

บทความวิจัย

ภาวะสุขภาพจิตและการปรับตัวของนักศึกษาวิทยาลัยอาชีวศึกษา
สงขลาขวัญเรือน สนิทวงศ์ ณ อยุธยา* นัยนันต์ จิตประพันธ์*
พนัสยา วรรณวิไล* เกษศิริรินทร์ ภูเพชร*

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาภาวะสุขภาพจิต ระดับการปรับตัว และปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะสุขภาพจิตและการปรับตัวของนักศึกษา วิทยาลัยอาชีวศึกษา สงขลา กลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษาวิทยาลัยอาชีวศึกษาสงขลา ระดับ ปวช. 1 - 3 และ ปวส. 1 - 2 ปีการศึกษา 2557 จำนวน 314 คน เครื่องมือการวิจัยที่ใช้ ประกอบด้วย 3 ส่วน ได้แก่ 1) แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป 2) แบบสอบถามเกี่ยวกับภาวะสุขภาพจิต (Thai GHQ 28) ของกรมสุขภาพจิต มีค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ 0.84 และ 3) แบบสอบถามการปรับตัวของ Niramon Suwannakhot มีค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ 0.97 วิเคราะห์ข้อมูลโดยหาความถี่ ร้อยละ และค่าไคสแควร์ ผลการวิจัย พบว่า

1) ภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษาวิทยาลัยอาชีวศึกษา สงขลา ร้อยละ 86.30 อยู่ในระดับปกติ และร้อยละ 13.70 มีระดับภาวะสุขภาพจิต อยู่ในเกณฑ์ผิดปกติ

2) ระดับการปรับตัวโดยรวม อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ด้านที่มีการปรับตัวระดับมากที่สุด 2 ด้าน คือ ด้านกลุ่มเพื่อน และด้านกิจกรรม สำหรับด้านการเรียน ด้านผู้สอน และด้านสิ่งแวดล้อม มีการปรับตัวในระดับมาก

3) ปัจจัยส่วนบุคคล กับภาวะสุขภาพจิต เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า เพศ มีความสัมพันธ์กับภาวะสุขภาพจิตด้านอาการทางกาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ($\chi^2 = 15.55, p = 0.03$) สาขาที่เรียน มีความสัมพันธ์กับภาวะสุขภาพจิตด้านความบกพร่องทางสังคม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ($\chi^2 = 69.75, p = 0.00$) และภูมิสำเนา มีความสัมพันธ์กับภาวะสุขภาพจิต ด้านอาการวิตกกังวล การนอนไม่หลับ และด้านอาการซึมเศร้าที่รุนแรง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ($\chi^2 = 118.10, p = 0.00$ และ $113.50, p = 0.01$ ตามลำดับ)

* อาจารย์ ภาควิชาการพยาบาลจิตเวช วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สงขลา อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา
ผู้เขียนหลัก: khwan.sa@hotmail.com

4) ปัจจัยส่วนบุคคลกับการปรับตัว เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า เพศและสาขาวิชาที่เรียน มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวด้านเพื่อน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ($\chi^2 = 52.51, p = 0.00$ และ $416.38, p = 0.00$ ตามลำดับ) สถานภาพสมรสของบิดามารดา มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวด้านสิ่งแวดล้อม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ($\chi^2 = 229.20, p = 0.00$) และจำนวนเงินใช้จ่ายต่อเดือน มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวด้านกิจกรรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ($\chi^2 = 65.20, p = 0.03$)

ดังนั้น สถานศึกษาควรมีโครงการหรือจัดคลินิกพิเศษด้านสุขภาพจิตเพื่อช่วยเหลือนักศึกษาที่มีเกณฑ์ภาวะสุขภาพจิตผิดปกติ

คำสำคัญ: ภาวะสุขภาพจิต; การปรับตัว; นักศึกษาวิทยาลัยอาชีวศึกษา

ความเป็นมาของปัญหา

สังคมไทยในปัจจุบัน มีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างมากจากสังคมในอดีต ด้วยความเจริญก้าวหน้าทางด้านเทคโนโลยี การสื่อสารรูปแบบต่างๆ วัฒนธรรมประเพณีที่มีการเปลี่ยนแปลงไป ค่านิยมที่เห็นด้านวัตถุนิยมมากกว่าความมีคุณค่าในตัวบุคคล จากการพัฒนาและการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว ทำให้มีการเปลี่ยนแปลงในด้านการดำรงชีวิตในปัจจุบันเป็นอย่างมาก ทั้งทางสังคม เศรษฐกิจ วัฒนธรรม การสื่อสาร และรวมไปถึงทางการศึกษา กล่าวคือบุคคลที่ใช้ชีวิตในสังคมนั้นๆ ต้องมีการปรับตัวหรือเปลี่ยนแปลงการดำเนินชีวิต หากบุคคลสามารถปรับตัวได้ ก็จะสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างปกติสุข แต่ถ้าบุคคลนั้นไม่สามารถปรับตัวได้จะก่อให้เกิดภาวะเครียดที่สะสม มีผลกระทบต่อภาวะสุขภาพจิต จะพบได้ในรูปแบบของการเจ็บป่วยทางกาย อาการวิตกกังวล นอนไม่หลับ ความบกพร่องทางสังคม และอาการซึมเศร้า¹ ปัญหาสุขภาพจิต โดยเฉพาะอย่างยิ่งภาวะซึมเศร้า อาจก่อให้เกิดพฤติกรรมการฆ่าตัวตาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งในวัยรุ่น จากรายงานการสำรวจสถิติการฆ่าตัวตายของคนไทยในปี พ.ศ. 2550 - 2555 พบว่ากลุ่มอายุ 15 - 59 ปี มีจำนวนการฆ่าตัวตายมากกว่ากลุ่มอายุอื่นๆ²

วัยรุ่น เป็นวัยที่ต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ในการเจริญพัฒนาไปเป็นผู้ใหญ่ ถ้าปรับตัวได้อย่างเหมาะสม ก็จะไม่เกิดผลกระทบต่อการเรียนรู้ การงานหรือสังคม ในทางกลับกัน หากปรับตัวไม่เหมาะสม จะส่งผลกระทบต่อด้านต่างๆ ซึ่งพบได้ ร้อยละ 10 - 15 ของวัยรุ่นทั่วไป บางรายมีอาการวิตกกังวล เครียด ท้อแท้ นอนไม่หลับ ซึ่งจัดว่ามีปัญหาด้านสุขภาพจิต³ การปรับตัว เป็นความพยายามของบุคคลที่ในการเผชิญปัญหา ให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อม ถ้าบุคคลนั้นปรับตัวได้ก็สามารถอยู่ในสภาพแวดล้อมนั้นๆ ได้อย่างมีความสุข แสดงว่า บุคคลนั้นมีสุขภาพจิตดี การปรับตัวของวัยรุ่นที่มีประสิทธิภาพ จะมีความมั่นคงในการแสดงบทบาทของตนเอง แต่หากล้มเหลว ก็ทำให้เกิดความรู้สึกสับสนเกี่ยวกับบทบาทของตนเอง รู้สึกไม่มั่นใจในตนเอง เกิดความรู้สึกคับข้องใจ และความขัดแย้งในตนเองหรือกับผู้อื่น⁴

วิทยาลัยอาชีวศึกษา เปิดสอนในระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) และ ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง (ปวส.) นักศึกษาเป็นช่วงวัยรุ่นถึงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น นักศึกษาระดับ ปวช. ส่วนใหญ่อยู่ในช่วงวัยรุ่น พัฒนาการทางสติปัญญาของวัยนี้ จะรู้จักสังเกตและปรับปรุงข้อบกพร่องของตนเอง สนใจเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ กล้าที่จะลองถูกลองผิด จึงทำให้มีการพัฒนาทางด้านสติปัญญากว้างมากขึ้น เพราะได้ลงมือทำเอง ได้พบกับปัญหา และวิธีการแก้ปัญหาด้วยตนเอง ถ้าทำสำเร็จก็จะรู้สึกภาคภูมิใจ สำหรับนักศึกษาระดับ ปวส. อยู่ในช่วงวัยรุ่นต่อกับวัยผู้ใหญ่ตอนต้น วัยรุ่นตอนปลายมีความสามารถทางสติปัญญาสมบูรณ์ คือ คุณภาพของความคิดจะเป็นระบบ มีความสัมพันธ์กัน และมีความคิดรูปแบบนามธรรม วัยผู้ใหญ่จะมีความคิดเปิดกว้าง ยืดหยุ่นมากขึ้น และรู้จักจดจำประสบการณ์ที่ได้เรียนรู้ ทำให้สามารถปรับตัว

เข้ากับสถานการณ์ต่างๆ ได้ดี⁵

นักศึกษาวิทยาลัยอาชีวศึกษา มีการเปลี่ยนการศึกษาจากระดับมัธยมศึกษาตอนต้น มาศึกษาต่อในระดับ ปวช. และมัธยมศึกษาตอนปลาย มาศึกษาต่อระดับ ปวส. การเรียนการสอนมีการเรียนรู้ในด้านภาคทฤษฎี และภาคปฏิบัติ ที่ควบคู่กัน นักศึกษาต้องมีการปรับตัวต่อสถานการณ์สิ่งแวดล้อม การจัดการเรียนการสอนที่เปลี่ยนแปลง จากระดับมัธยมศึกษาซึ่งไม่คุ้นชินกับลักษณะวิธีการเรียนในสายอาชีพ จึงอาจเกิดความสับสน ท้อแท้ต่อการเรียน และยังคงคิดตัดสินใจด้วยตนเอง ต้องเรียนรู้ในการสร้างสัมพันธ์ภาพกับอาจารย์ การคบเพื่อนทั้งในเพศเดียวกัน และต่างเพศ การพบกลุ่มเพื่อนใหม่ที่มีพื้นฐานที่ต่างกัน การที่ต้องพักอยู่ในหอพักกับบุคคลอื่น ซึ่งแตกต่างไปจากการพักอยู่กับครอบครัวหรือบุคคลใกล้ชิดคุ้นเคย การเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ของวิทยาลัย ล้วนแต่ต้องอาศัยความพยายามเป็นอย่างมาก หากนักศึกษาเหล่านี้ปรับตัวไม่เหมาะสม จะก่อให้เกิดปัญหาด้านสุขภาพจิตและการปรับตัวตามมาได้

จากผลการบูรณาการรายวิชา การพยาบาลบุคคลที่มีปัญหาทางจิต กับการบริการวิชาการในวันพยาบาลแห่งชาติ ปี 2557 ในกลุ่มนักศึกษาของวิทยาลัยอาชีวศึกษา จำนวน 200 คน พบว่า นักศึกษา ร้อยละ 2.18 มีความเครียดระดับสูง ร้อยละ 12.40 มีความเครียดระดับปานกลาง และร้อยละ 20.24 มีความเครียดระดับเล็กน้อย นอกจากนี้พบว่า นักศึกษา ร้อยละ 2.50 มีภาวะซึมเศร้า ระดับปานกลาง⁶ จากการทบทวนงานวิจัย พบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะสุขภาพจิตและการปรับตัว ได้แก่ เพศ คณะ เกียรติยศ และอาชีพของบิดามารดา ความหย่นตัว และการยึดติดความสมบูรณ์แบบมีความสัมพันธ์กับการปรับตัว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สำหรับปัจจัยอื่น ได้แก่ ชั้นปีที่ศึกษา รายได้ของครอบครัว อาชีพของบิดามารดา ระดับการศึกษาของบิดามารดา จำนวนสมาชิกในครอบครัว ลักษณะการพักอาศัย ภูมิลาเนา และสถานภาพการอยู่ร่วมกันของบิดามารดา ไม่สามารถทำนายการปรับตัวโดยรวมของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จากข้อมูลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงมีความสนใจในภาวะสุขภาพจิต และการปรับตัวของนักศึกษาวิทยาลัยอาชีวศึกษา สงขลา เพื่อเป็นแนวทางการส่งเสริมสุขภาพจิต และการดูแลช่วยเหลือที่เหมาะสมต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษาวิทยาลัยอาชีวศึกษา สงขลา
2. เพื่อศึกษาระดับการปรับตัวของนักศึกษาวิทยาลัยอาชีวศึกษา สงขลา
3. เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะสุขภาพจิตและการปรับตัวของนักศึกษา

กรอบแนวคิดการวิจัย

การวิจัยภาวะสุขภาพจิตและการปรับตัวของนักศึกษาวิทยาลัยอาชีวศึกษา สงขลา ใช้กรอบแนวคิดการประเมินสุขภาพจิต ของ เดวิด พี โกลด์เบิร์ก และแปลเป็นภาษาไทยโดย Nilachaikowit et al.⁷ ซึ่งมีแนวคิดการประเมินสุขภาพจิตของบุคคลได้จาก 4 ด้าน คือ ด้านอาการทางกาย ด้านอาการวิตกกังวลและการนอนไม่หลับ ด้านความบกพร่องทางสังคม และด้านอาการซึมเศร้าที่รุนแรง

สำหรับการปรับตัว Suwannakhot⁸ ได้สร้างกรอบแนวคิดจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัว ของนิสิตนักศึกษาในสถาบันอุดมศึกษา⁹⁻¹⁰ พบว่า การใช้ชีวิตของนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยย่อมประสบกับปัญหาต่างๆ แบ่งออกเป็น 7 ประเภท คือ 1) ปัญหาการเลือกสาขาเรียน 2) ปัญหาการปรับตัวเข้ากับระบบสถานศึกษาและสิ่งแวดล้อม 3) ปัญหาด้านที่พักอาศัย 4) ปัญหาเกี่ยวกับครอบครัว 5) ปัญหาด้านสุขภาพทั่วไป 6) ปัญหาเกี่ยวกับกิจกรรมนักศึกษา และ 7) ปัญหาเกี่ยวกับการเรียน ส่วนเกี่ยวกับการปรับตัวของนักศึกษาใน

สถาบันอุดมศึกษาผู้วิจัยได้ใช้กรอบแนวคิดของ Suwannakhot^๑ พบว่า สามารถแบ่งเป็น 5 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านการเรียน 2) ด้านผู้สอน 3) ด้านกลุ่มเพื่อน 4) ด้านสภาพแวดล้อม และ 5) ด้านกิจกรรม

วิธีการดำเนินการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ คือ นักศึกษาวิทยาลัยอาชีวศึกษา สงขลา ระดับชั้นปวช. 1, ปวช. 2, ปวช. 3 และ ปวส. 1, ปวส. 2 ปีการศึกษา 2557 จำนวน 2,048 คน

กลุ่มตัวอย่าง การวิจัยครั้งนี้ กำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้สูตรการคำนวณของ Yamane¹¹ ให้ความคลาดเคลื่อนได้ 0.05 ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่าง 335 คน เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบแบ่งกลุ่มหลายชั้น โดยแยกตามชั้นปี (stratified random sampling) คือ การเลือกตัวอย่างโดยแบ่งประชากรที่จะศึกษาออกเป็นกลุ่มๆ โดยแบ่งเป็น 5 กลุ่ม คือ ระดับชั้น ปวช. 1, ปวช. 2, ปวช. 3 และ ปวส. 1, ปวส. 2 แล้วทำการสุ่มตัวอย่างแบบการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย (simple random sampling)

เครื่องมือในการวิจัย

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป ได้แก่ อายุ เพศ ระดับการศึกษา ผลการเรียนที่ผ่านมา สถานภาพสมรสของบิดามารดา ที่อยู่อาศัย รายได้เฉลี่ยครอบครัว จำนวนเงินใช้จ่ายต่อเดือน และเขตที่อยู่อาศัย

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับสุขภาพจิต ซึ่งผู้วิจัยได้ใช้แบบสอบถามสุขภาพจิตทั่วไป (Thai General Health Questionnaire) Thai GHQ - 28 ของกรมสุขภาพจิต ซึ่งเป็นแบบคัดกรองปัญหาสุขภาพจิตที่พัฒนามาจาก GHQ ของ Goldberg มี จำนวน 28 ข้อ โดยแบ่งออกเป็น 4 ด้าน คือ ข้อ 1 - 7 ด้านอาการทางกาย ข้อ 8 - 16 ด้านอาการวิตกกังวลและการนอนไม่หลับ ข้อ 17 - 21 ด้านความบกพร่องทางสังคม และ ข้อ 22 - 28 ด้านอาการซึมเศร้าที่รุนแรง

การให้คะแนน ใช้การคิดค่าคะแนนแบบ GHQ score bimodal response scale คือ คะแนนจะถูกตัดไว้เพียง 2 ค่า (binary score) โดยถ้าตอบตัวเลือกที่ 1 และ 2 จะให้คะแนนเป็น 0 แต่ถ้าตอบตัวเลือกที่ 3 และ 4 จะให้ค่าคะแนนเป็น 1

การแปลผล GHQ - 28 ให้ค่าคะแนนที่จุดตัดคะแนนค่า 5/6 ซึ่งหากมีคะแนนตั้งแต่ 6 ขึ้นไป ถือว่า ผิดปกติ ซึ่งหมายความว่า บุคคลที่มีคะแนนตั้งแต่ 6 ขึ้นไป ให้ถือว่า มีแนวโน้มเกี่ยวกับปัญหาสุขภาพ

นำแบบสอบถาม Thai GHQ - 28 ไปทดสอบหาความเชื่อมั่นกับนักศึกษาที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน หาค่าสัมประสิทธิ์ แอลฟาของ ครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ได้ เท่ากับ 0.84

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามการปรับตัว จำนวน 52 ข้อ ผู้วิจัยขออนุญาตใช้ของ Suwannakhot^๑ ประกอบด้วย ข้อคำถามในการปรับตัว 5 ด้าน ได้แก่ ด้านการเรียน มีข้อคำถาม 12 ข้อ ด้านผู้สอน มีข้อคำถาม 10 ข้อ ด้านกลุ่มเพื่อน มีข้อคำถาม 13 ข้อ ด้านสภาพแวดล้อม มีข้อคำถาม 8 ข้อ ด้านกิจกรรม มีข้อคำถาม 9 ข้อ แบบสอบถามเกี่ยวกับการปรับตัว จำนวน 52 ข้อ ลักษณะข้อคำตอบ เป็นมาตราส่วนประมาณค่า (rating scale) 5 ระดับ มีคะแนน 1 - 5 แปลผลคะแนนโดยใช้การจัดคะแนนแบบอิงเกณฑ์อันตรภาคชั้น¹² ดังนี้

ค่าคะแนนเฉลี่ย 4.21-5.00	หมายถึง	นักศึกษามีการปรับตัวในระดับมากที่สุด
ค่าคะแนนเฉลี่ย 3.41-4.20	หมายถึง	นักศึกษามีการปรับตัวในระดับมาก
ค่าคะแนนเฉลี่ย 2.61-3.40	หมายถึง	นักศึกษามีการปรับตัวในระดับปานกลาง
ค่าคะแนนเฉลี่ย 1.81-2.60	หมายถึง	นักศึกษามีการปรับตัวในระดับน้อย
ค่าคะแนนเฉลี่ย 1.00-1.80	หมายถึง	นักศึกษามีการปรับตัวในระดับน้อยที่สุด

นำแบบสอบถามการปรับตัว ไปทดสอบหาความเชื่อมั่นกับนักศึกษาที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน หาค่าสัมประสิทธิ์ แอลฟาของ ครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ได้ เท่ากับ 0.97

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ขั้นตอนเตรียมการ

1) ผู้วิจัยขอหนังสือจากวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สงขลา ไปยังวิทยาลัยอาชีวศึกษา สงขลา เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการศึกษา และขออนุญาตเก็บข้อมูล โดยขอความร่วมมือจากครูประจำชั้นเป็นผู้ช่วยในการเก็บข้อมูล

2) เมื่อได้รับอนุญาต ผู้วิจัยได้ชี้แจงการดำเนินการเก็บข้อมูล และการตรวจสอบความครบถ้วนของข้อมูล กับครูประจำชั้น ในแต่ละชั้นปี ชี้แจงการพิทักษ์สิทธิ์ผู้ตอบแบบสอบถามตามความสมัครใจ หากไม่ประสงค์ตอบแบบสอบถาม ไม่มีผลกระทบใดๆ ผลวิจัยนำเสนอในภาพรวม แบบสอบถามมีการลงรหัสเพื่อประโยชน์ในการติดตามเท่านั้น

3) กำหนดวันรับแบบสอบถาม โดยผู้วิจัยเข้าไปรับแบบสอบถามด้วยตนเอง

2. ขั้นตอนดำเนินการ

ผู้วิจัยได้ไปรับแบบสอบถาม ตามวันที่กำหนด ได้รับแบบสอบถามคืน จำนวน 314 ชุด คิดเป็นร้อยละ 93.73 ตรวจสอบความถูกต้องและความสมบูรณ์ของแบบสอบถาม นำไปวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ และแปลผลการวิจัย

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยมีการพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง โดยโครงร่างการวิจัย ได้ผ่านความเห็นชอบจากคณะกรรมการประเมินงานวิจัยด้านจริยธรรม ของวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สงขลา ผู้วิจัยได้ทำหนังสือชี้แจง โดยทำหนังสือผ่านผู้อำนวยการวิทยาลัยอาชีวศึกษา สงขลา ชี้แจงแบบสอบถามผ่านผู้ช่วยวิจัยในการดำเนินการชี้แจงกับกลุ่มตัวอย่าง และเก็บแบบสอบถาม ซึ่งในการบันทึกข้อมูลจะไม่ระบุชื่อของกลุ่มตัวอย่าง แต่จะทำการรหัสแทนชื่อ ข้อมูลจะเก็บเป็นความลับและใช้เพื่อการวิจัยเท่านั้น ขณะดำเนินการวิจัย ถ้ากลุ่มตัวอย่างไม่ต้องการให้ข้อมูล สามารถยกเลิกได้ทันทีโดยไม่เกิดผลต่อการบริการในรับบริการในครั้งนี้ เมื่อคณะผู้วิจัยแจ้งการพิทักษ์สิทธิ์ และกลุ่มตัวอย่างยินยอมให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม ผู้วิจัยจึงดำเนินการในขั้นตอนต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยประมวลข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป ในการวิเคราะห์ ดังนี้ ข้อมูลทั่วไปและภาวะสุขภาพจิต หาค่าความถี่ ร้อยละ ระดับการปรับตัว หาค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับภาวะสุขภาพจิต และปัจจัยส่วนบุคคลกับการปรับตัว หาค่าไค์สแควร์ (Chi-square)

ผลการวิจัย

ข้อมูลทั่วไป

กลุ่มตัวอย่าง ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง และมีอายุเฉลี่ย 18 ปี (SD = 17.23) กำลังศึกษา ปวช.1 ร้อยละ 26.10 เรียนสาขาบัญชี ร้อยละ 25.50 มีผลการเรียนเฉลี่ยในระดับ 3.01 - 3.50 ร้อยละ 40.10 สถานภาพสมรส

บิดามารดา อยู่ด้วยกัน ร้อยละ 73.60 ค่าใช้จ่ายต่อเดือนของนักศึกษาใช้จ่าย 3,001 - 5,000 บาท/เดือน ร้อยละ 61.80 ภูมิลำเนาอยู่ในจังหวัดสงขลา ร้อยละ 89.20 และขณะเรียนกลุ่มตัวอย่างอาศัยอยู่กับบิดามารดา ร้อยละ 52.20

ตาราง 1 จำนวนและร้อยละ ของนักศึกษาวิทยาลัยอาชีวศึกษา จำแนกตามระดับสุขภาพจิต (N = 314)

ภาวะสุขภาพจิต	จำนวน	ร้อยละ
ระดับปกติ	271.00	86.30
ระดับผิดปกติ	43.00	13.70
รวม	314.00	100.00

จากตาราง 1 พบว่า กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 86.30 มีระดับภาวะสุขภาพจิตอยู่ในเกณฑ์ปกติ และ ร้อยละ 13.70 มีระดับภาวะสุขภาพจิตอยู่ในเกณฑ์ผิดปกติ

ตาราง 2 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการปรับตัวของนักศึกษาวิทยาลัยอาชีวศึกษา โดยรวมและรายด้าน (N = 314)

การปรับตัวด้าน	M	SD	ระดับการปรับตัว
1. ด้านกลุ่มเพื่อน	4.31	0.50	มากที่สุด
2. ด้านกิจกรรม	4.26	0.56	มากที่สุด
3. ด้านสิ่งแวดล้อม	4.14	0.68	มาก
4. ด้านผู้สอน	4.11	0.56	มาก
5. ด้านการเรียน	3.98	0.58	มาก
รวม	4.16	0.48	มาก

จากตาราง 2 พบว่า กลุ่มตัวอย่าง มีการปรับตัวโดยรวม อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า มี ด้านที่มีการปรับตัวระดับมากที่สุด 2 ด้าน คือ ด้านกลุ่มเพื่อน และด้านกิจกรรม สำหรับด้านการเรียน ด้านผู้สอน และด้านสิ่งแวดล้อม มีการปรับตัวในระดับมาก

ตาราง 3 ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะสุขภาพจิตรายด้าน ของนักศึกษาวิทยาลัยอาชีวศึกษา (N=314)

ปัจจัยที่ศึกษา	ภาวะสุขภาพจิต							
	ด้านอาการทางกาย		ด้านอาการวิตกกังวลและการนอนไม่หลับ		ด้านความบกพร่องทางสังคม		ด้านอาการซึมเศร้าที่รุนแรง	
	χ^2	p-value	χ^2	p-value	χ^2	p-value	χ^2	p-value
1. เพศ	15.55	0.03*	3.96	0.78	2.76	0.73	7.74	0.35
2. อายุ	11.98	0.60	11.90	0.61	3.83	0.95	10.92	0.69
3. ชั้นปีการศึกษา	31.13	0.31	31.13	0.31	14.60	0.79	37.33	0.11
4. สาขาวิชาที่เรียน	76.80	0.48	69.75	0.70	85.07	0.00*	87.51	0.19
5. ผลการเรียนรู้รวม	22.44	0.76	21.48	0.80	21.28	0.38	28.73	0.42
6. สถานภาพสมรสบิดามารดา	28.38	0.13	14.15	0.86	10.38	0.79	22.26	0.38
7. จำนวนเงินใช้จ่ายต่อเดือน	15.99	0.31	17.58	0.22	8.48	0.58	13.41	0.49
8. ภูมิฐานะ	50.15	0.99	118.10	0.00*	27.04	1.00	113.51	0.01*
9. ที่อยู่ขณะเรียน	6.67	0.94	7.78	0.90	12.54	0.25	9.17	0.61

* p < 0.05

จากตาราง 3 ปัจจัยที่มีผลต่อภาวะสุขภาพจิตของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า เพศ มีความสัมพันธ์กับภาวะสุขภาพอาการทางกาย สาขาที่เรียน มีความสัมพันธ์กับความบกพร่องทางสังคม และ ภูมิฐานะ มีความสัมพันธ์กับภาวะสุขภาพจิตด้านอาการวิตกกังวลและการนอนไม่หลับ และด้านอาการซึมเศร้าที่รุนแรง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตาราง 4 ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวรายด้านของนักศึกษาวิทยาลัยอาชีวศึกษา (N = 314)

ปัจจัยที่ศึกษา	การปรับตัว									
	ด้านการเรียน		ด้านผู้สอน		ด้านเพื่อน		ด้านสิ่งแวดล้อม		ด้านกิจกรรม	
	χ^2	p-value	χ^2	p-value	χ^2	p-value	χ^2	p-value	χ^2	p-value
1. เพศ	41.18	0.15	38.40	0.07	52.51	0.00*	12.71	0.97	38.23	0.24
2. อายุ	44.89	0.97	43.22	0.85	42.77	0.95	38.44	0.83	30.91	0.95
3. ชั้นปีการศึกษา	140.87	0.28	108.86	0.45	122.05	0.43	102.30	0.31	102.98	0.20
4. สาขาวิชาที่เรียน	372.16	0.35	312.73	0.25	416.38	0.00*	280.78	0.22	261.72	0.34
5. ผลการเรียนรู้รวม	135.91	0.39	113.26	0.34	138.67	0.11	92.39	0.58	90.90	0.51
6. สถานภาพสมรสบิดามารดา	105.01	0.32	77.69	0.58	88.51	0.52	229.20	0.00*	67.29	0.53
7. จำนวนเงินใช้จ่ายต่อเดือน	59.57	0.69	57.64	0.34	64.83	0.31	53.08	0.28	65.20	0.03*
8. ภูมิฐานะ	218.01	1.00	207.12	1.00	359.62	0.49	181.36	1.00	212.51	0.99
9. ที่อยู่ขณะเรียน	52.47	0.88	41.90	0.88	54.53	0.67	53.34	0.27	38.28	0.78

* p < 0.05

จากตาราง 4 ปัจจัยที่มีผลต่อการปรับตัวรายด้านของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า เพศ และสาขาวิชาที่เรียน มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวด้านเพื่อน สถานภาพสมรสบิดามารดา มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวด้านสิ่งแวดล้อม

และจำนวนเงินใช้จ่ายต่อเดือน มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวด้านกิจกรรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

อภิปรายผลการวิจัย

จากการศึกษาเรื่อง ภาวะสุขภาพจิต และการปรับตัวของนักศึกษาวิทยาลัยอาชีวศึกษา อภิปรายผลตามวัตถุประสงค์ ได้ ดังนี้

1. ภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษาวิทยาลัยอาชีวศึกษา สงขลา (ตาราง 1) อยู่ในเกณฑ์ปกติ ร้อยละ 86.30 และมีระดับภาวะสุขภาพจิตอยู่ในเกณฑ์ผิดปกติ ร้อยละ 13.70 อภิปรายได้ว่า ภาวะสุขภาพจิตส่วนใหญ่ อยู่ในเกณฑ์ปกติ เนื่องจากสถานภาพสมรสบิดามารดา ของกลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 73.60 อยู่ด้วยกัน และร้อยละ 52.20 พักอาศัยอยู่กับบิดามารดาขณะเรียนหนังสือ ครอบครัว เป็นสถาบันที่เล็กที่สุด แต่มีความสำคัญมากที่สุด การที่นักศึกษาส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับบิดา มารดา และบิดามารดาอยู่ด้วยกัน การอยู่ร่วมกันของครอบครัว มีการเชื่อมโยงความผูกพันของคนในครอบครัว ก่อให้เกิดความเข้มแข็งทางจิตใจ ส่งผลให้สมาชิกครอบครัวมีสุขภาพจิตดี มีความรัก ความผูกพันเข้าใจกันอยู่ร่วมกันอย่างปกติสุข

2. การปรับตัวโดยรวมของนักศึกษาวิทยาลัยอาชีวศึกษา อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ด้านที่มีการปรับตัวระดับมากที่สุด 2 ด้าน คือ ด้านกลุ่มเพื่อนและด้านกิจกรรม สำหรับด้านการเรียน ด้านผู้สอน และด้านสิ่งแวดล้อม มีการปรับตัวในระดับมาก (ตาราง 2) ผู้วิจัยอภิปรายผล ดังนี้

2.1 กลุ่มตัวอย่างมีการปรับตัวด้านเพื่อนโดยรวม อยู่ในระดับมากที่สุด จากการวิจัย พบว่า เพศ และสาขาวิชาที่เรียน มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวด้านเพื่อน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 อาจเนื่องจากกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ เป็นเพศหญิง อายุเฉลี่ย 18 ปี อยู่ในช่วงวัยรุ่น ซึ่งพัฒนาการด้านสังคม วัยนี้เป็นวัยที่ต้องการเป็นที่ยอมรับของกลุ่มเพื่อน อีกทั้งกลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 47.80 ไม่ได้อยู่กับบิดามารดา โดยธรรมชาติของวัยรุ่นจะมองหาบุคคลที่เป็นแบบอย่าง และมีบุคคลในอุดมคติ สนใจ และยอมรับในความคิดเห็นของเพื่อนๆ ในบางครั้งก็เชื่อเพื่อนมากกว่าพ่อแม่ ต้องการอิสระและเสรีภาพ มากน้อยต่างกันในแต่ละคน ขึ้นอยู่กับการเลี้ยงดูในวัยก่อนหน้านี้ รวมถึง สังคมวัฒนธรรมที่แวดล้อมครอบครัวนั้นๆ อยู่ ดังนั้น การเลือกคบเพื่อน ทำให้ได้เรียนรู้บทบาทในสังคมทั้งการเป็นผู้นำและผู้ตาม มีความมั่นใจ ภาคภูมิใจ และนับถือตนเองได้³

2.2 กลุ่มตัวอย่างมีการปรับตัวด้านกิจกรรมโดยรวม อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ข้อที่มีการปรับตัวในระดับมากที่สุด สูงสุด คือ ความสนใจและเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ของวิทยาลัย อาจเนื่องมาจากวิทยาลัยได้มีการจัดกิจกรรมที่หลากหลาย นักศึกษาสามารถที่จะเลือกกิจกรรมตามความสนใจ หรือกิจกรรมที่ตนมีความถนัด และเมื่อได้เข้าร่วมกิจกรรมทำให้เห็นประโยชน์ของกิจกรรม ซึ่งเป็นส่วนในการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อน รวมทั้งฝึกความสามัคคี สนุกสนาน ผ่อนคลายได้ดี คล้ายคลึงกับการศึกษาของ Suwannakhot⁶ เรื่อง การปรับตัวของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยนเรศวร พบว่า นิสิตมีการปรับตัวด้านกิจกรรมในระดับมาก

2.3 กลุ่มตัวอย่างมีการปรับตัวด้านสิ่งแวดล้อมโดยรวม อยู่ในระดับมาก อาจเนื่องจาก ส่วนใหญ่มีภูมิลำเนาในจังหวัดสงขลา ซึ่งเป็นจังหวัดเดียวกับสถานศึกษา ไม่ว่าจะเป็นสภาพอากาศ สภาพแวดล้อม หรือวัฒนธรรมต่างๆ เช่น อาหารการกิน การดำรงชีวิต ก็ไม่แตกต่างกันมากนัก อีกทั้งบริเวณโดยรอบของวิทยาลัยมีพื้นที่กว้างขวาง ร่มรื่น มีบรรยากาศที่ดี มีสถานที่พักผ่อนตามจุดต่างๆ ไว้บริการสำหรับนักศึกษาเพียงพอ สิ่งต่างๆ เหล่านี้ล้วนเกื้อกูลต่อการเรียน สอดคล้องกับการศึกษาของ Suwannakhot⁶ เรื่อง การปรับตัวของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยนเรศวร พบว่า นิสิตมีการปรับตัวด้านสิ่งแวดล้อมในระดับมาก

2.4 กลุ่มตัวอย่างมีการปรับตัวด้านผู้สอนโดยรวม อยู่ในระดับมาก ทั้งนี้ อาจารย์ในระดับอุดมศึกษา สายอาชีพ สอนนักศึกษาวัยรุ่นตอนปลายและกำลังก้าวเข้าสู่ผู้ใหญ่ นักศึกษามีอิสระในการเลือกใช้ชีวิต และมีความคิดเป็นของตนเอง นักศึกษาจะตัดสินใจแก้ปัญหาต่างๆ ด้วยตัวเอง มีอิสระในการเรียน ระเบียบข้อบังคับต่างๆ จะน้อยกว่าโรงเรียนมัธยมศึกษามาก อาจารย์จึงมีบทบาทในชีวิตของนักศึกษาไม่มากนัก ซึ่งแตกต่างจากระดับมัธยมศึกษา สายสามัญที่อาจารย์และลูกศิษย์มีความผูกพันกัน เป็นวัยที่ทำให้เกิดจุดเปลี่ยนของชีวิต ต้องดูแลอย่างใกล้ชิดและมีวิธีการที่เหมาะสม เพราะถ้าใช้ชีวิตที่ไม่ถูกต้องหรือรุนแรงเกินไป อาจทำให้การเรียนการสอนนั้นไม่ประสบผลสำเร็จ สอดคล้องกับการศึกษาของ Suwannakhot^๑ เรื่อง การปรับตัวของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยนครสวรรค์ พบว่า นิสิตมีการปรับตัวด้านผู้สอนในระดับมาก

2.5 การปรับตัวด้านการเรียนโดยรวม อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ทุกข้อมีการปรับตัวในระดับมาก ข้อที่มีการปรับตัวในระดับมาก สูงสุด คือ การเข้าชั้นเรียนตรงตามกำหนดเวลา รองลงมา คือ การตั้งใจฟังอาจารย์สอน กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง กำลังศึกษา ปวช.1 และเรียนสาขาบัญชี ระดับชั้น ปวช. 1 เป็นผู้สำเร็จการศึกษาจากมัธยมศึกษาตอนต้น มาจากหลากหลายโรงเรียน ต้องมีปรับตัวให้เข้ากับบทบาทหน้าที่ที่หลากหลายความรับผิดชอบต่องาน ตารางเวลาและบริบทต่างๆ การเข้าเรียนในสถานศึกษาแห่งใหม่จึงต้องมีการปรับตัว จำเป็นที่นักศึกษาต้องใส่ใจอย่างเคร่งครัดในการพัฒนาทักษะชีวิต สอดคล้องกับการศึกษาของ Suwannakhot^๑ เรื่องการปรับตัวของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยนครสวรรค์ พบว่า นิสิตมีการปรับตัวด้านการเรียนในระดับมาก แต่แตกต่างจากการศึกษาของ Phetbprayoon et al.¹⁴ เรื่อง ความสามารถในการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ในมหาวิทยาลัยของรัฐ พบว่า ความสามารถในการปรับตัวด้านการเรียนในระดับปานกลาง

3. ปัจจัยส่วนบุคคล กับภาวะสุขภาพจิต (ตาราง 3) เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า

3.1 เพศ มีความสัมพันธ์กับภาวะสุขภาพจิตด้านอาการทางกาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 อาจเนื่องจาก กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของบุคคล ประกอบด้วย ปัจจัยด้านบุคคล ปัจจัยด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และปัจจัยด้านสังคมวัฒนธรรม¹⁵ เมื่อบุคคลเกิดความขัดแย้ง หรือความกดดันกับปัจจัยดังกล่าว ทำให้เกิดความไม่สมดุลของภาวะสุขภาพจิต ซึ่งเกี่ยวข้องกับการทำงานของระบบประสาทอัตโนมัติ และฮอร์โมน โรคทางกายที่พบบ่อย ได้แก่ ปวดศีรษะ โรคที่เกี่ยวข้องกับภูมิคุ้มกัน โรคระบบหัวใจและหลอดเลือด โรคระบบทางเดินอาหาร เป็นต้น สาเหตุเชื่อว่าเกิดจากความกดดันทางอารมณ์ มีบุคลิกภาพแบบเกรงใจคนอื่น มักพบอัตราการเจ็บป่วยในเพศหญิงสูงกว่าในเพศชาย¹⁶

3.2 ภูมิลำเนา มีความสัมพันธ์กับภาวะสุขภาพจิตด้านอาการวิตกกังวลและการนอนไม่หลับ และด้านอาการซึมเศร้าที่รุนแรง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ มีภูมิลำเนาอยู่ในจังหวัดสงขลา โดยบุคลิกภาพของคนภาคใต้ มีท่าทีที่แข็งแกร่ง ตรงไปตรงมา ไม่นิยมยกย่องใครง่ายๆ เมื่อยอมรับก็มักสงวนท่าที ไม่ยอมเสียเปรียบเสียผู้ใครง่ายๆ พุดจาโผงผางขวานผ่าซาก ไม่เก็บอารมณ์¹⁷ ด้วยบุคลิกภาพดังกล่าว อาจมีผลต่อภาวะสุขภาพจิต หากมีวิธีการจัดการกับความเครียด อารมณ์และพฤติกรรมไม่เหมาะสม กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จากการศึกษางานวิจัยเชิงระบาดวิทยาของโรคซึมเศร้า ของ Chunjam et al.¹⁸ และการศึกษาของ Goldman et al.¹⁹ พบว่า โรคซึมเศร้าพบในเพศหญิง สอดคล้องกับการศึกษาของ Arunpongpaisal et al.²⁰ พบอัตราความชุกของภาวะซึมเศร้าในเพศหญิงมากกว่าเพศชาย 1.5 เท่า ขณะที่สังคมคาดหวังต่อความเป็นชาย ว่าต้องเข้มแข็ง อดทน อดกลั้น ไม่แสดงความอ่อนไหว ร้องไห้ออกมาให้คนเห็น ทำให้ผู้ชายไม่ค่อยแสดงออกทางอารมณ์ หรือยอมรับว่าตนเองมีปัญหา²¹ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาเรื่อง ภาวะสุขภาพจิตและปัจจัยที่สัมพันธ์ในนักศึกษาแพทย์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ของ Kunadison et al.²² พบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการมีปัญหาสุขภาพจิต

อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 คือ เพศ ชั้นปี และภูมิลาเนา

3.3 สาขาที่เรียน มีความสัมพันธ์กับความบกพร่องทางสังคม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 25.50 เรียนสาขาบัญชี และร้อยละ 17.20 เรียนสาขาโภชนาการและอาหาร การเรียนในสาขาบัญชี เน้นในเรื่อง เศรษฐศาสตร์ และการเงิน ต้องมีความเข้าใจหลักการบริหาร และจัดการที่เกี่ยวข้องกับการบัญชีให้ทันต่อการเปลี่ยนแปลง และความก้าวหน้าของเศรษฐกิจ สังคมและเทคโนโลยี สามารถปฏิบัติงานที่ใช้ทักษะ และสมรรถนะ ตามมาตรฐานวิชาชีพบัญชีในระดับเทคนิค ปฏิบัติงานบัญชีในเชิงวิเคราะห์ วางแผน และจัดระบบบัญชีให้เหมาะสมกับประเภทธุรกิจ สามารถตัดสินใจแก้ไขปัญหา และวางแผนการจัดการใช้ทรัพยากร และเทคโนโลยีในงานอาชีพ ได้อย่างเหมาะสม อีกทั้ง คุณลักษณะบุคลิกภาพของนักบัญชี ควรมีลักษณะความละเอียดรอบคอบ มีความสนใจทุกรายละเอียดสำคัญ เป็นคนเจ้าระเบียบ พุดไม่เก่ง²³ สำหรับการเรียนรู้สาขาโภชนาการและอาหาร ซึ่งไม่แตกต่างจากสาขาบัญชี ที่มีคุณลักษณะของบุคลิกภาพเป็นคนละเอียดรอบคอบ ใส่ใจพิถีพิถันในการเลือกวัตถุดิบ การคำนวณ การปรุง มีความใส่ใจในรสชาติ เข้มงวดในเรื่องความสะอาด²⁴ อาจมีผลต่อการสื่อสาร และการเข้าสังคมได้เช่นกัน

4. ปัจจัยส่วนบุคคล กับการปรับตัว (ตาราง 4) เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า

4.1 เพศ และสาขาวิชาที่เรียน มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวด้านเพื่อน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ความแตกต่างระหว่างผู้หญิงกับผู้ชายเมื่อมีปัญหา คือ ผู้ชายจะเก็บตัวเพื่อหาทางออก แต่ผู้หญิงต้องการหาคนที่ไว้วางใจ เพื่อระบายปัญหา¹³ ดังนั้น เพื่อนจึงมีความสำคัญกับเพศหญิง กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่อายุเฉลี่ย 18 ปี เป็นช่วงวัยรุ่นตอนปลาย วัยนี้ให้ความสำคัญกับการเลือกคบเพื่อน และต้องการเป็นที่ยอมรับของกลุ่มเพื่อน³ ร้อยละ 25.50 เรียนสาขาบัญชีบุคลิกภาพของนักบัญชี มีลักษณะความละเอียดรอบคอบ มีความสนใจทุกรายละเอียด²³ ดังนั้น การเลือกคบเพื่อนมักเลือกที่มีลักษณะคล้ายตน การปรับตัวให้เข้ากับเพื่อน จึงมีความสำคัญสำหรับวัยนี้

4.2 สถานภาพสมรสบิดามารดา มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวด้านสิ่งแวดล้อม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 73.60 บิดามารดาอยู่ด้วยกัน ครอบครัว เป็นสถาบันทางสังคมที่เล็กที่สุด แต่มีความสำคัญมากที่สุด เพราะเป็นหน่วยที่หล่อหลอมเลี้ยงดู อบรมสั่งสอน ครอบครัว เป็นแหล่งผลิตคนเข้าสู่สังคม สัมพันธภาพและการเลี้ยงดูของแต่ละครอบครัว มีผลต่อบุคลิกภาพและการปรับตัว กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่อายุเฉลี่ย 18 ปี อยู่ในช่วงวัยรุ่น วัยนี้เป็นวัยที่ต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน เป็นวัยที่ต้องการให้พ่อแม่เข้าใจ และยอมรับพฤติกรรมของตนเอง³ ดังนั้น เมื่อนักศึกษาเข้าสู่การเรียนสายอาชีพ ซึ่งแตกต่างจากการเรียนในระดับมัธยมศึกษา สภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป ไม่ว่าจะเป็นกลุ่มเพื่อน กฎระเบียบ สถานที่ตั้ง และบรรยากาศภายในวิทยาลัย ส่งผลโดยตรงต่อการปรับตัว เพื่อให้สำเร็จการศึกษา นำความภาคภูมิใจให้กับครอบครัว

4.3 ค่าใช้จ่ายต่อเดือน มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวด้านกิจกรรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 นักศึกษา ร้อยละ 61.80 มีค่าใช้จ่าย 3,001 - 5,000 บาท/เดือน ค่าใช้จ่ายต่อเดือนของนักศึกษา มีส่วนเกี่ยวข้องกับรายได้ของครอบครัว ดังนั้น นักศึกษาที่มีรายได้ครอบครัวระดับปานกลาง มีการปรับตัวด้านกิจกรรมของสถานศึกษา สูงกว่านักศึกษาที่ครอบครัวที่มีรายได้มาก²⁵ เมื่อนักศึกษาต้องเข้ามาอยู่ในระบบการศึกษาแล้ว นอกเหนือจากค่าใช้จ่ายในการเรียนแล้ว การมีส่วนร่วมในกิจกรรมของสถานศึกษา ก็ยังมีค่าใช้จ่ายเพิ่มเติมจากค่าบำรุงการศึกษาในแต่ละเทอม กิจกรรมของนักศึกษาที่มีค่าใช้จ่ายเพิ่มเติม เช่น กิจกรรมรับน้องใหม่ กิจกรรมกีฬา กิจกรรมของชมรม ดังนั้น นักศึกษาจึงต้องมีปรับตัวในการวางแผนค่าใช้จ่ายต่อเดือนให้เพียงพอกับการมีส่วนร่วมของกิจกรรม

ข้อเสนอแนะและการนำไปใช้

1. นักศึกษา มีระดับภาวะสุขภาพจิตในเกณฑ์ผิดปกติ ร้อยละ 13.70 สถานศึกษา ควรมีโครงการหรือจัดคลินิกพิเศษด้านสุขภาพจิต เพื่อช่วยเหลือนักศึกษาต่อไป
2. ภาวะสุขภาพจิต มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวกับด้านการเรียน สถานศึกษา ควรออกแบบการเรียนรู้ ที่ลดหรือกระทบต่อภาวะสุขภาพจิต โดยมีการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีที่หลากหลาย เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ

เอกสารอ้างอิง

1. Peammongkhon P. Mental health and psychiatric nursing. Bangkok: Dhamasal; 2010. Thai.
2. Thapkanjana P. Suicide statistics from the Bureau of Policy and Strategy, Ministry of Public Health [Internet]. Bangkok; 2013 [cited 2014 Apr 4]. Available from: <http://www.isranews.org>
3. Threepatee S. Development and adjustment in adolescence [Internet]. Bangkok: 2013 [cited 2014 Apr 4]. Available from: <http://www.nicfd.of.mahidol.ac.th>
4. Rew L. The adolescent. In: Frisch NC, Frisch LE, editors. Psychiatric mental health nursing. 4 th ed. Clifton Park: Delmar Cengage Learning; 2011.
5. Papalia DE, Olds SW, Feldman RD. Human development. 10 th ed. New York: McGraw-Hill; 2007.
6. Boromarajonani College of Nursing Songkhla. Department of Psychiatric Nursing. Reports integration course Nursing a person with mental problems outreach to the national nurses day. Songkhla; 2014. Thai.
7. Nilachaikowit T, Sukying J, Sinlapakit C. Reliability and validity of general health questionnaire version Thai language. Journal of the Psychiatric Association of Thailand. 1996; 41(1): 2-17. Thai.
8. Suwannakhot N. The adjustment of the first year undergraduate students at Naresuan University [dissertation]. [Bangkok]: Srinakharinwirot University; 2010. 126 p.
9. Seesaart B. Preliminary research. 8 th ed. Bangkok: Suriyasan; 2010. Thai.
10. Karjornsinsin L. The problem of adaptation of students in higher education institutions in the country, Thailand. In: Suwannakhot N. The adjustment of the first year undergraduate students at Naresuan University [dissertation]. [Bangkok]: Srinakharinwirot University; 2010. p 20.
11. Yamane T. Statistic: An introduction analysis. 3 rd ed. New York: Harper and Row Publication; 1973.
12. Samarthai M. The problem of adaptation in the situation and the environment. In: Suwannakhot N. The adjustment of the first year undergraduate students at Naresuan University [dissertation]. [Bangkok]: Srinakharinwirot University; 2010. p 24.
13. Rungpriwan R, Arunnart W, Teeranant C. Child health supervision. In: Ruangdarakanon N, editor. Developmental and behavioral pediatrics. 1 st ed. Bangkok: Holistic publishing; 2008. Thai.

14. Phetbprayoon C, Lertratdaychakul C, Pattanapakdee N. Self-adjustment ability of first year students in Public University. The Journal of KMUTNB. 2011; 21(1): 157-66. Thai.
15. Sheila LV. Psychiatric Mental Health Nursing. Philadelphia: Lippincott William & Wilkins; 2006.
16. Lortrakool M, Sukanit P. Psychiatry. 3 rd ed. Bangkok: Bjorn enterprise; 2012. Thai.
17. Aeksapung U. Southerners personality [Internet]. Bangkok: 2013 [cited 2014 Apr 4]. Available from: <http://www.gotaknow.org>
18. Chunjam S, Sangon S, Thaweekoon T, et al. A survey of depression research in Thailand. Ramathibodi Nursing Journal. 2011; 17(3): 413-29. Thai.
19. Goldman LS, Nielsen NH, Champion HC. Awareness diagnosis and treatment of depression. J Gen Intern Med. 1999; 14(9): 569-80.
20. Arunpongpaisal S, Rungreangkulkij S. Revision of the KKU-DI, Depression test for gender sensitivity. J Psychiatr Assoc Thailand. 2010; 55(2): 177-89. Thai.
21. Loewenthai KM, Macleod AK, Lee M, et al. Tolerance for depression: Are there cultural and gender differences? J Psychiatr Ment Health Nur. 2002; 9(6): 681-88.
22. Kunadison W, Pitanupong J. Mental health and associated factors in Prince of Songkla University medical student. Songkla Med J. 2010; 28(3): 139-44. Thai.
23. Tokoyawa T, Tokoyawa N. Extracurricular Activities and the Adjustment of Asian International Students: a Study of Japanese Students. Int J Intercult Relat. 2002; 26(4): 363-79.
24. U-Review. Program in food and nutrition [Internet]. Bangkok: 2013 [cited 2014 Apr 4]. Available from: <http://www.admissionpremium.com>
25. Ruangpermpoon K, Rongmuang S, Nintachan P, et al. Characteristics of social adjustment in nursing students. Rama Nur J. 2011; 17(3): 478-92. Thai.

Mental Health and Adjustment of Vocational College Students, Songkhla

Khwanruean Sanitwong Na Ayuttaya* Naiyanan Jitprapun*
Pannatsaya Wannawilai* Kedsirin Phuphet*

Abstract

This study was a descriptive research to evaluate mental health, adjustment and factors in 314 Vocational College Students, Songkhla. Samples were divided into 2 groups, lower vocational level 1 - 3 and tertiary vocational level 1 - 2, all attended school in year 2014. The research equipment consisted of 3 parts including 1) demographic questionnaire 2) mental health questionnaire (Thai GHQ 28) from Department of Mental Health, Thailand, and 3) adjustment questionnaire (with permission of the copyright owner, Ms. Niramol Suwannakhot). The second and third tools assessed reliability with the Cronbach's alpha coefficient of 0.84 and 0.97, respectively. The data were statistically analyzed for frequency, percent and Chi-square test.

Results were as following:

1) 86.30 % of students had normal mental health status, and 13.70 % of them fell into abnormal mental health status.

2) The students were well-adapted with respect to relationship with friends and school activities. The second most well-adaptation were education, instructors and environment.

3) There was no relationship between personal factor and mental health. But when consideration separated each factor, the data show that gender was related to the physical health with statistical significance at 0.05 ($\chi^2 = 15.55$, $p = 0.03$). Field of study were statistically involved with social impaired at 0.05 ($\chi^2 = 69.75$, $p = 0.00$). Domicile was associated with mental health status, anxiety symptoms, insomnia and severe depression, with statistical significance at 0.05 ($\chi^2 = 118.10$, $p = 0.00$ and 113.50 , $p = 0.01$, respectively).

* Lecturer, Department of Psychiatric Nursing, Boromarajonani College of Nursing Songkhla, Songkhla, Thailand
Corresponding author: khwan.sa@hotmail.com

4) *There was no relationship between personal factor and adjustment. But when considering each factor separately, the data showed that gender and fields of study were statistically related to friends relationship at 0.05 ($\chi^2 = 52.51$, $p = 0.00$ and 416.38 , $p = 0.00$, respectively). There was statistical relation between marriage status and the environment adjustment at 0.05 ($\chi^2 = 229.20$, $p = 0.00$). Salary was related with school activities, with the statistic significant is 0.05 ($\chi^2 = 65.20$, $p = 0.03$).*

The results of this research revealed abnormal symptoms of mental health and adjustment in some part of students. Therefore, schools should have a project or a mental health clinic to help students in the future.

Keywords: mental health; adjustment; vocational college students