

ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ ความเครียดและพฤติกรรมการแก้ปัญหาความเครียดของ
 นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในจังหวัดเชียงใหม่
 ชื่อผู้เขียน นายวงศ์พรรณ มาลาร์ตัน
 ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว
 คณะกรรมการสอบการค้นคว้าแบบอิสระ
 รองศาสตราจารย์ ชัยนาถ นาคบุปผา ประธานกรรมการ
 รองศาสตราจารย์ จรินทร์ สุกุลถาวร กรรมการ
 ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สวัสดิ์ บรรเทิงสุข กรรมการ

บทคัดย่อ

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความเครียด และพฤติกรรมการแก้ปัญหาความเครียด ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในจังหวัดเชียงใหม่ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จำนวน 416 คน จากการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา เป็นแบบสอบถาม ความเครียดและพฤติกรรมแก้ปัญหาความเครียด ซึ่งมีค่าความเชื่อมั่นโดยหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อัลฟา ของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) เท่ากับ 0.90 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์คอนติเจนซี (Contingency Coefficient)

ผลการศึกษาพบว่า

1. นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในจังหวัดเชียงใหม่ ร้อยละ 81.01 มีความเครียดอยู่ในระดับปานกลาง และ ร้อยละ 16.10 มีความเครียดอยู่ในระดับสูงถึงรุนแรง
2. ปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดในระดับมาก ได้แก่ กังวลเรื่องสอบ/กลัวสอบได้คะแนนไม่ดี และ ผลการเรียนไม่ดี
3. พฤติกรรมการแก้ปัญหาความเครียดของนักเรียนส่วนใหญ่ มีพฤติกรรมการแก้ปัญหาที่เหมาะสม และพฤติกรรมการแก้ปัญหาความเครียดที่นักเรียนใช้มาก 3 อันดับแรกได้แก่ ดูโทรทัศน์/ฟังวิทยุ พูดคุยปรึกษาเพื่อน และ นอน

ค

4. ปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดของนักเรียน พบว่าสภาพการเงินในครอบครัว มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
5. ความรู้สึกต่อครอบครัว และ ความคิดอยากฆ่าตัวตาย มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Chiang Mai University

Independent Study Title	Stress and Stress Coping Behavior of the Upper Secondary School Students in Chiang Mai Province		
Author	Mr. Wongpun Malarad		
M.Ed.	Educational Psychology and Guidance		
Examining Committee	Assoc. Prof. Chainart Nakbubpha	Chairman	
	Assoc. Prof. Charin Sakultaworn	Member	
	Asst. Prof. Dr. Sawas Bunturngsook	Member	

Abstract

The Purpose of this study was to investigate stress and stress coping behavior of the upper secondary school students in Chiang Mai Province. The Sample was 614 students. Multi-stage sampling was used. The instrument was used of stress and stress coping behavior questionnaire . The Reliability basing on Cronbach's Alpha Coefficient was 0.90 . The data were analyzed in term of frequency , percentage , mean , standard deviation and contingency coefficient

The results were as follow :

1. Most students had moderate level of stress (81.01%) and high to serious level of stress(16.10%) which might have hazardous effect on their health.
- 2.The most influential factor on students' stress were :anxiety about the examination and low GPA.
- 3.The three most often used stress coping behaviors were : watching television/ listening radio , counseling with their friend and sleeping.
- 4.Stress was related to family economic status ($p < .05$)
- 5.Stress was related to suicidal idea and attitude to their family ($p < .01$)