

ความสามารถในการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ในมหาวิทยาลัยของรัฐ Self-Adjustment Ability of First Year Students in Public University

ชนิดดา เพ็ชรประยูร¹ ชุศรี เลิศรัตน์เดชากุล^{2*} และ นนทิรัตน์ พัฒนากดี¹

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับความสามารถในการปรับตัวของนักศึกษาและปัจจัยที่ส่งผลต่อความสามารถ ในการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ในมหาวิทยาลัยของรัฐ กรณีศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ จำนวน 360 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือแบบสอบถาม สถิติที่ใช้ ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ยเลขคณิต ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน และการวิเคราะห์ถดถอยด้วยวิธีเพิ่มตัวแปรอิสระแบบขั้นตอน ผลการวิจัยพบว่า 1) นักศึกษามีความสามารถในการปรับตัว โดยภาพรวมอยู่ในระดับสูง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า นักศึกษามีความสามารถในการปรับตัวด้านสังคมอยู่ในระดับสูง ส่วนด้านการเรียนและด้านอารมณ์อยู่ในระดับปานกลาง 2) ตัวแปรที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสามารถในการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติเท่ากับ .01 ได้แก่ บุคลิกภาพเปิดเผยอย่างมั่นคง และเกรดเฉลี่ย 3.00 ขึ้นไป ส่วนตัวแปรที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสามารถในการปรับตัวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติเท่ากับ .05 ได้แก่ เพศหญิง 3) ตัวแปรที่สามารถพยากรณ์

ความสามารถในการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติเท่ากับ .01 ได้แก่ เกรดเฉลี่ย 3.00 ขึ้นไป (v1) บุคลิกภาพเก็บตัวอย่างห้วนไหว (v2) และบุคลิกภาพเปิดเผยอย่างห้วนไหว (v3) โดยตัวแปรทั้งหมดร่วมกันพยากรณ์ความสามารถในการปรับตัวของนักศึกษาได้ร้อยละ 11.4 สมการการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณในรูปคะแนนมาตรฐาน ได้แก่ ความสามารถในการปรับตัวโดยภาพรวม = $.169v1 - .322v2 - .131v3$

คำสำคัญ: ความสามารถในการปรับตัว เพศ เกรดเฉลี่ย บุคลิกภาพ

Abstract

This study aims at investigating the levels of students' self-adjustment ability and factors affecting students' self-adjustment ability of the first year students in Public University. The sample group of this study included 360 first year undergraduate students of King Mongkut's University of Technology North Bangkok. The rating scale questionnaire was used to collect data. The statistical techniques conducted to analyze the

¹ อาจารย์ ภาควิชามนุษยศาสตร์ คณะศิลปศาสตร์ประยุกต์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ

² ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ภาควิชาบริหารธุรกิจอุตสาหกรรม คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรม มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ

* ผู้นิพนธ์ประสานงาน โทรศัพท์ 0-2913-2500-24 ต่อ 2403, 2405 E-mail : chusri@kmutnb.ac.th

data were percentage, mean, standard deviation, Pearson's product moment correlation coefficient and stepwise regression analysis. The results revealed that: 1) The level of the overall self-adjustment was high, but when each aspect was considered, the findings were as follows: The level of the social adjustment was high while the academic adjustment and the emotional adjustment were at moderate level. 2) The two variables positively correlated with the students' self-adjustment ability were the stable extravert personality and the GPA which was higher than 3.00 at the significant level of .01. At the significant level of .05, there was only one variable, female, positively correlated with the self-adjustment ability. 3) According to the multiple regression analysis, there were three main variables being able to predict the students' self-adjustment ability. These variables were GPA which is higher than 3.00 (v1), the unstable introvert personality (v2) and the unstable extravert personality (v3). All of the variables possess 11.4 % of ability to predict the students' self-adjustment ability. The standard scores obtained from the multiple regression analysis were included in the equation. Then the equation being able to predict the students' self-adjustment ability in this study was: self-adjustment ability = (.169)v1 - (.322)v2 - (.131)v3

Keywords: Self-adjustment Ability, Sex, GPA, Personality

1. บทนำ

จากสภาพความเป็นอยู่ของบุคคลในปัจจุบันจะเห็นได้ว่ามีปัญหาการดำรงชีวิตมากกว่าสมัยก่อนทั้งทางด้านเศรษฐกิจ สังคม การเมือง และสิ่งแวดล้อม ซึ่ง

ได้ผันแปรไป ทำให้บุคคลต้องปรับตัวเองเพื่อให้สามารถอยู่รอดได้ในสังคมและสามารถเข้ากับสภาวะความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น ดังนั้นปัญหาด้านการปรับตัวจึงมีความสำคัญยิ่ง เพราะหากบุคคลมีการปรับตัวดีก็จะทำให้บุคคลนั้นมีความสุข มีความสบายใจในการดำรงชีวิต ส่งผลให้สังคมมีความสุข นอกจากนี้บุคคลที่ปรับตัวได้จะมีความเชื่อมั่นในตัวเอง สามารถช่วยเหลือผู้อื่นได้ มีความเป็นประชาธิปไตย สามารถสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นได้ดี โดยเฉพาะอย่างยิ่ง กรณีของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ซึ่งถือได้ว่าเป็นก้าวแรกและเป็นก้าวสำคัญสำหรับชีวิตทางการศึกษา เพราะเป็นช่วงชีวิตแห่งการปรับตัว เพื่อให้ตนเอง มีความพร้อมต่อการเป็นผู้เรียนในระดับอุดมศึกษาและพร้อมที่จะก้าวอย่างมั่นคงต่อการเรียนรู้ทางวิชาชีพในระดับที่สูงขึ้น ดังที่ จีรวัฒน์ [1] ได้แสดงทัศนะถึงการปรับตัวของนักศึกษาใหม่ไว้ดังนี้

- การปรับทัศนคติตนเองให้สอดคล้องกับความเป็นผู้เรียนในระดับอุดมศึกษา เพื่อจักได้วางแผนการเรียนรู้ของตนเองให้บรรลุเป้าหมาย
- การปรับพฤติกรรมการใช้ชีวิตทางการศึกษาที่เหมาะสม ด้วยการแสวงหาประสบการณ์การเรียนรู้จากการเข้าร่วมกิจกรรมเสริมหลักสูตรหรือกิจกรรมทวิปัญญาที่หน่วยงานของมหาวิทยาลัยจัดขึ้น การฝึกบริหารเวลาการใช้ชีวิตในรูปแบบของการจัดทำแผนสร้างโอกาสในการเปิดตนเองให้มียุทธศาสตร์เพิ่มมากขึ้น
- การปรับรูปแบบการเรียนรู้ให้เหมาะสมกับการเรียนรู้ในยุคใหม่ จากเดิมที่พึ่งพาความรู้จากอาจารย์ตำราเรียน และห้องสมุดของสถาบันเป็นหลัก ไปสู่การเรียนรู้ด้วยตนเองจากแหล่งการเรียนรู้ทั่วโลก มีการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของตนเองให้เหมาะสม เช่น ทักษะการคิดเชิงวิเคราะห์และสังเคราะห์ ทักษะการคิดเชิงบูรณาการ ทักษะการนำเสนอ ทักษะการใช้ภาษาต่างประเทศโดยเฉพาะภาษาอังกฤษ เพื่อสร้างศักยภาพในการเข้าถึงข้อมูลข่าวสาร ทักษะการแสวงหาความรู้เพื่อให้สามารถเข้าถึงแหล่งความรู้ผ่านระบบเครือข่ายของมหาวิทยาลัยและเครือข่ายอื่นๆ พัฒนานิสัยใฝ่เรียนรู้

ให้เกิดขึ้นในตนเอง โดยพัฒนาการมองเห็นเหตุการณ์สภาพ การณ์รอบตัวในเชิงการเรียนรู้ และพัฒนาตนเองให้ก้าว ทันกับข้อมูลความเคลื่อนไหว เหตุการณ์ที่เกี่ยวข้องกับ ศาสตร์ที่ตนศึกษา

โดยที่นักศึกษาใหม่ชั้นปีที่ 1 จัดอยู่ในกลุ่มวัยรุ่น ซึ่งเป็นชีวิตที่อยู่ในวัยปรับตัวยากและมีปัญหามาก จึงเป็นวัยที่สมควรให้การช่วยเหลือ การที่จะรอหรือคาดหวัง ให้มีการปรับตัวดีขึ้นภายหลังระยะวัยรุ่นแล้วเป็น เรื่องยาก ด้วยเหตุผลหลายประการ เป็นต้นว่าลักษณะ การปรับตัวที่ไม่ดีได้ฝังแน่นแล้ว โอกาสที่จะเปลี่ยนแปลง บุคลิกภาพเป็นไปได้อย่างยาก [2] กอปรกับการที่มหาวิทยาลัย เทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ ในฐานะที่เป็น สถาบันอุดมศึกษาที่มั่นคง พัฒนาการผลิตบัณฑิตให้ เป็นคนเก่ง คนดี และมีความสุข เพื่อออกไปทำงาน ประกอบอาชีพรับใช้สังคมประเทศชาติภายใต้ปณิธาน ที่ว่า “มุ่งมั่นที่จะพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ให้มีความเป็น เลิศทางวิชาการ ด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีและ วิชาการขั้นสูงที่เกี่ยวข้องให้มีความรู้คู่คุณธรรม เพื่อเป็น ผู้พัฒนา และสร้างสรรค์เทคโนโลยีที่เหมาะสม อันก่อให้เกิดการพัฒนาเศรษฐกิจ สังคมและสิ่งแวดล้อมที่ ยั่งยืน” [3]

จากสภาพปัญหาและความสำคัญดังกล่าวข้างต้น ทำให้คณะผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาความสามารถในการ ปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ในมหาวิทยาลัยของรัฐ กรณีศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้า พระนครเหนือ ว่ามีความสามารถอยู่ในระดับใด และมี ปัจจัยใดบ้างที่ส่งผลต่อความสามารถในการปรับตัวของ นักศึกษา เพื่อที่จะได้หาแนวทางป้องกัน และแก้ไขได้ ถูกวิธี และเป็นข้อมูลให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้นำไป พิจารณาในการบริหารจัดการเพื่อให้ความช่วยเหลือ และให้บริการแก้ไขปัญหาด้านการปรับตัวของนักศึกษา ต่อไป โดยมีวัตถุประสงค์ของการวิจัย ดังนี้

1. เพื่อศึกษาระดับความสามารถในการปรับตัว ของนักศึกษาชั้นปีที่ 1

2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความสามารถในการ ปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1

1.1 สมมติฐานการวิจัย

1. มีตัวแปรอย่างน้อย 1 ตัวแปรที่มีความสัมพันธ์ ทางบวกกับความสามารถในการปรับตัวของนักศึกษา ชั้นปีที่ 1

2. มีตัวแปรอย่างน้อย 1 ตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ ความสามารถในการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1

1.2 ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรต้น คือปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ คณะ เกรดเฉลี่ย ที่พักอาศัย แหล่งเงินทุนในการเรียน และปัจจัยด้านบุคลิกภาพ ได้แก่ บุคลิกภาพแบบเก็บ ตัวอย่างมั่นคง เก็บตัวอย่างหวั่นไหว แสดงตัวอย่างมั่นคง แสดงตัวอย่างหวั่นไหว

2. ตัวแปรตาม คือความสามารถในการปรับตัว ได้แก่ ความสามารถในการปรับตัวด้านการเรียน ด้านสังคม ด้านอารมณ์

2. ทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

2.1 ความสามารถในการปรับตัว (Self-adjustment Ability)

หมายถึงกระบวนการที่บุคคลใช้ความพยายาม ในการปรับตนเองเมื่อต้องเผชิญกับสภาพปัญหา ความอึดอัดใจ ความคับข้องใจ ความเครียด ความทุกข์ใจ ความวิตกกังวลต่างๆ จนเป็นสภาพการณ์ที่บุคคลนั้นๆ สามารถอยู่ในสภาพแวดล้อมหรือสภาพปัญหานั้นๆ ได้ [4]

2.2 ประเภทของการปรับตัว

2.2.1 การปรับตัวด้านการเรียน หมายถึงการที่ บุคคลมีความตั้งใจฟังอาจารย์อธิบายตลอดชั่วโมงเรียน รู้จักซักถามเมื่อเกิดข้อสงสัยไม่เข้าใจ รู้จักสรุปใจความ สำคัญและบันทึกย่อ มีเอกสารในการเรียนพร้อม ไม่ทำ กิจกรรมอื่นในขณะที่เรียน ศึกษาวิชาเรียนมาล่วงหน้า หรือค้นคว้าเพิ่มเติมจากห้องสมุด มีความตั้งใจทำงาน ตามที่ได้รับมอบหมายและส่งงานตรงตามกำหนดเวลา สามารถนำความรู้จากการเรียนมาใช้ในห้องปฏิบัติการได้

รู้จักแบ่งเวลาระหว่างการเรียนรู้และการทำกิจกรรม มีความพอใจในสาขาที่เรียนและมีความมุ่งมั่นจะเรียนให้สำเร็จ

2.2.2 การปรับตัวด้านสังคม หมายถึงการที่บุคคลปฏิบัติได้ตามระเบียบและกฎเกณฑ์ของสถาบันที่กำลังศึกษา ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมต่างๆ สามารถสร้างความสัมพันธ์และทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ รวมทั้งการทำความรู้จักกับเพื่อนต่างเพศและทำงานร่วมกันด้วย รู้จักเห็นอกเห็นใจ เคารพในสิทธิผู้อื่น วางตัวได้อย่างเหมาะสมกับกาลเทศะ และมีความรับผิดชอบต่อนหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย

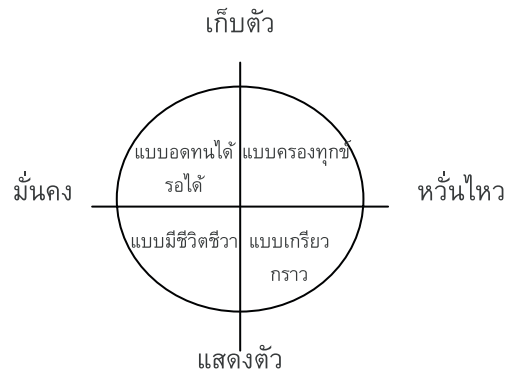
2.2.3 การปรับตัวด้านอารมณ์ หมายถึงการที่บุคคลสามารถแสดงออกได้อย่างเหมาะสม รู้จักควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง เป็นคนมองโลกในแง่ดี ยอมรับตนเองตามสภาพความเป็นจริง รู้จักข้อดีข้อบกพร่องของตนเอง มีการนับถือตนเอง ยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล รู้จักใช้เหตุผลในการแก้ปัญหา

2.3 บุคลิกภาพ (Personality)

หมายถึง ลักษณะโดยส่วนรวมของแต่ละบุคคล ซึ่งทำให้บุคคลนั้นแตกต่างจากบุคคลอื่น และมีผลต่อพฤติกรรมในการแสดงออก ตลอดจนความสัมพันธ์ที่เกี่ยวข้องกับบุคคลอื่นๆ

2.4 ทฤษฎีบุคลิกภาพ

ไอแซก (Eysenck) อธิบายถึงบุคลิกภาพของบุคคล โดยการสังเกตลักษณะนิสัยเป็นจำนวนมากจากกลุ่มประชากร และนำลักษณะที่แตกต่างกันของลักษณะนิสัยนี้มาหาสัมพันธ์กัน โดยวิธีการวิเคราะห์ตัวประกอบ พบว่า บุคลิกภาพแบ่งเป็น 2 มิติ มิติหนึ่งคือเปิดเผย-เก็บตัว มาผสมกับอีกมิติที่สองคือ มั่นคง-หวั่นไหว เพื่อเพิ่มมิติความไวของอารมณ์ เข้ามาเนื่องด้วยเห็นว่าอารมณ์มีส่วนสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับปฏิกิริยาที่บุคคลจะแสดงออก พวกที่มั่นคงจะสามารถควบคุมอารมณ์ได้ดี ไม่ตื่นตกง่าย สงบและสม่ำเสมอ ส่วนพวก



รูปที่ 1 แบบบุคลิกภาพทั้งสี่ของไอแซก [5]

ที่หวั่นไหวอารมณ์จะเปลี่ยนแปลงได้ง่าย หงุดหงิด ใจน้อย กังวล อยู่ไม่เป็นสุข [5]

การศึกษาของไอแซกโดยวิธีวิเคราะห์ตัวประกอบ ย่อมชี้พฤติกรรมบนเส้นต่อเนื่องซึ่งมีน้ำหนักสูงต่ำจากชั่วหัวไปส่วท้าย

มิติ บุคคลสัมพันธ์: คะแนนระดับสูง กำหนดเป็นเปิดเผย ส่วนระดับต่ำกำหนดเป็นเก็บตัว

มิติความไวของอารมณ์: คะแนนระดับสูงกำหนดเป็นอารมณ์หวั่นไหว ส่วนระดับต่ำกำหนดเป็นอารมณ์มั่นคง เมื่อนำเอาสองมิติมาวางทับกันเป็นแกนนอนและแกนตั้งจึงเผยบุคลิกภาพ 4 แบบ ดังแสดงในรูปที่ 1 คือ

2.4.1 แบบเก็บตัวอย่างมั่นคง (Stable Introvert) หรือแบบอดได้ รอดได้ มีลักษณะยอมตาม ควบคุมตัวเองได้ รักสงบ ไว้วางใจได้ อารมณ์เย็นสุขุม

2.4.2 แบบเก็บตัวอย่างหวั่นไหว (Unstable Introvert) หรือแบบครองทุกข์ มีลักษณะเก็บตัว คิดแง่ร้าย ไม่ยืดหยุ่น วิดก โกรธง่าย

2.4.3 บุคลิกภาพเปิดเผยอย่างมั่นคง (Stable Extrovert) หรือแบบมีชีวิตชีวา มีลักษณะเปิดเผย ให้ความร่วมมือ ใจกว้าง มีชีวิตชีวา ชอบนำกลุ่ม ช่างเจรจา

2.4.4 แบบเปิดเผยอย่างหวั่นไหว (Unstable Extrovert) หรือแบบเกี้ยวกราว มีลักษณะชอบกิจกรรม ก้าวร้าว ฉุนเฉียว ตื่นตกง่าย เปลี่ยนแปลงง่าย ใจเร็ว คิดแง่ดี

2.5 ความเกี่ยวพันระหว่างบุคลิกภาพกับการปรับตัว

นิภา [6] กล่าวถึงการพิจารณาเรื่องการปรับตัวของคนเรานี้กระทำได้ 2 ด้าน ด้วยกัน คือพิจารณาจากผลของการปรับตัวว่าผู้ใดสามารถปรับตัวได้สำเร็จมากน้อยหรือล้มเหลวประการใด กับพิจารณาจากกระบวนการหรือวิธีการทั้งหมดที่บุคคลใช้ในการปรับตัวในสถานการณ์ต่างๆ กัน รวมทั้งปัจจัยที่มีอิทธิพลเกี่ยวข้องด้วย บุคลิกภาพจึงเป็นเรื่องที่เข้ามามีส่วนสัมพันธ์กับเรื่องการปรับตัวหากพิจารณาในแง่ที่ว่า การปรับตัว คือกระบวนการทุกอย่างที่คนเราปรับเข้าหาสถานการณ์ต่างๆ กัน ทั้งนี้เพราะว่าบุคลิกภาพประกอบด้วยคุณลักษณะทางจิตที่ได้รับการพัฒนาจนเป็นรูปแบบคงที่ที่อยู่ตัวแล้วในแต่ละคน ซึ่งยังผลให้คนเราเผชิญสถานการณ์ในรูปแบบต่างๆ กัน

3. วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) เพื่อศึกษาความสามารถในการปรับตัวของนักศึกษาระดับปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ คณะผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยตามขั้นตอนดังนี้

3.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ นักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือทั้งกรุงเทพฯ และปริมณฑล จำนวน 3,595 คน กลุ่มตัวอย่างได้มาจากการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้นตามสัดส่วนตามคณะและทำการสุ่มอย่างง่ายในแต่ละคณะ จำนวน 360 คน

3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถามที่คณะผู้วิจัยสร้างขึ้นเองโดยแบ่งเนื้อหาของแบบสอบถามออกเป็น 3 ตอน ประกอบด้วย

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบ

ตอนที่ 2 แบบสอบถามบุคลิกภาพ

ตอนที่ 3 แบบสอบถามความสามารถในการปรับตัว

3.3 การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

ส่งให้ผู้เชี่ยวชาญในสาขาที่เกี่ยวข้อง จำนวน 5 ท่าน ตรวจสอบภาษาและความเที่ยงตรงตามเนื้อหา หาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับความสามารถในการปรับตัวทุกข้อมีค่าดัชนีความสอดคล้องเท่ากับ 1 แล้วนำไปทดลองใช้ (Try Out) กับนักศึกษาซึ่งมีใช้กลุ่มตัวอย่าง แต่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 50 คน จากนั้นนำมาคำนวณหาความน่าเชื่อถือและความเชื่อมั่นของแบบสอบถามความสามารถในการปรับตัวทั้งฉบับ (ค่าความเชื่อมั่น = .8983)

3.4 การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติต่างๆ ได้แก่ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สันและการวิเคราะห์ถดถอยด้วยวิธีเพิ่มตัวแปรอิสระแบบขั้นตอน

4. สรุปผลการวิจัย

4.1 ความสามารถในการปรับตัวของนักศึกษา

นักศึกษาที่มีความสามารถในการปรับตัวโดยภาพรวมอยู่ในระดับสูง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่าความสามารถในการปรับตัวด้านสังคมอยู่ในระดับสูง ส่วนความสามารถในการปรับตัวด้านอารมณ์และความสามารถในการปรับตัวด้านการเรียนอยู่ในระดับปานกลาง

4.2 ความสัมพันธ์ระหว่างข้อมูลทั่วไป บุคลิกภาพ และความสามารถในการปรับตัวของนักศึกษาสรุปได้ดังนี้

4.2.1 ตัวแปรเกรดเฉลี่ย 3.00 ขึ้นไปมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสามารถในการปรับตัวด้านการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

4.2.2 ตัวแปรเพศหญิงและตัวแปรบุคลิกภาพเปิดเผยอย่างมั่นคงมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสามารถในการปรับตัวด้านสังคมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

4.2.3 ตัวแปรบุคลิกภาพเปิดเผยอย่างมั่นคงที่มี

ความสัมพันธ์ทางบวกกับความสามารถในการปรับตัวด้านอารมณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนตัวแปรบุคลิกภาพเก็บตัวอย่างมั่นคงที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสามารถในการปรับตัวด้านอารมณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4.2.4 ตัวแปรบุคลิกภาพเปิดเผยอย่างมั่นคงและตัวแปรเกรดเฉลี่ย 3.00 ขึ้นไป มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสามารถในการปรับตัวโดยภาพรวมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

4.3 ตัวแปรพยากรณ์ความสามารถในการปรับตัวของนักศึกษา โดยใช้การวิเคราะห์ถดถอยด้วยวิธีเพิ่มตัวแปรอิสระแบบขั้นตอน สรุปได้ดังนี้

4.3.1 ตัวแปรเกรดเฉลี่ย 3.00 ขึ้นไป และตัวแปรบุคลิกภาพเก็บตัวอย่างมั่นคงสามารถร่วมกันพยากรณ์ความสามารถในการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยสามารถร่วมกันพยากรณ์ความสามารถในการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาได้ร้อยละ 10.8 มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณเท่ากับ 0.329

4.3.2 ตัวแปรเพศชายและตัวแปรบุคลิกภาพ เก็บตัวอย่างมั่นคงสามารถร่วมกันพยากรณ์ความสามารถในการปรับตัวด้านสังคมของนักศึกษาได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยสามารถร่วมกันพยากรณ์ความสามารถในการปรับตัวด้านสังคมของนักศึกษาได้ร้อยละ 9 มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณเท่ากับ 0.299

4.3.3 ตัวแปรบุคลิกภาพเปิดเผยอย่างมั่นคงตัวแปรบุคลิกภาพเก็บตัวอย่างมั่นคง และตัวแปรเกรดเฉลี่ยต่ำกว่า 2.00 สามารถร่วมกันพยากรณ์ความสามารถในการปรับตัวด้านอารมณ์ของนักศึกษาได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยสามารถร่วมกันพยากรณ์ความสามารถในการปรับตัวด้านอารมณ์ของนักศึกษาได้ร้อยละ 13.4 มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณเท่ากับ 0.366

4.3.4 ตัวแปรเกรดเฉลี่ย 3.00 ขึ้นไป ตัวแปรบุคลิกภาพเก็บตัวอย่างมั่นคงและตัวแปรบุคลิกภาพ

เปิดเผยอย่างมั่นคงสามารถร่วมกันพยากรณ์ความสามารถในการปรับตัวโดยภาพรวมของนักศึกษาได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยสามารถร่วมกันพยากรณ์ความสามารถในการปรับตัวภาพรวมของนักศึกษาได้ร้อยละ 11.4 มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณเท่ากับ 0.337

5. อภิปรายผล

5.1 ระดับความสามารถในการปรับตัวของนักศึกษาพบว่า นักศึกษามีความสามารถในการปรับตัวโดยภาพรวมอยู่ในระดับสูง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือที่มีความสามารถในการปรับตัวด้านสังคมอยู่ในระดับสูงสอดคล้องกับการศึกษาของสฤกัญญา [7] ที่พบว่า นักศึกษาปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ศูนย์กลางสถาบันเทคโนโลยีราชมงคลมีการปรับตัวด้านสังคมอยู่ในระดับมาก ที่เป็นเช่นนี้อาจเป็นเพราะทางมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือได้จัดให้มีการปฐมนิเทศให้กับนักศึกษาใหม่ ไม่เพียงแต่มหาวิทยาลัยเท่านั้นที่จัดกิจกรรมให้กับนักศึกษาใหม่ แต่ทุกคณะก็ได้มีการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ให้กับนักศึกษาใหม่โดยมีอาจารย์และรุ่นพี่เป็นผู้ดำเนินการ ซึ่งการจัดกิจกรรมต่างๆ เหล่านี้ล้วนเป็นการสร้างความคุ้นเคยให้กับนักศึกษาใหม่ทั้งสิ้น ไม่ว่าจะเป็นระหว่างนักศึกษาใหม่ อาจารย์ และรุ่นพี่ ทำให้นักศึกษามีความสัมพันธ์อันดีต่อกัน เข้าใจระบบการเรียน รู้จักกฎระเบียบและข้อปฏิบัติต่างๆ ในการมาเรียนที่สถานศึกษาแห่งนี้ ซึ่งทำให้นักศึกษาชั้นปีที่ 1 สามารถปรับตัวในด้านสังคมได้เป็นอย่างดี ดังที่สิริชัย [8] กล่าวไว้ว่าการที่บุคคลสามารถปรับตัวในด้านสังคมได้ดีจะทำให้ชีวิตดำเนินไปอย่างดี มีสุข มีประสิทธิภาพ มีความสำเร็จในชีวิต

ส่วนความสามารถในการปรับตัวด้านการเรียนอยู่ในระดับปานกลางสอดคล้องกับการศึกษาของสฤกัญญา [7] ที่พบว่า นักศึกษาปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ศูนย์กลางสถาบันเทคโนโลยีราชมงคลมีการปรับตัวด้านการเรียน

อยู่ในระดับปานกลาง อาจเป็นเพราะระบบการเรียนในระดับอุดมศึกษาแตกต่างจากการเรียนในระดับมัธยมศึกษาที่มีอาจารย์ให้คำปรึกษาแนะนำอย่างใกล้ชิด แต่ในระดับอุดมศึกษานั้นนักศึกษาจะต้องศึกษาค้นคว้า ต้องสรุปประเด็นหรือสาระสำคัญ ต้องเชื่อมโยงวิเคราะห์เนื้อหาความรู้มาใช้ในการทำรายงาน ต้องออกมานำเสนอด้วยตนเอง รวมถึงการวัดประเมินผลการเรียนที่มีหลากหลายรูปแบบ ทำให้นักศึกษาใหม่จำนวนมากยังไม่สามารถปรับตัวในด้านการเรียนได้ ทำให้นักศึกษาใหม่มีผลการเรียนที่ไม่ดี ดังที่ทรรศनिया [9] กล่าวไว้ว่า นักศึกษาทุกคนยอมรับว่าปีแรกในมหาวิทยาลัยเป็นการเปลี่ยนแปลงและมีการปรับตัวที่ค่อนข้างสับสน เมื่อนักศึกษาเข้ามาอยู่ในสิ่งแวดล้อมใหม่ ต้องพัฒนาตนเองให้มีอุปนิสัยที่ดีในการเรียน รู้จักจัดความสมดุลระหว่างการเรียนและกิจกรรม สำหรับนักศึกษาที่เรียนแล้วประสบความสำเร็จได้อย่างงดงาม ในเบื้องต้นนักศึกษาจะต้องมีความตั้งใจในการเรียนและมีทัศนคติที่ดีต่อการเรียน แม้มีอุปสรรคเพียงใดก็ตาม หากขาดความตั้งใจมุ่งมั่นที่จะเรียนให้สำเร็จก็จะสูญเสียโอกาสที่มีค่า ยิ่งขณะเดียวกันนักศึกษาส่วนใหญ่มีบุคลิกภาพเปิดเผยอย่างหัววันไหวหรือแบบเกรี้ยวกราดเป็นลักษณะของบุคลิกภาพที่ชอบทำกิจกรรม ก้าวร้าว ฉุนเฉียว ตื่นเต้นง่าย เปลี่ยนแปลงง่ายและใจเร็ว จึงทำให้ความสามารถในการปรับตัวด้านอารมณ์อยู่ในระดับปานกลาง

5.2 ผลการทดสอบสมมติฐานที่ว่ามีความสัมพันธ์ระหว่าง 1 ตัวแปร มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสามารถในการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ สามารถนำมาอภิปรายผลได้ดังนี้

5.2.1 ตัวแปรเกรดเฉลี่ย 3.00 ขึ้นไปมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสามารถในการปรับตัวด้านการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สอดคล้องกับการศึกษาของสุริยา [10] ที่พบว่า นิสิตที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง มีการปรับตัวดีกว่านิสิตที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ซึ่งนักศึกษาที่ได้เกรดเฉลี่ยสูงจะมีความตั้งใจในการเรียนทำให้สามารถปรับตัวด้านเรียน

ได้เป็นอย่างดี

5.2.2 ตัวแปรเพศหญิงและตัวแปรบุคลิกภาพเปิดเผยอย่างมั่นคงมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสามารถในการปรับตัวด้านสังคมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สอดคล้องกับการศึกษาของศุภกานต์ [11] ที่พบว่าเพศหญิงมีความสามารถในการปรับตัวทางสังคมได้ดีกว่าเพศชาย และการศึกษาของชูศรี [12] ที่ศึกษาสุขภาพจิตของนักศึกษาสถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ พบว่านักศึกษาชายและนักศึกษาหญิงมีสุขภาพจิตแตกต่างกัน โดยนักศึกษาหญิงมีสุขภาพจิตดีกว่านักศึกษาชาย ซึ่งเมื่อพิจารณาในแต่ละด้าน พบว่านักศึกษาหญิงมีสุขภาพจิตด้านการรับรู้เกี่ยวกับตนเองและการปรับตัวทางสังคม ด้านมีความเชื่อมั่นว่าตนเองเป็นคนมีคุณค่า เป็นผู้นำและมีความสามารถในการทำงาน และด้านสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ชอบทำงานเป็นกลุ่มดีกว่านักศึกษาชาย ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่าปัจจุบันการอบรมเลี้ยงดูของบิดามารดา หรือผู้ปกครองในสังคมในปัจจุบัน มีความแตกต่างไปจากเดิม โดยให้อิสระในด้านต่างๆ กับเด็กผู้หญิงมากขึ้น นอกจากนี้ยังให้สิทธิแก่สุขภาพสตรีเท่าเทียมกับสุขภาพบุรุษในหลายๆ ด้าน เป็นผลให้นักศึกษาหญิงมีความเชื่อมั่นในตนเองเพราะปราศจากความกดดัน และความคับข้องใจจากบุคคลแวดล้อม นอกจากนี้เพศหญิงโดยธรรมชาติสามารถเป็นได้ทั้งผู้นำและผู้ตามที่ดี สามารถเข้าได้กับบุคคล และสถานการณ์ต่างๆ ได้ดีกว่าเพศชาย ซึ่งชอบที่จะเป็นผู้นำ ประกอบกับผลการศึกษาค้างนี้ พบว่านักศึกษาส่วนใหญ่ อาศัยอยู่กับครอบครัวของตนเอง ร้อยละ 25.70 จึงทำให้นักศึกษาเพศหญิง มีการพัฒนาทางสังคม และสามารถนำทักษะที่มีอยู่ มาใช้ในการปรับตัวทางสังคมดีกว่าเพศชาย นอกจากนี้นักศึกษาที่มีบุคลิกภาพเปิดเผยอย่างมั่นคงหรือแบบมีชีวิตชีวาเป็นลักษณะของบุคลิกภาพที่เปิดเผย ให้ความร่วมมือใจกว้าง มีชีวิตชีวา ชอบนำกลุ่มและช่างเจรจา ส่งผลให้นักศึกษามีความสามารถในการปรับตัวด้านสังคมเป็นอย่างดี ซึ่งสอดคล้องกับอมรรัตน์ [13] ที่พบว่าบุคลิกภาพมีความสัมพันธ์ทาง บวกกับการปรับตัวอย่างมีนัยสำคัญ

ทางสถิติที่ระดับ .01

5.2.3 ตัวแปรบุคลิกภาพเปิดเผยอย่างมั่นคงที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสามารถในการปรับตัวด้านอารมณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนตัวแปรบุคลิกภาพเก็บตัวอย่างมั่นคงที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสามารถในการปรับตัวด้านอารมณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้อาจเป็นเพราะนักศึกษาที่มีบุคลิกภาพเปิดเผยอย่างมั่นคงมีลักษณะที่เอื้อต่อการปรับตัวด้านสังคมได้เป็นอย่างดีเนื่องจากมีลักษณะเปิดเผย ให้ความร่วมมือ ใจกว้าง มีชีวิตชีวา ชอบนำกลุ่ม และช่างเจรจา ซึ่งตรงกันข้ามกับบุคคลที่มีบุคลิกภาพลักษณะเก็บตัวอย่างห้วนไหว หรือแบบครองทุกข์ เนื่องจากมีลักษณะที่เป็นอุปสรรคต่อการปรับตัวด้านสังคม กล่าวคือ มีลักษณะเก็บตัว คิดแฉง ร้าย ไม่ยืดหยุ่น วิตก โกรธง่าย นอกจากนี้นักศึกษาที่มีบุคลิกภาพเก็บตัวอย่างมั่นคง จะมีลักษณะระมัดระวัง ใช้ความคิด รักสงบ ควบคุมตนเองได้ เชื่อถือได้ อารมณ์คงที่ ซึ่งก็มีผลต่อความสามารถในการปรับตัวด้านสังคมเช่นเดียวกัน

5.2.4 ตัวแปรบุคลิกภาพเปิดเผยอย่างมั่นคงและตัวแปรเกรดเฉลี่ย 3.00 ขึ้นไปมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสามารถในการปรับตัวในภาพรวมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทั้งนี้เป็นเพราะนักศึกษาที่มีบุคลิกภาพเปิดเผยอย่างมั่นคงหรือแบบมีชีวิตชีวาเป็นลักษณะของบุคลิกภาพที่เปิดเผย ให้ความร่วมมือ ใจกว้าง มีชีวิตชีวา ชอบนำกลุ่มและช่างเจรจา มักจะต้องใช้ความอดทน มีความพยายาม ไม่ท้อถอยต่อการเรียนพยายามค้นคว้าหาความรู้ด้วยตนเองอย่างสม่ำเสมอซึ่งเป็นลักษณะของบุคคลที่เผชิญปัญหาแบบสู้ นักศึกษาที่มีบุคลิกภาพแบบนี้จึงมีความสามารถในการปรับตัวสอดคล้องกับการศึกษาของ Hamed [14] ที่พบว่าผู้ที่มีความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเองในด้านดีจะปรับตัวได้ดีกว่าผู้ที่มีความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเองในด้านไม่ดี เช่นเดียวกับอมรรัตน์ [13] ที่พบว่าบุคลิกภาพมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และจากการศึกษาของสุธีรา [10] ที่พบว่า นิสิตที่มี

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงมีการปรับตัวดีกว่านิสิตที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ซึ่งนักศึกษาที่ได้เกรดเฉลี่ยสูงจะมีความตั้งใจในการเรียนมีความพร้อมที่จะเรียน ทำการศึกษาวิชาเรียนมาล่วงหน้าหรือค้นคว้าเพิ่มเติมจากห้องสมุด สามารถนำความรู้จากการเรียนมาใช้ในการห้องปฏิบัติการได้ รู้จักแบ่งเวลาระหว่างการเรียนและการทำกิจกรรม พอใจในสาขาที่เรียนและมุ่งมั่นที่จะเรียนให้สำเร็จ

5.3 ผลการทดสอบสมมติฐานที่ว่าตัวแปรอย่างน้อย 1 ตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ความสามารถในการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ สามารถนำมาอภิปรายผลได้ดังนี้

5.3.1 ตัวแปรเกรดเฉลี่ย 3.00 ขึ้นไป และตัวแปรบุคลิกภาพเก็บตัวอย่างห้วนไหวสามารถร่วมกันพยากรณ์ความสามารถในการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยสามารถร่วมกันพยากรณ์ความสามารถในการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาได้ร้อยละ 10.8 มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณเท่ากับ 0.329 สอดคล้องกับการศึกษาของสุกัญญา [7] และสุธีรา [10] ที่พบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมีผลต่อการปรับตัวด้านการเรียน ส่วนนักศึกษาที่มีบุคลิกภาพเก็บตัวอย่างห้วนไหวสูงมีความสามารถในการปรับตัวด้านการเรียนต่ำ ทั้งนี้เป็นเพราะว่านักศึกษาที่มีบุคลิกภาพแบบเก็บตัวอย่างห้วนไหวเป็นลักษณะของบุคลิกภาพที่เก็บตัว คิดแฉง ร้าย ไม่ยืดหยุ่น วิตกกังวล และโกรธง่าย เมื่อเกิดปัญหาทางการเรียนจึงอาจใช้วิธีปรับตัวแบบถอยหนี ด้วยการไม่เข้าชั้นเรียน ไม่ทำงานที่ได้รับมอบหมาย ไม่สนใจเรียน ซึ่งเป็นการบ่งชี้ถึงการมีความสามารถในการปรับตัวด้านการเรียนต่ำ

5.3.2 ตัวแปรเพศชายและตัวแปรบุคลิกภาพเก็บตัวอย่างห้วนไหวสามารถร่วมกันพยากรณ์ความสามารถในการปรับตัวด้านสังคมของนักศึกษาได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยสามารถร่วมกันพยากรณ์ความสามารถในการปรับตัวด้านสังคมของนักศึกษาได้

ร้อยละ 9 มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณเท่ากับ 0.299 สอดคล้องกับการศึกษาของสุกัญญา [7] ที่พบว่า นักศึกษาชายและหญิงมีการปรับตัวด้านสังคมแตกต่างกัน เช่นเดียวกับการศึกษาของศุภกานต์ [11] ที่พบว่า เพศเป็นปัจจัยที่มีผลต่อการปรับตัวทางสังคมของนักศึกษา และถ้านักศึกษามีบุคลิกภาพเก็บตัวอย่างห้วนไหว ก็คือ คิดแง่ร้าย วิตกกังวล ไม่ชอบสังสรรค์ และเก็บตัวเงียบ ก็จะทำให้ให้นักศึกษาไม่ชอบเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ที่จัดขึ้น ชอบอยู่คนเดียว และอาจพูดคุยนเฉพาะกับคนที่สนิทเท่านั้น ทำให้ไม่ค่อยรู้จักกับใคร ซึ่งลักษณะแบบนี้จะส่งผลกระทบต่อความสามารถในการปรับตัวด้านสังคมของนักศึกษา ทำให้มีความสามารถในการปรับตัวด้านสังคมได้น้อยกว่านักศึกษามีบุคลิกภาพแบบอื่นๆ

5.3.3 ตัวแปรบุคลิกภาพเปิดเผยอย่างมั่นคง ตัวแปรบุคลิกภาพเก็บตัวอย่างมั่นคง และตัวแปรเกรดเฉลี่ยต่ำกว่า 2.00 สามารถร่วมกันพยากรณ์ความสามารถในการปรับตัวด้านอารมณ์ของนักศึกษาได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยสามารถร่วมกันพยากรณ์ความสามารถในการปรับตัวด้านอารมณ์ของนักศึกษาได้ร้อยละ 13.4 มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณเท่ากับ 0.366 สอดคล้องกับการศึกษาของอมรรัตน์ [13] ที่พบว่า บุคลิกภาพเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวของนักศึกษา ทั้งนี้อาจเป็นเพราะบุคลิกภาพเปิดเผยอย่างมั่นคงเป็นลักษณะของบุคลิกภาพที่ชอบสังสรรค์ ช่างพูด เป็นกันเอง ให้ความร่วมมือใจกว้าง และมีชีวิตชีวา ในขณะที่ตัวแปรบุคลิกภาพเก็บตัวอย่างมั่นคงก็เป็นลักษณะของบุคลิกภาพที่รักสงบควบคุมตนเองได้ มีอารมณ์คงที่ ชอบใช้ความคิดและมีความเยือกเย็น ซึ่งบุคลิกภาพทั้งสองแบบจะทำให้ นักศึกษาสามารถแสดงออกได้อย่างเหมาะสม รู้จักควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง มองโลกในแง่ดี ยอมรับตนเอง รู้จักข้อดีข้อบกพร่องของตนเอง นับถือตนเอง และรู้จักใช้เหตุผลในการแก้ปัญหาจึงส่งผลให้นักศึกษาสามารถปรับตัวด้านอารมณ์ได้ดีกว่าบุคลิกภาพแบบอื่นๆ แต่หากนักศึกษามีผลการเรียนที่ตกต่ำอาจทำให้นักศึกษาไม่สามารถปรับตัวด้านอารมณ์

ได้ดี เพราะนักศึกษาจะมีความรู้สึกรู้สึกกังวลและไม่สบายใจ

5.3.4 ตัวแปรเกรดเฉลี่ย 3.00 ขึ้นไป ตัวแปรบุคลิกภาพเก็บตัวอย่างห้วนไหวและตัวแปรบุคลิกภาพเปิดเผยอย่างห้วนไหวสามารถร่วมกันพยากรณ์ความสามารถในการปรับตัวโดยภาพรวมของนักศึกษาได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยสามารถร่วมกันพยากรณ์ความสามารถในการปรับตัวภาพรวมของนักศึกษาได้ร้อยละ 11.4 มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณเท่ากับ 0.337 ซึ่ง ตัวแปรที่มีค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยในการทำนายสูงสุดก็คือตัวแปรเกรดเฉลี่ย 3.00 ขึ้นไป สอดคล้องกับการศึกษาของสุริรา [10] และสุกัญญา [7] ที่พบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมีผลต่อการปรับตัวโดยรวม ทั้งนี้ นักศึกษาที่มีเกรดเฉลี่ยสูงก็จะเป็นผลมาจากความตั้งใจในการเรียนและรับผิดชอบต่องานที่ได้รับมอบหมาย ซึ่งนักศึกษาจะสามารถปรับตนเองให้เข้ากับสภาพแวดล้อมใหม่ๆ ได้ดี ส่วนนักศึกษามีบุคลิกภาพเก็บตัวอย่างห้วนไหวจะมีลักษณะกระวนกระวาย ยึดมั่นถือมั่น ขาดจินตนาการ มองโลกในแง่ร้าย ถือตัว ไม่ชอบสังสรรค์ เก็บตัวเงียบ ในขณะที่ตัวแปรบุคลิกภาพเปิดเผยอย่างห้วนไหวที่มีลักษณะไม่ห่อหุ้ม ไม่ผ่อนคลาย ก้าวร้าว และหุนหันพลันแล่น จึงอาจจะส่งผลให้นักศึกษาไม่สามารถปรับเปลี่ยนความคิด ความรู้สึกบุคลิกภาพ และพฤติกรรมให้เข้ากับสถานการณ์ต่างๆ ที่เผชิญได้

6. ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

6.1 ส่งเสริมการจัดกิจกรรมต่างๆ ทั้งกิจกรรมทางด้านวิชาการ ศิลปวัฒนธรรม การบำเพ็ญประโยชน์ กีฬา และนันทนาการ เพื่อให้ให้นักศึกษาได้มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมอย่างทั่วถึง ตามความถนัด ความสามารถ และความสนใจของแต่ละคน ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ซึ่งนักศึกษาจะได้พัฒนาตนเองทั้งทางร่างกาย อารมณ์ สังคมและสติปัญญา

6.2 กระตุ้นให้อาจารย์ที่ปรึกษาและอาจารย์ผู้สอนเอาใจใส่และเป็นกันเองกับนักศึกษา เป็นผู้ให้คำปรึกษา

ชี้แนะแนวทางแก่นักศึกษาในเรื่องต่างๆ รวมทั้งการจัดกิจกรรมทางการเรียน การสอน การเสริมหลักสูตร เพื่อช่วยให้นักศึกษาได้พัฒนาความสามารถในการปรับตัว โดยเฉพาะการปรับตัวด้านการเรียนและด้านอารมณ์

6.3 สนับสนุนให้มีการจัดโครงการเกี่ยวกับการพัฒนาบุคลิกภาพให้กับนักศึกษา เพื่อที่นักศึกษาจะได้พัฒนาและปรับปรุงบุคลิกภาพของตนเองได้อย่างเหมาะสม

เอกสารอ้างอิง

- [1] จิรวัดน์ วิริงกร, *คัมภีร์ชีวิตนิสิตใหม่*, กรุงเทพฯ: โครงการก้าวแรกสู่บัณฑิตยุคใหม่ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2548.
- [2] อรพินท์ ชูชม และ อัจฉรา สุขารมณ, “องค์ประกอบที่สัมพันธ์กับการปรับตัวของนักเรียนวัยรุ่น,” รายงานการวิจัยฉบับที่ 48 สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2532.
- [3] มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ. *ปณิธานของมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ*. [Online]. Available: <http://www.kmutnb.ac.th/thai/about/mission.php>.
- [4] วราภรณ์ ตระกูลสฤษดิ์, *จิตวิทยาการปรับตัว*, พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ, 2545.
- [5] กันยา สุวรรณแสง, *การพัฒนาบุคลิกภาพและการปรับตัว*, กรุงเทพฯ: ภาควิชาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. (อัครา), 2530.
- [6] นิภา นิรยาณ, *การปรับตัวและบุคลิกภาพ จิตวิทยาเพื่อการศึกษาและชีวิต*, กรุงเทพฯ: โอเอสพริ้นติ้ง เฮาส์, 2530.
- [7] สุกัญญา ดันตระบัณฑิตย์, “การศึกษาการปรับตัวของนักศึกษาปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ศูนย์กลางสถาบันเทคโนโลยีราชมงคล,” *ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (การอุดมศึกษา) บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ*, 2548.
- [8] สิริชัย ระเบียบฉาย, *การพัฒนาบุคลิกภาพและการปรับตัว*, วิทยาลัยราไพพรรณี, 2533.
- [9] ทรรตนิยา กัลยาณมิตร, *เรียนเป็น : กลวิธีการเรียนให้ระดับผลสำเร็จ*, กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2530.
- [10] สุธีรา เทอดวงศ์วรกุล, “การศึกษาการปรับตัวและสุขภาพจิตของนิสิต คณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ กำแพงแสน,” *วิทยานิพนธ์บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์*, 2547.
- [11] ศุภกานต์ ชื่อเกียรติขจร, “กลไกการปรับตัวทางสังคมของนักศึกษาระดับอุดมศึกษา,” *วิทยานิพนธ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่*, 2543.
- [12] ชุศรี เลิศรัตน์เดชากุล, “การศึกษาสุขภาพจิตของนักศึกษาสถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ, รายงานการวิจัย. กรุงเทพฯ : สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ, 2539.
- [13] อมรรัตน์ หอมชื่น, “ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวของนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง โรงเรียนไทยบริหารธุรกิจและพัฒนการเขตบางเขน กรุงเทพฯ.” *ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา) บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ*, 2548.
- [14] Hamed, Zahram A.S. “The Self Concept in the Psychological Guidance of Adolescents.” *The British Journal of Educational Psychology*, vol. 37, pp. 225-239, June 1967.