

พฤติกรรมการเผชิญปัญหาของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร

Coping Behavior of High School Students in Bangkok

ศิวะ วิชัยดิษฐ์¹ ทิพย์วัลย์ สุรินยา² และ นรุตม์ พรประสิทธิ์²
Siwa Vichaidit, Tippawan Surinya, and Narut Pornprasit

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาระดับคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเอง ความฉลาดทางอารมณ์ ความสัมพันธ์ในครอบครัว กับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร 2) ศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมการเผชิญปัญหาของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ตามปัจจัยส่วนบุคคล 3) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเอง ความฉลาดทางอารมณ์ ความสัมพันธ์ในครอบครัว กับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาคือ นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย จำนวน 267 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถาม สถิติที่ใช้คือค่าสถิติร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่า t-test การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน โดยกำหนดค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 กับ .01 ผลการศึกษาพบว่า 1) การเห็นคุณค่าในตนเอง ความฉลาดทางอารมณ์ ความสัมพันธ์ในครอบครัว กับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย อยู่ในระดับปานกลาง 2) นักเรียนมีปัจจัยส่วนบุคคลที่แตกต่าง ได้แก่ รายได้ที่แตกต่างกัน มีพฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ปัญหาที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($F=3.878, p<.05$) 3) การเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ปัญหา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r=.558, p<.01$) ความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ปัญหา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r=.807, p<.01$) อีกทั้งยังมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ไขที่อารมณ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r=.226, p<.01$) และความสัมพันธ์ในครอบครัวกับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ปัญหา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r=.309, p<.01$)

คำสำคัญ: การเห็นคุณค่าในตนเอง ความฉลาดทางอารมณ์ ความสัมพันธ์ในครอบครัว พฤติกรรม การเผชิญปัญหา นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย

¹นักศึกษาลัทธิสุตรวิยาธรรมหาบัณฑิตสาขาจิตวิทยาชุมชน คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ กรุงเทพฯ
Master's of degree student in Community Psychology, Faculty of Social Sciences, Kasetsart University, Bangkok.

²ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ประจักษ์ภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ กรุงเทพฯ
Assistant Professor, Department of Psychology, Faculty of Social Sciences, Kasetsart University, Bangkok.
Corresponding author email: p.twinkle_bloomish@windowslive.com

ARTICLE HISTORY: Received 2 June 2023, Revised 8 September 2023, Accepted 11 September 2023

Abstract

The objectives of this study are as follows: 1) to study the level score of self-esteem, emotional quotient, family relationship, and coping behavior of the high school students in Bangkok, 2) to compare the coping behavior of high school students by different personal factors, and 3) to study the relationships between self-esteem emotional quotient relationships and coping behavior of the high school students. Questionnaires were collected from 267 high school students. Statistical analysis consisted of percentage, mean, standard deviation, t-test, One Way ANOVA, and Pearson's Product Moment Correlation Coefficient with statistically significant levels at .05 and .01. The results of this study showed that 1) self-esteem, emotional quotient, family relationship and coping behavior of the high school students in Bangkok were at the middle level, 2) high school students with different incomes had different problem-focused coping ($F=3.878, p<.05$), self-esteem was positively related to problem-focused coping ($r=.558, p<.01$), emotional quotient was positively related to problem-focused coping and emotional-focused coping ($r=.807, p<.01$). In addition, emotional quotient was positively related to emotional-focused coping ($r=.226, p<.01$) and family relationship was positively related to problem-focused coping ($r=.309, p<.01$).

Keyword: *Self esteem, Emotional quotient, Family relationship, Coping behavior, High school student*

บทนำ

ปัจจุบันสังคมไทยนักเรียนวัยรุ่นได้รับผลกระทบอย่างมากไม่ว่าทางด้านร่างกายและจิตใจ โดยเฉพาะช่วงอายุตั้งแต่ 14-18 ปี พวกเขาต้องเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ ได้แก่ ปัญหาภายในครอบครัว การเรียนเพื่อนความรัก ฯลฯ ปัญหาเหล่านี้ก่อให้เกิดความเครียดจนบางคนถึงขั้นกลายเป็นโรคซึมเศร้า ข้อมูลจากกรมสุขภาพจิตบ่งชี้ว่า ปัจจุบันภาวะเครียดในนักเรียนช่วงวัยรุ่นมีแนวโน้มสูงสุด โดยปัจจุบันวัยรุ่นมาขอคำปรึกษาเรื่องความเครียด และปัญหาเรื่องที่พบมากที่สุดลำดับ 3 คือ ซึมเศร้า คิดเป็นร้อยละ 9.82 ลำดับ 2 เรื่องความรักคิดเป็นร้อยละ 21.39 และลำดับที่ 1 คือความเครียด/วิตกกังวลคิดเป็นร้อยละ 51.36 (กรมสุขภาพจิต. 2563) อีกทั้งผลจากการสำรวจข้อมูลสถิติสภาพการณ์ทางวัฒนธรรมของเด็กและเยาวชนไทยในช่วงที่ผ่านมาพบว่าปัญหาหลักที่เด็กและเยาวชนไทยต้องเผชิญ ได้แก่ ปัญหาเยาวชนเสพยาเสพติดมากถึง 2.7 ล้านคน ในช่วงอายุระหว่าง 15-19 ปี ปัญหาวัยรุ่นตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร จากสถิติพบว่า อายุต่ำกว่า 19 ปีลงมา ท้องถึงปีละ 1.5 แสนคน ปัญหาเด็กถูกละเมิดและกลั่นแกล้ง ถูกกระทำความรุนแรงโดยสื่อต่าง ๆ ปัญหาการอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่ยุคใหม่ที่รักลูกแบบไม่ถูกทาง ปัญหาการเสพสื่อออนไลน์ ปัญหาการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เกิดนักดื่มหน้าใหม่ เพิ่มขึ้น 2.5 เท่า โดยอายุต่ำกว่า 20 ปี สามารถซื้อหาเครื่องดื่มได้เองถึงร้อยละ 98.7 (กระทรวงวัฒนธรรม. 2562) และจากสถิติจากองค์การอนามัยโลก (WHO) วัยรุ่นอายุระหว่าง 10-19 ปี มีปัญหาสุขภาพจิตคิดเป็นร้อยละ 16 ของปัญหาสุขภาพทั้งหมด มีเด็กและวัยรุ่นราว 1 ใน 10 ที่เผชิญ

ปัญหาสุขภาพจิต โดยร้อยละ 70 ของเด็กและวัยรุ่นที่มีปัญหา ไม่ได้ได้รับการรักษาตั้งแต่อายุน้อย (กรมสุขภาพจิต, 2564) ด้วยสาเหตุดังกล่าวเห็นได้ว่า นักเรียนช่วงวัยรุ่นมีความสำคัญ เนื่องจากเป็น ช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อ เต็มไปด้วยปัญหาที่อาจจะทำให้เติบโตไปเป็นผู้ใหญ่ที่มีพฤติกรรมไม่เหมาะสม จึง จำเป็นต้องทำความเข้าใจช่วงวัยนี้อย่างถ่องแท้ เพื่อประดับประดาองค์ให้มีความคิดเป็นไปในทางที่ถูกต้อง

ด้วยเหตุนี้พฤติกรรมและการเผชิญปัญหา จึงเป็นทักษะที่สำคัญ เพราะเมื่อนักเรียนพบกับสถานการณ์ ที่ก่อให้เกิดความเครียด นักเรียนแต่ละคนมีวิธีการรับมือที่แตกต่างกัน บางคนก็รับมือกับปัญหาได้ดี จะมีความสุขในชีวิต ความเครียดต่ำ และมีสุขภาพจิตที่ดี แต่ในทางตรงกันข้ามบางคนก็เลือกวิธีการเผชิญ ปัญหาที่ไม่เหมาะสม ก่อให้เกิดความเครียด และไม่สามารถปรับตัวเข้ากับเพื่อนหรือสภาพแวดล้อมได้ การเข้าใจถึงพฤติกรรมและการเผชิญปัญหา ทำให้นักเรียนรักษาภาวะสมดุลของจิตใจ เมื่อพบกับสถานการณ์ ที่ประเมินแล้วว่ามิใช่ผลต่อภาวะสมดุลของตนเอง นักเรียนใช้ความคิดและการกระทำที่ดีเพื่อแก้ไขสิ่งที่ ก่อให้เกิดความเครียดนั้น (Lazarus & Folkman, 1984) ดังนั้นนักเรียนที่มีความสามารถในการแก้ปัญหาที่ซับซ้อน ความสามารถในการสื่อสารกับผู้อื่น และความสามารถในการพัฒนาตนเองเมื่อ สิ่งแวดล้อมรอบตัวมีการเปลี่ยนแปลง จะทำให้ตนเองสามารถอยู่ร่วมกับคนอื่นอย่างมีความสุข (สำนักงาน คณะกรรมการการอุดมศึกษา, 2561)

การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นหนึ่งในปัจจัยที่มีความสำคัญ นักเรียนที่รู้ว่าตนเองมีศักยภาพและ ภูมิใจในตนเอง มักมีวิธีการดำเนินชีวิตที่เหมาะสม กล่าวที่จะเผชิญปัญหา รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ปรับตัวได้ดี และมีเหตุผล บุคคลหลายคนที่ประสบความสำเร็จในชีวิตและก้าวผ่านจากประสบการณ์ ที่ล้มเหลว ส่วนหนึ่งเกิดจากการเห็นคุณค่าในตนเอง เพราะการเห็นคุณค่าในตนเองช่วยให้บุคคล มีการพัฒนา ไม่ว่าจะเป็นทางด้านความคิด อารมณ์ ความรู้สึกโดยรวมซึ่งพฤติกรรม ช่วยเสริมสร้าง ความมั่นคงทางด้านจิตใจเพื่อให้สามารถรับแรงกดดันจากสังคมและยังเป็นส่วนช่วยให้บุคคลสามารถ ปรับตัวตามการเปลี่ยนแปลงทางสังคมได้อย่างเหมาะสม (Pope, McHale, & Craighead, 1988) ดังนั้นการเห็นคุณค่าในตนเองถือว่าเป็นตัวแปรสำคัญที่มีผลต่อบทบาท เจตคติ สภาวะอารมณ์ และ พฤติกรรมทางสังคมของนักเรียน Coopersmith (1981) เสนอว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง คือ ความคิด มุมมอง และความเชื่อทางบวกและทางลบ บุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองสูง มักมองว่าตนเองมี ความสามารถ รู้จักตนเอง เคารพตนเอง นักเรียนเข้าใจถึงสิ่งเหล่านี้ก็สามารถเผชิญกับอุปสรรคที่เข้ามา ในชีวิตและมีความสุขในการดำเนินชีวิตตามที่ตนปรารถนา

ความฉลาดทางอารมณ์ เป็นอีกหนึ่งปัจจัยที่มีความสำคัญต่อนักเรียนในปัจจุบันอย่างมาก เพราะ ในสังคมไม่ว่าจะที่ไหนก็ตาม บุคคลที่จะประสบความสำเร็จไม่ได้เกิดจากที่มีสติปัญญาสูงเท่านั้น หาก ขาดความเข้าใจถึงอารมณ์ของตนเอง ไม่สามารถรับรู้ถึงความรู้สึกของผู้อื่น จะกลายเป็นบุคคลที่สร้าง แต่ปัญหาแก่สังคม และใช้อารมณ์ในการแก้ปัญหา หรือก็คือความฉลาดทางอารมณ์ คือ ความสามารถในการตระหนักถึงความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น จนสามารถบริหารหรือจัดการอารมณ์ของตนเอง เพื่อเป็นแรงจูงใจในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้อย่างประสบความสำเร็จ (Goleman, 1995) อีกทั้ง ความฉลาดทางอารมณ์มีผลต่อพฤติกรรม ไม่ว่าจะเป็ความรูสึก จิตใจหรืออารมณ์ เพราะเมื่อมีสิ่งใด สิ่งหนึ่งมากระทบต่อจิตใจส่งผลให้บุคคลเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไม่ว่าจะเป็นด้านดีหรือด้านลบ ดังนั้นนักเรียนที่มีจิตใจดี นึกถึงผู้อื่น ย่อมมีพฤติกรรมและการเผชิญปัญหาที่เหมาะสมกับสถานการณ์ (จินดาบุษ เกกิงเกียรติ, 2558) ด้วยเหตุนี้ ความฉลาดทางอารมณ์จึงเป็นสิ่งที่มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อ นักเรียน ไม่ว่าจะในการเผชิญกับปัญหา ด้านการงาน หรือ การอยู่ร่วมกับผู้อื่นความสัมพันธในครอบครัว

เป็นอีกหนึ่งสิ่งที่มีความสำคัญ ครอบครัวถือเป็นสถาบันแรกที่นักเรียน จะได้รับการอบรมเลี้ยงดูและหล่อหลอม ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม ถึงแม้ว่าครอบครัวจะเป็นสถาบันที่เล็กที่สุดในสังคม แต่ในทางกลับกันครอบครัวถือว่าเป็นสถาบันที่มีความสัมพันธ์ระยะยาวที่สุดเมื่อเทียบสถาบันอื่น ๆ และมีความสำคัญมากที่สุด เพราะครอบครัวมีส่วนช่วยในการส่งเสริมและพัฒนาเพื่อให้เราสามารถปรับตัวเข้ากับสังคมและดำรงชีวิตอยู่ได้ นอกจากนี้ครอบครัวยังช่วยปลูกฝังขนบธรรมเนียม ประเพณี ศิลปกรรม จริยธรรมและระเบียบแบบแผนหรือพฤติกรรมที่เหมาะสม (Crandall, 1980) นอกจากนี้ครอบครัวยังเป็นสถาบันแรกที่ให้สิ่งแวดล้อม การเรียนรู้ และประสบการณ์ ซึ่งนักเรียนที่มีความรู้สึกปลอดภัยในการดำเนินชีวิตประจำวัน ไม่ว่าจะเป็นการเรียนหนังสือ หรือการทำกิจกรรมอื่น ๆ ครอบครัวที่มีความผูกพันรักใคร่กันอย่างอบอุ่น และในครอบครัวมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันจะทำให้ นักเรียนเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นได้ เป็นที่ยอมรับของคนในกลุ่ม และสามารถจะปรับตัวได้ดีเมื่อเผชิญปัญหา แต่ปัจจุบันเด็กและวัยรุ่นจำนวนมากในแต่ละปี ยังคงเป็นเหยื่อของความรุนแรงที่เกิดขึ้นในครอบครัว เช่น ถูกทำร้ายร่างกาย ทำร้ายจิตใจ บังคับข่มเหง หรือทอดทิ้ง ถ้าสมาชิกในครอบครัวที่อาศัยอยู่ด้วยกันมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ส่งผลให้คนในครอบครัวรู้สึกหวาดกลัว มองโลกในแง่ลบ รังเกียจตนเองและรอบข้าง เมื่อส่งผลกระทบระยะเวลายาวอาจส่งผลต่อสุขภาพทางกายและจิตใจได้ เช่น โรควิตกกังวล โรคซึมเศร้า หรืออาจทำร้ายตนเอง (กรมสุขภาพจิต, 2565)

ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงมีความสนใจในการศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเอง ความฉลาดทางอารมณ์ ความสัมพันธ์ครอบครัว และพฤติกรรมการเผชิญปัญหาของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร เพื่อศึกษาหาความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเอง ความฉลาดทางอารมณ์ และความสัมพันธ์ครอบครัว ว่ามีผลต่อพฤติกรรมการเผชิญปัญหามากน้อยเพียงใด เพื่อเป็นประโยชน์แก่สถาบันการศึกษาที่อื่น ซึ่งถ้านักเรียนมีการเผชิญปัญหาที่ดีจะทำให้นักเรียนรู้จักปรับตัวเข้ากับสังคมได้อย่างเหมาะสม เพราะปัจจุบันสังคมมีการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลาผลให้ทำให้เกิดปัญหาได้ไม่ว่าภายในครอบครัว โรงเรียน หรือสถานที่ทำงาน ดังนั้นผู้วิจัยมองเห็นถึงความสำคัญนี้ เพื่อจะให้นักเรียนเติบโตเป็นบุคลากรที่มีคุณภาพ และนำประเทศไปสู่ความเจริญก้าวหน้า

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง ความฉลาดทางอารมณ์ ความสัมพันธ์ในครอบครัวกับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร
2. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมการเผชิญปัญหาของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร ตามปัจจัยส่วนบุคคลแตกต่างกัน
3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเอง ความฉลาดทางอารมณ์ ความสัมพันธ์ในครอบครัวกับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร

สมมติฐานในการวิจัย

1. นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายที่มีปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ และสภาพครอบครัว ที่แตกต่างกันส่งผลต่อพฤติกรรมการเผชิญปัญหาที่แตกต่างกัน

2. การเห็นคุณค่าในตนเอง ความฉลาดทางอารมณ์ ความสัมพันธ์ในครอบครัวมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย

ระเบียบวิธีวิจัย

รูปแบบการศึกษาในครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสหสัมพันธ์ (Correlational Research)

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรคือนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2565 โรงเรียนแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร จำนวน 804 คน (ระบบจัดเก็บข้อมูลรายบุคคล ภาคเรียนที่ 1 โรงเรียนแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร, 2565) ซึ่งผู้วิจัยได้ทำการเก็บข้อมูลระหว่างเดือน สิงหาคม-ตุลาคม 2565 และใช้วิธีการหาขนาดของกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้สูตรทางสถิติที่คำนวณหาขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่น้อยที่สุดที่ยอมรับได้ว่าเป็นตัวแทนของประชากรของ Yamane (1993) จากการคำนวณจะได้กลุ่มตัวอย่างในครั้งนี้จำนวน 267 คน เมื่อได้แล้วนำไปใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ (Stratified Random Sampling) และเมื่อคำนวณจะได้สัดส่วนของกลุ่มตัวอย่างดังนี้คือนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 101 คน นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 91 คน และนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 75 คน

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

2.1 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในครั้งนี้ คือ แบบสอบถาม ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการทบทวนจากงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง วรรณกรรม เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูล ในการสร้างแบบสอบถาม ซึ่งแบ่งออกเป็น 5 ส่วนดังนี้

2.1.1 ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัย โดยผู้วิจัยได้สร้างแบบสอบถาม ซึ่งเป็นข้อมูลพื้นฐานของนักเรียน ประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ และสภาพครอบครัว

2.1.2 ส่วนที่ 2 เกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยใช้แนวคิดของ Pope, McHale, & Craighead (1988) โดยมีองค์ประกอบทั้งหมด 5 องค์ประกอบ คือ ด้านสังคม ด้านการเรียน ด้านครอบครัว ด้านภาพลักษณ์ และด้านทั่วไป

2.1.3 ส่วนที่ 3 เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยใช้แนวคิดของตนเอง 4 การจัดการอารมณ์ การใส่ใจ การรับรู้อารมณ์ของผู้อื่น และทักษะทางสังคม

2.1.4 ส่วนที่ 4 เกี่ยวกับความสัมพันธ์ในครอบครัว ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยใช้แนวคิดของ Crandall (1980) โดยมีองค์ประกอบทั้งหมด 3 องค์ประกอบคือ จำนวนบทบาทสื่อสารและอารมณ์

2.1.5 ส่วนที่ 5 เกี่ยวกับพฤติกรรมการเผชิญปัญหา ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยใช้แนวคิดของ Lazarus and Folkman (1984) โดยมีองค์ประกอบทั้งหมด 2 องค์ประกอบ คือ พฤติกรรม

การเผชิญปัญหาแบบการมุ่งแก้ปัญหา และพฤติกรรมกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ไขที่อารมณ์

แบบสอบถามในส่วนที่ 2-5 มีมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) แบ่งออกเป็น 5 ระดับคือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด เมื่อได้คะแนนครบ ผู้วิจัยนำคำตอบจากแบบสอบถามมาตรวจเป็นคะแนนเป็นรายด้าน ทั้งข้อความเชิงบวกและเชิงลบ และผู้วิจัยยังแบ่งเกณฑ์นักเรียนออกเป็น 3 ระดับคือ ต่ำ ปานกลาง สูง โดยเปรียบเทียบกับเกณฑ์ที่แบ่งมาตราส่วนประมาณค่าระดับออกเป็น 3 ช่วงเท่า ๆ กัน

3. การหาคุณภาพเครื่องมือวิจัย

ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้น ไปทดสอบความเที่ยงตรง (Validity) และความเชื่อมั่น (Reliability) ดังนี้

3.1 การทดสอบความเที่ยงตรงตามเนื้อหา (Content Validity) ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเสนอคณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์และผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่านเพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) ของข้อคำถามและนำมาปรับปรุงให้มีความถูกต้องและชัดเจนมากขึ้น ด้วยการคำนวณหาค่า IOC (Internal of Consistency) โดยข้อคำถามในแบบสอบถามมีค่า IOC อยู่ระหว่าง 0.67 ถึง 1 มาใช้ในแบบสอบถาม

3.2 ทดสอบความเชื่อมั่น (Reliability) ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามที่ผ่านการปรับปรุงและแก้ไขแล้วไปทดลองใช้ (Try Out) ก่อนเก็บข้อมูลจริง กับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสารวิทยา จำนวน 30 คน เพื่อวิเคราะห์ความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับ รายด้าน และวิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach' Coefficient Alpha) โดยมีรายละเอียดดังนี้

3.2.1 ค่าความเชื่อมั่นของการเห็นคุณค่าในตนเองโดยรวม มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .946

3.2.2 ค่าความเชื่อมั่นของความฉลาดทางอารมณ์โดยรวม มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .924

3.2.3 ค่าความเชื่อมั่นของความสัมพันธ์ในครอบครัวโดยรวม มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .914

3.2.4 ค่าความเชื่อมั่นของพฤติกรรมกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ปัญหา มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .767

3.2.5 ค่าความเชื่อมั่นของการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ไขที่อารมณ์ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .709

4. วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

4.1 ผู้วิจัยดำเนินการขออนุมัติจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์แห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

4.2 ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการวิจัยได้ จากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์แห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ โดยมี ethical code no COA65/028

4.3 จัดทำหนังสือจาก คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ถึงผู้อำนวยการโรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัย เพื่อขอความร่วมมือในการเก็บแบบสอบถามสำหรับงานวิจัย

4.4 ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บข้อมูล โดยการสร้างแบบสอบถามทางออนไลน์ ผ่านทาง Google Form

4.5 ให้กลุ่มตัวอย่างทำแบบสอบถามให้ครบทุกข้อตามจำนวนที่ต้องการ

4.6 ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่เก็บรวบรวมได้ มาให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้

4.7 นำคะแนนที่ได้มาวิเคราะห์ข้อมูล

5. การวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ วิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปทางคอมพิวเตอร์ โดยแบ่งการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

5.1 สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistic) ได้แก่ ความถี่ (Frequency) ร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) สำหรับวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล

5.2 สถิติอนุมาน (Inferential Statistic) ได้แก่

5.2.1 t – test เพื่อทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของตัวแปรตาม ตัวแปรอิสระซึ่งแบ่งเป็น 2 กลุ่มที่มีความเป็นอิสระต่อกัน ตัวแปรที่ใช้ เช่น เพศ

5.2.2 One Way ANOVA เพื่อทดสอบความแปรปรวนทางเดียว จำแนกตามตัวแปรอิสระตั้งแต่ 3 กลุ่มขึ้นไป ตัวแปรที่ใช้ เช่น อายุ ระดับการศึกษา รายได้ และสภาพครอบครัว

5.2.3 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation Coefficient) ใช้หาค่าความสัมพันธ์ของตัวแปรกับพฤติกรรมการเผชิญปัญหา ตัวแปรที่ใช้ เช่น การเห็นคุณค่าในตนเอง ความฉลาดทางอารมณ์ และความสัมพันธ์ในครอบครัว

5.3 กำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติ (Level of Significance) ที่ระดับ .05 และ .01

ผลการวิจัย

1. ข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ อายุ เพศ ระดับการศึกษา รายได้ และสภาพครอบครัว ผลการวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล มีรายละเอียดดังนี้

เพศ พบว่าลักษณะของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง (ร้อยละ 60.7) และเป็นเพศชาย (ร้อยละ 39.3)

อายุ พบว่าลักษณะของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีอายุน้อยกว่าตั้งแต่ 15 ปี (ร้อยละ 31.8) รองลงมาคืออายุ 17 ปี (ร้อยละ 31.1) อายุ 16 ปี (ร้อยละ 28.1) และตั้งแต่ 18 ปีขึ้นไป (ร้อยละ 9.0) ตามลำดับ ระดับการศึกษาพบว่าลักษณะของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นมัธยมศึกษาปีที่ 4 (ร้อยละ 37.8) รองลงมา เป็นมัธยมศึกษาปีที่ 5 (ร้อยละ 34.1) และมัธยมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 28.1) ตามลำดับ

รายได้ พบว่าลักษณะของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีรายได้น้อยกว่า 4,000 บาท (ร้อยละ 56.6) และรองลงมามีรายได้ 4,000-5,999 บาท (ร้อยละ 31.4) และตั้งแต่ 6,000 บาทขึ้นไป (ร้อยละ 12.0) ตามลำดับ

สภาพครอบครัว พบว่าลักษณะของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่อยู่กับพ่อแม่ (ร้อยละ 53.5) รองลงมาอยู่กับแม่ (ร้อยละ 15.7) พ่อแม่ และปู่ย่า ตายาย (ร้อยละ 13.5) คนอื่น (ร้อยละ 10.9) และพ่อ (ร้อยละ 6.4) ตามลำดับ ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1: จำนวนและร้อยละของข้อมูลส่วนบุคคลของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร (n = 267)

ปัจจัยส่วนบุคคล		จำนวน	ร้อยละ	ปัจจัยส่วนบุคคล		จำนวน	ร้อยละ
เพศ	ชาย	105	39.3	รายได้	น้อยกว่า 4,000 บาท	151	56.6
	หญิง	162	60.7		4,000 – 5,999 บาท	84	31.4
อายุ	น้อยกว่าตั้งแต่ 15 ปี	85	31.8	สภาพ	มากกว่า 6,000 บาท	32	12.0
	16 ปี	75	28.1		อยู่กับพ่อแม่	143	53.5
	17 ปี	83	31.1	ครอบครัว	อยู่กับพ่อแม่	36	13.5
	ตั้งแต่ 18 ปีขึ้นไป	24	9.0		และปู่ย่า ตายาย		
ระดับการศึกษา	มัธยมศึกษาปีที่ 4	101	37.8		อยู่กับพ่อ	17	6.4
	มัธยมศึกษาปีที่ 5	91	34.1		อยู่กับแม่	42	15.7
	มัธยมศึกษาปีที่ 6	75	28.1		อยู่กับคนอื่น	29	10.9

2. การศึกษาระดับการเห็นคุณค่าในตนเองความฉลาดทางอารมณ์ความสัมพันธ์ในครอบครัว กับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร พบว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.44$) ความฉลาดทางอารมณ์ อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.65$) ความสัมพันธ์ในครอบครัว อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.52$) พฤติกรรม การเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ปัญหา อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.51$) พฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบ มุ่งแก้ไขที่อารมณ์ อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.09$) รายละเอียด ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2: ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง ความฉลาดทางอารมณ์ ความสัมพันธ์ในครอบครัว กับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร (n = 267)

รายการ	\bar{X}	S.D.	ระดับ
การเห็นคุณค่าในตนเอง	3.44	.75	ปานกลาง
ด้านสังคม	3.73	.61	สูง
ด้านการเรียน	3.49	.72	ปานกลาง
ด้านครอบครัว	3.41	.89	ปานกลาง
ด้านภาพลักษณ์	3.08	.82	ปานกลาง
ด้านทั่วไป	3.50	.70	ปานกลาง
ความฉลาดทางอารมณ์	3.65	.66	ปานกลาง
การตระหนักรู้อารมณ์ของตนเอง	3.50	.53	ปานกลาง
การจัดการอารมณ์	3.48	.58	ปานกลาง
การตั้งใจ	3.65	.79	ปานกลาง
การรับรู้อารมณ์ของผู้อื่น	4.07	.71	สูง
ทักษะทางสังคม	3.57	.69	ปานกลาง
ความสัมพันธ์ในครอบครัว	3.52	.83	ปานกลาง
จำนวนบทบาท	3.74	.73	สูง
สื่อสาร	3.29	.91	ปานกลาง
อารมณ์	3.53	.84	ปานกลาง
พฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ปัญหา	3.51	.56	ปานกลาง
พฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ไขที่อารมณ์	3.09	.70	ปานกลาง

3. ข้อมูลการเปรียบเทียบพฤติกรรมการเผชิญปัญหาของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร ตามปัจจัยส่วนบุคคลที่แตกต่าง

ตารางที่ 3: จำนวน ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของพฤติกรรมการเผชิญปัญหาของนักเรียน ตามปัจจัยส่วนบุคคล (n = 267)

พฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ปัญหา									
ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน	\bar{X}	S.D.	ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน	\bar{X}	S.D.		
เพศ	ชาย	105	3.55	.61	รายได้	น้อยกว่า 4,000 บาท	151	3.43	.54
	หญิง	162	3.48	.53		4,000 – 5,999 บาท	84	3.59	.55
อายุ	น้อยกว่าตั้งแต่ 15 ปี	85	3.44	.52		มากกว่า 6,000 บาท	32	3.68	.63
	16 ปี	75	3.62	.60	สภาพ	อยู่กับพ่อแม่	143	3.56	.58
	17 ปี	83	3.48	.52	ครอบครัว	อยู่กับพ่อแม่	36	3.34	.52
	ตั้งแต่ 18 ปีขึ้นไป	24	3.55	.69		และปู่ย่า ตายาย			
ระดับการศึกษา	มัธยมศึกษาปีที่ 4	101	3.48	.53		อยู่กับพ่อ	17	3.63	.47
	มัธยมศึกษาปีที่ 5	91	3.45	.59		อยู่กับแม่	42	3.46	.53
	มัธยมศึกษาปีที่ 6	75	3.63	.54		อยู่กับคนอื่น	29	3.50	.55

พฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ไขที่อารมณ์									
ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน	\bar{X}	S.D.	ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน	\bar{X}	S.D.		
เพศ	ชาย	105	3.10	.73	รายได้	น้อยกว่า 4,000 บาท	151	3.10	.75
	หญิง	162	3.08	.68		4,000 – 5,999 บาท	84	3.08	.67
อายุ	น้อยกว่าตั้งแต่ 15 ปี	85	3.12	.69		มากกว่า 6,000 บาท	32	3.03	.58
	16 ปี	75	2.95	.77	สภาพ	อยู่กับพ่อแม่	143	3.10	.66
	17 ปี	83	3.21	.63	ครอบครัว	อยู่กับพ่อแม่	36	3.16	.77
	ตั้งแต่ 18 ปีขึ้นไป	24	2.94	.69		และปู่ย่า ตายาย			
ระดับการศึกษา	มัธยมศึกษาปีที่ 4	101	3.11	.73		อยู่กับพ่อ	17	2.95	.90
	มัธยมศึกษาปีที่ 5	91	3.00	.69		อยู่กับแม่	42	3.11	.66
	มัธยมศึกษาปีที่ 6	75	3.20	.67		อยู่กับคนอื่น	29	2.97	.76

ตารางที่ 4: การวิเคราะห์ความแปรปรวนของพฤติกรรมการเผชิญปัญหาของนักเรียน จำแนกตามเพศ โดยใช้ t – test เพื่อทดสอบ (n = 267)

เพศ	จำนวน	t	p
พฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ปัญหา			
ชาย	105	.924	.357
หญิง	162		
พฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ไขที่อารมณ์			
ชาย	105	.206	.837
หญิง	162		

จากตารางที่ 4 พบว่า เพศ ที่แตกต่างกันมีพฤติกรรมเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ปัญหาและแบบมุ่งแก้ไขที่อารมณ์ไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 5: การวิเคราะห์ความแปรปรวนของพฤติกรรมการเผชิญปัญหาของนักเรียน จำแนกตามอายุ ระดับการศึกษา รายได้ สภาพของครอบครัว โดยใช้ One Way ANOVA (n = 267)

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	p
อายุ					
พฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ปัญหา	1.483	3	.494	1.583	.194
ระหว่างกลุ่ม					
ภายในกลุ่ม	82.095	263	.312		
รวม	83.578	266			
พฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ไขที่อารมณ์					
ระหว่างกลุ่ม	3.347	3	1.116	2.294	.078
ภายในกลุ่ม	127.912	263	.486		
รวม	131.259	266			
ระดับการศึกษา					
พฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ปัญหา					
ระหว่างกลุ่ม	1.473	2	.736	2.368	.096
ภายในกลุ่ม	82.105	264	.311		
รวม	83.578	266			
พฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ไขที่อารมณ์					
ระหว่างกลุ่ม	2.156	2	1.078	2.205	.112
ภายในกลุ่ม	129.102	264	.489		
รวม	131.259	266			
รายได้					
พฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ปัญหา					
ระหว่างกลุ่ม	2.385	2	1.193	3.878*	.022
ภายในกลุ่ม	81.193	264	.308		
รวม	83.578	266			
พฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ไขที่อารมณ์					
ระหว่างกลุ่ม	.160	2	.080	.161	.851
ภายในกลุ่ม	131.099	264	.497		
รวม	131.259	266			
สภาพครอบครัว					
พฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ปัญหา					
ระหว่างกลุ่ม	1.766	4	.442	1.414	.230
ภายในกลุ่ม	81.812	262	.312		
รวม	83.578	266			
พฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ไขที่อารมณ์					
ระหว่างกลุ่ม	.984	4	.246	.495	.740
ภายในกลุ่ม	130.275	262	.497		
รวม	131.259	266			

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตารางที่ 5 พบว่า ปัจจัยส่วนบุคคล รายได้ ที่แตกต่างกันมีพฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ปัญหาแตกต่างกันในเชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($F=3.878, p<.05$) ส่วนอายุ ระดับการศึกษา และสภาพครอบครัว ที่แตกต่างกันมีพฤติกรรมเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ปัญหาและแบบมุ่งแก้ไขที่อารมณ์ไม่แตกต่างกัน

4. ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการเผชิญปัญหากับการเห็นคุณค่าในตนเอง ผลการวิจัยสรุปได้ว่าทั้งโดยรวมและรายด้านของการเห็นคุณค่าในตนเอง มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ปัญหาของนักเรียนใน เชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตารางที่ 6: ความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเอง ความฉลาดทางอารมณ์ ความสัมพันธ์ในครอบครัว กับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาของนักเรียน ($n=267$)

รายการ	พฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งปัญหา		พฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ไขที่อารมณ์	
	r	p	r	p
การเห็นคุณค่าในตนเอง				
ด้านสังคม	.417**	.000	.065	.292
ด้านการเรียน	.521**	.000	.007	.907
ด้านครอบครัว	.356**	.000	.062	.313
ด้านภาพลักษณ์	.407**	.000	-.105	.087
ด้านทั่วไป	.479**	.000	.023	.708
โดยรวม	.558**	.000	.015	.813
ความฉลาดทางอารมณ์				
การตระหนักรู้อารมณ์ของตนเอง	.632**	.000	.088	.154
การจัดการอารมณ์	.662**	.000	.045	.461
การจูงใจ	.618**	.000	.223**	.000
การรับรู้อารมณ์ผู้อื่น	.619**	.000	.217**	.000
ทักษะทางสังคม	.639**	.000	.304**	.000
โดยรวม	.807**	.000	.226**	.000
ความสัมพันธ์ในครอบครัว				
จำนวนบทบาท	.322**	.000	-.103	.093
สื่อสาร	.234**	.000	-.067	.278
อารมณ์	.275**	.000	-.076	.213
โดยรวม	.309**	.000	-.091	.138

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตารางที่ 6 พบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการเผชิญปัญหากับการเห็นคุณค่าในตนเอง ผลการวิจัยสรุปได้ว่าทั้งโดยรวมและรายด้านของการเห็นคุณค่าในตนเอง มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ปัญหาของนักเรียนในเชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการเผชิญปัญหากับความฉลาดทางอารมณ์ ผลการวิจัยสรุปได้ว่าทั้งโดยรวมและรายด้านของความฉลาดทางอารมณ์ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ปัญหาของนักเรียนในเชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และพบอีกว่าความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมและรายด้าน ได้แก่ การตั้งใจ การรับรู้อารมณ์ผู้อื่น ทักษะทางสังคม มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ไขที่อารมณ์ในเชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการเผชิญปัญหาที่มีความสัมพันธ์ครอบครัว ผลการวิจัยสรุปได้ว่าทั้งโดยรวมและรายด้านของความสัมพันธ์ในครอบครัว มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ปัญหาของนักเรียนในเชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สรุปและอภิปรายผล

ปัจจัยส่วนบุคคล จากผลการวิจัยจะพบว่านักเรียนที่มีรายได้ที่แตกต่างกัน มีพฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ปัญหาที่แตกต่างกันในเชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($F=3.878, p<.05$) ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน อาจเป็นเพราะนักเรียนที่มีความเพียบพร้อม ได้รับการสนับสนุนทางด้านการศึกษามีรายได้ที่เพียงพอต่อการดำเนินชีวิต สภาพแวดล้อมที่ดีและสามารถรับมือกับสถานการณ์ได้ดี ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ พินาลิน เพ็ญทอง และคณะ (2564) พบว่ารายได้เป็นปัจจัยที่สำคัญในการดำเนินชีวิต การที่บุคคลมีรายได้ที่เพียงพอจะสามารถรับมือกับความเครียดในชีวิตได้ดี และสามารถตอบสนองความต้องการพื้นฐานในชีวิตได้

การเห็นคุณค่าในตนเอง จากผลการวิจัยพบว่ามีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ปัญหาของนักเรียนในเชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 อาจเป็นเพราะ การที่นักเรียนมีการเห็นคุณค่าในตนเองโดยรวมสูง นักเรียนจะใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ปัญหาสูง แต่หากนักเรียนมีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ นักเรียนจะใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ไขปัญหาคารมถึงนักเรียนที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง จะมีความมั่นใจ กล้าแสดงออก ด้วยเหตุนี้บุคคลเมื่อเกิดปัญหาหรืออุปสรรคบุคคลนั้นจะพยายามหาทางแก้ไข เพราะเชื่อว่าตนสามารถจัดการกับปัญหาและมองเป็นเรื่องที่ท้าทาย ซึ่งสอดคล้องกับ ทฤษฎีของ Maslow, A.H. (1970) พบว่า คนที่เห็นคุณค่าในตนเองต่ำ จะเป็นคนที่ขาดความมั่นใจและอาจประสบความสำเร็จได้ยากทั้งการทำงานหรือสังคมก็ตาม เพราะลักษณะการเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์กับความสำเร็จ ความเชื่อมั่น และความพอใจในสภาพของตน

ความฉลาดทางอารมณ์ จากผลการวิจัยพบว่ามีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ปัญหาและแบบมุ่งแก้ไขที่อารมณ์ของนักเรียนในเชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 อาจเป็นเพราะนักเรียนที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงจะมีความเครียดต่ำ สามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ดีและหาวิธีเผชิญกับปัญหาได้อย่างมีสติ รู้เท่าทันอารมณ์ของความรู้สึกตนเอง และสามารถควบคุมอารมณ์ของตนเอง นอกจากนี้นักเรียนที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงจะเข้าใจอารมณ์ของผู้อื่น และควบคุมสถานการณ์ที่เลวร้ายได้ดี ซึ่งสอดคล้องกับ กาญจนาวดี บูชากุล ทิพย์วัลย์ สุรินยา และสุภาณี สนธิรัตน์ (2562) พบว่า นักเรียนมีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ และอารมณ์ที่อาจอ่อนไหวง่าย แต่เนื่องจากนักเรียนมีความใกล้ชิดกับบิดามารดา ได้รับการอบรมสั่งสอน และดูแลเอาใจใส่ จึงมีความตระหนักรู้ตนเอง เข้าใจผู้อื่น สามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้ดี จึงสามารถรับมือกับสถานการณ์ต่าง ๆ ได้

ความสัมพันธ์ในครอบครัว มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ปัญหาของนักเรียนในเชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 อาจเป็นเพราะ นักเรียนที่อยู่กับครอบครัวที่อบอุ่นจะมีการสื่อสารภายในครอบครัว ช่วยเหลือซึ่งกันและกันเมื่อเกิดปัญหา รวมถึงหาทางออกของปัญหาร่วมกัน ทำให้นักเรียนที่อยู่ร่วมกันภายในครอบครัว รู้สึกว่าตนปลอดภัยสามารถระบายความเครียดให้สมาชิกในครอบครัวอย่างเปิดเผย ซึ่งสอดคล้องกับ นิธิสนี รุจิรังสีเจริญ และคณะ (2564) พบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อการเผชิญปัญหาของนักเรียนหนึ่งนั้นคือความสัมพันธ์ในครอบครัว ถ้าสมาชิกในครอบครัวไม่ทำหน้าที่ตามบทบาทของตนเอง หรือเมื่อมีการสื่อสารภายในครอบครัวเกิดแต่ความเครียด ไม่มีใครเป็นที่พึ่งเมื่อเกิดปัญหา มีผลต่อการรับมือปัญหาของนักเรียนในอนาคต

ข้อเสนอแนะ

ผลจากการวิจัยครั้งนี้ทำให้ทราบถึงปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการเผชิญปัญหาของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัย ซึ่งสามารถนำไปใช้เป็นข้อมูลสำหรับผู้บริหารและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องเพื่อใช้เป็นแนวทางในการป้องกัน ปรับปรุงและแก้ไขปัญหา หรือสาเหตุที่มีผลต่อพฤติกรรมการเผชิญปัญหาดังต่อไปนี้

1. ปัจจัยส่วนบุคคลผลการวิจัยพบว่านักเรียนรายได้ที่แตกต่างมีผลทำให้นักเรียนมีพฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ปัญหาที่แตกต่าง ดังนั้นระบบการศึกษาควรจะต้องเห็นถึงความสำคัญในเรื่องนี้ เพราะวัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงสูง ปัญหาที่เข้ามาที่สูงตาม เพื่อไม่ให้เกิดปัญหาทางการศึกษาหรือด้านอื่น ๆ รัฐบาลควรสนับสนุนในเรื่องค่าครองชีพแก่นักเรียนเพื่อให้นักเรียนที่จบจากโรงเรียนออกมาอย่างมีคุณภาพ

2. ด้านความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองกับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ปัญหาจากผลการวิจัยพบว่ามีความสัมพันธ์กันในเชิงบวก หมายความว่ายิ่งนักเรียนมีความพึงพอใจในตนเอง เห็นคุณค่าในตัวเอง เชื่อว่าตนเองมีค่าโดยไม่ปล่อยให้คนอื่นมากำหนดคุณค่าของตนเองได้ง่าย จะทำให้นักเรียนสามารถรับมือกับปัญหาและคลี่คลายปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ ดังนั้นนักเรียนควรมองโลกในแง่ดี คิดถึงข้อดีของตนเองโดยไม่เอามาเปรียบเทียบกับคนอื่น หรือออกกำลังกายเพื่อให้ตนเองลดความเครียดจากปัญหา รวมถึงยังสามารถทำให้ตนเองมีความมั่นใจในรูปลักษณ์ทางร่างกายของตนเองอีก

3. ด้านความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ปัญหา จากผลการวิจัยพบว่า มีความสัมพันธ์ในเชิงบวก หมายความว่านักเรียนที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูง จะสามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ดี สามารถรู้จักแข็งกับจุดอ่อนของตนเองเพื่อเป็นแรงผลักดันให้ตนเองพัฒนา นักเรียนเหล่านี้จะมีการเผชิญปัญหาที่ดี และความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบแก้ไขที่อารมณ์ จากผลการวิจัยพบว่า มีความสัมพันธ์ในเชิงบวก ด้านการตั้งใจ ด้านการรับรู้อารมณ์ผู้อื่น และทักษะทางสังคม หมายความว่านักเรียนที่มีเป้าหมาย เข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น หรือสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ดี จะมีการแก้ไขปัญหาภายใต้จิตใจของตนเองได้ดี ดังนั้นพ่อแม่ เพื่อน หรือคนใกล้ชิดของนักเรียน ควรส่งเสริมให้นักเรียนเกิดความฉลาดทางอารมณ์ในตนเอง หรือพยายามหมั่นฝึกฝนจิตใจของตนเอง คิดก่อนพูด หรือรับฟังผู้อื่นให้มากขึ้น โดยไม่ตัดสินผู้อื่น

4. ด้านความสัมพันธ์ในครอบครัวกับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ปัญหา ผลการวิจัยพบว่า มีความสัมพันธ์ในเชิงบวก หมายความว่า ถ้านักเรียนมีความสัมพันธ์ในครอบครัวสูง รู้สึกว่าตนเองได้รับความรักได้รับความอบอุ่นหรือสมาชิกภายในครอบครัวเข้าใจถึงบทบาทของตนเอง รวมถึงมีการเปิดใจคุยและรับฟังสมาชิกในครอบครัว จะทำให้นักเรียนสามารถแก้ไขปัญหาที่ยากต่อการรับมือได้อย่างมีประสิทธิภาพ มากกว่าครอบครัวที่มีปัญหา เพราะฉะนั้นนักเรียนและครอบครัวควรจะมีการพูดคุยเพื่อทำความเข้าใจซึ่งกันและกันอย่างเปิดเผย เพราะทุกครอบครัวมีการแสดงออกที่แตกต่างกันไป การเข้าใจถึงการกระทำหรือความรู้สึกของทุกคนภายในครอบครัว จะเป็นตัวช่วยทำให้ความสัมพันธ์ภายในครอบครัวดียิ่งขึ้น

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาปัจจัยอื่นที่มีความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการเผชิญปัญหา เช่น ผลการเรียนรู้ แผนการเรียน ลำดับการเกิด ศาสนา ภูมิฐานะ
2. ควรมีการศึกษาตัวแปรเพิ่มเติมที่มีผลต่อพฤติกรรมการเผชิญปัญหา เช่น ความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟื้นฟูอุปสรรค การรับรู้ความสามารถของตนเอง ความฉลาดทางดิจิทัล หรือการทำหน้าที่ของครอบครัว
3. ควรมีการศึกษาวิจัยเรื่อง การเห็นคุณค่าในตนเอง ความฉลาดทางอารมณ์ ความสัมพันธ์ในครอบครัว กับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาของนิสิตหรือนักศึกษา เพื่อเป็นข้อมูลและแนวทางสำหรับสถาบันอุดมศึกษา
4. ควรมีการวิจัยเชิงคุณภาพในเรื่อง การเห็นคุณค่าในตนเอง ความฉลาดทางอารมณ์ ความสัมพันธ์ในครอบครัว กับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัย เพื่อให้ทราบข้อมูลในเชิงลึกครอบคลุมทุกมิติเกี่ยวกับตัวแปรดังกล่าว และเป็นประโยชน์ในการพัฒนาส่งเสริมนักเรียนต่อไป

เอกสารอ้างอิง

- กรมสุขภาพจิต. (2563). **เปิดสถิติ วัยรุ่นไทยขอคำปรึกษาสายด่วนสุขภาพจิต 1323 มากที่สุดปัญหา ความเครียดอันดับ 1**. สืบค้นเมื่อ 20 สิงหาคม 2565, จาก www.thaipost.net/main/detail/56782
- _____. (2564). **สุขภาพจิตวัยรุ่น เรื่องใหญ่กว่าที่คิด**. สืบค้นเมื่อ 21 สิงหาคม 2565, จาก <https://dmh.go.th/news-dmh/view.asp?id=30744>
- _____. (2565). **กรมสุขภาพจิตแนะแนวทางป้องกันหรือลดความรุนแรงในครอบครัว**. สืบค้นเมื่อ 21 สิงหาคม 2565, จาก <https://dmh.go.th/news-dmh/view.asp?id=31516>
- กระทรวงวัฒนธรรม. (2562). **สำรวจข้อมูลสถิติสภาวะการทางวัฒนธรรมของเด็กและเยาวชนไทย ที่ผ่านมาเผยพบปัญหา 6 ด้านหลัก**. สืบค้นเมื่อ 20 สิงหาคม 2565, จาก <https://www.thaihealth.or.th>.
- กาญจนาวดี บูชากุล ทิพย์วัลย์ สุรินยา และสุปาณี สนธิรัตน์. (2562). **ความฉลาดทางอารมณ์ การจัดการ ความเครียด และพฤติกรรมความรุนแรงของนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ วิทยาลัย เทคโนโลยีโพนพิสัย อำเภอโพนพิสัย จังหวัดหนองคาย**. *วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ นายเรืออากาศ*. 7(9): 112-126.

- จินดานุช เกกิงเกียรติ. (2558). **เขาว์อารมณ์ พฤติกรรมการเผชิญความเครียด และพฤติกรรมการเป็นสมาชิกที่ดีขององค์กร กรมการทหารสื่อสาร. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (จิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ).** กรุงเทพฯ: คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- นิธินี รุจิรังสีเจริญ นิดา ลิ้มสุวรรณ ศิริไชย หงส์สงวนศรี และ บัญญัติ ยงย่วน. (2564). **ปัจจัยที่สัมพันธ์กับระดับความเครียดของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร. วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย. 66(1): 53-68**
- พินาลิน เพ็ญทอง ไชยนันต์ แห่งทอง สรา อารมณ์ สุจินดา จารุพัฒน์ มารูโอ และ จุฑาธิป ศีลบุตร. (2564). **ระดับความเครียดและปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเครียดของพนักงานขับรถพยาบาลฉุกเฉิน. พยาบาลสาร. 48(4): 93-108.**
- สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา. (2561). **ยุทธศาสตร์การพัฒนานิสิตนักศึกษาในสถาบันอุดมศึกษา. สืบค้นเมื่อ 21 สิงหาคม 2565, จาก http://old.rmutto.ac.th/rmuttonews/attachment/TR3332_235442.pdf**
- Coopersmith, S. (1981). **The Antecedents of Self-esteem.** California: Consulting Psychologist Press.
- Crandall, RC. (1980). **A Behavioral Science Approach.** Massachusetts: Addison-Wesley.
- Goleman, D. (1995). **Emotional Intelligence : Why it Can Matter More Than IQ.** New York: Bantman Book.
- Lazarus, R.S. & Folkman, S. (1984). **Stress Appraisal and Coping.** New York: Springer.
- Maslow, A.H. (1970). **Motivation and Personality.** New York: Harper and Row Publishers.
- Pope, Alice W.; McHale, Susan; & Craighead, W. Edward. (1988). **Self-esteem Enhancement with Children and Adolescents.** New York: Pergamon Press.