

A Causal Model of Learning Adjustment Behavior among Computer Science Students¹

Julaporn Khammongkul²

Ungsinun Intarakamhang³

Kamolwan Karomprach Klaykaew⁴

Received: July 12, 2018

Revised: Nov 22, 2018

Accepted: Dec 10, 2018

Abstracts

The purpose of this study was to examine the causal relationship model of learning adjustment behavior among computer science students. The sample consisted of 371 first-year and second-year computer science students from five autonomous universities in Bangkok, selected by using proportional stratified random sampling. Questionnaires were used to collect data, with their reliability (Cronbach's alpha) ranging between .85 and .94. The data analyzed was using LISREL program. The research finding revealed that the hypothesized causal relationships model of learning adjustment behavior among computer science students fitted with the empirical data, with the following Goodness-of-Fit Indices of Chi-square (χ^2) = 323.95, df = 117, p -value = .001, χ^2/df = 2.77, RMSEA = .069, GFI = .91, CFI = .98, and NNFI = .97. It was found that 1) creativity and spirituality had direct effect on problem-focused and emotion-focused coping, meaning-in-life, hope, and self-esteem; 2) emotion-focused coping had direct effect on meaning-in-life; 3) problem-focused coping had direct effect on hope; 4) social support at university had direct effect on self-esteem; and 5) meaning-in-life, hope, self-esteem, and social support at university had direct effect on learning adjustment behavior. All variables explained 65 percent of the variance of learning adjustment behavior. The implication of this study points out the beneficial factors for promoting interventions for learning adjustment behavior among computer science students.

Keywords: causal relationship model, learning adjustment behavior, transformative coping

¹ Partial Fulfillment for the Doctoral of Philosophy Degree in Applied Behavioral Science Research.

² Graduate student, Doctoral degree in Applied Behavioral Science Research, Srinakharinwirot University,
E-mail: julapornk@gmail.com

³ Associate Professor at Behavioral Science Research Institute, Srinakharinwirot University.

⁴ Assistant Professor at Innovative Learning Center, Srinakharinwirot University.

รูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของพฤติกรรมการปรับตัวในการเรียน ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี สาขาวิทยาการคอมพิวเตอร์¹

จุฬาร คำมุงคุล²

อังศินันท์ อินทรกำแหง³

กมลวรรณ คารมปราชญ์ คล้ายแก้ว⁴

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อตรวจสอบความกลมกลืนของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของพฤติกรรมการปรับตัวในการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรี สาขาวิทยาการคอมพิวเตอร์ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาสาขาวิทยาการคอมพิวเตอร์ ชั้นปีที่ 1 และ 2 ของมหาวิทยาลัยในกำกับของรัฐ 5 แห่ง ในกรุงเทพมหานคร จำนวน 371 คน โดยใช้การสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้นภูมิตามสัดส่วน ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยแบบสอบถาม ที่มีค่าความเชื่อมั่นอยู่ระหว่าง .85 ถึง .94 และวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมลิสเรล ผลการวิจัยพบว่า รูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของพฤติกรรมการปรับตัวในการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรีสาขาวิทยาการคอมพิวเตอร์ภายหลังจากการปรับแก้มีความกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยมีค่า Chi-square (χ^2) = 323.95, df = 117, p -value = .001, χ^2/df = 2.77, RMSEA = .069, GFI = .91, CFI = .98 และ NNFI = .97 และพบว่า 1) ความคิดสร้างสรรค์และจิตวิญญาณมีอิทธิพลทางตรงต่อการเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่อารมณ์การเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่ปัญหา ความหมายในชีวิต ความหวัง และการเห็นคุณค่าในตนเอง 2) การเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่อารมณ์มีอิทธิพลทางตรงต่อความหมายในชีวิต 3) การเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่ปัญหามีอิทธิพลทางตรงต่อความหวัง 4) การสนับสนุนทางสังคมในมหาวิทยาลัยมีอิทธิพลทางตรงต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง และ 5) ความหมายในชีวิต ความหวัง การเห็นคุณค่าในตนเอง และการสนับสนุนทางสังคมในมหาวิทยาลัยมีอิทธิพลทางตรงต่อพฤติกรรมการปรับตัวในการเรียน ทั้งนี้ตัวแปรสาเหตุทั้งหมดสามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของพฤติกรรมการปรับตัวในการเรียนได้ร้อยละ 65 ผลการวิจัยนี้สามารถชี้ให้เห็นตัวแปรสำคัญที่เป็นประโยชน์ในการพัฒนาโปรแกรมเพื่อเสริมสร้างให้นักศึกษาสาขาวิทยาการคอมพิวเตอร์มีพฤติกรรมการปรับตัวในการเรียนที่เหมาะสมยิ่งขึ้น

คำสำคัญ: รูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ พฤติกรรมการปรับตัวในการเรียน การเผชิญปัญหาเพื่อการเปลี่ยนแปลง

¹ เป็นส่วนหนึ่งของวิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาวิชาการศึกษา สาขาวิชาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

² นิสิตปริญญาเอก สาขาวิชาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

E-mail: julapomk@gmail.com

³ รองศาสตราจารย์ ประจำสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

⁴ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ประจำสำนักนวัตกรรมการเรียนรู้ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

บทนำ

สภาพสังคมในปัจจุบันทำให้เด็กและเยาวชนต้องเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ มากมาย นักศึกษาในมหาวิทยาลัยต้องเผชิญปัญหาหลากหลายที่ส่งผลให้เกิดความเครียดได้ ไม่ว่าจะเป็นปัญหาด้านการเรียน ตลอดจนปัญหาสภาพแวดล้อมของมหาวิทยาลัย ปัญหาทางการเงิน ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และปัญหาการปรับตัว (Limpanawas, 2006; Chunin, Rakchanya, & Pongsapitch, 2007; Suanrueang, Jorajit, & Phantusena, 2009; Wongsritagoon, 2011) แม้ว่าปัญหาและการปรับตัวนั้นสามารถเกิดขึ้นได้ตลอดชีวิตในทุกเพศทุกวัย แต่ช่วงชีวิตที่สำคัญยิ่งที่ประสบปัญหาและเผชิญวิกฤตการณ์ในการปรับตัวมากกว่าวัยอื่น คือ ช่วงวัยรุ่น เนื่องจากวัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องปรับตัวให้เข้ากับสิ่งใหม่ ๆ ที่เกิดขึ้น ทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ และสังคม เป็นวัยที่จะก้าวเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ เมื่อผู้เรียนไม่สามารถปรับตัวได้ก็จะส่งผลกระทบต่อทางอารมณ์จนกลายเป็นความเครียด ความวิตกกังวล ความคับข้องใจ ความขัดแย้งในใจ ก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพจิตที่ส่งผลต่อการเรียนต่อไป ที่อาจทำให้ผู้เรียนออกกลางคันหรือสำเร็จการศึกษาล่าช้า (Trongsitthirak, 2003) การปรับตัวในการเรียนจึงเป็นกระบวนการสำคัญที่ผู้เรียนจะใช้ภายหลังที่ต้องเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ให้สามารถผ่านพ้นปัญหาและอุปสรรคเหล่านั้นไปได้

การเรียนในสาขาวิทยาการคอมพิวเตอร์เป็นการเรียนที่เน้นทั้งความรู้ในด้านทฤษฎีและเชิงประยุกต์ควบคู่กันไป กระบวนการเรียนรู้จึงค่อนข้างยาก มีความซับซ้อน ประกอบกับผู้เรียนต้องมีความรับผิดชอบสูง และต้องใช้ความสามารถหลายด้านร่วมกัน ไม่ว่าจะเป็นความรู้ ทักษะ และการคิดวิเคราะห์แก้ปัญหา เมื่อผู้เรียนเข้ามาศึกษาในปีแรกจะต้องมีการปรับตัวทั้งในด้านการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย การปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมทางด้านวิชาการต่าง ๆ และเมื่อเข้าสู่การเรียนปีที่สอง ปัญหาการปรับตัวก็ยังคงอยู่ โดยเฉพาะด้านการเรียนในเนื้อหาวิชาเฉพาะในหลักสูตร เช่น ต้องพัฒนาทักษะทางด้านการเขียนโปรแกรม (Programming) ซึ่งเป็นพื้นฐานที่สำคัญสำหรับการศึกษาในสาขาวิทยาการคอมพิวเตอร์และศาสตร์ที่เกี่ยวข้อง เมื่อผู้เรียนไม่สามารถทำได้ตามที่ตนเองและผู้สอนคาดหวัง อาจทำให้เกิดความเครียด รู้สึกวิตกกังวล หรือเกิดความขัดแย้งในใจเกี่ยวกับหลักสูตร สภาพแวดล้อม หรือกระบวนการเรียนการสอนต่าง ๆ และบางครั้งอาจเกิดความรู้สึกคับข้องใจและรู้สึกว่าตนเองไม่มีความสามารถพอ จนทำให้เห็นคุณค่าในตนเองน้อยลง (Jantaragrang, 2016) และเมื่อไม่สามารถปรับตัวต่อสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ได้ นักศึกษาก็มักจะลาออกจากการศึกษา โดยเฉพาะอย่างยิ่งนักศึกษาชั้นปีที่ 1 และ 2 ที่พบว่ามีอัตราการเสี่ยงต่อการออกกลางคันสูงกว่าชั้นปีอื่น ๆ (Sittimongkol, Salae, Sothornsak, & Popun, 2015) ซึ่งสิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นอุปสรรคทำให้ผู้เรียนไม่สามารถปรับตัวต่อสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองให้สอดคล้องเหมาะสมกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นเกี่ยวกับการเรียนได้

งานวิจัยที่ผ่านมาสะท้อนให้เห็นว่าสาเหตุหลักของความเครียดและการปรับตัวมีความสัมพันธ์กับคุณลักษณะทางจิตของแต่ละบุคคลและสถานการณ์ทางสังคมบางประการ (Chuchom & Sukharom, 1992; Intarakamhang, 2008; Surakarn, 2012) ดังนั้น การที่บุคคลจะสามารถฝ่าฟันและผ่านพ้นอุปสรรคเหล่านี้ไปได้ นั้น จึงขึ้นอยู่กับ การรับรู้ปัญหาและความเข้มแข็งของสภาพจิตใจที่มีอยู่ในตัวบุคคลนั้น ซึ่งเป็นองค์ประกอบสำคัญที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัว และช่วยให้บุคคลสามารถดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข เกิดความหยุนตัว และกลับมาใช้ชีวิตตามปกติอย่างที่เคยเป็นได้ (Suphamongkhon, 2004; Pongsapitch, 2009; Ruenprot,

2010) สอดคล้องกับคำกล่าวของ Lazarus (1969: 17-21) ที่ว่ามนุษย์ต้องมีการปรับตัวและปรับพฤติกรรมของตนเองให้สอดคล้องกับความต้องการของตนเองและสังคม และปัญหาที่เกิดขึ้นในสังคมมักเป็นผลมาจากการที่บุคคลไม่สามารถปรับตัวได้ การปรับตัวเพื่อให้พ้นจากความทุกข์หรือความไม่สบายใจจึงเป็นเรื่องสำคัญ หากผู้เรียนสามารถปรับตัวกับภาวะความเครียดที่เกิดขึ้น ก็จะสามารถผ่านพ้นปัญหาเหล่านั้นไปได้ด้วยดี ดังนั้นจึงควรให้ความสำคัญในการพัฒนาแนวทางเผชิญปัญหาของบุคคลให้เป็นไปในทางบวก (Monat & Lazarus, 1985; Gillham & Seligman, 1999)

ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษารูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของพฤติกรรมการปรับตัวในการเรียน โดยการประยุกต์ใช้กรอบแนวคิดเชิงทฤษฎีการเผชิญปัญหาเพื่อการเปลี่ยนแปลง (Transformative Coping Theory) (Corry, Mallett, Lewis, & Abdel-Khalek, 2013; Corry, Lewis, & Mallett, 2014) ซึ่งเป็นแนวคิดที่ให้ความสำคัญกับการพัฒนาคุณลักษณะทางจิตเชิงบวกโดยเฉพาะอย่างยิ่งความคิดสร้างสรรค์และจิตวิญญาณไปพร้อมกับการเผชิญปัญหาด้วยวิธีที่เหมาะสม ที่สามารถนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ให้เป็นไปในเชิงบวก ไม่ว่าจะเป็นความหมายในชีวิต ความหวัง และการเห็นคุณค่าในตนเอง อันเป็นการเพิ่มความยืดหยุ่นตัวเพื่อรักษาสสมดุลของร่างกายและจิตใจ พร้อมทั้งจะเผชิญกับสถานการณ์ต่าง ๆ ที่จะเข้ามาในชีวิต และงานวิจัยที่ผ่านมาบางส่วนก็สนับสนุนว่าความคิดสร้างสรรค์และจิตวิญญาณมีความสัมพันธ์กับการเผชิญปัญหาและการจัดการอารมณ์ความรู้สึกของบุคคล ช่วยปรับเปลี่ยนมุมมองที่มีต่อปัญหา เป็นแรงผลักดันให้บุคคลพยายามหาแนวทางในการเผชิญปัญหาด้วยวิธีที่เหมาะสม และสามารถเพิ่มการรับรู้ของบุคคลในด้านความหวัง ความหมายในชีวิต และการเห็นคุณค่าในตนเองให้เป็นไปในทางบวก ซึ่งเป็นคุณลักษณะทางจิตเชิงบวกที่สำคัญที่ส่งผลให้บุคคลสามารถปรับตัวได้ดี (Aspinwall & Taylor, 1992; Park & Folkman, 1997; Madden & Bloom, 2004; Faull & Hills, 2006; Spandler, Secker, Kent, Hacking, & Shenton, 2007; Reynolds, Lim, & Prior, 2008; Rand & Cheavens, 2009; Kiang & Fuligni, 2010) นอกจากนี้ การสนับสนุนทางสังคมยังเป็นตัวแปรทางสถานการณ์อีกตัวแปรหนึ่งที่ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงคุณลักษณะทางจิตเชิงบวกในด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง และยังส่งผลให้บุคคลสามารถปรับตัวต่อสถานการณ์ปัญหาที่กำลังเผชิญอยู่ได้เป็นอย่างดี (Rueger, Malecki, & Demaray, 2010; Bejerrano, 2014)

ดังนั้น หากนักศึกษามีแนวทางและมีกระบวนการเผชิญปัญหาที่ถูกต้อง รวมทั้งได้รับการสนับสนุนช่วยเหลือจากบุคคลรอบข้างอย่างเหมาะสมแล้ว ก็จะช่วยให้สามารถจัดการกับความเครียดและผ่านพ้นอุปสรรคปัญหาที่เกิดขึ้นได้ อันจะส่งผลให้นักศึกษาสามารถปรับตนเองและปรับตัวต่อสังคมได้ดี ตลอดจนสามารถปรับตัวต่อปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในอนาคต และมีโอกาสประสบความสำเร็จในการเรียนมากขึ้น ซึ่งข้อค้นพบที่ได้จากการศึกษาจะทำให้ทราบถึงสาเหตุที่นำมาอธิบายพฤติกรรมการปรับตัวในการเรียน ที่เป็นประโยชน์ในการช่วยพัฒนาองค์ความรู้ เป็นข้อมูลในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นประโยชน์ต่อการปรับตัวของผู้เรียน และยังสามารถเป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมกระบวนการเผชิญปัญหาของนักศึกษาสาขาวิทยาการคอมพิวเตอร์ให้เหมาะสมและมีประสิทธิภาพต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อตรวจสอบความกลมกลืนของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของพฤติกรรมการปรับตัวในการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรี สาขาวิทยาการคอมพิวเตอร์

การประมวลเอกสารที่เกี่ยวข้อง

การปรับตัวเป็นกระบวนการที่บุคคลพยายามลดภาวะความเครียดทางอารมณ์และปัญหาที่เกิดขึ้นกับตัวเอง โดยการแสวงหาวิถีทางที่จะตอบสนองความต้องการของตนเอง ไม่ว่าจะเป็นความต้องการทางกายหรือจิตใจ โดยบุคคลจะต้องปรับพฤติกรรมของตนเองให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อม จนกระทั่งบุคคลนั้นสามารถดำรงอยู่ในสภาพแวดล้อมนั้นได้อย่างมีความสุข (Coleman, 1981; Haber & Runyon, 1984) ซึ่งตามแนวคิดของ Baker and Siryk (1984) อธิบายว่า การปรับตัวในการเรียนระดับอุดมศึกษานั้นสามารถแสดงออกมาเป็นพฤติกรรม 4 ด้าน ได้แก่ 1) การปรับตัวด้านวิชาการ เป็นการปรับตัวที่มีความเกี่ยวข้องกับความต้องการและประสบการณ์ในการเรียนของผู้เรียน 2) การปรับตัวด้านอารมณ์ส่วนตัว เป็นการปรับตัวที่มีความเกี่ยวข้องกับความรู้สึกต่อสภาวะภายในร่างกายและจิตใจของตนเอง 3) การปรับตัวด้านสังคม เป็นการปรับตัวที่เกี่ยวข้องกับความต้องการของตนเองที่มีต่อสังคมและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลอื่น และ 4) การปรับตัวด้านสถานศึกษา เป็นการปรับตัวที่มีความเกี่ยวข้องกับความรู้สึกทั่วไปและความรู้สึกเฉพาะเจาะจงของผู้เรียนที่มีต่อสถานศึกษาและการใช้ชีวิตในสถานศึกษา พฤติกรรมการปรับตัวในการเรียนจึงเป็นการที่ผู้เรียนเรียนรู้เกี่ยวกับตนเอง ยอมรับและพยายามจัดการความเครียดหรือปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเอง ในสภาพแวดล้อมหรือสถานการณ์ต่าง ๆ เกี่ยวกับการเรียน โดยการแสดงออกทางพฤติกรรมที่เหมาะสม เพื่อตอบสนองความต้องการของตนเองและให้สอดคล้องกับสภาพแวดล้อมและสถานการณ์ต่าง ๆ ในสังคมมหาวิทยาลัย เพื่อรักษาความสมดุลของชีวิตจนสามารถประสบความสำเร็จในการเรียนและการใช้ชีวิตในรั้วมหาวิทยาลัย และดำรงอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข

ในการศึกษารูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของพฤติกรรมการปรับตัวในการเรียน ผู้วิจัยประยุกต์ใช้กรอบแนวคิดเชิงทฤษฎีการเผชิญปัญหาเพื่อการเปลี่ยนแปลง (Transformative Coping Theory) (Corry, Mallett, Lewis, & Abdel-Khalek, 2013; Corry, Lewis, & Mallett, 2014) รวมทั้งการศึกษาเพิ่มเติมถึงตัวแปรที่นอกเหนือจากกรอบแนวคิดของทฤษฎีการเผชิญปัญหาเพื่อการเปลี่ยนแปลง เพื่อให้สามารถอธิบายการเกิดพฤติกรรมได้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น นั่นคือ ตัวแปรการสนับสนุนทางสังคมในมหาวิทยาลัย ซึ่งจากการประมวลเอกสารที่เกี่ยวข้องพบว่า การสนับสนุนทางสังคมเป็นตัวแปรทางสถานการณ์ที่เกี่ยวข้องและมีอิทธิพลต่อการเกิดพฤติกรรมต่าง ๆ รวมทั้งพฤติกรรมการปรับตัวในการเรียน เนื่องจากเมื่อบุคคลเกิดปัญหาหรือภาวะความเครียดขึ้น มักต้องการการสนับสนุนทางสังคมทั้งการสนับสนุนทางอารมณ์ ข้อมูลข่าวสาร และวัตถุประสงค์ของ (Schaefer, Coyne, & Lazarus, 1981) เพื่อให้ตนเองสามารถปรับตัวหรือเผชิญกับความเครียดต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้และรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองมากขึ้น

ตามทฤษฎีการเผชิญปัญหาเพื่อการเปลี่ยนแปลงอธิบายว่า กระบวนการเผชิญปัญหาเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในเชิงบวกนั้น อาศัยการใช้ความคิดสร้างสรรค์และจิตวิญญาณเป็นตัวแปรในการช่วยขับเคลื่อน

แนวทางการเผชิญปัญหาและการเพิ่มอารมณ์เชิงบวกของบุคคล โดยจิตวิญญาณเป็นความคิดเกี่ยวกับสิ่งยึดเหนี่ยวในชีวิตที่มีอิทธิพลมาจากความศรัทธาและความเชื่อส่วนบุคคล รวมถึงคำสอนและหลักปฏิบัติที่บุคคลเคารพนับถือ เมื่อประสบปัญหาหรือเกิดความวิตกกังวลบุคคลจำเป็นต้องได้รับการตอบสนองความต้องการด้านจิตวิญญาณเพื่อช่วยให้ก้าวผ่านปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ไปได้ (Hill & Smith, 1985; Johnston & Mayers, 2005) ซึ่งจิตวิญญาณจะช่วยกระตุ้นให้เกิดการสะท้อนและส่งเสริมการตระหนักรู้ในตนเองให้เพิ่มขึ้น ขณะที่ความคิดสร้างสรรค์เป็นความสามารถในการคิดของบุคคลที่ใช้ในกระบวนการคิดเพื่อสร้างสรรค์สิ่งใหม่หรือแก้ปัญหาที่มีอยู่ให้ดีขึ้น โดยพิจารณาจากคุณลักษณะของบุคคลและการแสดงออกทางการคิดเพื่อการแก้ปัญหาในหลายแง่มุม (Guilford, 1967) โดยความคิดสร้างสรรค์จะส่งเสริมในการแสดงออกทางอารมณ์ เพื่อให้มีการเปลี่ยนแปลงสถานการณ์หรือปรับกระบวนการใหม่จากการใช้วิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่ปัญหา ซึ่งเป็นความพยายามที่จะจัดการกับปัญหาโดยตรงกับสาเหตุปัญหาที่ก่อให้เกิดความเครียด โดยมุ่งเน้นการจัดการกับสาเหตุของปัญหาโดยตรง มีการแสวงหาแหล่งสนับสนุนทางสังคมมีการวางแผนแก้ปัญหาอย่างเป็นขั้นตอน รวมถึงการประเมินสถานการณ์ปัญหาที่เกิดขึ้นให้เป็นไปในทางบวก และเกิดการใช้ความคิดและกลไกทางจิตในการแสดงออกด้วยการควบคุมอารมณ์จากการใช้วิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่อารมณ์ ซึ่งเป็นกระบวนการคิดในการพยายามจัดการปัญหาหรือความเครียดทางอารมณ์ โดยมุ่งแก้ไขอารมณ์ที่เป็นทุกข์โดยใช้การปรับกระบวนการคิดและใช้กลไกทางจิตด้วยการควบคุมอารมณ์ของตนเอง การยอมรับและแสดงความรับผิดชอบต่อปัญหาที่เกิดขึ้น (Lazarus & Folkman, 1984) จนสามารถเผชิญปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพในระยะยาว และนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์จากเชิงลบเป็นเชิงบวก โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ความหมายในชีวิต ความหวัง และการเห็นคุณค่าในตนเอง (Corry, Lewis, & Mallett, 2014)

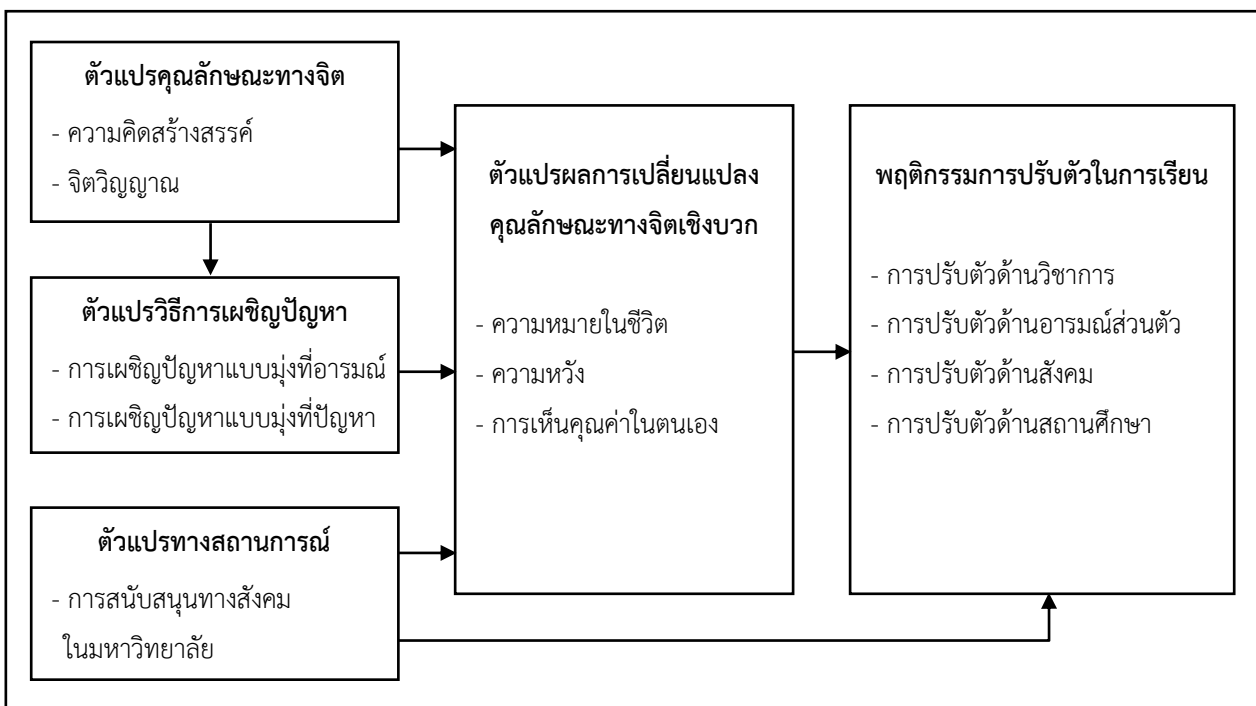
งานวิจัยที่ผ่านมาของ Madden and Bloom (2004) สะท้อนให้เห็นว่า ความคิดสร้างสรรค์มีความสัมพันธ์กับการเผชิญปัญหาและการจัดการอารมณ์ความรู้สึกของบุคคล อีกทั้งผลการศึกษาของ Spandler, Secker, Kent, Hacking, and Shenton (2007) ก็ยังพบว่า ความคิดสร้างสรรค์สามารถเพิ่มการรับรู้ของบุคคลในด้านแรงจูงใจ เป้าหมาย ความหมายในชีวิต การเห็นคุณค่าในตนเอง การนับถือตนเอง ความหวัง และเอกลักษณ์แห่งตนให้เป็นไปในทางบวก สอดคล้องกับงานวิจัยของ Corry, Tracey, and Lewis (2015) ที่ทำการศึกษาประสบการณ์เผชิญปัญหาเพื่อการเปลี่ยนแปลงโดยการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลหลักที่หลากหลาย ทั้งศิลปิน นักบวช และผู้รับบริการทางด้านสุขภาพจิตชาวไอร์แลนด์และไอร์แลนด์เหนือในประเด็นเกี่ยวกับจิตวิญญาณ และพบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เชื่อว่าจิตวิญญาณช่วยเปลี่ยนแปลงอารมณ์จากเชิงลบให้เป็นเชิงบวกได้ ช่วยพัฒนาทักษะการเผชิญปัญหาเพื่อรับมือกับเหตุการณ์และภาวะความเครียดต่าง ๆ และจิตวิญญาณยังช่วยปรับเปลี่ยนมุมมองที่มีต่อปัญหาในช่วงเวลาในชีวิตเกิดความยุ่งยาก ก่อให้เกิดความหวังในการดำเนินชีวิต และรู้สึกว่าการมีชีวิตมีความหมาย ความหมายในชีวิตจึงมีความสัมพันธ์กับการเผชิญปัญหาและสุขภาพจิตของบุคคลเป็นอย่างมาก (Reynolds, Lim, & Prior, 2008) อีกทั้งการเผชิญปัญหาของบุคคลยังมีความสัมพันธ์กับความหวังในการที่จะช่วยเสริมสร้างอารมณ์ของบุคคลให้เป็นไปในทางบวกมากขึ้น (Fredrickson, 2004; Faull & Hills, 2006; Corry, Lewis, & Mallett, 2014) และการเห็นคุณค่าในตนเองยังเกี่ยวข้องกับการเผชิญปัญหาในการช่วยรับมือกับความเครียดของนักศึกษาและความเจ็บป่วยของบุคคลอีกด้วย (Reda, 1994; Soares & Grossi, 2000)

ความหมายในชีวิต ความหวัง และการเห็นคุณค่าในตนเอง มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของบุคคล โดยความหมายในชีวิตเป็นสิ่งที่เชื่อมโยงบุคคลให้สัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมรอบตัว กระทำกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตอย่างมุ่งมั่นเมื่อต้องเผชิญกับปัญหาหรือวิกฤตของชีวิต ผ่านสัมพันธ์ภาพระหว่างตนเองกับผู้คนรอบข้างและผ่านการมีทักษะต่อชีวิตที่เข้มแข็งเพื่อให้ชีวิตสามารถดำรงอยู่ต่อไปได้ (Steger, Frazier, Oishi, & Kaler, 2006) สอดคล้องกับแนวคิดเกี่ยวกับความหมายในชีวิตตามพัฒนาการของวัยรุ่นที่ว่า การรับรู้หรือตอบสนองต่อความหมายในชีวิตของบุคคลที่มีพัฒนาการอยู่ในช่วงวัยรุ่นมักจะแสดงออกผ่านการมีเจตคติและแรงจูงใจในการเรียน การมีความสุขและการประสบความสำเร็จในการเรียน รวมถึงการปรับตัวให้เข้ากับสังคม (Suárez-Orozco & Suárez-Orozco, 2001; Kiang & Fuligni, 2010) สำหรับความหวังนั้นเป็นกระบวนการต่อเนื่องที่เกี่ยวข้องกับความคิดด้านพลังแห่งความตั้งใจ ความคิดริเริ่มในการหาแนวทางสนับสนุนให้มีการกระทำเพื่อให้ไปถึงเป้าหมาย และความคิดด้านพลังแห่งแนวทางซึ่งเป็นการคิดเพื่อหาหนทางใดหนทางหนึ่งหรือหลายทาง เพื่อที่จะนำไปยังเป้าหมายที่ปรารถนา (Snyder, 2002) นอกจากนี้ความหวังยังเป็นแรงผลักดันให้บุคคลพยายามหาทางที่จะแก้ปัญหาและเอาชนะความคับข้องใจที่เกิดขึ้นกับตนเอง และเป็นพลังที่สำคัญในการปรับตัวอีกด้วย ความหวังจึงมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัว (Snyder, 1994; Snyder, 2002; Rand & Cheavens, 2009) การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นอีกหนึ่งตัวแปรที่ส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมปรับตัวในการเรียน โดยการเห็นคุณค่าในตนเองนั้นเป็นการที่บุคคลรับรู้และประเมินคุณค่าที่อยู่ภายในตนเอง โดยมองตนเองว่าเป็นคนที่มีความสำคัญ มีคุณค่า มีประโยชน์ มีความสามารถ และมีความสำเร็จ รวมถึงการได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่น โดยประเมินจากการตอบสนองของบุคคลรอบข้าง และการเห็นคุณค่าในตนเองยังช่วยเพิ่มแรงจูงใจให้บุคคลมีความคิดและการแสดงออกทางพฤติกรรมที่เหมาะสมอีกด้วย ซึ่งงานวิจัยที่ผ่านมาได้ชี้ให้เห็นว่าการที่นักศึกษาที่มีคุณลักษณะการเห็นคุณค่าในตนเองสูงจะเป็นการส่งเสริมให้เกิดการปรับตัวในสังคมดีขึ้นตามไปด้วย (Aspinwall & Taylor, 1992; Taweewattanapreecha, 2006)

การสนับสนุนทางสังคมก็เป็นตัวแปรทางสถานการณ์อีกตัวแปรหนึ่งที่มีความสำคัญและเป็นความจำเป็นพื้นฐานที่บุคคลต้องการ จากการมีสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคลหรือติดต่อสื่อสารกับบุคคลอื่นในสังคมที่ตนเองดำรงอยู่ และเมื่อบุคคลเกิดปัญหาหรือภาวะความเครียดขึ้นก็จะมีความต้องการการสนับสนุนทางสังคม เพื่อให้ตนเองสามารถปรับตัวหรือเผชิญกับความเครียดต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้ (Schaefer, Coyne, & Lazarus, 1981; Farber, 1983) การสนับสนุนทางสังคมของนักศึกษาจึงเป็นการที่นักศึกษามีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมในรูปแบบต่าง ๆ กับแหล่งเอื้ออำนวยทางสังคมของตน และเนื่องจากการใช้ชีวิตในแต่ละวันของนักศึกษามักจะดำเนินอยู่ในมหาวิทยาลัย กลุ่มของความสัมพันธ์ทางสังคมที่เกี่ยวข้องส่วนใหญ่จึงมักจะเป็นกลุ่มเพื่อนและอาจารย์ซึ่งเป็นบุคคลใกล้ชิดในมหาวิทยาลัย (Hurlock, 1973) โดยนักศึกษาที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากกลุ่มเพื่อนและจากครูอาจารย์มากจะสามารถปรับตัวได้ดี (Bejerano, 2014) และการสนับสนุนทางสังคมจากครูอาจารย์ยังส่งผลต่อการปรับตัวทางด้านอารมณ์ ช่วยส่งเสริมผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ช่วยลดภาวะซึมเศร้า และช่วยให้ผู้เรียนรู้สึกมีคุณค่าในตนเองมากขึ้น อีกทั้งยังช่วยเพิ่มความสามารถในการปรับตัวในสถานศึกษาได้อีกด้วย (Rueger, Malecki, &

Demaray, 2010) การสนับสนุนทางสังคมจึงมีความสำคัญต่อการเปลี่ยนแปลงคุณลักษณะทางจิตเชิงบวกและการปรับตัวในการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัยของนักศึกษา

จากการประมวลเอกสารที่เกี่ยวข้องได้ชี้ให้เห็นว่า พฤติกรรมกำรปรับตัวในการเรียนเกิดจากตัวแปรสาเหตุหลายประการซึ่งสามารถแบ่งออกเป็น 4 กลุ่มหลัก ๆ ประกอบด้วย 1) ตัวแปรคุณลักษณะทางจิต ได้แก่ ความคิดสร้างสรรค์ และจิตวิญญาณ 2) ตัวแปรทางสถานการณ์ ได้แก่ การสนับสนุนทางสังคมในมหาวิทยาลัย 3) ตัวแปรวิธีการเผชิญปัญหา ได้แก่ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่อารมณ์ และการเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่ปัญหา และ 4) ตัวแปรผลการเปลี่ยนแปลงคุณลักษณะทางจิตเชิงบวก ได้แก่ ความหมายในชีวิต ความหวัง และการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยสามารถสรุปเป็นกรอบแนวคิดการวิจัย ดังภาพประกอบ 1



ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

สมมติฐานการวิจัย

รูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของพฤติกรรมกำรปรับตัวในการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรีสาขาวิทยาการคอมพิวเตอร์มีความกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยมีสมมติฐานย่อยตามเส้นอิทธิพลของตัวแปรในรูปแบบความสัมพันธ์ ดังนี้

1. ความคิดสร้างสรรค์และจิตวิญญาณมีอิทธิพลทางตรงต่อการเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่อารมณ์ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่ปัญหา ความหมายในชีวิต ความหวัง และการเห็นคุณค่าในตนเอง
2. การเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่อารมณ์มีอิทธิพลทางตรงต่อความหมายในชีวิต
3. การเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่ปัญหามีอิทธิพลทางตรงต่อความหวังและการเห็นคุณค่าในตนเอง
4. การสนับสนุนทางสังคมในมหาวิทยาลัยมีอิทธิพลทางตรงต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง

5. ความหมายในชีวิต ความหวัง การเห็นคุณค่าในตนเอง และการสนับสนุนทางสังคมในมหาวิทยาลัย มีอิทธิพลทางตรงต่อพฤติกรรม การปรับตัวในการเรียน

วิธีการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักศึกษาระดับปริญญาตรี สาขาวิทยาการคอมพิวเตอร์ ที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นปีที่ 1 และ 2 ของมหาวิทยาลัยในกำกับของรัฐในกรุงเทพมหานคร จำนวน 5 แห่ง ได้แก่ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ และสถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง และในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้การวิเคราะห์รูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุแบบมีตัวแปรแฝง (Causal Structural Models with Latent Variable) ดังนั้น จึงต้องกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างให้เหมาะสมและเพียงพอกับสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้เกณฑ์ความเพียงพอในการวิเคราะห์ข้อมูลที่ว่า การวิเคราะห์ข้อมูลควรมีขนาดกลุ่มตัวอย่างต่อจำนวนตัวแปรสังเกตในสัดส่วน 10-20 ต่อตัวแปรสังเกต 1 ตัวแปร (Kline, 2011) จากเกณฑ์ในการพิจารณาขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่เหมาะสม ในการวิจัยครั้งนี้มีตัวแปรสังเกตจำนวน 18 ตัวแปร จึงควรมีขนาดกลุ่มตัวอย่างสำหรับการวิเคราะห์อย่างน้อยจำนวน 180 คน

การเลือกกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ ใช้วิธีการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้นภูมิตามสัดส่วน (Proportional Stratified Random Sampling) โดยสุ่มเลือกตามสัดส่วนประชากรของมหาวิทยาลัยทั้ง 5 แห่ง ได้จำนวน 380 คน ทั้งนี้ ภายหลังจากเสร็จสิ้นกระบวนการเก็บข้อมูลแล้ว ผู้วิจัยได้รับแบบสอบถามคืนและมีความสมบูรณ์จากนักศึกษาจำนวน 371 คน คิดเป็นร้อยละ 97.37 ของแบบสอบถามที่เก็บข้อมูล ซึ่งเพียงพอต่อการวิเคราะห์รูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุแบบมีตัวแปรแฝง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถามที่แบ่งออกเป็น 6 ตอน ซึ่งใช้วัดตัวแปรในการวิจัยทั้งหมด 9 ตัวแปร ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม เช่น เพศ อายุ ชั้นปี เป็นต้น

ตอนที่ 2 ข้อมูลตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรคุณลักษณะทางจิต ประกอบด้วย 1) แบบวัดตัวแปรความคิดสร้างสรรค์ ผู้วิจัยได้พัฒนาแบบวัดที่สร้างข้อคำถามขึ้นจากการปรับปรุงแบบวัดความคิดสร้างสรรค์ของ Jatupomphan (2011) และแบบวัด Creative Coping Scale ตามทฤษฎีการเผชิญปัญหาเพื่อการเปลี่ยนแปลง (Corry, Mallett, Lewis, & Abdel-Khalek, 2013) จำนวน 10 ข้อ และ 2) แบบวัดตัวแปรจิตวิญญาณ ผู้วิจัยพัฒนาแบบวัดที่สร้างข้อคำถามขึ้นจากการปรับปรุงแบบวัด Spiritual Coping Scale ตามทฤษฎีการเผชิญปัญหาเพื่อการเปลี่ยนแปลง (Corry, Mallett, Lewis, & Abdel-Khalek, 2013) จำนวน 15 ข้อ

ตอนที่ 3 ข้อมูลตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรทางสถานการณ์ ประกอบด้วย แบบวัดตัวแปรการสนับสนุนทางสังคมในมหาวิทยาลัย ผู้วิจัยพัฒนาแบบวัดที่สร้างข้อคำถามขึ้นตามแนวคิดการสนับสนุนทางสังคม

ของ Schaefer, Coyne, and Lazarus (1981) ร่วมกับการปรับปรุงแบบวัด Social Support Questionnaire for Children ของ Gordon-Hollingsworth, Thompson, Geary, Schexnaildre, and Kelley (2016) จำนวน 15 ข้อ โดยวัดการสนับสนุนทางสังคมในมหาวิทยาลัยจาก 3 องค์ประกอบ ได้แก่ การสนับสนุนทางอารมณ์ การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร และการสนับสนุนด้านวัตถุสิ่งของ

ตอนที่ 4 ข้อมูลตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรวิธีการเผชิญปัญหา ประกอบด้วย 1) แบบวัดตัวแปรการเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่อารมณ์ ผู้วิจัยพัฒนาแบบวัดที่สร้างข้อคำถามขึ้นจากการปรับปรุงข้อคำถามจากแบบวัด The Ways of Coping Questionnaire ของ Folkman and Lazarus (1988) จำนวน 9 ข้อ โดยวัดการเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่อารมณ์จาก 2 องค์ประกอบ ได้แก่ การควบคุมตนเอง และการแสดงความรับผิดชอบ และ 2) แบบวัดตัวแปรการเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่ปัญหา ผู้วิจัยพัฒนาแบบวัดที่สร้างข้อคำถามขึ้นจากการปรับปรุงข้อคำถามจากแบบวัด The Ways of Coping Questionnaire ของ Folkman and Lazarus (1988) จำนวน 19 ข้อ โดยวัดการเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่ปัญหาจาก 4 องค์ประกอบ ได้แก่ การเผชิญหน้ากับปัญหา การแสวงหาแหล่งสนับสนุนทางสังคม การวางแผนแก้ปัญหา และการประเมินทางบวก

ตอนที่ 5 ข้อมูลตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรผลการเปลี่ยนแปลงคุณลักษณะทางจิตเชิงบวก ประกอบด้วย 1) แบบวัดความหมายในชีวิต ผู้วิจัยได้พัฒนาแบบวัดที่สร้างข้อคำถามจากการปรับปรุงแบบวัด The Meaning in Life Questionnaire ของ Steger, Frazier, Oishi, and Kaler (2006) จำนวน 9 ข้อ 2) แบบวัดความหวัง ผู้วิจัยได้พัฒนาแบบวัดที่สร้างข้อคำถามจากการปรับปรุงแบบวัด Adult Hope Scale ของ Snyder et al. (1991) จำนวน 8 ข้อ และ 3) แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง ผู้วิจัยได้พัฒนาแบบวัดที่สร้างข้อคำถามจากการปรับปรุงแบบวัด Coopersmith Self-Esteem Inventory ของ Coopersmith (1984) จำนวน 16 ข้อ

ตอนที่ 6 ข้อมูลตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรตามหรือตัวแปรผลด้านพฤติกรรม ประกอบด้วย แบบวัดตัวแปรพฤติกรรมการปรับตัวในการเรียน ผู้วิจัยพัฒนาแบบวัดที่สร้างข้อคำถามจากการปรับปรุงแบบวัด The Student Adaptation to College Questionnaire ของ Baker and Stryk (1984) และปรับให้มีความสอดคล้องกับบริบทที่ศึกษา ซึ่งแบ่งออกเป็น 4 องค์ประกอบ ได้แก่ การปรับตัวด้านวิชาการ การปรับตัวด้านอารมณ์ การปรับตัวด้านสังคม และการปรับตัวด้านสถานศึกษา รวมจำนวน 19 ข้อ

โดยแบบวัดพฤติกรรมการปรับตัวในการเรียน มีลักษณะแบบวัดเป็นแบบมาตราประมาณค่า 6 ระดับ ตั้งแต่ “บ่อยมาก” ให้ 6 คะแนน จนถึง “ไม่เคยเลย” ให้ 1 คะแนน ส่วนแบบวัดความคิดสร้างสรรค์ แบบวัดจิตวิญญาณ แบบวัดการเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่อารมณ์ แบบวัดการเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่ปัญหา แบบวัดความหมายในชีวิตแบบวัดความหวัง แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง และแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมในมหาวิทยาลัย มีลักษณะแบบวัดเป็นแบบมาตราประมาณค่า 6 ระดับ ตั้งแต่ “จริงมากที่สุด” ให้ 6 คะแนน จนถึง “ไม่จริงเลย” ให้ 1 คะแนน และแบบวัดตัวแปรในการวิจัยทั้งหมดนี้ได้ผ่านการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาโดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 คน และทำการตัดหรือปรับปรุงข้อคำถามที่มีค่า IOC (Index of item-Objective Congruence) ต่ำกว่า .50 (Rovinelli & Hambleton, 1977) รวมทั้งวิเคราะห์ค่าอำนาจจำแนกรายข้อโดยการหาค่าความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวม (Corrected Item-Total Correlation) ร่วมกับ

การตรวจสอบความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบวัดด้วยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's α - Coefficient) โดยพิจารณาตัดหรือปรับปรุงข้อคำถามที่มีค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมต่ำกว่า .30 (Aiken, 2003) โดยแบบวัดมีความเชื่อมั่นแบบค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคทั้งฉบับอยู่ระหว่าง .849 ถึง .936 และงานวิจัยนี้ได้ทำการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง (Construct Validity) ของเครื่องมือวัดทุกตัวแปรด้วยการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน (Confirmatory Factor Analysis) เพื่อยืนยันว่าเครื่องมือวัดตัวแปรแต่ละตัวที่พัฒนาขึ้นนั้นมียังมีองค์ประกอบเป็นไปตามนิยามเชิงปฏิบัติการที่ได้กำหนดไว้ ทั้งนี้ผลการวิเคราะห์พบว่ามีความน่าเชื่อถือองค์ประกอบรายข้อคำถามอยู่ระหว่าง .44 ถึง .90

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย 1) การวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้การวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติบรรยาย ได้แก่ ความถี่ (Frequency) ร้อยละ (Percent) ค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) 2) การวิเคราะห์สถิติพื้นฐานของตัวแปร ได้แก่ การตรวจสอบลักษณะการแจกแจงของตัวแปรโดยใช้ค่าเฉลี่ย (Mean) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ความเบ้ (Skewness) และความโด่ง (Kurtosis) โดยพิจารณาจากค่านัยสำคัญทางสถิติของทั้งค่าความเบ้และความโด่งมากกว่า .05 และการตรวจสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรด้วยค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) โดยพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรไม่เกิน .85 (Kline, 2011) และ 3) การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐานการวิจัย โดยใช้โปรแกรมลิสเรล (LISREL) ทำการตรวจสอบความเป็นไปได้ค่าเดียวของรูปแบบ (Model Identification) ตามเงื่อนไขจำเป็น โดยใช้กฎของ $t \leq p(p+1)/2$ (เมื่อ t คือ จำนวนพารามิเตอร์ที่ต้องการประมาณค่า และ p คือ จำนวนตัวแปรสังเกต) ซึ่งมีข้อมูลเพียงพอที่จะนำไปประมาณค่าพารามิเตอร์ได้ (Joreskog & Sorbom, 1996) และทำการตรวจสอบความกลมกลืนของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุที่พัฒนาขึ้น โดยพิจารณาจากค่าดัชนีตรวจสอบความกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ได้แก่ ค่าไค-สแควร์ (Chi-Square Statistics: χ^2) ค่าสัดส่วนระหว่างไค-สแควร์กับองศาความอิสระ (χ^2/df) และค่าดัชนีวัดความกลมกลืน ได้แก่ ค่า RMSEA ค่า GFI ค่า CFI และค่า NNFI (Schumacker & Lomax, 2010; Kline, 2011)

ผลการวิจัย

ข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรี สาขาวิทยาการคอมพิวเตอร์ในมหาวิทยาลัยในกำกับของรัฐในเขตกรุงเทพมหานคร ที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นปีที่ 1 จำนวน 185 คน (ร้อยละ 49.90) และชั้นปีที่ 2 จำนวน 186 คน (ร้อยละ 50.10) รวมจำนวน 371 คน เป็นนักศึกษาของสถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง ร้อยละ 25.60 มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ ร้อยละ 22.10 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ร้อยละ 21.30 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ร้อยละ 15.60 และมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ร้อยละ 15.40 แบ่งเป็นเพศชาย ร้อยละ 59.00 และเพศหญิง ร้อยละ 41.00 และกลุ่มตัวอย่างมีอายุโดยเฉลี่ย 19.15 ปี เมื่อพิจารณาผลการตรวจสอบลักษณะการแจกแจงของข้อมูลที่ได้จาก

การวัดตัวแปรสังเกตในกลุ่มตัวอย่าง พบว่า ตัวแปรสังเกตทุกตัวไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่าข้อมูลที่ได้จากการวัดตัวแปรสังเกตในกลุ่มตัวอย่างมีการแจกแจงเป็นโค้งปกติ และผลการตรวจสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรด้วยการคำนวณค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน พบว่า ทุกตัวแปรมีความสัมพันธ์ทางบวกและมีค่าสหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง .10 ถึง .74 ดังนั้นตัวแปรสังเกตที่ใช้ในการศึกษานี้จึงไม่มีปัญหาภาวะร่วมเส้นตรง (Multicollinearity) และสามารถใส่ตัวแปรทั้งหมดทำการวิเคราะห์ต่อไปได้

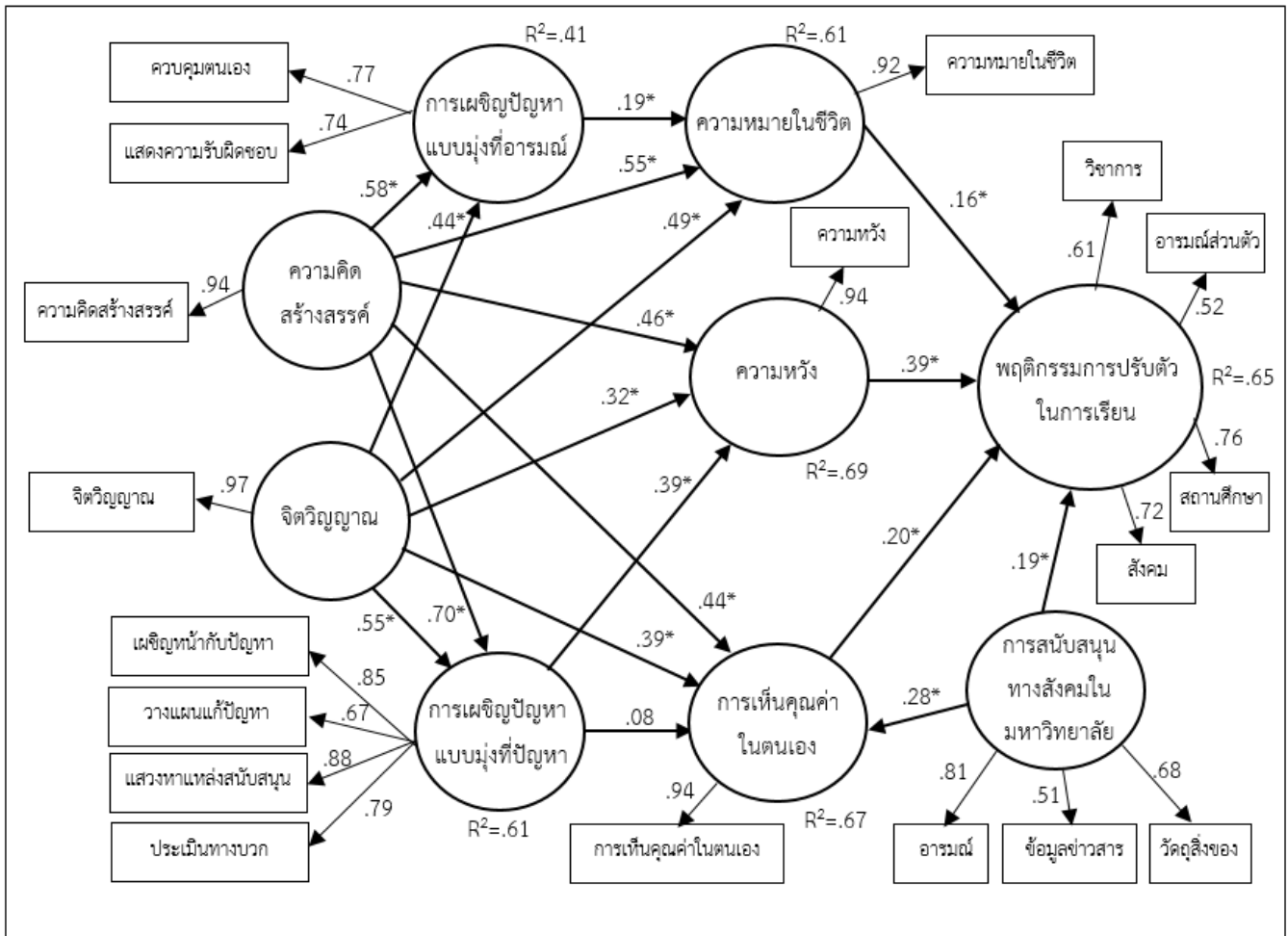
1. ผลการวิเคราะห์รูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของพฤติกรรมการปรับตัวในการเรียนของนักศึกษา ระดับปริญญาตรี สาขาวิทยาการคอมพิวเตอร์ พบว่า รูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของพฤติกรรมการปรับตัวในการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรี สาขาวิทยาการคอมพิวเตอร์ ภายหลังจากการปรับแก้มีความกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ในระดับที่ยอมรับได้ โดยค่าไค-สแควร์ (χ^2) มีค่าเท่ากับ 323.95, $df = 117$, $p\text{-value} = .001$, $\chi^2/df = 2.77$, $RMSEA = .069$, $GFI = .91$, $CFI = .98$ และ $NNFI = .97$ โดยผลการวิเคราะห์แสดงค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลในรูปคะแนนมาตรฐาน (Standardized Score) ดังตาราง 1 และภาพประกอบ 2

ตาราง 1 คะแนนมาตรฐานผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางตรง (Direct Effect: DE) อิทธิพลทางอ้อม (Indirect Effects: IE) อิทธิพลรวม (Total Effects: TE) ของตัวแปรสาเหตุที่ส่งผลต่อตัวแปรผล และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เชิงพหุคูณกำลังสองของตัวแปร (Squared Multiple Correlation: R^2)

ตัวแปรสาเหตุ	ตัวแปรผล																	
	พฤติกรรมการปรับตัวในการเรียน			การเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่อารมณ์			การเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่ปัญหา			ความหมายในชีวิต			ความหวัง			การเห็นคุณค่าในตนเอง		
	DE	IE	TE	DE	IE	TE	DE	IE	TE	DE	IE	TE	DE	IE	TE	DE	IE	TE
การเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่อารมณ์	-	.03	.03	-	-	-	-	-	-	.19*	-	.19*	-	-	-	-	-	-
การเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่ปัญหา	-	.17*	.17*	-	-	-	-	-	-	-	-	-	.39*	-	.39*	.08	-	.08
ความคิดสร้างสรรค์	-	.49*	.49*	.58*	-	.58*	.70*	-	.70*	.55*	.11*	.66*	.46*	.27*	.73*	.44*	.06	.50*
จิตวิญาณ	-	.38*	.38*	.44*	-	.44*	.55*	-	.55*	.49*	.08*	.57*	.32*	.21*	.53*	.39*	.05	.44*
ความหมายในชีวิต	.16*	-	.16*	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ความหวัง	.39*	-	.39*	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
การเห็นคุณค่าในตนเอง	.20*	-	.20*	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
การสนับสนุนทางสังคมในมหาวิทยาลัย	.19*	.05	.24*	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	.28*	-	.28*
R^2	0.65			0.41			0.61			0.61			0.69			0.67		

$\chi^2 = 323.95$, $df = 117$, $p = .001$, $\chi^2/df = 2.77$, $RMSEA = .069$, $GFI = .91$, $CFI = .98$, $NNFI = .97$

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05



ภาพประกอบ 2 ผลการประมาณค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลมาตรฐาน รูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของพฤติกรรมกรรมการปรับตัวในการเรียน

2. ผลการประมาณค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลมาตรฐานของตัวแปร พบว่า 1) ตัวแปรความคิดสร้างสรรค์และจิตวิญญานมีอิทธิพลทางบวกโดยตรงต่อการเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่อารมณ์ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่ปัญหา ความหมายในชีวิต ความหวัง และการเห็นคุณค่าในตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยตัวแปรความคิดสร้างสรรค์มีค่าอิทธิพลเท่ากับ .58, .70, .55, .46 และ .44 ตามลำดับ และตัวแปรจิตวิญญานมีค่าอิทธิพลเท่ากับ .44, .55, .49, .32 และ .39 ตามลำดับ นอกจากนี้ผลการวิเคราะห์ยังพบว่า ตัวแปรความคิดสร้างสรรค์มีอิทธิพลทางบวกโดยอ้อมต่อความหมายในชีวิตและความหวังอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีค่าอิทธิพลเท่ากับ .11 และ .27 ตามลำดับ และตัวแปรจิตวิญญานมีอิทธิพลทางบวกโดยอ้อมต่อความหมายในชีวิตและความหวังอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีค่าอิทธิพลเท่ากับ .08 และ .21 ตามลำดับ 2) ตัวแปรการเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่อารมณ์มีอิทธิพลทางบวกโดยตรงต่อความหมายในชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีค่าอิทธิพลเท่ากับ .19 3) ตัวแปรการเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่ปัญหามีอิทธิพลทางบวกโดยตรงต่อความหวังอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีค่าอิทธิพลเท่ากับ .39 อย่างไรก็ตาม ผลการวิเคราะห์บางส่วน พบว่า ตัวแปรการเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่ปัญหาไม่มีอิทธิพลทางบวกโดยตรงต่อการเห็นคุณค่าในตนเองอย่างมีนัยสำคัญ

ทางสถิติที่ระดับ .05 4) การสนับสนุนทางสังคมในมหาวิทยาลัยมีอิทธิพลทางบวกโดยตรงต่อการเห็นคุณค่าในตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีค่าอิทธิพลเท่ากับ .28 และ 5) ตัวแปรสาเหตุที่มีอิทธิพลทางบวกโดยตรงต่อพฤติกรรมการปรับตัวในการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ได้แก่ ตัวแปรความหมายในชีวิต ความหวัง การเห็นคุณค่าในตนเอง และการสนับสนุนทางสังคมในมหาวิทยาลัย โดยมีค่าอิทธิพลเท่ากับ .16, .39, .20 และ .19 ตามลำดับ และผลการวิเคราะห์ยังพบว่า ตัวแปรความคิดสร้างสรรค์ จิตวิญญาณ และการเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่ปัญหา มีอิทธิพลทางบวกโดยอ้อมต่อพฤติกรรมการปรับตัวในการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีค่าอิทธิพลเท่ากับ .49, .38 และ .17 ตามลำดับ

ทั้งนี้ตัวแปรสาเหตุเหล่านี้สามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของตัวแปรการเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่อารมณ์ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่ปัญหา ความหมายในชีวิต ความหวัง การเห็นคุณค่าในตนเอง และพฤติกรรมการปรับตัวในการเรียนได้ร้อยละ 41, 61, 61, 69, 67 และ 65 ตามลำดับ

สรุปและอภิปรายผลการวิจัย

ผลการตรวจสอบความกลมกลืนของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของพฤติกรรมการปรับตัวในการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรีสาขาวิทยาการคอมพิวเตอร์พบว่า รูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของพฤติกรรมการปรับตัวในการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรีสาขาวิทยาการคอมพิวเตอร์ภายหลังจากการปรับแก้มีความกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานการวิจัยที่ตั้งไว้ โดยผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่า ตัวแปรความคิดสร้างสรรค์และจิตวิญญาณมีอิทธิพลทางตรงต่อการเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่อารมณ์และการเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่ปัญหา และมีอิทธิพลทางตรงต่อตัวแปรผลการเปลี่ยนแปลงคุณลักษณะทางจิตเชิงบวก ได้แก่ ความหมายในชีวิต ความหวัง และการเห็นคุณค่าในตนเองอย่างมีนัยสำคัญ และพบว่า ตัวแปรการเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่อารมณ์และการเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่ปัญหามีอิทธิพลทางตรงต่อตัวแปรผลการเปลี่ยนแปลงคุณลักษณะทางจิตเชิงบวกของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญ โดยการเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่อารมณ์มีอิทธิพลทางตรงต่อความหมายในชีวิต ส่วนการเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่ปัญหาพบว่าอิทธิพลทางตรงต่อความหวัง ดังนั้นในภาพรวมจึงถือว่า ผลการวิจัยสอดคล้องตามทฤษฎีการเผชิญปัญหาเพื่อการเปลี่ยนแปลง (Corry, Mallett, Lewis, & Abdel-Khalek, 2013; Corry, Lewis, & Mallett, 2014) และเมื่อทำการทดสอบตามสมมติฐานย่อยของการวิจัยแล้วพบประเด็นสำคัญที่นำมาอภิปรายได้ดังนี้

ผลการวิจัยพบว่า ความคิดสร้างสรรค์และจิตวิญญาณมีอิทธิพลทางตรงต่อการเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่อารมณ์ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่ปัญหา ความหวัง ความหมายในชีวิต และการเห็นคุณค่าในตนเอง ผลการวิจัยจึงสอดคล้องตามทฤษฎีการเผชิญปัญหาเพื่อการเปลี่ยนแปลง รวมถึงสอดคล้องกับงานวิจัยที่ผ่านมาของ Madden and Bloom (2004) ที่พบว่า ความคิดสร้างสรรค์มีความสัมพันธ์กับการเผชิญปัญหาและการจัดการอารมณ์ ความรู้สึกของบุคคล อีกทั้งจากผลการศึกษาของ Spandler, Secker, Kent, Hacking, and Shenton (2007) ยังพบว่า ความคิดสร้างสรรค์สามารถเพิ่มการรับรู้ของบุคคลในด้านแรงจูงใจ เป้าหมาย ความหมายในชีวิต การเห็นคุณค่าในตนเอง การนับถือตนเอง ความหวัง และเอกลักษณ์แห่งตนให้เข้าไปในทางบวก และสอดคล้อง

กับผลการวิจัยเชิงคุณภาพของ Corry, Tracey, and Lewis (2015) ที่ได้ทำการศึกษาประสบการณ์เผชิญปัญหาเพื่อการเปลี่ยนแปลงโดยการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลหลักที่หลากหลายทั้งศิลปิน นักบวช และผู้รับบริการทางด้านสุขภาพจิตชาวไอร์แลนด์และไอร์แลนด์เหนือ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เชื่อว่าจิตวิญญาณช่วยเปลี่ยนแปลงอารมณ์จากเชิงลบให้เป็นเชิงบวกได้ ช่วยพัฒนาทักษะการเผชิญปัญหาเพื่อรับมือกับเหตุการณ์และภาวะความเครียดต่าง ๆ ที่เข้ามาในชีวิตได้ และจิตวิญญาณยังช่วยปรับเปลี่ยนมุมมองที่มีต่อปัญหาในช่วงเวลาในชีวิตเกิดความยุ่งยาก ก่อให้เกิดความหวังในการดำเนินชีวิต และทำให้รู้สึกว่าคุณค่าของตัวคุณนั้นมีความหมาย ผลการวิจัยดังกล่าวจึงสนับสนุนสมมติฐานการวิจัยข้อ 1

นอกจากนี้ผลการวิจัยยังพบว่า การเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่อารมณ์มีอิทธิพลทางตรงต่อความหมายในชีวิต ส่วนการเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่ปัญหาพบว่า มีอิทธิพลทางตรงต่อความหวัง แต่ไม่มีอิทธิพลทางตรงต่อการเห็นคุณค่าในตนเองอย่างมีนัยสำคัญ ซึ่งผลการวิจัยดังกล่าวสนับสนุนสมมติฐานการวิจัยข้อ 2 และสนับสนุนสมมติฐานการวิจัยข้อ 3 บางส่วน โดยผลการวิจัยสอดคล้องกับงานวิจัยที่ผ่านมาที่พบว่า การเผชิญปัญหามีความสัมพันธ์กับความหมายในชีวิตและสุขภาพจิตของบุคคล (Reynolds, Lim, & Prior, 2008) อีกทั้งการเผชิญปัญหาของบุคคลยังมีความสัมพันธ์กับคุณลักษณะทางจิตเชิงบวกในด้านความหวังที่ช่วยเสริมสร้างอารมณ์ของบุคคลให้เป็นที่ไปในทางบวกมากขึ้น (Fredrickson, 2004; Faull & Hills, 2006; Corry, Lewis, & Mallett, 2014) เช่นเดียวกับแนวคิดของ Snyder (1994) ที่กล่าวว่า ความหวังของบุคคลมีสาเหตุสำคัญประการหนึ่งมาจากความสามารถของบุคคลในการรับมือกับสถานการณ์ปัญหา โดยบุคคลที่มีแนวทางในการแก้ไขปัญหาหรือสามารถจัดการกับปัญหานั้นได้ก็จะเป็นบุคคลที่มีความหวังในระดับสูง และการประสบความสำเร็จในการเอาชนะอุปสรรคปัญหาเพื่อไปถึงเป้าหมายที่ต้องการยังเป็นแรงผลักดันและส่งเสริมให้บุคคลเกิดความหวังได้อีกด้วย และจากผลการศึกษาของ Rattanavisitthikul (2002) ที่ทำการศึกษาความสัมพันธ์ของความหวังและวิธีการเผชิญปัญหาในกลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรีก็ได้ชี้ให้เห็นว่า ความหวังกับวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาและแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม ซึ่งเป็นองค์ประกอบหนึ่งของวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่ปัญหามีความสัมพันธ์กันทางบวกอย่างมีนัยสำคัญ

อย่างไรก็ตาม จากผลการวิจัยที่พบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองของนักศึกษาไม่ได้รับอิทธิพลทางตรงจากการเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่ปัญหา ทั้งนี้เมื่อผู้วิจัยพิจารณาถึงวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่ปัญหาตามทฤษฎีการเผชิญปัญหา (Lazarus & Folkman, 1984) พบว่า ยังมีประเด็นที่กำหนดให้บุคคลสามารถแสดงออกถึงแนวทางการเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่ปัญหาในรูปแบบของการเลือกที่จะแยกตัวออกจากปัญหาที่เกิดขึ้นหรือลดความสำคัญของสถานการณ์ที่เป็นปัญหานั้นลงโดยหาวิธีเว้นระยะห่างของตนเองกับสถานการณ์ที่เข้ามาคุกคามการเน้นศึกษาเพียงวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่ปัญหาเฉพาะ รูปแบบที่เป็นทางบวกจึงอาจยังไม่ส่งผลอย่างชัดเจนนักที่จะทำให้นักศึกษาแสดงความรู้สึกถึงการเห็นคุณค่าในตนเองออกมาได้ ทำให้คะแนนการวัดการเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่ปัญหาอาจยังไม่มีน้ำหนักเพียงพอที่จะอธิบายถึงผลการเปลี่ยนแปลงคุณลักษณะทางจิตเชิงบวกในด้าน การเห็นคุณค่าในตนเองได้อย่างมีนัยสำคัญ นอกจากนี้ การเรียนในสาขาวิทยาการคอมพิวเตอร์ ซึ่งเป็นสาขาวิชาที่เนื้อหาการเรียนมีความยากและซับซ้อน นักศึกษาต้องใช้ทักษะด้านต่าง ๆ หลายด้านรวมถึงความสามารถ

ในการคิดวิเคราะห์แก้ปัญหาเฉพาะบุคคล เมื่อนักศึกษาไม่สามารถทำได้ตามที่ตนเองคาดหวังก็อาจเกิดความรู้สึกคับข้องใจและรู้สึกว่าตนเองไม่มีความสามารถพอ จึงทำให้เห็นคุณค่าในตนเองน้อยลง (Jantaragrang, 2016) หรืออาจเป็นผลมาจากธรรมชาติของกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษาซึ่งถือว่าพัฒนาการอยู่ในช่วงของวัยรุ่นตอนปลาย สภาพแวดล้อมที่นักศึกษามีปฏิสัมพันธ์จึงเป็นกลุ่มเพื่อนในสังคมมหาวิทยาลัยมากกว่าครอบครัวหรือบุคคลกลุ่มอื่น และเมื่อพิจารณาเนื้อหาในแบบวัดที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นตามแนวคิดของ Coopersmith (1981) พบว่า มีประเด็นที่กำหนดให้บุคคลประเมินการเห็นคุณค่าในตนเองต่อเรื่องต่าง ๆ ทั้งด้านตนเองโดยทั่วไป ด้านครอบครัว ด้านสังคมและกลุ่มเพื่อน และด้านการเรียน ซึ่งแม้ว่าการเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่ปัญหาจะทำให้นักศึกษาเกิดการเห็นคุณค่าในตนเองด้านสังคมและกลุ่มเพื่อนสูงขึ้นก็ตาม แต่เมื่อนำคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองที่นักศึกษาประเมินทุกด้านมารวมกัน ก็อาจยังไม่เพียงพอต่อการแสดงออกถึงระดับการเห็นคุณค่าในตนเองที่มากพอ ที่จะทำให้ได้รับอิทธิพลทางบวกจากการเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่ปัญหาอย่างมีนัยสำคัญ

ผลการวิจัยพบว่า การสนับสนุนทางสังคมในมหาวิทยาลัยมีอิทธิพลทางตรงต่อการเห็นคุณค่าในตนเองอย่างมีนัยสำคัญ จึงสนับสนุนสมมติฐานการวิจัยข้อ 4 โดยเมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลมาตรฐานของตัวแปรพบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองได้รับอิทธิพลทางบวกโดยตรงจากการสนับสนุนทางสังคมในมหาวิทยาลัย กล่าวได้ว่า นักศึกษาที่มีการรับรู้การสนับสนุนทางสังคมในมหาวิทยาลัยในระดับสูง ก็จะมีแนวโน้มที่นักศึกษาจะมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงมากขึ้นตามไปด้วย การสนับสนุนทางสังคมจึงเป็นปัจจัยสำคัญที่ก่อให้เกิดการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลที่มีพัฒนาการอยู่ในช่วงวัยรุ่น (Rosenberg, 1981) สอดคล้องกับผลการวิจัยที่ผ่านมาของ Kumar, Lal, and Bhuchar (2014) ที่พบว่า การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว กลุ่มเพื่อน และบุคคลรอบข้างมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเองของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญ และผลการวิจัยของ Ikiz and Cakar (2010) ที่ได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างระดับของการรับรู้การสนับสนุนทางสังคมและการเห็นคุณค่าในตนเองของวัยรุ่นในตุรกีก็พบว่า การรับรู้การสนับสนุนทางสังคมของวัยรุ่นจากเพื่อน ครอบครัว และครูอาจารย์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเองอย่างมีนัยสำคัญ

เมื่อนำกลุ่มตัวแปรผลการเปลี่ยนแปลงคุณลักษณะทางจิตเชิงบวกตามแนวคิดทฤษฎีการเผชิญปัญหาเพื่อการเปลี่ยนแปลงมาปรับใช้เพื่ออธิบายพฤติกรรมการปรับตัวในการเรียนของนักศึกษาสาขาวิทยาการคอมพิวเตอร์ ผลการวิจัยได้ชี้ให้เห็นว่า ความหมายในชีวิต ความหวัง การเห็นคุณค่าในตนเอง และการสนับสนุนทางสังคมในมหาวิทยาลัยมีอิทธิพลทางตรงต่อพฤติกรรมการปรับตัวในการเรียน ผลการวิจัยดังกล่าวจึงสนับสนุนสมมติฐานการวิจัยข้อ 5 กล่าวคือ นักศึกษาที่มีความหวัง ความหมายในชีวิต และการเห็นคุณค่าในตนเองสูง จะแสดงพฤติกรรมการปรับตัวในการเรียนในเชิงบวกมากขึ้นตามไปด้วย เนื่องจากความหวังเป็นสิ่งสำคัญต่อการดำรงชีวิต บุคคลใดมีความหวังก็จะเป็นผู้ที่มีความพร้อมในการที่จะเผชิญปัญหาและผ่านพ้นอุปสรรคต่าง ๆ ไปได้ และเป็นพลังที่สำคัญในการปรับตัวอีกด้วย สอดคล้องกับงานวิจัยบางส่วนที่ศึกษาเกี่ยวกับความหวังตามแนวคิดของ Snyder ซึ่งให้ผลไปในแนวทางเดียวกันว่าความหวังมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัว (Snyder, 2002; Rand & Cheavens, 2009) เช่นเดียวกับผลการวิจัยของ Kunnathamsathaporn (2002) ที่พบว่า ความหวังมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวของนักศึกษาและสามารถทำนายการปรับตัวของนักศึกษาได้ สำหรับ

การเห็นคุณค่าในตนเองนั้นเป็นคุณลักษณะที่เกิดขึ้นภายในตัวของนักศึกษา และเกี่ยวข้องในการเพิ่มแรงจูงใจ (Aspinwall & Taylor, 1992) ที่ผลักดันให้นักศึกษามีความคิดและการแสดงออกทางพฤติกรรมที่เหมาะสม การที่นักศึกษามีคุณลักษณะการเห็นคุณค่าในตนเองสูงจึงเป็นการส่งเสริมให้นักศึกษาสามารถปรับตัวในสังคมดีขึ้นตามไปด้วย (Taweewattanapreecha, 2006) การเห็นคุณค่าในตนเองยังมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวของนักศึกษาทุกด้านไม่ว่าจะเป็นด้านการเรียน ด้านสังคม ด้านอารมณ์ส่วนตัว และด้านสถานศึกษาอย่างมีนัยสำคัญ นักศึกษาที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงจึงสามารถปรับตัวได้ดีกว่านักศึกษาที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ และการเห็นคุณค่าในตนเองยังช่วยให้ผู้เรียนสามารถผ่านพ้นความเครียดได้ (Pasha & Munaf, 2013; Bejerano, 2014; Liu, Wang, Zhou, & Li, 2014)

นอกจากนี้ความหมายในชีวิตยังเป็นอีกหนึ่งตัวแปรที่ส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมปรับตัวในการเรียนด้วย ผลการวิจัยนี้จึงสะท้อนให้เห็นว่า ยิ่งนักศึกษามีการรับรู้และตอบสนองต่อความหมายในชีวิตมากขึ้นเท่าใด ย่อมส่งผลให้นักศึกษามีพฤติกรรมปรับตัวในการเรียนมากขึ้นเท่านั้น เนื่องจากความหมายในชีวิตมีส่วนสำคัญต่อบุคคลในการช่วยให้สามารถรับมือกับสถานการณ์ปัญหาต่าง ๆ โดยการค้นหาความหมายในเชิงบวกต่อเหตุการณ์ที่เข้ามากระทบกระเทือนจิตใจนั้น (Thompson, 1985) และการค้นพบความหมายในชีวิตยังช่วยให้บุคคลสามารถปรับตัวได้ดีและช่วยกระตุ้นความเจริญงอกงามของบุคคลได้ (Park & Folkman, 1997) และการสนับสนุนทางสังคมจากครูอาจารย์ยังส่งผลต่อการปรับตัวทางด้านอารมณ์ ช่วยลดภาวะซึมเศร้า ช่วยส่งเสริมผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และช่วยให้ผู้เรียนรู้สึกมีคุณค่าในตนเองมากขึ้น อีกทั้งยังช่วยเพิ่มความสามารถในการปรับตัวในสถานศึกษาได้ โดยผู้เรียนที่มีการสนับสนุนจากกลุ่มเพื่อนและมีการรับรู้การสนับสนุนทางสังคมจากครูอาจารย์มากจะสามารถปรับตัวได้ดี (Rueger, Malecki, & Demaray, 2010)

ผลการวิจัยครั้งนี้จึงสะท้อนให้เห็นว่า กระบวนการเผชิญปัญหาเพื่อการเปลี่ยนแปลงต้องอาศัยความคิดสร้างสรรค์และจิตวิญญาณเป็นตัวแปรสำคัญในการช่วยขับเคลื่อนแนวทางในการเผชิญปัญหาทั้งการเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่อารมณ์และการเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่ปัญหา เพื่อก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงคุณลักษณะทางจิตเชิงบวกทั้งในด้านความหมายในชีวิตและความหวัง ร่วมกับการได้รับการสนับสนุนทางสังคมในมหาวิทยาลัยที่เหมาะสมที่จะช่วยส่งเสริมให้นักศึกษาเกิดการเห็นคุณค่าในตนเองและมีพฤติกรรมปรับตัวในการเรียนที่ดี

ข้อเสนอแนะ

1. พฤติกรรมการปรับตัวในการเรียนของนักศึกษาได้รับอิทธิพลทางบวกมาจากปัจจัยเชิงสาเหตุหลายปัจจัย ดังนั้น การที่จะเกิดผลลัพธ์ในทางปฏิบัติหรือเกิดพฤติกรรมปรับตัวในการเรียนที่พึงประสงค์ขึ้นได้นั้น สถาบันการศึกษาและบุคลากรที่เกี่ยวข้องควรให้ความสำคัญกับการพัฒนาคุณลักษณะทางจิตเชิงบวกของนักศึกษาที่สามารถสร้างแนวทางในการเผชิญปัญหาที่เหมาะสม และสร้างการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์เชิงบวกให้เกิดขึ้นได้ เพราะจากผลการวิจัยจะเห็นว่า ความคิดสร้างสรรค์ จิตวิญญาณ ร่วมกับการมีแนวทางในการเผชิญปัญหาทั้งแบบมุ่งที่อารมณ์และแบบมุ่งที่ปัญหา ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงคุณลักษณะทางจิตเชิงบวกโดยเฉพาะอย่างยิ่งความหมายในชีวิต และความหวัง ซึ่งเป็นตัวแปรสาเหตุสำคัญที่ส่งอิทธิพลทางตรงต่อการเกิดพฤติกรรมปรับตัว

ในการเรียนของนักศึกษา ผู้เกี่ยวข้องในระดับสถาบันการศึกษา สาขาวิชา ตลอดจนครูอาจารย์ ควรเสริมสร้างแนวทางในการเผชิญปัญหาที่เหมาะสมทั้งการเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่อารมณ์และการเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่ปัญหาไปพร้อม ๆ กับการส่งเสริมคุณลักษณะทางจิตเชิงบวก โดยใช้กระบวนการสร้างความเปลี่ยนแปลงที่มุ่งใช้ความคิดสร้างสรรค์ในการแสดงออกทางอารมณ์ ความคิด รวมถึงสร้างความตระหนักรู้ในตนเองและการยอมรับการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ร่วมกับการดึงพลังภายในตนเองอันเป็นจิตวิญญาณของแต่ละบุคคลที่จะนำมาซึ่งทางออกของปัญหาที่เหมาะสม เพิ่มการรับรู้ของนักศึกษาในด้านความหมายในชีวิตและความหวังให้เป็นไปในทางบวก เพื่อให้สามารถรับมือกับเหตุการณ์และภาวะความเครียดต่าง ๆ ได้ รวมทั้งการได้รับการสนับสนุนจากบุคคลที่เกี่ยวข้องในมหาวิทยาลัยไม่ว่าจะเป็นเพื่อนหรือครูอาจารย์ ในการสนับสนุนทรัพยากรที่ใช้ในการเรียนรู้ การสนับสนุนทางอารมณ์ รวมถึงการสนับสนุนให้คำแนะนำหรือการให้ข้อมูลข่าวสาร เพื่อสะท้อนให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตัวเอง และมีอารมณ์ในเชิงบวกที่มั่นคงต่อการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตนเอง อันจะนำไปสู่พฤติกรรมปรับตัวที่ดี

2. เพื่อประโยชน์ในการวิจัยต่อยอดในอนาคต ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะในการทำวิจัยในครั้งต่อไปดังนี้ 1) ควรทำการตรวจสอบความไม่แปรเปลี่ยนโดยการเปรียบเทียบรูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของพฤติกรรมปรับตัวในการเรียนระหว่างกลุ่มนักศึกษาที่อยู่ในเขตกรุงเทพมหานครและต่างจังหวัด หรือระหว่างกลุ่มนักศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐและเอกชน เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มอยู่ในสภาพแวดล้อมการเรียนที่แตกต่างกันไปตามรูปแบบที่เป็นธรรมชาติของประเภทสถาบันการศึกษา และอาจทำให้พบผลต่างของการวิจัยที่เป็นประเด็นเฉพาะของแต่ละประเภทสถาบันการศึกษา สามารถนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์ที่ครอบคลุมและสอดคล้องตามบริบทเฉพาะของสถาบันศึกษามากขึ้น 2) ควรมีการศึกษาต่อยอดโดยการนำตัวแปรสำคัญที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมปรับตัวในการเรียนที่ได้จากข้อค้นพบในงานวิจัยครั้งนี้มาเป็นแนวทางในการจัดทำคู่มือการเสริมสร้างคุณลักษณะที่สำคัญที่ก่อให้เกิดการพัฒนาการปรับตัวในการเรียนที่มีประสิทธิภาพต่อไป และ 3) การวิจัยครั้งนี้เป็นการประยุกต์ใช้กระบวนการเผชิญปัญหาตามทฤษฎีการเผชิญปัญหาเพื่อการเปลี่ยนแปลงเพื่อศึกษาพฤติกรรมปรับตัวในการเรียน ดังนั้น ในการศึกษาครั้งต่อไปหากใช้ทฤษฎีดังกล่าวเป็นกรอบแนวคิดหลักของการวิจัย ควรศึกษาให้ครอบคลุมถึงตัวแปรความยืดหยุ่นตัว (Resilience) เนื่องจากข้อค้นพบทางทฤษฎีดังกล่าวได้ชี้ให้เห็นว่า การเปลี่ยนแปลงคุณลักษณะทางจิตในเชิงบวกส่งผลต่อการเพิ่มความยืดหยุ่นตัว ที่ช่วยให้บุคคลเริ่มกระบวนการทางความคิดในการประเมินสถานการณ์ใหม่ที่เข้ามาคุกคามจากสถานการณ์ที่เกิดผลในทางบวกกับตนเอง เพื่อรักษาสมดุลของร่างกายและจิตใจให้พร้อมที่จะเผชิญกับสถานการณ์ปัญหาต่าง ๆ ได้

เอกสารอ้างอิง

- Aiken, L. R. (2003). *Psychological testing and assessment*. Boston: Allyn and Bacon.
- Aspinwall, L. G., & Taylor, S. E. (1992). Modeling cognitive adaptation: A longitudinal investigation of the impact of individual differences and coping on college adjustment and performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 755-765.

- Baker, R. W., & Siryk, B. (1984). Measuring adjustment to college. *Journal of Counseling Psychology, 31*, 179-189.
- Bejerano, A. (2014). *An examination of the role of social support, coping strategies, and individual characteristics in students' adaptation to college*. (Doctoral dissertation). Retrieved from <http://digitalcommons.unl.edu/commstuddiss/28>
- Chuchom, O., & Sukharom, A. (1992). 'Ongprakop thi samphan kap kan prap tua Atchara Sukharom and khong nakrian wairun [Factors relating to adjustment in school adolescents] (Research Report No. 48). Bangkok: Behavioral science research institute, Srinakharinwirot University.
- Chunin, M., Rakchanya, P., & Pongsapitch, C. (2007). Withikan chatkan khwamkhriat khong naksuksa sathaban theknoloyiphrachomkiao phranakhonnua [Student's technique in managing stress at king mongkut's institute of technology north bangkok]. *Journal of Industrial Technology, 3*(2), 42-51.
- Coleman, J. C. (1981). *Abnormal psychology and modern life*. New York: Bombay.
- Coopersmith, S. (1981). *The antecedents of self-esteem*. California: Consulting Psychologists.
- Coopersmith, S. (1984). *Coopersmith self-esteem inventory*. California: Consulting Psychologists.
- Corry, D. A., Lewis, C. A., & Mallett, J. (2014). Harnessing the mental health benefits of the creativity-spirituality construct: Introducing the theory of transformative coping. *Journal of Spirituality in Mental Health, 16*(2), 89-110.
- Corry, D. A., Mallett, J., Lewis, C. A., & Abdel-Khalek, A. M. (2013). The creativity-spirituality construct and its role in transformative coping. *Mental Health, Religion & Culture, 16*(10), 979-990.
- Corry, D. A., Tracey, A. P., & Lewis, C. A. (2015). Spirituality and creativity in coping, their association and transformative effect: A qualitative enquiry. *Religions 2015, 6*, 499-526.
- Faull, F., & Hills, M. D. (2006). The role of the spiritual dimension of the self as the prime determinant of health. *Disability and Rehabilitation, 28*(11), 729-740.
- Fredrickson, B. L. (2004). The broaden-and-build theory of positive emotions. *Philosophical Transactions of Positive Emotions (The Royal Society of London), 359*(1449), 1367-1377.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1988). *Manual for the ways of coping questionnaire research edition*. California: Consulting Psychologists.
- Gillham, J. E., & Seligman, M. E. P. (1999). Footsteps on the road to a positive psychology. *Behaviour Research and Therapy, 37*, 163-173.

- Gordon-Hollingsworth, A. T., Thompson, J. E., Geary, M. A., Schexnaildre, M. A., Lai, B. S., & Kelley M. L. (2016). Social support questionnaire for children: Development and initial validation. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development, 49*(2), 122-144.
- Guilford, J. P. (1967). *The nature of human intelligence*. New York: McGraw-Hill.
- Haber, A., & Runyon, R. P. (1984). *Psychology of adjustment*. Illinois: Dorsey.
- Hill, L., & Smith, N. (1985). *Self-care nursing: Promotion of health*. New Jersey: Prentice Hall.
- Hurlock, B. E. (1973). *Adolescents development*. Tokyo: McGraw Hill Kagakusha.
- Ikiz, F. E., & Cakar, F. S. (2010). Perceived social support and self-esteem in adolescence. *Social and Behavioral Sciences, 5*, 2338–2342.
- Intarakamhang, U. (2008). *Kān sangkhrō ngānwichai thī kiēokap khwāmkhriāt læ kān phachōēn khwāmkhriāt khoṅg Khon Thai* [Research synthesis related to stress and coping of thai people] (Research Report No. 115). Bangkok: Behavioral science research institute, Srinakharinwirot University.
- Jantaragrang, P. (2016). *Kānsuksā kān hen khunkhā nai ton ‘ēng khoṅg naksuksā sathāban theknōyīphrachōmklaō chāokhunthahanlātkrabang* [A study self-esteem of students in king mongkut's institute of technology ladkrabang]. *Journal of Industrial Education, 15*(2), 102-109.
- Jatupornphan, J. (2011). *Bukkhalikkaphāp læ khwāmkhit sāngsan khoṅg nisit naksuksā radap ‘udomsuksā nai khet Krung Thep Maha Nakhōn* [Personality and creativity of undergraduate students in bangkok metropolitan]. (Master's thesis). Chulalongkorn University, Bangkok.
- Johnston, D., & Mayers, C. (2005). Spirituality: A review of how occupational therapists acknowledge, assess and meet spiritual needs. *British Journal of Occupational Therapy, 68*(9), 386–392.
- Joreskog, K. G., & Sorbom, D. (1996). *LISREL8 user's reference guide*. Chicago: Scientific Software International.
- Kiang, L., & Fuligni, A. J. (2010). Meaning in life as a mediator of ethnic identity and adjustment among adolescents from latin, asian, and european american backgrounds. *Journal of Youth and Adolescence, 39*(11), 1253–1264.
- Kline, R. B. (2011). *Principles and practice of structural equation modeling*. New York: Guilford.

- Kumar, R., Lal, R., & Bhuchar, V. (2014). Impact of social support in relation to self-esteem and aggression among adolescents. *International Journal of Scientific and Research Publications*, 4(12), 2250-3153.
- Kunnathamsathaporn, V. (2002). *Khwāmsamphan rawāng khwām chalāt thāng ‘ārom khwām wang kap kān prap tuā khōng naksuksā mahāwitthayālai Chiāng Mai chan pī thī nung* [The relationships between emotional intelligence, hope and adjustment among first year chiang mai university students]. (Master's thesis). Chiang Mai University, Chiang Mai.
- Lazarus, R. S. (1969). *Patterns of adjustment and human effectiveness*. New York: McGraw-Hill.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Limpanawas, P. (2006). *Khwāmkhriat kānchātkān khwāmkhriat læ kān prap tuā khōng nisit naksuksā mahāwitthayālai nai khēt Krung Thep Mahā Nakhōn* [Stress, coping with stress and adjustment of undergraduate students in bangkok metropolis]. (Master's thesis). Kasetsart University, Bangkok.
- Liu, Y., Wang, Z., Zhou, C., & Li, T. (2014). Affect and self-esteem as mediators between trait resilience and psychological adjustment. *Personality and Individual Differences*, 66, 92-97.
- Madden, C., & Bloom, T. (2004). Creativity, health and arts advocacy. *International Journal of Cultural Policy*, 10(2), 133-156.
- Monat, A., & Lazarus, R. S. (1985). *Stress and coping: An anthology*. New York: Columbia University.
- Park, C. L., & Folkman, S. (1997). Meaning in the context of stress and coping. *Review of General Psychology*, 1(2), 115-144.
- Pasha, H. S., & Munaf, S. (2013). Relationship of self-esteem and adjustment in traditional university students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 84, 999-1004.
- Pongsapitch, C. (2009). *Khwāmsamphan rawāng phruttkam phachōēn panhā læ khwām suk nai chīwit khōng naksuksā mahāwitthayālai theknōlōyīphrachōmklaō phranakhōnūā* [Relationship between coping behaviors and life happiness of students at king mongkut's university of technology north Bangkok]. *The Journal of Faculty of Applied Arts*, 2(1), 21-27.
- Rand, K. L., & Cheavens, J. S. (2009). Hope theory. In S. J. Lopez & C. R. Snyder (Eds.), *Oxford library of psychology. Oxford handbook of positive psychology* (pp. 323-333). New York: Oxford University.

- Rattanasitthikul, V. (2002). *Khwām wang læ konlawithī kān phachœn panhā khōng naksuksā* [Hope and coping strategies of college students]. (Master's thesis). Chulalongkorn University, Bangkok.
- Reda, A. (1994). Sources and levels of stress in relation to locus of control and self esteem in university students. *Educational Psychology, 14*, 323 – 331.
- Reynolds, F., Lim, K. H., & Prior, S. (2008). Images of resistance: A qualitative enquiry into the meanings of personal artwork for women living with cancer. *Creativity Research Journal, 20*(2), 211–220.
- Rosenberg, M. (1981). The self-concept: Social product and social force. In M. Rosenberg & R. H. Turner (Eds.), *Social Psychology: Sociological Perspectives* (pp. 593-624). New York: Basic Books.
- Rovinelli, R. J., & Hambleton, R. K. (1977). On the use of content specialists in the assessment of criterion-referenced test item validity. *Dutch Journal of Educational Research, 2*, 49-60.
- Rueger, S. Y., Malecki, C. K., & Demaray, M. K. (2010). Relationship between multiple sources of perceived social support and psychological and academic adjustment in early adolescence: Comparisons across gender. *Journal of Youth and Adolescence, 39*, 47-61.
- Ruenprot, R. (2010). *Patchāi thamnaī kān prap tuā khōng naksuksā radap parinyā tri* [Predicting factors of adaptation in undergraduate students]. (Master's thesis). Kasetsart University, Bangkok.
- Schaefer, C., Coyne, J. C., & Lazarus, R. S. (1981). The health related functions of social support. *Journal of Behavioral Medicine, 4*, 381-406.
- Schumacker, R. E., & Lomax, R. G. (2010). *A beginner's guide to structural equation modeling*. New York: Routledge.
- Sittimongkol, R., Salae, A., Sothornsak, W., & Popun, S. (2015). *Kān wikhroḥ kān yū roḥ chāk kān 'ōk klāngkhan khōng naksuksā khroṅkān parinyā tri phāk phisēt phāk wichā khanittasāt læ sathiti Khana Witthayasāt læ Theknōlōyī mahāwitthayālai Thammasāt* [A survival analysis of dropping out of undergraduate students (special program) in department of mathematics and statistics, faculty of science and technology, thammasat university]. *Thai Journal of Science and Technology, 4*, 14-23.
- Snyder, C. R. (1994). Hope and optimism. *Encyclopedia of human behavior, 2*, 535-542.

- Snyder, C. R., & Shorey, Hal. S. (2002). Hope in the classroom: The role of positive psychology in academic achievement and psychology curricula. *Psychology Teacher Network*, 12(1), 3-15.
- Snyder, C. R., Harris, C., Anderson, J. R., Holleran, S. A., Irving, L. M., Sigmon, S. T. et al. (1991). The will and the ways: Development and validation of an individual-differences measure of hope. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 570-585.
- Soares, J. F., & Grossi, G. (2000). The relationship between levels of self-esteem, clinical variables, anxiety/depression and coping among patients with musculoskeletal pain. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 7(2), 87-95.
- Spandler, H., Secker, J., Kent, L., Hacking, S., & Shenton, J. (2007). Catching life: The contribution of arts initiatives to recovery approaches in mental health. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 14, 791–799.
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Counseling Psychology*, 53(1), 80-93.
- Suanrueang, P., Jorajit, S., & Phantusena, C. (2009). Phāwā khriāt patchai thī kō hai koēt khwāmkhriāt læ kanchatkañ khwāmkhriāt khōng naksuksā parinyā tri mahawitthayalai song khlañ nakharin witthayakhēt hāt yai [Stress, factors affecting stress, and stress coping of prince of songkla university undergraduate students, hat yai campus Songklanakarin]. *Journal of Social Sciences and Humanities*, 15(2), 313-335.
- Suárez-Orozco, C., & Suárez-Orozco, M. M. (2001). *The developing child. Children of immigration*. Massachusetts: Harvard University.
- Suphamongkhon, N. (2004). *Khwām witok kangwon kañ sanapsanun thāng sangkhom læ konlawithi kañ phachaeñ panhā khōng nisit naksuksā* [Anxiety, social support, and coping strategies of university Students]. (Master's thesis). Chulalongkorn University, Bangkok.
- Surakarn, A. (2012). *Kānsuksā 'ongprakop læ tuāpræ chaeñ sāhet khōng kañ prap tuā khōng nakriān thī mī khwāmsāmāt phiset thāng witthayāsāt læ khanittasāt* [A study of factor structure and antecedents of adjustment of gifted students in science and mathematics]. (Doctoral thesis). Srinakharinwirot University, Bangkok.

- Taweewattanapreecha, S. (2006). *Kān hen khunkhā nai ton 'ēng læ khwāmsamphan rawāng kān hen khunkhā nai ton 'ēng kap kān prap tuā nai sangkhom khōng nisit khana phēsatchasāt Chulalongkōmahāwitthayālai* [Self esteem and the correlation between self esteem and social adjustment of the university students at Faculty of Pharmaceutical Science, Chulalongkorn University]. (Master's thesis). Chulalongkorn University, Bangkok.
- Thompson, S. C. (1985). Finding positive meaning in a stressful event and coping. *Basic and Applied Social Psychology*, 6(4), 279-295.
- Trongsitthirak, K. (2003). *Kānsuksā panhā kān prap tuā khōng nisit radap parinya trī chan pī thī nung mahāwitthayālai sīnakharinthōnwiroṭ* [Adjustment problems of first-year students at srinakharinwirot university]. (Master's thesis). Srinakharinwirot University, Bangkok.
- Wongsritagoon, P. (2011). *Khwāmkhriāt læ khwām witok kangwon khōng naksuksā mahāwitthayālai Thonburī* [Stress and anxiety of thonburi university students]. *Journal of Thonburi University*, 5(9), 23-32.