บทที่ 1

บทนำ

1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

เนื่องจากสภาพสังคมปัจจุบันเจริญขึ้นมากกว่าแต่ก่อน การดำรงชีวิตสลับซับซ้อนยุ่งยากมากขึ้น ปัญหาต่าง ๆ ก็ติดตามมามากมาย เช่น การเพิ่มของประชากรซึ่งก่อให้เกิดปัญหาการว่างงาน รายได้ต่ำ ปัญหาการแพทย์ และการศึกษา ทำให้สภาพของการดำรงชีวิตเปลี่ยนแปลงไป ทุกสิ่งล้วนแต่ต้องแข่งขันกันทั้งสิ้น เมื่อคนเราต้องเผชิญกับปัญหาและอุปสรรคในชีวิตมากเกินไป ทำให้ชีวิตขาดความสมดุลย์ เป็นเหตุให้เกิดความตึงเครียดทางอารมณ์ขึ้นได้ พรนิรันดร์ อุดมถาวรสุข (2537) ได้กล่าวว่าความเครียดเพียงเล็กน้อยนั้นเป็นประโยชน์ในด้านการสร้างเสริมประสบการณ์ในการปรับตัว เป็นการฝึกทำให้จิตใจแข็งแกร่ง แต่หากความเครียดที่บุคคลต้องประสบนั้นเป็นความเครียดที่เกิดขึ้นอยู่นานและยังไม่สามารถที่จะขจัดออกไปได้ ก็จะทำให้บุคคลประสบความเจ็บป่วยขึ้นทั้งทางร่างกายและจิตใจได้ ดังที่จิตแพทย์หลายท่านได้ประเมินสภาวการณ์และได้กล่าวไว้ว่า คนไทยปัจจุบันต้องเผชิญกับภาวะความเครียด เกิดการเจ็บป่วยด้วยโรคต่าง ๆ มากขึ้น แต่โรคที่เกิดจากเชื้อโรคกลับเป็นปัญหาน้อยกว่าโรคที่เกิดจากสุขภาพจิตผิดปกติ และท่านยังได้ประเมินสภาพการณ์ไว้ว่าภายในปี ค.ศ.2000 หรืออีก 4 ปีข้างหน้า สังคมไทยจะตกอยู่ในภาวะแห่งความวิตกกังวล และเมื่อเข้าสู่คริสตศตวรรษที่ 21 จะเปลี่ยนเป็นศตวรรษแห่งความเครียดเข้ามาแทน ขณะเดียวกันที่ข้อมูลจากกระทรวงสาธารณสุขได้ออกมาสนับสนุนในประเด็นนี้ว่า ทุกวันนี้คนไทยมีผู้ประสบปัญหาความเครียดไม่ต่ำกว่า 12 ล้านคน หรือประมาณ 1 ใน 5 ของประชากรทั้งประเทศ แม้ว่าผู้ที่มีความเครียดบ่อยจะไม่ถือว่าเป็นผู้ป่วยทางจิต แต่ก็จัดอยู่ในผู้มีปัญหาทางสุขภาพจิต (บพิตร เกาฎีระ, 2539) จากการสำรวจสถิติจำนวนผู้ป่วยนอกวัยรุ่น (14-19 ปี) ทั้งหมดของโรงพยาบาล

จิตเวชขอนแก่น จังหวัดขอนแก่น ในปี 2534 มีจำนวน 5,097 คน ในปี 2535 มีจำนวน 4,778 คน และในปี 2536 มีจำนวน 5,196 คน นอกจากนี้ยังพบว่าสุขภาพจิตของคนไทยในภาคตะวันออกเฉียงเหนือเครียดหนัก พบผู้ป่วยโรคจิตประมาณ 83,000 ราย (อรัญญา จันทร์คุ้ง, 2536) สถาบันวิจัยที่มหาวิทยาลัยมหิดลได้ทำการศึกษาเรื่องการฆ่าตัวตายของคนไทยมีอัตราฆ่าตัวตายเพิ่มขึ้นทุกปี และกลุ่มวัยรุ่นที่มีสุขภาพจิตเสียมีแนวโน้มการฆ่าตัวตายสูงขึ้นเรื่อย ๆ (อรัญญา จันทร์คุ้ง, 2536) จากการสำรวจของสำนักงานคณะกรรมการเยาวชนแห่งชาติ พบว่าผู้ป่วยมีปัญหาสุขภาพจิตจำนวน 7,110 คน เป็นกลุ่มเยาวชน 15-24 ปี ถึง 1,617 คน (สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานเยาวชนแห่งชาติ, 2524 อ้างถึงใน อรัญญา จันทร์คุ้ง, 2536) ซึ่งนับเป็นอัตราที่สูงมาก และน่าเป็นห่วง เพราะเด็กวัยรุ่นเป็นช่วงที่จะพัฒนาและเจริญเติบโตไปเป็นกำลังของชาติ ถ้าหากเขาต้องประสบกับปัญหาความเครียด ซึ่งมีผลทั้งทางพฤติกรรม สุขภาพจิตของตัวเขาเองและยังมีผลกระทบต่อครอบครัวและสังคมอีกด้วย

นักเรียนในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ซึ่งมีอายุในช่วงระหว่าง 17-19 ปี จัดว่าอยู่ในช่วงวัยวิกฤต (Critical Period) หรือวัยแห่งพายุบุแคม (Storm Stress) เนื่องจากว่าเขาต้องประสบกับความยุ่งยากในปัญหาต่าง ๆ มากมาย ปัญหาที่เด็กวัยรุ่นต้องประสบนั้น เช่น ปัญหาทางด้านการเรียน ด้านบุคลิกภาพ และปัญหาด้านครอบครัวของเด็กเอง ซึ่งปัญหาเหล่านี้ทำให้เด็กวัยรุ่นเกิดความยากลำบากในการปรับตัว เกิดภาวะความเครียดขึ้น แต่ละบุคคลก็จะประสบปัญหาต่าง ๆ และเผชิญอยู่กับภาวะความเครียดมากน้อยแตกต่างกันทั้งนี้ขึ้นอยู่กับการรับรู้ต่อเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดภาวะเครียดนั้น กลไกการปรับตัวและการสนับสนุนโดยภาวะแวดล้อมของแต่ละบุคคล จากการสำรวจพบว่าได้มีผู้วิจัยเกี่ยวกับปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียด คือ นราธร ศรประสิทธิ์ (2529) ได้ศึกษาปัจจัยทางสังคมและจิตวิทยาที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของเด็กวัยรุ่นที่เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 พบว่าปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของวัยรุ่น ได้แก่ เพศ รายได้ของครอบครัว ความแออัดของที่อยู่อาศัย ความต้องการหรือความมุ่งหมายในชีวิต ความสัมพันธ์ในครอบครัว และอัตมโนทัศน์ส่วนตัว

ส่วน สุพล บุญทรง (2523) ได้ทำการศึกษาในเด็กวัยรุ่นที่อยู่ในวัยที่ต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ มากมายนั้นว่าในช่วงอายุใดของวัยรุ่นที่ต้องประสบกับปัญหาต่าง ๆ จนอาจก่อให้เกิดความเครียดจึงได้มีการศึกษาอารมณ์ของเด็กวัยรุ่น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มอายุต่ำกว่า 15 ปี และกลุ่มอายุตั้งแต่ 15 ปีขึ้นไป ซึ่งวิธีการคือการให้บรรยายภาพชุดเดียวกันซึ่งมีอยู่ 42 ภาพ จากการศึกษาพบว่าเรื่องที่เด็กกลุ่มอายุตั้งแต่ 15 ปีขึ้นไป บรรยายเต็มไปด้วยอารมณ์ท้อแท้ในความผิดหวังความกังวลใจ ต่างกับเด็กอายุต่ำกว่า 15 ปี ซึ่งการบรรยายเต็มไปด้วยความสุขสนุกสนาน Pressey (อ้างถึงใน สุพล บุญทรง, 2523) ได้ศึกษาสิ่งที่เด็กวิตกกังวลจนทำให้เกิดอาการเครียดขึ้นได้นั้นจะเป็นในเรื่องเกี่ยวกับอนาคต บุคลิกภาพของตนเอง ในด้านรูปร่างการแต่งกายเพื่อให้เป็นที่ยอมรับของกลุ่มสังคมของตน

ผู้วิจัยในฐานะที่เป็นผู้ศึกษาทางด้านกระบวนการแนะแนวและให้คำปรึกษา ซึ่งกระบวนการนี้มีหลักการสำคัญคือช่วยเหลือบุคคลที่กำลังประสบปัญหาให้สามารถเข้าใจตนเองและเข้าใจปัญหาของตนเอง และสามารถแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองได้อย่างเหมาะสม จึงได้ทำการศึกษาถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ซึ่งอยู่ในช่วงวัยรุ่นเพื่อจะช่วยให้ทราบถึงปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเกิดความเครียดของนักเรียน และจะได้ร่วมมือกับบุคลากรด้านต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับนักเรียนหาทางป้องกันช่วยเหลือและแนะแนวทางถึงวิธีที่จะลดปัจจัยที่ทำให้เกิดความเครียดนั้น ๆ ได้ถูกต้องเหมาะสมเพื่อให้เขาสามารถดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุขและมีประสิทธิภาพ ซึ่งเขาจะได้เป็นกำลังสำคัญที่จะทำประโยชน์ให้สังคมและประเทศชาติต่อไป

1.2 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1.2.1 เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

1.2.2 เพื่อค้นหาตัวทำนายความเครียดจากปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

1.3 สมมติฐานการวิจัย

1.3.1 ตัวแปรด้าน เพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน รายได้ของพ่อแม่ ลักษณะนิสัยในการเรียนของนักเรียน การรับรู้ต่อการจัดการเรียนการสอน การรับรู้ต่อพฤติกรรมของครู การอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่และบุคลิกภาพของนักเรียนมีความสัมพันธ์กับความเครียดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

1.3.2 ตัวแปรด้าน เพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน รายได้ของพ่อแม่ ลักษณะนิสัยในการเรียนของนักเรียน การรับรู้ต่อการจัดการเรียนการสอน การรับรู้ต่อพฤติกรรมของครู การอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่ และบุคลิกภาพของนักเรียนสามารถร่วมกันทำนายความเครียดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ได้

1.4 ขอบเขตในการวิจัย

1.4.1 ตัวแปรในการวิจัย

1) ตัวแปรต้น (Independent Variable) คือ เพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน รายได้ของพ่อแม่ ลักษณะนิสัยในการเรียนของนักเรียน การรับรู้ต่อการจัดการเรียนการสอน การรับรู้ต่อพฤติกรรมของครู การอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่และบุคลิกภาพของนักเรียน

2) ตัวแปรตาม (Dependent Variable) คือ ความเครียด

1.4.2 ประชากร

ประชากรในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา เขตการศึกษา 9 ปีการศึกษา 2539 จำนวน 15,376 คน

1.5 คำจำกัดความที่ใช้ในงานวิจัย

1.5.1 เพศ หมายถึง เพศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

ซึ่งในการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อศึกษาความสัมพันธ์และสร้างสมการพยากรณ์ผู้วิจัยกำหนดให้ หญิงเป็น 0 ชายเป็น 1

1.5.2 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน หมายถึง คะแนนเฉลี่ยสะสมที่ได้จากผลการศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ตั้งแต่เริ่มเข้าเรียนในภาคเรียนที่ 1 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จนถึงภาคเรียนที่ 2 ของชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 รวม 4 ภาคเรียน

1.5.3 รายได้ของพ่อแม่ หมายถึง รายได้รวมเฉลี่ยของพ่อแม่ หรือผู้ปกครองนักเรียนที่ดูแลรับผิดชอบค่าใช้จ่ายของนักเรียน เป็นรายได้ต่อเดือน คิดเป็นจำนวนบาท ซึ่งได้จากการตอบแบบสอบถามของนักเรียน

1.5.4 ลักษณะนิสัยในการเรียนของนักเรียน หมายถึง คะแนนที่ได้จากแบบสอบถาม ลักษณะนิสัยในการเรียนของนักเรียน ซึ่งแสดงถึงพฤติกรรมที่ปฏิบัติและความรู้สึกของนักเรียนที่เกี่ยวกับการเรียนขณะที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ลักษณะนิสัยและความรู้สึกต่อการเรียนของนักเรียนแต่ละคนจะแตกต่างกัน เช่น บางคนเบื่อหน่ายการเรียนจึงไม่สนใจเรียน เกียจคร้าน ไม่รู้จักแบ่งเวลา ไม่สนใจจะศึกษาหาข้อมูลในการศึกษาต่อหรือประกอบอาชีพ สามารถวัดได้จากแบบสอบถามลักษณะนิสัยในการเรียนของนักเรียนที่พัฒนาจากแบบสอบถามลักษณะนิสัยในการเรียนของนักเรียนของ ช่อลดา รุญเจริญ (2537)

โดยเกณฑ์ประเมินลักษณะนิสัยในการเรียนของนักเรียนแบ่งออกเป็น 5 ระดับ ตามคะแนนเฉลี่ยโดยถือเกณฑ์ ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย	ลักษณะนิสัยในการเรียน
4.50 - 5.00	ดีมาก
3.50 - 4.49	ดี
2.50 - 3.49	ปานกลาง
1.50 - 2.49	ไม่ดี
1.00 - 1.49	ไม่ดีอย่างยิ่ง

1.5.5 การรับรู้ต่อการจัดการเรียนการสอน หมายถึง คะแนนที่ได้จากแบบสอบถามการรับรู้ต่อการจัดการเรียนการสอน ซึ่งแสดงถึงการจัดเนื้อหาและประสบการณ์ที่เหมาะสมให้กับนักเรียน และรูปแบบการนำเสนอเนื้อหาวิชานั้นตามการรับรู้ของนักเรียน เช่น การจัดการเรียนการสอนต้องมีการระบุวัตถุประสงค์ที่แน่นอน เนื้อหาในหลักสูตรต้องทันสมัยและน่าสนใจ มีการจัดสอนซ่อมเสริมในแต่ละวิชาให้เหมาะสม สามารถวัดได้จากแบบสอบถามการรับรู้ของนักเรียนเกี่ยวกับการจัดการเรียนการสอน ที่สร้างขึ้นโดย วัลภา ตันติสุนทร (2532)

โดยเกณฑ์ประเมินการรับรู้ต่อการจัดการเรียนการสอน แบ่งออกเป็น 5 ระดับ ตามคะแนนเฉลี่ยโดยถือเกณฑ์ ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย	การรับรู้ต่อการจัดการเรียนการสอน
4.50 - 5.00	ดีมาก
3.50 - 4.49	ดี
2.50 - 3.49	ปานกลาง
1.50 - 2.49	ไม่ดี
1.00 - 1.49	ไม่ดีอย่างยิ่ง

1.5.6 การรับรู้ต่อพฤติกรรมของครู หมายถึง คะแนนที่ได้จากแบบสอบถามการรับรู้ต่อพฤติกรรมของครู ซึ่งแสดงถึงพฤติกรรมในการสอนของครู การแสดงออกของครูที่มีต่อนักเรียน และเทคนิควิธีการสอนของครูที่ใช้ในการนำเสนอเนื้อหาความรู้ให้กับนักเรียนตามการรับรู้ของนักเรียนเช่น ครูเลือกรูปแบบการสอนที่น่าสนใจ เนื้อหาการสอนของครูทันสมัยมีประโยชน์ ครูเข้าใจนักเรียนและมีความยุติธรรม สามารถวัดได้จากแบบสอบถามการรับรู้ของนักเรียนต่อพฤติกรรมการสอนของครู ที่สร้างขึ้นโดย วัลภา ตันติสุนทร (2532)

โดยเกณฑ์ประเมินการรับรู้ต่อพฤติกรรมของครู แบ่งออกเป็น 5 ระดับ ตามคะแนนเฉลี่ยโดยถือเกณฑ์ ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย	รับรู้ว่าครูมีพฤติกรรม
4.50 - 5.00	ดีมาก
3.50 - 4.49	ดี
2.50 - 3.49	ปานกลาง
1.50 - 2.49	ไม่ดี
1.00 - 1.49	ไม่ดีอย่างยิ่ง

1.5.7 การอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่ หมายถึง วิธีการที่พ่อแม่หรือผู้ปกครองปฏิบัติต่อนักเรียนในการเลี้ยงดู ตามการรับรู้ของนักเรียน ซึ่งสามารถวัดได้จากแบบสอบถามด้านการอบรมเลี้ยงดูของ นงนุช โรจนเลิศ (2533) โดยแบ่งรูปแบบการเลี้ยงดูได้ 3 แบบตามแนวคิดของ Rogers (1972)

1) การเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย (Democracy) หมายถึง วิธีการปฏิบัติของพ่อแม่ที่ทำให้เด็กมีความรู้สึกว่าตนเองได้รับการปฏิบัติด้วยความยุติธรรมไม่ตามใจหรือเข้มงวดเกินไป พ่อแม่ให้ความรักความอบอุ่น มีเหตุผล ยอมรับความคิดเห็นและความสามารถของเด็ก ส่งเสริมให้เด็กได้คิด ตัดสินใจ และแก้ปัญหาด้วยตนเอง

2) การเลี้ยงดูแบบควบคุม (Overprotection) หมายถึง วิธีการปฏิบัติของพ่อแม่ที่ทำให้เด็กรู้สึกตนเองว่าไม่ได้รับอิสระเท่าที่ควร ไม่ได้ทำในสิ่งที่ตนเองต้องการ ต้องปฏิบัติตามระเบียบที่พ่อแม่กำหนดไว้ พ่อแม่คุ้มครองให้ความช่วยเหลือตลอดเวลาจึงรู้สึกว่าตนเป็นเด็ก

3) การเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย (Rejection) หมายถึง วิธีการปฏิบัติของพ่อแม่หรือผู้ปกครองที่ทำให้เด็กรู้สึกว่าตนเองถูกทอดทิ้ง ไม่ได้รับการเอาใจใส่หรือช่วยเหลือ พ่อแม่มักใช้วิธีตำหนิ และลงโทษรุนแรงโดยปราศจากเหตุผล

เกณฑ์ในการให้คะแนนการอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่ ถ้าคะแนนในการอบรมเลี้ยงดูแบบใดสูงสุด จัดว่ากลุ่มตัวอย่างได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบนั้น และหากแบบสอบถามฉบับใดมีคะแนนเท่ากันมากกว่า 1 แบบขึ้นไป ถือว่าจำแนกไม่ได้ และไม่นำมาเป็นข้อมูลในการศึกษาครั้งนี้

1.5.8 บุคลิกภาพของนักเรียน หมายถึง คุณลักษณะส่วนรวมของพฤติกรรมของนักเรียน ซึ่งสามารถวัดได้จากแบบสอบถามปัจจัยด้านบุคลิกภาพ ที่สร้างขึ้นโดยสิริลักษณ์ ตันชัยสวัสดิ์ (2535) โดยที่บุคลิกภาพ แบ่งออกเป็น 2 แบบตามแนวคิดของ Friedman and Rosenman (อ้างถึงใน สิริลักษณ์ ตันชัยสวัสดิ์, 2535) ดังนี้

1) บุคลิกภาพแบบปรับตัวได้ไม่ดี หมายถึง ผู้ที่มีคะแนนบุคลิกภาพสูงกว่าผลรวมของคะแนนเฉลี่ยกับค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ($>\bar{X}$ + S.D.)

2) บุคลิกภาพแบบปรับตัวได้ดี หมายถึง ผู้ที่มีคะแนนบุคลิกภาพเท่ากับหรือต่ำกว่าผลรวมของคะแนนเฉลี่ยกับค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ($\leq\bar{X}$ + S.D.)

1.5.9 ความเครียด หมายถึง สภาวการณ์ที่บุคคลต้องเผชิญกับปัญหาหรือสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความกดดันกับบุคคล และบุคคลไม่สามารถที่จะจัดการกับปัญหานั้นได้ทำให้เกิดความไม่สบายใจ ความวิตกกังวล ความขัดแย้งในใจ ซึ่งเมื่อเกิดภาวะความเครียดขึ้น บุคคลจะมีอาการแสดงออกทั้งทางด้านร่างกาย สรีระ กล้ามเนื้อและพฤติกรรมที่แสดงออก ผิดปกติไป โดยที่สามารถวัดระดับความเครียดได้ จากแบบสำรวจความเครียด Health Opinion Survey ของพันเอกแพทย์หญิงบรรจง สืบสมาน (อ้างถึงใน อัมพร กุลเวชกิจ, 2537) ซึ่งมีการประเมินความเครียดโดยใช้หลักการให้คะแนนแบบอิงกลุ่ม (Norm-Reference) โดยใช้การหาผลบวกและผลลบระหว่างคะแนนเฉลี่ยกับค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มประชากรที่ศึกษา ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 ระดับ ดังนี้

ความเครียดต่ำ ได้แก่ ผู้ที่มีคะแนนรวมเฉลี่ยต่ำกว่าค่าเฉลี่ยลบด้วยค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ($< \bar{X} - S.D.$)

ความเครียดปานกลาง ได้แก่ ผู้ที่มีคะแนนรวมเฉลี่ยตั้งแต่ค่าเฉลี่ยลบด้วยค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ($\bar{X} - S.D.$) ถึงค่าเฉลี่ยบวกด้วยค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ($\bar{X} + S.D.$)

ความเครียดรุนแรง ได้แก่ ผู้ที่มีคะแนนรวมเฉลี่ยสูงกว่าค่าเฉลี่ยบวกด้วยค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ($> \bar{X} + S.D.$)

1.6 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1.6.1 เป็นประโยชน์ต่อผู้บริหาร ครูแนะแนว และผู้ใกล้ชิดนักเรียน ได้ตระหนักถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียด เพื่อเป็นแนวทางในการแนะแนวและให้คำปรึกษาแก่นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ที่ต้องประสบกับความเครียด เพื่อให้นักเรียนได้มีความเข้าใจ และพัฒนาตนเองในการป้องกันและแก้ไขปัญหาเพื่อลดความเครียดได้อย่างมีประสิทธิภาพ

1.6.2 จากผลการวิจัยในการศึกษาครั้งนี้จะทำให้ทราบถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 และจะได้เป็นแนวทางในการวิจัยเกี่ยวกับการนำวิธีการให้คำปรึกษาแบบต่าง ๆ มาทดลองใช้ในการช่วยลดความเครียดของนักเรียน