

ประสบการณ์ทางจิตใจในการทำวิทยานิพนธ์ของนักศึกษาระดับปริญญาเอก



วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาจิตวิทยา ไม่สังกัดภาควิชา/เทียบเท่า  
คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ปีการศึกษา 2561  
ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
**CHULALONGKORN UNIVERSITY**

PSYCHOLOGICAL EXPERIENCE IN COMPLETING DISSERTATION OF PHD CANDIDATES



A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements  
for the Degree of Master of Arts in Psychology

Common Course

Faculty of Psychology

Chulalongkorn University

Academic Year 2018

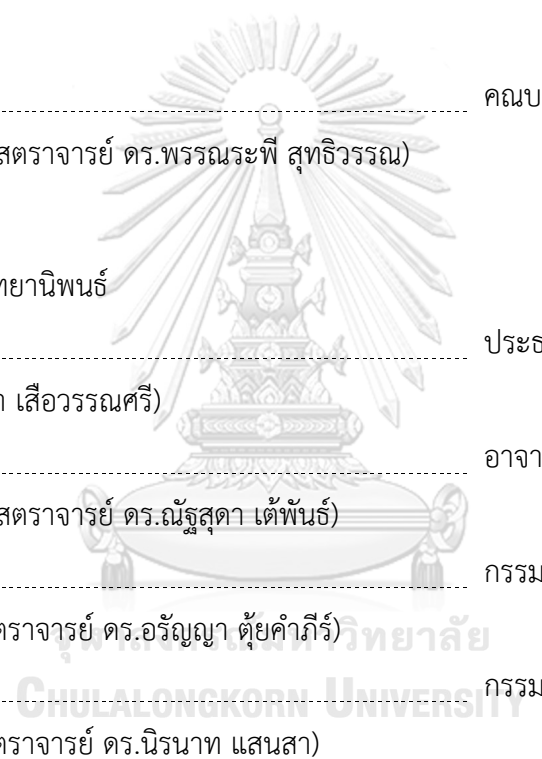
Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์	ประสบการณ์ทางจิตใจในการทำวิทยานิพนธ์ของนักศึกษา ระดับปริญญาเอก
โดย	น.ส.ปณดา เหล่าธนาถาวร
สาขาวิชา	จิตวิทยา
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณัฐสุดา เต้พันธ์

---

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต

	.....	คณบดีคณะจิตวิทยา
	(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พรรณระพี สุทธิวรรณ)	
คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์	.....	ประธานกรรมการ
	(ดร.พนิตา เสือวรรณศรี)	
	.....	อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก
	(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณัฐสุดา เต้พันธ์)	
	.....	กรรมการ
	(รองศาสตราจารย์ ดร.อรัญญา ต้อยคำภีร์)	
	.....	กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย
	(รองศาสตราจารย์ ดร.นิรนาท แสนสา)	



ปณดา เหล่าธนาถาวร : ประสบการณ์ทางจิตใจในการทำวิทยานิพนธ์ของนักศึกษาระดับปริญญาเอก. ( PSYCHOLOGICAL EXPERIENCE IN COMPLETING DISSERTATION OF PHD CANDIDATES) อ.ที่ปรึกษาหลัก : ผศ. ดร.ณัฐสุดา เต้พันธ์

การวิจัยในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสบการณ์ทางจิตใจในการทำวิทยานิพนธ์ของนักศึกษาระดับปริญญาเอก โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยา เก็บข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์แบบเชิงลึก ผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นผู้ที่กำลังศึกษาอยู่ในช่วงสุดท้ายและผู้จบการศึกษาระดับปริญญาเอกสาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีในต่างประเทศจำนวน 10 คน ผลการวิจัยพบประเด็นทางประสบการณ์ทางจิตใจทั้งหมด 4 ประเด็น คือ (1)ความยากลำบากในการทำวิทยานิพนธ์ ซึ่งมี 2 ประเด็นย่อยคือ กระบวนการวิจัยไม่เป็นไปตามที่คิด และความพยายามในการทำเงื่อนไขการจบ (2)สภาวะจิตใจช่วงระหว่างกระบวนการทำวิทยานิพนธ์ ซึ่งมี 2 ประเด็นย่อย คือสภาวะจิตใจด้านบวก (ตื่นเต้นเรียนรู้สิ่งใหม่) และสภาวะจิตใจด้านลบ (ความไม่มั่นใจในความสามารถของตน , ความเครียดจากงานสะสม, ความท้อแท้ในการแก้ปัญหา,การหลีกเลี่ยงงาน) (3)การก้าวผ่านความยากลำบากในการทำวิทยานิพนธ์ ซึ่งมี 2 ประเด็นย่อย คือ การก้าวผ่านด้านงาน (การทำงานร่วมกับอาจารย์ที่ปรึกษา, การแสวงหาความช่วยเหลือจากผู้เชี่ยวชาญ และการวางแผนทำวิทยานิพนธ์) และการก้าวผ่านด้านจิตใจ (การทำความเข้าใจปัญหา และการผ่อนคลายจากการทำงาน) และ(4)การเติบโตจากการทำวิทยานิพนธ์ ซึ่งมี 2 ประเด็นย่อยคือด้านการสร้างองค์ความรู้ และด้านความเป็นมืออาชีพในการทำงาน จากผลการวิจัย อภิปรายผลได้ว่าผู้ให้ข้อมูลต้องมีการปรับตัวทั้งด้านการวางแผนและด้านจิตใจกับการเจอความไม่แน่นอนในกระบวนการทำวิทยานิพนธ์ เช่น อาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อนร่วมงาน ครอบครัวมีส่วนในการทำให้กระบวนการเป็นไปได้อย่างราบรื่น ได้มีการอภิปรายถึงแนวทางสำหรับการดูแลนักศึกษาอย่างเป็นมืออาชีพจากอาจารย์ที่ปรึกษาและผู้บริหารคณะ

สาขาวิชา จิตวิทยา

ลายมือชื่อนิสิต .....

ปีการศึกษา 2561

ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาหลัก .....

# # 5977618938 : MAJOR PSYCHOLOGY

KEYWORD: PHENOMENOLOGICAL METHOD, COMPLETING DISSERTATION.

Panada Laothanathavorn : PSYCHOLOGICAL EXPERIENCE IN COMPLETING DISSERTATION OF PHD CANDIDATES. Advisor: Asst. Prof. NATTASUDA TAEPHANT

The purpose of this study was to study the psychological experiences of PhD students in completing dissertation. Phenomenological qualitative research method was employed in this research with 10 graduate PhD students in science and technology field. Findings revealed 4 themes which are (1) difficulty in completing dissertation, with 2 sub-themes that are unexpected research method and difficulties to doing tasks in program's conditions (2) mental state during dissertation completion, with 2 sub-themes that are Positive mental state (Exciting in exploration) and Negative mental state (doubtful in self-ability, stress from work load, disheartened in problem-solving and avoiding disfavor tasks) (3) difficulties overcoming, with 2 sub-themes that are overcoming difficulties in the task (associated with advisor, associated with people in same field and planning for dissertation) and overcoming difficulties in mind (understand the nature of problems and relaxing) and (4) personal developments from completing dissertation, with 2 sub-themes that are cognition construct ability and sense of professional ability. The results indicated that participants had to adjust the plans and maintain psychological well-being in order to complete difficult tasks in in limited time. Advisers, colleagues and family supported participants to work and completing dissertation smoothly. In the final, research suggest the need of professional help for PhD student from advisors and staff of faculty.

Field of Study: Psychology

Student's Signature .....

Academic Year: 2018

Advisor's Signature .....

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์นี้มีจุดเริ่มต้นจากความสงสัยใคร่รู้อันเพียงเล็กน้อยของข้าพเจ้า จากการได้รับรู้เรื่องราวจากบุคคลรอบข้างที่ต้องเข้าสู่กระบวนการทำ “วิทยานิพนธ์” ข้าพเจ้าจึงตัดสินใจทำงานวิทยานิพนธ์ที่เกี่ยวกับวิทยานิพนธ์และจิตใจของผู้คนที่เกี่ยวข้องกับวิทยานิพนธ์ ในหนทางที่แสนยาวนานนี้ ข้าพเจ้าได้รับการสนับสนุนและความช่วยเหลืออันมากมายที่เป็นแรงขับเคลื่อนทำให้การเดินทางของวิทยานิพนธ์ชิ้นนี้ได้ถึงปลายทางโดยสวัสดิภาพ

ขอขอบคุณ ผศ.ดร. ณัฐสุดา เต้พันธ์ อาจารย์ที่ปรึกษาประจำวิทยานิพนธ์ชิ้นนี้ของข้าพเจ้า ผู้เป็นที่ปรึกษาที่แนะนำแนวทางการทำวิทยานิพนธ์ที่ถูกที่ควร สนับสนุนข้าพเจ้าให้ได้มีโอกาสได้ทำเนื้อหาวิทยานิพนธ์ที่ข้าพเจ้าสนใจ และช่วยขัดเกลาให้ข้าพเจ้ามีความคิดที่ถี่ถ้วนและรอบคอบมากขึ้น

ขอขอบคุณ ทุนอุดหนุนการศึกษาแก่ผู้วิจัยจากบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เพื่อเฉลิมฉลองวโรกาสที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชทรงเจริญพระชนมายุครบ 72 พรรษา ที่ให้การสนับสนุนค่าเล่าเรียน

ขอขอบคุณ คณาจารย์คณะจิตวิทยา สาขาจิตวิทยาการปรึกษา และคณาจารย์ท่านอื่น ๆ ที่สั่งสอนวิชาต่าง ๆ ให้ข้าพเจ้ามีความรู้ประดับตัว

ขอขอบคุณ เพื่อนพี่น้องคณะจิตวิทยา ทั้งเพื่อนพี่ป.โทสาขาจิตวิทยาการปรึกษารุ่น 32 รุ่นพี่รุ่นน้องสาขาจิตวิทยาการปรึกษารุ่นอื่น ๆ และเพื่อนพี่น้องผู้ที่เราเป็นกัลยาณมิตรตั้งแต่สมัยข้าพเจ้าเรียนระดับปริญญาตรี คณะจิตวิทยา และเพื่อนสมัยมัธยมศึกษาของข้าพเจ้าที่ช่วยประชาสัมพันธ์การรับสมัครผู้ต้องการเข้าร่วมวิจัย และเป็นพื้นที่ให้ข้าพเจ้ารู้สึกปลอดภัยและสบายใจ

ขอขอบคุณ คุณภู บัณฑิตปริญญาเอกที่ได้เล่าเรื่องราวชีวิตสมัยเรียนปริญญาเอกและเป็นจุดเริ่มต้นที่ทำให้ข้าพเจ้าได้ทำวิทยานิพนธ์ชิ้นนี้

ขอขอบคุณครอบครัวเหล่าธนาถาวร ที่คอยสนับสนุนข้าพเจ้าอยู่เบื้องหลัง

และขอขอบคุณ ผู้ให้ข้อมูลทุกท่าน ผู้ได้สละเวลาและใส่ใจเล่าประสบการณ์อันแสนมีค่าที่ทำงานวิทยานิพนธ์ชิ้นนี้มีชีวิตขึ้นมา

ปณดา เหล่าธนาถาวร

## สารบัญ

### หน้า

.....	ค
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ค
.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	ง
กิตติกรรมประกาศ.....	จ
สารบัญ.....	ฉ
สารบัญตาราง.....	ช
สารบัญภาพ.....	ณ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
คำถามงานวิจัย.....	4
วัตถุประสงค์งานวิจัย.....	4
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	6
1. รูปแบบการเรียนปริญญาเอก.....	6
1.1 วิทยานิพนธ์.....	10
1.2 กระบวนการทำวิทยานิพนธ์.....	10
2. ภาวะทางจิตใจของนักศึกษาระดับปริญญาเอกในช่วงกระบวนการทำวิทยานิพนธ์.....	12
3. ปัจจัยที่มีผลต่อกระบวนการทำวิทยานิพนธ์.....	14
3.1 ปัจจัยภายนอก.....	14
3.2 ปัจจัยภายใน.....	17



4. การวิจัยเชิงคุณภาพและการวิจัยเชิงคุณภาพแนวปรากฏการณ์วิทยา (PHENOMENOLOGICAL RESEARCH).....	19
4.1 การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative research).....	19
4.2 การวิจัยเชิงคุณภาพแนวปรากฏการณ์วิทยา (Phenomenological research).....	20
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง .....	21
บทที่ 3 วิธีการดำเนินการวิจัย .....	26
1.1. การเตรียมตัวผู้วิจัยก่อนการเก็บรวบรวมข้อมูล .....	27
1.2. การเตรียมเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	27
2. การดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล .....	30
3. วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	35
4. ระยะเวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	35
5. การวิเคราะห์ข้อมูล.....	36
6. การตรวจสอบความเชื่อถือได้ของข้อมูล.....	36
7. การพิทักษ์สิทธิ์ของผู้เข้าร่วมการวิจัย.....	37
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	39
ส่วนที่ 1 ข้อมูลรายบุคคลเบื้องต้นของผู้ให้ข้อมูล.....	39
ส่วนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลประเด็นหลัก.....	48
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ .....	80
บรรณานุกรม.....	99
ภาคผนวก ก.....	106
ประวัติผู้เขียน.....	112

## สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 1 ความแตกต่างของรูปแบบการเรียนปริญญาเอกในทวีปอเมริกาเหนือกับยุโรป.....	9
ตารางที่ 2 ข้อมูลโดยเบื้องต้นผู้ให้ข้อมูลในการวิจัย .....	31
ตารางที่ 3 วันเวลาที่สัมภาษณ์และระยะเวลาที่ใช้ในการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลแต่ละคน .....	35



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY

## สารบัญญภาพ

	หน้า
รูปภาพที่ 1 ขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	34
รูปภาพที่ 2 ความยากลำบากในการทำวิทยานิพนธ์.....	55
รูปภาพที่ 3 สภาวะจิตใจในช่วงการทำวิทยานิพนธ์.....	62
รูปภาพที่ 4 การก้าวผ่านความยากลำบากในระหว่างการทำวิทยานิพนธ์.....	73
รูปภาพที่ 5 การเติบโตหลังจากการทำวิทยานิพนธ์.....	78
รูปภาพที่ 6 ประสบการณ์ทางจิตใจในการทำวิทยานิพนธ์ของนักศึกษาระดับปริญญาเอก.....	79



## บทที่ 1

### บทนำ

#### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ช่วงเวลาการศึกษาของนักศึกษาระดับปริญญาเอกนั้นเป็นช่วงเวลาแห่งความยากลำบาก ช่วงหนึ่งของนักศึกษาที่ต้องพบการปรับตัวครั้งใหญ่ (Straforini, 2015) เมื่อเข้าสู่กระบวนการเข้าเรียนระดับปริญญาเอก นักศึกษาระดับปริญญาเอกจะถูกคาดหวังจากสถาบันการศึกษาว่าเป็นบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถด้านวิชาการในประเด็นใดประเด็นหนึ่งอย่างลึกซึ้งและสามารถบูรณาการความรู้ที่ตนศึกษาค้นคว้าตลอดปีการศึกษา และสร้างสรรค์นวัตกรรมใหม่เพื่อตอบโจทย์ต่อความต้องการของวงวิชาการและเป็นประโยชน์ต่อสังคมได้ โดยสิ่งที่มีชีวิตถึงถึงศักยภาพทางวิชาการของนักศึกษาระดับปริญญาเอก คือ วิทยานิพนธ์ที่มีคุณภาพ (Blum, 2010; Nerad, 2015) ในประเทศไทย งานวิทยานิพนธ์และงานวิจัยของนักศึกษาระดับปริญญาเอกเป็นสิ่งที่ถูกคาดหวังถึงคุณภาพในระดับที่สามารถได้รับการตีพิมพ์ในวารสารนานาชาติได้ แต่ด้วยกระบวนการทำวิทยานิพนธ์ที่มีคุณภาพ นักศึกษาระดับปริญญาเอกจะต้องใช้เวลาในการสร้างสรรค์ผลงานภายใต้กรอบเวลาตามเงื่อนไขการจบการศึกษาของหลักสูตรซึ่งมีระยะเวลายาวนานหลายปี ทำให้นักศึกษาระดับปริญญาเอกต้องแบกรับภาระค่าใช้จ่ายสำหรับงานวิจัยเป็นจำนวนมาก รวมทั้งการเผชิญปัญหาต่าง ๆ ที่เข้ามาแทรกแซงระหว่างการทำวิจัยสำหรับวิทยานิพนธ์ของนักศึกษาระดับปริญญาเอก (เสกศักดิ์ อัสวะวิสิทธิ์ชัย, 2553) นักศึกษาในบางหลักสูตรต้องเรียนรายวิชาและฝึกภาคปฏิบัติตามที่หลักสูตรกำหนดเป็นเงื่อนไขสำหรับการสำเร็จการศึกษาซึ่งเป็นงานเพิ่มเติมนอกเหนือจากการเขียนวิทยานิพนธ์ (จำเนียร จวงตระกูล, 2555) ในช่วงเวลาที่ผ่านมานักศึกษาระดับปริญญาเอกจำนวนหนึ่งประสบปัญหาในการทำวิทยานิพนธ์ แม้นักศึกษาสามารถเรียนทุกวิชาหรือทำงานเสร็จสิ้นตามข้อกำหนดที่มอบหมายโดยคณะหรือทุนวิจัยได้อย่างราบรื่น แต่นักศึกษาอาจต้องเผชิญความยากลำบากในกระบวนการทำวิทยานิพนธ์ (Kelley & Salisbury-Glennon, 2016)

จากการทบทวนวรรณกรรม นักวิจัยหลายท่านศึกษาเกี่ยวกับภาวะจิตใจของนักศึกษาในช่วงเวลาการทำวิทยานิพนธ์ โดยงานวิจัยในต่างประเทศหลายงานศึกษาพบว่า ช่วงเวลาการทำวิทยานิพนธ์เป็นช่วงเวลาที่นักศึกษามีแนวโน้มต้องเผชิญกับความขัดแย้งที่เกิดขึ้นภายในจิตใจซึ่งส่งผลกระทบต่อกระบวนการทำวิทยานิพนธ์ทำให้นักศึกษาไม่สามารถดำเนินการทำวิทยานิพนธ์สำเร็จได้ (Blum, 2010; Straforini, 2015) ความขัดแย้งที่เกิดขึ้นในจิตใจนั้นเกี่ยวข้องกับปัจจัยหลายอย่าง เช่น สภาพแวดล้อมการศึกษาที่ถูกคาดหวังถึงความเก่งกาจและต้องแข่งขันกับผู้อื่น ความสัมพันธ์กับอาจารย์ที่ปรึกษาและบุคลากรของคณะที่เกี่ยวข้องกับการเขียนวิทยานิพนธ์ (Knox, Burkard,

Janecek., Pruitt, Fuller & Hill 2011; Knox, Schlosser, Pruitt, & Hill, 2006; Schlosser, Knox, Moskovitz, & Hill, 2003) การสนับสนุนทางสังคม เช่น เพื่อนหรือครอบครัว (Jairam & Kahl Jr, 2012) ความขัดแย้งทั้งที่เกิดขึ้นจากภายนอกและภายในบุคคลที่เหล่านี้อาจนำไปสู่การเกิดปัญหาทางด้านสุขภาพทางจิตในนักศึกษาระดับปริญญาเอกได้ ไม่ว่าจะเป็นภาวะเครียด รู้สึกไร้ค่า รู้สึกไม่มีความสุข ไม่มีสมาธิในการเรียน การผัดวันประกันพรุ่งเป็นระยะเวลายาวนาน เป็นต้น (Levecque, Anseel, De Beuckelaer, Van der Heyden, & Gisle, 2017) ซึ่งภาวะจิตใจของนักศึกษาที่มีปัญหาอาจส่งผลกระทบต่อความสำเร็จในการศึกษา โดยงานวิจัยหลายชิ้นได้กล่าวถึงปัญหาการจบการศึกษาที่ล่าช้ากว่ากำหนด (Jackson & Michelson, 2015; Van de Schoot, Yerkes, Mouw, & Sonneveld, 2013; Van Ours & Ridder, 2003) ที่เกิดขึ้นกับนักศึกษาปริญญาเอก ระหว่างการศึกษาสัมพันธ์กับความสำเร็จในการจบการศึกษา เช่น การรู้สึกว่าตนเองขาดความสามารถในการทำงานวิจัย การบริหารจัดการงานที่มีปริมาณเป็นจำนวนมาก การทำงานร่วมกับอาจารย์ที่ปรึกษาไม่เป็นไปอย่างราบรื่น (สมจิตร แก้วมณี, 2551; ทศน์ศิริรินทร์ สว่างบุญ และรัชนิรพรรณ ตั้งภักดี, 2561; ธิดาพร ประทุมวี, 2553; โรจนา ศุขะพันธุ์; ดิลกรัตน์ โคตรสุมาตย์ และชญญา อภิपालกุล., 2554) จากการรายงานเหล่านี้ แสดงถึงแนวโน้มที่นักศึกษาระดับปริญญาเอกจะต้องเผชิญปัญหาด้านจิตใจในช่วงกำลังเขียนวิทยานิพนธ์จากการรับมือกับภาระงานซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อสภาพของวิทยานิพนธ์ที่ไม่ได้คุณภาพ ตามความคาดหวัง และหากนักศึกษามีปัญหาจิตใจแตกแยกระหว่างการทำวิทยานิพนธ์ อาจส่งผลการดำเนินการที่เป็นไปได้อย่างล่าช้า

งานวิจัยในต่างประเทศจะมีการศึกษาที่ให้ความสำคัญกับการทำความเข้าใจนักศึกษาระดับปริญญาเอกจากประสบการณ์ทางจิตใจในช่วงการเขียนวิทยานิพนธ์ และกล่าวถึงประโยชน์ที่ทำให้เข้าใจบริบทและปัญหาที่นักศึกษาระดับปริญญาเอกต้องเผชิญได้อย่างลึกซึ้งและเห็นภาพของการใช้ชีวิตของนักศึกษาระดับปริญญาเอก ผู้วิจัยจึงคิดว่าการทำความเข้าใจภาวะจิตใจของนักศึกษาระดับปริญญาเอกในช่วงทำวิทยานิพนธ์จากประสบการณ์เป็นสิ่งสำคัญ แต่ทั้งนี้จากการทบทวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยยังไม่พบงานวิจัยในประเทศไทยซึ่งได้ทำการศึกษาโดยตรงเกี่ยวกับประสบการณ์ในการทำวิทยานิพนธ์ของนักศึกษาระดับปริญญาเอก ในงานวิจัยหลายงานมีการกล่าวถึงข้อจำกัดของงานวิจัยที่ศึกษาเพียงกลุ่มเชื้อชาติเดียว ซึ่งอาจจะมีวัฒนธรรมที่แตกต่างจากวัฒนธรรมของประเทศไทย รวมถึงไปถึงระบบการศึกษาระดับปริญญาเอกหรือปริญญาโทในแต่ละประเทศนั้นมีความแตกต่างกัน (Barnett, Harris, & Mulvany, 2017; Levecque et al., 2017; Nerad, 2015) สำหรับประเทศไทยที่ยังไม่มีงานวิจัยที่ศึกษาประสบการณ์ทางจิตใจของนักศึกษาระดับปริญญาเอกไทยระหว่างการเขียนวิทยานิพนธ์ ผู้วิจัยมองว่าเป็นโอกาสอันดีที่จะได้ศึกษาและทำความเข้าใจถึงสิ่งที่นักศึกษาระดับปริญญาเอกไทยได้เผชิญในช่วงระหว่างที่ทำวิทยานิพนธ์ผ่านประสบการณ์ตรงตลอดจนประสบการณ์ทางจิตใจที่เกิดขึ้น

การวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยาเป็นงานวิจัยที่ให้ความสำคัญทางด้านการขยายองค์ความรู้โดยการศึกษารายละเอียดของประสบการณ์ในเชิงรายละเอียดที่ลึกซึ้งมากยิ่งขึ้น ถึงแม้จะมีงานศึกษาเชิงสำรวจถึงปัญหาที่นักศึกษาระดับปริญญาเอกต้องเผชิญ ไม่ว่าจะเป็นความเครียด ความกดดันในการทำวิทยานิพนธ์ แต่ข้อมูลด้านตัวเลขไม่สามารถทำให้เห็นรายละเอียดของกระบวนการความเครียดที่เกิดขึ้นกับนักศึกษาผู้ประสบเหตุการณ์และความคิดและความรู้สึกของนักศึกษาเมื่อประสบเหตุการณ์ รวมไปถึงวิธีการจัดการรับมือกับสิ่งที่เกิดขึ้นจากเหตุการณ์ นักศึกษาได้มีวิธีการอย่างไร การวิจัยเชิงประสบการณ์จะเป็นตัวช่วยตอบประเด็นดังกล่าว เพื่อช่วยให้เห็นถึงสภาวะทางจิตใจของนักศึกษาในอีกทางหนึ่ง ซึ่งเป็นข้อจำกัดของงานวิจัยเชิงปริมาณ

กลุ่มนักศึกษาที่ผู้วิจัยสนใจในการศึกษา คือ กลุ่มนักศึกษาในสาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี เพราะนักศึกษาในสาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีเป็นบุคลากรที่เป็นความหวังเพื่อช่วยพัฒนาประเทศชาติในด้านวิจัยและพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีของประเทศที่ทันสมัยและก้าวไกลทัดเทียมมาตรฐานสากล อ้างอิงจากนโยบายของสำนักงานพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งชาติ (สวทช.) ที่มีเป้าหมายเพื่อพัฒนาองค์ความรู้ด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี การวิจัยและการพัฒนาทั้งในด้านเศรษฐกิจ การศึกษา และการพัฒนานวัตกรรม (กระทรวงวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี) ดังนั้นการสร้างบุคลากรที่มีองค์ความรู้ดังกล่าวจึงเป็นส่วนสำคัญที่จะนำวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีต่าง ๆ สูงสุดไปใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุดแก่ชุมชนและสังคม ด้วยความต้องการที่จะสร้างบุคลากรที่มีศักยภาพด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี องค์กรจำนวนหนึ่งจึงพยายามสนับสนุนทุนสำหรับบุคลากรด้านวิทยาศาสตร์ เช่น กระทรวงวิทยาศาสตร์ร่วมกับสำนักงาน ก.พ. ทบวงมหาวิทยาลัย ทำการจัดตั้งทุนรัฐบาลสำหรับนักเรียนนักศึกษาในด้านการทำวิจัยและพัฒนาสาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีตั้งแต่ปีพ.ศ. 2454 (สวทช) ทั้งนี้แม้นักศึกษาจะได้รับการสนับสนุนด้านการเงินและเครื่องมือสิ่งอำนวยความสะดวกในการเรียนและการทำงานวิจัย แต่ต้องแลกด้วยการถูกคาดหวังจากสถาบันการศึกษาและอุตสาหกรรมในสาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ด้วยสถาบันการศึกษาในสาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีนั้นให้ความสำคัญกับการทำโครงการวิจัยที่ตอบโจทย์ทั้งด้านความก้าวหน้าในด้านวิชาการและด้านการลงทุนหวังผลกำไรในอุตสาหกรรมเทคโนโลยี (Aghion, Dewatripont, & Stein, 2008; Lacetera, 2009) นักศึกษาปริญญาเอกสาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีจึงเป็นบุคลากรที่ต้องสร้างงานวิทยานิพนธ์ที่มีคุณค่าทั้งในด้านวิชาการและด้านอุตสาหกรรมเพื่อแสดงถึงศักยภาพในด้านอาชีพนักวิชาการ (Roach & Sauermann, 2010) และตอบสนองต่อเงื่อนไขของหลักสูตร (Hagen, 2010; Millar, 2013) งานวิจัยจำนวนหนึ่งรายงานถึงแนวโน้มการเกิดปัญหาทางสุขภาพจิตในนักศึกษาระดับปริญญาเอกสาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี เนื่องจากมีการรายงานถึงการเผชิญภาวะเครียดกดดัน รู้สึกไม่มีความสุข และการมีปัญหารื่องการนอนในชีวิตการเรียนและการทำงานวิจัยของนักศึกษา (J. Hyun, Quinn, Madon, &

Lustig, 2007; J. K. Hyun, Quinn, Madon, & Lustig, 2006; Levecque et al., 2017) ดังนั้น หากมีการสนับสนุนช่วยเหลือนักศึกษาระดับปริญญาเอกในสาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีซึ่งเป็นบุคลากรที่มีประสิทธิภาพในการขับเคลื่อนด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีของประเทศ การให้ความสำคัญในการดูแลจิตใจของนักศึกษาก็อาจเป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญในการดูแลบุคลากรให้มีศักยภาพที่พร้อมสร้างสรรค์องค์ความรู้และนวัตกรรมที่มีประโยชน์ต่อสังคม เพราะปัจจัยด้านจิตใจก็เป็นส่วนหนึ่งที่ส่งผลกระทบต่อการเรียน การทำวิทยานิพนธ์ และรวมไปถึงการดำเนินชีวิตของนักศึกษา หากนักศึกษาไม่ได้รับสนับสนุนทางด้านสุขภาพทางจิตอาจเป็นเรื่องยากที่บุคลากรจะสามารถเติบโตได้อย่างมีคุณภาพ พร้อมทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ

ในฐานะนักจิตวิทยาการปรึกษา การเข้าใจสภาวะที่นักศึกษาระดับปริญญาเอกอาจจะต้องเผชิญระหว่างกระบวนการเขียนวิทยานิพนธ์ ผู้วิจัยเชื่อว่าจะทำให้ทำความเข้าใจถึงขอบเขตและบริบทของปัญหาที่นักศึกษาระดับปริญญาเอกในสาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ซึ่งจะเป็ประโยชน์สำหรับการช่วยเหลือด้านสภาวะด้านจิตใจให้ก้าวผ่านช่วงเวลาที่น่ายากลำบากสำหรับนักศึกษาระดับปริญญาเอก โดยเฉพาะกับนิสิตนักศึกษาที่มีแนวโน้มความเสี่ยงที่จะประสบความล่าช้าในการดำเนินการเขียนวิทยานิพนธ์ การทำความเข้าใจดังกล่าวจะช่วยให้หน่วยที่ช่วยเหลือดูแลด้านสภาวะจิตใจเร่งช่วยเหลือได้ทันการ และช่วยให้ข้อมูลกับคณะหรือมหาวิทยาลัยของนักศึกษาเพื่ออำนวยความสะดวกที่เหมาะสมที่ช่วยเอื้อให้การดำเนินการเขียนวิทยานิพนธ์เป็นไปได้อย่างราบรื่นมากขึ้น

### คำถามงานวิจัย

ประสบการณ์ทางจิตใจในการทำวิทยานิพนธ์ของนักศึกษาระดับปริญญาเอกในสายวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีเป็นอย่างไร

### วัตถุประสงค์งานวิจัย

เพื่อศึกษาประสบการณ์ทางจิตใจในการทำวิทยานิพนธ์ของนักศึกษาระดับปริญญาเอกในสายวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี

### ขอบเขตของงานวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพ ใช้วิธีการวิเคราะห์เชิงปรากฏการณ์วิทยา (Phenomenology) เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview)

### คำจำกัดความงานวิจัย

**นักศึกษาระดับปริญญาเอก**ที่อยู่ในช่วงการทำวิทยานิพนธ์ในสายวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี หมายถึง บุคคลที่เป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยในสายวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ทั้งในปัจจุบันซึ่งอยู่ในช่วงหลังเสร็จสิ้นการสอบวิทยานิพนธ์ และอยู่ระหว่างรอการตีพิมพ์วิทยานิพนธ์

**ประสบการณ์ทางจิตใจ** หมายถึง สิ่งที่เกิดขึ้น ไม่ว่าจะเป็นความคิด ความรู้สึกต่อเหตุการณ์ที่นักศึกษาประสบระหว่างการทำวิทยานิพนธ์

### ประโยชน์ที่น่าจะได้รับ

1. ทำความเข้าใจสภาวะในช่วงการทำวิทยานิพนธ์ที่นักศึกษาระดับปริญญาเอกในสายวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีอาจจะต้องเจอ
2. ทำความเข้าใจความคิดและความรู้สึกของนักศึกษาระดับปริญญาเอกในสายวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ในช่วงการทำวิทยานิพนธ์
3. ได้องค์ความรู้เบื้องต้นเพื่อนำไปสู่การทำความเข้าใจกลุ่มนักศึกษาระดับปริญญาเอกในสายวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี สำหรับผู้ที่เกี่ยวข้องในกระบวนการวิทยานิพนธ์ และผู้เชี่ยวชาญด้านสภาพจิตใจ เช่น นักจิตวิทยาการปรึกษา



## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในงานวิจัยชิ้นนี้ ผู้วิจัยได้ทำการรวบรวมเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับประสบการณ์ทางจิตใจของนักศึกษาระดับปริญญาเอกที่อยู่ในช่วงการทำวิทยานิพนธ์ ซึ่งผู้วิจัยสรุปประเด็นเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัยได้ตามลำดับ ดังนี้

1. รูปแบบการเรียนระดับปริญญาเอก
2. ภาวะทางจิตใจที่นักศึกษามีแนวโน้มที่ประสบในกระบวนการทำวิทยานิพนธ์
3. ปัจจัยที่มีผลต่อกระบวนการทำวิทยานิพนธ์
4. การวิจัยเชิงคุณภาพและการวิจัยเชิงคุณภาพแนวปรากฏการณ์วิทยา (Phenomenological research)
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

#### 1. รูปแบบการเรียนปริญญาเอก

จากการทบทวนวรรณกรรม ได้มีการให้คำจำกัดความอธิบายถึงรูปแบบการเรียนปริญญาเอกไว้ ดังนี้

เสกศักดิ์ อัสวะวิสิทธิ์ชัย (2553) ได้กล่าวถึงรูปแบบการศึกษาในระดับปริญญาเอกไว้ว่า การศึกษาระดับปริญญาเอกมีหลักสูตรที่ผู้เรียนจะใช้เวลาในการเรียนอย่างน้อยตั้งแต่ 3 ปี ถึง 8 ปี ขึ้นอยู่กับระเบียบกฎเกณฑ์ของแต่ละหลักสูตรการศึกษาระดับปริญญาเอกของแต่ละสถาบันการศึกษา และวุฒิการศึกษาก่อนหน้าที่นักศึกษามี ทั้งนี้การศึกษาในระดับปริญญาเอกนั้น นักศึกษาระดับปริญญาเอกจะถูกคาดหวังให้ทำงานวิจัยที่มีคุณภาพและสามารถนำงานวิจัยไปตีพิมพ์ในวารสารวิชาการต่างประเทศได้ เพราะรูปแบบของการศึกษาส่วนใหญ่จะมุ่งเน้นไปที่การทำวิจัย หรืออาจมีทั้งการเรียนวิชาพร้อมการทำวิจัยด้วย

จำเนียร จวงตระกูล (2555) ได้กล่าวถึงรูปแบบการเรียนปริญญาเอกนั้น สำหรับในประเทศไทยแบ่งออกเป็น 2 สาย คือ

- 1) หลักสูตรที่เน้นงานวิจัยเป็นหลัก ไม่มีการเรียนวิชาจำพวก coursework ด้วย หลักสูตรรับเฉพาะผู้ที่มีประสบการณ์ในการวิจัย เมื่อผู้สมัครเข้าเรียนได้รับการ

คัดเลือกเข้าหลักสูตร มีอาจารย์ที่ปรึกษา และได้ส่งงานโครงงานวิทยานิพนธ์จึงได้เป็นนักศึกษาระดับปริญญาเอก และทำการวิจัยเพื่อทำวิทยานิพนธ์ต่อไป เมื่อจบการศึกษาจะได้รับคุณวุฒิชื่อว่า Doctor of Philosophy หรือชื่อย่อคือ PhD

- 2) หลักสูตรที่เน้นในการเป็นนักวิชาชีพสาขาใดสาขาหนึ่งที่มีความรู้ในระดับลึกซึ่งในวิชาชีพซึ่งเกี่ยวข้องกับการวิจัยที่จะปรับปรุงการปฏิบัติในสาขาวิชานั้น ในหลักสูตรจะเน้นทั้งการทำวิจัยและการเรียนวิชา coursework เพื่อเตรียมความพร้อมให้นักศึกษาสามารถทำวิจัยได้ ไม่ว่าจะเป็นวิชาเกี่ยวกับปรัชญาและการทำวิจัย การเรียนทฤษฎีซึ่งสามารถนำไปสู่การทำวิทยานิพนธ์ต่อได้ ดังนั้นผู้ที่ไม่มีประสบการณ์ในการทำวิจัยมาก่อนก็สามารถเข้าศึกษาได้ เมื่อจบการศึกษาแล้ว นักศึกษาจะได้รับคุณวุฒิที่ใช้ชื่อว่า Doctor of ----- อาทิเช่น Doctor of Business Administration หรือชื่อย่อคือ DBA

ทั้งนี้รูปแบบทั้ง 2 หลักสูตร เน้นการทำวิจัยวิทยานิพนธ์เป็นหลักเหมือนกัน เพราะงานวิจัยเป็นหัวใจสำคัญสำหรับการเรียนระดับปริญญาเอก

จากการศึกษาหลักสูตรปริญญาเอกที่เปิดสอนอยู่ในมหาวิทยาลัยของไทยในปัจจุบัน (จำเนียร จวงตระกูล, 2555) พบว่าในหลักสูตรสายวิชาชีพกำหนดให้มีวิชาวิจัยเพียง 3 หรือ 6 หน่วยกิตเท่านั้น และมีหลายหลักสูตรที่กำหนดให้มีวิชาการวิจัยเชิงคุณภาพน้อยมาก โดยพบว่าส่วนใหญ่หลักสูตรจะมุ่งสอนเนื้อหาวิชาที่คล้ายคลึงในหลักสูตรระดับปริญญาตรีและปริญญาโทซึ่งเป็นเนื้อหาที่นักศึกษาสามารถค้นหาได้ตนเอง

กระบวนการเรียนระดับปริญญาเอก แบ่งได้เป็น 5 ขั้นตอนหลัก (จำเนียร จวงตระกูล, 2555)

ขั้นที่ 1 การรับเข้าเรียน (Admission) เป็นขั้นตอนตรวจสอบคุณสมบัติของผู้ประสงค์จะสมัครเข้าเรียนโดยพิจารณาจากเอกสารต่างๆ ที่ทางมหาวิทยาลัยกำหนดไว้ เช่น เอกสารเกี่ยวกับผลการศึกษา ผลการปฏิบัติงาน ผลงานวิจัย หรือผลงานทางวิชาการ มีการสอบสัมภาษณ์ผู้ประสงค์ต้องการสมัครเข้าเรียนโดยคณะกรรมการ

ขั้นที่ 2 การเป็นผู้สมัคร (Applicant) เป็นขั้นที่ผู้ประสงค์สมัครเข้าเรียนระดับปริญญาเอกผ่านเข้ามาเป็นนักศึกษาเพื่อลงทะเบียนเรียน แต่ยังไม่ได้เป็นนักศึกษาระดับปริญญาแบบเต็มขั้น เนื่องจากยังอยู่ในช่วงเป็นผู้สมัครสอบโครงร่างวิทยานิพนธ์ ทำให้ในขั้นตอนนี้จะเป็นขั้นตอนที่นักศึกษาจะได้รับการแต่งตั้งอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ (Supervisor) และผู้เกี่ยวข้องกับกระบวนการวิทยานิพนธ์สำหรับสายวิชาชีพจะเพิ่มเติมจากสายวิชาการ คือ มีการเรียน coursework ต่างๆ ก่อนจะทำโครงร่างวิทยานิพนธ์ ทำให้มีการฝึกการทำวิจัยด้วย และเมื่อเรียนครบทุกวิชาแล้ว บางมหาวิทยาลัย อาจมีการสอบที่เรียกว่า การสอบประมวลรายวิชา (Qualifying Examination) เมื่อสอบผ่าน จึงเริ่มทำโครงร่างวิทยานิพนธ์เพื่อยื่นคำร้องส่งต่อคณะกรรมการวิทยานิพนธ์

ขั้นที่ 3 การเป็นนักศึกษาทำวิทยานิพนธ์ (Candidate) เป็นขั้นที่นักศึกษาได้เลื่อนสถานะจากผู้สมัครสอบโครงร่างวิทยานิพนธ์กลายเป็นนักศึกษาระดับปริญญาเอกที่ได้ทำการวิจัยหลังจัดทำและนำเสนอโครงร่างวิทยานิพนธ์ต่อคณะกรรมการวิทยานิพนธ์ที่อนุมัติเรียบร้อยแล้ว ขั้นนี้นักศึกษาจะต้องลงมือทำวิจัยและเขียนวิทยานิพนธ์โดยมีอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ช่วยเหลือและดูแลจนกระทั่งเสร็จสิ้นกระบวนการทำวิทยานิพนธ์ ตั้งแต่ขั้นการเก็บข้อมูลวิจัย การวิเคราะห์ข้อมูลวิจัย การสรุปข้อมูลวิจัย การเขียนอ้างอิง เป็นต้น

ขั้นที่ 4 การสอบวิทยานิพนธ์ (Examination) มีทั้ง การสอบโดยคณะกรรมการวิทยานิพนธ์ หรือการสอบโดยมีผู้เชี่ยวชาญจากภายนอก

ขั้นที่ 5 การสำเร็จการศึกษา (Graduation) เป็นขั้นที่นักศึกษาได้รับการอนุมัติจากคณะกรรมการว่าผ่านหลักสูตร

นอกจากในประเทศไทย หลักสูตรการเรียนปริญญาเอกเป็นหลักสูตรที่มีอยู่ในหลายประเทศ แม้จะมีเป้าหมายในการสร้างบุคลากรทางศึกษาที่คล้ายคลึง แต่ก็มีลักษณะของรูปแบบการเรียนที่มีความแตกต่างกัน จากการทบทวนเอกสารที่ศึกษาเกี่ยวกับความแตกต่างของรูปแบบการเรียนปริญญาเอกในทวีปอเมริกาเหนือกับยุโรป (Barnett et al., 2017; Nerad, 2015) ซึ่งอิงจากคณะทางวิทยาศาสตร์ในทวีปอเมริกาเหนือและยุโรป สามารถจำแนกได้ ดังนี้

ตารางที่ 1 ความแตกต่างของรูปแบบการเรียนปริญญาเอกในทวีปอเมริกาเหนือกับยุโรป

	อเมริกาเหนือ	ยุโรป
ระยะเวลาในการเรียนระดับปริญญาเอก	4 - 5 ปี (รวมตั้งแต่ปริญญาโท)	3 - 4 ปี
การคัดเลือกนักศึกษา	- ประธานสาขาเป็นผู้รับผิดชอบในการคัดเลือก	- อาจารย์ที่ปรึกษาเป็นผู้รับผิดชอบในการคัดเลือก
กระบวนการทำวิทยานิพนธ์	- มีช่วงสำหรับการฝึกฝนทักษะ - ช่วงก่อนสอบวัดคุณสมบัติ - นักศึกษาสามารถไปแฉะชมห้องปฏิบัติการในที่ต่าง ๆ และอภิปรายข้อมูลเพื่อทำโครงการวิจัย	- ไม่มีช่วงสำหรับการฝึกฝนทักษะ - นักศึกษาคิดหัวข้องานวิจัยด้วยตนเองร่วมกับอาจารย์ที่ปรึกษา
การสนับสนุนเงิน	มีการสนับสนุนจากสาขาวิชา	มีการสนับสนุนจากสาขาวิชา
ลักษณะการประเมินวิทยานิพนธ์	- คณะกรรมการมีหน้าที่หลักในการประเมินคุณภาพวิทยานิพนธ์	- อาจารย์ที่ปรึกษามีหน้าที่หลักในการประเมินวิทยานิพนธ์
ความมุ่งหวังในนักศึกษาของหลักสูตร	- พัฒนาองค์ความรู้และทักษะที่เกี่ยวข้องกับการทำงานด้านงานวิจัย เช่น ทักษะด้านการทำวิจัย ทักษะด้านการติดต่อสื่อสาร ทักษะด้านการจัดการอยู่ในระดับเชิงลึก - ประยุกต์ความรู้และทักษะที่ได้ในการเรียนไปใช้ในบริบทต่าง ๆ - สามารถรับผิดชอบต่องานตามเงื่อนไขของทุนการศึกษาได้	- มีความเข้าใจในความรู้ในสาขาวิชาและหัวข้อวิจัยอย่างเป็นระบบ - มีความสามารถในการวิเคราะห์ ประเมิน และสร้างสรรค์องค์ความรู้ใหม่ - มีทักษะในการสื่อสารกับเพื่อนร่วมงาน - มีความรับผิดชอบในการจัดการงานและพัฒนาทักษะการทำงานนสายงานอาชีพ

จากการทบทวนวรรณกรรมรูปแบบการเรียนปริญญาเอก จะเห็นได้ว่ารูปแบบการเรียนปริญญาเอกอาจมีความแตกต่างในส่วนของเงื่อนไขในการเข้าเรียนและการจบหลักสูตร แต่สิ่งหนึ่งที่ในองค์ประกอบสำคัญรูปแบบการเรียนปริญญาเอก คือ การทำวิทยานิพนธ์

### 1.1 วิทยานิพนธ์

จากการทบทวนวรรณกรรม ได้มีการให้คำจำกัดความอธิบายถึงวิทยานิพนธ์ไว้ ดังนี้

ในหนังสือของ สุวิมล ว่องวานิช และนางลักษณ์ วิรัชชัย (2554) ได้ให้คำนิยามของคำว่า “วิทยานิพนธ์หรือปริญญาานิพนธ์ (thesis หรือ dissertation) ว่า

“เป็นเอกสารรายงานการวิจัยที่นิสิตนักศึกษาดำเนินการจัดทำขึ้น เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร เป็นงานชิ้นสำคัญของการศึกษาในหลักสูตรที่มีการบังคับให้ทำวิทยานิพนธ์ โดยนิสิตนักศึกษาต้องทำการค้นคว้าหาคำตอบในเรื่องที่ตนเองสนใจด้วยกระบวนการวิจัยที่ถูกต้องตามหลักวิธีและมีผลงานที่ได้มาตรฐานที่แต่ละหลักสูตรกำหนด”

ในหนังสือของ เสกศักดิ์ อัสวะวิสิทธิ์ชัย (2553) ได้กล่าวถึงลักษณะของเล่มวิทยานิพนธ์ระดับปริญญาเอกจะมีความหนาของเล่มอยู่ที่ 200 – 300 หน้า โดยใช้ระยะเวลาการเขียนสำหรับการเขียนครั้งแรกอยู่ที่ประมาณ 6 เดือน ถึง 1 ปี ขึ้นอยู่กับความสามารถในการเขียนของนักศึกษา

ดังนั้นอาจกล่าวได้ว่า วิทยานิพนธ์เป็นเอกสารที่มีหัวข้อประเด็นที่นักศึกษาปริญญาเอกต้องการจะศึกษาและใช้เวลาในการเขียนขึ้น โดยต้องมีการเก็บข้อมูลจากการทำวิจัยก่อนแล้วจึงนำข้อค้นพบที่ได้จากการวิจัยเขียนรายงานผล จึงเห็นได้ว่าวิทยานิพนธ์ผ่านขั้นตอนที่มากกว่าแค่การเขียน

### 1.2 กระบวนการทำวิทยานิพนธ์

จากการทบทวนวรรณกรรม ได้มีการจำกัดความกระบวนการทำวิทยานิพนธ์ไว้ดังนี้

จำเนียร จวงตระกูล (2555) ได้กล่าวถึงลำดับขั้นกระบวนการทำวิทยานิพนธ์ ซึ่งสามารถแบ่งออกได้เป็นดังนี้

ขั้นที่ 1 การหาหัวข้อวิทยานิพนธ์ นักศึกษาเลือกหาหัวข้อวิทยานิพนธ์ซึ่งอาจเป็นประเด็นปัญหาที่เกิดขึ้นที่หากได้ทำการวิจัยแล้วจะช่วยสนับสนุนในความรู้และทฤษฎีแก่งานวิชาการมากขึ้น ซึ่งการเลือกดังกล่าวอาจจะขึ้นอยู่กับความสนใจของ

นักศึกษา เป็นประเด็นปัญหาที่ใกล้ตัว เป็นเรื่องที่นักศึกษาเคยมีประสบการณ์มาก่อน หรือเป็นงานวิจัยที่สามารถนำไปต่อยอดเพิ่มเติมได้ โดยกระบวนการในการหาประเด็นปัญหาหรือคำถามวิจัยนั้นอาจมาจากการศึกษาค้นคว้าหาข้อมูลเพิ่มเติม ซึ่งอาจมาจากการมีความคิดก่อนจึงนำไปสู่ทฤษฎี หรือการมีความคิดก่อนจึงนำไปสู่การออกแบบงานวิจัย (Berg, 1998 อ้างถึงใน จำเนียร จวงตระกูล, 2555) ทั้งนี้ในขั้นตอนนี้ นักศึกษาคควรสามารถหาเหตุผล (Rationale) ของการทำวิทยานิพนธ์นี้ได้ว่า การทำวิทยานิพนธ์ในหัวข้อหรือประเด็นปัญหาดังกล่าวมีความสำคัญเพียงพอหรือไม่ ซึ่งต้องมีผู้เชี่ยวชาญอย่างเช่น อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์เป็นผู้ช่วยในการให้คำแนะนำและอธิบายเพิ่มเติมว่างานวิทยานิพนธ์ของนักศึกษามีความสำคัญอย่างไร รวมไปถึงมุมมองในด้านการวิจัยมากขึ้น ช่วยทำให้นักศึกษาได้เห็นภาพงานวิทยานิพนธ์ของตนเองที่ชัดเจนมากยิ่งขึ้น

ขั้นที่ 2 การเขียนเสนอโครงร่างวิทยานิพนธ์ การเขียนเสนอโครงร่างวิทยานิพนธ์ หรือ Proposal เป็นช่วงที่นักศึกษาต้องเขียนให้คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ได้เห็นถึงประเด็นปัญหางานวิจัย แนวทางการทำงานวิจัยของนักศึกษา หากการเขียนเป็นไปได้อย่างชัดเจนและถูกต้องตามหลักการ จะทำให้ได้รับการอนุมัติในการทำงานวิทยานิพนธ์ต่อจากคณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ทั้งนี้อาจไม่ใช่แค่คณะกรรมการวิทยานิพนธ์ที่เกี่ยวข้องในการพิจารณาโครงร่างวิทยานิพนธ์ อาจมีคณะกรรมการด้านทุนสนับสนุนวิจัยสำหรับวิทยานิพนธ์ได้เห็นและพิจารณาโครงร่างวิทยานิพนธ์ด้วย ในกรณีที่นักศึกษายื่นขอทุนเพื่อสนับสนุนงานวิจัยสำหรับวิทยานิพนธ์

ขั้นที่ 3 การเขียนวิทยานิพนธ์ หลังจากโครงร่างวิทยานิพนธ์ได้รับการพิจารณาและอนุมัติ นักศึกษาจึงทำการวิจัยและเขียนวิทยานิพนธ์ได้อย่างเต็มรูปแบบ ซึ่งในการเขียนวิทยานิพนธ์ในเล่มจะประกอบไปด้วย 3 ส่วนหลัก คือ ส่วนหน้า (ปกใน คำประกาศ สารบัญ สารบัญภาพแสดง สารบัญตาราง คำอุทิศ บทคัดย่อ และคำจำกัดความ) ส่วนเนื้อหาวิทยานิพนธ์ (บทนำ ทบทวนวรรณกรรม ระเบียบวิธีวิจัย ข้อค้นพบ และอภิปรายหรือผลกระทบของงานวิจัย) และส่วนท้ายของวิทยานิพนธ์ (อ้างอิง และภาคผนวก) (Berg, 1998; Creswell, 1998; Marshall & Rossman, 1999; Jongtrakul, 2005 อ้างถึงใน จำเนียร จวงตระกูล, 2555)

ขั้นที่ 4 การเตรียมสอบวิทยานิพนธ์ เป็นขั้นที่นักศึกษาจะต้องเข้าสอบวิทยานิพนธ์กับคณะกรรมการวิทยานิพนธ์ ซึ่งมีอยู่ 2 รูปแบบ คือ รูปแบบที่นักศึกษามีการนำเสนอ ตอบข้อซักถาม และปกป้องวิทยานิพนธ์ (Defend) จากคณะกรรมการ

วิทยานิพนธ์ผู้ซึ่งเป็นผู้ดำเนินการสอบตามระเบียบหรือกระบวนการของมหาวิทยาลัย เมื่อผลการสอบออกมาว่าผ่านหรือมีการแก้ไขเล็กน้อย ก็นำไปแก้ไขแล้วนำเสนอ คณะกรรมการมหาวิทยาลัยอนุมัติ เมื่อได้รับการอนุมัติจึงถือว่าจบการศึกษา และอีกรูปแบบหนึ่ง เป็นรูปที่นักศึกษาแนะนำเสนอวิทยานิพนธ์กับคณะกรรมการวิทยานิพนธ์ และคณะกรรมการวิทยานิพนธ์นำเสนอให้ผู้ทรงคุณวุฒิจากภายนอก (External Examiner) เป็นผู้ตรวจสอบอีกชุดหนึ่ง เมื่อได้รับการอนุมัติจากผู้ทรงคุณวุฒิจากภายนอกและคณะกรรมการวิทยานิพนธ์ จึงส่งเรื่องต่อไปที่สภามหาวิทยาลัย ซึ่งการสอบทั้งสองรูปแบบนี้ เป็นช่วงเวลาที่นักศึกษาผู้เข้าสอบต้องใช้เวลาทั้งในการเตรียมตัวนำเสนอและการรอคอยการตอบอนุมัติจากคณะกรรมการ

จากการทบทวนวรรณกรรมทั้งหมดที่เกี่ยวกับรูปแบบการเรียนระดับปริญญาเอก ทำให้ผู้วิจัยเห็นถึงรูปแบบการเรียนปริญญาเอกและโครงสร้างของหลักสูตรระดับปริญญาเอกที่มีลักษณะมุ่งหวังในการสร้างบุคลากรที่มีความลึกซึ้งและความเป็นเลิศในกระบวนการความคิดและทักษะการทำงานต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการทำวิจัย เช่น การติดต่อสื่อสาร การเขียนรายงาน และการนำเสนอรายงานผ่านขั้นตอนที่ใช้เวลาเป็นระยะยาวนานและการตรวจสอบจากผู้เชี่ยวชาญ

## 2. ภาวะทางจิตใจของนักศึกษาระดับปริญญาเอกในช่วงกระบวนการทำวิทยานิพนธ์

ด้วยการคาดหวังในผลงานวิทยานิพนธ์ ทำให้นักศึกษาระดับปริญญาเอกเกิดปัญหาด้านสภาวะทางจิตใจมากมายในระหว่างการทำวิทยานิพนธ์ งานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับสภาวะทางจิตใจของนักศึกษาปริญญาเอกหลายชิ้นให้ความสนใจในประเด็นเรื่องความเครียด (stress) ภาวะซึมเศร้า (depress) และภาวะวิตกกังวล (anxiety) ดังนั้นจึงต้องกล่าวถึงลักษณะของอาการทั้ง 3 นี้ก่อนดังนี้

### คำนิยาม

ความเครียด หมายถึง อาการที่ร่างกาย จิตใจ และสติปัญญาถูกกระตุ้นจากสิ่งเร้าภายนอกที่มีลักษณะคุกคาม ทำให้บุคคลเกิดปฏิกิริยาตอบสนองต่อสิ่งเร้า โดยมีกระบวนการรับรู้และประเมินสิ่งเร้าเป็นสิ่งที่คุกคามนั้นโดยอิงจากการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยภายนอก เช่น สิ่งแวดล้อม สังคม กับปัจจัยภายใน เช่น เจตคติ อารมณ์ ประสบการณ์ในอดีต เป็นต้น ซึ่งอาการดังกล่าวเป็นภาวะชั่วคราวที่ไม่สมดุล (Lazarus, 1966)

ภาวะซึมเศร้า หมายถึง ภาวะที่บุคคลอยู่ในอารมณ์ที่หดหู่และไม่อยากทำกิจกรรมใด ๆ ทำให้ส่งผลกระทบต่อความคิด อารมณ์ความรู้สึก พฤติกรรม และการใช้ชีวิตประจำวันของ

บุคคล ๆ นั้น เช่น ปัญหาเรื่องการนอนหลับ การกินอาหาร รู้สึกตนเองไม่มีคุณค่า จนไปถึงมีความคิดอยากฆ่าตัวตาย (de Zwart, Jeronimus, & De Jonge, 2018) มีอาการเศร้าที่นานเกินไปและส่งผลกระทบต่อหน้าที่การงาน กิจกรรมประจำวัน และการเข้าสังคมทั่วไป (Stefanis et al., 2002)

ภาวะวิตกกังวล หมายถึง ภาวะที่บุคคลเกิดความรู้สึกกดดัน หวาดหวั่น ประหม่า และกังวล ซึ่งนำไปสู่การกระตุ้นระบบร่างกาย (Set, 1983) เช่น ความดันเลือดที่เปลี่ยนไป อาจมีอาการเหงื่อ ตัวสั่น เวียนหัว หรือหัวใจเต้นเร็ว บุคคลที่อยู่ในภาวะวิตกกังวลมักเกิดความคิดที่ก่อให้เกิดความรู้สึกความกังวลอย่างไม่ได้ตั้งใจ และมีความพยายามหลีกเลี่ยงที่จะนำตนไปสู่สถานการณ์ที่ทำให้รู้สึกวิตกกังวล (APA, 2019)

### **ความเครียด ภาวะซึมเศร้า และภาวะวิตกกังวลในนักศึกษาระดับปริญญาเอก**

งานวิจัยหลายงานรายงานถึงแนวโน้มที่นักศึกษาระดับปริญญาเอกเผชิญภาวะความเครียด ภาวะซึมเศร้า และภาวะวิตกกังวลในระหว่างการทำวิทยานิพนธ์ซึ่งทำให้เห็นว่านักศึกษาระดับปริญญาเอกมีแนวโน้มอยู่ในภาวะทางอารมณ์ทางลบจนถึงเป็นปัญหาทางสุขภาพจิตเรื้อรัง อย่างงานวิจัยของ Evans, Bira, Gastelum, Weiss, and Vanderford (2018) พบว่า นักศึกษาระดับปริญญาเอกและระดับปริญญาโทร้อยละ 41 รายงานค่าคะแนนความวิตกกังวล (anxiety) อยู่ในระดับปานกลางถึงสูง และร้อยละ 39 รายงานค่าคะแนนซึมเศร้า (depression) อยู่ในระดับปานกลางถึงสูง งานของ Levecque et al. (2017) ได้ทำการสำรวจสุขภาพจิตของนักศึกษาระดับปริญญาเอกของมหาวิทยาลัยในประเทศเบลเยียม พบว่า นักศึกษาระดับปริญญาเอกจำนวน 3,659 คน ร้อยละ 51 มีแนวโน้มที่จะอยู่ในกลุ่มอาการโรคทางจิตเวชตั้งแต่ 2 กลุ่มอาการเป็นต้นไป มีการรายงานว่ามีความรู้สึกเครียดและอยู่ภายใต้ความกดดันตลอดเวลาอยู่ที่ร้อยละ 40.81 ไม่มีความสุขและโศกเศร้าอยู่ที่ร้อยละ 30.30

จากงานวิจัยพบว่านักศึกษาระดับปริญญาเอกเกิดความเครียดในระหว่างกระบวนการเรียนปริญญาเอกจากหลายปัจจัย (Ross, Niebling, & Heckert, 1999; Stubb, Pyhältö, & Lonka, 2011, 2012) ปัจจัยภายใน อย่างเช่น ลักษณะบุคลิกภาพของนักศึกษา ความสามารถของตนในการเรียน ลักษณะการนอนและการกินเปลี่ยนแปลงไป ปัจจัยภายนอก อย่างเช่น สถานะการเงินที่ไม่มั่นคง นโยบายของหลักสูตรคณะที่ไม่ชัดเจน



สภาวะที่ต้องกดดันกับการแข่งขัน ความสัมพันธ์กับเพื่อน อาจารย์ในคณะ การรักษาสสมดุลระหว่างชีวิตการทำงานและการเรียน ซึ่งความเครียดที่เกิดขึ้นมีความสัมพันธ์กับความต้องการรักษาสสมดุลการใช้ชีวิตที่ทำงานและชีวิตประจำวันในนักศึกษาที่ต้องทำงานประจำ และเรียนไปพร้อมกันและประสบปัญหาด้านการเงิน (Leka, Jain, & Organization, 2010) สำหรับภาวะซึมเศร้า ลักษณะการนอน สุขภาพโดยรวม และความรู้สึกผูกพันทางการศึกษา (academic engagement) เป็นตัวทำนายถึงภาวะซึมเศร้าได้ในนักศึกษาระดับปริญญาโท และปริญญาเอก (The Graduate Assembly, 2014)

ทั้งนี้นอกจากการรายงานด้านความเครียด ภาวะซึมเศร้า และภาวะวิตกกังวล ก็ยังมีการกล่าวถึงงานวิจัยที่กล่าวถึงสภาวะอารมณ์ด้านลบของนักศึกษาเช่นกัน เช่น ซึ่งในรายงานของ The Graduate Assembly (2014) ก็ค้นพบว่านักศึกษารู้สึกตัวเองมีคุณค่าเมื่อได้อยู่ในสังคมที่มีเพื่อนและบุคลากรในคณะที่เกี่ยวข้องซึ่งนักเรียนที่รายงานถึงความรู้สึกที่ตัวเองมีคุณค่าจะรายงานถึงความพึงพอใจในการใช้ชีวิตด้วย งานของ เสกศักดิ์ อัสวะวิสิทธิ์ชัย (2553) ได้กล่าวถึงความรู้สึกที่นักศึกษาระดับปริญญาโทและปริญญาเอกจะต้องเจอระหว่างการทำวิทยานิพนธ์นั้นมีความตื่นเต้นกระตือรือร้นในการจะได้ลงทำหัวข้อวิทยานิพนธ์ที่ตนเองรับผิดชอบ

จากการทบทวนวรรณกรรมในส่วนของภาวะทางจิตใจของนักศึกษาระดับปริญญาเอกในช่วงการทำวิทยานิพนธ์ ผู้วิจัยได้เห็นถึงปัญหาการตกอยู่ในสภาวะอารมณ์ด้านลบของนักศึกษาซึ่งมีผลกระทบต่อการใช้ชีวิตในการเรียนและการทำงาน แต่ทั้งนี้นอกจากสภาวะอารมณ์ด้านลบแล้วนักศึกษาระดับปริญญาเอกนั้นยังมีสภาวะอารมณ์ด้านลบในระหว่างการใช้ชีวิตช่วงการทำวิทยานิพนธ์เช่นกัน

### 3. ปัจจัยที่มีผลต่อกระบวนการทำวิทยานิพนธ์

ในหลายงานวิจัยทั้งในต่างประเทศและประเทศไทย มีการกล่าวถึงปัจจัยที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการทำวิทยานิพนธ์ให้ได้เป็นไปอย่างลุล่วงด้วยดี ซึ่งจากการทบทวนวรรณกรรม ผู้วิจัยจึงแบ่งปัจจัยที่มีผลต่อกระบวนการทำวิทยานิพนธ์ได้เป็น 2 แบบ คือ ปัจจัยภายนอก และปัจจัยภายใน

#### 3.1 ปัจจัยภายนอก

ปัจจัยภายนอกที่มีผลต่อกระบวนการทำวิทยานิพนธ์ เป็นปัจจัยที่เป็นบุคคล ความสัมพันธ์ หรือสถานการณ์ที่อยู่รอบข้างแวดล้อมนักศึกษาระดับปริญญาเอก ซึ่งจากการ

ทบทวนวรรณกรรม ผู้วิจัยพบปัจจัยภายนอกที่ค่อนข้างเป็นที่นิยมศึกษาในงานวิจัย คือ อาจารย์ที่ปรึกษา และการสนับสนุนทางสังคม

### อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

คำจำกัดความของอาจารย์ที่ปรึกษานั้น สุวิมล ว่องวานิช และนางลักษณ์ วิรัชชัย (2554) ได้ให้คำจำกัดความว่า เป็นผู้ที่มีบทบาททั้งเป็นผู้ให้คำปรึกษาแนวทางการทำวิทยานิพนธ์ที่ถูกต้อง เป็นนักวิชาการที่เป็นต้นแบบ เป็นนักวิจัยที่มีความคิดอ่าน เป็นครูที่ดี และเป็นนักประเมินที่ดี

สำหรับความสัมพันธ์กับอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ มีงานวิจัยหลายงาน ได้ระบุว่าปัจจัยที่มีแนวโน้มว่ามีผลกับการเรียนปริญญาเอกและกระบวนการทำวิทยานิพนธ์ (สุวิมล ว่องวานิช และนางลักษณ์ วิรัชชัย, 2554; ชลคมล สนองคุณ, 2548; ดิลกรัตน์ โคตรสุมาตย์ และชญญา อภิपालกุล., 2554) ในงานวิจัยของชลคมล สนองคุณ (2548) พบว่า อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ เป็นหนึ่งในปัจจัยด้านวิชาการและการทำวิทยานิพนธ์ ที่มีผลต่อความสำเร็จในการทำวิทยานิพนธ์ เนื่องจากนักศึกษาบางครั้งยังขาดทักษะวิจัย โดยเฉพาะด้านการเก็บข้อมูล ในขณะที่งานวิจัยของ ดิลกรัตน์ โคตรสุมาตย์ และชญญา อภิपालกุล. (2554) ก็พบว่าปัจจัยด้านอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ เป็นปัจจัยที่เป็นปัญหามากที่สุดที่มีผลต่อระยะเวลาการสำเร็จการศึกษาของนักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษาของมหาวิทยาลัยขอนแก่น

ความสัมพันธ์ระหว่างอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์กับนักศึกษาเป็นส่วนหนึ่งที่ส่งผลต่อประสบการณ์การทำวิทยานิพนธ์ของนักศึกษา หากความสัมพันธ์ระหว่างอาจารย์ที่ปรึกษากับนักศึกษาเป็นไปในทางที่อาจารย์ที่ปรึกษาสนับสนุนและช่วยเหลือนักศึกษา นักศึกษาก็มีแนวโน้มที่จะมีความมั่นใจ รู้สึกว่าตนเองมีศักยภาพในการทำวิทยานิพนธ์ มีความรู้สึกไปในเชิงบวกกับงานวิจัยและเติบโตไปด้วยกันกับอาจารย์ที่ปรึกษา (Burkard, Knox, DeWalt, Fuller, Hill & Schlosser, 2014) ซึ่งนั่นทำให้มีผลต่อการทำวิทยานิพนธ์ได้จบสมบูรณ์ แต่หากความสัมพันธ์ระหว่างอาจารย์ที่ปรึกษากับนักศึกษาทำให้นักศึกษารู้สึกเหมือนถูกทอดทิ้ง ขาดการสนับสนุนทั้งทางด้านความรู้สึกและด้านวิชาการ มีแนวโน้มทำให้การทำวิทยานิพนธ์ของนักศึกษาเป็นไปได้อย่างยากลำบากมากขึ้น ซึ่งอาจส่งผลต่อการทำวิทยานิพนธ์

จนจบ หากเกิดช่องว่างความสัมพันธ์ระหว่างอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์กับนักศึกษา อาจนำไปสู่การปฏิสัมพันธ์ที่อาจเป็นไปได้อย่างยากลำบาก เนื่องจากนักศึกษาไม่รู้ว่าควรจะทำปฏิสัมพันธ์อย่างไรกับอาจารย์ที่ปรึกษา ทำให้นักศึกษามีแนวโน้มกลัวการตอบกลับจากอาจารย์ที่ปรึกษา ซึ่งส่งผลให้นักศึกษาไม่กล้าแบ่งปันหรือแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับวิทยานิพนธ์กับอาจารย์ที่ปรึกษา และกังวลกับความยากลำบากที่เกิดขึ้นในความสัมพันธ์กับอาจารย์ที่ปรึกษา ทำให้มีผลต่อการทำวิทยานิพนธ์ (Hawley, 2010)

ในความสัมพันธ์นั้น มุมมองต่อวิทยานิพนธ์ของอาจารย์ที่ปรึกษากับนักศึกษาก็เป็นสิ่งสำคัญ เมื่อความคาดหวังเกี่ยวกับวิทยานิพนธ์ระหว่างอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์กับนักศึกษาไม่ตรงกัน อาจนำไปสู่ความสัมพันธ์ที่ไม่ราบรื่น และทำให้เกิดความยากลำบากมากขึ้นในการทำวิทยานิพนธ์ของนักศึกษา (Hawley, 2010) อาจารย์ที่ปรึกษาหรือคณะผู้บริหารของคณะอาจมองว่า วิทยานิพนธ์เป็นเหมือนโอกาสที่ทำให้นักศึกษาได้แสดงศักยภาพในงานวิจัย แต่ในมุมมองของนักศึกษาอาจมองว่า วิทยานิพนธ์เป็นเหมือนอุปสรรคในการได้รับวุฒิการศึกษา (Burkard et al., 2014)

มีหลายการศึกษากล่าวถึงรูปแบบการให้คำปรึกษาของอาจารย์ที่ปรึกษาที่จะส่งผลต่อประสิทธิภาพในการทำงาน Gatfield และ Alpert (2002) ลักษณะการให้คำปรึกษาของอาจารย์ที่ปรึกษาขึ้นอยู่กับองค์ประกอบ 2 องค์ประกอบ คือ การวางโครงสร้างการทำงาน (Structure) หรือแนวทางการให้คำปรึกษาอย่างมีทิศทาง มีการเตรียมพร้อมของอาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อเสนอองค์ประกอบที่สามารถช่วยให้นักศึกษาพัฒนาไปได้ และการสนับสนุน (Support) หรือแนวทางการให้คำปรึกษาโดยไม่ชี้ทิศทางและให้ตัวเลือกกับนักศึกษา อาจารย์ที่ปรึกษาเปิดพื้นที่ที่จะสนับสนุนนักศึกษาระดับปริญญาเอกทั้งทางด้านการเรียน จิตใจ การเงิน ซึ่งจากองค์ประกอบทั้งสองนี้จะทำให้ได้รูปแบบการให้คำปรึกษาเป็น 4 รูปแบบ คือรูปแบบวางโครงสร้างสูง-การสนับสนุนต่ำ รูปแบบวางโครงสร้างสูง-การสนับสนุนสูง รูปแบบวางโครงสร้างสูง-สนับสนุนต่ำ และรูปแบบวางโครงสร้างต่ำ-การสนับสนุนต่ำ ทั้งนี้ในงานพบว่ารูปแบบการให้คำปรึกษาทั้ง 4 แบบสามารถเกิดขึ้นได้ตลอดในช่วงการทำวิทยานิพนธ์ขึ้นอยู่กับช่วงเวลานั้น ๆ ว่าจะเจอปัญหาใดในการทำวิทยานิพนธ์

เช่น ช่วงที่นักศึกษา รู้สึกว่าตนเองไม่สามารถหาข้อมูลได้และท้อแท้กับการทำวิจัยก็ จะต้องการสนับสนุนอาจารย์เป็นพิเศษ งานของ Davis (2000) กล่าวว่าถ้าอาจารย์ ที่ปรึกษามีประสบการณ์ในการปรึกษาที่ดีจะสามารถทำงานไปด้วยกันกับนักศึกษา ถ้าอาจารย์ที่ปรึกษาไม่มีประสบการณ์ที่ดีเท่าที่ควร หรือถ้าเคยมีประสบการณ์ที่ดีใน การเป็นที่ปรึกษาแต่ด้วยวิธีการให้คำปรึกษาอาจทำให้ไม่ได้เจอประสบการณ์ที่ดีนั้น บ่อยครั้ง ก็จะเกิดปัญหาได้

### การสนับสนุนทางสังคม (Social Support)

แรงสนับสนุน ไม่ว่าจะมาจากเพื่อนและครอบครัวของนักศึกษามีอิทธิพล ต่อประสบการณ์ในการทำวิทยานิพนธ์ของนักศึกษาระดับปริญญาเอก (Flynn, Chasek, Harper, Murphy, & Jorgensen, 2012) โดยเฉพาะการสนับสนุน ทางด้านอารมณ์ ซึ่งเกิดได้ทั้งจากเพื่อน ครอบครัว และอาจารย์ที่ปรึกษา วิทยานิพนธ์ (Flynn et al., 2012; Jairam & Kahl Jr, 2012) ซึ่งจะเป็นส่วนช่วย ให้นักศึกษารู้สึกมีคน ที่เข้าใจความรู้สึกกับการเผชิญความยากลำบากในการทำ วิทยานิพนธ์ ในส่วนของการสนับสนุนด้านวิชาการ การได้รับแรงกระตุ้นจากเพื่อน ร่วมคณะในระดับปริญญาเอก จะช่วยทำให้ได้ความคิดเห็นซึ่งสามารถนำไปปรับปรุง วิทยานิพนธ์ได้ (Jairam & Kahl Jr, 2012) สำหรับครอบครัว ส่วนใหญ่จะเป็นการ สนับสนุนด้านอารมณ์และการเงินในการสนับสนุนด้านการวิจัยและการใช้ชีวิต (Jairam & Kahl Jr, 2012) ซึ่งหากเกิดความปัญหาความขัดแย้งระหว่างการสมดุล ระหว่างการทำงานกับชีวิตในการใช้เวลาอยู่กับครอบครัวก็อาจนำไปสู่ปัญหาสุขภาพได้ (Fox, Fonseca, & Bao, 2011)

### 3.2 ปัจจัยภายใน

ปัจจัยภายในที่มีผลต่อกระบวนการทำวิทยานิพนธ์ เป็นปัจจัยที่เป็น คุณลักษณะบางอย่างในตัวนักศึกษาปริญญาเอก ซึ่งจากการทบทวนวรรณกรรม พบปัจจัย ภายในมีดังต่อไปนี้

#### การให้ความหมายกับงาน (Meaning of work)

การให้ความหมายกับการทำงาน จะช่วยทำให้มีผลต่อทัศนคติต่อการซึ่งการ รายงานว่างานวิทยานิพนธ์มีความหมาย มีแนวโน้มสัมพันธ์กับการมีสุขภาพทางจิต

และความผูกพันกับการเรียนไปในทางที่ดี คือ สัมพันธ์น้อยกับภาวะซึมเศร้า เหนื่อยล้า และวิตกกังวล (Stubb et al., 2011)

### **การรับรู้ว่าคุณมีความสามารถด้านการวิจัย (Research Self-efficacy)**

ในงานวิจัยของ Flynn et al. (2012) พบว่าการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ ด้านงานวิจัยส่งผลต่อการเขียนวิทยานิพนธ์ หากนักศึกษามีการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถด้านการวิจัย และสามารถก้าวผ่านจากนักเรียนนักศึกษาวิชาไปสู่การวิจัย ได้จะส่งผลทำให้การทำวิทยานิพนธ์จนเสร็จสมบูรณ์เป็นไปได้อย่างราบรื่น เพราะ เชื่อว่าเหตุที่นักศึกษามีความยากลำบากในการทำวิทยานิพนธ์ให้จบ เนื่องจากการ ขาดการเตรียมพร้อมที่จะต้องเป็นนักวิจัยค้นคว้าอิสระของนักศึกษา ซึ่งหากมีการ ฝึกฝนทักษะด้านงานวิจัยตั้งแต่แรกเริ่มการเข้าศึกษาระดับปริญญาเอก มีแนวโน้มว่า จะส่งผลให้นักศึกษามีมุมมองเกี่ยวกับการทำวิทยานิพนธ์ที่อยู่บนหลักความเป็นจริง มากขึ้น (Hawley, 2010)

### **การผัดวันประกันพรุ่ง (Procrastination)**

การผัดวันประกันพรุ่ง (Procrastination) หรือการละทิ้งที่จะทำวันนี้ไปทำ พรุ่งนี้ การผัดวันประกันพรุ่งนั้นเป็นการยืดเวลาในการกระทำบางอย่างออกไป แม้ จะเห็นถึงผลลัพธ์ที่แย่ที่สุดจากการยืดเวลาในการกระทำสิ่งนั้นๆ (Steel, 2007) ซึ่ง หนึ่งในบริบทที่มักเกิดการผัดวันประกันพรุ่งและเป็นอีกการศึกษาวิจัยที่เป็นที่ นิยม นั่นก็คือ การผัดวันประกันพรุ่งในบริบทการศึกษา (Academic Procrastination) ทั้งนี้หลายงานวิจัยได้กล่าวว่า นักศึกษามหาวิทยาลัยร้อยละ 70 หรือมากกว่านั้นเรียกตนเองว่าเป็นคนชอบผัดวันประกันพรุ่ง (Schouwenburg, 1995) และร้อยละ 50 ผัดวันประกันพรุ่งจนเกิดปัญหา (Solomon & Rothblum, 1984) เช่น ผลการเรียนแย่ง การจัดการด้านการเงิน หรือความวิตกกังวลที่เพิ่มขึ้น ช่วงเทอมปลาย

จากการวิจัยเกี่ยวกับการผัดวันประกันพรุ่งในนักศึกษาระดับปริญญาเอก พบว่านักศึกษาปริญญาเอกที่อยู่ในภาวะที่เหลือเพียงการทำวิทยานิพนธ์มีแนวโน้ม ผัดวันประกันพรุ่งมากกว่านักศึกษาปริญญาเอกทั่วไป (Green, 1997) และแม้ว่า การผัดวันประกันพรุ่งมีแนวโน้มที่จะสัมพันธ์กับความต้องการความสมบูรณ์แบบ แต่ ในนักศึกษาระดับปริญญาเอกที่อยู่ในภาวะที่เหลือเพียงการทำวิทยานิพนธ์กับนักศึกษา

ปริญญาเอกทั่วไปกลับไม่พบความแตกต่างในส่วนของการต้องการความสมบูรณ์แบบ (Green, 1997) นอกจากตัวแปรด้านความต้องการความสมบูรณ์แบบ การผัดวันประกันพรุ่งมีค่าสหสัมพันธ์กับการรับรู้ว่าตนเองมีความสามารถ (Self-efficacy) ในนักศึกษาที่กำลังจะจบการศึกษาระดับปริญญาเอก (Kahn, 2011)

### **บุคลิกภาพและนิสัย (personality and trait)**

งานวิจัยหลายงาน (เขารักษ์ ทองพุ่ม, 2551; Knox et al., 2011; Knox et al., 2006) ได้กล่าวถึงบุคลิกภาพของนักศึกษาเป็นส่วนหนึ่งที่มีผลต่อกระบวนการทำวิทยานิพนธ์ พบว่า หากนักศึกษามีแนวโน้มที่จะเป็นคนที่มีการปฏิสัมพันธ์ยากกับอาจารย์ที่ปรึกษา ก็อาจทำให้การทำงานกับอาจารย์ที่ปรึกษาเป็นไปได้โดยไม่ราบรื่น เพราะจะทำให้ขาดการสื่อสารที่มีคุณภาพในการทำวิทยานิพนธ์ ส่งผลให้คุณภาพงานวิทยานิพนธ์ไม่เป็นได้อย่างมีคุณภาพ (Knox et al., 2011; Knox et al., 2006) นอกจากนี้การมีบุคลิกภาพที่เกี่ยวข้องกับการเขียนวิทยานิพนธ์ อาทิเช่น การกำกับควบคุมตนเอง โดยเชื่อว่าตนเองมีความสามารถควบคุมสิ่งใดเกิดจากตนเอง (Kelley & Salisbury-Glennon, 2016) เกิดจากสิ่งแวดล้อมภายนอก (locus of control) จะส่งผลต่อมุมมองในการทำงานวิทยานิพนธ์ของตนเอง

## **4.การวิจัยเชิงคุณภาพและการวิจัยเชิงคุณภาพแนวปรากฏการณ์วิทยา (Phenomenological research)**

### **4.1 การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative research)**

การวิจัยเชิงคุณภาพ เป็นระเบียบการวิจัยอีกรูปหนึ่งที่มีแนวคิดปรัชญาเบื้องหลังเฉพาะตัว ชาย โปธิสิตา (2550) ได้อธิบายถึงลักษณะสำคัญ 10 ประการที่สำคัญของการวิจัยเชิงคุณภาพไว้คือ

- 1) มีลักษณะการศึกษาที่กระทำในสถานการณ์ที่เป็นธรรมชาติ ไม่มีการเปลี่ยนแปลงหรือควบคุม
- 2) ใช้ตรรกะอุปนัย กล่าวถึงเริ่มต้นจากการศึกษาข้อมูลจากกลุ่มเฉพาะเพื่อนำข้อมูลอธิบายในรูปแบบกรอบแนวคิดหรือทฤษฎี

- 3) มุ่งทำความเข้าใจปรากฏการณ์ที่ศึกษาแบบองค์รวมมากกว่าความสัมพันธ์เชิงเหตุผลส่วนย่อย
- 4) ใช้ข้อมูลเชิงคุณภาพเป็นหลักซึ่งหมายถึงประสบการณ์ของบุคคลที่บรรยายรายละเอียดออกมาเป็นถ้อยคำและตัวอักษร
- 5) นักวิจัยมีส่วนร่วมโดยตรงกับประชากรกลุ่มเป้าหมาย
- 6) มุ่งทำความเข้าใจพลวัตของปรากฏการณ์ที่ศึกษา โดยเข้าใจว่ากระบวนการศึกษามีการเปลี่ยนแปลงได้เสมอ
- 7) ให้ความสำคัญแก่กรณีที่มีลักษณะเฉพาะ
- 8) ให้ความสำคัญแก่บริบทของสิ่งที่ศึกษา คือพื้นฐานบริบททางสังคม ประวัติศาสตร์ ช่วงเวลาและสถานที่ที่มีส่วนสัมพันธ์กับปรากฏการณ์
- 9) มีการออกแบบการวิจัยที่ยืดหยุ่น เปิดกว้างสำหรับการเปลี่ยนแปลงที่อาจจะเกิดขึ้น เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ลึกซึ้งมากที่สุด
- 10) ตัวผู้วิจัยเป็นเครื่องมือวิจัยที่สำคัญที่สุด เพราะเป็นผู้เลือกที่จะใช้วิธีการใดเพื่อศึกษาวิจัย

#### 4.2 การวิจัยเชิงคุณภาพแนวปรากฏการณ์วิทยา (Phenomenological research)

การวิจัยเชิงคุณภาพแนวปรากฏการณ์วิทยา เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพที่มีปรัชญาเบื้องหลังของการวิจัยเป็นปรัชญาปรากฏการณ์วิทยาซึ่งมุ่งเน้นสนใจในปรากฏการณ์และประสบการณ์ของมนุษย์ (ชาย โปธิสิตา, 2550) การวิจัยเชิงคุณภาพแนวปรากฏการณ์วิทยาเป็นการศึกษาที่มุ่งสนใจไปที่ปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิตของบุคคล ซึ่งบุคคลได้ประสบปรากฏการณ์นั้นด้วยตนเอง สิ่งที่การวิจัยเชิงคุณภาพแนวปรากฏการณ์วิทยาสนใจ คือ การให้ความหมายหรือทศนะในประสบการณ์ที่เกิดขึ้นจากบุคคลผู้ประสบเหตุการณ์หรือปรากฏการณ์ดังกล่าว ดังนั้นเป้าหมายหลักของการวิจัยเชิงคุณภาพแนวปรากฏการณ์วิทยา คือ การหาว่าปรากฏการณ์นั้นมีความหมายอย่างไรกับผู้ที่มีการประสบหรือกำลังอยู่ในประสบการณ์นั้น ๆ (ชาย โปธิสิตา, 2550)

สิ่งที่การวิจัยเชิงคุณภาพแนวปรากฏการณ์วิทยาให้ความสำคัญนั้น คือ ข้อมูลด้านประสบการณ์ที่เป็นความรู้สึกนึกคิด โลกทัศน์ ค่านิยม อุดมการณ์เฉพาะตนของบุคคล โดยเฉพาะความหมายที่บุคคลให้แก่ประสบการณ์นั้น ๆ จากการได้สัมผัสหรือประสบเหตุการณ์ตรง ทำให้ผู้ที่ต้องการทำการวิจัยเชิงคุณภาพแนวปรากฏการณ์วิทยาจำเป็นต้องสลับระบบและกรอบความคิดเดิมของตนไป เพื่อทำความเข้าใจปรากฏการณ์ผ่านความรู้สึกนึกคิดของผู้ประสบเหตุการณ์โดยตรง

(สุภางค์ จันทวานิช, 2554) เพื่อที่จะเข้าใจถึงปรากฏการณ์นั้นๆ ได้อย่างเจาะลึก ผู้วิจัยจึงต้องคำนึงถึงความหมายและความรู้สึกของผู้ประสบเหตุการณ์ต่อปรากฏการณ์นั้นเป็นหลัก โดยไม่ได้ถือความหมายของนักวิจัย เพื่อเข้าใจความหมายที่แท้จริงของประสบการณ์ที่ตนศึกษา (ชาย โพรสิลิตา, 2550)

ในการวิจัยเชิงคุณภาพแนวปรากฏการณ์วิทยามีหลักอยู่หนึ่งอย่าง คือ ประสบการณ์ชนิดเดียวกันย่อมมีแก่นแท้ (essence) อันเดียวกัน แก่นแท้ดังกล่าว ก็คือ ความหมายต่อปรากฏการณ์นั้นๆ ที่บุคคลต่างเข้าใจร่วมกัน หรือเข้าใจได้ตรงกัน ซึ่งนักวิจัยเชิงเชิงคุณภาพแนวปรากฏการณ์วิทยาจะหาลักษณะร่วมของประสบการณ์ของแต่ละคนผ่านการเปรียบเทียบประสบการณ์ของบุคคลที่ได้เคยประสบเหตุการณ์นั้นในหลาย ๆ คน มาวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อหาแก่นแท้ของประสบการณ์นั้น ๆ ในเชิงลึก

### 5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ชุตินา ศรีแก้ว (2546) ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความวิตกกังวลในการเรียนของนิสิตระดับบัณฑิตศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำนวน 292 คน พบว่า เพศหญิง บุคลิกภาพ ลักษณะมุ่งอนาคต ภาวะความรับผิดชอบต่อสมาชิกในครอบครัว และสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน เป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความวิตกกังวลในการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ดิลกรัตน์ โคตรสุมาตย์ และชญญา อภิบาลกุล (2555) ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อระยะเวลาการสำเร็จการศึกษาของนักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยขอนแก่น ด้วยระเบียบวิธีวิจัยเชิงสำรวจในกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สำเร็จการศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยขอนแก่น ปี 2550 จำนวน 307 คน อาจารย์ระดับบัณฑิตศึกษาจำนวน 318 คนและประธานกรรมการบริหารหลักสูตรจำนวน 141 คน รวมทั้งสิ้น 766 คน ผลการวิจัยเมื่อวิเคราะห์ข้อมูลด้วยการค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation) และการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ (Stepwise Multiple Regression Analysis) พบว่าปัจจัย 5 ปัจจัยที่ส่งผลต่อระยะเวลาการสำเร็จการศึกษาของนักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา คือ ด้านการบริหารจัดการของหลักสูตร ด้านการบริการแหล่งค้นคว้าทางวิชาการ ด้านการดำเนินการทำวิทยานิพนธ์/การศึกษานิพนธ์ ด้านการเสนอผลงานวิทยานิพนธ์ และด้านอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์/การศึกษานิพนธ์

ทัศนศิริรินทร์ สว่างบุญ และรัชนิวรรณ ตั้งภักดี (2561) ศึกษาวิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสำเร็จในการวิทยานิพนธ์ของนิสิตระดับบัณฑิตศึกษาศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัย



มหาสารคาม ที่สำเร็จการศึกษาใน ปีการศึกษา 2557 – 2558 จำนวน 117 คน โดยใช้แบบสอบถาม ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสำเร็จในการทำวิทยานิพนธ์ พบว่าระดับความสำเร็จในการทำวิทยานิพนธ์ของ นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา พบว่า ในภาพรวมมีความสำเร็จอยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{X} = 3.36$ , S.D.= .54) โดยที่นิสิตปริญญาเอกมีความสำเร็จในการทำวิทยานิพนธ์ในระดับสูง ( $\bar{X} = 3.58$ , S.D.= .31) ซึ่ง ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสำเร็จในการทำวิทยานิพนธ์ของนิสิต ได้แก่ คุณลักษณะของนิสิต รองลงมาคือ ความรู้และทักษะการทำวิจัยของนิสิต และ อาจารย์ที่ปรึกษา ซึ่งทั้ง 3 ปัจจัย มีความสัมพันธ์กับความสำเร็จในการทำวิทยานิพนธ์ ในระดับต่ำ ( $r = 0.297$ ,  $0.254$  และ  $0.243$  ตามลำดับ)

ธิดาพร ประทุมวี (2553) ศึกษาและเปรียบเทียบปัจจัยความสำเร็จในการทำวิทยานิพนธ์ของ นักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏราชชนครินทร์ หลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารการศึกษา สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน และหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสังคมศาสตร์เพื่อการพัฒนาและสาขาวิชายุทธศาสตร์การพัฒนา ตั้งแต่ปีการศึกษา 2546 – 2552 จำนวน 164 คน พบความสัมพันธ์ระหว่างความสำเร็จในการทำวิทยานิพนธ์กับปัจจัยด้าน ความรู้วิชาการนักศึกษา ด้านการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษา ด้านอาจารย์ที่ปรึกษา วิทยานิพนธ์และด้านการบริการวิชาการของมหาวิทยาลัย

เยาวรักษ์ ทองพุ่ม (2551) ศึกษาเพื่อวิเคราะห์ตัวแปรจำแนกกลุ่มความสำเร็จในการทำ วิทยานิพนธ์ของมหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารการศึกษา สาขาวิชาการพัฒนาหลักสูตรและการ เรียนการสอน สาขาวิชาวิจัยและประเมินผลการศึกษา สาขาวิชาสังคมศาสตร์เพื่อการพัฒนาและ สาขาวิชาการจัดการทั่วไป มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี เฉพาะที่สำเร็จการศึกษาในปีการศึกษา 2542 ถึงปีการศึกษา 2549 หลักสูตรแผน ก(2) จำนวน 229 คน แบ่งออกเป็นกลุ่มที่ทำวิทยานิพนธ์ สำเร็จภายใน 3 ปีการศึกษา จำนวน 111 คน และกลุ่มที่ทำวิทยานิพนธ์สำเร็จโดยใช้เวลามากกว่า 3 ปีการศึกษา อีกจำนวน 118 คน โดยการใช้ แบบสำรวจข้อมูลทั่วไป แบบวัดการมุ่งอนาคตและ ควบคุมตน แบบวัดเจตคติต่อการทำวิทยานิพนธ์ แบบวัดการได้รับการสนับสนุนจากครอบครัว และ แบบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ผลการวิจัย พบว่า 1. ตัวแปรในกลุ่มลักษณะของสถานการณ์ 2 ตัวแปร คือ ภาระงาน และการได้รับการสนับสนุนจากครอบครัว ตัวแปรในกลุ่มจิตลักษณะ 2 ตัวแปร คือ ความเชื่ออำนาจในตน และแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ร่วมกันสามารถอธิบายความแตกต่างระหว่างกลุ่ม มหาบัณฑิตที่ทำวิทยานิพนธ์สำเร็จภายใน 3 ปีการศึกษา และกลุ่มที่ทำวิทยานิพนธ์สำเร็จโดยใช้เวลา

มากกว่า 3 ปีการศึกษาได้ร้อยละ 13.7 โดยตัวแปรที่มีความสำคัญในการจำแนกกลุ่มคือ แรงจูงใจในใฝ่สัมฤทธิ์

สมจิตร แก้วมณี (2551) ศึกษาความคิดเห็นและข้อเสนอแนะในการแก้ปัญหาการทำวิทยานิพนธ์ของนักศึกษาระดับมหาบัณฑิต คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ และเพื่อเปรียบเทียบความคิดเห็นต่อปัญหาในการทำวิทยานิพนธ์ จำแนกตามสถานภาพสมรส สถานภาพการทำงานในขณะที่ทำวิทยานิพนธ์ประสบการณ์การทำงาน วิจัยก่อนเข้าศึกษา อายุและสาขาวิชา รวมทั้งสิ้น 81 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบสมมติฐานโดยใช้ t-test และ F-test การวิจัยปรากฏผลดังนี้ นักศึกษามีความคิดเห็นต่อปัญหาการทำวิทยานิพนธ์ทั้ง 5 ด้าน คือ ด้านคุณลักษณะส่วนตัวและความพร้อมของนักศึกษา, ด้านความรู้ความสามารถทางวิชาการของนักศึกษา, ด้านคุณลักษณะของอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์, ด้านหลักสูตรและการเรียน การสอน และด้านการบริการวิชาการของมหาวิทยาลัย อยู่ในระดับปานกลาง

Schlosser และคณะ (2003) ศึกษาประสบการณ์เรื่องความสัมพันธ์กับอาจารย์ที่ปรึกษาของนิสิตนักศึกษาสาขาจิตวิทยาการศึกษาระดับปริญญาเอกจำนวน 16 คน นักศึกษา 10 รายงานว่าพึงพอใจในความสัมพันธ์กับอาจารย์ปรึกษา ส่วนที่เหลือรายงานว่าไม่พึงพอใจในความสัมพันธ์กับอาจารย์ที่ปรึกษา ซึ่งสิ่งที่เจอถึงความแตกต่างระหว่างกลุ่มที่พึงพอใจกับกลุ่มที่ไม่พึงพอใจ คือ ความสามารถในการเลือกอาจารย์ที่ปรึกษา ความถี่ในการพบอาจารย์ที่ปรึกษา ประโยชน์ที่พวกเขาได้ ประสบในความสัมพันธ์ และการแก้ปัญหาความขัดแย้งที่เกิดขึ้นในความสัมพันธ์ระหว่างนักศึกษากับอาจารย์ที่ปรึกษา

Burkard และคณะ (2014) ศึกษาความแตกต่างของนักศึกษาหลักสูตรจิตวิทยาระดับปริญญาเอกที่มีประสบการณ์บวกในการทำวิทยานิพนธ์กับนักศึกษาสาขาเดียวกันที่มีประสบการณ์ลบในการทำวิทยานิพนธ์ โดยเฉพาะในการรับรู้การมีความสามารถในการวิจัย ทักษะวิจัย และความสัมพันธ์กับอาจารย์ที่ปรึกษา นักศึกษาที่สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาเอกจำนวน 12 คนจาก 25 คน รายงานว่ามีประสบการณ์บวก โดยรายงานว่ามีสัมพันธ์ที่ดีไปในเชิงการได้รับการสนับสนุนจากอาจารย์ที่ปรึกษาและสมาชิกที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการวิทยานิพนธ์ ในขณะที่อีก 13 คนที่เหลือรายงานว่าไม่ประสบผลสำเร็จ โดยรายงานมีความสัมพันธ์ไปในทางลบกับผู้ที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการวิทยานิพนธ์ ซึ่งเชื่อมโยงไปถึงการรายงานว่ามีปัญหาในความเป็นมืออาชีพในด้านการวิจัยของนิสิต

และด้านสุขภาวะทางจิต ในส่วนของความสัมพันธ์กับอาจารย์ที่ปรึกษา พบว่านักศึกษาที่รายงานมีประสบการณ์ทางบวกมีแนวโน้มจะมีความสัมพันธ์ในการทำงานที่เข้มข้นกว่านักศึกษาที่รายงานว่ามีประสบการณ์ทางลบ ทั้งนี้การรับรู้ถึงการมีความสามารถและทัศนคติในเรื่องการวิจัยของทั้งสองกลุ่ม ไม่ได้แตกต่างกัน

Knox และคณะ (2006) ศึกษาประสบการณ์ของอาจารย์ที่ปรึกษาภาควิชาจิตวิทยาการปรึกษาที่ให้คำปรึกษานักศึกษาระหว่างการทำวิทยานิพนธ์ จากการวิเคราะห์บทสัมภาษณ์อาจารย์มีแนวโน้มให้คำนิยามของอาจารย์ปรึกษาว่า เป็นคนให้คำปรึกษาและสนับสนุนเกี่ยวกับเรื่องวิทยานิพนธ์และการเรียนในระดับปริญญาเอก รวมไปถึงแนวทางการอาชีพในสาขา อาจารย์มีแนวโน้มรายงานความสัมพันธ์ทางบวกกับนักศึกษา ขึ้นอยู่กับบุคลิกและความเป็นมืออาชีพในการทำวิจัยของนักศึกษา มีความเคารพในอาจารย์ที่ปรึกษา สื่อสารตรงไปตรงมากับอาจารย์ที่ปรึกษา มีความสนใจในแนวทางอาชีพในสาขาที่คล้ายกัน และมีความขัดแย้งเกิดขึ้นน้อยระหว่างอาจารย์ปรึกษากับนักศึกษา ในขณะที่ถ้าอาจารย์รายงานว่ามีความสัมพันธ์ทางลบกับนักศึกษา จะระบุว่านักศึกษาที่อาจจะมีความเป็นมืออาชีพในการวิจัยที่น้อย ไม่ค่อยมีความเคารพในตัวอาจารย์ที่ปรึกษา มีปัญหาในการสื่อสารกับอาจารย์ที่ปรึกษา รู้สึกว่าทำงานด้วยกันกับนักศึกษาแล้วไม่ได้ประสิทธิภาพ เกิดความขัดแย้งในความสัมพันธ์ระหว่างอาจารย์ที่ปรึกษากับนักศึกษา

Knox และคณะ (2011) ทำการศึกษาประสบการณ์วิทยานิพนธ์ในมุมมองของอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ พบว่า ในมุมมองของอาจารย์ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ถ้าเป็นประสบการณ์การทำงานวิทยานิพนธ์กับนักศึกษาที่อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์รายงานเป็นประสบการณ์ทางบวก อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์มีแนวโน้มจะเห็นว่านักศึกษามีใจอยากทำวิทยานิพนธ์, มีความสามารถ, เปิดใจรับฟังความคิดเห็น ซึ่งถ้าประสบการณ์ลบก็จะตรงข้ามเกือบทุกอย่าง ในประสบการณ์ด้านบวก มีแนวโน้มจะพบสิ่งที่เป็นปัญหาคือตัวงาน เช่น กลุ่มตัวอย่างหายาก หรือตัวนักศึกษาเกิดความไม่มั่นใจในตัวงาน แต่ในประสบการณ์ด้านลบ จะพบสิ่งที่เป็นปัญหาคือ ตัวนักศึกษา เช่น ไม่รับผิดชอบในงาน บุคลิกภาพยากต่อการมีปฏิสัมพันธ์ สนใจหัวข้อวิทยานิพนธ์คนละแบบกับอาจารย์ที่ปรึกษา วิทยานิพนธ์ ได้งานออกมาคุณภาพไม่ดี ในด้านอารมณ์ในประสบการณ์บวก อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์มีแนวโน้มจะรายงานถึงอารมณ์อย่างเช่น ยินดี ซินชมกับนักศึกษา รู้สึกดีที่ได้เรียนรู้สิ่งใหม่ไปกับนักศึกษา ในขณะที่ประสบการณ์ลบ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์มีแนวโน้มจะรายงานความรู้สึกไปในทางเหนื่อย เสียใจ และผิดหวังในตัวนักศึกษา ในประสบการณ์ด้านลบ อาจารย์ที่

ปริญญานิพนธ์จะพยายามมากในการสื่อสารเพื่อให้ความสัมพันธ์เป็นไปในทางบวกมากขึ้น แต่ผลสุดท้ายก็คือเกิดอารมณ์ลบขึ้นแทน

Jairam และ Kahl Jr (2012) ทำการศึกษาการได้รับการสนับสนุนทางสังคม (social support) ของนักศึกษาระดับปริญญาเอกที่สำเร็จการศึกษา พบว่าการสนับสนุนทางสังคมส่วนใหญ่มาจาก 3 กลุ่มหลัก คือเพื่อนในคณะ ครอบครัว และบุคลากรภายในคณะ อาทิเช่น อาจารย์ที่ปรึกษา ซึ่งบุคคลเหล่านี้อาจเป็นได้ทั้งแรงสนับสนุนทางบวกและทางลบสำหรับนักศึกษา โดยเพื่อนจะเป็นแรงสนับสนุนด้านอารมณ์ความรู้สึกกับแรงสนับสนุนด้านวิชาการ ครอบครัวจะเป็นแรงสนับสนุนด้านอารมณ์กับแรงสนับสนุนด้านค่าใช้จ่าย บุคลากรภายในคณะจะเป็นแรงสนับสนุนด้านอารมณ์ความรู้สึกและแรงสนับสนุนด้านวิชาการ ซึ่งเหล่านี้ล้วนมีผลต่อการสำเร็จการศึกษาในระดับปริญญาเอก

Stubb และคณะ (2011) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างประสบการณ์ความผูกพันในแหล่งชุมชนวิชาการกับสุขภาวะทางจิต อย่างความเครียด ความเหนื่อยล้า และความวิตกกังวลของนักศึกษาระดับปริญญาเอกที่อยู่ในระหว่างกระบวนการทำวิทยานิพนธ์ พบว่าส่วนใหญ่เกินร้อยละ 50 รายงานว่าแหล่งชุมชนวิชาการเป็นที่สร้างความหนักอกหนักใจ บางส่วน (ร้อยละ 44) รายงานว่าเป็นแหล่งที่ทำให้ได้ประสบการณ์ของแรงบันดาลใจและมีกำลังสำหรับการทำวิทยานิพนธ์ซึ่งมีแนวโน้มสัมพันธ์กับการรายงานที่ว่ามีประสบการณ์กับแหล่งชุมชนวิชาการไปในทางบวก ในขณะที่หากนักศึกษาที่รายงานว่ามีประสบการณ์ทางลบจะมีแนวโน้มสัมพันธ์กับความเครียด ความเหนื่อยล้า และความวิตกกังวล

Stubb และคณะ (2012) จากการสัมภาษณ์นักศึกษาระดับปริญญาเอกที่อยู่ในระหว่างช่วงสุดท้ายของกระบวนการในการทำวิทยานิพนธ์ พบว่าพวกเขาได้ให้ความหมายของงานวิทยานิพนธ์ 3 แบบ คือ วิทยานิพนธ์เป็นชิ้นงาน วิทยานิพนธ์เป็นกระบวนการ และวิทยานิพนธ์เป็นทั้งชิ้นงานและกระบวนการ ซึ่งทั้ง 3 รูปแบบอยู่ใน 3 มิติ คือ ความหมายในเชิงเรียนรู้ ความหมายในเชิงการเป็นส่วนหนึ่งของชุมชน และความหมายในเชิงการได้วุฒิ ซึ่งการรายงานว่างานวิทยานิพนธ์มีความหมายมีแนวโน้มสัมพันธ์กับการมีสุขภาวะทางจิตและความผูกพันกับการเรียนไปในทางที่ดี คือ สัมพันธ์น้อยกับภาวะซึมเศร้า เหนื่อยล้า และวิตกกังวล

### บทที่ 3

#### วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “ประสบการณ์ทางจิตใจของนักศึกษาระดับปริญญาเอกที่อยู่ในช่วงการทำวิทยานิพนธ์” เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ในรูปแบบการวิจัยตามแนวคิดปรากฏการณ์วิทยา (Phenomenological study) โดยผู้วิจัยใช้การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลด้านประสบการณ์ทางจิตใจของนักศึกษาระดับปริญญาเอกที่อยู่ในช่วงการทำวิทยานิพนธ์ตรงประเด็นและเป็นไปในเชิงลึก

ผู้วิจัยจะดำเนินการวิจัยตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. การเตรียมพร้อมในการวิจัย
  - 1.1. การเตรียมตัวผู้วิจัยก่อนการเก็บรวบรวมข้อมูล
  - 1.2. การเตรียมเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล
2. การดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล
  - 2.1. ผู้ให้ข้อมูลและเกณฑ์ในการคัดเลือกผู้ให้ข้อมูล
  - 2.2. ขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล
3. วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล
4. ระยะเวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูล
5. การวิเคราะห์ข้อมูล
6. การตรวจสอบความเชื่อถือได้ของข้อมูล
7. การพิทักษ์สิทธิ์ของผู้เข้าร่วมการวิจัย

## 1. การเตรียมพร้อมในการวิจัย

### 1.1. การเตรียมตัวผู้วิจัยก่อนการเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยถือว่าเป็นเครื่องมือสำคัญในการวิจัยเป็นอันดับต้น (สุภางค์ จันทวานิช, 2554) เพราะผู้วิจัยเป็นผู้ที่อยู่ตลอดกระบวนการเก็บรวบรวมข้อมูล ตั้งแต่การเป็นเครื่องมือเพื่อสัมภาษณ์ สังเกต ผู้ให้ข้อมูล ไปจนถึงการวิเคราะห์ข้อมูล ทั้งนี้ก่อนเริ่มการดำเนินการการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยมีการเตรียมตัวผู้วิจัย ดังนี้

1.1.1 ผู้วิจัยทำความเข้าใจเกี่ยวกับนักศึกษาระดับปริญญาเอกที่อยู่ในช่วงทำวิทยานิพนธ์ โดยผู้วิจัยได้ทำการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับนักศึกษาระดับปริญญาเอก ที่อยู่ในช่วงวิทยานิพนธ์ ทั้งรูปแบบการเรียนระดับปริญญาเอก กระบวนการเขียนวิทยานิพนธ์ สภาวะจิตใจของนักศึกษาระดับปริญญาเอกช่วงระหว่างการทำวิทยานิพนธ์ ปัจจัยที่ส่งผลต่อนักศึกษาระดับปริญญาเอกในการเขียนวิทยานิพนธ์ วิธีวิจัยเชิงคุณภาพแนวปรากฏการณ์วิทยา เพื่อทำความเข้าใจธรรมชาติของนักศึกษาระดับปริญญาเอก และสร้างแนวคำถามสำหรับการเก็บรวบรวมข้อมูลด้านประสบการณ์ได้อย่างครอบคลุมและตรงประเด็นที่สุด

1.1.2 ผู้วิจัยทำความเข้าใจเกี่ยวกับระเบียบวิจัยเชิงคุณภาพแนวปรากฏการณ์วิทยา โดยผู้วิจัยได้ทำการทบทวนเอกสารที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยเชิงคุณภาพแนวปรากฏการณ์วิทยา และทำการลงเรียนรายวิชาการวิจัยเชิงคุณภาพ คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในภาคเทอมปลาย ปีการศึกษา 2559

### 1.2. การเตรียมเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ผู้วิจัยใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล มีดังต่อไปนี้

1.2.1 ตัวผู้วิจัย ด้วยความตั้งใจที่ต้องการให้งานวิจัยครั้งนี้ได้ทำให้เกิดความเข้าใจต่อประสบการณ์ที่เกิดขึ้นกับนักศึกษาระดับปริญญาเอกที่อยู่ในช่วงทำวิทยานิพนธ์ให้ได้มากที่สุด ผู้วิจัยจึงเป็นผู้ดำเนินการทั้งการเก็บรวบรวมข้อมูล และวิเคราะห์ข้อมูลด้วยตัวเอง ผู้วิจัยได้รายงานจุดยืนในการทำวิจัยครั้งนี้ เพื่อรายงานทัศนคติส่วนตัวของผู้วิจัยที่อาจจะส่งผลต่อการเก็บรวบรวมข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูลได้ สำหรับจุดยืนในการทำวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยต้องการพัฒนางานวิจัยเพื่อให้เกิด

ความเข้าใจในเชิงลึกมากขึ้นเกี่ยวกับภาวะที่นักศึกษาระดับปริญญาเอกจำเป็นต้อง  
 ในระหว่างการทำวิทยานิพนธ์เพราะโดยที่ผ่านมา ผู้วิจัยได้พบเห็นถึงเรื่องราวความ  
 ยากลำบากที่เกิดขึ้นในการเรียนระดับปริญญาเอก ทั้งจากผู้คนที่ผู้วิจัยรู้จัก และจาก  
 ผ่านคำบอกเล่าในสังคม ซึ่งแม้ผู้คนในสังคมจะมีการพูดถึงการเรียนปริญญาเอก  
 หรือการทำวิทยานิพนธ์นั้นแสนยาก แต่ยังไม่มียานวิจัยใดในประเทศไทยที่จะทำ  
 ความเข้าใจนักศึกษาระดับปริญญาเอกผู้มีประสบการณ์ตรง ผู้วิจัยเชื่อว่าการทำ  
 ความเข้าใจนักศึกษาระดับปริญญาเอกผ่านการศึกษาประสบการณ์ของนักศึกษา ทำ  
 ให้สามารถเข้าใจถึงแก่นแท้ของประสบการณ์ที่เกิดขึ้นร่วมกันของนักศึกษาระดับ  
 ปริญญาเอกได้มากขึ้น ทั้งนี้ผู้วิจัยคำนึงถึงความแตกต่างของประสบการณ์ไม่ว่าจะ  
 เป็นประสบการณ์ของผู้ให้ข้อมูลแต่ละคน หรือประสบการณ์ของผู้วิจัยเอง ดังนั้น  
 ผู้วิจัยจึงระมัดระวังความคิดของตนในส่วนของการวิเคราะห์ข้อมูล ไม่ให้ตีความ  
 ข้อมูลด้านประสบการณ์ของผู้ให้ข้อมูล เพื่อให้ข้อมูลด้านประสบการณ์ที่ตรง  
 ประเด็นและเป็นมุมมองต่อประสบการณ์จากผู้ให้ข้อมูลมากที่สุด นอกจากนี้เพื่อลด  
 อคติในการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้นำข้อมูลที่วิเคราะห์นั้นไปให้ผู้ให้ข้อมูล  
 ตรวจสอบความถูกต้อง และแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับข้อมูลที่วิเคราะห์ หากมี  
 ข้อมูลส่วนใดที่ไม่ชัดเจน

1.2.2 เครื่องบันทึกเสียง เป็นอุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ที่ใช้สำหรับบันทึกเสียง  
 ขณะทำการเก็บรวบรวมข้อมูลในช่วงการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูล เพื่อให้ได้ข้อมูลของ  
 ผู้ให้ข้อมูลที่ครบถ้วน ถูกต้อง และสมบูรณ์มากที่สุด อีกทั้งเสียงที่บันทึกระหว่างการ  
 สัมภาษณ์จะช่วยผู้วิจัยและผู้ให้ข้อมูลสามารถตรวจสอบข้อมูลย้อนหลังได้ ในทุก ๆ  
 การสัมภาษณ์จะมีการตรวจสอบคุณภาพการบันทึกเสียงก่อนจึงทำการบันทึกเสียง  
 สัมภาษณ์จากผู้ให้ข้อมูล

1.2.3 สมุดบันทึกภาคสนาม เป็นสมุดเพื่อจดบันทึกสิ่งเกิดขึ้นระหว่างการทำ  
 ดำเนินการสัมภาษณ์และเก็บรวบรวมข้อมูลที่ไม่สามารถบันทึกได้ด้วยเครื่อง  
 บันทึกเสียง เพื่อให้ได้ข้อมูลของผู้ให้ข้อมูลที่ครอบคลุมมากขึ้น

1.2.4 แนวทางคำถามสำหรับสัมภาษณ์เกี่ยวกับประสบการณ์ทางจิตใจของ  
 นักศึกษาระดับปริญญาเอกในช่วงทำวิทยานิพนธ์ เป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญของการวิจัย  
 ครั้งนี้ที่ต้องการศึกษาประสบการณ์โดยตรงของผู้ให้ข้อมูล แนวทางคำถามจะมี

ลักษณะคำถามปลายเปิดเกี่ยวกับประสบการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิตของผู้ให้ข้อมูล เป็นประเด็นที่เปิดกว้างที่ให้ผู้ให้ข้อมูลสามารถถ่ายทอดประสบการณ์ออกมาได้อย่างอิสระ ซึ่งแนวทางคำถามสำหรับสัมภาษณ์จะแบ่งเป็น 3 ระยะ

ระยะแรก เป็นแนวคำถามเกี่ยวกับเรื่องทั่วไป เพื่อเป็นการทำความรู้จักระหว่างผู้วิจัยและผู้ให้ข้อมูลให้เกิดความสบายใจ ความผ่อนคลาย ความคุ้นเคยในระหว่างการสัมภาษณ์ ซึ่งมีคำถามดังนี้

- อยากให้ท่านแนะนำตัวเบื้องต้น เช่น ชื่อ อายุ และปัจจุบันกำลังทำอาชีพอะไร
- อยากให้ท่านเล่าถึงหลักสูตรที่ท่านศึกษาคืออะไร และหากท่านจบการศึกษาแล้วท่านใช้เวลากี่ปีในการจบหลักสูตร หรือหากท่านกำลังศึกษาอยู่ นับจากวันแรก ท่านได้ใช้เวลาในการศึกษามากี่ปีแล้ว
- อยากให้ท่านช่วยเหตุผลและเป้าหมายของการเข้ามาเรียนระดับปริญญาเอก

ระยะที่สอง เป็นแนวคำถามสัมภาษณ์เกี่ยวกับประสบการณ์ ซึ่งเกี่ยวข้องกับประเด็นที่ผู้วิจัยต้องการศึกษา โดยคำถามนั้นจะเป็นลักษณะถามถึงประสบการณ์ในการเรียนระดับปริญญาเอก ประสบการณ์ในการทำวิทยานิพนธ์ และปัจจัยที่น่าจะส่งผลต่อการทำวิทยานิพนธ์ ซึ่งแนวทางคำถามสัมภาษณ์มีคำถามดังนี้

- ประสบการณ์ในการเรียนปริญญาเอกของท่าน ส่งผลต่อตัวท่านอย่างไรบ้าง (การรับรู้ตนเอง; การรับรู้ความสามารถตนเอง, การให้ความหมายกับงาน, การผัดวันประกันพรุ่ง) (ความสัมพันธ์กับคนรอบข้าง อาจารย์ที่ปรึกษา, ครอบครัว, เพื่อน)
- อยากให้ท่านเล่าถึงประสบการณ์ในการทำวิทยานิพนธ์ของท่าน แต่ละช่วงของการทำวิจัย ท่านได้เจอกับปัญหา อุปสรรคใดหรือไม่ แล้วท่านผ่านพ้นมาได้อย่างไร
- ท่านมีประสบการณ์อย่างไรกับการพยายามทำงานให้เป็นไปตามเงื่อนไขการจบการศึกษาระดับปริญญาเอก มีเงื่อนไขในการจบการศึกษาอย่างไร มีปัญหาอุปสรรคหรือไม่ ถ้ามีจัดการอย่างไร



- หากให้ท่านสรุป ท่านได้เรียนรู้อะไรจากประสบการณ์ในการทำวิทยานิพนธ์

เมื่อได้แนวข้อคำถามสำหรับการสัมภาษณ์แล้ว ผู้วิจัยได้ลองนำแนวข้อคำถามสำหรับการสัมภาษณ์ไปใช้ทดลองนำร่องสัมภาษณ์กับผู้ที่เกี่ยวข้องกับผู้ให้ข้อมูลจำนวน 3 คน เพื่อตรวจสอบถึงความยากง่ายในการเข้าใจคำถาม ความถูกต้องและสอดคล้องในการใช้ภาษา เมื่อได้รับคำแนะนำแล้วจึงปรับปรุงข้อคำถามบางส่วนหากมีข้อที่ต้องปรับปรุง จากนั้นจึงนำแนวทางคำถามการสัมภาษณ์ไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาวิจัยและผู้ทรงคุณวุฒิ 2 ท่านช่วยพิจารณาและให้คำแนะนำเพิ่มเติมเกี่ยวกับแนวทางคำถามสัมภาษณ์

## 2. การดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล

### 2.1. ผู้ให้ข้อมูลและเกณฑ์ในการคัดเลือกผู้ให้ข้อมูล

#### ผู้ให้ข้อมูล

เป็นนิสิตนักศึกษาที่จบการศึกษาจากต่างประเทศหรืออยู่ในช่วงหลังเสร็จสิ้นการสอบวิทยานิพนธ์และรอการตีพิมพ์วิทยานิพนธ์ ระดับปริญญาเอก สาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี อาทิเช่น สาขาคณิตศาสตร์ เคมี ชีววิทยา ฟิสิกส์ จุลชีววิทยา ชีวภาพ พฤษศาสตร์ วิทยาศาสตร์สิ่งแวดล้อม เทคโนโลยีอาหาร เทคโนโลยีทางภาพและการพิมพ์ วิศวกรรมศาสตร์ ซึ่งเป็นหลักสูตรที่มีการเรียน course work และการทำวิจัย

#### เกณฑ์การคัดเลือกผู้ให้ข้อมูล

- ทั้งชายและหญิงอายุตั้งแต่ 24 – 50 ปี
- เชื้อชาติไทยและสื่อสารสนทนาเป็นภาษาไทยได้
- มีสุขภาพร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง
- สามารถระลึกถึงประสบการณ์การทำวิทยานิพนธ์ได้
- มีความเต็มใจและยินดีที่จะบอกเล่าเรื่องราวประสบการณ์ทางจิตใจในการทำวิทยานิพนธ์

ตารางที่ 2 ข้อมูลโดยเบื้องต้นผู้ให้ข้อมูลในการวิจัย

ผู้ให้ข้อมูล	เพศ	อายุ	สาขาวิชา	อาชีพ	ระยะเวลาในการ เรียนหลักสูตร	ประเทศ ที่ศึกษา	สถานการศึกษา (ขณะสัมภาษณ์)	วิธีการ สัมภาษณ์
1	ชาย	29	Information Sciences	นักศึกษา	5 ปี (โทควบเอก)	Japan	กำลังศึกษา	Skype
2	ชาย	35	Food Sciences	ธุรกิจส่วนตัว	5 ปี (โทควบเอก)	USA	จบการศึกษา	พบหน้า
3	หญิง	36	Computer Sciences	อาจารย์	4 ปี	Italy	จบการศึกษา	พบหน้า
4	หญิง	34	Chemical Sciences	ผู้วิจัย	5 ปี	Norway	กำลังศึกษา	Skype
5	หญิง	36	Chemical Engineering	อาจารย์	5 ปี (โทควบเอก)	USA	จบการศึกษา	พบหน้า
6	ชาย	37	Physics Sciences	อาจารย์	5 ปี (โทควบเอก)	USA	จบการศึกษา	พบหน้า
7	หญิง	40	Material Sciences	นักวิจัย	6 ปี (โทควบเอก)	USA	จบการศึกษา	พบหน้า
8	หญิง	34	Physics	อาจารย์	6 ปี (โทควบเอก)	USA	จบการศึกษา	พบหน้า
9	ชาย	33	Physics	ข้าราชการ	6 ปี (โทควบเอก)	USA	จบการศึกษา	Skype
10	ชาย	37	Physics	อาจารย์	6 ปี (โทควบเอก)	USA	จบการศึกษา	พบหน้า

## 2.2 ขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล

ขั้นตอนการเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย มีดังต่อไปนี้

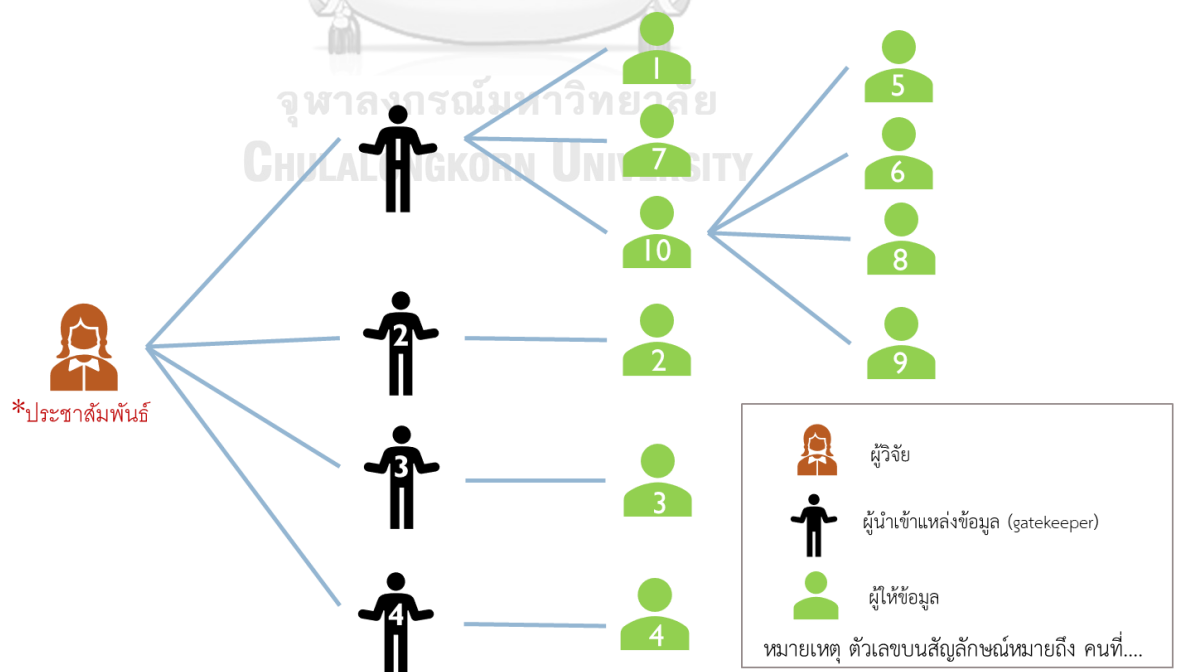
- 1) ผู้วิจัยทำสื่อโปสเตอร์ประชาสัมพันธ์รับสมัครผู้สนใจเข้าร่วมการวิจัย โดยในสื่อจะระบุหัวข้อการวิจัย “ประสบการณ์ทางจิตใจในการทำวิทยานิพนธ์ของนักศึกษาปริญญาเอก” คุณสมบัติผู้เข้าร่วมวิจัยซึ่งเป็นไปตามเกณฑ์ผู้ให้ข้อมูลของผู้วิจัย รายละเอียดการเก็บข้อมูลโดยระบุว่าเป็นการสัมภาษณ์ที่ใช้ระยะเวลาประมาณ 30 – 50 นาที และรายละเอียดผู้วิจัย (นิสิตปริญญาโท คณะจิตวิทยา) และช่องทางการติดต่อผู้วิจัยทางอีเมลและเบอร์โทรศัพท์
- 2) ผู้วิจัยนำสื่อโปสเตอร์ประชาสัมพันธ์รับสมัครผู้สนใจเข้าร่วมการวิจัยทำการประชาสัมพันธ์ลงบนเว็บไซต์ โดยเป็นการสร้างกระทู้เป็นสาธารณะบนบัญชีของผู้วิจัย โดยผู้วิจัยเขียนรายละเอียดกระทู้เพิ่มเติมถึงการประชาสัมพันธ์ผู้สนใจเข้าร่วมการวิจัยและผู้ที่มีคนรู้จักมีคุณสมบัติเข้าเกณฑ์การวิจัย หากสนใจเข้าร่วมการวิจัยสามารถติดต่อมาที่ผู้วิจัยได้โดยตรง หลังจากนั้น ผู้นำเข้าสู่แหล่งข้อมูล (Gatekeeper) ประสานงานติดต่อกับผู้สนใจเข้าร่วมการวิจัย ซึ่งผู้นำเข้าสู่แหล่งข้อมูลมีทั้งหมด 4 คน โดยผู้นำเข้าสู่แหล่งข้อมูลเป็นญาติหรือเพื่อนของผู้ให้ข้อมูล และเป็นเพื่อนร่วมสถาบันเดียวกับผู้วิจัย
- 3) เมื่อมีผู้สนใจเข้าร่วมงานวิจัย ผู้วิจัยทำการถามถึงนัดหมายวัน เวลา และสถานที่สัมภาษณ์ที่ทั้งผู้ให้ข้อมูลและผู้วิจัยซึ่งก็คือผู้สัมภาษณ์สะดวกทั้งคู่ ทั้งนี้หากเกิดความไม่สะดวกในการเดินทางมาเนื่องจากอยู่ต่างประเทศ ผู้วิจัยจะเสนอวิธีการสัมภาษณ์ผ่านโปรแกรมแชทวิดีโอ อย่างเช่น Skype หรือ Line เป็นต้นพร้อมนัดวันเวลาสัมภาษณ์
- 4) ก่อนถึงเวลาการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยตรวจสอบความเรียบร้อยและเตรียมความพร้อมของเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล
- 5) เมื่อถึงวันและเวลาสัมภาษณ์ ในครั้งแรกที่เจอกัน ผู้วิจัยแนะนำตัวพร้อมทั้งชี้แจงถึงหัวข้องานวิจัย จุดประสงค์งานวิจัย และกระบวนการการสัมภาษณ์จากผู้ให้ข้อมูล โดยแจ้งเวลาที่ใช้สัมภาษณ์ประมาณ 30 – 60 นาที และอาจมีการขออนุญาตสัมภาษณ์เพิ่มเติมอีก 1 ครั้ง กรณีข้อมูลไม่ครบถ้วน รวมไปถึง

ถึงการแจ้งขออนุญาตอัดเสียงระหว่างการสัมภาษณ์ ทั้งนี้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้มีผู้ให้ข้อมูลคนที่ 10 ที่ต้องเก็บเพิ่มเติม 1 ครั้ง เนื่องจากเกิดเครื่องมือการบันทึกเสียงเกิดความเสียหาย จึงต้องมีการนัดสัมภาษณ์ใหม่อีกครั้ง

- 6) ผู้วิจัยชี้แจงเรื่องการพิทักษ์สิทธิส่วนบุคคลของผู้ให้ข้อมูล เนื่องจากมีการอัดเสียงและสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลบางส่วนจากผู้ให้ข้อมูล ดังนั้นผู้วิจัยจึงแจ้งกับผู้ให้ข้อมูลว่า การสัมภาษณ์ครั้งนี้จะถูกนำไปวิเคราะห์ข้อมูลโดยที่ชื่อของผู้ให้ข้อมูลเป็นชื่อสมมติ และใช้ข้อมูลสำหรับงานวิจัยในการศึกษาเท่านั้น มีการรักษาความลับในข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ให้ข้อมูล หากในการสัมภาษณ์ ผู้ให้ข้อมูลรู้สึกไม่สบายใจที่จะเล่าประสบการณ์ต่อ ผู้ให้ข้อมูลสามารถขอยุติการสัมภาษณ์ได้ หรือหากผู้ให้ข้อมูลไม่สบายใจที่จะบันทึกเสียงบ้างช่วง ผู้วิจัยจะไม่ทำการบันทึกเสียงในช่วงนั้น ๆ และเมื่องานวิจัยสิ้นสุด บันทึกเสียงสัมภาษณ์จะถูกทำลายทันที
- 7) เข้าสู่ช่วงการสัมภาษณ์ ซึ่งการสัมภาษณ์ครั้งนี้ ผู้สัมภาษณ์ใช้การสัมภาษณ์รูปแบบกึ่งโครงสร้าง (semi structured interview) คือผู้สัมภาษณ์มีคำถามหลักสำหรับการสัมภาษณ์เกี่ยวกับประสบการณ์การทำวิทยานิพนธ์ในระดับปริญญาเอกของผู้ให้ข้อมูล แต่หากในระหว่างการสัมภาษณ์พบประเด็นเพิ่มเติมที่น่าสนใจและช่วยทำให้เข้าใจในประสบการณ์และความรู้สึกได้ชัดเจนมากขึ้น ผู้วิจัยจะถามเพิ่มเติมเกี่ยวกับประเด็นดังกล่าว โดยการถามคำถามสัมภาษณ์จะแบ่งออกเป็น 2 ระยะ คือ ระยะแรกเป็นคำถามเพื่อสร้างความคุ้นเคยและความผ่อนคลาย โดยผู้วิจัยจะถามเกี่ยวกับข้อมูลเบื้องต้นของผู้ให้ข้อมูล เช่น ชื่อ อายุ อาชีพปัจจุบัน หลักสูตรที่เรียน ระยะเวลาที่ใช้ในการเรียน และเหตุผลและเป้าหมายในการเรียนปริญญาเอก ซึ่งระยะนี้จะใช้เวลาประมาณ 5 – 10 นาที จึงเข้าสู่ระยะสอง เป็นคำถามหลักเกี่ยวข้องกับประสบการณ์การทำวิทยานิพนธ์ เช่น การรับรู้ตนเองและคนรอบข้างในช่วงการทำวิทยานิพนธ์ ปัญหาที่เจอ วิธีการจัดการ สิ่งที่ได้เรียนรู้ ระหว่างการสัมภาษณ์ ผู้สัมภาษณ์จะทำการบันทึกเสียงและจดสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นขณะการสัมภาษณ์ที่การบันทึกเสียงไม่สามารถทำได้ ทั้งนี้หากการสัมภาษณ์ใกล้หมดระยะเวลาตามที่ตกลงกัน

ไว้ ผู้วิจัยจะถามผู้ให้ข้อมูลว่าประสงค์จะให้สัมภาษณ์ต่อเวลาหรือนัดสัมภาษณ์เพิ่มเติม หากผู้ให้ข้อมูลตกลงให้สัมภาษณ์ต่อ ผู้วิจัยก็จะดำเนินการสัมภาษณ์ต่อไปจนกว่าได้ข้อมูลที่ครบถ้วน ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ การสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่เกินเวลาที่ทางผู้วิจัยแจ้งไว้ แต่ทั้งนี้ผู้ให้ข้อมูลมีความยินดีที่จะสัมภาษณ์ต่อ

- 8) เมื่อสิ้นสุดการสัมภาษณ์ ผู้สัมภาษณ์สอบถามความคิดเห็นและความรู้สึกต่อการสัมภาษณ์
- 9) ผู้วิจัยกล่าวขอบคุณผู้ให้ข้อมูล พร้อมมอบของที่ระลึกขอบคุณสำหรับการเข้าร่วมวิจัย ซึ่งอาจจะมอบให้กับผู้ข้อมูลโดยตรง หรือจัดส่งไปรษณีย์ โดยขึ้นอยู่กับความสะดวกของผู้ให้ข้อมูล
- 10) ผู้วิจัยสอบถามผู้ให้ข้อมูลช่วยแนะนำบุคคลรอบข้างที่ผู้ให้ข้อมูลรู้จักที่เคยมีประสบการณ์เช่นเดียวกัน วิธีการดังกล่าวนี้ ถือว่าเป็นการทำผู้ให้ข้อมูลเชิงเป็นลูกโซ่ (Snowball sampling) โดยในการเก็บรวบรวมครั้งนี้มีผู้ให้ข้อมูลคนที่ 10 เป็นผู้แนะนำผู้ให้ข้อมูลคนที่ 5, 6, 8 และ 9 ส่วนผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1, 2, 3, 4 และ 7 เป็นผู้ที่ได้รับการแนะนำจากผู้ติดต่อประสานงานการวิจัย



รูปภาพที่ 1 ขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล

### 3. วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยใช้วิธีหลัก คือ การบันทึกเสียงระหว่างการสัมภาษณ์ที่มีเนื้อหาประสบการณ์ของผู้ให้ข้อมูล โดยใช้การบันทึกภาคสนามกับสิ่งที่เกิดขึ้นระหว่างการสัมภาษณ์ เป็นข้อมูลประกอบการวิเคราะห์ข้อมูล

### 4. ระยะเวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เริ่มการเก็บรวบรวมข้อมูลตั้งแต่เดือนตุลาคม ปี 2561 เป็นต้นไป โดยในการเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์กับผู้ให้ข้อมูลแต่ละคนใช้เวลาประมาณ 45 - 110 นาที และเมื่อผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลจนข้อมูลอิ่มตัวแล้วจึงยุติกระบวนการเก็บรวบรวมข้อมูล

#### ตารางที่ 3 วันเวลาที่สัมภาษณ์และระยะเวลาที่ใช้ในการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลแต่ละคน

ผู้ให้ข้อมูล	วันที่สัมภาษณ์	ระยะเวลาที่ใช้ในการสัมภาษณ์
ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1	01/12/2561	1 ชั่วโมง 50 นาที
ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 2	07/12/2561	1 ชั่วโมง 30 นาที
ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 3	22/01/2561	1 ชั่วโมง
ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 4	17/02/2562	1 ชั่วโมง 15 นาที
ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 5	26/02/2562	45 นาที
ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 6	07/03/2562	1 ชั่วโมง 6 นาที
ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 7	15/03/2562	54 นาที
ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 8	22/03/2562	1 ชั่วโมง 40 นาที
ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 9	23/03/2562	59 นาที
ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 10	26/03/2562	45 นาที

## 5. การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลของผู้วิจัยมีลำดับขั้น ต่อไปนี้

1. หลังจากสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1 ผู้วิจัยถอดเทปบทสัมภาษณ์ทั้งหมดของผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1 แบบคำต่อคำ
2. ผู้วิจัยนำประโยคในบทสัมภาษณ์ที่สามารถสะท้อนประสบการณ์ในการทำวิทยานิพนธ์ของผู้ให้ข้อมูลมาลงรหัสความ (Coding) ทีละหน่วย ซึ่งประโยคดังกล่าวเป็นประโยคที่ตอบวัตถุประสงค์การวิจัยได้ จากนั้นผู้วิจัยนำรหัสความเหล่านั้นพิจารณาพร้อมกับอาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อตรวจสอบความถูกต้อง หากผู้วิจัยและอาจารย์ที่ปรึกษาพิจารณาแล้วหน่วยรหัสนั้นยังไม่สามารถสื่อความถึงประโยคนั้นๆ ได้ ผู้วิจัยจึงแก้การลงรหัสอีกครั้ง
3. เมื่อลงรหัสของผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1 เสร็จแล้ว ผู้วิจัยนำหน่วยรหัสทั้งหมดจากบทสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1 มาจัดเป็นหมวดหมู่ (Theme) โดยพิจารณาจากเนื้อหาของรหัสที่คล้ายคลึงและสอดคล้องกันจึงจัดรหัสเหล่านั้นอยู่ในหมวดหมู่เดียวกัน
4. เมื่อจัดหมวดหมู่ของหน่วยรหัสจากบทสัมภาษณ์ของผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1 แล้ว ผู้วิจัยจึงเริ่มถอดเทปสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 2 และทำวิธีการเดียวกัน คือ ลงรหัส และจัดหมวดหมู่ ทั้งนี้ในการจัดหมวดหมู่ ผู้วิจัยจัดโดยยึดหมวดหมู่จากผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1 เป็นหลัก แต่หากพบหน่วยรหัสใดไม่ลงกับหมวดหมู่ที่มีอยู่เดิม ผู้วิจัยจึงสร้างหมวดหมู่ใหม่ขึ้น และทำลักษณะนี้ไปจนถึงผู้ให้ข้อมูลคนที่ 10
5. เมื่อจัดหมวดหมู่ของหน่วยรหัสจากผู้ให้ข้อมูลทั้ง 10 คนแล้วพบว่าข้อมูลอึดตัวแล้ว ผู้วิจัยจึงนำหมวดหมู่แต่ละหมวดหมู่มาทำการจัดประเด็น (Category) ที่เป็นประเด็นสำคัญสำหรับงานวิจัยครั้งนี้ หลังจากนั้นผู้วิจัยจึงนำประเด็นเหล่านั้นมาพิจารณาพร้อมกับอาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อตรวจสอบว่าประเด็นมีความถูกต้องและความครอบคลุมถึงประสบการณ์ของผู้ให้ข้อมูล

## 6. การตรวจสอบความเชื่อถือได้ของข้อมูล

สำหรับการตรวจสอบความน่าเชื่อถือได้ของข้อมูล (Trustworthiness) ผู้วิจัยได้ตรวจสอบทั้งหมด 3 ด้าน คือ ความน่าเชื่อถือของข้อมูลที่มีน้ำหนักเพียงพอ (Credibility) ความมั่นคงของข้อมูล (Confirmability) และการถ่ายโอนข้อมูล (Transferability)

ในการตรวจสอบด้านความน่าเชื่อถือของข้อมูลที่มีน้ำหนักเพียงพอ (Credibility) ผู้วิจัยได้ใช้การตรวจสอบทั้งการตรวจสอบข้อมูลแบบสามเส้า (Triangulation) โดยเทียบข้อมูลจากบันทึกเสียง บันทึกภาคสนาม และข้อมูลที่วิเคราะห์ได้ มีการตรวจสอบโดยใช้ผู้ทรงคุณวุฒิ คือ อาจารย์ที่ปรึกษา ซึ่งมีการตรวจสอบตั้งแต่ขั้นกระบวนการเก็บข้อมูล จนกระทั่งการวิเคราะห์ข้อมูล และรวมไปถึงการตรวจสอบโดยผู้ให้ข้อมูลทุกคนที่ได้สัมภาษณ์

ในการตรวจสอบด้านความมั่นคงของข้อมูล (Confirmability) ผู้วิจัยพิจารณาจาก ข้อมูลที่ได้จากการเก็บรวบรวมข้อมูลนั้น ล้วนแล้วแต่เป็นข้อมูลที่ได้มาจากสัมภาษณ์ที่เป็นมุมมองโดยตรงของผู้มีประสบการณ์ ซึ่งในกระบวนการเก็บข้อมูลนั้นได้มีการตรวจสอบคุณภาพความพร้อมของเครื่องมือก่อนการสัมภาษณ์ มีตรวจสอบคุณภาพเสียงของบันทึกเสียงหลังการสัมภาษณ์ ในการวิเคราะห์ข้อมูลก็ใช้ข้อมูลทั้งหมดล้วนมาจากในบันทึกเสียงจากการสัมภาษณ์ ประกอบกับใช้ข้อมูลจากบันทึกสนาม ส่งเสริมข้อมูลด้านประสบการณ์ให้ลึกซึ้งและครบถ้วนมากยิ่งขึ้น นอกจากนี้ตลอดกระบวนการเก็บรวบรวมข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล มีผู้ทรงคุณวุฒิ คือ อาจารย์ที่ปรึกษาเป็นผู้ให้คำแนะนำตลอดกระบวนการ

ในการตรวจสอบการถ่ายโอนข้อมูล (Transferability) ผู้วิจัยพิจารณาจากวัตถุประสงค์งานวิจัยที่ต้องการศึกษากลุ่มนักศึกษาระดับปริญญาเอกสาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีจากต่างประเทศที่อยู่ในช่วงทำวิทยานิพนธ์ ทำให้ค่อนข้างจำกัดด้านบริบทของกลุ่มผู้ให้ข้อมูล

## 7. การพิทักษ์สิทธิของผู้เข้าร่วมการวิจัย

การดำเนินการพิทักษ์สิทธิของผู้เข้าร่วมการวิจัย มีดังต่อไปนี้

7.1 ก่อนการเริ่มสัมภาษณ์ ผู้วิจัยสอบถามความสมัครใจในการเข้าร่วมการวิจัย พร้อมทั้งขอให้ผู้เข้าร่วมวิจัยลงนามลงในใบยินยอมการเข้าร่วมงานวิจัย (Informed consent form)

7.2 ผู้วิจัยชี้แจงหัวข้องานวิจัย วัตถุประสงค์งานวิจัย และลักษณะของการสัมภาษณ์ในรายละเอียดพอสังเขป จากนั้นขออนุญาตบันทึกเสียงระหว่างการสัมภาษณ์ โดยชี้แจงว่าจำเป็นต่อการวิเคราะห์ผล

7.3 ผู้วิจัยแจ้งว่า หากผู้ให้ข้อมูลเกิดความไม่สบายใจระหว่างการสัมภาษณ์ ผู้ให้ข้อมูลสามารถยุติการสัมภาษณ์ได้ และผู้วิจัยจะทำการลบบันทึกเสียงขณะสัมภาษณ์นั้นทันที



7.4 ผู้วิจัยแจ้งว่า หากผู้ให้ข้อมูลไม่สะดวกให้บันทึกเสียงในส่วนหนึ่งของสัมภาษณ์ ผู้ให้ข้อมูลสามารถบอกผู้วิจัยได้ และผู้วิจัยจะทำการระงับการบันทึกเสียงช่วงนั้น

7.5 ผู้วิจัยแจ้งถึงข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์จะเก็บเป็นความลับโดยเฉพาะข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ให้ข้อมูล ในส่วนของข้อมูลด้านประสบการณ์ ผู้วิจัยจะนำไปวิเคราะห์ผลต่อโดยใช้สำหรับเพื่อการศึกษาเท่านั้น ในรายงานการวิเคราะห์ผลจะไม่มีกรกล่าวถึงชื่อจริงของผู้ให้ข้อมูล แต่ใช้เป็นชื่อสมมติแทน รวมถึงชื่อของบุคคลที่เอ่ยถึงในการสัมภาษณ์ด้วย เมื่อเสร็จสิ้นงานวิจัยแล้ว ทั้งบันทึกเสียงและบันทึกภาคสนามจากผู้ให้ข้อมูลทั้งหมดจะถูกทำลายทั้งหมด

7.6 หากการสัมภาษณ์ทำให้ผู้ให้ข้อมูลรู้สึกสะเทือนใจ ผู้วิจัยมีความรับผิดชอบที่ต้องให้ความช่วยเหลือทางด้านจิตใจผู้ให้ข้อมูล โดยการส่งต่อถึงผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพทางจิต เช่น จิตแพทย์หรือนักจิตวิทยา ซึ่งในการเก็บข้อมูลครั้งนี้ ผู้ให้ข้อมูลทุกคนมีสภาพจิตใจที่ปกติทั้งก่อนและหลังการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยจึงไม่มีการช่วยเหลือทางด้านจิตใจผู้ให้ข้อมูล

## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพแนวปรากฏการณ์วิทยา โดยเป็นการสัมภาษณ์เชิงลึกเป็นการเก็บข้อมูลจากผู้ที่กำลังจะจบการศึกษาหรือเป็นบัณฑิตระดับปริญญาเอกในสาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี จำนวนทั้งสิ้น 10 คน ผู้วิจัยได้นำข้อมูลมาวิเคราะห์ตามแนววิจัยเชิงคุณภาพ จึงได้ผลการวิเคราะห์เป็น 2 ส่วน ได้แก่ ส่วนที่ 1 ข้อมูลรายบุคคลเบื้องต้นของผู้ให้ข้อมูล และส่วนที่ 2 เป็นการวิเคราะห์ข้อมูลในประเด็นหลักซึ่งมีทั้งหมด 4 ประเด็นหลัก

#### ส่วนที่ 1 ข้อมูลรายบุคคลเบื้องต้นของผู้ให้ข้อมูล

ส่วนนี้กล่าวถึงข้อมูลรายบุคคลเบื้องต้นของผู้ให้ข้อมูลทั้งหมด 10 คน ดังนี้

*ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1* คุณวิทย์ (นามสมมติ) อายุ 29 ปี เพศชาย กำลังศึกษาอยู่ระดับปริญญาเอกสาขาวิชา information science ในมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในประเทศญี่ปุ่น อยู่ในช่วงรอการจบการศึกษา คุณวิทย์ใช้เวลาศึกษาในหลักสูตรประมาณ 5 ปี ซึ่งเป็นหลักสูตรโทควบเอก ขณะที่กำลังสัมภาษณ์ คุณวิทย์กำลังจบการศึกษาในอีกประมาณ 3 - 4 เดือน คุณวิทย์มีลักษณะเป็นคนสุขุม และเป็นกันเอง ให้สัมภาษณ์อย่างตรงไปตรงมาและมีความมั่นใจ การสัมภาษณ์คุณวิทย์เป็นการสัมภาษณ์ผ่านโปรแกรม Skype เนื่องจากคุณวิทย์อาศัยอยู่ที่ประเทศญี่ปุ่น คุณวิทย์มีเหตุผลและเป้าหมายในการเข้าเรียนปริญญาเอกของคุณวิทย์ คือ ต้องการกลับไปประกอบอาชีพอาจารย์ของมหาวิทยาลัยสมัยที่ตนเรียนระดับปริญญาตรี

คุณวิทย์ได้เล่าถึงสถานการณ์ที่คุณวิทย์ต้องเจอขณะที่กำลังศึกษาระดับปริญญาเอก ซึ่งคุณวิทย์มองว่าเป็นสถานการณ์ที่มีความกดดันแตกต่างจากการเรียนในสมัยปริญญาตรี เพราะการศึกษาในระดับปริญญาเอกนั้นมุ่งเน้นไปที่การค้นหาคำตอบในการศึกษาสิ่งใหม่มากกว่าการได้รับความรู้จากการสอนของอาจารย์ ดังนั้น นักเรียนระดับปริญญาเอกจะต้องคิดหาวิธีการที่จะนำพาตัวเองไปสู่การเรียนรู้สิ่งใดสิ่งหนึ่งด้วยตัวของตัวเอง โดยที่มีอาจารย์ที่ปรึกษาเป็นเพียงผู้คอยให้คำปรึกษาเท่านั้น ซึ่งเมื่อคุณวิทย์ได้ลองทำงานวิจัยของตนเองแล้ว คุณวิทย์พบว่าคุณวิทย์ต้องพบกับความกดดันด้านเวลาจำกัดในการจบให้ทันการศึกษาตามหลักสูตรทำให้คุณวิทย์จะต้องทำงานวิจัยที่สามารถเสร็จสิ้นได้ในขอบเขตเวลาการจบ อีกทั้งระหว่างทำการทดลอง คุณวิทย์ก็มักเจอปัญหาที่เกิดขึ้นระหว่างการทดลองอยู่เสมอ ไม่ว่าจะเป็นปัญหาเรื่องผลการทดลองไม่เป็นดังหวัง ทำให้บางครั้งต้องปรับเปลี่ยนแผนการทำงานใหม่ ในบางครั้งคุณวิทย์ก็รู้สึกไม่มีอารมณ์อยากจะทำงาน แต่

แม้จะเจอความกดดันอยู่เสมอ คุณวิทยาก็เล่าว่า คุณวิทยาก็มีความพยายามที่จะก้าวผ่านในช่วงเวลาที่ไม่เป็นไปตามแผนให้ดำเนินไปได้ดีที่สุดที่สุด โดยพยายามแก้ปัญหาทางวิจัยหรือการทดลองที่เกิดขึ้น คุณวิทยามองว่าเพื่อนร่วมสาขาวิชาและอาจารย์ที่ปรึกษาเป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้คุณวิทยัจบการศึกษา โดยในการทำงานวิจัยก็มีเพื่อนร่วมสาขาวิชาช่วยเป็นผู้ช่วยในการทำงานวิจัย และอาจารย์ที่ปรึกษาของคุณวิทยที่วิทยารู้สึกว่าอาจารย์พยายามบอกใบ้ทิศทางการทำงานวิทยานิพนธ์ของคุณวิทย จนกระทั่งเวลาผ่านไปเรื่อยๆ ไปสักกระยะหนึ่งคุณวิทยก็เข้าใจสิ่งที่อาจารย์ต้องการจะสื่อ ความสัมพันธ์กับครอบครัวเป็นไปในเชิงที่ครอบครัวไม่กดดันคุณวิทยเรื่องการทำวิทยานิพนธ์

คุณวิทยามองว่าการผ่านความกดดันระหว่างการเรียนปริญญาเอกและการทำวิทยานิพนธ์ ทำให้คุณวิทยได้เรียนรู้ที่จะรับมือเมื่อเกิดสถานการณ์ที่ไม่เป็นดั่งใจซึ่งสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในอนาคตได้ และทำให้ตระหนักว่าผู้ที่จบจากปริญญาเอกนั้นไม่ใช่คนที่เป็นผู้เชี่ยวชาญในสาขาวิชาใดวิชาหนึ่ง แต่เป็นคนที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ที่เข้ามา

*ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 2* คุณสิงห์ (นามสมมติ) อายุ 35 ปี เพศชาย จบการศึกษาระดับปริญญาเอก สาขาวิชา Food science จากมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในประเทศสหรัฐอเมริกา ปัจจุบันกำลังประกอบธุรกิจส่วนตัวซึ่งเป็นกิจการครอบครัว คุณสิงห์ใช้เวลาประมาณ 5 ปี ในการจบการศึกษาในระดับปริญญาเอกซึ่งเป็นหลักสูตรโทควบเอก คุณสิงห์มีลักษณะเป็นกันเอง กระตือรือร้น พูดจาฉะฉาน มีความมั่นใจและตอบสัมภาษณ์อย่างตรงไปตรงมา การสัมภาษณ์คุณสิงห์เป็นการสัมภาษณ์แบบพบหน้าในห้องสัมภาษณ์ที่ผู้วิจัยจัดเตรียมไว้ เมื่อถามถึงเหตุผลและเป้าหมายในการเข้าเรียนระดับปริญญาเอก คุณสิงห์ได้ให้เหตุผลว่า เมื่อตอนจบปริญญาตรี ตัวเองยังรู้สึกว่าไม่พร้อมสำหรับการทำงานต่อ คุณสิงห์จึงเลือกที่จะศึกษาต่อในระดับปริญญาเอก

คุณสิงห์เล่าถึงช่วงการเรียนและการทำงานตอนศึกษาระดับปริญญาเอกว่าคุณสิงห์ต้องรับผิดชอบงานทั้งหลายที่เกิดขึ้นในช่วงนั้น ซึ่งเป็นงานในห้องทดลองที่ต้องใช้เวลาและความใส่ใจในกระบวนการ ทั้งนี้คุณสิงห์พยายามที่จะไม่ให้ตัวเองต้องจมอยู่ในสภาวะความเครียดจากการทำงานเป็นเวลานานเกินไป โดยการหาเวลาสำหรับการไปใช้ชีวิตข้างนอกจากในห้องปฏิบัติการ เช่น การออกไปสังสรรค์กับเพื่อน การไปเที่ยวพักผ่อน คุณสิงห์พยายามทำให้เวลาการใช้ชีวิตส่วนตัวไม่ถูกลดทอนไปเพราะการทำงาน ในขณะที่เดียวกันคุณสิงห์ก็มีการวางแผนการทำงานตลอดช่วงเวลาการเรียนระดับปริญญาเอก จนกระทั่งถึงการเขียนวิทยานิพนธ์ คุณสิงห์ได้ใช้เวลาเขียนภายใน 1 ปีสุดท้ายในการเรียนปริญญาเอก คุณสิงห์มองว่าด้วยเพราะตัวเองมีความอดทนในการทำงานหนักและมีการวางแผนการจัดการเรื่องงานวิจัยและวิทยานิพนธ์มาโดยตลอด ทำให้คุณสิงห์รู้สึกชีวิตในการทำวิทยานิพนธ์ไม่ได้เป็นชีวิตที่ลำบากยากเข็ญ ทั้งนี้คุณสิงห์มองว่าความสัมพันธ์ระหว่างคุณสิงห์กับอาจารย์ที่ปรึกษามีส่วนทำให้งานสำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี เนื่องจากมีความสนิทสนมกันในระดับที่คุณ

สิ่งไปกินข้าวกับครอบครัวของอาจารย์ที่ปรึกษาอยู่บ่อยครั้ง คุณสิ่งที่ได้รับการสนับสนุนและความใส่ใจจากอาจารย์เสมอในเรื่องการทำงานและความก้าวหน้าในอาชีพการงานด้านนักวิจัย เช่น คอยแนะนำวิธีการเขียนวิทยานิพนธ์ แนะนำงานที่เหมาะสมกับคุณสมบัติของคุณสิ่ง ในส่วนของครอบครัว คุณสิ่งมองว่าครอบครัวไม่เคยกดดันเรื่องการเรียนมาตั้งแต่สมัยมัธยมจนกระทั่งการเรียนระดับปริญญาเอก คุณสิ่งดำเนินชีวิตแม้จะไม่ด้วยความประมาทแต่ก็ไม่กลัวที่จะทำสิ่งท้าทายใหม่ๆ หรือสิ่งที่ยาก ไม่กลัวการสูญเสียเพราะคุณสิ่งเชื่อมาโดยตลอดว่าตนอยู่ในสถานะที่พลาดได้ เสียหากมากแค่ไหนก็ได้เพราะมีสถาบันครอบครัวที่แข็งแรงรองรับไว้เมื่อก้าวพลาด

คุณสิ่งมองว่าหลังจากการผ่านการทำวิทยานิพนธ์ ทำให้คุณสิ่งเรียนรู้การคิดทุกอย่างเป็นระบบมากขึ้น การจัดการสิ่งรอบข้างที่เกี่ยวข้องเป็นสิ่งสำคัญ ต้องพยายามควบคุมสิ่งที่สามารถควบคุมได้ให้ได้มากที่สุด มีการวางแผนอยู่เสมอ ทั้งนี้เมื่อคุณสิ่งได้ตระหนักว่า ปริญญาเอกให้ทั้งข้อดีและข้อเสียกับตนเอง เพราะหลังจากจบปริญญาเอก คุณสิ่งได้รับความนับถือด้านความสามารถจากวุฒิการศึกษา แต่นั่นทำให้คุณสิ่งทำงานได้ยากขึ้น เพราะงานที่ตนอยากทำก็ทำไม่ได้เนื่องจากตัวเองมีวุฒิการศึกษาที่สูงเกินไป ได้ผลตอบแทนไม่คุ้มค่า

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 3 คุณเนตร (นามสมมติ) อายุ 36 ปี เพศหญิง จบการศึกษาระดับปริญญาเอกสาขาวิชา Computer Science จากมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในประเทศอิตาลี ปัจจุบันประกอบอาชีพเป็นอาจารย์มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง คุณเนตรใช้เวลาประมาณ 4 ปีในการจบการศึกษาระดับปริญญาเอก คุณเนตรมีลักษณะร่าเริงสดใส คล่องแคล่ว และเป็นมิตร ให้สัมภาษณ์ด้วยความมั่นใจและกระตือรือร้น การสัมภาษณ์คุณเนตรเป็นการสัมภาษณ์แบบพบหน้าที่ห้องเรียนแห่งหนึ่งที่คุณเนตรมักใช้อยู่เป็นประจำ ในช่วงแรกคุณเนตรเล่าถึงเหตุผลในการเข้าเรียนระดับปริญญาเอกของคุณเนตรนั้นมาจากความคุ้นเคยในการใช้ชีวิตและการทำวิจัยกับอาจารย์และนักเรียนที่อิตาลีสมัยตอนเรียนระดับปริญญาโท จึงทำให้คุณเนตรตัดสินใจเข้าเรียนต่อในระดับปริญญาเอก

คุณเนตรเล่าว่าในช่วงที่เรียนปริญญาเอกตลอด 4 ปี เกิดปัญหาในการทำงานอยู่เสมอ ตั้งแต่การหาหัวข้อสำหรับวิทยานิพนธ์ในปีแรกที่คุณเนตรต้องพบกับความไม่มั่นใจว่าสิ่งที่ตนเองศึกษา ทบทวนวรรณกรรมเพียงพอสำหรับเป็นหัวข้อที่เหมาะสม การต้องประสานงานกับบริษัทต่าง ๆ เพื่อการเก็บข้อมูลวิจัย เงินทุนสนับสนุนการวิจัยเกิดขาดตอนทำให้คุณเนตรต้องเลื่อนแผนการศึกษาให้เร็วขึ้นซึ่งทำให้คุณเนตรรู้สึกเครียดและกังวลที่ต้องทำงานให้เสร็จตามกำหนดเวลาจนส่งผลให้ไม่สามารถเขียนรายงานผลการวิจัยได้อย่างมีประสิทธิภาพ คุณเนตรพยายามหาวิธีที่จัดการกับความเครียดของตนเองในหลายรูปแบบทั้งการฟังการบรรยายแนวคิดชีวิต การวางแผนการทำงานให้มีระบบเวลามากขึ้น วิธีการทำให้ตนเองตระหนักถึงความคิดของตนเองผ่านการออกกำลังกายหรือการตั้งสมาธิไปที่การเคลื่อนไหวของร่างกาย ทำให้คุณเนตรรับรู้ว่าคุณเนตรมีความกังวลน้อยลงและ

กลับมาทำงานได้อย่างรู้สึกปลอดภัยและมีประสิทธิภาพมากขึ้น ในการทำงานคุณเนตรมองว่า อาจารย์ที่ปรึกษาและเพื่อนร่วมสาขาวิชามีส่วนช่วยสนับสนุนในการทำงาน โดยอาจารย์ที่ปรึกษาจะเป็นคนเสนอแนวคิดสำหรับงานวิจัยและช่วยตัดสินใจในเรื่องใหญ่ ส่วนเพื่อนร่วมสาขาวิชาจะช่วยในเรื่องการแลกเปลี่ยนแนวความคิดด้านการวิจัย ทำให้คุณเนตรสามารถได้แนวคิดที่ตนเองไม่เคยคาดคิดเพื่อนำไปต่อยอดในงานวิจัยของตนเอง

คุณเนตรมองว่า เมื่อผ่านความยากลำบากในกระบวนการทำวิทยานิพนธ์ คุณเนตรรับรู้ว่าคุณมีความมั่นใจในการเผชิญหน้ากับการเรียนรู้สิ่งใหม่มากขึ้น คุณเนตรตระหนักว่าความสุขในชีวิตนั้นเป็นสิ่งที่มีความหมายกับคุณเนตรมากกว่าใบปริญญา ดังนั้นคุณเนตรมองว่าการจัดการความคิดภายในตนเองจึงเป็นสิ่งสำคัญที่มีส่วนในการใช้ชีวิตอย่างมีความสุขที่ราบรื่น

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 4 คุณไข่มุก (นามสมมติ) อายุ 34 ปี เพศหญิง จบการศึกษาระดับปริญญาเอกสาขาวิชา จากมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในประเทศนอร์เวย์ อยู่ในช่วงรอการจบการศึกษา และตอนนี้กำลังประกอบอาชีพเป็นนักวิจัย คุณไข่มุกใช้เวลาประมาณ 5 ปีในการจบการศึกษาระดับปริญญาเอก คุณไข่มุกมีลักษณะร่าเริง มีอัธยาศัย และเป็นกันเอง ให้สัมภาษณ์อย่างเปิดเผยและตรงไปตรงมา การสัมภาษณ์คุณไข่มุกเป็นการสัมภาษณ์ผ่านโปรแกรม Skype เนื่องจากคุณไข่มุกอาศัยอยู่ในประเทศนอร์เวย์ โดยคุณไข่มุกได้ให้สัมภาษณ์ในห้องพักส่วนตัว เมื่อถามถึงเหตุผลและเป้าหมายการเข้าเรียนระดับปริญญาเอก คุณไข่มุกเล่าว่าสืบเนื่องมาจากพบเจอความเป็นจริงในการทำงานในสายงานวิชาของตัวเองที่ไม่สวยงามอย่างที่คิดไว้ ทำให้รู้สึกเบื่อหน่ายกับการทำงาน จึงตัดสินใจจะกลับเข้าสู่การทำงานวิจัยในหัวข้อที่ตน สนใจอย่างเต็มที่ คุณไข่มุกหวังจะสร้างผลงานที่มีคุณภาพในวงการวิชาสาขานั้น

คุณไข่มุกเล่าถึงการเรียนปริญญาเอกในช่วงแรกที่คุณรู้สึกมีความสุขในการทำงานและการใช้ชีวิต แต่เมื่อเวลาผ่านไป คุณไข่มุกพบว่าเธอต้องเจองานในเงื่อนไขหลักสูตรที่มีปริมาณมากขึ้นเรื่อย ๆ ทำให้การดำเนินชีวิตไม่เหมือนเดิม เพราะคุณไข่มุกต้องสละเวลาที่เคยเป็นเวลาส่วนตัวมาทำงาน คุณไข่มุกรับรู้ว่าคุณเกิดความรู้สึกเครียดในการประสานงานให้เสร็จทันเวลา จนกระทั่งนำไปสู่ภาวะนอนละเมอ ซึ่งทำให้คุณไข่มุกนอนหลับพักผ่อนไม่ได้เพียงพอและส่งผลให้ไม่สามารถทำงานวิทยานิพนธ์ได้อย่างเต็มที่จึงต้องเลื่อนเวลาการจบการศึกษาออกไป ในช่วงเวลาที่เกิดภาวะนอนละเมอ คุณไข่มุกมีความพยายามในการก้าวผ่านอาการเจ็บป่วยนี้โดยการปรึกษาผู้เชี่ยวชาญและการหาข้อมูลด้วยตนเองจนในที่สุดคุณไข่มุกก็หายเป็นปกติและสามารถกลับมาทำงานวิทยานิพนธ์ต่อจนเสร็จด้วยดี ในส่วนของการทำงานกับอาจารย์ที่ปรึกษาเป็นไปได้ด้วยดี คุณไข่มุกมองว่าอาจารย์ ใจดี ให้อิสระและเป็นเหตุเป็นผล แม้ว่าอาจจะมีความแตกต่างด้านแนวทางการทำงานที่อาจารย์ที่ปรึกษามีการแบ่งเวลาวันทำงานและ

วันหยุดอย่างชัดเจน ส่วนครอบครัว คุณไม่มารับรู้ว่าครอบครัวเข้าใจที่คุณไม่หยุดพยายามทำผลงานให้เสร็จทันเวลาจึงไม่มีการถามเชิงกดดันให้คุณไม่มารับเรียนให้จบ

เมื่อผ่านกระบวนการทำวิทยานิพนธ์คุณไม่มารับรู้ว่าสิ่งที่ตนได้ทำนั้นอันที่จริงเป็นเพียงส่วนหนึ่งในวงการ งานที่ว่าสมบูรณ์แบบก็ยังสามารถปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้นต่อไปได้

*ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 5* คุณเนย (นามสมมติ) อายุ 36 ปี เพศหญิง จบการศึกษาระดับปริญญาเอก สาขาวิชา Chemical science จากมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในประเทศสหรัฐอเมริกา ปัจจุบันประกอบอาชีพเป็นอาจารย์มหาวิทยาลัย คุณเนยใช้เวลา 5 ปีครึ่ง ในการจบการศึกษาระดับปริญญาเอก คุณเนยมีลักษณะสุขุม เป็นมิตร ให้สัมภาษณ์อย่างตรงไปตรงมา ตรงประเด็น และเป็นกันเอง การสัมภาษณ์คุณเนยเป็นการสัมภาษณ์แบบพบหน้าที่ห้องทำงานส่วนตัวของคุณเนย คุณเนยได้รับทุนเรียนต่อในระดับปริญญาเอกช่วงเรียนจบปริญญาตรี ก่อปรชวงนั้นคุณเนยไม่มีงานใตอยากทำเป็นพิเศษ คุณเนยจึงตัดสินใจเข้าเรียนต่อในระดับปริญญาเอกซึ่งเป็นหลักสูตรโทควบเอก

คุณเนยเล่าถึงการทำงานวิจัยในช่วงทำวิทยานิพนธ์ซึ่งใช้เวลาในการทบทวนพอสมควรเพื่อหาหัวข้องานวิจัยสำหรับการทำวิทยานิพนธ์ที่เหมาะสมกับระดับปริญญาเอก ในหลายครั้งคุณเนยพบปัญหาในการทดลองอยู่เสมอจึงทำให้ต้องมีการคิดแก้ปัญหาและการเปลี่ยนแปลงการทำวิจัยใหม่ ในช่วงเวลาที่เรียนในระดับปริญญาเอก บางครั้งคุณเนยก็รู้สึกไม่มั่นใจในความสามารถของตัวเองและท้อแท้ในการแก้ปัญหาแล้วผลไม่ได้ดังหวัง แต่กระนั้นคุณเนยก็พยายามแก้ไขปัญหาค่อยไปด้วยหากไม่ทำงานให้สำเร็จก็ไม่สามารถจบการศึกษาได้ ทำให้คุณเนยพยายามคิดแผนตั้งเป้าหมายในการทำงานและทำอย่างเต็มที่อยู่เสมอ สำหรับคุณเนย อาจารย์ที่ปรึกษามีส่วนในการให้คำปรึกษาเรื่องวิทยานิพนธ์และเป็นผู้ดูแลกลุ่มทำโครงการวิจัยที่สำคัญ ส่วนเพื่อนในชีวิตของคุณเนยมีอยู่ 2 กลุ่ม คือเพื่อนที่ทำงานด้วยกันในห้องปฏิบัติการซึ่งช่วยเหลือกันด้านการทำงาน และเพื่อนที่อยู่นอกสาขาซึ่งอาจเป็นบุคคลที่คอยรับฟังความทุกข์ใจที่เกิดขึ้นในการทำงานของคุณเนย

คุณเนยมองว่าการผ่านกระบวนการทำวิทยานิพนธ์ทำให้คุณเนยได้เรียนรู้แนวทางสำหรับการเรียนรู้สิ่งใหม่ว่าจะทำอย่างไรจึงจะสามารถรู้สิ่งที่ตนต้องการศึกษาได้

*ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 6* คุณป๋อง (นามสมมติ) อายุ 37 ปี เพศชาย จบการศึกษาระดับปริญญาเอก สาขาวิชา Physics จากมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในประเทศสหรัฐอเมริกา ปัจจุบันประกอบอาชีพเป็นอาจารย์มหาวิทยาลัย คุณป๋องใช้เวลา 5 ปีในการจบการศึกษาระดับปริญญาเอก คุณป๋องมีลักษณะเป็นกันเองและมีอัธยาศัย ให้สัมภาษณ์อย่างกระตือรือร้นและมีความมั่นใจ การสัมภาษณ์คุณป๋องเป็นการสัมภาษณ์แบบพบหน้าที่ห้องทำงานส่วนตัวของคุณป๋อง คุณป๋องได้เข้าเรียนต่อในระดับปริญญาเอกด้วยมีหัวข้องานวิจัยที่คุณป๋องสนใจอยากทำ

คุณป๋องได้เล่าถึงชีวิตการเรียนและการทำงานวิจัยในระดับปริญญาเอกเป็นไปอย่างเรื่อย ๆ คุณป๋องมองว่าด้วยปัจจัยหลายอย่างมีส่วนร่วมทำให้การทำงานวิทยานิพนธ์ของคุณป๋องผ่านไปได้อย่างราบรื่น อาทิเช่น สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยที่มีความสะดวกสบายในการเดินทาง ลักษณะงานวิจัยที่เน้นไปทางคิดวิเคราะห์ซึ่งสามารถทำที่ไหนก็ได้หากต้องการเปลี่ยนบรรยากาศความสัมพันธ์ระหว่างคุณป๋องกับอาจารย์ที่ปรึกษาซึ่งเป็นผู้คอยให้คำปรึกษาแนวทางการทำวิทยานิพนธ์และการดูแลสุขภาพตัวเองอย่างเป็นกันเอง ความสัมพันธ์ระหว่างคุณป๋องกับเพื่อนในกลุ่มวิจัยซึ่งเป็นกลุ่มที่สามารถคุยแลกเปลี่ยนความรู้ได้นอกเหนือจากเรื่องการวิจัย ทำให้ช่วงเวลาที่คูป๋องทำงานวิทยานิพนธ์ คุณป๋องรู้สึกมีอิสระในการทำงานออกมาให้ดีที่สุด และสนุกกับการค้นพบสิ่งใหม่ แม้อาจจะเจอความผิดพลาดที่เกิดขึ้นในการทดลอง แต่คุณป๋องก็มองเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้ในการทำงานสายวิทยาศาสตร์ และไม่รู้สึกริษียดนานกับปัญหาที่เกิดขึ้น

เมื่อผ่านกระบวนการทำวิทยานิพนธ์ คุณป๋องได้เรียนรู้ว่า ความผิดพลาดเกิดขึ้นได้เสมอและการไม่รู้ก็ไม่ใช่สิ่งที่เลวร้าย รวมถึงการตระหนักถึงการดูแลรักษาสุขภาพของตนเอง

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 7 คุณอายุ (นามสมมติ) อายุประมาณ 40 ปี เพศหญิง จบการศึกษาระดับปริญญาเอกสาขาวิชา Material science จากมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในประเทศสหรัฐอเมริกา ปัจจุบันประกอบอาชีพเป็นนักวิจัย คุณอายุใช้เวลาประมาณ 6 ปีในการจบการศึกษาระดับปริญญาเอก คุณอายุมีลักษณะเป็นกันเอง เรียบร้อย ให้สัมภาษณ์อย่างเปิดเผยและตรงไปตรงมา การสัมภาษณ์คุณอายุเป็นการสัมภาษณ์แบบพบหน้าที่บ้านคาเฟ่แห่งหนึ่งซึ่งเป็นร้านประจำของคุณอายุ คุณอายุได้รับทุนการศึกษาระดับปริญญาตรีจนถึงปริญญาเอกตั้งแต่สมัยเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จึงเป็นเหตุผลให้คุณอายุเข้าเรียนในระดับปริญญาเอก

คุณอายุเล่าถึงชีวิตก่อนการเข้าเรียนสมัยปริญญาเอก คุณอายุเลือกที่จะเปลี่ยนที่เรียนจากมหาวิทยาลัยเดิมที่เรียนสมัยปริญญาตรีมาอีกมหาลัยหนึ่งตามคำแนะนำของเพื่อนนักศึกษาที่ให้ลองไปสำรวจในสภาพแวดล้อมใหม่เพื่อให้ได้มีทักษะการปรับตัวที่ดีขึ้น กอปรปัจจัยด้านอาจารย์ที่ปรึกษาและความเข้าถึงได้ของเมืองมหาวิทยาลัยที่เป็นที่เรียนระดับปริญญาเอก ณ ตอนนั้น คุณอายุจึงตัดสินใจไปศึกษาต่อมหาลัยแห่งนี้ เมื่อเข้าสู่การเรียนในระดับปริญญาโทและเอก คุณอายุพบว่า คุณอายุจะต้องกะตือรือร้นขวนขวายทั้งการเรียนและการทำงาน เนื่องจากสภาพแวดล้อมที่รายล้อมไปด้วยคนเก่ง และมีงานประชุมหรือกิจกรรมมากมายจากหลักสูตร ดังนั้นคุณอายุจึงต้องพยายามหาความรู้ทั้งด้านวิชาการและความรู้ด้านวิจัยจากเพื่อน อาจารย์ หรือผู้เชี่ยวชาญที่อยู่รอบข้างให้ได้มากที่สุดเพื่อที่จะทำงานที่มีคุณภาพมากที่สุด และคุณอายุจะต้องพยายามบริหารตารางเวลาในการทำงานอยู่เสมอ สำหรับการทำงานวิทยานิพนธ์ คุณอายุมีอาจารย์ที่ปรึกษา 2 คนซึ่งมาจากคนละสาขาวิชาแต่มีโครงการวิจัยร่วมกัน คุณอายุจึงต้องพยายามนำแนวคิดของอาจารย์ทั้งสองมาปรับ

สมดุลเพื่อให้เกิดผลประโยชน์กับงานวิจัยของคุณอายุมากที่สุด คุณอายุแล้วถึงการเกิดปัญหาเครื่องมือวิจัย คุณอายุต้องใช้เวลาหาวิธีแก้ปัญหายู่นานจนรู้สึกเกือบหมดหวังจนสุดท้ายคุณอายุก็หาทางแก้ปัญหาคได้ ในชีวิตการทำงานวิทยานิพนธ์ คุณอายุรับรู้ว่าเป็นกลุ่มที่สามารถพูดคุยได้ทุกเรื่อง อาจารย์ที่ปรึกษาเป็นผู้ที่เป็นตัวอย่างในการพัฒนาตนเอง และผู้เชี่ยวชาญที่มีประสบการณ์เป็นที่ปรึกษาที่ดีหากเราต้องการจะรู้สิ่งที่ได้ที่เราไม่รู้แล้วนำมาปรับใช้กับงานของตนเองให้ดียิ่งขึ้น

เมื่อผ่านช่วงกระบวนการทำวิทยานิพนธ์ คุณอายุตระหนักว่าตนได้ผ่านความยากลำบากซึ่งเป็นบททดสอบพิสูจน์ความตั้งใจของตนเอง ซึ่งมีคุณค่าต่อจิตใจของคุณอายุ ทำให้คุณอายุรู้สึกตนเองมีความมั่นใจในตนเองมากขึ้นในการทำงานกับสิ่งต่าง ๆ อีกทั้งคุณอายุได้มุมมองการมองโลกที่มากขึ้นจากการได้ใช้ชีวิตกับเพื่อนที่มีความหลากหลายทางประสบการณ์ชีวิต

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 8 คุณเพ็ญ (นามสมมติ) อายุ 34 ปี เพศหญิง จบการศึกษาระดับปริญญาเอกสาขาวิชา Physics จากมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในประเทศสหรัฐอเมริกา ปัจจุบันประกอบอาชีพเป็นอาจารย์มหาวิทยาลัย คุณเพ็ญใช้เวลา 6 ปีในการจบการศึกษาระดับปริญญาเอก คุณเพ็ญมีลักษณะเป็นกันเอง คล่องแคล่ว พูดจาฉะฉาน ให้สัมภาษณ์อย่างมั่นใจและตรงไปตรงมา การสัมภาษณ์คุณเพ็ญเป็นการสัมภาษณ์แบบพบหน้าที่ห้องทำงานส่วนตัวของคุณเพ็ญ คุณเพ็ญได้รับทุนการศึกษาเรียนต่อระดับปริญญาตรีจนถึงระดับปริญญาเอก จึงเป็นสาเหตุทำให้คุณเพ็ญเข้าเรียนต่อระดับปริญญาเอก ในส่วนสาขาวิชา คุณเพ็ญเลือกจากความถนัด ความสนใจ และปัจจัยความพร้อมของกลุ่มวิจัย

คุณเพ็ญเล่าถึงชีวิตตั้งแต่เริ่มเข้าเรียนระดับปริญญาเอก สอบวัดคุณสมบัติ ทำงานวิจัย และเขียนวิทยานิพนธ์ นอกจากชีวิตที่เต็มไปด้วยความสนุกสนานในการทำงานวิจัยและใช้ชีวิตอยู่กับผู้คนแล้ว คุณเพ็ญได้ผ่านความยากลำบากหลายรูปแบบ ตั้งแต่การทำทนายตัวเองในการเป็นผู้ช่วยสอนนักศึกษาที่เป็นหน้าที่ที่คุณเพ็ญไม่ได้ตั้งใจอยากทำและรู้สึกตนเองไม่มีความถนัดด้านการสอน การเปลี่ยนอาจารย์ที่ปรึกษากลุ่มวิจัยเนื่องจากเกิดปัญหาความเข้าใจผิดกันเรื่องการขาดเข้าทำงานในห้องปฏิบัติการในช่วงคุณเพ็ญสอบวัดคุณสมบัติ จึงทำให้คุณเพ็ญได้ไปอยู่ในกลุ่มวิจัยที่มีอาจารย์ที่ปรึกษาซึ่งศึกษาสิ่งที่คุณเพ็ญสนใจ การทำงานห้องปฏิบัติการที่ต้องเจอปัญหาเกี่ยวกับเครื่องมือและผู้คนให้คุณเพ็ญต้องแก้ไขปัญหาและหาทางพัฒนาระบบที่ดีขึ้นอยู่เสมอ การเขียนวิทยานิพนธ์ให้ทันตามกำหนดเวลาจนทำให้คุณเพ็ญรู้สึกเครียดและเหนื่อย มีปัญหากับครอบครัวที่ประเทศไทยช่วงที่ทำวิทยานิพนธ์ คุณเพ็ญตระหนักว่าตนเป็นคนที่ตั้งใจทำงาน พยายามให้การทำงานทุกประเภทที่ตนได้รับมอบหมายจึงทำให้ตนเองทำทุกอย่างอย่างสุดความสามารถ เมื่อเผชิญกับปัญหาเรื่องงาน คุณเพ็ญจะพยายามทำความเข้าใจ คิดแก้ปัญหาหาทางให้ออกมาดีที่สุด และเรียนรู้ข้อผิดพลาดนำไปปรับปรุงแก้ไขพัฒนา ทั้งนี้คุณเพ็ญตระหนักถึงความสำคัญของบุคคลรอบข้างที่เป็นผู้สนับสนุนคุณเพ็ญ อาทิเช่น คน



รักของคุณเพ็ญที่คอยช่วยเหลือความเป็นอยู่ในช่วงที่คุณเพ็ญเขียนงานวิทยานิพนธ์ เพื่อนของคุณเพ็ญที่คอยรับฟังความทุกข์ใจและใช้เวลาผ่อนคลายร่วมกัน อาจารย์ที่ปรึกษาเป็นผู้ให้คำปรึกษาแนวทางการทำวิทยานิพนธ์

หลังจากการผ่านกระบวนการทำวิทยานิพนธ์ คุณเพ็ญได้ตระหนักว่าตนมีความคิดที่เปลี่ยนไปในเรื่องความสามารถการสอนของตน และการได้ลองทำหัวข้อวิจัยที่อาจจะไม่ได้คาดคิด ทั้งนี้คุณเพ็ญมองว่าสิ่งที่ได้จากการเรียนปริญญาเอกนั้นเป็นพื้นฐานของระบบการคิดที่สามารถนำไปประยุกต์ศึกษาในสิ่งต่าง ๆ ได้ แม้แต่ในสิ่งที่ไม่ใช่เป็นความเชี่ยวชาญของตน แต่เป็นสิ่งที่สังคมกำลังเป็นที่สนใจ

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 9 คุณชั้น (นามสมมติ) อายุ 33 ปี เพศชาย จบการศึกษาระดับปริญญาเอกสาขาวิชา Physics จากมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในประเทศสหรัฐอเมริกา ปัจจุบันประกอบอาชีพเป็นผู้บริหารในองค์กรแห่งหนึ่งที่เกี่ยวข้องกับวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี คุณชั้นใช้เวลา 6 ปีในการจบการศึกษาระดับปริญญาเอก คุณชั้นมีลักษณะสุขุม มีอัธยาศัย ให้สัมภาษณ์อย่างตรงไปตรงมา การสัมภาษณ์คุณชั้นเป็นการสัมภาษณ์ผ่านโปรแกรม skype เนื่องจากคุณชั้นมีตารางงานที่ค่อนข้างแน่น จึงอาจปลีกตัวให้สัมภาษณ์ค่อนข้างยาก ดังนั้นคุณชั้นจึงให้สัมภาษณ์ผ่านโปรแกรม คุณชั้นได้รับทุนการศึกษาเรียนต่อระดับปริญญาตรีจนถึงระดับปริญญาเอก จึงเป็นสาเหตุทำให้คุณชั้นเข้าเรียนต่อระดับปริญญาเอก

คุณชั้นเล่าถึงงานวิทยานิพนธ์ของคุณชั้นนั้นอิงจากงานวิจัยที่กลุ่มวิจัยของคุณชั้นทำตามโจทย์ของบริษัทต่าง ๆ โดยอาจารย์ที่ปรึกษาเป็นผู้ประสานงาน ทั้งนี้แต่เดิมคุณชั้นไม่ได้อยู่กับกลุ่มวิจัยนี้ตั้งแต่ต้น แต่คุณชั้นเปลี่ยนกลุ่มวิจัยมาแล้วถึง 3 ครั้ง ด้วยเหตุปัจจัยที่ไม่เอื้ออำนวย ทั้งอาจารย์ประจำกลุ่มวิจัยไม่ได้ให้เข้าห้องปฏิบัติการสม่ำเสมอ อาจารย์ประจำกลุ่มวิจัยลาออกจากมหาวิทยาลัย และการทำงานที่ไม่ใช่งานที่ตกลงกันไว้ ทำให้คุณชั้นเกิดความเครียดเพราะติดปัญหาการเปลี่ยนกลุ่มบ่อย รู้สึกว่าตนเองไปได้ช้ากว่าเมื่อเทียบกับนักศึกษาระดับปริญญาเอกคนอื่น ๆ คุณชั้นได้กล่าวถึงปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการจบการศึกษาซึ่งส่งผลต่อความเครียดในการทำงานกลุ่มวิจัย อาทิเช่น ความใส่ใจของอาจารย์ที่ปรึกษา เงินทุนสนับสนุนงานวิจัยที่ไม่ขาดตกบกพร่อง กลุ่มวิจัยที่มีบรรยากาศช่วยเหลือกัน และตัวของคุณชั้นเองที่ต้องมีจิตใจที่มั่นคง ซึ่งคุณชั้นกล่าวว่าการทำใจเพื่อตั้งใจเริ่มเขียนวิทยานิพนธ์เป็นสิ่งที่ยากสำหรับคุณชั้น เนื่องจากคุณชั้นรับรู้ว่าตนไม่ถนัดงานเขียนที่เป็นการรวบรวมผลการวิจัยที่ตนเองเจอ ทำให้คุณชั้นพยายามหลีกเลี่ยงการเขียนวิทยานิพนธ์จนไปถึงช่วงที่ไม่สามารถห็นกำหนดการณการเขียนได้ ด้วยความช่วยเหลือของอาจารย์ที่ปรึกษาที่ให้คำแนะนำด้านการเขียนและคุณชั้นพยายามเขียนส่งไปตามกำลังของตน ทำให้คุณชั้นเริ่มเข้าใจและสนุกกับการเขียนวิทยานิพนธ์มากขึ้น ในส่วนของเพื่อนเป็นส่วนสนับสนุนด้านการทำงาน ส่วนครอบครัวและแฟนเป็นส่วนสนับสนุนด้านจิตใจ

หลังจากผ่านกระบวนการทำวิทยานิพนธ์ คุณชันตระหนักว่าตัวเองมีความรับผิดชอบมากขึ้น ความสามารถด้านวิชาการเพิ่มขึ้น สามารถจัดการใจตัวเองให้สงบมากขึ้นเมื่อเจอสิ่งที่ไม่เป็นดั่งใจ ทั้งนี้คุณชันได้เรียนรู้ในการนำหลักแนวคิดที่ได้จากการเรียนในระดับปริญญาเอกไปประยุกต์ใช้กับการทำงานในปัจจุบัน

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 10 คุณยู (นามสมมติ) อายุ 37 ปี เพศชาย จบการศึกษาระดับปริญญาเอก สาขาวิชา Physics จากมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในประเทศสหรัฐอเมริกา ปัจจุบันประกอบอาชีพเป็น อาจารย์มหาวิทยาลัย คุณยูใช้เวลา 6 ปีในการจบการศึกษาระดับปริญญาเอก คุณยูมีลักษณะเป็นกันเอง มีอัธยาศัย ให้สัมภาษณ์อย่างตรงไปตรงมาและตรงประเด็น การสัมภาษณ์คุณยูเป็นการสัมภาษณ์แบบพบหน้าที่ห้องทำงานส่วนตัวของคุณยู คุณยูได้รับทุนการศึกษาเรียนต่อระดับปริญญาตรีจนถึงระดับปริญญาเอก จึงเป็นสาเหตุทำให้คุณยูเข้าเรียนต่อระดับปริญญาเอก

คุณยูเล่าถึงชีวิตในการเรียนและการทำงานวิจัยระดับปริญญาเอก ซึ่งสำหรับคุณยูเป็นชีวิตที่มีความสุขและสนุกมาก เพราะรายล้อมไปด้วยเพื่อนที่ทำงานวิจัยร่วมกันในหัวข้อที่กำลังเป็นที่สนใจในวงการ ณ ขณะนั้น และมีเพื่อนที่ทำกิจกรรมสังสรรค์ร่วมกัน คุณยูจึงรู้สึกได้รับการผ่อนคลายด้วยการใช้เวลาอยู่กับกลุ่มเพื่อนจากการทำงาน ทั้งนี้สำหรับการทำงานวิจัย คุณยูสามารถใช้เวลาได้อย่างอิสระในการศึกษาหาความรู้ โดยมีอาจารย์ที่ปรึกษาเป็นผู้ที่พร้อมให้คำปรึกษาและหาคำตอบในทุกคำถามไปด้วยกันกับคุณยูเสมอ คุณยูจึงไม่ได้รู้สึกกดดันกับการทำงานวิจัยนัก แต่อาจมีช่วงแรกๆ ที่ทำงานวิจัยที่คุณยูรู้สึกไม่มั่นใจว่าตนเองจะมีความสามารถในการทำงานวิจัยในหัวข้อที่ใหม่ได้หรือไม่ กระนั้นคุณยูก็มีความมั่นใจว่าคุณยูสามารถจบการศึกษาได้ ทั้งนี้ความยากลำบากหนึ่งที่คุณยูได้พบเจอคือ การเลิกรากับแฟนเก่าทำให้คุณยูพยายามหาทางระบายความรู้สึกเศร้า จนสุดท้ายคุณยูเปลี่ยนจุดสนใจจากการเลิกรากับแฟนเก่าไปทุ่มเทกับงานวิจัยมากขึ้น ทำให้ได้งานวิจัยและงานวิทยานิพนธ์ออกมา

เมื่อผ่านกระบวนการทำวิทยานิพนธ์ คุณยูรับรู้ว่าคุณชันพัฒนาขึ้นในด้านการมีวิจารณญาณในเรื่องมุมมองทางวิจัยที่กว้างมากขึ้น มองอะไรรอบด้านมากขึ้น

## ส่วนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลประเด็นหลัก

ส่วนนี้เป็นผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้ให้ข้อมูลทั้งหมด 10 คนแล้ว ซึ่งสามารถสรุปได้เป็นประเด็นหลักทั้งหมด 4 ประเด็น ดังนี้

### 1. ความยากลำบากในการทำวิทยานิพนธ์

เมื่อผู้ให้ข้อมูลได้กลายมาเป็นนักเรียนระดับปริญญาเอก และเริ่มเข้าสู่กระบวนการทำวิทยานิพนธ์ ในระหว่างกระบวนการ ผู้ให้ข้อมูลก็ต้องเผชิญปัญหา อุปสรรค หรือสิ่งที่เกิดขึ้นที่ทำให้กระบวนการทำวิทยานิพนธ์ไม่เป็นไปอย่างราบรื่น ไม่ทำให้การทำงานเป็นไปอย่างโดยง่าย เกิดเป็นความยากลำบากในการทำวิทยานิพนธ์ ซึ่งความยากลำบากในการทำวิทยานิพนธ์ที่ผู้ให้ข้อมูลต้องเผชิญนั้นมีกระบวนการวิจัยไม่เป็นไปตามแผนที่คิดไว้ และความพยายามในการทำตามเงื่อนไขการจบ

1.1. กระบวนการวิจัยไม่เป็นไปตามแผนที่วางไว้ เมื่อผู้ให้ข้อมูลได้ดำเนินการกระบวนการทำวิจัยเพื่อเก็บข้อมูลวิจัยสำหรับวิทยานิพนธ์ ในระหว่างกระบวนการทำวิจัยหรือกระบวนการทดลอง ผู้ให้ข้อมูลพบปัญหาหรืออุปสรรคที่ทำให้การทำการวิจัยเกิดการติดขัดและไม่ราบรื่นเหมือนกระบวนการวิจัยที่ผู้ให้ข้อมูลวางแผนไว้สำหรับการทำวิทยานิพนธ์ โดยลักษณะของกระบวนการวิจัยไม่เป็นไปตามแผนที่วางไว้ที่ผู้ให้ข้อมูลเผชิญ คือ ผลลัพธ์ไม่เป็นไปตามแผนการวิจัย และความไม่แน่นอนในกระบวนการวิจัย

1.1.1. ผลที่ได้ไม่เป็นไปตามแผนการวิจัย ผู้ให้ข้อมูลได้มีกระบวนการวางแผนสำหรับการทำวิจัยโดยคิดสมมติฐานการวิจัย วิธีการวิจัย เครื่องมือสำหรับการวิจัย และแหล่งในการหาข้อมูลวิจัย โดยคาดหวังว่าแผนที่ตนคิดน่าจะเป็นแผนการทำวิจัยที่สามารถทำให้ผู้ให้ข้อมูลหาคำตอบของการวิจัยและวิทยานิพนธ์ของตนได้ แต่เมื่อผู้ให้ข้อมูลได้ลงมือปฏิบัติตามแผน ปรากฏว่า ผลที่ออกมาไม่เป็นไปตามแผนการวิจัย โดยอาจพบว่า ผลการทดลองไม่เป็นไปตามสมมติฐาน หรือกระบวนการทดลองมีปัญหา ทำให้ผู้ให้ข้อมูลไม่สามารถได้มาซึ่งผลการทดลองที่ตนคาดหวังได้ และผู้ให้ข้อมูลต้องเสียเวลาคิดแผนใหม่

“...เราไม่รู้ว่าเราจะทำได้มัย้ ตอนแรกที่เราคิดมา เราก็คิดว่ามันทำได้แหละ แต่ว่าทำไปสักพัก มันก็อาจจะทำไม่ได้...” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่1)

“หลัก ๆ คือมันไม่ได้ work ในครั้งแรกอะนะ มันก็เลยเหมือนต้องกลับมาต้อง re-plan อีกรอบหนึ่งว่าเราจะไปในทิศทางไหนซึ่งแล้วมันก็จะมิจุดที่

เหมือนทำไปถึงจุดหนึ่งแล้วรู้สึกว่าการ research part นั้นมันอาจจะไม่ควรจะไปต่อในทิศทางเนี่ย ก็ต้องกลับมาแล้วเหมือนกับเปลี่ยน คือของอาจารย์จริง ๆ เปลี่ยน material ตัวที่ศึกษาเลยด้วย” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 5)

“แล้วก็เหมือนทำไปเองเรื่อย ๆ แล้วคนอื่นเค้าทำ เค้าใช้วิธีนี้แต่เค้าก็ไม่เคยบอกเราว่าทำไมเค้าใช้วิธีนี้ เหมือนคนที่ทำมาก่อน เค้าก็จำ ๆ กันมาด้วย ไม่ได้บอกว่า ...แต่ไม่ได้บอกว่าเพราะอะไร ทำไมมันถึงดี ทำไมมันถึง work เค้าก็บอกเค้าก็สอนมาให้ทำอย่างนี้ ๆ แต่กลายเป็นว่าพอเราเอาวิธีเค้ามาใช้แล้วมันไม่ work กับของเรา” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 8)

“คือบางครั้งเราเจอปัญหา เราก็เลยบอกว่า เราอยากจะอธิบายปัญหานี้ เราอยากจะเข้าใจ อยากจะแก้ แต่เราก็จะมีทฤษฎีขึ้นมาเพื่อเราจะแก้ปัญหานี้ได้ คำว่าแก้ปัญหา เช่น มีปรากฏการณ์ธรรมชาติที่ทฤษฎีปัจจุบันมันอธิบายยังไม่ได้อยู่ เราก็ อ้อ เรามาลองปรับทฤษฎี คิดทฤษฎีนี้ขึ้นมา สมมติทฤษฎีที่เราคิดขึ้นมามันอธิบายปัญหานี้ได้ เราก็จะมีช่วงที่เรารู้สึกโอเคอยู่พักนึง จนกระทั่งพบว่าไอ้ทฤษฎีที่เราคิดขึ้นมาเนี่ยมันดันไปขัดกับการทดลองอันอื่นที่มันมีอยู่แล้ว เพราะว่ามันอธิบายปัญหาหนึ่งมันไม่พอใช้ปะ มันต้องไม่ไปขัดกับเรื่องอื่นด้วยอะไรอย่างเนี่ย เออไม่ work วะ ก็เลิกทำไปทำอย่างอื่น...” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 6)

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

1.1.2. ความไม่แน่นอนในกระบวนการวิจัย ผู้ให้ข้อมูลเผชิญเหตุการณ์ที่ส่งผลกระทบต่อกระบวนการทำวิทยานิพนธ์โดยไม่คาดคิด ซึ่งทำให้ผู้ให้ข้อมูลรู้สึกคาดการณ์ไม่ได้ อย่างแม่นยำถึงช่วงเวลาที่将会เกิดเหตุการณ์ไม่คาดคิดดังกล่าวที่ทำให้การดำเนินการวิจัยอาจไม่เป็นไปอย่างราบรื่น โดยความไม่แน่นอนในกระบวนการวิจัย จะมี การคาดการณ์ไม่ได้ว่าจะเกิดปัญหาเมื่อไร และการคาดการณ์ไม่ได้ว่าจะแก้ปัญหาได้เมื่อไร

1.1.2.1. การคาดการณ์ไม่ได้ว่าจะเกิดปัญหาเมื่อไร ผู้ให้ข้อมูลไม่สามารถคาดการณ์ได้ว่าในระหว่างกระบวนการวิจัยจะเกิดปัญหาอะไรขึ้นในช่วงเวลาไหน ในอีกแง่คือปัญหาการวิจัยสามารถเกิดขึ้นได้ตลอดเวลา

“รูปแบบของความกดดันของคนเรียนปริญญาเอก คือ ความ unstable คือแบบเราไม่รู้ว่า เฮ้ยมันจะเกิดอะไรขึ้นวะเดือนหน้า แล้วมันก็จะเป็นอย่างนี้ไปเรื่อย ๆ เป็นตลอดเวลาของการเรียนปริญญาเอกอะครับ” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่1)

“คือโดยช่วงที่ค่อนข้างว่างหรือขยัน ไม่แน่ใจ ก็จะมี project 4- 5 project ที่ทำพร้อมกัน ซึ่งมันก็จะมี project ที่ work และไม่ work พอสุดท้าย 5 project ก็อาจจะเหลือ 3 project ที่มันใช้ได้ อีก 2 project เราอาจจะพบว่า เฮ้ยทำมา 6 เดือนผ่านมา ใช้ไม่ได้ ก็มีแบบพกแผนสำรองไว้” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่6)

“...เพราะว่าทุกอย่างที่ก่อนที่เราจะเริ่มวิจัย มันเป็นไอเดีย มันเป็นสิ่งที่เราคาดว่ามันจะเป็น แต่ว่าสุดท้ายแล้วมันไม่ได้แปลว่ามันจะเป็นอย่างนั้นจริง ๆ จำได้ว่ามีคนเคยบอกว่า อยุ่การทดลองที่ทำ ๆ กันอย่างเนี้ย ถ้าเกิดใครตอนแรก plan กันเอาไว้ว่าจะทำระยะเวลาเท่าไร ในความเป็นจริงอะ ให้คูณสองแล้วเพิ่ม order of magnitude หมายถึงว่า ถ้าเราคิดจะทำ 1 วัน คูณสอง เป็น 2 วัน แล้วเพิ่มจาก 1 อะ กลายเป็น 10 คือทำจริง 20 วัน เพราะงั้นอะไรที่มันยาวกว่านั้น มันก็จะแยกว่านั้นอีก” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่5)

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

1.1.2.2. การคาดการณ์ไม่ได้ว่าจะแก้ปัญหาได้เมื่อไร ผู้ให้ข้อมูลไม่สามารถคาดการณ์ได้แม้ว่าจะใช้เวลาในการแก้ไขปัญหาเท่าไรจึงจะสามารถคลี่คลายปัญหาที่เกิดขึ้นในกระบวนการวิจัยได้

“แล้วตัวเครื่องมือเองก็ จริงๆค่อนข้างใช้เวลาทำกับเครื่องมือไปเยอะพอสมควร เพราะว่า เหมือนโดยเฉพาะการที่เราเริ่มทำเอง เราเหมือนกับ set up เราไม่รู้ว่าแบบไหนมันจะดีที่สุด เพราะฉะนั้นมันก็คือเป็นการทำ tryout and error ประมาณนึงว่าทำเสร็จอันนี้ยังไม่ได้ เรากลับมาทำใหม่ แล้วลองอีกรอบ ซ้ำไป ซ้ำมา อันนั้นเพื่อให้ได้ experimental set-up ที่โอเค แล้วหลังจากนั้นถึงจะเริ่มทำการทดลองจริง ๆ” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่5)

“...มันเป็นปัญหาคือ การทดลองอะเราไม่รู้หรือ ปัญหามันจุกจิก เต็มไปหมด คือมันเกิดได้ทุก step อะ ก็ต้องพยายามหาวิธีว่า เอ้ย ปัญหามันเป็นตรงไหน แล้วเราจะแก้มันยังไง มันก็ใช้เวลาอยู่สักพัก แล้วบางทีเส้นผมบังภูเขา ปัญหาเล็กน้อยอะ แต่เราจมมันอยู่ตั้งหลายเดือน เกือบปีอย่างเงี้ย แต่พอแก้แล้ว ถูกจุดแล้วก็ โอเครอดตลอด แต่เดี๋ยวก็มีปัญหาใหม่มาอีก...” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่8)

“มารู้ก็ตอนประมาณปีที่ 4 ตอนที่ผลการทดลองมันเริ่มสำเร็จ แล้วมันเห็น direction ว่า เราจะทำอะไรต่อไป แล้วเราผ่านอะไรมา” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่1)

1.2. ความพยายามในการทำตามเงื่อนไขการจบ เมื่อเข้าสู่การเรียนในหลักสูตรระดับปริญญาเอก ผู้ให้ข้อมูลจะต้องทำตามเงื่อนไขของหลักสูตรเพื่อสำเร็จการศึกษา แต่ทั้งนี้ ลักษณะของเงื่อนไขการจบของหลักสูตรที่ผู้ให้ข้อมูลต้องเผชิญนั้นมีลักษณะที่ทำให้ นักศึกษาปริญญาเอกต้องใช้ความสามารถและความพยายามในการคลี่คลายสิ่งที่เป็นเงื่อนไขสำหรับการจบการศึกษาให้เสร็จลุล่วงได้ โดยความพยายามที่ผู้ให้ข้อมูลต้องพบ เป็นการพยายามทำให้จบตามเวลา การพยายามทำตามลักษณะวิทยานิพนธ์ที่ควรจะเป็น และการพยายามติดต่อประสานงานผู้คนที่เกี่ยวข้องกับวิทยานิพนธ์

1.2.1. การพยายามทำให้จบตามเวลา: ผู้ให้ข้อมูลต้องเร่งทำงานที่อยู่ในเงื่อนไขหลักสูตร เช่น งานวิทยานิพนธ์หลักของตน ตั้งแต่การทบทวนวรรณกรรม การเก็บข้อมูลการวิจัย การเขียนรายงาน และการส่งตีพิมพ์ และงานอื่น ๆ เช่น การเขียนบทความวิชาการ การทำการนำเสนองาน ซึ่งการพยายามทำงานที่ได้รับมอบหมายให้จบตามกำหนดเวลาไว้ ทำให้ผู้ให้ข้อมูลเกิดความกดดันที่ต้องทำให้สำเร็จตามเป้าหมายด้านเวลา

“เริ่มทำจริง ๆ ที่เก็บ data หนัก ๆ ปีสุดท้ายอะ ปีสุดท้ายเป็น phrase experimental แบบที่ห้าม fail เลย แล้ว 2 อาทิตย์ที่หนักที่สุดในเรื่องของอีลิสนี่คือ เข้าใจแล้วว่าทำไมทุกคนต้องผ่านช่วงเป็นอนมนุษย์ก่อน คือนอนตี 2 ตื่นตี 4 นอนตี 4 ตื่น 6 โมง ก็หยุดไม่เกินเสาร์อาทิตย์...คือเหมือนเราจะรู้แล้วว่าแบบเฮ้ย

ทำอย่างนี้แล้วเครื่องจักรมัน work นะ เพราะฉะนั้นห้ามหยุด operation  
จิงหะจะเสร็จจะไยอย่างเงี้ย” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่7)

“สำหรับผมที่ญี่ปุ่นเนี่ย มันก็ต้องมาคิดอีกตลบลว่า เฮ้ย 3 ปี อะ เราคง  
เปลี่ยนแปลงโลกทั้งใบไม่ได้ มันต้องคิดอะไรสักอย่างที 3 ปีมันทำสำเร็จ แล้วก็ทำ  
ให้มันสำเร็จ คือถ้าเราคิดแล้วเนี่ย ต้องทำให้มันสำเร็จ ถ้าเราคิดตั้งแต่ตอนต้นว่า  
ให้มันใหญ่เกินไปอะ มันจะลำบากเราเองทีหลัง เพราะฉะนั้น สิ่งที่จะผลักดันเรา  
ตั้งแต่ตอนแรกเนี่ย คือทำในสิ่งที่เราอยากทำในขอบเขตที่เราสามารถทำได้”  
(ผู้ให้ข้อมูลคนที่1)

“...โดยปกติมันจะต้อง 4 ปี เมื่อแบบ publication อะไรทุกอย่าง ...เออเออที่นี่ก็มี  
ข่าว ก็มีอาจารย์ที่ปรึกษาอาจจะต้องย้าย แล้วโปรเจกต์มันก็เลยไม่มา ก็เลย  
กลายเป็นว่า เฮ้ย จากที่แบบต่อปี 4 ได้แน่นอน มันก็กลายเป็นแบบ เฮ้ย ไม่ชัวร์  
แล้ววะ ตอนนั้นมันก็เลยแบบจากเดิมที่เคยคิดว่าจะมีอีกหนึ่งปี มันก็เลย  
กลายเป็นว่าต้องจบโดยเร็วที่สุด โดยระยะเวลาที่จะเหลือ 1 ปีสุดท้ายคือช่วงปี 4  
เนี่ย เราจะต้อง..ตอนนั้น public paper ไป 2 อัน ...3 อัน แต่มันก็เหลือแบบ  
เราควรจะมี journalอีกหนึ่ง ที่ดี อีก 1 paper อีก 1 conference แล้วต้อง  
เขียน thesis ให้เสร็จด้วย แล้วในระยะเวลาตอนนั้น...รวมถึงข้อมูลบางอย่างยัง  
เก็บไม่ครบ ยังเก็บไม่เสร็จ แล้วมันก็กลายเป็นแบบ เฮ้ย เหลืออีก 1 ปี ทุกอย่าง  
เหล่านี้ต้องเสร็จ แล้วเมื่อแบบคำนวณระยะเวลาแล้วเนี่ย มันแบบ...คือทำยังไง...  
วางแผนยังไงมันก็ไม่ทันอะ...” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 3)

“...นอกจากนั้นก็คือ 2 สัปดาห์ก่อนจะ defend มหาลัยจะให้หัวข้อที่เราไม่เคยรู้  
มาก่อนเลย ไม่ใช่ไม่รู้มาก่อนเลย หัวข้ออะไรก็ได้ที่เกี่ยวข้อง สมมติเราเรียนเคมี  
อย่างเนี่ย แล้วให้เราทำ present ทั้งหมด 45 นาที ภายใน 2 สัปดาห์นั้น  
เพื่อที่จะไป present ก่อนที่จะ present thesis 45 นาที แล้วต้องเป็น 45 นาที  
ที่เป๊ะ เพราะ 45 นาทีมันเหมือน session หนึ่งในการเรียนอะ แล้วสิ่งที่เราทำ  
ต้องมีความรู้ในระดับปริญญาโทขึ้นไป หมายถึงสามารถสอนให้ได้ระดับ  
ปริญญาโทขึ้นไป ซึ่ง 2 สัปดาห์เนี่ย พี่รู้สึกเกลียดมาก รู้สึกเกลียดขนาดว่า ..ไม่ใช่  
รู้สึกเกลียดดี รู้สึกไม่โอ โม่โอใครก็ได้ whatever หรือว่าอะไรก็ได้ คือแบบอะไร

เนี่ย ยังมีด้านสุดท้ายที่จะแบบว่าจบ ทำไปก็รู้สึกโมโหไป แม่ง ฎไม่ไปสอบแม่งเลย...” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่4)

1.2.2.ความพยายามในการทำวิทยานิพนธ์ให้มีคุณภาพ: ในการทำวิทยานิพนธ์ โดยเริ่มตั้งแต่การทบทวนวรรณกรรม การทำวิจัย และการเขียนวิทยานิพนธ์ ผู้ให้ข้อมูลรู้สึกว่าคุณค่าหรือคาดหวังว่าตนเองควรจะทำวิทยานิพนธ์ที่มีคุณลักษณะที่เหมาะสมกับระดับปริญญาเอก โดยลักษณะวิทยานิพนธ์ที่ควรจะเป็นนั้น ประกอบด้วย ต้องมีความรู้เพิ่มเติม และความถูกต้องด้านภาษา ดังนี้

1.2.2.1. ต้องมีองค์ความรู้เพิ่มเติม ผู้ให้ข้อมูลมองว่าวิทยานิพนธ์ต้องเป็นงานที่สร้างองค์ความรู้ใหม่ที่เพิ่มเติมจากข้อค้นพบที่มีอยู่เดิม ไม่ควรเป็นงานที่มีลักษณะเนื้อหาซ้ำกับงานของผู้อื่น และข้อค้นพบในงานวิทยานิพนธ์จะต้องเป็นที่ยอมรับในวงกว้างในเชิงเนื้อหาของงานที่มีความลึกซึ้ง

“หลักๆ คือ เนื่องจากการที่จะทำปริญญาเอก เราต้องทำอะไรที่มันใหม่ มันต้องเป็นองค์ความรู้ที่ไม่เคยมีใครรู้มาก่อน เพราะฉะนั้นมันเป็นเรื่องแน่นอนที่ถ้าหากเราจะทำ base จากงานคนอื่นเริ่มอะได้ แต่สิ่งที่เราต้องได้คือมันต้องมีอะไร add จากสิ่งที่มันไปอยู่แล้ว ซึ่งเป็นความรู้ที่ไม่เคยมีใครรู้ ” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่5)

“...แต่ว่า 3 ปีเนี่ยคุณต้องทำให้มันได้งานที่มันที่ไม่มีคนบนโลกนี้เค้าทำ เพราะถ้าเกิดงานมันซ้ำ คุณก็ไม่จบ ...” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1)

“...ปริญญาเอกคืออะไร ปริญญาเอกคือ คุณรู้ คุณอยากรู้อะไร คุณมีวิธีหาคำตอบแล้วคุณรู้ว่ามันถูกต้อง และที่สำคัญ ความถูกต้องอันนั้นเป็นที่ยอมรับในระดับนานาชาติ ในระดับที่อาจารย์ปริญญาเอกตั้ง 5 6 7 คนอ่านแล้วเค้ายอมให้คุณผ่าน แล้วเป็นความถูกต้องที่ทุกคนให้ความเห็นถูกต้องว่าถูกต้องร่วมกัน นี่คือนงานที่ขึ้นไปอีกระดับนึง...” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่2)



“...เรื่องของเครื่องมือ เรื่องของ paper การวิเคราะห์ผล มันก็ต้อง deep กว่าแค่ตีพิมพ์ทั่วไป เพราะเป็นวิทยานิพนธ์ก็จะแบบมีวิเคราะห์เพิ่ม มีข้อมูลเพิ่ม อะไรอย่างเนี่ย..” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 8)

1.2.2.2. ความถูกต้องตามหลักภาษา ผู้ให้ข้อมูลมองว่าวิทยานิพนธ์จะต้องมีการเขียนเนื้อหาที่มีความถูกต้องตามหลักการเขียน อย่าง ความถูกต้องของการใช้ไวยากรณ์ของภาษา การเรียบเรียงเนื้อหาให้ได้ใจความ

“แล้วก็อีกอย่างที่มีปัญหาแน่ ๆ เลย คือ เราไม่ใช่ native speaker เนอะ เพราะฉะนั้นเวลาเขียนภาษาอังกฤษ draft แรก เราจะมีปัญหา โห มันโคตรแยเลยอะ ” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 5)

“เนื้อหามันเยอะ แม้เราจะมี paper แล้ว แค่อเอา paper มาแปะ แต่มันไม่ใช่ มันต้องเรียบเรียง มันต้องอะไรอย่างเนี่ย เนื้อหามันเยอะ” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 8)

1.2.3. การพยายามในการประสานงานผู้คนที่เกี่ยวข้องกับการทำวิทยานิพนธ์ ผู้ให้ข้อมูลพยายามในการประสานติดต่อผู้คนที่เกี่ยวข้องกับการทำวิทยานิพนธ์ เช่น นักศึกษาที่อยู่ในโครงการวิจัยเดียวกัน อาจารย์ที่ปรึกษา บริษัทที่เป็นผู้สนับสนุนการวิจัย เพื่อให้กระบวนการวิทยานิพนธ์ของตนดำเนินการต่อไปได้

“คือด้วยความที่มันแชร์ข้อมูลกับคนอื่นไง มันก็มีคนอื่นที่เค้าไม่ได้ทำตามกฎ เรา control ไม่ได้ อย่างเนี่ย มันก็จะอะไรอย่างนี้บ้าง บางทีมีเค้าจองเอาไว้แล้วเค้าไม่มา เค้ามาสาย เค้าเสร็จช้า เราต่อเค้าไว้ อะไรอย่างเนี่ย มันก็ต้องมีหลายสิ่งจัดการกับคนด้วยอะไรด้วย”

(ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 8)

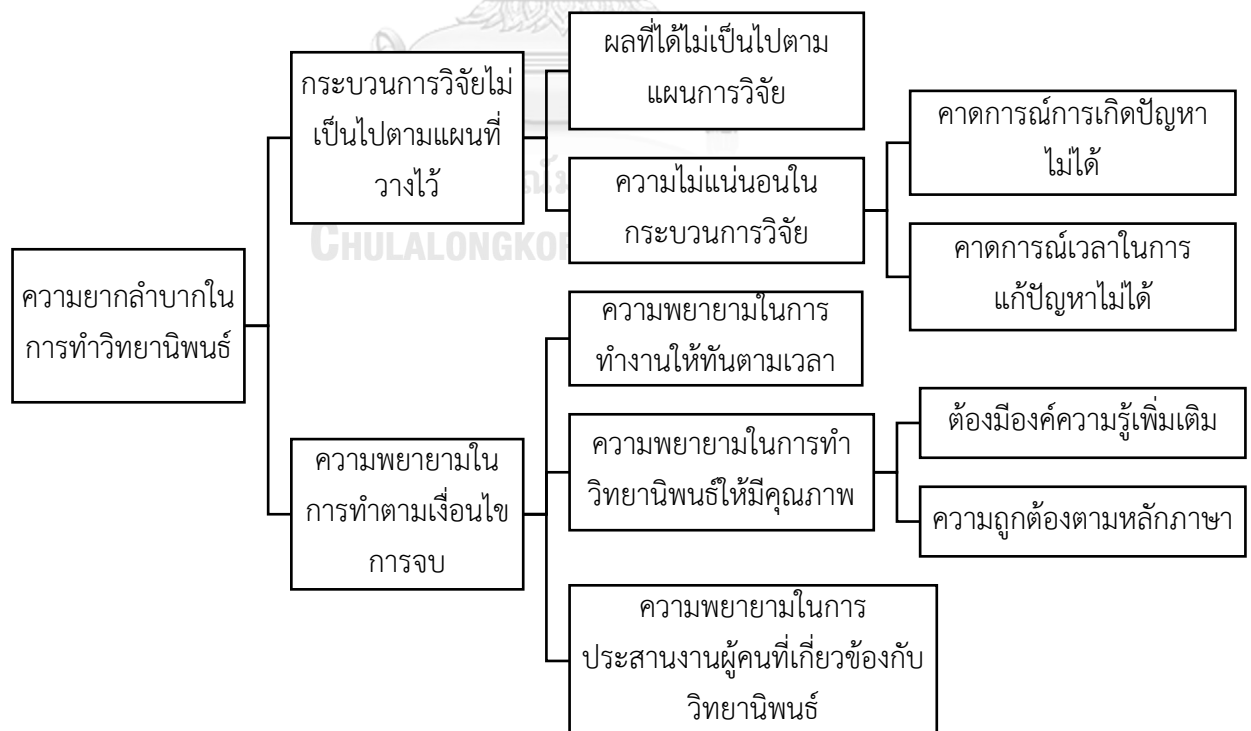
“และตอนนั้นนะ advisor พี่ advisor หลักเค้าก็มีความคิดหัวโบราณอยู่ว่า ก็มันเป็นเงินของรัฐ เราจะทำแบบนี้ได้ยังไง อะไรอย่างเงี้ย แต่ advisor อีกคนที่เป็นด้านชีวะ เค้าก็เป็นคนที่ฉลาด แล้วก็เฉียบอะ แต่เค้าก็จะประเภทแบบ ไม่ organize คือทำแลปใหญ่มาก คนทำโปรเจค diverse มาก มีแต่โปรเจคนาซ่า

stem cell bio material คือแบบ คือเป็นอย่างนี้ทั้งแลบเลย มันดีที่มีการเรียนรู้ แต่ว่ามันยากตรงที่มัน group meeting ทั้งสองฝ่าย ก็เลยต้อง manage เยอะมาก...” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่7)

“คือถ้าเค้าไม่ agree กับเราอย่างเงี้ย เราก็เดินต่อไม่ได้ เนื่องจากลักษณะหัวข้อของเรามันเป็นลักษณะที่เราต้องการ collaboration เยอะ มันไม่ใช่ที่เราแบบนั่งผลิตอะไรหนึ่งอย่างอยู่ในห้องแลป” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่3)

“...เพื่อนร่วมงานทำงาน ไม่ได้งานตาม schedule เพราะมันเป็นงาน collaborative มันก็เลยจะแบบ อ้าวอาทิตย์นี้ไม่มี progress เออ ก็ไม่เป็นไร ไม่มี progress ก็ไม่เป็นไร ก็ไว้เดี๋ยวอาทิตย์หน้าก็ได้ คือ ถ้าเราไม่ไป press คนอื่นมาก ไม่ press ตัวเองมาก เราก็จะพบว่า สุดท้ายถึงเพื่อนร่วมงานไม่มี progress ในช่วงนั้น เราก็ยังมีอย่างอื่นทำอยู่ดี...” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่6)

จากข้อค้นพบดังกล่าว ผู้วิจัยสามารถสรุปเป็นแผนภาพถึงประเด็นหลักความยากลำบากในการทำวิทยานิพนธ์ ดังนี้



รูปภาพที่ 2 ความยากลำบากในการทำวิทยานิพนธ์

## 2. สภาวะจิตใจในช่วงการทำวิทยานิพนธ์

ในระหว่างกระบวนการทำวิทยานิพนธ์ที่ผู้ให้ข้อมูลต้องทำงานเพื่อให้สำเร็จตามเป้าหมาย ผู้ให้ข้อมูลเจอสิ่งเร้าภายนอก ไม่ว่าจะเป็นวัตถุ บุคคล หรือสถานการณ์ใด ๆ ซึ่งเข้ามากระทบต่อผู้ให้ข้อมูล ทำให้ ภายในตัวของผู้ให้ข้อมูลเกิดความคิดและอารมณ์ความรู้สึกที่ตอบสนองต่อสิ่งเร้าภายนอกเหล่านั้นในช่วงการทำวิทยานิพนธ์ของผู้ให้ข้อมูลเกิดเป็นสภาวะจิตใจซึ่งผู้ให้ข้อมูลอาจมีการแสดงออกให้ผู้อื่นรับรู้ความคิดอารมณ์ความรู้สึกของตน หรืออาจไม่ได้แสดงออกให้ผู้อื่นรับรู้ก็ได้ ซึ่งสภาวะทางจิตใจในช่วงการทำวิทยานิพนธ์ของผู้ให้ข้อมูลสามารถแบ่งได้เป็น 2 ลักษณะ คือสภาวะจิตใจด้านบวก และสภาวะจิตใจด้านลบ

2.1. สภาวะจิตใจด้านบวก ผู้ให้ข้อมูลเกิดสภาวะทางความคิดและอารมณ์ความรู้สึกที่มีแนวโน้มไปในทางบวกระหว่างกระบวนการทำวิทยานิพนธ์ ต่อวัตถุ บุคคล หรือสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่ง ซึ่งในการวิเคราะห์ข้อมูลครั้งนี้เป็นสภาวะที่ผู้ให้ข้อมูลตื่นเต้นที่ได้เรียนรู้สิ่งใหม่

2.1.1. ตื่นเต้นที่ได้เรียนรู้สิ่งใหม่ ผู้ให้ข้อมูลมีความรู้สึกสนุกที่ได้เข้าเรียน ด้วยการเข้ามาเรียนในสาขานั้นเกิดจากความสนใจในเนื้อหาและการทำวิจัย ทำให้เมื่อได้เข้ามาทำงานที่ตนสนใจ จึงได้ทำงานในส่วนตัวเองสนใจ จึงรู้สึกว่าเรียนรู้สิ่งใหม่เกี่ยวกับประเด็นที่ชอบ อีกทั้งยังอยู่ในสภาพแวดล้อมที่มีกลุ่มคนสนใจในเรื่องราวเดียวกันและสนับสนุนกันและกัน ทำให้ผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่รู้สึกสนุกกับการทำงานวิจัย

“สนุกนะ ก็ ๆ เอ๊ย ได้รู้จักคนนอกภาค ได้รู้จักเพื่อนหลาย ๆ ชาติ คือมีทั้งจีน ไทยก็มีแค่เรา แล้วก็จีนเยอะ แล้วก็ฝรั่งอเมริกันเลย อีกจำนวนหนึ่งก็จะเป็นหลาย ๆ ภาค หลาย ๆ นานาชาติรวมกันแล้วก็ เป็นหลาย ๆ ภาค คำก็ถ่ายทอดความรู้มาให้เรา” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 8)

“สนุกกับมันนะ เพราะ ตอนนั้นก็เหมือนได้เรียนรู้อะไรใหม่ไปเรื่อย ๆ และก็มีหลายอย่างที่น่าตื่นเต้น ตอนนั้นมันก็เหมือนช่วงที่กำลังเจอประเด็นอยู่ มันก็เลยน่าตื่นเต้นมาก” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 10)

“มันมีเรื่องที่เราไม่เข้าใจแล้วเรามีโอกาสเข้าใจ มีโอกาสทำได้ มันจะมีบางเรื่องเหมือนกันที่เราไม่เข้าใจแล้วเราทำไม่ได้ แต่โชคดีเราไม่จำเป็นต้องไป

ทำสิ่งนั้น มันมีปัญหาในหลายระดับที่ยังน่าสนใจอยู่ด้วย แล้วก็เรายังมีส่วนร่วมกับมันได้ contribute ให้วงการได้บ้าง ก็ไปเจอคน ๆ อื่นที่แบบเราทำงานไปแล้วคนอื่นเอาสิ่งที่เราคิดไปใช้ มันก็เออมันก็แปลกดีสนุกดี ใช้แล้ว feedback อาจะบ่นบ้างอะไรบ้างก็ไม่เป็นไร” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่6)

2.2. **สภาวะจิตใจด้านลบ** ผู้ให้ข้อมูลเกิดสภาวะทางความคิดและอารมณ์ความรู้สึกที่มีแนวโน้มไปในทางลบระหว่างกระบวนการทำวิทยานิพนธ์ ซึ่งในการวิเคราะห์ข้อมูลครั้งนี้สามารถแบ่งได้เป็น ความไม่มั่นใจในความสามารถของตนเอง ความเครียดจากภาระงานสะสม ความท้อแท้ในการแก้ปัญหา และการหลีกเลี่ยงงาน

2.2.1. **ความไม่มั่นใจในความสามารถของตนเอง** ผู้ให้ข้อมูลเกิดความไม่มั่นใจในความสามารถทางด้านการทำงานวิจัยและการทำวิทยานิพนธ์ของตนเองในระหว่างกระบวนการวิทยานิพนธ์ โดยความไม่มั่นใจในความสามารถของตนเอง จะออกมาในรูปแบบของ การรู้สึกว่าตนไม่ดีพอที่จะทำงานให้ได้คุณภาพที่ดี และรู้สึกว่าตนควรมีความสามารถที่ดีกว่านี้

2.2.1.1. **รู้สึกว่าตนไม่ดีพอที่จะทำงานให้ได้มีคุณภาพที่ดี** ผู้ให้ข้อมูลมีความรู้สึกว่าตนมีความสามารถด้านความรู้ความเข้าใจในสิ่งที่ตนศึกษาหรือความสามารถด้านการวิจัยที่เ้มามากเพียงพอในการทำผลงานที่มีคุณภาพตามที่ตนคาดหวังไว้ เปรียบเทียบความสามารถดังกล่าวนี้กับเพื่อนร่วมสาขาวิชา หรือความสามารถแต่เดิมที่ตนมีอยู่แล้วก็ได้

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

“มันเริ่มหลังจากเราทำไปแล้ว เพราะว่าจริง ๆ หลาย ๆ คน โดยเฉพาะถ้ามาจากไทย แล้วเราก็อยู่ในสภาวะที่เราคิดว่าเราก็คงเป็นอันดับแรก ๆ ของคลาสเรา หลาย ๆ คนที่จะไปเรียนเอกอะ แต่เหมือนพอไปอยู่ที่นั่นมันก็จะรู้สึกว่า เออทุกคนเค้าก็เก่ง เก่งกันหมดเลย อะไรประมาณนั้น แต่มันก็ส่วนหนึ่งที่จะทำให้ความมั่นใจเราลดลงไปด้วย” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่5)

“มีไม่มั่นใจด้วยดิ เพราะว่า ตัว topic ที่เราเข้าไปทำเนี่ย เราก็ใหม่กับมัน มันก็เป็นเรื่องใหม่ มันกลายเป็นว่าพออิงเราเรียนเยอะเนี่ย เราจะรู้สึกว่าเรามีความรู้น้อยมาก เนื่องจากเราก็เห็นแล้วจากประสบการณ์ที่ผ่านมาว่าสิ่งที่เราคิดว่ารู้แล้วเนี่ย มันมีอีกมากมาย

เลยที่เรายังไม่รู้ มันก็เป็นแบบนี้ด้วยตอนที่เราเรียน เรารู้แค่นี้ แต่เรารู้สึกไม่มั่นใจว่า จริง ๆ แล้วทั้งหมดนี้ มันมีแค่นั้น มันมีแบบนี้จริง ๆ เเทอ หรือว่ามันมีบางอย่างหรือเปล่าที่เราไม่รู้แต่ควร จะรู้ คนอื่นก็ไม่รู้เหมือนกัน ถามใครก็ได้” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่3)

“... เนื่องจากมันเป็นโจทย์ที่อาจารย์เป็นคนมาให้ เป็นโจทย์ วิจัยที่อาจารย์มาให้ ถ้ามั่นใจว่าเราทำมันได้มันก็ต้องออกมาเป็น paper ได้ คือเรารู้ว่ายังไงมันก็เป็น paper ถ้าเราทำ ถ้าเราแก้ โจทย์ได้ ก็คือตอนนั้น คือถ้าไม่มั่นใจ จะไม่มั่นใจในเชิงที่ว่าเราจะ สามารถแก้โจทย์ได้หรือเปล่านั้นมากกว่า จะมีความสามารถที่จะทำ มันได้มากพอหรือเปล่า” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 10)

“เรารู้ตัวลึก ๆ นะว่าเรา เราไม่ชอบแบบเขียนอะไรอย่างนี้ เราไม่รู้ว่าเราจะเริ่มอะไรยังไง เราไม่ได้เขียนหนังสือ แล้วก็...เรา อ่านมาเราก็ยังไม่รู้ว่าจะเริ่มยังไง ไม่รู้จะเอาเรื่องมาต่อยังไง ” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 9)

2.2.1.2. รู้สึกว่าตนควรมีความสามารถที่มากกว่านี้ ผู้ให้ข้อมูลรู้สึกว่ตนควรพัฒนา ความสามารถการทำงาน ไม่ว่าจะเป็นด้านกรวิจัย หรือความรู้ด้านวิชาการ ให้อยู่ในระดับที่ตนคาดหวังไว้ เพื่อการทำผลงานให้มีคุณภาพที่ดีที่สุด

CHULALONGKORN UNIVERSITY

“เราอยากให้งานของเราเป็นที่ยอมรับ เออ..อีกอย่างหนึ่งก็คือ พี่ คิดว่า เพราะเราเป็นคนเอเชีย มันทำให้เวลาที่เรารอ่าน paper ทำให้เราอยากแบบ อู้ย อ่าน paper ฝรั่งซะมั่ว เราก็รู้สึกว่ามันเขียน ดีกว่าอย่างนี้ แต่มีเอเชียไม่กี่คนที่แบบ หมายถึงใน field ของพี่ อะนะ พี่อ่านแล้วก็รู้สึก เอ้ย โอเคคนนี่มันใช่ เลยอยากทำให้ได้ แบบนั้น” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่4)

“...เรื่องการพูดการฟังเราอาจจะยังแบบไม่ถนัด ไม่คล่อง แล้วเรา แล้วมีความรู้สึกว่ามัน อาจจะมีรู้สึกที่ไม่ in touch แล้วมัน

เหมือนกับว่ามี expectation ว่า ฉันควรจะทำได้ดีกว่านี้” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 7)

“ก็แค่รู้สึกว่ามันเหมือน...คือแต่ละคนก็คงมีความรู้สึกมีเป้าหมายในตัวเองนิดนึงว่าเราควรจะทำได้ถึงเลเวลไหน แต่ถ้าเกิดเราทำไม่ได้ตามเป้าที่เราทำเอาไว้ก็จะรู้สึกว่า...มันก็คงเป็น 2 อย่าง เราพยายามยังไม่พอ กับอีกอย่างหนึ่ง คือ เราอาจจะไม่ดีพอก็ได้อะไรประมาณเนี่ย ซึ่งบางครั้งมันจะเป็นความรู้สึกที่มันแบบอาจจะกลับไปกลับมาทั้งสองสิ่งนี้” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 5)

2.2.2. ความเครียดจากงานสะสม ผู้ให้ข้อมูลต้องจัดการปริมาณงาน ทั้งงานวิจัย หรืองานที่เกี่ยวข้องกับเงื่อนไขการจบเยอะ ทำให้เกิดความเครียดในการบริหารจัดการงานทั้งหมดที่ได้รับมอบหมาย และในบางครั้งเมื่อรู้สึกว่าหากจัดการงานยังไม่เสร็จเรียบร้อย ก็ไม่สามารถดำเนินการสิ่งอื่น ๆ ในชีวิตได้

“เหนื่อยมาก 2 เดือนเหมือนจะไม่นานแต่คือเป็น 2 เดือนที่เครียดมาก ตอนนั้นเพราะว่า เราต้องเขียนทั้งเล่มอะ” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 8)

“...มันก็แบบเป็นกังวล กังวลว่าแบบ เราก็จะคิดแบบ speculation ไปหลาย scenario ที่มันจะเกิดขึ้น ถ้าอันนี้ไม่ได้ แล้วจะทำยังไงต่อ ถ้าอันนี้ไม่ได้ทำไงต่อเต็มไปหมดเลย และก็..และถ้าไม่จบละ หรือว่าจะลาออกไปทำงานดี อะใช้อย่างนี้ มันก็แบบสลับกันไป เหมือนเราคิดอยู่ใน loop แบบ เฮ้ยเราลองทางนี้ไปแล้วมันเหมือนจะ work ช่วงที่มันเหมือนจะ work เราก็กำลังใจดีขึ้น ช่วงไหนที่บางอย่างมันไม่ work เราก็จะกลับมาคิดติด loop อยู่เดิม ๆ เฮ้ย! ไปอันที่สอง อันที่สาม อันที่สี่ แล้วเรียน ..หรือเปลี่ยนอาจารย์...อย่างจ๊ะจ๊ะคะ” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 3)

“เพราะว่ามันก็มีช่วงที่เราเห็นแล้วว่ามันเป็นช่วงที่เราเครียดมาก พอเราเริ่มเครียดมาก แล้วเราหมกงาน เพราะเราไม่ยอมทำเลย เราก็จะแบบเหมือนร่างกายจะต้องการนอนเยอะ” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 3)

“...คือถามตอนนั้นหรือ มันเครียดที่มันรู้สึกทำไม่เสร็จ มันไม่ได้ อืม..มันไม่ได้แบบเครียด ๆ ๆ แบบมันไม่เครียดแบบไหนคือ...มันไม่ได้เครียดแบบพรั่งนี้จะสอบแบบนี้ แต่ว่ามันเครียดแบบ เออ อธิบายยังไงดี มันเครียดเพราะว่ามันไม่รู้จะเสร็จเมื่อไรมากกว่า คือเหมือนแบบว่า อย่างเช่น เดือนหน้าเพื่อนบอกว่า เฮ้ยไปเที่ยวกัน บลา ๆ จองตั๋วไว้ แต่พี่ก็ เฮ้ยไปไม่ได้หรอก งานกูไม่เสร็จหรอก อะไรอย่างเนี่ย หรือไม่ก็คิดว่า แม่่งว่าเนี่ย หรือเราคิดว่าเดี๋ยวต้องเสร็จจนวันเนี่ย อีก 3 เดือนเนี่ยงานจะเสร็จแน่นอน เดี่ยวจองตั๋วกลับไทยเลย แต่พอถึงเวลาจริง ๆ มันก็ไม่เสร็จ ก็ต้อง cancel ตั๋วอีกโน้นนี่อีก คือแบบ คือเหมือนชีวิตไม่สามารถมีนัดกับอย่างอื่นได้เลย นอกจากนัดกับอีลิส” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 4)

“มันไม่มีช่วงที่เราจะแบบเครียดเลยว่าทำไมเราต้องเป็นแบบนี้ จะมีเครียดแค่แบบเครื่องหมายลบหายไปไหนวะ เมื่อ 12 หน้าที่แล้ว อะไรประมาณนั้นอะครับ เป็นความเครียดที่มันไม่ได้มีอะไร เป็นความเครียดที่ไม่มี impact อะไรมากกว่าในตัวเองที่ทำได้ คิดว่าอย่างนั้น” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 6)

**2.2.3. ความท้อแท้ในการแก้ปัญหาทางาน** ผู้ให้ข้อมูลเกิดความรู้สึกท้อแท้ในการแก้ปัญหาทางาน เนื่องจากต้องพยายามหาหนทางแก้ปัญหาที่ดีที่สุด และไม่สามารถกำหนดระยะเวลาในการหาวิธีที่ดีที่สุดได้ และวิธีที่เจออาจจะไม่ใช่วิธีที่ดีที่สุด ดังนั้นผู้ให้ข้อมูลจึงรู้สึกเหนื่อยล้าเมื่อต้องพยายามหาคำตอบที่ดีที่สุดเพื่อให้งานดำเนินการต่อไป

“ก็แทบจะถอดใจแล้ว แก้ปัญหาไม่ได้อะไรอย่างเงี้ย เพราะวาระโยงระยางไปหมดเลยค๊ะ microscope ก็มีเครื่องมือเรา มีให้ความร้อน มีน้ำของเราใส่นั่น แล้วก็ flow ทุกอย่าง มี censor นู่นนี่นั่น เป็นของขนาดย่อม ๆ” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 7)

“ คือแบบ มัน มันเหนื่อย แล้วมันก็งั้นนะ ช่วงที่มันแบบ เฮ้ย ไม่รู้มันเกิดอะไรขึ้น...มันก็ลองไปเรื่อยอะ แล้วก็ลองหา พยายามแก้ปัญหา ตั้งสมมติฐาน ลองแก้ไปที่ละจุด ทีละจุด มันก็วนอยู่เรื่อย ๆ ...” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 8)

“คิดว่า ไม่แน่ใจคือ ปริญญาเอกหลายๆคนก็คงมีอยู่ในจุดนั้น ที่ว่ามันรู้สึกว่าจะ เฮ้ย ทำไม ทำอะไรก็ไม่เวิร์ค ทำยังไงก็ไม่ได้ผลที่เราอยากได้สักที อะไรประมาณเนี่ย ซึ่งมันเป็น part ท่อแท้ที่มันไปถึงจุดที่ว่า เฮ้ย หรือเราไม่ควรมาอยู่ตรงจุดนี้” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 5)

2.2.4.การหลีกเลี่ยงงาน ผู้ให้ข้อมูลมีการหลีกเลี่ยงที่จะทำงานวิจัยหรืองานวิทยานิพนธ์ที่เป็นภาระงานที่ตนต้องรับผิดชอบ ซึ่งมักจะเกิดขึ้นกับงานที่ตนรู้สึกไม่พึงพอใจ อาจเป็นงานที่ผู้ให้ข้อมูลมองว่าตนไม่ถนัด หรือเป็นงานที่ไม่น่าจะมีความสำคัญต่องานหลักของตนมากนัก จึงหากิจกรรมอื่น ๆ ทำ

“ส่วนใหญ่ไอ้ความรู้สึกว่าผัดวันประกันพรุ่งมันจะมากับสิ่งที่เราทำแล้วมันอาจจะไม่ effective มากกว่า ทำในสิ่งที่ไม่ใช้เวลากับการทำ experiment จริง ๆ ใช้เวลาทำอย่างอื่น บางครั้งก็จะมีโหมดประเภทที่ว่าอยู่ดี ๆ ก็ไป volunteer ที่ช่วยใครทำอะไรสักอย่าง เพราะรู้สึกไม่อยากทำงานตัวเอง” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 5)

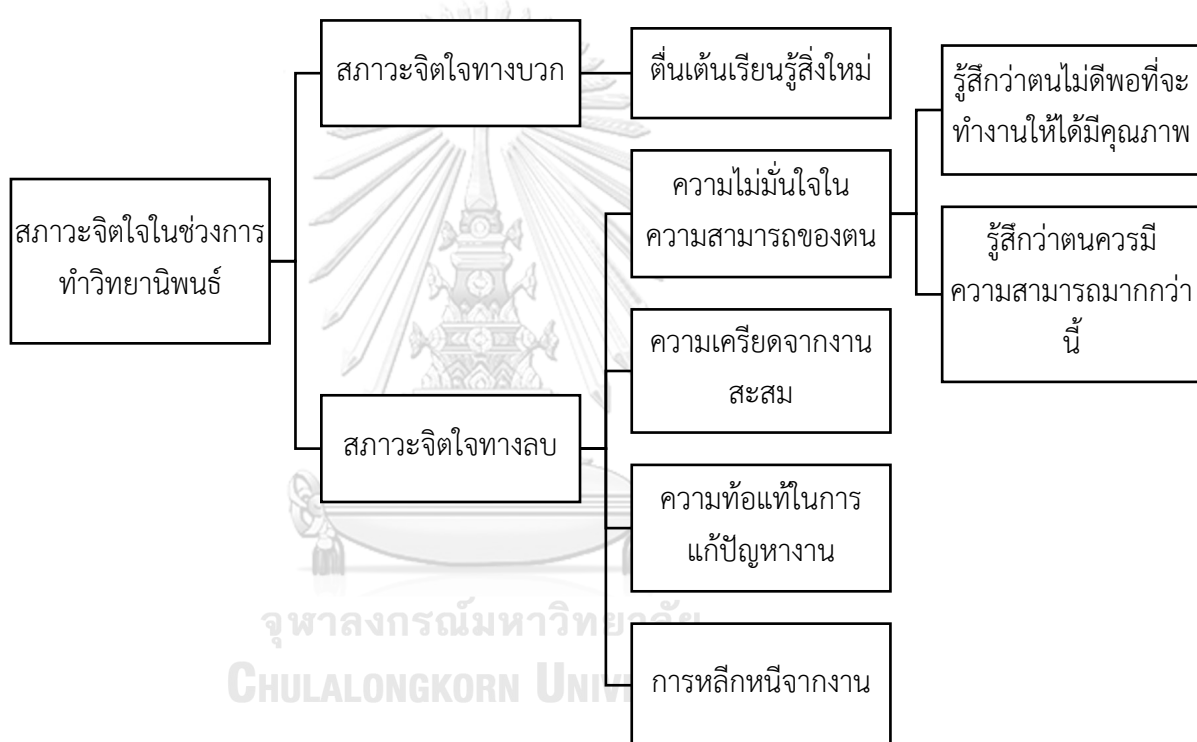
“อันนี้พี่เชื่อว่าเป็นธรรมชาติเลยนะ ถ้าใครที่ไม่ผัดวันประกันพรุ่ง อันนี้ผิดธรรมชาติ กาหัวไว้เลยว่าพวกนี้ผิดธรรมชาติ ไม่จบหรือพวกนี้ไม่จบหรือ เออ ผัดวันประกันพรุ่งก็คือ นั่นแหละเราก็เก็บ ๆ งานไว้อะ ยังไม่ทำอะ ไปทำวันสุดท้าย 2 วันสุดท้าย แต่ด้วย ด้วยช่วงเวลา ด้วยปริมาณงาน ด้วยความเข้มข้นของเนื้อหาของงานของธีลิสที่มันเข้าใกล้จุดโคลด์แม็กซ์ คือเส้นชัยของเรา เข้าไปใกล้ ๆ เราจะรู้เองทันทีโดยอัตโนมัติเลย ว่าเนี่ยไม่ได้แล้วนะ ทำแบบนี้ไม่ได้แล้วนะ คุณจะต้องวางแผน ๆ เพราะฉะนั้นมีแน่นอน ในช่วงปีสองปีสามปีแรก ๆ มีแน่นอนเลย ปี4ปี5เนี่ยไม่มีแล้ว ” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 2)

“หุ้ย วิทยานิพนธ์เนี่ย ...ผัดวันประกันพรุ่งโดยการที่...โดยไม่หาอย่างอื่นมาทำเลย เพราะว่าเรา...คือเราไม่อยากอยู่เฉย ๆ แต่เราก็เหมือน คือเรายุ่ง ไอ้เหตุผลเนี่ยเหมือนทำให้เรายุ่งจนไม่มีเวลาเขียน ทั้ง ๆ ที่เราไม่ต้องทำให้เรายุ่งก็ได้ มันเป็น defend mechanism ที่ที่เราคิดออกมาเองอะ จู๊ ๆ ก็อยากกวาดบ้านถูบ้าน เพราะว่าเราไม่อยากทำตรงนั้น อันนั้นอะคือผัดวันประกันพรุ่ง” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 9)



“ผัดวันประกันพรุ่ง..ก็อาจจะมึนบ้างวัน ถ้าซีเกียจ ก็อาจจะเปิดอ่าน อ่านอะไรเรื่อยเปื่อยไปเยอะหน่อย บางทีอาจจะเป็นทั้งที่มีสาระและไม่มีสาระ ไอนั้นมันก็มีบ้างอยู่แล้วครับ” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 10)

จากข้อค้นพบดังกล่าว ผู้วิจัยสามารถสรุปเป็นแผนภาพถึงประเด็นหลักสภาวะจิตใจในช่วงการทำวิทยานิพนธ์ ดังนี้



รูปภาพที่ 3 สภาวะจิตใจในช่วงการทำวิทยานิพนธ์

### 3. การก้าวผ่านความยากลำบากในระหว่างการทำวิทยานิพนธ์

เมื่อเกิดความยากลำบากในกระบวนการทำวิทยานิพนธ์ซึ่งทำให้กระบวนการวิทยานิพนธ์ไม่เป็นไปอย่างราบรื่นและเกิดการสะดุด ผู้ให้ข้อมูลมีความพยายามในการก้าวผ่านความยากลำบากที่เกิดขึ้นในระหว่างการทำวิทยานิพนธ์เพื่อให้การสำเร็จงานให้ได้ตามเป้าหมายที่ตนตั้งใจไว้ โดยผู้ให้ข้อมูลพยายามก้าวผ่านความยากลำบากด้านงานและก้าวผ่าน

ความยากลำบากด้านจิตใจ เพื่อให้ตัวผู้ให้ข้อมูลสามารถดำเนินการทำวิทยานิพนธ์ไปได้อย่างราบรื่น

3.1. การก้าวผ่านความยากลำบากด้านงาน ผู้ให้ข้อมูลมีความพยายามที่จะแก้ปัญหาโดยมุ่งที่การคลี่คลายงาน หรือกระบวนการทำวิจัย เพื่อให้กระบวนการดำเนินการวิจัยให้สามารถยังดำเนินต่อไปได้ โดยการร่วมมือกับอาจารย์ที่ปรึกษา การแสวงหาความช่วยเหลือจากผู้เชี่ยวชาญ และการวางแผนการทำวิทยานิพนธ์

3.1.1. การทำงานร่วมกับอาจารย์ที่ปรึกษา อาจารย์ที่ปรึกษามีบทบาทสำคัญ เป็นผู้ให้คำแนะนำเกี่ยวกับแนวทางการทำวิทยานิพนธ์ โดยที่ให้อิสระในการเรียนรู้กับผู้ให้ข้อมูล เมื่อหากมีอาจารย์ที่ปรึกษาและผู้ให้ข้อมูลมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันจะทำให้การทำงานเป็นไปอย่างราบรื่น

“มันก็มีตั้งแต่เราจะ *form structure* ยังไงให้มันดีให้มันน่าสนใจ แต่ *part* นี้ อาจารย์ที่ปรึกษาก็จะเข้ามามีส่วนร่วมกับเราพอสมควร เพราะเค้าจะมีประสบการณ์เยอะกว่าเราว่า ทำยังไงมันถึงจะข้อมูลประมาณไหนมันถึงจะดี” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 5)

“แน่นอนว่ามันมี *conflict* มีอะไร แล้วก็แบบว่าสุดท้ายก็ต้องคุย” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 7)

“...เค้าไม่ได้เป็นคนซีเรียสว่าคุณต้องมาทำงาน 7 วันต่อสัปดาห์ นี่คือเค้าปล่อยรับผิดชอบกันเอาเอง เค้าก็สั่งงานไป แล้วคุณก็มาส่งงานก็รับผิดชอบกันเอา ถ้ามีปัญหา ก็ไปคุยกับเค้าได้ คือไม่ได้หาตัวได้ยาก” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 8)

“...คือเค้าไม่ได้มาบอกตรง ๆ หรือว่า คุณต้องทำ *A B C D* นะ ไม่มีอาจารย์แบบไหนสอนเด็กปริญญาเอกแบบนี้แน่นอน แล้วเค้ายอมบอกทั้ง ๆ ที่เราไม่รู้ แล้วสุดท้ายเราจะมารู้เองว่า เฮ้ย ไอ้ที่เค้าบอกอะ มันคือ มันคือ *hint* ในการที่ทำให้เราหลุด แต่คนที่ทำให้หลุดเนี่ยคือตัวเราเอง...” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1)

“*character* ของอาจารย์ พี่มองว่าถ้าเค้าเอาใจใส่ เค้าไม่ใช่แค่ เหมือนกับหาเงินมาให้แล้วไม่สนใจว่าจะทำอะไรทำไปแล้วก็มาเอาแต่ *result* อะอะไรอย่างเนี่ย ไอ้

อย่างนั้นที่ว่ามันทำให้เราทำงานไม่มีความสุขอะ มันก็จะเครียดกับไอ้ deadline ที่เค้าโยนมา”(ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 9)

“ของพี่อาจารย์เค้ารู้อยู่แล้วว่าเด็กมันจะเป็นแบบนี้ ๆ เค้าก็เลยจะต้องมีการวาง ไทม์ไลน์มาก่อนว่า เดือนนี้คุณต้องเสร็จ chapter นี้ เดือนนี้คุณต้องเสร็จ chapter นี้” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 2)

3.1.2. การแสวงหาความช่วยเหลือจากผู้เชี่ยวชาญ ผู้ให้ข้อมูลมีการพูดคุยแลกเปลี่ยน ความคิดด้านงานวิจัยกับผู้คนที่อยู่ในแวดวงสาขาวิชาการเดียวกัน ทำให้ผู้ให้ข้อมูล ได้รับมุมมองความคิดใหม่ที่ตนอาจคำไม่ถึง และนำแนวคิดที่ได้ไปปรับใช้กับการ ทำงานวิทยานิพนธ์ของตน

“...ก็การที่เราแบบมี PhD student คนอื่น ๆ หรือบางคนเป็น postdoc อย่าง เนี่ย มานั่งคุยกัน มันช่วยได้มากเลย เพราะเหมือนเวลาที่เราได้เล่าเรื่อง หรือว่า discuss เกี่ยว research question ของเราอย่างเงี้ย เราก็จะได้มุมมองจากอัน อื่น หลาย ๆ เรื่องมันเป็นสิ่งที่เรา “เฮ้ย ไม่ได้มองในแง่นี้มาก่อน” (ผู้ให้ข้อมูลคน ที่ 3)

“เพื่อนในแลปเองส่วนใหญ่สิ่งที่ได้ก็คือ พวก idea อะไรพวกเนี่ย ก็คือคุยแล้วก็ คิดว่าจะ สมมติถ้าเราคิดไม่ออก เค้าก็จะช่วยระดม idea ว่าจะทำอะไรยังไงดี คือบางครั้งเหมือนแค่ว่า..คือไม่ได้มีระดมอย่างเดียว แต่รู้สึกว่ามีใครสักคนที่จะ reflect ความคิดเรากลับมา มันเหมือนเราได้ฟังสิ่งนี้จากคนอื่น มันก็ทำให้สิ่งที่ มองออกไป เปลี่ยนไปได้เหมือนกันในบางครั้ง” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 5)

“...เพื่อนในแลปส่วนมากก็จะให้ความช่วยเหลือในส่วนที่เป็นจุด ๆ ไป เป็นจุดที่ ต้องทำงานแล้วมันเกี่ยวข้องกับเรา บางทีเราก้เข้าไปถามเค้าหรืออะไรอย่างเนี่ย มันเป็นอย่างนี้เพราะอะไร แทนที่เราจะต้องไปนั่งอ่านเองทั้งหมด เราก้ไปถาม เค้า แบบ point ง่าย ๆ...” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 9)

“ที่ว่าอาจจะโชคดีด้วยที่ว่า การที่เราคุยกับคนเยอะ ๆ แล้วบางทีแล้วเค้าพูด อะไรมาประโยคเดียว แล้วมันจุดประกายให้เราคิดแล้วว่าเราจะทำอะไร

เพราะว่าเหมือนว่า พอที่มี seminar มาแล้วคนที่ seminar เคยเป็น supervisor ของ...หมายถึง เป็น grad student ณ ตอนนั้นที่ดูแลโปรเจกต์ที่เราทำ แล้วพี่รู้สึก ว่าเค้าเป็นคนที่ sharp คิดอะไรเก่งมาก เราอาจจะไม่ sharp เท่าเค้า เค้าพูดมา ประโยคหนึ่งแล้วแบบ เค้าบอกว่า ลองทำแบบนี้ดูสิ แ่คำนี้คำเดียว มันสะกิดเรา ว่าเราต้องมาเปลี่ยนแปลงระบบยังไง” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่7)

3.1.3.การวางแผนการทำวิทยานิพนธ์ มีการวางแผนเพื่อการทำงานวิจัยและงาน วิทยานิพนธ์อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น เพื่อให้จบตามเวลาและสามารถแบ่งเวลา สำหรับการทำงานชัดเจนขึ้น โดยมีการลงรายละเอียดเวลาที่จะใช้ทำวิทยานิพนธ์ ในการวางแผนการทำวิทยานิพนธ์มากขึ้น ซึ่งแผนดังกล่าวจะมีเป้าหมายในการทำ วิทยานิพนธ์ในแต่ละช่วงว่าจะเริ่มช่วงไหน กำหนดเวลาที่ต้องเสร็จ รวมถึงการวางแผนการใช้ชีวิตให้ปรับไปกับการทำงาน

“... เราวางไทม์ไลน์อะไรมาดี แลปมันจบพอดี เราก็แบบเออ ก็มีเวลาเขียน paper 8 ชั่วโมงต่อวัน มันเยอะมาก มันเยอะเกินเยอะ เพราะฉะนั้นจริง ๆ การวางแผนเนี่ย มันดีต่อการเขียน paper ทำให้ชีวิตง่าย แทบจะร้อยเปอร์เซ็นต์ เลย” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 2)

“ส่วนใหญ่มันจะเริ่มแรกเลยคือ ตอนที่เราแพลนเขียน paper เราก็จะไปคุยกับ เค้า นั่ง discuss กันทำนองว่า คิดว่า paper นี้จะเหมือนกับ deliver อะไร จะให้ข้อมูลอะไรบ้าง

อะไรประมาณนี้ เพราะฉะนั้นแต่ละ part resource ที่เราควรจะไปใส่เข้าไปคือ อะไร แล้วอะไรที่เรามีแล้ว อะไรที่เรายังไม่มีเพื่อที่จะทำเพิ่ม ให้มันมา fulfilled ในสิ่งนี้ได้บ้าง part นั้นก็จะ เป็น part ที่คุยกับเค้า แล้วก็ตอนที่เร draft มา เสร็จ เค้าก็จะช่วยดู” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่5)

“จริง ๆ เป็นวิธีที่ไม่ดี คือนอนให้มันน้อยลง คือบางทีเราพบว่าถ้าเกิดเราออกไป วิ่ง หรือออกไปเล่น ไปซั้จักรยานไปเดินดูสัตว์นานาชนิดที่มันไม่ค่อยเจอใน กรุงเทพฯ กวาง อะไรก็ว่าไป หรือว่าไป hangout มันจะทำให้เวลาที่เรต้องรีบ ทำงานมันหายไป เราก็เลยบอกว่า อะ งั้นเราก็นอนน้อยลง คือนอนน้อยลงมันก็มี

limit แหละ คนเรามันอดหลับอดนอนได้ ได้ไม่เกินจุด ๆ หนึ่งใช้มัย แต่มีช่วงนั้น ผมงก็นอนประมาณแบบ 4 ชั่วโมง 5 ชั่วโมง พอช่วงที่เล่นกีฬามันนอนน้อยได้ระดับนี้ สภาพร่างกายมันดีกว่า เราก็เลยเป็นอารมณ์ว่าเรายินดีที่จะนอนน้อยเพื่อไปทำอะไรที่อยากทำ ประมาณนั้น” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 6)

“...แต่ที่นั่นอะ เราจะทยอยส่งให้อาจารย์ที่ปรึกษาเรา ทั้ง 2 ท่าน เพราะมี 2 ท่านใช้มัย co – advisor ก็ทยอยส่งให้เค้าช่วย comment ช่วยอ่าน เพราะฉะนั้นยิ่งเราเสร็จเร็ว เป็นบท ๆ เราส่งไปที่ละบท จบบทนี้ส่งไปให้อ่าน เราก็รอ feedback จากเค้าสักอาทิตย์หนึ่ง ระหว่างรอเราก็เขียนบทอื่นรอ เราก็ไม่ได้นั่งรออย่างเดียว เราก็เขียนบทอื่นต่อไป พอบทเก่ามาปั๊บ อ่านแล้วก็หยุดก่อน แล้วก็มาแก้ที่เค้า comment มันก็จะวนไปวนมาอย่างเนี้ย ไปที่ละบท ๆ...” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 8)

**3.2. การก้าวผ่านความยากลำบากด้านจิตใจ** ผู้ให้ข้อมูลมีความพยายามในการก้าวผ่านความยากลำบากที่เกิดขึ้นทางด้านความคิดและความรู้สึกซึ่งส่งผลกระทบต่อกระบวนการทำวิทยานิพนธ์ เพื่อให้มีความพร้อมทางด้านจิตใจที่จะทำงานต่อ ผู้ให้ข้อมูลจึงมีการจัดการทางด้านจิตใจ ด้วยการทำความเข้าใจ และการผ่อนคลายจากการทำงาน

**3.2.1. การทำความเข้าใจ** ผู้ให้ข้อมูลเกิดการตระหนักที่จะทำความเข้าใจกับสถานการณ์ความยากลำบากที่ตนต้องเผชิญ ผู้ให้ข้อมูลจึงมีการจัดการความคิดของตน โดยการยอมรับสิ่งเกิดขึ้น และปรับเปลี่ยนมุมมองต่อข้อผิดพลาด

**3.2.1.1. การยอมรับสิ่งที่เกิดขึ้น** ผู้ให้ข้อมูลมองว่า ในการทดลองหรือการวิจัยย่อมต้องเจอสิ่งที่ไม่คาดคิดเสมอ ไม่ว่าจะเป็ผลการทำงานไม่เป็นอย่างที่คิด การปรับเปลี่ยนแผนการทำงาน ซึ่งเมื่อได้ทำงานด้านนี้มาเป็นระยะเวลาหนึ่ง พวกเขามองสิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่พวกเขาต้องเผชิญและก้าวผ่านไปได้

“...คือการ fail ในเรื่องงานของวิทยาศาสตร์มันเป็นเรื่องปกติอะครับ มีอะไรที่มันไม่ work เราก็กแก้ ฉะนั้นมันก็เลย unfailed เรื่องงานไปได้” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 6)

“หลัก ๆ ก็คงต้องเป็นที่ตัวเราด้วยที่จะทำให้เราผ่านมาได้ก็คือ เหมือนเราอาจจะต้องไปอยู่ในจุดที่เราต้องคิดให้ได้ว่า มันต้องผ่าน ให้ได้” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่5)

“เออ ไม่ได้มองอย่างนั้น คือยังไงมันก็ต้องมีปัญหาทุก ๆ ช่วง step ของการทำงานอยู่แล้ว ก็แก๊ไปเรื่อย ๆ เราไม่ได้มองว่ามัน เป็นปัญหาหลักเท่าไรหรอก” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่1)

“...อย่างที่เราทำปริญญาเอกอย่างเนี่ย มันเป็นเรื่องที่ไม่เคยทำมาก่อน มันก็จะมีลักษณะของความไม่มั่นใจอยู่มาก เพราะฉะนั้น เราจะต้องเหมือนตัดลิ้นใจแล้วทำเลย เราต้องทำไปมากระดับนึงโดยที่ เก็บความไม่แน่ใจไว้ข้างหลัง แต่ทำไปก่อน แล้วความมั่นใจมันจะ มาเอง ความมั่นใจมันเหมือนแบบเป็นผลลัพธ์อะ จากการที่เราทำ บางอย่างแล้วเราเห็นแล้วมัน work หรือว่ามันไม่ work เราก็มั่นใจ อยู่ดี เพราะว่าเราเชื่อว่า เดี่ยวเราจะทำได้ เพราะเรามั่นใจใน วิธีการ...” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่3)

“ เป็น nature ของสายทดลองปฏิบัติการ คือการทำไป 100 และได้ 20 เพราะว่า ระหว่างทางเราเกิดปัญหาได้เต็มไปหมด เรา ต้องคอยแก้ แล้วระหว่างทางนั้นถ้าเครื่องมือพังขึ้นมา ก็ต้อง เสียเวลาซ่อมเครื่องมือกันอีก เพราะฉะนั้นการที่จะได้ผลงานอะไร ออกมาสักชิ้นอะ ไม่ใช่แค่วางแผนโปรเจค 3 เดือนแล้วฉันจะต้อง ได้โปรเจคได้ผลงาน ไม่มีทาง โปรเจคหนึ่งที่โน่นคือได้เงิน grant มาประมาณ 3 ปีถึง 5 ปีต่อหนึ่งโปรเจค แต่ก็อาจจะต้องส่ง progress report ระหว่างนั้นอยู่แล้ว ทุก 3 เดือนก็มี ทุก 6 เดือน ก็มี ทุกปีก็มี แล้วแต่ว่าโปรเจคไหนเป็นยังไง ก็จะมีส่ง progress report แต่ก็คือไม่ใช่ expect ว่าจะได้เลย เพราะเป็น nature ของมันเรื่องสายทดลอง ว่า มันไม่มีทางได้วันนี้พรุ่งนี้ ปัญหาเต็มไปหมด” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่8)

“...ก็ปัญหาภายนอกที่จะมากกระทบกับงานวิจัย...ไม่ค่อยอะ ไม่ค่อยเจอ ปัญหาตัวงานวิจัยเอง...ก็มี มันมีอยู่เรื่อย ๆ พี่ไม่คิดว่ามันเป็นปัญหา เราทำไปแล้วมันไม่ได้ตามที่เราต้องการ ใช้อย่างนั้นนะ หลายคนอาจมองเป็นปัญหา แต่พี่ว่าเรื่องที่...ปัญหาเครื่องมือ ปัญหาเครื่องมือไม่พอ การจับเวลาอะไรอย่างเนี่ย พวกนี้มีเป็นปกตินะครับ เราก็มา manage ให้มันปรับ มองว่ามันเป็นเรื่องปกติมากกว่า” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่9)

“...ตอนนั้นรู้สึกว่แลบที่ทำมัน fail แล้วเรียน ๆ ไปก็แบบจบกลับมาแล้วยังไงมันก็จะไต่ยึนกระเสว่ กลับมาแล้วแบบบางคนเค้าก็ไม่ happy อะไรอย่างเนี่ย ทีนี้ถ้าจะต้องกลับมาใช้ทุนขนาดนั้น หรือเราจะต้องตัดทอนทีนี้แล้วกลับมาเลย...แล้วมันเป็นการที่เรียนหนักเพราะมันต้องสู้กับตัวเอง ว่ามันต้องทำให้ได้” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่7)

### 3.2.1.2. การปรับเปลี่ยนมุมมองต่อข้อผิดพลาด ผู้ให้ข้อมูลปรับเปลี่ยนมุมมองต่อความผิดพลาดที่เกิดขึ้นเป็นสิ่งที่ควรการเรียนรู้เพื่อการวิจัย และนำข้อผิดพลาดที่เกิดขึ้นนำไปปรับใช้เพื่อแก้ปัญหาที่เกิดขึ้น

“ต่อให้สุดท้ายไม่มีงานวิจัยอะไรในอาทิตย์นั้น มันก็มีอะไรที่เราเรียนรู้ใหม่ ๆ ได้เสมอ จากการพยายามทำแล้วไม่มีอะไรเกิดขึ้นก็ได้ หรือถ้าไม่รู้จะทำอะไรก็ศึกษาอะไรเกี่ยวกับเรื่องที่ทำ เพราะมันจะมีเรื่องเยอะมาก ๆ ที่เราไม่รู้ มันมีเรื่องที่เราไม่รู้และไม่เข้าใจมากกว่าเรื่องที่เรารู้อีก ก็ถ้าจะทำตัวมีสาระก็ทำได้เสมอ ถ้าเบื่อแล้วก็พักผ่อนอะไรอย่างเนี่ย ก็ทำได้เสมอ” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่6)

“ก็เอาเข้าจริงเวลาทำงานมัน มันไม่มีอะไร perfect ร้อยเปอร์เซ็นต์ ก็ต้องยอมรับให้ได้บางทีมันอาจจะได้แค่ 80 แต่เรา deal ด้วยจาก 80 เปอร์เซ็นต์แล้ว” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่7)

“สิ่งที่เราทำได้คือ เราคิดว่าปัญหาเนี่ย มันจะก่อให้เกิดอะไรได้บ้าง เช่น ผลการทดลอง fail เราก็กลับไปย้อนดูว่าทำไมมันถึง fail เรา ก็ไปวิเคราะห์และพิจารณาใหม่ คือเปลี่ยนความกดดันจากความ ผิดพลาดเหล่านั้นอะ ให้มันเป็นงานไปข้างหน้าอะ เราจะมัวแต่จบ อยู่กับความกดดันตรงนั้นต่อไปไม่ได้อะ” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1)

“เราก็เขียนตามที่เราเจอ ที่เราค้นพบ เพราะว่ามันก็แก้ได้ เค้าก็มี ลิขสิทธิ์ที่จะทักท้วง จะเครียดไปทำไม ในเมื่อมันคือการทำงาน ร่วมกันเพื่อให้หาคำตอบที่ถูกต้อง เค้ามาช่วยคุณดูด้วยซ้ำ มัน ออกไปเป็นชื่อคุณนะ paperนี้จะออกเป็นชื่อคุณนะ ใจ 5 คนที่ เค้ามาตรวจแทบไม่มีสิทธิ์ให้ใส่ชื่อเค้าตรวจเลยว่า ตรวจโดยคนนี้ๆ เค้ามาช่วยแล้วคุณจะมานั่งเครียดกลัวอะไรเค้า” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 2)

“มันเป็น Step หนึ่งอะ เราไปคิดว่าเป็นปัญหามันก็อาจจะ หงุดหงิด แต่ถ้าคิดว่ามันเป็น step หนึ่ง เป็นการเรียนรู้ step หนึ่ง” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1)

3.2.2. การผ่อนคลายจากการทำงาน ผู้ให้ข้อมูลมีความพยายามในการใช้เวลาอื่น นอกจากเวลางาน เพื่อการจัดการความคิดและความรู้สึกให้ผ่อนคลายหลังจาก ผ่านการทำงาน โดยการใช้เวลาอยู่กับตัวเอง และการใช้เวลากับผู้อื่น

3.2.2.1. การใช้เวลาอยู่กับตัวเอง ผู้ให้ข้อมูลให้เวลาร่างนอกจากเวลางานในการทำ กิจกรรมอื่น ๆ ด้วยตัวเอง เช่นการไปเที่ยว การออกกำลังกาย เพื่อผ่อนคลายความตึงเครียดที่เกิดขึ้น

“คือในด้าน productivity มันก็มีบางช่วงที่ด้าน productivity ต่ำกว่าช่วง อื่น เพราะเราไปทำอย่างอื่น แต่ว่าไอ้อย่างอื่นที่ทำเนี่ย อย่างเช่น สมมติ แบบหน้าร้อนไปเที่ยวอย่างเนี่ย ไปเที่ยวครั้งเดียว คิดถึงมันได้อีก 11 เดือน ที่เหลือ กว่าเราจะไปเที่ยวอีกรอบ มันก็จะเป็นช่วงที่แบบโอเค อาจจะมี มี งานต่ำมาก ซึ่งก็คือไม่มีเลย ไม่ทำอะไรเลย ไม่คุยกันเรื่องฟิสิกส์เลย อาจารย์ facebook ก็คุยเรื่องอื่น แต่ว่าพอกลับมา ช่วงที่แบบ เออ เฮ้ย



เราทำงานอยู่ที่เปลี่ยนบรรยากาศ คือถ่ายรูปรุ่งเดี่ยว โพลสได้ตลอดไป ได้มานั่งนึกถึงประสบการณ์ตอนไปเที่ยว แชรให้คนอื่น เล่าให้คนอื่น ก็สุดท้ายเลยด้าน mental มันก็เลยโอเค stable ตลอด” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 6)

“คือหลัก ๆ แค่แบบเสาร์อาทิตย์ ก็คือจะไม่ได้ทำงานทุกวันขนาดนั้น เสาร์อาทิตย์ถ้าเกิดมีกิจกรรม ก็จะทำบ้างอะไรแบบนี้ หรือบางวันก็จะมีแบบไปออกกำลังกายตอนเย็น ...” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 5)

“...การที่จะทำให้หัวสมอง fresh อีกครั้ง เราต้องหยุดคิดสักพักใช้ปะ แล้วปกติแล้วการหยุดคิดเนี่ยมันทำได้ยาก ถ้าเราไม่เคยฝึกมาใช้มั๊ย ช่วงนั้นที่ทำก็คือ ไปว่ายน้ำในท่าที่ไม่เคยว่ายมาก่อน อย่างเช่นว่ายท่ากบไม่เป็น ก็แบบหัดว่ายท่ากบ แล้วการทำแบบนี้ มันต้องอาศัย body awareness มาก คือถ้าเราไปเริ่มคิดเมื่อไรอย่างเงี้ย คิดเราจะไม่โฟกัสกับ body เราใช้ปะ เราจะจม มันก็เหมือนเป็นการแบบเราโดน force ให้มี body awareness อยู่ตลอด คือช่วงนั้นเราก็ต้องหยุดคิดจริง ๆ แบบ natural ต้องหยุดคิด ไม่งั้นจะจม อันนั้นคิดว่าเป็นเทคนิคที่ดีมากในการแบบเคลียร์ทุกอย่างในสมองก่อนที่จะเริ่มงาน...” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 3)

### 3.2.2.2. การใช้เวลากับคนรอบข้าง ผู้ให้ข้อมูลมีการใช้เวลาว่างกับคนรอบข้าง เพื่อผ่อนคลายความเครียดจากการทำงาน โดยมีครอบครัว เพื่อน

#### 3.2.2.2.1. พุดคุยกับเพื่อน การพุดคุยสนทนากับเพื่อน ไม่ว่าจะเป็นเรื่องทั่วไป หรือเรื่องที่ผู้ให้ข้อมูลรู้สึกทุกข์ใจการทำวิจัย ทำให้ผู้ให้ข้อมูลรับรู้ว่ามีคนรับฟังตน เป็นที่เข้าใจ

“ส่วนใหญ่ก็คือจะกินข้าวด้วยกันกินกาแฟด้วยกันทุกวัน และก็มีไปปาร์ตี้ด้วยกัน แต่ถ้าเป็นคนไทยนี่คืออาจจะวันปกติจะไม่ได้เจอเท่าไร แต่จะเจอเฉพาะสุดสัปดาห์ ที่นัดรวมตัวกันอะไรกัน แต่ว่ากลุ่มทางฟิลิปปินส์คือ hangout กันทุกวัน” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 10)

“คุยกันเรื่องทั่วไปเรื่องอื่น เพียงแต่หลายครั้งก็มีอะไรดี ๆ ออกมาจากการคุยกันตอนกลางวัน ตอนพักกินข้าวด้วยกัน คือเรื่องไร้สาระ ..ไม่ใช่เรื่องไร้สาระ เรื่องที่ไม่เกี่ยว เรื่องการเมือง เรื่องกีฬา เรื่องอะไรแบบเนี่ย คือมันได้หมด เพราะว่าคนที่ไปคุยก็คือคนที่มีประสบการณ์อะไรอย่างเนี่ย ความสนใจหลากหลาย เหมือนอย่างเพื่อนร่วม office อะ เป็นประธานชมรมไตรกีฬา ของมหาลัยเป็นนักกีฬามหาลัย เค้าก็จะมี ความสนใจที่มาแชร์ คือมันจะอยู่ในบรรยากาศที่มันค่อนข้าง relax ที่จะคุยเรื่องอื่น คุยกันเรื่องงานที่มันไม่จำเป็นจะต้องถูกก็ได้” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 6)

“...ทำแลปก็ไม่ได้สบายใจตลอดเวลา อย่างที่บอกมันต้องเผชิญกับคนหลายแบบ ทั้งรุ่นน้อง ทั้งคนโน้นคนนี้ ทั้งเจ้าหน้าที่แลปคนอื่น ๆ แล้วก็มีแบบปัญหาที่แบบ อู้ย เยอะแยะมากมาย เราก็จะไปไหนอะ ก็ต้องระบายกับเพื่อน รุ่นน้องคนไทยที่ไปเรียนสาขาอื่น ๆ ที่โน้น เราก็มีแก๊งค์ของเราอยู่ที่โน้น คนไทยก็ support กันดี ก็จะมี hangout กัน มีอะไรกันมาคุยกันระบายแบบเออวันนี้เจออะไรมา เพื่อนในแลปหรืออะไรอย่างเนี่ย อาจารย์ บางคนเจออาจารย์ไม่ดีบ่นอาจารย์ ก็มี ก็มาแชร์กัน เล่ากัน เค้าก็ บางทีกลัวเค้าเบื่อ เค้าก็แบบเอาเลยพี่ เอาอีกอยากฟัง เล่ามาอยากฟัง ก็โอเค..” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 8)

“หลัก ๆ คือเล่าให้ฟังว่าปัญหาเป็นยังไง แต่เค้าอาจจะไม่ได้เข้าใจหรือกว่าปัญหาเราคืออะไรจริง ๆ เพราะว่าปัญหาทาง technical แต่ว่า...แต่ก็นั่นแหละ แค่มมีคนรับฟังมันก็รู้สึกดีขึ้น (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 5)

“อย่างถ้าเป็นวันธรรมดาเวลาที่เรานั่งทำวิจัยทำงาน ไร่ กิจกรรมที่ทำกับเพื่อนบ่อยก็คือเดินไปกินกาแฟแล้วก็นั่งคุยกัน มันก็ช่วยให้ได้ผ่อนคลายนิดนึงก่อนจะกลับมาทำงานใหม่ หรือว่าจะได้ไม่เหมือนกับว่า คล้าย ๆ เป็นการ take a break ว่า แทนที่จะนั่งนาน ๆ ทั้งวันเลย ก็ได้ออกไปเดินสูดอากาศ ผ่อนคลายและก็ relax” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 10)

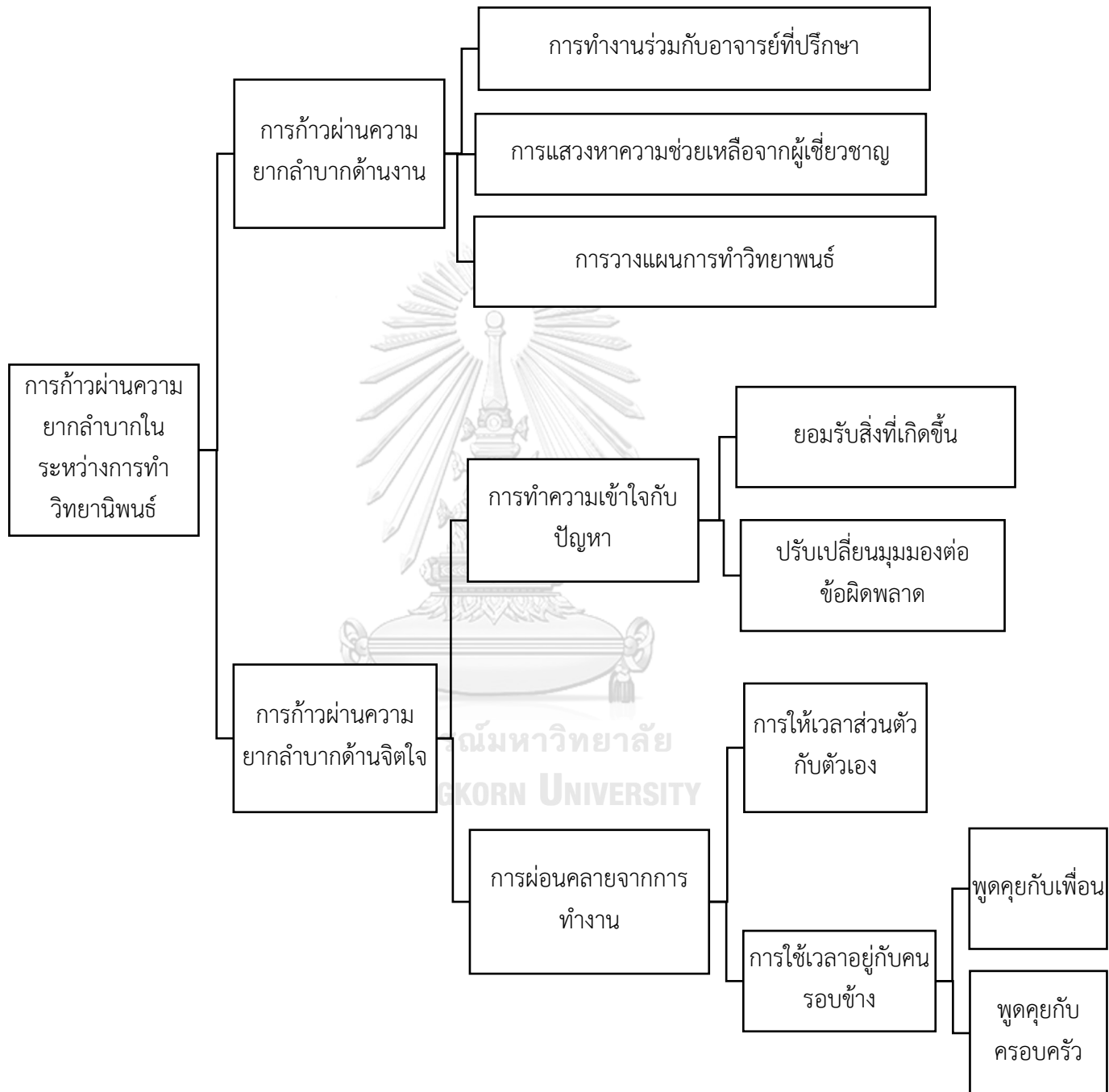
3.2.2.2. **พูดคุยกับครอบครัว** การพูดคุยกับครอบครัวจะเป็นการพูดคุยเรื่องทั่วไป ซึ่งไม่ได้เกี่ยวกับเนื้อหาการทำวิทยานิพนธ์โดยตรง ซึ่งเป็น การไม่คุยเรื่องเกี่ยวกับการเรียนหรือการจบการศึกษา ทำให้ผู้ให้ข้อมูล รู้สึกได้รับการสนับสนุนจากครอบครัว โดยการไม่ได้รับความกดดัน จากครอบครัว

“คือพอไม่มี pressure จากที่บ้านอะ มันก็เหลือ pressure อย่างเดียว คือ pressure จากงานแล้ว เราจะบริหารจัดการกับ pressure ตรงนั้นง่ายขึ้นเนี่ย” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1)

“คุยกันบ่อย ปกติแบบแม่ก็โทรมา คุยกับพ่อแม่แบบมาก ทุกวันเลย คุยกันเรื่องทั่ว ๆ ไปเลย กินข้าวหรือยัง มีทีวีอะไร แม่เค้าก็เล่าเรื่องไปตามของเค้า บ้าขำบ้านเป็นแบบนี้ คุยกันเรื่องอื่น ๆ เรื่องของแม่ ฟังแม่เล่าเรื่อง” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 3)

“พ่อแม่ก็ไม่ได้เข้ามาเหมือนแบบ you จะต้องเรียนจบรุ่นนี้ เหมือนไม่ได้เข้ามาตรวจสอบว่ายังเรียนอยู่มั๊ย เรียนจบมั๊ย จะจบเมื่อไร แบบตรวจสอบจริงจัง เพราะยังไงเค้ารู้ว่าเราจะต้องทำมันอยู่แล้ว” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 4)

จากข้อค้นพบดังกล่าว ผู้วิจัยสามารถสรุปเป็นแผนภาพถึงประเด็นหลักการก้าวผ่านความยากลำบากในระหว่างการทำวิทยานิพนธ์ ดังนี้



รูปภาพที่ 4 การก้าวผ่านความยากลำบากในระหว่างการทำวิทยานิพนธ์

#### 4. การเติบโตหลังการทำวิทยานิพนธ์

หลังจากเสร็จสิ้นกระบวนการทำวิทยานิพนธ์ ผู้ให้ข้อมูลมีการรับรู้ถึงความเปลี่ยนแปลงของตนเองที่เกิดขึ้น ซึ่งเมื่อเปรียบเทียบกับก่อนการเข้ามาเรียนปริญญาเอกและกระบวนการทำวิทยานิพนธ์ระดับปริญญาเอก ผู้ให้ข้อมูลมีการรับรู้ว่าคุณสมบัติทักษะหรือส่วนใดส่วนหนึ่งในตนเองที่ได้รับการฝึกฝนจนชำนาญและพัฒนาเติบโตขึ้น ซึ่งการเติบโตที่ผู้ให้ข้อมูลรับรู้ได้ สามารถแบ่งได้เป็น การสร้างองค์ความรู้ และด้านการจัดการ

**4.1. การสร้างองค์ความรู้** ผู้ให้ข้อมูลรับรู้ว่าคุณสมบัติการเรียนรู้การสร้างองค์ความรู้หลังจากผ่านกระบวนการทำวิทยานิพนธ์ ในที่นี้องค์ความรู้ที่ผู้วิจัยรับรู้ว่าคุณสมบัติการเรียนรู้จากกระบวนการทำวิทยานิพนธ์ คือ องค์ความรู้ด้านวิธีการเรียนรู้ และองค์ความรู้ด้านวิชาการ

**4.1.1. กระบวนการเรียนรู้** ผู้ให้ข้อมูลรายงานว่าได้เรียนรู้วิธีการเรียนรู้ประเด็นใดสักประเด็นหนึ่งจากการผ่านกระบวนการทำวิทยานิพนธ์ซึ่งทำให้สามารถนำไปประยุกต์ใช้กับการทำงานในปัจจุบันที่อาจจะไม่ได้ทำในหัวข้อหรือประเด็นที่ตนเชี่ยวชาญแต่สามารถทำงานได้ โดยใช้หลักการวิธีการเรียนรู้เพื่อศึกษาหาข้อมูลเกี่ยวกับสิ่งเหล่านั้น

“เออ ถ้าถามคือ คิดว่ามันเป็นกระบวนการเรียนรู้อะค่ะ คือเหมือนเราเริ่มจากการที่บางที่เราอาจจะไม่ได้รู้อะไรตรงส่วนนั้นจริง ๆ จัง ๆ เลย เราแค่คิดว่า โอเค มันเป็นเรื่องที่เราอยากศึกษา แต่ว่าปริญญาเอกทั้งหมดมันคือการไปสู่จุดหมายปลายทางที่เราจะรู้ในสิ่งที่เราอยากรู้ได้ยังไง เริ่มตั้งแต่จะ plan ยังไง แล้วจะลงมือทำมันยังไง แล้วจะวิเคราะห์ยังไงเพื่อให้ได้ข้อมูลที่เราอยากได้” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 5)

“อะ งานวิจัยป.เอกอะค่ะ มันไม่ใช่ที่เราเรียนตอนป.ตรีหรอก ส่วนใหญ่อะคือจะเจาะลึกอะ คือไปศึกษาเพิ่มเติมเอาเอง คือเนื้อหาที่เป็นทั้งตรีโทเอกเป็นพื้นฐานเฉย ๆ บางเรื่องอะไม่ได้ใช้ด้วยซ้ำ เพราะว่ามันเจาะ field ไปแล้วคุณเข้าไปศึกษาเพิ่มเติมเอาเอง แต่เรียนพื้นฐานป.เอกคุณรู้สึกว่าได้ระบบความคิด ได้พัฒนาวิธีการคิด การแก้ปัญหาด้วยตัวเอง คือเรียนมาที่ได้อะที่บอกว่าปริญญาเอกได้อยู่แล้ว ใบปริญญา แต่คือไม่ใช่จุดสำคัญที่สุด ที่ได้คือได้หลักคิด ได้ระบบความคิดว่าคิดยังไง แก้ไขปัญหาอย่างไร ตอนเหมือน

แบบว่าจบมาคือแบบก็มีความมั่นใจระดับหนึ่งว่า โยนปัญหาอะไรมาให้ฉันอะ ฉันก็รู้วิธีที่จะแก้อย่างไร อันนี้คือสิ่งที่ได้จากป.เอก” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 8)

“เนื่องจากว่าเรารู้สึกว่าเรามีความมั่นใจใน *practice* ของเรามาก เราก็สามารถแบบเปลี่ยนสิ่งที่เราจะทำได้ง่าย เราไม่รู้สึกยึดติดกับสิ่งที่เราเคยทำ มันก็แบบเรื่องไหนก็ได้ อย่างเงี้ยเรารู้สึกเรามั่นใจในการเปลี่ยน เพราะเรามั่นใจว่าเรามีกระบวนการ เรามีทรัพยากร” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 3)

“การคิด ความคิดในแง่ของการได้มาอะไรอย่างหนึ่งมันเป็นระบบมากขึ้น เป็นระบบมากขึ้นเยอะเลย ดูโปรเจกต์นี้มานะ โอเคมีโปรเจกต์นี้มากี่ดูหนึ่งสองสาม ดูความเสี่ยง ดูว่าจะได้ประโยชน์อะไร” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 2)

“ไอ้เรื่องที่เราวิจัยอยู่นั้นจริง ๆ อะ สุดท้ายแล้ว มันไม่ได้เอาไปใช้หรอก แต่ว่า *process* ที่เราทำงานนี้ให้มันสำเร็จเนี่ย กระบวนการเรียนรู้เนี่ย เราจะเอาไป *implement* เอาไปประยุกต์ใช้กับงานอื่น ๆ ที่เกิดขึ้นได้” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1)

4.1.2. **ความรู้ด้านวิชาการ** ผู้ให้ข้อมูลรับรู้ว่าตนมีความรู้ด้านวิชาการที่เพิ่มมากขึ้น จากการที่ตนได้ใช้เวลาศึกษาในหัวข้องานวิทยานิพนธ์ ทำให้ผู้ให้ข้อมูลมีมุมมองในการพิจารณาเกี่ยวกับประเด็นในสาขาวิชาที่ตนสนใจที่ถ่องแท้มากขึ้นด้วยการสะสมประสบการณ์ในการคิดวิเคราะห์ในประเด็นนั้นเป็นเวลาหลายปี

“ส่วนอีกอันนี่ก็เป็นด้านฟิลิกส์ ด้านฟิลิกส์อย่างที่บอก มันมาจากประสบการณ์มันมาจากความรู้ที่เราสร้างมันมากขึ้นเรื่อย ๆ ไอ้ตรงนี้มันพัฒนาขึ้นอยู่แล้วตามเวลา และเพราะเราได้เรียนรู้ไปเรื่อย ๆ มันต้องเรียน เพราะมันมีหลายด้าน” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 9)

“อาจจะทำให้เรามองอะไรหลายด้านมากขึ้น เพราะว่าเวลาเราทำวิจัยเราอาจจะ เราก็คิด ๆ ปัญหาของเราอย่างนี้ แล้วเราต้อง พอดคิด ๆ ขึ้นมาเสร็จ เราต้องไปสื่อสารให้คนอื่นฟัง บางทีเค้าแย้งมาในบางมุมที่ เออ เราก็

ไม่ได้คิดถึงตรงนี้มาก่อน เหมือนเราคิดไม่ได้รัดกุมพออย่างนี้”(ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 10)

4.2. ด้านความเป็นมืออาชีพในการทำงาน ผู้ให้ข้อมูลรับรู้ว่าคุณมีความเปลี่ยนแปลงด้านมุมมองต่อการทำงานซึ่งทำให้ผู้ให้ข้อมูลมีความมั่นใจในการบริหารจัดการชีวิตการทำงานและชีวิตส่วนตัวของตนเองเป็นไปอย่างสมดุลมากขึ้น โดยการเติบโตด้านความเป็นมืออาชีพในการทำงาน จะมีทั้งความสามารถบริหารเวลาการทำงานได้ และความมั่นใจในความสามารถของตน

4.2.1. ความสามารถบริหารเวลาการทำงานได้ ผู้ให้ข้อมูลรับรู้ว่าคุณมีการเปลี่ยนแปลงเกี่ยวกับการจัดการงาน คือรับรู้ว่าคุณมีการจัดลำดับความสำคัญงานได้ดียิ่งขึ้น สามารถบริหารการทำงานกับผู้อื่นที่เกี่ยวข้อง และความรับผิดชอบต่อการทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น จากการที่ตนผ่านการทำงานหนักมาอย่างยากลำบาก

“ถ้ามองย้อนกลับไปนะคะ ก็มองว่ามันคือบทพิสูจน์อันหนึ่งในชีวิตว่า คุณจะสามารถที่จะ set up อะไรด้วยตัวคุณเอง แล้วเกี่ยวกับมันทั้งหมด เราสามารถ deliver ความเข้าใจให้คนอื่นได้ พี่มองอย่างนั้นมากกว่า แล้วมันเป็น skill ที่คุณได้มาระหว่างทาง ...เป็น skill ที่จะต้อง...ทำอะไรให้สำเร็จ skill ที่ต้องเจอคนที่ไม่รู้จักมาก่อน แล้วต้องขอความช่วยเหลือเค้า skill ที่จะต้อง manage เวลาว่า จะทำในบางสิ่งที่คุณคิดว่าไม่คิดว่าจะเกิดได้ก็ต้องเกิดให้ได้ ” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 7)

CHULALONGKORN UNIVERSITY

“...มันมีความรับผิดชอบมากขึ้น ทำงานได้ตามเวลาอะไรอย่างนี้...เหมือนเราค่อย ๆ โตขึ้นแหละ ความรับผิดชอบเรามากขึ้นเรื่อย ๆ ไรตรงเนี่ยเป็นหนึ่งในอันแล้วที่ต้องพัฒนาตัวเอง...” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 9)

“..หลัก ๆ คือความรับผิดชอบนั้นแหละ คือ การที่คนเค้าจะทำงานร่วมกับเรา เรามีเพื่อนร่วมงานเยอะมาก หลากหลายมาก แต่การที่จะเก็บเค้าเอาไว้ได้อะ คือ เริ่มต้นก็ไม่ง่ายแหละ จะเริ่มร่วมมือทำงานกับใคร ต้องมีคนบอกต่อ หรือว่าคนแนะนำอะไรมา หรือมาเริ่มคุยกัน พอคุยกันแล้วจะคิดว่าจะทำงานต่อเนื่องได้นานเท่าไร จะเป็นผู้ร่วมงานกันได้กี่ปี มาครั้งเดียวแล้วไปมัย มันจะอยู่กันเป็น 10 ปี...” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 8)

4.2.2.ความมั่นใจในความสามารถของตน ผู้ให้ข้อมูลรับรู้ถึงขอบเขตของระดับความสามารถของตน โดยมีมุมมองว่าตนมีศักยภาพที่จะรับมือสถานการณ์ที่ไม่เป็นใจที่เกิดขึ้นในชีวิตได้อย่างไรบ้าง โดยการตระหนักในขอบเขตความสามารถของตน เกิดจากการทำงานจริงในกระบวนการทำวิจัยและการทำวิทยานิพนธ์ ทำให้ผู้ให้ข้อมูลเห็นว่าตนเองต้องรับมือกับสถานการณ์ด้านการงานที่ไม่เป็นใจ จึงทำให้เกิดการพัฒนาทักษะการรับมือสถานการณ์ที่ยากลำบาก โดยการปรับมุมมองการมองสถานการณ์ให้ถี่ถ้วนมากขึ้นและลดความคาดหวังที่สูงเกินไป จึงเกิดการความมั่นใจในความสามารถของตนเองโดยอิงความเป็นจริง

“มี...ไ้การผ่านกระบวนการไ้การทำวิทยานิพนธ์เนี่ย อย่างที่บอกปริญญาเอกจะมีทุกคนที่...จะมีจุดที่ต้องก้าวผ่านการเขียน thesis การเขียนรูปเล่มเนี่ยไปให้ได้ ทำในสิ่งที่ตัวเองไม่อยากทำ มันจะทำให้จิตใจเรามีเสถียรภาพมากขึ้น เวลาเราเจออะไรที่มันไม่ได้ตั้งใจ หรือเจออะไรที่เราไม่อยากทำแต่มันเป็นงานที่เราต้องทำ เราก็สามารถ handle มันได้โดยที่ handle ได้” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 9)

“คนที่จบปริญญาเอก ไม่ใช่ expertise ไม่ใช่ผู้เชี่ยวชาญ แต่ว่าเป็นผู้ที่รับมือกับความเปลี่ยนแปลงได้ ได้ดี...” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1)

“อีกสิ่งที่เราได้มาจากการที่เราอยู่เมืองนอกก็คือ เราจะเห็นว่าผู้คนที่มาจากหลาย ๆ ชาติมีแอฟริกันบ้าง อเมริกา อเมริกาใต้ ยุโรป เอเชีย คือเค้ามีลักษณะ background mindset พื้นฐานที่แตกต่างอย่างสิ้นเชิง เราก็เห็นว่าในสิ่งเดียวกัน คนที่มาจากแต่ละชาติเค้ามองกันคนละแบบเลยนะ สิ่งเหล่านี้ทำให้เราไม่ตัดสินอะไรอย่างรวดเร็ว” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 3)

“ตอนแรกพีคิดว่า ตอนที่พีเรียนสิ่งที่เราทำมันยิ่งใหญ่มากเลย เราต้องทำให้สำเร็จ ไม่ได้หมายถึงการเรียนจบป.เอกนะ แต่หมายถึงว่างานวิจัยที่เราทำ มันยิ่งใหญ่มากเลย เราต้องทำให้สำเร็จแล้วสิ่งนี้มันก็จะแบบแฮ่กติกกับทุก ๆ คนและก็ทำให้เรามีชื่อเสียง แต่พอเรียนจบมารู้สึกว่า เรานี้เล็กมากเลย เป็นแค่จุด ๆ หนึ่งจุด ๆ หนึ่งของงานวิจัยเรื่องนี้ทั้งหมด หรือว่าจุด ๆ หนึ่งของโลกใบนี้อะไรอย่างเงี้ย” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 4)



“ตั้งแต่เรียนป.เอกมา ด้วยความโตขึ้นของเราด้วยมัน ทำให้เรารู้สึกว่าความคิดมันก็เปลี่ยนไป เราก็ได้ลองประสบการณ์หลาย ๆ แบบ ...จากการที่เราติวเตอร์จากการที่เราทำ TA จากการที่เราได้สอนเด็กในแล็บใช้เครื่องมือหลักการโน่นนี่นั่น เด็กก็จะบอกเป็นเสียงเดียวกันว่ารู้เรื่องเข้าใจมีหลักการ ก็เลยทำให้เราได้รู้ว่าเอ๊ย เราสอนคนได้นี่นา ก็เลยเปลี่ยนความคิด....” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 8)

“มันโอเคที่เราจะไม่รู้ มันโอเคที่เราจะทำผิด เพราะมันไม่เป็นไรเลย หมายถึงในด้านวิชาการ มันไม่ใช่ทุกอย่างจะต้องสำเร็จ ไข่ม้อย ถ้าเราไม่คาดหวังว่าทุกอย่างจะต้องสำเร็จ มันก็ไม่ใช่ไร” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 6)

จากข้อค้นพบดังกล่าว ผู้วิจัยสามารถสรุปเป็นแผนภาพถึงประเด็นการเติบโตหลังจากการทำวิทยานิพนธ์ ดังนี้



รูปภาพที่ 5 การเติบโตหลังจากการทำวิทยานิพนธ์

จากการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงลึกจากการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลทั้งหมด 10 คน ผู้วิจัยสามารถสรุปเป็นแผนภาพสรุปประสบการณ์ทางจิตใจในการทำวิทยานิพนธ์ของนักศึกษาปริญญาเอก ดังนี้



รูปภาพที่ 6 ประสบการณ์ทางจิตใจในการทำวิทยานิพนธ์ของนักศึกษาระดับปริญญาเอก

## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

#### สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพแนวปรากฏการณ์วิทยา มีจุดประสงค์ เพื่อศึกษาประสบการณ์ทางจิตใจในการทำวิทยานิพนธ์ของนักศึกษาระดับปริญญาเอกในสายวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มีการเก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth interview) ผู้ให้ข้อมูลจำนวน 10 คน จากผลการวิเคราะห์ข้อมูล ได้ประเด็นออกมาดังนี้

1. ความยากลำบากในการทำวิทยานิพนธ์
  - 1.1. กระบวนการวิจัยไม่เป็นไปตามแผนที่คิดไว้
    - 1.1.1. ผลที่ได้ไม่เป็นไปตามแผนการวิจัย
    - 1.1.2. ความไม่แน่นอนในกระบวนการวิจัย
      - 1.1.2.1. คาดการณ์การเกิดปัญหาไม่ได้
      - 1.1.2.2. คาดการณ์เวลาในการแก้ปัญหาไม่ได้
  - 1.2. ความพยายามในการทำตามเงื่อนไขการจบ
    - 1.2.1. ความพยายามในการทำงานให้ทันตามเวลา
    - 1.2.2. ความพยายามในการทำวิทยานิพนธ์ให้มีคุณภาพ
      - 1.2.2.1. ต้องมีองค์ความรู้เพิ่มเติม
      - 1.2.2.2. ถูกต้องตามหลักการเขียน
    - 1.2.3. ความพยายามในการประสานงานผู้คนที่เกี่ยวข้องกับวิทยานิพนธ์
2. สภาวะจิตใจในช่วงการทำวิทยานิพนธ์
  - 2.1. สภาวะจิตใจทางบวก
    - 2.1.1. ตื่นเต้นเรียนรู้สิ่งใหม่
  - 2.2. สภาวะจิตใจทางลบ
    - 2.2.1. ความไม่มั่นใจในความสามารถของตน
      - 2.2.1.1. รู้สึกว่าตนไม่ดีพอที่จะทำงานให้ได้มีคุณภาพ
      - 2.2.1.2. รู้สึกว่าตนควรมีความสามารถมากกว่านี้

- 2.2.2.ความเครียดจากงานสะสม
- 2.2.3.ความท้อแท้ในการแก้ปัญหาทางาน
- 2.2.4.การหลีกเลี่ยงงาน
- 3. การก้าวผ่านความยากลำบากในระหว่างการทำวิทยานิพนธ์
  - 3.1. การก้าวผ่านความยากลำบากด้านงาน
    - 3.1.1.การทำงานร่วมกับอาจารย์ที่ปรึกษา
    - 3.1.2.การแสวงหาความช่วยเหลือจากผู้เชี่ยวชาญ
    - 3.1.3.วางแผนการทำวิทยานิพนธ์
  - 3.2. การก้าวผ่านความยากลำบากด้านจิตใจ
    - 3.2.1.1. การทำความเข้าใจกับปัญหา
      - 3.2.1.1.1. การยอมรับสิ่งที่เกิดขึ้น
      - 3.2.1.1.2. การปรับเปลี่ยนมุมมองต่อข้อผิดพลาด
    - 3.2.1.2. การผ่อนคลายจากการทำงาน
      - 3.2.1.2.1. การใช้เวลาส่วนตัวกับตัวเอง
      - 3.2.1.2.2. การใช้เวลาอยู่กับคนรอบข้าง
        - 3.2.1.2.2.1. พูดกับเพื่อน
        - 3.2.1.2.2.2. พูดกับครอบครัว
- 4. การเติบโตหลังจากการทำวิทยานิพนธ์
  - 4.1. ด้านการสร้างองค์ความรู้
    - 4.1.1.กระบวนการเรียนรู้
    - 4.1.2.ความรู้วิชาการ
  - 4.2. ด้านความเป็นมืออาชีพในการทำงาน
    - 4.2.1.ความสามารถในการบริหารเวลาการทำงานได้
    - 4.2.2.ความมั่นใจในความสามารถของตน

### อภิปรายผล

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยสามารถแบ่งประเด็นการอภิปรายข้อมูลได้เป็น 4 ประเด็นหลัก คือ (1) ความยากลำบากในการทำวิทยานิพนธ์ (2) สภาวะจิตใจในช่วงการทำวิทยานิพนธ์ (3) การก้าวผ่านความยากลำบากในระหว่างการทำวิทยานิพนธ์ และ (4) การเติบโตหลังจากการทำวิทยานิพนธ์

## ประเด็นที่ 1 ความยากลำบากในการทำวิทยานิพนธ์

จากผลการวิจัย พบว่า ในระหว่างกระบวนการทำวิทยานิพนธ์ตั้งแต่เริ่มการผ่านคุณสมบัติเป็นนักศึกษาปริญญาเอก ทำการวิจัย จนกระทั่งเขียนวิทยานิพนธ์เพื่อรายงานผลการวิจัย ผู้ให้ข้อมูลโดยส่วนใหญ่รายงานว่า เจอความยากลำบากในการทำวิทยานิพนธ์ ซึ่งแบ่งเป็น 2 ประเด็นได้แก่ กระบวนการวิจัยไม่เป็นไปตามที่แผนที่คิดไว้ และความพยายามในการทำตามเงื่อนไขการจบ

### กระบวนการวิจัยไม่เป็นไปตามที่แผนที่คิดไว้

ในความยากลำบากด้านกระบวนการวิจัยไม่เป็นไปตามแผนที่วางไว้ นั้น พบว่า ผู้ให้ข้อมูลประสบเหตุการณ์ที่เมื่อได้ลงมือทำตามแผนที่วางไว้ล่วงหน้า ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นจริงแตกต่างจากผลลัพธ์ที่ตนคาดการณ์ไว้ โดยผู้ให้ข้อมูลมีการวางแผนสำหรับรูปแบบการวิจัยของตน ไม่ว่าจะเป็นกระบวนการเก็บข้อมูลวิจัย และเครื่องมือการวิจัยที่จะสอดคล้องกับสมมติฐานงานวิจัยของตนเอง แต่เมื่อได้มีการดำเนินการจริงในระยะเวลาหนึ่งก็พบว่ากระบวนการเก็บข้อมูลวิจัยมีปัญหา เนื่องจากผลการวิจัยที่ได้ไม่เป็นไปตามสมมติฐานงานวิจัย จึงทำให้การดำเนินการวิจัยและการเขียนวิทยานิพนธ์เกิดความสะดุดและขัดสน นอกจากนี้ผู้ให้ข้อมูลยังพบความไม่แน่นอนในกระบวนการวิจัย คือ ผู้ให้ข้อมูลไม่สามารถคาดการณ์ช่วงเวลาที่จะเกิดปัญหาในระหว่างการทำวิจัย และเมื่อประสบปัญหาแล้ว ผู้ให้ข้อมูลสามารถคาดการณ์ได้ว่าปัญหาจะคลี่คลายเมื่อไรและต้องใช้เวลาเท่าไรในการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นให้เสร็จสิ้น ซึ่งเมื่อเกิดความไม่แน่นอนในกระบวนการวิจัยทำให้ผู้วิจัยรู้สึกว่าคุณไม่สามารถควบคุมกระบวนการวิจัยและการทำวิทยานิพนธ์ให้เป็นไปอย่างที่ตนวางแผนได้ และการวิจัยอาจจะดำเนินไปได้อย่างไม่ราบรื่น โดยตัวอย่างของประโยคที่แทนประเด็นความยากลำบากด้านกระบวนการวิจัยไม่เป็นไปตามแผนมาจากคุณเนย ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 5 มีดังนี้

“...เพราะว่าทุกอย่างที่ก่อนที่เราจะเริ่มวิจัย มันเป็นไอเดีย มันเป็นสิ่งที่เราคาดว่ามันจะเป็น แต่ว่าสุดท้ายแล้วมันไม่ได้แปลว่ามันจะเป็นอย่างนั้นจริง ๆ จำได้ว่ามีคนเคยบอกว่า อย่างการทดลองที่ทำ ๆ กันอย่างเนี่ย ถ้าเกิดใครตอนแรก plan กันเอาไว้ว่าจะทำ ระยะเวลาเท่าไร ในความเป็นจริงอะ ให้คุณสองแล้วเพิ่ม order of magnitude หมายถึงว่า ถ้าเราคิดจะทำ 1 วัน คุณสอง เป็น 2 วัน แล้วเพิ่มจาก 1 อะ กลายเป็น 10 คือทำจริง 20 วัน เพราะงั้น อะไรที่มันยาวกว่านั้น มันก็จะแยกกว่านั้นอีก” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 5)

ข้อค้นพบดังกล่าวทำให้เห็นว่าผู้ให้ข้อมูลมองความยากลำบากเป็นสิ่งที่เกิดจากปัจจัยภายนอกที่เข้ามาแทรกซ้อนในการทำวิทยานิพนธ์ และผู้วิจัยไม่สามารถควบคุมความไม่แน่นอนที่เกิดขึ้นจากการทำวิทยานิพนธ์นั้นได้ สอดคล้องกับงานวิจัยของ Blum (2010) ที่กล่าวว่านักศึกษาระดับปริญญาเอกในสาขาวิทยาศาสตร์มักจะเจอความขัดสนในเรื่องของเงินลงทุนในโครงการวิจัย ซึ่งเป็นปัจจัยภายนอกที่เป็นส่วนที่นักศึกษา ก็ไม่สามารถควบคุมได้ตั้งใจต้องการ และจากงานของKnox และคณะ (2011) ที่พบว่าจากการรายงานของอาจารย์ที่ปรึกษาที่ได้พูดคุยกับนักศึกษาที่มีประสบการณ์การทำวิทยานิพนธ์ทางด้านบวก มักพบว่านักศึกษาคิดว่าสิ่งที่เป็นปัญหาในการทำวิทยานิพนธ์คือ การทำงานที่อาจต้องเจอความยากลำบากเช่น การหากลุ่มตัวอย่างยาก ความสอดคล้องครั้งนี้แสดงให้เห็นว่าในกระบวนการวิจัยนั้นมีสิ่งที่นักศึกษาปริญญาเอก ไม่สามารถควบคุมให้เป็นไปตามแผนได้ แต่ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้ให้ข้อมูลได้กล่าวถึงปัญหาการวิจัยที่มากกว่าแค่เงินลงทุน เช่น เครื่องมือวิจัยมีปัญหา ผลการทดลองไม่เป็นไปตามที่คิดไว้ เป็นต้น

### **ความพยายามในการทำตามเงื่อนไขการจบ**

ในความยากลำบากในการทำวิทยานิพนธ์ส่วนของความพยายามในการทำตามเงื่อนไขการจบ ผู้ให้ข้อมูลต้องใช้ความพยายามในการทำงานที่ได้รับมอบหมายตามข้อบังคับหลักสูตรสาขาวิชาให้ครบถ้วนและสมบูรณ์เพื่อเป็นไปตามเงื่อนไขการจบการศึกษาซึ่งอาจจะไม่ได้มีแค่วิทยานิพนธ์ ทำให้ผู้ให้ข้อมูลต้องมีภาระงานเพิ่มขึ้นหรือแม้ในการทำวิทยานิพนธ์ก็มีขั้นตอนที่มากกว่าแค่การเขียนวิทยานิพนธ์ ในการพยายามทำงานตามเงื่อนไขการจบ มีประเด็นย่อย 3 ประเด็น คือ ความพยายามในการทำงานให้ทันเวลา ความพยายามในการทำงานวิทยานิพนธ์ให้มีคุณภาพ และการพยายามจัดการกับผู้คนรอบข้างที่เกี่ยวข้องกับการทำวิทยานิพนธ์ ในการพยายามทำงานให้ทันเวลา ผู้ให้ข้อมูลจะต้องทำงานนั้น ๆ ให้เสร็จทันเวลาตามกำหนด ทำให้เกิดความรู้สึกกดดันในการทำงาน ในส่วนของการทำงานวิทยานิพนธ์ให้ได้คุณภาพที่เหมาะสม ผู้ให้ข้อมูลมีความพยายามในการต้องเขียนวิทยานิพนธ์ที่เหมาะสมสำหรับระดับปริญญาเอก ผู้ให้ข้อมูลรับรู้ว่าคุณต้องสร้างผลงานที่ให้องค์ความรู้เชิงลึกกับผู้อ่าน หากผู้ให้ข้อมูลทำงานวิจัยจากงานวิจัยที่มีอยู่แต่เดิม งานของตนต้องมีการเพิ่มเติมข้อค้นพบที่ต่อยอดและแตกต่างจากข้อค้นพบในงานวิจัยเดิมนอกจากนี้งานวิทยานิพนธ์จะต้องมีรูปแบบการเขียนที่ถูกต้อง คือ เป็นเนื้อหาที่มี

การเรียบเรียงข้อมูลที่ค้นพบได้อย่างมีใจความ นอกจากความพยายามในการทำผลงานแล้ว ผู้ให้ข้อมูลยังมีความพยายามในการจัดการบริหารบุคคลที่เกี่ยวข้องกับการทำวิทยานิพนธ์ ซึ่งบุคคลเหล่านี้มีส่วนเกี่ยวข้องที่ทำให้งานวิจัยเป็นไปอย่างราบรื่นหรืออาจเป็นปัญหาในกระบวนการทำงานวิจัยสำหรับวิทยานิพนธ์ได้เช่นกัน ตัวอย่างของประโยคที่แทนความยากลำบากในการทำวิทยานิพนธ์ส่วนของความพยายามในการทำตามเงื่อนไขการจบมาจากคุณเนตร ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 3

“...โดยปกติมันจะต้อง 4 ปี เมื่อแบบ *publication* อะไรทุกอย่าง ...เออเออที่นี่ก็มีข่าว ก็มีอาจารย์ที่ปรึกษาอาจจะต้องย้าย แล้วโปรเจกต์มันก็เลยไม่มาก็เลยกลายเป็นว่า เฮ้ย จากที่แบบต่อปี 4 ได้แน่นอน มันก็กลายเป็นแบบ เฮ้ย ไม่ซัวร์แล้ววะ ตอนนั้นมันก็เลยแบบจากเดิมที่เคยคิดว่าจะมีอีกหนึ่งปี มันก็เลยกลายเป็นว่าต้องจบโดยเร็วที่สุด โดยระยะเวลาที่จะเหลือ 1 ปี สุดท้ายคือช่วงปี 4 เนี่ย เราจะต้อง..ตอนนั้น *public paper* ไป 2 อัน ...3 อัน แต่มันก็เหลือแบบ เราควรจะมี *journal* อีกหนึ่ง ที่ดี อีก 1 *paper* อีก 1 *conference* แล้วต้องเขียน *thesis* ให้เสร็จด้วย แล้วในระยะเวลาตอนนั้น...รวมถึงข้อมูลบางอย่างยังเก็บไม่ครบ ยังเก็บไม่เสร็จ แล้วมันก็กลายเป็นแบบ เฮ้ย เหลืออีก 1 ปี ทุกอย่างเหล่านี้ต้องเสร็จ แล้วเมื่อแบบ คำนวณระยะเวลาแล้วเนี่ย มันแบบ...คือทำยังไง...วางแผนยังไงมันก็ไม่ทันอะ...” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 3)

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ความพยายามในการทำตามเงื่อนไขตามจบให้ได้ทันเวลาและต้องมีคุณภาพงานที่เนื้อหาตอบโจทย์องค์ความรู้ที่หลักสูตรต้องการและกระบวนการทำงานที่ต้องเป็นไปอย่างถูกต้องตามหลักการนั้น ข้อค้นพบนี้สอดคล้องกับงานของ Cantwell และคณะ (2012) ที่กล่าวว่านักศึกษาปริญญาเอกมักจะเป็นตัวแทนของการพยายามทุ่มเทอย่างเต็มที่ซึ่งแสดงออกมาถึงความรู้ความสามารถ ดังนั้นจึงมีความคาดหวังให้นักศึกษาสามารถตอบสนองความคาดหวังด้านวิชาการนี้ได้หากต้องการจบการศึกษาปริญญาเอก ซึ่งทำให้นักศึกษาปริญญาเอกต้องเจอกับการทำงานที่ท้าทายทั้งการบริหารจัดการเวลาระหว่างการทำงานและชีวิตส่วนตัว และต้องรักษาความสัมพันธ์กับบุคลากรที่เกี่ยวข้องกับการทำวิทยานิพนธ์ (Martinez, Ordu, Della Sala, & McFarlane, 2013; West, Gokalp, Pena, Fischer, & Gupton, 2011) ซึ่งในงานวิจัยชิ้นนี้ผู้ให้ข้อมูลพบความยากลำบากในการพยายามทำตาม

เงื่อนไขการจบซึ่งผู้ให้ข้อมูลเกิดความกดดัน และความเครียดในการทำงานเพื่อทำผลงานให้ได้คุณภาพตามความคาดหวังของลักษณะปริญญาเอกที่ควรจะเป็น สอดคล้องจากงานของ Blum (2010) กล่าวว่านักศึกษาปริญญาเอกถูกคาดหวัง สร้างผลงานที่มีคุณภาพที่สามารถสร้างความรู้ใหม่ให้กับวงการได้ ซึ่งต้องใช้ เวลานานเพื่อการทำผลงานที่มีคุณภาพ ส่งผลให้นักศึกษาต้องเผชิญสภาวะความ ขัดแย้งทางอารมณ์อยู่ตลอดเวลา

## ประเด็นที่ 2 สภาวะจิตใจในช่วงการทำวิทยานิพนธ์

จากผลการวิจัยพบว่า ในช่วงระหว่างกระบวนการทำวิทยานิพนธ์ ผู้ให้ข้อมูลจะมี แนวโน้มเกิดสภาวะทางจิตใจ 2 ด้านซึ่งเป็นสภาวะจิตใจที่ส่งผลต่อกระบวนการทำ วิทยานิพนธ์ คือ สภาวะจิตใจทางด้านบวก และสภาวะจิตใจทางลบ

### สภาวะจิตใจทางบวก

ในระหว่างกระบวนการทำวิทยานิพนธ์ ผู้ให้ข้อมูลบางส่วนกล่าวถึงสภาวะ จิตใจทางด้านบวก คือ ความรู้สึกตื่นเต้นเรียนรู้สิ่งใหม่ จากการทำงานวิจัยซึ่งเป็น หัวข้อวิจัยที่ตนให้ความสนใจ แม้หัวข้องานวิจัยดังกล่าวอาจมีความยากหรืออาจเป็น หัวข้อที่มีผู้ศึกษาจำนวนน้อยจึงมีข้อค้นพบที่สามารถนำมาต่อยอดในงานวิจัยตน จำนวนน้อย ผู้ให้ข้อมูลมองว่าการทำงานวิจัยหัวข้อดังกล่าวเป็นการสำรวจค้นหาข้อ ค้นพบใหม่ที่ไม่เคยค้นพบมาก่อนซึ่งจะเป็นประโยชน์กับวงการวิจัยในสาขาวิชา อีกทั้งเป็นการทำงานกับกลุ่มวิจัยที่มีความเชี่ยวชาญในด้านการวิจัยและความสนใจใน หัวข้อเดียวกัน ทำให้ผู้ให้ข้อมูลรู้สึกว่าการทำงานเป็นเสมือนการ ร่วมมือทำผลงานร่วมกัน ตัวอย่างของประโยคที่แทนความรู้สึกตื่นเต้นเรียนรู้สิ่งใหม่ จากคุณเพ็ญ ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 8 และคุณยุ ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 10 คือ

“สนุกนะ ได้รู้จักคนนอกภาค ได้รู้จักเพื่อนหลาย ๆ ชาติ คือมีทั้งจีน ไทยก็มี แค่ว่า แล้วก็จีนเยอะ แล้วก็ฝรั่งเศสอเมริกันเลย อีกจำนวนหนึ่ง ก็จะเป็น หลาย ๆ ภาค หลาย ๆ นานาชาติรวมกันแล้วก็เป็นอย่างนั้นแหละ ค่าก็ ถ่ายทอดความรู้มาให้เรา” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 8)

“สนุกกับมันนะ เพราะ ตอนนั้นก็เหมือนได้เรียนรู้อะไรใหม่ไปเรื่อย ๆ และ ก็มีหลายอย่างที่ดูน่าตื่นเต้น ตอนนั้นมันก็เหมือนช่วงที่กำลังเจอประเด็นอยู่ มันก็เลยน่าตื่นเต้นมาก” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 10)



ความรู้สึกที่สนุกไปกับการทำงานแม้จะเจอความยากลำบากนั้น สอดคล้องกับงานของ เสกศักดิ์ อัสวะวิสิทธิ์ชัย (2553) ได้กล่าวว่า นักศึกษาระดับปริญญาโทและปริญญาเอกจะมีความรู้สึกกระตือรือร้นที่จะทำงานวิทยานิพนธ์ของตนเองในระหว่างการศึกาซึ่งจะเป็นช่วงแรกของการทำวิทยานิพนธ์ที่ต้องมีการศึกษาค้นคว้าหาข้อมูลซึ่งเป็นสิ่งใหม่ เช่นเดียวกับงานของ Knox และคณะ. (2011) ที่มีรายงานจากอาจารย์ที่ปรึกษาพบว่านักศึกษาที่มีประสบการณ์ด้านบวกกับการทำวิทยานิพนธ์จะมีอารมณ์ด้านบวกคือ ยินดี รู้สึกชื่นชมที่ได้เรียนรู้สิ่งใหม่ ซึ่งข้อค้นพบในงานวิจัยชิ้นนี้พบข้อมูลเพิ่มที่ว่านอกจากการทำงานเพื่อค้นคว้าสิ่งใหม่แล้ว ผู้ให้ข้อมูลมักจะกล่าวถึงความรู้สึกตื่นเต้นดีใจเรียนรู้สิ่งใหม่ในการทำงานกับกลุ่มวิจัยที่มีความเชี่ยวชาญ มีความสนใจ และตั้งใจทำงานในสิ่งเดียวกัน ซึ่งเป็นข้อสังเกตว่ากลุ่มเพื่อนที่มีความสนใจสิ่งเดียวกันมีส่วนเกี่ยวข้องกับสภาวะด้านบวกของผู้ให้ข้อมูล อ้างอิงจากรายงานของ The Graduate Assembly (2014) ที่พบว่านักศึกษาที่รู้สึกตัวเองมีคุณค่าเมื่ออยู่กับเพื่อนนักศึกษาสัมพันธ์กับความรู้สึกพึงพอใจต่อชีวิต

### สภาวะจิตใจทางลบ

ในระหว่างกระบวนการทำวิทยานิพนธ์ ผู้ให้ข้อมูลต้องเผชิญกับสภาวะจิตใจทางลบซึ่งมักจะเกิดในช่วงเวลาใดช่วงเวลานึง มักเป็นเวลาที่ผู้ให้ข้อมูลรู้สึกว่าตนไม่สามารถแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นได้ โดยสภาวะจิตใจด้านลบแบ่งเป็น 4 ประเด็นย่อยคือ (1) ความรู้สึกไม่มั่นใจในความสามารถของตนเองว่ามีความสามารถเพียงพอต่อระดับปริญญาเอก ซึ่งเกิดขึ้นเมื่อผู้ให้ข้อมูลพบว่าตนยังมีความสามารถในด้านความรู้วิชาการและทักษะการทำวิจัยที่ไม่เพียงพอสำหรับการทำงานวิจัยของตน และมีความคาดหวังให้ตนเองมีความสามารถในด้านความรู้วิชาการและทักษะการทำวิจัยที่เทียบเท่ากับภาพของความคาดหวังในการเป็นนักศึกษาปริญญาเอกที่ต้องทำงานตามเงื่อนไขการจบหลักสูตรที่มีความสมบูรณ์ตามที่ตนคาดหวังไว้ (2) ความเครียดจากการปริมาณงานที่สะสม เป็นความรู้สึกที่จะเกิดขึ้นเมื่อต้องทำงานต่อเนื่องในจำนวนงานที่มีปริมาณมาก ทำให้ต้องเปลี่ยนเวลาส่วนหนึ่งในชีวิตมาทำงานให้มากขึ้น ซึ่งทำให้รู้สึกว่าใช้ชีวิตประจำวันไม่ได้เหมือนเดิม (3) ความท้อแท้ในการแก้ปัญหาทางงานวิจัย ผู้ให้ข้อมูลส่วนหนึ่งรู้สึกท้อแท้กับการแก้ปัญหาเนื่องจากหาคำตอบที่ดีที่สุดเพื่อจะคลี่คลายปัญหาที่เกิดขึ้นไม่ได้ (4) การหลีกเลี่ยงงาน เป็นการหลีกเลี่ยงทำงานในส่วนที่ตนรู้สึกไม่พึงพอใจ อาจเป็นงานที่ตนรู้สึกว่าไม่ถนัด หรือ

รู้สึกว่ามีประโยชน์ที่จะทำ ทำให้หลีกเลี่ยงไปทำกิจกรรมอื่น จนกระทั่งถึงใกล้ถึงเวลากำหนดส่งจึงจะเริ่มทำงาน

จากผลการวิจัยดังกล่าวนั้น สอดคล้องกับหลายงานวิจัยที่มีการศึกษาสภาวะอารมณ์ด้านลบในกระบวนการทำวิทยานิพนธ์ซึ่งเชื่อมโยงกับประสิทธิภาพการทำงานที่น้อยลง หรือมีรู้สึกถึงการมีประสบการณ์ทางลบเกี่ยวกับการทำวิทยานิพนธ์ ทั้งความรู้สึกไม่มั่นใจในตนเอง ความเครียด ความรู้สึกเหนื่อยอ่อนล้า (J. Hyun et al., 2007; Knox et al., 2011; Levecque et al., 2017) และการหลีกเลี่ยงงานที่ไม่พึงประสงค์ ซึ่งมีลักษณะคล้ายการผัดวันประกันพรุ่ง (Steel, 2007) แต่ทั้งนี้แม้ผู้ให้ข้อมูลจะรายงานถึงสภาวะอารมณ์ด้านลบ แต่ไม่ได้มีการรายงานถึงภาวะเป็นปัญหาทางสุขภาพจิตที่เป็นงานวิจัยที่รายงานผลถึงการพบภาวะปัญหาด้านสุขภาพทางจิต เช่น ภาวะซึมเศร้า ภาวะวิตกกังวล หรือความเหนื่อยล้าจากการทำงาน (Evans et al., 2018; Levecque et al., 2017)

ผู้ให้ข้อมูลกล่าวถึงสภาวะจิตใจด้านลบซึ่งสัมพันธ์กับการทำงานวิจัยและการทำวิทยานิพนธ์ ที่เกิดขึ้นช่วงเวลาใดช่วงเวลาหนึ่ง และส่งผลกระทบต่อระยะเวลาตลอดการศึกษา จะมีเพียงบางส่วนที่อาจส่งผลกระทบต่อร่างกาย เช่น ความเจ็บปวดทางร่างกายเนื่องจากความเครียดที่สะสม ทั้งนี้ในสภาวะทางลบนี้อาจเกี่ยวข้องกับทำงานที่ต้องเจอความยากลำบากเกิดขึ้น ซึ่งเมื่อเกิดอารมณ์ความรู้สึกดังกล่าวทำให้ผู้ให้ข้อมูลบางส่วนตระหนักการทำงานตามกระบวนการวิจัยและการทำวิทยานิพนธ์ที่ไม่เป็นไปอย่างราบรื่น แต่ไม่ส่งผลให้ประสิทธิภาพในการทำงานลดลงในระยะยาว

CHULALONGKORN UNIVERSITY

### ประเด็นที่ 3 การก้าวผ่านความยากลำบากระหว่างการทำวิทยานิพนธ์

จากผลการวิจัย ในช่วงที่เกิดความยากลำบากขึ้นระหว่างการทำวิทยานิพนธ์ ทำให้การทำงานวิทยานิพนธ์ไม่ราบรื่น ผู้ให้ข้อมูลมีความพยายามที่จะก้าวผ่านความยากลำบากเพื่อทำให้สามารถทำงานวิทยานิพนธ์ให้จบได้ตามเงื่อนไขของหลักสูตร โดยการก้าวผ่านนั้นจะมีอยู่ 2 ทาง คือ การก้าวผ่านความยากลำบากด้านงาน และการก้าวผ่านความยากลำบากด้านจิตใจ

#### 3.1 การก้าวผ่านความยากลำบากด้านงาน

สำหรับการก้าวผ่านความยากลำบากด้านงาน เมื่อผู้ให้ข้อมูลเจอความยากลำบากที่เกิดขึ้นจากกระบวนการวิจัยหรือการทำวิทยานิพนธ์ที่ไม่เป็นใจ ผู้ให้ข้อมูลมีความพยายามในการแก้ไขโดยมุ่งประเด็นไปที่การหาสาเหตุของปัญหา และ

หาวิธีการแก้ปัญหานั้น ๆ ด้วยตัวเอง ซึ่งผู้ให้ข้อมูลได้ใช้กระบวนการที่ช่วยเหลือ 3 อย่างในการก้าวผ่านความยากลำบากด้านงาน คือ การทำงานร่วมกับอาจารย์ที่ปรึกษา การแสวงหาความช่วยเหลือจากผู้เชี่ยวชาญ และมีการวางแผนการทำวิทยานิพนธ์

(1) **การทำงานร่วมกับอาจารย์ที่ปรึกษา** ผู้ให้ข้อมูลกล่าวถึงประสบการณ์ทำงานวิจัยและการทำวิทยานิพนธ์ในช่วงปริญญาเอก ความร่วมมือจากอาจารย์ที่ปรึกษามีส่วนช่วยให้การทำวิทยานิพนธ์ผ่านไปด้วยความราบรื่นหรือขัดสนก็ได้ จากผลการวิจัยพบว่า วิธีการทำงานระหว่างผู้ให้ข้อมูลและอาจารย์ที่ปรึกษา และความสัมพันธ์ในการทำงานระหว่างผู้ให้ข้อมูลและอาจารย์ที่ปรึกษาเป็นสิ่งสำคัญ ผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่มีประสบการณ์ทางด้านบวกกับอาจารย์ที่ปรึกษา ด้วยในการทำงานกับอาจารย์ที่ปรึกษาเป็นไปในทางการพัฒนางานของผู้ให้ข้อมูลให้ดียิ่งขึ้น อาจารย์ที่ปรึกษาเป็นผู้มีประสบการณ์ที่ให้คำปรึกษาเกี่ยวกับแนวทางการทำวิจัยที่เหมาะสมกับผู้ให้ข้อมูลได้ ให้อิสระในการค้นคว้าหาความรู้ของผู้ให้ข้อมูล มีการแบ่งเวลาการทำงานและเวลาส่วนตัว เสนอความคิดเห็นด้านงานวิจัยที่คิดว่าเข้ากับงานวิจัยของผู้ให้ข้อมูล และมีผู้ให้ข้อมูลบางส่วนกล่าวถึงประสบการณ์ด้านลบกับอาจารย์ที่ปรึกษา ซึ่งเกิดความขัดแย้งในการทำงานร่วมกัน สำหรับความสัมพันธ์ระหว่างผู้ให้ข้อมูลและอาจารย์ที่ปรึกษาส่วนใหญ่เป็นไปในเชิงบวก คือ มีความสนิทสนม มีการพูดคุยเรื่องงานไปในเชิงสร้างสรรค์ และผู้ให้ข้อมูลรู้สึกสบายใจที่จะปรึกษาทั้งในเรื่องงานและเรื่องส่วนตัวของผู้ให้ข้อมูล ตัวอย่างประโยคที่แสดงการทำงานร่วมกับอาจารย์ที่ปรึกษาที่เป็นไปในทางบวก

“มันก็มีตั้งแต่ที่เราจะ *form structure* ยังไงให้มันดีให้มันน่าสนใจ แต่ *part* นี้ อาจารย์ที่ปรึกษาก็จะเข้ามามีส่วนร่วมกับเราพอสมควร เพราะเค้าจะมีประสบการณ์เยอะกว่าเราว่า ทำยังไงมันถึงจะข้อมูลประมาณไหนมันถึงจะดี” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 5)

“...เค้าไม่ได้เป็นคนซีเรียสว่าคุณต้องมาทำงาน 7 วันต่อสัปดาห์ นี่คือเค้าปล่อย รับผิดชอบกับตัวเอง เค้าก็ส่งงานไป แล้วคุณก็มาส่ง

งานก็รับผิดชอบกันเอา ถ้ามีปัญหาที่ไปคุยกับเค้าได้ คือไม่ได้หาตัว  
ได้ยาก” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 8)

มีหลายงานวิจัยได้ผลที่กล่าวว่า ความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างนักศึกษา  
กับอาจารย์มีส่วนสำคัญในประสบการณ์ด้านการทำวิทยานิพนธ์ของ  
นักศึกษาปริญญาเอก โดยพบว่าความสัมพันธ์ที่เป็นไปในเชิงบวก จะ  
ทำให้การทำงานเป็นไปอย่างสร้างสรรค์ มีการเคารพความเห็นซึ่งกันและ  
กัน สื่อสารความคิดเห็นกันอย่างตรงไปตรงมา และมีความพึงพอใจในการ  
ทำงานร่วมกัน (Burkard et al., 2014; Hunter & Devine, 2016; Ives &  
Rowley, 2005; Knox et al., 2011; Knox et al., 2006; Schlosser et  
al., 2003) ซึ่งสิ่งหนึ่งที่มีส่วนทำให้ความสัมพันธ์เป็นไปทางบวกนั้น มาจาก  
ตัวลักษณะของอาจารย์ ซึ่งมีคุณสมบัติที่ดีทั้งในด้านการเป็นนักวิชาการที่มี  
คุณภาพที่สามารถวิจารณ์ผลงาน ประเมินคุณภาพผลงานได้ (สุวิมล ว่อง  
วานิช และนางลักษณ์ วิรัชชัย, 2554; ชลกมล สอนองคุณ, 2548; ดิลกรัตน์  
โคตรสุมาตย์ และชญญา อภิपालกุล., 2554) และมีประสบการณ์ในการให้  
คำปรึกษาที่ดี (Davis & Parker, 2000) ซึ่งจากผลการวิจัยครั้งนี้ พบว่า  
อาจารย์ที่ปรึกษาของผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่มีลักษณะการให้คำปรึกษาไปใน  
เชิงการวางแผนการทำงานวิทยานิพนธ์ร่วมกับนักศึกษา มีการสนับสนุนให้  
ความช่วยเหลือนักศึกษา และให้อิสระในการทำงานกับนักศึกษา ซึ่ง  
สอดคล้องกับลักษณะการให้คำปรึกษาจากงานของ Gatfield และ  
Alpert (2002) ที่เป็นรูปแบบการให้คำปรึกษา ที่ นักศึกษามีแรงจูงใจและ  
ความกระตือรือร้นในการทำงาน อาจารย์ที่ปรึกษาสามารถให้แนวทางที่  
เหมาะสม มีทักษะการจัดการที่ดีและมีความสัมพันธ์ที่ดีกับนักศึกษาใน  
ความดูแล และมีเวลาสำหรับการให้คำปรึกษา เช่นเดียวกับงานของ Knox  
และคณะ (2011) ที่พบว่าอาจารย์ที่ปรึกษาในประสบการณ์การทำ  
วิทยานิพนธ์ที่เป็นบวกจะเป็นผู้ช่วยเหลือเอื้อให้นักศึกษาได้พัฒนาแนวคิด  
ด้านการงานวิจัย

(2) การแสวงหาความช่วยเหลือจากผู้เชี่ยวชาญ ในบางครั้ง  
ผู้ให้ข้อมูลต้องการได้รับความช่วยเหลือจากผู้คนที่มีความรู้เชี่ยวชาญที่  
สามารถให้มุมมองที่แตกต่างจากตนเองได้ อาทิเช่น เพื่อนร่วมสาขาวิชา

หรือนักวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสาขาของตน ผู้ให้ข้อมูลบางส่วนรายงานว่า การพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นด้านการวิจัยกับผู้ที่อยู่ในแวดวงเดียวกับหัวข้องานวิจัยที่ผู้ให้ข้อมูลวิจัยสนใจ ทำให้ผู้ให้ข้อมูลได้รับฟังแนวคิดที่เป็นความเห็นทางงานวิจัยซึ่งตนอาจไม่ทันคาดคิดแล้วนำแนวคิดดังกล่าวมาแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นและปรับปรุงแนวทางการทำวิทยานิพนธ์ ตัวอย่างประโยคที่เป็นตัวแทนของการพูดคุยกับคนในแวดวงเพื่อให้ได้แนวทางสำหรับการวิทยานิพนธ์จากคุณเนตร ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 3 ดังนี้

“...ก็การที่เราแบบมี PhD student คนอื่น ๆ หรือบางคนเป็น postdoc อย่างเนี่ย มานั่งคุยกัน มันช่วยได้มากเลย เพราะเหมือนเวลาที่เราได้เล่าเรื่อง หรือว่า discuss เกี่ยว research question ของเราอย่างเงี้ย เราก็จะได้มุมมองจากอันอื่น หลาย ๆ เรื่องมันเป็นสิ่งที่เรา “เฮ้ย ไม่ได้มองในแง่นี้มาก่อน” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 3)

ด้วยผู้ให้ข้อมูลต้องทำงานวิทยานิพนธ์ให้มีรายละเอียดที่ถูกต้องและสร้างองค์ความรู้ใหม่ ผู้ให้ข้อมูลจึงมีการแสวงหาความช่วยเหลือจากแหล่งที่สามารถให้คำปรึกษาด้านวิชาการหรือผู้ที่มีประสบการณ์ได้ ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับงานของ West และคณะ (2011) ที่กล่าวว่ายิ่งนักศึกษามีการรับรู้ความท้าทายในการทำงานวิทยานิพนธ์มาก นักศึกษายิ่งต้องการความช่วยเหลือจากศูนย์ผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับให้คำปรึกษาด้านการทำงานระดับปริญญาเอกเพื่อช่วยให้พวกเขาสามารถมีทำงานวิทยานิพนธ์ที่มีประสิทธิภาพมากขึ้น และงานของ Stubb และคณะ (2011) พบว่า นักศึกษาในงานวิจัยร้อยละ 44 รายงานว่าแหล่งชุมชนทางวิชาการเป็นแหล่งที่สร้างแรงบันดาลใจให้มีกำลังในการทำวิทยานิพนธ์ ซึ่งสัมพันธ์กับการรายงานที่นักศึกษามีแนวโน้มมีประสบการณ์ไปในเชิงบวกกับแหล่งชุมชนวิชาการ จึงแสดงให้เห็นว่าผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักศึกษาปริญญาเอกนั้นมีความต้องการจะก้าวผ่านความยากลำบากที่ต้องทำงานที่มีสร้างแนวทางที่ให้ความคิดเชิงสร้างสรรค์ ซึ่งบางครั้งผู้ให้ข้อมูลบางส่วนต้องการความช่วยเหลือด้านวิชาการจากบุคคลอื่น ๆ เพื่อขัดเกลากรอบแนวคิดของงานให้ดียิ่งขึ้น

(3) การวางแผนการทำวิทยานิพนธ์ เมื่อผู้ให้ข้อมูลพบว่าเกิดปัญหาที่ไม่เป็นตามที่วางแผนไว้ ผู้ให้ข้อมูลจะมีการปรับปรุงแผนการดำเนินการเขียนวิทยานิพนธ์ โดยมีการวางแผนการทำงานที่รัดกุมถึงข้อผิดพลาดที่เกิดขึ้น รวมถึงการกำหนดเวลาการทำงานให้มากขึ้นกว่าปกติ และเริ่มลงมือทำตามแผนที่วางไว้ เพื่อให้การเขียนวิทยานิพนธ์ดำเนินไปได้ ทั้งนี้การวางแผนวิทยานิพนธ์เป็นสิ่งที่ผู้ให้ข้อมูลเริ่มทำตั้งแต่ต้นกระบวนการทำวิทยานิพนธ์ ผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่มีวางแผนมาอย่างเป็นระบบและขั้นตอนชัดเจนในกระบวนการวิจัยและกระบวนการทำวิทยานิพนธ์ จึงทำให้การดำเนินการวิจัยอาจไม่ได้ผิดเพี้ยนไปจากที่วางแผนไว้ อย่างตัวอย่างประโยคแทนการวางแผนการทำวิทยานิพนธ์ จากคุณสิงห์ ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 2 ดังนี้

“... เราวางใหม่ไฉนอะไรมาดี แลปมันจบพอดี เราก็แบบเออ ก็มีเวลาเขียน paper 8 ชั่วโมงต่อวัน มันเยอะมาก มันเยอะเกินเยอะ เพราะฉะนั้นจริง ๆ การวางแผนเนี่ย มันดีต่อการเขียน paper ทำให้ชีวิตง่าย แทบจะร้อยเปอร์เซ็นต์เลย” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 2)

ข้อค้นพบด้านการวางแผนวิทยานิพนธ์อย่างเป็นระบบและขั้นตอน โดยใส่ใจรายละเอียดในแผนของตนมากขึ้น เพื่อช่วยทำให้การทำงานเป็นไปได้อย่างราบรื่นมากขึ้น สอดคล้องกับงานวิจัยของ Martinez และคณะ (2013) ที่พบว่า ในการรักษาสมดุลระหว่างชีวิตการทำงานและชีวิตประจำวัน ผู้ให้ข้อมูลจะมีการจัดการปัจจัยที่เกี่ยวข้องอย่างเป็นสัดส่วน และจัดลำดับความสำคัญ รวมถึงมีความรับผิดชอบต่อการทำงานนั้นด้วย และการวางแผนอย่างเป็นระบบของผู้ให้ข้อมูลยังสอดคล้องกับงานของ Davis และ Parker (2000) ที่เสนอแผนงานการทำวิทยานิพนธ์ที่เป็นแบบแผนที่สามารถนำไปสู่การทำวิทยานิพนธ์ที่สำเร็จได้ (1)วางรูปแบบของโครงการวิจัยที่ต้องการว่าต้องมีประกอบด้วยอะไรบ้าง (2)นักศึกษาที่มีความรับผิดชอบในการจัดการการทำวิทยานิพนธ์โดยมีอาจารย์ที่ปรึกษาเป็นเพียงผู้ช่วยเหลือ (3)พยายามทำงานกับอาจารย์ที่ปรึกษาและอาจารย์กรรมการที่เกี่ยวข้องแล้วดูวิธีการทำงานที่มีประสิทธิภาพจากบุคคลเหล่านี้ นอกจากนี้

การวางแผนของผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่อิงจากการทำงานที่เกิดขึ้นจริง ซึ่งสอดคล้องกับงานของ Straforini (2015) ที่พบว่าเมื่อมีการช่วยเหลือ นักศึกษาที่ประสบปัญหาการทำวิทยานิพนธ์ด้วยการร่วมกันวางแผน ช่วงเวลาการทำวิทยานิพนธ์ จะทำให้เข้าใจความคาดหวังและความ ยากลำบากในเป้าหมายการทำงานของนักศึกษาให้เห็นภาพชัดเจนมากขึ้น จากนั้นจึงทำให้แผนการทำงานเป็นไปตามความเป็นจริงมากขึ้น อีกสิ่งหนึ่ง ที่อธิบายเพิ่มเติมได้ว่าการวางแผนอย่างเป็นระบบและขั้นตอนมีส่วนช่วยให้ ผู้ให้ข้อมูลสามารถก้าวผ่านความยากลำบากด้านงานไปได้ คือ ผู้ให้ข้อมูลมี การกำกับตัวเองให้ปฏิบัติงานอย่างมีเป้าหมาย อ้างจากงานของKelley และ Salisbury-Glennon (2016) ที่พบว่า การกำกับตนเอง (self-regulation) หรือการมีการควบคุมความคิด พฤติกรรม และแรงจูงใจให้ สามารถคงการทำงานเพื่อเป้าหมายได้ สามารถทำนายความสำเร็จในการ ทำเล่มวิทยานิพนธ์ได้ ดังนั้นจากข้อค้นพบนี้อาจบอกได้ว่าแม้ว่าจะเจอ ความยากลำบากที่ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นไม่ได้เป็นไปตามแผน แต่ผู้ให้ข้อมูลก็ สามารถก้าวผ่านความไม่แน่นอนที่เกิดขึ้น โดยการให้ความสนใจใน รายละเอียดของแผน เป้าหมายของการทำงาน และคาดการณ์ถึง ข้อผิดพลาดที่อาจจะเกิดขึ้น และมีการลงมือทำการตามแผนใหม่ที่ตนวางไว้

### • 3.2 การก้าวผ่านความยากลำบากด้านจิตใจ

เมื่อเจอความยากลำบากที่เกี่ยวข้องขึ้นจากกระบวนการวิจัยหรือการทำ วิทยานิพนธ์ที่ไม่เป็นใจ ผู้ให้ข้อมูลมีความพยายามที่จะจัดการความคิดและ ความรู้สึกของตนเองให้อยู่ในภาวะทางอารมณ์ความคิดความรู้สึกที่มั่นคง เตรียมพร้อมทำงานวิทยานิพนธ์ได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยผู้ให้ข้อมูลเลือกที่จะก้าว ผ่านเรื่องจิตใจ จากการทำความเข้าใจ และการใช้เวลาอื่นนอกจากการทำงาน

**3.2.1 การทำความเข้าใจ** เมื่อผู้ให้ข้อมูลตกอยู่ในสภาวะที่ต้อง เจอความยากลำบากระหว่างการทำวิทยานิพนธ์ ผู้ให้ข้อมูลพบว่าเมื่อทำ การวิจัยได้ระยะเวลาหนึ่ง ปัญหาไม่ว่าจะเป็นแผนการทำงานที่ไม่ได้เป็น ดังใจ เครื่องมือวิจัยขัดข้อง หรือปัญหาอื่น ๆ นั้นสามารถเกิดขึ้นได้เสมอ ในช่วงระหว่างการทำวิทยานิพนธ์ และบางครั้งผู้ให้ข้อมูลไม่สามารถ ควบคุมแผนงาน และผู้คนที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัยวิทยานิพนธ์ได้อย่างที่ตน ต้องการทุกอย่าง จึงทำให้แผนการทำวิจัยสำหรับวิทยานิพนธ์ไม่ได้เป็นไป

ตามที่วางแผนไว้ตอนแรก ดังนั้นผู้ให้ข้อมูลเกิดการทำความเข้าใจเกี่ยวกับสถานะที่ตนต้องเผชิญ โดยผู้ให้ข้อมูลยอมรับปัญหาที่เกิดขึ้นระหว่างการทำวิทยานิพนธ์ว่า การเจอปัญหาอยู่เสมอระหว่างการทำวิจัยและการเขียนวิทยานิพนธ์เป็นเหตุการณ์ที่ผู้ที่ทำวิจัยสายวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีทุกคนจะต้องเจอและต้องมีการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นเสมอเช่นกัน. และพยายามปรับมุมมองในความผิดพลาดที่เกิดขึ้นเป็นบทเรียนเพื่อการเรียนรู้และนำไปปรับแก้ไขในการวางแผนสำหรับการทำวิทยานิพนธ์ต่อไป อย่างตัวอย่างประโยคที่แทนการทำความเข้าใจ จากคุณป๋อง ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 6 ดังนี้

“.....คือการ *fail* ในเรื่องงานของวิทยาศาสตร์มันเป็นเรื่องปกติอะครับ มีอะไรที่มันไม่ *work* เราก็แก้ ฉะนั้นมันก็เลย *unfail* เรื่องงานไปได้” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 6)

การยอมรับความไม่แน่นอนและปรับมุมมองความผิดพลาดที่เกิดขึ้นว่าเป็นสิ่งที่ตนต้องเจอโดยผ่านไปให้ได้โดยอิงจากการมีประสบการณ์จากการทำงานเป็นระยะเวลาานาน ข้อค้นพบนี้อาจอธิบายได้จากงานวิจัยงานของ Cantwell และคณะ (2012) ที่พบว่าหากนักศึกษาปริญญาเอกมีแนวโน้มที่จะมีความเชื่อที่ว่าตนมีวิธีการจัดการกับความไม่แน่นอน การรับรู้ว่าตนเองมีความสามารถในการจัดการงานในฐานะนักศึกษาระดับปริญญาเอก และความรับผิดชอบต่องานจะส่งผลต่อคุณภาพของงานและการเรียนรู้ในงานระดับปริญญาเอก ซึ่งการรับรู้ว่าตนมีความสามารถรับมือได้และมีการลงมือทำ อาจเป็นส่วนที่ทำให้การทำงานวิทยานิพนธ์เป็นไปได้อย่างราบรื่นมากขึ้น อย่างเช่นในงานของ Hawley (2010) พบว่านักศึกษาที่รับรู้ว่าตนเองมีความสามารถด้านความรู้วิจัยโดยมีการฝึกฝนทักษะการวิจัยตั้งแต่ก่อนเข้าเรียนระดับปริญญาเอกจะมีแนวโน้มที่มีมุมมองเกี่ยวกับการทำวิทยานิพนธ์บนหลักความจริงมากขึ้น และงานของ Flynn และคณะ (2012) ที่พบว่าหากนักศึกษามีการรับรู้ว่าตนมีความสามารถความรู้พร้อมด้านงานวิจัย จะมีแนวโน้มที่จะผ่านการทำวิทยานิพนธ์ไปได้อย่างราบรื่นจึงเป็นไปได้ว่าหากมีความเชื่อมั่นของผู้ให้ข้อมูลว่าตนจะสามารถผ่านความยากลำบากไปได้มาจากการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ตรง จึงทำให้เกิดการ



ยอมรับความไม่แน่นอนและการปรับมุมมองความผิดพลาดที่เกิดขึ้นระหว่างกระบวนการทำวิทยานิพนธ์

3.2.2 การผ่อนคลายจากการทำงาน นอกจากการจัดการกับความคิดและความรู้สึกโดยการยอมรับสิ่งที่เกิดขึ้นและปรับมุมมองแล้ว ผู้ให้ข้อมูลยังเลือกใช้เวลาอื่นนอกจากการทำงานเพื่อที่ทำให้คลายความรู้สึกเครียดที่เกิดจากการทำงาน โดยการใช้เวลาให้ตนเองทำกิจกรรม เช่น การท่องเที่ยว หรือการออกกำลังกาย หรือการใช้เวลาร่วมกับครอบครัว ช่าง อย่างเช่น การพูดคุยสังสรรค์กับเพื่อนที่อยู่ใกล้ หรือการหาเวลาพูดคุยกับครอบครัวที่อยู่ประเทศไทย ซึ่งเป็นการใช้เวลาในการพูดคุยเรื่องอื่นที่สาระไม่ใช่การมุ่งการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในการทำวิทยานิพนธ์ แต่เป็นการระบายความรู้สึกของผู้ให้ข้อมูลที่เจอปัญหาในงานหรือเป็นการแลกเปลี่ยนสิ่งที่พบเจอในชีวิตความเป็นอยู่ประจำวัน ตัวอย่างประโยคแทนการใช้เวลาอื่นนอกจากการทำงาน จากคุณหญิง ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 8

“...ทำแลกเปลี่ยนไม่ได้สบายใจตลอดเวลา อย่างที่บอกมันต้องเผชิญกับคนหลายแบบ ทั้งรุ่นน้อง ทั้งคนโน้นคนนี้ ทั้งเจ้าหน้าที่แลกเปลี่ยนคนอื่น ๆ แล้วก็มีแบบปัญหาที่แบบ อู้ย เยอะแยะมากมาย เราก็จะไปไหนอะ ก็ต้องระบายกับเพื่อน รุ่นน้องคนไทยที่ไปเรียนสาขาอื่น ๆ ที่โน้น เราก็มีแก๊งค์ของเราอยู่ที่โน้น คนไทยก็ support กันดี ก็จะมี hangout กัน มีอะไรกันมาคุยกันระบายแบบเออวันนี้เจออะไรมา เพื่อนในแลกเปลี่ยนหรืออะไรอย่างเนี่ย อาจารย์ บางคนเจออาจารย์ไม่ดีบ่นอาจารย์ ก็มี ก็มาแชร์กัน เล่ากัน บางทีกลัวเค้าเบื่อ เค้าก็แบบเอาเลยพี่ เอาอีกอยากฟัง เล่ามาอยากฟัง ก็โอเค..” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 8)

การพยายามแสวงหาเวลาสำหรับการสนับสนุนทางอารมณ์จากเพื่อนและครอบครัว สอดคล้องกับผลการวิจัยของ Khallad และ Jabr (2016) และ Jairam และ Kahl Jr (2012) ที่พบว่าเพื่อนและครอบครัวเป็นแรงสนับสนุนทางด้านอารมณ์ที่สำคัญสำหรับนักศึกษาระดับปริญญาเอก ทั้งนี้สิ่งที่สามารถอธิบายถึงความสอดคล้องของผลการวิเคราะห์ข้อมูลและงานวิจัยที่อ้างอิงว่าเพื่อนและครอบครัวมีส่วนในการก้าวผ่านความ

ยากลำบากในช่วงการทำวิทยานิพนธ์ อาจอธิบายได้ว่า การใช้เวลาที่มีกับเพื่อนและครอบครัว หรือแม้แต่การใช้เวลากับตัวเองเป็นการทำให้ตนเองอยู่ในสภาวะอารมณ์ที่ไม่เคร่งเครียดจากการทำงานจนเกินไป (Martinez et al., 2013) การสนับสนุนทางอารมณ์สัมพันธ์กับผลการเรียน (Nelson, Dell'Oliver, Koch, & Buckler, 2001) ความเครียด (Calicchia & Graham, 2006) และความสัมพันธ์ที่ดีจะนำไปสู่ความรู้สึกการมีแรงบันดาลใจในการทำงานและรู้สึกตนเองมีพลังในการก้าวผ่านความยากลำบากไปได้ (West et al., 2011) ดังนั้นจึงอาจบอกได้ว่าถ้าผู้ให้ข้อมูลรู้สึกว่าคุณมีพื้นที่ที่ทำให้รู้สึกสบายใจ ผ่อนคลาย เป็นตัวของตัวเอง ไม่ว่าจะเป็นการอยู่กับเพื่อนหรือครอบครัว ก็ทำให้ผู้ให้ข้อมูลได้รับแรงพลังงานทางบวกและมีกำลังในการก้าวผ่านความยากลำบาก

#### ประเด็นที่ 4 การเติบโตจากการทำวิทยานิพนธ์

เมื่อผ่านกระบวนการทำวิทยานิพนธ์แล้ว ผู้ให้ข้อมูลมีการรับรู้ว่าคุณมีการเปลี่ยนแปลงในตนเองเกิดขึ้น โดยจากผลการวิเคราะห์ข้อมูล แบ่งประเด็นการรับรู้เป็น 2 ประเด็นคือ การรับรู้การเปลี่ยนแปลงทางด้านการสร้างองค์ความรู้โดยเฉพาะวิธีการเรียนรู้ ที่ผู้ให้ข้อมูลมองว่าการทำงานวิจัยผ่านกระบวนการวิทยานิพนธ์ ทำให้ได้เรียนรู้ถึงวิธีการศึกษาในประเด็นหัวข้อต่าง ๆ ซึ่งอาจไม่ใช่ประเด็นที่ผู้ให้ข้อมูลมีความเชี่ยวชาญแต่เดิม ทั้งการทบทวนวรรณกรรม การหาแหล่งข้อมูล การวางแผนสำหรับการทำวิจัย การติดต่อประสานงาน และการแก้ปัญหา และการรับรู้การเปลี่ยนแปลงทางด้านความเป็นมืออาชีพในการทำงานที่ชัดเจนมากขึ้น โดยสามารถรู้ว่าขอบเขตความสามารถในการทำงานสามารถทำงานใดได้บ้างและอยู่ในระดับไหน พร้อมทั้งวางแผนการทำงาน มีความรับผิดชอบอดทนต่อการทำงานหนักได้มากขึ้น ตัวอย่างของประโยคแทนการรับรู้การเปลี่ยนแปลงของตนเองจากคุณวิทย์ ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1 ดังนี้

“คนที่จบปริญญาเอก ไม่ใช่ expertise ไม่ใช่ผู้เชี่ยวชาญ แต่ว่าเป็นผู้ที่รับมือกับความเปลี่ยนแปลงได้ ได้ดี...” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1)

ผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่กล่าวว่า ด้วยเพราะการผ่านการความยากลำบาก งานที่ทำทลายความสามารถ การพบเจอกับปัญหาและอุปสรรคที่ต้องแก้ไข ทำให้ผู้ให้ข้อมูลมีความมั่นใจในการก้าวผ่านความยากลำบากที่จะเกิดขึ้นในงานต่อ ๆ ไปมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับ งานของ

Straforini (2015) ที่กล่าวว่า งานวิทยานิพนธ์เป็นงานที่นักศึกษาจะต้องผ่านความยากลำบากที่เป็นความขัดแย้งที่เกิดขึ้นในจิตใจที่นักศึกษาจะต้องรู้สึกว่าจะต้องก้าวผ่านจากช่วงเวลาที่เป็นเด็กนักเรียนสู่การเป็นผู้ใหญ่ซึ่งมีความรับผิดชอบมากขึ้น ซึ่งหากนักศึกษสามารถก้าวผ่านความขัดแย้งตรงนั้นมาได้จะทำให้เกิดการพัฒนาจากการได้ผ่านการฝึกทักษะที่จำเป็นต่อการทำวิทยานิพนธ์ เช่น การจัดการเวลา ซึ่งจะช่วยในการทำงานในอนาคตของนักศึกษาต่อไป เช่นเดียวกับงานของ Blum (2010) ที่กล่าวว่านักศึกษาศึกษาปริญญาเอกอาจจะต้องเจอกับความขัดแย้งที่แตกต่างกันในแต่ละช่วงเวลาไม่ว่าจะเป็นความขัดแย้งจากปมภายในจิตใจหรือความขัดแย้งที่เป็นสถานการณ์ที่ไม่เป็นใจ แต่ความขัดแย้งดังกล่าวก็เป็นหนึ่งในกระบวนการที่ทำให้เกิดการพัฒนาดน และการทำงานที่ต้องใช้การเรียบเรียงความคิดเพื่อให้ออกมาเป็นงานวิทยานิพนธ์นั้นก็ถือเป็นงานที่ยาก จากงานของ Brause (2001) พบว่า นักศึกษาตระหนักว่าการทำวิทยานิพนธ์เป็นการเปิดมุมมองเกี่ยวกับงานวิทยานิพนธ์ของตัวเองที่มากขึ้นกว่าแค่มุมมองใดมุมมองหนึ่ง ทำให้นักศึกษาเข้าใจประเด็นหัวข้อวิทยานิพนธ์ที่ตนศึกษามากขึ้น ทั้งนี้ยังทำให้พวกเขามีความมั่นใจในตัวเอง (self-esteem, self-confidence) รู้สึกตัวเองสามารถทำได้ ดังนั้นจึงอาจกล่าวได้ว่า ในระหว่างผู้ให้ข้อมูลเผชิญกับความยากลำบากในการทำวิทยานิพนธ์ ผู้ให้ข้อมูลมีการเติบโตทางความคิดด้านวิชาการและมุมมองต่อโลกไปด้วย จนสุดท้าย ผู้ให้ข้อมูลก็ได้พัฒนาทักษะต่าง ๆ ที่ตนใช้ในกระบวนการทำวิทยานิพนธ์นำไปประยุกต์กับการก้าวผ่านความยากลำบากที่เกิดขึ้นในงานปัจจุบัน

## ข้อเสนอแนะ

### ข้อเสนอแนะสำหรับประยุกต์ใช้กับผู้ที่เกี่ยวข้องกับนักศึกษาศึกษาปริญญาเอก

1. จากผลการวิจัยพบว่าความยากลำบากที่เกิดในการทำวิทยานิพนธ์จากความไม่แน่นอนของกระบวนการวิจัย และภาระงานจากการทำตามเงื่อนไขการจบ ดังนั้นสำหรับผู้ที่กำลังตัดสินใจเข้าสู่กระบวนการเรียนระดับปริญญาเอกควรมีการศึกษาถึงลักษณะเงื่อนไขการจบหลักสูตรที่กำลังศึกษา ปัญหาและอุปสรรคที่อาจจะเกิดขึ้นระหว่างการทำวิจัยอย่างละเอียด เพื่อเตรียมรับมือกับปัญหาที่อาจเกิดขึ้นได้
2. จากผลการวิจัยพบว่าความสัมพันธ์กับอาจารย์ที่ปรึกษาและผู้ที่เกี่ยวข้องภายในคณะเป็นส่วนหนึ่งที่จะช่วยให้การทำวิทยานิพนธ์เป็นไปได้อย่างราบรื่น ดังนั้นผู้ที่ทำงานเกี่ยวข้องกับนักศึกษาศึกษาปริญญาเอก อย่าง อาจารย์ที่ปรึกษา และบุคลากรของคณะสามารถนำข้อมูลในงานวิจัยนี้เป็นแนวทางการดูแลนักศึกษาระดับ

ปริญญาเอก โดยทางคณะอาจมีการจัดอบรมแนวทางการให้คำปรึกษาสำหรับอาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อพัฒนาทักษะการให้คำปรึกษาของอาจารย์ที่ปรึกษาที่เหมาะสมในการสนับสนุนแนวทางการทำงานกับนักศึกษาปริญญาเอก

3. จากผลการวิจัยพบว่าความคิดและความรู้สึกมีผลต่อการคงความเป็นระเบียบและจัดการแผนในการทำงานวิทยานิพนธ์ มีความมั่นคงทางอารมณ์ ดังนั้นควรมีผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยา เช่น นักจิตวิทยาการปรึกษา อาจมีการจัดโปรแกรมสำหรับนักศึกษาปริญญาเอกเพื่อสร้างเสริมศักยภาพในการทำงานวิทยานิพนธ์ เช่น การสร้างเสริมทัศนคติที่มีประโยชน์ต่อการทำวิทยานิพนธ์ เพื่อช่วยส่งเสริมให้นักศึกษาปริญญาเอกมองแผนการทำวิทยานิพนธ์บนหลักความเป็นจริง และการเพิ่มการตระหนักรู้อารมณ์ทางลบของนักศึกษาเพื่อให้นักศึกษาสามารถรับมือกับอารมณ์ทางลบที่เกิดขึ้นระหว่างการทำวิทยานิพนธ์ได้อย่างเหมาะสม

#### ข้อจำกัดของงานวิจัย

1. การวิจัยครั้งนี้ ผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่เป็นนักศึกษาระดับปริญญาเอกในหลักสูตรจากประเทศสหรัฐอเมริกา จึงอาจทำให้ผลการวิเคราะห์ข้อมูลสะท้อนประสบการณ์โดยอ้างอิงจากบริบททางประเทศสหรัฐอเมริกาเป็นพิเศษ
2. ผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่ได้รับทุนสนับสนุนการศึกษาในระดับปริญญาเอก ไม่ว่าจะมาจากหน่วยงานภายในประเทศไทย หรือ หน่วยงานในต่างประเทศ ห จึงอาจทำให้ผลการวิเคราะห์ข้อมูลสะท้อนประสบการณ์โดยอ้างอิงจากบริบทของผู้ได้รับทุนการศึกษา

#### ข้อเสนอแนะสำหรับงานวิจัยขั้นถัดไป

1. อาจมีการศึกษาวิจัยในกลุ่มนักศึกษาปริญญาเอกสาขาอื่น เช่น สาขามนุษยศาสตร์ หรือสาขาวิทยาศาสตร์สุขภาพ เพื่อสร้างความเข้าใจประสบการณ์ในการทำวิทยานิพนธ์สาขาอื่น และอาจมีการเปรียบเทียบถึงความแตกต่างระหว่างนักศึกษาในประเทศ
2. อาจมีการศึกษาในกลุ่มนักศึกษาปริญญาเอกชาวไทยที่ศึกษาในหลักสูตรมหาวิทยาลัยในประเทศไทย



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
**CHULALONGKORN UNIVERSITY**

## บรรณานุกรม

### ภาษาไทย

- กระทรวงวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี. Retrieved from <https://www.mhesi.go.th/main/th/responsibilities>
- จำเนียร จวงตระกูล. (2555). *เรียนปริญญาเอกอย่างไรให้สำเร็จตามเป้าหมาย*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ชลกมล สอนงคุณ. (2548). ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสำเร็จในการทำวิทยานิพนธ์ของนักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร. *ปริญญานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขา ยุทธศาสตร์การพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร*.
- ชาย โปธิสิตา. (2550). *ศาสตร์และศิลป์แห่งการวิจัยเชิงคุณภาพ*. กรุงเทพฯ: อมรินทร์ พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน).
- ชุตินา ศรีแก้ว. (2546). ปัจจัยที่ส่งผลต่อความวิตกกังวลในการเรียนของนิสิตระดับบัณฑิตศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. *ปริญญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ*.
- ดิลกรัตน์ โคตรสุมาตย์ และชญญา อภิपालกุล. (2554). ปัจจัยที่ส่งผลต่อระยะเวลาการสำเร็จการศึกษาของนักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษามหาวิทยาลัยขอนแก่น. *วารสารศึกษาศาสตร์ฉบับวิจัยบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยขอนแก่น (Journal of Education Graduate Studies Research, KKU.),* , 5(3), 17-27.
- ทัศน์ศิรินทร์ สว่างบุญ และรัชนีวรรณ ตั้งภักดี. (2561). ปัจจัย ที่ ส่ง ผล ต่อ ความ สำเร็จ ใน การ ทำ วิทยานิพนธ์ ของ นิสิต ระดับ บัณฑิต ศึกษา คณะ ศึกษา ศาสตร์ มหาวิทยาลัย มหาสารคาม. *Journal of Graduate Studies Valaya Alongkorn Rajabhat University,* 12(1), 50-60.
- ธิดาพร ประทุมวี. (2553). ปัจจัยความสำเร็จในการทำวิทยานิพนธ์ของนักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏราชชนครินทร์. *วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิจัย การศึกษา มหาวิทยาลัยรามคำแหง*.
- เยาว์รักษ์ ทองพุ่ม. (2551). การวิเคราะห์ตัวแปรจำแนกกลุ่มความสำเร็จในการทำวิทยานิพนธ์ของมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี. *วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิจัยและประเมินผลการศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี*.
- สมจิตร แก้วมณี. (2551). ปัญหาในการทำวิทยานิพนธ์ของนักศึกษาระดับมหาบัณฑิต คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์. *วิทยานิพนธ์ระดับมหาบัณฑิต*

คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.

สวทช. ฝ่ายนักเรียนรัฐบาลกระทรวงวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี Retrieved from  
<http://stscholar.nstda.or.th/>

สุวิมล ว่องวานิช และนางลักษณ์ วิรัชชัย. (2554). *แนวทางการให้คำปรึกษาวิทยานิพนธ์*.

กรุงเทพมหานคร: ศูนย์ตำราและเอกสารทางวิชาการ คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.  
 เสกศักดิ์ อัสวะวิสิทธิ์ชัย. (2553). *ทำอย่างไรถึงจะเรียนจบปริญญาโทและเอก*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์  
 แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

### ภาษาอังกฤษ

Aghion, P., Dewatripont, M., & Stein, J. C. (2008). Academic freedom, private-sector focus, and the process of innovation. *The RAND Journal of Economics*, 39(3), 617-635.

APA. (2019). Anxiety. Retrieved from <https://www.apa.org/topics/anxiety/>

Assembly, T. G. (2014). *Graduate Student Happiness & Well-Being Report*. Retrieved from [http://ga.berkeley.edu/wp-content/uploads/2015/04/wellbeingreport\\_2014.pdf](http://ga.berkeley.edu/wp-content/uploads/2015/04/wellbeingreport_2014.pdf)

Barnett, J. V., Harris, R. A., & Mulvany, M. J. (2017). A comparison of best practices for doctoral training in Europe and North America. *FEBS open bio*, 7(10), 1444-1452.

Blum, L. D. (2010). The “All-But-the-Dissertation” Student and the Psychology of the Doctoral Dissertation. *Journal of College Student Psychotherapy*, 24(2), 74-85. doi:10.1080/87568220903558554

Brause, R. S. (2001). Doctoral Dissertations: What Doctoral Students Know, How They Know it, and What They Need To Know--A Preliminary Exploration.

Burkard, A. W., Knox, S., DeWalt, T., Fuller, S., Hill, C., & Schlosser, L. Z. (2014).

Dissertation experiences of doctoral graduates from professional psychology programs. *Counselling Psychology Quarterly*, 27(1), 19-54.

Calicchia, J. A., & Graham, L. B. (2006). Assessing the Relationship between Spirituality, Life Stressors, and Social Resources: Buffers of Stress in Graduate Students. *North American journal of psychology*, 8(2).

Cantwell, R. H., Scevak, J. J., Bourke, S., Holbrook, A., Kirby, J. R., & Lawson, M. J. (2012). Individual Differences That Affect the Quality of Learning in Doctoral Candidates. In I. J. K. M. L. (Eds.) (Ed.), *Enhancing the Quality of Learning* (pp. 93-114).

Cambridge: Cambridge University Press.

- Davis, G. B., & Parker, C. A. (2000). Writing the doctoral dissertation: A systematic approach. *Decision Line*, 31(2), 19-20.
- de Zwart, P., Jeronimus, B., & De Jonge, P. (2018). Empirical evidence for definitions of episode, remission, recovery, relapse and recurrence in depression: a systematic review. *Epidemiology and psychiatric sciences*, 1-19.
- Evans, T. M., Bira, L., Gastelum, J. B., Weiss, L. T., & Vanderford, N. L. (2018). Evidence for a mental health crisis in graduate education. *Nature biotechnology*, 36(3), 282.
- Flynn, S. V., Chasek, C. L., Harper, I. F., Murphy, K. M., & Jorgensen, M. F. (2012). A qualitative inquiry of the counseling dissertation process. *Counselor Education and Supervision*, 51(4), 242-255.
- Fox, M. F., Fonseca, C., & Bao, J. (2011). Work and family conflict in academic science: Patterns and predictors among women and men in research universities. *Social Studies of Science*, 41(5), 715-735.
- Gatfield, T., & Alpert, F. (2002). *The supervisory management styles model*. Paper presented at the Annual International Conference Of The Higher Education Research And Development Society Of Australasia (Herdsa). Perth, Australia: HERDSA.
- Green, K. E. (1997). Psychosocial factors affecting dissertation completion. In K. E. G. L. F. Goodchild, E. L. Katz, & R. C. Kluever (Ed.), *Rethinking the dissertation process: Tackling personal and institutional obstacles* (Vol. 25). San Francisco, CA: Jossey-Bas: New directions for higher education.
- Hagen, N. (2010). Deconstructing doctoral dissertations: how many papers does it take to make a PhD? *Scientometrics*, 85(2), 567-579.
- Hawley, P. (2010). *Being bright is not enough: The unwritten rules of doctoral study*: Charles C Thomas Publisher.
- Hunter, K. H., & Devine, K. (2016). Doctoral students' emotional exhaustion and intentions to leave academia. *International Journal of Doctoral Studies*, 11(2), 35-61.
- Hyun, J., Quinn, B., Madon, T., & Lustig, S. (2007). Mental health need, awareness, and use of counseling services among international graduate students. *Journal of*



- American College Health*, 56(2), 109-118.
- Hyun, J. K., Quinn, B. C., Madon, T., & Lustig, S. (2006). Graduate student mental health: Needs assessment and utilization of counseling services. *Journal of College Student Development*, 47(3), 247-266.
- Ives, G., & Rowley, G. (2005). Supervisor selection or allocation and continuity of supervision: Ph. D. students' progress and outcomes. *Studies in higher education*, 30(5), 535-555.
- Jackson, D., & Michelson, G. (2015). Factors influencing the employment of Australian PhD graduates. *Studies in higher education*, 40(9), 1660-1678.
- Jairam, D., & Kahl Jr, D. H. (2012). Navigating the doctoral experience: The role of social support in successful degree completion. *International Journal of Doctoral Studies*, 7(nd).
- Kahn, Z. (2011). Procrastination in relation to self-efficacy in graduate students writing a doctoral dissertation. *Theses, Dissertations, and Projects*. Retrieved from <https://scholarworks.smith.edu/theses/555>.
- Kelley, M. J., & Salisbury-Glennon, J. D. (2016). The role of self-regulation in doctoral students' status of all but dissertation (ABD). *Innovative Higher Education*, 41(1), 87-100.
- Khallad, Y., & Jabr, F. (2016). Effects of perceived social support and family demands on college students' mental well-being: A cross-cultural investigation. *International Journal of Psychology*, 51(5), 348-355.
- Knox, S., Burkard, A. W., Janecek, J., Pruitt, N. T., Fuller, S. L., & Hill, C. E. (2011). Positive and problematic dissertation experiences: The faculty perspective. *Counseling Psychology Quarterly*, 24(1), 55-69.
- Knox, S., Schlosser, L. Z., Pruitt, N. T., & Hill, C. E. (2006). A qualitative examination of graduate advising relationships: The advisor perspective. *The Counseling Psychologist*, 34(4), 489-518.
- Lacetera, N. (2009). Different missions and commitment power in R&D organizations: Theory and evidence on industry-university alliances. *Organization Science*, 20(3), 565-582.

- Lazarus, R. S. (1966). Psychological stress and the coping process.
- Leka, S., Jain, A., & Organization, W. H. (2010). Health impact of psychosocial hazards at work: an overview.
- Levecque, K., Anseel, F., De Beuckelaer, A., Van der Heyden, J., & Gisle, L. (2017). Work organization and mental health problems in PhD students. *Research Policy*, 46(4), 868-879.
- Martinez, E., Ordu, C., Della Sala, M. R., & McFarlane, A. (2013). Striving to obtain a school-work-life balance: The full-time doctoral student. *International Journal of Doctoral Studies*, 8(39-59).
- Millar, M. M. (2013). Interdisciplinary research and the early career: The effect of interdisciplinary dissertation research on career placement and publication productivity of doctoral graduates in the sciences. *Research Policy*, 42(5), 1152-1164.
- Nelson, N. G., Dell'Oliver, C., Koch, C., & Buckler, R. (2001). Stress, coping, and success among graduate students in clinical psychology. *Psychological Reports*, 88(3), 759-767.
- Nerad, M. (2015). Professional Development for Doctoral Students: What is it? Why Now? Who does it?
- Roach, M., & Sauermann, H. (2010). A taste for science? PhD scientists' academic orientation and self-selection into research careers in industry. *Research Policy*, 39(3), 422-434.
- Ross, S. E., Niebling, B. C., & Heckert, T. M. (1999). Sources of stress among college students. *Social psychology*, 61(5), 841-846.
- Schlosser, L. Z., Knox, S., Moskovitz, A. R., & Hill, C. E. (2003). A qualitative examination of graduate advising relationships: The advisee perspective. *Journal of Counseling Psychology*, 50(2), 178.
- Schouwenburg, H. C., & Lay, C. H. (1995). Trait procrastination and the big-five factors of personality. *Personality and Individual Differences*, 18(4), 481-490.
- Set, S. (1983). State-Trait Anxiety Inventory for Adults.
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31(4), 503.

- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological bulletin*, 133(1), 65.
- Stefanis, N., Hanssen, M., Smirnis, N., Avramopoulos, D., Evdokimidis, I., Stefanis, C., . . . Van Os, J. (2002). Evidence that three dimensions of psychosis have a distribution in the general population. *Psychological medicine*, 32(2), 347-358.
- Straforini, C. (2015). Dissertation as Life Chapter: Managing Emotions, Relationships, and Time. *Journal of College Student Psychotherapy*, 29(4), 296-313.
- Stubb, J., Pyhältö, K., & Lonka, K. (2011). Balancing between inspiration and exhaustion: PhD students' experienced socio-psychological well-being. *Studies in Continuing Education*, 33(1), 33-50.
- Stubb, J., Pyhältö, K., & Lonka, K. (2012). The experienced meaning of working with a PhD thesis. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 56(4), 439-456.
- Van de Schoot, R., Yerkes, M. A., Mouw, J. M., & Sonneveld, H. (2013). What took them so long? Explaining PhD delays among doctoral candidates. *PloS one*, 8(7), e68839.
- Van Ours, J. C., & Ridder, G. (2003). Fast track or failure: a study of the graduation and dropout rates of Ph D students in economics. *Economics of Education Review*, 22(2), 157-166.
- West, I., Gokalp, G., Pena, E. V., Fischer, L., & Gupton, J. (2011). Exploring effective support practices for doctoral students' degree completion. *College Student Journal*, 45(2), 310-323.



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
**CHULALONGKORN UNIVERSITY**





## บันทึกข้อความ

ส่วนงาน คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 โทร.0-2218๓3202  
 ที่ จว 177 /2561 วันที่ 26 ตุลาคม 2561  
 เรื่อง แจ้งผลผ่านการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย



เรียน คณบดีคณะจิตวิทยา

สิ่งที่ส่งมาด้วย เอกสารแจ้งผ่านการรับรองผลการพิจารณา

ตามที่นี้สิต/บุคลากรในสังกัดของท่านได้เสนอโครงการวิจัยเพื่อขอรับการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย จากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย นั้น ในการนี้ กรรมการผู้ทบทวนหลักได้เห็นสมควรให้ผ่านการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยได้ ดังนี้

โครงการวิจัยที่ 199.1/61 เรื่อง ประสบการณ์ทางจิตใจในการทำวิทยานิพนธ์ของนักศึกษา ระดับ ปริญญาเอก (PSYCHOLOGICAL EXPERIENCE IN COMPLETING DISSERTATION OF PHD CANDIDATES) ของ นางสาวปณดา เหล่าธนาถาวร

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ



ณันท์ เทพนาถโคตร  
 (ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณันท์ ชัยชนะวงศาโรจน์)  
 กรรมการและเลขานุการ  
 คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน  
 กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

AF 01-12



คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
 254 อาคารจามจุรี 1 ชั้น 2 ถนนพญาไท เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330  
 โทรศัพท์/โทรสาร: 0-2218-3202 E-mail: eccu@chula.ac.th

COA No. 248/2561

## ใบรับรองโครงการวิจัย

โครงการวิจัยที่ 199.1/61 : ประสบการณ์ทางจิตใจในการทำวิทยานิพนธ์ของนักศึกษาระดับปริญญาเอก  
 ผู้วิจัยหลัก : นางสาวปณดา เหล่าชนถาวร  
 หน่วยงาน : คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
 ได้พิจารณา โดยใช้หลัก ของ The International Conference on Harmonization – Good Clinical Practice  
 (ICH-GCP) อนุมัติให้ดำเนินการศึกษาวิจัยเรื่องดังกล่าวได้

ลงนาม.....  ..... ลงนาม.....  .....  
 (รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ปรีดา ทศนประดิษฐ์) (ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทรี ชัยชนะวงศาโรจน์)  
 ประธาน กรรมการและเลขานุการ

วันที่รับรอง : 26 ตุลาคม 2561

วันหมดอายุ : 25 ตุลาคม 2562

## เอกสารที่คณะกรรมการรับรอง

- 1) โครงการวิจัย
- 2) ข้อมูลสำหรับกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยและยินยอมของกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย
- 3) ผู้วิจัย

## เงื่อนไข

1. ข้าพเจ้ารับทราบว่าเป็นการสมัครจริยธรรม หากดำเนินการเก็บข้อมูลการวิจัยก่อนได้รับการอนุมัติจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยฯ
2. หากใบรับรองโครงการวิจัยหมดอายุ การดำเนินการวิจัยต้องยุติ เมื่อต้องการต่ออายุต้องขออนุมัติใหม่ล่วงหน้าไม่ต่ำกว่า 1 เดือน พร้อมส่งรายงานความก้าวหน้าการวิจัย
3. ต้องดำเนินการวิจัยตามที่ระบุไว้ในโครงการวิจัยอย่างเคร่งครัด
4. ใช้เอกสารข้อมูลสำหรับกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย ยินยอมของกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย และเอกสารเชิญเข้าร่วมวิจัย (ถ้ามี) เฉพาะที่ประทับตราคณะกรรมการเท่านั้น
5. หากเกิดเหตุการณ์ไม่พึงประสงค์ร้ายแรงในสถานที่เก็บข้อมูลที่ขออนุมัติจากคณะกรรมการ ต้องรายงานคณะกรรมการภายใน 5 วันทำการ
6. หากมีการเปลี่ยนแปลงการดำเนินการวิจัย ให้ส่งคณะกรรมการพิจารณารับรองก่อนดำเนินการ
7. โครงการวิจัยไม่เกิน 1 ปี ส่งแบบรายงานสิ้นสุดโครงการวิจัย (AF 03-12) และบทคัดย่อผลการวิจัยภายใน 30 วัน เมื่อโครงการวิจัยเสร็จสิ้น สำหรับโครงการวิจัยที่เป็นวิทยานิพนธ์ให้ส่งบทคัดย่อผลการวิจัย ภายใน 30 วัน เมื่อโครงการวิจัยเสร็จสิ้น

**ข้อมูลสำหรับกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย**

ชื่อโครงการวิจัย	ประสบการณ์ทางจิตใจในการทำวิทยานิพนธ์ของนักศึกษาระดับปริญญาเอก (PSYCHOLOGICAL EXPERIENCE IN COMPLETING DISSERTATION OF PHD CANDIDATES)
ชื่อผู้วิจัย	นางสาว ปณดา เหล่าธนาถาวร นิสิตระดับปริญญาโท สาขาจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยาจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
สถานที่ติดต่อผู้วิจัย	(ที่ทำงาน) คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อาคารบรมราชชนนีศรีศศพรพร ชั้น 7 ถนนพระราม 1 แขวงวังใหม่ เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330 โทรศัพท์มือถือ 087-891-0602 E-mail : <a href="mailto:panadafa0402@gmail.com">panadafa0402@gmail.com</a>

ก่อนที่ท่านจะตัดสินใจเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้ ท่านจำเป็นต้องอ่าน “เอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย” ฉบับนี้ละเอียด เพื่อให้เข้าใจถึงจุดประสงค์และข้อมูลของโครงการวิจัยนี้ หากมีข้อสงสัยหรือต้องการสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาสอบถามผู้วิจัย

สำหรับโครงการวิจัยนี้เป็นการศึกษาประสบการณ์ทางจิตใจในการทำวิทยานิพนธ์ของนักศึกษาระดับปริญญาเอก ท่านจะต้องได้รับการสัมภาษณ์เชิงลึกเกี่ยวกับประสบการณ์ทางจิตใจในการทำวิทยานิพนธ์ของนักศึกษาระดับปริญญาเอกที่เกิดขึ้น ผลกระทบทางจิตใจ รวมถึงวิธีการจัดการกับปัญหา เพื่อจะช่วยให้ทราบและเข้าใจถึงประสบการณ์ของผู้ที่เคยผ่านการทำวิทยานิพนธ์ในระดับปริญญาเอก ผลการวิจัยนี้จะประโยชน์สำหรับหน่วยงานและองค์กรในการพัฒนาแนวทางการเยียวยาทางจิตใจพร้อมกับการพัฒนาการมีสุขภาวะที่ดี

**ผู้ให้ข้อมูล**

เป็นนิสิตนักศึกษาที่จบการศึกษาจากต่างประเทศหรืออยู่ในช่วงท้ายของการทำวิทยานิพนธ์ในระดับปริญญาเอกในต่างประเทศ ด้านสาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี เช่น คณะวิทยาศาสตร์ สาขาคณิตศาสตร์ เคมี ชีววิทยา ฟิสิกส์ จุลชีววิทยา ชีวภาพ พฤกษศาสตร์ วิทยาศาสตร์สิ่งแวดล้อม เทคโนโลยีอาหาร เทคโนโลยีทางภาพและการพิมพ์ คณะวิศวกรรมศาสตร์ซึ่งเป็นหลักสูตรที่มีการเรียน course work และการทำวิจัย

**เกณฑ์การคัดเลือกผู้ให้ข้อมูล**

- ทั้งชายและหญิง อายุตั้งแต่ 24 – 50 ปี
- เชื้อชาติไทยและสื่อสารสนทนาเป็นภาษาไทยได้
- มีสุขภาพร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง
- สามารถระลึกถึงประสบการณ์การทำวิทยานิพนธ์ได้
- มีความเต็มใจและยินดีที่จะบอกเล่าเรื่องราวประสบการณ์ทางจิตใจในการทำวิทยานิพนธ์



วันที่โครงการวิจัย 199.1/61  
วันที่รับรอง 26 ต.ค. 2561  
นามของนาย 25 ต.ค. 2562



ผู้เข้าร่วมงานวิจัยจะถูกสัมภาษณ์ภายใต้การควบคุมดูแลของผู้วิจัย ใช้เวลาประมาณ 30-50 นาที โดยผู้วิจัยจะชี้แจงถึงหัวข้องานวิจัย จุดประสงค์งานวิจัยและสิ่งที่ต้องการสัมภาษณ์จากผู้เข้าร่วมวิจัย รวมไปถึงการแจ้งขออนุญาตอัดเสียงระหว่างการสัมภาษณ์ พร้อมชี้แจงเหตุผลในการอัดเสียงของผู้วิจัย และการพิทักษ์สิทธิส่วนบุคคลของผู้ให้ข้อมูล และทำการสัมภาษณ์ผู้เข้าร่วมการวิจัย ซึ่ง หากการเก็บข้อมูลยังไม่ครบถ้วน ผู้วิจัยขออนุญาตสัมภาษณ์เพิ่มเติมอีก 1 ครั้ง หลังเสร็จสิ้นการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยจะขอมอบของที่ระลึกเป็นหนังสือจิตวิทยาประยุกต์ แสดงความขอบคุณที่สละเวลาเข้าร่วมงานวิจัย

ข้อความที่กล่าวนี้อาจมีความเสี่ยงส่งผลกระทบต่อทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม ทัศนคติของผู้เข้าร่วมวิจัย หากผู้เข้าร่วมการวิจัยอยู่ในสภาวะที่สมควรได้รับการช่วยเหลือ ทางผู้วิจัยจะดำเนินการติดต่อประสานงานกับผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพทางจิตสำหรับผู้เข้าร่วมการวิจัย

โครงการวิจัยนี้จะมีการบันทึกข้อมูลเสี่ยงของผู้เข้าร่วมการวิจัยขณะสัมภาษณ์โดยข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับท่านจะถูกเก็บไว้เป็นความลับข้อมูลเชิงบุคคลที่จะสามารถระบุไปถึงตัวตนของท่าน เช่น ชื่อ-นามสกุล จะไม่ปรากฏในรายงานการวิจัยนอกจากข้อมูลเชิงประชากร เช่น อายุ เพศ ระดับชั้นการศึกษา และผู้วิจัยจะทำลายบันทึกการสนทนาทันทีหลังจากที่โครงการวิจัยชิ้นนี้เสร็จสิ้น

การเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้จะต้องเป็นไปด้วยความสมัครใจจากทั้งผู้เข้าร่วมการวิจัยเอง และท่านจะไม่ได้รับประโยชน์ใดๆ จากการเข้าร่วมการวิจัย ท่านมีสิทธิ์ที่จะปฏิเสธและ/หรือถอนตัวจากการศึกษาเมื่อใดก็ได้ โดยไม่จำเป็นต้องให้เหตุผลใดๆ และจะไม่มีผลกระทบใดๆ กับตัวท่าน

หากท่านมีข้อสงสัย ต้องการสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม สามารถติดต่อผู้วิจัยได้ตลอดเวลา (ชื่อ หมายเลขโทรศัพท์ และอีเมลปรากฏอยู่ทางด้านบน)

หากท่านไม่ได้รับการปฏิบัติตามข้อมูลดังกล่าวสามารถร้องเรียนได้ที่ คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคนกลุ่มสหสถาบันชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (RECCU) อาคารจามจุรี 1 ชั้น 2 เลขที่ 254 ถนนพญาไท เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330 ประเทศไทย โทรศัพท์/โทรสาร 02-218-3202 อีเมล [eccu@chula.ac.th](mailto:eccu@chula.ac.th)



ชื่อโครงการวิจัย 199.1/61  
วันที่รับรอง 26 ต.ค. 2561  
วันหมดอายุ 25 ต.ค. 2562

## หนังสือแสดงความยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

ทำที่.....

วันที่.....เดือน.....พ.ศ. ....

เลขที่ ประชากรตัวอย่างหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย.....

ข้าพเจ้า ซึ่งได้ลงนามท้ายหนังสือนี้ ขอแสดงความยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย

ชื่อโครงการวิจัย ประสบการณ์ทางจิตใจในการทำวิทยานิพนธ์ของนักศึกษาระดับปริญญาเอก  
(PSYCHOLOGICAL EXPERIENCE IN COMPLETING DISSERTATION OF PHD CANDIDATES)

ชื่อผู้วิจัย นางสาว ปณดา เหล่าธนาถาวร

ที่อยู่ติดต่อ คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อาคารบรมราชชนนีศรีศศพรชัย ชั้น 7 ถนน  
พระราม 1 แขวงวังใหม่ เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330

โทรศัพท์มือถือ 087-891-0602 E-mail : panadafa04022gmail.com

ข้าพเจ้า ได้รับทราบรายละเอียดเกี่ยวกับที่มาและวัตถุประสงค์ในการทำวิจัย รายละเอียดขั้นตอนต่างๆ ที่  
จะต้องปฏิบัติหรือได้รับการปฏิบัติ ความเสี่ยงอันตราย และประโยชน์ซึ่งจะเกิดขึ้นจากการวิจัยเรื่องนี้ โดยได้อ่าน  
รายละเอียดในเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัยโดยตลอด และได้รับคำอธิบายจากผู้วิจัย จนเข้าใจเป็นอย่างดีแล้ว

ข้าพเจ้าจึงสมัครใจเข้าร่วมในโครงการวิจัยนี้ ตามที่ระบุไว้ในเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย โดยข้าพเจ้า  
ยินยอม ให้สัมภาษณ์ 1 ครั้ง โดยใช้เวลาประมาณ 30-60 นาที และอนุญาตให้บันทึกเทประหว่างการสัมภาษณ์  
ผู้วิจัยสามารถขออนุญาตล่วงหน้าถึงการขออนัดสัมภาษณ์เพิ่มเติมอีก 1 ครั้ง ใช้เวลาประมาณ 30 นาที ในกรณีที่  
ข้อมูลหรือมีบางประเด็นยังไม่ครบถ้วนสมบูรณ์ได้

ข้าพเจ้ามีสิทธิถอนตัวออกจากกรวิจัยเมื่อใดก็ได้ตามความประสงค์ โดยไม่ต้องแจ้งเหตุผล ซึ่งการถอน  
ตัวออกจากกรวิจัยนั้น จะไม่มีผลกระทบในทางใดๆ ต่อข้าพเจ้าทั้งสิ้น

ข้าพเจ้าได้รับคำรับรองว่า ผู้วิจัยจะปฏิบัติต่อข้าพเจ้าตามข้อมูลที่ระบุไว้ในเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการ  
วิจัย และข้อมูลใดๆ ที่เกี่ยวข้องกับข้าพเจ้า ผู้วิจัยจะเก็บรักษาเป็นความลับ โดยจะนำเสนอข้อมูลการวิจัยเป็น  
ภาพรวมเท่านั้น ไม่มีข้อมูลใดในการรายงานที่จะนำไปสู่การระบุตัวข้าพเจ้า

หากข้าพเจ้าไม่ได้รับการปฏิบัติตรงตามที่ได้ระบุไว้ในเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย ข้าพเจ้าสามารถ  
ร้องเรียนได้ที่คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
254 อาคารจามจรี 1 ชั้น 2 ถนนพญาไท เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330 โทรศัพท์/โทรสาร 0-2218-3202

E-mail: eccu@chula.ac.th

ข้าพเจ้าได้ลงลายมือชื่อไว้เป็นสำคัญต่อหน้าพยาน ทั้งนี้ข้าพเจ้าได้รับสำเนาเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการ  
วิจัย และสำเนาหนังสือแสดงความยินยอมไว้แล้ว

ลงชื่อ.....

(นางสาวปณดา เหล่าธนาถาวร)

ผู้วิจัยหลัก



เลขที่โครงการวิจัย..... 199.ง/61

วันที่รับเรื่อง..... 20 ต.ค. 2561

วันมอบข้อมูล..... 25 ต.ค. 2562

ลงชื่อ.....

(.....)

ผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย

ลงชื่อ.....

(.....)

พยาน

1/2

V.2.4/2558

## ประวัติผู้เขียน

ชื่อ-สกุล	น.ส. ปณดา เหล่าธนาถาวร
วัน เดือน ปี เกิด	4 กุมภาพันธ์ 2537
สถานที่เกิด	นครศรีธรรมราช
วุฒิการศึกษา	วิทยาศาสตรบัณฑิต คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ที่อยู่ปัจจุบัน	8 ถนนพระอิสรวร ตำบลในเมือง อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
**CHULALONGKORN UNIVERSITY**