บทที่ 2

วรรณคดีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาวิจัยเรื่องความเครียดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในภาวะวิกฤตทางเศรษฐกิจนั้น ผู้วิจัยได้ศึกษาและค้นคว้าวรรณคดี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องโดยนำเสนอตามลำดับ ดังต่อไปนี้

วรรณคดีที่เกี่ยวข้อง

1. วัยรุ่น
   - 1.1 ระยะของวัยรุ่น
   - 1.2 ทฤษฎีจิตวิทยาของวัยรุ่น
2. ความเครียด
   - 2.1 ความหมาย
   - 2.2 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความเครียด
   - 2.3 ขั้นตอนของการเกิดความเครียด
   - 2.4 แนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับความเครียด
   - 2.5 สาเหตุของความเครียด
   - 2.6 ระดับความเครียด
   - 2.7 ผลของความเครียด
   - 2.8 ความเครียดกับความแตกต่างทางเพศ
   - 2.9 ความเครียดกับฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว
3. เศรษฐกิจ
   - 3.1 แนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับเศรษฐกิจ
   - 3.2 แนวคิดเกี่ยวกับวัฏจักรเศรษฐกิจ
   - 3.3 ผลกระทบจากภาวะวิกฤตทางเศรษฐกิจ

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. งานวิจัยในประเทศ
2. งานวิจัยต่างประเทศ

วรรณคดีที่เกี่ยวข้อง

1. วัยรุ่น (Adolescence)

วัยรุ่นมาจากคำว่า Adolescere ในภาษาลาติน แปลว่า เจริญเติบโตไปสู่วุฒิภาวะ ปัจจุบันในสังคม ยอมรับกันโดยทั่วไปว่าชีวิตในวัยรุ่นจัดเป็นระยะที่สำคัญที่สุด เป็นวัยที่เชื่อมต่อระหว่างเด็กกับผู้ใหญ่ ระยะนี้เป็นระยะหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต ชีวิตในบั้นปลายจะราบรื่นหรือไม่เพียงใด ย่อมขึ้นอยู่กับการดำเนินชีวิตของระยะหัวเลี้ยวหัวต่อนี้อยู่ไม่น้อย เพราะว่าวัยรุ่นนี้ต้องประสบความยุ่งยากมีปัญหาต่างๆ มีความสับสนเกี่ยวกับการปฏิบัติงาน จึงเรียกเด็กที่เข้าสู่ระยะวัยรุ่นว่า เป็น " วัยวิกฤตการ " (Critical-period) หรือ " วัยแห่งพายุบุแคม " (สุชา จันทน์เอม, 2536)

องค์การอนามัยโลก (W.H.O., 1983 อ้างถึงใน พาสนา ผโลศิลป์, 2535) ได้ให้ความหมายของวัยรุ่นว่า วัยรุ่นเป็นผู้มีลักษณะ 3 ประการ คือ มีพัฒนาการทางด้านร่างกาย โดยมีวุฒิภาวะทางเพศ มีพัฒนาการทางด้านจิตใจ โดยมีการเปลี่ยนแปลงจากเด็กไปเป็นผู้ใหญ่ และมีการเปลี่ยนแปลงสภาวะทางด้านเศรษฐกิจ จากการที่ต้องพึ่งพาครอบครัวมาเป็นบุคคลที่สามารถประกอบอาชีพหารายได้ด้วยตนเอง

1.1 ระยะของวัยรุ่น

ระยะวัยรุ่นจะเริ่มตั้งแต่เด็กเริ่มมีการเปลี่ยนแปลงทางเพศตลอดจนการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายด้านอื่น ๆ ซึ่งในระยะดังกล่าวอยู่ในช่วงประมาณอายุ 13 ปี ส่วนระยะที่สิ้นสุดวัยรุ่น คือ ระยะที่เด็กจบการศึกษา เริ่มมีงานทำ เป็นอิสระทางเศรษฐกิจ ซึ่งในระยะนี้อายุอยู่ประมาณ 21 ปี และสามารถแบ่งระยะวัยรุ่นออกเป็น 3 ระยะด้วยกัน คือ (ประไพพรรณ ฎมิวุฒิสาร, 2530)

1. วัยแรกรุ่นหรือวัยรุ่นตอนต้น (Early adolescent) อายุ 12-15 ปี ระยะนี้เป็นระยะที่เด็กเริ่มเข้าสู่วัยรุ่น วัยรุ่นระยะนี้จะเป็นช่วงของการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ โดยเฉพาะการเปลี่ยนแปลงต่อสภาพร่างกายที่เปลี่ยนไป พฤติกรรมของเด็กวัยรุ่นระยะนี้จึงมุ่งเข้าหาตนเองเป็นส่วนใหญ่

2. วัยรุ่นตอนกลาง (Middle adolescent) อายุ 15-18 ปี วัยรุ่นระยะนี้เป็นระยะที่ผ่านการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ได้แล้ว ดังนั้นการเปลี่ยนแปลงทั้งในด้านร่างกาย จิตใจ และความนึกคิดของวัยรุ่นระยะนี้จะมีลักษณะค่อยเป็นค่อยไป

3. วัยรุ่นตอนปลาย (Late adolescent) เป็นระยะวัยรุ่นช่วงสุดท้ายก่อนที่จะเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ ระยะนี้จะอยู่ในช่วงอายุ 18-21 ปี ซึ่งเป็นระยะที่วัยรุ่นเริ่มเข้าสู่วุฒิภาวะอย่างสมบูรณ์แบบ รู้จักบทบาทของตน รู้คุณค่าของชีวิต และสร้างจุดหมายของชีวิต

สรุปได้ว่าวัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงจากเด็กไปสู่ผู้ใหญ่ เจริญเติบโตไปสู่ความมีวุฒิภาวะทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา โดยถือเอาความพร้อมทางร่างกายและวุฒิภาวะทางเพศเป็นจุดเริ่มต้น และสิ้นสุดลงเมื่อมีความพร้อมของวุฒิภาวะทางด้านสังคมและเศรษฐกิจ และระยะของวัยรุ่นสามารถแบ่งได้เป็น 3 ระยะ คือ วัยแรกรุ่นหรือวัยรุ่นตอนต้น (Early adolescent) อายุ 12-15 ปี วัยรุ่นตอนกลาง (Middle adolescent) อายุ 15-18 ปี วัยรุ่นตอนปลาย (Late adolescent) อายุ 18-21 ปี

1.2 ทฤษฎีจิตวิทยาของวัยรุ่น

ปัจจุบันได้มีผู้สนใจพฤติกรรมของวัยรุ่นเพิ่มมากขึ้น และได้มีทฤษฎีหลาย ๆ ทฤษฎีเกิดขึ้น ซึ่งมีแนวความคิดที่แตกต่างกันไป ดังเช่น

ฟรอยด์ (Sigmund Freud อ้างถึงใน พาสนา ผโลศิลป์, 2535) เป็นผู้คิดทฤษฎีพัฒนาการทางเพศ (Psychosexual development) และได้แบ่งขั้นพัฒนาการของบุคลิกภาพของเด็กในช่วง 13-20 ปี ว่าเป็นระยะความพอใจในเพศตรงข้าม (Genital stage) ระยะนี้ร่างกายของเด็กกำลังเจริญเติบโตเป็นผู้ใหญ่ จึงมีความเปลี่ยนแปลงมากมายทั้งร่างกายและจิตใจ มีปัญหาในการปรับตัว พัฒนาความเป็นตนของตนเอง และเริ่มมีส่วนร่วมในกิจกรรมของสังคม ซึ่ง ฟรอยด์ ได้กล่าวถึงลักษณะเด่นของพัฒนาการขั้นวุฒิภาวะทางเพศ (Genital stage) ในเด็กวัยรุ่น ดังต่อไปนี้

1. เด็กวัยรุ่นมีความพึงพอใจในเพื่อนต่างเพศ เด็กวัยรุ่นมีพัฒนาการทางบุคลิกภาพอยู่ในขั้นวุฒิภาวะทางเพศ ซึ่งเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทางสรีระอย่างรวดเร็ว โดยเฉพาะระบบที่เกี่ยวกับเพศ เช่น ชายมีอสุจิ หญิงมีประจำเดือน การเปลี่ยนแปลงทางสรีระมีผลทำให้เด็กวัยรุ่นแสดงพฤติกรรมทางเพศในรูปแบบต่าง ๆ กัน เช่น สนใจเพศตรงข้าม ต้องการมีเพศสัมพันธ์กับเพศตรงข้าม เป็นต้น

2. เด็กวัยรุ่นต้องการความมีอิสระจากบิดามารดา ฟรอยด์ พบว่า เด็กวัยรุ่นต้องการอิสระจากการพึ่งพาบิดามารดา เด็กวัยรุ่นชายจะเลิกติดมารดา แต่จะยึดเพื่อนเป็นหลัก

3. เด็กวัยรุ่นมีอารมณ์ฉุนเฉียว เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงของระบบสรีระของเด็กวัยรุ่น ทำให้มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงของอารมณ์อีกด้วย เด็กวัยรุ่นมักจะมีอารมณ์ฉุนเฉียว โกรธง่าย เกิดความเครียด วิตกกังวล และคับข้องใจ จนเป็นสาเหตุของโรคประสาท

อาจสรุปได้ว่า ในทัศนคติของ Freud เกี่ยวกับการเข้าสู่วัยรุ่นนั้นคือ การที่เด็กมีการบรรลุนิติภาวะต่างๆ ทางร่างกาย โดยเฉพาะทางด้านเพศ ซึ่งการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายนี้จะเกี่ยวพันกับการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจ และภาพพจน์ของตัวเอง ซึ่งนับได้ว่าการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย ตลอดจนการเกิดแรงขับทางเพศของวัยรุ่นนั้น อาจนำมาซึ่งความวิตกกังวล ความกลัวในเรื่องเพศ ตลอดจนการปรับตัวในด้านต่าง ๆ ได้

ฮาวิจเฮอสท์ (Havighurst อ้างถึงใน ประไพพรรณ ภูมิวุฒิสาร, 2530) ได้แบ่งงานพัฒนาการ (Development task) ของมนุษย์แต่ละวัย และวัยรุ่นก็เป็นวัยหนึ่งที่มีงานพัฒนาการเฉพาะวัย งานพัฒนาการ คือ ความชำนาญ ความรู้ ความคิด ทัศนคติ ของเด็กระยะหนึ่งๆ ซึ่งมาจากอิทธิพลของวุฒิภาวะ (Maturation) ความคาดหวัง แรงผลักดันและความต้องการของสังคม (Social pressure & demand) และงานพัฒนาการนี้อยู่ระหว่างความต้องการของวัยรุ่นและความคาดหวังของสังคม คือ สังคมคาดหวังว่า เด็กวัยรุ่นควรทำอะไรได้ในระยะวัยรุ่น ถ้าเด็กวัยรุ่นประสบความสำเร็จกับงานพัฒนาการ จะเป็นผลให้เด็กวัยรุ่นนั้นมีการปรับตัวได้ดี และสามารถทำงานพัฒนาการในวัยต่อมาได้สำเร็จ ในทางตรงข้ามถ้าวัยรุ่นประสบความล้มเหลวในงานพัฒนาการ วัยรุ่นนั้นก็จะประสบปัญหาในการปรับตัว มีความวิตกกังวลเพิ่มขึ้น สังคมไม่ยอมรับ และยังไม่สามารถทำงานพัฒนาการขั้นต่อไปให้สำเร็จด้วยดีได้

ดังนั้นจะเห็นได้ว่าจากทฤษฎีจิตวิทยาวัยรุ่นนั้นได้ชี้ให้เห็นว่าเด็กวัยรุ่นเป็นวัยที่อยู่ระหว่างช่วงต่อของวัยเด็กและวัยผู้ใหญ่ เป็นช่วงวัยที่เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม เด็กวัยรุ่นจะพยายามค้นหาเอกลักษณ์ของตนเอง พร้อมต้องประพฤติปฏิบัติตามความคาดหวังของสังคมที่มีต่อเด็กวัยรุ่น เด็กจะมีความสับสน มีการแสดงออกทางอารมณ์ที่รุนแรง มีความกดดัน จึงทำให้เด็กวัยรุ่นเป็นวัยที่มีลักษณะแปรเปลี่ยนไปมาได้ง่าย ทั้งนี้เพื่อกระทำตนให้เกิดภาวะสภาพความสมดุลในตนเองขึ้น จึงต้องอาศัยการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ และหากวัยรุ่นประสบความล้มเหลวในงานพัฒนาการตามวัย จะทำให้เกิดปัญหาในการปรับตัว และก่อให้เกิดความเครียด มีพฤติกรรมเบี่ยงเบนและเกิดปัญหาสุขภาพจิตตามมาได้

2. ความเครียด

2.1 ความหมายของความเครียด

สำหรับความหมายของความเครียดนั้น มีผู้ให้ความหมายต่าง ๆ กัน ดังต่อไปนี้

ความเครียด (Stress) ในภาษาลาตินมาจากคำว่า Strictus ซึ่งหมายถึงสภาวะที่บุคคลรู้สึกแน่น อึดอัด (Tight) หรือถูกจำกัด (Narrow) ในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง เช่น ความคิด หรือสถานที่ ทำให้เกิดความรู้สึกอึดอัด กล้ามเนื้อหดตัว และในศตวรรษที่ 18 ได้มีการนำ Stress ไปใช้ทางกลศาสตร์ ซึ่งหมายถึง ปริมาณแรงที่กระทำต่อหนึ่งหน่วยพื้นที่ เช่น ปอนด์ต่อตารางนิ้ว นอกจากนี้ในศตวรรษที่ 19 ความเครียดได้ถูกนำมาใช้ในการแพทย์ที่เกี่ยวข้องเนื่องจากร่างกายได้รับความกดดันหรือการท้าทาย (Neufeld. 1980 : 10)

เซลเย่ (Selye, 1976 : 74) กล่าวถึงความเครียดว่า เป็นกลุ่มอาการที่ร่างกายมีปฏิกิริยาตอบสนองอย่างไม่เฉพาะเจาะจงต่อข้อเรียกร้อง (Demand) หรือสิ่งที่มาคุกคาม (Stressor) ที่มากระทำต่อบุคคล โดยข้อเรียกร้องดังกล่าวมีทั้งในด้านที่พึงประสงค์และไม่พึงประสงค์

รอเบิร์ต (Robert, 1978 อ้างถึงในกรมสุขภาพจิต, 2541) กล่าวว่า ความเครียดหมายถึง กลุ่มพฤติกรรมตอบสนองที่เกิดขึ้นเมื่อมีความวิตกกังวล มีความคับข้องใจ มีความโกรธ ไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ หรือมีความลำบากในการพิจารณาตัดสินใจ

ลัคแมน และซอเรนซัน (Luckman and Sorenson, 1980 : 10) กล่าวว่า ความเครียดเป็นสิ่งที่มาคุกคาม หรือพยายามทำลายบุคคล เป็นสิ่งที่ทำให้บุคคลประสบความไม่พึงพอใจในสิ่งที่ต้องการ เป็นสิ่งที่ขัดขวางพัฒนาการด้านร่างกาย และจิตใจของมนุษย์ และเป็นสิ่งที่คุกคามทำให้สภาวะของร่างกาย และจิตใจขาดสมดุล

ลาซารัส และโฟล์คแมน (Lazarus and Folkman, 1984 : 21) ให้นิยามเกี่ยวกับความเครียดว่า เป็นผลจากความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อม โดยที่บุคคลเป็นผู้ที่ประเมินด้วยสติปัญญา (Cognitive appraisal) ว่า ความสัมพันธ์นั้นเกินขีดความสามารถ หรือขุมกำลัง (Resource) ที่ตนเองจะใช้ต่อต้านได้ และรู้สึกว่าถูกคุกคามหรือเป็นอันตรายต่อความเป็นสุข

บารอนและพอลลัส (Baron and Paulus. 1991) กล่าวว่า ความเครียดเป็นผลรวมของปฏิกิริยาทางชีววิทยาต่อสิ่งกระตุ้นที่ไม่พึงปรารถนา ในด้านกายภาพ อารมณ์ จิตใจ ทั้งภายในและภายนอก ที่มีแนวโน้มจะรบกวนภาวะสมดุลของสิ่งมีชีวิตนั้น ๆ หากว่าปฏิกิริยาดังกล่าวนั้น ไม่เพียงพอ หรือไม่เหมาะสม ก็อาจนำไปสู่ความผิดปกติได้

สตีเวน (Steven, 1997) ได้ให้ความหมายของความเครียดว่า มีความหมายเหมือนกับ ความวิตกกังวล ความเปลี่ยนแปลงในชีวิตทั้งในทางที่ดี หรือในทางที่ไม่ดี

ชูทิตย์ ปานปรีชา (2529) ได้ให้ความหมายของความเครียด ดังนี้

1. ความเครียดเป็นภาวะทางจิตใจที่สำคัญ เผชิญกับปัญหาต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นปัญหาในตัวคน หรือนอกตัวคน เป็นปัญหาเกิดขึ้นจริงหรือคาดว่าจะเกิดขึ้น เป็นปัญหามาจากความผิดปกติทางร่างกาย หรือความผิดปกติทางจิตใจ

2. ความเครียดเป็นปฏิกิริยาของจิตใจตอบสนองต่อสิ่งเร้า หรือสิ่งที่มากระตุ้นเป็นปัญหาที่กำลังเผชิญ

3. ความเครียดเป็นความรู้สึกไม่พอใจ ไม่สบายใจ เสมือนจิตใจถูกบีบคั้น ซึ่งบังคับให้ต้องเผชิญกับสิ่งเร้า ความรู้สึกดังกล่าวนี้ทำให้เกิดความแปรปรวนทั้งทางร่างกายและจิตใจ

สุจริต สุวรรณชีพ (2531 : 95 อ้างถึงในกรมสุขภาพจิต, 2541) กล่าวว่า ความเครียดเป็นภาวะของจิตใจเราเองที่ตื่นตัวเตรียมพร้อมที่จะเผชิญกับสถานการณ์ หรือความกดดันอย่างใดอย่างหนึ่งอันไม่พึงประสงค์ ซึ่งเราคาดคิดว่า สถานการณ์ หรือความกดดันนั้น ๆ หนักหนา หรือเกินกว่ากำลังความสามารถในยามปกติของเราที่จะแก้ไข หรือขจัดปัดเป่าให้หมดสิ้น หรือบรรเทาเบาบางลงได้

ทัศนา บุญทอง (2533 : 211) กล่าวว่า ความเครียดเป็นภาวะการณ์ซึ่งเป็นผลกระทบทั้งหมดที่เกิดแก่บุคคลทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม เมื่อมีสิ่งที่รบกวน และสิ่งรบกวนนั้นอาจมีสาเหตุมาจากภายนอกหรือภายในบุคคลก็ได้ ภาวะความเครียดเป็นอันตรายต่อร่างกาย มีโทษทำให้เกิดความชำรุดทรุดโทรมในร่างกาย ทำให้เกิดความรู้สึกไม่สุขสบาย และทำให้ร่างกายต้องมีกระบวนการตอบสนองเพื่อปรับหรือแก้ภาวะนั้นให้คืนสู่สภาพสมดุล

รวิวรรณ นิวาตพันธ์ และคณะ (2538 : 19) กล่าวว่า ความเครียดเป็นอาการความรู้สึกที่ร่างกายหรือจิตใจได้รับความกระทบกระเทือน ทำให้มีปฏิกิริยาแสดงออกในรูปแบบต่าง ๆ ถ้าแก้ไขได้ก็ไม่มีอะไรเกิดขึ้น แต่ถ้าแก้ไขไม่ได้ก็จะเป็นความเครียดที่ออกมาทางกาย อารมณ์ และพฤติกรรม

กรมสุขภาพจิต (2541 : 9) ได้ให้ความหมายของความเครียดว่า เป็นภาวะของอารมณ์ หรือความรู้สึกที่เกิดขึ้นเมื่อเผชิญกับปัญหาต่างๆ ที่ทำให้รู้สึกไม่สบายใจ คับข้องใจ หรือถูกบีบคั้น กดดันจนทำให้เกิดความรู้สึกทุกข์ใจ สับสน โกรธ หรือเสียใจ

จากความหมายต่าง ๆ ดังกล่าวข้างต้นสามารถสรุปได้ว่า ความเครียดเป็นภาวะของร่างกายและจิตใจตอบสนองต่อสิ่งที่มาคุกคาม ทั้งภายในและภายนอกตัวบุคคล รวมทั้งเหตุการณ์สภาพแวดล้อมต่างๆ ที่ทำให้เกิดความกดดัน ความทุกข์และไม่สบายใจ ทำให้เกิดการปรับตัวต่อสิ่งคุกคามนั้น ๆ เพื่อรักษาความสมดุลของตนไว้ โดยแสดงออกมาทางร่างกาย จิตใจและพฤติกรรม ซึ่งมีความแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล

2.2 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความเครียด

ทฤษฎีความเครียดของ เซลเย่ (Selye's Stress Theory)

เซลเย่ (Selye, 1976) กล่าวว่า เมื่อร่างกายได้รับการคุกคามทำให้เกิดความเครียด สิ่งที่มาคุกคาม (Stressors) นั้น อาจเป็นได้ทั้งที่ดีและที่เลว ซึ่งทำให้สมดุลของร่างกายเปลี่ยนแปลงไป เมื่อร่างกายได้รับการคุกคามก็จะเกิดการตอบสนอง ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยา และชีววิทยาของร่างกาย การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมต่างๆ การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นนี้เรียกว่า การปรับตัว (General adaptation syndrom) ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 ระยะ คือ

2.2.1 ระยะเตือน (Alarm reaction stage) คือระยะที่เริ่มมีสิ่งมาคุกคาม ปฏิกิริยาอาการที่จะเกิดขึ้นเพียงระยะเวลาสั้นๆ ตั้งแต่เพียงไม่กี่วินาที จนถึง 48 ชั่วโมง ระยะเตือนนี้ยังแบ่งออกเป็น 2 ระยะ คือ

1. ระยะตื่นตระหนกหรือระยะตกใจ (Shock phase) เป็นระยะแรกของการตอบสนองต่อสิ่งที่มาคุกคาม เริ่มมีการเปลี่ยนแปลงความสมดุลของร่างกาย ร่างกายผลิตฮอร์โมนบางอย่างออกมา ซึ่งมีผลต่อหัวใจและหลอดเลือด ความดันโลหิตลดต่ำลง หัวใจอาจหยุดเต้นได้ การเปลี่ยนแปลงในระยะนี้ ร่างกายไม่พร้อมที่จะมีการปรับตัว และถ้ายังดำเนินต่อไป ร่างกายจะถูกใช้พลังงานหมดภายใน 24-48 ชั่วโมง นอกจากจะมีกลไกป้องกันตนเอง

2. ระยะต้านการตื่นตระหนกหรือระยะต้านช็อค ระยะต้านการตื่นตระหนก หรือระยะต้านความรู้สึกตกใจ (Countershock phase) เป็นระยะที่ร่างกายเริ่มปรับตัวกลับสู่สภาวะสมดุล โดยดึงเอากลไกการต่อสู้ของร่างกายออกมาช่วยเหลือ ระบบต่าง ๆ ของร่างกายเริ่มประสานกันอย่างมีระเบียบ อาการที่ตรวจพบคือ อัตราการเต้นของหัวใจจะแรงและเร็ว ความดันโลหิตสูงขึ้น หายใจเร็ว คลื่นไส้ อาเจียน ม่านตาขยาย และเหงื่อออกมากผิดปกติ

2.2.2 ระยะต่อต้าน (Stage of resitance) คือ ระยะการปรับตัวอย่างเต็มที่ต่อสิ่งที่มาคุกคามโดยใช้วิธีต่างๆ ผลที่ตามมาคือ อาการจะดีขึ้นหรือหายไป แต่ถ้ายังได้รับสิ่งที่มากระตุ้นก่อให้เกิดความเครียดอยู่ ร่างกายก็จะสูญเสียการปรับตัวอีกและเข้าสู่ระยะที่ 3 ต่อไป

2.2.3 ระยะหมดกำลัง (Stage of exhausion) คือ ระยะที่ไม่สามารถปรับตัวได้ เนื่องจากมีความเครียดสูง รุนแรงและนานเกินไป ร่างกายหมดกำลัง อาการต่าง ๆ ที่เกิดในระยะเตือนก็จะกับมาอีก ถ้าหากไม่ได้รับความช่วยเหลือ หรือประคับประคองอย่างเพียงพอ กลไกการปรับตัวจะล้มเหลว เกิดโรค และเสียชีวิตได้ในที่สุด

การตอบสนองต่อสิ่งเร้าก่อให้เกิดความเครียดในแต่ละบุคคลแตกต่างกันตามปัจจัยเงื่อนไขทั้งภายในและภายนอกของแต่ละบุคคล ปัจจัยภายใน เช่น อายุ เพศ กรรมพันธุ์ ส่วนปัจจัยภายนอก เช่น การรักษาด้วยฮอร์โมน ยา และอาหาร นอกจากนั้นความเครียดหลายๆ ชนิดที่เกิดขึ้นพร้อมๆ กัน จะให้ผลร่วมกัน ซึ่งจะเพิ่มตัวกระตุ้นความเครียด มีผลให้ความต้านทานต่อสิ่งเร้าที่ทำให้เกิดความเครียดลดลง

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

2.3 ขั้นตอนของการเกิดความเครียด

ลาซารัสและโฟลค์แมน (Lazarus and Folkman , 1984) อธิบายว่า ความเครียดไม่ได้ขึ้นอยู่กับบุคคล หรือสิ่งแวดล้อม แต่คนกับสิ่งแวดล้อมจะมีอิทธิพลซึ่งกันและกัน ดังนั้น ความเครียด (Stress) จึงหมายถึง เหตุการณ์ที่บุคคลประเมินว่ามีผลต่อสวัสดิภาพของตนเอง และตนเองจะต้องใช้แหล่งประโยชน์ในการปรับตัวที่มีอยู่อย่างเต็มที่ หรือเกินกำลัง นั่นคือ เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจะเครียดหรือไม่นั้นขึ้นอยู่กับการประเมินความสมดุลระหว่างความต้องการ (Demands) กับแหล่งประโยชน์ที่มีอยู่ (Resources) ของบุคคลนั้น การตัดสินภาวะเครียดของบุคคลต้องผ่านกระบวนการความรู้สึกนึกคิด ตามขั้นตอนต่าง ๆ ดังนี้

การประเมินโดยใช้สติปัญญา (Cognitive appraisal)

ลาซารัสและโฟล์คแมน (Lazarus and Folkman, 1984) ได้จำแนกการประเมินโดยใช้สติปัญญาออกเป็น 3 ขั้นตอน คือ

1. การประเมินปฐมภูมิ (Primary appraisal) เป็นการประเมินตัดสินถึงความสำคัญและความรุนแรงของเหตุการณ์นั้น มีผลกระทบอย่างไรต่อบุคคล การประเมินนี้แบ่งออกเป็น 3 ลักษณะ คือ

1.1 ไม่เกิดผลใด ๆ หรือไม่มีความสำคัญกับตนเอง (Irrelevant) คือ การที่บุคคลประเมินว่าเหตุการณ์นั้นไม่ได้เกี่ยวข้องกับสวัสดิภาพของตน หรือตนไม่ได้มีส่วนได้ส่วนเสียกับเหตุการณ์นั้น

1.2 มีผลดีหรือได้รับประโยชน์กับตนเอง (Benign positive) คือ การที่บุคคลประเมินว่าเหตุการณ์นั้นมีผลไปในทางดีกับสวัสดิภาพของตนเอง ซึ่งทำให้บุคคลนั้นผ่อนคลาย โดยไม่ต้องใช้ความพยายามในการจัดการกับเหตุการณ์นั้น หรือไม่ต้องใช้ความพยายามในการปรับตัว

1.3 เกิดความเครียด (Stress) คือ การพิจารณาตัดสินว่าในเหตุการณ์นั้นบุคคลต้องดึงแหล่งประโยชน์ที่มีอยู่ ซึ่งการประเมินว่าเป็นความเครียดนั้นจะมี 3 ลักษณะ คือ

1.3.1 เป็นอันตรายหรือสูญเสีย (Harm and loss) หมายถึง การที่บุคคลประเมินว่า เกิดการเสียหายขึ้นกับตนเองแล้ว เช่น การเจ็บป่วย การสูญเสียคนที่รัก เป็นต้น

1.3.2 คุกคาม (Treat) เป็นการประเมินถึงอันตราย หรือการสูญเสียที่จะเกิดขึ้นในอนาคต

1.3.3 ท้าทาย (Challenge) ซึ่งเป็นการพิจารณาตัดสินว่าเหตุการณ์นั้น อาจจะเป็นอันตราย แต่มีทางที่จะควบคุมได้ หรืออาจจะให้ประโยชน์กับตนเอง ทำให้มีขวัญและกำลังใจดีขึ้น

2. การประเมินทุติยภูมิ (Secondary appraisal) เป็นการประเมินแหล่งประโยชน์ และทางเลือกที่จะจัดการกับเหตุการณ์นั้น ๆ ต้องอาศัยความเฉลียวฉลาดในการพิจารณาอย่างถี่ถ้วน มีความซับซ้อนมากขึ้น เพื่อที่จะหาทางแก้ไขจัดการปัญหาที่เกิดขึ้นอย่างเหมาะสม

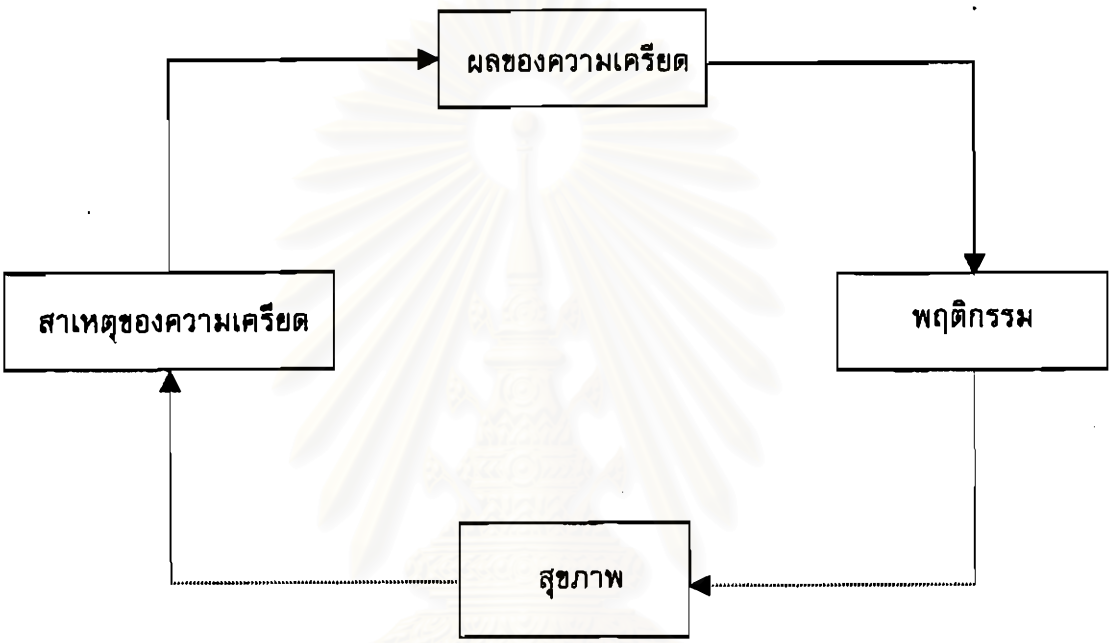
3. การประเมินซ้ำ (Reappraisal) เป็นกระบวนการที่ต่อเนื่องจากการประเมินปฐมภูมิ และการประเมินทุติยภูมิ โดยใช้ข้อมูลและแหล่งประโยชน์ทั้งจากสิ่งแวดล้อมและภายในบุคคลในการควบคุม หรือจัดการกับสถานการณ์ที่มากระทบ

การประเมินซ้ำ เป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องมีลักษณะเป็นพลวัตร (Dynamic) อาจปรับเปลี่ยนได้ หรือเกิดขึ้นพร้อม ๆ กันได้

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

2.4 แนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับความเครียด

ฟาร์เมอร์ โมนาฮานและเฮคเลอร์ (Farmer, Monahan and Hekeler.1984 : 20-24) กล่าวถึง วงจรสุขภาพ (Health Cycle) ที่เกี่ยวกับความเครียดว่ามีกระบวนการดังนี้



ภาพประกอบ 1 วงจรสุขภาพ

จากภาพประกอบ 1 วงจรสุขภาพประกอบด้วย

2.4.1 สาเหตุของความเครียด (Source of stress) มีหลายสาเหตุตั้งแต่ตัวบุคคลเอง ครอบครัว เพื่อน สภาพแวดล้อมในการทำงาน บ่อยครั้งที่มีความเครียดเกิดจากปัจจัยต่าง ๆ

2.4.2 ผลของความเครียด (The effect of stress) โดยทั่วไปจะเกี่ยวข้องกับอารมณ์ ความรู้สึก เช่น ความซึมเศร้า ความวิตกกังวล ความหงุดหงิด ฉุนเฉียว มีผลทางสรีระ เช่น ปวดศีรษะ ท้องปั่นป่วน ซึ่งผลของความเครียดนี้เป็นปฏิกิริยาของร่างกายที่มีต่อสาเหตุของความเครียดในสถานการณ์นั้น ๆ

2.4.3 พฤติกรรม (Behavior) สืบเนื่องมาจากผลของความเครียด เป็นการกระทำที่สัมพันธ์กับความรู้สึก เช่น บุคคลเกิดความเบื่อหน่าย อันเนื่องมาจากชีวิตประจำวัน จึงทำให้เกิดพฤติกรรมการนอนมาก ดังนั้นผลของความเครียดจะสามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้

2.4.4 สุขภาพ (Health) หมายถึง ทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิต แต่เนื่องจากลักษณะธรรมชาติของความเครียด อาจส่งผลให้เกิดพฤติกรรมทางบวก เช่น เกิดความมุ่งมั่นที่จะเผชิญสถานการณ์ หรือพฤติกรรมทางลบ เช่น ท้อแท้ สิ้นหวัง ดังแสดงไว้ในรูปเส้นประ ซึ่งหมายความว่า พฤติกรรมที่เกิดขึ้นนั้นมีผลต่อสุขภาพหรือไม่ ขึ้นอยู่กับว่าพฤติกรรมนั้นเป็นพฤติกรรมทางบวกหรือทางลบ

2.5 สาเหตุของความเครียด

สาเหตุของความเครียดมีดังต่อไปนี้

มิลเลอร์ และคีน (Miller and Kean, 1972 : 915-916 อ้างถึงใน เพ็ญศรี วรสมบัติ, 2537) ได้แบ่งสาเหตุความเครียดตามแหล่งที่เกิดเป็น 2 ประเภท คือ

1. ความเครียดที่เกิดจากร่างกาย (Physical stress) แบ่งตามระยะการเกิดได้เป็น 2 ชนิด คือ

1.1 ความเครียดชนิดเฉียบพลัน (Emergency stress) เป็นสิ่งที่มาคุกคามชีวิตที่เกิดขึ้นทันทีทันใด เช่น การได้รับการบาดเจ็บ การเกิดอุบัติเหตุ การตกอยู่ในสถานการณ์ที่น่ากลัว เป็นต้น

1.2 ความเครียดชนิดต่อเนื่อง (Continuing stress) เป็นสิ่งคุกคามที่เกิดขึ้นแล้วดำเนินไปอย่างต่อเนื่อง เช่น การเปลี่ยนแปลงของร่างกายในวัยต่างๆ หรือการเปลี่ยนแปลงร่างกายในบางโอกาส เช่น การเจ็บปวดเรื้อรัง การตั้งครรภ์ เป็นต้น

2. ความเครียดที่เกิดจากจิตใจ (Psychological stress) เป็นสิ่งคุกคามที่สืบเนื่องมาจากความนึกคิด หรือเกิดขึ้นอย่างเฉียบพลันจากการตอบสนองทันทีทันใดต่อสิ่งที่มาคุกคาม และคาดว่าจะเป็นอันตราย ทำให้เกิดความเครียดของกล้ามเนื้อ หัวใจเต้นแรงและเร็ว เป็นต้น ซึ่งจะส่งผลกระทบกระเทือนต่อการปฏิบัติหน้าที่ต่าง ๆ

ดูบริน (Dubrin, 1990 : 173-174 อ้างถึงใน นลินี ธรรมอำนวยสุข, 2541) ได้แบ่งสาเหตุความเครียดออกเป็น 2 ลักษณะ คือ

1. ความเครียดที่เกิดจากสิ่งที่ดี (Positive thing stress) หรือเรียกว่า ความสุข (Eustress) เป็นความเครียดที่ผู้ได้รับเกิดความสุข ความคิดสร้างสรรค์ และมีความสามารถในการแก้ปัญหาได้ดีขึ้น จะเพลิดเพลินอิ่มเอิบไปด้วยความปิติยินดี ได้แก่ การแต่งงาน การประสบความสำเร็จในหน้าที่การงาน

2. ความเครียดที่เกิดจากสิ่งที่ไม่ดี (Negative thing stress) หรือเรียกว่า ความทุกข์ (Distress) เป็นความเครียดที่ทำให้ผู้รับเกิดความไม่สบายใจ โดยทั่วไปเมื่อบุคคลเผชิญเหตุการณ์บางอย่างก็จะเข้าใจทันทีว่าเกิดความทุกข์ ได้แก่ การหย่าร้าง การเจ็บป่วย การสอบไม่ผ่าน เป็นต้น

วอลเลซ (Wallace, 1978 : 457-458 อ้างถึงใน เพ็ญศรี วรสมบัติ, 2537) แบ่งสาเหตุของความเครียดออกเป็น 2 กลุ่ม คือ

1. สาเหตุจากภายนอก (Exogenous stress) เป็นความเครียดที่มักเกิดจากความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลซึ่งแยกออกเป็น

1.1 สาเหตุของครอบครัว เช่น ความสัมพันธ์ของพ่อแม่ ลูก คู่สมรส

1.2 สาเหตุจากที่ทำงาน เช่น ความสัมพันธ์ระหว่างนายจ้าง ลูกจ้าง ความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนร่วมงาน ขวัญและกำลังใจ ความล้มเหลวของธุรกิจ

1.3 สาเหตุอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับคน

2. สาเหตุจากภายใน (Endogenous stress) ได้แก่ ความเจ็บปวด ความจำ ความรู้สึกผิด ความฝัน ความคิด ความคาดหวัง ความมุ่งหมาย เป็นต้น

อิงเจิล (Engle, 1962 : 288 - 300 อ้างถึงใน นลินี ธรรมอำนวยสุข, 2541) สรุปสาเหตุที่ก่อให้เกิดความเครียดทางจิตใจไว้ 3 ประการ คือ

1. การสูญเสียหรือเกรงว่าจะสูญเสียสิ่งที่มีค่า สิ่งที่รัก สิ่งที่มีความสำคัญต่อตน ได้แก่ การสูญเสียหรือเกรงว่าจะเสียอวัยวะ บทบาทในสังคม อาชีพการงาน หรือสัตว์เลี้ยงที่ตนมีความผูกพันธ์อยู่ เป็นต้น

หอสมุดกลาง สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

2. การได้รับอันตรายหรือเกรงว่าจะได้รับอันตราย เช่น การที่จะต้องอยู่ในสถานการณ์ใหม่ หรือสถานการณ์ที่ไม่คุ้นเคย การพลัดพรากจากบุคคลที่ใกล้ชิด การเปลี่ยนหน้าที่ความรับผิดชอบ การสอบ การโต้แย้ง การแข่งขัน การพบเหตุการณ์ที่น่าตกใจ หรือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกะทันหันโดยไม่คาดคิดมาก่อน

3. ความคับข้องใจ เมื่อบุคคลไม่ได้รับการตอบสนองความต้องการทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม เช่น ความต้องการอาหาร ความต้องการทางเพศ ความขัดแย้งระหว่างบุคคล

ฟาร์มเมอร์และบุคคลอื่น ๆ (Farmer and Other, 1984) ได้แบ่งสาเหตุแห่งความเครียดไว้ดังนี้คือ

1. สาเหตุจากตัวบุคคล (Personal source) เป็นสาเหตุที่สัมพันธ์กับวิธีชีวิตของบุคคล ซึ่งได้แก่ โครงสร้างบุคลิกภาพ ประสบการณ์ในชีวิต อัตมโนทัศน์ของบุคคล (Self concept) สุขภาพ และอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องในลักษณะของปัจเจกบุคคล

2. สาเหตุจากการเงิน (Financial source) เป็นสาเหตุที่เกี่ยวกับเศรษฐกิจ เช่น สภาพทางการเงิน รายได้ ความสามารถในการจัดหาอาหาร เครื่องนุ่งห่ม และที่อยู่อาศัย รวมทั้งการรับรู้ของบุคคลเกี่ยวกับสถานภาพทางการเงินที่ควรจะเป็น

3. สาเหตุจากสัมพันธภาพ (Relational source) หมายถึง สาเหตุที่เป็นผลมาจากการปะทะสังสรรค์ (Interaction) กับคนอื่น ได้แก่ ครอบครัว เพื่อนบ้าน คู่สมรส เพื่อน

4. สาเหตุจากอาชีพการงาน (Occupational source) เป็นสาเหตุที่สัมพันธ์กับประสบการณ์ในการทำงานและการดำเนินชีวิต ซึ่งหมายถึงความรู้สึกและประสบการณ์ในอาชีพปัจจุบันรวมถึงการคาดหวังในอนาคต

โฮเมสและราช (Holmes and Rahe, 1967 อ้างถึงใน นลินี ธรรมอำนวยสุข, 2541) พบว่า เหตุการณ์ในชีวิตของบุคคลที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลง เช่น การเปลี่ยนแปลงในด้านสุขภาพ ความสัมพันธ์ในครอบครัว เศรษฐกิจ สภาพการใช้ชีวิต การศึกษา ศาสนา ความสัมพันธ์ในสังคม เป็นสาเหตุที่ทำให้บุคคลมีความรู้สึกเครียดได้ง่าย ถ้าการเปลี่ยนแปลงนั้นรุนแรงและเกิดขึ้นบ่อย ๆ จะทำให้บุคคลมีความเครียดมากยิ่งขึ้น

เมอร์เรย์ และ ฮูเอลสคอเอทเตอร์ (Murray and Huelskoetter, 1987:325 อ้างถึงใน วรกช นิธิกุล, 2535) ได้รวบรวมสาเหตุของความเครียดไว้ 8 ด้าน ดังต่อไปนี้ คือ

1. ด้านร่างกาย (Physical) เช่น อุณหภูมิของอากาศร้อนหรือหนาวจัด เสียง แสง การเคลื่อนไหว

2. ด้านสารเคมี (Chemical) เช่น ความเป็นด่าง กรด ยา สารพิษต่างๆ ฮอร์โมน แก๊ส หรือมลภาวะของอาหาร น้ำ

3. ด้านจุลินทรีย์ เช่น เชื้อโรคจำพวกไวรัส แบคทีเรีย พยาธิ หรือเชื้อโรคอื่นๆ

4. ด้านสรีระของร่างกาย เช่น ขบวนการของโรค การผ่าตัด การเป็นอัมพาต การเป็นใช้ อวัยวะของร่างกายทำหน้าที่มากไปหรือน้อยไป หรือความเจ็บปวด

5. ด้านจิตใจ เช่น ความกังวลเกี่ยวกับเรื่องการแต่งงาน หรือ ความตาย เหตุการณ์ที่จินตนาการถึง การมีอารมณ์บางอย่างรุนแรง ความวิตกกังวล หรือความรู้สึกไม่เป็นสุขอื่น ๆ ภาพพจน์ของร่างกายผิดเพี้ยนไป สิ่งต่าง ๆ ที่คุกคามต่อมโนทัศน์เกี่ยวกับตน ความคาดหวังของผู้อื่นต่อพฤติกรรม การไม่เป็นที่ยอมรับ หรือการแยกจากกันของคนที่รัก การเปลี่ยน บทบาท ความทรงจำเกี่ยวกับประสบการณ์ทางลบในอดีต ความล้มเหลวที่เกิดขึ้นจริง ๆ หรือที่เกิดจากการรับรู้

6. ด้านพัฒนาการ เช่น พัฒนาการไม่สมวัย และขบวนการสู่ความชรา

7. ด้านสังคมและวัฒนธรรม เช่น ความกดดันทางสังคมและวัฒนธรรม สัมพันธภาพระหว่างบุคคลที่ไม่ปรองดองกัน แรงกดดันจากสังคมที่เจริญด้วยเทคโนโลยีซึ่งมีการแข่งขันสูง การย้ายถิ่นฐาน ขนบธรรมเนียมประเพณีทางสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป ความกดดันจากงาน ความกังวลทางเศรษฐกิจ ความไม่แน่ใจในบทบาททางเพศ

8. ด้านสิ่งแวดล้อม เช่น การไม่มีค่าจ้างแรงงาน มลภาวะของอากาศและน้ำ ความแออัด สาธารณภัย สงคราม หรืออาชญากรรม

ชูทิตย์ ปานปรีชา (2529 : 486-488) ได้อธิบายสาเหตุของความเครียดไว้ดังต่อไปนี้

1. สาเหตุภายใน หมายถึง ความเครียดที่เกิดจากสาเหตุ หรือปัจจัยต่าง ๆ ที่มาจากตัวคน สามารถแยกได้เป็น 2 ชนิด คือ

1.1. สาเหตุทางร่างกาย เป็นภาวะบางอย่างของร่างกายที่ทำให้เกิดความเครียดเนื่องจากร่างกายและจิตใจแยกกันไม่ได้ เมื่อส่วนหนึ่งส่วนใดชำรุดหรือเจ็บป่วย จะทำให้อีกส่วนหนึ่งชำรุด หรือเจ็บป่วยไปด้วย ฉะนั้นเมื่อร่างกายเครียด จะทำให้จิตใจเครียดด้วย ภาวะต่าง ๆ ที่เป็นสาเหตุของความเครียด ได้แก่

1.1.1 ความเมื่อยล้าทางร่างกายเป็นสภาพของร่างกายที่ไม่สมบูรณ์แข็งแรง หรือได้ผ่านการทำงานอย่างหนักและนาน

1.1.2 ร่างกายได้รับการพักผ่อนไม่เพียงพอ เป็นสภาพของร่างกายที่เกิดจากการตรากตรำทำงานติดต่อกันนาน

1.1.3 รับประทานอาหารไม่เพียงพอ หรือไม่ถูกสุขลักษณะ ทำให้ร่างกายหิวโหย น้ำตาลในเลือดต่ำ ร่างกายขาดวิตามินและเกลือแร่ ซึ่งเป็นส่วนประกอบที่สำคัญในการให้พลังงานแก่ร่างกาย ทำให้ร่างกายอ่อนเพลีย เกิดความเครียดได้

1.1.4 ความเจ็บป่วยทางร่างกาย เช่น มีโรคประจำตัว ได้รับการผ่าตัดใหม่ทำให้ไม่อยากอาหาร เนื้อเยื่อของอวัยวะที่ป่วยถูกทำลายหรือทำงานไม่ได้ดี เสียน้ำเสียเลือดเป็นผลทำให้ร่างกายอ่อนเพลีย

1.1.5 ภาวะติดสุราและยาเสพติด สุราและยาเสพติดไปกดประสาททำให้ร่างกายต้องใช้พลังงานมาก เป็นผลทำให้ร่างกายอ่อนเพลีย อ่อนแอมากขึ้นทุกขณะ

1.2 สาเหตุทางใจ สภาพทางจิตใจบางอย่าง สามารถที่จะก่อให้เกิดความเครียดได้ คือ

1.2.1 อารมณ์ที่ไม่ดีทุกชนิด ได้แก่ ความกลัว ความวิตกกังวล ความเศร้า อารมณ์ดังกล่าวก่อให้เกิดความรู้สึก ทุกข์ใจ ไม่สบายใจ โดยเฉพาะความเศร้าทำให้เกิดความรู้สึกสิ้นหวัง ไม่คิดต่อสู้ ความรู้สึกทั้งหมดนี้ทำให้เกิดความเครียด

1.2.2 ความคับข้องใจ เป็นภาวะของจิตใจที่เกิดขึ้นเมื่อความต้องการถูกขัดขวางทำให้มีปัญหาต้องเผชิญ เกิดความรู้สึกไม่พอใจ โกรธ วิตกกังวล จิตใจเหมือนถูกบีบคั้น จึงทำให้เกิดความเครียดขึ้น

1.2.3 บุคลิกภาพบางประเภท ทำให้เกิดความเครียดได้ คือ

1.2.3.1 เป็นคนจริงจังกับชีวิต (Perfectionist) ทำอะไรต้องทำให้ดี สมบูรณ์แบบ เจ้าระเบียบ เป็นคนตรงมีมาตรฐานในการดำเนินชีวิตสูง มีความ

สามารถในการทำงานเหนือกว่าผู้อื่น ทำให้ตลอดชีวิตต้องทำงานหนัก และต้องทำงานทุกอย่างด้วยตัวของตัวเอง จึงทำให้เกิดความเครียดได้ง่าย

1.2.3.2 เป็นคนใจร้อน รุนแรง ก้าวร้าว ควบคุมอารมณ์ไม่อยู่ คนประเภทนี้อารมณ์เปลี่ยนแปลงได้มาก มีการเปลี่ยนแปลงทางสรีระวิทยาด้วย ทำให้เกิดความเครียดได้ง่าย

1.2.3.3 เป็นคนต้องพึ่งพาผู้อื่น คนประเภทนี้ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง มีความรู้สึกว่าตนเองไม่เก่ง ไม่กล้าตัดสินใจ ไม่กล้าทำอะไรด้วยตนเอง ต้องอาศัยความคิด คำแนะนำ และกำลังใจจากผู้อื่น ทำให้มีความกลัว วิตกกังวล มองอนาคตด้วยความหวาดหวั่นอยู่เสมอ เกิดความเครียดเป็นประจำ

2. สาเหตุภายนอก หมายถึง ปัจจัยต่าง ๆ นอกตัวคนที่เป็นสาเหตุทำให้เกิดความเครียด ซึ่งได้แก่

2.1 การสูญเสียสิ่งที่รัก ได้แก่ การสูญเสียคนรัก ของรัก ทรัพย์สิน หน้าที่การงาน การตกงาน หรือถูกให้ออกจากงาน ถูกลดตำแหน่ง หรือย้ายงาน ธุรกิจล้มละลาย

2.2 การเปลี่ยนแปลงในชีวิต ในระยะหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิตจะมีจิตใจแปรปรวน(Psychological Imbalance) ทำให้เกิดความเครียดไม่มากก็น้อย ระยะหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต ได้แก่ การเข้าโรงเรียนครั้งแรก ทำงานครั้งแรก สมรสใหม่ ๆ วัยหมดประจำเดือน การเปลี่ยนแปลงของสิ่งแวดล้อมที่ทำให้ต้องปรับตัว การเปลี่ยนแปลงอย่างกะทันหันโดยไม่คาดคิด หรือไม่ได้เตรียมตัวไว้ก่อน เช่น การย้ายโรงเรียน การย้ายที่อยู่และอพยพย้ายถิ่น เป็นต้น

2.3 ภัยอันตรายต่าง ๆ ที่คุกคามชีวิตและทรัพย์สิน ไม่ว่าจะเป็นภัยที่มนุษย์สร้างขึ้น หรือภัยธรรมชาติ เช่น อยู่ในถิ่นที่มีโจรผู้ร้ายชุกชุม ถูกชู่จะทำร้ายร่างกาย อยู่ในสนามรบ และไฟไหม้บ้าน ภาวะดังกล่าวทำให้เกิดความกดดันบีบคั้นจิตใจอย่างรุนแรง เกิดความเครียดอย่างรุนแรงได้

2.4 ภาวะเศรษฐกิจตกต่ำ ยากจน เป็นหนี้สิน ทำให้การเจริญเติบโตไม่สมบูรณ์ ขาดอาหาร เรียนได้ไม่เต็มที่ อยู่ในชุมชนแออัด ไม่มีความปลอดภัยในชีวิตทรัพย์สิน ทำให้เกิดความวิตกกังวล คิดมาก บีบคั้นจิตใจ จึงทำให้เกิดความเครียดได้

2.5 สภาพของสังคมเมือง มีคนหลั่งไหลเข้ามาทำงานในเมืองมากขึ้นเรื่อย ๆ อยู่กันแออัดยัดเยียด ชีวิตต้องแข่งขัน ชิงดีชิงเด่น การเดินทางไม่สะดวกเพราะการจราจรติดขัด ชีวิตครอบครัวไม่อบอุ่นต่างคนต่างอยู่ ขาดอากาศบริสุทธิ์หายใจ สภาพดังกล่าวทำให้เกิดความเครียดได้

จากการศึกษาสาเหตุของความเครียดทั้งหมดดังที่กล่าวมาแล้วข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า สาเหตุของความเครียดนั้น เกิดจากสาเหตุใหญ่ ๆ 2 ประการ คือ 1. สาเหตุที่มาจากภายในตัวบุคคล 2. สาเหตุที่มาจากภายนอกตัวบุคคล โดยผู้วิจัยได้ศึกษารวบรวมเฉพาะสาเหตุของความเครียดที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยในเรื่องความเครียดของนักเรียนชั้นมัธยมปีที่ 6 ในภาวะวิกฤตทางเศรษฐกิจ และได้สรุปออกมาเป็นกรอบแนวคิดที่ใช้ในการวิจัย ดังนี้

2.6 ระดับความเครียด

ชูทิตย์ ปานปรีชา (2529 : 483) แบ่งระดับหรือความรุนแรงของความเครียดไว้เป็น 3 ระดับคือ

ระดับแรก เป็นภาวะของจิตใจที่มีความเครียดอยู่เล็กน้อย ยังถือเป็นภาวะปกติพบได้ในชีวิตประจำวันทุก ๆ คน ขณะกำลังเผชิญปัญหาต่าง ๆ หรือกำลังต่อสู้กับความรู้สึกที่ไม่ดีของตนเองจะเกิดความเครียดเล็กน้อยขึ้น อาจไม่รู้สึกเพราะความเคยชินหรือรู้สึกเพียงเล็กน้อยพอทนได้ ไม่มีการเปลี่ยนแปลงทางสรีระวิทยาของร่างกาย ความนึกคิด อารมณ์และพฤติกรรมให้เห็นได้ชัดไม่เกิดผลเสียในการดำเนินชีวิต

ระดับสอง เป็นภาวะของจิตใจที่มีความเครียดปานกลาง เป็นระยะที่ร่างกายและจิตใจต่อสู้กับความเครียดที่มี แสดงออกให้เห็นโดยมีการเปลี่ยนแปลงทางสรีระวิทยา ความคิด อารมณ์ พฤติกรรมและการดำเนินชีวิต ความเครียดระดับนี้ เป็นสัญญาณเตือนภัยว่าความเครียดถ้าปล่อยให้เพิ่มมากขึ้น จะทำให้เกิดพยาธิสภาพของร่างกายและจิตใจ เกิดเป็นโรคต่าง ๆ การดำเนินชีวิตประจำวันเสียไป ทำให้การทำงานเลวลง หรือผิดพลาด การตัดสินใจเสียไปด้วย

ระดับสาม เป็นภาวะของจิตใจที่มีความเครียดรุนแรงหรือเครียดมาก ร่างกายและจิตใจพ่ายแพ้ความเครียด มีการเปลี่ยนแปลงของร่างกายและจิตใจให้เห็นเด่นชัด มีพยาธิสภาพหรือป่วยเป็นโรคขึ้น ทำให้การดำเนินชีวิตเสียไป การตัดสินใจผิดพลาด ระยะนี้ต้องการการดูแลช่วยเหลือและรักษาตัว แม้สาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดหมดไปได้โดยง่าย การช่วยเหลือตนเองเพียงอย่างเดียวไม่เพียงพอต้องมีผู้อื่นเข้ามาช่วยด้วย

2.7 ผลของความเครียด

ดูแกน และคณะ (Dougan and Others. 1986 : 191 - 198) กล่าวถึงผลของความเครียด โดยแบ่งออกเป็น 4 ด้านดังต่อไปนี้

1. ด้านอารมณ์ (Mood) เช่น รู้สึกหงุดหงิด ฉุนเฉียวง่าย กังวลใจ รู้สึกสับสน หลงลืมง่าย เบื่อหน่าย เป็นต้น

2. ด้านอวัยวะ (Organ) เช่น หัวใจเต้นแรง หายใจถี่ กระเพาะอาหารปั่นป่วน เหงื่อออกง่ายกว่าปกติ วิงเวียนศีรษะ ปากคอแห้ง ปัสสาวะบ่อย ท้องเสีย หรือท้องผูกบ่อย ๆ เป็นต้น

3. ด้านกล้ามเนื้อ (Muscles) เช่น มือและนิ้วสั่น เส้นกระตุก กล้ามเนื้อยึดพูดตะกุกตะกัก ขบกรามบ่อย ๆ ตาพร่ามัว ปวดหลัง เป็นต้น

4. ด้านพฤติกรรมที่แสดงออก (Behavior) เช่น ลุกลี้ลุกลน เดินตัวเกร็ง นอนไม่หลับ ตื่นแล้วยังนอนต่อ ความต้องการทางเพศน้อยลง มีอุบัติเหตุเกิดขึ้นบ่อยครั้ง ต้องพึ่งยาหรือไปพบแพทย์บ่อยขึ้น เป็นต้น

ฟาร์เมอร์ โมนาฮานและเฮคเลอร์ (Farmer, Monahan and Hekeler,1984 : 24) กล่าวว่า ผลของความเครียดโดยทั่วไปแล้วจะเกี่ยวข้องกับความรู้สึกทางอารมณ์ เช่น ความซึมเศร้า ความวิตกกังวล ความหงุดหงิดฉุนเฉียว รวมทั้งมีผลทางสรีระ เช่น ปวดศีรษะ ท้องปั่นป่วน ซึ่งผลของความเครียดนี้เป็นปฏิกิริยาของร่างกายที่มีต่อสาเหตุของความเครียดในสถานการณ์นั้น ๆ

สุพัฒนา เดชาติวงศ์และคณะ (2520:405-466)กล่าวถึงการเปลี่ยนแปลงของร่างกายและจิตใจเมื่อมีความเครียดเกิดขึ้นดังนี้

1. ทางร่างกาย มีความตึงเครียดของกล้ามเนื้อ ใจสั่น มือกระตุก เหงื่อออก (โดยเฉพาะบริเวณฝ่ามือและฝ่าเท้า) ม่านตาขยาย รู้สึกชาแขนและขา กล้ามเนื้อเกร็ง

2. ทางจิตใจ มีความไม่สบายใจกระวนกระวายใจ หวาดกลัว หงุดหงิด ขาดสมาธิ ตลอดจนกังวลใจว่า จะมีอันตรายร้ายแรงเกิดขึ้นกับตน บางทีมีความรู้สึกเบื่ออาหารหรือนอนไม่หลับ มีความรู้สึกทางเพศลดลง

ส่วน วัชรัตน์ ทลิมรัตน์ (2527 : 42 อ้างถึงใน นลินี ธรรมอำนวยสุข, 2541) ได้สรุปปฏิกิริยาในร่างกาย อันเป็นผลของความเครียดว่า ทำให้มีการเปลี่ยนแปลงในร่างกาย 3 ประการดังนี้ (1) ต่อมหมวกไต (2) กระเพาะอาหารและลำไส้อักเสบ (3) ต่อมไธมัสและต่อมน้ำเหลืองเหี่ยวฝ่อ ปฏิกิริยาเหล่านี้ จะเกิดได้ทั้งที่ผู้ที่มีความเครียดอย่างรุนแรงและผู้ที่มีความเครียดค่อนข้างน้อย แต่ขึ้นอยู่กับสภาพเครียดที่เกิดขึ้นนานๆ นอกจากนี้เมื่อเกิด

ความเครียดขึ้นยังทำให้เกิดผลที่นอกเหนือไปจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายอีกด้วย ได้แก่ มีพฤติกรรมที่ผิดแผกไปจากเดิม ร่างกายไม่ตอบสนองต่อยา และสิ่งกระตุ้นภูมิคุ้มกัน เป็นต้น

2.8 ความเครียดกับความแตกต่างทางเพศ

ตามปกติวัยรุ่นเป็นวัยที่มีความรู้สึกนึกคิด อุดมคติ การปรับตัว ด้านจิตใจของวัยรุ่นชายและวัยรุ่นหญิงแตกต่างกัน ดังนั้น ตัวแปรเพศ จึงนับว่ามีความสำคัญมากในการศึกษาค้นคว้า

แคพแพลน (Kaplan, 1959 : 293) ได้กล่าวว่า เด็กหญิงมีปัญหาการปรับตัวมากกว่าเด็กชาย เนื่องจากเด็กหญิงได้รับการปกป้องมาก แต่มีอิสระน้อยกว่าเด็กชาย ต้องทำตามความต้องการของพ่อแม่อย่างใกล้ชิด และนอกจากนี้ยังมีความขัดแย้งในใจมาก ซึ่งอาย จะเก็บกดความวิตกกังวลและความก้าวร้าวไว้ จึงทำให้เกิดความคับข้องใจ และแสดงออกในด้านปัญหาการปรับตัวได้

ฟาร์แรก (อ้างถึงใน นิภา พงศ์วิรัตน์, 2520 : 11) ได้ทำการเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวของนักเรียนอียิปต์กับปัญหาของนักเรียนอเมริกัน ในระดับเกรด 10, 11, 12 แล้วแปลปัญหาชุดเดียวกันเป็นภาษาอาหรับ สำหรับนักเรียนชั้นเดียวกันในอียิปต์ พบว่านักเรียนอเมริกันมีปัญหาน้อยกว่านักเรียนอียิปต์ และนักเรียนหญิงอียิปต์มีปัญหามากกว่านักเรียนชายอียิปต์

โรบินเฟลด์ (อ้างถึงใน นลินี ธรรมอำนวยสุข, 2541 : 44) ได้ประเมินผลการให้คำปรึกษาส่วนตัว ปัญหาสังคม และปัญหาการเรียนของโรงเรียนระดับมัธยมศึกษาในเมือง เนวาด มลรัฐนิวเจอร์ซี่ โดยออกแบบสอบถามนักเรียนที่เรียนสำเร็จจากโรงเรียน จำนวน 93 คน และนักเรียนที่ต้องออกจากโรงเรียนกลางคันอีก จำนวน 115 คน นักเรียนกลุ่มที่ต้องออกจากโรงเรียนกลางคันและยังไม่มีงานทำนั้น เป็นกลุ่มที่มีปัญหามากที่สุด และนักเรียนชายต้องการความช่วยเหลือจากฝ่ายแนะแนวมากกว่านักเรียนหญิง

กฤษฎา ชลวิริยะ และคณะ (2539) ได้ศึกษา “ ความเครียดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในจังหวัดชัยนาท ” มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับความเครียดของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในจังหวัดชัยนาท และระดับความสัมพันธ์ของความเครียดกับเพศ ลำดับการเกิด อายุ ประเภทที่อยู่อาศัย ระดับการศึกษา และค่าใช้จ่ายต่อเดือน ความคาดหวังจากบิดามารดา หรือครู การเงิน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

ที่ศึกษาอยู่ในโรงเรียนมัธยมศึกษา ในเขตจังหวัดชัยนาท จำนวน 952 คน โดยใช้แบบสอบถาม ผลการศึกษาพบว่า ความแตกต่างในเรื่องเพศมีผลต่อความเครียดโดยเพศชายมีความเครียดน้อยกว่าเพศหญิงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องแสดงให้เห็นว่า เพศชายมีความเครียดแตกต่างจากเพศหญิง โดยส่วนใหญ่เพศหญิงจะมีความเครียดมากกว่าเพศชาย และปัจจัยเศรษฐกิจที่ต่างกันยังนับเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้นักเรียนมีความเครียดแตกต่างกัน

2.9 ความเครียดกับฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว

ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว นับว่าเป็นสาเหตุที่สำคัญอย่างหนึ่งที่มีผลต่อความเครียด ซึ่งมีนักจิตวิทยา และผู้ที่ทำการศึกษาวิจัย ได้สรุปไว้ดังนี้คือ

แพนซารีน (Panzarine, 1985 : 51 อ้างถึงใน เพ็ญศรี วรสมบัติ, 2537) กล่าวว่า สภาพสิ่งแวดล้อมที่แตกต่างกัน ทำให้บุคคลประเมินความรุนแรงของความเครียดต่างกัน และทำให้กลวิธีการเผชิญความเครียดต่างกันด้วย ซึ่งได้แก่ ฐานะทางเศรษฐกิจ ถ้าฐานะทางเศรษฐกิจต่ำ ก็จะทำให้การเผชิญความเครียดมีประสิทธิภาพลดลง

ริงเนสส์ (Ringness, 1968 : 270 อ้างถึงใน รักชนก คชไกร, 2541) ได้ใช้แบบสอบถามวัดบุคลิกภาพ พบว่า พวกชนชั้นกลางจะเป็นคนที่มีความมั่นคงทางอารมณ์ เป็นตัวของตัวเอง ขณะที่พวกฐานะทางเศรษฐกิจต่ำ มีแนวโน้มขาดความอบอุ่น หงุดหงิดง่าย และมีอาการทางประสาท เช่น กัดเล็บ พวกนี้มีความยากลำบากในการควบคุมอารมณ์ มีความวิตกกังวล ปรับตัวเข้ากับสังคมลำบากมากกว่าชนชั้นกลางและชนชั้นสูง และจากรายงานผลการประชุมของคณะกรรมการเกี่ยวกับสุขภาพจิต (The Joint Commission on Mental Health of Children, 1973 : 25) ซึ่งศึกษากับพวกอินเดียแดงอเมริกาพบว่า ความยากจนและมีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำ จะเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดความผิดปกติทางจิตใจอย่างมาก เช่น เป็นพวกที่ติดสุรา โรคประสาท ปรับตัวอยู่ในสังคมได้ไม่ดีเป็นคนเฉยเมย และแยกตัวเอง

ครอบครัวเป็นสถาบันทางสังคมที่มีบทบาทมากสำหรับพฤติกรรมการพัฒนาการและปัญหาของวัยรุ่นในครอบครัว หรือบ้านที่มีปัญหาย่อมมีผลโดยตรงต่อการพัฒนาวัยรุ่น ซึ่งสุชา จันทน์เอม (2536) ได้กล่าวถึงปัญหาทางเศรษฐกิจของครอบครัวกับวัยรุ่นไว้ดังนี้คือ ครอบครัวที่ยากจนมักมีผลต่อพัฒนาการของเด็กทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสังคม เนื่องจากครอบครัวที่ขัดสนไม่สามารถหาอาหาร และสิ่งต่าง ๆ ที่จำเป็นต่อพัฒนาการ

ทางร่างกายของวัยรุ่นได้ ในขณะที่ร่างกายกำลังเจริญเติบโตนั้น ถ้าวัยรุ่นไม่ได้รับอาหารอย่างสมบูรณ์แล้ว อาจทำให้พัฒนาการช้ากว่าปกติ ทางด้านจิตใจนั้น วัยรุ่นที่ครอบครัวมีฐานะยากจนจะเป็นคนคิดมาก อิจฉาคนที่มีฐานะดีกว่า อาจผลักดันให้เกิดนิสัยลักขโมยได้ ทางสังคมนั้นจะไม่สามารถเข้าร่วมสังคมกับเพื่อนฝูงได้ เพราะมักคิดถึงปมด้อยของตนเอง และกลัวว่าคนอื่นจะรังเกียจตน ทำให้ไม่มีความเชื่อมั่นในตนเอง และมักเก็บตัวอยู่คนเดียว

นราธร ศรประสิทธิ์ (2529 : 82) ได้ทำการศึกษา "ปัจจัยทางสังคมและจิตวิทยาที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของเด็กวัยรุ่น" มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยทางสังคม และจิตวิทยาที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของเด็กวัยรุ่น ตามลักษณะความแตกต่างทางสังคมประชากร กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสามเสนวิทยา และโรงเรียนทอวัง จำนวนแห่งละ 200 คน รวมทั้งสิ้น 400 คน โดยใช้แบบสอบถามในการเก็บข้อมูล ผลการศึกษาพบว่า

ตัวแปรอิสระที่ทำให้นักเรียนวัยรุ่นมีความเครียดแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ ได้แก่ เพศ ปัญหาเกี่ยวกับรายได้ของครอบครัว ความแออัดของที่อยู่อาศัย ความต้องการหรือความมุ่งหวังในชีวิต ความสัมพันธ์ในครอบครัว และอัตมโนทัศน์ส่วนตน

ตัวแปรอิสระ ได้แก่ สถานภาพสมรสของบิดามารดา รายได้ของบิดามารดาต่อเดือน ชนิดของบ้านที่อยู่อาศัย ภูมิลำเนาเดิม และผลการเรียน ล้วนเป็นตัวแปรอิสระที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของนักเรียนวัยรุ่นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

นักเรียนวัยรุ่นที่ครอบครัวมีปัญหาเกี่ยวกับรายได้มีความเครียดมากกว่านักเรียนวัยรุ่นที่ครอบครัวไม่มีปัญหาเกี่ยวกับรายได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

นักเรียนวัยรุ่นหญิงมีความเครียดมากกว่านักเรียนวัยรุ่นชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

เพ็ญศรี วรสมบัติ (2537) ได้ศึกษา "ความสัมพันธ์ระหว่างความเครียด สติปัญญา และการสนับสนุนทางสังคมกับพฤติกรรมการเผชิญความเครียดในวัยรุ่นตอนต้น" มีวัตถุประสงค์เพื่อทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเครียด สติปัญญา และการสนับสนุนทางสังคมกับพฤติกรรมการเผชิญความเครียดในวัยรุ่นตอนต้น และเพื่อทำการศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมการเผชิญความเครียดในวัยรุ่นตอนต้น โดยแยกตามตัวแปรฐานะทางเศรษฐกิจ ความเครียด สติปัญญา และการสนับสนุนทางสังคม กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา

ปีที่ 1 ปีการศึกษา 2536 ในโรงเรียนมัธยมศึกษา แบบสหศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวนทั้งสิ้น 402 คน โดยใช้แบบสอบถามในการเก็บข้อมูล ผลการศึกษา พบว่า วัยรุ่นตอนต้นที่มีระดับฐานะทางเศรษฐกิจแตกต่างกัน จะมีพฤติกรรมการเผชิญความเครียดแตกต่างกันดังนี้ คือ วัยรุ่นตอนต้นที่มีฐานะทางเศรษฐกิจปานกลางและสูง มีพฤติกรรมการเผชิญความเครียดดีกว่า วัยรุ่นตอนต้นที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนวัยรุ่นตอนต้นที่มีฐานะทางเศรษฐกิจปานกลางและสูง มีพฤติกรรมการเผชิญความเครียดไม่แตกต่างกัน

อรัญญา จันทร์ดุ้ง(2536) ได้ศึกษา "สุขภาพจิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษาจังหวัดบุรีรัมย์" มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบสุขภาพจิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษาจังหวัดบุรีรัมย์ กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ปีการศึกษา 2535 จำนวน 268 คน โดยใช้แบบสอบถามสุขภาพจิต เอส ซี แอล- 90 (SCL- 90) ผลการวิจัยพบว่า สุขภาพจิตของนักเรียนชายและนักเรียนหญิงไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สุขภาพจิตของนักเรียนที่ผู้ปกครองมีฐานะทางเศรษฐกิจต่างกัน พบว่ามีสุขภาพจิตไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

กฤษฎา ชลวิริยะกุล และคณะ (2539) ได้ศึกษา "ความเครียดของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในจังหวัดชัยนาท" มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับความเครียดของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในจังหวัดชัยนาท และระดับความสัมพันธ์ของความเครียดกับเพศ ลำดับการเกิด อายุ ประเภทที่อยู่อาศัย ระดับการศึกษา และค่าใช้จ่ายต่อเดือน ความคาดหวังจากบิดามารดา หรือครู การเงิน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ที่ศึกษาอยู่ในโรงเรียนมัธยมศึกษา ในเขตจังหวัดชัยนาท จำนวน 952 คน โดยใช้แบบสอบถาม ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนหญิงมีความเครียดแตกต่างจากนักเรียนชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักเรียนหญิงมีความเครียดมากกว่านักเรียนชาย และนักเรียนที่มีค่าใช้จ่ายต่อเดือนแตกต่างกัน มีความเครียดไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

นลินี ธรรมอำนวยสุข (2541) ได้ทำการศึกษา "ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี สังกัดกรมพลศึกษา จังหวัดสุพรรณบุรี" มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาโรงเรียนกีฬา จังหวัดสุพรรณบุรี ปีการศึกษา 2540 จำนวน 461 คน เป็นนักเรียนชาย 338 คน นักเรียนหญิง 123 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวม

ข้อมูลคือ แบบสอบถามเกี่ยวกับตัวแปรที่เกี่ยวกับข้องกับความเครียดในการเรียนของนักเรียน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวต่างกันในกีฬาประเภททีม มีความเครียดในการเรียนทุกด้านไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนในกีฬาประเภทบุคคล มีความเครียดในการเรียน ด้านร่างกาย แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สุภาวดี ศิลป์นรประสาธน์ และคณะ (2541) ได้ศึกษา "ความเครียดของนักศึกษาคณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ที่คาดว่าจะจบการศึกษาในปี 2541" มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับความเครียด และปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดแก่นักศึกษาที่กำลังจะจบการศึกษาในปี 2541 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาที่คาดว่าจะจบการศึกษาในปีการศึกษา 2541 จำนวน 199 คน โดยใช้แบบสอบถามในการเก็บข้อมูล ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่ไม่เครียด แต่ส่วนที่เครียดอยู่ในระดับสูงกว่าปกติเล็กน้อย มีสาเหตุมาจากปัจจัยด้านเศรษฐกิจ คือ เงินไม่พอใช้ คิดเป็นร้อยละ 41

จากเอกสารและงานวิจัยทั้งในและต่างประเทศ จะพบว่า ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวมีความสำคัญมาก มีผลและอิทธิพลต่อความเครียดของวัยรุ่นมาก และทำให้เกิดความเครียดที่แตกต่างกันออกไป โดยส่วนใหญ่แล้วเด็กที่มาจากครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำ จะมีสภาพปัญหาในด้านการปรับตัว และมีความเครียดมากกว่าเด็กที่มาจากครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจปานกลางและสูง

3. เศรษฐกิจ

3.1 แนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับเศรษฐกิจ

ความหมายของเศรษฐกิจ

ชมเพลิน จันทร์เรืองเพ็ญ และคณะ (2527) ได้กล่าวถึง " เศรษฐกิจ " ไว้ดังนี้ คือ คำว่า " เศรษฐกิจ " มาจากคำในภาษาอังกฤษ คือ Economy ซึ่งมีรากศัพท์มาจากภาษากรีกว่า Oikos หากยึดตามภาษากรีก เศรษฐกิจ หมายถึง การจัดการครอบครัวซึ่งการจัดการครอบครัวในสมัยก่อน ยึดหลักของการประหยัดเป็นสำคัญ โดยที่การผลิตและการบริโภคส่วนใหญ่ยังเป็นการผลิตและการบริโภคกันเองภายในครอบครัว เพียงบางส่วนเท่านั้นที่แลกเปลี่ยนสินค้าต่อสินค้ากับเพื่อนบ้าน ในสมัยต่อมาการผลิตสินค้าขยายตัวกว้างขวางขึ้น มีการ

แลกเปลี่ยน ซื้อขายสินค้ากันโดยใช้เงินเป็นสื่อกลางการแลกเปลี่ยน หลักที่ยึดถือกันคือ ผลิตสินค้าให้ประหยัดที่สุด และนำมาแลกเปลี่ยนกันโดยให้ตนเป็นผู้ได้รับผลประโยชน์มากที่สุด จากนั้นคำว่า เศรษฐกิจ จึงใช้กันอย่างแพร่หลาย ไม่ว่าจะเป็นการผลิต การอุปโภค บริโภค หรือการจำแนกแจกจ่ายก็ตาม โดยมีจุดมุ่งหมายที่สำคัญคือ พยายามดำเนินการให้เกิดการประหยัดมากที่สุด เรามักจะเรียกกิจกรรมที่เกิดจากการดำเนินการนี้ว่า " กิจกรรมทางเศรษฐกิจ "

กิจกรรมทางเศรษฐกิจเป็นกิจกรรมที่ดำเนินการไปโดยมีจุดมุ่งหมายสำคัญเพื่อที่จะก่อให้เกิดการประหยัดมากที่สุด และให้ได้รับความพอใจสูงสุด

หน่วยเศรษฐกิจ เป็นหน่วยที่ดำเนินกิจกรรมทางเศรษฐกิจ เช่น ครอบครัว หรือธุรกิจ

ภาวะเศรษฐกิจ หมายถึง ภาวะในทางเศรษฐกิจของหน่วยเศรษฐกิจแต่ละหน่วย ซึ่งอาจจะเป็นภาวะเศรษฐกิจของครอบครัว หรือภาวะเศรษฐกิจของประเทศก็ได้

3.2 แนวคิดเกี่ยวกับวัฏจักรเศรษฐกิจ

ศาสตราจารย์ ดร.อุทิศ นาคสวัสดิ์ (2514) ได้กล่าวถึง วัฏจักรทางเศรษฐกิจไว้ดังนี้ คือ การเคลื่อนไหวของระดับเศรษฐกิจโดยทั่วไปมักขึ้น ๆ ลง ๆ ในลักษณะลูกคลื่น กล่าวคือ เมื่อเศรษฐกิจรุ่งเรืองมาได้พักหนึ่งแล้วก็มาถึง ระยะที่เริ่มถดถอยลง (recession) เมื่อถดถอยลงไปมาก ๆ แล้วก็ถึง ระยะตกต่ำ (depression) และในที่สุดเมื่อเศรษฐกิจตกต่ำไปพักหนึ่งแล้วก็จะกลับเข้าสู่ ระยะที่เริ่มฟื้นตัว (recovery) แล้วขยายกลับไปสู่ ระยะรุ่งเรือง (prosperity) อีก หมุนเวียนเปลี่ยนกันไปเช่นนี้

ลักษณะทั่วไปในระยะต่าง ๆ ของวัฏจักรเศรษฐกิจ

1) ระยะรุ่งเรือง (Prosperity) ลักษณะทั่วไปในระยะนี้คือ ระดับราคาโดยทั่วไปค่อย ๆ สูงขึ้น แต่โดยที่ค่าเช่า ค่าจ้าง และอัตราดอกเบี้ยเพิ่มขึ้นช้ากว่าราคา ฉะนั้นผู้ผลิตทั้งหลายจึงมีกำไรเพิ่มขึ้นในระยะนี้ค่อนข้างมาก เมื่อผู้ผลิตมีกำไรเพิ่มขึ้น การจ้างทำงานก็เพิ่มขึ้น การลงทุนก็เพิ่มขึ้น การกู้ยืมก็มากขึ้น จนเป็นผลให้อัตราดอกเบี้ยเป็นตัวเงินสูงขึ้น ระยะนี้เป็นระยะที่ซื้อง่าย ขายคล่อง โดยเหตุที่ราคาสูงขึ้นเรื่อย ๆ และโอกาสที่จะได้กำไรมีมาก ฉะนั้นการซื้อหลักทรัพย์ตลอดจนซื้อสินค้ามาเก็บไว้เพื่อหากำไรจึงมักจะแพร่หลายอยู่โดยทั่วไป

2) ระยะถดถอย (Recession) ลักษณะทั่วไปในระยะนี้ คือ ความต้องการที่จะซื้อสินค้าและบริการ ตามราคาในขณะนั้นโดยรวมในท้องตลาดชักจะค่อย ๆ ฝืดลง ความรู้สึกไม่แน่นอนชักเริ่มแผ่กระจายออกไปในวงการธุรกิจต่าง ๆ ระดับราคาและอัตรากำไรไม่เพิ่มขึ้นเหมือนเช่นเคย เครดิตจากธนาคารชักมีน้อยและอัตราดอกเบี้ยค่อนข้างสูง การซื้อขายหลักทรัพย์ตลอดจนการกักตุนสินค้าชักค่อยๆ น้อยลงไปเป็นลำดับ การชำระหนี้ให้ธนาคารก็ชักหย่อนลง โดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้าธนาคารบางแห่งที่ให้กู้ไปลงทุนในด้านต่าง ๆ มากนั้นเกิดขวนเชลงด้วยแล้ว โอกาสที่จะมาถึงระยะนี้ก็ยิ่งมีเร็วเข้า

3) ระยะตกต่ำ (Depression) ลักษณะโดยทั่วไปในระยะนี้ก็คือ การซื้อขายฝืดลงแทบทั้งหมด ผู้ให้กู้ไม่ว่าจะเป็นธนาคารหรือใครก็ตามจะเริ่มเรียกเงินกู้คืนและปฏิเสธไม่ยอมให้กู้ใหม่ เมื่อการค้าฝืดเคือง และเจ้าหนี้ก็เร่งรัดให้ชำระหนี้เช่นนี้ บรรดาผู้ผลิตและพ่อค้าทั้งหลายก็จะต้องหาทางออกโดยพยายามขายสินค้าให้มากขึ้นในราคาต่ำ และเพื่อป้องกันการขาดทุนหรือลดการขาดทุนให้น้อยลง ผู้ผลิตทั้งหลายก็ต้องพยายามลดต้นทุนการผลิต โดยลดอัตราค่าจ้างลงบ้าง ปลดคนงานออกบ้าง เมื่อเป็นเช่นนี้ ระดับการจ้างทำงาน และระดับความต้องการที่จะซื้อสินค้า และบริการ ตามราคาในขณะนั้น โดยรวมในท้องตลาดก็ลดลง อันเป็นผลให้ระดับการผลิตลดลงไปอีก การชำระหนี้เงินกู้ในระยะนี้เป็นไปโดยความยากลำบาก ฉะนั้นจึงมีการบังคับจำนองและอื่น ๆ เกิดขึ้นมากมาย ข้อสำคัญก็คือ การคาดคะเนในด้านธุรกิจของบรรดาผู้ผลิตทั้งหลายเป็นไปในทางต่ำ ฉะนั้นจึงไม่มีคนลงทุนเพิ่มขึ้น ในบางกรณีแม้แต่จะลงทุนซดเซยทรัพย์สินที่สึกหรอไปก็ยังไม่มี ทั้ง ๆ ที่อัตราดอกเบี้ยทั่วไปในท้องตลาดก็ต่ำลงอย่างมาก ในระยะนี้ทุกอย่างจะตกต่ำลงไปหมด กล่าวคือ การลงทุนก็ต่ำ ค่าจ้าง ค่าเช่า และดอกเบี้ยก็ต่ำ กำไรก็ต่ำ รายได้ก็ต่ำ ความต้องการที่จะซื้อสินค้าและบริการ ตามราคาในขณะนั้นโดยรวมในท้องตลาดก็ต่ำ ข้อสำคัญก็คือ ระดับราคาโดยทั่วไปจะลดลงอย่างมาก แต่โดยที่ความต้องการที่จะซื้อสินค้า และบริการ ตามราคาในขณะนั้นลดลงเร็วกว่าราคา ฉะนั้นสินค้าที่ผลิตขึ้นมาจึงขายไม่ค่อยออกทั้งๆ ที่ราคาลดลงไปต่ำกว่าต้นทุนตั้งเยอะ ที่เป็นเช่นนี้ก็เพราะคนเห็นว่าราคาลดต่ำลงไปเรื่อย ๆ จึงพากันออมรายได้ส่วนใหญ่ไว้ในรูปตัวเงิน ไม่นำออกมาใช้จ่ายซื้อเครื่องอุปโภคในท้องตลาดเหมือนเช่นเคย ฉะนั้นระดับความต้องการที่จะซื้อสินค้าและบริการตามราคาในขณะนั้นโดยรวมในท้องตลาดจึงลดลงอย่างมาก

4) ระยะฟื้นตัว (Recovery) ลักษณะโดยทั่วไปในระยะนี้คือ การซื้อขายจะค่อย ๆ กระเตื้องขึ้น สินค้าที่ผลิตขึ้นมาเหลืออยู่ในสต๊อคนั้นจะค่อย ๆ หมดลง ต้นทุนการผลิตจะเปลี่ยนแปลงได้ระดับกับราคาซึ่งตกต่ำอยู่นั้น ธนาคารต่าง ๆ ซึ่งมีเงินสดสำรองอยู่มากจะเริ่มให้กู้ โดยเรียกดอกเบี้ยในอัตราต่ำ การคาดคะเนของผู้ผลิตจะเป็นไปในทางที่ดีขึ้น ทั้งนี้เพราะค่าเช่า ค่าจ้าง ดอกเบี้ย อยู่ในระดับต่ำทั้งนั้น เนื่องจากมีคนมาซื้อของมากขึ้นเรื่อย ๆ จนของ

ที่เหลืออยู่ในสต๊อคชักจะหมดไป เมื่อของในสต๊อคใกล้จะหมดไปเช่นนี้ ราคาสินค้าโดยทั่วไปจึงไหวตัวสูงขึ้น ผู้ผลิตเห็นทางที่จะได้กำไรก็พากันยืมเงินมาลงทุนทำการผลิตให้มากขึ้น เมื่อผู้ผลิตเริ่มลงทุนมากขึ้นเช่นนี้ การงานต่าง ๆ ซึ่งซบเซาอยู่นั้นก็จะเริ่มไหวตัวขึ้น เช่นการก่อสร้างต่าง ๆ ก็จะมีมากขึ้น การจ้างทำงานก็จะมีมากขึ้น รายได้ของคนทั่วไปก็จะกระเตื้องขึ้น ความต้องการที่จะซื้อสินค้าต่าง ๆ ก็จะค่อยๆ มากขึ้น ในที่สุดกำไรของผู้ผลิตก็จะมีมากขึ้น เมื่อผู้ผลิตมีกำไรมากขึ้นก็จะลงทุนมากขึ้นไปอีก ในระยะนี้กิจการต่าง ๆ จะค่อย ๆ เฟื่องฟูขึ้นไปตามลำดับ จนท้ายที่สุดก็จะกลับคืนไปอยู่ในระยะรุ่งเรืองอีกตามเดิม

เทียนฉาย กีระนันทน์ (2524) ได้กล่าวไว้ว่า โดยปกติระบบเศรษฐกิจจะมีการผันแปรในการดำเนินการในลักษณะขึ้นลง ซึ่งนักเศรษฐศาสตร์เรียกว่า วัฏจักรเศรษฐกิจ (Business cycle) กล่าวคือ ระบบเศรษฐกิจจะรุ่งเรืองถึงขีดสุด ไม่มีการว่างงาน และสถานะทางเศรษฐกิจเป็นไปอย่างดี เรียกว่า ระยะรุ่งเรือง (Prosperity) เมื่อขึ้นถึงขีดสุดแล้ว จะเริ่มเกิดปัญหาและเข้าสู่สภาวะการหดตัว หรือ Recession ซึ่งมีการลดปริมาณการผลิต การลงทุน เป็นต้น แล้วในที่สุดจะลงมาถึงจุดต่ำสุดที่เรียกว่า เศรษฐกิจตกต่ำ หรือ Depression ซึ่งจะมีการลดปริมาณการผลิตจนถึงที่สุด และจะทำให้มีการว่างงานมากที่สุด ต่อจากนั้นระบบเศรษฐกิจจึงจะกลับเข้าสู่ภาวะการฟื้นตัวอีกครั้งหนึ่งที่เรียกว่า Recovery แล้วจะรุ่งเรืองต่อไปใหม่เป็นวัฏจักรเช่นนี้เรื่อยไป ส่วนวัฏจักรนี้จะยาวนานมากน้อยเพียงใดนั้นขึ้นอยู่กับหลายๆ สาเหตุ และแปรไปตามสภาพการที่เป็นสาเหตุเหล่านั้น

จักลาร์ (Juglar อ้างถึงใน ธีรพร เฉลิมพงศ์, 2535) เห็นว่าภาวะเศรษฐกิจตกต่ำเป็นระยะหนึ่งของการผันแปรสลับกันระหว่างเศรษฐกิจรุ่งเรืองและเศรษฐกิจตกต่ำ โดยได้ศึกษาสถิติของจำนวนประชากร การแต่งงาน อัตราการเกิด และอัตราการตายในประเทศฝรั่งเศส อังกฤษ และสหรัฐอเมริกา ในศตวรรษที่ 19 และเห็นว่ามีการผันแปรเป็นคลื่น โดยเกิดขึ้นพร้อมกับการเปลี่ยนแปลงในสถานการณ์ทางเศรษฐกิจ จากการศึกษาพบว่า ทั้งระดับราคาสินค้า และอัตราดอกเบี้ยมีการขยายตัวและหดตัว และมีการสลับกันระหว่างการเพิ่มขึ้นและลดลง ในอัตราคิดลด ดอกเบี้ย และทุนสำรองที่เป็นทองคำ ดังนั้นในระหว่างเศรษฐกิจรุ่งเรือง ระดับราคาสินค้า อัตรา ดอกเบี้ย และการให้กู้ของธนาคารจะเพิ่มขึ้น และมีการลดลงในทุนสำรอง และเมื่อเศรษฐกิจหดตัวลงทุนสำรองจะเพิ่มขึ้น และการให้กู้ลดลง การวิเคราะห์นี้ Juglar สรุปว่ามีวัฏจักรธุรกิจซึ่งจะเกิดขึ้นซ้ำ ๆ กัน และภาวะเศรษฐกิจตกต่ำไม่ได้เป็นปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นโดยลำพัง แต่เป็นปรากฏการณ์หนึ่งในสามช่วงปกติที่ระบบเศรษฐกิจต้องเผชิญอยู่เสมอ ได้แก่ สภาวะเศรษฐกิจรุ่งเรือง (Prosperity) เศรษฐกิจตกต่ำ สภาวะความล้มเหลวของธุรกิจ (Liquidation) โดยแต่ละระยะจะเกิดตามต่อเนื่องมาจากภาวะเศรษฐกิจก่อนหน้านั้น จากตัวเลข

I18559554

ของ Juglar เห็นว่าคลื่นเหล่านี้เกิดขึ้นเป็นวัฏจักร โดยแต่ละวัฏจักรครบทั้ง 3 ระยะ มีระยะเวลาเฉลี่ย 9-10 ปี

3.3 ผลกระทบจากภาวะวิกฤตทางเศรษฐกิจ

จากการเกิดภาวะวิกฤตทางเศรษฐกิจ ทุกอย่างจะชบเซาลง การลงทุนจะหยุดชะงัก ธนาคารจะไม่ขยายเครดิต เพราะมีภาวะเสี่ยงสูง ระดับการจ้างงานลดต่ำลงเรื่อยๆ ผู้ผลิตลดการผลิตลง ปลดคนงานออก คงเหลือไว้แต่ที่จำเป็นจริง ๆ เท่านั้น เมื่อคนงานถูกปลดมากขึ้น รายได้โดยเฉลี่ยของประชาชนจะลดน้อยลง ทำให้กำลังซื้อลดลงเป็นผลให้มีการปลดคนงานมากขึ้น ผลสุดท้ายภาวะการว่างงานก็จะเกิดขึ้น (อุทิศ นาคสวัสดิ์, 2514)

เทียนฉาย กีระนันทน์ (2524) ได้กล่าวถึงปัญหาที่เกิดสืบเนื่องมาจากการที่มีปัญหาทางเศรษฐกิจไว้ดังนี้ คือ การขาดแคลนทุนจากการที่ประชาชนทั่วไปมีรายได้น้อย รายได้ส่วนใหญ่หรือทั้งหมดจึงต้องใช้ไปในการบริโภคสิ่งที่จำเป็นต่อการดำรงชีพ โอกาสที่จะเก็บออมจึงมีน้อย ปริมาณเงินออมจึงต่ำ เมื่อเงินออมมีน้อยก็ไม่สามารถระดมทุนเพื่อลงทุนในกิจการใหญ่ๆ ได้ ซึ่งเข้าลักษณะที่จัดว่าเป็นความยากจนเรื้อรัง (Vicious cycle) สืบต่อไปเรื่อยๆ

วีระ ไชยศรีสุข (2539) ได้กล่าวถึงภาวะเศรษฐกิจกับจิตใจของบุคคลได้ดังนี้ คือ " ภาวะความแปรปรวนทางเศรษฐกิจ เมื่อเกิดขึ้นกับบุคคลใดจะมีผลกระทบต่อจิตใจของบุคคลนั้นไม่มากก็น้อย "

บัณฑิต ศรไพศาล และคณะ (2540) ศึกษาภาวะสุขภาพจิตของประชาชนในภาวะวิกฤตทางเศรษฐกิจ ระหว่างวันที่ 18-22 สิงหาคม 2530 กลุ่มตัวอย่างคือ ประชาชนทั่วไป จำนวน 410 คน พบว่า ประชาชนทั่วไปประสบปัญหาด้านการเงิน จากภาวะวิกฤตทางเศรษฐกิจ ร้อยละ 74.9 มีความเครียดสูงร้อยละ 39.5

สำนักงานสถิติแห่งชาติ (2541) ได้ศึกษา "ผลกระทบของภาวะวิกฤตทางเศรษฐกิจที่มีต่อภาวะการทำงาน การว่างงาน และการเคลื่อนย้ายแรงงาน" โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลกระทบของภาวะวิกฤตทางเศรษฐกิจที่มีต่อภาวะการทำงาน การว่างงาน และการเคลื่อนย้ายแรงงาน ผลการศึกษา พบว่า มีผู้ว่างงาน 1 ล้าน 5 แสนคน ซึ่งสูงเกินกว่าสองเท่าของผู้ว่างงานในช่วงเวลาเดียวกันของปีที่แล้ว ผู้ว่างงานส่วนใหญ่เคยทำงานในสาขาการก่อสร้างสูงที่สุด รองลงมาคือ สาขาอุตสาหกรรมและสาขาพาณิชกรรม โดยส่วนใหญ่เคยมีอาชีพช่างหรือผู้ที่ทำงานในกระบวนการผลิต และกรรมกร ลูกจ้างเป็นผู้ได้รับผลกระทบสูงที่สุดจากภาวะ

วิกฤตทางเศรษฐกิจ ซึ่งเหตุผลของการว่างงานของลูกจ้างคือ การปิดกิจการ การถูกให้ออก หรือออกเอง เนื่องจากไม่พอใจรายได้และผลประโยชน์ที่ได้รับ การรองาน และไม่มีการจ้างงานในช่วงภาวะวิกฤตทางเศรษฐกิจ

ปัญหาวิกฤตเศรษฐกิจในเวลานี้ยังไม่มีวี่แววจะคลี่คลายได้นั้น นับเป็นปัญหาที่ส่งผลกระทบทางสังคมอย่างมากทั้งในแง่ของการตกงาน การว่างงานของประชาชนในวัยทำงานจำนวนนับล้าน ๆ คน สำหรับคนที่ยังอยู่ในตำแหน่งงาน มีไม่น้อยที่ต้องผจญกับการถูกลดวันทำงาน ลดรายได้ ทำให้รายได้ไม่พอกับรายจ่าย บางคนต้องอดมื้อกินมื้อเป็นผลให้เกิดความเครียดทุกข์ทรมานทางกายและใจ บางคนบางครอบครัวที่ต้องผจญปัญหาในเรื่องนี้ และไม่รู้ว่าจะหาทางออกได้อย่างไร จึงตัดสินใจฆ่าตัวตายก็มี (แนวหน้า, 10 มกราคม 2542)

ในช่วงวิกฤตเศรษฐกิจเป็นเรื่องธรรมดาที่พ่อแม่ ผู้ปกครอง หรือครูอาจจะเครียด แต่ พ่อ แม่ ครู คนในครอบครัวเป็นบุคคลที่ใกล้ชิดเด็ก เป็นสิ่งแวดล้อมของเด็ก เมื่อผู้ใหญ่เครียดก็จะทำให้เด็กได้รับความเครียดไปด้วยโดยปริยาย หากเด็กมีความเครียดบ่อย ๆ ก็จะเกิดภาวะความเครียดสะสม และในที่สุดก็ส่งผลให้เด็กมีพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ เช่น ทำตัวเกะกะ เกเร ดื้อรั้น ชน ช่างประชดประชัน ไม่สดชื่น ร่าเริง รังแกเพื่อน ต่อต้านผู้ใหญ่ ไม่สนใจใครรวมทั้งสิ่งแวดล้อมรอบตัว และหากไม่ได้รับการแก้ไขเด็กจะไม่อยู่ในโอวาท มีผลการเรียนต่ำ ความเป็นเด็กดีจะลดลง ติดเพื่อน และติดยาเสพติดได้ (ฝ่ายสุขภาพ โรงพยาบาลสมเด็จเจ้าพระยา อ้างถึงใน มติชนรายวัน 9 มกราคม 2542)

จากเอกสารและงานวิจัยชี้ให้เห็นว่า ภาวะวิกฤตทางเศรษฐกิจในปัจจุบันได้ส่งผลกระทบต่อจิตใจของประชาชนเป็นอย่างมาก โดยทำให้เกิดความเครียดต่อตนเอง อีกทั้งยังอาจจะส่งผลกระทบไปยังบุคคลใกล้ชิด เช่น บุตรหลาน ซึ่งเป็นสมาชิกของครอบครัวได้อีกด้วย

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. งานวิจัยภายในประเทศ

จากการศึกษางานวิจัยภายในประเทศที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของนักเรียนมัธยมศึกษาที่สามารถรวบรวมงานวิจัยที่เกี่ยวข้องได้ดังนี้

สาโรช คำรัตน์ (2522 อ้างถึงใน จารุวรรณ ตั้งศิริมงคล, 2529) ได้ทำการศึกษาเรื่อง "สุขภาพจิตของผู้อยู่ในวัยรุ่น" ผลการศึกษาพบว่า วัยรุ่นที่อยู่ในวัยเรียนร้อยละ 35

มีแนวโน้มเป็นคนอารมณ์อ่อนไหวง่าย คิดมากมีความวิตกกังวลสูง เมื่อมีปัญหาสะเทือนอารมณ์ มีแนวโน้มที่จะเป็นโรคประสาทได้ง่าย และปัญหาภายในที่ไม่สบายใจมากที่สุด คือ ปัญหาการเงิน รองลงมาคือ บิดามารดาไม่เข้าใจกัน เรื่องที่ทำให้วิตกกังวลมาก ได้แก่ เรื่องการเรียน เรื่องฐานะ เมื่อมีปัญหาทำให้รู้สึกไม่สบายใจ จะแก้ปัญหาโดยการเก็บความรู้สึกไม่สบายใจไว้เพียงผู้เดียว

สมัญญา เสียงใส (2524) ได้ทำการศึกษา "ความวิตกกังวล และวิธีลดความวิตกกังวลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย เขตกรุงเทพมหานคร" โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความวิตกกังวล และวิธีลดความวิตกกังวลของนักเรียน โดยเปรียบเทียบตามตัวแปรเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน การอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่และผู้ปกครอง และลำดับการเกิด กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สังกัดกรมสามัญศึกษา เขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 375 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบสอบถามความวิตกกังวล และวิธีลดความวิตกกังวล ผลการวิจัย พบว่า

นักเรียนหญิงมีความวิตกกังวลด้านสังคมมากกว่านักเรียนชาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพจิตของนักเรียน ได้แก่ สภาพของโรงเรียน ครู ครอบครัว เพื่อน ระเบียบวินัยของโรงเรียน และหลักสูตร ซึ่งควรต้องปรับปรุงให้เหมาะสมกับความต้องการของนักเรียน เพราะนักเรียนเหล่านี้ได้รับอิทธิพลมาจาก ครอบครัว โรงเรียน เพื่อน และสังคมแวดล้อม จนทำให้เกิดความเครียดและเกิดความวิตกกังวลเกี่ยวกับปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นรอบๆ ตัว ทำให้มีผลกระทบต่อสุขภาพจิตไม่มากก็น้อย

นราธร ศรประสิทธิ์ (2529:106) ทำการวิจัยเรื่อง "ปัจจัยทางสังคมและจิตวิทยาที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของเด็กวัยรุ่น" มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา ปัจจัยทางสังคมและจิตวิทยาที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของเด็กวัยรุ่น ตามลักษณะความแตกต่างทางสังคมประชากร กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสามเสนวิทยา และโรงเรียนหอวัง จำนวนแห่งละ 200 คน รวมทั้งสิ้น 400 คน โดยใช้แบบสอบถามในการเก็บข้อมูล ผลการศึกษาพบว่า ความเครียดของเด็กนักเรียนวัยรุ่นครอบคลุมลักษณะอาการของความเครียด ทั้งความวิตกกังวล ความคับข้องใจ ความกลัว ความโกรธ รวมถึงอาการต่างๆ ของร่างกาย ที่มีสาเหตุมาจากอารมณ์ตึงเครียด เด็กนักเรียนวัยรุ่นส่วนใหญ่จะมีลักษณะอาการดังกล่าวในระดับปานกลาง มีบางส่วนที่มีอาการขั้นรุนแรง ซึ่งอาการที่เกิดบ่อย คือ รู้สึกมึนงง หรือเวียนศีรษะ รวมทั้งมีความรู้สึกโกรธ หงุดหงิดได้ง่ายโดยไม่มีเหตุผล

จารุวรรณ ตั้งศิริมงคล (2530) ได้ทำการศึกษาเรื่อง "สุขภาพจิตและการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนรัฐบาล ในกรุงเทพมหานคร" โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัญหาสุขภาพจิต และการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนรัฐบาลในกรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 610 คน จำนวนนักเรียนชาย 305 คน จำนวนนักเรียนหญิง 305 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบตรวจสอบสุขภาพจิต เอส ซี แอล-90 (SCL-90) และแบบสำรวจปัญหาการปรับตัว (Mooney Problem Check List) ผลการวิจัยพบว่า ปัญหาสุขภาพจิตของนักเรียนอยู่ในระดับปานกลาง คือ มีปัญหาสุขภาพจิตยังไม่รุนแรง แต่มีอาการผิดปกติเป็นบางครั้ง ในเรื่องความรู้สึกผิดปกติของร่างกาย การย้ำคิดย้ำทำ ความรู้สึกไม่ชอบติดต่อกับผู้อื่น ขี้เศร้า ก้าวร้าว ชอบทำลายกลัวโดยไม่มีเหตุผล หวาดระแวง และโรคจิต ส่วนความวิตกกังวลมีเพียงเล็กน้อย ปัญหาสุขภาพจิตของนักเรียนชายและหญิง มีความแตกต่างกันในเรื่องไม่ชอบติดต่อกับผู้อื่น และกลัวโดยไม่มีเหตุผล

ประภาเพ็ญ สุวรรณ และคณะ (2535 อ้างถึงใน ชมภูนุช หนูน้อย, 2539) ได้ศึกษาสภาวะสุขภาพจิต คุณภาพชีวิต และทักษะการปรับตัวของเยาวชน มีกลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปีที่ 6 และนักศึกษามหาวิทยาลัยปีที่ 1 จำนวน 3,143 คน อายุระหว่าง 14-21 ปี จาก 4 ภาค ของประเทศ (รวมกรุงเทพมหานคร) ผลการวิจัยสรุปว่า ค่าเฉลี่ย คะแนน สุขภาพจิตที่ออกมาแสดงถึง แนวโน้มที่จะมีปัญหาสุขภาพจิต ตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตที่ไม่ดี ได้แก่ อายุ (อายุมากมีสุขภาพจิตไม่ดีมากกว่าอายุน้อย) นักศึกษามหาวิทยาลัยมีสุขภาพจิตไม่ดีมากกว่านักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษา เพศหญิงมีความเสี่ยงที่จะมีสุขภาพจิตไม่ดีมากกว่าเพศชาย ฐานะปัจจัยทางเศรษฐกิจ ครอบครัวมีรายได้ต่ำ มีสุขภาพจิตไม่ดีมากกว่าผู้ที่มีฐานะทางเศรษฐกิจดี และมารดาที่มีการศึกษาต่ำ (ไม่จบประถมศึกษา) มีส่วนทำให้เด็กมีความเสี่ยงต่อสุขภาพจิตที่ไม่ดี นอกจากนั้นทักษะการแก้ปัญหาของนักเรียนส่วนใหญ่จะใช้อารมณ์มากกว่าการค้นหาสาเหตุของปัญหาว่า คืออะไร และแก้ปัญหานั้น

ชมภูนุช หนูน้อย (2539) ได้ทำการศึกษา "สุขภาพจิตและความต้องการบริการสุขภาพจิตในโรงเรียน ของนักเรียนในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร" โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบสุขภาพจิต และความต้องการบริการสุขภาพในโรงเรียน ของนักเรียนในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ตามตัวแปรเพศ กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ถึง มัธยมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 500 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสำรวจสุขภาพจิต เอส ซี แอล-90 (SCL-90) และแบบสอบถามความต้องการบริการสุขภาพจิตในโรงเรียน ผลการวิจัยพบว่า

สุขภาพจิตของนักเรียนโดยรวมอยู่ในระดับปกติ ในด้านความรู้สึกผิดปกติของร่างกาย ด้านการย้ำคิดย้ำทำ ด้านความรู้สึกไม่ขอบติดต่อกับผู้อื่น ด้านซึมเศร้า ด้านความวิตกกังวล ด้านความก้าวร้าว ด้านความกลัวโดยไม่มีเหตุผล ด้านความหวาดระแวง และด้านอาการทางจิต

สุขภาพจิตของนักเรียนชายและนักเรียนหญิงส่วนใหญ่ไม่มีความแตกต่างกัน ยกเว้นด้านความกลัวโดยไม่มีเหตุผล และด้านอาการทางจิต ที่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักเรียนหญิงมีความกลัวโดยไม่มีเหตุผลมากกว่านักเรียนชาย และนักเรียนชายมีอาการทางจิตมากกว่านักเรียนหญิง

นลินี ธรรมอำนวยสุข (2541) ได้ศึกษา "ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการเรียนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี สังกัดกรมพลศึกษา จังหวัดสุพรรณบุรี" โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความเครียด ในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี ปีการศึกษา 2540 จำนวน 461 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการเรียนของนักเรียน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนมีระดับความเครียดในการเรียนที่ก่อให้เกิดอาการด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรม และอาการโดยรวมทุกด้านในทุกระดับชั้นอยู่ในระดับปานกลาง

รัชนก คชไกร (2541) ได้ศึกษา "ความเครียด บุคลิกภาพเข้มแข็ง แรงสนับสนุนทางสังคมกับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาของวัยรุ่น : นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร" โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสำคัญของเพศ ค่าใช้จ่ายที่ได้รับ ผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษาความเครียด บุคลิกภาพเข้มแข็ง แรงสนับสนุนทางสังคมกับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาของวัยรุ่น กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร จำนวน 275 คน โดยใช้แบบสอบถาม ผลการศึกษาพบว่า วัยรุ่นส่วนใหญ่มีความเครียดอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 46.7 มีความเครียดอยู่ในระดับต่ำ ร้อยละ 34.5 และมีความเครียดอยู่ในระดับสูง ร้อยละ 0.7

2. งานวิจัยต่างประเทศที่เกี่ยวข้อง

การ์ริสัน และคนอื่น ๆ (Garrison and others,. 1964 : 403-407 อ้างถึงใน นลินี ธรรมอำนวยสุข, 2541) ได้ศึกษาถึงองค์ประกอบอันมีผลต่อผลการเรียนของนักเรียน ผลการศึกษา พบว่า ฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมเป็นสิ่งสำคัญที่มีผลต่อการเรียนของนักเรียนมาก เด็กที่มาจากครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมต่ำย่อมขาดประสบการณ์ต่าง ๆ ในอันที่จะส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้ ทำให้เด็กเกิดปัญหาอันเป็นอุปสรรคต่อการเรียนได้

โคลบ์ (Kolb, 1968 อ้างถึงใน ชมภูนุช หนูน้อย, 2539) ได้ทำการวิจัย พบว่า โรคจิตพบได้น้อยในวัยเด็ก และจะเพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆ หลังจากย่างเข้าสู่วัยรุ่น ถ้าบุคคลสามารถปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมได้สำเร็จ และเหมาะสมก็จะสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างราบรื่น

โฮวิทซ์ และคณะ (Horowiz and all, 1980) ได้ศึกษาเรื่อง " สัญญาณและอาการของภาวะเครียด " (Signs and Symptom of Post-traumatic Stress) โดยศึกษาพฤติกรรมต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับคนที่มีความเครียด วิตกกังวล และมีอาการซึมเศร้า พบว่า มีอาการเศร้าใจและกังวลต่อสิ่งต่างๆ มากเกินไป ร้อยละ 97 รู้สึกหงอยเหงา ร้อยละ 92 รู้สึกร่างกายไม่มีพลังงาน ร้อยละ 91 ตำหนิตนเอง ร้อยละ 80 นอกจากนั้นยังมีอาการร้องไห้ง่าย ทำอะไรต้องใช้ความพยายามอย่างมาก ไม่สนใจสิ่งแวดล้อมตัว รู้สึกตนเองสิ้นหวังในอนาคต รู้สึกตนเองไม่มีคุณค่า ไม่สนใจเรื่องเพศ รู้สึกจำนนต่อชีวิตและคิดว่าชีวิตนี้ไม่มีค่า ส่วนอาการวิตกกังวลพบว่า มีความรู้สึกเครียด ร้อยละ 95 รู้สึกกลัวไปหมด ร้อยละ 75

แคนท์เวลล์ และเบเกอร์ (Cantwell and Baker, 1984) ได้ศึกษาเรื่อง "ความเจ็บป่วยทางจิตของผู้ปกครองและความผิดปกติของลูก" (Parental Mental Illness and Psychiatric Disorder in Risk Children) โดยศึกษาครอบครัวที่ป่วยทางจิตกับโอกาสในการเรียน และความผิดปกติของเด็ก พบว่า ถ้าบิดาหรือมารดาคนใดคนหนึ่งเป็นโรคจิต อาจทำให้บุตรในครอบครัวมีโอกาสเป็นโรคจิตสูง นอกจากนี้ยังพบว่า องค์ประกอบทางด้านจิตสังคม เช่น ความกดดันจากสภาพแวดล้อมก็ทำให้เป็นโรคจิตได้ ซึ่งมิได้เกิดจากพันธุกรรมเพียงอย่างเดียว แต่เกิดจากสิ่งแวดล้อมการอบรมเลี้ยงดู และการปรับตัว

เฮอร์แมน (Herman, 1994 อ้างถึงใน รักชนก คชไกร, 2541) ได้ศึกษา "ความแตกต่างระหว่างบุคคลในเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดและการปรับตัวในวัยรุ่นตอนต้น" (Individual Differences in the Relationship Between Stress and Adjustment During Early Adolescence) พบว่า ความเครียดและการปรับตัวมีความสัมพันธ์กันในทางบวก

พ่อแม่หรือผู้ปกครอง แรงเกื้อหนุนทางสังคม มีผลต่อความเครียดและการปรับตัวในวัยรุ่นตอนต้น

จากการศึกษาของ พีช (Peach, 1991) เรื่อง " ความเครียดที่เกิดขึ้นกับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาของโรงเรียนในชนบท " มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาเหตุการณ์ต่างๆ ที่ทำให้เกิดความเครียดกับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในโรงเรียนชนบท มลรัฐเทนเนสซี่ โดยใช้แบบสอบถามในการเก็บข้อมูล กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนจำนวน 240 คน เป็นนักเรียนชาย 96 คน นักเรียนหญิง 144 คน พบว่าสาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดความเครียด มีดังต่อไปนี้ คือ 1.การบ้าน 2. ความสัมพันธ์กับเพศตรงข้าม 3. ผลการเรียน 4. การรับรู้เกี่ยวกับบุคคล 5. ความกดดันที่ต้องทำสิ่งต่างๆ ให้สำเร็จ 6. การสอบ 7. ความรู้สึกเกี่ยวกับคุณค่าของตนเอง และการนับถือตนเอง 8. การได้รับการยอมรับจากผู้อื่น 9. ความสัมพันธ์กับเพื่อน และ 10. ปัญหาต่างๆ ในโรงเรียน

สาเหตุที่สำคัญที่ทำให้เกิดความเครียดในนักเรียนหญิงคือ คิดมากในเรื่องเกี่ยวกับอนาคตของตนเอง ส่วนนักเรียนชาย สาเหตุที่สำคัญที่ทำให้เกิดความเครียด คือ กฎระเบียบของโรงเรียน การทำงานพิเศษ การมีหนี้สิน และการร่วมกิจกรรมตามหลักสูตรของโรงเรียน

เมื่อนักเรียนชายมีปัญหาเกิดขึ้นในโรงเรียนจะเลือกปรึกษากับบุคคลที่ใกล้ชิดโดยเรียงลำดับดังต่อไปนี้ คือ อาจารย์แนะแนว เพื่อน พ่อแม่ อาจารย์ และอาจารย์ใหญ่ ส่วนนักเรียนหญิงนั้นจะเลือกปรึกษากับ อาจารย์แนะแนว อาจารย์ พ่อแม่ เพื่อน และอาจารย์ใหญ่ นอกจากนี้ผลการศึกษายังพบว่า นักเรียนหญิงไม่สามารถแก้ไขความเครียดได้ดีเท่ากับนักเรียนชาย

สรุปงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จากงานวิจัยทั้งในและต่างประเทศที่ศึกษามานั้นพบว่า วิธีการศึกษามีทั้งแบบสังเกตและแบบสอบถาม ความเครียดที่ทำการศึกษามีหลายลักษณะ เช่น การศึกษาภาพรวมของความเครียดที่เกิดกับนักเรียน นักศึกษา และบางการวิจัยศึกษาความเครียดเฉพาะด้าน เช่น ศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการเรียน ความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดกับปัจจัยทางด้านสังคม สาเหตุของความเครียดของนักเรียน เป็นต้น ซึ่งผลการวิจัยทั้งในและต่างประเทศ สรุปได้ว่า นักเรียนมีความเครียดอยู่ในระดับปานกลาง สาเหตุของความเครียด คือ การเรียน ครอบครัว ปัญหาการเงิน เมื่อเปรียบเทียบความเครียดระหว่างนักเรียนหญิงและนักเรียนชายส่วนใหญ่ พบว่า นักเรียนหญิงมีความเครียดมากกว่านักเรียนชาย

ส่วนการเปรียบเทียบความเครียดของนักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวต่างกัน พบว่า นักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวต่ำมีความเครียดมากกว่านักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวสูง

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งในและต่างประเทศดังกล่าว ทำให้ทราบว่ายังไม่มีผู้ใดศึกษาวิจัยเกี่ยวกับความเครียดของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในภาวะวิกฤตทางเศรษฐกิจ มีแต่การศึกษาเกี่ยวกับความเครียด และตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในภาวะปกติเท่านั้น ผู้วิจัยจึงต้องการที่จะศึกษาถึงความเครียดของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในภาวะวิกฤตทางเศรษฐกิจ เพื่อนำผลที่ได้จากการวิจัยไปใช้เป็นข้อมูลในการดำเนินการวางแผนป้องกัน แก้ไขปัญหาสุขภาพจิต และส่งเสริมสุขภาพจิตของนักเรียนในสถานศึกษาให้เหมาะสมกับสภาพเศรษฐกิจในปัจจุบันนี้

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย