

พิรภาว ภูมิบัณฑิต 2549: ความเครียด การจัดการความเครียด และการปรับตัวของนิสิต นักศึกษา
มหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานคร ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (จิตวิทยาชุมชน) สาขา
จิตวิทยาชุมชน ภาควิชาจิตวิทยา ปรธานกรรมการที่ปรึกษา: รองศาสตราจารย์อารี เพชรผุด, Ph.D.
180 หน้า
ISBN 974-16-1732-1

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาระดับความเครียด วิธีการจัดการความเครียด และระดับ
การปรับตัว 2) เพื่อศึกษาปัจจัยส่วนบุคคลที่ส่งผลต่อระดับความเครียด วิธีการจัดการความเครียด และระดับ
การปรับตัว 3) เพื่อศึกษานิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรีที่ส่งผลต่อระดับความเครียด วิธีการจัดการความเครียด และระดับการ
ปรับตัว 4) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างระดับความเครียด วิธีการจัดการความเครียด และระดับการปรับตัว
ของนิสิต นักศึกษา

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาคือ นิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยรัฐบาล และมหาวิทยาลัยเอกชน จำนวน 420
คน เครื่องมือที่ใช้คือ แบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปคอมพิวเตอร์ สถิติที่ใช้คือ ค่า
ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่า t-test การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว F-test การทดสอบ
ความแตกต่างรายคู่โดยวิธี LSD และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน โดยกำหนดนัยสำคัญทางสถิติที่
ระดับ 0.05

ผลการศึกษาพบว่า 1) นิสิต นักศึกษาส่วนใหญ่มีความเครียดอยู่ในระดับต่ำ มีบุคลิกภาพแบบ บี มีการ
จัดการความเครียดแบบมุ่งแก้ไขที่ปัญหา และมีการปรับตัวทางด้านครอบครัวต่ำ มีการปรับตัวแต่ละด้าน อยู่
ในระดับปานกลาง ยกเว้นทางด้านครอบครัว ซึ่งมีการปรับตัวต่ำ 2) นิสิต นักศึกษาที่มีรายได้ที่ได้รับ และ
รายจ่ายแตกต่างกัน มีความเครียดแตกต่างกัน และนิสิตที่มีคณะแตกต่างกัน มีการจัดการกับความเครียด
แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 3) นิสิต นักศึกษาที่มีสาขาวิชา รายได้ที่ได้รับ รายจ่าย และ
ที่พักอาศัยขณะศึกษาที่แตกต่างกัน มีการปรับตัวทางด้านครอบครัว สุขภาพ สังคม และอารมณ์แตกต่างกัน
อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 4) ความเครียดมีความสัมพันธ์ทางลบกับการปรับตัว และมี
ความสัมพันธ์ทางลบกับการจัดการกับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001 5) การจัดการกับ
ความเครียดมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวทางด้านสุขภาพ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001

พิรภาว ภูมิบัณฑิต

ลายมือชื่อนิสิต

อารี เพชรผุด

ลายมือชื่อประธานกรรมการ

26 / 11 / 49