

## การปรับตัวและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัว ของนักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 1

นิลญา อภรณ์กุล\*

ศิริลักษณ์ ศุภปิติพร\*\*

**Arpornkul N, Suppakitiporn S. Adjustment problems of first year medical students. Chula Med J 2017 Sep – Oct;61(5): 631 - 45**

**Background** : *Adjustment, which refers to a behavioral process for balancing conflicting needs, or needs against obstacles in the environment, is related to happy life. Inability to make a normal adjustment to some need or stress in the environment may impact on learning, working and others. So, research about adjustment and related factors of the first-year medical students would give information for prevention and solving adjustment problems, as well as giving advice to medical students.*

**Objectives** : *To examine the level of adjustment problem and associated factors of medical students of the Faculty of Medicine, Siriraj Hospital, Mahidol University.*

**Methods** : *Data were collected from 284 first-year undergraduate students who studied at the Faculty of Medicine, Siriraj Hospital in the second semester of academic year 2014. The instruments were 1) Demographic data 2) Thai Emotional Intelligence Test 3) Adjustment problems were assessed by modified Moony Problem Check List : College Form. Data were analyzed by descriptive statistics: proportion, percentage, mean and standard deviation. Inferential statistics used to examine the relationship between adjustment problems and associated factors were Pearson's correlation coefficient, independent samples t-test, One- way analysis of variance and multiple regression analysis.*

\* นิสิตปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสุขภาพจิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

\*\* ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

**Results** : *One hundred and fifty students (52.8%) were male. Most of the subjects had overall adjustment problem at low level (average score 1.93 from the total score of 3). The mean score of emotional intelligence was within the range of normal score for the Thai population. Factor associated with adjustment problems was emotional intelligence that could also be a predictive factor for level of adjustment problems ( $r^2 = 0.367$ ,  $P < 0.01$ ).*

**Conclusion** : *Most students had overall adjustment problem at low level and normal scores of emotional intelligence test. Factor associated with adjustment problems was emotional intelligence.*

**Keywords** : *Adjustment, first year medical students.*

Correspondence to : Suppakitiporn S. Department of Psychiatry, Faculty of Medicine,  
Chulalongkorn University, Bangkok 10330, Thailand.

Received for publication. May 4, 2016.

นิลญา อภรณ์กุล, ศิริลักษณ์ ศุภปิติพร. การปรับตัวและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวของ  
นักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 1. จุฬาลงกรณ์เวชสาร 2560 ก.ย. - ต.ค.;61(5): 631 - 45

- เหตุผลของการทำวิจัย** : การปรับตัว เป็นการแก้ปัญหาเพื่อให้ชีวิตมีความสุข หากแก้ปัญหาหรือปรับตัวไม่ได้ อาจส่งผลให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ในการเรียน การทำงาน ตลอดจนปัญหาการปรับตัวในเรื่องอื่น ๆ การศึกษาการปรับตัวของนักศึกษาแพทย์สามารถนำไปใช้เป็นแนวทางในการวางแผนป้องกันและแก้ไข้ปัญหา ตลอดจนให้คำแนะนำแก่นักศึกษาแพทย์ได้อย่างถูกต้อง
- วัตถุประสงค์** : เพื่อศึกษาการปรับตัวและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวของนักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 1 คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล
- วิธีการทำวิจัย** : โดยเก็บรวบรวมข้อมูลจากนักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 1 คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล จำนวน 284 ราย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ 1) แบบสอบถามข้อมูลพื้นฐาน 2) แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต 3) แบบสำรวจปัญหาการปรับตัว ใช้สถิติเชิงพรรณนาในการอธิบายลักษณะทั่วไปของประชากร ได้แก่ ค่าสัดส่วนร้อยละ ค่าเฉลี่ยเลขคณิต และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และใช้สถิติเชิงอนุมานในการทดสอบความสัมพันธ์ของปัญหาการปรับตัวกับปัจจัยส่วนบุคคลและความฉลาดทางอารมณ์ โดยใช้สถิติ Pearson's correlation coefficient, Independent samples t-test, One way analysis of variance และ multiple regression analysis
- ผลการศึกษา** : กลุ่มตัวอย่างเป็นเพศชาย 150 ราย (ร้อยละ 52.8) และเป็นเพศหญิง 134 ราย (ร้อยละ 47.2) มีอายุเฉลี่ย 19 ปี ส่วนใหญ่มีปัญหาการปรับตัวโดยรวมอยู่ในระดับต่ำ (ค่าเฉลี่ย 1.93 จากคะแนนเต็ม 3) มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ในด้านรวม อยู่ในเกณฑ์ปกติ โดยปัจจัยที่มีความสัมพันธ์และทำนายปัญหาการปรับตัว คือ ความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งสามารถทำนายได้ร้อยละ 36.7
- สรุป** : นักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 1 คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล ส่วนใหญ่มีปัญหาในการปรับตัวโดยรวมอยู่ในระดับต่ำ มีความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในเกณฑ์ปกติ และความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์ และเป็นปัจจัยทำนายปัญหาการปรับตัว
- คำสำคัญ** : การปรับตัว, นักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 1.

การปรับตัว หมายถึง การที่บุคคลสามารถปรับพฤติกรรมให้เข้ากับแบบแผนของสังคม หรือสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลง ให้สามารถบรรลุจุดมุ่งหมายที่ต้องการ หรือพยายามปรับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นแก่ตนเองให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมจนเป็นสภาพการณ์ที่ตนสามารถทนอยู่ได้ในสังคม ทำให้มีชีวิตอยู่อย่างปกติสุขทั้งกายและจิตใจ ไม่เกิดผลเสียทั้งต่อตนเองและผู้อื่น คนที่ปรับตัวได้จึงมีสุขภาพจิตดี ซึ่งอาจส่งผลต่อการเรียนและการทำงาน ทั้งนี้เมื่อเกิดความขัดแย้ง ความคับข้องใจและอุปสรรคต่าง ๆ จึงมีความจำเป็นที่บุคคลจำเป็นต้องเรียนรู้วิธีการปรับตัวหลาย ๆ รูปแบบ เฉลียวปัญหาอย่างมีสติและมีวิธีการที่จะจัดการกับความเครียดทางอารมณ์ที่เกิดขึ้นอย่างถูกวิธี

ในปัจจุบันการสอบเข้าเรียนต่อในระดับอุดมศึกษามีอัตราการแข่งขันที่สูงขึ้น การแข่งขันดังกล่าวทำให้นักเรียนบางกลุ่มเกิดความเครียดและความวิตกกังวลอย่างมากในการสอบแข่งขัน ถึงแม้สามารถสอบแข่งขันการเข้าเรียนต่อในระดับอุดมศึกษาได้แล้ว ก็ยังต้องเผชิญกับปัญหาความวิตกกังวลในการปรับตัวให้เข้ากับระบบการเรียนและการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย นิสิตนักศึกษาที่ได้รับการคัดเลือกเข้าศึกษาในมหาวิทยาลัย ส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 17 - 25 ปี ซึ่งถือว่าอยู่ในระยะวัยรุ่นตอนปลาย เป็นวัยที่ยังให้ความสำคัญกับกลุ่มเพื่อน ในด้านอารมณ์มักมีการเปลี่ยนแปลงง่าย ปัญหาที่พบบ่อยในกลุ่มนิสิตนักศึกษา เช่น ปัญหาการคบเพื่อนทั้งเพศเดียวกันและต่างเพศ ปัญหาการดูแลสุขภาพ ปัญหาการปรับตัว ปัญหาด้านการเรียน<sup>(1)</sup>

นักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 1 คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล ศึกษาวิชาพื้นฐานเตรียมแพทย์ เกี่ยวกับความรู้วิทยาศาสตร์พื้นฐานและวิชาทั่วไปโดยการเรียนการสอนได้จัดเรียนร่วมกับคณะต่าง ๆ ในวิทยาเขตศาลายา มหาวิทยาลัยมหิดล สำหรับนักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 2 - 6 เรียนที่คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล<sup>(2)</sup> นักศึกษาที่เข้ามาศึกษาชั้นปีที่ 1 อาจเป็นช่วงเปลี่ยนแปลงของชีวิต เป็นปีที่ต้องมีการปรับตัวมากกว่าชั้นปีอื่น เนื่องจากเปลี่ยนวิธี

การศึกษาจากระดับมัธยมศึกษาเป็นระดับมหาวิทยาลัย ซึ่งมีวิธีรับเข้าศึกษาจากหลายโครงการ และสำหรับนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ทุกคณะของมหาวิทยาลัยมหิดล มีการจัดการเรียนการสอนแบบเรียนรวมกัน ซึ่งอาจส่งผลให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ในการเรียนการสอน ตลอดจนปัญหาการปรับตัวในเรื่องต่าง ๆ

จากการสภาพปัญหาดังกล่าว ทำให้ผู้วิจัยในฐานะที่ทำงานในงานบริการการศึกษา ฝ่ายการศึกษา คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล เห็นความสำคัญในการศึกษาถึงการปรับตัวและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวของนักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 1 เพื่อนำผลที่ได้จากการศึกษาไปใช้เป็นแนวทางในการวางแผนป้องกันและแก้ไขปัญหาดังกล่าว ตลอดจนให้คำแนะนำแก่นักศึกษาแพทย์ได้อย่างถูกต้อง ทั้งนี้ ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องยังได้รับรู้ปัญหาเพื่อนำไปสู่ความร่วมมือในการแก้ไขปัญหาหรือพัฒนาสภาพแวดล้อมในด้านต่าง ๆ ให้เหมาะสม และเอื้ออำนวยต่อการผลิตบัณฑิตที่มีสุขภาพจิตดี และสามารถพัฒนาศักยภาพแห่งตนได้อย่างเต็มที่ต่อไป<sup>(3)</sup>

## วิธีการศึกษา

ในการศึกษาครั้งนี้ ใช้รูปแบบวิจัยเชิงพรรณนาภาคตัดขวาง กลุ่มตัวอย่างคือ นักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 1 คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล ปีการศึกษา 2557 โดยมีคุณสมบัติตามเกณฑ์การคัดเลือกคือ ไม่อยู่ระหว่างการลาพักการศึกษา และเป็นผู้ที่ยินยอมเข้าร่วมการวิจัย จำนวน 284 ราย โดยการศึกษานี้ได้ผ่านการรับรองจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย ของคณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย ของคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล ซึ่งผู้วิจัยได้ทำการเก็บข้อมูล จำนวน 2 รอบ โดยมีรายละเอียดดังนี้

ครั้งที่ 1 ดำเนินการเก็บข้อมูล วันที่ 10 เมษายน - วันที่ 1 พฤษภาคม 2558 ได้รับแบบสอบถามตอบกลับจำนวน 60 ราย คิดเป็นร้อยละ 21.1

ครั้งที่ 2 ดำเนินการเก็บข้อมูล วันที่ 20 พฤษภาคม 2558 ได้รับแบบสอบถามตอบกลับเพิ่ม จึงทำให้ได้รับแบบสอบถามครบตามจำนวนที่กำหนด รวมเป็นจำนวน 284 ราย คิดเป็นร้อยละ 100

โดยให้กลุ่มตัวอย่างทุกคนตอบแบบสอบถามด้วยตนเอง 3 ส่วน ดังนี้

### ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลพื้นฐาน

ผู้วิจัยสร้างขึ้นเองจากงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง จำนวน 13 ข้อ ได้แก่ เพศ อายุ ภูมิลำเนา โรงเรียนที่จบ การศึกษาระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย วิธีการรับเข้าศึกษา ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน วิชาที่ท่านคิดว่ามีปัญหาในการปรับตัว จำนวนเพื่อนสนิท บุคคลที่ท่านสามารถปรึกษาและขอความช่วยเหลือได้ ที่พักอาศัยปัจจุบัน แหล่งเงินทุนทางการศึกษา รายรับ และค่าใช้จ่าย

### ส่วนที่ 2 แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต<sup>(4)</sup>

ผู้วิจัยใช้แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต จำนวน 52 ข้อ ซึ่งมีค่าความเชื่อมั่น = 0.75 ถึง 0.85 แบบประเมินฯ ดังกล่าว แบ่งออกเป็น 3 ด้าน ได้แก่ ดี ประกอบด้วย 3 ด้านย่อย ได้แก่ ควบคุมตนเอง (ข้อ 1 ถึง ข้อ 6) เห็นใจผู้อื่น (ข้อ 7 ถึง ข้อ 12) รับผิดชอบ (ข้อ 13 ถึง ข้อ 18) เก่ง ประกอบด้วย 3 ด้านย่อย ได้แก่ มีแรงจูงใจ (ข้อ 19 ถึง ข้อ 24) ตัดสินใจและแก้ปัญหา (ข้อ 25 ถึง ข้อ 30) สัมพันธภาพ (ข้อ 31 ถึง ข้อ 36) และสุข ประกอบด้วย 3 ด้านย่อย ได้แก่ ภูมิใจในตนเอง (ข้อ 37 ถึง ข้อ 40) พอใจในชีวิต (ข้อ 41 ถึง ข้อ 46) สุขสงบทางใจ (ข้อ 47 ถึง ข้อ 52) เกณฑ์การให้คะแนน แบ่งเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่

กลุ่มที่ 1 (ได้แก่ ข้อ 1, 4, 6, 7, 10, 12, 14, 15, 17, 20, 22, 23, 25, 28, 31, 32, 34, 36, 38, 39, 41, 42, 43, 44, 46, 48, 49, 50) ให้คะแนน ดังนี้ ตอบไม่จริง ให้ 1 คะแนน ตอบจริงบางครั้ง ให้ 2 คะแนน ตอบค่อนข้างจริง ให้ 3 คะแนน และตอบจริงมาก ให้ 4 คะแนน

กลุ่มที่ 2 ได้แก่ข้อที่เหลือ ให้คะแนน ดังนี้ ตอบไม่จริง ให้ 4 คะแนน ตอบจริงบางครั้ง ให้ 3 คะแนน ตอบ

ค่อนข้างจริง ให้ 2 คะแนน และตอบจริงมาก ให้ 1 คะแนน

### การรวมคะแนน

ด้านดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่น และมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม

ด้านเก่ง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจแก้ปัญหาและแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

ด้านสุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข

การแปลผลอิงตามเกณฑ์ปกติของคะแนน EQ รวม ดี เก่ง และสุข<sup>(4)</sup>

### ส่วนที่ 3 แบบสำรวจปัญหาการปรับตัว<sup>(5)</sup>

เป็นแบบสำรวจปัญหาการปรับตัว ซึ่ง ดารณี ประคองศิลป์ ได้รวบรวม และดัดแปลงจากแบบสำรวจปัญหาการปรับตัวของนิสิตนักศึกษาชุดมูเนย์ (Mooney Problem Checklist : Collage form, 1950) ซึ่งมีค่าความเชื่อมั่น = 0.63 ถึง 0.93 ลักษณะของแบบสำรวจประกอบด้วย รายการปัญหาการปรับตัว 11 ด้าน รวมทั้งสิ้น 135 ข้อ (ดารณี ประคองศิลป์, 2530, หน้า 35) ซึ่งในการวิจัยนี้ ผู้วิจัยมีการดัดแปลงโดยมีการตัดข้อคำถามเนื่องจากกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาเป็นนักศึกษาแพทย์ทั้งหมด จึงทำให้มีรายการปัญหาการปรับตัว 10 ด้าน รวม 127 ข้อ ประกอบด้วยรายการปัญหาต่าง ๆ ดังนี้ ด้านสุขภาพและพัฒนาการด้านร่างกาย (ข้อ 1 ถึง ข้อ 10) ด้านการเงิน สภาพความเป็นอยู่และการงาน (ข้อ 11 ถึง ข้อ 20) ด้านกิจกรรมสังคมและนันทนาการ (ข้อ 21 ถึง ข้อ 30) ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม (ข้อ 31 ถึง ข้อ 40) ด้านการปรับตัวทางอารมณ์และส่วนตัว (ข้อ 41 ถึง ข้อ 60) ด้านการปรับตัวทางเพศ (ข้อ 61 ถึง ข้อ 70) ด้านบ้านและครอบครัว (ข้อ 71 ถึง ข้อ 80) ด้านศีลธรรมจรรยาและศาสนา (ข้อ 81 ถึง ข้อ 90) ด้านการปรับตัวทางการเรียน (ข้อ 91 ถึง ข้อ 107) และด้านหลักสูตรและการสอน (ข้อ 108 ถึง ข้อ 127)

เกณฑ์การให้คะแนนของแบบสำรวจปัญหาการปรับตัว มีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ของลิเคิร์ต (Likert) ดังนี้ มากที่สุด ให้ 5 คะแนน มาก ให้ 4 คะแนน ปานกลาง ให้ 3 คะแนน น้อย ให้ 2 คะแนน และน้อยที่สุด ให้ 1 คะแนน

การแปลความหมายของคะแนนปัญหาการปรับตัวมีเกณฑ์พิจารณาความหมายของค่าเฉลี่ย ดังนี้

- 3.67 - 5.00 หมายถึง มีปัญหาการปรับตัวอยู่ในระดับสูง
- 2.34 - 3.66 หมายถึง มีปัญหาการปรับตัวอยู่ในระดับปานกลาง
- 1.00 - 2.33 หมายถึง มีปัญหาการปรับตัวอยู่ในระดับต่ำ

**การวิเคราะห์ข้อมูล**

ใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป Statistical Package for the Social Sciences/for windows (SPSS) โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา แจกแจงค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน เพื่อวิเคราะห์ลักษณะข้อมูลเบื้องต้นของผู้ตอบแบบสอบถาม และใช้สถิติเชิงอนุมาน เพื่อศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวของนักศึกษาแพทย์ โดยสถิติ Pearson's correlation, Independent t-test, One way Anova และ multiple

regression analysis

**ผลการศึกษา**

ข้อมูลทั่วไปของนักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 1 คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาลมหาวิทยาลัยมหิดล จำนวน 284 ราย ที่เข้าร่วมการวิจัยนี้ เป็นนักศึกษาแพทย์ชาย (ร้อยละ 52.8) และนักศึกษาแพทย์หญิง (ร้อยละ 47.2) ส่วนใหญ่อายุ 19 ปี (ร้อยละ 69.4) มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพฯ และปริมณฑล (ร้อยละ 64.1) สำเร็จการศึกษา ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจากโรงเรียนที่อยู่ใน กทม. (ร้อยละ 66.5) มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย (GPAX) ตั้งแต่ 3.51 ขึ้นไป (ร้อยละ 90.5) เข้าศึกษาโดยการสมัครของโครงการกลุ่มสถาบันแพทยศาสตร์แห่งประเทศไทย (กสพท) (ร้อยละ 91.2) ไม่มีวิชาที่คิดว่ามีปัญหาในการปรับตัว (ร้อยละ 66.2) มีจำนวนเพื่อนสนิทน้อยกว่าหรือเท่ากับ 10 ราย (ร้อยละ 88.7) มีบุคคลที่สามารถปรึกษาและขอความช่วยเหลือได้ (ร้อยละ 99.3) พักอาศัยอยู่หอพักนอกมหาวิทยาลัย (ร้อยละ 47.2) ได้รับเงินทุนการศึกษาจากบิดา มารดา หรือผู้ปกครอง (ร้อยละ 92.6) รายรับที่ได้ต่อเดือนอยู่ระหว่าง 5,001 – 10,000 บาท (ร้อยละ 60.2) และมีค่าใช้จ่ายต่อเดือนอยู่ระหว่าง 5,001 – 10,000 บาท (ร้อยละ 45.1) (ตารางที่ 1)

ตารางที่ 1. ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง (N = 284)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
<b>เพศ</b>		
ชาย	150	52.8
หญิง	134	47.2
<b>อายุ</b>		
17 ปี	3	1.0
18 ปี	51	18.0
19 ปี	197	69.4
20 ปี	30	10.6
21 ปี	3	1.0

(Mean = 18.93, S.D. = 0.60, Min = 17, Max = 21)

ตารางที่ 1. (ต่อ) ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง (N = 284)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
<b>ภูมิลำเนา</b>		
กรุงเทพฯ และปริมณฑล	182	64.1
ภาคเหนือ	11	3.9
ภาคกลาง	44	15.5
ภาคอีสาน	20	7.0
ภาคใต้	27	9.5
<b>จังหวัดของโรงเรียนที่จบการศึกษาระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย</b>		
กรุงเทพมหานคร	189	66.5
นครปฐม	76	26.8
อื่นๆ	19	7.7
<b>ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย (GPAX)</b>		
น้อยกว่าหรือเท่ากับ 3.50	27	9.5
ตั้งแต่ 3.51 ขึ้นไป	257	90.5
(Mean = 3.79, S.D. = 0.20, Min = 3.00, Max = 4.00)		
<b>วิธีการรับเข้าศึกษา</b>		
ระบบมติดลเพื่อชาวชนบท	11	3.9
ระบบรับตรงโดยคณะ (โครงการโอลิมปิกวิชาการ)	14	4.9
ระบบ กสพท	259	91.2
<b>วิชาที่ท่านคิดว่ามีปัญหาในการปรับตัว</b>		
ไม่มี	188	66.2
มี	90	31.7
ไม่ตอบ	6	2.1
<b>จำนวนเพื่อนสนิท</b>		
น้อยกว่าหรือเท่ากับ 10 ราย	252	88.7
ระหว่าง 11 ราย – 20 ราย	21	7.4
ตั้งแต่ 21 คน ขึ้นไป	3	1.1
ไม่ตอบ	8	2.8
<b>บุคคลที่ท่านสามารถปรึกษาและขอความช่วยเหลือได้</b>		
ไม่มี	2	0.7
มี (มีได้มากกว่า 1 ราย)	282	99.3
- บิดา มารดา	257	90.5
- อาจารย์ที่ปรึกษา	55	19.4
- เพื่อนในชั้นเรียน	246	86.6
- รุ่นพี่	206	72.5
- เจ้าหน้าที่งานบริการการศึกษาของคณะ/มหาวิทยาลัย	25	8.8
- อื่นๆ ได้แก่ เพื่อนสนิท (9) พี่น้อง (3) แฟน (2) อา (1)	15	5.3

ตารางที่ 1. (ต่อ) ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง (N = 284)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
<b>ที่พักอาศัยปัจจุบัน</b>		
บ้านบิดา มารดา หรือ ผู้ปกครอง	61	21.5
บ้านญาติพี่น้อง	2	0.7
หอพักในมหาวิทยาลัย	83	29.2
หอพักนอกมหาวิทยาลัย	134	47.2
คอนโดภายในมหาวิทยาลัย	4	1.4
<b>แหล่งเงินทุนการศึกษาได้รับจาก</b>		
บิดา มารดา หรือผู้ปกครอง	263	92.6
กองทุนกู้ยืม (ยศ.)	1	0.4
กองทุน อื่น ๆ เช่น ODOD (11), ทุนคณะฯ (5), มูลนิธิ (3)	18	6.3
ไม่ตอบ	2	0.7
<b>รายรับที่ได้รับต่อเดือน</b>		
น้อยกว่าหรือเท่ากับ 5,000 บาท	70	24.6
ระหว่าง 5,001 – 10,000 บาท	171	60.2
ตั้งแต่ 10,001 บาท ขึ้นไป	37	13.0
ไม่ตอบ	6	2.2
<b>ค่าใช้จ่ายต่อเดือน</b>		
น้อยกว่าหรือเท่ากับ 5,000 บาท	127	44.7
ระหว่าง 5,001 – 10,000 บาท	128	45.1
ตั้งแต่ 10,001 บาท ขึ้นไป	16	5.6
ไม่ตอบ	13	4.6

จากข้อมูลความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 1 ที่เข้าร่วมการวิจัยนี้ พบว่าคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ในด้านรวม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 165.73 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 15.60 ซึ่งอยู่ในเกณฑ์ปกติ โดยมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี มีค่าเฉลี่ย 59.59 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.38 ซึ่งอยู่ในเกณฑ์สูงกว่าปกติ ประกอบด้วย 1.ควบคุมอารมณ์ (ค่าเฉลี่ย 19.40 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 2.00) ซึ่งอยู่ในเกณฑ์สูงกว่าปกติ 2. เห็นใจผู้อื่น (ค่าเฉลี่ย 19.35 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2.31) ซึ่งอยู่ในเกณฑ์ปกติ 3.รับผิดชอบ (ค่าเฉลี่ย 20.78 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 2.28) ซึ่งอยู่ในเกณฑ์ปกติ มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่ง (ประกอบด้วย มีแรงจูงใจ ตัดสินใจและแก้ปัญหา สัมพันธภาพกับผู้อื่น) มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 54.44 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 6.12 ซึ่งอยู่ในเกณฑ์ปกติ และมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุข (ประกอบด้วย ภูมิใจในตนเอง พึงพอใจในชีวิต สุขสงบทางใจ) มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 51.49 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 6.16 ซึ่งอยู่ในเกณฑ์ปกติ (ตารางที่ 2)



ตารางที่ 2. แสดงข้อมูลความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 1 คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล (N = 284)

ข้อมูลความฉลาดทางอารมณ์	$\bar{X}$	S.D.	เกณฑ์คะแนน ความฉลาดทางอารมณ์
คะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านรวม	165.73	15.60	ปกติ
1. ดี	59.59	5.38	สูงกว่าปกติ
1.1 ควบคุมอารมณ์	19.40	2.00	สูงกว่าปกติ
1.2 เห็นใจผู้อื่น	19.35	2.31	ปกติ
1.3 รับผิดชอบ	20.78	2.28	ปกติ
2. เก่ง	54.44	6.12	ปกติ
2.1 มีแรงจูงใจ	18.77	2.54	ปกติ
2.2 ตัดสินใจและแก้ปัญหา	17.86	2.40	ปกติ
2.3 สัมพันธภาพกับผู้อื่น	17.73	2.50	ปกติ
3. สุข	51.49	6.16	ปกติ
3.1 ภูมิใจในตนเอง	11.98	1.88	ปกติ
3.2 พึงพอใจในชีวิต	19.99	2.67	ปกติ
3.3 สุขสงบทางใจ	19.51	2.75	ปกติ

ผลการศึกษาเกี่ยวกับข้อมูลปัญหาการปรับตัวของนักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 1 ที่เข้าร่วมการวิจัยนี้พบว่าระดับปัญหาการปรับตัวในภาพรวมมีค่าเฉลี่ย 1.93 (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.42) ซึ่งแสดงว่ามีปัญหาการปรับตัวอยู่ในระดับต่ำ (หรือคิดเป็นร้อยละ 62.7 ของกลุ่มตัวอย่าง) และมีปัญหาการปรับตัวในด้านย่อยแต่ละด้าน ส่วนใหญ่อยู่ในระดับต่ำ ได้แก่ ด้านกิจกรรมสังคม และนันทนาการ ด้านสุขภาพและพัฒนากายด้านร่างกาย ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ด้านหลักสูตรและการสอน ด้านการปรับตัวทางอารมณ์และส่วนตัว ด้านศีลธรรม จรรยาและศาสนา ด้านบ้านและครอบครัว ด้านการปรับตัวทางเพศ ด้านการเงิน สภาพความเป็นอยู่และการทำงาน ยกเว้น มีปัญหาการปรับตัวด้านการปรับตัวทางการเรียน ส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง (คิดเป็นร้อยละ 50.4 โดยมีค่าเฉลี่ย 2.44 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.72) (รายละเอียดดังตารางที่ 3)

ผลการศึกษา การทดสอบค่าสัมพัทธ์โดยวิธีหาค่าสหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Correlation) ของคะแนนรวมปัญหาการปรับตัวกับปัจจัยส่วนบุคคล

และความฉลาดทางอารมณ์ด้านรวม พบว่าคะแนนรวมปัญหาการปรับตัวมีความสัมพันธ์กับความฉลาดทางอารมณ์ด้านรวมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $P < 0.01$ ) แต่ไม่พบความสัมพันธ์ทางสถิติกับอายุ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย (GPAX) รายรับที่ได้รับค่าใช้จ่าย (ตารางที่ 4)

ผลการศึกษา การเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนรวมเฉลี่ยปัญหาการปรับตัวกับปัจจัยส่วนบุคคลพบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติของคะแนนรวมเฉลี่ยปัญหาการปรับตัวกับเพศ อายุ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย (GPAX) จำนวนเพื่อนสนิท ที่พักอาศัยปัจจุบัน แหล่งเงินทุนการศึกษา และวิธีการรับเข้าศึกษา (ตารางที่ 5)

เมื่อนำตัวแปรที่เกี่ยวข้องมาวิเคราะห์โดยใช้สถิติการถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน พบว่าความฉลาดทางอารมณ์ เป็นตัวแปรที่สามารถพยากรณ์การปรับตัวของนักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 1 คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล ได้ร้อยละ 36.7 (ตารางที่ 6)

ตารางที่ 3. แสดงข้อมูลปัญหาการปรับตัวของนักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 1 คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล

ข้อมูลปัญหาการปรับตัว	จำนวน (ราย)	ร้อยละ (%)
<b>ปัญหาการปรับตัวในภาพรวม</b>		
(n = 252, $\bar{x}$ = 1.93, S.D. = 0.42)		
- ระดับต่ำ	158	62.7
- ระดับปานกลาง	89	35.3
- ระดับสูง	5	2.0
<b>ด้านการปรับตัวทางการเรียน</b>		
(n = 278, $\bar{x}$ = 2.44, S.D. = 0.72)		
- ระดับต่ำ	126	45.3
- ระดับปานกลาง	140	50.4
- ระดับสูง	12	4.3
<b>ด้านกิจกรรมสังคมและนันทนาการ</b>		
(n=282, $\bar{x}$ = 2.24, S.D. = 0.58)		
- ระดับต่ำ	158	56.0
- ระดับปานกลาง	123	43.6
- ระดับสูง	1	0.4
<b>ด้านสุขภาพและพัฒนาร่างกาย</b>		
(n = 279, $\bar{x}$ = 2.08, S.D. = 0.53)		
- ระดับต่ำ	199	71.3
- ระดับปานกลาง	77	27.5
- ระดับสูง	3	1.2
<b>ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม</b>		
(n = 281, $\bar{x}$ = 2.02, S.D. = 0.61)		
- ระดับต่ำ	200	71.2
- ระดับปานกลาง	79	28.1
- ระดับสูง	2	0.7
<b>ด้านหลักสูตรและการสอน</b>		
(n = 276, $\bar{x}$ = 2.01, S.D. = 0.60)		
- ระดับต่ำ	192	69.6
- ระดับปานกลาง	81	29.3
- ระดับสูง	3	1.1
<b>ด้านศีลธรรมจรรยาและศาสนา</b>		
(n = 283, $\bar{x}$ = 1.78, S.D. = 0.68)		
- ระดับต่ำ	235	83.0
- ระดับปานกลาง	41	14.5
- ระดับสูง	7	2.5

ตารางที่ 3. แสดงข้อมูลปัญหาการปรับตัวของนักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 1 คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล

ข้อมูลปัญหาการปรับตัว	จำนวน (ราย)	ร้อยละ (%)
<b>ด้านบ้านและครอบครัว</b>		
(n = 281, $\bar{x}$ = 1.73, S.D. = 0.42)		
- ระดับต่ำ	253	90.0
- ระดับปานกลาง	28	10.0
- ระดับสูง	-	-
<b>ด้านการปรับตัวทางเพศ</b>		
(n = 279, $\bar{x}$ = 1.69, S.D. = 0.60)		
- ระดับต่ำ	236	84.6
- ระดับปานกลาง	41	14.7
- ระดับสูง	2	0.7
<b>ด้านการเงิน สภาพความเป็นอยู่และการทำงาน</b>		
(n = 284, $\bar{x}$ = 1.51, S.D. = 0.49)		
- ระดับต่ำ	260	91.5
- ระดับปานกลาง	24	8.5
- ระดับสูง	-	-

ตารางที่ 4. แสดงการทดสอบค่าสหสัมพันธ์โดยวิธีหาค่าสหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Correlation) ของคะแนนรวมปัญหาการปรับตัวกับปัจจัยต่าง ๆ ของนักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 1 (N = 284)

ตัวแปร	r	P - value
อายุ	-0.118	0.062
ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย (GPAX)	0.039	0.540
รายรับที่ได้รับ	-0.026	0.680
ค่าใช้จ่าย	-0.006	0.931
ความฉลาดทางอารมณ์ด้านรวม	-0.614	<0.001*

\*P < 0.01

ตารางที่ 5. แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนรวมเฉลี่ยปัญหาการปรับตัวโดยรวมกับปัจจัย ส่วนบุคคล ของนักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 1 (N = 252)

ปัจจัยส่วนบุคคล	N	Mean	S.D.	t	P - value
<b>เพศ</b>					
ชาย	137	1.40	0.55	0.282	0.779
หญิง	115	1.38	0.50		
<b>อายุ</b>					
น้อยกว่าหรือเท่ากับ 18 ปี	48	1.50	0.58	1.446	0.153
19 ปี ขึ้นไป	204	1.37	0.51		
<b>ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย (GPAX)</b>					
น้อยกว่าหรือเท่ากับ 3.50	24	1.29	0.46	-1.105	0.278
ตั้งแต่ 3.51 ขึ้นไป	228	1.40	0.53		
<b>จำนวนเพื่อนสนิท (N = 246)</b>					
น้อยกว่าหรือเท่ากับ 10 ราย	223	1.38	0.51	-0.089	0.929
ตั้งแต่ 10 ราย ขึ้นไป	23	1.39	0.58		
<b>ที่พักอาศัยปัจจุบัน</b>					
บ้าน (บิดา มารดา ผู้ปกครอง หรือญาติพี่น้อง)	54	1.35	0.52	-0.642	0.521
อื่น ๆ (หอพักใน – นอกมหาวิทยาลัย หรือ คอนโดมีเนียม )	198	1.40	0.53		
<b>วิธีการรับเข้าศึกษา (N = 252)</b>					
ระบบคัดเลือกเพื่อชาวชนบท	10	2.14	0.31	1.510	0.223
ระบบรับตรงโดยคณะ (โครงการโอลิมปิกวิชาการ)	14	2.00	0.44		
ระบบ กสพท	228	1.92	0.42		

ตารางที่ 6. แสดงการวิเคราะห์ปัจจัยทำนายปัญหาการปรับตัวโดยรวมของนักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 1 (N = 245) โดยใช้การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน

ตัวแปร	r <sup>2</sup>	B	S.E. (b)	t	P - value
ความฉลาดทางอารมณ์ด้านรวม	0.367	-0.016	0.001	-11.728	< 0.01*
Constant		4.597	0.229	20.093	< 0.01*

\*P < 0.01

## อภิปรายผลการวิจัย

### ตอนที่ 1 ข้อมูลปัญหาการปรับตัวของนักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 1 คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล

ผลการศึกษานี้ พบว่านักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 1 คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล ส่วนใหญ่มีปัญหาในการปรับตัวในภาพรวมอยู่ในระดับต่ำ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของสุดสวาท นามราชกูร<sup>(6)</sup> ที่พบว่านักศึกษาแพทย์มีปัญหาการปรับตัวอยู่ในเกณฑ์ระดับเล็กน้อย และจากการศึกษาในนักศึกษาระดับปริญญาตรีคณะต่าง ๆ ที่พบว่านักศึกษามีการปรับตัวโดยรวมระดับค่อนข้างดี<sup>(7-8)</sup> และการปรับตัวแต่ละด้านในระดับมาก<sup>(9 - 10)</sup> นอกจากนี้การศึกษาของ ณัฐวุฒิสรีวัฒนาวานิช<sup>(11)</sup> พบว่านิสิตชั้นปีที่ 1 คณะแพทยศาสตร์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ส่วนใหญ่มีการปรับตัวในมหาวิทยาลัยโดยภาพรวม อยู่ในระดับปานกลางค่อนข้างดี และการศึกษาของ นันทชิตส์สันท์ สกุลพงศ์<sup>(12)</sup> พบว่านิสิตแพทย์ ส่วนใหญ่ไม่มีปัญหาภาวะสุขภาพจิต นิสิตแพทย์มีปัญหาการปรับตัวอยู่ในระดับมีปัญหาการปรับตัวเล็กน้อย อย่างไรก็ตามมีรายงานการศึกษาปัญหาทางสุขภาพจิตในนักศึกษาแพทย์ศิริราชชั้นปีที่ 1 ถึงชั้นปีที่ 6 ซึ่งโรคจิตเวชชนิดที่พบมาก คือ โรคจิตเวช เนื่องจาก การปรับตัวและโรคซึมเศร้า<sup>(13)</sup>

### ตอนที่ 2 ความสัมพันธ์ของความฉลาดทางอารมณ์ และปัญหาการปรับตัวในภาพรวมของนักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 1 คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล

ผลการศึกษานี้ พบว่าคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ในด้านรวมของนักศึกษาแพทย์ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 165.73 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 15.60 ซึ่งอยู่ในเกณฑ์ปกติ และความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์กับปัญหาการปรับตัว ซึ่งใกล้เคียงกับการศึกษาของ สุรพงษ์ ชูเดช และ วิภาวี เอี่ยมวรเมธ<sup>(14)</sup> ที่พบว่าตัวแปรที่สำคัญในการทำนายสุขภาพจิต ได้แก่ ความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองด้านอารมณ์ ความรู้สึก การศึกษาของ

นางชุตติมา ไชยเสน<sup>(15)</sup> ที่พบว่าทักษะชีวิตของนักศึกษา มหาวิทยาลัยเทคโนโลยี สุรนารี ชั้นปีที่ 1 โดยรวมมีระดับทักษะชีวิตค่อนข้างสูง โดยเรียงลำดับจากค่าเฉลี่ยมากไปน้อย คือ ด้าน การเห็นคุณค่าในตนเองด้านการจัดการกับอารมณ์ และด้านการตัดสินใจ การศึกษาของ ปวีดา โพธิ์ทอง สุพัตรา พุ่มพวง และสุนทรี ชะชาตย์<sup>(16)</sup> ที่พบว่า การปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความฉลาดทางอารมณ์ การศึกษาของธราวดี อธิมาทรานนท์<sup>(17)</sup> ที่พบว่าความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี ซึ่งประกอบด้วย ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ ความสามารถในการรู้จักเห็นใจผู้อื่น และความสามารถในการมีความรับผิดชอบ มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวในการเรียน การศึกษาของ เทอดศักดิ์ เดชคง<sup>(18)</sup> พบว่าความฉลาดทางอารมณ์เป็นตัวแปรที่มีความจำเป็นและสำคัญอย่างมากต่อการก้าวเดินในวิถีทางที่ถูกต้องเหมาะสมของนิสิตนักศึกษา ทั้งนี้ เนื่องจากความฉลาดทางอารมณ์เป็นความสามารถของบุคคลที่เน้นในเรื่องความรู้สึก การมีปฏิสัมพันธ์ และการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม ซึ่งจะช่วยให้กระบวนการเรียนรู้ให้เป็นไปตามเป้าหมายสำคัญ คือ เป็นคนดี มี สุข และดำเนินชีวิตอย่างมีคุณค่า

### ตอนที่ 3 วิเคราะห์ปัญหาการปรับตัวของนักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 1 คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล

ผลการศึกษานี้ พบว่านักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 1 คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล ส่วนใหญ่มีปัญหาในการปรับตัวในภาพรวมอยู่ในระดับต่ำ โดยมีค่าคะแนนเฉลี่ย 1.93 แต่มีปัญหาด้านการปรับตัวทางการเรียนอยู่ในระดับปานกลาง ผลการศึกษานี้แสดงให้เห็นว่าการปรับตัวด้านการเรียน เป็นเรื่องที่นักศึกษาให้ความสำคัญ ซึ่งอาจเกิดความกังวลและไม่มั่นใจ ทั้งนี้ เรื่องการเรียนเกี่ยวข้องกับหลายองค์ประกอบ เช่น วิธีการเรียน ผลการสอบ การดูแลผู้ป่วย บรรยากาศการเรียน เป็นต้น ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมา<sup>(6 - 7, 19 - 20)</sup> ที่พบว่า การปรับตัวที่นักศึกษามีปัญหามากที่สุด คือ ด้านการเรียน ดังนั้น ประเด็นเหล่านี้ อาจเป็น

ปัญหาที่ส่งผลกระทบต่อการปรับตัวของนักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 1 คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล ได้ในอนาคต ซึ่งหน่วยงานควรมีการติดตามและให้การช่วยเหลือต่อไป

ในการวิจัยนี้ พบว่าความฉลาดทางอารมณ์ มีความสัมพันธ์เชิงลบในระดับปานกลางกับปัญหาการปรับตัว กล่าวคือ นักศึกษาแพทย์ที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูง พบว่าจะมีปัญหาการปรับตัวต่ำ แสดงให้เห็นว่าความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่น และมีความรับผิดชอบต่องานส่วนรวม ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจแก้ปัญหา และแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นและ ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข ซึ่งเป็นองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ มีส่วนช่วยให้นักศึกษาแพทย์สามารถปรับตัวได้ ลดความกังวลในการเรียน และมีความมั่นใจในการเผชิญเหตุการณ์และประสบการณ์ชีวิตด้านต่าง ๆ นอกจากนี้ ยังพบว่าความฉลาดทางอารมณ์เป็นปัจจัยทำนายปัญหาการปรับตัวของนักศึกษาแพทย์ได้ร้อยละ 36.7

ดังนั้น การดูแลช่วยเหลือด้านการปรับตัวของนักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 1 ควรให้ความสำคัญในประเด็นด้านการเรียน เช่น ลดความเครียด ความกังวลเกี่ยวกับวิธีการเรียน การดูแลผู้ป่วย ความคาดหวังต่อผลการสอบ สร้างบรรยากาศการเรียนที่ผ่อนคลาย และพัฒนาผู้เรียนให้มีความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งจากการศึกษาของศิริลักษณ์ ศุภปีติพร และคณะ<sup>(21)</sup> พบว่านิสิตแพทย์ที่เข้าร่วมกิจกรรมของคณะ และมีงานอดิเรก มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่านิสิตแพทย์ที่ไม่มีกิจกรรมดังกล่าว การวิจัยนี้ ไม่พบความแตกต่างของคะแนนรวมเฉลี่ยปัญหาการปรับตัวโดยรวมกับปัจจัยส่วนบุคคล ในด้านเพศ อายุ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จำนวนเพื่อนสนิท ที่พักอาศัยปัจจุบัน แหล่งเงินทุนการศึกษา และวิธีการรับเข้าศึกษา

## สรุป

นักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 1 คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล ส่วนใหญ่มีปัญหาในการปรับตัวโดยรวมอยู่ในระดับต่ำ มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านรวมอยู่ในเกณฑ์ปกติ โดยพบปัจจัยที่มีความสัมพันธ์และทำนายปัญหาการปรับตัว คือความฉลาดทางอารมณ์

## กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณคณะผู้บริหารมหาวิทยาลัยมหิดล ที่สนับสนุนการวิจัยและอนุญาตในการเก็บข้อมูล ขอขอบคุณนักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 1 คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล ที่สละเวลาให้ความร่วมมือในการวิจัยครั้งนี้ และขอขอบคุณ อ. ดร.ณภัทรวรรต บัวทอง ที่ให้ความอนุเคราะห์แนะนำเรื่องการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ

## เอกสารอ้างอิง

1. วรณา ปุรณโชติ, วัชรวิ ทรัพย์มี. ปัญหาของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยและการให้คำปรึกษาแนะแนว. รายงานการวิจัย. กรุงเทพฯ: คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2527.
2. ฝ่ายการศึกษา คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล. คู่มือนักศึกษา หลักสูตรแพทยศาสตรบัณฑิต. กรุงเทพฯ: คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล; 2557.
3. สุธิสา ชูจิต. ปัญหาของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี [วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต] มหาสารคาม: มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, 2544.
4. กรมสุขภาพจิต. แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต [อินเทอร์เน็ต]. 2546 [เข้าถึงเมื่อ 31 ธันวาคม 2556]. เข้าถึงได้จาก: <http://www.dmhweb.dmh.go.th/jvsk/cpsy2/Exam3.htm>.

5. ศุภวรรณ รัศมี. ปัญหาการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยมิชชัน กรุงเทพมหานคร [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต]. ชลบุรี: มหาวิทยาลัยบูรพา, 2546.
6. สุดสวาท นามราชภูริ. การศึกษาปัญหาการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยขอนแก่น [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต]. ขอนแก่น: มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2538.
7. กาญจนา จรุงเรือง. ความสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตและการปรับตัวของนักศึกษา มหาวิทยาลัยขอนแก่น [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต]. ขอนแก่น: มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2543.
8. วาสุณี แจ่มกระจาย. การปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลเกื้อการุณย์ สำนักการแพทย์ กรุงเทพมหานคร [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต]. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2540.
9. จุฑารัตน์ ทันพรม และคณะ. การปรับตัวของนิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยสารคาม ปีการศึกษา 2553 [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต]. มหาสารคาม: มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, 2553.
10. นันทิชา บุญละเอียด. การปรับตัวของนิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต]. ชลบุรี: มหาวิทยาลัยบูรพา, 2554.
11. ณัฐภูมิ ศรีวัฒนาวานิช. การปรับตัวในมหาวิทยาลัยของนิสิตชั้นปีที่ 1 คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต]. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2556.
12. นันทิชาตัสสันท์ สุกุลพงศ์. สุขภาพจิตและปัญหาการปรับตัวของนิสิตแพทย์ มหาวิทยาลัยนเรศวร. วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย 2551; 53: 369-76.
13. Ketuman P, Sitdhiraksa N, Sitironnarit G, Limsricharoen K, Pukrittayakamee P, Wannarit K. Psychiatric disorders and personality problems in medical students at faculty of medicine, Siriraj hospital, years 1982-2007. J Psychiatr Assoc Thailand 2012;57:427-38.
14. สุรพงษ์ ชูเดช, วิภาวี เอี่ยมวรเมธ. ตัวแปรในการทำนายสุขภาพจิตและการปรับตัวของนักศึกษา มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี. วารสารวิจัยและพัฒนา มจร 2545; 25:215-32.
15. ชุติมา ไชยเสน. ความสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตและการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต]. มหาสารคาม: มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, 2547.
16. ปวีดา โพธิ์ทอง สพัตรา พุ่มพวง, สุนทรี ชะชาตย์. ความเครียด การปรับตัว และความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1. วารสารวิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี 2554; 22:1-14
17. ธาราวดี อธิมาตรานนท์. ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวในการเรียนหลักสูตรพยาบาลศาสตร์ของนักศึกษาพยาบาลคณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต]. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2548.
18. เทอดศักดิ์ เดชคง. ความฉลาดทางอารมณ์กับการศึกษายุคใหม่. วารสารวิชาการ 2542;2:62.
19. ดารณี ประคองศิลป์. การศึกษาปัญหาการปรับตัวของนักศึกษาแพทย์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต]. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2530.
20. สุทธิรักษ์ ไชยรักษ์. ปัญหาการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี. บทสรุปสำหรับผู้บริหาร มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี, 2556.
21. ศิริลักษณ์ ศุภปิติพร, บุรณี กาญจนถวัลย์, สุขเจริญ ตั้งวงษ์ไชย. การประเมินความฉลาดทางอารมณ์ในนิสิตแพทย์ชั้นปีที่ 3 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. จุฬาลงกรณ์เวชสาร 2549;50:165-73.