

## บรรณานุกรม

ภาษาไทยหนังสือ

- กมลรัตน์ หล้าสูงษ์. สุขภาพจิตในโรงเรียน. ภาควิชาแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2524.
- กองประสานงานเยาวชน. บทคัดย่อนโยบายและแผนพัฒนาเยาวชนระยะยาว. สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานเยาวชนแห่งชาติ สำนักงานนายกรัฐมนตรี, 2527.
- ประคอง กรรณสูต. สถิติศาสตร์ประยุกต์สำหรับครู. พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช, 2525.
- ประสิทธิ์ ชินสุต และคณะ. สุขภาพจิต. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์พิมพ์เศ, 2525.
- ฝน แสงสิงแก้ว. "สุขภาพจิตกับความมั่นคงของชาติ." ใน สุขภาพจิตศึกษา, พิมพ์ครั้งที่ 3. กองสุขภาพจิต กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข โรงพิมพ์มิตรสยาม, 2521.
- \_\_\_\_\_. เรื่องของสุขภาพ. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ชอพิมพ์, 2522.
- พิรา ศุภรัตน์. คำวินิจฉัยเวชศาสตร์. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์อักษรไทย, 2520.
- สุชา จันทรเอม และ สุรางค์ จันทรเอม. สุขภาพจิต. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร : แพทย์หา อินเตอร์เนชั่นแนล, 2521.
- โสภา ชูพิกุลชัย. ความรู้เบื้องต้นทางจิตวิทยา. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์สุทรไพศาล, 2528.

### วิทยานิพนธ์และงานวิจัย

กนกรัตน์ คุณะตุงคะ. "การวิเคราะห์สุขภาพจิตของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในเขตแทรกซึมของผู้ออกการรายคอมมิวนิสต์ จังหวัดปราจีนบุรี." วิทยานิพนธ์ กศ.ม. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2523. (อัสสำเนา)

กวี สุวรรณกิจ และคณะ. "สุขภาพจิตและความบกพร่องในความสามารถทางการเรียนในเด็ก." ผลงานวิจัยทางการศึกษา กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เจริญผล, 2524.

\_\_\_\_\_. "การศึกษาสาเหตุ นักเรียนออกการทะเลาะวิวาท ในเขตกรุงเทพมหานคร." กรุงเทพมหานคร : กรมพลศึกษา, มพพ. (อัสสำเนา)

เกื้อกุล ทาสีห์ และคณะ. "ลักษณะที่เป็นปัญหาของนักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ปีการศึกษา 2521-2523." ผลงานวิจัยทางการศึกษา กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เจริญผล, 2524.

ชิววัฒน์ นิจนเตร. "สภาพเชิงจิต-สังคมในโรงเรียนกับสุขภาพจิตของนักเรียนวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานคร." วิทยานิพนธ์การศึกษาศาสตรบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2526.

ประติมันท์ วรรณประเวศ. "การศึกษาเกณฑ์ปกติของลักษณะบุคลิกภาพของเด็กวัยรุ่นไทยในโรงเรียนรัฐบาลชายและโรงเรียนรัฐบาลหญิงในจังหวัดพระนคร." วิทยานิพนธ์การศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต แผนกวิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2513.

ประภาศรี ฉายาสุตบุตร. "ปัญหาสุขภาพจิตของเด็กวัยรุ่นที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน." วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2529.

มัลลิกา จิตรสุข. "การสำรวจปัญหาและความต้องการของนักศึกษา ชั้นประกาศนียบัตรวิชาชีพการศึกษา (ปกศ.) วิทยาลัยครูอุตรธานี." วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบัณฑิต วิทยาลัยวิชาการศึกษาประสานมิตร, 2508.

- รัชนี ขวัญบุญจันทร์ และคณะ. "การศึกษาเปรียบเทียบสุขภาพจิตของประชากรในบริเวณพื้นที่  
ชลประทานโครงการเป่าสักโก้ และบริเวณกรุงเทพมหานคร." เอกสารการวิจัย,  
2522. (พิมพ์ติด)
- สมศักดิ์ ประจจะเนย์. "สำรวจปัญหาและความต้องการของนักศึกษาชั้นประกาศนียบัตรวิชาการ  
ศึกษา (ปกศ.) วิทยาลัยครูบ้านสมเด็จเจ้าพระยาธนบุรี." วิทยานิพนธ์มหาวิทยาลัย  
วิทยาลัยวิชาการศึกษาประสานมิตร, 2506.
- สมัญญา เสียงใส. "ความวิตกกังวลและวิถีชีวิตความวิตกกังวลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย  
เขตกรุงเทพมหานคร." ประมวลบทความอ ผลงานวิจัยการแนะแนวและจิตวิทยา  
กรุงเทพมหานคร : บางกอกการพิมพ์, 2524.
- สาโรช คำรัตน์. "สุขภาพจิตของผู้อยู่ในวัยรุ่น." ผลงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษา  
กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เจริญผล, 2522.
- สุภาพรรณ โคตรจรัส. "ความสัมพันธ์ระหว่างปัญหาการปรับตัวกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ของ  
นิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย." รายงานการวิจัยภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2524. (พิมพ์ติด)
- เอกสารอื่น ๆ
- ดวงใจ กสานติกุล. "การใช้บริการของศูนย์สุขภาพจิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยเวเนเจอร์บิลท์."  
ใน วารสารสมาคมจิตแพทย์ 29 (มิถุนายน 2527) : 79-86.
- ฝน แสงสิงแก้ว. "รวมเรื่องสุขภาพจิต." วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย ฉบับ  
พิเศษ 12 (กรกฎาคม-ตุลาคม 2510) : 318.
- วาสนา ศรีมณี. "ปัญหาที่พบบ่อยในเด็กวัยรุ่น." ใน อนันสรณ์ที่ระลึกงานศพนายประทีป ชัยปราณี,  
หน้า 8-9. กรุงเทพมหานคร : แผนกการพิมพ์ กรมการทหารสื่อสาร, 2522.
- สุชาติ พหลภักย์ และ ผกาพันธุ์ วุฒิกฤษณ์. "วิจัยการฆ่าตัวตายในสังคมไทย." วารสารสมาคม  
จิตแพทย์ 29 (กันยายน 2527) : 163-182.

อรพรรณ เมธสุภะ. "ปัญหาและแผนงานเกี่ยวกับสุขภาพจิตในนครหลวง." วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย 28 (ตุลาคม - ธันวาคม 2527) : 186.

อรุณ เขาวนาศัย. "เด็กในวัยเจริญเติบโต." ในอนุสรณ์ที่ระลึกงานศพ นายประทีป ชัยปราณี, หน้า 21-24. กรุงเทพมหานคร : แผนกการพิมพ์ กรมการทหารสื่อสาร, 2522.

อัมพร โอตระกูล และคณะ. "ปัญหาสุขภาพจิตในเขตเมือง." วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย 27 (กรกฎาคม-กันยายน 2525) : 121-133.

#### ภาษาต่างประเทศ

#### หนังสือ

Cater V. Good (ed), Dictionary of Education (3rd ed., New York : McGraw-Hill book Company, 1978), p. 210.

Ernest R. Hilgard, Introduction to Psychology (3rd ed., New York : Burlingame, Harcourt World, Inc., 1962), p. 549.

Glasser, Mental Health or Mental Illness, (New York : Harper & Row, 1960), p. 187-189.

Lawrence C. Kolb, Noyes' Modern Clinical Psychiatry, (7th ed., Philadelphia : W.B. Saunders Company, 1968), p. 120.

Morgan, Daryle W. and Krejcie, Robert V. "Determining Sample Size for Research Activities." Education and Psychological Measurement. 1970 : 608.

เอกสาร

Dennis P. Cantwell and Lorian Baker. "Parental Mental Illness and Psychiatric Disorders in " At Risk "Children." The Journal of Clinical Psychiatry 45 (12) (December), 1984.

De Sena, P.A. "Problems of Consistent Over-, Under -, and Normal Achieving College Students as Identified by the Mooney Problem Check List." The Journal of Educational Research 59 (April 1966) : 351-355.

Kuehn JK, Kuehn JL : Conspiracy of Silence ; Psychiatric Counseling with Students at High Risk for Academic Failure. American Journal Psychiatry : 132 : 11, 1987.

Leonard R. Derogalis, Ronald S. Lipman & Lins Covi. SCL-90 : An Outpatient Psychiatric Rating Scale Preliminary Report" Psychophar - mocology Bulletin. Vol. 9 (1) (January) 1973.

M.A. Porteous. "Development Aspects of Adolescent Problem Disclose in England and Ireland." Journal of Child Psychology and Psychiatry 26 (3), 1985.

Mooney Ross L. "Mooney Problem Check List." New York : The Psychological Corporation, 1950.



ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ก.  
หนังสือขอความร่วมมือในการวิจัย

ศูนย์วิจัยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาคผนวก ก.  
หนังสือขอความร่วมมือในการวิจัย

ที่ ศธ 1201/7215

วิทยาลัยเทคโนโลยีและอาชีวศึกษา  
กระทรวงศึกษาธิการ  
สี่เสา เทเวศร์ กรุงเทพฯ 10300

26 สิงหาคม 2529

เรื่อง ขอความร่วมมือในการวิจัย

เรียน คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

อ้างถึง หนังสือบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่ ทม 0309/9443 ลงวันที่ 20 สิงหาคม 2529

ตามที่ บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ขออนุญาตให้ นางสาวอภินันท์ วงศ์ชาหลวง นิสิตปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา แจกแบบสอบถามแก่นักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 1, 2 และ 3 ในสถานศึกษาสังกัดวิทยาลัยเทคโนโลยีและอาชีวศึกษา เพื่อการวิจัย ความละเอียดแจ้งแล้ว นั้น

วิทยาลัยฯ พิจารณาแล้ว ขออนุญาตให้ นางสาวอภินันท์ วงศ์ชาหลวง แจกแบบสอบถามดังกล่าวได้

จึงเรียนมาเพื่อทราบ.

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ขอแสดงความนับถือ

(นายธรรมบุญ ฤทธิมณี)

รองอธิการบดี ปฏิบัติราชการแทน

อธิการบดีวิทยาลัยเทคโนโลยีและอาชีวศึกษา

กองกลาง สำนักงานอธิการบดี

โทรศัพท์ 2823847



ภาควิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

กันยายน 2529

เรื่อง ขอความร่วมมือในการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการวิทยาเขต

สิ่งที่ส่งมาด้วย หนังสือวิทยาลัยเทคโนโลยีและอาชีวศึกษา ที่ ศธ 1201/7215 ลงวันที่ 26  
สิงหาคม 2529

เนื่องจากดิฉัน นางสาวอภินันท์ วงศ์ชาหลวง นิสิตปริญญาโทบัณฑิต สาขาสุศึกษา  
ภาควิชาพลศึกษา ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างปัญหาการปรับตัวและสุขภาพจิต  
ของนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ วิทยาลัยเทคโนโลยีและอาชีวศึกษา โดยใช้แบบสอบถาม  
เป็นเครื่องมือในการวิจัย

จึงเรียนมาเพื่อขออนุญาตและขอความร่วมมือในการแจกแบบสอบถามแก่นักศึกษาระดับ  
ประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 1, 2 และ 3 ในสถานศึกษาสังกัดวิทยาลัยเทคโนโลยีและอาชีว-  
ศึกษา

ขอขอบพระคุณเป็นอย่างยิ่งในความอนุเคราะห์ และช่วยดำเนินงานเพื่อการวิจัยใน  
ครั้งนี้.

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ขอแสดงความเคารพอย่างสูง

(นางสาวอภินันท์ วงศ์ชาหลวง)



ภาคผนวก ข.

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาคผนวก ข.  
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

แบบสอบถาม

แบบสอบถามการวิจัยเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างปัญหาการปรับตัวกับสุขภาพจิต ของ  
นักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ของวิทยาลัยเทคโนโลยีและอาชีวศึกษา แบบสอบถามแบ่ง  
ออกเป็น 3 ตอน

ชุดที่ 1 สถานภาพของนักศึกษา

คำชี้แจง โปรดขีดเครื่องหมาย ✓ ลงใน  หน้าข้อความที่ตรงกับสภาพความเป็นจริงเกี่ยวกับ  
ตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม

- |                |                |
|----------------|----------------|
| 1. เพศ         | ชาย            |
|                | หญิง           |
| 2. อายุ        | ต่ำกว่า 13 ปี  |
|                | 13 - 14 ปี     |
|                | 15 - 16 ปี     |
|                | 17 - 18 ปี     |
|                | 19 - 20 ปี     |
|                | สูงกว่า 20 ปี  |
| 3. สาขาวิชาชีพ | พาณิชย์กรรม    |
|                | เกษตรกรรม      |
|                | ช่างอุตสาหกรรม |
|                | คหกรรม         |
| 4. ชั้นปี      | ปีที่ 1        |
|                | ปีที่ 2        |
|                | ปีที่ 3        |

5. อาชีพของบิดา  
 รับราชการหรือรัฐวิสาหกิจ  
 เป็นลูกจ้างเอกชน  
 ทำงานธุรกิจส่วนตัว  
 เป็นเกษตรกร  
 ไม่ประกอบอาชีพ
6. อาชีพของมารดา  
 รับราชการหรือรัฐวิสาหกิจ  
 เป็นลูกจ้างเอกชน  
 มีธุรกิจส่วนตัว  
 เป็นเกษตรกร  
 ไม่ประกอบอาชีพ
7. รายได้ของครอบครัวหรือผู้ปกครองเฉลี่ยเดือนละ  
 ต่ำกว่า 2,000 บาท  
 2,001 - 5,000 บาท  
 5,001 - 8,000 บาท  
 8,001 - 11,000 บาท  
 สูงกว่า 11,000 บาท
8. การศึกษาสูงสุดของผู้ปกครองหรือบิดามารดา  
 ไม่รู้หนังสือ  
 อ่านออกเขียนได้  
 ประถมศึกษา  
 มัธยมศึกษาตอนต้น  
 มัธยมศึกษาตอนปลายหรือเทียบเท่า  
 อนุปริญญาหรือเทียบเท่า  
 ปริญญาตรี  
 สูงกว่าปริญญาตรี

## 9. บิคมารคาของทาน

อยู่กินด้วยกัน

แยกกันอยู่

ทยาราง

ฝ่ายหนึ่งฝ่ายใดถึงแก่กรรม

ถึงแก่กรรมทั้งคู่



ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



แบบสอบถามสำหรับนักศึกษา ชุดที่ 2

ชุดที่ 2 แบบสอบถามปัญหาของนักศึกษา

โปรดเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ท่านมีปัญหาดังกล่าว ๑ มากน้อยหรือไม่เพียงใด

โดยคำตอบจะแบ่งเป็น 5 ระดับ คือ

- หมายเลข 1 หมายถึง ไม่เป็นปัญหาเลย  
 หมายเลข 2 หมายถึง เป็นปัญหาเพียงเล็กน้อย  
 หมายเลข 3 หมายถึง เป็นปัญหามากกลาง  
 หมายเลข 4 หมายถึง เป็นปัญหามาก  
 หมายเลข 5 หมายถึง เป็นปัญหามากที่สุด

	5	4	3	2	1
1. ข้าพเจ้านอนหลับพักผ่อนเพียงพอ.....					
2. ข้าพเจ้าไม่พอใจในรูปร่างหน้าตาที่เป็นอยู่.....					
3. ข้าพเจ้าไม่ได้ออกกำลังกายเพียงพอ.....					
4. ข้าพเจ้านอนและพักผ่อนไม่เพียงพอ.....					
5. ข้าพเจ้าสุขภาพไม่ดีและไม่แข็งแรงเท่าที่ควร.....					
6. ข้าพเจ้าน้ำหนักตัวลดลงเรื่อย ๆ.....					
7. ข้าพเจ้าไม่ได้รับประทานอาหารให้เพียงพอแก่ความต้องการของร่างกาย.....					
8. ข้าพเจ้าเบื่ออาหารรับประทานไม่ค่อยได้.....					
9. ข้าพเจ้ามีอาการแพ้อาหารบางอย่าง เช่น ผัก ผลไม้ อาหารบางชนิด.....					
10. ข้าพเจ้าผิวพรรณไม่ดี หรือเป็นโรคผิวหนัง.....					
11. ข้าพเจ้าปวดศีรษะบ่อย ๆ.....					
12. ข้าพเจ้าเป็นหวัด เจ็บคอบ่อย ๆ.....					
13. ข้าพเจ้าเป็นโรคโพรงจมูกอักเสบ (ไซนัส).....					

	5	4	3	2	1
14. ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับตา เช่น ปวดตา บ่อย ๆ สายตาไม่ดี.....					
15. ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับการพูด เช่น พูดไม่ชัด คิดอาจ.....					
16. ข้าพเจ้ามีปัญหาหรือความพิการเกี่ยวกับหู.....					
17. ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับฟัน เช่น ปวดฟันบ่อย ๆ.....					
18. ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับระบบทางเดินอาหาร เช่น โรคกระเพาะ ปวดท้องบ่อย ๆ.....					
19. ข้าพเจ้ามีโรคประจำตัว เช่น ประจำเดือนไม่ปกติเป็นลมบ่อย ๆ.....					
20. ข้าพเจ้ามีความพิการทางร่างกายทำให้หงุดหงิดรำคาญใจ.....					
21. ข้าพเจ้าอยากมีเงินไว้ใช้จ่ายส่วนตัวมากกว่านี้.....					
22. ข้าพเจ้าได้รับความช่วยเหลือทางการเงินจากทางบ้านน้อยมาก.....					
23. ข้าพเจ้าจัดงบประมาณการใช้จ่ายของตนเองไม่เป็นที่เหมาะสม.....					
24. ข้าพเจ้าอยากหารายได้พิเศษ เพราะเพื่อครอบครัว.....					
25. ข้าพเจ้ามีหนี้สินเพราะเอาเงินมาเป็นค่าใช้จ่ายในการเรียน.....					
26. ข้าพเจ้าไม่แน่ใจว่าจะเรียนได้จบ เพราะขาดเงิน.....					
27. ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับการเงินเป็นอย่างมาก.....					
28. ข้าพเจ้าต้องกระหม่อมกระหม่อมในการใช้จ่ายทุกบาททุกสตางค์.....					

	5	4	3	2	1
29. ครอบครัวยุของข้าพเจ้ามีความกังวลใจเกี่ยวกับการเงิน.....					
30. ข้าพเจ้าต้องทำงานพิเศษจนตึก หรือต้องทำมากเกินไป.....					
31. ผู้ปกครองของข้าพเจ้าส่งเงินมาไม่ค่อยทัน.....					
32. ข้าพเจ้ามีความจำเป็นต้องขอยืมเงินผู้อื่นเสมอ.....					
33. ข้าพเจ้าทำงานเพื่อเงินค่าใช้จ่ายส่วนตัวเป็นส่วนใหญ่.....					
34. บิดามารดาของข้าพเจ้าทำงานหนักเกินไป.....					
35. ที่บ้านของข้าพเจ้าไม่มีเครื่องอำนวยความสะดวกบางอย่างที่ต้องการ.....					
36. ข้าพเจ้าไม่มีห้องส่วนตัวที่บ้าน.....					
37. ข้าพเจ้าไม่มีที่นอนรับเพื่อน ๆ ที่บ้าน.....					
38. ที่พักของข้าพเจ้าอยู่ไกลจากวิทยาลัยมากเกินไป.....					
39. ข้าพเจ้าไม่พอใจบ้านหรือที่พักที่อยู่ในปัจจุบัน.....					
40. ข้าพเจ้าไม่อยากจะให้เพื่อน ๆ ไปรู้จักที่บ้าน.....					
41. ข้าพเจ้ามีเวลาสำหรับการพักผ่อนหย่อนใจน้อยมาก.....					
42. ข้าพเจ้ามีโอกาสนอกกีฬาานน้อยมาก.....					
43. ข้าพเจ้ามีโอกาสดูแลเล่นกับงานศิลปะหรือดนตรีน้อยมาก.....					
44. ข้าพเจ้ามีโอกาสดูแลเล่นกับวิทยุหรือโทรทัศน์น้อย.....					
45. ข้าพเจ้าขาดความรู้ในชีวิต.....					
46. ข้าพเจ้ามีเวลาส่วนตัวของตัวเองน้อยมาก.....					



	5	4	3	2	1
47. ข้าพเจ้าไม่ได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์.....					
48. ข้าพเจ้าต้องการโอกาสที่จะแสดงความสามารถ ของตนเองให้ปรากฏ.....					
49. ข้าพเจ้ารู้สึกประหม่าเมื่อพบปะผู้คน.....					
50. ข้าพเจ้ารู้สึกประหม่าเมื่อมีนัดกับเพื่อนต่างเพศ.....					
51. ข้าพเจ้าคุ้นเคยกับผู้อื่นไต่ยาก.....					
52. ข้าพเจ้าเข้าร่วมกิจกรรมของวิทยาลัยน้อย เกินไป.....					
53. ข้าพเจ้ารู้สึกเบื่อหน่ายในวันหยุด.....					
54. ข้าพเจ้าต้องการปรับปรุงรูปร่างหน้าตา หาทางของตน.....					
55. ข้าพเจ้าต้องการปรับปรุงตนเองด้านกิริยา มารยาทและการเข้าสังคม.....					
56. ข้าพเจ้าลำบากใจที่จะสนทนาโต้ตอบเพื่อ ให้การสนทนาดำเนินต่อไป.....					
57. ข้าพเจ้าขาดทักษะทางกีฬาและเกมต่าง ๆ.....					
58. ข้าพเจ้ามีโอกาสร่วมกิจกรรม ทางสังคมน้อยมาก.....					
59. ข้าพเจ้ามีโอกาที่จะทำในสิ่งที่ต้องการทำ น้อยมาก.....					
60. ข้าพเจ้าใช้เวลาในการสังสรรค์หรือร่วม กิจกรรมทางสังคมมากเกินไป.....					
61. ข้าพเจ้าเกิดความกระตือรือร้นมาก.....					
62. ข้าพเจ้ารู้สึกอึดอัดเมื่ออยู่ต่อหน้าคนอื่น.....					
63. ข้าพเจ้าไม่มีเพื่อนสนิทที่วิทยาลัย.....					

	5	4	3	2	1
64. ข้าพเจ้าต้องการมีบุคลิกภาพที่ตองใจ ผู้อื่นมากกว่านี้.....					
65. ข้าพเจ้าต้องการเป็นที่นิยมชอบพอของ ผู้อื่นมากกว่านี้.....					
66. ข้าพเจ้ามักจะสูญเสียเพื่อน.....					
67. ข้าพเจ้ารู้สึกวาทะอย่างที่สุด.....					
68. ข้าพเจ้ารู้สึกสะเทือนใจได้ง่าย.....					
69. ข้าพเจ้าถูกนินทา พุดถึงในแง่ร้าย.....					
70. ข้าพเจ้ารู้สึกมีคนอื่นจับตามอง.....					
71. ข้าพเจ้ากังวลใจว่าจะสร้างความประทับใจ ได้อย่างไร.....					
72. ข้าพเจ้ารู้สึกมีปมด้อย.....					
73. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าตนเองเป็นคนไม่ค่อยมีเหตุผล หรือเอาใจตนเองเกินไป.....					
74. ข้าพเจ้าก็มีเรื่องถกเถียงโต้แย้งกับผู้อื่น.....					
75. ข้าพเจ้าทำหรือพูดโดยไม่ไตร่ตรองให้ดี มักทำ ให้ผู้อื่นสะเทือนใจ.....					
76. ข้าพเจ้าไม่มีใครที่จะปรับทุกข์ช่วยได้.....					
77. ข้าพเจ้าไม่มีใครเข้าใจข้าพเจ้า.....					
78. ข้าพเจ้ามีความลำบากใจที่จะพุดถึงปัญหา ของตนเอง.....					
79. ข้าพเจ้าทำตามหรือยอมตามผู้อื่นได้ง่าย.....					
80. ข้าพเจ้าขาดความสามารถในการเป็นผู้นำ.....					
81. ข้าพเจ้าเอาจริงเอาจังมากเกินไป.....					
82. ข้าพเจ้ามักกังวลใจในสิ่งเล็ก ๆ น้อย ๆ.....					
83. ข้าพเจ้าทว่าทว่าวัน ตื่นตกใจง่าย.....					

	5	4	3	2	1
84. ข้าพเจ้านักเรียนอยู่เสมอ.....					
85. ข้าพเจ้ามีอารมณ์เศร้าอยู่เสมอ.....					
86. ข้าพเจ้าประสบความสำเร็จในสิ่งต่าง ๆ ที่ทำได้.....					
87. ข้าพเจ้าเหนื่อยมาก.....					
88. ข้าพเจ้าบางครั้งคิดว่าตนไม่น่าจะเกิด มาเลย.....					
89. ข้าพเจ้าไม่มีความสุขเป็นส่วนใหญ่.....					
90. ข้าพเจ้านักใจลอย.....					
91. ข้าพเจ้ามีส่วนเสีย เช่น ขี้ลืมหรือสะเพร่า หรือเกียจคร้าน.....					
92. ข้าพเจ้าอารมณ์เสียได้ง่าย.....					
93. ข้าพเจ้าไม่จริงจังกับอะไรมากเกินไป.....					
94. ข้าพเจ้ากลัวที่จะทำผิดพลาด.....					
95. ข้าพเจ้าตัดสินใจด้วยตนเองไม่ค่อยได้.....					
96. ข้าพเจ้าขาดความเชื่อมั่นในตนเอง.....					
97. ข้าพเจ้าไม่สามารถลืมเรื่องที่ทำให้ไม่สบาย ใจได้.....					
98. ข้าพเจ้ามีปัญหาส่วนตัวมาก.....					
99. ข้าพเจ้าไม่สบายใจที่บางครั้งคิดในเรื่อง ที่ไม่ถูกต้อง.....					
100. ข้าพเจ้าคิดอยากจะทำตัวตาย.....					
101. ข้าพเจ้ามีมิตรกับเพื่อนต่างเพศน้อยมาก.....					
102. ข้าพเจ้ายังไม่ชอบใครพอที่จะมีมิตรด้วย.....					
103. ข้าพเจ้ายังตัดสินใจไม่ได้ว่าควรจริงจัง กับเพื่อนต่างเพศที่คบอยู่ในขณะนี้หรือไม่.....					

	5	4	3	2	1
104. ข้าพเจ้าชอบเพื่อนต่างเพศที่ทางบ้านไม่ ยอมรับ.....					
105. ข้าพเจ้ากลัวจะสูญเสียคนรัก.....					
106. ข้าพเจ้ารักคนที่เขาไม่รักเรา.....					
107. ข้าพเจ้าเก็บกตใน เรื่องเพศมากเกินไป.....					
108. ข้าพเจ้ากลัวการพบปะใกล้ชิดกับ เพศตรงข้าม.....					
109. ข้าพเจ้ากลัวจะหาคนที่เหมาะสมไม่ได้.....					
110. ข้าพเจ้ากำลังมีความรัก.....					
111. ข้าพเจ้ารักอยู่กับคนที่จะแต่งงานด้วยไม่ได้.....					
112. ข้าพเจ้ากังวลใจในเรื่องเพศสัมพันธ์.....					
113. ข้าพเจ้ามีความต้องการทางเพศ ไม่ได้รับ การตอบสนอง หรือถูกเร้าได้ง่าย.....					
114. ข้าพเจ้าไม่แน่ใจว่าจะสนิทสนมกับ เพื่อนต่าง เพศได้แค่ไหน.....					
115. ข้าพเจ้าผิดหวังในความรัก.....					
116. ข้าพเจ้ามีปัญหากับเพื่อนหญิง.....					
117. ข้าพเจ้ามีปัญหากับเพื่อนชาย.....					
118. ข้าพเจ้าผิดหวังกับคนรัก.....					
119. ข้าพเจ้ากังวลใจว่าจะได้แต่งงานหรือไม่.....					
120. ข้าพเจ้าต้องการคำแนะนำเกี่ยวกับการ แต่งงาน.....					
121. ข้าพเจ้าถูกบิดามารดาตำว่า.....					
122. ข้าพเจ้ามีปัญหากับมารดา.....					
123. ข้าพเจ้ามีปัญหากับบิดา.....					
124. บิดามารดาของข้าพเจ้าเสียสละเพื่อข้าพเจ้า มากเกินไป.....					

	5	4	3	2	1
125. บิตามารดาของข้าพเจ้าแยกกันอยู่ หรือ หย่าร้างกัน.....					
126. บิตามารดาของข้าพเจ้าไม่ลงรอยกัน.....					
127. ข้าพเจ้ากังวลใจเกี่ยวกับสมาชิกคนใดคน หนึ่งในครอบครัว.....					
128. บิตาหรือมารดาของข้าพเจ้าถึงแก่กรรม.....					
129. ข้าพเจ้ามีความรู้สึกเหมือนชาตบ้าน ไม่มีบ้าน ที่แท้จริง.....					
130. ที่บ้านข้าพเจ้าไม่ต้อนรับเพื่อน ๆ ของข้าพเจ้า.....					
131. ชีวิตของข้าพเจ้าในบ้านไม่มีความสุข.....					
132. ข้าพเจ้าเข้ากับสมาชิกในครอบครัวไม่ได้.....					
133. ข้าพเจ้าไม่สามารถพูดคุยปัญหาบางเรื่องได้ ที่บ้าน.....					
134. ข้าพเจ้ามีความเห็นขัดแย้งหรือมักโต้เถียงกับ บิตามารดา.....					
135. บิตามารดาคาดหวังในตัวข้าพเจ้ามากเกินไป.....					
136. ข้าพเจ้ารู้สึกต้องรับผิดชอบทางบ้านหนักมาก.....					
137. บิตามารดาตัดสินใจให้ข้าพเจ้ามากเกินไป.....					
138. ข้าพเจ้าต้องการความรัก ความเข้าใจ.....					
139. ข้าพเจ้าต้องการเสรีภาพมากกว่านี้.....					
140. ข้าพเจ้าอยากมีภูมิหลังทางครอบครัวต่างจาก ที่เป็นอยู่.....					
141. ข้าพเจ้าไม่ชอบพิธีกรรมทางศาสนา.....					
142. ข้าพเจ้ามีความเชื่อที่ขัดกับหลักศาสนาของตน.....					
143. ข้าพเจ้าหมดความศรัทธาในศาสนา ที่เคย ยึดถือ.....					

	5	4	3	2	1
144. ข้าพเจ้าสงสัยในคุณค่าของการสวดมนต์และกราบไหว้.....					
145. ข้าพเจ้านับถือศาสนาที่แตกต่างจากครอบครัว.....					
146. ข้าพเจ้ามองไม่เห็นความสัมพันธ์ระหว่างศาสนากับชีวิต.....					
147. หลักทางวิทยาศาสตร์ขัดกับหลักทางศาสนาที่ยึดถือของข้าพเจ้า.....					
148. ข้าพเจ้าต้องการมีปรัชญาของชีวิต.....					
149. บิคารมารดาของข้าพเจ้ามีความคิดล้าสมัย.....					
150. ข้าพเจ้าเคียดแค้นรำคาญใจที่เห็นคนอื่น ๆ ไม่มีความเชื่อถือในศาสนา.....					
151. ข้าพเจ้ารำก้อยู่กับคนต่างศาสนาหรือต่างเชื้อชาติ.....					
152. ข้าพเจ้าต้องการเวลาปฏิบัติกิจทางศาสนามากกว่านี้.....					
153. ข้าพเจ้าต้องการเข้าใจลัทธิธรรมทางศาสนามากกว่านี้.....					
154. ข้าพเจ้ารู้สึกท่างเห็นกับศาสนามากเกินไป.....					
155. ข้าพเจ้าสับสนในปัญหาด้านศีลธรรมจรรยาบางประการ.....					
156. ข้าพเจ้าไม่สามารถแก้สั้ยที่ไม่ดีให้หายได้.....					
157. ข้าพเจ้ามีความรู้สึกผิด.....					
158. ข้าพเจ้าไม่สามารถลืมความผิดที่เคยทำไว้ได้.....					
159. ข้าพเจ้ายอมแพ้อสิ่งทีล่อตาลอใจได้ง่ายควบคุมตนเองไม่ค่อยได้.....					



	5	4	3	2	1
160. บางครั้งข้าพเจ้าต้องแสดงออกในสิ่งที่ไม่ใช่ ตัวจริงของข้าพเจ้า.....					
161. ข้าพเจ้าไม่ทราบวิธีเรียนที่มีประสิทธิภาพ.....					
162. ข้าพเจ้าสมาธิเสียได้ง่าย ไม่ค่อยมีสมาธิ.....					
163. ข้าพเจ้าไม่เคยวางแผนการเรียนหรือการ ทำงานใด ๆ ล่วงหน้า หรือวางแผนได้ไม่ดี.....					
164. ข้าพเจ้ามีพื้นฐานความรู้ไม่ดีในบางวิชา.....					
165. ข้าพเจ้ามีความพื้นฐานและฝึกเตรียมจากชั้น มัธยมไม่เพียงพอ.....					
166. ข้าพเจ้าเรียนไม่เก่ง ใค้คะแนนต่ำ.....					
167. ข้าพเจ้าเขียนบรรยายไม่เก่ง.....					
168. ข้าพเจ้าอ่านหนังสือได้ช้า.....					
169. ข้าพเจ้าไม่ได้ใช้เวลาทบทวนหนังสือหรือศึกษา ค้นคว้าเพียงพอ.....					
170. ข้าพเจ้าสนใจในกิจกรรมต่าง ๆ นอก เหนือจากการเรียน เป็นส่วนใหญ่.....					
171. ข้าพเจ้ามีความลำบากในการทำรายงาน หรือรายงานหน้าชั้น.....					
172. ข้าพเจ้ามีความลำบากในการจดคำบรรยาย หรือทำโน้ตย่อ.....					
173. ข้าพเจ้าไม่เคยทำงานเสร็จทันหรือส่งงาน ทันเวลา.....					
174. ข้าพเจ้าไม่สนใจค้นคว้าอ่านหนังสือเรียนอย่าง แท้จริง.....					
175. ข้าพเจ้าแสดงความคิดเห็นออกมาเป็นคำพูด ให้ตีได้ยาก.....					

	5	4	3	2	1
176. ข้าพเจ้าไม่กล้าพูดอภิปรายในชั้น.....					
177. ข้าพเจ้าทำความเข้าใจในทฤษฎีหรือความคิดเชิงนามธรรมได้ช้า.....					
178. ข้าพเจ้ากลัวความล้มเหลว กลัวสอบตก.....					
179. ข้าพเจ้ากังวลเกี่ยวกับการสอบ.....					
180. ข้าพเจ้าไม่ถนัดหรือไม่สนใจในสาขาวิชาที่เรียนอยู่อย่างแท้จริง.....					
181. ข้าพเจ้าต้องการออกไปประกอบอาชีพแต่ยังทำไม่ได้.....					
182. ข้าพเจ้าไม่แน่ใจว่าเลือกสายอาชีพที่เหมาะสมหรือไม่.....					
183. บิดามารดาไม่เห็นด้วยกับอาชีพที่ข้าพเจ้าเลือก.....					
184. เป้าหมายของข้าพเจ้าในการเรียนในวิทยาลัยยังไม่ชัดเจน.....					
185. ข้าพเจ้าสงสัยในคุณค่าของปริญญาบัตร.....					
186. ข้าพเจ้าไม่สามารถเรียนในสาขาวิชาที่ต้องการได้.....					
187. ข้าพเจ้าเลือกแขนงวิชาที่ไม่เหมาะสมกับตนเอง.....					
188. ข้าพเจ้าสงสัยว่ามหาวิทยาลัยจะฝึกฝนให้ออกไปทำงานได้ดีหรือไม่.....					
189. ข้าพเจ้าสงสัยว่าจะประสบความสำเร็จในชีวิตหรือไม่.....					
190. ข้าพเจ้ายังไม่แน่ใจว่าตนต้องการอะไรอย่างแท้จริง.....					



	5	4	3	2	1
191. ข้าพเจ้าสงสัยว่าอาชีพกับการแต่งงานจะไปด้วยกันได้หรือไม่.....					
192. ข้าพเจ้าไม่ทราบว่า จะออกไปประกอบอาชีพตามที่เรียนมาหรือไม่.....					
193. ข้าพเจ้าไม่แน่ใจว่าถ้าเรียนต่อไปจะคุ้มค่าหรือไม่.....					
194. ข้าพเจ้าอยากทราบว่าตนมีความสามารถในอาชีพใดบ้าง.....					
195. ข้าพเจ้าสงสัยว่า.....					
196. ข้าพเจ้ามีปัญหากับการเลือกวิชาเรียน.....					
197. ข้าพเจ้ามีปัญหาในการเลือกวิชาที่จะเตรียมในการทำงานอย่างที่สุด.....					
198. ข้าพเจ้ากลัวไม่มีงานทำเมื่อเรียนสำเร็จ.....					
199. ข้าพเจ้าต้องการคำแนะนำและประสบการณ์ที่จำเป็นในการทำงานก่อนออกจากวิทยาลัย.....					
200. ข้าพเจ้าไม่สามารถไปถึงเป้าหมายที่วางไว้ได้.....					
201. ข้าพเจ้าไม่มีที่ที่เหมาะสมจะทำการบ้าน คู่มือ หรือศึกษาคนควา.....					
202. ข้าพเจ้าไม่ค่อยเข้าใจในสิ่งที่อาจารย์สอน.....					
203. ข้าพเจ้าคิดว่าตำราเรียนยากเกินไป.....					
204. ข้าพเจ้าหาหนังสือแบบเรียนที่อาจารย์กำหนดได้ยาก.....					
205. ข้าพเจ้าคิดว่าชั้นเรียนน่าเบื่อ.....					
206. ข้าพเจ้ามีอาจารย์ที่คอยประสิทธิภาพจำนวนมาก.....					

	5	4	3	2	1
207. ข้าพเจ้ามีอาจารย์ที่ขาดความรู้ในวิชา ที่สอน.....					
208. อาจารย์ของข้าพเจ้ามีบุคลิกภาพที่ไม่เหมาะสม.....					
209. ข้าพเจ้าไม่มีอาจารย์ที่ปรึกษาที่ดี.....					
210. อาจารย์ข้าพเจ้าทำตัวห่างเหิน ไม่สนใจ นักเรียน.....					
211. วิทยาลัยไม่สนใจความต้องการของนักเรียน.....					
212. การดำเนินการสอนส่วนใหญ่เหมือนใน โรงเรียนมัธยมต้น.....					
213. ในชั้นเรียนของข้าพเจ้ามีจำนวนนักเรียนมาก เกินไป.....					
214. บางวิชาอาจารย์ให้งานมากเกินไป.....					
215. อาจารย์เน้นหนักในทฤษฎีและหลักวิชา มากเกินไป.....					
216. วิชาที่จัดให้เรียนส่วนใหญ่มีความสัมพันธ์ กันน้อยมาก.....					
217. วิทยาลัยมีกฎบังคับมากเกินไป.....					
218. การให้คำแนะนำและการสอนไม่ยุติธรรม.....					
219. กิจกรรมของวิทยาลัยขาดการประสานงาน ที่ดี.....					
220. วิทยาลัยขาดสถานที่หรืออุปกรณ์เพื่อการ พักผ่อนันทนาการ.....					

## แบบสอบถามสำหรับนักศึกษา

## ชุดที่ 3 แบบสอบถามสุขภาพจิต

โปรดเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ท่านมีอาการต่าง ๆ ครอบคลุมมากน้อยหรือไม่เพียงใด ในรอบสัปดาห์ที่ผ่านมา โดยคำตอบจะแบ่งเป็น 5 ระดับ คือ

- (1) ไม่เลย หมายถึง ท่านไม่มีความทุกข์หรือปัญหาที่เกี่ยวกับอาการนั้นเลย
- (2) เล็กน้อย หมายถึง ท่านมีความทุกข์เกี่ยวกับอาการนั้น ๆ อยู่บ้าง แต่ไม่เสมอ และจำนวนเล็กน้อย ก็ตอบว่าเล็กน้อย
- (3) ปานกลาง หมายถึง ท่านมีความทุกข์เกี่ยวกับอาการนั้นค่อนข้างสม่ำเสมอ และจำนวนพอประมาณไม่รุนแรงนัก
- (4) ค่อนข้างมาก หมายถึง ท่านมีความทุกข์ที่เกี่ยวกับอาการสม่ำเสมอ และมีจำนวนพอประมาณไปจนถึงมาก
- (5) มากที่สุด หมายถึง ท่านมีความทุกข์เกี่ยวกับอาการนั้นอย่างมาก ทั้งความถี่และความรุนแรง

	มากที่สุด (5)	ค่อนข้างมาก (4)	ปานกลาง (3)	เล็กน้อย (2)	ไม่เลย (1)
1. ข้าพเจ้ารู้สึกปวดศีรษะ					
2. ข้าพเจ้ารู้สึกประสาทอ่อนหรือประหม่าง่าย					
3. ข้าพเจ้าชอบคิดอะไรซ้ำ ๆ ซาก ๆ อยู่อย่างเดียว					

	มาก ที่สุด (5)	ค่อนข้าง มาก (4)	ปาน กลาง (3)	เล็กน้อย (2)	ไม่ เลย (1)
4. ข้าพเจ้ารู้สึกคล้ายจะเป็นลมหรือ วิงเวียนศีรษะ					
5. ข้าพเจ้าไม่สนใจเกี่ยวกับเรื่องเพศ					
6. ข้าพเจ้ามักจะกังวลต่อคำพูดของคน อื่น					
7. ข้าพเจ้าคิดว่ามีคนคอยควบคุมความ คิดของข้าพเจ้า					
8. ข้าพเจ้าคิดว่าคนที่มารังแกข้าพเจ้า ควรถูกตำหนิ					
9. ข้าพเจ้ามักจะทำอะไรไม่คอยได้ แม้จะเป็นเหตุการณ์ที่เพิ่งผ่านไป					
10. ข้าพเจ้ารู้สึกกังวลใจเกี่ยวกับความ สะอาดของตัวเอง					
11. ข้าพเจ้ารู้สึกโกรธและหงุดหงิดง่าย					
12. ข้าพเจ้ารู้สึกกลัวที่โล่งแจ้งหรือถนน					

	มาก ที่สุด (5)	ค่อนข้างมาก (4)	ปานกลาง (3)	เล็กน้อย (2)	ไม่ เลย (1)
13. ข้าพเจ้ารู้สึกไม่มีเรี่ยวแรง					
14. ข้าพเจ้ารู้สึกปวดหัวใจหรือที่ หน้าอก					
15. ข้าพเจ้าคิดอยากตาย					
16. ข้าพเจ้ามักได้ยินเสียงที่คนอื่นไม่ ได้ยิน					
17. ข้าพเจ้ามักมีอาการตัวสั่น					
18. ข้าพเจ้ารู้สึกไม่ไว้วางใจผู้อื่น					
19. ข้าพเจ้าไม่ยอมรับประทานอาหาร					
20. ข้าพเจ้าอยากร้องไห้โดยไม่มีเหตุผล					
21. ข้าพเจ้ารู้สึกอายนหรืออึดอัดเมื่ออยู่ ต่อเพศตรงข้าม					
22. ข้าพเจ้ารู้สึกถูกกั้งขังหรือถูกควบคุม					

	มาก ที่สุด (5)	ค่อนข้างมาก (4)	ปานกลาง (3)	เล็กน้อย (2)	ไม่ เลย (1)
23. ข้าพเจ้ารู้สึกกลัวสิ่งต่าง ๆ โดยไม่มีเหตุผล					
24. ข้าพเจ้ารู้สึกว่ามืออารมณ์ขุ่นมัวและฉุนเฉียวง่าย					
25. ข้าพเจ้ารู้สึกกลัวเมื่อออกนอกบ้านคนเดียว					
26. ข้าพเจ้ามักตำหนิตัวเองในเรื่องต่าง ๆ					
27. ข้าพเจ้ามักจะมีอาการปวดตรงนั้นเอว					
28. ข้าพเจ้ารู้สึกลำบากในการที่ต้องทำงานต่าง ๆ ให้เสร็จทุกครั้ง					
29. ข้าพเจ้ารู้สึกเหงา					
30. ข้าพเจ้ารู้สึกเศร้า					
31. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าตนเองกังวลในสิ่งต่าง ๆ มากเกินไป					



	มาก ที่สุด (5)	ค่อนข้างมาก (4)	ปานกลาง (3)	เล็กน้อย (2)	ไม่ เลย (1)
32. ข้าพเจ้ารู้สึกไม่อยากสนใจสิ่งต่าง ๆ					
33. ข้าพเจ้ารู้สึกกลัวโดยไม่มีสาเหตุ					
34. ข้าพเจ้ารู้สึกสะเทือนใจง่ายเมื่อมีสิ่งต่าง ๆ มากกระทบจิตใจ					
35. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าคนอื่นล่วงรู้ถึงความคิดในใจของข้าพเจ้า					
36. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าคนอื่น ๆ ไม่เข้าใจหรือเห็นอกเห็นใจข้าพเจ้า					
37. รู้สึกว่าคนอื่นไม่เป็นมิตรหรือไม่ชอบข้าพเจ้า					
38. ข้าพเจ้ามักจะต้องทำงานซ้ำ ๆ เพื่อให้แน่ใจว่าถูกต้องทุกครั้ง					
39. หัวใจของข้าพเจ้าเต้นแรงและเร็ว แม้ไม่ได้ออกกำลังกายหรือทำงานหนัก					
40. ข้าพเจ้ามักจะมืออาการคลื่นไส้หรือปั่นป่วนในท้อง					

	มาก ที่สุด (5)	ค่อนข้างมาก (4)	ปานกลาง (3)	เล็กน้อย (2)	ไม่ เลย (1)
41. ข้าพเจ้านึกว่าคดียกกว่าผู้อื่น					
42. ข้าพเจ้ามักจะมีอาการปวดกล้ามเนื้อ					
43. ข้าพเจ้านึกถึงถูกจองมอหรือถูกกมมทท					
44. ข้าพเจ้านอนหลับยาก					
45. ข้าพเจ้ามักจะตรวจตราสิ่งที่ทำไปแล้วซ้ำแล้วซ้ำอีก					
46. ข้าพเจ้านึกถึงความลำบากในการตัดสินใจสิ่งต่าง ๆ					
47. ข้าพเจ้านึกถึงการเดินทางโดยรถประจำทางหรือรถไฟ					
48. ข้าพเจ้ามักจะมีอาการหายใจไม่สะดวก แน่นหน้าอก					
49. ข้าพเจ้านึกมีอาการเคี้ยวร้อนเคี้ยวหนาวสลับกัน					



	มาก ที่สุด (5)	ค่อนข้างมาก (4)	ปานกลาง (3)	เล็กน้อย (2)	ไม่ เลย (1)
50. ข้าพเจ้ามักจะหลีกเลี่ยงบางสิ่งบางอย่าง สถานที่บางแห่งที่ทำให้ท่านกลัว					
51. ข้าพเจ้ารู้สึกสมองว่างเปล่าไม่คิดอะไรเลย					
52. ข้าพเจ้ามีอาการชา และขนลุกชูซ่าตามตัว					
53. ข้าพเจ้ารู้สึกมีก้อนอะไรมาจุกที่คอหอย					
54. ข้าพเจ้ารู้สึกสิ้นหวังเกี่ยวกับอนาคต					
55. ข้าพเจ้ารู้สึกตนเองไม่มีลมหายใจ					
56. ข้าพเจ้ารู้สึกบางส่วนในร่างกายไม่มีแรง					
57. ข้าพเจ้ารู้สึกตึงเครียด					
58. ข้าพเจ้ารู้สึกหนักตามแขนขา					
59. ข้าพเจ้ามักจะคิดถึงเรื่องความตาย					

	มาก ที่สุด (5)	ค่อนข้างมาก (4)	ปานกลาง (3)	เล็กน้อย (2)	ไม่ เลย (1)
60. ข้าพเจ้ารู้สึกประทับใจกับประทานอาหารมากเกินไป					
61. ข้าพเจ้ารู้สึกไม่สบายใจเมื่อมีคนเฝ้ามอง หรือพูดเกี่ยวกับตัวข้าพเจ้า					
62. ข้าพเจ้าชอบคิดเรื่องของคนอื่น ๆ					
63. ข้าพเจ้ารู้สึกอยากทำร้ายผู้อื่น					
64. ข้าพเจ้ามักจะสะกึ่งตื่นตอนเช้ามีด					
65. ข้าพเจ้ามักจะทำอะไรซ้ำ ๆ ซาก ๆ เป็นต้นว่า แตะ น้ม ล้าง					
66. ข้าพเจ้านอนหลับไม่สนิท					
67. ข้าพเจ้าอยากทำลายข้าวของ					
68. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าคนอื่นไม่เห็นด้วยและไม่ร่วมมือกับท่าน					
69. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าคนอื่นมุ่งความสนใจมาที่ตัวท่าน					

	มาก ที่สุด (5)	ค่อนข้างมาก (4)	ปานกลาง (3)	เล็กน้อย (2)	ไม่ เลย (1)
70. ข้าพเจ้ารู้สึกอึดอัดเมื่ออยู่ในกลุ่มคน มาก เช่น ศูนย์การค้า, คูหนั่ง ฯลฯ					
71. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าการทำงานทุกอย่างต้องใช้ ความพยายามทุกครั้ง					
72. ข้าพเจ้ามักจะตกใจกลัว และรู้สึกมี สิ่ง					
73. ข้าพเจ้ารู้สึกอึดอัดเมื่อต้องการกินหรือ ดื่มในที่สาธารณะ เช่น ศูนย์การค้า ตลาด ฯลฯ					
74. ข้าพเจ้ามีเรื่องโต้แย้งกับคนอื่นบ่อย ๆ					
75. ข้าพเจ้ารู้สึกกระวนกระวายเมื่อถูก ทอดทิ้งให้อยู่คนเดียว					
76. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าคนอื่นไม่ให้ความสำคัญ เชื่อถือในความสำเร็จ					
77. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าเหว แม่ว่าจะอยู่ ท่ามกลางผู้คน					

	มาก ที่สุด (5)	ค่อนข้างมาก (4)	ปานกลาง (3)	เล็กน้อย (2)	ไม่ เลย (1)
78. ข้าพเจ้ารู้สึกกระวนกระวายนั่งไม่คิดที่					
79. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าตัวเองไม่มีค่า					
80. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าสิ่งที่คุ้นเคยมากก่อน ถูกแปลกไป					
81. ข้าพเจ้าอยากตะโกนหรือขว้างปา ข้าว ของ					
82. ข้าพเจ้ารู้สึกกลัวจะเป็นลมในที่ สาธารณะ					
83. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าคนอื่นจะเอาเปรียบ ถ้าหากข้าพเจ้าเป็นคนอ่อนแอ					
84. ข้าพเจ้ารู้สึกความคิดเรื่องเพศ รบกวนจิตใจค่อนข้างมาก					
85. ข้าพเจ้าคิดว่ากระทำผิด ข้าพเจ้าควร ไต่รับโทษ					
86. ข้าพเจ้ารู้สึกว่ามืออะไรมาผลักดันให้ กระทำสิ่งต่าง ๆ					

	มากที่สุด (5)	ค่อนข้างมาก (4)	ปานกลาง (3)	เล็กน้อย (2)	ไม่เลย (1)
87. ข้าพเจ้านึกถึงว่าบางสิ่งบางอย่างผิดปกติ อย่างร้ายแรงเกิดขึ้นกับร่างกายของ ข้าพเจ้า					
88. ข้าพเจ้าไม่เคยรู้สึกสนิทสนมกับผู้อื่น					
89. ข้าพเจ้ามีความรู้สึกว่าคุณเองผิด					
90. ข้าพเจ้านึกถึงความดีบางอย่าง ของข้าพเจ้านั้นผิด					

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ค.  
สถิติที่ใช้ในการวิจัย

ศูนย์วิทยพัชรากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ภาคผนวก ค.

สถิติที่ใช้ในการวิจัย

$$1. \text{ ค่าร้อยละ} = \frac{\text{จำนวนผู้ตอบแบบสอบถามในข้อนี้} \times 100}{\text{จำนวนรายการที่ตอบแบบสอบถามทั้งหมด}}$$

$$2. \text{ ค่ามัธยฐานเลขคณิต (ประกอบ กรรณสูตร 2522 : 40)}$$

$$\bar{X} = \frac{\Sigma X}{N}$$

$$\text{เมื่อ } \bar{X} = \text{มัธยฐานเลขคณิต}$$

$$\Sigma X = \text{ผลรวมของคะแนนทั้งหมด}$$

$$N = \text{จำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถามทั้งหมด}$$

$$3. \text{ ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (ประกอบ กรรณสูตร 2522 : 51)}$$

$$S.D. = \sqrt{\frac{\Sigma X^2}{N} - \left(\frac{\Sigma X}{N}\right)^2}$$

$$\text{เมื่อ } S.D. = \text{ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน}$$

$$\Sigma X^2 = \text{ผลรวมของคะแนนแต่ละตัวยกกำลังสอง}$$

$$\left(\frac{\Sigma X}{N}\right)^2 = \text{มัธยฐานเลขคณิตทั้งหมดยกกำลังสอง}$$

$$N = \text{จำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถามทั้งหมด}$$

$$4. \text{ สูตรการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (One-Way Analysis of Variance) (สมหวัง พิริยานุวัฒน์ : 2521)}$$

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
ระหว่างกลุ่ม (B)	I-1	$\frac{(\Sigma X)^2}{n} - \frac{(\Sigma X)^2}{N}$	$\frac{SS_B}{J-1}$	$\frac{MS_B}{MS_W}$
ภายในกลุ่ม (W)	N-I	$\Sigma \Sigma X^2_{ij} - \frac{(\Sigma X)^2}{n}$	$\frac{SS_W}{N-J}$	
รวม	N-1	$\Sigma \Sigma X^2_{ij} - \frac{(\Sigma X)^2}{N}$		

ความหมายของตัวอักษรที่ใช้ในการคำนวณ

df	=	ชั้นแห่งความเป็นอิสระ
SS	=	ผลบวกของส่วนเบี่ยงเบนยกกำลังสอง
MS	=	ค่าของส่วนเบี่ยงเบนยกกำลังสอง
F	=	อัตราส่วนวิกฤติ
$X_j$	=	คะแนนรวมในแต่ละกลุ่ม
N	=	จำนวนผู้ทำแบบสอบถามทั้งหมด
J	=	จำนวนกลุ่ม
n	=	จำนวนผู้เข้ารับการทดสอบแต่ละกลุ่ม

5. สูตรหาค่าสัมประสิทธิ์ (ประคอง กรรณสูตร 2522 : 114)

$$r_{xy} = \frac{N\sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N\sum X^2 - (\sum X)^2][N\sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

เมื่อ  $r_{xy}$  = ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนจากปัญหาการปรับตัว กับสุขภาพจิต

N	=	จำนวนประชากร
$\sum X$	=	ผลรวมของข้อมูลที่ได้จากปัญหาการปรับตัว
$\sum Y$	=	ผลรวมของข้อมูลที่ได้จากการวัดสุขภาพจิต
$\sum XY$	=	ผลรวมของผลคูณระหว่างคะแนนจากปัญหาการปรับตัว และคะแนนการวัดสุขภาพจิต

$\sum X^2$  = ผลรวมของข้อมูลที่ได้จากปัญหาการปรับตัวยกกำลังสอง

$\sum Y^2$  = ผลรวมของข้อมูลที่ได้จากการวัดสุขภาพจิตยกกำลังสอง

ศูนย์วิทยเขต  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย





ภาคผนวก ง.

เอสซีแอล-90 (SCL-90)

ศูนย์วิจัยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาคผนวก ง.

คะแนนมาตรฐานแบบสำรวจ เอสซีแอล-90 (SCL-90)

ระดับของปัญหา		SOM	O-C	IS	D	A	N	PZ	PAR	PSY
1. มีปัญหามาก	85	2.97	3.25	3.01	2.71	3.37	2.94	2.51	3.48	2.67
	80	2.63	2.95	2.73	2.45	3.16	2.63	2.24	3.13	2.39
	75	2.39	2.66	2.45	2.20	2.95	2.32	1.99	2.78	2.17
2. มีปัญหาปานกลาง	70	1.72	2.37	2.16	1.94	2.74	2.01	1.74	2.43	1.83
	65	1.56	2.08	1.92	1.69	2.51	1.70	1.47	2.43	1.56
	60	1.30	1.81	1.79	1.43	1.91	1.39	1.21	1.71	1.28
3. มีปัญหาเล็กน้อย	55	.97	1.49	1.21	1.18	1.39	1.08	.96	1.36	.99
	50	.64	1.19	1.04	.93	.85	.77	.70	.99	.71
	45	.33	.91	.84	.67	.30	.22	.44	.64	.43
4. เกือบปกติ	40	.01	.61	.08	.42	.14	.14	.18	.28	.03
	35	.06	.31	.05	.16	.04		.08	.02	
	30	.02	.12		.10					

## เอสซีแอล-90 (SCL-90)

SOMATIZATION		OBSESS-COMP.		INTERPER.SENS.		DEPRESSION		ANXIETY	
Item	Score	Item	Score	Item	Score	Item	Score	Item	Score
1		3		6		5		2	
4		9		21		14		17	
12		10		34		15		23	
27		28		36		20		33	
40		38		37		22		39	
42		45		41		26		57	
48		46		61		29		72	
49		51		69		30		78	
52		55		73		31		80	
53		65		Total		32		86	
56		Total		+ 9		54		Total	
58		+ 10				71		+ 10	
Total						79			
+ 12						Total			
						+ 13			
HOSTILITY		PHOBIC ANXIETY		PARAN. IDEAT.		PSYCHOTICISM		ADDIT. ITEMS	
Item	Score	Item	Score	Item	Score	Item	Score	Item	Score
11		13		8		7		19 A-	
24		25		18		16		60 A+	
63		47		43		35			
67		50		68		62		44 PM	
74		70		76		77		64 PM	
81		75		83		84		66 SR.	
Total		82		Total		85			
+ 6		Total		+ 6		87		69 D	
		+ 7				88		69 G	
						90		Total	
						Total			
						+ 10			

## ประวัติผู้เขียน

นางลาวอภินันท์ วงศ์ข้าหลวง เกิดวันที่ 9 พฤษภาคม 2498 สำเร็จการศึกษาประกาศนียบัตรพยาบาลอนามัยและผดุงครรภ์ (เทียบเท่าอนุปริญญา) จากวิทยาลัยพยาบาลศิริพยาบาล กรุงเทพมหานคร เมื่อปีการศึกษา 2521 ต่อมาสำเร็จการศึกษาปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาสุขศึกษา จากมหาวิทยาลัยมหิดล เมื่อปีการศึกษา 2526 ปัจจุบันรับราชการในตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลเจริญกรุงประชารักษ์ สังกัดสำนักงานการแพทย์ กรุงเทพมหานคร กระทรวงมหาดไทย.



ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย