

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัญหาการปรับตัว และสุขภาพจิต และศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัญหาการปรับตัว เข้ากับสุขภาพจิต ของนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ วิทยาลัยเทคโนโลยีและอาชีวศึกษา กลุ่มตัวอย่างประชากรที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วยนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 1, 2 และ 3 ปีการศึกษา 2529 จำนวน 450 คน ได้จากการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งตามชั้นจากวิทยาเขตเทคนิค 4 วิทยาเขต จำนวน 180 คน วิทยาเขตเกษตร 2 วิทยาเขต จำนวน 90 คน วิทยาเขตพาณิชยกรรม 2 วิทยาเขต จำนวน 90 คน วิทยาเขตคหกรรม 2 วิทยาเขต จำนวน 90 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามแบบตรวจสอบ (Check list) จำนวน 310 ข้อ แบ่งเป็นข้อมูลและสถานภาพทั่วไป 9 ข้อ ปัญหาการปรับตัว 220 ข้อ ปัญหาสุขภาพจิต 90 ข้อ ผู้วิจัยได้รับแบบสอบถามฉบับสมบูรณ์กลับคืนจากนักศึกษา 396 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 88.0 นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์โดยใช้เครื่องคอมพิวเตอร์และโปรแกรมเอสพี เอส เอส เอ็กซ์ (SPSSX) เพื่อหาค่าร้อยละ ค่ามัธยเลขคณิต (\bar{x}) ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ค่าที (t-test) ค่าเอฟ (F-test) และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์

สรุปผลการวิจัย

1. สถานภาพและข้อมูลทั่วไปของนักศึกษา

นักศึกษาทั้งหมดประกอบด้วย 4 สาขาวิชาชีพ คือ พาณิชยกรรม เกษตรกรรม ช่างอุตสาหกรรม และคหกรรม เป็นเพศชายและหญิงจำนวนใกล้เคียงกันคือ 196 คน และ 202 คน มีอายุส่วนใหญ่อยู่ระหว่าง 15 - 18 ปี ร้อยละ 86.74 ถึงร้อยละ 95.35 ยกเว้นสาขาวิชาชีพเกษตรกรรมมีอายุส่วนใหญ่อยู่ระหว่าง 19 - 20 ปี ร้อยละ 60.49 ส่วนมากบิดามารดาอาชีพรับราชการและทำงานธุรกิจ ยกเว้นในสาขาเกษตรกรรมบิดาประกอบอาชีพเกษตรกร มารดาส่วนใหญ่ไม่ประกอบอาชีพ รองลงไปประกอบธุรกิจส่วนตัว ยกเว้นสาขาวิชาชีพเกษตรกรรมมารดาส่วนมากประกอบอาชีพเป็นเกษตรกร รายได้ของครอบครัวส่วนมากต่ำกว่า 5,000 บาท ใน 3 สาขาวิชาชีพ ยกเว้นวิชาชีพพาณิชยกรรมสูงกว่า 5,000 บาท ร้อยละ 53.49 สถานภาพของบิดามารดา

ส่วนใหญ่อยู่กันด้วยกันตั้งแต่ร้อยละ 65 ขึ้นไป มีการหย่าร้างในสาขาวิชาชีพกรรมร้อยละ 4.82 และบิดามารดาถึงแก่กรรมร้อยละ 19.28 บิดามารดาถึงแก่กรรมทั้งคู่ร้อยละ 0.68 ในวิชาชีพช่างอุตสาหกรรม การศึกษาสูงสุดของบิดามารดาหรือผู้ปกครองส่วนใหญ่ต่ำกว่ามัธยมศึกษาตอนต้น ยกเว้นในสาขาวิชาชีพกรรมสูงกว่ามัธยมศึกษาตอนต้นร้อยละ 59.00

2. ปัญหาการปรับตัว ของนักศึกษาวิทยาลัยเทคโนโลยีและอาชีวศึกษา

ปัญหารายคำ

2.1 กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด พบว่านักศึกษาประสบปัญหาด้านการปรับตัวทางการเรียนมากที่สุดถึงร้อยละ 70.89 ประสบปัญหาค่อนข้างมากในช่วงร้อยละ 61.11 ลงมาถึงร้อยละ 55.56 ในด้านอนาคต อาชีพและการศึกษา การปรับตัวทางอารมณ์และส่วนตัว กิจกรรมทางสังคมและนันทนาการ หลักสูตรและการสอน และความสัมพันธ์ทางสังคม ตามลำดับ ประสบปัญหาค่อนข้างน้อยคือในช่วงร้อยละ 44.62 ลงมาถึงร้อยละ 37.26 ในด้านการเงินและที่อยู่อาศัย ศีลธรรมจรรยาและศาสนา สุขภาพและพัฒนาการทางร่างกาย การปรับตัวทางเพศ และปัญหามานและครอบครัว เป็นปัญหาที่น้อยที่สุดตามลำดับ

2.2 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ พบว่านักศึกษาชายและนักศึกษานักศึกษามีลักษณะการปรับตัวส่วนใหญ่คล้ายคลึงกัน โดยประสบปัญหาด้านมากที่สุด ค่อนข้างมาก และค่อนข้างน้อยข้างน้อย เช่นเดียวกัน แต่มีความแตกต่างกันในรายละเอียดเกี่ยวกับอันดับของปัญหาที่ประสบดังนี้

2.2.1 นักศึกษาชาย ประสบปัญหามากที่สุดในด้านการปรับตัวทางการเรียนร้อยละ 71.22 ประสบปัญหาค่อนข้างมากคือในช่วงร้อยละ 60.81 ลงมาถึงร้อยละ 55.24 ในด้านอนาคต อาชีพและการศึกษา กิจกรรมทางสังคมและนันทนาการ หลักสูตรและการสอน การปรับตัวทางอารมณ์และส่วนตัว และความสัมพันธ์ทางสังคม ตามลำดับ ประสบปัญหาค่อนข้างน้อยในช่วงร้อยละ 48.50 ลงมาถึงร้อยละ 38.76 ในด้านการเงินและที่อยู่อาศัย ศีลธรรมจรรยาและศาสนา การปรับตัวทางเพศ สุขภาพและพัฒนาการทางร่างกาย และปัญหามานและครอบครัวน้อยที่สุดตามลำดับ

2.2.2 นักศึกษาหญิง ประสบปัญหามากที่สุดในการปรับตัวทางการเรียนร้อยละ 70.74 ประสบปัญหาค่อนข้างมากคือในช่วงร้อยละ 62.68 ลงมาถึงร้อยละ 54.00 ในการปรับตัวทางอารมณ์และส่วนตัว อนาคต อาชีพและการศึกษา กิจกรรมทางสังคมและนันทนาการ ความสัมพันธ์ทางสังคม และหลักสูตรและการสอน ตามลำดับ ประสบปัญหาค่อนข้างน้อยในช่วงร้อยละ 42.73 ลงมาถึงร้อยละ 33.00 ในด้านสุขภาพและพัฒนาการทางร่างกาย การเงินและที่อยู่อาศัย ศิลธรรมจรรยาและศาสนา การปรับตัวทางเพศ และปัญหาบ้านและครอบครัวน้อยที่สุดตามลำดับ

2.3 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามสาขาวิชาชีพ พบว่านักศึกษาสาขาวิชาวิชาชีพพาณิชยกรรม เกษตรกรรม ช่างอุตสาหกรรม และคหกรรม มีลักษณะการปรับตัวส่วนใหญ่คล้ายคลึงกัน โดยที่ประสบปัญหาค่อนข้างมากที่สุด ค่อนข้างมาก และค่อนข้างน้อย เช่นเดียวกัน แต่มีความแตกต่างกันในรายละเอียดเกี่ยวกับอันดับของปัญหาที่ประสบดังนี้คือ

2.3.1 สาขาวิชาพาณิชยกรรม ประสบปัญหาที่สุดในการปรับตัวทางการเรียนร้อยละ 77.06 ประสบปัญหาค่อนข้างมากคือในช่วงร้อยละ 67.74 ลงมาถึงร้อยละ 53.40 ในด้านอนาคต อาชีพและการศึกษา การปรับตัวทางอารมณ์และส่วนตัว กิจกรรมทางสังคมและนันทนาการ ความสัมพันธ์ทางสังคม หลักสูตรและการสอน ตามลำดับ ประสบปัญหาค่อนข้างน้อยในช่วงร้อยละ 45.06 ลงมาถึงร้อยละ 36.86 ในด้านสุขภาพและพัฒนาการทางร่างกาย การเงินและที่อยู่อาศัย ศิลธรรมจรรยาและศาสนา การปรับตัวทางเพศ และปัญหาบ้านและครอบครัวน้อยที่สุด ตามลำดับ

2.3.2 สาขาวิชาชีพเกษตรกรรม ประสบปัญหาที่สุดในการปรับตัวทางการเรียนร้อยละ 68.52 ประสบปัญหาค่อนข้างมากในช่วงร้อยละ 60.06 ลงมาถึงร้อยละ 55.74 ในด้านอนาคต อาชีพและการศึกษา การปรับตัวทางอารมณ์และส่วนตัว หลักสูตรและการสอน กิจกรรมทางสังคมและนันทนาการ และความสัมพันธ์ทางสังคม ตามลำดับ ประสบปัญหาค่อนข้างน้อยในช่วงร้อยละ 48.67 ลงมาถึงร้อยละ 34.00 ในด้านการเงินและที่อยู่อาศัย สุขภาพและพัฒนาการทางร่างกาย ศิลธรรมจรรยาและศาสนา การปรับตัวทางเพศ และปัญหาบ้านและครอบครัวน้อยที่สุด ตามลำดับ

2.3.3 สาขาวิชาชีพช่างอุตสาหกรรม ประสบปัญหาหนักที่สุดในด้านการปรับตัวทางการเรียนร้อยละ 71.33 ประสบปัญหาคอนข้างมากในช่วงร้อยละ 63.24 ลงมาถึงร้อยละ 55.00 ในด้านกิจกรรมทางสังคมและนันทนาการ อนาคต อาชีพและการศึกษา การปรับตัวทางอารมณ์และส่วนตัว หลักสูตรและการสอน และความสัมพันธ์ทางสังคม ตามลำดับ ประสบปัญหาคอนข้างน้อยในช่วงร้อยละ 47.72 ลงมาถึงร้อยละ 39.00 ในด้านการเงินและที่อยู่อาศัย ศีลธรรมจรรยาและศาสนา การปรับตัวทางเพศ บ้านและครอบครัว และปัญหาสุขภาพและนันทนาการทางร่างกายน้อยที่สุด ตามลำดับ

2.3.4 สาขาวิชาชีพคหกรรม ประสบปัญหาหนักที่สุดในด้านการปรับตัวทางการเรียนร้อยละ 66.24 ประสบปัญหาคอนข้างมากในช่วงร้อยละ 63.12 ลงมาถึงร้อยละ 54.16 ในด้านการปรับตัวทางอารมณ์และส่วนตัว กิจกรรมทางสังคมและนันทนาการ อนาคต อาชีพและการศึกษา หลักสูตรและการสอน และความสัมพันธ์ทางสังคม ตามลำดับ ประสบปัญหาคอนข้างน้อยในช่วงร้อยละ 39.16 ลงมาถึงร้อยละ 33.50 ในด้านการเงินและที่อยู่อาศัย สุขภาพและพัฒนาการทางร่างกาย ศีลธรรมจรรยาและศาสนา บ้านและครอบครัว และปัญหาด้านสุดท้ายการปรับตัวทางเพศน้อยที่สุด ตามลำดับ

จะเห็นได้ว่านักศึกษาในทุกประเภทของกลุ่มตัวอย่างประสบปัญหาหนักที่สุดในด้านการปรับตัวทางการเรียน ประสบปัญหาน้อยที่สุดด้านบ้านและครอบครัว ยกเว้นในสาขาวิชาชีพช่างอุตสาหกรรมและคหกรรม ประสบปัญหาน้อยที่สุดด้านสุขภาพและพัฒนาการทางร่างกาย และการปรับตัวทางเพศ ตามลำดับ ประสบปัญหาคอนข้างมาก ในด้านการปรับตัวทางอารมณ์และส่วนตัว กิจกรรมทางสังคมและนันทนาการ อนาคต อาชีพและการศึกษา หลักสูตรและการสอน ความสัมพันธ์ทางสังคม ประสบปัญหาคอนข้างน้อยในด้านการเงินและที่อยู่อาศัย ศีลธรรมจรรยา และศาสนา

3. สุขภาพจิตของนักศึกษาวิทยาลัยเทคโนโลยีและอาชีวศึกษา

3.1 นักศึกษาชายและหญิง มีปัญหาทางด้านสุขภาพจิตทั้ง 9 ด้านไม่แตกต่างกัน การเทียบจากค่าเฉลี่ยคะแนนมาตรฐานแบบสำรวจเอสซีแอล-90 (SCL-90) พบว่า นักศึกษาชายมีแนวโน้มจะมีปัญหาสุขภาพจิตสูงกว่านักศึกษาหญิงมากที่สุดในด้านความรู้สึกผิดปกติทางร่างกาย นักศึกษาหญิงมีแนวโน้มจะมีปัญหาสุขภาพจิตสูงกว่านักศึกษาชายมากที่สุดด้านความกลัว โดยไม่มีเหตุผล

3.2 นักศึกษา 4 สาขาวิชาชีพ ได้แก่ พาณิชยกรรม เกษตรกรรม ช่างอุตสาหกรรม และคหกรรม มีปัญหาสุขภาพจิต 9 ด้านไม่แตกต่างกัน การเทียบจากค่าเฉลี่ยคะแนนมาตรฐานแบบสำรวจเอสซีแอล-90 (SCL-90) พบว่า สาขาคหกรรมมีแนวโน้มจะมีปัญหาสุขภาพจิตสูงกว่ากลุ่มอื่น ๆ 5 ด้าน คือ ความกลัวโดยไม่มีเหตุผล โรควิต ความรู้สึกที่ไม่ชอบติดต่อกับผู้อื่น ซึมเศร้า และความหวาดระแวง สาขาพาณิชยกรรม มีแนวโน้มจะมีปัญหาสุขภาพจิตสูงกว่ากลุ่มอื่น ๆ 3 ด้าน คือ การย่ำคิดย่ำทำ วิตกกังวล และการก้าวร้าวทำลาย นักศึกษาสาขาเกษตรกรรม มีแนวโน้มจะมีปัญหาสุขภาพจิตสูงกว่ากลุ่มอื่น ๆ ในด้านความรู้สึกผิดปกติกของร่างกาย

4. ความสัมพันธ์ระหว่างปัญหาการปรับตัวกับสุขภาพจิต

4.1 กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัญหาการปรับตัวกับสุขภาพจิตเป็นรายด้าน มีค่าเท่ากับ 0.38 ถึง 0.66 และมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรวมของปัญหาการปรับตัวกับคะแนนรวมของสุขภาพจิตมีค่า 0.77 และมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

4.2 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ

4.2.1 นักศึกษาชาย ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัญหาการปรับตัวกับสุขภาพจิต มีค่า 0.41 ถึง 0.69 และมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

4.2.2 นักศึกษาหญิง ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัญหาการปรับตัวกับสุขภาพจิต มีค่า 0.28 ถึง 0.67 และมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

4.3 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามสาขาวิชาชีพ

4.3.1 สาขาวิชาชีพพาณิชยกรรม ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัญหาการปรับตัวกับสุขภาพจิตเกือบทุกด้านมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญ ยกเว้นด้านการเงินและที่อยู่อาศัย ด้านกิจกรรมทางสังคมและนันทนาการ กับความหวาดระแวง มีค่าเป็น 0.18 และ 0.26 ด้านการเงินและที่อยู่อาศัย ด้านกิจกรรมทางสังคมและนันทนาการ ด้านการปรับตัวทางเพศ กับ

การก้าวร้าวทำลาย มีค่าเป็น 0.26, 0.28 และ 0.28 ตามลำดับ ด้านการปรับตัวทางการเรียนกับความรู้สึกผิดปกติทางร่างกาย มีค่าเป็น 0.25 และไม่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญที่ 0.1

4.3.2 สาขาวิชาชีพเกษตรกรรม ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัญหาการปรับตัวกับสุขภาพจิตโดยส่วนมากทุกด้านมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญ ยกเว้น ด้านอนาคตอาชีพ และการศึกษา กับความรู้สึกผิดปกติทางร่างกาย การก้าวร้าวทำลาย ความรู้สึกไม่ชอบติดต่อกับผู้อื่น ความวิตกกังวล และความซึมเศร้า มีค่า 0.15, 0.23, 0.24, 0.24 และ 0.25 ตามลำดับ และไม่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

4.3.3 สาขาวิชาชีพช่างอุตสาหกรรม ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัญหาการปรับตัวกับสุขภาพจิต มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

4.3.4 สาขาวิชาชีพคหกรรม ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัญหาการปรับตัวกับสุขภาพจิต มีความสัมพันธ์กันเกือบทุกด้าน ยกเว้น ด้านการเงินและที่อยู่อาศัย กับความหวาดระแวง และการก้าวร้าวทำลาย มีค่า 0.21 และ 0.25 ตามลำดับ ด้านการปรับตัวทางเพศกับการก้าวร้าวทำลาย และความหวาดระแวง มีค่าเท่ากับ 0.20 และ 0.28 และไม่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

โดยสรุปจะเห็นว่าค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัญหาการปรับตัวกับสุขภาพจิตในแต่ละด้าน มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

ศูนย์วิจัยทรัพยากร การอภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลและสรุปผลการวิจัยดังกล่าวมีประเด็นสำคัญที่ควรอภิปรายซึ่งผู้วิจัยได้แบ่งการอภิปรายผลการวิจัยออกเป็น 3 ตอน ดังนี้

1. ปัญหาการปรับตัว ของนักศึกษาวิทยาลัยเทคโนโลยีและอาชีวศึกษา

จากการวิจัยได้ผลว่า ปัญหาที่นักศึกษาทุกกลุ่มตัวอย่างได้แก่ กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ และกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามสาขาวิชาชีพ ประสบปัญหามากที่สุดใน

ด้านการปรับตัวทางการเรียน ประสบปัญหา รองลงมา ในด้านการปรับตัวทางอารมณ์และส่วนตัว ด้านกิจกรรมทางสังคมและนันทนาการ ด้านอนาคต อาชีพและการศึกษา ด้านหลักสูตรและการสอน และความสัมพันธ์ทางสังคม ประสบปัญหาอันดับสุดท้ายด้านบ้านและครอบครัว ยกเว้นในสาขาวิชาชีพช่างอุตสาหกรรมและคหกรรม ประสบปัญหาอันดับสุดท้ายด้านสุขภาพและพัฒนาการทางร่างกาย และการปรับตัวทางเพศ ตามลำดับ ผลการวิจัยที่ได้สอดคล้องกับผลการวิจัยของ มัลลิกา จิตรสุข (2508 : 65-67) สมศักดิ์ ประจະเนย์ (2506 : 60-62) สุภาพรรณ โคตรจรัส (2524 : 188-192) ซึ่งได้ผลว่าปัญหาที่นักศึกษาประสบมากที่สุดคือ ปัญหาการปรับตัวทางการเรียน ประสบปัญหาค่อนข้างมาก ได้แก่ ปัญหาด้านกิจกรรมทางสังคมและนันทนาการ ด้านหลักสูตรและการสอน ด้านการปรับตัวทางอารมณ์และส่วนตัว ด้านอนาคต อาชีพและการศึกษา และด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ประสบปัญหาค่อนข้างน้อยในด้านศีลธรรมจรรยาและศาสนา ด้านสุขภาพและพัฒนาการทางร่างกาย ด้านการเงินและที่อยู่อาศัย และด้านบ้านและครอบครัว ประสบปัญหาน้อยที่สุด ด้านการปรับตัวทางเพศ และสอดคล้องกับผลการวิจัยของสาโรจ คำรัตน์ (2522 : 102-103) พบว่าเรื่องที่ทำให้เด็กมีความวิตกกังวลมากที่สุดคือ เรื่องการเรียน

ดังนั้นปัญหาที่ควรให้ความสนใจเป็นอันดับแรก คือ ปัญหาการปรับตัวทางการเรียน ซึ่งเป็นปัญหาที่นักศึกษาทุกกลุ่มตัวอย่างประสบมากที่สุด ปัญหาการปรับตัวทางการเรียน เกิดจากสาเหตุต่าง ๆ มากมายหลายประการที่ทำให้ให้นักศึกษาขาดแรงจูงใจในการเรียน มีนิสัยและทัศนคติไม่ดีในการเรียน เช่น ไม่ทราบวิธีเรียนที่มีประสิทธิภาพ เรียนไม่เก่ง ได้คะแนนต่ำ พื้นความรู้ไม่ดีในบางวิชา มีพื้นฐานและฝึกเตรียมจากชั้นมัธยมไม่ดีพอ กลัวความล้มเหลว กลัวสอบตก กังวลเกี่ยวกับการสอบ ไม่ถนัดหรือไม่สนใจในสายวิชาชีพที่เรียนอยู่อย่างแท้จริงไม่มีสมาธิการเรียน สนใจกิจกรรมต่างๆ นอกเหนือจากการเรียนเป็นส่วนใหญ่ ไม่สนใจคนควาอ่านหนังสือเรียนอย่างแท้จริง เป็นต้น ปัญหาดังกล่าวมีความสำคัญโดยตรงต่อผลการศึกษาเล่าเรียน เพราะเป็นปัญหาที่มีความสัมพันธ์อย่างสูงกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษา (สุภาพรรณ โคตรจรัส 2524 : 201) ซึ่งจะทำให้มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ อีกทั้งยังมีผลต่อการออกกลางคัน และการเรียนจนจบหลักสูตรของนักศึกษา ยังพบว่าเป็นเหตุผลในการออกกลางคันของนิสิตนักศึกษาส่วนใหญ่ (สมหวัง พิริยานูวัฒน์ 2524 : 137-151) ดังนั้นปัญหาการปรับตัวทางการเรียน จึงเป็นปัญหาที่สำคัญควรรับเร่งแก้ไข เพราะปัญหานี้จะมีผลโดยตรงต่ออนาคตของเด็กและเยาวชน ถ้าหากประสบปัญหาจนต้องออกจากสถานศึกษากลางคัน หรือไม่สามารถเรียนจนจบหลักสูตรของการศึกษาได้ อีกทั้งยัง

เป็นการสูญเสียเวลา เศรษฐกิจ และที่สำคัญอีกประการหนึ่งคือจะมีผลกระทบต่อสภาวะจิตใจของนักศึกษา อาจทำให้เกิดปัญหาสุขภาพจิตและสังคมตามมาได้

2. การเปรียบเทียบภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษาวิทยาลัยเทคโนโลยีและอาชีวศึกษา

2.1 จากการวิจัยได้ผลว่า ปัญหาสุขภาพจิตระหว่างนักศึกษาชายและหญิง และระหว่างนักศึกษาสาขาวิชาชีพพาณิชยกรรม เกษตรกรรม ช่างอุตสาหกรรม และศหกรรม มีปัญหาสุขภาพทั้ง 9 ด้าน ไม่แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับการวิจัยของ ประภาศรี ฉายาสุทธิบุตร (2527 : 64) ได้ผลว่าเด็กวัยรุ่นที่มีความบกพร่องทางการได้ยินที่มีเพศ สภาพการเรียน อาชีพผู้ปกครอง และระดับการศึกษาที่ต่างกัน มีปัญหาสุขภาพจิตในแต่ละด้านและส่วนรวมไม่แตกต่างกัน

จากผลการวิจัยพบว่า ปัญหาสุขภาพจิตไม่มีความแตกต่างกัน อาจเนื่องมาจากสถานภาพโดยทั่วไปของนักศึกษาไม่มีความแตกต่างกันมาก เช่น สภาพแวดล้อมภายในครอบครัว สถานภาพของบิดามารดา จากการวิจัยพบว่าส่วนใหญ่บิดามารดาอยู่กินด้วยกันและมีรายได้ที่ใกล้เคียงกัน แม้แต่ในกรณีที่มีบิดามารดา แยกกันอยู่ หย่าร้าง หรือถึงแก่กรรม มีค่าใกล้เคียงกันไปด้วย ด้านเศรษฐกิจของครอบครัว พบว่ามีรายได้มากกว่า 5,000 บาท ในทุกสาขาวิชาชีพ ยกเว้นในสาขาวิชาชีพเกษตรกรรมซึ่งต่ำกว่า 5,000 บาท แต่มีภูมิลำเนาอยู่ในต่างจังหวัด จึงทำให้รายจ่ายน้อยตามไปด้วย จึงสรุปได้ว่ามีรายได้และรายจ่ายที่ไม่แตกต่างกัน นอกจากนั้นนักศึกษาประสบปัญหาด้านบ้านและครอบครัวค่อนข้างน้อยและน้อยที่สุด จึงอาจเป็นสาเหตุให้นักศึกษามีปัญหาสุขภาพจิตไม่แตกต่างกัน

2.2 การเปรียบเทียบภาวะสุขภาพจิตโดยพิจารณาจากเจดีย์ การวิจัยได้ผลว่า นักศึกษาชายมีแนวโน้มจะมีปัญหาสุขภาพจิตสูงกว่านักศึกษาหญิงมากที่สุด ด้านความรู้สึกผิดปกติดังร่างกาย ซึ่งประกอบด้วยข้อความต่าง ๆ ที่จะสะท้อนให้เห็นปัญหา หรือความทุกข์อันเนื่องกัน การทำงานที่ผิดปกติของร่างกาย เช่น อาการปวดศีรษะ ประสาทอ่อนและประหม่างาย ซาดความสนใจทางเพศ มักมีอาการปวดนั้นแหว ปวดตามกล้ามเนื้อ มีอาการหายใจไม่สะดวก รู้สึกบางส่วน ของร่างกายไม่มีแรง และรู้สึกหนักตามแขนขา มีความรู้สึกอายุวิพากษ์วิจารณ์อื่น คิดว่าผู้หนึ่ง ผู้ใดสามารถควบคุมความคิดของตนเอง อาจเนื่องมาจากสาเหตุจากการพัฒนาการทางด้านร่างกาย ซึ่งจะมีการเปลี่ยนแปลงเข้าสู่วัยหนุ่มสาว โดยเพศชายจะเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว ระหว่างอายุ

13-15 ปี และเต็มที่ในอายุ 19-21 ปี ระบบต่างๆ ภายในตัวถูกรบกวน ทำให้ร่างกายจะต้องปรับตัวอยู่ตลอดเวลา (สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานเยาวชนแห่งชาติ 2528 : 7-8) เมื่อร่างกายเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว จึงทำให้เกิดความสนใจในตนเองสูง ประกอบเป็นนักศึกษาชายที่ศึกษาในสาขาวิชาชีพเกษตรและช่างอุตสาหกรรม ต้องใช้กำลังและแรงงานมาก จึงเกิดความวิตกกังวลเกี่ยวกับร่างกายของตนเองได้ ซึ่งอาจมีผลกระทบต่ออารมณ์และความรู้สึก นักศึกษามีความรู้สึกผิดปกติทางร่างกายได้

นักศึกษหญิงมีแนวโน้มที่จะมีปัญหาสุภาพจิตสูงกว่านักศึกษาชาย โดยเฉพาะในด้านความกลัวโดยไม่มีเหตุผล ประกอบด้วยลักษณะของความกลัวที่เกินความจริงและไม่มีเหตุผลที่มีต่อคน สถานที่ สิ่งของ หรือเหตุการณ์ต่าง ๆ เช่น กลัวที่โล่งแจ้งหรือถนน รู้สึกกลัวเมื่อออกนอกบ้านคนเดียว เป็นต้น ทำให้ต้องหลีกเลี่ยงสิ่งเหล่านั้นไปอาจเนื่องมาจากเพศหญิงมีความวิตกกังวลสูงกว่าเพศชาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งในด้านสังคม (สมัญญา เสียงใส 2524 : 276) จึงทำให้ขาดความมั่นใจในตนเองและขาดเหตุผล

2.3 การเปรียบเทียบปัญหาสุภาพจิตโดยพิจารณาค่าเฉลี่ย ระหว่างนักศึกษาทั้ง 4 สาขาวิชาชีพ ที่ควรรนำมาอภิปรายได้แก่ สาขาเกษตรกรรมมีแนวโน้มที่จะมีปัญหาสุภาพจิตสูงกว่ากลุ่มพาณิชยกรรม เกษตรกรรม และช่างอุตสาหกรรม 5 ด้าน ได้แก่ ความกลัวโดยไม่มีเหตุผล โรคจิต ความรู้สึกที่ไม่ชอบติดต่อกับผู้อื่น ซึมเศร้า และความหวาดระแวง อาจเนื่องมาจากนักศึกษาในกลุ่มเกษตรกรรมเป็นเพศหญิงจำนวนมากที่สุดถึงร้อยละ 95.18 จึงอาจทำให้เกิดความวิตกกังวลสูงกว่าเพศชายหรือแตกต่างจากสาขาอื่น ๆ ซึ่งมีนักศึกษาชายมาก หรือชายหญิงใกล้เคียงกัน ทำให้พบแนวโน้มที่จะมีปัญหาสุภาพจิตสูงถึง 5 ด้าน นักศึกษาสาขาพาณิชยกรรมมีแนวโน้มที่จะมีปัญหาสุภาพจิตสูงกว่ากลุ่มอื่น ๆ ในด้านการย้ำคิย่ำทำ วิตกกังวล และการก้าวร้าวทำลาย อาจเนื่องมาจากผลการวิจัยด้านปัญหาการปรับตัว พบว่านักศึกษาประสบปัญหาการปรับตัว โดยเฉลี่ยสูงกว่าสาขาอื่น ๆ จึงเป็นเหตุให้มีแนวโน้มที่จะมีปัญหาสุภาพจิตสูงได้ นักศึกษาสาขาเกษตรกรรมที่จะมีภาวะสุขภาพจิตสูงกว่ากลุ่มอื่น ๆ ด้านความรู้สึกผิดปกติของร่างกาย อันเนื่องมาจากนักศึกษาสาขาเกษตรกรรมส่วนใหญ่เป็นชาย และเนื้อหาของหลักสูตรจำเป็นต้องใช้กำลังงานสูงในการเกษตร จึงทำให้มีความสนใจตนเองเกี่ยวกับการเจริญเติบโตของร่างกายว่าเป็นไปตามปกติหรือไม่ จึงเป็นเหตุให้ประสบกับภาวะเช่นนี้ได้



โดยสรุปอาจกล่าวได้ว่า โอกาสที่วัยรุ่นจะมีแนวโน้มประสบปัญหาสุขภาพจิต นั้น เนื่องมาจากความไม่แน่นอนของการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ จะมีความกังวลต่อการเปลี่ยนแปลงภายในร่างกายที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว เกิดข้อขัดแย้งภายในตนเอง มีความผันแปรทางอารมณ์ได้มาก เช่น แสดงความโกรธที่รุนแรง หรือแสดงความรักอย่างทุ่มเทที่ผันเปลี่ยนเป็นต้น ความรู้สึกของวัยรุ่นในระยะนี้เป็นไปอย่างรวดเร็ว เกิดง่ายและก็หายง่าย บางคนอาจไม่เข้าใจตนเองและไม่สบอารมณ์ไปหมด เพราะฉะนั้นอารมณ์เศร้าในวัยรุ่นจึงอาจพบได้เสมอ (จิตเวชศาสตร์ 2520 : 65-71) เมื่อประสบบ่อยๆ จิตใจก็ทันทานไม่ไหว อาจกลายเป็นโรคจิตชนิดพบมากในเด็กวัยรุ่นที่เรียกว่า โรคจิตเภทได้ และสอดคล้องกับผลการวิจัยของซาโรซ คาร์ตัน (2522 : 102-103) พบว่า ผู้ที่อยู่ในวัยรุ่นร้อยละ 35 มีแนวโน้มเป็นคนมีอารมณ์อ่อนไหวง่าย คิดมาก มีความวิตกกังวลสูงเมื่อมีปัญหาสะท้อนอารมณ์ มีความโน้มเอียงที่จะเป็นโรคประสาท ปัญหาทำให้รู้สึกไม่สบายใจ อาจแก้ปัญหาโดยการเก็บความรู้สึกไม่สบายใจแต่เพียงผู้เดียว เพราะฉะนั้นในระยะแห่งวัยวิกฤตินี้ จำเป็นอย่างยิ่งที่เด็กวัยรุ่นจะต้องเข้าใจปัญหาของตนเอง และพยายามแก้ไขปัญหาค้นหาตัวเอง พร้อมทั้งมีบุคคลต่าง ๆ คอยช่วยเหลือ เช่น ผู้ปกครอง อาจารย์ ผู้ปกครอง อาจารย์แนะแนว เพื่อน เป็นต้น หากสามารถปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ สิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ได้ ก็จะทำให้ผ่านพ้นปัญหาไปได้ และเป็นผู้ที่มีสุขภาพจิตดีต่อไปในอนาคต

3. ความสัมพันธ์ระหว่างปัญหาการปรับตัวกับสุขภาพจิต

ความสัมพันธ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรวมของปัญหาการปรับตัวกับสุขภาพจิต มีความสัมพันธ์กันในระดับสูงมีค่าเท่ากับ 0.77 แสดงให้เห็นว่าเมื่อมีปัญหาการปรับตัวสูง จะทำให้มีปัญหาสุขภาพจิตสูงด้วย ดังนั้น ปัญหาการปรับตัวจึงมีผลต่อการเกิดปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษา ผู้ที่สามารถปรับตัวต่อสภาพแวดล้อมด้วยตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ จะเป็นผู้ที่มีสุขภาพจิตดี (ฮิลการ์ด Hilgard 1962 : 549) ในลักษณะตรงกันข้ามถ้าหากไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ ก็จะทำให้สุขภาพจิตผิดปกติได้

จากการหาค่าสหสัมพันธ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัญหาการปรับตัวกับสุขภาพจิต โดยส่วนรวมแล้วพบว่ามีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่มีประเด็นที่น่าสนใจที่ควรนำมาอภิปรายในกรณีที่มีผลการวิจัยพบว่าในปัญหาการปรับตัวบางด้านกับสุขภาพจิตไม่มีความสัมพันธ์กัน

สาขาพาณิชย์กรรม ปัญหาด้านการเงินและที่อยู่อาศัย ด้านกิจกรรมทางสังคมและนันทนาการ และด้านการปรับตัวทางเพศ พบว่าไม่มีความสัมพันธ์กับความหวาดระแวง และการก้าวร้าวทำลาย แสดงให้เห็นว่าเมื่อมีปัญหการปรับตัวทางด้านนี้มาก ไม่ทำให้มีความหวาดระแวงหรือการก้าวร้าวทำลายมากไปเลย จากข้อมูลทั่วไปพบว่านักศึกษาสาขาพาณิชย์กรรมมีฐานะทางครอบครัวอยู่ในเกณฑ์ดี และจากสภาพส่วนใหญ่เป็นนักศึกษาในกรุงเทพมหานคร ทำให้มีปัญหการปรับตัวทางด้านการเงิน ที่อยู่อาศัย และกิจกรรมทางสังคมและนันทนาการน้อย ปัญหาการปรับตัวทั้ง 3 ด้านไม่มีผลกระทบต่อความหวาดระแวงและการก้าวร้าวทำลาย

สาขาเกษตรกรรม ปัญหาด้านอนาคต อาชีพ และการศึกษา ไม่มีความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตทั้ง 5 ด้าน คือ ความรู้สึกผิดปกติทางร่างกาย การก้าวร้าวทำลาย ความรู้สึกที่ไม่ชอบติดต่อกับผู้อื่น ความวิตกกังวล และความซึมเศร้า ดังนั้นปัญหาการปรับตัวด้านนี้ไม่มีผลต่อภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษารวม 5 ด้าน ที่กล่าวมา ถึงแม้ว่าจะมีปัญหาด้านอนาคต อาชีพ และการศึกษา มากก็ไม่ทำให้มีภาวะสุขภาพจิตทั้ง 5 ข้อ นั้นผิดปกติได้

สาขาศึกษา สาขาการเกษตร ปัญหาด้านการเงินและที่อยู่อาศัยและด้านการปรับตัวทางเพศ ไม่มีความสัมพันธ์กับการก้าวร้าวทำลาย และความหวาดระแวง ดังนั้นปัญหาด้านการเงิน ที่อยู่อาศัย และการปรับตัวทางเพศ ซึ่งนักศึกษาสาขาศึกษาศาสตร์ประกอบอยู่ในระดับน้อย ไม่มีผลกระทบต่อสุขภาพจิตของนักศึกษาที่ไปในทิศทางเดียวกัน

ดังนั้นจึงสรุปได้ว่า ปัญหาการปรับตัวมีความสัมพันธ์กับสุขภาพจิต เมื่อมีปัญหการปรับตัวสูงก็จะทำให้เกิดปัญหาสุขภาพจิตสูงตามไปด้วย และในลักษณะตรงกันข้าม เมื่อไม่เกิดปัญหาการปรับตัวด้านต่าง ๆ ขึ้นก็จะไม่เกิดสุขภาพจิตที่ผิดปกติเช่นกัน

ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

จากผลการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใครขอเสนอแนะดังต่อไปนี้

1. วิทยาลัยควรจัดหาทางช่วยเหลือนักศึกษาในเรื่องการเรียนเป็นอันดับแรก โดยฝ่ายแนะแนวควรมีการสำรวจปัญหาในการเรียนการสอน เพื่อสามารถให้คำแนะนำและสร้างแรงจูงใจ เพื่อให้ให้นักศึกษามีจุดมุ่งหมายในการเรียนวิชาต่าง ๆ อย่างชัดเจน นักศึกษาจะได้มองเห็นความสัมพันธ์ระหว่างวิชาที่เรียน กับงานอาชีพและการดำรงชีวิตในอนาคต มองเห็นประโยชน์ จน

เกิดทัศนคติที่ดีต่อวิชาที่เรียน พร้อมทั้งให้คำแนะนำเกี่ยวกับการพัฒนานิสัยในการเรียน และแนว
กิจกรรมและประสบการณ์ที่จะส่งเสริมการเรียนรู้ เพื่อให้มีประสิทธิภาพในการเรียนยิ่งขึ้น

2. ทางด้านสุขภาพจิต ฝ่ายแนะแนวในวิทยาลัยมีบทบาทที่สำคัญยิ่ง ในการแนะแนว
จัดกิจกรรม และประสบการณ์เพื่อแก้ไขและส่งเสริมพัฒนาการของนักศึกษาทั้งในด้านวิชาการ ด้าน
การปรับตัวทางสังคม อารมณ์และส่วนตัว โดยมีวิธีดำเนินงาน ดังนี้

2.1 ฝ่ายแนะแนวควรจัดเก็บข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับนักศึกษา เพื่อให้โอกาสนัก
ศึกษาได้สำรวจและทำความเข้าใจตนเอง และเป็นข้อมูลให้อาจารย์ที่ปรึกษาและอาจารย์แนะแนวได้
นำมาใช้ประโยชน์ในการให้คำปรึกษาแนะนำ เมื่อนักศึกษาประสบปัญหาในด้านต่าง ๆ

2.2 ฝ่ายแนะแนวควรจัดเชิญวิทยากรมาบรรยายเกี่ยวกับปัญหาสุขภาพจิตในเด็ก
วัยรุ่น ตามความเหมาะสม

2.3 ควรมีการปรับปรุงหลักสูตร ให้นักศึกษาได้เรียนวิชาที่เกี่ยวข้องกับการปรับ
ตัว วิชาสุขภาพจิต เรียนวิชาที่เกี่ยวกับกิจกรรม พลศึกษาและนันทนาการ เพื่อให้มีโอกาสออก
กำลังกายและผ่อนคลายความตึงเครียด

2.4 ทางวิทยาลัยควรจัดสภาพแวดล้อมต่าง ๆ ให้เหมาะสม เช่น สถานที่ต่าง ๆ
ในวิทยาลัย สนามกีฬา จัดสวนหย่อม เป็นต้น เพราะสิ่งแวดล้อมมีผลกระทบต่อสภาพจิตใจของมนุษย์
โดยเฉพาะนักศึกษาจำเป็นต้องใช้เวลาอยู่ในวิทยาลัยเป็นส่วนมาก หากอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดีย่อม
มีส่วนในการพัฒนาสุขภาพจิตของนักศึกษาได้

3. ด้านกิจการของนักศึกษา ควรจัดให้มีกิจกรรมเสริมหลักสูตรต่าง ๆ ตามความ
เหมาะสม เพื่อพัฒนาบุคลิกภาพ การทำงานร่วมกับผู้อื่น การเข้ากลุ่มจะทำให้เกิดการพัฒนาตนเอง
ให้มีคุณธรรม มีน้ำใจ สร้างความรับผิดชอบในหมู่คณะ และใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ในการ
สร้างสรรค์ โดยนักศึกษาร่วมกันบำเพ็ญประโยชน์หรือส่งเสริมกิจกรรมทั้งด้านวิชาการ กีฬา ดนตรี
ศาสนา นันทนาการและพลานามัย เป็นต้น

ข้อเสนอแนะในการวิจัยต่อไป

1. ในการวิจัยเกี่ยวกับปัญหาการปรับตัวและสุขภาพจิต ควรสร้างแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลและสถานภาพทั่วไป ภูมิหลังของผู้ตอบแบบสอบถาม เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานในการอธิบายผลการวิจัยได้ละเอียดและครอบคลุมยิ่งขึ้น
2. ศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างปัญหาสุขภาพจิต หรือปัญหาการปรับตัวกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษา
3. ควรจัดกิจกรรมให้ความช่วยเหลืออย่างใดอย่างหนึ่งตามข้อเสนอแนะและประเมินประสิทธิภาพของการให้ความช่วยเหลือ โดยการวัดและเปรียบเทียบวิธีการช่วยเหลือที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงปัญหาการปรับตัวหรือปัญหาสุขภาพจิต

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย