



วิธีดำเนินการวิจัย

ในการศึกษาวิจัยเรื่อง "สุขภาพจิตและการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนรัฐบาล ในกรุงเทพมหานคร" มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัญหาสุขภาพจิตและการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนรัฐบาล ในกรุงเทพมหานคร มีขั้นตอนในการดำเนินการวิจัยดังนี้

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยนี้คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนรัฐบาลแบบสหศึกษา ในกรุงเทพมหานคร มี 24 เขต จำนวน 58 โรงเรียน จำนวนนักเรียนทั้งหมด 16,231 คน แบ่งเป็นจำนวนนักเรียนชาย 7,257 คน และจำนวนนักเรียนหญิง 8,974 คน (กรมสามัญศึกษา 2528 : 3-11)

ตัวอย่างประชากรที่ใช้ในการวิจัย 610 คน (Yamane 1967 : 581) จำนวน 12 โรงเรียน ซึ่งได้จากการสุ่มตามระดับชั้น (Stratified random sampling) โดยแบ่งโรงเรียนทั้งหมดออกเป็น 24 เขต แล้วจึงสุ่มตัวอย่างเขตละ 1 โรงเรียนจาก 24 เขต ได้จำนวน 24 โรงเรียน และสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) จากจำนวน 24 โรงเรียนให้เหลือจำนวน 12 โรงเรียน จำนวน 610 คน จำนวนนักเรียนชาย 305 คน จำนวนนักเรียนหญิง 305 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถาม ซึ่งแบ่งตามลักษณะของเครื่องมือออกเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 เป็นข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับนักเรียน เพศ โรงเรียน คะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) เกี่ยวกับกลุ่มอาการทางจิต 9 ด้าน ซึ่งละเอียด ชูประยูร แพลและเรียบเรียงจาก เอส-ซี-แอล-90 (SCL-90) ของ เดอโรกาลีส์, ลิพแมนและโคไร (DEROGALIS; LIPMAN และ CORI) และ พรรณราย ทวีหะประภา ได้นำมาแก้ไขและปรับปรุงใช้กับบุคคลในระดับผู้ใหญ่ มีค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงของแบบสอบถาม .82 (รัชนี ขวัญบุญจันทร์ และคณะ, 2523) นำแบบสอบถามมาแจกแจงความถี่ของคำตอบแต่ละรายการ ตามมาตราส่วนประเมินค่า แล้วหาค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน นำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

แบบตรวจรายการ เอส-ซี-แอล-90 (SCL-90) ประกอบด้วยสเกล (Scale) ต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

1. ความรู้สึกผิดปกติของร่างกาย (Somatization)

ประกอบด้วยข้อความต่างๆ ที่จะสะท้อนให้เห็นปัญหาหรือความทุกข์อันเนื่องมาจาก เกี่ยวกับการทำงานที่ผิดปกติของร่างกาย เช่น อาการปวดศีรษะ ปวดหลัง เป็นลมวิงเวียน ฯลฯ

2. การย้ำคิย้าทำ (Obsessive Compulsive)

ประกอบด้วยข้อความที่จะสะท้อนพฤติกรรมที่มาจากความคิด แรงผลักดัน และการกระทำต่าง ๆ ที่รบกวนจิตใจ และบุคคลไม่ต้องการให้เกิดขึ้นแต่หลีกเลี่ยงไม่ได้ พฤติกรรมเหล่านี้ทำให้สูญเสียความสามารถในด้านสติปัญญาไปด้วย เช่น ต้องทำงานซ้ำ ๆ เพื่อให้แน่ใจว่าถูกต้อง ตรวจตราสิ่งที่ทำไปแล้วซ้ำแล้วซ้ำอีก ฯลฯ

3. ความรู้สึกไม่ชอบติดต่อกับคนอื่น (Interpersonal Sensitivity)

ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงความรู้สึกท้อแท้ของตนเอง ความรู้สึกที่ตนเองมีปมด้วยเมื่อเปรียบเทียบกับผู้อื่น นอกจากนี้ความรู้สึกหมกมุ่นอยู่กับความคิดของตนเองอย่างรุนแรง

4. ซึมเศร้า (Depression)

ประกอบด้วยข้อความที่แสดงอารมณ์เศร้า หมกความสนใจกิจกรรมต่าง ๆ ไม่มีแรงจูงใจและสูญเสียพลังกำลัง รู้สึกสิ้นหวัง ห้อแท้ กิคว่าตัวตาย อาการเหล่านี้จะมีผลต่อ

5. วิตกกังวล (Anxiety)

ประกอบด้วยข้อความที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลต่าง ๆ ที่สังเกตได้ เช่น ความกระวนกระวาย ความรู้สึกกลัว ความประหม่า และความตึงเครียด เช่น กลัวโดยไม่มีเหตุผล หัวใจเต้นแรงและเร็ว ฯลฯ

6. ก้าวร้าว ทำลาย (Hostility)

ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึง ความคิด อารมณ์หรือการกระทำที่เป็นลักษณะของความรู้สึกโกรธ ขุ่นเคือง รวมทั้งความรู้สึกก้าวร้าว ทำลาย ความรู้สึกได้แฉียง หรือควบคุมอารมณ์ไม่ได้ เช่น มีอารมณ์หลุ่งหล่านที่ระงับไม่ได้ รู้สึกอยากตะโกนหรือขว้างปาของ ฯลฯ

7. กลัวโดยไม่มีเหตุผล (Phobic Anxiety)

ประกอบด้วยข้อความที่สะท้อนให้เห็นกลุ่มอาการ ซึ่งแสดงให้เห็นถึงความกลัวเฉพาะที่มีต่อคน สถานที่ สิ่งของ หรือเหตุการณ์ต่าง ๆ ซึ่งไม่มีเหตุผลและเกินความเป็นจริง ทำให้ต้องหลีกเลี่ยงสิ่งเหล่านั้น เช่น กลัวที่โล่งแจ้งหรือถนน รู้สึกกลัวเมื่อออกนอกร้านคนเดียว ฯลฯ

8. หวาดระแวง (Paranoid Ideation)

ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึง แนวคิดทางด้านการโทษคนอื่น ความไม่เป็นมิตร ความระแวงสงสัย ความหลงผิด ความคิดว่าตนเองใหญ่โต การเอาตัวเองเป็นจุดศูนย์กลาง การเสียความควบคุมตนเอง เช่น รู้สึกไม่ไว้วางใจผู้อื่น รู้สึกว่าคนอื่นไม่เห็นด้วยและไม่ร่วมมือ ฯลฯ

9. โรคจิต (Psychoticism)

ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงลักษณะความประหลาดที่เป็นแนวโน้มของพฤติกรรมโรคจิต ซึ่งมีตั้งแต่อาการที่ยังไม่แสดงชัด จนถึงอาการที่แสดงชัดเจน เช่น การถดถอยแยกตัวเองหนีสังคม จนถึงลักษณะของความคิดจิตเภท (Schizophrenia) เช่น อาการหูแว่ว

แบบทดสอบกลุ่มอาการทางจิต เอส-ซี-แอล-90 (SCL-90) ที่มีลักษณะ
ตารางประมาณค่า (Rating Scale) โดยให้คะแนน

- หมายเลข 1 : ไม่เป็นปัญหาเลย
หมายเลข 2 : เป็นปัญหาเพียงเล็กน้อย
หมายเลข 3 : เป็นปัญหปานกลาง
หมายเลข 4 : เป็นปัญหามาก
หมายเลข 5 : เป็นปัญหามากที่สุด

เกณฑ์การแปลค่าผู้ที่มีสุขภาพจิตดี และผู้ที่มีปัญหาสุขภาพจิต ซึ่งแบ่งปัญหา
สุขภาพจิตเป็น 3 ระดับ คือ เล็กน้อย ปานกลาง และมาก (แทรกไว้ในภาคผนวก)

ตอนที่ 3 เป็นแบบการสำรวจปัญหาการปรับตัวของนักเรียน เป็นรายการปัญหา
และความต้องการในระดับปกติของผู้ที่อยู่ในวัยเดียวกัน และมีประสบการณ์พอสมควร ประกอบด้วย
รายการ ปัญหาการปรับตัว 11 ด้าน แต่ละด้านมีรายการปัญหา 20 ข้อ รวมทั้งสิ้น 220 ข้อ
ซึ่งสุภาพรณ โคตรจรัส แปลและเรียบเรียงมาจากแบบสำรวจปัญหาการปรับตัว
(Mooney Problem Check List) ค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงของแบบสำรวจปัญหาการ
ปรับตัวของนิสิตนักศึกษาทั้งฉบับ .983 (สุภาพรณ โคตรจรัส 2524 : 56-58) นำมา
แจกแจงความถี่ของคำตอบแต่ละรายการ ตามมาตราส่วนประเมินค่า คิดเป็นร้อยละนำเสนอ
ในรูปตารางประกอบความเรียง

1. ปัญหาด้านสุขภาพและพัฒนาการทางร่างกาย ประกอบด้วยรายการปัญหาทาง
สุขภาพ และการยอมรับพัฒนาการทางร่างกายของตน เช่น สุขภาพไม่ดี ไม่แข็งแรงเท่า
ที่ควร ปวดศีรษะบ่อย ๆ มีโรคประจำตัว ไม่พอใจในรูปร่างที่เป็นอยู่ มีความพิการทาง
ร่างกายทำให้หงุดหงิดรำคาญใจ

2. ปัญหาด้านการเงินและที่อยู่อาศัย ประกอบด้วยรายการปัญหาทางเศรษฐกิจ
และความเป็นอยู่ เช่น อยากรมีเงินไว้ใช้จ่ายส่วนตัวมากกว่านี้ ครอบครัวมีความกังวลใจ
เกี่ยวกับการเงิน ทำงานเพื่อเงินค่าใช้จ่ายส่วนตัวเป็นส่วนใหญ่ ไม่มีห้องส่วนตัวที่บ้าน
ไม่พอใจบ้านหรือที่พักที่อยู่ในปัจจุบัน

3. ปัญหาด้านกิจกรรมทางสังคมและนันทนาการ ประกอบด้วยรายการปัญหา เช่น มีเวลาสำหรับการพักผ่อนหย่อนใจน้อยมาก ไม่ได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ รู้สึกประหม่าเมื่อพบปะผู้คน ซากหักชะงากกีฬาและเกมต่าง ๆ มีโอกาสสังสรรค์หรือร่วมกิจกรรมทางสังคมน้อยมาก

4. ปัญหาด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ประกอบด้วยรายการปัญหาทางการปรับตัวทางสังคม และความสัมพันธ์กับเพื่อนวัยเดียวกัน เช่น รู้สึกกระดากอายง่ายมาก ไม่มีเพื่อนสนิทที่โรงเรียน มักมีเรื่องถกเถียงโต้แย้งกับผู้อื่น ไม่มีใครที่จะปรับทุกข์ด้วยได้ ทำตามหรือยอมตามผู้อื่นได้ง่าย

5. ปัญหาด้านการปรับตัวทางอารมณ์และส่วนตัว ประกอบด้วยรายการปัญหา เช่น กังวลใจในสิ่งเล็กน้อย ๆ มักเครียดอยู่เสมอ ห้อแห่ง่ายมาก มักใจลอย ซากความเชื่อมั่นในตนเอง ก็อยากจะฆ่าตัวตาย

6. ปัญหาการปรับตัวทางเพศ ประกอบด้วยรายการปัญหา เช่น มีนัดกับเพื่อนต่างเพศน้อยมาก ชอบเพื่อนต่างเพศที่ทางบ้านไม่ยอมรับ ไม่แน่ใจว่าจะสนิทสนมกับเพื่อนต่างเพศได้แค่ไหน กลัวจะหาคู่ที่เหมาะสมไม่ได้ ต้องการคำแนะนำเกี่ยวกับการแต่งงาน

7. ปัญหาด้านบ้านและครอบครัว ประกอบด้วยรายการปัญหา เช่น มีปัญหากับบิดามารดา บิดามารดาไม่ลงรอยกัน มีความรู้สึกเหมือนซากบ้าน ไม่มีบ้านที่แท้จริง เข้ากับสมาชิกในครอบครัวไม่ได้ ต้องการความรักความเข้าใจ บิดามารดาตัดสินใจให้ข้าพเจ้ามากเกินไป

8. ปัญหาด้านศีลธรรมจรรยาและศาสนา ประกอบด้วยรายการปัญหา เช่น หมกความศรัทธาในศาสนาที่เคยยึดถือ สับสนในปัญหาด้านศีลธรรมจรรยาบางประการ ต้องการมีปรัชญาของชีวิต มีความรู้สึกผิด ยอมแพ้ต่อสิ่งที่ล่อตาล่อใจได้ง่าย ควบคุมตนเองไม่ค่อยได้

9. ปัญหาการปรับตัวทางการเรียน ประกอบด้วยรายการปัญหาเกี่ยวกับแรงจูงใจ นิสัย และทัศนคติทางการเรียน เช่น ไม่ทราบวิธีเรียนที่มีประสิทธิภาพ เรียนไม่เก่ง

ได้คะแนนต่ำ พื้นความรู้ไม่ดีในบางวิชา สนใจในกิจกรรมต่าง ๆ นอกเหนือจากการเรียน เป็นส่วนใหญ่ ไม่สนใจค้นคว้าอ่านหนังสือเรียนอย่างแท้จริง

10. ปัญหาด้านอนาคต เกี่ยวกับอาชีพและการศึกษา ประกอบด้วยรายการปัญหา เช่น ต้องการออกไปประกอบอาชีพแต่ยังทำไม่ได้ ไม่แน่ใจจะเลือกอาชีพที่เหมาะสมหรือไม่ สงสัยในคุณค่าของปริญญาบัตร ไม่แน่ใจถ้าเรียนต่อไปจะคุ้มค่าหรือไม่ มีปัญหาเกี่ยวกับการเลือกวิชาเรียน

11. ปัญหาด้านหลักสูตรและการสอน ประกอบด้วยรายการปัญหาเกี่ยวกับการปรับตัวต่อบรรยากาศและสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน เช่น ไม่ค่อยเข้าใจในสิ่งที่ครูสอน ครูทำตัวห่างเหินไม่สนใจนักเรียน วิชาที่จัดให้เรียนส่วนใหญ่ผู้มีความสัมพันธ์กันน้อยมาก โรงเรียนมีกฎข้อบังคับมากเกินไป กิจกรรมของโรงเรียนขาดการประสานงานที่ดี

การตอบรายการปัญหาและความต้องการแต่ละข้อ พิจารณาในลักษณะของมาตรา
ประมาณค่า (Rating Scale) ดังนี้

หมายเลข 1 หมายถึง ไม่เป็นปัญหาเลย

หมายเลข 2 หมายถึง ไม่แน่ใจว่าเป็นปัญหาหรือเป็นปัญหาเพียงเล็กน้อย

หมายเลข 3 หมายถึง เป็นปัญหปานกลาง

หมายเลข 4 หมายถึง เป็นปัญหามาก

หมายเลข 5 หมายถึง เป็นปัญหามากที่สุด

ปัญหาการปรับตัวรายด้าน จำแนกออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ไม่มีปัญหาและกลุ่มที่มีปัญหา กลุ่มที่ไม่มีปัญหาพิจารณาจากร้อยละของจำนวนคนที่ตอบเฉพาะหมายเลข 1 ในแต่ละด้าน ส่วนกลุ่มที่มีปัญหาพิจารณาจากร้อยละจำนวนคนที่ตอบหมายเลข 2, 3, 4 และ 5 ทั้งหมดในแต่ละด้านเช่นกัน

นำแบบสอบถามตอนที่ 2 มาเปรียบเทียบระหว่างนักเรียนชายและนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โดยการทดสอบค่าที (t-test) และเปรียบเทียบคะแนนผลสัมฤทธิ์ทาง

การเรียนของนักเรียนต่างกัน (แบ่งเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มเรียนไม่ดี (GPA 0.01-2.00) กลุ่มเรียนดี (GPA 2.01-4.00) และนำแบบสอบถามตอนที่ 3 มาหาค่าร้อยละในแต่ละด้าน โดยแยกเป็นค่าร้อยละของไม่เป็นปัญหาและเป็นปัญหา

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย เพื่อขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากนักเรียนไปยังอาจารย์ใหญ่ ผู้อำนวยการโรงเรียนทั้ง 12 แห่ง
2. ผู้วิจัยเดินทางไปติดต่อกับทางโรงเรียน เพื่อเก็บข้อมูลด้วยตนเองทั้ง 12 แห่ง โรงเรียนละ 51 คน โดยแจกแบบสอบถามกระจายเท่า ๆ กัน ทุกห้องเรียน ในแต่ละโรงเรียนจากการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) แยกตามเพศเท่า ๆ กัน
3. การตอบแบบสอบถามของนักเรียนโดยให้นักเรียนกลับไปทำที่บ้านแล้วนำกลับมาคืนครูที่ควบคุมภายในวันรุ่งขึ้น
4. ช่วงเวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูลใช้เวลาประมาณ 6 สัปดาห์ (ตั้งแต่วันที่ 15 มิถุนายน-วันที่ 30 กรกฎาคม 2530) รวมได้รับแบบสอบถามคืน 610 ชุด คิดเป็นร้อยละ 100 ในจำนวนแบบสอบถามที่ไม่สามารถนำมาวิเคราะห์ได้เนื่องจากคำตอบไม่ครบถ้วน 59 ชุด คงเหลือแบบสอบถามที่สมบูรณ์ 551 ชุด คิดเป็นร้อยละ 90.32 เป็นจำนวนนักเรียนชาย 259 ชุด จำนวนนักเรียนหญิง 292 ชุด

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิจัย

ผู้วิจัยนำข้อมูลมาทำการวิเคราะห์ตามวิธีทางสถิติ โดยแยกวิเคราะห์เป็น 3 ตอน คือ

1. ตอนที่ 1 ซึ่งเป็นข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม
2. ตอนที่ 2 ซึ่งเป็นแบบสอบถามชนิดมาตราปลายเปิด นำมาแจกแจงความถี่ และคำตอบแต่ละรายการ ความมาตราปลายเปิดแล้วหาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

แยกตามสุขภาพจิตและปัญหาในแต่ละด้าน ตามเกณฑ์มาตรฐานที่กำหนดไว้ (แทรกไว้ในภาคผนวก)

ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย โดยใช้การทดสอบค่าที (t-test) ที่ระดับความมีนัยสำคัญ .05 เพื่อเปรียบเทียบปัญหาสุขภาพจิตของนักเรียนชายกับนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 และเพื่อเปรียบเทียบปัญหาสุขภาพจิตของนักเรียนที่มีคะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกัน

3. ตอนที่ 3 ซึ่งเป็นแบบสอบถามชนิดมาตราประเมินค่า นำมาแจกแจงความถี่ของแต่ละรายการตามมาตราประเมินค่า คิดเป็นร้อยละ นำเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง

สถิติที่ใช้ในการวิจัย

1. ค่าร้อยละจากสูตร (ประกอบ กรรณสูตร 2529 : 60)

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

2. ค่ามัธยเลขคณิต จากสูตร (ประกอบ กรรณสูตร 2529 : 66)

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

เมื่อ \bar{X} = ค่าเฉลี่ยหรือค่ามัธยเลขคณิต

$\sum X$ = ผลรวมของคะแนนทั้งหมด

N = จำนวนประชากรที่ตอบแบบสอบถามทั้งหมด

3. ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน จากสูตร (ประกอบ กรรณสูตร 2529 : 67)

$$SD = \sqrt{\frac{\sum X^2}{N} - \left(\frac{\sum X}{N}\right)^2}$$

เมื่อ SD = ความเบี่ยงเบนมาตรฐาน

$\sum X$ = ผลรวมของคะแนนทั้งหมด

$\sum X^2$ = ผลรวมของคะแนนแต่ละตัวที่ยกกำลังสอง

N = จำนวนประชากรที่ตอบแบบสอบถามทั้งหมด

4. การทดสอบค่าที (t-test) (ประกอบ กรรณสูต 2529 : 78)

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{N_1 S_1^2 + N_2 S_2^2}{N_1 + N_2 - 2} \cdot \frac{N_1 + N_2}{N_1 N_2}}} \quad : df = N_1 + N_2 - 2$$

\bar{X}_1 = ค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างกลุ่มที่ 1

\bar{X}_2 = ค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างกลุ่มที่ 2

N_1, N_2 = จำนวนกลุ่มตัวอย่างกลุ่มที่ 1, กลุ่มที่ 2

S_1^2, S_2^2 = ความแปรปรวนของกลุ่มที่ 1, กลุ่มที่ 2

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย