

การศึกษาพฤติกรรมการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่งใน
กรุงเทพมหานคร (ระยะที่1: งานวิจัยเชิงปริมาณ)

A STUDY OF ADAPTIVE BEHAVIOR AMONG THE FIRST YEAR
UNDERGRADUATE STUDENTS AT ONE OF THE PRIVATE UNIVERSITY IN
BANKKOK METROPOLITAN (FRIST PHASE IN QUANTITATIVE RESEARCH)

อาจารย์ ดร. ชุติวรรณ ภัทรานุรักษ์กุล¹, รองศาสตราจารย์.ดร.รุ่งโรจน์ พุ่มรีวั¹,
อาจารย์ ชีราวุธ ปุณณวิธ¹

บทคัดย่อ

การปรับตัวเป็นกิจกรรมสำคัญอย่างหนึ่งของชีวิต เนื่องจากในการดำเนินชีวิตประจำวันของบุคคลย่อมมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมรอบตัวที่เปลี่ยนแปลงตลอดเวลา ซึ่งเป็นสิ่งที่มีผลที่ทำให้สภาพความสมดุลของชีวิตที่เคยเป็นอยู่เสียไป เป็นอุปสรรคขัดขวางในการดำเนินชีวิต เป็นสาเหตุที่ก่อให้เกิดความเครียดขึ้น ดังนั้นบุคคลจึงต้องพยายามที่จะขจัดความเครียดต่างๆที่มากกระทบเพื่อรักษาสมดุลของชีวิตไว้ทำให้มีการปรับตัวเกิดขึ้น ดังเช่นนักศึกษาที่กำลังศึกษาในระดับปริญญาตรีจำเป็นต้องศึกษาและเข้าใจสภาพของนักศึกษาเพื่อให้ลดความกังวลและความเครียดลงโดยเฉพาะนักศึกษาปริญญาตรีชั้นปีที่1 ซึ่งใหม่ต่อการเรียนในระดับมหาวิทยาลัยและสิ่งแวดล้อม มักทำให้นักศึกษาเกิดความเครียดมากและประสบปัญหาด้านการเรียนหรือการปรับตัว

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร (ระยะที่1: งานวิจัยเชิงปริมาณ) เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสัมภาษณ์พฤติกรรมการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ทั้งหมด 15 คณะ จำนวน 450 คนซึ่งสุ่มโดยวิธีการสุ่มแบบอย่างง่าย วิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์โดยใช้สถิติ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสูงสุด ค่าต่ำสุด สถิติทดสอบ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation) ค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยพหุคูณ

ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม การเผชิญปัญหา และพฤติกรรมการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 โดยรวมอยู่ในระดับสูง ($\bar{x} = 96.2821$, S.D. = 9.798, $\bar{x} = 112.06$, S.D. = 9.97, $\bar{x} = 74.68$, S.D. = 7.644, $\bar{x} = 122.02$, S.D. = 12.20 ตามลำดับ) ($r = .130$ และ $.119$, p-value < 0.05) ความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับแรงสนับสนุนทางสังคม ($r = 0.396$, p-value = 0.01) ความฉลาด

¹คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี

ทางอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับการเผชิญปัญหา ($r = 0.516$, $p\text{-value} = 0.01$) ความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับพฤติกรรมกรรมการปรับตัว ($r = 0.594$, $p\text{-value} = 0.01$) แรงสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับการเผชิญปัญหา ($r = 0.428$, $p\text{-value} = 0.01$) แรงสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับพฤติกรรมกรรมการปรับตัว ($r = 0.467$, $p\text{-value} = 0.01$)

พฤติกรรมกรรมการปรับตัวมีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับรายได้ของนักศึกษาที่ได้รับจากครอบครัว ($r = 0.107$, $p\text{-value} = 0.05$) พฤติกรรมการปรับตัวมีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญกับการเผชิญปัญหา ($r = 0.591$, $p\text{-value} = 0.01$) และจากการวิเคราะห์ถดถอยแบบพหุแบบขั้นตอนพบว่าความฉลาดทางอารมณ์, การเผชิญปัญหา และ แรงสนับสนุนทางสังคม สามารถร่วมกันทำนายความของพฤติกรรมกรรมการปรับตัวของกลุ่มตัวอย่างได้ร้อยละ 49 ($F = 142.99$, $p\text{-value} < 0.01$)

คำสำคัญ: ความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม การเผชิญปัญหา พฤติกรรมการปรับตัว

ABSTRACT

Adaptive behavior was the important activity of life due to Human being's active daily life interacted with environment that was changing every time. According to the predictive factors affected to maintaining subsistence if stressors confront with human's life that made them to increasing stress and releasing tension in order to keep balancing life. However, undergraduate students developed bachelor degree that needed to prepare themselves of appropriate adaptive behavior such as how to learning in lecture class, how to self-study, how to submit take home examination that affected to adaptive behavior of undergraduate students especially, first years undergraduate students in university. Most fleshy undergraduate students had stress from learning in the new filed and new environment in university. The purpose of this research was to examine the relationship between emotional quotient, social support, coping process, and adaptive behavior among undergraduate students, Bangkokthonburi University. A set of questionnaire was used as a tool for data collection. The samples were four hundred fifty patients drawn from simple random sampling in undergraduate students from fifteen faculties in Bangkokthonburi university. The research analyzed by descriptive statistics such as percentage, mean, standard deviation, maximum, minimum, and Pearson's Product Moment correlation Coefficient, and Multiple Regression were used for data analysis of inferential statistics.

The finding in this research showed that had high level of emotional quotient, social support, and stress coping and adaptive behavior. The mean scores of emotional quotient, social support, coping process and adaptive behavior were 96.282, 112.06, 74.68 and 122.02

respectively. Emotional quotient as one cycle from collection data date had a significantly positive relationship with the social support ($r = .396$, $p\text{-value} < .05$). Emotional quotient as one cycle from collection data date had a significantly positive relationship with coping process ($r = .516$, $p\text{-value} < .05$). Emotional quotient as one cycle from collection data date had a significantly positive relationship with the adaptive behavior ($r = .594$, $p\text{-value} < .05$). Social support had a significantly positive relationship with coping process ($r = .428$, $p\text{-value} = 0.01$). Social support had a significantly positive relationship with the adaptive behavior ($r = .467$, $p\text{-value} = 0.01$). Adaptive behavior had a significantly positive relationship with income ($r = .107$, $p\text{-value} = 0.05$). Adaptive behavior had a significantly positive relationship with coping process ($r = .591$, $p\text{-value} = 0.01$). Emotional quotient, social support as one cycle from data collection date and coping process accounted 49.0% of variance in predicting adaptive behavior. ($F = 142.99$, $p\text{-value} < 0.01$)

KEY WORDS: EMOTIONAL QUOTIENT, SOCIAL SUPPORT, COPING PROCESS, ADAPTIVE BEHAVIOR

1. ความสำคัญและที่มาของปัญหาการวิจัย

ปัจจุบันประเทศไทยมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว อาทิเช่น ด้านสังคม เศรษฐกิจ การเมือง วัฒนธรรม การพัฒนาอย่างก้าวกระโดดของยุคเทคโนโลยีสารสนเทศหรือภาวะโลกาภิวัตน์ การเปลี่ยนแปลงของสังคมอย่างรวดเร็วนี้ส่งผลต่อวิถีชีวิตของคนในสังคมหลายด้าน ถ้าบุคคลไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงที่รวดเร็วได้อาจจะส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตของบุคคลนั้นเกิดความคับข้องใจ วิตกกังวลหากปล่อยไว้เป็นเวลานานจะทำให้เกิดปัญหาที่รุนแรงได้ เช่น ปัญหาความเครียด ปัญหาอาชญากรรม เป็นต้น ซึ่งจะส่งผลให้ดำรงชีวิตเต็มไปด้วยความทุกข์และทรมาน อีกทั้งอาจก่อให้เกิดความเดือดร้อนกับคนในสังคม จนกลายเป็นปัญหาสังคมตามมาได้

การปรับตัว (Adaptation) (กันต์กนิษฐ เกษมพงษ์ทองดี, 2553: 28, ธาราวดี อธิมาทรานนท์, 2548:20; อ้างอิง Roy, 1991) เป็นกิจกรรมสำคัญอย่างหนึ่งของชีวิต เนื่องจากในการดำเนินชีวิตประจำวันของบุคคลย่อมมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมรอบตัวที่เปลี่ยนแปลงตลอดเวลา ซึ่งเป็นสิ่งที่มีผลที่ทำให้สภาพความสมดุลของชีวิตที่เคยเป็นอยู่เสียไป เป็นอุปสรรคขัดขวางในการดำเนินชีวิต เป็นสาเหตุที่ก่อให้เกิดความเครียดขึ้น ดังนั้นบุคคลจึงต้องพยายามที่จะขจัดความเครียดเหล่านั้น เพื่อรักษาสมดุลของชีวิตไว้ ทำให้มีการปรับตัวเกิดขึ้น ถ้าสามารถปรับตัวเป็นผลสำเร็จก็อยู่รอด ความกระทบกระเทือนต่อชีวิตก็จะหมดไป ถ้าปรับตัวไม่เป็นผลสำเร็จ การเจ็บป่วยก็จะเกิดขึ้น ทั้งนี้การปรับตัวจะเป็นไปด้วยดีหรือล้มเหลวขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายอย่าง เช่น สิ่งรบกวนหรือสิ่งเร้า และศักยภาพที่บุคคลมีอยู่ ในสภาวะปกติบุคคลก็จะมีปรับตัวต่อสิ่งเร้าซึ่งเป็นสิ่งกระตุ้นที่เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลาเพื่อคงความสมดุลของร่างกายไว้ แต่

เมื่อความเจ็บป่วยเกิดขึ้น จะทำให้บุคคลต้องเผชิญกับสิ่งเร้าเพิ่มมากขึ้น ต้องใช้พลังงานที่มีอยู่ปรับตัวต่อสิ่งเร้า รวมทั้งใช้พลังงานในการปรับตัวต่อกระบวนการหายใจของโรค ทำให้บุคคลเหลือพลังงานที่ใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันลดน้อยลง ทำให้เกิดไม่มีความสุขในร่างกายขึ้นได้ โดยเฉพาะถ้าโรคนั้นมีความรุนแรงมากยิ่งขึ้นจะทำให้เกิดความไม่สมดุลของร่างกายมากขึ้นด้วย ส่วนศักยภาพที่บุคคลมีอยู่เปรียบเสมือนกลไกภายในตัวบุคคลที่จะนำไปสู่การปรับตัว ซึ่งมีทั้งกลไกการรู้และกลไกการควบคุม เพื่อให้เกิดการปรับตัวที่ดีขึ้น นอกจากนี้ยังมีปัจจัยอื่นที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัว เช่น สัมพันธภาพในครอบครัวที่จะส่งผลให้บุคคลมีการปรับตัวที่ดี ดังจะเห็นได้จากปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นบ่อยๆจากผู้ป่วยที่ได้รับการช่วยเหลือจากครอบครัวด้วยความรัก ความเข้าใจ จะทำให้ผู้ป่วยมีขวัญและกำลังใจดี มีพลังที่จะเผชิญกับการเจ็บป่วย ทำให้สามารถปรับตัวได้ดีมากขึ้น (กฤตินี ทรงสิทธิ์รักษ์, 2554; 12) นอกจากนี้ สุภาพร นนธิ (2549 :18) กล่าวว่า นิสิตนักศึกษาจำเป็นจะต้องศึกษาและเข้าใจสภาพของนักศึกษาเพื่อให้ลดความกังวลและความเครียดลง โดยเฉพาะนิสิต ชั้นปริญญาตรีชั้นปีที่1 ซึ่งใหม่ต่อสถาบันและสิ่งแวดล้อม วิธีการศึกษา เพื่อนและอาจารย์ นิสิตนักศึกษาจะประสบความสำเร็จว่าเหว่ สับสน และความเครียดมากเนื่องจากจดคำบรรยายไม่เป็น ไม่รู้จักวิธีการค้นคว้าหาความรู้ในสถานการณ์การศึกษาใหม่ที่แตกต่างจากสภาพมัธยมศึกษาชั้นนั้นมีผลทำให้นิสิตนักศึกษาเกิดความคับข้องใจ ประจวบกับความไม่เคยชินกับระบบอาจารย์ที่ปรึกษาดีพอ ไม่สามารถจะยึดใครเป็นที่พึ่งเมื่อประสบปัญหาด้านการเรียนหรือการปรับตัว ดังนั้นนักศึกษาที่เข้ามาศึกษาจึงเป็นนิสิตที่มาจากทุกภูมิภาคซึ่งมีความแตกต่างกัน การที่นิสิตได้เข้ามาใช้ชีวิตในรั้วมหาวิทยาลัย นักศึกษาจะต้องพบวิธีการเรียนการสอนที่ต่างจากเดิม สภาพแวดล้อม หลักสูตรการเรียนการสอน อาจารย์ผู้สอน การเข้าร่วมกิจกรรม รวมไปถึงการอยู่ร่วมกับสังคมกลุ่มเพื่อนในมหาวิทยาลัย นักศึกษาจะต้องรู้จักแบ่งเวลาและรับผิดชอบตนเอง ซึ่งนักศึกษาบางคนต้องพบกับปัญหาเข้าเรียนไม่ทัน เวลาเข้ากับเพื่อนไม่ได้ นอกจากนี้นักศึกษาจะต้องทำกิจกรรมของมหาวิทยาลัย ต้องปฏิบัติตามกฎระเบียบของทางมหาวิทยาลัยเพื่อให้นักศึกษาเป็นบุคคลที่มีความรู้ความสามารถ มีความรับผิดชอบ และเป็นกำลังในการพัฒนาประเทศชาติต่อไป นั่นคือเมื่อเข้ามาศึกษาในระดับอุดมศึกษาต้องมีการปรับตัวในทุกๆ ด้านเพื่อให้ประสบความสำเร็จ ซึ่งจากการสัมภาษณ์นักศึกษาเกี่ยวกับการปรับตัวด้านต่างๆ พบว่านักศึกษามีปัญหาในด้านต่างๆ เช่น ทั้งด้านการเรียน ด้านสังคม ด้านอารมณ์แต่ละบุคคล และด้านการเข้าร่วมกิจกรรมของมหาวิทยาลัย จากสถิติของมหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี พบว่านักศึกษาระดับปริญญาตรีที่ปัจจุบันกำลังศึกษาอยู่ชั้นปีที่ 2 ของคณะสาธารณสุขศาสตร์ ในปีการศึกษา 2557 มีจำนวนลดลงประมาณ 80 คน จากที่เคยศึกษาชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2556 และยังพบอีกว่าผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ในภาคเรียนที่ 1 มักอยู่เกณฑ์ต่ำ นั่นก็เป็นผลมาจากการที่นักศึกษาไม่สามารถปรับตัวได้ในช่วงแรกของการเข้ามาศึกษาในมหาวิทยาลัย

จากสภาพปัญหาที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมปรับตัวของนักศึกษาดังกล่าว ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาการปรับตัวของนักศึกษาระดับปริญญาตรีปีที่ 1 มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี 4 ด้านตามทฤษฎีการปรับตัวของรอย (ROY, 1999) ได้แก่ พฤติกรรมปรับตัวด้านร่างกาย พฤติกรรมปรับตัวทางด้านอัตมโนทัศน์

พฤติกรรมกรรมการปรับตัวด้านบทบาทและหน้าที่และพฤติกรรมกรรมการปรับตัว ด้านการพึ่งพาระหว่างกัน ซึ่งผล การศึกษาจะเป็นแนวทางในการวางแผน ป้องกัน แก้ไขปัญหาและการให้ความช่วยเหลือนักศึกษาให้มีการ ปรับตัวที่ดี มีสุขภาพ จิตที่ดี ตลอดจนเป็นแนวทางในการจัดการเรียนการสอน และสภาพแวดล้อมของ มหาวิทยาลัยเป็นข้อพิจารณาในการปรับปรุงด้านการจัดการศึกษาให้มีคุณภาพและส่งเสริมสนับสนุนให้ นักศึกษาประสบความสำเร็จในการศึกษาอันจะส่งผลให้นักศึกษาสำเร็จเป็นบัณฑิตที่มีคุณภาพในอนาคต

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม การเผชิญ ปัญหา และพฤติกรรมกรรมการปรับตัวของนักศึกษาปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่งใน กรุงเทพมหานคร

ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

ผลที่ได้จากการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ จะเป็นข้อมูลสำหรับผู้บริหารและคณาจารย์ มหาวิทยาลัย กรุงเทพมหานคร ที่จะใช้เป็นแนวทางในการวางแผน เพื่อป้องกันช่วยเหลือและให้คำแนะนำเกี่ยวกับปัญหา พฤติกรรมกรรมการปรับตัวของนักศึกษาปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ทั้ง 15 คณะ อันจะเป็นพื้นฐานที่จะส่งเสริมให้ นักศึกษาเป็นผู้ที่มีสุขภาพจิตที่ดี สามารถปรับตัวได้เหมาะสมในขณะกำลังศึกษาในระดับอุดมศึกษาเพิ่ม ประสิทธิภาพของผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยครั้งนี้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบผสมผสาน คือ Mixed Method Research as Sequential Transformative Designs (Creswell, J., 2011) ประกอบด้วย 2 ระยะดังต่อไปนี้คือ

ระยะที่ 1 คือ ระยะการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) แบบหาความสัมพันธ์ (Correlation Descriptive Research design)

ระยะที่ 2 คือ ระยะการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research)

การศึกษาระยะที่ 1 นี้เป็นการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง ความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุน ทางสังคม และการเผชิญปัญหา กับพฤติกรรมกรรมการปรับตัวของนักศึกษาปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัย เอกชนแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร โดยศึกษาจากนักศึกษาปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยกรุงเทพ ธนบุรี กรุงเทพมหานคร ตั้งแต่ 1 กันยายน พ.ศ. 2558 ถึง 30 กันยายน พ.ศ. 2559

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ นักศึกษาปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยกรุงเทพมหานครและมีสถิตินักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ทั้ง 15 คณะ มหาวิทยาลัยกรุงเทพมหานครมากเพียงพอที่ผู้วิจัยสามารถเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างได้

กลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษาปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ทั้ง 15 คณะ มหาวิทยาลัยกรุงเทพมหานคร จำนวน 450 คน การคำนวณขนาดตัวอย่าง คือ ใช้หลักการกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่าง ตามสูตรการคำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างของโคเฮน (Cohen, 1988:445) ข้อสรุปจากผลการคำนวณทำให้ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่าง 363 คน แต่จากหลักการทำวิจัยเพื่อให้ได้ความแม่นยำสูงและได้กลุ่มตัวอย่างที่เพียงพอในการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ Pearson Product Moment ทำให้ต้องพิจารณาขนาดกลุ่มตัวอย่างเพิ่มเติมอีก 5-10 เปอร์เซ็นต์ เป็นจำนวน 450 คน โดยกลุ่มตัวอย่าง 450 คน ต้องผ่านการขั้นตอนของการชักตัวอย่างแบบ Simple random sampling

การดำเนินการวิจัย

1. ศึกษาค้นคว้าจากหนังสือ เอกสาร วารสารต่างๆ รายงานการวิจัยที่เกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการปรับตัวของนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ทั้ง 15 คณะ มหาวิทยาลัยกรุงเทพมหานคร รวมทั้งงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
2. กำหนดขอบเขตการสร้างแบบสอบถามให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์และกรอบแนวคิดของการวิจัย
3. สร้างแบบสอบถามให้ครอบคลุมปัญหาการปรับตัวของนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ทั้ง 15 คณะ มหาวิทยาลัยกรุงเทพมหานคร
4. นำแบบสอบถามพฤติกรรมกรรมการปรับตัวของนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ทั้ง 15 คณะ มหาวิทยาลัยกรุงเทพมหานคร เสนอให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน พิจารณาความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) โดยการหาดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence: IOC) ของแต่ละข้อคำถาม
5. ตรวจสอบความถูกต้องเหมาะสม พร้อมทั้งนำข้อเสนอแนะจากผู้เชี่ยวชาญและค่า IOC (Index of Item Objective Congruence: IOC) ตั้งแต่ 0.80 – 1.00 ถือว่าข้อคำถามจะมีความเที่ยงตรง
6. ดำเนินการขอจริยธรรมในมนุษย์จากคณะสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล
7. การทดสอบใช้เครื่องมือ (Try Out) เมื่อให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) ความถูกต้องเหมาะสมและปรับปรุงแก้ไขแล้วนำแบบสอบถามไปใช้กับนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 สาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี สถาบันราชภัฏวไลยอลงกรณ์ จำนวน 30 คน ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จากนั้น นำคะแนนที่ได้มาวิเคราะห์หาความสัมพันธ์รายข้อ (Item total Correlation) โดยคัดเลือกข้อที่มีค่าความสัมพันธ์รายข้อระหว่าง .20-.80

8. หาค่าความเที่ยง (Reliability) ของเครื่องมือ โดยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α -Coefficient) ด้วยวิธีของ ครอนบาค (Cronbach' Alpha Coefficient, 1990)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นแบบสอบถาม แบ่งเป็น 2 ตอน คือ

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไป

ตอนที่ 2 แบบสัมภาษณ์เชิงสำรวจ คือ ความฉลาดทางอารมณ์ นักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัย กรุงเทพมหานคร ตามเครื่องมือมาตรฐานของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุขจำนวน 25 ข้อ และมีความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.847

ตอนที่ 3 แบบสัมภาษณ์เชิงสำรวจ คือ แบบวัดการสนับสนุนทางสังคม นำมาจากแบบสัมภาษณ์ House (1981) และดัดแปลงมาจากเครื่องมืองานวิจัยมาตรฐานของ ชูติวรรณ ภัทรานุรักษ์กุล (2552) ข้อคำถามทั้งหมด 28 ข้อและมีความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.84

ตอนที่ 4 แบบสัมภาษณ์ข้อมูลกลไกการควบคุมตามทฤษฎีรอย คือ การเผชิญปัญหา นำมาจากแบบสัมภาษณ์ Lazarus and Folkman (1984) และดัดแปลงมาจากเครื่องมืองานวิจัยมาตรฐานของชูติวรรณ ภัทรานุรักษ์กุล (2552) ข้อคำถามทั้งหมด 20 ข้อ

ตอนที่ 5 แบบประเมินพฤติกรรมกรรมการปรับตัว แบบประเมินพฤติกรรมกรรมการปรับตัวที่ได้ดัดแปลงโดย ชูติวรรณ ภัทรานุรักษ์กุล (2556) ตามแนวคิดทฤษฎีการปรับตัวของรอย (ROY, 1996) วัดพฤติกรรมกรรมการปรับตัว 4 ด้าน จำนวน 35 ข้อ โดยมีข้อคำถามทางบวกทั้งหมด 35 ข้อ และมีความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.917

การวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อมูลเชิงพรรณนา

1. วิเคราะห์ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม การเผชิญความเครียด และแบบประเมินพฤติกรรมกรรมการปรับตัว ด้วยจำนวน ร้อยละ และจัดกลุ่มตามเกณฑ์การแปรผล และวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานโดยรวมและรายด้าน

สถิติวิเคราะห์ (Analytical Statistic)

1. คำนวณค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม การเผชิญความเครียด และพฤติกรรมกรรมการปรับตัว โดยใช้สูตรสหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient)

2. ใช้วิธีการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression) เพื่ออธิบายความผันแปรระหว่างความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม การเผชิญความเครียด และนำมาวิเคราะห์ว่าปัจจัยตัวใดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมกรรมการปรับตัวตลอดจนสามารถอธิบายได้มากน้อยเพียงใด

ผลการวิจัย

1. นักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่1 ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 56.2 มีอายุส่วนใหญ่เป็นอายุ 19 ปี คิดเป็นร้อยละ 53.8 ส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ คิดเป็นร้อยละ 22.7 รองลงมาคือ นับถือศาสนาอิสลาม คิดเป็นร้อยละ 18.0 และส่วนมากอาศัยอยู่หอพักฟรีที่ทางมหาวิทยาลัยจัดให้ คิดเป็นร้อยละ 41.3 รายได้ต่อเดือนจากผู้ปกครองส่วนใหญ่อยู่ระหว่าง 10,001-15,001 คิดเป็นร้อยละ 27.8 รองลงมาคือ 5,001-10,000 คิดเป็นร้อยละ 16.7

2. นักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่1 มีระดับคะแนนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมอยู่ในระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 100.0 มีค่าเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์โดยรวม 96.282 ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 9.798

3. นักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่1 มีระดับคะแนนแรงสนับสนุนทางสังคมโดยรวมอยู่ในระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 100.0 มีค่าเฉลี่ยคะแนนแรงสนับสนุนทางสังคมโดยรวม 112.06 ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 9.97

4. นักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่1 มีระดับคะแนนการเผชิญปัญหาโดยรวมอยู่ในระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 99.3 มีค่าเฉลี่ยคะแนนการเผชิญปัญหาโดยรวม 74.68 ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 7.644

5. นักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่1 มีระดับคะแนนพฤติกรรมการปรับตัวโดยรวมอยู่ในระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 100 มีค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมการปรับตัวโดยรวม 122.02

6. การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต่างๆที่นำมาศึกษานั้น จากการใช้วิธีการทดสอบสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) (ตารางที่ 1) พบดังนี้ คือ

6.1 ความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเผชิญปัญหา พบว่ามีค่า Sig. (2-tailed) เท่ากับ 0.01 หรือ อย่างมีนัยสำคัญ 0.01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) เท่ากับ 0.516

6.2 ความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการปรับตัว พบว่ามีค่า Sig. (2-tailed) เท่ากับ 0.01 หรือ อย่างมีนัยสำคัญ 0.01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) เท่ากับ 0.594

6.3 แรงสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการปรับตัว พบว่ามีค่า Sig. (2-tailed) เท่ากับ 0.01 หรือ อย่างมีนัยสำคัญ 0.01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) เท่ากับ 0.467

6.4 พฤติกรรมการปรับตัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเผชิญปัญหา พบว่ามีค่า Sig. (2-tailed) เท่ากับ 0.01 หรือ อย่างมีนัยสำคัญ 0.01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) เท่ากับ 0.591

ตารางที่ 1 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่ศึกษา ในรูปของเมตริกซ์สัมพันธ์ (Correlation matrix)

ตัวแปรที่ศึกษา	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1.เพศ	1.0000										
2.อายุ	-0.123**	1.0000									
3.ศาสนา	0.022	-0.040	1.0000								
4.รายได้นักศึกษา ต่อเดือน	-0.059	-0.148**	-0.179**	1.0000							
5.รายได้ครอบครัว	-0.128**	-0.046	-0.174**	0.303**	1.0000						
6.สถานที่อยู่	0.035	-0.133**	0.035	0.021	-0.053	1.0000					
7.สถานภาพ ครอบครัว	0.033	0.075	-0.185**	-0.020	-0.048	-0.014	1.0000				
8. ความฉลาด ทางอารมณ์	0.057	0.027	-0.028	0.027	-0.006	-0.015	-0.024	1.0000			
9.แรงสนับสนุน ทางสังคม	0.132**	-0.062	-0.108*	0.088	0.082	-0.042	-0.086	-0.396**	1.0000		
10.การเผชิญปัญหา	-0.142**	0.010	-0.100*	0.052	0.087	-0.043	-0.062	0.516**	0.428**	1.0000	
11.พฤติกรรม การปรับตัว	-0.024	0.064	0.064	-0.123**	0.107*	0.057	0.014	-0.070	0.594**	0.467**	1.000

*มีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

**มีนัยสำคัญที่ระดับ 0.01

7. ผลการวิเคราะห์ สัมประสิทธิ์ถดถอยของตัวแปรอิสระที่ศึกษาในการอธิบายความแปรปรวนของ พฤติกรรมการปรับตัวของนักศึกษาในระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 (ตารางที่ 2) พบดังนี้ คือ

ตารางที่ 2 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ (R) ระหว่าง คือ ความฉลาดทางอารมณ์, การเผชิญปัญหา และ แรงสนับสนุนทางสังคมของกลุ่มตัวอย่าง ในการพยากรณ์พฤติกรรมการปรับตัวของกลุ่มตัวอย่าง ที่ได้จากการคัดเลือก ตัวแปรด้วยวิธีแบบขั้นตอนเดียว (Enter Method)

Model	R Square	Unstandardize		Standardize	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
ความฉลาดทางอารมณ์		0.532	0.062	0.350	8.625	0.034
การเผชิญปัญหา		0.645	0.080	0.330	8.026	0.022
แรงสนับสนุนทางสังคม		0.217	0.045	0.187	4.864	0.028
(Constant) = 11.409	0.490		F = 142.99		1.888	0.000

จากตารางที่ 2 แสดงให้เห็นว่าความฉลาดทางอารมณ์, การเผชิญปัญหา และ แรงสนับสนุนทางสังคม สามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของพฤติกรรมการปรับตัวของกลุ่มตัวอย่าง ได้ 49.0 % โดยพบว่า ตัวแปรที่มีอำนาจร่วมกันในการพยากรณ์พฤติกรรมการปรับตัวได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติมี 3 ตัว คือ ความฉลาดทางอารมณ์, การเผชิญปัญหา และ แรงสนับสนุนทางสังคม โดยสามารถสร้างสมการ ทำนายพฤติกรรมการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ได้ดังนี้

สมการในรูปคะแนนดิบ

$$\hat{y} \text{ (พฤติกรรมกรรมการปรับตัว)} = 11.409 + 0.532X_{\text{(ความฉลาดทางด้านอารมณ์)}} + 0.645 X_{\text{(การเผชิญปัญหา)}} \\ + 0.217 X_{\text{(แรงสนับสนุนทางสังคม)}}$$

และสมการถดถอยพหุคูณที่ดีที่สุด ในรูปคะแนนมาตรฐานคือ

$$Z^{\wedge} \text{ (Sum_AB)} = 0.645 Z_{\text{(การเผชิญปัญหา)}} + 0.532Z_{\text{(ความฉลาดทางด้านอารมณ์)}} \\ + 0.217Z_{\text{(แรงสนับสนุนทางสังคม)}}$$

แสดงว่า การเผชิญปัญหา (Sum COP) มีความสำคัญเป็นอันดับแรกในการพยากรณ์ พฤติกรรมการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 รองลงมาคือ ความฉลาดทางด้านอารมณ์ (Sum EMOT) รองลงมาคือ แรงสนับสนุนทางสังคม (Sum SS) ตามลำดับ

การอภิปรายผลการวิจัย

1. พฤติกรรมการปรับตัวของนักศึกษาปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับคะแนนพฤติกรรมกรรมการปรับตัวโดยรวมอยู่ในระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 100 มีค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมกรรมการปรับตัวโดยรวม 122.02 ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 12.20 เมื่อแยก รายด้านของคะแนนพฤติกรรมกรรมการปรับตัวพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีระดับคะแนนพฤติกรรมกรรมการปรับตัวด้าน ร่างกาย,ด้านอัตมโนทัศน์,ด้านการพึ่งพาระหว่างกัน,ด้านบทบาทและหน้าที่ พบว่าอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 89.7 , 86.9 , 84.3,62.0 ตามลำดับ พฤติกรรมการปรับตัวของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี แต่ละบุคคลมีความแตกต่างกันทั้งนี้ขึ้นอยู่กับหลายปัจจัยเนื่องจาก ช่วงอายุระหว่าง 17-19 ปี เป็นช่วงอายุของผู้ที่เริ่มเข้ามาศึกษาในมหาวิทยาลัยเป็นการย้ายจากโรงเรียนมา สู่มหาวิทยาลัยการเปลี่ยนแปลงแบบนี้ก่อให้เกิดความเครียดโดยเฉพาะในปีแรกที่เริ่มเข้ามาศึกษาเพราะ ต้องออกจากบ้านและยังมีวุฒิภาวะที่ไม่สมบูรณ์ ต้องปรับตัวเข้ากับสังคมและการเรียนในหลายๆด้าน หลากหลายวิชา เช่น จากวิธีการเรียนที่มีอาจารย์เป็นผู้รับผิดชอบในการเรียนการสอนมากกว่าตัวนักเรียน เอง มาสู่การที่ต้องรับผิดชอบในการเรียนด้วยตนเองเป็นส่วนใหญ่ ต้องเรียนรู้ในเรื่องการแบ่งเวลา การ วางแผนเลือกอาชีพ การสร้างสัมพันธภาพกับอาจารย์ การคบเพื่อนทั้งเพศเดียวกันและต่างเพศ การฝึกอยู่ กับเพื่อนร่วมห้องที่มีพื้นฐานแตกต่างกัน การเข้าร่วมกิจกรรมในมหาวิทยาลัย บางครั้งจะเกิดความรู้สึก สูญเสีย เหนงาและซีมีเศร้าหรือมีความขัดแย้งในใจเกี่ยวกับมาตรฐานและค่านิยมในมหาวิทยาลัย ซึ่งจาก ความรู้สึกดังกล่าวจะส่งผลกระทบต่อทั้งทางร่างกายและจิตใจเกิดเป็นอุปสรรคที่สำคัญต่อการศึกษ ของตัวนิสิตนักศึกษาเองและล้วนแต่ต้องอาศัยความพยายามในการปรับเพื่อให้สามารถจัดการกับปัญหาที่ เกิดขึ้นได้ถ้า นักศึกษาสามารถประสบความสำเร็จในการปรับตัวก็จะเป็นปัจจัยหนึ่งที่ช่วยสนับสนุนต่อการ พัฒนาตนเองและเป็นการช่วยส่งเสริมความเชื่อมั่นในการเผชิญกับปัญหาในอนาคตถ้าประสบความสำเร็จ ความ ล้มเหลวในการปรับตัวจะทำให้ นักศึกษาเกิดความท้อแท้และอาจเป็นสาเหตุให้เกิดการถดถอยถ้ามีความ สอดคล้องกันระหว่างบุคคลและสิ่งแวดล้อมในมหาวิทยาลัยก็จะทำให้นักศึกษานั้นมีความสุขปรับตัวได้ดีและ

ดูเหมือนว่าประสบความสำเร็จในเป้าหมายส่วนบุคคลและเป้าหมายทางการศึกษา สอดคล้องกับการวิจัยของปวิตา โพธิ์ทองและคณะ (2556) ที่ได้ศึกษาเกี่ยวกับความเครียด การปรับตัวและความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่1 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุพรรณบุรี ผลการวิจัยพบว่า 1) นักศึกษาพยาบาลส่วนใหญ่มีค่าเฉลี่ยของคะแนนความเครียดอยู่ในระดับเครียดสูง คิดเป็นร้อยละ 50.50 รองลงมาคือ ระดับเครียดปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 38.10 และระดับเครียดรุนแรง คิดเป็นร้อยละ 11.40 2) นักศึกษาพยาบาลส่วนใหญ่มีค่าเฉลี่ยของคะแนนการปรับตัวอยู่ในระดับดี คิดเป็นร้อยละ 67.00 รองลงมาคือ ระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 19.60 และระดับดีมาก คิดเป็นร้อยละ 13.40 3) นักศึกษาพยาบาลส่วนใหญ่มีค่าเฉลี่ยของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในระดับปกติ คิดเป็นร้อยละ 53.60 เมื่อพิจารณาความฉลาดทางอารมณ์เป็นรายด้าน ซึ่งประกอบด้วยด้านดี ด้านเก่ง และด้านความสุข พบว่านักศึกษาพยาบาลส่วนใหญ่มีความฉลาดทางอารมณ์ด้านดีอยู่ในระดับสูงกว่าปกติ คิดเป็น ร้อยละ 58.80 ความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่งอยู่ในระดับปกติ คิดเป็นร้อยละ 64.90 และความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุขอยู่ในระดับสูงกว่าปกติ คิดเป็นร้อยละ 52.60 4) ความเครียดมีความสัมพันธ์ทางลบกับความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาพยาบาลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = -.365, p < .01$) ส่วนการปรับตัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความฉลาดทางอารมณ์ ของนักศึกษาพยาบาลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .639, p < .01$) 5) นักศึกษาพยาบาลส่วนใหญ่มีค่าเฉลี่ยของคะแนนการเผชิญปัญหาอยู่ในระดับต่ำ คิดเป็นร้อยละ 78.00 รองลงมาคือ ระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 49.50 และระดับดีมาก คิดเป็นร้อยละ 22.38

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

จากผลการวิจัยที่พบว่านักศึกษาชั้นปีที่1 มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี มีคะแนนพฤติกรรมการปรับตัว อยู่ในระดับค่อนข้างดี ซึ่งเป็นระดับที่ยังควรได้รับการพัฒนาให้ดีขึ้น ดังนั้น หลักสูตรจึงควรมีการจัดการเรียนการสอนและกิจกรรมต่างๆ ที่ส่งเสริมพฤติกรรมการปรับตัวทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านอัตมโนทัศน์ ด้านบทบาทและหน้าที่ ด้านการพึ่งพาระหว่างกัน ดังกล่าวให้ดียิ่งขึ้น

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

จากข้อจำกัดของการศึกษาคั้งนี้พบว่าการศึกษาครั้งนี้ได้มุ่งเน้นในบริบทของนักศึกษาชั้นปีที่1 มหาวิทยาลัยเอกชนในเขตชุมชนเมืองในพื้นที่ปริมณฑล ทำให้ทราบผลการวิจัยที่นำไปสู่องค์ความรู้ใหม่เกี่ยวกับปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่1 ที่ศึกษาในมหาวิทยาลัยในเขตชุมชนเมืองแต่ยังไม่ครอบคลุมในนักศึกษาชั้นปีที่1 ที่ศึกษาในมหาวิทยาลัยในเขตชุมชนชนบทในต่างจังหวัดในเขตภูมิภาคอื่นของประเทศ โดยงานวิจัยครั้งต่อไปควรมีการศึกษาในเขตพื้นที่อื่นให้มากขึ้น และควรนำผลการวิจัยที่ได้ในครั้งนี้ไปต่อยอดโดยการใช่วิธีวิจัยที่สูงขึ้นเช่นการศึกษาเปรียบเทียบ

พฤติกรรมการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่ศึกษาในมหาวิทยาลัยในเขตชุมชนเมืองกับเขตชุมชนชนบท ในต่างจังหวัด (Comparative research study) หรือการศึกษาเชิงกึ่งทดลอง (Quasi experimental design) ในนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่ศึกษาในมหาวิทยาลัยในเขตชุมชนเมืองแต่อยู่คนละชุมชน เพื่อให้ได้องค์ความรู้ใหม่ต่อไป

บรรณานุกรม

ภาษาไทย

กฤตินี ตวงสิทธิ์รักษ์. (2554). การศึกษาปัญหาการปรับตัวของนิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. **ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (การอุดมศึกษา)**. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

กัณฑ์กนิษฐ กษมพงษ์ทองดี. (2553). ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี จังหวัดนนทบุรี. **ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา)**. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ชุติวรรณ ภัทรานุรักษ์กุล. (2552). ความสัมพันธ์ระหว่างการดูแลตนเอง แรงสนับสนุนทางสังคม และคุณภาพชีวิตของผู้ติดเชื้อเอชไอวี/เอดส์ในโครงการยาต้านไวรัสระดับชาติ. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.

ชุติวรรณ ภัทรานุรักษ์กุล. (2556). การพัฒนาโมเดลพฤติกรรมการปรับตัวของผู้ติดเชื้อเอชไอวี/เอดส์ในโครงการยาต้านไวรัสระดับชาติ. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.

ธาราวดี อธิมาตรานนท์. (2548). ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวในการเรียนหลักสูตรพยาบาลศาสตร์ของนักศึกษาพยาบาล คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล. **สารนิพนธ์ สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา**. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร.

สุภาพร นนธิ. (2549). ปัญหาการเรียนของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยวงษ์ชวลิตกุล. **ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (การอุดมศึกษา)**. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ภาษาต่างประเทศ

Creswell, J. W., & Plano Clark, V. L. (2011). Designing and conducting mixed methods research (2nd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications, Inc.

Cohen, J. (1988). Statistical power analysis for the behavioral sciences (2nd ed.). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates; p.455.

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Stress, appraisal, and coping. New York: Springer.

Roy, Sr. C. (1999). The Roy adaptation model: The definitive statement. Norwalk, CT: Appleton & Lange.