พีรภาว์ ลิมปนวัสส์ 2549: ความเครียด การจัดการความเครียด และการปรับตัวของนิสิต นักศึกษามหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานคร ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (จิตวิทยาชุมชน) สาขาจิตวิทยาชุมชน ภาควิชาจิตวิทยา ประธานกรรมการที่ปรึกษา: รองศาสตราจารย์อารี เพชรผุด, Ph.D. 180 หน้า
ISBN 974-16-1732-1

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาระดับความเครียด วิธีการจัดการความเครียด และระดับการปรับตัว 2) เพื่อศึกษาปัจจัยส่วนบุคคลที่ส่งผลต่อระดับความเครียด วิธีการจัดการความเครียด และระดับการปรับตัว 3) เพื่อศึกษาบุคลิกภาพที่ส่งผลต่อระดับความเครียด วิธีการจัดการความเครียด และระดับการปรับตัว 4) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างระดับความเครียด วิธีการจัดการความเครียด และระดับการปรับตัวของนิสิต นักศึกษา

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาคือ นักศึกษามหาวิทยาลัยรัฐบาล และมหาวิทยาลัยเอกชน จำนวน 420 คน เครื่องมือที่ใช้คือ แบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปคอมพิวเตอร์ สถิติที่ใช้คือ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่า t-test การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว F-test การทดสอบความแตกต่างรายคู่โดยวิธี LSD และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน โดยกำหนดนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ผลการศึกษาพบว่า 1) นิสิต นักศึกษาส่วนใหญ่มีความเครียดอยู่ในระดับต่ำ มีบุคลิกภาพแบบ บี มีการจัดการความเครียดแบบมุ่งแก้ไขที่ปัญหา และมีการปรับตัวทางด้านครอบครัวต่ำ มีการปรับตัวแต่ละด้าน อยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นทางด้านครอบครัว ซึ่งมีการปรับตัวต่ำ 2) นิสิต นักศึกษาที่มีรายได้ที่ได้รับ และรายจ่ายแตกต่างกัน มีความเครียดแตกต่างกัน และนิสิตที่มีคณะแตกต่างกัน มีการจัดการกับความเครียดแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 3) นิสิต นักศึกษาที่มีสาขาวิชา รายได้ที่ได้รับ รายจ่าย และที่พักอาศัยขณะศึกษาที่แตกต่างกัน มีการปรับตัวทางด้านครอบครัว สุขภาพ สังคม และอารมณ์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 4) ความเครียดมีความสัมพันธ์ทางลบกับการปรับตัว และมีความสัมพันธ์ทางลบกับการจัดการกับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001 5) การจัดการกับความเครียดมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวทางด้านสุขภาพ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001

_____ _____ _____/____/____

ลายมือชื่อนิสิต ลายมือชื่อประธานกรรมการ

Peerapar Limpanawas 2006: Stress, Coping with Stress and Adjustment of Undergraduate Students in Bangkok Metropolis. Master of Science (Community Psychology), Major Field: Community Psychology, Department of Psychology. Thesis Advisor: Associate Professor Aree Petchpud, Ph.D. 180 pages.
ISBN 974-16-1732-1

The purposes of this research were 1) to study the level of stress, coping with stress and adjustment 2) to study personal factors that affected stress, coping with stress and adjustment of undergraduate student 3) to study personality which a affected stress, coping with stress and adjustment 4) to find the relationship between stress, coping with stress and adjustment of undergraduate students.

The sample were 420 undergraduate students from Government University and Private University selected by stratified random sampling. The data were collceted by questionnaires and analyzed by computer package. The statistics were Percentage, Mean, Standard Deviation, t-test, F-test, Least Significant Difference (LSD) and Pearson Product Moment Correlation. The level of significance was set at 0.05

Results of this study were as follows: 1) The level of stress was low. Coping with stress focused on problem solving. Adjustments was moderate. 2) Students with different income, expenses and study major subjects showed the different stress at 0.05 3) Students with different major subjects, income, expenses and accommodation adjusted differently in family, health, social and emotion adjustment at 0.05 4) Stress showed the negative relation with adjustments and coping with stress at 0.001 5) Coping with stress related with health adjustment significantly at 0.001.

_____ _____ _____/____/____

Student' s signature Thesis Advisor' s signature