

ความวิตกกังวลและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำของ  
นิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



นางสาวปิยะพรรณ เอื้ออริยะพานิชกุล

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต


สาขาวิชาสุขภาพจิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์

คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2549

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ANXIETY AND FACTORS ASSOCIATED WITH ANXIETY OF JOB APPLICATION AMONG  
SENIOR UNDERGRADUATE STUDENTS OF CHULALONGKORN UNIVERSITY



Miss Piyaphan Ua-ariyapanichkul

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

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

Department of Psychiatry

Faculty of Medicine

Chulalongkorn University

Academic Year 2006

Copyright of Chulalongkorn University

492076

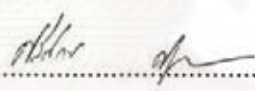
หัวข้อวิทยานิพนธ์ ความวิตกกังวลและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำ  
ของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
โดย นางสาวปิยะพรรณ เอื้ออริยะพานิชกุล  
สาขาวิชา สุขภาพจิต  
อาจารย์ที่ปรึกษา ผู้ช่วยศาสตราจารย์นายแพทย์ชัยชนะ นิ่มนวล

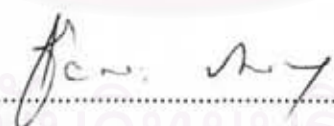
---

คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วน  
หนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต

  
..... คณบดีคณะแพทยศาสตร์  
(ศาสตราจารย์นายแพทย์ภิรมย์ กมลรัตนกุล)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

  
..... ประธานกรรมการ  
(รองศาสตราจารย์แพทย์หญิงศิริลักษณ์ ศุภปีติพร)

  
..... อาจารย์ที่ปรึกษา  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์นายแพทย์ชัยชนะ นิ่มนวล)

  
..... กรรมการ  
(รองศาสตราจารย์นายแพทย์เดชา ลลิตอนันต์พงศ์)

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

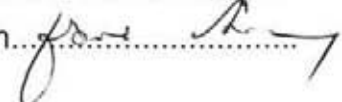
ปิยะพรณ เอื้ออริยะพานิชกุล : ความวิตกกังวลและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวล  
 ในการหางานทำของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ( ANXIETY AND  
 FACTORS ASSOCIATED WITH ANXIETY OF JOB APPLICATION AMONG SENIOR  
 UNDERGRADUATE STUDENTS OF CHULALONGKORN UNIVERSITY )  
 อ. ที่ปรึกษา : ผศ.นพ. ชัยชนะ นิ่มนวล , 129 หน้า

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา ณ ช่วงเวลาใดเวลาหนึ่ง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา  
 ระดับความวิตกกังวลในการหางานทำและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิต  
 ปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จำนวน  
 400 คน ที่สำเร็จการศึกษาแล้วจะหางานทำ ไม่ได้ศึกษาต่อหรือทำงานที่มีอยู่แล้ว โดยใช้แบบสอบถาม  
 ข้อมูลส่วนบุคคล แบบประเมินปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำ และแบบประเมิน  
 ความวิตกกังวลในการหางานทำ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา Independence t - test , One-  
 way ANOVA , Pearson Correlation และ Multiple Linear Regression Analysis ตามความ  
 เหมาะสม

ผลการศึกษาพบว่าค่าเฉลี่ยและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความวิตกกังวลในการหา  
 งานทำของกลุ่มตัวอย่างมีค่าเท่ากับ 58.9 และ 12.96 ตามลำดับ ค่าที่เป็นไปได้ระหว่าง 25 -125 คะแนน  
 เมื่อใช้เกณฑ์ Mean  $\pm$  1 SD กำหนดระดับคะแนนความวิตกกังวลในการหางานทำ พบว่าร้อยละ 15.5  
 ของกลุ่มตัวอย่างมีความวิตกกังวลในการหางานทำสูง ซึ่งมีค่าคะแนนสูงกว่า 72 คะแนน ปัจจัยที่เกี่ยวข้อง  
 กับความวิตกกังวลในการหางานทำ ได้แก่ เพศหญิง ระดับความสามารถทางด้านภาษาอังกฤษไม่ดี และ  
 ความไม่สอดคล้องของความสนใจในอาชีพกับวิชาเอกที่ได้เรียนมา ผลการศึกษาที่ได้จะเป็นข้อมูลแก่  
 หน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการหาแนวทางส่งเสริมสุขภาพจิตและป้องกันปัญหาสุขภาพจิตของนิสิตระดับ  
 ปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย และอาจนำไปใช้ในการหาวิธีการจัดการกับความวิตกกังวลในการหางานทำของ  
 นิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีสุดท้ายได้

ภาควิชา จิตเวชศาสตร์  
 สาขาวิชา สุขภาพจิต  
 ปีการศึกษา 2549

ลายมือชื่อนิสิต...ปิยะพรณ...เอื้ออริยะพานิชกุล...

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา...



## 4874756930 : MAJOR MENTAL HEALTH

KEY WORD: ANXIETY / JOB APPLICATION / SENIOR UNDERGRADUATE STUDENTS

PIYAPHAN UA-ARIYAPANICHKUL : ANXIETY AND FACTORS ASSOCIATED WITH ANXIETY OF JOB APPLICATION AMONG SENIOR UNDERGRADUATE STUDENTS OF CHULALONGKORN UNIVERSITY. THESIS ADVISOR : ASST. PROF. CHAICHANA NIMNUAN, M.D., Ph.D., 129 pp.

The purpose of this cross-sectional descriptive study was to explore the level of anxiety and its associated factors regarding job application among senior undergraduate students of Chulalongkorn University. Four hundred senior undergraduate students who would not like to find jobs after graduation and would not study in Master degree or already have reserved work. The research instruments were a demographic questionnaire, questionnaire about causes of anxiety of job application and questionnaire anxiety of job application. The data were analyzed using descriptive statistics, independence t - test, one-way ANOVA, pearson correlation and multiple linear regression analysis where appropriate.

The results showed mean and SD regarding the anxiety of job application score were 58.9 and 12.96 respectively. The possible score range from 25 -125. When using standard Mean  $\pm$  1 SD to set the level of the anxiety of job application, 15.5 % of the population sample had high level of anxiety, with score higher than 72. Factors associated with increased anxiety of job application were being female, incompetence in English and discrepancy between the job and the major subject studied. The implications of these finding by related institutions should promote psychological health and prevent problems of senior undergraduate students and can be used properly to manage the anxiety of job application among senior undergraduate students.

Department     Psychiatry  
Field of study     Mental Health  
Academic year     2006

Student's signature Piyaphan Ua-ariyapanichkul  
Advisor's signature.....*[Signature]*.....

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความสามารถ ช่วยเหลือ และให้ความอนุเคราะห์จากบุคคลหลายท่าน

ขอกราบขอบพระคุณรองศาสตราจารย์ ดร.วิพรรณ ประจวบเหมาะ รองศาสตราจารย์ แพทย์หญิงศิริลักษณ์ ศุภปีติพร ผู้ช่วยศาสตราจารย์แพทย์หญิงวิวรรณ นิเวศพันธุ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์นายแพทย์ชัยชนะ นิ่มนวล และอาจารย์นายแพทย์พีรพันธ์ ลือบุญธวัชชัย ที่กรุณาเป็นผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบเครื่องมือในการวิจัยครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณรองศาสตราจารย์แพทย์หญิงศิริลักษณ์ ศุภปีติพร ประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ และรองศาสตราจารย์นายแพทย์เดชา ลลิตอนันต์พงศ์ กรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ที่กรุณาให้คำแนะนำ และตรวจสอบแก้ไขวิทยานิพนธ์ในครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณคณาบดีคณะต่างๆ และอาจารย์ทุกท่าน ที่ให้ความอนุเคราะห์ช่วยเหลือ นอกจากนี้ขอขอบคุณนิสิตนักศึกษาที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีในการสัมภาษณ์เชิงลึก เพื่อนำข้อมูลมาสร้างแบบประเมินปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำ ขอขอบคุณนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย ของมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ มหาวิทยาลัยกรุงเทพ มหาวิทยาลัยหอการค้า มหาวิทยาลัยสยาม มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต และมหาวิทยาลัยรามคำแหง ที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีในการเก็บรวบรวมข้อมูลทดลองใช้แบบประเมิน และขอขอบคุณนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างจริง

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ เนื่องจากพระคุณของคุณพ่อคุณแม่ และบุคคลในครอบครัวที่ให้กำลังใจและให้การสนับสนุนผู้วิจัยด้วยดีมาตลอด ขอขอบคุณเพื่อนๆ สาขาสุขภาพจิต เพื่อนๆ น้องๆ O.C.A. ตลอดจนเพื่อนสนิททุกท่าน สำหรับความช่วยเหลือกำลังใจ และมิตรภาพที่ดีเสมอมา

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## สารบัญ

หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ฅ
สารบัญภาพ.....	ญ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
คำถามของการวิจัย.....	3
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	3
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	4
ข้อจำกัดของการวิจัย.....	5
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย.....	5
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย.....	5
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	6
ความหมายของความวิตกกังวล.....	7
ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวล.....	9
แนวคิดเรื่องสาเหตุและการเกิดความวิตกกังวล.....	17
อาการของความวิตกกังวล.....	21
การประเมินความวิตกกังวล.....	22
ความหมายและความสำคัญของการประกอบอาชีพ.....	23
ความหมายของการเลือกอาชีพ.....	25
แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการเลือกอาชีพ.....	25
องค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับการเลือกอาชีพ.....	29
ข้อแนะนำในการเลือกอาชีพ.....	30
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	32



บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	40
รูปแบบการวิจัย.....	40
ลักษณะประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	40
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	43
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	50
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	51
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	52
ลักษณะทั่วไปของนิสิต.....	54
ผลการวิเคราะห์ความวิตกกังวลในการหางานทำและปัจจัยที่เป็นสาเหตุของ ความวิตกกังวลในการหางานทำ.....	61
การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับ ความวิตกกังวลในการหางานทำ.....	72
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	80
สรุปผลการวิจัย.....	80
อภิปรายผล.....	81
ข้อเสนอแนะ.....	88
รายการอ้างอิง.....	91
ภาคผนวก.....	97
ภาคผนวก ก. รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ.....	98
ภาคผนวก ข. ข้อมูลสำหรับผู้เข้าร่วมการวิจัยและใบยินยอมให้ทำการวิจัยในมนุษย์ สำหรับการสัมภาษณ์เชิงลึก.....	100
ภาคผนวก ค. แบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้างที่ใช้ในการศึกษานำร่อง.....	103
ภาคผนวก ง. แบบประเมินฉบับสมบูรณ์ที่ใช้เก็บข้อมูลในการวิจัย.....	105
ภาคผนวก จ. การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ.....	116
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์.....	129



## สารบัญตาราง

		หน้า
ตารางที่ 1	แสดงจำนวนผู้ว่างงาน จำแนกตามระดับการศึกษาที่สำเร็จ.....	2
ตารางที่ 2	จำนวนนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้ายที่เป็นกลุ่มตัวอย่างของ กลุ่มคณะในศาสตร์สาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี.....	42
ตารางที่ 3	จำนวนนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้ายที่เป็นกลุ่มตัวอย่างของ กลุ่มคณะในศาสตร์สาขาสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์.....	42
ตารางที่ 4	จำนวนนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้ายที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตอน ทดลองใช้ (Try out).....	46
ตารางที่ 5	แสดงค่าความเที่ยงแบบสัมประสิทธิ์ครอนบาคอัลฟาแยกตามด้านของ แบบประเมินปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำ.....	47
ตารางที่ 6	แสดงค่าความเที่ยงแบบสัมประสิทธิ์ครอนบาคแอลฟาแยกตามด้านของ แบบประเมินความวิตกกังวลในการหางานทำ.....	50
ตารางที่ 7	จำนวนและร้อยละจำแนกตามข้อมูลทั่วไปของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.....	54
ตารางที่ 8	จำนวนและร้อยละจำแนกตามความสามารถและความสนใจในอาชีพ ของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.....	59
ตารางที่ 9	คะแนนของความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.....	62
ตารางที่ 10	ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำจำแนกเป็นรายด้าน...	64
ตารางที่ 11	แสดงค่าร้อยละของปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำ เป็นรายข้อ.....	66
ตารางที่ 12	แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความ วิตกกังวลในการหางานทำเป็นรายข้อ.....	69
ตารางที่ 13	ความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลในการหางานทำและปัจจัยที่เกี่ยวข้อง กับความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตจำแนกเป็นรายด้าน.....	71
ตารางที่ 14	แสดงการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวล ในการหางานทำของนิสิตจำแนกตามข้อมูลทั่วไป โดยใช้ Independent - Samples T Test .....	72

ตารางที่ 15	แสดงการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวล ในการหางานทำของนิสิตจำแนกตามข้อมูลทั่วไป โดยใช้ One - way ANOVA.....	76
ตารางที่ 16	ตัวแปรที่สามารถอธิบายความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิต ปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ใน Model 1.....	78
ตารางที่ 17	ตัวแปรที่สามารถอธิบายความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิต ปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ใน Model สุดท้าย .....	79



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สารบัญภาพ

		หน้า
ภาพที่ 1	กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	4
ภาพที่ 2	แสดงลักษณะการเกิดความวิตกกังวล.....	10
ภาพที่ 3	แสดงรูปแบบความวิตกกังวลปกติ.....	12
ภาพที่ 4	ภาพ Box plot คะแนนความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.....	61
ภาพที่ 5	ภาพฮิสโทแกรมคะแนนความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.....	63
ภาพที่ 6	ภาพฮิสโทแกรมคะแนนปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหา งานทำของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำแนกรายด้าน.....	65

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



# บทที่ 1

## บทนำ

### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา (Background and Rationale)

การประกอบอาชีพหรือการทำงานทำของนิสิตนักศึกษาเมื่อใกล้สำเร็จการศึกษามีความสำคัญ เนื่องจากการได้งานทำของนิสิตนักศึกษาเป็นตัวแสดงให้เห็นถึงคุณภาพของแต่ละมหาวิทยาลัย การมีงานทำให้มีการแลกเปลี่ยน (Exchange) เป็นเงินหรือค่าตอบแทน ทำให้เรามีโอกาสสร้างสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงาน รวมทั้งงานยังเป็นแหล่งที่ให้สถานภาพ (Status) เมื่อเราอยู่ในสังคม ทำให้มีบทบาทต่างๆกัน ในด้านของจิตใจงานเป็นสิ่งที่ทำให้คนเรามีแรงจูงใจ ความภาคภูมิใจในตนเอง และความพึงพอใจในงานที่ทำ<sup>(1)</sup>

นอกจากนี้การทำงานยังเป็นเครื่องชี้วัดความเป็นผู้ใหญ่ ใครเลือกอาชีพอะไรและมีความก้าวหน้าด้านอาชีพมากน้อยเพียงไรนั้น ขึ้นอยู่กับปัจจัยแวดล้อมหลายประการ อาทิ เพศ การเตรียมตัว การศึกษาอบรมฝึกฝนในวิชาชีพนั้นๆ ความต้องการของสังคม สภาพเศรษฐกิจ การเมือง สถานภาพทางครอบครัว โอกาส เพื่อนร่วมอาชีพ ปริมาณคนผู้เสนอตัวทำอาชีพนั้นๆ กับความต้องการปริมาณคนทำงานในอาชีพนั้นๆ เป็นองค์ประกอบของความยากง่ายในการหางานและความก้าวหน้าในอาชีพ<sup>(2)</sup>

นิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยชั้นปีสุดท้ายอยู่ในวัยที่กำลังก้าวเข้าสู่ความรับผิดชอบต่อตนเองทั้งในเรื่องของการทำงานและชีวิตครอบครัว จึงเริ่มมีความคิดเรื่องการประกอบอาชีพที่มั่นคง เริ่มมีการวางแผนและความคาดหวังกับอนาคต<sup>(2)</sup> ดังที่ Ginzberg Eli<sup>(3)</sup> ได้แบ่งช่วงการเลือกอาชีพของบุคคลออกเป็น 3 ระยะ กล่าวไว้ว่านับตั้งแต่อายุ 17 ปี ขึ้นไปจนถึงวัยผู้ใหญ่ เป็นระยะการเลือกอาชีพที่สมจริง (Realistic Period) แสวงหาข้อเท็จจริงจากอาชีพต่างๆอันเป็นประโยชน์ต่อการเลือกอาชีพ โดยคำนึงถึงโอกาส ข้อจำกัด และข้อเท็จจริง และกล่าวถึงการเลือกอาชีพว่าเป็นกระบวนการตั้งแต่เกิดจนตาย ไม่ใช่การตัดสินใจเพียงครั้งเดียว แต่เป็นการตัดสินใจที่เป็นสิ่งสำคัญ ติดต่อกันไปในแต่ละขั้นตอนของกระบวนการ เมื่อตัดสินใจแล้วจะกลับหลังไม่ได้ การเลือกจึงเป็นกระบวนการที่มุ่งไปสู่เวลาข้างหน้า และจะจบด้วยการประนีประนอมระหว่างความสนใจและความต้องการของตนกับความเป็นจริงในโลก นิสิตนักศึกษาเหล่านี้จึงมีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์การทำงานทำที่ไม่แน่นอน เนื่องจากไม่มีประสบการณ์ในการหางานทำ เป็นการเริ่มหางานทำครั้งแรกในชีวิตที่จะส่งผลไปถึงในอนาคต ประกอบกับปัจจุบันนี้



สภาพทางเศรษฐกิจตกต่ำ เงินเฟ้อ น้ำมันแพง และค่านิยมของสังคมในปัจจุบันที่เน้นการแข่งขันและความสำเร็จ ส่งผลทำให้เกิดความวิตกกังวลความเครียดมากขึ้น ดังนั้นจึงมีนิสิตนักศึกษาหลายคนต้องหันกลับไปศึกษาต่อระดับปริญญาโทและระดับปริญญาเอกแทนการทำงาน

ปัญหาการว่างงานของผู้สำเร็จการศึกษาก็เป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้มีนิสิตนักศึกษาที่กำลังหางานทำมีความวิตกกังวลได้เช่นกัน ดังจะเห็นได้จากผลการสำรวจจำนวนผู้ว่างงานทั่วประเทศในเดือนมีนาคม พ.ศ. 2549 มีประมาณ 6.4 แสนคน เมื่อพิจารณาระดับการศึกษาที่สำเร็จของผู้ว่างงาน พบว่าผู้ที่สำเร็จการศึกษาระดับประถมศึกษาว่างงานมากที่สุดประมาณ 1.5 แสนคน รองลงมา คือ ระดับอุดมศึกษาประมาณ 1.4 แสนคน ระดับมัธยมศึกษาตอนต้นประมาณ 1.3 แสนคน ระดับมัธยมศึกษาตอนปลายประมาณ 1.2 แสนคน ผู้ไม่มีการศึกษาและต่ำกว่าประถมศึกษาประมาณ 1.0 แสนคน<sup>(4)</sup> ดังตารางข้างล่าง

ตารางที่ 1 แสดงจำนวนผู้ว่างงาน จำแนกตามระดับการศึกษาที่สำเร็จ

หน่วย : ล้านคน

ระดับการศึกษาที่สำเร็จ	2548			2549	
	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	ก.พ.	มี.ค.
1. ไม่มีและต่ำกว่าประถม	0.12	0.08	0.12	0.09	0.10
2. ประถมศึกษา	0.22	0.18	0.17	0.14	0.15
3. มัธยมศึกษาตอนต้น	0.20	0.17	0.17	0.11	0.13
4. มัธยมศึกษาตอนปลาย	0.12	0.15	0.14	0.10	0.12
5. อุดมศึกษา	0.15	0.15	0.19	0.12	0.14
6. อื่นๆ	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
<b>รวม</b>	<b>0.81</b>	<b>0.73</b>	<b>0.79</b>	<b>0.56</b>	<b>0.64</b>

การสำรวจภาวะการทำงานทำของบัณฑิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยประจำปีการศึกษา 2547 บัณฑิตที่กรอกแบบสำรวจภาวะการทำงานทั้งสิ้น 3,291 คน เป็นผู้ที่ได้งานทำแล้ว 1,973 คน (ร้อยละ 60.0) ผู้ที่ยังไม่ได้งานทำ 467 คน (ร้อยละ 14.2) และเป็นผู้ที่ต้องการศึกษาต่อ 851 คน (ร้อยละ 25.8) สำหรับคณะที่บัณฑิตยังไม่ได้งานทำมากที่สุด 5 อันดับแรก ได้แก่ คณะศิลปกรรมศาสตร์ ร้อยละ 27.4 (ของบัณฑิตของคณะที่กรอกแบบสำรวจ) รองลงมาได้แก่ คณะรัฐศาสตร์ ร้อยละ 23.0 สำนักวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา ร้อยละ 22.9 คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ ร้อยละ 21.8 และคณะวิทยาศาสตร์ ร้อยละ 18.2 ตามลำดับ นอกจากนี้ปัญหาอุปสรรคในการหางานทำที่บัณฑิตตอบมากที่สุด คือ หางานที่ถูกต้องใจไม่ได้ ร้อยละ 41.0 รองลงมาคือ เงินเดือนน้อย ร้อยละ 24.3 ไม่ทราบแหล่งงาน ร้อยละ 15.5 หน่วยงานไม่ต้องการ ร้อยละ 7.6 ขาดผู้สนับสนุน

คน/เงินค่าประกัน ร้อยละ 5.6 สอบเข้าทำงานไม่ได้ ร้อยละ 4.3 และต้องสอบจึงไม่ยอมสมัคร ร้อยละ 1.7 <sup>(5)</sup>

เนื่องจากยังไม่มีข้อมูลการศึกษาในประเทศไทยเกี่ยวกับความวิตกกังวลและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาเรื่องดังกล่าว โดยผู้วิจัยจะสร้างแบบประเมินปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำและแบบประเมินความวิตกกังวลในการหางานทำ และนำไปทดลองใช้กับนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เพื่อเป็นประโยชน์ในการเข้าใจระดับความวิตกกังวลและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิต เพื่อให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องร่วมกันหาแนวทางในการวางแผนส่งเสริมสุขภาพจิตและป้องกันปัญหาสุขภาพจิตของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

#### คำถามของการวิจัย (Research Question)

1. ระดับความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ทั้งสาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี กับสาขาสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ เป็นอย่างไร
2. ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ทั้งสาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี กับสาขาสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ มีอะไรบ้าง

#### วัตถุประสงค์ของการวิจัย (Objectives)

1. เพื่อศึกษาระดับความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ทั้งสาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี กับสาขาสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์
2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ทั้งสาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี กับสาขาสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์

## กรอบแนวคิดในการวิจัย (Conceptual Framework)

ตัวแปรต้น

ตัวแปรตาม



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย



### ข้อจำกัดของการวิจัย (Limitations)

เนื่องจากผู้วิจัยศึกษาเฉพาะนิสิตที่เรียนในจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ซึ่งอาจมีปัจจัยอื่นที่ทำให้มีความวิตกกังวลในการหางานทำแตกต่างไปจากนิสิตนักศึกษาที่อยู่มหาวิทยาลัยอื่น ๆ ดังนั้นระดับความวิตกกังวลในการหางานทำอาจแตกต่างกัน โดยที่ผู้วิจัยไม่สามารถควบคุมได้ นอกจากนี้การศึกษานิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้ายในขณะที่ยังไม่ได้สำเร็จการศึกษา อาจมีความแตกต่างกับระดับความวิตกกังวลในการหางานทำของบัณฑิตที่สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรีแล้ว

### คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย (Operational Definition)

ความวิตกกังวลในการหางานทำ หมายถึง กลุ่มอาการที่เกิดขึ้นได้ในคนปกติทั่วไป เมื่อมีความวิตกกังวลในการหางานทำเข้ามากระทบ วัดโดยแบบประเมินความวิตกกังวลในการหางานทำที่ผู้วิจัยพัฒนามาจากแบบวัดความวิตกกังวลในการสอบของ รังรอง งามศิริ<sup>(6)</sup>

### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย (Expected Benefits & Application)

1. ได้ข้อมูลพื้นฐานและอาจนำไปใช้ในการหาวิธีการจัดการกับความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย
2. ได้ข้อมูลสำหรับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ มหาวิทยาลัย กรมสุขภาพจิต ในการหาแนวทางส่งเสริมสุขภาพจิตและป้องกันปัญหาสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย
3. มีแนวทางในการวิจัยต่อไป

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องมีรายละเอียดในหัวข้อต่อไปนี้

#### 1. ความวิตกกังวล

1.1 ความหมายของความวิตกกังวล

1.2 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวล

1.3 แนวคิดเรื่องสาเหตุและการเกิดความวิตกกังวล

1.4 อาการของความวิตกกังวล

1.5 การประเมินความวิตกกังวล

#### 2. การเลือกอาชีพ

2.1 ความหมายและความสำคัญของการประกอบอาชีพ

2.2 ความหมายของการเลือกอาชีพ

2.3 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการเลือกอาชีพ

2.4 องค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับการเลือกอาชีพ

2.5 ข้อเสนอแนะในการเลือกอาชีพ

#### 3. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

## ความหมายของความวิตกกังวล

คู่มือสมาคมนจิตแพทย์อเมริกัน (Manual of Mental Disorder Fourth Edition or DSM-IV [APA])<sup>(7)</sup> ได้อธิบายความหมายของความวิตกกังวลไว้ว่า ความวิตกกังวล หมายถึง ความไม่สุขสบาย อึดอัด กระวนกระวาย หรือความหวาดกลัวอันตรายเป็นซึ่งคิดว่าอาจเกิดขึ้น เป็นความรู้สึกที่ไม่ได้สัดส่วนกับอันตรายที่เกิดขึ้นจริง หรือมีความรู้สึกมากเกินไปจริง และมีอาการอันเป็นผลเนื่องมาจากการที่ระบบประสาทอัตโนมัติทำงานมากขึ้น

Rogers<sup>(8)</sup> ให้ความหมายของความวิตกกังวลว่า คือการที่โครงสร้างของตนกับประสบการณ์ไม่สอดคล้องกัน รับรู้ประสบการณ์ว่าเป็นสิ่งที่คุกคามโครงสร้างของตนจึงเกิดความวิตกกังวลขึ้น ซึ่งความวิตกกังวลนี้อาจแสดงออกมาเป็นการใช้พฤติกรรมป้องกันตนเอง หรือเป็นสภาวะไม่สมดุลทางจิตใจ ไม่สบายใจ หวาดหวั่น

Zung<sup>(9)</sup> ให้ความหมายว่า ความวิตกกังวลเป็นความรู้สึกไม่สบายใจ กระวนกระวายใจ และหวั่นวิตกว่าจะมีอันตรายเกิดขึ้นโดยหาสาเหตุไม่ได้ มีการแสดงออกทั้งทางร่างกายและอารมณ์

Groen<sup>(10)</sup> กล่าวว่า ความวิตกกังวลในเชิงจิตวิทยา หมายถึง ลักษณะอารมณ์ที่ไม่น่าพึงพอใจ ซึ่งเกิดจากการคาดการณ์ล่วงหน้าถึงอันตราย หรือความขัดข้องใจที่คุกคามสวัสดิภาพภาวะสมดุล หรือวิถีชีวิตของบุคคล หรือกลุ่มสังคมที่บุคคลนั้นเป็นเจ้าของอยู่

Rycroft<sup>(11)</sup> อธิบายว่า ความวิตกกังวลเป็นความรู้สึกของการเตรียมพร้อมเพื่อเผชิญหน้ากับสิ่งที่เกิดขึ้น และความเปลี่ยนแปลงต่างๆ ที่ไม่คุ้นเคย ภาวะเช่นนี้เกิดขึ้นเมื่อบุคคลตระหนักว่ามีอะไรบางอย่างที่เป็นอันตรายต่อตน แต่ยังไม่สามารถลงมือจัดการกับสิ่งนั้นได้ เนื่องจากยังไม่ได้เกิดขึ้นจริงๆ หากสิ่งนั้นได้เกิดขึ้นแล้ว หรือบุคคลได้รับรู้มันอย่างแจ่มชัดแล้ว ความวิตกกังวลก็จะหมดไป เพราะไม่ต้องเตรียมพร้อมที่จะเผชิญปัญหา เหลืออยู่ก็แต่การลงมือปฏิบัติจริง และภาวะอารมณ์ชนิดอื่นจะเข้ามาแทนที่ความวิตกกังวล ทิศนะของ Rycroft ต่างจาก Groen ตรงที่ Rycroft เชื่อว่าเมื่อความวิตกกังวลเกิดขึ้นกับสิ่งที่คุณคนไม่รู้จัก ย่อมแสดงว่าประสบการณ์ใหม่ทั้งหลายที่คุณคนไม่เคยผ่านพบมาก่อน สามารถก่อให้เกิดความวิตกกังวลได้ทั้งสิ้น ไม่ว่าประสบการณ์นั้นน่าจะพอใจหรือไม่

Spielberger<sup>(12)</sup> กล่าวว่า ความวิตกกังวล คือ ความรู้สึกที่ก่อให้เกิดพฤติกรรม อารมณ์ และลักษณะทางสรีระวิทยาที่ตอบสนองกระบวนการทางการคิด การเข้าใจของบุคคล โดยบุคคล

รับรู้และประเมินสถานการณ์ว่าเป็นการคุกคามตน ดังนั้นความวิตกกังวลจึงไม่ได้เป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นกับบุคคลโดยตรงจากสถานการณ์ที่เข้ามาระทบ แต่เป็นกระบวนการที่เกิดจากการที่บุคคลประเมินความน่าจะเป็นของเหตุการณ์ในอนาคต ซึ่งเป็นผลมาจากการที่บุคคลเรียนรู้จากประสบการณ์ในอดีตจากสถานการณ์ในอดีตที่คุกคามตน

สำหรับในประเทศไทยเองก็มีผู้สนใจศึกษาเกี่ยวกับความวิตกกังวล และได้สรุปความหมายไว้ต่างๆ กัน ดังนี้

อุบล นิวัติชัย<sup>(13)</sup> กล่าวว่า ความวิตกกังวลเป็นประสบการณ์ส่วนหนึ่งของบุคคลที่คนเราทุกคนเคยรู้จักและคุ้นเคย ความวิตกกังวลเปรียบเสมือนสัญญาณเตือนว่า มีความไม่สมดุลเกิดขึ้นในจิตใจและอารมณ์ จำเป็นต้องปรับอย่างหนึ่งอย่างใด เพื่อให้ความสมดุลที่เสียไปคืนสภาพ

สมโภชน์ เขียมสุภาชิต<sup>(14)</sup> กล่าวว่า ความวิตกกังวล เป็นสภาวะทางอารมณ์ที่มีความรู้สึกไม่พอใจ เนื่องจากรู้สึกว่าตนเองถูกข่มขู่ หรือจะมีอันตราย หรือการที่อยู่ในสภาวะที่ไม่รู้ว่าอะไรจะเกิดขึ้นในอนาคต ซึ่งสภาวะทางอารมณ์เช่นนี้คนเราอาจจะรู้สึกเครียด รู้สึกวิตกหรือหวาดกลัว สภาวะเช่นนี้กล่าวได้ว่าได้เกิดความรู้สึกวิตกกังวลขึ้นแล้ว

วัลลภ ปิยมโนธรรม<sup>(15)</sup> อธิบายว่า การที่บุคคลหนึ่งไปฝึกนิสัยให้คอยคิดไปแต่เรื่องต่างๆ ที่ยังไม่ทันได้เกิดขึ้น โดยเฉพาะเรื่องที่เกิดขึ้นเป็นเรื่องในแง่ร้ายแล้ว ความรู้สึกวิตกกังวลก็ย่อมจะเกิดขึ้นได้ในทันที และเริ่มขาดความเชื่อมั่นในตนเองลงไปเพราะเรื่องอะไรๆ ในโลกเรานั้นมันก็อาจเป็นไปตามที่เราคิดได้ทั้งนั้น เพียงแต่ไม่เฉลียวใจเท่านั้น เรื่องนั้นๆ หรือเหตุการณ์นั้นๆ มันก็อาจไม่เป็นได้เหมือนกัน

โยธิน ศันสนยุทธ์ และคณะ<sup>(16)</sup> กล่าวว่า ความวิตกกังวลเป็นภาวะที่บุคคลมีความรู้สึกไม่สบาย วิตกว่าจะมีอะไรที่เป็นอันตรายเกิดขึ้น มีความรู้สึกใกล้เคียงกับความกลัวมาก แต่ไม่ใช่ความกลัว เนื่องจากความกลัวจะเป็นความรู้สึกที่แน่ชัดว่ากลัวอะไร มีความยุ่งยากเกิดแสดงออกทั้งทางร่างกายและจิตใจ มีอาการทางร่างกาย เช่น เหงื่อตก นอนไม่ค่อยหลับ หัวใจเต้นเร็ว

ผกา สัตยธรรม<sup>(17)</sup> กล่าวว่า ความวิตกกังวลเป็นลักษณะของจิตที่ไม่สงบ ขาดสมาธิ เป็นความรู้สึกนึกคิดของแต่ละบุคคล ขาดความมั่นใจ คิดไปว่าไม่สามารถจะทำการหนึ่งสิ่งใดได้ตามต้องการ หรือ ไม่สามารถแก้ปัญหาบางอย่างได้ ทำให้จิตใจไม่ปกติ



จากแนวคิดข้างต้นพอจะสรุปได้ว่า ความวิตกกังวลเป็นสภาวะอารมณ์หรือความรู้สึกที่ไม่พึงปรารถนาของบุคคล และเป็นความไม่สมดุลที่เกิดขึ้นในจิตใจและอารมณ์ ซึ่งเกิดขึ้นได้ในคนปกติทั่วไป ทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกสับสน อึดอัด เครียด วิตก หวาดหวั่น ตื่นเต้น หัวใจเต้นเร็วไม่มีความสุข ไม่สบายใจ นอนไม่ค่อยหลับ อันเนื่องมาจากการคาดเหตุการณ์ล่วงหน้า หรือสถานการณ์ที่จะเกิดขึ้นกับตนเองในอนาคตทางด้านลบ ว่าจะเป็นอันตรายหรือมีความไม่มั่นคงปลอดภัยต่อตนเอง มีอิทธิพลต่อความคิด อารมณ์ความรู้สึก ร่างกาย และพฤติกรรม

## ทฤษฎีที่เกี่ยวกับกับความวิตกกังวล

### 1. ทฤษฎีแนวปัญญานิยม (Cognitive Theory)

ภาวะความวิตกกังวลตามแนวคิดปัญญานิยมจะอธิบายว่า เป็นภาวะที่ไม่ได้เกิดขึ้นโดยตรงจากสถานการณ์ที่เข้ามากระทบบุคคล แต่เกิดจากการที่กระบวนการทางปัญญา (การคิด ความเชื่อ ความคาดหวัง ฯลฯ) ได้รับรู้และประเมินสภาพการณ์ว่าจะทำให้เกิดอันตรายหรือคุกคามตนเอง ดังนั้นการเกิดความวิตกกังวลตามแนวคิดนี้จึงพิจารณาที่การรับรู้และการประเมินสถานการณ์ของกระบวนการทางปัญญาเป็นหลัก หรือเป็นจุดเริ่มต้นที่จะทำให้เกิดความวิตกกังวลแล้วแสดงออกทางพฤติกรรม อารมณ์ รวมทั้งลักษณะทางสรีระวิทยาที่เป็นปัญหาขึ้น (Clerk, 1990) <sup>(18)</sup>

ลักษณะการเรียนรู้และการประเมินของกระบวนการทางปัญญาจะนำไปสู่ความวิตกกังวล มีลักษณะสำคัญซึ่งประมวลได้ว่า การรับรู้และการประเมินสถานการณ์ว่าจะมีผลต่อตนเองในด้านลบ ประกอบกับประเมินศักยภาพของตนเองว่าอยู่ในระดับต่ำกว่าความเป็นจริง (Butler, 1987 อ้างถึงใน วินัย ปานไท้) <sup>(19)</sup> ซึ่งการรับรู้และการประเมินสถานการณ์ในลักษณะนี้จะนำไปสู่ความวิตกกังวลแล้วส่งผลให้เกิดการโต้ตอบทางพฤติกรรม สรีระและอารมณ์ โดยจะโต้ตอบออกมาในลักษณะหลักหนี ระมัดระวังมากกว่าปกติ ซึ่งอาจจะเป็นผลกลับไปทำให้เกิดความวิตกกังวลมากขึ้นได้ ดังแสดงในภาพ





ภาพที่ 2 แสดงลักษณะการเกิดความวิตกกังวล  
ที่มา : Butler, 1987 ; อ้างอิงใน วินัย ปานไท้, 2542, หน้า 13

Lazarus and Averill<sup>(20)</sup> ได้ศึกษาถึงกระบวนการทางความคิดที่เชื่อมโยงระหว่างสถานการณ์จากสภาพแวดล้อมกับปฏิกิริยาตอบสนองทางอารมณ์ กล่าวว่ ความวิตกกังวลเป็นผลจากการที่บุคคลได้รับสิ่งเร้าแล้วคิดประเมินหรือคาดคะเนว่า สิ่งเร้า นั้นจะทำให้เกิดสิ่งไม่พึงพอใจหรือทำให้เกิดอันตรายต่อบุคคล เป็นผลให้บุคคลไม่สามารถดำเนินพฤติกรรมไปตามปกติได้ อีกทั้งยังก่อให้เกิดพฤติกรรมหลีกเลี่ยงเพื่อหนีห่างจากสิ่งเร้า นั้น ประกอบด้วยกระบวนการประเมิน 3 ขั้นตอน คือ

**การประเมินขั้นแรก** เป็นการตัดสินใจว่าเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นเกี่ยวกับตนหรือไม่ และจะก่อให้เกิดผลดีหรือผลร้ายแก่ตน

**การประเมินขั้นที่สอง** เป็นการพิจารณาเลือกวิธีการจัดการกับสิ่งที่ไม่พึงพอใจที่อาจเกิดขึ้นหรือทำการส่งเสริมสิ่งดีที่ทำให้เกิดความพึงพอใจ ซึ่งวิธีการจัดการกับเหตุการณ์นั้นอาจแสดงออกเป็นพฤติกรรมโดยตรง เช่น การสู้ การหลีกเลี่ยง หลีกเลี่ยงเพื่อหนีห่างจากเหตุการณ์นั้น หรือการดิ้นรนต่อสู้ให้ถึงเป้าหมาย หรืออาจแสดงออกเป็นกระบวนการภายในของบุคคล เช่น การคิดฟุ้งซ่าน และการคิดฝัน เป็นต้น

**การประเมินขั้นที่สาม** เป็นการทบทวนผลและประสิทธิภาพของการตอบสนองที่บกพร่องเสียใหม่ให้เหมาะสมกับข้อมูลเดิม ซึ่งได้จากการประเมินในขั้นแรก การประเมินทั้งสามขั้นนี้ได้รับอิทธิพลมาจากตัวแปรสองประเภท คือ (1) ตัวแปรด้านสิ่งแวดล้อม ได้แก่ องค์ประกอบทางด้านสิ่งแวดล้อมทั้งหลายที่เป็นตัวเร้าให้เกิดการตอบสนอง ตัวเร้านี้อาจมีอยู่โดยที่บุคคลไม่รู้ตัวก็ได้ (2) ตัวแปรด้านลักษณะบุคคล เช่น เจเนนไซทางสรีระวิทยา การสั่งสมทางสังคม และความเป็นมาจากอดีตของบุคคล เป็นต้น ส่วนผลที่ได้จากการประเมินขั้นที่สอง ซึ่ง

แสดงออกมาในรูปของการจัดการต่อสิ่งเร้านั้นแยกออกได้เป็นสองประเภท คือ (1) การแสดงออกเป็นพฤติกรรมโดยตรง เช่น การสู้ การหนี การดิ้นรนให้ถึงเป้าหมาย (2) การแสดงออกมาเป็นกระบวนการภายในของบุคคล เช่น ความฟุ้งซ่าน การคิดฝัน การป้องกันตนเอง

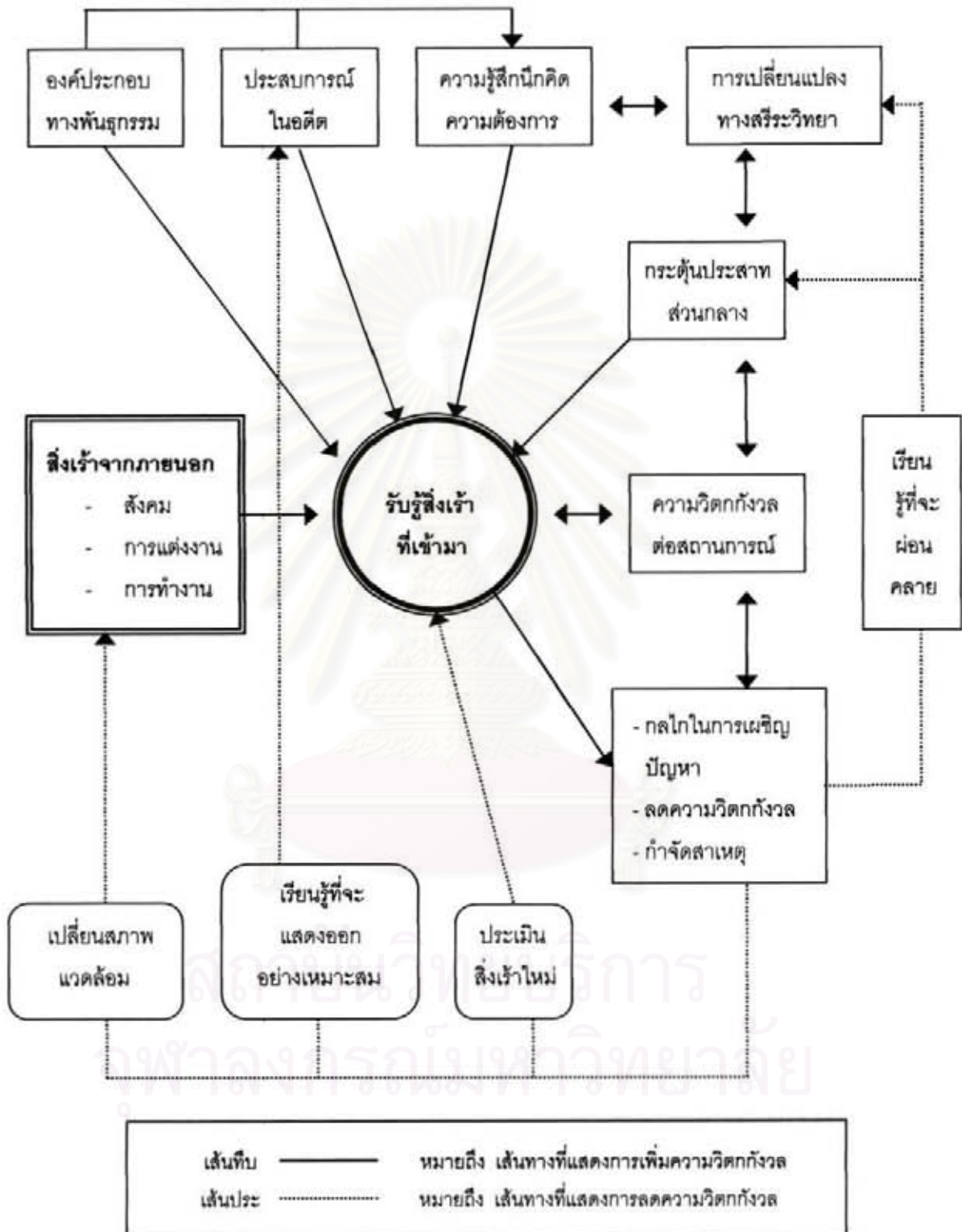
จากแนวคิดเกี่ยวกับความวิตกกังวลที่สัมพันธ์กับการรับรู้ของบุคคลนี้ สอดคล้องกับแนวความคิดของ Beck <sup>(21)</sup> ซึ่งได้ให้ทัศนะว่าสภาพการณ์ที่ก่อกวนจะมีส่วนสร้างให้เกิดความวิตกกังวลได้น้อยกว่าสถานการณ์ที่เกิดขึ้นตามการรับรู้ของบุคคล หากบุคคลรับรู้ถึงความกดดันนี้มากก็มีแนวโน้มจะเกิดความวิตกกังวลได้ง่ายกว่าบุคคลที่รับรู้ได้น้อยกว่า ดังนั้นแนวคิดนี้จึงเน้นที่องค์ประกอบด้านความคิดมากกว่าสภาพการณ์ที่ก่อกวนภายนอกที่แท้จริง การที่บุคคลให้ความหมายแก่ประสบการณ์ที่เกิดขึ้นจะเป็นตัวการทำให้สภาพการณ์ที่อาจไม่ร้ายแรงกลายเป็นสภาพการณ์ที่ก่อกวนอย่างมาก โดยบุคคลจะประเมินอันตรายนั้นเกินสภาพความเป็นจริง ขณะเดียวกันก็จะประเมินความสามารถของตนที่จะจัดการกับสภาพการณ์ที่ก่อกวนนั้นต่ำกว่าความเป็นจริงด้วย ทำให้ระดับความวิตกกังวลเกิดเพิ่มขึ้นต่อไปอีก

Lander and Mark อ้างอิงใน วินัย ปานไท <sup>(19)</sup> ได้เสนอรูปแบบความวิตกกังวลปกติ (a model of normal anxiety) โดยใช้แนวคิดของ Spielberger เป็นพื้นฐาน แบ่งความวิตกกังวลออกเป็น 2 ชนิด คือ ความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะประจำตัวของบุคคล (trait anxiety) และ ความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ (state anxiety) สาเหตุและองค์ประกอบของความวิตกกังวลทั้ง 2 ชนิดอธิบายได้ดังนี้

ความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะประจำตัวบุคคล เกิดจากสาเหตุทางพันธุกรรม ประสบการณ์ในอดีต และสภาวะด้านอารมณ์ที่เกี่ยวข้องกับสถานการณ์ปัจจุบัน องค์ประกอบเหล่านี้ปฏิสัมพันธ์กันจนกลายเป็นส่วนหนึ่งของความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะประจำตัวบุคคล เมื่อประสบเหตุการณ์สิ่งเร้าภายนอกเหล่านี้จะเข้าสู่การรับรู้ของระบบประสาทส่วนกลาง เกิดการประเมินว่าสิ่งเร้าที่มากกระทบนั้นทำให้เกิดความวิตกกังวลต่อสถานการณ์มากน้อยเพียงใดซึ่งสามารถแสดงออกได้ 3 ด้านคือ

1. เกิดความรู้สึกรู้สึกวิตกกังวลที่แสดงออกให้เห็นชัดเจนในขณะเผชิญสถานการณ์โดยผ่านทางศูนย์ควบคุมอารมณ์ (limbic system)
2. เกิดการกระตุ้นการทำงานของระบบประสาทส่วนกลาง ผ่านทางเรติคิวลาร์ฟอร์เมชัน (reticular formation) ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยาได้หลายอย่าง เช่น หัวใจเต้นเร็ว เหงื่อออกมาก
3. มีการใช้กลไกในการเผชิญปัญหา (coping mechanism) เพื่อลดความวิตกกังวลและกำจัดสาเหตุของความวิตกกังวล

ความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะประจำตัว



ภาพที่ 3 แสดงรูปแบบความวิตกกังวลปกติ (A Model of Normal Anxiety)  
 ที่มา : Lander and Mark, 1972, อ้างอิงใน วินัย ปานโท, 2542, หน้า 14



## 2. ทฤษฎีพฤติกรรมนิยม (Behaviorism)

ทฤษฎีพฤติกรรมนิยม อธิบายว่า ความวิตกกังวลเป็นการตอบสนองที่เกิดจากการเรียนรู้ (anxiety as a learned response) ไม่ได้เน้นว่า ความวิตกกังวลเป็นเรื่องของความขัดแย้งภายใน แต่เน้นเรื่องของประสบการณ์ต่างๆ ที่ได้รับจากการเรียนรู้ กล่าวคือ ความวิตกกังวลเป็นส่วนหนึ่งของการวางเงื่อนไขความกลัวและถูกจัดเป็นแรงขับทุติยภูมิ (secondary drive) ทั้งนี้ถือกำเนิดมาจากการงานของ Mowrer ซึ่งเป็นงานที่ไม่ซับซ้อนและมีอิทธิพลอย่างมาก กล่าวคือ สิ่งเร้าที่ไม่ต้องวางเงื่อนไข (unconditioned stimulus) เช่น ภาวะการช็อก จะทำให้เกิดการตอบสนองที่ไม่ต้องวางเงื่อนไข (unconditioned response) เช่น ความเจ็บปวดและความกลัว จากนั้นความกลัวจะจัดเป็นแรงขับปฐมภูมิ (primary drive) นำไปสู่พฤติกรรมการหลีกเลี่ยง ถ้าทำได้สำเร็จ ความกลัวและความวิตกกังวลก็จะลดลง แต่ถ้าบุคคลไม่สามารถหลีกเลี่ยงจากสิ่งเร้าที่ไม่พึงพอใจ (aversive stimulus) ได้ บุคคลจะมีพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปจากพฤติกรรมปกติ ได้แก่ มีอาการกระสับกระส่าย เหงื่อออก ใจสั่น เป็นต้น และเมื่อสิ่งเร้าที่มากกระตุ้นทำให้เกิดความไม่พึงพอใจรุนแรงมากก็จะทำให้มีพฤติกรรมการโต้ตอบซ้ำกว่าปกติ ซึ่งเป็นพฤติกรรมของความวิตกกังวล

Skinner อ้างถึงใน ตราวารรณ ต๊ะปิ่นตา<sup>(22)</sup> ได้ทำการศึกษาความวิตกกังวลโดยเชื่อว่า ผลกรรมเป็นสิ่งที่กำหนดพฤติกรรมของบุคคล ถ้าเป็นผลกรรมที่บุคคลไม่พึงพอใจหรือจะเป็นอันตรายต่อบุคคล บุคคลก็จะแสดงพฤติกรรมการหลีกเลี่ยง หรือหลีกเลี่ยงจากสิ่งเร้าที่จะก่อให้เกิดผลกรรมขึ้น ความวิตกกังวลเป็นพฤติกรรมที่เกิดขึ้นระหว่างสัญญาณเตือน (ตัวชี้แนะ) กับสิ่งเร้าที่จะทำให้เกิดภาวะไม่พึงพอใจ และไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ถ้าบุคคลเผชิญกับสิ่งเร้าที่ทำให้เกิดภาวะที่ไม่พึงพอใจโดยไม่มีสัญญาณเตือนหรือชี้แนะให้เห็นสิ่งเร้าดังกล่าว บุคคลก็จะไม่เกิดความวิตกกังวลจากลักษณะของสิ่งเร้าที่สามารถให้ทั้งผลกรรมที่เป็นตัวเสริมแรงทางบวก (บุคคลพึงพอใจ) และผลกรรมที่เป็นตัวเสริมแรงทางลบ (บุคคลไม่พึงพอใจ) เมื่อบุคคลได้รับการกระตุ้นด้วยสิ่งเร้าลักษณะนี้จะเกิดความวิตกกังวลขึ้น เพราะไม่แน่ใจว่าตนจะได้รับผลกรรมอย่างไร เช่น การสอบ และในกรณีสิ่งเร้าที่บุคคลได้รับจะก่อให้เกิดผลกรรมที่เป็นตัวเสริมแรงทางลบอย่างแน่นอน แต่บุคคลไม่ทราบว่าจะได้รับผลกรรมนั้นเมื่อใด บุคคลก็จะเกิดความวิตกกังวลขึ้น แต่ถ้าบุคคลรู้ว่าจะต้องได้รับผลกรรมดังกล่าวตามเวลาที่บุคคลได้คาดคิดไว้อย่างแน่นอน บุคคลจะเกิดความกลัว

### 3. ทฤษฎีปัญญา-พฤติกรรมนิยม (Cognitive-Behavior Theory)

Bandura <sup>(23)</sup> เสนอทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม (Social-Cognitive Theory) ได้ อธิบายถึงความวิตกกังวลว่า พฤติกรรมของบุคคลส่วนใหญ่เกิดจากการเรียนรู้โดยการสังเกต ผู้อื่นในสังคม จากนั้นมีการจดจำและนำมาลอกเลียนแบบได้ภายหลัง การเรียนรู้แบบนี้เป็น วิธีการเรียนรู้ตามธรรมชาติของบุคคล ดังนั้นความวิตกกังวลจึงเกิดจากการได้เห็นบุคคลถูก กระตุ้นโดยสิ่งเร้าบางอย่าง ซึ่งมีผลทำให้บุคคลนั้นได้รับผลกระทบที่ไม่พึงพอใจดังที่ได้เห็นจากตัว แบบ นอกจากการเรียนรู้จากตัวแบบแล้ว การที่บุคคลได้รับการเตือนให้ระมัดระวังอันตรายจาก สิ่งเร้าบางอย่างก็จะทำให้สิ่งเร้านั้นสร้างความวิตกกังวลให้กับบุคคลได้ การขาดทักษะใน พฤติกรรมบางอย่างที่มีผลทำให้บุคคลเกิดความไม่แน่ใจในผลกรรมที่ตนจะได้รับ ทำให้บุคคลเกิด พฤติกรรมหลีกเลี่ยงต่อสิ่งเร้าที่จะนำไปสู่พฤติกรรมที่ตนขาดทักษะนั้นๆ

### 4. ทฤษฎีจิตวิเคราะห์

นักจิตวิทยาในกลุ่มจิตวิเคราะห์ได้ให้ความสำคัญกับระบบการทำงาน 3 ระบบ คือ id, ego และ super ego โดย ฟรอยด์ อ้างถึงใน นันทินี ศุภมงคล <sup>(24)</sup> เชื่อว่าถ้าการทำงานของ 3 ระบบดัง กล่าวมีการประสานงานและเป็นไปอย่างราบรื่น บุคคลนั้นก็จะเป็นผู้ที่มีสุขภาพจิตที่ดี ไม่มีความวิตกกังวล แต่ถ้าระบบเกิดขัดข้องหรือขัดแย้งกันเองแล้วจะมีส่วนที่ทำให้บุคคลมี สุขภาพจิตเสื่อม

นักจิตวิทยาในกลุ่มจิตวิเคราะห์ ได้อธิบายถึงความวิตกกังวลไว้ดังนี้

ความวิตกกังวลเป็นความขัดแย้งในจิตไร้สำนึก (anxiety as an unconscious conflict) ความวิตกกังวลเป็นประสบการณ์ ความหวาดหวั่น ความตึงเครียด โดยแต่ละบุคคลจะหาสาเหตุ ได้ไม่ชัดเจน สาเหตุที่ไม่ชัดเจนดังกล่าวเกี่ยวข้องกับจิตไร้สำนึก เป็นผลมาจากความรู้สึกขัดแย้ง ในใจระหว่างการตอบสนองของความต้องการของตนเองหรือตน (ego) และความต้องการโดย ธรรมชาติหรือความต้องการของสัญชาตญาณ (id) โดยเฉพาะแรงขับทางเพศและความก้าวร้าว แต่ถ้าสาเหตุนั้นมีความชัดเจนและบุคคลสามารถรู้ได้ว่าจะทำให้เกิดอันตรายได้มากหรือน้อย โดย ขึ้นอยู่กับประสบการณ์ตรงของบุคคล หรือประสบการณ์อ้อมจากผู้อื่น บุคคลจะรู้สึกถึงความ วิตกกังวล แต่จะเกิดเป็นความกลัวขึ้น ส่วนการตอบสนองจะเป็นเช่นไรต้องขึ้นอยู่กับประสบ การณ์ บุคลิกภาพ ความเชื่อ หรือความคิดของแต่ละบุคคล Freud เชื่อว่าความวิตกกังวลที่เกิด จากความขัดแย้งในจิตไร้สำนึกนี้จะเป็นสาเหตุให้เกิดความวิตกกังวลแบบโรคประสาท (neurotic anxiety)



## 5. ทฤษฎีแรงขับ

Levitt อ้างถึงใน อริสตรา ลอยเมฆ <sup>(25)</sup> ได้อธิบายความวิตกกังวลเป็นแรงขับ (drive) โดยมีความเชื่อว่ามนุษย์มีแรงขับพื้นฐานมาแต่กำเนิด และแรงขับชนิดหนึ่งก็คือการหลีกเลี่ยงความเจ็บปวด แรงขับนี้ทำให้มนุษย์เรียนรู้ที่จะกลัวสิ่งใดๆ ก็ตามที่ทำให้คนเจ็บปวดเป็นแรงเสริมให้แก่ความกลัวหรือความวิตกกังวล ความกลัวดังกล่าวสามารถขยายกว้างออกไปได้ 2 วิธีคือ (1) การเรียนรู้จากตัวแฉะ (2) การเรียนรู้จากการแผ่ขยายของสิ่งเร้า ความกลัวนี้จะแผ่ขยายให้กว้างมากขึ้นเรื่อยๆ ขึ้นอยู่กับความเข้มของสิ่งเร้าเดิม บุคคลที่มีชีวิตในวัยต้นมีประสบการณ์ความกลัวที่เข้มหรือรุนแรงมากๆ มักมีแนวโน้มที่จะกลายเป็นคนที่มีลักษณะวิตกกังวลง่ายเมื่อเติบโตขึ้น นอกจากนั้นความวิตกกังวลอาจเกิดได้จากอีกสาเหตุหนึ่งคือ จากการศึกษาเลือกกระหว่างความต้องการ หรือแรงขับสองอย่างซึ่งขัดแย้งกัน ทำให้เกิดปัญหาทางอารมณ์ขึ้น บุคคลที่มีลักษณะความวิตกกังวลอย่างง่ายก็เชื่อว่าเป็นผลมาจากความขัดแย้งอย่างรุนแรงที่เกิดขึ้นในวัยเด็กได้เช่นกัน

## 6. ทฤษฎีของสเปนซ์

Spence พิจารณาความวิตกกังวลในแง่ที่แตกต่างจากทฤษฎีจิตวิเคราะห์ โดยกล่าวว่าความวิตกกังวลเป็นแรงจูงใจที่กระตุ้นให้ร่างกายเกิดพลัง หรือเกิดแรงจูงใจที่มีส่วนช่วยส่งเสริมการเรียนรู้และช่วยเพิ่มประสิทธิภาพการทำงานให้ดีขึ้น และยังเพิ่มความเข้มข้นในการตอบสนองต่อสิ่งเร้าให้รุนแรงมากขึ้น

Levitt <sup>(26)</sup> ได้กล่าวถึงทฤษฎีของสเปนซ์ (Spence) ซึ่งมีชื่อว่า "ทฤษฎีแห่งมหาวิทยาลัยไอโอวา" (The Iowa Theory) สรุปได้ว่าความวิตกกังวลเปรียบเสมือนเป็นแรงขับหรือแรงจูงใจซึ่งช่วยกระตุ้นให้ร่างกายเกิดพลังหรือเกิดแรงจูงใจที่จะทำพฤติกรรมบางอย่าง ดังนั้นความวิตกกังวลจึงมีส่วนช่วยส่งเสริมการเรียนรู้และเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงาน ผลของความวิตกกังวลจะช่วยให้เกิดความเข้มในการตอบสนอง สำหรับการเรียนรู้ที่สลับซับซ้อนนั้นก็มีผลต่อความวิตกกังวลชัดเจนกว่าการเรียนรู้ในระยะแรกๆ แต่เมื่อผู้เรียนได้คุ้นเคยกับงานที่ทำ หรือสร้างนิสัยในการเรียนรู้ที่ถูกต้องแล้ว ความวิตกกังวลจะช่วยส่งเสริมการเรียนรู้ในที่สุด



## 7. ทฤษฎีความวิตกกังวลของยาล (Yale Theory)

ทฤษฎีความวิตกกังวลของยาล หรือที่เรียกกันว่า "ทฤษฎีแห่งมหาวิทยาลัยเยล" (Yale Theory) อธิบายว่า ความวิตกกังวลจะมีผลต่อคนเราอย่างไร ขึ้นอยู่กับสถานการณ์และสิ่งเร้า รวมทั้งลักษณะของบุคคลด้วย อันได้แก่ เป้าหมายและค่านิยมของเขา ดังนั้นความวิตกกังวลอาจมีทั้งผลดีและผลเสีย

ทฤษฎีนี้ไม่ได้กำหนดในเรื่องของผลที่เกิดจากความวิตกกังวล แต่กล่าวว่า ความวิตกกังวลจะมีผลต่อคนเราอย่างไร ขึ้นอยู่กับสถานการณ์และสิ่งเร้า และบุคลิกภาพของบุคคล ดังนั้นความวิตกกังวลอาจจะมีผลดีหรือผลเสีย ทั้งนี้แล้วแต่วิธีการตอบสนองที่บุคคลใช้ เช่น การตอบสนองโดยหาวิธีการที่เหมาะสมและแก้ไขได้ถูกจุด ซึ่งจะช่วยพัฒนาบุคคล เกิดผลดีแก่บุคคล ในทางตรงกันข้ามถ้าบุคคลยอมแพ้ต่อความวิตกกังวล เช่น คิดว่าหมดหนทางที่จะแก้ไขปัญหา หรือมีการแก้ไขที่ไม่ตรงกับประเด็นสำคัญของปัญหา การตอบสนองดังกล่าวย่อมเป็นอันตราย หรือเกิดผลเสียต่อพัฒนาการทางบุคลิกภาพของบุคคล

เมื่อบุคคลมีความวิตกกังวลเป็นระยะเวลานาน โดยไม่สามารถหาวิธีการที่เหมาะสมเพื่อลดหรือขจัดไปได้ บุคคลก็จะเกิดชบวนการทางจิตใจโดยหันไปใช้วิธีการที่ไม่ตรงกับความเป็นจริง เพื่อลดความตึงเครียดของจิตใจ เรียกว่า การใช้กลวิธีในการป้องกันตนเอง (Defense Mechanism) ซึ่งแม้ว่าจะช่วยลดความวิตกกังวลลงไปได้บ้าง แต่มีผลเสียคือ ถ้าใช้มากจะทำให้บุคคลลืมความเป็นจริงของโลก (reality) หรือไม่เข้าใจตนตามความเป็นจริง (actual self) มากยิ่งขึ้น ซึ่งทำให้เป็นโรคจิตในระยะต่อมาได้

จากทฤษฎีข้างต้นพอจะสรุปได้ว่า ทฤษฎีที่เกี่ยวข้อกับความวิตกกังวลแบ่งได้เป็น 4 ทฤษฎี ได้แก่ ความวิตกกังวลในฐานะที่เป็นความขัดแย้งในจิตไร้สำนึก ได้รับอิทธิพลจากทฤษฎีจิตวิเคราะห์ของ Freud ซึ่งเชื่อว่าความวิตกกังวลเป็นผลของความขัดแย้งในจิตไร้สำนึกระหว่างพลังกระทบของ Id ที่ส่วนใหญ่ ได้แก่ แรงขับทางเพศและความก้าวร้าวกับการควบคุมของ Ego และ Superego ความวิตกกังวลในฐานะเป็นการตอบสนองที่เกิดจากการเรียนรู้ โดยความวิตกกังวลมีความเกี่ยวข้องกับสถานการณ์บางอย่างโดยอาศัยการเรียนรู้ ความวิตกกังวลในฐานะเป็นการขาดการควบคุม คนบางประเภทประสบความวิตกกังวลทุกครั้งที่ต้องเผชิญกับสถานการณ์ ซึ่งดูเหมือนอยู่นอกเหนือการควบคุมของเขา อาจเป็นสถานการณ์ที่ใหม่ และความวิตกกังวลในฐานะเป็นการตอบสนองทางสรีรวิทยา กลไกทางประสาทสรีรวิทยาอาจก่อให้เกิดรูปแบบที่มีการปรับตัวของความวิตกกังวลที่มีลักษณะเป็นสัญญาณ รวมทั้งรูปแบบที่มีพยาธิวิทยาของความวิตกกังวลเรื้อรังได้

## แนวคิดเรื่องสาเหตุและการเกิดความวิตกกังวล

Melvin อ้างถึงใน ซนิษฐา นาคะ<sup>(27)</sup> กล่าวว่าองค์ประกอบที่ทำให้เกิดความวิตกกังวลมี 3 ประการคือ

1. สัญลักษณ์ (Symbols) ได้แก่ ความคิดเห็น (ideas) มโนทัศน์ (concepts) ค่านิยม (values) หรือระบบของความคิด (systems of thought) ซึ่งบุคคลจะให้ความหมายของสัญลักษณ์เหล่านี้ ทั้งต่อสิ่งภายนอกและภายในตนเอง เมื่อเกิดการคุกคามหรือสูญเสียสัญลักษณ์เหล่านี้ บุคคลจะเกิดความวิตกกังวลขึ้นได้

2. การคาดการณ์ล่วงหน้า (Anticipation) คือ การประเมินหรือการคาดล่วงหน้าถึงสิ่งที่จะมาคุกคามทำให้เกิดความขัดแย้ง ซึ่งอาจเกิดทั้งในจิตสำนึกและจิตไร้สำนึก ความขัดแย้งนี้เป็นผลให้เกิดความวิตกกังวล

3. ความไม่แน่นอน (Uncertainty) คือ ความคลุมเครือของเหตุการณ์ในอนาคตซึ่งเป็นสิ่งที่ไม่อาจล่วงรู้ได้และไม่แน่นอน ซึ่งบุคคลจะรู้สึกว่าเป็นการคุกคาม มีผลก่อให้เกิดความวิตกกังวล

สาเหตุที่ทำให้เกิดความวิตกกังวลที่สำคัญและพบได้บ่อย คือ การที่มีสิ่งคุกคามต่อความปลอดภัยของบุคคลซึ่ง Mitchell และ Loustau อ้างถึงใน นันทินี ศุภมงคล<sup>(24)</sup> ได้แบ่งสิ่งคุกคามออกเป็น 2 ชนิด คือ

1. สิ่งคุกคามทางชีวภาพ (Biological Integrity) เป็นสิ่งคุกคามที่ทำให้เกิดความไม่สมดุลในการดำรงชีวิต หรือทำให้ความสามารถของบุคคลลดลง ได้แก่ การเจ็บป่วย การได้รับอุบัติเหตุ การขาดปัจจัยพื้นฐานในการดำรงชีวิต ตลอดจนการเปลี่ยนแปลงของร่างกายจากการพัฒนาการในวัยต่างๆ เป็นต้น

2. สิ่งคุกคามต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-Esteem) เป็นสิ่งคุกคามที่เกิดขึ้นจากความรู้สึกสูญเสียความมีคุณค่าและศักดิ์ศรีในตนเอง มีผลต่อการยอมรับนับถือตนเอง เช่น เปลี่ยนแปลงบทบาทหน้าที่การพึ่งพาอาศัยผู้อื่น เป็นต้น

Mc.Farland และ Thomas อ้างใน แก้วสามสี สาเจริญ<sup>(28)</sup> ได้กล่าวถึงปัจจัยที่อาจเป็นสาเหตุหรือมีส่วนเกี่ยวข้องกับการเกิดความวิตกกังวลไว้ ดังนี้

1. การคุกคามต่ออัตมโนทัศน์ เป็นปัจจัยสำคัญที่ได้รับการระบุว่าสาเหตุของความวิตกกังวล สิ่งที่คุกคามต่ออัตมโนทัศน์ เช่น การไม่ได้รับการยอมรับจากบุคคลสำคัญของตน ทั้งที่เกิดขึ้นจริงหรือคาดว่าจะเกิด การที่บุคคลไม่ประสบความสำเร็จตามความคาดหวังของตน การที่บุคคลรู้สึกว่าตนเองไร้ค่าไม่ได้รับการนับถือจากสังคม เป็นต้น



2. การที่บุคคลไม่ได้รับการตอบสนองต่อความต้องการของตน ไม่ว่าจะเป็นด้านสรีระ ความปลอดภัย ความเป็นเจ้าของ ความรัก ความมีคุณค่าในตนเอง หรือความสำเร็จในชีวิต
3. การเผชิญกับวิกฤตการณ์ในชีวิต การต้องเผชิญกับการคุกคามต่อความมั่นคง ไม่ว่าจะเป็นทางสรีระจิตสังคม โดยไม่ได้คาดไว้ล่วงหน้า รวมถึงวิกฤตการณ์ที่เกิดขึ้นโดยปกติในช่วงชีวิตของบุคคล
4. การคุกคามหรือการเปลี่ยนแปลงสถานะสุขภาพ การคุกคามนี้เกี่ยวข้องกับความเจ็บป่วยทั้งทางร่างกายและจิตใจ รวมถึงความพิการหรือไร้สมรรถภาพต่างๆ
5. การคุกคามหรือหรือการเปลี่ยนแปลงหน้าที่ เช่น การเจ็บป่วยต้องเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล อาจทำให้บุคคลต้องเปลี่ยนจากการพึ่งพาตนเองไปเป็นการพึ่งพาผู้อื่น
6. การคุกคามหรือการเปลี่ยนแปลงแบบแผนของปฏิสัมพันธ์ อาจเกิดจากการต้องแยกจากครอบครัว เพื่อนฝูง การจากบ้านหรืองานที่เคยทำ
7. การคุกคามหรือการเปลี่ยนแปลงในสิ่งแวดล้อม เช่น การย้ายที่อยู่ การเกิดภัยธรรมชาติ มลภาวะต่างๆ เป็นต้น
8. ปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ
9. การขัดแย้งระหว่างค่านิยมกับเป้าหมายต่างๆ ในชีวิต
10. การรับเอาความวิตกกังวลมาจากผู้อื่น การที่ต้องติดต่อสื่อสารกับบุคคลที่มีความวิตกกังวล อาจทำให้รับเอาความวิตกกังวลมาสู่ตนเองได้
11. การรับรู้เกี่ยวกับความตาย หรือการคุกคามจากความตาย

Jersild อ้างถึงใน สุกลักษณ์ วรรณฤกษ์งาม <sup>(29)</sup> ได้กล่าวถึงสาเหตุที่ทำให้เกิดความวิตกกังวลไว้ 3 ประเภท คือ

1. ความบีบคั้นและความไม่แน่นอน (stress and uncertain) ในการดำรงชีวิต ความบีบคั้นเกิดจากการที่บุคคลจะต้องคล้อยตามสังคมโดยการยอมรับสภาพค่านิยมที่ยึดถือจารีตประเพณี และปฏิบัติตามระเบียบของสังคม โดยที่ตนเองอาจเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วยก็ตาม บุคคลไม่เพียงแต่จะควบคุมแรงกระตุ้น (impulse) ของตนเองเท่านั้น แต่ยังคงควบคุมให้เป็นไปตามที่สังคมต้องการอีกด้วย นอกจากนี้ความไม่แน่นอนของชีวิตอันเนื่องมาจากการตัดสินใจโอกาสในการเลือกการปฏิบัติตนให้สมบทบาทและการรับผิดชอบในสภาพการณ์ต่างๆ อาจทำให้บุคคลเกิดความวิตกกังวลได้
2. เกิดจากการเปลี่ยนแปลงสภาวะ เช่น จากวัยเด็กเป็นวัยรุ่น จากวัยรุ่นเป็นวัยผู้ใหญ่ โดยบุคคลจะต้องปรับตัวให้เข้ากับความคาดหวังของสภาพการณ์ใหม่ และบทบาทที่ซับซ้อนกัน อาจทำให้ไม่สามารถปฏิบัติตนเองได้ถูกต้อง ซึ่งทำให้เกิดความวิตกกังวลได้



3. เกิดจากความขัดแย้ง (conflict) และปัญหาอันเนื่องมาจากทัศนคติ ซึ่งได้แก่ ความรู้สึกว่าคุณเองมีปมด้อย ความรู้สึกว่าคุณเองมีความผิด หรือความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองในทางที่ผิดไปจากสภาพที่เป็นความจริง เช่น มีความมุ่งหวังที่สูงเกินไปไม่สอดคล้องกับความสามารถของตนเอง

สำหรับ Linn <sup>(30)</sup> ได้อธิบายถึงสาเหตุของความวิตกกังวลว่าน่าจะเกิดจากสาเหตุต่างๆ ดังนี้

1. เกิดจากสาเหตุทางร่างกายและพันธุกรรม ความเชื่อในด้านนี้ยังไม่แน่นอน เช่น บางคนเชื่อว่าคนที่มีรูปร่างผอมสูง (asthenic constitution) มีแนวโน้มที่จะเกิดความวิตกกังวลได้ง่าย

2. เกิดจากสาเหตุทางด้านจิตใจ ส่วนมากมีความเชื่อว่าเป็นสาเหตุที่มีความสำคัญมากกว่าอย่างอื่น ความกังวลเป็นสัญญาณบอกให้มนุษย์รับรู้ถึงอันตรายที่จะเกิดจากสภาวะการณ์ต่างๆ

3. เกิดจากสาเหตุทางด้านสังคมและวัฒนธรรม สิ่งเหล่านี้ล้วนมีผลต่อพัฒนาการของมนุษย์ตั้งแต่วัยเด็ก เพราะสังคมและวัฒนธรรมจะถูกถ่ายทอดจากผู้เลี้ยงไปสู่เด็ก เมื่อสภาพการณ์ของสังคมเปลี่ยนแปลงไปเกิดปัญหาต่างๆ เช่น การว่างงาน ปัญหาความแตกร้างภายในครอบครัว การติดต่อสื่อสารต่างๆ ที่ทันสมัย ล้วนเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดภาวะความวิตกกังวลด้านจิตใจ อันเป็นผลทำให้เกิดความวิตกกังวลได้ทั้งสิ้น

4. เกิดจากการเรียนรู้ มีทฤษฎีการเรียนรู้ที่อธิบายการเกิดความวิตกกังวล ดังนี้

4.1 การเรียนรู้โดยการวางเงื่อนไขแบบคลาสสิก (classical conditioning) เช่น ให้นักเรียนที่มีความวิตกกังวลอยู่ต้องไปพบกับครูผู้สอน ซึ่งเคยดูเขาหลายครั้ง และเป็นการศึกษาที่สร้างเงื่อนไขขึ้นทำให้เกิดการตอบสนองทางอารมณ์ คือ ความกังวล เมื่อสิ่งเร้า 2 อย่าง คือ การถูกดูและครูผู้สอน ไม่ว่าจะถูกดูหรือไม่ก็ตาม เพราะครูผู้สอนและความกังวลของเด็กนักเรียนนั้นมีความสัมพันธ์กันอย่างมีเงื่อนไข

4.2 การเรียนรู้ด้วยการวางเงื่อนไขของการกระทำ (operant conditioning) จากความวิตกกังวลที่กล่าวใน 4.1 ได้รับการเสริมแรงโดยไม่รู้ตัวจากบิดา มารดา หรือคนใกล้ชิด ด้วยการเอาใจใส่ เห็นอกเห็นใจ และขอความช่วยเหลือเวลาที่บุคคลนั้นเกิดความวิตกกังวล ถ้าเขาได้รับการเสริมแรงบ่อยๆ ความวิตกกังวลจะฝังแน่นกลายเป็นนิสัยไป

4.3 วิธีลอกเลียนแบบ (modeling imitation) บุคคลอาจเกิดความวิตกกังวลได้จากบิดา มารดา หรือบุคคลที่อยู่ใกล้ชิด ที่มีความวิตกกังวลอยู่เสมอๆ และเขาได้เรียนรู้พฤติกรรมของบิดา มารดา เป็นประจำ ก็อาจจะเลียนแบบมาเป็นบุคลิกลักษณะของตนได้

5. อายุ พัฒนาการในแต่ละวัยอาจจะส่งเสริมให้เกิดความวิตกกังวลได้ เช่น วัยเด็ก ความวิตกกังวลเรื้อรังก่อให้เกิดพฤติกรรมที่เบี่ยงเบนได้ ได้แก่ การกัดเล็บ การดูดนิ้ว การปัสสาวะรดที่นอน ในวัยรุ่นจะมีความวิตกกังวลเกี่ยวกับลักษณะทางเพศที่เปลี่ยนแปลง ความไม่สมดุลของฮัยวาระต่างๆ อันเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงทางฮอร์โมนของร่างกาย ปัญหาทางการเรียน ความสัมพันธ์กับเพื่อนต่างเพศ การเลือกอาชีพ และเรื่องการเงิน ซึ่งยังต้องพึ่งพาผู้ใหญ่ ล้วนแล้วแต่เป็นสาเหตุให้วัยรุ่นเกิดความวิตกกังวลได้ วัยผู้ใหญ่ ความวิตกกังวลมักเกิดจากความไฝสูงมากเกินไป และพยายามที่จะบรรลุเป้าหมายนั้น ซึ่งไม่อาจจะเป็นไปได้ นอกจากนี้ปัญหาเศรษฐกิจ สังคม การทำงาน ก็ จะแสดงความวิตกกังวลออกมาในรูปแบบต่างๆ เช่น การปวดศีรษะ เป็นโรคประสาท เป็นต้น วัยสูงอายุ เป็นวัยที่มีความวิตกกังวล ซึ่งเป็นผลมาจากความขัดเคือง ความโกรธที่ถูกเก็บไว้ ความรู้สึกเช่นนี้เกี่ยวกับความกลัวว่าจะถูกทอดทิ้ง ไม่มีใครเอาใจใส่

6. ปัจจัยทางชีวเคมี (biochemical factors) ผู้ป่วยที่เป็นโรคประสาทจะเป็นพวกที่ไวต่อความรู้สึก (sensitive) เป็นพิเศษต่อแลคเตท (lactate) ที่ถูกสร้างขึ้นอยู่มาก แลคเตทที่เพิ่มขึ้นนี้เกิดจากกับอิพิเนฟรินที่ถูกผลิตขึ้นเป็นระยะเวลานาน ทำให้มีการกระตุ้นระบบประสาทส่วนกลางมากขึ้น หรือกับความบกพร่องในกระบวนการเผาผลาญแคลเซียม สถานการณ์ต่างๆ เหล่านี้รวมกันทำให้เกิดความวิตกกังวล

ดาร์วอร์น ตีปะปิตา<sup>(22)</sup> ได้กล่าวถึงสาเหตุที่นำไปสู่ความวิตกกังวล มีลักษณะสำคัญ ดังนี้

1. การรับรู้และประเมินสถานการณ์ว่าจะมีผลกระทบต่อตนเองในด้านลบ ประกอบกับการประเมินศักยภาพของตนเองว่าอยู่ในระดับต่ำกว่าความเป็นจริง
2. การรับรู้และประเมินสถานการณ์มีความผิดพลาด เช่น การที่บุคคลคิดตัดสินสถานการณ์ที่กำลังเผชิญอยู่ในทางลบหรือทางบวกจนเกินความเป็นจริง
3. ลักษณะความคิดอัตโนมัติหรือลักษณะการพูดกับตนเองที่แตกต่างกันไประหว่างบุคคล อาจเกิดจากประสบการณ์เก่าๆ หรือเกิดจากความเชื่อที่ผิด เป็นต้น
4. การขาดทักษะบางประการ ก็อาจทำให้บุคคลประเมินได้ว่าตนเองมีศักยภาพต่ำกว่าเดิม และไม่เพียงพอที่จะรับมือกับสถานการณ์ที่เข้ามากระทบได้

จากแนวคิดข้างต้นพอจะสรุปได้ว่า สาเหตุที่ทำให้เกิดความวิตกกังวลมาจากการที่บุคคลต้องเผชิญกับสิ่งคุกคามที่เข้ามาในชีวิต มีทั้งสิ่งคุกคามที่มาจากภายในตนเอง ไม่ว่าจะเป็นอัตโนมัติต่อตนเอง ค่านิยม ความคิดเห็น หรือมีความมุ่งหวังที่สูงเกินไปไม่สอดคล้องกับความสามารถของตนเอง และสิ่งคุกคามที่เป็นผลมาจากการเปลี่ยนแปลงของสิ่งแวดล้อมและสังคม เช่น การย้ายที่อยู่ การเกิดภัยธรรมชาติ มลภาวะต่างๆ ปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ และ



การตายของบุคคลอันเป็นที่รัก สิ่งคุกคามเหล่านี้มีผลกระทบต่อร่างกายและจิตใจของบุคคล ทำให้บุคคลเกิดความวิตกกังวลขึ้นได้ นอกจากนี้การประเมินสถานการณ์ หรือคาดการณ์เหตุการณ์ในอนาคตล่วงหน้าที่ไม่แน่นอน ก็ทำให้บุคคลเกิดความวิตกกังวลขึ้นได้เช่นกัน

### อาการของความวิตกกังวล

เมื่อตกอยู่ภายใต้ภาวะวิตกกังวล บุคคลอาจมีอาการดังต่อไปนี้ <sup>(31)</sup>

1. **ด้านร่างกาย** เกิดการกระตุ้นการทำงานของระบบประสาทอัตโนมัติโดยเฉพาะประสาทซิมพาธิติก ทำให้เกิดการ ทำงานของระบบต่างๆ ในร่างกายเปลี่ยนแปลงไปและเกิดอาการต่างๆ เช่น ใจสั่น หัวใจเต้นเร็ว ซึพจรเพิ่ม เจ็บหน้าอก ความดันโลหิตสูงขึ้น วิงเวียน เป็นลม มือเท้าเย็น เหงื่อออก แขนหน้าอก หายใจเป็นจังหวะสั้น ไม่เต็มที อาการอยู่ไม่นิ่ง กล้ามเนื้อตึงตัว ปวดเมื่อย อ่อนเพลีย ท้องอืด คลื่นไส้ อาเจียน เบื่ออาหาร รู้สึกปั่นป่วนในท้อง ท้องเดิน ท้องผูก ปวดแสบปวดร้อนในกระเพาะอาหาร รู้สึกซ่าๆ บริเวณปลายมือปลายเท้า ประจำเดือนผิดปกติ ไปถึงนอนไม่หลับ

2. **ด้านอารมณ์** ทำให้เกิดความตึงเครียด อึดอัด หวาดหวั่น หงุดหงิด ภาวะวุ่นวาย อารมณ์เปลี่ยนแปลงง่าย ท้อแท้ สิ้นหวัง รู้สึกไร้คุณค่า ต่ำหนีดตนเองและผู้อื่น รู้สึกว่ามีสิ่งเลวร้ายเกิดขึ้น และไม่สามารถควบคุมอารมณ์หรือช่วยเหลือตนเองได้ บางคนอาจมีความคาดหวังที่น่าสะพรึงกลัว คิดกลับไปมา ขอบคาดการณ์ล่วงหน้าว่าจะมีเคราะห์ร้ายเกิดขึ้นกับตนหรือคนอื่น มักตื่นไปก่อนใช้ กลัวว่ากำลังจะตาย กำลังจะเป็นบ้าหรือเสียสติ

3. **ด้านพฤติกรรม** มีการแสดงออกของพฤติกรรมทั้งคำพูดและท่าทาง เช่น หน้ามัว คิ้วขมวด กระสับกระส่าย กำมือแน่น พูดเร็ว พูดซ้ำเรื่องเดิม ใจลอย เคลื่อนไหวโดยไม่มีจุดหมาย แยกตัว พฤติกรรมถดถอย หลีกเลียงจากบุคคลหรือสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความวิตกกังวล

4. **ด้านความคิด สติปัญญาและการรับรู้** โดยมีความคิดหมกมุ่น ฟุ้งซ่านไม่มีสมาธิ ความจำลดลง ลืมง่าย สับสน ความสามารถในการตัดสินใจลดลง สูญเสียการควบคุมตนเอง ระดับการรับรู้ลดลง



## การประเมินความวิตกกังวล

การประเมินความวิตกกังวลสามารถประเมินได้ 4 วิธี คือ <sup>(32)</sup>

1. การประเมินโดยให้บุคคลรายงานความรู้สึกวิตกกังวลด้วยตนเอง (Self-Report Inventories or Questionnaires) ซึ่งอาจเป็นการรายงานด้วยวาจา รายงานด้วยการเขียน หรือตอบคำถามจากแบบสอบถาม เช่น

1.1 The Taylor (1953) Manifest Anxiety Scale (MAS) เป็นการประเมินความแตกต่างของปัจจัยกระตุ้นความเครียด ตามโครงสร้างของ Cameron และจาก Spence-Taylor theory of emotionally-based drive ใช้เพื่อเลือกกลุ่มที่มีความวิตกกังวลสูงและความวิตกกังวลต่ำ ที่แตกต่างกันในระดับของแรงขับประกอบด้วยข้อคำถาม 50 ข้อ โดยเลือกตอบถูกผิด

1.2 Anxiety Scale Questionnaire (ASQ) ซึ่งพัฒนาโดย Cattell and Scheier (1963) ประกอบด้วยข้อคำถาม 40 ข้อ มีคะแนนระดับตั้งแต่ 2-0 เป็นการประเมินความบ่อยของลักษณะเฉพาะที่ปรากฏ

1.3 The IPAT8-Parallel Form (8-PF) Anxiety Battery โดย Scheier and Cattell (1960) ใช้การประเมินการเปลี่ยนแปลงของระดับความวิตกกังวลในเวลาต่างๆ

1.4 The Affect Adjective Check List (AACL) พัฒนาโดย Zuckerman และผู้ร่วมงานประเมิน state and trait anxiety ประกอบด้วยข้อคำถาม 21 ข้อ สร้างขึ้นมาเพื่อประเมินทั้ง S-Anxiety และ T-Anxiety

1.5 State-Trait Anxiety Inventory (STAI) ซึ่ง Spielberger นำ danger signal theory ของ Freud และ Cattle (แนวคิดเกี่ยวกับ state and trait anxiety) มาปรับปรุง

1.6 Hamilton (1959) Rating Scale เป็นการประเมินอาการแสดงความวิตกกังวลจากการสังเกต

2. การประเมินจากการเปลี่ยนแปลงทางสรีระวิทยา เป็นการประเมินจากการเปลี่ยนแปลงทางสรีระวิทยาที่เกิดจากระบบประสาทอัตโนมัติถูกกระตุ้น เช่น อัตราการเต้นของหัวใจ อัตราการหายใจ ระดับความดันโลหิต การขยายของรูม่านตา การวัดความตึงเครียดของกล้ามเนื้อ เป็นต้น การวัดโดยวิธีนี้ค่อนข้างลำบาก เนื่องจากความวิตกกังวลจะไม่สัมพันธ์กับอาการที่แสดงออกของบุคคลที่มีความวิตกกังวล นอกจากนี้การเปลี่ยนแปลงทางสรีระของแต่ละบุคคลก็มีรูปแบบแบบแผนที่แตกต่างกันอีกด้วย

3. การประเมินจากการสังเกตพฤติกรรมที่แสดงออก เป็นการแสดงถึงความผันแปรในด้านต่างๆ เช่น การเคลื่อนไหว การพูด การรับรู้ ความสอดคล้องกันของการทำงานของร่างกาย

จากความเชื่อที่ว่าพฤติกรรมของบุคคลนั้นเป็นปฏิกิริยาที่สะท้อนมาจากอารมณ์ภายในใจ ซึ่งบุคคลอื่นสังเกตเห็นได้ เช่น อากาไม่สบายใจ กระสับกระส่าย ร้องไห้ ถอนหายใจ ลูกลี้ลুকอน ขาดสมาธิ หงุดหงิด นอนไม่หลับ เป็นต้น การวัดจะใช้เครื่องมือสังเกตพฤติกรรม เช่น บันทึก เพื่อสังเกตพฤติกรรมที่สร้างโดย เกรแฮม และ คอนเลย์ ซึ่งนำไปใช้ประเมินความวิตกกังวลและความกลัวในผู้ป่วยคล้ายกรรม หรือ Timed Behavioral Checklist (TBCL) หรือ แบบวัดอัตราการพูด (Mahi, 1956) เป็นต้น ส่วนการสังเกตพฤติกรรมทางอ้อม เมื่อประเมินภาวะความวิตกกังวลสามารถสังเกตได้จากสภาพการณ์ธรรมชาติ เช่น การสังเกตพฤติกรรมของบุคคลที่เข้าไปในเขตหวงห้าม หรือสังเกตพฤติกรรมของบุคคลที่ทำผิดกฎหมาย ซึ่งวิธีนี้มักจะมีปัญหาในเรื่องจรรยาบรรณ และการสังเกตก็จะต้องมีการวางแผนล่วงหน้าเป็นอย่างดี หรืออีกวิธีหนึ่งที่จะสามารถสังเกตพฤติกรรมได้ทางอ้อม โดยการให้บุคคลแสดงบทบาทสมมติ แล้วสังเกตพฤติกรรมความวิตกกังวลจาก Behavioral Avoidance Tests (BAT) เป็นต้น

4. การประเมินโดยใช้เทคนิคการฉายออก (Projective Technique) เช่น Rorschach Ink Blots และ The Thematic Apperception Text ซึ่งการวัดโดยวิธีนี้ต้องอาศัยผู้ที่มีความชำนาญ ส่วนใหญ่แล้วจะถูกใช้โดยนักจิตวิทยา

จากการประเมินความวิตกกังวลข้างต้นพอจะสรุปได้ว่า การประเมินความวิตกกังวลสามารถประเมินได้ 4 วิธี ได้แก่ การประเมินโดยให้บุคคลรายงานความรู้สึกวิตกกังวลด้วยตนเอง โดยการพูด การเขียน หรือตอบแบบสอบถาม การประเมินจากการเปลี่ยนแปลงทางสรีระวิทยาที่เกิดจากระบบประสาทอัตโนมัติถูกกระตุ้น เช่น อัตราการเต้นของหัวใจ ระดับความดันโลหิต เป็นต้น การประเมินจากการสังเกตพฤติกรรมที่แสดงออก เช่น การเคลื่อนไหว การพูด เป็นต้น โดยใช้เครื่องมือสังเกตพฤติกรรมเป็นตัววัด และการประเมินโดยใช้เทคนิคการฉายออก วัดโดยนักจิตวิทยาที่มีความชำนาญ

### ความหมายและความสำคัญของการประกอบอาชีพ

อาชีพ ตามความหมายของพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2525 อ้างถึงใน ไชยยศ ธงภักดิ์<sup>(33)</sup> ได้กล่าวว่า อาชีพคือ การเลี้ยงชีวิต การทำมาหากิน

สมพงษ์ พลาสุรย์ อ้างถึงใน สุวรรณฯ จงประเสริฐพร<sup>(34)</sup> ให้ความหมายของอาชีพว่า หมายถึง กิจกรรม หรือการกระทำที่ผู้กระทำมีจุดมุ่งหมาย หรือหวังผลเพื่อให้ได้สิ่งยังชีพ เช่น อาหาร เสื้อผ้า เครื่องใช้หรือรายได้โดยการอาชีพ มักมีผลตอบแทนเป็นรายได้หรือเครื่องยังชีพ



การประกอบอาชีพ<sup>(35)</sup> คือ การประกอบกิจกรรมเพื่อฐานะทางเศรษฐกิจ ซึ่งเป็นงานสำหรับชีวิตของแต่ละบุคคล การประกอบอาชีพนอกจากจะเป็นวิถีทางที่จะได้ค่าตอบแทนไปซื้อปัจจัยต่างๆ มาบำบัดความต้องการทางร่างกาย (Physical Needs) แล้วยังเป็นกิจกรรมที่ตอบสนองความต้องการทางด้านจิตใจ (Psychological Needs) และความต้องการทางด้านสังคม (Social Needs) ของบุคคลนั้นด้วย กล่าวคือการประกอบอาชีพมักเปิดโอกาสให้บุคคลแต่ละคนได้ทำงานร่วมกับคนอื่นๆ ซึ่งจะทำให้บุคคลผู้นั้นเกิดความรู้สึกว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของชุมชนและเป็นที่ต้องการของสังคม ในขณะที่เดียวกันการประกอบอาชีพยังเป็นการเปิดโอกาสให้บุคคลได้ใช้ความสามารถที่ตนมีอยู่อย่างเต็มที่ และการที่บุคคลสามารถดำรงชีวิตอยู่ด้วยความสามารถของตนเองโดยไม่ต้องพึ่งพาคนอื่นนั้น ย่อมทำให้ผู้นั้นเกิดความภาคภูมิใจในตนเองว่า ไม่ได้เป็นบุคคลที่ไร้ค่า

เคล็อม บุชย์แก้ว<sup>(36)</sup> กล่าวถึงความสำคัญของการทำงานว่า การที่มนุษย์ทำงานนั้นก็เพื่อต้องการสิ่งต่างๆ ดังนี้

1. รายได้หรือปัจจัยในการดำรงชีวิต
2. การยอมรับนับถือจากสังคม
3. การยกย่อง เกียรติยศ ชื่อเสียง
4. ความภาคภูมิใจ
5. ความสุขใจ
6. เพื่อปฏิบัติหน้าที่ของมนุษย์
7. ความมีอิสระเป็นตัวของตนเอง
8. มีเพื่อนฝูง
9. มีบทบาทร่วมในสังคมที่ตนอาศัยอยู่

พรณราย ทริพย์ประภา<sup>(37)</sup> กล่าวโดยอ้างทฤษฎีการจูงใจของมาสโลว์ (Maslow) สรุปว่าการทำงานนั้นสามารถตอบสนองความต้องการของมนุษย์ดังนี้

1. ทำให้ได้ผลตอบแทน เพื่อใช้จ่ายในการดำรงชีวิตของมนุษย์
2. ช่วยตอบสนองความต้องการทางด้านความมั่นคงปลอดภัย
3. ช่วยตอบสนองความต้องการทางด้านสังคม
4. ทำให้มีสถานะทางเศรษฐกิจและสังคมสูงขึ้น
5. ได้ใช้ความรู้ ความสามารถ ให้เกิดประโยชน์อย่างสูงสุด



จากความหมายและความสำคัญของการประกอบอาชีพข้างต้นพอจะสรุปได้ว่า การประกอบอาชีพ คือ การทำมาหากินเพื่อหาเลี้ยงชีพตนเอง โดยได้รับผลตอบแทนเป็นรายได้ หรือ ปัจจัยในการดำรงชีวิต เพื่อมาตอบสนองความต้องการทางด้านร่างกายและทางด้านจิตใจ ทำให้มีความสุข ความภาคภูมิใจที่ได้ใช้ความรู้ความสามารถที่ตนเองมีอยู่อย่างเต็มที่ และมีความรู้สึกว่ามันคงปลอดภัยในชีวิต นอกจากนี้การประกอบอาชีพยังตอบสนองความต้องการทางด้านสังคม ทำให้ได้ทำงานร่วมกับผู้อื่น มีเพื่อนฝูง ได้รับการยกย่อง มีเกียรติยศ ชื่อเสียง เป็นที่ยอมรับนับถือจากสังคม

### ความหมายของการเลือกอาชีพ

มีผู้ให้ความหมายของการเลือกอาชีพไว้หลายท่าน ดังนี้

อรอนงค์ แจ่มผล <sup>(38)</sup> กล่าวว่า การเลือกอาชีพ หมายถึง การที่บุคคลได้แสดงถึงความตั้งใจที่จะประกอบอาชีพนั้น ผู้ที่ตัดสินใจเลือกอาชีพได้อย่างแท้จริง ได้แก่ บุคคลที่เลือกอาชีพโดยพิจารณาจากความเข้าใจในงาน โอกาสในการทำงาน และโอกาสในการศึกษา รวมทั้งองค์ประกอบส่วนบุคคล ได้แก่ ความถนัด ความสามารถ ความสนใจ และค่านิยมของบุคคล

เพ็ญศรี จินดาศักดิ์ <sup>(39)</sup> กล่าวว่า การเลือกอาชีพ หมายถึง การที่บุคคลมีความตั้งใจที่จะเลือกประกอบอาชีพใดอาชีพหนึ่ง

จากความหมายของการเลือกอาชีพหรือการเลือกงานดังกล่าวข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า การเลือกอาชีพหรือการเลือกงาน หมายถึง การที่บุคคลได้แสดงถึงความตั้งใจในการที่จะเลือกประกอบอาชีพใดอาชีพหนึ่ง โดยคำนึงถึงความสนใจ ความสามารถ ความสนใจ บุคลิกภาพ และค่านิยม

### แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการเลือกอาชีพ

Ginzberg Eli <sup>(3)</sup> กล่าวถึง การเลือกอาชีพว่า เป็นกระบวนการตั้งแต่เกิดจนตาย ไม่ใช่การตัดสินใจเพียงครั้งเดียว แต่เป็นการตัดสินใจที่เป็นสิ่งสำคัญ ติดต่อกันไปในแต่ละขั้นตอนของกระบวนการ มีความสัมพันธ์กับการพัฒนาการของแต่ละบุคคล ซึ่งเวลาเหล่านี้จะไม่หวนย้อนหลังกลับไปอีก ดังนั้น เมื่อตัดสินใจแล้วจะกลับหลังไม่ได้ การเลือกจึงเป็นกระบวนการที่มุ่งไปสู่

เวลาข้างหน้า และจะจบด้วยการประนีประนอมระหว่างความสนใจและความต้องการของตนกับความเป็นจริงในโลก ดังนั้นความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับการเลือกอาชีพตามทฤษฎีนี้จึงมี 3 ประการ คือ

1. การเลือกอาชีพเป็นกระบวนการ (Process)
2. กระบวนการเลือกอาชีพจะย้อนกลับหลังไม่ได้ (Irreversible)
3. การเลือกอาชีพจะมีการประนีประนอม (Compromise)      **ขั้นสุดท้ายระหว่าง**  
ความสามารถ ความสนใจ และความเป็นจริงของสภาพแวดล้อม

นอกจากนี้ Ginzberg Eli ยังได้แบ่งช่วงการเลือกอาชีพของบุคคลออกเป็น 3 ระยะ คือ

1. **ระยะคิดฝัน (Fantasy Period)** คือ ระยะที่เด็กที่มีอายุ 1-10 ปี จะเริ่มคิดถึง การเลือกอาชีพ โดยการสร้างจินตนาการไว้ว่า โตขึ้นตนจะเป็นอะไร ในระยะนี้เด็กไม่รู้อำนาจและความสามารถ และข้อจำกัดของตนอย่างแท้จริง

2. **ระยะทดลองงาน (Tentative Period)** คือ ระยะที่เด็กที่มีอายุ 11-17 ปี การเลือกอาชีพในระยะนี้ แสดงถึงความรู้สึกนึกคิดของบุคคลเกี่ยวกับปัญหาการตัดสินใจเกี่ยวกับอนาคต คำนึงถึงอนาคตมากกว่าปัจจุบัน ระยะนี้การเลือกยังเป็นการเลือกที่ยืดองค์ประกอบเกี่ยวกับตนเองอยู่ เช่น ความสามารถช่วงนี้อาจแบ่งได้เป็น 4 ระยะ คือ

- 2.1 **ระยะยึดความสนใจของตน (Interest Stage)** เด็กอายุ 11-12 ปี จะเลือกอาชีพตามความสนใจ ซึ่งส่วนมากจะสัมพันธ์กับความปรารถนาในระยะต้น

- 2.2 **ระยะคำนึงถึงความสามารถ (Capacity Stage)** เด็กอายุ 13-14 ปี จะเลือกอาชีพโดยคำนึงถึงความสามารถ ประเมินความสามารถของตน

- 2.3 **ระยะคำนึงค่านิยมของตน (Value Stage)** เด็กอายุ 15-17 ปี จะเริ่มรู้ถึงค่านิยมและสังเกตว่าอะไรเป็นสิ่งที่เขาต้องการ คือ เงิน เกียรติยศ โอกาสแสดงความคิด ค่านิยมเหล่านี้จะมีความสัมพันธ์กับการเลือกอาชีพ

- 2.4 **ระยะหัวเลี้ยวหัวต่อ (Transition)** เด็กอายุ 17 ปี จะเริ่มรู้จักพิจารณาจากข้อเท็จจริง และตัดสินใจได้เหมาะสมถูกต้อง การตัดสินใจเลือกอาชีพให้เป็นไปอย่างถูกต้องโดยคำนึงถึงโอกาส ข้อจำกัด และข้อเท็จจริงต่างๆ

3. **ระยะการเลือกที่สมจริง (Realistic Period)** คือ เป็นระยะของความเป็นจริง นับตั้งแต่อายุ 17 ปี ขึ้นไปจนถึงวัยผู้ใหญ่ ระยะนี้เป็นระยะแสวงหาข้อเท็จจริงจากอาชีพต่างๆอันเป็นประโยชน์ต่อการเลือกอาชีพ โดยคำนึงถึงโอกาสข้อจำกัด และข้อเท็จจริงต่างๆ



Crites J. O<sup>(40)</sup> กล่าวว่า การเลือกอาชีพให้มีประสิทธิภาพนั้นหมายถึง การเลือกอาชีพ โดยคำนึงถึงองค์ประกอบต่อไปนี้

1. การแก้ปัญหา คือ การที่บุคคลทราบว่าเขาจะทำอะไร อย่างไร
2. การวางแผน คือ การที่บุคคลตระหนักถึงอนาคตข้างหน้า
3. ข่าวสารเกี่ยวกับอาชีพ คือ การที่บุคคลทราบข้อมูลเกี่ยวกับงาน รู้จักงานอาชีพ
4. การรู้จักตนเอง คือ การที่บุคคลรู้ความสามารถ ความสนใจ และความถนัดตนเอง
5. การเลือกจุดมุ่งหมาย คือ การที่บุคคลเลือกงานที่เหมาะสมกับตนเอง

Hurlock<sup>(41)</sup> กล่าวถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเลือกอาชีพของบุคคลมีดังนี้

1. ครอบครัว ครอบครัวมีอิทธิพลต่อการเลือกอาชีพของบุคคล เนื่องจากครอบครัวเป็นหน่วยแรกของสังคมที่มีความใกล้ชิดกับเด็กมากที่สุด เป็นสถาบันที่จะถ่ายทอดความรู้สึกนึกคิด ประสบการณ์ในการทำงานให้กับเด็ก โดยเฉพาะความคาดหวังของพ่อแม่ เด็กเล็กมักจะยอมรับแผนการของพ่อแม่ที่มีต่ออนาคตของพวกเขา ซึ่งมีอิทธิพลมาจากความลำค้ำญของอาชีพที่พ่อแม่ปรารถนา และจะแนะนำเด็กให้หลีกเลี่ยงเข้าสู่งานอาชีพที่ไม่ใช่อาชีพที่ตนปรารถนา เช่น ถ้าพ่อแม่ไม่ชอบอาชีพของเขาหรือถ้าอาชีพของเขามีชื่อเสียงน้อย นอกจากจะไม่เพียงแต่ห้ามปรามเด็กเข้าสู่งานอาชีพเดียวกับเขา แต่จะถ่ายทอดความไม่พอใจนี้ไปสู่เด็กด้วย และสนับสนุนเด็กไปสู่งานในเส้นทางอื่นที่มีชื่อเสียงมากกว่า อิทธิพลจากทัศนคติของพ่อแม่ ช่วงระยะเวลาในการเลือกอาชีพของเด็ก อาจกลายเป็นข้อจำกัดสำหรับเด็ก เด็กอาจจะพัฒนาทัศนคติทางลบต่ออาชีพที่เขามีคุณสมบัติเหมาะสมได้ นอกจากนี้ความสัมพันธ์ในครอบครัว ความสัมพันธ์ของเด็กกับพ่อแม่และประสบการณ์ที่ได้รับในช่วงแรก เป็นอิทธิพลที่มีต่อการเลือกอาชีพของเด็ก ตัวอย่างจากการเลี้ยงดูของพ่อแม่ เด็กที่ได้รับการเลี้ยงดูแบบปกป้องมากเกินไป อาจส่งผลให้เด็กมีความเชื่อมั่นในตนเองน้อย การแบ่งชนชั้นทางสังคมฐานะของพ่อแม่ เด็กจะตระหนักรู้และประเมินความหมายของความแตกต่างดังกล่าวตั้งแต่อยู่ในวัยประถม โดยพิจารณาจาก บ้าน รถ เพื่อนบ้าน ทำให้เด็กตัดสินใจความแตกต่างทางอาชีพจากชื่อเสียงที่เขาจะได้รับจากการทำงาน เด็กจะจัดลำดับอาชีพ วิชาชีพและกึ่งวิชาชีพว่าเป็นอาชีพที่มีชื่อเสียงสูง ในขณะที่อาชีพที่ใช้ความรู้กึ่งทักษะและอาชีพว่าเป็นอาชีพที่มีชื่อเสียงต่ำ และเด็กยังให้ความสำคัญกับอาชีพที่มียศฐาบรรดาศักดิ์ด้วย เมื่อเด็กได้รับทัศนคติและค่านิยมของผู้ใหญ่ที่มีต่ออาชีพต่างๆแล้ว พบว่าเด็กมีแนวโน้มที่จะแสดงพฤติกรรมตามความเชื่อเหล่านั้นด้วย ดังนั้นสิ่งแวดล้อมในครอบครัว สถานภาพของบิดามารดา ตัวอย่างจากบิดามารดาและการอบรมเลี้ยงดู ความคาดหวังของพ่อแม่จึงมีอิทธิพลอย่างลึกซึ้งต่อการเลือกอาชีพของเด็ก



2. บุคคลแวดล้อม รูปแบบของวัฒนธรรม การพัฒนาความสนใจในอาชีพ เด็กๆหลายคนได้รับอิทธิพลจากรูปแบบของวัฒนธรรม ความพึงพอใจในบุคคลต่างๆ มีความสำคัญในการตัดสินใจทางอาชีพของเด็กว่ามีความสนใจหรือความพึงพอใจในอาชีพอะไร เฮอร์ล็อก (Hurlock) กล่าวว่า ความสนใจของเด็กมีอิทธิพลอย่างมากจากบุคคลที่เขาพึงพอใจ เช่น ครู ญาติพี่น้อง เพื่อนบ้าน หรือวีรบุรุษทางทหาร ทางกีฬาหรือวงการบันเทิง เด็กบางคนอยากเลือกอาชีพครู เพราะนิยมชมชอบครูของตน หรือเอาเยี่ยงอย่างบุคคลในอาชีพต่างๆ จนอยากประกอบอาชีพตามบุคคลนั้นๆ หรือเพื่อนทำงานอะไรก็ทำตาม

3. ความเหมาะสมทางเพศ เด็กจะได้รับการฝึกฝนและปฏิบัติให้เหมาะสมกับเพศของเด็กตั้งแต่วัยทารก ความแตกต่างของประสบการณ์และจุดมุ่งหมายในการเลี้ยงดูมีความหมายต่อความคิดของเด็ก นอกจากนี้อาชีพบางอย่างรับบุคคลเข้าทำงานตามเพศที่ต้องการ เช่น ในจำพวกอาชีพนักกฎหมาย แพทย์ วิศวกร เป็นอาชีพที่เหมาะสมกับเพศชาย ครู พยาบาล เติมนยา เหมาะสำหรับเพศหญิง การทำงานไม่ได้เป็นเพียงการได้มาซึ่งรายได้ แต่ยังเป็นโอกาสสำหรับการเปลี่ยนแปลงของเด็กด้วย เด็กหญิงจะได้รับแรงจูงใจจากสังคมให้เขาเลือกอาชีพที่มีการเตรียมตัวน้อย จึงนิยมเรียนต่อในระดับมัธยมหรือวิทยาลัยเท่านั้น เด็กหญิงจะเลือกอาชีพที่สบายและชอบสังคมปลอดภัยจากการตกงาน

4. ความสามารถและความสนใจของเด็ก เฮอร์ล็อก (Hurlock) กล่าวว่าร่างกายของเด็กและความสามารถทางสติปัญญา บุคลิกภาพและความสนใจของเด็กจะมีบทบาทในการตัดสินใจเลือกอาชีพของเขา เด็กที่มีสติปัญญาเฉลียวฉลาดจะมองเห็นและเข้าใจมูลเหตุที่แท้จริงของเหตุการณ์ต่างๆ ได้ดีกว่าเด็กที่มีสติปัญญาต่ำ จึงมีความสามารถในการตัดสินใจและแก้ไขปัญหาได้ ดีกว่า พบว่าเด็กที่มีสติปัญญาสูงมักจะเลือกอาชีพที่อยู่ในสถานภาพสูงหรือวิชาชีพ ในขณะที่เด็กที่มีคะแนนสติปัญญาต่ำ มีอัตราการเลือกอาชีพในด้านทักษะ การใช้แรงงานและทำงานเสริมทางด้านบุคลิกภาพของเด็ก เด็กที่มีลักษณะบุคลิกแตกต่างกัน มีแนวโน้มที่จะเลือกอาชีพต่างกัน ตามความเหมาะสมกับบุคลิกของตน เด็กที่ไม่ชอบการผจญภัยก็จะเลือกอาชีพที่มีความปลอดภัย ในขณะที่เด็กที่มีความก้าวร้าวมากต้องการการทำงานที่ตื่นเต้น การเปลี่ยนแปลงความสนใจในอาชีพพบว่าเป็นไปตามเกรด คือ เด็กหญิงจะมีความสนใจน้อยในด้านการคำนวณ แต่มีความสนใจอย่างมั่นคงในด้านภาษาอังกฤษ การเขียนและอ่าน ส่วนเด็กชายพบว่ามีความสนใจในด้านการคำนวณ แต่ไม่ค่อยสนใจด้านภาษาอังกฤษ และถ้าการเรียนในโรงเรียนสามารถผูกมัดความสนใจของเด็กไว้ได้ เด็กจะมีความสนใจในด้านนั้นๆ จนกระทั่งโต เช่น ในเด็กชายพบว่ามี ความสนใจด้านวิทยาศาสตร์เพิ่มขึ้น

5. ชื่อเสียงของอาชีพ เป็นที่ทราบกันว่าอาชีพนำมาซึ่งชื่อเสียง เด็กจะมีความพึงพอใจในอาชีพเหล่านี้ และเลือกเป็นอาชีพที่แท้จริงของเขา โดยพิจารณาจากความสนใจหรือ

ความสามารถของเขา อย่างไรก็ตามความคาดหวังของพ่อแม่ ซึ่งพิจารณาจากฐานะทางสังคม และชื่อเสียงของอาชีพว่ามีความสำคัญมากกว่าความสนใจของเด็กก็มีอิทธิพลต่อเด็ก โดยพ่อแม่เป็นผู้สนับสนุนให้เด็กได้รับการศึกษาเท่าที่จำเป็น และผลักดันให้เขาพ้นจากอาชีพรับใช้หรืออาชีพกรรมกรทั้งหมด

6. ความต้องการเป็นอิสระ แต่ละปีที่เด็กได้รับความคับข้องใจและความเครียดจากข้อจำกัดของผู้ใหญ่ จนไม่มีความเป็นอิสระ ความไม่พอใจนี้จะต่อต้านการมีอำนาจเหนือของผู้ใหญ่ ทำให้เด็กต้องการมีอิสระ ต้องการทำในสิ่งที่เขาปรารถนา ในแง่เศรษฐกิจเขาจึงคิดและเชื่อว่าเมื่อเขาสามารถมีเงินพอที่จะดูแลตนเองได้ เขาก็จะมีอิสระ ความต้องการดังกล่าวจึงมีบทบาทสำคัญต่อความคิดเกี่ยวกับอาชีพของเด็ก อาชีพที่ดีไม่ได้หมายความว่าความพึงพอใจในการทำงาน แต่หมายถึงเงินที่จะนำมาใช้จ่าย เด็กจะพึงพอใจในอาชีพที่มีรายได้ตั้งแต่แรก

จากแนวคิดและทฤษฎีข้างต้นพอจะสรุปได้ว่า การเลือกอาชีพเป็นกระบวนการตั้งแต่เกิดจนตาย เมื่อตัดสินใจแล้วจะกลับหลังไม่ได้ และการเลือกอาชีพจะมีการประนีประนอมในขั้นสุดท้ายระหว่างความสามารถ ความสนใจ และความเป็นจริงของสภาพแวดล้อม โดยบุคคลจะมีปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเลือกอาชีพ ได้แก่ ความสามารถ ความสนใจ และความถนัดของตนเอง ความต้องการเป็นอิสระ ความเหมาะสมทางเพศ การอบรมเลี้ยงดูของครอบครัว ความคาดหวังของบิดามารดา และชื่อเสียงของอาชีพ

### องค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับการเลือกอาชีพ

Frank Parson ผู้ได้รับการยกย่องว่าเป็นบิดาแห่งการแนะแนวอาชีพ กล่าวไว้ใน สุชาจันทร์เอม<sup>(42)</sup> ว่าความสำคัญของการเลือกอาชีพ การเตรียมตัวเพื่อประกอบอาชีพ เพื่อความสำเร็จในชีวิตการทำงาน และการที่จะประกอบอาชีพได้อย่างมีประสิทธิภาพขึ้นกับองค์ประกอบ 3 ประการ คือ

1. เข้าใจตนเองในคุณลักษณะที่บุคคลมีอยู่ทั้งทางด้านความถนัด ความสามารถ ความสนใจ ความคาดหวัง ความรู้ กำลังสมองและกำลังทรัพย์ รวมทั้งทักษะต่างๆ ที่บุคคลมีอยู่อย่างแจ่มแจ้ง

2. ความรู้เกี่ยวกับลักษณะของอาชีพ โอกาสที่จะสำเร็จในอาชีพนั้นๆ ความก้าวหน้าทางสภาพการณ์ต่างๆ ความต้องการของตลาดแรงงาน เวลาและทุนทรัพย์ที่ใช้ในการเตรียมตัวเพื่อประกอบอาชีพ



3. การใช้วิจารณ์งานในการตัดสินใจเลือกอาชีพ โดยอาศัยหลักการวิเคราะห์ตนเองและวิเคราะห์อาชีพดังกล่าวแล้วประกอบกัน เพื่อใช้เป็นแนวทางการตัดสินใจเข้าสู่อาชีพที่เหมาะสม

วัชร ทรัพย์มี<sup>(43)</sup> ได้กล่าวถึงองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการเลือกอาชีพซึ่งมีทั้งองค์ประกอบเกี่ยวกับตนเองและสิ่งแวดล้อมไว้ดังนี้

1. องค์ประกอบที่เป็นข้อจำกัดอันเนื่องมาจากตัวบุคคล เช่น ความสามารถ ความถนัด ทักษะ ความรับผิดชอบและความพยายาม
2. องค์ประกอบที่เป็นแรงผลักดันภายในตัวบุคคล เช่น ค่านิยม ความสนใจ จุดหมายในชีวิต และทัศนคติที่มีต่ออาชีพ
3. องค์ประกอบที่เป็นข้อจำกัดอันเนื่องมาจากสิ่งแวดล้อม เช่น ฐานะโอกาสในสังคม เกี่ยวกับการศึกษาและการประกอบอาชีพ ข้อกำหนดหรือลักษณะของอาชีพหรือการศึกษา
4. องค์ประกอบที่เป็นแรงผลักดันจากสิ่งแวดล้อม เช่น พ่อ แม่ เพื่อน ครู หรือบุคคลแวดล้อมอื่นๆ

**ข้อแนะนำในการเลือกอาชีพ มีดังนี้<sup>(44)</sup>**

1. **ลักษณะอาชีพกับคุณสมบัติของผู้ทำงาน** ลักษณะอาชีพแต่ละอย่างต้องการผู้ที่มีคุณสมบัติต่างกัน อาชีพบางอย่างต้องการผู้ที่มีการศึกษาสูง อบรมมาเป็นพิเศษ โดยเฉพาะอาชีพบางอย่างที่ต้องการปฏิภาณไหวพริบความฉับไวในการทำงาน บางอาชีพก็ต้องการผู้ที่มีร่างกายแข็งแรง งานบางอย่างต้องการผู้ที่มีพรสวรรค์ต่องานนั้นจึงจะสามารถทำได้ ดังนั้นในการเลือกอาชีพผู้ทำงานควรคำนึงถึงองค์ประกอบด้านคุณสมบัติ ดังต่อไปนี้

1.1 การศึกษา การเลือกอาชีพต้องคำนึงถึงระดับการศึกษาว่าต้องการผู้ปฏิบัติงานที่ระดับการศึกษามากน้อยอย่างไร เพื่อจะได้เตรียมตัวสำหรับการประกอบอาชีพนั้นๆ ในวิชาชีพชั้นสูง

1.2 สติปัญญา ผู้ที่ตัดสินใจเลือกงานควรต้องคำนึงถึงระดับสติปัญญาและความสามารถของตนเองเสียก่อน เพราะงานอาชีพบางอย่างต้องใช้ผู้ที่มีการศึกษาสูง มีปฏิภาณไหวพริบฉับไวจึงจะประสบความสำเร็จ แต่บางอาชีพก็ไม่ต้องใช้ผู้ที่มีสติปัญญาสูงนัก แต่ก็ให้ค่าตอบแทนที่เท่าเทียมกันและให้ความพอใจแก่ผู้ประกอบอาชีพได้ไม่ยิ่งหย่อนกว่ากัน ดังนั้นในการเลือกอาชีพ ผู้เลือกควรคำนึงถึงความสามารถของตนเองด้วย เพราะถ้าเลือกงานให้เหมาะกับระดับสติปัญญาและความสามารถของตนเองแล้ว ก็จะสามารถประสบความสำเร็จและความสุขในชีวิตได้



1.3 สุขภาพของผู้เลือกอาชีพ ผู้ที่มีสุขภาพดีหมายถึงผู้ที่มีความแข็งแรง ทั้งด้านร่างกายและจิตใจ ผู้ที่จะประกอบอาชีพไม่ว่าวิชาชีพใดควรเป็นผู้ที่มีร่างกายแข็งแรง จิตใจที่สมบูรณ์ แต่อย่างไรก็ตามชนิดของอาชีพก็ต้องการผู้ที่มีร่างกายแข็งแรงต่างกัน บางอาชีพต้องการผู้ที่มีร่างกายแข็งแรงเป็นพิเศษ งานบางอย่างก็ไม่ต้องการผู้ที่มีร่างกายแข็งแรงมากมายอะไรนักแต่ต้องเป็นผู้มีสุขภาพจิตที่สมบูรณ์ ดังนั้นในการเลือกอาชีพจึงมีความจำเป็นต้องคำนึงถึงสุขภาพของแต่ละบุคคลด้วย

1.4 ความสามารถพิเศษ ไม่ว่าจะเป็งานอาชีพใดถ้าผู้ทำงานมีความสามารถหรือความถนัดพิเศษในงานที่ทำก็พบว่า จะทำงานนั้นด้วยความสนุก มีผลงานดี มีความก้าวหน้าดีและไม่อยากเปลี่ยนงาน ดังนั้นผู้ที่จะเลือกอาชีพควรคำนึงว่างานที่เราจะทำนั้นสอดคล้องกับความ สามารถ ความถนัดพิเศษของตนเองหรือไม่

1.5 บุคลิกภาพส่วนตัว งานแต่ละอย่างต้องการผู้ปฏิบัติงานที่มีบุคลิกภาพต่างๆ กัน ผู้ที่มีอุปนิสัยและบุคลิกภาพเฉยๆ ไม่ชอบสังคมนักก็เหมาะกับอาชีพประเภทนักวิจัย นักวิทยาศาสตร์ นักบัญชี นักประพันธ์ เป็นต้น ส่วนผู้ที่มีบุคลิกภาพที่ชอบสังคม ชอบสังสรรค์กับกลุ่มคน เป็นคนช่างพูด ก็เหมาะสมกับอาชีพประเภทประชาสัมพันธ์ โฆษก พิธีกร งานด้านชุมชน เป็นต้น ถ้าลักษณะงานไม่ตรงกับบุคลิกภาพส่วนตัวแล้วก็จะทำให้ผู้ที่ปฏิบัติงานรู้สึกไม่ชอบ อึดอัด กังวล ทำให้ได้ผลงานไม่ดีนักและในที่สุดก็อาจต้องเลิกงานไป หรือต้องเปลี่ยนไปสู่งานที่เหมาะสมกับบุคลิกภาพส่วนตัว

1.6 ความสนใจ เป็นปัจจัยที่สำคัญอย่างหนึ่งในการเลือกอาชีพ บุคคลที่สามารถเลือกอาชีพที่ตรงกับความสนใจของตนเองแล้ว ก็จะทำงานด้วยความพอใจ สนุกและยั่งยืน ถ้าเลือกได้อาชีพที่ตนไม่สนใจก็จะทำไปอย่างเบื่อหน่ายเพียงให้ผ่านไปวันหนึ่งๆ เท่านั้น

2. ผลตอบแทนจากอาชีพ การทำงานไม่ว่าจะเป็นงานอาชีพหรือไม่ก็ตาม เราต่างก็หวังผลที่ได้จากการกระทำทั้งสิ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้าเป็นงานอาชีพ คนที่ประกอบอาชีพต่างกันหวังผลตอบแทนทั้งสิ้น ดังนั้นการเลือกอาชีพผู้เลือกควรพิจารณาถึงผลตอบแทนที่ได้รับจากการทำงานด้วยว่าเป็นที่พึงพอใจแก่เราหรือไม่ ผลตอบแทนที่สำคัญๆ ที่เราน่าจะพิจารณาเพื่อประกอบกับการเลือกอาชีพคือ ผลตอบแทนทางการเงิน ผลตอบแทนทางด้านสังคม ผลตอบแทนทางด้านจิตใจ และผลตอบแทนทางพัฒนาและปรับปรุงตน

งานบางชนิดก็ให้ผลตอบแทนทั้งด้านการเงิน ด้านสังคม ด้านจิตใจและด้านพัฒนาและปรับปรุงตนเองเป็นอย่างมาก แต่งานบางอย่างก็ให้ผลตอบแทนไม่ครบทุกด้าน ในการเลือกอาชีพผู้เลือกควรพิจารณาด้วยว่าถ้าผลตอบแทนทางด้านหนึ่งต่ำ ผลตอบแทนทางด้านอื่นดีไหม เพื่อเป็นสิ่งชดเชยกัน

3. ความก้าวหน้าของอาชีพ เป็นปัจจัยที่สำคัญอย่างหนึ่งในการพิจารณาเลือกงาน ซึ่งมีข้อคิดถึงโอกาสที่จะก้าวหน้า คือ

3.1 งานที่ทำนั้นมีโอกาสก้าวหน้าไปสูงสุดเพียงใด เมื่อจะเลือกงานควรพิจารณาว่า ในสายงานที่ตนเองทำอยู่นั้นมีโอกาสเลื่อนขั้น ชัยฐานะตนเองไปได้สูงสุดเพียงใด เหมาะสมกับการศึกษาของตนหรือไม่

3.2 งานที่ทำนั้นมีงานอย่างอื่นเข้ามาเกี่ยวข้องมากน้อยเพียงใด เพราะงานที่มีสาขาอาชีพอื่นเข้ามาเกี่ยวข้องด้วยมากก็ทำให้งานที่เราทำนั้นกว้างมาก มีโอกาสขยายงานได้มาก แต่ถ้างานที่เราทำนั้นเกี่ยวข้องกับงานสาขาอื่น ๆ น้อย โอกาสที่จะขยายงานให้กว้างขวางขึ้นจากเดิมก็น้อยลง

3.3 ตลาดงานของอาชีพนั้นกว้างเพียงใด ผู้ที่จะเลือกอาชีพและเลือกเรียนสาขาวิชาชีพใด ไม่ควรเลือกตามความนิยมของสังคมหรือเพื่อนฝูง ควรคำนึงว่าหน่วยงานต่างๆ มีความต้องการผู้ที่ทำงานในอาชีพใดมากน้อยเพียงใด

3.4 แนวโน้มของอาชีพในอนาคต ทิศทางและแนวโน้มของอาชีพในอนาคตเป็นสิ่งที่ผู้เลือกอาชีพต้องคำนึงเสมอว่ามีแนวโน้มที่ดีขึ้นเสมอตัวหรือเลวลง ธุรกิจในรูปแบบที่ทำกันอยู่ในปัจจุบันจะเปลี่ยนแปลงไปหรือไม่อย่างไร โดยต้องพิจารณาแนวโน้มจากข้อมูลในปัจจุบันหรือขณะที่กำลังประกอบอาชีพอยู่ก็มีความจำเป็นที่ต้องศึกษาถึงแนวโน้มของงานอาชีพที่ทำอยู่ว่ามีการเปลี่ยนแปลงอย่างไรบ้าง มีเทคโนโลยีก้าวหน้าอะไรบ้าง เพื่อจะได้นำมาปรับปรุงกิจการให้ทันสมัยและมีคุณภาพ

ทั้งหมดที่กล่าวมานี้เป็นแนวทางในการเลือกอาชีพที่ทุกคนควรใช้เป็นข้อพิจารณาก่อนที่จะตัดสินใจเลือกเรียนสายวิชาชีพใด เพื่อความสำเร็จในด้านการงานและด้านครอบครัวในอนาคต

### งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

#### งานวิจัยภายในประเทศ

เบญญา จิรภัทรพิมล<sup>(45)</sup> ศึกษาเรื่องความต้องการประกอบอาชีพที่มุ่งหวังของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 และชั้นปีที่ 4 ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยส่วนบุคคลซึ่งพิจารณาจากเพศและระดับการศึกษา นักศึกษาชายจะมีความต้องการประกอบอาชีพที่มุ่งหวังต่างไปจากเพศหญิง กล่าวคือ นักศึกษาชายให้ความสำคัญแก่อาชีพที่คุณประโยชน์ต่อประเทศชาติมากกว่านักศึกษาหญิงซึ่งให้ความสำคัญแก่ความมั่นคงของอาชีพ นอกจากนี้ระดับการศึกษาหรือชั้นปีที่ศึกษามีความสัมพันธ์กับความต้องการประกอบอาชีพที่มุ่งหวัง กล่าวคือ นัก



ศึกษาปีที่ 4 มุ่งหวังที่จะประกอบอาชีพในสาขาวิชาชีพที่ตนเรียนมากกว่านักศึกษาปีที่ 1 โดยเฉพาะผู้ที่มีผลการเรียนอยู่ในเกณฑ์ดี สำหรับปัจจัยทางครอบครัว พบว่านักศึกษาที่มีบิดามีการศึกษาระดับเดียวกันจะมีความมุ่งปรารถนาทางอาชีพในลักษณะเดียวกัน และแตกต่างไปจากนักศึกษาที่มีบิดามีระดับการศึกษาที่แตกต่างกันออกไป ผู้ที่มีบิดามีรายได้มากมักจะสนใจอาชีพอื่นที่มีโชอาชีพรับราชการ ต่างจากผู้ที่มีบิดามีรายได้น้อยซึ่งมักจะสนใจที่จะประกอบอาชีพรับราชการมากกว่า นอกจากนี้ขนาดของครอบครัวยังมีอิทธิพลต่อความมุ่งปรารถนาทางอาชีพของบุตรด้วย

พรพนา อรรถจรุจน์<sup>(46)</sup> ศึกษาโดยการสำรวจแนวบทบาทนิสิตนักศึกษาตามการรับรู้ของนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยระบบจำกัดรับ โดยใช้นิสิตนักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่างจำนวน 472 คน ศึกษาเปรียบเทียบโดยจำแนกตามเพศและสถานที่พัก และศึกษาเปรียบเทียบโดยจำแนกตามชั้นปี สาขาวิชาและมหาวิทยาลัยที่ศึกษาอยู่ พบว่ามีการรับรู้พฤติกรรมในแนวบทบาทวิชาการสูงสุด ส่วนบทบาทในการฝึกฝนเพื่อการประกอบอาชีพเป็นลำดับต่อมา นอกจากนี้นักศึกษาส่วนใหญ่ได้ตั้งเป้าหมายไว้ว่า เมื่อสำเร็จการศึกษาแล้วจะหางานทำทันที จากนั้นจะหาทางศึกษาต่อในระดับสูงขึ้นในภายหลัง

อรอนงค์ ลาภภูวนารถ อ่างถึงในไชยยศ ธงภักดี<sup>(33)</sup> ศึกษาโดยการวิเคราะห์การวางแผนเข้าสู่อาชีพของนิสิตนักศึกษาคณะวิทยาศาสตร์ พบว่านักศึกษาส่วนใหญ่มีเป้าหมายทางอาชีพที่ชัดเจน ต้องการที่จะประกอบอาชีพทันทีภายหลังสำเร็จการศึกษาแล้วจึงหาทางศึกษาต่อในภายหลัง และมีความปรารถนาจะประกอบอาชีพและวิชาการโดยต้องการทำงานในบริษัทเอกชนในเขตกรุงเทพมหานครเป็นอันดับแรก ส่วนการเตรียมตัวเพื่อประกอบอาชีพนั้น พบว่าอยู่ในระดับปานกลาง

เฉลิม ศรีผดุง และคณะ อ่างถึงในไชยยศ ธงภักดี<sup>(33)</sup> ศึกษาถึงความต้องการในการรับราชการของนิสิตนักศึกษาที่ศึกษาอยู่ในชั้นปีสุดท้ายของหลักสูตรการศึกษาระดับปริญญาตรี ในปีการศึกษา 2534 ของมหาวิทยาลัยจำกัดรับของรัฐ ทั้งในเขตกรุงเทพมหานครและต่างจังหวัด รวมทั้งสิ้น 2,186 คน พบว่าลักษณะงานที่นักศึกษาเลือกตอบมากที่สุด 5 อันดับแรกเรียงตามลำดับ ได้แก่ งานที่มีรายได้ดี งานที่มีความมั่นคง งานที่มีสวัสดิการดี งานที่สอดคล้องกับอุปนิสัย และงานที่มีอิสระในการทำงาน นอกจากนี้เมื่อศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างภูมิหลังของนักศึกษา กับลักษณะงานอาชีพที่ตรงกับงานที่ต้องการทำมากที่สุด ปรากฏว่าเพศของนักศึกษา อาชีพ รายได้ของบิดามารดา มีความสัมพันธ์กับลักษณะงานอาชีพที่นักศึกษาต้องการยึดเป็นอาชีพ



สุวรรณา จงประเสริฐพร<sup>(47)</sup> ศึกษาเกี่ยวกับการวางแผนอาชีพของนักศึกษาที่ศึกษาทางธุรกิจ ในปีที่ 4 (หลักสูตร 4 ปี) ใน 3 สาขา คือ สาขาวิชาการบัญชี สาขาวิชาการตลาดและสาขาวิชาการเงินและการธนาคารหรือสาขาวิชาการเงิน ที่ได้ลงทะเบียนเรียนในภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2538 ของมหาวิทยาลัยจำกัดรับของรัฐบาลในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่าปัจจัยที่มีผลต่อการเลือกอาชีพของนักศึกษาโดยเฉลี่ยแล้วอยู่ในระดับมาก ข้อที่มีคะแนนสูงสุดคือปัจจัยในด้านที่มีโอกาสก้าวหน้าในงานอาชีพนั้นๆสูง เป้าหมายและการเลือกอาชีพเมื่อสำเร็จการศึกษาแล้วต้อง การทำงานก่อนและหาทางศึกษาต่อในภายหลัง อาชีพที่สนใจ คือ การทำงานกับบริษัทเอกชน เมื่อจำแนกตามสาขาวิชาแล้ว นักศึกษาในสาขาวิชาการบัญชี สาขาวิชาการตลาดและสาขาวิชาการเงินและการธนาคาร มีความต้องการมากตามลำดับ ดังนี้ เป็นผู้ตรวจสอบบัญชี ประกอบอาชีพอิสระ และพนักงานธนาคาร ส่วนสถานที่ทำงานนั้นต้องการทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร

วรินทร์ รามสูต<sup>(48)</sup> ศึกษาถึงแหล่งความเครียดและการรับรู้ระดับความเครียดของนิสิตปริญญาตรีจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 452 คนที่รับรู้ว่าตนเองมีความเครียด พบว่านิสิตเพศหญิงและชายมีคะแนนเฉลี่ยของการรับรู้ระดับความเครียดในแหล่งความเครียดด้านเรื่องส่วนตัวสูงสุดจากเรื่องอนาคต โดยจากการสัมภาษณ์พบว่า ความเครียดในเรื่องอนาคตมีสาเหตุจากการกลัวเรื่องความมั่นคงในการประกอบอาชีพ รายได้ที่จะได้รับ และความสามารถในการประกอบอาชีพได้อย่างมีประสิทธิภาพ แต่นิสิตทั้งสองกลุ่มคณะแสดงความรู้สึกต่อความเครียดแตกต่างกัน โดยนิสิตในกลุ่มคณะที่มีวิชาชีพรองรับ แต่ต้องประกอบวิชาชีพที่ต้องมีความรับผิดชอบต่อบุคคลอื่นสูง เช่น แพทย์ ทันตแพทย์ วิศวกร ฯลฯ นิสิตในกลุ่มคณะเหล่านี้แสดงความรู้สึกเครียด กับการที่มีคนคาดหวังกับตนเองตลอดเวลา เมื่อจบการศึกษาแล้วต้องนำความรู้ที่เรียนมาไปใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด แต่ความชำนาญและประสบการณ์ยังเป็นสิ่งที่ต้องเรียนรู้และไม่สามารถลองผิดลองถูกได้ หากเกิดความผิดพลาดจะทำให้เกิดความเสียหายต่อบุคคลอื่น และจะรู้สึกเครียดมาก ในขณะที่นิสิตในกลุ่มคณะมนุษยศาสตร์ และสังคมศาสตร์ส่วนใหญ่ รวมถึงนิสิตในกลุ่มคณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีที่ไม่มีวิชาชีพรองรับ ต่างมีความเครียดจากการพยายามแสวงหาอาชีพตามสาขาที่ตนเรียนมา ซึ่งมีการแข่งขันสูงมากในสังคมปัจจุบัน

วราภรณ์ รัตนวิศิษฐกุล<sup>(49)</sup> ศึกษาความหวังและกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษาระดับปริญญาตรีจำนวน 509 คน พบว่าลักษณะความหวังของนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง ความหวังด้านการทำงาน พบว่านักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง หวังได้ทำงานที่ตนชอบ เหมาะกับตนเอง ตรงกับสาขาวิชาที่เรียน หรือเปิดธุรกิจเป็นของตนเอง และหวังได้ทำกิจกรรมในมหาวิทยาลัย เพื่อเป็นประสบการณ์ก่อนการทำงาน มีพลังแห่งความตั้งใจในการ

ทำงานสูง นอกจากนี้มีการวางแผนแนวทางในการทำงาน และได้เริ่มดำเนินการตามแผนแล้ว และได้รับการสนับสนุนทางสังคมในการทำงานจากครอบครัว เพื่อน รุ่นพี่ที่มหาวิทยาลัย และ อาจารย์

ลักษณะความหวังของนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ความหวังด้านการทำงาน พบว่า นักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ มีความหวังได้ทำงานที่เหมาะสมกับตนเอง และเปิดกิจการเป็นของตนเอง นอกจากนี้มีพลังแห่งความตั้งใจในการทำงาน แต่นักศึกษาบางคนไม่มีการวางแผนในการทำงาน

นิรมล รุ่งปัจฉิม<sup>(50)</sup> ศึกษาความคิดเห็นเกี่ยวกับการเลือกประกอบอาชีพของนิสิต นักศึกษามหาวิทยาลัยของรัฐในกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่านิสิตนักศึกษาส่วนใหญ่เลือกประกอบอาชีพเป็นลูกจ้างเอกชน และคำนึงถึงเหตุผลในการเลือกประกอบอาชีพ ได้แก่ การได้ทำงานเกี่ยวข้องกับคน และการที่จะได้มีโอกาสที่จะได้ใช้วิชาความรู้ที่ได้เรียนมามากที่สุด เพศชายนิยมเลือกประกอบอาชีพลูกจ้างเอกชน และอาชีพส่วนตัวมากกว่าเพศหญิง เพศหญิงนิยมเลือกประกอบอาชีพรับราชการ พนักงานรัฐวิสาหกิจ และเจ้าหน้าที่องค์การระหว่างประเทศมากกว่า นิสิตนักศึกษาที่ศึกษาอยู่ในสาขาวิทยาศาสตร์ นิยมเลือกประกอบอาชีพรับราชการ ผู้ที่อยู่ในสาขาสังคมศาสตร์ นิยมเลือกประกอบอาชีพลูกจ้างเอกชน และผู้ที่อยู่ในสาขามนุษยศาสตร์ นิยมเลือกประกอบอาชีพส่วนตัวมากกว่า นอกจากนี้นิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในภาคกลาง นิยมเลือกประกอบอาชีพลูกจ้างเอกชน พนักงานรัฐวิสาหกิจมากกว่า ในขณะที่ผู้ที่มีภูมิลำเนาอยู่ในภาคอื่นๆ นิยมเลือกประกอบอาชีพรับราชการ นิสิตนักศึกษามักจะเลือกประกอบอาชีพเดียวกับอาชีพของบิดา กล่าวคือ นิสิตนักศึกษาที่บิดาประกอบอาชีพรับราชการจะเลือกประกอบอาชีพรับราชการเช่นเดียวกับบิดา

อุณารัตน์ ธรรมมิโกมินทร์<sup>(51)</sup> ได้วิจัยเกี่ยวกับการตัดสินใจเลือกประกอบอาชีพของนิสิต ปีสุดท้ายของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ผลปรากฏว่าจากการสำรวจการตัดสินใจเลือกประกอบอาชีพของนิสิตปีสุดท้ายของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ประจำปีการศึกษา 2512 จำนวน 174 คน มีนิสิตเพียงร้อยละ 30.46 เท่านั้นที่เลือกอาชีพรับราชการ และเมื่อวิเคราะห์เหตุผลในการเลือกอาชีพของนิสิต พบว่า นิสิตที่เลือกอาชีพต่างกันจะมีเหตุผลในการเลือกอาชีพต่างกันด้วย กล่าวคือ เลือกอาชีพรับราชการเพราะต้องการความมั่นคง เลือกอาชีพธุรกิจเอกชนเพราะรายได้ดี เลือกทำงานรัฐวิสาหกิจเพราะมีความก้าวหน้า เลือกทำงานองค์การระหว่างประเทศเพราะรายได้ดี และเลือกทำงานธนาคารเพราะได้ใช้ความรู้ที่เรียนมา



ชวลิต จิตภักดี<sup>(52)</sup> ได้ศึกษาเรื่องช่องทางการหางานของบัณฑิตจากมหาวิทยาลัย สงขลานครินทร์ ที่เพิ่งสำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรีในปีการศึกษา 2543 จำนวน 1,671 คน ผลการวิจัยพบว่า บัณฑิตชายและบัณฑิตหญิงมีการเตรียมความพร้อมในการหางานที่แตกต่าง กัน โดยบัณฑิตชายและหญิงมีความพร้อมในด้านมนุษยสัมพันธ์ และทักษะการเรียนรู้สิ่งใหม่ ที่ต่างกัน รวมทั้งมีวิธีการเตรียมความพร้อมในการหางานต่างกันทุกวิธี ซึ่งบัณฑิตส่วนใหญ่มีการ เตรียมความพร้อมก่อนจบการศึกษาในด้านบุคลิกภาพและการสมัครงานล่วงหน้า ภายหลังจาก การศึกษาบัณฑิตหญิงมีการปรับตัวด้วยการสอบถามจากรุ่นพี่หรือผู้มีประสบการณ์มากกว่า บัณฑิตชาย โดยบัณฑิตชายและหญิงมีความรู้ในแหล่งข้อมูลในการหางานด้านสื่อจากหนังสือ พิมพ์ภาษาไทยและป้ายโฆษณาด้านหน่วยบริการจัดหางานในสังกัดกรมการจัดหางานและ สำนักงาน ก.พ. แต่ทั้งบัณฑิตชายและหญิงมีวิธีการสมัครงานไม่แตกต่างกัน สำหรับบัณฑิตต่าง คณะกันมีช่องทางการหางานที่แตกต่างกันทุกช่องทาง ส่วนใหญ่เลือกใช้วิธีการเข้าไปสมัครงานที่ องค์กรหรือส่งจดหมายสมัครงาน ทั้งนี้คุณลักษณะส่วนบุคคลของบัณฑิตอันได้แก่ เพศและคณะ นั้นไม่มีผลต่อการมีงานทำ

กรมการจัดหางาน กองแผนงานและสารสนเทศ<sup>(53)</sup> ได้ศึกษาวิจัยเรื่องสาเหตุการไม่หา งานทำของผู้ไม่มีงานทำแต่พร้อมที่จะทำงาน โดยศึกษาเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มผู้ว่างงานที่ออก หางาน และกลุ่มผู้ว่างงานที่ไม่ออกหางานจากพื้นที่ต่างๆรวม 4 ภาค คือ ภาคกลาง ภาคเหนือ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และภาคใต้ โดยเกณฑ์การคัดเลือกจากจังหวัดที่มีสถิติผู้ไม่มีงานทำ สูงสุด 2 อันดับในแต่ละภาค ผลการวิจัยภาวะการหางานทำพบว่า ในช่วงว่างงานครั้งสุดท้าย กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ออกหางานไม่เกิน 5 ครั้ง ซึ่งเป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย มีอายุ 21-25 ปี จบการศึกษาระดับปริญญาตรีขึ้นไป และมีสถานภาพโสด มีการเตรียมความรู้ด้าน คอมพิวเตอร์มากที่สุด ส่วนปัจจัยที่พิจารณาในการสมัครงานเป็นอันดับหนึ่ง คือ ความมั่นคงใน การทำงาน รองลงมาให้ความสำคัญเรื่องเงินเดือน ความสะดวกในการเดินทาง และสวัสดิการ ปัญหาอุปสรรคในการหางานทำที่ผ่านมา ส่วนใหญ่ระบุว่าไม่มีประสบการณ์ ซึ่งจะอยู่ในกลุ่มผู้ ออกหางานมากกว่าไม่ออกหางาน ส่วนแหล่งข้อมูลในการหางานทำจะทราบจากญาติมากที่สุด และส่วนใหญ่จะสมัครงานด้วยตนเอง

ดวงมน บุรณฤกษ์<sup>(54)</sup> ศึกษาสาเหตุของการว่างงานในเชิงโครงสร้างของผู้มีการศึกษา ระดับอุดมศึกษา โดยเก็บข้อมูลจากผู้ว่างงานที่มีอายุระหว่าง 20-60 ปี จำนวน 800 คน จาก พื้นที่เป้าหมาย 8 จังหวัด ผลการวิจัยพบว่าผู้ที่สมัครใจออกหางานทำกลับมีโอกาสที่จะว่างงานใน เชิงโครงสร้างมากกว่าผู้ที่ไม่สมัครใจออกหางานทำ ประมาณ 2.47 เท่า ซึ่งมีสาเหตุหลักมาจากการที่ผู้สมัครใจออกหางานทำต้องการเลือกงานที่มีลักษณะงานตรงกับสาขาวิชาที่จบมา และตรง



กับความรู้ความสามารถของตนเองมากกว่าตำแหน่งงานว่างที่มีอยู่ในตลาดแรงงานในขณะนั้น ประกอบกับผู้สมัครใจออกหางานทำไม่มีความสนใจและขาดความชำนาญสำหรับตำแหน่งงานว่างเหล่านั้น วุฒิการศึกษาของผู้สมัครใจออกหางานทำยังไม่ตรงกับความต้องการของนายจ้างมากนัก ระยะทางระหว่างที่พักกับที่ทำงานและค่าใช้จ่ายที่ต้องใช้ในการเดินทาง มีผลต่อการตัดสินใจปฏิเสธงานเช่นกัน

### งานวิจัยในต่างประเทศ

Rosenberg อ้างถึงในสุวรรณา จงประเสริฐพร<sup>(47)</sup> ได้วิจัยและรวบรวมค่านิยมในการตัดสินใจเลือกอาชีพของนักศึกษาในมหาวิทยาลัย ปรากฏว่า ค่านิยมที่สำคัญที่ผู้วิจัยได้รวบรวมไว้มี 9 ประการ

1. เปิดโอกาสให้ได้ใช้ความสามารถและความถนัดพิเศษ
2. เป็นงานที่มีรายได้ดี
3. เปิดโอกาสให้ทำงานร่วมกับผู้อื่นมากกว่าที่จะทำกับวัตถุสิ่งของ
4. เปิดโอกาสให้ใช้ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ได้เต็มที่
5. ทำให้มีเกียรติ และสถานภาพทางสังคม
6. มีอนาคตที่มั่นคงและปลอดภัย
7. เปิดโอกาสให้มีอิสระอย่างเต็มที่
8. เปิดโอกาสให้ใช้ภาวะผู้นำได้มาก
9. เปิดโอกาสให้ได้ช่วยเหลือผู้อื่นอยู่เสมอ

Lar Mar T. Empey อ้างถึงใน มารศรี กองเกตุ<sup>(55)</sup> ศึกษาชั้นสังคมกับความพอใจในอาชีพ พบว่า เด็กชายและเด็กหญิงที่มาจากครอบครัวที่มีรายได้สูงจะมีความปรารถนาในด้านการศึกษาและอาชีพสูงกว่าเด็กที่มาจากครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำ

Krech อ้างถึงใน อัจฉรา สุขารมณ และคณะ<sup>(38)</sup> พบว่ารายได้ของบิดามีความสัมพันธ์สูงกับการเลือกอาชีพของนักเรียน นักเรียนมีแนวโน้มที่จะคาดหวังให้ตนเองมีแบบฉบับการดำเนินชีวิตให้เหมือนกับบิดาของตน รายได้ของครอบครัวเป็นตัวประกอบสำคัญในความคาดหวังของนักเรียนที่มีผลต่อโอกาสที่จะเลือกอาชีพให้เหมาะสมกับรายได้ของครอบครัว

Super อ้างถึงใน สุวรรณมา จงประเสริฐพร<sup>(47)</sup> ได้สรุปข้อคิดเห็นไว้ว่านักศึกษาที่มาจากครอบครัวที่มีฐานะทางสังคมต่ำและเศรษฐกิจต่ำ มีแนวโน้มที่จะมุ่งหวังในอาชีพที่สูงกว่าบิดามารดา ส่วนนักศึกษาที่มาจากครอบครัวที่จะให้อิสระจะเลือกอาชีพที่พอๆ กับบิดามารดา

Zaaiman อ้างถึงใน ชมาธร พันธุมโพธิ<sup>(56)</sup> ได้ศึกษาเกี่ยวกับความสนใจในอาชีพและการเลือกอาชีพของเพศชายและเพศหญิง โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาวิทยาลัยครู เครื่องมือที่ใช้ได้แก่ 19 Field Interest Inventory (19 FII) พบว่า เพศชายและเพศหญิงมีแบบแผนความสนใจในอาชีพแตกต่างกัน

Sarah Pauline Sturdivant อ้างถึงใน มารศรี กองเกตุ<sup>(55)</sup> พบว่านักเรียนที่บิดามารดาประกอบอาชีพชั้นสูง จะคาดหวังเกี่ยวกับอาชีพชั้นสูงมากกว่านักเรียนที่บิดามารดาประกอบอาชีพระดับต่ำกว่า

Rosenberg อ้างถึงใน ไชยยศ ธงภักดิ์<sup>(33)</sup> ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างระดับชั้นทางสังคมของบิดากับความคาดหวังทางอาชีพ พบว่าภูมิลำเนาและเศรษฐกิจของบิดามีส่วนสำคัญต่อการเลือกอาชีพของเด็ก กล่าวคือ บิดามีรายได้สูงเท่าไร เด็กก็อยากมีอาชีพที่มีรายได้สูงด้วยเช่นกัน และบิดาที่มีรายได้สูงก็ย่อมจะสนับสนุนให้เด็กมีการศึกษาดีและเตรียมตัวเพื่อประกอบอาชีพได้เป็นอย่างดีด้วย

Murdoch อ้างถึงใน สุวรรณมา จงประเสริฐพร<sup>(47)</sup> ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการเลือกอาชีพของนักศึกษา ผลปรากฏว่าในการเลือกอาชีพของนักศึกษาในมหาวิทยาลัยส่วนมาก ได้รับอิทธิพลจากองค์ประกอบที่เป็นความสนใจ ความสามารถของตนเอง และประสบการณ์ต่างๆ สำหรับประสบการณ์ที่ทำให้นักศึกษาส่วนมากตัดสินใจได้ดี ได้แก่ การสนทนากับบุคคลที่ประกอบอาชีพนั้นๆ และการอ่านหนังสือ

Cook อ้างถึงใน อัจฉรา สุขารมณ และคณะ<sup>(38)</sup> ศึกษาองค์ประกอบต่างๆ ที่มีความสัมพันธ์กับการเลือกอาชีพของเพศชาย พบว่าการเลือกอาชีพจะมีความสัมพันธ์กันอย่างมีระบบกับพื้นฐานเศรษฐกิจ สังคม ระดับความปรารถนาในอาชีพ สถิติปัญญา และความสนใจในอาชีพ ส่วนสถานภาพการสมรสของบิดามารดา และความสัมพันธ์ภายในครอบครัวไม่มีอิทธิพลต่อการเลือกอาชีพอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ



Educational Development and Support Centre <sup>(57)</sup> ได้จัดทำโครงการ Student Psychological Health Project สํารวจนักศึกษาระดับปริญญาตรีมหาวิทยาลัย Leicester จำนวนมากกว่า 2,700 คน ในปี ค.ศ. 1998 และ ค.ศ. 2001 วัตถุประสงค์ของการสำรวจครั้งนี้ คือ เพื่อศึกษาปัญหาทางสุขภาพจิตของนักศึกษา และผลกระทบจากปัญหาสุขภาพจิตที่มีต่อความสามารถในการเรียนของนักศึกษา มีการศึกษาประเด็นด้านอาชีพในเรื่องการเตรียมตัวสำหรับอาชีพ พบว่า ในปีค.ศ. 1998 มีนักศึกษากังวลในเรื่องการเตรียมตัวสำหรับอาชีพ จำนวน 62% และในปีค.ศ. 2001 มีนักศึกษากังวลในเรื่องการเตรียมตัวสำหรับอาชีพ จำนวน 55% ประเด็นด้านอาชีพนี้เป็นสาเหตุให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกเครียดมากที่สุด

จากผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งภายในประเทศและต่างประเทศ อาจกล่าวได้ว่านิสิตนักศึกษาเมื่อสำเร็จการศึกษาในระดับปริญญาตรีแล้ว มีจำนวนมากที่ต้องการจะประกอบอาชีพทันที แล้วจึงหาทางศึกษาต่อในระดับสูงขึ้นไปภายหลัง ทำให้เกิดความเครียดในการทำงาน มีความวิตกกังวลในเรื่องการเตรียมตัวสำหรับอาชีพ เพราะยังขาดประสบการณ์ในการสมัครงาน นอกจากนี้นิสิตนักศึกษารู้สึกเครียดกับการที่มีคนคาดหวังกับความสามารถของตนเอง เมื่อจบการศึกษาแล้วต้องการนำความรู้ที่เรียนมาไปใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด แต่ความชำนาญและประสบการณ์ยังเป็นสิ่งที่ต้องเรียนรู้ กล่าวว่าจะทำสิ่งผิดพลาดหรือความเสียหายต่อบุคคลอื่นได้ และรู้สึกเครียดจากการพยายามแสวงหาอาชีพตามสาขาที่ตนเรียนมา ซึ่งมีการแข่งขันสูงมากในสังคมปัจจุบัน ส่วนปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการทำงานทำของนิสิตนักศึกษา ได้แก่ ความสามารถของตนเองในการประกอบอาชีพได้อย่างมีประสิทธิภาพ ความถนัดและความสนใจในอาชีพ บุคลิกภาพตนเอง การขาดประสบการณ์และความชำนาญ โอกาสความเจริญก้าวหน้าในอาชีพ ความมั่นคงในอาชีพ รายได้ที่จะได้รับ สวัสดิการของงาน ระยะทางระหว่างที่พักกับที่ทำงาน (ความสะดวกในการเดินทาง) เศรษฐฐานะของครอบครัว และความคาดหวังของบิดามารดา เป็นต้น

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## บทที่ 3

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา ณ ช่วงเวลาใดเวลาหนึ่ง (Cross-Sectional Descriptive Studies) เพื่อศึกษาระดับความวิตกกังวลในการหางานทำและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ทั้งสาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี กับสาขาสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ โดยมีระเบียบวิธีการวิจัย (Research Methodology) ดังนี้

#### ประชากรและตัวอย่าง

**ประชากรเป้าหมาย (Target Population)** คือ นิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

**ตัวอย่าง (Sample)** ได้แก่ นิสิตทั้งชายและหญิงที่กำลังศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย สาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี (ไม่รวมคณะแพทยศาสตร์และคณะทันตแพทยศาสตร์ เนื่องจากนิสิตแพทย์และนิสิตทันตแพทย์เมื่อสำเร็จการศึกษา 6 ปีแล้วต้องไปทำงานใช้ทุน ไม่ได้หางานทำ) กับสาขาสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ กำลังศึกษาอยู่ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2549 ที่สำเร็จการศึกษาแล้วจะหางานทำ ไม่ได้ศึกษาต่อ หรือทำงานที่มีอยู่แล้ว

**ขนาดตัวอย่าง (Sample size)** คำนวณโดยการใช้สูตรยามานะ (Yamane) ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% ความคลาดเคลื่อนในการสุ่มตัวอย่างเท่ากับ 0.05

$$n = \frac{N}{1+N(e)^2}$$

เมื่อ  $n$  = ขนาดของตัวอย่าง

$N$  = ขนาดของประชากร

$e$  = ความคลาดเคลื่อนของข้อมูลที่เกิดขึ้นรวบรวมได้จากประชากรเท่าที่ยอมรับได้



## แทนค่าในสูตร

$$\begin{aligned}
 n &= \frac{3,594}{1+3,594 (0.05)^2} \\
 &= \frac{3,594}{9.985} \\
 &= 359.94
 \end{aligned}$$

ในการศึกษาครั้งนี้ใช้จำนวนตัวอย่างขั้นต่ำ 360 คน

เพื่อให้ครอบคลุมความผิดพลาดจากการไม่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม ซึ่งคาดว่าจะมีประมาณ 10 % ดังนั้นขนาดตัวอย่างที่ต้องใช้คือ 400 คน

**การสุ่มตัวอย่าง (Sample Selection)** ใช้วิธีสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) ตามสาขาวิชาในชั้นแรก โดยกำหนดจำนวนกลุ่มตัวอย่างแต่ละสาขาวิชาในสัดส่วนเท่าๆกัน คือ กลุ่มสาขาละ 200 คน เพื่อให้ได้กลุ่มตัวอย่างจากกลุ่มสาขาวิชาที่มีประชากรน้อย (กลุ่มสาขาสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์) อย่างเพียงพอ ต่อจากนั้นในแต่ละสาขาวิชา กำหนดจำนวนตัวอย่างตามสัดส่วนของประชากรในแต่ละคณะ และเก็บข้อมูลโดยวิธีการสุ่มแบบบังเอิญ (Accidental Sampling)

**กลุ่มคณะในศาสตร์สาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี** หมายถึง คณะในจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยที่มีหลักสูตรการเรียนการสอนในรายวิชาหลักเกี่ยวกับวิทยาศาสตร์ทุกสาขา และเทคโนโลยีแขนงต่างๆ ประกอบด้วย 8 คณะ (ไม่รวมคณะแพทยศาสตร์และคณะทันตแพทยศาสตร์) ดังตารางที่ 2

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 2 จำนวนนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้ายที่เป็นกลุ่มตัวอย่างของกลุ่มคณะในศาสตร์สาขา  
วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี

คณะ	จำนวนนิสิตชั้นปีสุดท้าย (คน)	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง (คน)
1. คณะวิศวกรรมศาสตร์	659	57
2. คณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี	554	47
3. คณะวิทยาศาสตร์	479	41
4. คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์	155	13
5. คณะเศรษฐศาสตร์	137	12
6. คณะเภสัชศาสตร์	122	11
7. คณะสหเวชศาสตร์	199	10
8. คณะสัตวแพทยศาสตร์	106	9
รวม	2,333	200

กลุ่มคณะในศาสตร์สาขาสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ หมายถึง คณะใน  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยที่มีหลักสูตรการเรียนการสอนในรายวิชาหลักเกี่ยวกับสังคมศาสตร์และ  
มนุษยศาสตร์ ประกอบด้วย 7 คณะ ดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 จำนวนนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้ายที่เป็นกลุ่มตัวอย่างของกลุ่มคณะในศาสตร์สาขา  
สังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์

คณะ	จำนวนนิสิตชั้นปีสุดท้าย (คน)	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง (คน)
1. คณะครุศาสตร์	284	45
2. คณะอักษรศาสตร์	280	45
3. คณะนิติศาสตร์	219	35
4. คณะรัฐศาสตร์	218	35
5. คณะนิเทศศาสตร์	125	20
6. คณะศิลปกรรมศาสตร์	84	13
7. คณะจิตวิทยา	44	7
รวม	1,254	200



## เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย มี 3 ฉบับ ได้แก่

1. แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล (ภาคผนวก ง.) เกี่ยวกับ เพศ อายุ คณะ/สาขา/วิชาเอก ระดับชั้นปี ภูมิลำเนา เกรดเฉลี่ยสะสม (GPAX) ระดับความสามารถทางด้านภาษาอังกฤษ ระดับความสามารถทางด้านคอมพิวเตอร์ ระดับความสามารถทางด้านวิชาหลัก (วิชาเอก) ระดับความสามารถทางด้านวิชาการรอง ความสอดคล้องของความสนใจในอาชีพกับวิชาหลัก (วิชาเอก) ที่ได้เรียนมา ความสามารถพิเศษ ความเกี่ยวข้องของความสนใจในอาชีพกับความสามารถพิเศษ การเรียนที่มหาวิทยาลัยอื่นร่วมด้วย โรคประจำตัว สถานภาพสมรสของบิดามารดา การศึกษาของบิดา/มารดา อาชีพของบิดา/มารดา รายได้เฉลี่ยของครอบครัวต่อเดือน (บิดาและมารดา) และความคาดหวังของบิดา/มารดา เป็นข้อคำถามแบบเลือกตอบและเติมคำในช่องว่าง

2. แบบประเมินปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำ ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง จำนวน 28 ข้อ (ภาคผนวก ง.) เพื่อใช้ประเมินปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ทั้งนิสิตสาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี (ไม่รวมคณะแพทยศาสตร์และคณะทันตแพทยศาสตร์) กับนิสิตสาขาสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ โดยรวบรวมจากการศึกษาแนวคิด ทฤษฎี วรรณกรรม งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และจากการศึกษานำร่อง (Pilot Study) ด้วยวิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก (Depth interview) ถึงปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำ

### 2.1 ลักษณะของแบบประเมินปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำ

แบบประเมินปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำ ซึ่งผู้วิจัยได้สร้างขึ้นมีจำนวนทั้งหมด 28 ข้อ แบ่งได้เป็น 4 ด้าน ดังนี้

1) ปัจจัยด้านตนเอง ประกอบด้วยข้อคำถามเกี่ยวกับตนเองที่ก่อให้เกิดความวิตกกังวลในการหางานทำ มีจำนวน 5 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 1 - 5

2) ปัจจัยด้านความสามารถและประสบการณ์ ประกอบด้วยข้อคำถามเกี่ยวกับเกรดเฉลี่ยสะสม ความสามารถทางภาษาอังกฤษและคอมพิวเตอร์ ประสบการณ์จากการทำกิจกรรมนอกหลักสูตร และประสบการณ์ในการทำงาน ที่ก่อให้เกิดความวิตกกังวลในการหางานทำ มีจำนวน 8 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 6 - 13

3) ปัจจัยด้านสังคม ประกอบด้วยข้อคำถามเกี่ยวกับบุคลิกภาพตนเอง การสนับสนุนงานและฐานะเศรษฐกิจของทางบ้าน และความสัมพันธ์กับเจ้านายและเพื่อนร่วมงาน ที่ก่อให้เกิดความวิตกกังวลในการหางานทำ มีจำนวน 6 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 14 - 19

4) ปัจจัยด้านตัวงาน ประกอบด้วยข้อคำถามเกี่ยวกับเรื่องของตัวงานที่ก่อให้เกิดความวิตกกังวลในการหางานทำ เกียรติของงาน รายได้ของงาน สวัสดิการ และโอกาสก้าวหน้าทางตำแหน่ง มีจำนวน 9 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 20 - 28

## 2.2 วิธีตอบแบบประเมิน เกณฑ์การให้คะแนน และการแปลผล

ข้อคำถามแต่ละข้อในแบบประเมินปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่าตามแบบของลิเคิร์ต (Likert type scale) มีมาตราประเมิน 6 ระดับ ตั้งแต่ 0 - 5 โดยให้ผู้ตอบพิจารณาว่าปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำแต่ละปัจจัยเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดความวิตกกังวลในการหางานทำตรงกับตัวเองมากน้อยเพียงใด

### เกณฑ์การให้คะแนน

ก่อให้เกิดความวิตกกังวลมากที่สุด	มีค่าเท่ากับ	5 คะแนน
ก่อให้เกิดความวิตกกังวลมาก	มีค่าเท่ากับ	4 คะแนน
ก่อให้เกิดความวิตกกังวลปานกลาง	มีค่าเท่ากับ	3 คะแนน
ก่อให้เกิดความวิตกกังวลเล็กน้อย	มีค่าเท่ากับ	2 คะแนน
ก่อให้เกิดความวิตกกังวลน้อยที่สุด	มีค่าเท่ากับ	1 คะแนน
ไม่ก่อให้เกิดความวิตกกังวล หรือ ไม่เคยเกิดขึ้น	มีค่าเท่ากับ	0 คะแนน

### การแปลผล

ผู้วิจัยพิจารณาจากค่าร้อยละของปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำเป็นรายชื่อที่มีระดับการให้คะแนนตั้งแต่ 0 - 5 และแปลผลตามระดับการให้คะแนนดังกล่าว นอกจากนี้ผู้วิจัยใช้การรวมคะแนนดิบในแต่ละข้อ และพิจารณาจากคะแนนเฉลี่ยของปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำเป็นรายชื่อของทั้ง 4 ด้าน คะแนนเฉลี่ยที่สูงบ่งถึงเป็นสาเหตุที่ทำให้วิตกกังวลในการหางานทำมาก แปลผลโดยการเรียงปัจจัยที่เป็นสาเหตุทำให้นิสิตวิตกกังวลมากที่สุดสามอันดับแรกในแต่ละด้าน



## 2.3 ขั้นตอนการสร้างและพัฒนาแบบประเมินปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำ

1. ผู้วิจัยได้สัมภาษณ์นิสิตนักศึกษาปริญญาตรีชั้นปีสุดท้ายของมหาวิทยาลัยรัฐบาล มหาวิทยาลัยเอกชน และมหาวิทยาลัยราชภัฏ รวม 6 มหาวิทยาลัย มหาวิทยาลัยละ 6 คน รวมทั้งสิ้น 36 คน ดังนี้

- มหาวิทยาลัยรัฐบาล ได้แก่ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และมหาวิทยาลัยรามคำแหง
- มหาวิทยาลัยเอกชน ได้แก่ มหาวิทยาลัยกรุงเทพ และมหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต
- มหาวิทยาลัยราชภัฏ ได้แก่ สถาบันราชภัฏจันทรเกษม และสถาบันราชภัฏสวนดุสิต

ทั้งนี้ผู้วิจัยได้บันทึกเสียงขณะสัมภาษณ์เชิงลึก และจะทำลายเทปเมื่อได้สร้างแบบประเมินปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำเสร็จเป็นที่เรียบร้อยแล้ว

2. นำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นิสิตนักศึกษาปริญญาตรีชั้นปีสุดท้ายทั้งหมด 36 คน ในการศึกษา นำร่องมาวิเคราะห์ประมวลผล (Content analysis) เข้ากับแนวคิด ทฤษฎี และวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง เพื่อสร้างข้อคำถามที่สอดคล้องและครอบคลุมปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย

3. นำแบบประเมินปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำที่สร้างขึ้นให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบและนำมาปรับปรุงแก้ไข

4. นำแบบประเมินปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำที่ผ่านการแก้ไขจากอาจารย์ที่ปรึกษาแล้วให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 5 ท่าน ได้แก่ รองศาสตราจารย์ ดร.วิพรรณ ประจวบเหมาะ รองศาสตราจารย์แพทย์หญิงศิริลักษณ์ ศุภปีติพร ผู้ช่วยศาสตราจารย์แพทย์หญิงวิวรรณนิวัตพันธุ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์นายแพทย์ชัยชนะ นิมมวอล และอาจารย์นายแพทย์พีรพันธ์ ลือบุญธวัชชัย ช่วยตรวจสอบและแก้ไข เพื่อหาความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity)

5. นำแบบประเมินปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานนำมาปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิที่ตรงกัน 3 ใน 5 แล้วนำไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบอีกครั้งหนึ่ง

6. นำแบบประเมินปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำ มีจำนวน 32 ข้อ ไปทดลองใช้ (Try out) กับนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีสุดท้ายของมหาวิทยาลัย 7 แห่ง ได้แก่ มหาวิทยาลัยรัฐบาล (ไม่รวมนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยซึ่งเป็นประชากรเป้าหมาย) มหาวิทยาลัยเอกชน และมหาวิทยาลัยราชภัฏ โดยวิธีการสุ่มแบบบังเอิญ (Accidental Sampling) จำนวนทั้งหมด 128 คน ดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 4 จำนวนนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้ายที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตอนทดลองใช้ (Try out)

มหาวิทยาลัย	จำนวน (คน)
1. มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์	30
2. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์	25
3. มหาวิทยาลัยกรุงเทพ	18
4. มหาวิทยาลัยหอการค้า	18
5. มหาวิทยาลัยสยาม	16
6. มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต	13
7. มหาวิทยาลัยรามคำแหง	8
<b>รวม</b>	<b>128</b>

7. หาความตรงเชิงโครงสร้าง (Construct validity) ของแบบประเมินปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำ โดยวิธีวิเคราะห์องค์ประกอบ (Factor Analysis) ได้ องค์ประกอบของปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำ 4 ด้าน คือ ด้านตนเอง ด้านความสามารถและประสบการณ์ ด้านสังคม และด้านตัวงาน จำนวน 28 ข้อ ซึ่งจากการวิเคราะห์องค์ประกอบนี้ได้ค่าน้ำหนักองค์ประกอบ (Factor loading) ของแบบประเมินปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำ จากเดิมจำนวน 32 ข้อ (ดังตารางที่ ๑.1 ในภาคผนวก) โดยข้อที่ตัดออกมีจำนวนทั้งหมด 4 ข้อ ได้แก่

ข้อที่ 5 เนื่องจากเป็นข้อคำถามที่คนส่วนมากตอบว่าไม่ก่อให้เกิดความวิตกกังวล หรือไม่เคยเกิดขึ้น จำนวนมากกว่า 50 %

ข้อที่ 20 เนื่องจากเป็นข้อคำถามที่ตกอยู่ใน 2 องค์ประกอบ คือ องค์ประกอบที่ 2 กับ องค์ประกอบที่ 4

ข้อที่ 24 เนื่องจากเป็นข้อคำถามที่ไม่ตกอยู่ในองค์ประกอบใดเลย

ข้อที่ 27 เนื่องจากเป็นข้อคำถามที่ตกอยู่ใน 2 องค์ประกอบ คือ องค์ประกอบที่ 1 กับ องค์ประกอบที่ 4

8. หาความเที่ยง (Reliability) ของแบบประเมินปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำจากการทำ Try out โดยใช้สัมประสิทธิ์ครอนบาคแอลฟา (Cronbach's alpha) พบว่ามีค่าความเที่ยงแยกตามด้าน ดังตารางข้างล่าง (รายละเอียดของแต่ละข้อคำถามอยู่ในภาคผนวก ตารางที่ ๑.4)



ตารางที่ 5 แสดงค่าความเที่ยงแบบสัมประสิทธิ์ครอนบาคัลฟาแยกตามด้านของแบบประเมิน  
ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำ (N=128)

แบบประเมินปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับ ความวิตกกังวลในการหางานทำ	จำนวนข้อ	ค่าความเที่ยง
1. ปัจจัยด้านตนเอง	5	0.792
2. ปัจจัยด้านความสามารถและ ประสบการณ์	8	0.812
3. ปัจจัยด้านสังคม	6	0.792
4. ปัจจัยด้านตัวงาน	9	0.865
<b>รวม</b>	<b>28</b>	<b>0.922</b>

### 3. แบบประเมินความวิตกกังวลในการหางานทำ

แบบประเมินความวิตกกังวลในการหางานทำ ซึ่งผู้วิจัยได้พัฒนามาจากแบบวัดความ  
วิตกกังวลในการสอบของ รังรอง งามศิริ<sup>(6)</sup> ที่ใช้ประเมินการตอบสนองของบุคคลเมื่อตกอยู่ใน  
ภาวะคุกคามจากการสอบ และตอบสนองต่อสถานการณ์การสอบออกมา 4 ลักษณะคือ การ  
ตอบสนองทางความคิด จิตใจ สรีระ และพฤติกรรม ประกอบด้วยข้อคำถาม 52 ข้อ

#### 3.1 ลักษณะของแบบประเมินความวิตกกังวลในการหางานทำ

แบบประเมินความวิตกกังวลในการหางานทำ ซึ่งผู้วิจัยได้พัฒนามาจากแบบวัดความ  
วิตกกังวลในการสอบของ รังรอง งามศิริ<sup>(6)</sup> เพื่อประเมินระดับความวิตกกังวลในการหางานทำ  
ของนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย ประกอบด้วยข้อคำถาม 25 ข้อ (ภาคผนวก.)  
ที่แสดงถึงอารมณ์ความรู้สึกและอาการต่างๆ ของความวิตกกังวลในการหางานทำที่เกิดขึ้นกับ  
บุคคล เนื่องมาจากการตอบสนองต่อสิ่งเร้าที่มาจากทั้งภายในและภายนอกของร่างกาย เป็นผล  
ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงใน 3 ด้าน ดังต่อไปนี้

- 1) การตอบสนองทางด้านอารมณ์ความรู้สึก หมายถึง การเปลี่ยนแปลงที่แสดง  
ออกมาทางสภาวะอารมณ์และความรู้สึก มีจำนวน 7 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 1 - 7
- 2) การตอบสนองทางด้านอาการทางความคิด หมายถึง การเปลี่ยนแปลงที่  
แสดงออกมาทางความจำ สมาธิ และสติสัมปชัญญะ มีจำนวน 5 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 8 - 12

3) การตอบสนองทางด้านอาการทางกาย หมายถึง การเปลี่ยนแปลงที่แสดงออกมาทางระบบประสาทอัตโนมัติ ระบบทางเดินหายใจ ระบบทางเดินอาหาร ระบบกล้ามเนื้อ และระบบขับถ่าย มีจำนวน 13 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 13–25

### 3.2 วิธีการตอบแบบประเมิน เกณฑ์การให้คะแนน และการแปลผล

ข้อคำถามแต่ละข้อในแบบประเมินความวิตกกังวลในการหางานทำมีลักษณะเป็นมาตรฐานประมาณค่าตามแบบของลิเคิร์ต (Likert type scale) มีมาตรประเมิน 5 ระดับ คือ ไม่เคย นานๆครั้ง ปานกลาง บ่อย บ่อยมาก

#### เกณฑ์การให้คะแนน

บ่อยมาก	มีค่าเท่ากับ 5 คะแนน	หมายถึง มีความรู้สึกหรืออาการต่อไปนี้เกิดขึ้นทุกวัน
บ่อย	มีค่าเท่ากับ 4 คะแนน	หมายถึง มีความรู้สึกหรืออาการต่อไปนี้เกิดขึ้น 5-6 ครั้งภายใน 1 สัปดาห์
ปานกลาง	มีค่าเท่ากับ 3 คะแนน	หมายถึง มีความรู้สึกหรืออาการต่อไปนี้เกิดขึ้น 3-4 ครั้งภายใน 1 สัปดาห์
นานๆครั้ง	มีค่าเท่ากับ 2 คะแนน	หมายถึง มีความรู้สึกหรืออาการต่อไปนี้เกิดขึ้น 1-2 ครั้งภายใน 1 สัปดาห์
ไม่เคย	มีค่าเท่ากับ 1 คะแนน	หมายถึง ไม่มีความรู้สึกหรืออาการต่อไปนี้เกิดขึ้นเลย

#### การแปลผล

ผู้วิจัยรวมคะแนนของทุกด้านและหาค่า Mean ของคะแนนแบบประเมินความวิตกกังวลในการหางานทำที่ได้จากนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 393 คน (มีตัวอย่างจำนวน 6 คนได้คะแนนความวิตกกังวลในการหางานทำ  $\geq 100$  ขึ้นไป ซึ่งเป็นค่าตกขอบ (Outlier) และมีตัวอย่างจำนวน 1 คน ที่มีข้อมูลไม่ครบ (Missing) เนื่องจากตอบแบบประเมินความวิตกกังวลในการหางานทำไม่สมบูรณ์ รวมตัดตัวอย่างออกไปทั้งหมด 7 คน) ได้ค่า Mean เท่ากับ 58.9 คะแนน และ SD เท่ากับ 12.96 มาคำนวณด้วยสูตร  $\text{Mean} \pm 1 \text{ SD}$  ดังนี้

$$\begin{aligned} \text{แทนค่าในสูตร} &= \text{Mean} \pm 1 \text{ SD} \\ &= 59 \pm 13 \end{aligned}$$

ได้การประเมินระดับความวิตกกังวลในการหางานทำดังนี้



- ความวิตกกังวลในการหางานทำระดับต่ำ หมายถึง ผู้ที่มีคะแนนความวิตกกังวลในการหางานทำต่ำกว่า 46 คะแนนลงมา
- ความวิตกกังวลในการหางานทำระดับปานกลาง หมายถึง ผู้ที่มีคะแนนความวิตกกังวลในการหางานทำอยู่ระหว่าง 46 - 72 คะแนน
- ความวิตกกังวลในการหางานทำระดับสูง หมายถึง ผู้ที่มีคะแนนความวิตกกังวลในการหางานทำสูงตั้งแต่ 73 คะแนนขึ้นไป

### 3.3 ขั้นตอนการสร้างและพัฒนาแบบประเมินความวิตกกังวลในการหางานทำ

1. ศึกษาทฤษฎี วรรณกรรม งานวิจัยที่เกี่ยวข้องและแบบวัดความวิตกกังวลในการสอบของ รั้งรอง งามศิริ<sup>(6)</sup> เพื่อนำมาจัดทำข้อคำถามของแบบประเมินความวิตกกังวลในการหางานทำ
2. นำแบบประเมินความวิตกกังวลในการหางานทำที่สร้างขึ้นให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบและนำมาปรับปรุงแก้ไข
3. นำแบบประเมินความวิตกกังวลในการหางานทำ จำนวน 39 ข้อ ไปทดลองใช้ (Try out) กับนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีสุดท้ายของมหาวิทยาลัย 7 แห่ง ดังกล่าวแล้วข้างต้น
4. หาคความตรงตามโครงสร้าง (Construct – Related Validition) ของแบบประเมินความวิตกกังวลในการหางานทำ จำนวน 39 ข้อ โดยวิธีวิเคราะห์องค์ประกอบ (Factor Analysis) ได้องค์ประกอบของความวิตกกังวลในการหางานทำ 3 ด้าน คือ ด้านอารมณ์ความรู้สึก ด้านอาการทางความคิด และด้านอาการทางกาย รวมจำนวน 25 ข้อ ซึ่งจากการวิเคราะห์องค์ประกอบนี้ได้ค่าน้ำหนักองค์ประกอบ (Factor Loading) ของแบบประเมินความวิตกกังวลในการหางานทำ (ดังตารางที่ จ.2 .ในภาคผนวก) โดยข้อที่ตัดออกมีจำนวนทั้งหมด 14 ข้อ ได้แก่

ข้อที่ 1 ข้อที่ 34 ข้อที่ 35 และข้อที่ 36 เนื่องจากเป็นข้อคำถามที่ไม่เกี่ยวข้องกับอาการของความวิตกกังวลในการหางานทำ

ข้อที่ 7 เนื่องจากเป็นข้อคำถามที่ตกอยู่ใน 2 องค์ประกอบ คือ องค์ประกอบที่ 1 กับ องค์ประกอบที่ 2

ข้อที่ 19 และข้อที่ 21 เนื่องจากเป็นข้อคำถามที่ตกอยู่ใน 2 องค์ประกอบ คือ องค์ประกอบที่ 2 กับองค์ประกอบที่ 3

ข้อที่ 22 และข้อที่ 29 ข้อที่ 30 และข้อที่ 37 เนื่องจากเป็นข้อคำถามที่คนส่วนมากตอบว่าไม่เคยมีความรู้สึก หรืออาการ เกิดขึ้นเลย จำนวนมากกว่า 50 %

ข้อที่ 32 เนื่องจากเป็นข้อคำถามที่ให้ค่า item – total correlation แตกต่างจากข้ออื่นๆ เด่นชัด

ข้อที่ 38 และข้อที่ 39 เนื่องจากเป็นข้อคำถามที่ไม่ตกอยู่ในองค์ประกอบใดเลย

5. หาความเที่ยง (Reliability) ของแบบประเมินความวิตกกังวลในการหางานทำจากการทำ Try out โดยใช้สัมประสิทธิ์ครอนบาคแอลฟา (Cronbach's alpha) พบว่ามีค่าความเที่ยงแยกตามด้าน ดังตารางข้างล่าง (รายละเอียดของแต่ละข้อคำถามอยู่ในภาคผนวก ตารางที่ ๖.6)

ตารางที่ 6 แสดงค่าความเที่ยงแบบสัมประสิทธิ์ครอนบาคแอลฟาแยกตามด้านของแบบประเมินความวิตกกังวลในการหางานทำ (N=128)

แบบประเมินความวิตกกังวลในการหางานทำ	จำนวนข้อ	ค่าความเที่ยง
1. ด้านอารมณ์ความรู้สึก	7	0.824
2. ด้านอาการทางความคิด	5	0.829
3. ด้านอาการทางกาย	13	0.869
รวม	25	0.900

#### การเก็บรวบรวมข้อมูล (Data Collection)

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยเป็นผู้เก็บข้อมูลด้วยตนเอง โดยมีการดำเนินการดังนี้

1. ผู้วิจัยขอหนังสือแนะนำตัวจากภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เพื่อเสนอคุณสมบัติของคณะต่างๆ ในเรื่องขออนุมัติในการเข้าเก็บรวบรวมข้อมูล และขอความร่วมมือจากอาจารย์ประจำคณะต่างๆ ที่ผู้วิจัยจะไปเก็บข้อมูล พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย

2. ผู้วิจัยเก็บข้อมูลในช่วงต้นเดือนธันวาคม 2549 ถึงต้นเดือนมกราคม 2550 โดยเข้าพบนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ของแต่ละคณะ (ไม่รวมคณะแพทยศาสตร์ และคณะทันตแพทยศาสตร์) แนะนำตนเอง ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ขอความร่วมมือ พร้อมทั้งชี้แจงให้นิสิตทราบว่า การตอบแบบสอบถามครั้งนี้จะไม่ส่งผลกระทบต่อตัวนิสิต ข้อมูลที่ได้ของแต่ละคนจะเป็นความลับ และการนำเสนอผลการศึกษาก็จะเสนอเป็นภาพรวม

3. ผู้วิจัยแจกแบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบบประเมินปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำ และแบบประเมินความวิตกกังวลในการหางานทำ ให้กับนิสิตปริญญาตรีชั้นปี



สุดท้ายของแต่ละคณะ (ไม่รวมคณะแพทยศาสตร์และคณะทันตแพทยศาสตร์) จำนวน 400 คน  
ที่สำเร็จการศึกษาแล้วจะหางานทำ ไม่ได้ศึกษาต่อหรือทำงานที่มีอยู่แล้ว

4. ผู้วิจัยตรวจสอบความสมบูรณ์ของคำตอบจากแบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบบประเมิน  
ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำ และแบบประเมินความวิตกกังวลในการหา  
งานทำที่ได้รับคืน และนำไปวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติต่อไป

#### การวิเคราะห์ข้อมูล (Data Analysis)

วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS For Windows โดยใช้สถิติดังต่อไปนี้

1. ใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive statistic) ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าความ  
เบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่ามัธยฐาน และ Inter-quartile range เพื่ออธิบายลักษณะทั่วไปของกลุ่ม  
ตัวอย่าง ตัวแปรความวิตกกังวลในการหางานทำ และปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการ  
หางานทำ ตามความเหมาะสมของข้อมูล

2. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทีละคู่ โดยใช้ Independent - Samples T  
Test สำหรับตัวแปรที่มีค่าโดย 2 ค่า , One-way ANOVA สำหรับตัวแปรที่มีค่าโดย 3 ค่าขึ้นไป  
และใช้ Pearson Correlation สำหรับตัวแปร Continuous ซึ่งได้แก่ ความวิตกกังวลในการหางาน  
ทำและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำ

3. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรพร้อมกันหลายตัวที่อาจเป็นปัจจัยต่อความ  
วิตกกังวลในการหางานทำ โดยใช้การวิเคราะห์ถดถอย Multiple Linear Regression Analysis  
โดยเลือกตัวแปรเข้าวิเคราะห์จากผลการวิเคราะห์เบื้องต้นของตัวแปรทีละคู่ (Univariate  
analysis) ร่วมกับแนวคิดทางทฤษฎีที่ได้จากการทบทวนวรรณกรรม

## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล ประกอบด้วย 4 ตอน ตามลำดับดังต่อไปนี้

**ตอนที่ 1** การวิเคราะห์ลักษณะทั่วไปของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

**ตอนที่ 2** วิเคราะห์ค่าคะแนนความวิตกกังวลในการหางานทำและสาเหตุความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

**ตอนที่ 3** การหาความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลในการหางานทำกับปัจจัยที่เป็นสาเหตุความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำแนกรายด้าน

**ตอนที่ 4** การวิเคราะห์ปัจจัยที่สัมพันธ์กับความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



### สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

N	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
Mean	แทน	ค่าเฉลี่ย
Median	แทน	ค่ามัธยฐาน
Min	แทน	ค่าต่ำสุด
Max	แทน	ค่าสูงสุด
SD	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
t	แทน	ค่าการทดสอบโดยใช้สถิติ Independent – Samples T Test
F	แทน	ค่าการทดสอบโดยใช้สถิติ One – Way ANOVA
df	แทน	องศาอิสระ
p – value	แทน	ค่าความน่าจะเป็นของสถิติที่ใช้ทดสอบ
constant	แทน	ค่าคงที่ของสมการทำนาย
R	แทน	สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ
R <sup>2</sup>	แทน	สัมประสิทธิ์การตัดสินใจ
B	แทน	สัมประสิทธิ์การถดถอยของตัวทำนายซึ่งทำนายในรูปคะแนนดิบ
$\beta$	แทน	สัมประสิทธิ์การถดถอยของตัวทำนายซึ่งทำนายในรูปคะแนนมาตรฐาน
S.E. B	แทน	ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของสัมประสิทธิ์การถดถอยของตัวทำนาย
S.E. est	แทน	ค่าที่วัดการกระจายของค่าคลาดเคลื่อนรอบๆ เส้นตรง

ตอนที่ 1 การวิเคราะห์ลักษณะทั่วไปของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 7 จำนวนและร้อยละของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ลักษณะทั่วไปของนิสิต	จำนวน (คน)	ร้อยละ
<b>เพศ (N = 400)</b>		
ชาย	127	31.8
หญิง	273	68.3
<b>อายุ (N = 400)</b>		
20 ปี	5	1.3
21 ปี	143	35.8
22 ปี	186	46.5
23 ปี	52	13.0
24 ปี	12	3.0
25 ปี	2	0.5
Mean = 21.8 , S.D. = 0.82		
<b>ระดับชั้นปี (N = 400)</b>		
ชั้นปีที่ 4	367	91.8
ชั้นปีที่ 5	24	6.0
ชั้นปีที่ 6	9	2.3
<b>คณะ (N = 400)</b>		
<b>กลุ่มคณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี (N = 200)</b>		
คณะวิศวกรรมศาสตร์	57	14.3
คณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี	47	11.8
คณะวิทยาศาสตร์	41	10.3
คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์	13	3.3
คณะเศรษฐศาสตร์	12	3.0
คณะเภสัชศาสตร์	11	2.8
คณะสหเวชศาสตร์	10	2.5
คณะสัตวแพทยศาสตร์	9	2.3



ตารางที่ 7 จำนวนและร้อยละจำแนกตามข้อมูลทั่วไปของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (ต่อ)

ลักษณะทั่วไปของนิสิต	จำนวน (คน)	ร้อยละ
<b>กลุ่มคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ (N = 200)</b>		
คณะครุศาสตร์	45	11.3
คณะอักษรศาสตร์	45	11.3
คณะนิติศาสตร์	35	8.8
คณะรัฐศาสตร์	35	8.8
คณะนิเทศศาสตร์	20	5.0
คณะศิลปกรรมศาสตร์	13	3.3
คณะจิตวิทยา	7	1.8
<b>เกรดเฉลี่ยสะสม (GPAX) (N = 400)</b>		
ต่ำกว่า 2.00	0	0.0
2.00 - 2.49	14	3.5
2.50 - 2.99	102	25.5
3.00 - 3.49	201	50.3
3.50 - 4.00	83	20.8
<b>ภูมิลำเนา (N = 400)</b>		
กรุงเทพมหานคร	265	66.3
ปริมณฑล	32	8.0
ต่างจังหวัด	103	25.8
<b>การเรียนที่มหาวิทยาลัยอื่นร่วมด้วย (N = 400)</b>		
ไม่ได้เรียน	381	95.3
เรียน	19	4.8
<b>โรคประจำตัว (N = 400)</b>		
ไม่มี	344	86.0
มี	56	14.0

ตารางที่ 7 จำนวนและร้อยละจำแนกตามข้อมูลทั่วไปของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (ต่อ)

ลักษณะทั่วไปของนิสิต	จำนวน (คน)	ร้อยละ
<b>สถานภาพสมรสของบิดามารดา (N = 400)</b>		
อยู่ด้วยกัน	346	86.5
แยกกันอยู่	11	2.8
หย่าร้าง	21	5.3
บิดาหรือมารดาเสียชีวิต	22	5.5
<b>การศึกษาของบิดา (N = 400)</b>		
ไม่ได้เรียน	1	0.3
ประถมศึกษา	50	12.5
มัธยมศึกษา	67	16.8
อาชีวศึกษา หรือ อนุปริญญา	58	14.5
ปริญญาตรี	151	37.8
ปริญญาโท หรือเทียบเท่า	63	15.8
ปริญญาเอก หรือเทียบเท่า	10	2.5
<b>การศึกษาของมารดา (N = 400)</b>		
ไม่ได้เรียน	1	0.3
ประถมศึกษา	64	16.0
มัธยมศึกษา	57	14.3
อาชีวศึกษา หรือ อนุปริญญา	63	15.8
ปริญญาตรี	181	45.3
ปริญญาโท หรือเทียบเท่า	28	7.0
ปริญญาเอก หรือเทียบเท่า	6	1.5

ตารางที่ 7 จำนวนและร้อยละจำแนกตามข้อมูลทั่วไปของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (ต่อ)

ลักษณะทั่วไปของนิสิต	จำนวน (คน)	ร้อยละ
<b>อาชีพของบิดา (N = 400)</b>		
รับราชการ	93	23.3
พนักงานรัฐวิสาหกิจ	25	6.3
เกษตรกร	10	2.5
ลูกจ้างเอกชน	50	12.5
ธุรกิจส่วนตัว	170	42.5
รับจ้าง	12	3.0
ไม่ได้ทำงาน	19	4.8
อื่นๆ (เสียชีวิต)	21	5.3
<b>อาชีพของมารดา (N = 400)</b>		
รับราชการ	94	23.5
พนักงานรัฐวิสาหกิจ	21	5.3
เกษตรกร	9	2.3
ลูกจ้างเอกชน	38	9.5
ธุรกิจส่วนตัว	125	31.3
รับจ้าง	15	3.8
ไม่ได้ทำงาน	93	23.3
อื่นๆ (เสียชีวิต)	5	1.3
<b>รายได้เฉลี่ยของครอบครัวต่อเดือน (บิดาและมารดา) (N = 400)</b>		
น้อยกว่า 20,000 บาท	28	7.0
20,001 - 40,000 บาท	92	23.0
40,001 - 60,000 บาท	100	25.0
60,001 - 80,000 บาท	58	14.5
80,001 - 100,000 บาท	58	14.5
100,000 บาทขึ้นไป	64	16.0



ตารางที่ 7 จำนวนและร้อยละจำแนกตามข้อมูลทั่วไปของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (ต่อ)

ลักษณะทั่วไปของนิสิต	จำนวน (คน)	ร้อยละ
<b>ความคาดหวังของบิดา (N =379 )</b>		
ไม่คาดหวังเลย	6	1.5
ไม่ค่อยคาดหวัง	34	8.5
คาดหวังปานกลาง	114	28.5
ค่อนข้างคาดหวัง	172	43.0
คาดหวังอย่างมาก	53	13.3
บิดาเสียชีวิต	21	5.3
<b>ความคาดหวังของมารดา (N =395)</b>		
ไม่คาดหวังเลย	4	1.0
ไม่ค่อยคาดหวัง	24	6.0
คาดหวังปานกลาง	106	26.5
ค่อนข้างคาดหวัง	184	46.0
คาดหวังอย่างมาก	77	19.3
มารดาเสียชีวิต	5	1.3

นิสิตส่วนใหญ่ 2 ใน 3 เป็นเพศหญิง ส่วนมากจะมีอายุระหว่าง 21 – 23 ปี และกำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นปีที่ 4 โดยครึ่งหนึ่งของทั้งหมดได้เกรดเฉลี่ยสะสมอยู่ในช่วง 3.00 - 3.49 นิสิตส่วนใหญ่มีภูมิลำเนาอยู่ที่กรุงเทพมหานคร ไม่มีใครประจำตัว และไม่ได้เรียนที่มหาวิทยาลัยอื่นร่วมด้วย บิดามารดาของนิสิตส่วนใหญ่ 1 ใน 4 มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนอยู่ระหว่าง 40,001 - 60,000 บาท และเกือบครึ่งหนึ่งของทั้งหมดบิดาและมารดาค่อนข้างคาดหวังกับการหางานทำของนิสิต

ตารางที่ 8 จำนวนและร้อยละจำแนกตามความสามารถและความสนใจในอาชีพของนิสิต  
ปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ความสามารถและความสนใจในอาชีพของนิสิต	จำนวน (คน)	ร้อยละ
<b>ระดับความสามารถทางด้านภาษาอังกฤษ (N =400)</b>		
ระดับไม่ดีเลย	2	0.5
ระดับไม่ค่อยดี	46	11.5
ระดับปานกลาง	181	45.3
ระดับค่อนข้างดี	137	34.3
ระดับดีมาก	34	8.5
<b>ระดับความสามารถทางด้านคอมพิวเตอร์ (N =400)</b>		
ระดับไม่ดีเลย	0	0.0
ระดับไม่ค่อยดี	28	7.0
ระดับปานกลาง	203	50.8
ระดับค่อนข้างดี	142	35.5
ระดับดีมาก	27	6.8
<b>ระดับความสามารถทางด้านวิชาหลัก (วิชาเอก) (N = 400)</b>		
ระดับไม่ดีเลย	0	0.0
ระดับไม่ค่อยดี	9	2.3
ระดับปานกลาง	172	43.0
ระดับค่อนข้างดี	193	48.3
ระดับดีมาก	26	6.5
<b>ระดับความสามารถทางด้านวิชาการอง (N = 400)</b>		
ระดับไม่ดีเลย	0	0.0
ระดับไม่ค่อยดี	8	2.0
ระดับปานกลาง	195	48.8
ระดับค่อนข้างดี	178	44.5
ระดับดีมาก	19	4.8

ตารางที่ 8 จำนวนและร้อยละจำแนกตามความสามารถและความสนใจในอาชีพของนิสิต  
ปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (ต่อ)

ความสามารถและความสนใจในอาชีพของนิสิต	จำนวน (คน)	ร้อยละ
<b>ความสอดคล้องของความสนใจในอาชีพ</b>		
<b>กับวิชาหลัก (วิชาเอก) ที่ได้เรียนมา (N = 400)</b>		
ไม่ตรงเลย	23	5.8
ไม่ค่อยตรง	68	17.0
ตรงปานกลาง	116	29.0
ค่อนข้างตรง	153	38.3
ตรงอย่างมาก	40	10.0
<b>ความสามารถพิเศษ (N = 400)</b>		
ไม่มี	196	49.0
มี	204	51.0
<b>ความเกี่ยวข้องของความสนใจในอาชีพ</b>		
<b>กับความสามารถพิเศษ (N = 204)</b>		
ไม่เกี่ยวข้องเลย	57	14.3
ไม่ค่อยเกี่ยวข้อง	49	12.3
เกี่ยวข้องปานกลาง	35	8.8
ค่อนข้างเกี่ยวข้อง	43	10.8
เกี่ยวข้องอย่างมาก	20	5.0

นิสิตส่วนใหญ่มีระดับความสามารถทางด้านภาษาอังกฤษ ระดับความสามารถทางด้านคอมพิวเตอร์ และระดับความสามารถทางด้านวิชาการ อยู่ในระดับปานกลาง ส่วนระดับความสามารถทางด้านวิชาหลัก (วิชาเอก) อยู่ในระดับค่อนข้างดี และความสอดคล้องของความสนใจในอาชีพกับวิชาหลัก (วิชาเอก) ที่ได้เรียนมานั้นค่อนข้างตรง ครึ่งหนึ่งของนิสิตทั้งหมดมีความสามารถพิเศษ โดยความสามารถพิเศษที่มีนั้นไม่เกี่ยวข้องกับอาชีพที่สนใจเลย

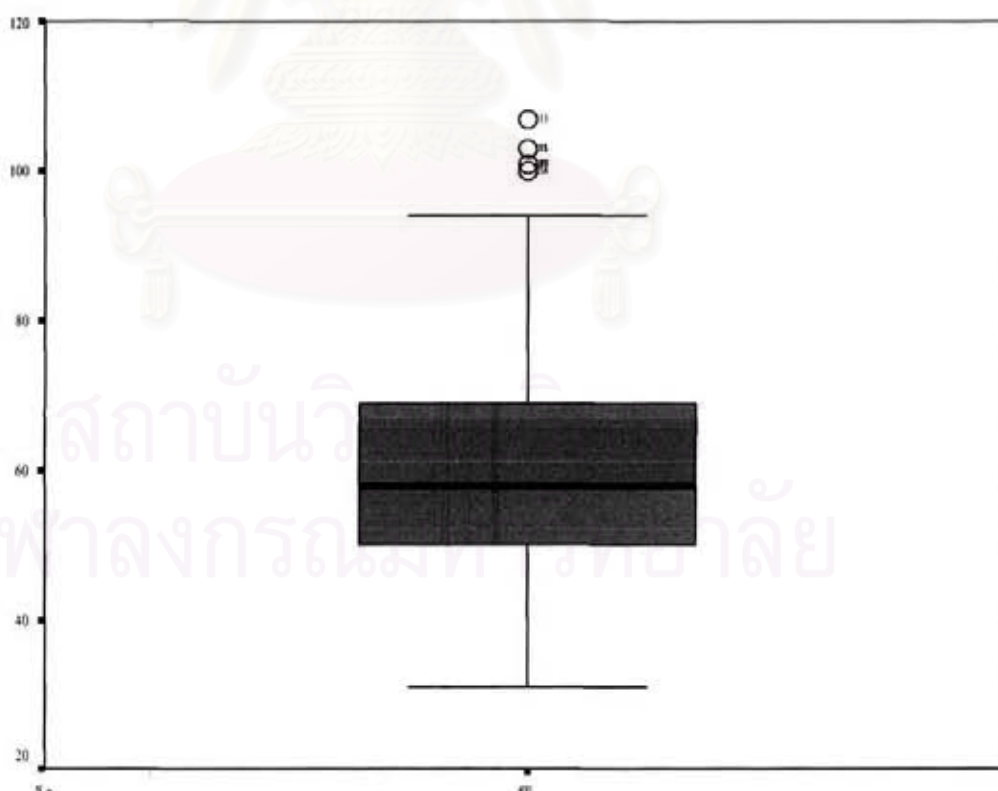


**ตอนที่ 2 วิเคราะห์ค่าคะแนนความวิตกกังวลในการทำงานทำและสาเหตุความวิตกกังวล  
ในการการทำงานทำของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย**

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยนี้มีทั้งสิ้น 400 คน แต่การวิเคราะห์ผลในตอนที่ 2 ถึงตอนที่ 4 จะใช้กลุ่มตัวอย่างเพียงจำนวน 393 คน เนื่องจากการตรวจสอบการแจกแจงของข้อมูลด้วย Box plot (ดังภาพที่ 4) พบว่ามีตัวอย่างจำนวน 6 คน ที่ได้คะแนนความวิตกกังวลในการการทำงานทำ  $\geq 100$  ขึ้นไป ซึ่งเป็นค่าตกขอบ (Outlier) จึงตัดค่าเหล่านี้ เพื่อลดอคติในการวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป นอกจากนี้มีตัวอย่างจำนวน 1 คน ที่มีข้อมูลไม่ครบ (Missing) เนื่องจากตอบแบบประเมินความวิตกกังวลในการการทำงานทำไม่สมบูรณ์ จึงตัดออกไปเช่นกัน รวมตัดตัวอย่างออกทั้งหมด 7 คน

**ภาพที่ 4** ภาพ Box plot คะแนนความวิตกกังวลในการการทำงานทำของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (N = 400)

**ระดับความวิตกกังวลในการการทำงานทำ**



แบบประเมินความวิตกกังวลในการหางานทำ จำนวน 25 ข้อ มีค่าความเที่ยงแบบสัมประสิทธิ์ครอนบาคแอลฟา (Cronbach' s alpha) สำหรับกลุ่มตัวอย่างนี้ เท่ากับ 0.897 และมีค่าความเที่ยงแยกตามด้าน ดังตารางข้างล่าง

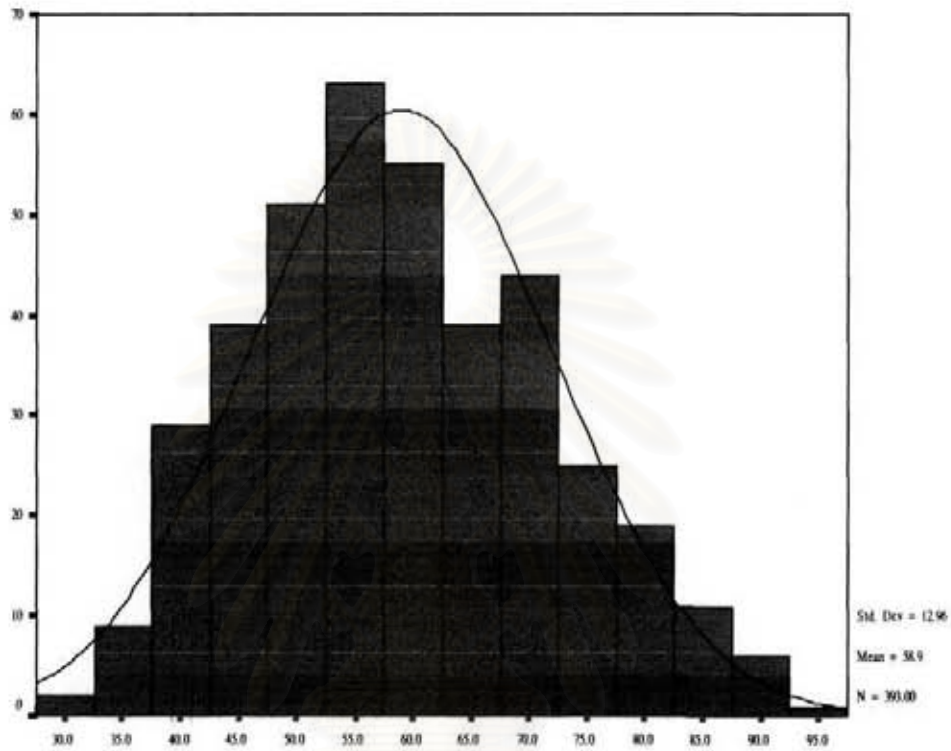
**ตารางที่ 9** คะแนนของความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (N = 393)

ตัวแปร	จำนวนข้อ	ค่าความเที่ยง	Mean	SD
ความวิตกกังวลในการหางานทำ (Median = 58 , IQR = 19 , Min = 31 , Max = 94)	25	0.897	58.9	12.96
ด้านอารมณ์ความรู้สึก	7	0.824	17.7	4.71
ด้านอาการทางความคิด	5	0.859	13.1	3.86
ด้านอาการทางกาย	13	0.857	28.1	7.60

ค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เท่ากับ 58.9 และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เท่ากับ 12.96 เมื่อใช้เกณฑ์ Mean  $\pm$  1 SD กำหนดระดับคะแนนความวิตกกังวลในการหางานทำ พบว่าส่วนใหญ่มีความวิตกกังวลในการหางานทำปานกลาง นอกจากนี้มีความวิตกกังวลในการหางานทำต่ำ 16.3 % และมีความวิตกกังวลในการหางานทำสูง 15.5 % ของกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งมีค่าคะแนนต่ำกว่า 46 คะแนน หรือสูงกว่า 72 คะแนน ตามลำดับ โดยมีการกระจายของข้อมูลที่เข้าใกล้การกระจายปกติ ดังภาพที่ 5

ภาพที่ 5 ภาพฮิสโทแกรมคะแนนความวิตกกังวลในการงานทำของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (N = 393)

จำนวนนิสิต (คน)



ระดับความวิตกกังวลในการงานทำ

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



แบบประเมินปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการทำงานทำ จำนวน 28 ข้อ มีค่าความเที่ยงแบบสัมประสิทธิ์ครอนบาคแอลฟา (Cronbach' s alpha) สำหรับกลุ่มตัวอย่างนี้เท่ากับ 0.906 และมีค่าความเที่ยงแยกตามด้านดังตารางข้างล่าง

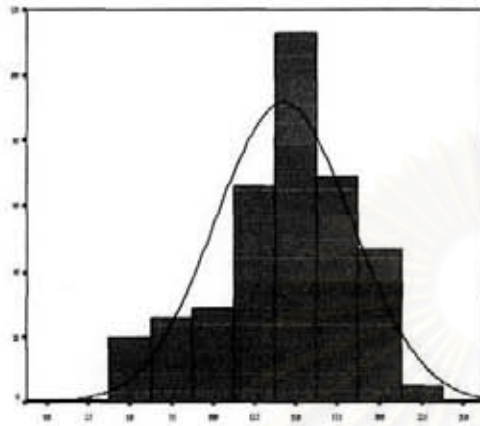
ตารางที่ 10 ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการทำงานทำจำแนกเป็นรายด้าน (N=393)

ตัวแปร	จำนวนข้อ	ค่าความเที่ยง	Mean	SD
ด้านตนเอง (Median = 15 , IQR = 5 , Min = 0 , Max = 24 )	5	0.721	14.2	4.11
ด้านความสามารถและประสบการณ์ (Median = 20 , IQR = 9 , Min = 0 , Max = 40)	8	0.810	19.1	6.65
ด้านสังคม (Median = 12 , IQR = 8 , Min = 0 , Max = 25)	6	0.767	11.7	5.35
ด้านตัวงาน (Median = 21 , IQR =11.25 , Min = 0 , Max = 39)	9	0.869	20.8	7.99

ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการทำงานทำทั้ง 4 ด้านมีการกระจายของข้อมูลที่เข้าใกล้การกระจายปกติ ดังภาพที่ 6

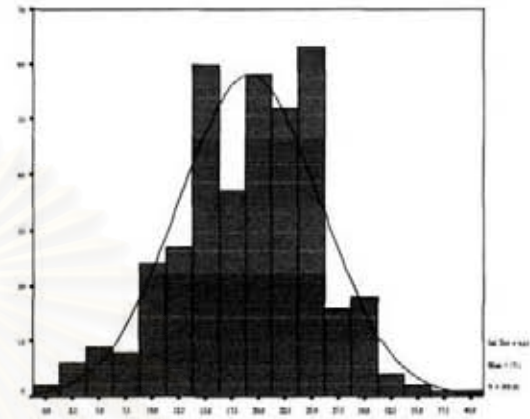
ภาพที่ 6 ภาพฮิสโทแกรมคะแนนปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำแนกรายด้าน (N = 393)

จำนวนนิสิต (คน)



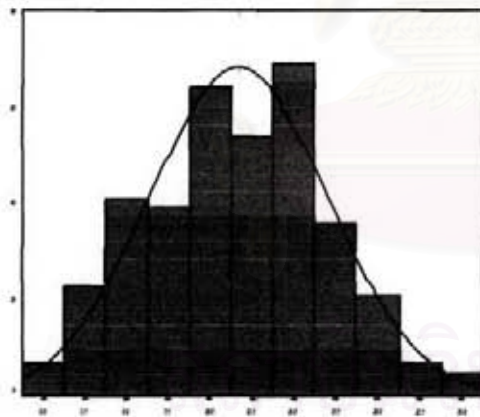
ระดับความวิตกกังวลในการหางานทำ  
ด้านตนเอง

จำนวนนิสิต (คน)



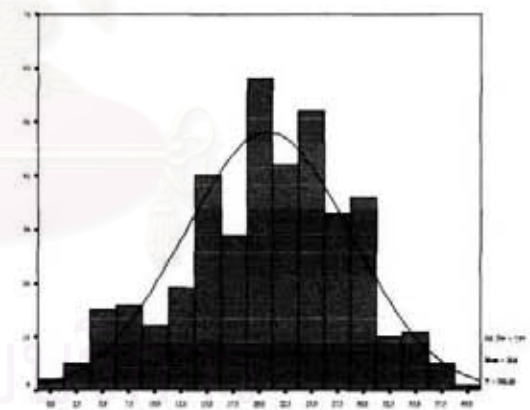
ระดับความวิตกกังวลในการหางานทำ  
ด้านความสามารถและประสบการณ์

จำนวนนิสิต (คน)



ระดับความวิตกกังวลในการหางานทำ  
ด้านสังคม

จำนวนนิสิต (คน)



ระดับความวิตกกังวลในการหางานทำ  
ด้านตัวเอง

ตารางที่ 11 แสดงค่าร้อยละของปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำเป็นรายข้อ

ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำ	ร้อยละ					
	วิตกกังวลมากที่สุด	วิตกกังวลมาก	วิตกกังวลปานกลาง	วิตกกังวลเล็กน้อย	วิตกกังวลน้อยที่สุด	ไม่วิตกกังวลหรือไม่เคยเกิดขึ้น
1. ไม่รู้ว่าตนเองอยากจะทำงานอะไร	10.2	20.9	34.6	20.4	9.2	4.8
2. ตนเองไม่ทราบข้อมูลเกี่ยวกับแหล่งงาน	1.5	19.1	36.9	27.7	10.2	4.6
3. กลัวว่าความสามารถของตนเองจะไม่เพียงพอกับงานที่อยากทำ	9.2	30.6	30.4	19.6	7.4	2.3
4. กลัวว่าตนเองจะได้งานที่ไม่ถูกใจ	11.2	33.1	28.0	18.6	5.6	2.8
5. สาขา / วิชาเอกที่ตนเองเรียน กลัวจะไม่สอดคล้องกับงานที่ต้องการ	3.1	15.0	30.8	24.9	16.5	9.7
6. เกรดเฉลี่ยสะสมไม่สูงพอสำหรับการได้งานทำ	4.8	8.7	23.7	28.5	18.1	16.3
7. ระดับความสามารถทางภาษาอังกฤษอาจเป็นอุปสรรคต่อการได้งานทำ	10.7	22.4	27.5	21.4	11.5	6.6
8. ระดับความสามารถทางคอมพิวเตอร์อาจเป็นอุปสรรคต่อการได้งานทำ	2.0	13.2	25.4	30.3	20.9	8.1
9. ประสบการณ์จากการทำกิจกรรมนอกหลักสูตรมีน้อยอาจมีผลต่อการสมัครงาน	2.5	11.7	22.4	29.8	18.3	15.3
10. กลัวว่าจะแข่งกับนิสิตนักศึกษาที่จบจากมหาวิทยาลัยอื่นไม่ได้	1.8	9.9	19.8	31.6	21.1	15.8
11. อัตราการว่างงานสูงกลัวจะหางานทำไม่ได้	3.6	15.0	34.9	27.2	11.5	7.9



ตารางที่ 11 แสดงค่าร้อยละของปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำเป็นรายข้อ  
(ต่อ)

ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวล ในการหางานทำ	ร้อยละ					
	วิตกกังวล มาก ที่สุด	วิตกกังวล มาก	วิตกกังวล ปาน กลาง	วิตกกังวล เล็กน้อย	วิตกกังวล น้อย ที่สุด	ไม่วิตกกังวล หรือ ไม่เคย เกิดขึ้น
12. กลัววิธีการสอบสัมภาษณ์งาน	6.6	26.7	34.4	17.8	8.9	5.6
13. การขาดประสบการณ์ในการทำงานอาจทำให้ไม่ได้งาน	4.3	20.6	34.9	20.6	13.0	6.6
14. กลัวว่าบุคลิกภาพจะไม่เหมาะสมกับงานที่ต้องการ	3.8	14.5	27.7	26.5	16.8	10.7
15. ทางบ้านจะไม่สนับสนุนงานที่อยากทำ	1.5	3.1	6.6	20.6	27.7	40.5
16. สถานะเศรษฐกิจของทางบ้านทำให้กังวลในการหางานทำ	4.1	6.9	12.5	25.2	23.9	27.5
17. ระยะทางในการเดินทางทำให้กังวลในการเลือกงาน	2.5	15.8	25.7	27.0	17.6	10.9
18. กลัวว่าจะเข้ากับเจ้านายไม่ได้	1.8	9.4	29.8	30.8	18.1	10.2
19. กลัวว่าจะเข้ากับเพื่อนร่วมงานไม่ได้	2.0	10.2	24.9	30.5	21.4	10.9
20. กลัวว่างานที่ได้จะน้อยหน้าเพื่อนๆ	2.0	6.6	19.1	31.0	21.6	19.6
21. กลัวว่าจะได้งานที่ไม่มีเกียรติ	1.5	7.6	16.0	30.0	18.1	26.5
22. กลัวถูกใช้งานเกินเงินเดือน	3.6	11.2	22.6	28.8	18.8	14.8
23. กลัวว่าจะได้งานที่ให้รายได้น้อย	8.1	25.2	33.1	22.1	8.1	3.1
24. กลัวว่าจะไม่ได้งานทำในบริษัทใหญ่ที่มีชื่อเสียง	2.3	10.9	31.3	26.0	17.0	12.5
25. กลัวว่าสวัสดิการจะไม่น่าพอใจ	2.0	10.9	33.1	31.6	14.5	7.9
26. กลัวว่าจะได้งานที่ไม่มีโอกาสก้าวหน้าทางตำแหน่ง	6.6	26.2	33.6	17.6	10.4	5.3

ตารางที่ 11 แสดงค่าร้อยละของปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำเป็นรายข้อ  
(ต่อ)

ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำ	ร้อยละ					
	วิตกกังวลมากที่สุด	วิตกกังวลมาก	วิตกกังวลปานกลาง	วิตกกังวลเล็กน้อย	วิตกกังวลน้อยที่สุด	ไม่วิตกกังวลหรือไม่เคยเกิดขึ้น
27. กลัวว่าจะได้ทำงานในบริษัทที่ไม่มี การพัฒนาบุคลากร	4.6	19.6	30.3	22.6	14.0	8.9
28. กลัวว่าจะลำบากถ้าต้องไปทำงาน ที่ต่างจังหวัด	5.1	18.3	23.7	22.1	14.0	16.8

เมื่อพิจารณาจากค่าร้อยละของปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำเป็นรายข้อ พบว่านิสิตส่วนใหญ่มีความวิตกกังวลเล็กน้อยและวิตกกังวลปานกลางเกือบทุกข้อ มีเพียง 2 ข้อที่นิสิตส่วนใหญ่มีความวิตกกังวลมาก ได้แก่ กลัวว่าความสามารถของตนเองจะไม่เพียงพอกับงานที่อยากทำ และกลัวว่าตนเองจะได้งานที่ไม่ถูกใจ นอกจากนี้พบว่ามีเพียง 2 ข้อที่นิสิตส่วนใหญ่ไม่วิตกกังวลหรือไม่เคยวิตกกังวล ได้แก่ ทางบ้านจะไม่สนับสนุนงานที่อยากทำ และฐานะเศรษฐกิจของทางบ้านทำให้กังวลในการหางานทำ

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 12 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวล  
ในการหางานทำเป็นรายข้อ

ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวล ในการหางานทำ	จำนวน (คน)	Mean	SD
<b>ปัจจัยด้านตนเอง</b>			
1. ไม่รู้ว่าตนเองอยากจะทำงานอะไร	391	3.1	1.17
2. ตนเองไม่ทราบข้อมูลเกี่ยวกับแหล่งงาน	393	2.9	1.27
3. กลัวว่าความสามารถของตนเองจะไม่เพียงพอกับงานที่ อยากทำ	393	2.6	1.09
4. กลัวว่าตนเองจะได้งานที่ไม่ถูกใจ	390	3.2	1.19
5. สาขา/วิชาเอกที่ตนเองเรียน กลัวจะไม่สอดคล้องกับ งานที่ต้องการ	393	2.3	1.27
<b>ปัจจัยด้านความสามารถและประสบการณ์</b>			
6. เกเรตเฉลี่ยสะสมไม่สูงพอสำหรับการได้งานทำ	393	2.1	1.36
7. ระดับความสามารถทางภาษาอังกฤษอาจเป็นอุปสรรค ต่อการได้งานทำ	393	2.8	1.37
8. ระดับความสามารถทางคอมพิวเตอร์อาจเป็นอุปสรรค ต่อการได้งานทำ	393	2.2	1.21
9. ประสบการณ์จากการทำกิจกรรมนอกหลักสูตรมีน้อย อาจมีผลต่อการสมัครงาน	393	2.1	1.31
10. กลัวว่าจะแข่งกับนิสิตนักศึกษาที่จบจากมหาวิทยาลัย อื่นไม่ได้	393	1.9	1.26
11. อัตราการว่างงานสูงกลัวจะหางานทำไม่ได้	393	2.5	1.21
12. กลัววิธีการสอบสัมภาษณ์งาน	393	2.9	1.25
13. การขาดประสบการณ์ในการทำงานอาจทำให้ไม่ได้อ่าน	393	2.6	1.25



ตารางที่ 12 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวล  
ในการหางานทำเป็นรายชื่อ (ต่อ)

ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวล ในการหางานทำ	จำนวน (คน)	Mean	SD
<b>ปัจจัยด้านสังคม</b>			
14. กลัวว่าบุคลิกภาพจะไม่เหมาะสมกับงานที่ต้องการ	393	2.3	1.31
15. ทางบ้านจะไม่สนับสนุนงานที่อยากทำ	393	1.1	1.18
16. ฐานะเศรษฐกิจของทางบ้านทำให้กังวลในการหางานทำ	393	1.6	1.40
17. ระยะทางในการเดินทางทำให้กังวลในการเลือกงาน	391	2.0	1.20
18. กลัวว่าจะเข้ากับเจ้านายไม่ได้	393	2.2	1.18
19. กลัวว่าจะเข้ากับเพื่อนร่วมงานไม่ได้	393	2.1	1.22
<b>ปัจจัยด้านตัวงาน</b>			
20. กลัวว่างานที่ได้จะน้อยหน้าเพื่อนฯ	393	1.8	1.26
21. กลัวว่าจะได้งานที่ไม่มีเกียรติ	392	1.7	1.31
22. กลัวถูกใช้งานเกินเงินเดือน	392	2.1	1.33
23. กลัวว่าจะได้งานที่ให้รายได้น้อย	392	2.9	1.18
24. กลัวว่าจะไม่ได้งานทำในบริษัทใหญ่ที่มีชื่อเสียง	393	2.2	1.26
25. กลัวว่าสวัสดิการจะไม่น่าพอใจ	393	2.5	1.32
26. กลัวว่าจะได้งานที่ไม่มีโอกาสก้าวหน้าทางตำแหน่ง	392	2.8	1.26
27. กลัวว่าจะได้ทำงานในบริษัทที่ไม่มีการพัฒนาบุคลากร	393	2.3	1.15
28. กลัวว่าจะลำบากถ้าต้องไปทำงานที่ต่างจังหวัด	393	2.3	1.47

เมื่อพิจารณาจากค่าเฉลี่ยของปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำเป็นรายชื่อของแต่ละด้าน พบว่าปัจจัยที่เป็นสาเหตุทำให้รู้สึกวิตกกังวลมากที่สุดเรียงสามอันดับแรกมีดังนี้

ปัจจัยด้านตนเอง คือ กลัวว่าตนเองจะได้อาชีพที่ไม่ถูกใจ รองลงมาได้แก่ ไม่รู้ว่าตนเองอยากจะทำอะไร และตนเองไม่ทราบข้อมูลเกี่ยวกับแหล่งงาน ตามลำดับ

ปัจจัยด้านความสามารถและประสบการณ์ คือ กลัววิธีการสอบสัมภาษณ์งาน รองลงมาได้แก่ ระดับความสามารถทางภาษาอังกฤษ และการขาดประสบการณ์ในการทำงาน ตามลำดับ

ปัจจัยด้านสังคม คือ กลัวว่าบุคลิกภาพจะไม่เหมาะสมกับงานที่ต้องการ รองลงมาได้แก่ กลัวว่าจะเข้ากับเจ้านายไม่ได้ และกลัวว่าจะเข้ากับเพื่อนร่วมงานไม่ได้ ตามลำดับ

ปัจจัยด้านตัวงาน คือ กลัวว่าจะได้งานที่ให้รายได้น้อย รองลงมาได้แก่ กลัวว่าจะได้งานที่ไม่มีโอกาสก้าวหน้าทางตำแหน่ง และกลัวว่าสวัสดิการจะไม่น่าพอใจ ตามลำดับ

**ตอนที่ 3 การหาความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลในการหางานทำกับปัจจัยที่เป็นสาเหตุความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำแนกรายด้าน โดยใช้สถิติ Pearson Correlation**

ตารางที่ 13 ความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลในการหางานทำและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตจำแนกเป็นรายด้าน (N = 393)

ตัวแปร	ความวิตกกังวลในการหางานทำ	P - value
ด้านตนเอง	0.41	<0.01
ด้านความสามารถและประสบการณ์	0.39	<0.01
ด้านสังคม	0.42	<0.01
ด้านตัวงาน	0.35	<0.01

ปัจจัยในด้านตนเอง ด้านความสามารถและประสบการณ์ ด้านสังคม และด้านตัวงาน มีความสัมพันธ์ในทางบวกกับความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่  $p < 0.01$

**ตอนที่ 4 การวิเคราะห์ปัจจัยที่สัมพันธ์กับความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิต  
ปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย**

การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลในการหางานทำกับข้อมูลส่วนบุคคล  
ของนิสิตทีละคู่ โดยใช้วิธี Univariate Analysis ได้แก่ Independent - Samples T Test และ  
One - way ANOVA

**ตารางที่ 14** แสดงการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลในการหางาน  
ทำของนิสิตจำแนกตามข้อมูลทั่วไป โดยใช้ Independent - Samples T Test

ตัวแปร	Mean	SD	t	d f	Sig (2-tailed)
<b>เพศ (N = 393)</b>					
ชาย	56.6	12.30	-2.471	391	0.014
หญิง	60.0	13.14			
<b>ระดับชั้นปี (N = 393)</b>					
ชั้นปีที่ 4	58.7	13.13	-0.997	391	0.320
ชั้นปีที่ 5 และ ชั้นปีที่ 6	61.1	10.91			
<b>คณะ (N = 393)</b>					
กลุ่มคณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	57.8	12.15	-1.834	391	0.067
กลุ่มคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์	60.1	13.65			
<b>ภูมิลำเนา (N = 393)</b>					
กรุงเทพมหานครและปริมณฑล	58.7	12.87	-0.527	391	0.599
ต่างจังหวัด	59.5	13.27			



ตารางที่ 14 แสดงการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลในการหางาน  
ทำของนิสิตจำแนกตามข้อมูลทั่วไป โดยใช้ Independence t-test (ต่อ)

ตัวแปร	Mean	SD	t	df	Sig (2-tailed)
<b>ความสามารถพิเศษ (N = 393)</b>					
ไม่มี	58.5	12.00	-0.730	388.89	0.466
มี	59.4	13.81			
<b>การเรียนที่มหาวิทยาลัยอื่นร่วมด้วย (N = 393)</b>					
ไม่ได้เรียน	59.1	13.10	1.022	391	0.307
เรียน	55.9	9.46			
<b>โรคประจำตัว (N = 393)</b>					
ไม่มี	58.6	12.77	-1.341	391	0.181
มี	61.1	13.99			
<b>การศึกษาของบิดา (N = 393)</b>					
ต่ำกว่าปริญญาตรี	59.3	12.37	0.467	391	0.641
ปริญญาตรี หรือ สูงกว่าปริญญาตรี	58.7	13.43			
<b>การศึกษาของมารดา (N = 393)</b>					
ต่ำกว่าปริญญาตรี	57.6	12.29	-1.848	391	0.065
ปริญญาตรี หรือ สูงกว่าปริญญาตรี	60.1	13.43			
<b>ความคาดหวังของบิดา (N = 372)</b>					
ไม่คาดหวังเลย หรือ ไม่ค่อยคาดหวัง หรือ คาดหวังปานกลาง	57.7	12.84	-1.468	370	0.143
ค่อนข้างคาดหวัง หรือ คาดหวังอย่างมาก	59.7	12.83			

ตารางที่ 14 แสดงการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลในการหางาน  
ทำของนิสิตจำแนกตามข้อมูลทั่วไป โดยใช้ Independence t-test (ต่อ)

ตัวแปร	Mean	SD	t	df	Sig (2-tailed)
<b>ความคาดหวังของมารดา (N = 389)</b>					
ไม่คาดหวังเลย หรือ ไม่ค่อยคาดหวัง หรือ คาดหวังปานกลาง	58.3	12.79	-0.821	387	0.412
ค่อนข้างคาดหวัง หรือ คาดหวังอย่างมาก	59.4	13.01			
<b>ระดับความสามารถทางด้านภาษา อังกฤษ (N = 393)</b>					
ระดับไม่ดีเลย หรือ ระดับไม่ค่อยดี หรือ ระดับปานกลาง	60.0	12.81	1.857	391	0.064
ระดับค่อนข้างดี หรือ ระดับดีมาก	57.6	13.07			
<b>ระดับความสามารถทางด้าน คอมพิวเตอร์ (N = 393)</b>					
ระดับไม่ดีเลย หรือ ระดับไม่ค่อยดี หรือ ระดับปานกลาง	60.0	13.22	1.887	391	0.060
ระดับค่อนข้างดี หรือ ระดับดีมาก	57.5	12.50			
<b>ระดับความสามารถทางด้านวิชาหลัก (วิชาเอก) (N = 393)</b>					
ระดับไม่ดีเลย หรือ ระดับไม่ค่อยดี หรือ ระดับปานกลาง	60.6	13.28	2.327	391	0.020
ระดับค่อนข้างดี หรือ ระดับดีมาก	57.6	12.55			

ตารางที่ 14 แสดงการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลในการหางาน  
ทำของนิสิตจำแนกตามข้อมูลทั่วไป โดยใช้ Independence t-test (ต่อ)

ตัวแปร	Mean	SD	t	d f	Sig (2-tailed)
<b>ระดับความสามารถทางด้านวิชาการ</b>					
(N = 393)					
ระดับไม่ดีเลย หรือ ระดับไม่ค่อยดี หรือ ระดับปานกลาง	60.9	13.53	3.091	387.88	0.002
ระดับค่อนข้างดี หรือ ระดับดีมาก	56.9	12.05			
<b>ความสอดคล้องของความสนใจใน อาชีพกับวิชาหลัก (วิชาเอก) ที่ได้เรียน มา (N = 393)</b>					
ไม่ตรงเลย หรือ ไม่ค่อยตรง หรือ ตรงปานกลาง	60.3	13.35	2.170	391	0.031
ค่อนข้างตรง หรือ ตรงอย่างมาก	57.5	12.40			
<b>ความเกี่ยวข้องของความสนใจในอาชีพ กับความสามารถพิเศษ (N = 202)</b>					
ไม่เกี่ยวข้องเลย หรือ ไม่ค่อยเกี่ยวข้อง	60.4	14.52	1.076	201	0.283
เกี่ยวข้องปานกลาง หรือ ค่อนข้างเกี่ยวข้อง หรือ เกี่ยวข้องอย่างมาก	58.3	12.98			

ลักษณะทั่วไปของนิสิตอันได้แก่ เพศ ระดับความสามารถทางด้านวิชาหลัก (วิชาเอก)  
ระดับความสามารถทางด้านวิชาการ และความสอดคล้องของความสนใจในอาชีพกับวิชาหลัก  
(วิชาเอก) ที่ได้เรียนมา มีค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลในการหางานทำแตกต่างกันอย่างมี  
นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ  $p < 0.05$  โดยเพศหญิงวิตกกังวลในการหางานทำมากกว่าเพศชาย  
นิสิตที่มีความสามารถทางด้านวิชาหลัก (วิชาเอก) และด้านวิชาการอยู่ในระดับไม่ค่อยดี หรือ  
ระดับปานกลาง จะวิตกกังวลในการหางานทำมากกว่านิสิตที่อยู่ในระดับค่อนข้างดี หรือระดับดี



มาก และนิสิตที่มีความสนใจในอาชีพไม่ตรงเลย หรือไม่ค่อยตรง หรือตรงปานกลาง กับวิชาหลัก (วิชาเอก) ที่ได้เรียนมา จะวิตกกังวลในการหางานทำมากกว่านิสิตที่มีความสนใจในอาชีพค่อนข้างตรงหรือตรงอย่างมาก กับวิชาหลัก (วิชาเอก) ที่ได้เรียนมา

**ตารางที่ 15** แสดงการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลในการหางาน ทำของนิสิตจำแนกตามข้อมูลทั่วไป โดยใช้ One - way ANOVA

ตัวแปร	Mean	SD	F	d f	Sig
<b>อายุ (N = 393)</b>					
20 ปี	59.0	11.20	0.377	5, 387	0.865
21 ปี	59.3	13.24			
22 ปี	58.6	12.92			
23 ปี	60.1	13.68			
24 ปี	56.6	8.49			
25 ปี	50.5	10.61			
<b>เกรดเฉลี่ยสะสม (GPAX) (N = 393)</b>					
ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 2.99	58.8	12.19	0.220	2, 390	0.803
3.00 - 3.49	58.7	12.63			
3.50 - 4.00	59.8	14.76			
<b>สถานภาพสมรสของบิดามารดา (N = 393)</b>					
อยู่ด้วยกัน	58.7	12.98	0.339	2, 390	0.712
แยกกันอยู่ หรือ หย่าร้าง	60.6	11.85			
บิดาหรือมารดาเสียชีวิต	59.9	14.53			

ตารางที่ 15 แสดงการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลในการหางาน  
ทำของนิสิตจำแนกตามข้อมูลทั่วไป โดยใช้ One - way ANOVA (ต่อ)

ตัวแปร	Mean	SD	F	d f	Sig
<b>อาชีพของบิดา (N = 393)</b>					
รับราชการและรัฐวิสาหกิจ	59.8	13.95	0.583	2, 390	0.558
ธุรกิจส่วนตัว	58.1	11.71			
อื่นๆ	59.3	13.74			
<b>อาชีพของมารดา (N = 393)</b>					
รับราชการและรัฐวิสาหกิจ	61.2	13.47	2.400	2, 390	0.092
ธุรกิจส่วนตัว	58.4	12.57			
อื่นๆ	57.8	12.78			
<b>รายได้เฉลี่ยของครอบครัวต่อเดือน (บิดามารดา) (N = 393)</b>					
น้อยกว่าหรือเท่ากับ 40,000 บาท	57.8	12.52	0.655	2, 390	0.520
40,001 - 80,000 บาท	59.2	13.00			
80,001 - 100,000 บาทขึ้นไป	59.6	13.34			

ลักษณะทั่วไปของนิสิตอันได้แก่ อายุ เกรดเฉลี่ยสะสม (GPAX) สถานภาพสมรสของ บิดามารดา อาชีพของบิดาและมารดา และรายได้เฉลี่ยของครอบครัวต่อเดือน (บิดามารดา) มี ค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลในการหางานทำไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ  $p < 0.05$

### การวิเคราะห์ความถดถอยเชิงพหุ

ผู้วิจัยเลือกตัวแปรอิสระจากความเป็นไปได้ทางทฤษฎี งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และจากการวิเคราะห์เบื้องต้นของตัวแปรที่ละคู่ ที่มีความสัมพันธ์กับตัวแปรตามอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ  $p < 0.10$  ซึ่งมีตัวแปรทั้งหมด 7 ตัว แต่ผู้วิจัยจะตัดตัวแปรระดับความสามารถทางด้านวิชาการออกไปก่อน เนื่องจากผู้วิจัยนิยามความหมายของวิชาการไม่ชัดเจน ทำให้นิสิตสามารถตีความได้ 2 ความหมาย คือ วิชาเลือก หรือ วิชาโท จึงเป็นตัวแปรที่ไม่มีความสอดคล้องกันในนิสิตแต่ละคน โดยใน Model แรก อาศัยจุดตัดที่  $p = 0.10$  ไปวิเคราะห์ด้วย Multiple Linear Regression โดยวิธี Enter ดังตารางที่ 16 ต่อมาเลือกตัวแปรที่ไม่มีความสัมพันธ์กับตัวแปรตามอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่  $p = 0.05$  ออกจาก Model ที่ละตัว จนได้ Model สุดท้ายซึ่งเสนอตั้งสมการและตารางที่ 17

ตารางที่ 16 ตัวแปรที่สามารถอธิบายความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ใน Model 1 (N = 393)

ตัวแปร	B	S.E B	$\beta$	t	Sig
เพศหญิง	2.693	1.451	0.097	1.856	0.064
คณะ	1.612	1.364	0.062	1.182	0.238
ระดับความสามารถทางด้านภาษาอังกฤษ	-2.225	1.428	-0.085	-1.558	0.120
ระดับความสามารถทางด้านคอมพิวเตอร์	-0.675	1.430	-0.026	-0.472	0.637
ระดับความสามารถทางด้านวิชาหลัก (วิชาเอก)	-2.174	1.338	-0.084	-1.624	0.105
ความสอดคล้องของความสนใจในอาชีพ กับวิชาหลัก (วิชาเอก) ที่ได้เรียนมา	-2.176	1.317	-0.084	-1.653	0.099
Constant	62.751	4.515		13.899	< 0.001
R = 0.217    R <sup>2</sup> = 0.047    S.E. est. = 12.747    F = 3.183    p – value < 0.001					



ตารางที่ 17 ตัวแปรที่สามารถอธิบายความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตปริญญาตรีชั้นปี  
สุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ใน Model สุดท้าย (N = 393)

ตัวแปร	B	S.E B	$\beta$	t	Sig
เพศหญิง	3.308	1.388	0.119	2.383	0.018
ระดับความสามารถทางด้านภาษาอังกฤษ	-2.754	1.304	-0.105	-2.112	0.035
ความสอดคล้องของความสนใจในอาชีพ กับวิชาหลัก (วิชาเอก) ที่ได้เรียนมา	-2.687	1.297	-0.104	-2.072	0.039
Constant	61.322	3.726		16.456	< 0.001
R = 0.190	R <sup>2</sup> = 0.036	S.E. est. = 12.772	F = 4.838	p – value < 0.001	

เพศเป็นตัวแปรที่สามารถอธิบายความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ได้มากที่สุด รองลงมาได้แก่ ระดับความสามารถทางด้านภาษาอังกฤษ และความสอดคล้องของความสนใจในอาชีพกับวิชาหลัก (วิชาเอก) ที่ได้เรียนมาตามลำดับ

สมการความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในรูปคะแนนดิบ

$$Y = 61.32 + 3.31 X_1 - 2.75 X_2 - 2.69 X_3$$

Y = ความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย

X<sub>1</sub> = เพศหญิง

X<sub>2</sub> = ระดับความสามารถทางด้านภาษาอังกฤษ

X<sub>3</sub> = ความสอดคล้องของความสนใจในอาชีพกับวิชาหลัก (วิชาเอก) ที่ได้เรียนมา

## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา ณ ช่วงเวลาใดเวลาหนึ่ง (Cross-Sectional Descriptive Studies) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับความวิตกกังวลในการหางานทำและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

#### สรุปผลการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มีค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลในการหางานทำเท่ากับ 58.9 และมีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เท่ากับ 12.96 และพบว่าปัจจัยด้านตนเอง ด้านความสามารถและประสบการณ์ ด้านสังคม และด้านตัวงาน มีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิต

ตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิต จากความเป็นไปได้ทางทฤษฎี งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และจากการวิเคราะห์ตัวแปรที่ละคู่ ที่มีความสัมพันธ์กับตัวแปรตามอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ  $p < 0.10$  ได้แก่ เพศ คณะ ระดับความสามารถทางด้านภาษาอังกฤษ ระดับความสามารถทางด้านคอมพิวเตอร์ ระดับความสามารถทางด้านวิชาหลัก (วิชาเอก) ระดับความสามารถทางด้านวิชาการ และความสอดคล้องของความสนใจในอาชีพกับวิชาหลัก (วิชาเอก) ที่ได้เรียนมา โดยเมื่อนำมาวิเคราะห์ด้วย Multiple Linear Regression พบว่า ตัวแปรที่สามารถอธิบายความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตในทิศทางที่เพิ่มระดับความวิตกกังวล ได้แก่ เพศหญิง ระดับความสามารถทางด้านภาษาอังกฤษไม่ดี และความไม่สอดคล้องของความสนใจในอาชีพกับวิชาหลัก (วิชาเอก) ที่ได้เรียนมา

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## อภิปรายผลการวิจัย

1. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความวิตกกังวลในการหางานทำได้มาจากแบบประเมินความวิตกกังวลในการหางานทำที่ผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้นมา ซึ่งมีค่าความเที่ยงและความตรงที่ยอมรับได้ และเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างที่มีการสุ่มตามที่กำหนดไว้ ในการวิเคราะห์ผลนั้นได้มีการตัดตัวอย่างที่มีค่าแตกต่างจากกลุ่มมาก (Outlier) ออกไป โดยดูจาก Box plot เพื่อที่จะได้ลอคติในการวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป และดูจากกราฟฮิสโทแกรมพบว่ากระจายของคะแนนความวิตกกังวลในการหางานทำมีค่าใกล้เคียงกับการกระจายตามปกติ (Normal Curve) ดังนั้นจึงมีความเป็นไปได้ที่จะวิเคราะห์ทางสถิติต่อไปด้วย Parametric test

เนื่องจากไม่มีเกณฑ์กำหนดว่าค่าคะแนนความวิตกกังวลในการหางานทำมีช่วงระดับคะแนนเท่าใด ผู้วิจัยจึงพิจารณาจากค่า Norm โดยอาศัยเกณฑ์  $Mean \pm 1 SD$  เพื่อหาค่าความวิตกกังวลที่ผิดปกติ และกำหนดว่าค่าคะแนนที่มากกว่า 72 คะแนนขึ้นไป ซึ่งมี 15.5 % ของกลุ่มตัวอย่าง จัดว่าเป็นความวิตกกังวลในการหางานทำที่สูงหรือผิดปกติ ซึ่งจะใช้ได้สำหรับกลุ่มตัวอย่างนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เท่านั้น

ส่วนแบบประเมินปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นมา ซึ่งมีค่าความเที่ยงและความตรงที่ยอมรับได้เช่นกัน โดยมีการวิเคราะห์รายข้อคำถามและตัดข้อคำถามที่คนส่วนมากตอบว่าไม่ก่อให้เกิดความวิตกกังวล หรือ ไม่เคยเกิดขึ้น จำนวนมากกว่า 50 % ออกไปก่อน หลังจากนั้นหาความตรงเชิงโครงสร้าง โดยวิธีวิเคราะห์องค์ประกอบ (Factor Analysis) เพื่อประเมินว่าจำนวนโครงสร้างควรมีเท่าใด อาศัยเกณฑ์ค่าสถิติ eigenvalue หรือ scree plot และใช้เทคนิคการ varimax rotation เพื่อดูการจับกลุ่มของข้อคำถาม ผู้วิจัยได้ตัดบางข้อคำถามที่ไม่ได้ตกอยู่ในองค์ประกอบใดเลย หรือ ตกอยู่ในองค์ประกอบ 2 องค์ประกอบออกไป จึงได้องค์ประกอบทั้งหมด 4 ด้าน ได้แก่ ด้านตนเอง ด้านความสามารถและประสบการณ์ ด้านสังคม และด้านตัวงาน

2. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย พบว่าปัจจัยด้านตนเอง ด้านความสามารถและประสบการณ์ ด้านสังคม และด้านตัวงาน มีความสัมพันธ์ในทางบวกกับความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

เมื่อพิจารณาจากค่าเฉลี่ยรายข้อของปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำทั้ง 4 ด้าน พบว่าปัจจัยด้านตนเองทำให้นิสิตวิตกกังวลมากที่สุด คือ กลัวว่าตนเองจะทำงานที่ไม่ถูกใจ ซึ่งสอดคล้องกับผลการสำรวจของส่วนแผนงานและโครงการ สำนักบริหารและการคลัง<sup>(5)</sup> ที่พบว่าปัญหาอุปสรรคในการหางานทำที่บัณฑิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย รุ่นปีการศึกษา 2547



ตอบมากที่สุดคือหางานที่ดูใจไม่ได้ นอกจากนี้มีสถิติวิตกกังวลเป็นอันดับที่สองคือ ไม่รู้ว่าตนเอง  
 อยากจะทำงานอะไร ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของวราภรณ์ รัตนาวชิษฏ์กุล<sup>(49)</sup> ที่พบว่า  
 นักศึกษา(ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง) หวังได้ทำงานที่ตนชอบและเหมาะกับตนเอง และ  
 อันดับที่สามคือ ตนเองไม่ทราบข้อมูลเกี่ยวกับแหล่งงาน ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ  
 ขวลิต จิตภักดี<sup>(52)</sup> ที่พบว่าบัณฑิตมีความรู้ในแหล่งข้อมูลในการหางานด้านสื่อจากหนังสือพิมพ์  
 ภาษาไทยและป้ายโฆษณาด้านหน่วยบริการจัดหางานในสังกัดกรมการจัดหางานและสำนักงาน  
 ก.พ.

ปัจจัยด้านความสามารถและประสบการณ์ พบว่านิสิตวิตกกังวลมากที่สุด คือ กลัววิธี  
 การสอบสัมภาษณ์งาน รองลงมาได้แก่ ระดับความสามารถทางภาษาอังกฤษ และการขาด  
 ประสบการณ์ในการทำงาน ตามลำดับ ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ Murdoch อ้างถึงใน  
 สุวรรณฯ จงประเสริฐพร<sup>(47)</sup> ที่พบว่าในการเลือกอาชีพของนักศึกษาในมหาวิทยาลัยส่วนมากได้  
 รับอิทธิพลจากองค์ประกอบที่เป็นความสามารถของตนเอง และประสบการณ์ต่างๆ และการ  
 ศึกษาของกรมการจัดหางาน กองแผนงานและสารสนเทศ<sup>(53)</sup> ที่พบว่าปัญหาอุปสรรคในการหา  
 งานทำที่ผ่านมา ส่วนใหญ่ผู้ที่หางานจะระบุว่าไม่มีประสบการณ์

ปัจจัยด้านสังคมที่ทำให้นิสิตวิตกกังวลมากที่สุด คือ กลัวว่าบุคลิกภาพจะไม่เหมาะสมกับ  
 งานที่ต้องการ รองลงมาได้แก่ กลัวว่าจะเข้ากับเจ้านายไม่ได้ และกลัวว่าจะเข้ากับเพื่อนร่วมงาน  
 ไม่ได้ ตามลำดับ ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ Cook อ้างถึงในอัจฉรา สุขารมณ และคณะ<sup>(38)</sup>  
 ที่พบว่า การเลือกอาชีพจะมีความสัมพันธ์กันอย่างมีระบบกับพื้นฐานเศรษฐกิจและสังคม และ  
 ขวลิต จิตภักดี<sup>(52)</sup> ที่พบว่าบัณฑิตส่วนใหญ่มีการเตรียมความพร้อมล่วงหน้าในด้านบุคลิกภาพ  
 ก่อนจบการศึกษา และเมื่อพิจารณาจากค่าร้อยละของปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการ  
 หางานทำเป็นรายชื่อที่มีระดับการให้คะแนนตั้งแต่ 0 – 5 ได้พบเพิ่มเติมว่านิสิตส่วนใหญ่ไม่เคย  
 หรือไม่วิตกกังวลในการหางานทำมากที่สุด มี 2 ประเด็น ได้แก่ ทางบ้านจะไม่สนับสนุนงานที่  
 อยากทำ ซึ่งแตกต่างจากการศึกษาของ Rosenberg อ้างถึงใน ไชยยศ ธงภักดี<sup>(33)</sup> ที่พบว่า  
 บิดาที่มีรายได้สูงก็ยอมจะสนับสนุนให้เด็กมีการศึกษาดีและเตรียมตัวเพื่อประกอบอาชีพได้เป็น  
 อย่างดีด้วย อาจเป็นไปได้ว่าครอบครัวซึ่งใกล้ชิดกับเด็กมากที่สุด พ่อแม่ก็จะมี ความคาดหวังใน  
 เรื่องอนาคตของลูก โดยเฉพาะพ่อแม่ที่มีการศึกษาสูงและมีรายได้ดี พ่อแม่จะไม่สนับสนุนเด็กให้  
 เข้าสู่งานอาชีพที่ตนเองไม่ชอบหรือเห็นว่าไม่ดี ซึ่งต่างจากนิสิตชั้นปีสุดท้ายที่โตเป็นผู้ใหญ่แล้ว มี  
 ความคิดเป็นของตนเอง และสามารถวางแผนอนาคตได้เอง พ่อแม่ก็จะเคารพในการตัดสินใจ  
 เลือกอาชีพของนิสิต และประเด็นฐานะเศรษฐกิจของทางบ้านทำให้งังวลในการหางานทำ อาจ  
 เนื่องมาจากเมื่อพิจารณาลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างพบว่าฐานะเศรษฐกิจทางบ้านของนิสิต  
 ส่วนใหญ่ค่อนข้างดี บิดาและมารดาของนิสิตส่วนใหญ่ประกอบอาชีพธุรกิจส่วนตัว มีรายได้เฉลี่ย

ของครอบครัวต่อเดือน 40,001 – 60,000 บาท ซึ่งแตกต่างจากการศึกษาของ Krech อ้างถึงใน อัจฉรา สุขารมณ และคณะ<sup>(38)</sup> อาจเนื่องมาจากใช้กลุ่มตัวอย่างที่ต่างกัน ฐานะเศรษฐกิจของ ทางบ้านก็ย่อมแตกต่างกันไปด้วย โดยพบว่ารายได้ของครอบครัวเป็นตัวประกอบสำคัญในความ คาดหวังของนักเรียนที่มีผลต่อโอกาสที่จะเลือกอาชีพให้เหมาะสมกับรายได้ของครอบครัว

ปัจจัยด้านตัวงาน พบว่านิสิตวิตกกังวลมากที่สุด คือ กลัวว่าจะได้งานที่ให้รายได้น้อย รองลงมาได้แก่ กลัวว่าจะได้งานที่ไม่มีโอกาสก้าวหน้าทางตำแหน่ง และกลัวว่าสวัสดิการจะไม่น่า พอใจ ตามลำดับ ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของกรมการจัดหางานกองแผนงานและ สารสนเทศ<sup>(53)</sup> ที่พบว่าปัจจัยที่พิจารณาในการสมัครงานเป็นอันดับหนึ่ง คือ ความมั่นคงในการทำงาน รองลงมาให้ความสำคัญเรื่องเงินเดือน และสวัสดิการ และอนุวรรตน์ ธรรมมิโกมินทร์<sup>(51)</sup> ที่พบว่านิสิตที่เลือกอาชีพต่างกันจะมีเหตุผลในการเลือกอาชีพต่างกันด้วย กล่าวคือ เลือกอาชีพ รับราชการเพราะต้องการความมั่นคง เลือกอาชีพธุรกิจเอกชนเพราะรายได้ดี เลือกทำงาน รัฐวิสาหกิจเพราะมีความก้าวหน้า เลือกทำงานองค์การระหว่างประเทศเพราะรายได้ดี และการ ศึกษาของสุวรรณมา จงประเสริฐพร<sup>(47)</sup> ที่พบว่าปัจจัยที่มีผลต่อการเลือกอาชีพของนักศึกษาโดย เฉลี่ยแล้วอยู่ในระดับมาก ข้อที่มีคะแนนสูงสุดคือปัจจัยในด้านที่มีโอกาสก้าวหน้าในงานอาชีพนั้น

ปัจจัยในด้านลักษณะทั่วไปของนิสิต ได้แก่ คณะ ระดับความสามารถทางด้านภาษา อังกฤษ และระดับความสามารถทางด้านคอมพิวเตอร์ ไม่มีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลใน การทำงานทำของนิสิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่มีความสอดคล้องทางทฤษฎีและงานวิจัยที่ เกี่ยวข้องว่ามีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลในการทำงานทำ

ปัจจัยในด้านคณะมีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลในการทำงานทำ นิสิตที่เรียนใน คณะที่จบมาแล้วมีวิชาชีพรองรับโดยตรง เช่น คณะเภสัชศาสตร์ คณะสัตวแพทยศาสตร์ คณะ ครุศาสตร์ และคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี เป็นต้น จะมีความวิตกกังวลในการทำงานทำ น้อยกว่านิสิตที่จบจากคณะที่ไม่มีวิชาชีพรองรับที่แน่นอน เช่น คณะอักษรศาสตร์ คณะ ศิลปกรรมศาสตร์ และคณะนิเทศศาสตร์ เป็นต้น อาจเนื่องมาจากนิสิตที่จบมาแล้วมีวิชาชีพ รองรับจะมีความมั่นใจเรื่องการประกอบวิชาชีพ เพราะว่าได้ฝึกงานและเตรียมตัวประกอบอาชีพ ในอนาคตโดยตรง แต่เมื่อเทียบกับนิสิตในกลุ่มคณะที่ไม่มีวิชาชีพรองรับที่แน่นอนแล้ว ต่างมี ความวิตกกังวลจากการพยายามแสวงหาอาชีพตามสาขาที่ตนเรียนมา ซึ่งมีการแข่งขันสูงมากใน ปัจจุบัน ซึ่งสอดคล้องกับผลการสำรวจของส่วนแผนงานและโครงการ สำนักบริหารและการคลัง<sup>(5)</sup> ที่พบว่าคณะที่บัณฑิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย รุ่นปีการศึกษา 2547 ยังไม่ได้งานทำมากที่สุดคือ คณะศิลปกรรมศาสตร์ รองลงมาได้แก่ คณะรัฐศาสตร์

ปัจจัยในด้านระดับความสามารถทางด้านภาษาอังกฤษและคอมพิวเตอร์ของนิสิตยิ่งดีขึ้น ทำให้มีความวิตกกังวลในการทำงานทำน้อยลง เนื่องจากภาษาอังกฤษเป็นภาษาสากลและมีการ



ใช้เกือบทุกลักษณะงาน นอกจากนี้คอมพิวเตอร์เป็นส่วนสำคัญในระบบการทำงาน ทำให้การติดต่อสื่อสารข้อมูลเป็นไปอย่างกว้างขวาง รวดเร็วและถูกต้องแม่นยำ เพราะฉะนั้นความสามารถทั้ง 2 ด้านนี้จึงมีความสำคัญในการหางานทำเป็นอย่างมาก ถ้าบุคคลใดมีทักษะในการเขียนและการพูดภาษาอังกฤษหรือมีทักษะทางคอมพิวเตอร์ที่ดีก็ย่อมมีโอกาสที่จะได้งานทำมากกว่า ซึ่งปัจจุบันนักศึกษาได้เล็งเห็นและตระหนักถึงความสำคัญของทั้งภาษาอังกฤษและคอมพิวเตอร์ สอดคล้องกับการศึกษาของไทยยุค ธงภักดิ์<sup>(33)</sup> ที่พบว่านักศึกษาในสาขาวิชาการบัญชี สาขาวิชาการตลาด และสาขาวิชาการเงินการธนาคารนั้น รายวิชาที่ต้องการให้มหาวิทยาลัยเปิดสอนเพิ่มเติมมากที่สุด คือ คอมพิวเตอร์ธุรกิจ ภาษาอังกฤษ และภาษาต่างประเทศอื่นๆ อาทิ ภาษาจีน ญี่ปุ่น ฯลฯ จะได้นำความรู้ดังกล่าวไปประกอบอาชีพและประสบความสำเร็จในหน้าที่การงานได้

ปัจจัยในด้านลักษณะทั่วไปของนิสิต ได้แก่ เพศ ระดับความสามารถทางด้านวิชาหลัก (วิชาเอก) ระดับความสามารถทางด้านวิชารอง และความสอดคล้องของความสนใจในอาชีพกับวิชาหลัก (วิชาเอก) ที่ได้เรียนมา มีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

เพศมีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลในการหางานทำ พบว่าเพศหญิงมีความวิตกกังวลในการหางานทำมากกว่าเพศชาย ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของวรินทร์ รามสูต<sup>(48)</sup> ที่พบว่าเพศหญิงมีอารมณ์อ่อนไหวและคิดมากกว่าเพศชาย และเมื่อพิจารณาคะแนนเฉลี่ยของการรับรู้ระดับความเครียดในแหล่งความเครียดด้านเรื่องส่วนตัวรายข้อ พบว่านิสิตหญิงจะเครียดในเรื่องอนาคตเกี่ยวกับการทำงานมากกว่านิสิตชาย และ Frydenberg & Lewis อ้างถึงใน Aysan และคณะ<sup>(58)</sup> ก็พบว่าเพศหญิงมักจะกังวลและแสดงความวิตกกังวลกับปัญหามากกว่าเพศชาย ซึ่งแตกต่างจากผลการศึกษานันทินี ศุภมงคล<sup>(24)</sup> อาจเนื่องจากเครื่องมือที่ใช้ต่างกัน โดยใช้แบบวัดความวิตกกังวล STAI (Form Y) ของสปิลเบอร์เกอร์และคณะ (1983) ที่พัฒนาและแปลเป็นภาษาไทยโดยมาลาตี รุ่งเรืองศิริพันธ์ พบว่านิสิตทั้งเพศชายและเพศหญิงปริญญาตรีชั้นปีที่ 4 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์และความวิตกกังวลประจำตัวไม่แตกต่างกัน

ปัจจัยในด้านระดับความสามารถทางด้านวิชาหลัก (วิชาเอก) ของนิสิตมีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลในการหางานทำ ระดับความสามารถทางด้านวิชาหลัก (วิชาเอก) ของนิสิตยิ่งดีขึ้น ทำให้มีความวิตกกังวลในการหางานทำน้อยลง ในการหางานทำปัจจัยดังกล่าวมีความสำคัญมาก นิสิตส่วนใหญ่อาจจะกังวลในเรื่องระดับความสามารถทางด้านวิชาหลัก (วิชาเอก) ที่ไม่ดีทำให้เป็นอุปสรรคต่อการเข้าทำงานที่ตนเองปรารถนาได้



ปัจจัยในด้านระดับความสามารถทางด้านวิชาการ มีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่เนื่องจากนิยามของระดับความสามารถทางด้านวิชาการในแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลไม่ชัดเจน ทำให้นิสิตสามารถตีความได้ 2 ความหมาย คือ วิชาเลือกหรือวิชาโท ซึ่งนิสิตบางคนก็ไม่มีวิชาโท จึงเป็นตัวแปรที่ไม่มีความสอดคล้องกันในนิสิตแต่ละคน ผู้วิจัยจึงได้ตัดออกไปก่อนที่จะทำการวิเคราะห์ความถดถอยเชิงพหุ

ปัจจัยในด้านความสอดคล้องของความสนใจในอาชีพกับวิชาหลัก (วิชาเอก) ที่ได้เรียนมาของนิสิตมีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลในการหางานทำ ความสอดคล้องของความสนใจในอาชีพยิ่งตรงกับวิชาหลัก (วิชาเอก) ที่ได้เรียนมา ทำให้มีความวิตกกังวลในการหางานทำน้อยลง นิสิตส่วนใหญ่ต้องการใช้ความรู้ที่ได้จากการเรียนวิชาหลัก (วิชาเอก) ในการหางานทำหลังจากสำเร็จการศึกษา ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของเบญจา จิรภัทรพิมล<sup>(45)</sup> ที่พบว่านักศึกษาปีที่ 4 มุ่งหวังที่จะประกอบอาชีพในสาขาวิชาชีพที่ตนเรียนมา โดยเฉพาะผู้ที่มีผลการเรียนอยู่ในระดับเกณฑที่ดี และนิรมล รุ่งปัจฉิม<sup>(50)</sup> ที่พบว่าเหตุผลในการเลือกประกอบอาชีพของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยของรัฐในกรุงเทพมหานคร คือ การที่จะได้มีโอกาสที่จะได้ใช้วิชาความรู้ที่ได้เรียนมามากที่สุด และผลการศึกษาของดวงมน บุรณฤกษ์<sup>(54)</sup> ที่พบว่าผู้สมัครใจออกหางานทำต้องการเลือกงานที่มีลักษณะงานตรงกับสาขาวิชาที่จบมา และตรงกับความรู้ความสามารถของตนเอง มากกว่าตำแหน่งงานว่างที่มีอยู่ในตลาดแรงงานในขณะนั้น และได้ใช้ความรู้ความสามารถของตนเต็มที่ในการทำงาน การที่นิสิตมีโอกาสได้ใช้ความรู้ความสามารถของตนเต็มที่ตรงตามวิชาเอกที่ได้เรียนมานั้น ทำให้วิตกกังวลในการหางานทำน้อยลง อาจเนื่องมาจากนิสิตจะมีทิศทางในอาชีพที่ชัดเจน มีการได้ฝึกงานซึ่งจะได้ประสบการณ์จากการทำงานจริงๆ ทำให้มั่นใจในความสามารถของตนมากขึ้น เป็นโอกาสให้ศึกษาหาความรู้หรือความชำนาญเพิ่มเติมในด้านนั้นๆ ซึ่งย่อมมีผลให้ได้รับการเลื่อนขั้นเลื่อนตำแหน่ง หรือมีรายได้เพิ่มขึ้น และมักจะได้รับ ความสนใจจากผู้ว่าจ้างงานมากกว่า

จากการศึกษานี้ไม่พบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรเกรดเฉลี่ยสะสม (GPAX) กับความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิต อาจเนื่องมาจากเกรดเฉลี่ยสะสมเป็นการรวมคะแนนของทุกวิชา ซึ่งบางวิชาไม่เกี่ยวข้องกับงานที่ต้องการทำ และอาจเนื่องมาจากเมื่อพิจารณาลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างพบว่าเกรดเฉลี่ยสะสมของนิสิตส่วนใหญ่ค่อนข้างดี อยู่ในระดับ 3.00 - 3.49 ดังนั้นเกรดเฉลี่ยสะสมที่ไม่ดีอาจไม่ใช่ปัจจัยที่ทำให้นิสิตวิตกกังวลในการหางานทำ ซึ่งแตกต่างจากผลการศึกษาของวรินทร์ รามสูต<sup>(48)</sup> อาจเนื่องมาจากใช้เครื่องมือต่างกัน โดยใช้แบบสอบถามแหล่งความเครียดที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้น พบว่าส่วนใหญ่ นิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยมีความเชื่อว่าการรับเข้าทำงานในปัจจุบันจะพิจารณาจากผลการเรียนเป็นสำคัญ ทำให้กังวลกับเรื่องเกรดที่ไม่เป็นไปตามคาดหวัง กลัวว่าจะไม่ได้เกียรตินิยม

ตัวแปรความคาดหวังของบิดาและมารดา ไม่มีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิต ซึ่งไม่สอดคล้องกับการศึกษาของปีทมา อินทร์พรหม<sup>(59)</sup> ที่พบว่าผู้ปกครองที่มีความคาดหวังในตัวนักเรียนมากทำให้นักเรียนมีระดับความเครียดมาก โดยอาจเนื่องมาจากบิดาและมารดาเห็นว่านิสิตชั้นปีสุดท้ายเป็นผู้ใหญ่แล้ว เป็นตัวของตัวเอง มีเหตุผล และมีวิจารณญาณ สามารถตัดสินใจเลือกอาชีพได้ด้วยตนเอง โดยดูจากความสนใจ ความสามารถ และความถนัด เป็นประเด็นสำคัญ บิดามารดาเป็นเพียงผู้ให้คำแนะนำปรึกษา ซึ่งแตกต่างจากวัยนักเรียนที่กำลังจะสอบเข้ามหาวิทยาลัย บิดาและมารดาอาจเห็นว่าเป็นเด็กการตัดสินใจ อาจผิดพลาดได้ เป็นไปได้ว่าจะตั้งความหวังให้ลูกเข้าเรียนในมหาวิทยาลัยที่มีชื่อเสียง หรือเรียนในคณะที่จบออกมาหางานง่ายและรายได้ดี ทำให้นักเรียนเกิดความเครียดในการสอบแข่งขันเข้าศึกษาในมหาวิทยาลัย

เมื่อพิจารณาปัจจัยที่สามารถอธิบายความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ซึ่งทำการวิเคราะห์โดยวิธี Multiple Linear Regression พบว่าตัวแปรที่สามารถอธิบายความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตได้ คือ เพศ โดยเพศหญิงมีความวิตกกังวลมากกว่าเมื่อเทียบกับเพศชาย ระดับความสามารถทางด้านภาษาอังกฤษที่ไม่ดี และความไม่สอดคล้องของความสนใจในอาชีพกับวิชาหลัก (วิชาเอก) ที่ได้เรียนมา

สำหรับตัวแปรคณะ ตัวแปรระดับความสามารถทางด้านคอมพิวเตอร์ และตัวแปรระดับความสามารถทางด้านวิชาหลัก (วิชาเอก) ไม่พบความสัมพันธ์ที่อธิบายความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตได้ ซึ่งอาจจะเป็นไปได้ว่าความสัมพันธ์ที่มีและไม่มียังสำคัญทางสถิติในการวิเคราะห์ตัวแปรที่ละคู่ นั้น อาจเป็นอิทธิพลของ confounding effect

แต่สำหรับตัวแปรระดับความสามารถทางด้านภาษาอังกฤษ ซึ่งเดิมไม่มีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลในการหางานทำที่ระดับ  $p < 0.05$  ในการวิเคราะห์ตัวแปรที่ละคู่ แต่หลังจากนำมาวิเคราะห์โดยวิธี Multiple Linear Regression มีค่า  $p = 0.035$  ซึ่งอาจจะเป็นไปได้ว่าระดับความสัมพันธ์ที่สูงขึ้น อาจเป็นอิทธิพลของ confounding effect จากตัวแปรอื่นเช่นกัน

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## ข้อจำกัดในการแปลผล

การแปลผลการวิจัยในครั้งนี้จำเป็นต้องพิจารณาถึงข้อจำกัดดังต่อไปนี้

1. เวลาที่ใช้ในการเก็บข้อมูลในต้นเดือนธันวาคม 2549 ถึงต้นเดือนมกราคม 2550 อาจทำให้แนวโน้มของระดับความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตแตกต่างจากการเก็บข้อมูลในช่วงเวลาที่นิสิตกำลังหางานทำจริง เนื่องจากว่าตอนเก็บข้อมูลเป็นช่วงเวลาที่นิสิตบางคนรอให้สำเร็จการศึกษาก่อนแล้วค่อยหางานทำ แต่ก็มีนิสิตส่วนใหญ่ของกลุ่มคณะในศาสตร์สาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ที่เป็นช่วงเวลาหางานทำจริง ได้แก่ คณะเภสัชศาสตร์ คณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี คณะวิศวกรรมศาสตร์ และคณะสหเวชศาสตร์ เป็นต้น
2. แบบประเมินปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำมีลักษณะเป็นการรับรู้สาเหตุของแต่ละบุคคล (perceived cause of anxiety) ซึ่งน่าจะมีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลในการหางานทำสูงมากอยู่แล้ว โดยเฉพาะอย่างยิ่งในส่วนของความคิด ผู้วิจัยจึงไม่นำตัวแปรทั้ง 4 ด้านของแบบประเมินไปวิเคราะห์ร่วมกับตัวแปรอื่นในการหาความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลในการหางานทำ
3. อาจมีตัวแปรซึ่งมีความเกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำที่ต้องทำการศึกษาเพิ่มเติม ซึ่งอาจจะส่งผลถึงความสัมพันธ์และอธิบายการเกิดความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตได้ต่างไปจากผลการศึกษาในครั้งนี้

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## ข้อเสนอแนะ

### ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

กระทรวงศึกษาธิการควรกำหนดนโยบายและแนวทางในการพัฒนาหลักสูตรภาษาอังกฤษที่ใช้ในการเรียนการสอน รวมทั้งให้ความสำคัญกับการพัฒนาตัวครูผู้สอนและนิสิต นักศึกษาของแต่ละมหาวิทยาลัยให้มากขึ้น โดยจัดทำหลักสูตรภาษาอังกฤษที่เน้นทักษะการฟัง สนทนาพื้นฐาน การอ่าน และการเขียน มีแนวทางพัฒนาสื่อการสอนให้มีความหลากหลายและ ทันสมัยมากขึ้น ส่งเสริมและพัฒนาครูผู้สอนหรือครูท้องถิ่น (Local Teacher) ซึ่งเป็นคนไทย ให้มีความรู้ภาษาอังกฤษและการเรียนการสอนครูควรจะพูดภาษาอังกฤษบ่อยๆ นอกจากนี้ควรจัด ครูชาวต่างชาติให้เข้ามาสอนในจำนวนที่เหมาะสมกับนิสิตนักศึกษา และที่สำคัญควรจัดการ ทดสอบวัดความรู้ภาษาอังกฤษของนิสิตนักศึกษา ปีละครั้ง เพื่อนิสิตนักศึกษาจะได้ให้ ความสำคัญและต้องพัฒนาตัวเองอยู่เสมอ โดยนิสิตชั้นปีสุดท้ายอาจนำผลการสอบที่ได้ไปใช้ใน การสมัครงาน (ข้อสอบควรมีมาตรฐานนำไปใช้ได้จริง)

### ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติ

1. มหาวิทยาลัยควรส่งเสริมการพัฒนาเรื่องภาษาอังกฤษของนิสิต โดยเน้นทั้ง 4 ทักษะ ได้แก่ ฟัง พูด อ่าน และเขียน ให้ทุกคณะมีการเรียนการสอนในรายวิชาที่เกี่ยวข้องกับภาษา ภาษาอังกฤษมากขึ้น ให้ชาวต่างชาติมาสอนมากขึ้น นิสิตจะได้มีโอกาสพูดคุยกับเจ้าของภาษา ควร เปิดสอนเป็นวิชาบังคับของทุกสาขาวิชา และเป็นวิชาเลือกให้นิสิตสามารถเลือกเรียนได้ตามความ สนใจ เช่น ภาษาอังกฤษสำหรับการสมัครงาน ภาษาอังกฤษในชีวิตประจำวัน เป็นต้น ทั้งนี้ควร ให้นิสิตทุกชั้นปีได้มีโอกาสเรียนภาษาอังกฤษ เพื่อนิสิตจะได้สามารถนำไปประยุกต์ใช้กับการ สมัครงานและการประกอบอาชีพในอนาคตได้

2. มหาวิทยาลัยควรจัด Job Fair จัดหางาน โดยเชิญหน่วยงานหรือบริษัทต่างๆ ให้มี ความหลากหลายมากขึ้น เพื่อให้ครอบคลุมแหล่งงานของทั้งนิสิตสาขาวิทยาศาสตร์และ เทคโนโลยี และสาขาสังคมศาสตร์-มนุษยศาสตร์ ซึ่งอาจจะช่วยลดความวิตกกังวลในการหางาน ทำของนิสิตได้บ้าง โดยเฉพาะนิสิตสาขาสังคมศาสตร์-มนุษยศาสตร์ ที่ไม่มีวิชาชีพรองรับ

3. แต่ละคณะควรมีการจัดอบรมเรื่องการเตรียมความพร้อมในการสมัครงาน งานที่สอดคล้องกับวิชาเอก การพัฒนาบุคลิกภาพ การวางตัวในที่สาธารณะ รวมทั้งมีการฝึกวิธีการจัดการ กับความวิตกกังวลที่เหมาะสมให้กับนิสิต โดยเชิญผู้เชี่ยวชาญเฉพาะด้านมาให้ความรู้ และคำ แนะนำที่เป็นประโยชน์ เพื่อเพิ่มความมั่นใจให้กับนิสิตมากขึ้น

4. การส่งเสริมให้คณาจารย์ อาจารย์ที่ปรึกษา และบิดามารดาหรือผู้ปกครอง ให้ความสนใจกับนิสิตหญิงชั้นปีสุดท้ายที่อาจมีความวิตกกังวลในการหางานทำมากกว่านิสิตชาย

### ข้อเสนอแนะสำหรับการศึกษาครั้งต่อไป

#### 1. กลุ่มตัวอย่าง

ควรทำการศึกษาในนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้ายของมหาวิทยาลัยอื่นๆ นิสิตนักศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร รวมทั้งนิสิตนักศึกษาในต่างจังหวัด เพื่อวิเคราะห์ความแตกต่างของความวิตกกังวลในการหางานทำและปัจจัยที่เกี่ยวข้อง นอกจากนี้ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบระหว่างความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตนักศึกษาของมหาวิทยาลัยรัฐบาล มหาวิทยาลัยเอกชน และมหาวิทยาลัยราชภัฏ หรือศึกษาเปรียบเทียบระหว่างความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตนักศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครกับนิสิตนักศึกษาในต่างจังหวัด

#### 2. วิธีการและช่วงเวลาในการเก็บข้อมูล

ควรทำการศึกษาเพิ่มเติมในช่วงเวลาที่นิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้ายยังไม่สำเร็จการศึกษา แต่จะหางานทำเมื่อศึกษาจบแล้ว และช่วงเวลาที่กำลังหางานทำจริง เพื่อเปรียบเทียบดูแนวโน้มของระดับความวิตกกังวลในการหางานทำ

#### 3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ตัวแปรระดับความสามารถทางด้านวิชาการในแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล นิสิตเข้าใจไม่ตรงกัน ควรเปลี่ยนไปใช้คำอื่นที่เข้าใจตรงกันได้ง่ายกว่า เช่น ระดับความสามารถทางด้านวิชาเลือกของเอก หรือระดับความสามารถทางด้านวิชาเลือกของคุณะ

#### 4. ตัวแปรที่ควรศึกษาเพิ่มเติม

ตัวแปรที่อาจมีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย ที่ควรนำมาศึกษาเพิ่มเติม ได้แก่ ลักษณะบุคลิกภาพวิตกกังวลของนิสิต ระดับความสามารถทางด้านภาษาที่สามตามการรับรู้ของนิสิตเมื่อเทียบกับคนทั่วไป โดยเฉพาะภาษาจีนซึ่งมีความสำคัญมากขึ้นในปัจจุบัน ระดับความมั่นใจในการหางานทำ ที่มาของความไม่สอดคล้องของความสนใจในอาชีพกับวิชาหลัก (วิชาเอก) ที่ได้เรียนมา และแหล่งสนับสนุนทางสังคม เมื่อนิสิตมีปัญหาเกี่ยวกับวิตกกังวลในการหางานทำ

## สรุป

การศึกษาระดับความวิตกกังวลและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย พบว่าค่ากลางของคะแนนความวิตกกังวลในการหางานทำเท่ากับ 58.9 ซึ่งค่าคะแนนรวมที่เป็นไปได้คือ 25 -125 คะแนน โดยมีการกระจายของค่าคะแนนเข้าใกล้การกระจายแบบปกติ นอกจากนี้พบว่าเพศหญิง ระดับความสามารถทางด้านภาษาอังกฤษไม่ดี และความไม่สอดคล้องของความสนใจในอาชีพกับวิชาหลัก (วิชาเอก) ที่ได้เรียนมา สามารถอธิบายความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตได้ แต่เกรดเฉลี่ยสะสมและความคาดหวังของบิดาและมารดา ไม่สัมพันธ์กับความวิตกกังวล ผลการศึกษานี้ อาจใช้เป็นแนวทางกำหนดหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ในการหาแนวทางส่งเสริมสุขภาพจิตและป้องกันปัญหาความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## รายการอ้างอิง

1. รัชณี ภูไพจิตรกุล. ความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในงานกับภาวะวิตกกังวลในกลุ่มวิศวกร โรงงานอุตสาหกรรมอิเล็กทรอนิกส์ [วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ สาขาสุขภาพจิต]. กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2536.
2. ศรีเรือน แก้วกังวาล. จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย. เล่ม 2. พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2536.
3. Ginzberg Ginzberg, Eli. Counseling for Career Development. Boston : Houghton Mifflin Co. , 1974.
4. สำนักงานสถิติแห่งชาติ กระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร. สรุปผลการสำรวจภาวะการทำงานของประชากร เดือนมีนาคม พ.ศ. 2549 [ออนไลน์].2549 แหล่งที่มา : URL:[http://service.nso.go.th/nso/data/02/02\\_files/workpop49/commumar.pdf](http://service.nso.go.th/nso/data/02/02_files/workpop49/commumar.pdf) [22 พฤษภาคม 2549] : 1-4.
5. ส่วนแผนงานและโครงการ สำนักบริหารและการคลัง. รายงานการสำรวจภาวะการหางานทำของบัณฑิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย รุ่นปีการศึกษา 2547. กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2547.
6. รักรอง งามศิริ. การวิเคราะห์ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของตัวแปรที่มีผลต่อความวิตกกังวลในการสอบของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 กรุงเทพมหานคร [วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย]. กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2540.
7. American Psychiatric Association. Diagnostic and statistical manual of mental disorders. 4<sup>th</sup> ed. Washington, DC : Author, 1994.
8. Rogers, C. R. Client-centered therapy. U.S.A. : The Riberside Press ; 1951.
9. Zung, W.W.K. A Rating Instrument for Anxiety Disorders. Psychosomatic. vol.12 No.6 Feb., 1977.
10. Groen, J.J. The measurement of emotion and arousal in the clinical physiology laboratory and in medical practice. In Emotions-Their Parameters and Measurement. Edited by L. Levi, New York : Raven Press, 1975.
11. Rycroff, C. Anxiety and neurosis. New York : Penguin Books, 1978.
12. Spielberger, C. D. Anxiety and behavior. New York : Academic, 1966.

13. อุบล นิวัติชัย. ความวิตกกังวลและการพยาบาล เอกสารการสอนชุดวิชา กรณีเลือกสรร การพยาบาลมารดาและทารก การพยาบาลจิตเวชสาขาวิทยาศาสตร์สุขภาพ. กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช , 2531.
14. สมโภชน์ เข้มสุภาชาติ. พฤติกรรมปกติและพฤติกรรมต่อต้านสังคมของนักเรียนวัยรุ่น เอกสารการสอนชุดวิชาพฤติกรรมวัยรุ่น สาขาวิชาศึกษาศาสตร์. กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช , 2532.
15. วัลลภ ปิยมโนธรรม. จิตวิทยาเทคนิคการรักษาโรคประสาทด้วยตนเอง. กรุงเทพมหานคร : บทพิทการพิมพ์ , 2536.
16. โยธิน คັນสนยุทธ์ และคณะ. จิตวิทยา. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ , 2533.
17. ผกา สัตยธรรม. สุขภาพจิตเด็ก. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย , 2535.
18. Clerk, D. M. Anxiety state : panic and generalized anxiety. In cognition behavior theory for psychiatric problem. In Hoton, K., Salkovskis, P. M., Kirk, J. & Carl, D. M. (Eds). Oxford University Press , 1990.
19. วินัย ปานให้. การพัฒนาโมเดลบูรณาการเชิงสาเหตุของความวิตกกังวลในการทำวิทยานิพนธ์ของนิสิตบัณฑิตศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย [วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาวิจัยการศึกษา สาขาวิจัยการศึกษา]. กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย , 2542.
20. Lazarus, R. S., & Averill, J. R. Emotion and cognition : With special reference to anxiety. In anxiety : Current trends in theory and research volume 2. Edited by Charles D. Spielberger, New York : Academic Press , 1972.
21. Beck, A. T. Cognition, anxiety and psychophysiological disorders. In Anxiety : Current trends in theory and research volume 2. Edited by Charles D. Spielberger, New York : Academic Press , 1972.
22. ดาราวรรณ ต๊ะปันทา. การลดความวิตกกังวลของพยาบาลที่ดูแลผู้ป่วยโรคเอดส์ด้วยวิธีการปรับเปลี่ยนความคิดร่วมกับการฝึกสมาธิ [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยา]. กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย , 2537.
23. Bandura, A. Principle of behavior modification. New York : Holt, Rinehart and Winston , 1969.



24. นันทินี ศุภมงคล. ความวิตกกังวล การสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษา. [วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการปรึกษา]. กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย , 2547.
25. อริสรา ลอยเมธ. การศึกษาความวิตกกังวลของนักกรีฑาประเภทลู่กลุ่มประเทศอาเซียนที่เข้าร่วมแข่งขันกีฬาทีเกมส์ ครั้งที่ 18 ที่จังหวัดเชียงใหม่ ประเทศไทย [วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย]. กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย , 2539.
26. Levitt, E. E. The psychology of anxiety. New York : Bobbs-Merill Company Co.,Ltd , 1967.
27. ชนิษฐา นาคะ. ความวิตกกังวลและความต้องการข้อมูลในผู้ป่วยก่อนการผ่าตัด [วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาพยาบาล บัณฑิตวิทยาลัย]. กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยมหิดล , 2534.
28. แก้วสามสี สาเจริญ. ผลของการให้ข้อมูลที่มีต่อระดับความวิตกกังวลของผู้ป่วยศัลยกรรมกระดูก [วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาพยาบาลศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย]. กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย , 2536.
29. สุกัลักษณ์ วรรณฤกษ์งาม. การศึกษาความวิตกกังวลของพนักงานสอบสวนประจำวันสถานีภูธรใน จังหวัดขอนแก่น [วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต]. ขอนแก่น : มหาวิทยาลัยขอนแก่น , 2537.
30. Linn, L. Clinical Manifestation of Psychiatric Disorder. In Comprehensive Textbook of Psychiatry. Vol 1. 3<sup>rd</sup> ed. n.p. : Baltimore William & Wilkins , 1980.
31. อติษฐ มาลากุล ณ อยุรยา. ภาวะวิตกกังวล และซึมเศร้าในนิสิตคณะทันตแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย [วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ สาขาสุขภาพจิต]. กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย , 2546.
32. พัชรินทร์ นินทจันทร์. ความสัมพันธ์ระหว่างความเข้มแข็งในการมองโลกกับความวิตกกังวลประจำตัวของนักศึกษาพยาบาล โรงเรียนพยาบาลรามาริบัติ [วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช]. เชียงใหม่ : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ , 2538.
33. ไชยยศ ธงภักดี. การศึกษาปัจจัยที่ใช้ประกอบการเลือกอาชีพและการเตรียมตัวของนักศึกษาสถาบันการศึกษาเอกชน ในเขตกรุงเทพมหานคร [วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการอุดมศึกษา]. กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยรามคำแหง , 2547.



34. สุวรรณมา จงประเสริฐพร. การวางแผนอาชีพของนิสิตนักศึกษาที่ศึกษาทางธุรกิจ [วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต]. กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร , 2540.
35. วลีรัตน์ รักแตงาม. ความสัมพันธ์ระหว่างแผนการเลือกอาชีพกับความสนใจในอาชีพของเด็กและความคาดหวังของผู้ปกครองที่มีต่อการเลือกอาชีพของเด็กนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ของโรงเรียนในสังกัดกรมสามัญศึกษา เขตอำเภอเมือง จังหวัดภูเก็ต [วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ สาขาสุขภาพจิต]. กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย , 2542.
36. เคลือม บุชัยแก้ว. พัฒนาการทางอาชีพและการเลือกอาชีพตามแนวความคิดของทฤษฎีคุณลักษณะ. พิษณุ : 21.
37. พรรณราย ทรัพย์ประภา. จิตวิทยาในการทำงาน. กรุงเทพมหานคร : สารพัฒนานหลักสูตร , 2528.
38. อัจฉรา สุขารมณ , อรพินทร์ ชูชม , ทัศนาก ทองภักดี. องค์ประกอบทางจิตวิทยาที่มีอิทธิพลต่อการเลือกงานของนิสิตระดับปริญญาตรี. กรุงเทพมหานคร : สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร , 2540.
39. เพ็ญศรี จินดาศักดิ์. การศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการเลือกอาชีพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดชลบุรี [วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต]. กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร , 2535.
40. Crites J. O. Theory and research handbook. New York : McGraw Hill , 1973.
41. Hurlock. Child development. 4<sup>th</sup> ed. New York : McGraw Hill , 1964.
42. สุชา จันท์โฮม. จิตวิทยาการแนะแนว. กรุงเทพมหานคร : อักษรบัณฑิต , 2527.
43. วชิรี ทรัพย์มี. การแนะแนวอาชีพ. ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย , 2523.
44. มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช. เอกสารการสอนชุดวิชาจิตวิทยาทั่วไป หน่วยที่ 8-15. ม.ป.ท., 2533.
45. เบ็ญจา จิรภัทรทิมล. ความมุ่งปรารถนาทางอาชีพของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 และชั้นปีที่ 4 [วิทยานิพนธ์ปริญญาสังคมวิทยามหาบัณฑิต]. กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย , 2517.
46. พรพนา อรรถจนโรจน์. การสำรวจแนวบทบาทนิสิตนักศึกษาตามการรับรู้ของนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยระบบจำกัดรับ [วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต]. กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย , 2528.

47. สุวรรณมา จงประเสริฐพร. การวางแผนอาชีพของนิสิตนักศึกษาที่ศึกษาทางธุรกิจ [วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต]. กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร , 2540.
48. วรินทร์ รามสูต. แหล่งความเครียดของนิสิตปริญญาตรีจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย [วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ]. กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย , 2547.
49. วราภรณ์ รัตนาวิศยชฎกุล. ความหวังและกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษา [วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการปรึกษา]. กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย , 2545.
50. นิรมล รุ่งปัจฉิม. ความคิดเห็นเกี่ยวกับการเลือกประกอบอาชีพของนิสิตนักศึกษา มหาวิทยาลัยของรัฐในกรุงเทพมหานคร [วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต ภาควิชาอุดมศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย]. กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย , 2531.
51. อุณารัตน์ ธรรมมิโกมิทร์. การตัดสินใจเลือกประกอบอาชีพของนิสิตปีสุดท้ายของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย [วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต แผนกวิชาการปกครองบัณฑิตวิทยาลัย]. กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย , 2513.
52. ขวลิต จิตภักดี. บทคัดย่อช่องทางหางานของบัณฑิต [ออนไลน์]. 2546 แหล่งที่มา : URL: <http://www.riclib.nrct.go.th/abs/old/t138547.pdf> [12 พฤษภาคม 2549] : 1.
53. กรมการจัดหางาน กองแผนงานและสารสนเทศ. บทคัดย่อสาเหตุการไม่หางานทำของผู้ไม่มีงานทำแต่พร้อมที่จะทำงาน [ออนไลน์]. 2546 แหล่งที่มา : URL: <http://www.riclib.nrct.go.th/abs/old/t147199.pdf> [16 พฤษภาคม 2549] : 1.
54. ดวงมณ บุรณฤกษ์. บทคัดย่อสาเหตุของการว่างงานในเชิงโครงสร้างของผู้มีการศึกษาระดับอุดมศึกษา [ออนไลน์]. 2548 แหล่งที่มา : URL: <http://www.riclib.nrct.go.th/abs/2549/ab166000.pdf> [22 พฤษภาคม 2549] : 1-2.
55. มารศรี กองเกต. ผลของทัศนคติ ระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้ของบิดามารดา ที่มีต่อการเลือกอาชีพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในกรุงเทพมหานคร [วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต]. กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย , 2524.
56. ชมารร พันธุมโพธิ. การสำรวจความสนใจในอาชีพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 และมัธยมศึกษาปีที่ 6 ปีการศึกษา 2527 ในกรุงเทพมหานคร [วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต]. กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย , 2530.

57. Educational Development and Support Centre. Undergraduate Student Survey Results : Report of findings from research conducted in 2001 and 1998. Student Psychological Health Project. [online] 2002 Available from :  
URL:<http://www.le.ac.uk/edsc/sphp/results.html> [cited 2006 May 22].
58. Aysoan, F., Thompson, D., & Hamarat, E. Test anxiety, coping strategies, and perceived health in a group of high school student : A Turkish sample. *Journal of Genetic Psychology* , 2001.
59. ปัทมา อินทร์พรหม. ความเครียดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในการสอบคัดเลือกเข้ามหาวิทยาลัยเขตกรุงเทพมหานคร [วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ สาขาสุขภาพจิต]. กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย , 2548.



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย





ภาคผนวก

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ก.  
รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ


สถาบันวิทย์บริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

1. รองศาสตราจารย์ ดร.วิพรรณ ประจวบเหมาะ  
ผู้อำนวยการวิทยาลัยประชากรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
2. รองศาสตราจารย์แพทย์หญิงศิริลักษณ์ ศุภปีติพร  
อาจารย์ประจำภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์แพทย์หญิงรวิวรรณ นิวัตพันธุ์  
อาจารย์ประจำภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
4. ผู้ช่วยศาสตราจารย์นายแพทย์ชัยชนะ นิ่มนวล  
อาจารย์ประจำภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
5. นายแพทย์ พิรพนธ์ ลีอนุธวัชชัย  
อาจารย์ประจำภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย





ภาคผนวก ข.

ข้อมูลสำหรับผู้เข้าร่วมการวิจัยและใบยินยอมให้ทำการวิจัยในมนุษย์  
สำหรับการสัมภาษณ์เชิงลึก

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ข้อมูลสำหรับผู้เข้าร่วมการวิจัยสำหรับการสัมภาษณ์เชิงลึก

**การวิจัยเรื่อง** “ความวิตกกังวลและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย”

**เรียน** ท่านผู้เข้าร่วมการวิจัยทุกท่าน

ท่านได้รับเชิญจากผู้วิจัยให้เข้าร่วมเป็นผู้ให้ข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เชิงลึกในงานวิจัยเรื่องความวิตกกังวลและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ก่อนที่ท่านจะตกลงเพื่อเข้าร่วมการศึกษาวิจัยดังกล่าวขอเรียนให้ท่านทราบถึงเหตุผลและรายละเอียดของการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับความวิตกกังวลในการหางานทำและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ทั้งสาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี และสาขาสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ โดยคาดว่าจะมีผู้เข้าร่วมการศึกษาระมาณ 400 คน ก่อนที่จะทำการศึกษาดังกล่าวผู้วิจัยจะสร้างแบบประเมินปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำ โดยรวบรวมข้อมูลจากการศึกษานำร่อง (Pilot Study) ด้วยวิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก (Depth interview) ถึงปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำและอิทธิพลของความวิตกกังวลในการหางานทำ กับนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีชั้นปีสุดท้ายของมหาวิทยาลัยรัฐบาล มหาวิทยาลัยเอกชน และมหาวิทยาลัยราชภัฏ รวม 6 มหาวิทยาลัย มหาวิทยาลัยละประมาณ 6 คน รวมประมาณ 36 คน หรือเมื่อข้อมูลอิ่มตัว ดังนี้ มหาวิทยาลัยรัฐบาล ได้แก่ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยและมหาวิทยาลัยรามคำแหง มหาวิทยาลัยเอกชน ได้แก่ มหาวิทยาลัยกรุงเทพและมหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต มหาวิทยาลัยราชภัฏ ได้แก่ สถาบันราชภัฏจันทรเกษมและสถาบันราชภัฏสวนดุสิต ผลการศึกษาวิจัยที่ได้นี้จะนำไปใช้ประโยชน์การจัดการกับความวิตกกังวลในการหางานทำ และเพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานในการหาวิธีการที่ถูกต้องเกี่ยวกับการหางานทำของนิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย หากท่านตกลงที่จะเข้าร่วมการศึกษาวิจัยจะมีขั้นตอนดังต่อไปนี้ ท่านจะถูกสัมภาษณ์เกี่ยวกับปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำ ซึ่งผู้วิจัยคาดว่าจะใช้เวลาสัมภาษณ์ประมาณ 10 นาที ทั้งนี้ผู้วิจัยจะบันทึกเทปขณะสัมภาษณ์เชิงลึก และจะทำลายเทปเมื่อได้สร้างแบบประเมินปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำเสร็จเป็นที่เรียบร้อยแล้ว

ประการสำคัญที่ท่านควรทราบคือ การเข้าร่วมการศึกษาในครั้งนี้ ท่านจะไม่ได้รับสิทธิประโยชน์ชนิดใดๆ โดยตรง และการเข้าร่วมการศึกษานี้เป็นไปโดยสมัครใจ ท่านอาจปฏิเสธที่จะเข้าร่วมการวิจัยเมื่อใดก็ได้โดยไม่กระทบต่อการเรียนการสอนที่มหาวิทยาลัยของท่าน ผู้วิจัยจะเก็บข้อมูลของท่านเป็นความลับ และจะเปิดเผยได้เฉพาะในรูปการสรุปผลการวิจัยเท่านั้น

หากท่านมีปัญหาหรือข้อสงสัยประการใด กรุณาติดต่อที่โทร 081-4079969 ซึ่งผู้วิจัยยินดีให้คำชี้แจงแก่ท่านทุกประการ หากท่านมีข้อเรียกร้องใดๆต่อการเข้าร่วมโครงการวิจัย สามารถติดต่อแจ้งสำนักงานจริยธรรมการวิจัย คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โทร 02-256-4455 หรือ 02-256-4493 ต่อจริยธรรม

ขอขอบคุณในความร่วมมือของท่านมา ณ.ที่นี้

ปิยะพรรณ เอื้ออริยะพานิชกุล (ผู้วิจัย)

## ใบยินยอมให้ทำการวิจัยในมนุษย์ (Consent Form) สำหรับการสัมภาษณ์เชิงลึก

**การวิจัยเรื่อง** “ความวิตกกังวลและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย”

วันที่ให้คำยินยอม      วันที่..... เดือน ..... พ.ศ .....  
สถานที่ ..... เวลา .....

ข้าพเจ้าเข้าร่วมการวิจัยเรื่อง “ความวิตกกังวลและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย” ในฐานะผู้ให้ข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เชิงลึกที่เป็นประโยชน์ต่อการศึกษาวิจัย ทั้งนี้ก่อนที่ข้าพเจ้าจะลงนามในใบยินยอมนี้ ข้าพเจ้าได้รับการอธิบายจากผู้วิจัยถึงวัตถุประสงค์ วิธีการ ขั้นตอนต่างๆ และประโยชน์หรือผลที่อาจเกิดจากงานวิจัยอย่างละเอียด ข้าพเจ้าได้ทำความเข้าใจหรือซักถามเกี่ยวกับขั้นตอน วิธีการและการนำเสนอผลการศึกษา และได้รับคำตอบจนเป็นที่พอใจแล้ว

ผู้วิจัยได้รับรองว่าข้าพเจ้าสามารถปฏิเสธการให้ข้อมูล หรืออาจหยุดให้ความร่วมมือในขั้นตอนใดก็ได้ นอกจากนี้การนำเสนอผลการวิจัยจะนำเสนอเฉพาะเนื้อหาสาระที่เป็นประเด็นสำคัญของการศึกษา ไม่นำเสนอข้อมูลส่วนตัวของผู้เข้าร่วมวิจัย ไม่ปรากฏชื่อ ที่อยู่ หรือสถานศึกษาใดๆทั้งสิ้น

หนังสือฉบับนี้ให้ไว้เพื่อแสดงว่า ข้าพเจ้ายินดีเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้โดยสมัครใจ ภายใต้เงื่อนไขที่ระบุไว้แล้วในข้างต้น

ลงนาม ..... ผู้ยินยอม

(.....)

ลงนาม.....พยาน

(.....)

ลงนาม.....ผู้วิจัย

(.....)





ภาคผนวก ค.  
แบบสัมภาษณ์ถึงโครงสร้างที่ใช้ในการศึกษานำร่อง


สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## แบบสัมภาษณ์ถึงโครงสร้างที่ใช้ในการศึกษานำร่อง

1. คุณมีความวิตกกังวลในการหางานทำเมื่อใกล้สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรีหรือไม่
2. มีสาเหตุอะไรบ้างที่ทำให้คุณมีความวิตกกังวลในการหางานทำ
  - ปัจจัยด้านบุคคล
  - ปัจจัยด้านการศึกษา
  - ปัจจัยด้านครอบครัวและสังคม
  - ปัจจัยด้านตัวงาน



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ง.  
แบบประเมินฉบับสมบูรณ์ที่ใช้เก็บข้อมูลในการวิจัย

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## ข้อมูลสำหรับผู้เข้าร่วมการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “ความวิตกกังวลและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำของ  
นิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย”

เรียน ท่านผู้เข้าร่วมการวิจัยทุกท่าน

ท่านได้รับเชิญจากผู้วิจัยให้เข้าร่วมเป็นผู้ให้ข้อมูลในงานวิจัยเกี่ยวกับความวิตกกังวลและปัจจัย  
ที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์  
มหาวิทยาลัย

ก่อนที่ท่านจะตกลงเพื่อเข้าร่วมการศึกษาวิจัยดังกล่าวขอเรียนให้ท่านทราบถึงเหตุผลและรายละเอียด  
ของการศึกษาวิจัยในครั้งนี้

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตปริญญา  
ตรีชั้นปีสุดท้าย ทั้งสาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี และสาขาสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ และเพื่อ  
ศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย ทั้งสาขา  
วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี และสาขาสังคมศาสตร์-มนุษยศาสตร์ โดยคาดว่าจะมีผู้เข้าร่วมการศึกษา  
ประมาณ 400 คน ผลการศึกษาที่ได้นี้จะนำไปใช้ประโยชน์การจัดการกับความวิตกกังวลในเพื่อเป็น  
ข้อมูลพื้นฐานในการหาวิธีการที่ถูกต้องเกี่ยวกับการหางานทำของนิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย หาก  
ท่านตกลงที่จะเข้าร่วมการศึกษาวิจัยจะมีขั้นตอนดังต่อไปนี้

ผู้วิจัยจะขอให้ท่านตอบแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคล แบบประเมินปัจจัยที่เกี่ยวข้อง  
กับความวิตกกังวลในการหางานทำ และแบบประเมินความวิตกกังวลในการหางานทำ ซึ่งผู้วิจัยคาดว่าจะ  
ใช้เวลาในการทำประมาณ 15 นาที ท่านมีสิทธิที่จะไม่ตอบคำถามที่ทำให้ท่านรู้สึกไม่สบายใจได้

ประการสำคัญที่ท่านควรทราบคือ การเข้าร่วมการศึกษาในครั้งนี้ ท่านจะไม่ได้รับสิทธิประโยชน์  
ชนิดใดๆโดยตรง และการเข้าร่วมการศึกษานี้เป็นไปโดยสมัครใจ ท่านอาจปฏิเสธที่จะเข้าร่วมการวิจัย  
เมื่อใดก็ได้โดยไม่กระทบต่อการเรียนการสอนที่มหาวิทยาลัยของท่าน ผู้วิจัยจะเก็บข้อมูลของท่านเป็น  
ความลับ และจะเปิดเผยได้เฉพาะในรูปการสรุปผลการวิจัยเท่านั้น

หากท่านมีปัญหาหรือข้อสงสัยประการใด กรุณาติดต่อที่โทร 081-4079969 ซึ่งผู้วิจัยยินดีให้คำ  
ชี้แจงแก่ท่านทุกประการ หากท่านมีข้อเรียกร้องใดๆต่อการเข้าร่วมโครงการวิจัย สามารถติดต่อแจ้งสำนัก  
งานจริยธรรมการวิจัย คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โทร 02-256-4455 หรือ 02-256-  
4493 ต่อจริยธรรม

ขอขอบคุณในความร่วมมือของท่านมา ณ.ที่นี้

ปิยะพรรณ เอื้ออริยะพานิชกุล

(ผู้วิจัย)

## ใบยินยอมให้ทำการวิจัยในมนุษย์ (Consent Form)

**การวิจัยเรื่อง** “ความวิตกกังวลและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำของ  
นิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย”

วันที่ให้คำยินยอม วันที่..... เดือน .....พ.ศ .....  
สถานที่ ..... เวลา .....

ข้าพเจ้าเข้าร่วมการวิจัยเรื่อง “ความวิตกกังวลและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีสุดท้าย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย” ทั้งนี้ก่อนที่ข้าพเจ้าจะลงนามในใบยินยอมนี้ ข้าพเจ้าได้รับการอธิบายจากผู้วิจัยถึงวัตถุประสงค์ วิธีการ ขั้นตอนต่างๆ และประโยชน์หรือผลที่อาจเกิดจากงานวิจัยอย่างละเอียด ข้าพเจ้าได้ทำความเข้าใจหรือซักถามเกี่ยวกับขั้นตอน วิธีการ และการนำเสนอผลการศึกษา และได้รับคำตอบจนเป็นที่พอใจแล้ว

ผู้วิจัยได้รับรองว่าข้าพเจ้าสามารถปฏิเสธการให้ข้อมูล หรืออาจหยุดให้ความร่วมมือในขั้นตอนใดก็ได้ นอกจากนี้การนำเสนอผลการวิจัยจะนำเสนอเฉพาะเนื้อหาสาระที่เป็นประเด็นสำคัญของการศึกษา ไม่นำเสนอข้อมูลส่วนตัวของผู้เข้าร่วมวิจัย ไม่ปรากฏชื่อหรือที่อยู่ ใดๆทั้งสิ้น

หนังสือฉบับนี้ให้ไว้เพื่อแสดงว่า ข้าพเจ้ายินดีเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้โดยสมัครใจ ภายใต้งานใจที่ระบุไว้แล้วในข้างต้น

ลงนาม ..... ผู้ยินยอม  
(.....)

ลงนาม.....พยาน  
(.....)

ลงนาม.....ผู้วิจัย  
(.....)

**ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล**

**คำชี้แจง** โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในกรอบ  หรือเติมข้อความลงในช่องว่างตามความเป็นจริง

1. เพศ  ชาย  หญิง
2. อายุ ..... ปี
3. คณะ ..... สาขาวิชา .....
- วิชาเอก .....
4. ระดับชั้นปี  ชั้นปีที่ 4  ชั้นปีที่ 5  ชั้นปีที่ 6
5. ภูมิลำเนา  กรุงเทพมหานคร  
 ปริมณฑล ระบุจังหวัด .....
- ต่างจังหวัด ระบุจังหวัด .....
6. เกรดเฉลี่ยสะสม (GPAX)  
 ต่ำกว่า 2.00  
 2.00 – 2.49  
 2.50 – 2.99  
 3.00 – 3.49  
 3.50 – 4.00
7. ความสามารถทางด้านภาษาอังกฤษตามการรับรู้ของท่านอยู่ในระดับใดเมื่อเทียบกับคนทั่วไป  
 ระดับไม่ดีเลย  ระดับไม่ค่อยดี  ระดับปานกลาง  ระดับค่อนข้างดี  ระดับดีมาก
8. ความสามารถทางด้านคอมพิวเตอร์ตามการรับรู้ของท่านอยู่ในระดับใดเมื่อเทียบกับคนทั่วไป  
 ระดับไม่ดีเลย  ระดับไม่ค่อยดี  ระดับปานกลาง  ระดับค่อนข้างดี  ระดับดีมาก
9. ความสามารถทางด้านวิชาหลัก (วิชาเอก) ตามการรับรู้ของท่านอยู่ในระดับใดเมื่อเทียบกับคนทั่วไป  
 ระดับไม่ดีเลย  ระดับไม่ค่อยดี  ระดับปานกลาง  ระดับค่อนข้างดี  ระดับดีมาก
10. ความสามารถทางด้านวิชาการตามการรับรู้ของท่านอยู่ในระดับใดเมื่อเทียบกับคนทั่วไป  
 ระดับไม่ดีเลย  ระดับไม่ค่อยดี  ระดับปานกลาง  ระดับค่อนข้างดี  ระดับดีมาก
11. งานที่ท่านอยากทำตรงกับวิชาหลัก (วิชาเอก) ที่ท่านได้เรียนหรือไม่  
 ไม่ตรงเลย  ไม่ค่อยตรง  ตรงปานกลาง  ค่อนข้างตรง  ตรงอย่างมาก



12. ท่านมีความสามารถพิเศษด้านใด
- ไม่มี (ข้ามไปข้อ 14)
- มี ระบุ .....
13. ท่านคิดว่าความสามารถพิเศษที่ท่านมี มีความเกี่ยวข้องกับงานที่ท่านอยากทำเพียงใด
- ไม่เกี่ยวข้องเลย
- ไม่ค่อยเกี่ยวข้อง
- เกี่ยวข้องปานกลาง
- ค่อนข้างเกี่ยวข้อง
- เกี่ยวข้องอย่างมาก
14. ตอนนี้ท่านเรียนที่มหาวิทยาลัยอื่นด้วยหรือไม่
- ไม่ได้เรียน
- เรียน ระบุมหาวิทยาลัย .....
15. ท่านมีโรคประจำตัวหรือไม่  ไม่มี  มี ระบุ .....
16. สถานภาพสมรสของบิดา-มารดา
- อยู่ด้วยกัน  แยกกันอยู่
- หย่าร้าง  บิดาหรือมารดาเสียชีวิต
17. ข้อมูลของบิดา
- 17.1 ระดับการศึกษา
- ไม่ได้เรียน
- ประถมศึกษา
- มัธยมศึกษา
- อาชีวศึกษา หรือ อนุปริญญา
- ปริญญาตรี
- ปริญญาโท หรือเทียบเท่า
- ปริญญาเอก หรือเทียบเท่า

- 17.2 อาชีพ  รับราชการ  พนักงานรัฐวิสาหกิจ  
 เกษตรกรรม  ลูกจ้างเอกชน (เช่น บริษัท ห้างร้านต่างๆ)  
 ธุรกิจส่วนตัว  รับจ้าง  
 ไม่ได้ทำงาน  อื่นๆ .....

18. ข้อมูลของมารดา

18.1 ระดับการศึกษา

- ไม่ได้เรียน  
 ประถมศึกษา  
 มัธยมศึกษา  
 อาชีวศึกษา หรือ อนุปริญญา  
 ปริญญาตรี  
 ปริญญาโท หรือเทียบเท่า  
 ปริญญาเอก หรือเทียบเท่า

18.2 อาชีพ

- รับราชการ  พนักงานรัฐวิสาหกิจ  
 เกษตรกรรม  ลูกจ้างเอกชน (เช่น บริษัท ห้างร้านต่างๆ)  
 ธุรกิจส่วนตัว  รับจ้าง  
 ไม่ได้ทำงาน  อื่นๆ .....

19. รายได้เฉลี่ยของครอบครัวต่อเดือน (บิดาและมารดา)

- ต่ำกว่า 20,000 บาท  
 20,001 – 40,000 บาท  
 40,001 - 60,000 บาท  
 60,001 – 80,000 บาท  
 80,001 – 100,000 บาท  
 100,000 บาทขึ้นไป

20. ท่านคิดว่าบิดามีความคาดหวังในการงานทำของท่านหรือไม่ (หากบิดาเสียชีวิตแล้วให้ข้ามไป)

- ไม่คาดหวังเลย
- ไม่ค่อยคาดหวัง
- คาดหวังปานกลาง
- ค่อนข้างคาดหวัง
- คาดหวังอย่างมาก

21. ท่านคิดว่ามารดามีความคาดหวังในการงานทำของท่านหรือไม่ (หากมารดาเสียชีวิตแล้วให้ข้ามไป)

- ไม่คาดหวังเลย
- ไม่ค่อยคาดหวัง
- คาดหวังปานกลาง
- ค่อนข้างคาดหวัง
- คาดหวังอย่างมาก

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



**ตอนที่ 2** แบบประเมินปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำ

**คำชี้แจง :** ให้ท่านพิจารณาว่า ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำแต่ละปัจจัย เป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดความวิตกกังวลในการหางานทำตรงกับตัวท่านมากน้อยเพียงใด โปรดใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับท่านมากที่สุด

- 5      ก่อให้เกิดความวิตกกังวลมากที่สุด  
 4      ก่อให้เกิดความวิตกกังวลมาก  
 3      ก่อให้เกิดความวิตกกังวลปานกลาง  
 2      ก่อให้เกิดความวิตกกังวลเล็กน้อย  
 1      ก่อให้เกิดความวิตกกังวลน้อยที่สุด  
 0      ไม่ก่อให้เกิดความวิตกกังวล หรือ ไม่เคยเกิดขึ้น

ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวล ในการหางานทำ	ระดับความวิตกกังวล					ไม่วิตกกังวล หรือ ไม่เคย เกิดขึ้น
	วิตกกังวล มากที่สุด	วิตกกังวล มาก	วิตกกังวล ปานกลาง	วิตกกังวล เล็กน้อย	วิตกกังวล น้อยที่สุด	
	5	4	3	2	1	
1. ไม่รู้ว่าตนเองอยากจะทำงานอะไร						
2. ตนเองไม่ทราบข้อมูลเกี่ยวกับแหล่งงาน						
3. กลัวว่าความสามารถของตนเองจะไม่เพียงพอ กับงานที่อยากทำ						
4. กลัวว่าตนเองจะได้งานที่ไม่ถูกใจ						
5. สาขา / วิชาเอกที่ตนเองเรียน กลัวจะไม่ สอดคล้องกับงานที่ต้องการ						
6. เกรดเฉลี่ยสะสมไม่สูงพอสำหรับการได้งานทำ						
7. ระดับความสามารถทางภาษาอังกฤษ อาจเป็นอุปสรรคต่อการได้งานทำ						
8. ระดับความสามารถทางคอมพิวเตอร์ อาจเป็นอุปสรรคต่อการได้งานทำ						
9. ประสบการณ์จากการทำกิจกรรมนอก หลักสูตรมีน้อยอาจมีผลต่อการสมัครงาน						
10. กลัวว่าจะแข่งกับนิสิตนักศึกษาที่จบจาก มหาวิทยาลัยอื่นไม่ได้						

<b>ปัจจัยที่ก่อให้เกิดข้อบกพร่องกับคุณลักษณะที่วัด</b> <b>ในการปฏิบัติงาน</b>						5	4	3	2	1	0
						วิเศษ มาก กึ่งวิเศษ มาก	วิเศษ มาก กึ่งวิเศษ มาก	วิเศษ มาก กึ่งวิเศษ มาก	วิเศษ มาก กึ่งวิเศษ มาก	วิเศษ มาก กึ่งวิเศษ มาก	วิเศษ มาก กึ่งวิเศษ มาก
11. อัตราการปฏิบัติงานสูง ก้าวหน้างานทันได้											
12. ก้าวหน้าการขอรับงบประมาณ											
13. การขาดประสิทธิภาพในการปฏิบัติงาน											
14. ก้าวหน้าผลิตภาพจะไม่เหมาะสมกับงานที่											
15. งานที่จะไม่สนับสนุนงานที่ขอทำ											
16. ฐานะเศรษฐกิจของหน่วยงานทำให้กังวลใน											
17. ระยะทางในการเดินทางทำให้กังวลใน											
18. ก้าวหน้าเข้าทำกับนายได้											
19. ก้าวหน้าเข้าทำกับเพื่อนร่วมงานไม่ได้											
20. ก้าวหน้าที่ได้จะมอบหมายเพื่อน											
21. ก้าวหน้าที่ได้จะไม่เสียสิทธิ์											
22. ก้าวหน้าที่ได้ไม่เงินเดือน											
23. ก้าวหน้าที่ได้ให้รายได้น้อย											
24. ก้าวหน้าที่ได้ไม่ทำในบริษัทใหญ่ที่มี											
25. ก้าวหน้าที่ได้จะไม่นำไปพอใจ											
26. ก้าวหน้าที่ได้ไม่เอาใจใส่กับหัวหน้า											
27. ก้าวหน้าที่ได้ไม่ยอมรับที่ใหม่											
28. ก้าวหน้าที่ได้จะไม่เอาใจใส่กับเพื่อนร่วมงานที่											

### ตอนที่ 3 แบบประเมินความวิตกกังวลในการหางานทำ

**คำชี้แจง :** ให้นิสิตนักศึกษาอ่านและพิจารณาว่า นิสิตนักศึกษามีความรู้สึก หรืออาการ ต่อไปนี้ บ่อยครั้งมากน้อยในระดับใด แล้วโปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องทางขวามือที่ตรงกับระดับความถี่ตามการรับรู้ของนิสิตนักศึกษา โดยมีระดับให้ประเมิน 5 ระดับ คือ ไม่เคย นานๆครั้ง ปานกลาง บ่อย บ่อยมาก โดยมีเกณฑ์ประกอบการพิจารณาดังนี้

บ่อยมาก หมายถึง มีความรู้สึก หรืออาการ ต่อไปนี้เกิดขึ้นทุกวัน  
 บ่อย หมายถึง มีความรู้สึก หรืออาการ ต่อไปนี้เกิดขึ้น 5-6 ครั้งภายใน 1 สัปดาห์  
 ปานกลาง หมายถึง มีความรู้สึก หรืออาการ ต่อไปนี้เกิดขึ้น 3-4 ครั้งภายใน 1 สัปดาห์  
 นานๆครั้ง หมายถึง มีความรู้สึก หรืออาการ ต่อไปนี้เกิดขึ้น 1-2 ครั้งภายใน 1 สัปดาห์  
 ไม่เคย หมายถึง ไม่มีความรู้สึก หรืออาการ ต่อไปนี้เกิดขึ้นเลย

นิสิตนักศึกษามี <i>อารมณ์ความรู้สึก</i> ต่อไปนี้ บ่อยครั้งมากน้อยในระดับใด	บ่อย มาก	บ่อย	ปาน กลาง	นาน ๆ ครั้ง	ไม่เคย
1. ลังเลในการตัดสินใจ					
2. หงุดหงิดเมื่อนึกถึงการหางานทำ					
3. ท้อแท้หมดกำลังใจในการหางานทำ					
4. ไม่มีความเชื่อมั่นในการหางานทำ					
5. หมดหวังที่จะหางานทำดีๆ					
6. อุ่นใจไม่สบาย					
7. หวาดกลัวการหางานทำ					
นิสิตนักศึกษามี <i>อาการทางความคิด</i> ต่อไปนี้ บ่อยครั้งมากน้อยในระดับใด	บ่อย มาก	บ่อย	ปาน กลาง	นาน ๆ ครั้ง	ไม่เคย
8. จำอะไรได้น้อยลง					
9. ไม่มีสมาธิในการอ่านหนังสือ					
10. ขาดความสนใจในการทำงาน					
11. ใจไม่อยู่กับตัวขณะทำงาน					
12. เหม่อลอย					
13. เวียนศีรษะ					
14. หน้ามืดคล้ายจะเป็นลม					



นิสิตนักศึกษาที่มี อาการทางกาย ต่อไปนี้ บ่อยครั้งมากน้อยในระดับใด	บ่อยมาก	บ่อย	ปานกลาง	นานๆ ครั้ง	ไม่เคย
15. หัวใจเต้นเร็วผิดปกติ					
16. หายใจติดขัด					
17. แน่นหน้าอก					
18. ท้องเสียหรือท้องผูก					
19. เบื่ออาหารหรืออยากกินอาหารมากกว่าปกติ					
20. ปวดท้อง					
21. ปวดบริเวณท้ายทอยหรือขมับ					
22. อ่อนเพลียโดยไม่มีสาเหตุ					
23. ปวดเมื่อยตามร่างกาย					
24. บิัสสาวะบ่อยกว่าปกติ					
25. มีปัญหาเกี่ยวกับการนอน เช่น นอนไม่หลับ นอนหลับไม่สนิท นอนหลับยาก					

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก จ.  
การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ผลการวิเคราะห์ความตรงเชิงโครงสร้าง (Construct validity) ของแบบประเมินปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการทำงานทำ โดยวิธีวิเคราะห์องค์ประกอบ (Factor Analysis)

ตารางที่ ๑.1 แบบแผนองค์ประกอบของแบบประเมินปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการทำงานทำ จำนวน 28 ข้อ

ข้อคำถาม	องค์ประกอบ			
	1	2	3	4
	ปัจจัยด้าน ตนเอง	ปัจจัยด้าน ความสามารถ และประสบการณ์	ปัจจัยด้าน สังคม	ปัจจัยด้าน ตัวงาน
ข้อที่ 1	0.756	-	-	-
ข้อที่ 2	0.537	-	-	-
ข้อที่ 3	0.631	-	-	-
ข้อที่ 4	0.585	-	-	-
ข้อที่ 7	0.577	-	-	-
ข้อที่ 27	0.553	-	-	-
ข้อที่ 8	-	0.413	-	-
ข้อที่ 9	-	0.666	-	-
ข้อที่ 10	-	0.602	-	-
ข้อที่ 11	-	0.499	-	-
ข้อที่ 13	-	0.592	-	-
ข้อที่ 17	-	0.696	-	-
ข้อที่ 18	-	0.509	-	-
ข้อที่ 20	-	0.632	-	-
ข้อที่ 28	-	0.586	-	-
ข้อที่ 6	-	-	0.446	-
ข้อที่ 15	-	-	0.704	-
ข้อที่ 16	-	-	0.632	-
ข้อที่ 29	-	-	0.402	-
ข้อที่ 30	-	-	0.567	-
ข้อที่ 31	-	-	0.689	-



ตารางที่ ๑.1 แบบแผนองค์ประกอบของแบบประเมินปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำ จำนวน 28 ข้อ (ต่อ)

ข้อคำถาม	องค์ประกอบ			
	1	2	3	4
	ปัจจัยด้าน ตนเอง	ปัจจัยด้าน ความสามารถ และประสบการณ์	ปัจจัยด้าน สังคม	ปัจจัยด้าน ตัวงาน
ข้อที่ 12	-	-	-	0.479
ข้อที่ 14	-	-	-	0.760
ข้อที่ 19	-	-	-	0.592
ข้อที่ 21	-	-	-	0.695
ข้อที่ 22	-	-	-	0.675
ข้อที่ 23	-	-	-	0.625
ข้อที่ 25	-	-	-	0.660
ข้อที่ 26	-	-	-	0.662
ข้อที่ 32	-	-	-	0.543

จากตารางที่ ๑.1 คำนี้นักองค์ประกอบของแบบประเมินปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำพบว่า

ในองค์ประกอบที่ 1 มีค่าอยู่ระหว่าง 0.537 ถึง 0.756 โดยข้อที่ 2 มีค่านี้นักองค์ประกอบต่ำสุด และข้อที่ 1 มีค่านี้นักองค์ประกอบสูงสุด

ในองค์ประกอบที่ 2 มีค่าอยู่ระหว่าง 0.413 ถึง 0.696 โดยข้อที่ 8 มีค่านี้นักองค์ประกอบต่ำสุด และข้อที่ 17 มีค่านี้นักองค์ประกอบสูงสุด

ในองค์ประกอบที่ 3 มีค่าอยู่ระหว่าง 0.402 ถึง 0.704 โดยข้อที่ 29 มีค่านี้นักองค์ประกอบต่ำสุด และข้อที่ 15 มีค่านี้นักองค์ประกอบสูงสุด

ในองค์ประกอบที่ 4 มีค่าอยู่ระหว่าง 0.479 ถึง .760 โดยข้อที่ 12 มีค่านี้นักองค์ประกอบต่ำสุด และข้อที่ 14 มีค่านี้นักองค์ประกอบสูงสุด

และเมื่อแยกพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ด้านที่ 1 ปัจจัยด้านตนเอง ข้อคำถามทั้งหมดมีค่านี้นักในองค์ประกอบที่ 1 ด้านที่ 2 ปัจจัยด้านความสามารถและประสบการณ์ ข้อคำถามทั้งหมดมีค่านี้นักในองค์ประกอบที่ 2 ด้านที่ 3 ปัจจัยด้านสังคม ข้อคำถามทั้งหมดมีค่านี้นักในองค์ประกอบที่ 3 ด้านที่ 4 ปัจจัยด้านตัวงาน ข้อคำถามทั้งหมดมีค่านี้นักในองค์ประกอบที่ 4

ผลการวิเคราะห์ความตรงเชิงโครงสร้าง (Construct validity) ของแบบประเมินความ  
วิตกกังวลในการหางานทำ โดยวิธีวิเคราะห์องค์ประกอบ (Factor Analysis)

ตารางที่ ๑.2 แบบแผนองค์ประกอบของแบบประเมินความวิตกกังวลในการหางานทำ  
จำนวน 25 ข้อ

ข้อคำถาม	องค์ประกอบ		
	1 ด้านอารมณ์ ความรู้สึก	2 ด้านอาการ ทางความคิด	3 ด้านอาการ ทางกาย
ข้อที่ 2	0.446	-	-
ข้อที่ 3	0.674	-	-
ข้อที่ 4	0.746	-	-
ข้อที่ 5	0.723	-	-
ข้อที่ 6	0.700	-	-
ข้อที่ 9	0.548	-	-
ข้อที่ 8	-	0.596*	-
ข้อที่ 10	-	0.470	-
ข้อที่ 11	-	0.601	-
ข้อที่ 12	-	0.710	-
ข้อที่ 13	-	0.743	-
ข้อที่ 14	-	0.576	-
ข้อที่ 15	-	-	0.543
ข้อที่ 16	-	-	0.589
ข้อที่ 17	-	-	0.446
ข้อที่ 18	-	-	0.554
ข้อที่ 20	-	-	0.572
ข้อที่ 23	-	-	0.541
ข้อที่ 24	-	-	0.556
ข้อที่ 25	-	-	0.700
ข้อที่ 26	-	-	0.564
ข้อที่ 27	-	-	0.670
ข้อที่ 28	-	-	0.693
ข้อที่ 31	-	-	0.526
ข้อที่ 33	-	-	0.673

จากตารางที่ ๑.2 ค่าน้ำหนักองค์ประกอบของแบบประเมินความวิตกกังวลในการทำงานที่พบว่า

ในองค์ประกอบที่ 1 มีค่าอยู่ระหว่าง 0.446 ถึง 0.746 โดยข้อที่ 2 มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบต่ำสุด และข้อที่ 4 มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบสูงสุด

ในองค์ประกอบที่ 2 มีค่าอยู่ระหว่าง 0.470 ถึง 0.743 โดยข้อที่ 10 มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบต่ำสุด และข้อที่ 13 มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบสูงสุด

ในองค์ประกอบที่ 3 มีค่าอยู่ระหว่าง 0.446 ถึง 0.700 โดยข้อที่ 17 มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบต่ำสุด และข้อที่ 25 มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบสูงสุด

และเมื่อแยกพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ด้านที่ 1 ด้านอารมณ์ความรู้สึก ข้อคำถามส่วนใหญ่มีค่าน้ำหนักในองค์ประกอบที่ 1 ยกเว้นข้อที่ 8 มีค่าน้ำหนักในองค์ประกอบที่ 2 แต่เพื่อให้สอดคล้องกับชื่อด้านจึงให้มีค่าน้ำหนักอยู่ในองค์ประกอบที่ 1 ด้านที่ 2 ด้านอาการทางความคิด ข้อคำถามทั้งหมดมีค่าน้ำหนักในองค์ประกอบที่ 2 ด้านที่ 3 ด้านอาการทางกาย ข้อคำถามทั้งหมดมีค่าน้ำหนักในองค์ประกอบที่ 3



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ตารางที่ ๑.3 แสดงผลการวิเคราะห์แบบประเมินปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำจากการ Try out จำนวน 32 ข้อ โดยการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามแต่ละข้อกับคะแนนรวมปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำ (Corrected Item-Total Correlation) (N=128)

ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำ	ค่า CITC
1. ไม่รู้ว่าตนเองอยากจะทำงานอะไร	0.4986
2. ตนเองไม่ทราบข้อมูลเกี่ยวกับแหล่งงาน	0.5992
3. กลัวว่าความสามารถของตนเองจะไม่เพียงพอกับงานที่อยากทำ	0.5959
4. กลัวว่าตนเองจะได้งานที่ไม่ถูกใจ	0.4548
5. กลัวว่าสุขภาพร่างกาย/โรคประจำตัวอาจเป็นอุปสรรคต่อการได้งานทำ	0.3851
6. กลัวว่าบุคลิกภาพจะไม่เหมาะสมกับงานที่ต้องการ	0.6142
7. สาขา / วิชาเอกที่เรียนไม่สอดคล้องกับงานที่ต้องการ	0.5430
8. เกเรตเลี้ยสะสมไม่สูงพอสำหรับการได้งานทำ	0.3829
9. ระดับความสามารถทางภาษาอังกฤษอาจเป็นอุปสรรคต่อการได้งานทำ	0.3846
10. ระดับความสามารถทางคอมพิวเตอร์อาจเป็นอุปสรรคต่อการได้งานทำ	0.4406
11. ประสบการณ์จากการทำกิจกรรมนอกหลักสูตรมีน้อยอาจมีผลต่อการสมัครงาน	0.6520
12. กลัวว่างานที่ได้จะน้อยหน้าเพื่อน ๆ	0.4475
13. กลัวว่าจะแข่งกับนิสิตนักศึกษาที่จบจากมหาวิทยาลัยอื่นไม่ได้	0.4568
14. กลัวว่าจะได้งานที่ไม่มีเกียรติ	0.5833
15. ทางบ้านจะไม่สนับสนุนงานที่อยากทำ	0.3217
16. ฐานะเศรษฐกิจของทางบ้านทำให้กังวลในการหางานทำ	0.5709
17. อัตราการว่างงานสูง กลัวจะหางานทำไม่ได้	0.6076
18. กลัววิธีการสอบสัมภาษณ์งาน	0.4852
19. กลัวถูกใช้งานเกินเงินเดือน	0.5285
20. กลัวว่าจะได้งานที่ไม่มั่นคง	0.7050
21. กลัวว่าจะได้งานที่ให้รายได้ต่ำ	0.5805
22. กลัวว่าจะไม่ได้งานทำในบริษัทใหญ่ที่มีชื่อเสียง	0.5741
23. กลัวว่าสวัสดิการจะไม่น่าพอใจ	0.5408
24. กลัวว่าตำแหน่งงานจะไม่ตรงกับที่ต้องการ	0.3631

ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำ	ค่า CITC
25. กลัวว่าจะได้งานที่ไม่มีโอกาสก้าวหน้าทางตำแหน่ง	0.6498
26. กลัวว่าจะได้ทำงานในบริษัทที่ไม่มีการพัฒนาบุคลากร	0.6382
27. กลัวว่าลักษณะงานจะไม่ตรงกับที่ต้องการ	0.5599
28. การขาดประสบการณ์ในการทำงานอาจทำให้ไม่ได้งาน	0.6180
29. ระยะทางในการเดินทางทำให้กังวลในการเลือกงาน	0.4634
30. กลัวว่าจะเข้ากับเจ้านายไม่ได้	0.5562
31. กลัวว่าจะเข้ากับเพื่อนร่วมงานไม่ได้	0.4789
32. กลัวว่าจะลำบากถ้าต้องไปทำงานที่ต่างจังหวัด	0.4171
<b>ค่าสัมประสิทธิ์ Cronbach Alpha ของปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับ ความวิตกกังวลในการหางานทำ (32 ข้อ) (จากกลุ่มตัวอย่าง 128 คน)</b>	<b>0.9265</b>

**หมายเหตุ :** ข้อคำถามที่เป็นตัวหนา คือ ข้อคำถามที่ผู้วิจัยได้ตัดออกจากแบบประเมินฉบับจริง เนื่องจากเป็นข้อที่ตัดออกตอนหาความตรงตามโครงสร้าง โดยวิธีวิเคราะห์องค์ประกอบ (Factor Analysis)

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ ๑.4 แสดงผลการวิเคราะห์แบบประเมินปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำ จากการ Try out จำนวน 28 ข้อ โดยการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำ (Corrected Item-Total Correlation) (N=128)

ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำ	ค่า CITC
<b>1. ปัจจัยด้านตนเอง</b>	
1.1 ไม่รู้ว่าตนเองอยากจะทำงานอะไร	0.6434
1.2 ตนเองไม่ทราบข้อมูลเกี่ยวกับแหล่งงาน	0.5974
1.3 กลัวว่าความสามารถของตนเองจะไม่เพียงพอกับงานที่อยากทำ	0.6142
1.4 กลัวว่าตนเองจะได้งานที่ไม่ถูกใจ	0.4477
1.5 สาขา / วิชาเอกที่เรียนไม่สอดคล้องกับงานที่ต้องการ	0.5651
<b>ค่าสัมประสิทธิ์ Cronbach's Alpha ของปัจจัยด้านตนเอง (5 ข้อ)</b>	<b>0.7921</b>
<b>2. ปัจจัยด้านความสามารถและประสบการณ์</b>	
2.1 เกเรตเฉื่อยละสมไม่สูงพอสำหรับการได้งานทำ	0.3322
2.2 ระดับความสามารถทางภาษาอังกฤษอาจเป็นอุปสรรคต่อการได้งานทำ	0.4942
2.3 ระดับความสามารถทางคอมพิวเตอร์อาจเป็นอุปสรรคต่อการได้งานทำ	0.4786
2.4 ประสบการณ์จากการทำกิจกรรมนอกหลักสูตรมีน้อย อาจมีผลต่อการสมัครงาน	0.6399
2.5 กลัวว่าจะแข่งกับนิสิตนักศึกษาที่จบจากมหาวิทยาลัยอื่นไม่ได้	0.5185
2.6 อัตราการว่างงานสูง กลัวจะหางานทำไม่ได้	0.5993
2.7 กลัววิธีการสอบสัมภาษณ์งาน	0.5300
2.8 การขาดประสบการณ์ในการทำงานอาจทำให้ไม่ได้งาน	0.6376
<b>ค่าสัมประสิทธิ์ Cronbach's Alpha ของปัจจัยด้านความสามารถและประสบการณ์ (8 ข้อ)</b>	<b>0.8118</b>
<b>3. ปัจจัยด้านสังคม</b>	
3.1 กลัวว่าบุคลิกภาพจะไม่เหมาะสมกับงานที่ต้องการ	0.5171
3.2 ทางบ้านจะไม่สนับสนุนงานที่อยากทำ	0.4469
3.3 ฐานะเศรษฐกิจของทางบ้านทำให้กังวลในการหางานทำ	0.5890
3.4 ระยะทางในการเดินทางทำให้กังวลในการเลือกงาน	0.4867
3.5 กลัวว่าจะเข้ากับเจ้านายไม่ได้	0.6081
3.6 กลัวว่าจะเข้ากับเพื่อนร่วมงานไม่ได้	0.6273
<b>ค่าสัมประสิทธิ์ Cronbach's Alpha ของปัจจัยด้านสังคม (6 ข้อ)</b>	<b>0.7918</b>



ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำ	ค่า CITC
4. ปัจจัยด้านตัวงาน	
4.1 กลัวว่างานที่ได้จะน้อยหน้าเพื่อนฯ	0.5097
4.2 กลัวว่าจะได้งานที่ไม่มีเกียรติ	0.7426
4.3 กลัวถูกใช้งานเกินเงินเดือน	0.5297
4.4 กลัวว่าจะได้งานที่ให้รายได้น้อย	0.6013
4.5 กลัวว่าจะไม่ได้งานทำในบริษัทใหญ่ที่มีชื่อเสียง	0.6761
4.6 กลัวว่าสวัสดิการจะไม่น่าพอใจ	0.6344
4.7 กลัวว่าจะได้งานที่ไม่มีโอกาสก้าวหน้าทางตำแหน่ง	0.6414
4.8 กลัวว่าจะได้ทำงานในบริษัทที่ไม่มีการพัฒนาบุคลากร	0.6480
4.9 กลัวว่าจะลำบากถ้าต้องไปทำงานที่ต่างจังหวัด	0.4462
ค่าสัมประสิทธิ์ Cronbach Alpha ของปัจจัยด้านตัวงาน (9 ข้อ)	0.8653
ค่าสัมประสิทธิ์ Cronbach Alpha ของปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำ ( 28 ข้อ) (จากกลุ่มตัวอย่าง 128 คน)	0.9222

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ ๑.5 แสดงผลการวิเคราะห์แบบประเมินความวิตกกังวลในการหางานทำจากการ Try out จำนวน 39 ข้อ โดยการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามแต่ละข้อกับคะแนนรวมปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำ (Corrected Item-Total Correlation) (N=128)

ความวิตกกังวลในการหางานทำ	ค่า CITC
1. คิดซ้ำกว่าปกติ	0.5127
2. ลังเลในการตัดสินใจ	0.4933
3. หงุดหงิดเมื่อนึกถึงการหางานทำ	0.4101
4. หือแท้หมดกำลังใจในการหางานทำ	0.4203
5. ไม่มีความเชื่อมั่นในการหางานทำ	0.5194
6. หมดหวังที่จะหางานทำดีๆ	0.3493
7. เบื่อหน่ายไม่อยากทำงานใดๆ	0.4142
8. อุ่นเฉียวไม่ไหวง่าย	0.5519
9. หวาดกลัวการหางานทำ	0.4886
10. จำอะไรได้น้อยลง	0.5200
11. ไม่มีสมาธิในการอ่านหนังสือ	0.5992
12. ขาดความสนใจในการทำงาน	0.5084
13. ใจไม่อยู่กับตัวขณะทำงาน	0.5593
14. เหม่อลอย	0.4875
15. เวียนศีรษะ	0.5566
16. หน้ามืดคล้ายจะเป็นลม	0.4617
17. หัวใจเต้นเร็วผิดปกติ	0.4321
18. หายใจติดขัด	0.4400
19. หายใจไม่เต็มอึด	0.4409
20. แน่นหน้าอก	0.4555
21. ถอนหายใจบ่อย	0.6009
22. เจ็บหน้าอก	0.3673
23. ท้องเสียหรือท้องผูก	0.5301
24. เบื่ออาหารหรืออยากกินอาหารมากกว่าปกติ	0.5628
25. ปวดท้อง	0.4870
26. ปวดบริเวณท้ายทอยหรือขมับ	0.4769

ความวิตกกังวลในการหางานทำ	ค่า CITC
27. อ่อนเพลียโดยไม่มีสาเหตุ	0.5008
28. ปวดเมื่อยตามร่างกาย	0.6141
29. สั่นกระตุกตามมือเท้า	0.5365
30. มีอาการเกร็งของกล้ามเนื้อ	0.6495
31. ปัสสาวะบ่อยกว่าปกติ	0.4022
32. ผื่นร้ำเย็บเกี่ยวกับการหางานทำ	0.3397
33. มีปัญหาเกี่ยวกับการนอน เช่น นอนไม่หลับ นอนหลับไม่สนิท นอนหลับยาก	0.5584
34. ผอเธอในการทำงาน	0.6443
35. ทำงานผิดพลาด	0.5696
36. เกิดอุบัติเหตุในชีวิตประจำวัน	0.4679
37. ปลดปล่อยละเลงใจไม่สนใจตนเองเหมือนเคย	0.4950
38. มีเรื่องทะเลาะกับเพื่อน	0.4343
39. แยกตัวไม่อยากพบปะผู้คน	0.4138
ค่าสัมประสิทธิ์كرونบาคอัลฟาของ ความวิตกกังวลในการหางานทำ (39 ข้อ) (จากกลุ่มตัวอย่าง 128 คน)	0.9315

หมายเหตุ : ข้อคำถามที่เป็นตัวหนา คือ ข้อคำถามที่ผู้วิจัยได้ตัดออกจากแบบประเมินฉบับจริง  
เนื่องจากเป็นข้อที่ตัดออกตอนหาความตรงตามโครงสร้าง โดยวิธีวิเคราะห์  
องค์ประกอบ (Factor Analysis)

สถาบันวิจัยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ตารางที่ ๑.6 แสดงผลการวิเคราะห์แบบประเมินความวิตกกังวลในการหางานทำจากการ Try out จำนวน 25 ข้อ โดยการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามแต่ละข้อกับคะแนนรวมปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการหางานทำ (Corrected Item-Total Correlation) (N=128)

ความวิตกกังวลในการหางานทำ	ค่า CITC
<b>1. ด้านอารมณ์ความรู้สึก</b>	
1.1 ลังเลในการตัดสินใจ	0.4629
1.2 หงุดหงิดเมื่อนึกถึงการหางานทำ	0.6435
1.3 ท้อแท้หมดกำลังใจในการหางานทำ	0.6005
1.4 ไม่มีความเชื่อมั่นในการหางานทำ	0.6483
1.5 หมดหวังที่จะหางานทำดีๆ	0.5766
1.6 อุ่นใจไม่สบาย	0.4546
1.7 นวดกสัวการหางานทำ	0.5930
<b>ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของด้านอารมณ์ความรู้สึก (7ข้อ)</b>	<b>0.8242</b>
<b>2. ด้านอาการทางความคิด</b>	
2.1 จำอะไรได้น้อยลง	0.5084
2.2 ไม่มีสมาธิในการอ่านหนังสือ	0.6596
2.3 ขาดความสนใจในการทำงาน	0.6941
2.4 ใจไม่อยู่กับตัวขณะทำงาน	0.7534
2.5 เหม่อลอย	0.5431
<b>ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของด้านอาการทางความคิด (5ข้อ)</b>	<b>0.8287</b>
<b>3. ด้านอาการทางกาย</b>	
3.1 เวียนศีรษะ	0.5263
3.2 หน้ามืดคล้ายจะเป็นลม	0.5324
3.3 หัวใจเต้นเร็วผิดปกติ	0.4017
3.4 หายใจติดขัด	0.4595
3.5 แน่นหน้าอก	0.4661
3.6 ท้องเสียหรือท้องผูก	0.5391
3.7 เบื่ออาหารหรืออยากกินอาหารมากกว่าปกติ	0.5547
3.8 ปวดท้อง	0.5995
3.9 ปวดบริเวณท้ายทอยหรือขมับ	0.5059

ความวิตกกังวลในการหางานทำ	ค่า CITC
3.10 อ่อนเพลียโดยไม่มีสาเหตุ	0.6328
3.11 ปวดเมื่อยตามร่างกาย	0.6900
3.12 บัสสาวะบ่อยกว่าปกติ	0.4791
3.13 มีปัญหาเกี่ยวกับการนอน เช่น นอนไม่หลับ นอนหลับไม่สนิท นอนหลับยาก	0.6145
ค่าสัมประสิทธิ์ Cronbach's Alpha ของด้านอาการทางกาย (13 ข้อ)	0.8688
ค่าสัมประสิทธิ์ Cronbach's Alpha ของ ความวิตกกังวลในการหางานทำ ( 25 ข้อ) (จากกลุ่มตัวอย่าง 128 คน)	0.8996

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นางสาวปิยะพรรณ เชื้ออริยะพานิชกุล เกิดวันที่ 14 เมษายน 2526 ที่จังหวัด กรุงเทพมหานคร สำเร็จการศึกษาคณะครุศาสตร์บัณฑิต คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในปีการศึกษา 2547 และเข้าศึกษาต่อในหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขา สุขภาพจิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปีการศึกษา 2548



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย