



ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนใต้

Factors Affecting Adjustment of Technical College Students

in Three Southern Border Provinces

นุชนาถ อุมูดี^{1*}, พวงสร้อย วรกุล², บุญโรม สุวรรณพาหุ², จิระวัฒน์ ดันสกุล²
Nuchnat Umoodde^{1*}, Pouangsoi Worakul², Boomrom Suwanpahu², Jirawat Tanskul²

(Received: May 16, 2022; Revised: June 9, 2022; Accepted: June 20, 2022)

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาระดับการปรับตัวของนักศึกษา 2) เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวของนักศึกษา และ 3) เพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลกับการปรับตัวของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนใต้ หลักสูตร ปวส. จำนวน 309 คน การสุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถามการปรับตัว แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ แบบวัดความรู้สึกลึกซึ้งในตนเอง แบบประเมินความเครียด และแบบวัดการเผชิญปัญหา ผ่านการตรวจสอบความตรงเนื้อหา (IOC) โดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน ได้ค่า IOC ทั้ง 5 ฉบับ เท่ากับ .6-1.0 และวิเคราะห์สัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาคเท่ากับ .95, .94, .87, .93 และ .95 ตามลำดับ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน และวิเคราะห์การถดถอยเชิงพหุคูณทีละขั้นตอน

ผลการวิจัยพบว่า 1) การปรับตัวอยู่ในระดับต่ำ ($M = 2.23$, $S.D. = .70$) 2) การปรับตัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความฉลาดทางอารมณ์ การเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับต่ำมาก ($r = .164$, $r = .191$) ตามลำดับ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และการปรับตัวมีความสัมพันธ์ทางบวกการเผชิญปัญหาอยู่ในระดับต่ำมาก ($r = .138$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ 3) ตัวแปรที่สามารถพยากรณ์การปรับตัวของนักศึกษา ได้แก่ ความฉลาดทางอารมณ์ การเห็นคุณค่าในตนเองความเครียด

¹วิทยาลัยเทคนิคนราธิวาส มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์

¹Narathiwat Technical College Princess of Naradhiwas University

²คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

²Faculty of Education, Prince of Songkla University

*Corresponding Author: Mko_azam@hotmail.com



และการเผชิญปัญหา โดยตัวแปรทั้งหมดร่วมกันพยากรณ์การปรับตัวของนักศึกษาได้ร้อยละ 21.5 ($R^2 = .215$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังนั้นปัจจัยที่ส่งผลกับการปรับตัวของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนใต้สูงสุดปัจจัยความฉลาดทางอารมณ์ ($B = .450$) รองลงมา ปัจจัยการเห็นคุณค่าในตนเอง ($B = .424$) ความเครียด ($B = -.405$) และน้อยที่สุดการเผชิญปัญหา ($B = .238$)

คำสำคัญ: การปรับตัว, นักศึกษาวิทยาลัยเทคนิค, สามจังหวัดชายแดนใต้

Abstract

The aims of this research were 1) to study the level of students' adjustment, 2) to study factors related to students' adjustment and 3) to study factors affecting students' adjustment. 309 high vocational certificate students in three southern border provinces were selected as participants using stratified random sampling. The instruments used to collect data were questionnaire on students' adjustment, emotional quotient evaluation form, stress scale, self-esteem scale and coping scale. The 5 sets of questionnaire and scales were examined for valid content match by 3 experts receiving the IOC between .6-1.0. The questionnaire reliability was analyzed and obtained Cronbach' Alpha coefficient of .95, .94, .87, .93 and .95. The statistics used for analyzing the data were frequency, percentage, mean, standard deviation, Pearson's correlation and stepwise multiple regression analysis.

The results revealed that 1) the students' adjustment was at a low level ($M = 2.23$, $S.D. = .70$, 2) the adjustment was positively correlated with emotional quotient. The self-esteem was also at a low level ($r = .164$, $r = .191$) with statistical significance at .05 as well as coping ($r = .138$) with statistical significance at .01 and 3) according to multiple regression analysis, there were four main variables being able to predict the students' adjustment; emotional quotient, self-esteem, stress, and coping. All of the variables possess 21.5% ($R^2 = .215$) of ability to predict the students' adjustment with statistical significance at .05. The factors affecting students' adjustment were emotional quotient ($B = .450$) self-esteem ($B = .424$), stress ($B = -.405$), and coping ($B = .238$).

Keywords: Adjustment, Technical college students, Three southern border provinces



บทนำ

เยาวชนในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ อยู่ในช่วงวัยหัวเลี้ยวหัวต่อ จึงจำเป็นต้องมีการพัฒนาตนเองอย่างรอบด้านเพื่อปรับตัวให้เท่าทันต่อสถานการณ์ของโลก ปัจจุบันเยาวชนในพื้นที่ต้องเผชิญกับสถานะการแข่งขันทางการศึกษา กล่าวคือในการเรียนรู้ใด ๆ ก็ตามนอกจากผู้เรียนจะได้รับความรู้แล้ว ผู้เรียนก็จะต้องได้รับการพัฒนาทักษะที่สำคัญต่อการดำเนินชีวิตไปพร้อมกันด้วย โดยเฉพาะเยาวชนที่อยู่ในช่วงวัยรุ่นมีการปรับเปลี่ยนการดำเนินชีวิตอยู่ตลอดเวลา อันจะนำไปสู่ปัญหาและความยากลำบากในการปรับตัว (Sokantat, 2014) และเพื่อศึกษาแนวคิดทฤษฎีการปรับตัวของ Roy & Andrews (1999) กล่าวว่า เมื่อบุคคลเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงในชีวิต จะมีการปรับตัวได้ดีหรือไม่ขึ้นอยู่กับความรุนแรงของสิ่งที่มากระทบ และความสามารถของบุคคลในการปรับตัว จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า วัยรุ่นเป็นช่วงวัยสำคัญที่มีการปรับตัวในทุก ๆ ด้านไป พร้อม ๆ กัน มีการเรียนรู้เรื่องการปรับตัวให้เข้ากับสภาพการณ์ที่จะต้องดำเนินชีวิตในสังคม วัยที่มีอายุระหว่าง 18 -23 ปี เป็นวัยที่การเจริญเติบโตทั้งในทางชีวะ สรีระ และจิตวิทยาเป็นไปอย่างรวดเร็ว และเห็นการเปลี่ยนแปลงได้ชัดเจน (Erikson, 1968) ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษานักศึกษาวิทยาลัยเทคนิค ที่ศึกษาตามหลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง (ปวส.) ซึ่งเป็นผู้เรียนที่มีอายุ 18 ปีขึ้นไป ถือได้ว่าเป็นกลุ่มวัยรุ่นตอนปลายที่จัดเป็นประชากรอีกกลุ่มหนึ่งที่มีความเสี่ยงในการปรับตัว เนื่องจากเป็นระยะที่เปลี่ยนผ่านจากโรงเรียนมัธยมศึกษาสู่มาเรียนสายอาชีพ นักศึกษาระดับชั้น ปวส. ก็จัดเป็นนักศึกษาใหม่ที่กำลังอยู่ในบรรยากาศแห่งความสุขใจ จากการได้รับคัดเลือกให้เข้ามาศึกษาในสถานศึกษาแห่งนี้ ได้รับประสบการณ์และความรู้สึกใหม่ ๆ เช่น รู้สึกเป็นอิสระและเสรีภาพมากขึ้นกว่าเดิมทั้งในด้านความคิด และการแสดงออกไม่มีกรอบทางด้านกฎระเบียบมาคอยควบคุมมากเท่ากับที่เคยเรียนในระดับประถมและมัธยม แต่บางอย่างนักศึกษาก็ยังต้องเรียนรู้และฝ่าฟันอุปสรรคในอีกหลายขั้นตอนกว่าที่จะสำเร็จการศึกษา

การเริ่มต้นที่ดีตั้งแต่ตอนเริ่มเข้าศึกษา ซึ่งจะเป็นด่านแรกที่นักศึกษาจะพบเจอกับปัญหาการปรับตัว ได้แก่ ด้านการเรียน ด้านผู้สอน ด้านกลุ่มเพื่อน ด้านสภาพแวดล้อม และด้านกิจกรรม (Suwannakhot, 2010) อีกทั้งนักศึกษายังต้องปรับตัวทางด้านจิตใจอีกด้วย เนื่องจากสถานการณ์ในปัจจุบันเด็กและเยาวชนมีแนวโน้มต้องการความช่วยเหลือด้านสุขภาพจิตมากยิ่งขึ้น เมื่อพื้นฐานอารมณ์แตกต่างกันแล้วจำเป็นต้องไปอยู่ในสถานการณ์หรือเหตุการณ์ที่ยากลำบากหรือไม่พึงพอใจ หากไม่สามารถปรับตัวหรือควบคุมอารมณ์ตนเองได้ อาจจะนำไปสู่ภาวะจิตที่เป็นไปในทางลบ เมื่อสมองรับรู้ได้ว่ามีสภาวะนี้กระทบต่อจิตใจก็จะเสียสมดุลทั้งร่างกายและจิตใจไปพร้อมกัน ทำให้เกิดปัญหาขาดประสิทธิภาพการพัฒนาศักยภาพทางอารมณ์ (EQ) (Choothong, 2017) สอดคล้องกับการรายงานของ (Department of Health, Ministry of Public Health, 2000) ได้พัฒนาแนวคิดเรื่องความฉลาดทาง



อารมณ์ให้มีความสอดคล้องกับบริบทของคนไทย 3 ด้าน คือ ดี เก่ง สุข ที่จะสามารถอยู่กับการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ได้ดีผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์นั้นเป็นผู้ที่มีทักษะทางอารมณ์ที่ได้รับการพัฒนาเป็นบุคคลที่รับรู้ เข้าใจ และจัดการกับความรู้สึกของตนเองได้ดี รวมทั้งเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น

นอกจากนี้นักศึกษาที่เป็นนักศึกษาใหม่ของสถาบัน ต้องอยู่ท่ามกลางสิ่งแวดล้อมใหม่ เรียนรู้วิธีการศึกษารูปแบบใหม่ อยู่ร่วมกันกับเพื่อนและอาจารย์ใหม่อีกทั้งตัวนักศึกษาเอง เมื่อมีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย และจิตใจ นำไปสู่การเกิดความเครียดซึ่งสภาวะของร่างกายและจิตใจที่ตอบสนองต่อการเผชิญภาวะการที่บีบคั้น กดดัน หรือวิตกกังวลทั้งจากปัจจัยภายในของบุคคลนั้น ๆ เมื่อคนเราเกิดความเครียดก็จำเป็นต้องปรับตัวให้ได้ Department of Health, Ministry of Public Health (1998) ได้ให้ความหมายของความเครียดว่าเป็นเรื่องของจิตใจที่เกิดความตื่นตัวเตรียมรับเหตุการณ์อย่างใดอย่างหนึ่งซึ่งไม่น่าพึงพอใจ เกิดอาการผิดปกติทางร่างกาย หากความเครียดนั้นมีมากและคงอยู่เป็นเวลานาน Donmuang, Anusasananon, Wongnam, & Purananon (2018) ได้กล่าวว่า นักเรียนอาชีวศึกษาจำนวนไม่น้อยยังขาดประสบการณ์ในการใช้ชีวิตหรือทักษะชีวิต ที่เกิดจากปัญหาใช้ความรุนแรง การลาออกกลางคัน การขาดการไตร่ตรอง หนึ่งในนั้นสาเหตุสำคัญ คือ การขาดทักษะการเผชิญปัญหา ทั้งนี้จากการศึกษาของ Frydenberg & Lewis (1993) ได้แบ่งกลุ่มวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม และการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง การเผชิญปัญหาจึงเป็นความพยายามทางปัญญาและพฤติกรรมที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างไม่หยุดยั้งในการจัดการกับปัญหาและความต้องการทั้งจากภายในและภายนอกตนเอง (Kotrajars & Yongkittikul, 2002) ทั้งนี้เพื่อรักษาระดับความสมดุลทางจิตใจเอาไว้ ทำให้สภาพของความเป็นตัวของตัวเองดำรงอยู่ต่อไป คนที่ไม่เคยพัฒนาจิตตนเอง จะปรับตัวไม่ได้อาจจะสูญเสียความเป็นตัวของตัวเองไป เช่น รู้สึกตนเป็นคนมีปมด้อย ตนเป็นคนที่ไม่มีความสามารถ รู้สึกไร้ค่าหรือไม่เห็นคุณค่าในตนเอง (Thongborisut & Suyajai, 2015)

การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นสิ่งที่สำคัญดังที่ ปัญญานันท์ภิกขุได้กล่าวว่า “รู้อะไรร้อยแปด แต่ยังไม่รู้จักตนเองนี้เรียกว่ายังไม่รู้” การรับรู้ว่าคุณค่ามีคุณค่า ซึ่งตามแนวคิดของ Rosenberg (1979) ได้กล่าวว่า การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นทัศนคติในทางบวกหรือทางลบที่มีต่อตนเอง เมื่อมีปัญหาไม่ว่าจะเป็นปัญหาที่อาจจะเกิดขึ้นจากตัวบุคคล หรืออาจเกิดจากสภาพแวดล้อมบุคคล การเห็นคุณค่าในตนเองก็จะสามารถรับมือได้โดยพยายามปรับตัวตามสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นจะนำไปสู่ความเชื่อมั่นในตนเองสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข และเรียนรู้ที่จะใช้ชีวิตให้มีความสุขได้ตลอดไป

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงเล็งเห็นความสำคัญของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนภาคใต้ ซึ่งเป็นกลุ่มที่ต้องมีการปรับตัวหลากหลาย ผู้วิจัยในฐานะอาจารย์วิทยาลัยเทคนิค ซึ่งมีบทบาท



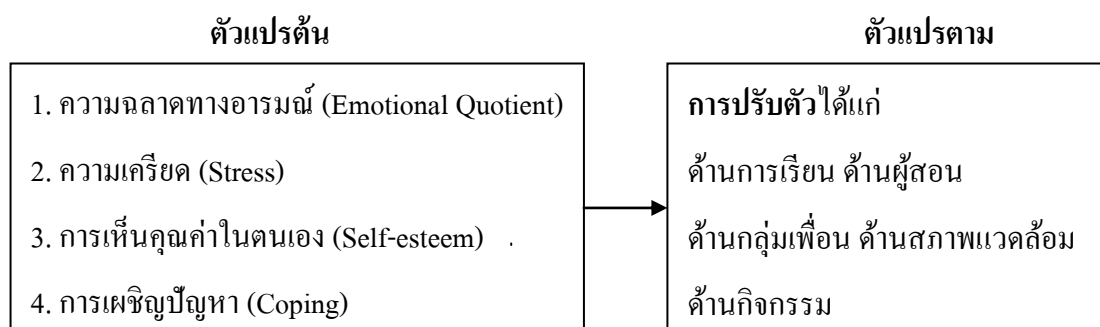
สำคัญในการดูแลนักศึกษา จึงมีความสนใจที่จะศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวของ นักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนใต้ โดยปัจจัยที่คัดสรรในการศึกษาค้นคว้านี้ ได้แก่ ความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) ความเครียด การเห็นคุณค่าในตนเอง และการเผชิญปัญหา ผู้วิจัยคาดว่าผล ที่ได้จะเป็นข้อมูลให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น งานอาจารย์ที่ปรึกษา งานแนะแนว งานกิจการนักศึกษา และนำผลการศึกษามาเป็นแนวทางในการป้องกัน ช่วยเหลือนักศึกษาสามารถปรับตัวได้อย่าง เหมาะสมต่อไป

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาระดับการปรับตัวของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนใต้
2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคในพื้นที่สาม จังหวัดชายแดนใต้ ได้แก่ ความฉลาดทางอารมณ์ ความเครียด การเห็นคุณค่าในตนเอง การเผชิญปัญหา
3. เพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคในพื้นที่สามจังหวัด ชายแดนใต้

กรอบแนวคิดในการวิจัย

ศึกษาการปรับตัว ของ Suwannakhot (2010) และความฉลาดทางอารมณ์ของ Department of Health, Ministry of Public Health (2000) ความเครียดของ Department of Health, Ministry of Public Health (1998) การเห็นคุณค่าในตนเองของ Rosenberg (1979) การเผชิญปัญหาของ Frydenberg & Lewis (1993) มาเป็นกรอบแนวคิด (ภาพที่ 1)



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย



วิธีการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive Research) โดยมีวิธีการดำเนินการวิจัย ดังนี้

ประชากร และกลุ่มตัวอย่าง นักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนใต้ ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2562 จำนวน 2,570 คน ได้แก่ วิทยาลัยเทคนิค นราธิวาส วิทยาลัยเทคนิคปัตตานี วิทยาลัยเทคนิคกาญจนาภิเษกปัตตานี และวิทยาลัยเทคนิคยะลา เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างเป็นตัวแทนของประชากร ผู้วิจัยจึงคำนวณกลุ่มตัวอย่างโดยใช้โปรแกรม G* Power (Erdfelder, Mayr, Buchner, & Faul, 2007) โดยกำหนดขนาดอิทธิพลเท่ากับ .15 ซึ่งเป็นค่า gold standard ของการกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างขั้นต่ำเมื่อทำการทดสอบตระกูล Linear multiple correlation coefficient ที่ยอมรับในระดับสากลนั้นได้มีการกำหนดไว้ดังนี้ค่า effect size เท่ากับ .15 หมายถึงมีขนาดอิทธิพลในระดับปานกลาง (medium) ค่า effect size ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติเท่ากับ .05 ค่าอำนาจทดสอบ (power of test) เท่ากับ .95 (Hair, Black, Babin, & Anderson, 2010) ค่าองศาอิสระของตัวแบบ (df) เท่ากับ 243 ที่คำนวณจากสูตร $df = NI(NI+1)/2$ เมื่อ NI คือตัวแปรสังเกตได้เท่ากับ 36 ตัว จึงได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างเท่ากับ จำนวน 280 คน และเพื่อการเตรียมแก้ปัญหาที่อาจได้ข้อมูลไม่สมบูรณ์ ผู้วิจัยจึงได้เพิ่มจำนวนกลุ่มตัวอย่างเพื่อให้ได้จำนวน 10% โดยใช้วิธีเลือกการสุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ (Stratified Random Sampling) โดยวิธีการหาขนาดตัวอย่างเป็นส่วนตามจำนวนประชากรทั้งหมดในแต่ละชั้นภูมิ ซึ่งแยกตามวิทยาลัยเทคนิค (Proportional) รวมทั้งหมด 309 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เป็นแบบสอบถาม จำนวน 6 ส่วน ได้แก่

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ศาสนา ชั้นปี เกรดเฉลี่ย สาขาวิชา ที่พักอาศัยปัจจุบัน ข้อมูลพี่น้อง สถานภาพสมรสของบิดามารดา อาชีพของบิดามารดา ระดับการศึกษาของบิดามารดา รายได้ต่อเดือนของบิดามารดาผู้ปกครอง แหล่งเงินทุนทางการศึกษา การใช้สารเสพติด มีจำนวน 14 ข้อ

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามการปรับตัวของนักศึกษา ซึ่งผู้วิจัยประยุกต์จากแบบสอบถามการปรับตัวของ Suwannakhot (2010) มีจำนวน 49 ข้อ 5 ด้าน ได้แก่ ด้านการเรียน จำนวน 11 ข้อ ด้านผู้สอน จำนวน 10 ข้อ ด้านกลุ่มเพื่อน จำนวน 13 ข้อ ด้านสภาพแวดล้อมจำนวน 6 ข้อ และด้านกิจกรรม จำนวน 9 ข้อ เกณฑ์การให้คะแนนของแบบสำรวจปัญหาการปรับตัว เป็นแบบประเมินประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ และเกณฑ์การแปลผล 3.67 - 5.00 ระดับสูง, 2.34 - 3.66 ระดับปานกลาง, 1.00 - 2.33 ระดับต่ำ



ส่วนที่ 3 แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งผู้วิจัยนำมาจาก Department of Health, Ministry of Public Health (2000) มีจำนวน 52 ข้อ มีการแปลผลตามเกณฑ์ปกติของคะแนนรวมความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) น้อยกว่า 138 ระดับต่ำกว่าปกติ, 138-170, ระดับเกณฑ์ปกติ และมากกว่า 170 ระดับสูงกว่าปกติ

ส่วนที่ 4 แบบวัดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ซึ่งผู้วิจัยประยุกต์จาก Thangjitpukdeesakul (2001) มีจำนวน 10 ข้อ ประกอบด้วยแบบวัดความรู้สึกเชิงบวก 5 ข้อ ได้แก่ ข้อ 1, 2, 4, 6, 7 และเชิงลบ 5 ข้อ ได้แก่ ข้อ 3, 5, 8, 9, 10 เป็นมาตราประเมินแบบเรียงอันดับ (Ordinal Rating Scale) แบบตัวเลข 4 ระดับ และเกณฑ์การแปลผล 3.50 ขึ้นไป ระดับมากที่สุด 2.50-3.49 ระดับมาก 1.50-2.49 ระดับปานกลาง และต่ำกว่า 1.50 ระดับน้อย

ส่วนที่ 5 แบบประเมินความเครียด ซึ่งผู้วิจัยประยุกต์จาก Mahatnirankul, Pumphisanchai, Tapanya, & Chanpensri (1997) มีจำนวน 20 ข้อ เป็นแบบประเมินประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ และเกณฑ์การแปลผล 00 – 24 ระดับเครียดน้อย 25 – 42 ระดับเครียดปานกลาง 43 – 62 ระดับเครียดสูง และ 63 ขึ้นไป ระดับเครียดรุนแรง

ส่วนที่ 6 แบบวัดการเผชิญปัญหา ซึ่งผู้วิจัยประยุกต์จาก Mansamer (2002) มีจำนวนข้อคำถามทั้งหมด 54 ข้อ เป็นแบบประเมินประมาณค่า (Rating Scale) 5 และเกณฑ์การแปลผล 1.00 – 2.49 ระดับน้อย 2.50 – 2.99 ระดับปานกลางถึงค่อนข้างน้อย 3.00 – 3.49 ระดับปานกลางถึงค่อนข้างมาก และ 3.50 – 5.00 ระดับมาก

ผลการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ แบบ (Item-Objective Congruence : IOC) จากผู้เชี่ยวชาญที่เกี่ยวข้องจำนวน 3 ท่าน เป็นผู้เชี่ยวชาญด้านจิตเวช ประกอบด้วยแพทย์ นักจิตวิทยาคลินิก ชำนาญการ และนักจิตวิทยา (สบ.1) มีค่าสอดคล้องผ่านเกณฑ์ที่กำหนดทุกข้อ โดยมีค่า IOC ทั้ง 4 ฉบับเท่ากับ .6 - 1.0 ผลการหาค่าความเชื่อมั่นของเนื้อหาของแบบสอบถาม ได้แก่ แบบสอบถามการปรับตัว ได้ค่าความเชื่อมั่น .95 แบบวัดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองได้ค่าความเชื่อมั่น .87 แบบประเมินความเครียดได้ค่าความเชื่อมั่น .93 แบบวัดการเผชิญปัญหา ได้ค่าความเชื่อมั่น .95 โดยนำมาทดลองใช้กับนักศึกษาวิทยาลัยสารพัดช่าง (วิทยาลัยเทคนิคบางนรา) จำนวน 60 คน

การเก็บรวบรวมข้อมูล เมื่อผู้วิจัยได้รับหนังสือตอบกลับอนุญาตให้เก็บข้อมูลได้ เนื่องจากสถานการณ์โรคระบาด COVID-19 ยังไม่รุนแรง อีกทั้งนักศึกษาชั้นเรียน On-site ผู้วิจัยจึงเดินทางไปเก็บข้อมูลด้วยตนเอง ซึ่งดำเนินการแจกแบบสอบถามประมาณ 2 สัปดาห์ จำนวน 309 ชุดให้แก่กลุ่มตัวอย่าง และรอรับแบบสอบถามทันที ครบจำนวน 309 ชุด



จริยธรรมในการวิจัย การวิจัยในครั้งนี้ได้รับการพิจารณารับรอง จากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมในมนุษย์ สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ และการศึกษาประจำวิทยาเขตปัตตานี มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ เลขที่โครงการ REC Number : psu.pn.2-052/63 ที่002/2563

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. การวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคล และระดับการปรับตัวของนักศึกษา โดยใช้สถิติ ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าคะแนนเฉลี่ย (Mean) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

2. การวิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับตัวของนักศึกษากับความฉลาดทางอารมณ์ การเห็นคุณค่าในตนเอง ความเครียด การเผชิญปัญหา โดยใช้สถิติสหสัมพันธ์อย่างง่ายของเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation Coefficient) ข้อตกลงเบื้องต้น ดังนี้

2.1 ตัวแปรอิสระกับตัวแปรตาม มีความสัมพันธ์กัน

2.2 ตัวแปรต้นและตัวแปรตามต้องเป็นเชิงปริมาณ

2.3 ตัวแปรอิสระกับตัวแปรอิสระมีความสัมพันธ์กันต่ำ จากการแปลผลค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (Best, 1977) .00-.20 มีความสัมพันธ์ระดับต่ำมาก .21-.50 มีความสัมพันธ์ระดับต่ำ .51-.80 มีความสัมพันธ์ระดับปานกลาง และ .81-1.00 มีความสัมพันธ์ระดับสูง จากการทดสอบพบว่าตัวแปรอิสระกับตัวแปรอิสระด้วยกันมีความสัมพันธ์ .294 ซึ่งมีความสัมพันธ์ระดับต่ำ

3. การวิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลการปรับตัวของนักศึกษา โดยใช้สถิติวิเคราะห์ถดถอยเชิงพหุคูณทีละขั้นตอน (Stepwise Multiple Regression Analysis) ผู้วิจัยได้ผ่านการทดสอบข้อตกลงเบื้องต้นของสถิติที่ใช้ ดังนี้

3.1 การมีข้อมูลลักษณะการแจกแจงเป็นโค้งปกติ (Normality) และตัวแปรอิสระและตัวแปรตามมีความสัมพันธ์เชิงเส้น (Linearity) โดยพิจารณาจากกราฟ Normal Probability Plot พบว่าข้อมูลส่วนใหญ่จะอยู่รอบๆเส้นตรง ดังนั้นสรุปได้ว่าลักษณะข้อมูลมีการแจกแจงแบบปกติ

3.2 ทดสอบความแปรปรวนของค่าความคลาดเคลื่อนคงที่ต้องมีความเป็นเอกภาพ (Homoscedasticity) และข้อมูลไม่มี Outliers โดยพิจารณาจากกราฟ Scatter Plot พบว่ามีการกระจายของจุดห่างจากเส้นตรงอย่างสมมาตร และอยู่ระหว่าง ± 2.5

3.3 ตัวแปรอิสระแต่ละตัวไม่มีความสัมพันธ์พหุร่วมเชิงเส้นสูง (Multicollinearity) โดยพิจารณาจากค่า Tolerance .93 และค่า VIF 1.095

3.4 ไม่เกิดปัญหาความคลาดเคลื่อนมีความสัมพันธ์ (Autocorrelation) โดยพิจารณาจากค่า Durbin-Watson เท่ากับ 1.928



ผลการวิจัย

ตารางที่ 1 ระดับการปรับตัวของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนใต้ (N = 309)

ตัวแปร	M	S.D.	แปลผล
รวมทั้งหมด	2.23	0.70	ระดับต่ำ
- ด้านการเรียน	2.32	0.71	ระดับต่ำ
- ด้านผู้สอน	2.36	0.89	ระดับปานกลาง
- ด้านกลุ่มเพื่อน	2.30	0.96	ระดับต่ำ
- ด้านสิ่งแวดล้อม	2.26	0.53	ระดับต่ำ
- ด้านกิจกรรม	1.87	0.64	ระดับต่ำ

จากตารางที่ 1 พบว่า การปรับตัวของนักศึกษา อยู่ในระดับต่ำ มีค่าเฉลี่ย 2.23 ($S.D. = .70$) เมื่อพิจารณาารายด้าน พบว่า ค่าเฉลี่ยของด้านผู้สอน อยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ย 2.36 ($S.D. = .89$) ด้านการเรียน ด้านกลุ่มเพื่อน ด้านสิ่งแวดล้อม ด้านกิจกรรม อยู่ในระดับต่ำ มีค่าเฉลี่ย 2.32, 2.30, 2.26, 1.87 ($S.D. = .71, S.D. = .96, S.D. = .53, S.D. = .64$ ตามลำดับ)

ตารางที่ 2 ปัจจัยที่สัมพันธ์กับการปรับตัวของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนใต้ (N = 309)

ตัวแปร	การปรับตัวของนักศึกษา ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r)	P-value
ความฉลาดทางอารมณ์	.164**	<.001
การเห็นคุณค่าในตนเอง	.191**	<.001
การเผชิญปัญหา	.138*	<.005

หมายเหตุ * $p < .005$ ** $p < .001$

จากตารางที่ 2 พบว่าการปรับตัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความฉลาดทางอารมณ์ การเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับต่ำมาก ($r = .164, r = .191, p\text{-value} = <.001$ ตามลำดับ) และการปรับตัวมีความสัมพันธ์ทางบวกการเผชิญปัญหาอยู่ในระดับต่ำมาก ($r = .138, p\text{-value} = <.005$)



ตารางที่ 3 ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนใต้
(N = 309)

ตัวพยากรณ์	B	S.E	β	t	P-value
ค่าคงที่	.001	.051	-	.029	<.005
ความฉลาดทางอารมณ์	.450	.061	.447	7.40	<.005
การเห็นคุณค่าในตนเอง	.424	.083	.421	5.12	<.001
ความเครียด	-.405	.065	-.402	-6.26	<.001
การเผชิญปัญหา	.238	.085	.238	2.80	<.005
$R^2 = .225$, Adj $R^2 = .215$ S.E = .89529					

จากตารางที่ 3 พบว่าปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนใต้ ได้แก่ ปัจจัยความฉลาดทางอารมณ์ ปัจจัยการเห็นคุณค่าในตนเอง ปัจจัยความเครียด ปัจจัยการเผชิญปัญหา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 มีค่าสัมประสิทธิ์พหุคูณ (R^2) เท่ากับ .215 โดยสามารถร่วมทำนายการปรับตัวของนักศึกษา ได้ร้อยละ 21.5

สำหรับปัจจัยความฉลาดทางอารมณ์สูงสุดมีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานเท่ากับ .450 รองลงมาปัจจัยการเห็นคุณค่าในตนเองเป็นมีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานเท่ากับ .424 ความเครียดมีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานเท่ากับ -.405 และน้อยที่สุดการเผชิญปัญหามีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน เท่ากับ .238 สามารถเขียนได้ดังนี้

รูปแบบคะแนนดิบ (Y) การปรับตัว = .001 +.450 (ความฉลาดทางอารมณ์) +.424 (การเห็นคุณค่าในตนเอง) -.405 (ความเครียด) +.238 (การเผชิญปัญหา)

รูปแบบคะแนนมาตรฐานการปรับตัว = .447 (ความฉลาดทางอารมณ์) +.421 (การเห็นคุณค่าในตนเอง) -.402 (ความเครียด) +.238 (การเผชิญปัญหา)

อภิปรายผล

อภิปรายผลตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยได้ดังนี้

1. นักศึกษามีการปรับตัวในระดับต่ำ ไม่สอดคล้องกับ Suwannakhot (2010) ศึกษาการปรับตัวของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยนเรศวรอยู่ในระดับมาก Ayuttaya, Jitrapun, Wannawilai, & Phuphet (2016) ศึกษาเรื่องภาวะสุขภาพจิตและการปรับตัวของนักศึกษา วิทยาลัยอาชีวศึกษาสงขลา มีการปรับตัวโดยรวมอยู่ในระดับมาก อธิบายได้ว่า นักศึกษามาจากที่แตกต่างกัน มี



ความกังวลกับการเรียนการสอน การแบ่งเวลาในการทำกิจกรรม ความขัดแย้งระหว่างเพื่อน คิดว่าเหนือกว่าผู้อื่น พุดจาหยาบคาย ชอบขัดต่อกฎระเบียบในวิทยาลัย ผลจากการเจอปัญหาสภาพแวดล้อมจากภายในและภายนอกวิทยาลัย ที่เปลี่ยนแปลง ไปจากที่นักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูงที่มีพื้นฐานมาจากวุฒิการศึกษามัธยมศึกษาปีที่ 6 ที่ผ่านการเรียนรูปแบบที่เน้นทฤษฎีมากกว่าฝึกปฏิบัติจริง ส่งผลให้ขาดทักษะในด้านการเรียนที่เป็นปฏิบัติ หรือขาดสมาธิในการเรียน โดยเฉพาะเมื่อมีการเลือกสาขาการเรียนที่ไม่ตรงกับที่ตนเองชอบ นักศึกษาไม่สามารถหาวิธีแก้ในการจัดการกับสิ่งที่เกิดขึ้นนำไปสู่การปรับตัว Donmuang et al. (2018) ได้กล่าวว่า นักเรียนอาชีวศึกษาจำนวนไม่น้อยยังขาดประสบการณ์ในการใช้ชีวิตหรือทักษะชีวิต ที่เกิดจากปัญหาใช้ความรุนแรง การลาออกกลางคัน การขาดการไตร่ตรอง ทำให้มีปัญหาการปรับตัว

2. การปรับตัวมีความสัมพันธ์กับความฉลาดทางอารมณ์ การเห็นคุณค่าในตนเอง และการการเผชิญปัญหา สอดคล้องกับ Abdullah, Elias, Uli, & Mahyuddin (2010) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเผชิญปัญหาและการปรับตัวของมหาวิทยาลัยกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรีปีที่ 1 ความสัมพันธ์ที่สำคัญและเป็นบวกระหว่างการเผชิญปัญหาของนักศึกษากับการปรับตัวในมหาวิทยาลัยโดยรวม เมื่อพิจารณาปัจจัยการเห็นคุณค่าในตนเอง นักศึกษาสามารถช่วยเหลือตัวเองได้ บางครั้ง เป็นที่ยอมรับในกลุ่มเพื่อนทำให้มีการเห็นคุณค่าในตนเองเช่น การจัดกิจกรรมด้านกีฬาที่นักศึกษานัด สามารถทำได้ ทำให้ส่งผลการเห็นคุณค่าในตนเองและปรับตัวสอดคล้องกับ Chanpensri (2021) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองกับการปรับตัวในสังคมของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร ความสัมพันธ์กันระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองกับการปรับตัวสังคมอธิบายได้ว่า นักศึกษามีความฉลาดทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม จะแสดงผ่านพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม นักศึกษาไม่สามารถเรียนรู้เรื่องอารมณ์ หรือควบคุมอารมณ์ได้ จึงทำให้ไม่สามารถจัดการกับอารมณ์ตนเอง ส่งผลให้มีการปรับได้ไม่ดี เกิดปัญหาอื่นๆตามมาระหว่างเรียน แต่ในทางตรงกันข้าม ถ้านักศึกษามีความฉลาดทางอารมณ์ที่เหมาะสม สามารถเรียนรู้เรื่องอารมณ์ เข้าใจและสามารถจัดการกับอารมณ์ตนเองได้ ซึ่งก่อให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง และผู้อื่นสอดคล้องกับ Sreewattanawanit & Sornsiri (2011) คะแนนความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยโดยรวม ในขณะที่นักศึกษาเผชิญกับสถานการณ์ที่ตึงเครียด แต่ในขณะที่บางคนจะเข้มแข็งกว่าคนอื่น ก่อให้เกิดการเจ็บป่วยด้านกายและจิตใจ ถ้าสามารถผ่านช่วงเหตุการณ์นั้นได้ นำไปสู่การใช้วิธีการเผชิญปัญหาที่ดี

3. ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคนิคในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนใต้ ได้แก่ ปัจจัยความฉลาดทางอารมณ์ ปัจจัยการเห็นคุณค่าในตนเอง ปัจจัยความเครียด ปัจจัยการเผชิญ



ปัญหา สอดคล้องกับ Arpornkul & Suppakitiporn (2017) ปัจจัยที่ทำนายปัญหาการปรับตัว คือ ความฉลาดทางอารมณ์ ในปัจจุบันส่งผลให้บุคคลหรือองค์กรต้องปรับตัวให้ทันต่อการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา สอดคล้องกับ Kulchanathara, Choochom, & Kijtorntam (2017) พบว่า การเผชิญปัญหา ส่งผลต่อการปรับตัวสูง ทั้งนี้การเผชิญปัญหา ส่งผลต่อการปรับตัว และสอดคล้องกับ Chanpensri (2021) ได้กล่าวว่า การศึกษาจำนวนมาก พบว่าการเห็นคุณค่าในตนเองของนักศึกษาคือตัวทำนายว่าจะส่งผลต่อการปรับตัวและพฤติกรรมของนักศึกษาที่เห็นคุณค่าในตนเอง อธิบายได้ว่า เมื่อนักศึกษาสามารถปรับตัวในวิทยาลัย นักศึกษาจะมีทักษะทางอารมณ์ในการรับรู้ เข้าใจ และจัดการกับความรู้สึกของตนเองได้ดี รวมทั้งเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น และเป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยผลักดันให้นักศึกษาประสบความสำเร็จในการทำกิจกรรมตลอดช่วงชีวิตเริ่มจากการเรียน และการดำเนินชีวิต เป็นผู้ที่สามารถมีสัมพันธภาพที่ดี สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุขและส่งเสริมให้บุคคลประสบความสำเร็จในชีวิต และเมื่อนักศึกษาเจอสถานการณ์ ความกดดัน ขัดแย้ง อาจเป็นไปในทางตรงหรือทางอ้อมขึ้นกับความเครียดครั้งแรกที่นักศึกษาได้ประสบทำให้การปรับตัวเกิดขึ้น หรือปรับตัวไม่ได้ ทำให้เกิดปัญหาจากการเรียนกลางคัน (dropping out of school) Nantharojphong, Meethavornkul, & Chantuk (2018) กล่าวว่าความเครียดนั้นเกิดขึ้นได้กับทุกคน ถ้านักศึกษามีความเครียดในระดับที่พอเหมาะจะเป็นการกระตุ้น หรือส่งเสริมให้นักศึกษานั้นสามารถคิดค้นวิทยาการใหม่ ๆ หรือเรื่องที่แปลกใหม่ ทำให้รู้จักคิดแก้ปัญหาหรือทำให้การเรียนมีประสิทธิภาพมากขึ้น ปรับสภาพตนเองให้สามารถเผชิญกับสิ่งที่มาคุกคาม ปรับสุขภาพกายและสุขภาพจิตให้ดำรงชีวิตได้ จึงทำให้นักศึกษาต้องการจะหาวิธีเผชิญกับปัญหาที่เกิดขึ้น เนื่องจากวัยรุ่นอาจแสวงหาความช่วยเหลือในการแก้ปัญหาหรือเพียงแค่ระบายให้เพื่อนหรือคนรู้จัก เมื่อนักศึกษาต้องการที่จะตระหนักรู้ ปัจจัยการเห็นคุณค่าในตนเอง จึงมีศักยภาพหรือการเห็นคุณค่าในตนเองกล้าที่เผชิญกับความท้าทายใหม่ ๆ ยอมรับความต่างของผู้อื่น นักศึกษาจึงต้องมีการปรับตัว เพื่อสามารถใช้ชีวิตในวิทยาลัยได้อย่างปกติสุข

สรุป

1. การปรับตัวของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนใต้ อยู่ในระดับต่ำ เพื่อให้ปรับตัวดีขึ้น ควรให้นักศึกษามีส่วนร่วมด้านการเรียน ปูพื้นฐานนักศึกษาที่มีปัญหาด้านการเรียน กล้าถาม เข้าหาผู้สอน อีกทั้งผู้สอนนำความรู้ประสบการณ์นำมาถ่ายทอดให้กับนักศึกษา มีสัมพันธที่ดีกับเพื่อน และเพื่อนรุ่นพี่รุ่นน้อง สามารถทำงานร่วมกับเพื่อน ไม่แบ่งพรรคแบ่งพวก และเลือกกิจกรรมที่ถนัด สถานศึกษาควรจัดกิจกรรมเบียดในวิทยาลัยให้เข้มงวดมากกว่าเดิม เช่น บริเวณห้องน้ำ บรรยากาศในห้องเรียน เป็นต้น



2. การทราบถึงความฉลาดทางอารมณ์ การเห็นคุณค่าในตนเอง ความเครียด การเผชิญปัญหา เป็นปัจจัยที่ส่งผลกับการปรับตัวของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนใต้ ดังนั้น หน่วยที่เกี่ยวข้อง เช่น งานอาจารย์ที่ปรึกษา งานแนะแนว งานกิจการนักศึกษา แสดงถึงความเข้าใจ และเข้าถึงนักศึกษา ให้คำปรึกษาเมื่อนักศึกษามีความเครียดและไม่สามารถเผชิญกับปัญหาที่เกิดขึ้น รวมทั้งการให้คำชมเชย การมอบรางวัลแก่นักศึกษาเรียนดี กิจกรรมเด่น อีกทั้งสามารถนำผลการการศึกษามาเป็นแนวทางในการป้องกันปัญหาและช่วยเหลือนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนใต้ที่ต้องประสบปัญหาสุขภาพจิตซึ่งสามารถพัฒนาบุคคลให้มีความสมบูรณ์ทั้งด้านร่างกายและจิตใจ นำไปสู่ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุขมีสุขภาพจิตที่ดีและสามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสมต่อไป

ข้อเสนอแนะ

1. ควรศึกษาปัจจัยด้านอื่นๆที่มีผลต่อการปรับตัวของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนใต้ เช่น ตัวแปรบุคลิกภาพ การมองโลกในแง่ดี
2. ควรมีการศึกษาเชิงคุณภาพเกี่ยวกับการปรับตัวของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนใต้เพื่อให้ทราบข้อมูลเชิงลึก โดยการสัมภาษณ์ เพื่อหาแนวทางการช่วยเหลือนักศึกษาต่อไป

รายการอ้างอิง (References)

- Abdullah, M.C., Elias, H., Uli, J., & Mahyuddin, R. (2010). Relationship between coping and university adjustment and academic achievement amongst first year undergraduates in a Malaysian public university. *International Journal of Arts and Sciences*, 3(11), 379-392.
- Arpornkul, N., & Suppakitiporn, S. (2017). Adjustment problems of first year medical students. *Chulalongkorn Medical Journal*, 61(5), 631-645.
- Ayuttaya, K.S., Jitrapun, N., Wannawilai, P., & Phuphet, K. (2016). Mental Health and Adjustment of Vocational College Students, Songkhla. *Songklanagarind Journal of Nursing*, 36(4), 146-159.
- Best, J. (1977). *Research in Education*. New Jersey:Prentice Hall, Inc.1977.
- Chanpensri, A. (2021). Correlation Correlation Between Self-esteem and Social Adjustment of Students at Phranakorn Rajabhat University. *Sukhothai Thammathirat Open University Journal* 34(1), 88-102.



- Kulchanathara, N., Choochom, O., & Kijtorntam, W. (2017). The Psycho-social Causal Relationship Model of Adjustment Among First Year Undergraduate Students Leaving Home for Studying in Universities in Bangkok Metropolitan and Vicinity Area. *Journal of Behavioral Science*, 23(2), 23-41.
- Choothong, C. (2017). A Study of University's Students Emotional Quotient (EQ) in science in daily life class 4000112 Lampang Rajabhat. *The 4th National Conference in Phetchabun Rajabhat University*: 438-446. (in Thai).
- Darathong, I., Pityaratstian, M.D., & Komolpan, N. (2009). Relationship between Vocational Student's Deviant Behaviors and Emotional Intelligence. *The Journal of The Psychiatric Association of Thailand*, 54(2), 125-136.
- Department of Health, Ministry of Public Health. (1998). *Relieve Stress Handbook*. Bangkok: Design Conduction. (in Thai)
- Department of Health, Ministry of Public Health. (2000). *EQ: emotional quotient*. Nonthaburi: Department of Health. (in Thai)
- Donmuang, P., Anusasananon, S., Wongnam, P., & Purananon, D. (2018). The Construction of Adversity Quotient with Buddhist Scale for the Vocational students. *MBU Education Journal: Faculty of Education Mahamakut, Buddhist University*, 6(2), 210-224.
- Erikson, H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York: W.W. Norton.
- Erdfelder, E., Mayr, S., Buchner, A., & Faul, F. (2007). A short tutorial of GPower. *Tutorials in Quantitative Methods for Psychology*, 3(2), 51-59.
- Frydenberg, E., & Lewis, R. (1993). Boys play sport and girls turn to others: Age, gender and ethnicity as determinants of coping. *Journal of Adolescence*, 16(3), 253-266.
- Hair, J.F., Black, W.C., Babin, B.J., & Anderson, R. E. (2010). *Multivariate Data Analysis: A Global Perspective*. Upper Saddle River, NJ : Pearson.
- Kotrajaras, S., Yongkittikul, C. (2002). Relationship between parenting styles and self-directed behaviors of Thai adolescents. *Proceeding of the East-West Psychological Science Research Center*, 2, 47-60. (in Thai)
- Mahatnirankul, S., Pumphisanhai, W., Tapanya, P., & Chanpensri, A. (1997). The construction of Suan Prung stress test for Thai population. *Bulletin Of Suanprung*, 13(3), 1-20.



- Mansamer, P. (2002). *Adjustment, Coping Strategies, and Academic Achievement in first-year College Students*. Master Arts (Counseling Psychology). Chulalongkorn University. Bangkok (in Thai).
- Nantharojphong, K., Meethavornkul, P., & Chantuk, T. (2018). The Analysis of Causal Relationship of Factors Affected to the Stress Management Behaviors of the Middle Adolescents. *Journal of Social Sciences and Humanities Research in Asia*, 24(1), 3-38.
- Rosenberg, M. (1979). *Conceiving the self*. New York: Basic Books
- Roy, C., & Andrews, H.A. (1999). *The Roy adaptation model*. Stamford Conn.
- Sreewattanawanit, N., & Sornsiri, M. (2011). *The relationship between emotional intelligence and adjustment in the first-year university students*. Senior Project. Master Science Research. Chulalongkorn University. Bangkok. (in Thai).
- Sokantat, N. (2014). Violence Behavior: A Case Study of Quarrel's Vocational Student in Bangkok. *Journal of Thai Justice System*, 7(3), 99-119.
- Suwannakhot, N. (2010). *The Adjustment of the first-year undergraduate students at Naresuan University*. (Master's thesis). Srinakarinwirot University, Bangkok. (in Thai)
- Thongborisut, C., & Suyajai, P. (2015). Adaption in Crisis Situation of Life. *Journal of MCU Humanities Review*, 1(2), 23-32.
- Thangjitpukdeesakul, T. (2001). *Factors Related to Self-esteem and Hopelessness Among Juvenile Delinquents in Central Observation and Protection Center*. Master Science (Clinical Psychology). Mahidol University, Nakornpatom. (in Thai).