

ความวิตกกังวล การสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษา



นางสาวนันท์นที สุขมงคล

สถาบันวิทยบริการ

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา


คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2547

ISBN 974-53-1428-5

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ANXIETY, SOCIAL SUPPORT, AND COPING STRATEGIES OF UNIVERSITY STUDENTS



Miss Nanthini Suphamongkhon

สถาบันวิทยบริการ  
A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
for the Degree of Master of Arts in Counseling Psychology

Faculty of Psychology

Chulalongkorn University

Academic year 2004

ISBN 974-53-1428-5



นันทินี สุขมงคล : ความวิตกกังวล การสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษา.  
(ANXIETY, SOCIAL SUPPORT, AND COPING STRATEGIES OF UNIVERSITY STUDENTS)

อ. ที่ปรึกษา : รศ.สุภาพรรณ โคตรจรัส, 232 หน้า. ISBN 974-53-1428-5.

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์คือ เพื่อศึกษาความวิตกกังวล การสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 กลุ่มตัวอย่าง คือ นิสิตที่กำลังศึกษาในระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 4 จากจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 679 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ แบบวัดความวิตกกังวล แบบวัดการสนับสนุนทางสังคม และแบบวัดการเผชิญปัญหา วิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง และวิเคราะห์เปรียบเทียบพหุคูณด้วยวิธีของ Dunnett's T3 และหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ผลการวิจัยพบว่า

1. นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 มีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ และความวิตกกังวลประจำตัวน้อย และใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมาก และใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงก่อนข้างน้อย

2. นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ได้รับการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม และในด้านอารมณ์ และด้านข้อมูลข่าวสารเป็นอย่างมาก ได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน และด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงินในระดับค่อนข้างมาก โดยได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากแม่ พ่อ และเพื่อนเป็นอย่างมาก

3. นิสิตนักศึกษหญิงได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ ด้านการประเมิน ด้านข้อมูลข่าวสาร และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมมากกว่า ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่า และใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงน้อยกว่านิสิตนักศึกษาชาย

4. นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์มีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ มากกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ วิทยาศาสตร์ชีวภาพ และมนุษยศาสตร์

5. นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์น้อยกว่าและใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมน้อยกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ และได้รับการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม และในด้านการประเมินน้อยกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ ได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงินน้อยกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชามนุษยศาสตร์

6. นิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่หอพักนิสิตมีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์และความวิตกกังวลประจำตัวน้อยกว่า และใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามากกว่านิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่บ้าน และใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมน้อยกว่านิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่อื่นๆ

7. นิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในต่างจังหวัดมีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์น้อยกว่า และได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ และด้านสิ่งของ แรงงานและการเงิน และใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามากกว่านิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานคร

8. ความวิตกกังวลมีความสัมพันธ์ทางลบกับการสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และมีความสัมพันธ์ทางบวกกับกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง และกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงไม่มีความสัมพันธ์กับการสนับสนุนทางสังคม

9. กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา แบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม และการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์กันทางบวก

สาขาวิชา.....จิตวิทยาการปรึกษา.....

ลายมือชื่อนิสิต.....

ปีการศึกษา .....2547.....

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา.....

# # 4478125238 : MAJOR COUNSELING PSYCHOLOGY

KEY WORD: ANXIETY / SOCIAL SUPPORT / COPING STRATEGIES / UNIVERSITY STUDENTS

NANTHINI SUPHAMONGKHON : ANXIETY, SOCIAL SUPPORT, AND COPING STRATEGIES OF UNIVERSITY STUDENTS. THESIS ADVISOR : ASSOC. PROF. SUPAPAN KOTRAJARAS, 232 pp. ISBN 974-53-1428-5.

This research investigated the anxiety , social support and coping strategies of fourth-years university students. Participants were 679 undergraduate students from Chulalongkhon University. The instruments used were the State and Trait Anxiety Inventory (STAI Form-Y), the Social Support Questionnaire and the Coping Scale. Data was analyzed using a two-way ANOVA design followed by post-hoc multiple comparisons with Dunnett's T3 test and Pearson correlation coefficient. The major findings were as follows :

1. Fourth-year university students reported mild state and trait anxiety, used more problem-focused and social support-seeking strategies and used moderately low avoidance strategies.
2. Fourth-year university students obtained high emotional, information and total social supports and obtained moderately high appraisal and material supports. The students obtained high social supports from their mothers, fathers and friends.
3. Female students obtained more emotional, information and total social supports, used more social support-seeking strategies and used less avoidance strategies than male students.
4. Social science students reported higher state anxiety than physical science, biological science and humanity students.
5. Physical science students obtained less emotional support and used less social support-seeking strategies than biological science, social science and humanity students; obtained less appraisal and total social supports than social science and humanity students and obtained less material support than humanity students.
6. Students lived on campus reported less state and trait anxiety and used more problem-focused strategies than those living at home, and used less social support-seeking strategies than those lived off campus.
7. Students resided in up-country reported less state anxiety and obtained more emotional and material supports and used more problem-focused strategies than those resided in Bangkok.
8. Anxiety was negatively related to social support and problem-focused strategies, and positively related to avoidance strategies, but there was no significant relationship between avoidance strategies and social support.
9. The correlation coefficient indicated significantly positive correlation among problem-focused strategies, social support-seeking strategies and social support.

Field of study ...Counseling...Psychology...

Student's signature .....

Academic year .....2004.....

Advisor's signature .....

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ สุภาพรรณ โคตรจรัส ผู้เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ที่กรุณาให้คำแนะนำ คำปรึกษา ตลอดจนตรวจแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ มาโดยตลอด ด้วยความเมตตากรุณา และความห่วงใย จนกระทั่งผู้วิจัยสามารถดำเนินการวิจัยได้สำเร็จสมบูรณ์

ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร. ชุมพร ยงกิตติกุล ที่กรุณาสละเวลาในการให้คำแนะนำ การพิจารณา และปรับปรุงเครื่องมือเพื่อใช้ในการดำเนินการวิจัย การวิเคราะห์ข้อมูล ด้วยความเอาใจใส่อย่างดียิ่ง ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. กรรณิการ์ นลราชสุวรรณ ที่กรุณาตรวจสอบเอกสารเครื่องมือในการวิจัย และคอยตักเตือนให้กำลังใจผู้วิจัยเสมอมา

กราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร. โสริษฐ์ โพธิ์แก้ว อาจารย์ผู้ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ให้ผู้วิจัยเกิดความเข้าใจศาสตร์ทางด้านจิตวิทยาการปรึกษา และศาสตร์แห่งความเข้าใจชีวิต ตลอดจนการให้กำลังใจ และความห่วงใยแก่ผู้วิจัยเสมอมา

กราบขอบพระคุณท่านคณบดีทุกท่านที่กรุณาอนุญาตให้ผู้วิจัยได้เข้าไปเก็บข้อมูลของนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย รวมทั้งผู้ช่วยศาสตราจารย์ ชูพงศ์ ปัญจมะวัต ดร.วิษณุ โคตรจรัส และเจ้าหน้าที่ประจำคณะต่าง ๆ ที่กรุณาอำนวยความสะดวกให้กับผู้วิจัยในระหว่างการเก็บรวบรวมข้อมูล และขอขอบคุณนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยที่ให้ความร่วมมือในการวิจัยครั้งนี้เป็นอย่างดี

ขอขอบคุณ คุณจุฑามาศ ฉัตรโอฟารกุล และคุณชินพงษ์ มุ่งสันติ เพื่อนสนิทของผู้วิจัย ที่มอบกำลังใจ และความช่วยเหลือเกื้อกูลต่อผู้วิจัยเสมอมา ขอขอบคุณ คุณโสภิตา พุ่มดี ยิ่งคุณวรรณพร มรรคทรัพย์ คุณรัชฎา แสงสุรินทร์ คุณวีรบุช วงศ์คงเดช และคุณวาลี ศรีชลาคมที่ให้ความช่วยเหลือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ขอขอบคุณเพื่อนๆ สาขาจิตวิทยาการปรึกษา รุ่นที่ 17 รุ่นพี่รุ่นน้อง และเพื่อนๆ เอกจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตรทุกท่านที่ให้กำลังใจ และมิตรภาพที่เคียงมาแก่ผู้วิจัย ขอขอบคุณเจ้าหน้าที่ประจำคณะจิตวิทยาทุกท่านสำหรับความเอื้อเฟื้อเพื่อการทำงานทุกอย่างของผู้วิจัยให้สำเร็จได้ด้วยดี

ผู้วิจัยขอน้อมรำลึกถึงพระคุณของคุณพ่อ และคุณแม่ของผู้วิจัย ผู้ให้ชีวิต ความรัก ความอบอุ่น การดูแลเอาใจใส่ และการให้การสนับสนุนในทุก ๆ ด้านด้วยดีเสมอมา ขอขอบคุณน้องชาย และญาติพี่น้องทุกคนในครอบครัวที่เป็นกำลังใจให้อยู่เสมอ ขอขอบคุณทุกท่านผู้ที่มีส่วนร่วมในการช่วยเหลือเกื้อกูลให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดี

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญตาราง.....	ฅ
สารบัญภาพ.....	ด
บทที่	
1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ในการวิจัย.....	4
ขอบเขตในการวิจัย.....	4
คำจำกัดความในการวิจัย.....	6
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	8
2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง.....	9
แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	9
แนวคิดเกี่ยวกับความวิตกกังวล.....	9
แนวคิดเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคม.....	28
แนวคิดเกี่ยวกับกลวิธีการเผชิญปัญหา.....	34
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	46
3 วิธีการดำเนินการวิจัย.....	60
กลุ่มตัวอย่าง.....	60
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	61
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	76
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	77
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	78
5 การอภิปรายผลการวิจัย.....	161
6 สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ.....	177
รายการอ้างอิง.....	183



ภาคผนวก.....	191
ภาคผนวก ก. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	192
ภาคผนวก ข. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	197
ภาคผนวก ค. การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือแบบวัดความวิตกกังวล.....	206
ภาคผนวก ง. การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือแบบวัดการสนับสนุนทางสังคม.....	210
ภาคผนวก จ. การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือแบบวัดการเผชิญปัญหา.....	213
ภาคผนวก ฉ. ลักษณะข้อมูลกลุ่มตัวอย่าง.....	222
ภาคผนวก ช. ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่ศึกษาวิจัย.....	226
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์.....	232



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
1	ระดับความวิตกกังวลที่ก่อให้เกิดผลต่อบุคคลด้านพฤติกรรม ด้านอารมณ์ และด้านพฤติกรรม.....25
2	กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัยและภูมิลำเนา.....60
3	ค่าความเที่ยงของแบบวัดความวิตกกังวล.....65
4	ค่าความเที่ยงของแบบวัดการเผชิญปัญหา.....76
5	ค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนความวิตกกังวล จำแนกตามเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา.....80
6	ค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนการสนับสนุนทางสังคม ด้านอารมณ์ จำแนกตามเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา.....82
7	ค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนการสนับสนุนทางสังคม ด้านการประเมิน จำแนกตามเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา.....84
8	ค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนการสนับสนุนทางสังคม ด้านข้อมูลข่าวสาร จำแนกตามเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา.....85
9	ค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนการสนับสนุนทางสังคม ด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน จำแนกตามเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา.....86
10	ค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนการสนับสนุนทางสังคม โดยรวม จำแนกตามเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา.....87
11	ค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา จำแนกตามเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา.....88
12	การทดสอบความเป็นเอกพันธ์ของความแปรปรวน.....90
13	ค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนความวิตกกังวล จำแนกตามเพศ และสาขาวิชา.....93
14	ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของคะแนนความวิตกกังวล จำแนกตามเพศ และสาขาวิชา.....94
15	การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนความวิตกกังวล ของนิสิตนักศึกษาที่มีสาขาวิชาเรียนแตกต่างกัน.....95
16	ค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนความวิตกกังวล จำแนกตามเพศ และที่พักอาศัย.....95

ตารางที่	หน้า
17 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของคะแนนความวิตกกังวล จำแนกตามเพศ และที่พักอาศัย.....	96
18 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ของนิสิตนักศึกษาที่มีที่พักอาศัยแตกต่างกัน.....	97
19 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนความวิตกกังวลประจำตัวของนิสิตนักศึกษาที่มีที่พักอาศัยแตกต่างกัน.....	97
20 ค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนความวิตกกังวล จำแนกตามเพศ และภูมิลำเนา.....	98
21 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของคะแนนความวิตกกังวล จำแนกตามเพศ และภูมิลำเนา.....	98
22 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนความวิตกกังวลต่อสถานการณ์จำแนกตามเพศและภูมิลำเนา.....	99
23 ค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนความวิตกกังวล จำแนกตามสาขาวิชาและที่พักอาศัย.....	101
24 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของคะแนนความวิตกกังวล จำแนกตามสาขาวิชาและที่พักอาศัย.....	102
25 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ของนิสิตนักศึกษาที่มีสาขาวิชาเรียนแตกต่างกัน.....	103
26 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ของนิสิตนักศึกษาที่มีที่พักอาศัยแตกต่างกัน.....	103
27 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนความวิตกกังวลประจำตัวของนิสิตนักศึกษาที่มีที่พักอาศัยแตกต่างกัน.....	104
28 ค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนความวิตกกังวล จำแนกตามสาขาวิชา และภูมิลำเนา.....	104
29 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของคะแนนความวิตกกังวล จำแนกตามสาขาวิชาและภูมิลำเนา.....	105
30 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ของนิสิตนักศึกษาที่มีสาขาวิชาเรียนแตกต่างกัน.....	106

ตารางที่	หน้า
31	ค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนความวิตกกังวล จำแนกตามที่พักอาศัย และภูมิภาค.....106
32	ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของคะแนนความวิตกกังวล จำแนกตามที่พักอาศัยและภูมิภาค.....107
33	การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนความวิตกกังวล ต่อสถานการณ์ของนิสิตนักศึกษาที่มีที่พักอาศัยแตกต่างกัน.....108
34	การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนความวิตกกังวล ประจำตัวของนิสิตนักศึกษาที่มีที่พักอาศัยแตกต่างกัน.....108
35	ค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนการสนับสนุนทางสังคม จำแนกตามเพศและสาขาวิชา.....109
36	ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของคะแนนการสนับสนุนทางสังคม จำแนกตามเพศและสาขาวิชา.....110
37	ค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนการสนับสนุนทางสังคม จำแนกตามเพศและที่พักอาศัย.....111
38	ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของคะแนนการสนับสนุนทางสังคม จำแนกตามเพศและที่พักอาศัย.....112
39	ค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนการสนับสนุนทางสังคม จำแนกตามเพศและภูมิภาค.....113
40	ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของคะแนนการสนับสนุนทางสังคม จำแนกตามเพศและภูมิภาค.....114
41	ค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนการสนับสนุนทางสังคม จำแนกตามสาขาวิชาและที่พักอาศัย.....116
42	ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของคะแนนการสนับสนุนทางสังคม จำแนกตามสาขาวิชาและที่พักอาศัย.....117
43	การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนการสนับสนุน ทางสังคมด้านอารมณ์ของนิสิตนักศึกษาที่มีสาขาวิชาเรียนแตกต่างกัน.....118
44	การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนการสนับสนุน ทางสังคมด้านการประเมินของนิสิตนักศึกษาที่มีสาขาวิชาเรียนแตกต่างกัน.....119

ตารางที่	หน้า
45 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนการสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงานและการเงินของนิสิตนักศึกษาที่มีสาขาวิชาเรียนแตกต่างกัน.....	120
46 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมของนิสิตนักศึกษาที่มีสาขาวิชาเรียนแตกต่างกัน.....	121
47 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมของนิสิตนักศึกษาจำแนกตามสาขาวิชาและที่พักอาศัย.....	121
48 ค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนการสนับสนุนทางสังคมจำแนกตามสาขาวิชาและภูมิลำเนา.....	122
49 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของคะแนนการสนับสนุนทางสังคมจำแนกตามสาขาวิชาและภูมิลำเนา.....	123
50 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ของนิสิตนักศึกษาที่มีสาขาวิชาเรียนแตกต่างกัน.....	124
51 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนการสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมินของนิสิตนักศึกษาที่มีสาขาวิชาเรียนแตกต่างกัน.....	125
52 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมของนิสิตนักศึกษาที่มีสาขาวิชาเรียนแตกต่างกัน.....	125
53 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนการสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงานและการเงินของนิสิตนักศึกษาที่มีสาขาวิชาเรียนแตกต่างกัน.....	126
54 ค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนการสนับสนุนทางสังคมจำแนกตามที่พักอาศัยและภูมิลำเนา.....	127
55 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของคะแนนการสนับสนุนทางสังคมจำแนกตามที่พักอาศัยและภูมิลำเนา.....	128
56 ค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาจำแนกตามเพศและสาขาวิชา.....	130
57 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาจำแนกตามเพศและสาขาวิชา.....	131

ตารางที่	หน้า
58 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนกลวิธีเผชิญปัญหา แบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมของนิสิตนักศึกษาที่มีสาขาวิชาเรียน แตกต่างกัน.....	132
59 ค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา จำแนกตามเพศและที่พักอาศัย.....	133
60 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา จำแนกตามเพศและที่พักอาศัย.....	134
61 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนกลวิธีเผชิญปัญหา แบบมุ่งจัดการกับปัญหาของนิสิตนักศึกษาที่มีที่พักอาศัยแตกต่างกัน.....	135
62 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนกลวิธีเผชิญปัญหา แบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมของนิสิตนักศึกษาที่มีที่พักอาศัยแตกต่างกัน.....	136
63 ค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา จำแนกตามเพศและภูมิภาค.....	136
64 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา จำแนกตามเพศและภูมิภาค.....	137
65 ค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา จำแนกตามสาขาวิชาและที่พักอาศัย.....	139
66 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา จำแนกตามสาขาวิชาและที่พักอาศัย.....	140
67 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนกลวิธีเผชิญปัญหา แบบมุ่งจัดการกับปัญหาของนิสิตนักศึกษาที่มีที่พักอาศัยแตกต่างกัน.....	141
68 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนกลวิธีเผชิญปัญหา แบบมุ่งจัดการกับปัญหาจำแนกตามสาขาวิชาและที่พักอาศัย.....	142
69 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนกลวิธีเผชิญปัญหา แบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมของนิสิตนักศึกษาที่มีสาขาวิชาเรียน แตกต่างกัน.....	144
70 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนกลวิธีเผชิญปัญหา แบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมของนิสิตนักศึกษาที่มีที่พักอาศัยแตกต่างกัน.....	144

ตารางที่	หน้า
71	ค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา จำแนกตามสาขาวิชาและภูมิภาค.....145
72	ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา จำแนกตามสาขาวิชาและภูมิภาค.....146
73	การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา แบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมของนิสิตนักศึกษาที่มีสาขาวิชาเรียนแตกต่างกัน..147
74	ค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา จำแนกตามที่พักอาศัยและภูมิภาค.....148
75	ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา จำแนกตามที่พักอาศัยและภูมิภาค.....149
76	การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา แบบมุ่งจัดการกับปัญหาของนิสิตนักศึกษาที่มีที่พักอาศัยแตกต่างกัน.....149
77	การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา แบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมของนิสิตนักศึกษาที่มีที่พักอาศัยแตกต่างกัน.....150
78	ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวล การสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีการเผชิญปัญหา โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน(Pearson Correlation Coefficient).....151
79	ค่าอำนาจจำแนกรายข้อแบบกลุ่มสูง-กลุ่มต่ำ และค่าความสัมพันธ์ระหว่าง คะแนนรายข้อกับคะแนนรวมของSTAI Form Y-1 (ความวิตกกังวลต่อสถานการณ์)....207
80	ค่าอำนาจจำแนกรายข้อแบบกลุ่มสูง-กลุ่มต่ำ และค่าความสัมพันธ์ระหว่าง คะแนนรายข้อกับคะแนนรวม ก่อนการคัดเลือกของ STAI Form Y-2 (ความวิตกกังวลประจำตัว).....208
81	ค่าอำนาจจำแนกรายข้อแบบกลุ่มสูง-กลุ่มต่ำ และค่าความสัมพันธ์ระหว่าง คะแนนรายข้อกับคะแนนรวม หลังการคัดเลือกของSTAI Form Y-2 (ความวิตกกังวลประจำตัว).....209
82	ค่าอำนาจจำแนกรายข้อแบบกลุ่มสูง-กลุ่มต่ำ และค่าความสัมพันธ์ระหว่าง คะแนนรายข้อกับคะแนนรวมทั้งฉบับของแบบวัดการสนับสนุนทางสังคม.....211
83	ค่าความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมรายด้าน และ ค่าความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรวมรายด้านกับคะแนนรวมทั้งฉบับของ แบบวัดการสนับสนุนทางสังคม.....212



ตารางที่	หน้า
84	ค่าอำนาจจำแนกรายชื่อแบบกลุ่มสูง-กลุ่มต่ำ และค่าความสัมพันธ์ระหว่าง คะแนนรายชื่อกับคะแนนรวมทั้งฉบับ ก่อนการคัดเลือกของแบบวัด การเผชิญปัญหา.....214
85	ค่าอำนาจจำแนกรายชื่อแบบกลุ่มสูง-กลุ่มต่ำ และค่าความสัมพันธ์ระหว่าง คะแนนรายชื่อกับคะแนนรวมทั้งฉบับ หลังการคัดเลือกของแบบวัด การเผชิญปัญหา.....216
86	ค่าความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายชื่อกับคะแนนรวมรายด้าน ก่อนการคัดเลือก ของแบบวัดการเผชิญปัญหา.....218
87	ค่าความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายชื่อกับคะแนนรวมรายด้าน หลังการคัดเลือก ของแบบวัดการเผชิญปัญหา.....220
88	กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และพ่อแม่ของนิสิตนักศึกษา.....223
89	จำนวนร้อยละของบุคคลที่นิสิตนักศึกษาอาศัยอยู่ด้วยในปัจจุบัน.....223
90	จำนวนร้อยละของแหล่งการสนับสนุนทางสังคมด้านการเงินของนิสิตนักศึกษา.....224
91	ค่าสถิติพื้นฐานของคะแนนการสนับสนุนทางสังคมโดยจำแนกตามผลรวม รายด้าน .....224
92	กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ และจำนวนพี่น้องพ่อแม่เดียวกัน.....225
93	กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ และลำดับการเกิด.....225
94	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรตาม.....227
95	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรตามของนิสิตนักศึกษาชาย.....227
96	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรตามของนิสิตนักศึกษาหญิง.....228
97	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรตามของนิสิตศึกษา สาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ และวิทยาศาสตร์ชีวภาพ.....228
98	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรตามของนิสิตศึกษา สาขาวิชาสังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์.....229
99	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรตามของนิสิตศึกษา สาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพทั้งชาย และหญิง.....229
100	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรตามของนิสิตศึกษา สาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพทั้งชาย และหญิง.....230



ตารางที่	หน้า
101	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรตามของนิสิตนักศึกษา สาขาวิชาสังคมศาสตร์ทั้งชาย และหญิง.....230
102	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรตามของนิสิตนักศึกษา สาขาวิชามนุษยศาสตร์ทั้งชาย และหญิง.....231



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## สารบัญภาพ

ภาพประกอบ	หน้า
ภาพที่ 1	ลักษณะการเกิดความวิตกกังวล.....13
ภาพที่ 2	รูปแบบความวิตกกังวลปกติ.....15
ภาพที่ 3	กลไกการเกิดความวิตกกังวล.....23
ภาพที่ 4	รูปแบบกระบวนการของความเครียดตามทฤษฎีความเครียดของ Lazarus.....35
ภาพที่ 5	ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศ และภูมิปัญญาของคะแนน ความวิตกกังวลต่อสถานการณ์.....100
ภาพที่ 6	ปฏิสัมพันธ์ระหว่างสาขาวิชา และที่พักอาศัยของคะแนน การสนับสนุนทางสังคมโดยรวม.....122
ภาพที่ 7	ปฏิสัมพันธ์ระหว่างสาขาวิชา และที่พักอาศัยของคะแนน กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา.....142

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

# บทที่ 1

## บทนำ

### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ความวิตกกังวล เป็นส่วนประกอบพื้นฐานของความเครียดที่เกิดจากการที่กระบวนการทางปัญญาได้รับรู้ และประเมินสถานการณ์ว่า อาจจะทำให้เกิดอันตรายหรือคุกคามตนเอง ทำให้บุคคลรู้สึกตึงเครียด หวาดหวั่น ไม่สบายใจ เป็นทุกข์ ซึ่งกระตุ้นให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางสรีระวิทยา (Spielberger, 1989 อ้างถึงใน ดาราวรรณ ติ๊ะปีนตา, 2534) และการตอบสนองทางพฤติกรรม การพัฒนาบุคลิกภาพ การเรียนรู้ และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของบุคคล

นอกจากความวิตกกังวลจะมีผลต่อร่างกาย อารมณ์ และพฤติกรรมแล้ว ยังมีผลต่อความคิด ทำให้บุคคลสนใจต่อสิ่งต่าง ๆ ได้ในระยะสั้น ประสิทธิภาพในการจำลอง ความคิดไม่กว้าง ไม่ยืดหยุ่นในการแก้ปัญหา มีการคิดซ้ำ ๆ เดิม มีความคิดหมกมุ่นต่อตนเองมากกว่าจะให้ความสนใจเรื่องงาน และมีแนวโน้มที่จะคิดไปในทางลดคุณค่าของตนเอง มีผลให้การปรับตัวของบุคคลไม่ดีเท่าที่ควร และยังทำให้ประสิทธิภาพในการทำงานของบุคคลลดลงอีกด้วย (Sarason, 1972)

ความวิตกกังวลในระดับปกติเป็นผลดี เป็นเรื่องจำเป็นต่อการดำรงชีวิต มีผลให้บุคคลตื่นตัว กระตือรือร้นที่จะเอาชนะปัญหา การรับรู้ไว และอยู่ในขอบเขต ความจำดี สมาธิดีขึ้น อารมณ์ และการกระทำไม่เปลี่ยนแปลงไปจากปกติมากนัก แต่ความวิตกกังวลในระดับที่มากเกินไปจะทำให้บุคคลหมกมุ่น ครุ่นคิดในรายละเอียดมากเกินไป ความสามารถในการแก้ปัญหาลดลง มักทำงานได้ไม่เต็มสมรรถภาพ เกิดความสับสนบ่อยครั้ง มีผลเสียก่อให้เกิดปัญหาตามมาทั้งในด้านการเรียน และการดำรงชีวิต (อุบล นีวัติชัย, 2533)

สำหรับนิสิตนักศึกษาในระดับอุดมศึกษานั้นต้องเผชิญต่อสิ่งเร้าหรือสถานการณ์ต่าง ๆ มากมายอันอาจก่อให้เกิดความวิตกกังวลแก่นิสิตนักศึกษาได้ ซึ่งถ้าบุคคลใดมีลักษณะบุคลิกภาพที่มีความวิตกกังวลประจำตัว(trait anxiety)ค่อนข้างสูง ก็มีแนวโน้มที่จะประเมินสถานการณ์ต่าง ๆ ที่ประสบทำให้มีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์(state anxiety)สูงด้วย อันอาจจะทำให้มีปัญหามากในการปรับตัวได้ ซึ่งสิ่งเร้าหรือสถานการณ์ต่าง ๆ ที่จะทำให้เกิดความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ ที่จะมีผลทำให้ความวิตกกังวลประจำตัวของนิสิตนักศึกษาสูงขึ้นได้ประการหนึ่งนั้น ได้แก่ ลักษณะการศึกษาในมหาวิทยาลัยที่แตกต่างไปจากการศึกษาในระดับมัธยมศึกษา นิสิตนักศึกษาต้องรับผิดชอบตนเองในการเรียนรู้ด้านวิชาการ สังคม และสิ่งแวดล้อม ตลอดจนต้องปรับตัวต่อสถานการณ์ต่าง ๆ เพื่อให้สามารถดำรงชีวิตการเป็นนิสิตนักศึกษาโดยสมบูรณ์ นิสิตนักศึกษาจำเป็นต้อง

พึ่งพาตนเองและจัดการทุกสิ่งทุกอย่างด้วยตนเอง เพื่อให้สอดคล้องกับสถานการณ์ที่เปลี่ยนไป จะเห็นได้ว่าการศึกษาในมหาวิทยาลัย มีปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียด ความวิตกกังวล ความคับข้องใจ ความขัดแย้งในใจอย่างมากมาย จากการสำรวจปัญหาของนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยของ สุภาพรรณ โคตรจรัส (2524) พบว่าปัญหาที่นิสิตประสบมากที่สุด คือ ปัญหาด้านการปรับตัวทางการเรียน รองลงมาคือ ปัญหาด้านกิจกรรมทางสังคมและนันทนาการ ด้านหลักสูตรและการสอน ด้านการปรับตัวทางอารมณ์และส่วนตัว ด้านเกี่ยวกับอาชีพและการศึกษา และด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และที่เป็นปัญหาน้อยที่สุด คือ ปัญหาด้านการปรับตัวทางเพศ ซึ่งปัญหาเหล่านี้ล้วนมีผลต่อการออกกลางคันของนิสิตนักศึกษา ดังนั้น การที่นิสิตนักศึกษาได้รับการให้ความช่วยเหลือโดยการสนับสนุนทางสังคมไม่ว่าจะได้รับจากครอบครัว ได้แก่ บิดา มารดา ญาติ พี่น้อง หรือจากอาจารย์ หรือเพื่อนจึงเป็นสิ่งสำคัญและมีคุณค่า

Brown (1986) ได้แบ่งการสนับสนุนทางสังคมเป็น 4 ด้าน คือ

1. การสนับสนุนด้านอารมณ์ ได้แก่ การให้การยกย่อง ความไว้วางใจ ความรัก ความจริงใจ ความเอาใจใส่ และความรู้สึกเห็นใจ

2. การสนับสนุนด้านการประเมิน ได้แก่ การให้ข้อมูลป้อนกลับเพื่อนำไปประเมินตนเอง และเปรียบเทียบพฤติกรรม การให้การรับรองทำให้เกิดความมั่นใจ และนำไปเปรียบเทียบตนเองกับผู้อยู่ร่วมในสังคม ตลอดจนเปิดโอกาสให้แสดงความคิดเห็น

3. การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร ได้แก่ การได้รับคำแนะนำ ข้อเสนอแนะ ทิศทาง และข้อมูลข่าวสารที่สามารถนำไปใช้ในการแก้ปัญหาที่เผชิญอยู่ได้

4. การสนับสนุนด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน ได้แก่ การช่วยเหลือโดยตรงต่อความจำเป็นของบุคคลในเรื่องวัสดุสิ่งของ แรงงาน เงิน และการปรับสภาพแวดล้อม

การสนับสนุนทางสังคมดังที่ได้กล่าวมา ทำหน้าที่เป็นเหมือนกันชนช่วยให้บุคคลมีความเครียดหรือความวิตกกังวลลดลง และเป็นแหล่งสนับสนุนให้บุคคลเผชิญความเครียดได้ดีขึ้นจากการศึกษาของ Mcnett (1987 อ้างถึงใน ภัทรพงศ์ ประกอบผล, 2534) พบว่า การสนับสนุนทางสังคม จะมีผลต่อการปรับตัวหรือการตอบสนองของความเครียดของบุคคล ทำให้บุคคลควบคุมตนเองได้และแก้ปัญหาได้ตรงจุด บุคคลที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมในระดับต่ำ หรือไม่มีเลย จะเกิดความเครียด หรือส่งผลทางลบต่อภาวะสุขภาพ ความเครียดจะลดลงเมื่อการสนับสนุนทางสังคมเพิ่มขึ้น ซึ่งแสดงให้เห็นว่าการสนับสนุนทางสังคมช่วยให้บุคคลสามารถเผชิญหรือต่อสู้กับความเครียดที่เกิดขึ้นในชีวิต

การเผชิญปัญหา เป็นความพยายามทางปัญญาและพฤติกรรมของบุคคลอย่างไม่หยุดยั้ง เพื่อที่จะจัดการกับปัญหาหรือสถานการณ์ต่าง ๆ ให้คลี่คลายลง (Lazarus and Folkman, 1984) กลวิธีการเผชิญปัญหาของบุคคลแต่ละบุคคล จะแสดงออกอย่างเป็นอิสระเพื่อตอบโต้กับสิ่งเร้า

ความเครียด ซึ่งทำให้ภาวะสมดุลเสียไป แต่กลวิธีการเผชิญปัญหาของบุคคลจะประสบความสำเร็จหรือไม่เพียงใดนั้น ขึ้นอยู่กับปัจจัยต่าง ๆ ที่จะช่วยให้บุคคลสามารถเผชิญปัญหาได้ดี การสนับสนุนทางสังคมเป็นกลไกหนึ่งที่ทำให้บุคคลสามารถเผชิญปัญหาได้ดีขึ้น การสนับสนุนด้านข้อมูล และข่าวสารต่าง ๆ จะทำให้บุคคลเกิดการแสวงหากลวิธีการเผชิญปัญหาแบบใหม่ และช่วยบรรเทาความรุนแรงของความเครียดลงด้วย

ปัจจัยต่าง ๆ ที่มีผลต่อการเผชิญปัญหามีทั้งปัจจัยที่มาจากภายในและภายนอกตัวบุคคล ถ้าบุคคลได้รับปัจจัยแวดล้อมที่ช่วยลด และขจัดภาวะความเครียดที่เข้ามาจะทำให้บุคคลสามารถปรับตัวกับภาวะความเครียดได้ และกลับสู่ภาวะสมดุลได้เร็วขึ้น การสนับสนุนทางสังคมเป็นปัจจัยภายนอกอันหนึ่งที่ได้รับการยอมรับว่ามีผลต่อการช่วยบรรเทาความรุนแรงของความเครียด และทำให้บุคคลใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาที่เหมาะสมมากขึ้น

สภาพสังคมไทยในปัจจุบัน ผู้คนต้องเผชิญกับปัญหาที่เกิดขึ้นสังคม ประสบกับปัญหาทางเศรษฐกิจที่ไม่แน่นอน หรือปัจจัยแวดล้อมที่กดดัน ปัญหาโรคร้ายไข้เจ็บที่มากุคาม สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ได้เข้ามาบั่นทอนกำลังใจในการดำเนินชีวิตและกำลังใจในการเผชิญต่อโรคร้ายที่เข้าสู่ชีวิต นิสิตนักศึกษาที่เช่นกันที่จะต้องปรับตัวให้ทันกับความเปลี่ยนแปลงของสังคม และยังคงต้องปรับตัวให้เหมาะสมกับลักษณะวัยของตนที่เปลี่ยนแปลงไป นิสิตนักศึกษากำลังอยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนปลาย อันเป็นวัยที่กำลังก้าวไปสู่ความเป็นผู้ใหญ่ เป็นวัยหัวเลี้ยวหัวต่อที่สร้างความยุ่งยากทางจิตใจ และอารมณ์ให้เจ้าตัวมากที่สุด (สุวนีย์ เกียรติกิ่งแก้ว, 2527) เป็นวัยผันผวนเพราะเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกายและจิตใจ มีอารมณ์อ่อนไหวง่าย เพื่อฝัน อุดมคติสูงไม่ค่อยเดินทางสายกลาง ต้องการการยอมรับ และต้องการความรัก ความอบอุ่น (สุพัตรา สุภาพ, 2519) จากสภาพการณ์ต่าง ๆ ที่กล่าวมาจะเห็นได้ว่า นิสิตนักศึกษาจะต้องมีการปรับตัวหลายด้านต้องใช้กำลังใจ กำลังใจ และกำลังปัญญาอย่างมาก นิสิตนักศึกษาอาจมีความยากลำบากในการเผชิญต่อสถานการณ์ต่าง ๆ เหล่านี้จึงอาจเป็นผลให้นิสิตนักศึกษาเกิดภาวะของความวิตกกังวล และต้องการการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลหรือกลุ่มบุคคลในด้านต่าง ๆ เพื่อที่จะมีวิธีการเผชิญปัญหาที่เหมาะสมช่วยให้นิสิตนักศึกษาสามารถปรับตัวกับภาวะความเครียดที่เกิดขึ้น และกลับสู่ภาวะสมดุลได้เร็วขึ้น

จากที่กล่าวมาจะเห็นได้ว่า ความวิตกกังวล การสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีการเผชิญปัญหามีความเกี่ยวเนื่องกันในการดำรงชีวิตของบุคคล และเป็นสิ่งสำคัญที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ซึ่งนักจิตวิทยาการปรึกษาสามารถมีบทบาทสำคัญในการช่วยเหลือ นิสิตนักศึกษาที่ประสบกับปัญหาต่าง ๆ เช่น ปัญหาด้านการเรียน ไม่สบายใจ และมีวิธีการเผชิญปัญหาที่ไม่เหมาะสม โดยวิธีและกระบวนการทางจิตวิทยาการปรึกษา นักจิตวิทยาการปรึกษาสามารถเอื้ออำนวยให้เขามีพลัง และเรียนรู้ที่จะเผชิญกับภาวะดังกล่าวได้อย่างเหมาะสม สามารถดำเนินชีวิตได้

อย่างราบรื่น มีประสิทธิภาพ สร้างสรรค์ อันนำไปสู่ความงอกงามในตัวบุคคล ให้สามารถดำเนินชีวิตในปัจจุบันได้อย่างมีความสุข (จूरिरत्न चूमोम, 2539)

มีผลการวิจัยเกี่ยวกับรูปแบบการเผชิญปัญหามาก (อาทิเช่น Carver, Scheier and Weintraub, 1989; Frydenberg and Lewis, 1993; กรกวรรณ สุพรรณวรรรยา, 2544; รัชนีย์ แก้วคำศรี, 2545; วราภรณ์ รัตนาวิศิษฏกุล, 2545; สุภาพรณ โศตรจรัส และชุมพร ขงกิตติกุล, 2545) ที่แสดงให้เห็นว่า การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม เป็นวิธีการที่มีประสิทธิภาพ และการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง เป็นวิธีการที่ไม่มีประสิทธิภาพ

สำหรับนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 เป็นนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่กำลังอยู่ในช่วงระหว่างการเตรียมความพร้อมที่จะเปลี่ยนแปลงไปสู่ชีวิตการทำงาน ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาความวิตกกังวล การสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีการเผชิญปัญหาทั้ง 3 รูปแบบของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีภูมิหลังแตกต่างกันในด้านเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความวิตกกังวล การสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษา
2. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบความวิตกกังวลของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีภูมิหลังแตกต่างกันในด้านเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา
3. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบการสนับสนุนทางสังคมของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีภูมิหลังแตกต่างกันในด้านเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา
4. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบกลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีภูมิหลังแตกต่างกันในด้านเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา
5. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวล การสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีการเผชิญปัญหา

### ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ เพื่อศึกษาความวิตกกังวล การสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิตที่กำลังศึกษาในระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 4 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปีการศึกษา 2547 ที่มีความแตกต่างกันในด้านเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา



โดยใช้แบบวัดความวิตกกังวลที่พัฒนามาจากแบบวัดความวิตกกังวล STAI ( Form Y ) ของสปีด เบอร์เกอร์ และคณะ (1983) แบบวัดการสนับสนุนทางสังคมที่พัฒนามาจากแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมของพูนพร ศรีสะอาด (2534) และแบบวัดการเผชิญปัญหาของสุภาพรธรรม โคตรจรัส และ ชุมพร ยงกิตติกุล (2544)

### กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาวิจัย คือ นิสิตชายและนิสิตหญิงที่กำลังศึกษาในระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 4 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปีการศึกษา 2547

### ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา

#### 1. ตัวแปรอิสระ คือ

- 1.1 เพศ
- 1.2 สาขาวิชา ซึ่งแบ่งเป็น 4 กลุ่ม ได้แก่
  - 1.2.1 วิทยาศาสตร์กายภาพ
  - 1.2.2 วิทยาศาสตร์ชีวภาพ
  - 1.2.3 สังคมศาสตร์
  - 1.2.4 มนุษยศาสตร์
- 1.3 ที่พักอาศัย
- 1.4 ภูมิลำเนา

#### 2. ตัวแปรตาม คือ

- 2.1 ค่าคะแนนความวิตกกังวลจากแบบวัดความวิตกกังวล STAI
- 2.2 ค่าคะแนนการสนับสนุนทางสังคมจากแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมประกอบการสนับสนุนทางสังคม 4 ด้าน ได้แก่
  - 2.2.1 การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์
  - 2.2.2 การสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน
  - 2.2.3 การสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสาร
  - 2.2.4 การสนับสนุนทางสังคมด้าน สิ่งของ แรงงาน และการเงิน



2.3 ค่าคะแนนรูปแบบการเผชิญปัญหา 3 แบบจากแบบวัดการเผชิญปัญหาประกอบด้วยกลวิธีการเผชิญปัญหา 18 วิธี ดังนี้

2.3.1 การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ประกอบด้วยกลวิธีการเผชิญปัญหา 9 วิธีคือ 1) การลงมือดำเนินการแก้ปัญหา 2) การวางแผน 3) การทำงานหนักและความสำเร็จในงาน 4) การระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง 5) การชะลอการเผชิญปัญหา 6) การตีความหมายใหม่ในทางบวก 7) การยอมรับ 8) การหาทางผ่อนคลายเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม

2.3.2 การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม ประกอบด้วยกลวิธีการเผชิญปัญหา 2 วิธีคือ 1) การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อแก้ปัญหา และ 2) การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อกำลังใจ

2.3.3 การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง ประกอบด้วยกลวิธีการเผชิญปัญหา 7 วิธีคือ 1) การปฏิเสธ 2) การไม่แสดงออกทางพฤติกรรม 3) การไม่เกี่ยวข้องทางความคิด 4) การเก็บความรู้สึกไว้คนเดียว 5) การตำหนิตนเอง 6) การเป็นกังวล และ 7) การระบายออกทางอารมณ์

### คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

1. ความวิตกกังวล หมายถึง ความรู้สึกหวาดกลัว กระวนกระวายใจ เนื่องจากการประเมินความน่าจะเป็นที่จะเกิดผลอันไม่พึงประสงค์ล่วงหน้า เกิดจากการที่บุคคลรับรู้ตนเองไม่สอดคล้องกับประสบการณ์จริง มีผลทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย อารมณ์ ความคิด และความรู้สึก ในการวิจัยครั้งนี้หมายถึง ค่าคะแนนที่ได้จากแบบวัดความวิตกกังวลที่พัฒนามาจากแบบวัดความวิตกกังวล STAI ( Form Y ) ของ Spielberg และคณะ (1983)

1.1 ความวิตกกังวลประจำตัว (Trait – Anxiety or A-Trait) คือ ลักษณะประจำตัวของแต่ละบุคคลที่มีอิทธิพลต่อการรับรู้ และประเมินสิ่งเร้า โดยมีแนวโน้มที่จะรับรู้ ประเมิน หรือคาดคะเนสิ่งเร้าว่า อาจเกิดอันตรายหรืออาจคุกคามตนเอง ทำให้มีความวิตกกังวลเกิดขึ้น ความวิตกกังวลประเภทนี้ มักจะเกิดขึ้นกับบุคคลในสถานการณ์ทั่ว ๆ ไป ทุกสถานการณ์ โดยทั่วไปแล้วทุกคนจะมีความวิตกกังวลประเภทนี้ ซึ่งแตกต่างกันในแต่ละบุคคล และเป็นตัวเสริมความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ โดยลักษณะดังกล่าว จะมีการเปลี่ยนแปลงแต่จะเปลี่ยนแปลงค่อนข้างช้า โดยส่วนใหญ่จะมีลักษณะค่อนข้างคงที่

1.2 ความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ (State – Anxiety or A-State) คือ ความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นกับบุคคลในสถานการณ์เฉพาะหรือมีสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่ทำให้เกิดความไม่พึงพอใจหรือ

จะเกิดอันตรายต่อบุคคล และจะแสดงพฤติกรรมที่สามารถสังเกตได้ในช่วงที่อยู่ในสถานการณ์นั้น ความวิตกกังวลต่อสถานการณ์นี้ส่งผลให้บุคคลเกิดความตึงเครียด หวาดหวั่น กระวนกระวาย ระบบประสาทอัตโนมัติตื่นตัวสูง ความรุนแรงและระยะเวลาที่เกิดความวิตกกังวลต่อสถานการณ์นี้จะแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล ส่วนหนึ่งขึ้นอยู่กับระดับความวิตกกังวลประจำตัว และประสบการณ์ในอดีตของแต่ละบุคคล

2. การสนับสนุนทางสังคม หมายถึง การที่บุคคลได้รับความรักความเอาใจใส่ การเห็นคุณค่า ได้รับการยกย่อง มีความผูกพันเป็นส่วนร่วมซึ่งกันและกัน เป็นการช่วยเหลือด้านต่าง ๆ จากกลุ่มบุคคลหรือบุคคล เช่น บุคคลในครอบครัว ญาติพี่น้อง อาจารย์ และเพื่อน ในการวิจัยครั้งนี้ หมายถึง ค่าคะแนนที่ได้จากแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมที่พัฒนามาจากแบบวัดสนับสนุนทางสังคมของพุนพร ศรีสะอาด (2534) ประกอบด้วย 4 ด้าน ดังนี้

2.1 การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ หมายถึง การให้ความรัก ความผูกพัน ความจริงใจ ความเอาใจใส่ ความรู้จักเห็นอกเห็นใจ การเสริมแรง และการรับฟัง

2.2 การสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน หมายถึง การให้ข้อมูลป้อนกลับเพื่อนำไปประเมินตนเอง และเปรียบเทียบพฤติกรรม การให้การรับรองซึ่งจะทำให้ผู้รับเกิดความมั่นใจ นำไปเปรียบเทียบกับผู้อื่นที่อยู่ร่วมในสังคม

2.3 การสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสาร หมายถึง การให้คำแนะนำ ข้อเสนอแนะ ทิศทาง และการให้ข้อมูลข่าวสารซึ่งสามารถนำไปใช้ในการแก้ไขปัญหาที่เผชิญอยู่ได้

2.4 การสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน หมายถึง การให้ความช่วยเหลือโดยตรงต่อความจำเป็นของบุคคลในเรื่องของเงิน แรงงาน เวลา และการปรับสภาพแวดล้อม

3. กลวิธีการเผชิญปัญหา หมายถึง พฤติกรรมต่าง ๆ ที่บุคคลแสดงออกถึงความพยายามในการที่จะจัดการกับปัญหา หรือสิ่งที่มาคุกคามต่อชีวิตความเป็นอยู่ของบุคคล ซึ่งมีจุดมุ่งหมายเพื่อที่จะทำให้ความเครียดหรือสิ่งที่มาคุกคามนั้นคลี่คลายลง ในการวิจัยนี้หมายถึง ค่าคะแนนที่ได้จากแบบวัดการเผชิญปัญหาของสุภาพรรณ โคตรจรัส และชุมพร ยงกิตติกุล (2544) จำแนกเป็นรูปแบบการเผชิญปัญหา 3 แบบ ประกอบด้วยกลวิธีการเผชิญปัญหา 18 วิธี ดังนี้

3.1 การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ประกอบด้วยกลวิธีการเผชิญปัญหา 9 วิธีคือ 1) การลงมือดำเนินการแก้ปัญหา 2) การวางแผน 3) การทำงานหนักและความสำเร็จในงาน 4) การระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง 5) การชะลอการเผชิญปัญหา 6) การตีความหมายใหม่ในทางบวก 7) การยอมรับ 8) การหาทางผ่อนคลาย และ 9) การแสวงหาการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม

3.2 การเผชิญปัญหาแบบการแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม ประกอบด้วยกลวิธีการเผชิญปัญหา 2 วิธีคือ 1) การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อแก้ปัญหา และ 2) การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อกำลังใจ

3.3 การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงนี้ ประกอบด้วยกลวิธีการเผชิญปัญหา 7 วิธีคือ 1)การปฏิเสธ 2)การไม่แสดงออกทางพฤติกรรม 3)การไม่เกี่ยวข้องทางความคิด 4)การเก็บความรู้สึกลงคนเดียว 5)การตำหนิตนเอง 6)การเป็นกังวล และ 7) การระบายออกทางอารมณ์

4. สาขาวิชา ประกอบด้วยสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ วิทยาศาสตร์ชีวภาพ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ โดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยออกเป็น 4 กลุ่ม ดังนี้

4.1 สาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ หมายถึง นิสิตคณะวิทยาศาสตร์ คณะวิศวกรรมศาสตร์ และคณะสถาปัตยกรรมศาสตร์

4.2 สาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพ หมายถึง นิสิตคณะแพทยศาสตร์ คณะสัตวแพทยศาสตร์ คณะทันตแพทยศาสตร์ คณะเภสัชศาสตร์ คณะสหเวชศาสตร์ และสำนักวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา

4.3 สาขาวิชาสังคมศาสตร์ หมายถึง นิสิตคณะรัฐศาสตร์ คณะครุศาสตร์ คณะนิเทศศาสตร์ คณะเศรษฐศาสตร์ คณะนิติศาสตร์ และคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี

4.4 สาขาวิชามนุษยศาสตร์ หมายถึง นิสิตคณะอักษรศาสตร์ และคณะศิลปกรรมศาสตร์

### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เพื่อทราบถึงความวิตกกังวล การสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีการเผชิญปัญหาของ นิสิตนักศึกษา
2. เพื่อทราบถึงความแตกต่างระหว่างเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิฐานะที่สัมพันธ์กับ ความวิตกกังวล การสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีการเผชิญปัญหา
3. เพื่อเป็นข้อมูลในการนำแนวทางการปรึกษาเชิงจิตวิทยาไปใช้ในการพัฒนาและสร้างความเจริญงอกงามให้แก่ นิสิตนักศึกษา
4. เพื่อเป็นข้อความรู้ในการศึกษาค้นคว้าวิจัยเกี่ยวกับความวิตกกังวล การสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีการเผชิญปัญหาต่อไป

## บทที่ 2

### วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

#### แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

#### 1. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับความวิตกกังวล

##### ความหมายของความวิตกกังวล

ความวิตกกังวล (Anxiety) มาจากรากศัพท์ภาษาละตินว่า anger แปลว่า ถูกบีบรัด อึดอัด หายใจไม่ออก หรือสาเหตุที่ทำให้รู้สึกไม่สบายทั้งกาย และใจ ความรู้สึกไม่สบายอันเนื่องมาจากความวิตกกังวลนี้หมายรวมถึง ความรู้สึกหวาดกลัว กังวลใจ ที่ก่อให้เกิดอารมณ์ซึ่งสัมพันธ์กับความรู้สึกอึดอัด (Stavrakaki, 1989) ส่วนความวิตกกังวลตามหลักเกณฑ์วินิจฉัยโรคของสมาคมแพทยอเมริกันฉบับที่ 4 (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fourth Edition or DSM-IV) ได้แก่ อาการที่ไม่สบาย อึดอัด กระวนกระวาย หรือหวาดกลัวอันตรายซึ่งคิดว่าอาจเกิดขึ้น (APA, 1994) เป็นความรู้สึกที่ไม่ได้สัดส่วนกับอันตรายที่จะเกิดขึ้นจริง หรือรู้สึกมากเกินไป และมีอาการแสดงอันเป็นผลเนื่องมาจากการที่ระบบประสาทอัตโนมัติทำงานมากขึ้น ซึ่งมีอาการ และอาการแสดงแตกต่างกันไปตามชนิดย่อยของความวิตกกังวล คือ

ความวิตกกังวลเรื้อรัง (generalized anxiety disorder)

ความวิตกกังวลจากการพลัดพราก (separation anxiety disorder)

กลัว กังวล ไม่กล้าออกจากบ้าน (agoraphobia)

กลัวการพูด หรือทำอะไรในที่สาธารณะ (social phobia)

กลัววัตถุ หรือสถานการณ์ที่เฉพาะ และพยายามหลีกเลี่ยงสิ่งที่กลัว (simple phobia)

ย้ำคิดย้ำทำ (obsessive-compulsive disorder)

กังวลหลังจากเกิดความเครียดที่รุนแรงมาก (post traumatic stress disorder)

ความวิตกกังวลสุดขีด (panic disorder)

Rogers (1951) ให้ความหมายของความวิตกกังวลว่า คือการที่โครงสร้างของตนกับประสบการณ์ไม่สอดคล้องกัน รับรู้ประสบการณ์ว่าเป็นสิ่งที่คุกคามโครงสร้างของตนจึงเกิดความวิตกกังวลขึ้น ซึ่งความวิตกกังวลนี้ อาจแสดงออกมาเป็นการใช้พฤติกรรมป้องกันตนเอง หรือเป็นสภาวะไม่สมดุลทางจิตใจ ไม่สบายใจ หวาดหวั่น

Lader and Marks (1971) เน้นว่า ความวิตกกังวลจะเกิดควบคู่ไปกับความเครียด หรือความรู้สึกถูกคุกคาม ความวิตกกังวลเป็นความกลัวต่อเหตุการณ์ในอนาคตที่ไม่อาจระบุได้แน่ชัด และเป็นผลจากการประเมินว่า เหตุการณ์ที่เผชิญอยู่นั้นคุกคามต่อสวัสดิภาพ

Spielberger (1972) อธิบายว่า การคาดคะเน หรือการประเมินสิ่งเร้าของบุคคลจะทำให้เกิดความไม่พึงพอใจ หรือทำให้เกิดอันตราย ซึ่งทำให้บุคคลเกิดความวิตกกังวลนี้ บุคคลจะประเมินและคาดคะเนแตกต่างกันไปแล้วแต่การรับรู้ และความคิดของแต่ละบุคคล ถ้าบุคคลประเมินได้ว่า สิ่งเร้านั้นจะทำให้เกิดความไม่พึงพอใจอย่างรุนแรง ก็จะมีพฤติกรรมตอบสนองต่อสิ่งเร้านั้นมาก และอาจจะมากกว่าระดับความรุนแรงของสิ่งเร้านั้นจะมีผลต่อบุคคล ขณะที่อีกบุคคลหนึ่งตอบสนองสิ่งเร้าเดียวกันนั้นน้อยกว่า เพราะเขาประเมินว่า สิ่งเร้านี้จะทำให้เกิดความไม่พึงพอใจหรือทำให้เกิดอันตรายต่อบุคคลอย่างรุนแรง จนถึงกับเกิดความหมกหมัวที่จะช่วยเหลือตนเองให้พ้นจากสิ่งเร้านั้น

Zung (1977) ให้ความหมายว่า ความวิตกกังวล เป็นความรู้สึกไม่สบายใจ กระวนกระวายใจ และหวั่นวิตกว่าจะมีอันตรายเกิดขึ้นโดยหาสาเหตุไม่ได้ มีการแสดงออกทั้งทางร่างกาย และอารมณ์

Sullivan (อ้างถึงใน Gomes, 1984) ได้อธิบายความวิตกกังวลไว้ในเชิงจิตวิเคราะห์ โดยเชื่อว่า ความวิตกกังวลมีจุดเริ่มต้นที่ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลตั้งแต่วัยเด็กเป็นความสัมพันธ์ระหว่างเด็กกับมารดา ซึ่งต่อมาพัฒนาเป็นความสัมพันธ์ระหว่างเด็กกับบุคคลอื่น ความวิตกกังวลเป็นความตึงเครียดทางจิตใจที่เกิดขึ้นจากความผิดปกติหรือมีการเปลี่ยนแปลงความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลทั้งนี้เพื่อบุคคลจะได้รักษาความมั่นคงปลอดภัยต่อตนเอง และการยอมรับนับถือตนเองเอาไว้

Freud (อ้างถึงใน Spielberger, 1985) เป็นคนแรกที่พยายามให้ความหมายของคำว่า “กลัว” และ “วิตกกังวล” ในทางจิตวิทยา ฟรอยด์ ให้คำจำกัดความ คำว่า “วิตกกังวล” ว่าเป็นความรู้สึกบางอย่าง เป็นลักษณะของอารมณ์ที่ไม่พึงพอใจ หรือเงื่อนไขที่เกิดจากการรวบรวมความรู้สึกภายในใจ ความกลัวเรื้อรัง และจากทุกสิ่งๆ ที่รวมกันเรียกว่า ความกังวล เป็นปัจจัยที่ก่อให้เกิดผลทางสรีระวิทยา

Groen (1975) กล่าวว่า ความวิตกกังวลในเชิงจิตวิทยา หมายถึง ลักษณะอารมณ์ที่ไม่น่าพึงพอใจ ซึ่งเกิดจากการคาดการณ์ล่วงหน้าถึงอันตราย หรือความขัดข้องใจที่คุกคามสวัสดิภาพ ภาวะสมดุล หรือวิถีชีวิตของบุคคล หรือกลุ่มสังคมที่บุคคลนั้นเป็นเจ้าของอยู่

Rycroft (1978) อธิบายว่า ความวิตกกังวลเป็นความรู้สึกของการเตรียมพร้อมเพื่อเผชิญหน้า กับสิ่งที่จะเกิดขึ้น และความเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ที่ไม่คุ้นเคย ภาวะเช่นนี้เกิดขึ้นเมื่อบุคคลตระหนักว่ามีอะไรบางอย่างที่เป็นอันตรายต่อตน แต่ยังไม่สามารถลงมือจัดการกับสิ่งนั้นได้ เนื่องจากยังไม่ได้เกิดขึ้นจริง ๆ หากสิ่งนั้นได้เกิดขึ้นแล้ว หรือบุคคลได้รับรู้มันอย่างแจ่มชัดแล้ว ความวิตกกังวลก็จะหมดไป เพราะไม่ต้องเตรียมพร้อมที่จะเผชิญปัญหา เหลืออยู่ที่แต่การลงมือปฏิบัติจริง และภาวะ



อารมณ์ชนิดอื่นจะเข้ามาแทนที่ความวิตกกังวล ทักษะของ Rycroft ต่างจาก Groen ตรงที่ Rycroft เชื่อว่า เมื่อความวิตกกังวลเกิดกับสิ่งที่บุคคลไม่รู้จักรั ย่อมแสดงว่าประสบการณ์ใหม่ทั้งหลายที่บุคคลไม่เคยผ่านพบมาก่อนสามารถก่อให้เกิดความวิตกกังวลได้ทั้งสิ้น ไม่ว่าประสบการณ์นั้นน่า จะพอใจหรือไม่

Epstein (1972) กล่าวว่า ความวิตกกังวลอาจเกิดจากภาวะคุกคามที่บุคคลสามารถระบุ สาเหตุชัดเจนได้เช่นกัน เพียงแต่ไม่สามารถตอบสนองต่อสิ่งเร้าที่คุกคามอยู่นั้นให้เป็นการกระทำ โดยตรงได้ เนื่องจากเหตุใดเหตุหนึ่ง เช่น ภาวะนั้นยังไม่ปรากฏเป็นตัวตน หรือบุคคลไม่สามารถตัดสินใจได้ว่าควรตอบสนองสิ่งเร้านั้นอย่างไร หรือบุคคลไม่สามารถตอบสนองสิ่งเร้านั้นในทันทีตาม ต้องการ จำต้องรอดต่อไปจนถึงเวลาที่กำหนด สาเหตุเหล่านี้ก่อให้เกิดเป็นความกลัวที่คุกกรุ่น แต่ไม่ อาจกำหนดแนวทางตอบสนองสิ่งเร้านั้นได้ ส่วนความกลัวแท้ ๆ นั้น มีลักษณะเป็นแรงจูงใจหลัก หนีโดยตรง หากไม่มีสิ่งเหนี่ยวรั้งไว้ บุคคลจะตอบสนองสิ่งเร้าด้วยการหนีทั้งในรูปพฤติกรรมภายนอก และพฤติกรรมภายใน

Beck (1972) ได้ให้ทัศนะว่า แม้สภาพการณ์ที่กดดันจะมีส่วนสร้างให้เกิดความวิตกกังวล ได้ แต่สภาพการณ์เหล่านี้เป็นตัวการทำให้เกิดความวิตกกังวลได้น้อยกว่าสภาพการณ์ที่เกิดขึ้นตาม การรับรู้ของบุคคล หากบุคคลใครรับรู้ถึงความกดดันนี้มาก ก็มีแนวโน้มที่จะเกิดความวิตกกังวลได้ ง่ายกว่าบุคคลที่รับรู้ว่ามี ความกดดันน้อย แนวคิดของเบคต่อการเกิดความวิตกกังวลจึงเน้นที่องค์ ประกอบทางด้านความคิดยิ่งกว่าสภาพกดดันภายนอกที่แท้จริง การที่บุคคลให้ความหมายแก่ ประสบการณ์ที่เกิดขึ้น จะเป็นตัวการทำให้สภาพการณ์ซึ่งอาจไม่มีอะไรร้ายแรง กลายเป็นสภาพที่ กัดกร่อนอย่างมากไปได้ โดยบุคคลจะประเมินอันตรายนั้นเกินจริง และขณะเดียวกันก็ประเมินความ สามารถของตนที่จะจัดการกับภาวะนั้น ๆ ต่ำกว่าความเป็นจริงด้วย ซึ่งทั้งสองประเด็นนี้จะเป็นตัว เร้าให้เกิดความวิตกกังวลขึ้น และความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นนี้จะกลายเป็นตัวเนาะสัญญาณอันตราย ของสภาพการณ์นั้น ทำให้ความเข้มของความวิตกกังวลเพิ่มขึ้นไปอีก กลายเป็นวงจรต่อเนื่อง และมี ผลทำให้เกิดความแปรปรวนทางด้านสรีระได้ด้วย เช่น เกิดอาการเจ็บป่วยโดยมิได้มีสาเหตุจากกลไกทางด้านร่างกาย (somatic disorder)

McReynold (1960 อ้างถึงใน Epstein, 1972 ) มีความเชื่อว่า ความวิตกกังวลเกิดเพราะความ ล้มเหลวในการดูดซึมการรับรู้ กล่าวคือ โดยปกตินั้นมนุษย์มีแนวโน้มตามธรรมชาติอยู่แล้วที่จะซึม ซับประสบการณ์ต่าง ๆ เข้าไว้ในระบบการรับรู้ของตน เรียกกระบวนการนี้ว่า “กระบวนการรับรู้ ประสบการณ์ (perceptualization) ซึ่งมนุษย์จะค่อย ๆ ถ่ายเทประสบการณ์เข้าสู่ระบบนี้ในระดับ ปกติ แต่หากมีประสบการณ์ใดที่ไม่สามารถดูดซึม เข้าสู่ระบบการรับรู้ได้อย่างเหมาะสม และสะสม มาก ๆ เข้าจะก่อให้เกิดความวิตกกังวลขึ้น ดังนั้นความวิตกกังวลตามแนวคิดนี้จึงอาจนิยามได้ว่า เป็น “ระดับความรู้สึกที่ได้มาจากการสะสมกันของประสบการณ์ที่ไม่กลมกลืนกับระบบการรับรู้ ของบุคคล”

Phillips, Martin and Meyers (1972) เชื่อว่า ความวิตกกังวลมีความสัมพันธ์กับการรับรู้ของบุคคลเช่นกัน โดยทั้งสามมีแนวคิดว่า กระบวนการเกิดความวิตกกังวลนั้น สามารถแบ่งได้เป็น 3 ระดับ เช่นเดียวกับกระบวนการเกิดประสบการณ์อื่น ๆ โดยทั่วไป คือ ในระดับแรก เมื่อบุคคล ปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม ความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นจะอยู่ในระบบรับรู้ความรู้สึก และการเคลื่อนไหวซึ่งเป็นกลไกทางสรีระ (sensori-motor) ต่อมาในระดับที่สอง ความวิตกกังวลที่บุคคลประสบจะแปรรูปไปสู่การรับรู้ โดยประสบการณ์นั้นจะถูกแปลงไปเป็นภาพพจน์ และจินตนาการต่าง ๆ และในระดับสุดท้าย ความวิตกกังวลจะผสมผสานกันระหว่างการสร้างสัญลักษณ์ และการให้ความหมาย ซึ่งเกิดจากกระบวนการทางความคิด ในระดับสุดท้ายนี้ความวิตกกังวลจะแสดงออกในเชิงลบ เช่น การถดถอย และมีแนวโน้มที่จะเกิดกลไกการป้องกันตนเองในลักษณะต่าง ๆ เป็นต้น

นอกจากนั้น ทั้งสามคนยังได้สรุปว่า ความวิตกกังวลเกิดจากการกระตุ้นของภาวะกดดันทางจิต และภาวะกดดันทางจิตนี้ เกิดขึ้นเพราะบุคคลเกรงว่าความคาดหวังของตนจะไม่ได้รับผลที่น่าพอใจ ทำให้บุคคลขาดความมั่นใจต่อเหตุการณ์ข้างหน้า ความหวั่นเกรงดังกล่าวเกิดขึ้นจากการปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม และจากความคิดของบุคคลนั่นเอง ซึ่งเป็นทั้งปัจจัยภายนอก และปัจจัยภายในที่จะชี้บ่งว่าปฏิกริยาวิตกกังวลของบุคคลต่อสถานการณ์ที่กดดันนั้นจะเกิดขึ้นหรือไม่เกิดขึ้น

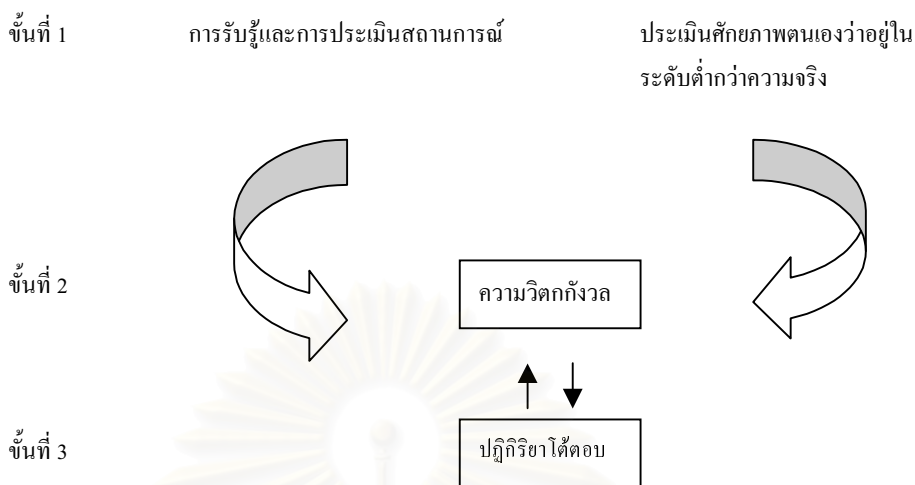
## ทฤษฎีความวิตกกังวล

### 1. ทฤษฎีแนวปัญญานิยม (cognitive theory)

ภาวะความวิตกกังวลตามแนวคิดปัญญานิยมจะอธิบายว่า เป็นภาวะที่ไม่ได้เกิดขึ้นโดยตรงจากสถานการณ์ที่เข้ามากระทบบุคคล แต่เกิดจากการที่กระบวนการทางปัญญา (การคิด ความเชื่อ ความคาดหวัง ฯลฯ) ได้รับรู้ และประเมินสภาพการณ์ว่าจะทำให้เกิดอันตรายหรือคุกคามตนเอง ดังนั้นการเกิดความวิตกกังวลตามแนวคิดนี้จึงพิจารณาที่การรับรู้และการประเมินสถานการณ์ของกระบวนการทางปัญญาเป็นหลัก หรือเป็นจุดเริ่มต้นที่จะทำให้เกิดความวิตกกังวลแล้วแสดงออกทางพฤติกรรม อารมณ์ รวมทั้งลักษณะทางสรีระวิทยาที่เป็นปัญหาขึ้น (Clerk, 1990)

ลักษณะการเรียนรู้และการประเมินของกระบวนการทางปัญญาที่นำไปสู่ความวิตกกังวลมีลักษณะสำคัญซึ่งประมวลได้ว่า การรับรู้ และการประเมินสถานการณ์ว่าจะมีผลต่อตนเองในด้านลบประกอบกับประเมินศักยภาพของตนเองว่าอยู่ในระดับต่ำกว่าความเป็นจริง (Butler, 1987 อ้างถึงใน Scott, 1990) ซึ่งการรับรู้ และการประเมินสถานการณ์ในลักษณะนี้จะนำไปสู่ความวิตกกังวลแล้วส่งผลให้เกิดการโต้ตอบทางพฤติกรรม สรีระและอารมณ์ โดยจะได้ตอบออกมาในลักษณะหลีกเลี่ยง ระวังระมัดระวังมากกว่าปกติ ซึ่งอาจจะเป็นผลกลับไปทำให้เกิดความวิตกกังวลมากขึ้นได้ ดังแสดงในภาพ





ภาพที่ 1 แสดงลักษณะการเกิดความวิตกกังวล

ที่มา : Butler, 1987 อ้างถึงใน Scott, 1990 ; อ้างอิงใน วินัย ปานโพธิ์, 2542, หน้า 13

Lazarus and Averill (1972) ได้ศึกษาถึงกระบวนการทางความคิดที่เชื่อมโยงระหว่างสถานการณ์จากสภาพแวดล้อมกับปฏิกิริยาตอบสนองทางอารมณ์ กล่าวว่า ความวิตกกังวลเป็นผลจากการที่บุคคลได้รับสิ่งเร้าแล้วคิดประเมินหรือคาดคะเนว่า สิ่งเร้านั้นจะทำให้เกิดสิ่งไม่พึงพอใจ หรือทำให้เกิดอันตรายต่อบุคคล เป็นผลให้บุคคลไม่สามารถดำเนินพฤติกรรมไปตามปกติได้ อีกทั้งยังก่อให้เกิดพฤติกรรมหลีกเลี่ยงเพื่อหนีห่างจากสิ่งเร้านั้น โดยที่ความวิตกกังวลของบุคคลนั้นประกอบด้วย กระบวนการประเมิน 3 ขั้นตอน คือ

**การประเมินขั้นแรก** เป็นการตัดสินใจว่า เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นเกี่ยวข้องกับตนหรือไม่ และจะก่อให้เกิดผลดีหรือผลร้ายแก่ตน

**การประเมินขั้นที่สอง** เป็นการพิจารณาเลือกวิธีการจัดการกับสิ่งที่ไม่พึงพอใจที่อาจเกิดขึ้น หรือทำการส่งเสริมสิ่งดีที่ทำให้เกิดความพึงพอใจ ซึ่งวิธีการจัดการกับเหตุการณ์นั้นอาจแสดงออกเป็นพฤติกรรมโดยตรง เช่น การสู้ การหลีกเลี่ยง หนี หลีกเลียงเพื่อหนีห่างจากเหตุการณ์นั้น หรือการดิ้นรนต่อสู้ให้ถึงเป้าหมาย หรืออาจแสดงออกเป็นกระบวนการภายในของบุคคล เช่น การคิดฟุ้งซ่าน และการคิดฝัน เป็นต้น

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

เรานั้นแยกออกได้เป็นสองประเภท คือ (1) การแสดงออกเป็นพฤติกรรมโดยตรง เช่น การสู้ การหลีกหนี การดิ้นรนให้ถึงเป้าหมาย (2) การแสดงออกมาเป็นกระบวนการภายในของบุคคล เช่น ความฟุ้งซ่าน การคิดฝัน การป้องกันตนเอง

จากแนวคิดเกี่ยวกับความวิตกกังวลที่สัมพันธ์กับการรับรู้ของบุคคลนี้ สอดคล้องกันแนวความคิดของ Beck (1972) ซึ่งได้ให้ทัศนะว่า สภาพการณ์ที่กดดันจะมีส่วนสร้างให้เกิดความวิตกกังวลได้น้อยกว่า สถานการณ์ที่เกิดขึ้นตามการรับรู้ของบุคคล หากบุคคลรับรู้ถึงความกดดันนี้มากก็มีแนวโน้มจะเกิดความวิตกกังวลได้ง่ายกว่าบุคคลที่รับรู้ได้น้อยกว่า ดังนั้นแนวคิดนี้จึงเน้นที่องค์ประกอบด้านความคิดมากกว่าสภาพการณ์ที่กดดันภายนอกที่แท้จริง การที่บุคคลให้ความหมายแก่ประสบการณ์ที่เกิดขึ้นจะเป็นตัวการทำให้สภาพการณ์ที่อาจไม่ร้ายแรงกลายเป็นสภาพการณ์ที่กดดันอย่างมาก โดยบุคคลจะประเมินอันตรายนั้นเกินสภาพความเป็นจริง ขณะเดียวกันก็จะประเมินความสามารถของตนที่จะจัดการกับสภาพการณ์ที่กดดันนั้นต่ำกว่าความเป็นจริงด้วยทำให้ระดับความวิตกกังวลเกิดเพิ่มขึ้นต่อไปอีก

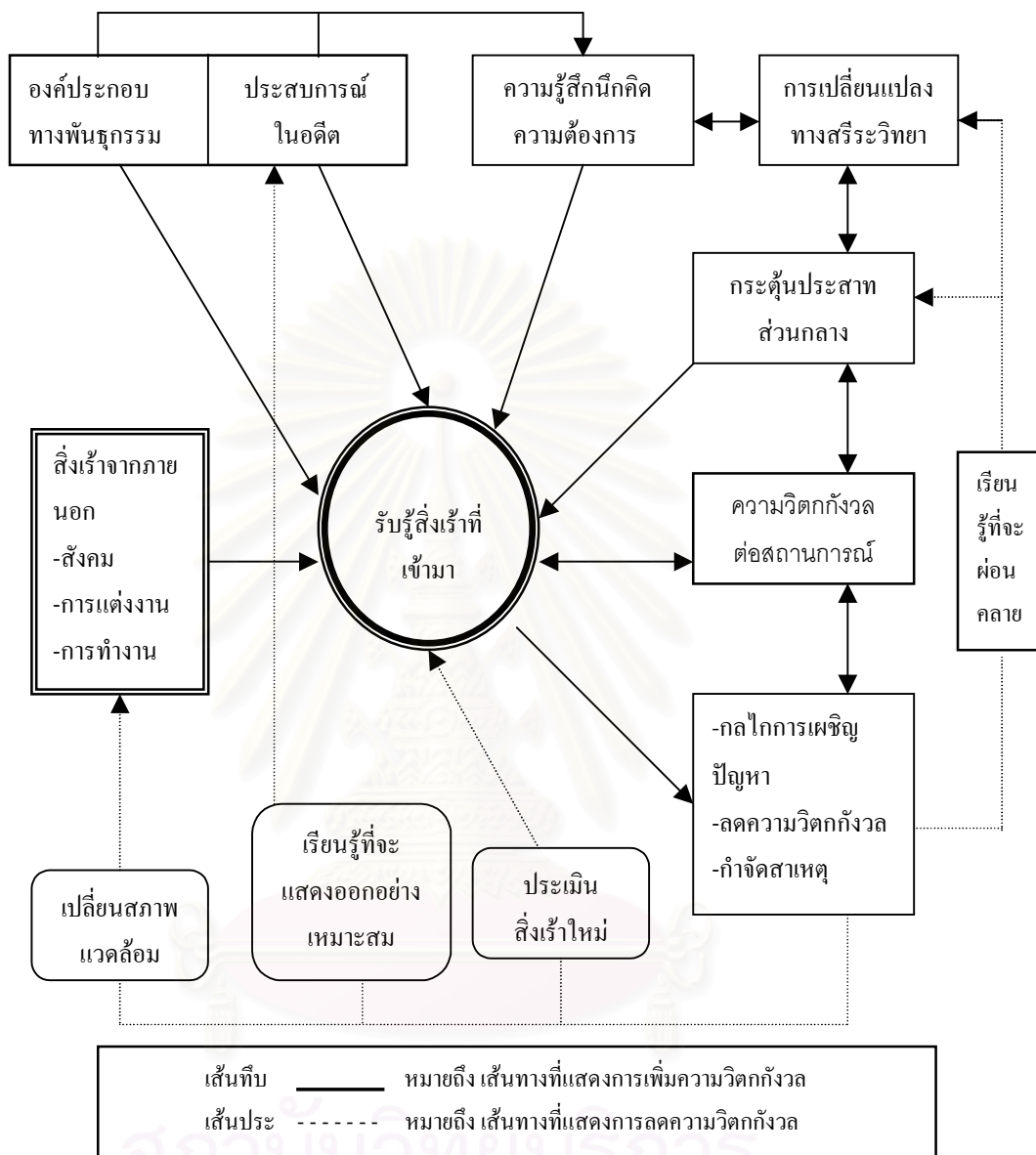
Lander and Mark (1972) ได้เสนอรูปแบบความวิตกกังวลปกติ ( a model of normal anxiety) โดยใช้แนวคิดของ Speilberger เป็นพื้นฐาน สามารถแสดงเป็นแผนภาพดังภาพที่ 2

จากภาพ ซึ่งให้เห็นว่า ความวิตกกังวลที่แสดงออกนั้น ประกอบด้วยความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะประจำตัวของบุคคล (trait anxiety) และความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ (state anxiety) สาเหตุและองค์ประกอบของความวิตกกังวลทั้ง 2 ชนิด อธิบายได้ดังนี้

ความวิตกกังวลแฝง เกิดจากสาเหตุทางพันธุกรรม ประสบการณ์ในอดีตและสถานะด้านอารมณ์ที่เกี่ยวข้องกับสถานการณ์ปัจจุบัน องค์ประกอบเหล่านี้ปฏิสัมพันธ์กันจนกลายเป็นส่วนหนึ่งของความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะประจำตัวบุคคล เมื่อประสบเหตุการณ์สิ่งเร้าภายนอกเหล่านี้ จะเข้าสู่การรับรู้ของระบบประสาทส่วนกลาง เกิดการประเมินว่า สิ่งเร้าที่มากหรือนั้นทำให้เกิดความวิตกกังวลต่อสถานการณ์มากน้อยเพียงใดซึ่งสามารถแสดงออกได้ 3 ด้านคือ

1. เกิดความรู้สึกรู้สึกวิตกกังวล ที่แสดงออกให้เห็นชัดเจนในขณะที่เผชิญสถานการณ์โดยผ่านทางศูนย์ควบคุมอารมณ์ (limbic system)
2. เกิดการกระตุ้นการทำงานของระบบประสาทส่วนกลาง ผ่านทางเรตติคิวลาร์ฟอรัมชัน (reticular formation) ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยาได้หลายอย่าง เช่น หัวใจเต้นเร็ว เหงื่อออกมาก
3. มีการใช้กลไกในการเผชิญปัญหา (coping mechanism) เพื่อลดความวิตกกังวล และกำจัดสาเหตุของความวิตกกังวล

“ ความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะประจำตัว ”



ภาพที่ 2 แสดงรูปแบบความวิตกกังวลปกติ (A Model of Normal Anxiety)

ที่มา : Lander and Mark, 1972, อ้างอิงใน วินัย ปานไท้, 2542, หน้า 14

2. ทฤษฎีพฤติกรรมนิยม (behaviorism)

ทฤษฎีพฤติกรรมนิยม อธิบายว่า ความวิตกกังวลเป็นการตอบสนองที่เกิดจากการเรียนรู้ (anxiety as a learned response) ไม่ได้เน้นว่า ความวิตกกังวลเป็นเรื่องของความขัดแย้งภายใน แต่เน้นเรื่องของประสบการณ์ต่าง ๆ ที่ได้รับจากการเรียนรู้ กล่าวคือ ความวิตกกังวลเป็นส่วนหนึ่งของ

การวางเงื่อนไขความกลัวและถูกจัดเป็นแรงขับทุติยภูมิ (secondary drive) ทั้งนี้ถือกำเนิดมาจากการของ Mowrer ซึ่งเป็นงานที่ไม่ซับซ้อนและมีอิทธิพลอย่างมาก กล่าวคือ สิ่งเร้าที่ไม่ต้องวางเงื่อนไข (unconditioned stimulus) เช่น ภาวะการช็อค จะทำให้เกิดการตอบสนองที่ไม่ต้องวางเงื่อนไข (unconditioned response) เช่น ความเจ็บปวดและความกลัว จากนั้นความกลัวจะจัดเป็นแรงขับปฐมภูมิ (primary drive) นำไปสู่พฤติกรรมหลีกเลี่ยงหนี ถ้าทำได้สำเร็จ ความกลัวและความวิตกกังวลก็จะลดลง แต่ถ้าบุคคลไม่สามารถหลีกเลี่ยงหนีจากสิ่งเร้าที่ไม่พึงพอใจ (aversive stimulus) ได้ บุคคลจะมีพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปจากพฤติกรรมปกติ ได้แก่ มีอาการกระสับกระส่าย เหงื่อออก ใจสั่น เป็นต้น และเมื่อสิ่งเร้าที่มากกระตุ้นทำให้เกิดความไม่พึงพอใจรุนแรงมากก็จะทำให้มีพฤติกรรมการโต้ตอบซ้ำกว่าปกติซึ่งเป็นพฤติกรรมของความวิตกกังวล

Skinner (1953 อ้างถึงใน คาราวรรณ ตะปินตา, 2528) ได้ทำการศึกษาความวิตกกังวลโดยเชื่อว่าพฤติกรรมเป็นสิ่งที่กำหนดพฤติกรรมของบุคคล ถ้าเป็นผลกรรมที่บุคคลไม่พึงพอใจหรือจะเป็นอันตรายต่อบุคคล บุคคลก็จะแสดงพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงหนี หรือหลีกเลี่ยงจากสิ่งเร้าที่จะก่อให้เกิดผลกรรมขึ้น ความวิตกกังวลเป็นพฤติกรรมที่เกิดขึ้นระหว่างสัญญาณเตือน (ตัวชี้แนะ) กับสิ่งเร้าที่จะทำให้เกิดภาวะไม่พึงพอใจ และไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ถ้าบุคคลเผชิญกับสิ่งเร้าที่ทำให้เกิดภาวะที่ไม่พึงพอใจโดยไม่มีสัญญาณเตือนหรือชี้แนะให้เห็นสิ่งเร้าดังกล่าว บุคคลก็จะไม่เกิดความวิตกกังวล จากลักษณะของสิ่งเร้าที่สามารถให้ทั้งผลกรรมที่เป็นตัวเสริมแรงบวก (บุคคลพึงพอใจ) และผลกรรมที่เป็นตัวเสริมแรงทางลบ (บุคคลไม่พึงพอใจ) เมื่อบุคคลได้รับการกระตุ้นด้วยสิ่งเร้าลักษณะนี้จะเกิดความวิตกกังวลขึ้น เพราะไม่แน่ใจว่าตนจะได้รับผลกรรมอย่างไร เช่น การสอบและในกรณีสิ่งเร้าที่บุคคลได้รับจะก่อให้เกิดผลกรรมที่เป็นตัวเสริมแรงทางลบอย่างแน่นอน แต่บุคคลไม่ทราบว่าจะได้รับผลกรรมนั้นเมื่อใดบุคคลก็จะเกิดความวิตกกังวลขึ้น แต่ถ้าบุคคลรู้ว่าจะต้องได้รับผลกรรมดังกล่าวตามเวลาที่บุคคลได้คาดคิดไว้อย่างแน่นอน บุคคลจะเกิดความกลัว

### 3. ทฤษฎีปัญญา-พฤติกรรมนิยม (cognitive-behavior theory)

Bandura (1969) เสนอทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม (social-cognitive theory) ได้อธิบายถึง ความวิตกกังวลว่า พฤติกรรมของบุคคลส่วนใหญ่เกิดจากการเรียนรู้โดยการสังเกตผู้อื่นในสังคม จากนั้นมีการจดจำ และนำมาลอกเลียนแบบได้ภายหลัง การเรียนรู้แบบนี้เป็นวิธีการเรียนรู้ตามธรรมชาติของบุคคล ดังนั้นความวิตกกังวลจึงเกิดจากการได้เห็นบุคคลถูกกระตุ้นโดยสิ่งเร้าบางอย่างซึ่งมีผลทำให้บุคคลนั้นได้รับผลกรรมที่ไม่พึงพอใจดังที่เห็นจากตัวแบบ นอกจากการเรียนรู้จากตัวแบบแล้วการที่บุคคลได้รับการเตือนให้ระมัดระวังอันตรายจากสิ่งเร้าบางอย่างก็จะทำให้สิ่งเร้านั้นสร้างความวิตกกังวลให้กับบุคคลได้ การขาดทักษะในพฤติกรรมบางอย่างที่มีผลทำให้บุคคล

เกิดความไม่แน่ใจในผลกรรมที่ตนจะได้รับ ทำให้บุคคลเกิดพฤติกรรมหลีกเลี่ยงต่อสิ่งเร้าที่จะนำไปสู่พฤติกรรมที่ตนขาดทักษะนั้น ๆ

#### 4. ทฤษฎีจิตวิเคราะห์

นักจิตวิทยาในกลุ่มจิตวิเคราะห์ได้ให้ความสำคัญกับระบบการทำงาน 3 ระบบ คือ id, ego และsuper ego โดย ฟรอยด์ เชื่อว่า ถ้าการทำงานของ 3 ระบบดังกล่าวมีการประสานงานและเป็นไปอย่างราบรื่น บุคคลนั้นก็จะเป็นผู้ที่มีสุขภาพจิตที่ดี ไม่มีความวิตกกังวล แต่ถ้าระบบเกิดขัดข้องหรือขัดแย้งกันเองแล้วจะมีส่วนที่ทำให้บุคคลมีสุขภาพจิตเสื่อม

นักจิตวิทยาในกลุ่มจิตวิเคราะห์ ได้อธิบายถึงความวิตกกังวลไว้ดังนี้

ความวิตกกังวล เป็นความขัดแย้งในจิตไร้สำนึก (anxiety as an unconscious conflict) ความวิตกกังวลเป็นประสบการณ์ ความหวาดหวั่น ความตึงเครียด โดยแต่ละบุคคลจะหาสาเหตุได้ไม่ชัดเจน สาเหตุที่ไม่ชัดเจนดังกล่าวเกี่ยวข้องกับจิตไร้สำนึก เป็นผลมาจากความรู้สึกขัดแย้งในใจระหว่างการตอบสนองความต้องการของตนเอง หรือตน (ego) และความต้องการโดยธรรมชาติหรือความต้องการของสัญชาตญาณ (id) โดยเฉพาะแรงขับทางเพศและความก้าวร้าว แต่ถ้าสาเหตุนั้นมีความชัดเจนและบุคคลสามารถรู้ได้ว่าจะทำให้เกิดอันตรายได้มากหรือน้อยโดยขึ้นอยู่กับประสบการณ์ตรงของบุคคล หรือประสบการณ์อ้อมจากผู้อื่น บุคคลจะไม่รู้สึกว่ามีความวิตกกังวล แต่จะเกิดเป็นความกลัวขึ้น ส่วนการตอบสนองจะเป็นเช่นไรต้องขึ้นอยู่กับประสบการณ์ บุคลิกภาพ ความเชื่อ หรือความคิดของแต่ละบุคคล Freud เชื่อว่า ความวิตกกังวลที่เกิดจากความขัดแย้งในจิตไร้สำนึกนี้จะเป็นสาเหตุให้เกิดความวิตกกังวลแบบโรคประสาท (neurotic anxiety)

#### 5. ทฤษฎีแรงขับ

Levitt (1967 อ้างถึงใน อริสรา ลอยเมฆ, 2539) ได้อธิบายความวิตกกังวลเป็นแรงขับ (drive) โดยมีความเชื่อว่ามนุษย์มีแรงขับพื้นฐานมาแต่กำเนิด และแรงขับพื้นฐานชนิดหนึ่งก็คือ การหลีกเลี่ยงความเจ็บปวด แรงขับนี้ทำให้มนุษย์เรียนรู้ที่จะกลัวสิ่งใด ๆ ก็ตามที่ทำให้คนเจ็บปวดเป็นแรงเสริมให้แก่ความกลัวหรือความวิตกกังวล ความกลัวดังกล่าวสามารถขยายกว้างออกไปได้ 2 วิธีคือ (1) การเรียนรู้จากตัวแฉะ (2) การเรียนรู้จากการแผ่ขยายของสิ่งเร้าความกลัวนี้จะแผ่ขยายให้กว้างมากขึ้นเพียงใดขึ้นอยู่กับความเข้มของสิ่งเร้าเดิม บุคคลที่มีชีวิตในวัยต้นมีประสบการณ์ความกลัวที่เข้มหรือรุนแรงมาก ๆ มักมีแนวโน้มจะกลายเป็นคนที่มีลักษณะวิตกกังวลง่ายเมื่อเติบโตขึ้น นอกจากนั้นความวิตกกังวลอาจเกิดได้จากอีกสาเหตุหนึ่งคือ จากการที่บุคคลต้องเลือกระหว่างความ



ต้องการ หรือแรงขับสองอย่างซึ่งขัดแย้งกันทำให้เกิดปัญหาทางอารมณ์ขึ้น บุคคลที่มีลักษณะความวิตกกังวลง่ายก็เชื่อว่าเป็นผลมาจากความขัดแย้งอย่างรุนแรงที่เกิดขึ้นในวัยเด็กได้ เช่นกัน

## 6. ทฤษฎีของสเปนซ์

Spence พิจารณาความวิตกกังวลในแง่ที่แตกต่างจากทฤษฎีจิตวิเคราะห์ โดยกล่าวว่าความวิตกกังวลเป็นแรงจูงใจที่กระตุ้นให้ร่างกายเกิดพลัง หรือเกิดแรงจูงใจที่มีส่วนช่วยส่งเสริมการเรียนรู้และช่วยเพิ่มประสิทธิภาพการทำงานให้ดีขึ้นและยังเพิ่มความเข้มข้นในการตอบสนองต่อสิ่งเร้าให้รุนแรงมากขึ้น

Levitt (1967) ได้กล่าวถึงทฤษฎีของสเปนซ์ (Spence) ซึ่งมีชื่อว่า “ทฤษฎีแห่งมหาวิทยาลัยไอโอวา” (The Iowa Theory) สรุปได้ว่า ความวิตกกังวลเปรียบเสมือนเป็นแรงขับหรือแรงจูงใจ ซึ่งช่วยกระตุ้นให้ร่างกายเกิดพลังหรือเกิดแรงจูงใจที่จะทำพฤติกรรมบางอย่าง ดังนั้นความวิตกกังวลจึงมีส่วนช่วยส่งเสริมการเรียนรู้และเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงาน ผลของความวิตกกังวลจะช่วยให้เกิดความเข้มในการตอบสนอง สำหรับการเรียนรู้ที่สลับซับซ้อนนั้นมีความวิตกกังวลชัดเจน การเรียนรู้ในระยะแรก ๆ แต่เมื่อผู้เรียนได้คุ้นเคยกับงานที่ทำ หรือสร้างนิสัยในการเรียนรู้ที่ถูกต้องแล้ว ความวิตกกังวลจะช่วยส่งเสริมการเรียนรู้ในที่สุด

## 7. ทฤษฎีความวิตกกังวลของซาราตัน (Yale Theory)

ทฤษฎีความวิตกกังวลของซาราตัน หรือที่เรียกกันว่า “ทฤษฎีแห่งมหาวิทยาลัยเยล” (Yale Theory) อธิบายว่า ความวิตกกังวลจะมีผลต่อคนเราอย่างไร ขึ้นอยู่กับสถานการณ์และสิ่งเร้ารวมทั้งลักษณะของบุคคลด้วย อันได้แก่ เป้าหมายและค่านิยมของเขา ดังนั้นความวิตกกังวลอาจมีทั้งผลดีและผลเสีย

ทฤษฎีนี้ไม่ได้กำหนดในเรื่องของผลที่เกิดจากความวิตกกังวล แต่กล่าวว่า ความวิตกกังวลจะมีผลต่อคนเราอย่างไรขึ้นอยู่กับสถานการณ์และสิ่งเร้าและบุคลิกภาพของบุคคล ดังนั้น ความวิตกกังวลอาจจะมีผลดีหรือผลเสีย ทั้งนี้แล้วแต่วิธีการตอบสนองที่บุคคลใช้เช่น การตอบสนองโดยหาวิธีการที่เหมาะสมและแก้ไขได้ถูกต้อง ซึ่งจะช่วยพัฒนาบุคคล เกิดผลดีแก่บุคคล ในทางตรงกันข้ามถ้าบุคคลยอมแพ้ต่อความวิตกกังวล เช่น คิดว่าหมดหนทางที่จะแก้ไขปัญหาหรือมีการแก้ไขที่ไม่ตรงกับประเด็นสำคัญของปัญหา การตอบสนองดังกล่าวย่อมเป็นอันตรายหรือเกิดผลเสียต่อพัฒนาการทางบุคลิกภาพของบุคคล

เมื่อบุคคลมีความวิตกกังวลเป็นระยะเวลานาน โดยไม่สามารถหาวิธีการที่เหมาะสมเพื่อลดหรือขจัดไปได้ บุคคลก็จะเกิดขบวนการทางจิตใจโดยหันไปใช้วิธีการที่ไม่ตรงกับความเป็นจริง

เพื่อลดความตึงเครียดของจิตใจ เรียกว่า การใช้กลวิธานในการป้องกันตนเอง (Defense Mechanism) ซึ่งแม้ว่าจะช่วยลดความวิตกกังวลลงไปได้บ้าง แต่มีผลเสียคือ ถ้าใช้มากจะทำให้บุคคลลืมนึกความเป็นจริงของโลก (reality) หรือไม่เข้าใจตนตามความเป็นจริง (actual self) มากยิ่งขึ้น ซึ่งทำให้เป็นโรคจิตในระยะต่อมาได้

นอกจากมีคำอธิบายถึงการเกิดความวิตกกังวลและผลของความวิตกกังวล แนวปัญญานิยม แนวพฤติกรรมนิยม แนวปัญญา-พฤติกรรมนิยม แนวจิตวิเคราะห์ มีผู้วิเคราะห์ความวิตกกังวลในแง่ของ แรงขับ แรงจูงใจ ผลทางบวกและลบของความวิตกกังวล แล้วยังมีผู้อธิบายความวิตกกังวลในแง่ของการควบคุม โดยมีแนวคิดที่ว่า ความวิตกกังวลเป็นการขาดการควบคุม (anxiety as lack of control) แนวคิดนี้ได้ให้ข้อเสนอแนะว่าเมื่อใดก็ตามที่บุคคลต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่นอกเหนือการควบคุม บุคคลจะมีความวิตกกังวลสถานการณ์ดังกล่าวอาจจะเป็นสถานการณ์ใหม่ที่บุคคลต้องนำมาบูรณาการด้วยวิธีการใดวิธีการหนึ่ง เพื่อให้เข้ากับประสบการณ์เดิม หรือเป็นสถานการณ์ที่เคลือบแคลงกำกวมเหมือนกับประสบการณ์เดิมของบุคคล ความล้มเหลวและไม่สามารถควบคุมในสิ่งที่เกิดขึ้นได้ทำให้บุคคลเกิดความวิตกกังวล

### องค์ประกอบของความวิตกกังวล

Cattell (1965) ได้แบ่งองค์ประกอบของพฤติกรรมที่แสดงถึงความวิตกกังวลเป็นองค์ประกอบของพฤติกรรมใหญ่ 6 องค์ประกอบ ดังนี้

1. องค์ประกอบเกี่ยวกับพฤติกรรมที่แสดงถึง ความตื่นเต้น ตกใจ ใจร้อน ขาดความรอบคอบ ขาดความอดทนต่อสิ่งเร้า
2. องค์ประกอบเกี่ยวกับพฤติกรรมที่แสดงถึง ความหวาดกลัว กังวลใจ ใจคอเศร้าหมอง มีความทุกข์ มีความรู้สึกว่าตนเองผิดเสมอ
3. องค์ประกอบเกี่ยวกับพฤติกรรมที่แสดงถึง ความตึงเครียด เกร็งเครียด เอาจริงเอาจัง เกิดความคับข้องใจและหงุดหงิดอยู่เสมอ
4. องค์ประกอบเกี่ยวกับพฤติกรรมที่แสดงถึง ความหวั่นไหว อารมณ์ไม่มั่นคง อารมณ์เสียง่าย เปลี่ยนแปลงความสนใจง่าย ไม่เป็นตัวของตัวเอง
5. องค์ประกอบเกี่ยวกับพฤติกรรมที่แสดงถึง ความซื่อๆ ประหม่า ไม่กล้าแสดงออก
6. องค์ประกอบเกี่ยวกับพฤติกรรมที่แสดงถึง ความขัดแย้งในตนเอง คิดฟุ้งซ่าน ควบคุมอารมณ์ไม่ได้



## องค์ประกอบที่ทำให้เกิดความวิตกกังวล

Melvin (1978 อ้างถึงใน ขนิษฐา นาคะ, 2534) กล่าวว่าองค์ประกอบที่ทำให้เกิดความวิตกกังวลมี 3 ประการคือ

1. สัญลักษณ์ (symbols) ได้แก่ ความคิดเห็น (ideas) มโนทัศน์ (concepts) ค่านิยม (values) หรือระบบของความคิด (systems of thought) ซึ่งบุคคลจะให้ความหมายของสัญลักษณ์เหล่านี้ ทั้งต่อสิ่งภายนอกและภายในตนเอง เมื่อเกิดการคุกคามหรือสูญเสียสัญลักษณ์เหล่านี้บุคคลจะเกิดความวิตกกังวลขึ้นได้

2. การคาดการณ์ล่วงหน้า (Anticipation) คือ การประเมินหรือการคาดล่วงหน้าถึงสิ่งที่จะมากุ่คามทำให้เกิดความขัดแย้ง ซึ่งอาจเกิดได้ทั้งในจิตสำนึก และจิตรู้สำนึกความขัดแย้งนี้เป็นผลให้เกิดความวิตกกังวล

3. ความไม่แน่นอน (Uncertainty) คือ ความคลุมเครือของเหตุการณ์ในอนาคตซึ่งเป็นสิ่งที่ไม่อาจล่วงรู้ได้ และไม่แน่นอนซึ่งบุคคลรู้สึกว่าเป็นการคุกคาม มีผลก่อให้เกิดความวิตกกังวล

## สาเหตุของความวิตกกังวล

ความวิตกกังวลสามารถเกิดได้ในทุกๆ สถานการณ์ที่บุคคลนั้นถูกคุกคามต่อเอกลักษณ์ของตน (individual identity) หรือต่อการยอมรับนับถือหรือการเห็นคุณค่าในตนเอง (self – esteem) ซึ่งอาจเป็นผลต่อเนื่องกับความกลัวว่าจะถูกลงโทษ ไม่ได้รับการยอมรับ ไม่ได้ได้รับความรัก การสิ้นสุดสัมพันธภาพ การถูกแยก การพลัดพราก การสูญเสียหน้าที่ (Stuart และ Sundeen, 1987)

สาเหตุที่ทำให้เกิดความวิตกกังวลที่สำคัญและพบได้บ่อย คือ การที่มีสิ่งคุกคามต่อความปลอดภัยของบุคคลซึ่ง Mitchell และ Loustau (1981 อ้างถึงใน ขนิษฐา นาคะ, 2534) ได้แบ่งสิ่งคุกคามออกเป็น 2 ชนิด คือ

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

2. สิ่งคุกคามต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self – Esteem) เป็นสิ่งคุกคามที่เกิดขึ้นจาก ความรู้สึกสูญเสียความมีคุณค่าและศักดิ์ศรีในตนเองมีผลต่อการยอมรับนับถือตนเอง เช่น เปลี่ยนแปลงบทบาทหน้าที่การพึ่งพาอาศัยผู้อื่น เป็นต้น

Mc.Farland และ Thomas (1991 อ้างถึงใน แก้วสามสี สาเจริญ, 2536) ได้กล่าวถึงปัจจัยที่อาจเป็นสาเหตุหรือมีส่วนเกี่ยวข้องกับการเกิดความวิตกกังวลไว้ ดังนี้

1. การคุกคามต่ออัตมโนทัศน์ เป็นปัจจัยสำคัญที่ได้รับการระบุว่าสาเหตุของความวิตกกังวลสิ่งที่คุณคุกคามต่ออัตมโนทัศน์ เช่น การไม่ได้รับการยอมรับจากบุคคลสำคัญของตน ทั้งที่เกิดขึ้นจริงหรือคาดว่าจะเกิด การที่บุคคลไม่ประสบความสำเร็จตามความคาดหวังของตน การที่บุคคลรู้สึกว่าคุณค่าไม่ได้ได้รับการนับถือจากสังคม เป็นต้น

2. การที่บุคคลไม่ได้รับการตอบสนองต่อความต้องการของตน ไม่ว่าจะเป็นด้านสรีระ ความปลอดภัย ความเป็นเจ้าของ ความรัก ความมีคุณค่าในตนเอง หรือความสำเร็จในชีวิต

3. การเผชิญกับวิกฤตการณ์ในชีวิต การต้องเผชิญกับการคุกคามต่อความมั่นคงไม่ว่าจะเป็นทางสรีระจิตสังคม โดยไม่ได้คาดไว้ล่วงหน้า รวมถึงวิกฤตการณ์ที่เกิดขึ้นโดยปกติในช่วงชีวิตของบุคคล

4. การคุกคามหรือการเปลี่ยนแปลงสถานะสุขภาพ การคุกคามนี้เกี่ยวข้องกับความเจ็บป่วยทั้งทางร่างกาย และจิตใจ รวมถึงความพิการหรือไร้สมรรถภาพต่างๆ

5. การคุกคามหรือการเปลี่ยนแปลงหน้าที่ เช่น การเจ็บป่วยต้องเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล อาจทำให้บุคคลต้องเปลี่ยนจากการพึ่งพาตนเอง ไปเป็นการพึ่งพาผู้อื่น

6. การคุกคามหรือการเปลี่ยนแปลงแบบแผนของปฏิสัมพันธ์ อาจเกิดจากการต้องแยกจากครอบครัว เพื่อนฝูง การจากบ้านหรืองานที่เคยทำ

7. การคุกคามหรือการเปลี่ยนแปลงในสิ่งแวดล้อม เช่น การย้ายที่อยู่ การเกิดภัยธรรมชาติ มลภาวะต่าง ๆ เป็นต้น

8. ปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ

9. การขัดแย้งระหว่างค่านิยมกับเป้าหมายต่าง ๆ ในชีวิต

10. การรับเอาความวิตกกังวลมาจากผู้อื่น การที่ต้องติดต่อกับบุคคลที่มีความวิตกกังวลอาจทำให้รับเอาความวิตกกังวลมาสู่ตนเองได้

11. การรับรู้เกี่ยวกับความตาย หรือการคุกคามจากความตาย

Peplau (1971 อ้างถึงใน ปาหนัน บุญหลง, 2527) ได้แบ่งสาเหตุของความวิตกกังวลออกเป็น 2 ประเภทใหญ่ ๆ คือ

1. การคุกคามใด ๆ ก็ตามที่มีต่อความปลอดภัยของแต่ละบุคคล จะทำให้เกิดความวิตกกังวล การคุกคามนี้แบ่งออกเป็น 2 ชนิด

1.1 การคุกคามต่อการทำงานของร่างกาย ได้แก่ การคุกคามที่มีต่อการรักษาความสมดุลของร่างกาย

1.2 การคุกคามต่อความเป็นตนเอง การคุกคามต่อการที่บุคคลจะรักษาแนวคิดเฉพาะของตน และค่านิยมและกระบวนพฤติกรรมที่ใช้เพื่อต่อต้านการเปลี่ยนแปลงแนวคิดของตน

1.2.1 ความมุ่งหมาย ความคาดหวัง (ความประสงค์ ความหวัง ความต้องการ ภาพลักษณ์ของตน) ที่แต่ละบุคคลยึดถือไว้แล้วไม่เป็นไปตามความต้องการ ไม่บรรลุเป้าหมายหรือไม่เกิดขึ้นจริง

1.2.2 ความต้องการเพื่อศักดิ์ศรี สถานภาพและการเคารพนับถือมีอยู่แต่ไม่ได้รับการตอบสนอง

การคุกคามที่เกิดขึ้นต่อทั้งร่างกายและความเป็นตนเองจะทำให้บุคคลนั้นเกิดความคับข้องใจ (frustration) ความขัดแย้งในใจ (conflict) และภาวะเครียด (stress) ซึ่งภาวะเหล่านี้จะมีผลให้บุคคลนั้นเกิดความวิตกกังวลขึ้นได้ (Luckman and Sorensen, 1979)

2. ความวิตกกังวลสื่อถึงกันได้เสมอระหว่างบุคคล คือ การสื่อถึงกันของความวิตกกังวล อาจพบได้กับบุคคลที่มีการติดต่อสื่อสารกัน หรือมีปฏิสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด ความวิตกกังวลชนิดนี้จะไม่รุนแรงเท่ากับสาเหตุจากการคุกคามความปลอดภัยของแต่ละบุคคล

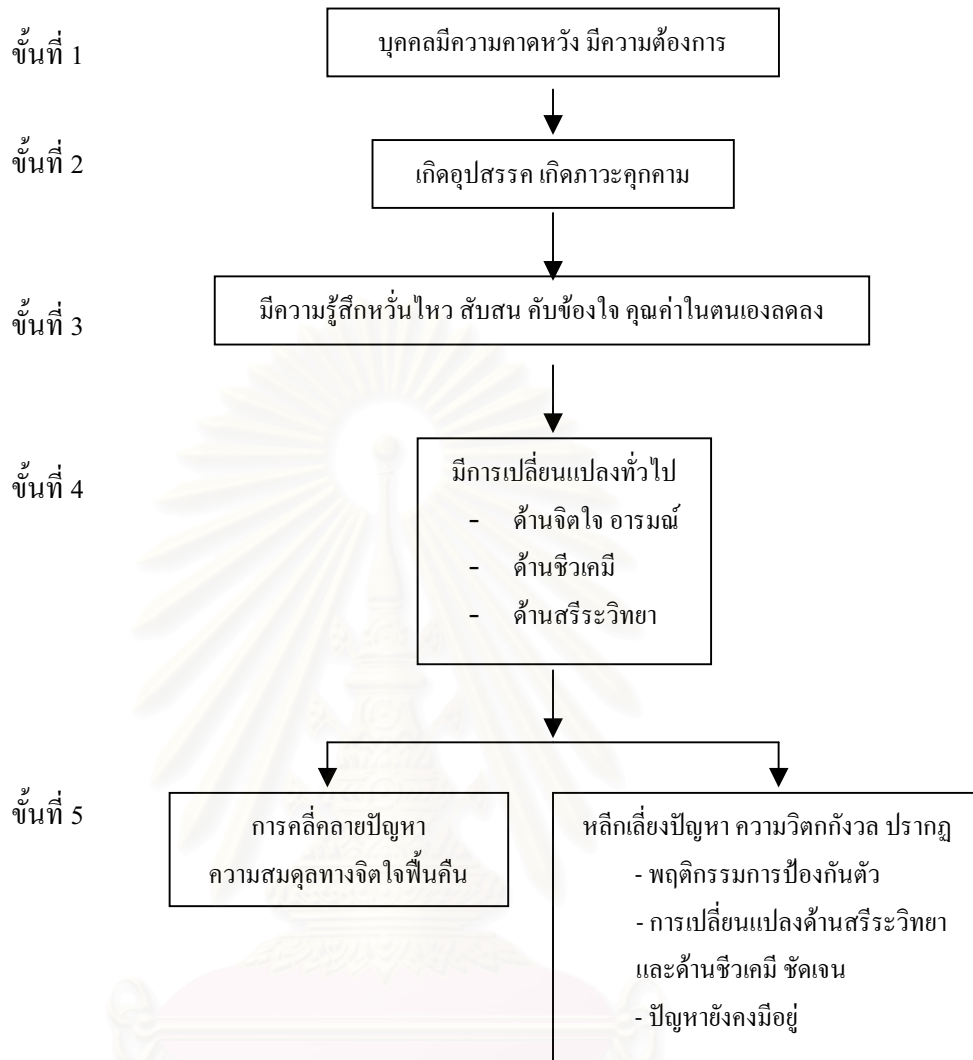
นอกจากนี้ภาวะเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความกระวนกระวาย ความขัดแย้ง และความเครียดเป็นสาเหตุของความวิตกกังวล ซึ่งมนุษย์ส่วนใหญ่มีความคุ้นเคยเป็นอย่างดี มนุษย์มีสิ่งจูงใจหรือกระตุ้นด้วยเป้าหมายบางอย่างในชีวิตด้วยเหตุผลต่าง ๆ กัน และมนุษย์มักจะไม่สามารถบรรลุเป้าหมายได้ตามที่มุ่งหวังเสมอไป

### กลไกการเกิดความวิตกกังวล

ความวิตกกังวลไม่ว่าด้วยสาเหตุใดก็ตาม จะมีกลไกหรือขั้นตอนในการเกิดเป็นความวิตกกังวลในลักษณะที่เหมือน ๆ กัน ซึ่ง Peplau (1989) ได้แบ่งเป็น 5 ขั้นตอน สรุปได้ตามภาพที่ 3

จากขั้นตอนทั้ง 5 ขั้นบุคคลแต่ละคนอาจใช้เวลาแตกต่างกันในการผ่านขั้นตอนทั้งหมดซึ่งขึ้นอยู่กับเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความวิตกกังวล ความแตกต่างระหว่างบุคคล และประสบการณ์ในอดีต ถ้าบุคคลไม่สามารถผ่านขั้นตอนนี้ไปได้จะทำให้ความวิตกกังวลเพิ่มระดับความรุนแรงขึ้น

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาพที่ 3 แสดงกลไกการเกิดความวิตกกังวล

ที่มา : Peplau, 1989 อ้างถึงใน ปาหนัน บุญหลง, 2527

### ประเภทของความวิตกกังวล

Spielberger (1983) แบ่งลักษณะความวิตกกังวลออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. ความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะประจำตัว (Trait – Anxiety or A-Trait) คือ ลักษณะประจำตัวของแต่ละบุคคลที่มีอิทธิพลต่อการรับรู้ และประเมินสิ่งเร้า โดยมีแนวโน้มที่จะรับรู้ ประเมิน หรือคาดคะเนสิ่งเร้าว่าอาจจะเกิดอันตรายหรืออาจคุกคามตนเอง ทำให้มีความวิตกกังวลเกิดขึ้น ความวิตกกังวลประเภทนี้ มักจะเกิดขึ้นกับบุคคลในสถานการณ์ทั่ว ๆ ไปทุกสถานการณ์ โดยทั่วไปแล้วทุกคนจะมีความวิตกกังวลประเภทนี้ ซึ่งแตกต่างกันในแต่ละบุคคล และเป็นตัวเสริมความวิตก

กังวลต่อสถานการณ์ โดยลักษณะดังกล่าว จะมีการเปลี่ยนแปลงแต่จะเปลี่ยนแปลงค่อนข้างช้า โดยส่วนใหญ่จะมีลักษณะค่อนข้างคงที่

2. ความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ (State – Anxiety or A-State) คือ ความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นกับบุคคลในสถานการณ์เฉพาะหรือสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่ทำให้เกิดความไม่พึงพอใจหรือจะเกิดอันตรายต่อบุคคล และจะแสดงพฤติกรรมที่สามารถสังเกตได้ในช่วงที่อยู่ในสถานการณ์นั้น ความวิตกกังวลต่อสถานการณ์นี้ส่งผลให้บุคคลเกิดความตึงเครียด หวาดหวั่น กระวนกระวาย ระบบประสาทอัตโนมัติตื่นตัวสูง ความรุนแรงและระยะเวลาที่เกิดความวิตกกังวลต่อสถานการณ์นี้จะแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล ส่วนหนึ่งขึ้นอยู่กับระดับความวิตกประจำตัว และประสบการณ์ในอดีตของแต่ละบุคคล

ในภาวะที่บุคคลได้รับสิ่งเร้าที่ทำให้เกิดความไม่พึงพอใจ หรือจะเกิดอันตราย บุคคลที่มีระดับความวิตกกังวลประจำตัวค่อนข้างสูง จะเป็นตัวส่งเสริมให้ระดับความวิตกกังวลต่อสถานการณ์มีความรุนแรง และมีระยะเวลาการเกิดมากกว่าบุคคลที่มีความวิตกกังวลประจำตัวต่ำกว่า การเกิดความวิตกกังวลต่อสถานการณ์บ่อยครั้ง โดยแต่ละครั้งจะมีความรุนแรงหรือไม่ก็ตาม อาจส่งผลให้บุคคลนั้นมีระดับความวิตกกังวลประจำตัวสูงขึ้น นอกจากนั้นบุคคลที่มีความวิตกกังวลประจำตัวสูง ก็จะมีระดับความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ในแต่ละสถานการณ์สูงด้วย โดยเฉพาะอย่างยิ่งสถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างบุคคล หรือสถานการณ์ที่คุกคามต่อความมีคุณค่าในตนเองของบุคคล

จะเห็นได้ว่า ความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะประจำตัว (A-Trait) นี้เป็นลักษณะประจำตัว มักจะเกิดกับบุคคลนั้นจนเป็นนิสัย เป็นลักษณะของบุคลิกภาพที่ฝังแน่น ส่วนความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ (A-State) เป็นลักษณะที่เกิดขึ้นชั่วคราวเฉพาะสถานการณ์นั้น ๆ

### ระดับความวิตกกังวล

นักจิตวิทยาได้แบ่งระดับของความวิตกกังวล เป็น 4 ระดับ (อำเภอพรรณ พุ่มศรีสวัสดิ์, 2541) ดังนี้

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 1 ระดับความวิตกกังวลที่ก่อให้เกิดผลต่อบุคคลด้านพฤติกรรม ด้านอารมณ์ และ  
ด้านความคิด

ระดับความวิตกกังวล	ด้านพฤติกรรม	ด้านอารมณ์	ด้านความคิด
1. ระดับน้อย (mild anxiety)	พฤติกรรมสงบ สุขุม มีสมาธิ ระมัดระวังคำพูด มีการรู้ตัวดี มีสติ ดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ตามปกติ	รู้สึกปลอดภัย มีความสบายใจ ไม่มีการแสดงออกของอารมณ์ชนิดใดมากเกินไป	การรับรู้สภาพแวดล้อมดี มีความคิดสร้างสรรค์ วางแผนและนึกคิดสิ่งใหม่
2. ระดับปานกลาง (moderate anxiety)	เริ่มมือสั่นและตัวสั่นเล็กน้อย อาจนั่งไม่ค่อยติด ไม่ค่อยสงบ พูดบ่นมากขึ้น หงุดหงิด เสียงดัง และแสดงพฤติกรรมมากขึ้น ถ้าต้องอยู่ในสภาพเร่งรีบ	เริ่มมีอาการหงุดหงิด แสดงท่าทีหวาดหวั่น หงุดหงิดกับสิ่งที่กำลังจะเกิดขึ้น หรืออาจจะหลีกเลี่ยง เพราะกลัวหรืออาย	การรับรู้สภาพแวดล้อมแคบลง สนใจแต่สิ่งใดสิ่งหนึ่งมาก คิดแต่จะแก้ปัญหาเฉพาะในจุดใดจุดหนึ่งอย่างมุ่งมั่น
3. ระดับรุนแรง (severe anxiety)	มือ แขน ขา สั่นจนสังเกตเห็นได้ นั่งไม่ติด ลูกลู่ลูกกลน เปลี่ยนท่านั่งไปมา พูดมากขึ้น พูดเร็ว จนเริ่มไม่รู้เรื่อง และเริ่มนอนไม่หลับ	เกิดอารมณ์หวาดกลัว รู้สึกไม่มีความสุข กระวนกระวายใจ รู้สึกไม่มั่นคง ไม่ปลอดภัย รู้สึกท้อแท้หรืออยู่ในสภาพทำอะไรไม่ได้	การรับรู้สภาพแวดล้อมแคบลงจนไม่รับรู้อะไร แสดงถึงความคิดสับสน คิดไม่ออก สมาธิไม่ดี ตัดสินใจไม่ได้ หลงลืม
4. ระดับสูงสุด (panic anxiety)	เมื่อตัวสั่นจนทำอะไรไม่ถูก แสดงพฤติกรรมหลีกเลี่ยงที่ไม่ได้ชัดเจนต่าง ๆ เช่น ตะโกนเสียงดัง พูดไม่รู้เรื่อง เสียงสั่น ตื่นตระหนก และอาจเข้าไปทำร้ายคนอื่น	หวาดกลัวสุดขีดรู้สึกหมดหนทาง กลัวถูกทอดทิ้ง ให้เผชิญเหตุการณ์คนเดียว และกลัวตาย	การรับรู้สภาพแวดล้อมจำกัดมาก คิดอะไรไม่ออก แก้ปัญหาไม่ได้ สับสน และตัดสินใจไม่ได้

**ผลของความวิตกกังวล**

ความวิตกกังวลทำให้เกิดผลกระทบต่อบุคคลด้านร่างกาย อารมณ์ พฤติกรรม และกระบวนการคิด ดังที่ โกลด์เบอร์เกอร์ ได้แบ่งผลของความวิตกกังวลออกเป็น 4 ด้าน คือ (Goldberger, 1892 อ้างถึงใน นิภา เลิศลือชาชัย, 2533)



1. ด้านชีวเคมี ความวิตกกังวลทำให้ระบบประสาทอัตโนมัติถูกกระตุ้น ซึ่งมีผลกระทบต่อสมอง และต่อมไร้ท่อ ซึ่งทำหน้าที่ควบคุมศูนย์กลางของอารมณ์ เช่น ความวิตกกังวลทำให้ต่อมอะดรีนัล (Adrenal Medulla) หลั่งสารอะดรีนาลีน (Adrenaline) เป็นผลให้อัตราการไหลเวียนของโลหิตในกล้ามเนื้อมีมากขึ้น ความวิตกกังวลเป็นผลให้กระเพาะอาหารจับน้ำย่อยมากกว่าปกติ ซึ่งเป็นเหตุให้เกิดแผลในกระเพาะอาหารได้ เป็นต้น

2. ด้านสรีระวิทยา การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายขึ้นอยู่กับระดับความวิตกกังวลของบุคคล เช่น ชีพจรเต้นเร็ว ความดันโลหิตสูงขึ้น หายใจถี่และเร็ว หรือหายใจติดขัด ม่านตาขยาย ริมฝีปากแห้ง เหงื่อออกมากกว่าปกติ โดยเฉพาะบริเวณฝ่ามือ ฝ่าเท้า มือสั่น คลื่นไส้ อาเจียน เบื่ออาหาร ปัสสาวะบ่อยครั้ง ท้องอืดท้องเฟ้อ เกิดความตึงเครียดของกล้ามเนื้อ โดยเฉพาะบริเวณ ลำคอ นอนไม่หลับ ประจำเดือนผิดปกติในเพศหญิง เป็นต้น

3. ด้านอารมณ์ มีอาการตื่นเต้น ตกใจง่าย โกรธง่าย หวาดหวั่น ซึมเศร้า เบื่อหน่าย ท้อแท้ใจ และร้องไห้ เป็นต้น

4. ด้านความคิด ความจำ และการรับรู้ มีอาการหมกมุ่น ขาดสมาธิ สับสน ลืมง่าย ไม่แน่ใจ การใช้ภาษาผิดพลาด และการรับรู้บิดเบือนไป เป็นต้น

### การประเมินความวิตกกังวล

การประเมินความวิตกกังวลสามารถประเมินได้ 4 วิธี คือ (พัชรินทร์ นินทจันทร์, 2538)

1. การประเมินโดยให้บุคคลรายงานความรู้สึกวิตกกังวลด้วยตนเอง (Self-Report Inventories or Questionnaires) ซึ่งอาจเป็นการรายงานด้วยวาจา รายงานด้วยการเขียน หรือตอบคำถามจากแบบสอบถาม (Spielberger, 1985; Spielberger et al,1995) เช่น

1.1 The Taylor (1953) Manifest Anxiety Scale (TMAS) เป็นการประเมินความแตกต่างของปัจจัยกระตุ้น ความเครียด ตามโครงสร้างของ Cameron และจาก Spence-Taylor theory of emotionally-based drive ใช้เพื่อเลือกกลุ่มที่มีความวิตกกังวลสูง และความวิตกกังวลต่ำ ที่แตกต่างกันในระดับของแรงขับประกอบด้วยข้อคำถาม 50 ข้อ โดยเลือกตอบถูกผิด

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

1.3 The IPAT8-Parallel Form (8-PF) Anxiety Battery โดย Scheier and Cattle (1960) ใช้ประเมินการเปลี่ยนแปลงของระดับความวิตกกังวลในเวลาต่าง ๆ

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

## S-Anxiety และ T-Anxiety

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

1.6 Hamiton (1959) Rating Scale เป็นการประเมินอาการแสดงอาการวิตกกังวลจากการสังเกต

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

3. การประเมินจากการสังเกตพฤติกรรมที่แสดงออก เป็นการแสดงถึงความผันแปรในด้านต่าง ๆ เช่น การเคลื่อนไหว การพูด การรับรู้ ความสอดคล้องกันของการทำงานของร่างกาย จากความเชื่อที่ว่าพฤติกรรมของบุคคลนั้นเป็นปฏิกิริยาที่สะท้อนมาจากอารมณ์ภายในใจ ซึ่งบุคคลอื่นสังเกตเห็นได้ เช่น อาการไม่สบายใจ กระสับกระส่าย ร้องไห้ ถอนหายใจ ลูกลี้ลุกลน ขาดสมาธิ หงุดหงิด นอนไม่หลับ เป็นต้น การวัดจะใช้เครื่องมือสังเกตพฤติกรรม เช่น บันทึกเพื่อสังเกตพฤติกรรมที่สร้างโดย เกรแฮม และ คอนเลย์ ซึ่งนำไปใช้ประเมินความวิตกกังวลและความกลัวในผู้ป่วยศัลยกรรม หรือ Timed Behavioral Checklist (TBCL) หรือ แบบวัดอัตราการพูด (Mahl, 1956) เป็นต้น ส่วนการสังเกตพฤติกรรมทางอ้อม เมื่อประเมินภาวะความวิตกกังวลสามารถสังเกตได้จากสภาพการณ์ธรรมชาติ เช่น การสังเกตพฤติกรรมของบุคคลที่เข้าไปในเขตหวงห้าม หรือสังเกตพฤติกรรมของบุคคลที่ทำผิดกฎหมาย ซึ่งวิธีนี้มักจะมีปัญหาในเรื่องจรรยาบรรณ และการสังเกตก็จะต้องมีการวางแผนล่วงหน้าเป็นอย่างดี หรืออีกวิธีหนึ่งที่จะสามารถสังเกตพฤติกรรมได้ทางอ้อม โดยการใช้บุคคลแสดงบทบาทสมมติ แล้วสังเกตพฤติกรรมความวิตกกังวลจาก Behavioral Avoidance Tests (BAT) เป็นต้น

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

## 2. แนวความคิดเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคม

### ความหมายของการสนับสนุนทางสังคม

ได้มีผู้ให้ความหมายของการสนับสนุนทางสังคมในลักษณะของการช่วยเหลือโดยให้ความหมายว่า เป็นการที่บุคคลได้รับข้อมูลที่ทำให้ตัวเองเชื่อว่ามิบุคคลให้ความรัก ความเอาใจใส่ เห็นคุณค่า และยกย่องตัวเอง นอกจากนี้เขายังรู้สึกว่าเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ซึ่งมีการติดต่อซึ่งกันและกัน (Cobb, 1976) เป็นการที่บุคคลในเครือข่ายสังคมได้รับการช่วยเหลือด้านอารมณ์ และสังคม สิ่งของหรือข้อมูล ซึ่งการสนับสนุนนี้จะช่วยให้บุคคลสามารถเผชิญ และตอบสนองต่อความเจ็บป่วยหรือความเครียดได้ในระยะเวลาที่รวดเร็วขึ้น (Thoits, 1982) เป็นความใกล้ชิด การช่วยเหลือโดยสิ่งของ แรงงาน การให้คำแนะนำข้อมูลข่าวสาร การให้ข้อมูลป้อนกลับ และการมีส่วนร่วมทางสังคม (Barrera, 1982) เป็นการปฏิสัมพันธ์อย่างมีจุดหมายระหว่างบุคคลหนึ่งไปยังอีกบุคคลหนึ่ง มีการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน สิ่งเหล่านี้อาจเกิดเพียงอย่างเดียวอย่างใดอย่างหนึ่งหรือมากกว่าหนึ่งอย่าง (Kahn, 1979)

Hubbard, Muhlenkamp and Brown (1984) ได้สรุปว่า การสนับสนุนทางสังคม เป็นโครงสร้างหลายมิติ ซึ่งประกอบด้วย การติดต่อสื่อสารในแง่ดี ทำให้มีความรู้สึกผูกพัน มีความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และมีการแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน โดยคำนึงถึงแหล่งที่มาด้วย

Kaplan, Cassel and Gore (1977) ได้ให้ความหมายของการสนับสนุนทางสังคมไว้ 2 แนวแรก หมายถึง ความพอใจต่อความจำเป็นพื้นฐานทางสังคม ได้แก่ การได้รับการยกย่องนับถือ การยอมรับ การได้รับความเห็นใจและช่วยเหลือ ซึ่งได้รับจากการติดต่อสัมพันธ์กันกับคนในกลุ่มสังคม แนวที่สอง หมายถึง ความสัมพันธ์ที่บุคคลสามารถรับรู้ได้จากกลุ่มสังคมที่ตนได้รับการสนับสนุน

จากแนวความคิดดังกล่าวข้างต้นพอสรุปได้ว่า การสนับสนุนทางสังคม หมายถึง การที่บุคคลได้รับความรัก ความเอาใจใส่ การมองเห็นคุณค่า ได้รับการยกย่อง มีความผูกพันซึ่งกันและกัน ตลอดจนให้ความช่วยเหลือในด้านต่าง ๆ เช่น การให้คำแนะนำ การให้สิ่งของ การประเมินเพื่อปรับปรุงให้ดีขึ้น การให้ความช่วยเหลือเกี่ยวกับอุปกรณ์ เครื่องมือ เวลา และความคิด การให้ข้อมูลข่าวสาร ซึ่งการให้สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้จะมีผลต่อภาวะจิตใจ และอารมณ์ คือ จะช่วยให้ผู้รับเกิดความรู้สึกภาคภูมิใจ รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า และเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มหรือสังคม ทำให้สามารถเผชิญกับเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่มาคุกคามต่อร่างกายหรือจิตใจได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งการสนับสนุนทางสังคมนี้จะเกิดขึ้นภายใต้สถานการณ์ที่มีการปฏิสัมพันธ์กันระหว่างบุคคลเท่านั้น

## หลักการของการสนับสนุนทางสังคม

หลักการสำคัญของการสนับสนุนทางสังคมประกอบด้วยองค์ประกอบที่สำคัญ (บุญเยี่ยม ตระกูลวงศ์, 2528) ดังนี้

1. ต้องมีการติดต่อสื่อสารระหว่างผู้ให้การสนับสนุน และผู้รับการสนับสนุน
2. ลักษณะของการติดต่อสื่อสารนั้นจะต้องประกอบด้วย

2.1 ข้อมูลข่าวสาร ต้องมีลักษณะที่ทำให้ผู้ให้การสนับสนุนเชื่อว่า ผู้ให้การสนับสนุนมีความสนใจ เอาใจใส่ มีความรัก และความหวังคืออย่างจริงใจ

2.2 ข้อมูลข่าวสารที่มีลักษณะที่ทำให้ผู้รับการสนับสนุน เชื่อว่าเขาเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และสามารถทำประโยชน์แก่สังคมได้

3. สิ่ง que ผู้ให้การสนับสนุนจะให้กับผู้รับการสนับสนุนอาจอยู่ในรูปของข้อมูลข่าวสาร วัสดุสิ่งของ และความต้องการทางจิตใจ

4. การให้การสนับสนุนนั้นจะต้องทำให้ผู้รับการสนับสนุนได้บรรลุถึงจุดหมายที่ต้องการ

## แหล่งของการสนับสนุนทางสังคม

มนุษย์เป็นสัตว์สังคม มีการใช้ชีวิตส่วนใหญ่ภายในกลุ่ม ซึ่งกลุ่มบุคคลนี้จะต้องประกอบไปด้วยบุคคลตั้งแต่ 2 คนขึ้นไปที่มีปฏิสัมพันธ์กัน มีการจัดระเบียบภายในกลุ่ม และมีสัมพันธภาพระหว่างกัน จากการศึกษาที่บุคคลอยู่ร่วมกันเป็นกลุ่มเช่นนี้ การสนับสนุนทางสังคมที่จะได้รับมักจะมาจากรวมเหล่านี้ แหล่งที่ให้การสนับสนุนทางสังคมก็มักจะมาจาก กลุ่มปฐมภูมิ และกลุ่มทุติยภูมิ ซึ่งมีลักษณะดังนี้ (จริยวัตร คมพยัคฆ์, 2531)

1. กลุ่มปฐมภูมิ (Primary groups) เป็นกลุ่มสังคมขนาดเล็ก สมาชิกในกลุ่มมีความใกล้ชิดสนิทสนม มีความสัมพันธ์เป็นส่วนตัว และมีความผูกพันกันมาก มีการติดต่อทางสังคมอย่างไม่เป็นทางการ ลักษณะของบรรยากาศความสัมพันธ์ภายในกลุ่มจึงมีลักษณะผ่อนคลาย สมาชิกภายในกลุ่มให้ความสนใจซึ่งกันและกัน กลุ่มปฐมภูมิจะเป็นแหล่งที่ให้การสนับสนุนด้านอารมณ์ที่สำคัญมาก บุคลิกภาพของบุคคลจะได้รับอิทธิพลจากกลุ่มปฐมภูมิ ตัวอย่างของกลุ่มปฐมภูมิ ได้แก่ ครอบครัว กลุ่มเพื่อน

2. กลุ่มทุติยภูมิ (Secondary groups) ลักษณะของความสัมพันธ์ภายในกลุ่มสังคมประเภทนี้ จะมีความรู้สึกผูกพันกันไม่มาก แม้ว่าสมาชิกภายในกลุ่มจะมีความสัมพันธ์กันมาเป็นเวลานาน ลักษณะการติดต่อสื่อสารระหว่างสมาชิกกลุ่มจะเป็นแบบไม่เป็นทางการ ไม่มีความสัมพันธ์ส่วนตัว สมาชิกกลุ่มไม่ให้ความสนใจในความเป็นตัวบุคคลของกันและกัน ขนาดของกลุ่ม

อาจมีขนาดใหญ่หรือเล็กก็ได้ เพราะกลุ่มไม่ได้เน้นที่ความผูกพันของสมาชิกกลุ่ม โดยส่วนใหญ่มักจะพบว่าสมาชิกกลุ่มจะมารวมกันเพื่อการทำงานเฉพาะอย่าง ดังนั้นกลุ่มจะถือเอาผลงาน และการแสดงบทบาทของสมาชิกเป็นสำคัญ ตัวอย่างของกลุ่มทฤษฎีนี้ได้แก่ สหภาพแรงงาน สมาคมการกุศล สโมสร เป็นต้น

### ประเภทของการสนับสนุนทางสังคม

Cobb (1976) ได้แบ่งการสนับสนุนทางสังคมออกเป็น 3 ประเภท คือ

1. การสนับสนุนทางด้านอารมณ์ (Emotional support) เป็นข้อมูลที่ทำให้บุคคลเชื่อว่าเขาได้รับความรัก การดูแลเอาใจใส่ ซึ่งมักจะได้รับความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดและมีความผูกพันลึกซึ้งต่อกัน
2. การสนับสนุนทางการยอมรับและเห็นคุณค่า (Esteem support) เป็นความรู้สึกที่บอกให้ทราบว่า บุคคลนั้นมีคุณค่า บุคคลอื่นยอมรับและเห็นคุณค่านั้นด้วย
3. การสนับสนุนทางการเป็นส่วนหนึ่งของสังคม (Socially support or Networks) เป็นการแสดงที่บอกให้ทราบว่า บุคคลนั้นเป็นสมาชิกหรือส่วนหนึ่งของเครือข่ายทางสังคม และมีความผูกพันซึ่งกันและกัน

Kahn (1979) แบ่งการสนับสนุนทางสังคมเป็น 3 ประเภท คือ

1. ความผูกพันทางด้านอารมณ์และความคิด (Affection) เป็นการแสดงออกถึงอารมณ์ในทางบวกของบุคคลหนึ่งที่มีต่อบุคคลหนึ่ง ซึ่งแสดงออกในรูปของความผูกพัน การยอมรับ การเคารพ หรือด้วยความรัก
2. การยืนยัน และการรับรองพฤติกรรมของกันและกัน (Affirmation) เป็นการแสดงออกถึงการเห็นด้วย การยอมรับในความถูกต้องเหมาะสม ทั้งในการกระทำและความคิดของบุคคล
3. การให้ความช่วยเหลือ (Aid) เป็นปฏิสัมพันธ์ที่มีต่อบุคคลนั้น โดยการให้สิ่งของหรือการช่วยเหลือโดยตรง การช่วยเหลือเหล่านั้นอาจจะเป็นวัตถุ เงินทอง ข้อมูล ข่าวสารหรือเวลา

Weiss (1974) แบ่งประเภทของการสนับสนุนทางสังคมออกเป็น 5 ลักษณะ คือ

1. ความใกล้ชิด ความใกล้ชิดส่งผลต่ออารมณ์โดยรวม คือ ทำให้บุคคลรู้สึกปลอดภัยและอบอุ่น ช่วยไม่ให้เกิดความรู้สึกโดดเดี่ยว ความสัมพันธ์เช่นนี้จะพบในคู่สมรส เพื่อน หรือสมาชิกในครอบครัวเดียวกัน
2. การมีส่วนร่วมในสังคม การมีส่วนร่วมของบุคคลในสังคม ทำให้บุคคลรู้สึกมีเป้าหมาย มีความเป็นเจ้าของและได้รับการยอมรับว่าตนมีคุณค่าต่อกลุ่ม



3. พฤติกรรมการดูแลรับผิดชอบ เป็นการสนับสนุนที่ผู้ใหญ่อุบัติมีความรับผิดชอบต่อความเจริญเติบโต และสุขภาพอนามัย แล้วทำให้ตนเองเกิดความรู้สึกว่าเป็นที่ต้องการของบุคคลอื่น และบุคคลอื่นพึ่งพาได้ ถ้าหากไม่ได้ทำหน้าที่นี้จะทำให้เกิดความคับข้องใจ ชีวิตนี้ไม่สมบูรณ์ และไร้จุดหมาย

4. การได้รับการยอมรับ เป็นการได้รับการยอมรับในสถาบันครอบครัว หรือเพื่อน เมื่อบุคคลมีพฤติกรรมที่สามารถแสดงบทบาททางสังคม บทบาทนี้อาจเป็นบทบาทในครอบครัว หรือในอาชีพ ถ้าคนเราไม่ได้รับการยอมรับ จะทำให้ความเชื่อมั่นหรือความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองลดลง

5. การได้รับความช่วยเหลือ เป็นการได้รับการช่วยเหลือด้านคำแนะนำ ชี้แนะ หรือ ได้รับกำลังใจ เพื่อสามารถนำไปใช้ในการแก้ปัญหา

Capland (1977) แบ่งการสนับสนุนทางสังคมออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. การสนับสนุนที่เป็นรูปธรรม (Tangible support) ซึ่งอาจอยู่ในรูปของการช่วยเหลือด้านการเงินหรือด้านร่างกาย (financial or physical assistance) โดยการให้ความช่วยเหลือโดยตรงต่อบุคคล ซึ่งได้แก่ การให้วัสดุ การช่วยเหลือด้านร่างกาย เช่น การช่วยเหลือด้านการเงิน การรักษาและการนำส่ง (transportation)

2. การสนับสนุนที่เป็นนามธรรม (Intangible support) ซึ่งอยู่ในรูปของการให้กำลังใจ การให้ข้อมูลข่าวสาร ให้ความรักหรือความอบอุ่นทางด้านอารมณ์ เป็นการให้ความช่วยเหลือด้านจิตใจ (Psychological support) ซึ่งได้แก่ การให้ความรู้ การสร้างความรู้สึกทางบวก เช่น การยกย่อง และการให้กำลังใจ

Brown (1986) แบ่งการสนับสนุนทางสังคมเป็น 4 ประเภท คือ

1. การสนับสนุนทางอารมณ์ (Emotional support) หมายถึง การให้การยกย่อง ความไว้วางใจ ความรัก ความจริงใจ ความเอาใจใส่ และความรู้สึกเห็นใจ

2. การสนับสนุนทางด้านการประเมิน (Appraisal support) หมายถึง การให้ข้อมูลเกี่ยวกับการเรียนรู้ตนเอง หรือข้อมูลที่นำไปใช้ประเมินตนเอง ในการรับรองทำให้เกิดความมั่นใจ และนำไปเปรียบเทียบตนเองกับผู้อื่นในสังคม ตลอดจนเปิดโอกาสให้แสดงความคิดเห็น

3. การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร (Information support) หมายถึง การได้รับคำแนะนำ ข้อเสนอแนะ ทิศทาง และเป็นข้อมูลข่าวสารที่สามารถนำไปใช้ในการแก้ปัญหาที่เผชิญอยู่ได้

4. การสนับสนุนด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน (Material support) หมายถึง การช่วยเหลือโดยตรงต่อความจำเป็นของคนในเรื่องของวัสดุสิ่งของ เงิน แรงงาน



ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจะศึกษาการสนับสนุนทางสังคม 4 ด้าน ได้แก่ ด้านอารมณ์ ด้านการประเมิน ด้านข้อมูลข่าวสาร และด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงินดังกล่าว

### ระดับของการให้การสนับสนุนทางสังคม

Gottlieb (1985) ได้แบ่งระดับของการสนับสนุนทางสังคมออกเป็น 3 ระดับ ดังนี้คือ

1. ระดับกว้าง (Macro level) เป็นการพิจารณาถึงการร่วม หรือการมีส่วนร่วมในสังคม อาจวัดได้จากความสัมพันธ์กับสถาบันในสังคม การเข้าร่วมกับกลุ่มต่าง ๆ ด้วยความสมัครใจ และการดำเนินวิถีชีวิตอย่างไม่เป็นทางการในสังคม

2. ระดับกลุ่มเครือข่าย (Mezzo level) เป็นการมองที่โครงสร้างและหน้าที่ของเครือข่ายสังคม ด้วยการวัดเฉพาะเจาะจงถึงกลุ่มบุคคลที่มีสัมพันธ์ภาพกันอย่างสม่ำเสมอ เช่น กลุ่มเพื่อน ชนิดของการสนับสนุนในระดับนี้ ได้แก่ การให้คำแนะนำ การช่วยเหลือด้านวัตถุ ความเป็นมิตร การสนับสนุนทางอารมณ์ และการยกย่อง

3. ระดับลึกหรือระดับแคบ (Micro level) เป็นการพิจารณาความสัมพันธ์ของบุคคลที่มีความใกล้ชิดสนิทสนมกันมากที่สุด ทั้งนี้มีความเชื่อว่าคุณภาพของความสัมพันธ์มีความสำคัญมากกว่าปริมาณ สัมพันธ์ภาพดังกล่าวได้แก่ สามี ภรรยา และสมาชิกในครอบครัว หรือคนรักซึ่งมีความใกล้ชิดทางอารมณ์ ให้การสนับสนุนทางจิตใจ แสดงความรักและห่วงใย (affective support)

### กระบวนการของการสนับสนุนทางสังคม

Heller et al. (1986 อ้างถึงใน รังรอง งามศิริ, 2540) อธิบายกระบวนการของการสนับสนุนทางสังคมว่ามี 2 ประการคือ

1. การประเมินเพื่อให้เพิ่มความรู้สึกภาคภูมิใจ (Esteem – enhancing appraisals) เป็นการสนับสนุนทางสังคมที่จะทำให้บุคคลเกิดความคิดว่าบุคคลอื่นมองตนอย่างไร โดยการตีความจากปฏิสัมพันธ์ที่ได้รับ แล้วนำมาสร้างความรู้สึกที่มีต่อตนเองเกี่ยวกับคุณค่า ค่านิยม ความชอบ และความสำคัญของตนต่อบุคคลอื่น การสนับสนุนทางสังคมรูปแบบนี้จะเกิดขึ้นในสถานการณ์ที่บุคคลมั่นใจว่าการสนับสนุนนั้นยังมีอยู่ และบุคคลพอใจกับความสัมพันธ์ที่ได้รับจากบุคคลอื่น

2. กระบวนการเผชิญกับความเครียด (Stress – related interpersonal transactions) กระบวนการนี้พัฒนามาจากแนวคิดจากเผชิญกับความเครียด ซึ่งลักษณะการสนับสนุนทางสังคมตามแนวทางของกระบวนการเผชิญความเครียด จะเป็นการให้ความช่วยเหลือเกี่ยวกับวิธีการเผชิญการความเครียด ดังนี้

2.1 การสนับสนุนทางสังคมที่เน้นพฤติกรรมแก้ปัญหา (Behavioral problem – focused support) เป็นการช่วยเหลือให้บุคคลพ้นจากสภาพแวดล้อมที่ยุ่งยากสับสน เช่น การให้ยืมสิ่งของ การให้หยุดพักผ่อน การให้หางานใหม่ หรือเป็นการให้ความช่วยเหลือด้านข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับวิธีการเปลี่ยนแปลงตนเองให้รอดพ้นจากสภาพแวดล้อมที่ยุ่งยากสับสน เช่น การให้คำแนะนำเกี่ยวกับวิธีการคบเพื่อน (ในกรณีที่ถูกทอดทิ้งจากกลุ่มเพื่อน) วิธีการเรียน (ในกรณีที่สอบตก)

2.2 การสนับสนุนทางสังคมที่เน้นปัญญาแก้ไขปัญหา (Cognitive problem – focused support) เป็นการช่วยเหลือให้บุคคลตีความสถานการณ์ใหม่ โดยการโน้มน้าวเบี่ยงเบนความสนใจ หรือปรับเปลี่ยนความคิดให้มีการตีความว่าสถานการณ์ที่มาคุกคามนั้น มีความรุนแรงน้อยลงจนไม่เป็นสถานการณ์ที่มาคุกคาม

2.3 การสนับสนุนทางสังคมที่เน้นพฤติกรรมควบคุมอารมณ์ (Behavioral emotion – focused support) เป็นการช่วยเหลือให้บุคคลเปลี่ยนแปลง ความรู้สึกหรืออารมณ์ที่เกิดจากการตอบสนองต่อความเครียดโดยการให้คำแนะนำจัดหา หรือกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมที่เป็นตัวช่วยยั้งความรู้สึก หรืออารมณ์ที่เกิดจากความเครียด เช่น การแนะนำให้ไปดูภาพยนตร์ หรือพาไปดูภาพยนตร์ การแนะนำให้ไปเที่ยว หรือพาไปเที่ยว เป็นต้น

2.4 การสนับสนุนทางสังคมที่เน้นปัญญาควบคุมอารมณ์ (Cognitive emotion – focused support) เป็นการให้ความช่วยเหลือโดยมุ่งให้ความสนใจมายังความรู้สึกที่พึงปรารถนาเท่านั้น ซึ่งอาจช่วยลดสภาวะอารมณ์ที่ไม่พึงปรารถนาได้ นอกจากนี้บุคคลที่มีความเครียด และไม่สามารถควบคุมหรือไม่เข้าใจปฏิกิริยาทางอารมณ์ของตน การให้ความช่วยเหลือควรให้ข้อมูลข่าวสารที่ทำให้บุคคลเข้าใจอารมณ์และความรู้สึกของตนเอง และให้เข้าใจถึงสถานการณ์ที่เกิดขึ้นว่าเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นโดยธรรมชาติ และเป็นสถานการณ์ที่ไม่ร้ายแรงมาก ซึ่งจะช่วยให้ลดความรู้สึกที่ถูกคุกคามลงไป

### บทบาทของการสนับสนุนทางสังคม

ผลของการสนับสนุนทางสังคมที่มีภาวะเครียดนั้น Cohen และ Wills (1985) ได้เสนอสมมติฐานไว้ 2 ประการ คือ

1. ผลกระทบทางตรง (The main affect model) สมมติฐานในข้อนี้อธิบายว่า การสนับสนุนทางสังคมมีผลกระทบโดยตรงต่อภาวะเครียด กล่าวคือ การได้รับการสนับสนุนทางสังคมจะทำให้มีผลโดยตรงต่อสภาวะจิตใจ และร่างกาย ผลทางด้านทางจิตใจทำให้เกิดอารมณ์ที่มั่นคงกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น และตระหนักในการมีคุณค่าของตนเอง ผลทางด้านร่างกายจะมีผลต่อการทำงานของระบบต่อมไร้ท่อ ระบบฮอร์โมน และระบบภูมิคุ้มกัน ทำให้ร่างกายรู้สึกสบายและผ่อนคลาย และมีสุขภาพที่แข็งแรงภูมิ มีด้านทานโรคสูง

2. ผลกระทบทางอ้อม (Buffering effect model) สมมติฐานในข้อนี้อธิบายว่า การสนับสนุนทางสังคมจะทำหน้าที่เป็นตัวกันชนช่วยลดผลกระทบจากภาวะเครียด ทั้งนี้เนื่องจากภาวะเครียดเกิดจากการประเมินสถานการณ์ที่กำลังเผชิญอยู่นั้นว่าเป็นสถานการณ์ที่มากुकคามตนเอง แล้วทำให้ตนเองไม่สามารถเผชิญกับเหตุการณ์นั้นได้ หลังจากนั้นก็จะเกิดปฏิกิริยาสนองตอบต่อสถานการณ์นั้นในทางลบ คือ เกิดความรู้สึกว่าตนเองไร้ค่า สูญเสียความภาคภูมิใจและจะไม่สามารถเผชิญกับสถานการณ์นั้นได้ การได้รับการสนับสนุนทางสังคมจะมีผลต่อการประเมินสถานการณ์ที่มากुकคามนั้นว่าเป็นสถานการณ์ที่ไม่รุนแรง เพราะว่าการได้รับการสนับสนุนทางสังคมจะทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกว่ามีบุคคลให้ความช่วยเหลืออยู่ตลอดเวลาแม้ว่าจะมีอะไรเกิดขึ้นก็ตาม จึงทำให้ประเมินสถานการณ์ที่มากुकคามว่าเป็นสถานการณ์ที่ไม่รุนแรง ซึ่งจะมีผลทำให้ปฏิกิริยาสนองตอบต่อสถานการณ์ในทางลบนั้นมีน้อยลง นอกจากนี้ผลกระทบทางอ้อมอีกประการหนึ่งก็คือ การได้รับการสนับสนุนทางสังคมจะทำให้ได้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับตนเอง สถานการณ์ และวิธีการเผชิญปัญหา ซึ่งการได้ข้อมูลเหล่านี้จะทำให้บุคคลเข้าใจตนเองมากขึ้น มีแรงจูงใจในตนเอง รู้ความสามารถของตนเองและรู้จักวิธีการแก้ปัญหา ก็จะทำให้บุคคลมีศักยภาพในการเผชิญปัญหาและสามารถแก้ปัญหาได้ สถานการณ์ที่เป็นการคุกคามก็จะหมดไป ความรู้สึกเครียดก็จะลดลง

### 3. แนวคิดเกี่ยวกับการเผชิญปัญหา

#### ความหมายของการเผชิญปัญหา

การเผชิญปัญหา เป็นความพยายามทางปัญญาและพฤติกรรมที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างไม่หยุดยั้งเพื่อจัดการกับปัญหาและความต้องการทั้งจากภายในและภายนอกตัวบุคคล โดยที่บุคคลประเมินว่าเป็นการคุกคามหรือเกินกว่าความสามารถที่จะตนจะรับได้ (Lazarus and Folkman, 1984) ซึ่งความพยายามในการจัดการกับปัญหาหรือความต้องการนั้นอาจบรรลุผลหรือไม่บรรลุผลหรือเป็นวิธีการที่บุคคลใช้บรรเทา หรือจัดภาวะคุกคามโดยการแสดงออกมาเป็นพฤติกรรมในรูปแบบต่าง ๆ (Gorland and Bush, 1979 อ้างถึงใน Cosini, 1994) และเป็นกลไกที่บุคคลใช้เพื่อรักษาภาวะสมดุลของจิตใจที่ถูกรบกวน เพื่อให้บุคคลสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ

สรุปได้ว่ากลวิธีการเผชิญปัญหา หมายถึง พฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกมาในรูปแบบต่าง ๆ เพื่อตอบสนองต่อสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียดโดยเป็นกระบวนการทางความคิด และแสดงออกเป็นพฤติกรรมซึ่งมีจุดมุ่งหมายเพื่อจัดหรือบรรเทาภาวะที่มากुकคามตัวบุคคล

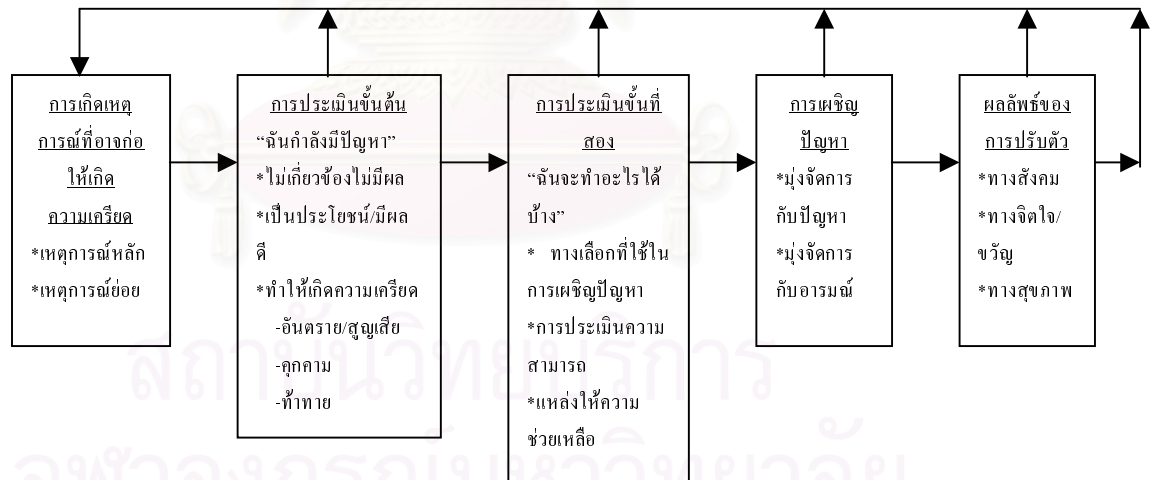
## รูปแบบของกระบวนการของความเครียดและการเผชิญปัญหา

Lazarus และ Folkman (1984) ได้อธิบายความเครียดในแง่ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและสิ่งแวดล้อม ในกระบวนการของความเครียด (A Transactional Model of the Stress Process) ซึ่งมีองค์ประกอบหลัก 5 ประการ คือ

1. การเกิดเหตุการณ์ที่อาจก่อให้เกิดความเครียด
2. การประเมินขั้นต้น
3. การประเมินขั้นที่สอง
4. การเผชิญปัญหา
5. ผลลัพธ์ของการปรับตัวที่เกิดขึ้น

Slavin และคณะ (1991) ศึกษาทฤษฎีความเครียดของ Lazarus และคณะ (Lazarus and Folkman, 1984 อ้างถึงใน สุภาพรณ โคตรจรัส, 2539) และสรุปเป็นแผนภาพรูปแบบกระบวนการของความเครียดดังนี้

A Transactional Model of the Stress Process



ภาพที่ 4 แสดงรูปแบบกระบวนการของความเครียดตามทฤษฎีความเครียดของ Lazarus

ที่มา : Slavin et al., : หน้า 157-158 อ้างถึงในสุภาพรณ โคตรจรัส, 2539 : หน้า 2

## 1. การเกิดเหตุการณ์ที่อาจก่อให้เกิดความเครียด (Occurrence of a Potentially Stressful Event)

ความเครียดเป็นผลของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อม รวมถึงเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับบุคคลนั้นด้วย ซึ่งถือเป็นสิ่งเร้าที่มากระตุ้นให้เกิดความเครียด ความไม่มั่นใจ หรือมีผลขัดขวางการดำเนินชีวิตตามปกติ หรืออาจเป็นเหตุการณ์ที่เป็นการเปลี่ยนแปลงที่ยิ่งใหญ่ในชีวิต เช่น การสูญเสียญาติพี่น้อง การหย่าร้าง การล้มละลาย การตกงาน หรือเป็นเหตุการณ์ย่อย ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน เช่น ความกังวลเกี่ยวกับรูปร่างหน้าตา น้ำหนัก ส่วนสูง การทำงานมากเกินไป ปัญหาจราจร หรือเป็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นต่อเนื่องในชีวิต เช่น อาการป่วยเรื้อรัง หรือแม้แต่เหตุการณ์สับสนุน่วย หรือความสูญเสียที่แม้จะไม่เกิดขึ้นกับบุคคลโดยตรง เช่น ข่าววาทภัย ซึ่งจะมี ความเครียดมากขึ้นเพียงใดขึ้นอยู่กับประเมินเหตุการณ์และการประเมินความสามารถของบุคคล (Lazarus and Folkman, 1984)

## 2. การประเมินทางขั้นต้น (Primary Appraisal)

เป็นการประเมินเหตุการณ์ที่ประสบโดยบุคคลใช้สติปัญญา ความรู้ และประสบการณ์เพื่อที่จะตัดสินเหตุการณ์นั้นว่ามีผลคุกคามต่อตนเองหรือไม่ ซึ่งบุคคลจะประเมินเหตุการณ์ออกมาใน 3 ลักษณะดังนี้

2.1 ไม่มีความเกี่ยวข้องกับตนเอง (Irrelevant) คือ เมื่อเผชิญกับสถานการณ์แล้ว บุคคลประเมินว่าสถานการณ์นั้นไม่ได้เกี่ยวข้องกับสวัสดิภาพของตน

2.2 มีผลดีกับตนเอง (Being – positive) คือ เมื่อเผชิญกับสถานการณ์แล้วบุคคลประเมินว่าเกิดผลดีในทางบวก เพิ่มความสุขมากขึ้น บุคคลจะแสดงการตอบสนองต่อสถานการณ์ด้วยความเพลิดเพลินใจ มีความสุข มีความรัก และความร่าเริง

2.3 เต็มไปด้วยความเครียด (Stressful) คือ เมื่อเผชิญกับสถานการณ์แล้วบุคคลประเมินว่าเป็นสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด มี 3 ลักษณะคือ

2.3.1 เป็นอันตรายหรือสูญเสีย (Harm/Loss) เป็นการประเมินผลของเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นด้านลบ หลังจากเหตุการณ์ที่ผ่านไปแล้ว ผลของเหตุการณ์ก่อให้เกิดความรู้สึกสูญเสีย หรือเป็นอันตรายต่อบุคคลทั้งด้านสัมพันธภาพ สุขภาพ หรือความมีคุณค่าในตนเอง

2.3.2 การคุกคาม (Threat) เป็นการประเมินเหตุการณ์โดยบุคคลคาดคะเนว่า เหตุการณ์นั้นจะทำให้เกิดอันตราย หรือเป็นการสูญเสีย เป็นการคาดคะเนผลของเหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้นในทางลบ ทำให้เกิดความกลัว วิตกกังวล และโกรธ

2.3.3 การท้าทาย (Challenge) เป็นการประเมินเหตุการณ์ด้านลบหรือมีความยุ่งยากซับซ้อนที่จะเกิดขึ้น โดยการคาดคะเนผลของเหตุการณ์ว่าตนจะได้รับประโยชน์หรือเป็นผลดีกับตน ซึ่งเป็นการคาดคะเนผลของเหตุการณ์ในทางบวก ทำให้มีขวัญและกำลังใจดีขึ้น



ในเหตุการณ์เพียงเหตุการณ์เดียว บุคคลอาจประเมินผลออกมาได้มากกว่าหนึ่งลักษณะก็ได้ โดยเหตุการณ์นั้นบุคคลอาจจะรู้สึกว่าคุณคามคนพร้อม ๆ กับความรู้สึกว่าทำทลายความสามารถของตนด้วยก็ได้ ซึ่งหมายถึงการประเมินนั้นมีผลทั้งทางลบและบวกต่อบุคคล และในเหตุการณ์หนึ่ง ๆ อาจทำให้บุคคลเกิดความเครียดในระดับที่แตกต่างกันได้ หรืออาจทำให้บางคนไม่รู้สึกเครียดก็ได้ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับปัจจัยส่วนบุคคล และปัจจัยสิ่งแวดล้อมที่แตกต่างกันของบุคคล

การประเมินในขั้นตอนนี้ หากบุคคลประเมินว่าเป็นการทำทลายความสามารถของตนจะทำให้บุคคลเผชิญปัญหาได้ง่ายกว่าเหตุการณ์ที่บุคคลประเมินว่าเป็นภาวะคุกคามหรือเป็นอันตรายหรือสูญเสีย

### 3. การประเมินขั้นที่สอง (Secondary Appraisal)

ในขั้นนี้บุคคลจะต้องใช้สติปัญญา ความเฉลียวฉลาด และใช้ความพยายามอย่างเต็มที่ที่จะแก้ไขปัญหา เป็นการประเมินความสามารถของบุคคลต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นว่าจะแก้ไขอย่างไร และประเมินแหล่งช่วยเหลือที่จะได้รับว่าจะสามารถจัดการกับสิ่งที่เกิดขึ้นได้หรือไม่อย่างไร ซึ่งแหล่งช่วยเหลือมีทั้งแหล่งช่วยเหลือทางกายภาพ เช่น ภาวะสุขภาพของบุคคล และความอดทน แหล่งช่วยเหลือทางสังคม เช่น ระบบสังคมของบุคคล การช่วยเหลือทางสังคมจะให้ข้อมูลและการช่วยเหลือด้านอารมณ์ แหล่งช่วยเหลือทางด้านจิตใจ เช่น ความเชื่อ ทักษะในการแก้ปัญหา การเห็นคุณค่าในตนเอง แหล่งช่วยเหลือทางวัตถุ เช่น เงิน และอุปกรณ์ต่าง ๆ เมื่อบุคคลประเมินความสามารถที่ตนมีอยู่ และประเมินแหล่งช่วยเหลือที่มีแล้วจะนำมาพิจารณาาร่วมกัน และเลือกทางออกด้วยตนเองในทางที่จะส่งเสริมให้บุคคลได้พบหนทางในการแก้ปัญหา

ดังนั้น เมื่อมีเหตุการณ์เกิดขึ้นการประเมินทางปัญญาขั้นต้นรับรู้ว่า สิ่งนี้เป็นอันตรายหรือคุกคาม ในการประเมินทางปัญญาขั้นที่สอง หากบุคคลประเมินว่าสามารถที่จะจัดการกับเหตุการณ์นั้นได้ด้วยตนเอง และยังมีแหล่งช่วยเหลืออื่น ๆ ที่สามารถช่วยได้ การประเมินขั้นนี้จึงเป็นการประเมินว่าเหตุการณ์นั้นมีลักษณะทำทลาย ความเครียดจะไม่เกิดขึ้น แต่หากบุคคลประเมินว่าตนไม่มีความสามารถที่จะแก้ไขปัญหาได้แล้ว และยังขาดการช่วยเหลือจากแหล่งอื่นและมองไม่เห็นแนวทางในการแก้ไขอื่น ๆ ความเครียดก็จะเกิดขึ้น

### 4. การเผชิญปัญหา (Coping Efforts)

การเผชิญปัญหานั้น บุคคลจะแสดงออกมาสัมพันธ์กับความรู้สึกนึกคิด จิตใจ อารมณ์ของบุคคลขณะนั้น ด้วยการลงมือจัดการกับปัญหาหรือความเครียดที่มีโดยพยายามที่จะควบคุม ลด หรือทนต่อความต้องการทั้งภายในและภายนอกที่เกิดจากเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดและวิธีการจัดการกับความเครียด แบ่งโดยทั่วไปได้ 2 แบบ (Lazarus and Folkman, 1984) คือ



4.1 การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา (Problem – focused Coping) เป็นความพยายามในการทำความเข้าใจปัญหา พิจารณาว่า ปัญหาคืออะไร สาเหตุอยู่ที่ไหน และหาทางออกที่เป็นไปได้ กลวิธีที่ใช้อาจ มุ่งแก้ไขปรับเปลี่ยนที่สถานการณ์ หรือพฤติกรรมของผู้อื่น หรือมุ่งแก้ที่ตนเอง เช่น พิจารณาทบทวน ปรับเปลี่ยนทัศนคติและความต้องการของตนใหม่ พัฒนาทักษะที่ใช้ในการเผชิญปัญหา เป็นต้น เป็นการวางแผน วางขั้นตอนในการดำเนินการมุ่งมั่นในการแก้ปัญหา และลงมือดำเนินการแก้ไขปัญหานั้นโดยตรง

4.2 การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ (Emotion – focused Coping) เป็นความพยายามที่จะจัดการกับอารมณ์ทางลบทั้งหลายที่เกิดขึ้น เช่น ความกลัว ความโกรธ ความเศร้า ความสงสัยไม่แน่ใจ คับข้องใจ ความวิตกกังวล ความไม่สบายใจต่าง ๆ กลวิธีที่ใช้อาจเป็นการระบายออกทางอารมณ์ การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อได้รับกำลังใจ การมองปัญหาในแง่ใหม่ในทางบวก การทำสมาธิ การออกกำลังกาย เป็นต้น

โดยทั่วไป บุคคลจะใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาในกรณี que เห็นว่า ตนสามารถจะจัดการกับปัญหาได้ และมักจะใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ เมื่อเห็นว่าปัญหานั้นเกินกว่าจะแก้ไขได้ การเผชิญปัญหาที่จะให้ผลที่ดีที่สุด คือ การใช้กลวิธีทั้ง 2 แบบดังกล่าว ให้ช่วยเสริมซึ่งกันและกัน นำไปสู่การจัดการแก้ปัญหาได้อย่างราบรื่นและมีประสิทธิภาพ

## 5. ผลลัพธ์ของการปรับตัว (Adaptational Outcomes)

Lazarus and Folkman (1984) จำแนกผลการปรับตัวต่อความเครียดซึ่งเป็นผลที่เกิดจากการเผชิญความเครียด อาจเป็นผลระยะสั้นหรือระยะยาว โดยแบ่งไว้ 3 กลุ่ม คือ

5.1 ผลทางด้านสังคม (Social functioning) เป็นผลการปรับตัวต่อความเครียดที่บุคคลตอบสนอง บทบาทต่าง ๆ ของตนในสังคม ในฐานะพ่อแม่ นายจ้าง หรือบุคคลในสังคม และการที่บุคคลมีสัมพันธภาพที่น่าพึงพอใจกับบุคคลอื่น สามารถเผชิญกับเหตุการณ์ประจำวันต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ แสดงว่าผลการปรับตัวทางสังคมของบุคคลนั้นมีประสิทธิภาพ

5.2 ผลทางด้านจิตใจ (Morale) มีผลจากการรับรู้ของตนเองต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน รู้สึกเกี่ยวกับตนเองและสภาพชีวิตของตนเองอย่างไร เช่น พึงพอใจ หรือไม่พึงพอใจ มีความสุข หรือไม่มีความสุข มีความหวัง หรือหวาดกลัว เป็นต้น

5.3 ผลต่อสุขภาพร่างกาย (Somatic illness) มีผลในความสามารถตอบสนองความต้องการของสุขภาพร่างกาย หรือทำให้สุขภาพทรุดโทรม

ในกระบวนการของความเครียด ปฏิสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นในองค์ประกอบหลักทั้ง 5 ประการ (Lazarus and Folkman, 1984 อ้างถึงใน สุภาพรธรรม โคตรจรัส, 2539) ไม่ได้เกิดขึ้นตามลำดับ จากการเกิดเหตุการณ์ที่อาจก่อให้เกิดความเครียดไปสู่การประเมินขั้นต้น การประเมินขั้นที่สอง การเผชิญปัญหา และผลลัพธ์ของการปรับตัวที่เกิดขึ้นซึ่งจะนำไปสู่การประเมินเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นนั้น

อีกครั้งหนึ่ง (Reappraisal) เพียงเท่านั้น แต่ผลที่เกิดขึ้นในกระบวนการย่อยแต่ละองค์ประกอบอาจทำให้บุคคลย้อนกลับไปประเมินกระบวนการย่อยที่ผ่านมาอีกครั้งหนึ่งซ้ำแล้วซ้ำอีก

บุคคลที่เคยประเมินว่า เหตุการณ์นั้นคุกคาม แต่เมื่อมีข้อมูลเพิ่มเติมให้ประเมินได้ว่าวิธีการและแหล่งให้ความช่วยเหลือในการเผชิญปัญหานั้นเหมาะสมเพียงพอ บุคคลก็จะย้อนกลับไปประเมินเหตุการณ์ที่เคยเห็นว่าคุกคามนั้นอีกครั้งหนึ่ง โดยเห็นว่า คุกคามน้อยลงหรือเมื่อใช้วิธีการเผชิญปัญหาไปแล้วพบว่า ไม่ได้ผลตามที่คาดไว้ บุคคลอาจประเมินเหตุการณ์ที่ประสบนั้นอีกครั้งหนึ่งโดยอาจเห็นว่า คุกคามน้อยลงหรือใช้วิธีการเผชิญปัญหาที่เหมาะสมใหม่ เป็นวงจรที่เกิดขึ้นซ้ำแล้วซ้ำอีกในกระบวนการของความเครียด

## วิธีการเผชิญปัญหา

### วิธีการเผชิญปัญหาของ Carver, Scheier and Weintraub

ในปี ค.ศ. 1989 Carver, Scheier and Weintraub (อ้างถึงใน สุภาพรรณ โคตรจรัส, 2539) ได้ศึกษาและรวบรวมวิธีการเผชิญปัญหาโดยใช้ทฤษฎีความเครียดของ Lazarus (1978) และรูปแบบของการกำกับตนเอง (Self – Regulation) เป็นพื้นฐานในการวิจัย และได้เสนอวิธีการเผชิญปัญหา 14 วิธี ดังนี้

1. การลงมือกระทำการเผชิญปัญหา (Active Coping) เป็นกระบวนการในการลงมือแก้ปัญหาเพื่อจัดการสิ่งที่ก่อให้เกิดความเครียด รวมถึงการลงมือแก้ปัญหาโดยตรง การใช้ความพยายามมากขึ้นในการแก้ปัญหา การดำเนินการและวางแผนสู่การปฏิบัติ

2. การวางแผน (Planning) เป็นการคิดหาวิธีการในการเผชิญกับสิ่งที่ทำให้เกิดความเครียด รวมถึงการหาทวิวิธีการเผชิญปัญหา การคิดเกี่ยวกับขั้นตอนในการกระทำและวางแผน และหาทางที่จะจัดการกับปัญหาให้ได้อย่างดีที่สุด

3. การระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง (Suppression of Competing Activities) เป็นการระงับความสนใจอื่นที่จะเข้ามาเกี่ยวข้อง ทำให้เราใส่ใจที่จะเผชิญปัญหาอย่างเต็มที่

4. การชะลอการเผชิญปัญหา (Restrain Coping) เป็นการรอโอกาสที่เหมาะสมจึงจะลงมือทำ ต้องทำให้แน่ใจว่าจะไม่ทำให้เหตุการณ์เลวร้ายยิ่งขึ้นถ้าด่วนลงมือทำเสียก่อน

5. การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อหาสิ่งช่วยเหลือ (Seeking Social Support for Instrumental Reasons) เป็นการขอคำปรึกษา ต้องการความช่วยเหลือ ขอข้อมูลรายละเอียดเกี่ยวกับเหตุการณ์เพิ่มเติม ขอทราบแนวทางการเผชิญปัญหาจากผู้ที่เคยประสบเหตุการณ์เช่นเดียวกัน

6. การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อได้รับกำลังใจ (Seeking Social Support for Emotional Reasons) เป็นการพูดระบายความรู้สึก ความทุกข์ เพื่อขอกำลังใจ ความเห็นใจ คำปลอบโยน และความเข้าใจจากบุคคลอื่น

7. การตีความหมายใหม่ในทางบวก และการเติบโต (Positive Reinterpretation and Growth) เป็นการจัดการความกดดันทางอารมณ์มากกว่าเป็นการเผชิญกับสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียด หรือจัดการ ปรับเปลี่ยนสถานการณ์ โดยการมองสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียดในทางที่ดี หรือการเติบโตในแง่บวกใหม่ในทางบวก จะนำบุคคลให้มุ่งสู่การลงมือแก้ปัญหาโดยตรง และเรียนรู้จากประสบการณ์ที่ได้รับนั้น

8. การยอมรับ (Acceptance) เป็นการยอมรับความเป็นจริงตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้น ซึ่งการยอมรับความจริงที่เกิดขึ้นเป็นสิ่งที่บอกให้ทราบว่า บุคคลนั้นพร้อมที่จะเผชิญกับสถานการณ์นั้น ๆ

9. การพึ่งศาสนา (Turning to Religion) เป็นการใช้ศาสนาเป็นแหล่งช่วยเหลือทางจิตใจในขณะเผชิญความเครียด การใช้วิถีทางศาสนา เช่น การสวดมนต์ การนั่งสมาธิ

10. การปฏิเสธ (Denial) เป็นการปฏิเสธต่อสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียด ปฏิเสธความเป็นจริงที่เกิดขึ้น และไม่สนใจต่อเหตุการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียด

11. การระบายออกทางอารมณ์ (Focus on Venting of Emotions) เป็นการให้ความสนใจต่ออารมณ์ ความรู้สึกที่มี และระบายความรู้สึกเหล่านั้น

12. การไม่แสดงออกทางพฤติกรรม (Behavioral Disengagement) เป็นการลดความพยายามในการเผชิญกับปัญหาหรือสิ่งที่ทำให้เกิดความเครียด เป็นพฤติกรรมที่แสดงถึงการช่วยตนเองไม่ได้

13. การไม่เกี่ยวข้องทางความคิด (Mental Disengagement) เป็นการลดความกดดันทางอารมณ์ โดยการไม่คิดถึงวิธีการเผชิญกับปัญหา ไม่คิดถึงเป้าหมายที่มีอุปสรรคขัดขวาง หรือเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด โดยใช้กิจกรรมอื่นเพื่อที่จะไม่คิดถึงปัญหา รวมถึงการพักผ่อน การนอน การดูโทรทัศน์

14. การใช้สุรา และ/หรือยา (Alcohol and/or Drug Use) เป็นการใช้สุราหรือยา เพื่อให้ลืมเหตุการณ์ เพื่อให้รู้สึกดีขึ้น

### วิธีการเผชิญปัญหาของ Frydenberg and Lewis

Frydenberg and Lewis (1993, อ้างถึงใน วิณา มิ่งเมือง, 2540) ได้ศึกษารวบรวมวิธีการเผชิญปัญหาของวัยรุ่น โดยยึดทฤษฎีของ Lazarus และคณะ (Lazarus, Averil and Option, 1974; Lazarus and Launier, 1978, อ้างถึงใน วิณา มิ่งเมือง, 2540) ร่วมกับลักษณะพัฒนาการของวัยรุ่นตามทฤษฎีของ Erikson (1963,1985) และงานวิจัยที่เกี่ยวกับปัญหาของวัยรุ่นของ Hauser and Bowlds (1990) และของ Collins (1991, อ้างถึงใน วิณา มิ่งเมือง, 2540) เป็นพื้นฐานในการศึกษาวิจัย โดยเสนอรูปแบบการเผชิญปัญหาของวัยรุ่นทั้งหมด 18 วิธี ได้แก่

1. การแสวงหาความเพลิดเพลินเพื่อการผ่อนคลาย (Seek Relaxing Diversion) เป็นการแสวงหาวิธีการต่าง ๆ ที่กระทำแล้วทำให้บุคคลรู้สึกเพลิดเพลิน หรือบุคคลรู้สึกผ่อนคลายจาก

ปัญหาหรือความเครียดได้ โดยเป็นวิธีที่ไม่เป็นโทษต่อร่างกาย และไม่เกี่ยวกับการกีฬา เช่น การฟังเพลง การเล่นเกม หรือการพักผ่อน เป็นต้น

2. การทำงานและสัมฤทธิ์ผล (Work and Achieve) เป็นวิธีการจัดการปัญหาโดยแสดงให้เห็นถึงความพยายาม ความมานะบากบั่นในการทำงาน เพื่อให้ประสบความสำเร็จ หรือเกิดสัมฤทธิ์ผลในงาน เช่น การขยันทำงานมากขึ้น การติดตามงานที่ต้องการจะทำ เป็นต้น

3. การแก้ปัญหา (Solving the Problem) เป็นกระบวนการคิด ทำความเข้าใจกับปัญหาสาเหตุ เพื่อหาวิธีในการแก้ปัญหา แล้วดำเนินการหรือลงมือแก้ปัญหาตามขั้นตอน ซึ่งเป็นวิธีจัดการกับปัญหาอย่างเป็นระบบ

4. การผ่อนคลายทางด้านร่างกาย (Physical Recreation) เป็นการปฏิบัติด้วยวิธีต่าง ๆ เพื่อให้ร่างกายได้รับการผ่อนคลาย และมีสุขภาพแข็งแรง เช่น การเล่นกีฬา หรือการออกกำลังกาย เป็นต้น

5. การคบหาเพื่อนสนิท (Investing in Close Friend) เป็นการกระทำเพื่อสร้างสายสัมพันธ์ที่ดี หรือสร้างความใกล้ชิดสนิทสนมกับเพื่อนชายหรือหญิง เช่น การใช้เวลากับเพื่อน การนัดพบปะเพื่อนฝูง เป็นต้น

6. การมุ่งเน้นในด้านบวก (Focus on Positive) เป็นการมองสถานการณ์ หรือปัญหานั้น ๆ ไปในทางที่ดี ซึ่งเป็นการแสดงให้เห็นถึงทัศนคติที่เป็นมุมมองทางบวกต่อชีวิต และสถานการณ์ต่าง ๆ ได้แก่ การมองหาส่วนดีของเหตุการณ์หรือปัญหาที่เกิดขึ้น การพยายามทำให้ชีวิตสดใส ว่าจริง เป็นต้น

7. การแสวงหาการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม (Seeking to Belong) เป็นการแสวงหาวิธีการต่างๆ ที่กระทำแล้วทำให้ตนเองได้รับการยอมรับ หรือเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม เช่น การพยายามทำให้บุคคลที่มีความสำคัญต่อตนเองประทับใจตนเอง การพยายามทำตัวให้เข้ากับเพื่อน ๆ เป็นต้น

8. การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม (Seeking Social Support) เป็นวิธีการเผชิญปัญหาโดยมุ่งเน้นจัดการปัญหา แต่วิธีการจัดการนั้นอาศัยความช่วยเหลือ หรือสนับสนุนจากผู้ที่อยู่รอบข้าง เช่น การขอความช่วยเหลือจากพ่อแม่ ครู หรือเพื่อน ขอคำแนะนำจากผู้อื่นมาแก้ปัญหาของตนเอง เป็นต้น

9. การแสวงหาการสนับสนุนทางด้านจิตใจ (Seeking Spiritual Support) เป็นวิธีการจัดการกับปัญหา โดยการนำเอาความเชื่อความศรัทธาทางศาสนามาใช้จัดการกับปัญหา เช่น การสวดมนต์ อ้อนวอนให้พระคุ้มครอง หรือการอ่านหนังสือธรรมะ เป็นต้น

10. การแสวงหาความช่วยเหลือจากผู้เชี่ยวชาญ (Seeking Professional Help) เป็นวิธีการจัดการกับปัญหาโดยมุ่งจัดการที่สาเหตุของปัญหา แต่การจัดการกับปัญหานั้นอาศัยความช่วยเหลือสนับสนุนจากผู้เชี่ยวชาญโดยเฉพาะ เช่น การขอรับการบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

11. การรวมกลุ่มจัดการกับปัญหา (Social Action) เป็นวิธีการจัดการกับปัญหาโดยการใช้การรวมกลุ่ม หรือหาพวกมาร่วมกันจัดการกับปัญหาแทนการจัดการกับปัญหาด้วยตัวเองเพียงลำพัง

12. การมีความคิดที่เต็มเต็มความปรารถนา (Wishful Thinking) เป็นวิธีการจัดการกับปัญหาโดยการใช้การคิด หวัง หรือปรารถนาที่จะให้ปัญหาหรือความทุกข์คลี่คลายลง เช่น การปรารถนาจะให้สิ่งปาฏิหาริย์อย่างใดอย่างหนึ่งเกิดขึ้น หรือการคิดจินตนาการว่าทุก ๆ สิ่งจะกลับจากร้ายกลายเป็นดี เป็นต้น

13. การเก็บปัญหาไว้คนเดียว (Keep to Self) เป็นการเก็บเอาความคิด ความรู้สึกที่เป็นทุกข์ หรือความกดดันต่าง ๆ ไว้กับตนเอง และหลีกเลี่ยงที่จะพบปะผู้อื่น

14. การตำหนิตนเอง (Self – Blame) เป็นการโทษตนเอง การตำหนิตนเองว่าเป็นตัวการที่ทำให้ความยุ่งยาก หรือปัญหาต่าง ๆ เกิดขึ้น มักจะเกิดขึ้นเมื่อบุคคลไม่สามารถจะจัดการกับปัญหาได้ หรือมองไม่เห็นทางออกของปัญหา

15. การมีความกังวล (Worry) เป็นการลดความคับข้องใจ หรือความกดดันทางอารมณ์ด้วยการคิดเกี่ยวกับปัญหามากขึ้น แต่ไม่สามารถช่วยให้ความทุกข์ลดลงได้ เนื่องจากความคิมนั้นมักเป็นความคิดในทางลบ

16. การไม่รับรู้ปัญหา (Ignore the Problem) เป็นการตัดปัญหา หลีกเลี่ยงปัญหา และไม่ยอมรับปัญหาที่เกิดขึ้น เพื่อให้ตนเองรู้สึกดี

17. การไม่เผชิญกับปัญหา (Not Coping) เป็นวิธีการที่แสดงให้เห็นถึงการที่บุคคลสามารถจัดการใด ๆ กับปัญหา หรือความทุกข์ที่เกิดขึ้นได้ และมีแนวโน้มที่จะพัฒนาไปสู่อาการทางกายที่มีสาเหตุมาจากจิตใจ

18. การลดความตึงเครียด (Tension Reduction) เป็นการแสวงหาวิธีการต่าง ๆ เพื่อจะช่วยให้ความเครียดลดลง เช่น การดื่มเหล้า สูบบุหรี่ หรือการใช้ยาเสพติด เป็นต้น

กลวิธีการเผชิญปัญหาทั้ง 18 วิธีเหล่านี้ เมื่อจัดตามกรอบแนวความคิดวิธีการเผชิญปัญหาของ Lazarus and Folkman (1984) จะได้กลวิธีดังนี้ คือ

1. กลวิธีการเผชิญปัญหาที่จัดอยู่ในการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่ปัญหา (Problem – Focused Coping) ได้แก่ การแสวงหาความเพลิดเพลินเพื่อการผ่อนคลาย การทำงานและสัมฤทธิ์ผล การแก้ปัญหา การผ่อนคลายทางด้านร่างกาย การคบหาเพื่อนสนิท การแสวงหาการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม การแสวงหาความช่วยเหลือจากผู้เชี่ยวชาญ การรวมกลุ่มจัดการกับปัญหา และการมีความวิตกกังวล

2. กลวิธีการเผชิญปัญหาที่จัดอยู่ในการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นอารมณ์ (Emotion – Focused Coping) ได้แก่ การมีความคิดที่เป็นความปรารถนา การแสวงหาการสนับสนุนทางด้าน



จิตใจ การมุ่งเน้นในด้านบวก การไม่รับรู้ปัญหา การตำหนิตนเอง การลดความตึงเครียด และการเก็บปัญหาไว้คนเดียว

จากการศึกษาของ Frydenberg and Lewis (1993; อ้างถึงใน วิณา มิ่งเมือง, 2540) ได้จัดแบ่งกลุ่มวิธีการเผชิญปัญหาทั้ง 18 วิธี ออกเป็น 3 กลุ่ม ดังนี้

กลุ่มที่ 1 เป็นการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาโดยใช้ความสามารถของตนเอง (Solving the Problem หรือ Problem – Focused) ได้แก่ การแก้ปัญหา การผ่อนคลายทางด้านร่างกาย การทำงาน และสัมฤทธิ์ผล การคบเพื่อนสนิท การแสวงหาการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม การมุ่งเน้นในด้านบวก และการแสวงหาความเพลิดเพลินเพื่อการผ่อนคลาย

กลุ่มที่ 2 เป็นการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาโดยอาศัยแหล่งสนับสนุนอื่น ๆ (Reference to Others) ได้แก่ การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม การแสวงหาการสนับสนุนทางด้านจิตใจ การแสวงหาความช่วยเหลือจากผู้เชี่ยวชาญ และการรวมกลุ่มจัดการกับปัญหา

กลุ่มที่ 3 เป็นการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงปัญหา (Non – Productive Coping หรือ Avoidance) ได้แก่ การมีความกังวล การมีความคิดที่เป็นความปรารถนา การไม่รับรู้ปัญหา การไม่เผชิญปัญหา การเก็บปัญหาไว้คนเดียว และการตำหนิตนเอง

และเมื่อพิจารณาถึงวิธีการเผชิญปัญหาทั้ง 18 วิธี ในแง่ของประสิทธิภาพการทำงานของ การเผชิญปัญหาใน 2 ลักษณะ คือ วิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพ ได้แก่ วิธีที่แสดงให้เห็นถึงความพยายามในการจัดการกับปัญหา หรือความเครียดที่มีอยู่โดยตรงโดยใช้ความสามารถของตนเอง หรืออาศัยแหล่งสนับสนุนอื่น ๆ และวิธีเผชิญปัญหาที่ไม่ประสิทธิภาพ ได้แก่ วิธีที่แสดงให้เห็นถึงลักษณะของการไม่สามารถจัดการกับปัญหา หรือหลีกเลี่ยงปัญหานั้นเอง (Frydenberg and Lewis, 1993 อ้างถึงใน วิณา มิ่งเมือง, 2540)

#### **การตรวจสอบคุณสมบัติเชิงจิตมิติของแบบวัดการเผชิญปัญหา**

Cook and Hepper (1997; อ้างถึงใน สุภาพรรณ โคตรจรัส, 2544) ได้ตรวจสอบคุณสมบัติเชิงจิตมิติของแบบวัดการเผชิญปัญหา 3 แบบวัด ได้แก่ แบบวัด COPE ของ Caver และคณะ (Caver et al., 1989) วัดองค์ประกอบการเผชิญปัญหา 14 ด้าน แบบวัด CISS ของ Endler and Parker (1990,1994) วัดองค์ประกอบการเผชิญปัญหา 4 ด้าน แบบวัด CSI ของ Tobin และคณะ (Tobin, Holroyed and Reynolds, 1984; Tobin et al; 1989) วัดองค์ประกอบการเผชิญปัญหา 8 ด้าน โดยนำแบบวัดทั้ง 3 ไปทดลองใช้กับนักศึกษาระดับปริญญาตรีจำนวน 329 คน แล้วมาวิเคราะห์องค์ประกอบร่วมกัน (Factor Analysis) พบว่า ได้องค์ประกอบของการเผชิญปัญหา 3 องค์ประกอบ ดังนี้

1. องค์ประกอบด้านการเผชิญปัญหาโดยมุ่งจัดการกับปัญหา ประกอบด้วยกลวิธีเผชิญปัญหา 9 ด้าน ได้แก่ การวางแผน (COPE) ลงมือดำเนินการแก้ปัญหา (COPE) การจัดการกับปัญหา



(CISS) การแก้ปัญหา (CSI) การตีความหมายใหม่ในทางบวก และการเติบโต (COPE) การปรับเปลี่ยนความคิด (CSI) การระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง (COPE) การชะลอการเผชิญปัญหา (COPE) การยอมรับ (COPE)

2. องค์ประกอบด้านการแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม ประกอบด้วยกลวิธีการเผชิญปัญหา 7 ด้าน ได้แก่ การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อกำลังใจ (COPE) การสนับสนุนทางสังคม (CSI) การหาความเพลิดเพลินทางสังคม (CISS) การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อแก้ปัญหา (COPE) การถอยหนีจากสังคม (CSI) การแสดงออกทางอารมณ์ (CSI) การเบี่ยงเบนความสนใจ (CISS)

3. องค์ประกอบด้านการหลีกเลี่ยง ประกอบด้วยกลวิธีการเผชิญปัญหา 10 ด้าน ได้แก่ การหลีกเลี่ยงปัญหา (CSI) การจัดการกับอารมณ์ (CISS) การคิดเพื่อเติมเต็มความปรารถนา (CSI) การตำหนิตนเอง (CSI) การปฏิเสธ (COPE) การไม่แสดงออกทางพฤติกรรม (COPE) การถอยหนีจากสังคม (CSI) การไม่เกี่ยวข้องทางความคิด (COPE) การเบี่ยงเบนความสนใจ (CISS) การใช้สุรา/สารเสพติด (COPE)

### การพัฒนาแบบวัดการเผชิญปัญหาของสุภาพรณ โคตรจรัส

สุภาพรณ โคตรจรัส (2539) ได้พัฒนาแบบวัดการเผชิญปัญหาลับสัน ตามแนวทฤษฎีความเครียดของ Lazarus (1966; Lazarus and Folkman, 1984) และแบบวัดการเผชิญปัญหาของ Carver, Scheier and Weintraub (1989) วัดกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษา ประกอบด้วยวิธีการเผชิญปัญหา 15 ด้าน มีข้อคำถาม 30 ข้อ ซึ่งได้มีผู้นำแบบวัดดังกล่าวไปใช้กับตำรวจจราจร นักศึกษา เยาวชนผู้กระทำผิดในสถานพินิจ และผู้ถูกคุมประพฤติ (กรกวรรณ สุพรรณวรรษา, 2544) สุภาพรณ โคตรจรัส และชุมพร ยงกิตติกุล ได้นำแบบวัดการเผชิญปัญหาดังกล่าวมาปรับปรุงเพื่อนำไปศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการอบรมเลี้ยงดู และรูปแบบการเผชิญปัญหาของนักเรียนมัธยมศึกษา (กรกวรรณ สุพรรณวรรษา, 2544) ประกอบด้วยข้อคำถาม 40 ข้อ วัดรูปแบบการเผชิญปัญหา 3 แบบ (สุภาพรณ โคตรจรัส, 2544) ดังนี้

1. การเผชิญปัญหาโดยมุ่งจัดการกับปัญหา (Problem – focus coping) แสดงถึงความพยายามลงมือแก้ปัญหาโดยจัดการโดยตรงกับปัญหา ประกอบด้วย 9 ด้าน ได้แก่ การลงมือดำเนินการแก้ปัญหา การวางแผน การทำงานหนักและความสำเร็จในงาน การระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง การชะลอการเผชิญปัญหา การตีความหมายใหม่ทางบวก การยอมรับ การหาทางผ่อนคลาย การแสวงหาการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม

2. การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม (Seeking social support) แสดงถึงความพยายามในการจัดการปัญหาโดยอาศัยแหล่งทรัพยากรต่าง ๆ ประกอบด้วย 2 ด้าน ได้แก่

การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อแก้ปัญหา และการแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อ  
กำลังใจ

3. การเผชิญปัญหาแบบการหลีกเลี่ยง (Avoidance) แสดงถึงการไม่สามารถเผชิญปัญหาได้  
เป็นการหลีกเลี่ยงปัญหา ประกอบด้วย 7 ด้าน ได้แก่ การปฏิเสธ การไม่แสดงออกทางพฤติกรรม การ  
ไม่เกี่ยวข้องทางความคิด การเก็บความรู้สึกไว้คนเดียว การตำหนิตนเอง การเป็นกังวล และการใส่  
ใจในอารมณ์ที่เกิดขึ้น

### ปัจจัยที่มีผลต่อการเผชิญปัญหา

วิธีการเผชิญปัญหาของแต่ละบุคคลจะมีความแตกต่างกันออกไป และจะประสบความสำเร็จ  
สำเร็จในวิธีการเผชิญปัญหามากน้อยเพียงไร ขึ้นอยู่กับแหล่งสนับสนุนของบุคคลนั้น ซึ่งมีทั้งที่เป็น  
แหล่งภายในของบุคคล และแหล่งภายนอกบุคคล (Lazarus and Folkman, 1984) ได้แก่

1. ภาวะสุขภาพและพลังกำลังของบุคคล (Health and Energy) ภาวะสุขภาพและพลังกำลัง  
มีผลกระทบต่อวิธีการเผชิญปัญหาของบุคคล บุคคลที่มีสุขภาพดี มีพลังกำลังแข็งแรง ย่อมมีความ  
เข้มแข็งและทนต่อภาวะความเครียดได้มากกว่าบุคคลที่เจ็บป่วย หรือไม่มีพลังกำลัง

2. ความเชื่อทางบวก (Positive Belief) เป็นความเชื่อทางบวกที่ทำให้บุคคลมีความหวัง และ  
สามารถปรับตัวกับเหตุการณ์ที่เลวร้ายได้ เช่น ความเชื่อในความสามารถของตน หรือความเชื่อ  
อำนาจภายในตน กับความเชื่อในอำนาจภายนอก บุคคลที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนมักจะใช้กล  
วิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ส่วนบุคคลที่เชื่ออำนาจภายนอกตนเองมักจะใช้วิธี  
เผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์

3. ทักษะในการแก้ปัญหา (Problem – Solving Skills) เป็นความสามารถของบุคคลในการ  
แสวงหาความรู้ ข้อมูลต่าง ๆ รวมทั้งสามารถคิดวิเคราะห์สถานการณ์ต่าง ๆ เพื่อแยกแยะปัญหา ค้น  
หาการแก้ปัญหา ซึ่งจะเป็นทรัพยากรที่ช่วยให้บุคคลสามารถเผชิญปัญหาได้ดียิ่งขึ้น

3.1 ทักษะทางสังคม (Social Skills) เป็นการแสดงถึงความสามารถของบุคคลใน  
การที่จะสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น อันจะช่วยส่งเสริมให้บุคคลสามารถจัดการกับปัญหาต่าง ๆ ที่  
เกิดขึ้นได้ดี

3.2 การสนับสนุนทางสังคม (Social Support) เป็นการได้รับความช่วยเหลือจาก  
บุคคลอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง ซึ่งจะช่วยให้บุคคลมีแหล่งทรัพยากรที่จะจัดการกับปัญหาได้มากขึ้น

3.3 แหล่งทรัพยากรทางด้านวัตถุ (Material Resource) ได้แก่ ทรัพย์สินเงินทอง  
หรือสิ่งของต่าง ๆ สามารถใช้เป็นแหล่งทรัพยากรในการจัดการกับปัญหาได้วิธีหนึ่ง ซึ่งอาจช่วยให้  
บุคคลมีทางเลือกของวิธีแก้ปัญหาได้มากขึ้น

## งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

### 1. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวล

มีการศึกษาวิจัยที่พบว่าความวิตกกังวลมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมที่เหมาะสมหรือตัวแปรที่มีลักษณะทางบวก และมีความสัมพันธ์ทางบวกกับตัวแปรที่มีลักษณะทางลบ เช่น ผู้ที่มีความวิตกกังวลต่ำจะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง เห็นคุณค่าในตนเอง มีความเข้มแข็งในการมองโลก นักเรียนชายและหญิงมีความวิตกกังวลแตกต่างกันและผู้ที่ได้รับการศึกษาเชิงจิตวิทยามีระดับความวิตกกังวลลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

กาญจนา พงศ์พุกฤษ (2522) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างกันของพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก ความวิตกกังวล และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับปริญญาตรี ปีการศึกษา 2522 จากมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ จำนวน 239 คน เป็นชาย 104 คน และหญิง 135 คน พบว่า (1) พฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง (2) พฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกมีสหสัมพันธ์ทางลบกับความวิตกกังวล และ (3) ความวิตกกังวลมีสหสัมพันธ์ทางลบกับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

เพียรดี เปี่ยมมงคล (2525) ศึกษาภาพลักษณ์แห่งตน ความวิตกกังวลในการฝึกปฏิบัติงานบนหอผู้ป่วย และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาพยาบาล ชั้นปีที่ 2, 3 และ 4 โรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล พบว่า นักศึกษาที่มีภาพลักษณ์แห่งตนสูงมีแนวโน้มความวิตกกังวลในการฝึกปฏิบัติงานบนหอผู้ป่วยต่ำ และนักศึกษาพยาบาล ชั้นปีที่ 2, 3 และ 4 มีความวิตกกังวลในการฝึกปฏิบัติงานแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นอกจากนี้พบว่า นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 มีความวิตกกังวลมากที่สุด และนักศึกษาพยาบาลที่มีความวิตกกังวลสูง มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ส่วนนักศึกษาพยาบาลที่มีความวิตกกังวลต่ำ มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง

นิยดา พงศ์พานานาเวช (2535) ศึกษาความวิตกกังวลในการศึกษาต่อ และการเผชิญปัญหาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 444 คน เป็นนักเรียนหญิง 218 คน และนักเรียนชาย 226 คน พบว่า นักเรียนมีคะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวลในการศึกษาต่ออยู่ระดับปานกลาง นักเรียนหญิงกับนักเรียนชายมีความวิตกกังวลในการศึกษาต่อแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยนักเรียนหญิงมีคะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวลในการศึกษาต่อสูงกว่านักเรียนชาย

พัชรินทร์ นินทจันทร์ (2538) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเข้มแข็งในการมองโลกกับความวิตกกังวลประจำตัวของนักศึกษาพยาบาลโรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี กลุ่มตัวอย่างคือ นักศึกษาพยาบาลที่ศึกษาอยู่ในหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต โรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี คณะแพทยศาสตร์ โรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล ปีการศึกษา 2537 ภาคการศึกษาที่ 1 จำนวน 486 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย แบบวัดความเข้มแข็งในการมองโลก และแบบวัดความวิตกกังวลประจำตัว พบว่า ความเข้มแข็งในการมองโลกมีความสัมพันธ์ทางลบกับความวิตกกังวลประจำตัวของนักศึกษาพยาบาลโรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเมื่อแยกวิเคราะห์แต่ละชั้นปี พบว่า ในนักศึกษาทุกชั้นปีความเข้มแข็งในการมองโลกมีความสัมพันธ์ทางลบกับความวิตกกังวลประจำตัวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

รังรอง งามศิริ (2540) ศึกษาวิเคราะห์ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของตัวแปรที่มีผลต่อความวิตกกังวลในการสอบของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 กรุงเทพมหานคร จำนวน 594 คน แบ่งออกเป็น 2 กลุ่มโดยการสุ่ม กลุ่มตัวอย่างกลุ่มแรกใช้สำหรับการพัฒนารูปแบบ และกลุ่มที่ 2 ใช้สำหรับการทดสอบรูปแบบ เก็บรวบรวมข้อมูลตัวแปรสถิติบรรยายเกี่ยวกับลักษณะภูมิหลังของกลุ่มตัวอย่าง แล้วทำการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันรูปแบบตัววัดแฝง หลังจากนั้นนำเอาสัมประสิทธิ์คะแนนองค์ประกอบมาสร้างคะแนนองค์ประกอบ และตรวจสอบความสอดคล้องของรูปแบบกับข้อมูลเชิงประจักษ์โดยใช้โปรแกรมลิสเรล 8 ผลการวิจัยสรุปว่า รูปแบบตามสมมติฐานไม่สอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ต้องปรับรูปแบบตามสมมติฐานให้สอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ผลการตรวจสอบความสอดคล้องของรูปแบบที่ปรับใหม่ มีค่าไค-สแคว์เท่ากับ 48.25 (Degrees of freedom = 38 ระดับนัยสำคัญ = 0.12) ค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้มีค่าเท่ากับ 0.95 รูปแบบอธิบายความแปรปรวนของความวิตกกังวลในการสอบได้ร้อยละ 70 ตัวแปรที่มีอิทธิพลทางตรงต่อความวิตกกังวลในการสอบอย่างมีนัยสำคัญคือ ความคิดทางลบ และการรับรู้ความสามารถของตนเองด้านการเรียน ตัวแปรที่มีอิทธิพลทางอ้อมต่อความวิตกกังวลในการสอบอย่างมีนัยสำคัญคือ นิสัยการเรียน อึดมโนทัศน์การเรียน และการรับรู้ความคาดหวังของผู้ปกครอง และตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อความวิตกกังวลในการสอบอย่างมีนัยสำคัญคือ ความคิดทางลบ การรับรู้ความสามารถตนเองด้านการเรียน นิสัยการเรียน อึดมโนทัศน์การเรียน และการรับรู้ความคาดหวังของผู้ปกครอง ผลการทดสอบรูปแบบพบว่า รูปแบบปรับใหม่สอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์

สารภี ยงอิน (2541) ศึกษาความวิตกกังวลในการสอบของวัยรุ่นที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูตามการรับรู้ของตนเองในรูปแบบที่แตกต่างกัน กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ในโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ในเขตจังหวัดนครศรีธรรมราช จำนวน 120

คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย แบบสอบถามรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้น และแบบสอบถามความวิตกกังวล STAI Form Y พบว่า (1) วัยรุ่นที่รับรู้ว่าคุณได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบดูแลเอาใจใส่ มีคะแนนความวิตกกังวลในการสอบต่ำกว่าวัยรุ่นที่รับรู้ว่าคุณได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้อำนาจควบคุม แบบรักตามใจ และแบบปล่อยปละละเลย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (2) วัยรุ่นที่รับรู้ว่าคุณได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้อำนาจควบคุม แบบรักตามใจ และแบบปล่อยปละละเลย มีคะแนนความวิตกกังวลในการสอบไม่ต่างกัน

วินัย ปานโท (2542) พัฒนาและตรวจสอบโมเดลของตัวแปรที่เป็นสาเหตุของความวิตกกังวลในการทำวิทยานิพนธ์ของนิสิตบัณฑิตศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ตามทฤษฎีความเครียดของ Lazarus and Folkman ทฤษฎีความคาดหวังของ Lawler and Porter และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โมเดลรีสเรลที่พัฒนาขึ้นประกอบด้วยตัวแปรแฝง 8 ตัว คือ การสนับสนุนทางสังคม องค์กรประกอบด้านบุคคล องค์กรประกอบด้านเหตุการณ์ ความขัดแย้งในบทบาท การเห็นคุณค่าในตนเอง ความพึงพอใจ ความเครียด และความวิตกกังวลในการทำวิทยานิพนธ์ และตัวแปรสังเกตได้ 17 ตัว กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาคือ นิสิตบัณฑิตศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่เข้าศึกษาเมื่อปีการศึกษา 2538 - 2540 และกำลังศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต แผน ก (ทำวิทยานิพนธ์) ในภาคการศึกษาปลาย ปีการศึกษา 2541 จาก 10 ภาควิชา 1 สาขาวิชา จำนวน 258 คน ผลการวิจัยพบว่า โมเดลที่ดีที่สุดได้แก่ โมเดลที่รวมตัวแปรจากทั้ง 2 ทฤษฎีเข้าด้วยกัน โมเดลสามารถอธิบายความแปรปรวนของตัวแปรความวิตกกังวลในการทำวิทยานิพนธ์ ได้ร้อยละ 89.7 ผลการตรวจความตรงของโมเดล มีค่าไค-สแควร์เท่ากับ 114.082;  $p = .0887$  ที่องศาอิสระ 95  $GFI = .941$ ,  $\chi^2/df$  เท่ากับ 1.201 ตัวแปรที่ให้ค่าอิทธิพลรวมต่อความวิตกกังวลในการทำวิทยานิพนธ์สูงที่สุดอย่างมีนัยสำคัญ คือ ความเครียด รองลงมา คือ การเห็นคุณค่าในตนเอง ความขัดแย้งในบทบาท องค์กรประกอบด้านบุคคล องค์กรประกอบด้านเหตุการณ์ และความพึงพอใจ

Willmington (1987 อ้างถึงใน ลักษณะ มูลศรี, 2534) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะบทบาททางเพศกับระดับความเห็นอกเห็นใจ ความวิตกกังวล และความสามารถในการพยาบาลของนักศึกษาพยาบาลโดยกลุ่มตัวอย่างเป็นพยาบาลหญิงจำนวน 154 คน ใช้แบบสำรวจ BSRI ของ BEM 1974 เพื่อจำแนกบทบาททางเพศออกเป็น 3 ลักษณะ คือ หญิงที่มีลักษณะความเป็นหญิงสูง ลักษณะเดียว หญิงที่มีลักษณะความเป็นชายสูงลักษณะเดียว หญิงที่มีลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิงสูงทั้งคู่ ส่วนตัวแปรอื่น ๆ ใช้แบบสอบของ The Empathy Ratio Score (Hobart and Fahlberg, 1965) The State – Trait Anxiety Inventory – Y (STAI ของ Spielberger, 1966b) The Clinical Competency Inventory ของ Nelson (1978) พบว่า เมื่อทดสอบกับตัวแปรเรื่อง



ความเห็นอกเห็นใจแล้ว กลุ่มหญิงที่มีลักษณะความเป็นหญิงสูงลักษณะเดียวจะมีความเห็นอกเห็นใจมากกว่ากลุ่มหญิงที่มีลักษณะความเป็นชายสูงลักษณะเดียว ส่วนเรื่องความวิตกกังวล พบว่า กลุ่มหญิงที่มีลักษณะความเป็นหญิงและลักษณะความเป็นชายสูงทั้งคู่ มีความวิตกกังวลต่ำกว่ากลุ่มหญิงที่มีลักษณะความเป็นหญิงสูงลักษณะเดียว และเมื่อเปรียบเทียบกับตัวแปรในเรื่องความสามารถในการพยาบาล พบว่า กลุ่มหญิงที่มีลักษณะความเป็นหญิงและลักษณะความเป็นชายสูงทั้งคู่ จะมีความสามารถในการพยาบาลได้สูงกว่านักศึกษาหญิงที่มีลักษณะความเป็นหญิงสูงลักษณะเดียว

Ralph (1994 อ้างถึงใน จินดา บุญสาระนัย, 2539) ศึกษาการเอาใจใส่ตนเอง (Self - Focus Attention) และการปฏิบัติงานของวัยรุ่น จำนวน 43 คน โดยแบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มตัวอย่างที่มีความเอาใจใส่ตนเอง และไม่เอาใจใส่ตนเอง จำนวน 22 คน และ 21 คนตามลำดับ หลังจากนั้นได้จัดให้กลุ่มตัวอย่างทำแบบสอบถาม Multiple Affect Adjective Checklist (MAACL) และ The State - Trait Anxiety กลุ่มตัวอย่างแต่ละกลุ่มจะแบ่งการปฏิบัติงานออกเป็น 2 ลักษณะกล่าวคือ กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด ทดลองฝึกประสบการณ์ปฏิบัติงาน ทั้งประสบผลสำเร็จและล้มเหลว โดยครึ่งหนึ่งของกลุ่มตัวอย่างมีประสบการณ์ปฏิบัติงานประสบผลสำเร็จครั้งแรกและตามมาด้วยประสบความสำเร็จ ส่วนกลุ่มตัวอย่างที่เหลือปฏิบัติงานประสบความล้มเหลวและประสบความสำเร็จภายหลังก่อให้เกิดผลด้านการเอาใจใส่ของวัยรุ่นเพิ่มสูงขึ้น ในทางตรงข้ามเงื่อนไขการปฏิบัติงานที่ประสบผลสำเร็จก่อน และประสบความล้มเหลวภายหลังก่อให้เกิดผลการเอาใจใส่ตนเองของวัยรุ่นลดลง จากการปฏิบัติงานของวัยรุ่น ประสบผลล้มเหลว ความวิตกกังวลเชิงสภาพเพิ่มขึ้น และค่านิยมลดลง ด้านอื่น ๆ ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

Lee and Robbins (1995) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความสัมพันธ์ทางสังคม ความวิตกกังวล การเห็นคุณค่าในตนเอง และเอกลักษณ์ทางสังคม กลุ่มตัวอย่างคือ นักศึกษาหญิงระดับปริญญาตรีจำนวน 185 คน ผลการวิจัยพบว่า 1. นักศึกษาหญิงมีความสัมพันธ์ทางสังคม และเอกลักษณ์ทางสังคมสูง 2. ความสัมพันธ์ทางสังคมสัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเองแต่ไม่มีผลกับความวิตกกังวลประจำตัว

Gershuny และ Sher (1998) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพและความวิตกกังวลซึ่งเป็นการศึกษาระยะยาวโดยใช้ระยะเวลา 3 ปี กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรี จำนวน 466 คน ที่เข้ารับการศึกษาดังแต่ปีการศึกษา 1988 ผลการวิจัยพบว่า บุคคลที่ได้รับประเมินเมื่ออยู่ในชั้นปีที่ 1 มีระดับความวิตกกังวลสูงสัมพันธ์กับระดับความโศกเศร้าสูง ระดับความวิตกกังวลสูงสัมพันธ์กับระดับอาการทางประสาทสูง และระดับความวิตกกังวลสูงสัมพันธ์กับระดับอาการความผิดปกติทางจิตที่สูง แต่ไม่สัมพันธ์กับระดับบุคลิกภาพการกล้าแสดงออก ในขณะที่เมื่อบุคคล



ได้รับการประเมินในชั้นปีที่ 4 พบว่าระดับความวิตกกังวลที่สูงสัมพันธ์กับระดับความโศกเศร้าที่สูง ระดับความวิตกกังวลสัมพันธ์กับระดับอาการทางประสาท แต่ไม่พบความสัมพันธ์ระหว่างระดับความวิตกกังวลกับระดับบุคลิกภาพการกล้าแสดงออก และระดับอาการความผิดปกติทางจิต

Maccoy (1998) ศึกษาถึงอิทธิพลของสังคมที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวล และการเห็นคุณค่าในตนเองภายใต้สภาวะของความเครียด ผลการวิจัยพบว่า เมื่อมีความเครียดเกิดขึ้นจะพบว่าความวิตกกังวลจะเกิดขึ้นด้วย และการเห็นคุณค่าในตนเองจะลดลง การที่บุคคลได้พบพบเหตุการณ์ที่เครียดซ้ำ ๆ กัน จะส่งผลให้มีปฏิสัมพันธ์ทางลบต่อสังคม และพัฒนาขึ้นเป็นบุคลิกได้ โดยจะเกี่ยวข้องกับความพึงพอใจ และความคิด อารมณ์ ด้วยเหตุนี้ในบุคคลที่มีความวิตกกังวลสูงจะมีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ และไม่มี ความมั่นคงทางอารมณ์ ในส่วนของความเครียด ตัวแปรที่มีผลในทางลบได้แก่ การสนับสนุนทางสังคม และความสัมพันธ์ทางสังคม ผลสรุปยืนยันว่าคนที่มีความสัมพันธ์ทางสังคมสูงจะมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง และมีระดับความวิตกกังวลทั้งความวิตกกังวลประจำตัว และความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ต่ำกว่าผู้ที่มีความสัมพันธ์ทางสังคมต่ำ

Byrne (2000) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวล ความกลัว การเห็นคุณค่าในตนเอง และกลวิธีการเผชิญปัญหาในวัยรุ่น กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาที่มีอายุ 7, 9 และ 12 ปี ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนหญิงมีระดับของการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ นักเรียนชายมีความวิตกกังวล และความกลัวลดลงเมื่ออายุ 12 ปี และนักเรียนชายและหญิงที่มีอายุ 12 ปีใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแตกต่างกัน

งานวิจัยที่เกี่ยวกับการลดความวิตกกังวลได้แก่ นัยนา เหล่าสุวรรณ (2525) ศึกษาผลของการลดความรู้สึกร่างกายเป็นระบบที่มีต่อความวิตกกังวลในการสอบ กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลชัยนาทที่ได้คะแนนจากแบบสำรวจความวิตกกังวลในการสอบที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง ไม่ต่ำกว่า ค่ามัธยฐานเลขคณิต  $+ (.5 \text{ SD})$  โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 10 คน กลุ่มทดลองได้รับการฝึกลดความรู้สึกร่างกายเป็นระบบ ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกลดความรู้สึกร่างกายเป็นระบบจะได้คะแนนจากแบบสำรวจความวิตกกังวลในการสอบลดลงมากกว่านักเรียนที่ไม่ได้ฝึกลดความรู้สึกร่างกายเป็นระบบ

นิมิตศุรา แว (2532) ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเป็นกลุ่มแบบโฮลิสติกต่อการลดความวิตกกังวลของนักศึกษาพยาบาลและผดุงครรภ์ กลุ่มตัวอย่างคือนักศึกษาพยาบาลและผดุงครรภ์ จำนวน 16 คน ที่มีคะแนนจากแบบวัด STAI  $\pm 1 \text{ SD}$  ของคะแนนเฉลี่ยของกลุ่มเข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเป็นกลุ่มแบบโฮลิสติก เป็นเวลาต่อเนื่อง 3 วัน 2 คืน รวมเวลาที่ใช้ในการเข้ากลุ่ม

30 ชั่วโมง พบว่า กลุ่มทดลองสามารถลดความวิตกกังวลได้มากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

นิภา เลิศลือชาชัย (2533) ศึกษาผลของการบำบัดแบบพิจารณาเหตุผล และอารมณ์ที่มีต่อความวิตกกังวลในการสอบของนักศึกษาเลขานุการปีที่ 4 มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย จำนวน 20 คน แบ่งเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมอย่างละ 10 คน ซึ่งมีคะแนนจากแบบวัดความวิตกกังวล STAI สูงกว่า 40 คะแนนขึ้นไป กลุ่มทดลองได้รับการฝึกกระบวนการบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์เป็นเวลา 5 สัปดาห์ ๆ ละ 2 ครั้ง พบว่า ในระยะหลังการทดลองและในระยะติดตามผลระดับความวิตกกังวลในการสอบของกลุ่มการทดลองต่ำกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และในระยะทดลองและระยะติดตามผลระดับความวิตกกังวลในการสอบของกลุ่มทดลองต่ำกว่า ในระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

มาลาตี รุ่งเรืองศิริพันธ์ (2542) ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยารายบุคคลตามแนวโรเจอร์สที่มีต่อความวิตกกังวลของเด็กหญิงที่ถูกล่วงเกินทางเพศ กลุ่มตัวอย่างคือ เด็กหญิงที่ถูกล่วงเกินทางเพศ ในความดูแลของมูลนิธิศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็ก ที่มีอายุระหว่าง 12-16 ปี เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบวัดความวิตกกังวล STAI (Form Y) พบว่า (1) ความวิตกกังวลของเด็กหญิงที่ถูกล่วงเกินทางเพศที่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบรายบุคคลตามแนวโรเจอร์สมีระดับลดลงกว่า ก่อนได้รับการปรึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (2) ความวิตกกังวลของเด็กหญิงที่ถูกล่วงเกินทางเพศ ในกลุ่มที่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบรายบุคคลตามแนวของโรเจอร์ส มีระดับต่ำกว่าความวิตกกังวลของเด็กหญิงที่ถูกล่วงเกินทางเพศ ที่ไม่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบรายบุคคลตามแนวของโรเจอร์ส อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

## 2. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสนับสนุนทางสังคม

มีผลการวิจัยที่พบว่า การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียด และมีผลต่อความวิตกกังวลของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 และปีที่ 4 นักศึกษาหญิงได้รับการสนับสนุนสังคมจากกลุ่มวิชาทางการเรียน และสภาพแวดล้อมทางครอบครัวน้อยกว่านักศึกษาชาย

นิตินันท์ พันทวี (2538) ศึกษาระดับความเครียดในบทบาทของนักศึกษาพยาบาลชายในวิทยาลัยพยาบาลกระทรวงสาธารณสุข และหาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม ลักษณะบทบาททางเพศ และการสนับสนุนทางสังคมกับความเครียดในบทบาทของนักศึกษาพยาบาล การศึกษาได้ศึกษาจากประชากรนักศึกษาพยาบาลชาย จำนวน 261 คน เครื่องมือ

ที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบวัดลักษณะบทบาททางเพศ แบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคม และความเครียดในบทบาทของนักศึกษาพยาบาลชาย ผลการวิจัยพบว่า (1) ค่าเฉลี่ยของความเครียดในบทบาทของนักศึกษาพยาบาลชายรวมทุกด้าน และด้านความขัดแย้งในบทบาท ความคลุมเครือในบทบาท ความคาดหวังในบทบาทมากเกินไป และความไม่เหมาะสมในบทบาทอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนด้านความดีใจความสามารถในบทบาทอยู่ในระดับต่ำ (2) การศึกษาวิชาการพยาบาลด้วยเหตุผลที่ว่ามีใจชอบในวิชาชีพการพยาบาล จำนวนนักศึกษาพยาบาลในชั้นเรียน ลักษณะบทบาททางเพศแบบมีทั้งลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิง และการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดในบทบาทของนักศึกษาพยาบาลชาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 การศึกษาวิชาการพยาบาลด้วยเหตุผลที่ว่าบิดามารดา ผู้ปกครอง หรือบุคคลอื่นเห็นสมควรให้เรียน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเครียดในบทบาทของนักศึกษาพยาบาลชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนหลักสูตร สถานภาพทางการเงิน การศึกษาวิชาการพยาบาลด้วยเหตุผลอื่น ๆ เพศของอาจารย์ที่ปรึกษา และตำแหน่งที่ตั้งของหอพัก ไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียดในบทบาทของนักศึกษาพยาบาลชาย (3) ตัวแปรที่สามารถร่วมกันพยากรณ์ความเครียดในบทบาทของนักศึกษาพยาบาลชายได้ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ตามลำดับคือ การศึกษาวิชาการพยาบาลด้วยเหตุผลที่ว่ามีใจชอบในวิชาชีพการพยาบาล จำนวนนักศึกษาพยาบาลชายในชั้นเรียน ลักษณะบทบาททางเพศแบบมีทั้งลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิง การสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสาร และการศึกษาวิชาการพยาบาลด้วยเหตุผลที่ว่า บิดามารดา ผู้ปกครอง หรือบุคคลอื่นเห็นสมควรให้เรียน ซึ่งร่วมกันพยากรณ์ความเครียดในบทบาทของนักศึกษาพยาบาลชายได้ร้อยละ 16.31

พูนพร ศรีสะอาด (2534) ศึกษาเปรียบเทียบการสนับสนุนทางสังคม ที่มีผลต่อความวิตกกังวลของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 และชั้นปีที่ 4 ของวิทยาลัยพยาบาลสรรพสิทธิประสงค์ อุบลราชธานี เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลได้แก่ ข้อมูลทั่วไปและภูมิหลังของประชากรที่ศึกษา แบบวัดความวิตกกังวล และแบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคมจากกลุ่มปฐมภูมิและกลุ่มทุติภูมิ ผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความวิตกกังวลของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 และชั้นปีที่ 4 ได้แก่ ปัจจัยด้านการเรียน ปัจจัยด้านความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเอง ปัจจัยด้านสังคม และปัจจัยด้านครอบครัว ส่วนการสนับสนุนทางสังคมมีผลต่อความวิตกกังวลของนักเรียนพยาบาลชั้นปีที่ 1 และชั้นปีที่ 4 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

Mallinckrodt and Leong (1992) ศึกษาการสนับสนุนทางสังคมในโปรแกรมการเรียน และสภาพแวดล้อมของครอบครัว จำแนกความแตกต่างทางเพศ และความขัดแย้งในบทบาทของนักศึกษา กลุ่มตัวอย่างคือ นักศึกษาจำนวน 440 คน ผลการวิจัยพบว่า เพศหญิงมีความเครียด และกลุ่ม

อาการของความเครียดมากกว่าเพศชาย และเพศหญิงได้รับการสนับสนุนจากกลุ่มวิชาทางการเรียน และสภาพแวดล้อมของครอบครัวน้อยกว่าเพศชาย

Van Beest and Baerveldt (1999) ศึกษาการสนับสนุนทางสังคมจากพ่อแม่ และเพื่อนของวัยรุ่น กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาอายุ 14-16 ปี จำนวน 1,528 คน ผลการวิจัยพบว่าวัยรุ่นได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากพ่อแม่น้อย และการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนไม่สามารถชดเชยการขาดการสนับสนุนจากพ่อแม่ได้

Block (2002) ศึกษาการรับรู้การได้รับการสนับสนุนทางสังคมของนักศึกษาวิทยาลัยจากย่า(ยาย) และแม่เลี้ยง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้คือ นักศึกษาวิทยาลัยที่มีอายุระหว่าง 18 – 24 ปี และอาศัยอยู่กับย่า(ยาย) หรือแม่เลี้ยง จำนวน 106 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลคือ The Inventory of Socially Supportive Behavior (ISSB) ผลการวิจัยพบว่า (1) ย่า(ยาย)ให้คำแนะนำหลานที่เป็นนักศึกษาโดยการให้ข้อมูลข่าวสาร และการให้ข้อมูลป้อนกลับในหลากหลายรูปแบบ (2) นักศึกษาวิทยาลัยในการศึกษานี้แสดงการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับย่า(ยาย)แบบธรรมดา (3) เมื่อนักศึกษาวิทยาลัยต้องการการสนับสนุนทางสังคม พวกเขามีแนวโน้มที่จะได้รับการสนับสนุนทางด้านอารมณ์ ปฏิสัมพันธ์ทางด้านสังคม และการได้รับคำแนะนำจากย่า(ยาย) และแม่เลี้ยงมากกว่าการสนับสนุนแบบการได้รับการสัมผัส

Liu (2002) ศึกษาผลของการได้รับการสนับสนุนทางสังคมที่มีความสัมพันธ์กับทัศนคติที่ผิดปกติและความซึมเศร้าในวัยรุ่นได้หวั่น กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนเกรด 7 จำนวน 458 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลคือ The Dysfunctional Attitude Scale, Perceived Social Support from Family and Friends, Stressful Life Events และ Children's Depression Inventory พบว่า การได้รับการสนับสนุนจากเพื่อนเพิ่มขึ้นมีความสัมพันธ์ทางบวกกับทัศนคติที่ผิดปกติและความซึมเศร้าที่ลดลง

### 3. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกลวิธีการเผชิญปัญหา

มีผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาโดยทั่วไปใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพโดยใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาในระดับสูง ใช้การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมในระดับค่อนข้างสูง ใช้การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงค่อนข้างน้อย นักศึกษาที่มีความเครียดต่ำมีแนวโน้มจะเผชิญปัญหาโดยคิดพิจารณาไตร่ตรองและแสวงหาข้อมูลเพิ่มเติม นักศึกษาหญิงใช้การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่านักศึกษาชาย และ

พบว่าสามารถจัดโปรแกรมการช่วยเหลือเพื่อพัฒนา แก้ไข ปรับปรุงให้บุคคลพัฒนารูปแบบการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพได้ ยังพบว่าความหวังมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา แบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม และไม่มีความสัมพันธ์การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง และนิสิตนักศึกษาที่มองโลกในแง่ดีใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามากกว่านิสิตนักศึกษาที่มองโลกในแง่ร้าย

สิริกุล จุลคีรี (2533) ศึกษารูปแบบพฤติกรรมการเผชิญปัญหาของนักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 4 และศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการเผชิญปัญหากับตัวแปร เพศ ลักษณะการสำเร็จการศึกษาชั้นมัธยมศึกษา ลักษณะการเข้ามาเรียนในคณะแพทย์ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาคณะแพทยศาสตร์ชั้นปีที่ 4 จำนวน 140 คน เป็นนักศึกษาชาย 95 คน และนักศึกษาหญิง 45 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วยแบบสอบถามข้อมูลส่วนตัวของนักศึกษา ปัญหาของนักศึกษา และแบบวัดพฤติกรรมการเผชิญปัญหา (The Ways of Coping Checklist) ผลการวิจัยพบว่า ความแตกต่างทางเพศ ลักษณะการสำเร็จการศึกษาชั้นมัธยมศึกษา ลักษณะการเข้ามาเรียนในคณะแพทยศาสตร์ ระดับความเครียด ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเผชิญปัญหา แต่เมื่อพิจารณาในพฤติกรรมการเผชิญปัญหาแต่ละพฤติกรรม พบว่า ความแตกต่างทางเพศสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบการเล่นกีฬา โดยเพศชายมีแนวโน้มจะใช้พฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบการเล่นกีฬาสูงกว่าเพศหญิง นอกจากนี้พบว่า ระดับความเครียดมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบคิดพิจารณาไตร่ตรอง และวิธีการแสวงหาข้อมูลเพิ่มเติม โดยนักศึกษาที่มีความเครียดต่ำ มีแนวโน้มจะใช้พฤติกรรมการแก้ปัญหาทั้ง 2 รูปแบบดังกล่าวสูงกว่านักศึกษาที่มีความเครียดในระดับสูง

กรกวรรณ สุพรรณวรรษ (2544) ศึกษา 1.รูปแบบการอธิบายการมองโลกในแง่ดี และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษา 2. ศึกษาความแตกต่างระหว่างเพศ ระดับสัมฤทธิ์ผลทางการเรียน ระบบการเรียนของสถานศึกษา : ระบบเปิด – ระบบปิด และสาขาวิชาที่เรียนที่สัมพันธ์กับรูปแบบการอธิบายการมองโลกในแง่ดีและกลวิธีการเผชิญปัญหา กลุ่มตัวอย่าง คือ นิสิตนักศึกษาจากจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และมหาวิทยาลัยรามคำแหง เก็บรวบรวมข้อมูลโดยแบบสอบถามรูปแบบการอธิบายสาเหตุ และแบบวัดการเผชิญปัญหา วิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐาน วิเคราะห์ความแปรปรวนแบบ 3 ทาง และวิเคราะห์เปรียบเทียบพหุคูณด้วยวิธีของ Dunnett's T3 ผลการวิจัยพบว่า นิสิตนักศึกษาใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมาก และใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงน้อย ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางพบผลหลักของรูปแบบการมองโลกในแง่ดี สาขาวิชาที่เรียน ระบบการเรียนของสถานศึกษามีนัยสำคัญ และปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรบางตัวแปรมีนัยสำคัญ ดังนี้ 1. นิสิตนักศึกษาที่มองโลกในแง่ดีใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามากกว่า และใช้การเผชิญปัญหา



แบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมและแบบหลีกเลี่ยงน้อยกว่านิสิตนักศึกษาที่มองโลกในแง่ร้าย

2. นิสิตนักศึกษาที่มีระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกัน ใช้การเผชิญปัญหาทั้ง 3 แบบ ไม่แตกต่างกัน

3. นิสิตนักศึกษาคหุญงใช้การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่านิสิตนักศึกษาชาย และนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยปิดใช้การเผชิญปัญหาดังกล่าวมากกว่านิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยเปิด ส่วนการเผชิญปัญหาอีก 2 แบบ กลุ่มดังกล่าวใช้ไม่แตกต่างกัน

4. นิสิตนักศึกษาสาขาวิชามนุษยศาสตร์ใช้การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงมากกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ แต่ไม่แตกต่างจากนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์

5. นิสิตนักศึกษาที่มองโลกในแง่ร้ายสาขาวิชามนุษยศาสตร์ใช้การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงมากกว่านิสิตนักศึกษาที่มองโลกในแง่ดีสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ และนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยปิดพบว่า กลุ่มที่มองโลกในแง่ร้ายใช้วิธีการดังกล่าวมากกว่ากลุ่มที่มองโลกในแง่ดี และกลุ่มที่อยู่ในสาขาวิชามนุษยศาสตร์ ใช้วิธีการดังกล่าวมากกว่ากลุ่มที่อยู่ในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์

สมบุญ จารุเกษมทวี (2544) การวิจัยครั้งนี้แบ่งออกเป็น 2 ส่วน การวิจัยส่วนที่ 1 เพื่อศึกษาความวิตกกังวล และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแตกต่างกัน กลุ่มตัวอย่างประกอบด้วยเพศชาย 183 คน หญิง 187 คน รวมทั้งสิ้น 370 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ได้แก่ แบบวัดความผูกพันที่ผู้วิจัยพัฒนามาจากแบบวัดของ Fraley, Waller และ Brennan แบบวัดความวิตกกังวลของ Spielberger และแบบวัดกลวิธีการเผชิญปัญหาของ Jalowiec ผลการวิจัยพบว่า (1) นักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแบบกังวลมีความวิตกกังวลสูงกว่านักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง และทะนงตน แต่ไม่พบความแตกต่างระหว่างนักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแบบกังวลและหวาดกลัว (2) นักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงมีกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบเผชิญปัญหาสูงกว่านักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแบบกังวล และทะนงตน (3) นักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแบบกังวลมีกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบเผชิญปัญหาแบบมุ่งลดอารมณ์ตั้งเครียดสูงกว่านักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง และทะนงตน (4) นักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันต่างกันไม่มีกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาทางอ้อมไม่แตกต่างกัน การวิจัยส่วนที่ 2 เพื่อศึกษาผลของกลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนวของซูทส์ต่อคะแนนรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเอง และผู้อื่นด้านลบ กลุ่มตัวอย่างจำนวน 26 คน จากผลการวิจัยส่วนที่ 1 แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 13 คน กลุ่มควบคุม 13 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ แบบวัดความผูกพัน ผลการวิจัยพบว่า (1) หลังการทดลองนักศึกษาที่ได้เข้ากลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนวของซูทส์ มีคะแนนรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเอง และผู้อื่นด้านลบน้อยกว่านักศึกษาที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนวของซูทส์ (2) หลังการทดลองนักศึกษาที่ได้เข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนวของซูทส์ มีคะแนนรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเอง และผู้อื่นด้านลบน้อยกว่าก่อนการเข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนวของซูทส์



เปรมพร มั่นเสมอ (2545) ศึกษาการปรับตัวในมหาวิทยาลัย และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 และเปรียบเทียบการปรับตัวในมหาวิทยาลัย และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่มีภูมิหลังแตกต่างกันในด้านเพศ สาขาวิชา ประเภทของสถานศึกษา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ผลการวิจัยพบว่า 1. นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ปรับตัวได้ดีในด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย 2. นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 โดยทั่วไปใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพโดยใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามาก ใช้การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมค่อนข้างมาก และใช้การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงค่อนข้างน้อย 3. นิสิตนักศึกษหญิงปรับตัวด้านสังคมได้ดีกว่า และใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่าชาย 4. นิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยเอกชนปรับตัวด้านการเรียนได้ดีกว่า แต่ปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ได้น้อยกว่านิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐ 5. นิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยเอกชนใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงมากกว่านิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐ 6. นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงและปานกลางปรับตัวโดยรวมและปรับตัวด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมายได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ 7. นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ 8. นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่า นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ

รัชนิษฐ์ แก้วคำศรี (2545) ศึกษารูปแบบความผูกพัน ระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง และกลวิธีการเผชิญปัญหา กลุ่มตัวอย่างคือ นักศึกษาจำนวน 409 คน ผลการวิจัยพบว่า 1. นักศึกษาโดยทั่วไปมีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงมีการเห็นคุณค่าในตนเองระดับปานกลาง และใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาในระดับสูง ใช้การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมค่อนข้างสูง และใช้การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงค่อนข้างต่ำ 2. นักศึกษาหญิงเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่า และใช้การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่านักศึกษาชาย 3. นักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงและแบบกังวลใช้การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่านักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแบบทะนงตน 4. นักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงใช้การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงต่ำกว่านักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแบบกังวล และหวาดกลัว 5. นักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแบบทะนงตนใช้การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงต่ำกว่านักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแบบกังวล 6. นักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่านักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัว และแบบกังวล 7. นักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัวมีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ และต่ำที่สุด เมื่อเปรียบเทียบกับนักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง แบบทะนงตน และแบบกังวล

วารสารณ์ รัตนาวิศิษฏ์กุล (2545) ศึกษาเปรียบเทียบความหวัง และกลวิธีการเผชิญปัญหา ของนักศึกษาที่มีภูมิหลังแตกต่างกันในด้านเพศ ชั้นปี สาขาวิชา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และ ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความหวัง และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษา กลุ่มตัวอย่างเป็นนัก ศึกษาระดับปริญญาตรี 509 คน ผลการวิจัยพบว่า 1. นักศึกษาโดยทั่วไปมีความหวังในระดับปาน กลางค่อนข้างสูง และนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระดับสูงและปานกลาง มีระดับความหวัง สูงกว่านักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ 2. นักศึกษาใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิ ภาพโดยใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมใน ระดับสูง และใช้วิธีที่ไม่มีประสิทธิภาพคือแบบหลีกเลี่ยงในระดับปานกลาง 3. นักศึกษาหญิงใช้กล วิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม และแบบหลีกเลี่ยงมากกว่านักศึกษาชาย แต่ใช้แบบมุ่งจัดการกับปัญหาไม่แตกต่างกัน 4. นักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระดับสูง และ ปานกลางใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามากกว่านักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการ เรียนต่ำ และนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระดับสูงใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหา การสนับสนุนทางสังคมมากกว่านักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ 5. ความหวังมีความ สัมพันธ์ทางบวกกับกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และแบบแสวงหาการสนับสนุน ทางสังคม แต่ไม่มีความสัมพันธ์กับกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง

Roos (1991) ศึกษาการประเมินความเครียดและการเผชิญความเครียดในชีวิตประจำวันของ นักศึกษาระดับวิทยาลัย เพื่อตรวจสอบองค์ประกอบของการประเมินความเครียดในการประเมินขั้น ดัน และการประเมินขั้นที่ 2 และกลวิธีการเผชิญความเครียดว่าสัมพันธ์กับลักษณะบุคลิกภาพแบบ เปิดเผย แบบมีความมั่นคงทางอารมณ์ แบบลงมือกระทำ และแบบการแสดงออกหรือไม่ และเพื่อ ศึกษาว่าความสัมพันธ์ขององค์ประกอบเหล่านี้มีผลทางบวก หรือลบ เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา คือ เครื่องมือวัดการประเมินเหตุการณ์ (Measure of Appraisal) เครื่องมือวัดการเผชิญความเครียด (Coping) เครื่องมือวัดผลที่เกิดขึ้น (State Effect) และเครื่องมือวัดลักษณะนิสัยและบุคลิกภาพ (Measure of Trait Affect and Personality) ผลการวิจัยพบว่า การประเมินความเครียดทั้งขั้นต้นและ ขั้นที่สองมีความสัมพันธ์กับการใช้กลวิธีการเผชิญปัญหา แบบการเผชิญหน้า การยอมรับ ความรับ ผิดชอบ การควบคุมตนเอง และแบบหลีกเลี่ยงปัญหา บุคลิกภาพแบบเปิดเผยตนเองสัมพันธ์กับกลวิธี การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นในทางบวก การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม และการหลีกเลี่ยง ปัญหา นอกจากนี้พบว่า การประเมินความเครียด การเลือกใช้กลวิธีการเผชิญปัญหา มีความสัมพันธ์ กับผลที่เกิดขึ้น ซึ่งแสดงให้เห็นว่าการพยายามเผชิญปัญหาเป็นสิ่งสำคัญเบื้องต้นที่จะส่งผลทางบวก มากกว่าเกิดผลในทางลบ

Berzonsky (1992) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะเอกลักษณ์ (Identity Styles) และกลวิธีการเผชิญความเครียดที่มาจากความเอกลักษณ์ของบุคคล โดยมีลักษณะเอกลักษณ์ 3 แบบ คือ แบบหาข้อมูล (Information style) แบบบรรทัด (Normative style) และแบบหลีกเลี่ยง (Diffuse/Avoidant style) ศึกษาในนักศึกษาวัยรุ่นตอนปลาย 171 คน โดยทำแบบสอบถามวัดลักษณะเอกลักษณ์และแบบสอบถามการเผชิญปัญหา และแบบสอบถามความวิตกกังวล ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่มีลักษณะเอกลักษณ์แบบหลีกเลี่ยงและแบบบรรทัด มักจะใช้วิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง (คิดถึงความต้องการ คิดถึงอนาคต พยายามลดความกดดัน) แต่นักศึกษาที่มีลักษณะเอกลักษณ์แบบหาข้อมูล จะมีความสัมพันธ์กับวิธีการเผชิญปัญหาแบบมีความมั่นคงและเผชิญปัญหาแบบการแก้ไขปัญหา

Whatley, Foreman และ Richard (1998) ได้ตรวจสอบกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการปัญหา และมุ่งจัดการทางอารมณ์ ที่สัมพันธ์กับความวิตกกังวล ความโกรธ การแสวงหาแหล่งสนับสนุนทางสังคม ความซึมเศร้า โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยหญิง ผลการวิจัยพบว่า การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามีความสัมพันธ์ในทิศทางลบกับระดับความซึมเศร้า ความวิตกกังวล กลวิธีในการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการทางอารมณ์มีสัมพันธ์ในทิศทางบวกกับระดับความโกรธ ความวิตกกังวล นอกจากนี้ยังพบว่า กลวิธีในการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการทางอารมณ์ยังมีความสัมพันธ์ในทางลบกับการหาแหล่งสนับสนุนทางสังคม

Aranda, Castaneda, Lee และ Sobel (2001) ศึกษาความเครียด การเผชิญปัญหา และการสนับสนุนทางสังคม กลุ่มตัวอย่างคือ ชาวอเมริกันเชื้อชาติเม็กซิกันเพศชายและหญิงจำนวน 171 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลคือ Beck Depression Inventory (BDI), Hispanic Stress Inventory (HSI), Coping Response Inventory – Adult Form (CRIA) และ Dimension of Social Support Scale (DSSS) ผลการวิจัยพบว่า ชายและหญิงมีลักษณะของกลุ่มภาวะซึมเศร้าไม่แตกต่างกัน เพศหญิงมีระดับความเครียดสูงจากสัมพันธ์ภาพในการแต่งงาน ในขณะที่เพศชายมีระดับความเครียดสูงจากการทำงานและสภาพทางเศรษฐกิจ ชายและหญิงที่มีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงมีแนวโน้มที่จะมีภาวะซึมเศร้าสูง

Piko (2001) ศึกษาความแตกต่างทางเพศ และความเหมือนกันในการใช้วิธีการเผชิญปัญหาในวัยรุ่น กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาอายุ 14-19 ปี จำนวน 1,039 คน ผลการวิจัยพบว่า 1. เพศหญิงใช้วิธีการเผชิญปัญหาแบบไม่จัดการกับปัญหา และแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมาก 2. ทั้งเพศชาย และหญิงการใช้วิธีการเผชิญปัญหาแบบไม่จัดการกับปัญหา และแบบหลีกเลี่ยงปัญหาแสดงบทบาททางลบ และการใช้วิธีการเผชิญปัญหาแบบการวิเคราะห์ปัญหา และแบบ

## แสวงหาการสนับสนุนทางสังคมแสดงถึงบทบาททางบวก

งานวิจัยที่เกี่ยวกับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อพัฒนาการใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพได้แก่ ภัทรสุดา ฮามคำไพ (2538) ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวความคิดพิจารณาความเป็นจริงต่อกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษาพยาบาล กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 จำนวน 16 คน โดยแบ่งกลุ่มทดลอง 8 คนและกลุ่มควบคุม 8 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบวัดการเผชิญปัญหา (The Coping Inventory) ซึ่งพัฒนามาจากแบบวัดการเผชิญปัญหาของคาร์เวอร์ ไชเยอร์ และไวน์ทรอบ วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนการเผชิญปัญหาด้วยวิธีการทดสอบค่าที (t - test) ผลการวิจัยพบว่า (1) หลังการทดลองนักศึกษาพยาบาลที่เข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มมีคะแนนการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นการแก้ปัญหา และแบบมุ่งเน้นทางด้านอารมณ์ที่สนับสนุนการแก้ปัญหาสูงกว่าก่อนเข้ากลุ่ม และสูงกว่านักศึกษาที่ไม่ได้เข้ากลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 (2) หลังการทดลองนักศึกษาพยาบาลที่เข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มมีคะแนนการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นทางด้านอารมณ์ที่ไม่สนับสนุนการแก้ปัญหา และแบบหลีกเลี่ยงปัญหาต่ำกว่าก่อนเข้ากลุ่ม และต่ำกว่านักศึกษาที่ไม่ได้เข้ากลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

วิณา มิ่งเมือง (2540) ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวความคิดพิจารณาความเป็นจริงต่อกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำโรงเรียนสตรีวัดอัมพรสวรรค์ จำนวน 16 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 8 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบวัดการเผชิญปัญหาของวัยรุ่น ซึ่งพัฒนามาจากแบบวัดการเผชิญปัญหาของวัยรุ่น (The Adolescent Coping Scale) ของ ฟรายด์เดนเบิร์กและลูอิส วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนวิธีการเผชิญปัญหาด้วยวิธีการทดสอบค่าที (t - test) ผลการวิจัยพบว่า (1) หลังการทดลองนักเรียนที่เข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มมีคะแนนการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาโดยใช้ความสามารถของตนเอง และการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาโดยอาศัยแหล่งสนับสนุนอื่น ๆ สูงกว่าก่อนเข้าร่วมกลุ่ม และสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้ากลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (2) หลังการทดลองนักเรียนที่เข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มมีคะแนนการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงปัญหาค่าต่ำกว่าก่อนเข้าร่วมกลุ่มและต่ำกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

### บทที่ 3

#### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ ( Survey Research ) เพื่อศึกษาความวิตกกังวล การสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษา ที่มีภูมิหลังแตกต่างกันในด้านเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา มีวิธีดำเนินการวิจัยดังนี้

#### 1. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนิสิตนักศึกษาชาย และหญิงที่กำลังศึกษาในระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 4 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปีการศึกษา 2547 จำนวน 679 คน เป็นนิสิตชายจำนวน 199 คน และนิสิตหญิงจำนวน 480 คน

ผู้วิจัยได้คัดเลือกนิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 4 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในปีการศึกษา 2547 โดยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างด้วยการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) ตามสาขาวิชาได้กลุ่มตัวอย่างที่ทำแบบสอบถามสมบูรณ์ และนำมาใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลทั้งสิ้นจำนวน 679 คน โดยจำแนกกลุ่มตัวอย่างตามเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนาได้ดังนี้

ตารางที่ 2 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา

เพศ	ชาย		หญิง		รวม	
	n	%	n	%	n	%
สาขาวิชา						
วิทยาศาสตร์กายภาพ	92	13.5	79	11.6	171	25.2
วิทยาศาสตร์ชีวภาพ	45	6.6	124	18.3	169	24.9
สังคมศาสตร์	56	8.2	146	21.5	202	29.7
มนุษยศาสตร์	6	0.9	131	19.3	137	20.2
ที่พักอาศัย						
บ้าน	144	21.2	384	56.6	528	77.8
หอพักนิสิต	40	5.9	57	8.4	97	14.3
อื่น ๆ	15	2.2	39	5.7	54	8.0
ภูมิลำเนา						
กรุงเทพฯ	123	18.1	333	49.0	456	67.2
ต่างจังหวัด	76	11.2	147	21.6	223	32.8
รวม	199	29.3	480	70.7	679	100



## 2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป และแบบวัด 3 ฉบับ ดังนี้

2.1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง เป็นแบบสอบถามข้อมูลภูมิหลังของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ เพศ สถานศึกษา คณะ สาขาวิชา ชั้นปี เลขประจำตัวนิสิต เกรดเฉลี่ยสะสม (GPAX) ที่พักอาศัย ภูมิลำเนา พ่อแม่ของนิสิตนักศึกษา จำนวนพี่น้อง ลำดับการเกิด ผู้ที่นิสิตนักศึกษาอาศัยอยู่ด้วย และแหล่งการสนับสนุนทางการเงินของนิสิตนักศึกษา

2.2 แบบวัด ประกอบด้วย แบบวัดจำนวน 3 ฉบับ คือ แบบวัดความวิตกกังวล แบบวัดการสนับสนุนทางสังคม และแบบวัดการเผชิญปัญหา

### แบบวัดความวิตกกังวล

แบบวัดความวิตกกังวล ที่ผู้วิจัยนำมาใช้เก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบวัดความวิตกกังวล STAI ( Form Y ) ของสปีลเบอร์เกอร์ และคณะ (1983) ที่พัฒนาและแปลเป็นภาษาไทยโดย มาลาตี รุ่งเรืองศิริพันธ์ (2542) แบบวัดความวิตกกังวล STAI ( Form Y ) ของสปีลเบอร์เกอร์ และคณะ (1983) นี้พัฒนามาจากแบบวัด STAI ( Form X ) ซึ่งแยกภาวะซึมเศร้ากับความวิตกกังวลไม่ชัดเจน และมีจุดอ่อนในการใช้บุคคลที่มีการศึกษาและสถานภาพทางเศรษฐกิจต่ำโดยได้มีการปรับปรุงข้อคำถามบางข้อใหม่ จากเดิม 30% และปรับปรุงโครงสร้างของ STAI ( Form Y-2 ) ใหม่ให้มีความสมดุลของคำถามที่แสดงว่ามีหรือไม่มี ความวิตกกังวล

#### 1. ลักษณะของแบบวัดความวิตกกังวล

แบบวัดความวิตกกังวล STAI ( Form Y ) ของสปีลเบอร์เกอร์ และคณะ (1983) ที่พัฒนาและแปลเป็นภาษาไทยโดย มาลาตี รุ่งเรืองศิริพันธ์ (2542) ที่ผู้วิจัยนำมาพัฒนา และดัดแปลงให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง แบบวัดชุดนี้มีทั้งหมด 40 ข้อ (ภาคผนวก ข) แบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ

1.1 STAI Form Y-1 เป็นแบบประเมินความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ มีจำนวน 20 ข้อ

1.2 STAI Form Y-2 เป็นแบบประเมินความวิตกกังวลประจำตัว มีจำนวน 20 ข้อ

ข้อคำถามบางข้อของ STAI (Form Y-1) และ STAI (Form Y-2) มีข้อคำถามเหมือนกันหรือคล้ายคลึงกัน เหตุผลคือการแสดงออกถึงความวิตกกังวลทั้งแบบความวิตกกังวลประจำตัวของบุคคล (A-trait) หรือความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ (A-state) เนื่องจากในระยะแรกสปีลเบอร์เกอร์ เชื่อว่าความวิตกกังวลทั้ง 2 แบบมีความคล้ายกัน ต่อมาเขาพบว่าความวิตกกังวลทั้งสองแบบมีลักษณะที่แตกต่างกันอยู่ จึงปรับแบบวัดใหม่ โดยข้อคำถามของ STAI Form Y-2 จะเลือกเฉพาะที่มี



ความสัมพันธ์กับข้อคำถามของแบบวัดความวิตกกังวล Taylor's MAS และ IPAT ในส่วนความวิตกกังวลที่มีลักษณะค่อนข้างสม่ำเสมอในระยะเวลาหนึ่ง และไม่ได้ถูกรบกวนจากสภาพการณ์ที่เปลี่ยนไป ส่วน STAI Form Y-1 จะเลือกข้อคำถามที่มีลักษณะความวิตกกังวลที่เปลี่ยนไปตามสถานการณ์ ดังนั้นข้อที่เหลือจึงเป็นลักษณะความวิตกกังวลที่พบในทั้งสองลักษณะ

#### การตอบแบบวัด

STAI Form Y-1 ข้อคำถามแต่ละข้อเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับให้ผู้ตอบเลือกตอบตามความรู้สึกในขณะนั้น โดยเลือกหมายเลข 1-4 ซึ่งมีลักษณะดังนี้ คือ

- หมายเลข 1 = ไม่เกิดขึ้นเลย
- หมายเลข 2 = เกิดขึ้นบ้าง
- หมายเลข 3 = เกิดขึ้นค่อนข้างมาก
- หมายเลข 4 = เกิดขึ้นมากที่สุด

STAI Form Y-2 ข้อคำถามแต่ละข้อเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ ให้ผู้ตอบเลือกตอบตามความรู้สึกต่างๆ ไปของตนเอง โดยเลือกหมายเลข 1-4 ซึ่งมีลักษณะดังนี้ คือ

- หมายเลข 1 = เกือบจะไม่เคยเกิดเลย
- หมายเลข 2 = เกิดขึ้นเป็นบางครั้ง
- หมายเลข 3 = เกิดบ่อยครั้ง
- หมายเลข 4 = เกิดเกือบตลอดเวลา

#### เกณฑ์การให้คะแนน

STAI จะมีคะแนนรายข้อ ตั้งแต่ 1-4 คะแนน แบบวัดมีข้อความทั้งทางบวก และลบ เกณฑ์การให้คะแนนมีดังนี้ (Spielberger et al, 1983 : 4)

	คะแนนข้อความทางลบ	คะแนนข้อความทางบวก
หมายเลข 1	1	4
หมายเลข 2	2	3
หมายเลข 3	3	2
หมายเลข 4	4	1

เกณฑ์การให้คะแนน จะคิดคะแนนของชุดคะแนนความวิตกกังวลของ STAI Form Y-1 และ STAI Form Y-2 ในทิศทางตรงกันข้ามกันในข้อต่อไป

STAI Form Y-1 ข้อความทางบวกมีข้อ 1,2,5,8,10,11,15,16,19,20

STAI Form Y-2 ข้อความทางบวกมีข้อ 21,23,26,27,30,32,33,34,36,39

(ดูรายละเอียดของแบบประเมินตนเองในภาคผนวก ข. หน้า 199-200)

การแปลผล

คะแนนรวมทั้ง 20 ข้อในแต่ละชุดของแบบวัดความวิตกกังวล คะแนนต่ำสุดคือ 20 คะแนน และคะแนนสูงสุด คือ 80 คะแนน ผู้วิจัยได้นำคะแนนรวมมาจัดระดับความวิตกกังวล 4 ระดับ (รัชณี ภูโพิจิตรกุล, 2537) ดังนี้

20.00 – 34.99	คะแนน แสดงว่าไม่มีความวิตกกังวลเลย
35.00 – 49.99	คะแนน แสดงว่ามีความวิตกกังวลบ้าง
50.00 – 64.99	คะแนน แสดงว่ามีความวิตกกังวลค่อนข้างมาก
65.00 – 80.00	คะแนน แสดงว่ามีความวิตกกังวลมากที่สุด

## 2. การตรวจสอบคุณภาพของแบบวัดความวิตกกังวล STAI (Form Y)

Spielberger รายงานว่ามีการนำ STAI (Form Y) ไปใช้อย่างกว้างขวางทั้งในเด็กชั้นมัธยมศึกษา นักศึกษามหาวิทยาลัย บุคคลที่มีการศึกษาน้อย หรือผู้มีปัญหาทางอารมณ์ (Spielberger et al, 1983) และได้มีการหาค่าความเที่ยงของแบบวัดไว้ดังนี้

Spielberger (et al, 1983) รายงานการตรวจสอบความเที่ยงตรง (reliability) โดยการทดสอบซ้ำในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาจำนวน 2 ครั้ง ระยะเวลาทดสอบห่างจากครั้งแรก 30 วัน และ 60 วัน ตามลำดับ พบว่า ความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะประจำตัว (A – trait) มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา .65 และ .75 และความวิตกกังวลที่มีต่อสถานการณ์ (A – state) มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา .34 และ .62

Lee และ Robbins (1988) วิเคราะห์ความเที่ยงโดยวิธีการคำนวณค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาตามวิธีของครอนบาค ในนักศึกษามหาวิทยาลัยและบุคคลทั่วไปที่มีอายุ 19-39 ปี ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของความวิตกกังวลที่มีต่อสถานการณ์ (A – state) ระหว่าง .91-.93 และของแบบวัดความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะประจำตัว (A – trait) ระหว่าง .90-.92 และโดยวิธีทดสอบซ้ำ โดยการทดสอบ 3 ครั้ง ระยะเวลาการทดสอบห่างจากครั้งแรก 30, 60 และ 104 วัน ตามลำดับ พบว่า ความวิตกกังวลที่มีต่อสถานการณ์ (A – state) มีค่าความเที่ยงตั้งแต่ .31 ถึง .62 และความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะประจำตัว (A – trait) มีค่าความเที่ยงตั้งแต่ .65 ถึง .77

ในประเทศไทย ดารารวรรณ ตะปินตา (2535) ได้นำแบบวัด STAI (Form Y) ไปวัดความวิตกกังวลของพยาบาลที่ดูแลผู้ป่วยโรคเอดส์ โรงพยาบาลนครพิงค์เชียงใหม่ จำนวน 86 คน ได้ค่าความเที่ยงด้วยวิธีหาค่าความคงที่ภายใน (internal consistency) โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบาค ได้ค่าความเที่ยงทั้งฉบับ .90

พัชรินทร์ นินทจันทร์ (2538) ได้หาค่าความเชื่อมั่นของแบบวัด STAI (Form Y) ด้านความวิตกกังวลแบบลักษณะประจำตัว STAI (Form Y-2) ของนักศึกษาพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ชั้นปีที่ 1-4 ชั้นปีละ 15 คน โดยใช้สูตรหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบาค ได้ค่าความเที่ยง .82

สารณี ยงยีน (2541) ได้หาค่าความเที่ยงของแบบวัด STAI (Form Y) โดยไปวัดความวิตกกังวลในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนเบญจมราชูทิศ จังหวัดนครศรีธรรมราช จำนวน 60 คน นำไปหาค่าความคงที่ภายใน (internal consistency) โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบาค แยกเป็นค่าความเที่ยงของความวิตกกังวลแบบลักษณะประจำตัว (A – trait) และความวิตกกังวลที่มีต่อสถานการณ์ (A – state) ได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ .90 และ .93 ตามลำดับ

มาลาตี รุ่งเรืองศิริพันธ์ (2542) ได้หาค่าความเที่ยงของแบบวัด STAI (Form Y) โดยนำไปทดลองใช้ในกลุ่มเด็กหญิงที่ถูกล่อลวงเกินทางเพศที่อาศัยในจังหวัดขอนแก่น เด็กที่ถูกล่อลวงเกินทางเพศในความดูแลของมูลนิธิศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็ก จำนวน 25 คน และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสวนมิสกวัน จำนวน 30 คน รวมกลุ่มตัวอย่างจำนวน 50 คน นำไปหาค่าความคงที่ภายใน (internal consistency) โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบาค ได้ค่าความเที่ยงทั้งฉบับ .94

### 3. การพัฒนาแบบวัดความวิตกกังวลของผู้วิจัย

ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิด งานวิจัย และแบบวัดความวิตกกังวล STAI (Form Y) ของ Spielberger และคณะ (1983) ที่พัฒนาและแปลเป็นภาษาไทยโดย มาลาตี รุ่งเรืองศิริพันธ์ (2542) ตลอดจนวิธีการประเมินจากเอกสาร เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาข้อกระทงของแบบวัดให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง

### 4. การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

#### 4.1 การประเมินค่าความตรง (Validity)

##### 4.1.1 การตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity)

ผู้วิจัยได้นำแบบวัดความวิตกกังวล STAI (FORM Y) ของ Spielberger และคณะ (1983) ที่พัฒนาและแปลเป็นภาษาไทยโดย มาลาตี รุ่งเรืองศิริพันธ์ (2542) จำนวน 40 ข้อ มาปรับภาษาในแต่ละข้อคำถาม และนำแบบวัดไปตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิเป็นอาจารย์ประจำคณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 3 ท่าน คือ รองศาสตราจารย์สุภาพรณ โศตรจรัส รองศาสตราจารย์ ดร. ชุมพร ยงกิตติกุล และผู้ช่วยศาสตราจารย์

ดร. กรรณิการ์ นลราชสุวรรณ ตรวจสอบสำนวนภาษา และความเหมาะสมในการนำไปใช้กับกลุ่มตัวอย่าง

#### 4.1.2 การตรวจสอบความตรงตามสภาพ (Concurrent Validity)

ผู้วิจัยนำแบบวัดไปทดลองใช้กับนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรีจำนวน 155 คน และนำข้อมูลที่ได้วิเคราะห์หาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมของแบบวัดแต่ละชุด (Item-total Correlation) โดยใช้วิธีการทางสถิติ คือ การหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson product moment correlation coefficient) โดยการคัดเลือกข้อความที่ไม่มีความสัมพันธ์กับแบบทดสอบทั้งฉบับอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับนัยสำคัญ .05 ออกไป

ผู้วิจัยนำข้อความจำนวน 40 ข้อ มาปรับปรุงและนำเสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิ 2 ท่านคือ รองศาสตราจารย์ สุภาพรธรรม โคตรจรัส และรองศาสตราจารย์ ดร. ชุมพร ขงกิตติกุล เพื่อพิจารณาปรับปรุงแก้ไขร่วมกัน

จากนั้นผู้วิจัยนำแบบวัดที่ปรับปรุงแก้ไขจำนวน 40 ข้อมาวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อโดยการทดสอบค่าที (t-test) แบบกลุ่มอิสระโดยใช้กลุ่มคะแนนสูง และกลุ่มคะแนนต่ำร้อยละ 27 และหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น ๆ ในแต่ละด้าน (Item-total correlation) พบว่ามีค่าสหสัมพันธ์ระหว่างรายข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น ๆ ในแต่ละชุดอยู่ในช่วง .29 ถึง .68 และข้อกระทงจำนวน 3 ข้อที่ไม่ผ่านเกณฑ์ แต่ต้องคงไว้เพื่อให้แบบวัดมีข้อกระทงที่ครอบคลุมตามโครงสร้าง (รายละเอียดแสดงไว้ในภาคผนวก ค)

#### 4.2 การประเมินค่าความเที่ยง (Reliability)

ผู้วิจัยได้ตรวจสอบค่าความเที่ยงของแบบวัดด้วยการนำคะแนนที่ได้จากนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรีจำนวน 155 คน หาค่าความเที่ยง (Reliability) โดยวิธีประเมินค่าความคงที่ภายใน (Internal Consistency) ด้วยสูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา ดังนี้

ตารางที่ 3 ค่าความเที่ยงของแบบวัดความวิตกกังวล

แบบวัดความวิตกกังวล	จำนวนข้อ	ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา		
		Spielberger	LeeและRobbins	นันทินี สุขมงคล
ความวิตกกังวลต่อสถานการณ์	20	.34 - .62	.31 - .62	.90
ความวิตกกังวลประจำตัว	20	.65- .75	.65 - .77	.83

### แบบวัดการสนับสนุนทางสังคม

แบบวัดการสนับสนุนทางสังคม ที่ผู้วิจัยนำมาใช้เก็บรวบรวมข้อมูลคือ แบบวัดการสนับสนุนทางสังคมที่พัฒนามาจากแบบวัดสนับสนุนทางสังคมของพูนพร ศรีสะอาด (2534) ตามแนวคิดทฤษฎีการสนับสนุนทางสังคมของบราวน์ (Brown, 1987)

#### 1. ลักษณะของแบบวัด

แบบวัดการสนับสนุนทางสังคมเป็นแบบวัดที่ให้ผู้ตอบรายงานเอง (self – report) มีลักษณะเป็นมาตราประเมินค่า (Likert scale) 5 ระดับ ตั้งแต่ (1) ไม่ได้รับเลย ไปจนถึง (5) ได้รับมากที่สุด ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 20 ข้อ (ภาคผนวก ข) โดยมีเนื้อหาเกี่ยวกับการได้รับความช่วยเหลือเกี่ยวกับสิ่งต่าง ๆ จาก พ่อ แม่ ญาติพี่น้อง เพื่อน และอาจารย์ โดยประกอบด้วยมาตรวัด 4 ด้าน โดยมีโครงสร้างดังนี้

1. การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึง การให้ความรัก ความผูกพัน ความจริงใจ ความเอาใจใส่ ความรู้จักเห็นอกเห็นใจ การเสริมแรง และการรับฟัง ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 6 ข้อ

2. การสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึง การให้ข้อมูล ป้อนกลับเพื่อนำไปประเมินตนเอง และเปรียบเทียบพฤติกรรม การให้การรับรองซึ่งจะทำให้ผู้รับเกิดความมั่นใจนำไปเปรียบเทียบกับผู้อื่นที่อยู่ร่วมในสังคม ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 5 ข้อ

3. การสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสาร ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึง การให้คำแนะนำ ข้อเสนอแนะ ทิศทาง และการให้ข้อมูลข่าวสารซึ่งสามารถนำไปใช้ในการแก้ไขปัญหาที่เผชิญอยู่ได้ ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 5 ข้อ

4. การสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึง การให้ความช่วยเหลือโดยตรงต่อความจำเป็นของบุคคลในเรื่องของเงิน แรงงาน เวลา และการปรับสภาพแวดล้อม ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 4 ข้อ

แบบวัดการสนับสนุนทางสังคม	จำนวนข้อ	ข้อกระทงที่
1.การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์	6	1,2,7,12,14,20
2.การสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน	5	3,8,13,15,18
3.การสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสาร	5	4,6,10,11,17
4.การสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน	4	5,9,16,19
รวม	20	

(ดูรายละเอียดของแบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคมในภาคผนวก ข. หน้า 205)

### การตอบแบบวัด

ให้ผู้ตอบแบบวัดประเมินตนเองว่า ผู้ตอบแบบวัดได้รับความช่วยเหลือเกี่ยวกับสิ่งต่าง ๆ จาก พ่อ แม่ ญาติพี่น้อง เพื่อน และอาจารย์ในแต่ละข้อกระทงมากน้อยเพียงใด และให้เลือกคำตอบที่สอดคล้องกับสภาพความเป็นจริงของตนมากที่สุด จากนั้นให้คะแนนในแต่ละบุคคล 1-5 คะแนน โดยแต่ละข้อมีคำตอบให้ดังนี้

- |                         |         |   |
|-------------------------|---------|---|
| 1 = ไม่ได้เลย           | หมายถึง | เมื่อท่านเห็นว่าในข้อความนั้นท่านไม่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลต่าง ๆ เลย           |
| 2 = ได้รับความน้อย      | หมายถึง | เมื่อท่านเห็นว่าในข้อความนั้นท่านได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลต่าง ๆ ในระดับน้อย      |
| 3 = ได้รับความปานกลาง   | หมายถึง | เมื่อท่านเห็นว่าในข้อความนั้นท่านได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลต่าง ๆ ในระดับปานกลาง   |
| 4 = ได้รับความมาก       | หมายถึง | เมื่อท่านเห็นว่าในข้อความนั้นท่านได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลต่าง ๆ ในระดับมาก       |
| 5 = ได้รับความมากที่สุด | หมายถึง | เมื่อท่านเห็นว่าในข้อความนั้นท่านได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลต่าง ๆ ในระดับมากที่สุด |

### เกณฑ์การให้คะแนน

คำตอบ	คะแนน
ไม่ได้รับเลย	1
ได้รับความน้อย	2
ได้รับความปานกลาง	3
ได้รับความมาก	4
ได้รับความมากที่สุด	5



## การแปลผล

ผู้วิจัยใช้เกณฑ์การตัดคะแนนของคะแนนเฉลี่ยรวมในแต่ละด้าน โดยคะแนนแต่ละช่วง แสดงถึงการได้รับการสนับสนุนทางสังคมมากหรือน้อยตามเกณฑ์การตัดคะแนน ดังนี้

ช่วงคะแนนระหว่าง	การสนับสนุนทางสังคม
1.00 – 2.49	น้อย
2.50 – 2.99	ปานกลางถึงค่อนข้างน้อย
3.00 – 3.49	ปานกลางถึงค่อนข้างมาก
3.50 – 5.00	มาก

### 2. คุณภาพของแบบวัดการสนับสนุนทางสังคม

พูนพร ศรีสะอาด (2534) ได้หาค่าความเที่ยงของแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมโดยนำไปทดลองใช้กับนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลสรรพสิทธิประสงค์ อุบลราชธานี ชั้นปีที่ 2 นำไปหาค่าความคงที่ภายใน (Internal Consistency) โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบาค ผลการวิเคราะห์ปรากฏว่า แบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคม จากกลุ่มปฐมภูมิ และกลุ่มทุติยภูมิได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ .93 และ .92 ตามลำดับ

### 3. การพัฒนาแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมของผู้วิจัย

ผู้วิจัยได้พัฒนาแบบวัดการสนับสนุนทางสังคม โดยศึกษาแนวคิด งานวิจัย และแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมตลอดจนวิธีการประเมินเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมของ พูนพร ศรีสะอาด (2534) เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาข้อกระทงของแบบวัดให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง

### 4. การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

#### 4.1 การประเมินค่าความตรง (Validity)

##### 4.1.1 การตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity)

ผู้วิจัยได้นำแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมที่พัฒนามาจากแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมของ พูนพร ศรีสะอาด (2534) จำนวน 28 ข้อ มาพัฒนาและปรับปรุงข้อคำถามให้เหลือจำนวน 20 ข้อ และนำแบบวัดไปตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิเป็น

อาจารย์ประจำคณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยจำนวน 3 ท่านคือ รองศาสตราจารย์ สุภาพรณ โศตรจรัส รองศาสตราจารย์ ดร. ชุมพร ยงกิตติกุล และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. กรรณิการ์ นลราชสุวรรณ ตรวจสอบสำนวนภาษา และความเหมาะสมในการนำไปใช้กับ กลุ่มตัวอย่าง

#### 4.1.2 การตรวจสอบความตรงตามสภาพ (Concurrent Validity)

ผู้วิจัยนำแบบวัดไปทดลองใช้กับนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรีจำนวน 155 คนและนำข้อมูลที่ได้วิเคราะห์หาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมของแบบวัด ทั้งชุด (Item-total Correlation) โดยใช้วิธีการทางสถิติ คือ การหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบ เพียร์สัน (Pearson product moment correlation coefficient) โดยการคัดเลือกข้อความที่ไม่มี ความสัมพันธ์กับแบบทดสอบทั้งฉบับอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับนัยสำคัญ .05 ออกไป

ผู้วิจัยนำข้อความจำนวน 20 ข้อ มาปรับปรุงและนำเสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิ 2 ท่านคือ รองศาสตราจารย์ สุภาพรณ โศตรจรัส และรองศาสตราจารย์ ดร. ชุมพร ยงกิตติกุล เพื่อ พิจารณาปรับปรุงแก้ไขร่วมกัน

จากนั้นผู้วิจัยนำแบบวัดที่ปรับปรุงแก้ไขจำนวน 20 ข้อมาวิเคราะห์หาค่า อำนาจจำแนกรายข้อโดยการทดสอบค่าที (t-test) แบบกลุ่มอิสระโดยใช้กลุ่มคะแนนสูง และกลุ่ม คะแนนต่ำร้อยละ 27 และหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น ๆ ใน แต่ละด้าน (Item-total correlation) พบว่ามีค่าสหสัมพันธ์ระหว่างรายข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น ๆ ทั้งชุดอยู่ในช่วง .43 ถึง .67

หลังจากนั้นผู้วิจัยตรวจสอบความตรงตามสภาพของแบบวัดการสนับสนุน ทางสังคมโดยการตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างคะแนนการสนับสนุนทางสังคมรายข้อกับ คะแนนการสนับสนุนทางสังคมรายด้าน และตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างคะแนนการ สนับสนุนทางสังคมรายด้านกับคะแนนการสนับสนุนทางสังคมทั้งชุด โดยการหาค่า สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson product moment correlation coefficient) (รายละเอียดแสดงไว้ในภาคผนวก ง)

#### 4.2 การประเมินความเที่ยง (Reliability)

ผู้วิจัยได้ตรวจสอบค่าความเที่ยงของแบบวัดด้วยการนำคะแนนที่ได้จากนิสิตนัก ศึกษาปริญญาตรีจำนวน 155 คน หาค่าความเที่ยง (Reliability) โดยวิธีประเมินค่าความคงที่ ภายใน (Internal Consistency) ด้วยสูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา ดังนี้

การสนับสนุนทางสังคม	จำนวนข้อ	ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา
1.การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์	6	0.77
2.การสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน	5	0.73
3.การสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสาร	5	0.71
4.การสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน	4	0.62
รวม	20	0.88

### แบบวัดการเผชิญปัญหา

แบบวัดการเผชิญปัญหา (Coping Scale) ที่ผู้วิจัยนำมาใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลคือ แบบวัดการเผชิญปัญหาของสุภาพรรณ โคตรจรัส และชุมพร ยงกิตติกุล (2544) ที่มีพื้นฐานทางทฤษฎีตามแนวทฤษฎีความเครียดและการเผชิญความเครียดของ Lazarus (1966; Lazarus and Folkman, 1984; Folkman and Lazarus, 1988) และใช้กรอบอ้างอิงในการพัฒนาวิธีการเผชิญปัญหาจากการศึกษาและพัฒนาเครื่องมือของ Carver, Scheier & Weintraub (1989) และ Frydenberg & Lewis (1993; Frydenberg, 1997) และการวิเคราะห์โครงสร้างทางจิตมิติของแบบวัดการเผชิญปัญหาโดย Cook and Heppner (1997)

#### 1. ลักษณะของแบบวัดการเผชิญปัญหา

แบบวัดการเผชิญปัญหาเป็นแบบวัดที่ให้ผู้ตอบรายงานตนเอง (self – report) ถึงกลวิธีโดยทั่วไปที่ใช้เมื่อประสบปัญหาหรือมีความเครียด มีลักษณะเป็นมาตราประมาณค่าแบบ Likert scale 5 ระดับ ตั้งแต่ทำบ่อยมาก (5) ไปจนถึงไม่ทำเลย (1) ประกอบด้วยข้อกระทง จำนวน 25 ข้อ (ภาคผนวก ข) วัตถุประสงค์การเผชิญปัญหา (Coping Styles) 3 แบบ ประกอบด้วย มาตรการย่อย (Subscale) วัตถุประสงค์การเผชิญปัญหา (Coping Strategies) 18 ด้าน โดยมีโครงสร้าง ดังนี้

1. การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการปัญหา (Problem focused Coping) เป็นองค์ประกอบในการเผชิญปัญหาในด้านที่แสดงถึงความพยายามในการจัดการกับปัญหาโดยตรงประกอบด้วยวิธีต่าง ๆ ในการเผชิญปัญหา 9 ด้าน รวมจำนวน 12 ข้อ แบ่งกลุ่มอยู่ในด้านย่อย ดังนี้

1.1 การลงมือดำเนินการแก้ปัญหา (Active Coping) ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงกระบวนการในการลงมือแก้ปัญหาเพื่อขจัดสิ่งที่ก่อให้เกิดความเครียดรวมถึงการลงมือแก้ปัญหาโดยตรง การใช้ความพยายามมากขึ้นในการแก้ปัญหา การดำเนินการแก้ปัญหามาตามขั้นตอน มีจำนวน 2 ข้อ ได้แก่ข้อที่ 1 และ 4

1.2 การวางแผน (Planning) ประกอบด้วยข้อคำถามที่แสดงถึงการคิดหาวิธีการในการเผชิญกับสิ่งที่ก่อให้เกิดความเครียด คิดหาทริคที่จะนำมาใช้ รวมทั้งขั้นตอนในการดำเนินการวางแผนสู่การปฏิบัติ มีจำนวน 2 ข้อ ได้แก่ข้อที่ 12 และ 16

1.3 การทำงานหนักและความสำเร็จในงาน (Work Hard and Achieve) ประกอบด้วยข้อคำถามที่แสดงถึงการกระทำที่แสดงถึงความมุ่งมั่นสู่เป้าหมาย ความขยันหมั่นเพียร การทำงานหนัก และทำให้สำเร็จ มีจำนวน 1 ข้อ ได้แก่ข้อที่ 2

1.4 การระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง (Suppression of Competing Activities) ประกอบด้วยข้อคำถามที่แสดงถึงการระงับสิ่งที่จะเข้ามารบกวนความใส่ใจในการเผชิญปัญหาอย่างเต็มที่ มีจำนวน 1 ข้อ ได้แก่ข้อที่ 17

1.5 การชะลอการเผชิญปัญหา (Restraint Coping) ประกอบด้วยข้อคำถามที่แสดงถึงการรอโอกาสที่เหมาะสมจึงจะลงมือทำ ต้องทำให้แน่ใจว่าจะไม่ทำให้เหตุการณ์เลวร้ายยิ่งขึ้นถ้าลงมือทำเสียก่อน มีจำนวน 1 ข้อ ได้แก่ข้อที่ 13

1.6 การตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโต (Positive Reinterpretation and Growth) ประกอบด้วยข้อคำถามที่แสดงถึงการจัดการกับความกดดันทางอารมณ์มากกว่าจัดการปรับเปลี่ยนสถานการณ์ โดยมองสถานการณ์นั้นในแงุ่มใหม่ในทางบวกหาส่วนดีของเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น เรียนรู้จากประสบการณ์ที่ได้รับนั้น มีจำนวน 1 ข้อ ได้แก่ข้อที่ 18

1.7 การยอมรับ (Acceptance) ประกอบด้วยข้อคำถามที่แสดงถึงการยอมรับความเป็นจริงตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้นรวมทั้งมองโลกในแง่บวก มีจำนวน 1 ข้อ ได้แก่ข้อที่ 23

1.8 การหาทางผ่อนคลาย (Relaxation) ประกอบด้วยข้อคำถามที่แสดงถึงการทำกิจกรรมที่ชอบ ทำงานอดิเรก การดูแลสุขภาพร่างกาย หาความเพลิดเพลิน เพื่อการพักผ่อนหย่อนใจ มีจำนวน 2 ข้อ ได้แก่ข้อที่ 5 21

1.9 การแสวงหาการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม (Seek to Belong) ประกอบด้วยข้อคำถามที่แสดงถึงการปฏิบัติตนที่แสดงถึงความเอาใจใส่ และเห็นความสำคัญในสัมพันธภาพกับผู้อื่น มีจำนวน 1 ข้อ ได้แก่ข้อที่ 24

2. การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม (Seeking Social Support) เป็นองค์ประกอบในการเผชิญปัญหาในด้านที่แสดงถึงความพยายามในการจัดการกับปัญหา โดยอาศัยแหล่งทรัพยากรต่าง ๆ ประกอบด้วยวิธีการในการเผชิญปัญหา 2 ด้าน รวมจำนวน 4 ข้อแบ่งกลุ่มอยู่ในด้านย่อย ดังนี้

2.1 การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อแก้ปัญหา (Seeking Instrumental Social Support, SISS) ประกอบด้วยข้อคำถามที่แสดงถึงการขอคำปรึกษา ขอข้อมูลรายละเอียดเกี่ยว

กับเหตุการณ์เพิ่มเติม ขอทราบแนวทางการเผชิญปัญหาจากผู้ที่เคยประสบเหตุการณ์เช่นเดียวกัน หรือการขอคำปรึกษาจากผู้เชี่ยวชาญ มีจำนวน 2 ข้อ ได้แก่ข้อที่ 6 และ 8

2.2 การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อกำลังใจ (Seeking Emotion Social Support, SESS) ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงความพยายามผ่อนคลายความเครียด โดยการพูดระบายความทุกข์เพื่อขอความเห็นใจ คำปลอบโยน รวมทั้งการหาที่พึ่งทางใจจากแหล่งต่าง ๆ เช่น ศาสนา มีจำนวน 3 ข้อ ได้แก่ข้อที่ 3 และ 14

3. การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง (Avoidance) เป็นองค์ประกอบในการเผชิญปัญหาในด้านที่แสดงถึงการไม่สามารถเผชิญกับปัญหาได้ เป็นการหลีกเลี่ยงปัญหา ประกอบด้วยวิธีการต่าง ๆ ในการหลีกเลี่ยงปัญหา 7 ด้าน รวมจำนวน 9 ข้อ แบ่งกลุ่มอยู่ในด้านย่อย ดังนี้

3.1 การปฏิเสธ (Denial) ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงการปฏิเสธความจริงที่เกิดขึ้น และไม่สนใจต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น มีจำนวน 1 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 22

3.2 การไม่แสดงออกทางพฤติกรรม (Behavioral Disengagement) ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงการลดความพยายามในการแก้ไขปัญหา เป็นพฤติกรรมที่แสดงถึงการช่วยตนเองไม่ได้ มีจำนวน 2 ข้อ ได้แก่ข้อที่ 19 และ 25

3.3 การไม่เกี่ยวข้องทางความคิด (Mental Disengagement) ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงการลดความกดดันทางอารมณ์โดยการไม่คิดถึงปัญหา หรือเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด โดยหันไปทำกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้องและไม่นำไปสู่การแก้ปัญหา หรือคิดว่าเหตุการณ์จะคลี่คลายได้เอง มีจำนวน 1 ข้อ ได้แก่ข้อที่ 9

3.4 การเก็บความรู้สึกไว้คนเดียว (Keep to Self) ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงการไม่เปิดเผยความคิดความรู้สึกต่าง ๆ ของตนให้ผู้อื่นรู้ รวมทั้งการหลีกเลี่ยงการพบปะผู้อื่น มีจำนวน 1 ข้อ ได้แก่ข้อที่ 7

3.5 การตำหนิตนเอง (Self Blame) ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงความคิดที่เป็น การโทษตนเอง การตำหนิตนเอง มีจำนวน 2 ข้อ ได้แก่ข้อที่ 10 และ 20

3.6 การเป็นกังวล (Worry) ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงการแสดงถึงความกังวลในเหตุการณ์หรือสถานการณ์ต่าง ๆ กังวลถึงอนาคต มีจำนวน 1 ข้อ ได้แก่ข้อที่ 15

3.7 การระบายออกทางอารมณ์ (Focus on Venting of Emotion) ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงการใส่ใจต่ออารมณ์ความรู้สึกที่มีและระบายความรู้สึกนั้นต่อสิ่งต่าง ๆ อาจทำให้หมกมุ่นกับอารมณ์นั้นมากขึ้น หรือไม่ก่อให้เกิดประโยชน์ใด ๆ และอาจก่อให้เกิดอุปสรรคและปัญหามากขึ้น มีจำนวน 1 ข้อ ได้แก่ข้อที่ 11



แบบวัดการเผชิญปัญหา	จำนวนข้อ	ข้อกระทงที่
1.การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา	12	1,2,4,5,12,13,16,17,18,21,23,24
2.การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม	4	3,6,8,14
3.การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง	9	7,9,10,11,15,19,20,22,25
รวม	25	

(ดูรายละเอียดของแบบสำรวจตนเองในภาคผนวก ข. หน้า 202-203)

#### วิธีการตอบแบบวัด

ให้ผู้ตอบแบบวัดพิจารณาว่าเมื่อตนพบเหตุการณ์ที่ยุ่งยาก เป็นปัญหาหรือเมื่อรู้สึกเครียด โดยทั่วไปจะใช้วิธีการใดบ้างในการโต้ตอบต่อความเครียด และข้อความในแบบสอบถามแต่ละข้อ ตรงกับการกระทำของตนต่อปัญหาและความเครียดนั้น ๆ มากน้อยเพียงใด ให้ทำเครื่องหมายถูก (✓) ตรงกับตัวเลือกตามลำดับความมากที่สุดที่ตรงกับการกระทำของตนมากที่สุด ในแต่ละข้อมีตัวเลือกให้เลือก ดังนี้

1 = ไม่ทำเลย	หมายถึง	โดยทั่วไปจะไม่ทำเช่นนั้นเลย
2 = ไม่ค่อยได้ทำ	หมายถึง	โดยทั่วไปจะทำเช่นนั้นบ้างเล็กน้อย
3 = ทำและไม่ทำพอ ๆ กัน	หมายถึง	โดยทั่วไปจะทำเช่นนั้นปานกลาง
4 = ทำค่อนข้างบ่อย	หมายถึง	โดยทั่วไปจะทำเช่นนั้นเป็นส่วนใหญ่
5 = ทำบ่อยมาก	หมายถึง	โดยทั่วไปจะทำเช่นนั้นเป็นประจำ

เกณฑ์การให้คะแนน

คำตอบ	ความหมาย	คะแนน
ทำบ่อยมาก	ทำเช่นนั้นเป็นประจำ	5
ทำค่อนข้างบ่อย	ทำเช่นนั้นเป็นส่วนใหญ่	4
ทำและไม่ทำพอ ๆ กัน	ทำเช่นนั้นในปริมาณปานกลาง	3
ไม่ค่อยได้ทำ	ทำเช่นนั้นบ้างเล็กน้อย	2
ไม่ทำเลย	ไม่ทำเช่นนั้นเลย	1

คะแนนรวมของกลวิธีการเผชิญปัญหาทั้ง 3 แบบ ได้แก่

1. การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา มีช่วงคะแนนอยู่ระหว่าง 12 ถึง 60
  2. การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม มีช่วงคะแนนอยู่ระหว่าง 4 ถึง 20
  3. การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง มีช่วงคะแนนอยู่ระหว่าง 9 ถึง 45
- คะแนนเฉลี่ยของแบบวัดแต่ละด้าน มีช่วงคะแนนตั้งแต่ 1 ถึง 5 คะแนน

### การแปลผล

ผู้วิจัยใช้เกณฑ์การตัดคะแนนของคะแนนเฉลี่ยรวมในแต่ละด้าน โดยคะแนนแต่ละช่วง แสดงถึงการใช้กลวิธีการเผชิญปัญหานั้น ๆ มากหรือน้อยตามเกณฑ์การตัดคะแนน ดังนี้

ช่วงคะแนนระหว่าง	กลวิธีการเผชิญปัญหา
1.00 – 2.49	น้อย
2.50 – 2.99	ปานกลางถึงค่อนข้างน้อย
3.00 – 3.49	ปานกลางถึงค่อนข้างมาก
3.50 – 5.00	มาก

## 2. การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือของแบบวัดการเผชิญปัญหา

กรวรรณ สุพรรณวรรณ (2544) เปรมพร มั่นเสมอ (2545) รัชนิย์ แก้วคำสี (2545) และ วราภรณ์ รัตนวิศิษฐกุล (2545) ได้นำข้อกระทงเดิม 92 ข้อแบบวัดการเผชิญปัญหาโดย แบ่งออกเป็น 2 ฉบับ A และ B ฉบับละ 46 ข้อ โดยคัดเลือกข้อความในแต่ละด้านให้มีจำนวนเท่า ๆ กันในแต่ละฉบับ รวมทั้งทำการสลับข้อความแต่ละด้านให้คละกัน จากนั้นนำแบบวัดฉบับ A และ ฉบับ B ไปทดลองใช้โดยเก็บข้อมูลกับนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 50 คน จากนั้นนำมาวิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับผลรวมค่าของข้อกระทงอื่นทั้งหมดของมาตร โดยแยกวิเคราะห์เป็นรายด้าน องค์กรประกอบย่อย และองค์กรประกอบหลัก ผลจากการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อ (Corrected Item Total Correlation) ในแต่ละด้านกับคะแนนรวมข้อที่เหลือในแต่ละด้าน ได้ค่าอยู่ระหว่าง .23 - .71

การทดสอบค่าที โดยทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มคะแนนสูง กับกลุ่มคะแนนต่ำ ร้อยละ 27 ด้วยการทดสอบค่าที (t – test) จะคัดเลือกข้อที่มีอำนาจจำแนกสูงคือ มีค่าที่ มากกว่า 1.70 ขึ้นไป ที่ระดับนัยสำคัญ .05 ซึ่งค่าทีของแบบวัดฉบับนี้มีค่าอยู่ระหว่าง 1.71 – 15.02 ได้ข้อกระทงที่มีอำนาจจำแนกและค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ที่สูงคัดเลือกไว้จำนวน 55 ข้อเป็นแบบวัดการเผชิญปัญหาที่นำไปใช้ในการเก็บข้อมูลในการวิจัย

การหาค่าความเที่ยง นำแบบวัดการเผชิญปัญหาทั้ง 55 ข้อที่ได้จากนักศึกษาจำนวน 118 คน นำมาหาค่าความเที่ยงโดยการประเมินค่าความคงที่ภายใน (Internal Consistency) จากสูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha Coefficients) ได้ค่าความเที่ยง ดังนี้

ค่าความเที่ยงการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา	= .85
ค่าความเที่ยงการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม	= .84
ค่าความเที่ยงการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง	= .75
ค่าความเที่ยงทั้งฉบับ	= .82

### 3. การพัฒนาแบบวัดการเผชิญปัญหาของผู้วิจัย

ผู้วิจัยได้พัฒนาแบบวัดการเผชิญปัญหาโดยศึกษาแนวคิด งานวิจัย และแบบวัดการเผชิญปัญหาของ สุภาพรรณ โคตรจรัส และชุมพร ยงกิตติกุล (2544) เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาข้อกระทงของแบบวัดให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง

### 4. การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

#### 4.1 การประเมินค่าความตรง (Validity)

##### 4.1.1 การตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity)

ผู้วิจัยได้นำแบบวัดการเผชิญปัญหาของ สุภาพรรณ โคตรจรัส และชุมพร ยงกิตติกุล (2544) มาทำการคัดเลือกจำนวนข้อของแบบวัดให้มีจำนวนสั้นลง และปรับภาษาในแต่ละข้อคำถาม และนำแบบวัดไปตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิเป็นอาจารย์ประจำคณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 3 ท่าน คือ รองศาสตราจารย์ สุภาพรรณ โคตรจรัส รองศาสตราจารย์ ดร. ชุมพร ยงกิตติกุล และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. กรรณิการ์ นลราชสุวัจน์ ตรวจสอบสำนวนภาษา และความเหมาะสมในการนำไปใช้กับกลุ่มตัวอย่าง

##### 4.1.2 การตรวจสอบความตรงตามสภาพ (Concurrent Validity)

ผู้วิจัยนำแบบวัดที่ได้ปรับปรุงแล้วไปทดลองใช้กับนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรี จำนวน 155 คนและนำข้อมูลที่ได้วิเคราะห์หาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมของแบบวัดทั้งหมด (Item-total Correlation) โดยใช้วิธีการทางสถิติ คือ การหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson product moment correlation coefficient) โดยการคัดเลือกข้อความที่ไม่มีความสัมพันธ์กับแบบทดสอบทั้งฉบับอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับนัยสำคัญ .05 ออกไป

ผู้วิจัยนำข้อความจำนวน 25 ข้อ มาปรับปรุงและนำเสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิ 2 ท่านคือ รองศาสตราจารย์ สุภาพรรณ โคตรจรัส และรองศาสตราจารย์ ดร. ชุมพร ยงกิตติกุล เพื่อพิจารณาปรับปรุงแก้ไขร่วมกัน

จากนั้นผู้วิจัยนำแบบวัดที่ปรับปรุงแก้ไขจำนวน 25 ข้อมาวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อโดยการทดสอบค่าที (t-test) แบบกลุ่มอิสระโดยใช้กลุ่มคะแนนสูง และกลุ่มคะแนน

ต่ำร้อยละ 27 และหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น ๆ ในแต่ละด้าน (Item-total correlation) พบว่ามีค่าสหสัมพันธ์ระหว่างรายข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น ๆ ทั้งหมดอยู่ในช่วง .20 ถึง .60

หลังจากนั้นผู้วิจัยตรวจสอบความตรงตามสภาพของแบบวัดการเผชิญปัญหาโดยการตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างคะแนนการเผชิญปัญหารายข้อกับคะแนนการเผชิญปัญหาทั้งฉบับ โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson product moment correlation coefficient) (รายละเอียดแสดงไว้ในภาคผนวก จ)

#### 4.2 การประเมินความเที่ยง (Reliability)

ผู้วิจัยได้ตรวจสอบค่าความเที่ยงของแบบวัดด้วยการนำคะแนนที่ได้จากนิสิตนักศึกษาในระดับปริญญาตรีจำนวน 155 คน หาค่าความเที่ยง (Reliability) โดยวิธีประเมินค่าความคงที่ภายใน (Internal Consistency) ด้วยสูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา ดังนี้

ตารางที่ 4 ค่าความเที่ยงของแบบวัดการเผชิญปัญหา

แบบวัดการเผชิญปัญหา	งานวิจัยที่ผ่านมา* (n=118)		นนทินี สุขมงคล (n=155)	
	จำนวนข้อ	ค่าความเที่ยง	จำนวนข้อ	ค่าความเที่ยง
1. แบบมุ่งจัดการกับปัญหา	27	.85	15	.83
2. แบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม	8	.84	4	.75
3. แบบหลีกเลี่ยง	20	.75	9	.75
รวม	55	.82	25	.78

\*ผู้วิจัยได้แก่ กรกวรรณ สุพรรณวรรษ (2544), เปรมพร มั่นเสมอ (2545), รัชนิย์ แก้วคำศรี (2545) และวารภรณ์ รัตนวิศิษฐกุล (2545)

#### การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลตามขั้นตอน ดังนี้

1. ผู้วิจัยได้นำหนังสือจากคณะจิตวิทยาติดต่อขออนุญาตเก็บข้อมูลไปยังคณะต่าง ๆ ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

2. ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยวิธีแจกแบบวัด และเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ซึ่งได้แก่ การเก็บข้อมูลในชั้นเรียน โดยมีการอธิบายคำชี้แจงเกี่ยวกับการตอบแบบสอบถาม และรอรับแบบสอบถามหลังจากผู้ตอบแบบสอบถามตอบแบบสอบถามเสร็จครบถ้วนสมบูรณ์ นอกจากนั้นผู้วิจัยทำการเก็บข้อมูลเพิ่มเติมโดยการเก็บข้อมูลในกลุ่มเด็กนอกห้องเรียน บริเวณที่พักของนิสิตตามคณะต่างๆ โดยความสมัครใจและรอรับแบบสอบถามหลังจากที่ผู้ตอบแบบสอบถามตอบแบบสอบถามเสร็จเรียบร้อยแล้ว

### การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ได้ใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for Windows ในการคำนวณและวิเคราะห์ค่าสถิติ โดยมีขั้นตอนในการวิเคราะห์ดังนี้

1. หาค่าสถิติพื้นฐานได้แก่ ค่ามัธยิมเลขคณิต (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ของคะแนนความวิตกกังวล คะแนนการสนับสนุนทางสังคม และคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา

2. วิเคราะห์ความแปรปรวนแบบสองทาง (Two – way ANOVA) โดยมีตัวแปรอิสระได้แก่ เพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา และวิเคราะห์ตัวแปรตามทีละตัวได้แก่ คะแนนความวิตกกังวล คะแนนการสนับสนุนทางสังคม และคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา

ถ้าผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จะทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่โดยวิธีการ Dunnett's T3

3. หาค่าความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวล การสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีการเผชิญปัญหา โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson correlation coefficient)



## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล เสนอเป็นลำดับขั้นดังนี้

1. ค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรทั้งหมด

1.1 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความวิตกกังวลของนิสิตนักศึกษา  
ชั้นปีที่ 4 จำแนกตามเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา

1.2 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการสนับสนุนทางสังคมของนิสิต  
นักศึกษาชั้นปีที่ 4 จำแนกตามเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา

1.3 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการกลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิต  
นักศึกษาชั้นปีที่ 4 จำแนกตามเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา

2. ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของความวิตกกังวล กลวิธีการเผชิญปัญหา และการ  
สนับสนุนทางสังคมของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 จำแนกตามเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา

2.1 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของตัวแปรความวิตกกังวลต่อสถานการณ์  
และความวิตกกังวลประจำตัว จำแนกตามตัวแปรดังนี้

2.1.1 จำแนกตามเพศ และสาขาวิชา

2.1.2 จำแนกตามเพศ และที่พักอาศัย

2.1.3 จำแนกตามเพศ และภูมิลำเนา

2.1.4 จำแนกตามสาขาวิชา และที่พักอาศัย

2.1.5 จำแนกตามสาขาวิชา และภูมิลำเนา

2.1.6 จำแนกตามที่พักอาศัย และภูมิลำเนา

2.2 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของตัวแปรการสนับสนุนทางสังคมราย  
ด้านทั้ง 4 ด้าน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม จำแนกตามตัวแปรดังนี้

2.2.1 จำแนกตามเพศ และสาขาวิชา

2.2.2 จำแนกตามเพศ และที่พักอาศัย

2.2.3 จำแนกตามเพศ และภูมิลำเนา

2.2.4 จำแนกตามสาขาวิชา และที่พักอาศัย

2.2.5 จำแนกตามสาขาวิชา และภูมิลำเนา

2.2.6 จำแนกตามที่พักอาศัย และภูมิลำเนา

2.3 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของตัวแปรกลวิธีการเผชิญปัญหาทั้ง 3 แบบ จำแนกตามตัวแปรดังนี้

2.3.1 จำแนกตามเพศ และสาขาวิชา

2.3.2 จำแนกตามเพศ และที่พักอาศัย

2.3.3 จำแนกตามเพศ และภูมิลำเนา

2.3.4 จำแนกตามสาขาวิชา และที่พักอาศัย

2.3.5 จำแนกตามสาขาวิชา และภูมิลำเนา

2.3.6 จำแนกตามที่พักอาศัย และภูมิลำเนา

3. ผลการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวล การสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีการเผชิญปัญหาโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Correlation Coefficient)



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## 1. ค่าสถิติพื้นฐาน

1.1 ความวิตกกังวลของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 จำแนกตามเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา

ตารางที่ 5 ค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนความวิตกกังวล จำแนกตามเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา (N=679)

ตัวแปร	จำนวน		ความวิตกกังวล			
			ความวิตกกังวลต่อสถานการณ์		ความวิตกกังวลประจำตัว	
	n	%	M	SD	M	SD
เพศ						
ชาย	199	29.3	45.37	9.47	44.00	8.08
หญิง	480	70.7	45.81	9.32	43.88	7.35
สาขาวิชา						
วิทยาศาสตร์กายภาพ	171	25.2	44.00	8.81	44.81	8.23
วิทยาศาสตร์ชีวภาพ	169	24.9	45.41	9.72	43.54	7.55
สังคมศาสตร์	202	29.7	48.22	9.73	43.26	7.37
มนุษยศาสตร์	137	20.2	44.38	8.28	44.21	6.96
ที่พักอาศัย						
บ้าน	528	77.8	46.29	9.42	44.31	7.47
หอพักนิสิต	97	14.3	42.89	8.66	41.76	6.13
อื่น ๆ	54	8.0	44.76	9.21	43.91	10.00
ภูมิลำเนา						
กทม.	456	67.2	46.19	9.34	44.14	7.33
ต่างจังหวัด	223	32.8	44.64	9.35	43.45	8.03
รวม	679	100	45.68	9.36	43.91	7.57

การวัดความวิตกกังวลใช้มาตรประเมินค่า 4 ระดับดังนี้ ความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ 1 (ไม่มีเลย) ถึง 4 (มากที่สุด) และความวิตกกังวลประจำตัว 1 (เกือบไม่มีเลย) ถึง 4 (เกือบตลอดเวลา) โดยคะแนนที่ได้จากการวัดความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ และความวิตกกังวลประจำตัว แบ่งออกเป็น 4 ระดับดังนี้ คะแนนรวมที่อยู่ในช่วงระหว่าง 20 - 34.99 แสดงถึง ไม่มีหรือเกือบไม่มี ความวิตกกังวลเลย คะแนนรวมที่อยู่ในช่วงระหว่าง 35 - 49.99 แสดงถึง มีความวิตกกังวลน้อย คะแนนรวมที่อยู่ในช่วงระหว่าง 50 - 64.99 แสดงถึง มีความวิตกกังวลค่อนข้างมาก และคะแนนรวมที่อยู่ในช่วงระหว่าง 65 - 80 แสดงถึง มีความวิตกกังวลมากที่สุด

จากข้อมูลตารางที่ 5 เมื่อเปรียบเทียบกับเกณฑ์การตัดคะแนนดังกล่าวแสดงว่า

1.1.1 นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 มีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ และความวิตกกังวลประจำตัวน้อย

1.1.2 นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ทั้งชายและหญิง ทั้งในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ วิทยาศาสตร์ชีวภาพ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ ทั้งที่พักอาศัยที่บ้าน หอพักนิตินิยมมหาวิทยาลัย และอื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียม ทั้งที่มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานคร และต่างจังหวัด ต่างก็มีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ และความวิตกกังวลประจำตัวน้อย



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## 1.2 การสนับสนุนทางสังคมของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4

### 1.2.1 การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 จำแนกตามเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา

ตารางที่ 6 ค่าเฉลี่ย ( M ) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนการสนับสนุนทางสังคม ด้านอารมณ์ จำแนกตามเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา ( N = 679 )

ตัวแปร	จำนวน		การสนับสนุนทางสังคม											
			ด้านอารมณ์											
	n		พ่อ		แม่		ญาติพี่น้อง		เพื่อน		อาจารย์		รวม	
			M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
เพศ														
ชาย	199	29.3	3.85	1.15	4.32	0.81	3.04	1.06	3.70	0.84	2.77	0.97	3.53	0.68
หญิง	480	70.7	4.04	1.04	4.46	0.77	3.36	1.08	4.05	0.68	2.71	0.95	3.72	0.59
สาขาวิชา														
วิทยาศาสตร์กายภาพ	171	25.2	3.84	1.03	4.26	0.82	2.94	1.03	3.75	0.74	2.25	0.87	3.46	0.63
วิทยาศาสตร์ชีวภาพ	169	24.9	3.95	1.21	4.52	0.69	3.51	0.96	3.96	0.77	2.78	0.99	3.74	0.59
สังคมศาสตร์	202	29.7	4.10	1.01	4.49	0.73	3.37	1.09	3.99	0.78	2.66	1.02	3.72	0.59
มนุษยศาสตร์	137	20.2	4.04	1.05	4.40	0.88	3.21	1.19	4.09	0.63	3.02	0.86	3.75	0.64
ที่พักอาศัย														
บ้าน	528	77.8	3.97	1.05	4.38	0.79	3.23	1.09	3.94	0.73	2.67	0.96	3.64	0.61
หอพักนิสิต	97	14.3	4.13	1.20	4.64	0.61	3.49	0.96	3.92	0.79	3.02	0.90	3.84	0.61
อื่นๆ	54	8.0	3.87	1.15	4.40	0.87	3.26	1.27	4.05	0.80	2.81	0.98	3.68	0.69
ภูมิลำเนา														
กทม.	456	67.2	3.92	1.07	4.35	0.82	3.18	1.09	3.92	0.72	2.68	0.94	3.61	0.62
ต่างจังหวัด	223	32.8	4.10	1.09	4.56	0.67	3.44	1.06	3.99	0.79	2.84	0.98	3.79	0.62
รวม	679	100	3.98	1.08	4.42	0.78	3.27	1.09	3.94	0.74	2.73	0.96	3.67	0.62

การวัดการสนับสนุนทางสังคมใช้มาตราประเมินค่า 5 ระดับ ตั้งแต่ 1 ถึง 5 โดยตั้งเกณฑ์ดังนี้ คะแนนที่อยู่ในช่วงระหว่าง 1.00 – 2.49 แสดงถึงการได้รับการสนับสนุนทางสังคมน้อย คะแนนที่อยู่ในช่วงระหว่าง 2.50 – 2.99 แสดงถึงการได้รับการสนับสนุนทางสังคมปานกลางถึงค่อนข้างน้อย คะแนนที่อยู่ในช่วงระหว่าง 3.00 – 3.49 แสดงถึงการได้รับการสนับสนุนทางสังคมปานกลางถึงค่อนข้างมาก คะแนนที่อยู่ในช่วงระหว่าง 3.50 – 5.00 แสดงถึงการได้รับการสนับสนุนทางสังคมมาก



จากข้อมูลในตารางที่ 6 เมื่อเปรียบเทียบกับเกณฑ์การตัดคะแนนดังกล่าวแสดงว่า

1.2.1.1 นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์เป็นอย่างมาก และได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์จากพ่อ แม่ และเพื่อนเป็นอย่างมาก ได้รับจากญาติพี่น้องปานกลาง และได้รับจากอาจารย์ค่อนข้างน้อย

1.2.1.2 นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ทั้งชายและหญิง ทั้งในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ วิทยาศาสตร์ชีวภาพ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ ทั้งที่พักอาศัยที่บ้าน หอพักนิตินภายในมหาวิทยาลัย และอื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียม ทั้งที่มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานคร และต่างจังหวัด ต่างได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์เป็นอย่างมาก โดยได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์จากพ่อ แม่ และเพื่อนเป็นอย่างมาก ได้รับจากญาติพี่น้องปานกลาง และส่วนใหญ่ได้รับจากอาจารย์ค่อนข้างน้อย

1.2.2 การสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมินของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 จำแนกตามเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา

จากข้อมูลในตารางที่ 7 เมื่อเปรียบเทียบกับเกณฑ์การตัดคะแนนดังกล่าวแสดงว่า

1.2.2.1 นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมินค่อนข้างมาก และได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมินจากพ่อ แม่ และเพื่อนเป็นอย่างมาก ได้รับจากญาติพี่น้อง และอาจารย์ปานกลาง

1.2.2.2 นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ทั้งชายและหญิง ในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ ทั้งที่พักอาศัยที่บ้าน และอื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียม และมีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานคร ต่างได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมินปานกลางถึงค่อนข้างมาก ส่วนนิสิตนักศึกษาในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ ที่พักในหอพักนิตินภายในมหาวิทยาลัย และมีภูมิลำเนาอยู่ในต่างจังหวัดต่างได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมินเป็นอย่างมาก

1.2.2.3 นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ทั้งชายและหญิง ทั้งในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ วิทยาศาสตร์ชีวภาพ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ ทั้งที่พักอาศัยที่บ้าน ที่หอพักนิตินภายในมหาวิทยาลัย และอื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียม ทั้งที่มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานคร และต่างจังหวัดต่างได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมินเฉพาะแม่ และเพื่อนเป็นอย่างมาก ได้รับจากอาจารย์ในระดับปานกลาง และได้รับจากญาติพี่น้องในระดับปานกลางถึงค่อนข้างน้อย ยกเว้นนิสิตนักศึกษาชาย นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ และที่พักอาศัยอยู่ที่อื่นๆได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมินจากพ่อค่อนข้างมาก

ตารางที่ 7 ค่าเฉลี่ย ( M ) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนการสนับสนุนทางสังคม  
ด้านการประเมิน จำแนกตามเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา ( N = 679 )

ตัวแปร	จำนวน		การสนับสนุนทางสังคม											
			ด้านการประเมิน											
			พ่อ		แม่		ญาติพี่น้อง		เพื่อน		อาจารย์		รวม	
	n	%	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
เพศ														
ชาย	199	29.3	3.49	1.20	3.79	0.97	2.66	1.05	3.59	0.82	3.23	0.97	3.35	0.70
หญิง	480	70.7	3.64	1.23	3.95	0.90	2.91	1.14	3.76	0.73	3.20	0.96	3.49	0.65
สาขาวิชา														
วิทยาศาสตร์กายภาพ	171	25.2	3.46	1.07	3.69	0.89	2.54	1.03	3.59	0.72	3.13	0.93	3.28	0.63
วิทยาศาสตร์ชีวภาพ	169	24.9	3.50	1.26	3.95	0.92	3.00	1.05	3.76	0.80	3.30	1.00	3.50	0.70
สังคมศาสตร์	202	29.7	3.71	1.12	4.00	0.87	2.95	1.17	3.73	0.80	3.08	1.00	3.50	0.64
มนุษยศาสตร์	137	20.2	3.71	1.13	3.95	0.99	2.83	1.20	3.75	0.68	3.39	0.86	3.53	0.69
ที่พักอาศัย														
บ้าน	528	77.8	3.60	1.11	3.88	0.90	2.80	1.11	3.68	0.75	3.18	0.97	3.43	0.65
หอพักนิสิต	97	14.3	3.63	1.33	4.03	0.92	2.98	1.09	3.80	0.79	3.37	0.87	3.56	0.72
อื่น ๆ	54	8.0	3.44	1.23	3.87	1.07	2.90	1.24	3.79	0.74	3.27	1.04	3.46	0.74
ภูมิลำเนา														
กทม.	456	67.2	3.57	1.13	3.86	0.92	2.78	1.12	3.68	0.74	3.20	0.96	3.42	0.65
ต่างจังหวัด	223	32.8	3.64	1.20	3.97	0.92	2.96	1.12	3.76	0.79	3.23	0.97	3.51	0.70
รวม	679	100	3.59	1.15	3.90	0.92	2.84	1.12	3.71	0.76	3.21	0.97	3.45	0.67

1.2.3 การสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสารของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 จำแนกตาม  
เพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา

จากตารางที่ 8 เมื่อเปรียบเทียบเกณฑ์การตัดคะแนนดังกล่าวแสดงว่า

1.2.3.1 นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสารมาก โดย  
ได้รับจากพ่อ แม่ เพื่อน และอาจารย์เป็นอย่างมาก และได้รับจากญาติพี่น้องในระดับปานกลางค่อนข้างน้อย

1.4.2 นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 หญิง ทั้งในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพ สังคมศาสตร์ และ  
มนุษยศาสตร์ ทั้งที่พักอาศัยที่บ้าน ที่หอพักนิสิตภายในมหาวิทยาลัย และอื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอก  
ชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียม ทั้งที่มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานคร และต่าง  
จังหวัด ต่างได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสารเป็นอย่างมาก ส่วนนิสิตนักศึกษาหญิง  
นิสิตนักศึกษาสาขาวิทยาศาสตร์กายภาพ ได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสารค่อนข้าง  
มาก

1.4.3 นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ทั้งชายและหญิง ทั้ง 4 สาขาวิชาคือ สาขาวิทยาศาสตร์กายภาพ วิทยาศาสตร์ชีวภาพ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ ทั้งที่พักอาศัยที่บ้าน ที่หอพักนิตติภายใน มหาวิทยาลัย และ ที่อื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียม ทั้งที่มี ภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานคร และต่างจังหวัด ต่างได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสารจากแม่ เพื่อน และอาจารย์เป็นอย่างมาก ได้รับจากญาติพี่น้องในระดับปานกลางถึงค่อนข้างน้อย ส่วนนิตินักศึกษาหญิง นิตินักศึกษาด้านสังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ ที่พักอาศัยที่บ้าน และหอพักนิตติภายในมหาวิทยาลัย ทั้งที่มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานคร และต่างจังหวัด ได้รับจากพ่อเป็นอย่างมาก ส่วนนิตินักศึกษาชาย สาขาวิทยาศาสตร์กายภาพ และชีวภาพ ที่พักอาศัยที่อื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียม ได้รับจากพ่อค่อนข้างมาก

ตารางที่ 8 ค่าเฉลี่ย ( M ) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนการสนับสนุนทางสังคม ด้านข้อมูลข่าวสาร จำแนกตามเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา ( N = 679 )

ตัวแปร	จำนวน		การสนับสนุนทางสังคม											
			ด้านข้อมูลข่าวสาร											
	พ่อ		แม่		ญาติพี่น้อง		เพื่อน		อาจารย์		รวม			
	n	%	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
เพศ														
ชาย	199	29.3	3.44	1.20	3.70	0.99	2.61	1.03	3.84	0.79	3.62	1.01	3.44	0.68
หญิง	480	70.7	3.56	1.13	3.80	0.92	2.82	1.15	4.08	0.68	3.69	0.91	3.59	0.62
สาขาวิชา														
วิทยาศาสตร์กายภาพ	171	25.2	3.40	1.08	3.57	0.92	2.45	1.00	3.89	0.71	3.61	0.89	3.38	0.61
วิทยาศาสตร์ชีวภาพ	169	24.9	3.36	1.19	3.79	0.91	2.91	1.04	4.01	0.74	3.76	0.98	3.57	0.64
สังคมศาสตร์	202	29.7	3.68	1.14	3.83	0.95	2.85	1.14	4.04	0.77	3.59	0.97	3.60	0.62
มนุษยศาสตร์	137	20.2	3.66	1.16	3.89	0.96	2.82	1.23	4.10	0.64	3.75	0.90	3.64	0.67
ที่พักอาศัย														
บ้าน	528	77.8	3.53	1.13	3.74	0.96	2.72	1.11	4.00	0.72	3.63	0.95	3.53	0.64
หอพักนิตติ	97	14.3	3.56	1.23	3.90	0.82	2.93	1.05	4.03	0.77	3.83	0.85	3.65	0.62
อื่น ๆ	54	8.0	3.40	1.16	3.74	0.99	2.84	1.22	4.04	0.72	3.76	0.97	3.56	0.71
ภูมิลำเนา														
กทม.	456	67.2	3.50	1.15	3.73	0.95	2.70	1.12	3.98	0.71	3.66	0.95	3.51	0.65
ต่างจังหวัด	223	32.8	3.58	1.14	3.85	0.91	2.89	1.10	4.07	0.74	3.70	0.93	3.62	0.63
รวม	679	100	3.53	1.15	3.77	0.94	2.76	1.12	4.01	0.72	3.67	0.94	3.55	0.64

1.2.4 การสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงินของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4  
จำแนกตามเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา

ตารางที่ 9 ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนการสนับสนุนทางสังคม  
ด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน จำแนกตามเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา  
( N = 679 )

ตัวแปร	จำนวน		การสนับสนุนทางสังคม											
			ด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน											
			พ่อ		แม่		ญาติพี่น้อง		เพื่อน		อาจารย์		รวม	
	n	%	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
เพศ														
ชาย	199	29.3	3.92	1.05	4.20	0.76	2.69	1.16	3.15	0.89	2.22	0.93	3.24	0.60
หญิง	480	70.7	4.13	1.02	4.41	0.73	2.87	1.20	3.32	0.85	2.14	0.95	3.37	0.61
สาขาวิชา														
วิทยาศาสตร์กายภาพ	171	25.2	4.05	0.86	4.23	0.63	2.48	1.11	3.17	0.81	2.05	0.82	3.20	0.51
วิทยาศาสตร์ชีวภาพ	169	24.9	3.86	1.24	4.33	0.79	3.01	1.15	3.37	0.93	2.20	0.98	3.35	0.66
สังคมศาสตร์	202	29.7	4.17	0.99	4.39	0.77	2.93	1.19	3.30	0.85	2.10	0.97	3.38	0.59
มนุษยศาสตร์	137	20.2	4.19	0.98	4.45	0.77	2.84	1.25	3.24	0.84	2.36	0.99	3.42	0.67
ที่พักอาศัย														
บ้าน	528	77.8	4.10	0.99	4.35	0.75	2.78	1.18	3.25	0.86	2.12	0.93	3.32	0.59
หอพักนิสิต	97	14.3	3.95	1.22	4.37	0.65	3.02	1.15	3.38	0.86	2.40	1.01	3.43	0.66
อื่น ๆ	54	8.0	3.98	1.11	4.30	0.85	2.87	1.34	3.30	0.90	2.21	0.97	3.33	0.67
ภูมิลำเนา														
กทม.	456	67.2	4.06	1.01	4.33	0.79	2.76	1.17	3.24	0.85	2.15	0.92	3.31	0.60
ต่างจังหวัด	223	32.8	4.07	2.07	4.39	0.65	2.95	1.22	3.33	0.88	2.19	1.00	3.39	0.63
รวม	679	100	4.07	1.03	4.35	0.74	2.82	1.19	3.27	0.86	2.17	0.95	3.33	0.61

จากข้อมูลในตารางที่ 9 เมื่อเปรียบเทียบกับเกณฑ์การตัดคะแนนดังกล่าวแสดงว่า

1.2.4.1 นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงินปานกลางถึงค่อนข้างมาก

1.2.4.2 นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ทั้งชายและหญิง ทั้งในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ วิทยาศาสตร์ชีวภาพ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ ทั้งที่พักอาศัยที่บ้าน หอพักนิสิตภายในมหาวิทยาลัย และอื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียม ทั้งที่มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานคร และต่างจังหวัด ต่างได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงินปานกลางถึงค่อนข้างมาก โดยได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน

เงินจากพ่อ และแม่ มาก ได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงินจากญาติพี่น้องปานกลางถึงค่อนข้างน้อย ได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงินจากเพื่อนปานกลางถึงค่อนข้างมาก และได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงินจากอาจารย์น้อย

#### 1.2.5 การสนับสนุนทางสังคมโดยรวมของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 จำแนกตามเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา

ตารางที่ 10 ค่าเฉลี่ย ( M ) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม จำแนกตามเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา ( N = 679 )

ตัวแปร	จำนวน		การสนับสนุนทางสังคมโดยรวม												
			พ่อ		แม่		ญาติพี่น้อง		เพื่อน		อาจารย์		รวม		
	n	%	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	
เพศ															
ชาย	199	29.3	3.67	1.08	4.01	0.78	2.76	1.01	3.60	0.74	2.99	0.86	3.41	0.63	
หญิง	480	70.7	3.84	1.01	4.16	0.74	3.02	1.07	3.84	0.63	2.97	0.82	3.56	0.58	
สาขาวิชา															
วิทยาศาสตร์กายภาพ	171	25.2	3.66	0.94	3.94	0.72	2.62	0.97	3.63	0.63	2.85	0.75	3.34	0.56	
วิทยาศาสตร์ชีวภาพ	169	24.9	3.67	1.17	4.16	0.74	3.14	0.98	3.80	0.71	3.04	0.88	3.56	0.61	
สังคมศาสตร์	202	29.7	3.91	0.99	4.18	0.74	3.05	1.06	3.80	0.70	2.89	0.87	3.57	0.57	
มนุษยศาสตร์	137	20.2	3.89	1.02	4.17	0.83	2.94	1.17	3.84	0.60	3.17	0.79	3.60	0.64	
ที่พักอาศัย															
บ้าน	528	77.8	3.79	1.00	4.09	0.76	2.90	1.05	3.75	0.66	2.93	0.83	3.49	0.59	
หอพักนิสิต	97	14.3	3.82	1.19	4.25	0.66	3.13	0.99	3.81	0.71	3.19	0.78	3.64	0.61	
อื่น ๆ	54	8.0	3.67	1.10	4.08	0.86	2.99	1.21	3.84	0.70	3.05	0.88	3.52	0.68	
ภูมิลำเนา															
กทม.	456	67.2	3.76	1.02	4.07	0.78	2.87	1.05	3.74	0.65	2.95	0.82	3.48	0.59	
ต่างจังหวัด	223	32.8	3.85	1.06	4.20	0.70	3.08	1.05	3.82	0.71	3.02	0.86	3.60	0.61	
รวม	679	100	3.79	1.03	4.11	0.76	2.94	1.06	3.77	0.67	2.97	0.83	3.52	0.60	

จากข้อมูลในตารางที่ 10 เมื่อเปรียบเทียบกับเกณฑ์การตัดคะแนนดังกล่าวแสดงว่า

1.2.5.1 นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ได้รับการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมมาก

1.2.5.2 นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ทั้งชายและหญิง ทั้งในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ วิทยาศาสตร์ชีวภาพ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ ทั้งที่พักอาศัยที่บ้าน หอพักนิสิตภายในมหาวิทยาลัย และอื่น ๆ ได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียม ทั้งที่มีภูมิลำเนาอยู่ใน



อยู่ในกรุงเทพมหานคร และต่างจังหวัด ต่างได้รับการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมค่อนข้างมากถึงมาก โดยได้รับการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมจากพ่อ แม่ และเพื่อนมาก ได้รับการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมจากญาติพี่น้อง และอาจารย์ปานกลางถึงค่อนข้างน้อย

### 1.3 กลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 จำแนกตามเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา

ตารางที่ 11 ค่าเฉลี่ย ( M ) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ( SD ) ของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา จำแนกตามเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา ( N = 679 )

ตัวแปร	จำนวน		กลวิธีการเผชิญปัญหา						
			แบบมุ่งจัดการกับปัญหา		แบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม		แบบหลีกเลี่ยง		
	n	%	M	SD	M	SD	M	SD	
เพศ									
ชาย	199	29.3	3.72	0.56	3.21	0.77	2.78	0.69	
หญิง	480	70.7	3.69	0.57	3.68	0.71	2.62	0.57	
สาขาวิชา									
วิทยาศาสตร์กายภาพ	171	25.2	3.61	0.50	3.28	0.80	2.74	0.67	
วิทยาศาสตร์ชีวภาพ	169	24.9	3.74	0.73	3.64	0.70	2.60	0.61	
สังคมศาสตร์	202	29.7	3.75	0.53	3.56	0.79	2.64	0.56	
มนุษยศาสตร์	137	20.2	3.69	0.44	3.74	0.62	2.71	0.60	
ที่พักอาศัย									
บ้าน	528	77.8	3.65	0.47	3.54	0.77	2.67	0.62	
หอพักนิสิต	97	14.3	3.85	0.64	3.41	0.63	2.69	0.57	
อื่น ๆ	54	8.0	3.96	1.01	3.78	0.79	2.64	0.59	
ภูมิลำเนา									
กทม.	456	67.2	3.66	0.47	3.54	0.77	2.67	0.61	
ต่างจังหวัด	223	32.8	3.78	0.72	3.56	0.73	2.66	0.61	
รวม	679	100	3.70	0.57	3.54	0.76	2.67	0.61	

การวัดกลวิธีการเผชิญปัญหาใช้มาตรประเมินค่า 5 ระดับ ตั้งแต่ 1 ถึง 5 โดยตั้งเกณฑ์ดังนี้ คะแนนที่อยู่ในช่วงระหว่าง 1.00 – 2.49 แสดงถึงการใช้กลวิธีการเผชิญปัญหานั้นน้อย คะแนนที่อยู่ในช่วงระหว่าง 2.50 – 2.99 แสดงถึงการใช้กลวิธีการเผชิญปัญหานั้นปานกลางถึงค่อนข้างน้อย คะแนนที่อยู่ในช่วงระหว่าง 3.00 – 3.49 แสดงถึงการใช้กลวิธีการเผชิญปัญหานั้นปานกลางถึงค่อนข้างมาก คะแนนที่อยู่ในช่วงระหว่าง 3.50 – 5.00 แสดงถึงการใช้กลวิธีการเผชิญปัญหานั้นมาก จากข้อมูลในตารางที่ 11 เมื่อเปรียบเทียบกับเกณฑ์การตัดคะแนนดังกล่าวแสดงว่า

1.3.1 นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมาก และใช้การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงก่อนข้างน้อย

1.3.2 นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ทั้งชาย และหญิง ทั้งในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ วิทยาศาสตร์ชีวภาพ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ ทั้งที่พักอาศัยที่บ้าน หอพักนิตินิถยภายในมหาวิทยาลัย และอื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียม ทั้งที่มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานคร และต่างจังหวัด ต่างก็ใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามาก และใช้การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงก่อนข้างน้อย ส่วนการเผชิญปัญหาแบบสนับสนุนทางสังคมนั้น นิสิตนักศึกษาหญิงในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพ สังคมศาสตร์ มนุษยศาสตร์ ที่พักอาศัยที่บ้าน และที่อื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียม ทั้งที่มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานคร และต่างจังหวัดใช้กลวิธีดังกล่าวมาก ในขณะที่ นิสิตนักศึกษาชาย นิสิตนักศึกษาวิทยาศาสตร์กายภาพใช้ในระดับปานกลาง ส่วนนิสิตที่พักอาศัยอยู่ในหอพักนิตินิถยภายในมหาวิทยาลัยใช้ในระดับค่อนข้างมาก



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## 2. ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของความวิตกกังวล กลวิธีการเผชิญปัญหา และการสนับสนุนทางสังคมของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 จำแนกตามเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา

### ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง

ในเบื้องต้นก่อนที่ผู้วิจัยจะวิเคราะห์ค่าความแปรปรวนสองทาง เนื่องจากเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา มีสัดส่วนกลุ่มตัวอย่างต่างกัน ( ดังตารางที่ 5 ถึง 11 ) ผู้วิจัยจึงทำการทดสอบเอกพันธ์ของค่าความแปรปรวน (test of homogeneity of variance) ของตัวแปรตาม ก่อนจะทำการวิเคราะห์ค่าความแปรปรวนสองทาง

ตารางที่ 12 การทดสอบความเป็นเอกพันธ์ของความแปรปรวน

ตัวแปรต้น	ตัวแปรตาม	ค่า F	ระดับนัยสำคัญ
จำแนกตามเพศ และสาขาวิชา	ความวิตกกังวล		
	ความวิตกกังวลต่อสถานการณ์	1.19	.309
	ความวิตกกังวลประจำตัว	1.05	.393
	การสนับสนุนทางสังคม		
	ด้านอารมณ์	6.76***	.000
	ด้านการประเมิน	1.27	.263
	ด้านข้อมูลข่าวสาร	1.47	.175
	ด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน	1.91	.065
	การสนับสนุนทางสังคมโดยรวม	1.34	.228
	กลวิธีการเผชิญปัญหา		
แบบมุ่งจัดการกับปัญหา	0.80	.585	
แบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม	2.17*	.035	
แบบหลีกเลี่ยง	2.55*	.013	
จำแนกตามเพศ และที่พักอาศัย	ความวิตกกังวล		
	ความวิตกกังวลต่อสถานการณ์	1.80	.111
	ความวิตกกังวลประจำตัว	3.25**	.007
	การสนับสนุนทางสังคม		
	ด้านอารมณ์	7.76***	.000
	ด้านการประเมิน	1.89	.094
	ด้านข้อมูลข่าวสาร	1.39	.228
	ด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน	2.13	.060
	การสนับสนุนทางสังคมโดยรวม	1.34	.246
	กลวิธีการเผชิญปัญหา		
แบบมุ่งจัดการกับปัญหา	1.77	.116	
แบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม	1.97	.081	
แบบหลีกเลี่ยง	1.74	.124	

\*p < .05, \*\*p < .01, \*\*\*p < .001

ตารางที่ 12 (ต่อ)

ตัวแปรต้น	ตัวแปรตาม	ค่า F	ระดับนัยสำคัญ
จำแนกตามเพศ และภูมิภาค	ความวิตกกังวล		
	ความวิตกกังวลต่อสถานการณ์	0.53	.663
	ความวิตกกังวลประจำตัว	2.89*	.035
	การสนับสนุนทางสังคม		
	ด้านอารมณ์	11.94***	.000
	ด้านการประเมิน	3.79*	.010
	ด้านข้อมูลข่าวสาร	2.70*	.045
	ด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน	0.67	.569
	การสนับสนุนทางสังคมโดยรวม	2.24	.082
	กลวิธีการเผชิญปัญหา		
แบบมุ่งจัดการกับปัญหา	1.84	.139	
แบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม	1.15	.328	
แบบหลีกเลี่ยง	2.74*	.043	
จำแนกตามสาขาวิชา และที่พักอาศัย	ความวิตกกังวล		
	ความวิตกกังวลต่อสถานการณ์	1.14	.327
	ความวิตกกังวลประจำตัว	2.15*	.016
	การสนับสนุนทางสังคม		
	ด้านอารมณ์	6.57***	.000
	ด้านการประเมิน	1.07	.383
	ด้านข้อมูลข่าวสาร	2.41**	.006
	ด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน	0.90	.541
	การสนับสนุนทางสังคมโดยรวม	1.65	.881
	กลวิธีการเผชิญปัญหา		
แบบมุ่งจัดการกับปัญหา	5.20***	.000	
แบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม	2.27*	.010	
แบบหลีกเลี่ยง	0.86	.585	

\*p &lt; .05, \*\*p &lt; .01, \*\*\*p &lt; .001

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 12 (ต่อ)

ตัวแปรต้น	ตัวแปรตาม	ค่า F	ระดับนัยสำคัญ
จำแนกตามสาขาวิชา และภูมิภาค	ความวิตกกังวล		
	ความวิตกกังวลต่อสถานการณ์	0.84	.555
	ความวิตกกังวลประจำตัว	1.00	.430
	การสนับสนุนทางสังคม		
	ด้านอารมณ์	7.40***	.000
	ด้านการประเมิน	1.59	.354
	ด้านข้อมูลข่าวสาร	1.29	.253
	ด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน	1.79	.087
	การสนับสนุนทางสังคมโดยรวม	1.83	.079
	กลวิธีการเผชิญปัญหา		
แบบมุ่งจัดการกับปัญหา	1.83	.079	
แบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม	2.27*	.028	
แบบหลีกเลี่ยง	1.14	.335	
จำแนกตามที่พักอาศัย และภูมิภาค	ความวิตกกังวล		
	ความวิตกกังวลต่อสถานการณ์	0.67	.644
	ความวิตกกังวลประจำตัว	2.92*	.013
	การสนับสนุนทางสังคม		
	ด้านอารมณ์	4.66***	.000
	ด้านการประเมิน	1.11	.354
	ด้านข้อมูลข่าวสาร	0.47	.799
	ด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน	0.82	.537
	การสนับสนุนทางสังคมโดยรวม	0.39	.859
	กลวิธีการเผชิญปัญหา		
แบบมุ่งจัดการกับปัญหา	1.02	.404	
แบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม	1.39	.225	
แบบหลีกเลี่ยง	0.57	.726	

\*p &lt; .05, \*\*p &lt; .01, \*\*\*p &lt; .001

จากตารางที่ 12 ผลการทดสอบความเป็นเอกพันธ์ของค่าความแปรปรวน พบว่าไม่แตกต่างกัน ยกเว้นการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม และแบบหลีกเลี่ยงที่จำแนกตามเพศ และสาขาวิชา ความวิตกกังวลประจำตัว และการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ที่จำแนกตามเพศ และที่พักอาศัย ความวิตกกังวลประจำตัว การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ ด้านการประเมิน ด้านข้อมูลข่าวสาร และกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงที่จำแนกตามเพศ และภูมิภาค ความวิตกกังวลประจำตัว การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ ด้านข้อมูลข่าวสาร กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และแบบ

แสวงหาการสนับสนุนทางสังคมที่จำแนกตามสาขาวิชา และที่พักอาศัย การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ และกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมที่จำแนกตามสาขาวิชา และภูมิฐานะ ความวิตกกังวลประจำตัว และการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ที่จำแนกตามที่พักอาศัย และภูมิฐานะ ซึ่งเป็นความคลาดเคลื่อนอันเนื่องมาจากกลุ่มตัวอย่างมีความแตกต่างกัน และผู้วิจัยจะวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางต่อไป หากการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางพบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ผู้วิจัยจะทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่ตามวิธี Dunnett's T3 ในกรณีที่ตัวแปรอิสระจำแนกมากกว่าหรือเท่ากับ 3 ระดับ และในกรณีที่พบว่ามีปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร ผู้วิจัยใช้วิธีการเสนอกกราฟแสดงความสัมพันธ์

## 2.1 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของตัวแปรความวิตกกังวล

### 2.1.1 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของตัวแปรความวิตกกังวล จำแนกตามเพศและสาขาวิชา

ตารางที่ 13 ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของความวิตกกังวล จำแนกตามเพศและสาขาวิชา

จำแนกตามเพศ และสาขาวิชา		n	คะแนนความวิตกกังวล			
			ความวิตกกังวล ต่อสถานการณ์		ความวิตกกังวล ประจำตัว	
			M	SD	M	SD
ชาย	วิทยาศาสตร์กายภาพ	92	44.50	8.69	44.23	8.77
	วิทยาศาสตร์ชีวภาพ	45	44.73	10.79	43.09	7.25
	สังคมศาสตร์	56	47.63	9.66	44.30	7.78
	มนุษยศาสตร์	6	42.50	6.50	44.50	7.04
	รวม	199	45.37	9.47	44.00	8.08
หญิง	วิทยาศาสตร์กายภาพ	79	43.42	8.96	45.49	7.55
	วิทยาศาสตร์ชีวภาพ	124	45.65	9.33	43.71	7.68
	สังคมศาสตร์	146	48.45	9.78	42.86	7.19
	มนุษยศาสตร์	131	44.47	8.36	44.20	6.98
	รวม	480	45.81	9.32	43.88	7.35
รวม		679	45.68	9.36	43.91	7.57



ตารางที่ 14 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของคะแนนความวิตกกังวล จำแนกตามเพศ และสาขาวิชา

ตัวแปรตาม	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	ค่า F	Sig
ความวิตกกังวล ต่อสถานการณ์	เพศ	6.968	1	6.968	0.08	.775
	สาขาวิชา	2012.509	3	670.836	7.86***	.000
	เพศ*สาขาวิชา	120.609	3	40.203	0.47	.703
	ความคลาดเคลื่อน	57268.489	671	85.348		
	รวม	59428.922	678			
ความวิตกกังวล ประจำตัว	เพศ	1.602	1	1.602	0.03	.867
	สาขาวิชา	259.946	3	86.649	1.51	.210
	เพศ*สาขาวิชา	164.497	3	54.832	0.96	.412
	ความคลาดเคลื่อน	38407.305	671	57.239		
	รวม	38833.873	678			

\*p < .05, \*\*p < .01, \*\*\*p < .001

#### 2.1.1.1 ความวิตกกังวลต่อสถานการณ์

ค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ จำแนกตามเพศ และสาขาวิชา ปรากฏในตารางที่ 13 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทาง ดังตารางที่ 14 พบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีสาขาวิชาเรียนแตกต่างกันมีคะแนนความวิตกกังวลต่อสถานการณ์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ของนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ (M = 48.22) มากกว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ (M = 44.00) วิทยาศาสตร์ชีวภาพ (M = 45.41) และมนุษยศาสตร์ (M = 44.38) ผลปรากฏในตารางที่ 15

ส่วนเพศ ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและสาขาวิชาไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

#### 2.1.1.2 ความวิตกกังวลประจำตัว

ค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลประจำตัว จำแนกตามเพศ และสาขาวิชา ปรากฏในตารางที่ 13 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง ดังตารางที่ 14 พบว่าผลหลักของตัวเพศ และสาขาวิชา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและสาขาวิชาไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ 15 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนความวิตกกังวลต่อ  
สถานการณ์ของนิสิตนักศึกษาที่มีสาขาวิชาเรียนแตกต่างกัน

สาขาวิชา	n	M	SD	ความวิตกกังวลต่อสถานการณ์			
				1	2	3	4
1. วิทยาศาสตร์กายภาพ	171	44.00	8.81	~			
2. วิทยาศาสตร์ชีวภาพ	169	45.41	9.72	~			
3. สังคมศาสตร์	202	48.22	9.73	3>1*	3>2*		
4. มนุษยศาสตร์	137	44.38	8.28	~	~	4<3*	

\*p < .05

### 2.1.2 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของตัวแปรความวิตกกังวล จำแนกตามเพศ และที่พักอาศัย

ตารางที่ 16 ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของความวิตกกังวล จำแนกตามเพศ  
และที่พักอาศัย

จำแนกตามเพศ และที่พักอาศัย		n	คะแนนความวิตกกังวล			
			ความวิตกกังวล ต่อสถานการณ์		ความวิตกกังวล ประจำตัว	
			M	SD	M	SD
ชาย	บ้าน	144	45.83	9.08	44.49	8.05
	หอพักนิสิต	40	43.40	9.93	41.85	6.84
	อื่น ๆ	45	46.20	11.75	45.00	10.75
	รวม	199	45.37	9.47	44.00	8.08
หญิง	บ้าน	384	46.46	9.55	44.24	7.25
	หอพักนิสิต	57	42.53	7.71	41.70	5.64
	อื่น ๆ	39	44.03	8.14	43.49	9.81
	รวม	480	45.81	9.32	43.88	7.35
รวม		679	45.68	9.36	43.91	7.57

ตารางที่ 17 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของความวิตกกังวล จำแนกตามเพศ และ  
ที่พักอาศัย

ตัวแปรตาม	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	ค่า F	Sig
ความวิตกกังวล ต่อสถานการณ์	เพศ	4.091	1	4.091	0.05	.828
	ที่พักอาศัย	976.992	2	488.496	5.64**	.004
	เพศ*ที่พักอาศัย	98.556	2	49.278	0.57	.567
	ความคลาดเคลื่อน	58329.059	673	86.666		
	รวม	59428.922	678			
ความวิตกกังวล ประจำตัว	เพศ	15.494	1	15.494	0.27	.602
	ที่พักอาศัย	544.479	2	272.239	4.79**	.009
	เพศ*ที่พักอาศัย	16.544	2	8.272	0.15	.865
	ความคลาดเคลื่อน	38270.725	673	56.866		
	รวม	38833.873	678			

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

#### 2.1.2.1 ความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ และความวิตกกังวลประจำตัว

ค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ และความวิตกกังวลประจำตัว จำแนกตามเพศ และที่พักอาศัย ปรากฏในตารางที่ 16 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทาง ดังตารางที่ 17 นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีที่พักอาศัยแตกต่างกันมีคะแนนความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ และความวิตกกังวลประจำตัวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยนิสิตนักศึกษานิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่บ้านมีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ และความวิตกกังวลประจำตัว (M = 46.29 และ 44.31) มากกว่านิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่หอพักนิตภายในมหาวิทยาลัย (M = 42.89 และ 41.76) ส่วนนิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่อื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโด-มิเนียม มีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ และความวิตกกังวลประจำตัวไม่แตกต่างจากนิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่บ้าน หรือที่พักอาศัยที่หอพักนิตภายในมหาวิทยาลัย ผลปรากฏในตารางที่ 18 และ 19 ส่วนเพศ และปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและที่พักอาศัยไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ 18 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนความวิตกกังวลต่อ  
สถานการณ์ของนิสิตนักศึกษาที่มีที่พักอาศัยแตกต่างกัน

ที่พักอาศัย	n	M	SD	ความวิตกกังวลต่อสถานการณ์			
				1	2	3	4
1. บ้าน	528	46.29	9.42	~	1>2*	~	~
2. หอพักนิตติภายในมหาวิทยาลัย	97	42.89	8.66			~	~
3. อื่น ๆ	54	44.76	9.21				~

\*p < .05

ตารางที่ 19 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนความวิตกกังวล  
ประจำตัวของนิสิตนักศึกษาที่มีที่พักอาศัยแตกต่างกัน

ที่พักอาศัย	n	M	SD	ความวิตกกังวลประจำตัว			
				1	2	3	4
1. บ้าน	528	44.31	7.47	~	1>2*	~	~
2. หอพักนิตติภายในมหาวิทยาลัย	97	41.76	6.13			~	~
3. อื่น ๆ	54	43.91	10.00				~

\*p < .05

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

### 2.1.3 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของตัวแปรความวิตกกังวล จำแนกตามเพศ และภูมิภาค

ตารางที่ 20 ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของความวิตกกังวล จำแนกตามเพศ และภูมิภาค

จำแนกตามเพศ และภูมิภาค		n	คะแนนความวิตกกังวล			
			ความวิตกกังวล ต่อสถานการณ์		ความวิตกกังวล ประจำตัว	
			M	SD	M	SD
ชาย	กทม.	123	44.99	9.04	43.95	7.23
	ต่างจังหวัด	76	45.99	10.16	44.08	9.35
	รวม	199	45.37	9.47	44.00	8.08
หญิง	กทม.	333	46.64	9.42	44.21	7.38
	ต่างจังหวัด	147	43.95	8.85	43.12	7.26
	รวม	480	45.81	9.32	43.88	7.35
รวม		679	45.68	9.36	43.91	7.57

ตารางที่ 21 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของความวิตกกังวล จำแนกตามเพศ และภูมิภาค

ตัวแปรตาม	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	ค่า F	Sig
ความวิตกกังวล ต่อสถานการณ์	เพศ	14.778	1	14.778	0.17	.680
	ภูมิภาค	348.067	1	348.067	4.08*	.046
	เพศ*ภูมิภาค	436.964	1	436.964	5.03*	.025
	ความคลาดเคลื่อน	58616.576	675	86.893		
	รวม	59428.922	678			
ความวิตกกังวล ประจำตัว	เพศ	4.345	1	4.345	0.08	.783
	ภูมิภาค	73.918	1	73.918	1.29	.257
	เพศ*ภูมิภาค	47.515	1	47.515	0.83	.363
	ความคลาดเคลื่อน	38710.315	675	57.349		
	รวม	388833.873	678			

\*p < .05

### 2.1.3.1 ความวิตกกังวลต่อสถานการณ์

ค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ จำแนกตามเพศ และภูมิลำเนา ปรากฏในตารางที่ 20 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง ดังตารางที่ 21 พบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีภูมิลำเนาแตกต่างกันมีคะแนนความวิตกกังวลต่อสถานการณ์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ของนิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานคร (M= 46.19) มากกว่านิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในต่างจังหวัด (M= 44.64) ผลปรากฏในตารางที่ 20

ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศ และภูมิลำเนามีนัยสำคัญทางสถิติ โดยความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ของนิสิตนักศึกษาหญิงที่มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานคร (M= 46.64)มากกว่า นิสิตนักศึกษาหญิงหญิงที่มีภูมิลำเนาอยู่ในต่างจังหวัด (M= 43.95) ผลปรากฏในตารางที่ 22

ส่วนเพศนั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

### 2.1.3.1 ความวิตกกังวลประจำตัว

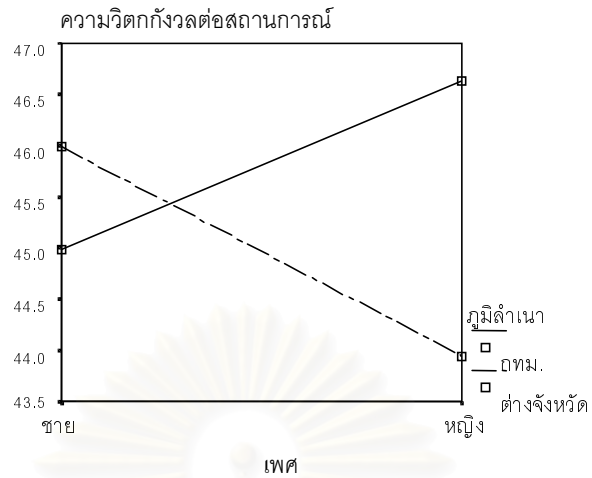
ค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลประจำตัว จำแนกตามเพศ และภูมิลำเนา ปรากฏในตารางที่ 20 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางดังตารางที่ 21 ซึ่งพบว่าผลหลักของตัวแปรเพศ และภูมิลำเนา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศกับภูมิลำเนาไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ 22 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ จำแนกตามเพศ และภูมิลำเนา

เพศ	ภูมิลำเนา	n	M	SD	ความวิตกกังวลต่อสถานการณ์			
					1	2	3	4
1.ชาย	กทม.	123	44.99	9.04	~			
2.ชาย	ต่างจังหวัด	76	45.99	10.16	~	~		
3.หญิง	กทม.	333	46.64	9.42	~	~	3>4*	
4.หญิง	ต่างจังหวัด	147	43.95	8.85	~	~	~	~

\*p<.05





ภาพที่ 5 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและภูมิภาคของ  
คะแนนความวิตกกังวลต่อสถานการณ์

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

### 2.1.4 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของตัวแปรความวิตกกังวล จำแนกตามสาขาวิชา และที่พักอาศัย

ตารางที่ 23 ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของความวิตกกังวล จำแนกตามสาขาวิชา และที่พักอาศัย

จำแนกตามสาขาวิชา และที่พักอาศัย		n	คะแนนความวิตกกังวล			
			ความวิตกกังวล ต่อสถานการณ์		ความวิตกกังวล ประจำตัว	
			M	SD	M	SD
วิทยาศาสตร์กายภาพ	บ้าน	138	44.25	8.85	45.05	8.32
	หอพักนิสิต	18	42.17	8.66	43.00	6.44
	อื่น ๆ	15	43.93	8.92	44.80	9.50
	รวม	171	44.00	8.81	44.81	8.23
วิทยาศาสตร์ชีวภาพ	บ้าน	115	46.97	9.73	44.09	7.41
	หอพักนิสิต	44	42.07	8.63	41.82	5.82
	อื่น ๆ	10	42.20	10.48	44.90	13.65
	รวม	169	45.41	9.72	43.54	7.55
สังคมศาสตร์	บ้าน	156	49.06	9.76	43.78	7.15
	หอพักนิสิต	28	43.36	8.60	40.57	6.66
	อื่น ๆ	18	48.56	9.36	42.89	9.49
	รวม	202	48.22	9.73	43.26	7.37
มนุษยศาสตร์	บ้าน	119	44.39	8.33	44.35	6.89
	หอพักนิสิต	7	48.00	9.04	43.00	5.29
	อื่น ๆ	11	42.00	6.99	43.45	8.87
	รวม	137	44.38	8.28	44.21	6.96
รวม		679	45.68	9.36	43.91	7.57

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 24 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของความวิตกกังวล จำแนกตามสาขาวิชา และที่พักอาศัย

ตัวแปรตาม	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	ค่า F	Sig
ความวิตกกังวล ต่อสถานการณ์	สาขาวิชา	2228.028	3	742.676	8.92***	.000
	ที่พักอาศัย	1195.388	2	597.694	7.18**	.001
	สาขาวิชา*ที่พักอาศัย	673.793	6	112.299	1.35	.233
	ความคลาดเคลื่อน	55526.885	667	83.249		
	รวม	58428.922	678			
ความวิตกกังวล ประจำตัว	สาขาวิชา	202.379	3	67.460	1.18	.316
	ที่พักอาศัย	473.020	2	236.510	4.15*	.016
	สาขาวิชา*ที่พักอาศัย	43.635	6	7.273	0.13	.993
	ความคลาดเคลื่อน	38056.749	667	57.057		
	รวม	38833.873	678			

\*p < .05, \*\*p < .01, \*\*\*p < .001

#### 2.1.4.1 ความวิตกกังวลต่อสถานการณ์

ค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลต่อสถานการณ์จำแนกตามสาขาวิชา และที่พักอาศัย ปรากฏในตารางที่ 23 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางดังตารางที่ 24 นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีสาขาวิชาเรียนแตกต่างกันมีคะแนนความวิตกกังวลต่อสถานการณ์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ของนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ (M = 48.22) มากกว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ (M = 44.00) วิทยาศาสตร์ชีวภาพ (M = 45.41) และมนุษยศาสตร์ (M = 44.38) ในขณะที่นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ วิทยาศาสตร์ชีวภาพ และมนุษยศาสตร์มีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ไม่แตกต่างกัน ผลปรากฏในตารางที่ 25

ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง ดังตารางที่ 24 พบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีที่พักอาศัยแตกต่างกันมีคะแนนความวิตกกังวลต่อสถานการณ์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ของนิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่บ้าน (M = 46.29) มากกว่า นิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่หอพักนิตภายในมหาวิทยาลัย (M = 42.89) ส่วนนิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่อื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียม มีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ไม่แตกต่างจากนิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่บ้าน หรือที่พักอาศัยที่หอพักนิตภายในมหาวิทยาลัย ผลปรากฏในตารางที่ 26

ส่วนปฏิสัมพันธ์ระหว่างสาขาวิชาและที่พักอาศัยนั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

#### 2.1.4.2 ความวิตกกังวลประจำตัว

ค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลประจำตัว จำแนกตามสาขาวิชา และที่พักอาศัยปรากฏในตารางที่ 23 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง ดังตารางที่ 24 พบว่านิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีที่แตกต่างกันมีคะแนนความวิตกกังวลประจำตัวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยความวิตกกังวลประจำตัวของนิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่บ้าน ( $M = 44.31$ ) มากกว่านิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่หอพักนิตติภายในมหาวิทยาลัย ( $M = 41.76$ ) ส่วนนิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่อื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียม มีความวิตกกังวลประจำตัวไม่แตกต่างจากนิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่บ้าน หรือนิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่หอพักนิตติภายในมหาวิทยาลัยผลปรากฏในตารางที่ 27

ส่วนสาขาวิชา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างสาขาวิชาและที่พักอาศัยนั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ 25 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ของนิสิตนักศึกษาที่มีสาขาวิชาเรียนแตกต่างกัน

สาขาวิชา	n	M	SD	ความวิตกกังวลต่อสถานการณ์			
				1	2	3	4
1. วิทยาศาสตร์กายภาพ	171	44.00	8.81	~			
2. วิทยาศาสตร์ชีวภาพ	169	45.41	9.72	~			
3. สังคมศาสตร์	202	48.22	9.73	3>1*	3>2*		
4. มนุษยศาสตร์	137	44.38	8.28	~	~	4<3*	

\* $p < .05$

ตารางที่ 26 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ของนิสิตนักศึกษาที่มีที่พักอาศัยแตกต่างกัน

ที่พักอาศัย	N	M	SD	ความวิตกกังวลต่อสถานการณ์			
				1	2	3	4
1. บ้าน	528	46.29	9.42	~	1>2*	~	~
2. หอพักนิตติภายในมหาวิทยาลัย	97	42.89	8.66			~	~
3. อื่น ๆ	54	44.76	9.21				~

\* $p < .05$

ตารางที่ 27 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนความวิตกกังวล  
ประจำตัวของนิสิตนักศึกษาที่มีที่พักอาศัยแตกต่างกัน

ที่พักอาศัย	n	M	SD	ความวิตกกังวลประจำตัว			
				1	2	3	4
1. บ้าน	528	44.31	7.47	~	1>2*	~	~
2. หอพักนิตติภายในมหาวิทยาลัย	97	41.76	6.13			~	~
3. อื่น ๆ	54	43.91	10.00				~

\*p < .05

2.1.5 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของตัวแปรความวิตกกังวล จำแนกตาม  
สาขาวิชา และภูมิภาค

ตารางที่ 28 ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของความวิตกกังวล จำแนกตาม  
สาขาวิชา และภูมิภาค

จำแนกตามสาขาวิชา และภูมิภาค		n	คะแนนความวิตกกังวล			
			ความวิตกกังวล ต่อสถานการณ์		ความวิตกกังวล ประจำตัว	
			M	SD	M	SD
วิทยาศาสตร์กายภาพ	กทม.	122	43.98	8.86	44.23	7.67
	ต่างจังหวัด	49	44.04	8.76	46.27	9.41
	รวม	171	44.00	8.81	44.81	8.23
วิทยาศาสตร์ชีวภาพ	กทม.	96	46.97	9.59	44.48	7.69
	ต่างจังหวัด	73	43.36	9.55	42.32	7.23
	รวม	169	45.41	9.72	43.54	7.55
สังคมศาสตร์	กทม.	130	49.26	9.45	43.84	7.09
	ต่างจังหวัด	72	46.35	10.01	42.21	7.81
	รวม	202	48.22	9.73	43.26	7.37
มนุษยศาสตร์	กทม.	108	44.31	8.45	44.10	7.00
	ต่างจังหวัด	29	44.66	7.72	44.62	6.88
	รวม	137	44.38	8.28	44.21	6.96
รวม		679	45.68	9.36	43.91	7.57

ตารางที่ 29 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของความวิตกกังวล จำแนกตามสาขาวิชา  
และภูมิภาค

ตัวแปรตาม	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	ค่า F	Sig
ความวิตกกังวล ต่อสถานการณ์	สาขาวิชา	2191.007	3	730.336	8.68***	.000
	ภูมิภาค	518.755	1	518.755	6.17*	.013
	สาขาวิชา*ภูมิภาค	418.884	3	139.628	1.66	.174
	ความคลาดเคลื่อน	56458.427	671	84.141		
	รวม	59428.922	678			
ความวิตกกังวล ประจำตัว	สาขาวิชา	235.219	3	78.406	1.38	.248
	ภูมิภาค	46.448	2	46.448	0.82	.366
	สาขาวิชา*ภูมิภาค	421.930	6	140.643	2.48	.060
	ความคลาดเคลื่อน	38105.026	667	56.788		
	รวม	38833.873	678			

\*p < .05, \*\*p < .01, \*\*\*p < .001

#### 2.1.5.1 ความวิตกกังวลต่อสถานการณ์

ค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลต่อสถานการณ์จำแนกตามสาขาวิชา และภูมิภาค ปรากฏในตารางที่ 28 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางดังตารางที่ 29 นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีสาขาวิชาเรียนแตกต่างกันมีคะแนนความวิตกกังวลต่อสถานการณ์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ของนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ (M = 48.22) มากกว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ (M = 44.00) วิทยาศาสตร์ชีวภาพ (M = 45.41) และมนุษยศาสตร์ (M = 44.38) ในขณะที่นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ วิทยาศาสตร์ชีวภาพ และมนุษยศาสตร์มีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ไม่แตกต่างกัน ผลปรากฏในตารางที่ 30

ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง ดังตารางที่ 29 พบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีภูมิภาคแตกต่างกันมีคะแนนความวิตกกังวลต่อสถานการณ์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ของนิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานคร (M= 46.19) มากกว่านิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในต่างจังหวัด (M= 44.64) ผลปรากฏในตารางที่ 28

ส่วนปฏิสัมพันธ์ระหว่างสาขาวิชา และภูมิภาคไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ



ตารางที่ 30 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนความวิตกกังวล  
ต่อสถานการณ์ของนิสิตนักศึกษาที่มีสาขาวิชาเรียนแตกต่างกัน

สาขาวิชา	n	M	SD	ความวิตกกังวลต่อสถานการณ์			
				1	2	3	4
1. วิทยาศาสตร์กายภาพ	171	44.00	8.81	~			
2. วิทยาศาสตร์ชีวภาพ	169	45.41	9.72	~			
3. สังคมศาสตร์	202	48.22	9.73	3>1*	3>2*		
4. มนุษยศาสตร์	137	44.38	8.28	~	~	4<3*	

\*p < .05

#### 2.1.5.2 ความวิตกกังวลประจำตัว

ค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลประจำตัว จำแนกตามสาขาวิชา และภูมิภาค นำมาปรากฏในตารางที่ 28 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางดังตารางที่ 29 ซึ่งพบว่าผลหลักของตัวแปรสาขาวิชา และภูมิภาค และปฏิสัมพันธ์ระหว่างสาขาวิชากับภูมิภาคไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

#### 2.1.6 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของตัวแปรความวิตกกังวล จำแนกตามที่พักอาศัย และภูมิภาค

ตารางที่ 31 ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของความวิตกกังวล จำแนกตามที่พักอาศัย และภูมิภาค

จำแนกตามที่พักอาศัย และภูมิภาค		n	คะแนนความวิตกกังวล			
			ความวิตกกังวล ต่อสถานการณ์		ความวิตกกังวล ประจำตัว	
			M	SD	M	SD
บ้าน	กทม.	440	43.31	9.37	44.23	7.35
	ต่างจังหวัด	88	46.20	9.70	44.72	8.08
	รวม	528	46.29	9.42	44.31	7.47
หอพักนิสิต	กทม.	6	40.67	7.97	42.00	7.13
	ต่างจังหวัด	91	43.03	8.72	41.75	6.10
	รวม	97	42.89	8.66	41.76	6.13
อื่น ๆ	กทม.	10	44.40	8.10	41.60	6.75
	ต่างจังหวัด	44	44.84	9.53	44.43	10.59
	รวม	54	44.64	9.21	43.91	10.00
รวม		679	45.68	9.36	43.91	7.57

ตารางที่ 32 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของความวิตกกังวล จำแนกตามที่พักอาศัย  
และภูมิลำเนา

ตัวแปรตาม	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	ค่า F	Sig
ความวิตกกังวล ต่อสถานการณ์	ที่พักอาศัย	640.593	2	320.296	3.69*	.025
	ภูมิลำเนา	0.981	1	0.981	0.01	.915
	ที่พักอาศัย*ภูมิลำเนา	32.922	2	16.461	0.19	.827
	ความคลาดเคลื่อน	58394.803	673	86.768		
	รวม	59428.922	678			
ความวิตกกังวล ประจำตัว	ที่พักอาศัย	497.346	2	248.673	4.38*	.013
	ภูมิลำเนา	37.935	1	37.935	0.67	.414
	ที่พักอาศัย*ภูมิลำเนา	45.276	2	22.638	0.40	.671
	ความคลาดเคลื่อน	38219.553	673	56.790		
	รวม	38833.873	678			

\*p < .05

2.1.6.1 ความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ และความวิตกกังวลประจำตัว

ค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ และความวิตกกังวลประจำตัว จำแนกตามที่พักอาศัย และภูมิลำเนา ปรากฏในตารางที่ 31 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง ดังตารางที่ 32 นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีที่พักอาศัยแตกต่างกันมีคะแนนความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ และความวิตกกังวลประจำตัวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยนิสิตนักศึกษานิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่บ้านมีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ และความวิตกกังวลประจำตัว (M = 46.29 และ 44.31) มากกว่านิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่หอพักนิตภายในมหาวิทยาลัย (M = 42.89 และ 41.76) ส่วนนิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่อื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และ คอนโดมิเนียม มีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ และความวิตกกังวลประจำตัวไม่แตกต่างจากนิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่บ้าน หรือที่พักอาศัยที่หอพักนิตภายในมหาวิทยาลัย ผลปรากฏในตารางที่ 33และ34

ส่วนภูมิลำเนา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างที่พักอาศัยและภูมิลำเนาไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ 33 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนความวิตกกังวลต่อ  
สถานการณ์ของนิสิตนักศึกษาที่มีที่พักอาศัยแตกต่างกัน

ที่พักอาศัย	n	M	SD	ความวิตกกังวลต่อสถานการณ์			
				1	2	3	4
1. บ้าน	528	46.29	9.42	~	1>2*	~	~
2. หอพักนิตติภายในมหาวิทยาลัย	97	42.89	8.66			~	~
3. อื่น ๆ	54	44.76	9.21				~

\*p < .05

ตารางที่ 34 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนความวิตกกังวล  
ประจำตัวของนิสิตนักศึกษาที่มีที่พักอาศัยแตกต่างกัน

ที่พักอาศัย	n	M	SD	ความวิตกกังวลประจำตัว			
				1	2	3	4
1. บ้าน	528	44.31	7.47	~	1>2*	~	~
2. หอพักนิตติภายในมหาวิทยาลัย	97	41.76	6.13			~	~
3. อื่น ๆ	54	43.91	10.00				~

\*p < .05

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## 2.2 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของตัวแปรการสนับสนุนทางสังคม

### 2.2.1 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของตัวแปรการสนับสนุนทางสังคมรายด้านทั้ง 4 ด้าน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม จำแนกตามเพศ และสาขาวิชา

ตารางที่ 35 ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของการสนับสนุนทางสังคม จำแนกตามเพศ และสาขาวิชา

จำแนกตามเพศ และสาขาวิชา		n	การสนับสนุนทางสังคม									
			ด้านอารมณ์		ด้านการประเมิน		ด้านข้อมูลข่าวสาร		ด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน		โดยรวม	
ชาย	วิทย์/กายภาพ	92	2.40	0.70	2.26	0.68	2.35	0.69	2.24	0.60	2.34	0.65
	วิทย์/ชีวภาพ	45	2.69	0.47	2.40	0.72	2.53	0.63	2.29	0.63	2.49	0.59
	สังคมศาสตร์	56	2.54	0.57	2.34	0.69	2.41	0.65	2.32	0.69	2.45	0.63
	มนุษยศาสตร์	6	2.17	0.75	2.17	0.75	2.17	0.75	2.17	0.75	2.17	0.75
	รวม	199	2.50	0.63	2.31	0.69	2.40	0.67	2.27	0.63	2.40	0.63
หญิง	วิทย์/กายภาพ	79	2.57	0.55	2.30	0.63	2.43	0.59	2.23	0.55	2.39	0.61
	วิทย์/ชีวภาพ	124	2.66	0.52	2.40	0.62	2.47	0.60	2.33	0.62	2.46	0.60
	สังคมศาสตร์	146	2.68	0.49	2.51	0.55	2.54	0.56	2.40	0.58	2.57	0.54
	มนุษยศาสตร์	131	2.69	0.51	2.50	0.62	2.57	0.57	2.43	0.58	2.58	0.55
	รวม	480	2.66	0.52	2.45	0.61	2.51	0.58	2.36	0.59	2.51	0.57
รวม		679	2.61	0.56	2.41	0.64	2.48	0.61	2.33	0.60	2.48	0.59

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 36 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของการสนับสนุนทางสังคม จำแนกตามเพศ  
และสาขาวิชา

ตัวแปรตาม	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	ค่า F	Sig.
การสนับสนุน ทางสังคม ด้านอารมณ์	เพศ	1.906	1	1.906	6.35*	.012
	สาขาวิชา	2.289	3	.763	2.54	.055
	เพศ * สาขาวิชา	1.766	3	.589	1.96	.118
	ความคลาดเคลื่อน	201.342	671	.300		
	รวม	209.131	678			
การสนับสนุน ทางสังคม ด้านการประเมิน	เพศ	.973	1	.973	2.44	.199
	สาขาวิชา	2.620	3	.873	2.19	.088
	เพศ * สาขาวิชา	.960	3	.320	0.80	.493
	ความคลาดเคลื่อน	267.694	671	.399		
	รวม	273.811	678			
การสนับสนุน ทางสังคม ด้านข้อมูล ข่าวสาร	เพศ	.658	1	.658	1.79	.182
	สาขาวิชา	1.348	3	.449	1.22	.301
	เพศ * สาขาวิชา	1.407	3	.469	1.27	.282
	ความคลาดเคลื่อน	247.009	671	.368		
	รวม	251.482	678			
การสนับสนุน ทางสังคม ด้านสิ่งของ แรง งาน และการเงิน	เพศ	.245	1	.245	0.68	.411
	สาขาวิชา	2.161	3	.720	1.99	.115
	เพศ * สาขาวิชา	.441	3	.147	0.41	.749
	ความคลาดเคลื่อน	243.393	671	.363		
	รวม	247.110	678			
การสนับสนุน ทางสังคม โดยรวม	เพศ	.622	1	.622	1.79	.182
	สาขาวิชา	2.587	3	.862	2.48	.060
	เพศ * สาขาวิชา	1.120	3	.373	1.07	.360
	ความคลาดเคลื่อน	233.829	671	.348		
	รวม	239.482	678			

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

### 2.2.1.1 การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์

ค่าเฉลี่ยของคะแนนการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์จำแนกตามเพศและสาขาวิชา ปรากฏในตารางที่ 35 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง ดังตารางที่ 36 พบว่า นิสิตนักศึกษา ชั้นปีที่ 4 ที่มีเพศแตกต่างกัน มีคะแนนการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ของนิสิตนักศึกษาหญิง ( $M = 2.66$ ) มากกว่านิสิตนักศึกษาชาย ( $M = 2.50$ ) ผลปรากฏในตารางที่ 35

ส่วนสาขาวิชา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและสาขาวิชานั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

### 2.2.1.2 การสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน ด้านข้อมูลข่าวสาร ด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม

ค่าเฉลี่ยของคะแนนการสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน ด้านข้อมูลข่าวสาร ด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม จำแนกตามเพศและสาขาวิชา ปรากฏในตารางที่ 35 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง ดังตารางที่ 36 พบว่า ผลหลักของตัวแปร เพศ สาขาวิชา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและสาขาวิชานั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

## 2.2.2 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของตัวแปรการสนับสนุนทางสังคมรายด้าน ทั้ง 4 ด้าน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม จำแนกตามเพศ และที่พักอาศัย

ตารางที่ 37 ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของการสนับสนุนทางสังคม จำแนกตามเพศ และที่พักอาศัย

จำแนกตามเพศ และ ที่พักอาศัย		n	การสนับสนุนทางสังคม									
			ด้านอารมณ์		ด้านการประเมิน		ด้านข้อมูลข่าวสาร		ด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน		โดยรวม	
ชาย	บ้าน	144	2.44	0.65	2.28	0.69	2.36	0.66	2.25	0.64	2.38	0.64
	หอพักนิสิต	40	2.65	0.58	2.42	0.75	2.58	0.68	2.40	0.63	2.50	0.64
	อื่นๆ	15	2.60	0.51	2.27	0.59	2.33	0.62	2.13	0.52	2.27	0.59
	รวม	199	2.50	0.63	2.31	0.69	2.40	0.67	2.27	0.63	2.40	0.63
หญิง	บ้าน	384	2.66	0.51	2.43	0.60	2.50	0.58	2.35	0.58	2.51	0.57
	หอพักนิสิต	57	2.74	0.48	2.51	0.60	2.58	0.57	2.37	0.59	2.58	0.57
	อื่นๆ	39	2.56	0.60	2.49	0.68	2.54	0.64	2.41	0.68	2.49	0.64
	รวม	480	2.66	0.52	2.45	0.61	2.51	0.58	2.36	0.59	2.51	0.57
รวม		679	2.61	0.56	2.41	0.64	2.48	0.61	2.33	0.60	2.48	0.59



ตารางที่ 38 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของการสนับสนุนทางสังคม จำแนกตามเพศ และที่พักอาศัย

ตัวแปรตาม	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	ค่าF	Sig.
การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์	เพศ	4.179	1	4.179	13.84***	.000
	ที่พักอาศัย	1.362	2	.681	2.26	.106
	เพศ * ที่พักอาศัย	.827	2	.413	1.37	.255
	ความคลาดเคลื่อน	203.208	673	.302		
	รวม	209.131	678			
การสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน	เพศ	2.823	1	2.823	7.30**	.008
	ที่พักอาศัย	.862	2	.431	1.07	.343
	เพศ * ที่พักอาศัย	.150	2	.074	0.19	.830
	ความคลาดเคลื่อน	270.264	673	.402		
	รวม	273.811	678			
การสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสาร	เพศ	2.044	1	2.044	5.55*	.019
	ที่พักอาศัย	1.414	2	.707	1.92	.147
	เพศ * ที่พักอาศัย	.432	2	.216	0.59	.556
	ความคลาดเคลื่อน	247.918	673	.368		
	รวม	251.482	678			
การสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน	เพศ	1.247	1	1.247	3.43	.065
	ที่พักอาศัย	.385	2	.192	0.53	.589
	เพศ * ที่พักอาศัย	.744	2	.372	1.02	.360
	ความคลาดเคลื่อน	244.866	673	.364		
	รวม	247.110	678			
การสนับสนุนทางสังคมโดยรวม	เพศ	2.184	1	2.184	6.21*	.013
	ที่พักอาศัย	.846	2	.423	1.20	.301
	เพศ * ที่พักอาศัย	.149	2	.074	0.21	.809
	ความคลาดเคลื่อน	236.541	673	.351		
	รวม	239.482	678			

\*p<.05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001

2.2.2.1 การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ ด้านการประเมิน ด้านข้อมูลข่าวสาร และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม

ค่าเฉลี่ยของคะแนนการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ ด้านการประเมิน ด้านข้อมูลข่าวสาร และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม จำแนกตามเพศและที่พักอาศัย ปรากฏในตารางที่ 37

ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง ดังตารางที่ 38 พบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีเพศแตกต่างกัน มีคะแนนการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ ด้านการประเมิน ด้านข้อมูลข่าวสาร และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ ด้านการประเมิน ด้านข้อมูลข่าวสาร และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมของนิสิตนักศึกษาหญิง ( $M = 2.66, 2.45, 2.51$  และ  $2.51$  ตามลำดับ) มากกว่านิสิตนักศึกษาชาย ( $M = 2.50, 2.31, 2.40$  และ  $2.40$  ตามลำดับ) ผลปรากฏในตารางที่ 37

ส่วนที่พักอาศัย และปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและสาขาวิชานั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

#### 2.2.2.2 การสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน

ค่าเฉลี่ยของคะแนนการสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน จำแนกตามเพศและที่พักอาศัย ปรากฏในตารางที่ 37 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง ดังตารางที่ 38 พบว่า ผลหลักของตัวแปร เพศ ที่พักอาศัย และปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและที่พักอาศัยนั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

#### 2.2.3 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของตัวแปรการสนับสนุนทางสังคมรายด้าน ทั้ง 4 ด้าน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม จำแนกตามเพศ และภูมิลำเนา

ตารางที่ 39 ค่าเฉลี่ย ( $M$ ) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ( $SD$ ) ของการสนับสนุนทางสังคม จำแนกตามเพศ และภูมิลำเนา

จำแนกตามเพศ และ ภูมิลำเนา		N	การสนับสนุนทางสังคม									
			ด้านอารมณ์		ด้านการประเมิน		ด้านข้อมูลข่าวสาร		ด้านสิ่งของ แรงงาน และ การเงิน		โดยรวม	
ชาย	กทม.	123	2.41	0.64	2.27	0.65	2.35	0.65	2.23	0.62	2.37	0.62
	ต่างจังหวัด	76	2.64	0.58	2.38	0.75	2.49	0.68	2.34	0.64	2.45	0.66
	รวม	199	2.50	0.63	2.31	0.69	2.40	0.67	2.27	0.63	2.40	0.63
หญิง	กทม.	333	2.63	0.53	2.43	0.60	2.49	0.59	2.33	0.60	2.49	0.58
	ต่างจังหวัด	147	2.73	0.49	2.48	0.62	2.56	0.56	2.42	0.57	2.58	0.56
	รวม	480	2.66	0.52	2.45	0.61	2.51	0.58	2.36	0.59	2.51	0.57
รวม		679	2.61	0.56	2.41	0.64	2.48	0.61	2.33	0.60	2.48	0.59

ตารางที่ 40 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของการสนับสนุนทางสังคม จำแนกตามเพศ  
และภูมิภาค

ตัวแปรตาม	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	ค่า F	Sig.
การสนับสนุน ทางสังคม ด้านอารมณ์	เพศ	4.244	1	4.244	14.21***	.000
	ภูมิภาค	3.282	1	3.282	10.99**	.001
	เพศ * ภูมิภาค	.553	1	.553	1.85	.174
	ความคลาดเคลื่อน	201.562	675	.299		
	รวม	209.131	678			
การสนับสนุน ทางสังคม ด้านการประเมิน	เพศ	2.733	1	2.733	6.82**	.009
	ภูมิภาค	.781	1	.781	1.95	.163
	เพศ * ภูมิภาค	.115	1	.115	0.29	.593
	ความคลาดเคลื่อน	270.380	675	.401		
	รวม	273.811	678			
การสนับสนุน ทางสังคม ด้านข้อมูล ข่าวสาร	เพศ	1.920	1	1.920	5.23*	.023
	ภูมิภาค	1.154	1	1.154	3.14	.077
	เพศ * ภูมิภาค	.166	1	.166	0.45	.502
	ความคลาดเคลื่อน	248.444	675	.368		
	รวม	251.482	678			
การสนับสนุน ทางสังคม ด้านสิ่งของ แรง งาน และการเงิน	เพศ	1.300	1	1.300	3.59	.059
	ภูมิภาค	1.391	1	1.391	3.84*	.050
	เพศ * ภูมิภาค	.022	1	.022	0.06	.806
	ความคลาดเคลื่อน	244.582	675	.362		
	รวม	247.110	678			
การสนับสนุน ทางสังคม โดยรวม	เพศ	2.162	1	2.162	6.17*	.013
	ภูมิภาค	1.167	1	1.167	3.33	.068
	เพศ * ภูมิภาค	.003	1	.0034	0.01	.922
	ความคลาดเคลื่อน	236.366	675	.350		
	รวม	239.482	678			

\*p < .05, \*\*p < .01, \*\*\*p < .001

### 2.2.3.1 การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์

ค่าเฉลี่ยของคะแนนการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์จำแนกตามเพศและภูมิภาค

ปรากฏในตารางที่ 39 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง ดังตารางที่ 40 พบว่า นิสิตนักศึกษา  
ชั้นปีที่ 4 ที่มีเพศแตกต่างกัน มีคะแนนการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์แตกต่างกันอย่างมีนัย

มีนัยสำคัญทางสถิติ โดยการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ของนิสิตนักศึกษาหญิง ( $M = 2.66$ ) มากกว่านิสิตนักศึกษาชาย ( $M = 2.50$ ) ผลปรากฏในตารางที่ 39

ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง ดังตารางที่ 40 พบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีภูมิลำเนาแตกต่างกัน มีคะแนนการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ของนิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในต่างจังหวัด ( $M = 2.70$ ) มากกว่านิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานคร ( $M = 2.57$ ) ผลปรากฏในตารางที่ 39

ส่วนปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและภูมิลำเนานั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

2.2.3.2 การสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน ด้านข้อมูลข่าวสาร และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม

ค่าเฉลี่ยของคะแนนการสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน ด้านข้อมูลข่าวสาร และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม จำแนกตามเพศและภูมิลำเนา ปรากฏในตารางที่ 39 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง ดังตารางที่ 40 พบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีเพศแตกต่างกัน มีคะแนนการสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน ด้านข้อมูลข่าวสาร และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยการสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน ด้านข้อมูลข่าวสาร และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมของนิสิตนักศึกษาหญิง ( $M = 2.45, 2.51$  และ  $2.51$  ตามลำดับ) มากกว่านิสิตนักศึกษาชาย ( $M = 2.31, 2.40$  และ  $2.40$  ตามลำดับ) ผลปรากฏในตารางที่ 39

ส่วนภูมิลำเนา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและภูมิลำเนานั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

2.2.3.3 การสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน

ค่าเฉลี่ยของคะแนนการสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน จำแนกตามเพศและภูมิลำเนา ปรากฏในตารางที่ 39 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง ดังตารางที่ 40 พบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีภูมิลำเนาแตกต่างกัน มีคะแนนการสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงินแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยการสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงินของนิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในต่างจังหวัด ( $M = 2.39$ ) มากกว่านิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานคร ( $M = 2.30$ ) ผลปรากฏในตารางที่ 39

ส่วนเพศและปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและภูมิลำเนานั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

2.2.4 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของตัวแปรการสนับสนุนทางสังคมรายด้าน ทั้ง 4 ด้าน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม จำแนกตามสาขาวิชา และที่พักอาศัย

ตารางที่ 41 ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของการสนับสนุนทางสังคม จำแนกตามสาขาวิชาและที่พักอาศัย

จำแนกตามสาขาวิชา และที่พักอาศัย		N	การสนับสนุนทางสังคม									
			ด้านอารมณ์		ด้านการ ประเมิน		ด้านข้อมูล ข่าวสาร		ด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน		โดยรวม	
วิทย์/กายภาพ	บ้าน	138	2.45	0.64	2.25	0.65	2.36	0.65	2.23	0.58	2.33	0.63
	หอพัก	18	2.56	0.70	2.39	0.70	2.44	0.70	2.22	0.55	2.44	0.70
	อื่นๆ	15	2.67	0.49	2.40	0.63	2.60	0.51	2.27	0.59	2.53	0.52
	รวม	171	2.48	0.64	2.28	0.65	2.39	0.64	2.23	0.58	2.36	0.63
วิทย์/ชีวภาพ	บ้าน	115	2.67	0.49	2.38	0.62	2.47	0.58	2.29	0.60	2.46	0.58
	หอพัก	44	2.66	0.53	2.41	0.73	2.50	0.66	2.34	0.64	2.45	0.63
	อื่นๆ	10	2.70	0.67	2.60	0.70	2.60	0.70	2.60	0.70	2.60	0.70
	รวม	169	2.67	0.51	2.40	0.65	2.49	0.61	2.32	0.62	2.47	0.60
สังคมศาสตร์	บ้าน	156	2.65	0.52	2.47	0.58	2.50	0.58	2.38	0.61	2.55	0.55
	หอพัก	28	2.79	0.42	2.61	0.57	2.75	0.44	2.50	0.58	2.71	0.46
	อื่นๆ	18	2.33	0.59	2.17	0.71	2.17	0.71	2.11	0.68	2.11	0.68
	รวม	202	2.64	0.52	2.47	0.60	2.50	0.59	2.38	0.61	2.53	0.57
มนุษยศาสตร์	บ้าน	119	2.64	0.55	2.45	0.65	2.53	0.59	2.39	0.60	2.55	0.58
	หอพัก	7	3.00	0.00	2.57	0.53	2.71	0.49	2.57	0.53	2.71	0.49
	อื่นๆ	11	2.73	0.47	2.73	0.47	2.73	0.47	2.55	0.52	2.64	0.50
	รวม	137	2.66	0.53	2.48	0.63	2.55	0.58	2.42	0.59	2.56	0.57
รวม		679	2.61	0.56	2.41	0.64	2.48	0.61	2.33	0.60	2.48	0.59

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 42 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของการสนับสนุนทางสังคม จำแนกตาม สาขาวิชาและที่พักอาศัย

ตัวแปรตาม	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	ค่าF	Sig.
การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์	สาขาวิชา	3.892	3	1.297	4.31**	.005
	ที่พักอาศัย	.692	2	.346	1.15	.318
	สาขาวิชา * ที่พักอาศัย	3.303	6	.550	1.83	.091
	ความคลาดเคลื่อน	201.019	667	.301		
	รวม	209.131	678			
การสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน	สาขาวิชา	4.258	3	1.419	3.56*	.014
	ที่พักอาศัย	.649	2	.325	0.82	.443
	สาขาวิชา * ที่พักอาศัย	3.307	6	.551	1.38	.219
	ความคลาดเคลื่อน	265.670	667	.398		
	รวม	273.811	678			
การสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสาร	สาขาวิชา	2.523	3	.841	2.30	.076
	ที่พักอาศัย	1.203	2	.601	1.65	.194
	สาขาวิชา * ที่พักอาศัย	4.174	6	.696	1.90	.078
	ความคลาดเคลื่อน	243.697	667	.365		
	รวม	251.482	678			
การสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน	สาขาวิชา	3.132	3	1.044	2.89*	.035
	ที่พักอาศัย	.355	2	.178	0.49	.612
	สาขาวิชา * ที่พักอาศัย	2.704	6	.451	1.25	.280
	ความคลาดเคลื่อน	241.020	667	.361		
	รวม	247.110	678			
การสนับสนุนทางสังคมโดยรวม	สาขาวิชา	4.026	3	1.342	3.89**	.009
	ที่พักอาศัย	.724	2	.362	1.05	.351
	สาขาวิชา * ที่พักอาศัย	4.569	6	.761	2.21*	.041
	ความคลาดเคลื่อน	230.279	667	.345		
	รวม	239.482	678			

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

#### 2.2.4.1 การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์

ค่าเฉลี่ยของคะแนนการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ จำแนกตามสาขาวิชา และที่พักอาศัย ปรากฏในตารางที่ 41 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง ดังตารางที่ 42 พบว่า นิสิตนัก



ศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีสาขาวิชาเรียนแตกต่างกัน มีคะแนนการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยที่การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ของนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพ ( $M = 2.67$ ) สังคมศาสตร์ ( $M = 2.64$ ) และมนุษยศาสตร์ ( $M = 2.66$ ) มากกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ ( $M = 2.48$ ) ผลปรากฏในตารางที่ 43

ส่วนที่พหุอาศัย และปฏิสัมพันธ์ระหว่างสาขาวิชาและที่พหุอาศัยนั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ 43 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ของนิสิตนักศึกษาที่มีสาขาวิชาเรียนแตกต่างกัน

สาขาวิชา	n	M	SD	การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์			
				1	2	3	4
1. วิทยาศาสตร์กายภาพ	171	2.48	0.64	~			
2. วิทยาศาสตร์ชีวภาพ	169	2.67	0.51	2>1*			
3. สังคมศาสตร์	202	2.64	0.52	3>1*			
4. มนุษยศาสตร์	137	2.66	0.53	4>1*			

\* $p < .05$

#### 2.2.4.2 การสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน

ค่าเฉลี่ยของคะแนนการสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน จำแนกตามสาขาวิชา และที่พหุอาศัย ปรากฏในตารางที่ 41 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง ดังตารางที่ 42 พบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีสาขาวิชาเรียนแตกต่างกัน มีคะแนนการสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมินแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยที่การสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมินของนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ ( $M = 2.47$ ) และมนุษยศาสตร์ ( $M = 2.48$ ) มากกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ ( $M = 2.28$ ) ส่วนนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์มีการสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมินไม่แตกต่างจากนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพ ผลปรากฏในตารางที่ 44

ส่วนที่พหุอาศัย และปฏิสัมพันธ์ระหว่างสาขาวิชาและที่พหุอาศัยนั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ 44 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของการสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมินของนิสิตนักศึกษาที่มีสาขาวิชาเรียนแตกต่างกัน

สาขาวิชา	n	M	SD	การสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน			
				1	2	3	4
1. วิทยาศาสตร์กายภาพ	171	2.28	0.65	~			
2. วิทยาศาสตร์ชีวภาพ	169	2.40	0.65	~	~		
3. สังคมศาสตร์	202	2.47	0.60	3>1*			
4. มนุษยศาสตร์	137	2.48	0.63	4>1*			

\*p < .05

#### 2.2.4.3 การสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสาร

ค่าเฉลี่ยของคะแนนการสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสาร จำแนกตามสาขาวิชา และที่พักอาศัย ปรากฏในตารางที่ 41 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง ดังตารางที่ 42 พบว่า ผลหลักของตัวแปร สาขาวิชา ที่พักอาศัย และปฏิสัมพันธ์ระหว่างสาขาวิชาและที่พักอาศัยนั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

#### 2.2.4.4 การสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน

ค่าเฉลี่ยของคะแนนการสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน จำแนกตามสาขาวิชา และที่พักอาศัย ปรากฏในตารางที่ 41 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง ดังตารางที่ 42 พบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีสาขาวิชาเรียนแตกต่างกัน มีคะแนนการสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงินแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยที่การสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงินของนิสิตนักศึกษาสาขาวิชามนุษยศาสตร์ (M = 2.42) มากกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ (M = 2.23) ส่วนนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพ และสังคมศาสตร์มีการสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงินไม่แตกต่างจากนิสิตนักศึกษาสาขาวิชามนุษยศาสตร์ ผลปรากฏในตารางที่ 45

ส่วนที่พักอาศัย และปฏิสัมพันธ์ระหว่างสาขาวิชาและที่พักอาศัยนั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ 45 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของการสนับสนุนทางสังคมด้าน  
 สิ่งของ แรงงาน และการเงินของนิสิตนักศึกษาที่มีสาขาวิชาเรียนแตกต่างกัน

สาขาวิชา	n	M	SD	การสนับสนุนทางสังคม ด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน			
				1	2	3	4
1. วิทยาศาสตร์กายภาพ	171	2.28	0.65	~			
2. วิทยาศาสตร์ชีวภาพ	169	2.40	0.65	~	~		
3. สังคมศาสตร์	202	2.47	0.60	~	~	~	
4. มนุษยศาสตร์	137	2.48	0.63	4>1*			

\*p < .05

#### 2.2.4.5 การสนับสนุนทางสังคมโดยรวม

ค่าเฉลี่ยของคะแนนการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม จำแนกตามสาขาวิชา และที่พักอาศัย ปรากฏในตารางที่ 41 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง ดังตารางที่ 42 พบว่า นิสิตนักศึกษา ชั้นปีที่ 4 ที่มีสาขาวิชาเรียนแตกต่างกัน มีคะแนนการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมแตกต่างกันอย่าง มีนัยสำคัญทางสถิติ โดยที่การสนับสนุนทางสังคมโดยรวมของนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคม ศาสตร์ (M = 2.53) และมนุษยศาสตร์ (M = 2.56) มากกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กาย ภาพ (M = 2.36) ส่วนนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์มีการสนับสนุนทาง สังคมโดยรวมไม่แตกต่างจากนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพ ผลปรากฏในตารางที่ 46

ปฏิสัมพันธ์ระหว่างสาขาวิชา และที่พักอาศัย มีนัยสำคัญทางสถิติโดยการสนับสนุนทาง สังคมโดยรวมของนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพที่ที่พักอาศัยที่อื่นๆ ซึ่งได้แก่หอพัก เอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียม นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพทั้งที่ พักอาศัยที่บ้าน หอพักนิตติภายในมหาวิทยาลัย และที่อื่นๆ ซึ่งได้แก่หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ท เมนต์ และคอนโดมิเนียม นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ที่ที่พักอาศัยที่บ้าน และหอพักนิตติ ภายในมหาวิทยาลัย และนิสิตนักศึกษาสาขาวิชามนุษยศาสตร์ทั้งที่ที่พักอาศัยที่บ้าน หอพักนิตติภายใน มหาวิทยาลัย และที่อื่นๆ ซึ่งได้แก่หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียมมาก กว่า นิสิตนักศึกษาสาขาสังคมศาสตร์ที่ที่พักอาศัยที่อื่นๆ

การสนับสนุนทางสังคมโดยรวมของนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ที่ที่พักอาศัยที่บ้าน และหอพักนิตติภายในมหาวิทยาลัย และนิสิตนักศึกษาสาขาวิชามนุษยศาสตร์ทั้งที่ที่พักอาศัยที่บ้าน มากกว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพที่ที่พักอาศัยที่บ้าน และนิสิตนักศึกษาสาขาวิชา สังคมศาสตร์ที่ที่พักอาศัยที่หอพักนิตติภายในมหาวิทยาลัยมากกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชา วิทยาศาสตร์ชีวภาพที่ที่พักอาศัยที่บ้าน ผลปรากฏในตารางที่ 47 และภาพที่ 6

ส่วนที่ที่พักอาศัยนั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ 46 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของการสนับสนุนทางสังคม โดยรวมของนิสิตนักศึกษาที่มีสาขาวิชาเรียนแตกต่างกัน

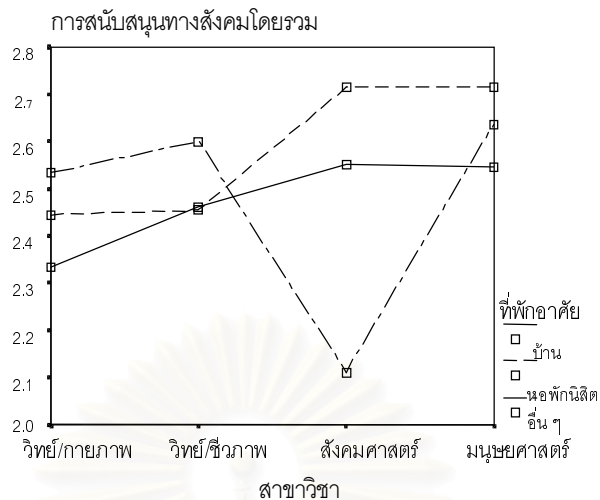
สาขาวิชา	n	M	SD	การสนับสนุนทางสังคม โดยรวม			
				1	2	3	4
1. วิทยาศาสตร์กายภาพ	171	2.36	0.63	~			
2. วิทยาศาสตร์ชีวภาพ	169	2.47	0.60	~	~		
3. สังคมศาสตร์	202	2.53	0.57	3>1*			
4. มนุษยศาสตร์	137	2.56	0.57	4>1*			

\*p &lt; .05

ตารางที่ 47 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม จำแนกตามสาขาวิชา และที่พักอาศัย

สาขาวิชา	ที่พัก	n	M	SD	การสนับสนุนทางสังคม โดยรวม												
					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
1. วิทยาศาสตร์กายภาพ	บ้าน	138	2.33	0.63	~												
2. วิทยาศาสตร์กายภาพ	หอพัก	18	2.44	0.70	~												
3. วิทยาศาสตร์กายภาพ	อื่น ๆ	15	2.53	0.52	~												
4. วิทยาศาสตร์ชีวภาพ	บ้าน	115	2.46	0.58	~	~											
5. วิทยาศาสตร์ชีวภาพ	หอพัก	44	2.45	0.63	~	~	~										
6. วิทยาศาสตร์ชีวภาพ	อื่น ๆ	10	2.60	0.75	~	~	~	~									
7. สังคมศาสตร์	บ้าน	156	2.55	0.55	7>1*	~	~	~									
8. สังคมศาสตร์	หอพัก	28	2.71	0.46	8>1*	~	~	8>4*									
9. สังคมศาสตร์	อื่น ๆ	18	2.11	0.68	~	~	9<3*	9<4*	9<5*	9<6*	9<7*	9<8*					
10. มนุษยศาสตร์	บ้าน	119	2.55	0.58	10>1*	~	~	~	~	~	~	~	~	~	10>9*		
11. มนุษยศาสตร์	หอพัก	7	2.71	0.49	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	11>9*		
12. มนุษยศาสตร์	อื่น ๆ	11	2.64	0.50	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	12>9*		

\*p &lt; .05



ภาพที่ 6 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างสาขาวิชาและที่พักอาศัยของ  
คะแนนการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม

## 2.2.5 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของตัวแปรการสนับสนุนทางสังคมรายด้าน ทั้ง 4 ด้าน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม จำแนกตามสาขาวิชา และภูมิลำเนา

ตารางที่ 48 ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของการสนับสนุนทางสังคม

จำแนกตามสาขาวิชาและภูมิลำเนา

จำแนกตามสาขาวิชาและ ภูมิลำเนา		n	การสนับสนุนทางสังคม									
			ด้านอารมณ์		ด้านการ ประเมิน		ด้านข้อมูล ข่าวสาร		ด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน		โดยรวม	
วิทยาลัยกายภาพ	กทม.	122	2.43	0.63	2.25	0.63	2.34	0.64	2.23	0.59	2.33	0.61
	ต่างจังหวัด	49	2.59	0.64	2.37	0.70	2.51	0.65	2.24	0.56	2.45	0.68
	รวม	171	2.48	0.64	2.28	0.65	2.39	0.64	2.23	0.58	2.36	0.63
วิทยาลัยชีวภาพ	กทม.	96	2.61	0.51	2.41	0.59	2.48	0.60	2.26	0.60	2.44	0.58
	ต่างจังหวัด	73	2.74	0.50	2.40	0.72	2.49	0.63	2.40	0.64	2.51	0.63
	รวม	169	2.67	0.51	2.40	0.65	2.49	0.61	2.32	0.62	2.47	0.60
สังคมศาสตร์	กทม.	130	2.62	0.55	2.45	0.60	2.49	0.59	2.36	0.62	2.52	0.57
	ต่างจังหวัด	72	2.69	0.46	2.50	0.61	2.53	0.60	2.40	0.60	2.56	0.55
	รวม	202	2.64	0.52	2.47	0.60	2.50	0.59	2.38	0.61	2.53	0.57
มนุษยศาสตร์	กทม.	108	2.62	0.54	2.45	0.63	2.52	0.60	2.36	0.60	2.53	0.59
	ต่างจังหวัด	29	2.83	0.47	2.59	0.63	2.69	0.47	2.62	0.49	2.69	0.47
	รวม	137	2.66	0.53	2.48	0.63	2.55	0.58	2.42	0.59	2.56	0.57
รวม		679	2.61	0.56	2.41	0.64	2.48	0.61	2.33	0.60	2.48	0.59

ตารางที่ 49 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของการสนับสนุนทางสังคม จำแนกตาม  
สาขาวิชาและภูมิภาค

ตัวแปรตาม	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	ค่า F	Sig.
การสนับสนุน ทางสังคม ด้านอารมณ์	สาขาวิชา	3.849	3	1.283	4.26**	.005
	ภูมิภาค	2.503	1	2.503	8.31**	.004
	สาขาวิชา * ภูมิภาค	.284	3	.095	0.31	.816
	ความคลาดเคลื่อน	202.227	671	.301		
	รวม	209.131	678			
การสนับสนุน ทางสังคม ด้านการประเมิน	สาขาวิชา	4.206	3	1.402	3.50*	.015
	ภูมิภาค	.606	1	.606	1.52	.219
	สาขาวิชา * ภูมิภาค	.448	3	.149	0.37	.772
	ความคลาดเคลื่อน	268.572	671	.400		
	รวม	273.811	678			
การสนับสนุน ทางสังคม ด้านข้อมูล ข่าวสาร	สาขาวิชา	2.483	3	.828	2.25	.082
	ภูมิภาค	1.026	1	1.026	2.78	.096
	สาขาวิชา * ภูมิภาค	.770	3	.257	0.70	.554
	ความคลาดเคลื่อน	247.278	671	.369		
	รวม	251.482	678			
การสนับสนุน ทางสังคม ด้านสิ่งของ แรง งาน และการเงิน	สาขาวิชา	3.181	3	2.84	3.57*	.032
	ภูมิภาค	1.357	1	1.357	3.77	.053
	สาขาวิชา * ภูมิภาค	1.047	3	.349	0.97	.407
	ความคลาดเคลื่อน	241.675	671	.360		
	รวม	247.110	678			
การสนับสนุน ทางสังคม โดยรวม	สาขาวิชา	4.001	3	1.334	3.82*	.010
	ภูมิภาค	1.041	1	1.041	2.98	.085
	สาขาวิชา * ภูมิภาค	.319	3	.106	0.30	.822
	ความคลาดเคลื่อน	234.211	671	.349		
	รวม	239.482	678			

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

#### 2.2.5.1 การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์

ค่าเฉลี่ยของคะแนนการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ จำแนกตามสาขาวิชา และภูมิภาค  
ปรากฏในตารางที่ 48 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง ดังตารางที่ 49 พบว่า นิสิตนัก



ศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีสาขาวิชาเรียนแตกต่างกัน มีคะแนนการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยที่การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ของนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพ ( $M = 2.67$ ) สังคมศาสตร์ ( $M = 2.64$ ) และมนุษยศาสตร์ ( $M = 2.66$ ) มากกว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ ( $M = 2.48$ ) ผลปรากฏในตารางที่ 50

ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง ดังตารางที่ 49 พบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีภูมิลำเนาแตกต่างกัน มีคะแนนการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ของนิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในต่างจังหวัด ( $M = 2.70$ ) มากกว่านิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานคร ( $M = 2.57$ ) ผลปรากฏในตารางที่ 48

ส่วนปฏิสัมพันธ์ระหว่างสาขาวิชาและภูมิลำเนานั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ 50 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ของนิสิตนักศึกษาที่มีสาขาวิชาเรียนแตกต่างกัน

สาขาวิชา	n	M	SD	การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์			
				1	2	3	4
1. วิทยาศาสตร์กายภาพ	171	2.48	0.64	~			
2. วิทยาศาสตร์ชีวภาพ	169	2.67	0.51	2>1*			
3. สังคมศาสตร์	202	2.64	0.52	3>1*			
4. มนุษยศาสตร์	137	2.66	0.53	4>1*			

\* $p < .05$

#### 2.2.5.2 การสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม

ค่าเฉลี่ยของคะแนนการสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม จำแนกตามสาขาวิชา และภูมิลำเนา ปรากฏในตารางที่ 48 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง ดังตารางที่ 49 พบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีสาขาวิชาเรียนแตกต่างกัน มีคะแนนการสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยที่การสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมของนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ ( $M = 2.47$ ) และมนุษยศาสตร์ ( $M = 2.48$ ) มากกว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ ( $M = 2.28$ ) ส่วนนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์มีการสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมินไม่แตกต่างจากนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพ ผลปรากฏในตารางที่ 51 และ 52

ส่วนภูมิลำเนา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างสาขาวิชาและที่พักอาศัยนั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ 51 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของการสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมินของนิสิตนักศึกษาที่มีสาขาวิชาเรียนแตกต่างกัน

สาขาวิชา	n	M	SD	การสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน			
				1	2	3	4
1. วิทยาศาสตร์กายภาพ	171	2.28	0.65	~			
2. วิทยาศาสตร์ชีวภาพ	169	2.40	0.65	~	~		
3. สังคมศาสตร์	202	2.47	0.60	3>1*			
4. มนุษยศาสตร์	137	2.48	0.63	4>1*			

\*p < .05

ตารางที่ 52 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมของนิสิตนักศึกษาที่มีสาขาวิชาเรียนแตกต่างกัน

สาขาวิชา	n	M	SD	การสนับสนุนทางสังคมโดยรวม			
				1	2	3	4
1. วิทยาศาสตร์กายภาพ	171	2.36	0.63	~			
2. วิทยาศาสตร์ชีวภาพ	169	2.47	0.60	~	~		
3. สังคมศาสตร์	202	2.53	0.57	3>1*			
4. มนุษยศาสตร์	137	2.56	0.57	4>1*			

\*p < .05

#### 2.2.5.3 การสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสาร

ค่าเฉลี่ยของคะแนนการสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสาร จำแนกตามสาขาวิชา และภูมิภาคในตารางที่ 48 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางดังตารางที่ 49 พบว่าตัวแปรหลักของตัวแปร สาขาวิชา ภูมิภาค และปฏิสัมพันธ์ระหว่างสาขาวิชาและภูมิภาคไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

#### 2.2.5.4 การสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน

ค่าเฉลี่ยของคะแนนการสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน จำแนกตามสาขาวิชา และภูมิภาคในตารางที่ 48 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง

ดังตารางที่ 49 พบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีสาขาวิชาเรียนแตกต่างกัน มีคะแนนการสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงินแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยที่การสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงินของนิสิตนักศึกษาสาขาวิชามนุษยศาสตร์ (M = 2.42) มากกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ (M = 2.23) ส่วนนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพ และสังคมศาสตร์มีการสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงินไม่แตกต่างจากนิสิตนักศึกษาสาขาวิชามนุษยศาสตร์ ผลปรากฏในตารางที่ 53

ส่วนภูมิลำเนา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างสาขาวิชาและภูมิลำเนานั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ 53 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของการสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงินของนิสิตนักศึกษาที่มีสาขาวิชาเรียนแตกต่างกัน

สาขาวิชา	n	M	SD	การสนับสนุนทางสังคม ด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน			
				1	2	3	4
1. วิทยาศาสตร์กายภาพ	171	2.23	0.65	~			
2. วิทยาศาสตร์ชีวภาพ	169	2.32	0.65	~	~		
3. สังคมศาสตร์	202	2.38	0.60	~	~	~	
4. มนุษยศาสตร์	137	2.42	0.63	4>1*			

\*p < .05

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

2.2.6 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของตัวแปรการสนับสนุนทางสังคมรายด้าน ทั้ง 4 ด้าน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมโดยรวม จำแนกตามที่พักอาศัย และภูมิลำเนา

ตารางที่ 54 ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของการสนับสนุนทางสังคม จำแนกตามที่พักอาศัยและภูมิลำเนา

จำแนกตามที่พักอาศัย และ ภูมิลำเนา		n	การสนับสนุนทางสังคม									
			ด้านอารมณ์		ด้านการ ประเมิน		ด้านข้อมูล ข่าวสาร		ด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน		โดยรวม	
บ้าน	กทม.	440	2.57	0.56	2.39	0.62	2.46	0.61	2.31	0.60	2.46	0.59
	ต่างจังหวัด	88	2.74	0.51	2.41	0.69	2.49	0.61	2.40	0.58	2.55	0.59
	รวม	528	2.60	0.56	2.39	0.63	2.46	0.61	2.33	0.60	2.47	0.59
หอพัก นิสิต	กทม.	6	2.67	0.52	2.50	0.55	2.50	0.84	2.33	0.52	2.50	0.55
	ต่างจังหวัด	91	2.70	0.53	2.47	0.67	2.58	0.60	2.38	0.61	2.55	0.60
	รวม	97	2.70	0.52	2.47	0.66	2.58	0.61	2.38	0.60	2.55	0.60
อื่นๆ	กทม.	10	2.30	0.67	2.20	0.79	2.30	0.67	2.00	0.67	2.20	0.63
	ต่างจังหวัด	44	2.64	0.53	2.48	0.63	2.52	0.63	2.41	0.62	2.48	0.63
	รวม	54	2.57	0.57	2.43	0.66	2.48	0.64	2.33	0.64	2.43	0.63
รวม		679	2.61	0.56	2.41	0.64	2.48	0.61	2.33	0.60	2.48	0.59

ตารางที่ 55 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของการสนับสนุนทางสังคม จำแนกตาม  
ที่พักอาศัยและภูมิลำเนา

ตัวแปรตาม	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	ค่า F	Sig.
การสนับสนุน ทางสังคม ด้านอารมณ์	ที่พักอาศัย	.768	2	.384	1.26	.285
	ภูมิลำเนา	2.622	1	2.622	8.60**	.003
	ที่พักอาศัย* ภูมิลำเนา	.326	2	.163	0.53	.586
	ความคลาดเคลื่อน	205.266	673	.305		
	รวม	209.131	678			
การสนับสนุน ทางสังคม ด้านการประเมิน	ที่พักอาศัย	.140	2	.070	0.17	.841
	ภูมิลำเนา	.149	1	.149	0.37	.544
	ที่พักอาศัย* ภูมิลำเนา	.512	2	.256	0.63	.532
	ความคลาดเคลื่อน	272.575	673	.405		
	รวม	273.811	678			
การสนับสนุน ทางสังคม ด้านข้อมูล ข่าวสาร	ที่พักอาศัย	.381	2	.190	0.51	.599
	ภูมิลำเนา	.244	1	.244	0.66	.418
	ที่พักอาศัย* ภูมิลำเนา	.272	2	.136	0.37	.693
	ความคลาดเคลื่อน	249.877	673	.371		
	รวม	251.482	678			
การสนับสนุน ทางสังคม ด้านสิ่งของ แรง งาน และการเงิน	ที่พักอาศัย	.184	2	.092	0.25	.776
	ภูมิลำเนา	1.138	1	1.138	3.13	.077
	ที่พักอาศัย* ภูมิลำเนา	.788	2	.394	1.08	.339
	ความคลาดเคลื่อน	244.931	673	.364		
	รวม	247.110	678			
การสนับสนุน ทางสังคม โดยรวม	ที่พักอาศัย	.560	2	.280	0.79	.453
	ภูมิลำเนา	.903	1	.903	2.56	.110
	ที่พักอาศัย* ภูมิลำเนา	.284	2	.142	0.40	.669
	ความคลาดเคลื่อน	237.687	673	.353		
	รวม	239.482	678			

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

#### 2.2.6.1 การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์

ค่าเฉลี่ยของคะแนนการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ จำแนกตามที่พักอาศัยและภูมิลำเนา ปรากฏในตารางที่ 54 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง ดังตารางที่ 55 พบว่า นิสิตนัก

ศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีภูมิลำเนาแตกต่างกัน มีคะแนนการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ของนิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนา อยู่ในต่างจังหวัด ( $M = 2.70$ ) มากกว่านิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานคร ( $M = 2.70$ ) ผลปรากฏในตารางที่ 54

ส่วนที่พักอาศัย และปฏิสัมพันธ์ระหว่างที่พักอาศัยและภูมิลำเนานั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

2.2.6.2 การสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน ด้านข้อมูลข่าวสาร ด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม

ค่าเฉลี่ยของคะแนนการสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน ด้านข้อมูลข่าวสาร ด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม จำแนกตามที่พักอาศัยและภูมิลำเนา ปรากฏในตารางที่ 54 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง ดังตารางที่ 55 พบว่า ผลหลักของตัวแปรที่พักอาศัย ภูมิลำเนา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างที่พักอาศัยและภูมิลำเนานั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## 2.3 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของตัวแปรกลวิธีการเผชิญปัญหา

### 2.3.1 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของกลวิธีการเผชิญปัญหาทั้ง 3 แบบ จำแนกตามเพศ และสาขาวิชา

ตารางที่ 56 ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของกลวิธีการเผชิญปัญหา จำแนกตาม  
เพศ และสาขาวิชา

จำแนกตามเพศ และสาขาวิชา		n	คะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา					
			แบบมุ่งจัดการ กับปัญหา		แบบแสวงหาการ สนับสนุนทาง สังคม		แบบหลีกเลี่ยง	
			M	SD	M	SD	M	SD
ชาย	วิทยาศาสตร์กายภาพ	92	3.64	0.50	3.06	0.79	2.77	0.66
	วิทยาศาสตร์ชีวภาพ	45	3.80	0.52	3.44	0.70	2.78	0.88
	สังคมศาสตร์	56	3.82	0.68	3.27	0.80	2.79	0.59
	มนุษยศาสตร์	6	3.47	0.37	3.33	0.34	2.80	0.35
	รวม	199	3.72	0.56	3.21	0.77	2.78	0.69
หญิง	วิทยาศาสตร์กายภาพ	79	3.59	0.50	3.53	0.75	2.70	0.69
	วิทยาศาสตร์ชีวภาพ	124	3.72	0.80	3.71	0.68	2.53	0.46
	สังคมศาสตร์	146	3.72	0.46	3.67	0.76	2.58	0.55
	มนุษยศาสตร์	131	3.70	0.44	3.76	0.62	2.71	0.61
	รวม	480	3.69	0.57	3.68	0.71	2.62	0.57
รวม		679	3.70	0.57	3.54	0.76	2.67	0.61

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 57 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของกลวิธีการเผชิญปัญหา จำแนกตามเพศ และสาขาวิชา

ตัวแปรตาม	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	ค่า F	Sig
กลวิธีการเผชิญปัญหา แบบมุ่งจัดการ กับปัญหา	เพศ	.463	1	.463	1.45	.230
	สาขาวิชา	2.357	3	.786	2.45	.062
	เพศ*สาขาวิชา	.572	3	.191	0.60	.618
	ความคลาดเคลื่อน	214.888	671	.320		
	รวม	217.927	678			
กลวิธีการเผชิญปัญหา แบบแสวงหาการ สนับสนุนทางสังคม	เพศ	18.544	1	18.544	35.73***	.000
	สาขาวิชา	6.744	3	2.248	4.33**	.005
	เพศ*สาขาวิชา	.695	3	.232	0.45	.720
	ความคลาดเคลื่อน	348.312	671	.519		
	รวม	386.590	678			
กลวิธีการเผชิญปัญหา แบบหลีกเลี่ยง	เพศ	3.286	1	3.286	8.92**	.003
	สาขาวิชา	2.047	3	.682	1.85	.136
	เพศ*สาขาวิชา	.680	3	.227	0.62	.605
	ความคลาดเคลื่อน	247.087	671	.368		
	รวม	253.209	678			

\*p < .05, \*\*p<.01,\*\*\*p<.001

### 2.3.1.1 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา

ค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา จำแนกตามเพศ และสาขาวิชา ปรากฏในตารางที่ 56 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง ดังตารางที่ 57 พบว่า ผลหลักของตัวแปรเพศ สาขาวิชา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและสาขาวิชานั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

### 2.3.1.2 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม

ค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบการสนับสนุนทางสังคม จำแนกตามเพศ และสาขาวิชา ปรากฏในตารางที่ 56 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง ดังตารางที่ 57 พบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่4ที่มีเพศแตกต่างกันมีคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมของนิสิตนักศึกษาหญิง (M = 3.68) มากกว่านิสิตนักศึกษาชาย (M = 3.21) ผลปรากฏในตารางที่ 56

ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางดังตารางที่ 57 พบว่านิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีสาขาวิชาเรียนแตกต่างกันมีคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมของนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพ ( $M = 3.64$ ) สังคมศาสตร์ ( $M = 3.56$ ) และมนุษยศาสตร์ ( $M = 3.74$ ) มากกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ ( $M = 3.28$ ) ผลปรากฏในตารางที่ 58

ส่วนปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและสาขาวิชานั้นไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ 58 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมของนิสิตนักศึกษาที่มีสาขาวิชาเรียนแตกต่างกัน

สาขาวิชา	n	M	SD	กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม			
				1	2	3	4
1. วิทยาศาสตร์กายภาพ	171	3.28	0.56	~			
2. วิทยาศาสตร์ชีวภาพ	169	3.64	0.61	2>1*			
3. สังคมศาสตร์	202	3.56	0.57	3>1*			
4. มนุษยศาสตร์	137	3.74	0.64	4>1*			

\* $p < .05$

### 2.3.1.3 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง

ค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงนี้ จำแนกตามเพศ และสาขาวิชาปรากฏในตารางที่ 56 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง ดังตารางที่ 57 พบว่า พบว่านิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีเพศแตกต่างกันมีคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมของนิสิตนักศึกษาชาย ( $M = 2.78$ ) มากกว่านิสิตนักศึกษาหญิง ( $M = 2.62$ ) ผลปรากฏในตารางที่ 56

ส่วนสาขาวิชา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและสาขาวิชานั้นไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

2.3.2 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของกลวิธีการเผชิญปัญหาทั้ง 3 แบบจำแนกตามเพศ และที่พักอาศัย

ตารางที่ 59 ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของกลวิธีการเผชิญปัญหา จำแนกตามเพศ และที่พักอาศัย

จำแนกตามเพศ และที่พักอาศัย		n	คะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา					
			แบบมุ่งจัดการ กับปัญหา		แบบแสวงหาการ สนับสนุนทาง สังคม		แบบหลีกเลี่ยง	
			M	SD	M	SD	M	SD
ชาย	บ้าน	144	3.66	0.51	3.17	0.80	2.78	0.71
	หอพักนิสิต	40	3.88	0.73	3.23	0.55	2.74	0.67
	อื่น ๆ	15	3.91	0.48	3.58	0.93	2.87	0.50
	รวม	199	3.72	0.56	3.21	0.77	2.78	0.69
หญิง	บ้าน	384	3.65	0.46	3.68	0.71	2.63	0.58
	หอพักนิสิต	57	3.82	0.57	3.54	0.65	2.64	0.50
	อื่น ๆ	39	3.98	1.16	3.86	0.73	2.56	0.61
	รวม	480	3.69	0.57	3.68	0.71	2.62	0.57
รวม		679	3.70	0.57	3.54	0.76	2.67	0.61

ตารางที่ 60 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของกลวิธีการเผชิญปัญหา จำแนกตามเพศ และที่พักอาศัย

ตัวแปรตาม	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	ค่า F	Sig
กลวิธีการเผชิญปัญหา แบบมุ่งจัดการ กับปัญหา	เพศ	0.03	1	0.03	0.08	.774
	ที่พักอาศัย	6.947	2	3.473	11.09***	.000
	เพศ*ที่พักอาศัย	.117	2	0.06	0.19	.830
	ความคลาดเคลื่อน	210.754	673	.313		
	รวม	217.927	678			
กลวิธีการเผชิญปัญหา แบบแสวงหาการ สนับสนุนทางสังคม	เพศ	29.583	1	29.583	56.72***	.000
	ที่พักอาศัย	3.494	2	1.747	3.35*	.036
	เพศ*ที่พักอาศัย	1.223	2	.612	1.17	.310
	ความคลาดเคลื่อน	351.034	673	.522		
	รวม	386.590	678			
กลวิธีการเผชิญปัญหา แบบหลีกเลี่ยง	เพศ	3.363	1	3.363	9.07	.003
	ที่พักอาศัย	0.03	2	0.01	0.04	.962
	เพศ*ที่พักอาศัย	.324	2	.162	0.44	.647
	ความคลาดเคลื่อน	249.463	673	.371		
	รวม	253.209	678			

\*p < .05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001

### 2.3.2.1 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา

ค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา จำแนกตามเพศ และที่พักอาศัย ปรากฏในตารางที่ 59 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง ดังตารางที่ 60 พบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีที่พักอาศัยแตกต่างกันมีคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาของ นิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่หอพักนิตภายในมหาวิทยาลัย (M = 3.85) มากกว่านิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่บ้าน (M = 3.65) ส่วนนิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่อื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียม ไม่แตกต่างจากนิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่หอพักนิตภายในมหาวิทยาลัยและที่พักอาศัยที่บ้าน ผลปรากฏในตารางที่ 61

ส่วนเพศ ภูมิภาค และปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและที่พักอาศัยนั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ 61 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาของนิสิตนักศึกษาที่มีที่พักอาศัยแตกต่างกัน

ที่พักอาศัย	n	M	SD	กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา		
				1	2	3
1. บ้าน	528	3.65	0.47	~		
2. หอพักนิสิต	97	3.85	0.64	2>1*		
3. อื่น ๆ	54	3.96	1.01	~	~	~

\*p < .05

### 2.3.2.2 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม

ค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบการสนับสนุนทางสังคม จำแนกตามเพศ และที่พักอาศัย ปรากฏในตารางที่ 59 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง ดังตารางที่ 60 พบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีเพศแตกต่างกันมีคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมของนิสิตนักศึกษาหญิง (M = 3.68) มากกว่านิสิตนักศึกษาชาย (M = 3.21) ผลปรากฏในตารางที่ 59

ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบสองทางดังตารางที่ 60 พบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีที่พักอาศัยแตกต่างกันมีคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมของนิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่อื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียม (M= 3.78) มากกว่านิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่หอพักนิสิตภายในมหาวิทยาลัย (M = 3.41) ส่วนนิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่บ้านไม่แตกต่างจากนิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่อื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียม และที่พักอาศัยที่หอพักนิสิตภายในมหาวิทยาลัย ผลปรากฏในตารางที่ 62

ส่วนปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและที่พักอาศัยนั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

### 2.3.2.3 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง

ค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง จำแนกตามเพศ และที่พักอาศัย ปรากฏในตารางที่ 59 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง ดังตารางที่ 60 พบว่า ผลหลักของตัวแปร เพศ ที่พักอาศัย และปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและที่พักอาศัยนั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ



ตารางที่ 62 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธีDunnnett's T3 ของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมของนิสิตนักศึกษาที่มีที่พักอาศัยแตกต่างกัน

ที่พักอาศัย	n	M	SD	กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม		
				1	2	3
1. บ้าน	528	3.54	0.77	~		
2. หอพักนิสิต	97	3.41	0.63	~		
3. อื่น ๆ	54	3.78	0.79	~	3>2*	

\*p < .05

2.3.3 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของกลวิธีการเผชิญปัญหาทั้ง 3 แบบจำแนกตามเพศและภูมิลำเนา

ตารางที่ 63 ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของกลวิธีการเผชิญปัญหา จำแนกตามเพศ และภูมิลำเนา

จำแนกตามเพศและภูมิลำเนา		n	คะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา					
			แบบมุ่งจัดการกับปัญหา		แบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม		แบบหลีกเลี่ยง	
			M	SD	M	SD	M	SD
ชาย	กทม.	123	3.69	0.49	3.18	0.80	2.77	0.65
	ต่างจังหวัด	76	3.78	0.67	3.27	0.72	2.79	0.75
	รวม	199	3.72	0.56	3.21	0.77	2.78	0.69
หญิง	กทม.	333	3.65	0.46	3.67	0.71	2.64	0.60
	ต่างจังหวัด	147	3.78	0.75	3.70	0.69	2.59	0.50
	รวม	480	3.69	0.57	3.68	0.71	2.62	0.57
รวม		679	3.70	0.57	3.54	0.76	2.67	0.61

ตารางที่ 64 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของกลวิธีการเผชิญปัญหา จำแนกตามเพศ และภูมิฐานะ

ตัวแปรตาม	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	ค่า F	Sig
กลวิธีการเผชิญปัญหา แบบมุ่งจัดการ กับปัญหา	เพศ	0.05	1	0.05	0.16	.689
	ภูมิฐานะ	2.027	1	2.027	6.34*	.012
	เพศ*ภูมิฐานะ	0.05	1	0.05	0.15	.701
	ความคลาดเคลื่อน	215.744	675	.320		
	รวม	217.927	678			
กลวิธีการเผชิญปัญหา แบบแสวงหาการ สนับสนุนทางสังคม	เพศ	31.177	1	31.177	59.24***	.000
	ภูมิฐานะ	.383	1	.383	0.73	.394
	เพศ*ภูมิฐานะ	.111	1	.111	0.21	.646
	ความคลาดเคลื่อน	355.258	675	.526		
	รวม	386.590	678			
กลวิธีการเผชิญปัญหา แบบหลีกเลี่ยง	เพศ	3.453	1	3.453	9.34**	.002
	ภูมิฐานะ	0.08	1	0.08	0.22	.637
	เพศ*ภูมิฐานะ	.138	1	.138	0.37	.542
	ความคลาดเคลื่อน	249.595	675			
	รวม	253.209	678			

\*p < .05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001

#### 2.3.3.1 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา

ค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา จำแนกตามเพศ และภูมิฐานะ ปรากฏในตารางที่ 63 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง ดังตารางที่ 64 พบว่า นิสิต นักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีภูมิฐานะแตกต่างกันมีคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาของนิสิต นักศึกษาที่มีภูมิฐานะอยู่ในต่างจังหวัด ( $M = 3.78$ ) มากกว่านิสิตนักศึกษามีภูมิฐานะอยู่ใน กรุงเทพมหานคร ( $M = 3.66$ ) ผลปรากฏในตารางที่ 63

ส่วนเพศ และปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและภูมิฐานะนั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

#### 2.3.3.2 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม

ค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม จำแนกตามเพศ และภูมิฐานะ ปรากฏในตารางที่ 63 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางดังตารางที่ 64

พบว่า นิสิตนักศึกษาที่มีเพศแตกต่างกันมีคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมของนิสิตนักศึกษาหญิง ( $M = 3.68$ ) มากกว่านิสิตนักศึกษาชาย ( $M = 3.21$ ) ผลปรากฏในตารางที่ 63

ส่วนภูมิลำเนา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและภูมิลำเนานั้นไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

### 2.3.3.3 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง

ค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงนี้ จำแนกตามเพศ และภูมิลำเนา ปรากฏในตารางที่ 63 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง ดังตารางที่ 64 พบว่า นิสิตนักศึกษาที่มีเพศแตกต่างกันมีคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมของนิสิตนักศึกษาชาย ( $M = 2.78$ ) มากกว่านิสิตนักศึกษาหญิง ( $M = 2.62$ ) ผลปรากฏในตารางที่ 63

ส่วนภูมิลำเนา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและภูมิลำเนานั้นไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

### 2.3.4 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของกลวิธีการเผชิญปัญหาทั้ง 3 แบบ จำแนกตามสาขาวิชา และที่พักอาศัย

ตารางที่ 65 ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของกลวิธีการเผชิญปัญหาจำแนกตาม  
สาขาวิชา และที่พักอาศัย

จำแนกตามสาขาวิชา และที่พักอาศัย		n	คะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา					
			แบบมุ่งจัดการ กับปัญหา		แบบแสวงหาการ สนับสนุนทางสังคม		แบบหลีกเลี่ยง	
			M	SD	M	SD	M	SD
วิทยาศาสตร์ กายภาพ	บ้าน	138	3.57	0.52	3.26	0.82	2.74	0.70
	หอพักนิสิต	18	3.81	0.40	3.22	0.74	2.70	0.66
	อื่น ๆ	15	3.78	0.40	3.52	0.75	2.81	0.44
	รวม	171	3.62	0.50	3.28	0.80	2.74	0.67
วิทยาศาสตร์ ชีวภาพ	บ้าน	115	3.64	0.46	3.69	0.69	2.60	0.60
	หอพักนิสิต	44	3.84	0.65	3.42	0.60	2.64	0.62
	อื่น ๆ	10	4.48	2.16	4.08	0.88	2.39	0.62
	รวม	169	3.74	0.73	3.64	0.70	2.60	0.61
สังคมศาสตร์	บ้าน	156	3.69	0.45	3.55	0.82	2.63	0.58
	หอพักนิสิต	28	3.93	0.81	3.46	0.59	2.66	0.45
	อื่น ๆ	18	3.95	0.58	3.74	0.81	2.65	0.63
	รวม	202	3.75	0.53	3.56	0.79	2.63	0.56
มนุษยศาสตร์	บ้าน	119	3.69	0.46	3.72	0.61	2.70	0.59
	หอพักนิสิต	7	3.64	0.22	3.68	0.55	3.00	0.50
	อื่น ๆ	11	3.73	0.28	3.95	0.71	2.64	0.70
	รวม	137	3.69	0.44	3.74	0.62	2.71	0.60
รวม		679	3.70	0.57	3.54	0.76	2.67	0.61

ตารางที่ 66 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของกลวิธีการเผชิญปัญหา จำแนกตาม  
สาขาวิชา และที่พักอาศัย

ตัวแปรตาม	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	ค่า F	Sig
กลวิธีการเผชิญปัญหา แบบมุ่งจัดการ กับปัญหา	สาขาวิชา	1.646	3	.549	1.78	.149
	ที่พักอาศัย	6.673	2	3.336	10.84***	.000
	สาขาวิชา*ที่พักอาศัย	4.029	6	.671	2.18*	.043
	ความคลาดเคลื่อน	205.222	667	.308		
	รวม	217.927	678			
กลวิธีการเผชิญปัญหา แบบแสวงหาการ สนับสนุนทางสังคม	สาขาวิชา	19.800	3	6.600	12.20***	.000
	ที่พักอาศัย	5.512	2	2.756	5.09**	.006
	สาขาวิชา*ที่พักอาศัย	1.143	6	.190	0.35	.909
	ความคลาดเคลื่อน	360.897	667	.541		
	รวม	386.590	678			
กลวิธีการเผชิญปัญหา แบบหลีกเลี่ยง	สาขาวิชา	2.328	3	.776	2.07	.103
	ที่พักอาศัย	.233	2	.116	0.31	.733
	สาขาวิชา*ที่พักอาศัย	1.073	6	.179	0.48	.825
	ความคลาดเคลื่อน	249.748	667	.374		
	รวม	253.209	678			

\*p < .05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001

#### 2.3.4.1 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา

ค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา จำแนกตามสาขาวิชา และที่พักอาศัย ปรากฏในตารางที่ 65 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง ดังตารางที่ 66 พบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีที่พักอาศัยแตกต่างกันมีคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาของ นิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่หอพักนิตภายในมหาวิทยาลัย (M = 3.85) มากกว่านิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่บ้าน (M = 3.65) ส่วนนิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่อื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียม ไม่แตกต่างจากนิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่หอพักนิตภายใน มหาวิทยาลัยและที่พักอาศัยที่บ้าน ผลปรากฏในตารางที่ 67

ปฏิสัมพันธ์ระหว่างสาขาวิชา และที่พักอาศัยมีนัยสำคัญทางสถิติโดยกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาของนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพที่หอพักนิตภายในมหาวิทยาลัย และที่อื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียม และนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ที่หอพักนิตภายในมหาวิทยาลัย และที่อื่น ๆ

ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียมมากกว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพที่พักอาศัยที่บ้าน

กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาของนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพที่พักอาศัยที่อื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียมมากกว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพทั้งที่พักอาศัยที่บ้าน หอพักนิตติภายในมหาวิทยาลัย และที่อื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียม นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ทั้งที่พักอาศัยที่บ้าน หอพักนิตติภายในมหาวิทยาลัย และที่อื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียม และนิสิตนักศึกษาสาขาวิชามนุษยศาสตร์ทั้งที่พักอาศัยที่บ้าน หอพักนิตติภายในมหาวิทยาลัย และที่อื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียม

กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาของนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพที่พักอาศัยที่หอพักนิตติภายในมหาวิทยาลัย และนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ที่พักอาศัยที่หอพักนิตติภายในมหาวิทยาลัย และที่อื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียมมากกว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพที่พักอาศัยที่บ้าน

และกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาของนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ที่พักอาศัยที่หอพักนิตติภายในมหาวิทยาลัยมากกว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ที่พักอาศัยที่บ้าน แต่น้อยกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชามนุษยศาสตร์ที่พักอาศัยที่บ้าน ผลปรากฏในตารางที่ 68 และภาพที่ 7

ส่วนสาขาวิชานั้นไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ 67 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธีDunnnett's T3 ของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาของนิสิตนักศึกษาที่มีที่พักอาศัยแตกต่างกัน

ที่พักอาศัย	n	M	SD	กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา		
				1	2	3
1. บ้าน	528	3.65	0.47	~		
2. หอพักนิตติ	97	3.85	0.64	2>1*		
3. อื่น ๆ	54	3.96	1.01	~	~	~

\*p < .05

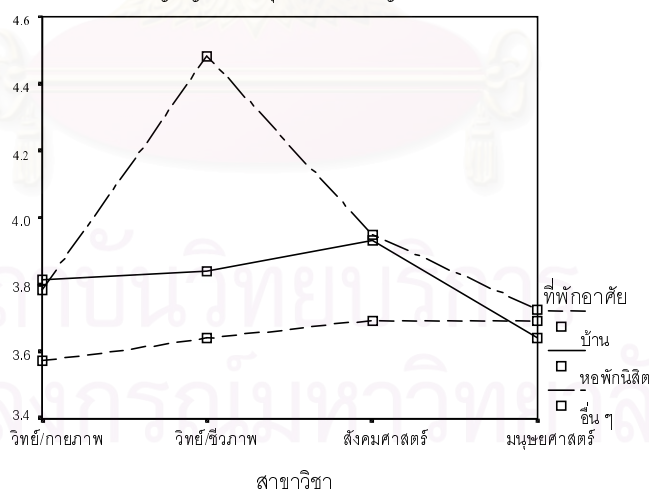


ตารางที่ 68 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาจำแนกตามสาขาวิชา และที่พักอาศัย

สาขาวิชา	ที่พัก	n	M	SD	กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา													
					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
1.วิทย์/กายภาพ	บ้าน	138	3.57	0.52	~													
2.วิทย์/กายภาพ	หอพัก	18	3.81	0.40	~													
3.วิทย์/กายภาพ	อื่น ๆ	15	3.78	0.40	~	~												
4.วิทย์/ชีวภาพ	บ้าน	115	3.64	0.46	~	~	~											
5.วิทย์/ชีวภาพ	หอพัก	44	3.84	0.65	5>1*	~	~	5>4*										
6.วิทย์/ชีวภาพ	อื่น ๆ	10	4.48	2.16	6>1*	6>2*	6>3*	6>4*	6>5*									
7.สังคมศาสตร์	บ้าน	156	3.69	0.45	~	~	~	~	~	7<6*								
8.สังคมศาสตร์	หอพัก	28	3.93	0.81	8>1*	~	~	8>4*	~	8<6*	8>7*							
9.สังคมศาสตร์	อื่น ๆ	18	3.93	0.58	9>1*	~	9>4*	~	~	9<6*								
10.มนุษยศาสตร์	บ้าน	119	3.69	0.46	~	~	~	~	~	10<6*	~	10>8*						
11.มนุษยศาสตร์	หอพัก	7	3.64	0.22	~	~	~	~	~	11<6*								
12.มนุษยศาสตร์	อื่น ๆ	11	3.73	0.28	~	~	~	~	~	12<6*								

\*p &lt; .05

กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา



ภาพที่ 7 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างสาขาวิชาและที่พักอาศัยของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา

#### 2.3.4.2 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม

ค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบการสนับสนุนทางสังคม จำแนกตามสาขาวิชา และที่พักอาศัย ปรากฏในตารางที่ 65 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง ดังตารางที่ 66 พบว่านิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีสาขาวิชาเรียนแตกต่างกันมีคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางของนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพ ( $M = 3.64$ ) สังคมศาสตร์ ( $M = 3.56$ ) และมนุษยศาสตร์ ( $M = 3.74$ ) มากกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ ( $M = 3.28$ ) ผลปรากฏในตารางที่ 69

ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางดังตารางที่ 66 พบว่านิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีที่พักอาศัยแตกต่างกันมีคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมของนิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่อื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียม ( $M = 3.78$ ) มากกว่านิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่หอพักนิตภายในมหาวิทยาลัย ( $M = 3.41$ ) ส่วนนิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่บ้านไม่แตกต่างจากนิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่อื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียม และที่พักอาศัยที่หอพักนิตภายในมหาวิทยาลัย ผลปรากฏในตารางที่ 70

ส่วนปฏิสัมพันธ์ระหว่างสาขาวิชาและที่พักอาศัยนั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

#### 2.3.4.3 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง

ค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง จำแนกตามสาขาวิชา และที่พักอาศัย ปรากฏในตารางที่ 65 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง ดังตารางที่ 66 พบว่า ผลหลักของตัวแปร สาขาวิชา ที่พักอาศัย และปฏิสัมพันธ์ระหว่างสาขาวิชาและที่พักอาศัยนั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 69 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมของนิสิตนักศึกษาที่มีสาขาวิชาเรียนแตกต่างกัน

สาขาวิชา	n	M	SD	กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม			
				1	2	3	4
1. วิทยาศาสตร์กายภาพ	171	3.28	0.56	~			
2. วิทยาศาสตร์ชีวภาพ	169	3.64	0.61	2>1*			
3. สังคมศาสตร์	202	3.56	0.57	3>1*			
4. มนุษยศาสตร์	137	3.74	0.64	4>1*			

\*p < .05

ตารางที่ 70 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมของนิสิตนักศึกษาที่มีที่พักอาศัยแตกต่างกัน

ที่พักอาศัย	n	M	SD	กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม		
				1	2	3
1. บ้าน	528	3.54	0.77	~		
2. หอพักนิสิต	97	3.41	0.63	~		
3. อื่น ๆ	54	3.78	0.79	~	3>2*	

\*p < .05

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

### 2.3.5 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของกลวิธีการเผชิญปัญหา จำแนกตามสาขาวิชา และภูมิภาค

ตารางที่ 71 ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของกลวิธีการเผชิญปัญหาจำแนกตามสาขาวิชา และภูมิภาค

จำแนกตามสาขาวิชา และภูมิภาค		n	คะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา					
			แบบมุ่งจัดการ กับปัญหา		แบบแสวงหาการ สนับสนุนทางสังคม		แบบหลีกเลี่ยง	
			M	SD	M	SD	M	SD
วิทยาศาสตร์ กายภาพ	กทม.	122	3.62	0.50	3.26	0.83	2.73	0.71
	ต่างจังหวัด	49	3.62	0.50	3.33	0.75	2.75	0.58
	รวม	171	3.62	0.50	3.28	0.80	2.74	0.67
วิทยาศาสตร์ ชีวภาพ	กทม.	96	3.66	0.44	3.66	0.69	2.62	0.51
	ต่างจังหวัด	73	3.85	0.99	3.61	0.72	2.57	0.72
	รวม	169	3.74	0.73	3.64	0.70	2.60	0.61
สังคมศาสตร์	กทม.	130	3.69	0.46	3.53	0.80	2.64	0.60
	ต่างจังหวัด	72	3.86	0.63	3.61	0.77	2.63	0.50
	รวม	202	3.75	0.53	3.56	0.79	2.63	0.56
มนุษยศาสตร์	กทม.	108	3.69	0.47	3.76	0.63	2.69	0.60
	ต่างจังหวัด	29	3.70	0.28	3.66	0.57	2.80	0.58
	รวม	137	3.69	0.44	3.74	0.62	2.71	0.60
รวม		679	3.70	0.57	3.54	0.76	2.67	0.61

ตารางที่ 72 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของกลวิธีการเผชิญปัญหา จำแนกตาม  
สาขาวิชา และภูมิภาค

ตัวแปรตาม	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	ค่า F	Sig
กลวิธีการเผชิญปัญหา แบบมุ่งจัดการ กับปัญหา	สาขาวิชา	1.661	3	.554	1.74	.157
	ภูมิภาค	1.742	1	1.742	5.48*	.019
	สาขาวิชา*ภูมิภาค	1.073	3	.358	1.13	.338
	ความคลาดเคลื่อน	213.109	671	.318		
	รวม	217.927	678			
กลวิธีการเผชิญปัญหา แบบแสวงหาการ สนับสนุนทางสังคม	สาขาวิชา	19.023	3	6.341	11.60***	.000
	ภูมิภาค	0.03	1	0.03	0.05	.819
	สาขาวิชา*ภูมิภาค	.779	3	.260	0.48	.700
	ความคลาดเคลื่อน	366.744	671	.547		
	รวม	386.590	678			
กลวิธีการเผชิญปัญหา แบบหลีกเลี่ยง	สาขาวิชา	2.136	3	.712	1.90	.127
	ภูมิภาค	0.004	1	0.004	0.01	.917
	สาขาวิชา*ภูมิภาค	.398	3	.133	0.36	.785
	ความคลาดเคลื่อน	250.652	671	.374		
	รวม	253.209	678			

\*p < .05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001

#### 2.3.5.1 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา

ค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา จำแนกตามสาขาวิชา และภูมิภาค ปรากฏในตารางที่ 71 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง ดังตารางที่ 72 พบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีภูมิภาคแตกต่างกันมีคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาของ นิสิตนักศึกษาที่มีภูมิภาคอยู่ในต่างจังหวัด (M = 3.78) มากกว่านิสิตนักศึกษาที่มีภูมิภาคอยู่ใน กรุงเทพมหานคร (M = 3.66) ผลปรากฏในตารางที่ 71

ส่วนสาขาวิชา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและภูมิภาคนั้นไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

#### 2.3.5.2 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม

ค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบการสนับสนุนทางสังคม จำแนกตามสาขา วิชา และภูมิภาค ปรากฏในตารางที่ 71 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง ดังตารางที่ 72 พบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีสาขาวิชาเรียนแตกต่างกันมีคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบ

แสวงหาการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางของนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพ ( $M = 3.64$ ) สังคมศาสตร์ ( $M = 3.56$ ) และมนุษยศาสตร์ ( $M = 3.74$ ) มากกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ ( $M = 3.28$ ) ผลปรากฏในตารางที่ 73

ส่วนภูมิลำเนา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างสาขาวิชาและภูมิลำเนานั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ 73 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 ของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมของนิสิตนักศึกษาที่มีสาขาวิชาเรียนแตกต่างกัน

สาขาวิชา	n	M	SD	กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม			
				1	2	3	4
1. วิทยาศาสตร์กายภาพ	171	3.28	0.56	~			
2. วิทยาศาสตร์ชีวภาพ	169	3.64	0.61	2>1*			
3. สังคมศาสตร์	202	3.56	0.57	3>1*			
4. มนุษยศาสตร์	137	3.74	0.64	4>1*			

\* $p < .05$

### 2.3.5.3 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง

ค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงนี้จำแนกตามสาขาวิชา และภูมิลำเนา ผลปรากฏในตารางที่ 71 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางดังตารางที่ 72 พบว่า ผลหลักของตัวแปรสาขาวิชา ภูมิลำเนา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างสาขาวิชาและภูมิลำเนานั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



### 2.3.6 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของกลวิธีการเผชิญปัญหาจำแนกตามที่พักอาศัย และภูมิลำเนา

ตารางที่ 74 ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของกลวิธีการเผชิญปัญหาจำแนกตามที่พักอาศัย และภูมิลำเนา

จำแนกตามที่พักอาศัย และภูมิลำเนา		n	คะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา					
			แบบมุ่งจัดการ กับปัญหา		แบบแสวงหาการ สนับสนุนทางสังคม		แบบหลีกเลี่ยง	
			M	SD	M	SD	M	SD
บ้าน	กทม.	440	3.66	0.47	3.54	0.77	2.68	0.61
	ต่างจังหวัด	88	3.60	0.49	3.55	0.77	2.61	0.65
	รวม	528	3.65	0.47	3.54	0.77	2.67	0.62
หอพักนิสิต	กทม.	6	3.94	0.41	3.08	0.68	2.65	0.83
	ต่างจังหวัด	91	3.84	0.65	3.43	0.62	2.69	0.56
	รวม	97	3.85	0.64	3.41	0.63	2.69	0.57
อื่น ๆ	กทม.	10	3.69	0.51	3.63	0.70	2.38	0.40
	ต่างจังหวัด	44	4.02	1.09	3.82	0.81	2.70	0.62
	รวม	54	3.96	1.01	3.78	0.79	2.64	0.59
รวม		679	3.70	0.57	3.54	0.76	2.67	0.61

#### 2.3.6.1 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา

ค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา จำแนกตามที่พักอาศัย และภูมิลำเนา ปรากฏในตารางที่ 74 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง ดังตารางที่ 75 พบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีที่พักอาศัยแตกต่างกันมีคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาของ นิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่หอพักนิสิตภายในมหาวิทยาลัย ( $M = 3.85$ ) มากกว่านิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่บ้าน ( $M = 3.65$ ) ส่วนนิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่อื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียม ไม่แตกต่างจากนิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่หอพักนิสิตภายในมหาวิทยาลัยและที่ที่พักอาศัยที่บ้าน ผลปรากฏในตารางที่ 76

ส่วนภูมิลำเนา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างที่พักอาศัยและภูมิลำเนานั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ 75 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของกลวิธีการเผชิญปัญหา จำแนกตาม  
ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา

ตัวแปรตาม	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	ค่า F	Sig
กลวิธีการเผชิญปัญหา แบบมุ่งจัดการ กับปัญหา	ที่พักอาศัย	4.997	2	2.499	8.02***	.000
	ภูมิลำเนา	0.05	1	0.05	0.17	.683
	ที่พักอาศัย*ภูมิลำเนา	1.111	2	.556	1.78	.169
	ความคลาดเคลื่อน	209.733	673	.312		
	รวม	217.927	678			
กลวิธีการเผชิญปัญหา แบบแสวงหาการ สนับสนุนทางสังคม	ที่พักอาศัย	4.902	2	2.451	4.33*	.014
	ภูมิลำเนา	.196	1	.196	0.35	.556
	ที่พักอาศัย*ภูมิลำเนา	.805	2	.403	0.71	.491
	ความคลาดเคลื่อน	380.839	673	.566		
	รวม	386.590	678			
กลวิธีการเผชิญปัญหา แบบหลีกเลี่ยง	ที่พักอาศัย	0.10	2	0.05	0.13	.879
	ภูมิลำเนา	0.05	1	0.06	0.16	.689
	ที่พักอาศัย*ภูมิลำเนา	1.183	2	.591	1.58	.207
	ความคลาดเคลื่อน	251.907	673	.374		
	รวม	253.209	678			

\*p < .05, \*\*p < .01, \*\*\*p < .001

ตารางที่ 76 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธีDunnett's T3 ของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา  
แบบมุ่งจัดการกับปัญหาของนิสิตนักศึกษาที่มีที่พักอาศัยแตกต่างกัน

ที่พักอาศัย	กลวิธีการเผชิญปัญหา แบบมุ่งจัดการกับปัญหา		
	n	M	SD
1. บ้าน	528	3.65	0.47
2. หอพักนิสิต	97	3.85	0.64
3. อื่น ๆ	54	3.96	1.01

\*p < .05

### 2.3.6.2 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม

ค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม จำแนกตามที่พักอาศัย และภูมิลำเนา ปรากฏในตารางที่ 74 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง ดังตารางที่ 75 พบว่านิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีที่พักอาศัยแตกต่างกันมีคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมของนิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่อื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียม ( $M = 3.78$ ) มากกว่านิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่หอพักนิสิตภายในมหาวิทยาลัย ( $M = 3.41$ ) ส่วนนิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่บ้านไม่แตกต่างจากนิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่อื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียม และที่พักอาศัยที่หอพักนิสิตภายในมหาวิทยาลัย ผลปรากฏในตารางที่ 77

ส่วนภูมิลำเนา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างที่พักอาศัยและภูมิลำเนานั้นไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

### 2.3.6.2 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง

ค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง จำแนกตามที่พักอาศัย และภูมิลำเนา ปรากฏในตารางที่ 74 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางดังตารางที่ 75 พบว่า ผลหลักของตัวแปรที่พักอาศัย ภูมิลำเนา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างที่พักอาศัยและภูมิลำเนานั้นไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ 77 การทดสอบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธีDunnnett's T3 ของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมของนิสิตนักศึกษาที่มีที่พักอาศัยแตกต่างกัน

ที่พักอาศัย	n	M	SD	กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม		
				1	2	3
1. บ้าน	528	3.54	0.77	~		
2. หอพักนิสิต	97	3.41	0.63	~		
3. อื่น ๆ	54	3.78	0.79	~	3>2*	

\* $p < .05$

### 3. ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวล การสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีการเผชิญปัญหา

ตารางที่ 78 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวล การสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีการเผชิญปัญหาโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Correlation Coefficient) (N = 679)

	AS	AT	COP1	COP2	COP3	SO1	SO2	SO3	SO4	TOSO
AS	1	.646**	-.207**	.012	.430**	-.106**	-.077**	-.107**	-.069*	-.097*
AT		1	-.289**	-.011	.562**	-.172**	-.110**	-.130**	-.080*	-.135**
COP1			1	.226**	-.172**	.212**	.215**	.206**	.083*	.199**
COP2				1	-.019	.247**	.240**	.205**	.173**	.234**
COP3					1	-.070	-.018	-.018	-.005	-.033
SO1						1	.864**	.880**	.783**	.949**
SO2							1	.899**	.782**	.950**
SO3								1	.820**	.961**
SO4									1	.886**
TOSO										1

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

หมายเหตุ

AS	หมายถึง	ความวิตกกังวลต่อสถานการณ์
AT	หมายถึง	ความวิตกกังวลประจำตัว
COP1	หมายถึง	กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา
COP2	หมายถึง	กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม
COP3	หมายถึง	กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง
SO1	หมายถึง	การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์
SO2	หมายถึง	การสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน
SO3	หมายถึง	การสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสาร
SO4	หมายถึง	การสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน
TOSO	หมายถึง	การสนับสนุนทางสังคมโดยรวม



3.5 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงกับการสนับสนุนทางสังคมรายด้านทั้ง 4 ด้านและการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม ปรากฏในตารางที่ 78 พบว่ากลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงกับการสนับสนุนทางสังคมรายด้านทั้ง 4 ด้านและการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมไม่มีความสัมพันธ์กัน

3.6 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของคะแนนการสนับสนุนทางสังคมรายด้านทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ ด้านอารมณ์ ด้านการประเมิน ด้านข้อมูลข่าวสาร ด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม ปรากฏในตารางที่ 78 พบว่า การสนับสนุนทางสังคมรายด้านทั้ง 4 ด้าน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมมีค่าสัมประสิทธิ์เชิงเส้นตรงทางบวกซึ่งกันและกัน

### สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล

#### 1. ความวิตกกังวลของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 สรุปได้ดังนี้

1.1 นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 มีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ และความวิตกกังวลประจำตัวน้อย

นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ทั้งชายและหญิง ทั้งในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ วิทยาศาสตร์ชีวภาพ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ ทั้งที่พักอาศัยที่บ้าน หอพักนิตินภายในมหาวิทยาลัย และอื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียม ทั้งที่มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานคร และต่างจังหวัด ต่างก็มีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ และความวิตกกังวลประจำตัวน้อย (ตารางที่ 5)

1.2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลของคะแนนความวิตกกังวลของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ในความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ และความวิตกกังวลประจำตัว โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง (Two-way ANOVA) โดยจำแนกตามเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนาและการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 มีดังต่อไปนี้

##### 1.2.1 ความวิตกกังวลต่อสถานการณ์

1.2.1.1 นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์มีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์มากกว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ วิทยาศาสตร์ชีวภาพ และมนุษยศาสตร์ (ตารางที่ 15, 25 และ 30)

1.2.1.2 นิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่บ้านมีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์มากกว่า นิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่หอพักนิตินภายในมหาวิทยาลัย (ตารางที่ 18, 26 และ 33)



1.2.1.3 นิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานครมีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์มากกว่า นิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในต่างจังหวัด (ตารางที่ 20)

1.2.1.4 นิสิตนักศึกษาหญิงที่มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานครมีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์มากกว่า นิสิตนักศึกษาหญิงที่มีภูมิลำเนาอยู่ในต่างจังหวัด (ตารางที่ 22)

1.2.1.5 ส่วนเพศ ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ตารางที่ 14, 17 และ 21)

## 1.2.2 ความวิตกกังวลประจำตัว

1.2.2.1 นิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่บ้านมีความวิตกกังวลประจำตัวมากกว่า นิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่หอพักนิตินภายในมหาวิทยาลัย (ตารางที่ 19, 27 และ 34)

1.2.2.2 ส่วนเพศ สาขาวิชา ภูมิลำเนา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ตารางที่ 14, 17, 21, 24, 29 และ 32)

## 2. การสนับสนุนทางสังคมของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 สรุปได้ดังนี้

2.1 นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ ด้านข้อมูลข่าวสาร และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมเป็นอย่างมาก และได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน และด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงินในระดับปานกลางถึงค่อนข้างมาก

ในด้านแหล่งสนับสนุนทางสังคมให้การสนับสนุนทางสังคมมากที่สุด โดยพ่อแม่ให้การสนับสนุนทางสังคมกับนิสิตนักศึกษามากที่สุด โดยให้การสนับสนุนทางสังคมทั้ง 4 ด้าน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมเป็นอย่างมาก รองลงไปคือเพื่อนที่ให้การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ ด้านการประเมิน ด้านข้อมูลข่าวสาร และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมมาก และให้ด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงินค่อนข้างมาก ส่วนญาติพี่น้องให้การสนับสนุนทางสังคมในระดับปานกลาง สำหรับอาจารย์ให้การสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน ด้านข้อมูลข่าวสาร และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมในระดับปานกลาง ให้ด้านอารมณ์ค่อนข้างน้อย และให้ด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงินน้อย

นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ทั้งชายและหญิง ทั้งในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ วิทยาศาสตร์ชีวภาพ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ ทั้งที่พักอาศัยที่บ้าน หอพักนิตินภายในมหาวิทยาลัย และอื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียม ทั้งที่มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานคร และต่างจังหวัด ต่างก็ได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ ด้านข้อมูลข่าวสาร และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมเป็นอย่างมาก และได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน และด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงินในระดับปานกลางถึงค่อนข้างมาก (ตารางที่ 6 ถึง 10)

2.2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลของคะแนนการสนับสนุนทางสังคมของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ในการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ ด้านการประเมิน ด้านข้อมูลข่าวสาร ด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง (Two-way ANOVA) โดยจำแนกตามเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา และการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 มีดังต่อไปนี้

### 2.2.1 การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์

2.2.1.1 นิสิตนักศึกษาหญิงได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์มากกว่า นิสิตนักศึกษาชาย (ตารางที่ 35, 37 และ 39)

2.2.1.2 นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์มากกว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ (ตารางที่ 43 และ 50)

2.2.1.3 นิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในต่างจังหวัดได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์มากกว่า นิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานคร (ตารางที่ 48 และ 54)

2.2.1.4 ส่วนที่พักอาศัย และปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ตารางที่ 38, 42 และ 55)

### 2.2.2 การสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน

2.2.2.1 นิสิตนักศึกษาหญิงได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมินมากกว่า นิสิตนักศึกษาชาย (ตารางที่ 37 และ 39)

2.2.2.2 นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมินมากกว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ (ตารางที่ 44 และ 51)

2.2.2.3 ส่วนที่พักอาศัย ภูมิลำเนา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ตารางที่ 38, 40, 42, 49 และ 55)

### 2.2.3 การสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสาร

2.2.3.1 นิสิตนักศึกษาหญิงได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสารมากกว่า นิสิตนักศึกษาชาย (ตารางที่ 37 และ 39)

2.2.3.2 ส่วนสาขาวิชา ที่พักอาศัย ภูมิลำเนา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ตารางที่ 36, 38, 40, 42, 49 และ 55)

## 2.2.4 การสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน

2.2.4.1 นิสิตนักศึกษาสาขาวิชามนุษยศาสตร์ได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงินมากกว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ (ตารางที่ 45 และ 53)

2.2.4.2 นิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในต่างจังหวัดได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงินมากกว่า นิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานคร (ตารางที่ 39)

2.2.4.3 ส่วนเพศ ที่พักอาศัย และปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ตารางที่ 36, 38, 40, 42 และ 55)

## 2.2.5 การสนับสนุนทางสังคมโดยรวม

2.2.5.1 นิสิตนักศึกษาหญิงได้รับการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมมากกว่า นิสิตนักศึกษาชาย (ตารางที่ 37 และ 39)

2.2.5.2 นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ได้รับการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมมากกว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ (ตารางที่ 46 และ 52)

2.2.5.3 นิสิตนักศึกษาสาขาวิชานิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพที่พักอาศัยที่อื่นๆ ซึ่งได้แก่หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียม นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพทั้งที่พักอาศัยที่บ้าน หอพักนิตติภายในมหาวิทยาลัย และที่อื่นๆ ซึ่งได้แก่หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียม นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ที่พักอาศัยที่บ้าน และหอพักนิตติภายในมหาวิทยาลัย และนิสิตนักศึกษาสาขาวิชามนุษยศาสตร์ทั้งที่พักอาศัยที่บ้าน หอพักนิตติภายในมหาวิทยาลัย และที่อื่นๆ ซึ่งได้แก่หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียมได้รับการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมมากกว่า นิสิตนักศึกษาสาขาสังคมศาสตร์ที่พักอาศัยที่อื่นๆ

นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ที่พักอาศัยที่บ้าน และหอพักนิตติภายในมหาวิทยาลัย และนิสิตนักศึกษาสาขาวิชามนุษยศาสตร์ทั้งที่พักอาศัยที่บ้านได้รับการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมมากกว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพที่พักอาศัยที่บ้าน

นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ที่พักอาศัยที่หอพักนิตติภายในมหาวิทยาลัยได้รับการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมมากกว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพที่พักอาศัยที่บ้าน(ตารางที่ 47)

2.2.5.4 ส่วนที่พักอาศัยและภูมิลำเนา ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ตารางที่ 38, 40, 42, 49 และ 55)

สรุปผลตามตัวแปรได้ว่า เพศ : นิสิตนักศึกษาหญิงได้รับการสนับสนุนทางสังคม ด้านอารมณ์ ด้านการประเมิน ด้านข้อมูลข่าวสาร และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมมากกว่า นิสิตนักศึกษาชาย

สาขาวิชา : นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์มากกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ

นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ ได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมมากกว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ

นิสิตนักศึกษาสาขาวิชามนุษยศาสตร์ได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงินมากกว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ

ภูมิลำเนา : นิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในต่างจังหวัดได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ และด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงินมากกว่า นิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานคร

### 3. กลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 สรุปได้ดังนี้

3.1 นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 โดยทั่วไปเผชิญปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยใช้การเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพ ได้แก่ ใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมาก และการเผชิญปัญหาที่ไม่มีประสิทธิภาพ คือ ใช้การหลีกเลี่ยงก่อนข้างน้อย

นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ทั้งชายและหญิง ทั้งในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ วิทยาศาสตร์ชีวภาพ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ ทั้งที่พักอาศัยที่บ้าน หอพักนิตินภายในมหาวิทยาลัย และอื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียม ทั้งที่มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานคร และต่างจังหวัด ต่างก็ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามาก และใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงก่อนข้างน้อย ส่วนการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมนั้น นิสิตนักศึกษาหญิง นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ และที่พักอาศัยที่บ้าน และที่อื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียม ทั้งที่มีภูมิลำเนาในกรุงเทพมหานครหรือต่างจังหวัด ต่างใช้กลวิธีดังกล่าวมาก ในขณะที่นิสิตนักศึกษาชาย นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพใช้ในระดับปานกลาง ส่วนนิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่หอพักนิตินภายในมหาวิทยาลัยใช้กลวิธีดังกล่าวค่อนข้างมาก (ตารางที่ 11)

3.2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลของคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงหนีของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง (Two-way ANOVA) โดยจำแนกตามเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา และการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี Dunnett's T3 มีดังต่อไปนี้

### 3.2.1 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา

3.2.1.1 นิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่หอพักนิตติภายในมหาวิทยาลัยใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามากกว่า นิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่บ้าน (ตารางที่ 61, 67 และ 76)

3.2.1.2 นิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในต่างจังหวัดใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามากกว่า นิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานคร (ตารางที่ 63 และ 71)

3.2.1.3 นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพที่ที่พักอาศัยที่หอพักนิตติภายในมหาวิทยาลัย และที่อื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียม และนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ที่ที่พักอาศัยที่หอพักนิตติภายในมหาวิทยาลัย และที่อื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียมใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามากกว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพที่ที่พักอาศัยที่บ้าน

นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพที่ที่พักอาศัยที่อื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียมใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามากกว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพทั้งที่ที่พักอาศัยที่บ้าน หอพักนิตติภายในมหาวิทยาลัย และที่อื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียม นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ทั้งที่ที่พักอาศัยที่บ้าน หอพักนิตติภายในมหาวิทยาลัย และที่อื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียม และนิสิตนักศึกษาสาขาวิชามนุษยศาสตร์ทั้งที่ที่พักอาศัยที่บ้าน หอพักนิตติภายในมหาวิทยาลัย และที่อื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียม

นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพที่ที่พักอาศัยที่หอพักนิตติภายในมหาวิทยาลัย และนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ที่ที่พักอาศัยที่หอพักนิตติภายในมหาวิทยาลัย และที่อื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียมใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามากกว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพที่ที่พักอาศัยที่บ้าน



นิสิตนักศึกษาศาสาวิชาสังคมศาสตร์ที่พักอาศัยที่หอพักนิตินภายในมหาวิทยาลัยใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามากกว่า นิสิตนักศึกษาศาสาวิชาสังคมศาสตร์ที่พักอาศัยที่บ้าน แต่น้อยกว่านิสิตนักศึกษาศาสาวิชามนุษยศาสตร์ที่พักอาศัยที่บ้าน (ตารางที่ 68)

3.2.1.4 ส่วนเพศ ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ตารางที่ 57, 60 และ 64)

### 3.2.2 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม

3.2.2.1 นิสิตนักศึกษาหญิงใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่า นิสิตนักศึกษาชาย (ตารางที่ 56, 59 และ 63)

3.2.2.2 นิสิตนักศึกษาศาสาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่า นิสิตนักศึกษาศาสาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ (ตารางที่ 58, 69 และ 73)

3.2.2.3 นิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่อื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียมใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่านิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่หอพักนิตินภายในมหาวิทยาลัย (ตารางที่ 62, 70 และ 77)

3.2.2.4 ส่วนภูมิลำเนา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ตารางที่ 64, 72 และ 75)

### 3.2.3 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง

3.2.3.1 นิสิตนักศึกษาชายใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงมากกว่า นิสิตนักศึกษาหญิง (ตารางที่ 56 และ 63)

3.2.1.2 ส่วนสาขาวิชา ที่พักอาศัย ภูมิลำเนา และปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ตารางที่ 57, 60, 64, 66, 72 และ 75)

## 4. ความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวล การสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีการเผชิญปัญหา

ความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวล การสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีการเผชิญปัญหาพบว่า ความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ และความวิตกกังวลประจำตัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง มีความสัมพันธ์ทางลบกับกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา การสนับสนุนทางสังคมรายด้านทั้ง 4 ด้าน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม และพบว่าไม่มีความสัมพันธ์กับกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม (ตารางที่ 78)



กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม การสนับสนุนทางสังคมรายด้านทั้ง 4 ด้าน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม และมีความสัมพันธ์ทางลบกับกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง (ตารางที่ 78)

กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการสนับสนุนทางสังคมรายด้านทั้ง 4 ด้าน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม (ตารางที่ 78)

กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงไม่มีความสัมพันธ์กับการสนับสนุนทางสังคมรายด้านทั้ง 4 ด้านและการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม (ตารางที่ 78)

การสนับสนุนทางสังคมรายด้านทั้ง 4 ด้าน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมมีความสัมพันธ์ทางบวกซึ่งกันและกัน (ตารางที่ 78)



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## บทที่ 5

### การอภิปรายผล

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ เพื่อศึกษาความวิตกกังวล การสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีภูมิหลังแตกต่างกันในด้านเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา โดยผู้วิจัยอภิปรายผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์การวิจัย ดังนี้

#### 1. ความวิตกกังวลของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4

จากการเก็บรวบรวมข้อมูลจากนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่ผู้วิจัยสนใจศึกษา ผลปรากฏว่านิสิตนักศึกษาที่มีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ และความวิตกกังวลประจำตัวน้อย ซึ่งสามารถอธิบายได้ตามแนวความคิดของ Spielberger (1983) ที่ได้แบ่งลักษณะความวิตกกังวลออกเป็น 2 ลักษณะคือ ความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะประจำตัว (Trait – Anxiety or A-Trait) เป็นลักษณะประจำตัวของแต่ละบุคคลที่มีอิทธิพลต่อการรับรู้และประเมินสิ่งเร้า ทำให้บุคคลมีแนวโน้มที่จะรับรู้ ประเมิน หรือคาดคะเนสิ่งเร้าว่าอาจจะเป็นอันตรายหรืออาจคุกคามตนเองมากน้อยเพียงใด ทำให้มีความวิตกกังวลเกิดขึ้น โดยทั่วไปบุคคลทุกคนจะมีความวิตกกังวลประจำตัว ซึ่งแตกต่างกันในแต่ละบุคคล และเป็นตัวเสริมความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ โดยลักษณะประจำตัวส่วนใหญ่จะมีลักษณะค่อนข้างคงที่ จะเปลี่ยนแปลงได้แต่จะเปลี่ยนแปลงค่อนข้างช้า ส่วนความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ (State – Anxiety or A-State) คือ ความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นกับบุคคลในสถานการณ์เฉพาะ เมื่อมีสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่ทำให้เกิดความไม่พึงพอใจหรือเป็นอันตรายต่อบุคคล และจะแสดงพฤติกรรมที่สามารถสังเกตได้ในช่วงที่อยู่ในสถานการณ์นั้นๆ ความวิตกกังวลต่อสถานการณ์นี้ส่งผลให้บุคคลเกิดความตึงเครียด หวาดหวั่น กระวนกระวาย ระบบประสาทอัตโนมัติตื่นตัวสูง ความรุนแรงและระยะเวลาที่เกิดความวิตกกังวลต่อสถานการณ์นี้จะแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล และส่วนหนึ่งขึ้นอยู่กับระดับความวิตกกังวลประจำตัว และประสบการณ์ในอดีตของแต่ละบุคคล

ดังนั้นในภาวะที่บุคคลได้รับสิ่งเร้าที่ทำให้เกิดความไม่พึงพอใจ หรือจะเกิดอันตราย บุคคลที่มีระดับความวิตกกังวลประจำตัวค่อนข้างสูง จะเป็นตัวส่งเสริมให้ระดับความวิตกกังวลต่อสถานการณ์มีความรุนแรง และมีระยะเวลาการเกิดมากกว่าบุคคลที่มีความวิตกกังวลประจำตัวต่ำกว่า การเกิดความวิตกกังวลต่อสถานการณ์บ่อยครั้ง โดยแต่ละครั้งจะมีความรุนแรงหรือไม่ก็ตาม อาจส่งผลให้บุคคลนั้นมีระดับความวิตกกังวลประจำตัวสูงขึ้น นอกจากนั้นบุคคลที่มีความวิตกกังวลประจำตัวสูง ก็จะมีระดับความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ในแต่ละสถานการณ์สูงด้วยโดยเฉพาะอย่างยิ่ง

สถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างบุคคล หรือสถานการณ์ที่คุกคามต่อความมีคุณค่าในตนเองของบุคคล

จะเห็นได้ว่า ความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะประจำตัว (A-Trait) เป็นลักษณะที่จะเกิดกับบุคคลนั้นจนเป็นนิสัย เป็นลักษณะของบุคลิกภาพที่ฝังแน่น ส่วนความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ (A-State) เป็นลักษณะที่เกิดขึ้นชั่วคราวเฉพาะสถานการณ์นั้น ๆ และจากผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ และความวิตกกังวลประจำตัวพบว่า ความวิตกกังวลทั้ง 2 ลักษณะมีความสัมพันธ์กันทางบวก

นอกจากนั้นการที่ผลการวิจัยพบว่า นิสิตนักศึกษาที่มีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ และความวิตกกังวลประจำตัวน้อยนั้น อธิบายได้ว่านิสิตนักศึกษาที่มีความวิตกกังวลในระดับปกติเป็นความวิตกกังวลโดยทั่วไปที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ความวิตกกังวลในระดับนี้ทำให้นิสิตศึกษามีอารมณ์โดยทั่วไปมั่นคงปลอดภัย มีความสบายใจ มีสติสมานธิ รับผิดชอบต่อสังคมได้เป็นอย่างดี สามารถดำเนินกิจกรรมต่างๆ ได้ตามปกติ ดังคำอธิบายการแสดงออกทางพฤติกรรม การแสดงออกทางอารมณ์ และทางความคิดของบุคคลที่มีความวิตกกังวลในระดับน้อย (ฮาไพพรรณ พุ่มศรีสวัสดิ์, 2541) ว่าบุคคลที่มีความวิตกกังวลน้อยจะมีพฤติกรรมสงบ สุขุม มีสติสมานธิ มีการรู้ตัวดี สามารถดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ได้ตามปกติ มีการแสดงออกทางอารมณ์ที่แสดงถึงความรู้สึกปลอดภัย มีความสบายใจ ไม่มีการแสดงออกของอารมณ์ชนิดใดมากเกินไป และในด้านความคิด บุคคลจะมีการรับรู้สภาพแวดล้อมดี มีความคิดสร้างสรรค์

สำหรับในนิสิตศึกษานั้นการที่นิสิตนักศึกษามีระดับความวิตกกังวลทั้ง 2 ลักษณะในระดับน้อยโดยมีความวิตกกังวลประจำตัวซึ่งมีผลต่อความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ในระดับน้อย น่าจะมีผลช่วยให้นิสิตนักศึกษามีการเตรียมความพร้อมในเรื่องการเรียน และมีการเผชิญปัญหาต่างๆ ได้ดี

เมื่อพิจารณาความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ และความวิตกกังวลประจำตัวกับตัวแปรเพศสาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา พบว่า

### 1.1 เพศ

ผลการวิจัยพบว่า นิสิตนักศึกษาทั้งชาย และหญิงมีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ และความวิตกกังวลประจำตัวไม่แตกต่างกัน อาจอธิบายได้ว่า เนื่องจากความวิตกกังวลเป็นบุคลิกลักษณะของแต่ละบุคคล บุคคลแต่ละคนจะมีความวิตกกังวลในระดับมากหรือน้อยนั้นขึ้นอยู่กับ การรับรู้ของบุคคล ความวิตกกังวลเป็นผลจากการที่บุคคลได้รับสิ่งเร้า แล้วประเมินหรือคาดคะเน

ว่า สิ่งเร้า นั้นจะทำให้เกิดสิ่งที่ไม่พอใจ หรือทำให้เกิดอันตรายต่อบุคคลเป็นผลให้บุคคลไม่สามารถดำเนินพฤติกรรมตามปกติได้ (Lazarus and Averill, 1972) ดังนั้นเพศจึงไม่มีผลต่อความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ และความวิตกกังวลประจำตัว ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ สมบุญ จารุเกษมทวี (2544) ที่พบว่า นักศึกษาชายมีความวิตกกังวลไม่แตกต่างจากนักศึกษาหญิง

## 1.2 สาขาวิชา

จากผลการวิจัยพบว่า นิสิตนักศึกษาที่ศึกษาในสาขาวิชาแตกต่างกัน ได้แก่ สาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ วิทยาศาสตร์ชีวภาพ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ มีระดับความวิตกกังวลประจำตัวไม่แตกต่างกัน ส่วนความวิตกกังวลต่อสถานการณ์พบว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์มีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์มากกว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ วิทยาศาสตร์ชีวภาพ และมนุษยศาสตร์ จากผลการวิจัยผู้วิจัยมีความเห็นว่า การที่นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์มีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์มากกว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ วิทยาศาสตร์ชีวภาพ และมนุษยศาสตร์ทั้งที่มีความวิตกกังวลประจำตัวไม่แตกต่างกันนั้น อาจเนื่องมาจากสถานการณ์ในระยะเก็บข้อมูลของนิสิตนักศึกษาสาขาสังคมศาสตร์แตกต่างจากนิสิตนักศึกษาสาขาอื่นๆ โดยในระหว่างการเก็บรวบรวมข้อมูลของนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ส่วนหนึ่งนั้นอยู่ในช่วงที่นิสิตนักศึกษากำลังจะมีการสอบปลายภาคซึ่งอาจมีผลให้นิสิตนักศึกษาเกิดความเครียดและความวิตกกังวลต่อการสอบ ในขณะที่การเก็บรวบรวมข้อมูลของนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ วิทยาศาสตร์ชีวภาพ และมนุษยศาสตร์ นิสิตนักศึกษาอยู่ในช่วงสภาพการณ์ปกติ ดังนั้นอาจเป็นไปได้ว่า นิสิตนักศึกษาทั้ง 3 สาขาวิชาที่กล่าวมาจึงมีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์น้อยกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์

## 1.3 ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา

ผลการวิจัยพบว่า นิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่บ้านมีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ และความวิตกกังวลประจำตัวมากกว่า นิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่หอพักนิตินายในมหาวิทยาลัย และนิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานคร มีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์มากกว่า นิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในต่างจังหวัด

จากผลการวิจัยดังกล่าวแสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ และความวิตกกังวลประจำตัว โดยการที่นิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่บ้าน และนิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานครมีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์มากกว่า นิสิตนักศึกษาที่พัก

อาศัยที่หอพักนิตินภายในมหาวิทยาลัย และนิตินนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในต่างจังหวัด อาจอธิบายได้ว่า เป็นผลมาจากการที่นิตินนักศึกษาที่พักอาศัยที่บ้าน และมีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานครมีแนวโน้มของการมีความวิตกกังวลประจำตัวสูงกว่านิตินนักศึกษาที่พักอาศัยที่หอพักนิตินภายในมหาวิทยาลัย และนิตินนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในต่างจังหวัด เพราะความวิตกกังวลประจำตัวคือลักษณะประจำตัวของแต่ละบุคคลที่มีอิทธิพลต่อการรับรู้ และประเมินสิ่งเร้า โดยมีแนวโน้มที่จะรับรู้ ประเมิน หรือคาดคะเนสิ่งเร้าว่า อาจเกิดอันตรายหรือคุกคามตนเอง ทำให้มีความวิตกกังวลเกิดขึ้น ซึ่งโดยทั่วไปบุคคลทุกคนจะมีความวิตกกังวลประจำตัวแตกต่างกันในแต่ละบุคคล และเป็นตัวเสริมความวิตกกังวลต่อสถานการณ์

นอกจากนั้นเมื่อพิจารณาในเรื่องของปัญหาที่นิตินศึกษาพบมากที่สุดคือ ความวิตกกังวลในเรื่องการเรียน ดังนั้นอาจเป็นไปได้ว่าการที่นิตินนักศึกษามีความวิตกกังวลประจำตัวมากกว่า ทำให้มีแนวโน้มที่จะมีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์มากกว่า เมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่เป็นปัญหาต่าง ๆ ในทางกลับกันการที่นิตินนักศึกษามีความวิตกกังวลประจำตัวน้อย เมื่อเจอกับสถานการณ์ที่เป็นปัญหาจะสามารถจัดการกับปัญหาได้ดีกว่า เพราะฉะนั้นการที่นิตินนักศึกษจะสามารถเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ ได้ นั้น นิตินนักศึกษาต้องมีการใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพ และจากผลการวิจัยในเรื่องกลวิธีการเผชิญปัญหาที่พบว่า นิตินนักศึกษาที่พักอาศัยที่หอพักนิตินภายในมหาวิทยาลัยใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามากกว่านิตินนักศึกษาที่พักอาศัยที่บ้าน ซึ่งนอกจากการที่นิตินนักศึกษาเลือกใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพแล้ว การที่นิตินนักศึกษาได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องจะช่วยให้ นิตินนักศึกษามีแหล่งทรัพยากรที่จะจัดการกับปัญหาได้มากขึ้น รวมทั้งสิ่งแวดล้อมภายในมหาวิทยาลัย เช่น กลุ่มเพื่อน บรรยากาศในการเรียน และกิจกรรมต่าง ๆ ที่จัดให้ นิตินนักศึกษาได้มีโอกาสเข้าไปมีส่วนร่วมก็มีส่วนช่วยในการลดความเครียด ความวิตกกังวล และช่วยรักษาภาวะสมดุลของจิตใจของนิตินนักศึกษาเพื่อให้ นิตินนักศึกษาสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ

## 2. การสนับสนุนทางสังคมของนิตินนักศึกษาชั้นปีที่ 4

นิตินนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ ด้านข้อมูลข่าวสาร และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมเป็นอย่างมาก และได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมินและด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน ในระดับค่อนข้างมาก

อธิบายได้ว่า นิตินนักศึกษาโดยทั่วไปมีสัมพันธภาพทางสังคมที่ดี กล่าวได้ว่าบรรยากาศของสัมพันธภาพอยู่ในลักษณะที่อบอุ่นเป็นมิตร ได้รับความรัก ได้รับการดูแลเอาใจใส่ ได้รับการเห็นอกเห็นใจ มีคนรับฟัง ได้การสนับสนุน ให้กำลังใจ ให้การเสริมแรง ได้รับข้อมูลป้อนกลับที่จะ



เอื้อให้ประเมินตนเอง ได้ข้อมูลป้อนกลับในทางบวกที่เสริมสร้างความมั่นใจ ได้แนวทาง คำแนะนำ ข้อเสนอแนะ และข้อมูลข่าวสารที่สามารถนำไปใช้ในการแก้ไขปัญหา ได้รับความช่วยเหลือตรงต่อความต้องการ และความจำเป็น ทั้งในด้านการเงิน สิ่งของ และการปรับเปลี่ยนสภาพแวดล้อม

เมื่อพิจารณาแหล่งสนับสนุนทางสังคม จากผลการวิจัยพบว่า นิสิตนักศึกษาได้รับการสนับสนุนทางสังคมจาก แม่ พ่อ และเพื่อน เป็นอย่างมาก โดยได้รับจากแม่ และพ่อมากที่สุดตามลำดับทั้งในด้านการสนับสนุนทางสังคมรายด้านทั้ง 4 ด้านคือทั้งในด้านอารมณ์ ด้านการประเมิน ด้านข้อมูลข่าวสาร ด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม รองลงมาคือได้รับจากเพื่อน ที่ให้การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ ด้านการประเมิน ด้านข้อมูลข่าวสาร และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมเป็นอย่างมาก และให้การสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงินค่อนข้างมาก ในขณะที่จะได้รับการสนับสนุนทางสังคมทั้ง 4 ด้าน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมจากญาติพี่น้องในระดับปานกลาง และได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากอาจารย์ด้านข้อมูลข่าวสารในระดับมาก ในด้านการประเมิน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมในระดับปานกลาง ได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ค่อนข้างน้อย และในด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงินในระดับน้อย

มีผลการวิจัยเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคมที่พบว่า การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาพกาย และสุขภาพจิตที่ดี (Dean & Ensel, 1982; Ganster & Victor, 1988; Gottlieb, 1983; Hardy, Richman & Rosenfeld, 1991) การสนับสนุนทางสังคมช่วยลดความรู้สึกหดหู่ (House & Kahn, 1985) ลดความเครียด (Richman & Rosenfeld, 1987) และความรู้สึกสูญเสีย (Hobfoll & Stephens, 1990) สำหรับในเด็ก และวัยรุ่นนั้นการสนับสนุนทางสังคมมีผลต่อการช่วยลดความซึมเศร้าในวัยรุ่น (Barrera & Garrison-Jones, 1992) ในขณะที่เดียวกันการสนับสนุนทางสังคมช่วยทำให้นุคคลมีสุขภาพจิตดีขึ้น (Ganster & Victor, 1988) ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงาน (Albrecht & Hall, 1991) การปรับปรุงทางการเรียน และการปรับพฤติกรรม (Dubow, Tisak, Causey & hryshko, 1991; Ford & Dutphen, 1996)

จากผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า การสนับสนุนทางสังคมเป็นสิ่งสำคัญในการดำเนินชีวิตของนิสิตนักศึกษา เพราะการที่นิสิตนักศึกษาได้รับความรัก ความเอาใจใส่ การมองเห็นคุณค่า ได้รับการยอมรับ มีความผูกพันซึ่งกันและกัน ตลอดจนได้รับความช่วยเหลือในด้านต่าง ๆ ได้กำลังใจ ได้แนวทางในการเผชิญปัญหาจากบุคคลภายในครอบครัว กลุ่มเพื่อน และอาจารย์ มีผลต่อภาวะจิตใจ และอารมณ์ ช่วยให้นิสิตนักศึกษามีความรู้สึกภูมิใจ รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า และเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มหรือสังคม และได้แนวทางในการเผชิญปัญหา เกิดความมั่นใจในตนเอง ทำให้สามารถเผชิญกับเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่มาคุกคามต่อร่างกาย หรือจิตใจได้อย่างมีประสิทธิภาพ



เมื่อพิจารณาการสนับสนุนทางสังคมรายด้านทั้ง 4 ด้าน และโดยรวม กับเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิภาค พบว่า

## 2.1 เพศ

ผลการวิจัยพบว่า นิสิตนักศึกษาหญิงได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ ด้านการประเมิน ด้านข้อมูลข่าวสาร และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมมากกว่า นิสิตนักศึกษาชาย มีผลการวิจัยที่แสดงให้เห็นว่า เพศชาย และเพศหญิงมีความต้องการ และวิธีการที่จะขอการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกัน (Cronkite & Moos, 1984) เพศชาย และเพศหญิงมีความแตกต่างกันในเรื่องสาเหตุของความเครียด และการสนับสนุนทางสังคม และยังสอดคล้องกับผลการวิจัยในเรื่องกลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษาที่พบว่า วัยรุ่นหญิง และนิสิตนักศึกษาหญิงใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่าวัยรุ่นชาย และนิสิตนักศึกษาชาย (กรกวรรณสุพรรณวรรรยา, 2544; เปรมพร มั่นเสมอ, รัชนิย์ แก้วคำศรี, วราภรณ์ รัตนวิศิษฏ์กุล, สุภาพรณโคตรจรัส และชุมพร ยงกิตติกุล, 2545)

## 2.2 สาขาวิชา และที่พักอาศัย

ผลการวิจัยพบว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ ได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ มากกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิทยาศาสตร์กายภาพ ส่วนการสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ได้รับการสนับสนุนทางสังคมทั้ง 2 ด้านมากกว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ และการสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน นิสิตนักศึกษาสาขามนุษยศาสตร์ได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านดังกล่าวมากกว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ

จากผลวิจัยจะเห็นได้ว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ ด้านการประเมิน ด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมน้อยกว่ากลุ่มนิสิตนักศึกษาที่เรียนในสาขาวิชาอื่นๆ ซึ่งอาจเป็นไปได้ว่า สาขาวิทยาศาสตร์ชีวภาพ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ เป็นกลุ่มสาขาวิชาที่จัดว่ามีจำนวนนิสิตนักศึกษาหญิงมากกว่านิสิตนักศึกษาชาย ในขณะที่สาขาวิทยาศาสตร์กายภาพมีจำนวนนิสิตนักศึกษาชายศึกษาอยู่เป็นจำนวนมากกว่านิสิตนักศึกษาหญิง ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของการสนับสนุนทางสังคมข้างต้นที่พบว่า เพศหญิงได้รับการสนับสนุนทางสังคมในด้านอารมณ์ ด้านการประเมิน ด้าน

ข้อมูลข่าวสาร และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมมากกว่านิสิตนักศึกษาชาย และผลการวิจัยเกี่ยวกับกลวิธีการเผชิญปัญหาพบว่า นิสิตนักศึกษาหญิงใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่านิสิตนักศึกษาชาย เมื่อเกิดปัญหานิสิตนักศึกษาหญิงจึงขอความช่วยเหลือมากกว่านิสิตนักศึกษาชายจึงเป็นไปได้ว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพโดยรวมซึ่งประกอบด้วยจำนวนนิสิตนักศึกษาชายมากกว่านิสิตนักศึกษาหญิงได้รับการสนับสนุนทางสังคมน้อยกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชาอื่น ๆ

นอกจากนี้ยังพบปฏิสัมพันธ์ที่มีนัยสำคัญระหว่างสาขาวิชาและที่พักอาศัยบางประการ เฉพาะในด้านการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมนั้นพบว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพที่พักอาศัยที่อื่นๆ ซึ่งได้แก่หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียม นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพทั้งที่พักอาศัยที่บ้าน หอพักนิสิตภายในมหาวิทยาลัย และที่อื่นๆ ซึ่งได้แก่หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียม นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ที่พักอาศัยที่บ้าน และหอพักนิสิตภายในมหาวิทยาลัย และนิสิตนักศึกษาสาขาวิชามนุษยศาสตร์ทั้งที่พักอาศัยที่บ้าน หอพักนิสิตภายในมหาวิทยาลัย และที่อื่นๆ ซึ่งได้แก่หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียมได้รับการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมมากกว่า นิสิตนักศึกษาสาขาสังคมศาสตร์ที่พักอาศัยที่อื่นๆ

นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ที่พักอาศัยที่บ้าน และหอพักนิสิตภายในมหาวิทยาลัย และนิสิตนักศึกษาสาขาวิชามนุษยศาสตร์ทั้งที่พักอาศัยที่บ้านได้รับการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมมากกว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพที่พักอาศัยที่บ้าน และนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ที่พักอาศัยที่หอพักนิสิตภายในมหาวิทยาลัยได้รับการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมมากกว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพที่พักอาศัยที่บ้าน

### 2.3 ภูมิลำเนา

แม้นิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานคร หรือต่างจังหวัดต่างได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ในระดับมาก และได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงินในระดับค่อนข้างมากเช่นเดียวกัน แต่นิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในต่างจังหวัดได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ และด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงินมากกว่า นิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานคร ทั้งนี้อาจเป็นไปได้ว่าบรรยากาศของครอบครัวในต่างจังหวัดมีความอบอุ่นใกล้ชิด แม้นิสิตนักศึกษาจะอยู่ห่างไกลจากพ่อแม่ นิสิตนักศึกษาก็ยังได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ในระดับมากอยู่ ในขณะที่บรรยากาศของครอบครัวในกรุงเทพมหานครเน้นความสะดวกสบายทางด้านวัตถุมากกว่า สภาพสังคมในกรุงเทพมหานครที่

พ่อแม่ต้องออกไปทำงานนอกบ้าน บรรยากาศทางสังคมที่ต้องเร่งรีบ ปัญหาต่างๆ เช่น ปัญหาการจราจรติดขัด ทำให้ผู้ที่อาศัยในกรุงเทพมหานครมีปัญหาในเรื่องการจัดการกับเวลา อาจให้เวลากับลูกได้น้อยกว่า นอกจากนั้นการที่นิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในต่างจังหวัดเข้ามาศึกษาในมหาวิทยาลัยในกรุงเทพมหานครได้เป็นความภาคภูมิใจของพ่อแม่ และชุมชนอย่างยิ่ง ดังนั้นพ่อแม่ของนิสิตนักศึกษากลุ่มนี้จึงมีความพร้อมที่จะให้ความช่วยเหลือ และทำทุกอย่างเพื่อที่จะให้ลูกได้ศึกษาเล่าเรียนจนสำเร็จการศึกษา การเตรียมความพร้อมทั้งด้านการเงิน และค่าใช้จ่ายที่เพิ่มขึ้นทั้งในด้านที่พักอาศัยและค่าใช้จ่ายส่วนตัวของนิสิตนักศึกษาในขณะที่เรียนอยู่ในกรุงเทพมหานคร อาจจะทำให้นิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในต่างจังหวัดตระหนักถึงการได้รับการสนับสนุนทางด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงินมาก ซึ่งส่งผลให้ตระหนักในความรัก ความภาคภูมิใจของพ่อแม่ที่มีต่อตนเองอาจส่งผลให้รับรู้ได้ว่าตนเองได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์มากตามไปด้วย

จะเห็นได้ว่าการที่นิสิตนักศึกษาได้รับการสนับสนุนทางสังคมในด้านอารมณ์ และด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงินนั้นถือได้ว่าเป็นการได้รับการสนับสนุนทางสังคมทั้งทางร่างกาย และจิตใจ ซึ่งส่งผลต่อภาวะจิตใจ และอารมณ์ช่วยบรรเทาความเครียดในภาวะวิกฤต ทำให้นิสิตนักศึกษาสามารถจัดการกับปัญหาต่าง ๆ และดำเนินชีวิตได้อย่างราบรื่น และบรรลุถึงจุดหมายที่ต้องการ

### 3. กลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4

จากการศึกษาการใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษาพบว่า นิสิตนักศึกษาโดยรวมเผชิญปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพโดยใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมาก และใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงน้อยซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของกรกวรรณ สุพรรณวรรษา (2544) เปรมพร มั่นเสมอ (2545) รัชนิย์ แก้วคำศรี (2545) และวราภรณ์ รัตนวิศิษฐกุล (2545)

#### กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา

จากการผลการวิจัยพบว่า นิสิตนักศึกษาใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา มาก แสดงให้เห็นว่า เมื่อนิสิตนักศึกษาประสบกับปัญหา และอุปสรรคต่าง ๆ ที่ผ่านเข้ามาในชีวิต นิสิตนักศึกษามักเลือกใช้วิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ซึ่งถือว่าเป็นกลวิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพ เพราะการมุ่งจัดการกับปัญหาเป็นลักษณะของการจัดการปัญหาที่เหมาะสม ทำให้บุคคลเลือกที่จะจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นโดยตรง มีการใช้ความพยายามมากขึ้นในการแก้

ปัญหา มองเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในแต่ละขณะตามความเป็นจริง มีความเชื่อทางบวก และเรียนรู้จากเหตุการณ์ทางลบที่เกิดขึ้น และการที่บุคคลมีความเชื่อทางบวกทำให้บุคคลมีความหวัง และความเชื่อในความสามารถของตน รู้จักคิดหาวิธีการในการเผชิญกับสิ่งที่ทำให้เกิดความเครียดโดยการเลือกวิธีที่ดีที่สุดในการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้น ทำให้บุคคลสามารถปรับตัวกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นได้อันจะนำไปสู่การดำเนินชีวิตที่ราบรื่น มีความคุณภาพชีวิต และสุขภาพจิตที่ดี

#### กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม

ผลการวิจัยพบว่า นิสิตนักศึกษาใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมาก แสดงให้เห็นว่า เมื่อนิสิตนักศึกษาเกิดปัญหา หรือพบกับความยุ่งยากในชีวิต นอกจากนิสิตนักศึกษาจะใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาแล้ว นิสิตนักศึกษายังใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมควบคู่กันไปด้วย ซึ่งการใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาทั้ง 2 แบบ ดังกล่าวเป็นการช่วยเสริมซึ่งกันและกัน อันนำไปสู่การจัดการแก้ปัญหาได้อย่างราบรื่น และมีประสิทธิภาพ แสดงให้เห็นว่า นิสิตนักศึกษาใช้วิธีการเผชิญปัญหาอย่างมีประสิทธิภาพ เพราะการแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมก็เป็นวิธีการจัดการกับปัญหาวิธีหนึ่ง โดยอาศัยความช่วยเหลือ หรือการสนับสนุนจากผู้ที่อยู่รอบข้าง เช่น พ่อแม่ เพื่อน หรืออาจารย์ เพื่อขอคำปรึกษาได้แนวทางในการแก้ปัญหา ขยายมุมมอง มองเห็นวิธีการแก้ปัญหาได้หลากหลายขึ้น ได้รับกำลังใจ ความเห็นใจ และความเข้าใจจากบุคคลอื่น ทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกปลอดภัย มีความมั่นใจที่จะจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้น และสามารถฝ่าฟันกับปัญหาอุปสรรคต่าง ๆ ที่ผ่านเข้ามาในชีวิตได้

#### กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง

ผลการวิจัยพบว่า นิสิตนักศึกษาใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงในระดับค่อนข้างน้อย แสดงให้เห็นว่า เมื่อมีปัญหาอุปสรรคนิสิตนักศึกษามีการยอมรับความเป็นจริงตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้น ซึ่งการยอมรับความจริงที่เกิดขึ้นเป็นสิ่งที่บอกให้ทราบว่า บุคคลนั้นพร้อมที่จะเผชิญกับสถานการณ์นั้น ๆ ไม่หลีกเลี่ยงปัญหาด้วยการไม่รับรู้ปัญหา เก็บปัญหาไว้คนเดียว หรือตำหนิตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยเกี่ยวกับการใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมดังกล่าวข้างต้นทั้งนี้ผู้วิจัยมีความคิดเห็นว่า เนื่องจากนิสิตนักศึกษาเป็นวัยที่กำลังก้าวไปสู่วัยผู้ใหญ่ มีวุฒิภาวะมากขึ้น ตระหนักรู้ในสิ่งต่าง ๆ ดังนั้นนิสิตนักศึกษาจึงใช้วิธีการเผชิญปัญหาที่ไม่มีประสิทธิภาพ คือ การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง

ในระดับน้อย แสดงให้เห็นว่า นิสิตนักศึกษาเป็นบุคคลที่มีศักยภาพ และพร้อมที่จะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีประสิทธิภาพในอนาคต

เมื่อพิจารณากลวิธีการเผชิญปัญหาทั้ง 3 แบบจำแนกตามเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิ  
 ลานาพบว่า

### 3.1 เพศ

ผลการวิจัยพบว่า นิสิตนักศึกษาทั้งชาย และหญิงใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการ  
 กับปัญหา และแบบหลีกเลี่ยงไม่แตกต่างกัน ส่วนการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทาง  
 สังคมนั้นพบว่า นิสิตนักศึกษาหญิงใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม  
 มากกว่า นิสิตนักศึกษาชาย ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ กรกวรรณ สุพรรณวรธยา (2544)  
 เปรมพร มั่นเสมอ (2545) รัชนิย์ แก้วคำศรี (2545) และวราภรณ์ รัตนวิศิษฐกุล (2545) ที่พบว่า  
 นักศึกษาหญิงใช้การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่านักศึกษาชาย และ  
 ผลการวิจัยของ สุภาพรรณ โคตรจรัส และชุมพร ยงกิตติกุล (2545) ที่พบว่า นักเรียนหญิงใช้การ  
 เผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่า นักเรียนชาย ในงานวิจัยของ Bettina  
 (2001) ศึกษาเกี่ยวกับความแตกต่างทางเพศ และความคล้ายคลึงกันของการใช้กลวิธีการเผชิญ  
 ปัญหาในวัยรุ่นพบว่า นักเรียนหญิงเลือกใช้วิธีการการเผชิญปัญหาแบบการลงมือกระทำ และแบบ  
 แสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่านักเรียนชาย

จากผลการวิจัยที่พบ อาจอธิบายได้ว่า เพศชาย และหญิงมีความแตกต่างกันในเรื่องของบทบาททางเพศ คือ เพศชายมักชอบความอิสระ ในขณะที่เพศหญิงมักจะให้ความสำคัญกับสัมพันธภาพทางสังคม (Gilligan, 1982) ดังนั้นเมื่อเกิดอุปสรรคปัญหา หรือความเครียดเพศหญิงจึงมักจะขอความช่วยเหลือจากบุคคลรอบข้าง เช่น บุคคลภายในครอบครัว หรือเพื่อน เพื่อขอคำแนะนำในการจัดการกับปัญหา และเพื่อให้ได้รับคำปลอบใจ ในขณะที่เพศชายมักคิดและตัดสินใจในการแก้ปัญหาด้วยตนเอง

นอกจากนี้ผลการวิจัยยังพบว่า นิสิตนักศึกษาชายใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงมากกว่านิสิตนักศึกษาหญิง

### 3.2 สาขาวิชา

ผลการวิจัยพบว่า นิสิตนักศึกษาที่ศึกษาในสาขาวิชาแตกต่างกันได้แก่ สาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ วิทยาศาสตร์ชีวภาพ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบ



มุ่งจัดการกับปัญหา และแบบหลักหนี ไม่แตกต่างกัน ส่วนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมนั้นพบว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ จากผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวล การสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีการเผชิญปัญหาพบว่า การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการสนับสนุนทางสังคม ดังนั้นอาจอธิบายได้ว่า การที่บุคคลได้รับการสนับสนุนทางสังคมเป็นการได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องซึ่งจะช่วยให้บุคคลมีแหล่งทรัพยากรที่จะจัดการกับปัญหาได้มากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยการสนับสนุนทางสังคมข้างต้นที่พบว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ ได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์น้อยกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ และได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมน้อยกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ และในด้านการสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน ได้รับน้อยกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชามนุษยศาสตร์

### 3.3 สาขาวิชาและที่พักอาศัย

ผลการวิจัยพบปฏิสัมพันธ์ระหว่างสาขาวิชาและที่พักอาศัยบางประการเฉพาะในกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ซึ่งพบว่า นิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่หอพักนิตภายในมหาวิทยาลัย และที่อื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียมในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพ และสังคมศาสตร์ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามากกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพที่พักอาศัยที่บ้าน

นิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่บ้าน หอพักนิตภายในมหาวิทยาลัย และที่อื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียมในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาน้อยกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพที่พักอาศัยที่อื่น ๆ

นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพที่พักอาศัยที่หอพักนิตภายในมหาวิทยาลัย และนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ที่พักอาศัยที่หอพักนิตภายในมหาวิทยาลัย และที่อื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียมใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามากกว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพที่พักอาศัยที่บ้าน



และนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ที่พักอาศัยที่หอพักนิตติภายในมหาวิทยาลัยใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามากกว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ที่พักอาศัยที่บ้าน แต่น้อยกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชามนุษยศาสตร์ที่พักอาศัยที่บ้าน

จากผลการวิจัยเมื่อพิจารณาาร่วมกันระหว่างสาขาวิชาและที่พักอาศัยพบว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพที่พักอาศัยที่บ้านใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาน้อยที่สุด จึงอธิบายได้ว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพอาจมีแนวโน้มที่จะมีความวิตกกังวลมากกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชาอื่นๆ และจากการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวล การสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีการเผชิญปัญหา จากผลการวิจัยที่พบว่าความวิตกกังวลมีความสัมพันธ์ทางลบกับการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา คือผู้ที่ใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาค่ากว่าจะมีความวิตกกังวลสูงกว่า และนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมน้อยกว่าจึงอาจยังคงมีความวิตกกังวลมากกว่า และได้แนวทางในการมุ่งจัดการกับปัญหาน้อยกว่าจึงทำให้พบว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพที่พักอาศัยที่บ้านใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาน้อยที่สุด

#### 3.4 ที่พักอาศัยและภูมิลำเนา

เมื่อพิจารณาในด้านที่พักอาศัย ผลการวิจัยพบว่า นิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่หอพักนิตติภายในมหาวิทยาลัยใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามากกว่า นิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่บ้าน และนิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่อื่นๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียมใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่า นิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่หอพักนิตติภายในมหาวิทยาลัย

เมื่อพิจารณาในด้านภูมิลำเนา ผลการวิจัยพบว่า ส่วนนิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในต่างจังหวัดใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามากกว่านิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานคร

จากผลการวิจัยนี้อธิบายได้ว่า นิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่หอพักนิตติภายในมหาวิทยาลัยและที่อื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียม และนิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในต่างจังหวัดเป็นนิสิตนักศึกษากลุ่มเดียวกัน และจากผลการวิจัยความวิตกกังวลข้างต้นที่พบว่า นิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่หอพักนิตติภายในมหาวิทยาลัยมีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ และความวิตกกังวลประจำตัวน้อยกว่านิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่บ้าน และนิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในต่างจังหวัดมีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์น้อยกว่านิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานคร ดังนั้นการที่นิสิตนักศึกษาที่มีความวิตกกังวลประจำตัวน้อย เมื่อพบกับสถานการณ์

ที่เป็นปัญหาจึงประเมินสถานการณ์นั้นว่าสามารถที่จะจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นนั้นได้ นิสิตนักศึกษาในกลุ่มนี้จึงใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามากกว่า อีกทั้งยังได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ และด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงินมากกว่า ทำให้นิสิตนักศึกษาเรียนรู้ที่จะเลือกใช้วิธีการจัดการกับปัญหาจากการที่มีบุคคลต่าง ๆ ให้การสนับสนุนทางสังคม

#### 4. ความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวล การสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีการเผชิญปัญหา

ผลการวิจัยพบว่า ความวิตกกังวลต่อสถานการณ์มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับความวิตกกังวลประจำตัว และมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และการสนับสนุนทางสังคมรายด้านทั้ง 4 ด้าน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม แต่พบว่าความวิตกกังวลต่อสถานการณ์กับกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมไม่มีความสัมพันธ์กัน

ความวิตกกังวลประจำตัวมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงนี้ และมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา แบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม และการสนับสนุนทางสังคมรายด้านทั้ง 4 ด้าน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม

กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม และการสนับสนุนทางสังคมรายด้านทั้ง 4 ด้านและการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม และมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงนี้

กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับการสนับสนุนทางสังคมรายด้านทั้ง 4 ด้านและการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม แต่พบว่ากลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมกับกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงนี้ไม่มีความสัมพันธ์กัน

กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงนี้กับการสนับสนุนทางสังคมรายด้านทั้ง 4 ด้านและการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมไม่มีความสัมพันธ์กัน

การสนับสนุนทางสังคมรายด้านทั้ง 4 ด้าน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมมีค่าสัมประสิทธิ์เชิงเส้นตรงทางบวกซึ่งกันและกัน

ผลการวิจัยนี้แสดงให้เห็นว่า บุคคลที่มีลักษณะบุคลิกภาพที่มีความวิตกกังวลประจำตัวค่อนข้างสูงก็จะมีแนวโน้มที่จะประเมินสถานการณ์ต่าง ๆ ที่ประสบทำให้มีความวิตกกังวลต่อสถาน

การณ์สูงด้วย เนื่องจากความวิตกกังวลประจำตัวเป็นลักษณะประจำตัวของแต่ละบุคคลโดยทั่วไป แล้วทุกคนจะมีความวิตกกังวลประเภทนี้ซึ่งจะแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล และเป็นตัวเสริมความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ ความวิตกกังวลต่อสถานการณ์นั้นจะส่งผลให้บุคคลเกิดความตึงเครียด บุคคลมีระดับความวิตกกังวลแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล ส่วนหนึ่งขึ้นอยู่กับระดับความวิตกกังวลประจำตัวและประสบการณ์ในอดีตของแต่ละบุคคล

ความวิตกกังวลเป็นส่วนประกอบพื้นฐานของความเครียดซึ่งจะมีผลทำให้บุคคลรู้สึกตึงเครียด หวาดหวั่น เป็นทุกข์รับรู้สภาพแวดล้อมแคบลง เกิดความสับสน ไม่สามารถแก้ปัญหาต่างๆ ได้ ดังนั้นหากบุคคลได้รับการช่วยเหลือหรือได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลรอบข้าง ไม่ว่าจะ เป็นบุคคลในครอบครัว หรือกลุ่มเพื่อนก็จะสามารถช่วยให้บุคคลเหล่านั้นมีความเครียดหรือความวิตกกังวลลดลง จากการศึกษาของ Mcnett (1978 อ้างถึงใน ภัทรพงศ์ ประกอบผล) พบว่า การสนับสนุนทางสังคมมีผลต่อการปรับตัวหรือการตอบสนองต่อความเครียดของบุคคล บุคคลที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมในระดับต่ำ หรือไม่มีเลยจะเกิดความเครียด ความเครียด และความวิตกกังวลจะลดลงเมื่อการสนับสนุนทางสังคมเพิ่มขึ้น แสดงให้เห็นว่าการสนับสนุนทางสังคมช่วยให้บุคคลสามารถเผชิญปัญหาหรือต่อสู้กับความเครียดที่เกิดขึ้นในชีวิต

การสนับสนุนทางสังคมเป็นการช่วยเหลือให้บุคคลพ้นจากสภาพแวดล้อมที่ยุ่งยากสับสน โดยการโน้มน้าว เบี่ยงเบนความสนใจ หรือปรับเปลี่ยนความคิดให้มีการตีความสถานการณ์ที่มาคุกคามนั้นรุนแรงน้อยลง การได้รับการสนับสนุนทางสังคมจะทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกว่ามีบุคคลให้ความช่วยเหลือตลอดเวลาแม้ว่าจะมีอะไรเกิดขึ้นก็ตามจึงทำให้เกิดความรู้สึกอบอุ่นมั่นใจ และเชื่อว่าตนสามารถจะจัดการกับปัญหาได้ ทำให้บุคคลประเมินสถานการณ์ที่มาคุกคามว่าเป็นสถานการณ์ที่ไม่รุนแรง ทำให้ปฏิกิริยาสนองตอบต่อสถานการณ์ในทางลบน้อยลง เข้าใจตนเองมากขึ้น รู้ถึงความสามารถของตนเอง และรู้จักวิธีการแก้ปัญหา ซึ่งส่งผลให้บุคคลมีศักยภาพในการเผชิญปัญหาโดยใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพและเหมาะสม สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างราบรื่น และมีความสุข

จากผลการวิจัยสรุปได้ว่า โดยภาพรวมของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 มีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ และความวิตกกังวลประจำตัวน้อย ได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ ด้านข้อมูลข่าวสาร และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมเป็นอย่างมาก และได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน และด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงินในค่อนข้างมาก โดยแหล่งการสนับสนุนทางสังคมที่ทำให้การสนับสนุนช่วยเหลือเป็นอย่างมากได้แก่ แม่ พ่อ และเพื่อน และใช้การเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพ ได้แก่ ใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมาก และการเผชิญปัญหาที่ไม่มีประสิทธิภาพ คือ ใช้การหลีกเลี่ยงหนีค่อนข้างน้อย

เมื่อพิจารณาความแตกต่างระหว่างเพศ พบว่า นิสิตนักศึกษาหญิงได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ ด้านการประเมิน ด้านข้อมูลข่าวสาร และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมมากกว่า นิสิตนักศึกษาชาย และใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่า นิสิตนักศึกษาชาย ในขณะที่นิสิตนักศึกษาชายใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงหนีมากกว่านิสิตนักศึกษาหญิง

ในด้านสาขาวิชา พบว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์มีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์มากกว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ วิทยาศาสตร์ชีวภาพ และมนุษยศาสตร์ และนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ ได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ และใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิทยาศาสตร์กายภาพ ส่วนนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ได้รับการสนับสนุนทางสังคม และการสนับสนุนสังคมโดยรวมมากกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ และนิสิตนักศึกษาสาขามนุษยศาสตร์ได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงินมากกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ จึงสรุปได้ว่าในภาพรวมนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพได้รับการสนับสนุนทางสังคมน้อยกว่า และใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมน้อยกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชาอื่นๆ

ในด้านที่พักอาศัย พบว่า นิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่บ้านมีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์และความวิตกกังวลประจำตัวมากกว่า นิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่หอพักนิตภายในมหาวิทยาลัย และใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาน้อยกว่านิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่หอพักนิตภายในมหาวิทยาลัย นิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่หอพักนิตภายในมหาวิทยาลัยใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมน้อยกว่า นิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่อื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียม

ในด้านภูมิลำเนา พบว่า นิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในต่างจังหวัดมีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์น้อยกว่า นิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานคร และได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ และด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงินมากกว่า นิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานคร

ความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวล การสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีการเผชิญปัญหา พบว่า ความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ และความวิตกกังวลประจำตัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงหนี มีความสัมพันธ์ทางลบกับกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา การสนับสนุนทางสังคมรายด้านทั้ง 4 ด้าน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม และพบว่าไม่มีความสัมพันธ์กับกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม

กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม การสนับสนุนทางสังคมรายด้านทั้ง 4 ด้าน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม และมีความสัมพันธ์ทางลบกับกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง

กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการสนับสนุนทางสังคมรายด้านทั้ง 4 ด้าน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม

กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงไม่มีความสัมพันธ์กับการสนับสนุนทางสังคมรายด้านทั้ง 4 ด้านและการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม

การสนับสนุนทางสังคมรายด้านทั้ง 4 ด้าน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมมีความสัมพันธ์ทางบวกซึ่งกันและกัน

จากผลการวิจัยนี้ชี้ให้เห็นว่า ความวิตกกังวล การสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีการเผชิญปัญหา มีความเกี่ยวเนื่องกันในการดำรงชีวิตของบุคคล และเป็นสิ่งสำคัญที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการปรึกษาเชิงจิตวิทยา นักจิตวิทยาการปรึกษามีบทบาทสำคัญในการช่วยเหลือนิสิตนักศึกษาที่ประสบกับปัญหา และการมีวิธีการเผชิญปัญหาที่ไม่เหมาะสมโดยวิธีและกระบวนการทางจิตวิทยาการปรึกษา นักจิตวิทยาการปรึกษาสามารถเอื้ออำนวยให้บุคคลสามารถยื่นหยัดและเผชิญกับภาวะดังกล่าวได้อย่างเหมาะสมสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างราบรื่น

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## บทที่ 6

### สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

#### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความวิตกกังวล การสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4
2. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบความวิตกกังวลของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีภูมิหลังแตกต่างกันในด้านเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา
3. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบการสนับสนุนทางสังคมของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีภูมิหลังแตกต่างกันในด้านเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา
4. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบกลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีภูมิหลังแตกต่างกันในด้านเพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา
5. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวล การสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีการเผชิญปัญหา

#### กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย นิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 4 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปีการศึกษา 2547 จำนวน 679 คน โดยคัดเลือกด้วยวิธีการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling)

#### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป และแบบวัด 3 ฉบับ ดังนี้

1. แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง เป็นแบบสอบถามข้อมูลภูมิหลังของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ เพศ สถานศึกษา คณะ สาขาวิชา ชั้นปี เลขประจำตัวนิสิต เกรดเฉลี่ยสะสม (GPAX) ที่พักอาศัย ภูมิลำเนา พ่อแม่ของนิสิตนักศึกษา จำนวนพี่น้อง ลำดับการเกิด ผู้ที่นิสิตนักศึกษาอาศัยอยู่ด้วย และแหล่งการสนับสนุนทางการเงินของนิสิตนักศึกษา



## 2. แบบวัด ประกอบด้วย แบบวัดจำนวน 3 ฉบับ คือ

2.1 แบบวัดความวิตกกังวล ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 40 ข้อ วัดความวิตกกังวล 2 ลักษณะ คือ ประเมินความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ และประเมินความวิตกกังวลประจำตัว

2.2 แบบวัดการสนับสนุนทางสังคม ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 20 ข้อ วัดการสนับสนุนทางสังคม 4 ด้าน ได้แก่ การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ การสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน การสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสาร และการสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน

2.3 แบบวัดการเผชิญปัญหา ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 25 ข้อ วัดรูปแบบการเผชิญปัญหา 3 รูปแบบ ได้แก่ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการปัญหา การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม และการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง

### ขั้นตอนการดำเนินการวิจัยและการเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอน ดังนี้

1. ศึกษาแนวคิด และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวล การสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีการเผชิญปัญหา จากนั้นผู้วิจัยได้นำหนังสือจากคณะจิตวิทยาติดต่อขออนุญาตเก็บข้อมูลไปยังคณะต่าง ๆ ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

2. จัดเตรียมแบบวัดความวิตกกังวล แบบวัดการสนับสนุนทางสังคม และแบบวัดการเผชิญปัญหาที่ผู้วิจัยได้พัฒนาตามขั้นตอนที่กล่าวไว้ในบทที่ 3

3. ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยวิธีแจกแบบวัด และเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ซึ่งได้แก่ การเก็บข้อมูลในชั้นเรียน โดยมีการอธิบายคำชี้แจงเกี่ยวกับการตอบแบบสอบถาม และรอรับแบบสอบถามหลังจากผู้ตอบแบบสอบถามตอบแบบสอบถามเสร็จครบถ้วนสมบูรณ์ นอกจากนี้ผู้วิจัยทำการเก็บข้อมูลเพิ่มเติมโดยการเก็บข้อมูลในกลุ่มเล็กนอกห้องเรียน บริเวณที่พักของนิสิตตามคณะต่างๆ โดยความสมัครใจและรอรับแบบสอบถามหลังจากที่ผู้ตอบแบบสอบถามตอบแบบสอบถามเสร็จเรียบร้อยแล้ว

### การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ได้ใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for Windows ในการคำนวณและวิเคราะห์ค่าสถิติ โดยมีขั้นตอนในการวิเคราะห์ดังนี้

1. หาค่าสถิติพื้นฐานได้แก่ ค่ามัธยิมเลขคณิต (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ของคะแนนความวิตกกังวล คะแนนการสนับสนุนทางสังคม และคะแนน

### กลวิธีการเผชิญปัญหา

2. วิเคราะห์ความแปรปรวนแบบสองทาง (Two – way ANOVA) โดยมีตัวแปรอิสระได้แก่ เพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา และวิเคราะห์ตัวแปรตามที่ละตัวได้แก่ คะแนนความวิตกกังวล คะแนนการสนับสนุนทางสังคม และคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา ถ้าผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จะทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่ โดยวิธีการ Dunnett's T3

3. หาค่าความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวล การสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีการเผชิญปัญหาโดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson correlation coefficient)

### สรุปผลการวิจัย

1. นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 มีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ และความวิตกกังวลประจำตัวน้อย

2. นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ ด้านข้อมูลข่าวสาร และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมเป็นอย่างมาก และได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน และด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงินในระดับค่อนข้างมาก โดยได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากแม่ พ่อ และเพื่อนเป็นอย่างมาก

3. นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมาก และ ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงค่อนข้างน้อย

4. ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของความวิตกกังวล การสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีการเผชิญปัญหา จำแนกตาม เพศ สาขาวิชา ที่พักอาศัย และภูมิลำเนา ที่มีนัยสำคัญมีดังนี้

#### 4.1 ในด้านความวิตกกังวล

4.1.1 นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์มีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์มากกว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ วิทยาศาสตร์ชีวภาพ และมนุษยศาสตร์

4.1.2 นิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่บ้านมีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ และ ความวิตกกังวลประจำตัวมากกว่า นิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่หอพักนิตภายในมหาวิทยาลัย

4.1.3 นิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานครมีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์มากกว่า นิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในต่างจังหวัด

4.1.4 นิสิตนักศึกษาหญิงที่มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานครมีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์มากกว่า นิสิตนักศึกษาหญิงที่มีภูมิลำเนาอยู่ในต่างจังหวัด

#### 4.2 ในด้านการสนับสนุนทางสังคม

4.2.1 นิสิตนักศึกษาหญิงได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ ด้านการประเมิน ด้านข้อมูลข่าวสาร และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมมากกว่านิสิตนักศึกษาชาย

4.2.2 นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ ได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์มากกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิทยาศาสตร์กายภาพ

4.2.3 นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมมากกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ

4.2.4 นิสิตนักศึกษาสาขาวิชามนุษยศาสตร์ได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงินมากกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ

4.2.5 นิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในต่างจังหวัดได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ และด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงินมากกว่านิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานคร

#### 4.3 ในด้านกลวิธีการเผชิญปัญหา

4.3.1 นิสิตนักศึกษาหญิงใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่านิสิตนักศึกษาชาย

4.3.2 นิสิตนักศึกษาชายใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงมากกว่านิสิตนักศึกษาหญิง

4.3.3 นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ชีวภาพ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่านิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ

4.3.4 นิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่หอพักนิตภายในมหาวิทยาลัยใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามากกว่า นิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่บ้าน

4.3.5 นิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่อื่น ๆ ซึ่งได้แก่ หอพักเอกชน แมนชั่น อพาร์ทเมนต์ และคอนโดมิเนียมใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่านิสิตนักศึกษาที่พักอาศัยที่หอพักนิตภายในมหาวิทยาลัย

4.3.6 นิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในต่างจังหวัดใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามากกว่านิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานคร

5. ความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวล การสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีการเผชิญปัญหา

5.1 ความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ และความวิตกกังวลประจำตัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงนี้ มีความสัมพันธ์ทางลบกับกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา การสนับสนุนทางสังคมรายด้านทั้ง 4 ด้าน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม และพบว่าไม่มีความสัมพันธ์กับกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม

5.2 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามีความสัมพันธ์ทางบวกกับกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม การสนับสนุนทางสังคมรายด้านทั้ง 4 ด้าน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม และมีความสัมพันธ์ทางลบกับกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงนี้

5.3 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการสนับสนุนทางสังคมรายด้านทั้ง 4 ด้าน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม

5.4 กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงนี้ไม่มีความสัมพันธ์กับการสนับสนุนทางสังคมรายด้านทั้ง 4 ด้านและการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม

5.5 การสนับสนุนทางสังคมรายด้านทั้ง 4 ด้าน และการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมมีความสัมพันธ์ทางบวกซึ่งกันและกัน

## ข้อเสนอแนะ

### การนำไปใช้

1. จากผลการวิจัยที่พบว่า ความวิตกกังวลมีความสัมพันธ์ทางลบกับการสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และมีความสัมพันธ์ทางบวกกับกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงนี้ และกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา แบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม และการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์กันทางบวกซึ่งชี้ให้เห็นว่า การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา แบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม และการใช้แหล่งการสนับสนุนทางสังคมเป็นวิธีการที่มีประสิทธิภาพจึงควรนำแบบวัดความวิตกกังวล แบบวัดการสนับสนุนทางสังคม และแบบวัดการเผชิญปัญหามาใช้ในการประเมินตนเองของนิสิตนักศึกษา เพื่อเป็นการจำแนกบุคคลที่มีความวิตกกังวลสูง หรือใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบไม่มีประสิทธิภาพ ขาดการได้รับการสนับสนุนทางสังคม เพื่อเป็นข้อมูลเบื้องต้นในการดำเนินการปรึกษาเชิงจิตวิทยา นักจิตวิทยาการปรึกษาควรมีการจัดโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยา โดยการให้นิสิตนักศึกษาเรียนรู้ที่จะใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพ โดยเรียนรู้ที่จะเลือกใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และเรียนรู้ที่จะแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมอย่างเหมาะสมซึ่งถ้าเขาสามารถจัดการกับปัญหาได้ความวิตกกังวลก็จะลดลง นำไปสู่การประเมินสถานการณ์ที่

ประสบได้อย่างถูกต้องตามความเป็นจริงและมีความมั่นใจในการจัดการกับปัญหา นำไปสู่การพัฒนาความสามารถในการเผชิญปัญหา และควรจัดโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาทั้งในด้านการแก้ไขป้องกันปัญหา และการพัฒนาบุคคล เช่น การจัดการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มและ/หรือแบบรายบุคคล เพื่อเป็นการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง พัฒนาความสามารถในการจัดการกับปัญหา จะทำให้บุคคลเหล่านั้นสามารถปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ต่าง ๆ พร้อมทั้งฝ่าฟันปัญหาอุปสรรคที่ผ่านเข้ามาในชีวิต มีศักยภาพในการปฏิบัติงานในหน้าที่ของตน และดำเนินชีวิตได้อย่างราบรื่น นอกจากนี้ควรมีการจัดการปรึกษาเชิงจิตวิทยาให้กับกลุ่มนิสิตนักศึกษาที่มีปัญหาในเรื่องการปรับตัว มีความวิตกกังวลและความเครียดในการเรียนซึ่งปัญหาในการเรียนเป็นปัญหาที่นิสิตนักศึกษาให้ความสำคัญมากที่สุด นอกจากนั้นข้อมูลที่ได้จากการให้นิสิตนักศึกษาสำรวจตนเองจากแบบวัดความวิตกกังวล แบบวัดการสนับสนุนทางสังคม และแบบวัดการเผชิญปัญหาจะเป็นข้อมูลพื้นฐานในการจัดการเรียนการสอน การจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตรเพื่อตอบสนองความต้องการของนิสิตนักศึกษาได้อย่างเหมาะสม

2. ในงานวิจัยครั้งนี้พบว่า นิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพได้รับการสนับสนุนทางสังคมน้อยกว่า นิสิตนักศึกษาในสาขาวิชาอื่นๆ ดังนั้นทางมหาวิทยาลัยควรมีการจัดระบบการให้ความช่วยเหลือให้กับนิสิตนักศึกษาอย่างทั่วถึง โดยเฉพาะอย่างยิ่งกับกลุ่มที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมน้อย หรือการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา หรือแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมน้อย โดยให้นิสิตนักศึกษาได้มีการสำรวจตนเอง เช่น มีการจัดตั้งศูนย์การปรึกษาเพื่อพัฒนานิสิตนักศึกษา จัดโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อให้นิสิตนักศึกษาดังกล่าวได้รับการสนับสนุนทางสังคมอย่างเหมาะสม เพราะกระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเป็นกระบวนการสนับสนุนทางสังคมที่มีประสิทธิภาพกระบวนการหนึ่ง และนักจิตวิทยาการปรึกษาก็เป็นแหล่งสนับสนุนทางสังคมที่มีประสิทธิภาพ เนื่องจากได้รับการฝึกเตรียมมาโดยเฉพาะเพื่อการช่วยเหลือ

การศึกษาวิจัยต่อไป

1. จากผลการวิจัยที่พบว่า นิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในต่างจังหวัดมีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์น้อยกว่า ได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์มากกว่า และใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามากกว่านิสิตนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานคร เพื่ออธิบายผลการวิจัยดังกล่าวได้ชัดเจนยิ่งขึ้น ควรมีการศึกษาวิจัยถึงอิทธิพลทางวัฒนธรรมที่มีผลต่อความวิตกกังวล การสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีการเผชิญปัญหา

2. ควรมีการศึกษาวิจัยถึงการปรับตัว การอบรมเลี้ยงดู และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนิสิตนักศึกษาที่อยู่ในกรุงเทพมหานครและต่างจังหวัดว่ามีความเกี่ยวข้องกับความวิตกกังวล การสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีการเผชิญปัญหาอย่างไร



## รายการอ้างอิง

### ภาษาไทย

- กรกวรรณ สุพรรณวรรษา. (2544). การวิเคราะห์การมองโลกในแง่ดี และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัย. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- กัลยา วานิชย์บัญชา. (2546). การใช้ SPSS for Windows ในการวิเคราะห์ข้อมูล. พิมพ์ครั้งที่ 6. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- กาญจนา พงศ์พฤกษ์. (2522). ความสัมพันธ์ระหว่างกันของพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก ความวิตกกังวล และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ สาขาวิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- แก้วสามสี สาเจริญ. (2536). ผลของการให้ข้อมูลที่มีต่อระดับความวิตกกังวลของผู้ป่วยศัลยกรรมกระดูก. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ชนิษฐา นาคะ. (2534). ความวิตกกังวล และความต้องการข้อมูลในผู้ป่วยก่อนการผ่าตัด. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ สาขาวิชาพยาบาล บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- จริยาวัตร คมพยัคฆ์. (2531). แรงสนับสนุนทางสังคม: มโนทัศน์และการนำไปใช้. วารสารพยาบาลศาสตร์ 6: 100-105.
- จินดา บุญยสาระนัย. (2539). การศึกษาความวิตกกังวลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในจังหวัดพิษณุโลก. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยนเรศวร.
- จूरรัตน์ ชุ่มอิม. (2537). การศึกษาความพึงพอใจในชีวิตของวัยผู้ใหญ่ตอนต้นที่ทำงานแล้วในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ สาขาวิชาจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- คาราวรรณ ตะปินตา. (2537). การลดความวิตกกังวลของพยาบาลที่ดูแลผู้ป่วยโรคเอดส์ด้วยวิธีการการปรับเปลี่ยนความคิดร่วมกับการฝึกสมาธิ. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ สาขาวิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นัยนา เหล่าสุวรรณ. (2525). ผลการใช้วิธีลดความรู้สึกอย่างเป็นระบบในการลดความวิตกกังวลในการสอบ. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ สาขาวิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นิตินันท์ พันทวี. (2538). ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม ลักษณะบทบาททางเพศ และการสนับสนุนทางสังคมกับความเครียดในบทบาทของนักศึกษาพยาบาล



- ชาย. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาควิชาพยาบาลศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นิภา เลิศลือชาชัย. (2533). ผลของการบำบัดแบบพิจารณาสาเหตุ และอารมณ์ที่มีต่อความวิตกกังวลในการสอบของนักศึกษาเลขาธุการ. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นิมิตศุรา แว. (2532). ผลการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเป็นกลุ่มแบบไฮลิสติกต่อการลดความวิตกกังวลของนักศึกษาพยาบาลและผดุงครรภ์. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นียดา พงศ์พานาญเวช. (2535). ความวิตกกังวลในการศึกษาต่อ และการเผชิญปัญหาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 จังหวัดราชบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- บุญเยี่ยม ตระกูลวงษ์. (2528). จิตวิทยาสังคมกับการสาธารณสุข. เอกสารการสอนกับชุดวิชาสังคมวิทยาการแพทย์ หน่วย 9-15. มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมราช, กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ชวนพิมพ์.
- ป่าหนัน บุญหลง. (2527). การพยาบาลจิตเวชเล่ม 1. กรุงเทพฯ: โรงพยาบาลสมเด็จพระเจ้าพระยา.
- เปรมพร มั่นเสมอ. (2545). การปรับตัว กลวิธีการเผชิญปัญหา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาชั้นปีที่ 1. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พัชรินทร์ นินทจันทร์. (2538). ความสัมพันธ์ระหว่างความเข้มแข็งในการมองโลกกับความวิตกกังวลประจำตัวของนักศึกษาพยาบาล โรงเรียนพยาบาลรามธิบดี. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาควิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- พูนพร ศรีสะอาด. (2534). การศึกษาเปรียบเทียบการสนับสนุนทางสังคมที่มีผลต่อความวิตกกังวลของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 และชั้นปีที่ 4 ของวิทยาลัยพยาบาลสรรพสิทธิประสงค์ อุบลราชธานี. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- เพียรดี เหล่าสุวรรณ. (2527). การศึกษามโนภาพแห่งตน ความวิตกกังวลในการฝึกปฏิบัติงานบนหอผู้ป่วย และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาพยาบาล โรงเรียนพยาบาลรามธิบดี. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- ภัทรสุดา ฮามคำไพ. (2539). ผลของการปรึกษาจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงต่อกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษาพยาบาล. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- มาลาตี รุ่งเรืองศิริพันธ์. (2542). ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยารายบุคคลตามแนวโรเจอร์สที่มีต่อความวิตกกังวลของเด็กหญิงที่ถูกล่วงเกินทางเพศ. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- รังรอง งามศิริ. (2540). การวิเคราะห์ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของตัวแปรที่มีผลต่อความวิตกกังวลในการสอบ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- รัชনীย์ แก้วคำศรี. (2545). ความสัมพันธ์ระหว่างความผูกพัน กลวิธีการเผชิญปัญหา และการเห็นคุณค่าในตนเองของนิสิตนักศึกษา. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วรารักษ์ รัตนาวิศิษฐกุล. (2545). ความหวังและกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษา. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วินัย ปานโก้. (2542). การพัฒนาโมเดลบูรณาการเชิงสาเหตุของความวิตกกังวลในการทำวิทยานิพนธ์ของนิสิตบัณฑิตวิทยาลัย คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาวิชาวิจัยการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วิณา มิ่งเมือง. (2540). ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงต่อกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศิริชัย กาญจนวาสี, ทวีวัฒน์ ปิตยานนท์ และดิเรก ศรีสุโข. (2544). การเลือกใช้สถิติที่เหมาะสมสำหรับกรณีศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร: บริษัท บุญศิริการพิมพ์ จำกัด.
- สารภี ยงอิน. (2541). การศึกษาความวิตกกังวลในการสอบของวัยรุ่นที่มีรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูที่แตกต่างกันตามการรับรู้ของตนเอง. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สิริกุล จุลศิริ. (2533). การศึกษารูปแบบพฤติกรรมและการแก้ปัญหาของนักศึกษาแพทย์ปีที่ 4 ของคณะแพทยศาสตร์ ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- สุภาพรรณ โศตรจรัส. (2524). รายงานการวิจัยความสัมพันธ์ระหว่างปัญหาการปรับตัวกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุภาพรรณ โศตรจรัส. (2525). สุขภาพจิต: จิตวิทยาในการดำรงชีวิต. ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- สุภาพรธรรม โศตรจรัส. (2539). *ความเครียดและการบริหารความเครียด*. เอกสารการประชุมวิชาการ สมาคมจิตวิทยาแห่งประเทศไทย: 1 –14.
- สุภาพรธรรม โศตรจรัส. (2543). *แบบสำรวจตนเอง*. คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุภาพรธรรม โศตรจรัส. (2544). *การวัดการเผชิญปัญหา*. คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สมบุญ จารุเกษมทวี. (2544). *ความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบความผูกพัน ความวิตกกังวล และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษา*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อนงค์ ลีละชัยกุล. (2529). *การศึกษาเปรียบเทียบความวิตกกังวลของหญิงครรภ์แรกที่มีอายุ ระดับการศึกษา และฐานะทางเศรษฐกิจแตกต่างกัน*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อริสรา ลอยเมฆ. (2539). *การศึกษาความวิตกกังวลของนักกรีฑาประเภทลู่กลุ่มประเทศอาเซียนที่เข้าร่วมแข่งขันกีฬาซีเกมส์ ครั้งที่ 18 ที่จังหวัดเชียงใหม่ ประเทศไทย*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาวิชาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อำไพพรรณ พุ่มศรีสวัสดิ์. (2541). *การพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต แนวการปฏิบัติตามพยาธิสภาพ*. กรุงเทพมหานคร: หจก. วี.เจ. พรินติ้ง.
- อุบล นิวัติชัย. (2531). *ความวิตกกังวลและการพยาบาล*. เอกสารการสอนชุดวิชา กรณีเลือกสรร การพยาบาลมารดาและทารก. การพยาบาลจิตเวชศาสตร์ สุขภาพ. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.

## ภาษาอังกฤษ

- American Psychiatric Association. (1987). *The diagnostic and statistical manual of mental disorder (4<sup>th</sup> ed.)*. Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Aranda, M. P., Castaneda, I., Lee, Pey – Jiuan, & Sobel, E. (2001). Stress, social support and coping as predictors of depressive symptoms: Gender difference among mexican americans. *Social Work Research*, 25, 37 – 49.
- Bandura, A. (1969). *Principle of behavior modification*. New York: Hott, Rinchart and Winston.
- Barrera, M. (1982). Social support in the adjustment of pregnant adolescent: Assessment issues. *In Social Network and Social Support*. Edited by B.H. Gottlieb. London: SAGE Publication, 70.

- Beck, A. T. (1972). Cognition, anxiety, and psychophysiological disorders. In *Anxiety: Current trends in theory and research volume II*. Edited by Charles D. Spielberger, New York: Academic Press, 343 – 357.
- Berzonsky, M. D. (1992). Identity style and coping strategies. *Journal of Personality and Social Psychology* 60, 771 – 788.
- Block, C. E. (2002). College students perceptions of social support from grandmothers and stepmothers. *College Student Journal*, 36, 419 – 433.
- Brown, M. A. (1986). Social support, stress and health: A Comparison of expectant mothers and fathers. *Nursing Research*, 35(2).
- Byrne, B. (2000). Relationships between anxiety, fear, self-esteem and coping strategies in adolescence. *Adolescence*, 35, 201.
- Capland, R. D. (1977). Patient, provider and organization: Hypothesized determinants of adherence. In *new directions in patients compliance*. Edited by S. J. Cohen. Lexington: Health & Company, 13.
- Cattle, R. B. (1965). *Contemporary reading in general psychology (2<sup>nd</sup> ed.)*. Boston Houghton: Mifflin.
- Clerk, D. M. (1990). Anxiety state: panic and generalized anxiety. In *cognition behavior theory for psychiatric problem*. In Hoton, K., Salkovskis, P. M., Kirk, J. & Clarl, D. M. (Eds). Oxford: Oxford University Press.
- Cobb, S. (1976). Social support as a moderator for life stress. *Psychosomatic Medicine*, 38, 300 – 312.
- Cohen, S., Wills, & Thomas A. (1985). Stress, social support and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2).
- Cosini, R. J. (1994). *Encyclopedia of Psychology*. (2<sup>nd</sup> ed.). John Wiley and Sons, Inc.
- Epstein, S. (1972). The nature of anxiety. In *Anxiety: Current trends in theory and research volume II*. Edited by Charles D. Spielberger, New York: Academic Press, 291 – 337.
- Erikson, E.H. (1968). *Identity, youth, and crisis*. New York: Norton.
- Frydenberg, E. & Lewis, R. (1993). Boys play sport and girl turn to others: Age, gender and ethnicity as determinant of coping. *Journal of Adolescent*, 16, 253 - 266.

- Gershuny, B. S. & Sher, K. J. (1998). The relationship between personality and anxiety: Findings from a 3 – year prospective study. *Journal of Abnormal Psychology*, 107, 252 – 262.
- Glasser, W. (1965). *Reality therapy: A new approach to psychiatry*. New York: Harper and Row.
- Glasser, W. (1969). *School without failure*. New York: Harper and Row.
- Glasser, W. & Zunin, L. M. (1979). Reality therapy. In R. Corsini. *Current Psychotherapy*. Itasca III: Peacock, 287 – 315.
- Gottlieb, B. H. (1985). Social network and social support: An overview of research, practice and policy implications. *Health Education Quarterly*, 12, 5-22.
- Groen, J. J. (1975). The measurement of emotion and arousal in the clinical physiology laboratory and in medical practice. In *Emotions – Their Parameters and Measurement*. Edited by L. Levi, New York: Raven Press, 724 – 746.
- Hubbarb, P., Muhlenkamp, A. F., & Brown, N. (1984). The Relationship between social support and self – care practices. *Nursing Research*. 33, 226 – 269.
- Kahn, R. L. (1979). Aging and social support. In *Aging from birth to death: Interdisciplinary perspectives*. Edited by M. M. Riley. Colorado: West view, 85.
- Kaplan, B. H., Cassel, J. C., & Gore, S. (1977). Social support and health. *Medical Care*, 15, 50 – 51.
- Lader, M., & Mark, I. (1972). *Clinical anxiety*. New York: Grence and Straton.
- Lazarus, R. S. (1966). *Psychological stress and the coping process*. Mcgraw Hill Inc.
- Lazarus, R. S., & Averill, J. R. (1972). Emotion and cognition: With special reference to anxiety. In *Anxiety: Current trends in theory and research volume II*. Edited by Charles D. Spielberger, New York: Academic Press, 241 – 283.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer Publishing.
- Lee, R. M., & Robbins, S. B. (1998). The relationship between social connectedness and anxiety, self-esteem and social identity. *Journal of Counseling Psychology*, 45, 338-345.
- Levitt, E. E. (1967). *The psychology of anxiety*. New York: Bobbs – Merrill Company Co.,Ltd.
- Liu, Yih – Lan. (2002). The role of perceived social support and dysfunctional attitudes in predicting Taiwanese adolescents depressive tendency. *Adolescence*, 37, 823 – 835.



- Luckman, J., & Sorensen, K. C. (1974). Stress and disease: Major causative factors. In *Medical – surgical nursing: A psycho physiologic approach*. Philadelphia: W.B. Saunders Company.
- Maccoy, J. A. (1998). The influence of social connectness on anxiety and self – esteem under conditions of stress. *Dissertation Abstracts International*, 59, 4473A.
- Mallinckrodt, B., & Leong, F. L. (1992). Social support in academic programs and family environments: Sex differences and role conflicts for graduate students. *Journal of Counseling and Development*, 70, 716.
- Peplau, H. E. (1989). *Interpersonal theory in nursing practice: Selected works of hildegard Peplau*. New York: Springer.
- Phillips, B. N., Martin, R. P., & Meyers, J. (1972). Intervention in relation to anxiety in school. In *anxiety: Current trends in theory and research volume II*. Edited by Charles D. Spielberger, New York: Academic Press, 409 – 463.
- Piko, B. (2001). Gender differences and similarities in adolescents' ways of coping. *Psychological Record*. 51, 223.
- Rogers, C. R. (1951). *Client – centered therapy*. U.S.A.: The Riberside Press.
- Roos, P. E. (1991). *Appraisal and coping with daily stressors*. Dissertation Abstracts International, 52.
- Ryckoff, C. (1978). *Anxiety and neurosis*. New York: Penguin Books.
- Sarason, I. G. (1972). *Personality : An objective approach (2<sup>nd</sup> ed.)*. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Scott, M. (1990). *A cognitive behavioral approach to client's problem*. London: Tavistock / Routled.
- Slavin, L. A. (1997). Toward a multicultural model of the stress process. *Journal of Counseling and Development*., 70, 156 – 163.
- Spielberger, C. D. (1985). Assessment of state and trait anxiety: Conceptual and methodological issues. *The Southern Psychologist*, 2, 6 –16.
- Spielberger, C. D., & Diaz – Guerrero, Rogelio. (1983). *Cross – cultural anxiety volume 2*. London: Hemisphere Publishing Corporation.
- Spielberger, C. D. et al. (1995). Assessment of emotional states and personality traits:



- Measuring psychological vital signs In Butcher J. N. (ed.). *Clinical personality assessment: Practical approaches*. New York: Oxford University Press.
- Spielberger, C. D. et al. (1983). *Manual for the STATE – TRAIT ANXIETY INVENTORY (FORM Y) "Self – Evaluation Questionnaire"*. U.S.A.: Consulting Psychologists Press, Inc.
- Spielberger, C. D. et al. (1982). *The series in clinical and community psychology stress and anxiety volume 8*. U.S.A: Hemisphere Publishing Corporation.
- Stavrakaki, C., & Ellis, J. (1989). The relationship of anxiety to depression in children and adolescents. In C. Stavrakaki (Ed.), *The psychiatric clinics of North America: Affective disorders and anxiety in the child and adolescents*. Philadelphia, PA: W.B. Saunders.
- Stuart, G. H., & Sundeen, S.J. (1987). *Principle and practice of psychiatric nursing*. Saint Louis: The C.V. Mosby.
- Thoits, P. A. (1982). Conceptual, methodological and theoretical problems in studying social support as a buffer against life stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 23, 147 – 148.
- Van B, M., & Baerveldt, C. (1999). The relationship between adolescents' social support from parents and from peers. *Adolescence*, 133, 193.
- Weiss, R. (1974). The provision of social relationships. In *Doing Undo others*. Edited by Zick, Robin. England Cliffs, New Jersey: Prentice Hall.
- Whatley, S. L., Foreman, A. C., & Richards, S. (1998). *The relationship of coping style to dysphoria, anxiety, anger*. [Online] Available <http://www.thailis-web.uni.net.th/> [December, 10, 2000].
- Zung, W. W. K. (1977). A rating instrument for anxiety disorder. *Psychosomatic*, 12(6).



ภาคผนวก

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ก.

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## 1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่

### 1.1. ค่าเฉลี่ย โดยใช้สูตร

$$\bar{x} = \frac{\sum x}{n}$$

เมื่อ  $\bar{x}$  แทน ค่าเฉลี่ย  
 $\sum x$  แทน ผลรวมของคะแนนทั้งหมด  
 $n$  แทน จำนวนของกลุ่มตัวอย่าง

### 1.2. ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน โดยใช้สูตร

$$SD = \sqrt{\frac{\sum (x - \bar{x})^2}{n - 1}}$$

เมื่อ  $SD$  แทน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน  
 $\bar{x}$  แทน ค่าเฉลี่ย  
 $\sum (x - \bar{x})^2$  แทน ผลรวมของส่วนต่างระหว่างคะแนนกับค่าเฉลี่ยยกกำลังสอง  
 $n$  แทน จำนวนของกลุ่มตัวอย่าง

## 2. สถิติสำหรับการวิเคราะห์เครื่องมือ ได้แก่

### 2.1. วัดค่าความเที่ยงโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์ $\alpha$ ( $\alpha$ - Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach's Alpha)

$$\alpha = \frac{n}{n-1} \left( 1 - \frac{s_i^2}{s_x^2} \right)$$

เมื่อ  $n$  แทน จำนวนข้อ  
 $s_i^2$  แทน ความแปรปรวนของคะแนนแต่ละข้อ  
 $s_x^2$  แทน ความแปรปรวนของคะแนนผู้รับการทดสอบทั้งหมด

2.2 ค่าอำนาจจำแนกของแบบวัดความวิตกกังวล การสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีการเผชิญปัญหา

สถิติที่ใช้ทดสอบ คือ t - test แบบกลุ่มอิสระ

$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{\frac{(n_1 - 1)s_1^2 + (n_2 - 1)s_2^2}{n_1 + n_2 - 2}} \sqrt{\frac{n_1 + n_2}{n_1 n_2}}}$$

$$df = n_1 + n_2 - 2$$

เมื่อ	$\bar{x}_1$	แทน	คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มที่ 1
	$\bar{x}_2$	แทน	คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มที่ 2
	$n_1$	แทน	ขนาดของกลุ่มที่ 1
	$n_2$	แทน	ขนาดของกลุ่มที่ 2
	$s_1^2$	แทน	ความแปรปรวนของกลุ่มที่ 1
	$s_2^2$	แทน	ความแปรปรวนของกลุ่มที่ 2

2.3 ค่าความสัมพันธ์รายข้อกับคะแนนรวมของข้อทั้งหมดด้วยวิธีการคำนวณค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's product - moment correlation coefficient)

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

2.4 ค่าคะแนนตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ไทล์

$$X = L + \frac{N(P/100) - F}{f} i$$

เมื่อ	X	แทน	คะแนนที่ต้องการหา
	N	แทน	จำนวนข้อมูลทั้งหมด
	L	แทน	ขีดจำกัดล่างที่แท้จริงของชั้นคะแนนที่มีค่า X อยู่ (ชั้นเดียวกับที่ค่า N(P/100) อยู่)

- P แทน ตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่กำหนดให้  
 F แทน ความถี่สะสมจากคะแนนต่ำสุดถึง L  
 f แทน ความถี่ของคะแนนชั้นที่ X อยู่  
 i แทน ค่าอันตรภาคชั้น

### 3 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

#### 3.1 การทดสอบค่าความแปรปรวนสองทาง (Two-way ANOVA)

$$F = \frac{MS_A}{MS_E}$$

$$F = \frac{MS_B}{MS_E}$$

$$F = \frac{MS_{AB}}{MS_E}$$

$$MS_A = \frac{SS_A}{a - 1}$$

$$MS_B = \frac{SS_B}{b - 1}$$

$$MS_{AB} = \frac{SS_{AB}}{(a - 1)(b - 1)}$$

$$SS_T = SS_A + SS_B + SS_{AB} + SS_E$$

โดยที่  $SS_T$  แทน ผลบวกของความผันแปรทั้งหมดที่มีองศาอิสระ

$$abn - 1 = n - 1$$

$SS_A$  แทน ผลบวกของความผันแปรที่เกิดจากปัจจัย A ที่มีองศาอิสระ (a - 1)

$SS_B$  แทน ผลบวกของความผันแปรที่เกิดจากปัจจัย B ที่มีองศาอิสระ (b - 1)

$SS_{AB}$  แทน ผลบวกของความผันแปรที่เกิดจากอิทธิพลร่วมของปัจจัย A และ B ที่มีองศาอิสระ (a - 1)(b - 1)

$SS_E$  แทน ผลบวกของความคลาดเคลื่อนยกกำลังสองที่มีองศาอิสระ (a - 1)(b - 1)



## 3.2 การทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่ตามวิธีการของ Dunnett's T3

$$t = \frac{(\bar{x}_1 - \bar{x}_2)}{\sqrt{MS_w \left( \frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2} \right)}}$$

$$df = N - K$$

เมื่อ	$\bar{X}$	แทน	ค่ามัธยฐานเลขคณิตของแต่ละกลุ่ม
	n	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่างแต่ละกลุ่ม
	N	แทน	ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง
	$MS_w$	แทน	ความแปรปรวนระหว่างกลุ่ม



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ข.

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## แบบสอบถาม

### คำชี้แจง

แบบสอบถามชุดนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อการศึกษาคุณลักษณะของนิสิตนักศึกษาไทย ข้อมูลที่ได้รับจากแบบสอบถาม ผู้วิจัยจะเก็บเป็นความลับ ผลจากการวิจัยนี้ จะไม่มีการนำเสนอเป็นรายบุคคล แต่จะนำเสนอเป็นภาพรวม และใช้เพื่อการศึกษาวิจัยเท่านั้น

แบบสอบถามชุดนี้ประกอบด้วย 4 ตอน คือ ข้อมูลส่วนบุคคล และแบบสำรวจตนเอง 3 ชุด **กรุณาตอบให้ครบทุกส่วน และตอบทุกข้อ**

ขอขอบคุณในความร่วมมือ

นางสาว นันทินี สุภมมงคล

นิสิตบัณฑิตศึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

### ตอนที่ 1

#### ข้อมูลส่วนบุคคล

**คำชี้แจง** กรุณาเขียนเครื่องหมายถูกลงในช่อง  และเติมข้อความลงในช่องว่างตามความเป็นจริงในปัจจุบัน

- เพศ  ชาย  หญิง
- มหาวิทยาลัย \_\_\_\_\_ คณะ \_\_\_\_\_  
สาขาวิชา \_\_\_\_\_ ชั้นปี \_\_\_\_\_  
เลขประจำตัวนิสิต \_\_\_\_\_
- เกรดเฉลี่ยสะสม (GPAX) \_\_\_\_\_
- ที่พักอาศัย  บ้าน  หอพักนิสิต  อื่นๆ (โปรดระบุ) \_\_\_\_\_
- ภูมิลำเนา  กรุงเทพฯ  ต่างจังหวัด (โปรดระบุ) \_\_\_\_\_
- พ่อแม่ของนิสิตนักศึกษา
  - ยังมีชีวิตอยู่ทั้งสองคน  เสียชีวิตแล้วทั้งสองคน
  - พ่อยังมีชีวิตอยู่ แต่แม่เสียชีวิตแล้ว  แม่ยังมีชีวิตอยู่ แต่พ่อเสียชีวิตแล้ว
- นิสิตนักศึกษามีพี่น้องร่วมพ่อแม่เดียวกัน รวมทั้งตนเอง \_\_\_\_\_ คน นิสิตนักศึกษาเป็นลูกคนที่ \_\_\_\_\_
- ปัจจุบันนิสิตนักศึกษาอาศัยอยู่กับ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
  - พ่อแม่  พ่อ  แม่
  - พ่อเลี้ยง  แม่เลี้ยง  อื่น ๆ (โปรดระบุ) \_\_\_\_\_
- นิสิตนักศึกษาได้รับค่าใช้จ่ายในการเรียนจากแหล่งใดบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
  - พ่อแม่  พ่อ  แม่
  - พ่อเลี้ยง  แม่เลี้ยง  อื่น ๆ (โปรดระบุ) \_\_\_\_\_

### แบบประเมินตนเอง

**คำชี้แจง** ข้อความต่อไปนี้ ใช้สำหรับการบรรยายตนเอง โปรดอ่านประโยคแต่ละประโยคต่อไปนี้และจากนั้น กรุณาใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องซึ่งอยู่ทางขวาของประโยคที่แสดงถึง **ความรู้สึกของท่านในช่วง 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา** ประโยคทั้งหมดไม่มีคำตอบที่ถูกต้องหรือผิด โปรดอย่าใช้เวลากับข้อใดนานเกินไป และโปรดเลือกคำตอบที่บรรยายความรู้สึกของท่านเองในขณะนี้ได้ชัดเจนที่สุด

โดยทั่วไปในช่วง 1 สัปดาห์ที่ผ่านมาฉันรู้สึก	ไม่เคย 1	มีบ้าง 2	ค่อนข้างมาก 3	มากที่สุด 4
1. สงบ				
2. มั่นคง-ปลอดภัย				
3. ตึงเครียด				
4. เหนื่อยล้า				
5. สบาย ๆ				
6. หงุดหงิด				
7. กังวลว่าอาจจะมีสิ่งไม่ดีเกิดขึ้นกับตนเอง				
8. พอใจตนเอง				
9. ตื่นกลัว				
10. สบาย				
11. เชื่อมั่นในตนเอง				
12. ตื่นเต้น				
13. กระสับกระส่าย				
14. ลังเลใจ				
15. ผ่อนคลาย				
16. สุขใจ				
17. วิตกกังวล				
18. สับสน				
19. ใต้พักผ่อน				
20. เบิกบานใจ				

## แบบประเมินตนเอง

**คำชี้แจง** ข้อความต่อไปนี้ ใช้สำหรับการบรรยายตนเอง โปรดอ่านประโยคแต่ละประโยคต่อไปนี้และจากนั้น กรุณาใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องซึ่งอยู่ทางขวาของประโยคเพื่อแสดงว่า **โดยทั่ว ๆ ไป** ท่านรู้สึกอย่างไร ประโยคทั้งหมด ไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด โปรดอย่าใช้เวลากับข้อใดนานเกินไป และโปรดเลือกคำตอบที่บรรยายความรู้สึกของท่านโดยทั่ว ๆ ไปได้ดี

โดยทั่ว ๆ ไป	เกือบไม่มี	บางครั้ง	บ่อยครั้ง	เกือบตลอด
	เลย			เวลา
	1	2	3	4
21. ฉันรู้สึกว่าเป็นคนน่าคบ				
22. ฉันรู้สึกประหม่าและตื่นตัวง่าย				
23. ฉันรู้สึกพึงพอใจในตนเอง				
24. ฉันปรารถนาให้ตนเองมีความสุข				
25. ฉันรู้สึกเหมือนเป็นคนลึ้มเหลว				
26. ฉันรู้สึกว่าได้พักผ่อน				
27. ฉันเป็นคนสงบ ใจเย็น และมีสติ				
28. ฉันรู้สึกว่าปัญหามีมากขึ้นทุกวันจนจะสู้ไม่ไหวแล้ว				
29. ฉันกังวลมากเกินไปในสิ่งที่จริงดูแล้วไร้สาระ				
30. ฉันเป็นคนมีความสุข				
31. ฉันมีความคิดที่ทำให้ตนเองไม่สบายใจ				
32. ฉันมีความเชื่อมั่นในตนเอง				
33. ฉันรู้สึกมั่นคงปลอดภัย				
34. ฉันเป็นคนที่สามารถตัดสินใจได้ง่าย				
35. ฉันรู้สึกว่าตนเองมีความสามารถไม่เพียงพอในการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้น				
36. ฉันรู้สึกพึงพอใจกับชีวิตตนเอง				
37. ฉันรู้สึกวิตกกังวลที่ตนเองมีความคิดที่ไร้สาระ				
38. ฉันไม่ล้มความผิดหวังของตนเอง และไม่สามารถสลัดออกไปได้				
39. ฉันเป็นคนเสมอต้นเสมอปลาย				
40. เมื่อคิดถึงสิ่งที่ฉันเป็นห่วง ทำให้ฉันเครียดและว้าวุ่นใจ				

## แบบสำรวจตนเอง

**คำชี้แจง**

เมื่อท่านพบกับสภาพการณ์ที่ยุ่งยากและเป็นปัญหาในชีวิต เป็นสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียด ท่านย่อมมีวิธีการมากมายหลายวิธีในการ โต้ตอบต่อความเครียด ข้อคำถามต่อไปนี้ถามเกี่ยวกับสิ่งที่ท่านทำ และรู้สึกเมื่อท่านประสบกับเหตุการณ์ดังกล่าว

ขอให้ท่านอ่านข้อความทีละข้อ แล้วเลือกคำตอบที่ *ตรงกับตัวท่านมากที่สุด* โดยไม่ต้องคำนึงว่าคนส่วนใหญ่จะทำหรือคิดอย่างไร **กรุณาใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง** ตามลำดับความมากน้อยที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด ไม่มีคำตอบใด “ถูก” หรือ “ผิด” **โปรดตอบทุกข้อ**

- |                        |         |  |
|------------------------|---------|--|
| 1 = ไม่เคยทำเลย        | หมายถึง | โดยทั่วไปฉันจะไม่ทำเช่นนั้นเลย             |
| 2 = ไม่ค่อยได้ทำ       | หมายถึง | โดยทั่วไปฉันจะทำเช่นนั้นบ้างนานๆครั้ง      |
| 3 = ทำและไม่ทำพอ ๆ กัน | หมายถึง | โดยทั่วไปฉันจะทำเช่นนั้นบ้างในระดับปานกลาง |
| 4 = ทำค่อนข้างบ่อยๆ    | หมายถึง | โดยทั่วไปฉันจะทำเช่นนั้นเป็นส่วนมาก        |
| 5 = ทำบ่อยมาก          | หมายถึง | โดยทั่วไปฉันจะทำเช่นนั้นเป็นประจำ          |

**ตัวอย่างการตอบ**

เมื่อพบเหตุการณ์ยุ่งยาก เป็นปัญหา หรือเมื่อรู้สึกเครียด ท่านทำสิ่งต่อไปนี้บ่อยเพียงไร

วิธีการใช้	ทำบ่อยมาก 5	ทำค่อนข้างบ่อย 4	ทำและไม่ทำพอ ๆ กัน 3	ไม่ค่อยได้ทำ 2	ไม่เคยทำเลย 1
ฉันระบายความรู้สึกออกมา		✓			

แสดงว่า เมื่อท่านพบเหตุการณ์ที่ยุ่งยาก เป็นปัญหาในชีวิต หรือเมื่อรู้สึกเครียด **ส่วนมาก**ท่านมักจะระบายความรู้สึกออกมา



เมื่อพบเหตุการณ์ยุ่งยาก เป็นปัญหา หรือเมื่อรู้สึกเครียด ท่านทำสิ่งต่อไปนี้บ่อยเพียงไร

วิธีการใช้	ทำบ่อย มาก 5	ทำค่อนข้าง บ่อย 4	ทำและไม่ทำ พอ ๆ กัน 3	ไม่ค่อยได้ ทำ 2	ไม่เคย ทำเลย 1
1.ฉันลงมือแก้ไขที่สาเหตุของปัญหา					
2.ฉันพยายามทำงานให้ทันตามกำหนด					
3.ฉันระบายความในใจของฉันกับใครบางคน และรู้สึกสบายใจขึ้น					
4.ฉันลงมือแก้ปัญหาลงมือไปทีละขั้น					
5.ฉันดูแลตัวเองให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง เช่น เล่นกีฬา ออกกำลังกาย และรับประทานอาหาร อาหารตามหลักโภชนาการ					
6.ฉันพูดคุยปัญหากับคนอื่นให้ช่วยหาทางแก้ ปัญหา					
7. ฉันเก็บความรู้สึกร่างกายต่าง ๆ ไว้คนเดียว					
8.ฉันขอความช่วยเหลือจากอาจารย์หรือเพื่อน					
9.ฉันหวังว่าจะมีปาฏิหาริย์เกิดขึ้นให้สิ่งร้าย ๆ ที่ เกิดขึ้นกลับกลายเป็นดี					
10.ฉันคิดว่าฉันเป็นต้นเหตุของปัญหา					
11.ฉันกินหรือนอนต่างไปจากที่เคยเป็น					
12.ฉันคิดหาทางที่ดีที่สุดเพื่อแก้ปัญหาลงมือ					
13.ฉันจะทำอะไรเมื่อได้ไตร่ตรองแล้ว					
14.ฉันเล่าปัญหาของฉัน และรู้สึกว่ามีคนเข้าใจ และเห็นอกเห็นใจฉัน					
15. ฉันกังวลเกี่ยวกับอนาคตของฉัน					
16. ฉันพิจารณาถึงขั้นตอนต่าง ๆ ก่อนลงมือ แก้ปัญหาลงมือ					
17. ฉันคิดหาทางแก้ปัญหานี้ โดยไม่ให้สิ่งใดมา รบกวน					
18.จากประสบการณ์ที่ผ่านมาทำให้ฉันปรับปรุง และเปลี่ยนแปลงตนเอง					
19.ฉันหมดความพยายามที่จะทำอะไรต่อไป					
20.ฉันตำหนิตนเอง					

วิธีการใช้	ทำบ่อย มาก 5	ทำค่อนข้าง บ่อย 4	ทำและไม่ทำ พอ ๆ กัน 3	ไม่ค่อยได้ ทำ 2	ไม่เคย ทำเลย 1
21.ฉันออกกำลังกายเพื่อคลายเครียด					
22.ฉันพยายามบอกตัวเองว่า เหตุการณ์นี้ไม่ได้ เกิดขึ้นจริง					
23.ฉันยอมรับปัญหาที่เกิดขึ้น และพยายามมอง ชีวิตให้สดใสเบิกบาน					
24.ฉันปรับปรุงความสัมพันธ์ของฉันกับผู้อื่น					
25.ฉันรู้สึกไม่สบาย					



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

### แบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคม

#### คำชี้แจง

การตอบแบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคม ในการเลือกคำตอบให้ท่านอ่านและพิจารณาว่า **ท่านได้รับการสนับสนุนเกี่ยวกับสิ่งต่าง ๆ ต่อไปนี้จากบุคคลดังต่อไปนี้มากน้อยเพียงใด โดยการให้คะแนนในแต่ละบุคคล 1-5 คะแนน** ขอให้ท่านอ่านข้อความที่ละข้อ แล้วเลือกคำตอบที่ สอดคล้องกับสภาพความเป็นจริงของท่านมากที่สุด ไม่มีคำตอบใด “ถูก” หรือ “ผิด” โปรดตอบทุกข้อ โดยแต่ละข้อมีคำตอบให้ดังนี้


- |                         |         |   |
|-------------------------|---------|---|
| 1 = ไม่ได้รับเลย        | หมายถึง | เมื่อท่านเห็นว่าในข้อความนั้นท่านไม่ได้รับการสนับสนุนจากบุคคลต่าง ๆ เลย           |
| 2 = ได้รับความน้อย      | หมายถึง | เมื่อท่านเห็นว่าในข้อความนั้นท่านได้รับการสนับสนุนจากบุคคลต่าง ๆ ในระดับน้อย      |
| 3 = ได้รับความปานกลาง   | หมายถึง | เมื่อท่านเห็นว่าในข้อความนั้นท่านได้รับการสนับสนุนจากบุคคลต่าง ๆ ในระดับปานกลาง   |
| 4 = ได้รับความมาก       | หมายถึง | เมื่อท่านเห็นว่าในข้อความนั้นท่านได้รับการสนับสนุนจากบุคคลต่าง ๆ ในระดับมาก       |
| 5 = ได้รับความมากที่สุด | หมายถึง | เมื่อท่านเห็นว่าในข้อความนั้นท่านได้รับการสนับสนุนจากบุคคลต่าง ๆ ในระดับมากที่สุด |

#### ตัวอย่างการตอบ

ข้อความ	บุคคลผู้ให้การสนับสนุน				
	พ่อ	แม่	ญาติพี่น้อง	เพื่อน	อาจารย์
00.ฉันได้รับความเห็นใจ เมื่อมีปัญหาเกี่ยวกับการเรียน	5	5	2	3	2

แสดงว่า ท่านได้รับความเห็นใจ เมื่อมีปัญหาเกี่ยวกับการเรียนจากพ่อและแม่ในระดับมากที่สุด จากญาติพี่น้องและอาจารย์ในระดับน้อย และจากเพื่อนในระดับปานกลาง

ข้อความ	บุคคลผู้ให้การสนับสนุน				
	พ่อ	แม่	ญาติพี่น้อง	เพื่อน	อาจารย์
1.ฉันได้รับความรักและความห่วงใย					
2.เมื่อฉันมีปัญหา ฉันมีคนรับฟังปัญหาและความรู้สึกไม่สบายใจ					
3.ฉันได้รับการบอกกล่าวให้ทราบว่า ฉันทำอะไรได้ดีมากน้อยเพียงใด					
4.ฉันได้รับข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์ต่อการเรียน					
5.เมื่อฉันมีภาระงานมาก ฉันจะได้รับการแบ่งเบาภาระ					
6.ฉันได้รับคำแนะนำในสิ่งที่เป็นประโยชน์					
7.มีผู้แสดงความเห็นใจฉัน เมื่อมีปัญหาในการเรียน					
8.ฉันได้รับข้อมูลที่แสดงถึงความสำเร็จในงานที่ทำให้เกิดความมั่นใจในการเรียน					
9.ฉันได้รับการสนับสนุนเกี่ยวกับอุปกรณ์การเรียน					
10.ฉันได้รับคำแนะนำ เมื่อฉันทำงานผิดพลาด					
11.ฉันได้รับคำปรึกษาเกี่ยวกับการเรียน					
12.เมื่อฉันมีอุปสรรคในการเรียน ฉันจะได้รับกำลังใจเพื่อต่อสู้กับอุปสรรค					
13.การประเมินที่ฉันได้รับทำให้ฉันปรับปรุงการเรียนได้ดีขึ้น					
14.มีคนรับฟังความคิดเห็นของฉันเสมอ					
15.ฉันมักจะได้รับความชี้แจงเพื่อช่วยแก้ข้อบกพร่องของฉัน					
16.เมื่อฉันต้องการอุปกรณ์ในการเรียนที่จำเป็น ฉันจะได้รับการช่วยเหลือ					
17.เมื่อฉันมีปัญหาในการเรียน ฉันจะได้รับข้อมูลที่สามารถช่วยแก้ปัญหาได้					
18.ฉันได้รับการชี้แนะที่เป็นประโยชน์ในการปรับปรุงการเรียน					
19.เมื่อฉันมีปัญหาด้านการเงินที่จำเป็น ฉันจะได้รับความช่วยเหลือ					
20.เมื่อฉันประสบความสำเร็จในการเรียน ฉันจะได้รับคำชมเชยหรือได้รับการแสดงความยินดี					



ภาคผนวก ค. การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ  
แบบวัดความวิตกกังวล

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 79 ค่าอำนาจจำแนกรายข้อแบบกลุ่มสูง-กลุ่มต่ำ โดยการทดสอบค่าที (t-test)

และการหาค่าความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมของความวิตกกังวล  
ต่อสถานการณ์ (STAI Form Y-1) โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน  
(Pearson Correlation Coefficient) N = 155 คน

ข้อความ	r	t-test
1.สงบ	.445**	2.666**
2.มั่นคง-ปลอดภัย	.554**	3.606**
3.ตื่นเครียด	.684**	4.066**
4.เหนื่อยล้า	.635**	4.792**
5.สบาย ๆ	.665**	5.434**
6.หงุดหงิด	.618**	4.143**
7.กังวลว่าอาจจะมีสิ่งไม่ดีเกิดขึ้นกับตนเอง	.530**	3.131**
8.พอใจตนเอง	.611**	3.950**
9.ตื่นกลัว	.530**	3.428**
10.สบาย	.675**	4.236**
11.เชื่อมั่นในตนเอง	.484**	2.519**
12.ตื่นเต้น	.290**	1.811*
13.กระสับกระส่าย	.588**	3.190**
14.ลังเลใจ	.618**	2.936**
15.ผ่อนคลาย	.644**	4.558**
16.สุขใจ	.626**	3.758**
17.วิตกกังวล	.632**	3.910**
18.สับสน	.605**	3.186**
19.ได้พักผ่อน	.592**	3.915**
20.เบิกบานใจ	.638**	4.006**
ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา	0.90	

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



ตารางที่ 80 ค่าอำนาจจำแนกรายข้อแบบกลุ่มสูง-กลุ่มต่ำ โดยการทดสอบค่าที (t-test)

และการหาค่าความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมของความวิตกกังวล  
ประจำตัว (STAI Form Y-2) โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson  
Correlation Coefficient) ก่อนการคัดเลือก N = 155 คน

ข้อความ	r	t-test
21. ฉันรู้สึกว่าเป็นคนน่าคบ	.251**	1.430
22. ฉันรู้สึกประหม่าและตื่นตื้นง่าย	.249**	1.210
23. ฉันรู้สึกพึงพอใจในตนเอง	.300**	1.853*
24. ฉันอยากมีความสุขมากกว่านี้	.351**	1.727*
25. ฉันรู้สึกเหมือนเป็นคนล้มเหลว	.339**	1.720*
26. ฉันรู้สึกว่าได้พักผ่อน	.230**	1.469
27. ฉันเป็นคนสงบ ใจเย็น และมีสติ	.264**	1.484
28. ฉันรู้สึกว่าปัญหามีมากขึ้นทุกวันจนจะสู้ไม่ไหวแล้ว	.374**	2.026*
29. ฉันกังวลมากเกินไปในสิ่งที่จริงดูแล้วไร้สาระ	.478**	2.646*
<b>30. ฉันเป็นคนมีความสุข</b>	.193*	1.136
31. ฉันมีความคิดที่ทำให้ตนเองไม่สบายใจ	.422**	2.592**
32. ฉันมีความเชื่อมั่นในตนเอง	.306**	2.596**
33. ฉันรู้สึกมั่นคงปลอดภัย	.211**	1.418
<b>34. ฉันเป็นคนตัดสินใจอะไรได้ง่าย</b>	.136	0.913
35. ฉันรู้สึกว่าตนเองมีความสามารถไม่เพียงพอในการจัดการ กับปัญหาที่เกิดขึ้น	.341**	1.695*
36. ฉันรู้สึกพึงพอใจกับชีวิตตนเอง	.189*	1.371
37. ฉันรู้สึกวิตกกังวลที่ตนเองมีความคิดที่ไร้สาระ	.461**	2.484**
38. ฉันเป็นคนเจ็บแล้วจำ	.429**	2.364**
<b>39. ฉันเป็นคนเสมอต้นเสมอปลาย</b>	.088	0.614
40. เมื่อคิดถึงสิ่งที่ฉันเป็นห่วง ทำให้ฉันเครียดและว้าวุ่นใจ	.476**	2.751**

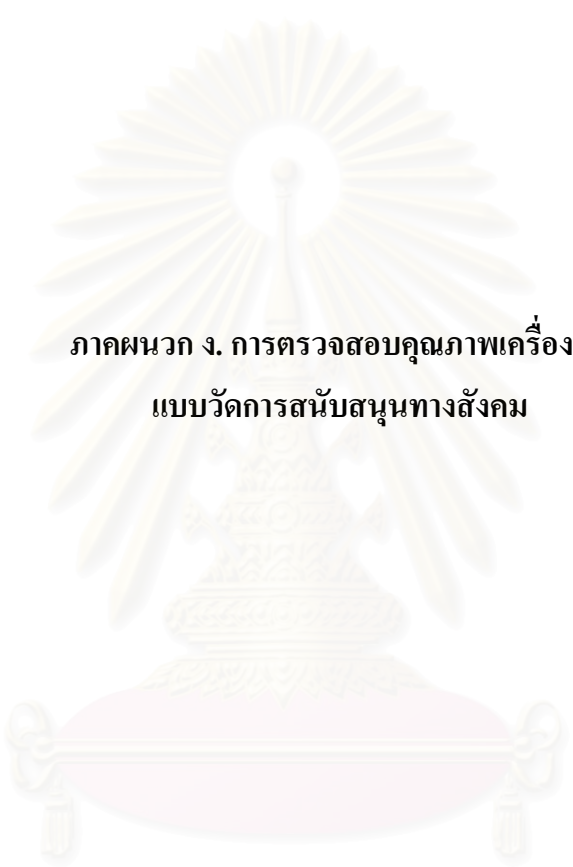
\*p < .05, \*\*p < .01

ตารางที่ 81 ค่าอำนาจจำแนกรายข้อแบบกลุ่มสูง-กลุ่มต่ำ โดยการทดสอบค่าที (t-test)

และการหาค่าความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมของความวิตกกังวล  
ประจำตัว (STAI Form Y-2) โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson  
Correlation Coefficient) หลังการคัดเลือก (ตัดข้อ 30,34 และ 39) N = 155 คน

ข้อความ	r	t-test
21. ฉันรู้สึกว่าเป็นคนน่าคบ	.426**	2.779**
22. ฉันรู้สึกประหม่าและตื่นตื้นง่าย	.403**	2.488**
23. ฉันรู้สึกพึงพอใจในตนเอง	.565**	3.371**
24. ฉันอยากมีความสุขมากกว่านี้	.449**	2.726**
25. ฉันรู้สึกเหมือนเป็นคนล้มเหลว	.479**	2.433**
26. ฉันรู้สึกว่าได้พักผ่อน	.374**	2.077*
27. ฉันเป็นคนสงบ ใจเย็น และมีสติ	.412**	2.003*
28. ฉันรู้สึกว่าปัญหามีมากขึ้นทุกวันจนจะสู้ไม่ไหวแล้ว	.612**	3.742**
29. ฉันกังวลมากเกินไปในสิ่งที่จริงดูแล้วไร้สาระ	.584**	3.522**
31. ฉันมีความคิดที่ทำให้ตนเองไม่สบายใจ	.623**	4.245**
32. ฉันมีความเชื่อมั่นในตนเอง	.520**	3.740**
33. ฉันรู้สึกมั่นคงปลอดภัย	.549**	3.394**
35. ฉันรู้สึกว่าตนเองมีความสามารถไม่เพียงพอในการจัดการ กับปัญหาที่เกิดขึ้น	.572**	3.219**
36. ฉันรู้สึกพึงพอใจกับชีวิตตนเอง	.558**	3.497**
37. ฉันรู้สึกวิตกกังวลที่ตนเองมีความคิดที่ไร้สาระ	.609**	2.929**
38. ฉันเป็นคนเจ็บแล้วจำ	.587**	3.690**
40. เมื่อคิดถึงสิ่งที่ฉันเป็นห่วง ทำให้ฉันเครียดและว้าวุ่นใจ	.509**	3.495**
ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา	0.83	

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



ภาคผนวก ง. การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ  
แบบวัดการสนับสนุนทางสังคม

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 82 ค่าอำนาจจำแนกรายข้อแบบกลุ่มสูง-กลุ่มต่ำ โดยการทดสอบค่าที (t-test)

และการหาค่าความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมทั้งฉบับ โดยใช้สูตร  
สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Correlation Coefficient) โดยจำแนก  
ตามรายด้าน N = 155 คน

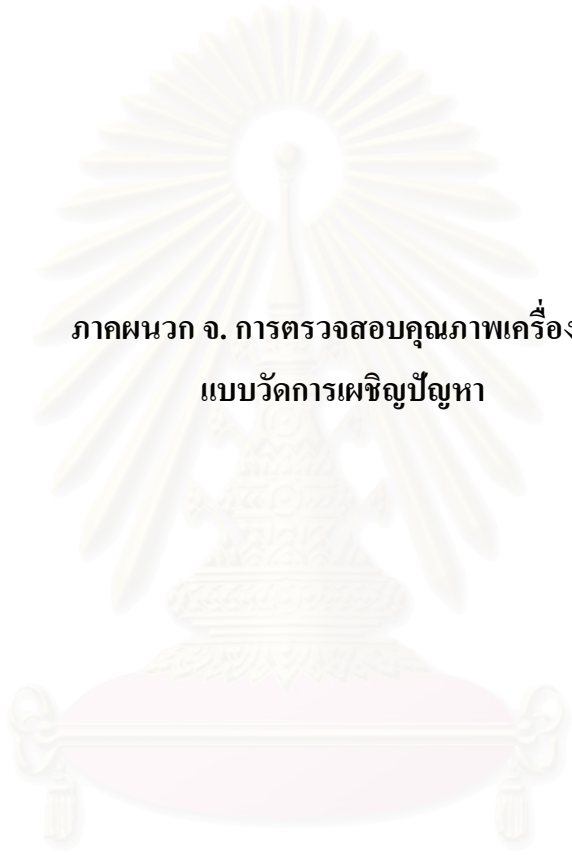
ข้อความ	r	t-test
<b>1. ด้านอารมณ์</b>		
(1) ฉันได้รับความรักและความห่วงใย	.459**	2.667**
(2) เมื่อฉันมีปัญหา ฉันมีคนรับฟังปัญหาและความรู้สึกไม่สบายใจของฉัน	.537**	3.380**
(7) มีผู้แสดงความสนใจฉัน เมื่อมีปัญหาในการเรียน	.617**	3.867**
(12) เมื่อฉันมีอุปสรรคในการเรียน ฉันจะได้รับกำลังใจเพื่อต่อสู้กับอุปสรรค	.674**	5.050**
(14) มีคนรับฟังความคิดเห็นของฉันเสมอ	.584**	3.446**
(20) เมื่อฉันประสบความสำเร็จในการเรียน ฉันจะได้รับคำชมเชย หรือได้รับการแสดงความยินดี	.508**	3.075**
ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา	.7560	
<b>2. ด้านการประเมิน</b>		
(3) ฉันได้รับการบอกกล่าวให้ทราบว่าทำงานได้ดีมากน้อยเพียงใด	.499**	2.915**
(8) ฉันได้รับข้อมูลย้อนกลับซึ่งทำให้เกิดความมั่นใจในการเรียน	.662**	4.050**
(13) การประเมินที่ฉันได้รับทำให้ฉันปรับปรุงการเรียนให้ดีขึ้น	.632**	4.013**
(15) ฉันมักจะได้รับความชี้แจงเพื่อช่วยแก้ไขข้อบกพร่องของฉัน	.512**	2.734**
(18) ฉันได้รับการบอกกล่าวให้ทราบถึงข้อบกพร่องในการเรียน	.606**	4.560**
ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา	.7323	
<b>3. ด้านข้อมูลข่าวสาร</b>		
(4) ฉันได้รับข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์ต่อการเรียน	.472**	2.671**
(6) ฉันได้รับคำแนะนำในสิ่งที่เป็นประโยชน์	.552**	3.772**
(10) ฉันได้รับคำแนะนำ เมื่อฉันทำงานผิดพลาด	.629**	4.790**
(11) ฉันได้รับคำปรึกษาเกี่ยวกับการเรียน	.585**	3.500**
(17) เมื่อฉันมีปัญหาเกี่ยวกับการเรียน ฉันได้รับข้อมูลที่สามารถช่วยแก้ปัญหาแก่ฉันได้	.622**	3.600**
ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา	.7122	
<b>4. ด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน</b>		
(5) เมื่อฉันมีภาระงานมาก ฉันจะได้รับการแบ่งเบาภาระ	.541**	3.556**
(9) ฉันได้รับการอำนวยความสะดวกเกี่ยวกับอุปกรณ์การเรียน เช่น หนังสือ ตำราต่าง ๆ ในการเรียน	.509**	3.490**
(16) เมื่อฉันขาดแคลนอุปกรณ์ในการเรียน ฉันจะได้รับการช่วยเหลือ	.486**	2.965**
(19) เมื่อฉันมีปัญหาด้านเงินที่จำเป็น ฉันจะได้รับความช่วยเหลือ	.434**	2.767**
ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา	.6243	

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

ตารางที่ 83 ค่าความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมรายด้าน และหาค่าความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรวมรายด้านกับคะแนนรวมทั้งฉบับ โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Correlation Coefficient) N = 155 คน

ข้อความ	r
<b>1. ด้านอารมณ์</b>	
(1) ฉันได้รับความรักและความห่วงใย	.599**
(2) เมื่อฉันมีปัญหา ฉันมีคนรับฟังปัญหา และความรู้สึกไม่สบายใจของฉัน	.705**
(7) มีผู้แสดงความสนใจฉัน เมื่อมีปัญหาในการเรียน	.739**
(12) เมื่อฉันมีอุปสรรคในการเรียน ฉันจะได้รับความกำลังใจเพื่อต่อสู้กับอุปสรรค	.719**
(14) มีคนรับฟังความคิดเห็นของฉันเสมอ	.701**
(20) เมื่อฉันประสบความสำเร็จในการเรียน ฉันจะได้รับความชมเชย หรือได้รับการแสดงความยินดี	.588**
คะแนนรวมรายด้านกับคะแนนรวมทั้งฉบับ	.836**
<b>2. ด้านการประเมิน</b>	
(3) ฉันได้รับการบอกกล่าวให้ทราบว่าทำงานได้ดีมากน้อยเพียงใด	.616**
(8) ฉันได้รับข้อมูลย้อนกลับซึ่งทำให้เกิดความมั่นใจในการเรียน	.756**
(13) การประเมินที่ฉันได้รับทำให้ฉันปรับปรุงการเรียนให้ดีขึ้น	.705**
(15) ฉันมักจะได้รับความชี้แจงเพื่อช่วยแก้ไขข้อบกพร่องของฉัน	.662**
(18) ฉันได้รับการบอกกล่าวให้ทราบถึงข้อบกพร่องในการเรียน	.729**
คะแนนรวมรายด้านกับคะแนนรวมทั้งฉบับ	.842**
<b>3. ด้านข้อมูลข่าวสาร</b>	
(4) ฉันได้รับข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์ต่อการเรียน	.583**
(6) ฉันได้รับคำแนะนำในสิ่งที่เป็นประโยชน์	.617**
(10) ฉันได้รับคำแนะนำ เมื่อฉันทำงานผิดพลาด	.745**
(11) ฉันได้รับความปรึกษาเกี่ยวกับการเรียน	.752**
(17) เมื่อฉันมีปัญหาเกี่ยวกับการเรียน ฉันได้รับข้อมูลที่สามารช่วยแก้ปัญหาแก่ฉันได้	.703**
คะแนนรวมรายด้านกับคะแนนรวมทั้งฉบับ	.843**
<b>4. ด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน</b>	
(5) เมื่อฉันมีภาระงานมาก ฉันจะได้รับการแบ่งเบาภาระ	.517**
(9) ฉันได้รับการอำนวยความสะดวกเกี่ยวกับอุปกรณ์การเรียน เช่น หนังสือ ตำราต่าง ๆ ในการเรียน	.755**
(16) เมื่อฉันขาดแคลนอุปกรณ์ในการเรียน ฉันจะได้รับการช่วยเหลือ	.783**
(19) เมื่อฉันมีปัญหาด้านเงินที่จำเป็น ฉันจะได้รับความช่วยเหลือ	.672**
คะแนนรวมรายด้านกับคะแนนรวมทั้งฉบับ	.730**

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



ภาคผนวก จ. การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ  
แบบวัดการเผชิญปัญหา

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ตารางที่ 84 ค่าอำนาจจำแนกรายชื่อแบบกลุ่มสูง-กลุ่มต่ำ โดยการทดสอบค่าที (t-test) และการหาค่าความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมทั้งฉบับ โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Correlation Coefficient) *ก่อนการคัดเลือก* โดยจำแนกตามรายด้าน N = 155 คน

ข้อความ	r	t-test
1. การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา		
1.1 การลงมือดำเนินการแก้ปัญหา		
(1) ลงมือแก้ไขที่สาเหตุของปัญหา	.335**	1.469
(4) ลงมือแก้ปัญหาไปทีละขั้น	.484**	2.641**
1.2 การวางแผน		
(12) ค้นคิดหาทางที่จัดการกับปัญหาอย่างไรให้ดีที่สุด	.479**	2.475**
(16) ค้นพิจารณาถึงขั้นตอนต่างๆ ในการลงมือแก้ปัญหา	.502**	3.006**
1.3 การทำงานหนักและความสำเร็จในงาน		
(2) ฝืนพยายามทำงานให้ทันตามกำหนด	.271**	1.142
1.4 การระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง		
(17) ค้นคิดหาทางแก้ปัญหานี้ โดยไม่ให้สิ่งใดมารบกวน	.475**	2.493**
1.5 การชะลอการเผชิญปัญหา		
(13) ค้นทำอะไรเพื่อให้แน่ใจว่า จะไม่ทำอะไรที่เลวร้าย เพราะการกระทำที่เร็วเกินไป	.352**	1.712*
1.6 การตีความหมายใหม่ในทางบวก และการเติบโต		
(18) จากประสบการณ์ที่ผ่านมาทำให้ฉันปรับปรุง และเปลี่ยนแปลงตนเอง	.554**	3.424**
1.7 การยอมรับ		
(23) ฉันยอมรับปัญหาที่เกิดขึ้น และพยายามมองชีวิตให้สดใสเบิกบาน	.396**	2.652**
1.8 การหาทางผ่อนคลาย		
(5) ฉันดูแลตัวเองให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง เช่น เล่นกีฬา ออกกำลังกาย และรับประทานอาหารตามหลักโภชนาการ	.484**	2.641**
(21) ฉันออกกำลังกายเพื่อคลายเครียด	.446**	2.281*
1.9 การแสวงหาการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม		
(24) ฉันปรับปรุงความสัมพันธ์ของฉันกับผู้อื่น	.433**	2.735**
ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา	.8344	
2. การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม		
2.1 การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อแก้ปัญหา		
(6) ฉันพูดคุยปัญหาที่คนอื่นให้ช่วยหาทางแก้ปัญหา	.471**	2.565**
(8) ฉันขอความช่วยเหลือจากอาจารย์ หรือเพื่อน	.406**	2.498**
2.2 การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อกำลังใจ		
(3) ฉันระบายความในใจของฉันกับใครบางคน และรู้สึกสบายใจขึ้น	.547**	3.605**
(14) ฉันเล่าปัญหาของฉัน และรู้สึกว่ามีความเข้าใจ และเห็นอกเห็นใจฉัน	.458**	2.565**
ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา	.7540	

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

ตาราง (ต่อ)

ข้อความ	r	t-test
3. การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง		
3.1 การปฏิเสธ (22) ฉันพยายามบอกตัวเองว่า เหตุการณ์นี้ไม่ได้เกิดขึ้นจริง	.414**	2.500**
3.2 การไม่แสดงออกทางพฤติกรรม (19) ฉันยังไม่อยากจะทำอะไรต่อไป (25) ฉันรู้สึกไม่สบายใจ	.185* .259**	1.609 2.011*
3.3 การไม่เกี่ยวข้องทางความคิด (9) ฉันหวังว่าจะมีปฏิกิริยาเกิดขึ้นให้สิ่งร้าย ๆ ที่เกิดขึ้นกลับกลายเป็นดี	.399**	3.028**
3.4 การเก็บความรู้สึกไว้คนเดียว (7) ฉันรู้สึกอยากอยู่คนเดียว	.088	0.835
3.5 การตำหนิตนเอง (10) ฉันคิดว่าฉันเป็นต้นเหตุของปัญหา (20) ฉันตำหนิตนเอง	.370** .355**	2.426** 1.998*
3.6 การเป็นกังวล (15) ฉันกังวลเกี่ยวกับอนาคตของฉัน	.409**	2.356**
3.7 การมุ่งใส่ใจในอารมณ์ที่เกิดขึ้น (11) ฉันรู้สึกหงุดหงิด และจะปลดปล่อยอารมณ์ออกมา	.166*	0.593
ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา	.7754	
ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาทั้งหมด	.7526	

\*p &lt; .05, \*\*p &lt; .01

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 85 ค่าอำนาจจำแนกรายข้อแบบกลุ่มสูง-กลุ่มต่ำ โดยการทดสอบค่าที (t-test) และการหาค่าความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมทั้งฉบับ โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Correlation Coefficient) หลังการคัดเลือก (ตัดข้อ 7,11 และ 19) โดยจำแนกตามรายด้าน N = 155 คน

ข้อความ	r	t-test
1. การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา		
1.1 การลงมือดำเนินการแก้ปัญหา		
(1) ลงมือแก้ไขที่สาเหตุของปัญหา	.374**	1.588
(4) ลงมือแก้ปัญหาไปที่ละขั้น	.545**	3.044*
1.2 การวางแผน		
(12) คิดหาทางที่จัดการกับปัญหาอย่างไรให้ดีที่สุด	.554**	3.610**
(16) คิดพิจารณาถึงขั้นตอนต่าง ๆ ในการลงมือแก้ปัญหา	.559**	3.587**
1.3 การทำงานหนักและความสำเร็จในงาน		
(2) ทุ่มพยามทำงานให้ทันตามกำหนด	.349**	1.792*
1.4 การระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง		
(17) คิดหาทางแก้ปัญหานี้ โดยไม่ให้สิ่งใดมารบกวน	.483**	2.435**
1.5 การชะลอการเผชิญปัญหา		
(13) คิดทำอะไรเพื่อให้แน่ใจว่า จะไม่ทำอะไรที่เลวร้าย เพราะการกระทำที่เร็วเกินไป	.434**	2.407**
1.6 การตีความหมายใหม่ในทางบวก และการเติบโต		
(18) จากประสบการณ์ที่ผ่านมาทำให้ฉันปรับปรุง และเปลี่ยนแปลงตนเอง	.604**	4.129**
1.7 การยอมรับ		
(23) ยอมรับปัญหาที่เกิดขึ้น และพยายามมองชีวิตให้สดใสเบิกบาน	.466**	3.224**
1.8 การหาทางผ่อนคลาย		
(5) ดูแลตัวเองให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง เช่น เล่นกีฬา ออกกำลังกาย และรับประทานอาหารตามหลักโภชนาการ	.384**	2.014*
(21) ใช้ออกกำลังกายเพื่อคลายเครียด	.451**	2.108*
1.9 การแสวงหาการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม		
(24) ฉันปรับปรุงความสัมพันธ์ของฉันกับผู้อื่น	.497**	3.031**
ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา	.8344	
2. การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม		
2.1 การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อแก้ปัญหา		
(6) ปรึกษาคู่ปัญหากับคนอื่นให้ช่วยหาทางแก้ปัญหา	.512**	3.726**
(8) ขอความช่วยเหลือจากอาจารย์ หรือเพื่อน	.447**	2.693**
2.2 การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อกำลังใจ		
(3) ระบายความในใจของฉันกับใครบางคน และรู้สึกสบายใจขึ้น	.556**	4.239**
(14) ฉันเล่าปัญหาของฉัน และรู้สึกว่ามีความเข้าใจ และเห็นอกเห็นใจฉัน	.501**	3.045**
ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา	.7540	

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

## ตาราง (ต่อ)

ข้อความ	r	t-test
3. การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง		
3.1 การปฏิเสธ (22) ฉันพยายามบอกตัวเองว่า เหตุการณ์นี้ไม่ได้เกิดขึ้นจริง	.309**	1.722*
3.2 การไม่แสดงออกทางพฤติกรรม (19) ฉันยังไม่อยากจะทำอะไรต่อไป (25) ฉันรู้สึกไม่สบายใจ	- .195*	- 1.107
3.3 การไม่เกี่ยวข้องทางความคิด (9) ฉันหวังว่าจะมีปาฏิหาริย์เกิดขึ้นให้สิ่งร้าย ๆ ที่เกิดขึ้นกลับกลายเป็นดี	.359**	2.600**
3.4 การเก็บความรู้สึกไว้คนเดียว (7) ฉันรู้สึกอยากอยู่คนเดียว	-	-
3.5 การตำหนิตนเอง (10) ฉันคิดว่าฉันเป็นต้นเหตุของปัญหา (20) ฉันตำหนิตนเอง	.271** .271**	1.167 1.235
3.6 การเป็นกังวล (15) ฉันกังวลเกี่ยวกับอนาคตของฉัน	.373**	2.040*
3.7 การมุ่งใส่ใจในอารมณ์ที่เกิดขึ้น (11) ฉันรู้สึกหงุดหงิด และจะปลดปล่อยอารมณ์ออกมา	-	-
ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา	.7517	
ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาทั้งหมด	.7820	

\*p &lt; .05, \*\*p &lt; .01

ตารางที่ 86 ตารางแสดงการหาค่าความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมรายด้าน โดยใช้สูตร

สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Correlation Coefficient) *ก่อนการคัดเลือก*

N = 155 คน

ข้อความ	r
1. การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา	
1.1 การลงมือดำเนินการแก้ปัญหา	
(1) ดันลงมือแก้ไขที่สาเหตุของปัญหา	.701**
(4) ดันลงมือแก้ปัญหาไปที่ละขั้น	.740**
1.2 การวางแผน	
(12) ค้นคิดหาทางที่จัดการกับปัญหาอย่างไรให้ดีที่สุด	.653**
(16) ค้นพิจารณาถึงขั้นตอนต่าง ๆ ในการลงมือแก้ปัญหา	.740**
1.3 การทำงานหนักและความสำเร็จในงาน	
(2) ดันพยายามทำงานให้ทันตามกำหนด	.533**
1.4 การระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง	
(17) ค้นคิดหาทางแก้ปัญหานี้ โดยไม่ให้สิ่งใดมารบกวน	.555**
1.5 การชะลอการเผชิญปัญหา	
(13) ดันทำอะไรเพื่อให้แน่ใจว่า จะไม่ทำอะไรที่เลวร้าย เพราะการกระทำที่เร็วเกินไป	.636**
1.6 การตีความหมายใหม่ในทางบวก และการเติบโต	
(18) จากประสบการณ์ที่ผ่านมาทำให้ฉันปรับปรุง และเปลี่ยนแปลงตนเอง	.646**
1.7 การยอมรับ	
(23) ดันยอมรับปัญหาที่เกิดขึ้น และพยายามมองชีวิตให้สดใสเบิกบาน	.546**
1.8 การหาทางผ่อนคลาย	
(5) ดันดูแลตัวเองให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง เช่น เล่นกีฬา ออกกำลังกาย และรับประทานอาหารตามหลักโภชนาการ	.519**
(21) ดันออกกำลังกายเพื่อคลายเครียด	.497**
1.9 การแสวงหาการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม	
(24) ดันปรับปรุงความสัมพันธ์ของฉันกับผู้อื่น	.519**
<b>คะแนนรวมรายด้านกับคะแนนรวมทั้งฉบับ</b>	<b>.686**</b>
2. การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม	
2.1 การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อแก้ปัญหา	
(6) ดันพูดคุยปัญหาเกี่ยวกับคนอื่น ให้ช่วยหาทางแก้ปัญหา	.804**
(8) ดันขอความช่วยเหลือจากอาจารย์ หรือเพื่อน	.675**
2.2 การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อกำลังใจ	
(3) ดันระบายความในใจของฉันกับใครบางคน และรู้สึกสบายใจขึ้น	.793**
(14) ดันเล่าปัญหาของฉัน และรู้สึกว่ามีคนเข้าใจ และเห็นอกเห็นใจฉัน	.761**
<b>คะแนนรวมรายด้านกับคะแนนรวมทั้งฉบับ</b>	<b>.623**</b>

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

ตาราง (ต่อ)

ข้อความ	r
3. การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง	
3.1 การปฏิเสธ (22) ฉันพยายามบอกตัวเองว่า เหตุการณ์นี้ไม่ได้เกิดขึ้นจริง	.684**
3.2 การไม่แสดงออกทางพฤติกรรม (19) ฉันยังไม่อยากจะทำอะไรต่อไป (25) ฉันรู้สึกไม่สบายใจ	.571** .607**
3.3 การไม่เกี่ยวข้องทางความคิด (9) ฉันหวังว่าจะมีปาฏิหาริย์เกิดขึ้นให้สิ่งร้าย ๆ ที่เกิดขึ้นกลับกลายเป็นดี	.569**
3.4 การเก็บความรู้สึกไว้คนเดียว (7) ฉันเลี้ยงที่จะพบปะผู้คน	.532**
3.5 การตำหนิตนเอง (10) ฉันคิดว่าฉันเป็นต้นเหตุของปัญหา (20) ฉันตำหนิตนเอง	.730** .691**
3.6 การเป็นกังวล (15) ฉันกังวลเกี่ยวกับอนาคตของฉัน	.548**
3.7 การมุ่งใส่ใจในอารมณ์ที่เกิดขึ้น (11) ฉันรู้สึกหงุดหงิด และจะระบายอารมณ์ออกมา	.463**
คะแนนรวมรายด้านกับคะแนนรวมทั้งฉบับ	.500**

\*p &lt; .05, \*\*p &lt; .01

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ตารางที่ 87 ค่าความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมรายด้าน โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Correlation Coefficient) หลังการคัดเลือก (ตัดข้อ 7,11 และ 19) N = 155 คน

ข้อความ	r
1. การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา	
1.1 การลงมือดำเนินการแก้ปัญหา	
(1) ฉันทลงมือแก้ไขที่สาเหตุของปัญหา	.632**
(4) ฉันทลงมือแก้ปัญหาไปที่ละขั้น	.740**
1.2 การวางแผน	
(12) ฉันทคิดหาทางที่จัดการกับปัญหาอย่างไรให้ดีที่สุด	.660**
(16) ฉันทพิจารณาถึงขั้นตอนต่างๆ ในการลงมือแก้ปัญหา	.741**
1.3 การทำงานหนักและความสำเร็จในงาน	
(2) ฉันทพยายามทำงานให้ทันตามกำหนด	.530**
1.4 การระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง	
(17) ฉันทคิดหาทางแก้ปัญหานี้ โดยไม่ให้สิ่งใดมารบกวน	.562**
1.5 การชะลอการเผชิญปัญหา	
(13) ฉันททำอะไรเพื่อให้แน่ใจว่า จะไม่ทำอะไรที่เลวร้าย เพราะการกระทำที่เร็วเกินไป	.633**
1.6 การตีความหมายใหม่ในทางบวก และการเติบโต	
(18) จากประสบการณ์ที่ผ่านมาทำให้ฉันทปรับปรุง และเปลี่ยนแปลงตนเอง	.556**
1.7 การยอมรับ	
(23) ฉันทยอมรับปัญหาที่เกิดขึ้น และพยายามมองชีวิตให้สดใสเบิกบาน	.566**
1.8 การหาทางผ่อนคลาย	
(5) ฉันทดูแลตัวเองให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง เช่น เล่นกีฬา ออกกำลังกาย และรับประทานอาหารตามหลักโภชนาการ	.485**
(21) ฉันทออกกำลังกายเพื่อคลายเครียด	.512**
1.9 การแสวงหาการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม	
(24) ฉันทปรับปรุงความสัมพันธ์ของฉันทกับผู้อื่น	.537**
คะแนนรวมรายด้านกับคะแนนรวมทั้งฉบับ	.788**
2. การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม	
2.1 การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อแก้ปัญหา	
(6) ฉันทพูดคุยปัญหากับคนอื่นให้ช่วยหาทางแก้ปัญหา	.804**
(8) ฉันทขอความช่วยเหลือจากอาจารย์ หรือเพื่อน	.675**
2.2 การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อกำลังใจ	
(3) ฉันทระบายความในใจของฉันทกับใครบางคน และรู้สึกสบายใจขึ้น	.793**
(14) ฉันทเล่าปัญหาของฉันท และรู้สึกว่ามีคนเข้าใจ และเห็นอกเห็นใจฉันท	.761**
คะแนนรวมรายด้านกับคะแนนรวมทั้งฉบับ	.666**

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

ตาราง (ต่อ)

ข้อความ	r
3. การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง	
3.1 การปฏิเสธ (22) ฉันพยายามบอกตัวเองว่า เหตุการณ์นี้ไม่ได้เกิดขึ้นจริง	.660**
3.2 การไม่แสดงออกทางพฤติกรรม (19) ฉันยังไม่อยากจะทำอะไรต่อไป (25) ฉันรู้สึกไม่สบายใจ	- .650**
3.3 การไม่เกี่ยวข้องทางความคิด (9) ฉันหวังว่าจะมีปาฏิหาริย์เกิดขึ้นให้สิ่งร้าย ๆ ที่เกิดขึ้นกลับกลายเป็นดี	.645**
3.4 การเก็บความรู้สึกไว้คนเดียว (7) ฉันเสียดที่จะพบปะผู้คน	-
3.5 การตำหนิตนเอง (10) ฉันคิดว่าฉันเป็นต้นเหตุของปัญหา (20) ฉันตำหนิตนเอง	.735** .714**
3.6 การเป็นกังวล (15) ฉันกังวลเกี่ยวกับอนาคตของฉัน	.625**
3.7 การมุ่งใส่ใจในอารมณ์ที่เกิดขึ้น (11) ฉันรู้สึกหงุดหงิด และจะระบายอารมณ์ออกมา	-
คะแนนรวมรายด้านกับคะแนนรวมทั้งฉบับ	.449**

\*p &lt; .05, \*\*p &lt; .01

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ฉ.

ลักษณะข้อมูลกลุ่มตัวอย่าง

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 88 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และพ่อแม่ของนิสิต  
นักศึกษา

เพศ	เกรดเฉลี่ยสะสม						พ่อแม่ของนิสิตนักศึกษา								รวม	
	ต่ำ (2.49 และ ต่ำกว่า)		กลาง (2.50 – 2.99)		สูง (3.00 และ สูงกว่า)		ยังมีชีวิตอยู่ ทั้งสองคน		เสียชีวิต แล้ว ทั้งสอง คน		แม่เสียชีวิตแล้ว		พ่อเสียชีวิตแล้ว			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
ชาย	10	1.5	70	10.3	119	17.5	188	27.7	0	0	1	0.1	10	1.5	199	29.3
หญิง	11	1.6	74	10.9	395	58.2	446	65.7	2	0.3	9	1.3	23	3.4	480	70.7
รวม	21	3.1	144	21.2	514	75.7	634	93.4	2	0.3	10	1.5	33	4.9	679	100

ตารางที่ 89 ตารางแสดงจำนวนร้อยละของบุคคลที่นิสิตนักศึกษาอาศัยอยู่ด้วยในปัจจุบัน

บุคคล	จำนวนคำตอบ	ค่าแสดงร้อยละโดยคิด จาก จำนวนคำตอบ	ค่าแสดงร้อยละโดยคิด จากจำนวนผู้ตอบ
พ่อแม่	493	69.5	72.6
พ่อ	12	1.7	1.8
แม่	56	7.9	8.2
พ่อเลี้ยง	4	0.6	0.6
แม่เลี้ยง	0	0	0
อื่น ๆ	144	20.3	21.2
รวม	709	100.0	104.4

ตารางที่ 90 ตารางแสดงจำนวนร้อยละของแหล่งการสนับสนุนทางการเงินของนิสิตนักศึกษา

บุคคล	จำนวนคำตอบ	ค่าแสดงร้อยละโดยคิด จาก จำนวนคำตอบ	ค่าแสดงร้อยละโดยคิด จากจำนวนผู้ตอบ
พ่อแม่	489	63.2	72.0
พ่อ	85	11.0	12.5
แม่	81	10.5	11.9
พ่อเลี้ยง	2	0.3	0.3
แม่เลี้ยง	0	0	0
อื่นๆ	117	15.1	17.2
รวม	774	100.0	114.0

ตารางที่ 91 ตารางแสดงค่าสถิติพื้นฐานของคะแนนการสนับสนุนทางสังคมโดยจำแนกตามผลรวม  
รายด้าน (N = 679)

การสนับสนุนทาง สังคม	Minimum	Maximum	Sum	X	S.D.
ด้านอารมณ์	48	149	74728	110.06	18.69
ด้านการประเมิน	32	125	58558	86.24	16.73
ด้านข้อมูล ข่าวสาร	33	125	60192	88.64	16.01
ด้านสิ่งของ แรง งาน และการเงิน	26	100	45273	66.68	12.18

ตารางที่ 92 ตารางแสดงกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ และจำนวนพี่น้องพ่อแม่เดียวกัน

เพศ	จำนวนพี่น้องพ่อแม่เดียวกัน																		รวม	
	1		2		3		4		5		6		7		8		9			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
ชาย	26	3.8	84	12.4	59	8.7	22	3.2	3	0.4	3	0.4	1	0.1	0	0.0	1	0.1	199	29.3
หญิง	74	10.9	190	28.0	126	18.6	67	9.9	13	1.9	7	1.0	1	0.1	0	0.0	2	0.3	480	70.7
รวม	100	14.7	274	40.4	185	27.2	89	13.1	16	2.4	10	1.5	2	0.3	0	0.0	3	0.4	679	100

ตารางที่ 93 ตารางแสดงกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ และลำดับการเกิด

เพศ	ลำดับการเกิด																		รวม	
	1		2		3		4		5		6		7		8		9			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
ชาย	100	14.7	66	9.7	23	3.4	5	0.7	1	0.1	3	0.4	0	0.0	0	0.0	1	0.1	199	29.3
หญิง	237	34.9	147	21.6	57	8.4	30	4.4	4	0.6	2	0.3	1	0.1	2	0.3	0	0.0	480	70.7
รวม	337	49.6	213	31.4	80	11.8	35	5.2	5	0.7	5	0.7	1	0.1	2	0.3	1	0.1	679	100





ภาคผนวก ช.

ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่ศึกษาวิจัย

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 94 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรตามโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Correlation Coefficient) (N = 679)

	AS	AT	COP1	COP2	COP3	SO1	SO2	SO3	SO4	TOSO
AS	1	.646**	-.207**	.012	.430**	-.106**	-.077**	-.107**	-.069*	-.097*
AT		1	-.289**	-.011	.562**	-.172**	-.110**	-.130**	-.080*	-.135**
COP1			1	.226**	-.172**	.212**	.215**	.206**	.083*	.199**
COP2				1	-.019	.247**	.240**	.205**	.173**	.234**
COP3					1	-.070	-.018	-.018	-.005	-.033
SO1						1	.864**	.880**	.783**	.949**
SO2							1	.899**	.782**	.950**
SO3								1	.820**	.961**
SO4									1	.886**
TOSO										1

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

ตารางที่ 95 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรตามของนิสิตนักศึกษาชายโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Correlation Coefficient) (N = 199)

	AS	AT	COP1	COP2	COP3	SO1	SO2	SO3	SO4	TOSO
AS	1	.705**	-.204**	.022	.525**	-.026	-.033	-.070	-.024	-.041
AT		1	-.390**	.004	.566**	-.182**	-.132	-.185**	-.063	-.158*
COP1			1	.239**	-.168*	.285**	.286**	.279**	.088	.264**
COP2				1	.042	.371**	.353**	.345**	.283**	.365**
COP3					1	.025	.109	.076	.058	.070
SO1						1	.863**	.894**	.783**	.954**
SO2							1	.903**	.780**	.950**
SO3								1	.802**	.963**
SO4									1	.877**
TOSO										1

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

ตารางที่ 96 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรตามของนิสิตนักศึกษาหญิง โดยใช้สูตร  
สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Correlation Coefficient) (N = 480)

	AS	AT	COP1	COP2	COP3	SO1	SO2	SO3	SO4	TOSO
AS	1	.620**	-.208**	.022	.392**	-.151**	-.101*	-.128**	-.091*	-.128**
AT		1	-.245**	-.017	.566**	-.168**	-.099*	-.102*	-.087	-.125**
COP1			1	.245**	-.181**	.187**	.189**	.179**	.085	.176**
COP2				1	.000	.140**	.160**	.102*	.092*	.135**
COP3					1	-.099*	-.069	-.051	-.018	-.067
SO1						1	.864**	.871**	.781**	.946**
SO2							1	.896**	.780**	.949**
SO3								1	.827**	.960**
SO4									1	.890**
TOSO										1

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

ตารางที่ 97 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรตามของนิสิตนักศึกษาศาขาวิชาวิทยาศาสตร์  
กายภาพ (N = 171) และวิทยาศาสตร์ชีวภาพ (N = 169) โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Correlation Coefficient)

		นิสิตนักศึกษาศาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ									
		AS	AT	COP1	COP2	COP3	SO1	SO2	SO3	SO4	TOSO
นิสิต นัก ศึกษา สาขา วิชา วิทยาศาสตร์ ชีวภาพ	AS	1	.616**	-.299**	.035	.489**	-.129	-.078	-.130	-.059	-.112
	AT	.706**	1	-.518**	.013	.540**	-.131	-.107	-.116	.016	-.103
	COP1	-.160*	-.028	1	.148	-.261**	.328**	.329**	.336**	.122	.318**
	COP2	.082	.113	.229**	1	-.039	.276**	.216**	.214**	.150	.240**
	COP3	.421**	.444**	-.076	.040	1	-.076	.010	.032	.096	.004
	SO1	-.137	-.098	.195*	.316**	-.024	1	.830**	.855**	.739**	.941**
	SO2	-.120	-.018	.216**	.367**	-.024	.853**	1	.883**	.719**	.936**
	SO3	-.152*	-.045	.204**	.300**	-.039	.884**	.906**	1	.796**	.958**
	SO4	-.126	-.037	.079	.302**	-.067	.769**	.797**	.820**	1	.853**
	TOSO	-.143	-.054	.191*	.344**	-.039	.941**	.952**	.964**	.890**	1

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

ตารางที่ 98 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรตามของนิสิตนักศึกษาศาขวิชาสังคมศาสตร์  
(N = 202) และนิสิตนักศึกษาศาขวิชามนุษยศาสตร์ (N = 137) โดยใช้สูตร  
สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Correlation Coefficient)

		นิสิตนักศึกษาศาขวิชาสังคมศาสตร์									
		AS	AT	COP1	COP2	COP3	SO1	SO2	SO3	SO4	TOSO
นิสิต นักศึกษ สาข วิชามนุษย- ศาสตร์	AS	1	.683**	-.267**	-.090	.441**	-.138*	-.068	-.118	-.035	-.101
	AT	.706**	1	-.395**	-.143*	.658**	-.204**	-.113	-.116*	.069	-.154*
	COP1	-.207*	-.287**	1	.263**	-.278**	.129	.100	.109	-.004	.097
	COP2	.022	.083	.257**	1	-.110	.128	.094	.081	.047	.098
	COP3	.467**	.609**	-.036	.158	1	-.027	.030	.013	.030	.010
	SO1	-.101	-.234**	.181*	.150	-.117	1	.867**	.876**	.771**	.951**
	SO2	-.113	-.194**	.219*	.229**	-.065	.904**	1	.887**	.753**	.946**
	SO3	-.091	-.171*	.170*	.144	-.064	.902**	.914**	1	.796**	.956**
	SO4	-.121	-.227**	.142	.125	-.050	.875**	.841**	.865**	1	.873**
	TOSO	-.110	-.216*	.188*	.171*	-.080	.965**	.961**	.965**	.925**	1

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

ตารางที่ 99 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรตามของนิสิตนักศึกษาศาขวิชาวิทยาศาสตร์  
กายภาพทั้งชาย และหญิง โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson  
Correlation Coefficient)

		นิสิตนักศึกษายชาย									
		AS	AT	COP1	COP2	COP3	SO1	SO2	SO3	SO4	TOSO
นิสิต นักศึกษ หญิง	AS	1	.705**	-.351**	-.047	.652**	-.017	.003	-.050	.067	-.007
	AT	.524**	1	-.494**	.029	.636**	-.138	-.098	-.141	.008	-.111
	COP1	-.248*	-.551**	1	.190	-.345**	.319**	.300**	.328**	.064	.291**
	COP2	.176	-.063	.144	1	-.007	.354**	.241*	.281**	.246*	.305**
	COP3	.308**	.434**	-.172	-.047	1	-.021	.105	.090	.116	.067
	SO1	-.259*	-.149	.362**	.111	-.133	1	.869**	.881**	.806**	.957**
	SO2	-.171	-.128	.368**	.229**	.186	-.099	1	.909**	.769**	.950**
	SO3	-.232*	-.087	.360**	.104	-.038	.820**	.850**	1	.803**	.961**
	SO4	-.209	.026	.196	.035	.075	.658**	.654**	.792**	1	.878**
	TOSO	-.241*	-.107	.367**	.128	-.070	.920**	.918**	.953**	.823**	1

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

ตารางที่ 100 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรตามของนิสิตนักศึกษาสาขาวิชา  
วิทยาศาสตร์ชีวภาพทั้งชาย และหญิง โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์  
แบบเพียร์สัน (Pearson Correlation Coefficient)

		นิสิตนักศึกษาชาย									
		AS	AT	COP1	COP2	COP3	SO1	SO2	SO3	SO4	TOSO
นิสิต นักศึกษา หญิง	AS	1	.744**	-.173	.190	.433**	-.157	-.178	-.112	-.157	-.165
	AT	.694**	1	-.463**	.144	.431**	-.276	-.163	-.188	-.069	-.198
	COP1	-.161	.068	1	.269	.058	.303*	.362*	.350*	.074	.310*
	COP2	.029	.097	.240**	1	.159	.408**	.461*	.503**	.318*	.465**
	COP3	.461**	.520**	-.165	.018	1	.090	.105	.088	.039	.091
	SO1	-.127	-.034	.171	.300**	-.121	1	.792**	.894**	.680**	.926**
	SO2	-.094	.034	.185*	.345**	-.127	-.127	1	.892**	.735**	.973**
	SO3	-.167	.006	.172	.242**	-.143	.881**	.912**	1	.733**	.964**
	SO4	-.117	-.029	.084	.294**	-.132	.806**	.823**	.855**	1	.837**
	TOSO	-.133	-.005	.166	.313**	-.138	.947**	.958**	.965**	.911**	1

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

ตารางที่ 101 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรตามทั้งหมดของนิสิตนักศึกษาสาขาวิชา  
สังคมศาสตร์ทั้งชาย และหญิง โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน  
(Pearson Correlation Coefficient)

		นิสิตนักศึกษาชาย									
		AS	AT	COP1	COP2	COP3	SO1	SO2	SO3	SO4	TOSO
นิสิต นักศึกษา หญิง	AS	1	.746**	-.142	-.026	.468**	.023	.042	-.088	-.022	-.010
	AT	.667**	1	-.212	-.078	.620**	-.167	-.130	-.236	-.132	-.178
	COP1	-.339**	-.530**	1	.238	-.141	.179	.196	.160	.079	.169
	COP2	-.131	-.148	.328**	1	.029	.315*	.416**	.309*	.319*	.360**
	COP3	.449**	.670**	-.397**	-.120	1	.062	.149	.064	.024	.083
	SO1	-.215**	-.209**	.118	.011	-.040	1	.893**	.898**	.819**	.963**
	SO2	-.124	-.093	.054	-.091	.001	.851**	1	.887**	.797**	.953**
	SO3	-.141	-.118	.095	-.070	.021	.863**	.885**	1	.826**	.959**
	SO4	-.047	-.026	-.041	-.110	.061	.743**	.727**	.777**	1	.897**
	TOSO	-.151	-.130	.069	-.064	.006	.944**	.941**	.954**	.859**	1

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

ตารางที่ 102 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรตามของนิสิตนักศึกษาสาขาวิชา  
 มนุษยศาสตร์ทั้งชาย และหญิง โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน  
 (Pearson Correlation Coefficient)

		นิสิตนักศึกษาชาย									
		AS	AT	COP1	COP2	COP3	SO1	SO2	SO3	SO4	TOSO
นิสิต นักศึกษา หญิง	AS	1	.518	-.269	-.135	.517	-.235	-.376	-.234	-.286	-.279
	AT	.714**	1	-.823*	-.583	.723	-.309	-.297	-.277	-.278	-.293
	COP1	-.212*	-.270**	1	.350	-.771	.117	.051	.064	.138	.094
	COP2	.018	.100	.244**	1	-.671	.261	.129	.222	.149	.199
	COP3	.469**	.608**	-.019	.175*	1	-.195	-.117	-.135	-.196	-.164
	SO1	-.109	-.234**	.168	.123	-.112	1	.972**	.998**	.988**	.996**
	SO2	-.113	-.190*	.214*	.216*	-.061	.899**	1	.982**	.977**	.988**
	SO3	-.094	-.166	.163	.125	-.058	.893**	.907**	1	.985**	.998**
	SO4	-.122	-.227*	.131	.110	-.042	.842**	.828**	.852**	1	.993**
	TOSO	-.114	-.214*	.180*	.153	-.075	.961**	.959**	.962**	.917**	1

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

#### หมายเหตุ

AS	หมายถึง	ความวิตกกังวลต่อสถานการณ์
AT	หมายถึง	ความวิตกกังวลประจำตัว
COP1	หมายถึง	กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา
COP2	หมายถึง	กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุน ทางสังคม
COP3	หมายถึง	กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง
SO1	หมายถึง	การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์
SO2	หมายถึง	การสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน
SO3	หมายถึง	การสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสาร
SO4	หมายถึง	การสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของ แรงงาน และการเงิน
TOSO	หมายถึง	การสนับสนุนทางสังคมโดยรวม



## ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นางสาว นันทินี ศุภมงคล เกิดเมื่อวันที่ 29 สิงหาคม พ.ศ. 2522 ที่กรุงเทพมหานคร สำเร็จการศึกษาปริญญาตรีวิทยาศาสตร์บัณฑิต เอกจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ในปีการศึกษา 2543 เข้าศึกษาต่อในหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อปีการศึกษา 2544

### 1. ประสบการณ์ในการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

สมาชิกกลุ่มจิตสัมพันธ์ (Encounter Group) 2 ครั้ง

สมาชิกกลุ่มพัฒนาตน (Personal Growth Group) 1 ครั้ง

### 2. ประสบการณ์ในการเป็นผู้นำกลุ่ม

ผู้นำกลุ่มจิตสัมพันธ์ (Encounter Group) 2 ครั้ง

ผู้นำกลุ่มพัฒนาตน (Personal Growth Group) 5 ครั้ง

### 3. ประสบการณ์ในการปรึกษาเชิงจิตวิทยารายบุคคลจำนวน 4 ครั้ง

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย