



ใบรับรองวิทยานิพนธ์
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (สังคมวิทยาประยุกต์)

ปริญญา

สังคมวิทยาประยุกต์

สังคมวิทยาและมานุษยวิทยา

สาขา

ภาควิชา

เรื่อง ความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดของหัวหน้าหอพักหญิง มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
วิทยาเขตบางเขน ที่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

The Opinion about Female Dormitory Chairman Student's Stress of Kasetsart University,
Bangkhen Campus Affecting to the Academic Achievement

นามผู้วิจัย นางสาวตรียากานต์ พรหมคำ

ได้พิจารณาเห็นชอบโดย

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

(รองศาสตราจารย์ปภาณี จิตวิวัฒนา, กม.,สก.ม.)

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม

(อาจารย์คุษฎี เจริญสุข, ปร.ค.)

หัวหน้าภาควิชา

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์วรชัย วิริยารมภ์, Ph.D.)

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์รับรองแล้ว

(รองศาสตราจารย์กัญจนา ชีระกุล, D.Agr.)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

วันที่ เดือน พ.ศ.

สิงสิงห์ มทววิทยาลัยเกษตรศาสตร์

วิทยานิพนธ์

เรื่อง

ความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดของหัวหน้าหอพักหญิง มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
วิทยาเขตบางเขน ที่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

The Opinion about Female Dormitory Chairman Student's Stress of Kasetsart University,
Bangkhen Campus Affecting to the Academic Achievement

โดย

นางสาวตรียากานต์ พรหมคำ

เสนอ

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
เพื่อความสมบูรณ์แห่งปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (สังคมวิทยาประยุกต์)

พ.ศ. 2553

ตรีyakานต์ พรหมคำ 2553: ความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดของหัวหน้าหอพักหญิง มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน ที่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ปรินญา ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (สังคมวิทยาประยุกต์) สาขาสังคมวิทยาประยุกต์ ภาควิชา สังคมวิทยาและมานุษยวิทยา อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก: รองศาสตราจารย์ ปภาณี จิตวัฒนา, คม., สก.ม. 131 หน้า

วัตถุประสงค์ของการวิจัยครั้งนี้ คือ 1) เพื่อศึกษาความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดของหัวหน้าหอพักหญิงของนิสิต 2) เพื่อศึกษาความเครียดของหัวหน้าหอพักหญิงที่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

แบบการวิจัยแบ่งเป็น 2 ลักษณะ คือ เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) รวบรวมข้อมูล โดยการสัมภาษณ์นิสิตผู้ทำหน้าที่หัวหน้าหอพักหญิง รวมทั้งสิ้น 8 คน และเป็นงานวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) เพื่อนำมาสนับสนุนในงานวิจัยเชิงคุณภาพ รวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 280 คน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสังคมศาสตร์ สถิติที่ใช้คือ ค่าสถิติร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัย พบว่า ความเครียดของผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้าหอพักหญิงมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน มีความเครียดจากบทบาทหัวหน้าหอพักหญิงอยู่ในระดับมากโดยความเครียดส่วนใหญ่ มีสาเหตุมาจากการฝ่าฝืนกฎระเบียบของนิสิตที่อยู่ในความรับผิดชอบ จากการประชุมที่มีความถี่มาก และจากการทำกิจกรรมต่างๆ ที่มีจำนวนมาก ทำให้มีเวลาในด้านการเรียนลดน้อยลงเนื่องจากการใช้เวลาส่วนใหญ่ในการประชุมกับทางกองกิจการนิสิต การประชุมกับทางชมรมชาวตึกชาวหอ และการจัดกิจกรรมหอพัก ความเครียดของหัวหน้าหอพักหญิงไม่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเนื่องจากการทำหน้าที่เป็นหัวหน้าทุกคนเป็นนิสิตชั้นปีที่ 4 ซึ่งมีรายวิชาเรียนขณะที่ทำหน้าที่หัวหน้ามีจำนวนน้อย รวมทั้งเกรดเฉลี่ยสะสมตั้งแต่ชั้นปีที่ 1-3 อยู่ในเกณฑ์ดีมาโดยตลอด จึงทำให้ความเครียดจากการเป็นหัวหน้าไม่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ลายมือชื่อนิสิต

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

Treeyakarn Promkam 2010: The Opinion about Female Dormitory Chairman Student's Stress of Kasetsart University, Bangkok Campus Affecting to the Academic Achievement. Master of Arts (Applied Sociology), Major Field: Applied Sociology, Department of Sociology and Anthropology. Thesis Advisor: Associate Professor Palanee Dhitiwatthana, M.Ed., MA. 131 pages.

The objectives of this research were as follows: 1) to study the stress of students on the role of the female dormitory chairman of Kasetsart University, Bangkok Campus. 2) to study the opinion about the stress of the female dormitory chairman role whether it affects to academic achievement.

The Qualitative research supplemented by quantitative research methods were used. Questionnaire and open-ended questions were used to collect data from 280 female students who live in dormitory of Kasetsart University, while qualitative used in-depth interview were conducted with 8 female dormitory chairman. The data were collected and analyzed by using computer program. Statistics used in this research were Percentage, Mean and Standard Deviation.

The result of this study shown that students who are female dormitory chairman in Kasetsart University, Bangkok Campus had a high level of stress from their responsibility for dormitory. Most stress causes of those stress are from breaking regulations of student in their responsibility, caused from too much both works in meeting and caused from all activities. However, these stress that they have faced don't have any effect to their academic achievement because these fourth year students have a few subjects in class. Beside, their grade point average is good in those terms. So, all stress don't any effect for academic achievement of them.

Student's signature

Thesis Advisor's signature

กิตติกรรมประกาศ

การทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงลงได้ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ปาณิ จิตติวัฒนา ประธานกรรมการที่ปรึกษา อาจารย์ ดร.ศุภฤกษ์ เจริญสุข กรรมการที่ปรึกษาร่วม รองศาสตราจารย์ ดร.สุพจน์ แสงเงิน ผู้ทรงคุณวุฒิภายนอก ที่คอยให้คำปรึกษา ให้คำชี้แนะ และให้การช่วยเหลือผู้วิจัยตลอดระยะเวลาในการทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ รวมถึงคณาจารย์ทุกท่านที่คอยประสิทธิ์ประสาทวิชาให้ความรู้แก่ผู้วิจัยตลอดระยะเวลาที่ศึกษาอยู่ในสถาบันแห่งนี้

การที่ผู้วิจัยมาถึงจุดนี้ได้ต้องขอกราบขอบพระคุณบิดามารดา คุณลุง คุณป้า คุณน้า ที่ให้โอกาสในการศึกษาแก่ผู้วิจัย และให้คำปรึกษา รวมถึงคอยให้กำลังใจอยู่เสมอ จนทำให้ผู้วิจัยประสบความสำเร็จในการศึกษามาจนถึงทุกวันนี้

ขอขอบคุณ อาจารย์อรรถสิทธิ์ งามภักดิ์ ผู้ช่วยหัวหน้างานหอพักฝ่ายบริการและสวัสดิการนิสิต ที่ให้ข้อมูลพร้อมทั้งเอกสารที่นำมาใช้ประกอบการทำวิจัย รวมทั้งกลุ่มเพื่อนๆ หัวหน้าตึก หัวหน้าหอ และ สมาชิกตึก สมาชิกหอทุกท่านที่ให้ข้อมูล และให้ความร่วมมือแก่ผู้วิจัยอย่างดี รวมถึงขอบคุณทุกๆ ความช่วยเหลือและกำลังใจของเพื่อนๆ พี่ๆ น้องๆ ทุกคนที่มีให้แก่ผู้วิจัยตลอดระยะเวลาที่ศึกษาอยู่ในสถาบันแห่งนี้

ถ้าหากผู้วิจัยไม่มีทุกท่านที่ได้กล่าวมาแล้วนั้น ผู้วิจัยคงไม่สามารถที่จะประสบความสำเร็จได้เหมือนอย่างทุกวันนี้ ดังนั้นคุณค่าและคุณประโยชน์จากทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอมอบให้ทุกท่าน ดังที่ได้กล่าวมา หากงานวิจัยครั้งนี้มีข้อผิดพลาดประการใด ผู้วิจัยขอรับไว้แต่เพียงผู้เดียว

ศรียากานต์ พรหมคำ

พฤษภาคม 2553

สารบัญ

หน้า

สารบัญตาราง	(3)
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	(4)
บทที่ 1 บทนำ	1
ความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	3
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	3
ขอบเขตการวิจัย	4
นิยามศัพท์	4
บทที่ 2 การตรวจเอกสาร	6
แนวคิดเกี่ยวกับความเครียด	6
แนวคิดเกี่ยวกับความคิดเห็น	21
ทฤษฎีบทบาท	24
บทบาทหน้าที่ของหัวหน้าหอพัก	32
ระเบียบหอพักนิสิต มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์	33
ผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	38
บทที่ 3 วิธีการวิจัย	40
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	40
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	42
การทดสอบเครื่องมือ	42
การเก็บรวบรวมข้อมูล	43
การวิเคราะห์ข้อมูล	43
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	45
ระยะเวลาที่ใช้ในการวิจัย	45

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 4 ผลการวิจัยและข้อวิจารณ์	46
ผลการวิจัย	46
ข้อวิจารณ์	105
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	114
สรุปผลการวิจัย	114
ข้อเสนอแนะ	119
เอกสารและสิ่งอ้างอิง	122
ภาคผนวก	126
ประวัติการศึกษาและการทำงาน	131

สารบัญตาราง

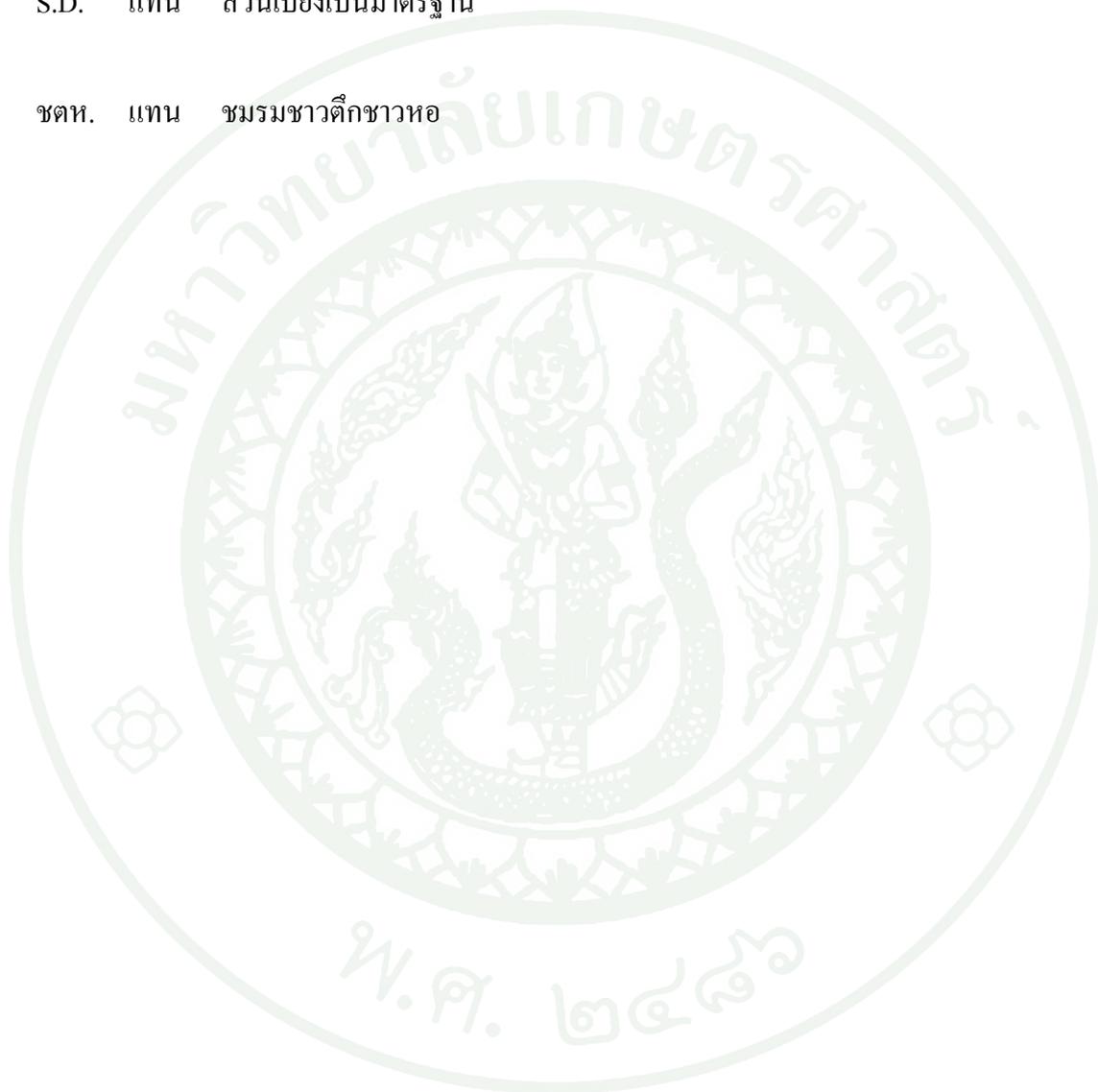
ตารางที่		หน้า
1	ตารางกิจกรรม/โครงการที่ทางกองกิจการอนุมัติให้จัดขึ้น	94
2	ตารางกิจกรรมนอกโครงการที่ต้องยื่นเรื่องเสนอต่อทางกองกิจการนิสิต	95
3	จำนวนและค่าร้อยละของกลุ่มตัวอย่างเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของนิสิต	96
4	จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดของหัวหน้าตึกพักและหัวหน้าหอพัก ที่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	100

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

\bar{x} แทน ค่าเฉลี่ย

S.D. แทน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ชตท. แทน ชมรมชาวตึกชาวหอ



บทที่ 1

บทนำ

ความสำคัญของปัญหา

มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์เป็นสถาบันการศึกษาที่ได้จัดให้มีหอพักนิตินิตขึ้นภายในบริเวณมหาวิทยาลัย ทั้งนี้เพื่อเป็นการสนับสนุนการเรียนการสอนของมหาวิทยาลัยและมีผลโดยตรงต่อนิตินิตในการที่จะช่วยให้รู้จักใช้ชีวิตร่วมกัน ทั้งยังทำให้นิตินิตได้ร่วมทำกิจกรรม เพื่อเป็นการพัฒนานิตินิตให้สำเร็จเป็นบัณฑิตที่สมบูรณ์ทั้งความรู้สติปัญญา ร่างกาย อารมณ์ และสังคม ในระยะเริ่มแรก (พ.ศ. 2486-2492) จะมีเฉพาะหอพักนิตินิตชายเท่านั้น จนกระทั่งถึงปี พ.ศ. 2493 ได้มีนิตินิตหญิงเข้ามาศึกษาในมหาวิทยาลัยเป็นปีแรก จึงได้มีหอพักหญิงขึ้น (กองกิจการนิตินิต, 2551)

ในปัจจุบันมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์มีอาคารหอพักชายจำนวน 8 หลังคือ ตึกพักชายที่ 5, 12, 13, 14, 15 และหอพักชายที่ 12, 13, 14 สามารถรับนิตินิตชายเข้าพักได้ 1,156 คน ส่วนอาคารหอพักหญิง มีจำนวน 9 หลัง ซึ่งเป็นชื่อของดอกไม้ทั้งสิ้นคือ บุษกร ขจรรัตน์ คัทลียา ราชาวดี จินุช พุทธรักษา มหาหงส์ ชงโค และชวนชม สามารถรับนิตินิตหญิงเข้าพักได้ 1,064 คน การที่จะดำเนินการให้นิตินิตจำนวนมากว่า 2,000 คน ที่ผู้ปกครองมอบความไว้วางใจเข้าพักอาศัยอยู่กับหอพักมหาวิทยาลัยได้มีคุณภาพชีวิตที่ดี จึงจำเป็นต้องมีระเบียบการบริหารจัดการหอพักที่ดีซึ่งมหาวิทยาลัยได้ดำเนินการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง โดยได้มอบหมายให้กองกิจการนิตินิต งานหอพักเป็นผู้ดำเนินการบริหารจัดการหอพักมาโดยตลอด

มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์มีนโยบายในการจัดหอพักเพื่อรองรับนิตินิตที่มีภูมิลำเนาต่างจังหวัด ปริมาณ ตลอดจนนิตินิตที่มีปัญหาด้านการเรียนและการปรับตัวในด้านต่างๆ โดยมีการจัดหอพักให้เป็นลักษณะศูนย์การศึกษาและอาศัย (Living and Learning Center) คือ จัดหอพักให้เป็นแหล่งพัฒนานิตินิตให้เกิดความงอกงามด้านการเรียนรู้ ทั้งทางชีวิตและวิชาการ เพื่อก่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดในการพัฒนาคนให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของมหาวิทยาลัยซึ่งเป็นสถาบันอุดมศึกษา

หอพักเปรียบเสมือนบ้านหลังที่สองของนิสิต ซึ่งมหาวิทยาลัยมุ่งหวังให้เป็นบ้านที่เต็มไปด้วยความอบอุ่น มีสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการพักอาศัยและเอื้อต่อการเรียนรู้เพื่อให้นิสิตที่มีโอกาสได้เข้ามาพักในหอพักมีความพร้อมในการศึกษาเล่าเรียน มีความมั่นใจในการศึกษา มีโอกาสในการเรียนรู้การใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่น ตลอดจนมีโอกาสสร้างสรรค์กิจกรรมที่อำนวยความสะดวกต่อตนเอง ต่อนิสิตในหอพัก และต่อส่วนรวม ซึ่งประสบการณ์การใช้ชีวิตในหอพักเป็นสิ่งที่มีความสำคัญต่อนิสิต และจะเห็นคุณค่าของประสบการณ์เหล่านี้ได้อย่างชัดเจนภายหลังจากสำเร็จการศึกษา

การอยู่ร่วมกันของนิสิตในหอพักจำเป็นต้องมีกรอบกติกา ข้อบังคับ เพื่อเป็นแนวทางในการปฏิบัติตนสำหรับการใช้ชีวิตในหอพัก เพื่อให้เกิดความเป็นระเบียบเรียบร้อย และเอื้อต่อการมีคุณภาพชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีของนิสิต ดังนั้นนิสิตจึงต้องเรียนรู้และศึกษาถึงการให้บริการของหอพัก ศึกษากฎ ระเบียบ ข้อบังคับ เพื่อที่จะได้ประพฤติตนตามกรอบดังกล่าว

ดังนั้นในแต่ละตึกพักและหอพัก ทั้งชายและหญิงจึงจำเป็นต้องมีผู้นำประจำตึกพักและหอพัก ซึ่งมีหน้าที่หลักคือ การเข้าร่วมประชุม การจัดทำโครงการกิจกรรมต่างๆ รวมทั้งทำหน้าที่ดูแลควบคุมความเป็นอยู่หรือความเป็นระเบียบของสมาชิกในหอพัก รวมถึงเป็นผู้ที่คอยประสานงานต่างๆ กับทางกองกิจการนิสิตด้วย

แต่เนื่องจากกฎระเบียบที่ออกมาบางข้อนั้นอาจยังไม่เป็นที่ยอมรับของทั้ง 3 ฝ่าย ซึ่งได้แก่ ทางกองกิจการนิสิต ทางหัวหน้าตึกพักหรือหัวหน้าหอพัก และทางสมาชิกในหอพักเอง แต่ทั้งนี้หัวหน้าตึกพัก/หอพัก เป็นผู้ที่ทำงานประสานระหว่างกองกิจการนิสิตและสมาชิกในหอพัก การวางตัวในการอยู่ในบทบาทนี้ ย่อมมีผลทำให้เกิดความเครียดได้และเมื่อเกิดความเครียดแล้วก็ทำให้ส่งผลถึงผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนได้ ด้วยเหตุผลดังกล่าวนี้เองผู้วิจัยจึงศึกษาในเรื่อง ความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดของหัวหน้าหอพักหญิง มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน ที่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

นิสิตทุกคนที่อาศัยอยู่ในหอพักของทางมหาวิทยาลัยส่วนใหญ่เป็นนิสิตที่มีภูมิลำเนาอยู่ต่างจังหวัด เพราะฉะนั้นหอพักในมหาวิทยาลัยจึงเปรียบเสมือนบ้านหลังที่สองของนิสิตที่อาศัยอยู่ทุกคน และบ้านทุกบ้านย่อมต้องมีพ่อแม่ ซึ่งในตึกพักและหอพักหญิงแม่ก็คือ อาจารย์ประจำตึกพัก แต่ด้วยความห่างเหินด้วยช่วงอายุระหว่างอาจารย์กับนิสิต จึงทำให้ต้องมีหัวหน้าตึกพักและหัวหน้าหอพักหญิงซึ่งเปรียบเสมือนพี่ใหญ่คอยดูแลน้องๆ แทนแม่นั่นเอง อีกทั้งในการที่พี่ใหญ่หรือผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้าต้องมีหน้าที่รับผิดชอบดังที่ได้กล่าวมาข้างต้นทำให้นิสิตที่ทำหน้าที่หัวหน้าไม่มีเวลา

ส่วนตัว ในการทำภารกิจอื่นๆ เช่น การทำรายงานเกี่ยวกับการเรียน การทบทวนบทเรียน ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และเกิดความรู้เครียด รวมทั้งอาจไม่ยอมทำหน้าที่หัวหน้าตึกพัก/หอพักอีกต่อไป แม้ว่าจะได้รับการยกเว้นค่าธรรมเนียมหอพักก็ตาม ด้วยเหตุผลดังกล่าวทำให้ผู้วิจัยมีความสนใจว่าในความคิดของสมาชิกตึกพักหรือหอพักหญิงซึ่งเปรียบเสมือนน้องที่อาศัยอยู่ในบ้านนั้นจะมีความคิดเห็นว่ามีปัญหาของพวกเขานั้นจะมีความเครียดจากบทบาทที่ต้องรับผิดชอบมากน้อยเพียงใด และปัญหาดังกล่าวที่เกิดขึ้นกับผู้ทำหน้าที่หัวหน้าจะส่งผลกระทบต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของผู้ที่เป็นหัวหน้าหรือไม่ จากปัญหาดังกล่าว ผู้วิจัยจึงศึกษาเกี่ยวกับความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดของหัวหน้าหอพักหญิง มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน ที่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เพื่อจะได้เป็นแนวทางในการสร้างกฎกติกาใหม่ๆ อันเป็นที่ยอมรับของทั้ง 3 ฝ่าย ซึ่งประกอบด้วย ฝ่ายกองกิจการนิสิต ฝ่ายนิสิตที่เป็นสมาชิกตึกพัก/หอพัก และฝ่ายหัวหน้าตึกพัก/หอพัก เพื่อที่จะนำไปสู่การบริหารจัดการที่เหมาะสมและช่วยให้การทำบทบาทหน้าที่ของหัวหน้าตึกพัก/หอพักเป็นไปอย่างดีและช่วยลดความเครียดของผู้ทำหน้าที่หัวหน้าหอพักหญิงส่งผลกระทบต่อพัฒนางาน และทำให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดีขึ้น

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดของหัวหน้าหอพักหญิงของนิสิต
2. เพื่อศึกษาความเครียดของหัวหน้าตึกพักและหัวหน้าหอพักหญิงที่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ได้ทราบถึงความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดของนิสิตที่ทำหน้าที่หัวหน้าหอพักหญิง
2. เพื่อนำเสนอผลการศึกษาโดยเฉพาะเรื่องสาเหตุ ปัญหา และผลกระทบจากความเครียดของผู้ทำหน้าที่หัวหน้านี้มาเสนอให้ผู้บริหารการศึกษาได้กำหนดนโยบาย แก้ไข ปรับปรุง ในด้านการดำเนินงานและด้านการศึกษาล่าเรียนของนิสิตตึกพักและหอพักหญิงภายในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ให้ดีขึ้น

ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้จะทำการศึกษานิติระดับปริญญาตรีที่พักอาศัยอยู่ตึกพักและหอพักหญิงในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน ได้แก่ หอพักหญิงพุทธรักษา หอพักหญิงราชวดี ตึกพักหญิงบุษกร หอพักหญิงจรรยาดี หอพักหญิงคัทลียา หอพักหญิงมหาหงส์ ตึกพักหญิงชงโค และตึกพักหญิงชวนชม รวมทั้งสิ้น 908 คน ข้อมูล ณ วันที่ 30 ตุลาคม 2551 (กองกิจการนิสิต, 2551)

นิยามศัพท์

ในการทำวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้กำหนดศัพท์ที่มีขอบเขตและความหมายโดยเฉพาะไว้ดังต่อไปนี้

ความเครียด หมายถึง อุปสรรคที่ทำให้การปฏิบัติหน้าที่ของหัวหน้าตึกพัก/หอพักบกพร่องซึ่งมีผลกระทบต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

บทบาท หมายถึง รูปแบบของพฤติกรรมที่หัวหน้าตึกพักและหัวหน้าหอพักแสดงออกตามตำแหน่งหน้าที่ที่ได้รับ

ความคิดเห็นของนิสิต หมายถึง ความคิดเห็นของหัวหน้าตึกพัก หัวหน้าหอพัก และสมาชิกในตึกพักและหอพักหญิงเกี่ยวกับความเครียดของผู้ที่ดำรงตำแหน่งหัวหน้าหอพักหญิง

หอพัก หมายถึง ที่พักอาศัยของนิสิตหญิงในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน ที่ก่อสร้างด้วยปูนและก่อสร้างด้วยไม้ ซึ่งหมายรวมถึง ตึกพักหญิง และ หอพักหญิง แต่เรียกโดยรวมทั้งที่เป็นทั้งตึกพักหญิงและหอพักหญิงว่า “หอพักหญิง”

หัวหน้า หมายถึง นิสิตหญิงมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน ที่ได้รับการคัดเลือกจากสมาชิกภายในตึกพัก/หอพักหญิง ให้ดำรงตำแหน่งหัวหน้าภายในอาคาร 2-4 ชั้น ที่ก่อสร้างด้วยปูน มีจำนวน 3 ตึก ได้แก่ บุษกร ชงโค และชวนชม (เรียกว่า “หัวหน้าตึกพัก”) และนิสิตที่ดำรงตำแหน่งหัวหน้าภายในอาคาร 2 ชั้น ที่ก่อสร้างด้วยไม้ มีจำนวน 5 หอ ได้แก่ พุทธรักษา ราชวดี จรรยาดี คัทลียา และมหาหงส์ (เรียกว่า “หัวหน้าหอพัก”)

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หมายถึง ผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา เกรดเฉลี่ยสะสมของนิสิตผู้
ดำรงตำแหน่งหัวหน้าตึกพักและหัวหน้าหอพักหญิง เมื่อสิ้นการศึกษาภาคปลาย ปีการศึกษา 2551
ในระดับต่างๆ ที่นิสิตได้รับ มีทั้งหมด 3 ระดับ คือ

1. ความสัมฤทธิ์ผลทางการศึกษาในระดับต่ำ หมายถึง การที่นักศึกษาได้เกรดเฉลี่ยสะสม
ทั้งหมด ต่ำกว่า 2.00
2. ความสัมฤทธิ์ผลทางการศึกษาในระดับกลาง หมายถึง การที่นักศึกษาได้เกรดเฉลี่ยสะสม
ทั้งหมด ตั้งแต่ 2.00 ถึง 2.99
3. ความสัมฤทธิ์ผลทางการศึกษาในระดับสูง หมายถึง การที่นักศึกษาได้เกรดเฉลี่ยสะสม
ทั้งหมด สูงกว่า 3.00 ขึ้นไป

บทที่ 2

การตรวจเอกสาร

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาถึง ความเห็นคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดของหัวหน้าหอพักหญิงในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน ที่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ผู้วิจัยได้ทำการตรวจเอกสารซึ่งเป็นแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยมาเป็นแนวทางในการศึกษาวิจัย โดยแบ่งเป็นประเด็นดังนี้

1. แนวคิดเกี่ยวกับความเครียด
2. แนวคิดเกี่ยวกับความคิดเห็น
3. ทฤษฎีบทบาท
4. บทบาทหน้าที่ของหัวหน้าหอพักหญิงและระเบียบหอพักนิสิต มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
5. ผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

แนวคิดเกี่ยวกับความเครียด

ความหมายของความเครียด

Selye (1976 อ้างถึงใน อังคินันท์ อินทรกำแหง, 2551: 6) กล่าวว่าเมื่อร่างกายถูกควบคุมด้วยความเครียดหรือทำให้เกิดความเครียด จะทำให้ร่างกายของเราเปลี่ยนแปลงไปขาดสมดุล และเมื่อร่างกายถูกคุกคามจะทำให้เกิดการตอบสนอง มีการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยา ชีววิทยาและชีวเคมีของร่างกาย และการตอบสนองต่อสิ่งเร้าก่อให้เกิดความเครียดในแต่ละบุคคลแตกต่างกันตามปัจจัยภายใน เช่น อายุ เพศ กรรมพันธุ์ ส่วนปัจจัยภายนอก เช่น การรักษาด้วยฮอร์โมน ยา และอาหาร นอกจากนี้ความเครียดหลายๆชนิดที่เกิดขึ้นพร้อมๆ กัน ซึ่งจะเพิ่มตัวกระตุ้นความเครียดมีผลทำให้ต้านทานต่อสิ่งเร้าที่ทำให้เกิดความเครียดลดลง

Jusmin and Trygstad (1979 อ้างถึงใน สุภานี เกษมสันต์, 2547: 28) ได้ให้ความหมายของความเครียดไว้ว่า เป็นสภาวะการณ์ที่เกิดขึ้นร่วมกับการเปลี่ยนแปลงและพบได้ในคนทุกคน ไม่ว่าจะต้องการหรือไม่ ควบคุมได้หรือไม่ และทำให้มีการปรับตัวทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และวิญญาณ กระบวนการเปลี่ยนแปลงและการปรับตัวนี้เป็นสิ่งจำเป็นของชีวิต เป็นส่วนสำคัญพื้นฐานของการมีชีวิตและการพัฒนา

Sarafino (1990 อ้างถึงใน สุริย์ กาญจนวงศ์ และ จริยาวัตร คมพยัคฆ์, 2545: 13) ให้ความหมายว่า ความเครียด หมายถึง เจ็บใจที่เป็นผลลัพธ์เมื่อการโต้ตอบระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อม ทำให้บุคคลรับรู้ความแตกต่างระหว่างความต้องการของสถานการณ์กับทรัพยากรของบุคคลทั้งทางชีวภาพ จิตวิทยา หรือระบบสังคม ไม่ว่าจะความแตกต่างนั้นจะเป็นจริงหรือไม่ก็ตาม

Taylor (1986 อ้างถึงใน สุริย์ กาญจนวงศ์ และ จริยาวัตร คมพยัคฆ์, 2545: 14) ให้ความหมายว่า ความเครียด คือ กระบวนการในการประเมินเหตุการณ์ (ว่ามีอันตรายคุกคามหรือทำลาย) ประเมินศักยภาพในการตอบสนอง และตอบสนองต่อเหตุการณ์เหล่านั้น การตอบสนองอาจรวมการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย อารมณ์ ความคิด และพฤติกรรม

Robinson (1983 อ้างถึงใน อัมพร โอตระกูล, 2538: 25) กล่าวว่า เมื่อเกิดมีสิ่งมาคุกคามจิตใจคนเราจะรู้สึกเครียดหรือไม่ก็ขึ้นอยู่กับความรู้สึกส่วนตัวของแต่ละคน เพราะความเครียดจะเกี่ยวข้องกับระหว่างสภาวะที่คุกคามนั้นกับการตัดสินใจรับรู้ สำหรับคนที่รู้สึกจะสามารถเผชิญและจัดการสภาวะนั้นได้ก็จะไม่เกิดความเครียด แต่ในบางคนที่ไม่สามารถเผชิญกับสภาวะนั้นได้ก็จะเกิดความเครียดขึ้น

ลักษณะ สิริวัฒน์ (2545: 70) ความเครียด คือ ปฏิกริยาที่เกิดขึ้นจากการสะสมความกดดันต่าง ๆ นานาไว้ในร่างกายและจิตใจเป็นปริมาณพอสมควร และแสดงออกมาเป็นอาการตึงเครียดให้เห็น ปริมาณความกดดันมากน้อยเท่าไรจึงจะถึงขั้นแสดงออกมาจนที่เรียกว่าความเครียดนั้นแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคลซึ่งมีส่วนประกอบทางร่างกาย จิตใจที่เข้มแข็ง อ่อนแอ ต่างกันตั้งแต่อยู่ในท้องแม่แล้ว นอกจากนี้กรรมพันธุ์ สิ่งแวดล้อมในวัยเด็กก็มีส่วนกำหนดด้วย เหล่านี้ล้วนเป็นตัวเร่งหรือตัวถ่วง การแสดงความเครียดมาก ๆ

อรพรรณ ลือบุญรัชชัย (2545: 253) กล่าวว่า ความเครียดคือสภาวะกดดันในบุคคลที่เกิดขึ้นเมื่อมีสิ่งหนึ่งสิ่งใดมาคุกคาม ก่อให้เกิดความไม่สมดุลทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และจิตวิญญาณของบุคคล รวมถึงพัฒนาการทางร่างกายและจิตใจของบุคคลด้วย หรืออาจกล่าวว่าสภาวะเครียดเป็นกลไกการป้องกันตัวที่เกิดขึ้นเมื่อมีภัยอันตรายจากภายนอกมารบกวน

ไพรัตน์ พุกษชาติคุณากร (2542: 39) กล่าวว่า ความเครียด เป็นปฏิกิริยาที่เกิดขึ้นภายในตัวเรา เมื่อเกิดความเป็นห่วง วิตกกังวล โกรธ ละอาย หรือเศร้าโศก โดยอาจจะมีสาเหตุจากงานที่ทำอยู่ จากสิ่งแวดล้อมรอบตัวที่เต็มไปด้วยพิษภัย จากปัญหาความสัมพันธ์กับคนอื่นหรือจากความรู้สึกนึกคิดของตัวเองก็ได้

สมิต อาชวานิจกุล (2541: 1) ความเครียด คือ สภาวะที่ซับซ้อนของร่างกายและจิตใจอันเกิดจากสภาวะแวดล้อมหรือสถานการณ์ที่บีบบังคับให้ร่างกายและจิตใจเปลี่ยนแปลงไป และความเครียดจะยังคงอยู่เรื่อยไปจนกว่าสถานการณ์นั้นจะถูกกำจัดให้หมดไป ความเครียดเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้กับทุกคนในทุกช่วงเวลา และเมื่อเกิดความเครียดในตัวบุคคลแล้วจะทำให้เกิดอาการไม่พึงประสงค์ต่างๆ ทั้งทางร่างกายและจิตใจ เช่น หงุดหงิด กลัววิตกกังวล ปวดหัวเวียนหัว เกิดอาการทางกระเพาะทำให้อาหารไม่ย่อย นอนไม่หลับ อ่อนเพลีย หมดเรื้อรัง ย้ำคิดย้ำทำ เกิดอาการผิดปกติทางประสาทหรือทางใจถ้าเกิดขึ้นบ่อยครั้งหรือเกิดระยะยาวนาน จะทำให้จิตใจปั่นป่วนและเกิดอาการทุกข์ทางใจที่แก้ไขได้ยากยิ่ง

กิติกร มีทรัพย์ (2541: 1) ความเครียดหมายถึง ปฏิกิริยาของร่างกายและจิตใจอันถูกกระตุ้นให้ตื่นตัวมากเกินไปจนภาวะปกติ เพื่อความพร้อมที่จะเผชิญกับสภาพอันยุ่งยากซับซ้อนของชีวิต เช่น การสอบไล่ การจากไปของคนรัก การแต่งงาน การเดินทางไปต่างประเทศ การแข่งขัน การเผชิญกับภาวะการณ์อันยุ่งยาก หรือภาวะอันฝืนใจต่างๆ สถานการณ์ดังกล่าวเหล่านั้นทั้งทางบวกและทางลบทำให้คนเราเครียดได้

กรมสุขภาพจิต (2541: 3-9) ความเครียด หมายถึง ปฏิกิริยาของร่างกายที่ตอบโต้ต่อสภาพแวดล้อม ความเครียดเป็นประสบการณ์เฉพาะตัวของแต่ละบุคคลในสถานการณ์อย่างเดียวกันร่างกายจะแสดงออกเวลาที่มีความเครียดโดยมีความดันโลหิตสูงขึ้นกว่าปกติ ชีพจรเต้นเร็วขึ้น หายใจถี่ขึ้น หัวใจจะทำงานมากขึ้น และกล้ามเนื้อจะเกร็ง ปฏิกิริยาเหล่านี้เรียกรวมว่าเป็นปฏิกิริยาของ “การสู้หรือจะถอยหนี” เป็นภาวะของอารมณ์ หรือความรู้สึกที่เกิดขึ้นเมื่อเผชิญกับปัญหาต่างๆ ที่ทำให้รู้สึกไม่สบายใจ คับข้องใจ หรือถูกบีบบังคับ กดดันจนทำให้เกิดความรู้สึกทุกข์ใจ สับสน โกรธหรือเสียใจ

กองแผนงาน กรมสุขภาพจิต (2539 อ้างถึงใน จุฑารัตน์ สติธิปัญญา และวัลลภา คชภักดี, 2551: 93) กล่าวว่า ความเครียดเป็นภาวะที่บุคคลรู้สึกวุ่นวายจนเกิดความไม่สบายใจ สับสน วิตกกังวล เกิดความไม่สมดุล ซึ่งเป็นผลมาจากการที่บุคคลรับรู้ หรือประเมินสิ่งที่ผ่านเข้ามาในประสบการณ์ของตนว่า สิ่งที่คุณควมร่างกายและจิตใจ ทำให้เกิดการตึงเครียดการป้องกันตนเองมาใช้ เพื่อทำให้ความรู้สึกกดดันหรือความเครียดเหล่านั้นคลายลง และกลับเข้าสู่สมดุลอีกครั้ง

วีระ ไชยศรีสุข (2533: 177-178) ได้ให้ความหมายว่า ความเครียด คือ สถานการณ์ที่คับแคบที่มีผลทำให้เกิดความกดดันทางอารมณ์ ความเครียดจะเกิดเกี่ยวพันกับความวิตกกังวล บางครั้งความเครียดอาจจะเกิดขึ้นกับร่างกาย เมื่อมีการใช้พลังงานมาก และมีการเปลี่ยนแปลงต่อขบวนการทางสรีรวิทยาของร่างกาย เช่น การอยู่ในสถานที่ที่มีอุณหภูมิสูงมากๆ หรืออาการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นนานๆ ซึ่งจะเป็นตัวเร่งความเครียดให้เกิดขึ้น

จากที่กล่าวถึงความหมายของความเครียด สามารถสรุปได้ว่า ความเครียด หมายถึง ภาวะที่ร่างกายและจิตใจตอบสนองต่อความกดดัน การคุกคามหรือบีบคั้นทางด้านจิตใจ และร่างกาย จากเหตุการณ์ต่างๆ ตั้งแต่เหตุการณ์เล็กๆ น้อยๆ ที่เป็นเหตุการณ์ในชีวิตประจำวัน จนถึงเหตุการณ์สำคัญหรือร้ายแรงที่เกิดขึ้น เพื่อปรับสมดุลร่างกายและจิตใจให้อยู่ในภาวะปกติ

สาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียด

ความเครียดเกิดจากสถานการณ์ หรือเหตุการณ์ใดๆก็ตามที่ผลักดันร่างกายและจิตใจให้ผิดไปจากเดิม ทำให้ไม่สบายใจ วิตกกังวล ผุดลุกผุดนั่ง อารมณ์เสีย ไม่มีสมาธิ กินไม่ได้นอนไม่หลับ อ่อนเพลีย ละเหี่ยวใจ เป็นต้น (สมิต อาชวณิชกุล, 2541: 2-3)

ทางจิตวิทยาได้แยกสาเหตุของความเครียดได้ 5 ประการ คือ

1. เกิดจากความกดดัน ทุกวันนี้คนเราถูกกดดันจากสภาพแวดล้อมและบุคคลรอบๆข้าง เช่น เด็กถูกกดดันจากพ่อแม่ให้เรียนหนังสือมากๆ ลูกน้องถูกกดดันจากหัวหน้าให้ทำงานให้เกิดประสิทธิผลอย่างมากที่สุด คนในสังคมเมืองใหญ่ๆ ทำงานด้วยความรีบร้อนแข่งขันกับคนอื่นๆ บางคนทำไม่ได้ก็เกิดอาการเครียดขึ้นมา ถ้าเป็นมากก็อาจถึงกับเป็นโรคประสาท หรือโรคจิต

2. เกิดจากความวิตกกังวล คนที่ชอบคิดมาก กังวลกับอดีต วิตกกังวลกับอนาคต ทำให้ขาดความสุขในชีวิต คนเหล่านี้จะเป็นโรคทางประสาท อาทิ จะนอนไม่หลับ หรือนอนหลับยาก รู้สึกผิดปกติ ซึมเศร้า อ่อนเพลีย บางคนก็วิตกกังวลในเรื่องไม่เป็นเรื่อง เกิดความกลัวโดยไม่น่าจะกลัว บางคนเป็นคนที่ชอบขี้ทำขี้คิด และไม่อาจบังคับจิตใจของตนให้สงบราบเรียบได้ ที่เป็นมากก็จะเกิดอาการหงุดหงิด โกรธง่าย ตกใจง่าย รู้สึกถึงไปทั้งตัว หมดเรื้อยหมดแรง บางคนถึงกับคิดฆ่าตัวตายก็มี

3. เกิดความคับข้องใจ โดยปกติคนเรามักจะมีเป้าหมายในชีวิตหรือการทำงาน แต่เมื่อถูกขัดขวางจะเกิดการเครียดได้ง่าย เช่น รถติดทำให้ไม่สามารถไปถึงจุดหมายได้ทันเวลา คนที่ตกอยู่ในสภาพคับข้องใจมากๆ นานเข้าก็อาจเกิดอาการต่างๆ คือ ปวดหัว เวียนหัว มึนงง ปวดกล้ามเนื้อ เป็นลม ใจสั่น หายใจไม่อิ่ม รู้สึกเหมือนมีอะไรมาจุกที่คอ แน่นหน้าอก แน่นท้อง ซาตามตัว ซาตามแขนขา มือเท้าเย็น ใจหายวูบวาบ รู้สึกเหมือนจะขาดใจ กลัวหัวใจหยุดเต้น กลัวจะควบคุมตัวเองไม่ได้ บ้างก็กลัวจะเสียชีวิตไปเลย

4. เกิดจากการขัดแย้ง มีบ่อยครั้งที่เรามีการขัดแย้งในใจ เมื่อจำเป็นต้องตัดสินใจให้เลือกรูปแบบใดอย่างหนึ่งเพียงอย่างเดียว บางคนอยากได้เงินมากแต่ไม่ชอบทำงาน บางคนเกิดอาการเซ็งต่อการทำงานหรือเซ็งต่อชีวิต เพราะทำงานไม่ก้าวหน้า ทำผิดๆ พลาดๆ บ่อยครั้ง ขัดแย้งกับเพื่อนร่วมงาน หรือขัดกับผู้บังคับบัญชาหรือผู้ใต้บังคับบัญชา ทำให้รู้สึกไม่พอใจจนเกิดอาการเครียดขึ้นทั้งทางร่างกายและทางใจ

5. เกิดจากความผิดปกติทางด้านร่างกายของตน เช่น ความพิการทางด้านร่างกายหรือด้านจิตใจ ถูกเพื่อนฝูงล้อเลียน หรือถูกดูว่าทำงานไม่เป็นหรือทำไม่ได้ บางคนก็เกิดเป็นโรคเรื้อรังที่รักษาไม่หาย ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง เป็นคนที่ชอบเก็บกด ไม่แสดงความไม่พอใจออกมา ได้แต่เก็บไปคิด เป็นคนเจ้าคิดเจ้าแค้น บางคนก็พูดติดอ่าง บางคนสับสน บางคนท้อแท้ต่อการดำรงชีวิต ฯลฯ

ประเภทของความเครียด

ความเครียดแบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ ความเครียดในระยะสั้น และความเครียดในระยะยาว (สมิต อาชวานิกุล, 2541: 4-5)

ความเครียดระยะสั้น เป็นสถานการณ์ที่เกิดขึ้นทันทีทันใด เช่น เมื่อตกใจหรือช็อกจากสาเหตุบางอย่าง เช่น เสียงดัง การเคลื่อนที่อย่างกะทันหัน นิ้วมือถูกมีดบาด เกิดอุบัติเหตุต่างๆ เป็นต้น สภาพความเครียดแบบนี้จะเป็นช่วงสั้นๆ เพราะร่างกายจะปรับตัวเข้าสู่สภาวะปกติได้โดยอัตโนมัติ

บางครั้งความเครียดอาจมีสาเหตุจากด้านจิตใจ เช่น ความเครียดที่เกิดจากคำพูดที่ไม่น่าฟังของบุคคลใกล้ชิด หรือได้รับข่าวร้ายบางอย่าง เป็นต้น ความเครียดบางอย่างเกิดจากความคิดที่สับสนหรือตัดสินใจไม่ได้ แต่เมื่อ “คิดออก” หรือตัดสินใจได้ ความเครียดก็จะหายไปทันที

ของความเครียดระยะสั้น จะมีอาการตื่นกลัว ตื่นเต้น ซึพจรเต้นเร็วรู้สึกปั่นป่วนในท้อง จิตใจอ่อนไหว ไม่มั่นคง ฯลฯ

ความเครียดระยะยาว ความเครียดบางอย่างเป็นเรื่องจริงหรือกินเวลา เช่น เกิดจากปัญหาความไม่ลงรอยไม่เข้าใจกันในครอบครัว ปัญหาเรื่องการเงินรายได้ไม่พอกับรายจ่าย ถูกให้ออกจากงาน หรือ เกิดการตักงาน เป็นต้น ความเครียดเหล่านี้จะจัดออกได้ยาก

ความเครียดแบบนี้จะรุนแรงกว่าความเครียดระยะสั้น กล่าวคือ จะมีอาการวิตกกังวลที่หาสาเหตุไม่ได้ นอนไม่หลับ จิตไม่เป็นสมาธิ ระบบย่อยอาหารผิดปกติ ทำให้เป็นแผลในกระเพาะอาหาร เกิดความดันโลหิตสูง และโรคหัวใจ ซึ่งแต่ละคนจะมีอาการแตกต่างกันไป หากเป็นมากควรไปพบนักจิตวิทยา หรือจิตแพทย์เพื่อให้คำแนะนำและบำบัดรักษาได้อย่างถูกต้อง

ระดับความเครียด

ความเครียดที่เกิดขึ้นในแต่ละบุคคล แม้จะมีสาเหตุเดียวกันแต่มีระดับความรุนแรงแตกต่างกันไปตามความสามารถในการปรับตัว และการยอมรับของแต่ละบุคคล โดยมีการแบ่งความเครียดไว้เป็น 3 ระดับ ได้แก่ Janis (1952 อ้างถึงใน จุฑารัตน์ สติธิปัญญา และวัลลภา ชชภักดิ์, 2551: 94-95)

1. ความเครียดระดับต่ำ (mild stress) เป็นความเครียดที่เกิดขึ้น และหมดไปในระยะเวลาสั้น อาจนานเป็นวินาที หรือชั่วโมงเท่านั้น เป็นภาวะของจิตใจในระดับปกติ พบได้ในชีวิตประจำวันของทุกคนที่กำลังเผชิญกับปัญหาทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกเครียดเพียงเล็กน้อยพอทนได้ โดยไม่มีการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยา ความนึกคิด หรือพฤติกรรมให้เห็นอย่างชัดเจน และถือว่าไม่เกิดผลเสียในการดำเนินชีวิต เช่น การจราจรติดขัดขณะไปทำงาน การพลาดเวลานัดหมาย

2. ความเครียดระดับกลาง (moderate stress) เป็นความเครียดที่มีระดับรุนแรงกว่าระดับแรก อาจจะมีอาการเครียดอยู่ช่วงระยะเวลาหนึ่ง เป็นสภาวะของจิตใจที่มีความเครียดในระดับปานกลางที่ร่างกายและจิตใจต้องต่อสู้กับความเครียด โดยมีการเปลี่ยนแปลงทางสรีระ ความคิด พฤติกรรม และการดำเนินชีวิต ความเครียดในระดับนี้อาจเกิดขึ้นในระยะเวลาานหลายชั่วโมง หรือ 1 วัน ซึ่งจะเป็นสัญญาณเตือนภัยว่ามีความเครียดมากกว่าปกติที่ต้องรีบหาทางจัดสาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียด

ถ้าปล่อยทิ้งไว้จะทำให้ความเครียดเพิ่มขึ้นจะมีผลทำให้เกิดความผิดปกติทางร่างกายและจิตใจ ทำให้ขาดประสิทธิภาพในการดำเนินชีวิต

3. ความเครียดระดับสูง (severe stress) เป็นสภาวะของจิตใจที่มีความเครียดอย่างรุนแรง ซึ่งอาจจะเป็นระยะเวลาสั้นเป็นสัปดาห์ หรือเดือนหรือปี ความเครียดชนิดนี้จะก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของร่างกายอย่างเห็นได้ชัด ทำให้เกิดโรคภัยไข้เจ็บต่างๆ และมีผลเสียต่อการดำเนินชีวิตในด้านต่างๆมากมาย ซึ่งต้องอาศัยการช่วยเหลือจากผู้อื่น

ปฏิกิริยาตอบสนองความเครียด

ความเครียดเป็นภาวะที่ร่างกายมีปฏิกิริยาตอบสนองต่อสิ่งที่มาคุกคาม ลักษณะของปฏิกิริยาตอบสนองความเครียดมี 2 แบบ ได้แก่ Luckman and Sorensen (1986 อ้างถึงใน จุฑารัตน์ สติธิปัญญา และ วัลลภา คชภักดี, 2551: 95-96)

1. กลุ่มอาการปรับตัวเฉพาะที่ (Local Adaptation Syndrome-LAS) เป็นการปรับตัวที่เกิดขึ้นที่อวัยวะใด อวัยวะหนึ่ง หรือเกิดขึ้นที่ส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกาย เช่น การอักเสบเฉพาะที่

2. กลุ่มอาการปรับตัวโดยทั่วไป (General Adaptation Syndromes-GAS) เป็นการปรับตัวที่เกิดขึ้นเมื่อร่างกายเกิดความเครียดต่อกันเป็นเวลานาน กลุ่มอาการปรับตัวโดยทั่วไปนี้ เมื่อเกิดขึ้นแล้วในทุกกรณี จะมีแบบแผนเดียวกัน จะแตกต่างกันในระดับความรุนแรงเท่านั้น และในขณะที่มีการปรับตัวทั่วไป ร่างกายจะมีการปรับตัวต่อสิ่งที่มากระตุ้นให้เกิดความเครียดเฉพาะที่ร่วมด้วย เมื่อเกิดความเครียด จะเกิดการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย 3 ระยะ คือ

2.1 ระยะตื่นตัว (Alarm Reaction) เป็นปฏิกิริยาตอบสนองของร่างกายต่อความเครียดที่เกิดขึ้นในระยะแรกเมื่อเผชิญกับสิ่งที่มาคุกคาม โดยมีการกระตุ้น ไฮโปทาลามัสให้กระตุ้นต่อมใต้สมองส่วนหน้า เพื่อหลั่งคอร์ติโคทรอปิก ฮอร์โมน (adrenocorticotrophic hormone: ACTH) ออกมา มีผลต่อการเร่งต่อมหมวกไตชั้นเปลือกนอกหลั่งกลูโคคอร์ติคอยด์ (glucocorticoid) เพิ่มขึ้น ซึ่งมีผลต่อการควบคุมเมตาโบลิซึมของ โปรตีน คาร์โบไฮเดรต และไขมัน ทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดสูงขึ้น เกิดการหลั่งของ mineralocorticoid ซึ่งส่งผลต่อการสะสมของโซเดียมและขับโพแทสเซียมออกมา ไฮโปทาลามัสจะกระตุ้นต่อมหมวกไตชั้นใน (adrenal medulla) ให้หลั่งออดรีนาลีน และนอร์ออดรีนาลีน (adrenaline และ noradrenaline) ทำให้หัวใจเต้นเร็ว หลอดเลือดหดตัว แรงดันใน

ผนังหลอดเลือดสูงขึ้น กล้ามเนื้อส่วนต่างๆ มีความตึงตัวมากขึ้น ฮอร์โมนอะดรีนาลินและเอพิเนฟรินเพิ่มขึ้น ฮอร์โมนคอร์ติซอลเพิ่มขึ้น ความดันโลหิตสูงขึ้น หัวใจทำงานหนักขึ้น ไขมันในเลือดสูงขึ้น น้ำตาลในเลือดสูงขึ้น และระดับน้ำตาลในเลือดสูงขึ้น ภาวะเครียดเรื้อรังจะนำไปสู่โรคต่างๆ เช่น โรคหัวใจ โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคซึมเศร้า และโรคอื่นๆ ภาวะเครียดเรื้อรังยังส่งผลต่อสุขภาพจิตและสุขภาพจิตอีกด้วย

2.2 ระยะต่อต้าน (stage of resistance) เป็นระยะที่อัตราเร่งต่างๆ ของร่างกายลดลง เพื่อเข้าสู่สภาวะสมดุล การหลั่ง adrenaline และ noradrenaline ลดลง ร่างกายใช้กลไกเฉพาะอย่างในการต่อสู้กับสิ่งที่มารบกวน เช่น ใต้ต้องทำงานหนักเพื่อปรับระดับน้ำตาลและเกลือแร่ ระยะนี้หากสาเหตุความเครียดไม่รุนแรงมาก ร่างกายจะปรับสภาพและเข้าสู่สภาวะสมดุลได้

2.3 ระยะหมดกำลัง (stage of exhaustion) เป็นระยะสุดท้ายของการปรับตัว เกิดในกรณีที่มีความเครียดรุนแรงหรือเรื้อรังนานเกินไป ปฏิกริยาของร่างกายจะย้อนกลับไปสู่ระยะต้นตัวใหม่ ภายหลังจากต่อต้าน ถ้าร่างกายไม่สามารถปรับตัวได้ เกิดภาวะไม่สมดุลของร่างกายจนไม่สามารถกลับคืนสู่สภาวะปกติได้ ถ้าไม่ได้รับการช่วยเหลือ อาจถึงแก่ชีวิต

ผลของความเครียดต่อสุขภาพ

จากปฏิกริยาของความเครียดที่เป็นกลไกการตอบสนอง และการปรับตัวของมนุษย์ ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงการทำงานของระบบต่างๆ ในร่างกาย และส่งผลกระทบต่อร่างกาย และจิตใจ ที่ทำให้เกิดปัญหาสุขภาพดังนี้ (จุฑารัตน์ สติธิปัญญา และ วัลลภา กษภักดี, 2551: 97-100)

ผลเสียต่อสุขภาพกาย

1. ระบบกล้ามเนื้อและกระดูก กล้ามเนื้อเกี่ยวข้องกับความเครียด เนื่องจากเป็นอวัยวะสำคัญที่มีความจำเป็นต้องใช้เมื่อเกิดปฏิกริยาสู้หรือหนี แม้ส่วนอื่นๆ จะเปลี่ยนแปลงเพื่อเตรียมพร้อมกับการหนี แต่หากกล้ามเนื้อไม่พร้อมเราก็ไม่ปลอดภัยได้ ความเครียดทำให้กล้ามเนื้อเกร็ง มีผลต่อการนำเลือดไปเลี้ยงร่างกาย ทำให้เกิดอาการปวดเนื่องจากการเพิ่มของกรดแลคติก ภาวะเครียดระดับสูง ทำให้กล้ามเนื้อที่แข็งแรงดึงกระดูกให้ห้อยออกนอกแนว เช่น บริเวณกระดูกสันหลัง คอ ทำให้เกิดการกดทับเส้นประสาท เกิดอาการปวดได้

2. ระบบประสาทอัตโนมัติพาราซิมพาเทติก เป็นระบบที่ลดปฏิกิริยาต่อการกระตุ้นทางร่างกาย ควบคุมการเต้นของหัวใจ ระบบย่อยอาหาร การขับถ่าย และเรื่องเพศ เมื่อเกิดความเครียด ระบบนี้จะทำให้เกิดการระคายเคืองของกระเพาะอาหาร ถ้าไส้ ระบบขับถ่าย และการทำงานของกล้ามเนื้อเรียบ ทำให้อาหารไม่ย่อย จุกเสียดท้อง ท้องแน่น อืด เพื่อ ท้องผูก ปวดท้อง ปัญหาทางเพศ แม้ความเครียดจะหายไปแต่อาการเหล่านี้อาจยังคงอยู่

3. ระบบประสาทอัตโนมัติซิมพาเทติก ระบบนี้ทำงานประสานกับระบบประสาทอัตโนมัติพาราซิมพาเทติก ในยามปกติจะรักษาสมดุลของการไหลเวียนโลหิตและความดันโลหิต โดยการควบคุมการเต้นของหัวใจและการหดตัวของหลอดเลือด ในสถานการณ์ที่เกิดความเครียด ระบบประสาทนี้จะมียับยั้งที่สำคัญที่กระตุ้นทุกส่วนในร่างกายให้ตื่นตัว รับมือกับสถานการณ์ในเวลาปกติ ระบบประสาทอัตโนมัติซิมพาเทติกควบคุมการทำงานของต่อมหมวกไต หลังฮอร์โมนอดรีนาลีน ทำให้อาหารตื่นตัวเต็มที่ นอกจากนี้ยังกระตุ้นการหลั่ง glucocorticoid ทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดสูงขึ้นด้วย

4. ระบบภูมิคุ้มกัน ในภาวะเครียดร่างกายจะอยู่ในสภาพเหมือนทำงานหนัก ทำให้อ่อนเพลีย อ่อนแอ มีผลต่อภูมิคุ้มกันในร่างกายลดลง มีโอกาสติดเชื้อโรคได้ง่าย มีการศึกษาพบว่าความเครียดทำให้เกิดโรคมะเร็ง โรคภูมิแพ้และโรคอื่นเนื่องมาจากภูมิคุ้มกันต่ำอื่นๆ เช่น ไวรัสที่ทำให้เกิดริบจะเกิดเมื่อร่างกายอ่อนแอ และเครียด

ผลต่อจิตใจ และชีวิตความเป็นอยู่

1. ชีวิตขาดความสุข เพราะมีความบีบคั้นทางจิตใจ รู้สึกหงุดหงิด รำคาญ น้อยใจ อารมณ์เสียบ่อย และมักจะหมกมุ่นครุ่นคิดอยู่ตลอดเวลา
2. นอนไม่หลับเพราะความเครียด จะทำให้จิตใจฟุ้งซ่าน ไม่สงบ กิดความสับสน ไม่สามารถหยุดความคิดได้ และเป็นผลเสียต่อสุขภาพจิตได้
3. เป็นโรคจิตหรือโรคประสาท เนื่องจากบุคคลที่มีความเครียดสูง และมีอยู่เป็นเวลานาน ทำให้อารมณ์ ความคิด การรับรู้ การตัดสินใจ และพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไป ไม่สามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสม

4. รู้สึกหมดกำลังใจตายอยาก มีความรู้สึกซึมเศร้า และบางรายจะเกิดการกลัวสุดขีด เนื่องจากเกิดความเครียดอย่างเฉียบพลัน และนำไปสู่การเสียชีวิตได้เพราะการหลั่งอะดรีนาลีน และคอร์ติโซล จากต่อมหมวกไตในกระแสโลหิตทำให้หัวใจทำงานหนักมาก และหลอดเลือดที่มาเลี้ยงหัวใจบีบตัว เกิดหัวใจวายอย่างเฉียบพลัน

5. ดิสุรา หรือยาเสพติด ซึ่งเป็นผลมาจากความเครียด โดยเฉพาะผู้ที่ไม่สามารถระบาย หรือจัดการกับความเครียดของตนอย่างเหมาะสม ทำให้หาทางออกโดยการ ไปดื่มสุรา การใช้ยาเสพติด ฯลฯ ที่ทำให้มีความผ่อนคลาย และเมื่อใช้สิ่งเหล่านี้เพื่อลดความเครียดบ่อยๆ จะทำให้บุคคลดิสุรา หรือยาเสพติดในที่สุด

6. เกิดอุบัติเหตุ ความเครียดทำให้ร่างกายอ่อนเพลีย จิตใจหมกมุ่น ใจลอย ขาดความสนใจ สิ่งต่างๆ ขาดความระมัดระวัง การตัดสินใจผิดพลาด และมีผลทำให้เกิดอุบัติเหตุต่างๆ เช่น ผู้ขับขี่รถยนต์ ผู้ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรม

7. ครอบครัวยากลำบาก เพราะผู้ที่มีความเครียดจะมีจิตใจอ่อนแอ หงุดหงิด ขาดความอดทน ขาดเหตุผล และอารมณ์เสื่อง่าย ทำให้เกิดการทะเลาะวิวาทในครอบครัว มีผลต่อสมาชิกในครอบครัว ทำให้อยู่อย่างไม่สงบสุข

8. เกิดการหย่าร้าง เพราะเครียดทำให้บุคคลขาดความเข้าใจ ความเห็นอกเห็นใจและการให้อภัยซึ่งกันและกัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งขาดอารมณ์ที่หนักแน่นมั่นคง ทำให้เกิดความขัดแย้งระหว่างสามีภรรยาซึ่งนำไปสู่การหย่าร้างในที่สุด

9. มีการเปลี่ยนแปลงนิสัย และการดำเนินชีวิตประจำวันที่เหมาะสม เช่น การสูบบุหรี่จัดขึ้น รับประทานอาหารจุบจิบและบ่อยขึ้น เที่ยวเตร่ และใช้เงินมากขึ้นเพื่อลดความเครียดซึ่งนำไปสู่ร่างกายที่ทรุดโทรมมากขึ้น หรือมีหนี้สินต่างๆ ดิสุรา ดิการพนัน เป็นต้น

10. มีการฆ่าตัวตาย หรือการทำร้ายผู้อื่นเนื่องจากความเครียด ทำให้บุคคลมีร่างกายและจิตใจอ่อนแอ นำไปสู่การกระทำอย่างชั่ววูบ มีความโกรธ ก้าวร้าว นอกจากนี้ยังทำให้มีอารมณ์ซึมเศร้า ขาดสติพิจารณาไตร่ตรองความยับยั้งชั่งใจ อาจนำไปสู่การฆ่าตัวตาย หรือการทำร้ายผู้อื่น

11. ปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลต่อความเครียด ทำให้เกิดการโต้เถียง แยกตัว ไม่พูด ลดความไว้วางใจ ขาดความสนใจต่อบุคคลที่มีปฏิสัมพันธ์ด้วย

วิธีการปรับตัวเมื่อบุคคลเกิดความเครียด

จุฑารัตน์ สติธิปัญญา และ วัลลภา ศษภักดี (2551: 102-105) กล่าวถึงวิธีการปรับตัวเมื่อบุคคลเกิดความเครียดไว้ดังดังนี้

1. การมองโลกและบุคคลอื่นในแง่ดี จะทำให้บุคคลไม่มีความโกรธ หรือความอิจฉาริษยาผู้อื่น ทำให้สามารถปรับตัวเข้ากับผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม และมีชีวิตอยู่อย่างมีความสุข

2. การยอมรับตนเอง และมองตนเองอย่างมีคุณค่า ทำให้บุคคลที่ความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง และเมื่อทำผิดพลาดก็จะให้อภัยตนเอง และพยายามปรับปรุงแก้ไขตลอดจนพัฒนาตนเอง สามารถที่จะเลือกกระทำในสิ่งที่ตนเองต้องการ ซึ่งจะนำไปสู่ความรู้สึกพึงพอใจ และความสุขปราศจากความเครียด

3. การจัดการกับความโกรธอย่างเหมาะสม การที่บุคคลมีความโกรธอย่างรุนแรง จะทำให้แสดงพฤติกรรมก้าวร้าวโดยปราศจากความยับยั้งชั่งใจ ซึ่งนอกจากจะมีผลกระทบต่อร่างกายโดยตรงแล้ว ยังส่งผลกระทบต่อบุคลิกภาพ และการสร้างสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น หากบุคคลไม่สามารถจัดการกับความโกรธอย่างเหมาะสมแล้ว จะนำไปสู่ความเครียดได้อย่างง่าย ดังนั้น จึงจำเป็นที่จะต้องรู้เท่าทันความรู้สึกโกรธ และจัดการอย่างเหมาะสม

4. การเรียนรู้ที่จะปลดปล่อย และระบายความรู้สึกนึกคิดในทางลบออกมา การที่บุคคลจะรู้จักที่จะระบายความรู้สึกไม่พอใจออกมาอย่างเหมาะสม จะช่วยให้ลดความกดดัน และความเครียดมากยิ่งขึ้น ดังนั้นการเลือกบุคคลที่เราไว้วางใจและเข้าใจเรา ก็สามารถช่วยปลดปล่อยความรู้สึกทางลบออกมา ทำให้ลดความกดดันภายในจิตใจลงได้

5. การดำเนินชีวิตด้วยความยืดหยุ่น การที่บุคคลดำเนินชีวิตด้วยความจริงจัง เข้มงวดเกินไป และมีกฎเกณฑ์อย่างเคร่งครัด ทำให้เครียดง่ายกว่าผู้ที่ดำเนินชีวิตด้วยความยืดหยุ่น รู้จักผ่อนหนักผ่อนเบา ผ่อนสั้นผ่อนยาว และรู้สึกว่าเมื่อใดควรแพ้ และเมื่อใดควรชนะ หรือเมื่อใดควรเป็นผู้รับหรือผู้ให้ เป็นต้น

6. การไม่คาดหวังผลสำเร็จสูงเกินไป บุคคลที่ตั้งความหวังต่อผลสำเร็จไว้สูงเกินไป ย่อมมีความเสี่ยงต่อการผิดหวัง และเกิดความเครียดได้ง่าย ทั้งนี้เนื่องจากการดำเนินชีวิตของคนเราย่อมมีปัญหา และอุปสรรคต่างๆ มากมาย ซึ่งต้องทำให้พบกับความผิดหวังได้เสมอ จึงหลีกเลี่ยงการตั้งความหวังไว้สูงเกินไป เพื่อจะทำให้การดำเนินชีวิตเป็นไปอย่างสบายๆ และมีความสุข

7. การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น การที่บุคคลเป็นคนเก็บตัว ไม่มีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ไม่สนใจโลกภายนอก ทำให้มีความรู้สึกเหงาอ้างว้างโดดเดี่ยวและว้าเหว เพราะไม่มีใครสนใจ ซึ่งจะนำไปสู่ความเครียดได้

8. การไม่คิดหมกมุ่นอยู่กับปัญหา หรือเรื่องราวอย่างใดอย่างหนึ่งตลอดเวลา เพราะการที่บุคคลชอบหมกมุ่นครุ่นคิดถึงเรื่องราวต่างๆ ไม่ว่าจะปัญหาของตนหรือผู้อื่นอยู่ตลอดเวลา จะทำให้เกิดความเครียดซ้ำๆ ซากๆ กลายเป็นผู้ที่มีความฟุ้งซ่าน ซึ่งจะก่อให้เกิดความเครียดได้ง่าย

9. การใช้เหตุผล และความเป็นจริงในการพิจารณาที่จะเลือกตัดสินใจในสิ่งต่างๆ การที่บุคคลใช้เวลาเพื่อพิจารณาหาเหตุผลใช้สติปัญญาพิจารณาอย่างรอบคอบตามความเป็นจริง ในการตัดสินใจ หรือการแก้ปัญหา ย่อมนำไปสู่ความถูกต้อง เทียบธรรมมากกว่าการตัดสินใจโดยใช้อารมณ์ หรือการเข้าข้างตนเอง ซึ่งจะมีผลทำให้ได้รับการยอมรับจากผู้อื่น และนำไปสู่ความรู้สึกพึงพอใจ และการยอมรับตนเอง ในทางตรงกันข้ามหากมีการตัดสินใจผิดพลาดที่เกิดจากความว้าวามทางอารมณ์ และปราศจากการใช้สติปัญญาอย่างรอบคอบ จะทำให้บุคคลเกิดความเครียดได้ง่าย

10. การหลีกเลี่ยงในการเผชิญกับสถานการณ์ที่รุนแรงเลวร้าย เพราะจะนำไปสู่ความรู้สึกกลัว ความวิตกกังวล หรือความโกรธ ซึ่งเป็นสาเหตุที่สำคัญของความเครียดบุคคลจึงควรหลีกเลี่ยงหรือหาแนวทางคลี่คลายสถานการณ์ที่รุนแรงและเลวร้ายอย่างเหมาะสม

11. การหาแนวทางในการผ่อนคลายเครียดด้วยวิธีการต่างๆ กล่าวคือ การหาความเพลิดเพลิน ด้วยการพักผ่อน การทำงานอดิเรกต่างๆ ฟังเพลง เดินเล่น เล่นกีฬา เล่นดนตรี ดูหนังดูละคร และการทำกิจกรรมต่างๆ ที่สร้างความพึงพอใจให้ตนเองซึ่งแต่ละบุคคลก็จะสามารถแสดงออกด้วยวิธีการต่างๆ ตามที่ตนเองต้องการ

12. การผ่อนคลายความเครียดด้วยตนเอง ซึ่งสามารถทำได้โดยการฝึกโยคะ หรือการทำสมาธิแบบต่างๆ โดยมีจุดมุ่งหมายที่จะฝึกจิตใจให้เกิดความสงบนิ่ง ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่ว้าวุ่น ไม่ขุ่นมัว ไม่สับสน ไม่เร่าร้อน ไม่กระวนกระวาย และนำไปสู่สภาวะจิตที่มีคุณภาพดี และมีสมรรถภาพสูงกว่า คือ มีความแข็งแรง มีพลังงานมาก มีความอึดตัว เบิกบาน แจ่มใส มีอิสระ และเยือกเย็น สภาวะของจิตใจดังกล่าวนี้ จะเป็นแนวทางในการทำงานอย่างสมบูรณ์ของปัญญาทำให้บุคคลมีความรู้เท่าทันสิ่งต่างๆ ตามความเป็นจริง และนำไปสู่การพัฒนาตนเองอย่างสมบูรณ์

13. การฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อ เป็นวิธีลดความเครียด และความวิตกกังวลโดยการผ่อนคลายกล้ามเนื้อส่วนต่างๆของร่างกาย โดยเกิดจากหลักการที่กล่าวว่าขณะที่บุคคลเกิดความเครียดหรือความวิตกกังวล กล้ามเนื้อส่วนต่างๆ ของร่างกายจะเกร็งหรือหดตัว ดังนั้น การที่บุคคลทำให้ร่างกายผ่อนคลาย จะทำให้ความเครียดหรือความวิตกกังวลลดลง

14. การผ่อนคลายความเครียด โดยใช้เครื่องมือ Biofeedback โดยให้บุคคลสามารถเรียนรู้สภาวะความเครียดตนเอง จากการใช้เครื่องมือดังกล่าว ที่สามารถวัดความเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยาของร่างกาย เช่น วัดการเต้นของหัวใจ ความดันโลหิต ความต้านทานของผิวหนัง ความเกร็งของกล้ามเนื้อ และคลื่นไฟฟ้าในสมอง เป็นต้น ซึ่งได้รับความนิยมนกันอย่างแพร่หลายในการช่วยให้ผู้อื่นที่มีความสามารถรู้ และลดความเครียดของตนเองลงได้

15. การหาที่พึ่งทางใจ การยึดมั่น และปฏิบัติตามคำสอนของศาสนาต่างๆ จะช่วยให้บุคคลสามารถลดความเครียดได้ ทั้งนี้เนื่องจากคำสั่งสอนแต่ละศาสนา จะช่วยให้บุคคลเรียนรู้และเข้าใจสภาวะความเป็นจริงของชีวิต ทำให้บุคคลสามารถยอมรับสิ่งต่างๆที่เกิดขึ้นตลอดจนมองเห็นแนวทางแก้ปัญหาได้อย่างถูกต้อง ทำให้จิตใจสงบ สะอาด และสว่าง และจะทำให้สามารถจัดการกับความเครียดและความวิตกกังวลต่างๆได้เป็นอย่างดี

16. การเปลี่ยนแปลงบรรยากาศรอบตัว โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การปรับเปลี่ยนสถานที่พัก และที่ทำงานให้สวยงาม เช่น ทำความสะอาดห้อง จัดห้องทำงานใหม่ เปลี่ยนแปลงมุมต่างๆ ของบ้าน และที่ทำงานใหม่ การปรับเปลี่ยนสถานที่ต่างๆ ดังกล่าว จะช่วยให้จิตใจสดชื่น และคลายเครียดได้อีกวิธีหนึ่ง

17. **หาวิธีการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพเพื่อหลีกเลี่ยงความเครียด** โดยเฉพาะอย่างยิ่งในปัจจุบันบุคคลจำเป็นต้องทำงานเพื่อหารายได้มาเลี้ยงครอบครัว และหลายคนต้องทำงานหนัก เพราะมีความรับผิดชอบสูง จึงจำเป็นต้องรู้จักทำงานเพื่อไม่ให้เกิดความเครียด ซึ่งควรมีหลักการดังนี้ คือไม่ควรทำงานหลายอย่างในเวลาเดียวกัน และไม่ควรทำงานอย่างต่อเนื่องกัน โดยไม่หยุดพัก โดยเฉพาะงานที่ต้องอาศัยความรับผิดชอบสูงซึ่งควรหาผู้ช่วยเหลือ ขณะที่ทำงานถ้ารู้สึกมีศีรษะ ไม่มีสมาธิ สมองไม่รับรู้ หรือคิดอะไรไม่ออก ให้หยุดทำงานทันที เพื่อเปลี่ยนอิริยาบถต่างๆ แล้วจึงกลับไปทำงานต่อ และในขณะที่เจ็บป่วย ควรหยุดรักษาตัวให้หายก่อน และพักผ่อนเต็มที่ และควรมีเวลาหยุดพักในการทำงานอย่างเต็มที่ 1 วัน ต่อสัปดาห์ ควรมีเครื่องผ่อนแรง หรือเครื่องอำนวยความสะดวกในการทำงาน และเมื่อกลับบ้านก็ไม่ควรเอางานมาทำต่อที่บ้าน

18. **การนอนหลับให้เพียงพอ** เป็นสิ่งจำเป็นต่อบุคคล ทั้งนี้เพราะร่างกายต้องการพักผ่อน หลังจากตรากตรำทำงานมาหลายชั่วโมง โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ที่ทำงานหนัก และมีความรับผิดชอบสูง หรือทำงานติดต่อกันมานานก็ยิ่งต้องการนอนหลับมากกว่าปกติ โดยทั่วไปแล้วคนเราต้องการนอนหลับคืนละ 8 ชั่วโมง หากเรานอนไม่พอแล้วจะทำให้มีความเครียด หงุดหงิด สมองมึนงง คิดอะไรไม่ออก และทำให้ร่างกายอ่อนเพลียได้ง่าย

19. **การรู้จักวิธีการบำรุงรักษา และพักผ่อนสมอง** การทำงานหนักที่มีความรับผิดชอบในระดับสูง ย่อมทำให้คิดมาก และหมกมุ่นครุ่นคิดกับงานต่างๆ อยู่ตลอดเวลา จะทำให้บุคคลใช้สมองมากกว่าปกติ และนำไปสู่ความเครียดได้ หากเป็นเช่นนี้บุคคลควรรู้จักวิธีบำรุงและพักผ่อนสมอง โดยเปลี่ยนความสนใจไปเรื่องอื่นที่ไม่จำเป็นต้องใช้ความคิด หรือหลีกเลี่ยงการทำงานอย่างจริงจังนานเกินไป และหัดใช้ความคิดที่มีเหตุผล เพื่อป้องกันและหลีกเลี่ยงไม่ให้เกิดอารมณ์รุนแรง นอกจากนี้จะต้องพยายามบำรุงร่างกายให้แข็งแรง นอนหลับให้เพียงพอ รับประทานอาหารให้ถูกสุขลักษณะ ไม่ดื่มสุรา หรือยาเสพติด พยายามทำจิตใจให้ร่าเริงแจ่มใส โดยหาวิธีการผ่อนคลายความเครียดในรูปแบบต่างๆ เช่น การสร้างอารมณ์ขัน การดูหนัง ฟังเพลง การท่องเที่ยว เป็นต้น

20. **การแบ่งเวลาในแต่ละวันอย่างมีประสิทธิภาพ** ซึ่งบุคคลจำเป็นต้องมีการบริหารและจัดการกับเวลาอย่างเหมาะสมในแต่ละวัน ซึ่งต้องตระหนักว่าวันหนึ่งเรามีเวลาเพียง 24 ชั่วโมง จึงไม่สามารถทำงานทุกสิ่งทุกอย่างได้เสร็จภายใน 1 วัน บุคคลจึงควรบริหารเวลาในแต่ละวันในการทำงาน พักผ่อนหาความเพลิดเพลิน รับประทานอาหาร ออกกำลังกาย และการดำเนินภารกิจต่างๆ ตลอดจนการทำงานอดิเรกต่างๆ เพื่อจะไม่ให้เกิดความตึงเครียด หรือรู้สึกบีบคั้นอยู่ตลอดเวลา อันเป็นการป้องกันไม่ให้เกิดความเครียดขึ้น

21. การขอคำปรึกษาจากผู้ที่ยุ่ช่วยให้คลายเครียด เป็นวิธีหนึ่งที่มีความสำคัญ เพราะนอกจากจะช่วยให้บุคคลได้มีโอกาสระบายความคับข้องใจ โดยการพูดออกมาแล้วยังช่วยให้ตนเองได้สำรวจและแก้ไขปัญหาที่ทำให้เครียด ซึ่งเป็นแนวทางในการแก้ปัญหาต่างๆและจัดการกับความเครียดของตนได้ บุคคลจึงควรรหาผู้ที่ตนไว้วางใจ มีวุฒิภาวะและประสบการณ์อย่างเพียงพอที่จะรับฟังความคับข้องใจต่างๆ ซึ่งได้แก่ พ่อแม่ พี่น้อง เพื่อนฝูง ผู้บังคับบัญชา นอกจากนี้ ผู้ให้ความช่วยเหลือเชิงวิชาชีพที่มีความรู้ความสามารถในการเป็นผู้ให้คำปรึกษาโดยตรง เช่น จิตแพทย์ และนักจิตวิทยาการให้คำปรึกษา

22. การใช้ยาลดความเครียด เพื่อช่วยให้จิตใจสงบ ลดความวิตกกังวล ความตื่นเต้น และความคิดฟุ้งซ่านลง และจะทำให้พักผ่อนนอนไม่หลับได้มากขึ้น ยาดังกล่าวเป็นยาในกลุ่มลดความเครียด หากใช้โดยปราศจากความรู้อย่างเพียงพอ่อมทำให้เกิดผลเสียได้

ปฏิกิริยาทางร่างกายเพื่อปรับตัว (Reaction of Adjustment)

เมื่อมีการเร่งความเครียดเกิดขึ้น ก็จะเกิดปฏิกิริยาทางร่างกายเพื่อปรับตัว 3 ขั้นตอน ดังนี้ (วีระ ไชยศรีสุข, 2533: 178-179)

1. อาการบอกเหตุ (Alarm Reaction Stage) จะเกิดขึ้นเฉพาะแห่งซึ่งเนื่องมาจากตัวเร่งให้เกิดความเครียด ปฏิกิริยาที่เกิดขึ้นจะเกิดโดยผ่านระบบประสาทและต่อมไร้ท่อ เช่น ต่อมพิทูอิทารี (Pituitary) จะหลั่งฮอร์โมนออกมา ทำให้ร่างกายต่อต้านตัวเร่งความเครียด และปรับร่างกายให้อยู่ในภาวะสมดุล

2. อาการต่อต้าน (Resistance Stage) ในช่วงระหว่างนี้ การเปลี่ยนแปลงทางชีววิทยาจะเกิดขึ้นเพื่อรักษาสภาพต่อต้านของสิ่งมีชีวิตต่อตัวเร่งความเครียด ในบางสถานการณ์ทำให้เกิดระดับการสมดุลทางชีววิทยาเกิดขึ้น

3. ขั้นหยุดการทำงาน (Exhaustion Stage) ถ้ามนุษย์อยู่ภายใต้เหตุการณ์ที่มีความเครียดนานๆ ความต้านทานไม่สามารถจะทำให้ร่างกายยังคงรักษาสภาพคงที่ไว้ได้ และความเครียดยังคงมีอยู่ต่อไป อาจเกิดตายได้เพราะอวัยวะหยุดการทำงาน

แนวคิดเกี่ยวกับความคิดเห็น

ความหมายของความคิดเห็น

Trandis (1791 อ้างถึงใน พรพิมล ศาคร, 2551: 52) กล่าวว่า ความคิดเห็นเป็นแนวโน้มนำที่ฝังแน่นในความคิดและความรู้สึกในทางบวกหรือทางลบที่มีต่อสิ่งที่เกิดขึ้น โดยเฉพาะความคิดเห็นประกอบด้วยสิ่งที่สำคัญ 2 อย่าง คือ ความรู้ความเข้าใจและอารมณ์

Oskamp (1977: 86 อ้างถึงใน รอนนา ชูพิชัย, 2548: 8) กล่าวว่าความคิดเห็นน่าจะใกล้เคียงกับความเชื่อ มากกว่าขอบเขตและเนื้อหา โดยมีองค์ประกอบของความรู้สึก หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งก็คือ ความคิดเห็นเกี่ยวข้องกับความรู้และความต้องการ ดังนั้น ความคิดเห็นจึงเป็นการแสดงออกของทัศนคติที่มีอยู่ภายใน โดยการพูดจา หรือการเขียน หรือการกระทำ

Webster (1967: 385 อ้างถึงใน ชัยสิทธิ์ ศรีเมฆ, 2545: 9) ได้ให้คำนิยามไว้ว่า ความคิดเห็นเป็นการแสดงออกของการตัดสินใจ หรือการลงความเห็นเกี่ยวกับบุคคลใดหรือสิ่งใด เป็นการประเมินสถานการณ์ หรือประเมินค่าตามความเชื่อ ความรู้สึก โดยความเชื่อนั้นมีน้ำหนักมากกว่าความประทับใจแต่น้อยกว่าความรู้สึกอันแท้จริง

จำเรียง ภาพจิตร (2545: 19) ได้กล่าวถึงความคิดเห็นในวงกว้าง ซึ่งเป็นแนวความคิดเห็นสาธารณะหรือมติมหาชน (Public Opinion) ว่าเป็นทรศนะ ความรู้สึกและความคิดเห็นของประชาชนกลุ่มต่างๆ เฉพาะกลุ่ม เกี่ยวกับประเด็นความสนใจ หรือปัญหาประเด็นใดประเด็นหนึ่งในชั่วระยะเวลาหนึ่ง ซึ่งสาธารณะมติประเด็นใดๆ ก็ตาม ไม่ได้หมายความว่า จะต้องเป็นมติหรือความคิดเห็นของประชาชนทั้งหมดในประเทศ แต่เป็นความคิดเห็นของประชาชนส่วนใหญ่ซึ่งเป็นผลมาจากสิ่งที่ยังตกลงไม่ได้ จำเป็นต้องมีการถกเถียงหาเหตุผลมาอภิปรายกันให้เห็นข้อดี ข้อเสีย จนในที่สุดเกิดการตัดสินใจร่วมกันเป็นมติออกมา ส่วนอิทธิพลที่มีต่อสาธารณะมตินั้นขึ้นอยู่กับกลุ่มคนในลักษณะหลายประการ

สุทธิศักดิ์ จิตพิมลมาศ (2545: 12) ความคิดเห็นเป็นการแสดงออกของบุคคลที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งซึ่ง มีผลมาจากความเชื่อ ความคิด และทัศนคติ ซึ่งต้องอาศัยพื้นฐานความรู้ ประสบการณ์และสภาพแวดล้อม เป็นเครื่องช่วยในการพิจารณาก่อนที่จะตัดสินใจแสดงออกมา การแสดงความคิดเห็น

อาจจะเห็นด้วยและไม่เห็นด้วยในสิ่งนั้นก็ได้และปัจจัยที่มีผลต่อความคิดเห็นต่าง ๆ นั้น ประกอบด้วยสิ่งสำคัญๆ คือ ภูมิหลัง ความรู้ ประสบการณ์ และสภาพแวดล้อม

โซทริส โสมนรินทร์ (2543: 10) กล่าวว่า ความคิดเห็น เป็นการแสดงความรู้สึก ความเชื่อ ของบุคคลแต่ละคนที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ซึ่งสิ่งนั้นอาจเป็นบุคคล กลุ่มคน หรือสถานการณ์ในช่วง เวลาหนึ่ง ๆ จากการใช้สติปัญญา ความรู้ ประสบการณ์ และสภาพแวดล้อมของบุคคลนั้นเป็นส่วน ช่วยในการแสดงความคิดเห็นซึ่งอาจเป็นการพูดหรือเขียน อาจถูกต้องและได้รับการยอมรับหรือไม่ก็ ได้ ความคิดเห็นจึงไม่ถาวร และมีการเปลี่ยนแปลงได้ตามกาลเวลา สถานการณ์ หรือมีข้อเท็จจริง ปรากฏขึ้นมา

อุทัย หิรัญโต (2542: 80-81) กล่าวว่า ความคิดเห็นของคนที่มีความหลายระดับ คือ อย่างผิวเผินก็มี อย่างลึกซึ้งก็มี สำหรับความคิดเห็นที่เป็นทัศนคตินั้นเป็นความคิดอย่างลึกซึ้ง และติดตัวไปเป็นเวลานาน เป็นความคิดเห็นทั่วไปไม่เฉพาะอย่าง ซึ่งมีประจำตัวของบุคคลทุกคน ความคิดเห็นที่ไม่ลึกซึ้ง และ เป็นความคิดเห็นประเภทหนึ่งที่ไม่ตั้งอยู่บนรากฐานของพยาน หลักฐานที่เพียงพอแก่การพิสูจน์ มีความรู้แห่งอารมณ์น้อย และเกิดขึ้นได้ง่ายแต่สลายตัวเร็ว

อาทร พิมชะนก (2540: 9) กล่าวว่า ความคิดเห็นของบุคคลจะเกี่ยวข้องกับคุณสมบัติประจำ ตัวของบุคคลอีกด้วย ซึ่งคุณสมบัติประจำตัวบางอย่าง เช่น พื้นความรู้ ประสบการณ์ในการทำงาน และการติดต่อกันระหว่างบุคคล นับเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้บุคคลและกลุ่มมีความคิดเห็นไปใน ทิศทางใดทิศทางหนึ่ง ทั้งนี้เพราะพื้นฐานความรู้อันเป็นกระบวนการสังเคราะห์ที่ได้รับจากการศึกษามา เป็นเวลานานหลายปี จะเป็นรากฐานในการก่อให้เกิดความคิดเห็นต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งโดยเฉพาะ

สุพัตรา สุภาพ (2540) กล่าวว่า ความคิดเห็นเป็นการแสดงออกของบุคคลหรือกลุ่มคนที่มี ต่อสิ่งหนึ่งด้วยการพูดหรือการเขียนซึ่งในการแสดงออกนี้จะต้องอาศัยพื้นฐานความรู้ ประสบการณ์ และพฤติกรรมระหว่างบุคคลเป็นเครื่องช่วยในการพิจารณา และประเมินค่าก่อนที่จะมีการตัดสินใจ แสดงออก ซึ่งการแสดงออกนี้อาจจะได้รับการยอมรับหรือปฏิเสธจากคนอื่นได้

สุชา จันทน์เอม (2539: 8) ได้ให้ความหมายของความคิดเห็นไว้ว่า เป็นความรู้สึกของบุคคล แต่เป็นลักษณะที่ไม่ลึกซึ้งเท่ากับทัศนคติ คนเราจะมีความคิดเห็นที่แตกต่างกัน และความคิดเห็นเป็น ส่วนหนึ่งของทัศนคติ

จากความหมายของความคิดเห็นของบุคคลต่างๆ พอจะสรุปได้ว่า ความคิดเห็นเป็นการแสดงออกทางด้านความรู้สึกลึกซึ้ง การตัดสินใจ ความเชื่อ การยอมรับหรือไม่ยอมรับ การเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วยต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง หรือเหตุการณ์หนึ่ง ที่แต่ละบุคคลแสดงออกมา ด้วยการพูดหรือการเขียน และการนึกคิด โดยอาศัยพื้นฐานความรู้ การรับรู้ ประสบการณ์ อารมณ์ และสภาพแวดล้อมเป็นส่วนช่วยในการแสดงความคิดเห็น และเป็นพื้นฐานของการแสดงออกซึ่งเป็นที่เกิดขึ้นได้ง่าย แต่สลายตัวเร็ว ซึ่งความคิดเห็นนี้ไม่อาจบอกได้ว่าเป็นการถูกต้องหรือไม่ อาจจะได้รับ การยอมรับหรือการปฏิเสธจากบุคคลอื่นก็ได้ และต้องยอมรับว่าแต่ละบุคคลนั้นอาจมีความคิดเห็นที่แตกต่างกัน ไปและความคิดเห็นนี้อาจเปลี่ยนแปลงได้ตามกาลเวลา และสภาพแวดล้อมที่เป็นอยู่

ปัจจัยที่ทำให้เกิดความคิดเห็น

Foster (1992: 88) ได้สรุปเกี่ยวกับความคิดเห็นว่ามีมูลเหตุ 2 ประการ คือ

1. ประสบการณ์ของบุคคลที่มีต่อสิ่งของ บุคคล หมู่คณะ เรื่องราวต่างๆ หรือสถานการณ์ ความคิดเห็นเกิดขึ้นในตัวบุคคลจากการได้ยิน ได้พบเห็น ความคุ้นเคย อาจเป็นประสบการณ์ตรง หรืออ่านจากหนังสือ โดยไม่ได้พบเห็นจริง เป็นประสบการณ์ทางอ้อม
2. ระบบค่านิยม และการตัดสินใจค่านิยมอันเนื่องมาจากกลุ่มชน ซึ่งแต่ละกลุ่มมีค่านิยมและการตัดสินใจค่านิยมที่เหมือนกัน คนแต่ละกลุ่มจึงมีความคิดเห็นในสิ่งต่างๆ แตกต่างกัน

ศักดิ์ สุนทรเสณี (2531: 4) อธิบายว่า ความคิดเห็นเกิดจากการเรียนรู้และประสบการณ์ของบุคคลที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง โดยเกิดจากเงื่อนไข 4 ประการ คือ

1. กระบวนการเรียนรู้ที่สะสมเพิ่มพูนขึ้น โดยเป็นการบูรณาการองค์ความรู้ ทำให้เกิดการตอบสนองแนวความคิดต่างๆ เช่น ความคิดเห็นจากครอบครัว โรงเรียน ครู การเรียนการสอนอื่นๆ
2. ประสบการณ์ส่วนตัว เนื่องจากมนุษย์แต่ละคนต่างมีประสบการณ์ที่แตกต่างกันออกไป ซึ่งนอกเหนือจากประสบการณ์ที่สะสมขึ้นเรื่อยๆ ทั้งทางตรงและทางอ้อมแล้ว ยังทำให้เป็นรูปแบบของตนเอง ดังนั้น ความคิดเห็น บางอย่างเป็นเรื่องเฉพาะแต่ละบุคคล แล้วแต่พัฒนาการและความเจริญเติบโตของบุคคลนั้นๆ

3. การเลียนแบบ การถ่ายทอดความคิดเห็นของคนบางคน ได้มาจากการเลียนแบบความคิดเห็นของคนอื่นที่ตนเองเกิดความพอใจ ศรัทธา หรือเกิดความชื่นชอบ เช่น พ่อแม่ พี่น้อง คารา หรือบุคคลสำคัญ เป็นต้น

4. อิทธิพลของกลุ่มสังคม การอยู่ร่วมในสังคมก่อให้เกิดการน้อมรับเอาความคิดเห็นของกลุ่มมาเป็นของตน ซึ่งอาจเป็นทั้งการยอมรับโดยสมัครใจหรือการยอมรับแบบจำยอม เพื่อมิให้เป็นการขัดหรือฝืนกระแสสังคมได้ทั้งนั้น ซึ่งกลุ่มสังคมที่มีอิทธิพลต่อมนุษย์อย่างมาก ได้แก่ กลุ่มศาสนา กลุ่มวัฒนธรรม สถาบันต่างๆ เป็นต้น

สรุปได้ว่า ปัจจัยที่ก่อให้เกิดความคิดเห็น คือ สิ่งต่างๆ ที่บุคคลแต่ละคนได้ประสบพบเห็น ไม่ว่าจะเป็นประสบการณ์ตรง หรือประสบการณ์ทางอ้อม อาจมาจากการเรียนรู้ค่านิยม หรือการได้รับอิทธิพลความเชื่อจากบุคคลรอบข้าง หรือบุคคลที่ชื่นชอบ ซึ่งสิ่งเหล่านี้ล้วนมีอิทธิพลต่อความคิดเห็นในแต่ละบุคคล ในเรื่องราวต่างๆ ที่แตกต่างกัน

ดังนั้นจากแนวคิดเกี่ยวกับความคิดเห็นทั้งหมดที่กล่าวมาสามารถสรุปได้ว่า ความคิดเห็นเป็นการแสดงออกถึงความรู้สึก ความเชื่อ และการตัดสินใจ หรือการพิจารณาสิ่งใดสิ่งหนึ่ง โดยอาศัยความรู้ ประสบการณ์ และสภาพแวดล้อม ซึ่งการแสดงออกความคิดเห็นนี้อาจจะเป็นไปทางเห็นด้วย หรือไม่เห็นด้วยก็ได้ โดยปัจจัยที่ทำให้เกิดความคิดเห็น ได้แก่ ความรู้ ประสบการณ์ กลุ่มทางสังคม ค่านิยม และสื่อมวลชน ซึ่งความคิดเห็นของแต่ละบุคคลอาจไม่เป็นที่ยอมรับเพราะแต่ละบุคคลมีความคิดเห็นที่แตกต่างกันออกไป

ทฤษฎีบทบาท

ทฤษฎีบทบาท (Role Theory)

ในการศึกษาครั้งนี้ คงไม่สามารถละเอียดที่จะกล่าวถึงแนวคิดทฤษฎีบทบาท (Role Theory) เพราะการเข้าใจทฤษฎีบทบาทจะทำให้สามารถวิเคราะห์พฤติกรรมมนุษย์ในระดับที่เป็นปัจเจกได้ดี ก่อนจะนำไปสู่ความเข้าใจของบทบาทของหัวหน้าตึกพักและหัวหน้าหอพักหญิง มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน ต่อไป

สัญญา สัญญาวิวัฒน์ (2534: 127) ได้กล่าวว่า ทฤษฎีบทบาทเป็นตัวเชื่อมระหว่างสังคมกับตัวมนุษย์ โดยสังคมเป็นเครือข่ายของตำแหน่งทางสังคม หรือสถานภาพ โดยมีปัจเจกชนเป็นผู้แสดงบทบาทตามสถานภาพที่ครอง ซึ่งมองใน 2 ประเด็นคือ

1. ลักษณะเกี่ยวกับตัวตน (Self-related Characteristic) ได้แก่ลักษณะต่างๆที่บุคคลคิดว่ามีหรือเป็นลักษณะเช่นนั้น (Self Conceptions) ซึ่งตรงกับความคิดการเป็นอัตตาของMead ที่กล่าวเกี่ยวกับ การที่สังคมขัดเกลาหล่อหลอมบุคคลจนเกิดอัตตา คือรับบทบาท (Role Taking) จากความคาดหวังของสังคมเองลักษณะนี้เองจะนำไปสู่ความเชื่อว่าตนมีลักษณะอย่างใดอย่างหนึ่ง ซึ่งมีผลต่อการปฏิบัติ

2. ความสามารถและทักษะในการแสดงบทบาท (Role Playing Skills and Capacities) ทั้งความสามารถและทักษะเป็นตัวที่บุคคลแสดงบทบาทของตนเองออกมาได้

จะเห็นได้ว่าคุณลักษณะทั้งสองประการของปัจเจกชนมีความเกี่ยวเนื่องกันเพราะความคิดเกี่ยวกับตนเอง (Self Perception) จะเป็นตัวเลือกหรือตัดสินใจว่า ความคาดหวังประเภทใดเหมาะสมกับตนเอง ในขณะที่ทักษะในการแสดงบทบาทจะเป็นผู้ตัดสินใจเลือกภาพลักษณ์ตนเอง (Self Images) เมื่อเลือกภาพลักษณ์อย่างใดอย่างหนึ่งแล้ว ภาพลักษณ์นี้จะค่อยๆ กลายเป็นความคิดเกี่ยวกับตนเอง (Self Conceptions) ต่อไป

ความหมายของบทบาท

บทบาท (Role) เป็นส่วนหนึ่งของโครงสร้างสังคม (Social Structure) ที่ช่วยเสริมสร้างและค้ำจุนกลุ่มสังคมให้มั่นคงและเจริญก้าวหน้า และผู้คนอยู่ร่วมกันได้อย่างสันติสุขแต่ทั้งนี้หมายถึงว่าผู้คนเหล่านั้นได้แสดงบทบาทอย่างเหมาะสม ไม่เกิดปัญหาการขัดแย้งระหว่างกลุ่มที่แสดง ไม่ละเมิดต่อสิทธิและหน้าที่ที่ควรปฏิบัติ ไม่สร้างอำนาจในบทบาทของตนให้เหนือไปจากบรรทัดฐานของสังคมจนเกิดผลเสียแก่สังคม หรือมีบทบาทหน้าที่แต่ไม่แสดงบทบาทตามความรับผิดชอบ (ณรงค์ เสียงประชา, 2541: 144)

คำว่า บทบาท (Role) มีความหมายจาก คำว่า ตำแหน่ง หรือฐานะ ซึ่งเป็นสิทธิและหน้าที่ที่บุคคลพึงกระทำ โดยที่สิทธิและหน้าที่เหล่านี้จะดูจากตำแหน่งของแต่ละบุคคลในสังคมด้วย ได้มีผู้ให้ความหมายของบทบาทไว้ดังนี้

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พุทธศักราช 2542 (2542: 453) ได้ให้ความหมายของคำว่า “บทบาท” (Role) ไว้ว่า “การกระทำตามหน้าที่ที่กำหนดไว้เช่น บทบาทของพ่อแม่ บทบาทของครู”

สรุปความหมายของคำว่า “บทบาท” ได้ว่า “บทบาท” หมายถึง พฤติกรรมของบุคคลที่เกิดขึ้นโดยตำแหน่งหน้าที่รับผิดชอบ จะโดยตั้งใจหรือถูกบังคับ หรือจากความคาดหวังของคนในสังคม เมื่อบุคคลมีสถานภาพใดย่อมต้องแสดงบทบาทให้สอดคล้องกับสถานภาพนั้น และสอดคล้องกับระเบียบ กฎเกณฑ์ บรรทัดฐาน ขนบธรรมเนียมประเพณี ของสังคมที่บุคคลนั้นอยู่

สถานภาพและบทบาท

สถานภาพและบทบาท เป็นโครงสร้างสังคมที่เกี่ยวข้องกัน เปรียบได้กับเหรียญด้านหน้ากับด้านหลัง โดยทั่วไปแล้วสถานภาพย่อมได้มาก่อน และบทบาทจึงเกิดขึ้นตามมา ตัวอย่างของสถานภาพ เช่น อาจารย์ นักศึกษา ส่วนการสอน การเรียนเป็นบทบาท

ประเภทของสถานภาพ

คนเราต่างก็เป็นสมาชิกของกลุ่มสังคม เช่น เป็นสมาชิกของครอบครัว ของอำเภอ ของจังหวัด ของวิทยาลัย ขององค์กร ของสมาคม ของประเทศ ฯลฯ สมาชิกแต่ละคนก็มีสถานภาพ (Status) มากมาย เช่น เป็นผู้หญิง ผู้ชาย เป็นพ่อ - แม่ ปลัดอำเภอ ศึกษาธิการจังหวัด อธิการ อาจารย์ นายกสมาคม ฯลฯ สถานภาพนี้อาจแบ่งออกได้เป็น 2 ประเภทใหญ่ๆ คือ สถานภาพที่ได้มาโดยกำเนิดหรือสถานภาพที่ติดตัวมามากับสถานภาพที่ได้มาโดยความสามารถ ซึ่งแต่ละประเภทแยกพิจารณาได้ (ณรงค์ เส็งประชา, 2541: 145-150) ดังนี้

1. สถานภาพที่ติดตัวมาหรือสถานภาพโดยกำเนิด (Ascribed Status) คือสถานภาพที่ได้มาโดยสังคมเป็นผู้กำหนด หรือเป็นเรื่องของการที่บุคคลได้รับสถานภาพมาโดยเงื่อนไขทางชีวภาพ (Biological conditions) เช่น เป็นหญิง ชาย ลูกกรรมกร ลูกประธานาธิบดี เจ้าฟ้าชาย หัวหน้าเผ่า ฯลฯ ตำแหน่งเช่นนี้เกิดขึ้นเองโดยวิธีการทางสังคม อาจเกิดขึ้นจากประเพณี ศาสนา บุคลิกภาพและโอกาสก็ได้ เป็นสถานภาพที่บุคคลไม่มีทางเลือก และค่อนข้างจะมั่นคงถาวร

2. สถานภาพที่ได้มาโดยความสามารถ (Achieved Status) เป็นสถานภาพที่ต้องดิ้นรน ขวนขวายด้วยความสามารถของตนเอง อาจด้วยการศึกษา ลงทุนทำธุรกิจ ฯลฯ สถานภาพแบบนี้ ขึ้นอยู่กับความรู้ความสามารถ ประสบการณ์ และผลจากการกระทำ สถานภาพประเภทนี้เป็น สถานภาพที่ได้มาภายหลัง และสังคมกำหนดให้ เช่น ผู้แทนราษฎร นายกรัฐมนตรี นายแพทย์ ผู้จัดการ นายพัน ปลัดกระทรวง ฯลฯ สถานภาพประเภทนี้อาจเปลี่ยนแปลงได้ง่าย เช่น อาจถูกไล่ออกจากงาน ถ้าทำงานไม่เป็นที่พึงพอใจของนายจ้าง

ความสำคัญของสถานภาพ

สถานภาพเกิดจากความสัมพันธ์ของบุคคลในสังคม เมื่อบุคคลหนึ่งมีความสัมพันธ์กับคนอื่น สถานภาพก็จะเกิดขึ้นแก่บุคคลทั้งสองฝ่าย เช่น ถ้ามีการสอนเกิดขึ้น คนหนึ่งก็จะเป็นผู้สอน อีกคนหนึ่งก็จะเรียน และถ้าสองคนที่มีความสัมพันธ์ทางเพศต่อกันตามกฎหมายของสังคม คนหนึ่งเป็นสามี อีกคนหนึ่งก็คือภรรยา และถ้ายังติดต่อกับผู้อื่นมากรายในกลุ่มกิจกรรมต่างๆมากขึ้น เขาก็จะยังมีสถานภาพเพิ่มมากขึ้น

สถานภาพของบุคคลมีความสำคัญต่อสังคมมาก เพราะจะเป็นเครื่องกำหนดว่าใครเป็นใคร มีหน้าที่รับผิดชอบอย่างไร ทำให้ต่างคนต่างรู้สิทธิหน้าที่ของตน ประกอบการงานเสริมกันได้ดี นอกจากนั้นสถานภาพยังเสริมให้ผู้คนกระตือรือร้นที่จะใฝ่แสวงหาเพื่อยกฐานะของตนเอง ทำให้ต่างคนพยายามศึกษาขยันหมั่นเพียร เพื่อให้ได้ตำแหน่งนั้น ซึ่งก็จะช่วยให้สังคมเจริญขึ้น

แม้ว่าทุกคนจะมีสถานภาพอย่างใดอย่างหนึ่งหรือหลายอย่างหลายชนิดด้วยกันก็ตาม แต่บางสถานภาพทางสังคมถือหรือยอมรับว่าสูงและมีความสำคัญหรือมีอำนาจมากกว่ากัน ทำให้ผู้มีสถานภาพนั้นเป็นผู้ที่มีฐานะทางสังคมสูงกว่าคนอื่นๆ หรืออยู่ในระดับชั้นของสังคมที่สูงกว่าคนอื่นๆ บุคคลจะมีสถานภาพหรือฐานะทางสังคมสูงนั้น จะต้องเป็นผู้ที่สามารถในการประกอบกิจการที่สังคมเห็นว่ามีค่าสำคัญ มีอำนาจ ให้ประโยชน์ คือ ไม่ใช่จะมีความขยันขันแข็ง มีความสามารถ ปฏิบัติหน้าที่การงานของตนได้มากเท่านั้น แต่ต้องเป็นการทำงานที่มีความสำคัญต่อสังคมอย่างมากด้วย

บทบาทของบุคคลในสังคม

บทบาทของแต่ละบุคคล จะเกิดขึ้นเมื่อไปมีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นๆ บทบาทจะไม่ปรากฏถ้าไม่มีคู่บท เช่น บทบาทของแม่จะไม่มี ถ้าไม่มีลูกที่จะแสดงเป็นคู่บท หรือบทบาทของอาจารย์จะไม่มี ถ้าไม่มีศิษย์เป็นคู่บท

บทบาทของแต่ละบุคคลมีมากมายตามสถานภาพที่ได้เพิ่มขึ้นเมื่อไปมีสัมพันธ์กับสังคมที่กว้างขึ้น เมื่อแรกเกิดเราอาจมีสถานภาพเป็นชาย หรือหญิง เป็นลูก เป็นน้อง ต่อมาเมื่อโตขึ้น อาจมีเพื่อน ไปเข้าเรียนก็มีสถานภาพเป็นนักเรียน เป็นนักเรียนรุ่นน้อง รุ่นพี่ เป็นหัวหน้าชั้น เป็นประธาน ชมรม ฯลฯ เมื่อจบการศึกษาแล้วไปทำงาน ก็มีสถานภาพและบทบาทเพิ่มมากขึ้น ดังนั้น แต่ละคนอาจมีสถานภาพมากมาย ซึ่งเรียกว่า ชุดของสถานภาพและชุดของบทบาท เพื่อการกระทำต่อกันทางสังคมกับผู้อื่นในกลุ่มสังคมหรือในองค์กร

บทบาทต่างๆ ในแต่ละกลุ่มสังคมจะมีความเกี่ยวข้องซึ่งกันและกัน บทบาทจะประกอบด้วยหน้าที่และสิทธิ ตัวอย่างเช่น ครูย่อมมีหน้าที่ในการสอน ให้การอบรม ส่วนสิทธินั้นได้แก่ การบังคับให้นักเรียนทำการบ้านมาส่ง การว่ากล่าวตักเตือนหรือลงโทษ สิทธิในการที่จะสั่งให้นักเรียนทำตามที่ครูต้องการเพื่อการเรียนรู้ การเป็นพลเมืองดี แต่ทั้งนี้ต้องเป็นไปตามบรรทัดฐานของสังคม

คนเราแต่ละคน จะมีปริมาณของบทบาทเพิ่มมากขึ้นเมื่อมีอายุเพิ่มขึ้น และได้สัมพันธ์กับผู้คนในสังคมเพิ่มขึ้น บางคนอาจมีจำนวนบทบาทมากกว่าคนอื่นๆ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับบุคลิกภาพ อาชีพ ฐานะทางเศรษฐกิจ ฯลฯ

ตามปกติเมื่อบุคคลมีสถานภาพใดย่อมเป็นที่คาดหวังจากคนอื่นๆ ว่าจะต้องปฏิบัติหน้าที่ ความรับผิดชอบที่กำหนดไว้ควบคู่กับสถานภาพนั้น การที่บุคคลกระทำภาระหน้าที่ตามสถานภาพของตนนั้น เรียกว่าการแสดงบทบาท “ บทบาท ” (role) จึงเป็นสิ่งที่คู่กับสถานภาพ ส่วนบทบาทเป็นพฤติกรรมที่เห็นได้เป็นการกระทำของบุคคล ผู้ที่มีสถานภาพเหมือนกันย่อมมีการแสดงบทบาทเป็นแบบเดียวกัน ตามบรรทัดฐานกำหนดไว้ แต่การแสดงบทบาทของบุคคลต่างๆ แม้มีสถานภาพเดียวกันย่อมมีลักษณะแตกต่างกันบ้าง เช่น นักเรียนบางคนตั้งใจเรียน ปฏิบัติตัวตามระเบียบของโรงเรียน บางคนชอบหนีเรียน ชอบฝ่าฝืนระเบียบ เป็นต้น แต่เมื่อมองภาพโดยรวมแล้วจะเห็นว่านักเรียนส่วนใหญ่แสดงบทบาทเหมาะสมกับสถานภาพ ถ้าไม่เช่นนั้นโรงเรียนก็วุ่นวายสับสนไม่เป็นโรงเรียนอย่างแน่นอน (จันทน์ อติวัฒน์สิทธิ์, 2547: 37-38)

เหตุใดคนที่มีสถานภาพเหมือนกันบางครั้งแสดงบทบาทต่างกัน เรื่องนี้อาจพิจารณาได้โดยแยกลักษณะของบทบาทเป็น 3 ด้าน

1. บทบาทในอุดมคติ (Ideal Role) ได้แก่บทบาทที่กำหนดไว้เป็นกฎหมายหรือตามความคาดหวังของบุคคลทั่วไปในสังคม เป็นแบบฉบับที่สมบูรณ์ซึ่งผู้ที่มีสถานภาพหนึ่งๆ ควรกระทำแต่อาจไม่มีใครทำตามนั้น

2. บทบาทตามที่บุคคลเข้าใจหรือรับรู้ (Perceived Role) เป็นบทบาทที่ขึ้นอยู่กับบุคคลนั้นๆ จะคาดคิดด้วยตัวเองว่าควรเป็นอย่างไร ทั้งนี้ย่อมเกี่ยวข้องกับทัศนคติ ค่านิยม หรือบุคลิกภาพและประสบการณ์ของบุคคลแต่ละคน

3. บทบาทที่แสดงออกจริง (Actual / Enacted Role) ได้แก่การกระทำที่บุคคลปฏิบัติจริง ซึ่งขึ้นอยู่กับสถานการณ์เฉพาะหน้าในขณะนั้นด้วย สถานการณ์ต่างๆ ที่มีอิทธิพลต่อการแสดงบทบาทหนึ่งๆ จึงอาจสอดคล้องหรือไม่สอดคล้องกับบทบาทที่บุคคลรู้จักได้ สถานภาพจึงเป็น โครงสร้างหรือกรอบที่กำหนดให้บุคคลแสดงบทบาทแตกต่างกันในระดับหนึ่ง แต่ก็มีแนวทางที่เป็นมาตรฐานให้กระทำอยู่ในขอบเขตที่สังคมยอมรับได้

ผู้ที่อยู่ในสภาพหนึ่งต้องแสดงบทบาทตอบสนองคนหลายกลุ่ม เช่นครูต้องแสดงบทบาทเกี่ยวกับนักเรียน ผู้บริหารโรงเรียน ผู้ปกครอง เจ้าหน้าที่ธุรการ บรรณารักษ์ เป็นต้น สถานภาพหนึ่งๆ จึงมีบทบาทหลายด้าน เรียกว่า ชุดของบทบาท (Role Set) บุคคลที่มีสถานภาพเดียวกันอาจแสดงบทบาทต่อคนแต่ละกลุ่มมากน้อยต่างกันได้ บางครั้งการแสดงบทบาทที่ต้อง “เอาใจ” คนหลายกลุ่มหลายฝ่าย ทำให้เกิดความตึงเครียดในบทบาท เป็นเหตุให้เกิดความอึดอัดมาจากกฎเกณฑ์ของสังคมที่กำหนดไว้เช่นนั้น ความขัดแย้งระหว่างบุคคลและกลุ่มต่างๆ เป็นอันมากเป็นความขัดแย้งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ เพราะเกิดจากโครงสร้างสังคมนั่นเอง

ความสำคัญของบทบาท

สุพิสง ธรรมนนทา (2540: 66) ให้ความสำคัญของบทบาทดังนี้

1. บทบาทเป็นหน้าที่หรือการแสดงออกของบุคคลตามความคิดหรือความคาดหวัง กล่าวคือเมื่ออยู่ใต้สถานการณ์ทางสังคมหนึ่ง โดยยึดถือฐานะและหน้าที่ทางสังคมที่กำหนดไว้ในบรรทัดฐานเป็นมูลฐานความถูกต้องและความสมควรของบทบาทนั้น บุคคลจึงตัดสินใจแสดงบทบาทต่างๆ ได้ง่ายขึ้นเมื่อต้องเกี่ยวข้องกับสมาคมกับบุคคลอื่น

2. เมื่อบุคคลปฏิบัติตามบทบาททางสังคมดังที่ระบุไว้ในบรรทัดฐาน ระบบความสัมพันธ์ต่อกันในสังคมจะเป็นแนวทางเดียวกัน บังเกิดเป็นความเป็นระเบียบและความสงบภายในสังคม บุคคลที่ฝ่าฝืนไม่กระทำดังกล่าวจะได้รับการลงโทษจากสังคมตามบทลงโทษนั้นๆ การทำตามบทบาทที่คาดหวังย่อมได้รับการยอมรับและการส่งเสริมจากสังคม บุคคลจึงสามารถอยู่ร่วมกลุ่มได้ด้วยดี

ลักษณะของบทบาททางสังคม

คูพิทวง ธรรมนนทา (2540 : 66-68) กล่าวถึงลักษณะของบทบาททางสังคมไว้ดังนี้

1. บทบาททางสังคมย่อมมีลักษณะเป็นบทบาทสัมพันธ์หรือคู่บทบาทเสมอ กล่าวคือ จะปรากฏการกระทำอีกบทบาทหนึ่ง ดังเช่น พ่อแม่มีบทบาทสัมพันธ์กับลูก บทบาทของพ่อแม่ต้องเลี้ยงดูอบรมลูกให้เติบโตและมีชีวิตอนาคตรุ่งเรือง และลูกต้องเชื่อฟังเคารพนับถือและแสดงกตัญญูต่อพ่อแม่ นายจ้างมีบทบาทคู่กับลูกจ้าง นายจ้างต้องยุติธรรมแก่ลูกจ้างทั้งในการบริหารจัดการและผลตอบแทน และลูกจ้างต้องทำงานที่ได้รับมอบหมายด้วยความเอาใจใส่ตั้งใจให้สำเร็จลุล่วงทันการด้วยดี ฯลฯ ดังนั้นแต่ละคู่บทบาทควรมีการกระทำที่สมบูรณ์และสมดุลต่อกันก็จะเกิดความสงบเรียบร้อยในกลุ่มนั้น

2. แต่ละบุคคลจะมีบทบาทได้หลายบทบาทจากสถานภาพทางสังคมหลายสถานภาพ เมื่ออยู่ในหลายๆวงสมาคม โดยเฉพาะในสังคมซับซ้อน จะมีกลุ่มจำนวนมากภายในสังคม บุคคลจึงมีสถานภาพและบทบาทหลากหลาย ตัวอย่าง บุคคลหนึ่งอาจเป็นสามี บิดา อา ลูก นายงาน เพื่อนร่วมงาน สมาชิกสโมสร เป็นต้น ในวันเดียวกัน

3. บทบาทของบุคคลถูกกำหนดด้วยเงื่อนไขหลายประการ บุคคลอาจมีการแสดงบทบาทที่เหมือนหรือต่างกัน แม้จะมีสถานภาพเดียวกัน

3.1 บทบาทบุคคลที่สัมพันธ์และคล้อยตามกับบทบาทกลุ่ม (Group – Related Role) โดยทั่วไปบทบาทบุคคลจะคล้อยตามบทบาทกลุ่ม ดังตัวอย่าง บทบาทของกลุ่มที่สำคัญอย่างหนึ่งคือ บทบาทสงเคราะห์ (helping role) มีความสำคัญต่อชีวิตประจำวันของบุคคลมาก บทบาทของกลุ่มเป็นตัวกระตุ้นหรือสิ่งเร้าให้บุคคลทำงาน หรือแก้ปัญหาส่วนตัวได้

3.2 บทบาทบุคคลขึ้นอยู่กับลักษณะสถาบัน (Institutionalized Role) อิทธิพลของขนบธรรมเนียมประเพณี ความเคยชิน กฎหมาย และบรรทัดฐานอื่นๆ จะกำหนดลักษณะเฉพาะของบุคคลในสังคม สถานภาพเดียวกันเมื่ออยู่ต่างสังคมอาจแสดงบทบาทต่างกันจึงต้องใส่ใจต่อการศึกษารับรู้บทบาทตามสถานภาพของแต่ละสังคม

3.3 บทบาทของบุคคลขึ้นอยู่กับลักษณะทางชีวจิตภาพของบุคคล (Bio - psychological Role) ลักษณะธรรมชาติส่วนนี้เป็นปัจจัยหนึ่งที่มีอิทธิพลให้การแสดงบทบาทของบุคคลอาจแตกต่างออกไปจากบทบาทตามมาตรฐานหรือบรรทัดฐานเดียวกัน

4. ปัญหาของบุคคลและสังคมจากการแสดงบทบาทที่แตกต่างกัน

4.1 ปัญหาที่เกิดจากผู้สวมบทบาท (Role Impairment) เมื่อบุคคลแสดงบทบาทไม่ดี แม้จะกำหนดบทบาทไว้อย่างชัดเจนและแน่นอนก็ตาม ถ้าผู้แสดงบทบาทรู้สึกว่าจะไม่สามารถทำตามบทบาท ลำบากที่จะทำตามบทบาทของตน อาจมาจากขาดความเคยชิน ไม่เข้าใจบทบาทของตนดีพอแล้วต้องแสดงบทบาทที่ไม่ชำนาญ ก็จะก่อความเสียหายและเป็นภัยต่อบุคคลอื่นได้

4.2 ความสับสนของบทบาท (Role Conflict) ทั้งที่ผู้สวมบทบาทดีพร้อม แต่สังคมกำหนดบทบาทไม่ดี เช่น กำหนดบทบาทไว้มืดมน หรือมีบทบาทที่ให้เลือกปฏิบัติได้แตกต่างกันหลายทาง นอกจากนี้การต้องเลือกแสดงบทบาทใดบทบาทหนึ่ง เพราะในขณะนั้นบุคคลสวมสถานภาพมากกว่าหนึ่งสถานภาพที่มีบทบาทแตกต่างและขัดแย้งกันด้วย อีกประการหนึ่งบางครั้งสังคมไม่มีบทบาทให้หรือบุคคลไม่รู้ว่าสถานภาพที่ตนสวมอยู่นั้นควรปฏิบัติอย่างไร เหล่านี้ทำให้แสดงบทบาท ตัดสินใจไม่ถูกว่าจะแสดงบทบาทใดที่เหมาะสมที่สุด

4.3 ปัญหาเกิดจากการละเมิดบทบาท (Role Violation) เกิดขึ้นเมื่อบุคคลไม่ปฏิบัติตามบทบาทอันชอบของตน แต่ได้ปฏิบัตินอกแบบแผนเพื่อผลประโยชน์ส่วนตัว เช่น การค้าสารเสพติด การประกอบกิจการมิชอบ ฯลฯ

4.4 ความเครียดเกี่ยวกับบทบาท (Role Strain) บุคคลจะเกิดความเครียดจากการแสดงบทบาท เพราะต้องการแสดงเพียงบทบาทหลักเท่านั้นแต่สถานการณ์จริงบุคคลจำเป็นต้องฝืนแสดงบทบาทรองด้วย

จากทฤษฎีบทบาทที่ได้กล่าวมาทั้งหมด สรุปได้ว่า ทฤษฎีบทบาทเน้นให้เห็นถึง การปฏิบัติหน้าที่ตามตำแหน่งหรือสถานภาพของบุคคลซึ่งเป็นไปตามความคาดหวังของสังคมหรือบุคคลทั่วไป ถ้าตำแหน่งหรือสถานภาพเปลี่ยนไปบทบาทก็จะเปลี่ยนตามไปด้วย และถ้าบุคคลใดในสังคมมีความสัมพันธ์ระหว่างสังคมมากขึ้นเท่าใด บทบาทก็จะเพิ่มมากขึ้นเท่านั้น

บทบาทหน้าที่ของหัวหน้าหอพัก

ตำแหน่งหัวหน้าหอพักหญิงในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน ได้มาจากการคัดเลือกจากสมาชิกภายในเป็นคนเลือกตั้งขึ้นมา เพื่อให้ควบคุมดูแลความเรียบร้อยภายในหอพัก ตลอดจนประพฤติตนเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับสมาชิกภายในหอพัก ดังนั้นผู้ที่มาดำรงตำแหน่งหัวหน้าจึงมีบทบาทหน้าที่ดังต่อไปนี้ (กองกิจการนิสิต, 2551: 28)

1. ควบคุมดูแลความเป็นระเบียบเรียบร้อยภายในหอพักนิสิตและว่ากล่าวตักเตือนนิสิตที่พักอาศัยในหอพักให้ปฏิบัติตามระเบียบข้อบังคับว่าด้วยหอพักนิสิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
2. เรียกประชุมนิสิตที่พักอาศัยในหอพักเมื่อมีเหตุจำเป็นและสมควร โดยความเห็นชอบของงานหอพัก กองกิจการนิสิต หรืออาจารย์ที่ปรึกษาหอพัก
3. พิจารณาและดำเนินงานเกี่ยวกับกิจกรรมนิสิตในหอพัก โดยความเห็นชอบของงานหอพัก กองกิจการนิสิต
4. รายงานการกระทำผิดของนิสิตที่พักอาศัยในหอพักที่ประพฤติตนฝ่าฝืนระเบียบ ข้อบังคับว่าด้วยหอพักนิสิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ต่ออาจารย์ที่ปรึกษาหอพัก หรือ โดยตรงต่องานหอพัก กองกิจการนิสิต
5. ช่วยดูแลความสะอาดทั้งภายในและภายนอกอาคารหอพัก และสอดส่องดูแลการทำงานของคนงานหรือภารโรงประจำหอพัก
6. สอดส่องดูแลขังห้ามปรามมิให้บุคคลภายนอกขึ้นไปบนหอพักนิสิต
7. ช่วยไกล่เกลี่ยข้อพิพาทต่างๆ ของนิสิตที่พักอาศัยในหอพักนิสิต

8. เสนอแนะข้อคิดเห็นใดๆ เกี่ยวกับการดำเนินการหอพักนิสิตต่ออาจารย์ที่ปรึกษาหอพักหรืองานหอพัก กองกิจการนิสิต

9. คุณแลทรัพย์สินและวัสดุครุภัณฑ์ของหอพักให้อยู่ในสภาพดี และใช้การได้ เมื่อชำรุดเสียหายให้แจ้งงานหอพักเพื่อทราบ เพื่อจะได้ดำเนินการต่อไป

10. หน้าที่อื่นๆ ที่งานหอพัก กองกิจการนิสิต หรือมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์มอบหมาย

ระเบียบหอพักนิสิต มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ จัดให้มีหอพักเพื่อให้นิสิตได้มีโอกาสอยู่ร่วมกัน เพื่อเป็นการอบรมให้มีน้ำใจรักหมู่คณะ รู้จักการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย และได้ฝึกหัดปฏิบัติงานตามหลักสูตรการเรียนการสอน ได้โดยสะดวกและเพื่อให้การอยู่ร่วมกันของนิสิตหอพักเป็นไปด้วยความเรียบร้อย จึงขอให้นิสิตหอพักปฏิบัติตามประกาศของมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ เรื่อง ระเบียบหอพักนิสิต มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ดังนี้

1. นิสิตที่จะสมัครเข้าหอพักในหอพัก จะต้องเป็นผู้ที่ไม่มีโรคติดต่อใดๆ ที่สังคมรังเกียจ
2. นิสิตที่มีสิทธิเข้าอยู่หอพัก จะต้องยื่นความจำนงตามแบบคำร้องของงานหอพัก และชำระค่าธรรมเนียมหอพักในเวลาที่กำหนด หากพ้นวันกำหนดนิสิตจะต้องชำระค่าพักค้างวันละ 30 บาทตามระเบียบ
3. นิสิตที่มีสิทธิอยู่หอพัก จะต้องเข้าพักในหอพักและห้องพักที่เจ้าหน้าที่หอพักจัดให้ ภายใน 7 วัน นับตั้งแต่เปิดภาคเรียน มิฉะนั้นจะถือว่าสละสิทธิและจะไม่คืนเงินค่าหอพักให้
4. นิสิตจะต้องพักในห้องตามที่งานหอพักจัดให้ ห้ามโยกย้าย และโอนสิทธิกันโดยพลการ ถ้าฝ่าฝืนจะถูกตัดสิทธิการอยู่หอพัก
5. นิสิตจะต้องแสดงบัตรประจำตัวหอพักทุกครั้งก่อนเข้าหอพัก และห้ามนำบัตรประจำตัวหอพักให้บุคคลอื่นใช้ในการเข้าหอพักแทน หากฝ่าฝืนจะถูกตัดสิทธิการอยู่หอพัก

6. นิสิตหอพักจะต้องช่วยกันดูแลสิ่งของและอุปกรณ์เครื่องนอน ตลอดจนเครื่องใช้ของส่วนรวมให้อยู่ในสภาพและไม่เสียหาย ถ้าหากปรากฏว่าชำรุดเสียหายโดยเจตนาหรือความประมาทเลินเล่อของนิสิตคนใดผู้นั้นจะต้องรับผิดชอบและชดใช้ร่วมกัน

7. นิสิตจะต้องให้ความเคารพและเชื่อฟัง ตลอดจนปฏิบัติตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษาหอพักโดยเคร่งครัด รวมถึงการไม่แสดงวาจาและท่าทางไม่สุภาพ

8. นิสิตจะต้องรักษามารยาทและจะต้องประพฤติตามอย่างเหมาะสม ไม่ขัดต่อระเบียบข้อบังคับของมหาวิทยาลัย รวมถึงต้องปฏิบัติตามคำแนะนำของเจ้าหน้าที่หอพักและหัวหน้าหอพัก

9. นิสิตจะต้องมีหน้าที่ในการรักษาความสะอาด และความเป็นระเบียบเรียบร้อยบริเวณหอพัก ภายในห้องพักและบริเวณโดยรอบให้สะอาดอยู่เสมอโดย

9.1 จัดแบ่งหน้าที่ในการทำความสะอาดในห้องของตน และเก็บอุปกรณ์เครื่องใช้ส่วนตัวให้เป็นระเบียบ

9.2 จัดวางรองเท้าในห้องพักให้เป็นระเบียบ

9.3 ห้ามทิ้งเศษกระดาษและขยะลงบนระเบียบทางเดินภายในห้องพัก และบริเวณรอบหอพัก การทิ้งขยะให้นำทิ้งลงในถังที่จัดเตรียมไว้

9.4 ห้ามวางสิ่งของหรือภาชนะบนอ่างล้างหน้า

10. นิสิตที่ไม่ประสงค์จะอยู่หอพักให้ติดต่อขอสละสิทธิ ภายใน 7 วัน นับแต่วันที่ประกาศรายชื่อผู้มีสิทธิอยู่หอพัก

11. นิสิตที่ไม่ประสงค์จะอยู่หอพักไม่ติดต่อขอสละสิทธิตามวันเวลาที่งานหอพักกำหนดไว้ จะถือว่านิสิตมีความจำนงจะอยู่หอพักต่อ และจะต้องชำระค่าธรรมเนียมหอพักตามระเบียบ

12. นิสิตที่ไม่ชำระค่าหอพักจะถือว่าเป็นหนี้สินของมหาวิทยาลัย จะไม่สามารถลงทะเบียนเรียนและขอจบการศึกษาได้

13. นิสิตหอพักที่ชำระค่าหอพักแล้วจะต้องเก็บใบเสร็จรับเงินไว้เป็นหลักฐานซึ่งงานหอพักสามารถตรวจสอบได้

14. นิสิตต้องไม่นำวัสดุและเครื่องใช้มาไว้ในห้องพักเกินความจำเป็น การใช้อุปกรณ์ประจำห้องและการใช้น้ำประปา ไฟฟ้า ให้ นิสิตปฏิบัติ ดังนี้

14.1 นิสิตสามารถใช้เครื่องไฟฟ้าได้เฉพาะวิทยุขนาดเล็ก พัดลม และ โคมไฟไฟฟ้า ห้ามนำอุปกรณ์ไฟฟ้าที่ไม่ได้รับอนุญาตมาใช้ในหอพัก หากตรวจพบทางงานหอพักจะดำเนินการยึดหรือลงโทษตามกรณี

14.2 นิสิตจะหุงต้มได้ในกรณีจำเป็น และจะต้องทำในที่ที่หอพักกำหนดให้และห้ามประกอบอาหารทุกชนิดในหอพัก หากมีกรณีจำเป็นให้ขออนุญาตจากอาจารย์ที่ปรึกษาทุกครั้ง

14.3 นิสิตจะต้องซักตากและรีดผ้าบริเวณที่งานหอพักกำหนดให้ ห้ามแขวนตามหน้าต่างหรือบานเกร็ดโดยเด็ดขาด และนิสิตจะต้องรับผิดชอบดูแลการปิด-เปิดน้ำประปา ไฟฟ้าบริเวณห้องพักของตน หากเกิดกรณีมีสิ่งชำรุดต้องรีบแจ้งให้เจ้าหน้าที่หอพักทราบทันที

15. นิสิตจะต้องไม่นำทรัพย์สินมีค่ามาไว้ในห้องพัก และจะต้องรักษาทรัพย์สินส่วนตัวด้วยการใส่กุญแจตู้และกุญแจห้องทุกครั้งที่ไม่อยู่ หากสูญหายมหาวิทยาลัยฯ จะไม่รับผิดชอบ

16. นิสิตหอพักจะต้องไม่นำเพื่อน หรือบุคคลภายนอกที่มีได้รับอนุญาตจากมหาวิทยาลัยฯ เข้าพักอาศัยในหอพักนิตินิสิตโดยเด็ดขาด หากฝ่าฝืนจะถูกลงโทษตามระเบียบ

17. นิสิตหอพักที่จะให้นิสิตของมหาวิทยาลัยฯ เข้าพักค้าง จะต้องได้รับการยินยอมจากสมาชิกภายในห้อง การดำเนินการพักค้างจะต้องขออนุญาตที่งานหอพัก กองกิจการนิสิต ในเวลาราชการ กรณีไม่สามารถดำเนินการได้ในเวลาราชการ ให้ติดต่อขออนุญาตที่ป้อมยาม

18. นิสิตที่ได้รับพิจารณาให้อยู่หอพัก หากไม่ได้พักอยู่หอพักเป็นประจำ งานหอพักจะถือว่านิตินิสิตไม่มีความจำเป็นจะต้องอยู่หอพัก และจะถูกตัดสิทธิการอยู่หอพักในภาคการศึกษาถัดไป

19. นิสิตจะต้องไม่ก่อความวุ่นวายหรือตะโกนเสียงดังอันเป็นการรบกวนสมาชิกผู้อื่น

20. นิสิตจะต้องใช้ไฟฟ้า น้ำประปา โดยประหยัดและจะต้องปิดไฟ ปิดก๊อกน้ำทุกครั้งเมื่อออกจากห้องพักเป็นคนสุดท้าย
21. ในระหว่างปิดภาคเรียนนิสิตที่ประสงค์จะพักในหอพักให้ยื่นใบแสดงความจำนง ภายในกำหนด เมื่อได้รับอนุมัติและชำระเงินค่าหอพักแล้วจึงรับบัตรเข้าหอพัก ณ งานหอพัก กองกิจการ นิสิต
22. นิสิตจะต้องเดินทางไปฝึกภาคสนาม และประสงค์จะพักอยู่ชั่วคราวหลังปิดภาคเรียน ให้ยื่นคำร้องขออยู่หอพัก ก่อนกำหนดการปิดหอในแต่ละภาค
23. นิสิตจะต้องประพฤติและปฏิบัติตนอย่างเหมาะสม ไม่ขัดต่อระเบียบข้อบังคับของ มหาวิทยาลัย เช่น ประพฤติผิดศีลธรรมเรื่องชู้สาว เล่นการพนัน ลักทรัพย์ ดื่มสุรา หรือยาเสพติด หากเกิดกรณีดังกล่าวถือเป็นความผิดขั้นร้ายแรง งานหอพักจะตัดสิทธิการอยู่หอพักทันที
24. นิสิตสามารถพบผู้มาเยี่ยมและผู้ปกครองในบริเวณที่งานหอพักจัดให้เท่านั้น
25. นิสิตที่เจ็บป่วยกะทันหันให้แจ้งต่อหัวหน้าหอพัก หรืออาจารย์ที่ปรึกษาประจำหอพัก เพื่อนำส่งสถานพยาบาลและให้แจ้งงานหอพักทราบ
26. นิสิตจะจัดกิจกรรมหรืองานสังสรรค์รื่นเริงใดๆ จะต้องได้รับอนุญาตจากงานหอพักก่อน
27. นิสิตหญิงจะต้องเข้าหอพักไม่เกินเวลา 21.00 น. หากมีความจำเป็นไม่ว่ากรณีใดๆ จะต้องขออนุญาตการเข้าหอพักล่วงหน้าจากงานหอพักกองกิจการนิสิต โดยทำหนังสือขออนุญาตก่อนล่วงหน้าอย่างน้อย 3 วัน และจะขอเข้าพักล่วงหน้าได้ไม่เกินเวลา 23.00 น.
28. กรณีไม่สามารถขออนุญาตเข้าหอพักล่วงหน้าได้ทัน นิสิตหญิงสามารถเข้าหอพักหลังเวลา 21.00 น. ได้ไม่เกิน 3 ครั้งต่อเดือน หากฝ่าฝืน จะถูกตัดสิทธิการอยู่หอพักในภาคการศึกษา ถัดไป
29. นิสิตจะต้องแสดงบัตรประจำตัวหอพักทุกครั้งก่อนเข้าหอพัก

30. ห้ามถอดถอน โยกย้ายต่อเติมวัสดุ กระจกหน้าต่างและอุปกรณ์ต่างๆ ซึ่งมีไว้เพื่อส่วนรวม

31. ห้ามสูบบุหรี่ภายในห้องพักโดยเด็ดขาด หากเกิดกรณีไฟไหม้ขึ้นเนื่องจากการสูบบุหรี่
นิติจะต้องรับผิดชอบ

32. ห้ามนิสิตหารายได้ส่วนตัวภายในหอพัก การไปทำงานพิเศษนอกสถานที่จะต้องขอ
อนุญาต เพื่องานหอพักจะได้แจ้งให้ผู้ปกครองนิสิตทราบ

33. ห้ามเก็บรถจักรยานในอาคารหอพักและห้องพัก จะต้องจอดบริเวณที่งานหอพักจัดให้
เท่านั้น

34. ห้ามจำหน่ายของมีนเมา ยาเสพติดให้โทษ รวมถึงอุปกรณ์การพนันทุกชนิดในหอพัก

35. ห้ามนิสิตเลี้ยงสัตว์ทุกชนิด กรณีเลี้ยงเพื่อการศึกษาตามหลักสูตรการเรียนการสอน
จะต้องขออนุญาตจากงานหอพัก

กฎระเบียบทุกข้อให้นิสิตทำความเข้าใจและถือปฏิบัติตามอย่างเคร่งครัด ถ้ามีการกระทำ
ใดๆที่ละเมิดระเบียบของหอพักจะถูกตักเตือนและทำทัณฑ์บน ถ้าทำทัณฑ์บนแล้วยังฝ่าฝืนระเบียบ
อีก จะถูกตัดสิทธิการอยู่หอพักทันที (กองกิจการนิสิต, 2551: 29)

สรุปจากระเบียบหอพักที่กล่าวมาข้างต้นกองกิจการนิสิตเป็นผู้กำหนดขึ้นมาตามนโยบายที่
ทางมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ได้กำหนดไว้ ผู้ที่ดำรงตำแหน่งหัวหน้าตึกพักและหอพัก ต้องปฏิบัติ
ตามอย่างเคร่งครัดเพื่อเป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่สมาชิก อีกทั้งยังต้องควบคุมให้สมาชิกปฏิบัติตาม
ด้วย แต่ในสภาพความเป็นจริง ผู้ที่ดำรงตำแหน่งหัวหน้าอาจมีบทบาทอื่นที่เกี่ยวข้องกับสมาชิก เช่น
อยู่ในบทบาทของพี่ เพื่อน หรือน้อง เป็นต้น

ดังนั้นจากระเบียบทั้งหมดที่ได้กล่าวมาผู้วิจัยได้นำมาทำการ pre-test โดยการสัมภาษณ์กับ
นิสิตในหอพัก พบว่า 7 อันดับแรกของกฎระเบียบที่นิสิตฝ่าฝืนมากที่สุด ได้แก่ข้อที่ 4, 8, 9.4, 14.1,
14.2, 18, และ 27 จึงนำทั้ง 7 ข้อนี้มาสร้างเป็นเครื่องมือในการวัดระดับความเครียดของหัวหน้าตึกพัก
และหัวหน้าหอพักหญิง เพื่อดูว่ากฎระเบียบดังกล่าวก่อให้เกิดความเครียดซึ่งอาจมีผลต่อผลสัมฤทธิ์
ทางการเรียนของหัวหน้าตึกพัก/หอพักหญิงได้

ผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการทำวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดของหัวหน้าหอพักหญิง มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน ที่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน มีรายละเอียดดังนี้

อัศวินี นามะกันคำ (2551: 26-27) ศึกษา ความเครียดและปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกปฏิบัติงานที่หอผู้ป่วย ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 4 ร้อยละ 59.81 ประเมินความเครียดในขณะที่ฝึกปฏิบัติการพยาบาลอยู่ในระดับปานกลาง ประเมินทัศนคติการฝึกปฏิบัติการพยาบาลทางคลินิกว่าเป็นความท้าทายมากร้อยละ 68.22 เป็นภาวะคุกคามร้อยละ 16.82 โดยนักศึกษาร้อยละ 76 ประเมินว่าหอผู้ป่วยที่ท้าทายมากที่สุดคือหอผู้ป่วยหนักศัลยกรรม ส่วนปัจจัยที่ทำให้นักศึกษาพยาบาลเกิดความเครียดในการฝึกปฏิบัติการพยาบาลทางคลินิกได้แก่ ลักษณะส่วนตัวของอาจารย์นิเทศ ลักษณะการฝึกปฏิบัติและการดูแลผู้ป่วย ลักษณะเจ้าหน้าที่และบุคลากรบนหอผู้ป่วย ลักษณะของสถานที่ฝึกปฏิบัติงาน และลักษณะส่วนตัวของกลุ่มตัวอย่างซึ่งพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความรู้สึกทางอารมณ์ต่อสถานการณ์ดังกล่าวทั้งเชิงบวกและเชิงลบ

มานพ ชูนิล พิสมัย รักจรรยา และ ชวนีย์ พงสาพิชญ์ (2550: 42) ศึกษา วิธีการจัดการความเครียดของนักศึกษาสถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ โดยใช้แบบสอบถามและแบบประเมินความเครียดของกรมสุขภาพจิต ผลการวิจัยพบว่านักศึกษามีความเครียดอยู่ในระดับปกติร้อยละ 51.43 ปัจจัยที่ทำให้เกิดความเครียดอันดับหนึ่ง คือ กลัวอ่านหนังสือไม่ทัน ร้อยละ 89.7 อันดับสอง คือ กลัวทำข้อสอบไม่ได้ ร้อยละ 89.5 วิธีการจัดการความเครียดที่ใช้กันมากอันดับหนึ่ง คือ ดูหนัง ฟังเพลง ดูโทรทัศน์ ร้อยละ 97.5 อันดับสองคือ ทำจิตใจให้สงบ ยอมรับสถานการณ์ ปลดปล่อยวาง ปลงให้ได้ ร้อยละ 90.2 ปัญหาที่ประสบในการจัดการความเครียด อันดับหนึ่ง คือ ขี้เกียจ และง่วงนอนอยู่เสมอ ร้อยละ 73.4 เมื่อเปรียบเทียบระดับความเครียดของนักศึกษาจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล ปัญหาด้านการเรียน ปัญหาการจราจร ปัญหาสภาพแวดล้อม พบว่าไม่มีความแตกต่างกัน ส่วนการเปรียบเทียบระดับความเครียดของนักศึกษาจำแนกตามปัญหาการสอบ การคบเพื่อน ความรัก ครอบครัวสุขภาพ ด้านการเงิน และด้านการทำงาน พบว่า มีระดับความเครียดแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ปทุมพร ประสงค์ทรัพย์ (2549: บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่อง การตระหนักรู้ในตนเอง การสนับสนุนทางสังคมกับความเครียดและการจัดการความเครียด ของนักศึกษามหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า 1) นักศึกษาส่วนใหญ่มีความเครียดระดับปานกลาง มีการตระหนักรู้ในตนเองในระดับสูง ใช้การจัดการความเครียดแบบมุ่งแก้ปัญหาและมุ่งเน้นอารมณ์ในระดับปานกลาง ได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากพ่อแม่/ผู้ปกครอง และเพื่อนในระดับสูง ได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากอาจารย์ในระดับปานกลาง 2) นักศึกษาที่มีเพศ อายุ ชั้นปี คณะ เกรดเฉลี่ยเทอมที่ผ่านมาและสถานภาพสมรสของบิดามารดาแตกต่างกัน มีความเครียดแตกต่างกัน 2) การตระหนักรู้ในตนเองมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดของนักศึกษา 4) การสนับสนุนทางสังคมจากพ่อแม่/ผู้ปกครอง อาจารย์และเพื่อน มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดของนักศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และ 0.01 5) ส่วนการจัดการความเครียดแบบมุ่งแก้ปัญหา มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดของนักศึกษา และการจัดการความเครียดแบบมุ่งเน้นอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเครียดของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

ปิยะนารถ จันทร์โชติวิทย์ (2539: 21-29) ได้ศึกษาเรื่อง ความเครียดของนักศึกษาทันตแพทย์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ผลการศึกษาพบว่า ครั้งที่ 1 มีผู้ตอบแบบสอบถาม 354 คน (ร้อยละ 66.2) และครั้งที่ 2 441 คน (ร้อยละ 82.4) ระดับความเครียดไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระหว่างภาคการศึกษา แต่พบว่า ระดับชั้นปีที่ศึกษามีผลต่อระดับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ชั้นปีที่ 1 จะมีระดับความเครียดต่ำสุด ในขณะที่ชั้นปีที่ 2 และ 3 มีระดับความเครียดค่อนข้างสูง ส่วนปัจจัยที่เกี่ยวข้องอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P < 0.05$) แตกต่างกันไปในแต่ละชั้นปี โดยมีปัจจัยร่วมที่สำคัญได้แก่ การมีโรคประจำตัว การต้องรับประทานยาเป็นประจำ ปัญหาการเรียนในชั่วโมงบรรยาย ปัญหาการเรียนในห้องปฏิบัติการ ปัญหาเรื่องที่ฝึก และการไม่เล่นกีฬา

จากผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องที่ได้กล่าวมาข้างต้น เป็นงานวิจัยที่เกี่ยวกับความเครียดของนักศึกษาเป็นสำคัญ ซึ่งการศึกษาความเครียดของนักศึกษานี้มีความสอดคล้องกับงานวิจัยที่ผู้วิจัยได้ศึกษาก็คือ ผู้วิจัยได้ศึกษาเกี่ยวกับความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดของกลุ่มประชากรที่เป็นนักศึกษาเช่นกัน ดังนั้นผู้วิจัยจึงได้ศึกษาผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องดังกล่าวเพื่อนำมาเป็นแนวทางในการทำวิจัยต่อไป

บทที่ 3

วิธีการวิจัย

การศึกษาเรื่องความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดของหัวหน้าหอพักหญิงมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน ที่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยใช้วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) และการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) ผู้วิจัยได้ดำเนินงานตามขั้นตอนดังนี้

ใช้การวิจัยเชิงคุณภาพเพื่อศึกษาความเครียดของนิสิตผู้ที่ดำรงตำแหน่งหัวหน้า หอพักหญิง โดยการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) และนำเสนอข้อมูลโดยการ “พรรณนาเชิงวิเคราะห์” (Analytical description) และเสริมด้วยการวิจัยเชิงปริมาณ โดยการใช้แบบสอบถามเพื่อมาสนับสนุนงานวิจัยเชิงคุณภาพ

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ทำการวิจัยทั้ง 2 แบบคือ การวิจัยเชิงคุณภาพ และ การวิจัยเชิงปริมาณ ดังนั้น ในส่วนของการวิจัยเชิงคุณภาพ ประชากรมีด้วยกันรวม 8 คน ซึ่งทั้ง 8 คนนี้ คือผู้ที่ทำหน้าที่ หัวหน้าหอพักหญิงในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน โดยแบ่งเป็นผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้าตึก จำนวน 3 คน และ ผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้าหอ จำนวน 5 คน

จากนั้นได้ทำการวิจัยเชิงปริมาณเพื่อมาสนับสนุนข้อมูลที่ได้จากการวิจัยเชิงคุณภาพให้มีความน่าเชื่อถือมากขึ้นดังนั้นประชากรในส่วนของ การวิจัยเชิงปริมาณคือ นิสิตตึกพัก/หอพักหญิง ในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน ได้แก่ หอพุทธรักษา หอราชาวดี ตึกบุษกร หอจรรรัตน์ หอคัทธินิยา หอมหาหงส์ ตึกชงโค และตึกชวชนม ซึ่งมีจำนวนประชากรเป้าหมาย 908 คน และเมื่อนำจำนวนประชากรเป้าหมายมาคำนวณหากลุ่มตัวอย่างโดยใช้วิธีการหาจำนวนของกลุ่มตัวอย่าง จากสูตรคำนวณของ ทาโร ยามานะ (Taro Yamane) ได้จำนวนขนาดของกลุ่มตัวอย่างในการเก็บข้อมูลครั้งนี้คือ 280 คน โดยมีวิธีการและขั้นตอนในการหาจำนวนของกลุ่มตัวอย่างดังนี้

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ใช้สูตรของ ทาโร ยามาเน Yamane (1967: 886-887 อ้างถึงใน องอาจ นัยวัฒน์, 2548: 124-128) ดังนี้

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

เมื่อ n = ขนาดหรือจำนวนกลุ่มตัวอย่าง
 e = ความคลาดเคลื่อนในการวิจัยครั้งนี้ ใช้ 0.05
 N = จำนวนประชากรทั้งหมด 908 คน

$$\begin{aligned} \text{จะได้กลุ่มตัวอย่าง } n &= \frac{908}{1 + 908(0.05)^2} \\ &= 277.68 \end{aligned}$$

ในการศึกษาครั้งนี้ จึงใช้กลุ่มตัวอย่าง 280 คน

จากนั้นผู้วิจัยได้ทำการคำนวณระหว่างจำนวนกลุ่มตัวอย่างและจำนวนประชากรเพื่อกำหนดจำนวนแบบสอบถามที่จะทำการเก็บข้อมูลต่อไป โดยนำจำนวนสมาชิกแต่ละตึกแต่ละหอมาทำการคำนวณโดยใช้วิธีการเทียบสัดส่วนร้อยละ ได้ผลดังนี้

1. หอพุทธรักษา	มีสมาชิก 81 คน	แจกแบบสอบถามจำนวน 20 ชุด
2. หอมหาหงส์	มีสมาชิก 82 คน	แจกแบบสอบถามจำนวน 25 ชุด
3. หอราชาวดี	มีสมาชิก 83 คน	แจกแบบสอบถามจำนวน 26 ชุด
4. หอคัทธลียา	มีสมาชิก 83 คน	แจกแบบสอบถามจำนวน 26 ชุด
5. หอขจรรัตน์	มีสมาชิก 84 คน	แจกแบบสอบถามจำนวน 27 ชุด
6. ตึกบุษกร	มีสมาชิก 164 คน	แจกแบบสอบถามจำนวน 51 ชุด
7. ตึกขงโค	มีสมาชิก 165 คน	แจกแบบสอบถามจำนวน 52 ชุด
8. ตึกชวนชม	มีสมาชิก 166 คน	แจกแบบสอบถามจำนวน 53 ชุด
รวม	908 คน	280 ชุด

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ใช้การสัมภาษณ์แบบเชิงลึกโดยสร้างคำถาม และการตรวจสอบหาค่าความเชื่อมั่นโดยมีการตรวจสอบสามเส้า (Triangulation method) และใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บข้อมูลในการวิจัยเชิงปริมาณ แบ่งเป็น 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ อายุ ที่อยู่อาศัย คณะ-ชั้นปี ตำแหน่งในตึกพัก/หอพัก ผลการเรียน รายได้ที่ได้รับ สภาพครอบครัว รายได้ของครอบครัว และรายจ่ายของครอบครัว เป็นข้อคำถามแบบเติมคำตอบลงในช่องคำถามปลายเปิด (Open-Ended Questionnaires) และเป็นคำถามแบบเลือกตอบ (Check list)

ตอนที่ 2 ความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดของหัวหน้าตึกพักหรือหอพัก ลักษณะแบบสอบถามเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) 5 ระดับ ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 21 ข้อ โดยแบ่งเป็น

คำถามเชิงบวก จำนวน 14 ข้อ ได้แก่ ข้อ 1, 3, 5, 7, 9, 10, 11, 13, 14, 15, 17, 19, 20 และ 21

คำถามเชิงลบ จำนวน 7 ข้อ ได้แก่ ข้อ 2, 4, 6, 8, 12, 16 และ 18

การทดสอบเครื่องมือ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถามที่ได้สร้างขึ้นจากทฤษฎีงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และนำไปทดสอบความเที่ยงตรงและความเชื่อมั่น โดยมีขั้นตอนดังนี้

1. ตรวจสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหา โดยการทำแบบสอบถามไปปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษาและผู้ทรงคุณวุฒิเพื่อทดสอบความถูกต้องเที่ยงตรงของเนื้อหาของแบบสอบถามแล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขให้ถูกต้องเหมาะสมและมีประสิทธิภาพ

2. ตรวจสอบค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นไปทดสอบกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 ชุด โดยใช้วิธีตรวจสอบความเชื่อมั่นตามวิธีของครอนบาร์ค (Cronbach Reliability) ได้ค่าความเชื่อมั่น 0.914 ซึ่งแสดงว่าแบบสอบถามฉบับนี้มีความเชื่อมั่นที่สูง จึงนำแบบสอบถามฉบับนี้ไปใช้ในการเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ต่อไป

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในงานวิจัยเชิงคุณภาพ ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองโดยการเริ่มทำการสัมภาษณ์ผู้ที่เกี่ยวข้องกับหลักๆ ซึ่งแบ่งเป็น 3 กลุ่มใหญ่ๆ ได้แก่ หัวหน้าตึกพัก/หอพักหญิง สมาชิกในตึกพัก/หอพักหญิง และ กองกิจการนิสิต จากนั้นนำข้อมูลที่ได้มาสร้างเป็นแบบสอบถามไปถามนิสิตผู้เป็นหัวหน้าตึกพักและหัวหน้าหอพักหญิงในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน จำนวนทั้งสิ้น 8 คน โดยมีขั้นตอน ดังนี้

1. ผู้วิจัยติดต่อขอข้อมูลพื้นฐานกับทางกองกิจการนิสิต โดยผ่านทางหัวหน้างานหอพักเป็นหลัก
2. ผู้วิจัยเป็นคนเก็บข้อมูลด้วยตนเองโดยทำแบบสอบถามที่ผ่านการทดสอบแล้วไปสัมภาษณ์นิสิตหอพักหญิงในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน ผู้ซึ่งทำหน้าที่หัวหน้าจำนวนทั้งสิ้น 8 คน

ในงานวิจัยเชิงปริมาณ ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองโดยใช้แบบสอบถามจำนวนทั้งหมด 280 ชุด กับนิสิตผู้เป็นสมาชิกภายในตึกพักหรือหอพักหญิงในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน

การวิเคราะห์ข้อมูล

ก่อนที่จะมีการวิเคราะห์ข้อมูลนั้น ผู้วิจัยได้มีการตรวจสอบข้อมูลโดยใช้ การตรวจสอบข้อมูลแบบสามเส้า (Triangulation Method) ได้แก่ การตรวจสอบสามเส้าด้านข้อมูล โดยพิจารณาแหล่งเวลา แหล่งสถานที่และแหล่งบุคคลที่แตกต่างกัน คือถ้าข้อมูลต่างเวลากันจะเหมือนกันหรือไม่ ถ้าข้อมูลต่างสถานที่จะเหมือนกันหรือไม่ และถ้าบุคคลผู้ให้ข้อมูลเปลี่ยนไปข้อมูลจะเหมือนเดิมหรือไม่ การตรวจสอบสามเส้าด้านผู้วิจัย โดยเปลี่ยนตัวผู้สังเกต และการตรวจสอบสามเส้าด้านวิธีการรวบรวมข้อมูล โดยใช้วิธีเก็บรวบรวมข้อมูลต่าง ๆ กันเพื่อรวบรวมข้อมูลเรื่องเดียวกัน เช่น ใช้วิธีสังเกตควบคู่ไปกับการซักถาม

เมื่อผู้วิจัยได้รวบรวมข้อมูลและตรวจสอบความสมบูรณ์ด้วยตนเองเรียบร้อยแล้ว จึงนำมาวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

ในงานวิจัยเชิงคุณภาพ เมื่อผู้วิจัยได้ข้อมูลหลังจากทำการสัมภาษณ์แล้วผู้วิจัยได้นำข้อมูลเหล่านั้นมาวิเคราะห์สรุปแยกเป็นประเด็น ได้ทั้งหมด 5 ประเด็น ดังนี้

1. เกี่ยวกับความเครียดของหัวหน้า
2. เกี่ยวกับการแก้ไขปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นภายในตึกพักหรือหอพักของหัวหน้า
3. เกี่ยวกับความเครียดที่ส่งผลต่อสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนของผู้ที่ดำรงตำแหน่งหัวหน้า
4. เกี่ยวกับอุปสรรคหรือปัญหาใหม่ที่พบเจอภายในตึกพักและหอพักหญิง
5. เกี่ยวกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของผู้เป็นหัวหน้าตึกพักและหัวหน้าหอพักหญิง

ในงานวิจัยเชิงปริมาณ เมื่อผู้วิจัยได้รวบรวมข้อมูลและตรวจสอบความสมบูรณ์ด้วยตนเองเรียบร้อยแล้ว จึงนำมาวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป ดังรายละเอียดดังต่อไปนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ อายุ ที่พักอาศัย คณะ ชั้นปี ตำแหน่งในตึกพัก/หอพัก ผลการเรียน รายได้ที่ได้รับ สภาพครอบครัว รายได้ของครอบครัว และรายจ่ายของครอบครัว นำมาแจกแจงความถี่หาค่าร้อยละ และค่าเฉลี่ย

ตอนที่ 2 ความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดของหัวหน้าตึกพักหรือหอพัก นำมาแจกแจงความถี่หาค่าร้อยละ และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดของหัวหน้าตึกพักหรือหอพัก เป็นแบบสอบถามมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ มีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

ระดับความคิดเห็น	ข้อคำถามเชิงบวก (คะแนน)	ข้อคำถามเชิงลบ (คะแนน)
มากที่สุด	5	1
มาก	4	2
ปานกลาง	3	3
น้อย	2	4
น้อยที่สุด	1	5

$$\begin{aligned}
 \text{ความกว้างของอันตรภาคชั้น} &= \frac{\text{คะแนนสูงสุด} - \text{คะแนนต่ำสุด}}{\text{จำนวนชั้น}} \\
 &= \frac{5 - 1}{5} \\
 &= 0.80
 \end{aligned}$$

เมื่อพิจารณาค่าคะแนนเฉลี่ยของคำตอบ แล้วนำมาเทียบเกณฑ์ที่กำหนดไว้เพื่อแปลความหมายของระดับค่าคะแนนเฉลี่ย โดยแบ่งออกเป็น 5 ระดับ มีช่วงคะแนนห่างกัน 0.80 คะแนน ดังนี้

3.21-4.00	หมายถึง	มีความคิดเห็นในระดับมากที่สุด
2.41-3.20	หมายถึง	มีความคิดเห็นในระดับมาก
1.61-2.40	หมายถึง	มีความคิดเห็นในระดับปานกลาง
0.81-1.60	หมายถึง	มีความคิดเห็นในระดับน้อย
0.00-0.80	หมายถึง	มีความคิดเห็นในระดับน้อยที่สุด

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์

สถิติที่ใช้ในงานวิจัยเชิงปริมาณใช้ค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเพื่อเสริมการวิจัยเชิงคุณภาพ

ระยะเวลาที่ใช้ในการวิจัย

ในการศึกษาเรื่องความเห็นคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดของหัวหน้าตึกพักและหอพักหญิงในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน ที่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ในครั้งนี้ ใช้ระยะเวลาดำเนินการตั้งแต่เดือนพฤษภาคม 2552 ถึงเดือนพฤษภาคม 2553 รวม 1 ปี

บทที่ 4

ผลการวิจัยและข้อวิจารณ์

ผลการวิจัย

การวิเคราะห์และการนำเสนอผลของการวิจัยเรื่อง “ความเห็นคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดของหัวหน้าหอพักหญิงในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน ที่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน” ครั้งนี้ใช้วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพและเสริมด้วยการวิจัยเชิงปริมาณ โดยนำเสนอในวิธีการพรรณนา และในรูปตารางประกอบคำบรรยาย

ผลการวิจัยเชิงคุณภาพ

ผู้วิจัยได้ทำการสัมภาษณ์ผู้ที่ดำรงตำแหน่งหัวหน้าตึกพักและหัวหน้าหอพัก จำนวนทั้งสิ้น 8 คน คือ

1. เอ (นามสมมติ) นิสิตชั้นปีที่ 4 คณะศึกษาศาสตร์ ภาควิชาการศึกษา สาขาวิชาการสอน วิทยาศาสตร์ หัวหน้าหอพักหญิงมหาหงส์
2. บี (นามสมมติ) นิสิตชั้นปีที่ 4 คณะสังคมศาสตร์ สาขาวิชารัฐศาสตร์บริหารรัฐกิจ หัวหน้าหอพักหญิงจรรรัตน์
3. ซี (นามสมมติ) นิสิตชั้นปีที่ 4 คณะสังคมศาสตร์ ภาควิชารัฐศาสตร์และรัฐประศาสนศาสตร์ สาขาวิชาบริหารงานยุติธรรมและความปลอดภัย หัวหน้าหอพักหญิงราชวดี
4. ดี (นามสมมติ) นิสิตชั้นปีที่ 4 คณะเกษตร สาขาวิชาวิทยาศาสตร์เกษตร ภาควิชาพืชไร่นา หัวหน้าหอพักหญิงคัทลียา
5. อี (นามสมมติ) นิสิตชั้นปีที่ 4 คณะอุตสาหกรรมเกษตร หัวหน้าหอพักหญิงพุทธรักษา

6. เอฟ (นามสมมติ) นิสิตชั้นปีที่ 4 คณะวิศวกรรมศาสตร์ ภาควิชาวิศวกรรมทรัพยากรน้ำ
หัวหน้าตึกพักหญิงชวนชม

7. จี (นามสมมติ) นิสิตชั้นปีที่ 4 คณะสังคมศาสตร์ ภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา
หัวหน้าตึกพักหญิงชงโค

8. เอช (นามสมมติ) นิสิตชั้นปีที่ 4 คณะศึกษาศาสตร์ ภาควิชาการศึกษา สาขาวิชาการสอน
คณิตศาสตร์ หัวหน้าตึกพักหญิงบุษกร

ทั้งนี้ผู้วิจัยได้ใช้ประเด็นคำถามในการสัมภาษณ์ผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้าทั้งหมด 4 ประเด็น
ได้แก่ การดูแลรับผิดชอบงานต่างๆ ในหอพัก, ปัญหาที่พบในหอพัก, การแก้ไขปัญหาต่างๆ ใน
หอพัก และสาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดจากบทบาทหัวหน้าที่ดำรงอยู่อันมีผลต่อผลสัมฤทธิ์
ทางการเรียน ดังมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

กรณีศึกษารายที่ 1: เอ

วัน/เดือน/ปี ที่สัมภาษณ์ : 14 พฤษภาคม 2552

สถานที่ : หอพักหญิงมหาหงส์

ชื่อ : เอ (นามสมมติ), อายุ : 22 ปี

กำลังศึกษาอยู่ : คณะศึกษาศาสตร์ ภาควิชาการศึกษา สาขาวิชาการสอนวิทยาศาสตร์
ชั้นปีที่ : 4

เกรดเฉลี่ย : 3.49

ตำแหน่ง : หัวหน้าหอพักหญิงมหาหงส์

ประเด็นหัวข้อคำถาม :

1. การดูแลรับผิดชอบงานต่างๆ ในหอพัก

จากบทบาทของหัวหน้าหอพักหญิงมหาหงส์ที่ต้องรับภาระ เอกกล่าวว่า มีภาระความ
รับผิดชอบมาก กล่าวคือ จะต้องดูแลความสะอาดเรียบร้อยภายในหอพักที่สมาชิกแต่ละคนต้อง
รับผิดชอบในส่วนของตนนอกเหนือจากหน้าที่หลักของแม่บ้านประจำหอพักที่ดูแลความสะอาด

ของหอพักฯ โดยรวม, การเรียกสมาชิกเข้าประชุมเพื่อแจ้งให้สมาชิกได้ทราบถึงข่าวสารประชาสัมพันธ์ที่หัวหน้าได้รับมาจากทางกองกิจการนิสิตหรือจากการประชุมของชมรมชาวศึกษาวหอ (ชตห.) ซึ่งเป็นหน้าที่หลักโดยตรงคือ ต้องแจ้งข่าวสารการประชุมที่รับมาจากทางกองกิจการนิสิต หรือจากทางชมรมชาวศึกษาวหอ ให้สมาชิกภายในหอพักฯทราบ รวมทั้งยังมีการประชุมย่อยที่เกิดขึ้นโดยกะทันหัน อาทิเช่น การประชุมเกี่ยวกับการวางแผนการจัดกิจกรรมต่างๆ ภายในหอพัก (เช่น งานบายเนียร์ งานเลี้ยงต้อนรับน้องใหม่ เป็นต้น) รวมทั้งการช่วยไถ่เกี้ยวต่างๆ ภายในหอพัก ซึ่งเป็นธรรมชาติของบุคคลที่จะมาอยู่ร่วมกันย่อมต้องเกิดเหตุการณ์ความเข้าใจผิดหรือความไม่พอใจทั้งในด้านพฤติกรรมทางด้านการแสดงออก เช่น การแต่งกาย การพูดคุย หรือเงื่อนไขข้อปฏิบัติบางอย่าง เช่น การไม่ประพฤติตนตามกฎระเบียบของหอพัก เป็นต้น ดังนั้นในฐานะที่เป็นหัวหน้าซึ่งรับผิดชอบหน้าที่โดยเฉพาะจะต้องมีบทบาทเข้ามาช่วยไถ่เกี้ยวข้อพิพาทต่างๆ ของสมาชิกภายในหอพักฯ ให้ยุติโดยเร็วที่สุดเพื่อไม่ให้เกิดปัญหาลุกลามต่อไป

จากบทบาทดังกล่าว เอกกล่าวว่า ความเครียดจะเกิดขึ้นจากการที่ทำหน้าที่ดูแลรับผิดชอบอย่างเต็มที่แต่ไม่ได้รับการยอมรับเท่าที่ควร กล่าวคือ สมาชิกของหอพักฯมีนิสิตชั้นปีที่ 1 ชั้นปีที่ 2 ชั้นปีที่ 3 และชั้นปีที่ 4 ซึ่งต้องอยู่ร่วมกัน เอชบายความว่า มีสมาชิกบางส่วนโดยเฉพาะเพื่อนร่วมรุ่นเดียวกัน คือ สมาชิกชั้นปีที่ 4 ไม่ยอมรับหรือบางครั้งก็ทราบว่ามี การชู้ชชินนินทาจากสมาชิกรุ่นน้องและรุ่นเดียวกัน ความเครียดยังเกิดขึ้นเนื่องจากในบางโอกาสที่มีการนำข้อเสนอต่อทางกองกิจการนิสิตแต่ไม่ได้รับการสนับสนุน เช่น การเสนอการจัดกิจกรรมรับน้องที่มีความเข้มงวด เป็นต้น ทั้งเพื่อนสมาชิกในหอพักฯและกองกิจการนิสิตเห็นว่าไม่มีประโยชน์จึงทำให้เอชรู้สึกเครียดมาก

2. ปัญหาที่พบในหอพัก

ปัญหาที่พบภายในหอพักหญิงมหาหงส์ เอกกล่าวว่า เป็นปัญหาที่เกิดจากพฤติกรรมของรุ่นพี่ (รุ่นเดียวกันกับเอช/นิสิตชั้นปีที่ 4) ที่ไม่ได้แสดงบทบาทที่เป็นตัวอย่างที่ดีให้แก่สมาชิกในหอพักฯ อาทิเช่น การแต่งกายชุดนิสิตที่ผิดระเบียบ ได้แก่ การคาดเข็มขัดสีน้ำตาล การสวมกระโปรงสั้น การสวมเสื้อติดลิ้นคอรูป นอกจากนี้ยังเป็นตัวอย่างที่ฝ่าฝืนกฎเกณฑ์หลักของหอพักฯ กล่าวคือ การออกไปพักอาศัยอยู่ข้างนอกทั้งที่เป็นหน้าที่ของนิสิตหอพักฯทุกคนที่จะต้องอยู่ภายในหอพักตามกฎที่ระบุเอาไว้, การฝ่าฝืนกำหนดเวลาในการเข้าออกหอพักในเวลากลางคืน ซึ่งระบุไว้ไม่เกิน 21.00 น. เอกกล่าวว่า มีนิสิตรุ่นพี่หลายคนที่กลับเข้าหอพักระหว่างเวลา 21.01 น. ถึงเช้าของวันรุ่งขึ้น แต่อย่างไรก็ตามบางคนก็ได้ขออนุญาตอาจารย์ประจำหอพักฯไว้ล่วงหน้า (แต่ก็มีผู้ที่ฝ่าฝืนดังกล่าวอยู่หลายคน) เอชเสริมข้อมูลรายละเอียดในส่วนนี้ว่า นิสิตบางคนที่ชอบบัตร์ล่วงหน้าในการเข้าหอเกินเวลา

ดังกล่าวต้องให้เหตุผลในสมุดเซ็นชื่อเป็นหลักฐาน แต่ในข้อเท็จจริง พบว่า เหตุผลนั้นไม่ตรงกับ เหตุการณ์ที่เป็นจริง เช่น ให้เหตุผลว่าจะออกไปทำรายงานหอเพื่อนในความเป็นจริงแล้วสมาชิกผู้นี้ ไปคูหนังกับเพื่อน เป็นต้น

พฤติกรรมที่ไม่เป็นตัวอย่างที่ดีของรุ่นพี่ดังกล่าว ทำให้สมาชิกรุ่นน้องมีพฤติกรรมเบี่ยงเบน โดยเฉพาะอย่างยิ่งกฎของมหาวิทยาลัยที่ให้นิสิตชั้นปีที่ 1 ทุกคนสวมรองเท้าขาวทุกครั้งไม่จำกัดว่า จะเป็นนิสิตที่เดินทางไปกลับหรืออยู่หอพักฯ เอกกล่าวว่า น้องปี 1 ของหอพักฯบางคนไม่สวมรองเท้าขาว รวมทั้งพฤติกรรมที่รุ่นพี่เบี่ยงเบนดังที่กล่าวมาแล้วข้างต้น นิสิตรุ่นน้องได้เลียนแบบทั้งด้านการแต่งกาย และ การออกไปพักข้างนอก โดยให้เหตุผลไม่ตรงกับความเป็นจริง เอชขยายความถึงปัญหาที่เกิดขึ้นดังกล่าวว่า เมื่อรุ่นพี่เป็นตัวอย่างที่ไม่เหมาะสมกับรุ่นน้องแล้ว ดังนั้น จึงไม่อาจกล่าวตักเตือนรุ่นน้องที่ประพฤติตนเบี่ยงเบนดังกล่าวได้

นอกจากนี้ยังมีปัญหาและอุปสรรคอื่นซึ่งมีขั้นตอนที่ยุ่งยากทำให้ไม่สามารถแก้ไข เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นได้ภายในช่วงเวลาอันรวดเร็ว กล่าวคือ การขออนุญาตอาจารย์ประจำหอที่จะต้องออกจากหอพักในเวลากลางคืน เช่น นิสิตเจ็บป่วยกะทันหันแล้วอาจารย์ประจำหอพักไม่อยู่ทำให้จะต้องไปขออนุญาตกับอาจารย์ประจำหออื่นๆ ให้อนุมัติแทน เป็นต้น

ปัญหาที่กล่าวมาทั้งหมด เอให้สัมภาษณ์ว่าเกิดจากเอมีความเกรงใจเพื่อนรุ่นเดียวกัน ความเกรงใจทำให้ไม่เตือนเพื่อนซึ่งสร้างความเครียดให้กับเอ และเป็นปัญหาสืบต่อมาจากจนถึงรุ่นน้องที่เลียนแบบพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของรุ่นพี่

3. การแก้ไขปัญหาต่างๆ ในหอพัก

เอให้สัมภาษณ์ว่า มีปัญหาเกิดขึ้นแบ่งได้เป็น 2 ประเด็นคือ อย่างเป็นทางการและไม่เป็นทางการ กล่าวคือ อย่างเป็นทางการนั้นได้แก่ การฝ่าฝืนกฎระเบียบซึ่งมีมาตรการลงโทษไว้อย่างชัดเจนซึ่งเขียนเอาไว้ในระเบียบหอพักนิตินจำนวน 35 ข้อ อาทิเช่น ข้อที่ 18 นิสิตได้รับพิจารณาให้อยู่หอพัก หากไม่ได้พักอยู่หอพักเป็นประจำ งานหอพักจะถือว่า นิสิตไม่มีความจำเป็นจะต้องอยู่หอพัก และจะถูกตัดสิทธิการอยู่หอพักในภาคการศึกษาถัดไป เป็นต้น ส่วนปัญหาที่เกิดขึ้นอย่างไม่เป็นทางการ ซึ่งเป็นพฤติกรรมส่วนตัวของสมาชิกที่ใช้ชีวิตในหอพัก เอให้รายละเอียดว่าปัญหาที่เกิดขึ้นอย่างไม่เป็นทางการเอสามารถที่จะแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ เช่น สมาชิกไม่เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ (กิจกรรมงานรับปริญญารุ่นพี่ในหอพัก กิจกรรมการออกกำลังกายตอนเช้า กิจกรรมประเพณี

ผู้ออกนิตินิตหอหญิง กิจกรรมลีลาศหอใน กิจกรรมการประกวดMiss Dormitory และกิจกรรมงาน Home Coming Day) ผลจากการไม่เข้าร่วมกิจกรรมดังกล่าวได้มีมาตรการลงโทษ อาทิเช่น การตัดคะแนนในการเข้าร่วมกิจกรรม การไม่ให้ชั่วโมงกิจกรรม และการถูกตัดสิทธิในการอยู่หอพัก

เอเสริมถึงปัญหาที่เกิดขึ้นอย่างไม่เป็นทางการว่าเป็นปัญหาที่หนักใจและสร้างความเครียดให้กับเอทั้งที่เป็นปัญหาเล็กๆ น้อยๆ แต่ไม่สามารถแก้ปัญหาเหล่านั้นได้ อาทิเช่น การไม่เก็บของใช้ส่วนตัวที่อ้างล้างหน้า การใช้กระดาษไฟฟ้าที่ไม่ใช่ของส่วนรวมที่จัดไว้ให้ การแต่งชุดนิตินิตที่ผิดระเบียบ เป็นต้น ปัญหาดังกล่าวนี้เอให้เหตุผลว่าทั้งนี้เนื่องมาจากความสัมพันธ์ที่มีความสนิทสนมกันเป็นส่วนตัวเชิงปฐมภูมิซึ่งมีปฏิสัมพันธ์ที่ระหว่างเอกับสมาชิกในหอพักฯ ทำให้เกิดความเกรงใจในระดับหนึ่งที่จะไปว่ากล่าวตักเตือนถึงพฤติกรรมเบี่ยงเบนดังกล่าว

4. สาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดจากบทบาทหัวหน้าที่ดำรงอยู่นี้มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

เอให้สัมภาษณ์ถึงสาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดและมีผลกระทบต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของเอว่า เอรู้สึกมีความเครียดจากบทบาทของความเป็นหัวหน้าหอพักฯ มีสาเหตุ 2 ประการด้วยกันคือ กิจกรรมที่มีมาก และ จำนวนของการนัดประชุมที่มีความถี่มากในรอบสัปดาห์ เอขยายความว่า กิจกรรมต่างๆ ทั้งจากทางกองกิจการนิตินิตจัดขึ้นและทางหอพักฯจัดขึ้นนั้นมีมาก กิจกรรมแต่ละกิจกรรมนั้นเอผู้เป็นหัวหน้าต้องใช้เวลาเตรียมการดำเนินงานรวมทั้งยังต้องสรุปผลการทำงานในแต่ละกิจกรรมทุกครั้ง ทั้งกิจกรรมที่ทางกองกิจการนิตินิตอนุมัติให้จัดขึ้น และกิจกรรมนอกโครงการที่ต้องยื่นเรื่องเสนอต่อทางกองกิจการนิตินิต (กิจกรรมที่ทางกองกิจการนิตินิตอนุมัติให้จัดขึ้น ได้แก่ กิจกรรมงานปฐมนิเทศหอใน กิจกรรมวันปลูกต้นไม้ มก. กิจกรรมรับน้อง กิจกรรมเดินเทิดพระเกียรติวันแม่แห่งชาติ กิจกรรมทำบุญตักพัก/หอพักหญิง กิจกรรมสานสัมพันธ์พี่น้อง กิจกรรมหอพักปลอดภัย ไร้อบายมุข กิจกรรมทำบุญตักพัก/หอพักชาย กิจกรรมรักKUวิ่งรอบKU และกิจกรรมกีฬาชาวตีทชาวหอ(ชตท.) ส่วนกิจกรรมนอกโครงการที่ต้องยื่นเรื่องเสนอต่อทางกองกิจการนิตินิต ได้แก่ กิจกรรมงานรับปริญญารุ่นพี่ในหอพัก กิจกรรมการออกกำลังกายตอนเช้า กิจกรรมประเพณีผู้ออกนิตินิตหอหญิง กิจกรรมลีลาศหอใน กิจกรรมการประกวดMiss Dormitory และกิจกรรมงาน Home Coming Day)

ทางด้านการประชุม เอยขยายความว่า เป็นหน้าที่ของผู้ดำรงตำแหน่งหัวหน้าคึกพัก/หอพัก ทุกคนต้องเข้าร่วมประชุม ซึ่งเป็นกฎระเบียบของชมรมชาวคึกชาวหอ (ชคท.) กล่าวคือ การประชุม ภายในหนึ่งสัปดาห์นั้นมีมากและใช้เวลานานในแต่ละครั้งต้องใช้เวลาประมาณ 3 ชั่วโมง (18.00-21.00 น.) หลังการประชุมเสร็จแล้วต้องกลับมาประชุมย่อยต่อภายในหอพักๆอีกเพื่อให้สมาชิกของหอได้รับทราบทั่วกัน จึงเป็นผลทำให้ช่วงเวลาที่ทุ่มเทให้กับการเรียนมีน้อย อีกทั้งกิจกรรมที่ชมรมชาวคึกชาวหอจัดขึ้นก็มีมากและกิจกรรมภายในหอพักเองก็มีอีกมาก เวลาส่วนใหญ่จะใช้กับกิจกรรมของหอค่อนข้างมาก ต่างจากตอนที่มิสสถานภาพเป็นสมาชิกหอเป็นอย่างมาก เมื่อมาอยู่ในบทบาทของหัวหน้าหอแล้วเวลาที่ใช้พักผ่อน ทำการบ้านหรือคิดเรื่องการเรียนมีน้อยลง ผลจากกิจกรรมและจำนวนเวลาที่ใช้ในการประชุม เอยขยายความว่า ทำให้รู้สึกเครียดและเป็นกังวล จึงทำให้เวลาพักผ่อนของเอ รวมทั้งการทบทวนบทเรียน การทำรายงานในวิชาที่เรียนน้อยลง

อย่างไรก็ตาม ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของเอ พบว่า มีเกรดเฉลี่ย 3.49 ซึ่งนับว่าอยู่ในระดับสูง เอให้เหตุผลส่วนตัวของเอว่า เนื่องมาจากเอเรียนอยู่คณะศึกษาศาสตร์ ภาควิชาการศึกษา สาขาวิชาการสอนวิทยาศาสตร์ ในขณะที่ดำรงตำแหน่งหัวหน้านี้รายวิชาที่ต้องเรียนมีจำนวนน้อยคงเหลือแต่ภาคการฝึกสอนเท่านั้นและการทำหน้าที่หัวหน้านี้มีเวลาทำหน้าที่น้อยเนื่องจากจะทำหน้าที่หัวหน้าได้ต้องเป็นนิสิตชั้นปีที่ 4 เท่านั้น อีกทั้งที่ผ่านมาเอมีเกรดเฉลี่ยสะสมค่อนข้างสูงตั้งแต่ชั้นปีที่ 1-ชั้นปีที่ 3 จึงทำให้ความเครียดที่เกิดขึ้นในขณะที่ทำหน้าที่เป็นหัวหน้าแต่ความเครียดเหล่านั้นไม่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

การสัมภาษณ์เอในประเด็นคำถามทั้งหมดสามารถสรุปเป็นประเด็นตามแต่ละหัวข้อคำถามได้ดังนี้คือ

หัวข้อคำถามที่ 1 การดูแลรับผิดชอบงานต่างๆในหอพัก : สามารถสรุปได้ 1 ประเด็นคือ

ประเด็นที่ 1 ประเด็นของการทำหน้าที่ในสิ่งที่ต้องรับผิดชอบอย่างเต็มที่แล้ว แต่กลับไม่เป็นที่ยอมรับหรือได้รับการนิทาจากสมาชิก จากเพื่อนร่วมรุ่น และจากทางกองกิจการนิสิต

หัวข้อคำถามที่ 2 ปัญหาที่พบในหอพัก : สามารถสรุปได้ 3 ประเด็นคือ

ประเด็นที่ 1 ประเด็นปัญหาเกี่ยวกับเพื่อนรุ่นเดียวกันของเอ กล่าวคือ เอก่อนข้างที่จะเกรงใจ และให้เกียรติเพื่อนรุ่นของตนเอง ไม่กล้าที่จะเข้าไปดักเตือนเพื่อนรุ่นของตนเองที่ปฏิบัติตนไม่

เหมาะสม เช่น ในเรื่องการแต่งกายที่ผิดระเบียบ เป็นต้น ซึ่งการแต่งกายที่ผิดระเบียบของเพื่อนรุ่นของเอนั้นกลายเป็นแบบอย่างที่ไม่ดีให้กับสมาชิกภายในหอได้ ดังนั้นเมื่อเอไม่สามารถทำการตักเตือนเพื่อนในรุ่นเดียวกันได้ เมื่อมีสมาชิกภายในหอที่แต่งกายผิดระเบียบเหมือนเพื่อนรุ่นของเอบ้าง เอจึงไม่กล้าที่จะเข้าไปว่ากล่าวตักเตือน เพราะกลัวว่าจะถูกสมาชิกภายในหอว่ากล่าวกลับมา หรือยกตัวอย่างการแต่งกายที่ผิดระเบียบของเพื่อนในรุ่นเดียวกันกับเอขึ้นมา ซึ่งเอไม่สามารถว่ากล่าวตักเตือนได้เช่นกัน

ประเด็นที่ 2 ประเด็นปัญหาเกี่ยวกับสมาชิกไม่อยู่หอพักแม้ว่าจะมีชื่ออยู่ในหอพักๆ หรือกลับหอเกินเวลาที่ทางหอพักกำหนด การที่สมาชิกรุ่นน้องมีพฤติกรรมที่ไม่ชอบอยู่หอ นั้นอาจมีผลสืบเนื่องมาจากประเด็นในข้อที่ 1 กล่าวคือ สมาชิกรุ่นน้องเห็นรุ่นพี่ไปนอนค้างที่อื่นได้หรือกลับหอเกินเวลาอยู่เป็นประจำ จึงทำตามบ้าง และเอผู้เป็นหัวหน้าก็ไม่สามารถไปตักเตือนให้เพื่อนรุ่นของตนเองให้ประพฤติตนให้เป็นแบบอย่างที่ดีให้สมาชิกในหอได้ จึงทำให้สมาชิกในหอไม่ปฏิบัติตามกฎด้วยเช่นกัน

ประเด็นที่ 3 ประเด็นขั้นตอนการขออนุญาตออกหอในกรณีจำเป็น กล่าวคือ เมื่อเกิดเหตุฉุกเฉินขึ้นกับนิสิตแต่ละคนภายในแต่ละตึกพักหรือหอพักขึ้น เช่น นิสิตไส้ติ่งแตก มีอาการชัก ฯลฯ ต้องรีบนำตัวนิสิตส่งโรงพยาบาลโดยด่วน แต่ต้องได้รับใบอนุญาตจากอาจารย์ที่ประจำตึกพักหรือหอพักอนุมัติให้ออกนอกหอได้มาแสดงกับเจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัยก่อนถึงจะทำการนำตัวส่งโรงพยาบาลได้ หากเกิดกรณีอาจารย์ประจำตึกหรืออาจารย์ประจำหอ นิสิตที่ประสบเหตุฉุกเฉินไม่อยู่ ก็ต้องทำการไปแจ้งและขออนุญาตจากทางอาจารย์ประจำตึกพักหรืออาจารย์ประจำหอพักอื่นเพื่อขอให้ออกใบอนุญาตออกหอแทน เอกกล่าวว่า เป็นขั้นตอนที่ยุ่งยากมากในกรณีที่เกิดเหตุฉุกเฉินกับนิสิตแบบนี้ ทั้งนี้เอได้ให้ข้อเสนอแนะกับการแก้ไขปัญหานี้ว่า ควรจะนำตัวนิสิตส่งโรงพยาบาลก่อนแล้วค่อยให้มาแจ้งเรื่องกับอาจารย์ภายหลัง มิฉะนั้นอาจจะทำการช่วยชีวิตนิสิตไม่ทันได้

หัวข้อคำถามที่ 3 การแก้ไขปัญหาต่างๆ ในหอพัก : สามารถสรุปได้ 3 ประเด็นคือ

ประเด็นที่ 1 ประเด็นมาตรการลงโทษการกระทำผิดในสิ่งที่เป็นปัญหาสำคัญ เช่น การไม่เข้าร่วมกิจกรรม เป็นต้น เพราะการกระทำผิดในกรณีนี้ไม่เพียงแต่จะสร้างความเดือดร้อนให้แก่ตนเองเท่านั้นแต่ยังสร้างความเดือนร้อนต่อส่วนรวมด้วย ตัวอย่างเช่น หากสมาชิกคนใดคนหนึ่งไม่เข้าร่วมกิจกรรมกีฬาภายในหอ ก็ทำให้ตัวนักกีฬาของหอลดลงหรือไม่เพียงพอในการแข่งขัน ทำให้หอถูกตัดสิทธิ์การแข่งขันในกีฬาที่ไม่มีตัวนักกีฬารอบ และส่งผลกระทบต่อตนเองโดยตรงก็คือ

ไม่ได้รับชั่วโมงกิจกรรม หากมีชั่วโมงกิจกรรมไม่ครบตามที่ทางมหาวิทยาลัยกำหนดก็จะทำการเสนอชื่อเพื่อขอจบการศึกษาได้ ดังนั้นเอก็จะลงโทษโดยการตัดคะแนนในการมีส่วนร่วมในหอพัก ออก และไม่ให้ชั่วโมงกิจกรรม รวมถึงว่ากล่าวตักเตือนที่ค่อนข้างรุนแรงด้วย

ประเด็นที่ 2 ประเด็นมาตรการลงโทษการกระทำผิดในสิ่งที่เป็นปัญหาเล็กๆ น้อยๆ เช่น การไม่เก็บของใช้ที่อ่างล้างหน้า การใช้กระทะไฟฟ้าส่วนตัวในหอ และการแต่งตัวที่ผิดระเบียบของนิสิตปีที่ 1 เป็นต้น การกระทำผิดในกรณีเหล่านี้ไม่ได้ส่งผลกระทบต่อเสียหายร้ายแรงภายในหอพัก ดังนั้นเอจึงไม่อยากเข้าไปว่ากล่าวตักเตือนในเรื่องเล็กๆ น้อยๆ มากเกินไป เพราะเกรงว่าจะทำให้ความสัมพันธ์กับสมาชิกในหอพักลดลงได้ หากว่ากล่าวตักเตือนในเรื่องเล็กๆ น้อยๆ มากเกินไป

ประเด็นที่ 3 ประเด็นของความสนิทสนมระหว่างผู้ที่เป็นหัวหน้ากับสมาชิก การที่ผู้ที่เป็นหัวหน้าและสมาชิกในหอพักมีความสนิทสนมกันมาก ย่อมทำให้มาตรการลงโทษเมื่อมีสมาชิกฝ่าฝืนกฎระเบียบภายในหอของหัวหน้าลดลง ทั้งนี้ก็เนื่องมาจากการที่ผู้ที่เป็นหัวหน้าไม่ต้องการให้สัมพันธภาพระหว่างตนเองกับสมาชิกภายในหอลดลงนั่นเอง

หัวข้อคำถามที่ 4 สาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดจากบทบาทหัวหน้าที่ดำรงอยู่อันมีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน : สามารถสรุปได้ 2 ประเด็นคือ

ประเด็นที่ 1 ประเด็นของช่วงเวลาที่ทุ่มเทให้กับการเรียนมีน้อย ทั้งนี้ก็เนื่องมาจากช่วงเวลาที่ใช้ไปกับการประชุมนั้นมีมาก กล่าวคือ ใน 1 สัปดาห์นั้นมีการประชุมค่อนข้างมาก ประมาณ 3-4 วัน ต่อสัปดาห์ และในแต่ละครั้งของการประชุมใช้เวลาประมาณ 3 ชั่วโมง คือตั้งแต่เวลา 18.00 ถึง 21.00 น. เมื่อประชุมในที่ประชุมใหญ่เสร็จก็ต้องกลับมาประชุมย่อยที่หอต่อประมาณ 1-2 ชั่วโมง เพื่อให้สมาชิกได้รับทราบข่าวสารทั่วกัน จึงทำให้เอรู้สึกเครียดและเป็นกังวล เพราะทำให้ช่วงเวลาที่ทุ่มเทให้กับการเรียนในแต่ละวันนั้นมีน้อยมาก

ประเด็นที่ 2 ประเด็นของกิจกรรมที่มีมาก การที่มีกิจกรรมแต่ละกิจกรรมนั้น เอผู้เป็นหัวหน้าต้องมีการเตรียมการ ดำเนินการ และสรุปผลการทำงานในแต่ละกิจกรรมทุกครั้ง ซึ่งกิจกรรมต่างๆ ทั้งจากทางกองกิจการนิสิตจัดขึ้น ทางหอพักจัดขึ้นนั้นมีมากจนในบางครั้งทำให้เอรู้สึกเครียดเป็นอย่างมาก เพราะไปเบียดเบียนเวลาที่จะทบทวนวิชาที่เรียน เนื่องจากให้เวลากับการจัดกิจกรรมมากเกินไป

กรณีศึกษารายที่ 2: ปี

วัน/เดือน/ปี ที่สัมภาษณ์ : 17 พฤษภาคม 2552

สถานที่ : หอพักหญิงจรรยารัตน์

ชื่อ : ปี (นามสมมติ)

อายุ : 22 ปี

กำลังศึกษาอยู่ : คณะสังคมศาสตร์ สาขาวิชารัฐศาสตร์บริหารรัฐกิจ

ชั้นปีที่ : 4

เกรดเฉลี่ย : 3.39

ตำแหน่ง : หัวหน้าหอพักหญิงจรรยารัตน์

ประเด็นหัวข้อคำถาม :

1. การดูแลรับผิดชอบงานต่างๆ ในหอพัก

ปีให้สัมภาษณ์ว่าเมื่อมาอยู่ในบทบาทของหัวหน้าหอพักหญิงจรรยารัตน์มีความเครียดค่อนข้างมาก กล่าวคือ ภาระความรับผิดชอบในการเป็นหัวหน้านั้นมีมาก อาทิเช่น ดูแลความเป็นระเบียบเรียบร้อยภายในหอพักที่สมาชิกแต่ละคนต้องรับผิดชอบในส่วนของตนเองนอกเหนือจากหน้าที่หลักของแม่บ้านประจำหอพักที่ดูแลความสะอาดของหอพักโดยรวม นอกจากนี้ยังมีหน้าที่หลักที่ต้องปฏิบัติอยู่เสมอคือ การรับผิดชอบเกี่ยวกับการประสานงานต่างๆ เช่น การติดต่อกับทางกองกิจการนิสิต การติดต่อระหว่างผู้เป็นหัวหน้าตึกพัก/หอพักด้วยกัน และติดต่อสมาชิกภายใต้การควบคุมของปี ซึ่งในบางครั้งการติดต่อประสานงานต่างๆ ก็มีอุปสรรคเกิดขึ้น เนื่องจากในบางครั้งเวลาว่างของผู้ที่ปีจะทำการติดต่อประสานงานด้วยมีเวลาว่างไม่ตรงกัน รวมทั้งช่องทางการติดต่อประสานงานบางครั้งมีอุปสรรค เช่น เบอร์โทรศัพท์ที่ติดต่อไม่ได้ ยานพาหนะที่ใช้ในการเดินทางติดต่อประสานงานชำรุด เป็นต้น ซึ่งเมื่อเกิดปัญหาหรืออุปสรรคในการติดต่อประสานงานดังที่กล่าวมาข้างต้นทำให้ปีรู้สึกเบื่อหน่ายและเครียด แต่ด้วยหน้าที่ที่ต้องปฏิบัติในฐานะหัวหน้าจะต้องทำการติดต่อประสานงานให้สำเร็จลุล่วง เพราะถ้าหากไม่ทำการติดต่อประสานงานกับฝ่ายต่างๆ ให้สำเร็จก็จะมีผลทำให้ไม่ได้รับข้อมูลข่าวสารมาแจ้งกับทางสมาชิกในหอพักๆ และทำให้การดำเนินงานด้านต่างๆ ล่าช้าตามไปด้วย เช่น การดำเนินงานด้านการจัดกิจกรรมภายในหอพัก เป็นต้น ปีขยายความต่อไปว่าในการติดต่อประสานงานที่มีมากนั้น แต่สิทธิประโยชน์หรือสวัสดิการที่ให้กับหัวหน้าผู้ที่ทำหน้าที่ประสานงานกับแต่ละฝ่ายนั้นมีน้อยเกินไป ปีกล่าวว่ากรณีที่ได้รับการยกเว้นค่าธรรมเนียม

หอพัก เมื่อเทียบออกมาเป็นจำนวนเงินแล้วเป็นเงิน 2000 บาท/เทอม และถ้ามีคอมพิวเตอร์ ก็ต้องเสียค่าใช้จ่ายเพิ่ม ไม่ได้รับการยกเว้น ซึ่งถือว่าเป็นสิทธิพิเศษที่ให้กับผู้ที่ทำหน้าที่นี้น้อยมาก เมื่อเทียบกับภาระหน้าที่ติดต่อประสานงานต่างๆอย่างมาก บิ๊กกล่าวต่อไปว่าทางหอพักควรมีโทรศัพท์ไว้ให้ผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้าไว้ติดต่อประสานงาน ควรมีไว้หอละ 1 เครื่องเพื่อความสะดวกในการประสานงาน และเรื่องที่หัวหน้าจะต้องเสียค่าการใช้เครื่องคอมพิวเตอร์ บิ๊กกล่าวว่าเมื่อได้รับการยกเว้นค่าหอพักแล้ว ก็ควรที่จะได้รับการยกเว้นค่าคอมพิวเตอร์ด้วย กล่าวคือ การที่ได้รับการยกเว้นค่าธรรมเนียมหอพัก เมื่อเทียบออกมาเป็นจำนวนเงินแล้วเป็นเงิน 2,000 บาทต่อเทอม แต่ค่าการใช้เครื่องคอมพิวเตอร์ไม่ได้รับการยกเว้นซึ่งถือว่าไม่เหมาะสมกับการที่ต้องรับผิดชอบหน้าที่ต่างๆ เป็นอย่างมาก ทำให้บิ๊กรู้สึกว่าทางกองกิจการนิสิตไม่ให้ความสนใจกับการดำเนินชีวิตในการทำหน้าที่หัวหน้าของนิสิตดีเท่าที่ควร ทำให้บิ๊กรู้สึกเครียด เหนื่อย และไม่ต้องการทำหน้าที่หัวหน้าต่อไป

2. ปัญหาที่พบในหอพัก

บิ๊ให้สัมภาษณ์ว่า ปัญหาที่พบในหอพักเป็นประจำคือ การซ่อมแซมเครื่องอำนวยความสะดวกต่างๆในหอพัก มีความล่าช้า เมื่อมีเครื่องอำนวยความสะดวกต่างๆ ภายในหอพักชำรุดเสียหาย เช่น เครื่องกรองน้ำไม่ทำงาน หลอดไฟขาด บานเกร็ดแตก ปลั๊กเตาไร้ขีดขาด เป็นต้น เมื่อสิ่งของดังที่กล่าวมาชำรุดเสียหายจะต้องแจ้ง หรือโทรให้เจ้าหน้าที่มาซ่อมบำรุง เมื่อแจ้งไปแล้วแต่เจ้าหน้าที่มาซ่อมแซมให้ล่าช้ามาก จนบางครั้งต้องแจ้งซ้ำไปอีก บิ๊ขยายความว่า ในกรณีเครื่องกรองน้ำเย็นของหอบิ๊เสียหาย แจ้งเรื่องไปประมาณ 2 อาทิตย์ แต่เจ้าหน้าที่ไม่มาทำการซ่อมแซมให้ จนเป็นเหตุให้การดำรงชีวิตของนิสิตที่พักอาศัยอยู่ในหอบิ๊มีความเดือดร้อนเป็นอย่างมาก จากนั้นสมาชิกในหอพักก็มากล่าวถึงปัญหาดังกล่าวให้กับบิ๊ผู้เป็นหัวหน้าฟังเป็นประจำ จากเหตุการณ์ดังกล่าว บิ๊กกล่าวทำให้บิ๊รู้สึก หงุดหงิดและเกิดความเครียด

3. การแก้ไขปัญหาดังกล่าวในหอพัก

ปัญหาที่พบในหอพักหญิงจรรรัตน์ บิ๊กกล่าวว่าเป็นปัญหาที่เกิดจากพฤติกรรมของสมาชิกภายในหอพักตั้งแต่ ชั้นปีที่ 2 ถึงชั้นปีที่ 4 ที่บิ๊ไม่สามารถควบคุมหรือว่ากล่าวตักเตือนได้ เพราะกลัวว่าจะถูกนิโทษ และได้รับการเกลียดชังจากสมาชิกภายในหอพักได้ อาทิเช่น การแต่งกายชุดนิสิตที่ผิดระเบียบ ได้แก่ การคาดเข็มขัดสีน้ำตาล การสวมกระโปรงสั้น การสวมเสื้อตีเกร็ดรัดรูป เป็นต้น

นอกจากนี้ปียังกล่าวต่อไปว่ายังมีปัญหาและอุปสรรคอีก 2 อย่างหลักๆ คือ ปัญหาที่เกี่ยวกับนิสิตที่ได้รับสิทธิพิเศษในการอยู่หอ และปัญหาเกี่ยวกับการขออนุญาตออกหอเวลากลางคืน เมื่อมีเหตุฉุกเฉิน กล่าวคือ ในกรณีปัญหาเกี่ยวกับนิสิตที่ได้รับสิทธิพิเศษในการอยู่หอ นั้น ส่วนใหญ่จะไม่ค่อยเข้าร่วมกิจกรรมภายในหอพัก (เช่น กิจกรรมงานรับปริญญารุ่นพี่ในหอพัก กิจกรรมการออกกำลังกายตอนเช้า กิจกรรมประเพณีสู่ขอนิสิตหอหญิง กิจกรรมลีลาศหอใน กิจกรรมการประกวด Miss Dormitory และกิจกรรมงาน Home Coming Day) หรือไม่เข้าร่วมกิจกรรมที่ทางกองกิจการนิสิตจัดขึ้น (เช่น กิจกรรมงานปฐมนิเทศหอใน กิจกรรมวันปลูกต้นไม้ มก. กิจกรรมรับน้อง กิจกรรมเดินเทิดพระเกียรติวันแม่แห่งชาติ กิจกรรมทำบุญตักผัก/หอพักหญิง กิจกรรมสานสัมพันธ์พี่น้อง กิจกรรมหอพักปลอดภัย ไร้อบายมุข กิจกรรมทำบุญตักผัก/หอพักชาย กิจกรรมรักKU วิ่งรอบKU และกิจกรรมกีฬาชาวตึกชาวหอ) อีกทั้งการมีชื่ออยู่หอแต่ไปนอนข้างนอกไม่นอนหอ ผลจากการไม่เข้าร่วมกิจกรรมและพฤติกรรมไม่อยู่หอดังกล่าวนี้ ได้มีมาตรการลงโทษ อาทิเช่น การตัดคะแนนในการเข้าร่วมกิจกรรม การไม่ให้ชั่วโมงกิจกรรม และการถูกตัดสิทธิในการอยู่หอพัก ส่วนในกรณีปัญหา เกี่ยวกับการขออนุญาตออกหอเวลากลางคืนเมื่อมีเหตุฉุกเฉิน กล่าวคือ มีขั้นตอนที่ยุ่งยากไม่สามารถแก้ไขเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นได้ภายในช่วงเวลาที่รวดเร็ว กล่าวคือ การขออนุญาต อาจารย์ประจำหอที่จะต้องออกจากหอ ในเวลากลางคืน เช่น นิสิตเจ็บป่วยกะทันหัน แล้วอาจารย์ประจำหอพักไม่อยู่ทำให้จะต้องไปขออนุญาตอาจารย์ประจำหอพักอื่นๆ ให้อนุมัติแทน เป็นต้น บีบขยายความว่า เมื่อเกิดเหตุฉุกเฉินกับนิสิตแต่ละคนภายในหอพัก เช่น นิสิตไส้ติ่งแตก มีอาการชัก ฯลฯ ต้องรีบนำตัวนิสิตส่งโรงพยาบาลโดยด่วน แต่ต้องได้รับใบอนุญาตจากอาจารย์ที่ประจำตึกพักหรือหอพักอนุมัติ ให้ออกนอกหอได้ มาแสดงกับเจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัยก่อนที่จะนำตัวส่งโรงพยาบาลได้ หากเกิดกรณีอาจารย์ประจำหอพักที่นิสิตผู้ประสบเหตุฉุกเฉินไม่อยู่ก็ต้องไปทำการแจ้งและขออนุญาตอาจารย์ประจำตึกพัก หรืออาจารย์ประจำหอพักอื่นเพื่อให้ออกใบอนุญาตออกแทน ซึ่งบิกกล่าวว่า เป็นขั้นตอนที่ยุ่งยากมากในกรณีที่เกิดเหตุฉุกเฉินกับนิสิตแบบนี้ อีกทั้งปีได้ให้ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการแก้ไขปัญหาดังกล่าวนี้ว่า ควรจะนำตัวนิสิตส่งโรงพยาบาลก่อนแล้วค่อยให้มาแจ้งกับอาจารย์ภายหลัง มิฉะนั้นอาจจะทำการช่วยเหลือชีวิตนิสิตไม่ทันได้

นอกจากนี้ปีได้ให้ข้อเสนอแนะ ว่าควรยกเลิกเวลาเข้า-ออกหอ ภายในเวลา 21.00 น. เพราะเห็นว่านิสิตหอในทุกคนที่เรียนระดับปริญญาตรีเมื่อเรียนเสร็จย่อมต้องมีการค้นคว้างานในห้องสมุดต่อ หรือทำรายงานกับเพื่อนๆ บางคนก็ต้องเข้าชมรม บางคนเลิกเรียนค่ำ หรือเรียนภาคพิเศษ ทำให้มีเวลาน้อยในการทำกิจกรรมด้านการเรียนดังที่ได้กล่าวมา และควรยกเลิกการขอบัตรล่วงหน้าก่อนเวลา 18.00 น. หรือ การขอบัตรเข้าหอล่วงเวลาได้ไม่เกินเวลา 23.00 น. บิกกล่าวว่า เป็นมาตรการที่ไม่มีประโยชน์ กล่าวคือ ในกรณีการขอบัตรเข้าหอล่วงเวลาไม่เกิน 23.00 น. นิสิตสามารถ

บอกเหตุผลที่ไม่ตรงกับความเป็นจริงได้ เช่น ให้เหตุผลว่าไปอ่านหนังสือหรือทำรายงานแต่ในความเป็นจริงแล้วออกไปดูหนังกับเพื่อน เป็นต้น เพราะเจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัยจะให้เขียนเหตุผลการเข้าหอเกินเวลาไว้ล่วงหน้าทุกๆ ที่เหตุการณ์ยังไม่เกิด ควรให้นิสิตที่เข้าหอเกินเวลาทำการลงชื่อพร้อมบอกเหตุผลการเข้าหอเกินเวลาเมื่อจะทำการกลับเข้าหอ

4. สาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดจากบทบาทหัวหน้าที่ดำรงอยู่อันมีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ปีให้สัมภาษณ์ว่า ขณะที่ปีทำหน้าที่หัวหน้าหอนั้น แม้ว่าในบางครั้งการปฏิบัติหน้าที่ในตำแหน่งหัวหน้าที่ต้องดูแลรับผิดชอบกิจกรรมต่างๆ ทั้งกิจกรรมที่ทางกองกิจการนิสิตจัดขึ้น (ได้แก่ กิจกรรมงานปฐมนิเทศหอใน กิจกรรมวันปลูกต้นไม้ มก. กิจกรรมรับน้อง กิจกรรมเดินเทิดพระเกียรติวันแม่แห่งชาติ กิจกรรมทำบุญตักฟัก/หอพักหญิง กิจกรรมสานสัมพันธ์พี่น้อง กิจกรรมหอพักปลอดภัย ไร้อบายมุข กิจกรรมทำบุญตักฟัก/หอพักชาย กิจกรรมรักKUวิ่งรอบKU และกิจกรรมกีฬาชาวตึกชาวหอ) และกิจกรรมภายในหอพัก (ได้แก่ กิจกรรมงานรับปริญญารุ่นพี่ในหอพัก กิจกรรมการออกกำลังกายตอนเช้า กิจกรรมประเพณีสู่ขอนิสิตหอหญิง กิจกรรมลีลาศหอใน กิจกรรมการประกวด Miss Dormitory และกิจกรรมงาน Home Coming Day) อีกทั้งยังต้องดูแลความเป็นอยู่ของสมาชิกในหอพัก ปีกล่าวว่าจากภาระหน้าที่ดังกล่าว ที่ต้องปฏิบัติในบางครั้งทำให้รู้สึกเครียดมาก แต่ความเครียดจากการทำหน้าที่หัวหน้าหอที่กล่าวมาไม่ได้มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของปี อาจเนื่องมาจากการที่ปีเรียนอยู่คณะสังคมศาสตร์ สาขาวิชารัฐศาสตร์บริหารรัฐกิจ ชั้นปีที่ 4 ซึ่งวิชาที่เรียนในเทอมที่ทำหน้าที่หัวหน้าหอมีจำนวนน้อย และรายวิชาที่เรียนขณะนี้ส่วนใหญ่เป็นแนวท่องจำ และคิดวิเคราะห์ตีความหมาย จึงทำให้ไม่ต้องกังวลเกี่ยวกับการเรียนมาก รวมทั้งเกรดเฉลี่ยสะสมตั้งแต่ชั้นปีที่ 1 ถึง ชั้นปีที่ 3 อยู่ในเกณฑ์ดี อีกทั้งในเทอมที่ดำรงตำแหน่งหัวหน้าต้องเป็นนิสิตที่อยู่ชั้นปีที่ 4 เท่านั้น ประกอบกับปีสามารถแบ่งเวลาในการทำหน้าที่หัวหน้าและงานด้านการเรียนได้เป็นอย่างดี จึงทำให้ความเครียดที่เกิดจากการเป็นหัวหน้าในบางครั้งนั้น ไม่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

การสัมภาษณ์ปีในประเด็นคำถามทั้งหมดสามารถสรุปเป็นประเด็นตามแต่ละหัวข้อคำถามได้ดังนี้คือ

หัวข้อคำถามที่ 1 การดูแลรับผิดชอบงานต่างๆ ในหอพัก : สามารถสรุปได้ 2 ประเด็นคือ

ประเด็นที่ 1 ประเด็นการติดต่อประสานงาน กล่าวคือ บีผู้เป็นหัวหน้าต้องรับผิดชอบติดต่อประสานงานกับหลายฝ่าย เช่น ติดต่อกับทางกองกิจการนิสิต ติดต่อระหว่างผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้าแต่ละตึกพักหอพัก และติดต่อกับสมาชิกในสมาคม เป็นต้น ซึ่งในบางครั้งการติดต่อประสานงานต่างๆ ก็ไม่ราบรื่น ทั้งนี้เป็นเพราะในบางครั้งเวลาที่แต่ละฝ่ายว่างไม่ตรงกัน ช่องทางการติดต่อประสานงานมีอุปสรรค แต่อย่างไรก็ตาม บีกล่าวว่า แม้จะมีอุปสรรคมาก แต่เมื่อเข้ามาทำหน้าที่หัวหน้าแล้วก็ต้องพยายามติดต่อประสานงานกับฝ่ายต่างๆ ให้สำเร็จลุล่วง เพราะหากไม่ทำการติดต่อประสานงานให้สำเร็จก็จะส่งผลให้การดำเนินงานด้านต่างๆ ล่าช้าไปด้วย

ประเด็นที่ 2 ประเด็นสิทธิประโยชน์หรือสวัสดิการที่ให้กับผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้ามีน้อย กล่าวคือ สิทธิประโยชน์หรือสวัสดิการต่างๆ ที่ทางกองกิจการนิสิตมีให้กับผู้ที่เป็นหัวหน้าหอพักนั้นเมื่อเทียบกับปริมาณงานต่างๆ ที่หัวหน้าต้องรับผิดชอบนั้นถือว่าน้อยไปมาก ซึ่งทำให้ผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้าไม่มีแรงจูงใจในการที่จะมาทำหน้าที่นี้ เพราะเป็นการเพิ่มภาระให้กับตนเองมากขึ้น

หัวข้อคำถามที่ 2 ปัญหาที่พบในหอพัก : สามารถสรุปได้ 1 ประเด็นคือ

ประเด็นที่ 1 ประเด็นเกี่ยวกับการซ่อมแซมอุปกรณ์ต่างๆ ภายในหอพักที่ล่าช้าเมื่อชำรุดส่งผลให้การใช้ชีวิตประจำวันของนิสิตลำบาก ก่อให้เกิดความลำบากในการใช้ชีวิตประจำวันของนิสิตหอพัก สมาชิกในหอพักก็มักจะมากล่าวถึงปัญหาการซ่อมแซมอุปกรณ์ที่ล่าช้าให้หัวหน้าฟังเป็นประจำ จึงทำให้บีรู้สึกหงุดหงิด รำคาญ และเกิดอาการเครียด

หัวข้อคำถามที่ 3 การแก้ไขปัญหาต่างๆ ในหอพัก : สามารถสรุปได้ 3 ประเด็นคือ

ประเด็นที่ 1 ประเด็นเกี่ยวกับการแก้ไขปัญหาเล็กๆ น้อยๆ เช่น ปัญหาการแต่งกายไม่เรียบร้อย บีไม่ว่ากล่าวตักเตือนมาก เพราะจะเป็นการละเมิดสิทธิส่วนบุคคลของสมาชิกในความดูแลเกินไป เนื่องจากเห็นว่าเป็นวัยที่โตมากแล้ว หากจะไปว่ากล่าวตักเตือนบ่อยๆ ก็เกรงว่าจะทำให้สมาชิกในหอเกลียดหรือหนีทา จึงเป็นสาเหตุที่ทำให้บีไม่กล้าที่จะเข้าไปว่ากล่าวตักเตือนในปัญหาลักษณะนี้

ประเด็นที่ 2 ประเด็นเกี่ยวกับการขออนุญาตออกหอเมื่อมีเหตุฉุกเฉิน บีกล่าวว่าขั้นตอนขออนุญาตที่จะออกไปข้างนอกเมื่อมีเหตุจำเป็นฉุกเฉินมีหลายขั้นตอน หากสมาชิกในหอเจ็บป่วยกะทันหันขึ้นมา อาจนำตัวไปรักษาไม่ทันท่วงทีได้ กล่าวคือ เมื่อเกิดเหตุฉุกเฉินขึ้นกับนิสิตแต่ละคนภายในแต่ละตึกพักหรือหอพักขึ้น เช่น นิสิตไส้ติ่งแตก มีอาการชัก ฯลฯ ต้องรีบนำตัวนิสิตส่งโรงพยาบาลโดย

ด่วน แต่ต้องได้รับใบอนุญาตจากอาจารย์ประจำตึกพักหรือหอพักอนุมัติให้ออกนอกหอได้มาแสดง กับเจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัยก่อนถึงจะทำการนำตัวส่งโรงพยาบาลได้ ซึ่งผู้ที่เป็นหัวหน้ามองว่าเป็นขั้นตอนที่ยุ่งยากมากในกรณีที่เกิดเหตุฉุกเฉินกับนิสิต ควรจะนำตัวนิสิตส่งโรงพยาบาลก่อน แล้วค่อยให้มาแจ้งเรื่องกับอาจารย์ภายหลัง มิฉะนั้นอาจจะทำการช่วยชีวิตนิสิตไม่ทันได้

ประเด็นที่ 3 ประเด็นเกี่ยวกับการยกเลิกเวลาเข้าออกหอภายในเวลา 21.00 น. บิ๊กกล่าวว่า ควรยกเลิกการกำหนดเวลาเข้าออกภายในเวลา 21.00 น. เพราะเห็นว่านิสิตหอในทุกคนที่เรียนระดับปริญญาตรีเมื่อเรียนเสร็จก็ต้องมีคั่นกว้างงานในห้องสมุด หรือทำรายงานกับเพื่อนๆ บางคนก็ต้องเข้าชมรม บางคนเลิกเรียนค่ำ หรือเรียนภาคพิเศษ ทำให้มีเวลาน้อยในการทำกิจกรรมด้านการเรียนต่างๆ ถึงแม้ว่าจะมีการยืดหยุ่นให้นิสิตเข้าหอเกินเวลาได้โดยการขอบัตรล่วงเวลา กล่าวคือ จะสามารถเข้าหอเกินเวลาได้ไม่เกิน 23.00 น. ด้วยการเซ็นชื่อลงบันทึกเวลาไว้ แต่บิ๊กกล่าวว่า ไม่มีประโยชน์เพราะสามารถหาเหตุผลที่ไม่ตรงกับความเป็นจริงมาทำการลงบันทึกได้ เนื่องจากกรเขียนเหตุผลในการขอบัตรล่วงเวลานั้น เป็นการเขียนเหตุผลไว้ทุกๆ ที่เหตุการณ์ยังไม่เกิดขึ้น

หัวข้อคำถามที่ 4 สาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดจากบทบาทหัวหน้าที่ดำรงอยู่อันมีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน : สามารถสรุปได้ 1 ประเด็นคือ

ประเด็นที่ 1 ประเด็นเกี่ยวกับการจัดสรรเวลา และการมีรายวิชาที่เรียนน้อยขณะที่ดำรงตำแหน่งหัวหน้า กล่าวคือ การที่บีมาทำหน้าที่หัวหน้าหอ นั้นไม่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของ บี เพราะบีรู้ว่าเวลาไหนควรทำอะไร และสามารถเรียงลำดับความสำคัญของงานที่ต้องทำได้เป็นอย่างดี แม้ว่าในบางครั้งการปฏิบัติหน้าที่ในการเป็นหัวหน้าที่ต้องดูแลรับผิดชอบกิจกรรมต่างๆ และความเป็นอยู่ของสมาชิกทุกคนจะทำให้บีรู้สึกเครียดมากก็ตาม อีกทั้งการที่บีเรียนอยู่คณะสังคมศาสตร์ สาขาวิชารัฐศาสตร์บริหารรัฐกิจ ชั้นปีที่ 4 เนื้อหาวิชาที่เรียนในเทอมที่ทำหน้าที่หัวหน้าหอมีจำนวนน้อย และรายวิชาของทางคณะนี้ส่วนใหญ่เป็นแนวท่องจำและคิดวิเคราะห์ ซึ่งเป็นสิ่งที่บีถนัด จึงทำให้การทำงานในหน้าที่ราบรื่นไปด้วยเพราะไม่ต้องกังวลกับการเรียนมาก

กรณีศึกษารายที่ 3: ซี

วัน/เดือน/ปี ที่สัมภาษณ์ : 18 พฤษภาคม 2552

สถานที่ : หอพักหญิงราชาวดี

ชื่อ : ซี (นามสมมติ), อายุ : 22 ปี

กำลังศึกษาอยู่ : คณะสังคมศาสตร์ ภาควิชารัฐศาสตร์และรัฐประศาสนศาสตร์

สาขาวิชาบริหารงานยุติธรรมและความปลอดภัย

ชั้นปีที่ : 4

เกรดเฉลี่ย : 3.25

ตำแหน่ง : หัวหน้าหอพักหญิงราชาวดี

ประเด็นหัวข้อคำถาม :

1. การดูแลรับผิดชอบงานต่างๆ ในหอพัก

ซีได้ให้สัมภาษณ์ว่า การได้มาอยู่ในบทบาทของหัวหน้าหอพักหญิงราชาวดี ต้องมีภาระหน้าที่ในการควบคุมดูแลความเรียบร้อยภายในหอพักโดยหลักอยู่แล้ว เช่น การดูแลความเป็นระเบียบของการจัดวางข้าวของเครื่องใช้ของสมาชิกภายในหอพัก เป็นต้น ซึ่งจากบทบาทหน้าที่ที่ตรงนี้ ซีกล่าวว่าไม่ได้ทำให้เกิดความเครียดกับตนเองได้ อาจเป็นเพราะด้วยบุคลิกของซี ที่เป็นคนค่อนข้างเอาใจเอาใจ อาจจะทำให้สมาชิกภายในหอรู้สึกเกรงกลัว จึงให้ความร่วมมือในการจัดทำให้หอพักมีความเป็นระเบียบเรียบร้อยอยู่เสมอ แต่สิ่งที่เป็นสาเหตุที่ซีเกิดความเครียด เมื่อมาดำรงตำแหน่งหัวหน้าหอพักนั้นก็คือ การทำกิจกรรมต่างๆ และการประชุมที่มีมากเกินไป กล่าวคือ ในส่วนของการทำงานนั้น มีทั้งกิจกรรมที่กองกิจการนิสิตจัดขึ้น (เช่น กิจกรรมงานปฐมนิเทศหอใน กิจกรรมวันปลูกต้นไม้ มก. กิจกรรมรับน้อง กิจกรรมเดินเทิดพระเกียรติวันแม่แห่งชาติ กิจกรรมทำบุญตักภัท/หอพักหญิง กิจกรรมสานสัมพันธ์พี่น้อง กิจกรรมหอพักปลอดภัยไร้รอยยิ้ม กิจกรรมทำบุญตักภัท/หอพักชาย กิจกรรมรักKUวิ่งรอบKU และกิจกรรมกีฬาชาวศึกษาวหอ) และกิจกรรมที่หอพักจัดขึ้น (เช่น กิจกรรมงานรับปริญญารุ่นพี่ในหอพัก กิจกรรมการออกกำลังกายตอนเช้า กิจกรรมประเพณีสูxonินิสิตหอหญิง กิจกรรมลีลาศหอใน กิจกรรมการประกวดMiss Dormitory และกิจกรรมงาน Home Coming Day) ซึ่งกิจกรรมดังกล่าวผู้เป็นหัวหน้าหอต้องดูแลรับผิดชอบทั้งหมด ซึ่งซีกล่าวว่า กิจกรรมที่จะต้องมีการดูแลรับผิดชอบนั้นมีมากเกินไป ในบางครั้งอาจทำให้รู้สึกเครียดและกดดัน นอกจากนี้ในส่วนของการประชุม ซีได้ขยายความว่า ในแต่ละสัปดาห์ต้องทำการประชุมกับหลาย

ฝ่าย อาทิเช่น ประชุมกับทางกองกิจการนิสิต ประชุมระหว่างผู้ที่เป็นหัวหน้าด้วยกัน และประชุมกับสมาชิกภายในหอพัก การประชุมแต่ละครั้งใช้เวลาประมาณ 2-3 ชั่วโมง ตั้งแต่เวลา (18.00-21.00) เมื่อประชุมกับทางกองกิจการนิสิต หรือ ประชุมกับทางผู้เป็นหัวหน้าด้วยกันเรียบร้อยแล้ว ต้องกลับมาประชุมกับสมาชิกที่หอพักต่อ เพื่อแจ้งเรื่องต่างๆ ที่ได้ประชุมมาบอกสมาชิกภายในหอพักได้รับทราบร่วมกัน ใน 1 สัปดาห์ มีการประชุม 3-4 วัน และในบางสัปดาห์ต้องเข้าประชุมทุกวันเนื่องจากบางครั้งเรื่องที่ต้องประชุมหาข้อสรุปไม่ได้ จึงต้องนำกลับมาประชุมใหม่ในวันถัดไป ทำให้วันในการประชุมเพิ่มขึ้น ซึ่งจากการประชุมที่ได้กล่าวมาทั้งหมดส่งผลทำให้รู้สึกเหนื่อยและเครียด

2. ปัญหาที่พบในหอพัก

ซึ่งให้สัมภาษณ์ว่าปัญหาที่พบภายในหอพักส่วนใหญ่จะเป็นปัญหาที่เกิดจากการไม่เข้าร่วมกิจกรรม หรือ มีสมาชิกเข้าร่วมกิจกรรมน้อย ทั้งที่เป็นกิจกรรมที่ทางกองกิจการนิสิตจัดขึ้น (ได้แก่ กิจกรรมงานปฐมนิเทศหอใน กิจกรรมวันปลูกต้นไม้ มก. กิจกรรมรับน้อง กิจกรรมเดินเทิดพระเกียรติวันแม่แห่งชาติ กิจกรรมทำบุญตักน้ำ/หอพักหญิง กิจกรรมสานสัมพันธ์พี่น้อง กิจกรรมหอพักปลอดภัยไร้รอยบวมขุ กิจกรรมทำบุญตักน้ำ/หอพักชาย กิจกรรมรักKUวิ่งรอบKU และกิจกรรมกีฬาชาวศึกษาวหอ) กิจกรรมที่ทางหอพักจัดขึ้น (เช่น กิจกรรมงานรับปริญญารุ่นพี่ในหอพัก กิจกรรมการออกกำลังกายตอนเช้า กิจกรรมประเพณีสูชอนนิสิตหอหญิง กิจกรรมลีลาศหอใน กิจกรรมการประกวดMiss Dormitory และกิจกรรมงานHome Coming Day) ทำให้ต้องมีการดูหรือ บังคับสมาชิกในความดูแล เมื่อมีการดูหรือบังคับเกิดขึ้น ทำให้สมาชิกในหอพักรู้สึกไม่พอใจ จึงส่งผลให้ความสัมพันธ์ระหว่างผู้ที่เป็นหัวหน้ากับสมาชิกภายในหอพักลดลง ทั้งนี้อาจมีสาเหตุหลายประการที่ทำให้สมาชิกภายในหอพักไม่เข้าร่วมกิจกรรมที่ทางหอพักจัดขึ้น เช่น อาจเกิดจากความไม่มีความเคารพและเชื่อฟังในตัวหัวหน้า เกิดจากความเกียจคร้านส่วนตัวเป็นต้น นอกจากนี้ยังมีปัญหาเล็กๆน้อยๆ เกิดขึ้นภายในหอพัก เช่น ปัญหาการละเลยการเก็บข้าวของเครื่องใช้ของตนเองจากอ่างล้างหน้า ปัญหาการละเลยการทำความสะอาด ปัญหาการไม่เข้าใจซึ่งกันและกัน เป็นต้น จากปัญหาที่กล่าวมาทั้งหมดจึงทำให้รู้สึกเครียด

3. การแก้ไขปัญหาต่างๆในหอพัก

ซึ่งให้สัมภาษณ์ว่า ในการแก้ไขปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นภายในหอพักนั้น ซึ่งจะมีการสร้างข้อตกลงเกี่ยวกับบทลงโทษให้สมาชิกทุกคนทราบตั้งแต่วันที่เข้ามาอยู่หอ เช่น ซึ่งจะประชุมสมาชิกทุกคนในหอพักเพื่อชี้แจงให้ทราบว่า หากสมาชิกไม่เข้าร่วมกิจกรรมของหอ ซึ่งจะมีการเช็ค

ชื่อจากนั้นจะทำการส่งรายชื่อให้กับกองกิจการนิสิตพิจารณาตัดสิทธิการอยู่หอพักในมหาวิทยาลัยต่อไป เมื่อข้อตกลงนี้เป็นที่รับทราบโดยทั่วแล้ว หากมีสมาชิกภายในหอพักคนใดไม่เข้าร่วมกิจกรรมทำให้ซีไม่รู้สึกลำบากใจในการลงโทษ เนื่องจากได้ทำการบอกกล่าวและสร้างข้อตกลงให้เข้าใจทั่วกันไว้ก่อนแล้ว กล่าวคือ การลงโทษก็จะอยู่ในบรรทัดฐานเดียวกัน เช่น หากสมาชิกในหอพักคนใดไม่เข้าร่วมกิจกรรมของหอ ซีก็จะทำการเช็คชื่อไว้ และหากสมาชิกคนดังกล่าวไม่ปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ซีก็จะดำเนินการส่งรายชื่อ ให้กับทางกองกิจการนิสิตต่อไป เพื่อพิจารณาทำการตัดสิทธิในการอยู่หอ

นอกจากนี้ ซีขยายความต่อว่า หากพบว่าสมาชิกคนใดฝ่าฝืนกฎระเบียบของหอพัก (เช่น การไม่อยู่หอ เป็นต้น) ซีก็จะลงโทษตามกฎระเบียบกฎเกณฑ์ที่ทางกองกิจการนิสิตได้กำหนดไว้ทั้ง 35 ข้อ (อาทิเช่น หากมีชื่ออยู่หอแต่ไม่อยู่หอ ไปอยู่ข้างนอกก็จะถูกตัดสิทธิการอยู่หอพักต่อไป เป็นต้น)

4. สาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดจากบทบาทหัวหน้าที่ดำรงอยู่อันมีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ซีให้สัมภาษณ์ว่า มีความเครียดในที่ประชุมมากกว่าความเครียดที่จะต้องดูแลความเรียบร้อยภายในหอพัก กล่าวคือ ในที่ประชุมนั้นต้องต่อสู้กับความคิดเห็นของผู้ที่เป็นหัวหน้าจากตึกพัก/หอพัก เนื่องจากในบางครั้งความคิดเห็นในการสรุปประเด็นในการประชุมเรื่องต่างๆ มีความขัดแย้งกัน เช่น ความขัดแย้งในเรื่องของวันเวลาในการจัดกิจกรรมต่างๆ ความขัดแย้งในการจัดงบประมาณในการทำกิจกรรม เป็นต้น และเนื่องจากซีเป็นประธานชมรมชาวตึกชาวหอ (ชตห.) เป็นประธานในที่ประชุมด้วย ดังนั้นเมื่อมีปัญหาความคิดเห็นไม่ตรงกันในที่ประชุมกับผู้ที่เป็นหัวหน้าด้วยกัน หรือระหว่างผู้ที่เป็นหัวหน้าคนอื่น ๆ ซีจะต้องเป็นคนสรุปประเด็นและเป็นคนตัดสินใจให้ความคิดเห็นของใครคนใดคนหนึ่งได้รับความยอมรับ ด้วยเหตุนี้จึงทำให้เกิดความเครียดกับซีเป็นอย่างมาก เพราะอำนาจการตัดสินใจ หรืออำนาจการสรุปผลในที่ประชุมขึ้นอยู่กับซีเป็นสำคัญ แต่ความเครียดที่เกิดขึ้นไม่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของซี เพราะซีไม่ได้เก็บปัญหาที่เกิดขึ้นในที่ประชุมมาคิดมาก อีกทั้งเป็นเพราะว่าซีสามารถทำการจัดสรรเวลาในการรับผิดชอบงานในบทบาทหัวหน้าต้องปฏิบัติ และการใช้เวลาด้านการเรียนได้จึงทำให้ความเครียดเหล่านั้นไม่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของซี อีกทั้งซียังขยายความต่อว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของซีเมื่อดำรงตำแหน่งหัวหน้าก็อยู่ในระดับสูง กล่าวคือได้เกรดเฉลี่ย 3.00 ตลอดทั้งนี้อาจเนื่องมาจากเกรดเฉลี่ยสะสมตั้งแต่ ชั้นปีที่ 1 – ชั้นปีที่ 3 ที่อยู่ในระดับที่สูงมาโดยตลอด จึงส่งผลให้เกรดเฉลี่ยชั้นปีที่ 4 ขณะที่เป็นหัวหน้าอยู่ในระดับสูงตามไปด้วย อีกทั้งคณะที่เรียนคือ คณะสังคมศาสตร์ ภาควิชารัฐศาสตร์และรัฐประศาสนศาสตร์ สาขาบริหารงานยุติธรรมและความปลอดภัย เป็นสายสังคมศาสตร์ เน้นการจดจำและตีความเป็นส่วน

ใหญ่ไม่ค่อยมีการคำนวณทางด้านคณิตศาสตร์ซึ่งเป็นสาขาวิชาที่ซีมีความถนัด ประกอบกับเทอมที่ซีเป็นหัวหน้าหอนั้นวิชาที่เรียนมีจำนวนน้อยลงจึงทำให้มีเวลามากพอที่จะสามารถจัดสรรเวลาในการรับผิดชอบงานในหน้าที่หัวหน้าและให้เวลาด้านการเรียนได้

การสัมภาษณ์ซีในประเด็นคำถามทั้งหมดสามารถสรุปเป็นประเด็นตามแต่ละหัวข้อคำถามได้ดังนี้คือ

หัวข้อคำถามที่ 1 การดูแลรับผิดชอบงานต่างๆ ในหอพัก : สามารถสรุปได้ 2 ประเด็นคือ

ประเด็นที่ 1 ประเด็นเกี่ยวกับบุคลิกภาพของผู้ที่เป็นหัวหน้า กล่าวคือ บุคลิกภาพของผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้านั้นถือว่าเป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญในการที่จะทำการดูแลรับผิดชอบงานต่างๆ ในหอพักให้เรียบร้อยเป็นอย่างดี เช่น ซีเป็นคนที่มีบุคลิกภาพที่ค่อนข้างดี เอาจริงเอาจัง อาจจะทำให้สมาชิกภายในหอรู้สึกเกรงกลัว และเกรงใจ จึงให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมต่างๆ ที่ซีได้มอบหมายให้ทำเป็นอย่างดี ไม่กล้าที่จะฝ่าฝืนหรือไม่ให้ความร่วมมือในกิจกรรมต่างๆ ที่อยู่ในความดูแลรับผิดชอบของซี จึงส่งผลให้การดูแลควบคุมการทำกิจกรรมต่างๆ ภายในหอพักของซีดำเนินการไปได้ด้วยดี

ประเด็นที่ 2 ประเด็นเกี่ยวกับการประชุมและกิจกรรมภายในหอพักที่มีมาก กล่าวคือ การประชุมและกิจกรรมที่มีมากเกินไปสามารถส่งผลให้การดูแลรับผิดชอบงานต่างๆ ภายในหอพักของซีลดลงได้

หัวข้อคำถามที่ 2 ปัญหาที่พบในหอพัก : สามารถสรุปได้ 2 ประเด็นคือ

ประเด็นที่ 1 ประเด็นเกี่ยวกับปัญหาการไม่เข้าร่วมกิจกรรม การที่สมาชิกภายในหอไม่ค่อยเข้าร่วมกิจกรรมที่ทางหอพักจัดขึ้นนั้น อาจมีสาเหตุจากหลายประการ เช่น อาจไม่มีความเคารพและเชื่อฟังในตัวหัวหน้า เกิดจากความเกียจคร้านส่วนตัว เป็นต้น

ประเด็นที่ 2 ประเด็นเกี่ยวกับปัญหาเล็กๆ น้อยๆ ที่ซีพบเป็นประจำ ได้แก่ การไม่เก็บของใช้ส่วนตัวที่อ่างล้างหน้า ความไม่เข้าใจกันระหว่างสมาชิก การละเลยการทำความสะอาด เป็นต้น การที่ยังคงเกิดปัญหาเล็กๆ น้อยๆ ขึ้นภายในหอเป็นประจำเหล่านี้ อาจเป็นเพราะการวางมาตรการลงโทษของซีเบาเกินไป

หัวข้อคำถามที่ 3 การแก้ไขปัญหาต่างๆ ในหอพัก : สามารถสรุปได้ 2 ประเด็นคือ

ประเด็นที่ 1 ประเด็นเกี่ยวกับการสร้างข้อตกลงในบตลงโทษที่จะได้รับหากมีการกระทำผิด กล่าวคือ การที่ซีสร้างข้อตกลงไว้ก่อนนั้นช่วยให้สามารถตัดสินใจทำการลงโทษได้ง่ายขึ้นหากมีสมาชิกภายในหอพักมีการกระทำผิด ทำให้ซีไม่รู้สึกลำบากใจในการตัดสินใจลงโทษเนื่องจากได้ทำการบอกกล่าวสร้างข้อตกลงให้เข้าใจทั่วกันไว้ก่อนแล้ว

ประเด็นที่ 2 ประเด็นการลงโทษตามกฎหมายที่ทางกองกิจการกำหนด การที่เลือกยึดใช้บตลงโทษจากทางกองกิจการนิสิตกำหนดนั้น จะได้เกิดความยุติธรรมในการลงโทษ เพราะเกิดจากมาตรฐานเดียวกัน กล่าวคือ ซีจะใช้มาตรฐานการลงโทษที่ทางกองกิจการนิสิตกำหนดไว้เป็นสำคัญ โดยที่ก่อนที่จะลงโทษเมื่อมีการกระทำผิดนั้น ซีได้ทำการชี้แจงบตลงโทษไว้ให้สมาชิกทุกคนได้ทราบทั่วกันไว้แล้ว

หัวข้อคำถามที่ 4 สาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดจากบทบาทหัวหน้าที่ดำรงอยู่นั้นมีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน : สามารถสรุปได้ 1 ประเด็นคือ

ประเด็นที่ 1 ประเด็นเกี่ยวกับความเครียดที่เกิดจากในที่ประชุม กล่าวคือ ในการประชุมแต่ละครั้งต้องมีการต่อสู้กับหลายความคิดเห็น เพราะฉะนั้นปัญหาที่เกิดขึ้นในที่ประชุมในแต่ละครั้งเมื่อมีความคิดเห็นไม่ตรงกันจึงนำมาซึ่งความเครียดแก่ซีเป็นอย่างมาก เนื่องจากซีเป็นประธานชมรมชาวตึกชาวหอ (ชตห.) อำนาจตัดสินใจหรืออำนาจการสรุปผลในที่ประชุมจึงขึ้นอยู่กับซีเป็นสำคัญ ดังนั้นเมื่อมีปัญหาในที่ประชุมกับผู้ที่เป็นหัวหน้าด้วยกันก็ทำให้ซีเกิดความเครียด แต่อย่างไรก็ตามความเครียดจากการประชุมเหล่านั้นก็ไม่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของซี เพราะคณะที่ซีเรียนคือ คณะสังคมศาสตร์ ภาควิชารัฐศาสตร์และรัฐประศาสนศาสตร์ สาขาวิชาบริหารงานยุติธรรมและความปลอดภัย เป็นสายสังคมศาสตร์ เน้นความรู้ความเข้าใจด้านการวิเคราะห์เป็นส่วนใหญ่ไม่ค่อยมีการเข้าห้องทดลองและการคิดด้านคณิตศาสตร์ ดังนั้นจึงเป็นสิ่งซีถนัดอยู่แล้วประกอบกับตอนที่ซีเป็นหัวหน้าวิชาที่เรียนมีน้อยลงแล้วจึงทำให้ไม่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

กรณีศึกษาครั้งที่ 4: ดี

วัน/เดือน/ปี ที่สัมภาษณ์ : 20 พฤษภาคม 2552

สถานที่ : หอพักหญิงคัทลียา

ชื่อ : ดี (นามสมมติ), อายุ : 22 ปี

กำลังศึกษาอยู่ : คณะเกษตร สาขาวิชาวิทยาศาสตร์เกษตร ภาควิชาพืชไร่นา

ชั้นปีที่ : 4

เกรดเฉลี่ย : 2.22

ตำแหน่ง : หัวหน้าหอพักหญิงคัทลียา

ประเด็นหัวข้อคำถาม :

1. การดูแลรับผิดชอบงานต่างๆ ในหอพัก

ดีให้สัมภาษณ์ว่า ความเครียดส่วนใหญ่มีสาเหตุมาจากการที่ต้องดูแลรับผิดชอบในการจัดกิจกรรมต่างๆคือ กิจกรรมที่ทางกองกิจการนิสิตจัดขึ้น(ได้แก่ กิจกรรมงานปฐมนิเทศหอใน กิจกรรมวันปลูกต้นไม้ มก. กิจกรรมรับน้อง กิจกรรมเดินเทิดพระเกียรติวันแม่แห่งชาติ กิจกรรมทำบุญตักพัก/หอพักหญิง กิจกรรมสานสัมพันธ์พี่น้อง กิจกรรมหอพักปลอดภัยไร้อบายมุข กิจกรรมทำบุญตักพัก/หอพักชาย กิจกรรมรักKUวิ่งรอบKU และกิจกรรมกีฬาชาวตึกชาวหอ) และกิจกรรมที่ทางหอพักจัดขึ้น (ได้แก่ กิจกรรมงานรับปริญญารุ่นพี่ในหอพัก กิจกรรมการออกกำลังกายตอนเช้า กิจกรรมประเพณีสู้ออนิสิตหอหญิง กิจกรรมลีลาหอใน กิจกรรมการประกวดMiss Dormitory และกิจกรรมงานHome Coming Day) ดีกล่าวว่าเมื่อเกิดกิจกรรมดังที่กล่าวมาแล้วมีความเครียดเนื่องมาจากการที่หอพัก มีจำนวนสมาชิกน้อย อีกทั้งสมาชิกยังไม่ค่อยให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมกิจกรรมเท่าที่ควร ดีขยายความต่อว่า ในแต่ละภาคการศึกษามีกิจกรรมเกิดขึ้นภายในหอพักมาก ทั้งกิจกรรมที่ทางกองกิจการนิสิตได้กำหนดขึ้น และกิจกรรมที่ทางหอพักจัดขึ้นดังที่กล่าวมาแล้วข้างต้น แต่เนื่องจากบางกิจกรรมที่กองกิจการนิสิตให้นิสิตหอในเข้าร่วมไม่ใช่กิจกรรมของนิสิตหอในโดยตรง (เช่น กิจกรรมการเปิดโครงการกีฬาต้านยาเสพติด โครงการบริจาคเลือด ฯลฯ เป็นต้น) ซึ่งเป็นกิจกรรมนอกเหนือจากตารางที่กองกิจการนิสิตและทางหอพักได้กำหนดไว้ ถ้าหากกองกิจการนิสิตหรือทางมหาวิทยาลัยหานิสิตไปเข้าร่วมไม่ครบตามจำนวนที่ต้องการ ก็จะขอความร่วมมือให้นิสิตหอพักให้เข้าร่วมกิจกรรมทุกครั้ง ซึ่งผู้เป็นหัวหน้าต้องรับหน้าที่ในการจัดหานิสิตไปเข้าร่วมกิจกรรมทุกครั้ง เสมือนเป็นการบังคับ ทำให้ดีรู้สึกหนักใจในการที่จะบอกให้สมาชิก

ภายในหอไปเข้าร่วมกิจกรรม เนื่องจากตัวเองก็เห็นว่าบางกิจกรรมไม่ได้มีความจำเป็นและไม่มีความประโยชน์ กับนิสิตหอพักเท่าที่ควร แต่ก็ต้องจัดหานิสิตไปให้กองกิจการนิสิตให้ได้ จึงเป็นการบังคับสมาชิก ภายในหอพักด้วย ทำให้เกิดความอึดอัดใจกันทั้งผู้ที่เป็นหัวหน้า และผู้ที่เป็นสมาชิกหอพัก

2. ปัญหาที่พบในหอพัก

ดีให้สัมภาษณ์ว่าส่วนมากปัญหาที่พบในหอพักเป็นปัญหาเล็กน้อยๆ ได้แก่ การไม่เก็บ ของใช้ส่วนตัวของตัวเองที่อ่างล้างหน้า การไม่ชอบอยู่หอของสมาชิก การแต่งกายที่ผิดระเบียบ เช่น การคาดเข็มขัดสีน้ำตาล การสวมกระโปรงสั้น การสวมเสื้อดีเกร็ดรัดรูป และการนำอุปกรณ์ไฟฟ้าที่ ผิดระเบียบมาใช้ (เช่น การนำกระทะไฟฟ้าส่วนตัวมาใช้ การนำทีวีเข้ามาไว้ในห้องนอน เป็นต้น) จากปัญหาเล็กๆน้อยๆ ดังกล่าว ทำให้รู้สึกเหนื่อย เมื่อต้องว่ากล่าวตักเตือนหลายๆครั้ง นอกจากนี้ ดีได้กล่าวถึงปัญหาเกี่ยวกับนิสิตที่ได้รับสิทธิพิเศษในการอยู่หอว่า นิสิตได้รับสิทธิพิเศษในการอยู่ หอนั้นบางคนมีปัญหาในการปรับตัวเข้ากับคนอื่นอย่างมากทำให้เกิดปัญหาในการเข้าร่วมกิจกรรม หลายๆ กิจกรรม อีกทั้งนิสิตที่ได้รับสิทธิพิเศษในการอยู่หอบางคนครอบครัวมีฐานะทางเศรษฐกิจดี และมีบ้านอยู่ในเขตกรุงเทพ ไม่มีความจำเป็นที่จะต้องอยู่หอพักในมหาวิทยาลัย แต่เมื่อมีชื่ออยู่หอ แล้วก็ไม่อยู่หอ หรือหากวันใดไม่มีเรียนก็กลับบ้าน ไม่ยอมเข้าร่วมกิจกรรม ส่งผลต่อการช่วยเหลือ กิจกรรมเมื่อทางกองกิจการนิสิตต้องการนิสิตหอพักให้เข้าร่วม อีกทั้งยังส่งผลทำให้สิทธิประโยชน์ ของนิสิตต่างจังหวัดที่มีความจำเป็นในการอยู่หอจริงๆขาดหายไป

3. การแก้ไขปัญหาต่างๆในหอพัก

ดีให้สัมภาษณ์ว่าเมื่อเกิดปัญหาต่างๆขึ้นภายในหอพัก แบ่งได้เป็น 2 ประเด็น คือ อย่างเป็นทางการและไม่เป็นทางการ กล่าวคือ อย่างเป็นทางการนั้น ได้แก่ การฝ่าฝืนกฎระเบียบซึ่งมี มาตรการลงโทษไว้อย่างชัดเจนซึ่งเขียนเอาไว้ในระเบียบหอพักนิสิตจำนวน 35 ข้อ อาทิเช่น ข้อที่ 18 นิสิตได้รับพิจารณาให้อยู่หอพัก หากไม่ได้พักอยู่หอพักเป็นประจำ ทางกองกิจการนิสิตจะถือว่า นิสิตไม่มีความจำเป็นจะต้องอยู่หอพัก และจะถูกตัดสิทธิการอยู่หอพักในภาคการศึกษาถัดไป เป็นต้น ส่วนปัญหาที่เกิดขึ้นอย่างไม่เป็นทางการ ซึ่งเป็นพฤติกรรมส่วนตัวของสมาชิกที่ใช้ชีวิตใน หอพัก ดีให้รายละเอียดว่าปัญหาที่เกิดขึ้นอย่างไม่เป็นทางการดีสามารถที่จะแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ เช่น สมาชิกไม่เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆที่ทางหอพักจัดขึ้น (ได้แก่ กิจกรรมงานรับปริญญารุ่นพี่ใน หอพัก กิจกรรมการออกกำลังกายตอนเช้า กิจกรรมประเพณีสู่ขอนิสิตหอหญิง กิจกรรมลีลาศหอใน กิจกรรมการประกวดMiss Dormitory และกิจกรรมงานHome Coming Day) ผลจากการไม่เข้าร่วม

กิจกรรมดังกล่าวได้มีมาตรการลงโทษ อาทิเช่น การตัดคะแนนในการเข้าร่วมกิจกรรม การไม่ให้ชั่วโมงกิจกรรม และการถูกตัดสิทธิในการอยู่หอพัก

ทั้งนี้ก็ได้มีการสร้างข้อตกลงร่วมกับสมาชิกภายในหอเพื่อเป็นการแก้ไขปัญหาเล็กน้อยๆ เช่นการไม่เก็บของใช้ส่วนตัวที่อ่างล้างหน้า เป็นต้น ถ้าหากสมาชิกคนใดไม่เก็บของใช้ของตนเองจะถูกปรับเงินจากนั้นจะนำเงินค่าปรับดังกล่าว เข้าไว้เป็นกองกลางของหอพัก ซึ่งสมาชิกในหอพักส่วนใหญ่ก็เห็นด้วยและยอมปฏิบัติตาม

4. สาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดจากบทบาทหัวหน้าที่ดำรงอยู่อันมีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ดีให้สัมภาษณ์ว่าการทำกิจกรรมบางกิจกรรมที่ทำในช่วงใกล้สอบ (เช่นกิจกรรมที่อยู่ในช่วงเดือน มกราคม และกรกฎาคม ได้แก่ กิจกรรมรับน้อง กิจกรรมทำบุญตักบาตร /หอพัก กิจกรรมการออกกำลังกายตอนเช้า กิจกรรมประเพณีสูชอนิสิตหอหญิง กิจกรรมลีลาศหอใน กิจกรรมการประกวด Miss Dormitory และกิจกรรมงาน Home Coming Day) ทำให้ดีไม่มีเวลาอ่านหนังสือเต็มที่ ส่งผลให้เกิดความเครียดในระดับค่อนข้างมาก แต่ความเครียดเหล่านั้นไม่มีผลต่อ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของดี ดีขยายความต่อว่าการที่ดีเรียนคณะเกษตร สาขาวิชาวิทยาศาสตร์เกษตร ภาควิชาพืชไร่ วิชา ชั้นปีที่4 ถึงแม้ว่าจะเป็นคณะที่เรียนค่อนข้างจะยาก แต่ดีก็ยินดีจะทำหน้าที่หัวหน้าต่อไป เพราะเนื่องจากรายวิชาที่เรียนในเทอมที่เป็นหัวหน้านั้นมีวิชาเรียนน้อย ส่วนการที่ดีได้เกรดเฉลี่ยน้อยนั้นดี กล่าวว่า อาจเนื่องมาจากการที่ดีต้องส่วนร่วมในการเข้าร่วมชมรมต่างๆ นอกเหนือจากงานหรือกิจกรรมต่างๆ ในหอพัก ทำให้แบ่งเวลาไม่ดีเท่าที่ควร

การสัมภาษณ์ดีในประเด็นคำถามทั้งหมดสามารถสรุปเป็นประเด็นตามแต่ละหัวข้อคำถามได้ดังนี้คือ

หัวข้อคำถามที่ 1 การดูแลรับผิดชอบงานต่างๆในหอพัก : สามารถสรุปได้ 1 ประเด็นคือ

ประเด็นที่ 1 ประเด็นเกี่ยวกับกิจกรรมที่มีมากเกินไป กล่าวคือ ในแต่ละปีการศึกษาามีกิจกรรมในหอในมาก ไม่ว่าจะเป็นกิจกรรมที่ทางกองกิจการได้กำหนดขึ้น และทางหอพักกำหนดขึ้น แต่บางกิจกรรมที่ทางกองกิจการนิสิตจัดมานั้นไม่ใช่กิจกรรมของนิสิตหอในโดยตรง แต่ถ้าทางกองกิจการนิสิตหรือทางมหาวิทยาลัยหานิสิตไปเข้าร่วมกิจกรรมไม่ได้ ก็จะมาขอให้นิสิตหอในไปเข้า

ร่วมกิจกรรมทุกครั้ง ซึ่งต้องจัดหานิสิตไปเข้าร่วมกิจกรรมให้ได้ทุกครั้ง เสมือนเป็นการบังคับสมาชิกในหอพักไปด้วย จึงทำให้ดิฉันเป็นหัวหน้าหอพักที่รู้สึกหนักใจในการที่จะบอกให้สมาชิกในหอพักๆ ไปร่วมกิจกรรม ทำให้ดิฉันรู้สึกอึดอัดใจและเครียดจากปัญหาดังกล่าว

หัวข้อคำถามที่ 2 ปัญหาที่พบในหอพัก : สามารถสรุปได้ 2 ประเด็นคือ

ประเด็นที่ 1 ประเด็นเกี่ยวกับปัญหาเล็กๆ น้อยๆ ที่เกิดขึ้นภายในหอพัก ได้แก่ การไม่เก็บของใช้ส่วนตัวที่อ่างล้างหน้า การส่งเสียงดังรบกวนผู้อื่น การตากผ้าไม่ถูกที่ที่จัดเตรียมไว้ การหยิบของใช้ส่วนรวมไปไว้ที่ห้องของตนเอง เป็นต้น ปัญหาเล็กๆ น้อยๆ เหล่านี้ดิฉันเป็นหัวหน้ารู้สึกเหนื่อยเมื่อต้องว่ากล่าวตักเตือนหลายครั้ง

ประเด็นที่ 2 ประเด็นเกี่ยวกับนิสิตที่ได้รับสิทธิพิเศษในการอยู่หอ กล่าวคือ นิสิตที่ได้รับสิทธิพิเศษในการอยู่หอส่วนใหญ่มักจะเป็นปัญหาในหอพัก เพราะไม่ค่อยเข้าร่วมกิจกรรม ไม่ค่อยเชื่อฟังผู้ที่เป็นหัวหน้าหอพัก ไม่ทำตามกฎระเบียบต่างๆ ที่ทางหอพักได้กำหนดไว้ ซึ่งในบางครั้งผู้ที่เป็นหัวหน้าก็ไม่สามารถที่จะลงโทษได้ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ นิสิตที่ได้รับสิทธิพิเศษในการอยู่หอมีคณคอยช่วยเหลืออยู่เสมอ

หัวข้อคำถามที่ 3 การแก้ไขปัญหาดังกล่าว ในหอพัก : สามารถสรุปได้ 2 ประเด็นคือ

ประเด็นที่ 1 ประเด็นการลงโทษในการทำความผิดเล็กๆ น้อยๆ ดิฉันได้คิดมาตรการลงโทษที่มีประโยชน์ คือ การปรับเงินสมาชิกในหอพักที่ไม่เก็บของใช้ส่วนตัวที่อ่างล้างหน้า การใช้กระทะไฟฟ้าที่ไม่ใช่ของส่วนรวม เป็นต้น เพื่อนำเงินค่าปรับมาเป็นเงินส่วนกลางไว้ใช้ในการจัดกิจกรรมต่างๆ ของหอพักต่อไป

ประเด็นที่ 2 ประเด็นการลงโทษในความผิดที่สำคัญ ได้แก่ การไม่เข้าร่วมกิจกรรม เป็นต้น เนื่องจากในแต่ละปีจะมีการกำหนดว่า สมาชิกภายในหอพักทุกคนต้องเข้าร่วมกิจกรรมที่ทางกองกิจการนิสิต/ทางหอพักจัดขึ้นทุกคน โดยจะแบ่งคิดเป็นเปอร์เซ็นต์ว่าต้องเข้าร่วมกิจกรรมบังคับไม่น้อยกว่า 60 เปอร์เซ็นต์ และกิจกรรมบังคับเลือกไม่น้อยกว่า 40 เปอร์เซ็นต์ ซึ่งสัดส่วนของการเข้าร่วมนั้นจะเป็นไปตามข้อกำหนดของคณะกรรมการหอพักในแต่ละปี สามารถเปลี่ยนแปลงได้ ในสัดส่วนของหอพักจะมีการเช็คชื่อในการเข้าร่วมกิจกรรมทุกครั้งแล้วนำมาคิดเป็นเปอร์เซ็นต์ และหากผู้ใดทำกิจกรรมไม่ครบก็จะต้องถูกตัดชื่อออกจากหอพัก

หัวข้อคำถามที่ 4 สาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดจากบทบาทหัวหน้าที่ดำรงอยู่อันมีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน : สามารถสรุปได้ 1 ประเด็นคือ

ประเด็นที่ 1 ประเด็นเกี่ยวกับการทำกิจกรรมในช่วงสอบ กล่าวคือ การทำกิจกรรมภายในหอพักมีส่วนเกี่ยวข้องกับผลการเรียนเนื่องจากต้องทำกิจกรรมของหอพักทุกกิจกรรม ไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้แม้กระทั่งจะเป็นช่วงสอบก็ตาม ทำให้ดีไม่ค่อยมีเวลาอ่านหนังสือหรือทบทวนบทเรียนได้เต็มที่เหมือนสมาชิกคนอื่นๆ ทัวไป เนื่องจากดีเป็นหัวหน้าหอพักต้องทำตัวให้เป็นแบบอย่างในการทำกิจกรรมให้สมาชิกภายในหอพักได้เห็นซึ่งทำให้ดีรู้สึกเครียด แต่ความเครียดจากการเป็นหัวหน้าหอพักนั้นไม่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของดี เนื่องจากรายวิชาที่ดีเรียนในเทอมที่เป็นหัวหน้านั้นมิวิชาเรียนน้อย แต่การที่ดีได้เกรดเฉลี่ยน้อยนั้นดีคิดว่าอาจเนื่องมาจากการที่ดีต้องมีส่วนร่วมในการเข้าทำงานในชมรมต่างๆ นอกเหนือจากงานหรือกิจกรรมภายในหอพัก ทำให้แบ่งเวลาได้ไม่ดีเท่าที่ควร

กรณีศึกษาตอนที่ 5: อี อายุ 22 ปี

วัน/เดือน/ปี ที่สัมภาษณ์ : 22 พฤษภาคม 2552

สถานที่ : หอพักหญิงพุทธรักษา

ชื่อ : อี (นามสมมติ), อายุ : 22 ปี

กำลังศึกษาอยู่ : คณะอุตสาหกรรมเกษตร

ชั้นปีที่ : 4

เกรดเฉลี่ย : 2.16

ตำแหน่ง : หัวหน้าหอพักหญิงพุทธรักษา

ประเด็นหัวข้อคำถาม :

1. การดูแลรับผิดชอบงานต่างๆ ในหอพัก

อีให้สัมภาษณ์ว่า จากการทำหน้าที่หัวหน้าหอพักหญิงพุทธรักษา สาเหตุที่ทำให้เครียดในการดูแลรับผิดชอบงานต่างๆ ในหอพักนั้นส่วนใหญ่จะเครียดจากการติดต่อประสานงานกับฝ่ายต่างๆ เช่น การติดต่อกับทางกองกิจการนิสิต การติดต่อระหว่างผู้เป็นหัวหน้าตึกพัก/หอพักด้วยกัน และติดต่อสมาชิกภายใต้การควบคุมของอี ซึ่งในบางครั้งการติดต่อประสานงานต่างๆ ก็มีอุปสรรค

เกิดขึ้น เนื่องจากในบางครั้งเวลาว่างของผู้ที่ีจะทำกรติดต่อประสานงานด้วยมีเวลาว่างไม่ตรงกัน รวมทั้งช่องทางการติดต่อประสานงานบางครั้งมีอุปสรรค เช่น เบอร์โทรศัพท์ติดต่อไม่ได้ ยานพาหนะที่ใช้ในการเดินทางติดต่อประสานงานชำรุด เป็นต้น ซึ่งเมื่อเกิดปัญหาหรืออุปสรรคในการติดต่อประสานงานดังที่กล่าวมาข้างต้นทำให้รู้สึกเหนื่อยและเครียด แต่ด้วยหน้าที่ที่ต้องปฏิบัติในฐานะหัวหน้าจะต้องทำการติดต่อประสานงานให้สำเร็จลุล่วงเพราะถ้าหากไม่ทำการติดต่อประสานงานกับฝ่ายต่างๆให้สำเร็จลุล่วง ก็จะมีผลทำให้ไม่ได้รับข้อมูลข่าวสารมาแจ้งกับทางสมาชิกในหอพักฯ และทำให้การดำเนินการด้านต่างๆ ล่าช้าตามไปด้วย เช่น การดำเนินงานด้านการจัดกิจกรรมภายในหอพัก เป็นต้น ซึ่งจากการดูแลรับผิดชอบในการติดต่อประสานงานที่ได้กล่าวมาทั้งหมดเป็นหน้าที่ของผู้ที่เป็นหัวหน้าทั้งหมด อีกทั้งบางทีไม่เวลาเข้าประชุมก็หากคนมาประชุมแทนยาก

2. การแก้ไขปัญหาต่างๆ

อีให้สัมภาษณ์ว่าส่วนมากปัญหาที่พบในหอพักเป็นปัญหาเล็กน้อยๆ เช่นปัญหาไม่เก็บของใช้ส่วนตัวที่อ่างล้างหน้า การไม่ชอบอยู่หอของสมาชิก การแต่งกายที่ผิดระเบียบ ได้แก่ การคาดเข็มขัดสีน้ำตาล การสวมกระโปรงสั้น การสวมเสื้อตีเกร็ดรัดรูป และการนำอุปกรณ์ไฟฟ้าที่ผิดระเบียบ (เช่น การนำกระทะไฟฟ้าส่วนตัวมาใช้ การนำทีวีเข้ามาไว้ในห้องนอน เป็นต้น) จากปัญหาเล็กน้อยๆ ดังกล่าว ทำให้รู้สึกเหนื่อย เมื่อต้องว่ากล่าวตักเตือนหลายครั้ง นอกจากนี้อีได้กล่าวถึงปัญหาเกี่ยวกับนิสิตที่ได้รับสิทธิพิเศษในการอยู่หอว่า นิสิตได้รับสิทธิพิเศษในการอยู่หอ นั้นบางคนปรับตัวเข้ากับคนอื่นได้ยากทำให้เกิดปัญหาในการเข้าร่วมกิจกรรมหลายๆอย่าง อีกทั้งนิสิตที่ได้รับสิทธิพิเศษในการอยู่หอบางคนครอบครัวมีฐานะทางเศรษฐกิจดี และมีบ้านอยู่ในเขตกรุงเทพฯ ไม่มีความจำเป็นที่จะต้องอยู่หอพักในมหาวิทยาลัย แต่เมื่อมีชื่ออยู่หอแล้วก็ไม่อยู่หอ วันใดไม่มีเรียนก็กลับบ้านไม่ยอมเข้าร่วมเข้าร่วมกิจกรรม ส่งผลต่อการช่วยเหลือกิจกรรมเมื่อทางกองกิจการนิสิตต้องการนิสิตหอพักให้เข้าร่วม อีกทั้งยังส่งผลทำให้สิทธิประโยชน์ของนิสิตต่างจังหวัดที่มีความจำเป็นในการอยู่หอจริงๆขาดหายไป

ทั้งนี้อีได้กล่าวเสริมว่า ถ้าหากนิสิตที่ได้รับสิทธิพิเศษในการอยู่หอกระทำผิดหรือไม่เข้าร่วมกิจกรรม อีก็ใช้บทลงโทษเหมือนกับสมาชิกคนอื่นๆ ไม่ได้ให้อภิสิทธิ์เหนือสมาชิกคนอื่น เช่น ถ้าหากนิสิตที่ได้รับสิทธิพิเศษในการอยู่หอแต่งกายผิดระเบียบหรือไม่เก็บของใช้ส่วนตัวที่อ่างล้างหน้า อีก็ทำการว่ากล่าวตักเตือนเหมือนกับสมาชิกคนอื่นๆ

3. การแก้ไขปัญหาต่างๆ

อีให้สัมภาษณ์ว่า ปัญหาที่เกิดขึ้นนั้นสามารถแบ่งได้เป็น 2 แบบ คือ อย่างเป็นทางการและไม่เป็นทางการ กล่าวคือ อย่างเป็นทางการนั้นได้แก่ การฝ่าฝืนกฎระเบียบซึ่งมีมาตรการลงโทษไว้ อย่างชัดเจนซึ่งเขียนเอาไว้ในระเบียบหอพักนิตินิตจำนวน 35 ข้อ อาทิเช่น ข้อที่ 18 นิตินิตได้รับพิจารณาให้อยู่หอพัก หากไม่ได้พักอยู่หอพักเป็นประจำ ทางกองกิจการนิตินิตจะถือว่านิตินิตไม่มีความจำเป็นจะต้องอยู่หอพัก และจะถูกตัดสิทธิการอยู่หอพักในภาคการศึกษาถัดไป เป็นต้น ส่วนปัญหาที่เกิดขึ้นอย่างไม่เป็นทางการ ซึ่งเป็นพฤติกรรมส่วนตัวของสมาชิกที่ใช้ชีวิตในหอพัก อีให้รายละเอียดว่า ปัญหาที่เกิดขึ้นอย่างไม่เป็นทางการอีสามารถที่จะแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ เช่น สมาชิกไม่เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆที่ทางหอพักจัดขึ้น (ได้แก่ กิจกรรมงานรับปริญญารุ่นพี่ในหอพัก กิจกรรมการออกกำลังกายตอนเช้า กิจกรรมประเพณีสู่ขอนิตินิตหอหญิง กิจกรรมลีลาศหอใน กิจกรรมการประกวด Miss Dormitory และกิจกรรมงาน Home Coming Day) ผลจากการไม่เข้าร่วมกิจกรรมดังกล่าวได้มีมาตรการลงโทษ อาทิเช่น การตัดคะแนนในการเข้าร่วมกิจกรรม การไม่ให้ชั่วโมงกิจกรรม และการถูกตัดสิทธิในการอยู่หอพัก

อีเสริมว่าสำหรับการแก้ไขปัญหาต่างๆดังที่กล่าวมาข้างต้นอีจะประชุมกับเพื่อนรุ่นเดียวกันที่เป็นคณะกรรมการภายในหอด้วยเสมอเพื่อจะได้นำความคิดเห็นที่หลากหลายของแต่ละคนมาเป็นแนวทางในการแก้ไขปัญหาต่างๆต่อไป ซึ่งจะได้แนวทางที่เป็นที่ยอมรับของหลายๆคน กล่าวคือ อีจะไม่แก้ปัญหาดังกล่าวไปโดยไม่มีการปรึกษาหารือกับคณะกรรมการภายในหอพัก เพราะเกรงว่าจะไม่เป็นที่พอใจของคณะกรรมการในรุ่นเดียวกัน อีกทั้งยังเป็นการป้องกันความแตกแยกเพื่อนรุ่นที่ทำงานร่วมกันด้วย

4. สาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดจากบทบาทหัวหน้าทีดำรงอยู่อันมีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

อีให้สัมภาษณ์ว่า ภาระหน้าที่ที่ต้องรับผิดชอบในตำแหน่งหัวหน้าดังที่กล่าวมาทั้งหมดทำให้รู้สึกเครียดมาก กล่าวคือ โดยภาระหน้าที่ที่ต้องรับผิดชอบในฐานะหัวหน้านั้นมีมาก เช่น ต้องควบคุมความเป็นระเบียบเรียบร้อยภายในหอพัก การเป็นที่ปรึกษาให้สมาชิกในหอพักทุกคน การดูแลควบคุมการดำเนินการจัดกิจกรรมต่างๆที่เกิดขึ้นในหอพัก เป็นต้น อียังกล่าวว่า จากหน้าที่ที่ต้องรับผิดชอบรู้สึกเครียด แต่ความเครียดเหล่านั้นไม่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เนื่องจากอีได้กระจายงานต่างๆ ให้เพื่อนๆ รุ่นเดียวกันหรือสมาชิกภายในหอพักช่วยกันทำจึงทำให้เป็นการ

แบ่งเบาภาระหน้าที่ของอีได้ ช่วยทำให้อีมีเวลาที่จะทบทวนตำราเรียนได้อย่างเต็มที่ อีกทั้งเนื่องจาก
 คณะที่อีเรียนคือ คณะอุตสาหกรรมเกษตร ชั้นปีที่4 อีได้กล่าวว่าคณะที่อีเรียนถึงแม้ว่าในบางรายวิชา
 จะมีความยากมากแต่ก็ได้เรียนไปหมดแล้ว และในขณะที่ดำรงตำแหน่งหัวหน้าก็มีจำนวนรายวิชาที่
 ต้องเรียนน้อย และไม่ต้องไปเรียนทุกวันจึงสามารถทำให้อีทำหน้าที่ของหัวหน้าได้อย่างไม่มีความ
 กังวล

การสัมภาษณ์อีในประเด็นคำถามทั้งหมดสามารถสรุปเป็นประเด็นตามหัวข้อคำถาม
 ได้ดังนี้คือ

หัวข้อคำถามที่ 1 การดูแลรับผิดชอบงานต่างๆ ในหอพัก : สามารถสรุปได้ 1 ประเด็นคือ

ประเด็นที่ 1 ประเด็นเกี่ยวกับการประสานงาน กล่าวคือ การที่เป็นหัวหน้าหอพักๆนั้นถือ
 ได้ว่าต้องรับภาระหนักมาก เพราะต้องติดต่อประสานงานกับฝ่ายต่างๆ เช่น ติดต่อประสานงานกับ
 ทางกองกิจการนิสิต ติดต่อประสานงานระหว่างหัวหน้าตึกพัก/หัวหน้าหอพัก รวมถึงหน่วยงาน
 ต่างๆ ที่เกี่ยวข้องหากมีการจัดกิจกรรมต่างๆ ขึ้น

หัวข้อคำถามที่ 2 ปัญหาที่พบในหอพัก : สามารถสรุปได้ 2 ประเด็นคือ

ประเด็นที่ 1 ประเด็นเกี่ยวกับการไม่เข้าร่วมกิจกรรม การที่สมาชิกในหอไม่ค่อยเข้าร่วม
 กิจกรรมอาจจะเป็นเพราะช่วงเวลาที่จัดกิจกรรมนั้นอาจจะตรงกับช่วงเวลาที่สมาชิกในหอพักมีธุระ
 สำคัญที่ต้องไปทำ

ประเด็นที่ 2 ประเด็นเกี่ยวกับนิสิตที่ได้รับสิทธิพิเศษในการอยู่หอ อีในฐานะหัวหน้าหอพัก
 เลือกลงปฏิบัติกับนิสิตที่ได้รับสิทธิพิเศษในการอยู่หอเหมือนกับสมาชิกคนอื่นๆ ไม่ได้ให้สิทธิ
 เหนือสมาชิกคนอื่น กล่าวคือ หากนิสิตที่ได้รับสิทธิพิเศษในการอยู่หอทำผิดระเบียบก็จะลงโทษ
 ตามระเบียบของหอพักที่กำหนดไว้ เป็นต้น

หัวข้อคำถามที่ 3 การแก้ไขปัญหาต่างๆ ในหอพัก : สามารถสรุปได้ 1 ประเด็นคือ

ประเด็นที่ 1 ประเด็นทำการประชุมร่วมกันภายในหอพักๆเพื่อหาทางแก้ไขปัญหาด้วยกัน
 กล่าวคือ การที่ได้มาประชุมร่วมกันในประเด็นต่างๆ ทำให้เกิดความคิดเห็นที่หลากหลาย ทำให้

ได้รับรู้ว่าสมาชิกในหอพักคนอื่นๆ มีความคิดเห็นอย่างไรในการแก้ไขปัญหาแต่ละปัญหาที่เกิดขึ้น ไม่ว่าจะเป็นปัญหาที่เล็กน้อย หรือเป็นปัญหาที่สำคัญก็ตาม

หัวข้อคำถามที่ 4 สาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดจากบทบาทหัวหน้าที่ดำรงอยู่อันมีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน : สามารถสรุปได้ 2 ประเด็นคือ

ประเด็นที่ 1 ประเด็นเกี่ยวกับภาระหน้าที่ที่ต้องรับผิดชอบในหอพักมีมาก กล่าวคือ โดยภาระหน้าที่ที่ต้องรับผิดชอบในฐานะหัวหน้านั้นมีมาก เช่น ต้องดูแลควบคุมความเป็นระเบียบเรียบร้อยภายในหอพัก การเป็นที่ปรึกษาให้สมาชิกในหอพักทุกคน การดำเนินการจัดกิจกรรมต่างๆ ที่ทางหอพักจัดขึ้น เป็นต้น อีกกล่าวว่า จากหน้าที่ที่ต้องรับผิดชอบบางครั้งก็รู้สึกเครียด แต่ความเครียดเหล่านั้นก็ไม่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเนื่องจากก็ทำการกระจายงานต่างๆ ให้เพื่อนรุ่นเดียวกันหรือสมาชิกภายในหอพักช่วยกันทำจึงสามารถเป็นการแบ่งเบาภาระหน้าที่ของอได้ ช่วยทำให้อมีเวลามากขึ้นเพียงพอที่จะทบทวนตำราเรียนได้อย่างเต็มที่

ประเด็นที่ 2 ประเด็นเกี่ยวกับคณะที่หัวหน้าเรียน เนื่องจากคณะที่อเรียนคือ คณะอุตสาหกรรมเกษตร ชั้นปีที่ 4 อได้กล่าวว่าคณะที่อเรียนถึงแม้ว่าในบางรายวิชาจะมีความยากมากแต่ก็ได้เรียนไปหมดแล้ว ช่วงเวลาที่ทำหน้าที่หัวหน้าหอพักนี้มีจำนวนรายวิชาเรียนน้อย และไม่ต้องไปเรียนทุกวัน จึงสามารถทำให้ทำหน้าที่ของหัวหน้าได้อย่างไม่มีความกังวลใดๆ แม้ว่าบางครั้งจะมีความเครียดจากการทำหน้าที่หัวหน้าบ้างแต่ก็ไม่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

กรณีศึกษารายที่ 6: เอฟ

วัน/เดือน/ปี ที่สัมภาษณ์ : 23 พฤษภาคม 2552

สถานที่ : ตึกพักหญิงชวนชม

ชื่อ : เอฟ (นามสมมติ), อายุ : 21 ปี

กำลังศึกษาอยู่ : คณะวิศวกรรมศาสตร์ ภาควิชาวิศวกรรมทรัพยากรน้ำ

ชั้นปีที่ : 4

เกรดเฉลี่ย : 2.60

ตำแหน่ง : หัวหน้าตึกพักหญิงชวนชม

ประเด็นหัวข้อคำถาม :

1. การดูแลรับผิดชอบงานต่างๆ ในตึกพัก

เอฟให้สัมภาษณ์ว่าจากการทำหน้าที่หัวหน้าตึกพักหญิงชวนชมมีความเครียดส่วนมากมาจากงานรับผิดชอบด้านการประชุมและความเครียดที่เกิดจากการทำงานรุ่นเดียวกัน กล่าวคือ ในส่วนของการประชุม เอฟได้ขยายความว่า ในแต่ละสัปดาห์ต้องทำการประชุมหลายฝ่าย อาทิเช่น ประชุมกับทางกองกิจการนิสิต ประชุมระหว่างผู้เป็นหัวหน้าด้วยกัน และประชุมกับสมาชิกภายในตึกพักซึ่งการประชุมแต่ละครั้งใช้เวลา 2-3 ชั่วโมง (ตั้งแต่เวลา 18.00-21.00) เมื่อประชุมกับทางกองกิจการนิสิตหรือประชุมกับผู้ที่เป็นหัวหน้าด้วยกันเรียบร้อยแล้วต้องกลับมาประชุมกับสมาชิกภายในตึกพักให้ได้รับทราบร่วมกัน อีกทั้งในการประชุมแต่ละครั้งจะมีหัวข้อประชุมค่อนข้างมาก ทำให้ต้องใช้เวลานาน จนทำให้เกิดความเครียด ส่วนความเครียดที่เกิดจากการทำงานกับเพื่อนรุ่นเดียวกัน เอฟได้ขยายความว่าในการทำงานภายในตึกจะถูกแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือกลุ่มสมาชิกตึกที่ทำงาน และกลุ่มสมาชิกตึกที่ไม่ทำงานกล่าวคือ ในส่วนของกลุ่มสมาชิกตึกที่ทำงานก็จะเป็นกลุ่มเดิมๆและจะเป็นกลุ่มเล็กๆ แต่ก็จะต้องเข้าร่วมกิจกรรมทั้งหมดที่ทางกองกิจการนิสิตจัดขึ้นหรือทางตึกพักจัดขึ้น สำหรับกลุ่มสมาชิกตึกที่ไม่ทำงานส่วนใหญ่จะมีจำนวนมากและจะไม่ช่วยทำงานหรือเข้าร่วมกิจกรรมเพราะเห็นว่ามีคนทำงานหรือเข้าร่วมกิจกรรมแล้ว จึงทำให้ส่งผลกระทบต่อกลุ่มสมาชิกตึกที่ทำงานเป็นอย่างมากเพราะเหมือนต้องมารับภาระเพิ่ม

2. ปัญหาที่พบในตึกพัก

เอฟให้สัมภาษณ์ว่าส่วนมากปัญหาที่พบในตึกพักจะเป็นปัญหาเล็กน้อยๆ เช่นปัญหาไม่เก็บของใช้ส่วนตัวของตนเองที่อ่างล้างหน้า การไม่อยู่ตึกของสมาชิก การแต่งกายชุดนิสิตที่ผิดระเบียบ (ได้แก่ การคาดเข็มขัดสีน้ำตาล การสวมกระโปรงสั้น การสวมเสื้อทีเกิ้ลด์รัดรูป เป็นต้น) การนำอุปกรณ์เครื่องใช้ไฟฟ้าที่ผิดระเบียบเข้ามาใช้ (ได้แก่ ตู้เย็น กระตะไฟฟ้า ที่หนีบผม ทวี เป็นต้น) เอฟกล่าวว่าจากปัญหาที่เกิดขึ้นดังกล่าว เอฟไม่รู้สึกเครียดกับปัญหาดังกล่าวที่เกิดขึ้นอาจเพราะเป็นตึกใหญ่การควบคุมเป็นหัวหน้าเพียงคนเดียวคงควบคุมได้ไม่ทั่วถึง อีกทั้งในปัญหาตรงจุดนี้ทำการควบคุมไม่ได้มาเป็นทุนเดิมอยู่แล้ว เอฟจึงเลือกที่จะปล่อยไปไม่ได้ไปเข้มงวดกับสมาชิกภายในตึกมากนัก หากเป็นเรื่องราวที่เล็กน้อย นอกจากนี้เอฟกล่าวว่าส่วนที่เป็นปัญหาสำคัญในตึกพักนั้นคือ ปัญหาเกี่ยวกับการที่มีนิสิตที่ได้รับสิทธิพิเศษในการอยู่ตึกมีจำนวนมาก นิสิตที่ได้รับสิทธิพิเศษในการอยู่ตึกบางคนมีชื่ออยู่ตึกแต่ก็ไม่มาอยู่ตึกทำให้ นิสิตที่มีความจำเป็นในการอยู่หอพักใน

มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์จริงๆ (เช่น ไม่มีที่อยู่ในกรุงเทพ และฐานะยากจน) เดือดร้อนไปด้วย อีกทั้งยังส่งผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ที่ทางกองกิจการนิสิตหรือทางตึกพักจัดให้มีขึ้นด้วย กล่าวคือนิสิตที่ได้รับสิทธิพิเศษในการอยู่ตึกส่วนใหญ่ไม่ช่วยทำงานหรือไม่เข้าร่วมกิจกรรมส่วนรวม เนื่องจากพวกเขาคิดว่าถ้าตนเองไม่ทำก็ไม่ทำอะไรเกิดขึ้น ตนเองก็ไม่เดือดร้อน และไม่มีใครกล้าลงโทษ หรือว่ากล่าวตักเตือน แม้แต่ผู้เป็นหัวหน้าก็ตาม เนื่องจากนิสิตที่ได้รับสิทธิพิเศษในการอยู่ตึกพักส่วนใหญ่จะมีคนคอยช่วยเหลืออยู่เสมอ

3. การแก้ไขปัญหาต่างๆ ในตึกพัก

เอฟให้สัมภาษณ์ว่าในส่วนของการแก้ไขปัญหาที่สำคัญ เช่น ในเรื่องของปัญหาที่นิสิตมีชื่ออยู่แต่ไม่เข้ามาอยู่ห้องนั้น เอฟแก้ไขปัญหาโดยการไปแจ้งกับทางอาจารย์ประจำกองกิจการนิสิต นอกจากนี้เอฟยังมีความคิดเห็นว่ากิจกรรมในแต่หนึ่งปีการศึกษามีมากเกินไปสำหรับนิสิตหอพักในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ อาทิเช่น การขอนิสิตตึกพัก/หอพักเข้าร่วมกิจกรรมของทางกองกิจการนิสิต ได้แก่ การขอนิสิตไปบริจาคเลือด เป็นต้น

นอกจากนี้เอฟยังเสริมว่า การขอนิสิตในการเข้าร่วมกิจกรรมของทางกองกิจการนิสิตที่นอกเหนือจากกิจกรรมที่ทางกองกิจการนิสิตหรือทางตึกพักได้กำหนดขึ้นเป็นปัญหาที่สำคัญอย่างหนึ่ง กล่าวคือ การขอนิสิตเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ที่ทางมหาวิทยาลัยหรือหน่วยงานต่างๆ จัดขึ้นซึ่งไม่มีความเกี่ยวข้องกับนิสิตตึกพัก/หอพัก แต่เมื่อใดก็ตามที่ต้องการนิสิตเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ถ้าไม่มีนิสิตเข้าร่วมครบตามจำนวนที่ทางกองกิจการนิสิตได้กำหนดไว้ ทางกองกิจการนิสิตก็จะให้นิสิตภายในตึกพัก /หอพัก เข้าร่วมแทนทำให้สมาชิกภายในตึกพักส่วนใหญ่มีข้อคิดเห็นว่าอยากให้ผู้ที่จัดกิจกรรมได้พิจารณาถึงความจำเป็นในการให้นิสิตตึกพัก/หอพักเข้าร่วมกิจกรรมมากกว่านี้ นอกจากนี้ในส่วนของการเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ เอฟได้เสริมว่า เป็นปัญหาอย่างหนึ่งที่เกิดขึ้นในตึกพัก เพราะในบางครั้งสมาชิกเคยมาร้องเรียนกับเอฟผู้เป็นหัวหน้าว่า อยากให้หัวหน้ามีมาตรการที่จะทำให้สมาชิกคนที่ไม่เคยเข้าร่วมกิจกรรมมาเข้าร่วมกิจกรรมบ้าง เนื่องจากภายในตึกพักคนที่เข้าร่วมทำกิจกรรมส่วนมากก็จะเป็นแต่กลุ่มเดิมๆ ส่วนที่ไม่เข้าร่วมกิจกรรมส่วนใหญ่ก็จะมีแต่กลุ่มเดิมๆ เช่นกัน ทำให้สมาชิกที่เข้าร่วมกิจกรรมมาโดยตลอดบางครั้งเกิดความไม่พอใจ และอยากให้ลดกิจกรรมลงบ้าง สมาชิกยังกล่าวให้เอฟได้รับรู้ต่อไปอีกว่า สาเหตุส่วนหนึ่งที่เข้าตึกพักเกินเวลาก็เนื่องมาจากการทำกิจกรรมต่างๆ ของส่วนรวม เช่น การทำป้ายต่างๆ ร่วมกับ หอพัก/ตึกพักชาย เมื่อมีกิจกรรมกีฬาต้องไปช่วยกันจัดขบวน ซ้อมการแสดง เป็นต้น เมื่อลงชื่อเข้าตึกพักเกินเวลาครบ 3 ครั้งก็ต้องถูกทางกองกิจการนิสิตเรียกไปสอบสวน นิสิตส่วนใหญ่จึงเรียกร้องที่จะให้มีการขยายเวลาใน

การเข้าตีพิมพ์ เอฟจึงกล่าวต่อไปอีกว่า จากปัญหาที่ได้รับฟังจากสมาชิกมาทั้งหมด เอฟจึงเรียกประชุมสมาชิกภายในตีพิมพ์ทุกคน และทำการว่ากล่าวตักเตือนในที่ประชุม เพื่อให้สมาชิกคนอื่นๆ ได้รับทราบทั่วกัน

4. สาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดจากบทบาทหัวหน้าที่ดำรงอยู่อันมีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

เอฟให้สัมภาษณ์ว่า จากการที่อยู่ในตำแหน่งหัวหน้าตีพิมพ์ฯ ต้องมีการเข้าประชุมเป็นประจำ เอฟกล่าวว่า รู้สึกเครียดมากจากการประชุมที่ถี่เกินไป กล่าวคือ ในแต่ละสัปดาห์ เอฟต้องทำการประชุมหลายฝ่าย อาทิเช่น ประชุมกับทางกองกิจการนิสิต ประชุมระหว่างผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้าด้วยกัน และประชุมกับทางสมาชิกภายในตีพิมพ์ การประชุมแต่ละครั้งใช้เวลา 2-3 ชั่วโมง ทำให้เอฟรู้สึกเบื่อและเครียด เนื่องจากทำให้ไม่มีเวลาที่จะให้กับงานทางด้านการศึกษาเท่าที่ควร แต่ทั้งนี้ความเครียดดังกล่าว ไม่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของเอฟ แม้ว่าเอฟจะเรียนในคณะที่ค่อนข้างจะยากคือ คณะวิศวกรรมศาสตร์ ภาควิชา วิศวกรรมทรัพยากรน้ำ ชั้นปีที่ 4 แต่ในเทอมที่เอฟเป็นหัวหน้านั้น มีรายวิชาที่เรียนน้อยเนื่องจากอยู่ชั้นปีที่ 4 แล้วประกอบทั้งไม่ได้มีเรียนทุกวัน จึงทำให้สามารถทำหน้าที่ของหัวหน้าได้ แม้ว่าบางครั้งเอฟจะรู้สึกเครียดจากการทำงานในบทบาทหัวหน้าบ้าง แต่ความเครียดเหล่านั้นก็ไม่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของเอฟ

การสัมภาษณ์เอฟในประเด็นคำถามทั้งหมดสามารถสรุปเป็นประเด็นตามแต่ละหัวข้อคำถามได้ดังนี้คือ

หัวข้อคำถามที่ 1 การดูแลรับผิดชอบงานต่างๆในตีพิมพ์ : สามารถสรุปได้ 2 ประเด็นคือ

ประเด็นที่ 1 ประเด็นเกี่ยวกับการประชุม กล่าวคือ ในการประชุมแต่ละครั้งจะมีหัวข้อในการประชุมที่ค่อนข้างมากทำให้เวลาที่เอฟผู้ซึ่งเป็นหัวหน้าตีพิมพ์นำเรื่องมาชี้แจงกับสมาชิกภายในตีพิมพ์ค่อนข้างที่จะเครียด และในการประชุมแต่ละครั้งค่อนข้างที่จะใช้เวลานานมากทำให้ทั้งสมาชิกและหัวหน้าตีพิมพ์เกิดความเหนื่อยไม่ค่อยอยากเข้าประชุม เนื่องจากในบางครั้งหัวข้อที่นำมาประชุมกันไม่ค่อยมีความสำคัญมากนัก อีกทั้งในขณะที่ทำการประชุมสมาชิกในตีพิมพ์ไม่รับฟัง เอฟผู้เป็นหัวหน้าตีพิมพ์ก็เกิดอาการเครียด

ประเด็นที่ 2 ประเด็นเกี่ยวกับความเครียดที่เกิดจากการทำงานกับเพื่อนรุ่นเดียวกัน กล่าวคือ ในการทำงานภายในตึกจะถูกแบ่งเป็น 2 กลุ่มคือ กลุ่มของสมาชิกตึกที่ทำงานและเข้าร่วมกิจกรรม กับกลุ่มสมาชิกตึกที่ไม่ทำงานและไม่เข้าร่วมกิจกรรม ในกลุ่มของคนทำงานและเข้าร่วมกิจกรรมก็จะ เป็นกลุ่มเดิมๆ และจะเป็นกลุ่มเล็กๆ ที่จะรับผิดชอบงานทั้งหมดไม่ว่าจะเป็นงานหรือกิจกรรมที่ทางหอพักตึกจัดขึ้น หรือทางกองกิจการนิสิตให้เข้าร่วมก็ตาม สำหรับกลุ่มคนที่ไม่ทำงานและไม่เข้าร่วมกิจกรรมส่วนใหญ่จะมีจำนวนมาก จึงทำให้ส่งผลกระทบต่อกลุ่มที่ทำงานและเข้าร่วมกิจกรรมเป็นอย่างมากเพราะเหมือนต้องมารับภาระเพิ่มขึ้นจากการบอกกล่าวของสมาชิกที่เอฟได้รับฟังมาทั้งหมด ทำให้เอฟรับรู้ได้ว่าสมาชิกภายในตึกมีความคาดหวังในตัวเอฟให้มีมาตรการลงโทษกับพวกที่ไม่ยอมช่วยงานหอพักหรือไม่เข้าร่วมกิจกรรมที่ทางหอพักจัดขึ้นอย่างจริงจัง

หัวข้อคำถามที่ 2 ปัญหาที่พบในตึกพัก : สามารถสรุปได้ 2 ประเด็นคือ

ประเด็นที่ 1 ประเด็นเกี่ยวกับปัญหาเล็กๆ น้อยๆ ที่เกิดขึ้นภายในตึกพัก เช่น การไม่เก็บของใช้ส่วนตัวของตนเองที่อ่างล้างหน้า การนำเครื่องใช้ไฟฟ้าที่ผิดระเบียบมาใช้ในตึกพัก ได้แก่ กระทะไฟฟ้า ไดร์เป่าผม เป็นต้น เหตุที่เกิดปัญหาเล็กๆ น้อยๆ อยู่ประจำเนื่องมาจากการขาดระเบียบวินัยในตัวเอง รวมทั้งคิดว่าเป็นหน้าที่ของแม่บ้านประจำตึกพักที่ต้องทำเป็นประจำ จึงเป็นเหตุทำให้เกิดปัญหาขึ้นได้ เมื่อเกิดปัญหาเหล่านี้ขึ้นเอฟเลือกที่จะปล่อยให้ไปไม่เข้มงวดในความผิดเล็กน้อยมากเกินไป อีกทั้งเป็นตึกใหญ่การควบคุมดูแลของเอฟผู้เป็นหัวหน้าคนเดียวควบคุมได้ไม่ทั่วถึง

ประเด็นที่ 2 ประเด็นเกี่ยวกับนิสิตที่ได้รับสิทธิพิเศษในการอยู่ตึก กล่าวคือนิสิตที่ได้รับสิทธิพิเศษในการอยู่ตึกเป็นสมาชิกส่วนใหญ่ที่ไม่ช่วยทำงานหรือเข้าร่วมทำกิจกรรมส่วนรวม เนื่องจากไม่มีใครกล้าว่ากล่าวตักเตือนหรือลงโทษมากนัก

หัวข้อคำถามที่ 3 การแก้ไขปัญหาดังกล่าว ในตึกพัก : สามารถสรุปได้ 3 ประเด็นคือ

ประเด็นที่ 1 ประเด็นปัญหาที่สำคัญที่เกิดขึ้นภายในตึกพัก เช่น การที่นิสิตมีชื่ออยู่ตึกแต่ไม่มาอยู่ตึก โดยเฉพาะหากเป็นนิสิตที่เข้ามาใหม่แต่ไม่มาอยู่ตึก ส่งผลให้เกิดความห่างเหินกับสมาชิกคนอื่นๆ ภายในตึกพัก ไม่มีการปฏิสัมพันธ์อันดีระหว่างกัน ทำให้การเข้าร่วมทำกิจกรรมต่างๆ น้อยลง ส่งผลให้เกิดความแตกแยกกันภายในตึกพัก หรือความไม่เข้าใจกัน เป็นต้น อีกทั้งยังเป็นการขัดขวางนิสิตคนอื่นๆ จากภายนอกที่มีความจำเป็นในการอยู่หอพักในมหาวิทยาลัยอย่างมาก แต่ไม่ได้รับสิทธิในการเข้ามาอยู่ ดังนั้นการที่นิสิตที่มีรายชื่อในการอยู่ตึกแต่กลับไม่มาอยู่ตึกนี้ นอกจากจะเป็น

การไม่ให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมกิจกรรมภายในตึกพักแล้ว ยังเป็นการทำให้บัณฑิตที่มีความจำเป็นในการอยู่หอพักในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์อย่างแท้จริงไม่มีโอกาสเข้ามาอยู่

ประเด็นที่ 2 ประเด็นปัญหาการขอให้นิสิตให้เข้าร่วมกิจกรรมของทางกองกิจการนิสิตมีความถี่และมีจำนวนมาก กล่าวคือ กิจกรรมที่ทางกองกิจการนิสิตให้นิสิตตึกพัก/หอพักเข้าร่วม บางครั้งมีมากเกินไป เช่น การขอให้นิสิตเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ที่ทางมหาวิทยาลัยจัดขึ้น หรือหน่วยงานต่างๆ จัดขึ้น ทั่วๆ ที่ไม่มีความเกี่ยวข้องกับนิสิตตึกพักหรือหอพักเลย แต่เมื่อใดก็ตามที่ต้องการนิสิตเข้าร่วมในกิจกรรมต่างๆ แต่ไม่มีนิสิตเข้าร่วมครบตามจำนวนที่ต้องการทางกองกิจการนิสิตก็จะให้นิสิตภายในตึกพักหรือหอพักเข้าร่วมแทน

ประเด็นที่ 3 ประเด็นเกี่ยวกับการใช้วิธีการเรียกเข้าประชุมและทำการว่ากล่าวตักเตือน การใช้วิธีนี้สำหรับสมาชิกในตึกที่มีจำนวนมากกว่าหอเอฟกล่าวว่าเป็นวิธีที่ดีที่สุด เพราะการเรียกเข้าประชุมทุกคนจะได้ทำให้สมาชิกผู้ที่กระทำผิดรู้สึกอายและเกิดความสำนึกมากขึ้น ส่วนสมาชิกผู้ที่ไม่ได้ทำผิดก็จะได้รับทราบไว้ และไม่ทำความผิดนั้นขึ้นมา เช่น เรียกเข้าประชุมเพื่อว่ากล่าวตักเตือนในเรื่องของการไม่เข้าร่วมกิจกรรมของทางตึกพัก เป็นต้น

หัวข้อคำถามที่ 4 สาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดจากบทบาทหัวหน้าที่ดำรงอยู่อันมีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน : สามารถสรุปได้ 1 ประเด็นคือ

ประเด็นที่ 1 ประเด็นเกี่ยวกับประชุมที่ถี่เกินไปทำให้ไม่มีเวลาให้กับงานทางด้านการเรียนเท่าที่ควร ขณะที่เอฟเรียนคือ คณะวิศวกรรมศาสตร์ ภาควิชาวิศวกรรมทรัพยากรน้ำ ชั้นปีที่ 4 แม้ว่าจะเป็นคณะที่เรียนยาก แต่เนื่องจากในเทอมที่เอฟเป็นหัวหน้านั้นมีรายวิชาเรียนน้อย เพราะอยู่ชั้นปีที่ 4 รายวิชาที่ต้องเรียนจึงมีจำนวนน้อย และไม่ได้มีเรียนทุกวัน จึงทำให้สามารถทำหน้าที่ของหัวหน้าได้อย่างเต็มที่ แม้ว่าในบางครั้งเอฟจะรู้สึกเครียดจากการทำงานในฐานะหัวหน้ามาก แต่ความเครียดเหล่านั้นก็ไม่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมากนัก

กรณีศึกษารายที่ 7: จี

วัน/เดือน/ปี ที่สัมภาษณ์ : 25 พฤษภาคม 2552

สถานที่ : ดึกพักหญิงชงโค

ชื่อ : จี (นามสมมติ), อายุ : 21 ปี

กำลังศึกษาอยู่ : คณะสังคมศาสตร์ ภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา

ชั้นปีที่ : 4

เกรดเฉลี่ย : 2.78

ตำแหน่ง : หัวหน้าดึกพักหญิงชงโค

ประเด็นหัวข้อคำถาม :

1. การดูแลรับผิดชอบงานต่างๆ ในดึกพัก

จีให้สัมภาษณ์ว่า ภาระการดูแลรับผิดชอบงานต่างๆ ในบทบาทหัวหน้าดึกพักหญิงชงโคค่อนข้างมาก โดยเฉพาะอย่างยิ่งการรับผิดชอบในเรื่องการเข้าประชุมและการทำกิจกรรมที่มีความดีและมีจำนวนมาก กล่าวคือในส่วนของการประชุม จีกล่าวว่า โดยปกติในแต่ละสัปดาห์ ชมรมชาวดึกชาวหอ (ชตหอ.) จะทำการนัดประชุมผู้ที่ทำหัวหน้าทุกคนในดึกพักและหอพักหญิงซึ่งมีการนัดประชุมในทุกวันจันทร์และทุกวันพฤหัสบดี นอกจากนี้แล้วยังมีการประชุมกับทางกองกิจการนิสิตและประชุมกับทางสมาชิกภายในดึกพักด้วย ทำให้จีรู้สึกมีความเครียดจากการประชุมค่อนข้างมาก เนื่องจากการประชุมแต่ละครั้งใช้เวลาประมาณ 2-3 ชั่วโมง (ตั้งแต่ 18.00 น.-21.00 น.) เมื่อประชุมกับทางกองกิจการนิสิต หรือ ประชุมกับทางชมรมชาวดึกชาวหอเสร็จก็ต้องกลับมาประชุมที่ดึกอีกเพื่อแจ้งข่าวสารที่ได้ไปประชุมมาให้ทางสมาชิกภายในดึกพักได้รับทราบ ทั้งนี้ในการประชุมบางครั้งหาข้อสรุปไม่ได้ต้องยกเรื่องไปประชุมในวันถัดไป ทำให้เพิ่มวันในการประชุมมากขึ้นและทำให้เป็นการเสียเวลาในการทำงานอื่นๆ เช่น งานด้านการเรียน เป็นต้น จีกล่าวต่อไปว่า การที่ต้องดูแลรับผิดชอบงานต่างๆ ดังกล่าวที่มีความดีและมีจำนวนมากนั้น ทำให้จีรู้สึกเครียดและกดดันมาก เพราะบางครั้งเหมือนทำงานคนเดียว นอกจากนี้จียังกล่าวเสริมว่า การที่จีเป็นคนร่าเริงแจ่มใส และเป็นคนไม่ค่อยชอบบังคับใคร ชอบตามใจคนอื่น ด้วยเหตุผลนี้เอง เมื่อมาอยู่ในตำแหน่งหัวหน้าดึกพักจึงมีผลทำให้บางกิจกรรม เช่น กิจกรรมที่ทางกองกิจการนิสิตจัดขึ้นได้แก่ (กิจกรรมงานปฐมนิเทศหอใน กิจกรรมวันปลูกต้นไม้ มก. กิจกรรมรับน้อง กิจกรรมเดินเทิดพระเกียรติวันแม่แห่งชาติ กิจกรรมทำบุญดึกพัก/หอพักหญิง กิจกรรมสานสัมพันธ์พี่น้อง กิจกรรมหอพักปลอดภัยไว้รอบायมุข

กิจกรรมทำบุญตักฟัก/หอยฟักชาย กิจกรรมรักKUวิ่งรอบKU และกิจกรรมกีฬาชาวตักชาวหอ) และกิจกรรมที่ทางตักฟักจัดขึ้น (ได้แก่ กิจกรรมงานรับปริญญารุ่นพี่ในหอพัก กิจกรรมการออกกำลังกายตอนเช้า กิจกรรมประเพณีสู่มอนิสิตหอหญิง กิจกรรมลีลาศหอใน กิจกรรมการประกวดMiss Dormitory และกิจกรรมงานHome Coming Day) ที่ต้องการสมาชิกภายในตักฟักเข้าร่วม สมาชิกก็จะลงมาร่วมน้อยเนื่องจากเห็นว่าหัวหน้าไม่มีการว่ากล่าวตักเตือน

นอกจากนี้การดูแลรับผิดชอบในเรื่องของการจัดหานิสิตให้เข้าร่วมกิจกรรมที่นอกเหนือจากกิจกรรมที่ทางกองกิจการ นิสิตหรือทางตักฟักจัดขึ้นก็เป็นสาเหตุที่ทำให้รู้สึกเครียด กล่าวคือ บางกิจกรรมไม่ได้มีความจำเป็นและไม่มีความหมายกับนิสิตตักฟัก/หอยฟักเท่าที่ควร แต่ก็ต้องหานิสิตไปให้กองกิจการ นิสิตให้ครบตามจำนวนที่ทางกองกิจการ นิสิตหรือทางมหาวิทยาลัยต้องการ จึงเป็นการบังคับสมาชิกภายในตักฟัก ทำให้เกิดความอึดอัดใจต่อทั้งผู้ที่เป็นหัวหน้า และผู้ที่เป็นสมาชิกตักฟัก

2. ปัญหาที่พบในตักฟัก

จี้ให้สัมภาษณ์ว่า ปัญหาที่พบในตักฟักส่วนใหญ่จะเป็นปัญหาเล็กน้อยๆ เช่น การไม่เก็บของใช้ส่วนตัวของตนเองที่อ่างล้างหน้า(ทั้งนี้อาจเพราะคิดว่า แม่บ้านประจำตักฟักต้องมาเก็บเพื่อทำการจัดระเบียบอยู่แล้ว) การไม่ชอบอยู่ตักฟักของสมาชิก (ได้แก่ การออกไปนอนข้างนอก เป็นต้น) การแต่งกายที่ผิดระเบียบ (เช่น การคาดเข็มขัดสีน้ำตาล การสวมกระโปรงสั้น การสวมเสื้อติเกิ้ลรัดรูป) และการนำอุปกรณ์ไฟฟ้าที่ผิดระเบียบมาใช้ (เช่น กระทะไฟฟ้า ตู้เย็น ทีวี ไซร์เป่าลม ฯลฯ) ซึ่งปัญหาต่างๆดังที่กล่าวมา ถือว่าเป็นการฝ่าฝืนระเบียบของกองกิจการ นิสิตด้วย อีกทั้งปัญหาการไม่เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆในตักฟักของสมาชิก ซึ่งได้แก่ กิจกรรมที่ทางกองกิจการ นิสิตจัดขึ้น (เช่น กิจกรรมงานปฐมนิเทศหอใน กิจกรรมวันปลูกต้นไม้ มก. กิจกรรมรับน้อง กิจกรรมเดินเทิดพระเกียรติวันแม่แห่งชาติ กิจกรรมทำบุญตักฟัก/หอยฟักหญิง กิจกรรมสานสัมพันธ์พี่น้อง กิจกรรมหอยฟักปลอดภัยไร้อบายมุข กิจกรรมทำบุญตักฟัก/หอยฟักชาย กิจกรรมรักKUวิ่งรอบKU และกิจกรรมกีฬาชาวตักชาวหอ) และกิจกรรมที่ทางตักฟักจัดขึ้น(เช่น กิจกรรมงานรับปริญญารุ่นพี่ในหอพัก กิจกรรมการออกกำลังกายตอนเช้า กิจกรรมประเพณีสู่มอนิสิตหอหญิง กิจกรรมลีลาศหอใน กิจกรรมการประกวดMiss Dormitory และกิจกรรมงานHome Coming Day) จากปัญหาที่พบในตักฟักดังกล่าวบางครั้งทำให้รู้สึกเครียดมาก

3. การแก้ไขปัญหาต่างๆในตึกพัก

จึงให้สัมภาษณ์ว่า เนื่องจากปัญหาที่พบส่วนใหญ่ในตึกพักคือปัญหาของการไม่เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆของสมาชิกภายในตึกพัก เช่น กิจกรรมที่ทางกองกิจการนิสิตจัดขึ้น (เช่น กิจกรรมงานปฐมนิเทศหอใน กิจกรรมวันปลูกต้นไม้ มก. กิจกรรมรับน้อง กิจกรรมเดินเทิดพระเกียรติวันแม่แห่งชาติ กิจกรรมทำบุญตึกพัก/หอพักหญิง กิจกรรมสานสัมพันธ์พี่น้อง กิจกรรมหอพักปลอดภัยไร้อบายมุข กิจกรรมทำบุญตึกพัก/หอพักชาย กิจกรรมรักKUวิ่งรอบKU และกิจกรรมกีฬาชาวตึกชาวหอ) และกิจกรรมที่ทางตึกพักจัดขึ้น (ได้แก่ กิจกรรมงานรับปริญญารุ่นพี่ในหอพัก กิจกรรมการออกกำลังกายตอนเช้า กิจกรรมประเพณีสูชอนิสิตหอหญิง กิจกรรมลีลาศหอใน กิจกรรมการประกวด Miss Dormitory และกิจกรรมงานHome Coming Day) การแก้ไขปัญหาการไม่เข้าร่วมกิจกรรมดังกล่าว โดยเบื้องต้นจะทำการว่ากล่าวตักเตือนหากยังไม่ปรับปรุงตัวในการเข้าร่วมกิจกรรมต่อไป จะทำการส่งรายชื่อให้ทางกองกิจการนิสิตทราบเพื่อพิจารณาตัดสิทธิการอยู่ตึกอีกต่อไป แต่ถ้าหากพบปัญหาที่ร้ายแรง เช่น การเสพยาเสพติด การทำร้ายร่างกาย เป็นต้น จะไม่มีการว่ากล่าวตักเตือน แต่จะทำการส่งรายชื่อให้ทางกองกิจการนิสิตพิจารณาตัดสิทธิการอยู่ตึกพักทันที

4. สาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดจากบทบาทหัวหน้าที่ดำรงอยู่นั้นมีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

จึงให้สัมภาษณ์ว่า การที่จ้เรียนอยู่คณะสังคมศาสตร์ ภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา ชั้นปีที่ 4 เมื่อมาทำหน้าที่หัวหน้าแม้ว่าจะรู้สึกเครียดแต่ความเครียดเหล่านั้นก็ไม่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เนื่องจากในเทอมนี้เรียนแค่ 13 หน่วยกิต 5 วิชา จียอมรับว่าเป็นวิชาที่ค่อนข้างจะยาก เพราะเป็นวิชาที่เกี่ยวกับสัมมนาและวิจัยซึ่งค่อนข้างที่จะละเอียดและเหมือนจะเรียนแบบตัวต่อตัวกับอาจารย์ แต่เนื่องจากวันที่มีเรียนมีจำนวนน้อย ทำให้การเป็นหัวหน้าตึกไปด้วยจึงไม่มีผลทำให้เกิดความเครียดได้มากพอที่จะมีผลต่อการเรียน รวมทั้งการที่ตารางเรียนในเทอมนี้เป็นช่วงบ่าย และเรียนเพียงวันพุธวันเดียวจึงทำให้มีเวลามากเพียงพอกับการจัดการกับงานในบทบาทของหัวหน้าตึก แม้ว่าในบางครั้งจะรู้สึกเครียดจากบทบาทหัวหน้าบ้างแต่ความเครียดเหล่านั้นก็ไม่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

การสัมภาษณ์จ้ในประเด็นคำถามทั้งหมดสามารถสรุปเป็นประเด็นตามแต่ละหัวข้อคำถามได้ดังนี้คือ

หัวข้อคำถามที่ 1 การดูแลรับผิดชอบงานต่างๆในตึกพัก : สามารถสรุปได้ 2 ประเด็นคือ

ประเด็นที่ 1 ประเด็นเกี่ยวกับการประชุมเป็นเวลานานๆ แต่ไม่ได้ข้อสรุป กล่าวคือ ในทุกครั้งที่เข้าประชุมต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นการประชุมร่วมกับทางกองกิจการนิสิต การประชุมระหว่างผู้ที่เป็นหัวหน้าด้วยกัน และการประชุมกับสมาชิกภายในตึกก็ตาม หากในการประชุมแต่ละครั้งไม่ได้ข้อสรุปที่ชัดเจน ก็ทำให้รู้สึกว่าการที่ต้องมาประชุมใหม่เป็นเรื่องที่เสียเวลา เพราะการประชุมในแต่ละครั้งนั้นใช้เวลานาน หากยังหาข้อสรุปไม่ได้ เมื่อถึงเวลาหรือมีการประชุมครั้งต่อไปก็ทำให้สมาชิกหลายคนไม่อยากจะเข้าร่วมประชุมในครั้งต่อไป

ประเด็นที่ 2 ประเด็นเกี่ยวกับการที่จะต้องจัดหานิสิตให้มาเข้าร่วมกิจกรรมกับทางกองกิจการนิสิต การที่ต้องจัดหานิสิตให้เข้ามาเข้าร่วมกิจกรรมกับทางกองกิจการนิสิตสำหรับจีฟู้ซึ่งเป็นหัวหน้าคิดว่า การหานิสิตให้มาเข้าร่วมกิจกรรมกับทางกองกิจการนิสิตไม่อยากเกินความสามารถของตนเอง แต่การที่จะทำให้ นิสิตมาเข้าร่วมกิจกรรมด้วยความเต็มใจนั้นเป็นสิ่งที่ยากกว่า เพราะส่วนใหญ่กิจกรรมทุกกิจกรรมของทางกองกิจการนิสิตจะร้องระบุนับจำนวนบุคคลที่จะเข้าร่วม และทุกตึกพักทุกหอพักก็ต้องส่งตามจำนวนที่ทางกองกิจการนิสิตกำหนดมา ซึ่งทุกกิจกรรมที่ทางกองกิจการนิสิตให้นิสิตเข้าร่วมก็ได้รับความร่วมมือจากนิสิตตึกพักและหอพักเป็นอย่างดี แต่หากว่า นิสิตมีเรื่องที่ยากให้ทางกองกิจการนิสิตให้ความร่วมมือ เช่น ในเรื่องของการอนุมัติการจัดทำโครงการต่างๆ เป็นต้น ทางกองกิจการนิสิตไม่ค่อยให้ความร่วมมือมากเท่าที่ควร ซึ่งสิ่งเหล่านี้ทำให้นิสิตรู้สึกไม่อยากเข้าร่วมกิจกรรมให้กับทางกองกิจการนิสิต เนื่องจากการที่ นิสิตตึกพักหรือหอพักทุกคนเต็มใจและตั้งใจทำกิจกรรมทุกอย่างที่ได้รับมอบหมายจากทางกองกิจการนิสิตแต่ทางกองกิจการนิสิตไม่มีความสนใจในหรือเต็มใจที่จะให้ความร่วมมือในสิ่งที่ นิสิตตึกพักหรือหอพักต้องการเท่าที่ควร เช่น การจัดทำกิจกรรมการรับน้องในตึกพัก/หอพัก ทางกองกิจการนิสิตก็จะคอยระงับทุกอย่าง ส่งผลให้ประเพณีเก่าๆ ของทางตึกพัก/หอพักในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ที่เคยมีมาลดน้อยลงไปทุกที

หัวข้อคำถามที่ 2 ปัญหาที่พบในตึกพัก : สามารถสรุปได้ 1 ประเด็นคือ

ประเด็นที่ 1 ประเด็นเกี่ยวกับปัญหาเล็กๆ น้อยๆ อันได้แก่ การไม่เก็บของใช้ส่วนตัวของตนเองที่อ่างล้างหน้า การไม่อยู่ตึก การแต่งกายชุดนิสิตที่ผิดระเบียบ และการใช้อุปกรณ์ไฟฟ้าที่ผิดระเบียบ เป็นต้น ปัญหาจำพวกนี้ก็คงมีอยู่ทุกตึกพักและทุกหอพัก เพราะนิสิตแต่ละคนมาจาก

หลายที่ ต่างคนก็ต่างจิตใจ ปัญหาเหล่านี้ก็อาจจะแก้ไขได้ คือ ทุกคนต้องสร้างจิตสำนึกให้กับตนเอง และช่วยกันว่ากล่าวตักเตือนสมาชิกที่ทำผิดระเบียบ

หัวข้อคำถามที่ 3 การแก้ไขปัญหาต่างๆ ในตึกพัก : สามารถสรุปได้ 3 ประเด็นคือ

ประเด็นที่ 1 ประเด็นการใช้วิธีการเช็คชื่อในกรณีการไม่เข้าร่วมกิจกรรมของนิสิต สำหรับ จีเองเห็นว่าวิธีการนี้สามารถทำให้สมาชิกเข้าร่วมทำกิจกรรมได้เป็นอย่างดี

ประเด็นที่ 2 ประเด็นเกี่ยวกับการลงโทษในการทำผิดเล็กๆ น้อยๆ ด้วยการตักเตือน การลงโทษในกรณีของการกระทำผิดเล็กๆ น้อยๆ เช่น การแต่งกายชุดนิสิตที่ไม่เรียบร้อย เป็นต้น

ประเด็นที่ 3 ประเด็นเกี่ยวกับการลงโทษในการทำผิดกรณีสำคัญด้วยการแจ้งชื่อต่อทาง กองกิจการนิสิตให้ทำการคัดชื่อออก กล่าวคือ การแจ้งชื่อให้ทางกองกิจการนิสิตทำการคัดชื่อออก เมื่อมีการกระทำความผิดที่เป็นกรณีร้ายแรง เช่น การทำร้ายร่างกาย หรือการเสพสิ่งเสพผิด เป็นต้น

หัวข้อคำถามที่ 4 สาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดจากบทบาทหัวหน้าที่ดำรงอยู่นั้นมีผลต่อ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน : สามารถสรุปได้ 1 ประเด็นคือ

ประเด็นที่ 1 ประเด็นเกี่ยวกับความเครียดจากการเป็นหัวหน้าแต่ความเครียดที่เกิดขึ้นไม่มี ผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนกล่าวคือ การที่จีเรียนอยู่คณะสังคมศาสตร์ ภาควิชาสังคมวิทยาและ มานุษยวิทยา ชั้นปีที่ 4 แม้ว่าในบางครั้งจะมีความเครียดจากการทำหน้าที่หัวหน้ามากแต่ความเครียด เหล่านั้นก็ไม่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เนื่องจากในเทอมนี้เรียนแค่ 13 หน่วยกิต 5 จียอมรับว่า เป็นวิชาที่ค่อนข้างยากเพราะเป็นวิชาที่เกี่ยวกับสัมมนาและวิจัยซึ่งค่อนข้างที่จะละเอียดและเหมือน จะเรียนแบบตัวต่อตัวกับอาจารย์แต่เนื่องจากวันที่มีเรียนมีจำนวนน้อย ดังนั้นการเป็นหัวหน้าตึกไป ด้วยจึงไม่มีผลที่ทำให้เกิดความเครียดได้มากพอที่จะมีผลต่อการเรียนเท่าไร รวมทั้งการที่ตารางเรียน ในเทอมนี้เป็นช่วงบ่าย และเรียนเพียงวันพุธวันเดียวจึงทำให้มีเวลามากเพียงพอกับการจัดการกับ งานในบทบาทของหัวหน้าตึกแม้ว่าในบางครั้งจะรู้สึกเครียดจากบทบาทหัวหน้าบ้างแต่ความเครียด เหล่านั้นก็ไม่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

กรณีศึกษารายที่ 8: เอช

วัน/เดือน/ปี ที่สัมภาษณ์ : 27 พฤษภาคม 2552

สถานที่ : ดิ๊กพักหญิงบุงกร

ชื่อ : เอช (นามสมมติ), อายุ : 21 ปี

กำลังศึกษาอยู่ : คณะศึกษาศาสตร์ ภาควิชาการศึกษา สาขาวิชาการสอนคณิตศาสตร์

ชั้นปีที่ : 4

เกรดเฉลี่ย : 3.39

ตำแหน่ง : หัวหน้าดิ๊กพักหญิงบุงกร

ประเด็นหัวข้อคำถาม :

1. การดูแลรับผิดชอบงานต่างๆ ในดิ๊กพัก

เอชให้สัมภาษณ์ว่า การดูแลรับผิดชอบงานด้านต่างๆในดิ๊กพักเช่น (ได้แก่ การดูแลความเป็นระเบียบเรียบร้อยของดิ๊กพัก รวมถึงการดูแลรับผิดชอบเรื่องการประชุมและการทำกิจกรรมต่างๆ เช่นกิจกรรมที่ทางกองกิจการนิสิตจัดขึ้น ได้แก่ กิจกรรมงานปฐมนิเทศหอใน กิจกรรมวันปลูกต้นไม้ มก. กิจกรรมรับน้อง กิจกรรมเดินเทิดพระเกียรติวันแม่แห่งชาติ กิจกรรมทำบุญดิ๊กพัก/หอพักหญิง กิจกรรมสานสัมพันธ์พี่น้อง กิจกรรมหอพักปลอดภัยไร้อบายมุข กิจกรรมทำบุญดิ๊กพัก/หอพักชาย กิจกรรมรักKUวิ่งรอบKU และกิจกรรมกีฬาชาวตีชชาวหอ ส่วนกิจกรรมอีกประเภทหนึ่งก็คือกิจกรรมที่ทางดิ๊กพักจัดขึ้น ได้แก่ กิจกรรมงานรับปริญญารุ่นพี่ในหอพัก กิจกรรมการออกกำลังกายตอนเช้า กิจกรรมประเพณีสู้ออนิสิตหอหญิง กิจกรรมลีลาศหอใน กิจกรรมการประกวด Miss Dormitory และกิจกรรมงานHome Coming Day) เอชกล่าวว่าการดูแลรับผิดชอบงานต่างๆที่กล่าวมาข่อมต้องมีเวลาให้เป็นอย่างมาก แต่เนื่องจากตัวของเอชเองมีปัญหาเกี่ยวกับเรื่องการเงิน กล่าวคือ เอชจะต้องหาเงินเพื่อมาเป็นค่าใช้จ่ายในการเรียน ดังนั้นเอชจะต้องทำงานสอนพิเศษช่วงเย็น หรือ วันเสาร์-อาทิตย์ แต่ตอนนี้เมื่อมาเป็นหัวหน้าทำให้ไม่สามารถสอนพิเศษได้เพราะจะต้องเข้าประชุมและมีงานที่ต้องรับผิดชอบภายในดิ๊กพักมากขึ้น จึงทำให้เอชรู้สึกเครียดเป็นอย่างมาก นอกจากนี้สิ่งที่ทำให้เอชรู้สึกเครียดอีกอย่างหนึ่งก็คือ การทำงานกับเพื่อนรุ่นเดียวกันภายในดิ๊กพัก กล่าวคือ บางทีเพื่อนรุ่นเดียวกันกับเอช (นิสิตชั้นปีที่ 4) มีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม เป็นตัวอย่างที่ไม่ดีกับสมาชิกภายในดิ๊ก เช่นการแต่งกายที่ผิดระเบียบ ได้แก่ การคาดเข็มขัดสีน้ำตาล การสวมกระโปรงสั้น

การสวมเสื้อตีเกล็ดรูป เป็นต้น ทำให้เขารู้สึกเครียดและอึดอัดใจในการที่จะว่ากล่าวตักเตือนเพื่อนของตนเอง

2. ปัญหาที่พบในตึกพัก

เขาให้สัมภาษณ์ว่า ปัญหาที่พบในตึกพักส่วนใหญ่จะเป็นปัญหาเล็กๆน้อยๆ เช่น การไม่เก็บของใช้ส่วนตัวของตนเองที่อ่างล้างหน้า(ทั้งนี้อาจเพราะคิดว่า แม่บ้านประจำตึกพักต้องมาเก็บเพื่อทำการจัดระเบียบอยู่แล้ว) การไม่ชอบอยู่ตึกพักของสมาชิก (ได้แก่ การออกไปนอนข้างนอก เป็นต้น) การแต่งกายที่ผิดระเบียบ (เช่น การคาดเข็มขัดสีน้ำตาล การสวมกระโปรงสั้น การสวมเสื้อตีเกล็ดรูป) และการนำอุปกรณ์ไฟฟ้าที่ผิดระเบียบมาใช้ (เช่น กระทะไฟฟ้า ตู้เย็น ทีวี ไม้เป่าผม ฯลฯ) ซึ่งปัญหาต่างๆดังที่กล่าวมา ถือว่าเป็นการฝ่าฝืนระเบียบของกองกิจการนิสิตด้วยนอกจากนี้ เขายังกล่าวต่อไปอีกว่า พบปัญหาเกี่ยวกับนิสิตที่ได้รับสิทธิพิเศษในการอยู่ตึก กล่าวคือ นิสิตได้รับสิทธิพิเศษในการอยู่ตึกนั้นบางคนปรับตัวเข้ากับคนอื่นได้ยากทำให้เกิดปัญหาในการเข้าร่วมกิจกรรมหลายอย่าง อีกทั้งนิสิตที่ได้รับสิทธิพิเศษในการอยู่ตึกบางคนครอบครัวมีฐานะทางเศรษฐกิจดี และมีบ้านอยู่ในเขตกรุงเทพไม่มีความจำเป็นที่จะต้องอยู่หอพักในมหาวิทยาลัย แต่เมื่อมีชื่ออยู่ตึกแล้วก็ไม่อยู่ตึก วันใดไม่มีเรียนก็กลับบ้านไม่ยอมเข้าร่วมเข้าร่วมกิจกรรม ส่งผลต่อการช่วยเหลือกิจกรรมเมื่อทางกองกิจการนิสิตต้องการนิสิตตึกพักให้เข้าร่วม อีกทั้งยังส่งผลทำให้สิทธิประโยชน์ของนิสิตต่างจังหวัดที่มีความจำเป็นในการอยู่หออย่างแท้จริงขาดหายไป จากปัญหาที่ได้กล่าวมาทั้งหมดทำให้เกิดความเครียดสำหรับเขเป็นอย่างมากในการที่จะหาแนวทางในการแก้ปัญหาต่อไป

3. การแก้ไขปัญหาต่างๆในตึกพัก

เขาให้สัมภาษณ์ว่า สิ่งที่เป็นปัญหามากที่สุดสำหรับตึกพักที่เขาทำหน้าที่หัวหน้าอยู่นั้นคือ ปัญหาเกี่ยวกับการวางรองเท้าไม่เป็นระเบียบ กล่าวคือ สมาชิกแต่ละห้องไม่เก็บรองเท้าของตนเข้าไว้ในห้องต่างๆที่เป็นกฎระเบียบของตึกพัก เมื่อมีอาจารย์มาตรวจแม่บ้านประจำตึกจึงถูกตำหนิรวมทั้งหัวหน้าตึกพักด้วย เนื่องจากการเก็บรองเท้าไม่เป็นระเบียบทำให้การทำความสะอาดของแม่บ้านประจำตึกพักเกิดความลำบาก หากเขาไม่หาวิธีแก้ไขปัญหานี้ก็จะเป็นปัญหาต่อไปเรื่อยๆทำให้ตึกพักไม่มีความเป็นระเบียบเรียบร้อย ดังนั้นเขาใช้วิธีการให้แม่บ้านกวาดทิ้งให้หมด หากสมาชิกคนใดไม่เก็บรองเท้าของตนเองหรือ วางรองเท้าของตนเองไว้หน้าห้อง เขขยบายความว่าวิธีการแก้ปัญหาแบบนี้ได้ผลมาก แต่อาจจะส่งผลทางด้านความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกกับผู้ที่เป็นหัวหน้าเพราะอาจทำให้ได้รับการเกลียดชังและนินทาจากสมาชิกภายในตึกพักได้

4. สาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดจากบทบาทหัวหน้าที่ดำรงอยู่อันมีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

เอชให้สัมภาษณ์ว่า จากที่อยู่ในตำแหน่งหัวหน้าตึกพักหญิงบุษกรนี้ เอชมีความเครียดค่อนข้างมาก กล่าวคือ โดยภาระหน้าที่เอชต้องรับผิดชอบนั้นมีมาก เช่น การดูแลควบคุมความเป็นระเบียบเรียบร้อยภายในตึกพัก การเป็นที่ปรึกษาให้สมาชิกในตึกพักทุกคน รวมทั้งการเข้าประชุมและการทำกิจกรรมต่างๆที่ทางกองกิจการนิสิตจัดขึ้น(ได้แก่ กิจกรรมงานปฐมนิเทศหอใน กิจกรรมวันปลูกต้นไม้ มก. กิจกรรมรับน้อง กิจกรรมเดินเทิดพระเกียรติวันแม่แห่งชาติ กิจกรรมทำบุญตึกพัก/หอพักหญิง กิจกรรมสานสัมพันธ์พี่น้อง กิจกรรมหอพักปลอดภัยไร้อบายมุข กิจกรรมทำบุญตึกพัก/หอพักชาย กิจกรรมรักKUวิ่งรอบKU และกิจกรรมกีฬาชาวตึกชาวหอ ส่วนกิจกรรมที่ทางตึกพักจัดขึ้น ได้แก่ กิจกรรมงานรับปริญญารุ่นพี่ในหอพัก กิจกรรมการออกกำลังกายตอนเช้า กิจกรรมประเพณีสู่งอนิสิตหอหญิง กิจกรรมลีลาหอใน กิจกรรมการประกวดMiss Dormitory และกิจกรรมงานHome Coming Day) เอชขยายความว่า จากหน้าที่ที่ต้องรับผิดชอบดังที่กล่าวมานั้น บางครั้งรู้สึกเครียดมาก แต่ความเครียดจากการทำหน้าที่หัวหน้าดังกล่าวไม่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเนื่องจากเอชศึกษาอยู่คณะศึกษาศาสตร์ ภาควิชาการศึกษา สาขาวิชาการสอนคณิตศาสตร์ ชั้นปีที่4 ในเทอมที่ทำหน้าที่หัวหน้านี้มีรายวิชาเรียนน้อย และเป็นวิชาที่ไม่ยากมาก คงเหลือแต่การฝึกสอนเท่านั้น

การสัมภาษณ์เอชในประเด็นคำถามทั้งหมดสามารถสรุปเป็นประเด็นตามแต่ละหัวข้อคำถามได้ดังนี้คือ

หัวข้อคำถามที่ 1 การดูแลรับผิดชอบงานต่างๆในตึกพัก : สามารถสรุปได้ 2 ประเด็นคือ

ประเด็นที่ 1 ประเด็นเกี่ยวกับตัวของหัวหน้าที่ต้องทำงานเพื่อหารายได้ไปด้วยพร้อมกับทำหน้าที่หัวหน้าควบคุมกันไป การที่รับหน้าที่เป็นหัวหน้าพร้อมกับการทำงานไปด้วยนั้นเป็นสิ่งที่ดี หากรู้จักที่จะแบ่งเวลาดี ก็จะทำให้สามารถทำงานและทำหน้าที่หัวหน้าไปพร้อมกันได้ แต่ในอีกแง่มุมหนึ่งบางครั้งการเป็นหัวหน้ามีความรับผิดชอบและมีภาระต่างๆ ที่ต้องดูแลรับผิดชอบอย่างมาก อาจจะทำให้ไม่สามารถไปทำงานได้ เพราะเวลาที่ใช้ในการปฏิบัติหน้าที่หัวหน้าภายในตึก ที่ต้องดูแลรับผิดชอบอาจจะตรงกับเวลาในการทำงาน ดังนั้นเอชจึงตัดสินใจเลือกทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งนั่นก็คือ การกลับมาทำหน้าที่หัวหน้าอย่างเต็มที่

ประเด็นที่ 2 ประเด็นมีปัญหาเกี่ยวกับเพื่อนรุ่นเดียวกัน กล่าวคือ บางทีเพื่อนในรุ่นเดียวกันกับผู้ใช้ เป็นหัวหน้าทำตัวไม่เหมาะสม เช่น การแต่งกายที่ผิดระเบียบ เป็นต้น ซึ่งจะเป็นตัวอย่างที่ไม่ดีให้กับสมาชิกในตึกพักได้ หรือการไม่ช่วยทำงานของเพื่อนรุ่นของหัวหน้า ทำให้ผู้ที่เป็หัวหน้ารู้สึกเครียด และอึดอัดใจในการที่จะว่ากล่าวตักเตือนเพื่อนรุ่นของตัวเอง

หัวข้อคำถามที่ 2 ปัญหาที่พบในตึกพัก : สามารถสรุปได้ 2 ประเด็นคือ

ประเด็นที่ 1 ประเด็นเกี่ยวกับปัญหาเล็กๆ น้อยๆ ที่เกิดขึ้นภายในตึกพัก เช่น การไม่เก็บของใช้ส่วนตัวของตนเองที่อ่างล้างหน้า การใช้กระตะไฟฟ้าส่วนตัว เป็นต้น สำหรับปัญหาเล็กๆ น้อยๆ เหล่านี้เอชจะทำการว่ากล่าวตักเตือน และชี้แนะสิ่งทีควรปฏิบัติหรือข้อห้ามต่างๆ

ประเด็นที่ 2 ประเด็นของปัญหานิสิตที่ได้รับสิทธิพิเศษในการอยู่ตึกไม่ค่อยเข้าร่วมกิจกรรม สามารถแบ่งได้เป็น 2 กลุ่มได้แก่ กลุ่มแรกคือกลุ่มของนิสิตที่ได้รับสิทธิพิเศษในการอยู่ตึกที่ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม และกลุ่มที่สองคือนิสิตที่ได้รับสิทธิพิเศษในการอยู่ตึกที่ไม่ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม เนื่องจากนิสิตที่ได้รับสิทธิพิเศษในการอยู่หอบางคนก็จะวางตัวเหมือนสมาชิกคนอื่นทั่วไป ให้เข้าร่วมกิจกรรมอะไรก็เข้าร่วมด้วยความเต็มใจเป็นอย่างดี แต่เป็นส่วนน้อย เพราะนิสิตที่ได้รับสิทธิพิเศษในการอยู่ตึกส่วนใหญ่ไม่ค่อยเข้าร่วมกิจกรรมซึ่งเป็นปัญหาหนักสำหรับผู้ที่เป็หน้าตึกพักๆทีจะต้องทำการแก้ไขในเรื่องนี้ เอชผู้เป็หน้าตึกพักๆให้ ความเห็นว่าไม่ควรให้มินิกิตที่ได้รับสิทธิพิเศษในการอยู่ตึก เพราะเป็นการตัดสิทธิของนิสิตที่ต่างจังหวัดที่ไม่มีที่พักและมีความจำเป็นต้องอยู่อาศัยเพื่อศึกษาเล่าเรียนอย่างแท้จริง เนื่องจากนิสิตที่ได้รับสิทธิพิเศษในการอยู่ตึกส่วนใหญ่มีฐานะทางเศรษฐกิจค่อนข้างดี

หัวข้อคำถามที่ 3 การแก้ไขปัญหาต่างๆ ในตึกพัก : สามารถสรุปได้ 1 ประเด็นคือ

ประเด็นที่ 1 ประเด็นปัญหาเรื่องรองเท้าที่วางหน้าห้องที่ไม่เป็นระเบียบ เอชแก้ปัญหโดย การให้แม่บ้านประจำตึกพักให้กวาดทิ้งให้หมด จึงทำให้สมาชิกภายในตึกพักเก็บเข้าห้องจนเป็นระเบียบขึ้นมาก

หัวข้อคำถามที่ 4 สาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดจากบทบาทหัวหน้าที่ดำรงอยู่อันมีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน : สามารถสรุปได้ 1 ประเด็นคือ

ประเด็นที่ 1 ประเด็นการเกิดความเครียดจากการทำหน้าที่หัวหน้าแต่ไม่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เนื่องจากเอชได้ศึกษาอยู่คณะศึกษาศาสตร์ ภาควิชาการศึกษา สาขาวิชาการสอนคณิตศาสตร์ ชั้นปีที่ 4 ในเทอมที่ทำหน้าที่หัวหนามีรายวิชาเรียนน้อย และเป็นวิชาที่ไม่ยากมาก คงเหลือแต่ภาคการฝึกสอนเท่านั้น

สรุปภาพรวมจากการสัมภาษณ์ผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้า 8 คน พบว่า ผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้าทุกคนมีความรู้สึกเดียวกันคือ มีความเครียดค่อนข้างมาก นอกจากนี้ยังพบว่ามีปัญหา 3 ประเด็นใหญ่ที่คล้ายคลึงกันซึ่งเป็นสาเหตุส่วนใหญ่ที่ทำให้หัวหน้าทุกคนมีความเครียด คือ

1. การฝ่าฝืนกฎระเบียบของนิสิตที่อยู่ในความรับผิดชอบ ได้แก่ พฤติกรรมการแต่งกาย ชุดนิสิตที่ผิดระเบียบ เช่น การคาดเข็มขัดสีน้ำตาล การสวมกระโปรงสั้น การสวมเสื้อทีเกิ้ลด์ริครูป เป็นต้น รวมทั้งฝ่าฝืนกฎเกณฑ์หลักของการอยู่หอพักในมหาวิทยาลัย (ได้แก่ ห้ามดื่มสุรา ห้ามเล่นการพนันทุกชนิด ห้ามลักทรัพย์ ห้ามทะเลาะวิวาทหรือทำลายทรัพย์สินของหอพัก ห้ามโอนสิทธิการอยู่หอพัก ห้ามนำบุคคลภายนอกเข้าพักโดยไม่ได้รับอนุญาต ห้ามเลี้ยงสัตว์ทุกชนิด บริเวณหอพัก และห้ามปิ่นรู้อหอพัก) และฝ่าฝืนระเบียบหอพักนิสิตตามที่มหาวิทยาลัยกำหนดไว้ทั้งหมด 35 ข้อ จากพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมและการฝ่าฝืนกฎระเบียบต่างๆ ของสมาชิกที่อยู่ในความดูแลของหัวหน้าตึก/หัวหน้าหอดังกล่าว ทำให้ผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้าต้องคอยว่ากล่าวตักเตือนหรือลงโทษ แต่ถ้าหากตักเตือนแล้วสมาชิกในความดูแลรับผิดชอบยังคงฝ่าฝืนกฎระเบียบหลักของหอพักหรือฝ่าฝืนระเบียบหอพักนิสิตตามที่มหาวิทยาลัยกำหนดต่อไป ผู้เป็นหัวหน้าก็ต้องส่งรายชื่อเพื่อให้ทางกองกิจการนิสิตพิจารณาตัดสิทธิการอยู่หอพักในมหาวิทยาลัยต่อไป ส่งผลทำให้ผู้ที่เป็นหัวหน้ารู้สึกเครียดจากการที่ต้องส่งรายชื่อเพื่อให้ทางกองกิจการนิสิตพิจารณาตัดสิทธิในการอยู่หอพัก

2. การประชุมที่มีความถี่มาก กล่าวคือ การประชุมที่มีความถี่มากในรอบสัปดาห์ เนื่องจากเป็นหน้าที่ของผู้ที่ดำรงตำแหน่งหัวหน้าตึกพัก/หอพักทุกคนต้องเข้าร่วมประชุม ซึ่งเป็นกฎระเบียบของชมรมชาวศึกษาวหอ (ชตห.) ในการประชุมแต่ละครั้งใช้เวลาประมาณ 2-3 ชั่วโมง (ตั้งแต่ 18.00 – 21.00 น.) หลังจากการประชุมเสร็จต้องกลับมาประชุมต่อภายในตึกพัก/หอพักเพื่อให้สมาชิกในตึกพัก/หอพักได้รับข่าวสารโดยทั่วกัน จากการที่หัวหน้าตึกพัก/หอพัก ต้องรับผิดชอบในการเข้าร่วมการประชุมที่มีความถี่มากนั้น ทำให้เกิดความยุ่งยากในการจัดแบ่งเวลา และต้องใช้ความสามารถอย่างมาก ในการแยกแยะเนื้อหาในแต่ละวาระการประชุม เพื่อดึงเอาจุดประสงค์ในการประชุมแต่ละครั้งมาปฏิบัติให้เกิดผลอย่างแท้จริงกับส่วนรวม ซึ่งนอกจากจะต้องใช้เวลาหลาย

ครั้งในการประชุมแล้ว ยังต้องความรับผิดชอบงานที่ได้รับมอบหมายจากการประชุมอีกด้วย เช่น การสานต่อนโยบายต่างๆ จากที่ประชุม การประสานงานกับฝ่ายต่างๆ เพื่อให้รับทราบข่าวสารจากที่ประชุม การดำเนินการในกิจกรรมต่างๆ ตามที่มติในที่ประชุมกำหนด และการเก็บรวบรวมข้อมูลต่างๆ ในที่ประชุมหากไม่ได้ข้อสรุปเพื่อทำการประชุมในวันถัดไป จากหน้าที่ในการประชุมที่มีความถี่มากนั้น จึงส่งผลให้ผู้ที่เป็นหัวหน้าตึกพัก/หัวหน้าหอพักรู้สึกเครียด

3. การทำกิจกรรมที่มีจำนวนมาก กล่าวคือ กิจกรรมที่ผู้เป็นหัวหน้าต้องดูแลรับผิดชอบทั้งหมดแบ่งได้เป็น 2 ประเภทคือ ประเภทกิจกรรมที่ทางกองกิจการนิสิตจัดขึ้น (ได้แก่ กิจกรรมงานปฐมนิเทศหอใน กิจกรรมวันปลูกต้นไม้ มก. กิจกรรมรับน้อง กิจกรรมเดินเทิดพระเกียรติวันแม่แห่งชาติ กิจกรรมทำบุญตักบาตรและหอพักหญิง กิจกรรมสานสัมพันธ์พี่น้อง กิจกรรมหอพักปลอดภัย ไร้อบายมุข กิจกรรมทำบุญตักบาตรและหอพักชาย กิจกรรมรักKUวิ่งรอบKU และกิจกรรมชาวตึกชาวหอ) และกิจกรรมที่ทางหอพักจัดขึ้น (ได้แก่ กิจกรรมงานรับปริญญารุ่นพี่ในหอพัก กิจกรรมการออกกำลังกายตอนเช้า กิจกรรมประเพณีสู่มอนิสิตรหอหญิง กิจกรรมลีลาศหอใน กิจกรรมการประกวดMiss Dormitory และกิจกรรมงานHome Coming Day) ในการจัดกิจกรรมแต่ละครั้ง ผู้ที่เป็นหัวหน้าต้องมีหน้าที่รับผิดชอบและมีบทบาทอย่างยิ่งในการดำเนินการทุกอย่าง ตั้งแต่เริ่มต้นจนจบกิจกรรม ได้แก่ การเตรียมการ การประชุม การวางแผน การคิดริเริ่มสร้างสรรค์ในส่วนต่างๆ การมอบหมายงาน และการใช้ทรัพยากรบุคคลให้เกิดประโยชน์สูงสุด ซึ่งทั้งหมดที่กล่าวมานี้ เป็นความรับผิดชอบหลักๆ บางส่วนที่ผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้าตึกพัก/หอพักต้องพึงปฏิบัติให้บรรลุตามจุดประสงค์ที่วางไว้ จะเห็นได้ว่า หนึ่งกิจกรรมที่เกิดขึ้นในแต่ละครั้งต้องอาศัยกำลังความคิด กำลังสมอง และกำลังกายมาก ถ้าหากมีกิจกรรมต่างๆ มากเกินไป ภาระหน้าที่ต่างๆ ที่เกิดขึ้นแก่หัวหน้าตึกพัก/หอพักก็เพิ่มขึ้นตามไปด้วย จึงส่งผลทำให้ในบางครั้งผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้ารู้สึกเครียดมาก

อย่างไรก็ตามแม้ว่าหัวหน้าทั้ง 8 คนจะมีความรู้สึกเครียดและยังพบปัญหาต่างๆ ดังที่กล่าวมาแล้วข้างต้นแต่ก็มิได้มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เมื่อพิจารณารายละเอียดแล้ว พบว่า ภารกิจที่อยู่ภายใต้การดูแลรับผิดชอบมีระยะเวลาของการจัดทำกิจกรรมอย่างเป็นทางการตลอดระยะเวลา 1 ปีการศึกษา (ตั้งแต่เดือนมิถุนายน ถึง เดือนมกราคม) แบ่งได้เป็น 2 ประเภท คือ 1. กิจกรรม/โครงการที่ทางกองกิจการอนุมัติให้จัดขึ้น 2. กิจกรรมนอกโครงการที่ต้องยื่นเรื่องเสนอต่อทางกองกิจการนิสิต พอจะสรุปเป็นตารางได้ดังนี้

ตารางที่ 1 กิจกรรม/โครงการที่ทางกองกิจการอนุมัติให้จัดขึ้น

ลำดับ	กิจกรรม	ระยะเวลาในการจัดกิจกรรม
1	งานปฐมนิเทศหอใน	เดือนมิถุนายน
2	วันปลูกต้นไม้ มก.	เดือนมิถุนายน
3	รับน้อง	เดือนกรกฎาคม
4	เดินเทิดพระเกียรติวันแม่แห่งชาติ	เดือนสิงหาคม
5	ทำบุญตักพืชและหอพักหญิง	เดือนสิงหาคม
6	สานสัมพันธ์พี่น้อง	เดือนสิงหาคม - เดือนพฤศจิกายน
7	หอพักปลอดภัย ไร้อบายมุข	เดือนสิงหาคม
8	ทำบุญตักพืชและหอพักชาย	เดือนมกราคม
9	รัก KU วิ่งรอบ KU	เดือนมกราคม
10	กีฬาชาวตึกชาวหอ (ชตห.)	เดือนมกราคม

จากภาพตารางที่ 1 กิจกรรมที่จัดขึ้นเป็นโครงการเสนอต่อทางกองกิจการนิสิตข้างต้น เป็นกิจกรรมที่นิสิตตักพืชและหอพักภายในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขนทุกคนต้องเข้าร่วม และทั้ง 10 กิจกรรมที่จัดขึ้นเป็นโครงการนี้การควบคุมดูแล หรือติดต่อประสานงานต่างๆ ผู้ที่ทำหน้าที่เป็นหัวหน้าตักพืชหรือหัวหน้าหอพักของแต่ละตักพืชหรือหอพักต้องดูแลรับผิดชอบทั้งสิ้น

ตารางที่ 2 กิจกรรมนอกโครงการที่ต้องยื่นเรื่องเสนอต่อทางกองกิจการนิสิต

ลำดับ	กิจกรรม	ระยะเวลาในการจัดกิจกรรม
1	งานรับปริญญารุ่นพี่ในหอพัก	เดือนกรกฎาคม
2	กิจกรรมการออกกำลังกายตอนเช้า	เดือนกรกฎาคม
3	ประเพณีผู้ขอนิสิตหอหญิง	เดือนสิงหาคม
4	กิจกรรมลีลาศหอใน	เดือนพฤศจิกายน
5	การประกวด Miss Dormitory	เดือนมกราคม
6	งาน Home Coming Day	เดือนมกราคม

จากภาพตารางที่ 2 กิจกรรมนอกโครงการที่ต้องยื่นเรื่องเสนอต่อทางกองกิจการนิสิตข้างต้น บางกิจกรรมถือได้ว่าเป็นประเพณีของนิสิตหอในได้ปฏิบัติสืบทอดต่อกันมา เช่น ประเพณีสู้ออก นิสิตหญิง งาน Home Coming Day กิจกรรมลีลาศหอใน และ งานรับปริญญารุ่นพี่ในหอพัก เป็นต้น

สรุปในการทำแต่ทุกกิจกรรมไม่ว่าจะเป็นกิจกรรมที่มีชื่ออยู่ในโครงการหรือ ไม่มีชื่ออยู่ในโครงการล้วนแล้วแต่เป็นกิจกรรมที่ผู้ทำหน้าที่หัวหน้าหอพักต้องมาดูแลจัดการทั้งสิ้น

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เพื่อให้ได้ข้อมูลที่มีความเข้มข้นแม่นยำมากขึ้นผู้วิจัยจึงได้ทำการสัมภาษณ์ อาจารย์อรรถสิทธิ์ งามภักดิ์ ผู้ช่วยหัวหน้างานหอพักฝ่ายบริการและสวัสดิการนิสิต จากการสัมภาษณ์ อาจารย์ที่ดูแลรับผิดชอบเกี่ยวกับงานหอพักนิสิตจากกองกิจการนิสิต อาจารย์กล่าวว่า จากหน้าที่ที่ผู้ เป็นที่หัวหน้าแต่ละตึกแต่ละหอต้องปฏิบัติตามระเบียบที่ทางกองกิจการนิสิตกำหนดไว้นั้นอาจารย์ คิดว่าด้วยภาระหน้าที่ที่ต้องรับผิดชอบอย่างมาก รวมทั้งกิจกรรมต่างๆ ที่ผู้เป็นหัวหน้าตึกพัก/หอพัก จะต้องควบคุมดูแลนั้นมีมาก ในบางครั้งอาจจะทำให้หัวหน้าเกิดความเครียดได้ แต่ถ้าหากผู้ที่ทำ หน้าที่หัวหน้าสามารถจัดสรรเวลาได้ แบ่งเวลาในการทำงานเป็น ก็ไม่น่าจะมีผลต่อผลสัมฤทธิ์ ทางการเรียนอีกทั้งนิสิตที่ทำหน้าที่หัวหน้าจะเป็นนิสิตชั้นปีที่ 4 มีรายวิชาเรียนน้อยและไม่ได้มีเรียน ทุกวันทำให้มีเวลามากพอที่จะสามารถทำหน้าที่ของหัวหน้าได้ และยังเป็นการสร้างประสบการณ์ ในการทำงานให้กับตนเองอีกด้วย

จากคำตอบที่ได้รับจากการสัมภาษณ์อาจารย์เพิ่มเติมจึงสรุปได้ว่า มีความสอดคล้องกับผล การศึกษาที่ได้ศึกษามาแล้ว จากนั้นผู้วิจัยจึงได้ทำการศึกษาเชิงปริมาณต่อไป

ผลการวิจัยเชิงปริมาณ

ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาเชิงปริมาณจากสมาชิกทั้งหมดในหอพักหญิงมหาวิทยาลัย เกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน จำนวนทั้งสิ้น 908 คน โดยใช้วิธีการหาจำนวนของกลุ่มตัวอย่างจากสูตรคำนวณ ของ ทาโร ยามาเน (Taro Yamane) ได้จำนวนขนาดของกลุ่มตัวอย่างในการเก็บข้อมูลครั้งนี้คือ 280 คน ทั้งนี้เพื่อให้ผลการวิจัยเรื่อง ความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดของหัวหน้าหอพักหญิง มหาวิทยาลัย เกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน ที่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน มีความแม่นยำที่ตรงยิ่งขึ้น โดยทำการศึกษาแบ่งเป็น 2 ตอนคือ

ตอนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 ความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดของหัวหน้าตึกพักและหัวหน้าหอพักหญิงที่มี
ผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
ซึ่งผลการวิจัยมีดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตารางที่ 3 แสดงจำนวนและค่าร้อยละของกลุ่มตัวอย่างเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของนิสิต

(n = 280)

ข้อมูลพื้นฐานส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
อายุ		
17-18 ปี	36	12.9
19-21 ปี	202	72.1
22-23 ปี	42	15.0
ที่อยู่อาศัย		
หอราชาวดี	30	10.7
ตึกบุษกร	26	9.3
หอจรรรัตน์	32	11.4
หอคัทลียา	34	12.1
หอมหาหงส์	30	10.7
ตึกชงโค	51	18.2
ตึกชวนชม	47	16.8
หอพุทธรักษา	30	10.7

ตารางที่ 3 (ต่อ)

ข้อมูลพื้นฐานส่วนบุคคล	(n = 280)	
	จำนวน	ร้อยละ
คณะ		
เกษตร	25	8.9
บริหารธุรกิจ	14	5.0
ประมง	26	9.3
มนุษยศาสตร์	16	5.7
วนศาสตร์	48	17.1
วิทยาศาสตร์	23	8.2
วิศวกรรมศาสตร์	30	10.7
ศึกษาศาสตร์	23	8.2
เศรษฐศาสตร์	14	5.0
สังคมศาสตร์	23	8.2
สถาปัตยกรรมศาสตร์	1	0.4
สัตวแพทยศาสตร์	7	2.5
อุตสาหกรรมเกษตร	25	8.9
เทคนิคการสัตวแพทย์	5	1.8
ชั้นปี		
ชั้นปีที่ 1	43	15.4
ชั้นปีที่ 2	86	30.7
ชั้นปีที่ 3	76	27.1
ชั้นปีที่ 4	69	24.6
ชั้นปีที่ 5	6	2.1
ตำแหน่งในตึกพัก/หอพัก		
หัวหน้าตึกพัก/หัวหน้าหอพัก	8	2.9
สมาชิกตึกพัก/สมาชิกหอพัก	272	97.1

ตารางที่ 3 (ต่อ)

ข้อมูลพื้นฐานส่วนบุคคล	(n = 280)	
	จำนวน	ร้อยละ
ผลการเรียน		
ต่ำกว่า 2.00	10	3.6
2.00-2.99	191	68.2
ตั้งแต่ 3.00 ขึ้นไป	79	28.2
รายได้ที่ได้รับ		
ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 5,000 บาท	230	82.1
5,001-9,000	48	17.1
9,001 บาทขึ้นไป	2	0.7
สภาพครอบครัว		
บิดามารดาอยู่ด้วยกัน	232	82.9
บิดามารดาหย่าร้างกัน หรือแยกกันอยู่	30	10.7
บิดาหรือมารดาถึงแก่กรรม	16	5.7
บิดาและมารดาถึงแก่กรรมทั้งคู่	2	0.7
รายได้ของครอบครัว		
ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 20,000 บาท	167	59.6
20,001-50,000 บาท	93	33.2
50,001 บาทขึ้นไป	20	7.1
รายจ่ายของครอบครัว		
ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 10,000 บาท	140	50.0
10,001-30,000	113	40.4
30,001 บาทขึ้นไป	27	9.6

จากตารางที่ 3 แสดงข้อมูลพื้นฐานส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 280 คน ดังรายละเอียดดังต่อไปนี้

อายุ กลุ่มตัวอย่างมีอายุน้อยที่สุด 17 ปี และมากที่สุด 23 ปี เมื่อแยกเป็นกลุ่มพบว่าส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 19-21 ปี คิดเป็นร้อยละ 72.1 รองลงมาได้แก่อายุระหว่าง 22-23 ปี ร้อยละ 15.0 และน้อยสุดมีอายุระหว่าง 17-18 ปี ร้อยละ 12.9

ที่อยู่อาศัย กลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นกลุ่มตัวอย่างที่พักอาศัยอยู่ตึกพักหญิงชงโค คิดเป็นร้อยละ 18.2 รองลงมาคือตึกพักหญิงชวนชม คิดเป็นร้อยละ 16.8 และตึกพักหญิงบุษกร ร้อยละ 9.3 ตามลำดับ

คณะ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ศึกษาอยู่คณะวนศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 17.1 รองลงมาคือคณะวิศวกรรมศาสตร์ ร้อยละ 10.7 และคณะประมง ร้อยละ 9.3 ตามลำดับ

ชั้นปี กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นนิสิตชั้นปีที่ 2 คิดเป็นร้อยละ 30.7 รองลงมาได้แก่ชั้นปีที่ 3 ร้อยละ 27.1 และชั้นปีที่ 4 ร้อยละ 24.6 ตามลำดับ

ตำแหน่งในตึกพัก/หอพัก ในส่วนของการตอบแบบสอบถามเชิงปริมาณนี้ ผู้วิจัยเน้นกลุ่มตัวอย่างที่เป็นสมาชิกในตึกพักและหอพักเป็นหลักเพื่อนำความคิดเห็นที่ได้มาสนับสนุนข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์หัวหน้าตึกพักและหัวหน้าหอพัก ดังนั้นในส่วนของตำแหน่งในตึกพัก/หอพักของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่จึงเป็นสมาชิกของตึกพัก/หอพัก ร้อยละ 97.1 และเป็นหัวหน้าตึกพัก/หอพัก ร้อยละ 2.9

ผลการเรียน ผลการเรียนของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่อยู่ระหว่าง 2.00-2.99 คิดเป็นร้อยละ 68.2 รองลงมาผลการเรียนอยู่ในเกณฑ์ตั้งแต่ 3.00 ขึ้นไป ร้อยละ 28.2 และน้อยที่สุดคือต่ำกว่า 2.00 ร้อยละ 3.6

รายได้ที่ได้รับ กลุ่มตัวอย่างมีรายได้ที่ได้รับต่อเดือนส่วนใหญ่ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 5,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 82.1 รองลงมาอยู่ระหว่าง 5,001-9,000 บาท ร้อยละ 17.2 และน้อยที่สุดคือ 9,001 บาทขึ้นไป ร้อยละ 0.7

สภาพครอบครัว กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่บิดามารดาอยู่ด้วยกัน ร้อยละ 82.9 รองลงมาบิดามารดาหย่าร้างกันหรือแยกกันอยู่ ร้อยละ 10.7 และบิดาหรือมารดาถึงแก่กรรม ร้อยละ 5.7 ตามลำดับ

รายได้ของครอบครัว กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีรายได้ต่อเดือนของครอบครัวต่ำกว่าหรือเท่ากับ 20,000 บาท ร้อยละ 59.6 รองลงมาอยู่ระหว่าง 20,001-50,000 บาท ร้อยละ 33.2 และ 50,001 บาทขึ้นไป ร้อยละ 7.1 ตามลำดับ

รายจ่ายของครอบครัว กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีรายจ่ายต่อเดือนของครอบครัวต่ำกว่าหรือเท่ากับ 10,000 บาท ร้อยละ 50.0 รองลงมาอยู่ระหว่าง 10,001-30,000 บาท ร้อยละ 40.4 และ 30,001 บาทขึ้นไป ร้อยละ 9.6 ตามลำดับ

ตอนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดของหัวหน้าตึกพักและหัวหน้าหอพักหญิง ที่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ตารางที่ 4 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดของหัวหน้าตึกพักและหัวหน้าหอพักหญิง ที่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

(n = 280)

ความเครียดของหัวหน้า ในความคิดเห็น ของท่าน	ระดับความเครียด					\bar{X}	S.D	ระดับ
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด			
1. ปริมาณงานที่หัวหน้า ต้องรับผิดชอบมีมาก เกินไป	16 (5.71)	101 (36.07)	145 (51.79)	11 (3.93)	7 (2.50)	3.39	0.763	มาก ที่สุด
2. ถึงแม้ว่าเวลาที่ให้กับ สมาชิกในตึกพัก/หอพัก ไม่เพียงพอแต่หัวหน้า ก็รู้สึกว่าเป็นปัญหา	15 (5.36)	58 (20.71)	131 (46.79)	60 (21.43)	16 (5.71)	2.99	0.931	มาก

ตารางที่ 4 (ต่อ)

(n = 280)

ความเครียดของหัวหน้า ในความคิดเห็น ของท่าน	ระดับความเครียด					\bar{X}	S.D	ระดับ
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด			
3. อุปกรณ์เครื่องมือ เครื่องใช้และทรัพยากร มีไม่เพียงพอที่จะปฏิบัติ หน้าที่หัวหน้าได้ดี	10 (3.57)	43 (15.36)	136 (48.57)	71 (25.36)	20 (7.14)	2.83	0.900	มาก
4. การพยายามที่จะ ปฏิบัติหน้าที่หัวหน้า ให้บรรลุมาตรฐานที่ วางไว้ไม่ได้ทำให้ หัวหน้ารู้สึกท้อแท้	15 (5.36)	65 (23.21)	127 (45.36)	57 (20.36)	16 (5.71)	3.02	0.939	มาก
5. เวลาที่มีไม่เพียงพอ ที่ จะปฏิบัติหน้าที่หัวหน้า ที่ได้รับมอบหมายให้ เสร็จตามต้องการ	15 (5.36)	68 (24.29)	139 (49.64)	50 (17.86)	8 (2.86)	3.11	0.860	มาก
6. แม้ว่าผู้ที่ดำรงตำแหน่ง หัวหน้าจะมีจำนวนน้อย แต่การทำงานยังคงมี ประสิทธิภาพ	16 (5.71)	84 (30.00)	113 (40.36)	48 (17.14)	19 (6.79)	3.11	0.982	มาก
7. งานด้านเอกสารที่ ต้องรายงานหรือเสนอ ต่อกองกิจการนิสิตมี ขั้นตอนมาก	32 (11.43)	71 (25.36)	132 (47.14)	35 (12.50)	10 (3.57)	3.29	0.949	มากที่สุด

ตารางที่ 4 (ต่อ)

(n = 280)

ความเครียดของหัวหน้า ในความคิดเห็น ของท่าน	ระดับความเครียด					\bar{X}	S.D	ระดับ
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด			
8. ในภาวะปัจจุบันที่ เน้น การประหยัดให้ใช้ ทรัพยากรอย่างพอเพียง แต่หัวหน้าก็มั่นใจว่า สมาชิกในตึกพัก/หอพัก จะได้รับความสะดวก สบาย	12 (4.29)	84 (30.00)	112 (40.00)	47 (16.79)	25 (8.93)	3.04	0.999	มาก
9. ขอบประมาณของ กองกิจการนิสิตไม่เอื้อ อำนวย ต่อหน้าที่ หัวหน้าที่รับผิดชอบ	21 (7.50)	71 (25.36)	128 (45.71)	48 (17.14)	12 (4.29)	3.15	0.937	มาก
10. สมาชิกมีจำนวน มากเกินไปกำลังของหัว หน้าที่จะควบคุมได้ ทั่วถึง	7 (2.50)	43 (15.36)	115 (41.07)	89 (31.79)	26 (9.29)	2.70	0.925	มาก
11. บรรยากาศระหว่าง สมาชิกในตึกพัก/หอพัก ไม่มีความเป็นมิตร	6 (2.14)	43 (15.36)	82 (29.29)	83 (29.64)	66 (23.57)	2.43	1.075	มาก
12. ถึงแม้ว่าบางครั้ง สมาชิกในตึกพัก/หอพัก จะไม่ปฏิบัติตามคำสั่ง ของหัวหน้าแต่หัวหน้า ยังคงมีความรับผิดชอบ ในการที่จะปฏิบัติหน้าที่ ด้วยความตั้งใจต่อไป	20 (7.14)	82 (29.29)	111 (39.64)	44 (15.71)	23 (8.21)	3.11	1.027	มาก

ตารางที่ 4 (ต่อ)

(n = 280)

ความเครียดของหัวหน้า ในความคิดเห็น ของท่าน	ระดับความเครียด					\bar{X}	S.D	ระดับ
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด			
13. สมาชิกในตึกพัก/ หอพักไม่เข้าร่วม กิจกรรม	13 (4.64)	70 (25.00)	112 (40.00)	60 (21.43)	25 (8.93)	2.95	1.004	มาก
14. สมาชิกในตึกพัก/ หอพักได้รับแรงจูงใจใน การเข้าร่วมกิจกรรมน้อย	11 (3.93)	68 (24.29)	120 (42.86)	65 (23.21)	16 (5.71)	2.98	0.929	มาก
15. การกำหนดหน้าที่ ความรับผิดชอบให้ สมาชิกในตึกพัก/หอพัก ปฏิบัติไม่มีความชัดเจน	9 (3.21)	47 (16.79)	131 (46.79)	77 (27.50)	16 (5.71)	2.84	0.882	มาก
16. ถึงแม้ว่าจะไม่ได้รับ ความยอมรับในความ พยายามและเสียสละใน การปฏิบัติหน้าที่ใน ตำแหน่งหัวหน้าจาก กองกิจการนิสิตและ สมาชิกในตึกพัก/หอพัก แต่หัวหน้าก็มีความ ภาคภูมิใจที่จะดำรง ตำแหน่งหัวหน้าต่อไป	8 (2.86)	68 (24.29)	134 (47.86)	56 (20)	14 (5)	3.00	0.872	มาก

ตารางที่ 4 (ต่อ)

ความเครียดของหัวหน้า ในความคิดเห็น ของท่าน	ระดับความเครียด					\bar{X}	S.D	ระดับ
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด			
17. การขาดการประสาน งานระหว่างทั้งสามฝ่าย ได้แก่ กองกิจการนิสิต หัวหน้า และสมาชิกใน ตึกพัก/หอพัก	12 (4.29)	55 (19.64)	135 (48.21)	63 (22.50)	15 (5.36)	2.95	0.899	มาก
18. แม้ว่าไม่ได้รับความ ร่วมมือในการประสาน งานระหว่างตึกพัก/ หอพัก แต่หัวหน้าก็ไม่ ละทิ้งหน้าที่	13 (4.64)	69 (24.64)	133 (40.00)	48 (17.14)	17 (6.07)	3.05	0.920	มาก
19. ความกดดันจากการ ประสานงานระหว่าง ตึกพัก/หอพัก	16 (5.71)	73 (26.07)	113 (40.36)	61 (21.79)	17 (6.07)	3.04	0.976	มาก
20. ไม่มีคำตอบแทนใน การปฏิบัติงานในหน้าที่ สำหรับผู้ที่ดำรงตำแหน่ง หัวหน้าตึกพัก/หอพัก	11 (3.93)	40 (14.29)	98 (35.00)	87 (31.07)	44 (15.71)	2.60	1.039	มาก
21. การอยู่ในตำแหน่ง ของหัวหน้าทำให้ไม่มี เวลาว่างในการค้นคว้า ด้านการเรียนเท่าที่ควร	15 (5.36)	66 (23.57)	124 (44.29)	61 (21.79)	14 (5)	3.03	0.933	มาก
	รวมทั้งหมด					2.98	0.731	มาก

จากตารางที่ 4 พบว่า ความเครียดของผู้ที่ดำรงตำแหน่งหัวหน้าตึกพักและหัวหน้าหอพักในความคิดเห็นของนิสิตในภาพรวมมีความเครียดในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 2.98$, S.D = 0.731) โดยพบว่า ในข้อ 1 คือ ปริมาณงานที่หัวหน้าต้องรับผิดชอบมีมากเกินไป มีคะแนนเฉลี่ยมากที่สุด ($\bar{X} = 3.39$) และข้อ 7 คือ งานด้านเอกสารที่ต้องรายงานหรือเสนอต่อกองกิจการนิสิตมีขั้นตอนมาก มีคะแนนเฉลี่ย ($\bar{X} = 3.29$) ส่งผลให้ความเครียดอยู่ในระดับมากที่สุด เช่นกัน

เป็นที่น่าสังเกตว่าความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดของหัวหน้าหอพักหญิงที่อยู่ในระดับมากที่สุดมีทั้งหมด 19 ข้อ ได้แก่ข้อ 2, 3, 4, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20 และ 21 และในระดับความเครียดทั้ง 19 ข้อนี้จะเบี่ยงไปทางระดับมากที่สุดมากกว่าที่จะเบี่ยงไปทางระดับปานกลาง ส่วนที่เด่นชัดมีความเครียดอยู่ในระดับมากที่สุดมีด้วยกัน 2 ข้อคือ ในข้อ 1 คือปริมาณงานที่หัวหน้าต้องรับผิดชอบมีจำนวนมากเกินไป มีคะแนนเฉลี่ยมากที่สุด ($\bar{X} = 3.39$) ส่งผลให้เกิดความเครียดในระดับมากที่สุด และข้อ 7 คือ งานด้านเอกสารที่ต้องรายงานหรือเสนอต่อกองกิจการนิสิตมีขั้นตอนมาก มีคะแนนเฉลี่ย ($\bar{X} = 3.29$) ส่งผลให้ความเครียดอยู่ในระดับมากที่สุด

เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า ความเครียดของหัวหน้าหอพักหญิงจากความคิดเห็นของนิสิตผู้เป็นสมาชิกทั้งหมด ส่วนใหญ่มีระดับความเครียดอยู่ในระดับมาก พอจะอธิบายได้ดังนี้

ข้อที่ 1 ปริมาณงานที่หัวหน้าต้องรับผิดชอบมีมากเกินไป ทำให้เกิดความเครียดในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 3.39$) มีสาเหตุมาจากการที่ต้องทำกิจกรรมตามโครงการที่กองกิจการนิสิตกำหนด และ ต้องจัดกิจกรรมเพื่อเป็นการสืบทอดประเพณีภายในหอพักหญิงที่เคยปฏิบัติกันมาด้วย และกิจกรรมต่างๆ ผู้ที่ทำหน้าที่เป็นหัวหน้าต้องเป็นผู้ควบคุมดูแลรับผิดชอบทั้งหมด แต่ก็มีผู้ทำหน้าที่เป็นหัวหน้าเพียงคนเดียว ดังนั้นเมื่อเทียบปริมาณงานที่ต้องรับผิดชอบ กับจำนวนคนผู้ที่เป็นหัวหน้าแล้ว จึงสรุปได้ว่าปริมาณงานที่หัวหน้าต้องรับผิดชอบนั้นมีมากเกินไปที่หัวหน้าเพียงคนเดียวจะทำได้ ด้วยเหตุนี้จึงทำให้ข้อนี้เป็นสาเหตุทำให้เกิดความเครียดในระดับที่มากที่สุดกับผู้ที่เป็นหัวหน้า

ข้อที่ 2 ถึงแม้ว่าเวลาที่ให้กับสมาชิกในตึกพัก/หอพักไม่เพียงพอแต่หัวหน้าก็ไม่รู้สึกรว่าเป็นปัญหา ทำให้เกิดความเครียดในระดับมาก ($\bar{X} = 2.99$) อาจมีสาเหตุมาจากเวลาการเรียนและการทำงานระหว่างผู้ที่เป็นหัวหน้ากับผู้ที่เป็นสมาชิกแตกต่างกัน เช่น หัวหน้าต้องเข้าประชุมกว่าจะเลิกประชุมก็ดึก หรือ สมาชิกเลิกเรียนค่ำ จึงทำให้เวลาที่ประสานสัมพันธ์กับทางสมาชิกจึงมีระยะห่างมาก เป็นต้น

ข้อที่ 3 อุปกรณ์เครื่องมือ เครื่องใช้และทรัพยากรมีไม่เพียงพอที่จะปฏิบัติหน้าที่หัวหน้าได้ดี ทำให้เกิดความเครียดในระดับมาก ($\bar{X} = 2.83$) เป็นเพราะงบประมาณมีน้อย หรือมีไม่เพียงพอ อาจเกิดจากการวางงบประมาณในการใช้จ่ายไม่เหมาะสมกับอุปกรณ์ เครื่องมือ และ เครื่องใช้ ภายในหอพัก เช่น นำงบประมาณไปซื้อคอมพิวเตอร์โน้ตบุ๊กมาให้บัณฑิตยมีใช้ แต่กลับไม่มีนิตินมาใช้บริการ หรือการนำงบประมาณไปซื้อเครื่องฟิตเนตไว้ในหอพักหญิง แต่ก็ไม่มีนิตินเข้าไปใช้บริการ เป็นต้น จึงทำให้ขาดงบประมาณในการที่จะนำไปใช้ในส่วนของอุปกรณ์เครื่องมือเครื่องใช้ที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตของนิตินภายในหอพัก อาทิเช่น ตู้เย็น เป็นต้น

ข้อที่ 4 การพยายามที่จะปฏิบัติหน้าที่หัวหน้าให้บรรลุมาตรฐานที่วางไว้ไม่ได้ทำให้หัวหน้ารู้สึกท้อแท้ ทำให้เกิดความเครียดในระดับมาก ($\bar{X} = 3.02$) อาจเป็นเพราะผู้ที่เป็นหัวหน้ามีความรับผิดชอบ และพอใจกับบทบาทการเป็นหัวหน้าตึกพัก/หอพักหญิง

ข้อที่ 5 เวลาที่มีไม่เพียงพอที่จะปฏิบัติหน้าที่หัวหน้าที่ได้รับมอบหมายให้เสร็จตามต้องการ ทำให้เกิดความเครียดในระดับมาก ($\bar{X} = 3.11$) มีสาเหตุมาจากการวางแผนเรื่องเวลาไม่เหมาะสมกับงานที่ปฏิบัติ หรือปริมาณงานของหัวหน้าตึกพัก/หอพักหญิงมีมากจากข้อมูลที่ได้นำเสนอมา

ข้อที่ 6 แม้ว่าผู้ที่ดำรงตำแหน่งหัวหน้าจะมีจำนวนน้อยแต่การทำงานยังคงมีประสิทธิภาพ ทำให้เกิดความเครียดในระดับมาก ($\bar{X} = 3.11$) มีสาเหตุมาจากหัวหน้ามีการวางแผนอย่างมีประสิทธิภาพ ทำให้เกิดปัญหาค่อนข้างน้อย และมีการแบ่งกลุ่มอย่างเหมาะสม แต่ก็มีมีความเครียดเนื่องจากมีงานมาก

ข้อที่ 7 งานด้านเอกสารที่ต้องรายงานหรือเสนอต่อกองกิจการนิตินมีขั้นตอนมาก ทำให้เกิดความเครียดในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 3.29$) มีสาเหตุสืบเนื่องมาจากความรับผิดชอบของหัวหน้าตึกพัก/หอพักหญิงที่จะต้องจัดกิจกรรมต่างๆ ในตึกพัก/หอพักนั่นเอง เมื่อหัวหน้ามีความต้องการที่จะจัดกิจกรรมต่างๆ เพื่อสมาชิกก็ต้องทำหนังสือยื่นเสนอต่อกองกิจการนิติน หากไม่ผ่านก็ต้องกลับมาแก้ไขใหม่ และระยะเวลาในการพิจารณาเพื่ออนุมัตินั้นมีขั้นตอนมาก ทำให้งานด้านเอกสารก็มากขึ้นตามไปอีกด้วย อีกทั้งผู้ที่เป็นหัวหน้ายังต้องทำรายงานการประชุมแต่ละครั้ง และต้องส่งรายงานความเป็นอยู่ต่อทางกองกิจการนิตินเป็นประจำ ทำให้เป็นอีกส่วนหนึ่งที่ทำให้งานด้านเอกสารมีมาก

ข้อที่ 8 ในภาวะปัจจุบันที่เน้นการประหยัดให้ใช้ทรัพยากรอย่างพอเพียงแต่หัวหน้าก็มั่นใจว่าสมาชิกในตึกพัก/หอพักจะได้รับความสะดวกสบาย ทำให้เกิดความเครียดในระดับมาก ($\bar{X} = 3.04$) สาเหตุที่ผู้ที่เป็นหัวหน้านั้นใจว่าสมาชิกจะได้รับความสะดวกสบายในการใช้ทรัพยากร ถึงแม้ว่าในภาวะปัจจุบันจะมีการเน้นการประหยัดให้ใช้ทรัพยากรอย่างเพียงพอนั้น ก็เพราะทรัพยากรและเครื่องใช้มีจำนวนเพียงพอกับสมาชิกภายในตึกพักหรือหอพัก รวมทั้งการปฏิบัติหน้าที่อย่างตั้งใจเพื่อให้สมาชิกได้รับความสะดวกสบายในการใช้ทรัพยากรทำให้ต้องคิดและวางแผนการใช้ทรัพยากรซึ่งอาจส่งผลทำให้หัวหน้าเกิดความเครียด

ข้อที่ 9 ขบประมาณของกองกิจการนิสิตไม่เอื้ออำนวยต่อหน้าที่หัวหน้าที่รับผิดชอบ ทำให้เกิดความเครียดในระดับมาก ($\bar{X} = 3.15$) มีสาเหตุมาจากกองกิจการนิสิตมองข้ามความสำคัญของผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้าไป และคิดว่าหัวหน้าจะได้ประสบการณ์มากมายจากการที่ได้ทำงานมาก หรือทางกองกิจการนิสิตอาจจะสรุปเองว่างบประมาณหรือสวัสดิการหรือสิทธิประโยชน์ที่มอบให้แก่ผู้ที่เป็นหัวหน้านั้นเพียงพอแล้วทั้งที่จริงแล้วไม่เพียงพอกับความต้องการของผู้เป็นหัวหน้าแต่อย่างใด

ข้อที่ 10 สมาชิกมีจำนวนมากเกินกำลังของหัวหน้าที่จะควบคุมได้ทั่วถึง ทำให้เกิดความเครียดในระดับมาก ($\bar{X} = 2.70$) เป็นเพราะสมาชิกแต่ละคนมีความคิดเห็นของตนเองที่ต่างกัน หรือต่างจากหัวหน้าทำให้มีหลายความคิดที่ไม่ตรงกันทำให้เกิดปัญหาตามมา

ข้อที่ 11 บรรยากาศระหว่างสมาชิกในตึกพัก/หอพักไม่มีความเป็นมิตร ทำให้เกิดความเครียดในระดับมาก ($\bar{X} = 2.43$) เนื่องจากสมาชิกทุกคนต้องมีสังคมแต่สังคมก็มีวิสัยทัศน์และความนิยมที่แตกต่างกันไปทำให้มีการแบ่งกลุ่มออกเป็นหลายกลุ่ม

ข้อที่ 12 ถึงแม้ว่าบางครั้งสมาชิกในตึกพัก/หอพักจะไม่ปฏิบัติตามคำสั่งของหัวหน้าแต่หัวหน้ายังคงมีความรับผิดชอบในการที่จะปฏิบัติหน้าที่ด้วยความเต็มใจต่อไป ทำให้เกิดความเครียดในระดับมาก ($\bar{X} = 3.11$) มีสาเหตุเกิดจากการที่หัวหน้าบางคนไม่ประพฤติตนให้เป็นแบบอย่างที่ดีแก่สมาชิก ทำให้สมาชิกไม่เกิดความศรัทธาเชื่อถือในตัวหัวหน้าเมื่อหัวหน้ามีคำสั่งให้ทำบางอย่างเช่น เข้าร่วมกิจกรรม เป็นต้น จึงทำให้สมาชิกเหล่านั้นไม่ปฏิบัติตามคำสั่งของหัวหน้าอาจทำให้หัวหน้าเกิดความเครียด

ข้อที่ 13 สมาชิกในตึกพัก/หอพักไม่เข้าร่วมกิจกรรม ทำให้เกิดความเครียดในระดับมาก ($\bar{X} = 2.95$) เป็นเพราะในบางครั้งผู้ที่ป็นหัวหน้าไม่ประชาสัมพันธ์ให้สมาชิกได้รับรู้ได้ทั่วถึง และเกิดจากตัวบุคคลของสมาชิกแต่ละคนเองที่ไม่รู้จักหน้าที่ของตนเอง จึงควรมีการวางแผนการจัดกิจกรรม มีการประชาสัมพันธ์อย่างทั่วถึง

ข้อที่ 14 สมาชิกในตึกพัก/หอพักได้รับแรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมน้อย ทำให้เกิดความเครียดในระดับมาก ($\bar{X} = 2.98$) เป็นเพราะในบางกิจกรรมที่จัดขึ้นไม่มีความน่าสนใจพอที่จะจูงใจให้สมาชิกเข้าร่วมกิจกรรม เช่น ไม่มีชั่วโมงกิจกรรมให้ เป็นต้น

ข้อที่ 15 การกำหนดหน้าที่ความรับผิดชอบให้สมาชิกในตึกพัก/หอพักปฏิบัติไม่มีความชัดเจน ทำให้เกิดความเครียดในระดับมาก ($\bar{X} = 2.84$) เกิดจากคำสั่งต่างๆ มีการเปลี่ยนแปลงบ่อย ทำให้ผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้าออกคำสั่งที่กำกวมและไม่ชัดเจนออกไปเนื่องจากยังไม่มีความแน่นอนของคำสั่งว่าจะมีการเปลี่ยนแปลงอีกหรือไม่นั่นเอง

ข้อที่ 16 ถึงแม้ว่าจะไม่ได้รับความยอมรับในความพยายามและเสียสละในการปฏิบัติหน้าที่ในตำแหน่งหัวหน้าจากกองกิจการนิสิตและสมาชิกในตึกพัก/หอพัก แต่หัวหน้าก็มีความภาคภูมิใจที่จะดำรงตำแหน่งหัวหน้าต่อไป ทำให้เกิดความเครียดในระดับมาก ($\bar{X} = 3.00$) การที่หัวหน้าไม่ได้รับความยอมรับในความพยายามและเสียสละในการปฏิบัติหน้าที่จากกองกิจการนิสิตและสมาชิคนั้นอาจเป็นเพราะเกิดจากอคติส่วนตัวของแต่ละบุคคล หรือมีความตั้งใจและพอใจในการทำงานในตำแหน่งของหัวหน้า

ข้อที่ 17 การขาดการประสานงานระหว่างทั้งสามฝ่าย ได้แก่ กองกิจการนิสิตผู้ที่เป็นหัวหน้าด้วยกัน และสมาชิกในตึกพัก/หอพัก ทำให้เกิดความเครียดในระดับมาก ($\bar{X} = 2.95$) การขาดการประสานงานต่อกันนี้นั้นอาจเป็นเพราะกองกิจการนิสิต หัวหน้า และสมาชิก มีเวลาว่างไม่ตรงกัน เป็นต้น

ข้อที่ 18 แม้ว่าไม่ได้รับความร่วมมือในการประสานงานระหว่างตึกพัก/หอพัก แต่หัวหน้าก็ไม่ละทิ้งหน้าที่ ทำให้เกิดความเครียดในระดับมาก ($\bar{X} = 3.05$) การที่หัวหน้าบางคนไม่ได้รับความร่วมมือในการประสานงานระหว่างตึกพักหรือหอพักนั้นเนื่องจากเวลาไม่ตรงกัน ช่องทางในการติดต่อสื่อสารมีอุปสรรค แต่ด้วยความที่ผู้เป็นหัวหน้ามีความพอใจในตำแหน่งของหัวหน้าที่ได้ดำรง

อยู่นั้นจึงทำให้ไม่ละทิ้งหน้าที่ แม้ว่าการไม่ได้รับความร่วมมือในการประสานงานระหว่างตึกพัก/หอพักจะทำให้เกิดความเครียดก็ตาม

ข้อที่ 19 ความกดดันจากการประสานงานระหว่างตึกพัก/หอพัก ทำให้เกิดความเครียดในระดับมาก ($\bar{X} = 3.04$) เกิดจากการประสานงานต้องใช้เวลาในการติดต่อประสานงานแต่ผู้เป็นหัวหน้าอาจมีภาระเรื่องการเรียนในบางช่วงมากหรืออาจจะต้องเข้าประชุมหลายครั้งเพื่อทำความเข้าใจหาข้อสรุปซึ่งอาจทำให้เกิดความเครียดได้ในบางเวลาอาจเนื่องมาจากการมีงานที่ต้องรับผิดชอบมากทำให้การปฏิบัติหน้าที่ประสานงานลดน้อยลง จึงส่งผลให้มีความกดดันจากการประสานงานระหว่างตึกพักหรือหอพักได้

ข้อที่ 20 ไม่มีค่าตอบแทนในการปฏิบัติงานในหน้าที่สำหรับผู้ที่ดำรงตำแหน่งหัวหน้าตึกพัก/หอพัก ทำให้เกิดความเครียดในระดับมาก ($\bar{X} = 2.60$) เป็นเพราะทางกองกิจการนิสิตมีงบประมาณน้อยทำให้มอบสวัสดิการหรือสิทธิประโยชน์แก่ผู้ที่เป็นหัวหน้าได้น้อย ทำให้ผู้ที่เป็นหัวหน้าไม่มีแรงจูงใจในการที่จะปฏิบัติหน้าที่ต่อไป เช่น การมีค่าใช้จ่ายในการติดต่อประสานงาน หรือการให้บริการติดตั้งโทรศัพท์ประจำแต่ละตึกพักและหอพัก

ข้อที่ 21 การอยู่ในตำแหน่งของหัวหน้าทำให้ไม่มีเวลาว่างในการค้นคว้าด้านการศึกษาเท่าที่ควร ทำให้เกิดความเครียดในระดับมาก ($\bar{X} = 3.03$) เนื่องจากการที่อยู่ในตำแหน่งหัวหน้านั้นทำให้มีหน้าที่ที่ต้องรับผิดชอบมากทำให้เวลาว่างในการที่จะมอบให้ทางด้านการเรียนนั้นลดน้อยลง

ข้อวิจารณ์

การวิจัยเรื่อง“ความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดของหัวหน้าหอพักหญิง มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน ที่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน” ผู้วิจัยได้แบ่งการวิจารณ์ออกเป็น 2 ส่วน ได้แก่ การวิจารณ์ในการวิจัยเชิงคุณภาพ และ การวิจารณ์ในงานวิจัยเชิงปริมาณ

การวิจารณ์ในการวิจัยเชิงคุณภาพ ผู้ที่ดำรงตำแหน่งหัวหน้าทั้ง 8 คนมีการให้สัมภาษณ์ที่เหมือนกันทั้งหมดแบ่งได้เป็น 4 ประเด็นคือ

1. การดูแลรับผิดชอบงานต่างๆ ในหอพัก : ผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้ามีปริมาณงานที่ต้องรับผิดชอบ และกิจกรรมที่ต้องทำมากขึ้นไปทั้งนี้อาจเนื่องมาจากนโยบายของทางมหาวิทยาลัยที่นิตินิตจะต้อง เข้าร่วมกิจกรรมเพื่อเก็บชั่วโมงกิจกรรม หากไม่เข้าร่วมกิจกรรมครบตามที่ทางมหาวิทยาลัยกำหนดไว้ ก็จะไม่สิทธิยื่นขอจบการศึกษาได้ จึงทำให้ทางกองกิจการนิตินิตจัดกิจกรรมให้มากขึ้นเพื่อเป็นการให้นิตินิตที่ยังไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมทำการเข้าร่วม แต่ในขณะที่เดียวกันเมื่อมีการจัดกิจกรรมใด กิจกรรมหนึ่งขึ้นมาสำหรับนิตินิตหอพักต้องมอบหมายงานให้ทางหัวหน้าของแต่ละตึกพักหรือหอพัก เป็นคนประสานงานหรือควบคุมดูแลนอกเหนือจากหน้าที่ที่หัวหน้าจะต้องปฏิบัติที่มีมากอยู่แล้ว จึง ทำให้ผู้ที่ดำรงตำแหน่งหัวหน้ารู้สึกว่ามีปริมาณงานหรือกิจกรรมมากขึ้น ควรเพิ่มตำแหน่งผู้ช่วย หัวหน้าตึกพัก/หอพัก รวมทั้งมีอุปกรณ์อำนวยความสะดวกในการทำงานให้มากขึ้น เป็นต้น

2. ปัญหาที่พบในหอพัก : ปัญหาที่พบเป็นประจำในหอพักส่วนมากเป็นปัญหาเล็กๆ น้อยๆ จึงทำให้ผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้าเลือกที่จะไม่เข้มงวดกับปัญหาเล็กๆ น้อยๆ ที่เกิดขึ้นในหอพัก เช่น ปัญหาการไม่เก็บของใช้ส่วนตัวที่อ่างล้างหน้า ปัญหาการใช้กระทะไฟฟ้าส่วนตัว และ ปัญหาการ แต่งกายที่ผิดระเบียบของสมาชิก เป็นต้น เพราะเนื่องจากหน้าที่ของผู้ที่เป็นหัวหน้าที่ต้องจัดทำ กิจกรรมและการประชุมในหอพักนั้นมีมาก และจากการที่มีการประชุมระหว่างผู้ที่เป็นหัวหน้า ด้วยกันมีความถี่มากนั้น อาจเนื่องมาจากการที่มีการจัดกิจกรรมจากประเด็นในข้อที่ 1 นั้นเอง กล่าวคือ เมื่อมีการจัดกิจกรรมสำหรับนิตินิตขึ้นมาต้องมีการเขียนโครงการในการทำกิจกรรมให้กองกิจการ นิตินิตรับทราบและอนุมัติ หากไม่ผ่านก็ต้องประชุมปรึกษากันใหม่ หรือหากมีการแก้ไขก็ต้องมีการ ประชุม หรือแม้ว่ากิจกรรมได้รับการอนุมัติให้ทำได้ก็ต้องมีการประชุมวางแผนกันต่อไป ทั้งนี้ยังไม่ รวมการประชุมย่อยภายในตึกพักและหอพักให้สมาชิกได้รับทราบโดยทั่วกันอีก รวมทั้งการประชุม ระหว่างหัวหน้าในแต่ละสัปดาห์เพื่อประสานงานและติดตามงานต่างๆ เป็นต้น ด้วยเหตุที่กล่าวมา ทั้งหมดนี้เองจึงอาจเป็นสาเหตุทำให้ผู้ที่ดำรงตำแหน่งหัวหน้าทุกคนรู้สึกเหนื่อยกับการที่ต้องเข้า ประชุมที่มีความถี่มาก

3. การแก้ไขปัญหาต่างๆ ในหอพัก : แนวทางในการแก้ปัญหาของผู้ที่เป็นหัวหน้าส่วนใหญ่ คือการว่ากล่าวตักเตือนในที่ประชุม ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่า วิธีการเรียกประชุมรวมแล้วว่ากล่าวตักเตือน หรือแก้ไขปัญหาต่างๆ ในที่ประชมนั้น สามารถทำให้สมาชิกคนอื่นได้รับทราบทั่วกัน ดังนั้นควร สร้างการมีส่วนร่วมของสมาชิกในตึกพักหรือหอพักเพื่อให้ร่วมคิดร่วมทำและได้รับทราบข้อมูล โดยทั่วกัน หากมีสมาชิกคนใดที่กระทำความผิด ก็จะถูกว่ากล่าวตักเตือนเพื่อไม่ให้เป็นเยี่ยงอย่างแก่ สมาชิกคนอื่นต่อไป หรือในกรณีต้องแก้ไขปัญหาต่างๆ ในหอพักวิธีการเรียกประชุมรวมก็เพื่อที่จะ ได้ความคิดที่หลากหลายของแต่ละบุคคลมาเป็นแนวทางในการแก้ไขปัญหาต่างๆ ในหอพักร่วมกัน

นั่นเอง หากเป็นการกระทำผิดเล็กๆ น้อยๆ เช่น การไม่เก็บของใช้ส่วนตัวที่อ่างล้างหน้า เป็นต้น มาตรการลงโทษปัญหาเล็กๆ น้อยๆ เหล่านี้ ขึ้นอยู่กับหัวหน้าของแต่ละหอว่าจะสร้างมาตรการลงโทษอย่างไร บางตึกพักและบางหอพักก็เลือกที่จะไม่เข้มงวดมาก แต่บางตึกพัก/บางหอพักก็จะทำการปรับเป็นเงิน แล้วนำเงินมาเป็นส่วนกลางของหอเพื่อนำไปไว้ใช้ในการจัดกิจกรรมภายในตึกพัก/หอพัก หรือให้แม่บ้านนำสิ่งของที่วางไม่เป็นระเบียบ เช่น นารองเท้าไปที่ภายหลังมีการดักเตือน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะผู้ที่เป็หัวหน้าคำนึงถึงความสัมพันธ์ไมตรีระหว่างสมาชิกกับตัวผู้เป็หัวหน้าเอง จึงไม่อยากจะลงโทษรุนแรงแก่สมาชิกในเรื่องเล็กน้อย แต่ถ้าหากเป็นเรื่องที่สำคัญที่สมาชิกฝ่าฝืน เช่น การไม่เข้าร่วมกิจกรรม เป็นต้น มาตรการลงโทษนั้นจะมีบทลงโทษตายตัวตามระเบียบของทางกองกิจการนิสิตอยู่แล้ว ด้วยเหตุผลนี้จึงอาจเป็นสาเหตุให้ผู้ที่เป็นหัวหน้าสามารถลงโทษสมาชิกได้อย่างเด็ดขาดโดยการแจ้งชื่อต่อทางกองกิจการนิสิตนั่นเอง

4. สาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดจากบทบาทหัวหน้าที่ดำรงอยู่นั้นมีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน : จากข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์พบว่า ผู้ที่ทำหน้าที่เป็นหัวหน้านั้นมีความเครียดจากกรปฏิบัติหน้าที่อยู่ในระดับมากแต่ความเครียดเหล่านั้นไม่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้าทุกคนสามารถจัดสรรเวลาได้ดีในการให้ความสำคัญทางด้านการเรียนและการปฏิบัติหน้าที่หัวหน้า จึงทำให้ความเครียดเหล่านั้นไม่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของผู้ที่เป็นหัวหน้าได้นั่นเอง รวมทั้งผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้าเรียนอยู่ในชั้นปีที่ 4 ซึ่งใกล้จบการศึกษา จึงไม่มีวิชาเรียนมาก จึงทำให้มีเวลามากพอในการทำบทบาทหน้าที่หัวหน้าได้ และจากการให้สัมภาษณ์ของหัวหน้าทั้ง 8 คนมีการให้สัมภาษณ์ที่แตกต่างกันออกไปทำให้ผู้วิจัยมีข้อวิจารณ์พอจะสรุปได้ 4 ข้อ ดังนี้คือ

1. มีความเครียดแต่ไม่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ผลทางการเรียน : การที่หัวหน้ามีความเครียดอาจจะประกอบด้วยปัจจัย ดังต่อไปนี้คือ

1.1 ไม่สามารถจัดสรรเวลาระหว่างงานที่ต้องรับผิดชอบ กับการศึกษาเล่าเรียนได้ดี กล่าวคือ การที่หัวหน้าไม่สามารถที่จะทำการจัดสรรเวลาระหว่างงานที่ต้องรับผิดชอบภายในหอ กับการศึกษาเล่าเรียนได้นั้น อาจเนื่องมาจาก กิจกรรมหรือการประชุมแต่ละครั้งใช้เวลานาน ทำให้เบียดเบียนเวลาที่จะทำการทบทวนตำราเรียน ทำให้รู้สึกเครียดจากการที่ต้องทำกิจกรรมต่างๆ อย่างมาก

1.2 เครื่องครัดในการปฏิบัติหน้าที่หัวหน้าจนเกินไป กล่าวคือ การที่บางครั้งผู้ที่เป็นหัวหน้าเครื่องครัดในการปฏิบัติหน้าที่หัวหน้าเกินไป ไม่มีความยืดหยุ่นในการทำงาน จะส่งผลให้ผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้านั้นเครียดเองหากในบางครั้งไม่สามารถปฏิบัติตามที่ตนตั้งเป้าในการปฏิบัติหน้าที่ไว้ได้

1.3 วิชาที่ลงเรียนมีมากหรือยากเกินไป กล่าวคือ หากคณะที่ผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้าเรียนอยู่ในขณะที่ทำหน้าที่ไปด้วยมีรายวิชาที่ต้องเรียนมาก หรือรายวิชานั้นมีความยากมาก ก็จะทำให้ส่งผลให้เกิดความเครียดได้แก่ผู้เป็นหัวหน้าได้เป็นอย่างมาก เนื่องจากการทำหน้าที่หัวหน้านั้นต้องมีภาระหน้าที่รับผิดชอบงานต่างๆนั้นมามาก และกิจกรรมที่จะต้องควบคุมดูแลนั้นก็มามาก ทำให้เวลาที่จะมีให้สำหรับการทบทวนตำราเรียนนั้นมีน้อยลงไปด้วยหากในขณะที่เป็นหัวหนักรายวิชาที่เรียนมีมากและมีความยากมากแล้ว ก็ส่งผลให้เครียดได้ เพราะต้องเกิดความกังวลใจในการที่จะต้องรับผิดชอบงานในหน้าที่และงานในวิชาที่เรียนไปด้วย

1.4 เรียนในคณะที่มีวิชาเรียนที่ยากต่อการทำความเข้าใจ กล่าวคือ การที่เรียนคณะที่ยากต่อการทำความเข้าใจนั้น หากไม่มีเวลาที่จะทบทวนแล้ว ย่อมส่งผลให้ผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้ามีความเครียดได้เป็นอย่างมาก เพราะหากเรียนคณะที่ยากที่มีวิชาเรียนที่ยากต่อการทำความเข้าใจแล้วต้องมาเวลาให้กับการทบทวนตำราเรียนเป็นอย่างมาก หากทำหน้าที่หัวหน้าไปด้วย ภาระหน้าที่ต่างๆ ที่ต้องรับผิดชอบ และกิจกรรมต่างๆ ที่ต้องควบคุมดูแลนั้นมีมาก อาจจะทำให้ไม่มีเวลามากพอสำหรับการทบทวนตำราเรียน ส่งผลให้เกิดความเครียดแก่ผู้ที่เป็นหัวหน้า

1.5 มีภาระหน้าที่อื่นนอกเหนือจากการปฏิบัติหน้าที่ในบทบาทหัวหน้าตึกพักหรือหอพัก เช่น การเป็นหัวหน้าชมรมต่างๆ เป็นต้น กล่าวคือ การที่จะต้องดูแลรับผิดชอบงานต่างๆ พร้อมๆ กันหลายทางย่อมทำให้เกิดความกังวลว่า งานในส่วนที่เป็นหัวหน้าทางหอพักจะมีประสิทธิภาพหรือไม่มีประสิทธิภาพเท่าที่ควร และงานในส่วนที่เป็นหัวหน้าทางชมรมจะทำได้ไม่ดีเท่าที่ควร ส่งผลให้ผู้ที่ทำหน้าที่เป็นหัวหน้าหลายแห่งเกิดความเครียดได้เป็นอย่างมาก เพราะบางทีเวลาในการประชุมหรือทำงานของทางหอพักและทางชมรมจะมีเวลาตรงกัน เช่น มีการประชุมเวลาเย็นเหมือนกัน ทำให้ผู้ที่ทำหน้าที่เป็นหัวหน้าทั้งในชมรม และในหอพักต้องเลือกที่จะเข้าประชุมทางใดทางหนึ่ง บางครั้งถ้าการประชุมของทั้งสองฝ่ายเป็นการประชุมที่หัวหน้าขาดไม่ได้ ก็ยังทำให้เกิดความเครียดต่อผู้ที่เป็นหัวหน้าเพิ่มขึ้น เป็นต้น

1.6 ต้องทำงานขณะที่เรียนไปด้วย กล่าวคือ ผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้าบางคนต้องทำงานระหว่างเรียนเพื่อหารายได้มาเป็นค่าเล่าเรียนในแต่ละเทอม ส่งผลให้ไม่มีเวลาทำหน้าที่ของหัวหน้าหอพักได้เต็มที่ ส่งผลให้สมาชิกมีการนิทา และไม่มีเชื่อมั่นในตัวหัวหน้าในการทำงานหรือดำเนินกิจกรรมต่างๆ ภายในหอได้ ส่งผลทำให้ผู้ที่เป็หัวหน้ารู้สึกเครียดเป็นอย่างมาก

1.7 การประชุม และกิจกรรมปริมาณงานในบทบาทหัวหน้าตึกพัก/หอพัก กล่าวคือ การประชุมของผู้ที่เป็นหัวหน้ามีมากเกินไป ควรทำการประชุมด้วยเวลาที่รวบรัดและสรุปประเด็นในการประชุมให้สั้นสุดเพื่อไม่ให้ยืดเยื้อไปทำการประชุมในวันถัดไป รวมทั้งกิจกรรมต่างๆ ที่ให้นิสิตตึกพักและหอพักหญิงทำควรลดปริมาณลง

ปัจจัยข้างต้นที่กล่าวมา อาจเป็นปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดของหัวหน้าได้ แต่อย่างไรก็ตามปัจจัยเหล่านั้นก็ไม่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนของผู้ที่เป็นหัวหน้า เนื่องจากผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้าส่วนใหญ่นิเทศชั้นปีที่ 4 มีรายวิชาที่เรียนขณะทำหน้าที่เป็นหัวหน้ามีจำนวนน้อย จึงทำให้มีเวลามากพอที่จะให้กับการศึกษาเล่าเรียน แม้ว่าจะมีคณะที่แตกต่างกันก็ตาม

2. ไม่มีความเครียดและไม่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ผลทางการเรียน : การที่หัวหน้าไม่มีความเครียดและไม่มีผลกระทบต่อผลสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนอาจจะประกอบด้วยปัจจัย ดังต่อไปนี้คือ

2.1 สามารถจัดสรรเวลาระหว่างงานที่ต้องรับผิดชอบ กับการศึกษาเล่าเรียนได้ดี กล่าวคือ การที่หัวหน้าสามารถที่จะทำการจัดสรรเวลาระหว่างงานที่ต้องรับผิดชอบภายในหอ กับการศึกษาเล่าเรียนได้นั้น อาจเนื่องมาจาก กิจกรรมหรือการประชุมแต่ละครั้งสามารถสรุปประเด็นได้เร็ว ทำให้กินเวลาที่จะทำการทบทวนตำราเรียนน้อย ทำให้ไม่รู้สึกเครียดจากการที่ต้องทำกิจกรรมต่างๆ อย่างมาก จึงทำให้ไม่มีผลกระทบต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

2.2 ไม่เคร่งครัดในการปฏิบัติหน้าที่หัวหน้าจนเกินไป กล่าวคือ การที่บางครั้งผู้ที่เป็นหัวหน้าไม่เคร่งครัดในการปฏิบัติหน้าที่หัวหน้าเกินไป มีความยืดหยุ่นในการทำงานบ้าง จะส่งผลให้ผู้ที่ทำหน้าที่หัวหนานั้นไม่เครียดเองแม้ว่าในบางครั้งจะไม่สามารถปฏิบัติตามที่ตนตั้งเป้าในการปฏิบัติหน้าที่ไว้ได้ก็ตาม

2.3 วิชาที่ลงเรียนมีไม่มากหรือไม่ยากเกินไปกล่าวคือ หากคณะที่ผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้าเรียนอยู่ในขณะที่ทำหน้าที่ไปด้วยไม่มีรายวิชาที่ต้องเรียนมาก หรือรายวิชานั้นไม่มีความยากมาก ก็จะไม่ส่งผลให้เกิดความเครียดได้แก่ผู้เป็นหัวหน้า แม้ว่าการทำหน้าที่หัวหน้านั้นต้องมีภาระหน้าที่รับผิดชอบงานต่างๆ มากมาย และกิจกรรมที่จะต้องควบคุมดูแลนั้นจะมีมากก็ตาม ทำให้เวลาที่จะมีให้สำหรับการทบทวนตำราเรียนนั้นมีมากขึ้น ไปด้วย หากในขณะที่เป็นหัวหน้ารายวิชาที่เรียนมีไม่มากและไม่มีความยากแล้ว ก็ไม่ส่งผลให้เกิดความเครียดได้ เพราะไม่ต้องเกิดความกังวลใจในการที่จะต้องรับผิดชอบงานในหน้าที่และงานในวิชาที่เรียนไปด้วย

2.4 เรียนในคณะที่มีวิชาเรียนที่ง่ายต่อการทำความเข้าใจ กล่าวคือ การที่เรียนคณะที่ง่ายต่อการทำความเข้าใจนั้น ทำให้ใช้เวลาที่จะทบทวนวิชาที่เรียนน้อย ย่อมส่งผลให้ผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้าไม่มีความเครียดแต่อย่างใด เพราะหากเรียนคณะที่ง่ายและมีวิชาเรียนที่ง่ายต่อการทำความเข้าใจแล้ว ไม่ต้องใช้เวลาในการทบทวนตำราเรียนมาก แม้ว่าจะต้องหน้าที่หัวหน้าไปด้วยก็ตาม และแม้ว่าภาระหน้าที่ต่างๆ ที่ต้องรับผิดชอบ และกิจกรรมต่างๆ ที่ต้องควบคุมดูแลนั้นมีมาก แต่ก็มีเวลามากพอสำหรับการทบทวนตำราเรียน จึงไม่ส่งผลให้เกิดความเครียดแก่ผู้ที่เป็นหัวหน้า

2.5 ไม่มีภาระหน้าที่อื่นนอกเหนือจากการปฏิบัติหน้าที่ในบทบาทหัวหน้าตึกพักหรือหอพัก กล่าวคือ การที่ไม่ต้องดูแลรับผิดชอบงานต่างๆ พร้อมกันหลายทางย่อมทำให้ไม่เกิดความกังวลว่า งานในส่วนที่เป็นหัวหน้าทางหอพักจะมีประสิทธิภาพหรือไม่มีประสิทธิภาพ งานในส่วนที่เป็นหัวหน้าทางชมรมจะทำได้ดีหรือไม่ดีที่ควร ส่งผลให้ผู้ที่ทำหน้าที่เป็นหัวหน้าในหลายแห่งไม่เกิดความเครียด เพราะมีหน้าที่หัวหน้าในตึกพัก/หอพักอย่างเดียวที่ต้องรับผิดชอบ ทำให้ผู้ที่ทำหน้าที่เป็นหัวหน้าในตึกพัก/หอพัก เพียงอย่างเดียวทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพและใช้เวลากับหน้าที่หัวหน้าภายในตึกพัก/หอพักได้อย่างเต็มที่ จึงทำให้ไม่เกิดความเครียดต่อผู้ที่เป็นหัวหน้า

เมื่อหัวหน้าทำตามปัจจัยข้างต้นที่กล่าวมา ทำให้หัวหน้าไม่รู้สึกเครียดจึงไม่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนของผู้ที่เป็นหัวหน้า

3. มีความสามารถในการลงโทษหรือว่ากล่าวตักเตือนสมาชิกเมื่อมีการทำผิด : การที่หัวหน้าบางคนสามารถที่จะลงโทษหรือว่ากล่าวตักเตือนสมาชิกในความดูแลเมื่อกระทำผิดได้นั้น อาจมีปัจจัยประกอบดังต่อไปนี้

3.1 มีความสนิทสนมคุ้นเคยกัน จึงกล้าที่จะว่ากล่าวตักเตือนหรือลงโทษ การที่ผู้ที่เป็นหัวหน้ามีความสนิทสนมกับสมาชิกในหอพัก เมื่อสมาชิกคนที่สนิทด้วยกระทำแล้วกล้าที่จะเข้าไปว่ากล่าวตักเตือนนั้น ก็เพราะมีความมั่นใจว่าสมาชิกคนดังกล่าวที่สนิทด้วยจะไม่โกรธ หรือไม่เอาไปนินทาหลังเป็นต้น

3.2 ผู้เป็นหัวหน้าได้สร้างมาตรการลงโทษไว้กับสมาชิกในตึกพัก/หอพักให้รับทราบตั้งแต่แรกแล้ว การที่ผู้ที่เป็นหัวหน้าสร้างข้อตกลงสำหรับบทลงโทษเมื่อมีการทำความผิดไว้ตั้งแต่แรก และสมาชิกทุกคนต่างยอมรับในข้อตกลงแล้ว และแจ้งให้สมาชิกได้รับรู้ตั้งแต่แรกนั้น เป็นวิธีการที่ดีมาก เพราะเมื่อสมาชิกในหอพักกระทำผิดก็ทำให้ไม่ต้องลำบากใจในการที่จะทำการลงโทษ

4. ไม่มีความสามารถในการลงโทษหรือว่ากล่าวตักเตือนสมาชิกเมื่อมีการทำผิด : การที่หัวหน้าบางคน ไม่มีความสามารถหรือไม่กล้าที่จะลงโทษหรือว่ากล่าวตักเตือนสมาชิกในความดูแลเมื่อกระทำผิดได้นั้น อาจมีปัจจัยประกอบดังต่อไปนี้

4.2 ไม่มีคุณสมบัติสนมคุ้นเคยกันกับสมาชิกผู้กระทำผิด จึงไม่กล้าที่จะว่ากล่าวตักเตือนหรือลงโทษ เพราะเกรงว่าจะได้รับการนินทาหรือได้รับการเกลียดชังจากสมาชิกในความดูแล

4.3 ผู้เป็นหัวหน้าไม่ได้สร้างมาตรการลงโทษไว้กับสมาชิกในตึกพัก/หอพักให้รับทราบตั้งแต่แรก จึงทำให้รู้สึกขาดความมั่นใจในการที่จะเข้าไปลงโทษหรือว่ากล่าวตักเตือนเมื่อมีการกระทำผิดเกิดขึ้นแม้ว่าจะเป็นเรื่องเล็กๆ น้อยๆ ก็ตาม เช่น ในกรณีการไม่เก็บของใช้ส่วนตัวที่อ้างล้างหน้าหากผู้ที่เป็นหัวหน้าเข้าไปลงโทษโดยการปรับเงินโดยที่ไม่มีการแจ้งให้ทราบล่วงหน้า ก็จะส่งผลทำให้สมาชิกภายในความดูแลหมดความเคารพนับถือในตัวของตัวเองได้ และได้รับการนินทาหรือได้รับการเกลียดชังจากสมาชิกได้

4.4 ด้วยเห็นว่าสมาชิกแต่ละคนมีความคิดและโตกันหมดแล้วจึงไม่กล้าเข้าไปว่ากล่าวตักเตือนมาก เพราะหากเข้าไปว่ากล่าวตักเตือนมากเกรงว่าจะเป็นการไม่ให้เกียรติสมาชิกในความดูแล

การวิจารณ์ในการวิจัยเชิงปริมาณ : จากงานวิจัยเชิงปริมาณจะเห็นได้ว่าค่าเฉลี่ยในแต่ละข้อ มีความแตกต่างกัน ค่าเฉลี่ยที่มีค่ามากที่สุด ($\bar{X} = 3.39$) ในข้อ 1 นั่นคือ ปริมาณงานที่หัวหน้าต้องรับผิดชอบมีมากเกินไป ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่าสมาชิกที่ตอบแบบสอบถาม ได้เห็นเรื่องงานที่หัวหน้าของพวกเขาทำอยู่เสมอ ไม่ว่าจะเป็นการจัดทำกิจกรรมในหอพัก การประสานงานแจ้งข่าวสารต่าง ๆ หรือแม้แต่การประชุม เป็นต้น จึงทำให้ความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดของหัวหน้าของนิสิตในข้อ 1 มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ในงานวิจัยเชิงคุณภาพของผู้ที่เป็นหัวหน้าด้วยที่สุด และข้อ 7 คือ งานด้านเอกสารที่ต้องรายงานหรือเสนอต่อกองกิจการนิสิตมีขั้นตอนมาก มีคะแนนเฉลี่ย ($\bar{X} = 3.29$) ส่งผลให้ความเครียดอยู่ในระดับมากที่สุด กล่าวคือเมื่อมีงานด้านเอกสารที่ต้องรายงานหรือเสนอต่อกองกิจการนิสิตมากเท่าไรก็ย่อมที่จะต้องมีการประชุมระหว่างหัวหน้าแต่ละตึกพักหอพักมากเท่านั้น ส่วนค่าเฉลี่ยที่มีค่าน้อยที่สุด ($\bar{X} = 2.43$) ในข้อ 11 นั่นคือ บรรยากาศระหว่างสมาชิกในตึกพัก/หอพักไม่มีความเป็นมิตรนั้น อาจเป็นเพราะว่า ด้วยความเป็นจริงแล้วความสัมพันธ์ระหว่างหัวหน้ากับสมาชิกเป็นเสมือนเครือญาติพี่น้อง มีการทำกิจกรรมร่วมกันอยู่เสมอ และมีการช่วยเหลือเอื้ออาทรกันเป็นประจำ สมาชิกผู้ตอบแบบสอบถามเองได้สัมผัสแต่บรรยากาศที่เป็นมิตรเป็นส่วนใหญ่จึงทำให้ค่าเฉลี่ยในข้อ 11 น้อย เพราะความรู้สึกที่ได้รับจากการได้ใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันในตึกพักหรือหอพักนั้นมีความเป็นมิตรกัน แต่ถ้าหากผู้ที่ตอบแบบสอบถามอยู่ในตำแหน่งหัวหน้าแล้วหากพบว่าบรรยากาศระหว่างสมาชิกไม่มีความเป็นมิตรผู้วิจัยคาดว่าผู้ที่ดำรงตำแหน่งหัวหน้าต้องมีความเครียดอยู่ในระดับมาก

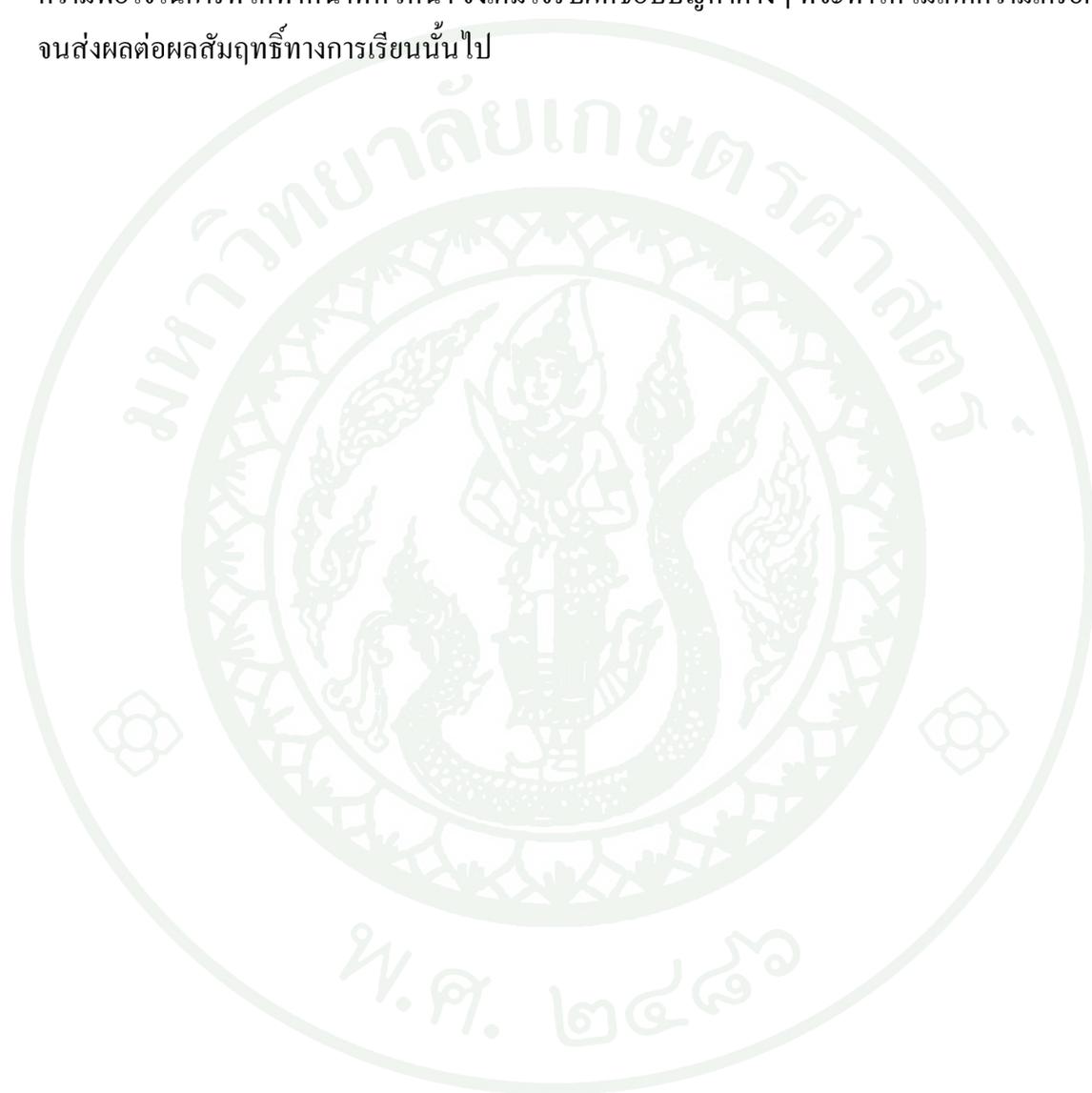
จากการทำวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยตั้งวัตถุประสงค์ในการวิจัยไว้ 2 ข้อ ดังนั้นผู้วิจัยจึงขอวิจารณ์งานวิจัยตามวัตถุประสงค์ทั้ง 2 ข้อดังนี้

วัตถุประสงค์ที่ 1 เพื่อศึกษาความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดของหัวหน้าหอพักหญิงของนิสิต

จากผลการวิจัย พบว่า ความเครียดของหัวหน้าตึกพักและหัวหน้าหอพักในความคิดเห็นของนิสิตตึกพักและหอพักหญิงในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขนส่วนใหญ่มีความคิดเห็นว่า ผู้ที่ดำรงตำแหน่งหัวหน้าตึกพักและหัวหน้าหอพักมีความเครียดในระดับมากที่สุด ซึ่งเกิดจากปริมาณงานในบทบาทหน้าที่ที่หัวหน้าต้องรับผิดชอบมีจำนวนมากเกินไป เป็นสำคัญ

วัตถุประสงค์ที่ 2 เพื่อศึกษาความเครียดของหัวหน้าตึกพักและหัวหน้าหอพักหญิงมีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ผลการวิจัย พบว่า ผู้ที่ดำรงตำแหน่งหัวหน้าตึกพักหรือหัวหน้าหอพักหญิงมีปัญหาความเครียดต่างๆ จากบทบาทของหัวหน้า แต่ความเครียดเหล่านั้นก็ไม่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของผู้เป็นหัวหน้าทุกคน เมื่อมีปัญหาเกิดขึ้นจนทำให้เครียดผู้ที่เป็หัวหน้าทุกคนจัดการกับความเครียดเหล่านั้น โดยการมุ่งแก้ไขกับสิ่งที่เป็ปัญหาที่เกิดขึ้นภายในตึกพักหรือหอพักหญิงรวมทั้งอาจมีความพอใจในการที่ได้ทำหน้าที่หัวหน้า จึงเต็มใจรับผิดชอบปัญหาต่างๆ ที่จะทำใ้ไม่เกิดความเครียดจนส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนนั้นไป



บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยเรื่องความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดของหัวหน้าตึกพักและหอพักหญิง มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน ที่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อ 1) เพื่อศึกษาความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดของหัวหน้าหอพักหญิงของนิสิต 2) เพื่อศึกษาความเครียดของหัวหน้าตึกพักและหัวหน้าหอพักหญิงที่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้แบ่งเป็น 2 ประเภทคือ ประเภทกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในงานวิจัยเชิงคุณภาพ และประเภทกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในงานวิจัยเชิงปริมาณ เมื่อนำจำนวนประชากรเป้าหมายมาคำนวณหากลุ่มตัวอย่างโดยใช้วิธีการหาจำนวนของกลุ่มตัวอย่างจากสูตรคำนวณของทาโร ยามาเน (Taro Yamane) ได้จำนวนขนาดของกลุ่มตัวอย่างในการเก็บข้อมูลเชิงปริมาณในครั้งนี้คือ 280 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูลครั้งนี้ใช้การสัมภาษณ์เชิงลึก และเป็นแบบสอบถามประกอบด้วย 2 ตอนคือ ตอนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม และ ตอนที่ 2 ความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดของหัวหน้าตึกพักและหัวหน้าหอพักหญิง ที่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง เมื่อนำไปทดลองใช้ (try out) กับนิสิตนอกกลุ่มเป้าหมาย จำนวน 30 คน เพื่อทดสอบหาความเชื่อมั่น โดยใช้วิธีตรวจสอบความเชื่อมั่นตามวิธีของครอนบาร์ค(Cronbach Reliability) ได้ค่าความเชื่อมั่น 0.914 ซึ่งแสดงว่า แบบสอบถามฉบับนี้มีความเชื่อมั่นที่สูง จึงนำแบบสอบถามฉบับนี้ไปใช้ในการเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ต่อไป

การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้ดำเนินการสัมภาษณ์แบบเชิงลึกสำหรับผู้ที่ดำรงตำแหน่งหัวหน้าด้วยตนเอง จำนวน 8 คน และแจกแบบสอบถามให้แก่กลุ่มตัวอย่างด้วยตนเองจำนวน 280 ชุด ได้รับแบบสอบถามคืนจำนวน 280 ชุด คิดเป็นร้อยละ 100 จากนั้นนำแบบสอบถามที่สมบูรณ์จำนวน 280 ชุด มาทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีการทางสถิติด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปทางสังคมศาสตร์ เพื่อคำนวณหาค่าความถี่ ร้อยละ คะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เพื่อศึกษาข้อมูล และนำไปสนับสนุนผลการวิจัยเชิงคุณภาพที่ได้จากการสัมภาษณ์แบบเชิงลึก สรุปผลการวิจัยมีดังนี้

สรุปผลการวิจัยเชิงคุณภาพ

ในการวิจัยเชิงคุณภาพผู้วิจัยได้ใช้วิธีการสัมภาษณ์เชิงลึกและได้นำเสนอรายละเอียดของผลการศึกษาวิจัย โดยสรุปเป็น 5 ข้อ ได้ดังต่อไปนี้

1. ความเครียดของหัวหน้า

ในการศึกษาความเครียดของผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้าตึกพักหญิงหรือหัวหน้าหอพักหญิงพบว่า ผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้าทุกคนมีความเครียดจากการประชุมของชมรมชาวตึกชาวหอ (ชตห.) ที่มีมากขึ้นไปในแต่ละสัปดาห์ อีกทั้งในการประชุมแต่ละครั้งใช้เวลานาน ความเครียดจากปัญหาการขาดจำนวนบุคคลในการเข้าร่วมกิจกรรมส่วนใหญ่จะเกิดขึ้นกับผู้ที่เป็นหัวหน้าหอ เพราะจำนวนสมาชิกในหอพักมีจำนวนคนน้อยกว่าตึกพัก ความเครียดจากการไม่ได้รับความร่วมมือจากเพื่อนรุ่นเดียวกันในการทำงานส่วนใหญ่จะเกิดขึ้นกับผู้ที่เป็นหัวหน้าตึก สืบเนื่องมาจากในตึกพักในแต่ละรุ่นแต่ละชั้นปีมีจำนวนคนมากกว่าหอทำให้มีการแบ่งพรรคแบ่งพวกในการทำงานหรือการเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ มากกว่ารวมถึงเพื่อนรุ่นของผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้าตึกด้วย ส่วนกระทำผิดของสมาชิกในตึกพักหรือหอพักไม่ก่อให้เกิดความเครียดต่อผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้า เนื่องจากผู้ที่เป็นหัวหน้าทุกคนกล้าที่จะกล่าวตักเตือน และสร้างข้อตกลงแก่สมาชิกได้ จากข้อมูลความเครียดของหัวหน้าที่ได้บรรยายมาข้างต้น ผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้าส่วนใหญ่เมื่อเจอปัญหาต่างๆ สามารถทำการระงับปัญหาเหล่านั้นได้ เช่น มีการว่ากล่าวตักเตือนหรือสร้างข้อตกลงในการลงโทษอย่างชัดเจน

2. การแก้ไขปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นภายในตึกพักหรือหอพักของหัวหน้า

สำหรับการแก้ไขปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นภายในตึกพักหรือหอพักของหัวหน้า พบว่า ผู้ที่เป็นหัวหน้าไม่ว่าจะเป็นหัวหน้าตึกพักหรือหัวหน้าหอพักเมื่อพบการกระทำผิดระเบียบเล็กๆ น้อยๆ ของสมาชิกภายในตึกพักหรือหอพัก เช่น การไม่เก็บของใช้ส่วนตัวที่อ่างล้างหน้า เรื่องของการแต่งตัวชุดนิตินิตที่ผิดระเบียบ และเรื่องการใช้กระแสไฟฟ้า เป็นต้น ผู้เป็นหัวหน้าส่วนใหญ่เลือกที่จะไม่เข้มงวดมากนัก กล่าวคือ จะไม่เข้าไปว่ากล่าวตักเตือนมากนัก ด้วยเหตุผลที่ว่า มีความสนิทสนมกับสมาชิก กล่าวสมาชิกในความดูแลเกลียดหรือินทา ยกเว้น หัวหน้าหอราชาวิดี และหัวหน้าหอคัทเลีย ที่กล้าเข้าไปว่ากล่าวตักเตือนและสร้างบทลงโทษแม้ว่าจะเป็นเพียงเรื่องเล็กน้อยก็ตาม อาทิ เช่น การปรับเงินหากไม่เก็บของที่อ่างล้างหน้าแล้วนำเงินที่ได้มาเป็นเงินกองกลางของหอ เป็นต้น แต่หากเป็นปัญหาที่สำคัญ เช่น ปัญหาการไม่เข้าร่วมทำกิจกรรมต่างๆ ของสมาชิกภายในตึกพักหรือ

หอพัก เป็นต้น ผู้ที่ดำรงตำแหน่งหัวหน้าทุกคนก็จะทำการเรียกประชุมและว่ากล่าวตักเตือน รวมทั้งมีการเช็คชื่อในการเข้าร่วมกิจกรรมเพื่อเป็นการแก้ไขปัญหา และการส่งรายชื่อให้ทางกองกิจการ นิสิตพิจารณาตัดสิทธิ์การอยู่หอพักในมหาวิทยาลัยต่อไป

3. ความเครียดที่ส่งผลต่อสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนของผู้ที่ดำรงตำแหน่งหัวหน้า

สิ่งที่ทำให้ผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้าตึกพักและหัวหน้าหอพักรู้สึกว่ามีผลกระทบต่อทางด้านการเรียน คือ การประชุมภายในสัปดาห์ และ กิจกรรมที่ทางกองกิจการนิสิตหรือทางชมรมชาวดึกชาวหอ(ชตห.) จัดขึ้น เป็นสำคัญ ในส่วนของการประชุมปรึกษางานระหว่างหัวหน้าตึกพักและหัวหน้าหอพัก พบว่า ภายในแต่ละสัปดาห์ประชุมอย่างน้อย 2-3 ครั้งต่อสัปดาห์ และการประชุมแต่ละครั้งใช้เวลานาน จากนั้นยังต้องกลับมาประชุมที่ตึกพักหรือหอพักของตนเองอีกเพื่อแจ้งสิ่งที่ได้เข้าประชุมจากส่วนกลางมาให้สมาชิกในตึกพักและหอพักได้รับทราบทั่วกัน แต่ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับการจัดสรรเวลา และจำนวนวิชาเรียนในแต่ละเทอมของผู้เป็นหัวหน้าแต่ละคนด้วย เพราะหากผู้ที่เป็นหัวหน้าสามารถจัดสรรเวลาได้ดี และจำนวนวิชาที่ลงเรียนในเทอมที่ดำรงตำแหน่งหัวหนามีจำนวนน้อย การประชุมหรือกิจกรรมต่างๆ ก็ไม่มีผลกระทบต่อ การเรียน อาทิเช่น หัวหน้าหอราชวดีสามารถจัดสรรเวลาได้จึงไม่ส่งผลกระทบต่อผลการเรียนและก็ได้เกรดดีมาโดยตลอด และหัวหน้าตึกขงโคเทอมที่เป็นหัวหน้าลงทะเบียนเรียนเพียง 13 หน่วยกิต มีเรียนวันพุธวันเดียวจึงทำให้มีเวลาเหลือมากพอกับงานในบทบาทของหัวหน้าที่ต้องรับผิดชอบจึงไม่ทำให้รู้สึกเครียดจนทำให้มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

4. อุปสรรคหรือปัญหาใหม่ที่พบเจอภายในตึกพักหญิงและหอพักหญิง

จากการสัมภาษณ์แบบเชิงลึกเกี่ยวกับความเครียดอื่นๆ และอุปสรรคหรือปัญหาใหม่ที่พบเจอภายในตึกพักและหอพักหญิงในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน พบว่า ทุกตึกพักและหอพักมีปัญหาสำคัญเกี่ยวกับนิสิตที่ได้สิทธิพิเศษการอยู่หอ โดยที่ไม่มีความจำเป็น กล่าวคือ การที่มีนิสิตที่ได้สิทธิการอยู่หอโดยที่ไม่มีความจำเป็นต้องอยู่ส่วนใหญ่แล้วมักจะเป็นปัญหาเนื่องจากไม่ยอมเข้าร่วมกิจกรรม หรือเข้ากับคนอื่นได้ยาก ทำให้ลำบากต่อการเข้าร่วมหรือเข้าทำกิจกรรมกับผู้อื่น อีกทั้งเมื่อมีปัญหาเล็กๆ น้อยๆ ก็ทำให้เป็นเรื่องราวใหญ่โตด้วยการไปฟ้องผู้ปกครองและผู้ปกครองบางท่านก็เข้าข้างนิสิตทำให้เกิดเป็นปัญหาขึ้นมา รวมถึงนิสิตที่ได้รับสิทธิพิเศษในการอยู่หอบางคนมีชื่ออยู่แต่ไม่มาอยู่ทำให้นิสิตต่างจังหวัดหรือนิสิตที่มีความเดือดร้อนในเรื่องที่อยู่อาศัยอย่างแท้จริงเสียสิทธิตรงส่วนนี้ไป และยังส่งผลกระทบต่อ การเข้าร่วมกิจกรรมที่ทางกองกิจการ

นิสิตต้องการด้วย เพราะบางทีทางกองกิจการนิสิตต้องการนิสิตฝึกพักและหอพักหญิงเข้าร่วมกิจกรรมที่ทางกองกิจการนิสิตจัดขึ้นแต่ก็ไม่ให้ใช้วิธีบังคับหรือน้อง เมื่อไม่ให้ใช้มาตรการบังคับ ก็ทำให้ได้นิสิตมาเข้าร่วมกิจกรรมน้อยหรือไม่ตรงตามจำนวนที่ตั้งไว้ ความกดดันต่างๆ จึงมาอยู่ที่ผู้ที่ป็นหัวหน้าตึกหรือหัวหน้าหอ อีกทั้งเสียงวิพากษ์วิจารณ์เกี่ยวกับการขอนิสิตหอในเข้าร่วมกิจกรรมของทางกองกิจการนิสิตไม่มีการวางแผนที่ดีเท่าที่ควร เนื่องจากทางกองกิจการนิสิตขอนิสิตหอในเข้าร่วมกิจกรรมมากเกินไป บางครั้งกิจกรรมต่างๆ ที่เป็นของทางมหาวิทยาลัยให้นิสิตฝึกพัก/หอพักเข้าร่วมโดยที่นิสิตไม่สมัครใจ เช่น กรณีขอนิสิตไปบริจาคเลือด เป็นต้น ในมุมมองของผู้เป็นหัวหน้าบางคน มีความคิดว่าทางกองกิจการควรจะประกาศหาเอง ไม่ควรให้หัวหน้าตึกพัก/หอพักเป็นคนจัดหาเพราะเป็นการเพิ่มภาระหน้าที่ให้ผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้าทุกคน

ส่วนในเรื่องของอุปสรรคต่างๆ ที่เกิดขึ้นภายในตึกพักหรือหอพัก ได้แก่

1. ขั้นตอนการขออนุญาตออกหอเมื่อมีเหตุจำเป็นฉุกเฉินกับอาจารย์ประจำตึกหรือประจำหอมีขั้นตอนที่ยุ่งยาก เพราะบางทีอาจารย์ประจำหอไม่อยู่ ควรมีสุนัขกลางประสานงาน มีอาจารย์อยู่สลับกันไป เป็นต้น

2. การเข้าหอหรือออกหอก่อนเวลา 21.00 น. และการขอบัตรล่วงเวลา พบว่า นิสิตส่วนใหญ่ในตึกพักหรือหอพัก รวมทั้งหัวหน้าตึกและหัวหน้าหอมีความเห็นว่า การเข้าหอหรือออกหอภายในเวลา 21.00 น. ไม่ควรมีเพราะนิสิตไม่มีเวลาที่จะทำกิจกรรมอย่างอื่น เนื่องจากบางทีก็ต้องเข้าทำงานที่ชมรมต่างๆ ด้วย หากจะแก้ไขโดยการขอบัตรล่วงเวลาก็สามารถทำได้ แต่ก็ต้องทำทุกวัน ซึ่งเป็น การเสียเวลาอย่างมากในการเข้าคิวรอ และผู้เป็นหัวหน้ายังให้ข้อมูลอีกว่า การขอบัตรล่วงเวลานั้นไม่มีประโยชน์เท่าที่ควร เพราะนิสิตสามารถให้เหตุผลที่ไม่ตรงกับความเป็นจริงได้ เนื่องจากให้เขียนเหตุผลในการที่จะเข้าหอเกินเวลา 21.00 น. ไว้ก่อนต่างๆ ที่ยังไม่รู้เหตุการณ์ล่วงหน้า ควรใช้วิธีการให้เขียนเหตุผลเมื่อเข้าหอล่วงเวลาแล้วก็มีกรเช็คชื่อไว้

5. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของผู้เป็นหัวหน้าตึกพักหญิงและหัวหน้าหอพักหญิง

ในการศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของผู้ที่เป็นหัวหน้าตึกพักหญิงและหัวหน้าหอพักหญิง พบว่า แม้ว่าจะมีความเครียดจากปัญหาต่างๆ เมื่ออยู่ในบทบาทของหัวหน้า แต่ก็ไม่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของผู้เป็นหัวหน้าทุกคน ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของผู้ที่เป็นหัวหน้าตึกและหัวหน้าหอ อยู่ในระดับปานกลาง ถึง ระดับสูง ซึ่งเกรดเฉลี่ยของหัวหน้าตึกพักและหัวหน้า

หอพักหญิงทั้งหมดอยู่ระหว่าง 2.22 – 3.49 ได้แก่ หัวหน้าหอพักหญิงมหาหงส์มีเกรดเฉลี่ยมากที่สุดคือ 3.49 อยู่ในระดับสูง รองลงมาได้แก่ หัวหน้าหอพักหญิงจรรรัตน์ และหัวหน้าตึกบุษกรเกรดเฉลี่ยคือ 3.39 อยู่ในระดับสูง และน้อยที่สุดได้แก่หัวหน้าหอพักหญิงกัทธิดา เกรดเฉลี่ยคือ 2.22 อยู่ในระดับปานกลาง ตามลำดับ

จากการสัมภาษณ์เชิงลึก ข้อเสนอแนะ คือ ทางกองกิจการนิสิตควรวางระบบและนโยบายใหม่ในเรื่องดังต่อไปนี้คือ การคัดเลือกนิสิตเข้าอยู่ตึกพักหรือหอพัก และ การจัดกิจกรรมต่างๆ ให้กับนิสิต ตลอดจนจัดสวัสดิการสำหรับผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้าตึกพักหรือหอพักให้มากกว่านี้ เพื่อการทำงานที่มีประสิทธิภาพ และพัฒนานิสิตของมหาวิทยาลัยให้มีศักยภาพที่ดียิ่งขึ้น

สรุปข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลของหัวหน้าตึกพักหญิงและหอพัก ส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 21-22 ปี กำลังศึกษาอยู่ระดับอุดมศึกษาชั้นปีที่ 4 ทำหน้าที่หัวหน้าตึกพักหญิงหรือหัวหน้าหอพักหญิง จากบทบาทของหัวหน้าที่ต้องปฏิบัติตามทำให้มีความเครียดจากเรื่องดังต่อไปนี้ได้แก่ การไม่ได้รับความร่วมมือในการทำงานระหว่างเพื่อนรุ่นเดียวกัน การประชุมที่มีมากเกินไป การไม่เข้าร่วมกิจกรรมของสมาชิกในตึกพักหรือหอพัก และการประสานงานระหว่างตึกพักหรือหอพักด้วยกัน ทำให้เกิดความเครียดอยู่ในระดับมาก แต่จากความเครียดดังกล่าว ไม่มีผลกระทบต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้า และเกรดเฉลี่ยของหัวหน้าภายในตึกพักและหอพักหญิง อยู่ระหว่าง 2.22 – 3.49 ถือว่าอยู่ในระดับปานกลางถึงระดับสูง

สรุปผลการวิจัยเชิงปริมาณ

ในการศึกษาเชิงปริมาณเป็นการศึกษาความคิดเห็นของนิสิตที่เป็นสมาชิกในตึกพักและหอพักเกี่ยวกับความเครียดของผู้ที่อยู่ในบทบาทของหัวหน้า ว่าพวกเขามีความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดของผู้ที่อยู่ในบทบาทหัวหน้าอย่างไรบ้าง จากการศึกษาพบว่า ข้อมูลพื้นฐานส่วนบุคคลของนิสิตที่แสดงความคิดเห็นส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 19-21 ปี (ร้อยละ 72.1) เป็นนิสิตที่อาศัยอยู่ในตึกพักหญิงชงโค (ร้อยละ 18.2) ศึกษาอยู่ในคณะวนศาสตร์ (ร้อยละ 17.1) ชั้นปีที่ 2 (ร้อยละ 30.7) มีสถานภาพเป็นสมาชิกตึกพักหรือหอพัก (ร้อยละ 97.1) มีผลการเรียนอยู่ในเกณฑ์ 2.00-2.99 (ร้อยละ 68.2) มีรายรับต่อเดือนต่ำกว่าหรือเท่ากับ 5,000 บาท (ร้อยละ 82.1) สภาพครอบครัวบิดามารดาอยู่ด้วยกัน (ร้อยละ 82.9) รายได้ของครอบครัวต่อเดือนต่ำกว่าหรือเท่ากับ 20,000 บาท (ร้อยละ 59.6) และรายจ่ายของครอบครัวต่อเดือนต่ำกว่าหรือเท่ากับ 10,000 บาท (ร้อยละ 50.0)

ความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดของหัวหน้าตึกพักหรือหอพักของนิสิต พบว่า ความเครียดของผู้ที่ดำรงตำแหน่งหัวหน้าตึกพักและหัวหน้าหอพัก มีความเครียดในภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 2.98$, S.D = 0.731) โดยพบว่า ในข้อ 1 คือปริมาณงานที่หัวหน้าต้องรับผิดชอบมีจำนวนมากเกินไป มีคะแนนเฉลี่ยมากที่สุด ($\bar{X} = 3.39$) ส่งผลทำให้เกิดความเครียดในระดับมากที่สุด และข้อ 7 คือ งานด้านเอกสารที่ต้องรายงานหรือเสนอต่อกองกิจการนิสิตมีขั้นตอนมาก มีคะแนนเฉลี่ย ($\bar{X} = 3.29$) ส่งผลให้ความเครียดอยู่ในระดับมากที่สุดเช่นกัน

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะจากการทำวิจัยในครั้งนี้คือ ทางกองกิจการนิสิตหรือผู้ที่เกี่ยวข้องกับ การดูแลรับผิดชอบงานที่เกี่ยวข้องกับนิสิตตึกพักและหอพักหญิงในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน ควรลดภาระหน้าที่ที่ผู้เป็นหัวหน้าหอพักลงบ้างหรือเพิ่มสวัสดิการต่างๆ ให้ผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้าเพิ่มมากขึ้น รวมทั้งควรจะทำกรแก้ไขปัญหาหลักๆ ด้วยกัน 4 เรื่อง ได้แก่ เรื่องของ สวัสดิการหรือสิทธิพิเศษที่ควรจะมีให้ผู้ทำหน้าที่หัวหน้า เรื่องของการรับนิสิตที่ไม่มีความจำเป็น ในการอยู่หอจริงๆ เข้ามาอยู่ตึกพักหรือหอพัก เรื่องการจัดกิจกรรมสำหรับนิสิตตึกพัก/หอพัก และ เรื่องการประพุดตัวของรุ่นพี่ที่เป็นแบบอย่างไม่ดีให้กับรุ่นน้อง เนื่องจากปัญหาหลักๆ ทั้ง 4 เรื่องที่ ได้กล่าวมาข้างต้นเป็นปัญหาสำคัญที่ก่อให้เกิดความเครียดต่อผู้ที่ดำรงตำแหน่งหัวหน้าหอพักหญิง อันจะมีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนิสิตผู้ที่ดำรงตำแหน่งหัวหน้าต่อไปในอนาคตได้หาก ไม่ได้รับการแก้ไข ซึ่งสามารถสรุปได้ 4 ประเด็นหลักที่ต้องทำการดำเนินการปรับปรุงแก้ไข ได้แก่

1. ประเด็นเกี่ยวกับการให้สวัสดิการแก่ผู้ที่ดำรงตำแหน่งหัวหน้าตึกพัก/หอพักหญิง กล่าวคือ จากการวิจัยพบว่า สิทธิประโยชน์หรือสวัสดิการที่ให้กับผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้าตึกหรือหัวหน้าหอ น้อยเกินไป กล่าวคือ การที่ได้รับการยกเว้นค่าธรรมเนียมหอพัก เมื่อคิดออกมาเป็นจำนวนเงินแล้ว เป็นเงิน 2,000 บาทต่อเทอม แต่ค่าเครื่องคอมพิวเตอร์กลับไม่ได้รับการยกเว้น ซึ่งถือว่าไม่คุ้มกับการ ที่ต้องรับผิดชอบหน้าที่ต่างๆ อย่างมาก แค่เพียงค่าโทรศัพท์ในการติดต่อประสานงานของผู้เป็น หัวหน้าต่อเทอมก็มากกว่า 2,000 บาทแล้ว ฉะนั้นทางกองกิจการนิสิตควรอำนวยความสะดวกในเรื่องของการทำให้การประสานงานของผู้เป็นหัวหน้าสะดวกรวดเร็วมากขึ้น กล่าวคือ ควรให้นิสิต ใช้โทรศัพท์ระหว่างตึกพักและหอพักได้เหมือนเดิมไม่ควรยกเลิกไป เป็นต้น

2. ประเด็นเกี่ยวกับการคัดกรองนิสิตในการมีสิทธิเข้าพักอาศัยหอพักหญิงในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน กล่าวคือ จากการวิจัยพบว่า นิสิตที่มีความจำเป็นอยู่หอในมหาวิทยาลัย ยังไม่มีสิทธิในการเข้าอยู่ได้มากเท่าที่ควร ดังนั้นทางกองกิจการนิสิตควรเพิ่มความเข้มงวดในการตรวจสอบคัดเลือกนิสิตที่จะเข้ามาพักอาศัยภายในหอพักของทางมหาวิทยาลัยให้มากกว่าเดิม

3. ประเด็นเกี่ยวกับกิจกรรมที่มากเกินไปสำหรับนิสิตหอพักหญิงมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน กล่าวคือ จากการวิจัยพบว่า กิจกรรมที่กองกิจการนิสิตจัดทำขึ้นเพื่อให้นิสิตหอในมหาวิทยาลัยต้องเข้าร่วมนั้นมีมากเกินไป ซึ่งเป็นปัญหาอย่างมากกับการที่ผู้เป็นหัวหน้าต้องทำการหานิสิตมาเข้าร่วมกิจกรรม เนื่องจากการวางระบบของทางกองกิจการนิสิตขัดแย้งในตัวของระบบที่วางเอง กล่าวคือ กองกิจการนิสิตต้องการนิสิตหอในเข้าร่วมทำกิจกรรมต่างๆ แต่ก็ห้ามไม่ให้ผู้ที่ เป็น หัวหน้าบังคับรุ่นน้องในการเข้าร่วมทำกิจกรรม ในเมื่อไม่ให้มีการบังคับ ก็ไม่มีนิสิตมาเข้าร่วม ทำกิจกรรม ความกดดันต่างๆ จึงตกอยู่กับผู้ที่เป็นหัวหน้า ฉะนั้นจึงไม่ควรออกข้อกำหนดที่ขัดแย้งกันเองในเรื่องของการเข้าร่วมกิจกรรมของนิสิต กล่าวคือ ไม่ควรห้ามไม่ให้ผู้ที่เป็นหัวหน้าบังคับ รุ่นน้อง เป็นต้น

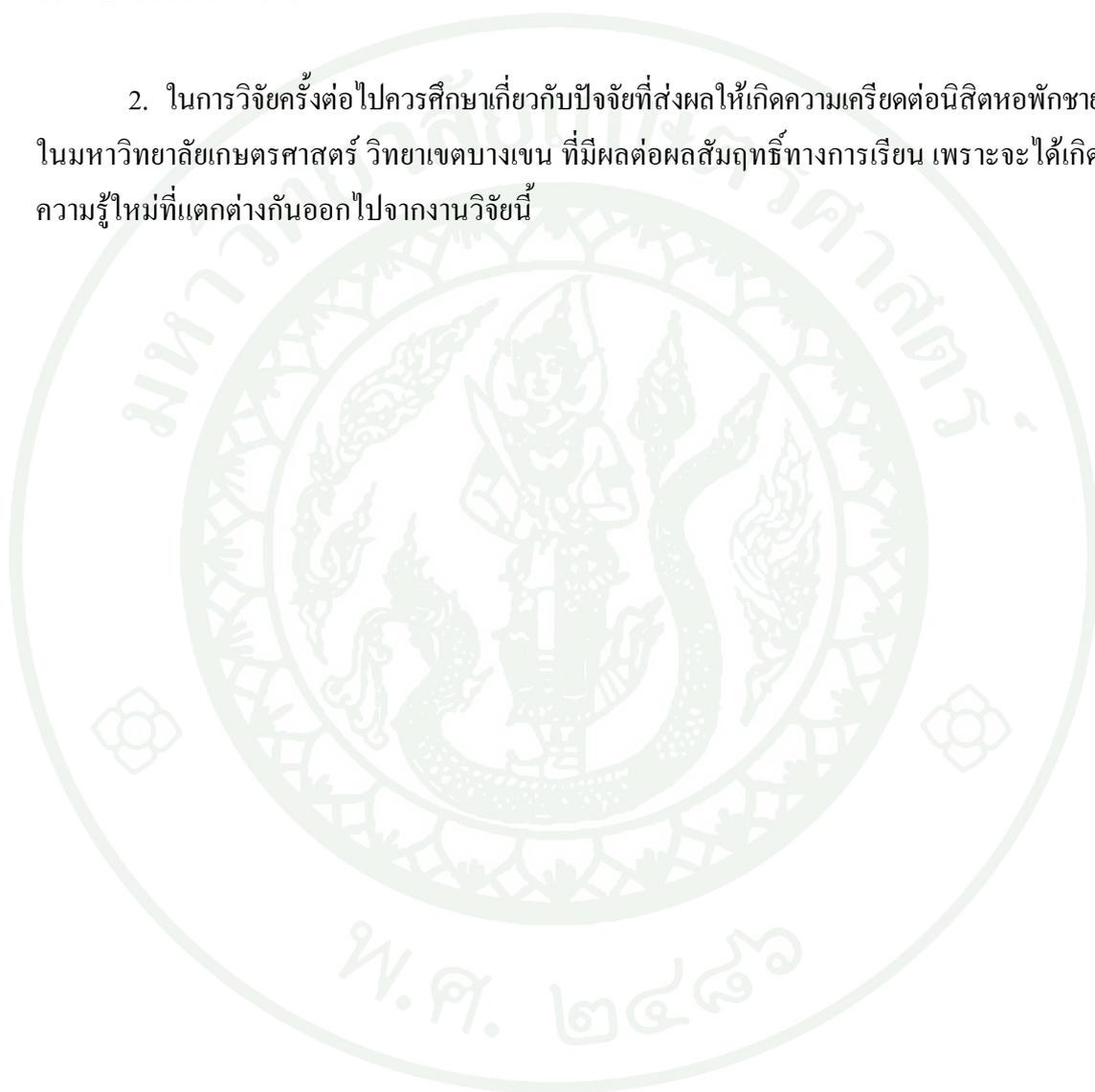
4. ประเด็นเกี่ยวกับการประพฤตินิสิตที่ไม่เหมาะสมของนิสิตรุ่นพี่ กล่าวคือ จากการวิจัยพบว่า นิสิตรุ่นพี่ไม่ได้ปฏิบัติตนให้เป็นแบบอย่างที่ดีให้กับรุ่นน้อง ได้แก่ ในเรื่องของการแต่งตัวชุดนิสิตที่ ผิดกฎระเบียบ การไม่อยู่หอ เป็นต้น ดังนั้นทางกองกิจการนิสิตควรหามาตรการที่เข้มงวดสำหรับ รุ่นพี่ที่ประพฤติตนไม่เหมาะสมเหล่านี้

ดังนั้นทางกองกิจการนิสิตหรือผู้ที่เกี่ยวข้องกับการรับผิดชอบดูแลงานที่เกี่ยวข้องกับนิสิต ตึกพักและหอพักหญิงในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน ควรจะทำการแก้ไขปัญหา หลักๆ ด้วยกัน 4 เรื่อง ได้แก่ เรื่องของสวัสดิการหรือสิทธิพิเศษที่ควรจะมีมอบให้ผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้า เรื่องของการรับนิสิตที่ไม่มีความจำเป็นในการอยู่หอจริงๆ เข้ามาอยู่ตึกพักหรือหอพัก เรื่องการจัด กิจกรรมสำหรับนิสิตตึกพัก/หอพัก และเรื่องการประพฤติดัวของรุ่นพี่ที่เป็นแบบอย่างไม่ดีให้กับรุ่น น้อง เนื่องจากปัญหาหลักๆ ทั้ง 4 ที่ได้กล่าวมาข้างต้น เป็นปัญหาสำคัญที่ก่อให้เกิดความเครียดต่อผู้ ที่ดำรงตำแหน่งหัวหน้าหอพักหญิง ซึ่งอาจจะส่งผลกระทบต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนิสิตผู้ที่ดำรง ตำแหน่งหัวหน้าต่อไปในอนาคตได้หากไม่ได้รับการแก้ไข

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ในการวิจัยครั้งต่อไปควรศึกษาความเครียดจากระบบประเพณีการรับน้องของนิสิตหอ ในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน เพราะอาจจะกำลังสูญหายไป เนื่องจากไม่เป็นที่ ยอมรับของสังคมภายนอก

2. ในการวิจัยครั้งต่อไปควรศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่ส่งผลให้เกิดความเครียดต่อนิสิตหอพักชาย ในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน ที่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เพราะจะเกิด ความรู้ใหม่ที่แตกต่างกันออกไปจากงานวิจัยนี้



เอกสารและสิ่งอ้างอิง

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. 2541. **คู่มือคลายเครียด**. พิมพ์ครั้งที่ 6. กรุงเทพมหานคร: ดีไซน์คอนดัคชัน.

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. 2546. **ความเครียดของคนไทย : การศึกษาระดับชาติ ปี2546**. กรุงเทพมหานคร: บริษัทปิยอนด์ พับลิชชิง จำกัด.

กิติกร มีทรัพย์. 2541. **พฤติกรรมความเครียดและการตอบสนองต่อความเครียด**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.

กองกิจการนิสิต. 2551. **คู่มือการปฐมนิเทศนิสิตหอพัก ปี 2551**. กองกิจการนิสิต, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

จุฑารัตน์ สติรปัญญา และ วัลลภา คชภักดี. 2551. **สุขภาพจิต**. สงขลา: บริษัท นำศิลป์โฆษณา จำกัด.

จ้านง อติวัฒน์สิทธิ์. 2547. **สังคมวิทยา**. พิมพ์ครั้งที่ 11. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

จำเรียง ภาวิจิตร. 2545. **การศึกษาความคิดเห็นของครูอาจารย์เกี่ยวกับสภาพการจัดการเรียนการสอนหลักสูตรระยะสั้นของวิทยาลัยสารพัดช่างอุบลราชธานี**. รายงานการวิจัย. กรุงเทพมหานคร: กรมอาชีวอนามัย.

โชติรส โสมนรินทร์. 2543. **ความคิดเห็นและความคาดหวังของเจ้าหน้าที่สาธารณสุขตำบลในการโอนไปสังกัดองค์การบริหารส่วนตำบล: กรณีศึกษาจังหวัดชลบุรี**. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

ชัยสิทธิ์ ศรีเมฆ. 2545. **ความคิดเห็นเกี่ยวกับแผนพัฒนาระบบการบริหารงานบุคคลของข้าราชการกองออกแบบ สำนักการโยธา กรุงเทพมหานคร**. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชา รัฐศาสตร์, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

ณรงค์ เส็งประชา. 2541. มนุษย์กับสังคม. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพมหานคร: โอ.เอส. พรินติ้ง เฮ้า.

ปทุมพร ประสงค์ทรัพย์. 2549. การตระหนักรู้ในตนเอง การสนับสนุนทางสังคมกับความเครียด และการจัดการความเครียด ของนักศึกษามหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานคร.
วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาชุมชน, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

ปิยะนารถ จันทราโชติวิทย์. 2539. ความเครียดของนักศึกษาทันตแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
เชียงใหม่ทันตแพทยสารปีที่19 ฉบับพิเศษ เดือน ม.ค.-ธ.ค. พ.ศ. 2541.

พรกมล สาคร. 2551. ความคิดเห็นเกี่ยวกับเทคโนโลยีเพื่อการศึกษาของผู้บริหารโรงเรียนเอกชน
อาชีวศึกษา สังกัด สำนักงานบริหารงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน กรุงเทพมหานคร.
วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาเทคโนโลยีการศึกษา, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

ไพรัตน์ พฤษชาติคุณากร. 2542. จิตเวชศาสตร์สำหรับประชาชน. เชียงใหม่: โรงพิมพ์นันทพันธ์.

มานพ ชูนิล, พิสมัย รักษรรยา และ ชวนีย์ พงศาพิชญ์. 2550. วิธีการจัดการความเครียดของนักศึกษา
สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ. วารสารวิชาการเทคโนโลยีอุตสาหกรรม
ปีที่ 3 ฉบับที่ 2 กรกฎาคม – ธันวาคม 2550.

รองนาด ชูพิชัย. 2548. ความคิดเห็นกับการปฏิรูประบบสุขภาพของข้าราชการ สำนักงานปลัด
กระทรวงสาธารณสุข. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชารัฐศาสตร์,
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

ราชบัณฑิตยสถาน. 2542. พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์
อักษรเจริญทัศน์.

ลักขณา ศรีวัฒน์. 2545. สุขวิทยาจิตและการปรับตัว. กรุงเทพมหานคร: โอ.เอส. พรินติ้ง เฮ้า.

วีระ ไชยศรีสุข. 2533. สุขภาพจิต. กรุงเทพมหานคร: แสงศิลป์ การพิมพ์.

ศักดิ์ สุนทรเสณี. 2531. เจตคติ. กรุงเทพมหานคร: ดี.ดี.บุ๊คส์สโตร์.

สมิต อาชวานิจกุล. 2541. **เครียดเป็นบ้า**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ดอกหญ้า.

สัญญา สัญญาวิวัฒน์. 2534. **ทฤษฎีสังคมวิทยา: การสร้าง การประเมินค่า และการใช้ประโยชน์**.
กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา คณะรัฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย.

สุชา จันทน์เอม. 2539. **จิตวิทยาทั่วไป**. พิมพ์ครั้งที่ 9. กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิชย์.

สุทธิศักดิ์ จิตพิมลมาศ. 2545. **ความคิดเห็นของประชาชนต่อการเป็นพยานศาลในคดีอาญา**.
กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

สุพิศวง ธรรมนันทา. 2540. **มนุษย์กับสังคม**. กรุงเทพมหานคร: ดี.ดี.บุ๊กสโตร์.

สุพัตรา สุภาพ. 2540. **บริหารงานมีประสิทธิภาพ**. กรุงเทพมหานคร: ธรรมนิติ.

สุริย์ กาญจนวงศ์ และ จริยาวัตร คมพจน์. 2545. **ความเครียด สุขภาพ และความเจ็บป่วย :
แนวคิดและการศึกษาในประเทศไทย**. รายงานการวิจัยสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์,
มหาวิทยาลัยมหิดล.

องอาจ นัยพัฒน์. 2548. **วิธีวิทยาการวิจัยเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ**. กรุงเทพมหานคร:
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

อรพรรณ ลีอนุชวัชชัย. 2545. **การพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช**. กรุงเทพมหานคร: ด้านสุขภาพ
การพิมพ์.

อัศวินี นามะกันคำ. 2551. **ความเครียดและปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดของนักศึกษาพยาบาลใน
การฝึกปฏิบัติงานที่หอผู้ป่วย**. พยาบาลสาร ปีที่ 35 ฉบับที่ 2 เมษายน - มิถุนายน 2551.

อาทร พิมชะนก. 2540. **ความคิดเห็นของข้าราชการกรมการพัฒนาชุมชนที่มีต่อโครงการแก้ไข
ปัญหาความยากจน: ศึกษาเฉพาะเขตความรับผิดชอบของศูนย์ช่วยเหลือทางวิชาการ
พัฒนาชุมชนเขตที่ 1**. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

อุทัย หิรัญโต. 2542. **สังคมวิทยาประยุกต์**. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.

อังคินันท์ อินทรกำแหง. 2551. **การสังเคราะห์งานวิจัยที่เกี่ยวกับความเครียดและการเผชิญ
ความเครียดของคนไทย**. สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

อัมพร โอตระกุล. 2538. **สุขภาพจิต**. กรุงเทพมหานคร: นำอักษรการพิมพ์.

Foster, C.R. 1952. **Psychology for Life Adjustment**. Chicago: American Technical Society.

Yamane, T. 1967. **Statistics: An Introductory Analysis** (2nd ed.): New York: Harper and Row.



ภาคผนวก

แบบสอบถาม

เรื่อง ความเห็นคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดของหัวหน้าหอพักหญิงในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
วิทยาเขตบางเขน ที่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของนิสิต นักศึกษา

1. อายุ ปี
2. อาศัยอยู่ในตึกพัก/หอพัก
3. คณะ ชั้นปี
4. ตำแหน่งในตึกพัก/หอพัก
 - 1) หัวหน้าตึกพัก/หอพัก
 - 2) สมาชิกในตึกพัก/หอพัก
5. ผลการเรียน
 - 1) ต่ำกว่า 2.00
 - 2) 2.00 – 2.99
 - 3) ตั้งแต่ 3.00 ขึ้นไป
6. รายได้ที่ได้รับโดยประมาณ บาท / เดือน
7. สภาพครอบครัว
 - 1) บิดามารดาอยู่ด้วยกัน
 - 2) บิดามารดาหย่าร้างกัน หรือแยกกันอยู่
 - 3) บิดาหรือมารดาถึงแก่กรรม
 - 4) บิดาและมารดาถึงแก่กรรมทั้งคู่
8. รายได้ของครอบครัวโดยประมาณ บาท / เดือน
9. รายจ่ายของครอบครัวโดยประมาณ บาท / เดือน

ตอนที่ 2 แบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดของหัวหน้าตึกพักและหอพักหญิงของ
นิสิต มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน ที่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
จำนวน 21 ข้อ

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างหลังข้อความที่เป็นสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียด
ของหัวหน้าตึกพักและหอพักตรงตามการรับรู้ของท่านมากที่สุดเพียงคำตอบเดียว โดยมี
เกณฑ์ ให้เลือกตอบดังนี้

เกณฑ์การให้คะแนน

มากที่สุด หมายถึง ผู้ตอบรับรู้เหตุการณ์ดังกล่าวทำให้เกิดความเครียดมากที่สุด
มาก หมายถึง ผู้ตอบรับรู้เหตุการณ์ดังกล่าวทำให้เกิดความเครียดมาก
ปานกลาง หมายถึง ผู้ตอบรับรู้เหตุการณ์ดังกล่าวทำให้เกิดความเครียดปานกลาง
น้อย หมายถึง ผู้ตอบรับรู้เหตุการณ์ดังกล่าวทำให้เกิดความเครียดน้อย
น้อยที่สุด หมายถึง ผู้ตอบรับรู้เหตุการณ์ดังกล่าวทำให้เกิดความเครียดน้อยที่สุด

ความเครียดของหัวหน้าในความคิดเห็นของท่าน	ระดับความเครียด				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. ปริมาณงานที่หัวหน้าต้องรับผิดชอบมีมากเกินไป					
2. ถึงแม้ว่าเวลาที่ให้กับสมาชิกในตึกพัก/หอพักไม่เพียงพอแต่หัวหน้าก็ไม่รู้สึกว่าเป็นปัญหา					
3. อุปกรณ์เครื่องมือ เครื่องใช้และทรัพยากรมีไม่เพียงพอที่จะปฏิบัติหน้าที่หัวหน้าได้ดี					
4. การพยายามที่จะปฏิบัติหน้าที่หัวหน้าให้บรรลุมาตรฐาน ที่วางไว้ ไม่ได้ทำให้หัวหน้ารู้สึกท้อแท้					
5. เวลาที่มีไม่เพียงพอที่จะปฏิบัติหน้าที่หัวหน้าที่ได้รับมอบหมายให้เสร็จตามต้องการ					
6. แม้ว่าผู้ที่ดำรงตำแหน่งหัวหน้าจะมีจำนวนน้อยแต่การทำงานยังคงมีประสิทธิภาพ					
7. งานด้านเอกสารที่ต้องรายงานหรือเสนอต่อกองกิจการนิสิตมีขั้นตอนมาก					

ความเครียดของหัวหน้าในความคิดเห็นของท่าน	ระดับความเครียด				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
8. ในภาวะปัจจุบันที่เน้นการประหยัดให้ใช้ทรัพยากรอย่างพอเพียงแต่หัวหน้าก็มั่นใจว่าสมาชิกในตึกพัก/หอพัก จะได้รับความสะดวกสบาย					
9. งบประมาณของกองกิจการนิสิตไม่เอื้ออำนวยต่อหน้าที่หัวหน้าที่รับผิดชอบ					
10. สมาชิกมีจำนวนมากเกินกำลังของหัวหน้าที่จะควบคุมได้ทั่วถึง					
11. บรรยากาศระหว่างสมาชิกในตึกพัก/หอพักไม่มีความเป็นมิตร					
12. ถึงแม้ว่าบางครั้งสมาชิกในตึกพัก/หอพักจะไม่ปฏิบัติตามคำสั่งของหัวหน้าแต่ผู้ที่ดำรงตำแหน่งหัวหน้ายังคงมีความรับผิดชอบในการที่จะปฏิบัติหน้าที่ด้วยความเต็มใจต่อไป					
13. สมาชิกในตึกพัก/หอพัก ไม่เข้าร่วมกิจกรรม					
14. สมาชิกในตึกพัก/หอพัก ได้รับแรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมน้อย					
15. การกำหนดหน้าที่ความรับผิดชอบให้สมาชิกในตึกพัก/หอพักปฏิบัติตามไม่มีความชัดเจน					
16. ถึงแม้ว่าจะไม่ได้รับความยอมรับในความพยายามและความเสียสละในการปฏิบัติหน้าที่ในตำแหน่งหัวหน้าจากกองกิจการนิสิตและสมาชิกในตึกพัก/หอพัก แต่หัวหน้าก็มีความภาคภูมิใจที่จะดำรงตำแหน่งหัวหน้าต่อไป					
17. การขาดการประสานงานระหว่างทั้งสามฝ่ายได้แก่ กองกิจการนิสิต หัวหน้าและสมาชิกในตึกพัก/หอพัก					

ความเครียดของหัวหน้าในความคิดเห็นของท่าน	ระดับความเครียด				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
18. แม้ว่าไม่ได้รับความร่วมมือในการประสานงานระหว่างตึกพัก/หอพัก แต่หัวหน้าก็ไม่ละทิ้งหน้าที่					
19. ความกดดันจากการประสานงาน ระหว่างตึกพัก/หอพัก					
20. ไม่มีค่าตอบแทนในการปฏิบัติงานในหน้าที่สำหรับผู้ที่ดำรงตำแหน่งหัวหน้าตึกพัก/หอพัก					
21. การอยู่ในตำแหน่งของหัวหน้าทำให้ไม่มีเวลาว่างในการค้นคว้าด้านการเรียนเท่าที่ควร					

****ขอขอบคุณที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม****

ประวัติการศึกษา และการทำงาน

ชื่อ -นามสกุล	นางสาวตรียากานต์ พรหมคำ
วัน เดือน ปี ที่เกิด	วันที่ 12 เดือนมิถุนายน พ.ศ. 2528
สถานที่เกิด	เพชรบูรณ์
ประวัติการศึกษา	ศึกษาศาสตรบัณฑิต (สุขศึกษา) มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน
ประวัติการทำงาน	Account Executive (A.E.) บริษัท เพอเพิลโปร คอปอเรชั่น จำกัด ครูอัตราจ้าง : โรงเรียนหล่มเก่าพิทยาคม (ปัจจุบัน)

