



โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของการปรับตัวของพนักงานอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวใน
สถานการณ์การแพร่ระบาดของ COVID-19 โดยมีการเผชิญปัญหาเป็นตัวแปรส่งผ่าน
A CAUSAL MODEL OF ADJUSTMENT OF TOURISM EMPLOYEES DURING COVID-19
PANDEMIC: THE MEDIATION ROLE OF COPING

ฐิติพร ช่างงษ์

โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของการปรับตัวของพนักงานอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวใน
สถานการณ์การแพร่ระบาดของ COVID-19 โดยมีการเผชิญปัญหาเป็นตัวแปรส่งผ่าน



ปริญญานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาประยุกต์
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ปีการศึกษา 2564
ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

A CAUSAL MODEL OF ADJUSTMENT OF TOURISM EMPLOYEES DURING COVID-19
PANDEMIC: THE MEDIATION ROLE OF COPING



A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of MASTER OF ARTS
(Applied Psychology)

Graduate School, Srinakharinwirot University

2021

Copyright of Srinakharinwirot University

ปริญญานิพนธ์

เรื่อง

โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของการปรับตัวของพนักงานอุตสาหกรรมท่องเที่ยวใน
สถานการณ์การแพร่ระบาดของ COVID-19 โดยมีการเผชิญปัญหาเป็นตัวแปรส่งผ่าน

ของ

ฐิติพร ช่างวงษ์

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร

ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาประยุกต์

ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการสอบปากเปล่าปริญญานิพนธ์

..... ที่ปรึกษาหลัก ประธาน
(ดร.พิชชาดา ประสีทิโชค) (รองศาสตราจารย์ ดร.อุสา สุทธิสาคร)

..... กรรมการ
(อาจารย์ ดร.ชัยยุทธ กลีบบัว)

| | |
|------------------|--|
| ชื่อเรื่อง | โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของการปรับตัวของพนักงานอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวในสถานการณ์การแพร่ระบาดของ COVID-19 โดยมีการเผชิญปัญหาเป็นตัวแปรส่งผ่าน |
| ผู้วิจัย | ฐิติพร ช่างงษ์ |
| ปริญญา | ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต |
| ปีการศึกษา | 2564 |
| อาจารย์ที่ปรึกษา | ดร. พิษชาติ ประสิทธิโชค |

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาโมเดลสมการเชิงโครงสร้างของปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของพนักงานอุตสาหกรรมท่องเที่ยวในสถานการณ์การแพร่ระบาดของ COVID-19 มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ 2) ศึกษาการรับรู้ความเครียดที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวโดยมีการเผชิญปัญหาเป็นตัวแปรส่งผ่านในพนักงานอุตสาหกรรมท่องเที่ยวในสถานการณ์การแพร่ระบาดของ COVID-19 โดยการวิเคราะห์ค่าสถิติบรรยายโดยโปรแกรม SPSS วิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐานโดยใช้โมเดลสมการเชิงโครงสร้าง การอบการวิจัยพัฒนาจากโมเดลกระบวนการความเครียดและการเผชิญปัญหา Lazarus & Folkman (1984) กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยได้มาจากการสุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิจำนวน 200 คน ซึ่งมีอายุ 20-55 ปี ทั่วประเทศไทย จำนวน 5 ภาคคือ ภาคกลาง ภาคตะวันออก ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ภาคใต้ และภาคเหนือ ตามการปกครองของกระทรวงการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย ค่าความเชื่อมั่นอยู่ที่ 0.8-0.9 โมเดลปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของพนักงานอุตสาหกรรมท่องเที่ยวในสถานการณ์การแพร่ระบาดของ COVID-19 ความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ($\chi^2=5.64$, $df=4$, $p=0.22$, $CFI=0.99$, $TLI=0.96$, $SRMR=0.022$, $RMSEA=0.03$ $\chi^2/df=1.412$ $p\text{-value}<0.05$) การรับรู้ความเครียดไม่มีอิทธิพลทางตรงต่อการปรับตัว ($p\text{-value}>0.5$) แต่มีอิทธิพลทางอ้อมที่ระดับ 0.444 โดยมีการเผชิญปัญหาเป็นตัวแปรส่งผ่านโดยมีนัยสำคัญทางสถิติระดับ .05 ในพนักงานอุตสาหกรรมท่องเที่ยวในสถานการณ์การแพร่ระบาดของ COVID-19

คำสำคัญ : การปรับตัว, การรับรู้ความเครียด, การเผชิญปัญหา, โควิด - 19, การท่องเที่ยว

| | |
|----------------|---|
| Title | A CAUSAL MODEL OF ADJUSTMENT OF TOURISM EMPLOYEES DURING COVID-19 PANDEMIC: THE MEDIATION ROLE OF COPING |
| Author | THITIPORN SHAWONG |
| Degree | MASTER OF ARTS |
| Academic Year | 2021 |
| Thesis Advisor | Pitchada Prasittichok |

The purposes of this study are to study a causal model of adjustment during COVID-19 period which fit the empirical data; (2) to study the effect of perceived stress and adjustment mediation in terms of the coping skills of tourism employees during COVID-19. The researcher employed a descriptive analysis by SPSS. The data was analyzed to test the hypotheses using structural equation modeling. A conceptual framework was developed from the Transactional Model of Stress and Coping (Lazarus & Folkman, 1984). The sample consisted of 200 tourism employees between 20-55 years of age, using stratified sampling in five regions of Thailand, the central, east, northeast, south, and north regions, as governed by Tourism Authority of Thailand. The Cronbach's alpha was high at 0.8-0.9. A causal model of adjustment during COVID-19 fit with the empirical data ($\chi^2=5.64$, $df=4$, $p=0.22$, $CFI=0.99$, $TLI=0.96$, $SRMR=0.022$, $RMSEA=0.03$, $\chi^2/df=1.412$ $p\text{-value}<0.05$). Perceived stress did not have a significant effect on adjustment ($p\text{-value}>0.05$) but have an indirect mediating effect on coping at a statistically significant of level of 0.444 and a significance level at 0.05 among tourism employees during the COVID-19 pandemic.

Keyword : Adjustment, Perceived Stress, Coping, COVID, Tourism

กิตติกรรมประกาศ

ปริญญาานิพนธ์นี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความช่วยเหลือ และเอาใจใส่อย่างดีจากคณะกรรมการผู้ควบคุมปริญญาานิพนธ์ทุกท่าน

ขอขอบคุณอาจารย์ที่ปรึกษา อ.ดร. พิษชาติ ประสิทธิ์โชค ที่เป็นกำลังหลักในการช่วยเหลือแนะนำ ตรวจสอบแก้ไขในการทำวิจัย

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. อมราพร สุรการ และอ.ดร.ชัยยุทธ กลีบบัว ที่ช่วยอบรมสั่งสอนประสิทธิ์ประสาทวิชาให้ และคอยช่วยให้คำแนะนำและสนับสนุนผู้วิจัยอยู่เสมอ

คณาจารย์ประจำหลักสูตรและเจ้าหน้าที่บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒทุกท่าน

ขอขอบคุณทุนอุดหนุนการวิจัยและนำเสนองาน GRAD-3-2565 จากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒที่ช่วยสนับสนุนงานวิจัย

อีกทั้งเพื่อนร่วมเรียน รุ่นพี่ รุ่นน้อง ที่ช่วยเหลือในการเรียนเสมอมา

ขอบคุณครอบครัว ทั้งบิดาและมารดาที่เป็นกำลังใจให้เสมอและเป็นครอบครัวที่อบอุ่นของข้าพเจ้าตลอดมาที่ทำให้ผู้วิจัยสามารถทำวิจัยปริญญาานิพนธ์จนสำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี

ฐิติพร ช่างษ์

สารบัญ

| | หน้า |
|------------------------------------|------|
| บทคัดย่อภาษาไทย | ง |
| บทคัดย่อภาษาอังกฤษ | จ |
| กิตติกรรมประกาศ..... | ฉ |
| สารบัญ | ช |
| สารบัญตาราง..... | ฅ |
| สารบัญรูปภาพ | ฎ |
| บทที่ 1 บทนำ..... | 1 |
| ภูมิหลัง | 1 |
| ความมุ่งหมายของการวิจัย..... | 5 |
| ความสำคัญของการวิจัย | 5 |
| ขอบเขตของการวิจัย | 6 |
| ประชากรที่ใช้ในการวิจัย..... | 6 |
| กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย..... | 6 |
| ตัวแปรที่ศึกษา | 6 |
| นิยามศัพท์เฉพาะ..... | 6 |
| นิยามเชิงปฏิบัติการ | 7 |
| บทที่ 2 ทบทวนวรรณกรรม..... | 73 |
| แนวคิดเกี่ยวกับการปรับตัว..... | 73 |
| แนวคิดเกี่ยวกับการเผชิญปัญหา..... | 87 |
| กรอบแนวคิดในการวิจัย | 109 |
| สมมุติฐานในการวิจัย..... | 111 |

| | |
|--|-----|
| บทที่ 3 วิธีการดำเนินการวิจัย..... | 112 |
| การกำหนดประชากรและการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง..... | 112 |
| ประชากร..... | 112 |
| กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย..... | 112 |
| เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย..... | 113 |
| การสร้างและการหาคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย..... | 117 |
| การเก็บรวบรวมข้อมูล..... | 121 |
| การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล..... | 122 |
| บทที่ 4 ผลการศึกษา..... | 128 |
| ข้อมูลทั่วไป..... | 128 |
| ผลการวิเคราะห์สถิติพื้นฐานของตัวแปร..... | 131 |
| ผลการวิเคราะห์สถิติวิเคราะห์อิทธิพลทางตรงและทางอ้อมและการทดสอบสมมติฐานของการวิจัย..... | 133 |
| บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ..... | 138 |
| สรุปผลการวิจัย..... | 138 |
| อภิปรายผลการวิจัย..... | 139 |
| ข้อเสนอแนะ..... | 145 |
| บรรณานุกรม..... | 146 |
| ภาคผนวก..... | 138 |
| ประวัติผู้เขียน..... | 28 |

สารบัญตาราง

หน้า

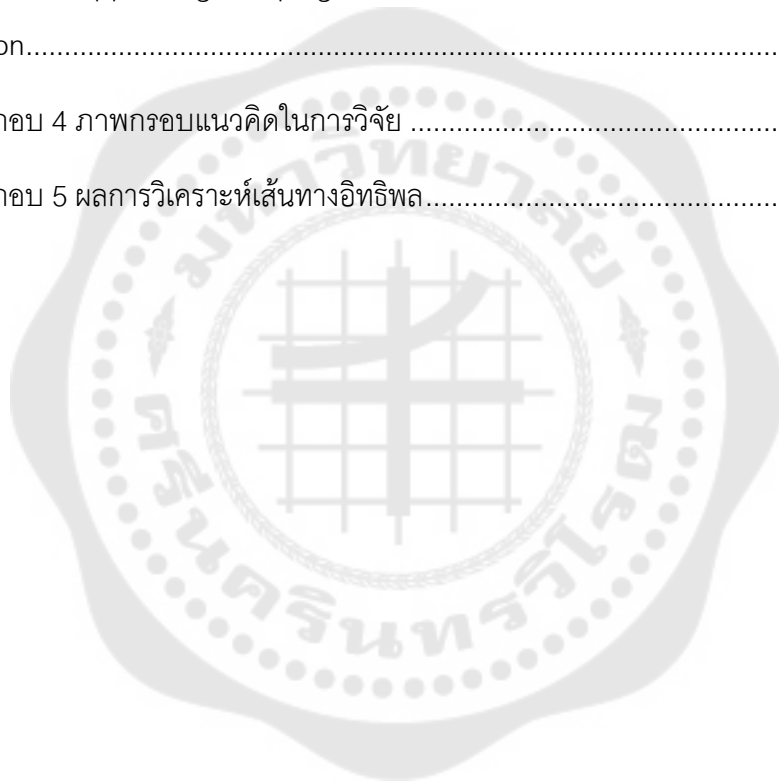
| | |
|--|-----|
| ตาราง 1 การเปรียบเทียบผลการวิจัยโดยใช้ทฤษฎีการปรับตัวของ Roy โดย Russo (2019)..... | 81 |
| ตาราง 2 เปรียบเทียบการวิจัยที่ใช้แบบวัดที่พัฒนาตามทฤษฎีการปรับตัวของ Roy (1984) by Russo (2019) | 86 |
| ตาราง 3 การเปรียบเทียบแบบวัดการเผชิญปัญหาโดย Cook & Heppner (1997) | 95 |
| ตาราง 4 เปรียบเทียบแบบวัดความเครียด..... | 102 |
| ตาราง 5 การสุ่มกลุ่มตัวอย่าง..... | 113 |
| ตาราง 6 ตัวแปร องค์ประกอบ และจำนวนข้อคำถามทั้งหมด | 117 |
| ตาราง 7 เมทริกซ์น้ำหนักองค์ประกอบค่าความตรงเชิงโครงสร้างของตัวแปรการรับรู้ความเครียดของพนักงานอุตสาหกรรมท่องเที่ยวในสภาวะระบาดของ COVID-19 (N=30)..... | 120 |
| ตาราง 8 เมทริกซ์น้ำหนักองค์ประกอบค่าความตรงเชิงโครงสร้างของตัวแปรการเผชิญปัญหาของพนักงานอุตสาหกรรมท่องเที่ยวในสภาวะระบาดของ COVID-19 (N=30)..... | 120 |
| ตาราง 9 เมทริกซ์น้ำหนักองค์ประกอบค่าความตรงเชิงโครงสร้างของแบบวัดการปรับตัวของพนักงานอุตสาหกรรมท่องเที่ยวในสภาวะระบาดของ COVID-19 (N=30)..... | 121 |
| ตาราง 10 ค่าสถิติ | 123 |
| ตาราง 11 เกณฑ์การประเมินคุณภาพของแบบวัด | 124 |
| ตาราง 12 เกณฑ์การประเมินการตรวจสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิ | 125 |
| ตาราง 13 ข้อมูลส่วนบุคคล (N=200)..... | 129 |
| ตาราง 14 สถิติพื้นฐาน (N=200)..... | 131 |
| ตาราง 15 ค่าดัชนีทดสอบความกลมกลืนของโมเดลกับข้อมูลเชิงประจักษ์ของสมการเชิงโครงสร้าง | 133 |
| ตาราง 16 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ | 134 |
| ตาราง 17 ผลการวิเคราะห์ค่าอิทธิพล(N=200)..... | 134 |



สารบัญรูปภาพ

หน้า

| | |
|---|-----|
| ภาพประกอบ 1 โมเดลการปรับตัวของ Roy (1999) Roy Adaption Theory, RAM..... | 75 |
| ภาพประกอบ 2 โมเดลกระบวนการความเครียดและการเผชิญปัญหาของ (Transactional stress model) Lazarus & Folkman (1984) | 89 |
| ภาพประกอบ 3 Appraising & coping with COVID-19 Stressful life events, SLEs. Model adaptation..... | 108 |
| ภาพประกอบ 4 ภาพกรอบแนวคิดในการวิจัย | 109 |
| ภาพประกอบ 5 ผลการวิเคราะห์เส้นทางอิทธิพล..... | 136 |



บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

ในสภาพเศรษฐกิจและสังคมปัจจุบัน ปฏิเสธไม่ได้เลยว่าวิกฤตการณ์การแพร่ระบาดของของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา (COVID-19) ตั้งแต่พ.ศ.2563 จนถึงพ.ศ.2564 ส่งผลให้เศรษฐกิจโลกรวมถึงประเทศไทยเผชิญกับภาวะวิกฤตครั้งรุนแรง ทำให้อัตราการขยายตัวทางเศรษฐกิจของประเทศไทยมีระดับต่ำที่สุดในรอบสองทศวรรษ อัตราเงินเฟ้อต่ำ การฟื้นตัวของเศรษฐกิจไทยชะลอตัว และธุรกิจด้านท่องเที่ยวจะยังคงได้รับผลกระทบต่อไปในระยะ 2-3 ปีข้างหน้า (วิชัยกรุงศรี, 2564) ทำให้หนึ่งในกลุ่มธุรกิจที่ได้รับผลกระทบร้ายแรงคืออุตสาหกรรมท่องเที่ยวทั้งในประเทศและต่างประเทศ นักวิจัยสถาบันพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กล่าวว่าสถานการณ์การแพร่ระบาดของ COVID-19 มีมากกว่า 2 ปี ส่งผลกระทบต่อการท่องเที่ยวของไทยอย่างหนัก (ศรัณย์ พิมพ์ทอง, 2564) พ.ศ. 2563 นักท่องเที่ยวต่างชาติที่เดินทางเข้าประเทศไทยลดลงถึง ร้อยละ 82.5 ส่วนปัจจุบันอัตรานักท่องเที่ยวต่างชาติท่องเที่ยวไทยในเดือนมกราคม-กรกฎาคม 2564 ลดลงร้อยละ 99.19 ในขณะที่อัตราการเข้าพักสถานที่ท่องเที่ยวเดือนสิงหาคม พ.ศ. 2564 ลดลงเหลือร้อยละ 7.66 และเหลือมูลค่าเพียง 15,561.94 ล้านบาท (การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย, 2564) นักวิจัยระบุว่า การเปิดกิจการธุรกิจท่องเที่ยวอีกครั้งนั้นยากที่จะได้ผลกำไร แต่เป็นไปได้ที่จะดำเนินธุรกิจต่อไปโดยไม่ได้ผลกำไรติดลบ และการเปิดกิจการที่ต้องการผลกำไรเท่าก่อนการระบาดนั้นค่อนข้างเป็นไปได้ยาก โดยเฉพาะการเปิดกิจการอีกครั้งเป็นไปได้ประมาณร้อยละ 33 โดยต้องการการสนับสนุนจากรัฐบาลซึ่งควรพิจารณาเป็นรายไป (Tsonas, 2020)

นายกสมาคมการตลาดท่องเที่ยวไทยระบุว่านักท่องเที่ยวจะให้ความสำคัญกับมาตรฐานความปลอดภัยและสุขอนามัยมากขึ้นอย่างชัดเจน เมื่อองค์กรปรับตัวเล็กลงพนักงานที่จะอยู่รอดต้องมีการปรับเปลี่ยนทำงานได้หลายตำแหน่ง และจะต้องมีทักษะที่สูงขึ้น (กิตติพร ศิวะกิจ, 2564) สอดคล้องกับการศึกษาวิจัยในประเทศอินโดนีเซีย กลยุทธ์การปรับตัวของผู้มีส่วนได้ส่วนเสียในกิจการในอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวในช่วงการระบาดของ COVID-19: กรณีศึกษาในอินโดนีเซีย (Yustisia, Rudy, & Reagan, 2021) การเปลี่ยนแปลงในอุตสาหกรรมท่องเที่ยวที่เกิดขึ้นเนื่องจาก COVID-19 โดยการวิจัยมุ่งเน้นการอธิบายกลยุทธ์การปรับตัวของผู้มีส่วนได้ส่วนเสียในกิจการอุตสาหกรรมท่องเที่ยวเพื่อรักษาความยืดหยุ่น (Resilience) ของแหล่งท่องเที่ยว

Tanjung Puting ประเทศอินโดนีเซียในช่วงการระบาดของ COVID-19 ซึ่งเป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ ผลการศึกษาพบว่า การระบาดใหญ่ของ COVID-19 ทำให้อุตสาหกรรมการท่องเที่ยวต้องพักฟื้น ผู้มีส่วนได้ส่วนเสียในกิจการด้านการท่องเที่ยวที่สูญเสียรายได้ ต้องปรับตัวโดยเปลี่ยนไปใช้ภาคส่วนอื่นและหางานทางเลือกอื่น พนักงานด้านการท่องเที่ยวต้องทำงานที่ไม่ใช่การท่องเที่ยวเพื่อความอยู่รอดจึงจำเป็นต้องปรับตัว ผลการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ชี้ให้เห็นว่าผู้มีส่วนได้ส่วนเสียในกิจการในอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวจำเป็นต้องมีความคิดสร้างสรรค์ในการเผชิญกับโรคระบาดนี้ ซึ่งรวมถึงคุณสมบัติที่จำเป็นดังต่อไปนี้คือ ความคงอยู่ (Persistence) การปรับตัว (Adaptability) และการเปลี่ยนแปลง (Transformation) ซึ่งเป็นพลวัตในการเสริมสร้างความสามารถของระบบให้ดำเนินต่อไปได้ด้วยดี (Folke, Carpenter, Walker, Scheffer, & Rockström, 2010) การผสมผสานระหว่างความสามารถในการปรับตัว (Adaptability) และนวัตกรรม (Innovation) ช่วยเพิ่มขีดความสามารถในการคงอยู่ของระบบเมื่อเผชิญกับเหตุการณ์ไม่คาดฝัน เช่น การระบาดของ COVID-19 (Smit & Wandel, 2006)

การระบาดใหญ่ของ COVID-19 ในปัจจุบัน (26 กันยายน 2564) สถิติปัจจุบันมีผู้ติดเชื้อ 219 ล้านคนทั่วโลกและผู้เสียชีวิตราว 4.55 ล้านคน (องค์การอนามัยโลก, 2564) ทำให้ความเครียดของผู้คนทั่วโลกเพิ่มขึ้น และประชากรในประเทศไทยก็มีระดับค่าเฉลี่ยความเครียดสูงขึ้น โดยมีสาเหตุมาจาก การว่างงาน ความกลัวว่าจะติดโรค โดยความเครียดเป็น 1 ใน 3 สาเหตุปัจจัยของการฆ่าตัวตายสูงสุดในพ.ศ. 2563 เพราะได้รับผลกระทบจากภาวะเครียดเรื่องเศรษฐกิจ (กระทรวงสาธารณสุข, 2563) และพนักงานอุตสาหกรรมท่องเที่ยวที่ได้รับผลกระทบอย่างมาก เนื่องจากการปิดตัวของกิจการ แรงงานว่างงานในอุตสาหกรรมท่องเที่ยวถึงร้อยละ 25 ของแรงงานว่างงานทั้งหมด หรือกว่า 4 ล้านคนต้องขาดรายได้กระทบต่อเศรษฐกิจในครัวเรือนนำไปซึ่งก่อให้เกิดความเครียดสะสมเกิดปัญหาสุขภาพจิต เสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายในที่สุด (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ, 2564) ซึ่งในประเทศไทยยังมีการวิจัยความเครียดในกลุ่มตัวอย่างพนักงานอุตสาหกรรมท่องเที่ยวในไทยที่ผ่านมาก่อนข้างน้อย โดยพบเพียง 1 งานและไม่ได้ศึกษาในบริบทการระบาด COVID-19 เป็นการศึกษาการรับรู้ความเครียดในฐานะตัวแปรส่งผ่านมีนัยสำคัญทางสถิติกับ ความสามารถในการทำงาน ความเหนื่อยหน่ายและความพึงพอใจในชีวิตของพนักงานธุรกิจโรงแรม 16 แห่งในกรุงเทพมหานครและปริมณูรี (Annett Raich & Ho, 2018) นักวิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษากระบวนการนี้กับกลุ่มตัวอย่างคือพนักงานอุตสาหกรรมท่องเที่ยวเนื่องจากการระบาดของ COVID-19 นับได้ว่าเป็นวิกฤตที่ส่งผลให้ประชากรทุกคนต้องมี

การปรับตัว โดยงานวิจัยนี้จะช่วยอธิบายกลไกที่ก่อให้เกิดการปรับตัวในระดับที่ดียิ่งขึ้นซึ่งอาจมีผลต่อความเครียด

กระบวนการในการเผชิญปัญหาในงานวิจัยนี้เลือกใช้ทฤษฎีการเผชิญปัญหา และโมเดลกระบวนการความเครียดและการเผชิญปัญหาของ Lazarus & Folkman (1984) เมื่อบุคคลได้รับสิ่งเร้าจากนั้นจะเข้าสู่การเผชิญปัญหาซึ่งแบ่งเป็น 2 ประเภท คือการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นการแก้ไขปัญหากับการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นการปรับอารมณ์

ความสำคัญของการเลือกใช้โมเดลกระบวนการความเครียดและการเผชิญปัญหาของ Lazarus & Folkman (1984) มาใช้กับการวิจัยนี้เนื่องจากการทบทวนวรรณกรรม มีงานวิจัยหลายงานที่นำโมเดลนี้มาใช้ในการวิจัยเช่นเช่นงานวิจัยเรื่อง เหตุการณ์เครียดในชีวิตและทุนทางสังคม ในช่วงเริ่มต้นของ COVID-19 ในสหรัฐอเมริกาของ (Jean-Baptiste, Herring, Beeson, Dos Santos, & Banta, 2020) และการศึกษากลยุทธ์การปรับตัวในการกักตัวของนักเรียนในช่วงการระบาดของ COVID-19 (Sivrikova et al., 2021) โมเดลมาศึกษาในบริบทของการระบาด COVID-19 และผลการศึกษายังสอดคล้องกับโมเดลกระบวนการความเครียดและการเผชิญปัญหา ทำให้มีความน่าเชื่อถือ และสามารถนำตัวแปรบางส่วนจากทฤษฎีนำมาศึกษาส่วนที่สนใจได้ เช่น การรับรู้ความเครียด การเผชิญปัญหา และการปรับตัว ทั้งนี้งานวิจัยที่ผ่านมาได้มีการศึกษาทั้ง 3 ตัวแปร โดยมีการเผชิญปัญหาเป็นตัวแปรส่งผ่านค่อนข้างน้อย ส่วนมากเป็นการศึกษาเพียง 2 ตัวแปรเช่น การศึกษาการรับรู้ความเครียดมีอิทธิพลต่อการเผชิญปัญหาเป็นส่วนใหญ่ เช่นการศึกษาการรับรู้ความเครียดในนักศึกษาที่มีอิทธิพลต่อการเผชิญปัญหาโดยเป็นความสัมพันธ์ทางลบ (Garboczy et al., 2021) และการเผชิญปัญหาที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวซึ่งงานวิจัยนี้จะช่วยเพิ่มช่องว่างขององค์ความรู้โดยศึกษาอิทธิพลทางของการรับรู้ความเครียด (Perceived stress) ที่มีต่อการปรับตัว (Adjustment) โดยมีการเผชิญปัญหา (Coping) เป็นตัวแปรส่งผ่าน ศึกษาจากทฤษฎีโมเดล A transactional Model of the Stress Process หรือโมเดลกระบวนการความเครียดของ (Lazarus & Folkman, 1984) ในกลุ่มตัวอย่างพนักงานอุตสาหกรรมการท่องเที่ยว จากการทบทวนวรรณกรรม พบว่า ยังมีงานวิจัยไม่มากที่ศึกษาตัวแปรการรับรู้ความเครียด การปรับตัวโดยมีการเผชิญปัญหาเป็นตัวแปรส่งผ่าน อีกทั้งงานวิจัยส่วนมากที่ศึกษาเรื่องสุขภาพจิตก็มักศึกษาในกลุ่มตัวอย่างด้านการแพทย์ และยังขาดการศึกษาการปรับตัวในบริบทของโควิด

ตัวแปรที่สามารถช่วยอธิบายกระบวนการความเครียดที่มีผลต่อการปรับตัวได้นั้น จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า การรับรู้ความเครียดมีความสัมพันธ์เชิงลบกับการเผชิญปัญหา เช่น

การศึกษาของ Garboczy และคณะ (2021) ในกลุ่มนักเรียน 1,320 คน เรื่องการศึกษาเรื่องความกังวลด้านสุขภาพ การรับรู้ถึงความเครียด และรูปแบบการเผชิญปัญหาในช่วงการระบาดของ COVID-19 ระบุว่าระดับการรับรู้ความเครียดเพิ่มขึ้นในช่วงเหตุการณ์สำคัญในชีวิต (Stressful life event) สามารถเพิ่มขึ้นได้หากมีการเผชิญปัญหา (Coping) ที่น้อยเกินไป สอดคล้องกับการวิจัยของ Zamarripa และคณะ (2020) การรับรู้ความเครียดจะมากขึ้นเมื่อจำนวนสัปดาห์ที่ใช้เวลาการเว้นระยะห่างทางสังคมเพิ่มขึ้น ในขณะที่เดียวกัน ยิ่งผู้คนปรับตัวเข้ากับการเว้นระยะห่างทางสังคมได้ดีขึ้นเท่าไร พวกเขาก็น้อยลงที่รู้สึกเครียดน้อยลงเท่านั้น ในขณะที่การรับรู้ความเครียดของนักศึกษาในประเทศไทยเวียดนามในระดับสูงจะส่งผลให้เกิดการเผชิญปัญหาในระดับสูง (Thai, Le, Huynh, Pham, & Bui, 2021) การศึกษาผลกระทบของ CSR ด้านการท่องเที่ยวต่อทุนทางจิตวิทยาของพนักงานในวิกฤต COVID-19: ระบุว่า การปรับตนเอง (Adjustment) มีบทบาทสำคัญในการส่งเสริมการฟื้นตัวของทรัพยากรทางจิตใจของแต่ละบุคคลหลังจากประสบกับความทุกข์ยาก (Mao, He, Morrison, & Andres Coca-Stefaniak, 2021) การทำนายการปรับตัวของมหาวิทยาลัยจากรูปแบบการเผชิญปัญหา โดย Valenti & Faraci (2021) ระบุว่า การปรับตัวสามารถทำนายเกรด การลาออกและความสำเร็จของนักเรียน โดยผลงานวิจัยระบุว่า การเผชิญปัญหาสามารถทำนายการปรับตัวในมหาวิทยาลัยได้ ความเครียดมีผลต่อการปรับตัวทางอาชีพ (Zhuang, Jiang, & Chen, 2021) ในบริบทการระบาดของ COVID-19 ระบุว่า ในความเครียดมีผลลดความสามารถในการปรับตัวทางอาชีพ สอดคล้องกับงานวิจัยเรื่องความสามารถในการปรับตัวทางอาชีพสามารถลดความเครียดจากการทำงานได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (Fiori, Bollmann, & Rossier, 2015)

ช่องว่างขององค์ความรู้คืองานวิจัยที่ผ่านมาได้มีการวิจัยแบบใช้ตัวแปรส่งผ่านค่อนข้างน้อย และงานวิจัยในครั้งนี้จะช่วยยืนยันข้อมูลผลเชิงประจักษ์ที่สอดคล้องกับโมเดลกระบวนการความเครียดของ (Lazarus & Folkman, 1984) ที่อธิบายว่า เมื่อบุคคลได้รับการกระตุ้นความเครียด เช่น การรับรู้ความเครียด (Perceived stress) เนื่องจาก COVID-19 จะเกิดการเผชิญปัญหา (Coping) และมีผลลัพธ์คือการปรับตัว (Adjustment) โดยมุ่งเน้นการศึกษาและอธิบายผลการวิเคราะห์อิทธิพลของทั้งกระบวนการทั้ง 3 ตัวแปร ผู้วิจัยได้นำแบบวัดการรับรู้ความเครียดของ Cohen et al. (1983) มาใช้ในการวิจัย และพัฒนาแบบวัดจากทฤษฎีการปรับตัวของ Roy (1999) โดยทั้ง 2 แบบวัดมีการเพิ่มเติมบริบทของ COVID-19 ซึ่งจะทำให้ได้ผลวิจัยที่เป็นองค์ความรู้ใหม่เพิ่มเติมยิ่งขึ้น โดยผลวิจัยนี้แผนกทรัพยากรบุคคลสามารถนำผลวิจัยไปประกอบการวัดผลการ

ปรับตัวหรือเสริมสร้างกลไกการเผชิญปัญหาที่ทำให้พนักงานในบริษัทมีการปรับตัวที่ดียิ่งขึ้นใน
การทำงานและการระบาดของ COVID-19

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1.1 เพื่อศึกษาโมเดลสมการเชิงโครงสร้างของปัจจัยเชิงสาเหตุมีอิทธิพลต่อการ
ปรับตัว (Adjustment) ของพนักงานอุตสาหกรรมท่องเที่ยวมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์

1.2 เพื่อศึกษาการรับรู้ความเครียด (Perceived stress) มีอิทธิพลต่อการปรับตัว
(Adjustment) โดยมีการเผชิญปัญหา (Coping) เป็นตัวแปรส่งผ่านในพนักงานอุตสาหกรรมการ
ท่องเที่ยว

ความสำคัญของงานวิจัย

1. ระดับวิชาการ

1.1 ทราบถึงการรับรู้ความเครียด (Perceived stress) มีอิทธิพลต่อการปรับตัว
(Adjustment) โดยมีการเผชิญปัญหา (Coping) เป็นตัวแปรส่งผ่านในพนักงานอุตสาหกรรมการ
ท่องเที่ยว

1.2 ผลการวิจัยยืนยันทฤษฎีกระบวนการความเครียดและการเผชิญปัญหา (Transactional
stress model) ของ Lazarus & Folkman (1984) ในบริบทการระบาดของ COVID-19 ของกลุ่ม
ตัวอย่างพนักงานอุตสาหกรรมท่องเที่ยว

2. ระดับภาคปฏิบัติ

2.1 สามารถนำผลการวิจัยสถิติวิเคราะห์จากโมเดลที่ได้ไปใช้เป็นแนวทางการใช้
ประโยชน์โดยพิจารณาระดับการเผชิญปัญหาแบบใดที่เป็นกลไกส่งผ่านต่อการปรับตัวทำให้
พนักงานปรับตัวในสภาวะการระบาดของ COVID-19 ได้ดียิ่งขึ้น

2.2 สามารถนำแบบวัดการปรับตัวของพนักงานอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวใน
สถานการณ์การแพร่ระบาดของ COVID-19 ไปใช้เป็นแบบวัดที่มีคุณภาพที่สร้างจากพื้นฐาน
ทฤษฎีโดยมีความตรงเชิงเนื้อหาและความตรงเชิงโครงสร้างเพื่อให้ได้ผลการวัดการปรับตัวที่
สอดคล้องกับการปรับตัวของ Roy (1999) โดยสามารถวัดความสามารถในการปรับตัวของ
พนักงานอุตสาหกรรมท่องเที่ยว หรือกลุ่มพนักงานอื่นๆ เพราะแบบวัดไม่ได้เจาะจงเฉพาะกลุ่ม
สามารถวัดพนักงานกลุ่มอื่นๆ ได้ โดยสามารถนำผลที่ได้ไปพัฒนาเป็นโครงการส่งเสริมการปรับตัว
ที่ดียิ่งขึ้นในสถานการณ์วิกฤติเช่นการระบาดของ COVID-19 เพื่อให้พนักงานสามารถปรับตัวได้
ทำงานได้อย่างราบรื่น และมีอัตราการคงอยู่ในบริษัทมากยิ่งขึ้น

ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยนี้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง การปรับตัว การเผชิญปัญหาในฐานะตัวแปรส่งผ่าน โดยมีตัวแปรแฝงภายในคือ การปรับตัว โดยกำหนดสมมุติฐานว่าจะสามารถทำนายอิทธิพลความเครียดของพนักงานอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวในวัยทำงานที่อาศัยอยู่ในเขตกรุงเทพมหานครและต่างจังหวัดซึ่งผู้เข้าร่วมสมัครใจยินยอมให้ข้อมูลในการวิจัย ผู้วิจัยใช้เกณฑ์คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ (Stratified Random Sampling)

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรในการวิจัยคือพนักงานอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวในกรุงเทพมหานครและต่างจังหวัด 71,674 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยคือ พนักงานอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวในกรุงเทพมหานครและต่างจังหวัดที่ได้รับผลกระทบจาก COVID-19 จำนวน 200 คน เฉพาะธุรกิจนำเที่ยวในประเทศไทยเท่านั้นไม่รวมธุรกิจนำเที่ยวต่างประเทศ

คุณสมบัติผู้เข้าร่วมวิจัย

1. ยินดีและสมัครใจตอบรับเข้าร่วมการวิจัย
2. เข้าใจภาษาไทยตอบแบบสอบถามได้
3. เป็นพนักงานประจำประกอบอาชีพเกี่ยวกับการท่องเที่ยวรวมถึงหัวหน้าแผนกเกณฑ์การคัดออกกลุ่มตัวอย่าง (Exclusion Criteria)

1. ผู้ประกอบการหรือเจ้าของกิจการธุรกิจท่องเที่ยว
2. นักเรียนนักศึกษา ปริญญาตรีและปริญญาโทซึ่งยังเรียนไม่จบ
3. พนักงาน Part-time ด้านการท่องเที่ยวได้รับเงินค่าจ้างเป็นรายวันหรือรายชั่วโมง

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรแฝงภายนอก
 - 1.1 การรับรู้ความเครียด (Perceived Stress)
2. ตัวแปรแฝงภายใน ได้แก่ การปรับตัว (Adjustment) การเผชิญปัญหา (Coping)

นิยามศัพท์เฉพาะ

กำหนดความหมายของคำและนิยามของคำศัพท์เฉพาะที่ใช้ และพบเจอในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ เพื่อให้เข้าใจความหมายไปในทิศทางเดียวกันไว้ดังนี้

1. พนักงานอุตสาหกรรมการท่องเที่ยว กลุ่มตัวอย่างพนักงานอุตสาหกรรมท่องเที่ยว หมายถึงพนักงานประจำหรือฟรีแลนซ์ที่ทำงานเกี่ยวกับการท่องเที่ยว หรือทำงานในสถานที่ท่องเที่ยวครอบคลุมทั้งประเทศไทยเช่น มัคคุเทศก์ พนักงานขายตั๋วรถทัวร์ คนขับรถนำเที่ยว รวมถึงธุรกิจขนส่งเชิงท่องเที่ยวทั้งทางบก ทางเรือ ทางรถไฟ และธุรกิจจำหน่ายสินค้าที่ระลึก โดยไม่รวมธุรกิจด้านโรงแรม ธุรกิจร้านอาหารและเครื่องดื่ม และธุรกิจด้านการบิน

ยกตัวอย่างเช่น Travel Agent คือบริษัทที่ประกอบกิจการนำลูกค้าไปท่องเที่ยวโดยที่จัดตั้งเอง หรือใช้บริการของ Tour Operator ซึ่งหมายถึงบริษัทท่องเที่ยวที่ตั้งอยู่ตามพื้นที่ต่างๆ และรับลูกค้ามาจาก Travel agent เช่น บริษัทรับดำเนินาำดูปะการังที่เกาะพีพีที่ตั้งอยู่ต่างจังหวัด ก็ติดต่อกับบริษัทนำเที่ยว Travel agent ที่อยู่กรุงเทพมหานครให้มาซื้อบัตรดำเนินาำดูปะการังที่บริษัทเป็นต้น ทั้งนี้คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างดังนี้

กิจการนำเที่ยวรับเฉพาะนักท่องเที่ยวจากต่างประเทศอย่างเดียว (In-bound Operator)

กิจการนำเที่ยวภายในประเทศอย่างเดียว (Local operator)

กิจการที่ดำเนินธุรกิจทั่วไปเกี่ยวกับการท่องเที่ยว (General Travel Agent) ไม่รวมกิจการนำเที่ยวคนในประเทศไปยังต่างประเทศ (Out-bound Operator)

2. COVID-19 หมายถึง Coronavirus หรือ โควิด-19 เป็นโรคติดต่อที่เกิดจากเชื้อไวรัส SARS-CoV-2 โดยคำว่า “โคโรนา (corona)” มาจากคำว่า “crown” ในภาษาละติน ซึ่งแปลว่ามงกุฎ เนื่องจากเชื้อไวรัสชนิดนี้เมื่อส่องด้วยกล้องจุลทรรศน์อิเล็กตรอนจะเห็นกลุ่มของคาร์โบไฮเดรตเป็นปุ่ม (spike) ยื่นออกจากอนุภาคไวรัส ทำให้มีลักษณะคล้ายมงกุฎล้อมรอบ ซึ่งถือเป็นไวรัสสายพันธุ์ล่าสุดที่เพิ่งค้นพบ และทำให้เกิดการระบาดใหญ่ทั่วโลกในปัจจุบัน

นิยามเชิงปฏิบัติการ

1. การปรับตัว (Adjustment) การเปลี่ยนแปลงของบุคคลซึ่งรวมถึงด้านชีวภาพและจิตสังคมในการมีปฏิสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป โดยใช้กลไกการปรับตัวเพื่อเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงนั้น เป็นการเปลี่ยนเพื่อให้เกิดความสอดคล้องภายในตนเองและผสมผสานประสบการณ์เข้ากับโครงสร้างในตัวเองทำให้ชีวิตและจิตใจดำเนินต่อไปได้อย่างสงบสุข ซึ่งในงานวิจัยนี้ผู้วิจัยได้สร้างแบบวัดเองโดยยึดตามทฤษฎีการปรับตัว Roy (1999) โดยมีบริบทของการระบาดของ COVID-19

2. การเผชิญปัญหา (Coping) เป็นความพยายามทางปัญญาและพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงอย่างไม่หยุดยั้ง เพื่อจัดการกับปัญหาและความต้องการทั้งจากภายใน (Internal) และภายนอกตนเอง (External) เมื่อบุคคลได้ทำการประเมินแล้วว่าสิ่งที่ประสบเป็นการคุกคาม

(Threat) หรือทำให้เกิดการสูญเสีย (Harm/Loss) บุคคลจะทำการประเมินและจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นโดยมี 2 องค์ประกอบคือ 1.การเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ไขปัญหา 2.การเผชิญปัญหาแบบเน้นการปรับอารมณ์ (Lazarus & Folkman, 1984)

3. การรับรู้ความเครียด (Perceived Stress) หมายถึง การรับรู้ของบุคคลถึงความไม่สมดุลซึ่งเกิดจากกระบวนการรับรู้ หรือบุคคลได้ประเมินสิ่งเร้าที่เข้ามากระทบว่าเป็นสิ่งที่คุกคามหรือไม่ โดยเป็นการรับรู้จากภายในและสภาพแวดล้อมของบุคคลนั้นๆ และในการศึกษาครั้งนี้ การรับรู้ความเครียด หมายถึง ค่าคะแนนที่ได้จากมาตรวัดการรับรู้ความเครียด (The Perceived Stress Scale: PSS) ของ Cohen et al. (1983) ซึ่งในงานวิจัยนี้จะปรับแบบวัดโดยมีบริบทของการระบาดของ COVID-19



บทที่ 2

ทบทวนวรรณกรรม

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และได้นำเสนอตามหัวข้อต่อไปนี้

1. แนวคิดเกี่ยวกับการปรับตัว (Adjustment)
 - 1.1 ความหมายของการปรับตัว
 - 1.1.1 แนวคิดและองค์ประกอบของการปรับตัว
 - 1.1.2 การวัดการปรับตัว
 - 2.1 แนวคิดทฤษฎีทางจิตวิทยาของการปรับตัว
 - 2.2 แนวคิดเกี่ยวกับการเผชิญปัญหา
 - 2.2.1 ความหมายของการเผชิญปัญหา
 - 2.2.2 แนวคิดและองค์ประกอบของการเผชิญปัญหา
 - 2.3.3 การวัดการเผชิญปัญหา
 - 2.3 แนวคิดเกี่ยวกับการรับรู้ความเครียด
 - 2.3.1 ความหมายของการรับรู้ความเครียด
 - 2.3.2 แนวคิดและองค์ประกอบของการรับรู้ความเครียด
 - 2.3.3 การวัดการรับรู้ความเครียด
3. กรอบแนวคิดในการวิจัย
4. สมมุติฐาน

แนวคิดเกี่ยวกับการปรับตัว

1.1 ความหมายของการปรับตัว

จากการทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง นักวิจัยได้ให้ความหมายของการปรับตัวดังนี้

การปรับตัวเป็นการปรับให้เข้ากับสภาพแวดล้อมที่ต้องเผชิญในชีวิตประจำวัน (Simons, Kalichman, & SC & Santrock, 1994) เพื่อให้บรรลุความต้องการของตนเอง รวมถึงการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตนเองและสิ่งแวดล้อมด้วย (Arkoff, 1988)

ในขณะที่ Roger (1961) นักจิตวิทยาากลุ่มมนุษยนิยมจะมองไปในการปรับตัวจากภายในมากกว่าสิ่งแวดล้อมภายนอก กล่าวคือ พฤติกรรมปรับตัวที่แสดงออกเพื่อมุ่งไปในการ

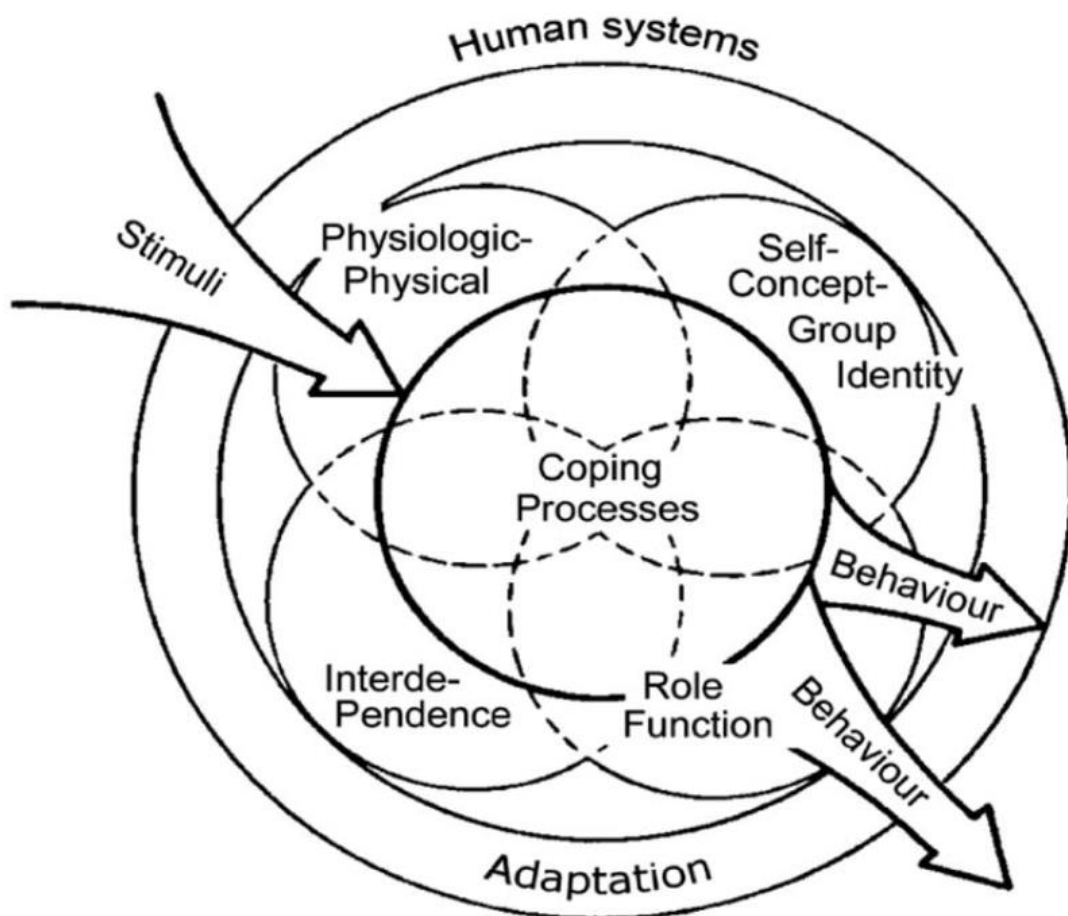
พัฒนาตนเองอย่างสมบูรณ์เต็มที่ตามศักยภาพ (Self-actualization) ให้สอดคล้องในตนเองกับประสบการณ์ ไม่ได้เน้นไปที่การปรับเข้ากับสิ่งแวดล้อมมากเท่ากลุ่มนักจิตวิทยาที่กล่าวไปตอนแรก โดยระบุว่า บุคคลจะมีสุขภาพจิตดีถ้าเกิดยอมรับประสบการณ์เต็มที่ตามความเป็นจริง โดยไม่ได้ใช้กระบวนการป้องกัน หรือการเผชิญหน้า ความนึกคิดสอดคล้องไปกับประสบการณ์ที่ได้รับ และยินดีรับประสบการณ์ใหม่ๆ เข้ามาหลอมรวมในตนเองเสมอ (Rogers, 1961)

Beaumont (2004) นักจิตวิทยาคลินิกซึ่งศึกษาด้านประสาทวิทยาทางคลินิก (Clinical neuropsychology) ในประเทศอังกฤษระบุว่า การปรับตัวทางจิตวิทยาที่ด้นขึ้นอยู่กับการเข้าใจอย่างถ่องแท้ถึงเหตุการณ์และการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจที่เกิดขึ้นและการยอมรับต่อการเปลี่ยนแปลงเหล่านี้ การปรับการรับรู้ตนเอง (Self-Perception) อย่างเหมาะสม การปรับเปลี่ยนความเชื่อ (Beliefs) และเป้าหมายส่วนตัว (Personal goals) เพื่อปรับกลยุทธ์ที่เหมาะสมจะสามารถชดเชยความบกพร่องที่เกิดขึ้น โดยเขานิยามว่าไม่เพียงแต่หมายถึงการปรับตัวทางจิตวิทยาเท่านั้น แต่ยังรวมถึงการสร้างความสัมพันธ์ส่วนตัว ครอบครัว และสังคมขึ้นใหม่ซึ่งความสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นใหม่นั้นอาจใกล้ชิดมากขึ้นหรือห่างเหินมากขึ้น นอกจากนี้ยังอาจเกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางอาชีพและการกำหนดบทบาทส่วนบุคคลใหม่อีกด้วย

สรุปได้ว่า การปรับตัวหมายถึง การเปลี่ยนแปลงที่บุคคลเผชิญ โดยปรับตนให้เข้ากับสภาพแวดล้อม และเปิดรับต่อประสบการณ์ที่ได้รับ เป็นการเปลี่ยนเพื่อให้เกิดความสอดคล้องภายในตนเองและผสมผสานประสบการณ์เข้ากับโครงสร้างในตัวเองทำให้ชีวิตและจิตใจดำเนินต่อไปได้อย่างสงบสุข

1.1.1 แนวคิดและองค์ประกอบการปรับตัว

Roy (1984) ได้พัฒนาโมเดลการปรับตัวของรอย The Roy adaptation model, RAM โดยยึดหลักของ Selye และทฤษฎีระบบ (System theory) โดยให้แนวคิดที่ว่า มนุษย์นับเป็นหน่วยเดียวไม่อาจแยกร่างกายและจิตใจออกจากกันได้ หากได้รับประสบการณ์หรือสิ่งๆ ที่เข้ามากระทบจะกระทบพร้อมกันทั้งระบบ และจะตอบสนองร่วมกัน ซึ่งการตอบสนองมากน้อยจะขึ้นอยู่กับสิ่งๆ ที่เข้ามากระทบ และเขาได้นำโมเดลที่พัฒนาไปทดสอบวิจัยจนเป็นที่ยอมรับอย่างแพร่หลายโดยเฉพาะการวิจัยในกลุ่มพยาบาล (Roy's nursing model of cognitive processing)



ภาพประกอบ 1 โมเดลการปรับตัวของ Roy (1999) Roy Adaptation Theory, RAM

ที่มา : From C. Roy, 2009, The Roy Adaptation Model, Third Edition, p. 45

โมเดลการปรับตัวของ Roy อธิบายการปรับตัวของบุคคลที่เกิดจากการกระตุ้นของสิ่งเร้าผ่านการเผชิญปัญหาโดยใช้กลไกผู้คิดผสมผสานกับกลไกลดความเครียดและองค์ประกอบทั้ง 4 องค์ประกอบ จนกลายเป็นพฤติกรรมปรับตัวดังภาพประกอบ 1

โมเดลการปรับตัวของ Roy มีรายละเอียดดังนี้

1. สิ่งนำเข้า (Input) โดยสิ่งเร้าแบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม คือ

1.1 สิ่งเร้าตรง (focal stimuli) สิ่งเร้าตรงที่บุคคลต้องเผชิญโดยตรงและต้องสนใจในตอนนั้นมากที่สุด

1.2 สิ่งเร้ารวม (Contextual stimuli) สิ่งเร้าในเหตุการณ์หรือสภาพแวดล้อมของบุคคล

1.3 สิ่งเร้าแฝง (Residual stimuli) คือสิ่งเร้าที่เป็นผลมาจากอดีต เป็นลักษณะเฉพาะของบุคคลซึ่งแฝงอยู่อาจมีต่อการปรับตัวของบุคคลแต่ไม่ได้ชัดเจนนั้น เช่น ความเชื่อ ประสบการณ์แต่อดีตที่ประสบมาเป็นต้น

สิ่งเร้านั้นมีความคล้ายกับแนวคิดการเผชิญปัญหาของ Lazarus & Folkman (1984) เนื่องจาก Roy adaptation model (RAM) มองว่าปัจเจกบุคคลเป็นระบบแบบองค์รวมแบบปรับตัวซึ่งมีปฏิสัมพันธ์กับแรงกดดันจากสิ่งแวดล้อม (เช่น สิ่งเร้า)

2. กระบวนการเผชิญปัญหา (Coping process) การเผชิญปัญหาตามทฤษฎีของ Roy แตกต่างจากของ Lazarus โดย Roy (1984) จะมองในแง่ของกลไกตอบสนองทางร่างกายและความคิดมากกว่า ซึ่ง Roy (1984) ระบุว่ากระบวนการควบคุมระบบการปรับตัวของบุคคล ต่างจาก (Lazarus & Folkman, 1984) ที่มองว่าเป็นความสามารถของบุคคลในการเผชิญปัญหา

Roy อธิบายกลไกสองระบบเพื่อช่วยในกระบวนการเผชิญปัญหาคือ กลไกการรู้คิด (Regulator) และกลไกการควบคุม (Cognator)

กลไกการควบคุม บุคคลจะตอบสนองต่อสิ่งกระตุ้นสิ่งแวดล้อมโดยอัตโนมัติผ่านกระบวนการปรับตัวทางสรีรวิทยาโดยกำเนิด กลไกการควบคุมอาจมีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงในสิ่งแวดล้อมผ่านช่องทางเคมีต่อมไร้ท่อของระบบประสาท ในขณะที่กลไกการรู้คิด (Cognator) บุคคลตอบสนองต่อสิ่งเร้าสิ่งแวดล้อมผ่านช่องทางความรู้ความเข้าใจและอารมณ์ที่เกี่ยวข้องกับการประมวลผล การเรียนรู้ การตัดสินใจ และอารมณ์ อย่างไรก็ตาม ระบบทั้งสองจะทำงานเพื่อรักษาความสมบูรณ์ของแต่ละบุคคลให้สมดุลกับสิ่งแวดล้อม (Callista Roy, 1999)

2. องค์ประกอบการปรับตัว

กลไกการควบคุมและกลไกการรู้คิดจะทำงานควบคู่กันเสมอ เพื่อให้บุคคลมีสภาวะการปรับตัวในระดับปกติ ผลจากการทำงานของ 2 กลไกนี้จะแสดงออกมาเป็นพฤติกรรมกรรมการปรับตัวซึ่งเป็นพฤติกรรมซึ่งเป็นผลจากกลไกการควบคุมและกลไกการรับรู้ ประกอบด้วยองค์ประกอบ 4 ด้าน ได้แก่

2.1 ด้านร่างกาย (Physiological needs)

2.2 ด้านอัตมโนทัศน์ (Psychologic integrity)

2.3 ด้านบทบาทหน้าที่ (Role function)

2.4 ด้านสัมพันธ์พึ่งพาระหว่างบุคคล (Interdependence)

2.1 ด้านร่างกาย (Physiological needs) เป็นการตอบสนองของบุคคลทางด้านร่างกาย พฤติกรรมจะปรากฏออกมาเป็นการทำงานของเนื้อเยื่ออวัยวะและระบบซึ่งประกอบเป็นร่างกาย

ของมนุษย์ เพื่อตอบสนองความมั่นคงทางด้านร่างกาย (Physiologic integrity) ซึ่งพิจารณาได้จากการตอบสนองขั้นพื้นฐาน (Basic need) ได้แก่ ความต้องการพื้นฐานของร่างกาย เช่น ความต้องการออกซิเจน การกินดื่ม การขับถ่าย ภาวะโภชนาการ

2.2 ด้านอัตมโนทัศน์ (Self-concept) มนุษย์จำเป็นต้องมีความมั่นคงทางด้านจิตใจ (Psychic integrity) และสิ่งที่มีบทบาทสำคัญต่อการคงไว้ซึ่งความมั่นคงทางจิตใจคือ ความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองและความสัมพันธ์กับผู้อื่น

2.3 ด้านบทบาทหน้าที่ (Role function) การแสดงบทบาทหน้าที่ของบุคคลได้เหมาะสมกับบทบาทของตนเอง เช่น บุคคลสามารถเป็นทั้งบิดา หัวหน้างาน และสามี ทำให้คงไว้ซึ่งความมั่นคงทางสังคม (Social integrity) ในสถานการณ์ใดก็ตามที่บุคคลไม่สามารถปฏิบัติหน้าที่ตามบทบาทของตนได้ บุคคลต้องมีการปรับตัว เพื่อให้การแสดงบทบาทของตนเป็นไปตามปกติหากจะสำเร็จหรือไม่ขึ้นอยู่กับปัจจัยการปรับตัวของบุคคลนั้น

2.4 ด้านการพึ่งพาระหว่างกัน (Interdependence) เป็นการพึ่งพากันและกันระหว่างบุคคล ซึ่งหากบุคคลได้รับการยอมรับจากผู้อื่นและจากสังคมก็จะทำให้สามารถดำเนินชีวิตไปได้อย่างปกติสุข

ผู้วิจัยได้พัฒนาแบบวัดการปรับตัวในบริบทการระบาด COVID-19 จาก 4 องค์ประกอบดังที่กล่าวมานี้

งานวิจัยนี้เลือกใช้แบบวัดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากแนวคิดทฤษฎีการปรับตัวของ Roy (1999) และเพิ่มบริบทการระบาดของ COVID-19 สาเหตุที่เลือกใช้แบบวัดนี้เนื่องจากเป็นองค์ประกอบทั้ง 4 มิติของทฤษฎีและนิยามเข้ากับบริบทการปรับตัวของบุคลากรอุตสาหกรรมท่องเที่ยวที่ต้องปรับตัวให้เข้ากับการทำงานและใช้ชีวิตในภาวะการระบาดของ COVID-19 เนื่องจากการปรับตัวเป็นผลลัพธ์สุดท้ายในกระบวนการความเครียดหรือ A transactional Model of the Stress Process โดย (Lazarus & Folkman, 1984) และโมเดลการปรับตัวของ Roy และโมเดลกระบวนการความเครียดและการเผชิญปัญหาของ Lazarus มีความคล้ายคลึงกันในบางแง่ เช่น สิ่งเร้าที่เข้ามากระทบ ทำให้เกิดการเผชิญปัญหา และเกิดผลลัพธ์ในท้ายที่สุด ซึ่งอาจทำได้สำเร็จ หรือเกิดการป้อนกลับกระบวนการซ้ำ ซึ่งในช่วงการระบาดของ COVID-19 ความสามารถในการปรับตัวในอาชีพมีความสัมพันธ์กับความตั้งใจในการลาออก เมื่อการสนับสนุนทางสังคมในที่ทำงานสูง พนักงานที่มีความสามารถในการปรับตัวในอาชีพสูงจะแสดงความตั้งใจในการลาออกน้อยกว่าพนักงานที่มีความสามารถในการปรับตัวในอาชีพต่ำ (P. C. Lee, Xu, & Yang, 2021)

การศึกษากลยุทธ์การปรับตัวในการกักตัวของนักเรียนในช่วงการระบาดของ COVID-19 (Sivrikova et al., 2021) ในกลุ่มตัวอย่างนักเรียน 269 คน แบ่งเป็น 2 กลุ่มจากพฤติกรรมการปรับตัวระหว่างนักเรียนที่มีพฤติกรรมปรับตัวที่ดีกว่าโดยใช้การเผชิญปัญหาแบบ (Lazarus & Folkman, 1984) และอีกกลุ่มมีกลยุทธ์การปรับตัวที่ไม่เป็นที่นิยมนักเช่น การหลีกเลี่ยง (Avoidance coping) การวิจัยแนะนำว่าการหลีกเลี่ยงก่อให้เกิดความเครียดซึ่งควรลดระดับลง โดยใช้กรอบวิจัยโมเดลกระบวนการความเครียดและการเผชิญปัญหาของ (Lazarus & Folkman, 1984) โดยเน้นการเผชิญปัญหาเพื่อลดระดับความเครียดลงและทำให้เกิดสมดุลในชีวิต ซึ่งแบ่งเป็นการเผชิญปัญหา 2 แบบ 1.การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นแก้ไขปัญหา 2.การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นการปรับอารมณ์ และศึกษาการเผชิญปัญหาอีกโมเดลคือการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา (Approach) และแบบหลีกเลี่ยง (Avoidance) จากผลการศึกษาพบว่า นักเรียนชอบใช้กลยุทธ์ที่ชี้นำตนเอง (Self-direct) ในการเว้นระยะห่างทางสังคม ซึ่งนักเรียนมีความพร้อมที่จะเปลี่ยนแปลงตนเองโดยได้รับการกระตุ้นจากสิ่งแวดล้อม แสดงถึงพฤติกรรมที่สอดคล้องกับภายนอก ความเต็มใจที่จะปฏิบัติตามข้อจำกัดที่กำหนดโดยการหลีกเลี่ยง การระบาดใหญ่ของ COVID-19 และมาตรการกักกันตนเองที่ตามมาได้นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตของนักเรียน พวกเขาเปลี่ยนไปใช้การเรียนทางไกลและการสื่อสารออนไลน์กับเพื่อนและญาติ และการเรียนรู้ออนไลน์ก็เพิ่มความเครียดให้กับนักเรียน ผลการวิจัยพบว่า เพื่อปรับให้เข้ากับสภาวะที่เปลี่ยนแปลง นักเรียนชอบใช้กลยุทธ์ที่มุ่งเป้าไปที่การเปลี่ยนแปลงตนเอง (Self-change)

Rogers (1961) ได้ให้ทัศนะเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาบุคลิกภาพภายในตนให้สอดคล้องกับประสบการณ์ที่ได้รับ จะเน้นความสำคัญของ Self ในฐานะที่เป็นจุดหมายปลายทางของการพัฒนาบุคลิกภาพที่มีความสอดคล้องกลมกลืนกันระหว่างประสบการณ์ทั้งหมดของคนนั้น แนวคิดใหญ่ในทฤษฎีบุคลิกภาพที่ Rogers เสนอ “ทฤษฎีตัวตน Self-theory” ดังมีรายละเอียดต่อไปนี้ Rogers เชื่อว่ามนุษย์ทุกคนเป็นศูนย์กลางของประสบการณ์รอบตัวที่เปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลา รวมถึงการที่บุคคลได้รับรู้และมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น การประเมินผลนั้นก่อให้เกิด Self หรือ “โครงสร้างของตน” เป็นการรับรู้ตนเองในด้านต่างๆ บุคลิก ความสามารถ บทบาท ทัศนคติและค่านิยม ซึ่งบุคคลที่ปรับตัวได้คือบุคคลที่เป็นตัวเอง (Congruence) มีความสอดคล้องภายในตนเอง เข้าใจและยอมรับตนเองและผู้อื่นและรับรู้ประสบการณ์ต่างๆ ตามความจริง มีการรับรู้ตนเองในทางบวก และประสบการณ์โดยรวมทั้งหมดนั้นสอดคล้องกับ Self หรือโครงสร้างของตน

ส่วนบุคคลที่ปรับตัวไม่ได้ (Incongruence) คือมีความขัดแย้งระหว่างประสบการณ์ที่ได้รับและความไม่สอดคล้องภายในตนเอง ทำให้เกิดความเครียด วิตกกังวล และจะรับรู้ตนเองในทางลบ

Souny & Elder (2017) ได้นำเสนอทฤษฎีความต้องการการปรับเปลี่ยนทางจิตวิทยาในปี 2016 ในการสังเคราะห์เรื่องของการศึกษาข้อมูลจากผู้ป่วยมากกว่า 1,000 รายจากปี 2015 โดยเขาให้องค์ประกอบดังนี้

1. Hope in possibility ความหวังในความเป็นไปได้ที่จะเกิดขึ้น เช่น การหายจากโรค
2. Acknowledgment of an event ผู้ป่วยรับทราบเหตุการณ์ที่เกี่ยวข้องกับการป่วยเป็นโรคปลอกประสาทเสื่อมแข็ง (Multiple Sclerosis) และตอบสนองต่ออาการป่วยด้วยการแปลความหมายสำหรับตนเองอย่างไร
3. Realizing the need for choice, independence, dignity, & purpose ตระหนักถึงความจำเป็นในการเลือก ความเป็นอิสระ ศักดิ์ศรี และจุดประสงค์ของตนเอง
4. Acting on the need for choice, independence, dignity, & purpose กระทำตามความต้องการการเลือก ความเป็นอิสระ ศักดิ์ศรี และจุดประสงค์ของตนเอง
5. Psychological needs of character ความต้องการทางจิตวิทยาด้านการระบุลักษณะตัวตน

ในขณะที่มีความรู้ใหม่ๆ ออกมามากมาย แต่แบบวัดที่เป็นที่นิยมที่สุดก็คือ แบบวัด Coping & Adaptation Processing Scale (CAPS) โดยใช้กรอบการพัฒนาจาก the Roy adaptation model มักใช้ในการวัดผู้ป่วยซึ่งป่วยด้วยโรคต่างๆ ประกอบด้วยการวัด 5 องค์ประกอบ

1. แหล่งประโยชน์และการคิดเป็นระบบ (Resourceful & systematic)
2. พฤติกรรมทางกาย (Physical & fixed)
3. การตื่นตัวกับเหตุการณ์ (Alert processing)
4. การคิดอย่างเป็นระบบ (Systematic Processing)
5. การรับรู้เชิงบวก (Positive & knowing)

และต่อมามีผู้นำมาแปลเป็นภาษาไทยและลดจำนวนข้อคำถามลง เป็นแบบสอบถามวิธีในการปรับตัวฉบับย่อ (Thai version of Coping & Adaptation Processing Scale-Short Form 27 items) หรือ TCAPS โดยปรางทิพย์ ฉายพุทธ พัฒนามาจากแบบวัดฉบับเต็มภาษาไทยจำนวน 47 ข้อที่ผ่านกระบวนการแปลกลับ (Back translate) โดยนักวิจัยสาขาสุขภาพได้นำทฤษฎีการปรับตัวของ Roy มาปรับใช้ และพยาบาลผู้เชี่ยวชาญชั้นสูงก็ได้ใช้แบบวัดชนิดนี้ให้ผู้ถูกประเมิน

ตอบเอง โดยส่วนใหญ่เป็นแบบวัดใช้ในการศึกษาและการพยาบาล โดยมีองค์ประกอบ 4 องค์ประกอบ คือ

1. แหล่งประโยชน์และการคิดเป็นระบบ (Resourceful & systematic)
2. พฤติกรรมทางกาย (Physical & fixed)
3. การรับรู้เชิงบวก(Positive & knowing)
4. การตื่นตัวกับเหตุการณ์ (Alert processing)

ตารางต่อไปนี้เป็นตารางเปรียบเทียบผู้วิจัยที่นำทฤษฎีการปรับตัว Roy มาพัฒนาเป็นแบบวัดและการนำมาใช้วิจัยโดย (Russo, 2019) ซึ่งพัฒนาโดยใช้ทฤษฎี Middle-range theory และโมเดลการปรับตัว Roy (Alkrisat & Dee, 2014; Callista Roy, 2011; C. Roy & Chayaput, 2004)



ตาราง 1 การเปรียบเทียบผลการวิจัยโดยใช้ทฤษฎีการปรับตัวของ Roy โดย Russo (2019)

| ลำดับ | เปรียบเทียบผลการวิจัยโดยใช้ทฤษฎีการปรับตัวของ Roy โดย Sandra A. Russo (2019) | | | | | |
|-------|--|---|--|---|---|---------------------------------|
| | ชื่อผู้วิจัย และปีที่ ตีพิมพ์ | Physical Self Adaptation Behaviors ศึกษา 9 งานวิจัย | Self- Concept ศึกษา 8 งานวิจัย | Role Function Mode ศึกษา 7 งานวิจัย | Interdependence Mode ศึกษา 5 งานวิจัย | CAPS |
| 1 | (Akyil & Ergüney, 2013) | ศึกษาผู้ป่วย ในการฝึก ควบคุมการ หายใจและ เทคนิคการ ผ่อนคลายโดย พัฒนา เครื่องมือวัด ด้านสรีระ | ผลวิจัย self- adaptation ในผู้ป่วยดีขึ้น | ผู้วิจัยให้ โปรแกรม แทรกแซงใน ผู้ป่วยและทำ ให้ Well-being เพิ่มขึ้น | ไม่มี | ไม่ได้ ใช้แบบ วัด CAPS |
| 2 | (Azarmi & Farsi, 2015) | ผู้วิจัยให้ RAM guided education กับทหารผ่าน ศึกที่พิการ ท่อนล่าง โดย พบว่าทฤษฎี ของรอยส่งผล ทางบวกกับ การปรับตัว ของกลุ่ม ตัวอย่าง และ คุณภาพชีวิต | ไม่มี นัยสำคัญ ทางสถิติ | การศึกษาโดย ใช้ RAM เป็น หลักเพิ่ม ความรู้ของ ผู้ป่วยซึ่งได้ ส่งเสริม Role Function | ไม่มี | ไม่ได้ ใช้แบบ วัด CAPS |

ตาราง 1 (ต่อ)

| ลำดับ | เปรียบเทียบผลการวิจัยโดยใช้ทฤษฎีการปรับตัวของ Roy โดย Sandra A. Russo (2019) | | | | | |
|-------|--|--|--|---|---|-------------------------------------|
| | ชื่อผู้วิจัย และปีที่ ตีพิมพ์ | Physical Self Adaptation Behaviors ศึกษา 9 งานวิจัย | Self- Concept ศึกษา 8 งานวิจัย | RoleFunction Mode ศึกษา 7 งานวิจัย | Interdependence Mode ศึกษา 5 งานวิจัย | CAPS |
| 3 | (Azarmi & Farsi, 2015; Buckner & Holmes, 2007) | ค่าอัตราไหล ของอากาศ สูงสุดขณะ หายใจออก (PEF) แตกต่างกัน อย่างมากใน หมู่กลุ่ม ตัวอย่าง แสดงให้เห็น ถึงการปรับตัว ที่เพิ่มขึ้นใน การพัฒนา และความ รับมือชอบ | ไม่มี นัยสำคัญ ทางสถิติ (p = .7) | การรับรู้ ความสามารถ ของตนเองใน สังคมเพิ่มขึ้น อย่างมากจาก ก่อนเริ่มให้การ แทรกแซง จำนวนหก สัปดาห์ (p < .01). | ตั้งค่ายอบรม ผู้ปกครองที่มีความ รับมือชอบต่อบุตรที่ เป็นโรคหอบหืด โดย ระบุว่าความ รับมือชอบที่ประสบ ความสำเร็จคือ การบูรณาการผล ของการปรับตัวทั้งสิ้น องค์ประกอบของ รอย | ไม่ได้ ใช้ แบบ วัด CAPS |
| 4 | (DeSanto-Madeya, 2006) | นำการปรับตัว ของรอยมาใช้ เป็นกรอบการ ประเมินกลุ่ม ตัวอย่าง บาดเจ็บที่ กระดูกสันหลัง | โหมดแนวคิด ในตนเอง ของการ ปรับตัว Psychic integrity และ Unit path | ตัวแปรพันธะ ของความรัก การถูก พันธนาการกับ อาการบาดเจ็บ และการกลับสู่ สภาวะปกติ | การศึกษา ปรากฏการณ์วิทยา ของ ความหมายของ การใช้ชีวิตกับ ครอบครัวผู้ป่วย บาดเจ็บไขสันหลัง | ไม่ได้ ใช้ แบบ วัด CAPS |

ตาราง 1 (ต่อ)

| ลำดับ | เปรียบเทียบผลการวิจัยโดยใช้ทฤษฎีการปรับตัวของ Roy โดย Sandra A. Russo (2019) | | | | | |
|--|---|---|--|--|-------------------------------------|--|
| ชื่อผู้วิจัย และปีที่ ตีพิมพ์ | Physical Self Adaptation Behaviors ศึกษา 9 งานวิจัย | Self- Concept ศึกษา 8 งานวิจัย | RoleFunction Mode ศึกษา 7 งานวิจัย | Interdependence Mode ศึกษา 5 งานวิจัย | CAPS | |
| 5 (Farsi & Azarmi, 2016) | ให้โปรแกรม แทรกแซง RAM guided education ใน กลุ่มตัวอย่าง ทหารผ่านศึก ช่วยเพิ่มความ สามารถใน การปรับตัว และการเผชิญ ปัญหาชีวิต โดยใช้แบบวัด Lazarus & Folkman | ไม่มี | ไม่มี | การให้โปรแกรม แทรกแซงในระยะสั้น ไม่เพียงพอต่อการ เปลี่ยนแปลง | ไม่ได้ ใช้ แบบ วัด CAPS | |
| 6 (L. Y. K. Lee, Tsang, K. F., & Lee, 2011) | ประเมินการ ฝากครรภ์โดย พยาบาลใช้ เกณฑ์ในการ ประเมินผู้ป่วย การปรับตัวที่มี ประสิทธิภาพ และไม่มี ประสิทธิภาพ | กลุ่มตัวอย่าง คือพยาบาล ผดุงครรภ์ และ เครื่องมือ ใช้เป็นแนว ทางการ ฝึกฝน พยาบาล | การประเมิน เครื่องมือที่ใช้ใน คู่มือการ ปฏิบัติการ พยาบาลคลินิก ผดุงครรภ์ โดย ศึกษาบทบาท ปฐมภูมิ ทุติยภูมิ ตติยภูมิ | การประเมินโหมด การพึ่งพาซึ่งกันและ กันในสตรีมีครรภ์โดย พยาบาลแบ่งเป็น การปรับตัวที่มี ประสิทธิภาพและ ปรับตัวได้แต่ไม่มี ประสิทธิภาพ | ไม่ได้ ใช้ แบบ วัด CAPS | |

ตาราง 1 (ต่อ)

| ลำดับ | เปรียบเทียบผลการวิจัยโดยใช้ทฤษฎีการปรับตัวของ Roy โดย Sandra A. Russo (2019) | | | | | |
|-------|--|---|---|---|---|-------------------------------------|
| | ชื่อผู้วิจัย และปีที่ ตีพิมพ์ | Physical Self Adaptation Behaviors ศึกษา 9 งานวิจัย | Self- Concept ศึกษา 8 งานวิจัย | Role Function Mode ศึกษา 7 งานวิจัย | Interdependence Mode ศึกษา 5 งานวิจัย | CAPS |
| 7 | (Ordin, Karayurt, & Wellard, 2013) | นักวิจัยได้ พัฒนา เครื่องมือ สัมภาษณ์ ตามการ สำรวจการ ปรับตัวของ ผู้รับการปลูก ถ่ายอวัยวะ | ปัจจัยที่มีผล คือ 1.ความ กลัวการ ปฏิเสธ อวัยวะต่อ ใหม่ 2.ความรู้สึก ผิดต่อผู้ บริจาค อวัยวะ 3.ได้รับผล จากยาที่ใช้ ป้องกันการ ปฏิเสธ อวัยวะ | การวิเคราะห์ เนื้อหาปริมาณถึง การปรับตัวและ การระบุ พฤติกรรม ปรับตัวที่มี ประสิทธิภาพ กับการปรับตัว ได้แต่ไม่มี ประสิทธิภาพ ของผู้ป่วยปลูก ถ่ายตับ | ไม่มี | ไม่ได้ ใช้ แบบ วัด CAPS |
| 8 | (L. Y. K. Lee et al., 2011; Woods, 2011) | กลุ่มตัวอย่าง ผู้สูงอายุใน ชุมชนที่ได้รับ โปรแกรมการ แทรกแซงการ ปรับตัวดีขึ้น | ไม่มี นัยสำคัญ ทางสถิติ | ไม่มี | ไม่มี | ไม่ได้ ใช้ แบบ วัด CAPS |

ตาราง 1 (ต่อ)

| ลำดับ | เปรียบเทียบผลการวิจัยโดยใช้ทฤษฎีการปรับตัวของ Roy โดย Sandra A. Russo (2019) | | | | | |
|-------|--|--|---|--|---|---------------------------|
| | ชื่อผู้วิจัย และปีที่ ตีพิมพ์ | Physical Self Adaptation Behaviors ศึกษา 9 งานวิจัย | Self- Concept ศึกษา 8 งานวิจัย | Role Function Mode ศึกษา 7 งานวิจัย | Interdependence Mode ศึกษา 5 งานวิจัย | CAPS |
| 9 | (Woods, 2011) | มี ความสัมพันธ์ ระดับปาน กลางระหว่าง สิ่งเร้า abuse และปัจจัยของ โรค PTSD ใน การตอบสนอง ทางกายของ ผู้หญิงที่มี ประสบการณ์ ถูกล่วงละเมิด ทางร่างกาย และจิตใจและ เสี่ยงฆ่าตัว ตาย | เป็นตัวแปร ส่งผ่าน บางส่วน (Partially mediator) ระหว่างการ กระตุ้นการ ล่วงละเมิด และ PTSD | บทบาทหน้าที่ ไม่มีนัยทางสถิติ ในการลดระดับ ความสัมพันธ์ ระหว่าง สิ่งเร้าคือการ ล่วงละเมิดและ PTSD ความเครียด | ไม่มี | ใช้ แบบ วัด CAPS |

ที่มา : (Alkrisat & Dee, 2014; Chayaput et al., 2014; Roy, 2011; Roy, 2015; Sandra A .Russo, 2019)

ตาราง 2 เปรียบเทียบการวิจัยที่ใช้แบบวัดที่พัฒนาตามทฤษฎีการปรับตัวของ Roy (1984) by Russo (2019)

| ลำดับ | เปรียบเทียบการวิจัยที่ใช้แบบวัด CAPS ที่พัฒนาตามทฤษฎีการปรับตัวของรอย by Sandra A. Russo (2019) | | | | |
|-------|--|-----|--|-----------------------|--|
| | ผู้วิจัย/ปี/ประเทศ/จำนวนข้อ | N | ศึกษา | ค่า Cronbach's alpha | ปัจจัยที่นำมาวิเคราะห์ |
| 1 | (Alkrisat & Dee, 2014) อเมริกา CAPS 47 ข้อ | 199 | ศึกษาแบบวัด CAPS 47 ข้อ | .81 ($p < .001$) | Factor1 -Resourceful and Focused |
| 2 | (Barone, 2008) อเมริกา CAPS 47 ข้อ | 123 | วิเคราะห์ CAPS 47 ข้อ แบบ Secondary analysis | .94 ($p < .05$) | Factor 2 - Physical and Fixed Factor3 - Alert Processing |
| 3 | (C. Roy & Chayaput, 2004) ปรับปรุง 2014 ไทย TCAPS 27 ข้อ ฉบับสั้น | 85 | ศึกษาการเผชิญปัญหาในผู้ดูแลผู้ป่วยสมองพิการ | .89 ($p = .043$) | Factor4 - Systematic Processing Factor 5 - Knowing and Relating |
| 4 | (Lazcano-Ortiz, 2008) เม็กซิโก CAPS 47 ข้อ | 200 | ศึกษาการเผชิญปัญหาในผู้ป่วยโรคเบาหวาน | .93 ($p < .05$) | |
| 5 | (Pérez-Giraldo, 2012) โคลัมเบีย CAPS 47 ข้อ | 100 | ศึกษาการเผชิญปัญหาในผู้ป่วย HIV/AIDS | .88 ($p = .02$) | |
| 6 | (Zhan, 2000) อเมริกา CAPS 47 ข้อ | 130 | ศึกษาการเผชิญปัญหาในผู้ป่วยที่ | .56 to .89. | |

มีปัญหาทางการ

ได้ยิน

ที่มา : (Alkrisat & Dee, 2014; Chayaput et al., 2014; Roy, 2011; Roy, 2015; S&ra A .Russo, 2019)

จากตาราง 2 สรุปได้ว่ามีการใช้แบบวัด CAPS กับกลุ่มตัวอย่างผู้ป่วยในหลายประเทศโดยใช้โครงสร้างของการเผชิญปัญหาและการปรับตัวของ Roy (1999) (Alkrisat & Dee, 2014; Barone et al., 2008; Chayaput et al., 2014; Lazacano-Ortiz et al., 2008; Perez-Giraldo et al., 2012; Roy et al., 2016)

แบบวัดการปรับตัว พัฒนาโดยผู้วิจัยตามแนวคิดของ Roy (1999) จำนวนทั้งหมด 14 ข้อ โดยมีแบบมาตราวัดแบบของลิเคิร์ต (Likert Scale) 5 ระดับ ตั้งแต่ 1 = แทบไม่เคย 2 = นานๆ ครั้ง 3 = เป็นบางครั้ง 4 = ค่อนข้างบ่อย 5 = เสมอ ประกอบด้วยข้อคำถามทางบวก 13 ข้อ ข้อคำถามทางลบ 1 ข้อ

แนวคิดเกี่ยวกับการเผชิญปัญหา

2.2.1 ความหมายของการเผชิญปัญหา

ในภาษาไทยมีการใช้คำศัพท์แปลความหมายของคำว่า Coping ดังต่อไปนี้ การเผชิญปัญหา การเผชิญความเครียด กลยุทธ์การเผชิญปัญหา โดยในงานวิจัยนี้เลือกใช้คำว่า การเผชิญปัญหา ตามนิยามของ (Lazarus & Folkman, 1984) ซึ่งให้ความหมายว่า การเผชิญปัญหา เป็นความสามารถ (Ability) และพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงอย่างไม่หยุดยั้ง เพื่อจัดการกับปัญหาและความต้องการทั้งจากภายใน (Internal) และภายนอกตนเอง (External) เมื่อบุคคลได้ทำการประเมินแล้วว่าสิ่งที่ประสบเป็นการคุกคาม (Threat) หรือทำให้เกิดการสูญเสีย (Harm/Loss) บุคคลจะทำการประเมินและจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นโดยมี 2 องค์ประกอบคือ

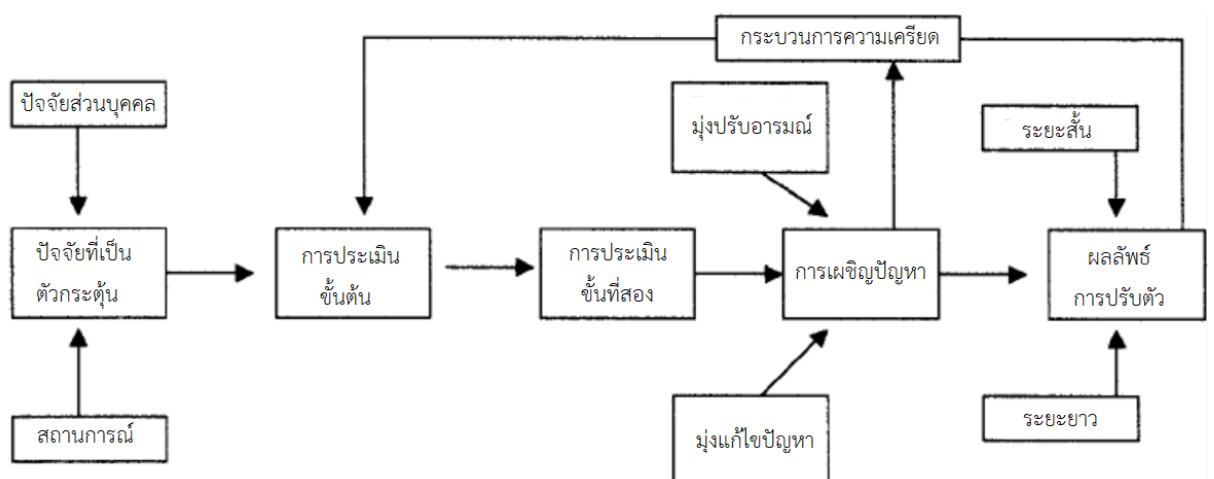
1. การเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ไขปัญหา
2. การเผชิญปัญหาแบบเน้นการปรับอารมณ์

ต่อมานักวิจัยได้เสนอโมเดลกระบวนการของความเครียด A Transactional Model of the Stress Process โดย (Slavin, 1991) ที่ได้พัฒนาตามทฤษฎีความเครียดของ (Lazarus &

Folkman, 1984) ประกอบด้วย องค์ประกอบหลัก 5 ประการ คือ (1) การเกิดเหตุการณ์ที่อาจก่อให้เกิดความเครียด (Occurrence of a Potentially Stressful Event) (2) การประเมินขั้นต้น (Primary Appraisal) (3) การประเมินขั้นที่สอง (Secondary Appraisal) (4) การเผชิญปัญหา (Coping) (5) ผลลัพธ์ของการปรับตัว (Adjustment outcome) ตรงข้ามกับการเผชิญปัญหาในเชิงบวกของ (Lazarus & Folkman, 1984) นักวิจัยได้ให้ความหมายการเผชิญปัญหาเชิงลบ (Negative coping) หรือ (Maladaptive coping) (Bippus & Young, 2012) เพิ่มเติมว่าเป็นอันตรายต่อสุขภาวะที่ดี (Well-being) เช่น Emotional numbing การเว้นระยะห่างทางอารมณ์ที่เราแยกตัวเราออกจากความสัมพันธ์และการสื่อสารระหว่างบุคคล Escape & avoidance การหนีและหลีกเลี่ยง Unhealthy comfort zone การเผชิญปัญหาด้วยการเข้าสู่ Comfort zone ด้วยการทานอาหารเป็นจำนวนมาก การเล่นอินเทอร์เน็ตเป็นเวลานาน นับเป็นการแสวงหาการเยียวยาและความสบายใจเป็นรูปแบบการเผชิญปัญหาที่ไม่ดีต่อร่างกายและจิตใจ

2.2 แนวคิดของการเผชิญปัญหา

งานวิจัยนี้ใช้โมเดลกระบวนการความเครียดและการเผชิญปัญหาของ (Transactional stress model) Lazarus & Folkman (1984) อธิบายการเกิดความเครียดและขั้นตอนต่างๆ ก่อนเข้าสู่ผลลัพธ์คือการปรับตัวโดยมีรายละเอียดดังภาพประกอบ 2



ภาพประกอบ 2 โมเดลกระบวนการความเครียดและการเผชิญปัญหาของ (Transactional stress model) Lazarus & Folkman (1984)

โมเดลกระบวนการความเครียดและการเผชิญปัญหาของ Lazarus & Folkman (1984) มีรายละเอียดดังนี้

1. ปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียด (Occurrence of a Potentially Stressful Event) เหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นถือเป็นสิ่งเร้าที่มากกระตุ้นให้เกิดความเครียดได้ และจะมีความหมายมากน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับการประเมินของบุคคล (Lazarus & Folkman, 1984) เช่นการตงงาน การหย่าร้าง การระบาดของ COVID-19 เป็นต้น

2. การประเมินขั้นต้น (Primary Appraisal) เป็นการประเมินเหตุการณ์ในสภาพแวดล้อมของบุคคล เมื่อบุคคลประสบเหตุการณ์นั้นก็จะมีถามตนเองว่า “เหตุการณ์นี้ทำให้ฉันเกิดปัญหาหรือไม่” โดยแบ่งการรับรู้ว่าเป็น 3 ลักษณะ ได้แก่

2.1 อันตรายหรือสูญเสีย (Harm or Loss) เป็นการประเมินผลของเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นด้านลบ ว่าเหตุการณ์นั้นก่อให้เกิดอันตรายต่อร่างกายทรัพย์สิน หรือสูญเสีย เช่น อันตรายของการระบาดของไวรัส การสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก เป็นต้น

2.2 การคุกคาม (Threat) เป็นการคาดคะเนและประเมินเหตุการณ์ที่ประสพว่าเป็นการคุกคามหรือไม่

2.3 การท้าทาย (Challenge) เป็นการประเมินเหตุการณ์โดยที่บุคคลคิดว่าสามารถจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นได้ ทางบวก เป็นการประเมินว่าเหตุการณ์ท้าทายความสามารถ

3. การประเมินขั้นที่สอง (Secondary Appraisal) จะมีการประเมินสถานการณ์ในลักษณะเป็นอันตราย หรือสูญเสีย (Threat, Harm, Loss) เป็นการคุกคามหรือเป็นการท้าทาย (Challenge) นั้น เช่น ถามตนเองว่า “ฉันจะสามารถทำอะไรในเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นได้บ้าง” ในการประเมินขั้นที่สอง หากบุคคลประเมินว่าสามารถที่จะจัดการกับเหตุการณ์นั้นได้ด้วยตนเอง การประเมินขั้นที่สองจึงเป็นการประเมินว่า เหตุการณ์นั้นมีลักษณะท้าทาย (Challenge) ความเครียดจะไม่เกิดขึ้น บุคคลได้ประเมินแล้วพบว่าแก้ไขปัญหาโดยตนเองไม่ได้ เช่นขาดการสนับสนุนทางสังคมและไม่สามารถแก้ไขได้ด้วยแนวทางอื่นและมองไม่เห็นทางออก

4. การเผชิญปัญหา (Coping Efforts) เมื่อถึงขั้นนี้บุคคลจะเข้าจัดการกับปัญหาด้วยการเผชิญปัญหา เมื่อบุคคลต้องเผชิญต่อเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดหรือปัญหาที่ท้าทายแล้ว ก็ถึงขั้นของการลงมือดำเนินการจัดการกับปัญหาหรือความเครียดที่มีซึ่งเรียกว่า การเผชิญปัญหา

หรือการเผชิญความเครียด กลยุทธ์การจัดการกับความเครียด หรือทนต่อความต้องการทั้งภายในและภายนอกที่เกิดจากเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด และวิธีจัดการกับความเครียด แบ่งโดยทั่วไปได้ 2 แบบ Lazarus & Folkman (1984) ดังภาพประกอบ 2

2.2.1 องค์ประกอบของการเผชิญปัญหา (Coping)

1. การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา (Problem-Focused Coping) การเผชิญปัญหาตามแนวคิดของ Lazarus & Folkman (1984) องค์ประกอบของการเผชิญปัญหาพบว่ามี 2 องค์ประกอบหลักและ 8 องค์ประกอบย่อย โดยแบ่งเป็น 1. การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่การแก้ไขปัญหา มี 5 องค์ประกอบย่อย ได้แก่

- 1.1 การเผชิญหน้ากับปัญหา
- 1.2 การถอยห่าง
- 1.3 การค้นหาแหล่งสนับสนุนทางสังคม
- 1.4 การวางแผนแก้ปัญหา
- 1.5 การประเมินเชิงบวก

เป็นความพยายามในการแก้ปัญหาโดยเน้นที่การแก้ไขปัญหาโดยตรง โดยปัญหาอาจจะเกิดจากสภาพแวดล้อมหรือที่ตนเอง เช่น ในการวิจัยนี้จะหมายถึงการเผชิญปัญหาที่มุ่งเน้นแก้ไขปัญหา เช่น สภาพการทำงานที่เปลี่ยนไปจากการระบาดของ COVID-19 บุคคลแก้ปัญหาด้วยการทำงานจากที่บ้าน เป็นต้น

2. การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นการจัดการกับอารมณ์ (Emotion-Focused Coping) จะแตกต่างออกไปโดยมี 3 องค์ประกอบย่อย ได้แก่

- 2.1 การควบคุมตนเอง
- 2.2 การแสดงความรับผิดชอบ
- 2.3 การหลีกเลี่ยง

การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์เป็นความพยายามที่จะจัดการกับอารมณ์ทางลบทั้งหลายที่เข้ามาปะทะจิตใจ เช่น ความวิตกกังวลต่อการระบาดของ COVID-19 ความไม่สบายใจที่เห็นตัวเลขผู้ป่วยและผู้เสียชีวิตสูงขึ้นรายวัน กลวิธีที่ใช้อาจเป็นการระบายออกทางอารมณ์ การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อได้รับกำลังใจ การพูดคุยปรับทุกข์กับเพื่อน หรือคนในครอบครัว การทำงานอดิเรก โดยทั่วไป บุคคลจะใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาในกรณี que เห็นว่า ตนสามารถจะจัดการกับปัญหาได้ และมักจะใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ เมื่อเห็นว่าปัญหานั้นเกินกว่าจะแก้ไขได้ เช่น เมื่อจัดการกับการระบาดของไวรัสด้วย

ตนเองไม่ได้ ก็มุ่งจัดการกับอารมณ์ให้สมดุล ไม่วิตกกังวลจนเกินไป อาจลดการติดตามข่าวทางโซเชียลมีเดียเป็นต้น

การเผชิญปัญหาที่จะให้ผลที่ดีที่สุด คือการใช้กลวิธี ทั้ง 2 แบบดังกล่าว ให้ช่วยเสริมซึ่งกันและกัน นำไปสู่การจัดการกับปัญหาได้อย่างราบรื่นและมีประสิทธิภาพ ในการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาหลายงานวิจัย เช่น การศึกษาเรื่องความกังวลเรื่องสุขภาพ การรับรู้ถึงความเครียด และรูปแบบการเผชิญปัญหากลางใต้เงาของ COVID-19 การศึกษาในกลุ่มนักเรียน 1,320 คน (Garboczy et al., 2021) ระบุว่าระดับการรับรู้ความเครียดเพิ่มขึ้นในช่วงเหตุการณ์สำคัญในชีวิต (Stressful life event) สามารถเพิ่มขึ้นได้หากมีการเผชิญปัญหา (Coping) ในระดับที่ไม่เพียงพอ เช่น การแยกตัว Home Isolation การอยู่ต่างประเทศหรือห่างจากครอบครัว การใช้วิธีเผชิญปัญหาที่เหมาะสม และเตรียมตนเองให้มีทักษะการเผชิญปัญหาและการจัดการความเครียดที่จำเป็น สามารถบรรเทาระดับการรับรู้ความเครียดและความวิตกกังวลในระดับสูงลงได้ สอดคล้องกับการศึกษาเรื่องการรับรู้ความเครียดและกลยุทธ์การเผชิญปัญหาในช่วงการระบาดของ COVID-19 ในหมู่นักศึกษาสาธารณสุขและเวชศาสตร์ป้องกันในเวียดนาม (Thai, Le, Huynh, Pham, & Bui, 2021) โดยใช้แบบวัดการรับรู้ความเครียดของ (Cohen et al., 1983) แม้ว่านักศึกษาจะรายงานความรู้ ทักษะ และทักษะที่ค่อนข้างดีในการเผชิญปัญหาแบบปรับตัว (Adaptive coping strategies) แต่พวกเขาก็ประสบกับความเครียดในระดับสูงในช่วงการระบาดใหญ่ของ COVID-19 ในขณะที่การรับรู้ความเครียดและกลยุทธ์การเผชิญปัญหาในหมู่นักศึกษาวิทยาศาสตร์สุขภาพระดับปริญญาตรีของมหาวิทยาลัย Jimma ประเทศเอธิโอเปียในการระบาดของ COVID-19: แบบสำรวจภาคตัดขวางออนไลน์ (Awoke et al., 2021) การศึกษานี้ใช้แบบวัดการรับรู้ความเครียดของ (Cohen et al., 1983) นักศึกษาร้อยละ 35.9 มีการรับรู้ความเครียดในระดับสูง ใช้การเผชิญหน้าแบบมุ่งเผชิญหน้า (Approach coping) โดยระดับการรับรู้ความเครียดได้รับผลจากตัวเลขยอดผู้ติดเชื้อและตายรายวันในประเทศเอธิโอเปีย นักศึกษากำลังฝึกวิธีรับมือการเผชิญปัญหาความเครียดอย่างมีประสิทธิภาพ โดยผู้วิจัย Awoke แนะนำว่ามหาวิทยาลัยควรร่วมมือกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องพัฒนากลยุทธ์ที่เป็นนวัตกรรมเพื่อปรับปรุงสุขภาพจิตวิทยาของนักศึกษาต่อไป

5. ผลลัพธ์ของการปรับตัว (Adaptational Outcomes) (Lazarus & Folkman, 1984) จำแนกผลการปรับตัวต่อความเครียด ซึ่งอาจเป็นผลระยะสั้น (Short-term outcomes) หรือระยะยาว (Long-term outcomes) เป็นผลลัพธ์ที่เกิดจากการเผชิญความเครียดไว้ 3 ด้าน คือ

5.1 ผลทางด้านสังคม (Social functioning) เป็นผลการปรับตัวต่อความเครียดที่บุคคลตอบสนองบทบาทต่าง ๆ ของตนในสังคม เช่นบุคคลสามารถเป็นได้ทั้งบิดา หัวหน้างาน และสามี ถ้าเกิดว่าไม่สามารถปรับตัวได้ก็จะทำให้เกิดความเครียด

5.2 ผลทางด้านจิตใจ (Morale) เป็นการรับรู้ในชีวิตประจำวันว่าเป็นอย่างไร มีความสุขหรือความทุกข์ปรับตัวปรับจิตใจได้หรือไม่

5.3. ผลต่อสุขภาพกาย (Somatic illness) ความเครียดในระยะเรื้อรังสามารถก่อให้เกิดผลต่อสุขภาพทางกายได้ ไม่ว่าจะเป็นการปวดท้อง ใจสั่น ตาพร่า หรือใช้ชีวิตประจำวันได้ไม่เหมือนเดิม ปฏิสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นในองค์ประกอบหลักทั้ง 5 ประการ ไม่ได้เกิดขึ้นตามลำดับ จากการเกิดเหตุการณ์ที่อาจก่อให้เกิดความเครียดไปสู่การประเมินขั้นต้นอีกครั้งหนึ่ง

โดยการวิจัยนี้ได้นำกระบวนการความเครียดของ Lazarus & Folkman (1984) มาปรับใช้ดังนี้ A transactional stress model โดย Lazarus & Folkman (1984) คือ

1. Influencing Factors สิ่งทีกระตุ้นให้เกิดความเครียด โดยจะนำสถานการณ์ Situation และ Personal เป็นสิ่งกระตุ้นส่วนบุคคลที่ก่อให้เกิดความเครียดรวมกันเป็นการศึกษาระดับการรับรู้ความเครียดในบริบทการระบาดของ COVID-19

2. Coping การเผชิญปัญหาเพื่อศึกษาพนักงานอุตสาหกรรมท่องเที่ยวใช้การปรับตัวอย่างไรบ้างในการระบาดของไวรัสโดยแบ่งเป็น 2 องค์ประกอบดังนี้ พนักงานอุตสาหกรรมท่องเที่ยวอาจเลือกการเผชิญปัญหาอย่างใดอย่างหนึ่งในการนำมาใช้เผชิญปัญหา หรืออาจใช้สองแบบผสมผสานกันซึ่งได้ผลลัพธ์ที่ดีกว่า

2.1 ด้านการเผชิญความเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา (Problem Solving Coping)

2.2 ด้านการเผชิญความเครียดแบบจัดการกับอารมณ์ (Emotional Focused Coping)

3. Adaptational Outcomes ผลลัพธ์ของการปรับตัว งานวิจัยนี้ศึกษาการปรับตัวของพนักงานอุตสาหกรรมท่องเที่ยวว่ามีระดับการปรับตัวในระดับใด มีการรับรู้ความเครียดเป็นตัวแปรต้น และการเผชิญปัญหาเป็นตัวแปรส่งผ่าน

2.3 การวัดการเผชิญปัญหา

Cook & Heppner (1997) ได้ตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือการวัดการเผชิญปัญหาจากแบบวัดการเผชิญปัญหา 3 แบบ ได้แก่ แบบวัดการเผชิญปัญหา (COPE) ของ Carver, Scheier และ Weintraub (1989) แบบวัดกลวิธีการเผชิญปัญหา (Coping Strategies Inventory) ของ (Tobin, Holroyd, Reynolds & Wigal, 1989) และแบบวัดการเผชิญปัญหาในสถานการณ์ที่กดดัน (Coping Inventory for Stressful Situation) ของ (Endler & Parker 1994) โดยเครื่องมือวัดทั้ง

สามมีความสอดคล้องกันในการอธิบายคุณลักษณะโดยรวมของกลวิธีการเผชิญปัญหาที่แบ่งออกเป็น 3 แบบคือ

1. การมุ่งจัดการกับปัญหา (Problem Engagement)
2. การแสวงหาการสนับสนุนทางอารมณ์และสังคม (Social/Emotional Support)
3. การหลีกเลี่ยง (Avoidance) ซึ่งวิธีการเผชิญปัญหา 3 แบบนี้มีความสัมพันธ์กับกลวิธีการ

การเผชิญปัญหา 26 ด้าน สามารถจำแนกให้เห็นถึงรูปแบบการเผชิญปัญหา 3 รูปแบบหลัก โดยกลวิธีการเผชิญปัญหาทั้ง 26 ด้าน มีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับรูปแบบหลักในลักษณะใดลักษณะหนึ่งโดยเฉพาะ ดังนี้

1. การมุ่งจัดการกับปัญหา (Problem Engagement) โดยเน้นปัญหาที่สามารถจัดการได้ด้วยตนเอง วิเคราะห์แล้วว่าปัญหานั้นๆ สามารถทำให้หายไปได้
2. การหาแรงสนับสนุนทางอารมณ์และสังคม (Social/Emotional Support) การแสวงหาการสนับสนุนทางอารมณ์จากเพื่อน คนรัก ครอบครัว
3. การหลีกเลี่ยง (Avoidance) จากการศึกษาวิจัยพบว่า มีกลุ่มตัวอย่างบางส่วนเลือกใช้วิธีหลีกเลี่ยงในการเผชิญปัญหาซึ่งอาจสัมพันธ์กับบุคลิกภาพหรือการตัดสินใจเลือกวิธีการเผชิญปัญหานี้ ในบางครั้งรวมไปถึงการใช้สุราและหรือยาเสพติดเพื่อหนีความเป็นจริง ทำให้รู้สึกดีขึ้นได้ชั่วคราวแต่ไม่สามารถแก้ปัญหาที่แท้จริงได้ ในการศึกษาวิจัยการรับรู้ความเครียด (Perceived stress) การเผชิญปัญหา (Coping) และการปรับตัว (Adjustment) ในวัยรุ่นซึ่งตรงกับตัวแปรของผู้วิจัยแม้ว่าจะไม่ได้ศึกษาในบริบทของการระบาดไวรัสเนื่องจาก Petra Hampel & Franz Petermann ศึกษาในปี 2006 โดยศึกษากลุ่มตัวอย่างวัยรุ่นแบ่งแยกตามเพศ : นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 มีระดับ Maladaptive coping ที่ต่ำกว่า และ Adaptive coping ที่ดีกว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 และ 7 เด็กผู้หญิง ประเมินว่ามีการรับรู้ถึงความเครียดระหว่างบุคคล (Perceived Stress) มากกว่าและใช้การสนับสนุนทางสังคม (Social support) มากกว่าเด็กผู้ชาย นอกจากนี้ เด็กผู้หญิงยังได้คะแนนสูงกว่าเด็กผู้ชายในการเผชิญปัญหาที่ไม่เหมาะสม Maladaptive coping strategy และ Emotional distress การเผชิญปัญหาโดยเน้นการแก้ไขปัญหาและเน้นการปรับอารมณ์มีความสัมพันธ์เชิงลบกับปัญหาทางอารมณ์และพฤติกรรม ในขณะที่การรับรู้ความเครียดและการเผชิญปัญหาที่ไม่เหมาะสมมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับปัญหาการปรับตัว ความสัมพันธ์เหล่านี้มีนัยยะทางสถิติในเพศหญิงมากกว่าในเพศชาย ผลลัพธ์เพิ่มเติมระบุว่า การเผชิญปัญหา คือ มีสัมพันธ์กับการปรับตัวทางจิตใจ (Psychological adjustment) มากกว่า ความเครียด (Stressor) ในการแบ่งแยกการเผชิญปัญหานั้นเป็น การเผชิญ

ปัญหาโดยตรง (Direct coping modes) เช่น การเผชิญหน้าแบบมุ่งแก้ไขปัญหา (Problem-focused coping) และ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเผชิญหน้า (Approach coping) ในขณะที่การเผชิญปัญหาแบบอ้อม (Indirect coping modes) คือ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นการปรับอารมณ์ (emotion-focused coping) การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง (Avoidance coping)

งานวิจัยนี้เลือกใช้ แบบวัดการเผชิญปัญหา ของ Lazarus & Folkman (1984) แบบสัณ เป็นแบบวัดประเมินตนเอง (Self-Report) โดยเป็นมาตราประเมินค่า (Rating Scale) ตามแบบลิเคิร์ต (Likert Scale)

แบบประเมินการเผชิญปัญหาแบบแปลไทย เป็นแบบประเมินที่ อนุพงษ์ จันทรจุฬา และชัยพฤกษ์ ชำนาญ (2559) พัฒนาขึ้นเมื่อผู้วิจัยเผชิญสถานการณ์ที่เครียดโดยใช้กรอบแนวคิดของ (Lazarus & Folkman, 1984) เป็นแบบสอบถามมีจำนวนคำถามรวม 27 ข้อ ฉบับไทยค่า Cronbach Alpha = 0.83 แบบวัดประเมินการเผชิญความเครียดแบ่งออกเป็น 2 ด้าน ประกอบด้วย คือ

1. ด้านการเผชิญความเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา
2. ด้านการเผชิญความเครียดแบบจัดการกับอารมณ์

โดยแบบวัดการเผชิญความเครียดแบ่งออกเป็นหลายองค์ประกอบ เลือกรีวิว 2 ด้านนี้ เพราะสอดคล้องกับแบบวัดขนาดสั้นที่นำมาใช้วิจัย

ให้คะแนนตามความบ่อยครั้งของการเผชิญความเครียดแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ตั้งแต่ 0 ถึง 4

ตัวอย่างข้อคำถาม เช่น

“ฉันกำหนดเป้าหมายในการแก้ปัญหาอย่างชัดเจน”

เป็นตัวอย่างข้อคำถามในองค์ประกอบ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา (problem focused coping)

“ฉันสวดมนต์ อธิษฐาน ละหมาด ขอพรจากพระเจ้าและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่เคารพนับถือ”

เป็นตัวอย่างข้อคำถามในองค์ประกอบ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ (emotion focused coping)

Cook & Heppner (1997) ได้ตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือการวัดการเผชิญโดยเปรียบเทียบแบบวัดการเผชิญปัญหา 3 แบบวัด 1.แบบวัดการเผชิญปัญหา (COPE) Carver, Scheier & Weintraub (1989) 2.แบบวัดกลวิธีการเผชิญปัญหา (Coping Strategies Inventory) ของ (Tobin, Holroyd, Reynolds & Wigal, 1989) 3.แบบวัดการเผชิญปัญหาในสถานการณ์ที่

กอดัน (Coping Inventory for Stressful Situation) โดย (Endler & Parker (1994) เปรอมพร
มันส์มอได้เพิ่มการเปรียบเทียบแบบวัดการเผชิญปัญหาของสุภาพรณ โคตรจรัสเพิ่มอีก 2 แบบ
วัด และผู้วิจัยเพิ่มการเปรียบเทียบแบบวัดการเผชิญความเครียดของ Jalowiec (The Jalowiec
Coping Scale, JCS) Jalowiec, (1988) ดังนี้

ตาราง 3 การเปรียบเทียบแบบวัดการเผชิญปัญหาโดย Cook & Heppner (1997)

| การเปรียบเทียบแบบวัดการเผชิญปัญหาโดย Cook & Heppner (1997) | | | | |
|--|--|--|---|--|
| ลำดับ | ชื่อแบบประเมิน | คณะผู้วิจัย/ปี | ด้านที่วัด | ข้อแตกต่าง |
| 1 | แบบวัดการเผชิญ ปัญหา | Lazarus, 1961) Lazarus & Folkman, 1984) | 1.การมุ่งเน้นการแก้ไข ปัญหา 2.การมุ่งเน้นการ ปรับอารมณ์ | เป็นที่นิยมใช้กันโดยทั่วไป มี 8 องค์ประกอบย่อย |
| 2 | แบบวัดการเผชิญ ปัญหา (COPE) | (Carver, Scheier, & Weintraub, 1989) | ได้รวบรวมวิธีการเผชิญ ปัญหาโดยศึกษาตาม ทฤษฎี (Lazarus & Folkman, 1984) | การเผชิญปัญหาแบบ (Active Coping) การเผชิญปัญหาแบบ (Passive Coping) |
| 3 | แบบวัดการเผชิญ ความเครียดของ จาโลวีก (The. Jalowiec Coping Scale, JCS) | (Jalowiec, 1985) 36 ข้อ แปลเป็น ภาษาไทยโดย นิตยา สุทธายากร (2531) | 1.ด้านการมุ่งแก้ปัญหา 13 ข้อ 2.ด้านการจัดการกับ อารมณ์ 9 ข้อ 3.ด้านบรรเทาความรู้สึก 14 ข้อ | นิยมใช้แบบวัดในผู้ป่วย ญาติผู้ป่วย และผู้ดูแล |
| 4 | แบบวัดกลวิธีการ เผชิญปัญหา (Coping Strategies Inventory,CSI) | (Tobin, Holroyd, Reynolds, & Wigal, 1989) ฉบับสั้น 16 ข้อ | 1. Problem-focused มุ่งเน้นการแก้ปัญหา 2. Emotion-focused มุ่งเน้นการปรับอารมณ์ | ขึ้นอยู่กับเป้าหมายการ เผชิญปัญหา (Coping target) และทิศทางของ การตอบสนอง |

ตาราง 3 (ต่อ)

| การเปรียบเทียบแบบวัดการเผชิญปัญหาโดย Cook & Heppner (1997) | | | | |
|--|---|--|--|--|
| ลำดับ | ชื่อแบบประเมิน | คณะผู้วิจัย/ปี/ข้อ | ด้านที่วัด | ข้อแตกต่าง |
| 5 | แบบวัดการเผชิญปัญหาสถานการณ์ที่กดดัน (Coping Inventory for Stressful Situation, CISS) | (Parker & Endler, 1992) 48 ข้อ | แบบประเมินตนเองวัดอารมณ์ Emotion, งาน Task-, การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง | 'task-oriented', 'emotion-oriented', 'avoidance-riented coping การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง |
| 6 | แบบวัดการเผชิญปัญหา | (สุภาพวรรณ โคตรจรัส, 2539) 30 ข้อ | วัดกลวิธีการเผชิญปัญหา 15 ด้าน วัดรูปแบบการเผชิญปัญหา 3 แบบ | ได้พัฒนาแบบวัดฉบับสั้นตามแนวของ Carver, Scheier และ Weintraub |
| 7 | แบบวัดการเผชิญปัญหา | (สุภาพวรรณ โคตรจรัส และ ชุมพร ยงกิตติกุล, 2545) 40 ข้อ วัดวิธีเผชิญปัญหา 18 ด้าน | วัดการเผชิญปัญหา 3 รูปแบบได้แก่ 1.การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา 2.การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม | พัฒนาจากแบบวัดเดิมเพื่อนำมาวิจัยการอบรมเลี้ยงดู ละรูปแบบการเผชิญปัญหาของนักเรียนมัธยมศึกษา (พรรณทิพย์ ศิริวรรณบุศย์ และคณะ, 2545; สุภาพวรรณ โคตร |

| | |
|----------------------------------|------------------------------------|
| 3.การเผชิญปัญหาแบบ หลีกเลี่ยง | จรัส และชุมพร ยงกิตติกุล, 2545) |
|----------------------------------|------------------------------------|

ที่มา : ปรับปรุงจาก เปรมพร มั่นเสมอ, (2545)

งานวิจัยนี้ผู้วิจัยเลือกใช้แบบวัดตามแนวทฤษฎีการเผชิญปัญหาของ Lazarus (1966; Lazarus & Folkman, 1984) เนื่องจากเป็นแบบวัดที่ใช้กันแพร่หลายและครอบคลุมหลายมิติและสอดคล้องกับโมเดลกระบวนการความเครียดของ Lazarus & Folkman (1984) ตัวแปรการรับรู้ความเครียดและตัวแปรการปรับตัว

2.3 แนวคิดเกี่ยวกับการรับรู้ความเครียด

2.3.1 ความหมายของการรับรู้ความเครียด

การรับรู้ความเครียด (Perceived stress) หมายถึงการรับรู้ของบุคคลถึงความไม่สมดุลที่เกิดจากกระบวนการรับรู้ หรือกระบวนการประเมินของบุคคลที่มีต่อสิ่งเร้าที่เข้ามาในประสบการณ์ว่าสิ่งนั้นเป็นสิ่งที่คุกคาม โดยที่การรับรู้เป็นผลมาจากการกระทำร่วมกันของสภาพแวดล้อมภายนอกกับปัจจัยภายในตัวของบุคคลนั้น เช่นสภาพแวดล้อมเศรษฐกิจที่เปลี่ยนแปลงไป สภาพอารมณ์ที่เกิดจากการเว้นระยะห่างทางสังคมเนื่องจากการระบาดของไวรัสเป็นต้น เมื่อบุคคลรับรู้หรือประเมินว่าปัญหาเหล่านั้นเป็นสิ่งที่คุกคามจิตใจ Cohen et al. (1983) ซึ่งได้นิยามการรับรู้ของความเครียดจากแบบวัดว่าเป็นตัวชี้วัดระดับที่ประเมินสถานการณ์ในชีวิตว่าเครียดมากเท่าใด โดยประเมินจากการที่ผู้คนพบว่าชีวิตเป็นสิ่งที่คาดเดาไม่ได้ ควบคุมไม่ได้ ในขณะที่การศึกษาของ (Liu et al., 2020) ให้ความหมายการรับรู้ความเครียดต่อยอดจาก Cohen et al. (1983) ว่า เป็นแนวคิดที่ซับซ้อนซึ่งขึ้นอยู่กับปัจจัยต่างๆ เช่น การรับรู้ถึงประสิทธิภาพในตนเองของบุคคลในการรับมือกับความต้องการจากสภาพแวดล้อมภายนอก และการรับรู้ถึงความรู้หนทางเป็นการตอบสนองภายในต่ออารมณ์เชิงลบและการขาดการควบคุมเมื่อเผชิญกับความเครียด

2.3.2 แนวคิดของการรับรู้ความเครียด

นั่นทวดี อุ่นละมัยและคณะ, (2561) ระบุว่าความเครียดเกิดจากปัจจัยภายใน (Internal factors) เช่น สารสื่อประสาท (Neurotransmitter) หรือฮอร์โมน (Hormones) ที่มีผลต่ออารมณ์ซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงไป เช่น ฮอร์โมนคอร์ติซอลหรือฮอร์โมนเอสโตรเจนในเพศหญิงวัยสูงอายุเป็นต้น สาเหตุที่แท้จริงของความเครียดอาจเกิดจากปัจจัยภายนอก (External factors) ตามที่ (Lazarus & Folkman, 1984) ได้กล่าวไป

แนวคิด Stress Generation Theory เชื่อว่าการที่บุคคลรับรู้เหตุการณ์เครียดในชีวิต (Perceived stressful life events) ได้แตกต่างกันทั้งที่อาจจะเผชิญกับเหตุการณ์เดียวกันนั้น (Hammen, 1991) มีปัจจัยที่เกี่ยวข้อง 3 ประการ ได้แก่ 1) บุคลิกลักษณะของบุคคล เช่น ความอ่อนแอ รูปแบบความคิด การรับรู้คุณค่าในตนเอง ความมั่นคงทางอารมณ์ และการรับรู้แหล่งสนับสนุนทางสังคม (Merikangas, Nakamura, & Kessler, 2009) 2) พฤติกรรมของบุคคล เช่น พฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการเผชิญปัญหา 3) ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เช่น ความผูกพันทางอารมณ์ ความรู้สึกมั่นใจต่อกัน หรือความขัดแย้งกันระหว่างบุคคล

Elliott and Eisdorfer (1982) ได้แบ่งประเภทของตัวกระตุ้นความเครียดออกเป็น 4 ประเภท จะแบ่งแตกต่างจากแนวคิดอื่นโดยนำระยะเวลาเข้ามาเป็นตัวแบ่งหรือความถี่ในการเกิดขึ้นด้วย

1. ตัวกระตุ้นความเครียดอย่างเฉียบพลันหรือมีระยะเวลาจำกัด เช่น การรอกผ่าตัด การกระโดดร่ม การเผชิญหน้ากับสัตว์ร้าย
2. ผลของตัวกระตุ้นความเครียด คือผลยังคงอยู่หลังจากเกิดเหตุการณ์บางอย่าง เช่น การตกงาน การหย่าร้าง
3. ตัวกระตุ้นความเครียดที่เกิดขึ้นเป็นระยะ คือตัวกระตุ้นที่มักจะเกิดขึ้นวันละครั้ง สัปดาห์ละครั้ง เช่น การพบเจอกับญาติของคู่แต่งงานที่มีปัญหา
4. ตัวกระตุ้นความเครียดระยะยาว เช่น การเป็นอัมพาต

ดังนั้น จึงอาจสรุปได้ว่า ความเครียดตามแนวคิดของ Selye จะมองจากสิ่งที่เกิดขึ้นภายในร่างกายมากกว่าจะมองสภาพแวดล้อม เช่นการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมนต่างๆ และการจัดการของร่างกายเพื่อเตรียมรับความเครียดและการจัดการให้กลับสู่สมดุล ในขณะที่ Lazarus & Folkman (1984) ไม่เห็นด้วยกับ Selye โดยให้เหตุผลว่า สาเหตุที่ทำให้บุคคลเกิดความเครียดไม่ได้เกิดจากสิ่งกระตุ้นหรือสิ่งคุกคาม แต่เกิดจากการรับรู้ของบุคคลนั้นต่อสิ่งที่เกิดขึ้นต่างหาก จะเห็นได้ว่าเหตุการณ์เดียวกันเกิดขึ้นกับแต่ละบุคคล ความเครียดก็จะเกิดขึ้นอย่างไม่เท่ากัน และสิ่งที่ทำให้ต่างจาก Selye คือ (Lazarus & Folkman, 1984) ระบุว่าความสำคัญของการรับรู้และการ

ประเมินด้วยสติปัญญา หรือ Cognitive appraisal โดยอธิบายว่าสถานการณ์ที่เกิดขึ้นจะทำให้เกิดความเครียดหรือไม่นั้น ขึ้นอยู่กับการประเมินความสมดุลระหว่างความต้องการ (Demands) กับแหล่งประโยชน์ที่มีอยู่ (Resources) ของบุคคลนั้น ดังนั้น การประเมินภาวะเครียดของบุคคลต้องผ่านกระบวนการทางปัญญาตามขั้นตอนต่างๆ ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การประเมินปฐมภูมิ (Primary appraisal) เป็นการประเมินถึงความสำคัญและความรุนแรงของสถานการณ์ว่ามีผลกระทบอย่างไรต่อบุคคล โดยการประเมินปฐมภูมินี้แบ่งออกเป็น 3 ลักษณะ คือ

ลักษณะที่ 1 ไม่เกี่ยวข้องใดๆ กับตนเอง (Irrelevant) คือ บุคคลประเมินว่าเหตุการณ์นั้นไม่ได้เกี่ยวข้องกับตนเอง

ลักษณะที่ 2 มีประโยชน์ต่อตนเอง (Being positive) คือ บุคคลประเมินว่าเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นมีประโยชน์ มีผลดีต่อตนเองทำให้เกิดความสุขกายสบายใจ

ลักษณะที่ 3 เกิดภาวะเครียด (Stress) คือ บุคคลตัดสินใจว่าเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นนั้น เป็นอันตรายหรือสูญเสีย (Harm & loss) เป็นสิ่งคุกคาม (Threat) อันจะทำให้เกิดภัยอันตรายต่อร่างกายและจิตใจ

การเกิดอันตรายหรือสูญเสีย (Harm & loss) หมายถึง การที่บุคคลประเมินว่าเกิดความเสียหายขึ้นกับตนเองแล้ว เช่น การเป็นอัมพาต การสูญเสียคนรัก การติดเชื้อ COVID-19 เป็นต้น

เป็นสิ่งคุกคาม (Threat) เป็นการประเมินหรือคาดการณ์ว่าสถานการณ์นั้นอาจเกิดอันตรายทำให้เกิดอารมณ์ด้านลบ เช่น ความกลัวที่มีต่อการระบาดของไวรัส เป็นต้น

เป็นสิ่งท้าทาย (Challenge) การที่บุคคลประเมินแล้วว่าสิ่งที่เกิดขึ้นนั้นสามารถจัดการได้ หรือแก้ปัญหาเองได้ มองเป็นสิ่งท้าทายมากกว่าการคุกคามหรือทำลายถึงชีวิต

ขั้นตอนที่ 2 การประเมินขั้นที่สอง (Secondary appraisal) เป็นการประเมินแหล่งประโยชน์ และทางเลือกที่จะจัดการกับสถานการณ์นั้นๆ ซึ่งต้องอาศัยสติปัญญา ความรู้ ประสบการณ์ในการพิจารณาอย่างถี่ถ้วน มีความซับซ้อนมากขึ้น เพื่อที่จะหาทางแก้ไขจัดการปัญหาที่เกิดขึ้นอย่างเหมาะสม

ขั้นตอนที่ 3 การประเมินซ้ำ (Reappraisal) เป็นกระบวนการที่ต่อเนื่องจากการประเมินปฐมภูมิและการประเมินทุติยภูมิ โดยมีการประเมินซ้ำว่าสิ่งที่เกิดขึ้นมีลักษณะอย่างไรและจะโต้ตอบอย่างไร มีลักษณะเป็นพลวัต (Dynamic) เปลี่ยนได้ตลอดเวลาที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม

สรุปได้ว่า ความเครียดตามแนวคิดของ (Lazarus & Folkman, 1984) ต่างจาก Selye ที่มองความเครียดเกิดจาก Stressor หรือสิ่งที่ก่อให้เกิดเครียดและร่างกายเกิดปฏิกิริยาตอบสนอง แต่ (Lazarus & Folkman, 1984) มองว่า เป็นการรับรู้และประเมินของบุคคลต่อสถานการณ์หรือสิ่งแวดล้อมนั้นเป็นอันตราย มองภายนอกมากกว่าภายในโดยมีการประเมินขั้นต้น ขั้นสองและการประเมินซ้ำ ในขั้นนี้จะมีการค้นหาวิธีการตอบสนองต่อความเครียดเพื่อหาทางออกที่ดีที่สุด การตอบสนองที่จะจัดการกับความเครียดอาจมาจากภายนอก เช่น เวลา เงิน การสนับสนุนทางสังคม การสนับสนุนจากครอบครัว การสนับสนุนจากเพื่อน เป็นต้น หรืออาจมาจากภายใน ความภาคภูมิใจในตนเอง ความเชื่อมั่นในตนเอง

2.3.2.1 องค์ประกอบของการรับรู้ความเครียด

การรับรู้ความเครียดของ Cohen et al. (1983) ประกอบด้วย 2 องค์ประกอบคือ 1. Perceived Helplessness การรับรู้การหมดหนทางช่วยเหลือ 2. Perceived Self-Efficacy การรับรู้ความสามารถในตนเอง แปลเป็นภาษาต่างประเทศ 30 ภาษา

1. “Perceived Self-Efficacy” (PSE) Cohen ดัดแปลงมาจากทฤษฎีความเครียดของ Folkman's (1997) (Modified stress theory) เป็นข้อคำถามทางบวกหรือ “Positive Stress” การรับรู้ความเครียดทางบวก

2. “Perceived Helplessness” (PH) หมายถึงการรับรู้ความเครียดในทางลบ “Negative Stress” ความเครียดในทางลบ “Negative Stress” (แบบวัดนี้ได้รับการนำไปวัดในการศึกษาวิจัยต่างๆ และ 2 องค์ประกอบย่อยนี้สามารถอธิบาย two-factorial structure สามารถวัด Psychometric หรือแบบวัดตัวแปรทางจิตวิทยาได้ดีเยี่ยม Cohen et al. (1983)

งานวิจัยนี้เลือกใช้การรับรู้ความเครียดของ Cohen et al. (1983) Perceived stress ฉบับสั้น 10 ข้อโดยปรับปรุงเพิ่มบริบทการระบาดของ COVID-19 เนื่องจากนิยามที่ให้ความหมายว่าแบบวัดการรับรู้ความเครียดมุ่งเน้นไปที่ธรรมชาติทั่วไปของความรู้สึกและความคิดเกี่ยวกับความเครียดมากกว่าเหตุการณ์หรือประสบการณ์ที่เฉพาะเจาะจง แบบวัดนี้จึงแนะนำให้ใช้เพื่อวัดระดับความเครียดได้ในประชากรทั่วไป สามารถวัด Stressful life events เช่นเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดการรับรู้ความเครียดของการระบาดของ COVID-19 ได้เป็นอย่างดี และพื้นฐานการพัฒนาแบบวัดของ Cohen ในองค์ประกอบ Perceived Self-Efficacy ยังมาจากทฤษฎีของ Lazarus & Folkman (1984) อีกด้วย เหตุการณ์ในชีวิตที่อาจตึงเครียดอาจเพิ่มความเสี่ยงต่อโรคระบาดเมื่อรับรู้เหตุการณ์เหล่านี้หรือเกินความสามารถในการปรับตัวของบุคคล Lazarus & Folkman (1984) ในทางกลับกัน การรับรู้ความเครียดอาจส่งผลต่อการเกิดโรคของร่างกายโดยทำให้เกิดอารมณ์เชิง

ลบ (เช่น ความรู้สึกวิตกกังวลและซึมเศร้า) ซึ่งจะส่งผลโดยตรงต่อกระบวนการทางสรีรวิทยาหรือรูปแบบพฤติกรรมที่ส่งผลต่อความเสี่ยงต่อโรค

Selye (1976) ได้ศึกษาความเครียด และเน้นศึกษาเกี่ยวกับความเปลี่ยนแปลงภายในร่างกาย เช่น การเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมนหรือสารเคมีต่างๆ ในร่างกาย เมื่อบุคคลได้รับตัวกระตุ้นจากภายนอกและเกิดการตอบสนองต่อตัวกระตุ้นนั้น ต่างกับความหมายความเครียดที่ Lazarus & Folkman (1966) นิยามว่าความเครียดเป็นความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อมที่บุคคลนั้นคิดว่าเป็นสิ่งสำคัญ เช่นสังคมที่อาศัยอยู่ เศรษฐกิจ เป็นต้น อีกทั้งยังเป็นการเรียกร้องต้องการพลังกายและพลังใจ หรือต้องการทรัพยากรอย่างมากในการจัดการความเครียด และได้นิยามเพิ่มในค.ศ. 1984 ว่าความเครียดคือกระบวนการแลกเปลี่ยนที่เกิดขึ้นเมื่อบุคคลรับรู้เหตุการณ์นั้นเกี่ยวข้องกับสภาวะสภาพร่างกาย และสิ่งที่เกิดขึ้นนั้นสามารถทำร้ายหรือเป็นภัย (Threat) ต่อสภาวะของบุคคลนั้นได้

จากการทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง (Donna C. Aguilera & Messick, 1982) ได้สรุปองค์ประกอบที่ทำให้ร่างกายลดความเครียดกลับสู่สภาวะสมดุลคือ

1. การรับรู้ต่อเหตุการณ์การระบาด อย่างถูกต้องตามความเป็นจริง จะช่วยลดความเครียดได้ แต่การรับรู้อย่างผิดพลาดรับข่าวสารการระบาดผิดๆ จะทำให้เครียดต่อไป
2. การสนับสนุนได้รับการช่วยเหลือจากบุคคลรอบข้าง เช่น เพื่อนหรือครอบครัว
3. กลไกในการปรับตัว ในการดำรงชีวิตประจำวันบุคคลจะเผชิญกับความเครียดในหลายระดับ การปรับตัวให้เข้ากับทั้งสภาวะภายในและภายนอกจะทำให้บุคคลนั้นสามารถคงสมดุลทางร่างกายและอารมณ์ได้

2.3 การวัดการรับรู้ความเครียด

เปรียบเทียบแบบวัดความเครียดทั้งหมด 8 แบบวัด โดยแต่ละแบบวัดเป็นแบบวัดที่มีคุณภาพและได้รับการใช้ในการวิจัยโดยมีรายละเอียดแตกต่างกันดังนี้

ตาราง 4 เปรียบเทียบแบบวัดความเครียด

| ลำดับ | เปรียบเทียบแบบวัดความเครียด | | | |
|-------|---|---|---|--|
| | ชื่อแบบประเมิน | คณะผู้วิจัย/ปี/ข้อ | วัตถุประสงค์ | ข้อแตกต่าง |
| 1 | Perceived stress scale (PSS) 14 ข้อคำถาม 10 ข้อคำถาม และแบบ 8 ข้อคำถาม | (S. Cohen, Kamarck, & Mermelstein, 1983) | วัด 1 เดือนที่ผ่านมา | ตัวชี้วัดระดับที่ ประเมิน สถานการณ์ใน ชีวิตว่าเครียดมาก เท่าใด โดย ประเมินระดับการ รับรู้ความเครียด จะได้รับอิทธิพล จากความเครียด เหตุการณ์สำคัญ และสิ่งที่ได้พบใน แต่ละวัน |
| 2 | แบบวัดความรู้สึกละเครียด Thai Perceived Stress Scale-10 (T- PSS-10) แบบแปลไทย | (S Cohen, 1988; ทินกร วงศ์ปการันย์ ณททัย วงศ์ป การันย์, 2553) แปล | วัด 1 เดือนที่ผ่านมา | Thai version of the 10-item Perceived Stress Scale |
| 3 | แบบวัดความเครียดสวนปรุง-20 (Suanprung Stress Test-20, SPST-20) | (สุวัฒน์ มหัตนิรันดร์กุล วนิดา พุ่มไพศาลชัย และ พิมพ์มาศ สวนปรุง, 2540) | เป็นแบบวัดที่เป็นที่ นิยม แบบประเมิน | ประเมิน ระยะเวลาอันยาวนานคือ |

ตนเอง 4 ระดับ แปล วัดความเครียด 6
ผล 5 ระดับ เดือน

ตาราง 3 (ต่อ)

| ลำดับ | เปรียบเทียบแบบวัดความเครียด | | | |
|-------|------------------------------|--|---|---|
| | ชื่อแบบประเมิน | คณะผู้วิจัย/ปี/ข้อ | วัตถุประสงค์ | ข้อแตกต่าง |
| 4 | แบบประเมินความเครียด (ST5) | (กรมสุขภาพจิต, ม.ป.ป.) จำนวน 5 ข้อ | วัดอาการที่เกิดขึ้น ใน 2- 4 สัปดาห์ มาตรวัด 4 ระดับ แปลผล 4 ระดับ ประเมินจากการ นอน ความรู้สึก สมาธิ เป็นต้น | มีขนาดสั้น วัดได้ เพียงคร่าวๆ อย่าง รวดเร็วเท่านั้น |
| 5 | Galvanic Skin Response (GSR) | (Shi, Ruiz, Taib, Choi, & Chen, 2007) จำนวน 20 ข้อ | การวัดทางสรีระโดย วัดการหลังฮอร์โมน บางชนิดและการ เปลี่ยนทางร่างกาย ในสภาวะ ความเครียด ฮอร์โมนและความ ดันโลหิตจะ เปลี่ยนไป วัดความ ดันโลหิต อัตราการ เต้นของหัวใจ การ | ศึกษาแต่ด้าน ร่างกายโดยไม่ได้ วัดทางจิตวิทยา โดยวิเคราะห์ทาง ชีวเคมีของโลหิต หรือ ปัสสาวะ เพื่อ ศึกษาคอร์ติ คอสเตอรอยด์ (Corticosteroids) คอร์ติโซล (Cortisol) แคที |

| | |
|---------------------|-----------------|
| ตอบสนองทาง | คอแลมีนส์ |
| ผิวหนัง วัดพร้อมกัน | (Catecholamine) |
| หรือแยกกันก็ได้ | เอพิเนพรีน |
| | (Epinephrine) |
| | นอร์อิพิเนพรีน |
| | (Nor |
| | epinephrine) |

ตาราง 3 (ต่อ)

| ลำดับ | เปรียบเทียบแบบวัดความเครียด | | | |
|-------|--|---|---|---|
| | ชื่อแบบประเมิน | คณะผู้วิจัย/ปี/ข้อ | วัตถุประสงค์ | ข้อแตกต่าง |
| 6 | แบบสำรวจความคิดเห็นทางสุขภาพ The Health Opinion Survey (HOS) | (McDowell & Newell, 1987) จำนวน 20 ข้อ | ทดสอบทาง จิตวิทยาเพื่อระบุ อาการทางประสาท ประเมินเรื่องอาการ ทางกายเริ่มใช้ปี 1951 ตีพิมพ์ 1957 แบบประเมินแบบ เรียงลำดับ ประเมิน 3 ระดับ แปลผล 2 ระดับ | พัฒนาต่อในไทย โดยพ.อ.พญ. บรรจง สืบสมาน ไม่มีการกล่าวถึง แนวคิดหรือ พื้นฐานทฤษฎีนี้ ข้อคำถาม |
| 7 | แบบวัดสุขภาพจิต The Mental Health Inventory (MHI) | (John E. Ware, Shawn A. Johnston, Allyson Ross Davies, & Brook, 1979) จำนวน 38 ข้อ | ประเมินสุขภาพ ทั่วไป 20 ข้อ และ ประเมินด้านอารมณ์ อีก 3 ข้อ วัดความ วิตกกังวล ซึมเศร้า อารมณ์ยินดี และ การเสียการควบคุม | ข้อจำกัด มีแนวคิดที่ สุขภาพจิตไม่ สามารถแยกออก จากสุขภาพกาย ได้ |

| | | พฤติกรรมเป็นแบบ ประเมินตนเอง | |
|---|---|--|--|
| 8 | แบบวัดความเครียดสำหรับคนไทย Thai Stress Test (TST) | (สุชีรา ภัทรายุตวรรัตนและ คณะ, 2543) จำนวน 24 ข้อ | เป็นแบบประเมิน ตนเองแบบวัด เรียงลำดับ 3 ระดับ แปลผล 4 ระดับ ใช้คัดกรองผู้มีภาวะ เครียดในประชาชน ทั่วไปมีข้อคำถาม ทางบวกและทางลบ |
| | | | ข้อดี มีค่าครอง บากอัลฟ่าสูงถึง 0.84 และยังถูก พัฒนาต่อไป เรื่อยๆ ในแบบ ออนไลน์อีกด้วย เช่นแบบวัด ความเครียด สำหรับผู้พิการ ทางการมองเห็น |

ที่มา : จากการรวบรวมของผู้วิจัย

จากตาราง 4 แบบประเมินความเครียดที่เปรียบเทียบทั้งหมดจะเห็นได้ว่า ส่วนแบบวัดภาษาไทยที่นิยมใช้เช่น แบบวัดสวนปรุง (SPST-20) จะใช้การวัดนานถึง 6 เดือน แบบประเมินความเครียด (ST5) ของกรมสุขภาพจิตเป็นแบบวัดขนาดสั้นที่ใช้วัดอย่างรวดเร็วจึงอาจมีความละเอียดในการวัดต่ำกว่าแบบวัดอื่นๆ ในขณะที่แบบวัดการรับรู้ความเครียดของ Cohen และคณะ (1988) เป็นแบบวัดที่ได้รับการพัฒนามานานที่สุดและพัฒนาเป็นภาษาต่างๆ ถึง 17 ภาษารวมถึงภาษาไทยแสดงให้เห็นถึงความเป็นที่นิยมและน่าเชื่อถือของแบบวัด

งานวิจัยนี้จึงเลือกใช้ แบบวัดการรับรู้ความเครียด The Perceived Stress Scale (PSS) ตามแนวคิดของ (Cohen et al., 1983) ที่แปลเป็นภาษาไทยโดย (ณหทัย วงศ์ปการันย์ และทินกร วงศ์ปการันย์, 2010) และปรับปรุงเพิ่มบริบทการระบาด COVID-19 ใช้วัดการรับรู้ความเครียด มีข้อคำถามทั้งหมด จำนวน 10 ข้อ ฉบับสั้น ประกอบด้วยองค์ประกอบทั้งหมด 2 องค์ประกอบ ดังนี้

1. Perceived Helplessness การรับรู้การหมดหนทางช่วยเหลือ เป็นข้อคำถามเชิงลบ ข้อที่ 1, 2, 3, 6, 9, 10

2. Perceived Self-Efficacy การรับรู้ความสามารถในตนเอง เป็นข้อคำถามเชิงบวก ข้อที่ 4, 5, 7, 8

ค่า Cronbach's Alpha ที่ผู้วิจัยต่างๆ เคยวัดมาในอดีตมีค่าอยู่ที่ระหว่าง 0.67 (ทินกร วงศ์ปการันย์และณัททัย วงศ์ปการันย์, 2553)

ลักษณะของแบบวัด

แบบวัดการรับรู้ความเครียดประกอบด้วยข้อคำถาม 10 ข้อ โดยเป็นมาตรวัดที่ให้ผู้ตอบประเมินตนเอง (Self-report) ในแต่ละข้อคำถามมีลักษณะเป็น Rating Scale 5 ระดับ ให้ผู้ตอบเลือกตอบได้ตั้งแต่ 0 - 4 คะแนน ให้ผู้ตอบเลือกตอบว่าข้อความแต่ละข้อเกิดขึ้นบ่อยตามความรู้สึกแค่ไหน และข้อคำถามประกอบด้วยข้อความที่มีความหมายทั้งบวกและลบ คะแนนรวมอยู่ในช่วง 10 - 40 คะแนน

ตัวอย่างข้อคำถาม เช่น

“ในช่วงเวลา 1 เดือนที่ผ่านมาในสถานการณ์ระบาดของ COVID-19 ฉันรู้สึกอารมณ์เสียเพราะมีเหตุการณ์ที่ไม่คาดคิดเกิดขึ้น”

เป็นข้อคำถามในองค์ประกอบด้านการรับรู้การหมดหนทางช่วยเหลือ

“ในช่วงเวลา 1 เดือนที่ผ่านมาในสถานการณ์ระบาดของ COVID-19 ฉันสามารถจัดการกับเรื่องต่างๆ ที่มารบกวนในชีวิตได้”

เป็นข้อคำถามในองค์ประกอบด้านการรับรู้ความสามารถในตนเอง

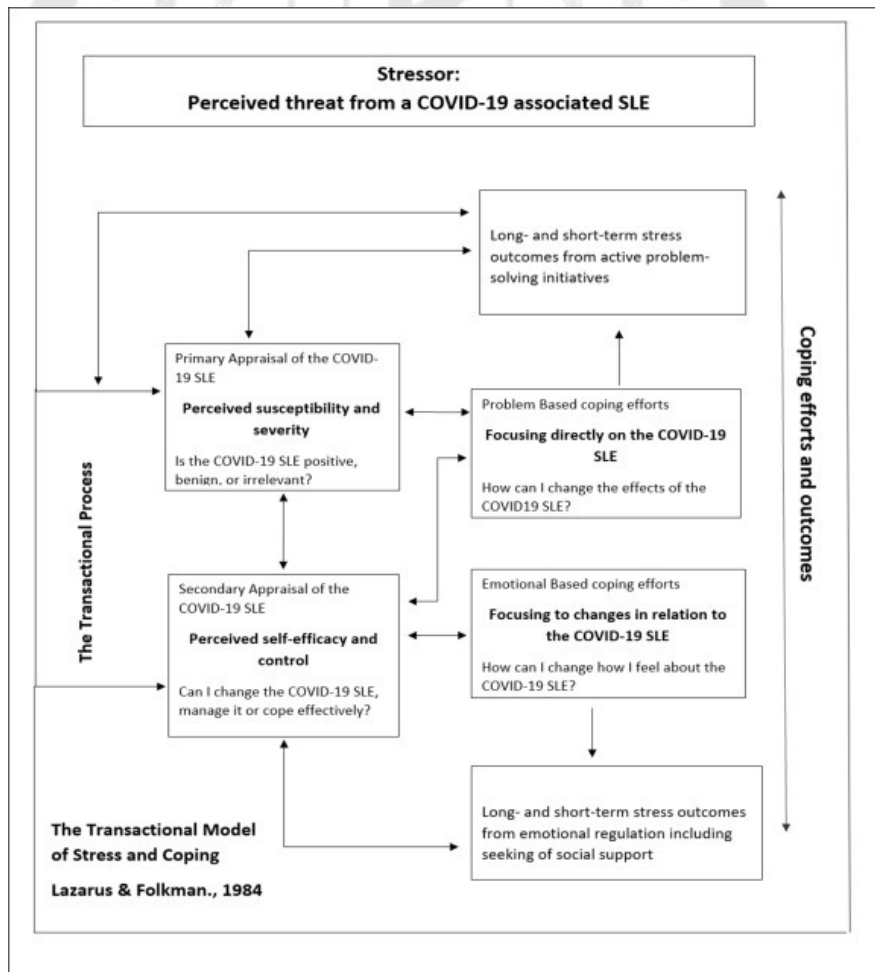
โดยมีลักษณะการวัดแบบลิเคิร์ต (Likert scale) 5 ระดับ ตั้งแต่ 0 = แทบไม่เคย 1 = นานๆ ครั้ง 2 = เป็นบางครั้ง 3 = ค่อนข้างบ่อย 4 = เสมอ

2.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาการรับรู้ความเครียดในฐานะตัวแปรส่งผ่านมีนัยสำคัญทางสถิติกับความสามารถในการทำงาน ความเหนื่อยหน่าย และความพึงพอใจในชีวิตในพนักงานธุรกิจโรงแรม 16 แห่งในกรุงเทพมหานครและปริมณฑลในภาวะการระบาดของ COVID-19 (Annett Raich & Robert Ho, (2017) โดยแนะนำว่าพนักงานธุรกิจโรงแรมที่มีหน้าที่รับลูกค้าโดยตรงมีความเสี่ยงต่อการรับรู้ความเครียดและความเหนื่อยหน่าย ควรให้คำแนะนำแก่พนักงานเหล่านี้เพื่อลดระดับความเครียด ความเหนื่อยหน่าย และเพิ่มสุขภาวะที่ดีและคุณภาพของการปฏิบัติงาน อาจมีโปรแกรมการแทรกแซงเชิงป้องกันในรูปแบบของโปรแกรมลดความเครียด เช่น การสัมมนาเวิร์คช็อป การบำบัดแบบกลุ่มสนับสนุน การให้คำปรึกษา การฝึกสติหลังเลิกงาน เป็นต้น

การวิเคราะห์ห่อภิมานและการศึกษาอย่างเป็นระบบเรื่องความชุกของความเครียด ภาวะวิตกกังวล ซึมเศร้าในประชากรทั่วไประหว่างการระบาดของ COVID-19 26 ขึ้น (ความเครียด 5 ขึ้น ภาวะซึมเศร้า 14 ขึ้น และภาวะวิตกกังวล 17 ขึ้น) แสดงให้เห็นว่า ประชากรทั่วโลกร้อยละ 29 มี

ความเครียดที่เกิดมาจากการระบาดของไวรัส COVID-19 และมีความเครียดสูงที่สุดในยุโรปที่ร้อยละ 31.9 การระบาดอย่างรวดเร็วของ COVID-19 นำไปสู่สภาวะทางลบของสุขภาพจิตในระดับบุคคล รวมถึง ภาวะตื่นตระหนก ความคิดฆ่าตัวตาย ภาวะตื่นตระหนก PTSD และโรคจิตเวชอื่นๆ สรุปได้ว่า ผู้ที่ติดตามข่าวการระบาดของไวรัสจะมีความวิตกกังวลมากกว่า เนื่องจากข่าวลือในด้านลบ และข้อมูลข่าวสารที่ไม่ถูกต้อง ในขณะที่ข่าวที่ทันสมัยกว่าและระบุถึงการฉีดวัคซีนและการรักษาที่ก้าวหน้ามากขึ้นสามารถลดระดับความวิตกกังวลได้ และมักจะเกิดผลลบทางจิตเวชขึ้นกับประชากรที่มีสุขภาพแย่กว่าและในประเทศกำลังพัฒนามากกว่าประเทศที่พัฒนาแล้ว เพศหญิงมีความเสี่ยงอาการซึมเศร้า ความเครียด และ PTSD สูงกว่าเพศชาย และจากการศึกษาพบว่า บุคคลอายุ 21-40 ปีมีความเสี่ยงในเรื่องของระดับความวิตกกังวล ความเครียด และภาวะซึมเศร้ามากกว่า เนื่องจากเป็นกลุ่มวัยทำงานที่เป็นห่วงเรื่องอนาคตและเศรษฐกิจที่เปลี่ยนไป เพราะการระบาดของ COVID-19 ได้รับผลกระทบจากการปิดตัวของธุรกิจและนักวิจัยบางท่านระบุว่า ผู้ที่มีอายุน้อยกว่าเสี่ยงต่อความเครียดมากกว่าเนื่องจากเข้าถึงสื่อออนไลน์และโซเชียลมีเดียได้ง่ายกว่า (Salari et al., 2020)



ภาพประกอบ 3 Appraising & coping with COVID-19 Stressful life events, SLEs. Model adaptation

ที่มา : (Jean-Baptiste et al., 2020)

ภาพประกอบ 3 แสดงถึงโมเดลกระบวนการความเครียดและเผชิญปัญหาที่อธิบายวิธีที่บุคคลเผชิญกับวิกฤตการระบาด COVID-19 ในประเทศสหรัฐอเมริกา

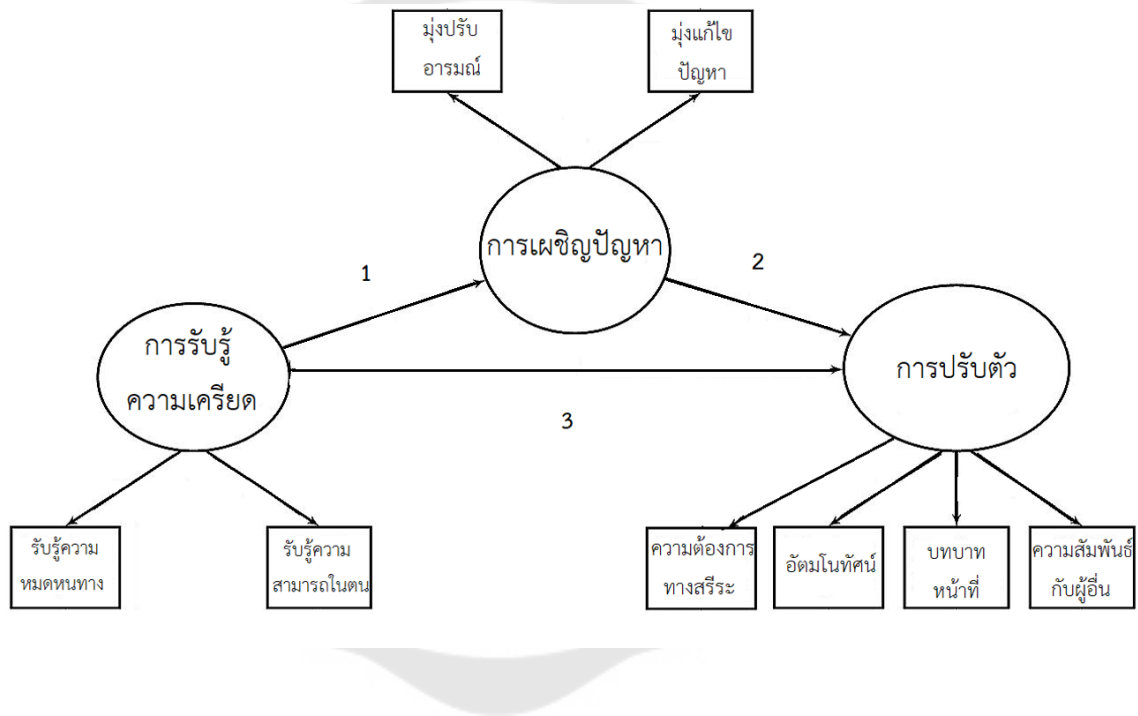
Stressful life events & social capital during the early phase of COVID-19 in the U.S. Cindy แสดงโมเดลกระบวนการความเครียดและการเผชิญปัญหาของ (Lazarus & Folkman, 1984) เป็นการศึกษาเหตุการณ์ตึงเครียดในชีวิต (Stressful life events) และทุนทางสังคม (Social Capital) ในช่วงเริ่มต้นของ COVID-19 ในสหรัฐอเมริกาโดยนำโมเดลกระบวนการเครียดของ (Lazarus & Folkman, 1984) มาอธิบายกระบวนการเครียดในการได้รับผลกระทบจาก COVID-19 โดยสรุปได้ว่าการระบาดเพิ่มความเครียดให้กลุ่มตัวอย่างโดยนับเป็นเหตุการณ์ในชีวิตที่กระตุ้นให้เกิดความเครียด (Stressful Life events) กลุ่มตัวอย่างใช้กลยุทธ์ในการเผชิญปัญหาทั้งแบบ Active และ Passive ในการรับมือความเครียดที่เกิดจากการระบาดของไวรัสโดยใช้ทุนทางสังคมเป็นตัวช่วย การเว้นระยะห่างทางสังคมในช่วงวิกฤตก่อให้เกิดความเครียดและการเผชิญปัญหากับทุนทางสังคมช่วยลดความเครียดลงได้โดยมีกระบวนการดังนี้

1. การรับรู้สิ่งคุกคามที่เกิดจากความเครียดจากเหตุการณ์ระบาดของ COVID-19
2. การประเมินขั้นต้น (Primary Appraisal) ความรุนแรงและความสะเทือนใจที่ได้รับ ความเครียดจากเหตุการณ์ระบาดของ COVID-19 เช่น “การระบาดของไวรัสเกี่ยวข้องกับฉันหรือไม่”
3. การประเมินขั้นที่สอง (Secondary Appraisal) การรับรู้ความสามารถในตนเองและการควบคุม เช่น “ฉันจะสามารถเปลี่ยนแปลงหรือเผชิญปัญหาที่เกิดจากการระบาดของไวรัสได้หรือไม่”
4. การเผชิญปัญหา (Coping Efforts) แบบมุ่งเน้นการแก้ไขปัญหา กับแบบมุ่งเน้นการปรับอารมณ์ เช่น ฉันจะปรับอารมณ์ที่มีต่อเหตุการณ์ระบาดอย่างไรและฉันจะเปลี่ยนแปลงผลที่เกิดจากความเครียดที่เกิดจากสถานการณ์ Stressful life event อย่างไร

5. ผลลัพธ์ของการปรับตัว (Adaptational Outcomes) ความเครียดระยะสั้นหรือระยะยาวจากการมุ่งแก้ปัญหา ผลลัพธ์ความเครียดระยะสั้นและระยะยาวจากการกำกับอารมณ์รวมถึงการแสวงหาการสนับสนุนจากสังคม

กรอบแนวคิดในการวิจัย

ภาพประกอบ 4 แสดงถึงการรับรู้ความเครียดมีอิทธิพลต่อการเผชิญปัญหา การเผชิญปัญหาที่มีผลต่อการปรับตัว และการรับรู้ความเครียดมีอิทธิพลทางตรงต่อการปรับตัว โดยมีการเผชิญปัญหาเป็นตัวแปรส่งผ่าน



ภาพประกอบ 4 ภาพกรอบแนวคิดในการวิจัย

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. (Jean-Baptiste et al., 2020)
(Zamarripa et al., 2020)
(Thai, Le, Huynh, Pham, & Bui, 2021)

(Garbóczy et al., 2021)

(Sivrikova et al., 2021)

(Awoke, Mamo, Abdu, & Terefe, 2021)

2. (Valenti & Faraci, 2021)

3. (Zhuang et al., 2021)

(Fiori, Bollmann, & Rossier, 2015)

งานวิจัยอธิบายถึงการระบาดของ COVID-19 โดยใช้โมเดลกระบวนการ
ความเครียดและการเผชิญปัญหาของ Lazarus & Folkman (1984) ในการวิจัย (Jean-
Baptiste et al., 2020)

การวิจัยการปรับตัวให้เข้ากับการเว้นระยะห่างทางสังคมเนื่องจาก COVID-
19 และตัวแปรกำกับความเครียดแยกตามเพศ การรับรู้ความเครียดจะมากขึ้นเมื่อจำนวน
สัปดาห์ที่ใช้เวลาการเว้นระยะห่างทางสังคมนานขึ้น ในขณะที่เดียวกัน ยิ่งผู้คนปรับตัวเข้ากับ
การเว้นระยะห่างทางสังคมได้ดีขึ้นเท่าไร พวกเขาก็ก็น้อยลงที่นั่น (Zamarripa et
al., 2020) การรับรู้ความเครียดของนักศึกษาในประเทศเวียดนามในระดับสูงจะส่งผลให้เกิด
การเผชิญปัญหาในระดับสูง (Thai, Le, Huynh, Pham, & Bui, 2021) สอดคล้องกับ
การศึกษาเรื่องความกังวลด้านสุขภาพ การรับรู้ถึงความเครียด และรูปแบบการเผชิญปัญหา
ในช่วงการระบาดของ COVID-19 ระบุว่าระดับการรับรู้ความเครียดเพิ่มขึ้นในช่วงเหตุการณ์
สำคัญในชีวิต (Stressful life event) สามารถเพิ่มขึ้นได้หากมีการเผชิญปัญหา (Coping) ที่
น้อยเกินไป ซึ่งสามารถบรรเทาระดับการรับรู้ความเครียดและความวิตกกังวลในระดับสูงลงได้
(Garboczy et al., 2021)

การทำนายการปรับตัวของมหาวิทยาลัยจากรูปแบบการเผชิญปัญหา ความ
นับถือตนเอง ความสามารถในตนเอง และบุคลิกภาพ: การค้นพบจากการวิจัยแบบสำรวจ
นักเรียนอิตาลี โดย (Valenti & Faraci, 2021) การปรับตัวสามารถทำนายเกรด การลาออก
และความสำเร็จของนักเรียน โดยผลงานวิจัยระบุว่ารูปแบบการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นการ
ปรับอารมณ์และแบบมุ่งเน้นการแก้ไขปัญหาสามารถทำนายการปรับตัวในมหาวิทยาลัยได้
ในขณะที่การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงนี้ไม่สามารถทำนายได้

ความเครียดมีผลต่อการปรับตัวทางอาชีพ (Zhuang et al., 2021) ในบริบท
การระบาดของ COVID-19 ระบุว่าในความเครียดมีผลลด Psychap ซึ่งเป็นตัวแปรส่งผ่านทำให้

ลดความสามารถในการปรับตัวทางอาชีพลงโดยเน้นไปที่ความสามารถของนักศึกษาที่เพิ่งเข้าสู่ช่วงหางาน สอดคล้องกับงานวิจัยเรื่องความสามารถในการปรับตัวทางอาชีพสามารถลดความเครียดจากการทำงานได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (Fiori, Bollmann, & Rossier, 2015) กรอบแนวคิดทั้งหมดเพื่อทบทวนวรรณกรรมและอิทธิพลที่ตัวแปรมีต่อกัน โดยอิงบริบทการระบาด COVID-19 ทั้งหมด

สมมุติฐานในการวิจัย

1. โมเดลสมการเชิงโครงสร้างของปัจจัยเชิงสาเหตุมีอิทธิพลต่อการปรับตัว (Adjustment) ของพนักงานอุตสาหกรรมท่องเที่ยวมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์
2. การรับรู้ความเครียด (Perceived stress) มีอิทธิพลต่อการปรับตัว (Adjustment) โดยมีการเผชิญปัญหา (Coping) เป็นตัวแปรส่งผ่านในพนักงานอุตสาหกรรมการท่องเที่ยว



บทที่ 3

วิธีการดำเนินการวิจัย

งานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) โดยใช้ข้อมูลปฐมภูมิ (Primary Data) ที่ได้จากการรวบรวมข้อมูลจากพนักงานอุตสาหกรรมท่องเที่ยว โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

รูปแบบการวิจัย (Research Design) แบบ Descriptive โดยศึกษาที่ ณ ช่วงเวลาใดเวลาหนึ่ง (Cross sectional)

การวิจัยครั้งนี้ มีจุดประสงค์เพื่อศึกษาถึงโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของการปรับตัว โดยมีการเผชิญปัญหาเป็นตัวแปรส่งผ่าน ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนซึ่งแบ่งเป็น 6 ขั้นตอน ดังต่อไปนี้

1. การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การสร้างและการหาคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
4. การเก็บรวบรวมข้อมูล
5. การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

การกำหนดประชากรและการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรในการวิจัยคือพนักงานอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวในกรุงเทพมหานครและต่างจังหวัด 71,674 คน

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่าง คือ พนักงานอุตสาหกรรมท่องเที่ยว โดยกำหนดจำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 200 คน เนื่องจาก เฉพาะธุรกิจนำเที่ยว ในประเทศไทยเท่านั้นไม่รวมธุรกิจนำเที่ยวต่างประเทศ โดยใช้วิธีสุ่มตัวอย่างชั้นภูมิแบบสัดส่วน (Stratified random sampling) ตามขั้นตอนต่อไปนี้

ขั้นที่ 1 กำหนดกลุ่มตัวอย่างขนาดกลุ่มตัวอย่างในการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้างเชิงเส้น SEM ผู้วิจัยใช้วิธีการกำหนดขนาดตัวอย่างตามที่แนะนำขนาดของตัวอย่างที่เหมาะสม คือ 200-300 ตัวอย่าง ขนาดของตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยควรมีขนาดตัวอย่าง 10-20 เท่า

ของจำนวนตัวแปรสังเกตในงานวิจัย (Comrey & Lee, 1992) ซึ่งการวิจัยในครั้งนี้มีตัวแปรสังเกตทั้งหมด 8 ตัวแปร $8 \times 20 = 160$ คนจึงควรมีขนาดกลุ่มตัวอย่างประมาณ 160 คน ผู้วิจัยจึงเพิ่มขนาดตัวอย่างประมาณร้อยละ 25 คือ 40 คน รวมเป็น 200 คน เพื่อป้องกันข้อมูลสูญหายหรือไม่ครบถ้วน และเพื่อเพิ่มอำนาจทางสถิติในการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยจึงเลือกใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นจำนวน 200 คน

ขั้นที่ 2 ผู้วิจัยสุ่มตัวอย่างจากแต่ละแผนกของบริษัทท่องเที่ยวด้วยวิธีการสุ่มตัวอย่างชั้นภูมิแบบสัดส่วน (Stratified random sampling) จำนวนกลุ่มตัวอย่าง 200 คน จำนวนขนาดตัวอย่างเป็นไปตามกฎเกณฑ์ในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังตาราง 5

ตาราง 5 การสุ่มกลุ่มตัวอย่าง

| ลำดับ | สุ่มตัวอย่างชั้นภูมิแบบสัดส่วน | |
|-------|--------------------------------|--------|
| 1. | ภาคกลาง | 40 คน |
| 2. | ภาคเหนือ | 39 คน |
| 3. | ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ | 40 คน |
| 4. | ภาคใต้ | 41 คน |
| 5. | ภาคตะวันออก | 40 คน |
| | รวม | 200 คน |

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถาม จำนวน 4 ส่วน ดังต่อไปนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล จำนวน 12 ข้อ ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพ สมรส ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ ประสบการณ์ ประเภทการทำงาน ภาคที่ทำงาน ที่อยู่อาศัย จำนวนสมาชิกครอบครัว จำนวนบุตร

ส่วนที่ 2 แบบวัดการปรับตัว ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นโดยใช้ทฤษฎีการปรับตัวของ Roy (1999) โดยปรับปรุงเพิ่มบริบทของการระบาด COVID-19 จำนวนทั้งหมด 14 ข้อ โดยมีแบบ

มาตราวัดแบบของลิเคิร์ต (Likert Scale) 5 ระดับ ตั้งแต่ 1 = แทบไม่เคย 2 = นานๆ ครั้ง 3 = เป็นบางครั้ง 4 = ค่อนข้างบ่อย 5 = เสมอ

ตัวอย่างข้อคำถาม เช่น

“ฉันรับรู้ได้ถึงการเปลี่ยนแปลงบางอย่างเช่น ฉันมีความอยากอาหารลดลง หรือเพิ่มขึ้น นอนหลับได้น้อยลงหรือมากกว่าเดิม”

เป็นข้อคำถามในองค์ประกอบด้านพฤติกรรมการปรับตัวตามความต้องการทางสรีระ (Physiological Needs)

“ฉันรู้ว่าฉันมีกำลังใจในการทำงาน แม้จะต้องทำงานจากบ้าน หรือปรับตัวกับการทำงานแบบใหม่”

เป็นข้อคำถามในองค์ประกอบด้านพฤติกรรมการปรับตัวตามอัตมโนทัศน์ (Self-Concept)

“ฉันมีการปรับตัวในการทำงานได้อย่างเหมาะสมตามตำแหน่งหน้าที่ความรับผิดชอบการทำงานของฉัน”

เป็นข้อคำถามในองค์ประกอบด้านพฤติกรรมการปรับตัวตามบทบาทหน้าที่ (Role Function)

“ฉันมีความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนร่วมงาน แม้จะเป็นการทำงานในสภาวะ COVID-19”

เป็นข้อคำถามในองค์ประกอบด้านพฤติกรรมการปรับตัวตามความสัมพันธ์ที่เกี่ยวข้องกับผู้อื่น (Interdependence Relations)

เกณฑ์การแปลผล

การแปลผลคะแนนรายข้อและโดยรวม กลับข้อคำถามทางลบ และใช้ค่าเฉลี่ยที่มีค่าตั้งแต่ 1.00 -5.00 เมื่อกลับข้อคำถามด้านลบแล้วโดยรวมรายด้านและรายข้อ ผู้วิจัยใช้เกณฑ์ในการวิเคราะห์ตามแนวคิดของ (John W. Best, 1997) เพื่อจัดระดับคะแนนเฉลี่ย มีรายละเอียดดังนี้

การแปลผลคะแนนของการปรับตัว สามารถแปลผลระดับโดยรวมรายด้านและรายข้อ จากค่าเฉลี่ย โดยถือเกณฑ์ดังนี้

| | | |
|----------------|-------------|-------------------------------------|
| คะแนนรวมเฉลี่ย | 4.50 – 5.00 | หมายถึงมีการปรับตัวระดับสูง |
| คะแนนรวมเฉลี่ย | 3.50 – 4.49 | หมายถึงมีการปรับตัวระดับค่อนข้างสูง |
| คะแนนรวมเฉลี่ย | 2.50 – 3.49 | หมายถึงมีการปรับตัวระดับปานกลาง |
| คะแนนรวมเฉลี่ย | 1.50 – 2.49 | หมายถึงมีการปรับตัวระดับค่อนข้างต่ำ |

คะแนนรวมเฉลี่ย 0.50 – 1.49 หมายถึงมีการปรับตัวระดับต่ำ
ส่วนที่ 3 แบบวัดการเผชิญปัญหา

เป็นแบบวัดประเมินตนเอง (Self-Report) โดยเป็นมาตราประเมินค่า (Rating Scale) ตามแบบลิเคิร์ต (Likert Scale)

แบบประเมินการเผชิญปัญหาแบบแปลไทย เป็นแบบประเมินที่พัฒนาขึ้นเมื่อผู้ป่วยเผชิญสถานการณ์ที่เครียดโดยใช้กรอบแนวคิดของ (Lazarus & Folkman, 1984) เป็นแบบสอบถามมีจำนวนคำถามรวม 27 ข้อแบบสั้น ฉบับไทยค่า Cronbach Alpha = 0.83 (จันทร์จุฬา & ชัยพฤกษ์ชำนานู, 2559) แบบวัดประเมินการเผชิญความเครียดแบ่งออกเป็น 2 ด้านประกอบด้วย คือ

1. ด้านการเผชิญความเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา
2. ด้านการเผชิญความเครียดแบบจัดการกับอารมณ์

เมื่อนำมาหาคะแนนความสอดคล้องด้วย IOC จากผู้ทรงคุณวุฒิแล้วจึงตัดเหลือ 20 ข้อคำถาม ปรับแก้ไขข้อคำถามบางข้อให้เหมาะสม

ให้คะแนนตามความบ่อยครั้งของการเผชิญความเครียดแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ตั้งแต่ 0 ถึง 4 โดยกำหนดเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

| คะแนน | หมายถึง |
|-------|--------------|
| 0 | ไม่เคย |
| 1 | นานๆ ครั้ง |
| 2 | เป็นบางครั้ง |
| 3 | ค่อนข้างบ่อย |
| 4 | สม่ำเสมอ |

ตัวอย่างข้อคำถาม

“ฉันกำหนดเป้าหมายในการแก้ปัญหาอย่างชัดเจน”

เป็นตัวอย่างข้อคำถามในองค์ประกอบ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา (problem focused coping)

“ฉันสวดมนต์ อธิษฐาน ละหมาด ขอพรจากพระเจ้าและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่เคารพนับถือ”

เป็นตัวอย่างข้อคำถามในองค์ประกอบ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ (emotion focused coping)

เกณฑ์การแปลผล

ประกอบด้วย ด้านการเผชิญความเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหาและการเผชิญความเครียดแบบจัดการกับอารมณ์ ผู้วิจัยแบ่งออกเป็น 3 ระดับคือ ใช้ช่วงคะแนนสูงสุดของแบบวัดลบด้วยคะแนนต่ำสุดหารด้วยจำนวนที่ระดับต้องการ (วงศ์รัตน์, 2544) ได้ระยะห่างระหว่างช่วงชั้นเท่ากับ 1.33 ซึ่งแบ่งเป็น 3 ระดับ ดังนี้

คะแนนการแปลผล

0.00 - 1.33 หมายถึง การเผชิญความเครียดด้วยวิธีนั้นอยู่ในระดับน้อย

1.34 - 2.66 หมายถึง การเผชิญความเครียดด้วยวิธีนั้นอยู่ในระดับปานกลาง

2.67 - 4.00 หมายถึง การเผชิญความเครียดด้วยวิธีนั้นอยู่ในระดับมาก

ส่วนที่ 4 แบบวัดการรับรู้ความเครียด

The Perceived Stress Scale (PSS) ตามแนวคิดของ Cohen et al. (1983) จำนวน 10 ข้อฉบับสั้น แปลเป็นภาษาไทยโดย (ณททัย วงศ์ปการันย์ และทินกร วงศ์ปการันย์, 2010) และผู้วิจัยปรับปรุงเพิ่มเติมบริบทการระบาดของ COVID-19 มีข้อคำถามทั้งหมด องค์ประกอบทั้งหมด 2 องค์ประกอบ ดังนี้

1. การรับรู้การหมดหนทางช่วยเหลือ (Perceived Helplessness) เป็นข้อคำถามเชิงลบ ข้อที่ 1, 2, 3, 6, 9, 10

2. การรับรู้ความสามารถในตนเอง (Perceived Self-Efficacy) เป็นข้อคำถามเชิงบวก ข้อที่ 4, 5, 7, 8

ค่าครอนบาคอัลฟาที่ผู้วิจัยต่างๆ เคยวัดมาในอดีตมีค่าอยู่ที่ระหว่าง 0.67 - 0.91 (ทินกร วงศ์ปการันย์และณททัย วงศ์ปการันย์, 2553)

ลักษณะของแบบวัด

แบบวัดการรับรู้ความเครียดประกอบด้วยข้อคำถาม 10 ข้อ โดยเป็นมาตรวัดที่ให้ผู้ตอบประเมินตนเอง (Self-report) ในแต่ละข้อคำถามมีลักษณะเป็น Rating Scale 5 ระดับ ให้ผู้ตอบเลือกตอบได้ตั้งแต่ 0 – 4 คะแนน ให้ผู้ตอบเลือกตอบว่าข้อความแต่ละข้อเกิดขึ้นบ่อยตามความรู้สึกแค่ไหน และข้อคำถามประกอบด้วยข้อความที่มีความหมายทั้งบวกและลบ คะแนนรวมอยู่ในช่วง 10 – 40 คะแนน

ตัวอย่างข้อคำถาม เช่น

“ในช่วงเวลา 1 เดือนที่ผ่านมาในสถานการณ์ระบาดของ COVID-19 ฉันรู้สึกอารมณ์เสียเพราะมีเหตุการณ์ที่ไม่คาดคิดเกิดขึ้น”

เป็นข้อคำถามในองค์ประกอบด้านการรับรู้การหมดหนทางช่วยเหลือ

“ในช่วงเวลา 1 เดือนที่ผ่านมาในสถานการณ์ระบาดของ COVID-19 ฉันสามารถจัดการกับเรื่องต่างๆ ที่มารบกวนในชีวิตได้”

เป็นข้อคำถามในองค์ประกอบด้านการรับรู้ความสามารถในตนเอง

โดยมีลักษณะการวัดแบบลิเคิร์ต (Likert scale) 5 ระดับ ตั้งแต่ 0 = แทบไม่เคย
1 = นานๆ ครั้ง 2 = เป็นบางครั้ง 3 = ค่อนข้างบ่อย 4 = เสมอ

| คะแนน | ความหมาย |
|-------|--------------|
| 0 | ไม่เคย |
| 1 | นานๆ ครั้ง |
| 2 | เป็นบางครั้ง |
| 3 | ค่อนข้างบ่อย |
| 4 | เสมอ |

การแปลผล เมื่อกลับข้อคำถามทางลบแล้วแปลผลดังนี้

คะแนนรวม 0-13 หมายถึง การรับรู้ความเครียดระดับต่ำ (Low stress)

คะแนนรวม 14-26 หมายถึง การรับรู้ความเครียดระดับปานกลาง (Moderate stress)

คะแนนรวม 27-40 หมายถึง การรับรู้ความเครียดระดับสูง (High perceived stress)

การสร้างและการหาคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างและตรวจสอบหาคุณภาพเครื่องมือ โดยมีขั้นตอนดังต่อไปนี้

ตาราง 6 ตัวแปร องค์ประกอบ และจำนวนข้อคำถามทั้งหมด

| ลำดับ | ตัวแปร องค์ประกอบ และจำนวนข้อคำถามทั้งหมด | ข้อที่ | จำนวน |
|-------|---|--------|-------|
| 1. | แบบวัดการปรับตัวของ Roy (1999) | | |
| 1.1 | พฤติกรรมปรับตัวตามความต้องการทางสรีระ (Physiological Needs) | 1-4 | 4 ข้อ |
| 1.2 | พฤติกรรมปรับตัวตามอัตมโนทัศน์ (Self-Concept) | 5-7 | 3 ข้อ |
| 1.3 | พฤติกรรมปรับตัวตามบทบาทหน้าที่ (Role Function) | 9-11 | 4 ข้อ |

| | | | |
|----------------------|---|--------------|------------|
| 1.4 | พฤติกรรมกรรมการปรับตัวตามความสัมพันธ์ที่เกี่ยวข้องกับผู้อื่น (Interdependence Relations) | 12-14 | 3 ข้อ |
| | | | รวม 14 ข้อ |
| 2. | แบบวัดการเผชิญปัญหา (Lazarus & Folkman, 1984) แบบสั้น | ข้อที่ | จำนวน |
| 2.1 | การเผชิญปัญหาแบบแบบมุ่งแก้ไขปัญหา (problem focused coping) | 1-11 | 11 ข้อ |
| 2.2 | การเผชิญปัญหาแบบจัดการกับอารมณ์ (Emotion focused coping) | 12-20 | 9 ข้อ |
| | | | รวม 20 ข้อ |
| 3. | แบบวัดการรับรู้ความเครียด Cohen et al. (1983) แบบสั้น | ข้อที่ | จำนวน |
| 3.1 | การรับรู้ความสามารถในตนเอง (Perceived Self- Efficacy) เป็นข้อคำถามทางบวก | 4,5,7,8 | 4 ข้อ |
| 3.2 | การรับรู้การหมดหนทางช่วยเหลือ (Perceived Helplessness) เป็นข้อคำถามทางลบ | 1,2,3,6,9,10 | 6 ข้อ |
| | | | รวม 10 ข้อ |
| รวมทั้งแบบวัด 44 ข้อ | | | |

การสร้างและการหาคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยเป็นผู้เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยเริ่มเก็บข้อมูลหลังโครงการผ่านการอนุมัติจากคณะกรรมการจริยธรรมโดยมีขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ศึกษาจากหนังสือ วิทยานิพนธ์ งานวิจัย เอกสารที่เกี่ยวข้อง และข้อมูลสถิติจากเอกสารราชการที่มีการรวบรวมและเผยแพร่ทางเว็บไซต์เพื่อกำหนดนิยามตัวแปร และค่าสถิติทดสอบที่เหมาะสมในการวิจัย

ขั้นตอนที่ 2 นิยามตัวแปรและศึกษาโครงสร้างตัวแปรที่ต้องการศึกษาทั้งหมด

ขั้นตอนที่ 3 ผู้วิจัยจัดทำร่างแบบสอบถามโดยนำมาจากนิยามของตัวแปร ปรับข้อความให้เหมาะสมกับบริบทของกลุ่มตัวอย่าง นิยามเชิงปฏิบัติการ และบริษัทที่เกี่ยวข้อง โดยมีอาจารย์ที่ปรึกษาให้คำแนะนำในการปรับปรุงแก้ไข

ขั้นตอนที่ 4 นำร่างแบบสอบถามที่อาจารย์ที่ปรึกษาได้ตรวจสอบความถูกต้องและเหมาะสมแล้วส่งให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวนทั้งหมด 3 ท่าน ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยหาค่าดัชนีความสอดคล้องของคำถามกับวัตถุประสงค์การวิจัย (The Index of Item Objective Congruence : IOC) ว่าแบบสอบถามมีความสอดคล้องเหมาะสมหรือไม่ จนได้ค่าคะแนนเฉลี่ยผ่านเกณฑ์กำหนด หรือปรับปรุงข้อคำถามที่มีความกำกวม ไม่ชัดเจนและแก้ไขเพิ่มเติม

ขั้นตอนที่ 5 นำแบบสอบถามที่ได้รับการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) ทดสอบ (Try Out) กับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน ซึ่งเป็นคนละกลุ่มกันกับที่เก็บตัวอย่างจริงเพื่อหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับ (Reliability) เพื่อหาระดับค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม ให้ผ่านเกณฑ์ที่กำหนดไว้

ขั้นตอนที่ 6 การตรวจสอบความตรงเชิงโครงสร้าง (Construct validity ของตัวแปร) ได้แก่ ตัวแปรการรับรู้ความเครียด ตัวแปรการเผชิญปัญหา ตัวแปรการปรับตัว

ถัดไปเป็นการตรวจสอบความตรงเชิงโครงสร้างโดยพิจารณาค่าน้ำหนักองค์ประกอบเชิงยืนยันโดยการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันของตัวแปรทั้งหมดในโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของการปรับตัวของพนักงานอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวในสถานการณ์การแพร่ระบาดของ COVID-19 โดยมีการเผชิญปัญหาเป็นตัวแปรส่งผ่าน

การพิจารณาค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานของการรับรู้ความเครียด ได้แก่ การรับรู้ความสามารถในตนเอง และการรับรู้การหมดหนทางช่วยเหลือโดยมีค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานดังต่อไปนี้ การรับรู้ความสามารถในตนเองมีค่าน้ำหนักมากที่สุดที่ ($\beta=.811$) มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 การรับรู้การหมดหนทางช่วยเหลือที่ระดับ ($\beta=.716$) มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตาราง 7

ตาราง 7 เมทริกซ์น้ำหนักองค์ประกอบค่าความตรงเชิงโครงสร้างของตัวแปรการรับรู้ความเครียดของพนักงานอุตสาหกรรมท่องเที่ยวในสภาวะระบาดของ COVID-19 (N=30)

| ลำดับ | ตัวแปร การรับรู้ความเครียด | น้ำหนักองค์ประกอบ | | |
|-------|-----------------------------------|-------------------|---------|-------|
| | | B | β | S.E. |
| 1 | การรับรู้ความสามารถ ในตนเอง | 0.846* | 0.811* | 0.086 |
| 2 | การรับรู้การหมด หนทางช่วยเหลือ | 0.775* | 0.716* | 0.086 |

$\chi^2 = 5.74, df = 4, p = 0.24, CFI = 0.988, TLI = 1, SRMR = 0.011, RMSEA = 0.04 \chi^2/df = 1.435$

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

การพิจารณาค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานของการเผชิญปัญหาได้แก่ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ และการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาโดยมีค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานดังต่อไปนี้ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ มีค่าน้ำหนักมากที่สุดที่ระดับ ($\beta = 0.829$) มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาที่ระดับ ($\beta = 0.845$) มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตาราง 8

ตาราง 8 เมทริกซ์น้ำหนักองค์ประกอบค่าความตรงเชิงโครงสร้างของตัวแปรการเผชิญปัญหาของพนักงานอุตสาหกรรมท่องเที่ยวในสภาวะระบาดของ COVID-19 (N=30)

| ลำดับ | ตัวแปร การเผชิญปัญหา | น้ำหนักองค์ประกอบ | | |
|-------|---|-------------------|---------|-------|
| | | b | β | S.E. |
| 1 | การเผชิญปัญหาแบบมุ่ง จัดการกับอารมณ์ | 0.904* | 0.829* | 0.130 |
| 2 | การเผชิญปัญหาแบบมุ่ง จัดการกับปัญหา | 0.851* | 0.845* | 0.130 |

$\chi^2 = 5.44, df = 3, p = 0.44, CFI = 0.99, TLI = 0.97, SRMR = 0.022, RMSEA = 0.05 \chi^2/df = 1.813$

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

การพิจารณาค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานของการปรับตัวได้แก่ พฤติกรรมการปรับตัวตามความต้องการทางสรีระ พฤติกรรมการปรับตัวตามอัตมโนทัศน์ พฤติกรรมการปรับตัวตามบทบาทหน้าที่ พฤติกรรมการปรับตัวตามความสัมพันธ์กับผู้อื่น โดยมีค่าน้ำหนักองค์ประกอบดังต่อไปนี้ พฤติกรรมการปรับตัวตามอัตมโนทัศน์ที่ระดับ ($\beta=0.720$) มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มีค่าน้ำหนักมากที่สุด รองลงมาคือ พฤติกรรมการปรับตัวตามความสัมพันธ์ที่เกี่ยวข้องกับผู้อื่นที่ระดับ ($\beta=0.620$) มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 พฤติกรรมการปรับตัวตามบทบาทหน้าที่ที่ระดับ ($\beta=0.505$) มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และพฤติกรรมการปรับตัวตามความต้องการทางสรีระที่ระดับ ($\beta=0.425$) มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตาราง 9

ตาราง 9 เมทริกซ์น้ำหนักองค์ประกอบค่าความตรงเชิงโครงสร้างของแบบวัดการปรับตัวของพนักงานอุตสาหกรรมท่องเที่ยวในสภาวะระบาดของ COVID-19 (N=30)

| ลำดับ | ตัวแปร (องค์ประกอบ) | น้ำหนักองค์ประกอบ | | |
|-------|-------------------------------------|-------------------|---------|-------|
| | | b | β | S.E. |
| 1 | ความต้องการทางสรีระ | 0.287* | 0.425* | 0.079 |
| 2 | อัตมโนทัศน์ | 0.580* | 0.720* | 0.085 |
| 3 | บทบาทหน้าที่ | 0.432* | 0.505* | 0.080 |
| 4 | ความสัมพันธ์ที่เกี่ยวข้องกับผู้อื่น | 0.527* | 0.620* | 0.080 |

$\chi^2= 2.902, df =2, p =0.234, CFI=0.993, TLI=0.980, SRMR=0.023, RMSEA = 0.047 \chi^2/df= 1.451$

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บข้อมูลจะเป็นการเก็บแบบระยะสั้นโดยมีระยะเวลาการเก็บที่ระบุชัดเจนเป็นการศึกษาที่จุดเวลาใดเวลาหนึ่ง (Cross-sectional study) เพื่อให้ศึกษางานวิจัยในบริบทที่สามารถอ้างอิงระยะการระบาดของ COVID-19 ได้ อย่างชัดเจนซึ่งไม่ใช่การเก็บรวบรวมข้อมูลแบบศึกษาผลติดตามระยะยาว เพื่อให้สอดคล้องกับโมเดลกระบวนการความเครียดและการเผชิญ

ปัญหาของ (Lazarus & Folkman, 1984) ที่เหมาะกับการศึกษาตัวแปรความเครียด การเผชิญปัญหาแบบส่งผ่าน และการปรับตัวในผลลัพธ์แบบระยะสั้น ในขณะที่ผลลัพธ์ระยะยาวจะเป็นเรื่องของอาการป่วยหรืออื่นๆ

การเก็บรวบรวมข้อมูลมีรายละเอียดดังนี้

1. ทำหนังสือขออนุญาตจากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถึงบริษัทท่องเที่ยวที่เก็บรวบรวมข้อมูลกลุ่มตัวอย่างเพื่อการเก็บข้อมูลวิจัย โดยทำหนังสือขออนุญาตจากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ งานวิจัยนี้ผ่านการได้รับอนุญาตโดยหมายเลขจริยธรรมคือ SWUEC-G-046/2565 ผู้วิจัยทำเรื่องขออนุมัติเก็บแบบสอบถามจากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ วันที่ 18 ก.พ. 2565 เก็บข้อมูล ณ “งานท่องเที่ยวไทยเทศกาลเที่ยวเมืองไทย 2565 กิน-เที่ยว-ช้อปปิ้งเมืองไทยในสวนลุมฯ” วันที่ 18-22 ก.พ. 2565 โดยแจกแบบสอบถาม 100 ชุด

2. ผู้วิจัยทำการเก็บข้อมูลออนไลน์จาก ใน Facebook และ Line group แบบสอบถามออนไลน์ให้พนักงานอุตสาหกรรมท่องเที่ยว แนะนำระยะเวลาการทำแบบสอบถามให้เหมาะสมกับความยาวจำนวนข้อคำถาม ทั้งนี้ผู้เข้าร่วมวิจัยสามารถเว้นว่างข้อคำถามส่วนตัวที่ไม่ต้องการตอบได้

3. นำแบบสอบถามออนไลน์ แบบสอบถามที่ผู้เกี่ยวข้องและเจ้าหน้าที่รวบรวมให้ทั้งหมด คัดแยกตามเกณฑ์คัดเข้าและคัดออก คัดกรองข้อมูลด้วยวิธีการทางสถิติ

4. ผู้วิจัยรวบรวมแบบสอบถามทั้งหมด บันทึกข้อมูล จัดข้อมูลทั้งหมดรวบรวมเข้าด้วยกัน เรียงลำดับ ลงรหัส ให้เป็นระเบียบทั้งหมด จนครบจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการวิจัย และนำไปวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมเพื่อหาค่าทางสถิติวิเคราะห์

การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

1. ตรวจสอบความสมบูรณ์ครบถ้วนของแบบสอบถาม และคัดแบบสอบถามที่ไม่สมบูรณ์ออก

2. นำคะแนนที่ได้ไปวิเคราะห์ทางสถิติเชิงพรรณนา (Descriptive analysis) และสถิติเชิงอนุมาน (Inferential analysis)

3. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่างคือ สถิติบรรยายการแจกแจงความถี่ (Frequency) และคำนวณค่าร้อยละ (Percentage) เพื่อแสดงจำแนกลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา ตำแหน่งงาน อายุงาน การกระจายของข้อมูลด้วยการหาค่าเฉลี่ยเลขคณิต (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard

deviation) ค่าความเบ้ (Skewness) ค่าความโด่ง (Kurtosis) สร้างกราฟระฆังคว่ำเพื่อดูการกระจายของข้อมูล และ Norm ของกลุ่มตัวอย่างด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ

4. วิเคราะห์ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ เพื่อศึกษาอิทธิพลระหว่างตัวแปรทั้งหมด เพื่อนำมาประมาณค่าอิทธิพลทางตรง (Direct effect) และอิทธิพลทางอ้อม (Indirect effect) ของตัวแปรต้นว่าเป็นสาเหตุต่อตัวแปรตามที่เป็นผลหรือไม่ โดยใช้ค่าสถิติที่บ่งบอกถึงอิทธิพลทางตรงของตัวแปรที่เป็นสาเหตุที่ทำให้อีกตัวหนึ่งเปลี่ยนแปลงไปเพื่อทำการวิเคราะห์และศึกษารูปแบบอิทธิพลทางตรงของการรับรู้ความเครียดที่ส่งผลต่อการเผชิญปัญหา และอิทธิพลทางตรงที่การเผชิญปัญหามีต่อการปรับตัว ศึกษาอิทธิพลทางอ้อมที่มีการส่งผ่านการเผชิญปัญหา โดยตรวจสอบความสอดคล้องของโมเดลตามสมมติฐานกับข้อมูลของกลุ่มตัวอย่างบุคคลากรอุตสาหกรรมทหารที่เกี่ยวข้องด้วยโปรแกรม M plus โดยสถิติทดสอบ Structural Equation Modeling Analysis, SEM)

ตาราง 10 แสดงค่าสถิติและเกณฑ์วัดระดับความกลมกลืนของเมทริกซ์ความแปรปรวน ความแปรปรวนร่วมของโมเดลและเมทริกซ์ความแปรปรวน ความแปรปรวนร่วมของข้อมูลเชิงประจักษ์ (Yu, 2002)

ตาราง 10 ค่าสถิติ

| ลำดับ | ค่าสถิติ |
|-------|-----------------|
| | เกณฑ์การพิจารณา |

| | | |
|---|--|---|
| 1 | Chi-Square/df | <2 |
| 2 | ดัชนีรากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของการประมาณค่าความคลาดเคลื่อน (RMSEA) | <0.05 = สอดคล้องดี 0.05-0.08 = พอใช้ได้ 0.08-0.10 = ไม่ค่อยดี |
| 3 | ดัชนีรากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของส่วนเหลือมาตรฐาน (SRMR) | <0.05 >0.10 = สอดคล้องไม่ดี |
| 4 | ดัชนีวัดระดับความพอดีเปรียบเทียบ (Comparative Fit Index) | >0.09 |
| 5 | ค่าดัชนีวัดระดับความสอดคล้องเปรียบเทียบของ Tucker และ Lewis (TLI) | >0.09 |

ตาราง 11 เกณฑ์การประเมินคุณภาพของแบบวัด

| เกณฑ์ค่า Cronbach's Alpha | | | |
|---|---------------------|----------------------|-------|
| ลำดับ | เกณฑ์ | ระดับ | |
| 1 | ไม่ผ่าน | <0.5 | |
| 2 | ไม่ดี | 0.5-0.6 | |
| 3 | พอใช้ | 0.6-0.7 | |
| 4 | ดี | 0.7-0.8 | |
| 5 | ดีมาก | >0.8 | |
| เกณฑ์ค่า Cronbach's Alpha ของแบบวัดที่ใช้ในงานวิจัย | | | |
| ลำดับ | เครื่องมือ | ค่า Cronbach's Alpha | เกณฑ์ |
| 1 | การรับรู้ความเครียด | 0.910 | ดีมาก |
| 2 | การเผชิญปัญหา | 0.800 | ดี |
| 3 | การปรับตัว | 0.900 | ดีมาก |

การประเมินคุณภาพของแบบวัด

นำข้อคำถามไปทดลองกับกลุ่มตัวอย่างที่ใกล้เคียงแต่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างที่นำมาวิจัย 30 คนโดยโปรแกรม SPSS

แบบวัดการรับรู้ความเครียด (Cohen et al., 1983) ที่แปลเป็นภาษาไทยโดย (ณททัย วงศ์ปการันย์ และทินกร วงศ์ปการันย์, 2010) และปรับปรุงเพิ่มบริบทการระบาด COVID-19 ใช้วัดการรับรู้ความเครียด มีข้อคำถามทั้งหมด จำนวน 10 ข้อ ฉบับสั้น มีค่า Cronbach's α 0.910 ถือว่าผ่านเกณฑ์ในระดับดีมาก

แบบวัดการเผชิญปัญหาแบบไทย เป็นแบบประเมินที่ อนุพงษ์ จันทรจุฬาและชัยพฤติน ชำนาญ (2559) พัฒนาขึ้นเมื่อผู้ป่วยเผชิญสถานการณ์ที่เครียดโดยใช้กรอบแนวคิดของ (Lazarus & Folkman, 1984) เป็นแบบสอบถามมีจำนวนคำถามรวม 27 ข้อ นำมาปรับปรุงตัดข้อคำถามออกเหลือ 20 ข้อ มีค่า Cronbach's α 0.800 ถือว่าผ่านเกณฑ์ในระดับดี

แบบวัดการปรับตัว พัฒนาโดยผู้วิจัยตามแนวคิดของ Roy (1999) โดยเพิ่มบริบทการระบาดของ COVID-19 จำนวนทั้งหมด 14 ข้อ มีค่า Cronbach's α 0.900 ถือว่าผ่านเกณฑ์ในระดับดีมาก

เกณฑ์การประเมินความสอดคล้องของข้อคำถามโดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่านร่วมกัน ประเมินโดยการให้คะแนนมีเกณฑ์ดังตาราง 12

ตาราง 12 เกณฑ์การประเมินการตรวจสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิ

| เกณฑ์การประเมินการตรวจสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิ | | | | | | |
|---|------------------------|--------------------------------------|----|----|---------|----------|
| ลำดับ | รายการขอความคิดเห็น | ประมาณค่าความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิ | | | ค่า IOC | แปลผล |
| | | คนที่ | | | | |
| | | 1 | 2 | 3 | | |
| 1 | ตัวอย่างข้อคำถามที่ 1 | +1 | +1 | 0 | 0.6 | ใช้ได้ |
| 2 | ตัวอย่างข้อคำถามที่ 2 | +1 | 0 | -1 | 0 | ปรับปรุง |
| 3 | ตัวอย่างข้อคำถามที่ 3 | +1 | +1 | +1 | 1.0 | ใช้ได้ |
| 4 | ตัวอย่างข้อคำถามที่ 4 | 0 | 0 | 0 | 0 | ปรับปรุง |
| 5 | ตัวอย่างข้อคำถามที่ 5 | +1 | 0 | 0 | 0.3 | ปรับปรุง |
| 6 | ตัวอย่างข้อคำถามที่ 6 | +1 | +1 | 0 | 0.6 | ใช้ได้ |
| 7 | ตัวอย่างข้อคำถามที่ 9 | 0 | 0 | -1 | -1 | ปรับปรุง |
| 8 | ตัวอย่างข้อคำถามที่ 10 | +1 | +1 | 0 | 0.6 | ใช้ได้ |

ให้คะแนน +1 ถ้าผู้ทรงคุณวุฒิแน่ใจว่าข้อคำถามวัดได้สอดคล้องตรงตามวัตถุประสงค์

ให้คะแนน 0 ถ้าผู้ทรงคุณวุฒิไม่แน่ใจว่าข้อความวัดได้สอดคล้องตรงตาม
วัตถุประสงค์

ให้คะแนน -1 ถ้าผู้ทรงคุณวุฒิแน่ใจว่าข้อความวัดไม่สอดคล้องตรงตาม
วัตถุประสงค์

แล้วนำผลคะแนนที่ได้จากผู้เชี่ยวชาญมาคำนวณหาค่า IOC ตามสูตร

เกณฑ์

1. ข้อคำถามที่มีค่า IOC ตั้งแต่ 0.50-1.00 มีค่าความเที่ยงตรง ใช้ได้
2. ข้อคำถามที่มีค่า IOC ต่ำกว่า 0.50 ต้องปรับปรุง ยังใช้ไม่ได้

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

งานวิจัยนี้ไม่มีการล่วงละเมิดสิทธิสวัสดิภาพของผู้ให้ข้อมูล โดยได้รับอนุญาตโดย
หมายเลขจริยธรรมคือ SWUEC-G-046/2565 หลังจากนั้นผู้วิจัยได้ทำหนังสือขออนุญาตบริษัท
ของกลุ่มตัวอย่างเพื่อเก็บข้อมูล และข้อมูลนั้นจะถูกเก็บเป็นความลับ ผู้ให้ข้อมูลมีสิทธิในการให้
ข้อมูลโดยสมัครใจเป็นสำคัญ โดยไม่มีการบังคับ ซึ่งนำไปกระทำตาม ผู้วิจัยชี้แจงสิทธิของผู้เข้าร่วม
การวิจัยให้เข้าใจอย่างชัดเจนตั้งแต่แรก เริ่มจากการเก็บเรียบเรียงข้อมูล โดยการเก็บข้อมูลจะต้อง
คำนึงถึงจริยธรรมโดยมีข้อชี้แจงที่ระบุความสมัครใจไว้ในชุดแบบสอบถามอย่างชัดเจน

การวิเคราะห์จนถึงการนำเสนอผลการวิจัยโดยคำนึงถึงจริยธรรมในการพิทักษ์สิทธิสวัสดิ
ภาพของกลุ่มตัวอย่าง หลังจากเก็บข้อมูลสำเร็จทั้งแบบออนไลน์และเอกสาร ไม่มีการเปิดเผยชื่อ
และนามสกุลจริง ที่ทำงาน และข้อมูลส่วนบุคคลที่อาจส่งผลกระทบต่อชีวิต ครอบครัว หรือองค์กร
ที่ผู้เข้าร่วมวิจัยทำงาน ผู้เข้าร่วมวิจัยสามารถถอนตัวจากการวิจัยได้ทุกเมื่อ ผู้วิจัยจะเป็นผู้เดียวที่
เข้าถึงข้อมูลทั้งหมดได้ และจะทำลายข้อมูลส่วนบุคคลทั้งหมดเมื่อสิ้นสุดการวิจัย การนำข้อมูลไป
อภิปรายผลหรือเผยแพร่จะกระทำเป็นภาพรวมในรูปแบบการวิจัยเท่านั้น โดยไม่ยกตัวอย่างระบุ
ตัวตนของผู้เข้าร่วมวิจัยคนใดคนหนึ่งเป็นพิเศษ

บทที่ 4 ผลการศึกษา

การวิจัยโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของการปรับตัวของพนักงานอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวในสถานการณ์การแพร่ระบาดของ COVID-19 โดยมีการเผชิญปัญหาเป็นตัวแปรส่งผ่าน โดยมีการวิเคราะห์ผลการวิเคราะห์ด้วยสถิติดังต่อไปนี้

- 1 ข้อมูลทั่วไป
- 2 ผลการวิเคราะห์สถิติพื้นฐานของตัวแปรและค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร
- 3 ผลการวิเคราะห์สถิติวิเคราะห์อิทธิพลทางตรงและทางอ้อมและการทดสอบสมมติฐานของการวิจัย

ข้อมูลทั่วไป

ผลการศึกษาสถิติบรรยายพบว่า กลุ่มตัวอย่าง 200 คน จำนวนมากที่สุดเป็นเพศหญิง 117 คน ร้อยละ 58.5 จำนวนอายุมากที่สุดคือ อายุ 51-55 ปี 58 คน ร้อยละ 29 สถานภาพสมรส โสดมากที่สุด 105 คน ร้อยละ 52.5 ระดับการศึกษา มากที่สุดคือปริญญาตรี 114 คน ร้อยละ 52. ประเภทอาชีพ จำหน่ายสินค้าพาณิชย์เชิงท่องเที่ยวมากที่สุด 61 คน ร้อยละ 30.5 รายได้เฉลี่ยต่อเดือน มากที่สุดคือ 15,001-25,000 บาท 68 คน ร้อยละ 34 ประสบการณ์การทำงานด้านท่องเที่ยวมากที่สุดคือ 15 ปีขึ้นไป 54 คน ร้อยละ ประเภทการทำงาน มากที่สุดคือ อิสระ 124 คน ร้อยละ 62 ภาคที่ทำงานบ่อยที่สุด ภาคใต้ 41 คน ร้อยละ 20.5 ที่อยู่อาศัย มากที่สุดคือเป็นเจ้าของ 146 คน ร้อยละ 73 จำนวนสมาชิกในครอบครัวทั้งหมด มากที่สุดคือ 4 คนขึ้นไป 114 คน ร้อยละ 57 จำนวนบุตร มากที่สุดคือ ไม่มีบุตร 114 คน ดังตาราง 13

ตาราง 13 ข้อมูลส่วนบุคคล (N=200)

| ลำดับ | ข้อมูลทั่วไป | จำนวน | ร้อยละ | |
|-------|-------------------|-----------------------------|--------|------|
| 1 | เพศ | หญิง | 117 คน | 58.5 |
| | | ชาย | 83 คน | 41.5 |
| 2 | อายุ | 21-25ปี | 22 คน | 11 |
| | | 26-30 ปี | 37 คน | 18.5 |
| | | 31-35 ปี | 24 คน | 12 |
| | | 36-40ปี | 30 คน | 15 |
| | | 41-50ปี | 20 คน | 10 |
| | | 51-55 ปี | 58 คน | 29 |
| | | 55 ปีขึ้นไป | 9 คน | 4.5 |
| 3 | สถานภาพ สมรส | โสด | 105 คน | 52.5 |
| | | สมรส | 85 คน | 42.5 |
| | | หย่าร้าง | 5 คน | 2.5 |
| | | หม้าย | 5 คน | 2.5 |
| 4 | ระดับ การศึกษา | มัธยมปลายหรือต่ำกว่า | 31 คน | 15.5 |
| | | กว่า | | |
| | | อนุปริญญา | 22 คน | 11 |
| | | ปริญญาตรี | 114 คน | 57 |
| | | ปริญญาโทหรือสูง กว่า | 33 คน | 16.5 |
| 5 | อาชีพ | ธุรกิจจำหน่ายสินค้า | 61 คน | 30.5 |
| | | พาณิชย์เชิง ท่องเที่ยว | | |
| | | ธุรกิจการนำเที่ยว | 55 คน | 27.5 |
| | | มัคคุเทศก์ | 55 คน | 27.5 |
| | | ธุรกิจการคมนาคม และขนส่ง | 25 คน | 12.5 |

| | | | | |
|---|--|--|--------|------|
| | | ธุรกิจการสอนเฉพาะ ทาง เช่น การดำน้ำ ปีนเขา | 4 คน | 2 |
| 6 | รายได้ | ต่ำกว่า 15,000 บาท | 45 | 22.5 |
| | | 15,001-25,000บาท | 68 คน | 34 |
| | | 25,001-35,000บาท | 38 | 9 |
| | | 35,000 บาทขึ้นไป | 49 คน | 24.5 |
| 7 | ประสบการณ์ ในการทำงาน ด้านท่องเที่ยว | ต่ำกว่า 3 ปี | 49 คน | 24.5 |
| | | 4-5ปี | 47 คน | 23.5 |
| | | 6-10ปี | 22 คน | 11 |
| | | 11-15ปี | 28 คน | 14 |
| | | มากกว่า15ปี | 54 คน | 27 |
| 8 | ประเภทการ ทำงาน | อิสระ | 124 คน | 62 |
| | | พนักงานประจำ | 56 คน | 28 |
| | | หัวหน้าแผนก | 20 คน | 10 |
| 9 | ภาคที่ทำงาน | ภาคกลาง | 40 คน | 20 |
| | | ภาคเหนือ | 39 คน | 19.5 |
| | | ภาคใต้ | 41 คน | 20.5 |

| | | | | |
|----|--------------|--------------------|--------|------|
| | | ภาค | 40 คน | 20 |
| | | ตะวันออกเฉียงเหนือ | | |
| | | ภาคตะวันออกเฉียง | 40 คน | 20 |
| 10 | ที่อยู่อาศัย | เป็นเจ้าของ | 146 คน | 73 |
| | | เช่าอาศัย | 54 คน | 27 |
| 11 | จำนวนสมาชิก | 1คน | 14 คน | 7 |
| | | 2คน | 29 คน | 14.5 |
| | | 3คน | 43 คน | 21.5 |
| | | 4คนขึ้นไป | 114 คน | 57 |
| 12 | จำนวนบุตร | ไม่มี | 114 คน | 57 |
| | | 1คน | 35 คน | 17.5 |
| | | 2คน | 35 คน | 17.5 |
| | | 3คนขึ้นไป | 16 คน | 3 |

ผลการวิเคราะห์สถิติพื้นฐานของตัวแปร

ตาราง 14 สถิติพื้นฐาน (N=200)

| ลำดับ | ตัวแปร | M | SD | MAX | MIN | Skewness | Kurtosis |
|-------|-------------------------|--------|-------|------|-------|----------|----------|
| 1 | การรับรู้ ความเครียด | 18.470 | 0.700 | 31 | 11 | 0.179 | -0.199 |
| 2 | การเผชิญปัญหา | 2.565 | 0.724 | 4 | 0.560 | -0.332 | -0.255 |
| 3 | การปรับตัว | 2.579 | 0.770 | 3.94 | 0.250 | -0.510 | -0.183 |

ผลการวิเคราะห์สถิติพื้นฐานของตัวแปรการรับรู้ความเครียด ด้วยการวิเคราะห์ค่าสถิติต่างๆ ได้แก่ ค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ค่าความเบ้ (Skewness) ค่าความโด่ง (Kurtosis) ผลวิเคราะห์มีรายละเอียดดังนี้ พบว่าตัวแปรการรับรู้ความเครียด มีค่าเฉลี่ย (M) เท่ากับ 18.470 แสดงว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีการรับรู้ความเครียดในระดับปานกลาง ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เท่ากับ 0.700 คะแนนสูงสุด (Max) เท่ากับ 31 คะแนนต่ำสุด (Min) เท่ากับ 11 ค่าความเบ้ (Skewness) เท่ากับ 0.179 วิเคราะห์ความเบ้ (Skewness) มีค่าเป็นบวกแสดงว่ากลุ่ม

ตัวอย่างส่วนใหญ่มีคะแนนตัวแปรสูงกว่าค่าเฉลี่ยของกลุ่ม ค่าความโด่ง (Kurtosis) เท่ากับ -0.199 วิเคราะห์ความโด่ง (Kurtosis) แสดงว่าการแจกแจงเป็นโค้งต่ำกว่าปกติ (Platykurtic) มีค่าเป็นลบ แสดงว่าข้อมูลกลุ่มตัวอย่างมีคะแนนตัวแปรมีการกระจายตัวมาก และการกระจายของข้อมูลไม่เป็นรูปประฆังคว่ำหรือการแจกแจงปกติ เนื่องจากมีความเบ้สูงกว่าปกติและความโด่งเป็นโค้งต่ำกว่าปกติ

ผลการวิเคราะห์สถิติพื้นฐานของตัวแปรการเผชิญปัญหา ด้วยการวิเคราะห์ค่าสถิติต่างๆ ได้แก่ ค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) คะแนนสูงสุด (Max) คะแนนต่ำสุด (Min) ค่าความเบ้ (Skewness) ค่าความโด่ง (Kurtosis) ผลวิเคราะห์มีรายละเอียดดังนี้ พบว่าตัวแปรการเผชิญปัญหา มีค่าเฉลี่ย (M) เท่ากับ 2.565 แสดงว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีการเผชิญปัญหาในระดับปานกลาง ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เท่ากับ 0.724 คะแนนสูงสุด (Max) เท่ากับ 4 คะแนนต่ำสุด (Min) เท่ากับ 0.560 ค่าความเบ้ (Skewness) เท่ากับ -0.332 วิเคราะห์ความเบ้ (Skewness) มีค่าเป็นลบแสดงว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีคะแนนตัวแปรต่ำกว่าค่าเฉลี่ยของกลุ่ม ค่าความโด่ง (Kurtosis) เท่ากับ -0.255 วิเคราะห์ความโด่ง (Kurtosis) แสดงว่าการแจกแจงเป็นโค้งต่ำกว่าปกติ (Platykurtic) มีค่าเป็นลบแสดงว่าข้อมูลกลุ่มตัวอย่างมีคะแนนตัวแปรมีการกระจายตัวมาก และการกระจายของข้อมูลไม่เป็นรูปประฆังคว่ำหรือการแจกแจงปกติ เนื่องจากมีความเบ้ต่ำกว่าปกติและความโด่งเป็นโค้งต่ำกว่าปกติ

ผลการวิเคราะห์สถิติพื้นฐานของตัวแปรการปรับตัว ด้วยการวิเคราะห์ค่าสถิติต่างๆ ได้แก่ ค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) คะแนนสูงสุด (Max) คะแนนต่ำสุด (Min) ค่าความเบ้ (Skewness) ค่าความโด่ง (Kurtosis) ผลวิเคราะห์มีรายละเอียดดังนี้ พบว่าตัวแปรการปรับตัว มีค่าเฉลี่ย (M) เท่ากับ 2.579 แสดงว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีการปรับตัว ในระดับปานกลาง ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เท่ากับ 0.770 คะแนนสูงสุด (Max) เท่ากับ 3.94 คะแนนต่ำสุด (Min) เท่ากับ 0.250 ค่าความเบ้ (Skewness) เท่ากับ -0.510 วิเคราะห์ความเบ้ (Skewness) มีค่าเป็นลบแสดงว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีคะแนนตัวแปรต่ำกว่าค่าเฉลี่ยของกลุ่ม ค่าความโด่ง (Kurtosis) เท่ากับ -0.183 วิเคราะห์ความโด่ง (Kurtosis) แสดงว่าการแจกแจงเป็นโค้งต่ำกว่าปกติ (Platykurtic) มีค่าเป็นลบแสดงว่าข้อมูลกลุ่มตัวอย่างมีคะแนนตัวแปรมีการกระจายตัวมาก และการกระจายของข้อมูลไม่เป็นรูปประฆังคว่ำหรือการแจกแจงปกติ เนื่องจากมีความเบ้ต่ำกว่าปกติและความโด่งเป็นโค้งต่ำกว่าปกติ

ผลการวิเคราะห์สถิติวิเคราะห์หือทพิพทางตรงและทางอ้อมและการทดสอบสมมุติฐานของการวิจัย

ผลความตรงเชิงเนื้อหาวิเคราะห์ด้วยค่าดัชนีความสอดคล้องพบว่าสอดคล้องกันดี ผลการวิเคราะห์ความตรงของโมเดลพบว่าโมเดลสมการเชิงโครงสร้างในสถานการณ์การแพร่ระบาดของ COVID-19 มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยพิจารณาจากค่าไค-สแควร์เท่ากับ 5.64 ที่องศาอิสระเท่ากับ 4 และมีค่าความน่าจะเป็นเท่ากับ 0.22 ดังนั้นโมเดลสมการเชิงโครงสร้างที่สร้างขึ้นจึงสามารถนำมาอธิบายการปรับตัวที่สร้างขึ้นได้ โดยมีค่าดัชนีรากมาตรฐานของค่าเฉลี่ยกำลังสองของส่วนที่เหลือ (SRMR) เท่ากับ 0.022 และค่าดัชนีรากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของค่าความคลาดเคลื่อนโดยประมาณ (RMSEA) เท่ากับ 0.045 ค่าดัชนีวัดความกลมกลืนเปรียบเทียบ (CFI) เท่ากับ 0.995 ค่าดัชนีวัดระดับความสอดคล้องเปรียบเทียบของ Tucker และ Lewis (TLI) เท่ากับ 0.964 ค่าไค-สแควร์สัมพันธ์ (χ^2/df) เท่ากับ 1.412 ดังตาราง 15

ตาราง 15 ค่าดัชนีทดสอบความกลมกลืนของโมเดลกับข้อมูลเชิงประจักษ์ของสมการเชิงโครงสร้าง

| ลำดับ | ดัชนีที่พิจารณา | | | | | |
|--|-----------------|-------------------------------|-----------------------|----------------|----------------|---------|
| | เกณฑ์การพิจารณา | ก่อนปรับโมเดล | | หลังปรับโมเดล | | |
| | | ค่าที่ได้ | แปลผล | ค่าที่ได้ | แปลผล | |
| ค่าดัชนีทดสอบความกลมกลืนสมบูรณ์ (Absolute Fit Indices) | | | | | | |
| 1 | χ^2 | ไม่มี นัยสำคัญ ทางสถิติ | 44.13 p= 0.0003 | ไม่ กลมกลืน | 5.64 p=0.22 | กลมกลืน |
| 2 | SRMR | <.08 | 0.062 | กลมกลืน | 0.022 | กลมกลืน |
| 3 | RMSEA | <.08 | 0.089 | ไม่ กลมกลืน | 0.045 | กลมกลืน |
| 4 | χ^2/df | >2 | 2.59 | ไม่ กลมกลืน | 1.412 | กลมกลืน |
| ดัชนีความกลมกลืนเปรียบเทียบ (Comparative Fit Indices) | | | | | | |
| 1 | CFI | >.90 | 0.915 | กลมกลืน | 0.995 | กลมกลืน |
| 2 | TFI | >.90 | 0.859 | ไม่ กลมกลืน | 0.964 | กลมกลืน |

วิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation Coefficient) เพื่อตรวจสอบตัวแปรว่าไม่มีปัญหาภาวะร่วมเส้นตรงของตัวแปรทั้งหมด (Multicollinearity) การรับรู้ความเครียด โดยผลการตรวจสอบว่ามีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง 0.237 ถึง 0.675 โดยตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กันสูงคือ การเผชิญปัญหากับการปรับตัว ($r=0.676$ $p<.05$) ไม่มีคู่ความสัมพันธ์ใดมีค่าเกิน .85 ซึ่งแปลว่าจะเกิดปัญหาภาวะร่วมเส้นตรง ตัวแปรสังเกตของงานวิจัยนี้มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เกิน .80 แปลได้ว่าตัวแปรที่ศึกษาไม่มีปัญหาภาวะร่วมเส้นตรงเชิงพหุ สามารถวิเคราะห์สมการเชิงโครงสร้างได้ ดังตาราง 16

ตาราง 16 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์

| ลำดับ | | ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ | | |
|-------|-------------------------|---------------------------|---------------|------------|
| | | การรับรู้ ความเครียด | การเผชิญปัญหา | การปรับตัว |
| 1 | การรับรู้ ความเครียด | 1 | 0.237* | 0.313* |
| 2 | การเผชิญปัญหา | 0.237* | 1 | 0.675* |
| 3 | การปรับตัว | 0.313* | 0.675* | 1 |

* $p<.05$

ตาราง 17 ผลการวิเคราะห์ค่าอิทธิพล(N=200)

| ลำดับ | | ผลการวิเคราะห์ค่าอิทธิพล | | | | | |
|-------|-------------------------|--------------------------|--------|--------|---------------|----|--------|
| | | การปรับตัว | | | การเผชิญปัญหา | | |
| | ตัวแปร | DE | IE | TE | DE | IE | TE |
| 1 | การรับรู้ ความเครียด | 0.006 | 0.444* | 0.451* | 0.495* | - | 0.495* |
| 2 | การเผชิญปัญหา | 0.898 | - | 0.898* | - | - | - |

| ลำดับ | ค่า R-squared | | | | | | | |
|-------|---------------|-----------|-------|----------|---------------|-----------|-------|----------|
| | ตัวแปร | R-squared | S.E. | S.E./Est | ตัวแปร | R-squared | S.E. | S.E./Est |
| 1 | การปรับตัว | 0.811* | 0.232 | 3.494 | การเผชิญปัญหา | 0.245* | 0.112 | 2.186 |

$\chi^2=5.64, df=4, p=0.22, CFI=0.99, TLI=0.96, SRMR=0.022, RMSEA=0.03 \chi^2/df=1.412 p\text{-value}<0.05$

*p<.05

จากตารางที่ 17 ผลการวิเคราะห์มีดังนี้

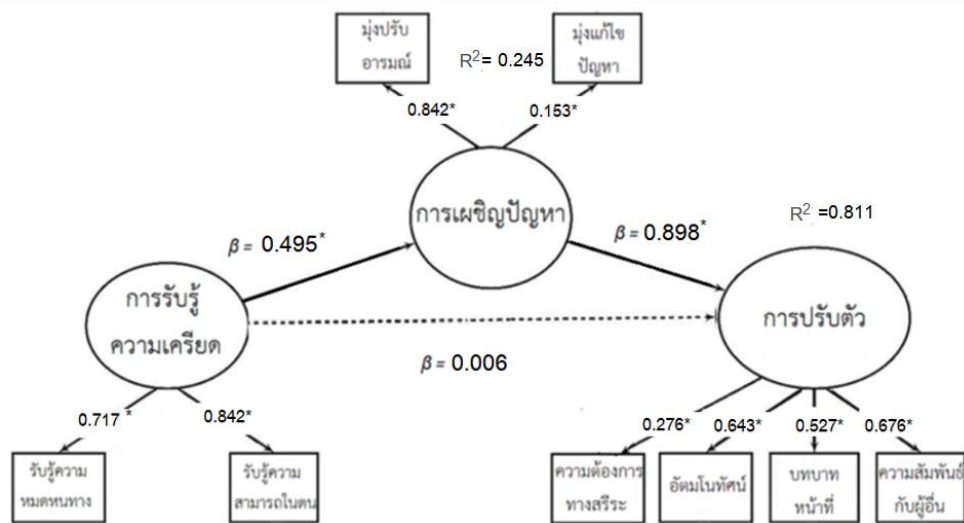
ค่าสัมประสิทธิ์พหุคูณ (R-squared) ของโมเดลสมการเชิงโครงสร้าง ค่าสัมประสิทธิ์ที่อธิบายความแปรปรวนร่วมของตัวแปรตามโดยตัวแปรต้นในโมเดล โดยตัวแปรในโมเดลสามารถอธิบายความแปรปรวนของการปรับตัวได้ร้อยละ 81.1

การรับรู้ความเครียดมีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลรวมต่อการปรับตัวเท่ากับ 0.451 ($\beta=0.451$) มีอิทธิพลทางตรงต่อการปรับตัวอย่างไม่มีนัยทางสถิติระดับ 0.05 และมีอิทธิพลทางอ้อมผ่านการเผชิญปัญหาต่อการปรับตัวเท่ากับ 0.444 ($\beta=0.444$) โดยการรับรู้ความเครียดมีอิทธิพลต่อการเผชิญปัญหาเท่ากับ 0.495 ($\beta=0.495$) และการเผชิญปัญหามีอิทธิพลทางตรงต่อการปรับตัวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ($\beta=0.898$) จึงอาจสรุปได้ว่า การเผชิญปัญหาเป็นตัวแปรส่งผ่านสมบูรณของความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความเครียดและการปรับตัวของพนักงานอุตสาหกรรมท่องเที่ยวในสถานการณ์การแพร่ระบาดของ COVID-19

ผลการศึกษาเป็นไปตามสมมุติฐานที่ 1. โมเดลสมการเชิงโครงสร้างของปัจจัยเชิงสาเหตุมีอิทธิพลต่อการปรับตัวของพนักงานอุตสาหกรรมท่องเที่ยวที่มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์โดยพิจารณาจากค่าไค-สแควร์เท่ากับ 5.64 ที่องศาอิสระเท่ากับ 4 และมีค่าความน่าจะเป็นเท่ากับ 0.22 ค่าดัชนีวัดความกลมกลืนเปรียบเทียบ (CFI) เท่ากับ 0.995 ค่าดัชนีวัดระดับความสอดคล้องเปรียบเทียบของ Tucker และ Lewis (TLI) เท่ากับ 0.964 ค่าดัชนีรากมาตรฐานของค่าเฉลี่ยกำลังสองของส่วนที่เหลือ (SRMR) เท่ากับ 0.022 และค่าดัชนีรากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของค่าความคลาดเคลื่อนโดยประมาณ (RMSEA) เท่ากับ 0.045 ค่าไค-สแควร์สัมพัทธ์เท่ากับ 1.412 ซึ่งค่าทั้งหมดผ่านเกณฑ์ทำให้โมเดลสมการเชิงโครงสร้างของปัจจัยเชิงสาเหตุของตัวแปรทั้งหมดที่มีต่อการปรับตัวในสถานการณ์การแพร่ระบาดของ COVID-19 แสดงว่าข้อมูลเชิงประจักษ์สอดคล้องกับสมมุติฐาน

สมมุติฐานที่ 2. จากการวิเคราะห์เส้นทางอิทธิพลทางตรงและทางอ้อมทั้งหมดด้วยการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้างการรับรู้ความเครียดมีอิทธิพลทางอ้อมต่อการปรับตัวโดยมีการเผชิญปัญหาเป็นตัวแปรส่งผ่านในพนักงานอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวที่ 0.444 โดยมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เป็นไปตามสมมุติฐานและสอดคล้องกับทฤษฎี ($\beta = .444$)

จากผลการศึกษามีข้อค้นพบสำคัญดังนี้ การรับรู้ความเครียดไม่มีอิทธิพลทางตรงต่อการปรับตัว เนื่องจากไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ทำให้การเผชิญปัญหาเป็นตัวแปรส่งผ่านโดยสมบูรณ์ในระดับกลางที่ 0.444 และจากน้ำหนักองค์ประกอบพบว่า การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในตัวแปรการเผชิญปัญหาที่ 0.842 โดยมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สูงกว่าการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นการแก้ไขปัญหาที่ 0.153 โดยมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 หมายความว่าถ้าหากต้องการส่งเสริมการเผชิญปัญหาเพื่อเพิ่มระดับการปรับตัว ควรมุ่งเน้นไปที่การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์



* $p < .05$

ภาพประกอบ 5 ผลการวิเคราะห์เส้นทางอิทธิพล

ภาพประกอบ 5 ผลการวิเคราะห์เส้นทางอิทธิพลอธิบาย ผลการวิเคราะห์เส้นทางอิทธิพลการรับรู้ความเครียดไม่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวเนื่องจากไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} > 0.05$)

การเผชิญปัญหาที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวที่ 0.898 โดยมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 การรับรู้
ความเครียดที่มีอิทธิพลต่อการเผชิญปัญหาที่ 0.495 โดยมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์เส้นทางอิทธิพลทั้งหมดของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของการ
ปรับตัวของพนักงานอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวในสถานการณ์การแพร่ระบาดของ COVID-19 โดย
มีการเผชิญปัญหาเป็นตัวแปรส่งผ่านดังตาราง 17



บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาเส้นทางอิทธิพลการรับรู้ความเครียดมีอิทธิพลทางอ้อมต่อการปรับตัวโดยมีการเผชิญปัญหาเป็นตัวแปรส่งผ่านในพนักงานอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวในสถานการณ์การแพร่ระบาดของ COVID-19 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยคือ พนักงานอุตสาหกรรมการท่องเที่ยว จำนวน 200 คนอายุ 20-55 ปี ทั่วประเทศไทย สุ่มแบบชั้นภูมิจากพื้นที่จำนวน 5 ภาคคือ ภาคกลาง ภาคตะวันออก ภาคตะวันตก ภาคใต้ และภาคเหนือ ซึ่งแบ่งโดยกระทรวงการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย โดยแบ่งหัวข้อในการสรุปผลได้ดังต่อไปนี้

1 สรุปผลการวิจัย

2 อภิปรายผลการวิจัย

2.1 การศึกษาอิทธิพลทางตรงและทางอ้อมโดยศึกษาตัวแปรส่งผ่านการเผชิญปัญหา

2.2 การรับรู้ความเครียดมีอิทธิพลต่อการเผชิญปัญหา

2.3 การเผชิญปัญหามีอิทธิพลต่อการปรับตัว

4. การรับรู้ความเครียดมีอิทธิพลต่อการปรับตัว

3 ข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

ผลการศึกษาสถิติบรรยายพบว่า ผลการศึกษาสถิติบรรยายพบว่า จากกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 200 คน ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงร้อยละ 60 และอายุส่วนใหญ่อยู่ที่ 51-55 ปีส่วนใหญ่ทำงานอิสระไม่ทำงานประจำ เป็นเจ้าของที่อยู่อาศัยไม่เช่า สถานะสมรสโดยมากคือโสด ไม่มีบุตร และเป็นครอบครัวใหญ่มากกว่า 4 คนขึ้นไป

ผลการวิจัยสนับสนุนสมมุติฐานทุกข้อ

สมมุติฐานที่ 1 โมเดลสมการเชิงโครงสร้างของปัจจัยเชิงสาเหตุมีอิทธิพลต่อการปรับตัวของพนักงานอุตสาหกรรมท่องเที่ยวว่ามีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยศึกษาผลความตรงเชิงเนื้อหาวิเคราะห์ด้วยค่าดัชนีความสอดคล้องพบว่าสอดคล้องกันดี ผลการวิเคราะห์ความตรงของโมเดลสมการเชิงโครงสร้างพบว่าโมเดลสมการเชิงโครงสร้างการปรับตัวในสถานการณ์การแพร่ระบาดของ COVID-19 มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยพิจารณาจากค่า

ทั้งหมดผ่านเกณฑ์ทำให้โมเดลสมการเชิงโครงสร้างของปัจจัยเชิงสาเหตุของตัวแปรทั้งหมดที่มีต่อการปรับตัวในสถานการณ์การแพร่ระบาดของ COVID-19 ข้อมูลเชิงประจักษ์มีความสอดคล้องกับสมมุติฐาน

สมมุติฐานที่ 2 การรับรู้ความเครียดมีอิทธิพลต่อการปรับตัวโดยมีการเผชิญปัญหาเป็นตัวแปรส่งผ่านในพนักงานอุตสาหกรรมท่องเที่ยวโดยเป็นอิทธิพลส่งผ่านโดยสมบูรณ์ที่ระดับปานกลาง เนื่องจากอิทธิพลทางตรงของการรับรู้ความเครียดต่อการปรับตัวไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิเคราะห์ผลข้อมูลระหว่างตัวแปรการรับรู้ความเครียดที่มีต่อการปรับตัวโดยมีการเผชิญปัญหาเป็นตัวแปรส่งผ่านในกลุ่มตัวอย่างพนักงานอุตสาหกรรมท่องเที่ยว มีการอภิปรายผลดังนี้

- 2.1 การศึกษาอิทธิพลทางตรงและทางอ้อมโดยศึกษาตัวแปรส่งผ่านการเผชิญปัญหา
- 2.2 การรับรู้ความเครียดมีอิทธิพลต่อการเผชิญปัญหา
- 2.3 การเผชิญปัญหามีอิทธิพลต่อการปรับตัว
- 2.4 การรับรู้ความเครียดมีอิทธิพลต่อการปรับตัว

ผลการวิจัยมีดังต่อไปนี้

- 2.1 การศึกษาอิทธิพลทางตรงและทางอ้อมโดยศึกษาตัวแปรส่งผ่านการเผชิญปัญหา

การศึกษาอิทธิพลทางตรงและทางอ้อมโดยศึกษาตัวแปรส่งผ่านการเผชิญปัญหา ผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางตรง (Direct effect) และอิทธิพลทางอ้อม (Indirect effect) ระหว่างตัวแปรแฝงตามกรอบแนวคิดการวิจัยพบว่า ตัวแปรที่เป็นปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อการปรับตัวได้แก่ ตัวแปรการเผชิญปัญหา และตัวแปรการรับรู้ความเครียดโดยมีตัวแปรการเผชิญปัญหาเป็นตัวแปรส่งผ่าน

ผลอิทธิพลรวม (Total effect) ของตัวแปรการรับรู้ความเครียด การปรับตัวโดยมีการเผชิญปัญหาเป็นตัวแปรส่งผ่านสามารถหาได้จากอิทธิพลทางตรงรวมกับอิทธิพลทางอ้อม หมายความว่าผลอิทธิพลรวมมีค่าระดับปานกลาง เมื่อควบคุมอิทธิพลของการเผชิญปัญหาแล้ว การรับรู้ความเครียดในงานไม่สามารถทำนายอิทธิพลการปรับตัวได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ในขณะที่เมื่อมีการเผชิญปัญหาเป็นตัวแปรส่งผ่านจะมีระดับการปรับตัวเพิ่มมากขึ้น

ผลอิทธิพลหลัก(Direct effect) ของตัวแปรการรับรู้ความเครียดต่อการเผชิญปัญหาที่ระดับปานกลางโดยมีนัยสำคัญทางสถิติ หมายความว่าเมื่อมีการรับรู้ความเครียดมากจะมีระดับการเผชิญปัญหามาก

ผลอิทธิพลหลัก (Direct effect) พบว่าเมื่อพิจารณาอิทธิพลส่งผ่านของการเผชิญปัญหา การรับรู้ความเครียดมีอิทธิพลต่อการปรับตัวในระดับต่ำ โดยไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ นั่นหมายความว่า การเผชิญปัญหาเป็นตัวแปรส่งผ่านสมบูรณ์ของความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความเครียดและการปรับตัวของพนักงานอุตสาหกรรมท่องเที่ยว

เมื่อพิจารณาอิทธิพลการเป็นตัวแปรส่งผ่านจากผลการศึกษา จึงอาจสรุปได้ว่า การเผชิญปัญหาเป็นตัวแปรส่งผ่านสมบูรณ์ของความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความเครียดและการปรับตัวของพนักงานอุตสาหกรรมท่องเที่ยวในสถานการณ์การแพร่ระบาดของ COVID-19 และการรับรู้ความเครียดมีอิทธิพลต่อการปรับตัว แต่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

เนื่องจากการระบาดของ COVID-19 ผ่านมาได้ 2 ปีแล้ว ระยะเวลาที่ผ่านมาอาจทำให้กลุ่มตัวอย่างเกิดปรับตัวและเคยชินกับสภาวะการระบาด เนื่องจากสภาพเศรษฐกิจและสังคมแวดล้อม การใช้ชีวิตที่เปลี่ยนไป วิถีชีวิตแบบ New Normal ผลกระทบทางสังคมและองค์กรของวิกฤต COVID-19 ส่งผลกระทบต่อพนักงานซึ่งบุคคลใช้วิธีการจัดการกับอารมณ์ตนเองเพื่อให้ไม่เครียดและปรับตัวกับสถานการณ์ที่เผชิญอยู่ ตรงกับโมเดลกระบวนการของความเครียดของ (Lazarus & Folkman, 1984) ที่ระบุว่า การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นการจัดการกับอารมณ์ จะเกิดขึ้นเมื่อตัวบุคคลเผชิญกับปัญหาที่แก้ไขด้วยตนเองไม่ได้ สภาวะการระบาดของ COVID-19 จะยังระบาดต่อไปและไม่ใช่ว่าปัญหาที่จะสามารถแก้ไขได้ด้วยตนเองจึงนับว่าเป็นวิธีที่ได้ผลและเหมาะสมกว่า การเผชิญปัญหามุ่งเน้นการจัดการปัญหา โดยผลวิเคราะห์ทางสถิติการเผชิญปัญหามุ่งเน้นจัดการทางอารมณ์สูงกว่าการเผชิญปัญหาที่มุ่งเน้นการจัดการปัญหา จึงนับว่าสอดคล้องทั้งกับบริบทการระบาดของ COVID-19 และผลการวิจัยด้วยโมเดลสมการเชิงโครงสร้าง

การอภิปรายผลการศึกษาอิทธิพลที่ตัวแปรมีต่อกันโดยเปรียบเทียบกับการวิจัยที่ผ่านมา การรับรู้ความเครียด การเผชิญปัญหา การปรับตัวและโมเดลกระบวนการของความเครียดของ (Lazarus & Folkman, 1984)

ผลการศึกษาที่มีความสอดคล้องกับรูปแบบโมเดลกระบวนการของความเครียดและการเผชิญปัญหาของ (Lazarus & Folkman, 1984) โดยระบุว่า ตัวแปรที่ก่อให้เกิดความเครียดเมื่อส่งผ่านตัวแปรการเผชิญปัญหาจะนำไปสู่ตัวแปรตามคือการปรับตัว ซึ่ง (Lazarus & Folkman, 1984) ได้ระบุวิธีการเผชิญปัญหา 2 แบบคือ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นการจัดการกับอารมณ์ (Emotion-

Focused Coping) การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่การแก้ไขปัญหา (Problem-Focused Coping) โดยผลการวิเคราะห์โมเดลนี้ระบุว่า การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นการจัดการกับอารมณ์ดีกว่าการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่การแก้ไขปัญหา เนื่องจากพนักงานอุตสาหกรรมท่องเที่ยวเลือกใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นการจัดการอารมณ์มากกว่าในสัดส่วนน้ำหนักตัวแปรส่งผ่านไปยังการปรับตัวในสภาวะการระบาดของ COVID-19 เมื่อดูจากค่าน้ำหนักองค์ประกอบแล้ว การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นการจัดการอารมณ์อยู่ในระดับสูง ส่วนการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นการแก้ไขปัญหายู่ในระดับต่ำ

ทั้งนี้เมื่อทบทวนวรรณกรรมเรื่องงานวิจัยของกระบวนการเครียด (Lazarus & Folkman, 1984) ในบริบทการระบาด COVID-19 พบว่ามีการศึกษาเรื่องเหตุการณ์ตึงเครียดในชีวิต (Stressful life events) และทุนทางสังคม (Social Capital) ในช่วงเริ่มต้นของ COVID-19 ในประเทศสหรัฐอเมริกา (Jean-Baptiste et al., 2020) โดยนำโมเดลกระบวนการเครียดของ (Lazarus & Folkman, 1984) มาอธิบายกระบวนการเครียดในการได้รับผลกระทบจาก COVID-19 โดยสรุปได้ว่าการระบาดเพิ่มความเครียดให้กลุ่มตัวอย่างโดยนับเป็นเหตุการณ์ในชีวิตที่กระตุ้นให้เกิดความเครียด (Stressful Life events) กลุ่มตัวอย่างใช้กลยุทธ์ในการเผชิญปัญหาทั้งแบบ Active และ Passive ในการรับมือความเครียดที่เกิดจากการระบาดของไวรัสโดยใช้ทุนทางสังคมเป็นตัวช่วย โดยเน้นว่าการเว้นระยะห่างทางสังคมในช่วงวิกฤตก่อให้เกิดความเครียดและตัวแปรการเผชิญปัญหาร่วมกับกับทุนทางสังคมช่วยลดความเครียดลงได้โดยมีกระบวนการดังนี้

1. การรับรู้สิ่งคุกคามที่เกิดจากความเครียดซึ่งเกิดจากเหตุการณ์ระบาดของ COVID-19
2. การประเมินขั้นต้น (Primary Appraisal) ความรุนแรงและความสะเทือนใจที่ได้รับจากความเครียดจากเหตุการณ์ระบาดของ COVID-19 เช่น “การระบาดของ COVID-19 เกี่ยวข้องกับฉันหรือไม่”
3. การประเมินขั้นที่สอง (Secondary Appraisal) การรับรู้ความสามารถในตนเองและการควบคุม เช่น “ฉันจะสามารถเปลี่ยนแปลงหรือเผชิญปัญหาที่เกิดจากการระบาดของ COVID-19 ได้หรือไม่”
4. การเผชิญปัญหา (Coping Efforts) แบบมุ่งเน้นการแก้ปัญหากับการมุ่งเน้นการรับอารมณ์ เช่น ฉันจะปรับอารมณ์ที่มีต่อเหตุการณ์ระบาดอย่างไรและฉันจะเปลี่ยนแปลงผลที่เกิดจากความเครียดที่เกิดจากเหตุการณ์ในชีวิตที่กระตุ้นให้เกิดความเครียดอย่างไร

5. ผลลัพธ์ของการปรับตัว (Adaptational Outcomes) ความเครียดระยะสั้นหรือระยะยาวจากการเผชิญปัญหาซึ่งในการวิจัยนี้นับเป็นผลลัพธ์แบบระยะสั้นไม่ใช่ผลลัพธ์ระยะยาวเช่นอาการป่วยทางร่างกายหรือจิตใจ

การทบทวนวรรณกรรมมีความสอดคล้องดังนี้ ในช่วงที่เกิดความเครียดในชีวิต สิ่งสำคัญคือต้องให้ความสำคัญกับกลไกการเผชิญปัญหาซึ่งเป็นปัจจัยที่อาจช่วยลดผลกระทบความเครียดได้ กระบวนการความเครียดและการเผชิญปัญหาโดย (Lazarus & Folkman, 1984) ได้แบ่งการตอบสนองต่อการเผชิญปัญหา 2 ประเภท โดยนำเสนอว่า ในบริบทการระบาดของ COVID-19 การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นการจัดการกับอารมณ์ดีกว่าการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่การแก้ไขปัญหา กลยุทธ์การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นการจัดการกับอารมณ์ (เช่น การเว้นระยะห่าง การยอมรับความรับผิดชอบ การประเมินใหม่ในเชิงบวก) ถูกนำมาใช้เมื่อบุคคลไม่สามารถจัดการแหล่งที่มาของความเครียดได้ และกลยุทธ์เหล่านี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อจัดการการตอบสนองทางอารมณ์ของบุคคลต่อภัยคุกคามเช่น COVID-19 นอกจากนี้ กลยุทธ์การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นการจัดการกับอารมณ์ยังมุ่งไปที่การจัดการความทุกข์ทางอารมณ์ ซึ่งในทางกลับกัน การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่การแก้ไขปัญหา (เช่น การเผชิญหน้า การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม การแก้ปัญหาอย่างมีการวางแผน) ช่วยให้บุคคลสามารถถอนและหรือลดภัยคุกคาม โดยมุ่งเป้าไปที่สาเหตุของความเครียดในทางปฏิบัติ ทว่า การระบาดของ COVID-19 เป็นภัยคุกคามที่ไม่สามารถจะขจัดออกไปได้ด้วยตนเองจึงไม่เหมาะสมเท่าใดนัก นอกจากนี้ยังกล่าวว่า บุคคลมีการใช้กลไกการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นการจัดการกับอารมณ์มากกว่าในสถานการณ์ที่ประเมินว่าต้องยอมรับปัญหาที่เกิดขึ้นเนื่องจากแก้ไขไม่ได้ ในขณะที่รูปแบบการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่การแก้ไขปัญหาถูกนำมาใช้มากกว่าในการเผชิญหน้ากับปัญหาซึ่งประเมินแล้วว่าสามารถเปลี่ยนแปลงได้ด้วยตัวบุคคลเอง (Garbóczy et al., 2021)

2.2 การรับรู้ความเครียดมีอิทธิพลต่อการเผชิญปัญหา

จากผลวิจัยพบว่าการรับรู้ความเครียดมีอิทธิพลทางตรงเชิงบวกต่อการเผชิญปัญหาในระดับปานกลางโดยมีนัยสำคัญทางสถิติ หมายความว่าเมื่อมีการรับรู้ความเครียดมากจะทำให้มีการเผชิญปัญหามากเช่นกัน

ปกติแล้วบุคคลจะใช้รูปแบบการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นการจัดการทางอารมณ์ผสมผสานกับการมุ่งเน้นการจัดการกับปัญหาเพื่อลดความเครียดลง ยกเว้นกลยุทธ์การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง (Avoidance coping) มีแนวโน้มที่จะก่อให้เกิดความเครียดในระดับที่สูงขึ้น Lazarus (1999)

จากการทบทวนวรรณกรรมทั้งหมดสรุปได้ว่า การรับรู้ความเครียดมีอิทธิพลต่อการเผชิญปัญหา การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงนี้เป็นวิธีการที่ไม่เหมาะสมเพราะทำให้ความเครียดสูงยิ่งขึ้น เพศหญิงมีความเสี่ยงต่อการรับรู้ความเครียดมากกว่าเพศชาย และเมื่อศึกษาด้านอายุร่วมด้วย ผู้สูงอายุจะเกิดความเครียดในช่วงการระบาดของ COVID-19 ต่ำกว่าคนที่อายุน้อยกว่าซึ่งเกิดจากความกังวลในด้านเศรษฐกิจและสังคมเนื่องจากคนวัยทำงานอายุ 21-40 ปีเป็นช่วงที่เกิดความเครียดสูงสุดเพราะกังวลกับอนาคตไม่แน่นอนที่จะเกิดขึ้นต่อไปในภายภาคหน้าในขณะที่ผู้สูงอายุมีความกังวลกับด้านเศรษฐกิจและรายได้ต่ำกว่า (Zamarripa et al., 2020) เพราะผู้สูงอายุรับรู้ความเสี่ยงของ COVID-19 ที่จะเกิดขึ้นกับตนเองต่ำกว่าคนที่อายุน้อยกว่า (Gerhold, 2020) งานวิจัยในประเทศเวียดนามการรับรู้ความเครียดอยู่ในระดับปานกลางผลการวิจัยสอดคล้องกับงานวิจัยนี้ที่การรับรู้ความเครียดของพนักงานอุตสาหกรรมท่องเที่ยวอยู่ในระดับปานกลางเช่นกัน และการรับรู้ความเครียดในระดับสูงจะส่งผลให้เกิดการเผชิญปัญหาในระดับสูงเช่นเดียวกัน (Thai, Le, Huynh, Pham, & Bui, 2021) การรับรู้ความเครียดมีอิทธิพลต่อการเผชิญปัญหาโดยมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่งานวิจัยนี้ศึกษาการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงและเผชิญหน้าซึ่งไม่สอดคล้องกับงานวิจัยของกลุ่มพนักงานอุตสาหกรรมท่องเที่ยว (Awoke et al., 2021)

2.3 การเผชิญปัญหามีอิทธิพลต่อการปรับตัว

จากผลการวิจัยพบว่าการเผชิญปัญหามีอิทธิพลทางตรงเชิงบวกต่อการปรับตัวในระดับสูงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ หมายความว่าเมื่อมีการเผชิญปัญหามากจะทำให้มีการปรับตัวมากขึ้น ทฤษฎีของ (Lazarus & Folkman, 1984) ระบุว่า การตอบสนองต่อการเผชิญปัญหา คือการรับรู้และพฤติกรรมที่บุคคลใช้เพื่อจัดการหรือลดผลกระทบจากเหตุการณ์ในชีวิตที่ก่อให้เกิดความเครียด ซึ่งแบ่งเป็นการเผชิญปัญหา 2 แบบได้แก่ 1. การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นแก้ไขปัญหา 2. การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นการปรับอารมณ์ ต่อมามีการศึกษารูปแบบการเผชิญปัญหาแบบที่ 3 คือ การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงซึ่งได้รับการศึกษาแล้วว่ามีผลทำให้เกิดระดับการปรับตัวต่ำลง

ผลจากการวิจัยนี้ระบุว่า การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นการจัดการอารมณ์เหมาะสมกับการปรับตัวในบริบทการระบาดของ COVID-19 มากกว่าการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นการแก้ไขปัญหาคงได้จากการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันพบว่า การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นการจัดการอารมณ์มีค่าน้ำหนักตัวแปรการเผชิญปัญหาสูงกว่าการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นการจัดการปัญหา ไม่สอดคล้องกับทฤษฎีของ (Lazarus & Folkman, 1984) ที่ระบุว่า การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นการจัดการปัญหาให้ผลที่ดีกว่าการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นการจัดการอารมณ์ เนื่องจากมีบริบทของการระบาด COVID-19 ในการวิจัยร่วมด้วย

การทำนายการปรับตัวของมหาวิทยาลัยจากรูปแบบการเผชิญปัญหา ความนับถือตนเอง ความสามารถในตนเอง และบุคลิกภาพ: การค้นพบจากการวิจัยแบบสำรวจนักเรียนอิตาลี การปรับตัวสามารถทำนายเกรด การลาออกและความสำเร็จของนักเรียน โดยผลงานวิจัยระบุว่า รูปแบบการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นการปรับอารมณ์และแบบมุ่งเน้นการแก้ไขปัญหามารถทำนายการปรับตัวในมหาวิทยาลัยได้ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยนี้ ในขณะที่การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงนี้ไม่สามารถทำนายได้ (Valenti & Faraci, 2021)

ฉะนั้นเมื่อคำนึงถึงบริบทการระบาดแล้วถ้าต้องการให้กลุ่มตัวอย่างมีการปรับตัวที่ดียิ่งขึ้น ควรส่งเสริมให้กลุ่มตัวอย่างมีระดับการเผชิญปัญหามุ่งเน้นการจัดการอารมณ์ที่มากขึ้น เพราะผลวิจัยจากสถิติระบุว่า การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นการจัดการอารมณ์มีผลต่อการปรับตัวอยู่ในระดับสูง ในขณะที่การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นการจัดการปัญหามีระดับต่ำกว่า จึงควรเลือกใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นจัดการอารมณ์เพราะจะส่งผลให้ระดับการปรับตัวเพิ่มมากขึ้น

การรับรู้ความเครียดมีอิทธิพลต่อการปรับตัว

จากผลการวิจัยการรับรู้ความเครียดไม่มีนัยสำคัญทางสถิติต่อการปรับตัวซึ่งไม่สอดคล้องกับงานวิจัยอื่นๆ ที่ระบุว่า การรับรู้ความเครียดมีความสัมพันธ์กับการปรับตัวโดยเมื่อมีการรับรู้ความเครียดมากขึ้นจะมีการปรับตัวลดลง ดังงานวิจัยต่อไปนี้

ความเครียดมีผลต่อการปรับตัวทางอาชีพ (Zhuang et al., 2021) ในบริบทการระบาดของ COVID-19 ระบุว่าในความเครียดมีผลลด Psycap ซึ่งเป็นตัวแปรส่งผ่านทำให้ลดความสามารถในการปรับตัวทางอาชีพลงโดยเน้นไปที่ความสามารถของนักศึกษาที่เพิ่งเข้าสู่ช่วงหางาน ซึ่งในทางกลับกัน ความสามารถในการปรับตัวทางอาชีพสามารถลดความเครียดจากการทำงานได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (Fiori, Bollmann, & Rossier, 2015) จึงเป็นไปได้ว่าการเพิ่มการปรับตัวอาจจะช่วยให้กลุ่มพนักงานอุตสาหกรรมท่องเที่ยวมีความเครียดลดลงได้ รวมถึงความสามารถในการปรับตัวต่อการเว้นระยะห่างทางสังคมโดยมีความเครียดเป็นตัวแปรกำกับ (Zamarripa et al., 2020) ปรับตัวได้ดีจะทำให้พนักงานอุตสาหกรรมท่องเที่ยวรับมือต่อการเปลี่ยนแปลงในบริบทการระบาดของ COVID-19 ได้ดีขึ้นและความเครียดจะลดต่ำลง

จากผลการวิจัย การรับรู้ความเครียดไม่มีนัยสำคัญทางสถิติต่อการปรับตัว อาจเกิดจากอิทธิพลของตัวแปรส่งผ่านการเผชิญปัญหา แต่มีอิทธิพลหลักในโมเดลสมการเชิงโครงสร้าง สรุปได้ว่าพนักงานอุตสาหกรรมท่องเที่ยวเวลานั้น แม้ว่าจะไม่มีนัยสำคัญทางสถิติแต่ก็ยังมีอิทธิพลอ่อนเมื่อคำนึงถึงกลไกของการเผชิญปัญหาทำให้การรับรู้ความเครียดมีผลต่อการปรับตัว ฉะนั้นเมื่อ

เทียบเคียงกับงานวิจัยแล้วสมควรนำการรับรู้ความเครียดมาวิเคราะห์ความสัมพันธ์ที่มีต่อการปรับตัว เนื่องจากมีผลต่อการปรับตัว

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

จากผลการวิเคราะห์โมเดลผลการศึกษาคือเป็นอิทธิพลส่งผ่านโดยสมบูรณ์จึงควรศึกษาอิทธิพลของการเผชิญปัญหาในกลุ่มตัวอย่างอื่นว่าเป็นอิทธิพลส่งผ่านโดยสมบูรณ์หรือเป็นอิทธิพลส่งผ่านบางส่วน

ควรเพิ่มเติมตัวแปรเป็นวิธีการเผชิญปัญหาแบบอื่นเพิ่มเติมจาก ตัวแปรการเผชิญปัญหาแบบการมุ่งเน้นการจัดการอารมณ์และการมุ่งเน้นการจัดการแก้ปัญหา อาจเพิ่มการเผชิญปัญหาแบบเผชิญหน้า การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงเพื่อให้ได้ข้อมูลที่ละเอียดมากขึ้น

การวิจัยครั้งนี้ใช้กระบวนการเครียดและการแก้ปัญหา (Transactional stress model) ของ Lazarus and Folkman (1984) เป็นโมเดลหลักในการวิจัยในการอธิบายกระบวนการเกิดความเครียด การเผชิญปัญหาและการปรับตัว ในการวิจัยครั้งถัดไปอาจเปลี่ยนหรือเพิ่มเติมโมเดลการปรับตัวของรอย (Roy adaptation model) (Roy, 1999) มาวิจัยตัวแปรตามการปรับตัวเพื่อองค์ความรู้ที่มากขึ้นหรืออาจได้ผลวิจัยที่ต่างไปจากกระบวนการความเครียดและการแก้ปัญหา

ข้อเสนอแนะในทางปฏิบัติ

แผนกทรัพยากรบุคคลสามารถนำแบบวัดการปรับตัวของพนักงานอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวในสถานการณ์การแพร่ระบาดของ COVID-19 ไปใช้วัดพนักงานได้เพราะเป็นแบบวัดที่มีคุณภาพที่สร้างจากพื้นฐานทฤษฎีโดยมีความตรงเชิงเนื้อหาและความตรงเชิงโครงสร้างเพื่อให้ได้ผลการวัดการปรับตัวที่สอดคล้องกับการปรับตัวของ Roy (1999) โดยสามารถวัดความสามารถในการปรับตัวของพนักงานอุตสาหกรรมท่องเที่ยว หรือกลุ่มพนักงานอื่นๆ เพราะแบบวัดไม่ได้เจาะจงเฉพาะกลุ่มสามารถวัดพนักงานกลุ่มอื่นๆ ได้ โดยสามารถนำผลที่ได้ไปพัฒนาเป็นโครงการส่งเสริมการปรับตัวที่ดียิ่งขึ้นในสถานการณ์วิกฤติเช่นการระบาดของ COVID-19 เพื่อให้พนักงานสามารถปรับตัวได้ในการทำงานได้อย่างราบรื่น และมีอัตราการคงอยู่ในบริษัทมากยิ่งขึ้น

จากผลการวิเคราะห์โมเดล การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นการปรับอารมณ์สามารถทำให้การปรับตัวเพิ่มขึ้นแผนกทรัพยากรจึงควรส่งเสริมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นการปรับตัวกับพนักงานอุตสาหกรรมท่องเที่ยวเพื่อให้มีการปรับตัวที่ดียิ่งขึ้น

- เปรมพร มั่นเสมอ. (2545). การปรับตัว กลวิธีการเผชิญปัญหา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของ
นักศึกษาระดับปีที่ 1. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย,
- สุชีรา ภัทราวุฒวรรตน์. (2543). การพัฒนาแบบวัดความเครียดในคนไทย. วารสารสมาคมจิตแพทย์
แห่งประเทศไทย, 3, 237-250.
- ทินกร วงศ์ปการันย์และณหทัย วงศ์ปการันย์. (2553). *The Thai version of the PSS-10: An Investigation
of its psychometric properties. BioPsychoSocial medicine*, 4, 6. doi:10.1186/1751-0759-4-6
- ชูศรี วงศ์รัตน์. (2544). เทคนิคการใช้สถิติเพื่อการวิจัย. กรุงเทพฯ เทพเนรมิตรการพิมพ์.
- วิจัยกรุงศรี. (2564). *ภาวะเศรษฐกิจและการเงินประจำสัปดาห์ 05 ตุลาคม 2564*. สืบค้นจาก
<https://www.krungsri.com/th/research/macroeconomic/weekly/weekly-211005>
- ศรัณย์ พิมพ์ทอง. (2564). *โควิด-19 ทำพิษ 1 ใน 3 'ฆ่าตัวตาย' จากผลกระทบเศรษฐกิจ*. สืบค้นจาก
<https://www.bangkokbiznews.com/social/950039>
- สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. (2564). *พิษเศรษฐกิจจากโควิด ทำคนท้องเที่ยว 4
ล้านตกลาน-ยอดฆ่าตัวตายพุ่ง 2564*. สืบค้นจาก <https://www.naewna.com/likesara/589042>
- องค์การอนามัยโลก. (2564). *สถิติผู้ติด COVID-19*. สืบค้นจาก <https://covid19.who.int/>.
- นันทวี อุ้นละมัยและคณะ (2561). การจัดการความเครียดในการทำงานเพื่อให้เกิดประสิทธิภาพ
สูงสุดของบุคลากร. *Journal of Management Science Nakhon Pathom Rajabhat University*,
สืบค้นจาก
<https://so03.tcithaijo.org/index.php/JMSNPRU/article/download/162933/117698/451870>
- ภาษาอังกฤษ
- Akyil, R. Ç., & Ergüney, S. (2013). Roy's adaptation model-guided education for adaptation to chronic
obstructive pulmonary disease. *Journal of Advanced Nursing*, 9(5), 1063-1075.
- Alkrisat, M., & Dee, V. (2014). The Validation of the Coping and Adaptation Processing Scale Based on
the Roy Adaptation Model. *Journal of Nursing Measurement*, 22. doi:10.1891/1061-
3749.22.3.368
- Annett Raich, & Ho, R. (2018). Job Performance and Psychological Well-Being of Thai Hotel Workers: A
Multi-Model Path Analytic Study Vol. 9 No. 2 (2017): *Scholar : Human Sciences* 9(2).
Retrieved from www.assumptionjournal.au.edu/index.php/Scholar/article/view/2993
- Arkoff, A. (1988). *Adjustment and Mental Health*: New York McGraw Hill Book Co.

- Awoke, M., Mamo, G., Abdu, S., & Terefe, B. (2021). Perceived Stress and Coping Strategies Among Undergraduate Health Science Students of Jimma University Amid the COVID-19 Outbreak: Online Cross-Sectional Survey. *Front Psychol*, *12*, 639955. doi:10.3389/fpsyg.2021.639955
- Azarmi, S., & Farsi, Z. (2015). Roy's Adaptation Model-Guided education and promoting the adaptation of veterans with lower extremities amputation. *Iranian Red Crescent Medical Journal* *17*(10). Retrieved from <http://doi.org/10.5812/ircmj.25810>
- Barone, S. H., Roy, C. L., & Frederickson, K. C. . (2008). Instruments used in Roy adaptation model-based research: Review, critique, and future directions *Nursing Science Quarterly*, *21*(4), 353-362. Retrieved from doi:10.1177/0894318408323491
- Beaumont, J. (2004). *Clinical neuropsychology in rehabilitation*. (Second Edition ed.).
- Bippus, A. M., & Young, S. L. (2012). Using Appraisal Theory to Predict Emotional and Coping Responses to Hurtful Messages. *Interpersona: an international journal on personal relationships*, *6*, 176-190.
- Buckner, E. B., Simmons, S., Brakefield, J. A., Hawkins, A. K., Feeley, C., Kilgore, L. A. F., & Holmes, S., Bibb, M. and Gibson, L. (2007). Maturing responsibility in young teens participating in an asthma camp: Adaptive mechanisms and outcomes. *Journal for Specialists in Pediatric Nursing*, *12*24–36. Retrieved from doi: 10.1111/j.1744-6155.2007.00086.x
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, *56*, 267-283.
- Cohen, S. (1988). Perceived Stress Scale. . Retrieved from www.mindgarden.com
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *J Health Soc Behav*, *24*(4), 385-396.
- Comrey, A. L., & Lee, H. B. (1992). *A First Course in Factor Analysis (2nd ed.)*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- DeSanto-Madeya. (2006). A secondary analysis of the meaning of living with spinal cord injury using Roy's adaptation model. *Nursing science quarterly*, *19*(3) 240-246.
- Donna C. Aguilera, & Messick, J. M. (1982). *Crisis intervention, theory and methodology* United States St. Louis : Mosby.
- Elliott, G. R., & Eisdorfer, C. (1982). *Stress and Human Health*. . New York.: Springer.

- Farsi, Z., & Azarmi, S. (2016). Effect of Roy's Adaptation Model-Guided education on coping strategies of the veterans with lower extremities amputation: A double-blind randomized controlled clinical trial. *International journal of community based nursing and midwifery*, 4(2), 127.
- Fiori, M., Bollmann, G., & Rossier, J. (2015). Exploring the path through which career adaptability increases job satisfaction and lowers job stress: The role of affect. *Journal of Vocational Behavior*, 91, 113-121. doi:<https://doi.org/10.1016/j.jvb.2015.08.010>
- Folke, C., Carpenter, S., Walker, B., Scheffer, M., & Rockström, J. (2010). Resilience Thinking: Integrating Resilience, Adaptability and Transformability. *Ecology and Society*, 15. doi:10.5751/ES-03610-150420
- Garbóczy, S., Szemán-Nagy, A., Ahmad, M. S., Harsányi, S., Ocsenás, D., Rekenyi, V., . . . Kolozsvári, L. R. (2021). Health anxiety, perceived stress, and coping styles in the shadow of the COVID-19. *BMC Psychology*, 9(1), 53. doi:10.1186/s40359-021-00560-3
- Gerhold, L. (2020). COVID-19: risk perception and coping strategies.
- Hammen, C. (1991). Generation of stress in the course of unipolar depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 100, , 555-561. Retrieved from <http://dx.doi.org/10.1037/0021-843X.100.4.555>
- Jalowiec, A. (1985). *CONSTRUCT VALIDATION OF THE JALOWIEC COPING SCALE*. University of Illinois at Chicago: ProQuest Dissertations Publishing.
- Jean-Baptiste, C. O., Herring, R. P., Beeson, W. L., Dos Santos, H., & Banta, J. E. (2020). Stressful life events and social capital during the early phase of COVID-19 in the U.S. *Soc Sci Humanit Open*, 2(1), 100057. doi:10.1016/j.ssaho.2020.100057
- John E. Ware, Shawn A. Johnston, Allyson Ross Davies, & Brook, R. H. (1979). *Conceptualization and Measurement of Health for Adults in the Health Insurance Study Vol. III, Mental Health*: RAND Corporation.
- John W. Best, J. V. K. (1997). *Research in Education*. U.S.A.: Allyn & Bacon.
- Lazarus, & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping* New York : Springer Pub. Co. .
- Lazarus, R. S. (1961). *Adjustment and psychology*. New York: McGraw-Hill.
- Lazcano-Ortiz, M., Salazar-González, B. C., & Gómez-Meza, M. V. . (2008). Validación del instrumento: Afrontamiento y proceso de adaptación de roy en pacientes con mellitus tipo 2. *Aquichan*, 8(1), 116-125.

- Lee, L. Y. K., Tsang, A. Y. K., Wong, , K. F., & Lee, J. K. L. (2011). Using the Roy adaptation model to develop an antenatal assessment instrument. *Nursing science quarterly*, *24*(4), 363-369. Retrieved from doi:10.1177/0894318411419209
- Lee, P. C., Xu, S. T., & Yang, W. (2021). Is career adaptability a double-edged sword? The impact of work social support and career adaptability on turnover intentions during the COVID-19 pandemic. *Int J Hosp Manag*, *94*, 102875. doi:10.1016/j.ijhm.2021.102875
- Mao, Y., He, J., Morrison, A. M., & Andres Coca-Stefaniak, J. (2021). Effects of tourism CSR on employee psychological capital in the COVID-19 crisis: from the perspective of conservation of resources theory. *Current Issues in Tourism*, *24*(19), 2716-2734. doi:10.1080/13683500.2020.1770706
- McDowell, I., & Newell, C. (1987). *Measuring health : A guide to rating scales and questionnaires*. New York: Oxford University.
- Merikangas, K. R., Nakamura, E. F., & Kessler, R. C. (2009). Epidemiology of mental disorders in children and adolescents. *Dialogues Clin Neurosci*, *11*(1), 7-20. doi:10.31887/DCNS.2009.11.1/krmerikangas
- Ordin, Y. S., Karayurt, Ö., & Wellard, S. (2013). Investigation of adaptation after liver transplantation using Roy's Adaptation model. *Nursing & Health Sciences*, *15*(1), 31-38. Retrieved from doi:10.1111/j.1442-2018.2012.00715.x
- Parker, & NS Endler. (1992). Coping with coping assessment: a critical review. *Eur J Pers*, *6*, 321-344.
- Pérez-Giraldo, B., Veloza-Gómez, M., del Mar, & Ortiz-Pinilla, J. (2012). Coping and adaptation and their relationship to the spiritual perspective in patients with HIV/AIDS. *Investigacion & Educacion En Enfermeria*, *30*(3), 330-338.
- Rogers, C. R. (1961). *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy* Houghton Mifflin (T).
- Roy, C. (1999). *The Roy adaptation model*: Stamford, Conn. : Appleton & Lange.
- Roy, C. (2011). Research Based on the Roy Adaptation Model: Last 25 Years. *Nursing science quarterly*, *24*, 312-320. doi:10.1177/0894318411419218
- Roy, C., & Chayaput, P. (2004). The coping and adaptation processing scale: English and Thai versions. *Roy Adaptation Association Review (RAA Rev)*, *6*, 4-6.
- Russo, S. (2019). Development & Psychometric Analysis of the Roy Adaptation Modes Scale

- (RAMS) to Measure Coping & Adaptation Retrieved from
https://academicworks.cuny.edu/gc_etds/3117/
- Salari, N., Hosseinian-Far, A., Jalali, R., Vaisi-Raygani, A., Rasoulpoor, S., Mohammadi, M., . . . Khaledi-Paveh, B. (2020). Prevalence of stress, anxiety, depression among the general population during the COVID-19 pandemic: a systematic review and meta-analysis. *Global Health, 16*(1), 57. doi:10.1186/s12992-020-00589-w
- Selye, H. (1976). *The stress of life*. New York: Mc-Graw Hill Book Co.
- Shi, Y., Ruiz, N., Taib, R., Choi, E., & Chen, F. (2007). *Galvanic skin response (GSR) as an index of cognitive load*. Paper presented at the CHI '07 Extended Abstracts on Human Factors in Computing Systems, San Jose, CA, USA. <https://doi.org/10.1145/1240866.1241057>
- Simons, J., Kalichman, & SC & Santrock. (1994). *Psychology Applied to Modern Life: Adjustment in the 21st Century*. New York: Brown & Benchmark.
- Sivrikova, N., Chernikova, E., Kharlanova, E., Ptashko, T., Perebejnos, A., & Ryabykh, I. (2021). Study of student's self-isolation adaptation strategies during the Covid-19 pandemic. *BIO Web of Conferences, 29*, 01001. doi:10.1051/bioconf/20212901001
- Slavin, R. E. (1991). *Student Team Learning: A Practical Guide to Cooperative Learning*. Washington DC. National Education Association.
- Smit, B., & Wandel, J. (2006). Adaptation, Adaptive Capacity and Vulnerability. *Global Environmental Change, 16*, 282-292. doi:10.1016/j.gloenvcha.2006.03.008
- Soundy, A., & Elder, T. (2017). Chapter 12 - Developing and Applying the Theory of Psychological Adaptation Needs in Patients With Multiple Sclerosis*. In R. R. Watson & W. D. S. Killgore (Eds.), *Nutrition and Lifestyle in Neurological Autoimmune Diseases* (pp. 117-125): Academic Press.
- Thai, T. T., Le, P. T. V., Huynh, Q. H. N., Pham, P. T. T., & Bui, H. T. H. (2021). Perceived Stress and Coping Strategies During the COVID-19 Pandemic Among Public Health and Preventive Medicine Students in Vietnam. *Psychol Res Behav Manag, 14*, 795-804. doi:10.2147/prbm.S317059
- Tobin, D. L., Holroyd, K. A., Reynolds, R. V., & Wigal, J. K. (1989). The Hierarchical Factor Structure of Coping Strategies Inventory. *Cognitive Therapy and Research, 13*, 343-361. doi:<https://doi.org/10.1007/BF01173478>
- Tsionas, M. (2020). COVID-19 and gradual adjustment in the tourism, hospitality, and related industries. *Tourism Economics, 27*, 135481662093303. doi:10.1177/1354816620933039

- Valenti, G., & Faraci, P. (2021). Predicting University Adjustment from Coping-Styles, Self-Esteem, Self-Efficacy, and Personality: Findings from a Survey in a Sample of Italian Students. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 11, 894-907.
doi:10.3390/ejihpe11030066
- Woods, S. J., & Isenberg, M. A. . (2011). Adaptation as a mediator of intimate abuse and traumatic stress in battered women. *Nursing Science Quarterly*.215-221.
- Yu, C.-Y., & Muthén, B. (2002). Evaluating Cutoff Criteria of Model Fit Indices for Latent Variable Models with Binary and Continuous Outcomes. Retrieved from
<http://www.statmodel.com/download/Yudissertation.pdf>
- Yustisia, K., Rudy, P., & Reagan, B. (2021). Adaptation Strategy of Tourism Industry Stakeholders During the COVID-19 Pandemic: A Case Study in Indonesia. *The Journal of Asian Finance, Economics and Business*, 8(4), 213-223. doi:10.13106/JAFEB.2021.VOL8.NO4.0213
- Zamarripa, J., Delgado, M., Morquecho-Sánchez, R., Baños, R., De La Cruz, M., & Duarte Félix, H. (2020). Adaptability to social distancing due to COVID-19 and its moderating effect on stress by gender. *Salud Mental*, 43, 273-278. doi:10.17711/SM.0185-3325.2020.037
- Zhan, L. (2000). Cognitive adaptation and self-consistency in hearing-impaired older persons: Testing Roy's adaptation model. *Nursing science quarterly*, 13(2), 158-165. Retrieved from
doi:10.1177/08943180022107447
- Zhuang, J., Jiang, Y., & Chen, H. (2021). Stress and career adaptability during COVID-19: A serial multiple mediation model. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 49(8). Retrieved from <https://www.scilit.net/article/edb551439615a3760ef93716ecb32f40>



รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือแบบวัดดังต่อไปนี้

อ.ดร. รัชดา ฐปทอง

อาจารย์ประจำ มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย

คณะกรรมการท่องเที่ยวและอุตสาหกรรม

อ.ดร.อัจฉรา ประเสริฐสิน

อาจารย์ประจำ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา

อ.ดร.วรางคณา โสมะนันท์

อาจารย์ประจำมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์





หนังสือรับรองจริยธรรมการวิจัยของข้อเสนอการวิจัย
เอกสารข้อมูลคำอธิบายสำหรับผู้เข้าร่วมการวิจัยและยินยอม

หมายเลขข้อเสนอการวิจัย SWUEC-G- 046/2565E

ข้อเสนอการวิจัยนี้และเอกสารประกอบของข้อเสนอการวิจัยตามรายการแสดงด้านล่าง ได้รับการพิจารณาจาก คณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒแล้ว คณะกรรมการฯ มีความเห็นว่าข้อเสนอการวิจัยที่จะดำเนินการมีความสอดคล้องกับหลักจริยธรรมสากล ตลอดจนกฎหมาย ข้อบังคับและ ข้อกำหนดภายในประเทศ จึงเห็นสมควรให้ดำเนินการวิจัยตามข้อเสนอการวิจัยนี้ได้

ชื่อโครงการวิจัยเรื่อง: โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของการปรับตัวของพนักงานอุตสาหกรรมท่องเที่ยวใน สถานการณ์การแพร่ระบาดของ COVID-19 โดยมีการเผชิญปัญหาเป็นตัวแปรส่งผ่าน

ชื่อผู้วิจัยหลัก: นางสาว จุติพร ขาวงษ์

สังกัด: บัณฑิตวิทยาลัย

เอกสารที่รับรอง:

1. แบบเสนอโครงการวิจัย
2. โครงการวิจัย
3. เอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย
4. หนังสือให้ความยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย

เอกสารที่พิจารณาทบทวน

- | | |
|---|--|
| 1. แบบเสนอโครงการวิจัย | ฉบับที่ 2 วัน/เดือน/ปี 2 กุมภาพันธ์ 2565 |
| 2. โครงร่างการวิจัย | ฉบับที่ 2 วัน/เดือน/ปี 2 กุมภาพันธ์ 2565 |
| 3. เอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย | ฉบับที่ 2 วัน/เดือน/ปี 2 กุมภาพันธ์ 2565 |
| 4. หนังสือให้ความยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย | ฉบับที่ 2 วัน/เดือน/ปี 2 กุมภาพันธ์ 2565 |

(ลงชื่อ).....

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ทันตแพทย์หญิงณปภา เอี่ยมจิรกุล)

กรรมการและเลขานุการคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์

(ลงชื่อ).....

(แพทย์หญิงสุรีพร ภัทรสุวรรณ)

ประธานคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์

หมายเลขรับรอง : SWUEC/E/G-046/2565

วันที่ให้การรับรอง : 02/02/2565

วันหมดอายุใบรับรอง : 02/02/2566



ที่ อว 8718/

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

2 กุมภาพันธ์ 2565

เรื่อง ขอแจ้งผลการพิจารณาโครงการวิจัยเลขที่ SWUEC-G- 046/2565E

เรียน นางสาว รุติพร ขววงษ์

สิ่งที่ส่งมาด้วย ใบรับรองโครงการวิจัย SWUEC/E/G-046/2565

ตามที่ท่านได้ส่งโครงการวิจัยเรื่อง โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของการปรับตัวของพนักงานอุตสาหกรรมทางท่องเที่ยวในสถานการณ์การแพร่ระบาดของ COVID-19 โดยมีการเผชิญปัญหาเป็นตัวแปรส่งผ่าน โครงการวิจัยเลขที่ SWUEC-G 046/2565E เพื่อรับการพิจารณาจากคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์ นั้น

คณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์ ได้พิจารณาโครงการวิจัยดังกล่าว บัดนี้ คณะกรรมการฯ ให้การรับรองโครงการวิจัยดังกล่าวแล้วเมื่อวันที่ 2 กุมภาพันธ์ 2565 รายละเอียดดังนี้

| | |
|--------------------|---|
| Certificate Number | SWUEC/E/G-046/2565 |
| Date of Approval | 2 กุมภาพันธ์ 2565 (อายุใบรับรองโครงการวิจัย 12 เดือน) |
| Date of Expiration | 2 กุมภาพันธ์ 2566 |
| Continuing Review | ทุก 12 เดือน (ครบกำหนดส่งรายงานครั้งแรก วันที่ 2 กุมภาพันธ์ 2566) |

ในการนี้ คณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์ ขอความกรุณาให้ผู้วิจัยส่งรายงานความก้าวหน้าของการวิจัยและต่ออายุการรับรองก่อนกำหนดวันหมดอายุ 30 วัน เพื่อให้เป็นไปตามวิธีดำเนินการมาตรฐาน (SOPs version 2.0) ของคณะกรรมการฯ ทั้งนี้รายละเอียดของเอกสารที่ให้การรับรองตามที่ปรากฏใน Certificate of Approval (Certificate Number SWUEC/E/G-046/2565) ที่แนบมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบและดำเนินการต่อไป

ขอแสดงความนับถือ

(แพทย์หญิงสุรีพร ภัทรสุวรรณ)

ประธานคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
โทรศัพท์ 0-2649-5000 ต่อ 12430
โทรสาร 0-2259-1822

โปรดทำเครื่องหมายลงในช่องว่างที่คิดว่าตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้มี 20 ข้อ ขอให้ท่านโปรดอ่านข้อความต่อไปนี้ด้วยความใส่ใจ ข้อคำถามไม่มีคำตอบผิดหรือถูก โปรดตอบข้อคำถามโดยพิจารณาประสบการณ์ใน 1 เดือนที่ผ่านมาจนถึงขณะนี้ ปัจจุบัน ว่าท่านมีการกระทำดังข้อความต่อไปนี้บ่อยแค่ไหนโดยมีความหมายแต่ละระดับดังนี้ โดยท่านเลือกตอบระดับการเผชิญความเครียดเมื่อเจอสถานการณ์ความเครียด โปรดทำเครื่องหมายลงในช่องว่างทางขวามือเพียงช่องเดียว ตามความถี่ของการแสดงหรือเลือกใช้การเผชิญความเครียดเมื่อท่านรู้สึกเครียดและตรงกับความเป็นจริงกับตัวท่านมากที่สุด

แทบไม่เคย หมายถึง ไม่ได้ใช้พฤติกรรมการเผชิญปัญหาเลยเมื่อรู้สึกเครียด

นานๆ ครั้ง หมายถึง ใช้พฤติกรรมการเผชิญปัญหานานๆ ครั้งเมื่อรู้สึกเครียด

เป็นบางครั้ง หมายถึง ใช้พฤติกรรมการเผชิญปัญหาบางครั้งเมื่อรู้สึกเครียด

ค่อนข้างบ่อย หมายถึง ใช้พฤติกรรมการเผชิญปัญหาบ่อยครั้งเมื่อรู้สึกเครียด

สม่ำเสมอ หมายถึง ใช้พฤติกรรมการเผชิญปัญหาทุกครั้งเมื่อรู้สึกเครียด

| แบบสอบถามประเมินการเผชิญปัญหาแบบสั้น | | | | | |
|---|---|------------|--------------|--------------|----------|
| ข้อคำถาม | แทบไม่เคย | นานๆ ครั้ง | เป็นบางครั้ง | ค่อนข้างบ่อย | สม่ำเสมอ |
| การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา (problem focused coping) | | | | | |
| 1. | ฉันพยายามค้นหาสาเหตุและทำความเข้าใจกับปัญหาที่เกิดขึ้น | | | | |
| 2. | ฉันคิดหาแนวทางหลาย ๆ วิธีที่จะแก้ปัญหาหรือควบคุมเหตุการณ์ | | | | |
| 3. | ฉันพยายามแก้ปัญหาโดยแยกประเด็นปัญหาให้ชัดเจน | | | | |
| 4. | เมื่อมีความผิดพลาดหรือข้อบกพร่องฉันยอมรับและพยายามหาวิธีแก้ไข | | | | |

| | | | | | | |
|--|---|--|--|--|--|--|
| 5. | เมื่อเพื่อนๆไม่ให้ความร่วมมือในการร่วมกิจกรรม ฉันพยายามหาวิธีการเพื่อให้ดำเนินการต่อไป | | | | | |
| 6. | ฉันพิจารณาผลดี ผลเสียของแต่ละทางเลือกการแก้ปัญหา | | | | | |
| 7. | ฉันขอความช่วยเหลือจากบุคคลรอบข้างเมื่อเจอปัญหาหรือสถานการณ์เครียด | | | | | |
| 8. | ฉันเตรียมความพร้อมที่จะเผชิญปัญหาที่คาดว่าจะเกิดขึ้น | | | | | |
| 9. | ฉันปรึกษาบุคคลที่ไว้วางใจ เช่น คณะรับผิดชอบเจ้าหน้าที่ และญาติ เพื่อหาแนวทางแก้ไขปัญหา | | | | | |
| 10. | ฉันนำคำแนะนำที่ได้รับจากเพื่อน ๆ และญาติ มาปรับใช้ในการแก้ปัญหา | | | | | |
| 11. | ฉันกำหนดเป้าหมายในการแก้ปัญหาอย่างชัดเจน | | | | | |
| การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ (emotion focused coping) | | | | | | |
| 12. | เมื่อมีปัญหาไม่สบายใจ ฉันจะตั้งสติและให้กำลังใจตนเอง | | | | | |

| | | | | | | |
|-----|--|--|--|--|--|--|
| 13. | เมื่อเกิดความท้อแท้ ฉันจะหาวิธีสร้างกำลังใจให้กับตนเอง | | | | | |
| 14. | ฉันออกกำลังกายหรือทำกิจกรรมอย่างอื่นทดแทน เช่น ดูหนัง ฟังเพลง อ่านหนังสือ เพื่อให้ลืมปัญหา | | | | | |
| 15. | ฉันระบายความรู้สึกในกลุ่ม เช่น กลุ่มปรับความเข้าใจ เป็นต้น | | | | | |
| 16. | ฉันระบายอารมณ์โดยการสูบบุหรี่ หรือรับประทานอาหาร | | | | | |
| 17. | ฉันแยกตัวเองออกจากเหตุการณ์ที่เป็นปัญหา | | | | | |
| 18. | ฉันระบายอารมณ์กับสิ่งของ | | | | | |
| 19. | ฉันบอกกับตนเองว่าตนเองไม่ใช่ผู้ก่อเหตุเหตุการณ์หรือสร้างปัญหา | | | | | |
| 20. | ฉันสวดมนต์ อธิษฐาน ละหมาด ขอพรจากพระเจ้า และสิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่เคารพนับถือ | | | | | |

โปรดทำเครื่องหมายลงในช่องว่างที่คิดว่าตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด

คำชี้แจง แบบวัดทั้งหมดมี 10 ข้อ ขอให้ท่านโปรดอ่านข้อความต่อไปนี้ด้วยความใส่ใจ ข้อคำถามไม่มีคำตอบผิดหรือถูก โปรดตอบข้อคำถามโดยพิจารณาในระยะ 1 เดือนที่ผ่านมาจนถึงปัจจุบันมีเหตุการณ์ในข้อใดเกิดขึ้นกับท่าน โดยจะถามเกี่ยวกับความรู้สึกและความคิดของคุณและท่านมีความรู้สึกอย่างไรต่อเหตุการณ์นั้น ให้ใส่เครื่องหมายมีการกระทำดังข้อความต่อไปนี้บ่อยแค่ไหน โดยมีความหมายแต่ละระดับดังนี้

| | | |
|--------------|---------|--|
| แทบไม่เคย | หมายถึง | ผู้ตอบไม่เคยเกิดความรู้สึกนั้นเลยใน 1 เดือนที่ผ่านมา |
| นานๆ ครั้ง | หมายถึง | ผู้ตอบเกิดความรู้สึกนั้นประมาณ 1-3 ครั้งใน 1 เดือน |
| เป็นบางครั้ง | หมายถึง | ผู้ตอบเกิดความรู้สึกนั้นอาทิตย์ละ 1-2 ครั้ง |
| ค่อนข้างบ่อย | หมายถึง | ผู้ตอบเกิดความรู้สึกนั้นอาทิตย์ละ 3-4 ครั้ง |
| สม่ำเสมอ | หมายถึง | ผู้ตอบเกิดความรู้สึกนั้นเป็นประจำทุกวัน |

แบบวัดการรับรู้ความเครียด

| ข้อคำถาม | แทบ บ ไม่ เคย | นาน ๆ ครั้ง | เป็น บาง ๆ ครั้ง | ค่อนข้าง บ่อย | สม่ำเสมอ |
|--|------------------------|-------------------|---------------------------|------------------|----------|
| 1. ใน 1 เดือนที่ผ่านมาในสถานการณ์ระบาดของ COVID-19 คุณรู้สึกอารมณ์เสียกับเรื่องต่างๆ ที่เกิดขึ้นโดยไม่คาดคิดบ่อยแค่ไหน | | | | | |

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|
| <p>2. ใน 1 เดือนที่ผ่านมาในสถานการณ์ระบาดของ COVID-19 คุณรู้สึกว่าคุณไม่สามารถควบคุมสิ่งที่มีความสำคัญในชีวิตได้บ่อยแค่ไหน</p> | | | | | |
| <p>3. ใน 1 เดือนที่ผ่านมาในสถานการณ์ระบาดของ COVID-19 คุณรู้สึกกังวลกระวนกระวายและเครียดบ่อยแค่ไหน</p> | | | | | |
| <p>4. ใน 1 เดือนที่ผ่านมาในสถานการณ์ระบาดของ COVID-19 คุณรู้สึกเชื่อมั่นกับความสามารถในการแก้ปัญหาส่วนตัวได้ บ่อยแค่ไหน</p> | | | | | |
| <p>5. ใน 1 เดือนที่ผ่านมาในสถานการณ์ระบาดของ COVID-19 คุณรู้สึกว่าคุณทำอะไรต่างๆ เป็นไปตามที่คุณต้องการ บ่อยแค่ไหน</p> | | | | | |
| <p>6. ใน 1 เดือนที่ผ่านมาในสถานการณ์ระบาดของ COVID-19 คุณพบว่าคุณไม่สามารถเผชิญกับทุกสิ่งที่คุณต้องทำได้ บ่อยแค่ไหน</p> | | | | | |
| <p>7. ใน 1 เดือนที่ผ่านมาในสถานการณ์ระบาดของ COVID-19 คุณสามารถควบคุมสิ่งๆ ที่รบกวนชีวิตของคุณได้บ่อยแค่ไหน</p> | | | | | |
| <p>8. ใน 1 เดือนที่ผ่านมาในสถานการณ์ระบาดของ COVID-19 คุณรู้สึกว่า คุณสามารถทำทุกสิ่งทุกอย่างได้ตามที่กำหนดบ่อยแค่ไหน</p> | | | | | |
| <p>9. ใน 1 เดือนที่ผ่านมาในสถานการณ์ระบาดของ COVID-19 คุณรู้สึกโกรธเพราะการระบาดของไวรัสโคโรนาอยู่นอกเหนือการควบคุมของคุณ บ่อยแค่ไหน</p> | | | | | |

| | | | | | |
|---|--|--|--|--|--|
| 10. ใน 1 เดือนที่ผ่านมาในสถานการณ์ระบาดของ COVID-19 คุณรู้สึกว่ายุงยามีมากจนคุณไม่สามารถเอาชนะมันได้ บ่อยแค่ไหน | | | | | |
|---|--|--|--|--|--|



โปรดทำเครื่องหมายลงในช่องว่างที่คิดว่าตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้มี 14 ข้อ ขอให้ท่านโปรดอ่านข้อความต่อไปนี้ด้วยความใส่ใจ ข้อคำถามไม่มีคำตอบผิดหรือถูก โปรดตอบข้อคำถามโดยพิจารณาประสบการณ์ใน 1 เดือนที่ผ่านมาจนถึงขณะปัจจุบัน

ว่าท่านมีการรับรู้ความสามารถในการปรับตัวช่วง COVID-19 ดังข้อความต่อไปนี้บ่อยแค่ไหนโดยมีความหมายแต่ละระดับดังนี้ โดยท่านเลือกตอบทำเครื่องหมายลงในช่องว่างทางขวามือเพียงช่องเดียว

ตามความถี่ของการกระทำพฤติกรรมและตรงกับความเป็นจริงกับตัวท่านมากที่สุด

แทบไม่เคย หมายถึง ไม่ได้ใช้พฤติกรรมปรับตัว

นานๆ ครั้ง หมายถึง ใช้พฤติกรรมปรับตัวนานๆ ครั้ง

เป็นบางครั้ง หมายถึง ใช้พฤติกรรมปรับตัวเป็นบางครั้ง

ค่อนข้างบ่อย หมายถึง ใช้พฤติกรรมปรับตัวค่อนข้างบ่อย

สม่ำเสมอ หมายถึง ใช้พฤติกรรมปรับตัวถี่ สม่ำเสมอ

| แบบวัดการรับรู้ความสามารถในการปรับตัวช่วง Covid-19 ตามทฤษฎีของ Roy (1999) | | | | | | |
|--|-----------|------------|--------------|--------------|----------|--|
| ตั้งแต่ช่วงการระบาดของ COVID-19 จนถึงปัจจุบันฉันสามารถปรับตัวของฉันมีพฤติกรรมในระดับต่อไปนี้ | แทบไม่เคย | นานๆ ครั้ง | เป็นบางครั้ง | ค่อนข้างบ่อย | สม่ำเสมอ | |
| 1.พฤติกรรมปรับตัวตามความต้องการทางสรีระ (Physiological Needs) | | | | | | |
| 1. ฉันปรับตัวได้แม้ว่าชีวิตประจำวันมีการเปลี่ยนแปลงไปเช่น การทาน การนอนเพิ่มขึ้นหรือลดลงเปลี่ยนไปไม่เหมือนเดิม | | | | | | |
| 2.ฉันนอนหลับพักผ่อนได้ตามปกติ | | | | | | |
| 3.ฉันสามารถทำกิจวัตรประจำวันตามปกติเหมือนที่เคยทำมาตลอด | | | | | | |
| 4. ฉันเกิดความวิตกกังวลและความเครียดในการปรับตัวกับการทำงานแบบใหม่เช่น การทำงานที่บ้านหรือเว้นระยะห่างทางสังคม | | | | | | |
| 2.พฤติกรรมปรับตัวตามอัตมโนทัศน์ (Self-Concept) | | | | | | |
| 5.ฉันมีกำลังใจในการทำงาน แม้จะต้องทำงานจากบ้านหรือปรับตัวกับการทำงานแบบใหม่นี้ | | | | | | |

| | | | | | |
|---|--|--|--|--|--|
| 6.ฉันมีความมั่นใจในการทำงานของตนเองเพราะรู้ว่าฉันเป็นคนที่มีความสามารถจัดการกับงานได้เป็นอย่างดี | | | | | |
| 7.ฉันใส่ใจกับเรื่องรูปลักษณ์ การแต่งกายของตนเอง ทั้งวันที่ไปทำงานตามปกติและวันที่ต้องทำงานหรือประชุมผ่านออนไลน์ | | | | | |
| 3.พฤติกรรมปรับตัวตามบทบาทหน้าที่ (Role Function) | | | | | |
| 8.ฉันรับผิดชอบงานของฉันได้ดีแม้จะมีอุปสรรคในการติดต่อสื่อสารหรือการทำงานที่ต้องปรับตัวมากขึ้น | | | | | |
| 9.ฉันแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้เสมอ ไม่ว่าจะเป็นปัญหาที่เกิดขึ้นจากตนเอง เพื่อนร่วมงาน หรือสภาพแวดล้อมการทำงานที่เปลี่ยนไปก็ตาม | | | | | |
| 10.ฉันมีการปรับตัวในการทำงานได้อย่างเหมาะสมตามตำแหน่งหน้าที่ความรับผิดชอบการทำงานของฉัน | | | | | |
| 4.พฤติกรรมปรับตัวตามความสัมพันธ์ที่เกี่ยวข้องกับผู้อื่น (Interdependence Relations) | | | | | |
| 11.ฉันมีความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนร่วมงาน แม้จะเป็นการทำงานในสภาวะ COVID-19 | | | | | |
| 12.ฉันเคยปรับทุกข์ แลกเปลี่ยนประสบการณ์ พูดคุยเรื่องการทำงานในสภาวะ COVID-19 กับคนใกล้ตัว | | | | | |
| 13.ฉันได้รับกำลังใจ การสนับสนุนจากเพื่อน คนรอบข้าง คนในครอบครัว แม้จะมีการถือคดาวนหรือการเว้นระยะห่างทางสังคม (Social Distancing) | | | | | |
| 14. ฉันรับรู้และเชื่อมั่นว่าองค์กรของฉันมีมาตรการที่ดีในการป้องกัน COVID-19 ฉันจะปรับตัวและปฏิบัติตามมาตรการนั้น | | | | | |

คำชี้แจงสำหรับผู้เชี่ยวชาญ : โปรดพิจารณาว่าข้อความเกี่ยวกับความคิดเห็นต่อแบบวัดสอดคล้องกับตัวแปรและวัตถุประสงค์ที่จะวัดหรือไม่ โปรดตอบโดยทำเครื่องหมาย ✓

คำชี้แจง เขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด

| แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล | | | | | | | ผู้ ท ร ง 1 | ผู้ ท ร ง 2 | ผู้ ท ร ง 3 | เฉ ล ย |
|--------------------------|---------------|------------------------------|---|--------------------------|-------------------------------|----------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|--------------|
| 1 | เพศ | ชาย | หญิง | | | | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 2 | อายุ | 20-25ปี | 26-30ปี | 31-35ปี | 36-40ปี | | 1 | 0 | 1 | 0.7 |
| 3 | สถานภาพสมรส | โสด | สมรส | หย่าร้าง | หม้าย | | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 4 | ระดับการศึกษา | มัธยมศึกษาตอนปลายหรือต่ำกว่า | อนุปริญญาหรือเทียบเท่า | ระดับปริญญาตรี | สูงกว่าระดับปริญญาตรี | | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 5 | ประเภทตำแหน่ง | ประเภทอาชีพ | หัวหน้าแผนก | พนักงานประจำ | อาชีพอิสระ | | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 6 | ประเภทอาชีพ | มัคคุเทศก์ | ธุรกิจการนำเที่ยว เช่น บริษัทนำเที่ยว (Tour Operator) | ธุรกิจการคมนาคม และขนส่ง | ธุรกิจจำหน่ายสินค้าพาณิชยกรรม | ธุรกิจการขนส่ง | | | | |

| | | | ตัวแทน จำหน่าย การ ท่องเที่ยว ว (Travel Agency) | | ท่องเที่ยว | น้ำ ป็นเขา | | | | |
|----|--|--------------------------|--|-----------------------------------|--------------------------|------------------|---|---|---|---|
| 7 | รายได้ เฉลี่ยต่อ เดือน | ต่ำกว่า 15,000 บาท | 15,001 - 25,000 บาท | 25,00 1- 35,00 0บาท | 35,00 0 บาท ขึ้นไป | | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 8 | ภาคที่ ทำงาน | ภาคใต้ | ภาค ตะวันออก | ภาค ตะวันออก เฉียง เหนือ | ภาค กลาง | ภาค เหนือ | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 9 | ประสบภ การใน การ ทำงาน | ต่ำ กว่า 3 ปี | 4-5 ปี | 6-10 ปี | 11-15 ปี | มากกว่า 15 ปี | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 10 | ที่อยู่ อาศัย | เป็น เจ้าของ | เช่า อาศัย | | | | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 11 | จำนวน สมาชิก ใน ครอบครัว ทั้งหมด | 1 คน | 2 คน | 3 คน | 4 คน ขึ้นไป | | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 12 | จำนวน บุตร | ไม่มี | 1 | 2 คน | 3 คน ขึ้นไป | | 1 | 1 | 1 | 1 |

คำชี้แจงสำหรับผู้เชี่ยวชาญ : โปรดพิจารณาว่าข้อความเกี่ยวกับความคิดเห็นต่อแบบวัดสอดคล้องกับตัวแปรและวัตถุประสงค์ที่จะวัดหรือไม่ โปรดตอบโดยทำเครื่องหมาย ✓

คำชี้แจง เขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด

| | | | | | | |
|--|---|------------------------------|------------------------------------|-------------------------------------|-------------|--|
| <p>โปรดทำเครื่องหมายลงในช่องว่างที่คิดว่าตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด</p> <p>คำชี้แจง แบบสอบถามนี้มี 27 ข้อ ขอให้ท่านโปรดอ่านข้อความต่อไปนี้ด้วยความใส่ใจ ข้อคำถามไม่มีคำตอบผิดหรือถูก โปรดตอบข้อคำถามโดยพิจารณาประสบการณ์ใน 1 เดือนที่ผ่านมาจนถึงขณะปัจจุบัน ว่าท่านมีการกระทำดังข้อความต่อไปนี้บ่อยแค่ไหนโดยมีความหมายแต่ละระดับดังนี้ โดยท่านเลือกตอบระดับการเผชิญความเครียดเมื่อเจอสถานการณ์ความเครียด โปรดทำเครื่องหมายลงในช่องว่างทางขวามือเพียงช่องเดียว ตามความถี่ของการแสดงหรือเลือกใช้การเผชิญความเครียด เมื่อท่านรู้สึกเครียดและตรงกับความเป็นจริงกับตัวท่านมากที่สุด</p> <p>แทบไม่เคย หมายถึง ไม่ได้ใช้พฤติกรรมการเผชิญปัญหาเลยเมื่อรู้สึกเครียด</p> <p>นานๆ ครั้ง หมายถึง ใช้พฤติกรรมการเผชิญปัญหานานๆ ครั้งเมื่อรู้สึกเครียด</p> <p>เป็นบางครั้ง หมายถึง ใช้พฤติกรรมการเผชิญปัญหาบางครั้งเมื่อรู้สึกเครียด</p> <p>ค่อนข้างบ่อย หมายถึง ใช้พฤติกรรมการเผชิญปัญหาบ่อยครั้งเมื่อรู้สึกเครียด</p> <p>สม่ำเสมอ หมายถึง ใช้พฤติกรรมการเผชิญปัญหาทุกครั้งเมื่อรู้สึกเครียด</p> | | | | | | |
| <p>แบบสอบถามประเมินการเผชิญปัญหาแบบสั้น (Lazarus & Folkman, 1984)</p> | | | | | | |
| | ข้อคำถาม | คะแนนผู้ทรงทั้งหมด | | | คะแนนเฉลี่ย | |
| | | อ.ดร. รัชดา ธูป ทอง | อ.ดร. อัจฉรา ประเสริฐ สิน | อ.ดร. วรางคณา โสสมะ นันทน์ | | |
| <p>การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา (problem focused coping)</p> | | | | | | |
| | 1. ฉันพยายามค้นหาสาเหตุและทำความเข้าใจกับปัญหาที่เกิดขึ้น | 1 | 1 | 1 | 1 | |

| | | | | | |
|-----|---|---|---|---|-----|
| 2. | ฉันคิดหาหลายวิธีแก้ปัญหาและควบคุมสถานการณ์ของปัญหาที่เกิดขึ้น | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 3. | ฉันแยกประเด็นปัญหาชัดเจนในการแก้ไขปัญหา | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 4. | เมื่อเกิดความผิดพลาดหรือข้อบกพร่องฉันยอมรับและพยายามหาวิธีแก้ไข | 1 | 1 | 0 | 0.7 |
| 5. | เมื่อเพื่อนๆไม่ให้ความร่วมมือในการร่วมกิจกรรมฉันพยายามหาวิธีการเพื่อให้ดำเนินการต่อไปโดยมุ่งเน้นที่ประโยชน์ของส่วนรวม | 1 | 1 | 0 | 0.7 |
| 6. | ฉันพิจารณาเปรียบเทียบผลดีผลเสียของแต่ละทางเลือกเพื่อการแก้ปัญหา | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 7. | ฉันขอความช่วยเหลือเสมอจากบุคคลรอบข้างเมื่อเจอปัญหาหรือสถานการณ์เครียด | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 8. | ฉันเตรียมความพร้อมที่จะเผชิญปัญหาที่คาดว่าจะเกิดขึ้น | 0 | 1 | 1 | 0.7 |
| 9. | ฉันปรึกษาบุคคลที่ไว้วางใจ เช่น ทีมงานรับผิดชอบผู้บังคับบัญชา และญาติ เพื่อหาแนวทางแก้ไขปัญหา | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 10. | ฉันรับคำแนะนำที่ได้รับจากเพื่อน ๆ และญาติที่เหมาะสมนำมาคิดไตร่ตรองและปรับใช้ในการแก้ปัญหา | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 11. | ฉันกำหนดเป้าหมายในการแก้ปัญหาอย่างชัดเจน | 1 | 1 | 1 | 1 |

| การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ (emotion focused coping) | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|
| 12. | เมื่อมีปัญหาไม่สบายใจ ฉันจะ ตั้งสติและให้กำลังใจตนเอง | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 13. | เมื่อเกิดความท้อแท้ ฉันจะหา วิธีสร้างกำลังใจให้กับตนเอง | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 14. | ฉันออกกำลังกายหรือทำ กิจกรรมอย่างอื่นทดแทน เช่น ดูหนัง ฟังเพลง อ่านหนังสือ เพื่อผ่อนคลายจากปัญหาที่เจอ อยู่ | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 15. | ฉันระบายความรู้สึกในกลุ่ม เช่น กลุ่มปรับความเข้าใจ เป็น ต้น | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 16. | ฉันระบายอารมณ์โดยการสูบบุหรี่ หรือรับประทานอาหาร | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 17. | ฉันแยกตัวเองออกจาก เหตุการณ์ที่เป็นปัญหา | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 18. | ฉันระบายอารมณ์กับสิ่งของ | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 19. | ฉันบอกกับตนเองว่าตนเองไม่ใช่ ผู้ก่อเหตุเหตุการณ์หรือสร้าง ปัญหา | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 20. | ฉันสวดมนต์ อธิฐานละหมาด ขอพรจากพระเจ้าละสิ่ง ศักดิ์สิทธิ์ที่เคารพนับถือ | 1 | 1 | 1 | 1 |

| | | | | |
|---|----------|--|--|--|
| <p>โปรดทำเครื่องหมายลงในช่องว่างที่คิดว่าตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด</p> <p>คำชี้แจง แบบวัดทั้งหมดมี 10 ข้อ ขอให้ท่านโปรดอ่านข้อความต่อไปนี้ด้วยความใส่ใจ ข้อคำถามไม่มีคำตอบผิดหรือถูก โปรดตอบข้อคำถามโดยพิจารณาในระยะ 1 เดือนที่ผ่านมา จนถึงปัจจุบันมีเหตุการณ์ในข้อใดเกิดขึ้นกับท่าน โดยจะถามเกี่ยวกับความรู้สึกและความคิดของคุณและท่านมีความรู้สึกอย่างไรต่อเหตุการณ์นั้น ให้ใส่เครื่องหมายมีการกระทำดังข้อความต่อไปนี้บ่อยแค่ไหนโดยมีความหมายแต่ละระดับดังนี้</p> | | | | |
| แทบไม่เคย | หมายถึง | ผู้ตอบไม่เคยเกิดความรู้สึกนั้นเลยใน 1 เดือนที่ผ่านมา | | |
| นานๆ ครั้ง | หมายถึง | ผู้ตอบเกิดความรู้สึกนั้นประมาณ 1-3 ครั้งใน 1 เดือน | | |
| เป็นบางครั้ง | หมายถึง | ผู้ตอบเกิดความรู้สึกนั้นอาทิตย์ละ 1-2 ครั้ง | | |
| ค่อนข้างบ่อย | หมายถึง | ผู้ตอบเกิดความรู้สึกนั้นอาทิตย์ละ 3-4 ครั้ง | | |
| สม่ำเสมอ | หมายถึง | ผู้ตอบเกิดความรู้สึกนั้นเป็นประจำทุกวัน | | |
| <p>แบบวัดการรับรู้ความเครียด The Perceived Stress Scale (PSS) ตามแนวคิดของ Cohen et al (1988)</p> | | | | |
| | ข้อคำถาม | คะแนนผู้ทรงทั้งหมด | | |
| | | อ.ดร. รัชดา รูป ทอง | อ.ดร. อัจฉร า ประเ สริฐ สิน | อ.ดร. วราง คณา โสมะ นันท น์ |
| | | คะแนนเฉลี่ย | | |

| | | | | |
|--|---|---|---|---|
| 1. ใน 1 เดือนที่ผ่านมาในสถานการณ์ระบาดของ COVID-19 บ่อยแค่ไหนที่คุณรู้สึกอารมณ์เสียกับเรื่องต่างๆ ที่เกิดขึ้นโดยไม่คาดคิด | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 2. ใน 1 เดือนที่ผ่านมาในสถานการณ์ระบาดของ COVID-19 บ่อยแค่ไหน คุณรู้สึกว่าไม่สามารถควบคุมสิ่งที่มีความสำคัญในชีวิตได้ | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 3. ใน 1 เดือนที่ผ่านมาในสถานการณ์ระบาดของ COVID-19 บ่อยแค่ไหนที่คุณรู้สึกกระวนกระวายและเครียด | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 4. ใน 1 เดือนที่ผ่านมาในสถานการณ์ระบาดของ COVID-19 บ่อยแค่ไหนที่คุณรู้สึกว่าตนเองมีความสามารถในการแก้ปัญหาส่วนตัวได้ | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 5. ใน 1 เดือนที่ผ่านมาในสถานการณ์ระบาดของ COVID-19 บ่อยแค่ไหนที่คุณรู้สึกว่าสิ่งต่างๆ เป็นไปตามที่คุณต้องการ | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 6. ใน 1 เดือนที่ผ่านมาในสถานการณ์ระบาดของ COVID-19 บ่อยแค่ไหนที่คุณพบว่าคุณไม่สามารถเผชิญกับทุกสิ่งที่คุณต้องทำได้ | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 7. ใน 1 เดือนที่ผ่านมาในสถานการณ์ระบาดของ COVID-19 คุณสามารถควบคุมสิ่งที่รบกวนชีวิตของคุณได้บ่อยแค่ไหน | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 8. ใน 1 เดือนที่ผ่านมาในสถานการณ์ระบาดของ COVID-19 บ่อยแค่ไหนที่คุณรู้สึกว่าคุณสามารถทำทุกสิ่งทุกอย่างได้ตามที่ตนเองกำหนดไว้ | 1 | 1 | 1 | 1 |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| <p>9. ใน 1 เดือนที่ผ่านมาในสถานการณ์ระบาดของ COVID-19 บ่อยแค่ไหนที่คุณรู้สึกโกรธเพราะการระบาดของ COVID-19 อยู่นอกเหนือการควบคุมของคุณ</p> | 1 | 1 | 1 | 1 |
| <p>10. ใน 1 เดือนที่ผ่านมาในสถานการณ์ระบาดของ COVID-19 บ่อยแค่ไหนที่คุณรู้สึกว่าความยุ่งยากมีมากจนคุณไม่สามารถเอาชนะมันได้</p> | 1 | 1 | 1 | 1 |



| | | | |
|---|---|---|--|
| <p>โปรดทำเครื่องหมายลงในช่องว่างที่คิดว่าตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด</p> <p>คำชี้แจง แบบสอบถามนี้มี 15 ข้อ ขอให้ท่านโปรดอ่านข้อความต่อไปนี้ด้วยความใส่ใจ ข้อคำถามไม่มีคำตอบผิดหรือถูก โปรดตอบข้อคำถามโดยพิจารณาประสบการณ์ใน 1 เดือนที่ผ่านมาจนถึงขณะนี้ปัจจุบัน ว่าท่านมีการรับรู้ความสามารถในการปรับตัวช่วง Covid ดังข้อความต่อไปนี้บ่อยแค่ไหนโดยมีความหมายแต่ละระดับดังนี้ โดยท่านเลือกตอบทำเครื่องหมายลงในช่องว่างทางขวามือเพียงช่องเดียว ตามความถี่ของการกระทำพฤติกรรมและตรงกับความเป็นจริงกับตัวท่านมากที่สุด</p> <p>แทบไม่เคย หมายถึง ไม่ได้ใช้พฤติกรรมการปรับตัว</p> <p>นานๆ ครั้ง หมายถึง ใช้พฤติกรรมการปรับตัวนานๆ ครั้ง</p> <p>เป็นบางครั้ง หมายถึง ใช้พฤติกรรมการปรับตัวเป็นบางครั้ง</p> <p>ค่อนข้างบ่อย หมายถึง ใช้พฤติกรรมการปรับตัวค่อนข้างบ่อย</p> <p>สม่ำเสมอ หมายถึง ใช้พฤติกรรมการปรับตัวสม่ำเสมอ</p> | | | |
| <p>แบบวัดการรับรู้ความสามารถในการปรับตัวช่วง Covid ตามทฤษฎีของ Roy 1999</p> | | | |
| ตั้งแต่ช่วงการระบาดของ COVID-19 จนถึงปัจจุบันฉันสามารถปรับตัวของฉันมีพฤติกรรมในระดับต่อไปนี้ | คะแนนผู้ทรง ทั้งหมด | | คะแนนเฉลี่ย |
| <p>นิยามเชิงปฏิบัติการและข้อคำถาม</p> | <p>อ. ดร. รัช ดา รูป ทอ ง</p> | <p>อ. ดร. อัจฉรา ประเสริฐ สิน</p> | <p>อ. ดร. วรารัตนา วงศา โสภณ มะ นัน ท์</p> |
| <p>1.พฤติกรรมปรับตัวตามความต้องการทางสรีระ (Physiological Needs)</p> | | | |

| | | | | | |
|--|---|---|---|---|-----|
| | 1. ฉันปรับตัวได้แม้ว่าชีวิตมีการเปลี่ยนแปลงไป เช่น การทานอาหาร การนอนหลับเพิ่มขึ้นหรือลดลง เปลี่ยนไปไม่เหมือนเดิม | 1 | 0 | 1 | 0.7 |
| | 2.ฉันนอนหลับพักผ่อนได้ตามปกติ | 1 | 1 | 1 | 1 |
| | 3.ฉันสามารถทำกิจวัตรประจำวันตามปกติเหมือนที่เคยทำมาตลอด | 1 | 1 | 1 | 1 |
| | 4. ฉันเกิดความวิตกกังวลและความเครียดในการปรับตัวกับการทำงานแบบใหม่เช่น การทำงานที่บ้าน หรือเว้นระยะห่างทางสังคม | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 2.พฤติกรรมปรับตัวตามอัตมโนทัศน์ (Self-Concept) | | | | | |
| | 5.ฉันมีกำลังใจในการทำงาน แม้จะต้องทำงานจากบ้าน หรือปรับตัวกับการทำงาน1แบบใหม่นี้ | 1 | 1 | 1 | 1 |
| | 6.ฉันมีความมั่นใจในการทำงานของตนเองเพราะรู้ว่าฉันเป็นคนที่มีความสามารถจัดการกับงานได้เป็นอย่างดี | 1 | 1 | 1 | 1 |
| | 7.ฉันใส่ใจกับเรื่องรูปลักษณ์ การแต่งกายของตนเอง ทั้งวันที่ไปทำงานตามปกติและวันที่ต้องทำงานหรือประชุมผ่านออนไลน์ | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 3.พฤติกรรมปรับตัวตามบทบาทหน้าที่ (Role Function) | | | | | |
| | 8.ฉันรับผิดชอบงานของฉันได้ดีแม้จะมีอุปสรรคในการติดต่อสื่อสารหรือการทำงานที่ต้องปรับตัวมากขึ้น | 1 | 1 | 1 | 1 |
| | 9.ฉันแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้เสมอ ไม่ว่าจะปัญหาที่เกิดขึ้นจากตนเอง เพื่อนร่วมงาน หรือสภาพแวดล้อมการทำงานที่เปลี่ยนไปก็ตาม | 1 | 1 | 1 | 1 |
| | 10.ฉันมีการปรับตัวในการทำงานได้อย่างเหมาะสมตามตำแหน่งหน้าที่ความรับผิดชอบการทำงานของฉัน | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 4.พฤติกรรมปรับตัวตามความสัมพันธ์ที่เกี่ยวข้องกับผู้อื่น (Interdependence Relations1) | | | | | |
| | 11.ฉันมีความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนร่วมงาน แม้จะเป็นการทำงานในสภาวะ COVID-19 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| | 12.ฉันเคยปรับทุกข์ แลกเปลี่ยนประสบการณ์ พุดคุย เรื่องการทำงานในสภาวะ COVID-19 กับคนใกล้ตัว | 1 | 1 | 1 | 1 |

| | | | | | |
|--|---|---|---|---|-----|
| | 13.ฉันได้รับกำลังใจ การสนับสนุนจากเพื่อน คนรอบข้าง คนในครอบครัว แม้จะมีการถือคตาวนหรือการเว้นระยะห่างทางสังคม (Social Distancing) | 1 | 1 | 1 | 1 |
| | 14. ฉันรับรู้และเชื่อมั่นว่าองค์กรของฉันมีมาตรการที่ดีในการป้องกัน COVID-19 ฉันจะปรับตัวและปฏิบัติตามมาตรการนั้น | 1 | 1 | 0 | 0.7 |





ผลการวิเคราะห์ด้วยโปรแกรม Mplus

Mplus VERSION 8.8

MUTHEN & MUTHEN

06/27/2022 7:10 PM

INPUT INSTRUCTIONS

TITLE: MODEL

DATA:

FILE IS "C:\Users\marim\Desktop\CFA\New folder\PROCESS9_2.dat";

VARIABLE:

NAMES ARE MEANPHY MEANROL MEANCON MEANINT MEANEMO MEANPRO
MEANHELP

MEANSELF;

USEVARIABLES ARE MEANPHY MEANROL MEANCON MEANINT MEANEMO
MEANPRO

MEANHELP MEANSELF;

ANALYSIS:

TYPE IS GENERAL;

ESTIMATOR IS ML;

ITERATIONS = 1000;

CONVERGENCE = 0.00005;

MODEL: ADJ BY MEANPHY MEANCON MEANROL MEANINT;

COPING BY MEANMEMO MEANPRO;

STRESS BY MEANHELP MEANSELF;

COPING on STRESS;

Adj on STRESS COPING;

MEANPHY WITH MEANCON;

MEANPHY WITH MEANROL;

MEANPHY WITH MEANINT;

coping with meancon;

MEANPHY WITH MEANSELF;

meancon with meanself;

MEANPRO WITH MEANHELP;

MEANPRO WITH MEANself;

MEANPHY WITH MEANSELF MEANHELP;

MEANINT WITH MEANSELF MEANHELP;

STRESS with meanpro;

meanpro with MEANint;

MODEL Indirect: ADJ IND STRESS;

COPING IND STRESS;

ADJ IND COPING;

OUTPUT: SAMPSTAT MODINDICES RESIDUAL STANDARDIZED CINTERVAL
FSCOEFFICIENT TECH1 TECH2 TECH3;

INPUT READING TERMINATED NORMALLY

SUMMARY OF ANALYSIS

| | |
|---------------------------------------|-----|
| Number of groups | 1 |
| Number of observations | 200 |
| Number of dependent variables | 8 |
| Number of independent variables | 0 |
| Number of continuous latent variables | 3 |

Observed dependent variables

Continuous

MEANPHY MEANROL MEANCON MEANINT MEANEMO MEANPRO

MEANHELP MEANSELF

Continuous latent variables

ADJ COPING STRESS

Estimator ML

Information matrix OBSERVED

| | |
|---|-----------|
| Maximum number of iterations | 1000 |
| Convergence criterion | 0.500D-04 |
| Maximum number of steepest descent iterations | 20 |

Input data file(s)

C:\Users\marim\Desktop\CFA\New folder\PROCESS9_2.dat

Input data format FREE

MODEL FIT INFORMATION

| | |
|---------------------------|----|
| Number of Free Parameters | 40 |
|---------------------------|----|

Loglikelihood

| | |
|----------|-----------|
| H0 Value | -2237.702 |
|----------|-----------|

| | |
|----------|-----------|
| H1 Value | -2234.878 |
|----------|-----------|

Information Criteria

| | |
|--------------|----------|
| Akaike (AIC) | 4555.404 |
|--------------|----------|

| | |
|----------------|----------|
| Bayesian (BIC) | 4687.337 |
|----------------|----------|

| | |
|--------------------------|----------|
| Sample-Size Adjusted BIC | 4560.613 |
|--------------------------|----------|

$$(n^* = (n + 2) / 24)$$

Chi-Square Test of Model Fit

Value 5.648

Degrees of Freedom 4

P-Value 0.2270

RMSEA (Root Mean Square Error Of Approximation)

Estimate 0.045

90 Percent C.I. 0.000 0.123

Probability RMSEA \leq .05 0.450

CFI/TLI

CFI 0.995

TLI 0.964

Chi-Square Test of Model Fit for the Baseline Model

Value 345.943

Degrees of Freedom 28

P-Value 0.0000

SRMR (Standardized Root Mean Square Residual)

Value 0.022

MODEL RESULTS

| | | Two-Tailed | | | |
|----------|----|------------|-------|-----------|---------|
| | | Estimate | S.E. | Est./S.E. | P-Value |
| ADJ | BY | | | | |
| MEANPHY | | 1.000 | 0.000 | 999.000 | 999.000 |
| MEANCON | | 2.314 | 1.236 | 1.873 | 0.061 |
| MEANROL | | 2.362 | 0.969 | 2.437 | 0.015 |
| MEANINT | | 2.570 | 1.038 | 2.475 | 0.013 |
| COPING | BY | | | | |
| MEANEMO | | 1.000 | 0.000 | 999.000 | 999.000 |
| MEANPRO | | 0.206 | 0.154 | 1.339 | 0.18 |
| STRESS | BY | | | | |
| MEANHELP | | 1.000 | 0.000 | 999.000 | 999.000 |
| MEANSELF | | 1.153 | 0.239 | 4.826 | 0.000 |
| COPING | ON | | | | |
| STRESS | | 0.469 | 0.098 | 4.783 | 0.000 |

ADJ ON

STRESS 0.002 0.027 0.072 0.942

COPING 0.302 0.148 1.041 0.041

COPING WITH

MEANCON -0.112 0.204 -0.548 0.583

STRESS WITH

MEANPRO -1.302 3.010 -0.433 0.665

MEANPHY WITH

MEANCON 0.065 0.077 0.839 0.402

MEANROL 0.175 0.081 2.153 0.031

MEANINT 0.140 0.084 1.672 0.094

MEANSELF 0.067 0.090 0.750 0.453

MEANHELP 0.130 0.091 1.428 0.153

MEANCON WITH

MEANSELF 0.030 0.077 0.389 0.698

MEANPRO WITH

MEANHELP 1.442 2.175 0.663 0.507

MEANSELF 1.523 2.447 0.623 0.534

MEANINT -0.038 0.101 -0.381 0.703

MEANINT WITH

| | | | | |
|----------|--------|-------|--------|-------|
| MEANSELF | -0.037 | 0.096 | -0.380 | 0.704 |
| MEANHELP | -0.066 | 0.099 | -0.666 | 0.505 |

Intercepts

| | | | | |
|----------|-------|-------|--------|-------|
| MEANPHY | 2.000 | 0.077 | 25.892 | 0.000 |
| MEANROL | 1.715 | 0.075 | 22.989 | 0.000 |
| MEANCON | 2.440 | 0.069 | 35.467 | 0.000 |
| MEANINT | 1.955 | 0.075 | 26.236 | 0.000 |
| MEANEMO | 2.110 | 0.072 | 29.451 | 0.000 |
| MEANPRO | 2.445 | 0.081 | 30.047 | 0.000 |
| MEANHELP | 2.770 | 0.086 | 32.249 | 0.000 |
| MEANSELF | 2.560 | 0.084 | 30.391 | 0.000 |

Variances

| | | | | |
|--------|-------|-------|-------|-------|
| STRESS | 0.758 | 0.197 | 3.848 | 0.000 |
|--------|-------|-------|-------|-------|

Residual Variances

| | | | | |
|---------|-------|-------|-------|-------|
| MEANPHY | 1.117 | 0.119 | 9.362 | 0.000 |
| MEANROL | 0.685 | 0.089 | 7.690 | 0.000 |
| MEANCON | 0.691 | 0.087 | 7.987 | 0.000 |
| MEANINT | 0.603 | 0.088 | 6.827 | 0.000 |
| MEANEMO | 0.347 | 0.232 | 1.499 | 0.134 |
| MEANPRO | 1.836 | 2.660 | 0.690 | 0.490 |

| | | | | |
|----------|-------|-------|-------|-------|
| MEANHELP | 0.718 | 0.166 | 4.330 | 0.000 |
| MEANSELF | 0.412 | 0.201 | 2.050 | 0.040 |
| ADJ | 0.014 | 0.022 | 0.654 | 0.513 |
| COPING | 0.513 | 0.239 | 2.147 | 0.032 |

QUALITY OF NUMERICAL RESULTS

Condition Number for the Information Matrix 0.107E-05

(ratio of smallest to largest eigenvalue)

STANDARDIZED MODEL RESULTS

STDYX Standardization

Two-Tailed

Estimate S.E. Est./S.E. P-Value

ADJ BY

| | | | | |
|---------|-------|-------|--------|-------|
| MEANPHY | 0.276 | 0.092 | 3.004 | 0.003 |
| MEANCON | 0.643 | 0.314 | 2.046 | 0.041 |
| MEANROL | 0.527 | 0.066 | 8.033 | 0.000 |
| MEANINT | 0.676 | 0.066 | 10.286 | 0.000 |

COPING BY

| | | | | |
|---------|-------|-------|-------|-------|
| MEANEMO | 0.842 | 0.275 | 3.064 | 0.002 |
| MEANPRO | 0.153 | 0.086 | 1.783 | 0.005 |

STRESS BY

| | | | | |
|--------------|--------|-------|--------|-------|
| MEANHELP | 0.717 | 0.078 | 9.144 | 0.000 |
| MEANSELF | 0.842 | 0.085 | 9.945 | 0.000 |
| COPING ON | | | | |
| STRESS | 0.495 | 0.113 | 2.373 | 0.000 |
| ADJ ON | | | | |
| STRESS | 0.006 | 0.085 | 0.073 | 0.942 |
| COPING | 0.898 | 0.158 | 1.689 | 0.000 |
| COPING WITH | | | | |
| MEANCON | -0.188 | 0.308 | -0.609 | 0.543 |
| STRESS WITH | | | | |
| MEANPRO | -1.104 | 1.719 | -0.642 | 0.521 |
| MEANPHY WITH | | | | |
| MEANCON | 0.074 | 0.089 | 0.827 | 0.408 |
| MEANROL | 0.200 | 0.094 | 2.127 | 0.033 |
| MEANINT | 0.171 | 0.105 | 1.626 | 0.104 |
| MEANSELF | 0.099 | 0.136 | 0.732 | 0.464 |
| MEANHELP | 0.145 | 0.098 | 1.484 | 0.138 |
| MEANCON WITH | | | | |
| MEANSELF | 0.056 | 0.148 | 0.376 | 0.707 |
| MEANPRO WITH | | | | |

| | | | | |
|----------|--------|-------|--------|-------|
| MEANHELP | 1.257 | 1.056 | 1.190 | 0.234 |
| MEANSELF | 1.751 | 1.556 | 1.125 | 0.261 |
| MEANINT | -0.036 | 0.111 | -0.328 | 0.743 |

MEANINT WITH

| | | | | |
|----------|--------|-------|--------|-------|
| MEANSELF | -0.073 | 0.194 | -0.377 | 0.706 |
| MEANHELP | -0.100 | 0.145 | -0.691 | 0.489 |

Intercepts

| | | | | |
|----------|-------|-------|--------|-------|
| MEANPHY | 1.831 | 0.116 | 15.800 | 0.000 |
| MEANROL | 1.626 | 0.108 | 15.093 | 0.000 |
| MEANCON | 2.508 | 0.144 | 17.416 | 0.000 |
| MEANINT | 1.855 | 0.117 | 15.913 | 0.000 |
| MEANEMO | 2.083 | 0.126 | 16.550 | 0.000 |
| MEANPRO | 2.125 | 0.127 | 16.673 | 0.000 |
| MEANHELP | 2.280 | 0.135 | 16.946 | 0.000 |
| MEANSELF | 2.149 | 0.129 | 16.681 | 0.000 |

Variances

| | | | | |
|--------|-------|-------|---------|---------|
| STRESS | 1.000 | 0.000 | 999.000 | 999.000 |
|--------|-------|-------|---------|---------|

Residual Variances

| | | | | |
|---------|-------|-------|--------|-------|
| MEANPHY | 0.936 | 0.048 | 19.306 | 0.000 |
| MEANROL | 0.615 | 0.074 | 8.261 | 0.000 |

| | | | | |
|----------------------|----------|-------|-----------|---------|
| MEANCON | 0.730 | 0.077 | 9.445 | 0.000 |
| MEANINT | 0.543 | 0.079 | 6.899 | 0.000 |
| MEANEMO | 0.338 | 0.226 | 1.499 | 0.134 |
| MEANPRO | 1.387 | 1.998 | 0.694 | 0.488 |
| MEANHELP | 0.486 | 0.112 | 4.328 | 0.000 |
| MEANSELF | 0.290 | 0.143 | 2.035 | 0.042 |
| ADJ | 0.189 | 0.232 | 0.813 | 0.416 |
| COPING | 0.755 | 0.112 | 6.735 | 0.000 |
| STDY Standardization | | | | |
| | Estimate | S.E. | Est./S.E. | P-Value |
| ADJ BY | | | | |
| MEANPHY | 0.276 | 0.092 | 3.004 | 0.003 |
| MEANCON | 0.643 | 0.314 | 2.046 | 0.041 |
| MEANROL | 0.527 | 0.066 | 8.033 | 0.000 |
| MEANINT | 0.676 | 0.066 | 10.286 | 0.000 |
| COPING BY | | | | |
| MEANEMO | 0.842 | 0.275 | 3.064 | 0.002 |
| MEANPRO | 0.153 | 0.086 | 1.783 | 0.005 |
| STRESS BY | | | | |

| | | | | |
|--------------|--------|-------|--------|-------|
| MEANHELP | 0.717 | 0.078 | 9.144 | 0.000 |
| MEANSELF | 0.842 | 0.085 | 9.945 | 0.000 |
| COPING ON | | | | |
| STRESS | 0.495 | 0.113 | 2.373 | 0.000 |
| ADJ ON | | | | |
| STRESS | 0.006 | 0.085 | 0.073 | 0.942 |
| COPING | 0.898 | 0.158 | 1.689 | 0.000 |
| COPING WITH | | | | |
| MEANCON | -0.188 | 0.308 | -0.609 | 0.54 |
| STRESS WITH | | | | |
| MEANPRO | -1.104 | 1.719 | -0.642 | 0.521 |
| MEANPHY WITH | | | | |
| MEANCON | 0.074 | 0.089 | 0.827 | 0.408 |
| MEANROL | 0.200 | 0.094 | 2.127 | 0.033 |
| MEANINT | 0.171 | 0.105 | 1.626 | 0.104 |
| MEANSELF | 0.099 | 0.136 | 0.732 | 0.464 |
| MEANHELP | 0.145 | 0.098 | 1.484 | 0.138 |
| MEANCON WITH | | | | |
| MEANSELF | 0.056 | 0.148 | 0.376 | 0.707 |
| MEANPRO WITH | | | | |

| | | | | |
|----------|--------|-------|--------|-------|
| MEANHELP | 1.257 | 1.056 | 1.190 | 0.234 |
| MEANSELF | 1.751 | 1.556 | 1.125 | 0.261 |
| MEANINT | -0.036 | 0.111 | -0.328 | 0.743 |

MEANINT WITH

| | | | | |
|----------|--------|-------|--------|-------|
| MEANSELF | -0.073 | 0.194 | -0.377 | 0.706 |
| MEANHELP | -0.100 | 0.145 | -0.691 | 0.489 |

Intercepts

| | | | | |
|----------|-------|-------|--------|-------|
| MEANPHY | 1.831 | 0.116 | 15.800 | 0.000 |
| MEANROL | 1.626 | 0.108 | 15.093 | 0.000 |
| MEANCON | 2.508 | 0.144 | 17.416 | 0.000 |
| MEANINT | 1.855 | 0.117 | 15.913 | 0.000 |
| MEANMEMO | 2.083 | 0.126 | 16.550 | 0.000 |
| MEANPRO | 2.125 | 0.127 | 16.673 | 0.000 |
| MEANHELP | 2.280 | 0.135 | 16.946 | 0.000 |
| MEANSELF | 2.149 | 0.129 | 16.681 | 0.000 |

Variances

| | | | | |
|--------|-------|-------|---------|---------|
| STRESS | 1.000 | 0.000 | 999.000 | 999.000 |
|--------|-------|-------|---------|---------|

Residual Variances

| | | | | |
|---------|-------|-------|--------|-------|
| MEANPHY | 0.936 | 0.048 | 19.306 | 0.000 |
| MEANROL | 0.615 | 0.074 | 8.261 | 0.000 |

| | | | | |
|---------------------|----------|-------|-----------|---------|
| MEANCON | 0.730 | 0.077 | 9.445 | 0.000 |
| MEANINT | 0.543 | 0.079 | 6.899 | 0.000 |
| MEANEMO | 0.338 | 0.226 | 1.499 | 0.034 |
| MEANPRO | 1.387 | 1.998 | 0.694 | 0.008 |
| MEANHELP | 0.486 | 0.112 | 4.328 | 0.000 |
| MEANSELF | 0.290 | 0.143 | 2.035 | 0.042 |
| ADJ | 0.189 | 0.232 | 0.813 | 0.416 |
| COPING | 0.755 | 0.112 | 6.735 | 0.000 |
| STD Standardization | | | | |
| | Estimate | S.E. | Est./S.E. | P-Value |
| ADJ BY | | | | |
| MEANPHY | 0.301 | 0.103 | 2.909 | 0.004 |
| MEANCON | 0.678 | 0.335 | 2.022 | 0.043 |
| MEANROL | 0.513 | 0.075 | 6.803 | 0.000 |
| MEANINT | 0.713 | 0.086 | 8.242 | 0.000 |
| COPING BY | | | | |
| MEANEMO | 0.854 | 0.284 | 3.009 | 0.003 |
| MEANPRO | 0.176 | 0.100 | 1.763 | 0.078 |
| STRESS BY | | | | |

| | | | | |
|--------------|--------|-------|--------|-------|
| MEANHELP | 0.871 | 0.113 | 7.696 | 0.000 |
| MEANSELF | 1.003 | 0.119 | 8.447 | 0.000 |
| COPING ON | | | | |
| STRESS | 0.495 | 0.113 | 2.373 | 0.000 |
| ADJ ON | | | | |
| STRESS | 0.006 | 0.085 | 0.073 | 0.942 |
| COPING | 0.898 | 0.158 | 1.689 | 0.000 |
| COPING WITH | | | | |
| MEANCON | -0.156 | 0.258 | -0.603 | 0.546 |
| STRESS WITH | | | | |
| MEANPRO | -1.496 | 3.407 | -0.439 | 0.661 |
| MEANPHY WITH | | | | |
| MEANCON | 0.065 | 0.077 | 0.839 | 0.402 |
| MEANROL | 0.175 | 0.081 | 2.153 | 0.031 |
| MEANINT | 0.140 | 0.084 | 1.672 | 0.094 |
| MEANSELF | 0.067 | 0.090 | 0.750 | 0.453 |
| MEANHELP | 0.130 | 0.091 | 1.428 | 0.153 |
| MEANCON WITH | | | | |
| MEANSELF | 0.030 | 0.077 | 0.389 | 0.698 |
| MEANPRO WITH | | | | |

| | | | | |
|----------|--------|-------|--------|-------|
| MEANHELP | 1.442 | 2.175 | 0.663 | 0.507 |
| MEANSELF | 1.523 | 2.447 | 0.623 | 0.534 |
| MEANINT | -0.038 | 0.101 | -0.381 | 0.703 |

MEANINT WITH

| | | | | |
|----------|--------|-------|--------|-------|
| MEANSELF | -0.037 | 0.096 | -0.380 | 0.704 |
| MEANHELP | -0.066 | 0.099 | -0.666 | 0.505 |

Intercepts

| | | | | |
|----------|-------|-------|--------|-------|
| MEANPHY | 2.000 | 0.077 | 25.892 | 0.000 |
| MEANROL | 1.715 | 0.075 | 22.989 | 0.000 |
| MEANCON | 2.440 | 0.069 | 35.467 | 0.000 |
| MEANINT | 1.955 | 0.075 | 26.236 | 0.000 |
| MEANEMO | 2.110 | 0.072 | 29.451 | 0.000 |
| MEANPRO | 2.445 | 0.081 | 30.047 | 0.000 |
| MEANHELP | 2.770 | 0.086 | 32.249 | 0.000 |
| MEANSELF | 2.560 | 0.084 | 30.391 | 0.000 |

Variances

| | | | | |
|--------|-------|-------|---------|---------|
| STRESS | 1.000 | 0.000 | 999.000 | 999.000 |
|--------|-------|-------|---------|---------|

Residual Variances

| | | | | |
|---------|-------|-------|-------|-------|
| MEANPHY | 1.117 | 0.119 | 9.362 | 0.000 |
| MEANROL | 0.685 | 0.089 | 7.690 | 0.000 |

| | | | | |
|----------|----------|-------|------------|---------|
| MEANCON | 0.691 | 0.087 | 7.987 | 0.000 |
| MEANINT | 0.603 | 0.088 | 6.827 | 0.000 |
| MEANEMO | 0.347 | 0.232 | 1.499 | 0.134 |
| MEANPRO | 1.836 | 2.660 | 0.690 | 0.490 |
| MEANHELP | 0.718 | 0.166 | 4.330 | 0.000 |
| MEANSELF | 0.412 | 0.201 | 2.050 | 0.040 |
| ADJ | 0.189 | 0.232 | 0.813 | 0.416 |
| COPING | 0.755 | 0.112 | 6.735 | 0.000 |
| R-SQUARE | | | | |
| Observed | | | Two-Tailed | |
| Variable | Estimate | S.E. | Est./S.E. | P-Value |
| MEANPHY | 0.264 | 0.048 | 1.328 | 0.000 |
| MEANROL | 0.385 | 0.074 | 5.170 | 0.000 |
| MEANCON | 0.270 | 0.077 | 3.488 | 0.000 |
| MEANINT | 0.457 | 0.079 | 5.798 | 0.000 |
| MEANEMO | 0.662 | 0.226 | 2.932 | 0.003 |
| MEANPRO | 0.303 | 0.026 | 0.892 | 0.000 |
| MEANHELP | 0.514 | 0.112 | 4.572 | 0.000 |
| MEANSELF | 0.710 | 0.143 | 4.973 | 0.000 |

| Latent Variable | Estimate | S.E. | Two-Tailed Est./S.E. | P-Value |
|-----------------|----------|-------|----------------------|---------|
| ADJ | 0.811 | 0.232 | 3.494 | 0.000 |
| COPING | 0.245 | 0.112 | 2.186 | 0.029 |

TOTAL, TOTAL INDIRECT, SPECIFIC INDIRECT, AND DIRECT EFFECTS

| | Estimate | S.E. | Two-Tailed Est./S.E. | P-Value |
|----------------------------|----------|-------|----------------------|---------|
| Effects from STRESS to ADJ | | | | |
| Total | 0.143 | 0.068 | 2.123 | 0.034 |
| Total indirect | 0.141 | 0.072 | 1.976 | 0.048 |
| Specific indirect 1 | | | | |
| ADJ | | | | |
| COPING | | | | |
| STRESS | 0.141 | 0.072 | 1.976 | 0.048 |
| Direct | | | | |
| ADJ | | | | |
| STRESS | 0.002 | 0.027 | 0.072 | 0.942 |
| Effects from COPING to ADJ | | | | |
| Total | 0.302 | 0.148 | 2.041 | 0.041 |
| Total indirect | 0.000 | 0.000 | 999.000 | 0.000 |

Direct

ADJ

| | | | | |
|--------|-------|-------|-------|-------|
| COPING | 0.302 | 0.148 | 2.041 | 0.041 |
|--------|-------|-------|-------|-------|

Effects from STRESS to COPING

| | | | | |
|-------|-------|-------|-------|-------|
| Total | 0.469 | 0.098 | 4.783 | 0.000 |
|-------|-------|-------|-------|-------|

| | | | | |
|----------------|-------|-------|---------|-------|
| Total indirect | 0.000 | 0.000 | 999.000 | 0.000 |
|----------------|-------|-------|---------|-------|

Direct

COPING

| | | | | |
|--------|-------|-------|-------|-------|
| STRESS | 0.469 | 0.098 | 4.783 | 0.000 |
|--------|-------|-------|-------|-------|

STANDARDIZED TOTAL, TOTAL INDIRECT, SPECIFIC INDIRECT, AND DIRECT EFFECTS

STDYX Standardization

Two-Tailed

| Estimate | S.E. | Est./S.E. | P-Value |
|----------|------|-----------|---------|
|----------|------|-----------|---------|

Effects from STRESS to ADJ

| | | | | |
|-------|-------|-------|-------|-------|
| Total | 0.451 | 0.124 | 3.627 | 0.000 |
|-------|-------|-------|-------|-------|

| | | | | |
|----------------|-------|-------|-------|-------|
| Total indirect | 0.444 | 0.163 | 2.729 | 0.006 |
|----------------|-------|-------|-------|-------|

Specific indirect 1

ADJ

COPING

| | | | | |
|--------|-------|-------|-------|-------|
| STRESS | 0.444 | 0.163 | 2.729 | 0.006 |
|--------|-------|-------|-------|-------|

Direct

ADJ

STRESS 0.006 0.085 0.073 0.942

Effects from COPING to ADJ

Total 0.898 0.158 1.689 0.000

Total indirect 0.000 0.000 0.000 1.000

Direct

ADJ

COPING 0.898 0.158 1.689 0.000

Effects from STRESS to COPING

Total 0.495 0.113 2.373 0.000

Total indirect 0.000 0.000 0.000 1.000

Direct

COPING

STRESS 0.495 0.113 2.373 0.000

STDY Standardization

Two-Tailed

Estimate S.E. Est./S.E. P-Value

Effects from STRESS to ADJ

Total 0.451 0.124 3.627 0.000

Total indirect 0.444 0.163 2.729 0.006

Specific indirect 1

ADJ

COPING

STRESS 0.444 0.163 2.729 0.006

Direct

ADJ

STRESS 0.006 0.085 0.073 0.942

Effects from COPING to ADJ

Total 0.898 0.158 1.689 0.000

Total indirect 0.000 0.000 0.000 1.000

Direct

ADJ

COPING 0.898 0.158 1.689 0.000

Effects from STRESS to COPING

Total 0.495 0.113 2.373 0.000

Total indirect 0.000 0.000 0.000 1.000

Direct

COPING

STRESS 0.495 0.113 2.373 0.000

STD Standardization

Two-Tailed

Estimate S.E. Est./S.E. P-Value

Effects from STRESS to ADJ

| | | | | |
|---------------------|-------|-------|-------|-------|
| Total | 0.451 | 0.124 | 3.627 | 0.000 |
| Total indirect | 0.444 | 0.163 | 2.729 | 0.006 |
| Specific indirect 1 | | | | |
| ADJ | | | | |
| COPING | | | | |
| STRESS | 0.444 | 0.163 | 2.729 | 0.006 |
| Direct | | | | |
| ADJ | | | | |
| STRESS | 0.006 | 0.085 | 0.073 | 0.942 |

Effects from COPING to ADJ

| | | | | |
|----------------|-------|-------|-------|-------|
| Total | 0.898 | 0.158 | 1.689 | 0.000 |
| Total indirect | 0.000 | 0.000 | 0.000 | 1.000 |
| Direct | | | | |
| ADJ | | | | |
| COPING | 0.898 | 0.158 | 1.689 | 0.000 |

Effects from STRESS to COPING

Total 0.495 0.113 0.373 0.000

Total indirect 0.000 0.000 0.000 1.000

Direct

COPING

STRESS 0.495 0.113 4.373 0.000

Beginning Time: 19:10:56

Ending Time: 19:10:56

Elapsed Time: 00:00:0

MUTHEN & MUTHEN

3463 Stoner Ave.

Los Angeles, CA 90066

Tel: (310) 391-9971

Fax: (310) 391-8971

Web: www.StatModel.com

Support: Support@StatModel.com

Copyright (c) 1998-2022 Muthen & Muthen

ประวัติผู้เขียน

| | |
|-------------------|---|
| ชื่อ-สกุล | จิติพร ช่างงษ์ |
| วัน เดือน ปี เกิด | 5 มกราคม 2535 |
| สถานที่เกิด | กรุงเทพมหานคร |
| วุฒิการศึกษา | 2558 เอกภาษาญี่ปุ่น คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ |
| ที่อยู่ปัจจุบัน | 84/18 ซอย B24/2 หมู่บ้านปาริชาติ ถ.345 หมู่ 5 ต.บางคูวัด อ.เมือง จ. ปทุมธานี 12000 |

