



ทักษะทางสังคม การสนับสนุนทางสังคม และความรู้สึกโดดเดี่ยว
ของนิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ชั้นปีที่ 2 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน

Social Skill, Social Support and Loneliness Of The
Second Year Students at The Faculty of Engineering,

Kasetsart University, Bangkhen Campus

นพเก้า อันทสิริกุล และสุภาณี สนิธิรัตน์

หลักสูตรจิตวิทยาชุมชน ภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์

มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน, nopakao.c@ku.th

บทคัดย่อ

การวิจัยในครั้งนี้มีจุดประสงค์เพื่อ 1) เพื่อศึกษาระดับทักษะทางสังคม ระดับการสนับสนุนทางสังคม และระดับความรู้สึกโดดเดี่ยวของนิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ชั้นปีที่ 2 2) เพื่อศึกษาเปรียบเทียบความรู้สึกโดดเดี่ยวของนิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ชั้นปีที่ 2 ตามปัจจัยส่วนบุคคลที่แตกต่างกัน 3) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างทักษะทางสังคมกับความรู้สึกโดดเดี่ยวของนิสิตวิศวกรรมศาสตร์ชั้นปีที่ 2 และ 4) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมกับความรู้สึกโดดเดี่ยวของนิสิตวิศวกรรมศาสตร์ชั้นปีที่ 2 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ นิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ชั้นปีที่ 2 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน จำนวนทั้งสิ้น 246 คน เลือกกลุ่มตัวอย่างด้วยวิธีการสุ่มแบบชั้นภูมิ เครื่องมือที่ใช้ คือ แบบสอบถาม และวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปทางคอมพิวเตอร์ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่า t-test ค่า F-test การทดสอบความแตกต่างรายคู่โดยวิธี LSD (Least Significant Difference) และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน กำหนดค่านัยสำคัญทางสถิติไว้ที่ระดับ .05 และ .001

ผลการวิจัยพบว่า 1) นิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ชั้นปีที่ 2 มีระดับทักษะทางสังคมโดยรวมอยู่ในระดับสูง ระดับการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมอยู่ในระดับสูง และความรู้สึกโดดเดี่ยวโดยรวมอยู่ในระดับปาน 2) นิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ชั้นปีที่ 2 ที่มี เพศ รายได้รวมของครอบครัว และการเข้าร่วมกิจกรรมภายในมหาวิทยาลัยที่แตกต่างกัน มีความรู้สึกโดดเดี่ยวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ .001 3) ทักษะทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางลบกับความรู้สึกโดดเดี่ยว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 และ 4) การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางลบกับความรู้สึกโดดเดี่ยว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .001

คำสำคัญ: ทักษะทางสังคม, การสนับสนุนทางสังคม, ความรู้สึกโดดเดี่ยว, นิสิต

ABSTRACT

The purposes of this research were: 1) to study the level of social skill, social support and loneliness of the second year students: 2) to compare the loneliness of the second year students by personal factors: 3) to investigate correlation between social skill and loneliness of second year students: and 4) to investigate correlation between



social support and loneliness of second year students. The sample were 246 second year students at the faculty of engineering at Kasetsart University Bangkhen campus, which were selected by stratified random sampling. Data were collected by questionnaires and analyzed by computer package program. The statistical procedures were percentage, mean, standard deviation, t-test, F-test (One-way ANOVA), Least Significant Difference (LSD) and Pearson's Product Moment Correlation Coefficient. The statistical significance was set at .05 and .001 level.

The results finding: 1) the levels of social skill were at high, social support were at high and while loneliness was at moderate: 2) the second year students with difference in gender, family's salary and participation in student's extra activity had difference in loneliness which were statistically significance at .05 and .001 respectively: 3) social skill had negative correlation with loneliness statistically significance at .05 and 4) social support had negative correlation with loneliness statistically significance at .001

Keywords: Social skill, Social support, Loneliness, Students

1. บทนำ

ยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี (พ.ศ.2561-2580) ยุทธศาสตร์ที่ 3 มีการมุ่งเน้นด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์ มีเป้าหมายการพัฒนาที่สำคัญเพื่อพัฒนาคนในทุกมิติและในทุกช่วงวัย เน้นการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางสุขภาพและการลดปัจจัยเสี่ยงด้านสภาพแวดล้อม มีพัฒนาการที่ครอบคลุมและมีสุขภาพที่ดีในทุกช่วงวัย เด็กวัยรุ่นเป็นทรัพยากรที่มีความสำคัญและมีค่าอย่างยิ่งสำหรับการพัฒนาประเทศในอนาคต จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องเสริมสร้างศักยภาพ พัฒนาการรอบด้าน เสริมสร้างสุขภาพที่ดี เพื่อให้มีความพร้อมทั้งกาย ใจ และสติปัญญา วัยรุ่นมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และอารมณ์ รวมถึงต้องปรับตัวกับการเปลี่ยนแปลงสภาพเศรษฐกิจและสังคมในปัจจุบันที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ทำให้วัยรุ่นประสบปัญหาต่างๆ และมีสิ่งที่ต้องเรียนรู้มากมายเพื่อพัฒนาไปสู่วัยผู้ใหญ่อย่างเหมาะสม (วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ชลบุรี, 1 มีนาคม 2560)

นิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ชั้นปีที่ 2 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์อยู่ในช่วงวัยรุ่น นิสิตต้องปรับตัวอย่างมาก ทั้งการปรับตัวทางด้านร่างกาย ปรับตัวต่อสังคมที่กว้างขึ้น รวมถึงต้องมีการปรับตัวต่อวิชาการต่างๆ ที่ยากมากขึ้น คณะวิศวกรรมศาสตร์ถูกจัดอยู่ในอันดับที่ 2 จาก 3 คณะที่มีความยากในการเรียน โดยอันดับ 1 ได้แก่คณะแพทยศาสตร์ และอันดับ 3 ได้แก่ คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ ซึ่งการเรียนของนิสิตวิศวกรรมศาสตร์ในช่วงปี 1 จะเป็นการเรียนวิชาพื้นฐาน แต่ตั้งแต่ปี 2 เป็นต้นไปจะมีในส่วนของ การลงมือปฏิบัติงานจริง เนื้อหาในรายวิชาเรียนก็จะยากเพิ่มขึ้นเริ่มเข้าสู่วิชาหลักของสาขาจึงอาจทำให้นิสิตเกิดความท้อแท้ต่อการเรียน (นิตยสารแคมปัสสตาร์ V.2, กรกฎาคม 2556) คณะวิศวกรรมศาสตร์ ยังเป็นคณะที่มีการรีไทร์สูงที่สุดของทุกมหาวิทยาลัย (Admission Premium, 17 กรกฎาคม 2562) การปรับตัวเหล่านี้ทำให้นิสิตมีภาวะทางอารมณ์ไม่มั่นคง อารมณ์แปรปรวน อารมณ์รุนแรงและสับสน และความรู้สึกโดดเดี่ยวก็เป็นปัญหาทางอารมณ์ที่สำคัญที่สุดปัญหาหนึ่งของนิสิต ที่นอกจากจะส่งผลต่อสุขภาพกายและสุขภาพจิตแล้วยังมีผลกระทบต่อ การเรียนและคุณภาพชีวิตของนิสิตด้วย (ประไพพรรณ ภูมิวุฒิสาร, 2530) จากสภาพสังคมในปัจจุบันมีความเปลี่ยนแปลงรอบด้าน นิสิตจึงจำเป็นต้องปรับตัวเพื่อให้ทันต่อความก้าวหน้าต่างๆ แต่ถ้านิสิตไม่สามารถปรับตัวได้จะเกิดความเครียด ความรู้สึกโดดเดี่ยว ความคับข้องใจ และมีภาวะซึมเศร้า ทำให้นิสิตขาดประสิทธิภาพในการทำงาน การเรียนและขาดคุณภาพชีวิตที่ดี การขาดทักษะทางสังคม และการ



สนับสนุนทางสังคม จะทำให้เกิดความรู้สึกโดดเดี่ยว ส่งผลให้เกิดเป็นโรคซึมเศร้า ซึ่งเป็นหนึ่งในสาเหตุการฆ่าตัวตายเพิ่มมากขึ้น ความรู้สึกโดดเดี่ยวเป็นอาการย่อยของ ‘โรคซึมเศร้า’ อาการนี้ถ้าหากไม่ได้รับการแก้ไข อาการทางด้านลบจะก่อให้เกิดสารสื่อประสาททำงานผิดปกติ ส่งผลต่อระบบความคิด สมาธิแยกลงไป การมีปฏิสัมพันธ์กับผู้คนลดลง ซึ่งเป็นสาเหตุการทำร้ายตัวเองหรือคิดฆ่าตัวตาย (กรมสุขภาพจิต, 2562) และดังที่เห็นข่าวปรากฏว่ามีนิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ มีข่าวฆ่าตัวตายหลายราย เช่น นักศึกษาวิศวกรรมศาสตร์ เครียดผลการเรียน คว่าป็นยิงตัวเองดับ (ไทยรัฐออนไลน์, 6 มิถุนายน 2562) ซึ่งผู้วิจัยเล็งเห็นปัญหาดังกล่าวในนิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ และผู้วิจัยพบว่ายังไม่มียานวิจัยที่ศึกษาเรื่องทักษะทางสังคม การสนับสนุนทางสังคม และความรู้สึกโดดเดี่ยว ในนิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ ชั้นปีที่ 2

ด้วยเหตุผลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงเห็นถึงความสำคัญในการทำความเข้าใจถึงปัจจัยที่ก่อให้เกิดความรู้สึกโดดเดี่ยวของนิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ โดยคาดว่าปัจจัยด้านต่างๆ อาทิ การขาดทักษะทางสังคม ขาดการสนับสนุนทางสังคม ซึ่งความรู้สึกโดดเดี่ยว อาจส่งผลให้ในนิสิตปีที่ 2 ซึ่งอยู่ในช่วงวัยรุ่นและมีการเปลี่ยนแปลงร่างกาย จิตใจ สังคม ตลอดจนสภาพแวดล้อม ส่งผลให้นิสิตเกิดการปรับตัวด้วยความยากลำบาก เกิดความรู้สึกแปลกแยก ออยากแยกตัวออกจากสังคม รู้สึกโดดเดี่ยว ซึ่งเป็นหนึ่งในสาเหตุของการฆ่าตัวตาย เพื่อให้ได้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อคณะและมหาวิทยาลัยในการวางแผนและป้องกันปัญหาการฆ่าตัวตายและปัญหาอื่น ๆ อันเนื่องมาจากการขาดทักษะทางสังคม ขาดการสนับสนุนทางสังคม และความรู้สึกโดดเดี่ยวในนิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ ชั้นปีที่ 2 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ตลอดจนเป็นแนวทางในการวางแผนนโยบายให้กับมหาวิทยาลัย ในการให้คำปรึกษาแก่นิสิตหรือ จัดกิจกรรมที่เป็นรูปธรรมเพื่อสร้างความสัมพันธ์ ระหว่าง อาจารย์ นิสิตและนิสิตด้วยกันเอง เช่น การออกค่ายสัมพันธ์ เพื่อให้นิสิตรู้สึกอบอุ่น มีคุณค่า โดยให้นิสิตมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมเหล่านั้นด้วย

2. วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับทักษะทางสังคม ระดับการสนับสนุนทางสังคม และระดับความรู้สึกโดดเดี่ยวของนิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ ชั้นปีที่ 2 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน
2. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบความรู้สึกโดดเดี่ยวของนิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ ชั้นปีที่ 2 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน ตามปัจจัยส่วนบุคคลที่แตกต่างกัน
3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างทักษะทางสังคมกับความรู้สึกโดดเดี่ยวของนิสิตวิศวกรรมศาสตร์ ชั้นปีที่ 2 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน
4. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมกับความรู้สึกโดดเดี่ยวของนิสิตวิศวกรรมศาสตร์ ชั้นปีที่ 2 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน

3. การดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive research) โดยมีรายละเอียดของวิธีการศึกษาดังนี้

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในครั้งนี้เป็นนิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ ชั้นปีที่ 2 ภาคปกติ ปีการศึกษา 2562 รวม 11 สาขาของมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน มีจำนวน 635 คน (ข้อมูลจากสำนักทะเบียนและประมวลผล มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน ข้อมูล ณ วันที่ 6 กันยายน 2562)



กลุ่มตัวอย่าง

1. ผู้วิจัยคำนวณหาขนาดกลุ่มตัวอย่าง กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างจากการคำนวณสูตร Taro Yamane (1973) มีสูตรคำนวณดังนี้

$$n = \frac{N}{1+N(e)^2}$$

สามารถแทนสูตร ได้ดังนี้

$$n = \frac{635}{1+635(.05)^2} = \frac{635}{2.5875}$$

n = 245.41 (คิดเป็นจำนวนเต็มได้เท่ากับ 246 คน) ขนาดของกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้คือ 246 คน

2. การสุ่มกลุ่มตัวอย่าง

ขั้นตอนที่ 1 ใช้ Stratified Random Sampling (การสุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ) ใช้ประชากรนิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ชั้นปีที่ 2 ภาคปกติ รวม 11 สาขา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน โดยแต่ละชั้นภูมิจะทำการสุ่มตามสัดส่วน (Proportional Stratified Sampling) ใช้สูตรดังนี้

$$\text{จำนวนกลุ่มตัวอย่างในแต่ละชั้นภูมิ} = \frac{\text{จำนวนตัวอย่าง} \times \text{จำนวนประชากรในแต่ละสาขา}}{\text{จำนวนประชากรทั้งหมด}}$$

ตารางที่ 1 จำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการเก็บข้อมูลจำแนกตามสาขา

สาขา	จำนวน	
	ประชากร	กลุ่มตัวอย่าง
1.วิศวกรรมเคมี	51	20
2.วิศวกรรมเครื่องกล	69	27
3.วิศวกรรมโยธา	85	33
4.วิศวกรรมโยธา-ทรัพยากรน้ำ	84	32
5.วิศวกรรมไฟฟ้า	82	32
6.วิศวกรรมไฟฟ้าเครื่องกลการผลิต	40	15
7.วิศวกรรมการบินและอวกาศ	22	9
8.วิศวกรรมคอมพิวเตอร์	55	21
9.วิศวกรรมสิ่งแวดล้อม	41	16
10.วิศวกรรมอุตสาหกรรม	68	26
11.วิศวกรรมวัสดุ	38	15
รวม	635	246

ขั้นตอนที่ 2 ทำการสุ่มแบบง่าย (Simple Random Sampling) โดยใช้วิธีสุ่มนิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ที่กำลังศึกษาอยู่ชั้นปีที่ 2 ตามสาขาทั้งหมด 11 สาขา ในภาคปกติ ซึ่งผู้ร่วมวิจัยมีความยินยอมในการเข้าร่วมวิจัย มาเป็นกลุ่มตัวอย่างตามที่คำนวณไว้ในขั้นตอนที่ 1

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถาม (Questionnaires) ผู้วิจัยได้สร้างเครื่องมือขึ้นเองตามแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง โดยแบ่งออกเป็น 4 ส่วนคือ



ส่วนที่ 1 แบบสอบถามปัจจัยส่วนบุคคล เป็นแบบให้เลือกตอบ checklist ได้แก่ เพศ รายได้รวมของครอบครัว และการเข้าร่วมกิจกรรมภายในมหาวิทยาลัย

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับทักษะทางสังคม ผู้วิจัยได้นำแนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมมนุษย์ตามแนวคิดของ Riggio (1986) มาประยุกต์ใช้ในการสร้างแบบสอบถามระดับทักษะทางสังคม โดยมีองค์ประกอบ 6 องค์ประกอบ ดังนี้ 1) การแสดงออกทางอารมณ์ (Emotional expressivity) 2) ความไวในการรับรู้อารมณ์บุคคลอื่น (Emotional sensitivity) 3) การควบคุมทางอารมณ์ตนเอง (Emotional control) 4) การแสดงออกทางสังคม (Social express) 5) ความไวในการรับรู้ทางสังคม (Social sensitivity) และ 6) การควบคุมทางสังคม (Social control) มีลักษณะเป็นข้อคำถามเชิงบวก ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบประเมินค่า (Rating scale) กำหนดให้เลือกตอบได้ 4 ระดับ จำนวน 42 ข้อ แบบสอบถามส่วนนี้มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.900

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคม ผู้วิจัยได้นำแนวคิดของ House (1981) มาประยุกต์ใช้ในการสร้างแบบสอบถามวัดระดับการสนับสนุนทางสังคม โดยแบ่งการสนับสนุนทางสังคมเป็น 4 ด้าน ดังนี้ 1) การสนับสนุนด้านอารมณ์ (Emotional support) 2) การสนับสนุนด้านการประเมิน (Appraisal support) 3) การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร (Information support) และ 4) การสนับสนุนด้านสิ่งของและบริการ (Instrumental support) มีลักษณะเป็นข้อคำถามเชิงบวก ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบประเมินค่า (Rating scale) กำหนดให้เลือกตอบได้ 4 ระดับ จำนวน 28 ข้อ แบบสอบถามส่วนนี้มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.936

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามเกี่ยวกับความรู้สึกโดดเดี่ยว ผู้วิจัยได้ใช้แนวคิดทฤษฎี Peplau and Perlman (1982) มาประยุกต์ใช้ในการสร้างแบบสอบถามวัดระดับความรู้สึกโดดเดี่ยว โดยแบ่งความรู้สึกโดดเดี่ยวเป็น 3 ด้าน ดังนี้ 1) แบบแผนทางอารมณ์ (Affective patterns) 2) แบบแผนทางความคิด (Cognitive patterns) และ 3) แบบแผนทางพฤติกรรม (Behavior patterns) มีลักษณะเป็นข้อคำถามเชิงบวก ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบประเมินค่า (Rating scale) กำหนดให้เลือกตอบได้ 4 ระดับ จำนวน 21 ข้อ แบบสอบถามส่วนนี้มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.882

การทดสอบคุณภาพเครื่องมือ

1. การหาความเที่ยงตรงของเนื้อหา (Content validity) โดยนำแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเสนอต่อประธานที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม และผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน เพื่อตรวจสอบความถูกต้องและความเที่ยงตรงของเนื้อหาในข้อคำถาม และนำมาแก้ไขปรับปรุงคำถามในด้านภาษา และความชัดเจนสามารถอ่านเข้าใจได้ง่ายเพื่อต่อการตอบคำถาม

2. การหาความเชื่อมั่น (Reliability) โดยนำแบบสอบถามที่ผ่านการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหา มาทดสอบกับนิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ชั้นปีที่ 2 ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน (Try out) และนำข้อมูลมาวิเคราะห์หาความเชื่อมั่นเป็นรายข้อ รายด้านและโดยรวม และนำข้อมูลที่ได้นำมาคำนวณค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาร์ช (Cronbach's Coefficient Alpha) โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางคอมพิวเตอร์

สถิติที่ใช้ในการวิจัย

1. สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive statistic) วิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ รายได้รวมของครอบครัว และการเข้าร่วมกิจกรรมภายในมหาวิทยาลัย โดยใช้วิเคราะห์ ความถี่ (frequency) ร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ค่าต่ำสุด (Minimum) ค่าสูงสุด (Maximum)

2. สถิติอนุมาน (Inferential statistic) ได้แก่



2.1 t-test เพื่อทดสอบเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของตัวแปรตามตามตัวแปรอิสระที่แบ่งเป็น 2 กลุ่ม

2.2 F-test เพื่อวิเคราะห์ความแปรปรวนของตัวแปรตามตามตัวแปรอิสระตั้งแต่ 3 กลุ่มขึ้นไป และเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่โดยวิธี LSD (Least significant difference)

3. วิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) สำหรับการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่เป็นอิสระต่อกัน โดยกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติ ที่ .05 และ .001

4. ผลการวิจัย

ส่วนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ระดับทักษะทางสังคม ระดับการสนับสนุนทางสังคม และระดับความรู้สึกโดดเดี่ยวของนิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ ชั้นปีที่ 2 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน

ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ย \bar{X} ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับทักษะทางสังคม ระดับการสนับสนุนทางสังคม และระดับความรู้สึกโดดเดี่ยวของนิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ ชั้นปีที่ 2

(n = 246)

ตัวแปร	\bar{X}	S.D.	ระดับ
ทักษะทางสังคม	3.10	0.31	สูง
การสนับสนุนทางสังคม	3.09	0.38	สูง
ความรู้สึกโดดเดี่ยว	2.01	0.47	ปานกลาง

เกณฑ์พิจารณาระดับการวัดคะแนนโดยรวม 1.00 - 2.00 = ต่ำ, 2.01 - 3.00 = ปานกลาง, 3.01 - 4.00 = สูง

จากตารางที่ 2 พบว่านิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ชั้นปีที่ 2 มีระดับทักษะทางสังคม ระดับการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมอยู่ในระดับสูง และระดับความรู้สึกโดดเดี่ยวอยู่ในระดับปานกลาง เนื่องจากนิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ชั้นปีที่ 2 มีโอกาสได้ฝึกทักษะต่างๆที่เกี่ยวกับการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับบุคคลอื่น ขณะที่ศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัย ตั้งแต่การรับน้องที่มีการสอนให้รุ่นน้องเคารพรุ่นพี่ มีพี่รหัส น้องรหัส ที่คอยช่วยเหลือดูแลเกื้อกูลกันในเรื่องต่างๆ ได้รู้จักเพื่อนใหม่ๆที่เรียนอยู่คณะเดียวกัน และได้รับการดูแลจากครุอาจารย์อย่างใกล้ชิด ทำให้เกิดการเรียนรู้การปฏิบัติตนในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น ซึ่งบุคคลที่มีความสามารถทางสังคมจะปรับตัว และสามารถดำเนินชีวิตในสังคมร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข ตลอดจนบุคคลในครอบครัวของนิสิตมีการให้การสนับสนุนทางสังคม มีการเอาใจใส่ดูแล ให้ความรัก ความอบอุ่น ให้คำแนะนำ ให้กำลังใจ ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีของ Sarafino (1994) ที่กล่าวว่า การสนับสนุนทางสังคม เป็นความสัมพันธ์ที่เกิดจากการกระทำหน้าที่ของบุคคลในครอบครัวส่งผลให้เกิดความพึงพอใจ ทำให้บุคคลไม่รู้สึกโดดเดี่ยว ซึ่งการมีทักษะทางสังคมและการสนับสนุนที่อยู่ในระดับสูง จึงส่งผลให้นิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ชั้นปีที่ 2 มีความรู้สึกโดดเดี่ยวอยู่ในระดับปานกลาง

ส่วนที่ 2 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความรู้สึกโดดเดี่ยวของนิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ชั้นปีที่ 2 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล



ตารางที่ 3 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความรู้สึกโดดเดี่ยวของนิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ชั้นปีที่ 2 จำแนกตามเพศ

(n = 246)

เพศ	n	\bar{X}	S.D.	t	p-value	สรุปผล
ชาย	142	43.58	10.59	2.47*	.014	แตกต่างกัน
หญิง	104	40.49	8.30			

* หมายถึง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตารางที่ 3 ผลการวิจัยพบว่านิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ชั้นปีที่ 2 เพศชาย ($\bar{X} = 43.58$) มีความรู้สึกโดดเดี่ยวสูงกว่านิสิตเพศหญิง ($\bar{X} = 40.49$) (อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05) อาจเนื่องมาจาก เพศหญิงและเพศชาย มีทักษะทางสังคม การสนับสนุนทางสังคม มีการอยู่ในสภาพแวดล้อมมหาวิทยาลัย หรือครอบครัวมีการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดแตกต่างกัน มีบุคลิกภาพแตกต่างกัน เช่น เพศหญิงมีทักษะการสื่อสาร การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นได้ง่ายกว่าเพศชาย จึงปรับตัวได้ง่ายในสังคมเมื่อเทียบกับเพศชาย ดังนั้น เพศหญิงจึงรู้สึกโดดเดี่ยวน้อยกว่าเพศชาย สอดคล้องกับ Deborah Tannen (1993) ที่กล่าวว่า เพศหญิงมีบุคลิกที่ชอบพูด ชอบตอบโต้มากกว่าเพศชาย จึงทำให้นิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ชั้นปีที่ 2 ที่มีเพศต่างกันมีความรู้สึกโดดเดี่ยวที่ต่างกัน สอดคล้องกับการวิจัยของ Wiseman and Gutfreund (1995) ได้ทำการศึกษาความแตกต่างทางเพศในเรื่องความรู้สึกโดดเดี่ยว และความซึมเศร้าของนักศึกษามหาวิทยาลัย กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาชายและหญิง พบว่า ตัวแปรทางประชากรนั้นนอกจากเพศแล้ว ไม่มีตัวแปรใดที่มีผลต่อความรู้สึกโดดเดี่ยว

ตารางที่ 4 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความรู้สึกโดดเดี่ยวของนิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ชั้นปีที่ 2 จำแนกตามรายได้รวมของครอบครัวต่อเดือน

(n = 246)

รายได้รวมของครอบครัวต่อเดือน	n	\bar{X}	S.D.	t	p-value	สรุปผล
พอใช้และเหลือเก็บ	202	41.56	9.40	-2.47*	.014	แตกต่างกัน
พอใช้แต่ไม่เหลือเก็บหรือไม่พอใช้	44	45.55	10.94			

* หมายถึง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตารางที่ 4 ผลการวิจัยพบว่าครอบครัวของนิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ชั้นปีที่ 2 ที่มีรายได้รวมพอใช้และเหลือเก็บ ($\bar{X} = 41.56$) มีความรู้สึกโดดเดี่ยวน้อยกว่าครอบครัวที่มีรายได้รวมพอใช้แต่ไม่เหลือเก็บหรือไม่พอใช้ ($\bar{X} = 45.55$) (อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05) อาจเนื่องมาจาก นิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ ชั้นปีที่ 2 มีความเครียดเกี่ยวกับรายได้ของครอบครัวที่ไม่พอใช้ จึงอาจต้องมีการทำงานพิเศษเพิ่มเติมเพื่อหารายได้มาแบ่งเบา



ภาวะของครอบครัว ส่งผลให้นิสิตมีการทำกิจกรรมต่าง ๆ กับเพื่อนน้อยลง ทำให้ไม่ค่อยสนิทกับเพื่อนจึงทำให้นิสิตเกิดความรู้สึกโดดเดี่ยว ซึ่งสอดคล้องกับผลงานวิจัยของ Ugur and Tarik (2008) ที่ได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์ของความรู้สึกโดดเดี่ยวในนักศึกษามหาวิทยาลัย พบว่าความรู้สึกโดดเดี่ยวมีความสัมพันธ์กับเศรษฐกิจของครอบครัว

ตารางที่ 5 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความรู้สึกโดดเดี่ยวของนิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ ชั้นปีที่ 2 จำแนกตามการเข้าร่วมกิจกรรมภายในมหาวิทยาลัย

(n = 246)

การเข้าร่วมกิจกรรมภายในมหาวิทยาลัย	จำนวน	\bar{X}	S.D.
เป็นสมาชิกชมรม/สโมสร/องค์การบริหารนิสิต	48	41.63	10.25
ไม่เป็นสมาชิกชมรมหรือเข้าร่วมกิจกรรมโดยไม่ช่วยงาน	113	44.64	10.38
ช่วยงานคณะ/มหาวิทยาลัย ตามโอกาส	85	39.51	7.86

ตารางที่ 6 การวิเคราะห์ความแปรปรวนความรู้สึกโดดเดี่ยวของนิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ ชั้นปีที่ 2 จำแนกตามการเข้าร่วมกิจกรรมภายในมหาวิทยาลัย

(n = 246)

ความรู้สึกโดดเดี่ยว	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	p-value	สรุปผล
	ระหว่างกลุ่ม	1302.58	2	651.29	7.13***	.001	แตกต่างกัน
	ภายในกลุ่ม	22186.62	243	91.30			

*** หมายถึง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

จากตารางที่ 6 ผลการวิจัยพบว่านิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ ชั้นปีที่ 2 ที่มีการเข้าร่วมกิจกรรมภายในมหาวิทยาลัยที่แตกต่างกันจะมีความรู้สึกโดดเดี่ยวที่แตกต่างกัน (อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001) อาจเนื่องมาจากการที่นิสิตเป็นสมาชิกชมรม สโมสร และองค์การบริหารนิสิต ($\bar{X} = 41.63$) หรือช่วยงานคณะหรือมหาวิทยาลัยตามโอกาส ($\bar{X} = 39.51$) ได้มีการเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆของมหาวิทยาลัย ทำให้นิสิตได้มีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนๆและครูอาจารย์ รวมไปถึงการได้รู้จักเพื่อนใหม่ๆที่เพิ่มขึ้นจากการทำกิจกรรม มีการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ จึงส่งผลให้นิสิตที่มีการเข้าร่วมกิจกรรมมีความรู้สึกโดดเดี่ยวต่ำกว่านิสิตที่ไม่เป็นสมาชิกหรือเข้าร่วมกิจกรรมโดยไม่ได้ช่วยงาน ($\bar{X} = 44.64$) สอดคล้องกับแนวคิดทฤษฎีของ Weiss (1973) ที่ได้อธิบายความรู้สึกโดดเดี่ยวทางสังคม (Social loneliness) หมายถึง ความรู้สึกโดดเดี่ยวที่เกิดจากการขาดเครือข่ายทางสังคมหรือขาดกิจกรรม



ทางสังคม ซึ่งความรู้สึกโดดเดี่ยวประเภทนี้ สามารถแก้ไขได้โดยการเพิ่มเครือข่ายทางสังคมและกิจกรรมทางสังคม และสอดคล้องกับผลงานวิจัยของ วรวิวี ธนประภคต (2545) พบว่า นักเรียนประจำวัยรุ่นที่เข้าร่วมกิจกรรมนอกหลักสูตรมีคะแนนความรู้สึกโดดเดี่ยวแตกต่างจากนักเรียนประจำวัยรุ่นที่ไม่เข้าร่วมกิจกรรมนอกหลักสูตร

ส่วนที่ 3 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างทักษะทางสังคม การสนับสนุนทางสังคม และความรู้สึกโดดเดี่ยวของนิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ชั้นปีที่ 2 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน

ตารางที่ 7 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างทักษะทางสังคม การสนับสนุนทางสังคม และความรู้สึกโดดเดี่ยวของนิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ชั้นปีที่ 2

(n = 246)

ตัวแปร	ความรู้สึกโดดเดี่ยวโดยรวม	
	r	p-value
ทักษะทางสังคมโดยรวม	-.15*	.016
การสนับสนุนทางสังคมโดยรวม	-.22***	.001

*หมายถึง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

***หมายถึง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ .001

จากตารางที่ 7 พบว่าทักษะทางสังคม โดยรวมมีความสัมพันธ์ทางลบกับความรู้สึกโดดเดี่ยวโดยรวม ค่า $r = -.15$ (อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05) หมายความว่า นิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ชั้นปีที่ 2 ที่มีทักษะทางสังคมต่ำจะมีความรู้สึกโดดเดี่ยวสูง อาจเนื่องมาจากนิสิตที่มีทักษะทางสังคมสูง จะมีความสามารถในการรับรู้รับรู้อารมณ์ของตนเอง อารมณ์บุคคลอื่น มีความสามารถในการสื่อสารทำความเข้าใจกับบุคคลอื่น ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสอดคล้องกับ Brennan (1982) ที่กล่าวว่า บุคลิกภาพของวัยรุ่นมีความสัมพันธ์กับความรู้สึกโดดเดี่ยวสูง โดยวัยรุ่นที่มีความรู้สึกการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ ไม่ไว้วางใจผู้อื่น พุดถึงตนเองในทางลบ มีเจตคติในทางลบกับผู้อื่น กลัวความใกล้ชิดสนิทสนมกับบุคคลอื่น ขาดความกล้าแสดงออก ซึ่งบุคลิกนี้ส่งผลให้วัยรุ่นมีปัญหาปฏิสัมพันธ์ทำให้ขาดทักษะทางสังคม บุคลิกภาพเหล่านี้ส่งผลให้วัยรุ่นมีปัญหาในปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น และเป็นลักษณะที่ไม่สามารถสร้างปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่พึงพอใจ สามารถนำไปสู่ความรู้สึกโดดเดี่ยวได้ สอดคล้องกับผลงานวิจัยของ Mitchell T. Wittenberg, Harry T. Reis (1986) ที่ได้ศึกษาเกี่ยวกับ ความรู้สึกโดดเดี่ยว ทักษะทางสังคม การรับรู้ทางสังคม ของนักศึกษา จากการศึกษาพบว่า ผู้ที่รู้สึกโดดเดี่ยวมีการรับรู้ทางลบในการทำความคุ้นเคยกับคนอื่น บุคคลที่รู้สึกโดดเดี่ยวมีความยากลำบากในการสร้างความสัมพันธ์ และเมื่อทักษะทางสังคมไม่ดีพอจะทำให้บุคคลรู้สึกโดดเดี่ยว

การสนับสนุนทางสังคมโดยรวมมีความสัมพันธ์ทางลบกับความรู้สึกโดดเดี่ยวโดยรวม ค่า $r = -.22$ (อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001) หมายความว่า นิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ชั้นปีที่ 2 ที่มีการสนับสนุนทางสังคมต่ำจะมีความรู้สึกโดดเดี่ยวสูง อาจเนื่องมาจากนิสิตได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว เพื่อน ครูอาจารย์ และมหาวิทยาลัย ทำให้ นิสิตรู้สึกว่าไม่ได้อยู่เพียงลำพัง ไม่ได้ถูกทอดทิ้ง นิสิตจึงรู้สึกอบอุ่น มีเป้าหมายในชีวิต สอดคล้องกับแนวคิดทฤษฎีของ Weiss (1974) ที่กล่าวว่า การสนับสนุนทางสังคมด้านความใกล้ชิด เป็นการแสดงออกเพื่อให้บุคคลรู้สึกอบอุ่น ปลอดภัย ไม่เกิดความรู้สึกโดดเดี่ยว ความสัมพันธ์ดังกล่าวนี้จะพบใน เพื่อน ครอบครัว หรือคู่



สมรส ซึ่งความสัมพันธ์นี้จะส่งผลโดยรวมคือ ทำให้บุคคลรู้สึกปลอดภัยและอบอุ่นถ้าขาดการสนับสนุนนี้จะทำให้บุคคลรู้สึกถูกทอดทิ้ง แปรกแยก ทำให้เกิดความรู้สึกโดดเดี่ยว และ สอดคล้องกับผลการศึกษาของ Jackson, Soderlind and Weiss (2000) ได้ทำการศึกษาร่วมลักษณะบุคลิกภาพและคุณภาพของสัมพันธ์ภาพใกล้ชิดที่มีผลต่อความรู้สึกโดดเดี่ยวในนักศึกษา พบว่า หากบุคคลมีการสนับสนุนทางสังคมในระดับต่ำ จะเป็นองค์ประกอบที่ทำนายความรู้สึกโดดเดี่ยวที่สูงขึ้น และนักศึกษาที่ไม่กล้าแสดงออก ขี้อาย และขาดการสนับสนุนทางสังคมจะมีระดับความรู้สึกโดดเดี่ยวสูงกว่านักศึกษาคณะอื่น

5. บทสรุปและข้อเสนอแนะ

1. เพศที่แตกต่างกันจะมีความรู้สึกโดดเดี่ยวแตกต่างกัน จากผลการวิจัยพบว่า เพศชาย ($\bar{X} = 43.58$) มีความรู้สึกโดดเดี่ยวสูงกว่าเพศหญิง ($\bar{X} = 40.49$) ผู้วิจัยมีความคิดเห็นว่าเป็นเนื่องจาก บุคลิกภาพของเพศหญิง เป็นเพศที่มีทักษะการสื่อสาร การสร้างสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นได้ง่ายกว่าเพศชาย จึงปรับตัวได้ง่ายในสังคมเมื่อเทียบกับเพศชาย ดังนั้น เพศหญิงจึงรู้สึกโดดเดี่ยวน้อยกว่าเพศชาย มหาวิทยาลัยจึงควรมีการจัดกิจกรรมที่เอื้อต่อการสร้างสัมพันธ์ก่อนนิสิตชาย เพื่อให้ให้นิสิตชายได้มีการสร้างสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ได้ฝึกทักษะในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น เช่น การออกค่ายสัมพันธ์ เพื่อให้ให้นิสิตชายเกิดความรู้สึกโดดเดี่ยวน้อยลงจากการเข้าร่วมกิจกรรม

2. จากผลการวิจัยพบว่า ทักษะทางสังคมของนิสิตอยู่ในระดับสูง และมีความสัมพันธ์ทางลบกับความรู้สึกโดดเดี่ยว ผู้วิจัยมีความคิดเห็นว่าเป็นทักษะทางสังคมที่ดีมีผลต่อการรับรู้ความรู้สึกโดดเดี่ยว ดังนั้น ครอบครัว และมหาวิทยาลัยควรมีการสอนและส่งเสริมให้นิสิตมีทักษะทางสังคม เพราะมนุษย์เป็นสิ่งมีชีวิตทางสังคม เจริญเติบโต และเรียนรู้ผ่านการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น หากปราศจากทักษะทางสังคมจะส่งผลให้รู้สึกโดดเดี่ยว โดยมหาวิทยาลัยอาจมีการจัดกิจกรรมที่เอื้อต่อการพัฒนาทักษะทางสังคมในด้านต่างๆ เช่น จัดให้มีการฝึกทักษะต่างๆจากสถานการณ์จำลอง การสวมบทบาทสมมติ เพื่อช่วยกระตุ้นให้นิสิตเกิดการสำรวจและพัฒนาตนเอง ทำให้นิสิตมีทักษะทางสังคมที่ดี

3. จากผลการวิจัยพบว่า การสนับสนุนทางสังคมของนิสิตอยู่ในระดับสูง มีความสัมพันธ์ทางลบกับความรู้สึกโดดเดี่ยว ผู้วิจัยมีความคิดเห็นว่าเป็นครอบครัว และมหาวิทยาลัย ควรมีการให้การสนับสนุนทางสังคมทั้งในด้านอารมณ์ ด้านการประเมิน ด้านข้อมูลข่าวสาร และด้านสิ่งของและบริการ เพื่อให้นิสิตรับรู้ว่าจะสามารถได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากผู้อื่น ไม่ได้อยู่เพียงลำพังจะส่งผลให้นิสิตรู้สึกโดดเดี่ยวน้อยลง เช่น การทำกิจกรรมร่วมกันในครอบครัว เพื่อสานสัมพันธ์อันดีในครอบครัว ซึ่งความรัก ความใกล้ชิด ความผูกพันเหล่านี้ถือเป็นการสนับสนุนทางสังคมในด้านอารมณ์ ซึ่งจะช่วยลดความรู้สึกโดดเดี่ยวลงได้

4. จากผลการวิจัยพบว่า ความรู้สึกโดดเดี่ยวโดยรวมของนิสิตอยู่ในระดับปานกลาง แต่หากปล่อยให้สะสมเป็นระยะเวลาานาน จะทำให้เกิดความเครียดเรื้อรัง ผู้ที่มีความเครียด หากปล่อยความเครียดสะสม จะส่งผลต่อการดำเนินชีวิตประจำวัน มีปัญหาสัมพันธ์กับเพื่อนและครอบครัว ความสามารถในการทำงานลดลงหรือผิดพลาดบ่อย และที่สำคัญความเครียดจะมีผลให้ภูมิคุ้มกันโรคลดลง นอกจากนี้ยังมีผลให้การทำงานของอวัยวะภายในผิดปกติ เกิดเป็นโรคเรื้อรังได้ (กรมสุขภาพจิต, กุมภาพันธุ์ 2561) มหาวิทยาลัยจึงควรจัดให้มีศูนย์ให้คำปรึกษา มีสายด่วน Hotline มีทีมนักจิตวิทยาหรือจิตแพทย์ในการพูดคุยและบำบัดแก่นิสิต ตลอดจนช่วยให้คำแนะนำและแก้ไขปัญหาต่างๆ หรือควรจัดให้มีหน่วยคัดกรองภาวะสุขภาพจิตของนิสิตอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง เพื่อประเมินความรู้สึกไว้



ค่า ความรู้สึกโดดเดี่ยว เป็นต้น เพื่อนำผลไปสู่การดูแลนิสิตที่มีปัญหาสืบเนื่องมาจากความรู้สึกโดดเดี่ยวที่เสี่ยงต่อการเกิดปัญหาทางสุขภาพจิตอย่างใกล้ชิด

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรทำการศึกษาในกลุ่มประชากรอื่นๆ เช่นในกลุ่มนิสิตทั่วไป กลุ่มนักศึกษาแพทย์ หรืออาสาสมัครต่างๆ ที่มีความเสี่ยงที่จะเกิดความรู้สึกโดดเดี่ยว เพื่อให้ได้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ในการนำไปพัฒนากลุ่มประชากรเหล่านั้นต่อไป

2. ควรมีการศึกษาตัวแปรอื่นๆ ที่อาจมีความสัมพันธ์กับความรู้สึกโดดเดี่ยวเพิ่มเติม เช่น การเห็นคุณค่าในตนเอง (Self Esteem) การรับรู้ความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy) ความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Quotient) การปรับตัว เป็นต้น หรือศึกษาการฆ่าตัวตายของนิสิตที่เกิดขึ้นในสังคม เพื่อลดปัญหาดังกล่าวโดยใช้ความรู้สึกโดดเดี่ยวเป็นตัวแปรต้น เพื่อให้ได้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ในการป้องกันปัญหาที่เกิดจากความรู้สึกโดดเดี่ยว

3. ควรมีการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Analysis) ในเรื่องความรู้สึกโดดเดี่ยว ด้วยการสังเกต การสัมภาษณ์เชิงลึก เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ทำให้เกิดความรู้สึกโดดเดี่ยวของนิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ได้ครอบคลุมมากยิ่งขึ้น

4. ควรศึกษาเปรียบเทียบความรู้สึกโดดเดี่ยวของนิสิต 4 ชั้นปีที่ศึกษาในคณะวิศวกรรมศาสตร์ หรือศึกษาปัจจัยที่ทำนายความรู้สึกโดดเดี่ยวในนิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์

เอกสารอ้างอิง

กรมสุขภาพจิต. (2561). กรมสุขภาพจิตเผยปัญหาเครียด. สืบค้น 1 พฤษภาคม 2563, จาก <http://www.prdmh.com>

กรมสุขภาพจิต. (2562). กรมสุขภาพจิต ห่วงวัยรุ่นเยาวชนไทยมีภาวะซึมเศร้าแนะคนรอบข้างรับฟังอย่างเข้าใจ.

สืบค้น 10 สิงหาคม 2562, จาก <https://gnews.apps.go.th>

ไทยรัฐออนไลน์. 25 กุมภาพันธ์ 2557. นศ.วิศวะ ม.เกษตร เครียดเรียนไม่จบ. สืบค้น 31 ตุลาคม 2562,

จาก <https://www.thairath.co.th>

นิตยสารแคมปัสสตาร์ V.2. (2556). 3 คณะมหาโหด หินสุดๆสำหรับชาวมอ. สืบค้น 31 ตุลาคม 2562,

จาก <https://campus.campus-star.com>

ประไพพรรณ ภูมิวุฒิสาร. (2530). จิตวิทยาวัยรุ่น. คณะครุศาสตร์: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

วรวิรี ธนประกอด. (2545). สาเหตุของความว้าเหวและการเผชิญกับความว้าเหวของนักเรียนประจำวัยรุ่น.

(วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการปรึกษา). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ชลบุรี. (2560). ปัญหาของวัยรุ่นในสังคมไทย. สืบค้น 17 พฤศจิกายน 2562,

จาก <http://164.115.41.60/knowledge>

ศรีเรือน แก้วกังวาน. (2545). จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย เล่ม 2: วัยรุ่น-วัยสูงอายุ. (พิมพ์ครั้งที่ 8).

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2561). ยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี. สืบค้น 31 ตุลาคม 2562,

จาก <http://www.ratchakittha.soc.go.th>



- สำนักทะเบียนและประมวลผล มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน (2562). ข้อมูลจำนวนนิสิต คณะ
วิศวกรรมศาสตร์ชั้นปีที่ 2 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน. ข้อมูล ณ วันที่ 6 กันยายน 2562.
Admission Premium. (2562). เตรียมตัวเรียนวิศวกรรมศาสตร์ ต้องเก่งอะไร มีพื้นฐานแบบไหน.
สืบค้น 10 สิงหาคม 2562, จาก <https://www.admissionpremium.com>
- Brennan, T. (1982). Loneliness at adolescence. *Loneliness: A sourcebook of current theory, research, and therapy.*
(p.1-18).
- Deborah Tannen. (1993). *Gender and Conversational Interaction.* (1 edition ed.): Oxford University Press.
- Hoffman, A.L. (1991). Loneliness. In G.H. Mafarland; and M.D.Thomas (eds.), *Psychiatric Mental Health Nursing
Application of Nursing Process.* (p.297-301). Philadelphia: J.B. Lippicott.
- House, J.S. (1981). *Work Stress and Social Support.* Reading, Massachusetts: Addison-Wesley.
- Jackson, T., A. Soderlind and K.E. Weiss. (2000). Personality Traits and Quality of Relationships as
Predictors of Future Loneliness among American College Students. *Social Behavior and
Personality.* (p.463-470).
- Mitchell T.Wittenberg, Harry T. Reis. (1986). Loneliness, Social Skills, and Social Perception.
Retrieved 10 August 2019, from <https://doi.org/10.1177/0146167286121012>
- Peplau, L.A. and Perlman, D. (1982). *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy.*
New York: John Wiley and Sons. *Psychological Bulletin.*
- Riggio, Ronald E. (1986). Assessment of Basic Social Skills. *Journal of Personality and Social Psychology.*
(3): (p.649-660).
- Sarafino, E.P. (1994). *Health Psychology.* (2nd ed.), The United States of America: John Wiley & Sons, Inc.
- Ugur, O. and T.Tarik. (2008). Correlates of loneliness among university students. *Child and Adolescent
Psychiatry and Mental Health 2 (1):* (p.29).
- Urak, A. C. and A. Demir. (2003). The Role of Peers and Families in Predicting the Loneliness Level of
Adolescents. *The Journal of Psychology, 137 (2).* (p.179-193).
- Weiss, R. (1974). The Provision of Social Relationships. In Z. Rubin and E. Cliffs. (Eds.), *In doing into others.*
New Jersey: Prentice – Hall.
- Weiss, R.S. (1973). *Loneliness : The Experience of emotional and social isolation.* Cambridge: MIT.
- Wiseman, H., & Gutfreund, D.G. (1995). Gender differences in Loneliness and depression of University students
seeking counseling. *British Journal of Guidance & Counselling, 23 (2).* (p.231-244).
- Young, J.E. (1980). Cognitive therapy and Loneliness. In R. Bedrosian, G. Emery & S. Hollon (Eds.), *New
direction in cognitive therapy: A case book.* New York: Guilford Press.