

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความเครียดและกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษา ระดับอุดมศึกษา กลุ่มตัวอย่างคือ นักศึกษามหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง ภาคการศึกษาปลาย ปีการศึกษา 2550 จำนวน 480 คน โดยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถาม ประกอบด้วย 3 ส่วนคือ แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบบวัดสาเหตุของความเครียด แบบวัดกลวิธีการเผชิญปัญหา ทดสอบค่าความเชื่อมั่น โดยใช้สัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาคได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดสาเหตุของความเครียดเท่ากับ 0.9292 และได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดกลวิธีการเผชิญปัญหาเท่ากับ 0.8274 โดยสัมภาษณ์แบบเจาะลึกกับนักศึกษามหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง จำนวน 7 ราย เพื่อเก็บข้อมูลเพิ่มเติม ผลการวิจัยที่สำคัญพบว่า

1. สาเหตุที่ทำให้นักศึกษาในกลุ่มตัวอย่างรู้สึกเครียดระดับสูงถึงรุนแรงมากที่สุด 3 อันดับแรกคือ สาเหตุด้านการเงิน คิดเป็นร้อยละ 50.42 รองลงมาคือด้านครอบครัว คิดเป็นร้อยละ 50.21 และด้านสภาพแวดล้อม คิดเป็นร้อยละ 45.83

2. นักศึกษาเลือกใช้ทุกกลวิธีการเผชิญปัญหา โดยกลวิธีการเผชิญปัญหาที่นักศึกษาเลือกใช้มากที่สุด คือ ควบคุมตนเอง คิดเป็นร้อยละ 95.40 รองลงมาคือ รับผิดชอบกับปัญหา คิดเป็นร้อยละ 94.20 ลำดับที่ 3 คือ ประเมินค่าใหม่ทางบวก คิดเป็นร้อยละ 93.50 ลำดับที่ 4 คือ วางแผนแก้ปัญหา และ แสวงหาการเกื้อหนุนทางสังคม คิดเป็นร้อยละ 93.10 ลำดับที่ 5 คือ เผชิญหน้ากับปัญหา คิดเป็นร้อยละ 90.00 ลำดับที่หก คือ ถอยห่าง คิดเป็นร้อยละ 87.50 และกลวิธีการที่นักศึกษาเลือกใช้น้อยที่สุดคือ หลีกหนี คิดเป็นร้อยละ 77.30

3. นักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกันมีคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามากกว่านักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางและนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ

Abstract

The main purpose of this research was to examine the sources of stress and the coping strategies of tertiary level students.

The data was collected by means of 480 questionnaires and in-depth interviews of 7 Mae Fah Luang University students. The participants were selected by the Stratified Random Sampling.

The questionnaire used in this study consisted of three parts: a Demographic Data Recording Form; the Sources of Stress Test; and the Ways of Coping Questionnaire. The reliability coefficient of the instruments were obtained by means of Cronbach's alpha. The reliability coefficient of the Sources of Stress Test and the Ways of Coping Questionnaire were 0.9292 and 0.8274 respectively. The major results of this study were as follows.

1. The three sources of stress which were assessed as "high to severe" which is the highest level that was measured were finance (50.42 %), family (50.21 %) and environment (45.83 %).

2. All the ways of coping were adopted. In order from most to least commonly used, ways of coping reported by students were : self-controlling (95.40 %), accepting responsibility (94.20 %), positive reappraisal (93.50 %), planful problem solving (93.10 %), seeking social support (93.10 %), confrontive coping (90 %), distancing (87.50 %) and escape-avoidance (77.30 %)

3. Students with high academic achievement used more problem-focused coping strategies than those with moderate and low academic achievement.