

การปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3
โรงเรียนเทพศิลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร

ปริญญาณิพนธ์

ของ

วรรณ นิมวุ่น

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา

พฤษภาคม 2549

การปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3
โรงเรียนเทพศิลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร

บทคัดย่อ

ของ

วรรณภา นิมมาน

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา

ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาศึกษา

พฤษภาคม 2549

วรรณ นิมฺม (2549) การปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร.ปริญญาโท กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. คณะกรรมการควบคุม : อาจารย์ ดร.พาสณา จุลรัตน์, รองศาสตราจารย์เวณี กรีทอง.

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมาย เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร ซึ่งจำแนกตามตัวแปร เพศ ระดับชั้น ภูมิฐานะ สุขภาพจิต บุคลิกภาพ ลักษณะมุ่งอนาคต และฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้ เป็นนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา ปีการศึกษา 2548 ที่มีภูมิฐานะอยู่ต่างจังหวัด จำนวน 150 คน เป็นนักเรียนหญิง จำนวน 85 คน และนักเรียนชาย 65 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ แบบสอบถามการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร แบบคัดกรองสุขภาพจิต แบบสอบถามบุคลิกภาพ และแบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคต สถิติที่ใช้ ได้แก่ การทดสอบค่าที และการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว

ผลการวิจัยพบว่า

1. นักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร มีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครอยู่ในระดับเหมาะสมปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า นักเรียนมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครด้านสังคมอยู่ในระดับเหมาะสมมาก ส่วนด้านอื่น ๆ มีการปรับตัวได้ในระดับเหมาะสมปานกลาง
2. นักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
3. นักเรียนที่มีระดับชั้นต่างกันมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
4. นักเรียนที่มีภูมิฐานะต่างกันมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
5. นักเรียนที่มีสุขภาพจิตดีและสุขภาพจิตบกพร่องมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครโดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า การปรับตัวด้านการเรียน การปรับตัวด้านส่วนตัว การปรับตัวด้านที่พักอาศัย นักเรียนที่มีสุขภาพจิตดีและมีสุขภาพจิตบกพร่องมีการปรับตัวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนการปรับตัวด้านสังคมมีการปรับตัวไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

6. นักเรียนที่มีบุคลิกภาพแบบเอและบุคลิกภาพแบบบีมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตใน กรุงเทพมหานครโดยรวมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า การปรับตัวด้านการเรียนเพียงด้านเดียวที่ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

7. นักเรียนที่มีลักษณะมุ่งอนาคตต่างกันมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

8. นักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวต่างกันมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตใน กรุงเทพมหานครแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ADJUSTMENT TO LIFE STYLE IN BANGKOK OF THE THIRD LEVEL SECONDARY
GRADES 1-3 STUDENTS AT TEPLEELA SCHOOL
IN BANGKAPI DISTRICT, BANGKOK

AN ABSTRACT
BY
WANNA NIMWUN

Presented in partial fulfillment of the requirements for the
Master of Education Degree in Educational Psychology
At Srinakharinwirot University
May 2006

WANNA NIMWUN.(2006). *Adjustment to Life Style in Bangkok of The Third Level*

Secondary Grades 1-3 Students at Tepleela School in Bangapi District, Bangkok.

Master thesis, M.Ed. (Educational Psychology). Bangkok : Graduate School,

Srinakharinwirot University. Advisor Committee : Inst. Dr. Pasana Chularut.

Assoc. Prof. Waythanee Greethong .

The purposes of this research were to study and comparative adjustment to life style in Bangkok of the third level secondary grades 1-3 students at Tepleela School in Bangapi District, Bangkok. The variables were gender, class level, home town ,mental health, personality,further orientation and family economic level .The samples were 150 : 85 females and 65 males of the third level secondary grades 1-3 urban students at Tepleela School in Bangapi District, Bangkok in academic year 2005. The research instruments were adjustment to life style in Bangkok questionnaires , Thai General Health Questionnaires 60, personality questionnaires and further orientation questionnaires. The data was analyzed by t-test and analysis of variance.

The results were as follows :

1. The adjustment to life style in Bangkok of the third level secondary grades 1-3 students at Tepleela School in Bangapi District, Bangkok were moderate level . In social aspect of adjustment to life style in Bangkok were high level ,but the others aspects were moderate level .

2. There was no significantly difference of adjustment to life style in Bangkok of the third level secondary grades 1-3 students between male and female students.

3. There was no significantly difference of adjustment to life style in Bangkok of the third level secondary grades 1-3 students among different students ' class level.

4. There was no significantly difference of adjustment to life style in Bangkok of the third level secondary grades 1-3 students among different students 'home town.

5. There was significantly difference of adjustment to life style in Bangkok of the third level secondary grades 1-3 students between good mental health and mental disorder students at .05 level. There were significantly difference of aspect of adjustment

to life style in Bangkok : learning, personal adjustment and residential at .01 level, but there were no significantly difference of social aspect of adjustment to life style in Bangkok.

6. There was no significantly difference of adjustment to life style in Bangkok of the third level secondary grades 1-3 students between students ' personality type A and type B . But it found that there was significantly difference of adjustment to life style in Bangkok in learning aspect at .05 level.

7. There was significantly difference of adjustment to life style in Bangkok of the third level secondary grades 1-3 students among different students 'further orientation at .01 level.

8. There was significantly difference of adjustment to life style in Bangkok of the third level secondary grades 1-3 students among different students ' family economic level at .05 level.

การปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3
โรงเรียนเทพศิลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร

ปริญญาานิพนธ์

ของ

วรรณ นิมวุ่น

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา

พฤษภาคม 2549

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยความกรุณาอย่างยิ่งจากอาจารย์ดร.พาสณา จุลรัตน์ ประธานควบคุมปริญญานิพนธ์ รองศาสตราจารย์เวธนี กรීทอง กรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรรณรัตน์ พลอยเลื่อมแสงและรองศาสตราจารย์ชูชีพ อ่อนโคกสูง ผู้ให้คำปรึกษา และคำแนะนำที่เป็นประโยชน์ รวมถึงตรวจสอบแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ในการวิจัยด้วยดีตลอดมา

ขอกราบขอบพระคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์พรรณรัตน์ พลอยเลื่อมแสง อาจารย์วิไลลักษณ์ พงษ์โสภิตา และผู้ช่วยศาสตราจารย์พรหมธิดา แสนคำเครือ ที่กรุณาเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจคุณภาพเครื่องมือ งานงานวิจัยฉบับนี้มีความสมบูรณ์ ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งและขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงในความกรุณาครั้งนี้

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณอาจารย์ธงชาติ วงษ์สว่าง ผู้อำนวยการโรงเรียนเทพลีลา ขอขอบคุณอาจารย์และนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร ที่ให้ความร่วมมือในการเก็บข้อมูลเป็นอย่างดี ขอขอบพระคุณอาจารย์สุวิวัฒน์ วิวัฒน์านนท์ ผู้อำนวยการโรงเรียนบางกะปิ อาจารย์และนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนบางกะปิ เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร ที่ให้ความร่วมมือในการเก็บข้อมูลของกลุ่มตัวอย่างเพื่อพัฒนาเครื่องมือเป็นอย่างดี

คุณค่าของปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ผู้วิจัยขอมอบเป็นเครื่องบูชาพระคุณบิดามารดา ครูอาจารย์ และผู้มีพระคุณทุกท่าน

วรรณภา นิมมาน

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ.....	1
ภูมิหลัง.....	1
ความมุ่งหมายของการวิจัย.....	4
ความสำคัญของการวิจัย.....	4
ขอบเขตของการวิจัย.....	4
ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย.....	4
ตัวแปรที่ศึกษา.....	5
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	5
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	8
สมมติฐานของการศึกษา.....	8
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องของการปรับตัวในการใช้ชีวิต.....	9
การใช้ชีวิต.....	30
เพศ.....	35
ระดับชั้น.....	36
ภูมิฐานะ.....	36
สุขภาพจิต.....	39
บุคลิกภาพ.....	41
ลักษณะมุ่งอนาคต.....	46
ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว.....	49
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	63
การกำหนดกลุ่มประชากร.....	64
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	64
วิธีการดำเนินการสร้างเครื่องมือ.....	65
การหาคุณภาพเครื่องมือ.....	71
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	71
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	72

สารบัญ(ต่อ)

บทที่	หน้า
3(ต่อ) สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	72
4 ผลการวิเคราะห์.....	73
สัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	73
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	74
การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	75
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	75
5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	91
ความมุ่งหมายของการวิจัย.....	91
สมมติฐานของการวิจัย.....	91
วิธีดำเนินการวิจัย.....	91
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	92
สรุปผลการวิจัย.....	92
อภิปรายผลการวิจัย.....	93
ข้อเสนอแนะ.....	97
บรรณานุกรม.....	99
ภาคผนวก.....	113
ประวัติผู้วิจัย.....	135

บัญชีตาราง

ตาราง

หน้า

1	แสดงจำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามตัวแปรที่ศึกษาศึกษา.....	74
2	แสดงค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานการปรับตัวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร โดยรวมและเป็นรายด้าน.....	75
3	แสดงค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานการปรับตัวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร โดยรวมและเป็นรายด้านจำแนกตามเพศ.....	76
4	แสดงค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานการปรับตัวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร โดยรวมและเป็นรายด้านจำแนกตามระดับชั้น.....	77
5	แสดงค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานการปรับตัวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร โดยรวมและเป็นรายด้านจำแนกตามภูมิภาค.....	78
6	แสดงค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานการปรับตัวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร โดยรวมและเป็นรายด้านจำแนกตามฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว.....	79
7	แสดงค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานการปรับตัวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร โดยรวมและเป็นรายด้านจำแนกตามสุขภาพจิต.....	80
8	แสดงค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานการปรับตัวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร โดยรวมและเป็นรายด้านจำแนกตามบุคลิกภาพ.....	81
9	แสดงค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานการปรับตัวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร โดยรวมและเป็นรายด้านจำแนกตามลักษณะมุ่งอนาคต.....	82

บัญชีตาราง(ต่อ)

ตาราง

หน้า

- 10 แสดงการเปรียบเทียบการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร
โดยรวมและเป็นรายด้าน จำแนกตามเพศ.....83
- 11 แสดงการเปรียบเทียบการปรับตัวโดยรวมและเป็นรายด้านของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3
โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร จำแนกตามสุขภาพจิต.....84
- 12 แสดงการเปรียบเทียบการปรับตัวโดยรวมและเป็นรายด้านของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3
โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร จำแนกตามบุคลิกภาพ.....85
- 13 แสดงการเปรียบเทียบการปรับตัวโดยรวมและเป็นรายด้านของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3
โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร จำแนกตามลักษณะมุ่งอนาคต.86
- 14 แสดงการเปรียบเทียบการปรับตัวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา
เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร จำแนกตามระดับชั้นปี.....87
- 15 แสดงการเปรียบเทียบการปรับตัวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา
เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร จำแนกตามภูมิลาเนา..... 88
- 16 แสดงการเปรียบเทียบการปรับตัวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา
เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร จำแนกตามฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว...89
- 17 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ การปรับตัวด้านที่พึงอาศัยของ
นักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร จำแนกตาม
ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว.....90
- 18 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อของแบบสอบถามชุดที่ 1
แบบสอบถามการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร ในด้านการเรียน.129
- 19 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อของแบบสอบถามชุดที่ 1
แบบสอบถามการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร ในด้านสังคม.....130
- 20 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อของแบบสอบถามชุดที่ 1
แบบสอบถามการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร ในด้านส่วนตัว....131
- 21 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อของแบบสอบถามชุดที่ 1
แบบสอบถามการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครในด้านที่พึงอาศัย132
- 22 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อของแบบสอบถามชุดที่ 3
แบบสอบถามบุคลิกภาพ.....133

บัญชีตาราง(ต่อ)

ตาราง

หน้า

23 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายชื่อของแบบสอบถามชุดที่ 3	
แบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคต.....	134

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

การเปลี่ยนแปลงในสังคมโลกและสังคมไทยเกิดจากเหตุและปัจจัยสำคัญหลายประการ โดยเฉพาะเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร ทำให้สังคมไทยก้าวเข้าสู่สังคมสารสนเทศและยุคโลกาภิวัตน์อย่างรวดเร็ว เกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างกว้างขวางในสังคมไทยทั้งด้านการเมือง การปกครอง เศรษฐกิจ การศึกษา ทั้งทางบวกและทางลบ วิกฤตสังคมไทยเกิดจากการเปลี่ยนแปลงสภาพสังคมไทยเป็นสังคมบริโภคนิยมหรือสังคมวัตถุนิยมที่มีความสลับซับซ้อน ยุ่งยากและเกิดปัญหาสังคม นานัปการ (ชุตินา สัจจามันท์.2547:61) สังคมไทยเป็นสังคมที่มีการแข่งขันสูงเพื่อความอยู่รอดของแต่ละบุคคล เนื่องจากสถานการณ์ที่มีการเร่งรัดพัฒนาในทุก ๆ ด้าน จนทำให้สังคมเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็วทั้งทางด้านเศรษฐกิจ สังคม วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีที่พัฒนาการไปอย่างไม่หยุดยั้ง ทำให้เกิดการปรับตัวไม่ทันหรือเป็นไปอย่างลำบาก จากความเจริญก้าวหน้าทางด้านเทคโนโลยีที่เข้ามา มีบทบาทสำคัญในประเทศ โดยเฉพาะในตัวเมือง จึงทำให้มีการอพยพคนชนบทเข้าไปอยู่ในเมืองมากขึ้นจนทำให้วิถีชีวิตของคนเปลี่ยนไป คือต้องมีชีวิตที่ดิ้นรนต่อสู้เพื่อความอยู่รอดจนทุกคนต้องมีการแข่งขันในการทำมาหาเลี้ยงชีพและต้องปรับตัวให้ได้ หากบุคคลไม่สามารถเผชิญเหตุการณ์หรือปัญหานั้น จะปรับตัวไม่ได้ความเครียดจึงเกิดขึ้นส่วนคนที่ได้รับการตอบสนองตามที่ต้องการ และมีการจัดการกับอุปสรรคได้ ก็จะสามารถปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมหรือเหตุการณ์ที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็วนั้นได้(ลักขณา สรวิวัฒน์.2545:1)

การปรับตัวมีความสำคัญยิ่งต่อชีวิตมนุษย์ ด้วยเหตุที่มนุษย์ทุกคนไม่สามารถตอบสนองความต้องการทุกอย่างของตนเองได้ ความรู้สึกขัดแย้ง ผิดหวัง สับสน ว้าวุ่นใจและความเคร่งเครียดจากการเผชิญปัญหาหรืออุปสรรคต่างๆในชีวิตจึงเกิดขึ้น การปรับตัวจะช่วยบรรเทาความยุ่งยากทางใจให้เบาบางลงจนสามารถรักษาคุณภาพของชีวิตไว้ได้ (นิภา นิธยาณ.2520:14) ซึ่งสอดคล้องกับ คำกล่าวของลาซารัส (อันย็ชนก ศิริสุขชัยวุฒิ.2542:1;อ้างอิงจากLazarus.1971.)ที่กล่าวว่ามนุษย์ต้องมีการปรับตัวและปรับพฤติกรรมของตนเองให้สอดคล้องกับความต้องการของตนเองและสภาพแวดล้อมทางสังคม ปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นในสังคมส่วนใหญ่มักจะเป็นผลจากการปรับตัวไม่ดีของบุคคล ปัญหาต่างๆของการปรับตัวอาจมีสาเหตุที่แตกต่างกันออกไปดังที่ โคลแมนและแฮมแมน (ผ่องพรรณน เกิดพิทักษ์.2530:71; อ้างอิงจาก Coleman and Hammen.1974:93-94.) ได้กล่าวว่า สาเหตุบางประการอาจมีสาเหตุมาจากบุคคลนั่นเองหรืออาจมีสาเหตุมาจากบุคคลที่ต้องเผชิญกับ

สถานการณ์หรือสถานการณ์ที่มีความกดดันหรือสภาพแวดล้อม และเมื่อบุคคลใดบุคคลหนึ่งเผชิญปัญหาที่อาจเกิดขึ้นจากตัวบุคคลเองหรือปัญหาที่เป็นผลมาจากสภาพแวดล้อมโดยทั่วไปบุคคลนั้นพยายามที่จะปรับตัวต่อสภาพปัญหาที่กำลังเผชิญอยู่นั้น เพื่อให้สภาวะของความกดดัน ความเครียด ความไม่สบายใจและความกังวลใจค่อยๆคลี่คลายลง

วิถีชีวิตของคนเราเมื่อมีความแตกต่างกันมากขึ้น สืบเนื่องจากปัจจัยต่างๆ คือ ภูมิฐานะ ถิ่นที่อยู่อาศัยและที่ตั้งภูมิประเทศ สภาพการประกอบอาชีพและเศรษฐกิจ การอบรมเลี้ยงดูในครอบครัว รวมถึงสังคมและวัฒนธรรมที่แตกต่างกัน ทำให้เด็กมีความแตกต่างกันทั้งด้านพัฒนาการของร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา ทำให้เด็กแต่ละสังคมมีการปรับตัวที่แตกต่างกัน (สมพร ไตยวงศ์.2541:3) ทุกคนจึงจำเป็นต้องมีการปรับตัวในด้านต่างๆจึงจะสามารถดำรงชีวิตได้อย่างเป็นสุข ไม่ว่าจะเป็นด้านอาหาร ที่อยู่อาศัย สิ่งแวดล้อม การดำรงชีวิตของมนุษย์จำเป็นต้องมีการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมเพื่อให้สามารถอยู่ได้อย่างปลอดภัยและมีความสุข ซึ่งแต่ละคนมีรูปแบบของการปรับตัวแตกต่างกัน การปรับตัวที่เหมาะสมจะทำให้บุคคลมีสุขภาพจิตดี ส่วนบุคคลที่ไม่สามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสมก็จะเกิดความไม่สบายใจ เกิดความเครียดหรือความคับข้องใจทำให้การดำเนินชีวิตเป็นไปด้วยความยากลำบาก การปรับตัวจึงเป็นเรื่องที่มีความสำคัญอย่างยิ่งสำหรับทุกคน (ลักษณะ สิริวัฒน์.2545:1) ซึ่งปัญหาการปรับตัวนั้นถือว่าเป็นกิจกรรมสำคัญของชีวิต เนื่องจากการปรับตัวของแต่ละบุคคลจะมีลักษณะอย่างไรขึ้นอยู่กับบุคลิกภาพของบุคคลนั้นและสภาพแวดล้อมหรือสถานการณ์ที่บุคคลนั้นเผชิญอยู่ (สิริชัย ประทีปฉาย.2533:4) ซึ่งสอดคล้องกับ สุชา จันทน์เอม (2529 :133) ที่กล่าวว่า ช่วงวัยรุ่นซึ่งเป็นวัยเชื่อมต่อระหว่างวัยเด็กกับวัยผู้ใหญ่ ระยะเวลาเป็นวัยหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิตในบั้นปลายจะราบรื่นหรือไม่เพียงใด ขึ้นอยู่กับการดำเนินชีวิตระยะหัวเลี้ยวหัวต่อเพราะเหตุว่าเด็กในวัยนี้ต้องประสบความยุ่งยากมีปัญหามากมายและมีความลำบากในการปรับตัว เด็กที่ย่างเข้าสู่วัยรุ่นจะมีการเปลี่ยนแปลงด้านต่าง ๆ ทั้งทางร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคมและสติปัญญาแตกต่างไปจากวัยเด็กอย่างมากซึ่งการเปลี่ยนแปลงเหล่านี้มีอิทธิพลโดยตรงต่อพฤติกรรมของวัยรุ่นที่จะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ในอนาคต ดังที่ วราภรณ์ ตระกูลสฤษดิ์ (2543:3) ได้กล่าวว่า คนเราต้องปรับตัวเพื่อความอยู่รอดของชีวิตในแต่ละช่วงและเพื่อความสุข ซึ่งหมายถึง การปรับตัวช่วยให้เรายอมรับสภาพการณ์ สภาพปัญหาที่เกิดขึ้นแล้วพยายามหาวิธีการแก้ไข ขจัดปัดเป่าปัญหาหรือสภาพการณ์ที่ค่อนข้างเลวร้ายที่เกิดขึ้นกับตัวเราให้บรรเทาเบาบางลง ซึ่งอาจจะพยายามแก้ไขแล้วสภาพต่างๆ เช่น ความคิด ความรู้สึก ของเราก็จะดีขึ้น ผ่อนคลายความตึงเครียดลงไปเมื่อความทุกข์หาย ความสุขสบายก็จะเกิดขึ้น จากคำกล่าวข้างต้นจะเห็นได้ว่าการปรับตัวนั้นมีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตในทุกด้าน ฉะนั้นการปรับตัวจึงเป็นเรื่องที่สำคัญอย่างยิ่ง

จากการที่ผู้วิจัยเห็นว่าโรงเรียนเทพศิลาเป็นโรงเรียนที่ตั้งอยู่ใกล้มหาวิทยาลัยรามคำแหง ซึ่งเป็นแหล่งชุมชนและแหล่งเศรษฐกิจที่สำคัญ จึงทำการสำรวจและผู้วิจัยมีโอกาสได้สัมภาษณ์อาจารย์แนะแนวเกี่ยวกับพฤติกรรมของนักเรียนโรงเรียนเทพศิลา พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่ โดยเฉพาะนักเรียนในช่วงชั้นที่ 3 มีปัญหาการปรับตัวในการใช้ชีวิต เนื่องจากนักเรียนในช่วงชั้นนี้ ส่วนใหญ่เป็นเด็กต่างจังหวัดซึ่งเพิ่งมาเข้าเรียนใหม่และส่วนหนึ่งย้ายตามผู้ปกครองที่เข้ามาทำงานในกรุงเทพมหานคร จึงไม่คุ้นเคยกับสถานที่และสภาพแวดล้อมใหม่ๆ ทำให้มีปัญหาในเรื่องของการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร

ดังนั้นผู้วิจัยจึงทำการสำรวจปัญหาเบื้องต้น โดยการใช้แบบสอบถามปลายเปิด จำนวน 2 ข้อ ถามนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 จำนวน 220 คน ดังนี้

คำถามข้อที่ 1 ถามว่า “ ขณะนี้นักเรียนคิดว่านักเรียนมีปัญหาเกี่ยวกับเรื่องใดบ้าง ” คำตอบที่พบเรียงลำดับจากมากที่สุดไปหาน้อยที่สุดคือ มีปัญหาการปรับตัวในการใช้ชีวิต จำนวน 95 คน คิดเป็นร้อยละ 43.18 ได้แก่ ไม่คุ้นเคยกับสถานที่หรือสภาพแวดล้อมใหม่ ไม่มีเพื่อนและไม่คุ้นเคยกับอาจารย์ผู้สอน ปัญหาด้านการเรียนจำนวน 75 คน คิดเป็นร้อยละ 34.09 ได้แก่ ไม่เข้าใจในเนื้อหาบทเรียน ครูสอนเร็วทำให้ไม่เข้าใจ ปัญหาเศรษฐกิจ จำนวน 50 คน คิดเป็นร้อยละ 22.72 ได้แก่ ฐานะทางบ้านไม่ดี ได้เงินมาโรงเรียนไม่เพียงพอกับค่าใช้จ่าย และค่าห้องพักแพง

คำถามข้อที่ 2 ถามว่า “ จากปัญหาของนักเรียนในข้อ 1 นักเรียนคิดว่าเกิดจากสาเหตุใด ” พบว่าปัญหาการปรับตัวในการใช้ชีวิต มีสาเหตุเกิดจาก การเปลี่ยนหรือย้ายสถานที่เรียนใหม่อยู่บ่อยๆ ไม่กล้าเข้าไปคุยกับเพื่อนใหม่ ปัญหาการเรียน สาเหตุเกิดจาก ไม่อ่านหนังสือ ไม่ตั้งใจเรียน ไม่กล้าซักถามอาจารย์ผู้สอน และปัญหาเศรษฐกิจ สาเหตุเกิดจาก ครอบครัวมีรายได้น้อย ไม่รู้จักการวางแผนการใช้จ่าย และ ใช้จ่ายฟุ่มเฟือยเกินตัว

จากผลการสำรวจปัญหาเบื้องต้นสรุปว่า นักเรียนช่วงชั้นที่ 3 น่าจะมีปัญหาด้านการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร ดังที่ กมลรัตน์ หล้าสูงรัง (2524:108) กล่าวว่า การปรับตัว หมายถึง กระบวนการที่บุคคลพยายามปรับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นแก่ตนเอง ไม่ว่าจะเป็นปัญหาด้านอารมณ์ ปัญหาด้านบุคลิกภาพและปัญหาด้านความต้องการให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมจนเป็นสภาพการณ์ที่ตนสามารถอยู่ได้ในสังคมหรือสภาพแวดล้อมนั้นๆ ซึ่งสอดคล้องกับ สุรางค์ จันทน์เอม (2527:84) กล่าวว่า การปรับตัว หมายถึง การที่บุคคลแสดงพฤติกรรมต่างๆ เพื่อให้บรรลุจุดมุ่งหมายปลายทางในสิ่งแวดล้อมของตน มนุษย์ทุกคนจะต้องมีการปรับตัวด้วยกันทั้งสิ้น แต่ละคนจะมีแบบแผนในการปรับตัวแตกต่างกันเพื่อตอบสนองของความต้องการของตน นอกจากนี้จะตอบสนองของความต้องการทางร่างกาย เช่น อาหาร การออกกำลังกาย ยังต้องตอบสนองของความต้องการทางสังคมอีกด้วย

ช่วยให้ทำงานร่วมกับผู้อื่นด้วยความราบรื่น และเมื่อบุคคลได้รับสิ่งที่ตนต้องการแล้ว ความเครียดต่างๆ จะผ่อนคลายลงไป

ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพศิลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพศิลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร

2. เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพศิลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร ตามตัวแปร เพศ ระดับชั้น ภูมิฐานะ สุขภาพจิต บุคลิกภาพ ลักษณะมุ่งอนาคต และฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว

ความสำคัญของการวิจัย

ผลที่ได้จากการศึกษาในครั้งนี้ จะใช้เป็นข้อมูลเบื้องต้นสำหรับผู้ที่เกี่ยวข้องกับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ที่มาจากต่างจังหวัด ได้แก่ ผู้ปกครอง ครูผู้สอน และผู้บริหาร ในการนำข้อมูลที่ได้ ไปประกอบการวางนโยบาย เพื่อหาแนวทางแก้ไข ส่งเสริมและช่วยเหลือนักเรียนที่มีปัญหาการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครให้สามารถปรับตัวได้ดีและมีความสุขมากขึ้น

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพศิลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2548 ที่มีภูมิลำเนาอยู่ต่างจังหวัด จำนวนทั้งหมด 150 คน เป็นนักเรียนชาย จำนวน 65 คน และนักเรียนหญิง จำนวน 85 คน ซึ่งใช้เป็นกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ ได้แก่
 - 1.1 เพศ
 - 1.2 ระดับชั้น

- 1.3 ภูมิปัญญา
- 1.4 สุขภาพจิต
- 1.5 บุคลิกภาพ
- 1.6 ลักษณะมุ่งอนาคต
- 1.7 ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว

2. ตัวแปรตาม ได้แก่ การปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. การปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร หมายถึง การที่นักเรียนจากต่างจังหวัดสามารถตอบสนองต่อบุคคลและสถานการณ์ต่างๆในกรุงเทพมหานครได้อย่างเหมาะสมและสามารถใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับสังคมได้อย่างมีความสุข ในการวิจัยครั้งนี้จำแนกเป็น 4 ด้านดังนี้

1.1 การปรับตัวด้านการเรียน ได้แก่ การที่นักเรียนตั้งใจและเอาใจใส่ต่อการเรียนทั้งในและนอกห้องเรียน มีความคาดหวังที่จะเรียนให้ดีขึ้น มีความมุ่งมั่นที่จะเรียนให้สำเร็จ รู้จักขอรับคำปรึกษาและขอความช่วยเหลือด้านการเรียนจากบุคคลต่างๆ กล้าอธิบายซักถามข้อข้องใจกับอาจารย์ ยอมรับและจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองในสภาพแวดล้อมหรือสถานการณ์ต่างๆได้อย่างเหมาะสม

1.2 การปรับตัวด้านสังคม ได้แก่ การที่นักเรียนเคารพในสิทธิของผู้อื่น เห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม เข้ากับผู้อื่นได้ดี รู้จักเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ มีความสุขกับการอยู่กับกลุ่มเพื่อน มีความพอใจในกฎระเบียบของโรงเรียน

1.3 การปรับตัวด้านส่วนตัว ได้แก่ การที่นักเรียนทำอะไรได้ด้วยตนเอง ไม่ต้องพึ่งพาผู้อื่น มองเห็นคุณค่าในตัวเอง เชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า มีทักษะทางบวกต่อตนเองและผู้อื่น เป็นที่ยอมรับของกลุ่ม

1.4 การปรับตัวด้านที่พักอาศัย ได้แก่ การที่นักเรียนรับรู้ปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองด้านความเป็นอยู่ในขณะเรียน ได้แก่ ความเป็นส่วนตัวของที่พัก ความคับแคบของบ้าน สภาพแวดล้อมมีสิ่งรบกวน ได้แก่ เสียงดัง กลิ่นเหม็น ไม่พอใจบ้านหรือที่อยู่ปัจจุบัน

2. เพศ ได้แก่ เพศชายและเพศหญิง

3. ระดับชั้น ได้แก่

3.1 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

3.2 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

3.3 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

4. ภูมิภาค หมายถึง สถานที่เกิดของนักเรียน ที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้ โดยแบ่งเป็น 4 ภาค ดังนี้

4.1 ภาคกลาง ได้แก่ พื้นที่ที่อยู่ในเขตจังหวัด กรุงเทพมหานคร นนทบุรี สมุทรปราการ ปทุมธานี นครปฐม สมุทรสาคร พระนครศรีอยุธยา อ่างทอง ลพบุรี สิงห์บุรี ชัยนาทสระบุรี ชลบุรี ราชบุรี นครสวรรค์ อุทัยธานี นครนายก สระแก้ว ราชบุรี กาญจนบุรี สุพรรณบุรี สมุทรสงคราม เพชรบุรี และประจวบคีรีขันธ์

4.2 ภาคเหนือ ได้แก่ พื้นที่ที่อยู่ในเขตจังหวัด เชียงใหม่ ลำพูน ลำปาง อุตรดิตถ์ แพร่ น่าน พะเยา เชียงราย แม่ฮ่องสอน นครสวรรค์ อุทัยธานี กำแพงเพชร ตาก สุโขทัย พิษณุโลก พิจิตรและเพชรบูรณ์

4.3 ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ได้แก่ พื้นที่ที่อยู่ในเขตจังหวัด นครราชสีมา บุรีรัมย์ สุรินทร์ ศรีสะเกษ ยโสธร อุบลราชธานี ชัยภูมิ หนองบัวลำภู อำนาจเจริญ ขอนแก่น อุตรดิตถ์ หนองคาย มหาสารคาม ร้อยเอ็ด กาฬสินธุ์ นครพนม สกลนคร เลย และมุกดาหาร

4.4 ภาคใต้ ได้แก่ พื้นที่ที่อยู่ในเขตจังหวัด นครศรีธรรมราช กระบี่ พังงา ภูเก็ต สุราษฎร์ธานี ระนอง ชุมพร สงขลา สตูล ตรัง พัทลุง ปัตตานี ยะลาและนราธิวาส

5. สุขภาพจิต หมายถึง ความสมบูรณ์ทางจิตใจของนักเรียน ช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพศิลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร ที่มีต่อทั้งตนเองและผู้อื่น โดยที่สามารถปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมและสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงได้ สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข โดยวัดจากแบบคัดกรองสุขภาพจิต ไทย จี เอช คิว 60 (Thai GHQ 60 = Thai General Health Questionnaire 60)

6. บุคลิกภาพ หมายถึง ลักษณะเฉพาะของนักเรียนที่แสดงออกมาหรือตอบสนองต่อสถานการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน ซึ่งทำให้นักเรียนมีบุคลิกภาพที่แตกต่างจากบุคคลอื่น บุคลิกภาพที่ทำการวิจัยครั้งนี้ ได้แบ่งตามสำรวจการทำกิจกรรมของเจนกินส์(Jenkins Activity Survey) ซึ่งแบ่งออกเป็น 2 แบบคือ

6.1 ลักษณะบุคลิกภาพแบบ เอ ได้แก่ ลักษณะบุคลิกภาพของนักเรียนที่รักความก้าวหน้า ชอบฟันฝ่าอุปสรรค มีความก้าวร้าว โกรธง่าย ชอบทำงานให้ประสบผลสำเร็จและสัมฤทธิ์ผล ชอบทำงานด้วยความรวดเร็ว ไม่ชอบการรอคอย

6.2 ลักษณะบุคลิกภาพแบบ บี ได้แก่ ลักษณะบุคลิกภาพของนักเรียนที่ค่อนข้างเฉื่อยชา ใจเย็น ทำงานไปเรื่อย ๆ ไม่หวังผลสัมฤทธิ์ในการทำงาน ไม่ชอบการฟันฝ่าอุปสรรคต่าง ๆ อดทนรอคอยได้

7. ลักษณะมุ่งอนาคต หมายถึง ความรู้สึกนึกคิดของนักเรียนที่สามารถคาดการณ์ไกลและเห็นความสำคัญของผลดีผลเสียที่จะเกิดขึ้นในอนาคต ศึกษาแนวทางแก้ปัญหา วางแผนเพื่อเป้าหมายในอนาคตและปฏิบัติเกี่ยวกับอนาคต เพื่อไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

7.1 ความสามารถคาดการณ์ไกลหวังผลที่อาจเกิดขึ้นจากการกระทำเกี่ยวกับการศึกษาและการประกอบอาชีพ

7.2 การศึกษาแนวทางแก้ปัญหาและวางแผนดำเนินการเพื่อเป้าหมายเกี่ยวกับการศึกษาและการประกอบอาชีพในอนาคต

7.3 การรู้จักเลือกการกระทำและรอคอยผลที่อาจเกิดขึ้นในอนาคตเกี่ยวกับการศึกษาและการประกอบอาชีพและความเพียรพยายามในปัจจุบัน เพื่อประสบความสำเร็จในชีวิต

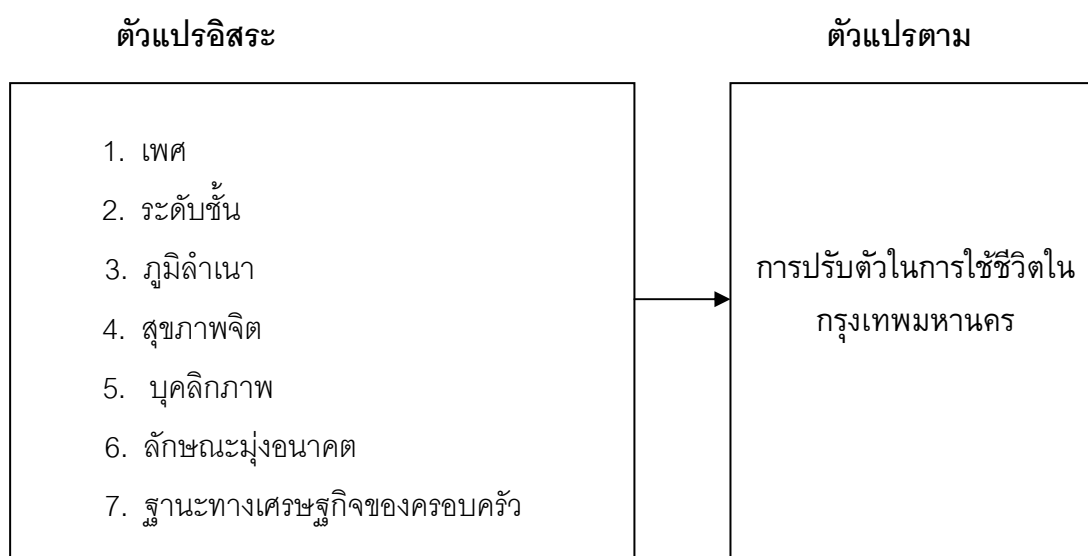
8. ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว หมายถึง รายได้ประจำเดือนของบิดา มารดาหรือผู้ปกครองรวมกัน โดยแบ่งเป็น 3 ระดับ ได้แก่

8.1 ฐานะทางเศรษฐกิจต่ำ ได้แก่ รายได้ 12,500 -16,600 บาทต่อเดือน

8.2 ฐานะทางเศรษฐกิจปานกลาง ได้แก่ รายได้ 16,601 - 20,800 บาทต่อเดือน

8.3 ฐานะทางเศรษฐกิจสูง ได้แก่ รายได้ 20,801 - 25,000 บาทต่อเดือน

กรอบแนวคิดในการวิจัย



การปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร มีความเหมาะสมระดับปานกลางและแตกต่างกันตามตัวแปรเพศ ระดับชั้น ภูมิลำเนา สุขภาพจิต บุคลิกภาพ ลักษณะมุ่งอนาคตและฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว ผู้วิจัยจึงตั้งสมมติฐานดังนี้

สมมติฐานในการวิจัย

1. นักเรียนมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครเหมาะสมในระดับปานกลาง
2. นักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครแตกต่างกัน
3. นักเรียนที่มีระดับชั้นต่างกันมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครแตกต่างกัน
4. นักเรียนที่มาจากภูมิลำเนาต่างกันมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครแตกต่างกัน
5. นักเรียนที่มีสุขภาพจิตต่างกันมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครแตกต่างกัน
6. นักเรียนที่มีบุคลิกภาพแบบเอและแบบบีมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครแตกต่างกัน
7. นักเรียนที่มีลักษณะมุ่งอนาคตต่างกันมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครแตกต่างกัน
8. นักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวต่างกันมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครแตกต่างกัน

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร
 - 1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร
 - 1.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรอิสระที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า
 - 2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับ เพศ ระดับชั้น ภูมิลำเนา สุขภาพจิต บุคลิกภาพ ลักษณะมุ่งอนาคต และฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว
 - 2.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับ เพศ ระดับชั้น ภูมิลำเนา สุขภาพจิต บุคลิกภาพ ลักษณะมุ่งอนาคต และฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวในการใช้ชีวิตใน

กรุงเทพมหานคร

1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร

1.1.1 ความหมายของการปรับตัว

โคลแมนและแฮมเมน (Coleman and Hammen.1981: 109) ได้ให้ความหมายของการปรับตัวไว้ว่า การปรับตัว หมายถึง ผลของความพยายามของบุคคลที่ปรับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นแก่ตนเอง ไม่ว่าจะปัญหานั้นจะเป็นปัญหาด้านบุคลิกภาพ ด้านความต้องการ หรือด้านอารมณ์ ให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อม จนเป็นสถานการณ์ที่บุคคลนั้นสามารถอยู่ในสภาพแวดล้อมนั้น

กิลเมอร์ (Gilmer.1971:73) ได้ให้ความหมายของการปรับตัวไว้ว่า เป็นการรับรู้ของบุคคลที่เกี่ยวข้องกับตนเองและสภาพแวดล้อม โดยไม่เทียบกับกฎเกณฑ์หรือระเบียบใดๆทั้งสิ้น เป็นการรับรู้ของบุคคลแต่ละคนที่มีปฏิกิริยาโต้ตอบต่อสิ่งแวดล้อม เป็นการปรับตัวให้เข้ากับปัญหาและปรับสภาพปัญหาที่เผชิญอยู่ให้เข้ากับความต้องการของตนเอง

กราช่า และเคอเชนบัม (Grasha and Kirschenbum.1980:5) ได้ให้ความหมายของการปรับตัวไว้ว่า หมายถึง ความสามารถของเราที่จะจัดการกับปัญหาและความต้องการของสภาพแวดล้อมให้บรรลุผล

วอร์เชล (Worchel.1989:6) ได้ให้ความหมายของการปรับตัวไว้ว่า การปรับตัวนั้นเป็นการเผชิญกับตนเองและสภาพแวดล้อมกับบุคคลอื่นที่เราพบปะในแต่ละวัน

กมลรัตน์ หล้าสุวรรณ (2524: 108) ได้กล่าวว่า การปรับตัว หมายถึง กระบวนการที่บุคคลพยายามปรับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นแก่ตนเอง ไม่ว่าจะเป็นปัญหาด้านอารมณ์ ปัญหาด้านบุคลิกภาพ และปัญหาด้านความต้องการให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อม จนเป็นสภาพการณ์ที่ตนสามารถอยู่ได้ในสังคมหรือสภาพแวดล้อมนั้นๆ

สมชาย วรดิเรก (2527:9) ได้ให้ความหมายของการปรับตัวไว้ว่า การปรับตัว คือ ลักษณะการกระทำในเรื่องความต้องการของมนุษย์ แบ่งออกเป็น 2 ประเภทใหญ่ คือ ความต้องการทางกาย ซึ่งหมายถึง ความต้องการอาหาร น้ำ การออกกำลังกาย การขับถ่าย ส่วนความต้องการอีกอย่าง คือ ความต้องการตำแหน่งทางสังคม ความปลอดภัย ความรัก ความเป็นอิสระและความสำเร็จ ดังนั้น การที่มนุษย์ตอบสนองความต้องการของตนเอง จึงเป็นความพยายามที่ต้องการให้การกระทำของตนเองสอดคล้องกับสังคมและสิ่งแวดล้อมที่เขาอาศัยอยู่ จึงจะทำให้เขาสามารถดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข

สุรางค์ จันทน์เอม (2527: 84) กล่าวว่า การปรับตัว หมายถึง การที่บุคคลแสดงพฤติกรรมต่างๆ เพื่อให้บรรลุจุดมุ่งหมายปลายทางในสิ่งแวดล้อมของตน มนุษย์ทุกคนจะต้องมีการปรับตัวด้วยกันทั้งสิ้น แต่ละคนจะมีแบบแผนในการปรับตัวแตกต่างกันเพื่อตอบสนองความต้องการของตน นอกจากจะตอบสนองความต้องการทางร่างกาย เช่น อาหาร การออกกำลังกาย ยังต้องตอบสนองความต้องการทางสังคมอีกด้วย ช่วยให้ทำงานร่วมกับผู้อื่นด้วยความราบรื่น และเมื่อบุคคลได้รับสิ่งที่ตนต้องการแล้ว ความเครียดต่างๆจะผ่อนคลายลงไป

โสภา ชูพิชัยกุล (2528: 140) ได้ให้ความหมายของการปรับตัวไว้ว่า หมายถึง ความสามารถในการเผชิญกับปัญหาต่างๆ ความเป็นอยู่โดยต้องคำนึงถึงความจริงต่างๆ นอกจากนี้ยังต้องเป็นผู้ที่สามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขภายใต้กฎเกณฑ์ต่างๆ ของสังคมและสมาคมต่างๆ ที่เข้าไปเกี่ยวข้อง

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2530: 69) กล่าวว่า การปรับตัว หมายถึง ผลของความพยายามของบุคคลที่พยายามปรับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นแก่ตนเองไม่ว่าปัญหานั้นจะเป็นปัญหาด้านบุคลิกภาพ ด้านความต้องการหรือด้านอารมณ์ ให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อม จนกระทั่งบุคคลนั้นสามารถอยู่ในสภาพแวดล้อมนั้นๆและถ้าบุคคลนั้นปรับตัวได้ก็จะอยู่ในสภาพแวดล้อมนั้นได้อย่างมีความสุข

สิริชัย ประทีปฉาย (2533: 177) ได้กล่าวว่า การปรับตัว หมายถึง บุคคลต้องหาวิธีการต่างๆ จัดความไม่สบายใจให้หมดไป เพื่อให้สภาพจิตใจของตนเองปกติ เมื่อบุคคลมีความต้องการก็ยอมต้องต่อสู้เพื่อให้ได้มาซึ่งสิ่งที่ต้องการ การต่อสู้ดิ้นรนเป็นความพยายามที่จะแก้ปัญหาในความเป็นอยู่ประจำวัน

ลักขณา สิริวัฒน์ (2545: 64) ได้กล่าวว่า การปรับตัว หมายถึง การที่บุคคลสามารถสร้างหรือขัดเกลากฎพฤติกรรมให้เข้ากับแบบแผนของสังคมหรือสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลง ให้สามารถบรรลุจุดมุ่งหมายที่ต้องการ ทำให้ชีวิตอยู่อย่างปกติสุขทั้งกายและจิตใจไม่เกิดผลเสียทั้งต่อตนเองและผู้อื่น เป็นผลของความพยายามของบุคคลที่จะปรับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองไม่ว่าปัญหานั้นจะเป็นปัญหาด้านบุคลิกภาพ ด้านความต้องการ หรือด้านอารมณ์ เพื่อให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมจนเป็นสภาพการณ์ที่บุคคลนั้นสามารถอยู่ได้ในสิ่งแวดล้อมนั้นๆและถ้าบุคคลนั้นปรับตัวแล้วและสามารถอยู่ได้ในสภาพสิ่งแวดล้อมนั้นๆได้อย่างมีความสุขแสดงว่าบุคคลนั้นมีสุขภาพจิตดี

ภาวิณี สุทธิพิเชษฐภักดิ์ (2545:37) กล่าวว่า การปรับตัว หมายถึง ผลลัพธ์ของการตอบสนองตามการรับรู้ของบุคคลต่อการเผชิญปัญหา สถานการณ์หรือการเปลี่ยนแปลงต่างๆในชีวิตทำให้บุคคลเกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เพื่อคงไว้ซึ่งความสมดุลทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจและสังคม จากความหมายของการปรับตัวที่หลายท่านได้กล่าวไว้ จึงสรุปได้ว่า การปรับตัว หมายถึง การที่บุคคลเรียนรู้ในการเผชิญปัญหาและจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองในสถานการณ์และสภาพแวดล้อมได้อย่างเหมาะสม ทำให้บุคคลปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้เหมาะสมและสอดคล้องกับความต้องการของตนเองและสภาพแวดล้อม สามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

1.1.2 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัว

ดวงเดือน พันธุมนาวิน และเพ็ญแข ประจวบปัจฉิม (2524:10-12) ได้กล่าวถึงทฤษฎีการปรับตัวของอีริกสัน (Erikson) ว่าสิ่งที่มีความสำคัญที่สุดในการปรับตัวคือความสัมพันธ์ของครอบครัวมีส่วนเกี่ยวข้องในการวางพื้นฐานทางจิตใจให้แก่บุคคล ตั้งแต่วัยทารกเป็นต้นมา ความจำเป็นที่จะต้องปรับตัวของบุคคลเนื่องจากความเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย ทางความรู้ ความสามารถและความเปลี่ยนแปลงสภาพทางสังคม การที่บุคคลจะปรับตัวได้ดีเพียงใดขึ้นอยู่กับความสัมพันธ์ของบุคคลที่มีต่อสิ่งแวดล้อมรอบตน อีกทั้งความสนใจในการปรับตัวได้ดีในขั้นต่อไปด้วย นอกจากนี้ทฤษฎีของอีริกสัน กล่าวว่า เด็กต้องปรับตัวเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงทางสรีระและสังคม การเปลี่ยนแปลงทางสรีระประกอบกับการเลี้ยงดูของครอบครัวและพื้นฐานทางจิตใจแต่เดิมของเด็ก ซึ่งจะส่งผลต่อความสามารถในการปรับตัวของบุคคลในแต่ละช่วงอายุ

วิลเลียมสัน (สุภาพรณ โคตรจรัส.2524:14-15;Williamson.1950) ผู้นำทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบนำทาง มีความเชื่อว่ามนุษย์มีสติปัญญาและมีเหตุผลตลอดจนมีแนวโน้มที่จะพัฒนาตนเองได้ แต่การที่จะพัฒนาอย่างเต็มที่นั้นต้องอาศัยความร่วมมือจากบุคคลอื่นโดยเฉพาะจากสังคมที่แวดล้อมเขาอยู่ การที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นในสังคมทำให้มองเห็นและรู้จักตนเองในด้านต่างๆ เช่น ความรู้ความสามารถ ความสนใจ ค่านิยม ทักษะ ทักษะ ความต้องการและเป้าหมายที่เขาเลือก ขณะเดียวกันก็ได้เรียนรู้การรู้จักผู้อื่น ได้รับข้อมูลและประสบการณ์ทางสังคมด้านต่างๆ เช่น ค่านิยมใน

สังคม มาตรฐานและข้อกำหนดทางสังคม ปัญหาต่างๆในสังคม ตลอดจนวิธีการที่จะจัดการแก้ไขทั้งทางตรงและทางอ้อม จากความเชื่อดังกล่าววิลเลียมสัน สรุปว่า บุคคลจะสามารถปรับตัวได้ดีถ้าเขามีความเข้าใจตนเอง รู้จักและเข้าใจสังคม เพราะเขาจะสามารถเลือกวิธีการดำรงชีวิตหรือแก้ปัญหาได้อย่างมีทิศทางและมีเหตุผล โดยใช้ข้อมูลที่เขาได้รับจากประสบการณ์ในสังคมมาประกอบการพิจารณา จนสามารถสร้างความสอดคล้องหรือยืดหยุ่นระหว่างความต้องการและเป้าหมายที่พึงประสงค์ของตนกับสภาพแวดล้อมทางสังคม

วิลเลียมสัน ได้พิจารณาแยกแยะปัญหาการปรับตัวของบุคคลในแง่ตามสภาพการณ์และสิ่งแวดล้อมต่างๆไว้ 5 ประการ คือ

(1) ปัญหาด้านบุคลิกภาพ ซึ่งรวมถึงปัญหาความสัมพันธ์กับเพื่อนวัยเดียวกัน ปัญหาครอบครัว ตลอดจนปัญหาการปรับตัวทางสังคม

(2) ปัญหาทางการศึกษา รวมถึงปัญหาการเลือกวิชาเรียน นิสัยทางการเรียน ปัญหาการอ่าน ปัญหาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และแรงจูงใจในการเรียนต่ำ

(3) ปัญหาทางอาชีพ รวมถึงลังเลในการเลือกอาชีพ เลือกอาชีพได้ไม่เหมาะสมกับตนเอง มีความขัดแย้งระหว่างความสนใจกับความสามารถในอาชีพนั้น

(4) ปัญหาทางเศรษฐกิจ รวมถึงปัญหาการขาดแคลนทุนทรัพย์ ต้องการทุนเรียนเอง

(5) ปัญหาทางสุขภาพ เช่น ปัญหาปรับตัวต่อสุขภาพ และความบกพร่องทางร่างกายต่างๆ

ฮาวิกเฮิร์สท์ (วรรัตน์ ประสิทธิ์วิทยกิจ.2537:30-31;อ้างอิงจาก Havinghurst. 1953) ได้กล่าวถึง การปรับตัวในแง่ของการเรียนรู้ตามขั้นตอนของชีวิต มีความเห็นว่าพัฒนาการของชีวิตในแต่ละวัยนั้น บุคคลจะมีงานประจำหรืองานประจำ ขั้นที่ต้องเรียนรู้ควบคู่ไปด้วย ถ้าบุคคลสามารถพัฒนางานประจำวัยได้สำเร็จ ก็จะเป็นบุคคลที่มีความสุขและสามารถพัฒนางานประจำวัยขั้นต่อไปได้สำเร็จด้วย ในทางตรงกันข้ามในช่วงวัยใดไม่ประสบผลสำเร็จจะทำให้บุคคลนั้นไม่มีความสุขและพัฒนางานประจำวัยในช่วงต่อไปด้วยความยากลำบาก ดังนั้นบุคคลจะปรับตัวได้ในทัศนะของ ฮาวิกเฮิร์สท์ จึงหมายถึง บุคคลที่ประสบความสำเร็จในการเรียนรู้และพัฒนางานประจำวัยให้ผ่านไปด้วยดี

งานพัฒนาตามขั้นที่จำเป็นสำหรับวัยรุ่นและผู้ใหญ่ตอนต้นประกอบด้วย

(1) สามารถสร้างสัมพันธ์ที่ดีและเหมาะสมกับเพื่อนรุ่นเดียวกันทั้งเป็นเพศเดียวกันหรือต่างเพศ

(2) สามารถปรับตัวได้เหมาะสมกับบทบาททางเพศของตน

(3) มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการพัฒนาการทางด้านร่างกายของตน สามารถปรับตัวให้เข้ากับความปลอดภัย

(4) สามารถควบคุมอารมณ์ของตนได้ เป็นตัวของตัวเองไม่ต้องพึ่งพิงทางอารมณ์จากผู้อื่น เช่น ผู้ใหญ่

(5) มั่นใจในเรื่องเศรษฐกิจการเงิน สามารถรับผิดชอบในการใช้จ่ายเงินได้

(6) การเลือกและเตรียมตัวเพื่ออาชีพ

(7) เตรียมตัวเรื่องคู่ครองและชีวิตครอบครัว

(8) พัฒนาความรู้ความเข้าใจ เรื่องค่านิยมและจริยธรรม เพื่อเป็นแนวทางในการดำรงชีวิต

รอเจอร์ส (วราวัฒน์ ประสิทธิ์ธัญกิจ.2537:32; อ้างอิงจาก Rogers.1972) ผู้นำทฤษฎีว่าด้วยตนและทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผู้รับเป็นศูนย์กลาง ได้พิจารณาการปรับตัวในแง่ของการปรับตัวภายในตนเอง โดยเชื่อว่ามนุษย์ทุกคนเป็นศูนย์กลางของประสบการณ์ต่างๆรอบตัว ซึ่งเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา ส่วนหนึ่งของประสบการณ์ที่บุคคลได้รับรู้ คือ บุคคลมีการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น รวมทั้งมีการประเมินผลจากการปฏิสัมพันธ์นั้นเกิดขึ้นเป็นตัวเรา (self) หรือ “โครงสร้างของตน” ขึ้นมาเป็นการรับรู้เกี่ยวกับตนในด้านต่างๆ เช่น บุคลิกลักษณะ ความสามารถของตน บทบาทต่างๆของตน ในการเกี่ยวข้องกับผู้อื่นและสิ่งแวดล้อม ทศนคติและค่านิยมต่างๆของตัวเอง ประสบการณ์ที่แต่ละบุคคลได้รับจึงมีส่วนสำคัญในการกำหนดบุคลิกภาพของบุคคลให้แตกต่างกัน โดยที่แต่ละคนจะเข้าใจและรู้จักโลกส่วนตัวของเขาได้ดีที่สุด

บุคคลที่ปรับตัวได้ คือ บุคคลที่เป็นตัวของตัวเอง เข้าใจ ยอมรับตนเองและผู้อื่น รวมทั้งสามารถรับรู้ประสบการณ์ต่างๆตามความเป็นจริง นำประสบการณ์นั้นมาจัดให้สอดคล้องกับโครงสร้างหรือบุคลิกลักษณะของตนอย่างไม่ขัดแย้งหรือบิดเบือน และมีการรับรู้ความคิดเกี่ยวกับตนเองในทางบวก

บุคคลที่ปรับตัวไม่ได้ จะมีความขัดแย้งระหว่างความคิดเกี่ยวกับตนกับประสบการณ์ที่เกิดขึ้นมาใหม่อย่างมาก ทำให้เกิดความตึงเครียด วิตกกังวล สับสน ไม่แน่ใจ สูญเสียความเป็นตัวของตนเองและมีความคิดเกี่ยวกับตนเองในทางลบ

จากทฤษฎีและแนวคิดเกี่ยวกับการปรับตัวที่กล่าวมาข้างต้น จึงสรุปได้ว่า การปรับตัวของบุคคลมีตั้งแต่เกิดจนถึงวัยชรา ในแต่ละช่วงอายุมีความสำคัญเกี่ยวเนื่องกันและมีอิทธิพลในช่วงอายุต่อมา การปรับตัวของบุคคลนั้นเกิดจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย สังคมและสิ่งแวดล้อม ช่วงวัยรุ่นถือเป็นช่วงของการปรับตัวที่สำคัญที่สุด ไม่ว่าจะเป็นการปรับตัวด้านร่างกาย การปรับตัวด้าน

การเรียนรู้ การปรับตัวทางสังคม เพราะเป็นพื้นฐานในการปรับตัวในวัยต่อมา ในการดำรงชีวิต การทำงาน การมีครอบครัว รวมทั้งเป็นบุคคลที่รู้จักตนเอง

1.1.3 แนวคิดที่เกี่ยวกับการปรับตัว

นิภา นิธยานน (2530:105-113) ได้กล่าวถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของบุคคลิกภาพไว้ 3 ประการ คือ

(1) อิทธิพลของสภาวะพื้นฐานทางภายในเชิงชีววิทยา ได้แก่ ลักษณะพื้นฐานในการโต้ตอบและศักยภาพทางพันธุกรรมของบุคคล

(2) อิทธิพลของสภาวะแวดล้อม อันได้แก่ สภาวะทุกอย่างที่แวดล้อมบุคคล

(3) อิทธิพลของสภาวะความเป็น“ตน” อันได้แก่ การรับรู้และความเข้าใจที่บุคคลได้รับจากประสบการณ์ทุกอย่างในชีวิตของตน ซึ่งแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล

นอกจากปัจจัยหลักที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวและพฤติกรรม 3 ประการ ดังกล่าวแล้ว ได้มีผู้ค้นพบปัจจัยมากมายหลายอย่าง ซึ่งมีบทบาทสำคัญยิ่งต่อการกำหนดพฤติกรรมการปรับตัวในวัยเด็ก และการเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพในวัยรุ่น ซึ่งได้ชื่อว่าเป็นวัยวิกฤตแห่งการปรับตัว ตลอดจนการสร้างแบบแผนบุคลิกภาพในวัยผู้ใหญ่ ปัจจัยเหล่านี้ ได้แก่

(1) อิทธิพลของสภาวะเคมีภายในร่างกาย หรือ ระบบการทำงานของระบบต่อมไร้ท่อ ซึ่งทำหน้าที่ผลิตฮอร์โมน อันก่อให้เกิดสภาวะเคมีขึ้นภายในร่างกายและมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของบุคคลทั้งทางร่างกายและจิตใจ ต่อมไร้ท่อที่สำคัญ เช่น ต่อมพิทูอิทารี ต่อมไทรอยด์ ต่อมอะดรีนาล และต่อมโกแนด

(2) อิทธิพลของรูปร่าง นับว่าเป็นอิทธิพลทางอ้อมของสรีระและกายวิภาคที่มีต่อพฤติกรรมการปรับตัว และบุคลิกภาพของคนเรา รูปร่างของเด็กแต่ละคน โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ขนาดของร่างกาย ความสวยงาม หรือความสง่างามที่มีผลต่อสังคมของเด็กอย่างยิ่ง เพราะว่าผู้เกี่ยวข้องย่อมพึงพอใจและส่งผลสะท้อนให้เด็กเกิดเจตคติหรือความรู้สึกต่อตนเองในแง่ดีตามไปด้วย

(3) อิทธิพลของสุขภาพ เห็นได้ว่าสภาพร่างกายในด้านสุขภาพความแข็งแรง อ่อนแอ หรือการมีโรคภัยไข้เจ็บที่มีผลต่อเจตคติและพฤติกรรมของแต่ละคน ไม่เพียงชั่วระยะเวลาที่เจ็บป่วยเท่านั้นแต่มีผลในระยะยาวด้วย เช่น เด็กที่มีอาการเจ็บป่วยเรื้อรังมักแสดงออกในรูปพฤติกรรมที่อ่อนเพลีย โกรธง่าย หงุดหงิด เอาใจยาก อิจฉาริษยาคนที่โชคดีกว่า เห็นแก่ตัวและขาดความสะกดกลั่น เป็นสาเหตุขัดขวางการเข้าสังคมของเด็ก

ในการดำเนินชีวิตของมนุษย์ เราทุกคนจำเป็นต้องเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมและสังคม นับตั้งแต่สิ่งแวดล้อมภายในครอบครัว โรงเรียน เพื่อนบ้าน และชุมชน โดยมีวัฒนธรรมเป็นแกนกลางในการกำหนดแนวทางและความประพฤติให้เป็นที่ปฏิบัติตามแบบฉบับที่วางไว้ให้เป็นที่ยอมรับ

ของสังคม เพื่อความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันและความเป็นระเบียบเพื่อประโยชน์สุขแก่ทั้งส่วนตัวและส่วนรวม อีกทั้งการปรับตัวนั้นยัง หมายถึง วิธีการที่มนุษย์ใช้แก้ปัญหาอุปสรรคที่ตนเองประสบให้ผ่านพ้นปัญหาและอุปสรรคต่างๆของชีวิตได้ เพื่อการดำรงชีวิตอย่างเป็นสุข

1.1.4 สาเหตุที่ทำให้เกิดการปรับตัว

โคลแมนและแฮมเมน (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์.2530:70;อ้างอิงจาก Coleman and Hammen.1974) กล่าวว่า ปัญหาต่างๆในการปรับตัวอาจมีสาเหตุแตกต่างกันไป สาเหตุบางประการอาจเนื่องมาจากบุคคลนั้นเองหรือจากสภาพแวดล้อม และเมื่อบุคคลใดบุคคลหนึ่งเผชิญปัญหาไม่ว่าจะเป็นปัญหาที่อาจเกิดขึ้นจากตัวบุคคลนั้นเอง หรือเป็นปัญหาที่เกิดจากสิ่งแวดล้อมโดยทั่วไป บุคคลนั้นก็จะพยายามปรับตัวต่อสภาพที่เป็นปัญหาที่เขากำลังเผชิญอยู่ เพื่อให้สภาวะของความกดดัน ความเครียด ความวุ่นวายใจ หรือความกังวลค่อยๆคลี่คลายลง จนกระทั่งหมดไปในที่สุด อย่างไรก็ตามบุคคลบางคนไม่สามารถขจัดปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นให้หมดสิ้นไปได้ เมื่อเป็นเช่นนี้ สภาวะความวุ่นวายใจ อึดอัดใจ หรือไม่เป็นสุข ก็จะต้องคงมีอยู่ต่อไป และอาจมีผลกระทบให้บุคคลนั้น ต้องสูญเสียความสมดุลในตนเอง ซึ่งอาจก่อให้เกิดความแปรปรวนทางความรู้สึก ความคิด และพฤติกรรม

วารินทร์ สายโอบเอื้อ และสุณีย์ ธีรดากร (2522:159-160) กล่าวถึงสาเหตุที่ทำให้เกิดการปรับตัวว่าอาจเกิดจากสิ่งต่อไปนี้

(1) เกิดจากมนุษย์ไม่สามารถตอบสนองความต้องการพื้นฐานของตนเองได้ ซึ่งอาจเป็นเพราะอุปสรรคที่เนื่องมาจากตนเองหรือผู้อื่น มีผลทำให้บุคคลเกิดความไม่สบายใจหรือคับข้องใจสำหรับความต้องการพื้นฐานของมนุษย์นั้น มาสโลว์ (Maslow.1954:80-92) ได้แบ่งเป็น 5 ขั้นตอนดังนี้

(1.1) ความต้องการทางด้านร่างกาย ได้แก่ ความหิว ความกระหายน้ำ อากาศ การขับถ่ายของเสีย ความต้องการทางเพศ การพักผ่อน ความต้องการในการป้องกันความร้อนหนาว

(1.2) ความต้องการทางด้านความปลอดภัย ได้แก่ ความรู้สึกอบอุ่นมั่นคง การปกป้องคุ้มครองจากผู้อื่น

(1.3) ความต้องการความรักความเป็นเจ้าของ ได้แก่ ความต้องการความรัก ความอบอุ่น การมีส่วนร่วมรับผิดชอบในกิจกรรมต่างๆ ตลอดจนการเข้าร่วมเป็นสมาชิกในหมู่คณะ

(1.4) ความต้องการได้รับการยกย่องนับถือ ได้แก่ ความต้องการชื่อเสียงเกียรติยศ ความร่ำรวย ฐานะทางสังคม การยอมรับนับถือ และการยอมรับทางสังคม

(1.5) ความต้องการสัจจะแห่งตน ได้แก่ การเข้าใจตนเองถ่องแท้ เข้าใจความเป็นจริงของชีวิตและสรรพสิ่งทั้งหลาย ต้องการใช้พลังความสามารถของตนเองให้เต็มที่ เพื่ออุทิศ

ตนเองให้เป็นประโยชน์แก่มวลมนุษยชาติ ซึ่งเป็นความต้องการที่อยู่เหนือความต้องการที่เกี่ยวกับชื่อเสียงเกียรติยศ ความร่ำรวยหรือการกระทำเพื่อตนเอง

(2) เกิดจากความขัดแย้ง ซึ่งความขัดแย้งนี้ หมายถึง ความรู้สึกที่บุคคลไม่สามารถตัดสินใจเลือกกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งตามความต้องการของตนเอง ความขัดแย้งจำแนกเป็น 3 ลักษณะ

(2.1) ความขัดแย้งในทางบวก เป็นความขัดแย้งที่เกิดจากการที่ต้องเลือกเพียงอย่างเดียวในสิ่งที่ตนเองชอบเท่าๆกัน ตั้งแต่ 2-3 อย่างขึ้นไป ยิ่งชอบมากทุกสิ่งทุกอย่างยิ่งต้องเลือกมาก กว่าที่จะเลือกได้ต้องใช้เวลานาน แม้เลือกแล้วยังเสียดายสิ่งที่ไม่สามารถเลือกได้

(2.2) ความขัดแย้งในทางลบ เป็นความขัดแย้งที่เกิดจากการที่ต้องเลือกในสิ่งที่ไม่ชอบ ไม่ถูกใจ ตั้งแต่ 2-3 อย่างขึ้นไป จะไม่เลือกก็แต่เลือกแล้วก็ไม่สบายใจ เพราะสิ่งต่างๆเหล่านั้นบุคคลไม่ชอบ ไม่ถูกใจเลย แต่ต้องเลือกอย่างใดอย่างหนึ่ง

(2.3) ความขัดแย้งในทางบวกและลบ เป็นความขัดแย้งที่เกิดขึ้นในกรณีที่สิ่งต่างๆหรือบุคคลหรือสัตว์ที่ต้องเลือกนั้น มีทั้งถูกใจและไม่ถูกใจในระดับที่เท่าๆกันทั้งหมด ตั้งแต่ 2 อย่างขึ้นไป แต่ต้องเลือกเพียงอย่างเดียว

สุภาพรณ โคตรจรัส (2531: 297-304) กล่าวว่า ปัญหาของการปรับตัวนั้น สามารถแบ่งได้เป็น 3 ประเภท คือ ความคับข้องใจ ความขัดแย้งใจและความกดดัน

(1) ความคับข้องใจ หมายถึง สภาวะทางอารมณ์ที่ไม่พึงพอใจ ไม่สบายใจ เมื่อบุคคลไม่สามารถสนองความต้องการของตนเองได้ อาจเกิดจากการพบอุปสรรค ไม่สามารถไปยังเป้าหมายได้ หรือหาเป้าหมายที่พึงปรารถนาไม่ได้

(2) ความขัดแย้งในใจ เนื่องจากบุคคลมีเป้าหมายในการเลือกเป็นจำนวนมาก และจำเป็นต้องตัดสินใจเลือกเป้าหมาย หรือ เลือกวิถีทางที่จะไปสู่เป้าหมายที่ถูกต้องเหมาะสม เมื่อมีเป้าหมายอย่างน้อยสองอย่างที่มีความขัดแย้งกัน ถ้าเลือกอย่างหนึ่งแล้วจะไม่ได้อีกอย่างหนึ่ง สถานการณ์เช่นนี้ ทำให้บุคคลมีความขัดแย้งในใจ

(3) ความกดดัน ความกดดันเกิดจากการที่บุคคลมีความนึกคิดเกี่ยวกับตนและสิ่งแวดล้อมต่างๆไม่ตรงตามความเป็นจริง มีความคาดหวังที่เป็นไปไม่ได้

สิริชัย ประทีปฉาย (2533:181-182) กล่าวว่า สาเหตุที่ก่อให้เกิดการปรับตัว คือ

(1) แรงขับและความต้องการในชีวิตของบุคคลที่มีความต้องการเป็นพื้นฐาน เช่น ความต้องการทางกายและความต้องการทางจิต ความต้องการทั้งสองนี้ทำให้เกิดแรงขับ เช่น เกิดความหิว เป็นแรงขับให้มนุษย์ดิ้นรนแสวงหาเพื่อสนองความอยากของตน ถ้าเกิดอุปสรรคขัดขวางไม่สามารถสนองความต้องการ ไม่สามารถบำบัดความอยากได้ ร่างกายก็จะแสดงพฤติกรรมออกมาใน

รูปต่างๆ เพื่อให้คลายจากความกระวนกระวาย อันเนื่องมาจากความอยาก พฤติกรรมที่แสดงออกมา เพื่อคลายความทุนทวายนี้ เรียกว่า การปรับตัว

(2) แรงกระตุ้นจากสังคม การเปลี่ยนแปลงทางสังคมอย่างรวดเร็ว หรือการที่สิ่งแวดล้อมเปลี่ยนแปลงไป ทำให้คนมีปัญหาในการปรับตัวให้ทันตามภาวะสังคมที่เปลี่ยนไป เช่น ราคาสิ่งของแพงขึ้น แฟชั่นการแต่งกาย การเป็นอยู่ การคมนาคม ความเจริญทางวัตถุ ต่างก็กระตุ้นให้มนุษย์วิ่งตามตลอดเวลา ต้องตกอยู่ในอิทธิพลของสังคม มีปัญหาให้แก่ตลอดเวลา ถ้าแก้ได้ก็มีความสุข ถ้าแก้ไม่ได้ก็เกิดความคับข้องใจ กระวนกระวายใจ จึงหาทางปรับตัวโดยวิธีการต่างๆ

(3) เจตคติ ความสนใจ จุดมุ่งหมายของชีวิตของตนเองเปลี่ยนแปลงไป จึงจำเป็นต้องปรับพฤติกรรม การปรับตัวแบบนี้จะเกิดก็ต่อเมื่อบุคคลนั้นยอมรับสิ่งที่มาอิทธิพลเหนือกว่าอันสืบเนื่องมาจากสิ่งตรงนั้นกับความต้องการภายในของบุคคลนั้น ตรงกับค่านิยมของเขาตรงกับความต้องการของเขา พฤติกรรมที่เปลี่ยนไปโดยกระบวนการนี้ จะสอดคล้องกับค่านิยมที่เขามีอยู่เดิม

การปรับตัวเป็นเรื่องของการปรับสิ่งที่ยังด้อย (Inferiority) ที่มีอยู่ในตัวให้สมดุลหรือปรับส่วนที่เด่น (Superiority) ให้สมดุลกับสิ่งแวดล้อม การปรับตัวมีทั้งทางกายและจิต เมื่อขัดแย้งแล้ว จะเกิดความคับข้องใจ (Frustration) หรือความกระวนกระวายใจ (Anxiety) จึงทำให้จิตเกิดการปรับตัวขึ้น (กันยา สุวรรณแสง.2536:50-51)

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า ปัญหาการปรับตัวนั้น มีสาเหตุมาจากตัวเรา และสิ่งแวดล้อม เพื่อจะสนองความต้องการเบื้องต้น ได้แก่ ความต้องการทางร่างกาย ความต้องการทางจิตใจและความต้องการทางสังคม เมื่อพบกับอุปสรรคที่ไม่อาจสนองความต้องการของตนเองได้ จึงทำให้เกิดความคับข้องใจ และเมื่อบุคคลเกิดความขัดแย้งไม่สามารถตัดสินใจในเรื่องนั้นๆ ได้ จึงต้องมีการปรับตัวเพื่อให้เกิดความสบายใจขึ้น

1.1.5 ลักษณะการปรับตัว

ทอร์ปและคนอื่นๆ (ออร์พินท์ ชูชม และอัจฉรา สุชากรมณ.2532:8; อ้างอิงจาก Thorpe and others.1955) ได้จำแนก การปรับตัวของบุคคลออกเป็น 2 ลักษณะ คือ การปรับตัวเอง และการปรับทางสังคม ซึ่งมีลักษณะดังนี้

(1) การปรับตัวเอง (Self Adjustment) ได้แก่ การที่บุคคลจะปรับตัวเองได้ดี ต้องมีลักษณะ ดังนี้

(1.1) ความเป็นตัวของตัวเอง (Self Reliance) หมายถึง การที่บุคคลทำอะไรได้ด้วยตนเอง ไม่พึ่งพิงผู้อื่น มีความมั่นคงทางอารมณ์และรับผิดชอบต่อการกระทำของตนเอง

(1.2) การมองเห็นคุณค่าของตนเอง (Sense of Personal Worth)

หมายถึง การที่บุคคลเป็นที่ยอมรับของผู้อื่น ผู้อื่นเชื่อใจในความสามารถของเขา มีความรู้สึกกว่าตนเองมีคุณค่า มีความพอใจและเชื่อมั่นในความสามารถและมีเหตุผล

(1.3) ความรู้สึกเป็นอิสระของตนเอง (Sense of Personal Freedom)

หมายถึง การที่บุคคลพอใจในอิสรภาพ มีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นอย่างมีเหตุผล ตัดสินใจในการกระทำและวางแผนชีวิตของตนเอง รวมทั้งมีเสรีภาพในการคบเพื่อนและการใช้จ่าย

(1.4) ความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม (Feeling of Belonging) หมายถึง

การที่บุคคลได้รับความรักและความอบอุ่นในครอบครัว ในหมู่เพื่อนฝูง จึงทำให้มีความภาคภูมิใจในบ้าน หรือโรงเรียน เป็นต้น

(1.5) ความรู้สึกมีแนวโน้มที่จะถอยหนี (Non-Withdrawing Tendencies)

(1.6) ความรู้สึกมีอาการทางประสาท (Non-nervous Symptom)

(2) การปรับตัวทางสังคม (Social Adjustment) ได้แก่ การที่บุคคลจะปรับตัวเข้ากับสังคมได้ดี ต้องประกอบด้วยลักษณะดังนี้

(2.1) ปทัสฐานทางสังคม(Social Standards) หมายถึง การที่บุคคลมีความเคารพในสิทธิของผู้อื่น เห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม บุคคลประเภทนี้จะเข้าใจความถูกต้องของสังคม

(2.2) ทักษะทางสังคม (Social Skill) หมายถึง การที่บุคคลปรับตัวเข้ากับเพื่อนและคนแปลกหน้า เป็นที่ชื่นชอบของผู้อื่น และมีความสนใจปัญหาต่างๆและสนใจกิจกรรมต่างๆ

(2.3) แนวโน้มทางสังคม (Social Tendencies) หมายถึง การที่บุคคลปรับตัวเข้ากับสถานการณ์หรือสภาพที่เปลี่ยนแปลงไปของสังคม

(2.4) ความสัมพันธ์ในครอบครัว (Family Relation) หมายถึง การที่บุคคลรู้สึกว่าได้รับความรัก การดูแลอย่างดีจากครอบครัว มีความอบอุ่น ปลอดภัย และมั่นใจตนเองในความสัมพันธ์กับบุคคลในครอบครัว

(2.5) ความสัมพันธ์ในโรงเรียน (School Relation) หมายถึง การที่บุคคลรู้สึกว่าได้รับความรักจากครู มีความสุขในการอยู่ร่วมกับเพื่อน นักเรียนรู้สึกว่างานที่ได้รับมอบหมายมีความเหมาะสม มีความสนใจและต้องการที่จะเรียนรู้

(2.6) ความสัมพันธ์กับชุมชน (Community Relation) หมายถึง การที่บุคคลเข้ากับเพื่อนบ้านได้อย่างมีความสุข มีส่วนร่วมในการปรับปรุงชุมชนตนเอง เข้าสมาคมกับคนแปลกหน้าได้ มีความพอใจในกฎเกณฑ์และสวัสดิภาพของชุมชน

ลาซารัส (จงกล หงสุรพันธ์.2534:12; อ้างอิงจาก Lazarus.1969) กล่าวว่า การปรับตัวของมนุษย์เป็นไปตามแรงผลักดัน 2 อย่าง คือ

(1) แรงผลักดันภายนอก (External Demands) เกิดจากการที่มนุษย์ต้องอยู่ท่ามกลางสิ่งแวดล้อม การที่มนุษย์ต้องอยู่ร่วมกันและต้องผูกพันกับผู้อื่น ดังนั้น คนจึงต้องปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมและสังคม ซึ่งเริ่มตั้งแต่วัยเด็กจนถึงวัยผู้ใหญ่

(2) แรงผลักดันภายใน (Internal Demands) อันได้แก่ ความต้องการอาหาร น้ำ และ ความอบอุ่น เพื่อให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ด้วยความสะดวกสบายและอีกส่วนหนึ่ง เกิดจากสภาวะทางจิต ซึ่งเป็นผลของการเรียนรู้ เช่น ความต้องการ ความอบอุ่นทางใจ ความต้องการเป็นที่ยอมรับทางสังคม และความต้องการความสำเร็จ

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า การปรับตัวของมนุษย์เป็นไป 2 ลักษณะคือ แรงผลักดันภายนอกและแรงผลักดันภายใน แรงผลักดันภายนอกคือการที่มนุษย์ต้องอยู่ร่วมกันและต้องผูกพันกับผู้อื่น มีความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม มีทักษะทางสังคม แรงผลักดันภายใน คือผลของการเรียนรู้ เช่น ความต้องการ ความอบอุ่นทางใจ ความต้องการเป็นที่ยอมรับทางสังคมและความต้องการความสำเร็จ

1.1.6 ลักษณะการปรับตัวที่ดี

บุคคลที่สามารถปรับตัวได้ดีมิใช่ผู้ที่ปราศจากปัญหา แต่เป็นผู้กล้าเผชิญปัญหา อุปสรรคและความยุ่งยากในใจในชีวิตอย่างมีสติ และไม่หวาดหวั่น ตลอดจนเป็นผู้ที่มีความพร้อมจะเผชิญทั้งความสุข ความทุกข์ในชีวิต บางครั้งแม้ต้องประสบชะตากรรมที่ยังความผิดหวังและล้มเหลวแก่ชีวิต การปรับตัวที่ดีจะทำให้บุคคลมีความเข้าใจตนเอง และเข้าใจบุคลิกภาพของตนเอง รู้จักตนเอง รู้จักคุณภาพ ความสามารถ แรงบันดาลใจและทัศนคติที่ดีต่อตนเอง ตลอดจนเข้าใจสัมพันธ์ภาพที่มีต่อบุคคลอื่นและไม่มีความตึงเครียด

มนูญ ตนะวัฒนา (2526 :141-143) ได้กล่าวถึงลักษณะของคนที่ปรับตัวได้ดีไว้ดังนี้

(1) มีความรู้เกี่ยวกับตนเอง ผู้ที่ปรับตัวได้ดี คือ ผู้ที่รู้ถึงพลังจิต แรงจูงใจ ความปรารถนา ความทะเยอทะยาน ความรู้สึก ความสามารถ และอารมณ์ต่างๆของตนเอง นั่นคือจะต้องเข้าใจทุกสิ่งทุกอย่างเกี่ยวกับตนเองได้ทั้งพฤติกรรมและความรู้สึกของตนเอง

(2) ความรู้สึกว่าตนเองเป็นคนมีค่าประกอบด้วยความรู้สึกที่ดีต่อตนเองและความสามารถที่จะทำหน้าที่แก่สังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ

(3) ความรู้สึกมั่นคงอบอุ่น คนที่ปรับตัวได้ดี มีความรู้สึกว่าได้รับการยอมรับว่าเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และที่สำคัญที่สุดคืออิสระในการแสดงออกต่อสถานการณ์ทางสังคมที่แตกต่างกัน

(4) ความสามารถในการรับและให้ความรัก หมายถึง ความสามารถที่จะสร้างความสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ ได้อย่างน่าพอใจ คนที่ปรับตัวได้ดี จะรู้สึกถึงความต้องการของคนอื่น ๆ นั่นคือสามารถล่วงรู้ถึงความรู้สึกของคนอื่น ๆ และรักษาสัมพันธ์ที่มีทั้งการให้และการรับไว้ได้

(5) ความพอใจต่อความปรารถนาทางกาย คนที่ปรับตัวได้ดีจะมีเจตคติต่อการทำงานของร่างกายของตนอย่างสมบูรณ์ ไม่หมกมุ่นครุ่นคิดวิตกกังวล

(6) ความสามารถที่จะเป็นผู้ผลิตและมีความสุข สามารถใช้ความสามารถด้านต่างๆ ในการทำงานหรือความสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ ได้อย่างดีและกว้างขวาง มีความสนุกและกระตือรือร้น

(7) ปราศจากความตึงเครียด คนที่ปรับตัวไม่ได้ จะมีความทุกข์ที่เกิดจากความวิตกกังวลและความตึงเครียด ซึ่งมีผลสะท้อนให้เกิดอาการอื่นๆตามมา

นอกจากนี้ นิภา นิธยาน (2530:155-157) ได้กล่าวถึง เด็กวัยรุ่นที่ประสบความสำเร็จในการปรับตัวว่า ทำให้เกิดลักษณะของสุขภาพจิตที่ดี ดังนี้

(1) มีความเชื่อมั่นและความรู้สึกมั่นคง อันก่อให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง ไม่มีปมด้อย ไม่กลัวเกรงตำแหน่ง ความยิ่งใหญ่ หรือความก้าวร้าวรุกรานของผู้ใด ขณะเดียวกันก็รู้จักยอมรับความสามารถและความสำเร็จของผู้อื่นที่เหนือกว่าตน มีความปรารถนาดีต่อผู้อื่นด้วยความจริงใจ กล้าเผชิญชีวิต ไม่ท้อแท้ต่ออุปสรรค

(2) มีลักษณะอบอุ่นเป็นมิตร มีลักษณะนิสัยน่ารัก เมตตากรุณาต่อผู้อื่นด้วยน้ำใสใจจริง กล้าเผชิญชีวิต ไม่หวังผลตอบแทน ไม่เห็นแก่ตัว เกรงใจ และคำนึงถึงจิตใจของผู้อื่น

(3) มีความรู้สึกตระหนักในคุณค่าของภาระหน้าที่ที่ปฏิบัติ การดำเนินชีวิต แต่ละวัน ดำเนินไปอย่างมีคุณค่าและไม่น่าเบื่อหน่าย

(4) พร้อมที่จะรับประสบการณ์ใหม่ๆ และสนใจกิจกรรมรอบตัว มีความสุขกับสิ่งต่างๆ ตามความถนัดและความสนใจของตน เช่น การเล่นกีฬา การเล่นดนตรี และการเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ

(5) รู้จักรักษานามมาย และสุขภาพร่างกายอยู่เสมอ ทั้งในการกิน การนอน การออกกำลังกาย

(6) มีความกล้าที่จะเผชิญกับความจริงในชีวิต กล้าที่จะเผชิญความจริงเกี่ยวกับสภาพของตนเองที่จะนำความทุกข์ใจมาให้ เช่น ความล้มเหลว และความผิดพลาดในชีวิต โยไม่หาทางออกด้วยการกล่าวโทษผู้อื่น หรือกลบเกลื่อนข้อบกพร่องของตนเอง ด้วยวิธีการปรับตัวแบบต่างๆ

(7) มีจิตใจหนักแน่นมั่นคง ไม่ท้อแท้และไม่หวาดหวั่น พร้อมที่จะแก้ไข้ปัญหา และอุปสรรคต่างๆที่เกิดขึ้นอย่างเต็มกำลังความสามารถ

(8) ความสามารถในการปรับตัวได้ดี เข้ากับสิ่งแวดล้อมทางครอบครัวและสังคม ได้ง่าย มีใจกว้างพอที่จะรับฟังความคิดเห็นและข้อโต้แย้งของผู้อื่น ในเวลาเดียวกันก็เป็นผู้ยึดมั่นในหลักการที่ดีมีมาตรฐานการประพฤติปฏิบัติสูง และยึดถือค่านิยมที่ดีงาม

(9) มีอารมณ์ซึ่งช่วยส่งเสริม แทนที่จะขัดขวางสวัสดิภาพของชีวิต ไม่มีอารมณ์

เกลียดเคียดแค้น หรืออิจฉาริษยา รู้จักที่จะยับยั้งหรือควบคุมอารมณ์ได้ มีอารมณ์รักใคร่และเป็นมิตรกับเพศตรงข้ามได้ดีด้วยดี

(10) ปราศจากนิสัยในทางจิตที่กระทบกระเทือนบุคลิกภาพ ไม่หลงโทษตัวเองเมื่อกระทำผิด แต่จะจดจำประสบการณ์ไว้เป็นบทเรียนที่มีค่า ไม่หวาดระแวงสงสัยผู้อื่น ไม่หยุ่มหยมในเรื่องเล็กน้อย ไร้สาระ ไม่เคร่งครัดและวิตกกังวลจนเกินเหตุ

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่าลักษณะการปรับตัวที่ดีคือเป็นผู้กล้าเผชิญปัญหา อุปสรรคและความยุ่งยากในใจในชีวิตอย่างมีสติ และไม่หวาดหวั่น ตลอดจนเป็นผู้ที่มีความพร้อมจะเผชิญทั้งความสุข ความทุกข์ในชีวิต บางครั้งแม้ต้องประสบชะตากรรมที่ยังความผิดหวังและล้มเหลวแก่ชีวิต การปรับตัวที่ดีจะทำให้บุคคลมีความเข้าใจตนเอง และเข้าใจบุคลิกภาพของตนเอง รู้จักตนเอง มีความรู้สึกตระหนักในคุณค่าของภาระหน้าที่ที่ปฏิบัติ มีทัศนคติที่ดีต่อตนเอง พร้อมทั้งจะรับประสบการณ์ใหม่ๆ และสนใจกิจกรรมรอบตัว รู้จักรักษาอนามัย และสุขภาพร่างกายอยู่เสมอ มีความสามารถในการปรับตัวได้ดี เข้ากับสิ่งแวดล้อมทางครอบครัวและสังคมได้ง่าย

1.1.7 ลักษณะการปรับตัวที่ไม่ดี

รอลเจอร์ส (ดวงแข วิทยาสุนทรวงศ์.2541: อ้างอิงจาก Rogers.1962) ได้แบ่งลักษณะของวัยรุ่นที่มีการปรับตัวทางสังคมที่เป็นปัญหาไว้ดังนี้ คือ

(1) วัยรุ่นที่ไม่ค่อยสนใจจะร่วมอยู่ในกลุ่ม เช่น วัยรุ่นที่มีวุฒิภาวะเร็วมักจะไม่ค่อยสนใจกิจกรรมของเพื่อนรุ่นเดียวกัน บางครั้งมักจะกลัวความตรงไปตรงมาของเพื่อนๆ จึงทำให้ต้องหลีกเลี่ยงหนีไป บางครั้งมีความรู้สึกที่เพื่อนซึ่งซึ่งตนเองไม่มีความสุข จะมีความทุกข์ใจ เพราะการขาดความเป็นส่วนหนึ่งของสังคม

(2) วัยรุ่นที่สังคมเมินเฉย พวกนี้จะขาดแรงกระตุ้นให้มีส่วนร่วมในกลุ่ม การสร้างสรรค์ทางสังคมอาจเพิ่มขึ้นถ้าเขาได้ทำงานร่วมกับกลุ่มเล็กๆ โดยให้มีตำแหน่งเล็กๆ น้อยๆ ในการรับผิดชอบงานและสร้างให้เขามีความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งจะทำให้มีทักษะทางสังคมที่สูงขึ้นจนเพียงพอที่จะเข้ากับสถานการณ์ได้

(3) วัยรุ่นที่สังคมชิงชัง พวกนี้ต้องการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มที่ถูกขัดขวาง เพราะเขาไม่รู้ว่าจะไปเกี่ยวข้องกับผู้อื่นได้อย่างไร เพราะขาดคุณสมบัติที่จำเป็น หรือขาดทักษะในทางสังคมที่จะทำให้เขาประสบความสำเร็จ

จากลักษณะการปรับตัวดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า ลักษณะของบุคคลที่ปรับตัวได้ไม่ดีจะเป็นคนที่ไม่ค่อยสนใจจะร่วมอยู่ในกลุ่ม ขาดแรงกระตุ้นให้มีส่วนร่วมในกลุ่ม มีความรู้สึกนึกคิดและมีพฤติกรรมที่เพื่อนชิงชัง ขาดความเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ดังนั้นการสร้างสรรค์ทางสังคมอาจทำให้

เขาได้ทำงานร่วมกับกลุ่มเล็กๆโดยให้มีตำแหน่งเล็กๆน้อยๆในการรับผิดชอบงานและสร้างให้เขามีความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งจะทำให้มีทักษะทางสังคมที่สูงขึ้น

1.1.8 ความหมายของการใช้ชีวิต

จากการศึกษาตำรา เอกสารและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการใช้ชีวิต (Lifestyle) ผู้วิจัยพบว่ามีการใช้คำที่มีความหมายใกล้เคียงกับคำว่าการใช้ชีวิต ได้แก่ คำว่า แบบแผนชีวิต การดำเนินชีวิต แบบแผนการดำเนินชีวิต วิธีทางการดำเนินชีวิต รูปแบบชีวิต ซึ่งได้มีผู้ให้ความหมายไว้ดังนี้

อุทุมพร จามรมาน (2528:29) กล่าวว่า แบบแผนการดำเนินชีวิตเป็นลักษณะทางจิตและสังคมซึ่งคนที่อาศัยอยู่ในชุมชนนั้นประพฤติปฏิบัติและเป็นพฤติกรรมทั้งหลายที่บุคคลสามารถควบคุมได้ อาจจะมีมากหรือน้อย รวมไปถึงการกระทำต่างๆที่มีผลเกี่ยวกับปัจจัยเสี่ยงต่อสุขภาพของคนคนนั้น

วีรสิทธิ์ สิทธิไตรย์และโยธิน แสงดี (2530:268) กล่าวว่าไว้ว่า รูปแบบชีวิตหมายถึงชีวิตความเป็นอยู่ การได้รับการเอาใจใส่ดูแลและความสะดวกสบายในการอยู่อาศัย การรักษาพยาบาล การดำรงอยู่ด้วยสถานะทางการเงิน การดำรงชีวิตด้วยการประกอบอาชีพและการปรับตัวต่อสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลง

รัชนี ฝนทองมงคล (2538:13) ได้ให้ความหมายของการดำเนินชีวิตไว้ว่า หมายถึง วิธี การดำรงชีพ การดำเนินชีวิตประจำวันโดยมีเป้าหมาย

สัญญา สัญญาวิวัฒน์ (2543:40) กล่าวว่าไว้ว่า การดำเนินชีวิต หมายถึง ชีวิตตั้งแต่เด็กจนตาย มีการศึกษาหาความรู้ การเล่น การทำงาน การพักผ่อนหย่อนใจ และการรอความตาย

โอไบรอน (O Brien.1982:39-40) ได้ให้ความหมายของแบบแผนชีวิต ไว้ว่า หมายถึงนิสัยที่ประพฤติในการดำรงชีวิต เช่น การออกกำลังกาย การรับประทานอาหาร การดูแลสุขภาพ การประกอบอาชีพและการช่วยเหลือสังคม

องค์การอนามัยโลก (WHO.1986 :118) กล่าวว่าไว้ว่า รูปแบบชีวิต หมายถึง แบบแผนของการแสดงพฤติกรรมของบุคคลซึ่งไปตรงสภาพสังคม เศรษฐกิจ และความสามารถในการเลือกแสดงพฤติกรรมนั้น

จากความหมายดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า การใช้ชีวิต (Lifestyle) หมายถึง ชีวิตความเป็นอยู่ วิธีการดำรงชีพ หรือกิจกรรมการดำเนินชีวิตของบุคคลในชีวิตประจำวันโดยมีเป้าหมาย เป็นแบบแผนของการแสดงพฤติกรรมของบุคคลซึ่งตรงกับสภาพสังคม เศรษฐกิจและความสามารถในการเลือกแสดงพฤติกรรม รวมถึงมีการศึกษาหาความรู้ การเล่น การทำงาน การประกอบอาชีพ และการปรับตัวต่อสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลง

1.1.9 หลักในการใช้ชีวิต

ได้มีผู้ให้แนวทางไว้หลากหลาย ดังต่อไปนี้

สัญญา ธรรมศักดิ์ (2533:49-52) ได้กล่าวถึงหลักในการดำเนินชีวิตไว้ 5 ประการ คือ ด้านศีลธรรม ด้านสุขภาพ ด้านการงาน ด้านการเงิน และด้านการสมาคม ส่วนประเวศ ะสี (2538:19-24) ได้กล่าวถึง การดำรงชีวิตที่มีคุณค่าหรือมีวิถีที่ถูกต้อง ทุกคนควรจะพัฒนาศักยภาพของตนเอง โดยการดำรงชีวิตที่มีคุณค่า 5 ประการ คือ เบญจวิถี ดังนี้

(1) ปลุกมโนสำนึกแห่งความเป็นมนุษย์ จุดเริ่มต้นของการดำรงชีวิตอย่างมีคุณค่าอยู่ที่การปลุกมโนสำนึกแห่งความเป็นมนุษย์ของตนเองให้ตระหนักรู้ว่า เรามีศักยภาพที่จะเรียนรู้ที่จะรัก และที่จะเป็นอิสระ คือ พ้นจากความบีบคั้นได้ มโนสำนึกทำให้เกิดพลังอำนาจแห่งเจตจำนง พลังนี้ก่อให้เกิดพลังชีวิต ช่วยให้ชีวิตดำรงอยู่ได้และมีความสำเร็จ

(2) สัมผัสเพื่อนมนุษย์และธรรมชาติ ในสังคมสมัยใหม่ ชีวิตและการทำงานของบุคคลอยู่กับความเท่าเทียม ทำให้แปลกแยกจากธรรมชาติและเพื่อนมนุษย์ ชีวิตมนุษย์ที่แปลกแยกจากธรรมชาติและจากเพื่อนมนุษย์ทำให้เกิดปัญหาทางจิต สังคมและปัญญา อันเป็นต้นเหตุแห่งปัญญาต่างๆเป็นอันมาก ในสังคมปัจจุบันชีวิตที่จะมีคุณค่าต้องพยายามให้สัมผัสกับธรรมชาติและสัมผัสกับชีวิตเพื่อนมนุษย์ไว้เสมอๆเพื่อพัฒนาจิตใจให้ละเอียดอ่อนและพัฒนาทางจิตวิญญาณให้สูงขึ้น ซึ่งจะทำให้ชีวิตมีคุณค่ายิ่งขึ้น

(3) ขยายความรักเพื่อนมนุษย์และความรักธรรมชาติออกไปอย่างกว้างขวาง โดยปราศจากเงื่อนไขทางลัทธิ อุดมการณ์หรือชนชั้นใดๆ ให้จิตใจเต็มไปด้วยมิตรไมตรีและเอื้ออาทรต่อสรรพสิ่งทั้งหลาย มีความรักสากล เมื่อทำได้ดังนี้มากขึ้นเรื่อยๆจิตใจจะสงบ ประสบความงาม ความสุข และอิสรภาพ ทำให้อยู่ในฐานะจะเรียนรู้จากทุกสิ่งทุกอย่าง ทุกสถานการณ์ตามความเป็นจริง ตามปกติมนุษย์เรียนรู้ได้ยาก เพราะมัวไปข้องติดอยู่กับอารมณ์ แต่เมื่อมีความรักสากลเรียนรู้แล้ว เรียนรู้ได้จากคนทุกคนและจากทุกสถานการณ์ จะทำให้มีศักยภาพมาก บุคคลเรียนรู้แต่ละคน มีศักยภาพและกระทบต่อสังคมมาก

(4) รวมกลุ่มให้เกิดความเป็นชุมชน การรวมกลุ่มของบุคคลจำนวนหนึ่งที่มีวัตถุประสงค์ร่วมกันมีความเอื้ออาทรต่อกัน มีการเรียนรู้และการกระทำร่วมกัน และมีองค์กรจัดการ จะเกิดความอบอุ่นและความสุขอย่างท่วมท้น มีพลังการเรียนรู้และพลังสร้างสรรค์สูงมาก เมื่อเกิดสภาพดังกล่าวขึ้นเรียกว่า มีความเป็นชุมชน เมื่อมีความเป็นชุมชนและเครือข่ายชุมชน จะทำให้แก้ปัญหาได้ทุกชนิด

(5) การเป็นบุคคลเรียนรู้ ในยุคสมัยแห่งความซับซ้อนและความเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว คนทุกคนต้องเป็นบุคคลเรียนรู้และมีกระบวนการเรียนรู้เหมาะสม สามารถเรียนรู้ได้จากทุกคน

และทุกสถานการณ์ การรู้อะไรแจ่มแจ้งทำให้เกิดความสุข เพราะทำให้เกิดอิสรภาพหรือการหลุดพ้น จากความไม่รู้ ความไม่รู้ทำให้เกิดความบีบคั้น การเรียนรู้ที่ถูกต้องทำให้รู้ความจริงเกี่ยวกับธรรมชาติ มนุษย์และสังคมทั้งทางวัตถุธรรมและนามธรรม รวมไปถึงจนถึงทางวิญญาณ การรู้ความจริงทำให้มี ศักยภาพสังคมเรียนรู้ และบุคคลจะต้องเป็นบุคคลเรียนรู้ การเรียนรู้ทำให้ชีวิตมีคุณค่ายิ่ง

ทางด้านโสภณ สุภาพงษ์ (2542:13-15) ได้กล่าวถึงวิธีการใช้ชีวิต โดยแบ่งเป็น 6 ระดับ ดังนี้ คือ

(1) การใช้ชีวิตตามความหวาดกลัว การตัดสินใจในชีวิตของบุคคลมักอยู่ด้วยสิ่งนี้ การใช้ชีวิตในระดับนี้ไม่สนใจเรื่องถูกต้อง แต่สนใจแต่เรื่องถูกใจ คิดแต่ความหวาดกลัว

(2) การใช้ชีวิตตามกตিকা ในสังคมเราจะใช้กตিকাในการดำเนินชีวิต โดยกตিকাหลักๆ ที่เราใช้จะเกี่ยวข้องใน 3 ด้าน คือ เงิน วิชาและกฎหมาย ด้านเงิน-เศรษฐศาสตร์ เราจะคำนึงถึงความ คุ่ม ถึงกำไร เรามักจะตั้งคำถามว่าได้เงินไหม ความคุ้มและกำไรเป็นเหตุผล หลักในการตัดสินใจ เช่น เรื่องเวลา ปัจจุบันนี้เรามักคิดกันว่าทุกเวลาที่ไม่ได้เงิน เป็นการเสียเวลาเปล่าประโยชน์ เวลาที่จะอยู่ ดูแลบ้าน ดูแลครอบครัว เวลาที่จะได้พบปะเพื่อนฝูง หรือออกดูลูก เรียบอกว่าเสียเวลาเพราะไม่ได้ ผลตอบแทนแก่เราเป็นตัวเงิน ด้านวิชาการตัดสินใจ ทำสิ่งใด อาศัยว่าได้เรียนมาอย่างไร เรียนรู้มา อย่างไรก็ทำไปอย่างนั้น ด้านกฎหมาย สิ่งนี้ทุกคนต้องดำเนินชีวิตเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับกฎหมาย ดำเนิน ชีวิตไปตามกฎเกณฑ์ที่กฎหมายกำหนดไว้ แต่กฎหมายก็ไม่ได้หมายความว่าทำให้ยุติธรรมหรือเที่ยง ธรรม แต่ทำให้ยุติ ขึ้นอยู่กับว่าใครเป็นผู้เขียนกฎหมาย เขียนเพื่อเป็นประโยชน์สำหรับใครและใครเป็น ผู้ใช้

(3) การใช้ชีวิตตามสำนึกที่ดี ส่วนใหญ่แล้วเราใช้ชีวิตในระดับสำนึกที่ดี แต่บางที่เราก็ ท้อแท้ว่าทำดีแล้วไม่ได้ดีเพราะเราทำดีแล้วเราหวังว่าเราควรจะได้อะไรตอบแทน ที่ไม่ได้ก็ผิดหวัง แต่ เมื่อเราได้พบเห็นคนที่เขาทุกข์ยากลำบากกว่าเรา เราเองก็อาจจะรู้สึกว่าเขาดีเท่าไรแล้วที่เราได้ทำดี ได้ใช้ชีวิตที่ดี

(4) การใช้ชีวิตตามความจริง เราควรใช้ชีวิตอยู่กับความจริงที่เป็นจริง ไม่ใช่ความจริง ที่เราอยากเห็น อยู่กับความจริงที่เป็นจริงๆคาดหวังให้ตรงกับความเป็นจริง แต่ต้องระวังอย่าให้กระทบ ใจเรามากจนเกิดความหมองหวังท้อแท้ แล้วเราจะเกิดกำลังใจ มีความแจ่มใส ทำให้เราประเมิน สถานการณ์ได้ ความจริงไม่ใช่สิ่งที่เราต้องค้นหา ขอเพียงเราอย่าใส่ความไม่จริงลงไป แรงแบบดาลใจจะ เกิดขึ้นตรงนี้ ถ้าเราใช้ชีวิตอย่างไม่เข้าใจความจริง เราก็จะใช้ชีวิตไปตามแรงจูงใจเท่านั้น เช่น แรงจูงใจ ด้วยอุดมคติ แรงจูงใจด้วยความคาดหวังซึ่งเสี่ยงต่อความพลาด ผิดหวัง ท้อแท้ และเสียใจ ทำให้เกิด ความทุกข์ใจมาก

(5) การใช้ชีวิตด้วยความว่าง เมื่อเราเริ่มมองเห็นสิ่งต่างๆ ที่ตกลงตรงหน้าเรา เห็นว่าสิ่งทั้งหลายมันเปลี่ยนแปลงและมีวันตาย เห็นความจริงว่าแท้จริงมันสุขๆ ทุกๆ เมื่อเจอความทุกข์เราก็สามารถเผชิญหน้ากับมันได้ และมีความหวังว่าจะได้พบกับความสุข หากทำได้เช่นนี้ เมื่อเผชิญหน้ากับปัญหาเราก็จะเห็นว่าเป็นเรื่องปกติ เพราะเป็นธรรมชาติที่ชีวิตต้องเจอ

(6) ชีวิตที่หลุดพ้น เป็นชีวิตที่แข็งแรงมาก ไม่อยู่ภายใต้อิทธิพลของความอยาก ความต้องการที่เกินจำเป็นใดๆ มองเห็นชีวิตตามความเป็นจริง เลือกใช้ชีวิตแต่ในสิ่งที่เป็นสาระ

โดยส่วนมากแล้วบุคคลจะใช้ชีวิตอยู่ในช่วงที่หนึ่งถึงช่วงที่สี่ แต่จะเน้นหนักไปที่ช่วงใดมากนั้น แล้วแต่บุคคลที่ได้รับการอบรมและสั่งสมประสบการณ์ชีวิตมา นอกจากนี้ สัจญา สัจญาวิวัฒน์ (2543:41-42) ได้กล่าวถึงการดำเนินชีวิตที่จะดำรงคุณค่าหรือเพิ่มคุณค่า ควรยึดแนวปฏิบัติดังนี้

- (1) สร้างสมดุลทางกายภาพ คือ การทำให้ร่างกายแข็งแรง สุขภาพกายดี
- (2) สร้างสมดุลทางจิต คือ การทำให้จิตมีความมั่นคง สุขภาพจิตดี
- (3) สร้างสมดุลทางสังคม คือ การทำให้ครอบครัวมีความอบอุ่น กลุ่มเพื่อนมั่นคง
- (4) สร้างความสมดุลทางเศรษฐกิจ คือ การทำให้ฐานะทางเศรษฐกิจมั่นคง
- (5) สร้างสมดุลทางจิตวิญญาณ คือ การมีคุณธรรมจริยธรรม ทำประโยชน์ตนพร้อมๆ ไปด้วยกับประโยชน์ท่านด้วย
- (6) ส่งเสริมสมดุลทางธรรมชาติ คือ การทำให้ธรรมชาติคงความหลากหลาย สามารถรักษาความสมดุลในระบบนิเวศ

รวมทั้งคັນสึนีย์ ฉัตรคุปต์และคณะ (2544:91-92) ได้แนะนำหลักการดำเนินชีวิตที่จะเพิ่มความสุขในชีวิต ไว้ดังนี้

- (1) นิ่งสมาธิ สวดมนต์ หรือฝึกโยคะ
- (2) เพิ่มพลังให้แก่ตัวเอง โดยการทำอะไรที่ไม่มีกฎเกณฑ์แน่นอนเพียงแต่ทำในสิ่งที่ทำให้ตัวเองรู้สึกสบาย ไม่เครียด และไม่ทำให้ตัวเองและผู้อื่นเดือดร้อน
- (3) หากิจกรรมที่ชอบเพื่อที่จะลดความเครียด
- (4) อาจจะต้องเปลี่ยนไปรับประทานอาหารประเภทที่มีไขมันต่ำ
- (5) เข้านอนให้เป็นเวลา และตื่นนอนให้เป็นเวลา
- (6) ควรรับแสงแดดในช่วงเช้า เพราะแสงแดดยามเช้าจะเพิ่มระดับของเมลาโตนินในเลือด ทำให้นอนหลับได้ดีในตอนกลางคืน แต่อย่าถูกแดดจัดในเวลากลางวัน
- (7) รับประทานอาหารให้ได้สมดุลของโปรตีน ไขมัน และคาร์โบไฮเดรตในแต่ละมื้อ
- (8) รับประทานวิตามินเพื่อช่วยลดความเครียดได้

(9) เกล็ดแร่ต่างๆก็มีประโยชน์ เช่น แมกนีเซียม สังกะสี ทองแดง แมงกานีสและธาตุเหล็ก

(10) ทำให้ร่างกายเย็นสบาย จะเห็นว่าถ้าหากอากาศเย็น คนจะรู้สึกผ่อนคลาย แต่ถ้าอากาศร้อนจัดเกินไปก็จะทำให้หงุดหงิด

(11) ออกกำลังกายให้สม่ำเสมอ เพราะการออกกำลังกายจะเพิ่มระดับเซโรโทนินและโดปามีนที่เป็นสารที่ทำให้มีความสุข ซึ่งจะมีผลต่อระบบต่างๆในร่างกาย จะเห็นว่าการออกกำลังกายมีประโยชน์ทั้งสุขภาพของร่างกายและจิตใจ อย่างน้อยควรออกกำลังกายประมาณ 20 นาทีต่อวัน เช่น การเดิน กระโดดเชือก เต้นแอโรบิค

(12) อากาศบริสุทธิ์มีความสำคัญ อากาศที่มีประจุไฟฟ้าลบมาก จะช่วยเพิ่มความสุข เช่น อากาศบริสุทธิ์ที่ยืนอยู่ชายหาด ริมทะเล ใกล้น้ำตก ซึ่งตรงข้ามกับอากาศที่มีประจุไฟฟ้าบวกมาก ได้แก่ อากาศที่เป็นลมร้อนๆแห้งๆ พัดผ่านทะเลทราย ซึ่งจะทำให้รู้สึกหงุดหงิด อารมณ์เสียและอาจจะก้าวร้าวรุนแรง

ส่วนเกสรา สุขสว่าง (2543:101-103) ยังได้กล่าวว่า การดำเนินชีวิตประจำวันของมนุษย์และดำรงตนอย่างมีสติพร้อมๆกับการปฏิบัติตามแนวทางคำสอนในพระพุทธศาสนา แนวทางสำคัญดังกล่าว ได้แก่ รู้จักเหตุ รู้จักผล รู้จักตน รู้จักประมาณ รู้จักกาล รู้จักชุมชน และรู้จักเลือกบุคคล

ฮอลล์ (Hall.1972:36-37) ได้กล่าวถึง การดำเนินชีวิตไว้ดังนี้

(1) ด้านสุขภาพ หมายถึง การดูแลตนเองด้านสุขภาพ เช่น การออกกำลังกาย การพักผ่อน การดูแลรักษาอาการเจ็บป่วย

(2) ด้านอาชีพ หมายถึง การประกอบอาชีพหลักเพื่อการมีรายได้ในการดำรงชีวิต

(3) ด้านการศึกษา หมายถึง การได้รับการศึกษาในระบบโรงเรียน การเข้ารับการอบรม ตลอดจนการสนใจศึกษาหาความรู้

(4) ด้านที่อยู่อาศัย หมายถึง ลักษณะที่อยู่อาศัย วัสดุที่ใช้ในการก่อสร้างที่อยู่อาศัย ตลอดจนสถานภาพการอาศัย

(5) ด้านกิจกรรม หมายถึง การทำกิจกรรมในยามว่าง เช่น การเข้าสังคม งานอดิเรก

(6) ด้านศาสนา หมายถึง ศาสนาที่ตนนับถือเป็นศาสนาประจำตัว

นอกจากนี้เพนเดอร์ (Pender.1987:135-143) ได้แบ่งการดำเนินชีวิตออกเป็น 10 ด้าน คือ

(1) การดูแลตนเอง หมายถึง การดูแลตนเองในด้านสุขวิทยาส่วนบุคคล ความรู้เกี่ยวกับโรค การสังเกตร่างกายตนเองว่ามีอาการผิดปกติหรือไม่

(2) การปฏิบัติทางโภชนาการ หมายถึง การรับประทานอาหารได้ถูกต้องเหมาะสม มีคุณค่าทางโภชนาการ

(3) การออกกำลังกาย หมายถึง การพักผ่อนและเสริมสร้างสมรรถนะของร่างกาย

(4) การนอนหลับ หมายถึง การประเมิณระยะเวลาที่ควรได้รับการพักผ่อน การหลับตลอดจนการมีลักษณะการนอนที่ถูกต้อง

(5) การจัดการกับความเครียด หมายถึง การประเมิณอารมณ์สुकสนานของบุคคล การแสดงอารมณ์ต่างๆออกมาได้อย่างเหมาะสม

(6) ความเข้าใจตนเองอย่างถ่องแท้ในความสำเร็จของชีวิต หมายถึง ความพึงพอใจในความสำเร็จของชีวิต

(7) จุดมุ่งหมายของชีวิต หมายถึง การกำหนดเป้าหมายชีวิต ทั้งระยะสั้นและระยะยาว

(8) การมีสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น หมายถึง การคบหาสมาคมกับบุคคลอื่น

(9) การควบคุมสภาวะสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ หมายถึง การดูแลตนเองให้ปลอดภัยจากอันตรายต่างๆ

(10) การใช้บริการด้านสุขภาพ หมายถึง ความกระตือรือร้นในการหาข้อมูลเกี่ยวกับปัญหาสุขภาพอนามัย การตรวจสุขภาพ

กริก (Griggs.1989:69) ได้กล่าวถึง หลักในการดำเนินชีวิตดังนี้ คือ ความพอใจในอาชีพ ความพอใจในชีวิตครอบครัว ความก้าวหน้าของอาชีพ การดูแลรักษาสุขภาพ ความสำเร็จของชีวิตและการได้รับความช่วยเหลือ

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า หลักในการดำเนินชีวิตนั้นแบ่งได้หลายประเภท โดยส่วนใหญ่ได้ยึดแนวทางในการปฏิบัติ โดยยึดหลักการดูแลรักษาสุขภาพของตนเอง ทั้งในด้านอาหาร โภชนาการ การออกกำลังกาย การนอนหลับ การพักผ่อน โดยทุกคนควรพัฒนาศักยภาพของตนเองเต็มความสามารถ เพื่อความก้าวหน้าและความสำเร็จในชีวิต

1.1.10 ประเภทของการใช้ชีวิต

ธัญญรัตน์ วงษ์สมัย (2542:32-34) ได้สรุปไว้ว่า การใช้ชีวิตของนักเรียนวัยรุ่นมี 5 ด้านดังนี้ คือ

(1) การใช้ชีวิตด้านการเรียน หมายถึง การทำกิจกรรมของนักเรียนที่เกี่ยวข้องกับการเรียน ได้แก่ การทำการบ้าน การทบทวนบทเรียน การเตรียมตัวก่อนเรียน การอ่านหนังสือประกอบบทเรียน การเข้าห้องสมุด และการเรียนพิเศษ ซึ่งนันทนา เตชะนนท์ (2538:9) กล่าวว่า การใช้ชีวิตด้านการเรียนเป็นกิจกรรมที่นักเรียนทำเพื่อเป็นการแสวงหาและเพิ่มพูนความรู้ในระหว่างเรียนที่ไม่ใช่

การเรียนปกติ ซึ่งได้แก่ การทำกรบ้าน การทบทวนบทเรียนที่เรียนมาแล้ว การศึกษาบทเรียนล่วงหน้า การอ่านหนังสือประกอบการเรียน การเข้าห้องสมุดประชาชนและการเรียนพิเศษ

(2) การใช้ชีวิตด้านการช่วยทำงานบ้าน หมายถึง การใช้ชีวิตในด้านการช่วยทำงานภายในบ้าน ได้แก่ การช่วยจ่ายกับข้าว ซั้วของ การเตรียมอาหาร การหุงหาอาหาร การล้างภาชนะ การทำความสะอาดบ้าน การซักรีดเสื้อผ้า การช่วยดูแลน้อง การรดน้ำต้นไม้ เป็นต้น ในการช่วยทำงานบ้าน เป็นหน้าที่ของบุคคลในบ้านที่จะต้องช่วยกัน ซึ่งตามหลักสูตรประถมศึกษาพุทธศักราช 2521 (ฉบับปรับปรุง 2533) ได้กำหนดเนื้อหาไว้ในกลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย โดยมุ่งให้นักเรียนได้พัฒนา ค่านิยม เจตคติ พฤติกรรมและบุคลิกภาพ ให้มีความรับผิดชอบ รักการทำงาน โดยเฉพาะในกลุ่มการทำงานพื้นฐานอาชีพ ได้กำหนดเนื้อหาเรื่องงานบ้าน เป็นงานบังคับที่ต้องเรียนตั้งแต่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 รวมทั้งสอนหน้าที่ต่างๆที่บุคคลในบ้านควรมีความรับผิดชอบร่วมกัน เช่น การช่วยกันรักษาความสะอาด การจัดบ้าน การตกแต่งบ้าน และการแบ่งเบาภาระอื่นๆภายในบ้าน ได้แก่ การล้างถ้วยจาน การซักรีดเสื้อผ้า การประกอบอาหาร ฯลฯ โดยการให้ความรู้และมุ่งให้มีความสามารถพร้อมไปกับการฝึก การสอนในกลุ่มการทำงานและพื้นฐานอาชีพนี้ จึงเน้นการสอนโดยการให้ความรู้พร้อมไปกับการฝึกปฏิบัติจริง เพื่อให้นักเรียนมีเจตคติที่ดีต่องาน เน้นให้นักเรียนมีความรับผิดชอบ ชยัน อดทน มีความเพียร ละเอียดถี่ถ้วน มีระเบียบ และทำงานร่วมกับผู้อื่นได้และให้นักเรียนมีนิสัยรักการทำงาน นักเรียนในฐานะเป็นสมาชิกของบ้าน ฉะนั้น การช่วยทำงานภายในบ้าน จึงเป็นกิจกรรมหนึ่งที่นักเรียนประถมศึกษาสามารถกระทำได้ ซึ่งนักเรียนในระดับมัธยมศึกษาตอนต้นทุกคนจะต้องผ่านการเรียน การสอน การฝึกปฏิบัติมาแล้วทุกคนแต่อาจจะเป็นได้ว่าหลักสูตรมัธยมศึกษาตอนต้นจะเน้นวิชาการมากเกินไป จึงทำให้นักเรียนในระดับมัธยมศึกษาตอนต้นไม่สามารถจะใช้ชีวิตในด้านนี้ได้ อย่างเหมาะสม

(3) การใช้ชีวิตด้านการหารายได้พิเศษ หมายถึง การทำกิจกรรมเพื่อเสริมรายได้ให้แก่ตนเองและครอบครัว ได้แก่ การขายของหน้าร้าน การรับจ้างเล็กๆน้อยๆในวันหยุด การประดิษฐ์สิ่งของขาย และการปลูกพืชผักเพื่อขาย เป็นต้น การใช้ชีวิตในด้านการหารายได้พิเศษจึงเป็นการใช้ชีวิตด้านสำคัญด้านหนึ่งในภาวะสังคมและเศรษฐกิจในปัจจุบัน ซึ่งนักเรียนก็สามารถจะใช้เวลาที่ว่างจากการใช้ชีวิตด้านอื่นๆ ทำเพื่อเพิ่มรายได้ให้กับตนเองและครอบครัวได้ และยังทำให้นักเรียนภาคภูมิใจในตนเองอีกด้วย

(4) การใช้ชีวิตด้านการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา หมายถึง การใช้ชีวิตของนักเรียนในการออกกำลังกาย และการเล่นกีฬา ได้แก่ การเล่นที่มีการเคลื่อนไหวทางกาย การวิ่งเหยาะๆ การเล่นกีฬาเพื่อการออกกำลังกาย กิจกรรมการกีฬา ได้แก่ กิจกรรมกีฬาทั้งในร่มและกลางแจ้ง กิจกรรมกีฬาประเภทใช้อุปกรณ์และไม่ใช้อุปกรณ์ การเล่นกีฬาประเภทบุคคลและประเภท

ทีม เป็นต้น ซึ่งมีนักการศึกษาและนักวิชาการได้กล่าวไว้ ดังนี้ เอก เกิดเต็มภูมิ (2540 : ม.ป.ป.) ได้ให้คำนิยามของการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ไว้ดังนี้ การออกกำลังกายเป็นสัญญาติญาณของมนุษย์เพื่อกระตุ้นให้ระบบทางสรีรวิทยาของร่างกายได้มีการพัฒนาตามกระบวนการโดยสมบูรณ์ซึ่งเป็นพื้นฐานของการพัฒนากระบวนการทางด้านจิตใจและกระบวนการทางด้านสังคมของมนุษย์ได้สร้างสรรค์ขึ้น สามารถแบ่งระดับการกีฬาได้เป็น 3 ระดับ คือ การกีฬาเพื่อสุขภาพและนันทนาการ การกีฬาเพื่อการแข่งขัน และการกีฬาสังคมและการเมืองการออกกำลังกาย หรือการเล่นกีฬาทำประโยชน์ให้แก่มนุษย์ในหลายด้านซึ่งกิจกรรมกีฬา เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมคุณค่าทางด้านการพัฒนาความเจริญเติบโตทางร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ซึ่ง สมบัติ กาญจนกิจ (2535 :102-103) ได้กล่าวถึงความสำคัญของกิจกรรมกีฬา และแบ่งกิจกรรมออกเป็น 6 ประเภทใหญ่ๆดังนี้

(1) กิจกรรมเกมกีฬาขั้นพื้นฐาน เช่น กรีฑา ยิมนาสติก ฟุตบอล

(2) กีฬาประเภทเดี่ยวประเภทคู่ เช่น ยิงธนู โบว์ลิง ยิงปืน จักรยาน แข่งเรือ ตกปลา ไต่เขา เดินทางไกล ดำน้ำ กระโดดน้ำ กรีฑา วายน้ำ เป็นต้น

(3) กีฬาประเภททีม กีฬาประเภททีมกำลังได้รับความนิยมสูง ทั้งนี้เพราะว่ากีฬาทีมช่วยส่งเสริมคุณค่าทางสังคม เช่น ความสามัคคี มนุษยสัมพันธ์ การรวมกลุ่ม เป็นสมาชิกของกลุ่ม การแสดงออกในการมุ่งมั่นสู่ความสำเร็จ ตัวอย่างของกีฬาทีม ได้แก่ ฟุตบอล บาสเกตบอล วอลเลย์บอล ตะกร้อ ฮอกกี้ ซอฟท์บอล เบสบอล เนตบอล แอนด์บอล เป็นต้น

(4) กีฬาสำหรับสตรีและเด็ก เป็นการจัดกิจกรรมกีฬาเพื่อส่งเสริมให้สตรีมีบทบาท ในการเข้าร่วมกิจกรรมกีฬามากขึ้น เช่น เนตบอล บาสเกตบอล ฟุตบอล ยูโด คาราเต้ วิ่งมาราธอน กรีฑา วายน้ำ วอลเลย์บอล เป็นต้น

(5) กีฬานันทนาการ หมายถึง กีฬามวลชน (Mass Sport) หรือกีฬาที่นิยมเล่นทั้งชายและหญิง วัยเด็ก เยาวชน ผู้ใหญ่ และผู้สูงอายุ และแม้กระทั่งกีฬาเพื่อกลุ่มประชากรพิเศษ เพื่อให้ผู้ที่เข้าร่วมเล่นกีฬาในช่วงเวลาว่าง และส่งเสริมคุณค่าการพัฒนาคุณภาพชีวิต โดยมีได้มุ่งฝึสัมผัสฤทธิ์ กีฬานันทนาการ ได้แก่ กีฬาสากล เช่น กอล์ฟ เทนนิส วอลเลย์บอล วิ่ง-เดินเพื่อสุขภาพ ตลอดจนกีฬาประเภทเสี่ยงอันตรายท้าทายความสามารถ เช่น แข่งรถ แข่งเรือ

(6) กีฬาเพื่อการแข่งขัน หมายถึง กีฬาที่เน้นในเรื่องทักษะกีฬาเพื่อแสดงความเป็นเลิศในเชิงกีฬา ถ้ามีการเล่นที่ฝึกหัดฝึกซ้อมกันอย่างต่อเนื่องโดยหวังผลประโยชน์ก็เป็นกีฬาอาชีพ กีฬานี้ในแง่ของนันทนาการเป็นกีฬาสำหรับผู้ชมเป็นการบันเทิงอย่างหนึ่งซึ่งช่วยเสริมสร้างประสบการณ์การพัฒนาทางด้านอารมณ์การมีส่วนร่วมของกลุ่มการเชียร์หรือ ส่วนหนึ่งของทีม การพักผ่อนหย่อนใจ กีฬาอาชีพและเพื่อการแข่งขัน ได้แก่ ยิมนาสติก กรีฑา ฟุตบอล มวยสากล เทนนิส กอล์ฟ บาสเกตบอล เป็นต้น

การกีฬาเป็นกิจกรรมนันทนาการที่นิยมในชุมชนทั่วโลก โดยเฉพาะอย่างยิ่งในประเทศตะวันตก เช่น สหรัฐอเมริกา ยุโรป และลาตินอเมริกา จนเกิดเป็นบริษัทธุรกิจข้ามชาติในการกีฬา เช่น บริษัทอาดิดาส ไนกี้ ดันล็อป ได้ลงทุนส่งเสริมผลิตภัณฑ์ทางการกีฬา และอุปกรณ์กีฬาเพื่อส่งเสริมให้บุคคลในสังคมได้เล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ บริษัทผู้สนับสนุนธุรกิจการค้าได้ใช้การกีฬาเพื่อโฆษณาธุรกิจการค้าทำให้เกิดการเผยแพร่กีฬาโดยสื่อมวลชน ประชาสัมพันธ์ เช่น วิทยุโทรทัศน์ หนังสือส่งเสริมให้กีฬาเป็นส่วนสำคัญในช่วงเวลาที่ว่างที่สังคมต้องมีส่วนร่วม

(5) การใช้ชีวิตด้านการทำงานอดิเรก หมายถึง การทำกิจกรรมที่ทำให้เพลิดเพลิน ได้แก่ การอ่านหนังสือ ดูโทรทัศน์ ฟังเพลง ท่องเที่ยว สะสมสิ่งของต่างๆ วาดรูประบายสี เขียนบันทึกประจำวัน เขียนจดหมาย ปลูกต้นไม้ เลี้ยงสัตว์ งานอดิเรกของกิจกรรมของบุคคลในการสร้างความสมดุลและความเป็นอยู่ของชีวิตให้ดีขึ้น ในการที่บุคคลจะเลือกทำกิจกรรมแต่ละประเภทนั้นขึ้นอยู่กับสภาพแวดล้อม ความสนใจ ความพึงพอใจในสิ่งนั้น

จากเอกสารการใช้ชีวิตข้างต้น สรุปได้ว่า การใช้ชีวิต หมายถึง ชีวิตความเป็นอยู่หรือกิจกรรมการดำเนินชีวิตของบุคคลในชีวิตประจำวัน เป็นแบบของการแสดงพฤติกรรมของบุคคลซึ่งเป็นไปตามสภาพสังคม เศรษฐกิจ และความต้องการในการเลือกแสดงพฤติกรรม มีการดำรงชีวิตด้วยการประกอบอาชีพ การได้รับการดูแลเอาใจใส่ และมีการปรับตัวต่อสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลง

1.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการใช้ชีวิต

1.2.1 งานวิจัยในต่างประเทศ

ฮูด (Hood. 1992:33) ได้ศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างพื้นฐานและความรับรู้ทางครอบครัวกับรูปแบบการใช้เวลาของเด็กวัยรุ่น โดยสมมุติฐานว่า เด็กวัยรุ่นยังคงใช้ชีวิตอยู่กับครอบครัวและอิทธิพลของครอบครัวจะส่งผลต่อวิถีชีวิตของเขา โดยศึกษาถึงองค์ประกอบทางจิตวิทยาสำหรับเด็กวัยรุ่นกับความพึงพอใจที่จะเข้าร่วมกิจกรรมผลการวิจัยพบว่ามีความสัมพันธ์ระหว่างเปอร์เซ็นต์ของการใช้เวลากับพื้นฐานและการรับรู้ทางครอบครัวองค์ประกอบทางจิตวิทยา 9 องค์ประกอบสามารถนำมาเป็นองค์ประกอบในการวัดการใช้เวลาของเด็กวัยรุ่น

เรย์มอร์ (Raymore.1994:702) ได้ศึกษาถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับเปลี่ยนรูปแบบของพฤติกรรมการใช้เวลาในช่วงเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาช่วงวัยรุ่นในมหาวิทยาลัย จนถึงช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ผลการวิจัยพบว่าปัจจัยการมีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงและการคงอยู่ของรูปแบบพฤติกรรมการใช้เวลาตามช่วงวัยดังกล่าว ได้แก่ เพื่อนสนิทและผู้ปกครอง รูปแบบการใช้เวลาที่ทำการศึกษา ได้แก่ ระดับของการมีส่วนร่วมและกิจกรรมที่มีการเคลื่อนไหวร่างกาย กิจกรรมบันเทิง กิจกรรมที่บ้าน และกิจกรรมที่เสี่ยงอันตราย นักเรียนที่อยู่ในช่วงระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย

จะเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาในเกณฑ์ต่ำและจะเปลี่ยนแปลงโดยเข้าร่วมกิจกรรม การใช้เวลาสูงขึ้น เมื่อเข้าเรียนในระดับวิทยาลัยและเปลี่ยนแปลงอีกครั้ง เมื่อเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ตอนต้นกล่าวคือ จะเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาน้อยลง

1.2.2 งานวิจัยในประเทศ

วาสนา คุณาอภิสิทธิ์ (2523:52-54) ได้ศึกษาเรื่อง การใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า กิจกรรมที่นักเรียนสนใจและทำมากที่สุดในเวลาว่าง คือ กิจกรรมบันเทิง รองลงมาคือ กิจกรรมกีฬาและกิจกรรมการอ่านหนังสือ นักเรียนใช้เวลาว่างส่วนมากที่โรงเรียนโดยเข้าร่วมกิจกรรมทัศนศึกษาและกีฬา ซึ่งเป็นกิจกรรมที่โรงเรียนจัดให้ กิจกรรมที่นักเรียนทำมากที่สุดหลังโรงเรียนเลิก คือ การพูดคุยกับเพื่อน ประเภทของกิจกรรมกีฬาที่นักเรียนชอบมาก คือ วอลเลย์บอล แบดมินตัน เกมต่อสู้ป้องกันตัว ฟุตบอล และบอลลีเกอบอล ส่วนปัญหาที่นักเรียนประสบในการใช้เวลาว่าง คือ เวลา อุดหนุน และสถานที่ไม่เพียงพอ นักเรียนชายกับนักเรียนหญิง และนักเรียนโรงเรียนรัฐบาลกับนักเรียนโรงเรียนราษฎร์มีความสนใจในการใช้กิจกรรมในเวลาไม่แตกต่างกัน

ไพฑูรย์ สิ้นลารัตน์ (2526:1-13) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการใช้ชีวิตของนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย” โดยแบ่งรูปแบบการใช้ชีวิตของนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ออกเป็น 7 กลุ่ม ดังนี้

(1) กลุ่มกิจกรรม รูปแบบของนิสิตในกลุ่มนี้คือให้ความสนใจ และชอบใช้ชีวิตอยู่กับกิจกรรมในทางสนุกสนาน บันเทิง ที่เน้นในเรื่องของความรู้สึก อารมณ์ และความพอใจของตนเองและของเพื่อนเป็นหลัก เช่น ประชุมเชียร์ เล่นกีฬา

(2) กลุ่มก้าวหน้า รูปแบบของนิสิตในกลุ่มนี้ ให้ความสนใจและชอบใช้ชีวิตรวมทั้งมีทัศนคติที่ดีต่อกิจกรรมที่สัมพันธ์กับปัญหา ความยุติธรรม ความได้เปรียบ เสียเปรียบ และความถูกต้องเหมาะสมของระบบเศรษฐกิจการเมืองของประเทศ และสนับสนุนการเรียกร้องสิทธิและความถูกต้องในสังคม

(3) กลุ่มเก็บตัว รูปแบบของนิสิตในกลุ่มนี้มีลักษณะสันโดษ ชอบอยู่คนเดียว เก็บตัว ไม่อยากเข้าสมาคมหรือสังสรรค์กับเพื่อนฝูง แก้ปัญหาและทำงานด้วยตัวคนเดียวเป็นหลัก

(4) กลุ่มสมาคม รูปแบบของนิสิตในกลุ่มนี้ให้ความสนใจสัมพันธ์กับเพื่อน การสมาคม การสังสรรค์ สนุกสนานมากกว่ากิจกรรมด้านอื่นๆ เวลาว่างของคนกลุ่มนี้คือ การนัดเพื่อนไปสนุกสนานเฮฮาตามบ้าน หรือร้านพิเศษของตน

(5) กลุ่มบำเพ็ญประโยชน์ รูปแบบของนิสิตในกลุ่มนี้ให้ความสำคัญกับสังคมและเห็นปัญหาของผู้เสียเปรียบในสังคม และพร้อมที่จะเสียสละเวลาเข้าร่วมในกิจกรรมที่จะช่วยเหลือคน

เหล่านั้น ในลักษณะของการเสียสละและบำเพ็ญประโยชน์ เช่น การไปสอนหนังสือในสลัมการบริจาค โลหะ ค่ายาสาสัณคร เป็นต้น

(6) กลุ่มวิชาการ รูปแบบของนิสิตในกลุ่มนี้ให้ความสำคัญกับวิชาการและความรู้ลึก ในเนื้อหา พร้อมทั้งจะศึกษาตามที่อาจารย์บอกและอาจารย์แนะนำเพิ่มเติม ห้องสมุดเป็นแหล่งสำราญ ของคนกลุ่มนี้ เข้าสอบด้วยความพร้อมและพอใจที่จะให้ผลการสอบออกมาดี เพื่ออนาคตทาง การศึกษาที่สูงขึ้นไป

(7) กลุ่มวิชาชีพ รูปแบบของนิสิตในกลุ่มนี้มีเป้าหมายเพื่อจบออกไปประกอบอาชีพ เป็นหลักจึงสนใจเรียนเพื่อให้สอบได้เป็นหลักและจะสนใจพิเศษเฉพาะวิชาที่จะนำไปใช้ประกอบอาชีพ ถ้าเป็นไปได้จะพยายามจบให้เร็วที่สุดก่อน 4 ปีได้ยิ่งดี

โดยจุดมุ่งหมายของการวิจัย เพื่อศึกษาลักษณะการใช้ชีวิตของนิสิต โดยแบ่งกลุ่ม ตามลักษณะต่างๆ ดังกล่าวข้างต้น และทำการศึกษาเปรียบเทียบโดยจำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ ทางการเรียน ชั้นปี หลักสูตร สาขาวิชา อาชีพบิดา และคณะที่ศึกษาผลการวิจัยพบว่า

(1) นิสิตมีลักษณะการใช้ชีวิตในกลุ่มก้าวหน้าสูงสุด รองลงมาคือกลุ่มวิชาชีพและ กลุ่มบำเพ็ญประโยชน์ ส่วนกลุ่มที่นิสิตมีลักษณะการใช้ชีวิตน้อยคือกลุ่มเก็บตัว

(2) จากการหาความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่ม พบว่ากลุ่มที่มีความสัมพันธ์กันค่อนข้างสูง คือกลุ่มก้าวหน้ากับกลุ่มบำเพ็ญประโยชน์ กลุ่มวิชาการกับกลุ่มวิชาชีพ กลุ่มก้าวหน้ากับกลุ่มวิชาชีพ และกลุ่มกิจกรรมกับกลุ่มสมาคม กลุ่มที่มีความสัมพันธ์ค่อนข้างน้อย คือกลุ่มเก็บตัวกับกลุ่มสมาคม กลุ่มเก็บตัวกับกลุ่มกิจกรรม กลุ่มสมาคมกับกลุ่มวิชาการ

(3) นิสิตหญิงมีการใช้ชีวิตในกลุ่มวิชาการ และกลุ่มบำเพ็ญประโยชน์สูงกว่านิสิตชาย อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

(4) นิสิตที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกัน มีลักษณะการใช้ชีวิตกลุ่มเก็บตัว แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ.05 และมีลักษณะการใช้ชีวิตในกลุ่มสมาคม กลุ่มบำเพ็ญ ประโยชน์ กลุ่มวิชาการ และกลุ่มวิชาชีพ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

(5) นิสิตที่ศึกษาในปีชั้นต่างกัน พบว่าลักษณะการใช้ชีวิตในกลุ่มกิจกรรมแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ.01 และมีลักษณะการใช้ชีวิตในกลุ่มสมาคม กลุ่มบำเพ็ญประโยชน์ กลุ่ม วิชาการ และกลุ่มวิชาชีพ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

(6) นิสิตนักศึกษาในหลักสูตรต่างกันพบว่าลักษณะการใช้ชีวิตในกลุ่มกิจกรรม กลุ่มก้าวหน้า กลุ่มสมาคม กลุ่มบำเพ็ญประโยชน์ กลุ่มวิชาการ และกลุ่มวิชาชีพ แตกต่างกันอย่าง มีนัยสำคัญที่ระดับ .01

(7) นิสิตที่ศึกษาในสาขาวิชาต่างกัน พบว่าลักษณะการใช้ชีวิตใน กลุ่มก้าวหน้า กลุ่มเก็บตัว กลุ่มสมาคม กลุ่มวิชาการ และกลุ่มวิชาชีพ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

(8) นิสิตที่มีบิดาประกอบอาชีพต่างกัน พบว่าลักษณะการใช้ชีวิตในกลุ่มสมาคม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

(9) นิสิตที่ศึกษาในคณะต่างกัน พบว่าลักษณะการใช้ชีวิตใน กลุ่มก้าวหน้า กลุ่มเก็บตัว กลุ่มสมาคม กลุ่มบำเพ็ญประโยชน์ กลุ่มวิชาการ กลุ่มวิชาชีพ และกลุ่มกิจกรรม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 01

วาสนา เจือทอง (2531:27-28) ได้ศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างภูมิหลัง รูปแบบการใช้ชีวิตกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของพยาบาลสังกัดกระทรวงกลาโหม ได้แบ่งลักษณะของนักศึกษาออกเป็น 6 กลุ่ม ดังนี้

(1) กลุ่มวิชาการ บุคคลพวกนี้สนใจศึกษาหาความรู้อย่างจริงจัง ต้องการมีผลการเรียนดี เพื่อศึกษาต่อในระดับสูงต่อไป ทุ่มเวลาในการหาความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ เชื่อในสิ่งที่ผ่านการไตร่ตรองและมีเหตุผลทางวิชาการ

(2) กลุ่มวิชาชีพ มุ่งความสนใจที่การฝึกทักษะทางวิชาชีพมากกว่าวิชาการ ชอบเรียนภาคปฏิบัติมากกว่าทฤษฎี สนใจวิชาหรือกิจกรรมที่สอดคล้องกับวิชาชีพ เพื่อการประกอบอาชีพของตน

(3) กลุ่มก้าวหน้า เป็นพวกที่มีแนวความคิดใหม่ๆ อยู่เสมอ มีความสนใจกว้างขวาง นอกเหนือจากวิชาชีพของตน ชอบค้นคว้าด้วยตนเอง ชอบศึกษาปัญหาสังคม มักใช้เวลาว่างในการบำเพ็ญประโยชน์เพื่อช่วยเหลือสังคม

(4) กลุ่มกิจกรรม เป็นพวกที่สนใจเข้าร่วมกิจกรรมเสริมหลักสูตรในฐานะผู้นำผู้บริหาร หรือผู้ปฏิบัติ จุดมุ่งหมายเพื่อพัฒนาความสามารถในการทำงาน บุคลิกภาพและความรอบรู้อื่นๆ มากกว่าเพื่อให้ได้สาระทางวิชาการหรือวิชาชีพ

(5) กลุ่มสมาคม สนใจกิจกรรมในสถาบันที่สนุกสนานเพลิดเพลิน มากกว่ากิจกรรมลักษณะอื่น สนใจงานสังคม รักสนุก มีเพื่อนมาก ชอบสนุกสนานในกลุ่มเพื่อน ไม่ชอบอยู่คนเดียว ไม่ใคร่สนใจวิชาการและวิชาชีพเท่าใดนัก

(6) กลุ่มเก็บตัว บุคคลพวกนี้ไม่สนใจกิจกรรมและสิ่งแวดล้อมต่างๆ ในสถาบันไม่มุ่งมั่นในการเรียน การฝึกทักษะทางวิชาชีพหรือกิจกรรมเท่าใดนัก ทำไปเพราะเห็นว่าเป็นสิ่งที่นักศึกษาต้องทำ ชอบอยู่คนเดียวเงียบๆ ไม่สนใจใครไม่ว่าจะเป็นเพื่อนหรืออาจารย์

ผลการวิจัยพบว่า

(1) นักศึกษาพยาบาลมีรูปแบบการใช้ชีวิต 5 รูปแบบ อยู่ในระดับปานกลาง เรียงลำดับจากมากไปหาน้อย ดังนี้ กลุ่มวิชาชีพ กลุ่มก้าวหน้า กลุ่มสมาคม กลุ่มวิชาการ และ กลุ่มกิจกรรม ส่วนรูปแบบการใช้ชีวิตกลุ่มเก็บตัวมีอยู่ในระดับต่ำ

(2) นักศึกษาพยาบาลที่มีภูมิลำเนา อาชีพของบิดา การศึกษาของมารดา และรายได้ของครอบครัวต่างกัน มีรูปแบบการใช้ชีวิต บางกลุ่มแตกต่างกัน

(3) รูปแบบการใช้ชีวิตทั้ง 6 รูปแบบ มีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน โดยรูปแบบการใช้ชีวิตกลุ่มวิชาการและกลุ่มวิชาชีพ มีความสัมพันธ์กันสูงสุดในเชิงนิมิต และรูปแบบการใช้ชีวิตกลุ่มสมาคมมีความสัมพันธ์เชิงนิเสธกับกลุ่มเก็บตัว

วัฒนา ณ ระนอง (2534:134) ศึกษาเรื่องการดำเนินชีวิตคนรุ่นใหม่ในกรุงเทพมหานครในเรื่องงานอดิเรก งานสังคม การพักผ่อนหย่อนใจ การบันเทิง การเป็นสมาชิกของกลุ่มต่างๆ การกีฬา การรับประทานอาหารนอกบ้าน การสังสรรค์ การท่องเที่ยว โดยการสัมภาษณ์บุคคลที่มีอายุระหว่าง 20-30 ปี ในกรุงเทพมหานคร พบว่า กิจกรรมของกลุ่มตัวอย่างที่กระทำบ่อยและค่อนข้างบ่อย ได้แก่ การดูโทรทัศน์ ฟังวิทยุ และการอ่านหนังสือ ตามลำดับ กิจกรรมที่กระทำในระดับปานกลางหรือกระทำบ้างบางครั้ง ได้แก่ การเดินเล่น หรือซื้อของตามศูนย์การค้า รับประทานอาหารนอกบ้าน สังสรรค์กับเพื่อนฝูง อยู่บ้านเฉยๆ ดูภาพยนตร์และดูวิดีโอกิจกรรมที่กระทำในระดับน้อยมาก ได้แก่ การเล่นเกมกีฬา เที่ยวต่างจังหวัด ทำงานอดิเรกที่บ้าน ไปเที่ยววัดสัปดาห์ ดูกีฬา เล่นดนตรี และเข้าวัด โดยการมีครอบครัวที่อบอุ่น มีสุขภาพที่ดี และบ้านมีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตมากที่สุด รองลงมา คือ ความมั่นคงในชีวิตความก้าวหน้าในอาชีพ การงาน การศึกษา เงิน เพื่อน คนรัก สิ่งอำนวยความสะดวกและชื่อเสียง ตามลำดับ

จิตติมา สุภภาค (2539:103-121) ศึกษาเรื่อง การใช้เวลาว่างของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในเขตกรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนใช้เวลาในการทำกิจกรรมเกี่ยวกับการเรียนในวันจันทร์-ศุกร์ มากกว่าวันหยุดสุดสัปดาห์ เพราะส่วนใหญ่จะใช้เวลาอยู่ที่โรงเรียน จึงมีเวลาในการทำกิจกรรมเกี่ยวกับการเรียน เช่น ทำการบ้าน เข้าห้องสมุด พูดคุยกับเพื่อนในด้านการเรียนมากกว่า ส่วนเวลาในการทำกิจกรรมในครัวเรือนจะใช้เวลาในช่วงวันหยุดสุดสัปดาห์มากกว่าเพราะต้องใช้เวลามากในการทำกิจกรรม เช่น ซักรีดเสื้อผ้า ช่วยงานอาชีพของครอบครัว และการใช้เวลาในการทำกิจกรรมนันทนาการนั้นจะใช้เวลาในช่วงวันจันทร์-ศุกร์ มากพอๆ กัน เพราะนักเรียนอยู่ในช่วงวัยรุ่นจึงให้ความสนใจในการทำกิจกรรมนันทนาการมากเป็นพิเศษ

ธัญญรัตน์ วงศ์สมัย (2542:40-42) ศึกษาวิจัยเรื่อง การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาจังหวัดสระบุรี ผลการศึกษาพบว่านักเรียน

ส่วนใหญ่ใช้เวลาว่างในการทำกรบ้าน กิจกรรมที่ทำมากที่สุด คือ ซักรีดเสื้อผ้า กวาดถูบ้าน ล้างจาน หุงหาอาหาร ส่วนการทำกรบ้าน ทำรายงาน หรือพบพจนกรบ้านที่ทำมาแล้ว และกรออกกำลังกาย เล่นกีฬา เป็นกิจกรรมที่ทำน้อยที่สุด

ศักดิ์ดา พยัคฆโส (2545:52) ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการดำรงชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น เขตบางขุนเทียน กรุงเทพมหานคร จำนวน 226 คน ผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการดำรงชีวิตของนักเรียน มี 7 ปัจจัย คือ เพศ นิสัยทางการศึกษา ลักษณะมุ่งอนาคต สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับบิดามารดา บรรยากาศการเรียนการสอน สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู และ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน และปัจจัยที่ส่งผลต่อการดำรงชีวิตของนักเรียนมี 3 ปัจจัยโดยเรียงจากมากไปหาน้อย คือ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับบิดามารดา สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน และสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู ซึ่งปัจจัยทั้ง 3 ตัวนี้สามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของการดำรงชีวิตของนักเรียนได้ร้อยละ 46.10

จากงานวิจัยในข้างต้น สรุปได้ว่า การดำเนินชีวิต ชีวิตความเป็นอยู่ วิธีการดำรงชีพ หรือกิจกรรมการดำเนินชีวิตของบุคคลในชีวิตประจำวันมีเป้าหมายที่ต่างกัน มีแบบแผนของการแสดงพฤติกรรมของบุคคลซึ่งตรงกับสภาพสังคม เศรษฐกิจและความสามารถในการเลือกแสดงพฤติกรรมที่ต่างกัน ดังนั้นผู้วิจัยคาดว่ารูปแบบการใช้ชีวิตที่ต่างกัน น่าจะส่งผลต่อการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร

2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร

2.1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับเพศ

พรพิมล เจียมนาครินทร์ (2539:122) กล่าวว่าเมื่อเข้าสู่ช่วงวัยรุ่น วัยรุ่นชายและหญิงเริ่มมีความสนใจในอาชีพและเริ่มวางแผนเกี่ยวกับอาชีพในอนาคต วัยรุ่นหญิงจะวางแผนเกี่ยวกับอาชีพน้อยกว่าวัยรุ่นชาย เพราะคิดว่าหลังจากแต่งงานมีครอบครัวแล้ว วิธีชีวิตความเป็นอยู่อาจจะเปลี่ยนไปรวมทั้งอาชีพของตนด้วย ในขณะที่วัยรุ่นชายคิดว่าอาชีพของเขาจะไม่ถูกขัดขวางจากการแต่งงาน

อารี พันธมณี (2544:33) กล่าวว่าไว้ว่า ความแตกต่างทางเพศ หมายถึง ความแตกต่างในเรื่องต่างๆ ทางเพศชายและเพศหญิง ซึ่งวัฒนธรรมเป็นส่วนสำคัญในการกำหนดบทบาทของหญิงและชายให้แตกต่าง เช่น บางวัฒนธรรมถือว่า ชายเป็นช้างเท้าหน้า หญิงเป็นช้างเท้าหลัง หรือชายเป็นผู้นำ หญิงเป็นผู้ตาม เป็นต้น หรือผู้ชายมีโอกาสก้าวหน้าในหน้าที่การงานมากกว่า

ผู้หญิง เพราะในบางตำแหน่งไม่เปิดให้ผู้หญิงทำงานในตำแหน่งหน้าที่การงานสูงกว่า ซึ่งสิ่งเหล่านั้นเป็นการแสดงให้เห็นความแตกต่างระหว่างเพศ โดยมีเรื่องของวัฒนธรรมเข้ามาเกี่ยวข้อง

เพอร์รี่ และบัสซี (Perry and Bussy.1984:275) ได้กล่าวว่า เด็กหญิงมักจะมีปฏิกริยาโต้ตอบทางสังคมดี ในขณะที่เด็กชายส่วนใหญ่จะฉุนเฉียวและโยเย

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า เพศเป็นส่วนสำคัญในการกำหนดบทบาทของหญิงและชายให้ต่างกัน รวมถึงลักษณะความสนใจในอาชีพและการวางแผนที่เกี่ยวกับอาชีพในอนาคตที่ต่างกัน

2.1.2 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับระดับชั้น

โฟรดี และคนอื่นๆ (สิริชัย ประทีปฉาย. 2533 :170; อ้างอิงมาจาก Frodi and others.1977) ได้กล่าวไว้ว่า บุคลิกภาพของบุคคลย่อมเปลี่ยนแปลงไปตามอายุหรือไปพร้อมๆกับอายุ

โจนส์ (Jones. 1970:42-48) ได้ศึกษาความเปลี่ยนแปลงความรู้สึกรับผิดชอบของเด็กตามอายุ พบว่า เด็กอายุ 9-11 ปี มีความรู้สึกรับผิดชอบน้อยและมีช่วงความรับผิดชอบไม่แตกต่างกันเลย อายุ 13 ขึ้นไปจะมีความรับผิดชอบสูงขึ้นเรื่อยๆ จนถึงอายุ 16-17 ปี จะคงที่ครั้งหนึ่ง

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า ระดับชั้นที่ต่างกันทำให้บุคคลมีลักษณะหรือความเอาใจใส่บางประการแตกต่างกัน เช่น เด็กโตจะมีความรับผิดชอบ มีความขยันหมั่นเพียร มีความเอาใจใส่มากกว่าเด็กเล็ก ดังนั้นผู้วิจัยคาดว่าระดับชั้นน่าจะส่งผลต่อการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร

2.1.3 เอกสารที่เกี่ยวกับภูมิลาเนา

จรรยา สุภาพและคนอื่นๆ (2524:42) ได้แบ่งโครงสร้างของสังคมไทยออกเป็น เมืองและชนบท โดยได้อธิบายรายละเอียดของแต่ละสังคมไว้ดังนี้

(1) เมือง

ในสังคมไทยมีเมืองอยู่หลายแห่งส่วนใหญ่เป็นที่ตั้งของศาลากลางจังหวัด นอกจากนั้นก็มีเมืองอันเป็นที่ตั้งของอำเภอบางแห่ง เช่น หาดใหญ่ บ้านโป่ง เป็นต้น อาณาเขตเมืองเหล่านี้มีการปกครองตนเองรูปหนึ่ง เรียกว่า เทศบาล เมืองเหล่านี้รวมกัน เรียกว่า สังคมเมือง ในบรรดาเมืองต่างๆเหล่านี้ เมืองที่มีความเป็นสังคมเมืองมากที่สุด คือ กรุงเทพมหานคร เพราะเป็นเมืองใหญ่ มีเขตเมืองกว้างขวาง มีความเจริญด้านต่างๆมาก มีประชากรอาศัยอยู่อย่างหนาแน่น (ตามสถิติของทางราชการ ปี 2522 คนต่อตารางกิโลเมตร) ดังนั้นการบรรยายลักษณะสังคมเมืองของไทยในหนังสือนี้ จึงจะยึดกรุงเทพฯเป็นหลัก เพื่อให้เห็นลักษณะเด่นของสังคมเมือง

(1.1) ลักษณะทั่วไปของสังคมเมือง

(1.1.1) ประชากรและครอบครัว สังคมเมืองมีประชากรอาศัยอยู่กันอย่างหนาแน่นเบียดเสียดเหยียดยัดกันมาก แต่ละตารางกิโลเมตรมีคนตั้งบ้านเรือนอยู่เป็นพันคน เฉพาะในกรุงเทพมหานครมีบ้านอยู่ถึง 775,000 หลังเศษ (สถิติปีเดียวกับที่อ้างแล้ว) ครอบครัวของชาวเมือง โดยเฉพาะคนชั้นกลางขึ้นไปมักมีขนาดเล็ก คือ มีบุตรน้อย แม้พอจะเป็นใหญ่ในครัวเรือน แต่ก็มักไม่ใช้อำนาจเด็ดขาดในครอบครัว มีความเป็นประชาธิปไตยค่อนข้างสูง

(1.1.2) การศึกษา สังคมเมืองโดยทั่วไปมักเป็นศูนย์กลางการศึกษา มีสถาบันการศึกษาในระดับต่างๆ ตั้งอยู่เป็นจำนวนมาก โดยเฉพาะในกรุงเทพมหานครนั้น มีสถาบันการศึกษามากมาย มหาวิทยาลัยส่วนใหญ่ของประเทศตั้งอยู่ในเมืองนี้ ระดับการศึกษาของประชากรชาวเมืองจึงมักสูง เครื่องไม้เครื่องมือหรืออุปกรณ์การเรียนการสอนก็มีจำนวนมาก และมีคุณภาพดี

(1.1.3) เศรษฐกิจ ชาวเมืองโดยทั่วไปมักมีรายได้รายจ่ายสูง ในเขตเมืองมีอาชีพต่างๆ มากมาย มีงานให้ประชากรทำพอควร คนที่ไม่เลือกงานจึงมักหางานทำได้ง่าย เพราะเมืองเป็นศูนย์กลางทางการค้า ธุรกิจอุตสาหกรรม การขนส่ง และบริการด้านต่างๆ ของสังคม เช่น ซ่อม สร้างหรือประกอบสิ่งต่างๆ เก็บสินค้า การท่องเที่ยว ฯลฯ

(1.1.4) การเมืองการปกครอง สังคมเมืองเป็นเป็นที่ตั้งของกระทรวง ทบวง กรม หรือสาขา เช่น ศาลากลางจังหวัดของประเทศ เรื่องสำคัญที่เป็นของส่วนรวมทั้งสังคมมักมีการตัดสินใจกันในเมือง นอกจากนั้นรัฐสภา ศาลสูงสุดของประเทศก็ตั้งอยู่ในเมือง สังคมเมืองจึงเป็นศูนย์กลางการเมืองการปกครองของประเทศ เป็นที่อยู่อาศัยของนักการเมืองคนสำคัญระดับต่างๆ และเป็นศูนย์รวมของอำนาจ

(1.1.5) ศาสนา สังคมเมืองนอกจากจะเป็นศูนย์รวมของกิจการด้านต่างๆ ดังกล่าวแล้ว ยังเป็นศูนย์รวมของศาสนาด้วย ดังจะเห็นว่า วัดวาอารามใหญ่ๆ และพระที่มีสมณศักดิ์สูง มักจะอยู่ในเมือง อย่างไรก็ดี ระดับการเชื่อถือศรัทธาในศาสนาของชาวเมืองมักจะไม่สูงนัก

นอกจากนั้น สังคมเมืองยังมีประชากรหลายชาติหลายภาษาและวัฒนธรรมรวมกันอยู่ มีความเจริญทางด้านวัตถุหลายอย่าง เช่น เครื่องใช้ไม้สอย เครื่องมือประกอบอาชีพ ตึกกรม บ้านเรือน การคมนาคม สื่อสาร เป็นต้น แต่ขณะเดียวกันการเพิ่มของประชากรก็มักสูงด้วย ทั้งนี้เพราะมีผู้อพยพมาจากชนบทเข้ามาอาศัยอยู่มาก การเพิ่มประชากรตามธรรมชาติ(อัตราเกิด) มักต่ำกว่าในเขตชนบท ปัญหาสังคมในเขตเมืองก็มีอัตราสูงกว่าในชนบท ซึ่งจะได้กล่าวต่างหากออกไป

(2) ชนบท

สังคมไทยอีกส่วนนอกจากสังคมเมือง คือ สังคมชนบทหรือเขตชนบทเขตนี้ คือ อาณาเขตทั้งหมดนอกเหนือจากเขตเมือง สังคมชนบทไทยมีอาณาเขตกว้างขวางกว่าอาณาเขตของเมืองมาก

เป็นที่อยู่อาศัยของประชากร 41 ล้านคน (ในจำนวนทั้งประเทศ 46 ล้านคน)หรือประมาณ 85% เขตชนบทของไทย แบ่งเป็นจังหวัด อำเภอ ตำบลและหมู่บ้าน

(2.1) ลักษณะของสังคมในชนบท

(2.1.1) ประชากรและครอบครัว เนื่องจากสังคมชนบทไทยมีอาณาเขตกว้างใหญ่ ดังนั้น ถึงแม้ว่าจะมีจำนวนประชากรมาก แต่ก็ไม่ได้อาศัยอยู่อย่างแออัดเหมือนเขตเมืองตามสถิติของทางราชการปี 2522 เขตชนบทมีประชากรประมาณ 77 คนต่อตารางกิโลเมตรเท่านั้น ครอบครัวชาวชนบทมักมีขนาดใหญ่ (ประมาณ 6 คนต่อครอบครัว ตามสถิติปี 2522) เพราะต้องการแรงงานมาก และมีความรู้เรื่องการวางแผนครอบครัวไม่มากนัก ชีวิตภายในครอบครัวและระหว่างชาวชนบท มักซื่อสัตย์สุจริตต่อกัน สนับสนุนรักใคร่และช่วยเหลือเกื้อกูลกันในการทำงานและยามทุกข์ร้อน

(2.1.2) การศึกษา แม้ว่าจะมีโรงเรียนของรัฐอยู่ในชุมชนทั่วไปในสังคมชนบทแต่ชาวชนบทมักมีระดับการศึกษาไม่สูง ยังมีผู้ไม่รู้หนังสือ อ่านไม่ออก เขียนไม่ได้อยู่มาก เพราะโรงเรียนของรัฐในเขตชนบทมักเป็นโรงเรียนชั้นประถมหรืออย่างสูงระดับมัธยมศึกษาเป็นส่วนใหญ่ ประกอบกับอุปกรณ์การเรียนการสอนมีน้อยและคุณภาพไม่สูงเท่าในเมือง จำนวนครูก็ยังมีไม่มาก บางโรงเรียนจึงมีครูไม่ครบชั้นเรียน แต่ทางราชการก็ได้พยายามปรับปรุงส่งเสริมการศึกษาในชนบทเสมอมา แต่เนื่องจากเขตชนบทมีกว้างขวางและจำนวนนักเรียนในเกณฑ์มีมาก รัฐมีงบประมาณจำกัด จึงยังไม่สามารถแก้ปัญหาการศึกษาในชนบทให้ทัดเทียมเท่ากับในเมือง

(2.1.3) เศรษฐกิจ ลักษณะทางเศรษฐกิจของสังคมชนบทแตกต่างจากสังคมเมือง เพราะสังคมชนบทไทยเป็นสังคมเกษตรกรรม ชาวชนบทส่วนใหญ่มีอาชีพทางการทำไร่ ทำนา การทำนาส่วนใหญ่เป็นการทำเพื่อพอกินหรือเหลือกินบ้างเล็กน้อย หลังจากที่มีระบบการตลาดประทานก้าวหน้าขึ้น เครื่องมือทันสมัยขึ้น ประกอบกับมีความรู้เกี่ยวกับการปลูกพืช กำจัดศัตรูพืช ทำให้รายได้ของชนบทเพิ่มมากขึ้น แต่ก็ยังมีสิ่งที่จะต้องปรับปรุงกันอีกมาก เช่น การตลาด การขนส่งสินค้า และการธนาคารเพื่อการเกษตร เป็นต้น

(2.1.4) การเมืองการปกครอง ชาวชนบทไทยมีผู้นำหรือผู้ปกครองระดับต่างๆ ตั้งแต่ผู้ว่าราชการจังหวัด นายอำเภอ กำนันผู้ใหญ่บ้าน ในบรรดาผู้นำเหล่านี้ ผู้ว่าราชการจังหวัดและนายอำเภอเป็นข้าราชการที่ได้รับการแต่งตั้งไปจากส่วนกลาง (กระทรวงมหาดไทย) ส่วนกำนันและผู้ใหญ่บ้านเป็นผู้ในระดับท้องถิ่นที่ประชาชนเลือกกันเป็นหัวหน้า มีหน้าที่ดูแลทุกข์สุขของเกษตรกร ในเขตความรับผิดชอบของตน กำนันและผู้ใหญ่บ้านมีบ้านและสำนักงานในท้องถิ่น จึงสามารถอยู่ใกล้ชิดและรู้สภาพทุกข์สุขของราษฎรได้

(2.1.5) ศาสนา สังคมชนบทเป็นสังคมที่มีความสงบสุขอยู่กับธรรมชาติ ชาวชนบทมักมีความเคร่งครัดต่อระเบียบประเพณี มีระดับความศรัทธาในศาสนาสูง มีวัด โบสถ์หรือมัสยิด

ตั้งอยู่ทั่วไปสำหรับศาสนิกชนได้ประกอบกิจทางศาสนา ชายชาวพุทธในชนบทเมื่ออายุครบ 20 ปี มักถือเป็นประเพณีว่าจะต้องบวชเรียนเป็นสงฆ์ชั่วคราวหนึ่ง โดยมากอย่างน้อย 1 พรรษา (หรือ 1 ปี) เมื่อลาสิกขาออกมาแล้วจะได้ชื่อว่าเป็นบัณฑิต (เรียกสั้นๆว่าทิด) ชาวชนบทไทยมักถือว่า คนที่บวชเรียนแล้วเท่านั้นถึงจะแต่งงานมีครอบครัวได้ เพราะถือว่าเป็นผู้ใหญ่พอและมีความรู้เพียงพอที่จะเป็นหัวหน้าครอบครัวได้นอกจากนั้น ลักษณะสังคมชนบทไทยยังมีความล้าหลังมากกว่าสังคมเมืองอีกหลายด้าน เช่น บ้านเรือนที่อยู่อาศัยไม่คงทนถาวร ไม่สะอาดถูกสุขลักษณะ มีโรคภัยชุกชุม การคมนาคมไม่สะดวก มีโจรผู้ร้ายมาก เครื่องมือทำกินไม่ทันสมัย ขาดเงินทุน และต้องเผชิญกับภัยทางการเมือง เช่น ผู้ก่อการร้าย เป็นต้น แต่ชาวชนบทก็มีธรรมชาติที่สวยงาม มีอากาศบริสุทธิ์ไว้หายใจ และมีเพื่อนที่สนิทสนมรักใคร่ เห็นอกเห็นใจกัน

พ่อพรหม เกิดพิทักษ์ (2530:23) กล่าวว่า สิ่งแวดล้อมภายหลังการกำเนิดของชีวิต เช่น สังคม วัฒนธรรม ประเพณี แบบแผนการดำเนินชีวิตในสังคมนั้น ล้วนแต่มีอิทธิพลต่อพัฒนาการและการเติบโตของแต่ละบุคคล ผลของการได้รับการถ่ายทอดในรูปแบบที่แตกต่างกันของสังคมที่แตกต่างกัน จะทำให้แต่ละบุคคลแสดงออกพฤติกรรมที่แตกต่างกันหรือคล้ายคลึงกันและในที่สุดก็จะหล่อหลอมเป็นบุคคลนั้นๆ

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่าสังคมเมืองและสังคมชนบทมีความแตกต่างกัน เช่น ในเรื่องประชากรและครอบครัวในสังคมเมืองจะมีประชากรที่หนาแน่นแออัดกว่าชนบทมาก ด้านการศึกษา สังคมเมืองมักเป็นศูนย์กลางของการศึกษา ระดับการศึกษาของประชากรจึงมักสูงกว่าชนบท ด้านเศรษฐกิจ ชาวเมืองมักมีรายจ่ายสูง ค่าครองชีพสูง ชนบทส่วนใหญ่ทำกินแบบพอกิน ด้านการเมืองการปกครอง สังคมเมืองมักเป็นที่ตั้งของกระทรวง ทบวง กรมต่างๆ เป็นศูนย์กลางการปกครองของประเทศ ชนบทผู้นำจะดูแลทุกข์สุขในเขตความรับผิดชอบของตนอย่างใกล้ชิดกว่า รวมทั้งศาสนา ระดับการศึกษา ศรัทธาชาวเมืองไม่สูงมากนัก ชนบทมักจะเคร่งครัดต่อระเบียบประเพณี มีระดับความศรัทธาในศาสนาสูง ดังนั้นผู้วิจัยคาดว่าภูมิปัญญาที่ต่างกันน่าจะส่งผลต่อการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร

2.1.4 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิต

ฝน แสงสิงแก้ว (2521:57) ได้ให้ความหมายของสุขภาพจิตไว้ว่าสุขภาพจิต หมายถึง สภาวะจิตใจที่มีสุขภาพและผู้มีสุขภาพจิตดี คือ ผู้สามารถปรับตนเองอยู่ได้ด้วยความสุขในโลกซึ่งเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว

เสริมศักดิ์ วิศาลาภรณ์ (2522:4) ได้ให้ความหมายของสุขภาพจิตไว้ว่า สุขภาพจิต หมายถึง ความต้องการของเราเองที่จะทำให้มีความสุข ความสงบทางจิตใจ มีความสนุกสนานร่าเริง ตลอดจนความพอใจต่างๆ ในการดำเนินชีวิตประจำวันในสังคมที่อาศัยอยู่

กมลรัตน์ หล้าสูงวงศ์(2524:2) ได้ให้ความหมายของสุขภาพจิตไว้ว่า สุขภาพจิต หมายถึง ความสมบูรณ์ของจิตใจที่ปราศจากอาการผิดปกติต่างๆ ทางจิตใจ เช่น โรคจิต โรคประสาท ฯลฯ มีความมั่นคงทางด้านจิตใจสามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสมในสังคมโดยไม่มีข้อขัดแย้งภายในจิตใจ

สุรางค์ จันทน์เอม(2527:2) ได้ให้ความหมายของสุขภาพจิตไว้ว่า สุขภาพจิต หมายถึง สมรรถภาพในการปรับปรุงตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ดี มีความคิดถูกต้อง แก้ปัญหาในการดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุขและสามารถทำประโยชน์ให้แก่ตนเองและสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ

สุภา มาลากุล ณ อยุธยา(2527:69) กล่าวว่า สุขภาพจิต หรือ สุขภาพ การนึกคิด มีรูปแบบการนึกคิดไปทางบวก ไม่ยึดมั่นในความคิด ความรู้สึก ค่านิยมเฉพาะตน ไม่มุ่งโทษผู้อื่น แต่แก้ปัญหาโดยตรง มีพฤติกรรมเหมาะสมทางเพศ วัย สิ่งแวดล้อมโดยตรง ไม่มีความคับข้องในมากนัก

กรมการแพทย์ (2529:3) กล่าวว่า สุขภาพจิตเป็นจิตใจของบุคคลที่สามารถแก้ปัญหา สามารถปรับตัวและจิตใจได้อย่างเหมาะสมกับสังคมและสภาพแวดล้อม ที่เป็นจริงและเสริมว่าในการดำเนินชีวิตปุณฺชนย่อมเผชิญความทุกข์ ความตึงเครียด ความไม่พอใจ ความผิดหวัง แต่ผู้ที่มีสุขภาพจิตดีจะสามารถแก้ปัญหาหรือผ่อนปรนและหาทางออกที่เหมาะสม

อัจฉรา สุขารมณ (2529:2) ประเทศที่เจริญจะต้องประกอบด้วยทรัพยากร บุคคลที่มีสุขภาพจิตดี โดยที่ประชากรต้องเป็นผู้ที่มีความรับผิดชอบต่อตนเอง ครอบครัว สังคมและประเทศชาติ การรับผิดชอบย่อมแตกต่างกันไปตามวัย เด็กมีหน้าที่รับผิดชอบด้านการศึกษาเล่าเรียนช่วยเหลือพ่อแม่ เมื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่จะต้องมีความรับผิดชอบต่อครอบครัว ต่อหน้าที่การงานของตน ต่อสังคมรอบข้าง รู้จักที่จะปรับตัวให้เข้ากับบุคคลและสิ่งแวดล้อมรอบด้านด้วย

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

เบอร์นาร์ด (Bernard.1970:17) ได้ให้ความหมายของสุขภาพจิต หมายถึง ความสามารถพิเศษในการปรับตัวของบุคคลเพื่อให้ตนเองได้รับประโยชน์ มีความพอใจ สุขใจและพฤติกรรมนั้นไม่ขัดต่อสังคม คนที่สุขภาพจิตดีสามารถเผชิญและยอมรับความเป็นจริงในชีวิต สุขภาพของบุคคลจะดีที่สุดเมื่อบุคคลนั้นยอมรับความสำเร็จของตนเองตามสภาพความเป็นจริงและความสามารถของตนเองด้วยความพอใจ โดยได้รับความกระทบกระเทือนหรือความซับซ้อนใจน้อยที่สุด บุคคลจะมี

สุขภาพจิตในขั้นที่น่าพอใจ ถ้าบุคคลนั้นไม่ตั้งเครียดต่อความไม่สมหวังจะไม่มีปฏิกิริยาต่อต้านรุนแรง แต่จะรักษาไว้ซึ่งความมีเหตุผล มีการแสดงออกเหมาะสมกับกาลเทศะ

จาโฮดา (Jahoda. 1970 : 28-35)กล่าวว่าสุขภาพจิต หมายถึง การที่มีสภาวะทางจิต ที่สมบูรณ์ และการมีสุขภาพจิตที่สมบูรณ์ของแต่ละคนนั้น จะต้องพิจารณาองค์ประกอบต่างๆ ทั้ง 6 ประการ คือ เจตคติที่มีต่อตนเอง การสร้างความเจริญเติบโตและพัฒนาการให้บังเกิดขึ้นกับตนเอง การสร้างบูรณาการแห่งบุคลิกภาพของตนเอง การมีอิสรภาพในการปกครองตนเอง การรับรู้ความเป็นจริง และความรอบรู้ในสิ่งแวดล้อมรอบๆตัว

จากที่เอกสารข้างต้นสามารถสรุปได้ว่า สุขภาพจิต หมายถึง ความสมบูรณ์ทางจิตใจมนุษย์ อันจะดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ไม่เป็นโรคจิต ไม่เป็นโรคประสาท มีสมรรถภาพในการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ดี มีความมั่นคงทางจิตใจ มีสมรรถภาพในการทำงาน มีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น และสามารถที่จะทำประโยชน์ให้แก่ตนเองและสังคมได้ดี

2.1.4.1 ความสำคัญของสุขภาพจิต

อัจฉรา สุขารมณ (2529:2) กล่าวว่า ประเทศที่เจริญจะต้องประกอบด้วย ทรัพยากร คือ บุคคลที่มีสุขภาพจิตดี โดยที่ประชากรจะต้องเป็นผู้ที่มีความรับผิดชอบต่อตนเอง ครอบครัว สังคม และประเทศชาติ การรับผิดชอบย่อมแตกต่างกันไปตามวัย วัยเด็กมีหน้าที่รับผิดชอบด้านการศึกษาเล่าเรียน ช่วยเหลือพ่อแม่พี่น้อง เพื่อนร่วมโรงเรียน และเพื่อนบ้าน พอเติบโตเป็นผู้ใหญ่ ก็จะต้องมีความรับผิดชอบต่อครอบครัวต่อหน้าที่การงานของตน และต่อสังคมรอบข้างรู้สึกที่จะปรับตัวให้เข้ากับบุคคลและสิ่งแวดล้อมรอบด้านด้วย

ความสำคัญของสุขภาพจิตในชีวิตประจำวัน คือ การให้บุคคลมีความรับผิดชอบในการทำงานที่ตนทำทั้งทางด้านส่วนตัวและทางด้านสังคม มีความคิดสร้างสรรค์ รู้จักใช้ความสามารถของตน มีทัศนคติต่อสิ่งต่างๆ ให้เป็นคนที่มีความกระตือรือร้นในการทำงาน การประกอบอาชีพและพยายามแก้ปัญหาต่างๆที่ตนประสบให้เป็นไปอย่างดีที่สุด ในสายตาของตนเองและสังคม

2.1.4.2 ลักษณะของผู้ที่มีสุขภาพจิตดี

กรมการแพทย์ (2529:3)ได้เสนอแนวทางพิจารณาลักษณะของบุคคลที่มีสุขภาพจิตดี ไว้ดังนี้

- (1) ไม่มีโรคทางกายและจิตใจ
- (2) มีความสามารถสร้างความสัมพันธ์และอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้
- (3) มีความสามารถที่จะปรับตัวในสังคมและสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงอยู่

ตลอดเวลา

(4) สามารถทำตนให้เป็นประโยชน์ต่อตนเองและชุมชนแวดล้อมไปตามสถานการณ์
ของตนเอง

(5) สามารถปรับตัวปรับใจให้เกิดความพึงพอใจและมีความมั่นคงต่อความขัดแย้งที่
เกิดขึ้น

สุภา มาลากุล ณ อยุธยา (2527:6) กล่าวถึงลักษณะนิสัยของผู้ที่มีสุขภาพจิตดีไว้ดังนี้

- (1) เป้าหมายในชีวิตเป็นเป้าหมายที่เป็นไปได้ตามความจริงและมีลักษณะสร้างสรรค์
- (2) มีนิสัยในการทำงานที่ดี
- (3) มีนิสัยในการ มีความอดทนต่อความไม่สมหวังสูง
- (4) มีนิสัยในการพักผ่อนหย่อนใจที่ไม่เป็นอันตรายต่อทั้งตนเองและบุคคลอื่น

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า ลักษณะของผู้ที่มีสุขภาพจิตดี คือ ไม่มีโรคทาง
กายและจิตใจ มีความสามารถที่จะปรับตัวในสังคมและสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลาได้ ทำ
ตนให้เป็นประโยชน์ต่อตนเองและชุมชน มีเป้าหมายในชีวิตเป็นเป้าหมายที่เป็นไปได้ตามความจริงและ
มีลักษณะสร้างสรรค์ มีนิสัยในการทำงานที่ดี สามารถควบคุมอารมณ์ได้ดี

2.1.5 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพ

2.1.5.1 ความหมายของบุคลิกภาพ

นวลละออง สุภาผล (2527:3-4) กล่าวว่า บุคลิกภาพที่มีความหมายครอบคลุม
2 ประการ คือ ประการที่ 1 เป็นความหมายที่แสดงถึงทักษะทางสังคมหรือความคล่องตัว เป็น
ความสามารถในการตอบสนองกับบุคลิกต่างๆในสิ่งแวดล้อมที่แตกต่างกันไป ในความหมายนี้
บุคลิกภาพสามารถฝึกฝนได้ ที่ 2 เป็นสิ่งที่ติดตัวมาและแสดงออกหรือสร้างความรู้สึกประทับใจกับ
บุคคลที่เขาติดต่อด้วย ซึ่งบุคคลที่ติดต่อด้วยนั้นจะมีความเห็นต่อบุคคลนั้นในลักษณะต่างๆ เช่น
บุคลิกภาพก้าวร้าว (Aggressive Personality) บุคลิกภาพยอมตามผู้อื่น (Submissive Personality)
หรือบุคลิกภาพน่ากลัว (Fearful Personality) เป็นต้น ในแต่ละกรณีที่มีผู้สังเกตเลือกคุณสมบัติหรือ
อปริมาณซึ่งเป็นลักษณะเด่นของผู้สังเกตและเห็นลักษณะสำคัญก่อให้เกิดความประทับใจ โดย
ส่วนรวม ถ้ากล่าวสรุป คือ การให้คำจำกัดความหมายถึง 2 ลักษณะใหญ่ๆคือ ดีและเลวนั่นเอง

นิภา นิธยานน (2530:23) กล่าวถึงบุคลิกภาพ (Personality) มาจากรากศัพท์
ลาติน ว่า Persona ซึ่งแปลว่า หน้ากากที่ตัวละครกรีกและโรมันสวมใส่เพื่อแสดงบุคลิกภาพ
ลักษณะที่แตกต่างกันให้ผู้ดูสามารถเห็นได้ในระยะไกล

ฮิลการ์ดและแอทกินสัน (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2530:41; อ้างอิงจาก Hilgard
and Atkinson.1967) กล่าวว่า บุคลิกภาพ หมายถึง ลักษณะรวมของบุคคลและวิธีการแสดงออกของ
พฤติกรรมของเขา

บุตร ประดิษฐานนิช (2533:30) กล่าวว่า บุคลิกภาพ หมายถึง ลักษณะภาพของบุคคลที่ปรากฏแก่สายตาของผู้อื่นหรือภาพที่แสดงในชีวิตสังคม

สิริชัย ประทีปฉาย (2533:3) ให้ความหมายไว้ว่า บุคลิกภาพเป็นลักษณะโดยส่วนรวมของแต่ละบุคคลซึ่งมีอิทธิพลต่อความรู้สึกของผู้พบเห็น

สุรางค์ โค้วตระกูล (2533:3) กล่าวว่า บุคลิกภาพคือคุณลักษณะที่เป็นเอกลักษณ์ของแต่ละบุคคลแสดงออกโดยพฤติกรรมที่บุคคลนั้นมีต่อสิ่งแวดล้อมที่ตนกำลังเผชิญอยู่และพฤติกรรมนี้จะคงเส้นคงวาพอสมควร

จุทา บุรีภักดี (2533:13) กล่าวว่า บุคลิกภาพ หมายถึง ลักษณะอันเป็นสิ่งจำเพาะของบุคคล ซึ่งแสดงออกทางท่าทาง ความรู้สึกนึกคิด ความเฉลียวฉลาด ตลอดจนกิจกรรมารยาท การแต่งกาย สุขภาพ ดูจากมีอุปนิสัยที่ดี มีความสละสลวยอ่อนน้อมถ่อมตน ไม่ทำร้ายจิตใจผู้อื่น มีน้ำใจ มีความเข้าใจผู้อื่น และเป็นผู้วางตนเหมาะสมกับสถานการณ์ต่างๆและบุคคล

กันยา สุวรรณแสง (2533:4) กล่าวถึง บุคลิกภาพว่ามีได้เกิดขึ้นตามลำพัง ต้องเกี่ยวข้องกับสิ่งอื่นๆอีกหลายประการ เริ่มตั้งแต่เจ้าของบุคลิกภาพเอง พฤติกรรมที่เป็นสิ่งทำให้มองเห็นแล้วจึงสรุปลักษณะบุคลิกภาพของบุคคลได้ การรับรู้ของบุคคลอื่นที่มีต่อเจ้าของบุคลิกภาพแล้วแสดงกิริยาตอบสนองให้เจ้าของบุคลิกภาพตระหนักในบุคลิกภาพตนเอง ตลอดจนลักษณะเฉพาะ เช่น ทักษะ ค่านิยม แรงจูงใจ พันธุกรรม การลงความเห็นไปว่าบุคคลใดมีบุคลิกภาพอย่างไรนั้นก็ คือ การยอมรับบุคคลนั้นทั้งหมด โดยทั่วไปแล้วจะไม่วิเคราะห์เป็นส่วนย่อยๆ

เอ็ดเวิร์ดส์ (บุษรินทร์ บุญรอด.2535:40;อ้างอิงจาก Edward.1969) กล่าวว่า บุคลิกภาพ คือ แบบอย่างของความประพฤติของแต่ละบุคคล ซึ่งเกิดจากโครงสร้างทางกายภาพและประสบการณ์ในอดีต อันมีผลต่อโครงสร้างทางด้านอารมณ์และลักษณะนิสัยของบุคคลนั้น

แสงเดือน ไยไธสง (2538:8) กล่าวว่า บุคลิกภาพ หมายถึง ลักษณะเด่นโดยส่วนรวมของบุคคลแต่ละคนที่แสดงออกมาทั้งทางร่างกายและจิตใจ อันจะทำให้บุคคลนั้นแตกต่างไปจากบุคคลอื่นๆ

ศรีเรือน แก้วกังวาล (2539:5) กล่าวว่า บุคลิกภาพ คือ ลักษณะเฉพาะตัวของบุคคลในด้านต่างๆทั้งส่วนภายนอกและภายใน ซึ่งส่วนภายนอก คือ ส่วนที่มองเห็นชัดเจน เช่น รูปร่างหน้าตา กิริยามารยาท การแต่งตัว วิธีพูดจา การนั่ง การยืน และส่วนภายใน คือ ส่วนที่มองเห็นได้ยากแต่อาจอนุมาน เช่น สติปัญญา ลักษณะอารมณ์ประจำตัว ความใฝ่ฝันปรารถนา ปรัชญาชีวิต ค่านิยม ความถนัด ความสนใจ

ลิขิต กาญจนารักษ์ (2542:66) ให้ความหมาย บุคลิกภาพ หมายถึง คุณลักษณะรวมของรูปแบบการคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของบุคคลที่ทำให้บุคคลนั้นมีความแตกต่างจากคนอื่นในการตอบสนองต่อสิ่งแวดล้อมที่ได้สัมผัสด้วย

จากความหมายของบุคลิกภาพที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า บุคลิกภาพ หมายถึง ลักษณะเฉพาะตัวของบุคคลที่แสดงออกทางการกระทำทั้งส่วนภายในและภายนอก เช่น รูปร่างหน้าตา กิริยามารยาท การแต่งตัว วิถีพูดจา การนั่ง การยืน และส่วนภายใน คือ ส่วนที่มองเห็นได้ยากแต่อาจอนุมาน เช่น สติปัญญา ลักษณะอารมณ์ประจำตัว ความใฝ่ฝันปรารถนา ปรัชญาชีวิต ค่านิยม อันเป็นผลเนื่องมาจากพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อม จนกลายเป็นลักษณะเฉพาะตัวของแต่ละบุคคล

2.1.5.2 องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อบุคลิกภาพ

ฉลอง ภิมย์รัตน์ (2521: 29-30) กล่าวว่า องค์ประกอบสำคัญที่มีอิทธิพลต่อบุคลิกภาพมีอยู่ 2 ด้าน คือ ด้านพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อม ซึ่งสอดคล้องกับ กันยา สุวรรณแสง (2533 : 9) ที่กล่าวว่า บุคลิกภาพเป็นผลรวมของพันธุกรรมกับสิ่งแวดล้อมซึ่งผลจากพันธุกรรมที่มีต่อบุคลิกภาพ มักจะเป็นลักษณะของบุคลิกภาพที่เกี่ยวข้องกับรูปร่าง ลักษณะทางกาย และสิ่งแวดล้อมที่มีอิทธิพลต่อบุคลิกภาพอันเกิดจากการรับรู้และการเรียนรู้ทางสังคม

กาญจนา คำสุวรรณ (252 :194-195) กล่าวว่า ประสบการณ์ที่เกิดจากการเรียนรู้ทางสังคมที่ส่งผลต่อบุคลิกภาพนั้นมี 2 ลักษณะ คือ

(1) ประสบการณ์ร่วมทางวัฒนธรรมเป็นประสบการณ์ที่มีผลให้บุคลิกภาพแตกต่างกัน ซึ่งเกิดจากความเชื่อ ค่านิยม ประเพณี และคำสอนทางสังคมนั้น

(2) ประสบการณ์เฉพาะตัว เป็นอิทธิพลที่ได้รับจากการอบรมเลี้ยงดูของบิดามารดา ผู้ปกครองที่แตกต่างกัน ส่งผลให้บุคคลมีบุคลิกภาพแตกต่างกัน

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2530: 41-44) กล่าวว่า ปัจจัยที่มีความสำคัญในการพัฒนาบุคลิกภาพนั้นประกอบด้วยพันธุกรรม สิ่งแวดล้อม และช่วงเวลาของชีวิต แห่งบุคคลกล่าวคือ

(1) พันธุกรรม สิ่งที่ยากทอดทางพันธุกรรม ส่วนมากนั้นเน้นลักษณะทางกายภาพ เช่น ความสูง ต่ำ ลักษณะเส้นผม ชนิดของโลหิต โรคภัยไข้เจ็บบางชนิด และข้อบกพร่องทางร่างกายบางชนิด เช่น ตาบอดสี ศีรษะล้าน นิ้วเกิน นิ้วติดกัน ฯลฯ ซึ่งลักษณะเหล่านี้เป็นอิทธิพลของพันธุกรรมที่มีต่อบุคลิกภาพของบุคคลทั้งสิ้น

(2) สิ่งแวดล้อม สิ่งแวดล้อมมีอิทธิพลต่อพัฒนาการของมนุษย์ ทั้งพัฒนาการทาง กาย จิตใจ และบุคลิกภาพ สำหรับสิ่งแวดล้อมที่มีอิทธิพลมากที่สุดต่อพัฒนาการของมนุษย์ ก็คือ บุคคล อื่นๆ รอบๆ ตัวเรา ครอบครัว กลุ่มคน และวัฒนธรรม สิ่งแวดล้อมที่เป็นมนุษย์นั้นมีอิทธิพลอย่างมากต่อพัฒนาการทางบุคลิกภาพ ทักษะคติและพฤติกรรมทางสังคมของมนุษย์

(3) ช่วงเวลาแห่งชีวิตของบุคคล ซึ่งแสดงถึงระดับพัฒนาการทางร่างกายและจิตใจอันเกิดจากอิทธิพลร่วมระหว่างพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อมตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบันของบุคคล

จากองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อบุคลิกภาพที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า พันธุกรรมและสิ่งแวดล้อม และช่วงเวลาในชีวิตของบุคคล เป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลในการพัฒนาบุคลิกภาพของบุคคลให้มีลักษณะที่แตกต่างกันไป

2.1.5.3 บุคลิกภาพแบบ เอ และบุคลิกภาพแบบ บี

การศึกษาบุคลิกภาพแบบ เอ และ แบบ บี นั้น ฟรีดแมนและโรสแมน

(Friedman and Roseman.1974:164) สรุปลักษณะของบุคลิกภาพแบบเอและบุคลิกภาพแบบบี ไว้ดังนี้

บุคลิกภาพแบบ เอ (Type A Behavior Pattern Personality) หมายถึง บุคลิกภาพเร่งร้อน ชอบแข่งขัน และก้าวร้าว ชอบทำงานให้ได้มาก ๆ ในเวลาน้อย มีความรู้สึกที่เวลาผ่านไปอย่างรวดเร็ว มีความพยายามในการทำงานอย่างใดอย่างหนึ่งให้ประสบความสำเร็จ ชอบฟันฝ่าอุปสรรคต่างๆ เพื่อให้เกิดสัมฤทธิ์ผล ชอบทำงานด้วยความรวดเร็ว ทนไม่ได้ออกกำลังกายอย่างหนัก มีความต้องการพักผ่อนน้อยกว่าคนอื่น และถูกกระตุ้นให้เกิดความรู้สึกโกรธและก้าวร้าวได้อย่างง่าย

บุคลิกภาพแบบ บี (Type B Behavior Pattern Personality) หมายถึง บุคลิกภาพที่มีความผ่อนคลาย ไม่รีบร้อน มีลักษณะเรื่อยๆ เชื่องๆ ชอบการพักผ่อนดำเนินชีวิตแบบง่ายๆ และไม่ชอบฟันฝ่าอุปสรรคต่างๆ ในการทำงาน และๆ ไม่ชอบทำงานในเวลาอันรีบด่วน

2.1.5.4 การวัดลักษณะบุคลิกภาพแบบ เอ และบุคลิกภาพแบบ บี

บุคลิกภาพแบบ เอ และบุคลิกภาพแบบ บี แบบวัดที่ใช้ในปัจจุบันมี 3 แบบ

(จรรยา เกษศรีสังข์.2537:15;อ้างอิงจาก Friedman and Roseman.1974) คือ

(1) แบบสัมภาษณ์อย่างมีโครงสร้าง (Structure Interview: SI) ประกอบด้วยข้อคำถาม 25 ข้อ เป็นการถามโดยให้ผู้ตอบรายงานพฤติกรรมตนเองในสถานการณ์ต่างๆ ที่ทำให้คนที่มีบุคลิกภาพแบบเอ ไม่สามารถทนได้ เช่น สถานการณ์ที่ทำให้เกิดความโกรธ สถานการณ์ที่มีการแข่งขันอย่างมาก แบบสัมภาษณ์นี้เป็นการวัดการแสดงออกทางด้านกายภาพ

(2) มาตรฐานวัดลักษณะบุคลิกภาพแบบ เอ ของ เฟรมมิงแฮม (Framingham Type A Scale : FTAS) เป็นแบบวัดรายงานตนเองเช่นเดียวกับแบบที่หนึ่ง ประกอบด้วยข้อคำถาม 10 ข้อ วัดทางด้านแรงขับมุ่งสัมฤทธิ์ การมีความรู้สึกที่เวลาผ่านไปอย่างรวดเร็ว และการรับรู้ว่ามีความกดดันในการทำงาน

(3) แบบสำรวจการทำกิจกรรมของเจนกินส์ (Jenkins Activity Survey : JAS) เป็นแบบสอบถามรายงานตนเองซึ่ง อัจฉรา วงศ์วัฒนามงคล(2533:21) และ ชมพูนุท พงษ์ศิริ (2535:8-9)

ได้ปรับปรุงเป็นแบบสอบถามประกอบด้วยข้อคำถาม 20 ข้อ เป็นแบบวัดที่คล้ายกับแบบวัดแรกแต่ได้ดัดแปลงให้เป็นแบบสอบถามแบบปรนัย ได้วิเคราะห์คุณภาพแล้วปรากฏว่าคนที่ได้คะแนนจากแบบสอบถามนี้สูง จะเป็นบุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบ เอ ส่วนผู้ที่ได้คะแนนจากแบบวัดนี้ต่ำ จะเป็นบุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบ บี แบบวัดนี้จะวัดความรู้สึกต่อสถานการณ์ต่างๆ โดยเฉพาะสถานการณ์ในการทำงาน ความกดดันในการทำงานและสถานการณ์การแข่งขัน

นอกจากนี้สตรีบและคนอื่นๆ (Strube and other.1987:50(2);413-420) ได้ให้ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับแบบสำรวจกิจกรรมของเจเนกินส์ว่า เป็นแบบวัดบุคลิกภาพแบบ เอ โดยให้ผู้ตอบรายงานพฤติกรรมตนเองว่า มีการแสดงออกอย่างไรและได้ศึกษาพบว่า คนที่มีบุคลิกภาพแบบ เอ มีความเชื่อถือในความสำเร็จของงานมากกว่าความล้มเหลว มีแรงขับในการแข่งขันสูง มุ่งสัมฤทธิ์ผลและมีความรู้สึกว่าเวลาผ่านไปอย่างรวดเร็ว

2.1.6 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคต

มีด (Mead. 1971 : 175) กล่าวว่า ลักษณะมุ่งอนาคตเป็นความสามารถของบุคคลที่คาดการณ์เกี่ยวกับตนเองในอนาคต

โรบินสัน (กนกวรรณ อุ๋นใจ.2535: 24; อ้างอิงจาก Robinson. 1971) กล่าวว่า ลักษณะมุ่งอนาคต หมายถึง การวางโครงการระยะยาวเกี่ยวกับอนาคตของบุคคล

มิสเชล (ดวงเดือน พันธุมนาวินและคณะ.2529:99;อ้างอิงจาก Mischel.1974) ให้ความหมายของลักษณะมุ่งอนาคตไว้ว่า ลักษณะมุ่งอนาคตเป็นความสามารถของบุคคลในการคาดการณ์ไกลและเห็นความสำคัญของผลดี และผลเสียที่จะเกิดขึ้นในอนาคต สามารถวางแผนการปฏิบัติเพื่อรับผลดีหรือป้องกันผลเสียที่จะเกิดขึ้นในอนาคตได้

เซกจินเนอร์ (Seginaer.1991:224-237) ได้กล่าวถึง ลักษณะมุ่งอนาคต โดยการรวบรวมจากนักจิตวิทยาอื่นๆว่า ลักษณะมุ่งอนาคตเกี่ยวข้องกับทฤษฎีที่ไร้เดียงสาของแต่ละบุคคลสำหรับพยากรณ์อนาคตซึ่งประกอบด้วยการวางแผน ความปรารถนา ความหวังและความกลัวเกี่ยวกับความเป็นไปได้ของเหตุการณ์และประสบการณ์ต่างๆที่สำคัญ รวมทั้งจินตนาการในอนาคตของแต่ละบุคคล ความต้องการ ค่านิยมของบุคคลที่เกี่ยวข้องกับการจูงใจด้านอารมณ์และคุณสมบัติด้านสติปัญญา

ทอมสตอร์ฟ (Pulkkinen and Ronka.1994:261;citing Trommsdoff.1983) ให้ความหมายของลักษณะมุ่งอนาคตไว้ว่า ลักษณะมุ่งอนาคตเป็นการคาดการณ์และประเมินตนเองในอนาคตที่มีความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม

ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2524:24) ให้ความหมายของลักษณะมุ่งอนาคตไว้ว่าเป็นความสามารถในการควบคุมตนเองของบุคคล ซึ่งแสดงออกเป็นพฤติกรรมของการอดได้รอได้ใน

สถานการณ์ต่างๆ เช่น การรื้อร้างรางวัลที่ใหญ่กว่าในอนาคตแทนรางวัลเล็กน้อยซึ่งจะได้รับในทันทีหรือ การงดบำบัดความต้องการในปัจจุบันของตนเพราะเล็งเห็นผลร้ายที่จะเกิดตามมาหรือการเพียรพยายามในปัจจุบันเพื่อจุดมุ่งหมายที่ยิ่งใหญ่ในอนาคต ลักษณะมุ่งอนาคตนี้ตรงกันข้ามกับลักษณะมุ่งปัจจุบันและอาจเป็นบุคลิกภาพของบุคคลได้

นาตยา ปีลันธนานนท์(2526:21-23) กล่าวว่า ลักษณะมุ่งอนาคต หมายถึง พฤติกรรมที่นักเรียนแสดงออกโดยมีการคำนึงถึงผลของการกระทำนั้นๆว่าจะส่งผลร้ายหรือผลดีแก่ตนเองและสังคมอย่างไร ควรประพฤติหรือปฏิบัติอย่างไร จึงจะทำให้ไม่เกิดผลร้ายทั้งในปัจจุบันและอนาคต

พินดา สิ้นสุวรรณ (2527:8) กล่าวว่า ลักษณะมุ่งอนาคต หมายถึง ความสามารถในการควบคุมตนเองของบุคคลซึ่งแสดงออกเป็นพฤติกรรมที่อดได้รอได้ในสภาพการณ์ๆ เพราะเล็งเห็นผลภัยที่จะเกิดตามมาหรือการเพียรพยายามในปัจจุบันเพื่อจุดมุ่งหมายที่ยิ่งใหญ่ในอนาคต

จากคำจำกัดความสรุปได้ว่า การมุ่งอนาคตหมายถึง การที่บุคคลมีความเพียรพยายาม ตั้งใจและวางแผน ในการปฏิบัติ และมีการปรับพฤติกรรม ตามสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้น พร้อมทั้งมีเป้าหมายในพฤติกรรมต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม และสามารถปฏิบัติตนเพื่อให้บรรลุผลในอนาคตที่ตั้งไว้

2.1.6.1 ความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคต

โคลเบอร์ก, มิซเชล, ไรท์ (ดวงเดือน พันธุมนาวิน และเพ็ญแข ประจวบปัจฉิม. 2520 : 35 ; อ้างอิงจาก Kohlberg. 1964 ; Mischel. 1975 ; Wright. 1975) กล่าวว่าผู้ที่ลักษณะมุ่งอนาคตสูงสามารถระงับหรือชะลอการบำบัดความต้องการต่างๆของตนเองได้ ฉะนั้นผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูงคือผู้ที่สามารถปฏิบัติตนได้อย่างเหมาะสมกับกาลเทศะและไม่ฝ่าฝืนกฎเกณฑ์ของศาสนาและกฎหมาย จึงเห็นได้ว่าผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูงจัดเป็นผู้มีจริยธรรมสูงด้วย ซึ่งการมุ่งอนาคตสูงจะทำให้บุคคลปรับตัวได้อย่างเหมาะสม

เรย์เนอร์(ดวงเดือน พันธุมนาวินและคณะ.2530:167;อ้างอิงจาก Raynor.1978) ได้กล่าวถึง ความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคตว่าลักษณะมุ่งอนาคตที่แยกแตกต่างจากแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ บุคคลใดที่มีลักษณะทั้งสองประการนี้สูง ก็อาจคาดได้ว่าเขาจะมีการปรับตัวได้ดี

อุบลรัตน์ เต็งไตรรัตน์ (2520:29-32) กล่าวว่า ลักษณะมุ่งอนาคตเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับเด็กในการเตรียมตัวเพื่อชีวิตในอนาคต โรงเรียนจึงเป็นสถาบันการศึกษาที่สำคัญที่จะเริ่มกำหนดจุดประสงค์และวิธีการศึกษา โดยพิจารณาอนาคตมิใช่อดีต ซึ่งการมุ่งอนาคตจะทำให้เด็กปรับตัวและคำนึงถึงผลในอนาคตมาก

ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2520:37) กล่าวถึง ความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคตว่าเป็นลักษณะหนึ่งของความเป็นพลเมืองดีและเป็นลักษณะหนึ่งซึ่งจะทำให้บุคคลมีความเพียรพยายามต่อสู้กับอุปสรรค เพื่อความเจริญของตนเองและประเทศชาติ ฉะนั้นลักษณะมุ่งอนาคตจึงเป็นลักษณะที่เอื้อต่อการพัฒนาประเทศด้วย

ดวงเดือน พันธุมนาวินและคณะ (2530:100) กล่าวถึง ลักษณะของผู้ที่มุ่งอนาคตและสามารถควบคุมตนเองไว้ดังนี้

(1) สามารถคาดการณ์เห็นความสำคัญของอนาคตและตัดสินใจเลือกกระทำอย่างเหมาะสม

(2) หาแนวทางแก้ปัญหาและวางแผนดำเนินการเพื่อเป้าหมายในอนาคต

(3) รู้จักการปฏิบัติให้เกิดการอดได้รอได้อย่างเหมาะสม

(4) สามารถให้รางวัลและลงโทษตนเองเมื่อกระทำไม่เหมาะสม

จรรยา สุวรรณทัต (2531:50) กล่าวถึง ความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคตว่าเป็นลักษณะทางจิตใจที่สำคัญยิ่งอีกอย่างหนึ่งและเกี่ยวข้องกับการพัฒนาสัมฤทธิ์ผลในตัวบุคคลและสังคม ซึ่งลักษณะนี้ยังมีความสัมพันธ์กับลักษณะจิตอื่นๆของบุคคลด้วย ที่สำคัญคือสติปัญญาและจริยธรรม

ไพโรจน์ โตเทศ (2531:20-21) กล่าวว่า ลักษณะมุ่งอนาคตปลูกฝังให้นักเรียนมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ฝึกให้ผู้เรียนมีความพร้อมที่จะเข้าใจถึงการเปลี่ยนแปลงในสังคม ตลอดจนเน้นให้ผู้เรียนเข้าใจเหตุการณ์ต่างๆทั้งในอดีต ปัจจุบันและอนาคตและให้รู้จักวางแผนล่วงหน้าได้

พระเทพเวที (2532:38) ให้แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคตไว้ว่า คนที่พัฒนา มีปัญญา มีชีวิตที่ดี ควรรู้จักจุดหมายของชีวิต เพื่อจะได้มีแนวทางในการดำเนินชีวิตที่ดีงาม และใช้สำรวจตนด้วยตนเอง จะได้มีความมั่นใจในการที่พัฒนาตนให้ดียิ่งขึ้นไป

บุญรับ ศักดิ์มณี (2532:7-8) กล่าวถึง ความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคตว่าเป็นการคำนึงถึงอนาคตและควบคุมพฤติกรรมไปสู่แนวทางนั้นๆทำให้บุคคลสามารถปรับวิธีการและเป้าหมายให้ถูกต้องและสัมพันธ์กัน

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่าลักษณะมุ่งอนาคต เป็นลักษณะทางจิตใจที่สำคัญยิ่งอีกอย่างหนึ่งและเกี่ยวข้องกับการพัฒนาสัมฤทธิ์ผลในตัวบุคคลและสังคม ฝึกให้มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ มีความพร้อมที่จะเข้าใจถึงการเปลี่ยนแปลงในสังคม ตลอดจนเน้นให้เข้าใจเหตุการณ์ต่างๆทั้งในอดีต ปัจจุบันและอนาคตและให้รู้จักวางแผนล่วงหน้าได้ เป็นลักษณะหนึ่งซึ่งจะทำให้บุคคลมีความเพียรพยายามต่อสู้กับอุปสรรค เพื่อความเจริญของตนเองและประเทศชาติ

2.1.6.2 ปัจจัยที่ส่งเสริมลักษณะมุ่งอนาคต

เคย์ (ดวงเดือน พันธุมนาวินและเพ็ญแข ประจวบปัจจุบัน.2520:36;อ้างอิงจาก Kay.1950) เชื่อว่าบ่อเกิดของลักษณะมุ่งอนาคตนั้นอยู่ที่ลักษณะมั่นคงทางสังคมของบุคคล การที่เด็กจะเรียนรู้ว่าควรอดใจรอ นั้นส่วนมากจะเกิดในครอบครัวฐานะปานกลางและฐานะสูงเท่านั้น เพราะครอบครัวฐานะยากจนย่อมไม่สามารถจะหาสิ่งของให้เด็กตามสัญญาได้มากนัก ทำให้เด็กขาดความเชื่อถือเกี่ยวกับอนาคต นอกจากนั้นการประสบความสำเร็จด้านต่างๆในชีวิตก็เป็นสิ่งที่เคย์เชื่อว่าจะช่วยให้บุคคลนั้นมีลักษณะมุ่งอนาคตสูง ทำให้บุคคลเกิดความมานะพยายามในการที่จะทำสิ่งต่างๆ เพราะมีความคาดหวังว่าจะทำให้สำเร็จดังที่ประสบมาแล้ว ฉะนั้นลักษณะมุ่งอนาคตจึงเกิดจากการเรียนรู้ทางสังคมนั่นเอง

มิสเซลและคนอื่นๆ (ดวงเดือน พันธุมนาวินและเพ็ญแข ประจวบปัจจุบัน.2520:36; อ้างอิงจาก Mischel and other.1974) กล่าวว่า การเลือกที่จะชะลอการบำบัดความต้องการของบุคคลนั้น เกิดจากการเรียนรู้จากประสบการณ์ในอดีตและการเลียนแบบจากผู้อื่นด้วย นอกจากนี้ มิสเซลและนักวิจัยอื่นๆยังพบว่าลักษณะมุ่งอนาคตนี้มีความสัมพันธ์กับลักษณะของบุคคลอีกมาก เช่น ความรับผิดชอบทางสังคม การมุ่งสัมฤทธิ์ผล การปรับตัว ความฉลาด และสภาวะทางสังคม วัฒนธรรมและครอบครัว ลักษณะมุ่งอนาคตนี้จะเพิ่มมากขึ้นตามอายุ

ดวงเดือน พันธุมนาวินและเพ็ญแข ประจวบปัจจุบัน(2520:35) กล่าวว่า ลักษณะมุ่งอนาคตนี้นักจิตวิทยาพบหลักฐานว่าเป็นด้านหนึ่งของพลังอีโก้ (ego-strength) ของบุคคลซึ่งจะเป็นแนวทางให้ผู้ที่มึลักษณะมุ่งอนาคตสูง สามารถระงับหรือชะลอการบำบัดความต้องการต่างๆของตนได้

จากปัจจัยที่ส่งเสริมลักษณะมุ่งอนาคตที่รวบรวมไว้ข้างต้น สรุปได้ว่า ลักษณะมุ่งอนาคตนั้นเกิดจากการเรียนรู้ทางสังคม สภาพแวดล้อมทางสังคม ครอบครัว การศึกษา และลักษณะมุ่งอนาคตยังมีความสัมพันธ์กับผลในอนาคตและพื้นฐานการรู้คิดและสติปัญญาอีกด้วย

2.1.7 เอกสารที่เกี่ยวกับฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว

สภาพครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำจะมีผลต่อการปรับตัวและนำไปสู่ปัญหาความประพฤติที่ขัดต่อสังคมและปัญหาทางอารมณ์ ดังที่ริงเนสส์(ชาติชาย หมั่นสมัค.2542:43;อ้างอิงจาก Ringness.1968) ได้ใช้แบบสอบถามวัดบุคลิกภาพ พบว่า พวกชนชั้นกลางจะเป็นพวกที่มีความมั่นคงทางด้านอารมณ์เป็นตัวของตัวเอง ขณะที่พวกที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำ มีแนวโน้มขาดความอบอุ่น หงุดหงิดง่าย และมีอาการทางประสาท เช่น กัดเล็บ พวกนี้มีความยากลำบากในการควบคุมอารมณ์ มีความวิตกกังวล ปรับตัวเข้ากับสังคมไม่ค่อยได้มากกว่าพวกชนชั้นกลางและชนชั้นสูง

สปริงเกอร์ (อรพินทร์ ชูชมและอัจฉรา สุชากรมณ.2532:12;อ้างอิงจาก Springer n. d.) พบว่า ความมั่นคงทางอารมณ์และการปรับตัวของเด็ก มีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับฐานะทาง

เศรษฐกิจ โดยเด็กที่มาจากทางบ้านที่ฐานะยากจน มีฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมต่ำ จะเป็นคนที่ปรับตัวไม่ดี และมีอารมณ์ไม่มั่นคง มีปริมาณมากกว่าเด็กมาจากครอบครัวฐานะทางเศรษฐกิจระดับสูงและปานกลาง

พยอม วงศ์สารศรี (2526:237) ได้กล่าวว่าสภาพเศรษฐกิจเป็นปัจจัยที่มีบทบาทสำคัญในการปรับตัวของเด็ก เด็กที่มาจากครอบครัวยากจน จะไม่ได้รับการตอบสนองตามความต้องการไม่ว่าจะเป็นทางกาย ทางใจ ในทางตรงกันข้าม เด็กที่มาจากครอบครัวที่ร่ำรวยก็เกิดปัญหาในการปรับตัวได้เช่นกัน คือ เด็กพวกนี้อาจได้สิ่งของต่างๆมากมาย แต่ขาดการตอบสนองทางด้านจิตใจก็จะสร้างปัญหาในสังคมเช่นกัน

โสภา ชูพิชัยกุล (2529:108) กล่าวว่า สาเหตุที่ฐานะเศรษฐกิจมีส่วนที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิต อาจเป็นเพราะฐานะทางเศรษฐกิจดีย่อมหมายถึงการมีความรู้สึกมั่นคงในตัวเอง จึงทำให้ความกดดันน้อย บุคคลไม่ต้องทนทุกข์อยู่กับภาวะเครียด หรือมีข้อขัดแย้งในใจมากมายนัก

ดวงเดือน พันธุมนาวินและเพ็ญแข ประจันปัจฉนิก (ดวงเดือน พันธุมนาวิน และเพ็ญแข ประจันปัจฉนิก 2520:19;อ้างอิงจาก Kay.1975) ได้ให้ความสำคัญอย่างยิ่งเกี่ยวกับฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมของครอบครัว โดยเห็นว่า ฐานะทางเศรษฐกิจจะเป็นตัวเพิ่มหรือลดความเร็วของพัฒนาการทางบุคลิกภาพทางจริยธรรมของบุคคลได้ และนักสังคมวิทยา พบว่า บุคคลที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำและปานกลางมีค่านิยมเกี่ยวกับความซื่อสัตย์แตกต่างกัน เช่น การเก็บของตกได้แล้วคืนให้เจ้าของนั้นเป็นความดีควรสรรเสริญในสังคมของบุคคลฐานะปานกลางและสูง แต่เป็นสิ่งโง่เขลาและไม่ควรทำอย่างยิ่งในสังคมของคนระดับต่ำ

จากเอกสารข้างต้น สรุปได้ว่า ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว เป็นปัจจัยสำคัญในการปรับตัวของเด็ก สาเหตุทางเศรษฐกิจมีผลอย่างมากทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ และมีส่วนเกี่ยวข้องกับสุขภาพจิต ความมั่นคงทางอารมณ์ บุคลิกภาพ จริยธรรม นำไปสู่ปัญหาทางด้านความประพฤติ

2.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

2.2.1 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเพศ

2.2.1.1 งานวิจัยในต่างประเทศ

ฟาร์แรง (นิภา พงศ์วิรัตน์.2520:11;อ้างอิงจาก Farang.1960) ได้ทำการเปรียบเทียบ ปัญหาการปรับตัวของนักเรียนอเมริกันกับนักเรียนอียิปต์ที่ศึกษาในระดับเกรด 10,11 และ 12 โดยใช้แบบสอบถามเป็นภาษาอังกฤษ และได้แปลแบบสอบถามชุดเดียวกันนี้ เป็นภาษา

อาหารสำหรับนักเรียนอียิปต์ ผลคือ นักเรียนอเมริกันมีปัญหาน้อยกว่านักเรียนอียิปต์และนักเรียนหญิงอียิปต์มีปัญหามากกว่านักเรียนชายอียิปต์ในปีเดียวกัน

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

ปอร์เทียส (Porteous.1985:465-478) ได้สำรวจปัญหาในวัยรุ่น เปรียบเทียบวัยรุ่นในอังกฤษและวัยรุ่นในไอร์แลนด์ พบว่า เด็กชายมีวุฒิภาวะน้อยกว่าเด็กหญิงในประสบการณ์ที่เป็นปัญหาเดียวกัน และมีความวิตกกังวลเกี่ยวกับความเป็นตัวของตัวเอง ความคิดของตนเอง มีพฤติกรรมที่เป็นปัญหา เด็กหญิงมีความกังวลเกี่ยวกับบุคลิกภาพและอารมณ์ ทั้งสองเพศกังวลเกี่ยวกับความไม่เป็นอิสระ และรู้สึกไม่เป็นตัวของตัวเองเมื่อเทียบกับอายุวัยรุ่นในอังกฤษมีปัญหาทางด้านวุฒิภาวะน้อยกว่าวัยรุ่นในไอร์แลนด์ แต่มีความวิตกกังวลเหมือนกัน วัฒนธรรมที่แตกต่างกันเป็นเครื่องชี้ให้เห็นถึงประสบการณ์ที่เป็นปัญหาระดับที่แตกต่างกัน

มังค์ (Nurmi.1991 : 21; citing Monks. 1968) ได้ศึกษาการมองอนาคตของนักศึกษาชาวเดนมาร์ก จำนวน 1,424 คน มีอายุระหว่าง 14-21 ปี ผลการศึกษาพบว่า วัยรุ่นมีความสนใจในเรื่องการเรียน การประกอบอาชีพ และอนาคตของครอบครัวที่อาศัยอยู่มาก โดยเด็กชายสนใจในเรื่องการเรียนและการประกอบอาชีพมาก ในขณะที่เด็กหญิงสนใจเกี่ยวกับอนาคตของครอบครัวและการแต่งงานมาก และเด็กชายยังมีความสนใจเกี่ยวกับนโยบายและความเปลี่ยนแปลงทางสังคมอีกด้วย

ไรท์และรอสต์ (Nurmi.1991:26;citing. Wright & Rauste. 1977) ได้ศึกษาเกี่ยวกับอนาคตของวัยรุ่นชาวฟินแลนด์ จำนวน 209 คนที่มีอายุระหว่าง 17-18 ปี ผลการศึกษาพบว่า เด็กชายสนใจในอนาคตยาวไกลกว่าเด็กหญิง และเด็กหญิงสนใจในเรื่องการเรียนและการประกอบอาชีพมากกว่าเมื่อเปรียบเทียบกับเด็กชาย

คาร์ตรอน และเลวี (Nurmi.1991:18; citing Cartron Guerin & Levy. 1980) ได้ศึกษาการมองอนาคต ด้านครอบครัวและอาชีพของวัยรุ่นชาวฝรั่งเศส จำนวน 80 คน ที่มีอายุระหว่าง 12-15 ปี ผลการศึกษาพบว่าวัยรุ่นที่มีอายุมากกว่ามีการวางแผนอนาคตยาวไกลกว่าวัยรุ่นที่มีอายุน้อยกว่า วัยรุ่นชายมีการวางแผนอนาคตยาวไกลกว่าวัยรุ่นหญิง วัยรุ่นที่มีอายุมากกว่าให้ความสำคัญกับอนาคตของครอบครัวมากกว่าวัยรุ่นที่มีอายุน้อยกว่า และวัยรุ่นหญิงให้ความสำคัญกับอนาคตของครอบครัวมากกว่าวัยรุ่นชาย

2.2.1.2 งานวิจัยในประเทศ

พวงสร้อย วรกุล (2522:81) ได้เปรียบเทียบสภาพปัญหาในด้านการปรับตัวของ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกรุงเทพมหานครและจังหวัดสงขลา ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีสภาพปัญหาในด้านการปรับตัวกับเพื่อน และด้านการปรับตัวกับสภาพภายในครอบครัวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนในด้านการปรับตัวกับบรรยากาศด้านการเรียน การสอน และในด้านการปรับตัวกับครูไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ไพบุลย์ อินทวิชา (2522:181-183) ศึกษาความต้องการและปัญหาการปรับตัวของ นักเรียนโรงเรียนมัธยมสาธิต วิทยาลัยการศึกษาประสานมิตร จำนวน 490 คน ชาย 250 คนและหญิง 240 คน พบว่า นักเรียนชายและนักเรียนหญิงประสบปัญหาด้านการปรับตัวพอๆกันแต่นักเรียนชายมี ปัญหาการปรับตัวมากกว่านักเรียนหญิง

กรรณิการ์ พินศิริกุล (2524:57-58) สำรวจปัญหาการเรียน สังคม และส่วนตัวของ นักเรียนโรงเรียนสารพัดช่าง ในกรุงเทพมหานคร พบว่านักเรียนชายมีปัญหาการเรียนมากกว่านักเรียน หญิงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

กุลวรรณ วิทยาวงศ์รุจิ (2526:57-58) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธภาพใน ครอบครัวกับการปรับตัวของนักเรียนชั้น ม.ศ.1-ม.ศ.5 สังกัดกรมสามัญศึกษา พบว่า วัยรุ่นหญิงมีสัม พันธภาพในครอบครัวสูงกว่าวัยรุ่นชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่วัยรุ่นหญิงมีการ ปรับตัวไม่แตกต่างกัน

ภูซงศ์ เลหาศิริวงศ์ (2535:93) ได้ศึกษาเปรียบเทียบสภาพปัญหาด้านการปรับตัว และแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ที่ศึกษาในระบบโรงเรียนและกึ่งระบบ โรงเรียนเขตการศึกษา 11 ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีสภาพปัญหาในการ ปรับตัวด้านการเรียนการสอนแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนในด้านการ ปรับตัวกับครูและเพื่อน ทั้งนักเรียนชายและนักเรียนหญิงไม่แตกต่างกัน

พาสนา ฝโลศลปี (2535:102) ได้สำรวจปัญหาการปรับตัวในวัยรุ่นกรุงเทพมหานคร พบว่าวัยรุ่นตอนต้นเพศชาย มีปัญหาในการปรับตัวมากที่สุด 4 อันดับแรก และเกินร้อยละ 70 ของกลุ่ม ตัวอย่าง โดยเรียงลำดับจากมากไปหาน้อย คือ ด้านโรงเรียน ด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่น ด้านการเงิน การตลาด และอนาคต และอันดับ 4 ด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง ส่วนด้านที่เป็นปัญหาน้อยที่สุด คือ ด้านบ้านและครอบครัว ส่วนวัยรุ่นตอนต้นเพศหญิง พบว่ามีปัญหาการปรับตัวมากที่สุด 4 อันดับ แรก และเกินกว่าร้อยละ 70 ของกลุ่มตัวอย่าง โดยเรียงลำดับจากมากไปหาน้อย คือ ด้านโรงเรียน ด้าน การเงิน การงาน และอนาคต ด้านความวิตกกังวลเกี่ยวกับตนเองและอันดับที่ 4 ด้านความสัมพันธ์กับ ผู้อื่นโดยทั่วไป ส่วนด้านที่เป็นปัญหาน้อยที่สุด คือ ด้านสุขภาพและพัฒนากายทางร่างกาย

งานวิจัยข้างต้นสรุปได้ว่า เพศเป็นองค์ประกอบหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนักเรียน ดังนั้นในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงคาดว่า เพศน่าจะเป็นตัวแปรหนึ่งที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา กรุงเทพมหานคร

2.2.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับระดับชั้น

2.2.2.1 งานวิจัยในต่างประเทศ

นัท (Nutt.1972:650-A) ได้ศึกษาปัญหาวัยรุ่น โดยการศึกษาวិเคราะห์จากบันทึกของครูและนักเรียนเกี่ยวกับปัญหาวัยรุ่น จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่7-ปีที่12 จำนวน 607 คน ครู 33 คน จากโรงเรียนมัธยมเวลด์ เซนทรัล (Weld Central Junior Senior High School)รัฐโคโรราโด ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนประสบปัญหาต่างๆ ดังนี้ ปัญหาการปรับตัวให้เข้ากับงานของโรงเรียน ปัญหาความสัมพันธ์ทางจิตวิทยาส่วนบุคคล ปัญหาความสัมพันธ์ทางจิตวิทยาสังคม ปัญหาด้านสันตนาการ และผลการศึกษาเพิ่มเติมพบว่าเพศและระดับชั้นมีอิทธิพลอย่างสำคัญต่อปัญหาของนักเรียนมากกว่าชั้นเรียน

2.2.2.2 งานวิจัยในประเทศ

กุลวรรณ วิทยาวงศ์รุจิ (2526:58) ได้ศึกษาการปรับตัวของวัยรุ่นที่กำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียนสหศึกษาระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นและตอนปลาย พบว่า วัยรุ่นที่มีระดับชั้นเรียนต่างกันมีการปรับตัวแตกต่างกัน โดยนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 มีการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และชั้นปีที่ 5

จิตรียา ไชยศรีพรหม (2527:84) ได้ศึกษาบุคลิกภาพการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา (ม.1-ม.6) ในกรุงเทพมหานคร พบว่า การปรับตัวของนักเรียนมัธยมศึกษา (ม.1-ม.6) แต่ละระดับชั้นแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยเรียงคะแนนจากค่าน้อยไปหามากตามระดับชั้น ดังต่อไปนี้ ม. 2 ม.1 ม.6 ม.4 ม. 3 และ ม. 5 โดยพบว่าคะแนนของเด็กนักเรียนทุกชั้นสูงกว่าม. 2 และคะแนน ม.6 ต่ำกว่า ม. 1และ ม.5 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่าเด็ก ม.2 มีคะแนนการปรับตัวทางสังคมต่ำสุด เช่นเดียวกับการปรับตัวเอง

ภุขงค์ เลหาศิริวงศ์ (2535:93) ได้ศึกษาเปรียบเทียบสภาพปัญหาด้านการปรับตัวและแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 และมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่ศึกษาในระบบโรงเรียนและกึ่งระบบโรงเรียน มีสภาพปัญหาในด้านการปรับตัวกับครู กับเพื่อน และด้านการเรียนไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่พบว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่2มีแนวโน้มที่จะมีปัญหาในทั้งสามด้านมากกว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1อยู่บ้าง (โดยพิจารณาจากค่าเฉลี่ย)

สมศรี บุญอรุณรักษา(2539:69) ได้ศึกษาการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนเครือคาทอลิก พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1, 2 และ 3 มีการปรับตัวไม่แตกต่างกัน

จากงานวิจัยข้างต้น พอสรุปได้ว่า ระดับชั้นที่ศึกษามีผลต่อการปรับตัวของผู้เรียน จะเห็นว่าระดับชั้นปีหรือช่วงอายุที่ต่างกัน ทำให้บุคคลมีลักษณะหรือบุคลิกภาพบางประการแตกต่างกัน เช่น ด้านความรับผิดชอบ ด้านความเชื่อมั่นในตนเอง จึงทำให้ผู้วิจัยคาดว่า ระดับชั้นที่ศึกษา น่าจะเป็นอีกตัวแปรหนึ่งที่ทำให้นักเรียนโรงเรียนเทพศิลา มีการปรับตัวแตกต่างกัน

2.2.3 งานวิจัยที่เกี่ยวกับภูมิลำเนา

2.2.3.1 งานวิจัยในต่างประเทศ

เฟลมส์ (Phelps.1973:3303-A) ได้ศึกษาปัญหาการรับรู้ของครูและนักเรียนเกี่ยวกับปัญหาของวัยรุ่น โดยศึกษาจากนักเรียน 303 คน ครู 26 คน ในโรงเรียนประจำอำเภอ เมืองแคนซัสซิตี พบว่าวัยรุ่นในชนบทมีความวิตกกังวลใจเกี่ยวกับเรื่องต่างๆมากกว่าเด็กในเมือง

2.2.3.2 งานวิจัยในประเทศ

พวงสร้อย วรกุล (2522:284) ได้ศึกษาเปรียบเทียบสภาพปัญหาในด้านการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกรุงเทพมหานครและจังหวัดสงขลา กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา เป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่1-3 โรงเรียนในเขตกรุงเทพมหานครและจังหวัดสงขลา ปีการศึกษา 2521 จำนวน 678 ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนมีปัญหาในด้านการปรับตัวโดยส่วนรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อัมพร โอตระกูลและศรีธรรม ธนะภูมิ (2522:144-155) ศึกษาเรื่องการเปรียบเทียบสุขภาพจิตของนักเรียนไทยในชนบทและในเมือง พบว่านักเรียนในกรุงเทพฯที่มีอายุระหว่าง 14-17 ปี มีปัญหาทางจิตที่พบมากที่สุด คือ ไม่มีความมั่นใจในตนเองว่าเป็นเด็กหรือผู้ใหญ่ร้อยละ 29.00 มีความยุ่งยากใจเกี่ยวกับการเรียนร้อยละ 8.70 มีปัญหาทางจิตร้อยละ 7.31 ส่วนนักเรียนในชนบทอายุระหว่าง 12-18 ปี มีปัญหาทางจิตที่พบมากที่สุด คือ ปัญหาในโรงเรียนร้อยละ 43.20 ปัญหาทางอารมณ์ ร้อยละ 22.50 ปัญหาทางพฤติกรรมร้อยละ 17.37 และปัญหาสาเหตุใจ ร้อยละ 2.50

รัตนา ยัญทิพย์ (2522:136) ได้ศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างการอบรมเลี้ยงดู พฤติกรรมการตอบสนองระหว่างบุคคลและการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ของโรงเรียนในสังกัดกรมสามัญศึกษาในกรุงเทพมหานคร และจังหวัดนครสวรรค์ ผลการวิจัยพบว่าเด็กในกรุงเทพมหานครและเด็กในจังหวัดนครสวรรค์มีการปรับตัวไม่แตกต่างกัน

จิตรา วสุวานิส, มุกดา ศรียงค์ และสมพักตร์ อัญญะสิทธิ์ (2523:32) สำรวจสุขภาพจิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง ในเรื่องเกี่ยวกับการย้ายถิ่น กับปัญหาสุขภาพจิต พบว่านักศึกษาที่ย้ายจากถิ่นกำเนิด หรือภูมิลำเนาเดิมแล้วไปศึกษาในมหาวิทยาลัยที่ตั้งอยู่ในถิ่นอื่น จะมี

ปัญหาการปรับตัวมากกว่านักศึกษากลุ่มที่ไม่ย้ายถิ่น โดยจะมีปัญหาด้านการดำรงชีวิต ปัญหาด้านอารมณ์และปัญหาด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

ดารณี ประคองศิลป์ (2530:92) ได้ศึกษาปัญหาการปรับตัวของนักศึกษาแพทย์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ พบว่า นักศึกษาแพทย์ที่มีภูมิลำเนาอยู่ในภาคใต้ ประสบปัญหาการปรับตัวมากที่สุดในการปรับตัวทางการเรียนร้อยละ 94.61 รองลงมา ได้แก่ ปัญหาด้านหลักสูตร และการสอน ร้อยละ 94.11 อันดับที่ 3 คือ ด้านกิจกรรมทางสังคมและนันทนาการ ร้อยละ 81.77 ส่วนปัญหาที่มีผู้ประสบน้อยที่สุด คือ ด้านบ้านและครอบครัว ร้อยละ 43.65 สำหรับนักศึกษาแพทย์ที่มีภูมิลำเนาอยู่ในภาคอื่น ๆ นั้นประสบปัญหาการปรับตัวในอันดับ 1-3 ในด้านเดียวกับนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาภาคใต้ และเมื่อพิจารณาความแตกต่างของการประสบปัญหาทางด้านแล้ว ไม่พบว่า นักศึกษาแพทย์ที่มีภูมิลำเนาภาคใต้ กับนักศึกษาแพทย์ที่มีภูมิลำเนาอยู่ในภาคอื่น ๆ มีปัญหาการปรับตัวในด้านต่างๆ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

สมศรี บุญอรุณรักษา (2539:69) ได้ศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนในเครือคาทอลิกพบว่าสถานที่ตั้งของโรงเรียนมีความสัมพันธ์กับการปรับตัว โดยนักเรียนที่ตั้งอยู่ในกรุงเทพมหานครและโรงเรียนที่ตั้งอยู่ต่างจังหวัด มีการปรับตัวแตกต่างกัน

จากงานวิจัยข้างต้น สรุปได้ว่า ภูมิลำเนาที่แตกต่างกัน มีผลต่อการปรับตัวของผู้เรียน ดังนั้นผู้วิจัยคาดว่า ภูมิลำเนาจะเป็นอีกตัวแปรหนึ่งที่ทำให้นักเรียนโรงเรียนเทพศิลา ซึ่งมาจากภูมิลำเนาต่างกัน มีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครแตกต่างกัน

2.2.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิต

2.2.4.1 งานวิจัยในต่างประเทศ

กรีนเบิร์ก ,ไซเกล และไลทซ์ (Greenberg ,Siegel and Leitch. 1983 : 373-384) ได้ศึกษาเปรียบเทียบอิทธิพลของกลุ่มเพื่อนกับบิดามารดาที่มีต่อสุขภาพจิตวัยรุ่น ในด้านการมองเห็นคุณค่าในตนเอง และความพึงพอใจในชีวิต โดยศึกษาในวัยรุ่นที่กำลังเรียนอยู่ในระดับมัธยมศึกษาในช่วงอายุ 12-19 ปี แยกเป็นเพศชาย 123 คน เพศหญิง 79 คน วัยรุ่นเหล่านี้อาศัยอยู่ในครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมระดับกลาง ผู้วิจัยได้สร้างแบบสอบถามวัดการปรับตัวในชีวิตประจำวัน มโนคติต่อตัวเอง ความพึงพอใจในชีวิต ความใกล้ชิดกับบิดามารดา และกลุ่มเพื่อน ผลการศึกษา

พบว่า สัมพันธภาพของวัยรุ่นกับบิดามารดา และกลุ่มเพื่อน มีความสัมพันธ์กับการมองเห็นคุณค่าในตัวเอง และความพึงพอใจในชีวิต นอกจากนี้ยังพบว่าความใกล้ชิดกับบิดามารดาสามารถทำนายความพึงพอใจในชีวิตได้มากกว่าความใกล้ชิดกับเพื่อน นั่นคือความสัมพันธ์ที่ดีกับบิดามารดา มีอิทธิพลต่อสุขภาพจิตวัยรุ่นมากกว่ากลุ่มเพื่อน

เทอร์แมน และฮัมเฟรย์ (Tyreman and Humphrey. 1984 : 1901) ได้ศึกษาปัญหาสุขภาพจิตของวัยรุ่นในช่วงอายุ 12-16 ที่มาให้บริการด้านสุขภาพจิต จำนวน 24 คน โดยเปรียบเทียบกับวัยรุ่นในช่วงวัยเดียวกันซึ่งไม่มีปัญหาสุขภาพจิต โดยใช้แบบสอบถามเกี่ยวกับสุขภาพทั่วไป เหตุการณ์ต่างๆในชีวิตประจำวัน การได้รับความช่วยเหลือจากครอบครัว และสิ่งแวดล้อมในครอบครัว ผลการศึกษาพบว่า วัยรุ่นที่มีปัญหาสุขภาพจิตได้รับความช่วยเหลือจากครอบครัวน้อยกว่าต้องเผชิญกับความเครียดในชีวิตประจำวันสูงกว่าวัยรุ่นปกติ

2.2.4.2 งานวิจัยในประเทศ

เพ็ญทิภา นรินทรางกูร ณ อยุธยา (2533 : 63-68) ได้ศึกษาปัญหาเรื่องปรับตัวและสุขภาพจิตของนิสิตโคเวตา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ วิทยาเขตบางเขน วัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัญหาการปรับตัวและสุขภาพจิตของนิสิต จำแนกตามเพศ ชั้นปี และวิชาเอก กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตโคเวตา จำนวน 204 คน เครื่องมือที่ใช้คือแบบสอบถามปัญหาการปรับตัวและแบบสอบถามสุขภาพจิตเอสซีแอล-90 ผลการศึกษา พบว่านิสิตโคเวตาส่วนใหญ่คิดว่าตนเองมีปัญหาการปรับตัวที่ระดับน้อย ปัญหาสุขภาพจิตของนิสิตโคเวตาที่พบอยู่ในระดับปานกลาง คือ ด้านย้ำคิดย้ำทำ ด้านความรู้สึกผิดปกติของร่างกาย ด้านความรู้สึกไม่ชอบติดต่อกับผู้อื่น ด้านซึมเศร้า ด้านก้าวร้าว ชอบทำลาย ด้านกลัวโดยปราศจากเหตุผล ด้านหวาดระแวง และโรคจิต นิสิตโคเวตาเพศชายและเพศหญิงมีปัญหาสุขภาพจิตแตกต่างกัน

อรัญญา จันทร์ดั่ง (2536: 62-63) ได้ทำการศึกษาเรื่องสุขภาพจิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดบุรีรัมย์ จำนวน 268 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบสอบถามสุขภาพจิต เอสซีแอล-90 ผลการศึกษาพบว่านักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 มีปัญหาสุขภาพจิตอยู่ในระดับปกติ สุขภาพของนักเรียนชายกับนักเรียนหญิงมีความแตกต่างกัน 2 ด้าน คือความรู้สึกไม่ชอบติดต่อกับผู้อื่น โรคจิตเกี่ยวกับสุขภาพจิตของนักเรียนที่แยกตามแผนการเรียน คะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ฐานะทางเศรษฐกิจของผู้ปกครอง พบว่ามีปัญหาสุขภาพจิตทั้ง 9 ด้านไม่แตกต่างกัน

นลินรัตน์ อภิชาติ (2536:107-110) ได้ศึกษาสุขภาพจิตของครู ซึ่งสอนเด็กที่มีความต้องการพิเศษ กลุ่มตัวอย่างเป็นครูจำนวน 158 คน ผลการศึกษาพบว่า ครูซึ่งสอนเด็กที่มีความ

ต้องการพิเศษมีสุขภาพที่อยู่ในระดับปกติ ครูชายมีสุขภาพจิตแตกต่างกับครูหญิง โดยครูชายมีสุขภาพจิตด้านความหวาดระแวง โรคจิตและด้านอาการร่วมอื่นๆสูงกว่าครูหญิง

พลารณณ์ จันทร์ขามเรียน (2539:69) ได้ศึกษา สุขภาพจิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสาธิต สังกัดทบวงมหาวิทยาลัย กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2538 ผลการศึกษาพบว่า สุขภาพจิตของนักเรียนมีความสัมพันธ์กับจำนวนพี่น้อง ยกเว้นตัวแปรด้านเพศ ลำดับการเกิด ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน อาชีพของผู้ปกครอง ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง รายได้ของผู้ปกครอง และสภาพครอบครัวไม่มีความสัมพันธ์กับสุขภาพจิต

จากงานวิจัยในข้างต้น สรุปได้ว่า สุขภาพจิตมีผลต่อการปรับตัวของนักเรียน ดังนั้นสุขภาพจิตน่าจะเป็นอีกตัวแปรหนึ่งที่ทำให้นักเรียนโรงเรียนเทพศิลา มีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครแตกต่างกัน

2.2.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพ

2.2.5.1 งานวิจัยในต่างประเทศ

เคลลีและฮุสตัน (Kelly and Houston.1985:634) ได้ศึกษาบุคลิกภาพแบบ เอ และแบบ บี จำแนกตามความแตกต่างทางด้านลักษณะชีวิตสังคมภูมิหลังและการทำงาน กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้หญิงที่ทำงานนอกบ้านจำนวน 220 คน โดยแบ่งกลุ่มออกเป็น 2 กลุ่ม ผลการศึกษาพบว่า หญิงที่ทำงานนอกบ้านมีลักษณะบุคลิกภาพแบบ เอ มีระดับการศึกษาสูงกว่า ระดับสถานภาพทางอาชีพสูงกว่า มีชั่วโมงการทำงานมากกว่า มีปริมาณงานที่ทำมากกว่า มีความสับสนในบทบาททำงานความเครียดในการทำงานและต้องการประสบการณ์การทำงานมากกว่าบุคคลที่มีลักษณะบุคลิกภาพแบบ บี

ชวาทซ์และคนอื่นๆ (Schawartz and others.1986:235) ได้ศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมของบุคคลที่มีลักษณะบุคลิกภาพแบบเอ และ แบบ บี ที่ประสบความล้มเหลวในสถานการณ์ที่ไม่มีผู้ใดเคยประสบความสำเร็จเลยและในสถานการณ์ที่มีบางคนประสบความสำเร็จ ผลการศึกษาพบว่า คนที่มีลักษณะบุคลิกภาพแบบ เอ มีความมุ่งหวังความสำเร็จในสถานการณ์ที่มีโอกาสประสบความสำเร็จได้ แต่จะไม่เอาตัวไปผูกมัดกับงานที่ไม่มีโอกาสประสบความสำเร็จ

สตรูปและโบลันด์ (อัจธรา วงศ์วัฒนามงคล.2533:19-20;อ้างอิงจาก Strube and Boland.1986) ได้ศึกษาการรับรู้สาเหตุของการกระทำและความเพียรในการทำงานของบุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบ เอและ แบบ บี ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มที่มีลักษณะบุคลิกภาพแบบ เอ มีความเชื่อถือในความสำเร็จมากกว่าความล้มเหลว ส่วนความสัมพันธ์ระหว่างการวินิจฉัยความยากของงานกับความเพียรในการทำงานนั้นพบว่า มีความสัมพันธ์ทางลบ กล่าวคือ ถ้างานมีความยากมากขึ้น บุคคลจะมีความเพียรพยายามในการทำงานลดลง และจะมีความเพียรพยายามมากในงานที่มีความยาก

ปานกลาง ในขณะที่บุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบ บี นั้นมีความเชื่อถือในความสำเร็จและความล้มเหลวไม่แตกต่างกันและการวินิจฉัยความยากของงาน และความเพียรพยายามมีความสัมพันธ์กันทางบวก

สตรูบและคนอื่นๆ (อัจฉรา วงศ์วัฒนามงคล.2533:19-20;อ้างอิงจาก Strube and other.1987) ได้ศึกษาสถานการณ์ที่ไม่สามารถควบคุมได้ซึ่งเป็นสถานการณ์ที่มีความพยายามและความสำเร็จมาสอดคล้องกัน ผลการศึกษาพบว่า บุคคลที่มีลักษณะบุคลิกภาพแบบ เอ มีความพยายามมากขึ้น เพื่อให้ตนเองสามารถควบคุมสถานการณ์ได้

ไคล์เวอร์และไวนด์เนอร์ (Kleiver and Weidner.1987:204) ได้ศึกษาเรื่อง ลักษณะบุคลิกภาพแบบ เอและระดับความมุ่งหวัง โดยศึกษาจากการตั้งเป้าหมายของความสำเร็จของเด็กและผู้ปกครอง กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กชาย จำนวน 32 คน และเด็กหญิงจำนวน 41 คน มีอายุระหว่าง 9-12 ปี โดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น เด็กที่มีบุคลิกภาพแบบ เอและ บี พบว่า เด็กทั้งสองกลุ่มได้ตั้งเป้าหมายความสำเร็จแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แต่การกระทำพฤติกรรมเด็กที่มีบุคลิกภาพแบบ เอ จะทำงานสำเร็จมากกว่า และมีความเพียรพยายามเพื่อให้ประสบความสำเร็จมากกว่า

2.2.5.2 งานวิจัยในประเทศ

อัจฉรา วงศ์วัฒนามงคล (2533:126-127) ได้ศึกษาตัวแปรทางพฤติกรรมศาสตร์ที่เกี่ยวกับการศึกษาต่อในระดับบัณฑิตศึกษา กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตระดับบัณฑิตศึกษามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร จำนวน 240 เป็นผู้ที่มีพฤติกรรมการศึกษาต่อ จำนวน 120 คนและไม่มีพฤติกรรมการศึกษาต่อ จำนวน 120 คน ตัวแปรที่ศึกษา คือ จิตลักษณะพื้นฐานของบุคคลโดยศึกษาบุคลิกภาพแบบเอและบุคลิกภาพแบบ บีและสภาพแวดล้อมที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการศึกษาต่อ ผลการศึกษาพบว่า บุคคลที่มีพฤติกรรมการศึกษาต่อ มีบุคลิกภาพแบบ เอ อายุน้อย มีความเครียดในการทำงานสูง มีความกลัวความสำเร็จสูง เป็นโสด มีทัศนคติที่ดีต่อการศึกษาต่อ มีสถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคมค่อนข้างสูงและมีการรับรู้ความมั่นคงในการทำงานสูง

ชมพูนุท พงษ์ศิริ (2535:73-74) ได้ศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการฝึกปฏิบัติงานหอผู้ป่วยของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลสภากาชาดไทย กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2,3 และ 4 วิทยาลัยพยาบาลสภากาชาดไทย กรุงเทพมหานคร จำนวน 230 คน ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 มีความวิตกกังวลสูงกกว่านักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 และ 4 และ นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 มีความวิตกกังวลต่ำที่สุดและนักศึกษาพยาบาลที่มีบุคลิกภาพแบบ เอ จะมีความวิตกกังวลสูงกกว่านักศึกษาพยาบาลที่มีบุคลิกภาพแบบ บี

จรรยา เกษศรีสังข์ (2537:105) ได้ศึกษาวิธีการเผชิญปัญหาของนักเรียนนายร้อยตำรวจ พบว่า นักเรียนนายร้อยตำรวจที่มีบุคลิกภาพแบบ เอ มีวิธีการเผชิญปัญหาแบบสู้ปัญหา ยกเว้นวิธีการเผชิญปัญหาด้านการเรียนภาคปฏิบัติ ส่วนนักเรียนนายร้อยที่มีบุคลิกภาพแบบ บี มีวิธีการเผชิญปัญหาด้านต่างๆแบบรวมขอม

จากงานวิจัยดังกล่าวข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า บุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบ เอ จะเป็นบุคคลที่มีความเชื่อถือในความสำเร็จของงานมากกว่าความล้มเหลว มากกว่าบุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบ บี ซึ่งจากผลการวิจัยเกี่ยวกับบุคลิกภาพแบบ เอและบีนั้น เห็นได้ว่าตัวแปรด้านบุคลิกภาพน่าจะมีความสัมพันธ์กับการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครของนักเรียน

2.2.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคต

2.2.6.1 งานวิจัยในต่างประเทศ

มิสเนอร์ (Nurmi.1991:20;citing Meissner.1961) ได้ศึกษาความกังวลใจเกี่ยวกับอนาคตของเด็กชายอเมริกัน จำนวน 1,278 คน ที่มีอายุ13-18 ปี ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความกังวลเกี่ยวกับโรงเรียนและด้านอาชีพและความกังวลเกี่ยวกับโรงเรียนจะลดลงเมื่ออายุเพิ่มขึ้น ในขณะที่ความกังวลด้านอาชีพเพิ่มขึ้นตามอายุ ซึ่งผู้วิจัยเห็นว่า ความวิตกกังวลน่าจะมีผลต่อการปรับตัว คือ จากกลุ่มตัวอย่างที่มีอายุมากขึ้นหรือนักศึกษาพยาบาลที่อยู่ในระดับชั้นปีสูงก็น่าจะมีการปรับตัวได้ดีกว่านักศึกษาที่มีระดับชั้นปีต่ำกว่า

แคมเมอร์อนดีไซบาฮาเดออร์และเดรมเมล (Nurmi.1991:19;citing Cameron, Desai,Bahador and Dremel.1977-1978) ได้ศึกษาการวางแผนอนาคตในชนชาวอเมริกันอายุ 9-65 ปี จำนวน 1,031 คน โดยใช้แบบสัมภาษณ์ความคาดหวังในอนาคต ถ้าบุคคลมีการวางแผนในอนาคตก็จะปรับตัวเพื่อให้ได้ตามจุดมุ่งหมายที่วางไว้ ซึ่งผลที่ได้เนอมีได้นำมาอ้างอิงเฉพาะในช่วงวัยรุ่นพบว่า เด็กอายุ 14-17 ปี มีการวางแผนในอนาคตน้อยกว่ากลุ่มอายุ 18-25 ปี

เรย์เนอร์ (ดวงเดือน พันธุมนาวินและคณะ.2530:101; อ้างอิงจาก Raynor.1978:254) ได้ทำการวิจัยพบว่า บุคคลที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูงจะมีการจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูง และเป็นผู้ที่ขยันขันแข็งในการทำงานมากกว่าผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตต่ำซึ่งแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์เป็นส่วนหนึ่งที่เกี่ยวข้องในการปรับตัว

2.2.6.2 งานวิจัยในประเทศ

พนิดา สิ้นสุวรรณ (2527:61) ศึกษาเปรียบเทียบลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ในวิชาสังคมศึกษา ศึกษาเรื่องปัญหาสิ่งแวดล้อม ด้วยการสอนโดยการใช้เทคนิคการพยากรณ์กับการสอนแบบบรรยาย ผลการศึกษาพบว่า

นักเรียนที่เรียนโดยใช้เทคนิคการพยากรณ์มีค่าเฉลี่ยของลักษณะมุ่งอนาคตสูงกว่านักเรียนที่เรียนโดยการสอนแบบบรรยาย และนักเรียนชายและหญิงที่เรียนโดยการใช้เทคนิคการพยากรณ์

ดวงเดือน พันธุมนาวิน อรพินทร์ ชูชมและสุภาพร ลอยด์ (2529:256) ศึกษาการควบคุมอิทธิพลสื่อมวลชนของครอบครัวกับจิตลักษณะที่สำคัญของเยาวชนไทย กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5-6 และนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-2 จากโรงเรียนในกรุงเทพมหานครและต่างจังหวัดรอบกรุงเทพมหานคร จำนวน 1,600 คน เป็นนักเรียนชาย 780 คน และนักเรียนหญิง 820 คน พบว่า เยาวชนไทยมีลักษณะมุ่งอนาคตสูง ยอมรับการควบคุมสื่อมวลชนจากบิดามารดามาก และยอมรับสื่อมวลชนที่เหมาะสม โดยเฉพาะด้านโทรทัศน์และสิ่งตีพิมพ์มาก และเป็นเยาวชนที่รับรู้ว่าการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนมากจากผู้ปกครอง

สมจิตต์ เพิ่มพูน (2532:89-90) ศึกษาเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่เรียนวิชาสังคม โดยใช้เทคนิคการพยากรณ์กับการสอนตามคู่มือครู ผลการศึกษาพบว่า ลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนที่เรียนโดยการใช้เทคนิคการพยากรณ์กับการสอนตามคู่มือครูแตกต่างกัน และลักษณะมุ่งอนาคตหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง

สุรพงษ์ ชูเดช (2534:135-145) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างประสบการณ์ในมหาวิทยาลัยกับจิตลักษณะที่สำคัญของนิสิตในชั้นปีที่ 3-4 ของมหาวิทยาลัย 2 แห่ง รวม 273 คน โดยใช้แบบสอบถามและแบบวัดต่างๆโดยจิตลักษณะที่ศึกษา ได้แก่ การใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม ลักษณะมุ่งอนาคตและเอกลักษณ์แห่งอิโก้ พบผลที่สัมพันธ์กับจิตลักษณะคือ นิสิตที่เรียนวิชาเกี่ยวข้องกับมนุษย์และสังคมน้อย และในหมู่นิสิตที่เรียนวิชาที่ให้ความสำคัญแก่มนุษย์และสังคมมากขึ้น ลักษณะสิ่งแวดล้อมมีผลต่อการปรับตัว ถ้ามีผลการเรียนดีด้วย จะเป็นผู้ที่มีการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมสูง และมีลักษณะมุ่งอนาคตมาก และผลนี้พบในกลุ่มนิสิตที่ครอบครัวมีระดับเศรษฐกิจสังคมต่ำอย่างชัดเจนกว่านิสิตประเภทอื่นๆ

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

จักรวาล ภูพาน์ (2537:72-75) ได้ศึกษาผลการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียน สถานสงเคราะห์เด็กหญิงบ้านราชวิถี กรุงเทพมหานคร จำนวน 24 คน ผลการศึกษาพบว่านักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีลักษณะมุ่งอนาคตสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติ ซึ่งผู้วิจัยคาดว่า การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มน่าจะทำให้เด็กมีการปรับตัวเพื่อให้เข้ากับกลุ่มได้ดี

จากงานวิจัย ลักษณะมุ่งอนาคต สรุปได้ว่าบุคคลที่มีลักษณะมุ่งอนาคต คือ ถ้าบุคคลมีการวางแผนในอนาคตไว้ว่า บุคคลมีความคาดหวังพฤติกรรมต่างๆที่ตนกระทำขึ้น พฤติกรรมซึ่งเกิดจากการเรียนรู้ อบรม เป็นตัวชี้ถึงการลักษณะมุ่งอนาคตของแต่ละบุคคล ดังนั้นผู้วิจัยคาดว่า ลักษณะมุ่งอนาคตน่าจะทำให้มีการปรับตัวได้ดีกว่านักเรียนที่มีลักษณะการมุ่งอนาคตต่ำ

2.2.7 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเศรษฐกิจของครอบครัว

2.2.7.1 งานวิจัยในต่างประเทศ

ฮาร์ทชอร์น และเมย์ (วรพวรรณ ศรีอุบล. 2535 : 30; อ้างอิงจาก Hartshone and May.n.d.) ได้วิจัยพบว่า เด็กที่พ่อแม่มีฐานะเศรษฐกิจสูงจะโง่งน้อยกว่าเด็กที่มีพ่อแม่ฐานะทางเศรษฐกิจต่ำ และคนที่อายุน้อยกว่าจะโง่งน้อยกว่าคนที่อายุน้อย ถึงแม้ว่าจะให้ค่านิยมของความซื่อสัตย์สุจริตไว้เหมือนกัน

ไรท์และบิน (Wright and Bean.1974:277-283) ได้ศึกษาอิทธิพลของฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมที่มีผลต่อการเรียนของนักศึกษาจำนวน 1,631 คน พบว่ารายได้ของครอบครัวเป็นตัวทำนายคะแนนเฉลี่ยได้ดีที่สุด

2.2.7.2 งานวิจัยในประเทศ

พวงสร้อย วรกุล (2522:88) ได้ศึกษาสภาพปัญหาการปรับตัวระหว่างนักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวต่างกัน ปีการศึกษา 2521 จำนวน 678 คน ของโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษาในกรุงเทพมหานคร และจังหวัดสงขลา พบว่าโดยส่วนรวมแล้วนักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำ ปานกลางและสูง มีสภาพปัญหาในการปรับตัวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 โดยนักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำมีสภาพปัญหาในด้านการปรับตัวมากกว่านักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจปานกลางและสูง

จินตนา อินทรไทย (2525 :48-49) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคมและแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่3 ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 300 คน ผลการวิจัยปรากฏว่า นักเรียนที่มาจากครอบครัวที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจ และสังคมแตกต่างกันมีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์แตกต่าง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คือ นักเรียนที่มาจากครอบครัวที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคมต่ำ มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่ำที่สุด ส่วนนักเรียนที่มาจากครอบครัวที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคมระดับกลาง มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงที่สุด

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2531 : 160) ได้ศึกษาค่านิยมในการทำงานของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนมัธยมศึกษา เขตการศึกษา 1 ปีการศึกษา 2530 จำนวน 1,500 คน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่มีบิดามารดาที่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนต่างกัน มีคะแนนเฉลี่ยค่านิยมในการ

ทำงานด้านความอิสระและด้านผลตอบแทนทางเศรษฐกิจแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

วัลลภา ตันติสุนทร (2532:164) ศึกษาพบว่ารายได้ของครอบครัว มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเครียดของนักศึกษาพยาบาลโดยพบว่ากลุ่มที่มีรายได้ต่ำมีความเครียดมากที่สุด

จากงานวิจัยในข้างต้นชี้ให้เห็นว่า สถานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวมีอิทธิพล ทำให้การประสบปัญหาของนักเรียนแตกต่างกัน ดังนั้น ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยคาดว่าสถานะทางเศรษฐกิจของบิดามารดาจะเป็นอีกตัวแปรหนึ่งที่ทำให้การปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครแตกต่างกัน

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2548 ที่มีภูมิลำเนาอยู่ต่างจังหวัด จำนวนทั้งหมด 150 คน เป็นนักเรียนชาย จำนวน 65 คน และนักเรียนหญิง จำนวน 85 คน ซึ่งใช้เป็นกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามมีทั้งหมด 4 ชุดดังนี้

ชุดที่ 1 แบบสอบถามการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร แบ่งเป็น 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว ได้แก่ เพศ ระดับชั้น ภูมิลำเนา และฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว

ตอนที่ 2 แบบสอบถามการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร

ชุดที่ 2 แบบคัดกรองสุขภาพจิต

ชุดที่ 3 แบบสอบถามบุคลิกภาพ

ชุดที่ 4 แบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคต

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว ได้แก่ เพศ ระดับชั้น ภูมิลำเนา และฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว

ตัวอย่างแบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามข้อมูลส่วนตัวของนักเรียน เมื่ออ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย / ลงในช่อง () หน้าข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงหรือเติมข้อความให้ครบถ้วน

1. เพศ

() ชาย

() หญิง

2. ระดับชั้น

() ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

- () ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2
 () ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3
3. นักเรียนเกิดจังหวัด.....
4. รายได้ของผู้ปกครองรวมกัน
- () รายได้ 12,500 -16,600 บาทต่อเดือน
 () รายได้ 16,601 - 20,800 บาทต่อเดือน
 () รายได้ 20,801 - 25,000 บาทต่อเดือน

ตอนที่ 2 แบบสอบถามการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร มีขั้นตอนในการสร้างดังนี้

2.1 ผู้วิจัยศึกษานิยามศัพท์เฉพาะ เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัว เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม

2.2 ผู้วิจัยได้ศึกษาแบบสอบถามการปรับตัวของชาติชาย หมั่นสมัคร (2542) ธีฎญารัตน์ แสงสว่าง (2545)

2.3 ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร จากแนวคิดที่ได้จากข้อ 2.1 และ 2.2 ให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ โดยมีลักษณะของแบบสอบถามเป็นมาตราส่วนประมาณค่า(Rating Scale) ตามแบบของลิเคอร์ท มี 5 ระดับ ได้แก่ จริงที่สุด จริงจริงบ้าง จริงน้อย และจริงน้อยที่สุด

ตัวอย่างแบบสอบถามการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย / ลงในช่องว่างทางขวามือช่องใดช่องหนึ่งใน 5 ช่อง ที่ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียนมากที่สุด ดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนบ้าง ไม่ตรงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
0	ข้าพเจ้าตั้งใจฟังอาจารย์สอนในขณะที่เรียน					
00	ข้าพเจ้ารู้สึกอึดอัดใจเมื่อต้องทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อนใหม่					
000	ที่พักของข้าพเจ้าไม่มีความเป็นส่วนตัว					

เกณฑ์การให้คะแนน

- ข้อความที่มีความหมายทางบวกให้คะแนน ดังนี้

จริงที่สุด	ให้คะแนน	5	คะแนน
จริง	ให้คะแนน	4	คะแนน
จริงบ้าง	ให้คะแนน	3	คะแนน
จริงน้อย	ให้คะแนน	2	คะแนน
จริงน้อยที่สุด	ให้คะแนน	1	คะแนน
- ข้อความที่มีความหมายทางลบให้คะแนน ดังนี้

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

เกณฑ์การแปลความหมาย

ใช้เกณฑ์การประเมินค่าความหมายตามแนวคิดของวิเชียร เกตุสิงห์ (2538 : 9) ในการวิจัยครั้งนี้แปลผลได้ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย 3.67-5.00 หมายถึง มีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร
เหมาะสมมาก

คะแนนเฉลี่ย 2.34-3.66 หมายถึง มีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร
เหมาะสมปานกลาง

คะแนนเฉลี่ย 1.00-2.33 หมายถึง มีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร
เหมาะสมน้อย

ชุดที่ 2 แบบคัดกรองสุขภาพจิตไทย จี เอช คิว 60

แบบคัดกรองสุขภาพจิต ไทย จี เอช คิว 60 (Thai GHQ=Thai General Health Questionnaire 60) ของโกลด์ เบอร์กและพอล วิลเลียมส์ (Goldberg and Williams,1988) แปลเป็นภาษาไทยโดย นายแพทย์ธนา นิลชัยโกวิทย์และคณะ ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ รามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล สำหรับประเทศไทย ได้มีการทดลองใช้ในปี พ.ศ.2538 กับประชาชนเขตหนองจอก 100 คน ที่มารับบริการของหน่วยแพทย์เคลื่อนที่ของโรงพยาบาลรามาธิบดีได้ค่าความเชื่อมั่น 0.83 แบบคัดกรองสุขภาพจิต ไทย จี เอช คิว 60 (Thai GHQ=Thai General Health Questionnaire 60) ประกอบด้วยคำถาม 60 ข้อ เป็นแบบคัดกรองปัญหาสุขภาพจิตเบื้องต้น ไม่สามารถวินิจฉัยโรคได้

ตัวอย่าง แบบคัดกรองสุขภาพจิตไทย จี เอช คิว 60

คำชี้แจง สุขภาพทั่วไปของนักเรียนในระยะ 2-3 สัปดาห์ ที่ผ่านมาเป็นอย่างไรบ้าง โปรดตอบคำถามต่อไปนี้โดยใส่เครื่องหมาย / ลงในช่องว่าง () ที่ใกล้เคียงกับสุขภาพของนักเรียนในปัจจุบัน หรือในช่วง 2-3 สัปดาห์ที่ผ่านมามากที่สุด โดยไม่รวมถึงปัญหาของนักเรียนที่เคยมีในอดีต โปรดตอบคำถามทุกข้อ

0. รู้สึกสบายและมีความสุขดี
 - () ดีกว่าปกติ () เหมือนปกติ () แย่กว่าปกติ () แย่กว่าปกติมาก
00. รู้สึกต้องการยาบำรุงให้มีกำลังวังชา
 - () ไม่เลย () ไม่มากกว่าปกติ () ค่อนข้างมากกว่าปกติ () มากกว่าปกติมาก
000. รู้สึกทรมานและสุขภาพไม่ดี
 - () ไม่เลย () ไม่มากกว่าปกติ () ค่อนข้างมากกว่าปกติ () มากกว่าปกติมาก

เกณฑ์การให้คะแนน

ผู้ที่ตอบ 2 ข้อแรก จะได้คะแนน 0 คะแนน

ผู้ที่ตอบ 2 ข้อหลัง จะได้คะแนน 1 คะแนน

เกณฑ์ในการแปลความหมาย (ธนา นิลชัยโกวิทย์และคณะ.2539)

- | | | |
|------|---------------|--------------------|
| 0-11 | คะแนน หมายถึง | มีสุขภาพจิตดี |
| 12 | คะแนน หมายถึง | มีสุขภาพจิตบกพร่อง |

ชุดที่ 3 แบบสอบถามบุคลิกภาพ มีขั้นตอนในการสร้างดังนี้

3.1 ผู้วิจัยศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพ เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม

3.2 ผู้วิจัยได้ศึกษาแบบสอบถามที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพของอัจฉรา วงศ์วัฒนามงคล (2533:159-162) ดัดแปลงมาจากแบบสำรวจการกระทำกิจกรรมของเจนกินส์ (Jenkins Activity Survey) เป็นแบบทดสอบรายงานตนเอง แบ่งเป็นบุคลิกภาพแบบ เอ และบุคลิกภาพแบบ บี

3.3 ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามบุคลิกภาพ โดยใช้แนวคิดจากข้อ 3.1 และ 3.2 ให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ โดยมีลักษณะของแบบสอบถามเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ตามแบบของลิเคอร์ท มี 5 ระดับ ได้แก่ จริงที่สุด จริง จริงบ้าง จริงน้อย และจริงน้อยที่สุด

ตัวอย่างแบบสอบถามบุคลิกภาพ

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามถึงคุณลักษณะและความรู้สึกนึกคิดทั่วไปเกี่ยวกับตัวนักเรียนขอให้นักเรียนทำเครื่องหมาย / ลงในช่องว่างทางขวามือช่องใดช่องหนึ่งใน 5 ช่อง ที่ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียนมากที่สุด ดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนบ้าง ไม่ตรงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
0	เมื่อข้าพเจ้ามีนัด ข้าพเจ้าชอบไปถึงที่นัดหมายก่อนเวลา					
00	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าเป็นการเสียเวลา ถ้าต้องรอซื้อของในร้านค้าที่มีลูกค้าแน่น					

เกณฑ์การให้คะแนน

1. ข้อความที่มีความหมายทางบวกให้คะแนน ดังนี้

จริงที่สุด	ให้คะแนน	5	คะแนน
จริง	ให้คะแนน	4	คะแนน

จริงบ้าง	ให้คะแนน	3	คะแนน
จริงน้อย	ให้คะแนน	2	คะแนน
จริงน้อยที่สุด	ให้คะแนน	1	คะแนน
2. ข้อความที่มีความหมายทางลบให้คะแนน ดังนี้			
จริงที่สุด	ให้คะแนน	1	คะแนน
จริง	ให้คะแนน	2	คะแนน
จริงบ้าง	ให้คะแนน	3	คะแนน
จริงน้อย	ให้คะแนน	4	คะแนน
จริงน้อยที่สุด	ให้คะแนน	5	คะแนน

เกณฑ์การแปลความหมาย

ใช้เกณฑ์การประเมินค่าความหมายตามแนวคิดของอัจฉรา วงษ์วัฒนามงคล (2533: 32) ในการวิจัยครั้งนี้แปลผลได้ดังนี้

ผู้ที่ได้คะแนน 38-75	หมายถึง	มีบุคลิกภาพแบบ เอ
ผู้ที่ได้คะแนน 15-37	หมายถึง	มีบุคลิกภาพแบบ บี

ชุดที่ 4 แบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคต

4.1 ผู้วิจัยศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคตเพื่อเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม

4.2 ผู้วิจัยได้ศึกษาแบบสอบถามที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคตของศุภลักษณ์ เงินบำรุง (2546:ภาคผนวก)

4.3 ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคตโดยใช้แนวคิดจากข้อ 4.1 และ 4.2 แบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคตเป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ได้แก่ จริงที่สุด จริง จริงบ้าง จริงน้อย และจริงน้อยที่สุด

ตัวอย่างแบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคต

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียน เมื่ออ่านข้อความเกี่ยวกับสิ่งที่นักเรียนคิดไว้ในอนาคตหลังจากเรียนจบแล้ว โปรดทำเครื่องหมาย / ลงในช่องว่างทางขวามือของใดช่องหนึ่งใน 5 ช่อง ที่ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียนมากที่สุด ดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนบ้าง ไม่ตรงบ้าง

จริงน้อย หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อย
 จริงน้อยที่สุด หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
0	ความสามารถคาดการณ์ไกล หวังผลจากผล การกระทำเกี่ยวกับการศึกษาและการ ประกอบอาชีพ ก่อนที่ข้าพเจ้าจะตัดสินใจเลือกศึกษาต่อ ข้าพเจ้าจะศึกษารายละเอียดของแต่ละสาขาวิชา					
00	การศึกษาแนวทางแก้ปัญหาและวางแผนเพื่อ เป้าหมายเกี่ยวกับการศึกษาและการประกอบ อาชีพในอนาคต ข้าพเจ้าไม่ชอบการวางแผนการทำงานไว้ล่วงหน้า เพราะเหตุการณ์ต่างๆไม่เป็นไปตามแผน					
000	การรู้จักเลือกกระทำและรอคอยผลที่จะเกิด ขึ้นในอนาคตเกี่ยวกับการศึกษาและการ ประกอบอาชีพ ข้าพเจ้าเลือกอาชีพที่ตรงกับความสามารถ และความสนใจของข้าพเจ้า					

เกณฑ์การให้คะแนน

- ข้อความที่มีความหมายทางบวกให้คะแนน ดังนี้

จริงที่สุด	ให้คะแนน	5	คะแนน
จริง	ให้คะแนน	4	คะแนน
จริงบ้าง	ให้คะแนน	3	คะแนน
จริงน้อย	ให้คะแนน	2	คะแนน
จริงน้อยที่สุด	ให้คะแนน	1	คะแนน
- ข้อความที่มีความหมายทางลบให้คะแนน ดังนี้

จริงที่สุด	ให้คะแนน	1	คะแนน
------------	----------	---	-------

จริง	ให้คะแนน	2	คะแนน
จริงบ้าง	ให้คะแนน	3	คะแนน
จริงน้อย	ให้คะแนน	4	คะแนน
จริงน้อยที่สุด	ให้คะแนน	5	คะแนน

เกณฑ์การแปลความหมาย

ใช้เกณฑ์การประเมินค่าความหมายตามแนวคิดของวิเชียร เกตุสิงห์(2538: 9) ในการวิจัยครั้งนี้แปลผลได้ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย	3.67-5.00	หมายถึง	มีลักษณะมุ่งอนาคตมาก
คะแนนเฉลี่ย	2.34-3.66	หมายถึง	มีลักษณะมุ่งอนาคตปานกลาง
คะแนนเฉลี่ย	1.00-2.33	หมายถึง	มีลักษณะมุ่งอนาคตน้อย

การหาคุณภาพเครื่องมือ

1. หาค่าความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ (Face Validity) ของแบบสอบถาม โดยนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 คน ได้แก่ อาจารย์วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรหมธิดา แสนคำเครือ และผู้ช่วยศาสตราจารย์พรณรัตน์ พลอยล้อมแสง ตรวจสอบแก้ไขทั้งด้านเนื้อหา ข้อคำถามและภาษา ให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขก่อนนำไปทดลองใช้

2. หาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม ดังนี้

2.1 ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิแล้วนำไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนบางกะปิ เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร จำนวน 100 คน ที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง แล้วนำแบบสอบถามที่ทดลองใช้แล้วมาหาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ โดยใช้เทคนิค 25% กลุ่มสูง-กลุ่มต่ำ แล้วทดสอบด้วย t-test และเลือกเฉพาะข้อที่มีค่า t ที่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ไปไว้เป็นเครื่องมือในการวิจัย ได้ผลดังนี้

2.1.1 แบบสอบถามการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร มีจำนวน 49 ข้อ โดยมีค่า t ระหว่าง 2.486 – 11.057

2.1.2 แบบสอบถามบุคลิกภาพ มีจำนวน 15 ข้อ โดยมีค่า t ระหว่าง 2.272 – 4.953

2.1.3 แบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคต มีจำนวน 18 ข้อ โดยมีค่า t ระหว่าง 2.278 – 10.286

2.2 ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่ได้ มาหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามโดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) ได้ผลดังนี้

2.2.1 แบบสอบถามการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .7869

2.2.2 แบบสอบถามบุคลิกภาพ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .8394

2.2.3 แบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคต มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .7693

วิธีการรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อนำมาวิเคราะห์ ผู้วิจัยดำเนินการเป็นขั้นตอน ดังนี้

1. ผู้วิจัยนำหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัยเพื่อขออนุญาตและขอความร่วมมือจากผู้อำนวยการ โรงเรียนเทพลীลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร ในการเก็บรวบรวมข้อมูล
2. ผู้วิจัยขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒเพื่อนำไปขออนุญาตจากนายแพทย์ธนา นิลชัยโกวิทย์ ในการขอใช้แบบคัดกรองสุขภาพจิต (Thai GHQ 60)
3. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามไปเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง จำนวน 150 ฉบับ ในระหว่างวันที่ 24 กุมภาพันธ์ -10 มีนาคม 2549 รวมทั้งรับคืนแบบสอบถาม ได้รับคืนมาครบทุกฉบับ
4. ผู้วิจัยคัดเลือกแบบสอบถามที่สมบูรณ์ คือ ตอบครบทุกข้อ ปรากฏว่าสมบูรณ์ทุกฉบับ แล้วจึงนำมาตรวจให้คะแนน และนำข้อมูลมาวิเคราะห์ทางสถิติเพื่อทดสอบสมมติฐาน

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูลด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์ โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for Windows Version 10.07 โดยการดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานโดยการหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. วิเคราะห์เปรียบเทียบการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลীลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร จำแนกตาม ตัวแปรเพศ บุคลิกภาพและสุขภาพจิต
3. วิเคราะห์เปรียบเทียบการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลীลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร ตามตัวแปร ระดับชั้น ภูมิฐานะ ลักษณะมุ่งอนาคต และ ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือ ได้แก่
 - 2.1 หาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายชื่อของแบบสอบถาม โดยใช้เทคนิค 25% กลุ่มสูง – กลุ่มต่ำ แล้วทดสอบด้วย t – test
 - 2.2 หาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม โดยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α – Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach)
3. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์สมมติฐาน ได้แก่
 - 3.1 วิเคราะห์เปรียบเทียบการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร ของนักเรียน ช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร จำแนกตาม ตัวแปรเพศ บุคลิกภาพและ สุขภาพจิต โดยทำการทดสอบที (t-test)
 - 3.2 วิเคราะห์เปรียบเทียบการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร ของนักเรียน ช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร ตามตัวแปร ระดับชั้น ภูมิฐานะ ลักษณะมุ่งอนาคต และ ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว โดยทำการวิเคราะห์ ความแปรปรวนแบบทิศทางเดียว (One Way Analysis of Variance) เมื่อพบความแตกต่าง ของตัวแปร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จะทดสอบเป็นรายคู่ โดยใช้วิธีของเชฟเฟ(Scheffe's Method)

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลและการแปลผล

ในการนำเสนอและการแปลผลการวิเคราะห์ข้อมูลของการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

N	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
\bar{x}	แทน	ค่าคะแนนเฉลี่ย
S.D.	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
t	แทน	ค่าสถิติที่ใช้ในการพิจารณาใน t- distribution
F	แทน	ค่าสถิติที่ใช้ในการพิจารณาใน f- distribution
SS	แทน	ผลบวกกำลังสองของคะแนน (Sum of Squares)
MS	แทน	ค่าเฉลี่ยของผลบวกกำลังสองของคะแนน (Mean Squares)
df	แทน	ระดับชั้นแห่งความเป็นอิสระ (Degree of Freedom)

การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยนำเสนอตามลำดับดังนี้

ตอนที่ 1 เสนอผลการวิเคราะห์สถิติพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามตัวแปรที่ศึกษา โดยการแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ

ตอนที่ 2 เสนอผลการศึกษาระดับการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร โดยรวมและเป็นรายด้าน 4 ด้าน ได้แก่ การปรับตัวด้านการเรียน การปรับตัวด้านสังคม การปรับตัวด้านส่วนตัว การปรับตัวด้านที่พักอาศัย จำแนกตามตัวแปร เพศ ระดับชั้น ภูมิภาค ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว บุคลิกภาพ สุขภาพจิต และลักษณะมุ่งอนาคต โดยการใช้ค่าคะแนนเฉลี่ยและค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ตอนที่ 3 เสนอผลการเปรียบเทียบการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร จำแนกตามตัวแปร เพศ บุคลิกภาพ สุขภาพจิต และลักษณะมุ่งอนาคต วิเคราะห์โดยใช้ t-test ส่วนตัวแปร ระดับชั้น ภูมิภาค ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว โดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทิศทางเดียว (One Way Analysis of Variance) เมื่อ

พบความแตกต่างของตัวแปร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จะทดสอบเป็นรายคู่ โดยใช้วิธีของเซฟเฟ (Scheffe's Method)

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 เสนอผลการวิเคราะห์สถิติพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามตัวแปรที่ศึกษา โดยการแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละ

ตาราง 1 แสดงค่าความถี่และค่าร้อยละของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร จำแนกตามตัวแปรที่ศึกษา

ตัวแปร	ระดับของตัวแปร	จำนวน(คน)	ร้อยละ
เพศ	เพศชาย	65	43.3
	เพศหญิง	85	56.7
	รวม	150	100.0
ระดับชั้น	ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1	57	38.0
	ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2	57	38.0
	ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3	36	24.0
	รวม	150	100.0
ภูมิลำเนา	ภาคกลาง	36	24.0
	ภาคเหนือ	29	19.3
	ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ	58	38.7
	ภาคใต้	27	18.0
	รวม	150	100.0

ตาราง 1 พบว่านักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมีจำนวน 150 คน เมื่อจำแนกตามเพศ พบว่านักเรียนหญิงมีจำนวนมากกว่านักเรียนชาย คือ จำนวน 85 คน และ 65 คน คิดเป็นร้อยละ 56.7 และ 43.3 ตามลำดับ เมื่อจำแนกตามระดับชั้นปี พบว่านักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 และมัธยมศึกษาปีที่ 2 มีจำนวนเท่ากัน คือ จำนวน 57 คน คิดเป็นร้อยละ 38 และนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 มีจำนวน 36 คน คิดเป็นร้อยละ 24 เมื่อจำแนกตามภูมิลำเนาพบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีภูมิลำเนาอยู่ภาคตะวันออกเฉียงเหนือจำนวน 58 คน

คิดเป็นร้อยละ 38.7 รองลงมาคือภาคกลาง จำนวน 36 คน คิดเป็นร้อยละ 24.0 และภาคเหนือ จำนวน 29 คน คิดเป็นร้อยละ 19.3 ส่วนภาคใต้มีจำนวนน้อยที่สุด คือ จำนวน 27 คน คิดเป็นร้อยละ 18.0

ตอนที่ 2 เสนอผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพศิลา โดยรวมและรายด้าน จำแนกตามตัวแปรเพศ ระดับชั้น ภูมิภาค ต้นทุนทางเศรษฐกิจของครอบครัว บุคลิกภาพ สุขภาพจิต และลักษณะมุ่งอนาคต

ตาราง 2 แสดงค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานการปรับตัวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพศิลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร โดยรวมและเป็นรายด้าน

การปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร	\bar{x}	S.D.	การแปลความหมาย
การปรับตัวด้านการเรียน	3.47	1.11	ปานกลาง
การปรับตัวด้านสังคม	3.77	1.07	มาก
การปรับตัวด้านส่วนตัว	3.34	1.12	ปานกลาง
การปรับตัวด้านที่พักอาศัย	3.66	1.30	ปานกลาง
รวม	3.56	1.15	ปานกลาง

จากตาราง 2 พบว่า นักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพศิลา มีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า นักเรียนมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครด้านสังคมได้ในระดับเหมาะสมมาก ส่วนด้านอื่น ๆ มีการปรับตัวได้ในระดับเหมาะสมปานกลาง

ตาราง 3 แสดงค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานการปรับตัวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขต
บางกะปิ กรุงเทพมหานคร โดยรวมและเป็นรายด้านจำแนกตามเพศ

การปรับตัวในการใช้ชีวิต ในกรุงเทพมหานคร	เพศชาย		การแปล ความหมาย	เพศหญิง		การแปล ความหมาย
	\bar{x}	S.D.		\bar{x}	S.D.	
การปรับตัวด้านการเรียน	3.46	.49	ปานกลาง	3.48	.54	ปานกลาง
การปรับตัวด้านสังคม	3.74	.50	มาก	3.84	.59	มาก
การปรับตัวด้านส่วนตัว	3.34	.53	ปานกลาง	3.33	.63	ปานกลาง
การปรับตัวด้านที่พักอาศัย	3.67	.74	มาก	3.66	.71	ปานกลาง
การปรับตัวโดยรวม	3.55	.56	ปานกลาง	3.57	.61	ปานกลาง

จากตาราง 3 พบว่านักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา นักเรียนชายมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตใน
กรุงเทพมหานครอยู่ในระดับเหมาะสมปานกลาง และนักเรียนหญิงมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตใน
กรุงเทพมหานครอยู่ในระดับเหมาะสมปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า นักเรียนชายมีการ
ปรับตัวด้านสังคมและด้านที่พักอาศัยได้เหมาะสมมาก ส่วนนักเรียนหญิงมีเพียงการปรับตัวด้านสังคม
เท่านั้นที่อยู่ในระดับเหมาะสมมาก ส่วนในการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครด้านอื่นๆ ทั้ง
นักเรียนหญิงและนักเรียนชายมีการปรับตัวอยู่ในระดับเหมาะสมปานกลาง

ตาราง 4 แสดงค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานการปรับตัวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขต บางกะปิ กรุงเทพมหานคร โดยรวมและเป็นรายด้านจำแนกตามระดับชั้น

การปรับตัวในการใช้ชีวิต ในกรุงเทพมหานคร	ชั้นม.1		การแปล ความหมาย	ชั้นม.2		การแปล ความหมาย	ชั้นม.3		การแปล ความหมาย
	\bar{x}	S.D.		\bar{x}	S.D.		\bar{x}	S.D.	
การปรับตัวด้านการเรียน	3.44	.54	ปานกลาง	3.46	.50	ปานกลาง	3.52	.54	ปานกลาง
การปรับตัวด้านสังคม	3.67	.56	มาก	3.91	.53	มาก	3.82	.56	มาก
การปรับตัวด้านส่วนตัว	3.24	.62	ปานกลาง	3.37	.54	ปานกลาง	3.43	.59	ปานกลาง
การปรับตัวด้านที่พักอาศัย	3.67	.67	มาก	3.58	.77	ปานกลาง	3.79	.70	มาก
การปรับตัวโดยรวม	3.50	.59	ปานกลาง	3.58	.58	ปานกลาง	3.64	.59	ปานกลาง

จากตาราง 4 พบว่านักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครอยู่ในระดับเหมาะสมปานกลาง เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า การปรับตัวด้านสังคมและด้านที่พักอาศัยอยู่ในระดับเหมาะสมมาก ส่วนด้านอื่นๆอยู่ในระดับเหมาะสมปานกลาง นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 มีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครอยู่ในระดับเหมาะสมปานกลาง เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า การปรับตัวด้านสังคมอยู่ในระดับเหมาะสมมาก ส่วนด้านอื่นๆอยู่ในระดับเหมาะสมปานกลาง และนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 มีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครอยู่ในระดับเหมาะสมปานกลาง เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ด้านสังคมและด้านที่พักอาศัยอยู่ในระดับเหมาะสมมาก ส่วนด้านอื่นๆอยู่ในระดับเหมาะสมปานกลาง

ตาราง 5 แสดงค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานการปรับตัวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขต
บางกะปิ กรุงเทพมหานคร โดยรวมและเป็นรายด้านจำแนกตามภูมิภาค

การปรับตัวในการใช้ ชีวิตในกรุงเทพมหานคร	ภาคกลาง		การแปล ความหมาย	ภาคเหนือ		การแปล ความหมาย	ภาค ตอ. เฉียงเหนือ		การแปล ความหมาย	ภาคใต้		การแปล ความหมาย
	\bar{x}	S.D		\bar{x}	S.D.		\bar{x}	S.D		\bar{x}	S.D	
การปรับตัวด้านการเรียน	3.46	.53	ปานกลาง	3.39	.52	ปานกลาง	3.50	.57	ปาน	3.49	.41	ปานกลาง
การปรับตัวด้านสังคม	3.79	.59	มาก	3.71	.51	มาก	3.83	.53	กลาง	3.84	.61	มาก
การปรับตัวด้านส่วนตัว	3.51	.65	ปานกลาง	3.24	.47	ปานกลาง	3.24	.60	มาก	3.41	.54	ปานกลาง
การปรับตัวด้านที่ พักอาศัย	3.83	.75	มาก	3.45	.78	ปานกลาง	3.60	.64	ปานกลาง	3.82	.71	มาก
การปรับตัวโดยรวม	3.64	.63	ปานกลาง	3.44	.57	ปานกลาง	3.54	.58	ปานกลาง	3.64	.56	ปานกลาง

จากตาราง 5 พบว่านักเรียนที่มีภูมิลำเนาจากแต่ละภาคมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครอยู่ในระดับเหมาะสมปานกลางคือภาคกลาง ภาคเหนือ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และภาคใต้ นักเรียนที่มีภูมิลำเนาจากภาคกลาง เมื่อพิจารณารายด้านพบว่ามีการปรับตัวด้านสังคมและด้านที่พักอาศัยมีความเหมาะสมในระดับมาก ส่วนด้านอื่นๆ มีความเหมาะสมในระดับปานกลาง นักเรียนที่มีภูมิลำเนาจากภาคเหนือ เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่ามีการปรับตัวด้านสังคมมีความเหมาะสมในระดับมาก ส่วนด้านอื่นๆ มีความเหมาะสมในระดับปานกลาง นักเรียนที่มีภูมิลำเนาจากภาคตะวันออกเฉียงเหนือ เมื่อพิจารณารายด้านพบว่ามีการปรับตัวด้านสังคมมีความเหมาะสมในระดับมาก ส่วนด้านอื่นๆ มีความเหมาะสมในระดับปานกลาง และนักเรียนที่มีภูมิลำเนาจากภาคใต้ เมื่อพิจารณารายด้านพบว่ามีการปรับตัวด้านสังคมและที่พักอาศัยมีความเหมาะสมในระดับมาก ส่วนด้านอื่นๆ มีความเหมาะสมในระดับปานกลาง

ตาราง 6 แสดงค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานการปรับตัวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขต
บางกะปิ กรุงเทพมหานคร โดยรวมและเป็นรายด้านจำแนกตามฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว

การปรับตัวในการใช้ ชีวิต ในกรุงเทพมหานคร	ฐานะทางเศรษฐกิจต่ำ			ฐานะทางเศรษฐกิจปานกลาง			ฐานะทางเศรษฐกิจสูง		
	\bar{x}	S.D.	การแปล ความหมาย	\bar{x}	S.D.	การแปล ความหมาย	\bar{x}	S.D.	การแปล ความหมาย
การปรับตัวด้านการเรียน	3.45	.50	ปานกลาง	3.44	.52	ปานกลาง	3.58	.58	ปานกลาง
การปรับตัวด้านสังคม	3.77	.56	มาก	3.81	.55	มาก	3.89	.53	มาก
การปรับตัวด้านส่วนตัว	3.27	.57	ปานกลาง	3.47	.56	ปานกลาง	3.41	.65	ปานกลาง
การปรับตัวด้านที่พัก อาศัย	3.59	.69	ปานกลาง	3.62	.66	ปานกลาง	4.00	.81	มาก
การปรับตัวโดยรวม	3.52	.58	ปานกลาง	3.58	.57	ปานกลาง	3.72	.64	มาก

จากตาราง 6 พบว่า นักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำ มีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครอยู่ในระดับเหมาะสมปานกลาง เมื่อพิจารณารายด้านพบว่าการปรับตัวด้านสังคม มีความเหมาะสมในระดับมาก ส่วนด้านอื่นๆ มีความเหมาะสมในระดับปานกลาง นักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจปานกลาง มีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครอยู่ในระดับเหมาะสมปานกลาง เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ในทุกด้านมีความเหมาะสมในระดับปานกลาง และนักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจสูงมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครอยู่ในระดับเหมาะสมมาก เมื่อพิจารณารายด้านพบว่าการปรับตัวด้านสังคมและด้านที่พักอาศัย มีความเหมาะสมในระดับมาก ส่วนด้านอื่นๆ มีความเหมาะสมในระดับปานกลาง

ตาราง 7 แสดงค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานการปรับตัวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขต
บางกะปิ กรุงเทพมหานคร โดยรวมและเป็นรายด้านจำแนกตามสุขภาพจิต

การปรับตัวในการใช้ชีวิต ในกรุงเทพมหานคร	สุขภาพจิตดี		การแปล ความหมาย	สุขภาพจิตบกพร่อง		การแปล ความหมาย
	\bar{x}	S.D.		\bar{x}	S.D.	
การปรับตัวด้านการเรียน	3.57	.51	ปานกลาง	3.26	.48	ปานกลาง
การปรับตัวด้านสังคม	3.85	.54	มาก	3.70	.57	มาก
การปรับตัวด้านส่วนตัว	3.48	.55	ปานกลาง	3.04	.54	ปานกลาง
การปรับตัวด้านที่พักอาศัย	3.84	.69	มาก	3.31	.65	ปานกลาง
การปรับตัวโดยรวม	3.68	.57	มาก	3.32	.56	ปานกลาง

จากตาราง 7 พบว่านักเรียนมีสุขภาพจิตดี มีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครอยู่ในระดับ
เหมาะสมมาก เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่ามีการปรับตัวด้านสังคมและด้านที่พักอาศัยมีความเหมาะสม
มาก ส่วนด้านอื่นๆ มีความเหมาะสมปานกลางและพบว่านักเรียนมีสุขภาพจิตบกพร่องมีการปรับตัวในการ
ใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครเหมาะสมปานกลาง เมื่อพิจารณารายด้านพบว่ามีการปรับตัวด้านสังคมมีความ
เหมาะสมมาก ส่วนด้านอื่นๆ มีความเหมาะสมในระดับปานกลาง

ตาราง 8 แสดงค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานการปรับตัวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขต
บางกะปิ กรุงเทพมหานคร โดยรวมและเป็นรายด้านจำแนกตามบุคลิกภาพ

การปรับตัวในการใช้ชีวิต ในกรุงเทพมหานคร	บุคลิกภาพแบบเอ			บุคลิกภาพแบบบี		
	\bar{x}	S.D.	การแปลความหมาย	\bar{x}	S.D.	การแปลความหมาย
การปรับตัวด้านการเรียน	3.55	.54	ปานกลาง	3.37	.47	ปานกลาง
การปรับตัวด้านสังคม	3.85	.59	มาก	3.74	.50	มาก
การปรับตัวด้านส่วนตัว	3.41	.59	ปานกลาง	3.24	.57	ปานกลาง
การปรับตัวด้านที่พักอาศัย	3.68	.77	มาก	3.64	.64	ปานกลาง
การปรับตัวโดยรวม	3.62	.62	ปานกลาง	3.49	.54	ปานกลาง

จากตาราง 8 พบว่านักเรียนที่มีบุคลิกภาพแบบเอ มีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร อยู่ในระดับเหมาะสมปานกลาง เมื่อพิจารณารายด้านพบว่าการปรับตัวด้านสังคมและด้านที่พักอาศัยมีความเหมาะสมมาก ส่วนด้านอื่นๆ มีความเหมาะสมปานกลาง และนักเรียนที่มีบุคลิกภาพแบบบีมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครเหมาะสมปานกลาง เมื่อพิจารณารายด้านพบว่าในทุกด้านมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครเหมาะสมปานกลาง

ตาราง 9 แสดงค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานการปรับตัวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขต
บางกะปิ กรุงเทพมหานคร โดยรวมและเป็นรายด้านจำแนกตามลักษณะมุ่งอนาคต

การปรับตัวในการใช้ชีวิต ในกรุงเทพมหานคร	ลักษณะมุ่งอนาคตมาก			ลักษณะมุ่งอนาคตปานกลาง		
	\bar{x}	S.D.	การแปลความหมาย	\bar{x}	S.D.	การแปลความหมาย
การปรับตัวด้านการเรียน	3.87	.42	มาก	3.32	.47	ปานกลาง
การปรับตัวด้านสังคม	4.11	.42	มาก	3.68	.55	มาก
การปรับตัวด้านส่วนตัว	3.63	.62	ปานกลาง	3.22	.53	ปานกลาง
การปรับตัวด้านที่พักอาศัย	4.21	.46	มาก	3.46	.69	ปานกลาง
การปรับตัวโดยรวม	3.95	.48	มาก	3.42	.56	ปานกลาง

จากตาราง 9 พบว่า นักเรียนที่มีลักษณะมุ่งอนาคตมากมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตใน
กรุงเทพมหานครเหมาะสมมาก เมื่อพิจารณารายด้านพบว่ามีการปรับตัวด้านการเรียน ด้านสังคมและด้าน
ที่พักอาศัยมีความเหมาะสมมาก ส่วนด้านส่วนตัวมีความเหมาะสมปานกลาง และพบว่า นักเรียนที่มี
ลักษณะมุ่งอนาคตปานกลาง มีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครมีความเหมาะสมปานกลาง
เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า การปรับตัวด้านสังคมมีความเหมาะสมมาก ส่วนด้านอื่นๆ มีความเหมาะสม
ปานกลาง

ตอนที่ 3 เสนอผลการเปรียบเทียบการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครโดยรวมและเป็นรายด้าน
ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพศิลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร จำแนกตามเพศ ระดับชั้น
ภูมิฐานะ ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว บุคลิกภาพ สุขภาพจิต และลักษณะมุ่งอนาคต

ตาราง 10 แสดงการเปรียบเทียบการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครโดยรวมและเป็นรายด้าน
จำแนกตาม เพศ

การปรับตัวในการใช้ชีวิต ในกรุงเทพมหานคร	เพศชาย		เพศหญิง		t
	\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
การปรับตัวด้านการเรียน	3.46	.49	3.48	.54	-.261
การปรับตัวด้านสังคม	3.74	.50	3.84	.59	-1.016
การปรับตัวด้านส่วนตัว	3.34	.53	3.33	.63	.370
การปรับตัวด้านที่พัก อาศัย	3.67	.74	3.66	.71	.142
การปรับตัวโดยรวม	3.55	.56	3.57	.61	-.274

จากตาราง 10 พบว่านักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพศิลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร เพศชายและ
เพศหญิงมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครโดยรวมและเป็นรายด้าน 4 ด้าน ได้แก่ การปรับตัว
ด้านการเรียน การปรับตัวด้านสังคม การปรับตัวด้านส่วนตัวและการปรับตัวด้านที่พักอาศัยไม่แตกต่าง
กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ตาราง 11 แสดงการเปรียบเทียบการปรับตัวโดยรวมและเป็นรายด้านของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร จำแนกตามสุขภาพจิต

การปรับตัวในการใช้ชีวิต ในกรุงเทพมหานคร	สุขภาพจิตดี		สุขภาพจิตบกพร่อง		t
	\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
การปรับตัวด้านการเรียน	3.57	.51	3.26	.48	3.604 **
การปรับตัวด้านสังคม	3.85	.54	3.70	.57	1.573
การปรับตัวด้านส่วนตัว	3.48	.55	3.04	.54	4.644 **
การปรับตัวด้านที่พักอาศัย	3.84	.69	3.31	.65	4.476 **
การปรับตัวโดยรวม	3.68	.57	3.32	.56	3.574*

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 11 พบว่า นักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานครที่มีสุขภาพจิตต่างกันมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครโดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า การปรับตัวด้านการเรียน การปรับตัวด้านส่วนตัว การปรับตัวด้านที่พักอาศัย นักเรียนที่มีสุขภาพจิตดีและสุขภาพจิตบกพร่องมีการปรับตัวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนการปรับตัวด้านสังคมมีการปรับตัวไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ตาราง 12 แสดงการเปรียบเทียบการปรับตัวโดยรวมและเป็นรายด้านการปรับตัวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3
โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร จำแนกตามบุคลิกภาพ

การปรับตัวในการใช้ชีวิต ในกรุงเทพมหานคร	บุคลิกภาพแบบเอ		บุคลิกภาพแบบบี		t
	\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
การปรับตัวด้านการเรียน	3.55	.54	3.37	.47	2.151 *
การปรับตัวด้านสังคม	3.85	.59	3.74	.50	1.199
การปรับตัวด้านส่วนตัว	3.41	.59	3.24	.57	1.688
การปรับตัวด้านที่พักอาศัย	3.68	.77	3.64	.64	.326
การปรับตัวโดยรวม	3.62	.62	3.49	.54	1.341

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 12 พบว่านักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานครที่มีบุคลิกภาพแบบเอและบุคลิกภาพแบบบีมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครโดยรวมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า การปรับตัวด้านการเรียน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 13 แสดงการเปรียบเทียบการปรับตัวโดยรวมและเป็นรายด้านของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพ
 ลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร จำแนกตามลักษณะมุ่งอนาคต

การปรับตัวในการใช้ชีวิต ในกรุงเทพมหานคร	ลักษณะมุ่งอนาคตมาก		ลักษณะมุ่งอนาคตปานกลาง		
	\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	t
การปรับตัวด้านการเรียน	3.87	.42	3.32	.47	-6.512 **
การปรับตัวด้านสังคม	4.11	.42	3.68	.55	-5.068 **
การปรับตัวด้านส่วนตัว	3.63	.62	3.22	.53	-3.972 **
การปรับตัวด้านที่พักอาศัย	4.21	.46	3.46	.69	-7.716 **
การปรับตัวโดยรวม	3.95	.48	3.42	.56	-5.817 **

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 13 พบว่า นักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานครที่มีลักษณะ
 มุ่งอนาคตต่างกันมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครโดยรวมและรายด้านแตกต่างกันอย่างมี
 นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 14 แสดงการเปรียบเทียบการปรับตัวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร จำแนกตามระดับชั้นปี

การปรับตัวในการใช้ชีวิต แหล่งความแปรปรวน		df	SS	MS	F
การปรับตัวด้านการเรียน	ระหว่างกลุ่ม	2	.165	.008	.298
	ภายในกลุ่ม	147	40.739	.277	
	รวม	149	40.904		
การปรับตัวด้านสังคม	ระหว่างกลุ่ม	2	1.577	.788	2.600
	ภายในกลุ่ม	147	44.584	.303	
	รวม	149	46.161		
การปรับตัวด้านส่วนตัว	ระหว่างกลุ่ม	2	.928	.464	1.335
	ภายในกลุ่ม	147	51.075	.347	
	รวม	149	52.003		
การปรับตัวด้านที่พักอาศัย	ระหว่างกลุ่ม	2	.942	.471	.905
	ภายในกลุ่ม	147	76.533	.521	
	รวม	149	77.475		

จากตาราง 14 พบว่านักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานครที่มีระดับชั้นต่างกันมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครเป็นรายด้าน 4 ด้าน ได้แก่ การปรับตัวด้านการเรียน การปรับตัวด้านสังคม การปรับตัวด้านส่วนตัวและการปรับตัวด้านที่พักอาศัยไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ตาราง 15 แสดงการเปรียบเทียบการปรับตัวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร จำแนกตามภูมิลำเนา

การปรับตัวในการใช้ชีวิต แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
การปรับตัวด้านการเรียน ระหว่างกลุ่ม	3	.261	.008	.312
	ภายในกลุ่ม	146	40.643	.278
	รวม	149	40.904	
การปรับตัวด้านสังคม ระหว่างกลุ่ม	3	.339	.113	.360
	ภายในกลุ่ม	146	45.822	.314
	รวม	149	46.161	
การปรับตัวด้านส่วนตัว ระหว่างกลุ่ม	3	2.011	.670	1.958
	ภายในกลุ่ม	146	49.992	.342
	รวม	149	52.003	
การปรับตัวด้านที่พักอาศัยระหว่างกลุ่ม	3	3.267	1.089	2.143
	ภายในกลุ่ม	146	74.208	.521
	รวม	149	77.475	

จากตาราง 15 พบว่านักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานครที่มีภูมิลำเนาต่างกันมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครเป็นรายด้าน 4 ด้าน ได้แก่ การปรับตัวด้านการเรียน การปรับตัวด้านสังคม การปรับตัวด้านส่วนตัวและการปรับตัวด้านที่พักอาศัยไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ตาราง 16 แสดงการเปรียบเทียบการปรับตัวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร จำแนกตามฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว

การปรับตัวในการใช้ชีวิต แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
การปรับตัวด้านการเรียน ระหว่างกลุ่ม	2	.346	.173	.626
ภายในกลุ่ม	147	40.599	.276	
รวม	149	40.904		
การปรับตัวด้านสังคม ระหว่างกลุ่ม	2	.290	.145	.465
ภายในกลุ่ม	147	45.871	.312	
รวม	149	46.161		
การปรับตัวด้านส่วนตัว ระหว่างกลุ่ม	2	1.083	.542	1.563
ภายในกลุ่ม	147	50.920	.346	
รวม	149	52.003		
การปรับตัวด้านที่พักอาศัยระหว่างกลุ่ม	2	3.193	1.596	3.159*
ภายในกลุ่ม	147	74.282	.505	
รวม	149	77.475		

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 16 พบว่านักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานครที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวต่างกันมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครในด้านการปรับตัวด้านที่พักอาศัยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนการปรับตัวด้านการเรียน การปรับตัวด้านสังคมและการปรับตัวด้านส่วนตัวนั้น พบว่าไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

การทดสอบเป็นรายคู่ ใช้การเปรียบเทียบโดยวิธีของเซฟเฟ (Scheffe 's Method) ปรากฏผลดังแสดงในตาราง 17

ตาราง 17 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของการปรับตัวด้านที่พักอาศัยของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานครจำแนกตามฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว

ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว	\bar{x}	ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว		
		ต่ำ	ปานกลาง	สูง
ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวต่ำ	3.60	-	.03	.40*
ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวปานกลาง	3.63		-	.37
ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวสูง	4.00			-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 17 พบว่านักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานครที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวต่างกัน มีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งนักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวสูงจะปรับตัวได้ดีกว่า นักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวต่ำ ส่วนคู่อื่น ๆ ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร
2. เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร ตามตัวแปร เพศ ระดับชั้น ภูมิฐานะ สุขภาพจิต บุคลิกภาพ ลักษณะมุ่งอนาคต และฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว

สมมติฐานของการวิจัย

1. นักเรียนมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครเหมาะสมในระดับปานกลาง
2. นักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครแตกต่างกัน
3. นักเรียนที่มีระดับชั้นต่างกันมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครแตกต่างกัน
4. นักเรียนที่มาจากภูมิฐานะต่างกันมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครแตกต่างกัน
5. นักเรียนที่มีสุขภาพจิตต่างกันมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครแตกต่างกัน
6. นักเรียนที่มีบุคลิกภาพแบบเอและแบบบีมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครแตกต่างกัน
7. นักเรียนที่มีลักษณะมุ่งอนาคตต่างกันมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครแตกต่างกัน
8. นักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวต่างกันมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครแตกต่างกัน

วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2548 ที่มีภูมิฐานะอยู่ต่างจังหวัด จำนวนทั้งหมด 150 คน เป็นนักเรียนชาย จำนวน 65 คน และนักเรียนหญิง จำนวน 85 คน ซึ่งใช้เป็นกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามมีทั้งหมด 4 ชุดดังนี้

- ชุดที่ 1 แบบสอบถามการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร แบ่งเป็น 2 ตอน ดังนี้
 - ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว ได้แก่ เพศ ระดับชั้น ภูมิลำเนา และฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว
 - ตอนที่ 2 แบบสอบถามการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร
- ชุดที่ 2 แบบคัดกรองสุขภาพจิต
- ชุดที่ 3 แบบสอบถามบุคลิกภาพ
- ชุดที่ 4 แบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคต

การวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อมูลจากแบบสอบถามนำมาให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนดและวิเคราะห์ทางสถิติ ดังนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานโดยการหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน โดยจำแนกตามตัวแปร เพศ ระดับชั้น ภูมิลำเนา ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว สุขภาพจิต บุคลิกภาพ และ ลักษณะมุ่งอนาคต
2. เปรียบเทียบการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร จำแนกตาม ตัวแปร เพศ สุขภาพจิต บุคลิกภาพ และลักษณะมุ่งอนาคต โดยการทดสอบค่าที (t-test) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2 ,5,6 และ 7
3. เปรียบเทียบการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร ตามตัวแปร ระดับชั้น ภูมิลำเนา และ ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว โดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทิศทางเดียว (One Way Analysis of Variance) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 3 ,4 และ 8 เมื่อพบความแตกต่างของตัวแปร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จะทดสอบเป็นรายคู่ โดยใช้วิธีของเชฟเฟ (Scheffe's Method)

สรุปผลการวิจัย

1. นักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร มีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครอยู่ในระดับเหมาะสมปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า นักเรียนมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครด้านสังคมอยู่ในระดับเหมาะสมมาก ส่วนด้านอื่นที่มีการปรับตัวได้ในระดับเหมาะสมปานกลาง

2. นักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
3. นักเรียนที่มีระดับชั้นต่างกันมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
4. นักเรียนที่มีภูมิลำเนาต่างกันมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
5. นักเรียนที่มีสุขภาพจิตดีและสุขภาพจิตบกพร่องมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครโดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า การปรับตัวด้านการเรียน การปรับตัวด้านส่วนตัว การปรับตัวด้านที่พักอาศัย นักเรียนที่มีสุขภาพจิตดีและมีสุขภาพจิตบกพร่องมีการปรับตัวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนการปรับตัวด้านสังคมมีการปรับตัวไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
6. นักเรียนที่มีบุคลิกภาพแบบเอและบุคลิกภาพแบบบีมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครโดยรวมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า การปรับตัวด้านการเรียนเพียงด้านเดียวที่ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
7. นักเรียนที่มีลักษณะมุ่งอนาคตต่างกันมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
8. นักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวต่างกันมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผลการวิจัย

จากการศึกษาการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร สามารถอภิปรายผลได้ดังนี้ คือ

1. นักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร มีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครอยู่ในระดับเหมาะสมปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า นักเรียนมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครด้านสังคมอยู่ในระดับเหมาะสมมาก ส่วนด้านอื่น ๆ มีการปรับตัวได้ในระดับเหมาะสมปานกลาง ทั้งนี้เพราะ ทางโรงเรียนได้พยายามปรับปรุงจัดการเรียนการสอนให้สอดคล้องกับผู้เรียน โดยการยึดผู้เรียนเป็นสำคัญ ซึ่งส่งผลให้ผู้เรียนรู้สึกพึงพอใจกับการเรียน ตลอดจนมีการจัดกิจกรรมต่างๆ เพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิต ทางโรงเรียนมีการจัดกิจกรรมส่งผลให้นักเรียนทำความรู้จักกันอย่างรวดเร็ว มีการช่วยเหลือซึ่งกันและกันเมื่อมีปัญหาไม่ว่าจะเป็นทางด้านการเรียนหรือเรื่องส่วนตัว มีการจัดกิจกรรมกีฬาโรงเรียน การตั้งชมรมต่างๆ เพื่อให้ นักเรียนได้

ทำกิจกรรมร่วมกัน ช่วยพัฒนาทักษะทางสังคมและช่วยเพิ่มพูนความรู้และประสบการณ์ที่เป็นประโยชน์ต่อการใช้ชีวิตประจำวัน ซึ่งยังสอดคล้องกับผลการวิจัยของ ดร.ณวัฒน์ ผลสวัสดิ์ (2544:85) ที่ศึกษาเรื่องการปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ(กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร ผลการวิจัยพบว่านักศึกษามีการปรับตัวอยู่ในระดับพอใช้เหมือนกัน

2. นักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 2 แสดงว่านักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครใกล้เคียงกัน ทั้งนี้เพราะทั้งนักเรียนหญิงและนักเรียนชายนั้น อยู่ในสภาพแวดล้อมของโรงเรียนแห่งเดียวกัน ปฏิบัติตนภายใต้กฎระเบียบและได้รับสิทธิรวมถึงบริการต่างๆ อย่างเท่าเทียมกัน นอกจากนี้สภาพแวดล้อมภายในโรงเรียนยังส่งผลให้นักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีโอกาสได้รับประสบการณ์ การจัดการเรียนการสอน โอกาสในการเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆของทางโรงเรียนเหมือนกัน จึงอาจเป็นสาเหตุให้ไม่พบความแตกต่างของการปรับตัวในเพศชายและเพศหญิง ซึ่งสอดคล้องกับผลงานวิจัยของ กุลวรรณ วิทยาวงศ์รุจิ (2526:57-58) ที่ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธภาพในครอบครัวกับการปรับตัวของนักเรียนชั้น ม.ศ.1-ม.ศ.5 สังกัดกรมสามัญศึกษา ผลการวิจัยพบว่า วัยรุ่นหญิงมีสัมพันธภาพในครอบครัวสูงกว่าวัยรุ่นชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่วัยรุ่นหญิงมีการปรับตัวไม่แตกต่างกัน

3. นักเรียนที่มีระดับชั้นต่างกันมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3 แสดงว่านักเรียนที่ระดับชั้นต่างกันมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครใกล้เคียงกัน ทั้งนี้เพราะ ช่วงอายุของนักเรียนในทุกชั้นปี จัดอยู่ในกลุ่มอายุเดียวกัน มีความต้องการคล้ายๆกัน ทำให้ได้รับประสบการณ์ทางด้านต่างๆใกล้เคียงกัน ซึ่งสอดคล้องกับผลงานวิจัยของสมศรี บุญอรุณรักษา (2539:69) ที่ได้ศึกษาการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนเครือคาทอลิก ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1, 2 และ 3 มีการปรับตัวไม่แตกต่างกัน

4. นักเรียนที่มีภูมิลำเนาต่างกันมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร ไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 4 แสดงว่านักเรียนที่มีภูมิลำเนาต่างกันมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครใกล้เคียงกัน ทั้งนี้เพราะปัจจุบันความเจริญทางด้านเทคโนโลยี สารสนเทศและความเจริญทางด้านต่างๆ กระจายไปอย่างทั่วถึงทั้งประเทศ และเข้ามามีบทบาทในชีวิตประจำวัน ทำให้มีการเปลี่ยนแปลงของชุมชนชนบทเป็นชุมชนเมืองเกิดขึ้นในภาคต่างๆ มากมาย อีกทั้งชนบทของประเทศได้รับการพัฒนา สามารถติดต่อสื่อสารกันได้สะดวกรวดเร็ว ประชาชนมีคุณภาพดีขึ้น และยิ่งในปัจจุบันเป็นยุคของข้อมูลข่าวสารทำให้เด็กที่อยู่ต่างจังหวัดไม่ว่า

ภาคใดของประเทศก็สามารถได้รับข้อมูลข่าวสารอย่างรวดเร็ว ทัวถึง เป็นผลให้นักเรียนมีการปรับตัวไม่แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับที่ โสภาวดี บุญยฤทธิกิจ (2546:71) ศึกษาภาวะสุขภาพจิตและการปรับตัวของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พบว่า นิสิตที่มีภูมิลำเนาต่างกันมีปัญหาการปรับตัวไม่แตกต่างกัน และสอดคล้องกับผลการศึกษาของ จรรยาพร กาญจนโชติ (2536:15) เรื่องการปรับตัวและสุขภาพจิตของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒภาคใต้ ซึ่งพบว่า การปรับตัวของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒภาคใต้ไม่แตกต่างกับการปรับตัวของนิสิตที่มีภูมิลำเนาอยู่ในภาคอื่นๆ และยังสอดคล้องกับ รัตนา ยัญทิพย์ (2522:136) ได้ศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างการอบรมเลี้ยงดู พฤติกรรมการตอบสนองระหว่างบุคคลและการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ของโรงเรียนในสังกัดกรมสามัญศึกษาในกรุงเทพมหานคร และจังหวัดนครสวรรค์ ผลการวิจัยพบว่าเด็กในกรุงเทพมหานครและเด็กในจังหวัดนครสวรรค์มีการปรับตัวไม่แตกต่างกัน

5. นักเรียนที่มีสุขภาพจิตดีและสุขภาพจิตบกพร่องมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่านักเรียนที่มีสุขภาพจิตดีและสุขภาพจิตบกพร่องมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครแตกต่างกัน ทั้งนี้เพราะนักเรียนที่มีสุขภาพจิตดีเป็นผู้ที่มีความสมบูรณ์ทางจิตใจ ทั้งที่มีต่อตนเองและผู้อื่น โดยที่สามารถปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมและสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงได้ สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข จึงสามารถปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครได้เป็นอย่างดี ทั้งนี้แต่ละคนมีการปรับตัวได้ไม่เหมือนกัน นักเรียนที่มีสุขภาพจิตบกพร่องไม่สามารถปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมใหม่ๆได้ ไม่มีความรับผิดชอบ ไม่สามารถแก้ปัญหาได้ เป็นผลให้เกิดความคับข้องใจ ความเครียด จึงไม่สามารถปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครได้เท่าที่ควร จึงทำให้นักเรียนที่มีสุขภาพจิตดีและสุขภาพจิตบกพร่องมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร แตกต่างกัน ซึ่งเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า การปรับตัวด้านการเรียน การปรับตัวด้านส่วนตัว การปรับตัวด้านที่พักอาศัย นักเรียนที่มีสุขภาพจิตดีและสุขภาพจิตบกพร่องมีการปรับตัวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนการปรับตัวด้านสังคมมีการปรับตัวไม่แตกต่างกัน ดังที่ สุจินต์ ปริชามารถ (2535:16-39) ได้กล่าวว่า นักเรียนที่มีการปรับตัวที่ไม่ดี ก็จะส่งผลให้สุขภาพจิตไม่ดีตามไปด้วย อาจจะเป็นเนื่องจากแต่ละคนมีสภาพพื้นฐานทางครอบครัวและประสบการณ์ที่แตกต่างกัน รวมถึงสถานที่ บรรยากาศ สิ่งแวดล้อม เพื่อนๆและอาจารย์ผู้สอน เป็นสิ่งแวดล้อมใหม่ที่ไม่คุ้นเคย ทำให้บางคนปรับตัวเข้ากับเพื่อนไม่ได้ มีผลทำให้นักเรียนมีสุขภาพจิตต่างกัน และยังคงสอดคล้องกับผลการวิจัยของ นลินรัตน์ อภิชาติ (2536:107-110) ที่ได้ศึกษาสุขภาพจิตของครู ซึ่งสอนเด็กที่มีความต้องการพิเศษ กลุ่มตัวอย่างเป็นครูจำนวน 158 คน ผลการศึกษาพบว่า ครู

ซึ่งสอนเด็กที่มีความต้องการพิเศษมีสุขภาพที่อยู่ในระดับปกติ ครูชายมีสุขภาพจิตแตกต่างกับครูหญิง โดยครูชายมีสุขภาพจิตด้านความหวาดระแวง โรคจิตและด้านอาการร่วมอื่นๆสูงกว่าครูหญิง

6. นักเรียนที่มีบุคลิกภาพแบบเอและบุคลิกภาพแบบบีมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตใน กรุงเทพมหานคร ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 6 แสดงว่านักเรียนที่มีบุคลิกภาพแบบเอและบุคลิกภาพแบบบีมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร ใกล้เคียงกัน ทั้งนี้เพราะบุคลิกภาพแบบเอและบุคลิกภาพแบบบี มีความสามารถในการตอบสนองต่อ สิ่งแวดล้อม มี ทศนคติ เกิดการเรียนรู้ทางสังคม มีค่านิยม มีแรงจูงใจ และมีความสนใจที่ใกล้เคียงกัน ตามพัฒนาการของวัยรุ่น แต่เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า การปรับตัวด้านการเรียน แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เนื่องจากนักเรียนที่มีบุคลิกภาพแบบ เอ จะมีบุคลิกภาพแฉ่งร้อน ชอบแข่งขัน ชอบทำงานให้ได้มากๆ ในเวลาน้อย มีความรู้สึกที่เวลาผ่านไปอย่างรวดเร็ว มีความพยายามในการทำงานอย่างใดอย่างหนึ่งให้ประสบความสำเร็จ ชอบฟันฝ่าอุปสรรคต่างๆ เพื่อให้เกิด สัมฤทธิ์ผล ชอบทำงานด้วยความรวดเร็ว ทนไม่ได้กับการทำงานล่าช้า มีความต้องการพักผ่อนน้อยกว่าคนอื่น และถูกกระตุ้นให้เกิดความรู้สึกโกรธและก้าวร้าวได้อย่างง่าย ส่วนบุคลิกภาพแบบ บี จะมีบุคลิกภาพที่มีความผ่อนคลาย ไม่รีบร้อน มีลักษณะเรื่อยๆ เฉื่อยๆ ชอบการพักผ่อนดำเนินชีวิตแบบ ง่ายๆและไม่ชอบฟันฝ่าอุปสรรคต่างๆในการทำงาน และไม่ชอบทำงานในเวลาอันรีบด่วน (Friedman and Roseman.1974:164) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า การปรับตัวด้านการเรียน บุคลิกภาพ แบบ เอ จะมีการปรับตัวสูงกว่า ทั้งนี้อาจเนื่องจากบุคลิกภาพแบบเอ มีความพยายามในด้านการเรียน มากกว่าแบบบี เพราะชอบฟันฝ่าอุปสรรคต่างๆ เพื่อให้เกิดผลสำเร็จ จึงทำให้แตกต่างกัน และยัง สอดคล้องกับผลงานวิจัยของชมพูนุท พงษ์ศิริ (2535:73-74) ที่ได้ศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความ วิตกกังวลในการฝึกปฏิบัติงานหอผู้ป่วยของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลสภากาชาดไทย กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2,3 และ 4 วิทยาลัยพยาบาลสภากาชาด ไทย กรุงเทพมหานคร จำนวน 230 คน ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 มีความวิตก กังวลสูงกว่านักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 และ 4 และ นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 มีความวิตกกังวลต่ำ ที่สุดและนักศึกษาพยาบาลที่มีบุคลิกภาพแบบ เอ จะมีความวิตกกังวลสูงกว่านักศึกษาพยาบาลที่มี บุคลิกภาพแบบ บี

7. นักเรียนที่มีลักษณะมุ่งอนาคตต่างกันมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่านักเรียนที่มีลักษณะมุ่งอนาคตต่างกันมีการ ปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครแตกต่างกัน ทั้งนี้เพราะนักเรียนแต่ละคนมีลักษณะมุ่งอนาคต ในด้านการเรียน ด้านสังคม ด้านส่วนตัว และด้านที่พหุศาสตร์ ขึ้นอยู่กับความสามารถและความเพียร พยายาม ตั้งใจวางแผนในการปฏิบัติ และมีการปรับพฤติกรรม ตามสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นของ

แต่ละคนไม่เท่ากัน เนื่องจากลักษณะมุ่งอนาคตหมายถึงความรู้สึกนึกคิดของนักเรียนที่สามารถคาดการณ์ไกลและเห็นความสำคัญของผลดีผลเสียที่จะเกิดขึ้นในอนาคต ศึกษาแนวทางแก้ปัญหาวางแผนเพื่อเป้าหมายในอนาคตและปฏิบัติเกี่ยวกับอนาคต เพื่อไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ ซึ่งบางคนจะมีลักษณะมุ่งอนาคตบางด้านมาก และบางด้านน้อย ไม่เท่ากัน จึงทำให้นักเรียนมีลักษณะมุ่งอนาคตต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ สมจิตต์ เพิ่มพูน (2532:89-90) ที่ศึกษาเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่เรียนวิชาสังคม โดยใช้เทคนิคการพยากรณ์กับการสอนตามคู่มือครู ผลการวิจัยพบว่า ลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนที่เรียนโดยใช้เทคนิคการพยากรณ์กับการสอนตามคู่มือครูแตกต่างกัน และลักษณะมุ่งอนาคตหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองและยังสอดคล้องกับผลการวิจัยของ จักรวาล ภูวพันธ์ (2537:72-75) ที่ได้ศึกษาผลการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียน สถานสงเคราะห์เด็กหญิงบ้านราชวิถี กรุงเทพมหานคร จำนวน 24 คน ผลการวิจัยพบว่านักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีลักษณะมุ่งอนาคตสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติ ซึ่งผู้วิจัยคาดว่า การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มน่าจะทำให้เด็กมีการปรับตัวเพื่อให้เข้ากับกลุ่มได้ดี

8. นักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวต่างกันมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่า นักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวต่างกันมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครแตกต่างกัน ทั้งนี้ เพราะนักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวต่ำอาจปรับตัวได้ไม่ดี เพราะนักเรียนมีความเครียดและวิตกกังวลในเรื่องค่าใช้จ่ายสำหรับการศึกษาเล่าเรียน จึงขาดแรงจูงใจในการเรียน และเกิดความท้อแท้ ตลอดจนจนมีการปรับตัวเข้ากับเพื่อนได้ไม่ดี ไม่อยากมีปฏิสัมพันธ์กับคนอื่น เพราะรู้สึกตนเองมีปมด้อย ไม่เป็นที่ยอมรับของกลุ่มเพื่อน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของการริสันและคนอื่นๆ (Garrison and other.1964:403-407) ที่ได้ศึกษาองค์ประกอบอันมีผลต่อการเรียนของนักศึกษา โดยนักศึกษาที่มาจากครอบครัวที่มาจากฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมต่ำ ย่อมขาดประสบการณ์ต่างๆในอันที่จะส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้ ทำให้นักศึกษาเกิดปัญหา อันเป็นอุปสรรคต่อการเรียนได้ และยังสอดคล้องกับผลงานวิจัยของ พวงสร้อย วรกุล(2522:88) ได้ศึกษาสภาพปัญหาการปรับตัวระหว่างนักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวต่างกัน ปีการศึกษา 2521 จำนวน 678 คน ของโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษาในกรุงเทพมหานคร และจังหวัดสงขลา พบว่าโดยส่วนรวมแล้วนักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำ ปานกลางและสูง มีสภาพปัญหาในการปรับตัวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 โดยนักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำมีสภาพปัญหาในด้านการปรับตัวมากกว่านักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจปานกลางและสูง

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะทั่วไป

1.1 จากผลการวิจัยพบว่านักเรียนมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครอยู่ในระดับปานกลาง ผู้บริหารโรงเรียน ครู และผู้ปกครองจึงควรหาทางพัฒนาการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครให้อยู่ในระดับมาก โดยการจัดสถานการณ์จำลอง ให้สามารถพัฒนาการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครดียิ่งขึ้นได้

1.2 จากผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่มีสุขภาพจิตบกพร่อง นักเรียนที่มีบุคลิกภาพแบบ บี และนักเรียนที่มีลักษณะมุ่งอนาคตน้อย มีปัญหาการปรับตัวด้านต่างๆ ผู้บริหารโรงเรียน ครูแนะแนว ครูผู้สอน และผู้ปกครองควรร่วมมือกันช่วยเหลือเพื่อเป็นแนวทางในการสนับสนุนและส่งเสริมนักเรียนให้มีคุณภาพที่ดีและมีความสุข

1.3 ควรมีการจัดการสำรวจความต้องการของนักเรียนในด้านต่างๆ เพื่อนำข้อมูลที่ได้ไปจัดบริการให้สอดคล้องกับความต้องการของนักเรียนและควรจัดให้มีโครงการร่วมระหว่างครอบครัวกับโรงเรียน เพื่อส่งเสริมความสัมพันธ์อันดีระหว่างกัน รวมทั้งการแลกเปลี่ยนข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อนักเรียน

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครของนักเรียนในโรงเรียนที่อยู่ในเขตเดียวกัน เช่น โรงเรียนบางกะปิ เป็นต้น

2.2 ควรศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวอื่นๆ เพิ่มเติม เช่น สภาพครอบครัว การอบรมเลี้ยงดู แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียน เป็นต้น

2.3 ควรนำนักเรียนที่มีสุขภาพจิตบกพร่องมาช่วยเหลือโดยใช้เทคนิคทางจิตวิทยา เช่น การให้คำปรึกษา การปรับพฤติกรรม เป็นต้น

2.4 ควรพัฒนาบุคลิกภาพของนักเรียนที่มีบุคลิกภาพแบบบี และ นักเรียนที่มีลักษณะมุ่งอนาคตน้อยมาพัฒนาโดยใช้เทคนิคทางจิตวิทยา เช่น กิจกรรมกลุ่ม เป็นต้น

บรรณานุกรม

- กมลรัตน์ หล้าสูงวงษ์. (2524). *จิตวิทยาสังคม*. กรุงเทพฯ:ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- _____ . (2524). *สุขภาพจิตในโรงเรียน*. กรุงเทพฯ:ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- กนกวรรณ อุ้นใจ. (2535). *ผลของการใช้เทคนิคการพยากรณ์ที่มีต่อลักษณะมุ่งอนาคต ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสามร้อยยอดวิทยา จังหวัดประจวบคีรีขันธ์*. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาการแนะแนว)กรุงเทพฯ:บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถ่ายเอกสาร.
- กรมการแพทย์. (2529). *คู่มือสุขภาพจิตสำหรับเจ้าหน้าที่สาธารณสุข*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ศาสนา.
- กวรรณการ์ พินศิริกุล. (2524). *การสำรวจปัญหาการเรียนสังคมและส่วนตัวของนักเรียนสารพัดช่างในกรุงเทพมหานคร*. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาการศึกษา)กรุงเทพฯ:บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถ่ายเอกสาร.
- กาญจนา คำสุวรรณ. (2524). *จิตวิทยาเบื้องต้น*. กรุงเทพฯ: ทวีการพิมพ์.
- กนต์กนิษฐ์ เกษมพงษ์ทองดี. (2546). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี จังหวัดนนทบุรี*. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาการศึกษา) กรุงเทพฯ:บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถ่ายเอกสาร.
- กันยา สุวรรณแสง. (2533). *การพัฒนาบุคลิกภาพและการปรับตัว*. กรุงเทพฯ: ภาควิชาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. โรงพิมพ์รวมสาสน์.
- _____ (2536). *บุคลิกภาพและการปรับตัว*. พิมพ์ครั้งที่ 2 กรุงเทพฯ: ภาควิชาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. โรงพิมพ์รวมสาสน์.
- เกสรา สุขสว่าง.(2543,พฤษภาคม-สิงหาคม). "ดำเนินชีวิตด้วยสติ" *มนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์* 1(2) :101-103.
- กุลวรรณ วิทยาวงศ์รุจิ.(2526). *ความสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธภาพในครอบครัวกับการปรับตัว* ปรินญานิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ:บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถ่ายเอกสาร.
- จงกล หงสุรพันธ์. (2534). *ผลของการให้คำปรึกษาแบบโรเจอร์สที่มีต่อการปรับตัวในครอบครัวของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนโพธิ์สัมพันธ์วิทยาคาร เมืองพัทยา*

- จังหวัดชลบุรี. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ:บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถ่ายเอกสาร.
- จรรยา สุวรรณทัต.(2530). "การสื่อสารในครอบครัว การวิจัยและแนวทางปฏิบัติ".การสื่อสารเพื่อเด็ก และเยาวชน การสื่อสารในครอบครัว. กรุงเทพฯ: คณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- จรรยา เกษศรีสังข์. (2537). วิธีการเผชิญปัญหาของนักเรียนนายร้อยตำรวจ. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ:บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- จรรยา สุภาพ.(2524).ระบบการเมืองเปรียบเทียบ:ประชาธิปไตย-เผด็จการและหลักวิเคราะห์ การเมืองแผนใหม่.กรุงเทพฯ:ไทยวัฒนาพานิช.
- จิตรา วสุวานิช.(2538). สุขภาพจิตและการปรับอารมณ์.กรุงเทพฯ:ป. สัมพันธ์พานิชย์.
- จิตริยา ไชยศรีพรหม.(2527). ลักษณะบุคลิกภาพการปรับตัว การปรับตัวของเด็กนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษา (ม.1-ม.6) ในเขตกรุงเทพมหานคร. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาพัฒนาการ) กรุงเทพฯ:บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ .
- จินตนา อินทรไชย.(2525).ความสัมพันธ์ระหว่างเศรษฐกิจสังคมและแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในเขตกรุงเทพมหานคร.วิทยานิพนธ์ ค.ม. (จิตวิทยาการศึกษา)กรุงเทพฯ:บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.ถ่ายเอกสาร.
- จักรวาล ภูวนันท์. (2537). ผลของการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อลักษณะมุ่งอนาคต ของนักเรียนสถานสงเคราะห์เด็กหญิงบ้านราชวิถี กรุงเทพมหานคร. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว)กรุงเทพฯ:บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถ่ายเอกสาร.
- ฉลอง ภิมย์รัตน์ .(2530). จิตวิทยาสังคม.กรุงเทพฯ: ประจักษ์การพิมพ์.
- ฉวี กาหยี.(2513).การศึกษาเปรียบเทียบบุคลิกภาพและความสามารถในการปรับตัว ในโรงเรียนของนักเรียนที่มาจากครอบครัวชั้นกลางและชั้นต่ำ.วิทยานิพนธ์ ค.ม.(จิตวิทยาการศึกษา) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ถ่ายเอกสาร.
- ชมพูนุช พงษ์ศิริ.(2535). ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในหอผู้ป่วย การปฏิบัติงานบนหอผู้ป่วยของนักศึกษาสหภาพอากาศไทย กรุงเทพมหานคร. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาการศึกษา) กรุงเทพฯ:บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ อัดสำเนา.
- ชาติรี ลักษณะศิริ.(2546). การศึกษาลักษณะมุ่งอนาคต ความเครียดและการเผชิญความเครียด ปัญหาการปรับตัว และวิธีการปรับตัวของนักเรียน โรงเรียนกีฬา จังหวัดสุพรรณบุรี. ปริญญาานิพนธ์กศ.ม.(การศึกษาพิเศษ).กรุงเทพฯ:บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถ่ายเอกสาร.

- ชาติชาย หมั่นสมัค. (2542). *การปรับตัวของนักศึกษา โครงการสมทบภาคพิเศษ คณะวิทยาศาสตร์ สถาบันเทคโนโลยี พระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง กรุงเทพมหานคร*. ปริญญา นิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาการศึกษา) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถ่ายเอกสาร.
- ชุติมา สัจจนันท์. (2547, กรกฎาคม-ธันวาคม). การเสริมสร้างจรรยาบรรณวิชาชีพแก่นักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา สาขาวิชาบรรณารักษศาสตร์และสารสนเทศ. *วารสารสุโขทัยธรรมมาธิราช* 17(2):61.
- เชิดศักดิ์ โฉวาสินธุ์. (2520). *การวัดทัศนคติและบุคลิกภาพ. สำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- จิตติมา สุภักค. (2539). *การใช้เวลาของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในเขตกรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ ค.ม.(จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- ดารณี ประคองศิลป์. (2530). *ปัญหาการปรับตัวของนิสิตแพทย์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์*. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (จิตวิทยาการศึกษา) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ถ่ายเอกสาร.
- ดวงแข วิทยาสุนทรวงศ์. (2541). *ผลของกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางการเรียน ของนักศึกษาพยาบาล ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนีตรัง*. วิทยานิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาการศึกษา) กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ขัดสำเนา.
- ดวงเดือน พันธุมนาวินและเพ็ญแข ประจันปัจฉิน. (2524). *จริยธรรมของเยาวชนไทย รายงานการวิจัยฉบับที่ 21*. กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- _____ . (2524). *ความสัมพันธ์ภายในครอบครัวกับสุขภาพจิตและจริยธรรมของนักเรียนวัยรุ่น*. กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ทิติย์ บุญเสริม, พระมหา. (2548). *องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อจิตตะด้านการเรียน ของนักเรียน ช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนวัดปากน้ำวิทยาคม เขตตลิ่งชัน กรุงเทพมหานคร*. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาการศึกษา) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถ่ายเอกสาร.
- เทพเวที, พระ. (2532). *เทคนิคการสอนพระพุทธเจ้า*. กรุงเทพฯ: พิมพ์ครั้งที่ 2 อมรินทร์พริ้นติ้ง.
- ธนา นิลชัยโกวิทย์และคณะ. (2539, มกราคม-มีนาคม) "GHQ ฉบับภาษาไทย" *วารสารสมาคมจิตแพทย์ประเทศไทย*. 41:1

- ธาราวดี อติมาตรานนท์.(2548). ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวในการเรียนหลักสูตรพยาบาล
ศาสตร์ ของนักศึกษาพยาบาล คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามธิบดี
มหาวิทยาลัยมหิดล.สารนิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาการศึกษา) กรุงเทพฯ:บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรี
นครินทรวิโรฒ ถ่ายเอกสาร.
- ธัญญารัตน์ วงษ์สมัย.(2542).การใช้เวลาว่างของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยาย
โอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา) กรุงเทพฯ:บัณฑิต
วิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถ่ายเอกสาร.
- ธัญญ์ชนก ศิริสุขชัยวุฒิ. (2542). การศึกษาบางกรณีของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่มี
ปัญหาการปรับตัวเข้ากับเพื่อน โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษา เขตปทุมวัน กรุงเทพมหานคร.
ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรี
นครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- นลินรัตน์ อภิชาติ. (2536).สุขภาพจิตของครูซึ่งสอนเด็กที่มีความต้องการพิเศษ. กศ.ม.(การ
ศึกษาพิเศษ) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- นัตยา ปิณฑนนท์.(2526).อนาคตศาสตร์.กรุงเทพฯ:พีระพัฒนา.
- นิภา คำภาณุ. (2547). ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวในการเรียนระดับไฮสกูลของนักเรียนเกรด
9 โรงเรียนนานาชาติเอกมัย เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร. สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยา
การศึกษา) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- นิภา นิธยานน .(2520). การปรับตัวและบุคลิกภาพ. กรุงเทพฯ: การศึกษาการพิมพ์ .
_____.(2530). การปรับตัวและบุคลิกภาพ: จิตวิทยาเพื่อการศึกษาและชีวิต.พิมพ์ครั้งที่ 2
กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- นิภา พงษ์วิรัตน์.(2520).การศึกษาปัญหาทางสังคมของเด็กวัยรุ่นตอนต้นในโรงเรียนมัธยม
ศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา ในภาคกลาง.ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ :มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. อัดสำเนา.
- นลินรัตน์ อภิชาติ. (2536). สุขภาพจิตของครูซึ่งสอนเด็กที่มีความต้องการพิเศษ . ปรินญา
ณินพนธ์ กศ.ม.(การศึกษาพิเศษ) กรุงเทพ ฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
อัดสำเนา.
- นิตยา แก้วเล็ก. (2538). การศึกษาบุคลิกภาพของนิสิตพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ .
ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม.(การอุดมศึกษา) กรุงเทพ ฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

- บุญรับ ศักดิ์มณี. (2532). *การเสริมสร้างลักษณะเพื่อพัฒนาการทำงานราชการ*. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ด (พัฒนศึกษาศาสตร์) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- บุตร ประดิษฐวณิช. (2533). *ชุมชนในบุคลิกภาพ*. กรุงเทพฯ: ข้าวฟ่าง.
- บุษรินทร์ บุญรอด.(2536).*การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความถี่ของบุคลิกภาพของช่างสำรวจ สำนักงานชลประทานที่ 1 ,2 และ 3 สังกัดกองสำรวจกรมประเศศ*. วิทยานิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาการแนะแนว.)มหาวิทยาลัยนเรศวร.
- ประเวศ วะสี.(2538).*ธรรมิกสังคม: ปาฐกถาพุทธทาสภิกขุมหาเถระ ครั้งที่ 1* กรุงเทพฯ:มูลนิธิโกมลคีมทอง.
- ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์.(2530). *สุขภาพจิตเบื้องต้น*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์บัณฑิตการพิมพ์.
- ฝน แสงสิงแก้ว.(2521). *สุขภาพจิต*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ชวนพิมพ์.
- ฝ่ายสุขภาพจิต.(2530).*คู่มือการปฏิบัติงานของนักจิตวิทยาโรงเรียนในโครงการสุขภาพจิตในโรงเรียน กรุงเทพมหานคร*. กรุงเทพฯ:ฝ่ายสุขภาพจิต สำนักงานอนามัย.
- พรพิมล เจียมนาคินทร์. (2539). *พัฒนาการวัยรุ่น*. กรุงเทพฯ: ต้นอ่อน. แกรมมี.
- พะยอม วงศ์สารศรี.(2526). *นิสิตนักศึกษา*. กรุงเทพฯ: ภาคจิตวิทยาการแนะแนว คณะครุศาสตร์ วิทยาลัยครูสวนดุสิต.
- พวงสร้อย วรกุล.(2522). *การศึกษาเปรียบเทียบสภาพปัญหาการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกรุงเทพมหานครและสงขลา*.ปริญญาานิพนธ์กศ.ม.(จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ:บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- พาสณา ฝโลศิลป์.(2535). *การสำรวจปัญหาการปรับตัวในเด็กวัยรุ่น กรุงเทพมหานคร*: วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. อัดสำเนา.
- พลาภรณ์ จันทร์ขามเรียน.(2539). *สุขภาพจิตของครูและนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสาธิต สังกัดทบวงมหาวิทยาลัย ในกรุงเทพมหานคร*. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (สุขศึกษา)กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- พนิดา สิ้นสุวรรณ.(2527). *การเปรียบเทียบลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ในวิชาสังคมศึกษา เรื่องปัญหาสิ่งแวดล้อม ด้วยการสอนโดยใช้เทคนิคการพยากรณ์กับการสอนแบบบรรยาย*.วิทยานิพนธ์ ศศ.ม.(จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว)กรุงเทพฯ:บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.
- พูลพล สุวรรณพัฒน์.(2521). *การศึกษาเปรียบเทียบบุคลิกลักษณะของเด็กนักเรียนในเมือง*

- หลวงและเด็กนักเรียนในตัวเมืองต่างจังหวัด. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (จิตวิทยา) กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. อัดสำเนา.
- พนัส หันนาคินทร์. (2524). แบบทดสอบพฤติกรรมเรื่องตัวเรา. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- เพ็ญทิวา นรินทรานุกร ณ อยุธยา. (2533). ปัญหาการปรับตัวและสุขภาพจิตของนิสิต ใจตา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ วิทยาเขตบางเขน. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (จิตวิทยา) กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. อัดสำเนา.
- ไพฑูริย์ สิ้นลาวัฒน์. (2526). รายงานวิจัยเรื่องแบบการใช้ชีวิตของนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ภาควิชาอุดมศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ภาวณิ สุธิพิเชษฐภักดิ์. (2545). การปรับตัวต่อการปฏิบัติงานพยาบาลเข้าสู่มาตรฐานระบบคุณภาพในโรงพยาบาล ของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลเกื้อการุณย์ กรุงเทพมหานคร. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ภูซงค์ เลหาศิริวงศ์. (2535). การเปรียบเทียบสภาพปัญหาในด้านการปรับตัวและแรงจูงใจ ใฝ่สัมฤทธิ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. อัดสำเนา.
- มนูญ ตนะวัฒนา. (2526). จิตวิทยาพัฒนาชีวิต. กรุงเทพฯ: อักษรเจริญทัศน์.
- มุกดา ศรียงค์. (2523). บุคลิกภาพที่สมบูรณ์. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- ยุวดี เทียบประสิทธิ์. (2536). การพัฒนาเด็กอ่อนวัยเรียน. กรุงเทพฯ: ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- รังสรรค์ เพ็งชู. (2531). อนาคตศาสตร์และการแนะแนวเชิงอนาคต. ราชบุรี: โรงเรียนหนองโพวิทยา.
- รัชนี ฝนทองมงคล. (2538). การดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุภายหลังเกษียณอายุราชการ. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- รัตนา ประเสริฐสม. (2526). การสร้างจิตลักษณะส่งเสริมอนามัยของนักเรียนชั้นประถมศึกษา. วิชา. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ด. (พัฒนศึกษาศาสตร์) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- รัตนา ยัญทิพย์. (2522). ความสัมพันธ์ระหว่างการอบรมเลี้ยงดู พฤติกรรมตอบสนองระหว่างบุคคลและการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ลิขิต การญจนภรณ์. (2542). รายงานการวิจัยเรื่องการประเมินผลโครงการจัดตั้งอานาณักท่องเที่ยว

- เกี่ยวกับการดูแลรักษามรดกทางวัฒนธรรม(อศ.มศ.).นครปฐม:คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- ลักขณา สริวัฒน์.(2545). *สุขวิทยาจิตและการปรับตัว*. กรุงเทพฯ:โอเดียนสโตร์.
- วรรณวิมล ภิญโญศุภสิทธิ์.(2547). *การศึกษาและพัฒนาการการใช้ชีวิตของนักเรียนวัยรุ่นใน กรุงเทพมหานคร.ปริญญาานิพนธ์ (กศ.ด.)จิตวิทยาการให้คำปรึกษา* กรุงเทพฯ:บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถ่ายเอกสาร.
- วรพรรณ ศรีอุบล.(2535). *ผลการจัดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้สไลด์เทปเป็นเทคนิคแม่แบบที่มีต่อเจตคติเชิงจริยธรรมด้านความซื่อสัตย์ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3*. วิทยานิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาแนะแนว) พิษณุโลก:บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยนเรศวร.ถ่ายเอกสาร.
- วารินทร์ สายโอบเอื้อและสุณีย์ ธีรดากร.(2522). *จิตวิทยาการศึกษา*. กรุงเทพฯ:โรงพิมพ์สถานสงเคราะห์หญิงปากเกร็ด.
- วาสนา คุณาอภิสิทธิ์.(2523). *การใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในเขต กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ ค.ม.(จิตวิทยา)* กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วาสนา เจือทอง.(2531). *ความสัมพันธ์ระหว่างภูมิหลัง รูปแบบการใช้ชีวิตกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ของนักศึกษาพยาบาล ในสถาบันการศึกษพยาบาล สังกัดกระทรวงกลาโหม. วิทยานิพนธ์ ค.ม.(จิตวิทยา)* กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- วราภรณ์ ตระกูลสถุขดี.(2545). *จิตวิทยาการปรับตัว*. พิมพ์ครั้งที่ 2 กรุงเทพฯ:ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ.
- วรารัตน์ ประสิทธิ์ธัญกิจ.(2537). *การศึกษาการปรับตัวของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนกีฬา จังหวัดสุพรรณบุรี สังกัดกรมพลศึกษา*. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาการศึกษา) กรุงเทพฯ:บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ อัดสำเนา.
- วิเชียร เกตุสิงห์.(2538,กุมภาพันธ์-มีนาคม). ค่าเฉลี่ยกับการแปลความหมาย:เรื่องง่าย ๆ ที่บางครั้งก็พลาดได้. *ข่าวสารการวิจัยการศึกษา*. 18 (3):9.
- วีรสิทธิ์ สิทธิไตรและโยธิน แสงวงดี.(2533). *ผลกระทบของการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและการมีโครงการพัฒนาที่มีต่อวิถีการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุในหมู่บ้านภาคตะวันออกเฉียงเหนือของประเทศไทย*. กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.ถ่ายเอกสาร.
- วัฒนา ณ ระนอง.(2534). *Lifestlye "คนรุ่นใหม่ในกรุงเทพมหานคร"* คู่แข่ง. 12:134 พศุคจิกายน.
- วัลลภา ตันติสุนทร.(2532). *ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่คัดสรรกับความเครียด และระหว่าง*

- ความเครียดกับผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา ของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลอุตรดิตถ์.
วิทยานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ:มหาวิทยาลัยมหิดล.ถ่ายเอกสาร.
- ศรีธรรม ธนะภูมิ.(2535).พัฒนาการทางอารมณ์และบุคลิกภาพ.กรุงเทพฯ:ภาควิชาจิตเวชศาสตร์
คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ศรีเรื่อน แก้วกั้งวาล.(2539). "ทฤษฎีจิตวิทยาบุคลิกภาพ รู้เขา รู้เรา" พิมพ์ครั้งที่ 4
กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน.
- ศุภลักษณ์ เงินบำรุง.(2546). ปัจจัยบางประการที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวของนักศึกษา
พยาบาล มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยา
พัฒนาการ) กรุงเทพฯ:บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ศักดิ์ดา พัยคมใส.(2545). ปัจจัยที่ส่งผลต่อการดำรงชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
โรงเรียนวัดสะแกงาม เขตบางขุนเทียน กรุงเทพมหานคร. สารนิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยา
การศึกษา) กรุงเทพฯ:บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- คันสนีย์ ฉัตรคุปและคณะ.(2544).รายงานการวิจัยการเรียนรู้อย่างมีความสุข:สารเคมีในสมอง
กับความสุขและการเรียนรู้. กรุงเทพฯ:สถาบันวิจัยเรื่องการพัฒนาสมองและการเรียนรู้
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ.
- สมคิด พรหมจ้อย.(2526). ความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบของบุคลิกภาพการอ่อนไหวไปตาม
อารมณ์สำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาการศึกษา)
กรุงเทพฯ:บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.อัดสำเนา.
- สมจิตต์ เพิ่มพูน.(2532).การเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและลักษณะมุ่งอนาคตของ
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่เรียนวิชาสังคมศึกษาโดยใช้เทคนิคการพยากรณ์กับการสอน
ตามคู่มือครู.ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม.(การมัธยมศึกษา) กรุงเทพฯ:บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ.
- สมชาย วรดิเรก.(2527). ปัญหาด้านการปรับตัวของนักเรียนประถมศึกษาใน จังหวัด
พระนครศรีอยุธยา. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม.(จิตวิทยาการศึกษา) กรุงเทพฯ:บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.อัดสำเนา.
- สมบัติ กาญจนกิจ.(2535). นันทนาการชุมชนและโรงเรียน.กรุงเทพฯ:สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย.
- สมพร ไตยวงศ์.(2541).การเปรียบเทียบความสามารถทางกลไกของนักเรียนระดับประถม

ศึกษาปีที่ 1,2 และ 3 ที่มีภูมิลำเนาอยู่ในเขตอำเภอเมืองและชนบท จังหวัดสกลนคร. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม.(พลະศึกษ) กรุงเทพมหานคร:บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

สมศรี บุญอรุณรักษา.(2539). ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวของนักเรียน มัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนเครือข่ายทอติก. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาการศึกษา) กรุงเทพมหานคร:บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.อัดสำเนา.

สิริชัย ประทีปฉาย.(2533).การพัฒนาบุคลิกภาพและการปรับตัว.จันทบุรี:วิทยาลัยรำไพพรรณี.

สุชา จันทน์เอม.(2529).จิตวิทยาเด็ก.พิมพ์ครั้งที่ 5กรุงเทพฯ:แพรวพิตยา.

สุภา มาลากุล ณ อยุธยา.(2527). พุดจาประสาชาวบ้านเรื่องสุขภาพจิต.วารสารสุขศึกษา.7:59-69.

สุภาณี เจิมศักดิ์.(2543). พฤติกรรมการปรับตัวในการศึกษาของนิสิตวิชาเอกพลະศึกษ าระดับปริญญาตรี คณะพลະศึกษ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม.(พลະศึกษ) กรุงเทพมหานคร:บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.

สุภาพรณ โคตรจรัส.(2524).รายงานการวิจัยเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างปัญหาการปรับตัวกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย(ภาควิชาจิตวิทยา).กรุงเทพฯ:จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.อัดสำเนา.

สุรางค์ ไคว์ตระกูล.(2541). จิตวิทยาการศึกษา.พิมพ์ครั้งที่ 4 กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สุรพงษ์ ชูเดช.(2534).ความสัมพันธ์ระหว่างประสบการณ์ในมหาวิทยาลัยกับจิตลักษณะที่สำคัญของนิสิต. ปรินญาณิพนธ์ วท.ม.(การวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์) กรุงเทพมหานคร:บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.

สุรศักดิ์ อัครอารีสุข.(2544). ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับปัญหาในการปฏิบัติงานและวิธีเผชิญปัญหาในการปฏิบัติงานของข้าราชการครูสายปฏิบัติการสอน โรงเรียนระดับประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาการศึกษา) กรุงเทพมหานคร:บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

แสงเดือน ไยไธสง.(2538). ความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบของบุคลิกภาพตามทฤษฎีของไอแซงค์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง.วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.อัดสำเนา.

เสริมศักดิ์ วิศาลาภรณ์.(2522).หลักเบื้องต้นของการวัดผลการศึกษา.พิษณุโลก: โครงการตำรา มหาวิทยาลัยนเรศวร.

_____.(2539).วิธีจัดการกับความเครียด กรุงเทพฯ:ต้นอ่อน แกรมมี.

สัญญา ธรรมศักดิ์.(2533,พฤษภาคม-มิถุนายน).”หลักการดำเนินชีวิต”, พ.ส.ล.:19(147).

- สัญญา สัญญาวิวัฒน์.(2544). *เพื่อความสุข*.กรุงเทพฯ:สำนักพิมพ์สุขภาพใจ.
- โสภณ ชูพิชัยกุล.(2528). *จิตวิทยาทั่วไป*.กรุงเทพฯ:โรงพิมพ์การศาสนา.
- _____.(2529).*ความรู้เบื้องต้นทางจิตวิทยา*.กรุงเทพฯ:ห้างหุ้นส่วนจำกัด ศ.ส.
- โสภณ สุภาพงษ์.(2542).*แรงดลใจแห่งชีวิต*.กรุงเทพฯ:เคล็ดไทย จำกัด.
- สำนักงานการปฏิรูปการศึกษา.(2545). *ปัญหาปฏิรูปการศึกษาแนวทางการปฏิบัติ*.
กรุงเทพฯ:บริษัทพิมพ์ดี จำกัด.
- อรพินทร์ ชูชมและอัจฉรา สุขารมณ.(2532).*องค์ประกอบที่สัมพันธ์กับการปรับตัวของนักเรียน
วัยรุ่น*.กรุงเทพฯ:สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- อารีย์ พันธมณี.(2544). *จิตวิทยาการเรียนการสอน*.พิมพ์ครั้งที่ 5 กรุงเทพฯ:ต้นอ้อ1999.
- อภิสิทธิ์ วงษา.(2517). *ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกรับผิดชอบ การปรับตัว และลักษณะ
ความเป็นผู้นำของนักเรียนชั้น ป. 7 และ ม.ศ. 3ในเขตเทศบาลเมืองตาก*. ปรินูญานินพนธ์
กศ.ม. กรุงเทพฯ:วิทยาลัยวิชาการศึกษา.อัดสำเนา.
- อรัญญา จันทรตั้ง.(2536).*สุขภาพจิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนมัธยมศึกษา
สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดบุรีรัมย์*. ปรินูญานินพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาการแนะแนว)
มหาวิทยาลัยนครสวรรค์.
- อุทุมพร จามรมาน.(2528).*คุณภาพชีวิตของคนกรุงเทพมหานคร*.กรุงเทพฯ:โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย.
- อุบลรัตน์ เต็งไตรรัตน์.(2520,ธันวาคม).*"การศึกษาในอนาคต" วารสารสภาการศึกษาแห่ง
ชาติ*.11(2):28-40.
- อัจฉรา วงศ์วัฒนามงคล.(2533). *ตัวแปรทางพฤติกรรมศาสตร์เกี่ยวกับการศึกษาต่อในระดับ
บัณฑิตศึกษา* .ปรินูญานินพนธ์ วท.ม.(การวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- อัจฉรา สุขารมณ.(2529).*จิตวิทยาพัฒนาการเด็ก*.กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- อัมพร โอดระกุล.(2522).*"ศึกษาสุขภาพจิตผู้รับบริการศูนย์สุขภาพจิต",วารสารจิตวิทยาคลินิก
9 :144-155 สิงหาคม*.
- Coleman, James,C. (1981).*Abnormal Psychology and Modern Life*. New York :Bombay.
- Conbach, Lee. J.(1984). *Essential of Psychological Testing*. New York:Harper and Row.
- Gillmer, B and other.(1971). *Industrial and organizational Psychology*. New York: Mc
Graw-Hill Book Company.

- Grasha Anthony, F and Daniel, S. Kirschenbaum.(1980). *Psychology of Adjustment and Competence*. New York: Winthrop Publishers.
- Grigg,Rick.(1989). *Professional Balance*. California: Elaine Fritz&Associates.
- Hall,Calvin S and Lindzey Garner.(1975). *Theories of Personality*. New York: John Wiley and Sons,Inc.
- Hall,Denise.(1972). *Tussles Projects in Thailand*.Singapore:Simon & Schuster (Asia).
- Hood,Colleen Deyell.(1993). "Family Functioning and Adolescent Leisure Patterns", Dissertation Abstracts International. Dai-A,53/09,Mar.
- Jones, Harold E.(1970). "Personality Development in Children".Austin: University of Texas.
- Johnson B.S. and et.al. (1995). *Child, adolescent,and family psychiatric nursing*. United State of America:J.B.Lipincott Company.
- Klinberg, S.L.(1976)."Changes in Outlook of The Future between Childhood and Adolescence" *Journal of Personality and Social Psychology*. 1(7):185-193.
- Meade, Robert D.(1971)."Future Time Perspective of College Students in America and India", *Journal of Social Psychology*.83:175-182.
- Mischel,W.(1974)."Processes in Delay of Gratification",in L. Berkowitz (ed.) *Advances in Experimental Social Psychology*.Vol.7.p 249-293.New York:Academic Press.
- Nutt,Monna La Velle.(1972 ,November)."Analysis of student and Teacher Recordings of Adolescent Problem", *Dissertation Abstract International*.36(6):574-586
- O' Brien, M.J.(1982). *The Care of The Aged*.(copy right). Saint Louis: The C.V. Mosby Company.
- Pender,N.J.(1987). *Health Promotion in Nursing Practice* .California: Appleton&Lange.
- Phelps, Neal Robert.(1973,January). "Teacher and Student Perception of Adolescents in Rural Kansas School District",*Dissertation Abstracts*. 33:3303-A.
- Porteous,M.A.(1985)."Development Aspects of Adolescents Problem Disclose in England and Iceland " *Journal of Child Psychology and Psychiatry*.26:3.
- Ramore,Leslie Ann.(1995 ,August)."The Transition from Adolescence to Young Adulthood: Predictors of Leisure Behavior",*Dissertation Abstracts International*. 32(3):3426-a.
- Roger, Dorothy.(1972). *The Psychology of Adolescence*. New York:Appleton Century-

Crofts.

Schwartz, Nancy E. (1973, December). "National Knowledge, Attitude, and Practice of High School Graduates", *Journal of the American Dietetic Association*. 16(12):271-276 .

Thomson, Barbara. (1974, November). "Self-Concepts Among Secondary School Pupil", *Education Research*. 17:41-47.

Wright, Robert J. and Bean, Andrew G. (1974). "The Influence of Socio-economic Status on the Predictability of College Performance" *Journal of Education Measurement* . 11:277-283.

Zunich, Michael. (1975, May-June). "Development Responsibility Perception of Lower and middle Class Children", *The Journal of Educational Research*. 56(9):135.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก.

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือ

หนังสือขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

หนังสือขอความร่วมมือ

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือ

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรรณรัตน์ พลอยล้อมแสง ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรหมธิดา แสนคำเครือ ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
3. อาจารย์วิไลลักษณ์ พงษ์ไธภา ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ภาคผนวก ข.

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ค่าอำนาจจำแนกรายข้อ

แบบสอบถาม

ชุดที่ 1 แบบสอบถามการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามข้อมูลส่วนตัวของนักเรียน เมื่ออ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย / ลงในช่อง () หน้าข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงหรือเติมข้อความให้ครบถ้วน

1. เพศ
 ชาย
 หญิง
2. ระดับชั้น
 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2
 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3
3. นักเรียนเกิดจังหวัด.....
4. รายได้ของผู้ปกครองรวมกัน
 รายได้ 12,500 -16,600 บาทต่อเดือน
 รายได้ 16,601 - 20,800 บาทต่อเดือน
 รายได้ 20,801 - 25,000 บาทต่อเดือน

ตอนที่ 2 แบบสอบถามการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย / ลงในช่องว่างทางขวามือช่องใดช่องหนึ่งใน 5 ช่อง ที่ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียนมากที่สุด ดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนบ้าง ไม่ตรงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
1.	การปรับตัวด้านการเรียน ข้าพเจ้าตั้งใจฟังอาจารย์สอนในขณะที่เรียน					
2.	ข้าพเจ้ามักง่วงนอนในขณะที่อาจารย์กำลังสอน					
3.	เมื่อข้าพเจ้าไม่เข้าใจ จะซักถามข้อสงสัยจากอาจารย์ทันที					
4.	ข้าพเจ้ารู้สึกเครียดขณะที่เรียนในห้อง					
5.	ข้าพเจ้าพยายามทำความเข้าใจบทเรียนขณะที่อาจารย์สอน					
6.	ข้าพเจ้ามีส่วนร่วมในการอภิปรายขณะที่เรียนในห้องเรียน					
7.	ข้าพเจ้านั่งเหม่อลอยคิดถึงเรื่องอื่นที่ไม่เกี่ยวกับบทเรียนในเวลาเรียน					
8.	ข้าพเจ้าทำงานที่ได้รับมอบหมายด้วยตนเอง					
9.	ข้าพเจ้าไม่เคยวางแผนการเรียนล่วงหน้า					
10.	ข้าพเจ้าขาดความพร้อมในการมาเรียนในแต่ละวัน					

ข้อ	ข้อความ	จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
11.	ข้าพเจ้านอนไม่ค่อยหลับในช่วงก่อนสอบ					
12.	ข้าพเจ้าตั้งใจทำงานที่ได้รับมอบหมายให้ดีที่สุด					
13.	ข้าพเจ้าขาดเรียนในบางวิชาเพื่อมาทำงานที่ได้รับมอบหมายให้ทันเวลา					
การปรับตัวด้านสังคม						
1.	ข้าพเจ้าชอบทำงานและแสดงความคิดเห็นร่วมกับเพื่อนๆ					
2.	ข้าพเจ้ารู้สึกอึดอัดใจเมื่อต้องทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อนใหม่					
3.	การทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อนทำให้ข้าพเจ้ารู้จักเพื่อนมากขึ้น					
4.	ข้าพเจ้าและเพื่อนคอยช่วยเหลือซึ่งกันและกัน					
5.	ข้าพเจ้าสามารถพูดคุยกับเพื่อนใหม่ที่โรงเรียนได้					
6.	ข้าพเจ้าชอบเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนและกิจกรรมต่างๆของโรงเรียน เช่น กีฬา ดนตรี					
7.	ข้าพเจ้ายินดีรับฟังปัญหาของเพื่อน					
8.	ข้าพเจ้าชอบที่จะแยกตัวอยู่คนเดียวเงียบๆ					
9.	ข้าพเจ้าคิดว่าการปฏิบัติตามกฎระเบียบของโรงเรียนเป็นเรื่องสำคัญ					
10.	ข้าพเจ้ามักลำบากใจเมื่อต้องทำตามกฎระเบียบของโรงเรียน					
11.	ข้าพเจ้ายอมรับและรับฟังความคิดเห็นของเพื่อน					
การปรับตัวด้านส่วนตัว						
1.	ข้าพเจ้าพยายามแก้ไขงานที่บกพร่องอย่างเต็มความสามารถ					
2.	ข้าพเจ้ายอมรับข้อบกพร่องของตนเองตามความเป็นจริง					

ข้อ	ข้อความ	จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
3.	ข้าพเจ้ามักจะเครียด					
4.	ข้าพเจ้ามักกังวลในเรื่องเล็กๆน้อยๆ					
5.	ข้าพเจ้ารู้สึกภูมิใจเมื่อทำงานสำเร็จด้วยตนเอง					
6.	ข้าพเจ้ามักจะขาดความเชื่อมั่นในการทำงาน					
7.	ข้าพเจ้าไม่เคยลืมความผิดหวังที่ผ่านมา					
8.	ข้าพเจ้ามักรู้สึกกังวลใจโดยไม่ทราบสาเหตุ					
9.	ข้าพเจ้ามักกลัวที่จะทำความผิด					
10.	ข้าพเจ้ามักจะเลิก้มการทำงานเพราะคิดว่าตนเองไม่มีความสามารถเพียงพอ					
11.	ข้าพเจ้ามีความภูมิใจในชีวิตของข้าพเจ้า					
การปรับตัวด้านที่พักอาศัย						
1.	ที่พักของข้าพเจ้าอยู่ไกลโรงเรียน ทำให้ไปมาไม่สะดวก					
2.	ที่พักของข้าพเจ้ามีบริการด้านสาธารณูปโภคพร้อม เช่น ไฟฟ้า ประปา โทรศัพท์					
3.	ที่พักของข้าพเจ้ามีความเป็นระเบียบเรียบร้อย					
4.	ที่พักของข้าพเจ้าไม่ถูกสุขลักษณะ เช่น อยู่ใกล้ที่ทิ้งขยะมีกลิ่นเหม็น					
5.	ที่พักของข้าพเจ้าคับแคบ อึดอัด					
6.	ข้าพเจ้าพอใจในสิ่งอำนวยความสะดวกภายในบ้าน					
7.	ข้าพเจ้าอาศัยอยู่กับคนอื่นทำให้ขาดอิสระ					
8.	ที่พักของข้าพเจ้าไม่มีความเป็นส่วนตัว					
9.	บรรยากาศภายในบ้านไม่อบอุ่น					
10.	บรรยากาศภายในบ้านมีความเงียบเหงา					
11.	สิ่งแวดล้อมภายในบ้านไม่เหมาะแก่การดูหนังสือ เช่น มีเสียงรบกวนจากโรงงาน รถยนต์					

ข้อ	ข้อความ	จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
12.	ข้าพเจ้าไม่รู้สึกรู้สึกรัดเมื่ออยู่บ้าน					
13.	ในละแวกบ้านของข้าพเจ้าไม่มีปัญหาอาชญากรรม					
14.	ข้าพเจ้าไม่ชอบที่พักที่อยู่นี้					

ชุดที่ 2 แบบคัดกรองสุขภาพจิตไทย GHQ 60

คำชี้แจง สุขภาพโดยทั่วไปของนักเรียนในระยะ 2 – 3 สัปดาห์ ที่ผ่านมาเป็นอย่างไร กรุณาตอบคำถามต่อไปนี้ แล้วโปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน () ที่ใกล้เคียงกับสุขภาพของนักเรียนในช่วง 2 – 3 สัปดาห์ที่ผ่านมามากที่สุด โดยไม่รวมถึงปัญหาที่นักเรียนเคยมีในอดีต และกรุณาตอบคำถามทุกข้อ ในระยะที่ผ่านมา นักเรียน.....

1. รู้สึกสบายและมีสุขภาพดี
 ดีกว่าปกติ เหมือนปกติ น้อยกว่าปกติ น้อยกว่าปกติมาก
2. รู้สึกต้องการยาบำรุงให้มีกำลังวังชา
 ไม่เลย ไม่มากกว่าปกติ ค่อนข้างมากกว่าปกติ มากกว่าปกติมาก
3. รู้สึกทรุดโทรมและมีสุขภาพไม่ดี
 ไม่เลย ไม่มากกว่าปกติ ค่อนข้างมากกว่าปกติ มากกว่าปกติมาก
4. รู้สึกไม่สบาย
 ไม่เลย ไม่มากกว่าปกติ ค่อนข้างมากกว่าปกติ มากกว่าปกติมาก
5. เจ็บหรือปวดบริเวณศีรษะ
 ไม่เลย ไม่มากกว่าปกติ ค่อนข้างมากกว่าปกติ มากกว่าปกติมาก
6. รู้สึกตึงหรือคล้ายมีแรงกดที่ศีรษะ
 ไม่เลย ไม่มากกว่าปกติ ค่อนข้างมากกว่าปกติ มากกว่าปกติมาก
7. สามารถมีสมาธิจดจ่อกับสิ่งที่กำลังทำอยู่ได้
 ดีกว่าปกติ เหมือนปกติ น้อยกว่าปกติ น้อยกว่าปกติมาก

8. รู้สึกกลัวว่าตนเองจะเป็นลมหมดสติไปในที่สาธารณะ
 () ไม่เลย () ไม่มากกว่าปกติ () ค่อนข้างมากกว่าปกติ () มากกว่าปกติมาก
9. มีอาการวูบร้อนหรือหนาว
 () ไม่เลย () ไม่มากกว่าปกติ () ค่อนข้างมากกว่าปกติ () มากกว่าปกติมาก
10. มีเหงื่อออกมาก
 () ไม่เลย () ไม่มากกว่าปกติ () ค่อนข้างมากกว่าปกติ () มากกว่าปกติมาก
11. ตื่นเช้ากว่าปกติและหลับต่อไม่ได้
 () ไม่เลย () ไม่มากกว่าปกติ () ค่อนข้างมากกว่าปกติ () มากกว่าปกติมาก

ชุดที่ 3 แบบสอบถามบุคลิกภาพ

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามถึงคุณลักษณะและความรู้สึกนึกคิดทั่วไปเกี่ยวกับตัวนักเรียน ขอให้นักเรียนทำเครื่องหมาย / ลงในช่องว่างทางขวามือช่องใดช่องหนึ่งใน 5 ช่อง ที่ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียนมากที่สุด ดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนบ้าง ไม่ตรงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
1.	เมื่อข้าพเจ้ามีนัด ข้าพเจ้าชอบไปถึงที่นัดหมายก่อนเวลา					
2.	ข้าพเจ้ารู้สึกโมโห ถ้ามีคนมาขัดจังหวะในขณะที่ข้าพเจ้าไม่สามารถทำสิ่งที่ข้าพเจ้าตั้งใจไว้ได้					
3.	ข้าพเจ้าคิดว่าเวลาช่างผ่านไปรวดเร็ว จนไม่สามารถทำสิ่งที่ท่านตั้งใจไว้ได้					
4.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่า เป็นการเสียเวลา ถ้าต้องรอชื่อของ					

	ในร้านค้าที่มีลูกค้าแน่น					
5.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าคุณเจ้าต้องทำสิ่งต่างๆอย่างรวดเร็วเพื่อแข่งกับเวลา					
6.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าข้าพเจ้าอยากทำธุระให้เสร็จโดยเร็วเท่าที่จะทำได้					
7.	ข้าพเจ้าไม่ชอบให้มีใครหรืออะไรมาขัดจังหวะการทำงานของข้าพเจ้า					
8.	ข้าพเจ้ารู้สึกทนไม่ได้ ถ้าต้องทำงานร่วมกับคนที่ทำงานอย่างขอไปที					
9.	เพื่อนๆส่วนใหญ่เห็นว่าข้าพเจ้าเป็นคนที่จริงจังกับการทำงาน					
10.	ข้าพเจ้าเป็นคนไม่ยอมเสียเวลาเพื่อฟังคนอื่นพูดเพื่อเจ้อ					
11.	ข้าพเจ้าชอบทำงานที่ข้าพเจ้ารับผิดชอบให้เสร็จก่อนกำหนดเวลา					
12.	เมื่อข้าพเจ้ากำลังฟังคนพูดเรื่องไร้สาระ ข้าพเจ้าจะรู้สึกเบื่อและหาทางเลี้ยวออกมา					
13.	ข้าพเจ้าเป็นคนที่ทำกิจกรรมต่างๆด้วยความรวดเร็ว ว่องไว					
14.	เมื่อข้าพเจ้าต้องทำสิ่งต่างๆซ้ำซาก ข้าพเจ้ารู้สึกหงุดหงิด					
15.	ข้าพเจ้ามีความกระตือรือร้นในการทำงาน					

ชุดที่ 4 แบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคต

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียน เมื่ออ่านข้อความเกี่ยวกับสิ่งที่นักเรียนคิดไว้ในอนาคตหลังจากเรียนจบแล้ว โปรดทำเครื่องหมาย / ลงในช่องว่างทางขวามือช่องใดช่องหนึ่งใน 5 ช่อง ที่ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียนมากที่สุด ดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนบ้าง ไม่ตรงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
1.	ความสามารถคาดการณ์ไกลหวังผลจากผลการกระทำเกี่ยวกับการศึกษาและการประกอบอาชีพ เมื่อข้าพเจ้าทำงานผิดพลาด ข้าพเจ้ามักไม่มีกำลังใจทำงานอื่นที่ได้รับมอบหมายอีกเพราะกลัวผิดพลาดอีก					
2.	ข้าพเจ้าสำรวจตนเองก่อนตัดสินใจเลือกศึกษาต่อ					
3.	ข้าพเจ้าไม่คิดถึงการประกอบอาชีพในอนาคตเพราะเป็นสิ่งไม่แน่นอน					
4.	ก่อนที่ข้าพเจ้าจะตัดสินใจเลือกศึกษาต่อ ข้าพเจ้าจะศึกษารายละเอียดของแต่ละสาขาวิชา					
5.	ข้าพเจ้าคิดว่าการศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับอาชีพ ไม่ก่อให้เกิดประโยชน์ใดๆ					
6.	ข้าพเจ้าตั้งใจเรียนเพื่อประสบความสำเร็จในชีวิต					
7.	การศึกษาแนวทางแก้ปัญหาและวางแผนเพื่อเป้าหมายเกี่ยวกับการศึกษาและการประกอบ					

	อาชีพในอนาคต ข้าพเจ้าไม่ชอบการวางแผนการทำงานไว้ล่วงหน้า เพราะเหตุการณ์ต่างๆไม่เป็นไปตามแผน					
8.	ข้าพเจ้าไม่ทราบว่าต้องทำอะไรจึงจะสอบเข้าเรียนในสาขาที่ตนชอบได้					
9.	ข้าพเจ้าวางแผนกับการเรียนเพื่อให้ผลการเรียนดี					
10.	ข้าพเจ้าไม่ทราบแหล่งหาข้อมูลเกี่ยวกับอาชีพ					
11.	ถ้าข้าพเจ้าเรียนอ่อนในวิชาใด ข้าพเจ้ารีบหาความรู้เพิ่มเติมในวิชานั้น					
12.	เมื่อข้าพเจ้าทำงาน ข้าพเจ้าจะวางแผนทุกอย่างไว้ล่วงหน้า					
	การรู้จักเลือกกระทำและรอคอยผลที่จะเกิดขึ้นในอนาคตเกี่ยวกับการศึกษาและการประกอบอาชีพ					
13.	ข้าพเจ้าอดทนต่อการเรียน ไม่ว่าจะยากลำบากเพียงใด เพื่อความสำเร็จในอนาคต					
14.	ข้าพเจ้าพยายามหาโอกาสเรียนต่อให้สูง เพื่อได้ทำงานที่มั่นคงในอนาคต					
15.	ถ้าข้าพเจ้าเรียนไม่เข้าใจวิชาใดวิชาหนึ่ง ข้าพเจ้าเลิกเรียนทันที					
16.	ข้าพเจ้าเรียนให้ผ่านไปทีละวันเท่านั้น					
17.	ข้าพเจ้าเลือกอาชีพที่ตรงกับความสามารถและความสนใจของข้าพเจ้า					
18.	ถ้าข้าพเจ้ามีงานทำ ข้าพเจ้าขอลาออกจากโรงเรียน แม้ว่าข้าพเจ้าจะเรียนไม่จบ					

ตาราง 18 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t) ของแบบสอบถามชุดที่ 1 แบบสอบถามการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร ในด้านการเรียน

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ(t)
1	5.332
2	5.732
3	2.486
4	6.191
5	4.236
6	2.830
7	7.279
8	4.891
9	6.256
10	5.793
11	5.793
12	4.741
13	5.026

ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ .7579

ตาราง 19 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t) ของแบบสอบถามชุดที่ 1 แบบสอบถามการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร ในด้านสังคม

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ(t)
1	6.266
2	5.547
3	11.057
4	6.590
5	7.111
6	5.339
7	7.003
8	5.709
9	2.207
10	4.800
11	5.617

ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ .7286

ตาราง 20 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t) ของแบบสอบถามชุดที่ 1 แบบสอบถามการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร ในด้านส่วนตัว

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ(t)
1	3.786
2	3.748
3	5.634
4	7.800
5	3.990
6	3.748
7	3.752
8	6.421
9	3.315
10	5.966
11	3.505

ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ .8220

ตาราง 21 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t) ของแบบสอบถามชุดที่ 1 แบบสอบถามการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร ในด้านที่พักอาศัย

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ(t)
1	5.975
2	5.785
3	4.891
4	5.154
5	8.430
6	5.077
7	8.378
8	8.645
9	8.307
10	7.214
11	8.898
12	2.764
13	3.529
14	6.880

ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ .8399

ตาราง 22 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t) ของแบบสอบถามชุดที่ 3 แบบสอบถาม
บุคลิกภาพ

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ(t)
1	2.272
2	3.307
3	4.231
4	4.785
5	3.333
6	2.472
7	3.975
8	2.654
9	4.325
10	3.172
11	3.174
12	3.594
13	4.953
14	3.203
15	2.953

ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ .8394

ตาราง 23 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t) ของแบบสอบถามชุดที่ 3 แบบสอบถามลักษณะ
มุ่งอนาคต

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ(t)
1	2.313
2	4.817
3	2.790
4	3.819
5	5.414
6	9.106
7	3.190
8	2.348
9	4.808
10	2.808
11	2.278
12	2.704
13	4.444
14	5.799
15	6.645
16	8.159
17	5.828
18	10.286

ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ .7693

ประวัติย่อผู้วิจัย

