

ภาวะเครียด ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน  
ของครูที่ปรึกษาโรงเรียนมัธยมศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี



นายอุดม มาสแสง

สถาบันวิทยบริการ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาสุขภาพจิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์

คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2545

ISBN 974-17-1927-2

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

STRESS, KNOWLEDGE, ATTITUDE AND PRACTICE TOWARD THE SUPERVISORY SYSTEM  
AMONG ADVISORY TEACHERS IN SECONDARY SCHOOL GENERAL EDUCATION  
DEPARTMENT IN PRACHIN BURI



MR.UDOM MASSANG

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements  
for the Degree of Master of Science in Mental Health

Department of Psychiatry

Faculty of Medicine

Chulalongkorn University

Academic Year 2002

ISBN 974-17-1927-2

หัวข้อวิทยานิพนธ์ ภาวะเครียด ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อระบบการดูแลช่วยเหลือ  
นักเรียนของครูที่ปรึกษา โรงเรียนมัธยมศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี  
โดย นายอุดม มาสแสง  
สาขาวิชา สุขภาพจิต  
อาจารย์ที่ปรึกษา อาจารย์นายแพทย์สุขเจริญ ตั้งวงษ์ไชย

---

คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วน  
หนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต

..... คณะบดีคณะแพทยศาสตร์  
(ศาสตราจารย์นายแพทย์ภิรมย์ กมลรัตนกุล)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

..... ประธานกรรมการ  
(รองศาสตราจารย์แพทย์หญิงนันทิกา ทวิชาชาติ)

..... อาจารย์ที่ปรึกษา  
(อาจารย์นายแพทย์สุขเจริญ ตั้งวงษ์ไชย)

สถาบันนวัตกรรมการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
..... กรรมการ  
(อาจารย์แพทย์หญิงบุรณี กาญจนถวัลย์)

อุดม มาสแสง : ภาวะเครียด ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน  
ของครูที่ปรึกษาโรงเรียนมัธยมศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี ( STRESS, KNOWLEDGE, ATTITUDE  
AND PRACTICE TOWARD THE SUPERVISORY SYSTEM AMONG ADVISORY  
TEACHERS IN SECONDARY SCHOOL GENERAL EDUCATION DEPARTMENT IN  
PRACHIN BURI) อ.ที่ปรึกษา : อาจารย์นายแพทย์สุขเจริญ ตั้งวงษ์ไชย 128 หน้า.

ISBN 974-17-1927-2

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนามีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาภาวะความเครียด ความรู้ เจตคติ  
การปฏิบัติต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน ปัจจัยที่เกี่ยวข้อง และความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ เจตคติ การ  
ปฏิบัติต่อภาวะความเครียดของครูที่ปรึกษา โดยศึกษาในกลุ่มครูที่ปรึกษา 425 คน ในจังหวัดปราจีนบุรีเก็บ  
ข้อมูลโดยให้ครูที่ปรึกษาตอบแบบสอบถามด้วยตนเอง เครื่องมือที่ใช้ คือ แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบบสอบ  
ถามบุคลิกภาพ MPI แบบสอบถามความรู้ เจตคติ การปฏิบัติต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน ที่ผู้วิจัย  
สร้างขึ้นเองตามกรอบบทบาทหน้าที่ของครูที่ปรึกษา และแบบประเมินภาวะความเครียด วิเคราะห์ข้อมูลโดย  
ใช้การแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบความสัมพันธ์และความแปรปรวน  
ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลของครูที่ปรึกษากับภาวะเครียด และ ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อระบบการ  
ดูแลช่วยเหลือนักเรียน ด้วยสถิติ Chi-square, ANOVA, Pearson Product moment Correlation Coefficient  
และ Stepwise multiple regression analysis

ผลการศึกษาพบว่า ครูที่ปรึกษามีภาวะเครียดร้อยละ 39.76 ระดับความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ  
ต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง ปัจจัยส่วนบุคคลที่มีความสัมพันธ์กับภาวะ  
เครียด ได้แก่ อายุมากกว่า 40 ปีขึ้นไป สถานภาพสมรสคู่ ระยะเวลาเข้ารับราชการมากกว่า 21 ปีขึ้นไป รายได้  
10,001 – 20,000 บาท ไม่ทำงานพิเศษ มีประวัติการเจ็บป่วยทางจิต มีประวัติการเจ็บป่วยทางจิตในครอบครัว  
และบุคลิกภาพแบบเก็บตัว ส่วนเจตคติ และการปฏิบัติต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน มีความสัมพันธ์  
เชิงลบกับภาวะเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ  $p < .01$  และ  $p < .05$  ตามลำดับ

ปัจจัยการเจ็บป่วยทางจิตและบุคลิกภาพแบบเก็บตัวมีความสัมพันธ์กับความรู้ อย่างมีนัยสำคัญ  
ทางสถิติที่ระดับ  $p < .05$  เพศหญิง อายุมากกว่า 40 ปีขึ้นไป และบุคลิกภาพแบบเก็บตัวมีความสัมพันธ์กับเจตคติ  
อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ  $p < .05$  และ  $p < .01$  ตามลำดับ ส่วนปัจจัยระยะเวลาบรรจุเข้ารับราชการมาก  
กว่า 21 ปีขึ้นไป เคยอบรมสัมมนา ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน และบุคลิกภาพแบบมั่นคงในสภาวะอารมณ์มี  
ความสัมพันธ์กับการปฏิบัติต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ  $p < .01$

ส่วนปัจจัยด้านอายุมากกว่า 40 ปีขึ้นไป ระยะเวลาเข้ารับราชการมากกว่า 21 ปีขึ้นไป และมี  
ประวัติการเจ็บป่วยทางจิตสามารถเป็นตัวพยากรณ์แนวโน้มการเกิดภาวะเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่  
ระดับ  $p < .01$

ภาควิชา	จิตเวชศาสตร์	ลายมือชื่อนิสิต.....
สาขาวิชา	สุขภาพจิต	ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา.....
ปีการศึกษา	2545	

## 4475376930 MAJOR: MENTAL HEALTH

KEY WORDS : STRESS / KNOWLEDGE / ATTITUDE / PRACTICE / ADVISORY TEACHERS / PRACHIN BURI

UDOM MASSANG : STRESS, KNOWLEDGE, ATTITUDE AND PRACTICE TOWARD  
THE SUPERVISORY SYSTEM AMONG ADVISORY TEACHERS IN SECONDARY SCHOOL  
GENERAL EDUCATION DEPARTMENT IN PRACHIN BURI.

THESIS ADVISOR : SOOKJAROEN TANGWONGCHAI, MD; 128 pp. ISBN 974-17-1927-2

This cross sectional descriptive study aimed to explore the stress, knowledge, attitude and practices toward the supervisory system among advisory teachers in secondary school general education department in Prachinburi and their related factors. The subjects were 425 advisory teachers. Data collection was done by using self reported questionnaire. Research instruments were The questionnaires to collect demographic data, The Muadly Personality Interventory(MPI) , KAP (Knowledge/ Attitude/ Practice) upon supervisory system questionnaire and general health questionnaire 12( GHQ 12) to assess for stress. Data was analyzed by using SPSS software for percentage, Mean , standard deviation. Chi-square test, ANOVA and Pearson product moment correlation coefficient were performed to demonstrate the associated factors. Multivariate analysis was done to show the predictor for stress and KAP in this population.

The major findings were as the following. 39.76 % of subjects were under stressed. Knowledges, attitudes and practices toward the supervisory system were in moderate level. Personal factors such as age more than 40 years old, marriage, duration of work experience more than 21 years, income per month between 10,001 - 20,000 bahts, no part time job, history of psychiatric illness, family history of psychiatric illness and the introversion trait of MPI were significantly related with stress. Attitude and practice toward the supervisory system were negatively correlated with stress at  $p < .01$  and  $.05$  respectively.

History of psychiatric illness and the introversion trait of MPI were significantly associated with knowledges toward supervisory system ( $p < .05$ ). Female advisory teachers, age more than 40 years old and the introversion trait of MPI were significantly associated with attitudes toward supervisory system ( $p < .05, .01$  respectively). Duration of work experience more than 21 years, Training experience and the stability trait of MPI were significantly associated with practices toward supervisory system ( $p < .01$ ). Stepwise multiple regression analysis showed that the predictors for stress were age, duration of work experience and history of psychiatric illness. ( $p < .01$ )

Department    Psychiatry                      Student' s Signature.....

Field of study    Mental Health                      Advisor' s Signature.....

Academic year 2002

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยความช่วยเหลืออย่างดียิ่งจากอาจารย์ นายแพทย์สุชเจริญ ตั้งวงษ์ไทย อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ซึ่งได้ให้คำแนะนำและข้อคิดเห็น ต่างๆ ของการทำวิจัยมาด้วยดีตลอด รวมทั้งอาจารย์ท่านอื่นๆ ทุกท่านที่ได้ให้ความกรุณาให้ คำปรึกษาเกี่ยวกับการวิจัยในครั้งนี้

ขอขอบพระคุณรองศาสตราจารย์แพทย์หญิงนันทิกา ทวิชาชาติ ในความกรุณา เรื่อง แบบประเมินภาวะความเครียด และให้เกียรติมาเป็นประธานสอบ และอาจารย์แพทย์หญิง บุรณี กาญจนถวัลย์ ที่ให้เกียรติมาเป็นกรรมการสอบ พร้อมทั้งให้คำแนะนำและแก้ไขการทำ วิทยานิพนธ์ครั้งนี้

ขอขอบคุณผู้อำนวยการสามัญศึกษาจังหวัดปราจีนบุรี ผู้อำนวยการ อาจารย์ใหญ่ ผู้บริหาร และผู้จัดการโรงเรียนมัธยมศึกษาจังหวัดปราจีนบุรี ทุกท่านที่กรุณาให้ความสนับสนุน ช่วยเหลือ และอำนวยความสะดวกในการเก็บข้อมูลกลุ่มตัวอย่าง รวมทั้งครูที่ปรึกษาทุกท่าน ที่เป็นกลุ่มเป้าหมายที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามในการวิจัยครั้งนี้ ตลอดจน ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านแก่งวิทยา จังหวัดสระแก้ว ที่ให้ความอนุเคราะห์ในการทดลองใช้เครื่องมือวิจัย

ขอขอบคุณนายแพทย์โชคชัย มานะดี ผู้อำนวยการโรงพยาบาลกบินทร์บุรี ที่ให้การสนับสนุนอนุมัติให้ทุนการศึกษา ตลอดจนเจ้าหน้าที่โรงพยาบาลกบินทร์บุรีทุกท่านที่ให้การช่วยเหลือในการทำวิจัย

ท้ายนี้ ขอกราบขอบพระคุณอาจารย์คณะแพทยศาสตร์ทุกท่าน ที่อบรมสั่งสอน และประสิทธิ์ประสาทความรู้แก่ผู้วิจัย ตลอดระยะเวลาที่ศึกษา จนสำเร็จการศึกษา

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
นายอุดม มาสแสง

## สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ณ
สารบัญภาพ.....	ฐ
บทที่	
1. บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
คำถามของการวิจัย.....	3
วัตถุประสงค์การวิจัย.....	3
ขอบเขตของการวิจัย.....	4
ข้อตกลงเบื้องต้น.....	5
ข้อจำกัดของการวิจัย.....	5
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย.....	5
ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย.....	7
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	8
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	9
ทฤษฎีของความเครียด.....	10
สาเหตุของความเครียด.....	13
ระดับของความเครียด.....	15
ผลของความเครียด.....	16
แนวคิดเกี่ยวกับความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ.....	16
แนวคิดเกี่ยวกับระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน.....	21
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	31

## สารบัญ (ต่อ)

เรื่อง บทที่	หน้า
3. วิธีดำเนินการวิจัย.....	38
รูปแบบการวิจัย.....	38
ลักษณะของประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	38
เครื่องมือในการวัดตัวแปร.....	39
การรวบรวมข้อมูล.....	43
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	44
4. ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	46
ตอนที่ 1 ปัจจัยส่วนบุคคล บุคลิกภาพ และภาวะความเครียดของครูที่ปรึกษา.....	47
ตอนที่ 2 ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษา.....	53
ตอนที่ 3 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล กับภาวะความเครียด ของครูที่ปรึกษา.....	58
ตอนที่ 4 เปรียบเทียบ ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษาจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล.....	62
ตอนที่ 5 ความสัมพันธ์ระหว่าง ภาวะเครียด ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษา.....	78
ตอนที่ 6 สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณปัจจัยที่มีผลต่อภาวะเครียด ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติของครูที่ปรึกษา.....	78
5. สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ.....	81
สรุปผลการวิจัย.....	81
อภิปรายผลการวิจัย.....	85
ข้อเสนอแนะ.....	91
รายการอ้างอิง.....	93
ภาคผนวก.....	98
ก. รายงานผู้ทรงคุณวุฒิ.....	99
ข. หนังสือขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม.....	101
ค. แบบสอบถาม.....	105
ง. แสดงผลการวิเคราะห์ค่าร้อยละ ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ.....	120
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์.....	128



## สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	แสดงค่าร้อยละปัจจัยส่วนบุคคลของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี.....	47
2	แสดงค่าร้อยละบุคลิกภาพของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี.....	51
3	แสดงค่าร้อยละภาวะเครียดของครูที่ปรึกษาตามระบบการดูแลช่วยเหลือ นักเรียน ในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี...	52
4	แสดงค่าร้อยละระดับความรู้ต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือ นักเรียน ของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี.....	53
5	แสดงค่าเฉลี่ยและค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานความรู้ต่อการดำเนินงานตามระบบ การดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัด กรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี แยกรายด้าน.....	53
6	แสดงค่าร้อยละระดับเจตคติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือ นักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี.....	54
7	แสดงค่าเฉลี่ยและค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานเจตคติต่อการดำเนินงานตามระบบ การดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียน สังกัดกรมสามัญ ศึกษาจังหวัดปราจีนบุรี แยกรายด้าน.....	55
8	แสดงค่าร้อยละระดับการปฏิบัติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือ นักเรียนของครูที่ปรึกษา ในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญ ศึกษาจังหวัดปราจีนบุรี.....	56
9	แสดงค่าเฉลี่ยและค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานการปฏิบัติต่อการดำเนินงานตาม ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน ของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี แยกรายด้าน.....	57

## สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่		หน้า
10	แสดงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล กับภาวะเครียด ต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี.....	58
11	แสดงการเปรียบเทียบความรู้ ต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล.....	62
12	แสดงการเปรียบเทียบความรู้ ต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล.....	64
13	แสดงการเปรียบเทียบบุคลิกภาพมิติที่หนึ่ง บุคลิกภาพแบบมั่นคงและแบบหวั่นไหว ในสภาวะอารมณ์ มิติที่สองบุคลิกภาพแบบเก็บตัวและแบบแสดงออกของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี ต่อความรู้การดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน....	65
14	แสดงการเปรียบเทียบเจตคติ ต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล.....	66
15	ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยรายคู่ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลด้านอายุของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี กับ เจตคติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน โดย วิธี Scheffe.....	68
16	แสดงการเปรียบเทียบ เจตคติ ต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล.....	69

## สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่	หน้า
17	71
<p>แสดงการเปรียบเทียบบุคลิกภาพมิติที่หนึ่ง บุคลิกภาพแบบมั่นคงและแบบหวั่นไหวในสภาวะอารมณ์ มิติที่สองบุคลิกภาพแบบเก็บตัวและแบบแสดงออกของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี ต่อเจตคติการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน.....</p>	
18	72
<p>แสดงการเปรียบเทียบการปฏิบัติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรีตามปัจจัยส่วนบุคคล.....</p>	
19	75
<p>ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยรายคู่ของระยะเวลาบรรจุเข้ารับราชการต่อการปฏิบัติการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี โดยวิธี Scheffe.....</p>	
20	76
<p>แสดงการเปรียบเทียบ การปฏิบัติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล.....</p>	
21	77
<p>แสดงการเปรียบเทียบบุคลิกภาพมิติที่หนึ่งบุคลิกภาพแบบมั่นคงและแบบหวั่นไหวในสภาวะอารมณ์ มิติที่สองบุคลิกภาพแบบเก็บตัวและแบบแสดงออกของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรีต่อการปฏิบัติการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน...</p>	
22	78
<p>แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ระหว่าง ภาวะเครียด ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี.....</p>	
23	78
<p>แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณปัจจัยที่มีผลต่อภาวะเครียดต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี.....</p>	

## สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่	หน้า
24	79
แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณปัจจัยที่มีผลต่อความรู้การดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี.....	
25	79
แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณปัจจัยที่มีผลต่อเจตคติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี.....	
26	80
แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณปัจจัยที่มีผลต่อการปฏิบัติกรดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี.....	

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สารบัญภาพ

ภาพประกอบ	หน้า
1 ภาพแสดงระยะทั้ง 3 ของ G.A.S.....	11
2 ภาพแผนภูมิกระบวนการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของ ครูที่ปรึกษา.....	23



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## บทที่ 1

### บทนำ

#### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในสภาวะปัจจุบันจะพบว่าสังคมไทยได้มีการพัฒนาไปสู่ความทันสมัย ทั้งด้านวิชาการเทคโนโลยีและเศรษฐกิจ ทำให้บทบาทและสภาพของคนในสังคมเปลี่ยนแปลงไป การดำเนินชีวิตของแต่ละบุคคลต้องเผชิญกับสภาพเปลี่ยนแปลงตลอดเวลาบุคคลจึงต้องมีการปรับตัวเพื่อให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ในสังคม การปรับตัวได้ดีก็จะดำเนินชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุข ส่วนบุคคลที่ปรับตัวได้ไม่ดีก็จะก่อให้เกิดปัญหาและความเครียดขึ้นได้

ความเครียด<sup>(1)</sup> เป็นส่วนหนึ่งของการตอบสนองของสิ่งมากระตุ้นของชีวิตเราในยุคแห่งการเปลี่ยนแปลงที่รวดเร็วในปัจจุบันสิ่งที่มาทำลายชีวิตของคนไทยซับซ้อนกว่าที่เคยเป็นมา เนื่องจากการดำเนินชีวิตต้องตกอยู่ในภายใต้แรงกดดันบีบคั้น ต้องพยายามปรับตัวเพื่อความอยู่รอดยิ่งขึ้น เนื่องจากสิ่งแวดล้อม อาหารการกิน สุขภาพ สภาพเศรษฐกิจ ที่ทุกคนจำเป็นต้องแข่งขันกัน ภายใต้กระแสสังคมวัตถุนิยมเช่นในปัจจุบันสิ่งต่างๆ เหล่านี้ได้ส่งผลให้คนไทยมีโอกาสเผชิญกับความเครียดมากยิ่งขึ้น ซึ่งส่งผลกระทบต่อวิถีชีวิต ประสิทธิภาพการทำงาน ความรู้สึกนึกคิด และพฤติกรรมต่างๆ ของคนไทย อันสามารถนำไปสู่ความเจ็บป่วยทางกายและทางจิตที่ร้ายแรงได้ในที่สุด พบว่ามีแนวโน้มของปัญหาความเจ็บป่วยทางจิตจะเพิ่มมากขึ้นตามความเจริญของประเทศ ภาวะเครียด เกิดได้กับทุกเพศ ทุกวัย ทุกอาชีพ ทุกคนมีโอกาสประสบกับความเครียดได้ตลอดเวลาโดยเฉพาะอย่างยิ่งในขณะปฏิบัติงานหรือปฏิบัติกิจกรรม ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลการสำรวจสุขภาพจิตของคนไทย โดยความร่วมมือของสวนดุสิตโพล<sup>(2)</sup> ในขั้นต้นพบว่า สาเหตุที่ทำให้คนไทยเกิดอาการเครียด 5 อันดับ ได้แก่ 1. หน้าที่การงาน 2. สภาวะเศรษฐกิจ 3. ปัญหาด้านการเรียน 4. ปัญหาจรรยาบรรณ และ 5. ปัญหาครอบครัว

ความเครียดที่เกิดจากอาชีพ เป็นเรื่องที่กำลังอยู่ในความสนใจ เพราะในแต่ละอาชีพจะสามารถทำให้เกิดความเครียดแตกต่างกันไป ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับองค์ประกอบหลายประการ ชินโฮสต์ หักบำเรอ<sup>(3)</sup> กล่าวว่า คนเราเมื่อทำงานอาจเกิดความเครียดได้หลายประการ เช่น สภาพแวดล้อม การทำงานที่ไม่เหมาะสม การทำงานที่ซ้ำซากจำเจ การทำงานที่หนักเกินไป

งานที่มีความรับผิดชอบสูง การขาดโอกาสที่ก้าวหน้าหรือมองไม่เห็นความสำเร็จของงานที่กำลังทำ ในบรรดาอาชีพรับราชการ อาชีพครู เป็นอาชีพที่ต้องผูกพันอยู่กับความดี ความถูกต้อง ความมีคุณธรรม เป็นปูชนียบุคคลของโลกบ้าง เป็นผู้ยกระดับวิญญาณของโลกให้สูงขึ้นบ้าง เป็นเรื่องจำเป็น ตามแต่จะเรียกกันไป แต่จะเรียกอย่างไรก็ตามหน้าที่ แก่นแท้ของครูก็คือ ต้องทำหน้าที่อบรมสั่งสอนลูกศิษย์ ให้มีความรู้เพื่อการประกอบอาชีพ และการดำรงชีวิตที่ดีต่อไป ในกายภาคหน้า ซึ่งทั้งการถ่ายทอดความรู้และการอบรมบ่มนิสัยที่ดั่งามให้แก่เด็กในระหว่างที่เด็ก ยังอยู่ในวัยเรียนนั้น ต้องอาศัยความอดทน อดกลั้น ตลอดจนครูต้องมีความรู้ ความเมตตา กรุณา มีคุณธรรมในการจัดการเรียนการสอนและการจัดกิจกรรม ต่างๆ กัลยาณี ปฐมพรเทพ<sup>(4)</sup> เมื่อพิจารณาถึงหน้าที่ของครูแล้ว จะพบว่าครูมีความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมนักเรียนโดยตรง และถ้าหากครูมีความเครียดสูง จะทำให้ควบคุมตนเองไม่ได้<sup>(5)</sup> นอกจากนี้ยังพบว่าอาชีพครูมีความเครียดสูงกว่า ผู้ประกอบอาชีพอื่น<sup>(6)</sup> เมื่อครูเกิดความเครียดขึ้นแล้ว นับเป็นอุปสรรคสำคัญในการประกอบอาชีพเป็นอย่างยิ่ง เพราะครูเป็นผู้ที่นำความรู้หลักสูตรไปใช้ในการจัดการเรียนการสอน การเอาใจใส่ต่อการสอน ดังนั้นคุณภาพการศึกษาย่อมขึ้นอยู่กับครูโดยตรง ประชุม โพธิกุล<sup>(7)</sup> ความเครียดทำให้ครูเจ็บปวดทั้งร่างกายและทางจิตใจ เป็นระยะที่หมดพลังหรือสูญเสียความสามารถในการปรับตัวให้เข้ากับ ความเครียด ถ้าครูตกอยู่ในภาวะนี้ครูย่อมเผชิญกับวิกฤตในอาชีพแน่นอน และอาจส่งผลกระทบต่อประสิทธิภาพของการสอนอย่างแน่นอน อันจะส่งผลกระทบต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของผู้เรียนในเชิงลบ<sup>(8)</sup> นอกจากนี้ภาวะสุขภาพเหมาะสม จะส่งผลให้นักเรียนเป็นผู้มีสุขภาพจิตดีด้วย<sup>(9)</sup> โดยเฉพาะครูที่ปรึกษามี บทบาทหน้าที่หลักตามกระบวนการดำเนินงานตามระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน มีองค์ประกอบสำคัญ 5 ประการ ได้แก่ 1. การรู้จักนักเรียนเป็นรายบุคคล 2. การคัดกรองนักเรียน 3. การส่งเสริมนักเรียน 4. การป้องกันและช่วยเหลือนักเรียน และ 5. การส่งต่อนักเรียน สำหรับวัยรุ่นในช่วงที่กำลังศึกษา เล่าเรียนอยู่ในระดับมัธยมศึกษา เป็นวัยที่ต้องการหาเอกลักษณ์ของตนเอง อยากรู้ อยากเห็น อยากรอง ต้องการอิสระจากครอบครัว ต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน บางครั้งดูเหมือนให้ความสำคัญกับเพื่อนมากกว่าพ่อแม่ จึงเป็นเหตุให้เสี่ยงต่อการเกิดอันตรายต่อตัวเขาเอง เช่น การคบเพื่อนไม่ดี เสเพล ติดสารเสพติด เป็นต้น โดยเฉพาะปัจจุบันปัญหายาเสพติดได้แพร่ระบาดสู่เยาวชนในสถานศึกษา ครูที่ปรึกษามีส่วนสำคัญอย่างยิ่งในการคัดกรองกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มใช้สารเสพติดเพราะครูที่ปรึกษาดูแลและใกล้ชิดนักเรียนที่สุดเมื่อนักเรียนอยู่ที่โรงเรียนและสามารถให้การป้องกัน และช่วยเหลือนักเรียนได้

จากประเด็นดังกล่าวทำให้ผู้วิจัยได้ตระหนักถึงความสำคัญของการเกิดปัญหา ความเครียดในครูที่ปรึกษา จึงได้ศึกษา ภาวะความเครียด ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อ ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน ของครูที่ปรึกษาโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี เพื่อนำความรู้ที่ได้มาใช้เป็นแนวทางในการส่งเสริม ความรู้ เจตคติ และการ ปฏิบัติในการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนที่ถูกต้อง และป้องกัน บำบัดรักษา ฟื้นฟูสุขภาพจิตให้กับครูได้อย่างมีประสิทธิภาพ

### คำถามของการวิจัย

1. ภาวะความเครียดของครูที่ปรึกษาตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนใน โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี อยู่ในระดับใด
2. ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อการดำเนินงานตามระบบดูแลช่วยเหลือ นักเรียนของครูที่ปรึกษาเป็นอย่างไร
3. ปัจจัยใดบ้างที่มีความสัมพันธ์กับ ภาวะความเครียด ความรู้ เจตคติ และ การปฏิบัติต่อการดำเนินงานตามระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนสังกัด กรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี
4. ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือ นักเรียนของครูที่ปรึกษากับภาวะความเครียด มีความสัมพันธ์กันหรือไม่

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาภาวะความเครียดของครูที่ปรึกษาตามระบบการดูแลช่วยเหลือ นักเรียนในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี
2. เพื่อศึกษาความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแล ช่วยเหลือนักเรียนในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี
3. เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะความเครียด ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี



4. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างภาวะความเครียด กับ ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี

#### ขอบเขตของการวิจัย

1. กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ ครูที่ปรึกษาในสถานศึกษาระดับมัธยมศึกษาของรัฐบาลสังกัดกรมสามัญศึกษา ทุกแห่งในจังหวัดปราจีนบุรี

2. ตัวแปรที่มุ่งศึกษาในการวิจัยครั้งนี้

ตัวแปรอิสระ (Independence variables) ได้แก่

- เพศ
- อายุ
- ศาสนา
- ระดับการศึกษา
- สถานภาพสมรส
- ระยะเวลารับราชการ
- การเข้ารับการอบรม /การประชุมระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน
- เงินเดือน
- สถานภาพทางเศรษฐกิจ
- ภาระที่ต้องรับผิดชอบ
- งานพิเศษ
- การเจ็บป่วยทางกาย
- การเจ็บป่วยทางจิต
- การเจ็บป่วยทางจิตของครอบครัว
- บุคลิกภาพ

### ตัวแปรตาม (Dependence variables) ได้แก่

- ความรู้ต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษา
- เจตคติต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษา
- การปฏิบัติต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษา
- ภาวะความเครียด

### ข้อตกลงเบื้องต้น

1. กลุ่มตัวอย่างเป็นครูที่ได้รับการแต่งตั้งหรือมอบหมายให้ทำหน้าที่ครูที่ปรึกษา ในสถานศึกษาระดับมัธยมศึกษาของรัฐบาลสังกัดกรมสามัญศึกษา ทุกแห่งในจังหวัดปราจีนบุรี
2. ครูที่ปรึกษาทุกคนที่ตอบแบบสอบถามนี้ด้วยความคุ้นเคย / รู้สึกจริง และคำตอบเป็นที่น่าเชื่อถือได้
3. ครูที่ปรึกษาที่ตอบแบบสอบถามที่ได้คะแนนสูงกว่าค่าเฉลี่ยแสดงว่า มีความรู้สึกไม่สบายใจต่อสภาพการณ์ที่เกิดขึ้นนั้นๆ เท่านั้น และมีความเสี่ยงที่จะมีภาวะสุขภาพจิตไม่ดี
4. การเก็บข้อมูลในวันเวลา และสถานที่ที่แตกต่างกัน ไม่มีผลทำให้การให้ข้อมูลเปลี่ยนแปลง

### ข้อจำกัดของการวิจัย

เนื่องจากการวิจัยนี้ศึกษากับกลุ่มตัวอย่างที่อยู่ในเขตจังหวัดปราจีนบุรี ดังนั้น ข้อมูลที่ได้ใช้ได้เฉพาะครูที่ปรึกษาที่อยู่ในสิ่งแวดล้อม วัฒนธรรม สังคม ในเขตจังหวัดปราจีนบุรี เท่านั้น ไม่สามารถนำไปขยายผลในครูที่ปรึกษาทั่วประเทศได้

### คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

**ความเครียด (Stress)** หมายถึง ภาวะกดดันหรือความวิตกกังวลทางจิตใจ ซึ่งก่อให้เกิดปฏิกิริยาตอบสนองของร่างกายต่อสิ่งที่มาคุกคามเพื่อปรับให้เกิดภาวะสมดุลย์ของร่างกายและจิตใจ

**ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน** หมายถึง กระบวนการดำเนินงานการดูแลช่วยเหลือนักเรียนอย่างมีขั้นตอน พร้อมด้วยวิธีการและเครื่องมือที่ชัดเจน โดยครูที่ปรึกษาเป็นบุคลากรหลักในการดำเนินการ และมีการประสานความร่วมมือกับครูที่เกี่ยวข้อง หรือบุคคลภายนอกรวมทั้งการสนับสนุน ส่งเสริมจากโรงเรียน

**การดูแลช่วยเหลือนักเรียน** หมายถึง การส่งเสริม ป้องกัน และช่วยเหลือแก้ไขปัญหา โดยมีวิธีการและเครื่องมือสำหรับครูที่ปรึกษาและบุคคลที่เกี่ยวข้องเพื่อใช้ในการดำเนินงานพัฒนานักเรียนให้เป็นคนดี คนเก่ง ปลอดภัยจากสารเสพติด และมีความสุขในการดำรงชีวิตอยู่ในสังคม

**ความรู้ (Knowledge)** หมายถึง พฤติกรรมด้านความคิด ความรู้ เข้าใจนำไปประยุกต์ การวิเคราะห์ ประเมินค่าสถานการณ์เกี่ยวกับระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน และบทบาทหน้าที่ของครูที่ปรึกษา

**เจตคติ (Attitude)** หมายถึง ความรู้สึก นึกคิด และความคิดเห็นที่มีต่อประเด็นเนื้อหาที่เกี่ยวกับระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน และบทบาทหน้าที่ของครูที่ปรึกษา

**การปฏิบัติ (Practice)** หมายถึง พฤติกรรมที่ได้กระทำ หรือคาดว่าจะกระทำเพื่อดูแลช่วยเหลือนักเรียนตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน และบทบาทหน้าที่ของครูที่ปรึกษา

**ครูที่ปรึกษา (Advisory Teacher)** หมายถึง ครู/อาจารย์ที่ได้รับแต่งตั้งหรือมอบหมายให้เป็นครูที่ปรึกษาตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี โดยมีบทบาทหน้าที่ดังนี้

1. ดำเนินการดูแลช่วยเหลือนักเรียน ทั้งการส่งเสริม ป้องกัน และการช่วยเหลือแก้ไขปัญหาด้านความสามารถ สุขภาพ และด้านครอบครัว หรือด้านอื่นๆ
2. ดำเนินการดูแลช่วยเหลือนักเรียน ตามแนวทางที่กำหนด คือ การรู้จักนักเรียนเป็นรายบุคคล การคัดกรองนักเรียน การส่งเสริมนักเรียน การป้องกันและช่วยเหลือนักเรียน และการส่งต่อนักเรียน
3. ร่วมประชุมกลุ่มปรึกษาปัญหารายกรณี
4. บันทึกหลักฐานการปฏิบัติงานและประเมินผลรายงานส่งหัวหน้าระดับ
5. อื่นๆ ตามที่ได้รับมอบหมาย

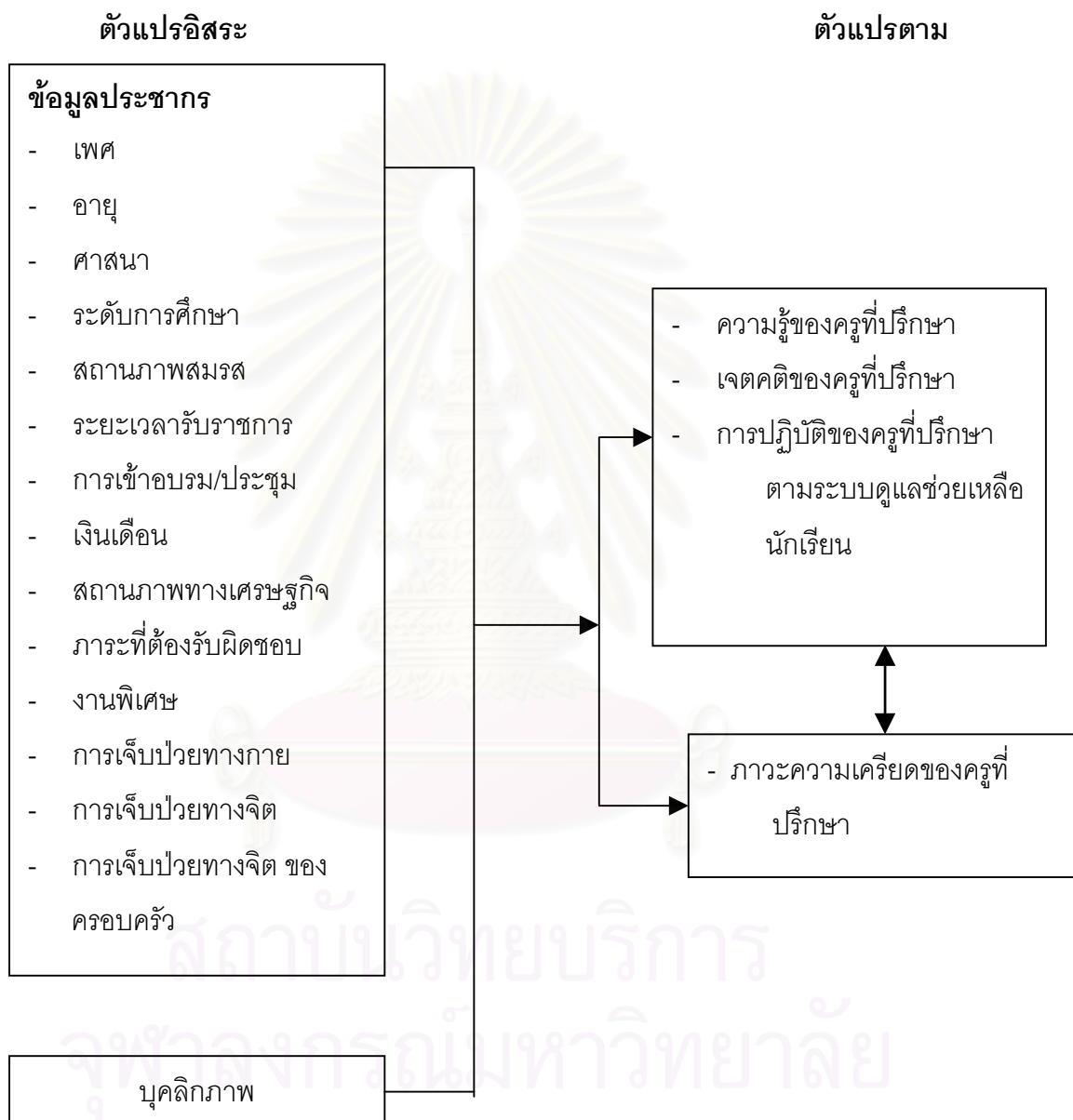
**บุคลิกภาพ** หมายถึง ลักษณะพฤติกรรมการแสดงออกของครูที่ปรึกษาแบ่งออกเป็น 4 แบบ คือ บุคลิกภาพแบบเก็บตัว บุคลิกภาพแบบแสดงตัว บุคลิกภาพแบบมั่นคงและบุคลิกภาพแบบหัวนไหวในสภาวะอารมณ์ที่วัดได้จากแบบทดสอบ The Maudsley Personality Inventory (MPI)

### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เพื่อนำผลการวิจัยมาเป็นแนวทางในการส่งเสริม ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติในการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนที่ถูกต้อง เพื่อพัฒนาให้นักเรียนเป็นคนดี คนเก่ง ปลอดภัยจากยาเสพติด มีความสุขในการดำรงชีวิต
2. เพื่อเป็นประโยชน์สำหรับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ในการจัดวางแผนส่งเสริม ป้องกัน บำบัดรักษา และฟื้นฟูสุขภาพจิตของครูที่ปรึกษา ครู/อาจารย์ ต่อไป
3. เพื่อเป็นแนวทางในการศึกษาค้นคว้าภาวะความเครียด ตลอดจนปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติตามระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษาในเขตอื่น ครูอาจารย์ หรือวิชาชีพอื่นต่อไป

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## กรอบแนวคิดในการวิจัย



## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

#### ก. แนวคิดเกี่ยวกับความเครียด

ความเครียด เป็นส่วนหนึ่งในชีวิตประจำวันที่มีมนุษย์ทุกคนต้องประสบ<sup>(10)</sup> ซึ่งความเครียดนั้นอาจจะพิจารณาในฐานะที่เป็นตัวกระตุ้น (Stressor) หรือในฐานะที่เป็นปฏิกิริยาตอบสนองของตัวบุคคลก็ได้<sup>(11)</sup> อย่างไรก็ตามได้มีผู้ให้ความหมายของความเครียดไว้มากมายดังต่อไปนี้

ความเครียด (Stress)<sup>(12)</sup> หมายถึง ตัวกระตุ้นใด ๆ ดังเช่น ความกลัว หรือความเจ็บป่วยที่มารบกวน หรือแทรกแซงต่อความสมดุลในร่างกายของสิ่งมีชีวิต

เซลเย (Selye)<sup>(13)</sup> ให้ความหมายว่า ความเครียดเป็นภาวะที่ร่างกาย และจิตใจมีปฏิกิริยาตอบสนองต่อสิ่งทีมาจากทั้งภายใน และภายนอกร่างกายที่มาคุกคามขัดขวางการทำงาน การเจริญเติบโต ความต้องการของมนุษย์ เป็นผลทำให้มีการเปลี่ยนแปลงในร่างกาย เกี่ยวกับโครงสร้าง และปฏิกิริยาทางเคมี เพื่อต่อต้านการคุกคามนั้น ทำให้ภาวะทางร่างกาย และจิตใจขาดความสมดุล แสดงให้รู้โดยมีกลุ่มอาการทางร่างกายที่มีลักษณะเฉพาะ และเรียกรูปการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในร่างกายนี้ว่า [General Adaptation Syndrome (GAS)]

ลาซาลัส (Lazarus)<sup>(14)</sup> อธิบายว่า ความเครียดจะเกิดขึ้นเมื่อบุคคลถูกเรียกร้อง บังคับที่มากเกินไปจนกว่าจะสามารถปรับตัวได้

ซูทิตย์ ปานปรีชา<sup>(15)</sup> ได้ให้ความหมายของความเครียดดังนี้

1. ความเครียด เป็นภาวะทางจิตใจที่กำลังเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นปัญหาในด้านตัวคน หรือนอกตัวคน เป็นปัญหาที่เกิดขึ้นจริง หรือคาดว่าจะเกิดขึ้น เป็นปัญหามาจากความผิดปกติทางร่างกาย หรือความผิดปกติทางจิตใจ

2. ความเครียด เป็นปฏิกิริยาของจิตใจตอบสนองต่อสิ่งเร้า หรือสิ่งที่มากระตุ้น ซึ่งเป็นปัญหาที่กำลังเผชิญ

3. ความเครียด เป็นความรู้สึกไม่พอใจ ไม่สบายใจ เสมือนจิตใจถูกบีบคั้นบังคับให้ต้องเผชิญกับสิ่งเร้า ความรู้สึกดังกล่าวนี้ทำให้เกิดความแปรปรวนทั้งทางร่างกาย และจิตใจ

กรมสุขภาพจิต<sup>(16)</sup> ให้ความหมายว่า ความเครียดเป็นปฏิกิริยาการตอบสนองของร่างกาย จิตใจ ความคิด และพฤติกรรมของบุคคลที่มีต่อสิ่งเร้าทั้งภายในและภายนอก ซึ่งอาจเป็นบุคคล ความรู้สึกนึกคิด สถานการณ์ หรือสิ่งแวดล้อม โดยบุคคลจะรับรู้ว่าเป็นภาวะที่ถูกกดดัน คุกคาม หรือบีบคั้น ถ้าบุคคลนั้นสามารถปรับตัว และมีความพึงพอใจจะทำให้เกิดการตื่นตัว เกิดพลังใน

การจัดการกับสิ่งต่าง ๆ อีกทั้งเป็นการเสริมความแข็งแกร่งทางร่างกาย และจิตใจ แต่ถ้าไม่มี ความพึงพอใจ และไม่สามารถปรับตัวได้ จะให้บุคคลนั้นเกิดความเครียด ซึ่งส่งผลให้เกิดความ สมดุลในการดำเนินชีวิตในสังคมได้

นราธร ศรประสิทธิ์<sup>(11)</sup> กล่าวว่า ความเครียดเป็นภาวะการขาดซึ่งความสมดุลทางด้านจิต ใจของบุคคล ซึ่งอาจเกิดขึ้นจากสภาวะและสถานการณ์ที่แตกต่างกันออกไป ซึ่งสภาวะหรือสถาน การณ์ถือว่่าเป็นสาเหตุที่ก่อให้เกิดความเครียด (Stressor) และอาการของความเครียดนั้นอาจจะ แสดงออกมาในรูปแบบต่าง ๆ ทางจิต เช่น ความวิตกกังวล ความรู้สึกกดดัน ซึ่งทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางชีวภาพ ทำให้เกิดโรคได้ง่าย

รวีวรรณ นิวัตพันธุ์<sup>(17)</sup> สรุปว่า ความเครียดเป็นการตอบสนองของร่างกายและจิตใจที่ เปลี่ยนแปลงไปจากภาวะปกติต่อตัวกระตุ้น ความเครียดนั้นเป็นสิ่งที่ไม่คงที่เพราะตัวกระตุ้นสิ่ง เดียวกันที่ก่อให้เกิดความเครียดกับบุคคลหนึ่ง อาจจะไม่ทำให้เกิดความเครียดกับบุคคลอื่นได้ หรือการที่บุคคลหนึ่งมีความเครียดต่อตัวกระตุ้นในสถานการณ์หนึ่งในช่วงเวลาหนึ่งในชีวิต แต่เมื่อ เวลาผ่านไป สิ่งกระตุ้นนี้อาจจะไม่ทำให้เกิดความเครียดต่อบุคคลนั้นอีกเลยในชีวิตได้

กิติกร มีทรัพย์<sup>(18)</sup> ให้ความหมายว่า ความเครียดเป็นสภาวะทางร่างกาย หรือจิตใจที่มี ปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม ทั้งในตัวคน หรือนอกตัวคน เป็นผลให้ร่างกาย และจิตใจเสีย สมดุล ซึ่งสภาวะทางร่างกาย เช่น ความเหนื่อยล้า การพักผ่อนไม่เพียงพอ การเจ็บป่วยตั้งแต่ระดับที่ ไม่ รุนแรงไปจนถึงการเจ็บป่วยด้วยโรคที่รุนแรง และเรื้อรัง ส่วนสภาวะทางจิตใจ ได้แก่ ความรู้สึก และอารมณ์ต่าง ๆ เช่น ความโกรธ ความเศร้า ความวิตกกังวลต่าง ๆ และความกลัว เป็นต้น

โดยสรุปแล้ว อาจกล่าวได้ว่า ความเครียดหมายถึง ปฏิกริยาตอบสนองทางร่างกายและ จิตใจต่อสิ่งเร้าต่าง ๆ ที่มากกดดัน คุกคาม หรือบังคับ ทำให้ร่างกายและจิตใจเกิดการปรับตัวแล้ว แสดงออกในลักษณะของอาการต่าง ๆ เช่น ปวดศีรษะ ปวดท้อง ใจสั่น เป็นต้น รวมทั้งแสดง ออกในลักษณะของความรู้สึกวิตกกังวล สับสน หงุดหงิด ไม่มีสมาธิ เป็นต้น

### ทฤษฎีของความเครียด

#### ทฤษฎีของความเครียดของเซลเย<sup>(19, 20)</sup>

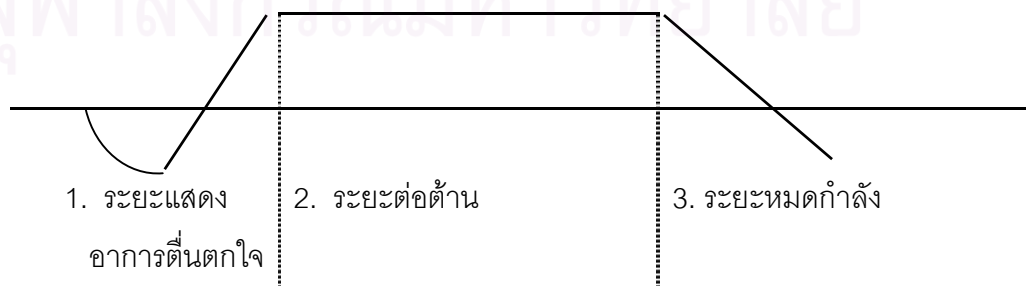
เซลเย (Selye)<sup>(13)</sup> อธิบายว่า ความเครียด เป็นภาวะที่ร่างกาย และจิตใจมีปฏิกริยา ตอบสนองต่อสิ่งที่มาจากทั้งภายในและภายนอกร่างกาย ที่มาคุกคามขัดขวางการทำงาน การเจริญเติบโต ความต้องการของมนุษย์ เป็นผลทำให้มีการเปลี่ยนแปลงในร่างกายเกี่ยวกับ โครงสร้างและปฏิกริยาทางเคมีเพื่อต่อต้านการคุกคามนั้นทำให้ภาวะร่างกายและจิตใจขาดความ

สมดุแสดงให้รู้โดยมีกลุ่มอาการทางร่างกายที่มีลักษณะเฉพาะ และเรียกรการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในร่างกายนี้ว่า General Adaptation Syndrome (GAS) หรือ Biologic Stress Syndrome ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 ระยะ ดังนี้

1. *ระยะแสดงอาการตื่นตกใจ (Alarm reaction)* เป็นการตอบสนองต่อความเครียดในระยะแรก หลังจากี่ร่างกายได้รับสิ่งกระตุ้นที่เป็นอันตราย จะมีการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ เกิดขึ้น เช่น ความดันโลหิตสูงขึ้น ระบบต่อมไร้ท่อหลังฮอร์โมนออกมาสู่กระแสเลือดมากขึ้น ระยะที่แสดงอาการตื่นตกใจนี้จะใช้เวลาไม่นาน แต่ถ้าหากสิ่งที่มีกระตุ้นนั้นเป็นอันตราย และคงอยู่นานจนรบกวนต่อการดำรงชีวิต สิ่งมีชีวิตจะตายไปในช่วงระยะนี้ ซึ่งเป็นระยะเวลาเพียงไม่กี่ชั่วโมง หรือไม่ ก็วัน

2. *ระยะต่อต้าน (Stage of resistance)* ถ้าหากสิ่งมีชีวิตยังสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ภายหลังจากเกิดการตอบสนองในระยะแรก ก็จะเข้าสู่ระยะต่อต้าน ระยะที่สองนี้เป็นระยะที่มีรูปแบบที่แตกต่างไปจากระยะแรก กล่าวคือ เป็นระยะที่สิ่งมีชีวิตมีการปรับตัวสิ่งที่มีมาคุกคาม ดังนั้น กระบวนการต่าง ๆ ทางร่างกายที่เกิดขึ้นในระยะแรก เช่น ภาวะที่เลือดเข้มข้น การปล่อยฮอร์โมนของต่อมต่าง ๆ เข้าสู่กระแสเลือด จะมีอัตราลดลง แต่ยังคงสูงกว่าภาวะปกติของร่างกาย สิ่งมีชีวิตจะแสดงอาการของความเครียดออกมาเล็กน้อย ร่างกายอ่อนแอลงทำให้เกิดโรคต่าง ๆ ได้ง่ายขึ้น ซึ่งเฮลเยเรียกว่า "Disease of adaptation" เช่น แผลในกระเพาะอาหาร ความดันโลหิตสูง หอบหืด และเป็นไข้ ซึ่งเป็นผลมาจากระบบภูมิคุ้มกันบกพร่องไป

3. *ระยะหมดกำลัง (Stage of exhaustion)* ถ้าหากสิ่งกระตุ้นที่เป็นอันตรายมีความรุนแรง และยังคงอยู่เป็นเวลานาน ระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายจะอ่อนแอลง และพลังงานที่ร่างกายสะสมไว้จะหมดไป การปรับตัวของสิ่งมีชีวิตจากระยะที่สองนั้นจะสูญเสียไป สิ่งมีชีวิตจะเข้าสู่ระยะที่สาม คือ ระยะหมดกำลัง ร่างกายก็จะหมดแรง กลไกการปรับตัวจะล้มเหลว ทำให้เสียชีวิตได้ในที่สุด



ภาพแสดงระยะทั้ง 3 ของ G.A.S. <sup>(1)</sup>



### ทฤษฎีความเครียดของลาซารัส (อ้างใน กฤษณนันท์ เครือวรรณ)<sup>(21)</sup>

ลาซารัส (Lazarus) อธิบายว่า ความเครียดเป็นกระบวนการของความสัมพันธ์ ระหว่างบุคคล กับสิ่งแวดล้อม โดยที่ความเครียดนั้นไม่ได้เป็นเพียงตัวกระตุ้น หรือการตอบสนองเท่านั้น แต่เป็นกระบวนการที่บุคคลมีอิทธิพลเหนือผลกระทบของสิ่งกระตุ้นได้โดยผ่านพฤติกรรม ความคิด และอารมณ์ ดังจะเห็นได้จากการที่แต่ละบุคคลได้รับสิ่งกระตุ้นตัวเดียวกัน แต่จะมีระดับความเครียดแตกต่างกัน ซึ่งลาซารัสเรียกกระบวนการนี้ว่า “Cognitive appraisal” เป็นกระบวนการทางสติปัญญาที่บุคคลใช้ในการประเมินสถานการณ์ที่มากกระทบว่าเป็นอันตรายต่อตนเองหรือไม่ มีการตัดสินใจแยกแยะปัญหา และหาวิธีการในการจัดการ ควบคุม หรือลดความรุนแรงของสถานการณ์ต่าง ๆ ที่มากกระทบตัวบุคคล และมีการนำแหล่งประโยชน์ของบุคคลมาใช้อย่างมาก ในการจัดการกับสถานการณ์นั้น การประเมินสถานการณ์มี 3 ระยะ ดังนี้

1. การประเมินสถานการณ์ขั้นที่หนึ่ง (Primary appraisal) คือ การที่บุคคลใช้สติปัญญา ความรู้ ประสบการณ์ ประเมินสถานการณ์ที่มากกระทบ โดยทั่วไปจะครอบคลุมใน 3 ลักษณะดังนี้

1.1 ไม่มีความสำคัญกับตนเอง (Irrelevant) คือ การที่บุคคลพิจารณาว่า สถานการณ์นั้นไม่ได้เกี่ยวข้องกับสวัสดิภาพของตนเอง หรือตนเองไม่ได้มีส่วนได้ส่วนเสียกับเหตุการณ์นั้น ๆ

1.2 มีผลในทางที่ดีต่อตนเอง (Benign positive) คือ การที่บุคคลพิจารณาว่า สถานการณ์นั้นมีผลในทางดีกับสวัสดิภาพของตนเอง บุคคลไม่ต้องใช้ความพยายามในการปรับตัว

1.3 ประเมินว่าเป็นความเครียด (Stressful) คือ การพิจารณาตัดสินว่า ในสถานการณ์นั้น บุคคลต้องดึงแหล่งประโยชน์มาใช้ในการปรับตัวอย่างเต็มที่ หรือเกินกำลังความสามารถที่มีอยู่ ซึ่งการประเมินว่าเป็นความเครียดนั้นจะมี 3 ลักษณะ คือ

1.3.1 เป็นอันตราย และสูญเสีย เป็นการที่บุคคลประเมินว่า เกิดการเสียหายขึ้นกับตนเองแล้ว เช่น เกิดการเจ็บป่วย ความไม่พึงพอใจต่อตนเอง หรือต่อสังคม การสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก

1.3.2 การถูกคุกคาม เป็นการประเมินถึงอันตราย หรือการสูญเสียที่จะเกิดขึ้นในอนาคต หรือเมื่อสูญเสียแล้วจะทำให้เกิดความยุ่งยาก หรือลำบากตามมา

1.3.3 การท้าทาย เป็นการประเมินถึงสถานการณ์นั้นว่าอาจจะเป็นอันตราย แต่บุคคลมีวิธีการที่จะจัดการ หรือควบคุมสถานการณ์นั้นได้ หรือสถานการณ์นั้นอาจจะให้ประโยชน์กับตนเอง ทำให้มีขวัญ และกำลังใจดีขึ้น พฤติกรรมที่แสดงออกในการประเมินนี้ เช่น ความกระตือรือร้น ความตื่นเต้น ความร่าเริง

จะเห็นได้ว่าการประเมินสถานการณ์ขั้นที่หนึ่งนี้ เป็นการรับรู้สถานการณ์ว่าเป็นอันตรายกับตน สถานการณ์ใดที่บุคคลรับรู้ว่าเป็นสิ่งที่ไม่เกี่ยวข้องกับตน หรือเกี่ยวข้องในทางที่ดี จึงมิใช่สิ่งทีก่อให้เกิดความเครียด

2. การประเมินสถานการณ์ขั้นที่สอง (Secondary appraisal) คือ การที่บุคคลใช้สติปัญญา ความรู้ ประสบการณ์ ประเมินแหล่งประโยชน์ และทางเลือกของตนเพื่อจัดการกับอันตรายจากสิ่งที่ตนได้รับรู้จากการประเมินสถานการณ์ใหม่ เพื่อทบทวนดูว่าการประเมินสถานการณ์ในขั้นที่หนึ่งถูกต้องดีหรือไม่ วิธีการเอาชนะความเครียดในการประเมินสถานการณ์ขั้นที่หนึ่งมีประสิทธิภาพหรือไม่

3. การประเมินซ้ำ (Reappraisal) หลังจากที่บุคคลได้แสดงความพยายามที่จะกำจัดอันตรายแล้ว บุคคลจะประเมินสถานการณ์ซ้ำ เพื่อพิจารณาว่าอันตรายที่ตนได้รับรู้แล้วยังมีอยู่ หรือลดลง หรือได้ถูกกำจัดไปแล้ว ขั้นตอนนี้ถือได้ว่าเป็นการเริ่มวงจรการประเมินสถานการณ์ขั้นที่หนึ่งใหม่ ถ้าผลจากการประเมินซ้ำนี้บุคคลรับรู้ว่ายังมีอันตรายนั้นอยู่ หรือเกิดอันตรายขึ้นใหม่

### สาเหตุของความเครียด

ลาซารัส และโคเฮน (Lazarus & Cohen อ้างใน รุ่งทิพย์ โพธิ์ชุ่ม)<sup>(22)</sup> ได้จำแนกสาเหตุของความเครียดไว้ดังนี้

1. ความเครียดที่เกิดจากภัยธรรมชาติ ซึ่งเป็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับหลาย ๆ บุคคลหรือในชุมชนเดียวกันทั้งหมด ในระยะเวลาเดียวกัน เป็นเหตุการณ์ที่ไม่สามารถทำนายได้ มีผลกระทบมาก และจำเป็นต้องใช้ความพยายามอย่างมากในการเผชิญปัญหา

2. ความเครียดที่เกิดจากบุคคล เช่น การสอบตก การว่างงาน การหย่าร้าง เป็นต้น ซึ่งอาจจะคาดการณ์ได้หรือไม่ก็ได้ แต่ก็มียผลกระทบมากและต้องใช้ความพยายามอย่างมากในการเผชิญปัญหา สาเหตุของความเครียดที่เกิดจากบุคคลบางครั้งมีความยุ่งยากในการเผชิญปัญหามากกว่าต้นเหตุความเครียดที่เกิดจากภัยธรรมชาติ เพราะว่าไม่มีแรงสนับสนุน

3. ความเครียดที่เกิดจากภูมิหลัง เป็นสิ่งเล็กน้อยแต่เป็นปัญหาที่ทำให้เกิดความรำคาญ และเกิดความทุกข์ทรมานอยู่ตลอดเวลา ซึ่งถ้าล้มเหลวในการเลือกแรงสนับสนุน หรือความช่วยเหลือในการแก้ปัญหาเกี่ยวกับต้นเหตุความเครียดนี้ อาจเป็นสาเหตุให้เกิดความเสียหายมากกว่าต้นเหตุความเครียดที่เกิดจากภัยธรรมชาติหรือบุคคล

ซอลัดดา พันธุ์เสนา<sup>(23)</sup> ได้จำแนกสาเหตุของความเครียดว่าเกิดจาก 2 สาเหตุ คือ

### 1. สาเหตุจากภายนอกตัวบุคคล ได้แก่

1.1 สิ่งแวดล้อมทางกายภาพ ได้แก่ สิ่งของ วัตถุต่าง ๆ รอบตัวที่สัมผัสได้ด้วยประสาททั้งห้า เช่น สภาพความร้อนของอากาศ แสงสว่าง อากาศ เสียง อาหาร น้ำ เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัยและยารักษาโรค

1.2 สังคมและสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น ๆ เช่น การมีความคิดเห็นไม่ตรงกัน การมีปัญหาในการติดต่อสื่อสารกับบุคคลอื่น

1.3 สภาวะการณ์และเหตุการณ์อื่น ๆ ในชีวิตไม่ว่าจะเป็นเหตุการณ์เลวร้ายในชีวิตหรือเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความชื่นชมยินดีที่ทำให้บุคคลต้องมีการปรับตัว เช่น การปรับตัวตามพัฒนาการตามวัย ซึ่งหากปรับตัวไม่มีประสิทธิภาพจะก่อให้เกิดความเครียดรุนแรงได้ นอกจากนี้สภาวะการณ์ที่ก่อให้เกิดความทุกข์ใจติดตามมา เช่น การเปลี่ยนที่เรียน การปรับนิสัยการหลับนอน การทำผิดกฎหมายเล็ก ๆ น้อย ๆ มีเรื่องบาดหมางกับคนในครอบครัวหรือเพื่อนสนิทก็เป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดความเครียดได้เช่นกัน

### 2. สาเหตุจากภายในตัวบุคคล ได้แก่

2.1 โครงสร้างทางร่างกายและสภาวะทางสรีรวิทยา ในบุคคลที่มีโครงสร้างร่างกายที่สมบูรณ์และมีสุขภาพดีจะเป็นตัวส่งเสริมให้ทำการแก้ปัญหาและมีความทนทานต่อสภาวะเครียดได้ดีกว่าบุคคลที่ร่างกายเติบโตไม่สมบูรณ์ เกิดโรคต่าง ๆ ได้ง่าย

2.2 ระดับพัฒนาการ การมีร่างกายที่พัฒนาการไม่ปกติและมีจิตใจที่พัฒนาการไม่ดีมีแนวโน้มที่จะทำให้เกิดความเครียดได้ง่าย ทั้งนี้เพราะระดับพัฒนาการของจิตใจ อารมณ์ มีผลต่อการรับรู้และแปลเหตุการณ์ระดับพัฒนาการที่ไม่ดีทำให้มีการรับรู้เหตุการณ์แบบเด็ก ๆ ซึ่งยังผลให้ปัญหาไม่ได้รับการแก้ไขก่อให้เกิดความเครียดติดตามมา

2.3 การรับรู้และการแปลเหตุการณ์ เหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดอารมณ์กลัว โกรธ เกลียด กังวลหรือตื่นเต้น ถือเป็นเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดซึ่งเป็นผลมาจากการรับรู้และการแปลเหตุการณ์ของบุคคล การรับรู้เป็นตัวสำคัญในการที่จะทำให้บุคคลตอบสนองต่อเหตุการณ์ไปในทางที่ดีหรือในทางที่เลวร้าย ซึ่งจะแตกต่างกันในแต่ละบุคคลขึ้นกับความต้องการ ขั้นพื้นฐานที่แตกต่างกัน มีประสบการณ์ชีวิตที่ไม่เหมือนกัน มีความหวัง ทัศนคติและการมองโลกที่ไม่เหมือนกัน

เฮวาร์ด (Hayward)<sup>(24)</sup> ได้กล่าวถึงสาเหตุของความเครียดไว้ดังนี้

1. สถานการณ์ชีวิต สถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตทั้งทางดีและทางร้าย มักจะก่อให้เกิดความเครียดได้เสมอ เช่น การแต่งงาน การหย่าร้าง การตั้งครรรภ์ การย้ายบ้าน การเจริญเติบโต และการแยกจากของบุตร เป็นต้น
2. ครอบครัว มักเป็นแหล่งที่ก่อให้เกิดความเครียดได้บ่อย เช่น ปัญหาสัมพันธภาพภายในครอบครัว ความไม่เข้าใจกันของคู่สมรส หรือแม้แต่การขัดแย้งกับเพื่อนบ้าน ก็เป็นสาเหตุทำให้เกิดความเครียดได้
3. สถานที่ทำงาน เช่น ปริมาณงานที่มากหรือน้อยเกินไป งานที่มีความยากหรือง่ายเกินไป สัมพันธภาพภายในที่ทำงาน หรือบุคลิกภาพที่ไม่เหมาะสมกับงานจะทำให้เกิดความเครียดได้
4. สิ่งรบกวนประจำวัน เช่น เสียงเห่ารบกวนจากสุนัขของเพื่อนบ้าน การจราจรที่ติดขัด เด็ก ๆ ที่ซุกซน ซึ่งบางครั้งอาจดูเล็กน้อย แต่ถ้าเกิดขึ้นซ้ำ ๆ และบ่อย ๆ อาจนำมาซึ่งความเครียดหรือปัญหาที่รุนแรงได้

#### ระดับของความเครียด

เจนิส (Janis, อ้างถึงใน ยุพดี ตริพัฒน์นาสุวรรณ)<sup>(25)</sup> แบ่งความเครียดเป็น 3 ระดับ คือ

1. ความเครียดระดับต่ำ (Mild Stress) เป็นความเครียดที่เกิดขึ้นและหมดไปในระยะเวลาอันสั้น เพียงนาทีหรือชั่วโมงเท่านั้น เกี่ยวข้องอยู่กับสถานการณ์เล็กน้อยในชีวิตประจำวัน
2. ความเครียดระดับปานกลาง (Moderate Stress) ความเครียดระดับนี้รุนแรงกว่าระดับแรก อาจเป็นอยู่นานหลายชั่วโมงหรือเป็นวัน เช่น การเจ็บป่วยที่ไม่รุนแรง การทำงานมากเกินไป ขัดแย้งกับเพื่อนร่วมงาน เป็นต้น
3. ความเครียดระดับสูง (Severe Stress) ความเครียดระดับนี้รุนแรง หรือมีอาการอยู่เป็นสัปดาห์ หรืออาจเป็นเดือนเป็นปี เกิดจากสาเหตุรุนแรงหรือหลายสาเหตุ เช่น การสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก การเจ็บป่วยที่รุนแรง การสูญเสียอวัยวะของร่างกายที่มีความสำคัญต่อการดำรงชีวิต เป็นต้น

ซูซีรา ภัทราวุฒวรรตน์และคณะ<sup>(26)</sup> ได้แบ่งภาวะความเครียดออกเป็น 4 ระดับ เช่นเดียวกันคือ

1. สุขภาพจิตดีมาก (Excellent mental health)
2. สุขภาพจิตปกติ (Normal mental health)
3. เครียดเล็กน้อย (Mild stress)
4. เครียดมาก (Stressful)

### ผลของความเครียด

นันทวรรณ นาวิ<sup>(27)</sup> กล่าวว่า มนุษย์สามารถจัดการกับความเครียดได้เป็นอย่างดีในระดับหนึ่ง หากกลไกการปรับตัวทำงานหนักเกินไปผลที่เกิดจากความเครียดที่มีสาเหตุต่างๆ กัน จะก่อให้เกิดปฏิกิริยาตอบสนองและแสดงอาการออกมา 3 ทาง คือ อาการทางร่างกาย จิตใจ และพฤติกรรม

1. อาการทางร่างกาย ร่างกายส่งผ่านความเครียดได้หลายทาง บางอย่างเป็นความเคยชิน อาการที่แสดงออกทางร่างกายจะแสดงออกในรูปของความเจ็บป่วย ซึ่งขึ้นอยู่กับอวัยวะหรือระบบของร่างกายที่อ่อนแอที่สุด การตอบสนองของความเครียดที่พบมากเกิดที่บริเวณศีรษะและเท้า เช่น ซบเซามือเท้าและผม หูหรือจมูก การขบฟัน กัดริมฝีปาก เข่าขาหรือพลิกเท้า ส่วนอาการเจ็บป่วยที่เกี่ยวข้องจากความเครียด เช่น ความดันโลหิตสูง ท้องอืด ผื่นภูมิแพ้ คลอเรสเตอรอลสูง โรคหัวใจ ปวดศีรษะ ปวดกล้ามเนื้อ ปวดหลัง ความผิดปกติทางเพศ เป็นต้น

2. อาการทางจิตใจ ความเครียดมีผลต่ออารมณ์ของเราได้หลายทาง บางอย่างเปลี่ยนแปลงเพียงภายนอก บางอย่างอยู่ในระดับลึกและรุนแรง เช่น อาการกระสับกระส่าย ขาดความอดทน เป็นอาการภายนอกของการก้าวร้าวและความกังวลที่อยู่ลึกลงไปภายในนอกจากนี้ยังมีความรู้สึกของความสำนึกผิด ความละอาย หรือรู้สึกว่าจะช่วยตัวเองไม่ได้ หมดหวัง กังวล หดหู่ อารมณ์ เหล่านี้สามารถนำไปสู่ปัญหาทางจิตใจได้ หากเกิดขึ้นและดำรงอยู่นาน

3. อาการทางพฤติกรรม ได้แก่ การก้าวร้าว นอนได้ไม่เต็มที่ ทำหลายอย่างในเวลาเดียวกัน ลุแก่วิเศษ แสดงกิริยาอาการที่เกินสมควร พุดเร็วเกินไป หรือดิ่งเกินไป

### ข. แนวคิดเกี่ยวกับความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ

#### 1. แนวคิดเกี่ยวกับความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ

1.1 **ความรู้ (Knowledge)** ได้มีผู้ให้ความหมายของความรู้ไว้มากมาย เช่น Bloom (อ้างถึงใน พรธรรณ สมิตสุวรรณ)<sup>(28)</sup> ให้ความหมายของความรู้ไว้ว่า ความรู้เป็นสิ่งที่เกี่ยวกับการระลึกได้ถึงสิ่งเฉพาะหรือสิ่งทั่วไป ระลึกถึงวิธีการ กระบวนการหรือสถานการณ์ต่างๆ โดยเน้นความจำ

ประภาเพ็ญ สุวรรณ และสวิง สุวรรณ<sup>(29)</sup> ได้ให้ความหมายไว้ว่า ความรู้เป็นพฤติกรรมขั้นต้นซึ่งผู้เรียนจำได้ อาศัยการนึกได้ หรือโดยการมองเห็น ได้ยินก็จำได้ ความรู้ใน

ขั้นต้นนี้ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับคำจำกัดความ ความหมาย ข้อเท็จจริง ทฤษฎี กฎ โครงสร้าง วิธีการแก้ปัญหา

ชวาลา แพร์ตกุล<sup>(30)</sup> ได้ให้ความหมายไว้ว่า ความรู้ คือ การแสดงออกของสมรรถภาพ สมองด้านความจำโดยใช้วิธีระลึกออกมาเป็นหลัก

จากความหมายที่ได้กล่าวมา พอสรุปได้ว่า ความรู้ หมายถึง สิ่งที่ได้จากการเรียนรู้ ประสบการณ์ การรับรู้ ความคุ้นเคยและความเข้าใจ ตลอดจนข่าวสารซึ่งเป็นข้อเท็จจริง กฎเกณฑ์ที่ถูกต้องชัดเจน ซึ่งแต่ละคนอาจมีความรู้แตกต่างกันไปตามการรับรู้ ความเข้าใจและความคุ้นเคยของแต่ละคน

#### 1.1.1 ระดับความรู้

Bloom (อ้างถึงใน พรพรรณราย สมิตสุวรรณ)<sup>(28)</sup> ได้แยกระดับความรู้ไว้ 6 ระดับ คือ

1. ระดับที่ระลึกได้ (Recall) หมายถึง การเรียนรู้ในลักษณะที่จำเรื่องเฉพาะวิธีปฏิบัติ กระบวนการและแบบแผนได้ ความสำเร็จในระดับนี้คือ ความสามารถในการนำข้อมูลจากความจำออกมาได้

2. ระดับที่รวบรวมสาระสำคัญได้ (Comprehension) หมายถึง บุคคลสามารถทำบางสิ่งบางอย่างได้มากกว่าการจำเนื้อหาที่ได้รับ สามารถที่จะเขียนถ้อยคำเหล่านั้นได้ด้วยตนเอง สามารถแสดงให้เห็นด้วยภาพ ให้ความหมาย แปลความและเปรียบเทียบความคิดเห็นอื่น ๆ หรือคาดคะเนผลที่จะเกิดขึ้นต่อไปได้

3. ระดับการนำไปใช้ (Application) เป็นระดับที่ผู้เรียนสามารถนำเอาข้อเท็จจริงตลอดจนความคิดที่เป็นนามธรรม ปฏิบัติได้จริงอย่างรูปธรรม

4. ระดับการวิเคราะห์ (Analysis) เป็นระดับที่สามารถใช้ความคิดในรูปของการนำแนวความคิดมาแยกเป็นส่วน ประเภท หรือนำเอาข้อมูลต่าง ๆ มาประกอบกันเพื่อปฏิบัติ

5. ระดับการสังเคราะห์ (Synthesis) คือ การนำข้อมูลและแนวคิดต่าง ๆ มาประกอบกันแล้วนำไปสู่การสร้างสรรค์ ซึ่งเป็นสิ่งใหม่จากเดิม

6. ระดับการประเมินผล (Evaluation) คือ ความสามารถที่ใช้ความรู้เพื่อจัดตั้งเกณฑ์การรวบรวมข้อมูล การวัดข้อมูลตามมาตรฐาน เพื่อให้ข้อตัดสินถึงระดับของประสิทธิผลของกิจกรรมแต่ละอย่าง

## 1.2 เจตคติ (Attitude)

เจตคติ ตามความหมายของพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2525<sup>(31)</sup> ให้ความหมายไว้ว่า เจตคติ หมายถึง ท่าทีหรือความรู้สึกต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง

Good (อ้างถึงใน พรพรรณราย สมิตสุวรรณ)<sup>(28)</sup> ให้ความหมายว่า เจตคติ คือ ความพร้อมที่จะแสดงออกทางใดทางหนึ่ง โดยสนับสนุนหรือต่อต้านสภาพการณ์บุคคลหรือสิ่งหนึ่งสิ่งใด

เทพพนม เมืองแมนและสวิง สุวรรณ<sup>(32)</sup> กล่าวว่า เจตคติเป็นสภาพความพร้อมทางจิตใจของบุคคล ที่เป็นผลรวมของความคิดเห็น ความเชื่อของบุคคลที่ถูกกระตุ้นด้วยอารมณ์ ความรู้สึก และทำให้บุคคลพร้อมที่จะกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง หรือเป็นตัวกำหนดแนวโน้มของบุคคล ในการที่จะตอบสนองในลักษณะที่ชอบหรือไม่ชอบต่อสิ่งนั้น

ประภาเพ็ญ สุวรรณ และสวิง สุวรรณ<sup>(30)</sup> สรุปว่า เจตคติ เป็นความเชื่อ เป็นความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อสิ่งเร้าต่าง ๆ เช่น บุคคล สิ่งของ การกระทำ สถานการณ์และอื่น ๆ รวมทั้งท่าทีที่แสดงออกที่บ่งบอกถึงสภาพจิตใจที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง เจตคติ เป็นนามธรรมและเป็นส่วนที่ทำให้เกิดการปฏิบัติ

จากความหมายของเจตคติเบื้องต้น พอจะสรุปได้ว่า เจตคติ เป็นแนวความคิดเห็นของบุคคลที่เกิดจากประสบการณ์ที่บุคคลได้ประสบมา ซึ่งมีผลต่อการกำหนดการแสดงออกของบุคคลต่อบุคคลอื่น สิ่งของหรือสภาพการณ์ต่าง ๆ ว่าจะมีแนวทางการแสดงออกไปในทางใด

### 1.2.1 องค์ประกอบของเจตคติ<sup>(33)</sup>

เจตคติ ประกอบด้วยองค์ประกอบสำคัญ 3 ประการ คือ

1. Cognitive Component เป็นองค์ประกอบเกี่ยวกับความรู้หรือความเชื่อถือของบุคคลต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง หากบุคคลมีความรู้หรือเชื่อว่าสิ่งใดดี มักจะมีเจตคติที่ดีต่อสิ่งนั้น ในทางตรงข้ามหากมีความรู้มาก่อนว่าสิ่งใดไม่ดีก็จะมีเจตคติ ที่ไม่ดีต่อสิ่งนั้น

2. Feeling Component เป็นองค์ประกอบด้านความรู้สึกของบุคคลซึ่งมีอารมณ์เกี่ยวข้องอยู่ด้วย นั่นคือ หากบุคคลมีความรู้สึกรัก หรือชอบพอนในบุคคลใดหรือสิ่งใด ก็จะช่วยให้เกิดเจตคติที่ดีต่อบุคคลนั้นไปด้วย แต่ถ้าหากมีความรู้สึกเกลียดหรือโกรธบุคคลใดหรือสิ่งใด ก็จะทำให้มีเจตคติที่ไม่ดีต่อบุคคลนั้นหรือสิ่งนั้น

3. Action tendency Component เป็นองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมของบุคคลคือ ความโน้มเอียงที่บุคคลจะแสดงพฤติกรรมตอบโต้ได้อย่างใดอย่างหนึ่ง

ออกมา พฤติกรรมที่เขาแสดงออกมานั้น เกิดจากความรู้สึกที่มีอยู่เกี่ยวกับวัตถุ เหตุการณ์หรือบุคคลนั้น ๆ นั้นเอง

องค์ประกอบทั้งสามอย่างข้างต้นนี้ มีความสัมพันธ์อย่างแยกไม่ออกเกี่ยวกับเจตคติ ของบุคคลที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง

**1.2.2 การวัดเจตคติ** ใช้มาตรวัดเจตคติ (Attitude scale) ประกอบด้วย 2 ส่วน คือ ส่วนที่เป็นข้อความและส่วนที่เป็นคำตอบ มาตรวัดเจตคตินิยมและรู้จักกันอย่างแพร่หลายมี 4 ชนิด ได้แก่ มาตรวัดแบบเทอร์สโตน (Thurstone's type scale) มาตรวัดแบบไลเคิร์ต (Likert's scale) มาตรวัดแบบกัทต์แมน (Guttman's scale) และมาตรวัดแบบออสกู๊ด (Osgood's scale) ทั้ง 4 ชนิดมีข้อดีและข้อจำกัดในการนำไปใช้แตกต่างกันตามความเหมาะสม<sup>(34)</sup> สำหรับการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ใช้แบบ LiKert's Scale กำหนดข้อคำถามปลายปิด เพื่อวัดเจตคติของครูโดยจำแนกระดับ เจตคติเป็น เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย และ ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

### 1.3 การปฏิบัติ (Practice)

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.2525<sup>(31)</sup> ให้ความหมายว่า การปฏิบัติ หมายถึง การดำเนินไปตามระเบียบแบบแผน การกระทำการเพื่อให้เกิดความชำนาญ ประณิบัติรับใช้ การปฏิบัติ<sup>(35)</sup> หมายถึง การกระทำที่เกี่ยวกับสมอง อารมณ์ ความคิด และความรู้สึกซึ่งเกี่ยวข้องกับความต้องการและรู้สึกนึกคิด เป็นผลจากการตอบสนองต่อ สิ่งเร้า และปฏิบัติการกระทำหรือพฤติกรรมตอบสนองต่อสิ่งเร้าที่สามารถมองเห็นได้

ในการวิจัยครั้งนี้ให้ความหมายของการปฏิบัติ หมายถึง พฤติกรรมที่กระทำหรือแสดงออกของครู ที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิต ว่ามีการปฏิบัติตนเองอย่างไร

### 1.4 ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ

ความรู้ มีความสำคัญที่ก่อให้เกิดความเข้าใจ เกิดแรงจูงใจที่จะปฏิบัติพฤติกรรม และเกิดความสามารถในการที่จะปฏิบัติ การมีความรู้ที่ถูกต้องเหมาะสมจะทำให้ทราบว่าต้องปฏิบัติอย่างไรและต้องสามารถปฏิบัติได้จริง

เมื่อบุคคลได้รับความรู้ ซึ่งอาจได้รับมาจากการฟัง การอ่าน หรือ การมองเห็น จะทำให้บุคคลพยายามที่จะทำความเข้าใจกับความรู้ที่นั้น ๆ จากนั้นบุคคลจะนำความรู้ไปใช้ในการแก้ปัญหาหรือวิเคราะห์ปัญหาหรือสถานการณ์ออกเป็น ส่วน ๆ เพื่อทำความเข้าใจในแต่ละส่วนของสถานการณ์นั้น สามารถมองเห็นความสัมพันธ์อย่างแน่ชัดระหว่างส่วนประกอบ แล้วนำส่วนประกอบเหล่านั้นมารวมกันเข้าเป็นส่วนรวมที่มีโครงสร้างแน่ชัด โดยนำความรู้ที่มีอยู่เดิมมารวมกัน



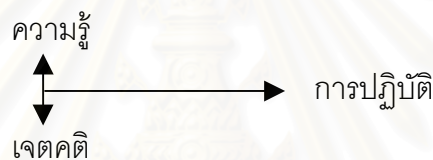
กับความรู้ใหม่ที่ได้รับแล้วสร้างเป็นแผนการปฏิบัติ<sup>(31)</sup> ซึ่งสอดคล้องกับที่ ชม ภูมิภาค<sup>(35)</sup> กล่าวว่า การที่บุคคลจะสามารถปฏิบัติในสิ่งใดที่ถูกต้องได้นั้น บุคคลจะต้องมีความรู้ ความเข้าใจในเรื่องนั้นเสียก่อน เพราะความรู้ความเข้าใจเป็นพื้นฐานการคิด การไตร่ตรองตัดสินใจว่าจะปฏิบัติตามหรือไม่

นิภา มนูญปัจจุ<sup>(36)</sup> ได้กล่าวถึง ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ เจตคติและการปฏิบัติไว้ 4 รูปแบบ คือ

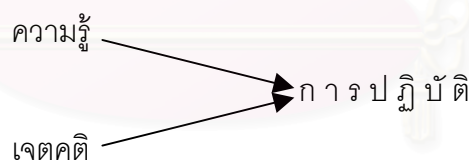
1. การปฏิบัติหรือพฤติกรรมที่แสดงออกมาจะเป็นไปตามเจตคติและความรู้ที่บุคคลนั้นมี



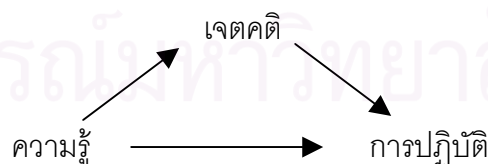
2. การปฏิบัติหรือพฤติกรรมที่เกิดจากความรู้และเจตคติมีความสัมพันธ์กัน



3. ความรู้และเจตคติ ทำให้เกิดการปฏิบัติได้ โดยที่ความรู้และเจตคติไม่มีความสัมพันธ์กัน



4. ความรู้มีผลต่อการปฏิบัติหรือพฤติกรรมทั้งทางตรงและทางอ้อม โดยมีเจตคติเป็นตัวกลางที่จะทำให้เกิดการปฏิบัติตามมา



จะเห็นได้ว่า ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ มีความสัมพันธ์กัน และเชื่อว่าเจตคติมีผลต่อการแสดงออกของพฤติกรรมของบุคคลและขณะเดียวกันความรู้พื้นฐานก็มีส่วนสนับสนุนต่อเจตคติของบุคคลนั้นด้วยเช่นกัน ในการศึกษาครั้งนี้ใช้สมมติฐานตามรูปแบบที่ 4 ซึ่งมีความสัมพันธ์กันทั้งความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติเนื่องจากรูปแบบนี้จะใกล้เคียงกับความเป็นจริงมากกว่า

### ค. แนวคิดเกี่ยวกับระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน

ความหมายของระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน<sup>(37)</sup>

ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน เป็นกระบวนการดำเนินงานดูแลช่วยเหลือนักเรียนอย่างมีขั้นตอน พร้อมด้วยวิธีการและเครื่องมือการทำงานที่ชัดเจนโดยมีครูที่ปรึกษาเป็นบุคลากรหลักในการดำเนินการดังกล่าว และมีการประสานความร่วมมืออย่างใกล้ชิดกับครูที่เกี่ยวข้อง หรือบุคคลภายนอก รวมทั้งการสนับสนุน ส่งเสริมจากโรงเรียน

การดูแลช่วยเหลือนักเรียน หมายถึง การส่งเสริม การป้องกัน และการแก้ไขปัญหา โดยมีวิธีการและเครื่องมือสำหรับครูที่ปรึกษาและบุคลากรที่เกี่ยวข้องเพื่อใช้ในการดำเนินงานพัฒนาให้นักเรียนให้มีคุณลักษณะที่พึงประสงค์และปลอดภัยจากสารเสพติด

#### วัตถุประสงค์ของระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน

1. เพื่อให้การดำเนินงานดูแลช่วยเหลือนักเรียนของโรงเรียน เป็นไปอย่างมีระบบ และมีประสิทธิภาพ
2. เพื่อให้โรงเรียน ผู้ปกครอง หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง หรือชุมชน มีการทำงานร่วมกันโดยผ่านกระบวนการทำงานที่ชัดเจน พร้อมด้วยเอกสาร หลักฐานการปฏิบัติงาน สามารถตรวจสอบหรือรับการประเมินได้

#### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. นักเรียนได้รับการดูแลช่วยเหลืออย่างถึงและตรงตามสภาพปัญหา
2. สัมพันธภาพระหว่างครูกับนักเรียนเป็นไปด้วยดี และอบอุ่น
3. นักเรียนรู้จักตนเองและควบคุมตนเองได้
4. นักเรียนเรียนรู้ได้อย่างมีความสุข
5. นักเรียนมีการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์

#### ปัจจัยสำคัญที่มีผลต่อประสิทธิภาพของการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน

1. ผู้บริหารโรงเรียน รวมทั้งผู้ช่วยผู้บริหารโรงเรียนทุกฝ่าย ตระหนักถึงความสำคัญของระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน และให้การสนับสนุนการดำเนินงาน หรือร่วมกิจกรรมตามความเหมาะสมอย่างสม่ำเสมอ
2. ครูทุกคนและผู้ที่เกี่ยวข้องจำเป็นต้องมีความตระหนัก ในความสำคัญของระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน และมีทัศนคติที่ดีต่อนักเรียน มีความสุขที่จะพัฒนานักเรียนในทุกด้าน
3. คณะกรรมการหรือคณะทำงานทุกคณะ ต้องมีการประสานงานกันอย่างใกล้ชิด และมี

การประชุมในแต่ละคณะ อย่างสม่ำเสมอตามที่กำหนด

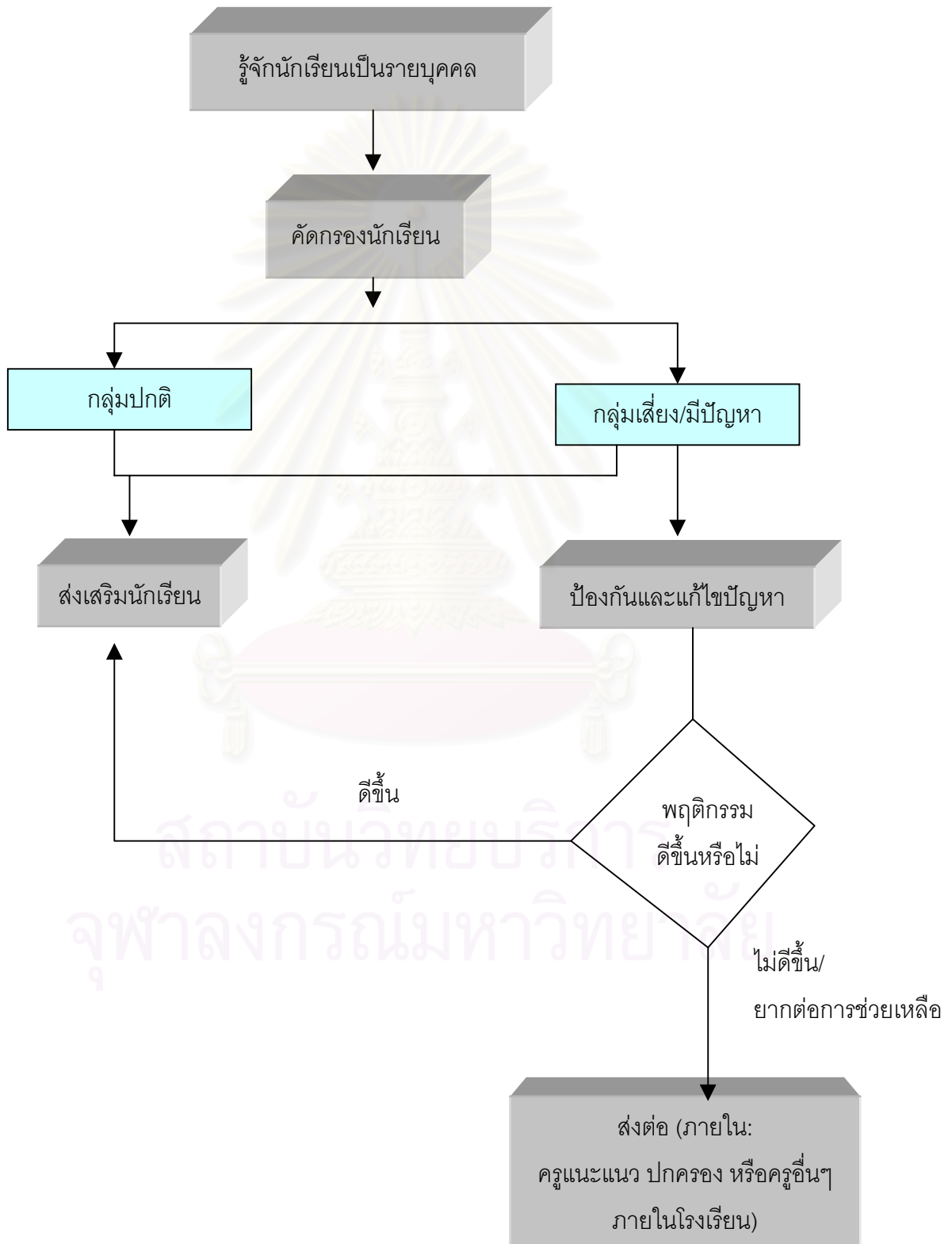
4. ครูที่ปรึกษาเป็นบุคลากรหลักสำคัญในการดำเนินงาน โดยต้องได้รับความร่วมมือจากครูทุกคนในโรงเรียน รวมทั้งการสนับสนุนในเรื่องต่าง ๆ จากโรงเรียน

5. การอบรมให้ความรู้และทักษะ รวมทั้งการเผยแพร่ข้อมูล ความรู้แก่ครูที่ปรึกษาหรือผู้ที่เกี่ยวข้องในเรื่องที่เอื้อประโยชน์ต่อการดูแลช่วยเหลือนักเรียนเป็นสิ่งจำเป็น โดยเฉพาะเรื่องทักษะการปรึกษาเบื้องต้นและแนวทางการแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ของนักเรียน ซึ่งโรงเรียนควรดำเนินการอย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอ



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

แผนภูมิแสดงกระบวนการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน  
ของครูที่ปรึกษา



กระบวนการดำเนินงานที่มีองค์ประกอบสำคัญ 5 ประการ คือ

1. การรู้จักนักเรียนเป็นรายบุคคล
2. การคัดกรองนักเรียน
3. การส่งเสริมนักเรียน
4. การป้องกันและแก้ไขปัญหา
5. การส่งต่อ

แต่ละองค์ประกอบของระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนดังกล่าว มีความสำคัญ มีวิธีการ และเครื่องมือที่แตกต่างกันไป แต่ความสัมพันธ์เกี่ยวเนื่องกันซึ่งเอื้อให้การดูแลช่วยเหลือนักเรียนของโรงเรียนเป็นระบบที่มีประสิทธิภาพ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

#### **การรู้จักนักเรียนเป็นรายบุคคล**

ด้วยความแตกต่างของนักเรียนแต่ละคนที่มีพื้นฐานความเป็นมาของชีวิตที่ไม่เหมือนกัน หล่อหลอมให้เกิดพฤติกรรมหลากหลายรูปแบบ ทั้งด้านบวกและด้านลบ ดังนั้นการรู้ข้อมูลที่สำคัญเกี่ยวกับตัวนักเรียนจึงเป็นสิ่งสำคัญ ที่จะช่วยให้ครูที่ปรึกษามีความเข้าใจนักเรียนมากขึ้น สามารถนำข้อมูลมาวิเคราะห์เพื่อการคัดกรองนักเรียน เป็นประโยชน์ในการส่งเสริม การป้องกัน และแก้ไขปัญหานักเรียนได้อย่างถูกต้อง ซึ่งเป็นข้อมูลเชิงประจักษ์มิใช่การใช้ความรู้สึกหรือการคาดเดาโดยเฉพาะในการแก้ไขปัญหานักเรียน ซึ่งจะทําให้ไม่เกิดข้อผิดพลาดต่อการช่วยเหลือนักเรียนหรือเกิดได้น้อยที่สุด

ข้อมูลพื้นฐานของนักเรียนที่ควรทราบ

ครูที่ปรึกษาควรมีข้อมูลเกี่ยวกับนักเรียนอย่างน้อย 3 ด้านใหญ่ ๆ คือ

#### 1. ด้านความสามารถ แยกเป็น

##### 1.1 ด้านการเรียนรู้

- ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในแต่ละวิชา
- ผลการเรียนรู้เฉลี่ยในแต่ละภาคเรียน
- พฤติกรรมการเรียนในห้องเรียนที่มีผลต่อการเรียนรู้ของนักเรียน เช่น ไม่ตั้งใจเรียน ขาดเรียน เป็นต้น

##### 1.2 ด้านความสามารถอื่น ๆ

- บทบาทหน้าที่พิเศษในโรงเรียน
- ความสามารถพิเศษ
- การเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ทั้งในโรงเรียนและนอกโรงเรียน

## 2. ด้านสุขภาพ แยกเป็น

### 2.1 ด้านร่างกาย

- ส่วนสูง น้ำหนัก
- โรคประจำตัว ความบกพร่องทางร่างกาย เช่น การได้ยิน การมองเห็น

### 2.2 ด้านจิตใจ – พฤติกรรม

- อารมณ์ซึมเศร้า/วิตกกังวล
- ความประพฤติ
- พฤติกรรมอยู่ไม่นิ่ง/สมาธิสั้น
- บุคลิกภาพเก็บตัว/ขี้อาย

## 3. ด้านครอบครัว

### 3.1 ด้านเศรษฐกิจ

- รายได้ของบิดา มารดา / ผู้ปกครอง
- อาชีพของผู้ปกครอง
- ค่าใช้จ่ายที่นักเรียนได้รับในการมาโรงเรียน

### 3.2 ด้านการคุ้มครองนักเรียน

- จำนวนพี่น้อง / บุคคลในครอบครัว
- สถานภาพของบิดา มารดา
- บุคคลที่ดูแลรับผิดชอบนักเรียน
- ความสัมพันธ์ของบุคคลในครอบครัว
- ลักษณะที่อยู่อาศัยและสิ่งแวดล้อม
- ความเจ็บป่วยของบุคคลในครอบครัว หรือการใช้สารเสพติด การติดสุรา การพนัน

วิธีการและเครื่องมือในการรู้จักนักเรียนเป็นรายบุคคล

ครูที่ปรึกษาควรรู้วิธีการและเครื่องมือที่หลากหลาย เพื่อให้ได้ข้อมูลนักเรียนที่ครอบคลุมทั้งด้านความสามารถ ด้านสุขภาพ และด้านครอบครัว ที่สำคัญ คือ

1. ระเบียบสะสม
2. แบบประเมินพฤติกรรมเด็ก ( SDQ )

3. วิธีการและเครื่องมืออื่น ๆ เช่น การสัมภาษณ์นักเรียน การศึกษาจากแฟ้มสะสมผลงาน การเยี่ยมบ้าน การศึกษาข้อมูลจากแบบบันทึกการตรวจสุขภาพด้วยตนเอง ซึ่งจัดทำโดยกรมอนามัย

### การคัดกรองนักเรียน

การคัดกรองนักเรียน เป็นการพิจารณาข้อมูลที่เกี่ยวข้องเกี่ยวกับตัวนักเรียน เพื่อการจัดกลุ่ม นักเรียน เป็น 2 กลุ่ม คือ

1. กลุ่มปกติ คือ นักเรียนที่ได้รับการวิเคราะห์ข้อมูลต่าง ๆ ตามเกณฑ์การคัดกรองของโรงเรียนแล้ว อยู่ในเกณฑ์ของกลุ่มปกติ
2. กลุ่มเสี่ยง / มีปัญหา คือ นักเรียนที่จัดอยู่ในเกณฑ์ของกลุ่มเสี่ยง / มีปัญหาตามเกณฑ์การคัดกรองของโรงเรียน ซึ่งโรงเรียนต้องให้การช่วยเหลือ ป้องกันหรือแก้ไขปัญหาดังกล่าวตามแต่กรณี

การจัดกลุ่มนักเรียนนี้มีประโยชน์ ต่อครูที่ปรึกษาในการหาวิธีการเพื่อดูแลช่วยเหลือนักเรียนได้อย่างถูกต้อง โดยเฉพาะการแก้ไขปัญหาให้ตรงกับปัญหาของนักเรียนยิ่งขึ้นและมีความรวดเร็วในการแก้ไขปัญหา ซึ่งผลการคัดกรองนักเรียน ครูที่ปรึกษาจำเป็นต้องระมัดระวังอย่างยิ่งที่จะไม่ทำให้นักเรียนรู้สึกว่าตนถูกจัดกลุ่มอยู่ในกลุ่มเสี่ยง / มีปัญหา ซึ่งมีความแตกต่างจากกลุ่มปกติ ดังนั้นครูที่ปรึกษาต้องเก็บผลการคัดกรองนักเรียนเป็นความลับ

การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อคัดกรองนักเรียนนั้นให้อยู่ในดุลยพินิจของครูที่ปรึกษาและยึดเกณฑ์การคัดกรองนักเรียนเป็นหลัก ดังนั้น โรงเรียนจึงควรมีการประชุมครูเพื่อการพิจารณาเกณฑ์การจัดกลุ่มนักเรียนร่วมกัน เพื่อให้มีมาตรฐานหรือแนวทางการคัดกรองนักเรียนที่เหมือนกัน เป็นที่ยอมรับของครูในโรงเรียน รวมทั้งให้มีการกำหนดเกณฑ์ว่าความรุนแรงหรือความถี่ของพฤติกรรมเท่าใดจึงจัดอยู่ในกลุ่มเสี่ยง / มีปัญหา

ประเด็นการพิจารณาเพื่อการคัดกรองนักเรียน

#### 1. ด้านความสามารถ แยกเป็น

##### 1.1 ด้านการเรียน

- ผลการเรียนที่ได้ และความเปลี่ยนแปลงของผลการเรียน
- ความเอาใจใส่ ความพร้อมในการเรียน
- ความสามารถในการเรียน
- ความสม่ำเสมอในการมาโรงเรียน เวลาที่มาโรงเรียน การเข้าชั้นเรียน

##### 1.2 ด้านความสามารถอื่น ๆ

- การแสดงออกถึงความสามารถถึงความสามารถพิเศษที่มี
- ความถนัด ความสนใจ และผลงานในอดีตที่ผ่านมา
- บทบาทหน้าที่พิเศษในโรงเรียน
- ความสามารถพิเศษ
- การเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ทั้งในโรงเรียนและนอกโรงเรียน

## 2. ด้านสุขภาพ แยกเป็น

### 2.1 ด้านร่างกาย

- ความปกติ ความพิการหรือความบกพร่องทางร่างกาย เช่น การมองเห็น การได้ยิน
- ความสัมพันธ์ระหว่างส่วนสูงกับ น้ำหนัก
- โรคประจำตัว
- ความสะอาดของร่างกาย

### 2.2 ด้านจิตใจ – พฤติกรรม

- สภาพอารมณ์ที่มีผลต่อการดำเนินชีวิตประจำวัน เช่น อารมณ์ซึมเศร้า หรือ วิตกกังวล
- ความประพฤติ
- พฤติกรรมต่าง ๆ ที่มีผลกระทบต่อการเรียนรู้ความสามารถพิเศษและการปรับตัวของนักเรียนเช่นพฤติกรรมที่อยู่ไม่นิ่ง สมาธิสั้น
- ความสัมพันธ์กับเพื่อน/ครู/ผู้ปกครอง การใช้สารเสพติด การลักขโมย การทำร้ายตนเอง พฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสม

## 3. ด้านครอบครัว

### 3.1 ด้านเศรษฐกิจ

- ผู้หารายได้ของครอบครัว
- ฐานะเศรษฐกิจของครอบครัว ภาระหนี้สิน
- ความเพียงพอของรายรับกับรายจ่าย
- จำนวนเงินที่นักเรียนได้รับและใช้จ่ายในแต่ละวัน

### 3.2 ด้านการคุ้มครองนักเรียน

- ความสามารถในการคุ้มครองดูแลนักเรียนได้อย่างปลอดภัยและเหมาะสมของผู้ปกครอง



- ความเหมาะสมของสภาพที่อยู่อาศัย และสิ่งแวดล้อม
- ความสัมพันธ์ของคนในครอบครัว เช่นอบอุ่นหรือมักทะเลาะเบาะแว้ง ใช้ความรุนแรงในการตัดสินแก้ไขปัญหา ซึ่งมีผลกระทบต่อพฤติกรรมของนักเรียน เช่น ซึม เหม่อลอย แสดงออกถึงการไม่อยากกลับบ้าน เป็นต้น
- การใช้สารเสพติด สุรา หรือ เล่นการพนันรวมถึงความเจ็บป่วยเรื้อรัง/รุนแรงของสมาชิกในครอบครัว

#### 4. ด้านอื่น ๆ

พฤติกรรมอื่น ๆ ที่เปลี่ยนแปลงจากเดิมซึ่งอาจเป็นไปได้ดีขึ้น หรือมีความไม่เหมาะสมที่ส่งผลกระทบต่อความสามารถสุขภาพ และการดำเนินชีวิตประจำวันของนักเรียน

#### การส่งเสริมนักเรียน

การส่งเสริมนักเรียน เป็นการสนับสนุนให้นักเรียนทุกคนที่อยู่ในความดูแลของครูที่ปรึกษา ไม่ว่าจะเป็นนักเรียนกลุ่มปกติหรือกลุ่มเสี่ยง/มีปัญหา ให้มีคุณภาพมากขึ้น มีความภาคภูมิใจในตนเองในด้านต่าง ๆ ซึ่งจะช่วยป้องกันมิให้นักเรียนที่อยู่ในกลุ่มปกติ กลายเป็นนักเรียนกลุ่มเสี่ยง/มีปัญหา และเป็นการช่วยเหลือให้นักเรียนกลุ่มเสี่ยง/มีปัญหา กลับมาเป็นนักเรียนกลุ่มปกติ และมีคุณภาพตามโรงเรียนหรือชุมชนคาดหวังต่อไป

#### วิธีการและเครื่องมือเพื่อการส่งเสริมนักเรียน

การส่งเสริมนักเรียน มีหลายวิธีที่โรงเรียนสามารถพิจารณาดำเนินการได้ แต่มีกิจกรรมหลักสำคัญที่โรงเรียนต้องดำเนินการ คือ

1. การจัดกิจกรรมโฮมรูม ( Homeroom )
2. การจัดประชุมผู้ปกครองชั้นเรียน ( Classroom meeting )
3. จัดกิจกรรมอื่น ๆ ที่ครูพิจารณาว่าเหมาะสมในการส่งเสริมนักเรียนให้มีคุณภาพ

#### การป้องกันและช่วยเหลือ

ในการดูแลช่วยเหลือนักเรียน ครูที่ปรึกษาควรให้ความเอาใจใส่กับนักเรียนทุกคนเท่าเทียมกันแต่สำหรับนักเรียนกลุ่มเสี่ยง/มีปัญหา นั้น จำเป็นอย่างมากที่ต้องให้ความดูแลใส่ใจอย่างใกล้ชิดและหาวิธีการช่วยเหลือ ทั้งการป้องกันและการแก้ไขปัญหา โดยไม่ปล่อยปละละเลยนักเรียนจนกลายเป็นปัญหาของสังคม การป้องกันและแก้ไขปัญหานักเรียนจึงเป็นภาระงานที่ยิ่งใหญ่และมีคุณค่าอย่างมากในการพัฒนาให้นักเรียนเติบโตเป็นบุคคลที่มีคุณภาพของสังคมต่อไป

#### วิธีการและเครื่องมือเพื่อการป้องกันและแก้ไขปัญหา

การป้องกันและแก้ไขปัญหให้กับนักเรียนนั้นมีหลายเทคนิค วิธีการ แต่สิ่งที่ครูที่ปรึกษาจำเป็นต้องดำเนินการมี 2 ประการ

1. การให้การปรึกษาเบื้องต้น
2. การจัดกิจกรรมเพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหานักเรียน เช่น
  - 2.1 การใช้กิจกรรมเสริมหลักสูตร
  - 2.2 การใช้กิจกรรมในห้องเรียน
  - 2.3 การใช้กิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อน
  - 2.4 การใช้กิจกรรมชมเสริม
  - 2.5 การใช้กิจกรรมการสื่อสารกับผู้ปกครอง

สำหรับข้อ 2.2, 2.3 และ 2.5 ครูที่ปรึกษาสามารถดำเนินการด้วยตนเอง ส่วนข้อ 2.1 และ 2.4 จำเป็นต้องมีการประสานงานเพื่อขอความร่วมมือจากครูอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งการสนับสนุนของผู้บริหารโรงเรียนด้วย

ข้อที่พึงตระหนักในการป้องกันและแก้ไขปัญหานักเรียน

#### 1. การรักษาความลับ

1.1 เรื่องราว ข้อมูลของนักเรียนที่ต้องช่วยเหลือแก้ไข ไม่ควรนำไปเปิดเผย ยกเว้นเพื่อขอความร่วมมือในการช่วยเหลือนักเรียนกับบุคคลที่เกี่ยวข้องโดยไม่ระบุชื่อ – สกุลจริงของนักเรียน และการเปิดเผยควรเป็นไปในลักษณะที่ไม่ให้เกียรตินักเรียน

1.2 บันทึกข้อมูลการช่วยเหลือนักเรียน ควรเก็บไว้ในที่เหมาะสมและสะดวกในการเรียกใช้

1.3 การรายงานการช่วยเหลือนักเรียน ควรรายงานในส่วนที่เปิดเผยได้ โดยให้เกียรติและคำนึงถึงประโยชน์ของนักเรียนเป็นสำคัญ

#### 2. การแก้ไขปัญหา

2.1 การช่วยเหลือแก้ไขปัญหานักเรียน ต้องพิจารณาสาเหตุของปัญหาให้ครบถ้วนและหาวิธีการช่วยเหลือให้เหมาะสมกับสาเหตุนั้น ๆ เพราะปัญหาไม่ได้เกิดจากสาเหตุเพียงสาเหตุเดียว แต่อาจจะเกิดจากหลายสาเหตุที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กัน

2.2 ปัญหาที่เหมือนกันของนักเรียนแต่ละคน ไม่จำเป็นต้องเกิดจากสาเหตุที่เหมือนกันและวิธีการช่วยเหลือที่ประสบความสำเร็จกับนักเรียนคนหนึ่ง ก็อาจไม่เหมาะกับนักเรียนอีกคนหนึ่งจากความแตกต่างของบุคคล ดังนั้นการช่วยเหลือนักเรียนดดยเฉพาะการให้คำแนะนำปรึกษา จึงไม่มีสูตรการช่วยเหลือสำเร็จตายตัว เพียงแต่มีแนวทาง กระบวนการหรือทักษะการช่วยเหลือที่

ครูแต่ละคนสามารถเรียนรู้ ฝึกฝน เพื่อการนำไปใช้ให้เหมาะสมกับแต่ละปัญหาในนักเรียนแต่ละคน

### การส่งต่อนักเรียน

ในการป้องกันและแก้ไขปัญหานักเรียนโดยครูที่ปรึกษาตามกระบวนการในข้อ 4 นั้น อาจมีบางกรณีที่มีปัญหาที่มีความยากต่อการช่วยเหลือ หรือช่วยเหลือแล้วนักเรียนมีพฤติกรรมไม่ดีขึ้น ก็ควรมีการส่งต่อไปยังผู้เชี่ยวชาญเฉพาะด้านต่อไป เพื่อให้ปัญหาของนักเรียนได้รับการช่วยเหลืออย่างถูกต้อง และรวดเร็วขึ้น หากปล่อยให้เกยตื้นเป็นบัพทบาทหน้าที่ของครูที่ปรึกษา หรือครูคนใดคนหนึ่งเท่านั้น ความยุ่งยากของปัญหาอาจมีมากขึ้น หรือลุกลามกลายเป็นปัญหาใหญ่โตจนยากต่อการแก้ไข

การส่งต่อ แบ่งเป็น 2 แบบ คือ

1. การส่งต่อภายใน ครูที่ปรึกษาส่งต่อไปยังครูที่สามารถให้การช่วยเหลือนักเรียนได้ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับลักษณะปัญหา เช่น ครูแนะแนว ครูพยาบาล ครูประจำวิชา หรือฝ่ายปกครอง เป็นต้น

2. การส่งต่อภายนอก ครูแนะแนวหรือฝ่ายปกครองเป็นผู้ดำเนินการส่งต่อไปยังผู้เชี่ยวชาญภายนอก

สำหรับการส่งต่อภายใน หากส่งต่อไปยังครูแนะแนวหรือฝ่ายปกครองจะเป็นการแก้ไข ปัญหาที่ยากต่อการช่วยเหลือของครูที่ปรึกษา เช่น ปัญหาเกี่ยวกับจิตใจ ความรู้สึก ปัญหาพฤติกรรมที่ซับซ้อนหรือรุนแรง เป็นต้น ครูที่รับต่อต้องมีการช่วยเหลืออย่างเป็นระบบ และประสานการทำงานกับผู้เกี่ยวข้อง เพื่อการช่วยเหลือที่มีประสิทธิภาพ แต่หากเกิดกรณียากต่อการช่วยเหลืออีก ก็ต้องส่งต่อผู้เชี่ยวชาญภายนอก เช่นกัน

แนวทางการพิจารณาในการส่งต่อโดยครูที่ปรึกษา

การส่งต่อนักเรียนไปพบครูอื่น ๆ เพื่อให้การช่วยเหลือต่อไปนั้น มีแนวทางการพิจารณาในการส่งต่อสำหรับครูที่ปรึกษา ดังนี้

1. นักเรียนมีพฤติกรรมคงเดิมหรือไม่ดีขึ้น หรือแย่ลง แม้ว่าครูที่ปรึกษาจะดำเนินการช่วยเหลือด้วยวิธีการใด ๆ
2. นักเรียนไม่ให้ความร่วมมือในการช่วยเหลือของครูที่ปรึกษา เช่น นัดให้มาพบแล้วไม่มาตามนัดอยู่เสมอ ให้ทำกิจกรรมเพื่อการช่วยเหลือก็ไม่ยินดีร่วมกิจกรรมใด ๆ เป็นต้น

3. ปัญหาของนักเรียนที่เป็นเรื่องเฉพาะด้าน เช่น เกี่ยวข้องกับความรู้สึก ความซับซ้อนของสภาพจิตใจที่จำเป็นต้องให้การช่วยเหลืออย่างใกล้ชิดและได้รับการบำบัดทางจิตวิทยา ควรพิจารณาส่งต่อให้ผู้มีความรู้เฉพาะทางเพื่อดำเนินการให้ความช่วยเหลือต่อไป

## ง. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

กนกรัตน์ สายเชื้อ<sup>(38)</sup> ได้ศึกษาวิจัยเรื่องความเครียดในการปฏิบัติงานการเงินและบัญชีของครูในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดมุกดาหาร โดยทำการวิจัยจากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 401 คน เครื่องมือที่ใช้คือ แบบสอบถามเกี่ยวกับสถานภาพส่วนตัว และแบบสอบถามเกี่ยวกับระดับความเครียด ปรากฏว่า ครูที่ปฏิบัติงานการเงินและบัญชีในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดมุกดาหาร มีความเครียดในการปฏิบัติงานโดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง นอกจากนี้ยังปรากฏว่า ครูที่ปฏิบัติงานการเงินและบัญชีในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดมุกดาหารมีประสบการณ์ในการทำงานด้านการเงินและบัญชี 1-5 ปี และมากกว่า 5 ปีขึ้นไป ทั้งสองกลุ่มมีระดับความเครียดในการปฏิบัติงานแตกต่างกัน โดยครูที่ปฏิบัติงานการเงินและบัญชีที่มีประสบการณ์มากกว่า 5 ปีขึ้นไป มีระดับความเครียดน้อยกว่าครูที่ปฏิบัติงานการเงินและบัญชีที่มีประสบการณ์ในการทำงาน 1-5 ปี และครูที่ปฏิบัติงานการเงินและบัญชีโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดมุกดาหารที่เป็นโรงเรียนขนาดใหญ่ โรงเรียนขนาดกลางและโรงเรียนขนาดเล็ก มีระดับความเครียดแตกต่างกัน

พีระ ศรีกรรณ์จิต<sup>(39)</sup> ได้ทำการสำรวจความเครียดและปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดของครูในโรงเรียนมัธยมศึกษา โดยทำการเปรียบเทียบระหว่างเขตการศึกษาส่วนกลางกับเขตการศึกษา 5 ที่สังกัดกองการมัธยม กรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการในปีการศึกษา 2528 เครื่องมือที่ใช้คือ แบบสอบถามเกี่ยวกับสถานภาพส่วนตัว และแบบสำรวจความเครียด Health Opinion Survey (HOS) ผลการวิจัย ปรากฏว่า ครูในโรงเรียนมัธยมศึกษาส่วนกลางกับเขตการศึกษา 5 มีความเครียดแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p=0.0214$ ) ส่วนปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดของครูในโรงเรียนมัธยมศึกษา เขตการศึกษาส่วนกลางกับเขตการศึกษา 5 คือ ปัจจัยทางด้านสภาพครอบครัว เกี่ยวกับความสัมพันธ์ภายในครอบครัว ปัจจัยทางด้านสภาพสังคมเกี่ยวกับปัญหาการเงินและหนี้สิน และปัจจัยทางด้านภาระงาน ปัญหาเกี่ยวกับความคิดเห็นต่องานที่ทำ ส่วนปัจจัยทางด้านลักษณะส่วนตัว ปัญหาเกี่ยวกับวุฒิการศึกษา ปัจจัยทางด้านภาระงาน ปัญหา

เกี่ยวกับความสัมพันธ์กับผู้ร่วมงาน และความพอใจเพียงของอุปกรณ์การเรียนการสอน เป็นปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดของครูในโรงเรียนมัธยมศึกษาเฉพาะในเขตการศึกษา ส่วนกลางเท่านั้น

ปุระชัย เปี่ยมสมบูรณ์<sup>(40)</sup> ได้ทำการศึกษาวิจัยสำรวจ “ศึกษากรณีสารวัตรใหญ่และสารวัตรสังกัดกองบัญชาการตำรวจภูธรภาค 4” วัดระดับความเครียดด้วย “มาตรวัดเฮสโฮเอส” (HOS Scale) ปรากฏว่า อายุ การศึกษาหรือระยะเวลาที่ดำรงตำแหน่ง ต่างก็ไม่กำหนดความสัมพันธ์กับความเครียด ซึ่งอธิบายว่า ตัวแปรดังกล่าวอาจตกอยู่ภายใต้อิทธิพลของตัวแปรกดดัน (Suppressor Variable) ซึ่งอาจผลักดันไม่ให้เห็นปรากฏความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระ ได้แก่ อายุ การศึกษา ระยะเวลาการดำรงตำแหน่ง กับตัวแปรตาม คือ ความเครียด

ศุภชัย แสงงวิสุทธิ<sup>(41)</sup> ทำการวิจัยเรื่อง “ความเครียดของข้าราชการในสังกัดสำนักงานคณบดีมหาวิทยาลัยขอนแก่น” โดยศึกษาจากข้าราชการในสังกัดสำนักงานคณบดี มหาวิทยาลัยขอนแก่น จำนวน 391 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามเพื่อให้ทราบถึงสถานภาพความเครียด จำนวน 40 ข้อ จากการวิจัยผลปรากฏว่าข้าราชการในสังกัดสำนักงานคณบดี มหาวิทยาลัยขอนแก่นที่มีสถานภาพส่วนตัวด้านสถานภาพสมรสแตกต่างกัน จะมีค่าเฉลี่ยระดับความเครียดแตกต่างกัน และปรากฏว่าข้าราชการในสังกัดสำนักงานคณบดี มหาวิทยาลัยขอนแก่นที่มีสถานภาพส่วนตัวด้านเพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ และที่พักอาศัย แตกต่างกัน มีระดับความเครียดไม่แตกต่างกัน

ยุพดี ศิริวรรณ<sup>(42)</sup> ได้ศึกษาความรู้ ทศนคติ และการปฏิบัติตัวของอาสาสมัครสาธารณสุขเกี่ยวกับสุขภาพจิตและการให้บริการสุขภาพจิต พบว่า

1. อาสาสมัครมีความรู้เกี่ยวกับสุขภาพจิตเฉลี่ยปานกลาง อาสาสมัครที่มีเพศ อายุ การศึกษา อาชีพ และการสูบบุหรี่ต่างกัน จะมีความรู้แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ 0.01
2. อาสาสมัครที่มีทัศนคติที่ดีต่อสุขภาพจิต อาสาสมัครที่มีเพศ อายุ การศึกษา อาชีพ รายได้ การสูบบุหรี่ การดื่มสุราและการอบรมสุขภาพจิตต่างกันจะมีทัศนคติต่อสุขภาพจิตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ 0.05
3. อาสาสมัครปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพจิตและการให้บริการสุขภาพจิตระดับปานกลาง อาสาสมัครที่มี การอบรมสุขภาพจิต การปฏิบัติศาสนกิจ และความพอใจสภาพความเป็นอยู่ต่างกันจะมีการปฏิบัติแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ 0.001

ศรฉวี บัวชม<sup>(43)</sup> ได้ศึกษาสภาวะความเครียดและวิธีลดความเครียดจากการปฏิบัติงานของผู้บริหารโรงเรียน สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดนครราชสีมา กลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษามีจำนวน 85 คน ใช้แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว แบบสอบถามเกี่ยวกับระดับความเครียด และ

แบบสอบถามเกี่ยวกับวิธีลดความเครียดที่ผู้วิจัยสร้างเอง มีความเชื่อมั่นเท่ากับ .98 และ .83 ตามลำดับ ผลการศึกษาพบว่า ผู้บริหารโรงเรียน สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดนครราชสีมา มีความเครียดอยู่ในระดับปานกลาง และผู้บริหารโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดนครราชสีมา ที่มีสถาน ที่ตั้งโรงเรียนและตำแหน่งผู้บริหารต่างกัน มีระดับความเครียดแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ 0.05

นนทিকা ทวีชาชาติ และคณะ<sup>(44)</sup> ได้ศึกษาความรู้เรื่อง ความรู้ เจตคติ ทักษะการปฏิบัติตนเกี่ยวกับสุขภาพจิตของประชาชนในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า ความรู้ เจตคติ และทักษะการปฏิบัติตนเกี่ยวกับสุขภาพจิต คะแนนเฉลี่ย 17.14 จากคะแนนเต็ม 24 คะแนน (ต่ำสุด 6 คะแนน สูงสุด 23 คะแนน S.D. = 2.56) ในส่วนของเจตคติ พบว่าอยู่ในเกณฑ์ค่อนข้างดี จะได้อยู่ในส่วนที่เกี่ยวข้องกับด้านสังคมและวัฒนธรรม (Sociocultural aspects) ส่วนพฤติกรรมการปฏิบัติตนที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิต ยังมีข้อบกพร่องเกี่ยวกับพฤติกรรมส่งเสริม ป้องกัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งในส่วนของกลไกและวิธีการแก้ปัญหาที่อาจก่อให้เกิดความผิดปกติทางจิต

จกกล ชันทอง<sup>(45)</sup> ได้ศึกษาความรู้ และเจตคติต่อการประเมินผลโดยใช้แฟ้มสะสมงานของครูสังกัดสำนักงานเขตลาดกระบัง กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยนี้คือครูจำนวน 300คน พบว่า

1. ครูมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการประเมินผลโดยใช้แฟ้มสะสมงาน อยู่ในระดับปานกลาง
2. ครูมีเจตคติต่อการประเมินผลโดยใช้แฟ้มสะสมงานอยู่ในระดับปานกลาง
3. ครูที่มีอายุ ประสบการณ์ในการสอน และกลุ่มวิชาที่สอนแตกต่างกัน มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวข้องกับการประเมินผลโดยใช้แฟ้มสะสมงานแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ
4. ครูที่สอนในโรงเรียนขนาดใหญ่มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการประเมินผลโดยใช้แฟ้มสะสมงานสูงกว่าครูที่สอนในโรงเรียนขนาดกลางและขนาดเล็ก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
5. ครูที่มีอายุต่ำกว่า 30 ปี มีเจตคติต่อการประเมินผลโดยใช้แฟ้มสะสมงานดีกว่าครูที่มีอายุ 41 – 50 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
6. ครูที่มีประสบการณ์ในการสอนต่ำกว่า 5 ปี มีเจตคติต่อการประเมินผลโดยใช้แฟ้มสะสมงานดีกว่าครูที่มีประสบการณ์ในการสอน 5-15 ปี และมากกว่า 15 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

7. ครูที่สอนในโรงเรียนขนาดเล็กมีเจตคติต่อการประเมินผลโดยใช้แฟ้มสะสมงานดีกว่าครูที่สอนในโรงเรียนขนาดกลาง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ ระดับ .05

8. ครูที่สอนในกลุ่มวิชาที่ต่างกันมีเจตคติต่อการประเมินผลโดยใช้แฟ้มสะสมงานแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

วินิตา วรรณวิวัฒน์<sup>(46)</sup> ได้ศึกษาความรู้ความเข้าใจ เจตคติ และข้อเสนอแนะเกี่ยวกับ ปัญหา อุปสรรค ความต้องการความช่วยเหลือ ในด้านการวัดและประเมินผลการเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า

1. ครูมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับระเบียบวิธีการวัดและประเมินผลการเรียนในการระดับปานกลาง แต่มีเจตคติต่อวิธีการการวัดและประเมินผลการเรียนในระดับปานกลาง แต่มีเจตคติต่อวิธีการวัดและประเมินผลการเรียนในระดับดี

2. ครูที่มีอายุต่ำกว่า 35 ปี มีความรู้ความเข้าใจในระเบียบวิธีการวัดและประเมินผลการเรียนสูงกว่าครูที่มีอายุ 35-45 ปี และครูที่มีอายุตั้งแต่ 46 ปี ขึ้นไป อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. ครูที่มีวุฒิการศึกษาสูงกว่ามีความรู้ความเข้าใจในระเบียบวิธีการวัดและประเมินผลการเรียนสูงกว่าครูที่มีวุฒิปริญญาตรี และวุฒิต่ำกว่าปริญญาตรี ส่วนครูที่มีวุฒิปริญญาตรีมีความรู้ความเข้าใจในระเบียบวิธีการวัดและประเมินผลการเรียนสูงกว่าวุฒิต่ำกว่าปริญญาตรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4. ครูในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา ที่มีประสบการณ์ทางการสอน ในระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ต่างกัน มีความรู้ความเข้าใจในระเบียบวิธีการ วัดและประเมินผลการเรียนไม่แตกต่างกัน

5. ครูที่มีอายุตั้งแต่ 46 ปีขึ้นไป มีเจตคติต่อวิธีการวัดและประเมินผลการเรียนดีกว่าครูที่มีครูที่มีอายุ ต่ำกว่า 35 ปี และครูที่มีอายุ 35 - 46 ปี ขึ้นไป อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

6. ครูที่มีวุฒิการศึกษาสูงกว่ามีเจตคติต่อวิธีในระเบียบวิธีการวัดและประเมินผลการเรียนดีกว่าครูที่มีวุฒิปริญญาตรี และวุฒิต่ำกว่าปริญญาตรี ส่วนครูที่มีวุฒิปริญญาตรีมีเจตคติต่อวิธีการวัดและประเมินผลการเรียนดีกว่าวุฒิต่ำกว่าปริญญาตรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

7. ครูในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา ที่มีประสบการณ์ทางการสอน ในระดับ

มัธยมศึกษาตอนต้น ตั้งแต่ 4 ปีขึ้นไป มีเจตคติต่อวิธีการประเมินผลการเรียนดีกว่าครูที่มีประสบการณ์ทางการสอนไม่เกิน 3 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

นิศารัตน์ เอี่ยมชาญบรรจง<sup>(47)</sup> ได้ศึกษาความรู้ เจตคติ ทักษะการปฏิบัติตนเกี่ยวกับสุขภาพจิตและระดับความเครียด ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความรู้ เจตคติ ทักษะการปฏิบัติตนเกี่ยวกับสุขภาพจิตและความเครียด และความสัมพันธระหว่างความรู้ เจตคติ ทักษะการปฏิบัติตนเกี่ยวกับสุขภาพจิตและความเครียด โดยศึกษาจากกลุ่มตัวอย่างครูอำเภอบ้านโป่ง จังหวัดราชบุรี จำนวน 472 คน พบว่า

1. ครูมีความรู้ เจตคติ ทักษะการปฏิบัติตนเกี่ยวกับสุขภาพจิต และความเครียด อยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 69.5 , 71.0, 66.7 และ 72.7 ตามลำดับ
2. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความรู้เกี่ยวกับสุขภาพจิตของครู คือ ความอบอุ่นในครอบครัว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
3. เจตคติเกี่ยวกับสุขภาพจิตของครู ไม่มีความสัมพันธ์กับปัจจัยที่ศึกษา
4. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับทักษะการปฏิบัติตนเกี่ยวกับสุขภาพจิตของครู คือ สถานภาพสมรส ความอบอุ่นในครอบครัว สังกัดที่ทำงาน และประสบการณ์ในการสอน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
5. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของครูคือ ความอบอุ่นในครอบครัว ประวัติครอบครัวป่วยทางด้านจิตใจและอารมณ์ ความหนักใจกับปัญหาในที่ทำงาน และความพึงพอใจในสภาพแวดล้อมในการทำงาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
6. ความรู้มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความเครียด อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 ส่วนปัจจัยด้านเจตคติและการปฏิบัติตนเกี่ยวกับสุขภาพจิตมีความสัมพันธ์เชิงลบกับความเครียด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ .01 ตามลำดับ

วอลตัน (Wallton)<sup>(48)</sup> ได้ศึกษาปัญหาในการทำงานของครูที่ทำให้เกิดความเครียดและความเบื่อหน่ายท้อแท้ สิ่งที่เป็นสาเหตุ ได้แก่ ปัญหาเกี่ยวกับระเบียบวินัยของนักเรียน ขาดการสนับสนุนจากฝ่ายบริหาร งานในหน้าที่มากเกินไป ความขัดแย้งในบทบาทของบิดามารดา การปฏิบัติงานตามความคาดหวังของสังคม

เอสบริดจ์ (Esbridge)<sup>(49)</sup> ได้ศึกษาสุขภาพจิตของครูประถมศึกษาและครูมัธยมศึกษา พบว่าตัวแปรทางด้านอาชีพและตัวแปรทางด้านเรื่องส่วนตัวกระตุ้นให้ครูเกิดความเครียด เช่น ครูประถมมีความเครียดมากกว่าครูมัธยมศึกษา และยังพบว่าครูผู้หญิงมีความเครียดมากกว่า



ครูผู้ชาย ครูวัยหนุ่มสาว มีความเครียดมากกว่าครูสูงอายุ ครูที่มีอายุ 31-35 ปี มีความเครียดสูงกว่าครูที่มีอายุต่ำกว่า 30 ปี หรือมากกว่า 45 ปีขึ้นไป

วิลเลอร์ (Wheeler)<sup>(50)</sup> ศึกษาเงื่อนไขและสถานการณ์ที่เป็นแหล่งความเครียดของครูโรงเรียนรัฐบาลใน Alabama จากการวิเคราะห์ทางสถิติพบว่าคะแนนแบบวัดความเครียดของครูที่สอนต่างระดับชั้นปีไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ สำหรับครูที่มีประสบการณ์การสอน 6-10 ปี 21-25 ปี และมากกว่า 25 ปี นั้น การรับรู้และการสนับสนุนการศึกษาของชุมชนเป็นสิ่งที่ก่อให้เกิดความเครียดมากกว่าครูที่มีประสบการณ์การสอนเพียง 1 ปี – อย่างมีนัยสำคัญ สิ่งอำนวยความสะดวกและวัสดุอุปกรณ์เป็นสิ่งที่ก่อให้เกิดความเครียดแก่ครูที่สอนในโรงเรียนในเขตชนบทมากกว่าครูที่สอนในโรงเรียนรอบนอกเขตพระนครอย่างมีนัยสำคัญ และระบบการบริหารเป็นสิ่งที่ก่อให้เกิดความเครียดแก่ครูที่สอนในโรงเรียนในเขตชนบทมากกว่าครูที่สอนในโรงเรียนเขตรอบนอกพระนครอย่างมีนัยสำคัญ

แกรนท์ (Grant)<sup>(51)</sup> ศึกษาความเครียดในการประกอบอาชีพของครูที่สอนในวิทยาลัย กลุ่มตัวอย่างเป็นครูในวิทยาลัย 4 แห่ง ใน Toronto, Ontario และ Canada พบว่า 73% ของกลุ่มตัวอย่างมีความเครียดในระดับน้อยมากและบางครั้งบางครั้ง 61% ของกลุ่มตัวอย่างมีความทุกข์ระดับปานกลาง มีเพียง 5.2% ของกลุ่มตัวอย่างที่มีความเครียดระดับสูงสุด ปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดแก่ครูที่สอนในวิทยาลัย 4 แห่ง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สิ่งที่เกิดความทุกข์แก่ครูคือ ทักษะการอ่านออกเขียนได้ของนักศึกษาใหม่ ขนาดของห้องเรียน การสอน หัวข้อใหม่ ๆ การเตรียมความพร้อมและชั้นเรียนของวิทยาลัย และการที่ต้องก้าวให้ทันเทคโนโลยี

ไวท์ (White)<sup>(52)</sup> ศึกษาปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดและวิธีการเผชิญความเครียดของผู้บริหารโรงเรียน กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้บริหารโรงเรียนของรัฐในรัฐ Massachusetts จำนวน 153 คน พบว่าปัจจัยต่าง ๆ เช่น เพศ อายุ ประสบการณ์การทำงาน ที่ตั้งของโรงเรียน ระดับของโรงเรียน ไม่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญต่อความเครียดในการทำงานของผู้บริหารโรงเรียน แต่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญของวิธีการเผชิญความเครียดของผู้บริหารโรงเรียน โดยผู้บริหารของโรงเรียนในเขตเมืองใช้วิธีการดำเนินตนเองมากกว่าผู้บริหารโรงเรียนนอกเขตเมือง ผู้บริหารระดับต้นและระดับรองของโรงเรียนมัธยมใช้วิธีการเผชิญความเครียดโดยคิดอย่างมีความหวังมากกว่าผู้บริหารระดับสูง

ฟอนตานา และอะเบาเซอร์รี่ (Fontana and Abouserie, อ้างถึงใน ชุมพรศรี ฉัตรปยานนท์)<sup>(53)</sup> ได้ทำการศึกษาระดับความเครียดของครูในปี 1993 และได้หาความสัมพันธ์ระหว่างระดับความ

เครียดของครูกับบุคลิกภาพของครูด้านการแสดงตัว-เก็บตัว ลักษณะอาการทางประสาท และ ลักษณะอาการทางจิต กลุ่มตัวอย่างเป็นครูในโรงเรียนประถมศึกษา จำนวน 24 คน ครูโรงเรียนมัธยมศึกษา จำนวน 71 คน เป็นชาย 44 คน เป็นหญิง 51 คน อายุเฉลี่ยประมาณ 41.3 ปี ผลการศึกษาปรากฏว่าครูส่วนใหญ่ 72.6% มีความเครียดอยู่ในระดับปานกลาง 23.2% มีความเครียดอยู่ในระดับสูง และ 4.2% มีความเครียดอยู่ในระดับต่ำ จากผลการทดสอบความแตกต่างโดยใช้ t-test ปรากฏว่าเพศชายและเพศหญิงมีความเครียดอยู่ในระดับที่ไม่แตกต่างกัน ความสัมพันธ์ระหว่าง ระดับความเครียดของครูกับบุคลิกภาพของครูพบว่าความเครียดลักษณะอาการทางประสาท และลักษณะอาการทางจิต มีความสัมพันธ์ทางบวก ส่วนความเครียดกับบุคลิกภาพแสดงตัว มีความสัมพันธ์กันทางลบ และเมื่อวิเคราะห์โดยใช้การถดถอยแบบพหุคูณพบว่าลักษณะบุคลิกภาพเก็บตัว และลักษณะอาการทางประสาท สามารถใช้เป็นตัวทำนายระดับความเครียดได้ดีที่สุด

กิเรียดู และซัตคลิฟเฟ (Kyriacou and Sutcliffe, อ้างใน ทิวา หอมสวัสดิ์)<sup>(54)</sup> ได้ให้ความหมายของความเครียดของครูว่า เป็นการตอบสนองที่ครูแสดงออกทางอารมณ์ เช่น โกรธ วิดกกังวลซึมเศร้า ประกอบกับการเปลี่ยนแปลงทางสรีรและชีวเคมีที่เกิดขึ้น เช่น หัวใจเต้นเร็วขึ้น ฮอริโมนอะดรีนาคอร์ติโคทรอฟิก หลังเข้าสู่กระแสเลือด ซึ่งทั้งหมดนี้เป็นผลจากการแสดงบทบาทในอาชีพครู และในปีต่อมาได้ทำการศึกษาความเครียดของครูที่สอนอยู่ในโรงเรียนมัธยมศึกษาขนาดกลาง จำนวน 16 แห่ง ในประเทศอังกฤษ โดยใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 257 คน ผลจากการศึกษาปรากฏว่า ร้อยละ 19.9 ของครูที่ทำการสำรวจมีความเครียดอยู่ในระดับสูง และค่อนข้างสูง และเมื่อทำการวิเคราะห์องค์ประกอบปรากฏว่า สาเหตุของความเครียดเกิดจากองค์ประกอบ 4 ประการ คือ พฤติกรรมที่ไม่ดีของนักเรียน ความกดดันในเรื่องเวลา กฏระเบียบของโรงเรียนหละหลวม และมีเงื่อนไขในการทำงานที่ไม่ดี นอกจากนี้ยังปรากฏว่า อาการที่ปรากฏบ่อย ๆ เมื่อมีความเครียดเกิดขึ้น คือ การอ่อนเพลียและความรู้สึกไม่สมหวัง

### บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย

#### รูปแบบการวิจัย

เป็นการวิจัยศึกษาเชิงพรรณนา (Descriptive Design)

#### ลักษณะของประชากรและกลุ่มตัวอย่าง (Population and Samples Selection)

**ประชากรเป้าหมาย (Target Population)** คือ ครูที่ปรึกษา ระดับมัธยมศึกษา ในโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา ของรัฐบาลจังหวัดปราจีนบุรี จำนวน 512 คน ใน 26 โรงเรียน

**ประชากรตัวอย่าง (Sample Population)** คือ ครูที่ปรึกษาระดับมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี จำนวนจากการสำรวจ 512 คน ใน 26 โรงเรียน

- โรงเรียนปราจิณราษฎรอำรุง	จำนวนครูที่ปรึกษา	72	คน
- โรงเรียนปราจีนกัลยาณี	จำนวนครูที่ปรึกษา	57	คน
- โรงเรียนไทยรัฐวิทยา 7	จำนวนครูที่ปรึกษา	15	คน
- โรงเรียนมัธยมวัดป่ามะไฟ	จำนวนครูที่ปรึกษา	11	คน
- โรงเรียนอดุลศาสนิกศึกษา	จำนวนครูที่ปรึกษา	6	คน
- โรงเรียนประชารัฐพัฒนา	จำนวนครูที่ปรึกษา	8	คน
- โรงเรียนศึกษาพิเศษปราจีนบุรี	จำนวนครูที่ปรึกษา	9	คน
- โรงเรียนชิดใจชื่น	จำนวนครูที่ปรึกษา	13	คน
- โรงเรียนศรีวิชัยราษฎร์บำรุง	จำนวนครูที่ปรึกษา	11	คน
- โรงเรียนกระทุ่มแก้ววิทยา	จำนวนครูที่ปรึกษา	10	คน
- โรงเรียนศรีมหาไถ่	จำนวนครูที่ปรึกษา	25	คน
- โรงเรียนศรีมหาโพธิ์	จำนวนครูที่ปรึกษา	31	คน
- โรงเรียนกรอกสมบูรณวิทยาคม	จำนวนครูที่ปรึกษา	14	คน
- โรงเรียนประจันตราษฎรบำรุง	จำนวนครูที่ปรึกษา	37	คน
- โรงเรียนวัดพรหมประสิทธิ์	จำนวนครูที่ปรึกษา	9	คน
- โรงเรียนสุวรรณวิทยุ	จำนวนครูที่ปรึกษา	9	คน
- โรงเรียนกบินทร์วิทยา	จำนวนครูที่ปรึกษา	39	คน
- โรงเรียนกบินทร์บุรี	จำนวนครูที่ปรึกษา	15	คน

- โรงเรียนวังตะเคียนวิทยา	จำนวนครูที่ปรึกษา	23	คน
- โรงเรียนลาดตะเคียนราษฎร์บำรุง	จำนวนครูที่ปรึกษา	12	คน
- โรงเรียนวังดาลวิทยา	จำนวนครูที่ปรึกษา	9	คน
- โรงเรียนนนทรีวิทยา	จำนวนครูที่ปรึกษา	9	คน
- โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษาน้อมเกล้า กบินทร์บุรี	จำนวนครูที่ปรึกษา	30	คน
- โรงเรียนมณีเสวตอุปถัมภ์	จำนวนครูที่ปรึกษา	20	คน
- โรงเรียนร่วมเกล้า ปราจีนบุรี	จำนวนครูที่ปรึกษา	12	คน
- โรงเรียนทุ่งใหญ่วิทยา	จำนวนครูที่ปรึกษา	15	คน
<b>รวมจำนวนครูที่ปรึกษา ทั้งหมด</b>		<b>512</b>	<b>คน</b>

**กลุ่มตัวอย่าง** คือ ครูที่ปรึกษาระดับมัธยมศึกษาในสังกัดกรมสามัญศึกษาของ  
รัฐบาล จังหวัดปราจีนบุรี จำนวน 512 คน

**ขนาดตัวอย่าง (Sample Size)** คำนวณโดยการใช้อนุกรการคำนวณขนาด  
ตัวอย่างในการวิจัยเชิงพรรณนา ของ Taro Yamane

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

โดยมี

n = ขนาดของตัวอย่าง

N = ขนาดของประชากร

e = ความคลาดเคลื่อนของการสุ่มตัวอย่าง กำหนดให้เท่ากับ ร้อยละ .05

n = 225

ผู้วิจัยจะศึกษาข้อมูลของประชากรทั้งหมด คือ 512 คน จาก 26 โรงเรียน

โดยไม่มีการสุ่มตัวอย่าง

### เครื่องมือในการวัดตัวแปร

- ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลประชากรทั่วไป
- ตอนที่ 2 แบบทดสอบบุคลิกภาพ ใช้ The Maudsley Personality Inventory (MPI) ซึ่งแบ่งบุคลิกภาพออกเป็น 2 มิติ ที่มีอิสระต่อกัน มิติที่หนึ่ง คือ การแสดงออก

ซึ่งตรงข้ามกับการเก็บตัว (Extraversion – Introversion) และมีมิติที่สอง คือ การหวั่นไหวในสภาวะอารมณ์ซึ่งตรงข้ามกับการอารมณ์มั่นคง (Neuroticism – Emotion stability) แบ่งบุคลิกภาพเป็น 4 แบบ

1. บุคลิกภาพแบบมั่นคง ในสภาวะอารมณ์ (Stable)
2. บุคลิกภาพแบบหวั่นไหวในสภาวะอารมณ์ (Neurotic)
3. บุคลิกภาพแบบเก็บตัว (Introvert)
4. บุคลิกภาพแบบแสดงออก (Extrovert)

ค่าความเที่ยงที่ได้จากการวัดค่าคงที่ภายในจากสูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบัต (Cronbach's Alpha Coefficient) ได้เท่ากับ 0.758

- ตอนที่ 3 แบบสอบถามเพื่อศึกษาความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติของครูที่ปรึกษาตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน ซึ่งผู้วิจัยได้สร้างขึ้นมาจากและการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องและให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบ จำนวน 3 ท่าน ประกอบด้วย จิตแพทย์ 2 ท่าน และนักจิตวิทยา 1 ท่าน ผู้สร้างแบบสอบถามได้หาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้ง 3 ด้านดังนี้

ส่วนที่ 1. ด้านความรู้เกี่ยวกับการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษา เกณฑ์การให้คะแนนตอบถูกให้ 1 คะแนน ตอบผิดให้ 0 คะแนน จำนวน 30 ข้อ จากการทดลองใช้แบบสอบถามกับครูที่ปรึกษาโรงเรียนบ้านแก้งวิทยา จังหวัดสระแก้ว จำนวน 30 คน ได้ค่าความเที่ยง(reliability) จากการวัดค่าคงที่ภายในจากสูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบัต (Cronbach's Alpha Coefficient) เท่ากับ 0.767 และค่าความสอดคล้องเชิงเนื้อหา (Content Validity) = .89

การแบ่งระดับคะแนนเฉลี่ยเพื่ออธิบายคุณลักษณะเกณฑ์ความหมายของความรู้เกี่ยวกับการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษา ผู้วิจัยได้จัดแบ่งระดับความรู้ออกเป็น 3 ระดับ โดยใช้คะแนนเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มเป็นเกณฑ์

- ระดับความรู้น้อย หมายถึง ครูที่ศึกษามีค่าคะแนนความรู้เกี่ยวกับการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนอยู่ในระดับต่ำ โดยมีคะแนน น้อยกว่า  $\bar{X} - S.D.$

- ระดับความรู้ปานกลาง หมายถึง ครูที่ศึกษามีค่าคะแนนความรู้เกี่ยวกับการดำเนินงานระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนอยู่ในระดับปานกลาง โดยมีค่าคะแนนระหว่าง  $\bar{X} \pm S.D.$

- ระดับความรู้อ่างมาก หมายถึง ครูที่ปรึกษาที่มีค่าคะแนนความรู้อ่างเกี่ยวกับ การดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนอยู่ในระดับสูง โดยมีค่าคะแนน มากกว่า  $\bar{X} + S.D.$

ส่วนที่ 2. เจตคติของครูที่ปรึกษาต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน ลักษณะเป็นแบบ Rating Scale แบ่งเป็น 5 ระดับ คือ 1, 2, 3, 4, 5 การให้คะแนนขึ้นกับข้อความในแบบสอบถามว่าข้อความที่มีลักษณะทางบวก(Positive)และลักษณะทางลบ(Negative) จำนวน 30 ข้อ มาเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

คำตอบ	ข้อคำถามทางด้านบวก	ข้อคำถามทางด้านลบ
เห็นด้วยอย่างยิ่ง	5	1
เห็นด้วย	4	2
ไม่แน่ใจ	3	3
ไม่เห็นด้วย	2	4
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	1	5

จากการทดลองใช้แบบสอบถามกับครูที่ปรึกษาโรงเรียนบ้านแก้งวิทยา จังหวัดสระแก้ว จำนวน 30 คน ได้ค่าความเที่ยง(reliability) จากการวัดค่าคงที่ภายในจากสูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบัต (Cronbach's Alpha Coefficient) เท่ากับ 0.782 และค่าความสอดคล้องเชิงเนื้อหา (Content Validity) = .83

การแบ่งระดับคะแนนเฉลี่ยเพื่ออธิบายคุณลักษณะเกณฑ์ความหมายของเจตคติเกี่ยวกับการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษา ผู้วิจัยได้จัดแบ่งกลุ่มระดับเจตคติออกเป็น 3 ระดับ โดยใช้คะแนนเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มเป็นเกณฑ์

- ระดับเจตคติไม่ดี หมายถึง ครูที่ปรึกษาที่มีค่าคะแนนเจตคติเกี่ยวกับการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน อยู่ในระดับต่ำ โดยมีค่าคะแนน น้อยกว่า  $\bar{X} - S.D.$

- ระดับเจตคติปานกลาง หมายถึง ครูที่ปรึกษาที่มีค่าคะแนนเจตคติเกี่ยวกับการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน อยู่ในระดับปานกลาง โดยมีค่าคะแนน ระหว่าง  $\bar{X} \pm S.D.$

- ระดับเจตคติระดับดี หมายถึง ครูที่มีค่าคะแนนเจตคติเกี่ยวกับการดำเนินงานตามระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน อยู่ในระดับสูง โดยมีค่าคะแนน มากกว่า  $\bar{X} + S.D.$

ส่วนที่ 3. ด้านการปฏิบัติของครูที่ปรึกษาต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือ นักเรียน จำนวน 30 ข้อ ลักษณะเป็นแบบ Rating Scale แบ่งเป็น 4 ระดับ มีข้อคำถามทางบวก และทางลบ มีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

คำตอบ	ข้อคำถามทางด้านบวก	ข้อคำถามทางด้านลบ
เป็นประจำสม่ำเสมอ	4	1
บ่อยๆ	3	2
นาน ๆ ครั้ง	2	3
ไม่เคยเลย	1	4

จากการทดลองใช้แบบสอบถามกับครูที่ปรึกษาโรงเรียนบ้านแก้งวิทยา จังหวัดสระแก้ว จำนวน 30 คน และได้ค่าความเที่ยง(reliability) จากการวัดค่าคงที่ภายในจากสูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบัต (Cronbach's Alpha Coefficient) เท่ากับ 0.912 และค่าความสอดคล้องเชิงเนื้อหา (Content Validity) = .83

การแบ่งระดับคะแนนเฉลี่ยเพื่ออธิบายคุณลักษณะเกณฑ์ความหมายของการปฏิบัติของครูที่ปรึกษาในการดำเนินการตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนผู้วิจัยได้จัดแบ่งกลุ่มระดับการปฏิบัติตนออกเป็น 3 ระดับ โดยใช้คะแนนเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มเป็นเกณฑ์

- ระดับการปฏิบัติตนน้อย หมายถึง ครูที่ปรึกษามีค่าคะแนนการปฏิบัติเกี่ยวกับการดำเนินการตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนอยู่ในระดับต่ำ โดยมีค่าคะแนน น้อยกว่า  $\bar{X} - S.D.$

- ระดับการปฏิบัติตนปานกลาง หมายถึง ครูที่ปรึกษามีค่าคะแนนการปฏิบัติเกี่ยวกับการดำเนินการตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนอยู่ในระดับสูงโดยมีค่าคะแนนมากกว่า  $\bar{X} \pm S.D.$

- ระดับการปฏิบัติตนมาก หมายถึง ครูที่ปรึกษามีค่าคะแนนการปฏิบัติเกี่ยวกับการดำเนินการตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนอยู่ในระดับสูง โดยมีค่าคะแนน มากกว่า  $\bar{X} + S.D.$

ตอนที่ 4 แบบประเมินภาวะความเครียด ซึ่งสร้างโดย รศ.พญ.นันทิกา ทวิชาชาติ และคณะ โดยครูที่ปรึกษาจะประเมินอาการของความเครียดที่เกิดขึ้นตามระดับของการวัด 4 ระดับ คือ บ่อยๆ เป็นบางครั้ง นานๆ ครั้ง ไม่เคยเลย โดยมีลักษณะข้อคำถามในทางบวก (Positive) และทางลบ (Negative) การแปลผล การตรวจและการให้คะแนน มีดังนี้คือ

คำตอบ	ข้อคำถามทางด้านบวก	ข้อคำถามทางด้านลบ
บ่อย ๆ	4	1
เป็นบางครั้ง	3	2
นาน ๆ ครั้ง	2	3
ไม่เคยเลย	1	4

### การแปลผล

- เมื่อมีค่าคะแนนเท่ากับ 1-25 คะแนน หมายถึงไม่มีภาวะเครียด
- เมื่อมีค่าคะแนนมากกว่า 25 คะแนนขึ้นไป หมายถึง มีภาวะเครียด

จากการทดลองใช้แบบสอบถามกับครูที่ปรึกษาโรงเรียนบ้านแก้งวิทยา จังหวัดสระแก้ว จำนวน 30 คน และได้ค่าความเที่ยง (Reliability) จากการวัดค่าคงที่ภายในจากสูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบัต (Cronbach's Alpha Coefficient) เท่ากับ 0.785

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้การเก็บรวบรวมข้อมูลวิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. ผู้วิจัยขอหนังสือแนะนำตัวจากภาคจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เพื่อเสนอเรื่องขออนุมัติในการเข้าเก็บรวบรวมข้อมูล ต่อผู้อำนวยการ สำนัคดีศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี
2. ติดต่อโรงเรียนระดับมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษาใน จังหวัดปราจีนบุรี ทั้งหมด และขอความร่วมมือจากผู้บริหารของโรงเรียนแต่ละแห่ง พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย
3. ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลแต่ละโรงเรียน โดยให้ครูที่ปรึกษาทำแบบสอบถามด้วยตนเอง โดย เริ่มทำ ตอนที่ 1 ข้อมูลประชากร ตอนที่ 2 แบบทดสอบบุคลิกภาพ



ตอนที่ 3 แบบสอบถามความรู้ เจตคติ และปฏิบัติในการดำเนินตามระบบการดูแลช่วยเหลือ นักเรียนของครูที่ปรึกษา และตอนที่ 4 แบบสอบถามประเมินความเครียด

4. รวบรวมข้อมูลจากจำนวนแบบสอบถามทั้งหมด 512 ฉบับ ได้รับแบบสอบถามตอบกลับจำนวนทั้งหมด 440 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 85.94 ผู้วิจัยพยายามตามเก็บแบบสอบถาม พบว่าครูที่ปรึกษาไม่ตอบแบบสอบถาม จำนวน 72 ฉบับ ร้อยละ 14.06 และตอบแบบสอบถามไม่สมบูรณ์ จำนวน 15 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 3.41 ดังนั้น กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด เท่ากับ 425 คน แล้วนำข้อมูลที่ได้ทั้งหมดมาวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป

### การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ การวิเคราะห์ข้อมูลดำเนินการโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for windows ซึ่งดำเนินการวิเคราะห์เป็นขั้นตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 วิเคราะห์ ปัจจัยส่วนบุคคล บุคลิกภาพ และภาวะเครียดของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี โดยใช้ ร้อยละ (Percentage)

ตอนที่ 2 วิเคราะห์ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อระบบการดูแลช่วยเหลือ นักเรียน ของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี โดยใช้ ร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

ตอนที่ 3 วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล บุคลิกภาพ กับภาวะเครียดของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี โดยใช้ Chi-square ( $\chi^2$ )

ตอนที่ 4 เปรียบเทียบความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล และบุคลิกภาพ โดยใช้ t-test และ One Way ANOVA

ตอนที่ 5 วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่าง ภาวะเครียด ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อการดำเนินงานตามระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษา ในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี โดยใช้ สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Correlation Coefficient)

ตอนที่ 6 วิเคราะห์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณปัจจัยที่มีผลต่อภาวะเครียด ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อการดำเนินงานตามระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษา ในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี โดยใช้ Stepwise multiple regression analysis



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

เพื่อให้เข้าใจตรงกันในการแปลความหมายผลการวิเคราะห์ข้อมูลวิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลดังต่อไปนี้

$\bar{X}$	แทน	ค่าเฉลี่ย
SD.	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
$\chi^2$	แทน	ค่าสถิติพิจารณาในการแจกแจงแบบ ไค-สแควร์
t	แทน	ค่าสถิติพิจารณาในการแจกแจงแบบ t
F	แทน	ค่าสถิติพิจารณาในการแจกแจงแบบ F
r	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน

### ผลการเปรียบเทียบ

ผลการศึกษา เรื่อง ภาวะเครียด ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี ผู้วิจัยได้เสนอผลวิเคราะห์ข้อมูลเป็นลำดับดังนี้

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ปัจจัยส่วนบุคคล บุคลิกภาพ และภาวะเครียดของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี (เสนอไว้ในตารางที่ 1-3)

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี (เสนอไว้ในตารางที่ 4 - 9)

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับภาวะเครียดของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี (เสนอไว้ในตารางที่ 10 )

ตอนที่ 4 ผลการเปรียบเทียบความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล (เสนอไว้ในตารางที่ 11 - 21)

ตอนที่ 5 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่าง ภาวะเครียด ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี (เสนอไว้ในตารางที่ 22)

ตอนที่ 6 ผลการวิเคราะห์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณปัจจัยที่มีผลต่อภาวะเครียด ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษา ในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี (เสนอไว้ในตารางที่ 23 - 26)

ตารางที่ 1 แสดงค่าร้อยละปัจจัยส่วนบุคคลของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี

ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน (425คน)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	117	27.53
หญิง	308	72.47
อายุ		
20-25 ปี	27	6.35
26-30 ปี	49	11.53
31-35 ปี	67	15.76
36-40 ปี	59	13.88
41-45 ปี	75	17.65
46-50 ปี	93	21.88
50 ปี ขึ้นไป	55	12.94
ศาสนาที่นับถือ		
พุทธ	418	98.35
อิสลาม	2	0.47
คริสต์	5	1.18
ระดับการศึกษา		
ต่ำกว่าปริญญาตรี	6	1.41
ปริญญาตรี	386	90.82
สูงกว่าปริญญาตรี	33	7.77

ตารางที่ 1 แสดงค่าร้อยละปัจจัยส่วนบุคคลของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรม  
สามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี (ต่อ)

ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน (425คน)	ร้อยละ
สถานภาพสมรส		
โสด	133	31.29
สมรสแล้วอยู่ด้วยกัน	262	61.65
สมรสแล้วแยกกันอยู่	14	3.29
หย่าร้าง	11	2.59
ม่าย	5	1.18
ระยะเวลาบรรจุเข้ารับราชการ		
1-10 ปี	158	37.18
11-20 ปี	91	21.41
21 ปี ขึ้นไป	176	41.41
การอบรมประชุมสัมมนาระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน		
เคย	330	77.65
1 ครั้ง	168	50.90
2-3 ครั้ง	128	38.80
4 ครั้ง ขึ้นไป	34	10.30
ไม่เคย	95	22.35
รายได้ต่อเดือน		
ต่ำกว่า 5,000 บาท	12	2.82
5,000-10,000 บาท	116	27.29
10,001-20,000 บาท	187	44.00
20,001-30,000 บาท	107	25.18
สูงกว่า 30,000 บาท	3	0.71

ตารางที่ 1 แสดงค่าร้อยละปัจจัยส่วนบุคคลของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรม  
สามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี (ต่อ)

ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน (425คน)	ร้อยละ
สถานภาพทางเศรษฐกิจ		
เพียงพอสำหรับการใช้จ่ายและมีเหลือเก็บออมพอสมควร	72	16.94
เพียงพอสำหรับใช้จ่ายและมีเหลือเก็บออมไว้เล็กน้อย	143	33.65
ต้องใช้จ่ายอย่างประหยัดจึงจะพอเหลือเก็บออม	102	24.00
ต้องใช้จ่ายอย่างประหยัดและไม่เหลือเก็บออม	55	12.94
ไม่มีเพียงพอสำหรับค่าใช้จ่ายในแต่ละเดือน	10	2.35
ไม่มีเพียงพอสำหรับค่าใช้จ่ายในแต่ละเดือนและมีหนี้	43	10.12
ภาระทางครอบครัวที่ต้องรับผิดชอบ		
มี	378	88.94
บิดา มารดา	244	64.55
ภรรยา /สามี	91	24.07
บุตร	233	61.64
ญาติ พี่ น้อง	92	24.33
อื่นๆ	36	9.52
ไม่มี	47	11.06
งานพิเศษนอกเหนือจากงานประจำ		
ทำ	115	27.06
สอนพิเศษ	53	12.47
อาชีพเสริมรายได้	62	14.59
ไม่ทำ	310	79.94
โรคเจ็บป่วยทางกาย		
มี	118	27.76
ไม่มี	307	72.24
โรคเจ็บป่วยทางจิต		
มี	27	6.35
ไม่มี	398	93.65

ตารางที่ 1 แสดงค่าร้อยละปัจจัยส่วนบุคคลของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรม  
สามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี (ต่อ)

ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน (425คน)	ร้อยละ
การเจ็บป่วยทางจิต หรือทางอารมณ์ของพ่อ แม่ ญาติ พี่ น้อง มี	34	8.00
ไม่มี	391	92.00

จากตารางที่ 1 ปัจจัยส่วนบุคคลของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัด  
กรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี พบว่า

ด้านเพศ ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 78.47 และเป็นเพศชาย  
คิดเป็นร้อยละ 27.53

ด้านอายุ ส่วนใหญ่มีอายุอยู่ระหว่าง 46-50 ปี คิดเป็นร้อยละ 21.88 รองลงมา  
มีอายุอยู่ระหว่าง 41-45 ปี และ 31-35 ปี คิดเป็นร้อยละ 17.65 และ 15.76 ตามลำดับ

ด้านศาสนาที่นับถือ ส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ คิดเป็นร้อยละ 98.35 ส่วนนับ  
ถือศาสนาคริสต์ และศาสนาอิสลาม มีจำนวนพอๆ กัน คิดเป็นร้อยละ 1.18 และ 0.47 ตาม  
ลำดับ

ด้านระดับการศึกษา ส่วนใหญ่ มีการศึกษาระดับปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ  
90.82 มีการศึกษาระดับสูงกว่าปริญญาตรี และต่ำกว่าปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 7.77 และ  
1.41 ตามลำดับ

ด้านสถานภาพสมรส ส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสแล้วอยู่ด้วยกัน คิดเป็นร้อยละ  
61.65 รองลงมา มีสถานภาพโสด คิดเป็นร้อยละ 31.29

ด้านระยะเวลาบรรจุเข้ารับราชการ ส่วนใหญ่รับราชการเป็นเวลา 21 ปี ขึ้นไป  
คิดเป็นร้อยละ 41.41 รองลงมา รับราชการเป็นเวลา 1-10 ปี และ 11.20 ปี คิดเป็นร้อยละ  
37.18 และ 21.41 ตามลำดับ

ด้านการเข้ารับการอบรม / ประชุมสัมมนา ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน  
ส่วนใหญ่เคยเข้ารับการอบรม / ประชุมสัมมนา คิดเป็นร้อยละ 77.65 และเคยเข้ารับการอบรม/  
ประชุมสัมมนา 1 ครั้ง รองลงมา 2-3 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 50.90 และ 38.80 ตามลำดับ

ด้านรายได้ต่อเดือน ส่วนใหญ่มีรายได้ อยู่ระหว่าง 10,001-20,000 บาท คิดเป็น ร้อยละ 44.00 รองลงมา มีรายได้ อยู่ระหว่าง 5,000-10,000 บาท และ 20,001-30,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 27.29 และ 25.18 ตามลำดับ

ด้านสถานภาพทางเศรษฐกิจ ส่วนใหญ่มีเพียงพอสำหรั้บค่าใช้จ่ายและมีเหลือ เก็บออมไว้เล็กน้อย คิดเป็นร้อยละ 33.65 รองลงมา ต้องใช้จ่ายอย่างประหยัดจึงจะพอเหลือ เก็บออม และเพียงพอสำหรั้บค่าใช้จ่ายและมีเหลือเก็บออมพอสมควร คิดเป็นร้อยละ 24.00 และ 16.94 ตามลำดับ

ด้านภาวะทางครอบครัวที่ต้องรับผิดชอบ ส่วนใหญ่มีภาระทางครอบครัวที่ต้อง รับผิดชอบ คิดเป็นร้อยละ 88.94 และมีภาระที่ต้องรับผิดชอบเกี่ยวกับ บิดา มารดา คิดเป็น ร้อยละ 57.41 รองลงมามีภาระที่ต้องรับผิดชอบเกี่ยวกับบุตร คิดเป็นร้อยละ 54.82

ด้านงานพิเศษนอกเหนือจากงานประจำ ส่วนใหญ่ไม่ทำงานพิเศษ คิดเป็นร้อย ละ 79.94 และงานพิเศษที่ทำส่วนใหญ่เป็นอาชีพเสริมรายได้ คิดเป็นร้อยละ 14.59 รองลงมาคือ สอนพิเศษ คิดเป็นร้อยละ 12.47

ด้านโรคเจ็บป่วยทางกาย ส่วนใหญ่ไม่มีการเจ็บป่วย คิดเป็นร้อยละ 72.24 และ มีการเจ็บป่วย คิดเป็นร้อยละ 27.76

ด้านโรคเจ็บป่วยทางจิต ส่วนใหญ่ไม่มีการเจ็บป่วย คิดเป็นร้อยละ 72.24 และ มีการเจ็บป่วย คิดเป็นร้อยละ 6.35

ด้านการเจ็บป่วยทางจิตหรือทางอารมณ์ ของพ่อ แม่ ญาติ พี่ น้อง ส่วนใหญ่ ไม่มีการเจ็บป่วย คิดเป็นร้อยละ 92.00 และมีการเจ็บป่วยคิดเป็นร้อยละ 8.00

ตารางที่ 2 แสดงค่าร้อยละบุคลิกภาพของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรม สำนั้ญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี

บุคลิกภาพ	จำนวน (425คน)	ร้อยละ
บุคลิกภาพมิติที่ 1 N-scale		
1. บุคลิกภาพแบบมั่นคง ในสภาวะอารมณ์ (Stable)	333	78.36
2. บุคลิกภาพแบบหวั่นไหวในสภาวะอารมณ์ (Neurotic)	92	21.65
บุคลิกภาพมิติที่ 2 E-scale		
3. บุคลิกภาพแบบเก็บตัว (Introvert)	231	54.35
4. บุคลิกภาพแบบแสดงออก (Extrovert)	194	45.65

$\bar{X}$  N – Scale = 18.88 (S.D. = 7.96) ,  $\bar{X}$  E – Scale = 23.63 (S.D. = 5.93)



จากตารางที่ 2 แสดงว่าครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี มีบุคลิกภาพมั่นคง ในสภาวะอารมณ์ (Stable) มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 78.36 รองลงมา มีบุคลิกภาพแบบเก็บตัว (Introvert) และบุคลิกภาพแบบแสดงออก (Extrovert) คิดเป็นร้อยละ 54.35 และ 45.65 ตามลำดับ ส่วนบุคลิกภาพแบบหวุ่นไหวในสภาวะอารมณ์ (Neurotic) มีน้อยที่สุดคิดเป็นร้อยละ 21.65

ตารางที่ 3 แสดงค่าร้อยละภาวะเครียดของครูที่ปรึกษาตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน ในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี

ภาวะเครียด	จำนวน (425คน)	ร้อยละ
ไม่มี (1-25 คะแนน)	256	60.24
มี (ตั้งแต่ 25 คะแนน ขึ้นไป)	169	39.76

$$\bar{X} = 27.85 \text{ (S.D. = 8.33)}$$

จากตารางที่ 3 แสดงว่า ส่วนใหญ่ครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี ไม่มีภาวะเครียดคิดเป็นร้อยละ 60.24 ส่วนมีภาวะเครียดคิดเป็นร้อยละ 39.76

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 4 แสดงค่าร้อยละระดับความรู้ต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน  
ของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี

ระดับความรู้ (คะแนนเต็ม 30 คะแนน)	จำนวน (425คน)	ร้อยละ
น้อย (คะแนนต่ำกว่า 20)	75	17.65
ปานกลาง (20-24 คะแนน)	305	71.76
มาก (ตั้งแต่ 25 คะแนน ขึ้นไป)	45	10.59

$$\bar{X} = 22.67 \text{ คะแนน (S.D. = 2.58)}$$

จากตารางที่ 4 แสดงว่า ส่วนใหญ่ครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรม  
สามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี มีความรู้ต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน  
ระดับปานกลางคิดเป็นร้อยละ 71.76 ส่วนระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 17.65 และระดับมาก  
คิดเป็นร้อยละ 10.59

ตารางที่ 5 แสดงค่าเฉลี่ยและค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานความรู้ต่อการดำเนินงานตามระบบ  
การดูแลช่วยเหลือนักเรียน ของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญ  
ศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี แยกรายด้าน

ประเด็นด้านความรู้	$\bar{X}$	S.D.	Min	Max	Range
1. ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน	0.90	0.15	0.20	1.00	0.80
2. การรู้จักนักเรียนเป็นรายบุคคล	0.82	0.17	0.00	1.00	1.00
3. การคัดกรองนักเรียน	0.78	0.15	0.22	1.00	0.78
4. การส่งเสริมนักเรียน	0.94	0.15	0.33	1.00	0.67
5. การป้องกันและช่วยเหลือนักเรียน	0.33	0.22	0.00	1.00	1.00
6. การส่งต่อนักเรียน	0.84	0.18	0.00	1.00	1.00
รวม	0.76	0.16	0.43	0.97	0.53

จากตารางที่ 5 แสดงว่า ส่วนใหญ่ครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี มีความรู้ต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนด้านการส่งเสริมนักเรียน อยู่ในลำดับที่ 1 ( $\bar{X} = 0.94$ ) รองลงมาด้านระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน และการส่งต่อนักเรียน ( $\bar{X} = 0.90, 0.84$ ) ตามลำดับ ส่วนด้านที่มีความรู้สูงสุดในลำดับสุดท้าย คือด้านการป้องกันและช่วยเหลือนักเรียน ( $\bar{X} = 0.33$ )

ตารางที่ 6 แสดงค่าร้อยละระดับเจตคติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน ของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี

ระดับเจตคติ (คะแนนเต็ม 150 คะแนน)	จำนวน (425คน)	ร้อยละ
ไม่ดี (ต่ำกว่า 95 คะแนน)	59	13.88
ปานกลาง (95-117 คะแนน)	313	73.65
ดี (ตั้งแต่ 118 คะแนน ขึ้นไป)	53	12.47

$$\bar{X} = 106.16 \text{ คะแนน (S.D. = 10.89)}$$

จากตารางที่ 6 ส่วนใหญ่ครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี มีเจตคติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 73.65 ส่วนมีเจตคติไม่ดี และมีเจตคติดี มีจำนวนพอๆ กัน คิดเป็นร้อยละ 13.88 และ 12.47 ตามลำดับ

ตารางที่ 7 แสดงค่าเฉลี่ยและค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานเจตคติต่อการดำเนินงานตามระบบ การดูแลช่วยเหลือนักเรียน ของครูที่ปรึกษาในโรงเรียน สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี แยกรายด้าน

ประเด็นด้านเจตคติ	$\bar{X}$	S.D.	Min	Max	Range
1. ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน	3.56	0.52	1.83	5.00	3.17
2. การรู้จักนักเรียนเป็นรายบุคคล	3.21	0.58	1.00	4.60	3.60
3. การคัดกรองนักเรียน	3.71	0.54	1.50	5.00	3.50
4. การส่งเสริมนักเรียน	3.69	0.45	2.00	4.83	2.83
5. การป้องกันและช่วยเหลือนักเรียน	3.58	0.61	1.80	5.00	3.20
6. การส่งต่อนักเรียน	3.47	0.51	1.75	5.00	3.25
รวม	3.54	0.36	2.13	4.53	2.40

จากตารางที่ 7 แสดงว่า ครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี มีเจตคติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{X} = 3.54$ ) และเมื่อพิจารณาแยกรายด้าน พบว่า ด้านที่ครูมีเจตคติอยู่ในลำดับที่ 1 คือ ด้านการคัดกรองนักเรียน ( $\bar{X} = 3.71$ ) รองลงมา คือ ด้านการส่งเสริมนักเรียน และด้านการป้องกันและช่วยเหลือนักเรียน ( $\bar{X} = 3.69, 3.58$ ) ตามลำดับ ส่วนด้านที่มีเจตคติอยู่ในลำดับสุดท้าย คือ ด้านการรู้จักนักเรียนเป็นรายบุคคล ( $\bar{X} = 3.21$ )

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 8 แสดงค่าร้อยละระดับการปฏิบัติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแล ช่วยเหลือ  
นักเรียน ของครูที่ปรึกษา ในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา  
จังหวัดปราจีนบุรี

ระดับการปฏิบัติ (คะแนนเต็ม 120 คะแนน)	จำนวน (425คน)	ร้อยละ
น้อย (ต่ำกว่า 67 คะแนน)	63	14.82
ปานกลาง (67-94 คะแนน)	303	71.30
มาก (ตั้งแต่ 95 คะแนนขึ้นไป)	59	13.88

$$\bar{X} = 80.85 \text{ คะแนน (S.D. = 13.83)}$$

จากตารางที่ 8 แสดงว่า ส่วนใหญ่ครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรม  
สามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี มีการปฏิบัติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือ  
นักเรียนอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 71.30 ส่วนมีการปฏิบัติอยู่ในระดับน้อยและปฏิบัติ  
อยู่ในระดับมาก มีจำนวนพอๆ กัน คิดเป็นร้อยละ 14.82 และ 13.88 ตามลำดับ

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 9 แสดงค่าเฉลี่ยและค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานการปฏิบัติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน ของครูที่ปรึกษา ในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี แยกรายด้าน

ประเด็นการปฏิบัติ	$\bar{X}$	S.D.	Min	Max	Range
1. ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน	2.68	0.54	1.33	4.00	2.67
2. การรู้จักนักเรียนเป็นรายบุคคล	2.69	0.51	1.00	4.00	3.00
3. การคัดกรองนักเรียน	2.75	0.58	1.25	4.00	2.75
4. การส่งเสริมนักเรียน	2.88	0.49	1.40	4.00	2.60
5. การป้องกันและช่วยเหลือนักเรียน	2.76	0.53	1.20	4.00	2.80
6. การส่งต่อนักเรียน	2.34	0.60	1.00	4.00	3.00
รวม	2.69	0.46	1.30	4.00	2.70

จากตารางที่ 9 แสดงว่า ครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี มีการปฏิบัติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง และเมื่อพิจารณาแยกรายด้าน พบว่า ด้านที่ครูมีการปฏิบัติอยู่ในลำดับที่ 1 คือ ด้านการส่งเสริมนักเรียน ( $\bar{X} = 2.88$ ) รองลงมา คือด้านการป้องกันและช่วยเหลือนักเรียน และด้านการคัดกรองนักเรียน ( $\bar{X} = 2.76, 2.75$ ) ตามลำดับ ส่วนด้านที่มีการปฏิบัติอยู่ในลำดับสุดท้าย คือ ด้านการส่งต่อนักเรียน ( $\bar{X} = 2.34$ )

ตารางที่ 10 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล กับภาวะเครียด ต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน ของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี

ปัจจัยส่วนบุคคล	ภาวะเครียด				$\chi^2$	P
	ไม่มี		มี			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
เพศ						
ชาย	177	18.12	40	9.41	2.096	.148
หญิง	179	42.12	129	30.35		
อายุ						
20-25 ปี	17	4.00	10	2.35	16.061	.000***
26-30 ปี	30	7.05	19	4.47		
31-35 ปี	50	11.77	17	4.00		
36-40 ปี	43	10.12	16	3.77		
41-45 ปี	42	9.88	33	7.77		
46-50ปี	49	11.53	44	10.35		
50 ปี ขึ้นไป	25	5.88	30	7.06		
ศาสนาที่นับถือ						
พุทธ	251	59.06	167	39.29	.327	.515
อิสลาม	2	0.47	-	-		
คริสต์	3	0.71	2	0.47		
ระดับการศึกษา						
ต่ำกว่าปริญญาตรี	4	0.94	2	0.47	.574	.751
ปริญญาตรี	234	55.06	152	35.76		
สูงกว่าปริญญาตรี	18	4.24	15	3.53		
สถานภาพสมรส						
โสด	92	21.65	41	9.65	6.568	.037*
สมรสอยู่ด้วยกัน	148	34.82	114	26.82		
สมรสแยกกันอยู่	8	1.88	6	1.41		
หย่าร้าง	5	1.18	6	1.41		
ม่าย	3	0.71	2	0.47		

\* P&lt;.05

\*\*\* P&lt;.001

ตารางที่ 10 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล กับภาวะเครียด ต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน ของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี (ต่อ)

ปัจจัยส่วนบุคคล	ภาวะเครียด				$\chi^2$	P
	ไม่มี		มี			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
ระยะเวลาบรรจุเข้ารับราชการ						
1-10 ปี	108	25.41	50	11.76	16.219	.001**
11-20 ปี	62	14.59	29	6.82		
21 ปีขึ้นไป	86	20.24	90	21.18		
การอบรม/ประชุมสัมมนาระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน						
เคย	191	44.94	139	32.71	3.423	.064
ไม่เคย	65	15.29	30	7.06		
รายได้ต่อเดือน						
ต่ำกว่า 5,000 บาท	11	2.59	1	0.24	14.329	.006**
5,000-10,000 บาท	69	16.23	47	11.06		
10,001- 20,000 บาท	123	28.94	64	15.06		
20,001-30,000 บาท	52	12.24	55	12.94		
สูงกว่า 30,000 บาท	1	0.24	2	0.47		

\*\*P<.01



ตารางที่ 10 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล กับภาวะเครียด ต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน ของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี (ต่อ)

ปัจจัยส่วนบุคคล	ภาวะเครียด				$\chi^2$	P
	ไม่มี		มี			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
สถานภาพทางเศรษฐกิจ						
เพียงพอสำหรับใช้จ่ายและมีเหลือ					2.137	.830
เก็บออมพอสมควร	43	10.12	29	6.82		
พอเพียงสำหรับใช้จ่ายและมีเหลือ						
เก็บออมไว้เล็กน้อย	90	21.18	53	12.47		
ต้องใช้จ่ายอย่างประหยัดจึงเหลือ						
เก็บออม	60	14.12	42	9.88		
ต้องใช้จ่ายอย่างประหยัดและ						
ไม่เหลือเก็บออม	30	7.06	25	5.88		
ไม่เพียงพอสำหรับค่าใช้จ่ายในแต่ละเดือน						
5	5	1.17	5	1.18		
ไม่มีเพียงพอสำหรับค่าใช้จ่ายในแต่ละเดือนและมีหนี้						
28	28	6.59	15	3.53		
ภาระทางครอบครัวที่ต้องรับผิดชอบ						
มี	228	53.65	150	35.29	.010	.922
ไม่มี	28	6.59	19	4.47		
งานพิเศษนอกเหนือจากงานประจำ						
ทำ	56	13.18	59	13.88	8.765	.003**
ไม่ทำ	200	47.06	110	25.88		

\*\* P<.01

ตารางที่ 10 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล กับภาวะเครียด ต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน ของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี (ต่อ)

ปัจจัยส่วนบุคคล	ภาวะเครียด				$\chi^2$	P
	ไม่มี		มี			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
โรคเจ็บป่วยทางกาย						
มี	66	15.53	52	12.24	1.263	.261
ไม่มี	190	44.71	117	27.53		
โรคเจ็บป่วยทางจิต						
มี	8	1.88	19	4.47	11.27	.001**
ไม่มี	248	58.35	150	35.29		
การเจ็บป่วยทางจิต หรือ ทางอารมณ์ของพ่อ แม่ ญาติ พี่ น้อง						
มี	14	3.29	20	4.71	5.604	.018*
ไม่มี	242	56.94	149	35.06		
บุคลิกภาพมิติที่ 1						
บุคลิกภาพแบบมั่นคงในสภาวะอารมณ์	196	46.12	137	32.23	1.217	.270
บุคลิกภาพแบบหวั่นไหวในสภาวะอารมณ์	60	14.12	32	7.53		
บุคลิกภาพมิติที่ 2						
บุคลิกภาพแบบเก็บตัว	152	35.76	79	18.59	6.544	.011*
บุคลิกภาพแบบแสดงตัว	104	24.47	90	21.18		

\* p &lt; .05

\*\* p &lt; .01

จากตารางที่ 10 แสดงว่าปัจจัยส่วนบุคคลของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี ด้านอายุ ระยะเวลาบรรจุเข้ารับราชการ รายได้ต่อเดือน งานพิเศษ นอกเหนือจากงานประจำ โรคเจ็บป่วยทางจิต การเจ็บป่วยทางจิต หรือทางอารมณ์ของพ่อ แม่ ญาติ พี่ น้อง และบุคลิกภาพแบบเก็บตัว มีความสัมพันธ์กับภาวะเครียดต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และ

ด้านสถานภาพสมรสมีความสัมพันธ์กับภาวะเครียดต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนปัจจัยบุคคลด้านอื่นๆ มีความสัมพันธ์กับภาวะเครียดต่อการดำเนินงานตามระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ 11 แสดงการเปรียบเทียบความรู้ ต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือ  
นักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา  
จังหวัดปราจีนบุรี จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล

ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน (425คน)	ความรู้			
		$\bar{X}$	SD.	F	P
อายุ					
20-25 ปี	27	22.44	2.72	.918	.482
26-30 ปี	49	22.45	2.69		
31-35 ปี	67	23.23	2.27		
36-40 ปี	59	22.54	2.46		
41-45 ปี	75	22.91	2.38		
46-50 ปี	93	22.41	2.74		
50 ปี ขึ้นไป	55	22.55	2.87		
ศาสนาที่นับถือ					
พุทธ	418	22.64	2.58	1.731	.178
อิสลาม	2	25.00	4.24		
คริสต์	5	24.20	0.84		
ระดับการศึกษา					
ต่ำกว่าปริญญาตรี	6	23.00	2.97	2.304	.101
ปริญญาตรี	386	22.56	2.60		
สูงกว่าปริญญาตรี	33	23.57	2.19		
สถานภาพสมรส					
โสด	133	22.80	2.58	.504	.733
สมรสแล้วอยู่ด้วยกัน	262	22.63	2.51		
สมรสแล้วแยกกันอยู่	14	22.71	3.15		
หย่าร้าง	11	22.55	3.24		
ม่าย	5	21.20	3.56		

ตารางที่ 11 แสดงการเปรียบเทียบความรู้ ต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือ  
นักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา  
จังหวัดปราจีนบุรี จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล (ต่อ)

ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน (425คน)	ความรู้			
		$\bar{X}$	SD.	F	P
ระยะเวลาบรรจุเข้ารับราชการ					
1-10 ปี	158	22.60	2.54	.350	.705
11-20 ปี	91	22.87	2.45		
21 ปีขึ้นไป	176	22.63	2.69		
รายได้ต่อเดือน					
ต่ำกว่า 5,000 บาท	12	23.58	2.07	1.036	.388
5,000-10,000 บาท	116	22.51	2.57		
10,001-20,000 บาท	187	22.57	2.57		
20,001-30,000 บาท	107	22.87	2.67		
สูงกว่า 30,000 บาท	3	24.33	1.53		
สถานภาพทางเศรษฐกิจ					
เพียงพอสำหรับใช้จ่ายและมีเหลือเก็บออมพอสมควร	72	23.00	2.80	1.639	.149
เพียงพอสำหรับใช้จ่ายและมีเหลือเก็บออมไว้เล็กน้อย	143	22.84	2.49		
ต้องใช้จ่ายอย่างประหยัดจึงจะพอเหลือเก็บออม	102	22.68	2.52		
ต้องใช้จ่ายอย่างประหยัดและไม่เหลือเก็บออม	55	22.42	2.59		
ไม่มีเพียงพอสำหรับค่าใช้จ่ายในแต่ละเดือน	10	23.10	1.45		
ไม่มีเพียงพอสำหรับค่าใช้จ่ายในแต่ละเดือนและมีหนี้	43	21.74	2.70		

จากตารางที่ 11 พบว่า ครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษาที่มี อายุ ศาสนา ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ระยะเวลาบรรจุเข้ารับราชการ รายได้ต่อเดือน สถานภาพทางเศรษฐกิจแตกต่างกัน มีความรู้ต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ 12 แสดงการเปรียบเทียบความรู้ ต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือ  
นักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา  
จังหวัดปราจีนบุรี จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล

ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน (425คน)	ความรู้			
		$\bar{X}$	SD.	t	P
เพศ					
ชาย	117	22.37	2.77	-1.416	.159
หญิง	308	22.78	2.50		
การอบรม / ประชุมสัมมนา ระบบการดูแลช่วยเหลือ นักเรียน					
เคย	330	22.77	2.57	1.511	.133
ไม่เคย	95	22.32	2.58		
ภาระทางครอบครัวที่ต้องรับผิดชอบ					
มี	378	22.71	2.55	.859	.349
ไม่มี	47	22.34	2.80		
งานพิเศษนอกเหนือจากงานประจำ					
มี	115	22.77	2.63	.508	.612
ไม่มี	310	22.63	2.56		
โรคเจ็บป่วยทางกาย					
มี	118	22.43	2.39	-1.224	.222
ไม่มี	307	22.76	2.65		
โรคเจ็บป่วยทางจิต					
มี	27	21.48	2.55	-2.500	.018*
ไม่มี	398	22.75	2.57		
โรคเจ็บป่วยทางจิต หรือ ทางอารมณ์ ของ พ่อ แม่ ญาติ พี่ น้อง					
มี	34	22.21	2.88	-.985	.331
ไม่มี	391	22.71	2.55		

\* p &lt; .05

จากตารางที่ 12 การเปรียบเทียบความรู้ ต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือ นักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล พบว่า ครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา ที่มีโรคเจ็บป่วยทางจิต และไม่มีโรคเจ็บป่วยทางจิต มีความรู้ต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนปัจจัยด้านอื่นๆ ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ 13 แสดงการเปรียบเทียบบุคลิกภาพมิติที่หนึ่ง บุคลิกภาพแบบมั่นคงและแบบหวั่นไหว ในสภาวะอารมณ์ มิติที่สองบุคลิกภาพแบบเก็บตัวและแบบแสดงออก ของครูที่ปรึกษา ในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี ต่อความรู้การดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน

บุคลิกภาพ	จำนวน (425คน)	ความรู้			
		$\bar{X}$	SD.	t	P
1. บุคลิกภาพมิติที่ 1 (N-Scale)					
บุคลิกภาพแบบมั่นคง ในสภาวะอารมณ์ (Stable)	333	22.63	2.55	-.617	.538
บุคลิกภาพแบบหวั่นไหวในสภาวะอารมณ์ (Neurotic)	92	22.82	2.69		
2. บุคลิกภาพมิติที่ 2 (E-Scale)					
บุคลิกภาพแบบเก็บตัว (Introvert)	231	22.93	2.50	2.26	.024*
บุคลิกภาพแบบแสดงออก (Extrovert)	194	22.36	2.64		

\*  $p < .05$

จากตารางที่ 13 พบว่า บุคลิกภาพมิติที่หนึ่งบุคลิกภาพแบบมั่นคงและแบบหวั่นไหวใน สภาวะอารมณ์ มีความรู้ต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนบุคลิกภาพมิติที่สองบุคลิกภาพแบบเก็บตัวและแบบแสดงออกมี ความรู้ต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทาง สถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 14 แสดงการเปรียบเทียบเจตคติ ต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือ  
นักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยม สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี  
จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล

ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน (425คน)	เจตคติ			
		$\bar{X}$	SD.	F	P
อายุ					
20-25 ปี	27	104.22	16.46	2.176	.044*
26-30 ปี	49	103.84	12.28		
31-35 ปี	67	107.33	9.74		
36-40 ปี	59	106.27	11.22		
41-45 ปี	75	109.41	9.47		
46-50 ปี	93	104.46	10.38		
50 ปี ขึ้นไป	55	106.13	9.01		
ศาสนาที่นับถือ					
พุทธ	418	106.08	10.92	.825	.439
อิสลาม	2	108.50	0.71		
คริสต์	5	112.20	9.26		
ระดับการศึกษา					
ต่ำกว่าปริญญาตรี	6	105.50	20.80	.734	.481
ปริญญาตรี	386	105.99	10.77		
สูงกว่าปริญญาตรี	33	108.36	10.14		
สถานภาพสมรส					
โสด	133	106.08	11.25	1.597	.174
สมรสแล้วอยู่ด้วยกัน	262	106.28	10.66		
สมรสแล้วแยกกันอยู่	14	110.43	8.46		
หย่าร้าง	11	103.00	13.70		
ม่าย	5	97.40	9.81		

\*p < .05

ตารางที่ 14 แสดงการเปรียบเทียบเจตคติ ต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือ  
นักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยม สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี  
จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล (ต่อ)

ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน (425คน)	เจตคติ			
		$\bar{X}$	SD.	F	P
ระยะเวลาบรรจุเข้ารับราชการ					
1 - 10ปี	158	105.80	12.26	1.02	.358
11 - 20ปี	91	107.62	10.70		
21 ปี ขึ้นไป	176	105.73	9.61		
รายได้ต่อเดือน					
ต่ำกว่า 5,000 บาท	12	106.25	10.57	.286	.887
5,000-10,000 บาท	116	105.26	12.57		
10,001-20,000 บาท	187	106.57	10.90		
20,001-30,000 บาท	107	106.46	8.84		
สูงกว่า 30,000 บาท	3	105.33	13.50		
สถานภาพทางเศรษฐกิจ					
เพียงพอสำหรับใช้จ่ายและมีเหลือเก็บออมพอสมควร	72	105.43	11.27	1.39	.226
เพียงพอสำหรับใช้จ่ายและมีเหลือเก็บออมไว้เล็กน้อย	143	107.43	10.05		
ต้องใช้จ่ายอย่างประหยัดจึงจะพอเหลือเก็บออม	102	106.98	10.25		
ต้องใช้จ่ายอย่างประหยัดและไม่เหลือเก็บออม	55	104.51	12.96		
ไม่มีเพียงพอสำหรับค่าใช้จ่ายในแต่ละเดือน	10	101.70	12.47		
ไม่มีเพียงพอสำหรับค่าใช้จ่ายในแต่ละเดือนและมีหนี้	43	104.40	10.94		

\*  $p < .05$

จากตารางที่ 14 พบว่า ครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษาที่มี อายุ แตกต่างกันมีเจตคติ  
ต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่  
ระดับ .05 ส่วนปัจจัยด้านอื่นๆ ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ



ตารางที่ 15 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยรายคู่ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลด้าน อายุ ของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี กับ เจตคติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนโดยวิธี Scheffe

กลุ่มอายุ (ปี)	20-25	26-30	31-35	36-40	41-45	46-50	มากกว่า 50ปีขึ้นไป
20-25	-	0.38	-3.10	-2.04	-5.19*	-0.22	-1.90
26-30	-	-	-3.49	-2.43	-5.57*	-0.61	-2.29
31-35	-	-	-	1.05	-2.08	2.87	1.20
36-40	-	-	-	-	-3.14	1.81	0.14
41-45	-	-	-	-	-	4.96*	3.28
46-50	-	-	-	-	-	-	-1.67
มากกว่า 50 ปีขึ้นไป	-	-	-	-	-	-	-

\*P < .05

จากตารางที่ 15 พบว่า อายุของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี อายุระหว่าง 20-25 ปี และ 26-30 ปี มีเจตคติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนแตกต่างจากกลุ่ม อายุระหว่าง 41-45 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อายุของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี อายุระหว่าง 41-45 ปี มีเจตคติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนแตกต่างจากกลุ่มอายุระหว่าง 46-50 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 16 แสดงการเปรียบเทียบ เจตคติ ต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือ  
นักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัด  
ปราจีนบุรี จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล

ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน (425 คน)	เจตคติ			
		$\bar{X}$	SD.	t	P
เพศ					
ชาย	117	104.26	11.94	-2.102	.037*
หญิง	308	106.89	10.39		
การอบรม /ประชุมสัมมนา ระบบการดูแลช่วยเหลือ นักเรียน					
เคย	330	106.24	11.10	.265	.791
ไม่เคย	95	105.92	10.17		
ภาระทางครอบครัวที่ต้องรับผิดชอบ					
มี	378	106.43	10.92	1.442	.717
ไม่มี	47	104.06	10.55		
งานพิเศษนอกเหนือจากงานประจำ					
มี	115	105.84	11.26	-.362	.490
ไม่มี	310	106.28	10.77		

\*  $p < .05$

ตารางที่ 16 แสดงการเปรียบเทียบ เจตคติ ต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือ  
นักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัด  
ปราจีนบุรี จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล (ต่อ)

ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน (425คน)	เจตคติ			
		$\bar{X}$	SD.	t	P
โรคเจ็บป่วยทางกาย					
มี	118	106.75	9.19	.691	.490
ไม่มี	307	105.94	11.49		
โรคเจ็บป่วยทางจิต					
มี	27	103.63	10.45	-1.299	.204
ไม่มี	398	106.34	10.91		
โรคเจ็บป่วยทางจิต หรือ อารมณ์ ของพ่อ แม่ ญาติ พี่ น้อง					
มี	34	104.91	8.69	-.855	.397
ไม่มี	391	106.27	11.06		

จากตารางที่ 16 การเปรียบเทียบเจตคติ ต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือ  
นักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี จำแนก  
ตามปัจจัยส่วนบุคคล พบว่า ครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษาเพศชายและเพศหญิง มีเจตคติ  
ต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ  
ที่ระดับ .05 ส่วนปัจจัยด้านอื่นๆ ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ 17 แสดงการเปรียบเทียบบุคลิกภาพมิติที่หนึ่ง บุคลิกภาพแบบมั่นคงและแบบหวั่นไหวในสภาวะอารมณ์ มิติที่สองบุคลิกภาพแบบเก็บตัวและแบบแสดงออก ของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี ต่อเจตคติการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน

บุคลิกภาพ	จำนวน (425คน)	เจตคติ			
		$\bar{X}$	SD.	t	P
1. บุคลิกภาพมิติที่ 1 (N-Scale)					
บุคลิกภาพแบบมั่นคง ในสภาวะอารมณ์ (Stable)	333	105.71	10.21	-1.634	.103
บุคลิกภาพแบบหวั่นไหวในสภาวะอารมณ์ (Neurotic)	92	107.80	12.99		
2. บุคลิกภาพมิติที่ 2 (E-Scale)					
บุคลิกภาพแบบเก็บตัว (Introvert)	231	108.03	9.79	3.927	.000**
บุคลิกภาพแบบแสดงออก (Extrovert)	194	103.94	11.72		

\*\*\*  $p < .001$

จากตารางที่ 17 พบว่า บุคลิกภาพมิติที่หนึ่งบุคลิกภาพแบบมั่นคงและแบบหวั่นไหวในสภาวะอารมณ์ มีเจตคติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนบุคลิกภาพมิติที่สองบุคลิกภาพแบบเก็บตัวและแบบแสดงออกมีเจตคติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 18 แสดงการเปรียบเทียบการปฏิบัติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแล ช่วยเหลือ  
นักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา  
จังหวัดปราจีนบุรี ตามปัจจัยส่วนบุคคล

ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน (425คน)	การปฏิบัติ			
		$\bar{X}$	SD.	F	P
อายุ					
20-25 ปี	27	83.63	15.21	1.009	.419
26-30 ปี	49	83.53	14.98		
31-35 ปี	67	80.94	11.78		
36-40 ปี	59	81.83	13.82		
41-45 ปี	75	80.95	13.40		
46-50 ปี	93	79.19	14.25		
50 ปี ขึ้นไป	55	78.58	14.21		
ศาสนาที่นับถือ					
พุทธ	418	80.81	13.89	.314	.730
อิสลาม	2	78.00	5.66		
คริสต์	5	85.40	9.81		

ตารางที่ 18 แสดงการเปรียบเทียบการปฏิบัติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือ  
นักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี  
ตามปัจจัยส่วนบุคคล (ต่อ)

ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน (425คน)	การปฏิบัติ			
		$\bar{X}$	SD.	F	P
ระดับการศึกษา					
ต่ำกว่าปริญญาตรี	6	89.83	16.57	1.697	.184
ปริญญาตรี	386	80.90	13.86		
สูงกว่าปริญญาตรี	33	78.64	12.56		
สถานภาพสมรส					
โสด	133	80.92	13.67	.264	.901
สมรสแล้วอยู่ด้วยกัน	262	80.53	14.18		
สมรสแล้วแยกกันอยู่	14	83.57	11.39		
หย่าร้าง	11	82.64	13.49		
ม่าย	5	83.60	6.80		
ระยะเวลาบรรจุเข้ารับราชการ					
1-10 ปี	158	83.65	13.80	6.821	.001**
11-20ปี	91	81.22	14.08		
21 ปี ขึ้นไป	176	78.14	13.26		
รายได้ต่อเดือน					
ต่ำกว่า 5,000 บาท	12	85.00	10.27	1.940	.103
5,000-10,000 บาท	116	82.86	14.66		
10,001-20,000 บาท	187	80.90	14.35		
20,001-30,000 บาท	107	78.23	11.89		
สูงกว่า 30,000 บาท	3	76.33	13.87		

\*\*p<.01

ตารางที่ 18 แสดงการเปรียบเทียบการปฏิบัติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือ  
นักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี  
ตามปัจจัยส่วนบุคคล (ต่อ)

ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน (425คน)	การปฏิบัติ			
		$\bar{X}$	SD.	F	P
สถานภาพทางเศรษฐกิจ					
เพียงพอสำหรับใช้จ่ายและมีเหลือเก็บออมพอสมควร	72	82.11	14.53	.497	.778
เพียงพอสำหรับใช้จ่ายและมีเหลือเก็บออมได้เล็กน้อย	143	81.01	12.56		
ต้องใช้จ่ายอย่างประหยัดจึงจะพอเหลือเก็บออม	102	80.56	14.32		
ต้องใช้จ่ายอย่างประหยัดและไม่เหลือเก็บออม	55	81.51	15.72		
ไม่มีเพียงพอสำหรับค่าใช้จ่ายในแต่ละเดือน	10	80.60	14.68		
ไม่มีเพียงพอสำหรับค่าใช้จ่ายในแต่ละเดือนและมีหนี้	43	78.09	13.09		

จากตารางที่ 18 พบว่า ครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษาที่มีระยะเวลาบรรจุเข้ารับ  
ราชการแตกต่างกัน มีการปฏิบัติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนแตกต่าง  
กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนปัจจัยด้านอื่นๆ ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทาง  
สถิติ

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 19 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยรายคู่ของระยะเวลาบรรจุเข้ารับราชการ ต่อการปฏิบัติตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษาโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี โดยวิธี Scheffe

ระยะเวลาบรรจุเข้ารับราชการ	1-10 ปี	11-20 ปี	21 ปีขึ้นไป
1-10 ปี	-	2.42	5.50*
11- 20 ปี	-	-	-3.07
21 ปีขึ้นไป	-	-	-

\*  $p < .05$

จากตารางที่ 19 พบว่า ครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี ที่มีระยะเวลาบรรจุเข้ารับราชการ ระหว่าง 1-10 ปี มีการปฏิบัติต่อกรดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนแตกต่างกับครูที่ปรึกษามีระยะเวลาบรรจุเข้ารับราชการ 21 ปี ขึ้นไป อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ตารางที่ 20 แสดงการเปรียบเทียบ การปฏิบัติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือ  
นักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี  
จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล

ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน (425คน)	การปฏิบัติ			
		$\bar{X}$	SD.	t	P
เพศ					
ชาย	117	81.15	15.17	.258	.797
หญิง	308	80.73	13.30		
การอบรม/ประชุมสัมมนา ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน					
เคย	330	82.12	13.32	3.404	.001**
ไม่เคย	95	76.42	14.67		
ภาระทางครอบครัวที่ต้องรับผิดชอบ					
มี	378	80.80	13.62	-.173	.863
ไม่มี	47	81.21	15.55		
งานพิเศษนอกเหนือจากงานประจำ					
มี	115	81.33	13.29	-.450	.653
ไม่มี	310	80.67	14.04		
โรคเจ็บป่วยทางกาย					
มี	118	79.71	12.89	1.095	.275
ไม่มี	307	81.28	14.17		
โรคเจ็บป่วยทางจิต					
มี	27	80.56	16.55	-.096	.925
ไม่มี	398	80.87	13.65		
โรคเจ็บป่วยทางจิต หรือ ทางอารมณ์ ของพ่อ แม่ ญาติ พี่ น้อง					
มี	34	76.56	8.99	.1.891	.059
ไม่มี	391	81.22	14.11		

\*\* p < .01

จากตารางที่ 20 การเปรียบเทียบการปฏิบัติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล พบว่า ครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษาที่ได้รับการอบรม / ประชุมสัมมนา ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน และไม่ได้รับการอบรม / ประชุมสัมมนา ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน มีการปฏิบัติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 ส่วนปัจจัยด้านอื่นๆ ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ 21 แสดงการเปรียบเทียบบุคลิกภาพมิติที่หนึ่งบุคลิกภาพแบบมั่นคงและแบบหวั่นไหว ในสภาวะอารมณ์ มิติที่สองบุคลิกภาพแบบเก็บตัวและแบบแสดงออก ของครูที่ปรึกษา ในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี ต่อการปฏิบัติ การดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน

บุคลิกภาพ	จำนวน (425คน)	การปฏิบัติ			
		$\bar{X}$	SD.	t	P
1. บุคลิกภาพมิติที่ 1 (N-Scale)					
บุคลิกภาพแบบมั่นคง ในสภาวะอารมณ์ (Stable)	333	79.67	13.58	-3.339	.001**
บุคลิกภาพแบบหวั่นไหวในสภาวะอารมณ์ (Neurotic)	92	85.12	13.94		
2. บุคลิกภาพมิติที่ 2 (E-Scale)					
บุคลิกภาพแบบเก็บตัว (Introvert)	231	81.45	13.86	.981	.327
บุคลิกภาพแบบแสดงออก (Extrovert)	194	80.13	13.78		

\*\* p < .01

จากตารางที่ 21 พบว่า บุคลิกภาพมิติที่หนึ่งบุคลิกภาพแบบมั่นคงและแบบหวั่นไหวในสภาวะอารมณ์ มีการปฏิบัติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนบุคลิกภาพมิติที่สองบุคลิกภาพแบบเก็บตัวและแบบแสดงออกมีการปฏิบัติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ 22 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ระหว่าง ภาวะเครียด ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษา ในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี

รายการ	ภาวะเครียด	ความรู้	เจตคติ	การปฏิบัติ
ภาวะเครียด	-	-.119	-.146**	-.120*
ความรู้	-	-	.214**	.039
เจตคติ	-	-	-	.094
การปฏิบัติ	-	-	-	-

\*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$

จากตารางที่ 22 แสดงว่า ภาวะเครียดต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือ นักเรียนของครูที่ปรึกษา ในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี มีความสัมพันธ์กับเจตคติและการปฏิบัติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และ .05 ( $r = -.146$  และ  $-.120$ ) ตามลำดับ และด้านความรู้ความสัมพันธ์กับเจตคติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .01 ( $r = .214$ )

ตารางที่ 23 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณปัจจัยที่มีผลต่อภาวะเครียดต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัด กรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี

รายการ	R	R <sup>2</sup>	B	t	P
อายุ	.429	.184	.182	-8.666	.000***
ระยะเวลาบรรจุเข้ารับราชการ	.450	.202	.199	3.270	.001
โรคเจ็บป่วยทางจิต	.469	.220	.215	-3.083	.002
Constant			41.086	13.013	.000

\*\*\*  $p < .001$

จากตารางที่ 23 เมื่อนำตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับภาวะเครียดต่อการดำเนินงานตาม ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษา ในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี จำนวน 10 ตัวแปร ได้แก่ อายุ สถานภาพสมรส ระยะเวลาบรรจุเข้ารับราชการ รายได้ต่อเดือน งานพิเศษนอกเหนือจากงานประจำ โรคเจ็บป่วยทางจิต การเจ็บป่วยทาง

จิตหรือทางอารมณ์ของพ่อ แม่ ญาติ พี่ น้อง บุคลิกภาพแบบเก็บตัว เจตคติ และการปฏิบัติ พบว่า มีเพียง 3 ตัวแปรเท่านั้นที่มีผลต่อภาวะเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 คือ อายุมากกว่า 40 ปีขึ้นไป สามารถเป็นตัวพยากรณ์ได้ ร้อยละ 18.4 เมื่อเพิ่มตัวแปร ระยะเวลาบรรจุเข้ารับราชการมากกว่า 21 ปีขึ้นไป สามารถพยากรณ์ได้ ร้อยละ 20.2 และเมื่อเพิ่มตัวแปร โรคป่วยทางจิต สามารถพยากรณ์ได้ ร้อยละ 22.0

ตารางที่ 24 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณปัจจัยที่มีผลต่อความรู้การดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี

รายการ	R	R <sup>2</sup>	B	t	p
โรคเจ็บป่วยทางจิต	.130	.017	.281	2.695	.007**
Constant			1.386	6.822	.000

\*\* p < .01

จากตารางที่ 24 เมื่อนำตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับความรู้ต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษา ในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี จำนวน 2 ตัวแปร ได้แก่ โรคเจ็บป่วยทางจิต และบุคลิกภาพ แบบเก็บตัว พบว่ามีเพียง 1 ตัวแปรเท่านั้นที่มีผลต่อความรู้การดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 คือ โรคเจ็บป่วยทางจิต สามารถพยากรณ์ ร้อยละ 1.7 ซึ่งเป็นค่าพยากรณ์ที่ต่ำ

ตารางที่ 25 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณปัจจัยที่มีผลต่อเจตคติการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี

รายการ	R	R <sup>2</sup>	B	t	P
เพศ	.108	.012	.281	2.237	.026*
Constant			101.623	48.451	.000

\*p<.05

จากตารางที่ 25 เมื่อนำตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับเจตคติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษา ในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี จำนวน 3 ตัวแปร ได้แก่ เพศหญิง อายุมากกว่า 40 ปีขึ้นไป และบุคลิกภาพแบบเก็บตัว พบว่ามีเพียง 1 ตัวแปรเท่านั้นที่มีผลต่อเจตคติการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คือ เพศหญิง สามารถพยากรณ์ได้ ร้อยละ 1.2 ซึ่งเป็นค่าพยากรณ์ที่ต่ำ

ตารางที่ 26 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณปัจจัยที่มีผลต่อการปฏิบัติตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี

รายการ	R	R <sup>2</sup>	B	t	P
ระยะเวลาบรรจุเข้ารับราชการ	.177	.031	2.673	3.628	.000***
การอบรม/สัมมนา	.243	.059	5.520	3.525	.000***
Constant			93.060	37.440	.000

\*\*\*p<.001

จากตารางที่ 26 เมื่อนำตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติตามการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษา ในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี จำนวน 3 ตัวแปร ได้แก่ ระยะเวลาบรรจุเข้ารับราชการ การอบรม/สัมมนา ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน และการเจ็บป่วยทางจิต พบว่ามี 2 ตัวแปรที่มีผลต่อการปฏิบัติตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 คือ ระยะเวลาบรรจุเข้ารับราชการมากกว่า 21 ปีขึ้นไป สามารถพยากรณ์ได้ ร้อยละ 3.1 เมื่อเพิ่มตัวแปร การอบรม/สัมมนา สามารถพยากรณ์ได้ร้อยละ 5.9 ซึ่งเป็นค่าพยากรณ์ที่ต่ำ

## บทที่ 5

### สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เสนอตามวัตถุประสงค์การวิจัยซึ่งตั้งไว้ คือ เพื่อศึกษา ภาวะเครียด ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ ต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือ นักเรียนของครูที่ปรึกษา ตลอดจนปัจจัยที่เกี่ยวข้อง และศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง ภาวะเครียด กับความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ ตลอดจนปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ของครูที่ปรึกษาโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี

#### สรุปผลการวิจัย

1. ปัจจัยส่วนบุคคลของครูที่ปรึกษา
2. ภาวะเครียด ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษา
3. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับภาวะเครียด ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน
4. ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะเครียด กับความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษา
5. ปัจจัยทำนายภาวะเครียด ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน

#### 1. ปัจจัยส่วนบุคคลของครูที่ปรึกษา

ครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 72.47 มีอายุอยู่ระหว่าง 46 – 50 ปี ร้อยละ 21.88 นับถือศาสนาพุทธ ร้อยละ 98.35 มีการศึกษาระดับปริญญาตรี ร้อยละ 90.82 สถานภาพสมรสสมรสแล้วอยู่ด้วยกัน ร้อยละ 61.65 ระยะเวลาบรรจุเข้ารับราชการเป็นเวลา 21 ปี ขึ้นไป ร้อยละ 41.41 เคยเข้ารับการอบรม / ประชุมสัมมนา ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน ร้อยละ 77.65 รายได้ต่อเดือน อยู่ระหว่าง 10,001 – 20,000 บาท ร้อยละ 44.00 สถานภาพทางเศรษฐกิจมีเพียง

พอสำหรับใช้จ่ายและมีเหลือเก็บออมไว้เล็กน้อย ร้อยละ 33.65 มีภาระทางครอบครัวที่ต้องรับผิดชอบ ร้อยละ 88.94 ไม่ทำงานพิเศษนอกเหนือจากงานประจำ ไม่มีโรคเจ็บป่วยทางกาย ไม่มีโรคเจ็บป่วยทางจิต ไม่มีพ่อ แม่ ญาติ พี่ น้อง เจ็บป่วยทางจิตหรือทางอารมณ์ และครูที่ปรึกษาส่วนใหญ่มีบุคลิกภาพ แบบมั่นคงในสภาวะอารมณ์ ร้อยละ 78.36 และมีบุคลิกภาพแบบเก็บตัว ร้อยละ 54.35

## 2. ภาวะเครียด ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน ของครูที่ปรึกษาโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี

2.1 มีภาวะเครียด ร้อยละ 39.76

2.2 ความรู้ต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน ข้อคำถาม ความรู้ต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน ทั้งหมด 30 ข้อ ครูที่ปรึกษาตอบแบบสอบถามทั้งหมด 425 คน ได้คะแนนเฉลี่ย เท่ากับ 22.67 ( S.D. = 2.58 ) โดยค่าคะแนนต่ำสุดเท่ากับ 13 คะแนน คะแนนสูงสุด 29 คะแนน นำมาแบ่งระดับคะแนน โดยใช้คะแนน เฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของกลุ่มเป็นเกณฑ์ แบ่ง เป็น 3 ระดับ คือ น้อย ปานกลาง และมาก พบว่า ครูที่ปรึกษาส่วนใหญ่มีความรู้เกี่ยวกับการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน ระดับปานกลาง ร้อยละ 71.76 เมื่อจำแนกตามประเด็นด้านความรู้ตามบทบาทหน้าที่ของครูที่ปรึกษา พบว่า ครูที่ปรึกษามีความรู้ ด้านการส่งเสริมนักเรียน อยู่ลำดับที่ 1 ( $\bar{X} = 0.94$ ) ด้านระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน ลำดับที่ 2 ( $\bar{X} = 0.90$ ) ด้านการส่งต่อนักเรียน ลำดับที่ 3 ( $\bar{X} = 0.84$ ) ด้านการรู้จักนักเรียนเป็นรายบุคคล ลำดับที่ 4 ( $\bar{X} = 0.82$ ) ด้าน การคัดกรองนักเรียน ลำดับที่ 5 ( $\bar{X} = 0.78$ ) และด้าน การป้องกันและช่วยเหลือนักเรียน ลำดับที่ 6 ( $\bar{X} = 0.33$ )

2.3 เจตคติ ต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน ข้อคำถาม เจตคติ ต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน จำนวน 30 ข้อ จากครูที่ปรึกษาตอบแบบสอบถามทั้งหมด 425 คน ได้คะแนนเฉลี่ย เท่ากับ 106.13 ( S.D. = 10.89 ) ได้ค่าคะแนนต่ำสุด เท่ากับ 64 คะแนน คะแนนสูงสุด 136 คะแนน นำมาแบ่งระดับคะแนน โดยใช้คะแนนเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มเป็นเกณฑ์ แบ่งเป็น 3 ระดับ คือ ระดับเจตคติไม่ดี ปานกลาง และดี พบว่าครูที่ปรึกษา ส่วนใหญ่มีเจตคติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน ระดับปานกลาง ร้อยละ 73.65 เมื่อแยกเจตคติตามประเด็นบทบาทหน้าที่ของครูที่ปรึกษา พบว่า ครูที่ปรึกษามีเจตคติต่อด้าน การคัดกรองนักเรียน อยู่ในลำดับที่ 1 ( $\bar{X} = 3.71$ ) ด้าน การส่งเสริมนักเรียน ลำดับที่ 2 ( $\bar{X} = 3.69$ ) ด้าน การป้องกัน และช่วยเหลือนักเรียน ลำดับที่ 3 ( $\bar{X} = 3.58$ ) ด้านระบบ

การดูแลช่วยเหลือนักเรียน ลำดับที่ 4 ( $\bar{X} = 3.56$ ) ด้านการส่งต่อนักเรียน ลำดับที่ 5 ( $\bar{X} = 3.47$ ) และด้านการรู้จักนักเรียน เป็นรายบุคคล ลำดับที่ 6 ( $\bar{X} = 3.21$ )

2.4 การปฏิบัติต่อการดำเนินการตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน ข้อคำถามการปฏิบัติต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน จำนวน 30 ข้อ ครูที่ปรึกษาตอบแบบสอบถาม 425 คน ได้คะแนนเฉลี่ย เท่ากับ 80.85 ( S.D. = 13.83 ) ค่าคะแนนต่ำสุด เท่ากับ 39 คะแนน สูงสุด 120 คะแนน นำมาแบ่งระดับคะแนนโดยใช้คะแนนเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มเป็นเกณฑ์ แบ่งเป็น 3 ระดับ คือ ระดับปฏิบัติน้อย ปานกลาง และมาก พบว่า ครูที่ปรึกษาส่วนใหญ่ ปฏิบัติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน ระดับปานกลาง ร้อยละ 71.29 เมื่อจำแนกการปฏิบัติตามบทบาทหน้าที่ของครูที่ปรึกษาพบว่าครูที่ปรึกษาปฏิบัติประเด็นด้าน การส่งเสริมนักเรียน เป็นลำดับที่ 1 ( $\bar{X} = 2.88$ ) ด้านการป้องกันและช่วยเหลือ นักเรียน ลำดับที่ 2 ( $\bar{X} = 2.76$ ) ด้านการคัดกรองนักเรียน ลำดับที่ 3 ( $\bar{X} = 2.75$ ) ด้านการรู้จักนักเรียนเป็นรายบุคคล ลำดับที่ 4 ( $\bar{X} = 2.69$ ) ด้านระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน ลำดับที่ 5 ( $\bar{X} = 2.68$ ) และ ด้านการส่งต่อนักเรียน ลำดับที่ 6 ( $\bar{X} = 2.34$ )

### 3. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล กับภาวะเครียด ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ ต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน

ปัจจัยส่วนบุคคลของครูที่ปรึกษาโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี ด้านอายุ ระยะเวลาบรรจุเข้ารับราชการ รายได้ต่อเดือน งานพิเศษนอกเหนือจากงานประจำ โรคเจ็บป่วยทางจิต และการเจ็บป่วยทางจิตหรืออารมณ์ของ พ่อ แม่ ญาติ พี่ น้อง และบุคลิกภาพแบบเก็บตัว มีความสัมพันธ์กับภาวะเครียดต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระดับ.01 และด้านสถานภาพสมรสมีความสัมพันธ์กับภาวะเครียดต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ปัจจัยส่วนบุคคลของครูที่ปรึกษาด้านการเจ็บป่วยทางจิต และบุคลิกภาพแบบเก็บตัว มีความสัมพันธ์กับความรู้ต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ปัจจัยส่วนบุคคลของครูที่ปรึกษา ด้าน อายุ เพศ มีความสัมพันธ์กับเจตคติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ บุคลิกภาพแบบเก็บตัวมีความสัมพันธ์กับเจตคติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01



ปัจจัยส่วนบุคคลของครูที่ปรึกษาด้าน ระยะเวลาบรรจุเข้ารับราชการ การอบรม/ประชุมสัมมนา ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน และบุคลิกภาพแบบมีความมั่นคงและอ่อนไหว ต่อสภาวะอารมณ์ มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติต่อการดำเนินการตามระบบการดูแลช่วยเหลือ นักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

**4. ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะเครียด กับ ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ ต่อระบบ การดูแลช่วยเหลือนักเรียน** ภาวะเครียดต่อระบบการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือ นักเรียนมีความสัมพันธ์กับเจตคติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ( $r = -.146$ ) และมีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ( $r = -.120$ ) และความรู้มีความสัมพันธ์กับเจตคติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ( $r = .214$ )

**5. ปัจจัยที่ทำนายภาวะเครียด ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน**

ปัจจัยทำนายภาวะเครียด อายุ สถานภาพสมรส ระยะเวลาบรรจุเข้ารับราชการ รายได้ต่อเดือน งานพิเศษนอกเหนือจากงานประจำ โรคเจ็บป่วยทางจิต การเจ็บป่วยทางจิตหรืออารมณ์ของพ่อ แม่ ญาติ พี่ น้อง บุคลิกภาพแบบเก็บตัว เจตคติ และการปฏิบัติ ของครูที่ปรึกษาโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี พบว่า มีเพียง 3 ตัวแปรเท่านั้นที่มีผลต่อภาวะเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01คือ อายุสามารถเป็นตัวแปรพยากรณ์ภาวะเครียดได้ ร้อยละ 18.4 เมื่อเพิ่มตัวแปรระยะเวลาบรรจุเข้ารับราชการ สามารถพยากรณ์ภาวะเครียดได้ ร้อยละ 20.2 และเมื่อเพิ่มตัวแปรโรคเจ็บป่วยทางจิตสามารถพยากรณ์ได้ ร้อยละ 22.00 ดังนั้นทั้ง 3 ตัวแปรเป็นตัวแปรพยากรณ์ที่ดีสามารถร่วมพยากรณ์การเกิดภาวะเครียดได้

ปัจจัยทำนายความรู้ การเจ็บป่วยทางจิต และบุคลิกภาพแบบเก็บตัว ของครูที่ปรึกษาโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี พบว่า มีเพียง 1 ตัวแปรเท่านั้น ที่มีผลในระดับต่ำต่อความรู้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ  $p < .01$  คือ การเจ็บป่วยทางจิต สามารถพยากรณ์ความรู้ได้ ร้อยละ 1.7

ปัจจัยทำนายเจตคติ เพศ อายุ และบุคลิกภาพแบบเก็บตัว ของครูที่ปรึกษาโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี พบว่า มีเพียง 1 ตัวแปรเท่านั้น ที่มีผลต่อเจตคติในระดับต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ  $p < .01$  คือ เพศ สามารถพยากรณ์เจตคติได้ ร้อยละ 1.2

ปัจจัยทำนายการปฏิบัติ ระยะเวลาบรรจุเข้ารับราชการ การเคยอบรม/สัมมนา และบุคลิกภาพแบบมั่นคงในสภาวะอารมณ์ ของครูที่ปรึกษาโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรม

สามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี พบว่า มีเพียง 2 ตัวแปรเท่านั้น ที่มีผลต่อการปฏิบัติในระดับต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ  $p < .001$  คือ ระยะเวลาบรรจุเข้ารับราชการ สามารถพยากรณ์ การปฏิบัติได้ร้อยละ 3.1 เมื่อเพิ่มตัวแปร การเคยอบรม/สัมมนาระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน สามารถพยากรณ์ได้ร้อยละ 5.9

## อภิปรายผล

จากการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการศึกษาครั้งนี้ พบประเด็นที่น่าสนใจนำมาอภิปรายผล วิจัยได้ ดังนี้

ภาวะเครียด พบว่า ครูที่ปรึกษาโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัด ปราจีนบุรี มีภาวะเครียด ต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนร้อยละ 39.76 ซึ่งอาจเป็นเพราะว่า ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนเป็นระบบใหม่ ที่กรมสุขภาพจิต และ กรมสามัญศึกษา จัดทำระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนขึ้น โดยมุ่งหวังให้ครูสามารถให้ความดูแล ช่วยเหลือนักเรียนได้ทั้งด้านการส่งเสริมในส่วนที่ดีของนักเรียน ด้านการป้องกันมิให้ปัญหาเกิดขึ้น หรือลุกลามมากขึ้นโดยเฉพาะเด็กกลุ่มเสี่ยงและสามารถแก้ไขปัญหาได้เบื้องต้น โดยเฉพาะระบบ การดูแลช่วยเหลือนักเรียนได้มีการพัฒนา เรื่องวิธีการ และเครื่องมือในการดูแลช่วยเหลือนักเรียน อย่างเป็นระบบ อาจส่งผลให้ครูที่ปรึกษามีความยุ่งยาก และยังไม่เข้าใจในระบบและวิธีการหรือ เครื่องมือดังกล่าวอย่างชัดเจนในการดำเนินงานดูแลช่วยเหลือนักเรียน ซึ่งผลการศึกษาสอดคล้อง กับการศึกษาของกนกรัตน์ สายเชื้อ<sup>(38)</sup> ที่พบว่าครูที่ปฏิบัติงานการเงินและบัญชีในโรงเรียน ประถมศึกษา สังกัดการประถมศึกษาจังหวัดมุกดาหาร มีความเครียดในการปฏิบัติงานโดย ภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง เช่นเดียวกับการศึกษาของ ศรวณีย์ บัวชม<sup>(43)</sup> ได้ศึกษาสภาวะ ความเครียดและวิธีการลดความเครียดจากการปฏิบัติงานของผู้บริหารโรงเรียน สังกัดกรมสามัญ ศึกษาจังหวัดนครราชสีมา พบว่าผู้บริหารโรงเรียนมีความเครียดในระดับปานกลาง และนิตารัตน์ เอี่ยมชาญบรรจง<sup>(47)</sup> ได้ศึกษาความเครียดของครูในเขตอำเภอบ้านโป่ง จังหวัดราชบุรี พบว่า ครูมี ความเครียดในระดับปานกลาง และจากการศึกษาของพอนตานาและอะเบาเซอร์ (อ้างใน ชุมพร ศรี ฉัตรปิยานนท์)<sup>(53)</sup> ได้ศึกษาครูในโรงเรียนประถมศึกษาและมัธยมศึกษาพบว่า ครูส่วนใหญ่ ร้อยละ 72.6 มีระดับความเครียดอยู่ในระดับ ปานกลาง

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะเครียดของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรม สามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี ได้แก่ อายุ สถานภาพสมรส ระยะเวลาบรรจุเข้ารับราชการ รายได้

งานพิเศษ การเจ็บป่วยทางจิต การเจ็บป่วยทางจิตหรืออารมณ์ของพ่อ แม่ ญาติ พี่ น้อง และ บุคลิกภาพแบบเก็บตัว จากการศึกษาครั้งนี้พบว่าครูที่ปรึกษาส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 31-50 ปี เป็นส่วนใหญ่ ซึ่งเป็นกลุ่มที่มีโอกาสเผชิญความเครียดสูง เพราะร่างกายที่เคยสมบูรณ์ แข็งแรง สมัยหนุ่มสาว เริ่มจะลดถอยลง แต่ความทะเยอทะยานด้านงานและการเงินยังมีอยู่มาก โดยเฉพาะระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนอาจเป็นเรื่องใหม่สำหรับครูที่ปรึกษา ซึ่งมีวิธีการและเครื่องมือในการดูแลช่วยเหลือนักเรียนเป็นรูปธรรมมากขึ้น และสามารถตรวจสอบได้ จึงเป็นเรื่องยุ่งยาก สำหรับครูที่ปรึกษาที่ต้องจัดเตรียมและปฏิบัติตามรูปแบบกิจกรรมที่กำหนดให้ และครูที่ปรึกษา อาจไม่เชื่อหรือไม่มั่นใจในระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนว่าจะช่วยเหลือนักเรียนได้จริง เพราะ ส่วนใหญ่ครูที่ปรึกษามีประสบการณ์ในการดูแล การเรียนการสอนนักเรียนมา 21 ปีขึ้นไป อาจมีความเชื่อมั่นในวิธีการดูแลนักเรียนตามวิธีการของตนว่าสามารถทำให้นักเรียน มีความรู้และเป็น คนดีได้ แต่ครูที่ปรึกษาต้องปฏิบัติตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนเนื่องจากเป็นนโยบายตาม พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ ปีพุทธศักราช 2542 ของกระทรวงศึกษาธิการ และครูที่ปรึกษา ส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสและอยู่ด้วยกัน และมีภาระที่ต้องรับผิดชอบ เช่น บิดา มารดา บุตร ไม่มีเวลาว่างที่จะหารายได้พิเศษ และต้องใช้จ่ายอย่างประหยัดจึงจะพอใช้ และเก็บออม นอกจากนี้ยังพบว่าครูที่ปรึกษาบางส่วนมีภาวะการเจ็บป่วยทางจิต ซึ่งโดยพยาธิสภาพของการเจ็บป่วย ทางจิตก็รบกวนการดำเนินชีวิตของครูที่ปรึกษาอยู่แล้ว เมื่อต้องมาปฏิบัติงานตามระบบการดูแล ช่วยเหลือนักเรียนก็อาจส่งผลกระทบต่อใจอาการของโรคกำเริบมากขึ้น นอกจากนี้การศึกษาพบว่าครู ที่ปรึกษาส่วนมากมีบุคลิกภาพแบบเก็บตัวและมั่นคงในสภาวะอารมณ์ (Introversion-stability) ซึ่งเป็นบุคลิกภาพที่มีลักษณะยอมตาม ควบคุมตนเองได้ดี รักสงบ ระวังระวังตัวเอง คิดมาก ไม่แสดง ออกอารมณ์ความรู้สึก เจ้าระเบียบ เชื่อถือได้ สุขุม ซึ่งโดยบุคลิกภาพของครูที่ปรึกษาที่ยอมปฏิบัติตาม อาจขัดแย้งกับความคิดความรู้สึกตนเอง และไม่แสดงออก จึงอาจมีผลทำให้ครูที่ปรึกษาเกิดภาวะ เครียดได้ สอดคล้องกับการศึกษาของซุมพรศรี ฉัตรปียานนท์<sup>(53)</sup> ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง ปัจจัยบางประการกับความเครียดของครูในโรงเรียนมัธยมศึกษา พบว่า บุคลิกภาพแบบเก็บตัว และลักษณะงานที่ทำให้มีความสัมพันธ์กับความเครียดของครูในโรงเรียนมัธยมศึกษา สอดคล้องกับ การศึกษาของเอสบริดจ์(Esbridge)<sup>(49)</sup> ได้ศึกษาสุขภาพจิตของครูประถมศึกษาและครูมัธยมศึกษา ศึกษา พบว่าครูวัยหนุ่มสาว มีความเครียด มากกว่าครูสูงอายุ ครูที่มีอายุ 31-35 ปี มีความเครียด สูงกว่าครูที่มีอายุต่ำกว่า 30 ปี หรือมากกว่า 45 ปี ขึ้นไป และสอดคล้องกับการศึกษาของ วิลเลอร์ (Wheeler)<sup>(50)</sup> ได้ศึกษาเงื่อนไข และสถานการณ์ที่เป็นแหล่งความเครียดของครู โรงเรียนรัฐบาล ใน Alabama พบว่า ครูที่มีประสบการณ์การสอน 6-10 ปี 21-25 ปี และ มากกว่า 25 ปี เกิด

ความเครียดมากกว่าครูที่มีประสบการณ์การสอนเพียง 1 ปี ไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ นิสาร์ตัน เอี่ยมชาญบรรจง<sup>(47)</sup> ได้ศึกษา ความรู้ เจตคติ ทักษะการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพจิต และ ความเครียดของครูในเขตอำเภอบ้านโป่ง จังหวัดราชบุรี พบว่า เพศ อายุ สถานภาพสมรส ศาสนา ฐานะการเงิน ภาวะครอบครัว ลักษณะครอบครัว ไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของครู ไม่สอดคล้องกับการศึกษาของไวท์(White)<sup>(52)</sup> กล่าวว่า เพศ อายุ ประสบการณ์การสอน ไม่มีความสัมพันธ์ อย่างมีนัยสำคัญต่อความเครียด ไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ ปุระชัย เปี่ยมสมบูรณ์<sup>(40)</sup> ศึกษา กรณีสารวัตรใหญ่ และสารวัตรสังกัด กองบัญชาการตำรวจภูธรภาค 4 พบว่า อายุ การศึกษา และ ระยะเวลาที่ดำรงตำแหน่ง ต่างกันไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียด และไม่สอดคล้องกับการ ศึกษาของ ศุภชัย แสงสุทธิ<sup>(41)</sup> ที่วิจัยความเครียดของ ข้าราชการในสังกัดสำนักงานคณบดี มหาวิทยาลัยขอนแก่น พบว่า ปัจจัยด้าน เพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ และที่พักอาศัย ไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของข้าราชการ

ครูที่ปรึกษามีความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วย เหลือนักเรียนอยู่ในระดับปานกลาง ผลการศึกษาที่ได้พบว่าใกล้เคียงกับผลการศึกษาของ นันทิกา ทวิชาชาติ<sup>(44)</sup> ศึกษาความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพจิตของประชาชนใน เขตกรุงเทพมหานคร พบว่าความรู้มีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 17.14 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 2.56 คะแนนต่ำสุด 6 คะแนน และคะแนนสูงสุด 23 คะแนน และสอดคล้องกับการศึกษาของ นิสาร์ตัน เอี่ยมชาญบรรจง<sup>(47)</sup> ที่ศึกษา ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพจิตของครูใน เขตอำเภอบ้านโป่ง จังหวัดราชบุรี พบว่าครูอำเภอบ้านโป่ง จังหวัดราชบุรี มีความรู้ เจตคติ และ การปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพจิตอยู่ในระดับปานกลาง สอดคล้องกับการศึกษาของยุพดี ศิริวรรณ<sup>(42)</sup> ที่ศึกษาความรู้ ทักษะ และ การปฏิบัติของอาสาสมัครสาธารณสุขเกี่ยวกับสุขภาพจิตและการให้ บริการสุขภาพจิต พบว่า อาสาสมัครสาธารณสุข มีความรู้ ทักษะ และ การปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพ จิตอยู่ในระดับปานกลาง จากการศึกษาพบว่าครูที่ปรึกษามีความรู้ที่อยู่ในระดับปานกลาง อาจเป็น เพราะว่าการดูแลช่วยเหลือนักเรียนเป็นเรื่องใหม่ ที่มีวิธีการ และเครื่องมือสำหรับการปฏิบัติ ที่เป็นรูปธรรม ซึ่งต้องทำความเข้าใจ ถึงแม้ว่าจะมีการอบรม/สัมมนา เรื่องระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนแก่ครูที่ปรึกษา แต่ก็สามารถตอบสนองความต้องการของครูที่ปรึกษาได้ส่วนหนึ่งเท่านั้น แต่ก็มีครูที่ปรึกษาบางส่วนที่ยังไม่ได้รับการอบรม ซึ่งอาจส่งผลให้ครูที่ปรึกษาขาดความรู้ บางประเด็นไป เช่น การรู้จักนักเรียนเป็นรายบุคคล การป้องกันและช่วยเหลือนักเรียน และ การส่งต่อนักเรียน จึงส่งผลให้ค่าคะแนนต่ำสุด และสูงสุด ของประเด็นดังกล่าวมีช่วงคะแนนห่าง กันมาก ส่วนตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับความรู้ ได้แก่ ภาวะการเจ็บป่วยทางจิต และบุคลิกภาพ

แบบเก็บตัว ส่วนเจตคติของครูที่ปรึกษาต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนอยู่ในระดับปานกลาง อาจมีสาเหตุมาจาก ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน เป็นระบบที่มีวิธีการ เครื่องมือที่ชัดเจน และมีแบบประเมินหลายอย่างเพื่อรู้จักนักเรียนเป็นรายบุคคล และคัดกรองเพื่อหานักเรียนกลุ่มเสี่ยง/มีปัญหา ตลอดจนการส่งเสริมนักเรียน และจัดกิจกรรมต่าง ๆ โดยส่งเสริมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครอง และชุมชน ซึ่งการดำเนินตามกิจกรรมไม่ว่าการเยี่ยมบ้าน หรือกิจกรรมอื่น ๆ ครูที่ปรึกษาต้องจัดเตรียมกิจกรรม อุปกรณ์เอกสาร มากมาย จึงส่งผลให้ครูมีเวลาว่างน้อย และไม่มั่นใจว่าระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนจะช่วยเหลือนักเรียนได้จริง หรือครูที่ปรึกษาที่มีอายุมาก และมีประสบการณ์การสอนนานก็อาจคิดว่าวิธีการของตนก็สามารถทำให้นักเรียนดีและมีความรู้ได้ ในขณะที่เดียวกันครูที่ปรึกษาต้องทำหน้าที่อื่นด้วย เช่น การสอน จึงอาจส่งผลให้ครูมีเจตคติปานกลางต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน สำหรับประเด็นเจตคติที่มีผลต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนที่มีค่าคะแนนต่ำสุด และสูงสุดห่างกันมาก ได้แก่ ประเด็นการ รู้จักนักเรียนเป็นรายบุคคล และการคัดกรองนักเรียน ซึ่งทั้งสองประเด็นเป็นเรื่องที่ยากต่อการเข้าใจ และมีเครื่องมือหลายอย่าง เช่น ระเบียบวินัย แบบประเมินพฤติกรรมเด็ก (SDQ) แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) แบบสัมภาษณ์นักเรียน ผู้ปกครอง และแบบการเยี่ยมบ้าน เป็นต้น ซึ่งอาจส่งผลให้เจตคติมีช่วงคะแนนห่างกันมาก และตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับ เจตคติของครูที่ปรึกษา ได้แก่ เพศ อายุ และ บุคลิกภาพแบบเก็บตัว ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากครูที่ปรึกษาส่วนใหญ่เป็นผู้หญิง และระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนเป็นระบบที่มีความละเอียดอ่อน และเพศหญิงเป็นเพศที่ถูกคาดหวังจากสังคมว่ามีความเหมาะสมในการรับบทบาทหน้าที่ดูแล รับผิดชอบ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของยุพดี ศิริวรรณ<sup>(25)</sup> พบว่าเพศต่างกันจะมีเจตคติเกี่ยวกับสุขภาพจิตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ นิสารัตน์ เขี่ยมชาญบรรจง<sup>(47)</sup> พบว่าเพศไม่มีความสัมพันธ์กับเจตคติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สำหรับการปฏิบัติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษานั้น เป็นนโยบายของกระทรวงศึกษาธิการ ที่ต้องการพัฒนานักเรียนให้เป็นคนดี เก่ง ปราศจากยาเสพติด และอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข โดยส่งเสริมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครอง และชุมชน และมีระบบการติดตามนิเทศงาน จึงส่งผลให้ครูต้องปฏิบัติตาม ถึงแม้ว่าครูบางส่วนจะขาดความรู้บางประเด็นไป เช่น การป้องกันและช่วยเหลือนักเรียน แต่การปฏิบัติของครูที่ปรึกษากลับออกมาดี ครั้งนี้อาจเป็นเพราะว่า ในระบบการปฏิบัติภายในของแต่ละโรงเรียนมีการถ่ายทอดความรู้และมีการเรียนรู้ร่วมกัน ประกอบกับมีการจัดตั้งคณะกรรมการเป็น 3 ทีม คือ คณะกรรมการที่ปรึกษา ทีมประสาน และทีมทำ จึงทำให้เอื้อต่อการ

ปฏิบัติ ตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติได้แก่ การอบรมสัมมนาเรื่องระบบการดูแลช่วยเหลือ นักเรียน ระยะเวลาบรรจุเข้ารับราชการ และบุคลิกภาพแบบ มั่นคงในสภาวะอารมณ์

จากการศึกษาครั้งนี้พบว่า ภาวะเครียด มีความสัมพันธ์กับเจตคติและการปฏิบัติต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน อาจเนื่องมาจากระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนเป็นเรื่องใหม่ มีวิธีการ และเครื่องมือที่ชัดเจน และครูที่ปรึกษาส่วนมากมีอายุอยู่ในระหว่าง 31 - 50 ปี และมีประสบการณ์การสอน 21 ปีขึ้นไป อาจจะไม่มีความเชื่อมั่นว่าระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนนั้นจะสามารถช่วยเหลือนักเรียนได้จริง เพราะอาจมีความเชื่อมั่นในวิธีการดูแลและการสอนนักเรียนของตนว่าสามารถทำให้เด็กมีความรู้และเป็นคนดีได้ ซึ่งอาจส่งผลให้มีเจตคติที่ไม่ดีต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน ซึ่งตรงกันข้ามกับครูที่ปรึกษาที่มีอายุน้อยกว่า 30 ปี ลงมาอาจมีเจตคติที่ดีกว่า เพราะสามารถรับการเปลี่ยนแปลงหรือความรู้ใหม่ ๆ ได้ดีกว่าครูที่มีอายุมากและ ครูที่มีประสบการณ์การสอนน้อยกว่า 10 ปี ซึ่งส่วนใหญ่เป็นครูที่จบการศึกษามาไม่นานนัก วิชาความรู้ที่เรียนมาจะเป็นความรู้เรื่องใหม่ ๆ ทำให้ครูเหล่านี้สามารถยอมรับระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนแนวใหม่ได้ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของโจนส์ (Jones) (อ้างใน จงกล ชันทอง)<sup>(45)</sup> ที่พบว่าอายุมีผลต่อเจตคติมากกว่าการฝึกอบรมหรือประสบการณ์ในการใช้แฟ้มสะสมงาน และสอดคล้องกับงานวิจัยของบัทส (Butts) (อ้างในจงกล ชันทอง)<sup>(45)</sup> ซึ่งพบว่า ระยะเวลาที่สำเร็จการศึกษาชั้นสุดท้ายกับเจตคติต่อการประเมินผลโดยใช้แฟ้มสะสมงาน มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยครูที่จบการศึกษามา 5 ปี หรือต่ำกว่านั้น จะมีเจตคติทางบวกต่อการประเมินผลโดยใช้แฟ้มสะสมงานมากกว่าครูที่จบการศึกษามากกว่า 5 ปี และครูที่ปรึกษาส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสอยู่ด้วยกัน มีภาระรับผิดชอบต่อ บิดา มารดา และบุตร ซึ่งระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนนั้นครูที่ปรึกษาต้องใช้เวลาทำความเข้าใจ และเตรียมเอกสาร แบบประเมิน อุปกรณ์ ตลอดจนกิจกรรมต่าง ๆ และครูที่ปรึกษายังมีหน้าที่รับผิดชอบด้านการเรียนการสอน หรือกิจกรรมอื่น ด้วย จึงส่งผลให้ครูที่ปรึกษามีเจตคติปานกลางต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน ซึ่งส่งผลถึงการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลางด้วย อาจเนื่องมาจากนโยบายตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ ปีพุทธศักราช 2542 ได้กำหนดความมุ่งหมายและหลักการจัดการศึกษาต้องเพื่อพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้ และคุณธรรม มีจริยธรรม และวัฒนธรรมในการดำรงชีวิต สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข ซึ่งระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนเป็นแนวทางหนึ่งตามนโยบายของกระทรวงศึกษาธิการ ที่ต้องการพัฒนา นักเรียนให้เป็นคนเก่ง คนดี ปราศจากยาเสพติด และอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ไม่ว่าจะครูที่ปรึกษาจะมีเจตคติทางด้านบวกหรือลบต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนก็ตาม ก็จะมีผลถึง

การปฏิบัติของครูที่ปรึกษาต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน ถึงแม้ว่าภาระหน้าที่ในครอบครัวของครูที่ปรึกษาเอง การสอนและงานอื่นๆ ที่มากมายในแต่ละวัน จะทำให้ครูรู้สึกท้อแท้ต่อการดูแลนักเรียนในบางครั้ง แต่เชื่อว่าด้วยวิญญูณของความเป็นครู กระตุ้นให้ครูทุกคนตระหนักถึงหน้าที่ของตนเองในข้อนี้ และยินดีที่จะเป็นกลไกสำคัญที่สนับสนุนให้การพัฒนาเยาวชนของชาติให้เติบโตเป็นบุคคลที่มีคุณภาพของประเทศชาติสืบไปในอนาคต สอดคล้องกับ นิภา มนูญปัจจุ<sup>(37)</sup> ได้กล่าวถึง ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติไว้ 4 รูปแบบ คือ การปฏิบัติหรือพฤติกรรมที่แสดงออกมาจะเป็นไปตามเจตคติและความรู้ที่บุคคลนั้นมี การปฏิบัติหรือพฤติกรรมที่เกิดจากความรู้และเจตคติมีความสัมพันธ์กัน ความรู้และเจตคติ ทำให้เกิดการปฏิบัติได้ ความรู้ มีผลต่อการปฏิบัติหรือพฤติกรรมทั้งทางตรงและทางอ้อม โดยมีเจตคติเป็นตัวกลางที่จะทำให้เกิดการปฏิบัติตามมา ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ นิศารัตน์ เอี่ยมชาญบรรจง<sup>(47)</sup> ที่ศึกษาความรู้ เจตคติ ทักษะการปฏิบัติตนเกี่ยวกับสุขภาพจิตและระดับความเครียด ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความรู้ เจตคติ ทักษะการปฏิบัติตนเกี่ยวกับสุขภาพจิตและความเครียด และความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ เจตคติ ทักษะการปฏิบัติตนเกี่ยวกับสุขภาพจิตและความเครียด โดยศึกษาจากกลุ่มตัวอย่างครูอำเภอบ้านโป่ง จังหวัดราชบุรี พบว่า ความรู้มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความเครียด ปัจจัยด้านเจตคติและการปฏิบัติตนเกี่ยวกับสุขภาพจิตมีความสัมพันธ์เชิงลบกับความเครียด

สำหรับตัวแปรที่สามารถพยากรณ์แนวโน้มการเกิดภาวะเครียดของครูที่ปรึกษา พบว่า อายุ สามารถพยากรณ์การเกิดภาวะเครียดได้ร้อยละ 18.4 เมื่อเพิ่มตัวแปรระยะเวลาบรรจุเข้ารับราชการสามารถพยากรณ์ได้ร้อยละ 20.2 เพื่อเพิ่มตัวแปรตัวสุดท้าย คือ การเจ็บป่วยทางจิต สามารถเพิ่มการพยากรณ์ได้ร้อยละ 22.0 ดังนั้น ตัวแปรทั้ง 3 ตัวแปรจึงเป็นตัวแปรพยากรณ์ที่ดีที่สุดที่สามารถร่วมกันพยากรณ์การเกิดภาวะเครียดได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ  $p < .001$

ส่วนตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ความรู้ต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน พบว่า การเจ็บป่วยทางจิต สามารถพยากรณ์ได้ร้อยละ 1.7 ตัวแปรที่สามารถพยากรณ์เจตคติต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน พบว่า เพศ สามารถพยากรณ์ได้ร้อยละ 1.2 และตัวแปรที่สามารถพยากรณ์การปฏิบัติต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษา พบว่า ระยะเวลาบรรจุเข้ารับราชการ สามารถพยากรณ์ได้ ร้อยละ 3.1 เมื่อเพิ่มตัวแปรการอบรม/สัมมนาสามารถเพิ่มการพยากรณ์ได้ร้อยละ 5.9 เมื่อพิจารณาตัวแปรที่มีผลต่อ ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษาพบว่า เป็นตัวแปรที่มีผลในระดับต่ำที่สามารถพยากรณ์ได้

อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ  $p < .01$  ครั้งนี้อาจเป็นเพราะว่า น่าจะมีตัวแปรหรือปัจจัยอื่นที่มีผลต่อความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษา

### ข้อเสนอแนะในทางปฏิบัติ

จากผลการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยขอเสนอแนวทางในการปฏิบัติ ดังนี้

1. ด้านภาวะเครียด พบว่าครูที่ปรึกษามีภาวะเครียด ร้อยละ 39.76 ดังนั้นโรงเรียน หรือ รัฐบาลควรมีนโยบายส่งเสริมสุขภาพจิตที่ดี และหารูปแบบการปรับตัวต่อภาวะเครียดให้เหมาะสม และเป็นรูปธรรมเพื่อลดภาวะความเครียดของครูที่ปรึกษา และเป็นการป้องกันการเกิดภาวะความผิดปกติทางจิตแก่ครูที่ปรึกษา

2. ด้านความรู้ พบว่า ครูที่ปรึกษามีความรู้เกี่ยวกับการป้องกันและช่วยเหลือนักเรียนอยู่ในลำดับสุดท้าย จึงควรหาแนวทางส่งเสริมให้ครูมีความรู้ในด้านนี้เพิ่มมากขึ้น โดยการจัดฝึกอบรม สัมมนา เรื่อง การดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนสำหรับครูที่ปรึกษา โดยเนื้อหาในหลักสูตรควรบรรจุความรู้ในด้านการป้องกันและช่วยเหลือนักเรียนเข้าไปด้วย เช่น การให้การปรึกษาเบื้องต้น กิจกรรมเสริมหลักสูตร กิจกรรมในห้องเรียน กิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อน กิจกรรมการสื่อสารกับผู้ปกครอง เป็นต้น นอกจากการส่งเสริมให้ความรู้ความเข้าใจแก่ครูที่ปรึกษาแล้ว ยังเป็นการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ในการทำงานซึ่งกันและกัน ตลอดจนการส่งเสริมการจัดตั้งเครือข่ายการดำเนินงานของครูที่ปรึกษาด้วย ดังนั้นเมื่อครูมีความรู้ความเข้าใจต่อระบบการดูแลช่วยเหลือ นักเรียน ก็จะส่งผลให้ครูที่ปรึกษามีเจตคติที่ดี ต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน และจะส่งผลให้ครูที่ปรึกษาปฏิบัติตามวิธีการ และเครื่องมือของระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนอย่างมีประสิทธิภาพและต่อเนื่อง ซึ่งจะส่งผลให้ครูที่ปรึกษามีความรัก เอื้ออาทร และเข้าใจธรรมชาติของนักเรียนมากขึ้นด้วย

3. ควรจัดการอบรม / สัมมนา เรื่อง ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนแบบสหวิชาชีพ และการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองและชุมชน เพื่อเป็นจัดตั้งเครือข่ายช่วยเหลือซึ่งกันและกัน และส่งเสริมการทำงานเป็นทีม

### ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาเกี่ยวกับ ภาวะเครียด ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดคณะกรรมการการประถมศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี



2. ควรศึกษาเปรียบเทียบ ภาวะเครียด ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดคณะกรรมการการประถมศึกษา กับครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษาจังหวัดปราจีนบุรี

3. ควรศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยด้านอื่นๆ ที่ส่งผลต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน ของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## รายการอ้างอิง

1. ธงชัย ทวีชาชาติ พนมพร เสาร์สาร ภัคนพิน กิตติรักษนนท์ นันทิกา ทิวชาชาติ และสุชฌม เฉลยทรัพย์. **ความเครียดและสุขภาพจิตคนไทย**. กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, 2539.
2. สุขภาพจิต, กรม. **แผนงานสุขภาพจิต**.กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, 2527:28-29.
3. ชินโอสถ หัสบำเรอ. **ความเครียดจากการทำงานและวิธีการแก้ไข**. วารสารการศึกษา. 19, 9 (กรกฎาคม 2531):4-6.
4. กัลยานี ปฎิมาพร. **ครูประจักษ์กับความเครียด : ตัวอันตรายต่อการศึกษาขั้นพื้นฐาน**. สารพัฒนาหลักสูตร. 84(มีนาคม 2532) : 29-30.
5. อเนก ล่วงลือ. **สุขภาพจิตของผู้บริหารโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงานประถมศึกษาจังหวัดขอนแก่น**. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการบริหารการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2536.
6. Harmon-Vaught. Role conflict, Role ambiguity, personal and professional variables and burnout among special education teachers. Dissertation abstracts International. 47(1985) : 862-A.
7. ประชุม โภธิกุล. **ความเครียดของครู**. ครูปริทัศน์. 11 : 26-31 ; กันยายน 2529.
8. ปฎิมากร ชาญประโคน. **ความเครียดและวิธีเผชิญความเครียดของครูโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดบุรีรัมย์**. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2543.
9. ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. **สุขภาพจิตเบื้องต้น**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์กรุงเทพมหานคร, 2530.
10. Selye, H. **Stress in health and disease**. Boston : Butterwerth, 1976.
11. นราทร ศรีประสิทธิ์. **ปัจจัยทางสังคมและจิตวิทยาที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของเด็กวัยรุ่น**. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต แผนกสังคมสงเคราะห์ การแพทย์และสาธารณสุข มหาวิทยาลัยมหิดล, 2529.
12. Webster, N. **Webster's encyclopedic unabridged dictionary of the English language**. New Jersey : Gramercy Books, 1994 : 1406.
13. Selye, H. **The stress of life**. New York : McGraw-Hill, 1976.
14. Lazarus, R.S. **Patterns of adjustment**. 3<sup>rd</sup> ed. New York : McGraw-Hill, 1976.

15. ชูทิติย์ ปานปรีชา. อารมณ์ ความเครียด และการปรับตัว ใน : **เอกสารการสอนชุดวิชาจิตวิทยาทั่วไป สาขาวิชาคหกรรมศาสตร์ หน่วยที่ 8-15.** พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร. สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช, 2531 : 480-529.
16. สุขภาพจิต, กรม. **การพัฒนาแบบประเมินและวิเคราะห์ความเครียดด้วยตนเองสำหรับประชาชนไทยด้วยคอมพิวเตอร์.** กรุงเทพมหานคร : กระทรวงสาธารณสุข, 2541.
17. รวีวรรณ นิวัตพันธ์. ความเครียดกับการดูแลตนเองในยุค IMF. **จุลสารจุฬาริชาลัย 20** (2541) : 7-10.
18. กิติกร มีทรัพย์. พฤติกรรมและความเครียดและการตอบสนองต่อความเครียด. ใน : ไพบุลย์ดวงจันทร์,บรรณมาธิการ. **หนังสือชุดสืบสานวัฒนธรรมไทยสู่สุขภาพที่ยั่งยืนยาว 4.** กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก, 2541.
19. Seyle, H. History of stress concept. In : L. Goldberger, S. Breznitz (eds) **Handbook of stress : theoretical and clinical aspects**,pp.7-17. 2<sup>nd</sup> ed. New York : Free Press. 1993.
20. Stress, illness, and coping. In : E.P. Sarafino. **Health psychology : biopsychosocial reactions**,pp. 67-155. 3<sup>rd</sup> ed. New York : John Wiley & Sons, 1998.
21. กฤษณนันท์ เครือวรรณ. **ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของนักเรียนโรงเรียนเอกชนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพฯ.** วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิตสาขาจิตเวชศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2541.
22. รุ่งทิพย์ โพธิ์ชุ่ม. **ต้นเหตุความเครียด ระดับความเครียดและวิธีเผชิญความเครียดในบัณฑิตพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล.** วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิตสาขาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยมหิดล, 2539.
23. ซ้อลัดดา พันธุเสนา. **การพยาบาลจิตสังคมในผู้ป่วยภาวะวิกฤตตามแบบแผนสุขภาพ.** กรุงเทพมหานคร : อมรินทร์พริ้นติ้งกรุ๊ป, 2536.
24. Hayward, S. **Strees Solution.** London : Quarto Publishing, 1998.

25. ยุพดี ตริพัฒนาสุวรรณ. **ความสัมพันธ์ระหว่างสภาพแวดล้อมทางการศึกษาภาคปฏิบัติ กับความเครียดและระหว่างความเครียดกับผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษาภาคปฏิบัติของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลสภากาชาดไทย.** วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต (สาธารณสุขศาสตร์) สาขาวิชาเอกพยาบาลสาธารณสุข บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, 2539.
26. สุชีรา ภัทรายุตวรรตน์, เขียวชัย งามทิพย์วัฒนา และกนกรัตน์ สุขะตุงคะ. **การพัฒนาแบบวัดความเครียดในคนไทย. วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย, 2543.**
27. นันทวรรณ นาวิ. **ความเครียด.** พิมพ์ครั้งที่ 2 กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์แสงแดด, 2536.
28. พรรณราย สมิตสุวรรณ. **ความรู้ ทักษะคติ การปฏิบัติตน และกลุ่มอาการของอาการหมดประจำเดือนในสตรีวัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์ จังหวัดสระบุรี :** 2538. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาเวชศาสตร์ป้องกันและสังคม บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2539.
29. ประภาเพ็ญ สุวรรณ และสวิง สุวรรณ. **พฤติกรรมองค์การ.** กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช, 2529.
30. ชวาลา แพรัตกุล . **เทคนิคการวัดผล.** กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช, 2526.
31. **พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2525.** พิมพ์ครั้งที่ 3 กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์อักษรเจริญทัศน์, 2530.
32. เทพพนม เมืองแมน และสวิง สุวรรณ. **พฤติกรรมองค์การ.** กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช, 2529.
33. สุชา จันน์เอม. **จิตวิทยาทั่วไป.** พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช, 2525
34. Anastasi, A. **Psychological testing.** 4<sup>th</sup> ed. New York : Macmillan, 1976.
35. ชม ภูมิภาค. **จิตวิทยาการเรียนการสอน.** พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช, 2523.
36. นิภา มนุษย์ปิจุ. **การวิจัยทางสุขภาพศึกษา.** กรุงเทพมหานคร : อักษรบัณฑิต, 2531.
37. สุขภาพจิต, กรม. **คู่มือครูที่ปรึกษาาระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน.** กรุงเทพมหานคร, กระทรวงสาธารณสุข, 2544.

38. กนกรัตน์ สายเชื้อ. **ความเครียดในการปฏิบัติงานการเงินและบัญชีของครู ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงานประถมศึกษา จังหวัดกรุงเทพมหานคร.** วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2536.
39. พีระ ศรีกรรณจิต. **ความเครียดและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของครูในโรงเรียนมัธยมศึกษา : ศึกษาเปรียบเทียบระหว่างเขตการศึกษาส่วนกลางและเขตการศึกษา 5.** วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหิดล, 2529.
40. ประชัย เปี่ยมสมบูรณ์. **ความเครียดของนักบริหารงานตำรวจ. วารสารอาชญวิทยาและงานยุติธรรม,** 2531.
41. ศุภชัย แสงสุทธิ. **ความเครียดของข้าราชการในสังกัดสำนักงานคนบดีมหาวิทยาลัยขอนแก่น.** วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2539.
42. ยุพดี ศิริวรรณ. **ความรู้ ทักษะคติ และการปฏิบัติของอาสาสมัครสาธารณสุขเกี่ยวกับสุขภาพจิตและการให้บริการสุขภาพจิต.** กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, 2539.
43. ศรวณีย์ บัวชม. **สภาวะความเครียดและวิถีลดความเครียดจากการปฏิบัติงานของผู้บริหารโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษาจังหวัดนครราชสีมา.** วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, 2539.
44. นันทิกา ทวิชาชาติ, **การสำรวจการระบาดของความผิดปกติทางจิตและความรู้เจตคติ ทักษะการปฏิบัติตนเกี่ยวกับสุขภาพจิตของประชาชนในเขตกรุงเทพมหานคร.** กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2540.
45. จงกล ชันทอง. **การศึกษาความรู้และเจตคติต่อการประเมินผลโดยใช้แฟ้มสะสมงานของครูสังกัดสำนักงานเขตลาดกระบัง กรุงเทพมหานคร.** วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง, 2543.
46. วินิตา วรรณวิวรรณ. **การศึกษาความรู้และเจตคติของครูที่มีต่อวิธีการวัดและประเมินผลการเรียนในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาสังกัดกรุงเทพมหานคร.** วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง, 2540.

47. นิสาร์ตัน เอี่ยมชาญบรรจง. **ความรู้ เจตคติ ทักษะการปฏิบัติตนเกี่ยวกับสุขภาพจิต และความเครียดของครูในเขตอำเภอบ้านโป่ง จังหวัดราชบุรี.** วิทยานิพนธ์ ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2545.
48. Walton, N.R. Teacher stress and burnout : A historical review and synthesis of the literature and the development of an inservice model. **Dissertation Abstracts International 43** (1982) : 363-A.
49. Esbridge, D.H. **Variables of teacher stress : Symptoms, cause and stress management technique.** East Texas state University, 1984.
50. Wheeler, J.S. A comparative analysis of conditions and situations perceived as sources of occupational stress among Alabama public school teachers. **Dissertation Abstracts International. 56,06** (December 1995) : 2121.
51. Grant,G.F. Occupation stress among college educators (Stress). **Dissertation Abstracts International. 57,40** (October 1996) : 1438.
52. White, L.J. A survey of stress and coping among Massachusetts principals. **Dissertation Abstracts International. 56,09** (March 1996) : 3408.
53. ชุมพรศรี ฉัตรปยานนท์. **การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับความเครียดของครูในโรงเรียนมัธยมศึกษา .** วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2537.
54. ทิวา หอมสวัสดิ์. **ความเครียดของครูในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงาน การประถมศึกษา อำเภอกุมภวาปี จังหวัดอุดรธานี.** วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2543.



ภาคผนวก

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ก  
รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

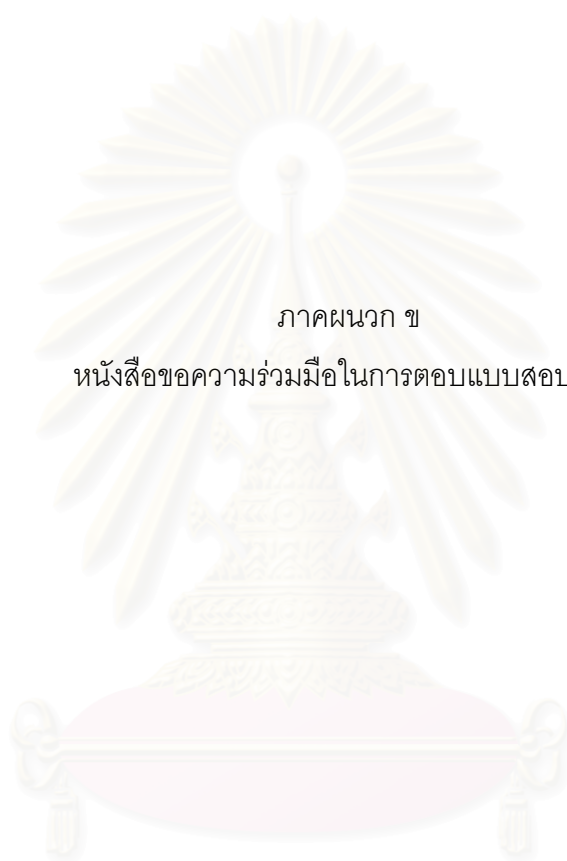


## รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

1. รองศาสตราจารย์แพทย์หญิงนันทิกา ทวิชาชาติ  
หัวหน้าภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
2. แพทย์หญิงศิริลักษณ์ ศุภปิติพร  
อาจารย์ประจำภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์พวงสร้อย วรรณกุล  
อาจารย์ประจำภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ข

หนังสือขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ที่ จว. 12545

ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปทุมวัน  
พญาไท กรุงเทพฯ 10330

ธันวาคม 2545

เรื่อง ขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม

เรียน อธิบดีกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ

ด้วย นายอุดม มาสแสง นิสิตปริญญาโท สาขาสุขภาพจิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้ทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง "ภาวะความเครียด ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษาโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี" โดยมี อาจารย์นายแพทย์สุขเจริญ ตั้งวงษ์ไชย เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

การทำวิทยานิพนธ์ดังกล่าว จำเป็นต้องได้รับข้อมูล จากการตอบแบบสอบถามจากครูที่ปรึกษาโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี เพื่อใช้เป็นข้อมูลในการเขียนเรื่องวิทยานิพนธ์ให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ แก่ นายอุดม มาสแสง ในการเก็บรวบรวมข้อมูล และแจ้งให้โรงเรียนในสังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี ทราบด้วย จักเป็นพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์แพทย์หญิงนันทิกา ทวิชาชาติ)  
ประธานคณะกรรมการบริหารหลักสูตร วท.ม.สาขาสุขภาพจิต

ภาควิชาจิตเวชศาสตร์  
โทร. 2564298, 2564346  
โทรสาร 2527592



ที่ จว. พิเศษ 2545

ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปทุมวัน  
พญาไท กรุงเทพฯ 10330

27 ธันวาคม 2545

เรื่อง ขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม

เรียน ผู้อำนวยการสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี

ด้วย นายอุดม มาสแสง นิสิตปริญญาโท สาขาสุขภาพจิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้ทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง "ภาวะความเครียด ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษาโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี" โดยมี อาจารย์นายแพทย์สุขเจริญ ตั้งวงษ์ไชย เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

การทำวิทยานิพนธ์ดังกล่าว จำเป็นต้องได้รับข้อมูล จากการตอบแบบสอบถามจากครูที่ปรึกษาโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี เพื่อใช้เป็นข้อมูลในการเขียนเรื่องวิทยานิพนธ์ให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ แก่ นายอุดม มาสแสง ในการเก็บรวบรวมข้อมูลดังกล่าวด้วย จักเป็นพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์แพทย์หญิงนันทิกา ทวิชาชาติ)

ประธานคณะกรรมการบริหารหลักสูตรวท.ม.สาขาสุขภาพจิต

ภาควิชาจิตเวชศาสตร์  
โทร. 2564298, 2564346  
โทรสาร 2527592

ที่ ศธ 0844/ 16



สำนักงานสามัญศึกษาจังหวัดปราจีนบุรี  
ถนนปราจีนอนุสรณ์ อำเภอเมือง  
จังหวัดปราจีนบุรี 25000

๑ มกราคม 2546

เรื่อง ขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม

เรียน ครูใหญ่ อาจารย์ใหญ่ ผู้อำนวยการโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี

คายนายอุดม มาสแสง นิสิตปริญญาโท สาขาสุขภาพจิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้ทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง "ภาวะความเครียด ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษาโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี" โดยมีนายแพทย์สุขเจริญ ตั้งวงษ์ไชย เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ซึ่งจำเป็นต้องได้รับข้อมูล จากการตอบแบบสอบถาม จากครูที่ปรึกษาโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี เพื่อใช้เป็นข้อมูล ในการเขียนเรื่องวิทยานิพนธ์ให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

สำนักงานสามัญศึกษาจังหวัดปราจีนบุรี จึงขอให้โรงเรียนให้ความอนุเคราะห์ในการตอบแบบสอบถามในครั้งนี้อย่าง

จึงเรียนมาเพื่อพิจารณาดำเนินการ

ขอแสดงความนับถือ

(นายสมเื้อ ตีร์ตมี)

ผู้อำนวยการสามัญศึกษาจังหวัดปราจีนบุรี

ฝ่ายอำนวยการ

กลุ่มงานบริหารทั่วไป

โทร. 0 3721 6285

โทรสาร 0 3721 4440



ภาคผนวก ค  
แบบสอบถาม

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

### ใบยินยอมให้ทำการวิจัยในมนุษย์

การทำวิจัยเรื่อง **ภาวะเครียด ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน**  
**ของครูที่ปรึกษาโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี**

วันที่ให้คำยินยอม วันที่ ..... เดือน.....พ.ศ.2545

ก่อนที่ข้าพเจ้าจะลงนามในใบให้ความยินยอมในการวิจัยนี้ ข้าพเจ้าได้รับการอธิบายจาก ผู้วิจัยเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย เพื่อนำผลที่ได้ไปประเมินถึงภาวะสุขภาพจิตของครู /อาจารย์ และเพื่อเป็นประโยชน์ในการปรับปรุงด้านวิชาการ และใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการวางแผนการ ส่งเสริม ป้องกัน บำบัดฟื้นฟูสุขภาพจิตของครูที่ปรึกษาตามระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนในโรงเรียน จังหวัดปราจีนบุรี ต่อไป

วิธีการวิจัย จะทำการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการตอบแบบสอบถาม ข้อมูลที่ได้จะนำมา วิเคราะห์ในภาพรวม ผู้วิจัยจะเก็บข้อมูลของแต่ละบุคคลไว้เป็นความลับ และจะเปิดเผยได้เฉพาะใน รูปสรุปผลรวมของการวิจัย

ผู้วิจัยรับรองว่าจะตอบคำถามต่างๆ ที่ข้าพเจ้าสงสัยด้วยความเต็มใจ ไม่ปิดบังซ่อนเร้นจน ข้าพเจ้าพอใจ

ข้าพเจ้าได้อ่านข้อความดังกล่าวข้างต้นแล้ว และมีความเข้าใจดีทุกประการ จึงได้ลงนามใน ใบยินยอมนี้ด้วยความเต็มใจ

ลงนาม.....ผู้ยินยอม

(.....)

ลงนาม.....พยาน

(.....)

ลงนาม.....ผู้วิจัย

( นายอุดม มาสแสง )

### แบบสอบถาม

## เรื่อง ภาวะความเครียด ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อระบบการดูแลช่วยเหลือ นักเรียนของครูที่ปรึกษาโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี

คำชี้แจง

แบบสอบถามฉบับนี้จัดทำขึ้นมาเพื่อศึกษา ภาวะเครียด และปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ ความเครียด ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษาโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี และนำผลการวิจัยครั้งนี้มา ใช้เป็นแนวทางในการส่งเสริม ป้องกัน และบำบัดฟื้นฟูสุขภาพจิต และส่งเสริมความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติของครูที่ปรึกษาต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนให้ถูกต้องและมีประสิทธิภาพ ดังนั้นขอให้ท่านพิจารณาข้อความแต่ละข้อความโดยละเอียด กรุณาตอบให้ครบทุกข้อแต่ละข้อตอบเพียงคำตอบเดียว ผู้วิจัยจะเสนอผลการวิจัยเป็นภาพรวม ซึ่งจะไม่เป็นผลกระทบกระเทือนต่อท่านหรือผู้อื่นแต่อย่างใด

แบบสอบถามมี 4 ตอน ดังนี้

**ตอนที่ 1** ข้อมูลทั่วไปของประชากร

**ตอนที่ 2** แบบทดสอบบุคลิกภาพ

**ตอนที่ 3** แบบสอบถามความรู้ ทศนคติ และการปฏิบัติในการดำเนินการตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษา

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามความรู้ของครูที่ปรึกษา

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับเจตคติของครูที่ปรึกษา

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับการปฏิบัติในการดำเนินการของครูที่ปรึกษา

**ตอนที่ 4** แบบประเมินภาวะความเครียด

ขอขอบคุณในความร่วมมือของท่านมา ณ โอกาสนี้ด้วย

นายอุดม มาสแสง

นิสิตปริญญาโท ภาควิชาจิตเวชศาสตร์

คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## แบบสอบถาม

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง กรุณาตอบแบบสอบถามโดยทำเครื่องหมาย “✓” ลงใน  หรือเติมคำในช่องว่าง

1. เพศ  1. ชาย  2. หญิง
2. อายุ  1. 20 – 25 ปี  2. 26 – 30 ปี  
 3. 31 – 35 ปี  4. 36 – 40 ปี  
 5. 41 – 45 ปี  6. 46 – 50 ปี  
 7. 50 ปีขึ้นไป
3. ศาสนาที่นับถือ  1. พุทธ  2. อิสลาม  
 3. คริสต์  4. อื่น ๆ ระบุ.....
4. ระดับการศึกษา  1. ต่ำกว่าปริญญาตรี  2. ปริญญาตรี  
 3. สูงกว่าปริญญาตรี
5. สถานภาพสมรส  1. โสด  2. สมรสแล้ว อยู่ด้วยกัน  
 3. สมรสแล้ว แยกกันอยู่  4. หย่าร้าง  
 5. ม่าย
6. ระยะเวลาบรรจุเข้ารับราชการ.....ปี
7. ท่านเคยเข้ารับการอบรม / ประชุมสัมมนา ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน  
 1. เคย  1. 1 ครั้ง  
 2. 2-3 ครั้ง  
 3. 4 ครั้งขึ้นไป  
 2. ไม่เคย

8. รายได้ต่อเดือน
1. ต่ำกว่า 5,000 บาท     2. 5,000 - 10,000 บาท
3. 10,001 - 20,000 บาท     4. 20,001 - 30,000 บาท
5. สูงกว่า 30,000 บาท

9. สถานภาพทางเศรษฐกิจ

1. เพียงพอสำหรับใช้จ่ายและยังมีเหลือเก็บออมไว้พอสมควร
2. เพียงพอสำหรับใช้จ่ายและยังพอมีเหลือเก็บออมไว้เล็กน้อย
3. ต้องใช้จ่ายอย่างประหยัดจึงจะพอเหลือเก็บออม
4. ต้องใช้จ่ายอย่างประหยัดและไม่เหลือเก็บออมเลย
5. ไม่มีพอเพียงสำหรับค่าใช้จ่ายในแต่ละเดือน
6. ไม่มีพอเพียงสำหรับค่าใช้จ่ายในแต่ละเดือน และมีหนี้

10. ท่านมีภาระทางครอบครัวที่ต้องรับผิดชอบ หรือไม่

1. มี ( ถ้ามีตอบได้มากกว่า 1 ข้อ )     1. บิดา มารดา
2. ภรรยา /สามี
3. บุตร.....คน
4. ญาติ พี่ น้อง.....คน
5. อื่น ๆ ระบุ.....
2. ไม่มี

11. ท่านทำงานพิเศษนอกเหนือจากงานประจำ หรือไม่

1. ทำ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)     1. สอนพิเศษ...ชั่วโมง / วัน
2. อาชีพเสริมรายได้
3. อื่น ๆ
2. ไม่ทำ

12.ท่านมีโรคเจ็บป่วยทางกายหรือไม่

1. มี ระบุ.....
2. ไม่มี

13.ท่านมีโรคเจ็บป่วยภาวะทางจิตหรือไม่

1. มี ระบุ.....
2. ไม่มี

14.ท่านมีประวัติ พ่อ แม่ ญาติ พี่ น้อง ที่มีอาการเจ็บป่วยทางจิต หรือ อารมณ์ เช่น โรคจิต โรคประสาท โรคซึมเศร้าหรือไม่

1. มี ระบุ.....
2. ไม่มี

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ตอนที่ 2 แบบทดสอบบุคลิกภาพ

### คำชี้แจง

ข้อความต่อไปนี้เป็นสถานการณ์ความเป็นไป ความรู้สึก และการกระทำที่คาดว่าท่าน จะมี ขอให้ท่านอ่านและทำความเข้าใจทันที อย่าใช้เวลานาน เพราะต้องการให้ท่านตอบสิ่งที่ท่านคิด ได้เป็นครั้งแรกเมื่ออ่านข้อความแต่ละประโยคจบ แต่ละข้อความไม่มีถูก หรือ ไม่มีผิด เนื่องจากเป็น สถานการณ์ และความรู้สึกที่เกิดขึ้น โปรดตอบทุกข้อ โดยทำเครื่องหมาย “ ✓ ” ถ้าข้อความนั้น ตรงกับความรู้สึกความคิดเห็นหรือการกระทำของท่านให้ให้ตอบว่า “ใช่” ถ้าไม่ตรงก็ตอบว่า “ไม่ใช่” และถ้าไม่แน่ใจก็ให้ตอบว่า “ไม่แน่ใจ”

ข้อความ	ใช่	ไม่แน่ใจ	ไม่ใช่
1. ท่านรู้สึกเป็นสุขที่สุดที่ได้ร่วมในการทำงานที่ต้องใช้ความรวดเร็ว.....	.....	.....	.....
2. บางครั้งท่านรู้สึกเป็นสุข บางครั้งเศร้าโดยไม่มีเหตุผล.....	.....	.....	.....
3. ท่านมักใจลอยในเวลาที่ท่านต้องการสมาธิ.....	.....	.....	.....
4. ในการคบเพื่อนใหม่ท่านมักเป็นฝ่ายทำความรู้จักกับเขาก่อน.....	.....	.....	.....
5. ท่านมักจะทำอะไรด้วยความรวดเร็วและเชื่อมั่นในการกระทำของท่าน.....	.....	.....	.....
6. บ่อยทีเดียวที่ท่านคิดถึงเรื่องอื่น ซึ่งไม่เกี่ยวข้องกับเรื่องที่ท่านกำลังพูดถึง.....	.....	.....	.....
7. บางครั้งท่านมีความกระตือรือร้นอย่างมากบางครั้งก็เฉื่อยชา.....	.....	.....	.....
8. ท่านมีความเห็นว่าตัวท่านมีความกระฉับกระเฉง กระปรี้กระเปร่า.....	.....	.....	.....
9. ท่านรู้สึกไม่มีความสุขเลยถ้าไม่พบปะติดต่อกับคนอื่น หรือสังคมน้อย.....	.....	.....	.....
10. ท่านมักมีอารมณ์เสียเสมอ.....	.....	.....	.....
11. ท่านมักมีอารมณ์เปลี่ยนแปลงโดยไม่มีเหตุผลบ่อยๆ.....	.....	.....	.....
12. ท่านมักเป็นคนชอบลงมือมากกว่า เพียงแต่คิดจะทำ.....	.....	.....	.....
13. ท่านมักคิดฝันในสิ่งที่เป็นไปไม่ได้เสมอ.....	.....	.....	.....
14. เมื่อไปงานสังคมท่านมักไม่ใคร่แสดงตัว.....	.....	.....	.....
15. ท่านมักคิดถึงอดีต.....	.....	.....	.....
16. ท่านรู้สึกลำบากที่จะปล่อยให้สนุกสนานเต็มที่แม้จะอยู่ท่ามกลางงานรื่นเริง.....	.....	.....	.....
17. ท่านเคยรู้สึกไม่สบายใจโดยไม่มีเหตุผล.....	.....	.....	.....
18. ท่านเป็นคนที่มีความรู้สึกรับผิดชอบชั่วดีมากเกินไป.....	.....	.....	.....
19. บ่อยทีเดียวที่ท่านมักตัดสินใจช้า.....	.....	.....	.....
20. ท่านเป็นคนชอบทำความรู้จักกับคนอื่น.....	.....	.....	.....

ข้อความ	ใช่	ไม่แน่ใจ	ไม่ใช่
21. ท่านมักนอนไม่หลับบ่อย ๆ เมื่อมีความวิตกกังวล.....	....	.....	.....
22. ท่านเป็นคนพิถีพิถันในการคบเพื่อน.....	....	.....	.....
23. ท่านเคยรู้สึกไม่สบายใจเมื่อทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดไม่ถูกต้อง.....	....	.....	.....
24. เวลาที่ท่านจะทำงานอะไรก็ตามท่านมักคิดว่าเป็นเรื่องคอขาดบาดตายเสมอ..	....	.....	.....
25. ท่านเป็นคนใจน้อย.....	....	.....	.....
26. ท่านชอบงานสังคม.....	....	.....	.....
27. ท่านมีความเห็นว่าท่านเป็นคนมีอารมณ์ดีเยี่ยม.....	....	.....	.....
28. ท่านมักชอบเป็นผู้นำของกลุ่ม.....	....	.....	.....
29. ท่านเคยรู้สึกหงอยเหงาเปล่าเปลี่ยวบ่อย ๆ.....	....	.....	.....
30. ท่านรู้สึกกระดากอายเมื่ออยู่ต่อหน้าเพศตรงข้าม.....	....	.....	.....
31. ท่านชอบฝึนกลางวัน.....	....	.....	.....
32. ท่านมักมีคำแก้ตัวทันทีเมื่อเมื่อถูกวิพากษ์วิจารณ์.....	....	.....	.....
33. ท่านมักใช้เวลามากในการนึกถึงความหลังที่น่าชื่นชม.....	....	.....	.....
34. ท่านมีความเห็นว่าตัวท่านเป็นคนทำอะไรตามสบาย.....	....	.....	.....
35. ท่านรู้สึกเหน็ดเหนื่อยและเบื่อหน่ายโดยไม่มีเหตุผลบ่อยๆ.....	....	.....	.....
36. เมื่ออยู่ในกลุ่มที่มีการพบปะสังสรรค์ท่านมักเป็นฝ่ายเงียบเฉย.....	....	.....	.....
37. หลังจากเหตุการณ์ร้ายแรงผ่านพ้นไปแล้วท่านมักคิดว่าท่านควรจะได้ทำ อย่างใดอย่างหนึ่งลงไปเวลานั้นแต่ไม่ได้ทำอย่างที่คิด.....	....	.....	.....
38. ท่านมักสนุกสนานได้เต็มที่ในงานรื่นเริง.....	....	.....	.....
39. ท่านมักคิดมากจนนอนไม่หลับ.....	....	.....	.....
40. ท่านมักชอบทำงานที่ต้องใช้ความตั้งใจอย่างเต็มที่.....	....	.....	.....
41. ท่านเคยรู้สึกรำคาญตัวเองที่เกิดความคิดไร้สาระขึ้นบ่อย ๆ.....	....	.....	.....
42. ท่านมักเป็นคนใจน้อยไม่ว่าเรื่องอะไร.....	....	.....	.....
43. ท่านมักทำงานอย่างไม่ใคร่เอาจริงเอาจังนัก.....	....	.....	.....
44. คนอื่น ๆ มีความเห็นว่าท่านเป็นคนช่างพูด.....	....	.....	.....
45. ท่านมักมีอารมณ์ขุ่นมัวบ่อย ๆ.....	....	.....	.....
46. ท่านมีความเห็นว่าท่านเป็นคนช่างพูด.....	....	.....	.....
47. ท่านเคยรู้สึกกระวนกระวายจนนั่งไม่ติด.....	....	.....	.....
48. ท่านมักชอบเล่นไม่ชื่อกับคนอื่น.....	....	.....	.....

**ตอนที่ 3. แบบสอบถามความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อระบบการดูแลช่วยเหลือของครูที่ปรึกษา**

**ส่วนที่ 1 แบบสอบถามความรู้ของครูที่ปรึกษาต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน**

**คำชี้แจง** ให้เขียนเครื่องหมาย “ ✓ ” ลงในช่องด้านหลังข้อความแต่ละข้อ **เพียงคำตอบเดียว**

ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่
1. เด็กที่มีอาการวอกแวกง่าย อยู่ไม่นิ่ง อาจมีปัญหาเรื่องสมาธิสั้น		
2. นักเรียนจะได้รับการดูแลช่วยเหลือ อย่างทั่วถึงเมื่อใช้ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน		
3. เมื่อนักเรียนมีปัญหาทางการเรียน สุขภาพจิต ที่ซับซ้อน ครูที่ปรึกษาควรให้การดูแลนักเรียนอย่างใกล้ชิด		
4. เมื่อนักเรียนไม่ให้ความร่วมมือในการช่วยเหลือ ครูที่ปรึกษาควรส่งต่อนักเรียน		
5. การจัดกิจกรรมโฮมรูม (Homeroom) เช่น กิจกรรมทักษะการปรับตัวให้กับสมาชิกในครอบครัวของนักเรียนมีผลทำให้นักเรียนรู้จักการปรับตัวให้อยู่กับครอบครัวอย่างมีความสุข		
6. นักเรียนที่ใช้ยาเสพติด จะสามารถเลิกยาได้ด้วยตัวเอง		
7. นักเรียนที่มีผลการเรียน 0 ร มส 1 ถึง 5 วิชา ใน 1 ภาคเรียน ถือว่าเป็นกลุ่มเสี่ยง/มีปัญหา		
8. เด็กที่ชอบอาละวาด โมโหง่าย เป็นลักษณะเด็กที่มีปัญหาพฤติกรรมเกร		
9. การแก้ไขปัญหาคควรเน้นที่พฤติกรรมที่เป็นปัญหาของเด็กเป็นสำคัญ		
10. ครูที่ปรึกษาสามารถจัดกิจกรรมซ่อมเสริม และกิจกรรมเสริมหลักสูตรได้ด้วยตนเอง		
11. กิจกรรมโฮมรูม เป็นการจำลองบรรยากาศห้องเรียนเสมือนบ้านโดยมีครูที่ปรึกษาและนักเรียนเป็นสมาชิกครอบครัว		
12. ปัญหาความเครียดทางอารมณ์ของนักเรียนอาจเป็นเหตุนำไปสู่การใช้ยาเสพติดได้		
13. การเป็นผู้ให้การศึกษาที่ดี ไม่จำเป็นต้องรับการฝึกอบรมถ้ามีความตั้งใจอยากช่วยเหลือนักเรียน		
14. นักเรียนที่ติดยาเสพติด ต้องได้รับการบำบัดทางการแพทย์จึงจะสามารถเลิกยาได้		
15. ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนจะมีผลทำให้สัมพันธ์ภาพระหว่างนักเรียนกับ ครูเป็นไปด้วยดี และอบอุ่น		
16. การประเมินพฤติกรรมนักเรียนทำได้โดยใช้แบบทดสอบทางจิตวิทยาเท่านั้น		
17. นักเรียนที่มีปัญหาทางอารมณ์อาจมี อาการปวดศีรษะ ปวดท้อง		
18. การตรวจปัสสาวะเป็นวิธีเดียวที่จะทำให้ท่านรู้ว่านักเรียนใช้สารเสพติด		
19. ผลการเรียนเฉลี่ย 2.00 ถือว่าเป็นนักเรียนกลุ่ม เสี่ยง/มีปัญหา		
20. ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน เป็นกระบวนการดูแลช่วยเหลือนักเรียนที่มีปัญหาการเรียน พฤติกรรม อย่างมีขั้นตอน มีวิธีการและเครื่องมือการทำงานที่ชัดเจน		
21. นักเรียนที่ชอบอาสาช่วยเหลือผู้อื่น มักไม่มีปัญหาสัมพันธ์ภาพทางสังคม		

ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่
22. กิจกรรมประชุมผู้ปกครองในชั้นเรียน (Classroom Meeting) จะทำให้ผู้ปกครองมีโอกาสพบปะกัน และรู้จักครูมากขึ้น		
23. การรู้จักนักเรียนเป็นรายบุคคล ต้องครอบคลุมด้านความสามารถ สุขภาพ และครอบครัว		
24. วัตถุประสงค์ของระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนเพื่อทำให้นักเรียน เรียนรู้อย่างมีความสุข		
25. เมื่อส่งต่อนักเรียนแล้วครูที่ปรึกษาทั้งหมดหน้าที่รับผิดชอบ		
26. เด็กที่พูดน้อยเงียบขรึม ดูเรียบร้อยเป็นเด็กที่ไม่น่าจะเกิดปัญหา		
27. ปัญหาสุขภาพจิตของนักเรียนเป็นเหตุนำไปสู่ปัญหาการใช้ยาเสพติด		
28. เมื่อนักเรียนมีปัญหาเกี่ยวข้องกับจิตใจที่ซับซ้อนครูควรส่งต่อจิตแพทย์หรือผู้เชี่ยวชาญ		
29. ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนช่วยพัฒนานักเรียนทั้งในด้าน การเรียน สุขภาพจิต สุขภาพกาย และ ความฉลาดทางอารมณ์		
30. การขาดเรียนเป็นข้อมูลที่น่ามาใช้ในการประเมินความสามารถของนักเรียนได้		

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ส่วนที่ 2 เจตคติของครูที่ปรึกษาต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน

คำชี้แจง ให้เขียนเครื่องหมาย “ ✓ ” ลงในช่องด้านหลังข้อความแต่ละข้อ เพียงคำตอบเดียว

ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่แน่ ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วยอย่างยิ่ง
1. ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนมีส่วนทำให้การ แก้ไขปัญหาของนักเรียนได้เร็วขึ้น					
2. กิจกรรมพบผู้ปกครองมีประโยชน์ทำให้ผู้ ปกครอง หันมาเอาใจใส่นักเรียนมากขึ้น					
3. ขั้นตอนของการให้การดูแลช่วยเหลือนักเรียนเป็นสิ่ง ยากที่จะทำความเข้าใจ					
4. การแก้ไขปัญหาสุขภาพจิตของนักเรียนเป็นหน้าที่ ของครอบครัว					
5. การส่งต่อนักเรียนเป็นเรื่องยุ่งยากซับซ้อน					
6. ท่านรู้สึกเป็นภาระที่ต้องดูแลช่วยเหลือนักเรียนที่มี ปัญหา					
7. การส่งต่อนักเรียนเป็นการลดความยุ่งยากของปัญหา					
8. นักเรียนที่มีพฤติกรรมไม่ดี ยากต่อการแก้ไขควรมีการ ส่งต่อ					
9. การมาโรงเรียนไม่ทันเคารพธงชาติเป็นเรื่องที่ไม่น่าจะ เกิดขึ้น					
10. การไม่เข้าเรียนในวิชาต่างๆ เป็นเรื่องส่วนตัวของ นักเรียน					
11. ผู้ปกครองไม่สามารถควบคุมเด็กนักเรียนได้จึงยก ภาระการแก้ไขให้ครู					
12. นักเรียนที่มีปัญหาครอบครัวทุกคนจะมีปัญหา พฤติกรรมด้วย					
13. ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนเป็นการทำงานที่ ซ้ำซ้อน					
14. ปัญหาครอบครัวของนักเรียน เป็นเรื่องน่าอับอายไม่ ควรเปิดเผย					
15. กิจกรรมโฮมรูมมีส่วนช่วยให้ครู และนักเรียน รู้จักคุ้น เคยกันมากขึ้น					



ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่ แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วยอย่างยิ่ง
16. แบบประเมิน SDQ สามารถ สรุปได้ว่า นักเรียนมีปัญหา					
17. การส่งต่อนักเรียนเป็นเรื่องที่เสียหน้าสำหรับครู					
18. ข้อมูลของนักเรียนส่วนมากที่ได้จากผู้ปกครอง มักปิด บังข้อมูลความจริง					
19. ข้อมูลของนักเรียนในระยะเบี่ยงสะสมเป็นเรื่องส่วนตัว ไม่ควรเข้าไปยุ่งเกี่ยว					
20. การส่งเสริมนักเรียนควรมุ่งไปที่นักเรียน กลุ่ม เสี่ยง/มีปัญหา					
21. การตรวจปัสสาวะเพื่อค้นหาสารเสพติดไม่ควรปฏิบัติ ในนักเรียนเพราะเป็นการละเมิดสิทธิ์ส่วนบุคคล					
22. ท่านมีโอกาสพัฒนาตนเองในด้านการดูแลช่วยเหลือ นักเรียนจากการทำงานตามระบบดูแลช่วยเหลือ นักเรียน					
23. ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนไม่เป็นการเพิ่มภาระ ให้กับครูที่ปรึกษา					
24. การอ่านหนังสือไม่คล่องอาจเป็นเพราะกรรมพันธุ์					
25. การวิเคราะห์ข้อมูลของนักเรียนมีผลกระทบต่อเวลา การเรียนการสอนของครูที่ปรึกษา					
26. ครูที่ปรึกษาเป็นบุคคลสำคัญที่สามารถช่วยเหลือนัก เรียนที่มีปัญหาสุขภาพจิตได้					
27. ปัญหาครอบครัวของนักเรียนเป็นเรื่องส่วนตัวไม่ควร เข้าไปยุ่งเกี่ยว					
28. ความสามารถของนักเรียนไม่จำเป็นต้องดูผลการ เรียนเฉลี่ย					
29. ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนเป็นหน้าที่ของ ครูแนะแนว					
30. การจัดกิจกรรมโฮมรูม(Homeroom) มีประโยชน์ คุ้มค่ากับเวลาที่สูญเสียไป					

**ส่วนที่ 3** การปฏิบัติของครูที่ปรึกษาต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน

**คำชี้แจง** ให้เขียนเครื่องหมาย “ ✓ ” ลงในช่องด้านหลังข้อความแต่ละข้อ **เพียงคำตอบเดียว**

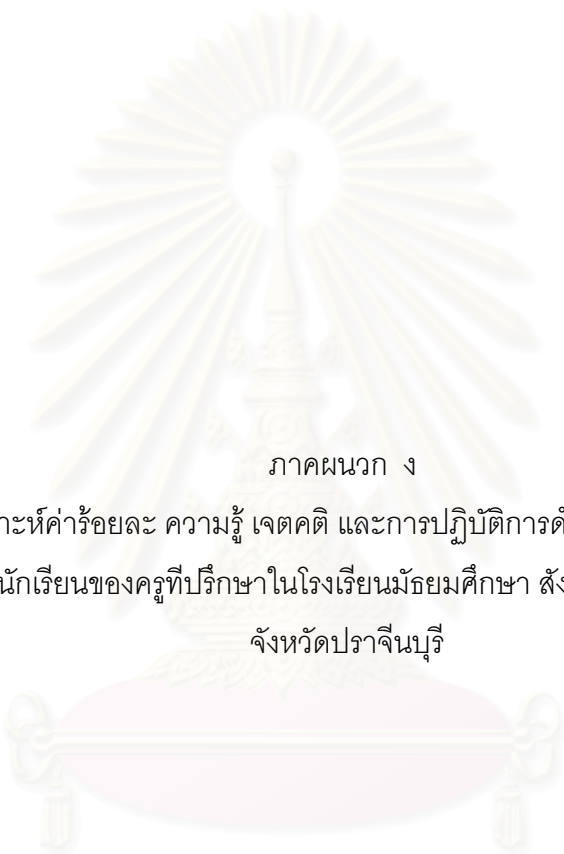
ข้อความ	ประจำ สม่ำเสมอ	บ่อย ๆ	นาน ๆ ครั้ง	ไม่เคย เลย
1. ท่านไม่นำข้อมูลของนักเรียนจากระเบียนสะสมมาวิเคราะห์เป็นรายบุคคล				
2. ท่านประสานงานกับครูที่จะช่วยเหลือนักเรียน				
3. ท่านจัดกิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อนในการแก้ปัญหาของนักเรียน				
4. ท่านให้การปรึกษาเบื้องต้นในการป้องกันและแก้ไขปัญหแก่นักเรียน				
5. นโยบายโรงเรียนได้กำหนดการจัดกิจกรรมสนับสนุนการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด				
6. ท่านไม่ทำให้นักเรียนรับรู้ได้ว่าตนถูกจัดอยู่ในกลุ่มเสี่ยง/มีปัญหา				
7. ท่านสรุปผลการปฏิบัติงานและรายงานให้หัวหน้าระดับทราบ				
8. ท่านส่งเสริมให้นักเรียนมีส่วนร่วมกิจกรรม เช่น กิจกรรมในห้องเรียน เพื่อนช่วยเพื่อน ซ่อมเสริม เสริมหลักสูตร เป็นต้น				
9.. เมื่อพบว่านักเรียนมีปัญหาเกี่ยวกับจิตใจที่ซับซ้อน หรือทางเพศท่านจะไม่ทำการส่งต่อนักเรียน				
10. ในการดำเนินงานดูแลช่วยเหลือนักเรียนท่านได้รับความร่วมมือจากครู อาจารย์ในโรงเรียน				
11. ท่านเข้าร่วมประชุมกลุ่มปรึกษากรณีปัญหาพฤติกรรมของนักเรียนกับทีม				
12. ท่านไม่ชี้แจงให้นักเรียนทราบถึงความจำเป็นในการส่งต่อนักเรียนทุกครั้ง				
13. ท่านได้วิเคราะห์ถึงสาเหตุของปัญหาในการแก้ไขปัญหแก่นักเรียน				
14.. ท่านสรุปข้อมูลส่วนตัวของนักเรียนที่เกี่ยวข้องกับการช่วยเหลือให้ผู้รับการช่วยเหลือนักเรียนทราบ				

ข้อความ	ประจำ สม่ำเสมอ	บ่อย ๆ	นาน ๆ ครั้ง	ไม่เคย เลย
15. ท่านให้การช่วยเหลือนักเรียนอย่างเต็มความสามารถด้วย ความรัก ความเมตตา				
16. ท่านใช้ปัจจัยด้านครอบครัวมาพิจารณาเหตุที่ทำให้เด็ก นักเรียนไปใช้ยาเสพติด				
17. ท่านจัดประชุมผู้ปกครองชั้นเรียน (Classroom Meeting) เพื่อเป็นการสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกัน				
18. ท่านนำระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนมาใช้ในการป้องกัน และแก้ไขปัญหาเสพติด				
19. ท่านวิเคราะห์ข้อมูลนักเรียนประกอบการคัดกรองนักเรียน				
20. ท่านออกเยี่ยมบ้านนักเรียนเพื่อเก็บข้อมูลที่แท้จริงของ นักเรียน				
21. ท่านจัดกิจกรรมการเรียนการสอนแบบบูรณาการเพื่อ ให้เกิดทักษะชีวิต				
22. ท่านใช้เกณฑ์การดูแลช่วยเหลือนักเรียนของโรงเรียนมา พิจารณาคัดกรองนักเรียน				
23. ท่านใช้แบบประเมิน SDQ ในการประเมินและคัดกรอง นักเรียนกลุ่มเสี่ยง				
24. ท่านติดตามผลการช่วยเหลือนักเรียน				
25. ท่านใช้ข้อมูลพื้นฐานของนักเรียนมาประกอบการพิจารณา ปัญหาของนักเรียน				
26. ท่านเก็บประเมินสะสมของนักเรียนไว้อย่างมิดชิด และเป็น ความลับ				
27. ท่านระมัดระวังในการสื่อสารกับผู้ปกครองของนักเรียน กลุ่มเสี่ยง/มีปัญหา				
28. ท่านไปเยี่ยมบ้านเพื่อดูแลเอาใจใส่ให้ความอบอุ่นและให้ กำลังใจแก่นักเรียนกลุ่มเสี่ยงอย่างใกล้ชิด				
29. ท่านจัดกิจกรรมโฮมรูม(Homeroom)เพื่อทำความรู้จัก และ คุ้นเคยกับนักเรียน				
30. ท่านลงบันทึกข้อมูลผลการปฏิบัติงานเกี่ยวกับการดูแลช่วย เหลือนักเรียน				

#### ตอนที่ 4 แบบประเมินภาวะความเครียด

**คำชี้แจง** กรุณาทำเครื่องหมาย “ ✓ ” ในช่องคำตอบที่ตรงกับความรู้สึกของท่านมากที่สุดในช่วง 3 เดือนที่ผ่านมา ท่านเคยมีความรู้สึกดังต่อไปนี้หรือไม่

ข้อความ	บ่อย ๆ	เป็นบางครั้ง	นาน ๆ ครั้ง	ไม่เคยเลย	คะแนน
1. มีสมาธิในการทำงานติดต่อกันอย่างเต็มที่	.....	.....	.....	.....	.....
2. รู้สึกตนเองมีความสำคัญและมีประโยชน์ต่องาน	.....	.....	.....	.....	.....
3. สามารถตัดสินใจในเรื่องต่าง ๆ ได้	.....	.....	.....	.....	.....
4. สามารถทำตัวให้มีความสุขและพอใจกับชีวิตประจำวัน	.....	.....	.....	.....	.....
5. อดทนและต่อสู้กับปัญหาได้	.....	.....	.....	.....	.....
6. รู้สึกมีความสุขและพอใจกับชีวิตที่เป็นอยู่	.....	.....	.....	.....	.....
7. นอนไม่หลับ	.....	.....	.....	.....	.....
8. รู้สึกตึงเครียด	.....	.....	.....	.....	.....
9. รู้สึกไม่สามารถแก้ไขปัญหา	.....	.....	.....	.....	.....
10. รู้สึกเป็นทุกข์และเบื่อท้อแท้	.....	.....	.....	.....	.....
11. รู้สึกไม่มั่นใจในตัวเองหรือรู้สึกว่าตัวเองไม่มีคุณค่า	.....	.....	.....	.....	.....
12. มีอาการปวดหัวหรืออาการอื่น ๆ ทางร่างกาย	.....	.....	.....	.....	.....



ภาคผนวก ง

แสดงผลการวิเคราะห์ค่าร้อยละ ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติการดำเนินงานตามระบบการดูแล  
ช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา  
จังหวัดปราจีนบุรี

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 1 แสดงค่าร้อยละความรู้ต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครู  
 ที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี  
 (กลุ่มตัวอย่าง 425 คน คะแนนต่ำสุด 13 คะแนน คะแนนสูงสุด 29 คะแนน  
 $\bar{X} \pm S.D = 22.67 \pm 2.58$ )

ความรู้	ตอบถูก		ตอบผิด	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. เด็กที่มีอาการวอกแวกง่าย อยู่ไม่นิ่ง อาจมีปัญหาเรื่องสมาธิสั้น	367	86.35	58	13.63
2. นักเรียนจะได้รับการดูแลช่วยเหลือ อย่างทั่วถึงเมื่อใช้ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน	345	81.18	80	18.82
3. เมื่อนักเรียนมีปัญหาทางด้านการเรียน สุขภาพจิต ที่ซับซ้อน ครูที่ปรึกษาควรให้การดูแล นักเรียนอย่างไรใกล้ชิด	415	97.65	10	2.35
4. เมื่อนักเรียนไม่ให้ความร่วมมือในการช่วยเหลือ ครูที่ปรึกษาควรส่งต่อนักเรียน	264	62.12	161	37.88
5. การจัดกิจกรรมโฮมรูม (Homeroom) เช่น กิจกรรมทักษะการปรับตัวให้กับสมาชิกในครอบครัวของนักเรียนมีผลทำให้นักเรียนรู้จักการปรับตัวให้อยู่กับครอบครัวอย่างมีความสุข	398	93.65	27	6.35
6. นักเรียนที่ใช้ยาเสพติด จะสามารถเลิกยาได้ด้วยตัวเอง	247	58.12	178	41.88
7. นักเรียนที่มีผลการเรียน 0 ร มส 1 ถึง 5 วิชา ใน1ภาคเรียน ถือว่าเป็นกลุ่มเสี่ยง/มีปัญหา	334	78.59	91	21.41
8. เด็กที่ชอบอาละวาด โโมโหร้าย เป็นลักษณะเด็กที่มีปัญหาพฤติกรรมเกร	308	72.47	117	27.53
9. การแก้ไขปัญหาคอร์เน้นที่พฤติกรรมที่เป็นปัญหาของเด็กเป็นสำคัญ	70	16.47	355	83.53
10. ครูที่ปรึกษาสามารถจัดกิจกรรมซ่อมเสริม และกิจกรรมเสริมหลักสูตรได้ด้วยตนเอง	76	17.88	349	82.12
11. กิจกรรมโฮมรูม เป็นการจำลองบรรยากาศห้องเรียนเสมือนบ้านโดยมีครูที่ปรึกษาและนักเรียนเป็นสมาชิกครอบครัว	397	93.41	28	6.59
12. ปัญหาความเครียดทางอารมณ์ของนักเรียนอาจเป็นเหตุนำไปสู่การใช้ยาเสพติดได้	390	91.76	35	8.24
13. การเป็นผู้ให้การปรึกษาที่ดี ไม่จำเป็นต้องรับการฝึกอบรมถ้ามีความตั้งใจอยากช่วยเหลือนักเรียน	130	30.59	295	69.41

ความรู้	ตอบถูก		ตอบผิด	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
14. นักเรียนที่ติดยาเสพติด ต้องได้รับการบำบัดทางการแพทย์ จึงจะสามารถเลิกยาได้	188	44.24	237	55.76
15. ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนจะมีผลทำให้สัมพันธภาพ ระหว่างนักเรียนกับ ครูเป็นไปด้วยดี และอบอุ่น	409	96.24	16	3.76
16. การประเมินพฤติกรรมนักเรียนทำได้โดยใช้แบบทดสอบ ทางจิตวิทยาเท่านั้น	371	87.29	54	12.77
17. นักเรียนที่มีปัญหาทางอารมณ์อาจมี อาการปวดศีรษะ ปวดท้อง	353	83.06	72	16.94
18. การตรวจปัสสาวะเป็นวิธีเดียวที่จะทำให้ท่านรู้ว่านักเรียน ใช้สารเสพติด	346	81.41	79	18.59
19. ผลการเรียนเฉลี่ย 2.00 ถือว่าเป็นนักเรียนกลุ่ม เสี่ยง/มีปัญหา	376	88.47	49	11.53
20. ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน เป็นกระบวนการดูแลช่วยเหลือ นักเรียนที่มีปัญหาการเรียน พฤติกรรม อย่างมีขั้นตอน มีวิธีการ และเครื่องมือการทำงานที่ชัดเจน	359	84.47	66	15.53
21. นักเรียนที่ชอบอาสาช่วยเหลือผู้อื่น มักไม่มีปัญหาสัมพันธภาพ ทางสังคม	208	48.94	217	51.06
22. กิจกรรมประชุมผู้ปกครองในชั้นเรียน (Classroom Meeting) จะทำให้ผู้ปกครองมีโอกาสพบปะกัน และรู้จักครูมากขึ้น	404	95.06	21	4.94
23. การรู้จักนักเรียนเป็นรายบุคคล ต้องครอบคลุมด้านความสามารถ สุขภาพ และครอบครัว	404	95.06	21	4.94
24. วัตถุประสงค์ของระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนเพื่อทำให้นักเรียน เรียนรู้อย่างมีความสุข	391	92.00	34	8.00
25. เมื่อส่งต่อนักเรียนแล้วครูที่ปรึกษาทั้งหมดหน้าที่รับผิดชอบ	391	92.00	34	8.00
26. เด็กที่พูดน้อยเงียบขรึม ดูเรียบร้อยเป็นเด็กที่ไม่น่าจะเกิดปัญหา	382	89.88	43	10.12
27. ปัญหาสุขภาพจิตของนักเรียนเป็นเหตุนำไปสู่ปัญหาการใช้ยา เสพติด	338	79.53	87	20.47
28. เมื่อนักเรียนมีปัญหาเกี่ยวข้องกับจิตใจที่ซับซ้อนครูควรส่งต่อ จิตแพทย์หรือผู้เชี่ยวชาญ	351	82.59	74	17.41
29. ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนช่วยพัฒนานักเรียนทั้งในด้านการเรียน สุขภาพจิต สุขภาพกาย และ ความฉลาดทางอารมณ์	407	95.76	18	4.24
30. การขาดเรียนเป็นข้อมูลที่น่ามาใช้ในการประเมินความสามารถ ของนักเรียนได้	215	50.59	210	49.41

ตารางที่ 2 แสดงค่าร้อยละเจตคติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครู  
 ที่ปรึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี  
 (กลุ่มตัวอย่าง 425 คน คะแนนต่ำสุด 64 คะแนน คะแนนสูงสุด 136 คะแนน  
 $\bar{X} \pm S.D = 106.169 \pm 10.89$ )

เจตคติ	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง	ไม่เห็น ด้วย	ไม่ แน่ใจ	เห็นด้วย	เห็นด้วย อย่างยิ่ง
1. ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนมีส่วนทำให้การ แก้ไขปัญหาของนักเรียนได้เร็วขึ้น	0.71	1.41	8.47	55.29	34.12
2. กิจกรรมพบผู้ปกครองมีประโยชน์ทำให้ผู้ปกครอง หันมาเอาใจใส่นักเรียนมากขึ้น	0.24	0.24	7.75	48.94	42.82
3. ขั้นตอนของการให้การดูแลช่วยเหลือนักเรียนเป็นสิ่ง ยากที่จะทำความเข้าใจ	7.76	20.71	18.82	46.82	5.88
4. การแก้ไขปัญหาสุขภาพจิตของนักเรียนเป็นหน้าที่ ของครอบครัว	10.82	27.76	13.18	41.41	6.82
5. การส่งต่อนักเรียนเป็นเรื่องยุ่งยากซับซ้อน	3.29	12.71	25.18	50.12	8.71
6. ท่านรู้สึกเป็นภาระที่ต้องดูแลช่วยเหลือนักเรียน ที่มีปัญหา	6.12	17.88	12.94	49.18	13.88
7. การส่งต่อนักเรียนเป็นการลดความยุ่งยาก ของปัญหา	5.65	33.18	28.00	26.62	6.35
8. นักเรียนที่มีพฤติกรรมไม่ดี ยากต่อการแก้ไข ควรส่งต่อ	3.76	18.59	14.35	50.12	13.18
9. การมาโรงเรียนไม่ทันเคารพธงชาติเป็นเรื่องที่ไม่น่า จะเกิดขึ้น	11.53	38.59	16.94	30.12	2.82
10. การไม่เข้าเรียนในวิชาต่าง ๆ เป็นเรื่องส่วนตัวของ นักเรียน	2.82	5.88	8.00	48.47	34.82



เจตคติ	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง	ไม่เห็น ด้วย	ไม่แน่ ใจ	เห็นด้วย	เห็นด้วย อย่างยิ่ง
11. ผู้ปกครองไม่สามารถควบคุมเด็กนักเรียนได้ จึงยกภาระการแก้ไขให้ครู	10.35	20.47	13.18	36.00	20.00
12. นักเรียนที่มีปัญหาครอบครัวทุกคนจะมี ปัญหาพฤติกรรมด้วย	4.00	6.12	14.59	50.00	25.18
13. ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนเป็นการทำงาน ที่ซ้ำซ้อน	6.12	23.06	23.76	39.53	7.53
14. ปัญหาครอบครัวของนักเรียนเป็นเรื่องน่าอัปยศ ไม่ควรเปิดเผย	4.94	24.00	16.94	42.35	11.76
15. กิจกรรมโฮมรูมมีส่วนช่วยให้ครู และนักเรียน รู้จัก คุ้นเคยกันมากขึ้น	1.65	1.41	4.00	48.71	44.24
16. แบบประเมิน SDQ สามารถสรุปได้ว่า นักเรียนมีปัญหา	2.12	12.00	48.47	32.24	5.18
17. การส่งต่อนักเรียนเป็นเรื่องที่เสียหน้า สำหรับครู	1.65	4.94	8.24	65.88	19.29
18. ข้อมูลของนักเรียนส่วนมากที่ได้จากผู้ปกครอง มักปิดบังข้อมูลความจริง	4.94	35.76	39.06	18.59	1.65
19. ข้อมูลของนักเรียนในระเบียบสนทนาเป็นเรื่อง ส่วนตัวไม่ควรเข้าไปยุ่งเกี่ยว	1.88	5.18	9.18	67.53	16.24
20. การส่งเสริมนักเรียนควรมุ่งไปที่นักเรียน กลุ่มเสี่ยง/มีปัญหา	4.71	21.41	10.35	53.65	9.88

เจตคติ	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง	ไม่เห็น ด้วย	ไม่แน่ ใจ	เห็นด้วย	เห็นด้วย อย่างยิ่ง
21. การตรวจข้อสวาระเพื่อค้นหาสารเสพติดไม่ควรปฏิบัติในนักเรียนเพราะเป็นการละเมิดสิทธิ์ส่วนบุคคล	2.59	5.18	11.29	59.53	21.41
22. ท่านมีโอกาสพัฒนาตนเองในด้านการดูแลช่วยเหลือนักเรียนจากการทำงานตามระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน	0.47	6.35	16.00	63.06	14.12
23. ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนไม่เป็นการเพิ่มภาระให้กับครูที่ปรึกษา	3.76	23.76	19.29	44.24	8.94
24. การอ่านหนังสือไม่คล่องอาจเป็นกรรมพันธุ์	2.82	13.88	24.24	41.18	17.88
25. การวิเคราะห์ข้อมูลของนักเรียนมีผลกระทบต่อเวลาการเรียนการสอนของครูที่ปรึกษา	6.12	27.53	22.82	38.59	4.94
26. ครูที่ปรึกษาเป็นบุคคลสำคัญที่สามารถช่วยเหลือนักเรียนที่มีปัญหาสุขภาพจิตได้	1.65	6.82	19.76	55.06	16.71
27. ปัญหาครอบครัวของนักเรียนเป็นเรื่องส่วนตัวไม่ควรเข้าไปยุ่งเกี่ยว	2.59	9.65	15.53	56.47	15.76
28. ความสามารถของนักเรียนไม่จำเป็นต้องดูผลการเรียนเฉลี่ย	4.94	39.53	14.12	34.59	6.82
29. ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนเป็นหน้าที่ของครูแนะแนว	3.53	13.41	13.18	59.29	10.59
30. การจัดกิจกรรมโฮมรูม (Homeroom) มีประโยชน์คุ้มค่ากับเวลาที่สูญเสียไป	1.88	4.00	13.65	59.53	20.94

ตารางที่ 3 แสดงค่าร้อยละการปฏิบัติต่อการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือ  
 นักเรียน ของครูที่ปรึกษา ในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัด  
 ปราจีนบุรี (กลุ่มตัวอย่าง 425 คน คะแนนต่ำสุด 39 คะแนน คะแนนสูงสุด 120  
 คะแนน  $\bar{X} \pm S.D = 80.85 \pm 13.83$ )

การปฏิบัติ	ไม่เคย เลย	นาน ๆ ครั้ง	บ่อย ๆ	ประจำ สม่ำเสมอ
1. ท่านไม่นำข้อมูลของนักเรียนจากระเบียนสะสมมาวิเคราะห์เป็นรายบุคคล	8.94	52.71	30.35	8.00
2. ท่านประสานงานกับครูที่จะช่วยเหลือนักเรียน	2.59	36.71	49.65	11.06
3. ท่านจัดกิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อนในการแก้ปัญหาของนักเรียน	11.76	43.53	37.18	7.53
4. ท่านให้การปรึกษาเบื้องต้นในการป้องกันและแก้ไขปัญหแก่นักเรียน	0.47	17.41	56.71	25.41
5. นโยบายโรงเรียนได้กำหนดการจัดกิจกรรมสนับสนุนการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด	0.71	16.47	52.94	29.88
6. ท่านไม่ทำให้นักเรียนรู้สึกว่าตนถูกจัดอยู่ในกลุ่มเสี่ยง/มีปัญหา	12.94	28.94	38.82	19.29
7. ท่านสรุปผลการปฏิบัติงานและรายงานให้หัวหน้าระดับทราบ	10.35	45.18	30.82	13.65
8. ท่านส่งเสริมให้นักเรียนมีส่วนร่วมกิจกรรม เช่น กิจกรรมในห้องเรียน เพื่อนช่วยเพื่อน ซ้อมเสริม เสริมหลักสูตร เป็นต้น	2.12	27.53	49.18	21.18
9. เมื่อพบว่านักเรียนมีปัญหาเกี่ยวกับจิตใจที่ซับซ้อน หรือทางเพศท่านจะไม่ทำการส่งต่อนักเรียน	29.65	45.65	20.24	4.47
10. ในการดำเนินงานดูแลช่วยเหลือนักเรียนท่านได้รับความร่วมมือจากครู อาจารย์ในโรงเรียน	2.35	24.47	53.88	19.29
11. ท่านเข้าร่วมประชุมกลุ่มปรึกษากรณีปัญหาพฤติกรรมของนักเรียนกับทีม	14.12	45.18	31.06	9.65
12. ท่านไม่ชี้แจงให้นักเรียนทราบถึงความจำเป็นในการส่งต่อนักเรียนทุกครั้ง	25.88	41.41	24.24	8.47
13. ท่านได้วิเคราะห์ถึงสาเหตุของปัญหาในการแก้ไขปัญหแก่นักเรียน	7.29	32.47	45.65	14.59
14. ท่านสรุปข้อมูลส่วนตัวของนักเรียนที่เกี่ยวข้องกับการช่วยเหลือให้ผู้รับการช่วยเหลือนักเรียนทราบ	9.88	34.76	39.29	11.06
15. ท่านให้การช่วยเหลือนักเรียนอย่างเต็มความสามารถด้วยความรัก ความเมตตา	1.65	10.35	53.18	34.82

การปฏิบัติ	ไม่เคย เลย	นาน ๆ ครั้ง	บ่อย ๆ	ประจำ สม่ำเสมอ
16. ท่านใช้ปัจจัยด้านครอบครัวมาพิจารณาเหตุที่ทำให้เด็กนักเรียน ไปใช้ยาเสพติด	6.59	26.12	49.41	17.88
17. ท่านจัดประชุมผู้ปกครองชั้นเรียน (Classroom Meeting) เพื่อ เป็นการสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน	8.94	48.24	28.47	14.35
18. ท่านนำระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนมาใช้ในการป้องกัน และแก้ไขปัญหาเสพติด	4.47	31.76	47.29	16.47
19. ท่านวิเคราะห์ข้อมูลนักเรียนประกอบการคัดกรองนักเรียน	5.88	31.76	48.00	14.35
20. ท่านออกเยี่ยมบ้านนักเรียนเพื่อเก็บข้อมูลที่แท้จริงของ นักเรียน	13.18	48.71	27.53	10.59
21. ท่านจัดกิจกรรมการเรียนการสอนแบบบูรณาการเพื่อให้ เกิดทักษะชีวิต	3.53	31.29	52.24	12.94
22. ท่านใช้เกณฑ์การดูแลช่วยเหลือนักเรียนของโรงเรียน มาพิจารณาคัดกรองนักเรียน	4.71	27.29	55.53	12.47
23. ท่านใช้แบบประเมิน SDQ ในการประเมินและคัดกรอง นักเรียนกลุ่มเสี่ยง	6.82	29.41	50.82	12.94
24. ท่านติดตามผลการช่วยเหลือนักเรียน	2.12	28.71	52.24	16.94
25. ท่านใช้ข้อมูลพื้นฐานของนักเรียนมาประกอบการพิจารณา ปัญหาของนักเรียน	1.18	18.59	61.41	18.82
26. ท่านเก็บประวัติของนักเรียนไว้อย่างมิดชิด และเป็น ความลับ	5.41	18.12	50.82	25.65
27. ท่านระมัดระวังในการสื่อสารกับผู้ปกครองของนักเรียน กลุ่มเสี่ยง/มีปัญหา	4.71	22.59	51.76	20.94
28. ท่านไปเยี่ยมบ้านเพื่อดูแลเอาใจใส่ให้ความอบอุ่นและ ให้กำลังใจแก่นักเรียนกลุ่มเสี่ยงอย่างใกล้ชิด	11.06	44.24	33.65	11.06
29. ท่านจัดกิจกรรมโฮมรูม(Homeroom)เพื่อทำความรู้จัก และคุ้นเคยกับนักเรียน	1.18	16.94	46.12	35.76
30. ท่านลงบันทึกข้อมูลผลการปฏิบัติงานเกี่ยวกับการดูแล ช่วยเหลือนักเรียน	4.24	30.59	54.12	11.06

## ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นายอุดม มาสแสง เกิดวันที่ 16 สิงหาคม พ.ศ.2507 ที่อำเภอประจันตคาม จังหวัดปราจีนบุรี สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรี (สาขารัฐศาสตร์) มหาวิทยาลัยขอนแก่น ในปีการศึกษา 2535 และเข้าศึกษาต่อในหลักสูตร วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสุขภาพจิต (นอกเวลาราชการ) ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย พ.ศ.2544 ปัจจุบันรับราชการในตำแหน่งนักวิชาการส่งเสริมสุขภาพ 7 (งานสุขภาพจิตและยาเสพติด) กลุ่มงานบริการทางการแพทย์ โรงพยาบาลกบินทร์บุรี จังหวัดปราจีนบุรี



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย