

รายงานสืบเนื่องจากการประชุมวิชาการ

ระดับชาติ

ราชภัฏหมู่บ้านจอมบึงวิจัย

ครั้งที่

9

ณ อาคารศูนย์ภาษาและคอมพิวเตอร์
มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง

วันจันทร์ที่ 1 มีนาคม 2564

สถาบันวิจัยและพัฒนา

มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง และเครือข่ายเจ้าภาพร่วม



อาจารย์ ดร.วรรณรัตน์ วัฒนานิมิตกุล	มหาวิทยาลัยสยาม
อาจารย์ ดร.วรวิทย์ ยิ้มแย้ม	มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี
อาจารย์ ดร.ศรีวรรณ ชำตรี	มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา
อาจารย์ ดร.สัจจาภรณ์ ไจจรรยา	มหาวิทยาลัยศิลปากร
อาจารย์ ดร.สุวิมล วงศ์สิงห์ทอง	มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ
อาจารย์ ดร.อมรรัตน์ โสธำรัตน์	สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๓ นนทบุรี

รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิภายในมหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง

พิจารณาบทความวิจัยและบทความวิชาการฉบับสมบูรณ์ เพื่อการตีพิมพ์เผยแพร่ในรายงาน
สืบเนื่องจากการประชุมวิชาการระดับชาติราชภัฏหมู่บ้านจอมบึงวิจัย ครั้งที่ 9

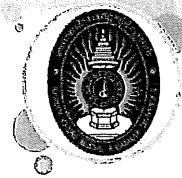
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ จินตศักดิ์ กาญจนอนันท์	มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เขาวลิต สมพงษ์เจริญ	มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชัชวาล แอร์มเหล่า	มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชัยฤทธิ์ ศิลาเดช	มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นงลักษณ์ เพิ่มชาติ	มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นฤมล ชูเมือง	มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พรศักดิ์ สุจริตรักษ์	มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วนิดา ตรีสวัสดิ์	มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สัจจา ไกรศรรัตน์	มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ทรงเกียรติ อิงคามระธร	มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สุรางค์ มั่นยานนท์	มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ อรรถพล อูสายพันธ์	มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง
รองศาสตราจารย์ ดร.สมิต อินทร์ศิริพงษ์	มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง
อาจารย์ ดร.ธนภูมิ ชาติดี	มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง
อาจารย์ ดร.บุรินทร์ นรินทร์	มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง
อาจารย์ ดร.พนารัตน์ แสงวิจิตร	มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง
อาจารย์ ดร.พุทธพร พุ่มโรจน์	มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง
อาจารย์ ดร.รินรำไพ พุทธิพันธ์	มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง
อาจารย์ ดร.รุ่งอรุณ สุทธิพงษ์	มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง
อาจารย์ ดร.วารภรณ์ บุญยรัตน์	มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง
อาจารย์ ดร.สันติ รักษาวงศ์	มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง
อาจารย์ ดร.เสรี เพิ่มชาติ	มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง



รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิภายนอกมหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง

พิจารณาบทความวิจัยและบทความวิชาการฉบับสมบูรณ์ เพื่อการตีพิมพ์เผยแพร่ในรายงาน
สืบเนื่องจากการประชุมวิชาการระดับชาติราชภัฏหมู่บ้านจอมบึงวิจัย ครั้งที่ 9

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เกรียงศักดิ์ ไทยพงษ์	มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ จำเนียร ชมภู	มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชวนพิศ อัดเนตร์	มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธงชัย พงศ์สิทธิกาญจนา	มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.บุษบา บัวสมบูรณ์	มหาวิทยาลัยศิลปากร
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ประสาน ตั้งยืนยงวัฒนา	มหาวิทยาลัยรังสิต
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กมลรัตน์ วิริยะการุณย์	มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ภัทรพร ทิมแดง	มหาวิทยาลัยสวนดุสิต
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ภาสันต์ ศารทูลทัต	มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.รัตนา ศรีทัศน์	มหาวิทยาลัยศิลปากร
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วิภาวดี เมื่อกบัวขาว	มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมยศ วัฒนาภมิลชัย	มหาวิทยาลัยกรุงเทพ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.โสภภาพร กล้าสกุล	มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี
รองศาสตราจารย์ ดร.กาญจนา บุญสง	มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี
รองศาสตราจารย์ ดร.จิตติรัตน์ แสงเลิศอุทัย	มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม
รองศาสตราจารย์ ดร.จุฬารัตน์ โสตะ	มหาวิทยาลัยขอนแก่น
รองศาสตราจารย์ ดร.ณรงค์ สัจวาระนที	มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา
รองศาสตราจารย์ ดร.เดช บุญประจักษ์	มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร
รองศาสตราจารย์ ดร.ปณิตา วรรณพิรุณ	มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ
รองศาสตราจารย์ ดร.ปิยะพร ตันณีกุล	มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม
รองศาสตราจารย์ ดร.พงษ์นารถ นาถวารานันต์	มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม
รองศาสตราจารย์ ดร.พรรณี ปัญชรหัตถกิจ	มหาวิทยาลัยขอนแก่น
รองศาสตราจารย์ ดร. มารุต พัฒนาผล	มหาวิทยาลัยศรยนครินทร์วิโรฒ
รองศาสตราจารย์ ดร.ยุวดี รอดจากภัย	มหาวิทยาลัยบูรพา
รองศาสตราจารย์ ดร.โยธิน แสงดี	มหาวิทยาลัยมหิดล
รองศาสตราจารย์ ดร.เลขาติ บุญเอก	มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
รองศาสตราจารย์ ดร.วัชระ เพิ่มชาติ	มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์
รองศาสตราจารย์ ดร.อรสา จรูญธรรม	มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์
อาจารย์ ดร.ขุนพล พงษ์มณี	มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
อาจารย์ ดร.เฉลียว เพชรทอง	มหาวิทยาลัยราชภัฏกาญจนบุรี
อาจารย์ ดร.บุญเรือง ศรีเทรณู	มหาวิทยาลัยรามคำแหง



ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวล และการจัดการความวิตกกังวลในช่วงวิกฤตการณ์โรค
โควิด-19กรณีศึกษานักศึกษาคณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยศิลปากร
Factors Related to Anxiety and Anxiety Management during the COVID-19
Situation Case study of students at the faculty of management science,
Silpakorn University

สุภารัตน์ ไผทเครือวัลย์¹ และ ธิดาทิพย์ ปานโรจน์²

¹ นักศึกษาหลักสูตรบริหารธุรกิจบัณฑิต สาขาการจัดการธุรกิจทั่วไป คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยศิลปากร

² อาจารย์ประจำสาขาวิชาวิทยาการจัดการนวัตกรรมการบริหารธุรกิจ คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยศิลปากร

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึงปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวล และการจัดการความวิตกกังวล ในช่วงวิกฤตการณ์โรคโควิด-19 ผ่านอุปกรณ์เคลื่อนที่ เครื่องมือที่ใช้ คือ แบบสอบถาม และตรวจสอบค่าความเชื่อมั่น เป็นแบบสอบถามปลายเปิด และตรวจสอบความเชื่อมั่นโดยทดสอบค่าสัมประสิทธิ์อัลฟ่าของครอนบาค แบบสอบถามได้ กระจายแก่กลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นนักศึกษาคณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยศิลปากร จำนวน 394 คน ทั้งหมด 10 สาขาวิชา เก็บข้อมูลโดยใช้แบบฟอร์ม กูเกิล และสเปรดชีตกูเกิล เป็นเครื่องมือในการเก็บแบบสอบถามออนไลน์ โดยนำ ผลมาวิเคราะห์ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปสำหรับวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ (SPSS)

ผลการศึกษาพบว่า 1) ปัจจัยทางการศึกษา และปัจจัยด้านการรับรู้ข่าวสารส่งผลต่อการจัดการความวิตกกังวลอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับความเชื่อมั่น 0.05 2) ปัจจัยด้านความวิตกกังวลในการเข้าถึงสังคมกับสุขภาวะทางจิตที่ส่งผลต่อความยืดหยุ่นทางจิตใจอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับความเชื่อมั่น 0.05 และ 3) ความยืดหยุ่นทางจิตที่ส่งผลต่อการจัดการความวิตกกังวล การเปลี่ยนแปลงทัศนคติอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับความเชื่อมั่น 0.05 โดยปัจจัยด้านความวิตกกังวลในการเข้าถึงสังคมกับสุขภาวะทางจิตที่ส่งผลต่อความยืดหยุ่นทางจิตใจ และปัจจัยทางการศึกษา ปัจจัยด้านการรับรู้ข่าวสาร ความยืดหยุ่นทางจิตที่ส่งผลต่อการจัดการความวิตกกังวล ซึ่งปัจจัยทางการศึกษา และปัจจัยด้านการรับรู้ข่าวสารส่งผลต่อการจัดการความวิตกกังวลมากที่สุด

คำสำคัญ : ความวิตกกังวล สุขภาวะทางจิต โรคโควิด-19

ABSTRACT

The objective of this research was to examine factors related to anxiety and anxiety management during the COVID-19 situation via a mobile device. The data collection instruments were questionnaires which is an open-ended questionnaire and reliability analysis by Cronbach's alpha coefficient. The questionnaire was distributed to a sample of 394 students at the faculty of management science, Silpakorn University. The data were analyzed online survey by using Google forms and Google spreadsheets and statistic by using SPSS software (Statistical Package for the Social Science for Windows - SPSS)

The results of the study were as follows: 1) Educational factors and perception of news significantly affected anxiety management at a confidence level of 0.05 2) Social anxiety factor and mental health that affected the psychological resilience were significantly at a confidence level of 0.05 and 3) psychological resilience significantly affected anxiety management and attitude change at a



confidence level of 0.05. The social anxiety factor and mental health influenced the psychological resilience and educational factors. The perception of news and psychological resilience affected anxiety management. Educational factors and perception of news factors had the greatest impact on anxiety management.

Keywords : Anxiety, Mental health, COVID-19

บทนำ

นิสิตนักศึกษาในปัจจุบันนี้ต้องเผชิญกับความกดดันมากมายทั้งด้านการเรียน ครอบครัว การเงิน และสังคม ต้องอาศัยการปรับตัวและการจัดการกับปัญหาที่ดี แต่ถ้าหากไม่สามารถปรับตัวและการจัดการกับปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพก็อาจเกิดปัญหาความตึงเครียดไปจนถึงปัญหาความวิตกกังวล เป็นความรู้สึกรบกวนอารมณ์อย่างหนึ่ง ซึ่งมีบทบาทสำคัญต่อการปรับตัว อาจเกิดอารมณ์ต่าง ๆ เป็นภาวะทางจิตใจอย่างหนึ่ง ที่ช่วยเพิ่มพูนความสุข ความเพลิดเพลิน และความพึงพอใจให้แก่ชีวิตหรืออาจเป็นอุปสรรคขัดขวางต่อการดำเนินชีวิตของคนเราได้ ความกลัวและความวิตกกังวลจะมีบทบาทต่อการพัฒนาการและการปรับตัวอย่างเห็นได้ชัด (ละม้ายมาศ ศรีทัด, 2509) ความวิตกกังวลเป็นปัญหาที่พบได้ทั่วไปไม่ว่าจะเกิดจากความเครียด ความเกิดอารมณ์วิตกกังวลในสถานการณ์ที่กดดัน หรือเกิดได้จากหลากหลายสาเหตุ ยิ่งในปัจจุบันเกิดการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 เป็นโรคติดต่อที่เกิดจากเชื้อไวรัสสายพันธุ์ใหม่ที่กำลังแพร่ระบาดไปทั่วโลก มีอาการตั้งแต่เป็นหวัดเพียงเล็กน้อยไปจนถึงการป่วยรุนแรงจนเสียชีวิต อาการคล้ายไข้หวัด ซึ่งนั่นเป็นความน่ากังวล องค์การอนามัยโลก ระบุว่า ผู้ติดเชื้อไวรัสโคโรนา (โควิด-19) สายพันธุ์ใหม่ จะมีอาการเริ่มแรกคือ มีไข้ ตามมาด้วยอาการไอแห้ง ๆ หลังจากนั้นราว 1 สัปดาห์จะมีปัญหาหายใจตื้น ผู้ป่วยอาการหนักจะมีอาการปอดบวมอักเสบร่วมด้วย หากอาการรุนแรงมากอาจทำให้อวัยวะภายในล้มเหลว ผู้ที่เสี่ยงต่อการเสียชีวิต มักจะเป็นผู้สูงอายุ มีโรคประจำตัว คนที่มีภูมิคุ้มกันต่ำ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสภาพร่างกายของแต่ละคน หากร่างกายมีภูมิคุ้มกันต่ำ แข็งแรง ก็อาจจะเป็นแค่ไข้หวัด และสามารถหายได้เอง ซึ่งผู้คนที่เกิดความกดดันความเครียด ไปจนถึงเกิดความวิตกกังวล เช่น การกักตัวอยู่บ้านเพราะเกิดความกลัว และวิตกกังวลว่าหากออกไปแล้วจะทำให้ตนเองเสี่ยงที่จะติดโรคโควิด-19 เป็นต้น

การทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

สุทธิลักษณ์ แสงสุทธิ(2544)ได้ศึกษาปัจจัยทางการศึกษาที่ส่งผลต่อความเครียดและความวิตกกังวลของนักศึกษา พบว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเกิดความเครียด คือ เกรดเฉลี่ยสะสม สภาพการศึกษาในมหาวิทยาลัยด้านการเรียนการสอน ด้านกิจกรรมนักศึกษา และด้านสภาพแวดล้อม และปัจจัยที่ส่งผลต่อความวิตกกังวล คือ เกรดเฉลี่ยสะสม การทำงาน สภาพการศึกษาในมหาวิทยาลัย ด้านกิจกรรมนักศึกษา พบว่า นักศึกษามีความเสี่ยงที่จะเกิดความเครียดและความวิตกกังวลในระดับสูง มากที่สุด รองลงมาคือ ความเครียดและความวิตกกังวลในระดับปานกลาง ซึ่งความเครียดและความวิตกกังวลมีมากขึ้นไปหรือนานเกินไปอาจส่งผลกระทบต่อความเสี่ยงทางสุขภาพกายและสุขภาพจิตได้

สุกัญญา เอกปัญญาสกุล (2563) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีผลกระทบต่อความวิตกกังวลจากการรับรู้ข่าวสารเกี่ยวกับ COVID -19 ในประชากร เขตกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า มีความวิตกกังวลจากการรับรู้ข่าวสารไวรัสโคโรนา (COVID -19) ไม่ต่างกัน ส่วนปัจจัยการรับรู้ข่าวสาร ด้านการเลือกเปิดรับมีผลต่อความวิตกกังวลทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านพฤติกรรม อารมณ์ ส่วนด้านการเลือกจดจำ มีผลต่อความวิตกกังวลทางด้านจิตใจ และด้านการเลือกให้ความสนใจ มีผลต่อความวิตกกังวลทางพฤติกรรมอารมณ์ อ้างถึงในกาญจนา ทารินทร์ (2561) กล่าวว่า บุคคลจะเลือกเปิดรับข้อมูลข่าวสาร เพื่อตอบสนองความต้องการโดยจะเลือกจากสื่อที่คุ้นเคย สนใจหรือพึงพอใจ ไม่ว่าจะเป็นอย่างใดของหนึ่ง

กุลปริยา ศิริพานิช (2559)ได้ศึกษาปัจจัยเรื่องบทบาทการเป็นตัวแปรส่งผ่านของความยืดหยุ่นทางจิตใจ ในความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลในการเข้าสังคมกับสุขภาวะทางจิตในนิสิตนักศึกษา ผลการศึกษาพบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลในการเข้าสังคมกับสุขภาวะทางจิต มีความยืดหยุ่นทางจิตใจเป็นตัวแปรส่งผ่าน(A. F. Hayes, 2013) พบว่า มีความยืดหยุ่นทางจิตใจเป็นตัวแปรส่งผ่านในนิสิตนักศึกษา เมื่อดูความสัมพันธ์ระหว่างความวิตก



กังวลในการเข้าสังคมกับสุขภาวะทางจิต สอดคล้องกับผลการวิจัยในต่างประเทศและที่รายงานความสัมพันธ์ทางลบระหว่างความวิตกกังวลในการเข้าสังคมกับสุขภาวะทางจิตในนักศึกษามหาวิทยาลัยชาวตุรกี

จากการทบทวนเกี่ยวกับปัจจัยที่ทำให้เกิดความวิตกกังวล ทำให้ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่ส่งผลให้เกิดความกลัว ความวิตกกังวลในช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 โดยมีการศึกษาปัจจัยที่ทำให้เกิดความวิตกกังวล ปัจจัยด้านการรับรู้สื่อสารที่ส่งผลกระทบต่อความวิตกกังวล และปัจจัยด้านความวิตกกังวลในการเข้าสังคมที่ส่งผลทำให้เกิดความเครียดต่อสุขภาพจิตใจเพื่อเป็นประโยชน์สำหรับนักศึกษา และผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องตลอดจนผู้ที่สนใจได้ทราบถึงความสำคัญของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ การลดหรือวิธีการรับมือป้องกันเกี่ยวกับความวิตกกังวลให้กับนิสิตนักศึกษา อันจะเป็นการส่งเสริมให้เกิดสุขภาวะที่ดีในระยะยาว

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลและการจัดการความวิตกกังวลในช่วงวิกฤตการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ของนักศึกษาคณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยศิลปากร

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

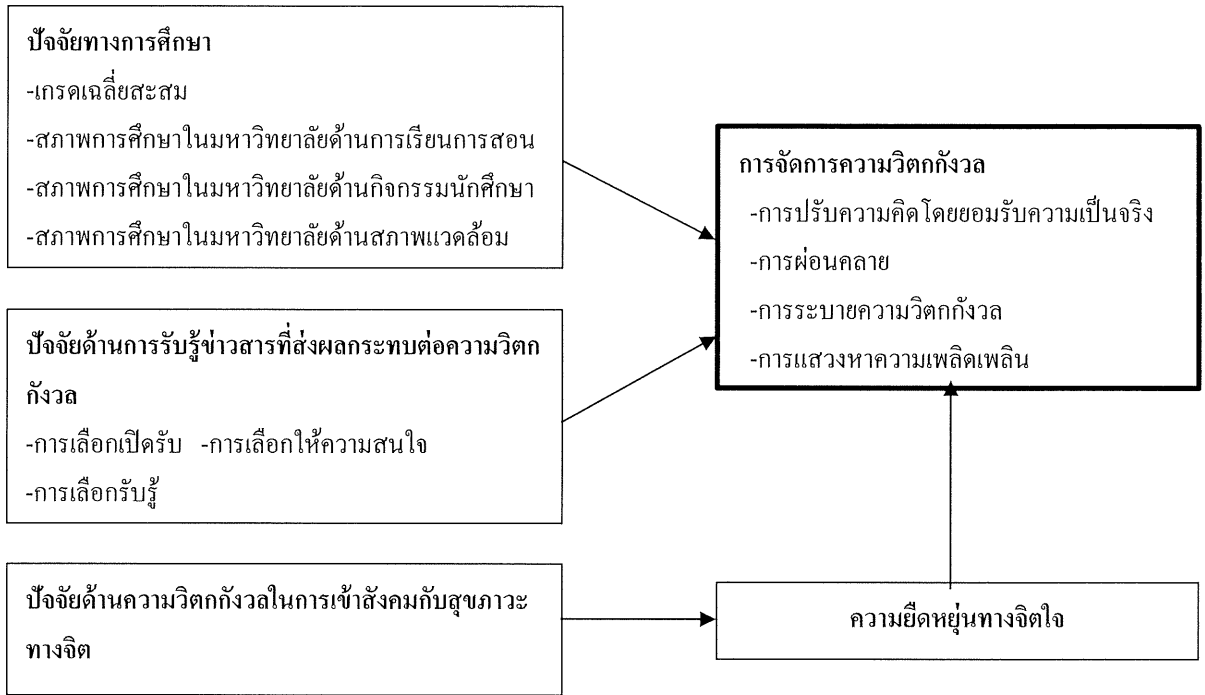
1. เพื่อให้ทราบปัจจัยที่มีผลกระทบต่อความวิตกกังวล และการจัดการกับความวิตกกังวลในสถานการณ์โรคโควิด-19
2. เป็นข้อมูลเบื้องต้นเพื่อการพัฒนาแนวทางสำหรับการปรับตัวกับความวิตกกังวล ช่วยเหลือ และแนะนำการจัดการกับความวิตกกังวลได้อย่างเหมาะสม

ขอบเขตของการวิจัย

1. ขอบเขตด้านประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
กลุ่มประชากรที่ใช้ในการศึกษา คือ กลุ่มนักศึกษาคณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยศิลปากร จำนวน 394 คน
2. ขอบเขตเนื้อหา
การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ มุ่งศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวล และการจัดการความวิตกกังวลในช่วงวิกฤตการณ์โรคโควิด-19
3. ขอบเขตด้านพื้นที่
การวิจัยนี้ใช้ระยะเวลาในการทำประมาณ 5 เดือน ตั้งแต่กรกฎาคม 2563 ถึงเดือนธันวาคม 2563



กรอบแนวคิดในการวิจัย



วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยมุ่งที่จะศึกษาปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อความวิตกกังวล และการจัดการความวิตกกังวลในสถานการณ์การระบาดของโรคโควิด-19 ของนักศึกษาคณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยศิลปากร ซึ่งในบทนี้จะกล่าวถึงสาระสำคัญเกี่ยวกับวิธีการดำเนินการศึกษา โดยการศึกษาในครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิง ปริมาณ (Quantitative Research) โดยใช้วิธีการเก็บข้อมูลด้วย แบบสอบถาม (Questionnaire) สำหรับวิธีการในการดำเนินการวิจัยได้กำหนดขั้นตอนไว้ดังนี้

1. ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ กลุ่มนักศึกษาคณะวิทยาการจัดการมหาวิทยาลัยศิลปากร ซึ่งมีจำนวนทั้งสิ้น 3,325 คน
2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ กลุ่มนักศึกษาคณะวิทยาการจัดการมหาวิทยาลัยศิลปากร จำนวน 394 คน ผู้วิจัยได้กำหนดขนาดตัวอย่างจำนวน โดยใช้สูตรความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของ Taro Yamane (1973) ที่กำหนดระดับความเชื่อมั่นที่ร้อยละ 95 และค่าความคลาดเคลื่อนที่ยอมรับได้ไม่เกินร้อยละ 5 โดยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Sampling)
3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
 งานวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) โดยใช้แบบสอบถาม(Questionnaire) เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยผู้วิจัยได้ทำการแบ่งแบบสอบถามออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้
 ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ ระดับชั้นปีการศึกษา สาขาวิชา แบบสอบถามงานวิจัยนี้ก่อนนำไปใช้งานจริงผู้วิจัยได้ทำการตรวจสอบคำถามในแบบสอบถามให้ครอบคลุมวัตถุประสงค์ของงานวิจัย
 ส่วนที่ 2 ปัจจัยที่ทำให้เกิดความวิตกกังวล คือปัจจัยทางการศึกษา ปัจจัยด้านการรับรู้ข่าวสาร ปัจจัยด้านความวิตกกังวลในการเข้าสังคมกับสุขภาวะทางจิต ความยืดหยุ่นทางจิตใจ และการจัดการความวิตกกังวล เป็นแบบสอบถามการเลือกตอบ 5 ระดับ
 5 หมายถึง มากที่สุด
 4 หมายถึง มาก
 3 หมายถึง ปานกลาง



2 หมายถึง น้อย

1 หมายถึง น้อยที่สุด

4. การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

สร้างแบบสอบถามเกี่ยวกับ ปัจจัยที่ส่งผลต่อความวิตกกังวลและการจัดการความวิตกกังวลในช่วงสถานการณ์โรคโควิด-19 เพื่อทำการหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC: Index of Item - Objective Congruence) พบว่า ค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ในแต่ละด้านเป็นรายข้อของแบบสอบถามจำนวน 30 ข้อ มีค่าดัชนีความสอดคล้องอยู่ในระหว่าง 0.78 – 1 ก่อนนำไปเก็บข้อมูลจริง ทั้งนี้คณะผู้วิจัยเลือกข้อคำถามที่มีค่า IOC มากกว่า 0.5 โดยผู้เชี่ยวชาญยังได้ให้ข้อเสนอแนะในการปรับข้อคำถาม ให้มีความชัดเจนมากขึ้น ครอบคลุมในแต่ละด้านและครอบคลุมวัตถุประสงค์ของการวิจัย ผู้วิจัยจึงดำเนินการปรับปรุงตามข้อเสนอแนะและนำแบบสอบถามไปทดสอบ ความเชื่อมั่นในขั้นต่อไป

หลังจากนั้นทำการเก็บข้อมูลเพื่อทดสอบความเหมาะสมเบื้องต้น (Pilot Test) กับกลุ่มตัวอย่างอีก 394 คน โดยทำการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของ ครอนบาค (Cronbach's alpha) เพื่อวัดความน่าเชื่อถือของ แบบสอบถาม (Reliability) ใช้เกณฑ์ยอมรับที่ค่ามากกว่า 0.7 (Hair et al., 2010) ได้ค่าความเชื่อมั่นของ แบบสอบถามดังตารางที่ 2 โดยทำการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของ ครอนบาค (Cronbach's alpha) เพื่อวัดความน่าเชื่อถือของ แบบสอบถาม (Reliability) ใช้เกณฑ์ยอมรับที่ค่ามากกว่า 0.7 (Hair et al., 2010)

ตารางที่ 1 แสดงค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.746	30

จากตารางที่ 1 พบว่า ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับมีค่าไม่ต่ำกว่า 0.70 ซึ่งเป็นไปตามเกณฑ์แบบสอบถามสามารถจึงสามารถนำไปใช้ได้และตัวบ่งชี้ของตัวแปรนั้นสอดคล้องกับจุดมุ่งหมายและเนื้อหาที่ต้องการวัด

5. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการศึกษางานวิจัยเรื่องการศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความวิตกกังวล และการจัดการความวิตกกังวลในช่วงสถานการณ์โรคโควิด-19 ผู้วิจัยใช้วิธีการเก็บตัวอย่างจากกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นผู้ที่มีความสนใจในการศึกษาเกี่ยวกับความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นในสถานการณ์โควิด-19 โดยใช้แบบสอบถามออนไลน์ในการเก็บข้อมูล จากนั้นดำเนินการส่งแบบสอบถามออนไลน์ผ่านทางไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์ และชุมชนเครือข่ายสังคม Facebook, Line และ Twitter เป็นต้น

6. การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้วิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป SPSS โดยนำข้อมูลที่เก็บรวบรวมจากแบบสอบถามมาประมวลผลตามรายละเอียดดังนี้

สถิติพื้นฐาน : ค่าเฉลี่ย(Mean) ร้อยละ(Percentage)และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน(Standard Deviation)

สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน : ใช้การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ

ผลการวิจัย

ผลการเก็บข้อมูลและการวิเคราะห์งานวิจัยเรื่อง “ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวล และการจัดการความวิตกกังวลในช่วงวิกฤตการณ์ไวรัสโควิด-19 กรณีศึกษานักศึกษาคณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยศิลปากร” การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) ผู้วิจัยได้เก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาคณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยศิลปากร ซึ่งผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป ดังนั้น การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลจึงนำเสนอผลตามขั้นตอนของการวิเคราะห์ โดยแบ่งเป็น 2 ตอน ดังนี้

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถามเพื่ออธิบายลักษณะของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยค่าสถิติที่นำเสนอคือ ค่าร้อยละ



จากการเก็บแบบสอบถามจาก Google Form ผ่านช่องทางออนไลน์ต่าง ๆ ได้รับการตอบกลับจากกลุ่มตัวอย่างที่กำหนดจำนวน 394 ฉบับ โดยข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างมีรายละเอียดดังตารางที่ 3 ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละของคุณลักษณะส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตัวแปร		จำนวน	ร้อยละ
เพศ	ชาย	121	30.7
	หญิง	227	57.6
	LGBTQ	46	11.7
	รวม	394	100
ระดับชั้นปีการศึกษา	ปี1	45	11.4
	ปี2	53	13.5
	ปี3	124	31.5
	ปี4	172	43.7
	รวม	394	100
สาขา	สาขาวิชาการจัดการนวัตกรรมการทางธุรกิจ	42	10.7
	สาขาวิชาการจัดการการท่องเที่ยว	39	9.9
	สาขาวิชาการตลาด	21	5.3
	สาขาวิชาการจัดการโรงแรม	82	20.8
	สาขาวิชาการจัดการธุรกิจและภาษา	27	6.9
	สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์	90	22.8
	สาขาวิชาการจัดการชุมชน	19	4.8
	สาขาวิชาการจัดการบัญชี	19	4.8
	สาขาวิชาการจัดการงานนิทรรศการและงานอีเว้นท์	27	6.9
	สาขาวิชาการจัดการโลจิสติกส์ระหว่างประเทศ	28	7.1
	รวม	394	100

จากตารางที่ 2 ผลการวิเคราะห์พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามเป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 57.6 มากที่สุด รองลงมาเป็นเพศชาย คิดเป็นร้อยละ 30.7 และสุดท้าย เป็นส่วนของ LGBTQ คิดเป็นร้อยละ 11.7 ตามลำดับ ระดับชั้นปีการศึกษาของผู้ที่ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่อยู่ระดับชั้นปี 4 มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 43.7 ชั้นปี 3 ร้อยละ 31.5 ชั้นปี 2 ร้อยละ 13.5 ชั้นปี 1 ร้อยละ 11.4 ตามลำดับ และสาขาวิชาของผู้ตอบแบบสอบถาม พบว่าสาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 22.8 สาขาวิชาการจัดการโรงแรมคิดเป็นร้อยละ 20.8 สาขาวิชาการจัดการนวัตกรรมการทางธุรกิจคิดเป็นร้อยละ 10.7 สาขาวิชาการจัดการการท่องเที่ยวคิดเป็นร้อยละ 9.9 สาขาวิชาการจัดการโลจิสติกส์ระหว่างประเทศคิดเป็นร้อยละ 7.1 สาขาวิชาการจัดการธุรกิจและภาษาคิดเป็นร้อยละ 6.9 สาขาวิชาการจัดการงานนิทรรศการและงานอีเว้นท์ คิดเป็นร้อยละ 6.9 สาขาวิชาการตลาดคิดเป็นร้อยละ 5.3 สาขาวิชาการจัดการชุมชนคิดเป็นร้อยละ 4.8 และสุดท้าย สาขาวิชาการจัดการบัญชีคิดเป็นร้อยละ 4.8 ตามลำดับ

ผลการวิเคราะห์ปัจจัยทางการศึกษา และปัจจัยด้านการรับรู้ข่าวสารที่ส่งผลต่อการจัดการความวิตกกังวล

ผลการวิเคราะห์ปัจจัยทางการศึกษา และปัจจัยด้านการรับรู้ข่าวสาร การวิจัยครั้งนี้ ใช้การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ (Multiple regression analysis) ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป SPSS และใช้ค่าสถิติพื้นฐานได้แก่ ค่าเฉลี่ย (Mean) และ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation: SD) ในการอธิบายผลการวิเคราะห์



ตารางที่ 3 ผลการวิเคราะห์ปัจจัยทางการศึกษาที่ส่งผลต่อการจัดการความวิตกกังวล

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	ปัจจัยทางการศึกษา	.860	.210		4.097	<.001		
	ฉันรู้สึกกังวลด้านการเรียน การสอบ เนื่องจากปิดสถานศึกษาเป็นระยะระยะเวลา เวลานาน	-.086	.020	-.162	-4.334	<.001	.689	1.452
	ฉันรู้สึกพะวงว่าผลการเรียนเมื่อต้องเรียนออนไลน์จะทำให้ไม่เต็มที่เท่าที่ควร	.063	.022	.118	2.881	.004	.574	1.742
	ฉันรู้สึกพะวงเมื่อฉันต้องทำงานภายใต้ความตึงเครียดของสถานการณ์	-.051	.014	-.116	-3.667	<.001	.959	1.042
	ฉันรู้สึกไม่มั่นใจสภาพการศึกษาในมหาวิทยาลัยด้านการเรียนการสอน การ จัดระบบการเรียน/ วิธีเรียน	.198	.015	.424	13.016	<.001	.901	1.110
	มหาวิทยาลัยมีการจัดกิจกรรมนักศึกษา เพื่อลดความตึงเครียด	.039	.014	.198	2.845	.005	.801	1.249
	ฉันรู้สึกผ่อนคลายเมื่อมหาวิทยาลัยมีการจัดกิจกรรม เพื่อลดความตึงเครียด	.318	.027	.40	11.779	<.001	.822	1.217
	มหาวิทยาลัยมีการจัดกระบวนการเรียนการสอนที่เหมาะสม	.125	.015	.290	8.149	<.001	.757	1.321
	มหาวิทยาลัยมีการส่งเสริมด้านสิ่งอำนวยความสะดวกที่เอื้อต่อการเรียนรู้	.187	.015	.411	12.114	<.001	.831	1.204

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05



ตารางที่ 4 ผลการวิเคราะห์ปัจจัยด้านการรับรู้ข่าวสารที่ส่งผลต่อการจัดการความวิตกกังวล

Model	Unstandardized Coefficients	Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics			
					B	Std. Error	Beta	Tolerance
1	ปัจจัยด้านการรับรู้ข่าวสาร							
	ฉันเปิดรับข้อมูลข่าวสารผ่านสื่อต่างๆเช่น สื่อออนไลน์ โทรทัศน์ เป็นต้น	-.169	.151		-1.120	.263		
	ฉันจะเลือกเปิดรับข้อมูลข่าวสาร เพื่อตอบสนองความต้องการ จากสื่อที่คุ้นเคย	.188	.017	.339	10.792	<.001	.817	1.224
	ฉันจะเลือกเปิดรับข้อมูลข่าวสาร เพื่อตอบสนองความต้องการ จากสื่อที่คุ้นเคย	.106	.019	.199	5.555	<.001	.629	1.590
	ฉันรู้สึกประหม่าและสับสนเมื่อมีข้อมูลที่เป็นเท็จ	.232	.017	.432	13.414	<.001	.773	1.293
	ฉันมีความวิตกกังวลอย่างมากหลังจากการรับรู้ข่าวสาร	.035	.012	.089	2.859	.004	.836	1.196
	ฉันให้ความสนใจ คอยติดตามข่าวสารเพื่ออัปเดตการแพร่ระบาด	.198	.012	.519	16.439	<.001	.807	1.240
	ฉันรู้สึกสบายใจเมื่อศึกษาพฤติกรรมการป้องกัน กักตัว ในช่วงเดือนเปิดเทอมป้องกันการระบาดของโควิด-19	.250	.014	.562	17.695	<.001	.796	1.256

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตารางที่ 3-4 พบว่า ค่า Sig. มีค่าน้อยกว่า 0.05 คือ ปัจจัยทางการศึกษา และปัจจัยด้านการรับรู้ข่าวสารที่ส่งผลต่อการจัดการความวิตกกังวล มีความแตกต่างกันอย่างมีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งยอมรับได้สมมติฐานงานวิจัย

เมื่อพิจารณาค่า Tolerance และ VIF เพื่อตรวจสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้นกับตัวแปรต้นว่ามีความสัมพันธ์กันมากกว่าตัวแปรตามหรือไม่ (Multicollinearity) พบว่าตัวแปรต้นของปัจจัยด้านแรงจูงใจในการปฏิบัติงาน และปัจจัยด้านความสำเร็จของระบบสารสนเทศ มีค่า Tolerance มากกว่า 0.1และค่า VIF ต่ำกว่า 10 แสดงว่าตัวแปรที่นำมาวิเคราะห์ ไม่มีปัญหาสหสัมพันธ์กันเองระหว่างตัวแปรต้น



ตารางที่ 5 ค่าเฉลี่ยและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของปัจจัยทางการศึกษา และปัจจัยด้านการรับรู้ข่าวสารที่ส่งผลต่อการจัดการความวิตกกังวล

Variable	Mean	Std. Deviation
ปัจจัยทางการศึกษา	4.08	0.237
ฉันรู้สึกกังวลด้านการเรียน การสอบ เนื่องจากปิดสถานศึกษาเป็นระยะเวลานาน	4.51	0.602
ฉันรู้สึกพะวงว่าผลการเรียนเมื่อต้องเรียนออนไลน์จะทำได้เท่าที่ควร	3.90	0.601
ฉันรู้สึกพะวงเมื่อฉันต้องทำงานภายใต้ความตึงเครียดของสถานการณ์	4.08	0.730
ฉันรู้สึกไม่มั่นใจสภาพการศึกษาในมหาวิทยาลัยด้านการเรียนการสอน การจัดระบบการเรียน/ วิธีเรียน	4.04	0.690
มหาวิทยาลัยมีการจัดกิจกรรมนักศึกษา เพื่อลดความตึงเครียด	3.98	0.808
ฉันรู้สึกผ่อนคลายเมื่อมหาวิทยาลัยมีการจัดกิจกรรม เพื่อลดความตึงเครียด	4.21	0.406
มหาวิทยาลัยมีการจัดกระบวนการเรียนการสอนที่เหมาะสม	3.98	0.745
มหาวิทยาลัยมีการส่งเสริมด้านสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนรู้	3.95	0.708
ปัจจัยด้านการรับรู้ข่าวสาร	4.08	0.274
ฉันเปิดรับข้อมูลข่าวสารผ่านสื่อต่างๆเช่น สื่อออนไลน์ โทรทัศน์ เป็นต้น	4.15	0.580
ฉันจะเลือกเปิดรับข้อมูลข่าวสาร เพื่อตอบสนองความต้องการ จากสื่อที่คุ้นเคย	3.93	0.601
ฉันรู้สึกประหม่าและสับสนเมื่อมีข้อมูลที่เป็นเท็จ	4.34	0.601
ฉันมีความวิตกกังวลอย่างมากหลังจากการรับรู้ข่าวสาร	3.77	0.820
ฉันให้ความสนใจ คอยติดตามข่าวสารเพื่ออัปเดตการแพร่ระบาด	3.97	0.842
ฉันรู้สึกสบายใจเมื่อศึกษาพฤติกรรมการป้องกัน กักตัวในช่วงเลื่อนเปิดเทอมป้องกันการระบาดของโควิด-19	4.35	0.722

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตารางที่ 5 ผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยของปัจจัยทางการศึกษาที่ส่งผลต่อการจัดการความวิตกกังวล พบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่รู้สึกกังวลด้านการเรียน การสอบ เนื่องจากปิดสถานศึกษาเป็นระยะเวลานาน มีค่าเฉลี่ยสูงสุด เท่ากับ 4.51 รองลงมาคือ รู้สึกผ่อนคลายเมื่อมหาวิทยาลัยมีการจัดกิจกรรม เพื่อลดความตึงเครียด เวลานาน มีค่าเฉลี่ย เท่ากับ 4.21 ฉันรู้สึกพะวงเมื่อฉันต้องทำงานภายใต้ความตึงเครียดของสถานการณ์ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.08 รู้สึกไม่มั่นใจ สภาพการศึกษาในมหาวิทยาลัยด้านการเรียนการสอน การจัดระบบการเรียน/ วิธีเรียน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.04 มหาวิทยาลัยมีการจัดกิจกรรมนักศึกษา เพื่อลดความตึงเครียด และมหาวิทยาลัยมีการจัดกระบวนการเรียนการสอน ที่เหมาะสม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.98 มหาวิทยาลัยมีการส่งเสริมด้านสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนรู้ มีค่าเฉลี่ย เท่ากับ 3.95 ฉันรู้สึกพะวงว่าผลการเรียนเมื่อต้องเรียนออนไลน์จะทำได้เท่าที่ควร มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.90 ตามลำดับ ส่วนค่าเฉลี่ยปัจจัยด้านการรับรู้ข่าวสารที่ส่งผลต่อการจัดการความวิตกกังวล พบว่า รู้สึกสบายใจเมื่อศึกษาพฤติกรรมการ ป้องกัน กักตัวในช่วงเลื่อนเปิดเทอมป้องกันการระบาดของโควิด-19 มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.35 รู้สึกประหม่าและสับสนเมื่อมี ข้อมูลที่เป็นเท็จ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.34 เปิดรับข้อมูลข่าวสารผ่านสื่อต่างๆเช่น สื่อออนไลน์ โทรทัศน์ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.15 ฉันให้ความสนใจ คอยติดตามข่าวสารเพื่ออัปเดตการแพร่ระบาด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.97 ฉันจะเลือกเปิดรับข้อมูล ข่าวสาร เพื่อตอบสนองความต้องการ จากสื่อที่คุ้นเคย มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.93 ฉันมีความวิตกกังวลอย่างมากหลังจากการ รับรู้ข่าวสาร มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.77

ดังนั้น เมื่อพิจารณาจากค่าเฉลี่ยของปัจจัยทางการศึกษาและปัจจัยด้านการรับรู้ข่าวสาร แสดงให้เห็นว่าทุก องค์ประกอบตรงกับความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามในระดับมาก

ผลการวิเคราะห์ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Std. Deviation) ของทั้ง 2 ปัจจัย พบว่า อยู่ในเกณฑ์ที่เหมาะสม คือ มีค่าน้อยกว่า 1 แสดงว่าความแตกต่างของคะแนนที่ผู้ตอบแบบสอบถามตอบมีความแตกต่างกันไม่มาก



ผลการวิเคราะห์ปัจจัยด้านความวิตกกังวลในการเข้าสังคมกับสุขภาวะทางจิตที่ส่งผลต่อความยืดหยุ่นทางจิตใจ

ผลการวิเคราะห์ ปัจจัยด้านความวิตกกังวลในการเข้าสังคมกับสุขภาวะทางจิต การวิจัยครั้งนี้ ใช้การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ (Multiple regression analysis) ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป SPSS และใช้ค่าสถิติพื้นฐานได้แก่ ค่าเฉลี่ย (Mean) และ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation: SD) ในการอธิบายผลการวิเคราะห์

ตารางที่ 6 ปัจจัยด้านความวิตกกังวลในการเข้าสังคมกับสุขภาวะทางจิตที่ส่งผลต่อความยืดหยุ่นทางจิตใจ

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
	ฉันมีความรู้สึกไม่แน่ใจว่า ฉันจะควบคุมสถานการณ์ต่างๆในชีวิตได้	.212	.023	.432	9.308	<.001	.833	1.201
	ฉันไม่มั่นใจและวิตกกังวลมากขึ้นเมื่อมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม	.163	.029	.271	5.699	<.001	.791	1.264
	ฉันใส่ใจกับสิ่งที่เป็นภัยคุกคามหรือตีความสิ่งรอบตัวเป็นภัยคุกคามต่อตนเองในทางลบ	.050	.017	.127	2.981	.003	.987	1.013
	ฉันรู้สึกกังวลเรื่องเพศสภาพที่ถูกกดดันเพิ่มขึ้น เนื่องจากไม่สามารถแสดงอัตลักษณ์หรือตัวตน	-.094	.028	-.147	-3.315	.001	.906	1.104
	ฉันไม่แน่ใจว่าบุคคลรอบตัวของฉันจะมีการป้องกันการแพร่ระบาดมากน้อยแค่ไหน	.067	.024	.133	2.793	.005	.789	1.267

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตารางที่ 6 พบว่า ค่า Sig. มีค่าน้อยกว่า 0.05 คือ ปัจจัยทางการศึกษา และปัจจัยด้านการรับรู้ข่าวสารที่ส่งผลต่อการจัดการความวิตกกังวล มีความแตกต่างกันอย่างมีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งยอมรับได้สมมติฐานงานวิจัย

ตารางที่ 7 ค่าเฉลี่ยและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของปัจจัยด้านความวิตกกังวลในการเข้าสังคมกับสุขภาวะทางจิตที่ส่งผลต่อความยืดหยุ่นทางจิตใจ

Variable	Mean	Std. Deviation
ปัจจัยด้านความวิตกกังวลในการเข้าสังคมกับสุขภาวะทางจิต	3.9223	0.36481
ฉันมีความรู้สึกไม่แน่ใจว่า ฉันจะควบคุมสถานการณ์ต่างๆในชีวิตได้	3.78	0.734
ฉันไม่มั่นใจและวิตกกังวลมากขึ้นเมื่อมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม	3.95	0.597
ฉันใส่ใจกับสิ่งที่เป็นภัยคุกคามหรือตีความสิ่งรอบตัวเป็นภัยคุกคามต่อตนเองในทางลบ	3.85	0.911
ฉันรู้สึกกังวลเรื่องเพศสภาพที่ถูกกดดันเพิ่มขึ้น เนื่องจากไม่สามารถแสดงอัตลักษณ์หรือตัวตน	4.10	0.564
ฉันไม่แน่ใจว่าบุคคลรอบตัวของฉันจะมีการป้องกันการแพร่ระบาดมากน้อยแค่ไหน	3.94	0.712

จากตารางที่ 7 ผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยของปัจจัยด้านความวิตกกังวลในการเข้าสังคมกับสุขภาวะทางจิตที่ส่งผลต่อความยืดหยุ่นทางจิตใจพบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่รู้สึกกังวลเรื่องเพศสภาพที่ถูกกดดันเพิ่มขึ้น เนื่องจากไม่สามารถแสดงอัตลักษณ์หรือตัวตน มีค่าเฉลี่ยสูงสุดเท่ากับ 4.10 รองลงมาคือ ความไม่มั่นใจและวิตกกังวลมากขึ้นเมื่อมีปฏิสัมพันธ์



ทางสังคม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.95 ไม่แน่ใจว่าบุคคลรอบตัวของฉันจะมีการป้องกันการแพร่ระบาดมากนักน้อยแค่ไหน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.94 ใส่ใจกับสิ่งที่เป็นภัยคุกคามหรือดีความสิ่งรอบตัวเป็นภัยคุกคามต่อตนเองในทางลบ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.85 และความรู้สึกไม่แน่ใจว่า ฉันจะควบคุมสถานการณ์ต่างๆในชีวิตได้ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.78
 ผลการวิเคราะห์ความยืดหยุ่นทางจิตใจที่ส่งผลต่อการจัดการความวิตกกังวล

ผลการวิเคราะห์ความยืดหยุ่นทางจิตใจ การวิจัยครั้งนี้ ใช้การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ (Multiple regression analysis) ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป SPSS และใช้ค่าสถิติพื้นฐานได้แก่ ค่าเฉลี่ย (Mean) และ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation: SD) ในการอธิบายผลการวิเคราะห์

ตารางที่ 8 ความยืดหยุ่นทางจิตใจที่ส่งผลต่อการจัดการความวิตกกังวล

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
ความยืดหยุ่นทางจิตใจ	1.238	0.131		9.414	<.001		
ฉันได้รับคำแนะนำและการปฏิบัติตัวที่เป็นประโยชน์	.340	0.018	0.630	18.452	<.001	.954	1.048
ฉันได้รับขวัญและกำลังใจเมื่อฉันรู้สึกเครียดและวิตกกังวล	.169	0.013	0.432	12.904	<.001	.995	1.005
ฉันมองว่าการรับรู้ภาวะทางจิตใจ มองโลกในแง่ดี ส่งผลให้เกิดความรู้สึกเชิงบวก	.171	0.018	0.323	9.477	<.001	.956	1.046

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตารางที่ 8 พบว่า ความยืดหยุ่นทางจิตใจที่ส่งผลต่อการจัดการความวิตกกังวล ค่า Sig. มีค่าน้อยกว่า 0.05 คือ มีความแตกต่างกันอย่างมีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งยอมรับได้สมมติฐานงานวิจัย

ตารางที่ 9 ค่าเฉลี่ยและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความยืดหยุ่นทางจิตใจที่ส่งผลต่อการจัดการความวิตกกังวล

Variable	Mean	Std. Deviation
ความยืดหยุ่นทางจิตใจ	4.1066	0.35973
ฉันได้รับคำแนะนำและการปฏิบัติตัวที่เป็นประโยชน์	4.16	0.597
ฉันได้รับขวัญและกำลังใจเมื่อฉันรู้สึกเครียดและวิตกกังวล	4.19	0.820
ฉันมองว่าการรับรู้ภาวะทางจิตใจ มองโลกในแง่ดี ส่งผลให้เกิดความรู้สึกเชิงบวก	3.97	0.609

จากตารางที่ 9 ผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยของความยืดหยุ่นทางจิตใจที่ส่งผลต่อการจัดการความวิตกกังวล พบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่ได้รับขวัญและกำลังใจเมื่อฉันรู้สึกเครียดและวิตกกังวล มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.19 รองลงคือได้รับคำแนะนำและการปฏิบัติตัวที่เป็นประโยชน์ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.16 และนักศึกษามองว่าการรับรู้ภาวะทางจิตใจ มองโลกในแง่ดี ส่งผลให้เกิดความรู้สึกเชิงบวก ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.97 ตามลำดับ

ดังนั้น เมื่อพิจารณาจากค่าเฉลี่ยของปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวล และการจัดการความวิตกกังวลในช่วงวิกฤตการณ์โรคโควิด-19 ปัจจัยทางการศึกษา ปัจจัยด้านการรับรู้ข่าวสาร ปัจจัยด้านความวิตกกังวลในการเข้าสังคมกับสุขภาพทางจิต และความยืดหยุ่นทางจิตใจ แสดงให้เห็นว่าทุกองค์ประกอบตรงกับความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามในระดับมาก

ผลการวิเคราะห์ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Std. Deviation) ของทั้ง 4 ปัจจัย พบว่า อยู่ในเกณฑ์ที่เหมาะสม คือ มีค่าน้อยกว่า 1 แสดงว่าความแตกต่างของคะแนนที่ผู้ตอบแบบสอบถามตอบมีความแตกต่างกันไม่มาก



สรุปผลการวิจัย

ในส่วนของข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถามจากการศึกษา ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง รองลงมาเป็นเพศชาย และสุดท้ายเป็น LGBTQ และสาขารัฐประศาสนศาสตร์ อยู่ในระดับชั้นปีที่ 4 มากที่สุด

ในส่วนของการศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อปัจจัยทางการศึกษา ปัจจัยด้านการรับรู้ข่าวสาร ปัจจัยด้านความวิตกกังวลในการเข้าสังคมกับสุขภาวะทางจิต และความยืดหยุ่นทางจิตใจสรุปผลการศึกษาดังนี้

1. เพื่อศึกษาปัจจัยทางการศึกษา และปัจจัยด้านการรับรู้ข่าวสารที่ส่งผลต่อการจัดการความวิตกกังวล

จากผลการศึกษาพบว่าปัจจัยทางการศึกษาส่งผลต่อการจัดการความวิตกกังวล ได้แก่ รู้สึกกังวลด้านการเรียน การสอบ เนื่องจากปิดสถานศึกษาเป็นระยะเวลานาน รู้สึกพะงั่วว่าการเรียนเมื่อต้องเรียนออนไลน์จะทำให้ไม่ตีเท่าที่ควร รู้สึกพะงั่วเมื่อฉันต้องทำงานภายใต้ความตึงเครียดของสถานการณ์ รู้สึกไม่มั่นใจสภาพการศึกษาในมหาวิทยาลัยด้านการเรียนการสอนการจัดการระบบการเรียน/วิธีเรียน มหาวิทยาลัยมีการจัดกิจกรรมนักศึกษาเพื่อลดความตึงเครียด รู้สึกผ่อนคลายเมื่อมหาวิทยาลัยมีการจัดกิจกรรมเพื่อลดความตึงเครียด ซึ่งตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อการจัดการความวิตกกังวลมากที่สุดคือ รู้สึกผ่อนคลายเมื่อมหาวิทยาลัยมีการจัดกิจกรรม ส่วนปัจจัยด้านการรับรู้ข่าวสารที่ส่งผลต่อการจัดการความวิตกกังวล โดยตัวแปรย่อยทั้ง 6 ตัว ได้แก่ เปิดรับข้อมูลข่าวสารผ่านสื่อต่างๆ การเลือกเปิดรับข้อมูลข่าวสาร รู้สึกประหม่าและสับสนเมื่อมีข้อมูลที่เห็นต่าง มีความวิตกกังวลอย่างมากหลังจากการรับรู้ข่าวสาร คอยติดตามข่าวสารเพื่ออัปเดตการแพร่ระบาด รู้สึกสบายใจเมื่อศึกษาพฤติกรรมการป้องกัน ซึ่งนักศึกษารู้สึกสบายใจเมื่อศึกษาพฤติกรรมการป้องกันส่งผลต่อการจัดการความวิตกกังวลมากที่สุด หากพิจารณาจากค่า Adjusted R Square พบว่าปัจจัยด้านการรับรู้ข่าวสารที่ส่งผลต่อการจัดการความวิตกกังวล มากกว่าปัจจัยทางการศึกษา ส่งผลต่อการจัดการกับความวิตกกังวล

2. เพื่อศึกษาปัจจัยด้านความวิตกกังวลในการเข้าสังคมกับสุขภาวะทางจิตส่งผลต่อความยืดหยุ่นทางจิตใจ

จากการศึกษา พบว่า ปัจจัยด้านความวิตกกังวลในการเข้าสังคมกับสุขภาวะทางจิตส่งผลต่อความยืดหยุ่นทางจิตใจ ซึ่งมีตัวแปรย่อย ได้แก่ ความรู้สึกไม่แน่ใจว่าฉันจะควบคุมสถานการณ์ต่างๆในชีวิตได้ ไม่มั่นใจและวิตกกังวลมากขึ้นเมื่อมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ใส่ใจกับสิ่งที่เป็นภัยคุกคามหรือตีความสิ่งรอบตัวเป็นภัยคุกคามต่อตนเองในทางลบ กังวลเรื่องเพศสภาพที่ถูกกดดันเพิ่มขึ้น เนื่องจากไม่สามารถแสดงอัตลักษณ์หรือตัวตน และไม่แน่ใจว่าบุคคลรอบตัวของฉันจะมีการป้องกันการแพร่ระบาดมากน้อยแค่ไหน ซึ่งความสัมพันธ์นี้ส่งผลต่อความยืดหยุ่นทางจิตใจ ที่ส่งผลต่อการจัดการกับความวิตกกังวล

3. เพื่อศึกษาความยืดหยุ่นทางจิตใจส่งผลต่อการจัดการความวิตกกังวล

จากการศึกษา พบว่า ความยืดหยุ่นทางจิตใจส่งผลต่อการจัดการความวิตกกังวล ซึ่งมีตัวแปรย่อย ได้แก่ ได้รับคำแนะนำและการปฏิบัติตัวที่เป็นประโยชน์ ได้รับขวัญและกำลังใจเมื่อฉันรู้สึกเครียดและวิตกกังวล การรับรู้ภาวะทางจิตใจมองโลกในแง่ดีทำให้เกิดความรู้สึกเชิงบวกส่งผลต่อการจัดการความวิตกกังวล

อภิปรายผลการวิจัย

จากการที่ผู้วิจัยสนใจศึกษาเรื่องปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวล และการจัดการความวิตกกังวลในช่วงวิกฤตการณ์ไวรัสโควิด-19 จากผลการศึกษาสามารถอภิปรายผลได้ดังนี้

สมมติฐานข้อที่ 1 ปัจจัยทางการศึกษาส่งผลต่อการจัดการความวิตกกังวล

จากผลการวิจัยตามสมมติฐานที่ 1 พบว่า ปัจจัยทางการศึกษาส่งผลต่อการจัดการความวิตกกังวล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แสดงให้เห็นว่าปัจจัยทางการศึกษาเป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้เกิดความวิตกกังวล สอดคล้องกับงานวิจัยของ สุทธิลักษณ์ แสงสุทธิ (2544) ที่ได้อธิบายว่าเกรดเฉลี่ยสะสม การทำงาน สภาพการศึกษาในมหาวิทยาลัย ด้านกิจกรรมนักศึกษา ด้านสิ่งแวดล้อม ซึ่งความเครียดและความวิตกกังวลมีมากขึ้นไปหรือนานเกินไปอาจส่งผลกระทบต่อความเสี่ยงทางสุขภาพกายและสุขภาพจิตได้

สมมติฐานข้อที่ 2 ปัจจัยด้านการรับรู้ข่าวสารส่งผลต่อการจัดการความวิตกกังวล

จากผลการวิจัยตามสมมติฐานที่ 2 พบว่า ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อความวิตกกังวลจากการรับรู้ข่าวสารเกี่ยวกับ COVID-19 ของแต่ละปัจจัยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แสดงให้เห็นว่าปัจจัยด้านการรับรู้ข่าวสารส่งผลเป็นสิ่งสำคัญต่อการจัดการความวิตกกังวล สอดคล้องกับงานวิจัย กัญญา เอกปัญญาสกุล (2563) ได้อธิบายว่าปัจจัยด้านการ



รับรู้การสื่อสาร การเลือกเปิดรับ การเลือกให้ความสนใจ การเลือกรับรู้ จนเกิดความเครียดและความวิตกกังวล ซึ่งจะต้องมีวิธีการจัดการกับความวิตกกังวลเพื่อเป็นประโยชน์ในการศึกษาข้อมูล

สมมติฐานข้อที่ 3 ปัจจัยด้านความวิตกกังวลในการเข้าสังคมกับสุขภาวะทางจิตส่งผลต่อความยืดหยุ่นทางจิตใจ

จากผลการวิจัยตามสมมติฐานที่ 3 พบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลในการเข้าสังคมกับสุขภาวะทางจิต สอดคล้องกับงานวิจัย กุลปรีชา ศิริพานิช (2559) และ (Rapee&Heimberg, 1997) ได้อธิบายว่า ความยืดหยุ่นทางจิตใจเป็นตัวแปรส่งผ่านในนิสิตนักศึกษา การปฏิสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่และลูก ประสบการณ์ในสังคมที่ไม่พึงปรารถนา เหตุการณ์ทางลบที่เกิดขึ้นในชีวิต ประเด็นทางวัฒนธรรมเศรษฐกิจ ส่งผลให้บุคคลมีแนวโน้มที่จะประเมินตนเองในทางลบ ให้ความสำคัญกับการกระทำที่ไม่เป็นไปตามคาดหวัง หรือพฤติกรรมของตนในทางลบ ส่งผลให้บุคคลเกิดความวิตกกังวลในการเข้าสังคม

สมมติฐานข้อที่ 4 ความยืดหยุ่นทางจิตใจส่งผลต่อการจัดการความวิตกกังวล

จากผลการวิจัยตามสมมติฐานที่ 4 พบว่า ความยืดหยุ่นทางจิตใจส่งผลต่อการจัดการความวิตกกังวลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 สอดคล้องกับงานวิจัย อิงอร ลิ้มวัฒนาถาวรกุล(2561) ได้อธิบายว่า การเผชิญความเครียด ความหวัง ความเข้มแข็งในการ มองโลกและการสนับสนุนทางสังคม เป็นแนวทางในการส่งเสริมความยืดหยุ่นเพื่อส่งผลต่อการจัดการความวิตกกังวล

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวล และการจัดการความวิตกกังวลในช่วงวิกฤตการณ์โรคโควิด-19 มีการศึกษาถึงปัจจัยที่ส่งผลต่อปัจจัยทางการศึกษา ปัจจัยด้านการรับรู้ข่าวสาร ปัจจัยด้านความวิตกกังวลในการเข้าสังคมกับสุขภาวะทางจิต และความยืดหยุ่นทางจิตใจส่งผลต่อการจัดการความวิตกกังวล ซึ่งปัจจัยด้านการรับรู้ข่าวสารที่ส่งผลต่อการจัดการความวิตกกังวลของนักศึกษามากที่สุด

ดังนั้น ผู้วิจัยหรือผู้ที่ได้ศึกษาเรื่องเกี่ยวข้องกับความวิตกกังวล และวิธีการจัดการความวิตกกังวล สามารถนำข้อมูลไปศึกษาและเลือกปรับใช้เพื่อให้ทราบถึงสาเหตุและวิธีการจัดการกับความวิตกกังวลได้

เอกสารอ้างอิง

- เจนจิรา ชัยปาน. (2556). ปัจจัยที่ส่งผลต่อความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาหลักสูตร สาขาวิชาภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารสากล ชั้นปี ที่4. ภาคนิพนธ์. มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย.
- ดิศรณ์ แก้วคล้าย. (2553). ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาบาสเกตบอลในการแข่งขัน กีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 37,ปริญญาณิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ดลิลลา จำปาวัลย์. (2561). ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ State Anxiety. วารสารพุทธจิตวิทยา. หลักสูตรพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาพุทธจิตวิทยา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- นवलพรรณ นิยมคำ. (2541). ผลของการฝึกเทคนิคหายใจสู่ภาวะอัลฟาตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส ที่มีต่อผลสมฤทธิ์ทางการเรียนและการลดความวิตกกังวลเรียน. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ประสาธ อิศรปริดา. (2531). จิตวิทยาการศึกษา. ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒมหาสารคาม.
- พงษ์เทพ บุญเรือง. (2553). ความวิตกกังวลในการเรียนวิชาภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารของนักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย. มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย.
- วีไลรัตน์แสงศรี. (2543). ปัญหาของนักศึกษาและความต้องการบริการแนะแนวในสถาบัน
- เทคโนโลยีราชมงคล วิทยาเขตภาคพายัพ การค้นคว้าแบบอิสระศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย. มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ศิริพร จิรวรรณกุล. (2546). การวิจัยเชิงคุณภาพในวิชาชีพการพยาบาล. (พิมพ์ครั้งที่2). ขอนแก่น. ศิริภรณ์ ออฟเซ็ท.
- แสงเดือน โควิบูลย์ชัย. (2545). ผลการฝึกพฤติกรรมแสดงออกเพื่อลดความวิตกกังวลทางสังคม



ของพนักงานบริษัทโตโยต้าตราด จำกัด จังหวัดตราด. วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษา มหาบัณฑิตสาขาวิชาจิตวิทยา
การศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

สมภพ เรืองตระกูล. (2533). คู่มือจิตเวชศาสตร์. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์เรือนแก้วการพิมพ์. พิมพ์ครั้งที่4.

โสภิต สุวรรณเวลา. (2562). ความวิตกกังวลและการจัดการความวิตกกังวลของผู้ปกครองที่มีบุตรป่วยเข้ารับการ
รักษา ในหอผู้ป่วยกุมารเวชกรรม โรงพยาบาลศูนย์ตรัง. วารสารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุดรดิตต์,
252-264.

เอื้องพร พิทักษ์สังข์. (2554). การศึกษาความวิตกกังวล ความเครียด และความต้องการข้อมูล ของผู้ป่วย ก่อนได้รับ
การผ่าตัดทางตาแบบผู้ป่วยนอก. วารสารพยาบาลศิริราช, 4(1), 35 - 42.

เฮลส์,ไดแอนน์ และเฮลส์. (2546). โรควิตกกังวล. แปลโดย แสงอุษา สุทธิธนกุล: หมอชาวบ้าน. กรุงเทพฯ.