

**ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ** ความเครียดและพฤติกรรมการแก้ปัญหาความเครียดของ  
 นักศึกษาชั้นปีที่ 4 คณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
**ผู้เขียน** นางสาวรณช ชุ่มใจศรี  
**ปริญญา** วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (จิตวิทยาการปรึกษา)  
**อาจารย์ที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ** อาจารย์ ดร.ณรงค์ศักดิ์ จันทน์นวล

### บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ 3 ข้อคือ 1) เพื่อศึกษาความเครียดของนักศึกษาชั้นปีที่ 4 คณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ที่มีความแตกต่างกันในด้าน รายได้ของนักศึกษา สาขาวิชาที่เลือกเรียน การเข้าร่วมกิจกรรมอื่นที่ไม่ใช่กีฬา นอกเหนือจากการเรียน และการเล่นกีฬา 2) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง ผลการเรียน การรับรู้เกี่ยวกับการประกอบวิชาชีพวิศวกรรม ความสัมพันธ์กับอาจารย์ผู้สอน ความสัมพันธ์กับอาจารย์ที่ปรึกษากับความเครียดของนักศึกษาชั้นปีที่ 4 คณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ 3) เพื่อศึกษาพฤติกรรมการแก้ปัญหาความเครียดของนักศึกษาชั้นปีที่ 4 คณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 4 คณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2546 จำนวน 186 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามแบ่งออกเป็น 4 ตอนคือ 1) ข้อมูลทางประชากร ประกอบด้วย เพศ รายได้ สาขาวิชาที่เลือกเรียน การเข้าร่วมกิจกรรมอื่นที่ไม่ใช่กีฬา นอกเหนือจากการเรียน และการเล่นกีฬา 2) แบบสอบถามเพื่อเก็บข้อมูล ผลการเรียน การรับรู้เกี่ยวกับการประกอบวิชาชีพวิศวกรรม ความสัมพันธ์กับอาจารย์ผู้สอน และความสัมพันธ์กับอาจารย์ที่ปรึกษา 3) แบบวัดความเครียด 4) แบบวัดพฤติกรรมการแก้ปัญหาความเครียด

ผลการวิจัยพบดังนี้

1. สมมุติฐานที่ 1 ได้รับการยอมรับ 2 ตัวแปร คือ

1.1 นักศึกษาที่มีความแตกต่างกันในการเข้าร่วมกิจกรรมอื่นที่ไม่ใช่กีฬานอกเหนือจากการเรียน มีความเครียดแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ( $t = -2.68$ ) กล่าวคือ นักศึกษาที่เข้าร่วมกิจกรรมนานๆครั้ง มีความเครียดสูงกว่ากลุ่มนักศึกษาที่เข้าร่วมเป็นประจำ

1.2 นักศึกษาที่มีความแตกต่างกันในการเล่นกีฬามีความเครียดแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ( $t = -1.94$ ) กล่าวคือนักศึกษาที่เล่นกีฬานานๆครั้งมีความเครียดสูงกว่านักศึกษาที่เล่นกีฬาเป็นประจำ

2. สมมุติฐานที่ 2 ได้รับการยอมรับ 3 ตัวแปร คือ

2.1 การรับรู้เกี่ยวกับการประกอบวิชาชีพวิศวกรรมมีความสัมพันธ์เชิงลบกับความเครียดของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ( $r = -.27$ )

2.2 ความสัมพันธ์กับอาจารย์ผู้สอนมีความสัมพันธ์เชิงลบกับความเครียดของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ( $r = -.16$ )

2.3 ความสัมพันธ์กับอาจารย์ที่ปรึกษามีความสัมพันธ์เชิงลบกับความเครียดของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ( $r = -.17$ )

3. สมมุติฐานที่ 3 ได้รับการยอมรับ คือ พฤติกรรมการแก้ปัญหาความเครียดของนักศึกษาชั้นปีที่ 4 คณะวิศวกรรมศาสตร์มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 กล่าวคือนักศึกษามีการใช้พฤติกรรมการแก้ปัญหาความเครียดแบบมุ่งแก้ปัญหามากกว่าการใช้พฤติกรรมการแก้ปัญหาความเครียดแบบมุ่งลดอารมณ์ ( $t = -17.92$ )

Independent Study Title	Stress and Stress Coping Behavior of Fourth Year Engineering Students at Chiang Mai University
Author	Miss Woranuth Chumjaisri
Degree	Master of Science (Counseling Psychology)
Independent Study Advisor	Lecturer Dr.Narongsak Chunnual

### ABSTRACT

The purpose of this research was three folds 1) to study the stress of fourth year Chiang Mai University Engineering students who had different income, major, participation of non-sport activities besides academic activities, and sport playing or exercise. 2) to study relationship between academic performance, perceived engineering career, relations with instructors, relations with academic advisor and stress of fourth year Chiang Mai University Engineering students. 3) to study the stress coping behavior of fourth year Chiang Mai University Engineering students. The samples were 186 fourth year Chiang Mai University Engineering students enrolled in second semester of 2003 academic year. The material was a questionnaire consisted of 4 parts, namely, demographic data which include sex, income, major, participation of non-sport activities besides academic activities, and sport playing or exercise. 2) a questionnaire collecting the following data academic performance, perceived engineering career, relations with instructors, and relations with academic advisor. 3) Stress Test 4) Stress Coping Behavior Test.

The results of the study were as follows:

1. Hypothesis 1 was accepted for two variables.

1.1 The students who had different participation of non-sport activities besides academic activities had significant different stress at .01 level ( $t = -2.68$ ). That is the students who rarely participated in activities had higher stress than those who often participated in activities.

1.2 The students who had different participation in playing sports or exercise had significant different stress at .05 level ( $t = -1.94$ ).

That is the students who rarely participated in playing sports had higher stress than those who often participated in playing sports.

2. Hypothesis 2 was accepted for 3 variables.
  - 2.1 There was a significant negative relationship between perceived engineering career and the students' stress at .01 level ( $r = -.27$ ).
  - 2.2 There was a significant negative relationship between relations with instructors and the students' stress at .05 level ( $r = -.16$ ).
  - 2.3 There was a significant negative relationship between relations with academic advisor and the students' stress at .05 level ( $r = -.17$ ).
3. Hypothesis 3 was accepted. The stress coping behaviors of fourth year engineering students were significantly different at .01 level, that is, the students employed problem solving strategy more than emotional reducing strategy ( $t = -17.92$ ).