ), Motivation of Learning ( $X_{18}$ ), Feature of Learning ( $X_{19}$ ), Expectation of Parents ( $X_{20}$ ) and relationship between Graduate Students and teachers ( $X_{22}$ )

4. There were 2 factors affecting on mental health of Graduate Students Faculty of Education at Srinakharinwirot University in Wattana District, Bangkok ranking from the most affecter to the least affecter were relationship between Graduate Students and peers ( $X_{23}$ ) and Personality ( $X_{17}$ ).

5. The predicted equations affecting on mental health of Graduate Students Faculty of Education at Srinakharinwirot University in Wattana District, Bangkok Were as follows :

5.1 In term of raw scores were:

$$\hat{Y} = -11.778 + .274 X_{23} + .251 X_{17}$$

5.2 In term of standard scores were:

$$Z = .193 X_{23} + .140 X_{17}$$

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ประธานคณะกรรมการบริหารหลักสูตร และคณะกรรมการ  
สอบได้พิจารณาสารนิพนธ์เรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะ  
ศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร ของ จูติพร บัณฑิตเดชะ  
ฉบับนี้แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต  
สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์

.....  
(รองศาสตราจารย์เวณิ กรีทอง)

ประธานคณะกรรมการบริหารหลักสูตร

.....  
(รองศาสตราจารย์เวณิ กรีทอง)

คณะกรรมการสอบ

ประธาน

.....  
(รองศาสตราจารย์เวณิ กรีทอง)

กรรมการสอบสารนิพนธ์

.....  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรรณรัตน์ พลอยเลื่อมแสง)

กรรมการสอบสารนิพนธ์

.....  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา)

อนุมัติให้รับสารนิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษา  
มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

..... คณบดีคณะศึกษาศาสตร์

(รองศาสตราจารย์ ดร. งามอาจ นัยพัฒน์)

วันที่ เดือน พฤษภาคม พ.ศ. 2552

## ประกาศคุณูปการ

สารนิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยความกรุณาของรองศาสตราจารย์ เวชนี กรีทอง ประธานผู้ควบคุมสารนิพนธ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรณรัตน์ พลอยเลื่อมแสง และผู้ช่วยศาสตราจารย์ วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา กรรมการสอบปากเปล่าที่ได้รับการแต่งตั้งเพิ่มเติม ที่กรุณาให้คำปรึกษา พร้อมทั้งแนวความคิดและข้อเสนอแนะ ตลอดจนแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งเป็นอย่างมาก จึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูง

ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ลิขิต กาญจนามภรณ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรหมธิดา แสนคำเครือ และอาจารย์วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา ที่กรุณาให้คำแนะนำและเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจเครื่องมือในการวิจัยครั้งนี้

ขอขอบคุณนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร ที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้

สุดท้ายขอกราบขอบพระคุณบิดา นายโกมล บัณฑิตเดช และมารดา นางลัดดา บัณฑิตเดช ผู้ให้ทุกสิ่งทุกอย่างกับลูก ทั้งชีวิต สติปัญญา ความรัก ทุนทรัพย์ และกำลังใจตลอดมา ประโยชน์อันใดที่รับจากการทำสารนิพนธ์นี้ ขอมอบเป็นเครื่องบูชาพระคุณบิดา มารดา ครูผู้ซึ่งเป็นผู้ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ในการอบรมสั่งสอนแต่ผู้วิจัยมาจนถึงปัจจุบัน

ฐิติพร บัณฑิตเดช

## สารบัญ

บทที่	หน้า
<b>1 บทนำ</b> .....	1
ภูมิหลัง.....	1
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า.....	3
ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า.....	4
ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า.....	4
ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า.....	4
ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา.....	5
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	5
กรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า.....	8
สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า.....	9
<b>2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง</b> .....	10
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิต.....	11
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิต.....	32
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.....	52
<b>3 วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า</b> .....	54
การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	54
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า.....	56
การหาคุณภาพเครื่องมือ.....	68
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	70
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	70
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	70

## สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
<b>4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล</b> .....	72
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	72
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	73
การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	73
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	74
<b>5 สรุปผล อภิปราย และข้อเสนอแนะ</b> .....	80
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า.....	80
สมมติฐานในการศึกษาค้นคว้า.....	80
ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า.....	80
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า.....	81
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	81
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	82
สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	82
การอภิปรายผลการศึกษาค้นคว้า.....	83
ข้อเสนอแนะ.....	91
ข้อเสนอแนะในการนำผลงานวิจัยไปใช้.....	91
ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป.....	91
<b>บรรณานุกรม</b> .....	92
<b>ภาคผนวก</b> .....	98
ภาคผนวก ก.....	99
ภาคผนวก ข.....	105
ภาคผนวก ค.....	125
<b>ประวัติย่อผู้วิจัย</b> .....	133

## บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 แสดงจำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา จำแนกตามสาขาวิชาและเพศ..	56
2 แสดงจำนวนและค่าร้อยละของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตามเพศ สาขาวิชาที่กำลังศึกษา.....	74
3 แสดงค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานปัจจัยด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว ด้านสภาพแวดล้อม และสุขภาพจิต.....	75
4 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และ และด้านสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน กับสุขภาพจิต.....	77
5 แสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของสุขภาพจิต.....	78
6 แสดงผลการวิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิต.....	79
7 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t) ของแบบสอบถามบุคลิกภาพ.....	126
8 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t) ของแบบสอบถามแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ทางการเรียน.....	127
9 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t) ของแบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคต ทางการเรียน.....	128
10 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t) ของแบบสอบถามความคาดหวัง ของผู้ปกครอง.....	129
11 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t) ของแบบสอบถามลักษณะทางกายภาพ ของการเรียน.....	130
12 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t) ของแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่าง นิสิตกับอาจารย์.....	131
13 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t) ของแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่าง นิสิตกับเพื่อน.....	132

# บทที่ 1

## บทนำ

### ภูมิหลัง

สังคม คือ การอยู่ร่วมกันของกลุ่มคนกลุ่มหนึ่งๆ ซึ่งก่อให้เกิดผลผลิตทางสังคมอันเกิดจากกิจกรรมของมนุษย์ที่มีปฏิสัมพันธ์ต่อกันในสังคม ในอดีตนั้นสภาพสังคมสามารถดำรงอยู่ได้ด้วยการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน มีความเชื่อทางศาสนาเป็นที่เชื่อมโยง ยึดเหนี่ยว และเป็นศูนย์รวมจิตใจของคนในสังคม มีการเป็นอยู่แบบพอเพียง พึ่งพาตนเองในระดับครอบครัว มีการผลิตสินค้าเพื่อบริโภคแบบยังชีพหรือแลกเปลี่ยนกับเพื่อนบ้านอย่างพอเพียง แต่ในปัจจุบันสภาพของคนในสังคมได้เปลี่ยนแปลงการดำรงชีวิตแบบเรียบง่าย ไม่มุ่งเน้นที่ตัววัตถุไปสู่ “กระแสโลกาภิวัตน์” ซึ่งกระแสสังคมแบบโลกาภิวัตน์นี้จะมุ่งเน้นในเรื่องทุนนิยม วัตถุนิยม ความเจริญ ความทันสมัยต่างๆ เน้นการผลิตเพื่อการค้ากำไรกำไร มีการแลกเปลี่ยนด้วยระบบเงินตรา ซึ่งส่งผลทำให้เกิดการแข่งขันกันอย่างแพร่หลายในทุกเพศ ทุกวัย ทุกสาขาอาชีพ ทั้งทางด้านการเมือง สังคม เศรษฐกิจ ค่านิยม และการดำรงชีวิตอยู่ในสังคม

สิ่งเหล่านี้ทำให้วิถีการดำเนินชีวิตของคนในสังคมยุคโลกาภิวัตน์ต้องปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้ทันกับกระแสสังคมที่เกิดขึ้น เพื่อพัฒนาให้ตนเป็นคนที่มีคุณภาพ ซึ่งในทุกสังคมที่พัฒนาแล้วนั้นจำเป็นที่จะต้องมีการมีทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณภาพ มีความสมบูรณ์ทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ดังที่ ลักษณะ สรีรวิวัฒน์ (2545: 6) กล่าวว่า การดำรงชีวิตในสังคมปัจจุบัน หากจะมุ่งมั่นให้ประสบความสำเร็จต้องอาศัยปัจจัยหลายอย่างประกอบเข้าด้วยกัน ทั้งนี้ปัจจัยที่มีความสำคัญอย่างยิ่ง คือ การมีสุขภาพจิตที่ดี จิตใจที่เข้มแข็ง สามารถแก้ปัญหาและอุปสรรคต่างๆที่ผ่านเข้ามาในชีวิตได้ การมีอุปสรรคมาขัดขวางความต้องการย่อมทำให้เกิดความไม่สบายใจ ตัดสินใจแก้ไขปัญหาไม่ถูก เกิดความเครียด ความกดดันทางอารมณ์ ความคับข้องใจ ความวิตกกังวล และมีความทุกข์ ซึ่งมนุษย์ไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ ดังนั้นผู้ที่ดำเนินชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพนั้นจะต้องมีสุขภาพจิตที่ดี ลิขิต กาญจนานาการณ (2546: 24) กล่าวว่า สุขภาพจิต หมายถึง การปรับตัวของบุคคลที่กระทำต่อเหตุการณ์ต่างๆในชีวิตประจำวันที่เขาได้สัมผัสด้วย เพื่อให้ชีวิตของเขามีประสิทธิภาพมากที่สุด มีความสุขที่สุด โดยที่ได้พยายามรักษาและปฏิบัติตามกฎ ระเบียบ และข้อตกลงต่างๆของสังคมได้อย่างราบรื่น ไม่ขัดแย้งซึ่งการที่คนจะมีสุขภาพจิตที่ดีนั้น เขาจะต้องบูรณาการพฤติกรรมให้มีความสมดุลในด้านอารมณ์ สติปัญญา และการเข้าสังคมได้อย่างเหมาะสมจนถึงจุดที่รู้สึกเป็นสุขใจ

ลักษณะของผู้ที่มีสุขภาพจิตที่ดีนั้น ซิกมัน ฟรอยด์ (ลิขิต กาญจนานาการณ. 2546: 13 อ้างอิงจาก Corsini, 1984: Vol1) ได้ให้ทัศนะว่า คือ คนที่สามารถรักษาความสมดุลขององค์ประกอบบุคลิกภาพไว้ได้ ซึ่งองค์ประกอบของบุคลิกภาพมีอยู่ 3 อย่าง คือ id ego และ superego

หากองค์ประกอบทั้ง 3 นี้ทำงานประสานกันอย่างดี สภาพจิตใจของคนก็就会有ความสมบูรณ์ ปราศจากความขัดแย้งในใจ ความรู้สึกผิด เป็นคนที่ยอมรับความเป็นจริงตามสภาพที่เป็นอยู่และสามารถปรับตัวเข้ากับความจริงเหล่านั้นได้ ซึ่งสอดคล้องกับ กัญญา สุวรรณแสง (2547: 39) กล่าวว่า เคล็ดลับของคนสุขภาพจิตดี คือ คนที่มีความสามารถในการปรับตัว นอกจากนี้บุคคลที่จะสามารถปรับตัวได้ดีนั้นมิใช่ผู้ที่ปราศจากปัญหา แต่ต้องเป็นผู้กล้าเผชิญกับปัญหา อุปสรรค และความยุ่งยากในชีวิตได้อย่างมีสติอีกด้วย

จากที่กล่าวมาข้างต้นทำให้เห็นว่า สุขภาพจิตมีความสำคัญและเกี่ยวข้องกับคนทุกคน ทุกอาชีพ ไม่เว้นแต่กับนักเรียน นิสิต นักศึกษาในทุกระดับการศึกษา ซึ่งในระดับปริญญาโทก็เป็นการศึกษาอีกระดับหนึ่งที่นิสิตจะมีโอกาสเกิดปัญหาทางสุขภาพจิตได้สูง เนื่องจากเป็นระดับการศึกษาที่มีคนมาจากหลากหลายอาชีพ หลากหลายอายุเข้ามาศึกษา ซึ่งจะต้องมีการปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์และสิ่งแวดล้อมต่างๆในมหาวิทยาลัย การศึกษาในระดับปริญญาโทนั้นเป็นการศึกษาขั้นสูงที่ต่อมาจากปริญญาตรี โดยมีจุดมุ่งหมายที่จะพัฒนาองค์ความรู้ ความเชี่ยวชาญ เฉพาะสาขาวิชา เป็นการแสวงหาความจริงทางวิชาการ เพื่อให้ผู้เรียนมีความเป็นนักวิชาการและนักวิชาชีพชั้นสูง ซึ่งเป็นกำลังสำคัญที่จะช่วยส่งเสริมและพัฒนาประเทศให้เจริญก้าวหน้าในทิศทางที่ถูกต้องเหมาะสม ดังนั้นถ้านิสิตเกิดปัญหาด้านสุขภาพจิตขึ้นก็นับว่าเป็นอุปสรรคสำคัญในการดำรงชีวิตอยู่ในมหาวิทยาลัย และถ้าปล่อยให้เกิดปัญหาต่างๆที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตของนิสิตแล้วจะด้วยเหตุใดก็ตาม ย่อมนำมาซึ่งผลเสียต่อนิสิต ซึ่งสอดคล้องลิขิต กาญจนภรณ์ (2546: 251) ที่กล่าวว่า สุขภาพจิตมีความเกี่ยวข้องกับการเรียนของนักเรียน นักเรียนที่มีปัญหาทางสุขภาพจิตจะทำให้ความสามารถในการเรียนรู้ลดลง ขาดความสนใจสภาพแวดล้อมรอบตัว มีการรับรู้ที่บิดเบือน ด้อยความสามารถในการรับรู้

จากการที่ผู้วิจัยได้ศึกษาอยู่ในระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เป็นเวลา 1 ปี 4 เดือน ประกอบกับผู้วิจัยมีเพื่อนนิสิตเรียนอยู่ในหลายสาขาวิชาในระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ ได้สังเกตเห็นว่าเพื่อนนิสิตหลายคนในระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มีความวิตกกังวลในหลายๆเรื่อง อันเนื่องมาจากปัญหาหลายๆด้านอัน ได้แก่ ปัญหาส่วนตัว ปัญหาครอบครัว ปัญหาเศรษฐกิจ และปัญหาด้านสัมพันธภาพกับผู้อื่น ซึ่งปัญหาเหล่านี้จะส่งผลให้เกิดปัญหาสุขภาพจิตตามมา ทำให้นิสิตไม่สามารถดำรงตนอยู่ได้ในสังคมแห่งนี้ได้อย่างมีความสุข ดังนั้นผู้วิจัยจึงได้ทำการสำรวจข้อมูลเบื้องต้นโดยให้นิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำนวน 50 คน ตอบแบบสอบถามปลายเปิด จำนวน 2 ข้อดังรายละเอียดต่อไปนี้

คำถามข้อที่ 1 ถามว่า “นิสิตคิดว่าขณะที่เรียนอยู่ในมหาวิทยาลัย นิสิตมีปัญหาหรือไม่ ถ้ามีคือปัญหาใด” ผลการสำรวจพบปัญหาเรียงลำดับจากปัญหาที่พบมากที่สุดไปหาน้อยที่สุดได้ดังนี้ ปัญหาทางด้านการเรียน มีจำนวน 23 คน คิดเป็นร้อยละ 46 ได้แก่ ไม่เข้าใจเนื้อหาวิชาที่เรียน เรียนไม่รู้เรื่อง และทำรายงานไม่ทัน รองลงมาเป็นปัญหาการปรับตัว จำนวน 17 คน คิดเป็นร้อยละ

ละ 34 ได้แก่ เพื่อนไม่ยอมรับเข้าทำงานกลุ่ม ไม่มีเพื่อนคุย และปรับตัวเข้ากับเพื่อนไม่ได้ และปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 20 ได้แก่ ไม่มีเงินซื้อหนังสือ และไม่มีเงินถ่ายเอกสารประกอบการเรียน

คำถามข้อที่ 2 ถามว่า “จากปัญหาข้อที่ 1 นิสิตคิดว่าเกิดจากสาเหตุใด” ผลการสำรวจพบว่า

นิสิตที่มีปัญหาเรื่องการเรียนมีสาเหตุมาจาก ไม่ได้อ่านหนังสือทบทวนบทเรียน ไม่มีพื้นฐานในสาขาวิชาที่เรียน เนื้อหาวิชายาก และไม่กล้าซักถามอาจารย์เมื่อไม่เข้าใจนิสิตที่มีปัญหาเรื่องการปรับตัวมีสาเหตุมาจาก ในการทำกิจกรรมมีความคิดเห็นไม่ตรงกับเพื่อน ไม่ได้ช่วยงานของส่วนรวม และมีลักษณะนิสัยหรือพฤติกรรมที่เข้ากับกลุ่มเพื่อนไม่ได้ และนิสิตที่มีปัญหาเรื่องเศรษฐกิจมีสาเหตุมาจากมีรายได้น้อย และราคาสินค้าที่สูงขึ้น

จากสภาพปัญหาดังกล่าวจะเห็นได้ว่านิสิตระดับปริญญาโทจำเป็นต้องมีการปรับตัวกับสภาพปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้น เพราะถ้าหากนิสิตสามารถปรับตัวได้ก็จะเป็นสิ่งดีที่จะช่วยให้สนับสนุนให้นิสิตประสบความสำเร็จในการศึกษาเล่าเรียน ซึ่งสอดคล้องกับ กัวยวรรณ์ ตระกูลสุทธิ (2544: 3) ที่กล่าวว่า การปรับตัวช่วยให้เรายอมรับสภาพการณ์ สภาพปัญหาที่เกิดขึ้น แล้วพยายามหาวิธีแก้ไข ขจัดบำบัดปัญหา หรือสภาพการณ์ที่ค่อนข้างเลวร้าย ที่เกิดขึ้นกับตัวเราให้บรรเทาเบาบางลงซึ่งการปรับตัwnั้นเป็นตัวแปรสำคัญที่ช่วยให้บุคคลสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ในแต่ละสถานการณ์อย่างมีความสุข แต่ถ้านิสิตประสบความสำเร็จในการปรับตัวก็จะทำให้เกิดความคับข้องใจ ซึ่งสอดคล้องกับ กัญญา สุวรรณแสง (2547: 36) กล่าวว่า เมื่อบุคคลปรับตัวไม่ได้จะทำให้เกิดความคับข้องใจ รู้สึกถูกบีบคั้น และเกิดความรู้สึกขัดแย้งอยู่ในใจ ความรู้สึกเหล่านี้ถ้าไม่ได้รับการแก้ไข จะทำให้เกิดปัญหาสุขภาพจิตในเวลาต่อมา

ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาสุขภาพจิตของนิสิต ระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร

### **ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า**

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ตั้งความมุ่งหมายไว้ดังนี้

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านส่วนตัว ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยกับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร

2. เพื่อศึกษาปัจจัยด้านส่วนตัว ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของนิสิต ระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร

3. เพื่อสร้างสมการพยากรณ์เรื่องสุขภาพจิตของนิสิต ระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร

## ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

ผลของการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ สามารถนำไปใช้เป็นข้อมูลเบื้องต้นสำหรับผู้บริหาร อาจารย์ และบุคคลที่เกี่ยวข้องกับนิสิต เพื่อใช้ประกอบในการวางนโยบาย เพื่อหาแนวทางในการปรับปรุงพัฒนาสภาพจิตของนิสิตให้ดี เพื่อให้นิสิตเป็นบุคคลที่มีความสมบูรณ์ทั้งกายและจิตใจ

## ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

### ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

#### ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า เป็นนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2551 จำนวน 1,331 คน เป็นนิสิตชาย 348 คน นิสิตหญิง 983 คน ซึ่งจำแนกออกเป็น 12 สาขาวิชา ได้แก่ สาขาวิชา ปฐมวัย จำนวน 117 คน เป็นนิสิตชาย 4 คน เป็นนิสิตหญิง 113 คน สาขาวิชาการประถมศึกษา จำนวน 43 คน เป็นนิสิตชาย 3 คน เป็นนิสิตหญิง 40 คน สาขาวิชาการมัธยมศึกษา จำนวน 212 คน เป็นนิสิตชาย 52 คน เป็นนิสิตหญิง 160 คน สาขาวิชาการอุดมศึกษา จำนวน 63 คน เป็นนิสิตชาย 15 คน เป็นนิสิตหญิง 48 คน สาขาวิชาการบริหารการศึกษา จำนวน 148 คน เป็นนิสิตชาย 39 คน เป็นนิสิตหญิง 109 คน สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว จำนวน 146 คน เป็นนิสิตชาย 31 คน เป็นนิสิตหญิง 115 คน สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา จำนวน 80 คน เป็นนิสิตชาย 22 คน เป็นนิสิตหญิง 58 คน สาขาวิชาการวัดผลการศึกษา จำนวน 87 คน เป็นนิสิตชาย 17 คน เป็นนิสิตหญิง 70 คน สาขาวิชาการวิจัยและสถิติเพื่อการศึกษา จำนวน 140 คน เป็นนิสิตชาย 22 คน เป็นนิสิตหญิง 118 คน สาขาวิชาเทคโนโลยีการศึกษา จำนวน 209 คน เป็นนิสิตชาย 91 คน เป็นนิสิตหญิง 118 คน สาขาวิชาการศึกษาคู่มือ จำนวน 23 คน เป็นนิสิตชาย 7 คน เป็นนิสิตหญิง 16 คน และสาขาวิชาอุตสาหกรรมศึกษา จำนวน 63 คน เป็นนิสิตชาย 45 คน เป็นนิสิตหญิง 18 คน

#### กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า เป็นนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2551 จำนวน 267 คน เป็นนิสิตชาย 68 คน นิสิตหญิง 199 คน ซึ่งจำแนกออกเป็น 12 สาขาวิชา ได้แก่ สาขาวิชาปฐมวัย จำนวน 24 คน เป็นนิสิตชาย 1 คน เป็นนิสิตหญิง 23 คน สาขาวิชาการประถมศึกษา จำนวน 9 คน เป็นนิสิตชาย 1 คน เป็นนิสิตหญิง 8 คน สาขาวิชาการมัธยมศึกษา จำนวน 42 คน เป็นนิสิตชาย 10 คน เป็นนิสิตหญิง 32 คน สาขาวิชาการอุดมศึกษา จำนวน 13 คน เป็นนิสิตชาย 3 คน เป็นนิสิตหญิง 10 คน สาขาวิชาการบริหารการศึกษา จำนวน 30 คน เป็นนิสิตชาย 8 คน เป็นนิสิตหญิง 22 คน สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว จำนวน 29 คน เป็นนิสิตชาย 6 คน เป็นนิสิตหญิง 23 คน สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา จำนวน 16 คน เป็นนิสิตชาย 4 คน

เป็นนิสิตหญิง 12 คน สาขาวิชาการวัดผลการศึกษา จำนวน 17 คน เป็นนิสิตชาย 3 คน เป็นนิสิตหญิง 14 คน สาขาวิชาการวิจัยและสถิติเพื่อการศึกษา จำนวน 28 คน เป็นนิสิตชาย 4 คน เป็นนิสิตหญิง 24 คน สาขาวิชาเทคโนโลยีการศึกษา จำนวน 42 คน เป็นนิสิตชาย 18 คน เป็นนิสิตหญิง 24 คน สาขาวิชาการศึกษาผู้ใหญ่ จำนวน 4 คน เป็นนิสิตชาย 1 คน เป็นนิสิตหญิง 3 คน และสาขาวิชาอุตสาหกรรมศึกษา จำนวน 13 คน เป็นนิสิตชาย 9 คน เป็นนิสิตหญิง 4 คน ซึ่งได้มาโดยวิธีการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) จากประชากรที่ระดับความเชื่อมั่นร้อยละ 95 ตามตารางของยามาเน่ (Yamane. 1967: 886 – 887) โดยใช้สาขาวิชาและเพศเป็นชั้น (Strata)

### ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา

ตัวแปรอิสระ แบ่งเป็น 3 ด้าน ได้แก่

1. ปัจจัยด้านส่วนตัว ได้แก่
  - 1.1 เพศ
  - 1.2 อายุ
  - 1.3 ระยะเวลาที่ช่วงการศึกษา
  - 1.4 สาขาวิชาที่กำลังศึกษา
  - 1.5 บุคลิกภาพ
  - 1.6 แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียน
  - 1.7 ลักษณะมุ่งอนาคตทางการเรียน
2. ปัจจัยด้านครอบครัว ได้แก่ ความคาดหวังของผู้ปกครอง
3. ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย ได้แก่
  - 3.1 ลักษณะทางกายภาพทางการเรียน
  - 3.2 สัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์
  - 3.3 สัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน

ตัวแปรตาม ได้แก่ สุขภาพจิตของนิสิต ระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร

### นิยามศัพท์เฉพาะ

1. สุขภาพจิต หมายถึง ภาวะความสมบูรณ์ทางจิตใจของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2551 ที่มีต่อตนเอง ผู้อื่น และสภาพแวดล้อม โดยนิสิตจะสามารถปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม และสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงได้ดี ตลอดจนสามารถแก้ปัญหาต่างๆ และดำรงชีวิตในมหาวิทยาลัยได้อย่างมีความสุข

2. ปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิต หมายถึง สิ่งที่มีผลต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2551 ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 ด้าน ได้แก่ ปัจจัยด้านส่วนตัว ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย

### 2.1 ปัจจัยด้านส่วนตัว ได้แก่

2.1.1 เพศ ได้แก่ นิสิตชายและนิสิตหญิงระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2551

2.1.2 อายุ หมายถึง อายุของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2551 ตั้งแต่แรกเกิดจนถึงปัจจุบันเป็นปีตามปฏิทินสากล

2.1.3 ระยะเวลาที่ช่วงการศึกษา หมายถึง ช่วงเวลาตั้งแต่นิสิตระดับปริญญาโท ได้สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรี จนกระทั่งได้มาทำการศึกษาใหม่ในระดับปริญญาโทในปัจจุบัน

2.1.4 สาขาวิชาที่กำลังศึกษา ได้แก่ สาขาวิชาที่นิสิตกำลังศึกษาอยู่ในปัจจุบัน ระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2551 ซึ่งมีทั้งหมด 12 สาขาวิชา ได้แก่ สาขาวิชาปฐมวัย สาขาวิชาการประถมศึกษา สาขาวิชาการมัธยมศึกษา สาขาวิชาการอุดมศึกษา สาขาวิชาการบริหารการศึกษา สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา สาขาวิชาการวัดผลการศึกษา สาขาวิชาการวิจัยและสถิติเพื่อการศึกษา สาขาวิชาเทคโนโลยีการศึกษา สาขาวิชาการศึกษาผู้ใหญ่ และสาขาวิชาอุตสาหกรรมศึกษา

2.1.5 บุคลิกภาพ หมายถึง ลักษณะเฉพาะของนิสิตที่สะท้อนถึงความรู้สึกนึกคิด และพฤติกรรมการแสดงออก เพื่อตอบสนองสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่ง ซึ่งทำให้มีเอกลักษณ์เฉพาะตัวของนิสิต บุคลิกภาพในการวิจัยครั้งนี้ แบ่งตามแบบสำรวจการทำกิจกรรมของเจนกินส์ (Jenkins' Activity Survey) ซึ่งจำแนกออกเป็น 2 แบบ ได้แก่

2.1.5.1 บุคลิกภาพแบบเอ (Type A) ได้แก่ ลักษณะบุคลิกภาพของนิสิตที่รักความก้าวหน้า พันทุ้ออุปสรรค โกรธง่าย ทำงานให้ประสบความสำเร็จและสัมฤทธิ์ผลด้วยความรวดเร็ว ไม่ชอบการรอคอย มีความมานะพยายามและกระตือรือร้น

2.1.5.2 บุคลิกภาพแบบบี (Type B) ได้แก่ ลักษณะบุคลิกภาพของนิสิตที่ค่อนข้างยืดหยุ่น จิตใจเยือกเย็น ทำงานไปเรื่อยๆ ไม่หวังผลสำเร็จในการทำงาน ไม่ชอบพันธุ้ออุปสรรค อดทนและรอคอยได้

2.1.6 แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียน หมายถึง ความปรารถนาที่จะทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งทางการเรียนให้สำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ ได้แก่ ปรารถนาที่จะทำได้ดีกว่าบุคคลอื่นโดยพยายามแข่งขันกับมาตรฐานเดิมที่ทำไว้ หรือทำดีกว่าบุคคลอื่นที่เกี่ยวข้องทั้งในและนอกห้องเรียน และปรารถนาที่จะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงโดยความพยายามที่จะเอาชนะอุปสรรคต่าง ๆ

2.1.7 ลักษณะมุ่งอนาคตทางการเรียน หมายถึง ความสามารถของนิสิตในการเห็นความสำคัญของผลดี ผลเสียที่เกิดขึ้นในอนาคตเกี่ยวกับการเรียน เพื่อที่จะสามารถวางแผนปฏิบัติด้านการเรียน เพื่อรับรองผลดี ป้องกันผลเสีย ตลอดจนสามารถควบคุมตนเอง ให้ปฏิบัติหรือเว้นการปฏิบัติต่อการกระทำบางอย่างตามความต้องการของตนเอง ทั้งนี้เพื่อป้องกันผลเสียที่จะเกิดขึ้นมาทั้งแก่ตนเองและผู้อื่นในภายหลัง

## 2.2 ปัจจัยด้านครอบครัว ได้แก่

ความคาดหวังของผู้ปกครอง หมายถึง การรับรู้ของนิสิตเกี่ยวกับความคิดและการกระทำของผู้ปกครองที่มีต่อนิสิต โดยต้องการให้นิสิตตั้งใจและเอาใจใส่ในการเรียน มีความรับผิดชอบในด้านการเรียน และมีความรับผิดชอบในตนเอง มีผลการเรียนที่ดี สามารถดูแลสุขภาพกายและสุขภาพใจของตนเองได้ และประสบผลสำเร็จทางด้านการเรียน

## 2.3 ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย ได้แก่

2.3.1 ลักษณะทางกายภาพทางการเรียน หมายถึง สภาพแวดล้อมทางการเรียนในมหาวิทยาลัยที่มีผลต่อนิสิต ได้แก่ สถานที่เรียน และสื่ออุปกรณ์การเรียน

2.3.1.1 สถานที่เรียน หมายถึง ความสะอาดของอาคารเรียนและบริเวณมหาวิทยาลัย มีบรรยากาศร่มรื่น ห้องน้ำสะอาด มีสถานที่พักผ่อนเพียงพอ สภาพห้องเรียนเหมาะสม สวยงาม มีแสงสว่างเพียงพอ ปราศจากเสียงรบกวน ขนาดห้องเรียนกับปริมาณของนิสิต บริเวณของห้องเรียนมีความเป็นระเบียบเรียบร้อย ที่นั่งมีสัดส่วนพอเหมาะและมีเพียงพอต่อความต้องการของนักเรียน

2.3.1.2 สื่ออุปกรณ์การเรียน หมายถึง ความพร้อมของสื่อและอุปกรณ์การเรียนการสอนของอาจารย์ มีความทันสมัย มีคุณภาพ พร้อมใช้งานได้ดีและมีความเพียงพอต่อความต้องการของนิสิต

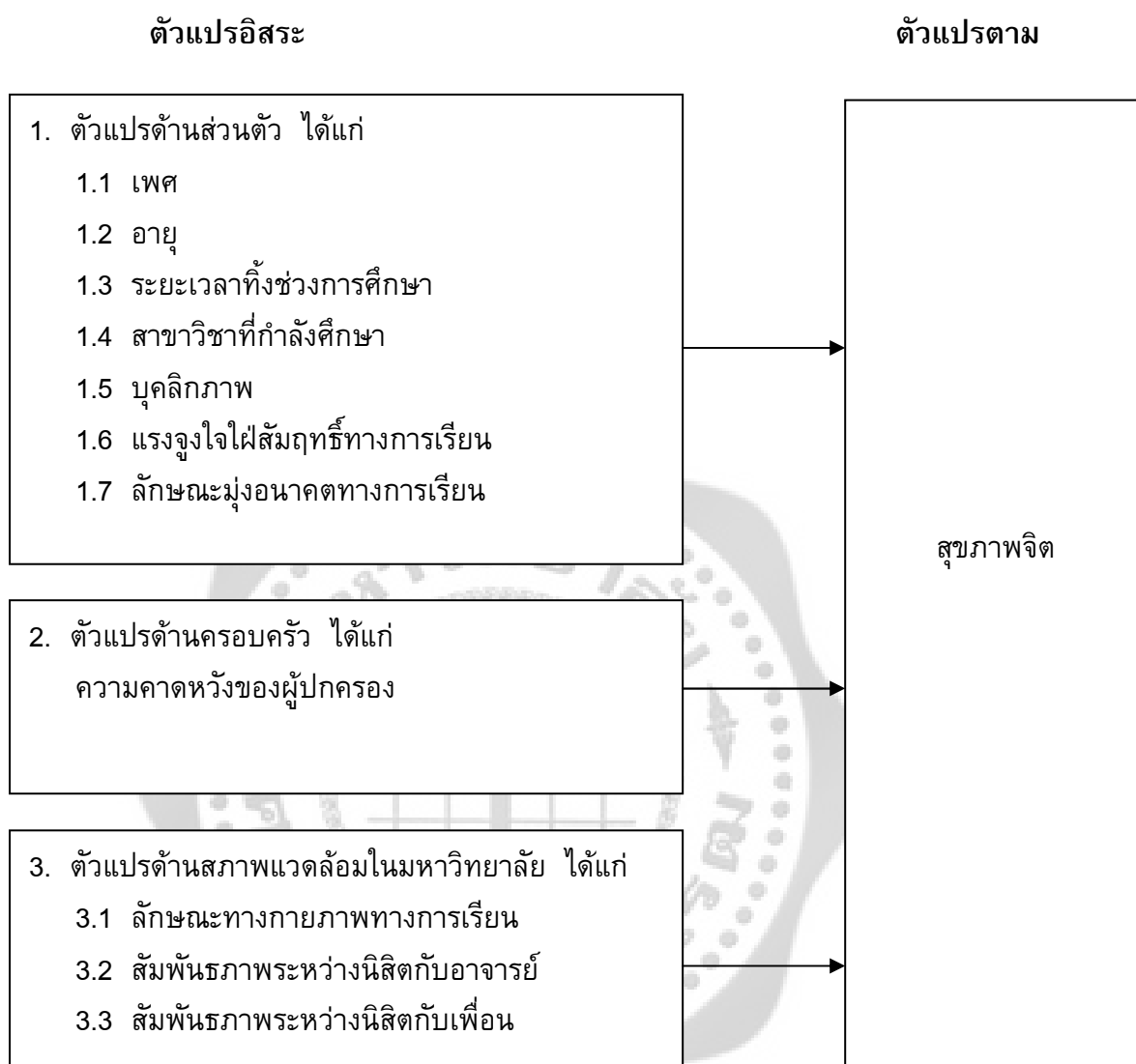
2.3.2 สัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์ หมายถึง การปฏิบัติตนที่อาจารย์ปฏิบัติต่อนิสิต และการปฏิบัติตนที่นิสิตปฏิบัติต่ออาจารย์ ทั้งในและนอกห้องเรียน เพื่อให้เกิดความสัมพันธ์อันดีต่อกัน ดังนี้

2.3.2.1 การปฏิบัติตนของอาจารย์ต่อนิสิต ได้แก่ การให้ความรัก ความเอาใจใส่ เป็นกันเอง ให้คำปรึกษา ชี้นำทั้งเรื่องส่วนตัวและเรื่องการเรียน

2.3.2.2 การปฏิบัติตนของนิสิตต่ออาจารย์ ได้แก่ การให้ความเคารพ เชื่อฟัง ตั้งใจ สนใจ กระทำในสิ่งที่ครูอบรมสั่งสอน ชักถามข้อสงสัยทั้งในเรื่องส่วนตัวและการเรียน

2.3.3 สัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน หมายถึง การปฏิบัติตนของนิสิตกับเพื่อนที่มีต่อกันทั้งภายในและภายนอกห้องเรียน เพื่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ได้แก่ การช่วยเหลือพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน การแลกเปลี่ยนความคิดเห็นในด้านการเรียน การทำงาน และด้านส่วนตัว สนใจความรู้สึกของเพื่อน มีความใกล้ชิดสนิทสนม และมีการทำกิจกรรมต่างๆร่วมกัน

## กรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า



ปัจจัยทั้ง 3 ด้าน คือ ปัจจัยด้านส่วนตัว ได้แก่ เพศ อายุ ระยะเวลาที่ทั้งช่วงการศึกษา สาขาวิชาที่กำลังศึกษา บุคลิกภาพ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียน และลักษณะมุ่งอนาคตทางการเรียน ปัจจัยด้านครอบครัว ได้แก่ ความคาดหวังของผู้ปกครอง และปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย ได้แก่ ลักษณะทางกายภาพของการเรียน สัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์ และสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน น่าจะมีอิทธิพลต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยจึงขอตั้งสมมติฐาน ดังนี้

## สมมติฐานในการศึกษาค้นคว้า

1. ปัจจัยด้านส่วนตัว ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย มีความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร

2. ปัจจัยด้านส่วนตัว ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย ส่งผลต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร



## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยนำเสนอตามหัวข้อ ดังต่อไปนี้

#### 1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิต

##### 1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิต

- 1.1.1 ความหมายของสุขภาพจิต
- 1.1.2 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิต
- 1.1.3 ปัจจัยที่ก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพจิต
- 1.1.4 อาการที่แสดงออกของปัญหาสุขภาพจิต
- 1.1.5 ลักษณะของผู้ที่มีสุขภาพจิตดี
- 1.1.6 ลักษณะของผู้ที่มีสุขภาพจิตเสื่อม
- 1.1.7 การประเมินสุขภาพจิต
- 1.1.8 แบบคัดกรองปัญหาสุขภาพจิตไทย จีเอชคิว 60 (Thai GHQ 60)

##### 1.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิต

- 1.2.1 งานวิจัยในต่างประเทศ
- 1.2.2 งานวิจัยในประเทศไทย

#### 2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิต

- 2.1 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรด้านส่วนตัว
- 2.2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรด้านครอบครัว
- 2.3 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรด้านสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย

#### 3. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร

## 1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิต

### 1.1 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิต

#### 1.1.1 ความหมายของสุขภาพจิต

ความหมายของสุขภาพจิต มาจากคำภาษาอังกฤษ คือ Mental แปลว่า จิตใจหรือแห่งจิต Health แปลว่า สุขภาพ หรืออนามัย เมื่อรวมเข้าด้วยกัน แปลว่า สุขภาพ หรืออนามัยแห่งจิตสำหรับความหมายของสุขภาพจิตนั้น มีผู้ให้ความหมายไว้มากมาย ดังนี้

คาแพลน ฟรีแมน และซาคอด (ณรงค์ การชะวี. 2541: 8; อ้างอิงมาจาก Kaplan, Freeman & Sadock. 1980) ให้ความหมาย สุขภาพจิต คือ ความรู้สึกเป็นสุขสามารถทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีการดำรงอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

เอ็กเบิร์ท (Egbert. 1980: 10) กล่าวว่า สุขภาพจิตตามแนวพุทธศาสนา หมายถึง การปฏิบัติอยู่ในศีลทั้งกาย วาจา ใจ มีสติพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้แก่ผู้เรียนเท่ากับความเป็นจริง ไม่ถูกครอบงำด้วยความยินดีในร้าย และมีความเป็นมิตรกับคนอื่น ๆ

Encyclopedia American (1988: 564) ได้ให้ความหมายของคำว่า “สุขภาพจิต” ไว้ดังนี้ สุขภาพจิตเป็นเรื่องที่เกี่ยวกับท่าทีของบุคคลที่มีต่อสิ่งแวดล้อมที่บุคคลนั้นเผชิญอยู่ว่าท่าทีอย่างไร จึงจะเป็นการเหมาะสม และทำให้ตนมีความสุขที่สุดหรือกล่าวอีกนัยหนึ่ง คือ เป็นการปรับปรุงท่าทีของตนให้เหมาะสมกับสิ่งแวดล้อม หรือสถานการณ์เพื่อให้เกิดความสุขแก่ตน

ซีฮาย (Sheelhy. 1989: 37-39) นักวิจัยเกี่ยวกับปัญหาสุขภาพจิตได้พยายามศึกษาเพื่อหาความหมายของสุขภาพจิตและภาวะที่แสดงว่าคนเรามีสุขภาพจิตดี เขาได้ทำการรวบรวมข้อมูลประกอบการศึกษาอย่างต่อเนื่องกันเป็นเวลา 4 ปี และสอบถามจากกลุ่มตัวอย่างในวัยต่างๆถึง 60,000 คน เพื่อสำรวจว่าคนเหล่านั้นคิดว่าภาวะที่ตนเป็นสุขจะมีลักษณะอย่างไรบ้าง ซีฮาย ได้พัฒนาแบบสอบถามที่เรียกว่า Life History Questionnaire ขึ้นมาเพื่อใช้วัดภาวะความเป็นสุขของคน จากนั้นเขาได้สรุปผลงานการวิจัยว่า คนที่มีสุขภาพจิตดี มีการปรับตัวดี จะมีคุณสมบัติอยู่ 10 ประการ คือ

1. เห็นว่าชีวิตของตนเองมีความหมายและมีเป้าหมายที่ชัดเจน ซีฮายพบว่าคนที่มีความพอใจในชีวิตของตน ตนจะเป็นที่ยอมรับว่าการได้ทำอะไรบางอย่างที่นอกเหนือไปจากการทำอะไรให้ตนเองจะทำให้รู้สึกว่าเป็นคนที่มีคุณค่า เช่น การได้ทำงาน การได้ออกความคิด การได้มีกิจกรรมช่วยเหลือชุมชน เหล่านี้ทำให้คนเห็นว่าชีวิตมีความหมายและมีเป้าหมาย

2. การที่ได้ประสบการณ์ที่ไม่ซ้ำซากจำเจ คนที่มีความพอใจในชีวิตจะรู้สึกพอใจกับการเปลี่ยนแปลงของชีวิตตั้งแต่ในวัยเด็กจนถึงวัยผู้ใหญ่ การได้มีประสบการณ์หลากหลายและมีการเปลี่ยนแปลง ทำให้คนได้มีโอกาสสร้างสรรค์ เป็นคนสำคัญ และมีความก้าวหน้าจากการเปลี่ยนแปลงเหล่านั้น

3. การไม่มีความรู้สึกผิดหวังต่อชีวิตที่ผ่านมา ถึงแม้ว่าคนเราจะพบกับความผิดหวังต่อหลายสิ่งหลายอย่างในชีวิต แต่ความผิดหวังเหล่านั้นกลับกลายเป็นบทเรียนที่มีคุณค่า คน

ที่มีความสุขในชีวิตมองเห็นว่าความผิดหวังสร้างกำลังใจให้แก่เขา สร้างให้เขามีความสามารถและมีคุณค่ายิ่งขึ้น เขามองเห็นความผิดหวังเป็นเรื่องของการสร้างสรรค์ชีวิต มิใช่ทำลายชีวิต แต่กลับทำให้มีความมุ่งมั่น พยายามมากขึ้นจนได้รับความสำเร็จที่ดี

4. ได้รับผลตอบแทนอันเป็นเป้าหมายที่สำคัญยิ่งหลายอย่าง ซึ่ฮายพบว่าคนที่ประสบความสุขในชีวิตจะเป็นคนที่ได้รับเป้าหมายหลายๆอย่าง อันเป็นผลมาจากการตั้งเป้าหมายไว้หลายๆอย่าง เช่น การมีชีวิตที่สุขสบาย การมีความมั่นคงในชีวิตครอบครัว การได้ทำงานที่มีศักดิ์ศรี และความรู้สึกว่าตนเองได้ประสบความสำเร็จแล้ว

5. มีความพอใจต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการแห่งชีวิตของตน คือการมีความรู้สึกว่าได้ผ่านวัยที่ได้ผ่านมา ตนได้ผ่านแต่ละวัยอย่างมีความสุข ได้รับความรักความอบอุ่นจากครอบครัว การมีร่างกายสมบูรณ์และแข็งแรง มีความรู้สึกว่าครอบครัวได้สร้างพื้นฐานชีวิตให้แก่ตน

6. ได้เป็นที่รัก และตนก็มีความรักให้เขาด้วย คนที่เป็นสุขในชีวิตนั้นไม่เพียงแต่จะเป็นที่รักของคนอื่นแต่เป็นคนที่สามารถมอบความรักให้คนอื่นได้ด้วยและได้พัฒนาแลกเปลี่ยนความรักซึ่งกันและกันอย่างซื่อสัตย์ จริงใจ ทำให้รู้สึกว่าตนมีคุณค่า การได้รักคนอื่น ทำให้รู้สึกว่า ตนมีศักดิ์ศรีมีความรู้สึกว่าจะช่วงเวลาที่ผ่านมา เป็นช่วงเวลาที่มีความหมาย เพราะมีความรักเป็นพื้นฐาน

7. มีเพื่อนมาก คนที่มีความพอใจในชีวิตมีเพื่อนมาก การที่มีเพื่อนมากทำให้เขาได้มีโอกาส หมุนเวียนสังสรรค์ ผ่อนคลาย รู้สึกภาคภูมิใจ

8. เป็นคนร่าเริงแจ่มใส แน่ใจที่สุด คนที่มีความพึงพอใจในชีวิตนั้นไม่เพียงแต่จะมองโลกในแง่ดีเท่านั้น เขาไม่ค่อยจะเครียดกับชีวิตมากนัก และเรียนรู้ที่จะตอบสนองในทางที่สดชื่นมากกว่าการเคร่งเครียด

9. ไม่เป็นคนใจน้อย หนาวบางจนเกินไป คนที่มีความสุขในชีวิตเป็นคนที่จิตใจหนักแน่น มั่นคงไม่อ่อนไหวง่ายไปตามเสียงวิพากษ์วิจารณ์ หรือแม้แต่จะเป็นคนเจ้าอารมณ์ที่ยึดตัวเองเป็นใหญ่ เอาแต่ใจตัวเอง

10. ไม่มีความกลัว คนที่ไม่มีความสุขในชีวิตมักเป็นคนขี้อาย ขลาดกลัว วิตกกังวล ประหม่าง่าย แต่คนที่มีความสุขในชีวิตจะไม่มีลักษณะเช่นนี้ เขาจะเผชิญชีวิตตามสภาพที่เป็นจริง และหากต้องเผชิญกับสิ่งที่เลวร้าย เขาจะแก้ไขสถานการณ์ด้วยปัญญา ด้วยเหตุผล ไม่กลัว

องค์กรอนามัยโลก (วาริวรรณ บุณนิม. 2541: 8; อ้างอิงจาก World Health Organization หรือ WHO) ได้ให้คำจำกัดความของคำว่า สุขภาพจิต (Mental Health) ไว้ว่าของบุคคลที่จะปรับปรุงตนให้มีความสุขและเข้ากับสังคมและสิ่งแวดล้อม มีสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นและสามารถดำรงชีวิตของตนเองได้โดยไม่เสียดุลยภาพ ทำให้มีความสุขกาย สบายใจ รวมทั้งสามารถสนองความต้องการของตนเองในสังคมที่กำลังเปลี่ยนแปลงได้โดยไม่มีข้อขัดแย้งเกิดขึ้นภายในจิตใจ สุขภาพจิตมิได้หมายความว่าเฉพาะเพียงการปราศจากโรคทางจิตและประสาทนั้นแต่รวมถึงการปรับตัวเข้ากับสังคมและสิ่งแวดล้อมได้เป็นอย่างดี

ฝน แสงสิงแก้ว (วาริวรรณ บุณนิม. 2541: 8; อ้างอิงจาก ฝน แสงสิงแก้ว. 2521) บิดาแห่งวงการจิตแพทย์ไทยให้ความหมายของสุขภาพจิต คือ สภาพชีวิตที่เป็นสุข ผู้มีอารมณ์มั่นคง สามารถปรับตัวให้เข้ากับสังคมที่เปลี่ยนแปลงมากๆ ได้ มีสมรรถภาพในการทำงานและอยู่ร่วมกับผู้อื่นด้วยความพอใจ

สมชัย โอศิตำดี (2548: 13) สุขภาพจิตคือ ภาวะของบุคคลด้านความรู้สึกที่มีต่อตนเอง มีต่อผู้อื่น เป็นความสามารถของบุคคลการปรับตัวเข้ากับสังคมสิ่งแวดล้อมได้ดี มีความมั่นคงทางจิตใจหรือแสดงถึงพัฒนาการทางด้านจิตและอารมณ์มีวุฒิภาวะเหมาะสมกับวัยเป็นผู้ที่ไม่มีอาการเจ็บป่วยทางด้านจิตใจ อารมณ์หรือเจ็บป่วยทางด้านร่างกาย ซึ่งมีผลมาจากจิตใจ

พรจิรา วงศ์ชนะภัย (2549: 9) สุขภาพจิต หมายถึง สภาพความสมบูรณ์ทางด้านจิตใจของบุคคลที่สามารถปรับตัวและจิตใจให้เข้ากับสภาพแวดล้อมและสังคมได้อย่างเหมาะสมทั้งในสถานการณ์ปัจจุบันและอนาคต คนที่มีสุขภาพจิตดีสามารถเผชิญและยอมรับความเป็นจริงในชีวิต อารมณ์มั่นคง และอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ด้วยความพอใจ มีสมรรถภาพในการทำงาน สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุขตามอัตภาพ ปราศจากอาการของโรคประสาทและโรคจิต

จากแนวคิดของบุคคลที่ยกตัวอย่างมานี้ สามารถนำมาสรุปความหมายของคำว่า สุขภาพจิต ได้ว่า สุขภาพจิต สภาพความสมบูรณ์ของทางจิตใจ อารมณ์ เชาวน์ปัญญา มนุษยสัมพันธ์ ความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตน เพื่อที่จะสามารถปรับตัวและจิตใจให้เข้ากับบุคคล สภาพแวดล้อม และสังคมได้อย่างเหมาะสมทุกสถานการณ์

### 1.1.2 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิต

จาโฮดา (วาริวรรณ บุณนิม. 2541: 15; อ้างอิงจาก Jahoda. 1958) ผู้นำด้านวิชาสุขภาพจิตท่านหนึ่งได้ให้แนวคิดเกี่ยวกับการที่จะเป็นผู้มีสุขภาพจิตดีว่าจะต้องมีลักษณะ 6 ประการคือ

1. เป็นผู้ที่มีความเข้าใจและยอมรับความจริงเกี่ยวกับตัวเอง
2. เป็นผู้ที่รับรู้โลกภายนอก สภาพแวดล้อมของตนอย่างถูกต้องกับความเป็นจริง
3. เป็นผู้ที่ไม่มีความขัดแย้งในใจ และเป็นผู้ที่มีความสามารถจัดการกับความเครียดของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ
4. เป็นผู้ที่สามารถพัฒนาศักยภาพด้านร่างกาย เชาวน์ปัญญา สังคม ของตนเองขึ้นมาเพื่อปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมได้เป็นอย่างดี
5. เป็นผู้ที่มีความซื่อตรงต่อตนเองและรู้ดีว่าในชีวิตนี้ตนต้องการอะไร
6. เป็นผู้ที่ตระหนักในความสำคัญของการเพิ่มพูนศักยภาพของตนเองอยู่อย่างสม่ำเสมอและพยายามผลักดันตัวเองไปสู่จุดแห่งความพึงพอใจ

แทคเคอเรย์ และ คณะ (Thackeray and others. 1979: 8-11) ได้ให้ความเห็นว่า คนที่มีสุขภาพจิตดีจะมีลักษณะดังนี้

### 1. ความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า

การมีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองเป็นสิ่งสำคัญมากต่อสุขภาพจิตของบุคคล เพราะความรู้สึกที่ดีต่อตัวเองนี้จะเป็พื้นฐานของพฤติกรรมอื่น ๆ ที่จะติดตามมา อาทิเช่น แรงปรารถนา ความใฝ่ฝัน ทั้งในปัจจุบันและในอนาคตพูดถึงแรงปรารถนาพื้นฐานที่มนุษย์ต้องการมากที่สุด คนเราต้องการอะไรในชีวิต มีการศึกษากันมาก พบว่า เรามีความต้องการอยู่ 4 อย่าง คือ (1) ต้องการความมั่นคงในชีวิต (2) ต้องการการยอมรับนับถือจากคนอื่นในสังคม (3) ต้องการประสบการณ์ใหม่ ๆ จากการเรียนรู้และการมีส่วนร่วมในชุมชน (4) ต้องการเป็นผู้กระทำหรือการได้เป็นผู้มีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ของชุมชน ความต้องการทั้ง 4 ประการนี้จะนำไปสู่ภาวะการมีสุขภาพจิตดีรู้สึกว่าคุณค่า การรู้สึกว่าคุณค่าทำให้สุขภาพจิตดีเพราะ

1.1 การยอมรับตัวเองเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับการมีสุขภาพจิตดี หมายความว่า ความรู้สึกที่ดีต่อตัวเราต่อร่างกายของเรา และพฤติกรรมของเรา เหล่านี้ เป็นสิ่งจำเป็นต่อการมีสุขภาพจิตดี ความจำกัดนี้เป็นเหตุให้คนไม่สมบูรณ์เสมอไป เราจะยอมรับข้อจำกัดเหล่านี้ของเราได้อย่างไร ถ้าเราไม่ยอมรับตัวเอง คือ รู้สึกไม่เป็นสุขต่อข้อจำกัด ความบกพร่องเหล่านั้นแล้ว ก็จะทำให้คนมีความรู้สึกที่ไม่ดีต่อตัวเอง เมื่อรู้สึกว่าตัวเองไม่ดีแล้วจะมีความสุขได้อย่างไร

1.2 ความรู้สึกว่าคุณค่า คนที่ยอมรับตัวเองจะมองว่าคุณค่าทั้งต่อตัวเองและต่อบุคคลอื่นในสังคม ความรู้สึกนี้จะส่งผลให้มีความภาคภูมิใจในตัวเอง รู้สึกว่าคุณเป็นคนมีความหมาย มิใช่ไร้คุณค่า คนที่สุขภาพจิตดีจะใช้ศักยภาพแห่งสุขภาพแห่งสุขภาพจิตที่ดีนั้น เพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดแก่ตัวเอง ครอบครัว ชุมชน และมีความรู้สึกพึงพอใจ ภาคภูมิใจที่ตนเองได้ทำเช่นนั้น

### 2. ความพึงพอใจต่อบทบาทของชีวิต

คนที่สุขภาพจิตดีจะมีความรู้สึกว่าคุณค่าเป็นคนสำคัญในทุกช่วงวัยของชีวิต ตั้งแต่วัยเด็กจนถึงวัยสูงอายุ เป็นผู้ที่มีความสามารถในการสร้างสรรค์และทำคุณประโยชน์ได้อย่างมากมาย

2.1 คนที่สุขภาพจิตดีจะมีความชื่นชมกับบทบาทของตนเองอยู่เสมอ มีความรู้สึกพึงพอใจต่อบทบาทในครอบครัว ความเป็นสามีภรรยา ความเป็นพ่อแม่ ความเป็นลูก บทบาทในชุมชน ความพึงพอใจในอาชีพของตน และความพอใจในบทบาทที่ตนได้แสดงออกในสังคม

2.2 ความรู้สึกที่ดีต่อตัวเองเหล่านี้เป็นผลมาจากผลงานเท่า ๆ กันเป็นผลมาจากการที่ได้เรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ เพิ่มขึ้นจากการได้แสดงบทบาทเหล่านั้น มีขวัญและกำลังใจที่จะทำเช่นนั้นต่อไปอีก รู้สึกว่าเป็นคนที่ได้รับผลกำไรจากการกระทำอยู่เสมอ ไม่ว่าจะอยู่ในครอบครัว งานอาชีพและชุมชน จึงกลายเป็นคนที่มีความหวังและมีความพอใจในผลงานของตนเอง

2.3 คนที่สุขภาพจิตดีจะรู้สึกพึงพอใจ จากประสบการณ์หลากหลาย รวมทั้งประสบการณ์ใหม่ๆ เขาจะไม่เป็นคนจู้จู้จุกจิกหรือหัวเสียบ่ายๆ ต่อสถานการณ์ใหม่ๆ ที่เกิดขึ้นอย่างไม่คาดฝัน เขาจะเป็นคนที่ใจกว้าง มีโลกทัศน์กว้าง ยอมรับสิ่งใหม่มากกว่าที่จะผูกติดอยู่กับโลกทัศน์เก่าๆ

### 3. การมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

องค์ประกอบประการที่สามของการมีสุขภาพจิตดีคือความสามารถในการสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น ชีวิตของคนเรามีได้อยู่โดดเดี่ยว คนที่สามารถยอมรับตัวเองและยอมรับคนอื่นจัดได้ว่าเป็นคนที่มีการปรับตัวดีและมีสุขภาพจิตดี อีริก เบอเรน (Eric Berne. 1970) (Corsini. 1980: Vol 1, 145) ประมาจารย์ของทฤษฎีการวิเคราะห์การสื่อสาร (Transactional analysis) ได้เน้นถึงความสำคัญของการยอมรับตัวเองและการยอมรับคนอื่นโดยเขามีความเห็นว่าการสัมพันธภาพระหว่างบุคคลก็คือการแลกเปลี่ยนการกระทำซึ่งกันและกัน เพราะเมื่อ 2 คนมาประจันหน้ากัน ไม่ช้าไม่นานคนหนึ่งจะต้องแสดงปฏิกิริยาออกมา เช่นการพูด การแสดงท่าทางเพื่อแสดงให้เห็นว่าเขารับรู้การปรากฏตัวหรือการมีอยู่ของคนอื่น การปรากฏตัวของคนอื่นเรียกว่า transactional stimulus อีกฝ่ายหนึ่งก็จะตอบสนองออกมาอย่างสัมพันธ์กับสิ่งเร้านั้น เรียกว่า transactional response ดังนั้น transactional analysis ก็คือการวิเคราะห์สัมพันธภาพระหว่างบุคคลและเสนอแนวคิดที่ว่า“เมื่อฉันทำอะไรให้เธอ เธอก็ควรจะทำอะไรให้ฉันเป็นการตอบแทนบ้าง ”

3.1 สุขภาพจิตดี หมายถึงการยอมรับคนอื่นอย่างจริงจัง เช่นการยอมรับในสิทธิของเขา ยอมรับในการกระทำของเขา รวมทั้งการไม่มีอคติ จะต้องมีความจริงใจต่อกัน และไม่มีความรู้สึกอิจฉาคนอื่น

3.2 การปฏิสัมพันธ์และการตอบสนองซึ่งกันและกันจากพื้นฐานของความพอใจ ซึ่งกันและกันเป็นคุณสมบัติของผู้มีสุขภาพจิตดี รวมถึงความเต็มใจในการรับฟังคนอื่นและมีส่วนร่วมในความคิด ความรู้สึกของเพื่อน เป็นคนที่เข้าใจความรู้สึก ของคนอื่นได้ดี

3.3 การให้การยอมรับผู้อื่นเป็นสิ่งสำคัญอีกประการหนึ่งของการมีสุขภาพจิตดี มีหลักอยู่ว่าคนต้องการได้รับการยกย่อง การยอมรับนับถือจากคนอื่น โดยเฉพาะอย่างยิ่งคนที่เราใกล้ชิดด้วย ดังนั้น คนที่สามารถแสดงความชื่นชมคนอื่นได้ด้วยความจริงใจ จึงเป็นคนที่สุขภาพจิตดี

อีริก อีริกสัน (Erikson) (Coiman and others 1980: 73-76) มีทัศนะเกี่ยวกับสุขภาพจิตของคนว่า คนที่จะมีสุขภาพจิตดีคือคนที่สามารถเอาชนะอุปสรรคอันเกิดจากความขัดแย้งในใจ อันมีสาเหตุมาจากภาวะวิกฤติตามขั้นแห่งพัฒนาการในแต่ละวัย คนเราจะมีภาวะวิกฤติชีวิตที่จะนำไปสู่ความล้มเหลวของการปรับตัว ความรู้สึกที่ไม่ดีเกี่ยวกับตัวเองและทำให้ให้สุขภาพจิตไม่ดี คนที่จะมีสุขภาพจิตดีจะประกอบด้วยคุณลักษณะของความรู้สึกไวเนื้อเชื้อใจ รู้สึกว่าตนเป็นที่รักของพ่อแม่ มีความเป็นอิสระ เป็นตัวของตัวเอง ไม่รู้สึกว่าตนถูกคุกคามสวัสดิภาพเป็นผู้ที่มีความคิดริเริ่ม มีความต้องการที่จะสร้างสรรค์และการกระทำต่อสิ่งแวดล้อม การได้ทำให้เป็นสุขใจ มีความ

เข้าใจและรู้จักตนเองตามสภาพ สามารถให้ความรักและสนิทสนมกับผู้อื่น สามารถสร้างหลักฐานของตนเองให้เป็นปีกแผ่นและเป็นผู้นำของคนรุ่นหลังได้ และมีความรู้สึกภาคภูมิใจในผลงานชีวิตของตนเท่าที่ผ่านมา ส่วนคนที่สุขภาพจิตใจไม่ดีก็จะมีลักษณะของการรู้สึกที่ไม่ได้รับความรัก การยอมรับจากพ่อแม่หรือคนเลี้ยง ไม่ได้รับความอิสระ ไม่เป็นตัวของตัวเอง รู้สึกว่าชีวิตถูกคุกคามด้วยอำนาจอื่น ๆ ไม่สามารถที่จะแสดงความคิดริเริ่มของตนได้อย่างเสรี ขาดโอกาสที่จะได้สร้างสรรค์ผลงาน ทำให้ขาดความเข้าใจในสถานภาพของตนเอง ไม่สามารถที่จะให้ความรักและการสนิทสนมกับคนอื่น ๆ ได้ ไม่สามารถที่จะสร้างตนให้เป็นปีกแผ่นแน่นอนหนาได้ รู้สึกไม่ภาคภูมิใจต่อผลงานชีวิตที่ผ่านมา

ซิกมันด์ ฟรอยด์ (Corsini. 1984: Vol 1, 37-38) นักจิตวิทยากลุ่มจิตวิเคราะห์ มีทัศนะว่าคนที่จะมีสุขภาพจิตดี คือคนที่สามารถรักษาความสมดุลของตัวประกอบบุคลิกภาพไว้ได้ องค์ประกอบของบุคลิกภาพมีอยู่ 3 อย่างคือ id ego และ superego หากองค์ประกอบทั้ง 3 นี้ทำงานประสานกันได้เป็นอย่างดี สภาพจิตใจของคนก็จะมีคุณสมบัติปราศจากความขัดแย้งในใจ (conflict) ความรู้สึกผิด (guilty) เป็นคนที่ยอมรับความเป็นจริงตามสภาพที่เป็นอยู่และสามารถปรับตัวเข้ากับความเป็นจริงเหล่านั้นได้ ไม่ดำรงตนอยู่ในสภาพของการหลอกลวงตนเอง เช่นการใช้กลไกทางจิตใจในการป้องกันตนเอง (defense mechanism) และทั้งยังสามารถปรับตัวเองแสดงบทบาทได้ตามสถานภาพทางเพศที่เป็นจริงของตน คนที่จะมีสุขภาพจิตดีตามความเห็นของนักจิตวิเคราะห์คือคนที่ไม่อยู่ในภาวะวิตกกังวล (anxiety) และมีความเห็นว่าเป็นสาเหตุหลักของความวิตกกังวลคือสาเหตุที่เกิดจากการขัดแย้งกันของ id ego และ superego ความวิตกกังวลเกิดขึ้นจากสภาพภายในบุคลิกภาพของตน มิได้เกิดจากสถานการณ์ภายนอก ความขัดแย้งในใจ และความรู้สึกผิด เป็นสาเหตุหลักของความวิตกกังวล

มาสโลว์ (Corsini. 1984: Vol 2, 342-343) นักจิตวิทยาที่มีชื่อเสียงซึ่งเป็นที่ยอมรับกันทั่วโลกให้ความเห็นว่า การที่คนจะมีสุขภาพจิตดีนั้น ให้ดูจากการที่บุคคลนั้นได้พัฒนาความสามารถที่จะตระหนักในคุณค่าของตัวเองอย่างแท้จริง ซึ่งหมายถึงความสามารถที่จะรู้จักตัวเองในทุกๆด้านและนำเอาสิ่งที่ดีเหล่านั้นมาใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ มาสโลว์ มีความเชื่อว่าคนเราแต่ละคนจะต้องมีความต้องการพื้นฐานอยู่ 5 ประการ ซึ่งความต้องการเหล่านี้จะพัฒนาขึ้นมาอย่างเป็นลำดับตามขั้นตอน ความต้องการของมนุษย์จะเริ่มต้นจากความต้องการที่สูงสุดของมนุษย์ มาสโลว์มีความคิดว่าความต้องการขั้นพื้นฐานต่ำสุด คือความต้องการทางสรีระนั้นจะต้องเกิดขึ้นก่อน จะต้องได้รับการตอบสนองก่อน เมื่อความต้องการเช่นนี้ได้รับพึงพอใจแล้วจะพัฒนาไปสู่ความต้องการลำดับขั้นต่อไป หากความต้องการที่เป็นพื้นฐานไม่ได้รับการตอบสนอง ความต้องการในลำดับต่อไปก็จะไม่สามารถพัฒนาขึ้นมาได้ ความต้องการของมนุษย์ทั้ง 5 ขั้นและที่มีความสัมพันธ์กับสุขภาพจิต มีดังนี้

ความต้องการทางสรีระ (Physiological needs) เป็นความต้องการที่ส่งเสริมให้เราสามารถมีชีวิตอยู่ได้เช่นชีวิตต้องการอากาศหายใจ ต้องการน้ำ ต้องการอาหาร ต้องการที่พัก

อาศัย ต้องการเครื่องนุ่งห่ม ต้องการยารักษาโรค ต้องการการพักผ่อน เมื่อความต้องการทางทาง สรีระได้รับการตอบสนองอย่างสมบูรณ์แล้ว ความต้องการความปลอดภัย (safety needs) ก็จะเกิดขึ้นมาเป็นลำดับที่ 2 ความต้องการทำนองนี้ก็ได้แก่ ความต้องการที่จะให้ร่างกายปลอดภัยจากความเจ็บปวด การถูกคุกคามทางร่างกายทั้งหลาย พ่อแม่จัดได้ว่าเป็นผู้ให้การคุ้มครองแก่ลูก คอยปกป้องมิให้ได้ถูกรับอันตรายต่างๆ จากนั้น พ่อแม่ก็ได้สอนให้ลูกมีความระมัดระวังที่จะรักษาตัวเองให้รอดพ้นจากอันตรายและความเจ็บปวดทั้งหลาย เราจึงเรียนรู้ที่จะข้ามถนนอย่างระมัดระวัง ขับรถด้วยความระมัดระวัง เราใช้ร่มและเสื้อกันฝนในขณะที่เดินกลางฝน เราหลีกเลี่ยงออกจากสารเคมีที่เป็นอันตรายละจากสัตว์ร้ายทั้งหลาย และที่สำคัญเมื่อเราเข้านอนเราปิดประตูบ้านประตูห้องอย่างเรียบร้อย

เมื่อความต้องการที่ 2 ได้รับการตอบสนองเป็นอย่างดีแล้ว ความต้องการประการที่ 3 คือ ความต้องการความรักและการเป็นเจ้าของ (love and belonging needs) ก็จะมีบังเกิดขึ้นตามมา ความต้องการประเภทนี้จะเกี่ยวกับแรงปรารถนาที่จะให้ตนเป็นที่รักของคนอื่น อันได้แก่ การเป็นที่รักของพ่อแม่ ญาติ เพื่อน และคนพิเศษ เมื่อเจริญเติบโตขึ้นเราก็จะเป็นสมาชิกคนหนึ่งของกลุ่มเพื่อนในสังคม เช่น เป็นสมาชิกคนหนึ่งของครอบครัว ของกลุ่มเพื่อนที่โรงเรียน ของทีมฟุตบอล และเป็นสมาชิกของชมรมหรือสมาคมใดสมาคมหนึ่งในชุมชนนั้นๆ เมื่อความต้องการเหล่านี้สมบูรณ์แล้ว ก็จะพัฒนาไปสู่ความต้องการประการที่ 4 คือ ความต้องการยอมรับตนเอง (esteem needs) เป็นความต้องการที่จะยอมรับและนับถือตนเองพร้อมกับความต้องการการยอมรับคนอื่น ความต้องการชนิดนี้ขึ้นอยู่กับความสามารถที่จะรู้สึกได้ว่าตนเป็นคนที่มีประโยชน์ เป็นที่มีสาระของชีวิตสามารถกระทำและสามารถให้การสร้างสรรค์แก่สังคมได้ เราได้ทำอะไรสักอย่างหนึ่งที่ทำให้เกิดความภาคภูมิใจในตัวเองขึ้นมาสิ่งเหล่านี้มักจะเกี่ยวกับความสำเร็จในการกระทำของเรา เช่น เด็กสามารถอ่านหนังสือได้เอง แต่งตัวได้เอง ไปโรงเรียนด้วยตัวเองได้ ทำการบ้านเองได้ การมีความสามารถที่ทำอะไรได้ด้วยตัวของตัวเองนี้ทำให้คนรับรู้ในความสำเร็จอันเกิดจากการกระทำของตน นำไปสู่ความภาคภูมิใจในตนเอง หากความต้องการทั้ง 4 ประการนี้อยู่อย่างชัดเจนแล้ว จุดสูงสุดแห่งความต้องการของคนเราคือ ความต้องการที่จะใช้ความสามารถหรือศักยภาพในตนเองอย่างเต็มที่ (self-actualization needs) ซึ่งหมายถึงการที่บุคคลได้ตระหนักได้รับรู้ศักยภาพความสามารถและความพิเศษที่แท้จริงของตนเอง ความรู้เช่นนี้จะทำให้คนเรายอมรับตัวเองมากขึ้นเห็นว่าตนเป็นผู้ที่มีคุณค่า มีชีวิตที่สง่า สามารถทำประโยชน์ให้แก่ตนเองและสังคมได้อย่างดีที่สุดในที่สุด

การที่คนจะพัฒนามาถึงจุดสูงสุดแห่งความต้องการนี้ จะต้องฟันฝ่าอุปสรรคมากมายและเมื่อเดินทางมาถึงจุดนี้คนจะรู้สึกว่าตนได้เดินทางมาถึงจุดสูงสุดแห่งชีวิตแล้ว มีความสุข มีความพอใจในชีวิตของตนเองเป็นผู้ที่มีสุขภาพจิตดี ลักษณะที่แสดงถึงการตระหนักในคุณค่าของตนเองอย่างแท้จริงนี้จะแสดงออกได้ใน 15 ลักษณะ คือ

1. มีการรับรู้ตรงตามสภาพที่เป็นจริง

2. มีการยอมรับตนเองและคนอื่น รับผิดชอบต่อสภาพแวดล้อมต่างๆตามความเป็นจริง
3. เป็นผู้ที่มีความกระตือรือร้นในชีวิต และมีการแสดงออกที่เป็นไปตามธรรมชาติ
4. เป็นผู้ที่ไตร่ตรองแสวงหาต้นเหตุของปัญหาและแก้ปัญหาเหล่านั้นได้ อย่างสร้างสรรค์
5. เป็นผู้ที่มีความพอใจในสภาพความเป็นไปของชีวิตของตน
6. มีทัศนคติต่อชีวิตในลักษณะตนเป็นที่พึ่งแห่งตน
7. เป็นผู้ที่มีความชื่นชมและเห็นคุณค่าของประสบการณ์ชีวิตทั้งของตนเองและของผู้อื่น
8. เป็นผู้ที่สามารถรับรู้ประสบการณ์ที่เป็นความสูงสุดของชีวิต เกิดความรู้สึกที่มีคุณค่าจากประสบการณ์นั้น
9. เป็นผู้ที่มีความสนใจการอยู่ร่วมกันอย่างสันติในสังคม สามารถสร้างมิตรภาพกับคนทั่วไปได้
10. เป็นผู้ที่สามารถสร้างสัมพันธภาพที่แนบแน่นลึกซึ้งกับคนใดคนหนึ่งได้
11. เป็นผู้ที่มีทัศนคติและเห็นคุณค่าของความเป็นประชาธิปไตย
12. เป็นผู้ที่มีโลกทัศน์กว้าง
13. เป็นผู้ที่มีอารมณ์ขัน
14. เป็นผู้ที่มีความคิดสร้างสรรค์
15. เป็นผู้ที่มีความยินดีที่จะแสวงหาประสบการณ์ใหม่

### 1.1.3 ปัจจัยที่ก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพจิต

อบรม สินภิบาล (2540: 27-29) สรุปสาเหตุของโรคประสาท โรคจิตที่วงการแพทย์ยอมรับมี 3 ประการ ดังนี้

1. สภาพกาย ได้แก่ พันธุกรรม สมอ่งทำงานผิดปกติ ผลจากการได้รับรังสีเอ็กซ์ เป็นต้น
2. สภาพจิตใจ ได้แก่ การขาดความรัก ความอบอุ่น การมีประสบการณ์ที่ทำให้รู้สึกหวาดหวั่น ถูกขู่เข็ญ เป็นต้น
3. สภาพแวดล้อม ได้แก่ สภาพเศรษฐกิจบีบคั้น สภาพาสงคราม ถูกกริรอนเสรีภาพ การย้ายที่อยู่ เป็นต้น

สมชาย จักรพันธ์ (2541: 41-42) กล่าวถึงสาเหตุของโรคประสาท โรคจิต ซึ่งมีผู้ตั้งทฤษฎีต่างๆไว้ 3 ประเภท ขึ้นอยู่กับว่ากลุ่มใดมีความเชื่อแน่นหนักไปด้านไหน ดังนี้

กลุ่มแรก เชื่อในความผิดปกติทางกาย (Organic Concept) เช่น มีพยาธิสภาพในสมอง มีความผิดปกติของระบบต่อมไร้ท่อ ระบบการเผาผลาญ

กลุ่มที่สอง เชื่อในความผิดปกติทางพันธุกรรม (Hereditary Concept) ซึ่งได้รับแนวคิดจากชาร์ล ดาร์วิน เชื่อว่า ผู้ป่วยโรคจิตจะมีความผิดปกติทางพันธุกรรม และสมองเจริญเติบโตไม่เต็มที่ แต่ยอมรับว่าส่วนหนึ่งเป็นผลมาจากการปรับตัวให้เข้ากับสังคมยุคใหม่ไม่ได้

กลุ่มที่สาม เชื่อว่าความผิดปกติทางจิต อาจเกิดจากสภาพสังคมเปลี่ยนแปลง ความบีบคั้นในด้านต่างๆ หรือผู้ป่วยเองอยู่ในวัยเสี่ยงต่อการเจ็บป่วย เช่น ผู้ป่วยวัยรุ่น วัยชรา เป็นต้น

อัมพร โอตระกุล (2541: 55) สรุปสาเหตุของภาวะผิดปกติทางจิตจากมุมมองด้านจิตวิทยาว่าเกิดจากปัจจัยสำคัญ 2 ด้าน ดังนี้

### 1. ปัจจัยที่เกิดจากภายในตัวบุคคล ซึ่งแบ่งออกเป็น 2 ประการ ได้แก่

1.1 สาเหตุของร่างกาย เมื่อร่างกายเจ็บป่วยหรือมีโรคประจำตัวเรื้อรัง จะทำให้บุคคลนั้นมีอารมณ์แปรปรวน เช่น หงุดหงิด ฉุนเฉียวง่าย ทำงานไม่เต็มความสามารถ เมื่อเจ็บป่วยนานๆ จะทำให้อารมณ์เปลี่ยนแปลงมากขึ้น เกิดความวิตกกังวล ท้อแท้ ซึ่งอาจนำไปสู่อาการทางจิตประสาทได้ นอกจากนี้ยังรวมถึงความพิการทางร่างกาย ซึ่งพิการโดยทั่วไปมักมีอาการอ่อนไหวง่าย เมื่อได้รับการล้อเลียน ทำให้คิดมากและมีผลต่อสุขภาพจิตได้

1.2 สาเหตุของจิตใจ เนื่องจากมนุษย์มีความต้องการด้านจิตใจอยู่เสมอ トラบไตที่ยังมีชีวิตอยู่ ความต้องการดังกล่าว คือ ความต้องการพื้นฐานที่เป็นแบบแผนเดียวกันกับทฤษฎีของมาสโลว์ (Maslow) ซึ่งแบ่งออกเป็น 5 ชั้น ดังนี้

ชั้นที่ 1 ต้องการด้านร่างกาย เช่น ต้องการอาหาร ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม เป็นต้น

ชั้นที่ 2 ต้องการความปลอดภัย ไม่ต้องการให้ชีวิตได้รับอันตราย

ชั้นที่ 3 ต้องการความรัก เช่น ความรักจากพ่อแม่ เพื่อน เป็นต้น

ชั้นที่ 4 ต้องการมีชื่อเสียง เช่น อยากให้เป็นที่รู้จักของสังคม

ชั้นที่ 5 ต้องการประสบความสำเร็จ เช่น ประสบความสำเร็จด้านการประกอบอาชีพ ด้านการเรียน เป็นต้น

ในความต้องการชั้นพื้นฐานทั้ง 5 ชั้นดังกล่าว บางคนก็สมปรารถนาทุกชั้น บางคนก็ได้เพียง 2 – 3 ชั้น และกว่าจะได้ตามความต้องการแต่ละชั้นก็พบกับอุปสรรคมากมาย ถึงแม้จะพยายามต่อสู้ก็ไม่สมกับที่หวังไว้และไม่อาจทำได้ ก็จะทำให้เกิดความทุกข์ ไม่สบายใจ ถ้าความไม่สบายใจเกิดขึ้นเป็นเวลานาน อาจทำให้ความเจ็บป่วยทางจิตได้

### 2. ปัจจัยที่เกิดจากภายนอกตัวบุคคล

ปัจจัยภายนอกตัวบุคคลที่อาจก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพจิต มีดังนี้

2.1 สาเหตุจากครอบครัวและสัมพันธภาพระหว่างพ่อ แม่ ลูก บุคคลที่ไม่ได้รับการเลี้ยงดูจากพ่อแม่ด้วยความรัก ความอบอุ่น อยู่ในครอบครัวที่ไม่มีความสุข ก็จะทำให้บุคคลนั้นขาดความรัก ความอบอุ่น และประสบการณ์ของสัมพันธภาพที่ดีจากครอบครัว เมื่อโตขึ้น

ไม่สามารถปรับตัวได้ จิตใจไม่ เข้มแข็งไม่สามารถเผชิญปัญหาและอุปสรรคต่างๆ ของชีวิต ซึ่งจะนำไปสู่ปัญหาสุขภาพจิตได้

2.2 สาเหตุจากภาวะการณืแวดล้อมต่างๆ ได้แก่ เหตุการณ์หรือกิจกรรมที่เกิดขึ้นในช่วงวัยต่างๆ ที่คนเราต้องปรับตัว เช่น วัยเด็กต้องต่อสู้กับการเรียน การสอบแข่งขัน วัยผู้ใหญ่ต้องปรับตัวเรื่องความรัก การครองเรือน เป็นต้น ถ้าปรับตัวไม่ได้ก็จะทำให้เกิดปัญหาสุขภาพจิต นอกจากนี้ยังรวมถึงปัญหาด้านเศรษฐกิจ การประสพภัยธรรมชาติ เช่น น้ำท่วม แผ่นดินไหว เป็นต้น ซึ่งภาวะการณืเหล่านี้จะมีผลกระทบต่อจิตใจ ทำให้เกิดปัญหาสุขภาพจิตได้

2.3 สาเหตุจากวัฒนธรรมและค่านิยมของสังคม ในสังคมที่อยู่หากมีการเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรม ประเพณีอย่างรวดเร็ว เช่น เด็กและวัยรุ่น มักรับวัฒนธรรมที่เปลี่ยนใหม่ ได้ง่ายและรวดเร็วประพตติตนตามวัฒนธรรมใหม่ ซึ่งจะเกิดความขัดแย้งกับผู้ใหญ่ ทำให้ผู้ใหญ่ไม่พอใจ ส่งผลให้เกิดปัญหาสุขภาพจิตได้

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้น สรุปปัจจัยที่ก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพจิต ได้ดังนี้

#### 1. ปัจจัยที่เกิดจากภายในตัวบุคคล ประกอบด้วย

##### 1.1 ด้านร่างกาย

##### 1.2 ด้านจิตใจ

#### 2. ปัจจัยที่เกิดจากภายนอกตัวบุคคล ได้แก่

##### 2.1 สภาพแวดล้อม แบ่งออกเป็น

##### 2.1.1 ด้านครอบครัว

##### 2.1.2 ภาวะการณืต่างๆ

##### 2.1.3 วัฒนธรรมและค่านิยมที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว

#### 1.1.4 อาการแสดงออกของปัญหาสุขภาพจิต

ผู้ที่มีปัญหาสุขภาพจิตจะมีอาการที่ตนรู้สึกได้เอง หรืออาการแสดงที่ผู้อื่นสังเกตเห็นได้ อาการแสดงออกของปัญหาสุขภาพจิต ได้แก่ (มุกดา สุขสมาน. 2540: 140–141)

1. อาการทางกาย มีอาการของการเจ็บป่วยทางกาย เช่น ความกังวล ทำให้ระบบหัวใจผิดปกติ มีอาการใจสั่น ใจเต้น แสดงอาการหอบ ระบบทางเดินอาหาร ได้แก่ ท้องอืด ท้องเฟ้อ ความกังวลทำให้รับประทานอาหารไม่ได้ หรือรับประทานอาหารมากเกินไป นอนไม่หลับ อ่อนเพลีย ปัสสาวะบ่อย ท้องผูก ท้องเดิน ประจำเดือนไม่มาตามปกติ ความดันโลหิตสูง ปวดศีรษะ เป็นลม ชักเกร็ง ปวดข้อ ปวดหลัง เป็นต้น

2. อาการทางใจ ได้แก่ อาการที่แสดงออกทางความรู้สึก ความคิด อารมณ์ ความจำ สมาธิ เช่น

ด้านความรู้สึก ได้แก่ รู้สึกไม่สบายใจ น้อยใจ ไม่รักใคร่ หลงตัวเอง

ด้านความคิด ได้แก่ หมกมุ่น ฟุ้งซ่าน สับสน คิดมาก หลงผิด ประสาทหลอน หูแว่ว เบื่อชีวิต คิดอยากตาย มีความคิดแปลกๆ

ด้านอารมณ์ ได้แก่ ซึมเศร้า กังวล อารมณ์อ่อนไหว เปลี่ยนแปลงง่าย ครั่นเครง มากเกินไป อารมณ์ไม่เหมาะสม ไม่มีสมาธิ และความจำเสื่อม

3. อาการทางพฤติกรรม ได้แก่ การแสดงออกแตกต่างจากปกติ หรือลักษณะ สังคมไม่ยอมรับ เช่น ก้าวร้าว ทำลายทรัพย์สิน ทำร้ายผู้อื่น แยกตัว ดิตยาเสพติด ประพฤติผิดทาง เพศ เจ้าระเบียบเกินไป ย้ำคิดย้ำทำ ฟังพหูอื่น แต่งกายไม่เหมาะสมกับเพศและวัย ลักขโมย พุด ปรต เป็นต้น

4. การเจ็บป่วยทางจิต แบ่งเป็น 2 ชนิด คือ

4.1 โรคประสาท (Neurosis) เป็นความผิดปกติของจิตใจ ค่อนข้างรุนแรง มีความวิตกกังวลเป็นอาการหลักร่วมกับอาการทางจิตอื่นๆ ผู้ป่วยจะมีอาการนานเกิน 1 เดือน อาการ เหล่านี้จะรบกวน ผู้ป่วยไม่สามารถปฏิบัติหน้าที่การทำงานได้ตามปกติ ผู้ป่วยทราบว่าตนเองมีความ ผิดปกติของจิตใจ และต้องการรับการรักษา อาการของโรคแบ่งเป็น 7 ชนิด คือ

4.1.1 วิตกกังวลมากโดยไม่ทราบสาเหตุและมีอาการทางกายที่มีสาเหตุ จากจิตใจร่วมด้วย

4.1.2 อาการคล้ายชักกระตุก หรือ คล้ายผีเข้าทรง

4.1.3 หวาดกลัวสิ่งใดสิ่งหนึ่งรุนแรงโดยไม่มีสาเหตุ

4.1.4 ย้ำคิดย้ำทำเสมอ ทั้งที่รู้ตัว แต่ควบคุมไม่ได้

4.1.5 เสียใจ เศร้าซึมเกินกว่าเหตุ อาจมีความคิดอยากตาย

4.1.6 อ่อนเพลีย เบื่อหน่าย

4.1.7 หมกมุ่นกับความเจ็บป่วยของตนเอง

4.2 โรคจิต (Psychosis) เป็นภาวะที่มีความผิดปกติทางจิตใจขั้นรุนแรงซึ่ง สูญเสียหน้าที่การทำงานของจิตใจถึงระดับที่ไม่ทราบว่าตนเองมีความผิดปกติ ไม่สามารถช่วยเหลือ ตนเองในการดำรงชีวิตตามปกติ ไม่สามารถรับรู้สิ่งที่เป็นอย่างจริงได้ บุคลิกภาพเปลี่ยนไปจากเดิม ไม่สนใจในกิจวัตรประจำวันของตนเอง อาการโรคจิตอาจแบ่งเป็นกลุ่มใหญ่ๆ 6 กลุ่ม คือ

4.2.1 คลุ้มคลั่ง เอะอะอาละวาด เกรี้ยวกราด ดุร้าย

4.2.2 ยึดคนเดียว พุดพึมพำ เดินไปมา

4.2.3 ประสาทหลอน ได้ยินเสียงคนมาพุดคุยด้วยโดยไม่มีตัวตนเห็น ภาพ แปลกๆ

4.2.4 หลงผิด หวาดระแวง กลัวถูกทำร้าย

4.2.5 ซึมเฉย แยกตนเอง ไม่พุดกับใคร

4.2.6 อาการหลายๆ อย่าง เช่น บางครั้งเอะอะ บางครั้งซึมเฉย บางราย มีอาการหลงผิด หวาดกลัว และประสาทหลอน (กองสุขภาพจิต กรมการแพทย์ กระทรวง สาธารณสุข. 2541: 18-19)

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้น สรุปอาการแสดงออกของปัญหาสุขภาพจิต ได้ดังนี้

1. อาการทางกาย
2. อาการทางใจ
3. อาการทางพฤติกรรม
4. อาการเจ็บป่วยทางจิต แบ่งเป็น 2 ชนิด คือ
  - 4.1 โรคประสาท
  - 4.2 โรคจิต

### 1.1.5 ลักษณะของผู้ที่มีสุขภาพจิตดี

สุภาพรณ โคตรจรัส (2540: 114-116) กล่าวว่า ผู้ที่มีสุขภาพจิตดี มีลักษณะดังนี้

1. ด้านปัญญา ความคิด ความเข้าใจ เป็นผู้ที่มีการรับรู้ที่ตรงตามความเป็นจริง ใช้สติปัญญาประกอบในการพิจารณาตนเองและสิ่งแวดล้อม คิดและทำอย่างมีเหตุผล รับรู้และเผชิญปัญหาตามความเป็นจริง เต็มใจที่จะใช้วิธีแก้ปัญหาโดยตรงในการเผชิญปัญหา
2. ด้านประสบการณ์ทางอารมณ์ สามารถเผชิญความตึงเครียดและความกดดันต่างๆ ได้เป็นอย่างดี เมื่อเผชิญปัญหาจะไม่กระทบกระเทือนเกินกว่าเหตุ รักษาอารมณ์ไว้ได้ในระดับสม่ำเสมอ แสดงอารมณ์ได้เหมาะสมกับสภาพการณ์ มีความมั่นคงทางอารมณ์ สามารถเอาชนะความขัดแย้งในใจ ทั้งภายในและภายนอกได้
3. ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี ไม่แยกตัวอยู่คนเดียว หรือแสวงหากิจกรรมทางสังคมมากเกินไป จนทำให้มีความสัมพันธ์กับผู้อื่นเพียงผิวเผิน หรือพึ่งพาผู้อื่นจนรู้สึกเป็นภาระ ไม่ได้คบผู้อื่นเพื่อหวังประโยชน์ส่วนตัว ยอมรับและเข้าใจในตนเองและผู้อื่นอย่างแท้จริง มีความจริงใจ มีสัมพันธภาพที่อบอุ่น
4. ด้านการทำงาน ทำงานได้เต็มความสามารถ เลือกอาชีพได้ตรงกับความสนใจและความสามารถของตนเอง รับรู้และรู้สึกว่าเป็นประโยชน์กับสังคม มีคุณค่า มีความกระตือรือร้นในชีวิต มีแรงบันดาลใจ มีพลังในการทำงาน
5. ด้านความรัก สามารถรักได้อย่างแท้จริง เป็นความรักในมนุษยชาติ เป็นความรักที่ประกอบด้วยความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความเชื่อถือไว้วางใจ ความใกล้ชิดสนิทสนม ความพึงพอใจเมื่อเห็นผู้ที่ตนรักมีความสุข รวมทั้งความรักทางเพศ
6. ด้านตน มีความเข้าใจในตนเอง ยอมรับตนเอง รู้ว่าตนคือใคร ต้องการอะไรในชีวิต ยอมรับข้อบกพร่อง และภาคภูมิใจในส่วนตัวของตน สามารถเปิดเผยตัวจริงของตนเอง รู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของสังคมโดยไม่สูญเสียความเป็นตัวของตัวเอง สามารถพัฒนาตนได้อย่างดีที่สอดคล้องตามศักยภาพของตนเอง
7. ด้านการเผชิญและควบคุมสิ่งแวดล้อมมีประสิทธิภาพ ในการเผชิญและควบคุมสิ่งแวดล้อมใช้สติปัญญาในการเผชิญปัญหา มีอารมณ์มั่นคงสม่ำเสมอ แสดงออกอย่างเหมาะสม

กรมการแพทย์ (2541: 3) ได้ให้ข้อพิจารณาผู้ที่มีสุขภาพจิตดีว่า เป็นสภาพจิตใจของบุคคลที่สามารถแก้ปัญหา สามารถปรับตัวและปรับจิตใจได้อย่างเหมาะสมกับสังคม และสภาพแวดล้อมที่เป็นจริง และเสริมว่า การดำเนินชีวิตปุถุชนย่อมต้องเผชิญความทุกข์ ความตึงเครียด ความไม่พอใจ ความผิดหวัง แต่ผู้ที่มีสุขภาพจิตดีจะสามารถแก้ปัญหาหรือผ่อนปรนหาทางออกที่เหมาะสมกับสังคม วัฒนธรรม และสามารถปรับจิตใจได้ ยอมรับผลที่จะเกิดตามมาได้ สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุขสบายตามอัธยาศัย และปราศจากอาการของโรคจิต โรคประสาท

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่าการพิจารณาสุขภาพจิตดีของบุคคลนั้น ควรพิจารณา 2 ด้าน คือ การพิจารณาที่ตนเอง และพิจารณาที่การปฏิบัติตนต่อผู้อื่น

พิจารณาที่ตนเอง คือ ควรเป็นผู้มีสุขภาพสมบูรณ์ แข็งแรง มีสุขนิสัยที่ดีในการรับประทานอาหาร การพักผ่อน การออกกำลังกาย และควรเป็นผู้ที่มีความรู้สึที่ดีต่อตนเอง เข้าใจตัวเอง มองเห็นตนมีคุณค่ามีประโยชน์ต่อผู้อื่น มีเป้าหมายในการดำเนินชีวิต และเมื่อพบอุปสรรคก็สามารถต่อสู้โลกได้โดยไม่แสดงออกถึงความยุ่งยากทางใจมากนัก

พิจารณาจากการปฏิบัติตนต่อผู้อื่นคือ ควรวางตนได้อย่างเหมาะสมในสังคม มีสัมพันธภาพที่ดีต่อผู้อื่น พยายามทำตนให้เป็นประโยชน์มีความรับผิดชอบต่อหน้าที่ของตนในสังคม รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา

#### 1.1.6 ลักษณะของผู้ที่มีสุขภาพจิตเสื่อม

สำหรับลักษณะของผู้ที่มีสุขภาพจิตเสื่อม หรือมีปัญหาสุขภาพจิต มักจะแสดงออกมาทางด้านร่างกายและทางด้านจิตใจ บุคคลนั้นอาจจะรู้สึกได้เองหรือมีอาการแสดงออกที่ผู้อื่นสามารถสังเกตเห็นได้ อาการดังกล่าวจะแสดงออกทางด้านร่างกาย เช่น เป็นลมชัก ชักเกร็ง นอนไม่หลับ ปวดข้อ ปวดหลัง ประจำเดือนขาด ความดันโลหิตสูง ทั้งนี้อาการดังกล่าวอาจเนื่องมาจากความวิตกกังวล เป็นต้น อาการทางด้านจิตใจ เช่น ขาดสมาธิ ฟุ้งซ่าน คิดมาก กังวล ซึมเศร้า อาการต่างๆ อีกมากมาย

สมชัย โอตคำดี (2548: 16-19) ได้สรุปอาการแสดงออกของผู้ที่มีปัญหาสุขภาพจิตไว้ดังนี้

1. ความรู้สึกผิดปกติของร่างกาย (Somatization) เป็นกลุ่มอาการที่มีสาเหตุมาจากอารมณ์กลุ่มอาการเหล่านี้จะแสดงออกทางสรีรวิทยา อันเนื่องมาจากอารมณ์ที่ถูกเก็บกดไว้เป็นเวลานานและมากเกินไป เพื่อหลีกเลี่ยงอาการไม่สบายใจ โดยการใช้ความเจ็บป่วยทางด้านร่างกายเป็นทางแสดงออก เพื่อให้สังคมยอมรับ เช่น เมื่อคนมีความวิตกกังวลจะมีอาการที่แสดงออกทางกาย คือ ปวดศีรษะ หายใจเร็ว ปวดท้อง

2. การย้ำคิดย้ำทำ (Obsessive Compulsive) เป็นลักษณะที่มีความผิดปกติทางความคิดและการกระทำ เมื่อความคิดไม่พึงประสงค์เกิดขึ้น ความวิตกกังวลและความกลัวก็จะเกิดตามมาทำให้ย้ำคิดย้ำทำอะไรบางประการ เพื่อลดความวิตกกังวลและความกลัวนั้นๆ มีอันตราย

3. ความวิตกกังวล (Anxiety) โดยมากจะเริ่มต้นมาจากความไม่พอใจ การเผชิญ หรือประสบการณ์ที่ยาก ความไม่สบายใจต่างๆ ในชีวิต ความหวาดหวั่นง่าย การชอบครุ่นคิดว่าตนเองมีปมด้อย ผลที่เกิดขึ้นก็มักทำให้บุคคลนั้นๆ มีความวิตกกังวล และมักต้องทนทุกข์ทรมานกับความวิตกกังวลต่างๆ ที่เกิดขึ้น ซึ่งมีผลกระทบต่อสภาพร่างกายและจิตใจของบุคคลนั้น และยังรวมถึงการสิ้นของหัวใจ การหอบ อึดอัด หายใจไม่ออก นอกไม่หลับ ความอยากรับประทานอาหารหมดไป บางครั้งทำให้ระบบการย่อยอาหารตลอดทั้งการขับถ่ายผิดปกติไป หากมีอาการรุนแรงยิ่งขึ้น และต้องประสบกับความวิตกกังวลนั้นๆ เป็นเวลานานบางรายอาจจะมีอาการชักกระตุกแขนจะอ่อนเพลีย ตาพร่า และอื่นๆ นอกจากความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นยังมีผลกระทบกระเทือนต่อสภาพจิตใจ เช่น ขาดสมาธิ หงุดหงิด ตกใจ เป็นต้น รู้สึกว่ามีเหตุการณ์ หรือมีอะไรบางอย่างคุกคามเขา แต่เขาก็ไม่สามารถจะบอกได้ว่าเหตุการณ์นั้นๆ หรือสิ่งนั้นๆ คืออะไร บางรายหาทางออกที่จะระงับความวิตกกังวล และความเครียดที่เกิดขึ้น โดยการเสพย์สิ่งเสพติดหรือดื่มสุราเพื่อขจัดอารมณ์ต่างๆ เหล่านั้น ซึ่งมีผลต่อการดำเนินชีวิตประจำวัน

4. ความโกรธ ก้าวร้าว ทำลาย (Hostility) อารมณ์โกรธเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้กับมนุษย์ทุกคน ซึ่งจะเกิดขึ้นเมื่อสิ่งที่ต้องการหรือสิ่งที่คาดหวังล้มเหลว หรือมีการสูญเสียความเชื่อมั่นของตนเอง อารมณ์ที่เกิดขึ้นเนื่องจากความผิดหวังเป็นผลทำให้เกิดความวิตกกังวล รู้สึกว่าความสามารถของตนเองลดลงช่วยเหลือตนเองไม่ได้ อันเป็นเหตุให้เกิดความต้องการมีอำนาจและเกิดอารมณ์โกรธ บุคคลเมื่อเกิดอารมณ์โกรธและถูกเก็บซ่อนไว้ภายใน (Suppression of Feeling) กระทั่งถึงจุดหนึ่ง อารมณ์โกรธที่สะสมไว้นั้นระเบิดออกมา ทำให้บุคคลนั้นมีการแสดงออกที่ไม่เหมาะสม กลายเป็นบุคคลที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว อาฆาตแค้น ชิงชัง และเกิดการทำลาย

5. กลัวโดยปราศจากเหตุผล (Phobia) เป็นภาวะทางอารมณ์และความคิด จะมีความกลัวที่รุนแรง กลัวอย่างต่อเนื่อง ไม่สมเหตุสมผล บางรายจะครุ่นคิดกับความกลัวเฉพาะเรื่อง หากความกลัวเกิดขึ้นซ้ำบ่อยๆ เฉพาะเรื่องใดเรื่องหนึ่ง และบุคคลนั้นก็ทราบว่าเป็นตัวเองกลัว แต่ไม่ทราบว่าทำไมความกลัวนั้นๆ ไม่ให้เกิดขึ้นได้อย่างไร บุคคลนั้นก็จะพยายามหลีกเลี่ยง ไม่กล้าเผชิญสิ่งที่กระตุ้นให้เขาเกิดความกลัวนั้น และบุคคลพวกนี้มักจะเกิดความวิตกกังวลและต้องทุกข์ทรมานเกี่ยวกับความกลัวที่ไม่สมเหตุสมผลนั้นอย่างยิ่ง โดยสาเหตุความกลัวเกิดจาก

5.1 อาจจะเป็นผลมาจากประสบการณ์ต่างๆ ในชีวิตที่กระทบกระเทือนจิตใจ หรือก่อให้เกิดความวิตกกังวลอย่างรุนแรง

5.2 อาจจะเป็นผลจากการถูกวางเงื่อนไข ในการเรียนรู้ที่จะตอบสนองต่อสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความกลัวนั้นๆ มาตั้งแต่วัยเด็ก

5.3 ถูกปล่อย ถูกทอดทิ้งให้อยู่คนเดียว ในขณะที่เกิดเหตุการณ์บางอย่างที่ก่อให้เกิดความกลัวนั้นๆ

6. หวาดระแวง (Paranoid) จะมีอาการหลงผิดที่มีความรุนแรงมาก จะไม่มีอาการประสาทหลอน แต่มีอาการที่แสดงออกถึงความหวาดระแวง สงสัย และขาดความไว้วางใจบุคคล

อื่น มีความคิดหลอกตนเองว่าจะมีคนมาทำร้าย หรือจะเกิดความรู้สึกว่าสิ่งที่ตนคิดหรือเล่าให้บุคคลอื่นฟังนั้น บุคคลเหล่านั้นจะไม่เห็นด้วย และมักจะไปเข้าข้างบุคคลที่เป็นฝ่ายที่ตนว่าผิด ลักษณะที่สำคัญประการหนึ่งสำหรับบุคคลที่มีภาวะหวาดระแวง คือโลกทั้งโลกของบุคคลที่มีภาวะหวาดระแวงจะเป็นโลกที่ประสมประสานไปด้วยความหลงสำหรับตัวเขา และโลกนั้นก็กลายเป็นโลกที่เขาสร้างสรรค์ขึ้นมา ซึ่งจะช่วยให้เขาสามารถทำสิ่งต่างๆ ตามต้องการได้สำเร็จ ด้วยเหตุนี้บุคคลพวกนี้จึงมีชีวิตอยู่ในโลกที่ไม่สมเหตุสมผล วนเวียนอยู่ระหว่างโลกแห่งความจริงและความฝัน และบุคคลที่มีภาวะหวาดระแวงมักจะเริ่มต้นจากการที่บุคคลนั้นชอบพูดเกินความจริง คิดว่าตนเองใหญ่โตเกินความเป็นจริง ความคิดตลอดทั้งการพูดจะพัฒนาขึ้นตามลำดับจนเกิดอาการหลง และเขาจะลุ่มหลงอยู่ในเรื่องใดเรื่องหนึ่งอย่างรุนแรงและจริงจัง เช่นหากเขาคิดว่าภรรยาเขาไม่ซื่อสัตย์ เขาก็จะกล่าวหาอย่างรุนแรงและเป็นจริงจังขึ้นมา จนกระทั่งเกิดความแตกร้างภายในครอบครัว

7. โรควิต (Psychosis) เป็นภาวะความผิดปกติทางจิตที่มีความรุนแรงมาก จะสูญเสียหน้าที่การทำงานของจิตใจอย่างมาก ทำให้ไม่สามารถดำเนินชีวิตตามปกติได้

7.1 สาเหตุที่ทำให้เกิดโรควิต มีสาเหตุใหญ่ๆ 3 ประการ คือ

7.2 สาเหตุจากทางร่างกาย เช่น สมอลเตบโดผิดปกติ

7.3 สาเหตุทางจิตใจ เช่น การขาดความรัก ความอบอุ่น สูญเสียของรักโดยกะทันหันไม่ได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่น หรือสังคม

7.4 สาเหตุจากสิ่งแวดล้อม แบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ

7.4.1 สิ่งแวดล้อมตามธรรมชาติ เช่น สภาพดินฟ้าอากาศไม่เหมาะสม

7.4.2 สิ่งแวดล้อมทางสังคม เช่น สภาพทางสังคมและเศรษฐกิจบีบคั้นระเบียบของสังคมแปรปรวน ทำให้สภาพของบุคคลเปลี่ยนไป อาจเปลี่ยนจากรวยเป็นจน หรือจากมีเกียรติเป็นไร้เกียรติ สิ่งเหล่านี้ส่งผลกระทบต่อจิตใจ อาจทำให้เกิดโรควิตได้ซึ่งมีอาการปรากฏชัด คือ ประสาทหลอน หลงผิด ซึมเฉย เอะอะไว้วาย และอื่นๆ

จากอาการดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า ผู้มีสุขภาพจิตเสื่อมมีลักษณะดังนี้

1. มีปัญหาด้านความประพฤติ
2. อารมณ์ไม่มั่นคง
3. ปรับตัวเข้ากับผู้อื่นไม่ได้
4. ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง
5. กลัวและวิตกกังวล

### 1.1.7 การประเมินสุขภาพจิต

การที่จะวัดหรือประเมินว่า ผู้ใดมีสุขภาพจิตดีหรือสมบูรณ์มากน้อยเพียงไร ได้มีผู้ทำการศึกษาและสร้างเครื่องมือในการชี้วัดภาวะสุขภาพจิตของบุคคล ซึ่งสามารถใช้เป็นเกณฑ์ในการประเมินภาวะสุขภาพจิตของบุคคลได้ ซึ่งมีผู้ทำการศึกษาไว้หลายวิธี ดังนี้ (ขวัญทิภา โฉมแดง. 2541: 20; อ้างอิงจาก สุวณีย์ เกี่ยวกิงแก้ว และคนอื่นๆ. 2530)

1. การศึกษาภาวะสุขภาพจิตโดยตรง โดยการใช้เครื่องมือวัดภาวะสุขภาพจิต (Indicators Related to Mental Health)

2. การศึกษาอาการและอาการแสดงของความเจ็บป่วยทางจิต ถ้าปรากฏในบุคคลใดมากแสดงว่าบุคคลนั้นมีภาวะสุขภาพจิตไม่ดี เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาเป็นเครื่องมือวัดอาการแสดงของความเจ็บป่วยทางจิต (Indicators Related to Mental illness) ซึ่งวัดความวิตกกังวล ความเศร้า ย้ำคิดย้ำทำ หลงผิด ภาวะประสาทหลอน ฯลฯ

3. การศึกษาภาวะสุขภาพจิต โดยการศึกษาจากการปรับตัวของบุคคลด้านสังคม เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาประเภทนี้ ได้แก่ เครื่องมือวัดการปรับตัวไม่ได้ของบุคคลด้านสังคม (Indicators Related Social Disorganization) ในด้านต่างๆ ตั้งแต่การปรับตัวในสังคม ครอบครัว ตลอดจนสังคมภายในที่ทำงาน

การศึกษาภาวะสุขภาพจิตโดยใช้เครื่องมือทั้ง 3 ประเภท สุขภาพจิตจะมีผลการประเมินเป็นคะแนน แล้วนำคะแนนนั้นมาแปลผลเป็นระดับสุขภาพจิตดีมากและดีน้อยอีกครั้งหนึ่ง จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิต พบว่า มีงานวิจัยที่ใช้เครื่องมือตรวจวัดอาการ และอาการแสดงของความเจ็บป่วยทางจิตมากที่สุด นอกจากนี้ยังมีการศึกษาสุขภาพจิตโดยวิธีการสัมภาษณ์ การสังเกตพฤติกรรมหรือใช้แบบทดสอบบุคลิกภาพ และให้ผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพจิตเป็นผู้ตัดสินภาวะสุขภาพของประชากรที่ศึกษา

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่าการประเมินสุขภาพจิตมี 3 วิธีคือ

1. การศึกษาภาวะสุขภาพจิตโดยตรง
2. การศึกษาอาการและอาการแสดงของความเจ็บป่วยทางจิต
3. การศึกษาภาวะสุขภาพจิต

### 1.1.8 แบบคัดกรองปัญหาสุขภาพจิต ไทย จีเอชคิว 60 (Thai GHQ 60)

จีเอชคิว (GHQ: General Health Questionnaire) ของ โกลด์เบอร์ก และพอล วิลเลียม (David Goldberg and Paul William. 1988: 12) แปลเป็นภาษาไทยโดย ธนา นิลชัยโกวิทย์ และคนอื่นๆ (2539: 1- 7) เป็นแบบคัดกรองปัญหาสุขภาพจิตที่ได้รับการยอมรับกว้างขวางที่สุดฉบับหนึ่งในปัจจุบัน โดยจะบอกได้ว่าบุคคลนั้นมีปัญหาทางด้านสุขภาพจิตหรือไม่ แต่ไม่สามารถบอกการวินิจฉัยได้ว่าเป็นโรคจิตเวชชนิดใด เป็นแบบสอบถามที่ให้ผู้ตอบด้วยตนเอง และได้รับการออกแบบมาสำหรับคัดกรองปัญหาสำคัญ 2 ประการ คือ การไม่สามารถดำเนินชีวิตในด้านต่างๆ ได้อย่างปกติสุขตามที่ควรจะเป็น และการมีปัญหาที่ทำให้เกิดความทุกข์ใจ โดยเน้นถึงปัญหาที่ผิดไปจากสภาวะปกติของบุคคลนั้นๆ มากกว่าลักษณะที่เป็นลักษณะประจำของบุคคลนั้นๆ เช่น ปัญหาบุคลิกภาพ ข้อคำถามของ จีเอชคิว จะครอบคลุมปัญหาใหญ่ๆ 4 ด้าน คือ ความรู้สึกไม่เป็นสุข (Unhappiness) ความวิตกกังวล (Anxiety) ความบกพร่องเชิงสังคม (Social Impairment) และความรู้สึกกังวลเกี่ยวกับสุขภาพ (Hypochondriasis)

จีเอสคิว ฉบับเต็ม คือ จีเอสคิว 60 (GHQ 60) ประกอบด้วยคำถาม 60 ข้อและมีฉบับย่ออื่นๆ อีกคือ จีเอสคิว 30, จีเอสคิว 20 และจีเอสคิว 12 ซึ่งมีข้อคำถาม 30, 20 ข้อตามลำดับ นอกจากนี้ยังมีจีเอสคิว 28 ซึ่งเป็น Scaled GHQ คือ แบ่งคะแนนเป็น 4 กลุ่มได้แก่ อาการทางกาย (Somatic Symptoms) อาการวิตกกังวลและการนอนไม่หลับ (Anxiety and Insomnia) ความบกพร่องทางสังคม (Social Dysfunction) และ อาการซึมเศร้าที่รุนแรง (Severe Depression)

ในการคิดคะแนนของ จีเอสคิว (GHQ) โกลด์เบอร์ก (Goldberg) แนะนำให้ใช้การคิดแบบ GHQ Score (0 – 0 – 1 – 1) ซึ่งสะดวกและได้ผลไม่แตกต่างจากการคิดคะแนนแบบลิเคิร์ต (Likert Score = 0 – 1 – 2 – 3) โดยพบว่าความสัมพันธ์ (Correlation) ระหว่างทั้งสองวิธีนี้ อยู่ระหว่าง 0.92 – 0.94 ส่วนเกณฑ์ในการตัดสินว่ามีความผิดปกติทางจิตเวชของ จีเอสคิว (GHQ) ฉบับต่างๆ มีดังนี้ จีเอสคิว 60 ใช้จุดตัดคะแนนที่ 11/12 จีเอสคิว 28 ใช้จุดตัดคะแนนที่ 4/5 จีเอสคิว 30 ใช้จุดตัดคะแนนที่ 3/4 และ จีเอสคิว 12 ใช้จุดตัดคะแนนที่ 1/2

วิธีการได้มาของ ไทย จีเอสคิว (Thai GHQ) โดยการศึกษาจากประชากรในเขตหนองจอกกรุงเทพฯ ที่มารับบริการจากหน่วยบริการสาธารณสุขเคลื่อนที่ จำนวน 100 คน เครื่องมือที่ใช้คือ จีเอสคิว ฉบับภาษาไทย ฉบับเต็ม (Thai GHQ 60) ซึ่งแปลผลจากฉบับภาษาอังกฤษโดยจิตแพทย์ผู้ทำการศึกษาและนำไปแปลกลับโดยจิตแพทย์อีกท่านหนึ่ง ซึ่งมีความเชี่ยวชาญทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษดี และไม่คุ้นเคยกับ จีเอสคิว ฉบับภาษาอังกฤษมาก่อน หลังจากนั้นจึงนำฉบับแปลกลับมาเปรียบเทียบกับต้นฉบับภาษาอังกฤษ และปรับปรุงฉบับภาษาไทยให้มีความเหมาะสมที่สุด แล้วนำไปทดลองใช้กับผู้ป่วยจำนวน 200 คน เพื่อทดสอบความเข้าใจ แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขครั้งสุดท้าย

วิธีการศึกษา ทำโดยให้ผู้ป่วยตอบแบบสอบถาม ไทย จีเอสคิว 60 (Thai GHQ 60) ด้วยตนเอง โดยมีเจ้าหน้าที่พยาบาลคอยช่วยเหลือในกรณีที่มึปัญหา หลังจากผู้ป่วยตอบแบบสอบถามแล้วจิตแพทย์ผู้ทำการศึกษาจะสัมภาษณ์ผู้ป่วยโดยใช้ Semistructure Psychiatric Interview ที่คณะผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยดัดแปลงจาก Clinical Interview Schedule (CIS) และ DSM – III – R หลังจากสัมภาษณ์จิตแพทย์จะให้การวินิจฉัยว่า เป็นกลุ่มที่ไม่มีความผิดปกติทางจิตเวช (Non – Cases) กลุ่มที่อาจมีความผิดปกติทางจิตเวชแต่ยังไม่ชัดเจน (Borderline – Cases) หรือกลุ่มที่มีความผิดปกติทางจิตเวช (Cases) ในการสัมภาษณ์นี้จิตแพทย์ ผู้สัมภาษณ์ทั้ง 3 ราย ได้ฝึกทำการสัมภาษณ์ร่วมกัน และทดสอบความเชื่อถือได้ (Interrater Reliability) ในผู้ป่วย 10 ราย

ในการวิเคราะห์ข้อมูล ใช้การคิดคะแนนแบบ GHQ Scoring (0 – 0 – 1 – 1) เพื่อคิดคะแนนรวมและนำมาเปรียบเทียบกับการวินิจฉัยของจิตแพทย์ โดยถือว่ากลุ่มที่อาจมีความผิดปกติทางจิตเวช (Borderline – Cases) อยู่ในกลุ่มที่ไม่มีความผิดปกติทางจิตเวช (Non – Cases) เพื่อวิเคราะห์หาค่าความเที่ยงตรง โดยการคำนวณหาความไว (Sensitivity) ความจำเพาะ (Specificity), Misclassification rate ความเที่ยงตรงเชิงทำนายทางบวกและทางลบ (Positive Predictive Value และ Negative Predictive Value) ส่วนการหาจุดตัดคะแนนที่เหมาะสมในการคัด

กรองความผิดปกติทางจิตเวช ทำโดยใช้ Receiver Operating Characteristic (ROC) Curve Analysis ส่วนค่าความเชื่อมั่นได้ทดสอบโดยคำนวณหาค่า Internal Consistencies โดยใช้ Cronbach's alpha Coefficients และหาค่าความเชื่อมั่นด้วยการแบ่งครึ่งแบบทดสอบ (Split – half Coefficients)

จากผลการศึกษา พบว่า แบบทดสอบนี้ผ่านการประเมินหลายครั้งและหลายคน ผลที่ได้ออกมาตรงกัน คือ ความเชื่อถือได้ (Interrater Reliability) มีค่าสัมประสิทธิ์ (Agreement Coefficient), Generalized Kappa เป็น 0.83 (SE = 0.29, Z = 2.80, P = 0.0003) ค่าความเชื่อมั่นภายใน (Internal Consistencies) ซึ่งวิเคราะห์โดยใช้ Cronbach's alpha Coefficients มีค่าตั้งแต่ 0.86 สำหรับ จีเอชคิว 12 จนถึง 0.95 สำหรับ จีเอชคิว 60 และค่า Split – half Reliability Coefficients มีค่าตั้งแต่ 0.84 สำหรับ จีเอชคิว 12 จนถึง 0.91 สำหรับ จีเอชคิว 28 ความเที่ยงตรงในการคำนวณพื้นที่ใต้ ROC Curve เมื่อเปรียบเทียบอำนาจในการจำแนกของ จีเอชคิว ฉบับภาษาไทยแต่ละฉบับ พบว่า จีเอชคิว 30 มีพื้นที่ใต้ ROC Curve มากที่สุดคือ 0.92 และ จีเอชคิว 12 มีพื้นที่ใต้ ROC Curve น้อยที่สุด คือ 0.89 อย่างไรก็ตามพบว่าความแตกต่างนี้ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ (Z = 1.13, P = 0.26) จุดตัดคะแนนของ จีเอชคิว ฉบับภาษาไทยที่ได้จากการศึกษาครั้งนี้ ส่วนใหญ่ตรงกับจุดตัดคะแนนที่แนะนำสำหรับ จีเอชคิว ฉบับภาษาอังกฤษ ยกเว้น จีเอชคิว 30 เพียงฉบับเดียวที่มีจุดตัดคะแนนสูงกว่า นอกจากนี้พบว่า ความไว และความจำเพาะของ จีเอชคิว ฉบับภาษาไทยทุกฉบับมีแนวโน้มจะมีค่าต่ำกว่าในประชากรที่เป็นชาย เมื่อเปรียบเทียบกับประชากรที่เป็นหญิง แต่ความแตกต่างทั้งหมดไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

สรุปผลการศึกษาที่ได้ พบว่า ไทย จีเอชคิว (Thai GHQ) ทุกฉบับที่ได้รับการพัฒนาขึ้นมาความเที่ยงตรงและความเชื่อถือได้อยู่ในเกณฑ์ดี โดยมีค่าความไวและความจำเพาะตลอดจนสัมประสิทธิ์ความเที่ยงตรงอื่นๆ ในระดับที่ค่อนข้างสูง และสมควรจะนำไปใช้เป็นแบบคัดกรองความผิดปกติทางจิตเวช ทั้งในชุมชนและในสถานบริการสาธารณสุขต่างๆ ได้ดี

จากผลการศึกษาพบว่า ค่าความไวของ ไทย จีเอชคิว (Thai GHQ) ในผู้ชายต่ำกว่าผู้หญิงค่อนข้างชัดเจน ในขณะที่ค่าความจำเพาะไม่แตกต่างกันมากนัก ซึ่งตรงกับผลการศึกษาของฮอบบ์ (Hobb) และคนอื่นๆ และ อารยา (Araya) และคนอื่นๆ ที่รายงานว่าค่าความไวของจีเอชคิว (GHQ) ในผู้ชายต่ำกว่าผู้หญิงชัดเจน ส่วนมารีและวิลเลียม (Mari and Williams) วิจัยพบว่าผู้ชายมักจะมีผลลบปลอม (False Negative) สูงกว่าผู้หญิง

ไทย จีเอชคิว 60 มีค่าความเที่ยงตรงดีใกล้เคียงกับ ไทย จีเอชคิว 30 และมีค่าความเชื่อมั่นดีที่สุด จะใช้เวลาในการตอบประมาณ 5 – 10 นาที ส่วนฉบับอื่นๆ ก็จะใช้เวลาน้อยลงตามลำดับ ในการตอบคำถามของ ไทย จีเอชคิว ในผู้ที่พออ่านออกเขียนได้ และผู้ที่มีปัญหาด้านอื่นๆ ที่จะเป็นอุปสรรคต่อการตอบก็สามารถตอบได้

จากเอกสารที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า แบบคัดกรองปัญหาสุขภาพจิต ไทย จีเอชคิว 60 (Thai GHQ 60) เป็นแบบคัดกรองปัญหาสุขภาพจิตที่ได้รับการยอมรับกว้างขวางที่สุด

ฉบับหนึ่งในปัจจุบัน โดยจะบอกได้ว่าบุคคลนั้นมีปัญหาทางด้านสุขภาพจิตหรือไม่ แต่ไม่สามารถบอกการวินิจฉัยได้ว่าเป็นโรคจิตเวชชนิดใด แบบคัดกรองปัญหาสุขภาพจิต ไทย จี เอช คิว 60 ประกอบด้วยคำถามจำนวน 60 ข้อ แต่ละข้อมี 4 ตัวเลือก ใช้เวลาในการตอบประมาณ 5 – 10 นาที

## 1.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิต

### 1.2.1 งานวิจัยในประเทศ

พลาภรณ์ จันทร์ขามเรียน (2540: 69) ได้ศึกษาสุขภาพจิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสาธิต สังกัดทบวงมหาวิทยาลัย ในกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2538 ผลการศึกษา พบว่า สุขภาพจิตของนักเรียนมีความสัมพันธ์กับจำนวนพี่น้อง ยกเว้นตัวแปรด้านเพศ ลำดับที่การเกิด ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน อาชีพของผู้ปกครอง ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง รายได้ของผู้ปกครอง และสภาพครอบครัวไม่มีความสัมพันธ์กับสุขภาพจิต

พิมลศรี จันทรพร (2540: 80–81) ได้ศึกษาสุขภาพจิตของครูผู้สอนและนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดสุราษฎร์ธานี ทั้งในเขตและนอกเขตเทศบาล กลุ่มตัวอย่างเป็นครูผู้สอนนักเรียน จำนวน 91 คน และนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 592 เป็นชาย 292 คน และหญิง 300 คน ผลการศึกษาพบว่าตัวแปรที่มีผลทำให้ระดับสุขภาพจิตของนักเรียนแตกต่างกัน ได้แก่ สถานที่ตั้งของโรงเรียนในเขตกับนอกเขตเทศบาลเมืองสุราษฎร์ธานี เพศ สภาพครอบครัว วิธีการอบรมเลี้ยงดู ความสัมพันธ์ระหว่างบิดากับมารดา ความสัมพันธ์นักเรียนกับพี่น้อง อาชีพของผู้ปกครอง และระดับการศึกษาของผู้ปกครอง

วรางคณา แสงวิภาค (2542: 98–100) ได้ศึกษาสุขภาพจิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาในเขตเทศบาลเมือง จังหวัดชัยภูมิ จำนวน 1,338 คน เป็นนักเรียนชาย 533 คน และนักเรียนหญิง 805 คน เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบคัดกรองปัญหาสุขภาพจิต จี เอช คิว – 28 (GHQ – 28) ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนมีสุขภาพจิตโดยรวมอยู่ในระดับปกติ ตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตของนักเรียน ได้แก่ อายุ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสัมพันธ์ภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน บรรยากาศการเรียนการสอน สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู การให้บริการ นักเรียน และสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนโดยรวม ด้านตัวแปรที่สามารถพยากรณ์สุขภาพจิตของนักเรียน เมื่อใช้ตัวพยากรณ์ด้านส่วนตัว ด้านครอบครัวและสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนแยกรายด้าน ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครองบรรยากาศการเรียนการสอน สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน การให้บริการนักเรียนและลำดับที่ของการเกิด ซึ่งสามารถอธิบายความแปรปรวนของสุขภาพจิต ได้ร้อยละ 15.80

อุไร ชมมะลิ (2542: 74) ได้ศึกษาระดับสุขภาพจิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดสำนักงานคณะกรรมการประถมศึกษาแห่งชาติ จังหวัดนครปฐม จำนวน 400 คน เป็นนักเรียนชาย 213 คน และนักเรียนหญิง 187 คน เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบคัดกรองปัญหาสุขภาพจิต จี เอช คิว – 30 (GHQ – 30) ผล

การศึกษาพบว่า ตัวแปรที่มีผลต่อสุขภาพจิต ได้แก่ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน บรรยากาศในชั้นเรียน และแรงสนับสนุนทางสังคม โดยนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระดับปานกลาง มีสุขภาพจิตดีกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ นักเรียนที่อยู่ในบรรยากาศในชั้นเรียนแบบประชาธิปไตย มีสุขภาพจิตดีกว่านักเรียนที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมน้อย

### 1.2.2 งานวิจัยในต่างประเทศ

ทาสโต และคอลลิแกน (Tasto and Colligan. 1978: 125) ได้ทำการศึกษาผู้ที่ทำงานในโรงพยาบาล จำนวน 2,400 คน ในประเทศสหรัฐอเมริกา ในจำนวนนี้มีพยาบาลที่ต้องอยู่เวรตึก จำนวน 1,200 คน

ผลการศึกษานี้มีส่วนช่วยสนับสนุนว่าการอยู่เวรตึกมีผลทำให้สภาพร่างกาย (Physical) และจิตสังคม (Psychosocial) ของผู้นั้นแย่ลง สาเหตุเป็นเพราะนาฬิกาชีวภาพของพวกเราไม่สามารถที่จะตั้งใหม่ (Reset) ได้ง่ายๆ เหมือนกับการตั้งเวลาของนาฬิกาทั่วไป การปรับตัวของพวกเราให้เข้ากับเวลาหลับและตื่น ที่ตั้งใหม่นั้นต้องใช้เวลาน้อย 1-2 อาทิตย์ บางคนอาจใช้เวลา 4-6 อาทิตย์ และสำหรับบางคนนั้นความอดทนที่จะปรับตัวให้เข้ากับสภาพใหม่แทบเป็นไปไม่ได้เลย ผู้อยู่เวรตึกนอกจากจะประสบกับความลำบากในการปรับตัวให้เข้ากับเวลาหลับและตื่นเวลาใหม่แล้ว ยังต้องประสบกับปัญหาที่ตันทานงานในเวลาที่ไม่เหมือนกับเพื่อน ๆ ส่วนใหญ่ในสังคม อีกทั้งต้องปรับตัวให้เข้ากับแสงและความมืดของธรรมชาติในแต่ละวันด้วย ด้านร่างกายพวกเราอาจจะปรับตัวให้เข้ากับการทำงานในตอนดึกได้ แต่ด้านจิตใจพวกเราอาจไม่สามารถปรับใจได้ ความรู้สึกโดดเดี่ยวกังวลเป็นทุกข์ และรู้สึกเหมือนถูกทอดทิ้งอาจมีผลรบกวนการหลับ และรูปแบบการรับประทานอาหารของผู้ป่วยนั้น พยาบาลที่ไม่สามารถปรับตัวกับการทำงานเวรตึกได้ และมาทำงานด้วยอาการอ่อนเพลีย เชื่องซึม จะทำให้เป็นภาระต่อผู้อื่น และเป็นผลเสียต่อการทำงานกลุ่ม

ถ้าการปฏิบัติงานของพยาบาลผู้นั้นอยู่ในระดับต่ำกว่ามาตรฐานก็จะเป็นผลเสียต่อการดูแลผู้ป่วย และถ้าพยาบาลเกิดทำความผิดพลาดในการตัดสินใจด้านการดูแลรักษาผู้ป่วย ก็อาจจะนำผลเสียมาสู่หน้าที่การงานของพยาบาลผู้นั้นได้วิกฤตการณ์ในอาการของผู้ป่วยมักเกิดขึ้นในช่วงกลางดึกและช่วงเช้านั้น ดังนั้นพยาบาลทุกคนจะต้องตื่นตัวและมีสมองที่ปลอดโปร่งเตรียมแก้ไขปัญหาล่วงหน้าในช่วงเวลาที่ทำหน้าที่เวรตึกอยู่ และจากการศึกษาผู้ปฏิบัติงานในโรงพยาบาลรวมทั้งพยาบาลของสถาบันวิจัย Stanford พบว่า 20% ของผู้ทำงานเวรตึกที่ถูกสับเปลี่ยนเวลาทำงานบ่อยๆ รายงานว่าเคยทำผิดพลาดขณะปฏิบัติงานอย่างน้อย 1 ครั้ง การทำงานเวรตึกไม่เพียงแต่มีผลกระทบต่อสุขภาพจิตและจิตใจของผู้ปฏิบัติงานเท่านั้น ผู้ที่ต้องทำงานเวรตึกไม่ว่าจะเป็นพยาบาล ผู้ควบคุมในหอบังคับการบิน นักบิน ตำรวจ ทุกคนต่างมีความรับผิดชอบต่อความปลอดภัยของประชาชนจำนวนมาก การปรับตัวให้ชีวิตง่ายขึ้นย่อมช่วยให้ชีวิตอื่นปลอดภัยด้วย

คุนและคุน (Kuehn and Kuehn. 1978: 1207-1209) ได้รวบรวมข้อมูลของนักศึกษา มหาวิทยาลัยเปิดแห่งหนึ่งที่มาปรึกษากับศูนย์แนะแนวและบริการด้านสุขภาพจิตของ

มหาวิทยาลัย พบว่าเป็นนักศึกษาปีที่ 1 (Freshmen) ถึงร้อยละ 30 โดยร้อยละ 90 มาด้วยปัญหาส่วนตัวหรือปัญหาด้านจิตใจ มีเพียงร้อยละ 9 เท่านั้นที่มาด้วยปัญหาด้านการเรียน นักศึกษาเหล่านี้มาด้วยอารมณ์เศร้าซึ่งมักเป็นแบบปฏิกิริยา

จอห์นสัน (นิลวรรณ ศิริอังกุล. 2540: 35; อ้างอิงจาก Johnson. 1985) ได้รวบรวมงานวิจัยเกี่ยวกับเด็กและวัยรุ่นในประเทศ อุตสาหกรรม เช่น สวีเดน กับประเทศกำลังพัฒนา เช่น ชูตาน เมื่อปี ค.ศ. 1965 และ ค.ศ. 1980 พบว่า การเปลี่ยนแปลงไปสู่การเป็นประเทศอุตสาหกรรมมีผลกระทบต่อโครงสร้างของครอบครัว ทำให้พ่อ แม่ มีโอกาสควบคุมลูกน้อยลง ความสัมพันธ์ในครอบครัวลดลง ประสบปัญหาการย้ายถิ่น อัตราการหย่าร้างเพิ่มขึ้น ทุกคนต้องพยายามในการปรับตัวจนทำให้บางครอบครัวไม่มีความสัมพันธ์กันเลย ดังนั้นเด็กและวัยรุ่นในครอบครัวจึงขาดการประทับประคองจิตใจเมื่อเผชิญกับภาวะวิกฤต จึงมีปัญหาสุขภาพจิตได้ง่าย

โอคาซา และคนอื่นๆ (จารุพร แสงเป่า. 2540: 23; อ้างอิงจาก Okasha and others. 1985) ได้ศึกษาเกี่ยวกับปัญหาการเรียนของนักศึกษาชายในมหาวิทยาลัยอียิปต์ว่า มีความเกี่ยวข้องกับปัญหาทางจิตใจอย่างไร โดยนักศึกษาที่มีปัญหาการเรียน 178 คน เปรียบเทียบกับนักศึกษาที่ประสบความสำเร็จทางการศึกษา 77 คน พบว่า นักศึกษาที่มีปัญหาการเรียนมีความสัมพันธ์อย่างมากกับสภาพเศรษฐกิจสังคมที่ต่ำ มาจากบ้านที่อยู่กันอย่างหนาแน่นแออัด มีปัญหาครอบครัวเนื่องจากพ่อแม่ไม่ปรองดองทะเลาะเบาะแว้งกันบ่อย และเป็นนักศึกษาที่ต้องจากบ้านมาอยู่ไกลๆ นอกจากนี้นักศึกษาที่มีความล้มเหลวทางการเรียน ยังมีเพื่อนน้อย โดยเฉพาะเพื่อนต่างเพศ และไม่ค่อยมีกิจกรรมพัฒนาการ เขาได้เสนอแนะว่านักศึกษาที่มีปัญหาการเรียนมักจะมีบุคลิกภาพเป็นแบบเก็บกด และมีความวิตกกังวลสูง

ไมลน์ และวัตกิน (วีณา ชียงคบุตร. 2541: 27; อ้างอิงจาก Meline and Watkin. 1986) ได้ศึกษาถึงการประเมินผลของการเปลี่ยนเวรมีผลต่อความเครียด การปรับตัวและความกดดันของพยาบาลพบว่าพยาบาลที่มีการศึกษาสูงจะมีความเครียดน้อยกว่า เพราะสามารถนำความรู้มาประยุกต์ใช้ในการพยาบาลได้อย่างเหมาะสม

โฮมสตอร์ม และคนอื่นๆ (จารุพร แสงเป่า. 2541: 21; อ้างอิงจาก Holmstrom and Others. 1987) ได้ศึกษาการเจ็บป่วยทางจิตและสุขภาพจิตของนักศึกษาในมหาวิทยาลัยฟินแลนด์ เป็นเวลา 13 ปี พบว่า ความเจ็บป่วยทางจิตมีมากขึ้นตามอายุ เพศชายต่างกับเพศหญิง นักศึกษาหญิงจะเชื่อเรื่อง Tradition ส่วนนักศึกษาชายจะสนใจความเป็นอยู่ในสังคมและมนุษย์สัมพันธ์มากกว่า การเจ็บป่วยทางจิตของนักศึกษาชายมักแสดงออกมาในรูปของอาการทางกาย ส่วนนักศึกษาหญิงแสดงออกในรูปของความกลัวและวิตกกังวล

จากงานวิจัยดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า สุขภาพจิตมีความสำคัญ ครอบครัวที่ขาดการประทับประคองจิตใจเมื่อเผชิญกับภาวะวิกฤตจึงมีปัญหาสุขภาพจิตได้ง่าย สุขภาพจิตมีผลกระทบต่อสติปัญญา การศึกษา การทำงาน และการดำเนินชีวิต

## 2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิต

### 2.1 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรด้านส่วนตัว

#### 2.1.1 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเพศ

##### 2.1.1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับเพศ

อารี พันธุ์มณี (2544: 33) กล่าวว่า ให้ความแตกต่างทางเพศ หมายถึง ความแตกต่างในเรื่องต่างๆของเพศชายและหญิง ซึ่งวัฒนธรรมคือส่วนสำคัญในการกำหนดบทบาทที่แตกต่างกันของหญิงและชาย เช่น บางวัฒนธรรมถือว่า ชายเป็นช่างทำหน้า หญิงเป็นช่างทำหลัง หรือชายเป็นผู้นำหรือหญิงเป็นผู้ตาม เป็นต้น ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นการแสดงให้เห็นความแตกต่างระหว่างเพศโดยมีเรื่องของวัฒนธรรมเข้ามาเกี่ยวข้อง

##### 2.1.1.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเพศ

สงศรี จัยสิน (2540: 247–259) ได้ศึกษาสุขภาพจิตของประชาชน จังหวัดชลบุรี ที่มีอายุตั้งแต่ 15 ปีขึ้นไป โดยสุ่มตัวอย่างจากทุกอำเภอ ทั้งหมด 1,217 ครอบครัว จำนวน 4,904 คน เป็นชาย 2,604 คน เป็นหญิง 2,300 คน พบว่า

1. มีความเครียดสูงเมื่ออายุสูงขึ้น
2. เพศชายและเพศหญิง มีความเครียดไม่แตกต่างกัน
3. ประชาชนในเขตเทศบาลมีความเครียดต่ำกว่าประชาชนนอกเขตเทศบาล

โดยมีข้อสังเกตว่า อาจเนื่องมาจากปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีกว่า

จันทนา สุวรรณอาสน์ (2540: 79) ได้ศึกษาสุขภาพจิตของครูในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร พบว่า ครูโรงเรียนประถมศึกษาชายกับครูประถมศึกษาหญิง มีสุขภาพจิตแตกต่างกัน ครูประถมศึกษาที่มีรายได้เฉลี่ยต่างกัน มีสุขภาพจิตแตกต่างกัน

ณรงค์ การชะวี (2541: 49) ได้ศึกษาสุขภาพจิตของครอบครัวทหารเรือในเขตกรุงเทพมหานคร และสมุทรปราการ พบว่า ครอบครัวทหารเรือเพศชายและเพศหญิงมีสุขภาพจิตแตกต่างกันที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

วารีวรรณ บุลนิม (2541: 37) ได้สำรวจปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยการุณย์ สำนักการแพทย์ กรุงเทพมหานคร พบว่า เพศกับระดับสุขภาพจิตของนักศึกษา มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สุวรรณ อติศัยมนตรี (2542: 42) ได้ศึกษาสุขภาพจิตของบุคลากรทางการแพทย์ในโรงพยาบาลศรีธัญญา พบว่า บุคลากรทางการแพทย์ชายกับบุคลากรทางการแพทย์หญิงมีระดับสุขภาพจิตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และบุคลากรทางการแพทย์ที่มีรายได้ต่างกันมีสุขภาพจิตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากงานวิจัยที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า ปัญหาด้านสุขภาพจิตนั้นเป็นปัญหาหนึ่งที่จะเกิดขึ้นได้กับบุคคลทุกเพศ ทุกวัย ที่มีความเครียดไม่ว่าจะเป็นความเครียดในด้านการทำงาน ด้านการเรียนหรือด้านส่วนตัว ผู้วิจัยเห็นว่าสุขภาพจิตที่ไม่ปกตินี้จะส่งผลต่อการเรียนด้วย

## 2.1.2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับอายุ

### 2.1.2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับอายุ

แมสเลซ (Maslach. 1986: 60) กล่าวว่า ผู้ที่มีอายุมากจะมีประสบการณ์กับบุคคลหลายประเภท มีวุฒิภาวะทางอารมณ์สูงขึ้น มีความสุขุมรอบคอบ รู้จักชีวิต มองชีวิตกว้างไกล และลึกซึ้งมากขึ้น สามารถปรับตัวได้สอดคล้องกับสถานการณ์ที่เป็นจริงได้ดีกว่าผู้ที่มีอายุน้อย และมักมีฐานะเป็นปีกแผ่นมั่นคงทางด้านการเงินและการงาน

นวลอนงค์ ศรีธัญรัตน์ (2540: 32) กล่าวว่า อายุของบุคคลเป็นสิ่งหนึ่งที่มีความสัมพันธ์โดยตรงกับพัฒนาการและระดับวุฒิภาวะ ซึ่งในคนปกติเมื่อมีอายุมากขึ้น ระดับวุฒิภาวะจะเจริญขึ้นตามวัย และบุคลิกภาพทั้งทางด้านความคิดและการกระทำ โดยจะค่อยๆ ปรับเปลี่ยนไปตามวัยบุคคลที่มีอายุมากขึ้นได้ทำงานหลายประการ มองโลกกว้างไกล ครอบคลุม และลึกซึ้ง ทำให้วุฒิภาวะเพิ่มขึ้น

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า อายุมีผลต่อสุขภาพจิตของบุคคล

### 2.1.2.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับอายุ

จันทนา สุวรรณอาสน์. (2540: 98) ได้ศึกษาสุขภาพจิตของครูในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร พบว่าครูที่มีอายุต่างกันมีปัญหาสุขภาพจิตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

## 2.1.3 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพ

### 2.1.3.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพ

#### 2.1.3.1.1 ความหมายของบุคลิกภาพ

“บุคลิกภาพ” นักจิตวิทยาและนักวิชาการได้ให้ความหมายไว้หลายทรรศนะ ด้วยกัน เช่น

เบอร์นาร์ด (Bernard. 1970: 110) ได้สรุปความหมายของบุคลิกภาพไว้ว่า บุคลิกภาพเป็นภาพรวมทั้งหมดของลักษณะทางกายภาพ พฤติกรรม แนวโน้มการกระทำความสามารถซึ่งอยู่ภายในและที่แสดงออกให้เห็น

ไอแซงค์ (Eysenck. 1970: 253) กล่าวสรุปว่า บุคลิกภาพนั้นสามารถพิจารณาได้สองมิติ คือ มิติแรกเป็นด้านแสดงตัวและเก็บตัว ซึ่งประกอบด้วยลักษณะย่อย ได้แก่ การเข้าไปมีส่วนร่วม – การถอนตัวออก (Participation – Withdrawn) เข้าสังคม – แยกตัว (Sociable – Isolated) เข้าใกล้ – ถอยหนี (Approach – Withdrawn) กระตือรือร้น – เฉื่อยชา (Active – Inactive) มิติที่สองเป็นลักษณะทางด้านอารมณ์ ซึ่งได้แก่ ความเป็นคนเข้มแข็ง อ่อนแอ มั่นคง ไม่มั่นคง ลักษณะการแสดงออกทางอารมณ์ เช่น ความวิตกกังวล เป็นต้น

แมคคอนเนล (McConnell. 1974: 2) กล่าวว่า บุคลิกภาพเป็นลักษณะนิสัยที่บุคคลคิดและแสดงออกเพื่อใช้ในการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม เช่น ค่านิยม แรงจูงใจ มิเชล (Mishel. 1976: 2) ให้ความหมายของบุคลิกภาพ หมายถึง ลักษณะพิเศษของแบบแผน

พฤติกรรม (รวมทั้งความคิดและอารมณ์) ซึ่งเป็นลักษณะนิสัยประจำตัวของบุคคลที่สามารถปรับตัวให้เข้ากับเหตุการณ์หรือสถานการณ์

ชาติชาย พิทักษ์ธนาคม (2544: 106) กล่าวว่า บุคลิกภาพ คือรูปแบบของความคิด ความรู้สึกและพฤติกรรมของบุคคลที่ค่อนข้างเด่นชัดและถาวร บุคลิกภาพเป็นคำอธิบายลักษณะของแต่ละบุคคลว่ามีความแตกต่างกันอย่างไรบ้าง และลักษณะที่เด่นที่สุดของแต่ละบุคคลเป็นอย่างไร

สุรางค์ ไคว้ตระกูล (2544: 31) กล่าวว่า บุคลิกภาพ คือคุณลักษณะที่เป็นเอกลักษณ์ของแต่ละบุคคลแสดงออกโดยพฤติกรรมที่บุคคลนั้นมีต่อสิ่งแวดล้อมที่ตนกำลังเผชิญอยู่และพฤติกรรมนี้จะคงเส้นคงวาพอสมควร

อารี พันธุ์ณี (2546: 67) กล่าวว่า บุคลิกภาพ หมายถึง แบบแผนพฤติกรรมของบุคคล ซึ่งเป็นลักษณะเอกลักษณ์ที่แสดงออกทั้งทางด้านความคิด ความรู้สึก ความสนใจ สติปัญญา รวมทั้งด้านสรีระ บุคลิกภาพภายนอกภายใน ทำให้แยกแยะความแตกต่างของบุคคลได้ และบุคลิกภาพของบุคคลเป็นผลมาจากพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อม

จากความหมายของบุคลิกภาพดังกล่าวข้างต้น พอสรุปได้ว่า บุคลิกภาพ หมายถึง ลักษณะนิสัยของแต่ละบุคคลซึ่งแสดงออกมาในลักษณะของพฤติกรรมที่แตกต่างกันอันเป็นผลมาจากพันธุกรรม สิ่งแวดล้อม และการเรียนรู้

### 2.1.3.1.2 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อบุคลิกภาพ

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2530: 44) กล่าวว่าปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อบุคลิกภาพ ประกอบด้วย พันธุกรรมสิ่งแวดล้อม และช่วงเวลาในชีวิตของบุคคล กล่าวคือ

1. พันธุกรรม สิ่งถ่ายทอดทางพันธุกรรม ส่วนมากเป็นลักษณะทางกาย เช่นความสูงต่ำ ลักษณะเส้นผม สีของผิว ชนิดของโลหิต โรคภัยไข้เจ็บบางชนิด และข้อบกพร่องทางร่างกายบางชนิด เช่น ตาบอดสี ตีรชะล้น นิ้วเกิน มือติดกัน ฯลฯ ซึ่งลักษณะทางกายเหล่านี้เป็นอิทธิพลของพันธุกรรมที่มีต่อบุคลิกภาพของแต่ละบุคคลทั้งสิ้น

2. สิ่งแวดล้อม มีอิทธิพลต่อการพัฒนาการของมนุษย์ทั้งพัฒนาการทางกาย ทางจิตและบุคลิกภาพ คือ บุคคลอื่น ๆ รอบตัวเรา ครอบครัว กลุ่มคน และวัฒนธรรม สิ่งแวดล้อมที่เป็นมนุษย์คนอื่น ๆ นี้จะมีอิทธิพลอย่างมากต่อการพัฒนาทางบุคลิกภาพ ทัศนคติ และพฤติกรรมทางสังคมมนุษย์

3. ช่วงเวลาในชีวิตของบุคคล แสดงถึง ระดับพัฒนาการทางร่างกายและจิตใจ อันเกิดจากอิทธิพลร่วมระหว่างพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อม ตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน และแม้ระยะสำคัญของพัฒนาการของมนุษย์ส่วนมากจะอยู่ในช่วงชีวิตเด็กเป็นส่วนมาก

### 2.1.3.1.3 ประเภทของบุคลิกภาพ

การพิจารณาถึงความสัมพันธ์ระหว่างที่แสดงออกทางกายภาพ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ลักษณะเค้าหน้าหรือโครงสร้างต่าง ๆ ของร่างกายและบุคลิกภาพ เป็นความเชื่อ

ว่ามนุษย์เรานั้น มีลักษณะสรีระเป็นแบบ ๆ ไป แต่ละแบบอาจเกี่ยวข้องกับสัมพันธกับบุคลิกภาพแต่ละอย่าง (Luthan. 1989: 160) ดังนั้น จึงมีผู้แบ่งบุคลิกภาพของคนออกเป็นหลายประเภท เช่น ความคิดของจุง (Hergenharn. 1990: 58-85; Citing Jung. n.d.) ได้พิจารณาบุคลิกภาพของคนโดยยึดถือสังคมเป็นหลักเขาได้แบ่งบุคลิกภาพของคนออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. บุคลิกภาพที่ชอบเก็บตัว (Introvert) เป็นคนที่ไม่ชอบสูงส่งกับผู้อื่น เกรงครัดต่อระเบียบแบบแผน มีมาตรการและกฎเกณฑ์ที่แน่นอนในการควบคุมอุปนิสัยของตนเอง เชื่อตัวเอง และการกระทำทุกอย่างที่มักจะทำขึ้นอยู่กับตัวเองเป็นใหญ่ บุคคลประเภทนี้จะผูกพันกับตนเองมากกว่าที่จะผูกพันกับสังคมหรือบุคคลอื่น

2. บุคลิกภาพที่ชอบแสดงตัว (Extrovert) เป็นคนเปิดเผย คุยเก่ง ง่าย ร่าเริง ปรับตัวได้ดีในสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ มีความเชื่อมั่นในตนเองบนรากฐานของเหตุผลและความจริง ส่วนเครซเมอร์ (Samuel. 1981: 190-191; Citing Kretschmer. 1921) และ เชลดอน (Burger. 1986: 189; Citing Sheldon. 1942) เห็นว่าบุคลิกภาพของคนขึ้นอยู่กับรูปร่างลักษณะของคน จึงได้แบ่งบุคลิกภาพของตนตามรูปร่างหรือโครงสร้างทางสรีระวิทยาสอดคล้องกันเป็น 3 ประเภทคือ

1. ประเภทที่มีร่างกายอ้วนเตี้ย คอโต ร่างกายมีไขมันมาก พุงยื่น (Rygmmy หรือ Endomorphy) คนประเภทนี้เป็นคนที่ชอบแสวงหาความสบาย ไม่รีบร้อน ชอบการเข้าสังคม สนุกสนานรื่นเริง โกรธง่ายหายเร็ว และกินจุ

2. ประเภทที่มีรูปร่างผอมสูง ตัวยาว แขนยาว อ่อนแอ (Ectomorphy) คนประเภทนี้มีลักษณะเคร่งขรึม เอาการเอางาน มีความเครียดทางอารมณ์อยู่เป็นนิจ ชอบสันโดษ ไม่เข้าสังคม

3. ประเภทที่มีรูปร่างสูงใหญ่ แข็งแรง เต็มไปด้วยกล้ามเนื้อ ร่างกายแข็งแรงชอบออกกำลังกาย (Atheletic หรือ Mesomorphy) คนประเภทนี้ชอบทำอะไรแปลกๆ ช้น ๆ ไม่ใคร่มีความทุกข์ร้อน ไม่เคยพูดถึงเรื่องความเป็นความตาย สนุกอยู่เสมอ

นอกจากนี้ ฟรีแมน และ โรสส์แมน (Friedman; & Rosenmen. 1974) ได้แบ่งบุคลิกภาพของคนตามลักษณะพฤติกรรมที่แสดงออก โดยแบ่งเป็น 2 ประเภทคือ

1. บุคลิกภาพแบบ เอ (Type A Personality) เป็นบุคลิกภาพของบุคคลที่มีพฤติกรรมดังต่อไปนี้ (Organ; & Hamner. 1982: 272-273; Farmer; et al. 1984: 35; Smith; & Anderson. 1986: 1166-1167; & Fontana; et al. 1987: 177)

1.1 มีความทะเยอทะยาน (Intense Ambition) เป็นบุคคลที่มีความปรารถนาอย่างแรงกล้าที่อยากจะประสบความสำเร็จ

1.2 ชอบแข่งขัน (Competitive Drive) เป็นบุคคลที่ชอบต่อสู้แข่งขันกับผู้อื่นเพื่อให้ตนเองได้ดีกว่าคนอื่น

1.3 แข่งขันกับเวลา (Time Urgency) เป็นบุคคลที่กระทำการต่าง ๆ อย่างเร่งด่วน ใช้เวลาให้เกิดประโยชน์มากที่สุด ทำงานตามแผนเวลา

1.4 สร้างศัตรู (Hostility) เป็นบุคคลที่ยึดตนเองเป็นที่ตั้ง ชอบแสดงออกนอกทางข่มผู้อื่น อาฆาตแค้น และขาดความเห็นใจผู้อื่น

1.5 อดทนต่ำ (Impatient) เป็นบุคคลที่มีความอดทนต่ำต่อการรอคอย และอดทนต่ำต่อสภาพแวดล้อมทางร่างกาย ทนไม่ได้กับความเฉื่อย

1.6 มีความก้าวร้าว (Aggressiveness) เป็นบุคคลที่นิยมใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหาความคับข้องใจ แบ่งเป็นความก้าวร้าวทางวาจา และความก้าวร้าวทางร่างกาย

2. บุคลิกภาพแบบ บี (Type B Personality) เป็นบุคลิกภาพที่มีลักษณะตรงกันข้ามกับบุคลิกภาพแบบ เอ ซึ่งเป็นบุคคลที่ไม่มีความทะเยอทะยาน ไม่มุ่งเอาชนะ มีความสงบเสถียร ทำงานไปพักผ่อนไป ไม่รีบร้อน (Greene and others. 1985: 165; Mitchell; & Lanson. 1987: 203; Robbins. 1989: 511)

สรุปได้ว่า การแบ่งประเภทของบุคลิกภาพขึ้นอยู่กับว่ายึดเอาหลักการใดเป็นเกณฑ์ เช่นยึดเอาลักษณะทางกายภาพเป็นเกณฑ์ ก็เป็นคนอ้วน เป็นคนเตี้ย เป็นต้น ถ้ายึดเอาลักษณะทางสังคมเป็นเกณฑ์ก็เป็นผู้ที่มีบุคลิกภาพแบบเก็บตัวและแสดงตัว เป็นต้น

#### 2.1.3.1.4 ประวัติความเป็นมาของการศึกษาบุคลิกภาพแบบ เอ และ บุคลิกภาพแบบ บี

ฟรีดแมนและโรสแมน (จรรยา เกษศรีสังข์. 2537: 14; อ้างอิงจาก Friedman; & Roseman. 1974) กล่าวว่า บุคลิกภาพแบบ เอ เป็นบุคลิกภาพที่ค้นพบในราวปี ค.ศ. 1960 อันเนื่องมาจากนายแพทย์ฟรีดแมน (Friedman) และนายแพทย์โรสแมน (Roseman) ได้เริ่มสังเกตผู้ป่วยโรคหัวใจว่าบุคลิกภาพบางอย่างที่แปลกไปจากผู้ป่วยอื่น ๆ จากการสังเกตเหตุการณ์บางอย่างในคลินิกโรคหัวใจของเขา พบว่า แก้วอี้ที่ผู้ป่วยโรคหัวใจมานั่งตรวจนั้นจะมีรายลึกเฉพาะตรงขอบแก้วอี้เท่านั้น แสดงว่า คนไข้ส่วนใหญ่ของเขานั่งแต่ตรงขอบแก้วอี้ จะได้ลุกขึ้นได้รวดเร็ว คล้ายกับเป็นลักษณะของความพร้อมที่จะเคลื่อนไหวได้ทันที จากความคิดนี้ทำให้เขาคิดว่า น่าจะมีบุคลิกภาพบางอย่างที่เป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคหัวใจ ซึ่งสอดคล้องกับการสังเกตของเขามากกว่าผู้ป่วยโรคหัวใจบางคนนั้นไม่มีปัจจัยเสี่ยง (Risk Factor) ที่เคยเชื่อกันว่าเป็นสาเหตุสำคัญของโรคหัวใจ แต่เดิมนั้น พบว่า การมีคลอเรสเตอรอลสูง ความดันโลหิตสูง การสูบบุหรี่ การเป็นเบาหวานและความอ้วน เป็นปัจจัยที่เสี่ยงต่อการเกิดโรคหัวใจ ดังนั้น เขาจึงใช้เวลา 8 ปี ในการร่วมกันศึกษาและวิจัยบุคลิกภาพผู้ป่วยโรคหัวใจและในที่สุดก็พบว่า มีบุคลิกภาพชนิดหนึ่ง ซึ่งต่อมาเราใช้ชื่อว่าบุคลิกภาพแบบ เอ และบุคคลที่มีบุคลิกภาพตรงกันข้าม เรียกว่ามีบุคลิกภาพแบบ บี การค้นพบบุคลิกภาพแบบ เอ นั้นถือว่าการค้นพบที่สำคัญเพราะบุคลิกภาพแบบ เอ เป็นปัจจัยที่เสี่ยงกว่าปัจจัยกายภาพทุกตัว ถ้าเปรียบเทียบระหว่างผู้ป่วยโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง หรือโรคไขมันในหลอดเลือดสูงกับคนที่มีบุคลิกภาพแบบ เอ แล้ว คนที่มีบุคลิกภาพแบบ เอ จะถือว่าเป็นปัจจัยที่เสี่ยงที่สุดของการเกิดโรคหัวใจ

จากประวัติความเป็นมาของการศึกษาบุคลิกภาพแบบ เอ และบุคลิกภาพแบบ บี ฟรีดแมน และโรสแมน สรุปลักษณะของบุคลิกภาพแบบ เอ และบุคลิกภาพแบบ บี ได้ดังนี้

บุคลิกภาพแบบ เอ (Type A Behavior Pattern Personality) หมายถึง บุคคลที่มีบุคลิกภาพรีบร้อนชอบแข่งขัน และก้าวร้าว ชอบทำงานให้ได้มาก ๆ ในเวลาน้อย ๆ มีความรู้สึกที่เวลาผ่านไปอย่างรวดเร็ว มีความมานะพยายามมากในการทำงาน ชอบฝ่าฟันอุปสรรคต่าง ๆ เพื่อประสบความสำเร็จ ชอบทำงานด้วยความรวดเร็วทนไม่ได้กับงานที่ล่าช้า มีความต้องการพักผ่อนน้อยกว่าคนอื่น และถูกกระตุ้นให้เกิดความรู้สึกโกรธและก้าวร้าวได้ง่าย

บุคลิกภาพแบบ บี (Type B Behavior Pattern Personality) หมายถึง บุคคลที่มีบุคลิกภาพที่มีความผ่อนคลาย ไม่รีบร้อน และไม่ก้าวร้าว มีลักษณะเรื่อย ๆ เฉื่อย ๆ ชอบการพักผ่อนดำเนินชีวิตแบบง่าย ๆ และไม่ชอบฝ่าฟันอุปสรรคในการทำงาน

#### 2.1.3.1.5 การวัดลักษณะบุคลิกภาพแบบ เอ และบุคลิกภาพแบบ บี

ฟรีดแมนและโรสแมน (จรรยา เกษศรีสังข์. 2537: 15; อ้างอิงจาก Friedman; & Roseman. 1974) กล่าวว่า บุคลิกภาพแบบ เอ และบุคลิกภาพแบบ บี มี 3 แบบ คือ

1. แบบสัมภาษณ์อย่างมีโครงสร้าง(Structured Interview:SI) ประกอบด้วยข้อคำถาม 25 ข้อ เป็นการถามโดยให้ผู้ตอบรายงานพฤติกรรมตนเองในสถานการณ์ต่างๆ ที่ทำให้คนที่มีบุคลิกภาพแบบเอไม่สามารถทน เช่น สถานการณ์ที่ทำให้เกิดความโกรธ สถานการณ์ที่มีการแข่งขันอย่างมาก แบบสัมภาษณ์เป็นการวัดการแสดงออกทางด้านกายภาพ

2. มาตรฐานวัดลักษณะบุคลิกภาพแบบเอของเฟรมมิงแฮม (Framingham Type A Scale: FTAS) เป็นแบบวัดรายงานตนเองเช่นเดียวกับแบบที่หนึ่ง ประกอบด้วยข้อคำถาม 10 ข้อ วัดทางด้านแรงขับมุ่งสัมฤทธิ์ การมีความรู้สึกที่เวลาผ่านไปอย่างรวดเร็ว และการรับรู้ว่ามีความกดดันในการทำงาน

3. แบบสำรวจการกระทำกิจกรรมของ เจนกินส์ (Jenkins Activity Survey: JAS) เป็นแบบสอบถามที่ประกอบด้วยข้อคำถาม 20 ข้อ บุคคลที่ได้คะแนนจากแบบวัดนี้สูงเป็นบุคคลที่มีลักษณะบุคลิกภาพแบบ เอ โดยกลุ่มบุคคลนี้รายงานว่า มีความรู้สึกที่เวลาผ่านไปอย่างรวดเร็วทำงานด้วยความรีบเร่งไม่ลดละต่อความอ่อนล้าหรือการทำงานที่ประสบความล้มเหลว นอกจากนี้ยังรายงานว่าตนเองทำงานหนักและมีความต้องการผลสัมฤทธิ์มากกว่า โดยเฉพาะกลุ่มตัวอย่างที่อยู่ในวัยผู้ใหญ่ รายงานว่า มีความต้องการความก้าวหน้าในอาชีพ มีความตั้งใจเพิ่ม สถานภาพอาชีพให้สูงขึ้น รับรู้ว่าได้รับแรงเสริมจากการทำงานอีกทั้งยังมีระดับการศึกษาสูงกว่า

นอกจากนี้ สตรูบและคนอื่นๆ (Strube; et al. 1987) ได้ให้ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับแบบสำรวจกิจกรรมของเจนกินส์ว่า เป็นแบบวัดบุคลิกภาพแบบ เอ โดยให้ผู้ตอบรายงานพฤติกรรมตนเองว่า มีการแสดงออกอย่างไรและได้ศึกษาพบว่า คนที่มีลักษณะบุคลิกภาพแบบ เอ มีความเชื่อถือในความสำเร็จของงานมากกว่าความล้มเหลว มีแรงขับใจการแข่งขันสูง มุ่งสัมฤทธิ์ และมีความรู้สึกที่เวลาผ่านไปอย่างรวดเร็ว

### 2.1.3.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพ

อัจฉรา วงศ์วัฒนามงคล (2535: 126-127) ได้ศึกษาตัวแปรทางพฤติกรรมศาสตร์ที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาต่อในระดับบัณฑิตศึกษา กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตระดับบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร จำนวน 240 คน เป็นผู้ที่มีการศึกษาต่อจำนวน 120 คน และไม่มีพฤติกรรมการศึกษาต่อจำนวน 120 คน ตัวแปรที่ศึกษา คือ จิตลักษณะพื้นฐานของบุคคล โดยศึกษาบุคลิกภาพแบบ เอ และบุคลิกภาพแบบ บี และสภาพแวดล้อมที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการศึกษาต่อ ผลการวิจัยพบว่า “บุคคลที่มีพฤติกรรมการศึกษาต่อ” มีบุคลิกภาพแบบ เอ อายุน้อย มีความเครียดในการทำงานสูง มีความกลัวความสำเร็จสูง เป็นโสด มีทัศนคติที่ดีต่อการศึกษาต่อ มีสภาพทางเศรษฐกิจและสังคมค่อนข้างสูง และมีการรับรู้ความมั่นคงในการทำงานสูง

จรรยา เกษศรีสังข์ (2537: 105) ได้ศึกษาวิธีการเผชิญปัญหาของนักเรียนนายร้อยตำรวจ ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนนายร้อยตำรวจที่มีบุคลิกภาพแบบ เอ มีวิธีการเผชิญปัญหาแบบสู้ปัญหา ยกเว้น วิธีการเผชิญปัญหาด้านการเรียนภาคปฏิบัติ ส่วนนักเรียนนายร้อยตำรวจที่มีบุคลิกภาพแบบ บี มีวิธีการเผชิญปัญหาด้านต่าง ๆ แบบยอมยอม

จากงานวิจัยดังกล่าว สรุปได้ว่า บุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบเอ จะมีความเพียรพยายามในการทำงาน ชอบการแข่งขัน ชอบฟันฝ่าอุปสรรค รักความก้าวหน้า มีความเครียดและวิตกกังวลในการทำงานสูง ส่วนบุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบบีจะเป็นคนไม่รีบร้อน ดำเนินชีวิตแบบเรียบง่ายและไม่ชอบฟันฝ่าอุปสรรค ดังนั้นผู้วิจัยคาดว่า บุคลิกภาพน่าเป็นปัจจัยหนึ่งที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของนิสิต

### 2.1.4 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียน

#### 2.1.4.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียน

นักจิตวิทยาและนักการศึกษา ได้ให้ความหมายของคำว่า “แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์” ไว้แตกต่างกัน ดังนี้

เฮร์แมน (Herman 1970: 354) ได้รวบรวมลักษณะของผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ไว้ 10 ประการดังนี้

1. มีระดับความทะเยอทะยานสูง (Aspiration Level)
2. มีความหวังอย่างมากกว่า ตนจะประสบความสำเร็จ ถึงแม้การกระทำนั้นจะขึ้นอยู่กับโอกาส (Risk – Talking Behavior)
3. มีความพยายามไปสู่สถานะที่สูงขึ้น (Upward Mobility)
4. อดทนทำงานที่ยากได้เป็นเวลานาน (Persistence)
5. เมื่องานที่กำลังถูกขัดจังหวะหรือถูกรบกวนจะพยายามทำต่อไปให้สำเร็จ (Task Tention)

6. รู้สึกว่าเวลาเป็นสิ่งที่ไม่หยุดนิ่งและสิ่งต่าง ๆ เกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว (Time Perception)

7. คำนี้ถึงเหตุการณ์ในอนาคตมาก (Partner Perspective)

8. เลือกเพื่อนร่วมงานที่มีความสามารถมากเป็นอันดับแรก (Partner Choice)

9. ต้องการให้เป็นที่รู้จักแก่ผู้อื่นโดยพยายามทำงานของตนให้ดีขึ้น

(Recognition Behavior)

10. พยายามปฏิบัติสิ่งต่าง ๆ ของตนเองให้ดีเสมอ (Achievement Behavior)

ไวเนอร์ (สุวรี ปิ่นเจริญ, 2549: 29; อ้างอิงจาก Weiner, 1972) ได้สรุปลักษณะเด่นของผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงเปรียบเทียบกับผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่ำไว้ดังนี้

1. ผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูง ตั้งใจทำงานดีกว่า อดทนต่อความล้มเหลวชอบเลือกงานสลัซซันมากกว่าผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่ำ

2. ผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูง ชอบริเริ่มกระทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยความคิดของตนเองมากกว่าผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่ำ

เมตตา (Mehta, 1969: 201– 202) ได้นิยามไว้ว่าแรงจูงใจอาจจะแสดงได้หลายอย่างหรืออย่างใดอย่างหนึ่งตามลักษณะ 3 ประการนี้

1. ความต้องการที่ให้งานตนเองทำมีความสำเร็จในระดับสูง หรือมีมาตรฐานสูง (Standard of excellence)

2. งานที่มีลักษณะเป็นเอกลักษณ์ (Unique of characteristic) เป็นงานที่ทำให้สำเร็จอย่างดีและลักษณะเป็นของตน ซึ่งจะชี้ให้เห็นถึงความสำเร็จของบุคคลเช่น ผลงานที่สร้างสรรค์ขึ้นในด้านศิลปะ และงานอื่น ๆ ที่แตกต่างไปจากธรรมดา

3. งานที่ต้องใช้เวลา (Long term of work) เป็นลักษณะหนึ่งของแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ คือต้องการความตั้งใจที่ยาวนานในจุดมุ่งหมายของงานนั้น และเป็นงานที่สามารถทำได้สำเร็จในชีวิต เช่น ความมุ่งหวังที่จะเป็นวิศวกร แพทย์ นักกฎหมาย นักธุรกิจที่ประสบความสำเร็จในชีวิตและอื่น ๆ

นวลละอ อสุภาผล (2536: 30) กล่าวว่าแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ซึ่งบางครั้งเรียกว่าความต้องการสัมฤทธิ์ผล หมายถึง พลังความต้องการของบุคคลในสิ่งที่ดีเยี่ยม มีความมานะบากบั่นฟันฝ่าอุปสรรคในการทำงาน ต้องการความสำเร็จในการทำงานที่ยาก และทำได้ดีกว่าคนอื่น ๆ รู้วิธีแก้ปัญหาจนประสบความสำเร็จอย่างถาวร ผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์จึงเป็นผู้ที่ตั้งใจทำงานเพื่อให้ได้ผลงานที่คุณภาพสูง เห็นความสำคัญของงาน และคุณภาพมากกว่า ลาก ยศ สรรเสริญ

จากเอกสารข้างต้นสรุปได้ว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์คือ ความปรารถนาที่จะกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งนั้นให้ลุล่วงไปด้วยดี แม้ว่าจะมีความยุ่งยากลำบากอย่างไรก็ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคที่ขัดขวาง เพื่อนำไปสู่ความสำเร็จอย่างมีประสิทธิภาพ มีความพยายามทุ่มเทเต็มความสามารถเพื่อ

เป็นที่ยอมรับของบุคคลอื่น โดยจะสบายใจเมื่อประสบผลสำเร็จและวิตกกังวลเมื่อประสบความล้มเหลว

#### 2.1.4.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียน

ทิพวรรณ สุวรรณประเสริฐ (2541: 115) ได้ศึกษาเรื่อง ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี ผลการวิจัยพบว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาพจิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ปาริฉัตร อ้นประเสริฐ (2543: 49–50) ได้ทำการวิจัยศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสุขภาพจิตกับเขาวนปัญญา ความคิดสร้างสรรค์ และแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนศึกษานารี กรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า เขาวนปัญญา แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์และความคิดสร้างสรรค์ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาพจิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากงานวิจัยทั้งในและต่างประเทศพอจะสรุปได้ว่า ผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงจะมีโอกาสประสบความสำเร็จได้มากกว่าผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่ำกว่า

#### 2.1.5 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคตทางการเรียน

##### 2.1.5.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคตทางการเรียน

###### 2.1.5.1.1 ความหมายของลักษณะมุ่งอนาคตทางการเรียน

มีด (Mead. 1971: 175) กล่าวว่า ลักษณะมุ่งอนาคตเป็นความสามารถของบุคคลที่คาดการณ์เกี่ยวกับตนเองในอนาคต

มิสเชล (Mischel. 1974: 287) ให้ความหมายว่า ลักษณะมุ่งอนาคตเป็นความสามารถในการคาดการณ์ไกลและเล็งเห็นความสำคัญของผลดีผลเสียที่จะเกิดขึ้นในอนาคต มีความต้องการได้รับผลในอนาคตที่ดีกว่าหรือมากกว่าผลที่จะได้รับในปัจจุบัน จึงดำเนินการวางแผนเพื่อปฏิบัติต่อจากนั้นจะควบคุมตนเองให้ปฏิบัติเป็นขั้นเป็นตอนตามแผนที่วางไว้ เพื่อให้สู่เป้าหมายที่ต้องการในอนาคต ซึ่งการดำเนินการปฏิบัติตามแผนนี้เป็นระยะเวลานานกว่าจะบรรลุผล หรือจะต้องทำเป็นจำนวนหลายครั้ง ซึ่งเป็นการควบคุมตนเองให้ละเว้นการกระทำบางอย่างในระยะเวลาหนึ่ง จนกระทั่งได้ผลตามต้องการ

ซีกูร่า (กึ่งกาญจน์ ปานทอง. 2545: 44; อ้างอิงจาก Sequeira. 1975) กล่าวว่าลักษณะมุ่งอนาคตเป็นความสามารถของแต่ละบุคคลในการมองอนาคต การวางแผน และการจัดการเกี่ยวกับอนาคตที่เป็นไปได้

พนิดา สิ้นสุวรรณ (2535: 8) กล่าวว่า ลักษณะมุ่งอนาคต หมายถึง ความสามารถในการควบคุมตนเองของบุคคล ซึ่งแสดงออกเป็นพฤติกรรมของการอดทนได้ในสภาพการณ์ต่าง ๆ เพราะเล็งเห็นผลภัยที่จะเกิดตามมา หรือการเพียรพยายามในปัจจุบันเพื่อจุดมุ่งหมายที่ยิ่งใหญ่ในอนาคต

จรรยา สุวรรณทัต (2535: 48) กล่าวถึงลักษณะมุ่งอนาคตไว้ว่า เป็นลักษณะของการมองสู่อนาคตข้างหน้า ซึ่งเป็นการมองที่ลึกซึ้งกว้างไกลที่จะมีผลไม่เพียงแต่ตัวผู้มองเท่านั้นหากครอบคลุมไปถึงบุคคลอื่นและสังคมมนุษย์ชาติที่บุคคลนั้นมีส่วนเกี่ยวข้องกับด้วย และถือว่าเป็นจิตลักษณะที่สำคัญประการหนึ่งที่เอื้อต่อการพัฒนาประเทศ

จากความหมายดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า ลักษณะมุ่งอนาคต หมายถึงความสามารถของบุคคลในการเห็นผลดีและผลเสียที่จะเกิดขึ้นในอนาคต และความสามารถวางแผนการปฏิบัติเกี่ยวกับอนาคตได้อย่างเหมาะสม

### 2.1.5.1.2 ความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคต

ลักษณะมุ่งอนาคตมีความสำคัญต่อการพัฒนาประเทศ เนื่องจากประเทศที่กำลังพัฒนาจะต้องมีการปรับเปลี่ยนทางวัฒนธรรม ระเบียบ ประเพณี ประชาชนของประเทศที่กำลังพัฒนาจะต้องเห็นความสำคัญของการวางแผน เพื่อประโยชน์ที่จะได้รับในอนาคต (Mischel, 1974: 250)

ไรท์ (Wright, 1975: 298) กล่าวถึงความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคตว่า ผู้มีลักษณะมุ่งอนาคตสูงจะเป็นผู้ที่สามารถปฏิบัติตนได้อย่างเหมาะสมกับกาลเทศะ และไม่ฝ่าฝืนกฎเกณฑ์ของศาสนาและกฎหมาย ซึ่งจะเห็นว่าผู้ที่มีลักษณะจัดว่าเป็นผู้ที่มีจริยธรรมสูงด้วย

เรเนอร์ (Raynor, 1982: 71-116) กล่าวว่า ลักษณะมุ่งอนาคตเป็นจิตลักษณะที่แตกต่างหากจากแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ บุคคลใดมีลักษณะสองประการนี้สูงก็อาจคาดได้ว่าเขาจะมีพลังผลักดันให้กระทำกิจกรรมต่าง ๆ ในปัจจุบันได้อย่างขยันขันแข็งที่สุด ถ้าผลงานนี้จะเป็นจุดเริ่มต้นของผลประโยชน์ที่จะได้รับในระยะยาว เช่น ขยันเรียนหนังสือในปัจจุบันเพื่อจะได้งานดีมีชีวิตก้าวหน้าและสุขสบายในอนาคต

ดวงเดือน พันธุมนาวิน และคนอื่น ๆ (2529: 100) กล่าวถึงลักษณะของผู้ที่มุ่งอนาคตและสามารถควบคุมตนเองไว้ ดังต่อไปนี้

1. สามารถคาดการณ์ไกลเห็นความสำคัญของอนาคตและตัดสินใจเลือกกระทำอย่างเหมาะสม

2. หาแนวทางแก้ปัญหาและวางแผนดำเนินการเพื่อเป้าหมายในอนาคต

3. รู้จักการปฏิบัติให้อดได้รอได้อย่างเหมาะสม

4. สามารถให้รางวัลและลงโทษตนเองเมื่อกระทำไม่เหมาะสม

ไพโรจน์ โตเทศ (2531: 21-22) กล่าวว่าลักษณะมุ่งอนาคตปลูกฝังให้นักเรียนมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ฝึกให้เรียนมีความพร้อมที่จะเข้าใจถึงการเปลี่ยนแปลงในสังคม ตลอดจนเน้นให้ผู้เรียนเข้าใจเหตุการณ์ต่าง ๆ ทั้งในอดีต ปัจจุบัน และอนาคต และให้รู้จักวางแผนล่วงหน้า

จันทร์ภา นนทิกกร (2533: 32-33) กล่าวว่า บุคคลที่มีเป้าหมายหรือการกำหนดสิ่งที่ต้องการไว้ล่วงหน้าชัดเจน ย่อมมีความตั้งใจและใช้ความพยายามอย่างจริงจังในการ

กระทำพฤติกรรมเพื่อให้บรรลุเป้าหมายในอนาคต ซึ่งเป้าหมายจึงมีหน้าที่สำคัญ 2 ประการที่เป็นพื้นฐานของแรงจูงใจที่มุ่งตรงไปสู่พฤติกรรม คือ

1. เป้าหมายจะกำหนดแนวทางการตัดสินใจว่าจะใช้ความพยายามเท่าใดในการทำงานนั้น
2. เป้าหมายมีอิทธิพลต่อการเกิดพฤติกรรมการทำงาน โดยต้องตระหนักถึงความสำคัญ

สมดุล ชาญนุงศ์ (2533: 51) ได้สรุปลักษณะของบุคคลที่มุ่งอนาคตและมีการควบคุมตนเองสูง ไว้ดังนี้

1. สามารถวางแผนล่วงหน้าได้ และสามารถคาดการณ์ถึงผลดีและผลเสียที่จะเกิดขึ้นในอนาคตได้
2. สามารถอดใจรอได้ “สามารถอดเปรี้ยวไว้กินหวาน”
3. มีความเชื่อมั่นในผลของการกระทำว่า ทำดีย่อมได้ผลดีตอบแทน
4. เป็นบุคคลที่สามารถอธิบายปรากฏการณ์ต่าง ๆ อย่างสมเหตุสมผล
5. สามารถงดเว้นจากการกระทำบางชนิดที่สังคมไม่ยอมรับ หรือเป็นผลเสียต่อสุขภาพได้

จากความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคตดังกล่าว สรุปได้ว่า ลักษณะมุ่งอนาคตมีความสำคัญกับผู้เรียนเพราะเป็นลักษณะหนึ่งที่ทำให้ผู้เรียนมีความเพียรพยายามต่อสู้กับอุปสรรค รู้จักการวางแผนเพื่ออนาคต และสามารถระงับหรือชะลอพฤติกรรมของตนให้ปฏิบัติได้อย่างเหมาะสมกับกาลเทศะเพื่อความเจริญของตนเองและประเทศชาติ

#### 2.1.5.1.3 ปัจจัยที่ส่งเสริมลักษณะมุ่งอนาคต

มิสเชล และคนอื่นๆ (พินดา สินสุวรรณ. 2535: 36; อ้างอิงจาก Mischel; et al. 1974) กล่าวว่าทางเลือกที่จะชะลอการทำการบำบัดความต้องการของบุคคลนั้น เกิดจากการเรียนรู้จากประสบการณ์ในอดีตและการเลียนแบบจากผู้อื่นด้วย นอกจากนี้ยังมีความสัมพันธ์กับลักษณะอื่นๆ ของบุคคลอีกมาก เช่น ความรับผิดชอบทางสังคม วัฒนธรรม และครอบครัว ลักษณะมุ่งอนาคตนี้จะเพิ่มมากขึ้นตามอายุ มิสเชลกล่าวว่าความสามารถที่จะคิดถึงเหตุการณ์ในระยะยาวไปในอนาคตนั้น เป็นคุณสมบัติของผู้ที่มีคุณสมบัติด้านสุขภาพจิตและสติปัญญาสูง และถึงแม้จะมีความสัมพันธ์กับสติปัญญาแต่ไม่สัมพันธ์กับความสามารถทางวาจา

พินดา สินสุวรรณ (2535: 106–110) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง จริยธรรมของเยาวชนไทย พบว่าการอบรมเลี้ยงดูแบบรักมาก ใช้เหตุผลมากและลงโทษทางจิตมากกว่าทางกายนั้น สัมพันธ์กับการมีลักษณะมุ่งอนาคตสูงของเด็กอย่างเห็นได้ชัด และยังพบอีกว่าลักษณะมุ่งอนาคตแปรปรวนไปตามลักษณะทางสังคม 3 ประการ คือ เพศ ชั้นเรียน และที่เกิดโดยหญิงมีลักษณะมุ่งอนาคตมากกว่าชาย ผู้มีอายุน้อยและมีระดับการศึกษาต่ำมีลักษณะมุ่งอนาคตสูงกว่าผู้ที่

อายุมาก และอยู่ในระดับการศึกษาสูง และผู้ตอบที่เกิดในกรุงเทพมหานคร มีลักษณะมุ่งอนาคตสูงกว่าผู้ตอบที่เกิดในต่างจังหวัด

สุรพงษ์ ชูเดช (2531: 4) กล่าวว่า ลักษณะมุ่งอนาคตจะเกิดได้ต้องอาศัยพื้นฐานด้านความคิดและสติปัญญา เนื่องจากบุคคลที่มุ่งอนาคตจะเกิดได้ต้องอาศัยพื้นฐานด้านความคิดและสติปัญญา เนื่องจากบุคคลที่มุ่งอนาคตจะต้องเป็นผู้ที่คาดการณ์ได้ว่าอะไรเกิดขึ้นในอนาคต เห็นคุณค่าของสิ่งที่จะเกิดขึ้นในอนาคตมากกว่าสิ่งเล็กน้อยที่จะเกิดขึ้นในปัจจุบันและจะต้องเป็นผู้ที่เชื่อว่าสิ่งที่คาดว่าจะเกิดในอนาคตจะเกิดขึ้นกับตนได้จริง ซึ่งลักษณะดังกล่าวนี้แสดงให้เห็นว่าบุคคลที่จะมีลักษณะมุ่งอนาคตจะต้องเป็นผู้ที่มีพัฒนาการทางการคิดที่เป็นนามธรรม ซึ่งทฤษฎีพัฒนาการรู้คิดของ เพียเจท์ ชั้นพัฒนาการดังกล่าว คือขั้นปฏิบัติการเชิงระบบ (Formal Operation : อายุระหว่าง 11-15 ปี) ทั้งนี้เพราะการคาดว่าอะไรเกิดขึ้นในอนาคตสิ่งนั้นยังไม่มีตัวตน ต้องอาศัยการอ้างอิงซึ่งอยู่ในรูปของนามธรรมหรือสัญลักษณ์ และการเห็นความสำคัญของสิ่งที่ยังเป็นนามธรรมหรือสัญลักษณ์ ต้องใช้ความสามารถทางการคิดเชื่อมโยงกับหน่วยการคิดอื่น ๆ ดังนั้นบุคคลที่มีความสามารถด้านการรู้คิดสูงย่อมจะง่ายต่อการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตให้สูงขึ้นด้วย

จากเอกสารดังกล่าว สรุปได้ว่า ปัจจัยที่ส่งเสริมลักษณะมุ่งอนาคตได้แก่ การอบรมเลี้ยงดู และความมั่นคงของครอบครัว ครอบครัวที่มีฐานะยากจนมักจะไม่สามารถหาในสิ่งที่เด็กต้องการได้ตามสัญญา ทำให้เด็กขาดความมั่นใจในอนาคต ต่างกับครอบครัวที่มีฐานะปานกลางและฐานะสูงที่สามารถทำได้ตามคำมั่นสัญญา ด้านการเรียนการสอนโดยครูให้การเสริมแรงกระตุ้นให้ผู้เรียนรู้จักตั้งเป้าหมายในชีวิตหรือจัดกิจกรรมการสอนที่มีลักษณะมุ่งอนาคต โดยครูให้คำแนะนำ และเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้แสดงความคิดเห็นเอาใจใส่ดูแล และสภาพแวดล้อม ค่านิยมวัฒนธรรม เป็นสิ่งที่ทำให้ผู้เรียนเกิดการเลียนแบบ และใช้ประสบการณ์ที่เกิดขึ้นแล้วในสังคมนำมาพิจารณาในการเลือกในการวางแผนในอนาคต

#### 2.1.5.1.4 การพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต

สกินเนอร์ (ทิพวรรณ สุวรรณประเสริฐ. 2541: 32; อ้างอิงจาก Skinner. 1967) พบว่าคนเราใช้วิธีการต่าง ๆ ในการควบคุมพฤติกรรมของตนในชีวิตประจำวัน คือ

1. ใช้การยับยั้งทางร่างกาย เช่น การกัดริมฝีปากตนเองเพื่อกลั่นหัวเราะ การปิดตาเพื่อไม่ให้มองเห็นสิ่งที่ไม่ต้องการจะเห็น การกระทำเช่นนี้เป็นผลให้ตนเองสามารถหลีกเลี่ยงจากผลที่ตนเองไม่พึงพอใจได้
2. การเปลี่ยนการเรียนรู้สิ่งรับบางอย่าง เช่น การทำเครื่องหมายลงบนปฏิทินเพื่อเตือนความทรงจำ
3. การยับยั้งหรือการงดเว้นการกระทำบางอย่าง เช่น งดอาหารก่อนเล่นกีฬา
4. การเปลี่ยนการตอบสนองทางอารมณ์ เช่น พยายามคิดถึงเรื่องอื่นเพื่อระงับความรู้สึกพอใจหรือไม่พอใจ

5. ใช้เหตุการณ์ที่ไม่พึงพอใจเป็นตัวกำหนดพฤติกรรม เช่น การตั้งนาฬิกาปลุกครบถ้วนการนอนเพื่อให้เราตื่นไปทำธุระได้ทัน

6. การใช้ยาหรือสารเคมีเพื่อควบคุมพฤติกรรม เช่น การดื่มสุราเพื่อให้ลืมความทุกข์หรือดื่มกาแฟเพื่อไม่ให้ง่วงนอน

7. การให้การเสริมแรงและการลงโทษตนเอง เช่น ถ้าทำงานเสร็จตามกำหนดแล้วจึงดูทีวีที่ตนชอบ

8. การหันเหความสนใจไปสู่สิ่งอื่น เช่น การเปลี่ยนหัวข้อสนทนา เพื่อหลีกเลี่ยงการทะเลาะวิวาทของคู่สนทนา

ดวงเดือน พันธุมาวิน และคีนอื่นๆ (2520: 107) กล่าวถึงวิธีการกระตุ้นลักษณะมุ่งอนาคตของบุคคลไว้ดังนี้

1. ให้เขียนเรื่องราวของตนเองเกี่ยวกับปัจจุบันและอนาคต โดยอาจให้เขียนถึงสภาพชีวิตและการวางแผนการใช้ชีวิตในวันปลายด้วย

2. ให้ฝึกเขียนนวนิยายชีวิต ซึ่งอาจจะกำหนดช่วงเวลาไว้ เช่น ตั้งแต่เด็กจนเป็นผู้ใหญ่ หรือจากปู่ไปถึงหลาน

3. ฝึกวางแผนระยะยาว โดยจะแบ่งเป็นแผน 5 ปี 7 ปี 10 ปี หรือ 20 ปีก็ได้

4. ฝึกเล่นหมากรุก

5. ให้แบบอย่างของการวางแผนระยะยาวหรือการวางแผนการดำเนินชีวิต เพื่อบรรลุเป้าประสงค์บางประการในอนาคต

ไรท์ (Wright, 1975: 387) กล่าวว่า วิธีการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตนั้นได้มาจากวิธีการวัดลักษณะมุ่งอนาคตที่ใช้ในการวิจัยทางจิตวิทยา เช่น ให้เขียนเรื่องราวหรือนวนิยาย และวิเคราะห์ระยะเวลาที่ใช้ในการเขียนเรื่องนั้น ผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตมากจะใช้ระยะเวลาในการเขียนเรื่องราวต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้นให้ดำเนินไป โดยระยะเวลาที่มากกว่าผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตน้อย

สุรศักดิ์ หลาบมาลา (2527: 14-17) กล่าวว่า การสอนเด็กเพื่อนำความรู้ไปใช้ในอนาคต ต้องเริ่มต้นด้วยการคาดการณ์ว่า ในอนาคตจะมีอะไรที่สำคัญและแตกต่างไปจากปัจจุบันอย่างไรบ้าง เด็กควรมีโอกาสในการวางแผนการเรียนในอนาคตของตนเองและพัฒนาการคิดวิเคราะห์ให้มากขึ้น การมองเห็นความสัมพันธ์ระหว่างอดีต ปัจจุบัน และอนาคตจะช่วยให้การวางแผนเป็นไปด้วยความรอบคอบสมเหตุสมผล การสอนเพื่อให้นักเรียนมองอนาคตหรือมุ่งอนาคตอาจทำได้โดย

1. ให้มองอนาคตด้วยทัศนคติของตนเอง เช่น มองโลกข้างหน้าว่าจะเป็นอย่างไร และตนเองต้องมีความรู้ ความสามารถอย่างไรจึงจะมีชีวิตอยู่ในโลกเช่นนั้นได้อย่างเหมาะสม

2. เน้นการหาทางเลือกในอนาคต โดยให้นักเรียนคิดหาวิธีการต่าง ๆ ที่จะทำให้โลกอยู่ดีมีสุข

3. ให้นักเรียนเข้าใจยุทธวิธีต่าง ๆ ที่จะดำรงชีวิตอยู่ในสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงทางสังคมอย่างรวดเร็ว โดยใช้เทคนิคต่าง ๆ ในการคาดคะเนอนาคต

4. มุ่งให้นักเรียนเข้าใจสภาพและแนวโน้มของอนาคต ความสามารถที่มนุษย์ควรจะพัฒนาในอนาคต

ริงสรร์ค เพิ่งนู (2531: 103) กล่าวว่า การพัฒนาศักยภาพของบุคคลให้พร้อมที่จะอยู่ในโลกที่เปลี่ยนแปลงสู่อนาคตที่ไม่แน่นอนนี้ หนทางหนึ่งคือการให้บุคคลมีทักษะที่กว้างไกลทั้งในแง่ของมิติที่เกี่ยวกับเวลา สถานที่ ชุมชน และวิถีชีวิต เพื่อจะได้ปรับปรุง ปฏิบัติหรือกำหนดแนวทางที่เหมาะสม โดยเฉพาะอย่างยิ่งการช่วยกระตุ้นให้เยาวชนสร้างอนาคตที่พึงประสงค์ของตนเองและสังคมได้ตั้งแต่ปัจจุบัน และได้เสนอแนวความคิดการประยุกต์เทคนิค วิธีการเชิงอนาคต เช่น การพรรณนาอนาคต การสร้างอนาคตจำลอง วงล้ออนาคต การวิเคราะห์เครือข่ายอาชีพ และวิธีการตรวจสอบค่านิยมในอนาคต เพื่อใช้ในกระบวนการแนะแนวโดยมีจุดเน้นที่สำคัญ คือ

1. มุ่งให้นักเรียนตระหนักว่า อนาคตเกิดจากความสัมพันธ์ของเหตุการณ์ในอดีตและสภาพแวดล้อมกับโอกาส และโดยการเลือกตัดสินใจของมนุษย์เอง

2. มุ่งให้นักเรียนตระหนักว่า การคาดการณ์เกี่ยวกับอนาคตเป็นการตรวจสอบทางเลือกที่อาจเป็นไปได้ในอนาคต

3. มุ่งให้นักเรียนมองเห็นความสัมพันธ์ของโลก และชีวิตอย่างเป็นระบบเกี่ยวเนื่องสัมพันธ์กัน

บุญรึบ คักคึมณึ (2532: 16-17) เสนอแนวทางในการพัฒนาการมุ่งอนาคตไว้ตามลำดับขั้นตอนดังนี้

1. ให้รู้จักความหมายของลักษณะมุ่งอนาคต วิธีฝึกทำได้โดยการกระตุ้นให้บุคคลรู้จักคิดถึงสิ่งที่จะเกิดขึ้นในอนาคตอันใกล้และไกลอย่างมีเหตุผล ยกตัวอย่างให้เห็นแบบอย่างของการคิดประเภทนี้และฝึกการรู้จักคิดในทำนองนี้ เพื่อให้เข้าใจความหมายของการมุ่งอนาคตในกาล เทศะต่าง ๆ

2. ให้เห็นความสำคัญของการมุ่งอนาคต วิธีฝึกทำได้โดยการให้เห็นตัวอย่างของผลที่เกิดจากการกระทำกิจกรรมที่มุ่งอนาคต

3. ให้รู้จักคาดการณ์เกี่ยวกับอนาคต วิธีฝึกทำได้โดยการทำให้บุคคลเห็นตัวอย่างของการวางแผนในอนาคตของผู้มีลักษณะมุ่งอนาคต ฝึกวางแผนเกี่ยวกับชีวิตและการทำงาน ฝึกเขียนเรื่องราวเกี่ยวกับความคาดหวังของตนเอง

จากเอกสารดังกล่าว สรุปได้ว่า การพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตทำได้หลายวิธี ได้แก่ การเขียนเรื่องราวของตนเองเกี่ยวกับปัจจุบันและอนาคต การเขียนนวนิยาย การมองเห็น

ความสัมพันธ์ระหว่างอดีตกับปัจจุบัน การให้การเสริมแรงแก่ตนเอง มองอนาคตด้วยทัศนะของตนเอง

### 2.1.5.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคตทางการเรียน

กนกวรรณ อุ่นใจ (2535: 57) ได้ทำการวิจัยเรื่องผลของการใช้เทคนิคการพยากรณ์ที่มีต่อลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสามร้อยยอดวิทยาคม จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ จำนวน 30 คน ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มที่ได้รับการพัฒนาโดยเทคนิคพยากรณ์มีลักษณะมุ่งอนาคตสูงขึ้นกว่ากลุ่มที่ได้รับข้อเสนออย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จักรวาล ภูวพันธ์ (2537: 72) ได้ศึกษาผลของการเข้ากิจกรรมกลุ่มที่มีต่อลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนสถานสงเคราะห์เด็กหญิงบ้านราชวิถี กรุงเทพมหานคร จำนวน 24 คน โดยใช้กิจกรรมกลุ่มและการสอนแบบปกติ ผลการวิจัยพบว่า ลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนที่ได้ใช้กิจกรรมกลุ่มการสอนตามปกติแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากงานวิจัยพอจะสรุปได้ว่า ลักษณะมุ่งอนาคตมีความสัมพันธ์กับความสามารถในการคาดการณ์ไกล การวางแผน ความเพียรพยายาม การอบรมเลี้ยงดู อิทธิพลสังคม สื่อมวลชน ซึ่งเป็นตัวชี้ถึงการมีลักษณะมุ่งอนาคตในตัวของเยาวชนแต่ละคน ดังนั้นผู้วิจัยคาดว่าลักษณะมุ่งอนาคตทางการเรียนน่าจะเป็นปัจจัยหนึ่งที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของนิสิต

## 2.2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรด้านครอบครัว

### 2.2.1 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความคาดหวังของผู้ปกครอง

#### 2.2.1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความคาดหวังของผู้ปกครอง

ลักขณา สรวิวัฒน์ (2545: 120-121) นับตั้งแต่วัยแรกเริ่มของชีวิตจวบจนเข้าสู่วัยเด็กเล็ก วัยรุ่น และวัยหนุ่มสาว บิดามารดาย่อมมีบทบาทและมีอิทธิพลไม่น้อยที่จะกำหนดแนวทางชีวิตกับบุตรธิดาทั้งทางตรงและทางอ้อม โดยปกติบิดามารดาทุกคนย่อมต้องการเห็นบุตรประสบความสำเร็จในชีวิต แต่อย่างไรก็ตามวิธีการของบิดามารดาแต่ละคู่มักจะแตกต่างกัน บิดามารดาที่เป็นพรหมของบุตรย่อมตระหนักว่า บุตรธิดาไม่ใช่เครื่องปั้นดินเผาที่จะปั้นได้ตามใจผู้ปั้นตลอดเวลา แต่บุตรธิดาเป็นผู้มีบุคลิกภาพ ทัศนคติ และความถนัดของตนเอง บิดามารดาจึงควรอยู่ในฐานะผู้ป้อนข้อมูลและแนะแนวทางในการดำเนินชีวิตให้แก่บุตร ไม่ใช่ผู้บังคับการชีวิต การตัดสินใจ ยิ่งเมื่อบุตรธิดาเจริญเติบโตมากขึ้น ควรเป็นเรื่องที่บุตรธิดาจะต้องตัดสินใจเองโดยมีบิดามารดาเป็นที่ปรึกษา ในบางครอบครัวบุตรธิดาไม่โชคดีเช่นนั้น ตรงกันข้ามบิดามารดาบางรายปราศจากความเข้าใจบุตรธิดา มักใช้วิธีการกำหนดและบีบบังคับให้บุตรธิดาเลือกวิถีชีวิต และวิชาชีพที่ตนเองมุ่งหวัง ทำให้เด็กเกิดความกดดัน อาจเกิดความคับข้องใจและความขัดแย้งภายในจิตใจอย่างรุนแรง ทำให้มีผลกระทบกระเทือนต่อบุคลิกภาพ ทำให้ขาดความเชื่อมั่นในตนเองรวมทั้งขาดกำลังใจในการที่จะตัดสินใจแก้ปัญหาชีวิตในอนาคตได้

### 2.2.1.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความคาดหวังของผู้ปกครอง

ลัดดา คล่องแคล่ว (2540: 65) ศึกษาพฤติกรรมการณ์เรียนของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกรุงเทพมหานคร พบว่า บิดามารดาต้องการให้นักเรียนคบเพื่อนที่เอาใจใส่ในการเรียน ไม่เที่ยวเตร่ไม่สูบบุหรี่ ไม่ดื่มเหล้า ให้สนใจเรียน ปฏิบัติตนให้ถูกระเบียบของโรงเรียนในเรื่องของการแต่งกาย ทรงผม กระเป๋านักเรียน จัดเก็บหนังสือให้เป็นระเบียบ การใช้จ่ายเงินให้รู้จักประหยัด ไม่กลับบ้านดึก

ทิพวรรณ สุวรรณประเสริฐ (2541: 116–117) ศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการณ์เรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 1,370 คน พบว่า ความคาดหวังของผู้ปกครองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการณ์เรียนของนักเรียน กล่าวคือ ผู้ปกครองมีความคาดหวังกับพฤติกรรมการณ์เรียนของนักเรียน ตั้งเป้าหมายไว้สำหรับนักเรียน และต้องการให้นักเรียนประสบความสำเร็จ โดยทำความเข้าใจ สนใจการเรียน มีเวลาในการดูแลเอาใจใส่ด้านการเรียน ให้คำแนะนำ ให้กำลังใจ สนับสนุนส่งเสริมซึ่งเป็นแรงกระตุ้นให้นักเรียนแสดงพฤติกรรมการณ์เรียนที่ดี

จากงานวิจัยดังกล่าวสรุปได้ว่า ผู้ปกครองที่มีความคาดหวังในตัวลูกสูงเกินไป มีความมุ่งหวังในตัวลูกมากเกินไป อาจเป็นการสร้างความกดดันให้กับลูก จนมีผลกระทบต่อการพัฒนาการทางด้านอารมณ์และสังคมที่เป็นปัญหาในอนาคตกับลูกได้ การคาดหวังในตัวลูกควรอยู่ในขอบเขตที่พอเหมาะกับความสามารถและความสนใจของลูก ผู้ปกครองควรเป็นผู้ให้กำลังใจ ให้คำแนะนำสนับสนุน กระตุ้นให้เด็กเกิดความรับผิดชอบในการเรียนและรับผิดชอบในตนเองให้มากขึ้นมากกว่าการไปบังคับหรือตั้งกฎเกณฑ์ที่สร้างความกดดันให้เกิดขึ้นกับเด็ก

## 2.3 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรด้านสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย

### 2.3.1 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับลักษณะทางกายภาพของการเรียน

#### 2.3.1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับลักษณะทางกายภาพของการเรียน

สถานศึกษาเป็นสถาบันที่มีบทบาทสำคัญในการผลิตคนให้เป็นพลเมืองดี สถานศึกษาจึงควรตระหนักถึงบทบาทของตนเองที่จะส่งเสริมพัฒนาการด้านต่างๆของผู้เรียน ดังนั้นสถานศึกษาจึงจำเป็นต้องจัดบรรยากาศและสภาพแวดล้อมที่จะช่วยส่งเสริมการเรียนการสอน เพราะสิ่งแวดล้อมภายในสถานศึกษาเป็นบรรยากาศทางการศึกษาที่สำคัญที่สุด เพราะสามารถช่วยให้ผู้เรียนได้มีประสบการณ์ มีความเจริญงอกงามทางด้านต่างๆได้ดี

สุพิชญา ธีระกุล และคนอื่นๆ (2530: 182–187) ได้เสนอแนวทางในการจัดสิ่งแวดล้อมที่เอื้ออำนวยต่อการเรียนการสอนไว้หลายประการ สรุปได้ดังนี้

1. สภาพโรงเรียนและห้องเรียน โรงเรียนจัดอาคารสถานที่ถูกหลักวิชา เช่น การวางแผนแนวอาคารถูกทิศทาง ได้รับแสงสว่างเพียงพอ อากาศถ่ายเทได้ดี ไม่ร้อนอบอ้าว จนเกินไป ไม่มีเสียงดังรบกวน ภายในตกแต่งด้วยสิ่งที่สวยงาม เป็นระเบียบ เพื่อช่วยให้บรรยากาศ

รุ่มรื่น น่าเรียน สภาพห้องเรียนควรสะอาด โต๊ะเก้าอี้มีเพียงพอต่อความต้องการของนักเรียนและขนาดต้องเหมาะสมกับผู้เรียน เพราะสิ่งเหล่านี้มีความจำเป็นที่จะสร้างเสริมการเรียนการสอนให้ได้ผลดียิ่งขึ้น

2. หลักสูตร คือ แนวทางที่โรงเรียนจัดประสบการณ์ให้แก่ผู้เรียน เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ หลักสูตรที่ดีจะต้องให้ตรงกับจุดมุ่งหมายของการศึกษาและตรงกับความต้องการของผู้เรียนแต่ละวัย

3. แบบเรียน และบทเรียนเป็นปัจจัยสำคัญประการหนึ่งที่ทำให้เด็กเกิดการเรียนรู้ และถือว่าเป็นอุปกรณ์การศึกษาที่โรงเรียนจะขาดเสียมิได้ อีกทั้งสิ่งหนึ่งที่ครูสามารถจัดให้นักเรียนก็คือ การจัดบทเรียนซึ่งครูควรพิจารณาเลือกสรรแต่เฉพาะที่เห็นว่าจะเป็นประโยชน์ต่อนักเรียน ซึ่งเหมาะสมกับวัย ความรู้ ความสนใจ ความต้องการของผู้เรียนและท้องถิ่น

4. อุปกรณ์การศึกษา เป็นเครื่องช่วยให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ได้ดีและง่ายขึ้น การจัดใช้วัสดุอุปกรณ์ประกอบการเรียนการสอนให้ได้ผลดีนั้น ขึ้นอยู่กับทักษะและความสนใจของครูว่าจะใช้อุปกรณ์นั้นๆ ได้เหมาะสมกับเนื้อหา เวลา และใช้ได้ถูกต้องเพียงใด

5. กิจกรรมต่างๆในการเรียนการสอน คือพฤติกรรมที่แสดงออกแล้วทำให้เกิดการเรียนรู้ ซึ่งการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นจะดีหรือไม่ ขึ้นอยู่กับกิจกรรมนั้นตรงกับจุดมุ่งหมายหรือไม่

6. เวลาและโอกาส การเรียนจะเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพขึ้นอยู่กับเวลา เช่นเดียวกัน ครูต้องจัดสรรเวลาให้เหมาะสมกับวิชาหรือเนื้อหาที่จะสอน เวลาควรมีการยืดหยุ่นไปตามเนื้อหาสาขาวิชาไม่ควรยึดตายตัว

7. สถานที่ที่ใช้ในการเรียนนั้น อาจไม่ได้หมายถึงห้องเรียนเพียงอย่างเดียว บางครั้งอาจเป็นสนามโรงเรียน หรือสถานที่ไปทัศนศึกษาด้วย สถานที่จึงมีส่วนช่วยสร้างความรู้สึกละเอียดและบรรยากาศของการศึกษาเล่าเรียน การเปลี่ยนแปลงบรรยากาศในห้องเรียนช่วยให้ผู้เรียนไม่เบื่อหน่าย ช่วยให้สังคมของเด็กดีขึ้น อย่างไรก็ดีตามสถานที่ที่จะใช้เรียนต้องมีเสียงรบกวนจนไม่สามารถใช้สมาธิได้ และจะต้องไม่วิเวกวิงเวงจนดูสับสน ไม่เสียงภัยหรือใกล้สิ่งที่เป็นอันตราย และสถานที่นั้นจะต้องเป็นประโยชน์ต่อการสอนโดยตรงด้วย

8. ผู้เรียน การสอนจะเกิดขึ้นได้และเป็นผลดีก็ต่อเมื่อผู้เรียนมีความพร้อม มีความสนใจที่จะศึกษาหาความรู้และรับรู้ ครูจะต้องกระตุ้นให้ผู้เรียนเกิดความพร้อมที่จะเรียน หรือเมื่อผู้เรียนเกิดความพร้อมที่จะเรียนก็ควรให้ออกสัปดาห์แก่ผู้เรียนทันที ครูผู้สอนจะต้องหมั่นสังเกตพฤติกรรมของผู้เรียน หากผู้เรียนแสดงความรู้สึกวิตกกังวล มีความคับข้องใจ ครูจะต้องช่วยลดความรู้สึกนั้นๆเสียก่อน และพยายามสร้างบรรยากาศที่จะให้ผู้เรียนได้แสดงความสามารถออกมา

9. ผู้สอนและวิธีการสอน ถือว่าเป็นปัจจัยที่สำคัญที่สุดประการหนึ่ง ที่จะช่วยให้การเรียนการสอนประสบผลดี นักการศึกษาได้ระบุไว้ว่า ยังไม่มีอุปกรณ์การสอนใดๆในโลกที่จะใช้แทนครูที่มีความสามารถทางการสอนได้

### 2.3.1.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับลักษณะทางกายภาพของการเรียน

วาสนา พิทักษ์สาธิต (2534: 77–79) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะของนักเรียน สภาพการเรียนการสอนในชั้นเรียน และสภาพแวดล้อมทางบ้าน กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดกรมสามัญศึกษา เขตกรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า ค่าสหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างตัวแปรด้านลักษณะของนักเรียน สภาพการเรียนการสอนในชั้นเรียน และสภาพแวดล้อมทางบ้าน กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนทุกกลุ่มวิชาของนักเรียนจากโรงเรียนขนาดใหญ่และโรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษ มีค่า .90 และ .93 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

### 2.3.2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์

#### 2.3.2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์

ประดิษฐ์ อูปรมย์ (2543: 123–137) ได้กล่าวถึงสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์ที่มีผลต่อการเรียนในชั้นเรียน ซึ่งมีองค์ประกอบต่างๆ หลายองค์ประกอบ ดังนี้

1. บุคลิกภาพบางประการของครูมีผลต่อการสร้างสัมพันธภาพระหว่างนักเรียน รูปร่าง หน้าตาและการแต่งกายมีผลต่อการดึงดูดความสนใจ แต่บุคลิกภาพบางประการ เช่น สีหน้า ท่าทาง น้ำเสียง การใช้คำพูด อารมณ์ขัน และบทบาทในฐานะผู้นำของครู มีผลต่อการสร้างสัมพันธภาพระหว่างนักเรียน

2. พฤติกรรมของครูที่แสดงออกตามทัศนคติและความคาดหวังบางประการที่ครูมีอยู่มีผลต่อการสร้างสัมพันธภาพภายในชั้นเรียน ครูที่มีทัศนคติที่ดีต่อการสอนและความคาดหวังที่มีต่อนักเรียนรวมทั้งการเป็นคนมองโลกในแง่ดี ย่อมเป็นผู้สร้างสัมพันธภาพที่ดีให้เกิดขึ้นแก่ชั้นเรียนได้มากกว่าครูที่มีทัศนคติและความคาดหวังในทางตรงกันข้าม ทัศนคติและความคาดหวังของครูที่มีต่อนักเรียนมักมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของครูที่แสดงออกต่อนักเรียนด้วย

3. ปฏิสัมพันธ์ระหว่างครูกับนักเรียน มีผลต่อการสร้างบรรยากาศในชั้นเรียน การให้นักเรียนได้มีโอกาสซักถาม เข้าร่วมกิจกรรมให้มากจะทำให้บรรยากาศในชั้นเรียนมีความสุข กระตือรือร้นและช่วยทำให้เกิดบรรยากาศที่ดีขึ้นในชั้นเรียนด้วย

4. การเสริมแรงที่เหมาะสมของครูจะช่วยให้เกิดบรรยากาศในชั้นเรียนดีขึ้น การให้การเสริมแรงควรพิจารณาให้เหมาะสมกับสภาพการณ์ ไม่ควรเน้นเฉพาะกับพฤติกรรมที่ดีที่สุด แต่ควรให้เมื่อพฤติกรรมนั้นดีขึ้นกว่าเดิม โดยเฉพาะกับนักเรียนที่เรียนอ่อนหรือพฤติกรรมที่มีปัญหา

ไพฑูริย์ สีนลารัตน์ (2543: 49) กล่าวว่า ในการเรียนการสอนทุกระดับ นอกจากผู้เรียนต้องการผู้สอนที่มีความรู้ดี มีประสบการณ์ดีแล้ว ยังต้องการอาจารย์ที่มีวิธีการสอนที่เป็นกันเอง เข้าใจและเห็นอกเห็นใจผู้เรียน แต่ในขณะที่เดียวกันก็ควรชี้แนะให้เห็นถึงความถูกต้องเหมาะสม ให้ข้อติชมตรงไปตรงมาซึ่งเติมไปด้วยความหวังดี จะช่วยให้บรรยากาศเรียนรู้อุดหนุน

สร้อยศรี อนันต์ประเสริฐ (2544: 32) กล่าวว่า สถานการณ์ที่เอื้ออำนวยต่อการเรียนการสอนที่ดีนั้น ต้องมีความสัมพันธ์อันดีระหว่างอาจารย์และนักศึกษาเป็นสำคัญ

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่าการเรียนการสอนทุกระดับ สถานการณ์ที่เอื้ออำนวยต่อการเรียนการสอนที่ดีนั้น ต้องมีความสัมพันธ์อันดีระหว่างอาจารย์และนักศึกษาเป็นสำคัญ

### 2.3.2.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์

ธอร์นเบอร์ก (Thornburg. 1875: 181–185) ศึกษาทัศนคติต่อโรงเรียนกับกลุ่มนักเรียนที่มีปัญหาต้องออกจากโรงเรียนกลางคัน พบว่านักเรียน 50% ของกลุ่มตัวอย่าง มีทัศนคติที่ดีต่อโรงเรียนและอีก 24% แสดงทัศนคติที่ไม่ดีต่อโรงเรียนอย่างรุนแรง ซึ่งแสดงออกหลายลักษณะ เช่น เห็นว่าหลักสูตรการเรียนการสอนไม่มีประโยชน์ เบื่อการเรียน ครูผู้สอนเน้นเรื่องคะแนนมากเกินไป ครูล่าเอียงและกฏข้อบังคับของโรงเรียนเข้มงวดเกินไป

ไทมแมน (Tyerman. 1984: 657– 664) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างนักเรียนกับครู ผลจากการวิจัยพบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาจะไม่ชอบครูแบบเผด็จการ ที่มีนิสัยข่มขู่ปราศจากความเห็นอกเห็นใจและการสอนแบบใช้อำนาจทั้งหลายนั้น เด็กยิ่งโตขึ้นเท่าไรก็จะมีความรู้สึกเป็นปฏิปักษ์ยิ่งขึ้นเพียงนั้น

สรุฐิ ศิลปอนันท์ และคนอื่นๆ (2540: 56) ศึกษาปัญหาการศึกษาของจังหวัดและเขตในส่วนที่เกี่ยวกับการจัดการเรียนการสอนของโรงเรียนมัธยมศึกษา เขตการศึกษา 4 พบว่าครูไม่กระตือรือร้นในการสอน ครูให้ออกสแกนนักเรียนในการร่วมกิจกรรมในบทเรียนน้อย ครูขาดทักษะที่จะกระตุ้นให้นักเรียนเกิดความคิดริเริ่ม สร้างสรรค์ ครูไม่ได้ใช้ผลการสอบเป็นเครื่องมือแก้ไขข้อบกพร่องในการเรียนการสอน

พรรณณี ชูทัย (2542: 361) พบว่าการที่ครูมีความเมตตากรุณาเห็นอกเห็นใจนักเรียน สนใจนักเรียนอย่างสม่ำเสมอ มีความยุติธรรม ตลอดจนมีความสัมพันธ์อันดีกับนักเรียน ทำให้นักเรียนรักที่จะเรียนและส่งผลให้นักเรียนประสบผลสำเร็จในการเรียนด้วย

จากงานวิจัยดังกล่าวสรุปได้ว่า ความสัมพันธ์อันดีระหว่างครูผู้สอนกับนักเรียน ครูมีความเมตตากรุณา มีความยุติธรรม ครูมีวิธีสอนที่ดี สนใจนักเรียนอย่างสม่ำเสมอ ทำให้นักเรียนรักที่จะเรียน ทำให้นักเรียนประสบความสำเร็จในการเรียน

### 2.3.3 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน

#### 2.3.3.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน

ไพฑูริย์ สินลารัตน์ (2543: 47–55) กล่าวว่า ลักษณะของความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มนักศึกษาในสถาบันอุดมศึกษามี 2 แบบ คือ ความสัมพันธ์ทางอารมณ์ และความสัมพันธ์ทางสติปัญญา ความสัมพันธ์ทางอารมณ์เป็นความสัมพันธ์ที่ตั้งอยู่บนรากฐานของความรู้สึก และความผูกพันต่อกัน เช่น ความรู้สึกระหว่างครอบครัว ความรู้สึกผูกพันระหว่างเพื่อนกับเพื่อน การตัดสินใจอาศัยความรู้สึก อารมณ์ และอาวุโสเป็นหลัก กิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับ

ความสัมพันธ์แบบนี้ ได้แก่ กิจกรรมบันเทิง การเชียร์กีฬา ความสัมพันธ์แบบนี้จะสูญหายและถูกทำลายได้โดยง่าย เพราะไม่เกิดขึ้นด้วยเหตุผลและหลักการ ส่วนความสัมพันธ์ทางปัญญาอาศัยความรู้ ความคิด เหตุผลและสติปัญญาเป็นเครื่องเชื่อมโยง เช่น ความรู้สึกระหว่างเพื่อนร่วมทาง กิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์แบบนี้ ได้แก่ การอภิปรายหรือการสัมมนาทางวิชาการ เพื่อแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ความสัมพันธ์แบบนี้จะยั่งยืนมั่นคง และเป็นความสัมพันธ์ที่จำเป็นสำหรับกลุ่มเพื่อน

สาลีณี รัตนพันธ์ (2546: 106) ได้กล่าวถึงความสำคัญของเพื่อน หรือกลุ่มเพื่อนที่มีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด จะมีอิทธิพลมากต่อความคิดเห็นเกี่ยวกับวิชาชีพของนักศึกษา ซึ่งสอดคล้องกับความคิดเห็นของแอสติน (Astin. 1968: 187) ที่ว่า เพื่อนมีอิทธิพลต่อการตัดสินใจในการเลือกสาขาวิชาและอาชีพ และสอดคล้องกับความคิดเห็นของแคนเทล (Cantell. 1976: 4912-A) ที่ว่า การเปลี่ยนแปลงทัศนคติ และค่านิยมของนักศึกษาได้รับอิทธิพลจากเพื่อน เช่นเดียวกัน

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า กลุ่มเพื่อนมีอิทธิพลต่อการชักจูงไปในทางที่ไม่ถูกต้องและไม่เกิดประโยชน์แก่นักศึกษา นักศึกษาส่วนมากเลือกคบเพื่อนที่มีรสนิยมความคิดเห็น ลักษณะนิสัยใจคอที่คล้ายคลึงกัน การคบเพื่อนทำให้นักศึกษามีวุฒิภาวะทางอารมณ์ และมีความมั่นใจในตนเองสูง

### 2.3.3.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน

เดอคอสเตอร์ (ชมนุช บุญสิทธิ์. 2541: 28; อ้างอิงมาจาก Decoster. 1981) ได้ศึกษาสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนของนักเรียนในโรงเรียนมัธยม พบว่านักเรียนที่มีความพึงพอใจในความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนในชั้นเรียน มีแนวโน้มของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงกว่า นักเรียนที่มีความพอใจในความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนในชั้นเรียนต่ำ

บุปผา การีเวท (2540: 91) ได้ศึกษาทัศนะของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง ที่มีต่อกลุ่มเพื่อนปรากฏว่านักศึกษาอิสระในการคบเพื่อนต่างเพศสูง และการคบเพื่อนทำให้นักศึกษามีวุฒิภาวะทางอารมณ์ และมีความมั่นใจในตนเองสูง ดังนั้นมหาวิทยาลัยควรจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน เช่น กิจกรรมดนตรี ละคร ศิลปะและกีฬา อันเป็นกิจกรรมที่มีคุณค่าและจำเป็นต่อการศึกษา

วัชรินทร์ แก้วลา (2540: 85) ได้ให้ข้อเสนอแนะในการพัฒนาสภาพแวดล้อมกลุ่มเพื่อน ให้เอื้ออำนวยต่อความเสริมสร้างบุคลิกภาพของนักเรียนนั้น วิทยาลัยควรส่งเสริมให้นักศึกษาเห็นความสำคัญของกลุ่มเพื่อน จัดสภาพแวดล้อมที่เอื้ออำนวยต่อการพัฒนาสังคม กลุ่มเพื่อนพัฒนาคุณภาพของการจัดกิจกรรมนักศึกษาและการให้คำปรึกษาแก่นักศึกษา

จากงานวิจัยดังกล่าวสามารถสรุปได้ว่า นักเรียนมีความพึงพอใจในกลุ่มเพื่อน และมีความสัมพันธ์อันดีระหว่างกัน จะส่งผลให้นักเรียนมีพฤติกรรมที่พึงปรารถนาทำให้มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ดีมากกว่ากลุ่มเพื่อนที่มีบรรยากาศก้าวร้าวและมีความขัดแย้ง

### 3. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร

#### 3.1 ประวัติคณะศึกษาศาสตร์

คณะศึกษาศาสตร์ถือกำเนิดจากวิทยาลัยวิชาการศึกษา มีประวัติความเป็นมา ยาวนาน กว่า 50 ปี โดยเริ่มต้นจากโรงเรียนฝึกหัดครูชั้นสูงซึ่งกระทรวงศึกษาธิการตั้งขึ้น ณ ถนน ประสานมิตร (ซอยสุขุมวิท 23 ปัจจุบัน) เมื่อวันที่ 28 เมษายน พ.ศ. 2492 มีหลวงสวัสดิสารศาสตร พุทธิ (สวัสดิ์ สุมิตร) เป็นอาจารย์ใหญ่ เปิดรับนักเรียนที่จบ ม. 6 เข้าศึกษาตามหลักสูตร 3 ปี เมื่อ สำเร็จแล้วจะได้รับวุฒิ ป.ป. (ประกาศนียบัตรครูประถม) และหากเรียนต่ออีก 2 ปี เมื่อสำเร็จแล้ว จะ ได้รับวุฒิ ป.ม. (ประกาศนียบัตรครูมัธยม) ซึ่งเป็นคุณวุฒิสูงสุดสำหรับการประกอบวิชาชีพครูใน ขณะนั้น จึงทำให้ผู้รับการศึกษาที่ต้องการความก้าวหน้าในชีวิตต้องขวนขวายไปเรียนวิชาอื่นเพื่อให้ ได้ปริญญาบัตร ศาสตราจารย์ ดร.สาโรช บัวศรี ได้เสนอให้กระทรวงศึกษาธิการก่อตั้งวิทยาลัยวิชา การศึกษาขึ้นเพื่อให้เปิดสอน ถึงระดับปริญญา โรงเรียนฝึกหัดครูชั้นสูงจึงได้รับ การสถาปนาเป็น วิทยาลัยวิชาการศึกษา เมื่อวันที่ 18 พฤษภาคม พ.ศ. 2496 และได้ตราพระราชบัญญัติวิทยาลัย วิชาการ ศึกษาประกาศในราชกิจจานุเบกษา เมื่อวันที่ 16 กันยายน พ.ศ. 2497 โดยมีศาสตราจารย์ ดร.สาโรช บัวศรี เป็นอธิการ วิทยาลัยเป็นคนแรก ซึ่งถือเป็นจุดก่อกำเนิดคณะวิชาการศึกษา และ ต่อมาคือคณะศึกษาศาสตร์ในปัจจุบันวิทยาลัยวิชาการศึกษาได้ดำเนินการจัดการเรียนการสอน นิสิตเพื่อผลิตบัณฑิตที่จะไปเป็นครูและบุคลากรทางการศึกษา ตลอดจนให้บริการจัดการฝึกอบรม วิทยาการ / การเรียนการสอนสาขาต่าง ๆ ซึ่งผู้สำเร็จการศึกษาในขณะนั้น ในปัจจุบันได้กลายมา เป็นผู้บริหาร นักวิชาการ และผู้มีส่วนเกี่ยวข้องกับการจัดการศึกษา ของประเทศเป็นจำนวนมาก ความเจริญก้าวหน้าของวิทยาลัยวิชาศึกษามีมาโดยมิได้หยุดยั้ง สมดังปรัชญาที่ศาสตราจารย์ ดร.สาโรช บัวศรี ได้ตั้งไว้ว่า การศึกษาคือความเจริญงอกงามซึ่งตรงกับพุทธภาษิตว่า ลึกขาคา วิรุพพิ สมปตตทา และตรงกับภาษาอังกฤษว่า Education is Growth วันที่ 19 มิถุนายน พ.ศ. 2517 วิทยาลัยวิชาการศึกษาได้รับการสถาปนาเป็นมหาวิทยาลัย โดยได้รับพระมหากรุณาธิคุณ พระราชทานนามว่า มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ( มะ-หา วิด-ทะ-ยา-ไล-สี-นะ-คะ-ริน-วิ-โรด) ใช้ อักษรย่อว่า มศว. โดยมีศาสตราจารย์ ดร.สุดใจ เหล่าสุนทร อธิการวิทยาลัยวิชาการศึกษาคน สดุดท้ายได้รับพระมหากรุณาธิคุณโปรดเกล้าฯ ให้ดำรงตำแหน่งอธิการบดีเป็นคนแรก เช่นเดียวกับ คณะศึกษาศาสตร์ก็ถือเป็นคณะแรกของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่ปวงศิษย์แห่งวิทยาลัยวิชา การศึกษาและที่เกี่ยวข้องต่างภาคภูมิใจและตระหนักในใจว่า วิทยาลัยวิชาการศึกษาเป็นต้นกำเนิด ของคณะศึกษาศาสตร์และมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ซึ่งถือเป็นสถาบันอุดมศึกษาแห่งแรกที่ ยกระดับการศึกษาของครูจนถึงระดับปริญญาเอก

#### 3.2 ปรัชญา ได้แก่ การศึกษา คือ ความเจริญงอกงาม

### 3.3 ปณิธาน

คณะศึกษาศาสตร์มีความมุ่งมั่นในการผลิตบัณฑิตและพัฒนาบุคลากรให้เป็นผู้นำทางการศึกษา โดยมีความรู้ประจักษ์นักปราชญ์และมีความประพฤติประจักษ์ผู้ทรงศีล

### 3.4 วิสัยทัศน์

คณะศึกษาศาสตร์เป็นหน่วยงานที่ผลิตบัณฑิตทางการศึกษาที่มีคุณภาพสูงทุกระดับ เน้นการขยายการผลิต บัณฑิตระดับบัณฑิตศึกษาให้มากขึ้น จัดการศึกษาขั้นพื้นฐานให้เป็นไปตามแนวทางการปฏิรูปการศึกษา มีบทบาทเป็นผู้ชี้แนะทางการศึกษาและวิจัย ส่งเสริมการให้บริการวิชาการแก่สังคม พัฒนาการจัดการศึกษาสู่ความเป็นสากล

### 3.5 พันธกิจ

คณะศึกษาศาสตร์เป็นหน่วยงานที่รับผิดชอบในการผลิตบัณฑิตทางการศึกษาให้มีคุณภาพ และสอดคล้องกับพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 ขยายการผลิตบัณฑิตระดับบัณฑิตศึกษาเพื่อตอบสนองความต้องการของสังคม สนับสนุนให้เป็นโรงเรียนต้นแบบเพื่อนำไปสู่การมีมาตรฐานตามระบบโรงเรียนสาธิตของ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ส่งเสริมการวิจัยและการสร้างองค์ความรู้ใหม่ทางการศึกษา จัดบริการวิชาการให้แก่สังคม ส่งเสริมศิลปและวัฒนธรรม รวมทั้งการมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาทางการศึกษาของชาติ

### 3.6 หลักสูตรการศึกษาระดับปริญญาโท ของคณะศึกษาศาสตร์ 12 สาขา

- 3.6.1 สาขาวิชาปฐมวัย
- 3.6.2 สาขาวิชาการประถมศึกษา
- 3.6.3 สาขาวิชาการมัธยมศึกษา
- 3.6.4 สาขาวิชาการอุดมศึกษา
- 3.6.5 สาขาวิชาการบริหารการศึกษา
- 3.6.6 สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว
- 3.6.7 สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา
- 3.6.8 สาขาวิชาการวัดผลการศึกษา
- 3.6.9 สาขาวิชาการวิจัยและสถิติเพื่อการศึกษา
- 3.6.10 สาขาวิชาเทคโนโลยีการศึกษา
- 3.6.11 สาขาวิชาการศึกษาผู้ใหญ่
- 3.6.12 สาขาวิชาอุตสาหกรรมศึกษา

## บทที่ 3

### วิธีการดำเนินการศึกษาค้นคว้า

#### การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

##### ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า เป็นนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2551 จำนวน 1,331 คน เป็นนิสิตชาย 348 คน นิสิตหญิง 983 คน ซึ่งจำแนกออกเป็น 12 สาขาวิชา ได้แก่ สาขาวิชาปฐมวัย จำนวน 117 คน เป็นนิสิตชาย 4 คน เป็นนิสิตหญิง 113 คน สาขาวิชาการประถมศึกษา จำนวน 43 คน เป็นนิสิตชาย 3 คน เป็นนิสิตหญิง 40 คน สาขาวิชาการมัธยมศึกษา จำนวน 212 คน เป็นนิสิตชาย 52 คน เป็นนิสิตหญิง 160 คน สาขาวิชาการอุดมศึกษา จำนวน 63 คน เป็นนิสิตชาย 15 คน เป็นนิสิตหญิง 48 คน สาขาวิชาการบริหารการศึกษา จำนวน 148 คน เป็นนิสิตชาย 39 คน เป็นนิสิตหญิง 109 คน สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว จำนวน 146 คน เป็นนิสิตชาย 31 คน เป็นนิสิตหญิง 115 คน สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา จำนวน 80 คน เป็นนิสิตชาย 22 คน เป็นนิสิตหญิง 58 คน สาขาวิชาการวัดผลการศึกษา จำนวน 87 คน เป็นนิสิตชาย 17 คน เป็นนิสิตหญิง 70 คน สาขาวิชาการวิจัยและสถิติเพื่อการศึกษา จำนวน 140 คน เป็นนิสิตชาย 22 คน เป็นนิสิตหญิง 118 คน สาขาวิชาเทคโนโลยีการศึกษา จำนวน 209 คน เป็นนิสิตชาย 91 คน เป็นนิสิตหญิง 118 คน สาขาวิชาการศึกษาค้นคว้า จำนวน 23 คน เป็นนิสิตชาย 7 คน เป็นนิสิตหญิง 16 คน และสาขาวิชาอุตสาหกรรมศึกษา จำนวน 63 คน เป็นนิสิตชาย 45 คน เป็นนิสิตหญิง 18 คน

##### กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า เป็นนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2551 จำนวน 267 คน เป็นนิสิตชาย 68 คน นิสิตหญิง 199 คน ซึ่งจำแนกออกเป็น 12 สาขาวิชา ได้แก่ สาขาวิชาปฐมวัย จำนวน 24 คน เป็นนิสิตชาย 1 คน เป็นนิสิตหญิง 23 คน สาขาวิชาการประถมศึกษา จำนวน 9 คน เป็นนิสิตชาย 1 คน เป็นนิสิตหญิง 8 คน สาขาวิชาการมัธยมศึกษา จำนวน 42 คน เป็นนิสิตชาย 10 คน เป็นนิสิตหญิง 32 คน สาขาวิชาการอุดมศึกษา จำนวน 13 คน เป็นนิสิตชาย 3 คน เป็นนิสิตหญิง 10 คน สาขาวิชาการบริหารการศึกษา จำนวน 30 คน เป็นนิสิตชาย 8 คน เป็นนิสิตหญิง 22 คน สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว จำนวน 29 คน เป็นนิสิตชาย 6 คน เป็นนิสิตหญิง 23 คน สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา จำนวน 16 คน เป็นนิสิตชาย 4 คน เป็นนิสิตหญิง 12 คน สาขาวิชาการวัดผลการศึกษา จำนวน 17 คน เป็นนิสิตชาย 3 คน เป็นนิสิตหญิง 14 คน สาขาวิชาการวิจัยและสถิติเพื่อการศึกษา จำนวน 28 คน เป็นนิสิตชาย 4 คน เป็นนิสิตหญิง 24 คน สาขาวิชาเทคโนโลยีการศึกษา จำนวน 42 คน เป็นนิสิตชาย 18 คน เป็นนิสิตหญิง 24 คน สาขาวิชา

การศึกษาผู้ใหญ่ จำนวน 4 คน เป็นนิสิตชาย 1 คน เป็นนิสิตหญิง 3 คน และสาขาวิชาอุตสาหกรรมศึกษา จำนวน 13 คน เป็นนิสิตชาย 9 คน เป็นนิสิตหญิง 4 คน ซึ่งได้มาโดยวิธีการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) จากประชากรที่ระดับความเชื่อมั่นร้อยละ 95 ตามตารางของยามาเน่ (Yamane. 1967: 886 – 887) โดยใช้สาขาวิชาและเพศเป็นชั้น (Strata) โดยมีขั้นตอนการสุ่มตัวอย่าง ดังนี้

1. ผู้วิจัยจำแนกประชากรออกเป็น 12 สาขาวิชา ได้แก่ สาขาวิชาปฐมวัย สาขาวิชาการประถมศึกษา สาขาวิชาการมัธยมศึกษา สาขาวิชาการอุดมศึกษา สาขาวิชาการบริหารการศึกษา สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา สาขาวิชาการวัดผลการศึกษา สาขาวิชาการวิจัยและสถิติเพื่อการศึกษา สาขาวิชาเทคโนโลยีการศึกษา สาขาวิชาการศึกษาผู้ใหญ่ และสาขาวิชาอุตสาหกรรมศึกษา

2. ผู้วิจัยจำแนกประชากรในแต่ละสาขาวิชาเป็นเพศ ได้แก่ สาขาวิชาปฐมวัย จำนวน 117 คน เป็นนิสิตชาย 4 คน เป็นนิสิตหญิง 113 คน สาขาวิชาการประถมศึกษา จำนวน 43 คน เป็นนิสิตชาย 3 คน เป็นนิสิตหญิง 40 คน สาขาวิชาการมัธยมศึกษา จำนวน 212 คน เป็นนิสิตชาย 52 คน เป็นนิสิตหญิง 160 คน สาขาวิชาการอุดมศึกษา จำนวน 63 คน เป็นนิสิตชาย 15 คน เป็นนิสิตหญิง 48 คน สาขาวิชาการบริหารการศึกษา จำนวน 148 คน เป็นนิสิตชาย 39 คน เป็นนิสิตหญิง 109 คน สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว จำนวน 146 คน เป็นนิสิตชาย 31 คน เป็นนิสิตหญิง 115 คน สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา จำนวน 80 คน เป็นนิสิตชาย 22 คน เป็นนิสิตหญิง 58 คน สาขาวิชาการวัดผลการศึกษา จำนวน 87 คน เป็นนิสิตชาย 17 คน เป็นนิสิตหญิง 70 คน สาขาวิชาการวิจัยและสถิติเพื่อการศึกษา จำนวน 140 คน เป็นนิสิตชาย 22 คน เป็นนิสิตหญิง 118 คน สาขาวิชาเทคโนโลยีการศึกษา จำนวน 209 คน เป็นนิสิตชาย 91 คน เป็นนิสิตหญิง 118 คน สาขาวิชาการศึกษาผู้ใหญ่ จำนวน 23 คน เป็นนิสิตชาย 7 คน เป็นนิสิตหญิง 16 คน และสาขาวิชาอุตสาหกรรมศึกษา จำนวน 63 คน เป็นนิสิตชาย 45 คน เป็นนิสิตหญิง 18 คน

3. ผู้วิจัยประมาณขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยที่ระดับความเชื่อมั่นร้อยละ 95 จากตารางของยามาเน่ (Yamane.1967 : 886 - 887) พบว่า ต้องใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 267 คน ดังนั้น ผู้วิจัยจึงใช้สัดส่วนประชากร : กลุ่มตัวอย่าง = 5 : 1 ผู้วิจัยจึงสุ่มตัวอย่างได้ดังนี้ สาขาวิชาปฐมวัย จำนวน 24 คน เป็นนิสิตชาย 1 คน เป็นนิสิตหญิง 23 คน สาขาวิชาการประถมศึกษา จำนวน 9 คน เป็นนิสิตชาย 1 คน เป็นนิสิตหญิง 8 คน สาขาวิชาการมัธยมศึกษา จำนวน 42 คน เป็นนิสิตชาย 10 คน เป็นนิสิตหญิง 32 คน สาขาวิชาการอุดมศึกษา จำนวน 13 คน เป็นนิสิตชาย 3 คน เป็นนิสิตหญิง 10 คน สาขาวิชาการบริหารการศึกษา จำนวน 30 คน เป็นนิสิตชาย 8 คน เป็นนิสิตหญิง 22 คน สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว จำนวน 29 คน เป็นนิสิตชาย 6 คน เป็นนิสิตหญิง 23 คน สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา จำนวน 16 คน เป็นนิสิตชาย 4 คน เป็นนิสิตหญิง 12 คน สาขาวิชาการวัดผลการศึกษา จำนวน 17 คน เป็นนิสิตชาย 3 คน เป็นนิสิต

หญิง 14 คน สาขาวิชาการวิจัยและสถิติเพื่อการศึกษา จำนวน 28 คน เป็นนิสิตชาย 4 คน เป็นนิสิตหญิง 24 คน สาขาวิชาเทคโนโลยีการศึกษา จำนวน 42 คน เป็นนิสิตชาย 18 คน เป็นนิสิตหญิง 24 คน สาขาวิชาการศึกษาผู้ใหญ่ จำนวน 4 คน เป็นนิสิตชาย 1 คน เป็นนิสิตหญิง 3 คน และ สาขาวิชาอุตสาหกรรมศึกษา จำนวน 13 คน เป็นนิสิตชาย 9 คน เป็นนิสิตหญิง 4 คน

ดังแสดงในตาราง 1

ตาราง 1 แสดงจำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามสาขาวิชาและเพศ

สาขาวิชา	เพศชาย (คน)		เพศหญิง (คน)		รวม	
	ประชากร	กลุ่มตัวอย่าง	ประชากร	กลุ่มตัวอย่าง	ประชากร	กลุ่มตัวอย่าง
1. สาขาวิชาปฐมวัย	4	1	113	23	117	24
2. สาขาวิชาการประถมศึกษา	3	1	40	8	43	9
3. สาขาวิชาการมัธยมศึกษา	52	10	160	32	212	42
4. สาขาวิชาการอุดมศึกษา	15	3	48	10	63	13
5. สาขาวิชาการบริหารการศึกษา	39	8	109	22	148	30
6. สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว	31	6	115	23	146	29
7. สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา	22	4	58	12	80	16
8. สาขาวิชาการวัดผลการศึกษา	17	3	70	14	87	17
9. สาขาวิชาการวิจัยและสถิติเพื่อการศึกษา	22	4	118	24	140	28
10. สาขาวิชาเทคโนโลยีการศึกษา	91	18	118	24	209	42
11. สาขาวิชาการศึกษาผู้ใหญ่	7	1	16	3	23	4
12. สาขาวิชาอุตสาหกรรมศึกษา	45	9	18	4	63	13
<b>รวม</b>	<b>348</b>	<b>68</b>	<b>983</b>	<b>199</b>	<b>1,331</b>	<b>267</b>

### เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของ นิสิตระดับปริญญาโท มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร ซึ่งแบ่งออกเป็น 9 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว

ตอนที่ 2 แบบสอบถามบุคลิกภาพ

- ตอนที่ 3 แบบสอบถามแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียน  
 ตอนที่ 4 แบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคตทางการเรียน  
 ตอนที่ 5 แบบสอบถามความคาดหวังของผู้ปกครอง  
 ตอนที่ 6 แบบสอบถามลักษณะทางกายภาพของการเรียน  
 ตอนที่ 7 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์  
 ตอนที่ 8 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน  
 ตอนที่ 9 แบบคัดกรองสุขภาพจิต Thai GHQ - 60

## วิธีการสร้างเครื่องมือและหาคุณภาพเครื่องมือ

### ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว

แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระยะเวลาทั้งช่วง การศึกษา และสาขาวิชาที่กำลังศึกษา

**ตัวอย่าง** แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว

**คำชี้แจง** แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามข้อมูลส่วนตัวของนิสิต เมื่อนิสิตอ่านข้อความแล้วโปรด ทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง  หน้าข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงเกี่ยวกับตัวนิสิต

1. เพศ

ชาย

หญิง

2. อายุ \_\_\_\_\_ ปี

3. ระยะเวลาทั้งช่วงการศึกษา (ตั้งแต่นิสิตจบการศึกษาระดับปริญญาตรี จนมาเริ่มการศึกษาในระดับปริญญาโท) \_\_\_\_\_ ปี

4. สาขาวิชาที่กำลังเรียน

สาขาวิชาปฐมวัย

สาขาวิชาการประถมศึกษา

สาขาวิชาการมัธยมศึกษา

สาขาวิชาการอุดมศึกษา

สาขาวิชาการบริหารการศึกษา

สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว

สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา

สาขาวิชาการวัดผลการศึกษา

สาขาวิชาการวิจัยและสถิติเพื่อการศึกษา

สาขาวิชาเทคโนโลยีการศึกษา

สาขาการศึกษาผู้ใหญ่

สาขาวิชาอุตสาหกรรมศึกษา

## ตอนที่ 2 แบบสอบถามบุคลิกภาพ โดยมีขั้นตอนการสร้าง ดังนี้

2.1 ผู้วิจัยศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพ เพื่อสร้างนิยามศัพท์เฉพาะ

2.2 ผู้วิจัยศึกษาแบบสอบถามบุคลิกภาพ

2.3 ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามบุคลิกภาพ ตามแนวคิดที่ได้จากข้อ 2.1 และ 2.2 โดยลักษณะของแบบสอบถามเป็นชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับตามแนวคิดของลิเคอร์ท (Likert Scale Type) ได้แก่ จริงที่สุด จริง จริงบ้าง จริงน้อย จริงน้อยที่สุด

### ตัวอย่าง แบบสอบถามบุคลิกภาพ

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามบุคลิกภาพ เมื่อนิสิตอ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง  หน้าข้อความที่ตรงกับข้อเท็จจริงของท่านมากที่สุด โดยมีหลักเกณฑ์การเลือกดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตบ้างไม่ตรงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตน้อยที่สุด

ข้อ ที่	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
0	ข้าพเจ้ารู้สึกไม่สบายใจ เมื่อข้าพเจ้าทำงานไม่สำเร็จตามที่มุ่งหวังไว้					
00	เมื่อข้าพเจ้ามีนัด ข้าพเจ้าจะไปถึงที่นัดหลังเวลานัดเสมอ					

### เกณฑ์การให้คะแนน

	ข้อความที่มีความหมายทางบวก (คะแนน)	ข้อความที่มีความหมายทางลบ (คะแนน)
จริงที่สุด	5	1
จริง	4	2
จริงบ้าง	3	3

ข้อความที่มีความหมายทางบวก	ข้อความที่มีความหมายทางลบ
(คะแนน)	(คะแนน)
จริงน้อย	4
จริงน้อยที่สุด	5

### เกณฑ์การแปลความหมาย

ผู้วิจัยจะใช้เกณฑ์การประเมินค่าความหมายตามแนวคิดของอัจฉรา วงษ์วัฒนามงคล (2533: 32) ซึ่งจะแปลผลได้ดังนี้

ผู้ที่ได้คะแนน 43 – 85	หมายถึง	มีบุคลิกภาพแบบ เอ
ผู้ที่ได้คะแนน 17 – 42	หมายถึง	มีบุคลิกภาพแบบ บี

**ตอนที่ 3 แบบสอบถามแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียน** โดยมีขั้นตอนการสร้าง ดังนี้

3.1 ผู้วิจัยศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียน เพื่อสร้างนิยามศัพท์เฉพาะ

3.2 ผู้วิจัยศึกษาแบบสอบถามแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียนของทิพวรรณ สุวรรณประเสริฐ (2541: 144)

3.3 ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียน ตามแนวคิดที่ได้จากข้อ 3.1 และ 3.2 โดยลักษณะของแบบสอบถามเป็นชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับตามแนวคิดของลิเคอร์ท (Likert Scale Type) ได้แก่ จริงที่สุด จริง จริงบ้าง จริงน้อย จริงน้อยที่สุด

**ตัวอย่าง** แบบสอบถามแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียน

**คำชี้แจง** แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียน เมื่อนิสิตอ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง □ หน้าข้อความที่ตรงกับข้อเท็จจริงของท่านมากที่สุด โดยมีหลักเกณฑ์การเลือกดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตบ้างไม่ตรงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตน้อยที่สุด

ข้อ ที่	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
0	ข้าพเจ้าจะเปรียบเทียบผลการเรียนกับผู้อื่นเสมอเพื่อจะได้พัฒนาตนเองให้เรียนได้ดีขึ้น					
00	ข้าพเจ้าจะเรียนให้สำเร็จตามที่มุ่งหวังเอาไว้					

### เกณฑ์การให้คะแนน

	ข้อความที่มีความหมายทางบวก (คะแนน)	ข้อความที่มีความหมายทางลบ (คะแนน)
จริงที่สุด	5	1
จริง	4	2
จริงบ้าง	3	3
จริงน้อย	2	4
จริงน้อยที่สุด	1	5

### เกณฑ์การแปลความหมาย

ผู้วิจัยจะศึกษาการแปลความหมายแบบสอบถามแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียนของ วิเชียร เกตุสิงห์ (2538: 9) ในการวิจัยครั้งนี้แปลผลได้ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย 3.67 – 5.00	หมายถึง	มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียนมา
คะแนนเฉลี่ย 2.34 – 3.66	หมายถึง	มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลาง
คะแนนเฉลี่ย 1.00 – 2.33	หมายถึง	มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียนน้อย

ตอนที่ 4 แบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคตทางการเรียน โดยมีขั้นตอนการสร้าง ดังนี้

4.1 ผู้วิจัยศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคตทางการเรียน เพื่อสร้างนิยามศัพท์เฉพาะ

4.2 ผู้วิจัยศึกษาแบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคตทางการเรียนของกึ่งกาญจน์ ปานทอง (2545: 110)

4.3 ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคตทางการเรียน ตามแนวคิดที่ได้จากข้อ 4.1 และ 4.2 โดยลักษณะของแบบสอบถาม เป็นชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ตามแนวคิดของลิเคอร์ท (Likert Scale Type) ได้แก่ จริงที่สุด จริง จริงบ้าง จริงน้อย จริงน้อยที่สุด

**ตัวอย่าง** แบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคตทางการเรียน

**คำชี้แจง** แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคตทางการเรียน เมื่อนิสิตอ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง  หน้าข้อความที่ตรงกับข้อเท็จจริงของท่านมากที่สุด โดยมีหลักเกณฑ์การเลือกดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตบ้างไม่ตรงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตน้อยที่สุด

ข้อ ที่	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
0	ข้าพเจ้าหาความรู้อยู่เสมอๆ เพื่อความก้าวหน้า					
00	ข้าพเจ้าตั้งใจเรียนเพื่อประสบความสำเร็จทางการเรียน					

### เกณฑ์การให้คะแนน

	ข้อความที่มีความหมายทางบวก (คะแนน)	ข้อความที่มีความหมายทางลบ (คะแนน)
จริงที่สุด	5	1
จริง	4	2
จริงบ้าง	3	3
จริงน้อย	2	4
จริงน้อยที่สุด	1	5

### เกณฑ์การแปลความหมาย

ผู้วิจัยจะศึกษาการแปลความหมายแบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคตทางการเรียน ของ วิเชียร เกตุสิงห์ (2538: 9) ในการวิจัยครั้งนี้แปลผลได้ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย 3.67 – 5.00 หมายถึง มีลักษณะมุ่งอนาคตทางการเรียนมาก

คะแนนเฉลี่ย 2.34 – 3.66 หมายถึง มีลักษณะมุ่งอนาคตทางการเรียนปานกลาง  
 คะแนนเฉลี่ย 1.00 – 2.33 หมายถึง มีลักษณะมุ่งอนาคตทางการเรียนน้อย

#### ตอนที่ 5 แบบสอบถามความคาดหวังของผู้ปกครอง โดยมีขั้นตอนการสร้าง ดังนี้

5.1 ผู้วิจัยศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความคาดหวังของผู้ปกครอง เพื่อสร้างนิยามศัพท์เฉพาะ

5.2 ผู้วิจัยศึกษาแบบสอบถามความคาดหวังของผู้ปกครองของโพโล เฉลียวฉลาด (2548: 112)

5.3 ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามความคาดหวังของผู้ปกครอง ตามแนวคิดที่ได้จากข้อ 5.1 และ 5.2 โดยลักษณะของแบบสอบถาม เป็นชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ตามแนวคิดของลิเคอร์ท (Likert Scale Type) ได้แก่ จริงที่สุด จริง จริงบ้าง จริงน้อย จริงน้อยที่สุด

#### ตัวอย่าง แบบสอบถามความคาดหวังของผู้ปกครอง

**คำชี้แจง** แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามความคาดหวังของผู้ปกครอง เมื่อนิสิตอ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง  หน้าข้อความที่ตรงกับข้อเท็จจริงของท่านมากที่สุด โดยมีหลักเกณฑ์การเลือกดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตบ้างไม่ตรงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตน้อยที่สุด

ข้อ ที่	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
0	ผู้ปกครองต้องการให้ท่านเรียนได้เกรดเฉลี่ยดี					
00	ผู้ปกครองต้องการให้ท่านเป็นคนประหยัดในการใช้จ่าย					

### เกณฑ์การให้คะแนน

	ข้อความที่มีความหมายทางบวก (คะแนน)	ข้อความที่มีความหมายทางลบ (คะแนน)
จริงที่สุด	5	1
จริง	4	2
จริงบ้าง	3	3
จริงน้อย	2	4
จริงน้อยที่สุด	1	5

### เกณฑ์การแปลความหมาย

ผู้วิจัยจะศึกษาการแปลความหมายแบบสอบถามความคาดหวังของผู้ปกครอง ของ วิเชียร เกตุสิงห์ (2538: 9) ในการวิจัยครั้งนี้แปลผลได้ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย 3.67 – 5.00	หมายถึง	ความคาดหวังของผู้ปกครองอยู่ในระดับดี
คะแนนเฉลี่ย 2.34 – 3.66	หมายถึง	ความคาดหวังของผู้ปกครองอยู่ในระดับพอใช้
คะแนนเฉลี่ย 1.00 – 2.33	หมายถึง	ความคาดหวังของผู้ปกครองอยู่ในระดับไม่ดี

**ตอนที่ 6 แบบสอบถามลักษณะทางกายภาพทางการเรียน** โดยมีขั้นตอนการสร้าง ดังนี้

6.1 ผู้วิจัยศึกษาเอกสาร และงานวิจัย ที่เกี่ยวข้องกับลักษณะทางกายภาพทางการเรียน เพื่อสร้างนิยามศัพท์เฉพาะ

6.2 ผู้วิจัยศึกษาแบบสอบถามลักษณะทางกายภาพทางการเรียนของ พลภรณ์ จันทร์ขามเรียน (2540: 123-124)

6.3 ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามลักษณะทางกายภาพทางการเรียน ตามแนวคิดที่ได้จากข้อ 6.1 และ 6.2 โดยลักษณะของแบบสอบถาม เป็นชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ตามแนวคิดของลิเคอร์ท (Likert Scale Type) ได้แก่ จริงที่สุด จริง จริงบ้าง จริงน้อย จริงน้อยที่สุด

**ตัวอย่าง** แบบสอบถามลักษณะทางกายภาพทางการเรียน

**คำชี้แจง** แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามลักษณะทางกายภาพทางการเรียน เมื่อนิสิตอ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย  ลงในช่อง  หน้าข้อความที่ตรงกับข้อเท็จจริงของท่านมากที่สุด โดยมีหลักเกณฑ์การเลือกตั้งนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตมาก

จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตบ้างไม่ตรงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตน้อยที่สุด

ข้อ ที่	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
	<b>สถานที่เรียน</b>					
0	สถานที่ใหม่วิทยาลัยมีความสะอาด					
00	ห้องเรียนเป็นระเบียบเรียบร้อย					
	<b>สื่ออุปกรณ์การเรียน</b>					
0	ห้องเรียนมีสื่ออุปกรณ์ที่ทันสมัย					
00	ในห้องมีสื่อการเรียนที่มีคุณภาพ					

### เกณฑ์การให้คะแนน

	ข้อความที่มีความหมายทางบวก (คะแนน)	ข้อความที่มีความหมายทางลบ (คะแนน)
จริงที่สุด	5	1
จริง	4	2
จริงบ้าง	3	3
จริงน้อย	2	4
จริงน้อยที่สุด	1	5

### เกณฑ์การแปลความหมาย

ผู้วิจัยจะศึกษาการแปลความหมายแบบทดสอบลักษณะทางกายภาพทางการเรียนของ วิเชียร เกตุสิงห์ (2538: 9) ในการวิจัยครั้งนี้แปลผลได้ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย 3.67 – 5.00 หมายถึง มีลักษณะทางกายภาพทางการเรียนดี

คะแนนเฉลี่ย 2.34 – 3.66 หมายถึง มีลักษณะทางกายภาพทางการเรียนดีพอใช้

คะแนนเฉลี่ย 1.00 – 2.33 หมายถึง มีลักษณะทางกายภาพทางการเรียนไม่ดี

**ตอนที่ 7 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์ โดยมีขั้นตอนการสร้าง ดังนี้**

7.1 ผู้วิจัยศึกษาเอกสาร และงานวิจัย ที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์ เพื่อสร้างนิยามศัพท์เฉพาะ

7.2 ผู้วิจัยศึกษาแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์ ของ กมลวัฒน์ วันวิชัย (2545: 123) และณัชวดี จันทร์ฟอง (2549: 148)

7.3 ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์ ตามแนวคิดที่ได้จากข้อ 7.1 และ 7.2 โดยลักษณะของแบบสอบถาม เป็นชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ตามแนวคิดของลิเคอร์ท (Likert Scale Type) ได้แก่ จริงที่สุด จริง จริงบ้าง จริงน้อย จริงน้อยที่สุด

**ตัวอย่าง** แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์

**คำชี้แจง** แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์ เมื่อนิสิตอ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง  หน้าข้อความที่ตรงกับข้อเท็จจริงของท่านมากที่สุด โดยมีหลักเกณฑ์การเลือกดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตบ้างไม่ตรงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตน้อยที่สุด

ข้อ ที่	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
	<b>การปฏิบัติตนของอาจารย์ต่อนิสิต</b>					
0	อาจารย์รับฟังความคิดเห็นของข้าพเจ้า					
00	อาจารย์ให้ความช่วยเหลือแก่นิสิตทุกคน					
	<b>การปฏิบัติตนของนิสิตต่ออาจารย์</b>					
0	เมื่อข้าพเจ้ามีปัญหาจะปรึกษาอาจารย์					
00	ข้าพเจ้าเชื่อฟังคำสอนของอาจารย์					

**เกณฑ์การให้คะแนน**

	ข้อความที่มีความหมายทางบวก (คะแนน)	ข้อความที่มีความหมายทางลบ (คะแนน)
จริงที่สุด	5	1
จริง	4	2
จริงบ้าง	3	3

	ข้อความที่มีความหมายทางบวก (คะแนน)	ข้อความที่มีความหมายทางลบ (คะแนน)
จริงน้อย	2	4
จริงน้อยที่สุด	1	5

### เกณฑ์การแปลความหมาย

ผู้วิจัยจะศึกษาการแปลความหมายแบบทดสอบสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์ ของ วิเชียร เกตุสิงห์ (2538: 9) ในการวิจัยครั้งนี้แปลผลได้ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย 3.67 – 5.00 หมายถึง มีสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์ดี

คะแนนเฉลี่ย 2.34 – 3.66 หมายถึง มีสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์ดีพอใช้

คะแนนเฉลี่ย 1.00 – 2.33 หมายถึง มีสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์ไม่ดี

**ตอนที่ 8 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน** โดยมีขั้นตอนการสร้าง ดังนี้

8.1 ผู้วิจัยศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน เพื่อสร้างนิยามศัพท์เฉพาะ

8.2 ผู้วิจัยศึกษาแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อนของธาราวดี อธิมาทรานนท์ (2548: 136)

8.3 ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน ตามแนวคิดที่ได้จากข้อ 8.1 และ 8.2 โดยลักษณะของแบบสอบถาม เป็นชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ตามแนวคิดของลิเคอร์ท (Likert Scale Type) ได้แก่ จริงที่สุด จริงจริงบ้าง จริงน้อย จริงน้อยที่สุด

**ตัวอย่าง** แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน

**คำชี้แจง** แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน เมื่อนิสิตอ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย  ลงในช่อง  หน้าข้อความที่ตรงกับข้อเท็จจริงของท่านมากที่สุด โดยมีหลักเกณฑ์การเลือกดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตบ้างไม่ตรงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตน้อยที่สุด

ข้อ ที่	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
0	ข้าพเจ้าเข้ากับเพื่อนในสาขาวิชาได้อย่างดี					
00	ข้าพเจ้าพูดคุยกับเพื่อนได้เป็นบางเรื่อง					

### เกณฑ์การให้คะแนน

	ข้อความที่มีความหมายทางบวก (คะแนน)	ข้อความที่มีความหมายทางลบ (คะแนน)
จริงที่สุด	5	1
จริง	4	2
จริงบ้าง	3	3
จริงน้อย	2	4
จริงน้อยที่สุด	1	5

### เกณฑ์การแปลความหมาย

ผู้วิจัยจะศึกษาการแปลความหมายแบบทดสอบสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน ของ วิเชียร เกตุสิงห์ (2538: 9) ในการวิจัยครั้งนี้แปลผลได้ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย 3.67 – 5.00 หมายถึง มีสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อนดี

คะแนนเฉลี่ย 2.34 – 3.66 หมายถึง มีสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อนดีพอใช้

คะแนนเฉลี่ย 1.00 – 2.33 หมายถึง มีสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อนไม่ดี

### ตอนที่ 9 แบบคัดกรองสุขภาพจิต Thai GHQ 60

แบบคัดกรองสุขภาพจิต Thai GHQ - 60 เป็นเครื่องมือวัดคัดกรองสุขภาพจิตของเดวิด โกลด์เบอร์ค (David Goldberg and Paul Williams. 1988) แปลเป็นภาษาไทยโดยนายแพทย์ธนา นิลชัยโกวิทย์และคณะ ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ รามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล ซึ่งแบบทดสอบทั้งหมดมี 60 ข้อ ซึ่งเป็นแบบคัดกรอง สุขภาพจิตเบื้องต้น ไม่สามารถวินิจฉัยโรคได้

#### ตัวอย่าง แบบคัดกรองสุขภาพจิต

คำชี้แจง ให้ตอบคำถามโดยขีดเครื่องหมาย ✓ ลงใน ( ) หน้าคำตอบให้ใกล้เคียงกับสุขภาพและความรู้สึกของท่านในปัจจุบัน หรือในช่วง 2 – 3 สัปดาห์ที่ผ่านมามากที่สุด

#### 1. รู้สึกสบายและมีสุขภาพดี

- ดีกว่าปกติ     เหมือนปกติ     แย่กว่าปกติ     แย่กว่าปกติมาก

2. รู้สึกต้องการยาบำรุงให้มีกำลังวังชา

ไม่เลย       ไม่มากกว่าปกติ       ค่อนข้างมากกว่าปกติ  มากกว่าปกติมาก

3. ในระยะที่ผ่านมา ท่านรู้สึกทรุดโทรมและสุขภาพไม่ดี

ไม่เลย       ไม่มากกว่าปกติ       ค่อนข้างมากกว่าปกติ  มากกว่าปกติมาก

### เกณฑ์การให้คะแนน

การคิดคะแนน คิดแบบ GHQ SCORE (0 – 0 – 1 – 1)

ถ้าผู้ตอบแบบสอบถามเลือกตอบ 2 ข้อแรก จะได้คะแนน 0

ถ้าผู้ตอบแบบสอบถามเลือกตอบ 2 ข้อหลัง จะได้คะแนน 1

### เกณฑ์การแปลความหมาย

ผู้วิจัยศึกษาเกณฑ์ในการแปลความหมายของ ธนา นิลชัยโกวิท และคนอื่นๆ (2539)

ในการวิจัยครั้งนี้แปลผลได้ดังนี้

มีคะแนนตั้งแต่ 0 – 11 ผลคือ สุขภาพจิตดี

มีคะแนนตั้งแต่ 12 – 60 ผลคือ สุขภาพจิตบกพร่อง

### การหาคุณภาพเครื่องมือ

ผู้วิจัยดำเนินการเพื่อหาคุณภาพเครื่องมือที่ใช้การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ตามลำดับต่อไปนี้

1. หาความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ (Face Validity) ของแบบสอบถามโดยนำ

แบบสอบถามที่สร้างขึ้นไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน ได้แก่ รองศาสตราจารย์ ลิขิต กาญจนภรณ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พรหมธิดา แสนดำเครือ และอาจารย์ วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา ตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างความมุ่งหมาย นิยามศัพท์เฉพาะ และภาษาที่ใช้จากนั้นนำไปปรับปรุงแก้ไขก่อนนำไปทดลองใช้

2. ผู้วิจัยจะนำแบบสอบถามซึ่งปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้ (Try Out) กับนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร จำนวน 30 คน ที่มีใช้กลุ่มตัวอย่าง จากนั้นจึงนำมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด เพื่อวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อโดยใช้โปรแกรมการวิจัย SPSS และโดยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา ( $\alpha$  - Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) ได้ผลดังนี้

การหาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (Item Discrimination) ของแบบสอบถาม โดยผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่ได้ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้ (Try out) ) กับนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร จำนวน 30 คน ที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จากนั้นจึงนำมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนดเพื่อหาค่า

อำนาจจำแนกเป็นรายข้อ โดยใช้เทคนิค 25% กลุ่มสูง – กลุ่มต่ำ แล้วนำคะแนนกลุ่มสูง กลุ่มต่ำมาเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเป็นรายข้อ โดยทดสอบด้วย  $t - test$  จากนั้นคัดเลือกเฉพาะข้อที่ค่า  $t$  มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ขึ้นไปมาเป็นแบบสอบถามในการวิจัย ปรากฏว่าได้ค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถาม ดังนี้

2.1 แบบสอบถามบุคลิกภาพ จำนวน 17 ข้อ มีค่า  $t$  ระหว่าง 2.155 - 4.437

2.2 แบบสอบถามแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียน จำนวน 15 ข้อ มีค่า  $t$  ระหว่าง 2.183 – 4.168

2.3 แบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคตทางการเรียน จำนวน 15 ข้อ มีค่า  $t$  ระหว่าง 2.183 – 5.870

2.4 แบบสอบถามความคาดหวังของผู้ปกครอง จำนวน 10 ข้อ มีค่า  $t$  ระหว่าง 2.268 – 3.414

2.5 แบบสอบถามลักษณะทางกายภาพทางการเรียน จำนวน 15 ข้อ มีค่า  $t$  ระหว่าง 2.183 – 5.047

2.6 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์ จำนวน 17 ข้อ มีค่า  $t$  ระหว่าง 2.280 – 4.163

2.7 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน จำนวน 14 ข้อ มีค่า  $t$  ระหว่าง 2.459 – 4.580

3. การหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถาม ผู้วิจัยหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม โดยใช้เฉพาะข้อที่คัดเลือกแล้วในข้อ 2 ไปหาค่าความเชื่อมั่น โดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา ( $\alpha - Coefficient$ ) ของครอนบาค (Cronbach) ปรากฏว่าได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม ดังนี้

3.1 แบบสอบถามบุคลิกภาพ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .937

3.2 แบบสอบถามแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียน มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .791

3.3 แบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคตทางการเรียน มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .881

3.4 แบบสอบถามความคาดหวังของผู้ปกครอง มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .838

3.5 แบบสอบถามลักษณะทางกายภาพทางการเรียน มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .894

3.6 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .861

3.7 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน  
มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .904

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อขออนุญาต นายแพทย์ธนา นิลชัยโกวิทย์และคณะ ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์รามธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล ใช้แบบคัดกรองสุขภาพจิตไทย จี เอช คิว 60

2. ผู้วิจัยทำหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อขออนุญาต คณบดี คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูลใช้สร้างเครื่องมือสำหรับการวิจัย

3. ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ระหว่างวันที่ 25 มกราคม – 10 มีนาคม 2552 โดยขอความร่วมมือจากหัวหน้าแต่ละสาขาวิชาในการช่วยรวบรวมข้อมูลให้ และผู้วิจัยไปรับแบบสอบถามคืนด้วยตนเอง โดยแจกแบบสอบถามจำนวนทั้งสิ้น 267 ฉบับ และรับคืนมา จำนวน 267 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 100 และคัดแบบสอบถามที่มีความสมบูรณ์ ปรากฏว่า สมบูรณ์ทุกฉบับ มาให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด จากนั้นนำมาวิเคราะห์ข้อมูล เพื่อทดสอบสมมติฐานต่อไป

### การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป SPSS

1. วิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานโดยหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านส่วนตัวปัจจัยด้านครอบครัวและปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยกับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโทคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร โดยการหาค่าประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (The Pearson Product Moment Correlation Coefficient)
3. วิเคราะห์ปัจจัยด้านส่วนตัว ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร โดยใช้การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Stepwise Multiple Regression Analysis)

### สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือ ได้แก่
  - 2.1 การหาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อของแบบสอบถาม โดยใช้เทคนิค 25 % กลุ่มสูง – กลุ่มต่ำ แล้วนำมาทดสอบด้วย t-test

2.2 การหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา ( $\alpha$ -Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach)

3. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์สมมติฐาน ได้แก่

3.1 วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านส่วนตัว ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยกับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพฯ โดยการหาค่าประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (The Pearson Product Moment Correlation Coefficient) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่

3.2 วิเคราะห์ปัจจัยด้านส่วนตัว ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพฯ โดยใช้การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Stepwise Multiple Regression Analysis) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2



## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

#### สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ และแปรผลการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ที่ใช้ในการแปลความหมายดังนี้

N	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
$\bar{X}$	แทน	ค่าเฉลี่ยกลุ่มตัวอย่าง
S.D.	แทน	ความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)
df	แทน	ระดับชั้นของความเป็นอิสระ (Degree of Freedom)
SS	แทน	ผลรวมของคะแนนเบี่ยงเบนยกกำลังสอง (Mean of Squares)
MS	แทน	ค่าเฉลี่ยกำลังสองของคะแนนแต่ละค่า (Mean Squares)
F	แทน	ค่าสถิติที่ใช้ในการพิจารณา F – distribution
$r_{xy}$	แทน	สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่าย
$\hat{Y}$	แทน	ค่าสมการพยากรณ์ที่แทนค่าในรูปคะแนนดิบ
Z	แทน	ค่าสมการพยากรณ์ที่แทนค่าในรูปคะแนนมาตรฐาน
R	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ
$R^2$	แทน	กำลังสองของค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ
b	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์ของตัวพยากรณ์ในรูปคะแนนดิบ
$\beta$	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์ของตัวพยากรณ์ในรูปคะแนนมาตรฐาน
a	แทน	ค่าคงที่ของการพยากรณ์
$SE_b$	แทน	ความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของสัมประสิทธิ์ตัวพยากรณ์
$SE_{est}$	แทน	ความคลาดเคลื่อนมาตรฐานในการพยากรณ์
$X_1$	แทน	เพศ : ชาย
$X_2$	แทน	เพศ : หญิง
$X_3$	แทน	อายุ
$X_4$	แทน	ระยะเวลาที่ช่วงการศึกษา
$X_5$	แทน	สาขาวิชาที่กำลังศึกษา : สาขาวิชาปฐมวัย
$X_6$	แทน	สาขาวิชาที่กำลังศึกษา : สาขาวิชาการประถมศึกษา
$X_7$	แทน	สาขาวิชาที่กำลังศึกษา : สาขาวิชามัธยมศึกษา
$X_8$	แทน	สาขาวิชาที่กำลังศึกษา : สาขาวิชาการอุดมศึกษา
$X_9$	แทน	สาขาวิชาที่กำลังศึกษา : สาขาวิชาการบริหารการศึกษา
$X_{10}$	แทน	สาขาวิชาที่กำลังศึกษา : สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว
$X_{11}$	แทน	สาขาวิชาที่กำลังศึกษา : สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา

X <sub>12</sub>	แทน	สาขาวิชาที่กำลังศึกษา : สาขาวิชาการวัดผลการศึกษา
X <sub>13</sub>	แทน	สาขาวิชาที่กำลังศึกษา : สาขาวิชาการวิจัยและสถิติเพื่อการศึกษาศาสตร์
X <sub>14</sub>	แทน	สาขาวิชาที่กำลังศึกษา : สาขาวิชาเทคโนโลยีการศึกษา
X <sub>15</sub>	แทน	สาขาวิชาที่กำลังศึกษา : สาขาวิชาการศึกษานักเรียน
X <sub>16</sub>	แทน	สาขาวิชาที่กำลังศึกษา : สาขาวิชาอุตสาหกรรมศึกษา
X <sub>17</sub>	แทน	บุคลิกภาพ
X <sub>18</sub>	แทน	แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียน
X <sub>19</sub>	แทน	ลักษณะมุ่งอนาคตทางการเรียน
X <sub>20</sub>	แทน	ความคาดหวังของผู้ปกครอง
X <sub>21</sub>	แทน	ลักษณะทางกายภาพทางการเรียน
X <sub>22</sub>	แทน	สัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์
X <sub>23</sub>	แทน	สัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน
Y	แทน	สุขภาพจิตของนิสิต

### การวิเคราะห์ข้อมูล

1. วิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐาน โดยการคำนวณหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว ด้านสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยมีความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร
3. วิเคราะห์ปัจจัยด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว ด้านสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร

### การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ผู้วิจัยเสนอผลการศึกษาค้นคว้า ดังนี้

**ตอนที่ 1** แสดงจำนวนร้อยละของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร จำแนกตามเพศ สาขาวิชาที่กำลังศึกษา

**ตอนที่ 2** แสดงค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของอายุ ระยะเวลาที่ทิ้งช่วงการศึกษา บุคลิกภาพ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียน ลักษณะมุ่งอนาคตทางการเรียน ความคาดหวังของผู้ปกครอง ลักษณะทางกายภาพทางการเรียน สัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์ สัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน และสุขภาพจิตของนิสิต

**ตอนที่ 3** แสดงผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว ด้านสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยมีความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (The Pearson Product Moment Correlation Coefficient)

**ตอนที่ 4** แสดงผลการวิเคราะห์หองค์ประกอบด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว ด้านสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทร วิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร โดยใช้การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Stepwise Multiple Regression Analysis)

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

**ตอนที่ 1** แสดงจำนวนร้อยละของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร จำแนกตามเพศ สาขาวิชาที่กำลังศึกษาดังแสดงในตาราง 2

ตาราง 2 แสดงจำนวนและค่าร้อยละของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร จำแนกตามเพศ สาขาวิชาที่กำลังศึกษา

ปัจจัย	ระดับตัวแปร	จำนวน(คน)	ร้อยละ
เพศ	ชาย	68	25.50
	หญิง	199	74.50
	รวม	267	100.00
	สาขาวิชาปฐมวัย	24	9.00
	สาขาวิชาการประถมศึกษา	9	3.40
	สาขาวิชามัธยมศึกษา	42	15.70
	สาขาวิชาการอุดมศึกษา	13	4.90
	สาขาวิชาการบริหารการศึกษา	32	11.20
	สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว	29	10.90
	สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา	16	6.00
	สาขาวิชาการวัดผลการศึกษา	17	6.40
	สาขาวิชาการวิจัยและสถิติเพื่อการศึกษา	28	10.50
	สาขาวิชาเทคโนโลยีการศึกษา	42	15.70
	สาขาวิชาการศึกษาผู้ใหญ่	4	1.50
	สาขาวิชาอุตสาหกรรมศึกษา	13	4.90
	รวม		267

จากตาราง 2 พบว่า ตาราง 2 แสดงจำนวนและค่าร้อยละของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร จำแนกตามเพศ สาขาวิชาที่กำลังศึกษา ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 267 คน เมื่อจำแนกตามเพศ พบว่า นิสิตส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 199 คน คิดเป็นร้อยละ 74.50 เป็นเพศชาย จำนวน 68 คน คิดเป็นร้อยละ 25.50 เมื่อจำแนก

ตามสาขาวิชาที่กำลังศึกษา นิสิตส่วนใหญ่กำลังศึกษาสาขาวิชามัธยมศึกษา จำนวน 42 คน คิดเป็นร้อยละ 15.70 สาขาวิชาเทคโนโลยีการศึกษา จำนวน 42 คน คิดเป็นร้อยละ 15.70 รองลงมาคือสาขาวิชาการบริหารการศึกษา จำนวน 32 คน คิดเป็นร้อยละ 11.20 สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว จำนวน 29 คน คิดเป็นร้อยละ 10.90 สาขาวิชาการวิจัยและสถิติเพื่อการศึกษา จำนวน 28 คน คิดเป็นร้อยละ 10.50 สาขาวิชาปฐมวัย จำนวน 24 คน คิดเป็นร้อยละ 9.00 สาขาวิชาการวัดผลการศึกษา จำนวน 17 คน คิดเป็นร้อยละ 6.40 สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา จำนวน 16 คน คิดเป็นร้อยละ 6.00 สาขาวิชาการอุดมศึกษา จำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 4.90 สาขาวิชาอุตสาหกรรมศึกษา จำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 4.90 สาขาวิชาการประถมศึกษา จำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 3.40 และสาขาวิชาการศึกษาผู้ใหญ่ จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 1.50

**ตอนที่ 2** แสดงค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของอายุ ระยะเวลาที่ทิ้งช่วงการศึกษา บุคลิกภาพ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียน ลักษณะมุ่งอนาคตทางการเรียน ความคาดหวังของผู้ปกครอง ลักษณะทางกายภาพทางการเรียน สัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์ สัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน และสุขภาพจิตของนิสิต ดังแสดงในตาราง 3

ตาราง 3 แสดงค่าเฉลี่ยและความเบี่ยงเบนมาตรฐานปัจจัยด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว ด้านสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยและสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร

ปัจจัย	$\bar{X}$	S.D.	การแปลผล
อายุ	27.49	2.31	วัยผู้ใหญ่
ระยะเวลาที่ทิ้งช่วงการศึกษา	5.35	2.42	นาน
บุคลิกภาพ	3.62	.22	แบบเอ
แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียน	4.31	.18	มาก
ลักษณะมุ่งอนาคตทางการเรียน	3.52	.35	มาก
ความคาดหวังของผู้ปกครอง	3.73	.19	มาก
ลักษณะทางกายภาพทางการเรียน	3.89	.33	ดี
สัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์	3.70	.21	ดี
สัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน	3.28	.26	ดีพอใช้
สุขภาพจิต	11.02	4.50	สุขภาพจิตดี

จากตาราง 3 พบว่า นิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร มีอายุอยู่ในวัยผู้ใหญ่ มีระยะเวลาที่ทิ้งช่วงการศึกษา 5 ปี มีบุคลิกภาพแบบเอ มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียน และมีลักษณะมุ่งอนาคตทางการเรียนอยู่ในระดับมาก นอกจากนี้ยังได้รับความคาดหวังของผู้ปกครองอยู่ในระดับมาก มีลักษณะทางกายภาพทางการเรียน และมี

สัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์อยู่ในระดับดี มีสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อนอยู่ในระดับดีพอใช้ และมีสุขภาพจิตดี

**ตอนที่ 3** แสดงผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว ด้านสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยมีความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (The Pearson Product Moment Correlation Coefficient) ดังแสดงในตารางที่ 4



ตารางที่ 4 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมในมหาวิทยาลัย กับสุขภาพจิต ของนิสิตระดับปริญญาโทคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร

	X <sub>1</sub>	X <sub>2</sub>	X <sub>3</sub>	X <sub>4</sub>	X <sub>5</sub>	X <sub>6</sub>	X <sub>7</sub>	X <sub>8</sub>	X <sub>9</sub>	X <sub>10</sub>	X <sub>11</sub>	X <sub>12</sub>	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>	X <sub>22</sub>	X <sub>23</sub>	Y
X <sub>1</sub>	1.000	-1.000**	0.127*	0.141*	-0.154*	-0.062	-0.016	-0.012	-0.010	0.038	-0.003	-0.047	-0.088	0.172**	-0.001	0.227**	0.067	-0.051	0.078	-0.035	-0.117	-0.064	0.054	0.046
X <sub>2</sub>		1.000	-0.127*	-0.141*	0.154*	0.062	0.016	0.012	-0.010	0.038	0.003	0.047	0.088	-0.172**	0.001	-0.227**	-0.067	0.051	-0.078	0.035	0.117	0.064	-0.054	-0.046
X <sub>3</sub>			1.000	0.990**	-0.073	-0.085	0.134*	0.019	0.072	-0.117	-0.130*	0.023	-0.021*	-0.017	0.067	0.125*	0.080	0.051	0.054	0.132*	-0.127*	0.028	0.022	0.012
X <sub>4</sub>				1.000	-0.100	-0.088	0.132*	0.017	0.075	-0.121*	-0.155*	0.038	-0.010	0.000	0.071	0.132*	0.082	0.064	0.043	0.135*	-0.134*	0.008	0.025	0.031
X <sub>5</sub>					1.000	-0.059	-0.136*	-0.071	-0.112	-0.110	-0.079	-0.082	-0.108	-0.136*	-0.039	-0.071	0.118	0.125*	-0.076	-0.158**	0.222**	0.244**	-0.189**	-0.133*
X <sub>6</sub>						1.000	-0.081	-0.042	-0.066	-0.065	-0.047	-0.049	-0.064	-0.081	-0.023	-0.042	0.079	0.000	-0.080	0.070	-0.065	-0.014	0.023	0.031
X <sub>7</sub>							1.000	-0.098	-0.154*	-0.151*	-0.109	-0.113	-0.148*	-0.187**	-0.053	-0.098	-0.065	0.050	-0.219**	0.081	-0.326**	-0.140*	0.254**	-0.044
X <sub>8</sub>								1.000	-0.080	-0.079	-0.057	-0.059	-0.077	-0.098	-0.028	-0.051	0.190**	0.137*	-0.104	-0.147*	-0.004	0.077	0.015	0.033
X <sub>9</sub>									1.000	-0.124*	-0.090	-0.093	-0.122*	-0.154*	-0.044	-0.080	0.401**	-0.110	0.130*	-0.090	0.300**	0.233**	-0.049	0.019
X <sub>10</sub>										1.000	-0.088	-0.091	-0.119	-0.151*	-0.043	-0.079	0.106	-0.054	0.086	-0.040	0.213**	-0.116	-0.245**	-0.165**
X <sub>11</sub>											1.000	-0.066	-0.086	-0.109	-0.031	-0.057	-0.241**	-0.128*	0.099	-0.103	-0.096	0.052	0.057	-0.079
X <sub>12</sub>												1.000	-0.089	-0.113	-0.032	-0.059	-0.264**	-0.198**	0.143*	0.029	-0.017	-0.074	0.059	-0.008
X <sub>13</sub>													1.000	-0.148*	-0.042	-0.077	-0.095	-0.052	0.047	0.072	0.086	-0.081	-0.031	0.088
X <sub>14</sub>														1.000	-0.053	-0.098	-0.282**	-0.056	-0.053	0.091	-0.108	-0.249**	0.085	0.094
X <sub>15</sub>															1.000	-0.028	0.029	0.167**	0.010	0.086	0.114	0.032	0.167**	0.027
X <sub>16</sub>																1.000	0.114	0.292**	0.074	0.125*	-0.310**	0.219**	-0.111	0.200**
X <sub>17</sub>																	1.000	0.293**	0.044	-0.053	0.224**	0.205**	-0.164**	0.042
X <sub>18</sub>																		1.000	-0.028	0.062	-0.090	0.085	0.094	0.083
X <sub>19</sub>																			1.000	-0.088	0.035	0.135*	0.002	0.025
X <sub>20</sub>																				1.000	-0.108	-0.194**	-0.077	0.061
X <sub>21</sub>																					1.000	0.006	-0.263**	-0.140*
X <sub>22</sub>																						1.000	0.003	-0.049
X <sub>23</sub>																							1.000	0.176**
Y																								1.000

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

\*\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตารางที่ 4 พบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 มี 2 ปัจจัย ได้แก่ สาขาวิชาที่กำลังศึกษา: สาขาวิชาอุตสาหกรรมศึกษา ( $X_{16}$ ) และสัมพันธ์ภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน ( $X_{23}$ )

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 มี 2 ปัจจัย ได้แก่ สาขาวิชาที่กำลังศึกษา: สาขาวิชาปฐมวัย ( $X_5$ ) และลักษณะทางกายภาพทางการเรียน ( $X_{21}$ )

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 มี 1 ปัจจัย ได้แก่ สาขาวิชาที่กำลังศึกษา: สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว ( $X_{10}$ )

ปัจจัยที่ไม่พบความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ มี 9 ปัจจัย ได้แก่ เพศ ( $X_1$ ,  $X_2$ ) อายุ ( $X_3$ ) ระยะเวลาที่ช่วงการศึกษาศึกษา ( $X_4$ ) สาขาวิชาที่กำลังศึกษาบางสาขา ได้แก่ สาขาวิชาประถมศึกษา ( $X_6$ ) สาขาวิชามัธยมศึกษา ( $X_7$ ) สาขาวิชาอุดมศึกษา ( $X_8$ ) สาขาวิชาบริหารการศึกษาศึกษา ( $X_9$ ) สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาศึกษา ( $X_{11}$ ) สาขาวิชาวัดผลการศึกษาศึกษา ( $X_{12}$ ) สาขาวิชาการวิจัยและสถิติเพื่อการศึกษา ( $X_{13}$ ) สาขาวิชาเทคโนโลยีการศึกษาศึกษา ( $X_{14}$ ) และสาขาวิชาการศึกษาคณะใหญ่ ( $X_{15}$ ) บุคลิกภาพ ( $X_{17}$ ) แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียน ( $X_{18}$ ) ลักษณะมุ่งอนาคตทางการเรียน ( $X_{19}$ ) ความคาดหวังของผู้ปกครอง ( $X_{20}$ ) และสัมพันธ์ภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์ ( $X_{22}$ )

**ตอนที่ 4** เสนอผลการวิเคราะห์ปัจจัยด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว ด้านสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร โดยใช้การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Stepwise Multiple Regression Analysis) ดังแสดงในตารางที่ 5 และตารางที่ 6

ตาราง 5 แสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร

แหล่งของความแปรปรวน	df	SS	MS	F
Regression	2	387.217	193.609	10.191**
Residual	264	5015.599	18.998	
Total	266	5402.816		

\*\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 5 พบว่ามี 2 ปัจจัยที่สามารถพยากรณ์สุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร โดยมีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงกับตัวแปรอิสระทั้ง 2 ปัจจัย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ดังรายละเอียดในตาราง 6

ตารางที่ 6 แสดงผลการวิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร

ปัจจัย	b	SE <sub>b</sub>	β	R	R <sup>2</sup>	F
X <sub>23</sub>	.274	.220	.193	.268	.072	10.191**
X <sub>23</sub> , X <sub>17</sub>	.251	.212	.140	.299	.089	8.593**

a = -11.778  
R = .299  
R<sup>2</sup> = .089  
SE = 4.325

\*\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตารางที่ 6 พบว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 มี 2 ปัจจัย เรียงลำดับจากปัจจัยที่ส่งผลมากที่สุดไปยังปัจจัยที่ส่งผลน้อยที่สุด ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนิตกับเพื่อน (X<sub>23</sub>) และบุคลิกภาพ (X<sub>17</sub>) ซึ่งปัจจัยทั้ง 2 ปัจจัยนี้สามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของสุขภาพจิตของนิสิต ได้ร้อยละ 8.9 จึงนำค่าสัมประสิทธิ์ของตัวพยากรณ์มาเขียนสมการได้ดังนี้

สมการพยากรณ์สุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร ในรูปคะแนนดิบ ได้แก่

$$\hat{Y} = -11.778 + .274 X_{23} + .251 X_{17}$$

สมการพยากรณ์สุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร ในรูปคะแนนมาตรฐาน ได้แก่

$$Z = .193 X_{23} + .140 X_{17}$$

## บทที่ 5

### บทย่อ สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

#### ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านส่วนตัว ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยกับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร
2. เพื่อศึกษาปัจจัยด้านส่วนตัว ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของนิสิต ระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร
3. เพื่อสร้างสมการพยากรณ์เรื่องสุขภาพจิตของนิสิต ระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร

#### สมมติฐานในการศึกษาค้นคว้า

1. ปัจจัยด้านส่วนตัว ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย มีความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร
2. ปัจจัยด้านส่วนตัว ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย ส่งผลต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร

#### ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

##### ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

##### ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า เป็นนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2551 จำนวน 1,331 คน เป็นนิสิตชาย 348 คน นิสิตหญิง 983 คน

##### กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า เป็นนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2551 จำนวน 267 คน เป็นนิสิตชาย 68 คน นิสิตหญิง 199 คน

## เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของนิสิต ระดับปริญญาโท มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร ซึ่งแบ่งออกเป็น 9 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว

ตอนที่ 2 แบบสอบถามบุคลิกภาพ จำนวน 17 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .937

ตอนที่ 3 แบบสอบถามแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียน จำนวน 15 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .791

ตอนที่ 4 แบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคตทางการเรียน จำนวน 15 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .881

ตอนที่ 5 แบบสอบถามความคาดหวังของผู้ปกครอง จำนวน 10 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .838

ตอนที่ 6 แบบสอบถามลักษณะทางกายภาพทางการเรียน จำนวน 15 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .894

ตอนที่ 7 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์ จำนวน 17 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .861

ตอนที่ 8 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน จำนวน 14 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .904

ตอนที่ 9 แบบคัดกรองสุขภาพจิต Thai GHQ - 60

## การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อขออนุญาต นายแพทย์ธนา นิลชัยโกวิทย์และคณะ ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์รามาริบัติ มหาวิทยาลัยมหิดล ใช้แบบคัดกรองสุขภาพจิตไทย จี เอช คิว 60

2. ผู้วิจัยทำหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อขออนุญาต คณบดี คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูลใช้สร้างเครื่องมือสำหรับการวิจัย

3. ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยขอความร่วมมือจากหัวหน้าแต่ละสาขาวิชาในการช่วยรวบรวมข้อมูลให้ และผู้วิจัยไปรับแบบสอบถามคืนด้วยตนเอง โดยแจกแบบสอบถามจำนวนทั้งสิ้น 267 ฉบับ และรับคืนมา จำนวน 267 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 100 และคัดแบบสอบถามที่มีความสมบูรณ์ ปรากฏว่า สมบูรณ์ทุกฉบับมาให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด จากนั้นนำมาวิเคราะห์ข้อมูล เพื่อทดสอบสมมติฐานต่อไป

## การวิเคราะห์ข้อมูล

1. วิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานโดยหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านส่วนตัว ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยกับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร กรุงเทพฯ โดยการหาค่าประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (The Pearson Product Moment Correlation Coefficient)
3. วิเคราะห์ปัจจัยด้านส่วนตัว ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร โดยใช้การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Stepwise Multiple Regression Analysis)

## สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือ ได้แก่
  - 2.1 การหาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อของแบบสอบถาม โดยใช้เทคนิค 25 % กลุ่มสูง – กลุ่มต่ำ แล้วนำมาทดสอบด้วย t-test
  - 2.2 การหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา ( $\alpha$ -Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach)
3. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์สมมติฐาน ได้แก่
  - 3.1 วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านส่วนตัว ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยกับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร โดยการหาค่าประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (The Pearson Product Moment Correlation Coefficient)
  - 3.2 วิเคราะห์ปัจจัยด้านส่วนตัว ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพฯ โดยใช้การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Stepwise Multiple Regression Analysis)

## สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

1. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 มี 2 ปัจจัย ได้แก่ สาขาวิชาที่กำลังศึกษา คือ สาขาวิชาอุตสาหกรรมศึกษา ( $X_{16}$ ) และสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน ( $X_{23}$ )

2. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 มี 2 ปัจจัย ได้แก่ สาขาวิชาที่กำลังศึกษา คือ สาขาวิชาปฐมวัย ( $X_5$ ) และลักษณะทางกายภาพทางการเรียน ( $X_{21}$ ) ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 มี 1 ปัจจัย ได้แก่ สาขาวิชาที่กำลังศึกษา คือ สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว ( $X_{10}$ )

3. ปัจจัยที่ไม่พบความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ มี 9 ปัจจัย ได้แก่ เพศชาย ( $X_1$ ) เพศหญิง ( $X_2$ ) อายุ ( $X_3$ ) ระยะเวลาที่ช่วงการศึกษา ( $X_4$ ) สาขาวิชาที่กำลังศึกษาบางสาขา ได้แก่ สาขาวิชาประถมศึกษา ( $X_6$ ) สาขาวิชามัธยมศึกษา ( $X_7$ ) สาขาวิชาอุดมศึกษา ( $X_8$ ) สาขาวิชาบริหารการศึกษา ( $X_9$ ) สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา ( $X_{11}$ ) สาขาวิชาวัดผลการศึกษา ( $X_{12}$ ) สาขาวิชาการวิจัยและสถิติเพื่อการศึกษา ( $X_{13}$ ) สาขาวิชาเทคโนโลยีการศึกษา ( $X_{14}$ ) และสาขาวิชาการศึกษาผู้ใหญ่ ( $X_{15}$ ) บุคลิกภาพ ( $X_{17}$ ) แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียน ( $X_{18}$ ) ลักษณะมุ่งอนาคตทางการเรียน ( $X_{19}$ ) ความคาดหวังของผู้ปกครอง ( $X_{20}$ ) และสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์ ( $X_{22}$ )

4. ปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 มี 2 ปัจจัย เรียงลำดับจากปัจจัยที่ส่งผลมากที่สุดไปยังปัจจัยที่ส่งผลน้อยที่สุดได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน ( $X_{23}$ ) และบุคลิกภาพ ( $X_{17}$ )

5. สมการพยากรณ์สุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานครสามารถเขียนได้ดังนี้

5.1 ในรูปคะแนนดิบ ได้แก่

$$\hat{Y} = -11.778 + .274 X_{23} + .251 X_{17}$$

5.2 ในรูปคะแนนมาตรฐาน ได้แก่

$$Z = .193 X_{23} + .140 X_{17}$$

### การอภิปรายผลการศึกษาค้นคว้า

1. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 มี 2 ปัจจัย ได้แก่ สาขาวิชาที่กำลังศึกษา คือ สาขาวิชาอุตสาหกรรมศึกษา ( $X_{16}$ ) และสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน ( $X_{23}$ ) ซึ่งสามารถอภิปรายผลได้ดังนี้

1.1 สาขาวิชาที่กำลังศึกษา คือ สาขาวิชาอุตสาหกรรมศึกษา มีความสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 แสดงว่า นิสิตที่เรียนอยู่ในสาขาวิชาอุตสาหกรรมศึกษามีสุขภาพจิตที่ไม่ดี ทั้งนี้เนื่องจากนิสิตที่กำลังศึกษาในสาขาวิชาอุตสาหกรรมศึกษาไม่มีความพร้อมที่จะเรียน ซึ่งอาจเกิดจากในระดับปริญญาตรีนั้นนิสิตไม่ได้เรียนในสาขาอุตสาหกรรมศึกษาโดยตรง จึงทำให้ขาดองค์ความรู้พื้นฐานและขาดความถนัดที่จะนำมาต่อยอดในระดับปริญญาโท การขาดแคลนทุนทรัพย์ในการเรียนทำให้นิสิตไม่สามารถหาซื้อหนังสือ อุปกรณ์การเรียนที่ทันสมัยมาศึกษาเพิ่มเติม หรือฝึกความถนัดได้ นอกจากนี้นิสิตยังอาจขาดความเข้าใจในบทเรียนที่อาจารย์ถ่ายทอดในห้องเรียนแล้วไม่กล้าซักถามทำให้ไม่เข้าใจในบทเรียนนั้นๆซึ่งจะส่งผลกระทบต่อบทเรียนถัดไปด้วย สิ่งเหล่านี้ทำให้นิสิตไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับสาขาวิชาที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับปริญญาโทได้ จึงทำให้นิสิตมีสุขภาพจิตที่ไม่ดี

1.2 สัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 แสดงว่า นิสิตที่มีสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อนดีพอใช้มีสุขภาพจิตที่ไม่ดี ทั้งนี้เนื่องจากการที่นิสิตไม่มีการสร้างสัมพันธภาพระหว่างกัน ไม่มีการประสานงานหรือการทำงานร่วมกัน ไม่มีการช่วยเหลือซึ่งกันและกันในหมู่เพื่อน ไม่มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างการทำงาน นอกจากนั้นยังชอบแข่งขันทำให้นิสิตปรับตัวได้อย่างยากลำบาก ซึ่งจะส่งผลทำให้นิสิตมีสุขภาพจิตที่ไม่ดี ไม่สามารถอยู่ในสังคมแห่งการเรียนรู้ได้อย่างมีความสุขซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ รวีวรรณ ชุมชัย (2536: 90) ที่ศึกษาพบว่านักเรียนจะปรึกษาหารือกับเพื่อนมากกว่าผู้ใหญ่ เมื่อสังคมกลุ่มเพื่อนดี นักเรียนก็จะได้รับอิทธิพลของเพื่อนไปด้วย หากพฤติกรรมของกลุ่มเพื่อนไม่ดี ก็จะส่งผลกระทบต่อสภาพร่างกาย จิตใจ และการเรียนของนักเรียน ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ ลารอคโค และคนอื่นๆ (นิกุล ประทีปพิชัย. 2540: 54; อ้างอิงจาก Larocco; & others. 1980: 205) พบว่าแรงสนับสนุนจากเพื่อนร่วมงานมีความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตในการปฏิบัติงาน และสอดคล้องกับงานวิจัยของกลอนลันด์ (สุรชัย โกศิยกกุล. 2535: 32; อ้างอิงจาก Grounlund. 1959: 176) ได้ศึกษาปัญหาการเรียนการสอนในระดับอุดมศึกษาของนิสิตมหาวิทยาลัย พบว่า นิสิตที่ประสบปัญหาในการปรับตัวให้เข้ากับเพื่อนและสภาพแวดล้อม มีปัญหาสุขภาพจิตมากกว่านิสิตที่สามารถปรับตัวให้เข้ากับเพื่อนและสภาพแวดล้อม

2. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 มี 2 ปัจจัย ได้แก่ สาขาวิชาที่กำลังศึกษา คือ สาขาวิชาปฐมวัย ( $X_5$ ) และลักษณะทางกายภาพทางการเรียน ( $X_{21}$ ) ซึ่งสามารถอภิปรายผลได้ดังนี้

2.1 สาขาวิชาที่กำลังศึกษา คือ สาขาวิชาปฐมวัย มีความสัมพันธ์ทางลบกับ สุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 แสดงว่า นิสิตที่เรียนอยู่ในสาขาวิชาปฐมวัยมี สุขภาพจิตที่ดี ทั้งนี้เนื่องจากนิสิตที่กำลังศึกษาในสาขาปฐมวัยมีความพร้อมที่จะเรียนในด้านต่างๆ เช่น การมีความพร้อมในด้านเนื้อหา ความรู้ ความถนัด ทำให้นิสิตสามารถเข้าใจเนื้อหาที่อาจารย์ สอนได้อย่างรวดเร็ว เนื่องจากเคยศึกษาในระดับปริญญาตรีทางสาขาปฐมวัย การมีความพร้อม ทางด้านทุนทรัพย์ทางการเรียนทำให้นิสิตสามารถหาซื้อหนังสือแนวใหม่ที่ทันสมัยมาอ่านเสริม เพิ่มเติมความรู้ให้ทันสมัยอยู่เสมอ ซึ่งการที่นิสิตได้ฝึกฝนและหาความรู้เพิ่มเติมนั้นถือว่าเป็นการ เตรียมตัวในการเรียนที่ดี ทำให้เกิดความพร้อมในการเรียน เมื่อเข้าศึกษาในระดับปริญญาโทก็จะ สามารถปรับตัวให้เข้ากับสาขาวิชาที่เรียนได้ จึงทำให้นิสิตสาขาปฐมวัยมีสุขภาพจิตที่ดี

2.2 ลักษณะทางกายภาพทางการเรียน มีความสัมพันธ์ทางลบกับสุขภาพจิตของ นิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 แสดงว่า นิสิตที่มีลักษณะทางกายภาพทางการ เรียนดีมีสุขภาพจิตดี ทั้งนี้เนื่องจากสภาพแวดล้อมทางการเรียนในมหาวิทยาลัย เช่น สถานที่เรียน มีความสะอาด บริเวณมหาวิทยาลัย มีบรรยากาศร่มรื่น ห้องน้ำสะอาด มีสถานที่พักผ่อน เพียงพอ สภาพห้องเรียนเหมาะสม สวยงาม มีแสงสว่างเพียงพอ ปราศจากเสียงรบกวน ขนาด ห้องเรียนกับปริมาณของนิสิต บริเวณของห้องเรียนมีความเป็นระเบียบเรียบร้อย ที่นั่งมีสัดส่วน พอเหมาะเพียงพอต่อความต้องการของนิสิต สื่ออุปกรณ์การเรียนมีความพร้อม อุปกรณ์การ เรียนการสอนของอาจารย์ มีความทันสมัย มีคุณภาพ พร้อมใช้งานได้ดีและมีความเพียงพอต่อ ความต้องการของนิสิต ซึ่งสิ่งเหล่านี้ก่อให้เกิดปฏิภิกิริยาการโต้ตอบระหว่างนิสิต อาจารย์ และเพื่อน นิสิตในชั้นเรียน ทำให้เกิดการพัฒนากทักษะสัมพันธ์โดยรวมของนิสิต นอกจากนี้สื่อการเรียนการ สอนที่ดียังช่วยพัฒนากทักษะการเรียนรู้ของนิสิตได้ดีอีกด้วย เพราะฉะนั้นสภาพแวดล้อมทางการ เรียนในมหาวิทยาลัยที่ดีจึงเป็นสิ่งที่ช่วยให้นิสิตมีความสามารถในการปรับตัวได้มากยิ่งขึ้น สอดคล้องกับผลงานวิจัยของ ชีรวัดน์ นิจนตร (2530: 87) ที่ศึกษาพบว่านักเรียนที่สามารถ ปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมและมีสัมพันธภาพกับคนอื่นได้ดีจะเป็นผู้ที่มีสุขภาพจิตดีมากกว่า นักเรียนที่ไม่สามารถปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมได้

3. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะ ศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 มี 1 ปัจจัย ได้แก่ สาขาวิชาที่กำลังศึกษา คือ สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว ( $X_{10}$ ) ซึ่ง สามารถอภิปรายผลได้ดังนี้

สาขาวิชาที่กำลังศึกษา คือ สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว มีความสัมพันธ์ทางลบ กับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขต วัฒนา กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 แสดงว่า นิสิตที่เรียนอยู่ในสาขาวิชาจิตวิทยา

การแนะแนวมีสุขภาพจิตที่ดี ทั้งนี้เนื่องจากนิสิตที่มาเรียนในสาขาจิตวิทยาการแนะแนวนั้นส่วนใหญ่มีความพร้อมและมีพื้นฐานความรู้ในสาขาวิชานี้มาบ้างแล้วในระดับปริญญาตรี ส่งผลทำให้มีความถนัด ความสนใจ และเมื่อนิสิตมีความพร้อมที่จะเรียน ทำให้นิสิตสามารถเข้าใจเนื้อหาวิชาที่อาจารย์สอนได้ง่ายขึ้น เมื่อเพื่อนนิสิตบางคนมีข้อสงสัยในบทเรียนก็สามารถอธิบายให้เข้าใจชัดเจนยิ่งขึ้นได้ ทำให้นิสิตสามารถปรับตัวให้เข้ากับสาขาวิชาที่กำลังศึกษาได้ดี นิสิตสาขาวิชาจิตวิทยาและการแนะแนวจึงมีสุขภาพจิตดี

4. ปัจจัยที่ไม่พบความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ มี 9 ปัจจัย ได้แก่ เพศชาย( $X_1$ ) เพศหญิง ( $X_2$ ) อายุ ( $X_3$ ) ระยะเวลาที่ช่วงการศึกษา ( $X_4$ ) สาขาวิชาที่กำลังศึกษาบางสาขา ได้แก่ สาขาวิชาประถมศึกษา ( $X_6$ ) สาขาวิชามัธยมศึกษา ( $X_7$ ) สาขาวิชาอุดมศึกษา( $X_8$ ) สาขาวิชาบริหารการศึกษา ( $X_9$ ) สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา( $X_{11}$ ) สาขาวิชาวัดผลการศึกษา( $X_{12}$ ) สาขาวิชาการวิจัยและสถิติเพื่อการศึกษา( $X_{13}$ ) สาขาวิชาเทคโนโลยีการศึกษา ( $X_{14}$ ) และสาขาวิชาการศึกษาผู้ใหญ่ ( $X_{15}$ ) บุคลิกภาพ ( $X_{17}$ ) แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียน ( $X_{19}$ ) ลักษณะมุ่งอนาคตทางการเรียน ( $X_{19}$ ) ความคาดหวังของผู้ปกครอง ( $X_{20}$ ) และสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์ ( $X_{22}$ )

4.1 เพศ ไม่พบความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร แสดงว่า นิสิตเพศชายบางคนมีสุขภาพจิตดี ทั้งนี้เนื่องจากนิสิตเพศชายเป็นผู้กล้าแสดงออกหลายด้าน สามารถเข้ากับบุคคลได้หลายกลุ่ม เป็นผู้มีมนุษยสัมพันธ์และการปรับตัวที่ดี ชอบอาศัยกลุ่มเพื่อนนิสิตด้วยกันเพื่อแลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสารกัน ถ่ายทอดความคิดความรู้สึกร่วมกัน ทำให้เกิดการเรียนรู้ซึ่งกันและกัน จึงทำให้นิสิตเพศชายมีสุขภาพจิตที่ดี

นิสิตเพศหญิงไม่มีความสัมพันธ์กับสุขภาพจิต แสดงว่า นิสิตเพศหญิงบางคนมีสุขภาพจิตดี ทั้งนี้เนื่องจากนิสิตเพศหญิงบางคนมักสนใจสิ่งต่างๆที่อยู่รอบตัว อยากรู้อยากเห็นที่จะศึกษาค้นคว้าสิ่งต่างๆที่อยู่ในกระแสสังคม มีความสุขุมเยือกเย็น มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี สามารถปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมและบุคคลรอบข้างได้ง่าย ทำให้ไม่มีปัญหาความเครียด จึงทำให้นิสิตเพศหญิงมีสุขภาพจิตที่ดี

จึงสรุปได้ว่าเพศไม่มีความสัมพันธ์กับสุขภาพจิต ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของนิลวรรณ ศิริอังกุล (2535: 104) ได้ศึกษาสุขภาพจิตของนักเรียนในเขตชุมชนแออัด เขตห้วยขวาง ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนเพศชายและเพศหญิงมีสุขภาพจิตไม่แตกต่างกัน

4.2 อายุ ไม่พบความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร แสดงว่า นิสิตที่มีอายุมากบางคนมีสุขภาพจิตดี เนื่องจากเกิดการเรียนรู้จากการทำงาน จากประสบการณ์ที่ผ่านมา ทำ

ให้คนที่มียุมากสามารถปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ต่างๆได้ทุกสถานการณ์ สามารถอดทนกับสภาพความคับข้องใจทั้งจากของตนเองและของบุคคลรอบข้างได้อย่างดี สามารถปรับวิกฤตต่างๆให้เป็นโอกาสของตน มีการปรับตัวโดยใช้แนวทางแก้ปัญหาที่สอดคล้องกับความเป็นจริง หรือมีการปรับตัวโดยการหาสิ่งอื่นมาชดเชยให้ปัญหาต่างๆดูเล็กลง เพื่อเป็นการลดความคับข้องใจของตนเอง นอกจากนี้คนที่มียุมากยังมีความคิดความอ่านที่มากขึ้นตามวัยวุฒิ มีความรับผิดชอบที่ดี เมื่อประสบปัญหาก็สามารถมองเห็นแนวทางการแก้ไขได้อย่างกว้างขวางครอบคลุม ซึ่งถือนิสิตในวัยนี้เป็นวัยที่มีประสบการณ์มาก มีการแสดงออกที่เหมาะสม มีความชำนาญในการปรับตัว จึงทำให้นิสิตบางคนที่มีอายุมากมีสุขภาพจิตที่ดี

4.3 ระยะเวลาที่ทิ้งช่วงการศึกษา ไม่พบความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร แสดงว่า นิสิตบางคนที่มีระยะเวลาทิ้งช่วงการศึกษานานมีสุขภาพจิตดี ทั้งนี้เพราะ นิสิตบางคนต้องการทำงานเพื่อหาประสบการณ์ในด้านต่างๆ เช่น การค้นหาความสามารถของตนเองว่าสนใจหรือถนัดในสายงานไหน การทำงานกับเพื่อนร่วมงาน หรือ การทำงานกับหัวหน้าควรคำนึงถึงเรื่องใดบ้าง ความก้าวหน้าตามสายงานที่เราสนใจมีความก้าวหน้ามากน้อยเพียงใด และในการทำงานนั้นจะต้องพบเจอกับปัญหาใดบ้าง เป็นต้น จากนั้นเมื่อนิสิตทำงานเก็บประสบการณ์ต่างๆพอสมควรแล้ว จึงกลับเข้ามาศึกษาต่อในระดับปริญญาโทเพื่อพัฒนาตนเอง โดยการนำประสบการณ์ในด้านต่างๆของการทำงานมาประยุกต์ใช้ในการเรียนในระดับปริญญาโท ทำให้นิสิตสามารถแก้ไขปัญหาต่างๆได้อย่างรอบคอบมากขึ้นและทำให้นิสิตสามารถปรับตัวให้เข้ากับเพื่อนๆนิตคนอื่นและสภาพแวดล้อมอื่นๆได้อย่างเหมาะสม จึงทำให้นิสิตบางคนที่มีระยะเวลาทิ้งช่วงการศึกษานานมีสุขภาพจิตดี

4.4 สาขาวิชาที่กำลังศึกษาบางสาขา ไม่พบความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร ได้แก่

สาขาวิชาประถมศึกษา ไม่พบความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร แสดงว่า นิสิตสาขาวิชาประถมศึกษาบางคนมีสุขภาพจิตดี เนื่องจากมีความพร้อม เพราะว่าเคยศึกษามาจากระดับปริญญาตรีมาแล้ว ทำให้มีพื้นฐานความรู้และความถนัดในด้านนี้โดยตรง เมื่อเข้ามาเรียนในระดับปริญญาโทจึงมีความเข้าใจมากยิ่งขึ้น ลึกซึ้งยิ่งขึ้น ทำให้นิสิตมีความสุขในการเรียน จึงทำให้นิสิตสาขาศึกษามีสุขภาพจิตที่ดี

สาขาวิชามัธยมศึกษา ไม่พบความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร แสดงว่า นิสิตสาขาวิชามัธยมศึกษาบางคนมีสุขภาพจิตดี เนื่องจากนิสิตบางคนที่มาเรียนในสาขามัธยมศึกษาเป็นครูอาจารย์ที่สอนอยู่ในระดับมัธยมศึกษาอยู่แล้ว ทำให้มีความเข้าใจในเนื้อหาหลักสูตรและมี

ความถนัดเกี่ยวกับสาขาวิชานี้เป็นพื้นฐานอยู่บ้างจึงส่งผลให้มีความพร้อมในการเรียน เมื่อเข้ามาเรียนในระดับปริญญาโททำให้เข้าใจเนื้อหาสาระได้ง่ายขึ้น สามารถปรับตัวให้กับสภาพแวดล้อมของสาขาวิชามัธยมศึกษาได้ดี ทำให้มีความสุขในการเรียน นิสิตสาขาวิชามัธยมศึกษาจึงมีสุขภาพจิตดี

สาขาวิชาอุดมศึกษา ไม่พบความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร แสดงว่า นิสิตสาขาวิชาอุดมศึกษาบางคนมีสุขภาพจิตดี เนื่องจากนิสิตบางคนที่มาเรียนในสาขาวิชานี้มีความสนใจส่วนตัวเกี่ยวกับสาขาวิชาอุดมศึกษา จึงมีแรงจูงใจภายในเป็นสิ่งผลักดันให้นิสิตศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติม เพื่อเตรียมตัว เตรียมความพร้อมในการเรียน เมื่ออาจารย์บรรยายเกี่ยวกับสาระความรู้จึงทำให้นิสิตมีความเข้าใจเพิ่มมากยิ่งขึ้น และเมื่ออาจารย์สั่งให้นิสิตทำงานใดๆส่ง นิสิตก็สามารถทำผลงานส่งได้อย่างมีคุณภาพ ทำให้นิสิตเรียนได้อย่างมีความสุข นิสิตสาขาวิชาอุดมศึกษาจึงมีสุขภาพจิตที่ดี

สาขาวิชาบริหารการศึกษา ไม่พบความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร แสดงว่า นิสิตสาขาวิชาบริหารการศึกษาบางคนมีสุขภาพจิตดี เนื่องจากส่วนใหญ่ นิสิตที่เข้ามาศึกษาในระดับปริญญาโทจะมีประสบการณ์ด้านการบริหารการศึกษามาบ้างแล้ว ทำให้นิสิตมีความเข้าใจในทฤษฎีและการบริหารการศึกษาเป็นพื้นฐานมาบ้าง นิสิตจึงมีความพร้อมที่จะเรียน เมื่อถึงเวลาเรียนทำให้นิสิตมีความเข้าใจมากยิ่งขึ้น ละเอียดยิ่งขึ้น ทำให้สนุกกับการเรียน จึงทำให้นิสิตสาขาวิชาบริหารการศึกษามีสุขภาพจิตดี

สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา ไม่พบความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร แสดงว่า นิสิตสาขาวิชาจิตวิทยาศึกษาบางคนมีสุขภาพจิตดี เนื่องจากสาขาวิชานี้มีเนื้อหาความรู้ที่น่าสนใจมาก ถ้านิสิตมีความสนใจและมีความชอบนิสิตก็มีความสุข สนุกกับการเรียน และนิสิตบางคนก็มีพื้นฐานการเรียนจิตวิทยามาแล้วในระดับปริญญาตรีมาแล้วทำให้มีความรู้พื้นฐานมาบ้าง เมื่อเรียนในระดับปริญญาโทจึงมีความรู้เพิ่มมากขึ้น เข้าใจในเนื้อหาวิชามากขึ้น ทำให้เรียนในระดับปริญญาโทได้อย่างมีความสุข นิสิตสาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาจึงมีสุขภาพจิตที่ดี

สาขาวิชาวัดผลการศึกษา ไม่พบความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร แสดงว่า นิสิตสาขาวิชาวัดผลการศึกษาบางคนมีสุขภาพจิตดี เนื่องจากนิสิตมีความสนใจด้านการวัดผล มีความถนัดทางด้านคณิตศาสตร์ นิสิตจึงเรียนในสาขานี้ได้อย่างมีความสุข จึงทำให้นิสิตมีสุขภาพจิตที่ดี

สาขาวิชาการวิจัยและสถิติเพื่อการศึกษา ไม่พบความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร แสดงว่า นิสิตสาขาวิชาการวิจัยและสถิติเพื่อการศึกษาบางคนมีสุขภาพจิตดี

เนื่องจากนิสิตมีความสนใจที่จะศึกษาสาขาวิชานี้เพื่อนำไปใช้ประโยชน์ในด้านต่างๆ ทำให้นิสิตค้นคว้าหาความรู้เพิ่มเติมก่อนเข้าเรียน เมื่อถึงเวลาเรียนทำให้นิสิตเข้าใจที่อาจารย์สอนได้ดียิ่งขึ้น สามารถทำผลงานตามที่อาจารย์สอนได้อย่างดี ทำให้นิสิตสามารถปรับตัวในการเรียนได้ดี นิสิตจึงมีสุขภาพจิตที่ดี

สาขาวิชาเทคโนโลยีการศึกษา ไม่พบความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร แสดงว่า นิสิตสาขาวิชาเทคโนโลยีการศึกษาบางคนมีสุขภาพจิตดี เนื่องจากนิสิตที่เรียนส่วนใหญ่มีความรู้เกี่ยวกับเทคโนโลยีที่ทันสมัยอยู่แล้ว ทำให้เวลาเรียนสามารถนำเอาความรู้ที่มีอยู่ไปใช้ประยุกต์กับการเรียนทำให้มีผลงานที่ดี นิสิตจึงมีความสุขในการเรียน จึงมีสุขภาพจิตดี

และสาขาวิชาการศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ ไม่พบความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร แสดงว่า นิสิตสาขาวิชาการศึกษาคณะศึกษาศาสตร์บางคนมีสุขภาพจิตดี เนื่องจากนิสิตที่เข้ามาเรียนในสาขาวิชานี้มีความเข้าใจในหลักสูตรและเนื้อหาสาระที่จะเรียน ทำให้นิสิตเตรียมความพร้อมทั้งทางด้านร่างกายจิตใจ และความรู้มาอย่างดี นิสิตจึงสามารถเรียนได้อย่างเข้าใจและมีความสุข นิสิตจึงมีสุขภาพจิตที่ดี

4.5 บุคลิกภาพ ไม่พบความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร แสดงว่า นิสิตที่มีบุคลิกภาพแบบเอบางคนมีสุขภาพดี ซึ่งบุคลิกภาพแบบ เอ จะมีลักษณะเป็นผู้รักความก้าวหน้า ชอบฟันฝ่าอุปสรรค โกรธง่าย ทำงานให้ประสบความสำเร็จและสัมฤทธิ์ผลด้วยความรวดเร็ว ไม่ชอบการรอคอย มีความพยายามและกระตือรือร้น เป็นต้น แต่เมื่อนิสิตบางคนมีบุคลิกภาพแบบเอแล้ว เขาสามารถที่จะจัดการ ปรับตัวเองในเชิงบวกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งได้แก่ เมื่อมีเป้าหมายในการดำเนินชีวิตที่สูงเกินไป ก็ต้องเปลี่ยนแปลงเป้าหมายให้อยู่ในระดับเหมาะสมกับความสามารถของเขา ใช้การแก้ปัญหาตามสภาพความเป็นจริง มีการใช้กลไกทางจิตในการปรับตัวอย่างสร้างสรรค์ เช่น เมื่อนิสิตเกิดความคับข้องใจในการทำงาน ก็นำความคับข้องใจนั้นเป็นแรงกดดันให้ตนเองตั้งใจทำงานอย่างมุ่งมั่น ตั้งใจมากยิ่งขึ้น มีความอดทนต่อสิ่งนั้นมากขึ้น สามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมได้ดีขึ้น ทำให้นิสิตที่มีบุคลิกภาพแบบ เอ บางคนมีสุขภาพจิตที่ดี

4.6 แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียน ไม่พบความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร แสดงว่า นิสิตบางคนที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์มากมีสุขภาพจิตที่ดี เนื่องจากนิสิตมีความปรารถนาที่จะกระทำให้สิ่งใดสิ่งหนึ่งให้ลุล่วงไปด้วยดี ด้วยความพยายามมานะบากบั่น แม้ว่าจะมีความยุ่งยากลำบากเพียงใดก็ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคที่ขัดขวาง สามารถฟันฝ่าอุปสรรคแล้วผ่านพ้นไปได้สำเร็จ มีความพยายามทุ่มเททำสิ่งต่างๆอย่างเต็มความสามารถ ทำให้เป็นที่ยอมรับของบุคคลรอบข้าง

นอกจากนั้นนิสิตยังมีการเตรียมตัวเผชิญปัญหาต่างๆตลอดเวลาอีกด้วย ทำให้นิสิตสามารถแก้ปัญหาต่างๆให้ลุล่วงไปได้ด้วยดี สามารถปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ต่างๆได้ จึงทำให้นิสิตมีสุขภาพจิตที่ดี

4.7 ลักษณะมุ่งอนาคตทางการเรียน ไม่พบความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร แสดงว่า นิสิตบางคนที่มีลักษณะมุ่งอนาคตทางการเรียนมากมีสุขภาพจิตดี เนื่องจากนิสิตสามารถคาดการณ์และเล็งเห็นความสำคัญของผลดี ผลเสียที่จะเกิดขึ้นในอนาคตได้ มีความต้องการที่จะได้รับผลในอนาคตที่ดีกว่าหรือมากกว่าผลที่ได้รับในปัจจุบัน จึงทำให้นิสิตเตรียมตัวและวางแผนในการเรียนระดับปริญญาโท จากนั้นปฏิบัติตามแผนที่วางไว้อย่างเป็นขั้นตอน เพื่อตนเองจะได้ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ ซึ่งจากการที่นิสิตมีลักษณะมุ่งอนาคตทางการเรียนที่ดีนั้น ทำให้นิสิตสามารถปรับตัวให้เข้ากับสิ่งต่างๆในการเรียนได้ จึงทำให้นิสิตมีสุขภาพจิตที่ดี

4.8 ความคาดหวังของผู้ปกครอง ไม่พบความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร แสดงว่า นิสิตบางคนที่มีความคาดหวังของผู้ปกครองมากมีสุขภาพจิตดี เนื่องจากบิดา มารดาหรือผู้ปกครองของนิสิตบางคนต้องการให้นิสิตตั้งใจและเอาใจใส่ในการเรียน มีความรับผิดชอบในด้านการเรียนและตนเอง ต้องการให้นิสิตมีผลการเรียนที่ดี สามารถดูแลสุขภาพกายและสุขภาพใจของตนเองได้ และสุดท้ายนั้นคือต้องการให้นิสิตประสบความสำเร็จทางด้านการเรียน จึงคอยชี้แนะเป็นที่ปรึกษา เพื่อให้นิสิตสามารถวางแผนการต่างๆได้ และเมื่อนิสิตทราบความคาดหวังของผู้ปกครองแล้ว จึงนำไปวางแผนและปฏิบัติให้สอดคล้องกับสภาพความเป็นจริงของตนเอง ทำให้ประสบความสำเร็จ จึงส่งผลทำให้นิสิตมีสุขภาพจิตที่ดี

4.9 สัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์ ไม่พบความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร แสดงว่า นิสิตบางคนที่มีสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์ดีมีสุขภาพจิตดี เนื่องจากสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์ หมายถึง การปฏิบัติตนของทั้งอาจารย์และนิสิตที่มีต่อกันทั้งในและนอกห้องเรียน เพื่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ทั้งนี้เพราะสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์ที่ดีต่อกัน คือ นิสิตให้ความเคารพ เชื่อฟังคำสั่งสอนของอาจารย์ นอกจากนี้นิสิตยังต้องให้ความเป็นกันเองกับนิสิต และเป็นທີ່ปรึกษาทั้งทางด้านวิชาการและด้านส่วนตัว ซึ่งอาจารย์ผู้สอนนั้นมีบทบาทในการสร้างพฤติกรรมที่พึงประสงค์ให้แก่ นิสิต ซึ่งสอดคล้องกับแฟลนเดอร์ส (ศิริระพร จันโนทก. 2538: 84; อ้างอิงจาก Flanders. 1959: 18) ประมวลผลการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธระหว่างครูกับนิสิต พบว่า อิทธิพลทางอ้อมที่ช่วยให้นิสิตมีอิสรภาพในการแสดงออก เช่น การยอมรับความคิดเห็นของเพื่อน การยกย่องชมเชยผู้อื่น มีความสัมพันธ์กับเจตคติที่ดีต่อครู และช่วยให้นักเรียนมีนิสัยในการเรียนที่ดีขึ้น จึงทำให้นิสิตที่มีสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์ที่ดีสามารถปรับตัวได้ดี ดังนั้นจึงทำให้นิสิตมีสุขภาพจิตที่ดี

5. ปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 มี 2 ปัจจัยเรียงลำดับจากปัจจัยที่ส่งผลมากที่สุดไปยังปัจจัยที่ส่งผลน้อยที่สุดได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน ( $X_{23}$ ) และบุคลิกภาพ ( $X_{17}$ ) ซึ่งสามารถอภิปรายผลได้ดังนี้

5.1 สัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน ส่งผลต่อสุขภาพจิตเป็นอันดับแรก เนื่องจากพฤติกรรมของนิสิตที่ปฏิบัติต่อเพื่อน และเพื่อนปฏิบัติต่อนิสิตทั้งด้านการเรียนและด้านส่วนตัวทั้งในและนอกห้องเรียน เพื่อให้เกิดความสัมพันธที่ดี ได้แก่ การช่วยเหลือ การฟังพาอาศัยซึ่งกันและกัน การแลกเปลี่ยนความคิดเห็น การใกล้ชิด ห่วงใย การมีความสนิทสนมซึ่งกันและกัน การทำกิจกรรมต่างๆร่วมกันด้วยความรักและสามัคคี ทำให้นิสิตและเพื่อนมีความรู้สึกที่ดีต่อกัน ทำให้มีบรรยากาศในและนอกห้องเรียนที่ดี เมื่อนิสิตมีความสุขก็ส่งผลทำให้นิสิตมีสุขภาพจิตที่ดี

5.2 บุคลิกภาพ ส่งผลต่อสุขภาพจิตเป็นอันดับสุดท้าย เนื่องจากจุดเด่นของผู้ที่มีบุคลิกภาพแบบ เอ ได้แก่ เป็นบุคคลที่จริงจังกับงาน มีความมานะพยายามที่จะฟันฝ่าอุปสรรคเพื่อความสำเร็จ รักความก้าวหน้า ชอบการแข่งขัน และมุ่งผลสำเร็จในการทำงานสูง ซึ่งสิ่งเหล่านี้ทำให้นิสิตส่วนใหญ่ที่มีบุคลิกภาพแบบ เอ สามารถนำมาใช้ปรับตัวในเชิงบวกได้ คือการนำเอาจุดเด่นเหล่านี้มาใช้เป็นตัวผลักดันให้มีความอดทน อดกลั้น พยายามทำสิ่งต่างๆให้ประสบผลสำเร็จและสามารถปรับตัวให้สอดคล้องกับความเป็นจริงได้ จึงทำให้นิสิตมีสุขภาพจิตที่ดี

## ข้อเสนอแนะ

### 1. ข้อเสนอแนะในการนำผลงานวิจัยไปใช้

1.1 ผลการวิจัยในครั้งนี้สามารถนำไปเป็นข้อมูลเบื้องต้นสำหรับผู้บริหาร อาจารย์ผู้ปกครอง ตลอดจนผู้ที่เกี่ยวข้อง เพื่อพิจารณาหาแนวทางในการส่งเสริมสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ ซึ่งจะส่งผลให้นิสิตสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

1.2 ควรสำรวจสุขภาพจิตของนิสิตทุกคน ทุกคณะวิชาก่อนที่จะรับเข้าศึกษา เพื่อจะได้นำมาเป็นข้อมูลเบื้องต้น และถ้าพบว่านิสิตคนใดมีปัญหา ก็ควรให้การช่วยเหลือให้เขามีสุขภาพจิตที่ดีก่อนรับเข้าศึกษา เพื่อเขาจะได้สามารถดำรงตนอยู่ในสังคมแห่งการเรียนรู้ได้อย่างมีความสุข

### 2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรศึกษาปัจจัยอื่นๆที่น่าจะส่งผลต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท นอกเหนือจากปัจจัยที่ได้ศึกษาไปแล้ว เช่น ระดับชั้นปี คณะอื่นๆ การปรับตัว ความคาดหวังของตนเอง เป็นต้น

2.2 ควรศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ ในมหาวิทยาลัยอื่นๆแล้วนำผลที่ได้มาเปรียบเทียบกัน เพื่อศึกษาถึงความแตกต่างของสภาพแวดล้อมที่อาจจะส่งผลต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท

2.3 ควรศึกษาโดยการใช้การทดลองด้วยวิธีต่างๆ เช่น การทำกลุ่มสัมพันธ เพื่อส่งเสริมสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโทให้ดีขึ้น





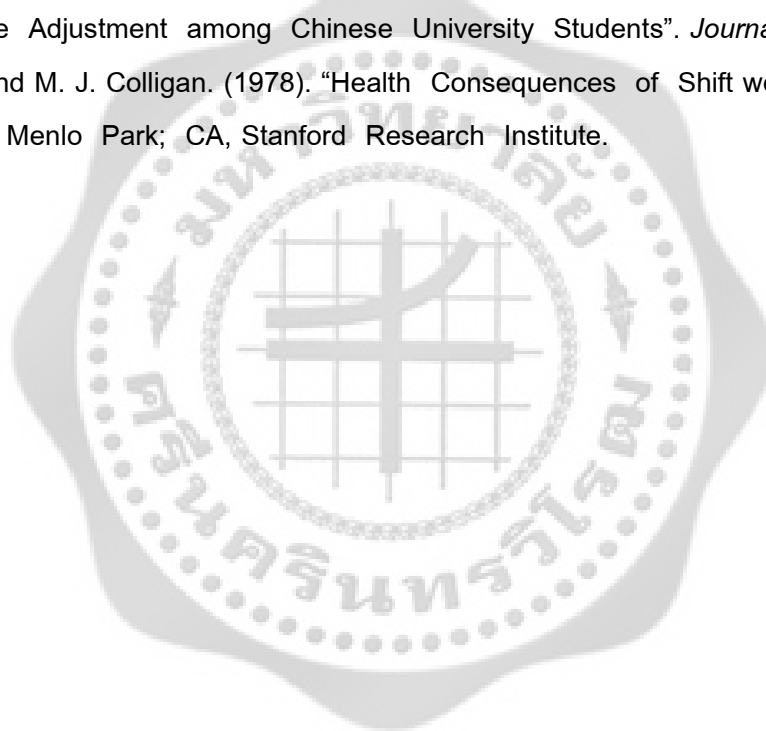
## บรรณานุกรม

- กมลวัฒน์ วันวิชัย. (2545). ปัจจัยที่ส่งผลต่อความรับผิดชอบด้านการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสตรีวัดอัมพวันสวรรค์. กรุงเทพฯ: ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- กันยา สุวรรณแสง. (2547). คู่มือการพัฒนาบุคลิกภาพ. กรุงเทพฯ: โอ.เอส.พรีนติ้ง เฮ้าส์.
- ขวัญทิภา โฉมแดง. (2541). การศึกษาของนิสิตที่กู้เงินกองทุนกู้ยืมเพื่อการศึกษาของรัฐมหาวิทยาลัยนเรศวร จังหวัดพิษณุโลก. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- จันทนา สุวรรณอาสน์. (2540). การศึกษาสุขภาพจิตของครูในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- จารุพร แสงเป่า. (2540). การสำรวจปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- จารุวรรณ ตั้งศิริมงคล. (2530). สุขภาพจิตและการปรับตัวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนรัฐบาลในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ คม. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- จุไร ชุมรัมย์. (2526). สภาพแวดล้อมสังคมกลุ่มเพื่อนของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยในกรุงเทพมหานคร. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- ชินวัฒน์ นิจนตร. (2540). การศึกษาสภาพเชิงจิตสังคมในโรงเรียนกับสุขภาพจิตของนักเรียนวัยรุ่น ในเขตกรุงเทพมหานคร. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ณรงค์ การชะวี. (2541). ปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของครอบครัวทหารเรือในเขตกรุงเทพมหานครและสมุทรปราการ. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ทัศนีย์ ทองสว่าง. (2543). สังคมวิทยา. กรุงเทพฯ: โอ.เอส.พรีนติ้ง เฮ้าส์.
- ธนา นิลชัยโกวิทย์ และคนอื่นๆ. "ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับปัญหาสุขภาพจิตของประชาชนเขตหนองจอก กรุงเทพมหานคร". *สมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย*. 41(3): 191–202; กรกฎาคม–กันยายน 2539.

- นราทร ตรีประสิทธิ์. (2540). การศึกษาปัจจัยทางสังคมและจิตวิทยาที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของ  
เด็กวัยรุ่น. ปรินทิฟอนท์ กศ.ม. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.  
ถ่ายเอกสาร.
- นิลวรรณ ศิริอังกุล. (2541). การศึกษาสุขภาพจิตของนักเรียนในชุมชนแออัด เขตห้วยขวาง  
กรุงเทพมหานคร. ปรินทิฟอนท์ กศ.ม. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทร  
วิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์. (2544). จิตวิทยาการศึกษา. กรุงเทพฯ: บริษัทพิมพ์ดี จำกัด.
- ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. (2530). สุขภาพจิตเบื้องต้น. กรุงเทพฯ: บัณฑิตการพิมพ์.
- ฝน แสงสิงแก้ว. เรื่องสุขภาพจิต. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ชวนพิมพ์, 2521.
- พลาภรณ์ จันทร์ขามเรียน. (2539). สุขภาพจิตของครูและนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสาธิต  
สังกัดทบวงมหาวิทยาลัย ในกรุงเทพมหานคร. ปรินทิฟอนท์ กศ.ม. กรุงเทพฯ: บัณฑิต  
วิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- พรรณณี ชูทัย. (2532). จิตวิทยาการเรียนการสอน. กรุงเทพฯ: บริษัทวารุณีการพิมพ์.
- พิมพ์ศรี จันทร์พร. (2540). ปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของครูผู้สอนและนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ใน  
โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดสุราษฎร์ธานี. ปรินทิฟอนท์ กศ.ม. กรุงเทพฯ: บัณฑิต  
วิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- เพราพรรณ เปลี้นนุกู. (2542). จิตวิทยาการศึกษา. กรุงเทพฯ: ศูนย์หนังสือพระจอมเกล้าธนบุรี.
- มาลี จุฑา (2542). จิตวิทยาการเรียนการสอน. กรุงเทพฯ: บริษัท อักษราพิพัฒน์ จำกัด.
- รัชณี อ่องวิวัฒน์ไวยะ. (2542). การศึกษาสุขภาพจิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสาธิต  
สังกัดทบวงมหาวิทยาลัยในกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2542. ปรินทิฟอนท์ กศ.ม.  
กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร. ถ่ายเอกสาร.
- ลักขณา สริวัฒน์. (2545). สุขวิทยาจิตและการปรับตัว. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- ลิขิต การญจนภรณ์. (2546). สุขภาพจิต. นครปฐม: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- วรางคณา แสงวิภาค. (2542). อิทธิพลที่มีต่อสุขภาพจิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาในเขตเทศบาลเมือง  
จังหวัดชัยภูมิ. ปรินทิฟอนท์ กศ.ม. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิ  
โรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- วราภรณ์ ตรีกุลสุชาติ. (2544). จิตวิทยาการปรับตัว. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- วารีวรรณ บุณนิม. (2541). ปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยการุณย์ สำนัก  
การแพทย์ กรุงเทพมหานคร. ปรินทิฟอนท์ กศ.ม. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย  
ศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- วิชัย วงษ์ใหญ่. (2528). เอกสารตัวอย่างเรื่องการสร้างหน่วยการเรียนรู้ตัวอย่าง เรื่อง การสร้างบรรยากาศ  
ในห้องเรียน. กรุงเทพฯ: ศูนย์พัฒนาศึกษาแห่งประเทศไทย.

- วีณา ชียงคบุตร. (2533). *ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพจิตของนักเรียนพยาบาลวิทยาลัยพยาบาล  
กองทัพบก. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ถ่าย  
เอกสาร.*
- สุวณีย์ เกี้ยวกิ่งแก้ว และคนอื่นๆ. (2530). *เครื่องชี้วัดสุขภาพจิตของคนไทย. รายงานการวิจัย  
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.*
- สุวรรณ อติชัยมนตรี. (2542). *การศึกษาสุขภาพจิตของบุคลากรทางการแพทย์ในโรงพยาบาลศรี  
ัญญา. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร. ถ่ายเอกสาร.*
- สุชา จันท์เอม. (2544). *จิตวิทยาทั่วไป. พิมพ์ครั้งที่ 13. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพาน.*
- สุภาพรรณ โคตรจรัส. (2527). *สุขภาพจิต: จิตวิทยาในการดำรงชีวิต เล่ม 1. พิมพ์ครั้งที่ 2: คณะครุ  
ศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.*
- สุจินต์ ปรีชาमारถ. *สุขภาพจิตเบื้องต้น. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2535*
- ส่งศรี จัยสิน. (2540). *การศึกษาสุขภาพจิตของประชาชน จังหวัดชลบุรี. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม.  
กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร. ถ่ายเอกสาร.*
- สร้อยศรี อนันต์ประเสริฐ. (2544). *ความเครียดและสุขภาพจิตของนักศึกษาแพทย์แผนโบราณแบบ  
ประยุกต์ โรงเรียนอายุรเวทวิทยาลัย (ชีวโกมารภักดิ์). วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ:  
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.*
- อรัญญา จันท์ดุง. (2541). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียน  
มัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดบุรีรัมย์. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ: บัณฑิต  
วิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.*
- อัมพร โอตระกุล. (2538). *สุขภาพจิต. กรุงเทพฯ: นำอักษรการพิมพ์.*
- อบรม สนิทบาล. (2521). *สุขภาพจิต. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์โอเดียนสโตร์.*
- อำไพ สนิทภาพรพงศ์. (2533). *ความสัมพันธ์ของภูมิหลังทางครอบครัวกับสุขภาพจิตของนักเรียนชั้น  
มัธยมศึกษาปีที่ 3 ในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย  
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.*
- Glasser, William. (1960). *Mental Health of Mental Illness.* New York: Har & Row.
- Jahoda. Mario. (1958). *Current Concept of Positive Mental Health* New York McGraw – Hill  
Book Company.
- Jahoda. Maric. (1970). *The Psychological Meaning of Various Criteria of Positive Mental  
Health Social Psychology and Mental Health.* New York : holt Pin chart and  
winstan Inc.
- Mouly, George J. (1965). *Psychology of Effective teaching.* New York: Holt Rinehart and  
winton, Inc.

- Onoda, Larry. (1975, June). "Personality Characteristics of High Achieving and Under Achieving Japanese American Sanseis". *Dissertation Abstracts International*. 35: 7762– A.
- Pansky, Jonathan Hugh. (1990, December). "Gender Role and Adjustment in Children of Divorce". *Dissertation Abstracts International*. 51(6): 3146 – B.
- Schnell, Marry Mullany. (1991, June). "The Effects of Divorce on the Adjustment of Mildly Mentally Handicapped Children". *Dissertation Abstracts International*. 51(12B) : 6118.
- Soliman, and Maysless, ofofra B. (1985, December). "Correlates Between Mother's Employment, Fater's Involvement and Child's Mental Health". *Psychological Abstracts*. 12: 3371.
- Sue – Stanley, Zane – Nolan – W.S. (1985, October). "Academic Achievement and Social Motive Adjustment among Chinese University Students". *Journal of Counseling*.
- Tasto, D. L. and M. J. Colligan. (1978). "Health Consequences of Shift work". *Project URU–4426*. Menlo Park; CA, Stanford Research Institute.







ภาคผนวก ก

หนังสือขอความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย



ที่ ศธ 0519.12/ 0563

บัณฑิตวิทยาลัย  
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ  
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

20 มกราคม 2552

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน คณบดีคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร

เนื่องด้วย นางสาวจิตติพร บัณฑิตเดช นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง “ปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของ นิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร” โดยมี รองศาสตราจารย์เวรณี กรีทอง เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในกรณีนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ รองศาสตราจารย์ลิขิต กาญจนภรณ์ เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบสอบถามปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาเป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาวจิตติพร บัณฑิตเดช และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.สมชาย สันติวัฒนกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0-2649-5067

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 087-1604-549



ที่ ศธ 0519.12/ 0564

บัณฑิตวิทยาลัย  
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ  
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

20 มกราคม 2552

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน อาจารย์วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา

เนื่องด้วย นางสาวจิตติพร บัณฑิตเดช นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง “ปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของ นิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร” โดยมี รองศาสตราจารย์เวณี กรีทอง เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในกรณีนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ ท่าน เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบแบบสอบถาม ปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาเป็นผู้เชี่ยวชาญให้นางสาวจิตติพร บัณฑิตเดช และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.สมชาย สันติวัฒนกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0-2649-5067

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 087-1604-549



## บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โทร. 5730

ที่ ศธ 0519.12/ 0565

วันที่ 20 มกราคม 2552

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน คณบดีคณะศึกษาศาสตร์

เนื่องด้วย นางสาวจิตติพร บัณฑิตเดช นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำสารนิพนธ์ เรื่อง “ปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตพัฒนา กรุงเทพมหานคร” โดยมี รองศาสตราจารย์เวณี่ กรีทอง เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในกรณีนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรหมธิดา แสนคำเครือ เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบสอบถามปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตพัฒนา กรุงเทพมหานคร

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ข้าราชการในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาวจิตติพร บัณฑิตเดช และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์สมชาย สันติวัฒนกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย



## บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โทร. 5730

ที่ ศธ 0519.12/ 0566

วันที่ 20 มกราคม 2552

เรื่อง ขอบขอมอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย

เรียน คณบดีคณะศึกษาศาสตร์

เนื่องด้วย นางสาวจิตติพร บัณฑิตเดช นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ใ้รับอนุมัติให้ทำสารนิพนธ์ เรื่อง “ปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร” โดยมี รองศาสตราจารย์เวณี กรีทอง เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในกรณีนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขอให้ นิสิตระดับปริญญาโท ทุกชั้นปี ทุกสาขา จำนวน 267 คน ภาคปกติ และภาคพิเศษ คณะศึกษาศาสตร์ ตอบแบบสอบถามปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร

จึงเรียนมาเพื่อขอขอมอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ข้าราชการในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาวจิตติพร บัณฑิตเดช และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์สมชาย สันติวัฒนกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

ที่ ศธ 0519.12/ 2915



บัณฑิตวิทยาลัย  
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ  
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

2 เมษายน 2552

เรื่อง ขอใช้แบบคัดกรองเพื่อสุขภาพจิต

เรียน นายแพทย์ธนา นิลชัยโกวิท

เนื่องด้วย นางสาวฐิติพร บัณฑิตเดช นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำสารนิพนธ์ เรื่อง “ปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร” โดยมี รองศาสตราจารย์เวณี กริทอง เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความประสงค์จะขอใช้แบบคัดกรองปัญหาสุขภาพจิต Thai GHQ 69 เพื่อนำไปใช้กับ นิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำนวน 267 คน

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาเป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาวกนกกานต์ ภูประเสริฐ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.สมชาย สันติวัฒนกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 02-664-1000 ต่อ 5730

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 087-1604-549



แบบสอบถามปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท  
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ  
เขตพัฒนากรุงเทพมหานคร

แบบสอบถามปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์  
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตพัฒนา กรุงเทพมหานคร แบ่งออกเป็น 9 ดังนี้

- ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว
- ตอนที่ 2 แบบสอบถามบุคลิกภาพ
- ตอนที่ 3 แบบสอบถามแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียน
- ตอนที่ 4 แบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคตทางการเรียน
- ตอนที่ 5 แบบสอบถามความคาดหวังของผู้ปกครอง
- ตอนที่ 6 แบบสอบถามลักษณะทางกายภาพของการเรียน
- ตอนที่ 7 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์
- ตอนที่ 8 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน
- ตอนที่ 9 แบบคัดกรองสุขภาพจิต Thai GHQ - 60

แบบสอบถามนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาโท  
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตพัฒนา กรุงเทพมหานคร นิสิตสามารถแสดง  
ความรู้สึกหรือความคิดเห็นได้อย่างอิสระ คำตอบของนิสิตไม่มีข้อใดถูกหรือผิด และไม่มีผลกระทบ  
กระเทือนต่อการเรียนอย่างใด ในการตอบแบบสอบถามนี้ นิสิตไม่ต้องลงชื่อของนิสิตไว้ คำตอบทั้งหมดจะ  
เก็บไว้เป็นความลับ ไม่มีการเปิดเผยให้ผู้อื่นทราบ

จึงขอให้นิสิตตอบแบบสอบถามให้ตรงกับความรู้สึกและความคิดเห็นของนิสิตให้มากที่สุด โปรด  
ตอบให้ครบทุกข้อ

ขอขอบคุณอย่างสูงที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามครั้งนี้

นางสาวจิตติพร บัณฑิตเดช

นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา

### ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามข้อมูลส่วนตัวของนิสิต เมื่อนิสิตอ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง  หน้าข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงเกี่ยวกับตัวนิสิต

1. เพศ

- ชาย  
 หญิง

2. อายุ \_\_\_\_\_ ปี

3. ระยะเวลาที่ช่วงการศึกษา (ตั้งแต่ นิสิตจบการศึกษาระดับปริญญาตรี จนมาเริ่มการศึกษาในระดับปริญญาโท) \_\_\_\_\_ ปี

4. สาขาวิชาที่กำลังเรียน

- สาขาวิชาปฐมวัย  
 สาขาวิชาการประถมศึกษา  
 สาขาวิชาการมัธยมศึกษา  
 สาขาวิชาการอุดมศึกษา  
 สาขาวิชาการบริหารการศึกษา  
 สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว  
 สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา  
 สาขาวิชาการวัดผลการศึกษา  
 สาขาวิชาการวิจัยและสถิติเพื่อการศึกษา  
 สาขาวิชาเทคโนโลยีการศึกษา  
 สาขาการศึกษาผู้ใหญ่  
 สาขาวิชาอุตสาหกรรมศึกษา

## ตอนที่ 2 แบบสอบถามบุคลิกภาพ

**คำชี้แจง** แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามบุคลิกภาพ เมื่อนิสิตอ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย

- ✓ ลงในช่อง  หน้าข้อความที่ตรงกับข้อเท็จจริงของท่าน โดยมีหลักเกณฑ์การเลือกดังนี้
- |                |         |   |
|----------------|---------|---|
| จริงที่สุด     | หมายถึง | ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตมากที่สุด                 |
| จริง           | หมายถึง | ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตมาก                       |
| จริงบ้าง       | หมายถึง | ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตบ้าง ไม่ตรงบ้าง           |
| จริงน้อย       | หมายถึง | ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตน้อย                      |
| จริงน้อยที่สุด | หมายถึง | ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตน้อยที่สุด หรือไม่จริงเลย |

ข้อที่	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		จริง ที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริง น้อย	จริงน้อย ที่สุด
1	ข้าพเจ้ารู้สึกไม่สบายใจ เมื่อทำงานไม่สำเร็จตามที่ มุ่งหวังไว้					
2	เมื่อมีนัด ข้าพเจ้าไปที่นัดหลังเวลานัดเสมอ					
3	ข้าพเจ้าตั้งใจทำงานที่ได้รับมอบหมายอย่างดีที่สุด					
4	เมื่อมีปัญหาข้าพเจ้าพยายามแก้ปัญหาให้ได้					
5	ข้าพเจ้ารู้สึกโกรธเมื่อมีคนต่อว่าเกี่ยวกับการทำงาน					
6	เมื่อต้องทำอะไร ข้าพเจ้าพยายามทำให้เสร็จโดยเร็ว					
7	ข้าพเจ้าชอบทำงานเรื่อยๆโดยไม่กำหนดเวลาที่จะ ทำให้เสร็จอย่างแน่นอน					
8	เมื่อต้องทำงานหนัก ข้าพเจ้ารู้สึกท้อแท้ไม่อยากทำ ต่อไป					
9	ข้าพเจ้ามีความกระตือรือร้นในการเรียนทุกวิชา					
10	ข้าพเจ้าไม่สนใจทำงานให้เสร็จตามเป้าหมาย					
11	ข้าพเจ้าให้ความสำคัญกับงานทุกอย่างที่ทำ					
12	ข้าพเจ้ายับยั้งชั่งใจได้ทุกครั้งที่ถูกเพื่อนต่อว่า					
13	เมื่อได้รับมอบหมายงานมาก ข้าพเจ้ารู้สึกว่าเป็น การทำลายความสามารถที่ต้องทำให้สำเร็จ					

ข้อที่	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		จริง ที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริง น้อย	จริงน้อย ที่สุด
14	ข้าพเจ้ารู้สึกทนไม่ได้ เมื่อต้องทำงานกลุ่มกับคนที่ทำงานอย่างขอไปที					
15	ข้าพเจ้าไม่ชอบให้มีใครมาขัดจังหวะในการทำงาน					
16	ข้าพเจ้าเป็นคนทำกิจกรรมต่างๆสำเร็จด้วยความรวดเร็ว					
17	ข้าพเจ้ามีความกระตือรือร้นในการทำงาน					



### ตอนที่ 3 แบบสอบถามแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียน

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียน เมื่อนิสิตอ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง  หน้าข้อความที่ตรงกับข้อเท็จจริงของท่าน โดยมีหลักเกณฑ์การเลือกดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตบ้าง ไม่ตรงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตน้อยที่สุด หรือไม่จริงเลย

ข้อที่	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
1	ข้าพเจ้าเปรียบเทียบผลการเรียนกับผู้อื่นเสมอเพื่อจะได้พัฒนาตนเองให้เรียนได้ดีขึ้น					
2	ข้าพเจ้าตั้งใจเรียนให้สำเร็จตามที่มุ่งหวังเอาไว้					
3	ข้าพเจ้าพยายามใช้ความสามารถของตนเองอย่างเต็มที่					
4	ข้าพเจ้าพยายามตอบคำถามแข่งกับเพื่อนทุกครั้งที้อาจารย์ถาม					
5	เมื่อข้าพเจ้าทำงานไม่ถูกต้อง ข้าพเจ้ารีบค้นหาวิธีการใหม่ๆที่จะทำให้ถูกต้องให้ได้					
6	ข้าพเจ้าเชื่อมั่นอย่างเต็มที่ว่าความพยายามนำไปสู่ความสำเร็จ					
7	ข้าพเจ้าพยายามตั้งใจเรียนเพราะอยากประสบความสำเร็จในการเรียน					
8	ข้าพเจ้าพยายามแก้ปัญหาทางการเรียนด้วยตนเอง					
9	ข้าพเจ้ายิ่งเพิ่มความพยายามมากขึ้นเมื่อรู้ว่าต้อยกว่าเพื่อน					

ข้อที่	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		จริง ที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริง น้อย	จริงน้อย ที่สุด
10	ถ้าข้าพเจ้าทำงานได้ไม่ดีตามที่ตั้งใจไว้ จะพยายามทำต่อไปอย่างเต็มความสามารถ					
11	ข้าพเจ้าพยายามทำสิ่งต่างๆที่เป็นความคิดริเริ่มของตนเองให้สำเร็จ					
12	เมื่อข้าพเจ้าได้รับมอบหมายให้ทำงานแล้ว ประสบปัญหาต่างๆ ข้าพเจ้าหมดความพยายามที่จะทำงานนั้นต่อไป					
13	ข้าพเจ้าพยายามอ่านหนังสือจนสามารถสอบผ่านแต่ละวิชาได้					
14	ข้าพเจ้าตั้งใจทำข้อสอบทุกวิชาเพื่อให้ได้คะแนนดี					
15	ข้าพเจ้าพยายามทำเกรดเฉลี่ยให้สูงขึ้นกว่าครั้งก่อนเสมอ					

#### ตอนที่ 4 แบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคตทางการเรียน

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคตทางการเรียน เมื่อนิสิตอ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง  หน้าข้อความที่ตรงกับข้อเท็จจริงของท่าน โดยมีหลักเกณฑ์การเลือกดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตบ้าง ไม่ตรงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตน้อยที่สุด หรือไม่จริงเลย

ข้อที่	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
1	ข้าพเจ้าหาความรู้อยู่เสมอ เพื่อความก้าวหน้า					
2	ข้าพเจ้าตั้งใจเรียนเพื่อประสบความสำเร็จทางการเรียน					
3	ข้าพเจ้าเรียนเพื่อให้ผ่านไปแต่ละวันเท่านั้น					
4	ถ้าข้าพเจ้าไม่เข้าใจวิชาหนึ่งวิชาใด ข้าพเจ้าเลิกเรียนทันที					
5	ความตั้งใจในการทำงานจะช่วยให้ข้าพเจ้าได้ในสิ่งที่ข้าพเจ้าต้องการ					
6	ข้าพเจ้าศึกษาเล่าเรียนเพื่อนำความรู้ไปเป็นพื้นฐานในการประกอบอาชีพ					
7	ข้าพเจ้าคิดลาออกเพราะเบื่อการเรียน					
8	ข้าพเจ้าไม่ชอบวางแผนการทำงานไว้ล่วงหน้า เพราะมักไม่เป็นไปตามแผน					
9	การเรียนหนังสือไม่สามารถทำให้ข้าพเจ้าประสบความสำเร็จในอนาคตได้เสมอไป					
10	ถ้าข้าพเจ้าต้องทำงานชิ้นหนึ่ง ข้าพเจ้าวางแผนไว้ล่วงหน้าว่าควรทำอะไรบ้าง					
11	ข้าพเจ้าอ่านหนังสือเพียงเพื่อให้สอบผ่านเท่านั้น					

ข้อที่	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		จริง ที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริง น้อย	จริงน้อย ที่สุด
12	ข้าพเจ้าอดทนต่อการเรียนไม่ว่ายากลำบากเพียงใด เพื่อความสำเร็จในอนาคต					
13	ข้าพเจ้าขยันหมั่นเพียรในการศึกษาเล่าเรียน แม้ว่าผลการเรียนไม่ดีเท่าที่ควร					
14	ในอนาคตคนที่ไม่ได้จบการศึกษาระดับปริญญาโทมีโอกาสในการทำงานน้อยกว่าคนที่ได้เรียน					
15	ข้าพเจ้าพยายามสอบให้ได้คะแนนดีเพื่อได้ทำงานที่ดีในอนาคต					



### ตอนที่ 5 แบบสอบถามความคาดหวังของผู้ปกครอง

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามความคาดหวังของผู้ปกครอง เมื่อนิสิตอ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย  ลงในช่อง  หน้าข้อความที่ตรงกับข้อเท็จจริงของท่าน โดยมีหลักเกณฑ์การเลือกดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตบ้าง ไม่ตรงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตน้อยที่สุด หรือไม่จริงเลย

ข้อที่	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
1	ผู้ปกครองต้องการให้ข้าพเจ้าเรียนได้ผลการเรียนดี					
2	ผู้ปกครองต้องการให้ข้าพเจ้าเป็นคนประหยัดในการใช้จ่าย					
3	ผู้ปกครองไม่เคยสนใจผลการเรียนของข้าพเจ้า					
4	ผู้ปกครองต้องการให้ข้าพเจ้าประสบความสำเร็จทางด้านการเรียน					
5	ผู้ปกครองต้องการให้ข้าพเจ้าเรียนต่อให้สูงที่สุด					
6	ผู้ปกครองต้องการให้ข้าพเจ้ามีหน้าที่การงานที่ดีในอนาคต					
7	ผู้ปกครองต้องการให้ข้าพเจ้าดูแลสุขภาพของตนเอง					
8	ผู้ปกครองไม่เคยตำหนิเมื่อข้าพเจ้าได้เกรดเฉลี่ยต่ำกว่าเกณฑ์					
9	ผู้ปกครองต้องการให้ข้าพเจ้ามีความรับผิดชอบต่อการเรียน					
10	ผู้ปกครองไม่เคยตักเตือนเมื่อข้าพเจ้าไม่เอาใจใส่ต่อการเรียน					

### ตอนที่ 6 แบบสอบถามลักษณะทางกายภาพทางการเรียน

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามลักษณะทางกายภาพทางการเรียน เมื่อนิสิตอ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง  หน้าข้อความที่ตรงกับข้อเท็จจริงของท่าน โดยมีหลักเกณฑ์การเลือกดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตบ้าง ไม่ตรงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตน้อยที่สุดหรือไม่จริงเลย

ข้อที่	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
1	<u>สถานที่เรียน</u> สถานที่ในมหาวิทยาลัยมีความสะอาด					
2	มหาวิทยาลัยมีระบบรักษาความปลอดภัยที่ดี					
3	มหาวิทยาลัยมีที่นั่งพักผ่อนระหว่างเรียนเพียงพอต่อจำนวนนิสิต					
4	ห้องเรียนมีความสะอาด					
5	ห้องเรียนมีอากาศถ่ายเทได้สะดวก					
6	ห้องเรียนมีแสงสว่างเพียงพอ					
7	ห้องเรียนไม่มีเสียงรบกวนจากภายนอก					
8	ห้องเรียนมีขนาดแออัดเมื่อเทียบกับจำนวนนิสิต					
9	<u>สื่ออุปกรณ์การเรียน</u> ห้องเรียนมีสื่ออุปกรณ์ที่ทันสมัย					
10	ในห้องมีสื่อการเรียนที่มีคุณภาพ					
11	มหาวิทยาลัยมีอุปกรณ์การเรียนเพียงพอกับจำนวนนิสิต					
12	บริเวณห้องเรียนมีการจัดสื่อการเรียนรู้อุปกรณ์ที่ช่วยส่งเสริมการเรียน					
13	อุปกรณ์การเรียน สามารถใช้งานได้ดี					

ข้อที่	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริง น้อย	จริงน้อย ที่สุด
14	มหาวิทยาลัยมีอุปกรณ์สำหรับฝึก ภาคปฏิบัติไม่เพียงพอกับจำนวนนิสิต					
15	มหาวิทยาลัยไม่มีสื่อและอุปกรณ์การเรียนที่ เหมาะสมในบางรายวิชา					



### ตอนที่ 7 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์ เมื่อนิสิตอ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง  หน้าข้อความที่ตรงกับข้อเท็จจริงของท่าน โดยมีหลักเกณฑ์การเลือกดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงบ้าง ไม่ตรงกับข้อเท็จจริงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงบ้างเล็กน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงน้อยครั้งที่สุด หรือ ไม่จริงเลย

ข้อที่	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
	<b><u>การปฏิบัติตนของนิสิตต่ออาจารย์</u></b>					
1	เมื่อมีปัญหาข้าพเจ้าขอคำปรึกษาจากอาจารย์					
2	ข้าพเจ้าเชื่อฟังคำสอนของอาจารย์					
3	ข้าพเจ้าให้ความเคารพแก่อาจารย์ทุกคน					
4	ข้าพเจ้าปฏิบัติตามคำสั่งของอาจารย์เสมอ					
5	ข้าพเจ้าปรึกษาอาจารย์เมื่อเกิดข้อสงสัยในเรื่องเรียน					
6	ข้าพเจ้ารู้สึกไม่พอใจเมื่ออาจารย์กล่าวตักเตือน					
7	ข้าพเจ้าไม่กล้าขอคำปรึกษาจากอาจารย์เมื่อมีปัญหาครอบครัว					
8	ข้าพเจ้าไม่สนใจปฏิบัติตามกฎระเบียบที่อาจารย์วางไว้					
9	ข้าพเจ้าให้ความร่วมมือทุกครั้งเมื่ออาจารย์ขอให้ร่วมกิจกรรม					
	<b><u>การปฏิบัติตนของอาจารย์ต่อนิสิต</u></b>					
10	อาจารย์รับฟังความคิดเห็นของข้าพเจ้า					
11	อาจารย์ให้ความช่วยเหลือแก่นิสิตทุกคน					
12	อาจารย์ให้คำปรึกษาเกี่ยวกับการเรียนแก่ข้าพเจ้า					
13	อาจารย์ให้คำแนะนำแก่ข้าพเจ้าเสมอแม้เป็นช่วงนอกเวลาเรียน					

ข้อที่	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		จริง ที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริง น้อย	จริงน้อย ที่สุด
14	อาจารย์ให้ความเป็นกันเองแก่ข้าพเจ้า					
15	อาจารย์ไม่ค่อยสนใจปัญหาส่วนตัวของข้าพเจ้า					
16	อาจารย์ว่ากล่าวตักเตือนเมื่อข้าพเจ้าประพฤติตน ไม่เหมาะสม					
17	อาจารย์ไม่สนใจแม้จะเห็นข้าพเจ้าไม่ตั้งใจเรียน					



### ตอนที่ 8 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน เมื่อนิสิตอ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย  ลงในช่อง  หน้าข้อความที่ตรงกับข้อเท็จจริงของท่านมากที่สุด โดยมีหลักเกณฑ์การเลือกดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงบ้าง ไม่ตรงกับข้อเท็จจริงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงบ้างเล็กน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงน้อยครั้งที่สุด หรือ ไม่จริงเลย

ข้อที่	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
1	ข้าพเจ้าเข้ากับเพื่อนในสาขาวิชาได้อย่างดี					
2	ข้าพเจ้าพูดคุยกับเพื่อนได้เป็นบางเรื่อง					
3	ข้าพเจ้าให้คำปรึกษาแก่เพื่อนที่มีปัญหา					
4	เพื่อนไม่มีความจริงใจต่อข้าพเจ้า					
5	ข้าพเจ้าให้คำปรึกษาแก่เพื่อนที่มีปัญหา					
6	ข้าพเจ้าไม่ชอบทำงานร่วมกับเพื่อน					
7	เพื่อนให้การยอมรับข้าพเจ้า					
8	เพื่อนยินดีช่วยเหลือข้าพเจ้าเกี่ยวกับเรื่องเรียน					
9	เพื่อนไม่ยินดีให้ข้าพเจ้าร่วมกลุ่มทำงาน					
10	ข้าพเจ้านั่งอ่านหนังสือคนเดียวโดยไม่สนใจเพื่อน					
11	เพื่อนไม่พอใจเมื่อข้าพเจ้าขอยืมสิ่งของ					
12	เพื่อนชวนให้ข้าพเจ้าร่วมกิจกรรมเสมอ					
13	เพื่อนและข้าพเจ้าเคารพความคิดเห็นกันและกัน					
14	ข้าพเจ้าคิดว่าเพื่อนไม่ช่วยกันทำงาน					

### ตอนที่ 9 แบบคัดกรองสุขภาพจิต Thai GHQ 60

คำชี้แจง ให้ตอบคำถามโดยขีดเครื่องหมาย ✓ ลงใน ( ) หน้าคำตอบให้ใกล้เคียงกับสุขภาพและความรู้สึกของท่านในปัจจุบัน หรือในช่วง 2 – 3 สัปดาห์ที่ผ่านมามากที่สุด

1. รู้สึกสบายและมีสุขภาพดี  
 ดีกว่าปกติ     เหมือนปกติ     แย่กว่าปกติ     แย่กว่าปกติมาก
2. รู้สึกต้องการยาบำรุงให้มีกำลังวังชา  
 ไม่เลย     ไม่มากกว่าปกติ     ก่อนข้างมากกว่าปกติ     มากกว่าปกติมาก
3. รู้สึกทรุดโทรมและสุขภาพไม่ดี  
 ไม่เลย     ไม่มากกว่าปกติ     ก่อนข้างมากกว่าปกติ     มากกว่าปกติมาก
4. รู้สึกไม่สบาย  
 ไม่เลย     ไม่มากกว่าปกติ     ก่อนข้างมากกว่าปกติ     มากกว่าปกติมาก
5. เจ็บหรือปวดบริเวณศีรษะ  
 ไม่เลย     ไม่มากกว่าปกติ     ก่อนข้างมากกว่าปกติ     มากกว่าปกติมาก
6. รู้สึกตึงหรือคล้ายมีแรงกดที่ศีรษะ  
 ไม่เลย     ไม่มากกว่าปกติ     ก่อนข้างมากกว่าปกติ     มากกว่าปกติมาก
7. สามารถมีสมาธิจดจ่อกับสิ่งที่กำลังทำอยู่ได้  
 ดีกว่าปกติ     เหมือนปกติ     แย่กว่าปกติ     แย่กว่าปกติมาก
8. รู้สึกกลัวว่าตนเองจะเป็นลมหมดสติไปในที่สาธารณะ  
 ไม่เลย     ไม่มากกว่าปกติ     ก่อนข้างมากกว่าปกติ     มากกว่าปกติมาก
9. มีอาการวูบร้อนหรือหนาว  
 ไม่เลย     ไม่มากกว่าปกติ     ก่อนข้างมากกว่าปกติ     มากกว่าปกติมาก
10. มีเหงื่อออกมาก  
 ไม่เลย     ไม่มากกว่าปกติ     ก่อนข้างมากกว่าปกติ     มากกว่าปกติมาก
11. ตื่นเช้ากว่าปกติและหลับต่อไม่ได้  
 ไม่เลย     ไม่มากกว่าปกติ     ก่อนข้างมากกว่าปกติ     มากกว่าปกติมาก
12. หลังจากตื่นนอนแล้ว รู้สึกนอนไม่เต็มอิ่ม  
 ไม่เลย     ไม่มากกว่าปกติ     ก่อนข้างมากกว่าปกติ     มากกว่าปกติมาก
13. รู้สึกเพลียมาก และไม่มีแรงแม้แต่จะกินอาหาร  
 ไม่เลย     ไม่มากกว่าปกติ     ก่อนข้างมากกว่าปกติ     มากกว่าปกติมาก

14. นอนไม่หลับเพราะกังวลใจ  
 ไม่เลย       ไม่มากกว่าปกติ       ค่อนข้างมากกว่าปกติ       มากกว่าปกติมาก
15. รู้สึกตื่นตัว และความคิดว่องไว  
 ดีกว่าปกติ       เหมือนปกติ       แย่กว่าปกติ       แย่กว่าปกติมาก
16. รู้สึกมีกำลังวังชา  
 ไม่เลย       ไม่มากกว่าปกติ       ค่อนข้างมากกว่าปกติ       มากกว่าปกติมาก
17. เมื่อเข้านอนใช้เวลา นานกว่าจะหลับได้  
 ไม่เลย       ไม่มากกว่าปกติ       ค่อนข้างมากกว่าปกติ       มากกว่าปกติมาก
18. ไม่สามารถหลับได้สนิทหลังจากหลับแล้ว  
 ไม่เลย       ไม่มากกว่าปกติ       ค่อนข้างมากกว่าปกติ       มากกว่าปกติมาก
19. ผันไม่ดีหรือน่ากลัว  
 ไม่เลย       ไม่มากกว่าปกติ       ค่อนข้างมากกว่าปกติ       มากกว่าปกติมาก
20. มีอาการกระสับกระส่าย หลับไม่สนิท  
 ไม่เลย       ไม่มากกว่าปกติ       ค่อนข้างมากกว่าปกติ       มากกว่าปกติมาก
21. ห่าอะไรทำและทำให้ตัวเองไม่มีเวลาว่างได้  
 มากกว่าปกติ       เหมือนปกติ       ค่อนข้างน้อยกว่าปกติ       น้อยกว่าปกติมาก
22. ทำอะไรช้ากว่าปกติ  
 เร็วกว่าปกติ       เหมือนปกติ       ช้ากว่าปกติ       ช้ากว่าปกติมาก
23. รู้สึกขาดความสนใจในกิจกรรมที่เคยทำตามปกติ  
 ไม่เลย       ไม่มากกว่าปกติ       ค่อนข้างมากกว่าปกติ       มากกว่าปกติมาก
24. ปล่อยปละละเลย ไม่สนใจรูปร่างหน้าตาของตนเอง  
 ไม่เลย       ไม่มากกว่าปกติ       ค่อนข้างมากกว่าปกติ       มากกว่าปกติมาก
25. พิถีพิถันกับการแต่งเนื้อแต่งตัวน้อยลง  
 พิถีพิถันมากกว่าปกติ       เท่า ๆ ปกติ       น้อยกว่าปกติ       น้อยกว่าปกติมาก
26. ออกไปนอกบ้านบ่อยเท่าที่เคย  
 มากกว่าปกติ       เท่าปกติ       น้อยกว่าปกติ       น้อยกว่าปกติมาก
27. จัดการกับสิ่งต่าง ๆ ได้ดีพอ ๆ กับคนส่วนใหญ่ ที่อยู่ในสภาพเดียวกับท่าน  
 ดีกว่ามาก       ดีพอ ๆ กัน       ค่อนข้างน้อยกว่า       น้อยกว่ามาก

28. รู้สึกว่าโดยทั่วไปแล้วทำอะไร ๆ ได้ดี  
 ดีกว่าปกติ     เหมือนปกติ     ดีน้อยกว่า     ดีน้อยกว่าปกติมาก
29. ไปทำงานหรือทำงานบ้านสาย  
 ไม่สายเลย     ไม่สายกว่าปกติ     ค่อนข้างสายกว่าปกติ     สายกว่าปกติมาก
30. พอใจกับการที่ทำงานลุล่วงไป  
 มากกว่าปกติ     พอ ๆ กับตามปกติ     น้อยกว่าปกติ     น้อยกว่าปกติมาก
31. สามารถมีความรู้สึกรักและอบอุ่นต่อคนใกล้ชิดได้  
 ดีกว่าปกติ     เท่าปกติ     น้อยกว่าปกติ     น้อยกว่าปกติมาก
32. รู้สึกว่าสามารถเข้ากับคนอื่นได้ง่าย  
 ดีกว่าปกติ     เท่าปกติ     น้อยกว่าปกติ     น้อยกว่าปกติมาก
33. ใช้เวลาคุยเล่นกับคนอื่นมาก  
 ใช้เวลามากกว่าปกติ     เท่าปกติ     น้อยกว่าปกติ     น้อยกว่าปกติมาก
34. รู้สึกกลัวที่จะพูดอะไรออกไปต่อหน้าคนอื่น เพราะเกรงจะทำให้ตัวเองดูโง่  
 ไม่เลย     ไม่มากกว่าปกติ     ค่อนข้างมากกว่าปกติ     มากกว่าปกติมาก
35. รู้สึกว่าได้ทำตัวให้เป็นประโยชน์ในเรื่องต่าง ๆ  
 มากกว่าปกติ     เหมือนปกติ     น้อยกว่าปกติ     น้อยกว่าปกติมาก
36. รู้สึกว่าสามารถตัดสินใจในเรื่องต่าง ๆ ได้  
 มากกว่าปกติ     เหมือนปกติ     น้อยกว่าปกติ     น้อยกว่าปกติมาก
37. รู้สึกว่าตัวเองไม่'สามารถที่จะเริ่มทำอะไรได้เลย  
 ไม่เลย     ไม่มากกว่าปกติ     ค่อนข้างมากกว่าปกติ     มากกว่าปกติมาก
38. จะทำอะไรก็รู้สึกหวาดกลัวไปหมด  
 ไม่เลย     ไม่มากกว่าปกติ     ค่อนข้างมากกว่าปกติ     มากกว่าปกติมาก
39. รู้สึกตั้งเครียดอยู่ตลอดเวลา  
 ไม่เลย     ไม่มากกว่าปกติ     ค่อนข้างมากกว่าปกติ     มากกว่าปกติมาก
40. รู้สึกว่าไม่สามารถที่จะเอาชนะความลำบากต่าง ๆ ได้  
 ไม่เลย     ไม่มากกว่าปกติ     ค่อนข้างมากกว่าปกติ     มากกว่าปกติมาก
41. รู้สึกว่าชีวิตต้องดิ้นรนอยู่ตลอดเวลา  
 ไม่เลย     ไม่มากกว่าปกติ     ค่อนข้างมากกว่าปกติ     มากกว่าปกติมาก

42. สามารถมีความสุขกับกิจกรรมในชีวิตประจำวันตามปกติได้  
 มากกว่าปกติ  เหมือนปกติ  น้อยกว่าปกติ  น้อยกว่าปกติมาก
43. มองอะไรเครื่องเคียดไปหมด  
 มากกว่าปกติ  เหมือนปกติ  น้อยกว่าปกติ  น้อยกว่าปกติมาก
44. รู้สึกหงุดหงิด อารมณ์ไม่ดี  
 ไม่เลย  ไม่มากกว่าปกติ  ค่อนข้างมากกว่าปกติ  มากกว่าปกติมาก
45. รู้สึกกลัวหรือตกใจโดยไม่มีเหตุสมควร  
 ไม่เลย  ไม่มากกว่าปกติ  ค่อนข้างมากกว่าปกติ  มากกว่าปกติมาก
46. สามารถที่จะเผชิญหน้ากับปัญหาต่าง ๆ ของตัวเองได้  
 ดีกว่าปกติ  เหมือนปกติ  น้อยกว่าปกติ  น้อยกว่าปกติมาก
47. รู้สึกเรื่องต่าง ๆ ทั้บถมจนรับไม่ไหว  
 ไม่เลย  ไม่มากกว่าปกติ  ค่อนข้างมากกว่าปกติ  มากกว่าปกติมาก
48. มีความรู้สึกว่าคนรอบข้างจับตามองคุณอยู่  
 ไม่เลย  ไม่มากกว่าปกติ  ค่อนข้างมากกว่าปกติ  มากกว่าปกติมาก
49. รู้สึกไม่มีความสุขและเศร้าหมอง  
 ไม่เลย  ไม่มากกว่าปกติ  ค่อนข้างมากกว่าปกติ  มากกว่าปกติมาก
50. รู้สึกเสียความมั่นใจในตัวเองไป  
 ไม่เลย  ไม่มากกว่าปกติ  ค่อนข้างมากกว่าปกติ  มากกว่าปกติมาก
51. คิดว่าตัวเองเป็นคนไร้ค่า  
 ไม่เลย  ไม่มากกว่าปกติ  ค่อนข้างมากกว่าปกติ  มากกว่าปกติมาก
52. รู้สึกว่าชีวิตนี้หมดหวังโดยสิ้นเชิง  
 ไม่เลย  ไม่มากกว่าปกติ  ค่อนข้างมากกว่าปกติ  มากกว่าปกติมาก
53. รู้สึกมีความหวังในอนาคตของตัวเอง  
 มากกว่าปกติ  เท่าปกติ  น้อยกว่าปกติ  มีความหวังน้อยมาก
54. รู้สึกมีความสุขดี ตามสมควร เมื่อดูโดยรวม ๆ  
 มากกว่าปกติ  เท่า ๆ ปกติ  น้อยกว่าปกติ  น้อยกว่าปกติมาก
55. รู้สึกกังวล กระวนกระวาย และเคียดอยู่ตลอดเวลา  
 ไม่เลย  ไม่มากกว่าปกติ  ค่อนข้างมากกว่าปกติ  มากกว่าปกติมาก

56. รู้สึกไม่คุ้มค่าที่จะมีชีวิตอยู่ต่อไป
- ไม่เลย       ไม่มากกว่าปกติ       ค่อนข้างมากกว่าปกติ       มากกว่าปกติมาก
57. คิดว่ามีความเป็นไปได้ที่จะอยากจบชีวิตตัวเอง
- ไม่อย่างแน่นอน       ไม่คิดว่าเป็นอย่างนั้น       มีอยู่บ้างเหมือนกัน       มีแน่ ๆ
58. รู้สึกว่าบางครั้งทำอะไรไม่ได้เลย เพราะประสาทตึงเครียดมาก
- ไม่เลย       ไม่มากกว่าปกติ       ค่อนข้างมากกว่าปกติ       มากกว่าปกติมาก
59. พบว่าตนเองรู้สึกอยากตายไปให้พ้น ๆ
- ไม่เลย       ไม่มากกว่าปกติ       ค่อนข้างมากกว่าปกติ       มากกว่าปกติมาก
60. พบว่ามีความรู้สึกที่อยากจะทำลายชีวิตตัวเองเข้ามาอยู่ในความคิดเสมอ ๆ
- ไม่อย่างแน่นอน       ไม่คิดว่าเป็นอย่างนั้น       มีอยู่บ้างเหมือนกัน       มีแน่ ๆ





ภาคผนวก ค  
การหาคุณภาพเครื่องมือ

ตาราง 7 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t) ของแบบสอบถามบุคลิกภาพ

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t)
1.	2.942
2.	2.311
3.	4.437
4.	2.942
5.	2.311
6.	2.942
7.	2.430
8.	2.276
9.	4.192
10.	2.276
11.	2.942
12.	2.201
13.	4.192
14.	2.430
15.	2.430
16.	2.155
17.	4.192

ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .937

ตาราง 8 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t) ของแบบสอบถามแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียน

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t)
1.	3.138
2.	3.337
3.	4.168
4.	2.858
5.	4.165
6.	2.579
7.	3.195
8.	2.536
9.	2.183
10.	3.638
11.	2.407
12.	2.472
13.	3.204
14.	3.721
15.	2.472

ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .791

ตาราง 9 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t) ของแบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคตทางการเรียน

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t)
1.	3.480
2.	4.175
3.	2.183
4.	5.870
5.	5.193
6.	2.183
7.	2.793
8.	2.650
9.	5.193
10.	3.491
11.	2.802
12.	2.650
13.	2.228
14.	2.467
15.	2.212

ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .881

ตาราง 10 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t) ของแบบสอบถามความคาดหวังของผู้ปกครอง

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t)
1.	2.744
2.	2.514
3.	2.440
4.	2.268
5.	2.268
6.	2.440
7.	2.514
8.	3.414
9.	2.500
10.	3.015

ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .838

ตาราง 11 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t) ของแบบสอบถามลักษณะทางกายภาพของการเรียน

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t)
1.	2.561
2.	3.239
3.	2.794
4.	2.219
5.	2.183
6.	4.472
7.	2.460
8.	2.794
9.	3.317
10.	2.514
11.	5.074
12.	3.212
13.	3.578
14.	2.440
15.	2.811

ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .894

ตาราง 12 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t) ของแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t)
1.	3.192
2.	4.163
3.	3.192
4.	4.163
5.	3.852
6.	4.163
7.	2.640
8.	2.705
9.	3.852
10.	3.192
11.	4.163
12.	3.040
13.	3.040
14.	3.040
15.	2.640
16.	2.280
17.	2.640

ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .861

ตาราง 13 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t) ของแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t)
1.	2.793
2.	2.459
3.	3.873
4.	3.583
5.	3.411
6.	3.583
7.	2.793
8.	2.459
9.	3.583
10.	4.604
11.	3.583
12.	2.793
13.	2.549
14.	4.580

ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .904



ประวัตย่อผู้วิจัย

## ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ ชื่อสกุล นางสาวฐิติพร บัณฑิตเดช  
 วัน เดือน ปีเกิด 2 กันยายน 2527  
 สถานที่เกิด อำเภอเมือง จังหวัดราชบุรี  
 สถานที่อยู่ปัจจุบัน 154/230 ถ.ศรีสุริยวงศ์ ต.หน้าเมือง อ.เมือง จ.ราชบุรี 70000

ตำแหน่งหน้าที่การงานปัจจุบัน ครูแนะแนว (ครูผู้ช่วย)  
 สถานที่ทำงานปัจจุบัน โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ เตรียมอุดมศึกษาน้อมเกล้า  
 เขตสะพานสูง กรุงเทพมหานคร

## ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2540 ประถมศึกษา  
 จากโรงเรียนอนุบาลราชบุรี จังหวัดราชบุรี  
 พ.ศ. 2546 มัธยมศึกษา  
 จากโรงเรียนราชโบริกานุเคราะห์ราชบุรี จังหวัดราชบุรี  
 พ.ศ. 2550 ศึกษาศาสตรบัณฑิต  
 จากมหาวิทยาลัยศิลปากร กรุงเทพมหานคร  
 พ.ศ. 2552 การศึกษามหาบัณฑิต (จิตวิทยาการศึกษา)  
 จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กรุงเทพมหานคร