

บทที่ 1

บทนำ

ที่มาและความสำคัญของปัญหา

การมาเป็นนักศึกษาใหม่ในชั้นปีที่ 1 ในระดับมหาวิทยาลัยนักศึกษาต้องเผชิญกับอุปสรรคและปัญหามากกว่าชั้นปีอื่น ๆ อาทิ จะต้องมีการปรับตัวต่อสถานการณ์และสิ่งแปลกใหม่หลายประการ เช่น จากระบบการเรียนที่มีอาจารย์ประจำชั้นคอยดูแลใกล้ชิดมาสู่โลกที่ค่อนข้างอิสระ จากระดับมัธยมศึกษาที่มีการตัดสินใจด้วยตัวเองน้อยมาสู่การตัดสินใจด้วยตัวเองเป็นส่วนใหญ่ ต้องเลือกโปรแกรมการเรียน เลือกวิชาเรียน เลือกเวลาเรียนด้วยตนเอง พบเพื่อนกลุ่มใหม่ที่มีพื้นฐานที่แตกต่างกัน ต้องพักอยู่ในห้องพักกับบุคคลอื่นซึ่งแตกต่างไปจากการพักอยู่กับครอบครัว บุคคลใกล้ชิดคุ้นเคย (นิรดา อุดลยพิชญ์, 2542: 2) จึงทำให้นักศึกษาบางคนล้มตัวลงไหลไปกับความบันเทิงและอบายมุขนานาประการ ปล่อยตัวปล่อยใจตามใจตนเองหรือตามใจเพื่อน ประกอบกับความอยากรู้อยากเห็น อยากทดลองกับสิ่งแปลกใหม่ตามธรรมชาติของ วัยรุ่น อาจทำให้มีพฤติกรรมที่ไม่เอื้อต่อการศึกษา (ประภาวดี เหล่าพูลสุข, 2539: 7) ดังนั้นนักศึกษาจะต้องเรียนรู้ในสิ่งต่าง ๆ ทั้งจากการถ่ายทอดต่อ ๆ กันมาหรืออาจจะขวนขวายแสวงหาเรียนรู้ด้วยตนเอง เพื่อจะสามารถปรับให้เข้ากับสภาพแวดล้อมและสังคมภายในและภายนอกมหาวิทยาลัยให้ได้ โดยมีกระบวนการ วิธีการ และกลไกการปรับตัว ซึ่งหากนักศึกษาสามารถปรับตัวได้ก็จะสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมมหาวิทยาลัยได้อย่างมีความสุข แต่ถ้าไม่สามารถปรับตัวได้ ก็จะมีผลกระทบต่องิตใจ ทำให้รู้สึกท้อแท้ หดหู่ เบื่อหน่าย วิตกกังวล เกิดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ บางคนถึงกับประสบความล้มเหลวในชีวิตของการเป็นนักศึกษา (ศุภกานต์ ชื่อเกียรติขจร, 2543: 4) เช่น มีปัญหาการเรียน ปัญหายาเสพติด รวมถึงปัญหาการฆ่าตัวตาย เป็นต้น นักศึกษาจึงจำเป็นต้องอาศัยการปรับตัวอย่างมากสำหรับการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย

จากการสำรวจข่าวการฆ่าตัวตายบนหน้าหนังสือพิมพ์ พบว่าในช่วง 4 – 5 ปีที่ผ่านมา มีบุคคลที่อยู่ในวัยเรียนฆ่าตัวตายมากขึ้น มีข่าวนักศึกษาฆ่าตัวตายโดยการกระโดดตึกติดต่อกันหลายราย บางรายฆ่าตัวตายเพียงเพราะกลัวไม่ได้เกียรตินิยม บางรายกำลังเรียนปริญญาโท บางรายเรียนนิเวศ (กรุงเทพธุรกิจ, 2541) บุคคลเหล่านี้ต้องเก่งในด้านการเรียน แต่ทำไมกลับล้มเหลวในชีวิต (เทอดศักดิ์ เดชคง, 2543: 65) สมชาย จักรพันธุ์ รองอธิบดีกรมสุขภาพจิต

กล่าวว่า กรณีนักศึกษาฆ่าตัวตายเพราะเกรดตกนั้น เป็นไปได้ที่เรื่องความฉลาดทางอารมณ์มีส่วนเกี่ยวข้อง เพราะนักศึกษาอาจทนต่อความผิดหวังเสียใจไม่ได้ (เดลินิวส์, 2542) ดังนั้นจึงกล่าวได้ว่า ทั้งความฉลาดทางอารมณ์ และความหวังมีความสำคัญต่อการปรับตัว

ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความหวังและการปรับตัว พบว่า ความหวังเป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้บุคคลเกิดพลังภายในจิตใจ ในการต่อสู้กับอุปสรรค ความเครียด และวิกฤติของชีวิต Fromm (1968) กล่าวถึงธรรมชาติของความหวังว่า เป็นสิ่งที่ตรงข้ามกับความรู้สึก ไม่จำเป็นต้องเป็นการรอคอยด้วยความรู้สึกในแง่บวกเท่านั้น แต่อาจเป็นแรงจูงใจต่อสิ่งที่ไม่อาจเกิดขึ้นได้ ในขณะที่ Snyder (1994) กล่าวว่า ความหวังเป็นกระบวนการความคิดที่ชัดเจนโดยอารมณ์จะเป็นผลลัพธ์ที่ตามมาของกระบวนการความหวัง Snyder แบ่งองค์ประกอบของความหวังออกเป็น 2 ส่วนคือ พลังแห่งความตั้งใจ และพลังแห่งแนวทาง ซึ่งวาสนาใจคำแบ่ง (2543) ได้ศึกษาความหวัง และพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตของผู้สูงอายุตามแนวคิดของ Snyder พบว่า ผู้สูงอายุที่มีความหวังระดับสูง มีแนวโน้มที่จะมีพฤติกรรมการดูแลตนเองให้มีสุขภาพจิตที่ดี และสายลม ภาณุมาศมณฑล (2543) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความหวังกับการปรับตัวในผู้ป่วยที่ทราบว่าเป็นมะเร็งเม็ดโลหิตขาว พบว่า ความหวังของผู้ป่วยที่ทราบว่าเป็นมะเร็งเม็ดโลหิตขาวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($r = .5534$)

จากงานวิจัยที่กล่าวมาข้างต้นสะท้อนให้เห็นว่า ความหวังและความฉลาดทางอารมณ์มีอิทธิพลต่อการเลือกแนวทางปฏิบัติของบุคคล ดังนั้น การวิจัยครั้งนี้จึงมุ่งศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์ ความหวัง กับการปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ชั้นปีที่ 1

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ 3 ประการคือ

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์ ความหวัง กับการปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ชั้นปีที่ 1
2. เพื่อศึกษาความสามารถในการเป็นตัวทำนายของความฉลาดทางอารมณ์ และความหวังที่มีต่อการปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ชั้นปีที่ 1
3. เพื่อศึกษาการปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ชั้นปีที่ 1

สมมติฐานการวิจัย

- สมมติฐานที่ 1 ความฉลาดทางอารมณ์และความหวัง มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัว
ของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ชั้นปีที่ 1
- สมมติฐานที่ 2 ความฉลาดทางอารมณ์และความหวัง สามารถร่วมกันทำนายการปรับตัวของ
นักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ชั้นปีที่ 1

คำนิยามศัพท์เฉพาะ

เพื่อให้เข้าใจและแปลความหมายของงานวิจัยได้ถูกต้องและเหมาะสม การวิจัยครั้งนี้
ได้กำหนดคำนิยามศัพท์เฉพาะไว้ดังนี้ คือ

1. ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถทางอารมณ์ในการดำเนินชีวิต
ร่วมกับผู้อื่นอย่างสร้างสรรค์และมีความสุข วัดจากแบบทดสอบความฉลาดทาง
อารมณ์ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (2543) ซึ่งแบ่งองค์ประกอบของ
ความฉลาดทางอารมณ์ออกเป็น 3 ด้าน ได้แก่ ดี เก่ง และสุข ดังนี้

1. ดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการ
ของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่นและมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม
ประกอบด้วยความสามารถต่อไปนี้

- 1.1 ควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง

- 1.1.1 รู้อารมณ์และความต้องการของตนเอง
- 1.1.2 ควบคุมอารมณ์และความต้องการได้
- 1.1.3 แสดงออกอย่างเหมาะสม

- 1.2 เห็นใจผู้อื่น

- 1.2.1 ใส่ใจผู้อื่น
- 1.2.2 เข้าใจและยอมรับผู้อื่น
- 1.2.3 แสดงความเห็นใจอย่างเหมาะสม

- 1.3 รับผิดชอบ

- 1.3.1 รู้จักให้ / รู้จักรับ
- 1.3.2 รับผิดชอบ / ให้อภัย
- 1.3.3 เห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม

2. เก่ง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจแก้ปัญหาและแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ประกอบด้วยความสามารถต่อไปนี้

2.1 รู้จักและมีแรงจูงใจในตนเอง

2.1.1 รู้ศักยภาพตนเอง

2.2.2 สร้างขวัญและกำลังใจให้ตนเองได้

2.2.3 มีความมุ่งมั่นไปสู่เป้าหมาย

2.2 ตัดสินใจและแก้ปัญหา

2.2.1 รับรู้และเข้าใจปัญหา

2.2.2 มีขั้นตอนในการแก้ปัญหา

2.2.3 มีความยืดหยุ่น

2.3 มีสัมพันธภาพกับผู้อื่น

2.3.1 สร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

2.3.2 กล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม

2.3.3 แสดงความเห็นที่ขัดแย้งอย่างสร้างสรรค์

3. สุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข ประกอบด้วย

3.1 ภูมิใจในตนเอง

3.1.1 เห็นคุณค่าตนเอง

3.1.2 เชื้อมั่นในตนเอง

3.2 พึงพอใจในชีวิต

3.2.1 มองโลกในแง่ดี

3.2.2 มีอารมณ์ขัน

3.2.3 พึงพอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่

3.3 ความสงบทางใจ

3.3.1 มีกิจกรรมที่เสริมสร้างความสุข

3.3.2 รู้จักผ่อนคลาย

3.3.3 มีความสงบทางจิตใจ

2. ความหวัง หมายถึง กระบวนการอย่างต่อเนื่องของกลุ่มความคิด (Cognitive Set) อันประกอบด้วยพลังแห่งความตั้งใจและพลังแห่งแนวทางของบุคคลในการไปถึงเป้าหมาย (Snyder et al., 1991) วัดจากแบบวัดความหวังของ Snyder ซึ่งนภาพร วงศ์ใหญ่ (2542) เป็นผู้แปลและดัดแปลง
3. การปรับตัว หมายถึง การรักษาความสมดุลแห่งชีวิต เป็นกระบวนการที่อาศัยประสบการณ์ในอดีตแต่นำมาปรับใช้กับสถานการณ์ปัจจุบันตามความเป็นจริง มีความยืดหยุ่น และแสดงออกมาอย่างเหมาะสม วัดจากแบบวัดการปรับตัวของ นักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ชั้นปีที่ 1 ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง ประกอบด้วย การปรับตัว 5 ด้าน ได้แก่ ด้านสุขภาพร่างกาย ด้านอารมณ์และส่วนตัว ด้านหลักสูตรการเรียนและการสอน ด้านกิจกรรมและความสัมพันธ์ทางสังคม และด้านสภาพแวดล้อม
4. นักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ชั้นปีที่ 1 หมายถึง นักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ชั้นปีที่ 1 ที่ลงทะเบียนเรียนในภาคฤดูร้อน ปีการศึกษา 2543 ซึ่งประกอบไปด้วยนักศึกษาจาก 17 คณะ แบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม คือ
 1. กลุ่มสังคมศาสตร์-มนุษยศาสตร์ ได้แก่ คณะมนุษยศาสตร์ ศึกษาศาสตร์ วิศวกรรมศาสตรบัณฑิต สังคมศาสตร์ บริหารธุรกิจ และเศรษฐศาสตร์
 2. กลุ่มวิทยาศาสตร์เทคโนโลยี ได้แก่ คณะวิทยาศาสตร์ วิศวกรรมศาสตร์ เกษตรศาสตร์ อุตสาหกรรมการเกษตร และสถาปัตยกรรมศาสตร์
 3. กลุ่มวิทยาศาสตร์สุขภาพ ได้แก่ คณะแพทยศาสตร์ ทันตแพทยศาสตร์ เภสัชศาสตร์ เทคนิคการแพทย์ พยาบาลศาสตร์ และสัตวแพทยศาสตร์

ขอบเขตในการวิจัย

ขอบเขตประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นักศึกษาระดับปริญญาตรีมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ชั้นปีที่ 1 ที่ลงทะเบียนเรียนในภาคฤดูร้อน ปีการศึกษา 2543

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ทำให้ทราบความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์ ความหวัง กับการปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ชั้นปีที่ 1
2. ทำให้ทราบถึงความสามารถในการเป็นตัวทำนายของความฉลาดทางอารมณ์ และความหวัง ที่มีต่อการปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ชั้นปีที่ 1
3. ทำให้ทราบการปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ชั้นปีที่ 1
4. ผลการวิจัยสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาคุณภาพนักศึกษา ชั้นปีที่ 1 ในมหาวิทยาลัย