

9-1-2015

## ความเครียดของนิสิตระดับปริญญาตรี ภาควิชาสถาปัตยกรรมคณะ สถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภควัต วงศ์ไทย

ชัยชนะ นิ่มนวล

Follow this and additional works at: <https://digital.car.chula.ac.th/clmjjournal>



Part of the [Medicine and Health Sciences Commons](#)

---

### Recommended Citation

วงศ์ไทย, ภควัต and นิ่มนวล, ชัยชนะ (2015) "ความเครียดของนิสิตระดับปริญญาตรี ภาควิชาสถาปัตยกรรมคณะ  
สถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย," *Chulalongkorn Medical Journal*: Vol. 59: Iss. 5, Article 6.  
DOI: <https://doi.org/10.58837/CHULA.CMJ.59.5.6>  
Available at: <https://digital.car.chula.ac.th/clmjjournal/vol59/iss5/6>

This Modern Medicine is brought to you for free and open access by the Chulalongkorn Journal Online (CUJO) at Chula Digital Collections. It has been accepted for inclusion in Chulalongkorn Medical Journal by an authorized editor of Chula Digital Collections. For more information, please contact [ChulaDC@car.chula.ac.th](mailto:ChulaDC@car.chula.ac.th).

---

## ความเครียดของนิสิตระดับปริญญาตรี ภาควิชาสถาปัตยกรรมคณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

### Abstract

เหตุผลของการทำวิจัย : การเรียนการสอนในคณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาฯ นิสิตจะต้องใช้ความสามารถทั้งด้านศิลปะ และวิทยาศาสตร์ เพื่อให้ได้ผลงานที่สมบูรณ์ และในระหว่างที่กำลังศึกษายังมีเรื่องของเวลา คณาจารย์และสภาพแวดล้อมต่าง ๆ ของคณะเข้ามาเกี่ยวข้องอีกด้วย ซึ่งทั้งหมดนี้อาจส่งผลต่อความเครียดของนิสิตวัดระยะสงบ : เพื่อศึกษาระดับและปัจจัยใน เรื่องการศึกษาที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของนิสิตระดับปริญญาตรี ภาควิชาสถาปัตยกรรม คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย รูปแบบการวิจัย : การศึกษาวิจัยเชิงพรรณนา ณ จุดเวลาใดเวลาหนึ่งสถานที่ทำการการศึกษา : ภาควิชาสถาปัตยกรรม คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยตัวอย่างและวิธีการศึกษา : เก็บรวบรวมข้อมูลจากนิสิตภาควิชาสถาปัตยกรรม คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ชั้นปีที่ 1 - 5 ทางการศึกษา 2557จำนวนทั้งสิ้น 323 คน โดยใช้แบบสอบถาม ข้อมูลทั่วไป และแบบวัดความเครียด สถิติที่ใช้ได้แก่ Descriptive Statistic, Chi-Square Test และ Multiple Logistic Regression ผลการศึกษา : กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ (39.7%) มีความเครียดอยู่ในระดับปานกลางมีค่าเฉลี่ยคะแนน ความเครียดรวมเท่ากับ 65.8 และค่า S.D. เท่ากับ 31.1 เมื่อวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ ได้พบปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ จำนวนงานที่ได้รับมอบหมายในแต่ละรายวิชาที่มาก (OR = 2.16, 95% C.I. = 1.23 - 3.80, p < 0.01), จำนวนครั้งของการตรวจแบบกับอาจารย์ประจำกลุ่มที่น้อย (OR = 0.61, 95% C.I. = 0.38 - 0.98, p = 0.04) และอายุที่เพิ่มขึ้นของนิสิต (OR = 1.34, 95% C.I. = 1.11-1.60, p < 0.01) ตามลำดับสรุป : นิสิตภาควิชาสถาปัตยกรรม คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ส่วนมากมีความเครียดรวมในระดับปานกลาง และระดับความเครียดสัมพันธ์กับจำนวนงานที่ได้รับมอบหมายที่มากจำนวนการตรวจแบบกับอาจารย์ที่น้อย และอายุของนิสิตที่เพิ่มขึ้น.

### Keywords

ความเครียด, นิสิต, คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์.

# ความเครียดของนิสิตระดับปริญญาตรี ภาควิชาสถาปัตยกรรม คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาควัต วงศ์ไทย\*

ชัยชนะ นิ่มนวล\*\*

**Wongthai P, Nimnuan C. Stress in undergraduate students of the Faculty of Architecture, Chulalongkorn University. Chula Med J 2015 Sep – Oct; 29(5): 539 - 54**

- Background** : *Studying in the Department of Architectural, students need to learn integrative arts with science to create the perfect designs. Doing so, the students have to face the issues of time limits, faculty and educational environment all these affect their stress levels.*
- Objective** : *To study the levels and the factors of stress among undergraduate students of Department of Architectural, Faculty of Architecture, Chulalongkorn University.*
- Design** : *A cross-sectional descriptive study.*
- Setting** : *Department of Architectural, Faculty of Architecture, Chulalongkorn University.*
- Materials and Methods** : *Data were collected from the students of Architectural Department, Faculty of Architecture, Chulalongkorn University, academic Year 2014, from freshmen Year to senior year, using stress measuring test and demographic questionnaire. Data were analyzed by Descriptive Statistic, Chi-Square Test and Multiple Logistic Regression Analysis.*

\* นิสิตปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสุขภาพจิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

\*\* ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

**Results** : *Most students (39.7%) are of moderate level of stress level with average stress score of 65.8 and S.D. of 31.1. Multiple Logistic Regression Analysis shows that the stress of the students results from: high amount of schoolwork (OR = 2.16, 95%C.I. = 1.23 - 3.80,  $p < 0.01$ ), less weekly teacher's consulting on student's project designs (OR = 0.61, 95%C.I. = 0.38 - 0.98,  $p = 0.04$ ) and lastly, the students' increasing age (OR = 1.34, 95%C.I. = 1.11-1.60,  $p < 0.01$ ).*

**Conclusion** : *Most students of the Department of Architectural, Faculty of Architecture, Chulalongkorn University, have in moderate stress level. The stressor of the students while studying are: having too much schoolwork, less weekly teacher's consulting on student's project designs and lastly, the students' increasing age.*

**Keywords** : *Stress, students, architect.*

Reprint request: Nimnuan C. Department of Psychiatry, Faculty of Medicine,  
Chulalongkorn University, Bangkok 10330, Thailand.

Received for publication. February 24, 2015.

ภควัต วงศ์ไทย, ชัยชนะ นิ่มนวล. ความเครียดของนิสิตระดับปริญญาตรี ภาควิชาสถาปัตยกรรม คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. จุฬาลงกรณ์เวชสาร 2558 ก.ย. - ต.ค.; 29(5): 539 - 54

- เหตุผลของการทำวิจัย** : การเรียนการสอนในคณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาฯ นิสิตจะต้องใช้ความสามารถทั้งด้านศิลปะ และวิทยาศาสตร์ เพื่อให้ได้ผลงานที่สมบูรณ์แบบ และในระหว่างที่กำลังศึกษายังมีเรื่องของเวลา คณาจารย์ และสภาพแวดล้อมต่าง ๆ ของคณะเข้ามาเกี่ยวข้องอีกด้วย ซึ่งทั้งหมดนี้อาจส่งผลต่อความเครียดของนิสิต
- วัตถุประสงค์** : เพื่อศึกษาระดับและปัจจัยในเรื่องการศึกษาที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของนิสิตระดับปริญญาตรี ภาควิชาสถาปัตยกรรม คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- รูปแบบการวิจัย** : การศึกษาวิจัยเชิงพรรณนา ณ จุดเวลาใดเวลาหนึ่ง
- สถานที่ทำการการศึกษา** : ภาควิชาสถาปัตยกรรม คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- ตัวอย่างและวิธีการศึกษา** : เก็บรวบรวมข้อมูลจากนิสิตภาควิชาสถาปัตยกรรม คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ชั้นปีที่ 1 - 5 ปีการศึกษา 2557 จำนวนทั้งสิ้น 323 คน โดยใช้แบบสอบถาม ข้อมูลทั่วไปและแบบวัดความเครียด สถิติที่ใช้ได้แก่ Descriptive Statistic, Chi-Square Test และ Multiple Logistic Regression Analysis
- ผลการศึกษา** : กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ (39.7%) มีความเครียดอยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ยคะแนน ความเครียดรวมเท่ากับ 65.8 และค่า S.D. เท่ากับ 31.1 เมื่อวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ ได้พบปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ จำนวนงานที่ได้รับมอบหมาย ในแต่ละรายวิชาที่มาก ( $OR = 2.16, 95\%C.I. = 1.23 - 3.80, p < 0.01$ ), จำนวนครั้งของ การตรวจแบบกับอาจารย์ประจำกลุ่มที่น้อย ( $OR = 0.61, 95\%C.I. = 0.38 - 0.98, p = 0.04$ ) และอายุที่เพิ่มขึ้นของนิสิต ( $OR = 1.34, 95\%C.I. = 1.11-1.60, p < 0.01$ ) ตามลำดับ
- สรุป** : นิสิตภาควิชาสถาปัตยกรรม คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ส่วนมากมีความเครียดรวมในระดับปานกลาง และระดับความเครียดสัมพันธ์กับจำนวนงานที่ได้รับมอบหมายที่มาก จำนวนการตรวจแบบกับอาจารย์ที่น้อย และอายุของนิสิตที่เพิ่มขึ้น
- คำสำคัญ** : ความเครียด, นิสิต, คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์.

ความเครียดเป็นสภาวะทั้งทางร่างกายและจิตใจ การเรียนการศึกษาก็อาจเกิดสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดในนิสิตนักศึกษาได้ ซึ่งการศึกษาในแต่ละวิชาชีพที่นั้นอาจก่อให้เกิดความเครียดในระดับที่แตกต่างกัน นายแพทย์สุวัฒน์ มหัตนรินทร์กุล<sup>(1)</sup> ผู้อำนวยการโรงพยาบาลสวนปรุง ได้แบ่งระดับความเครียดออกเป็น 4 ระดับคือ ระดับต่ำเป็นความเครียดที่เกิดขึ้นในระดับที่ไม่คุกคามต่อการดำเนินชีวิต บุคคลสามารถปรับตัวและเกิดความเคยชินได้ระดับปานกลางคือความเครียดที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน บุคคลจะเริ่มมีปฏิกิริยาตอบสนองออกมาเป็นความรู้สึกในด้านลบ เช่น ความวิตกกังวล ความกลัว แต่ยังถือว่าอยู่ในเกณฑ์ปกติทั่ว ๆ ไปไม่รุนแรง จนก่อให้เกิดอันตรายในระดับสูง เป็นความเครียดระดับที่บุคคลไม่สามารถปรับตัวให้ลดความเครียดลงได้ในเวลาอันสั้น ถือว่าอยู่ในเขตอันตรายหากไม่ได้รับการบรรเทาจะนำไปสู่ความเครียด ส่วนระดับรุนแรง เป็นความเครียดระดับสูงที่ดำเนินติดต่อกันมาอย่างต่อเนื่อง จนทำให้บุคคลมีความล้มเหลวในการปรับตัวจนเกิดผลเสียทั้งทางร่างกายและจิตใจ

นิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยเป็นผู้ที่ได้ศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยที่นับว่าเป็นที่นิยมและมีชื่อเสียงและคะแนนสูงสุดเป็นอันดับต้นของประเทศ<sup>(2)</sup> โดยเฉพาะคณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ซึ่งเป็นคณะสถาปัตยกรรมศาสตร์แห่งแรกของประเทศไทย<sup>(3)</sup> มีการเรียนการสอนที่มุ่งเน้นให้นิสิตใช้ความสามารถด้านศิลปะผนวกเข้ากับความรู้ด้านวิทยาศาสตร์เพื่อให้ได้งานออกแบบทางสถาปัตยกรรมที่มีทั้งความสวยงาม ความแข็งแรง และถูกต้องตามประโยชน์ใช้สอย<sup>(4)</sup> ดังนั้นนิสิตที่กำลังศึกษาอยู่จึงต้องใช้ความสามารถหลาย ๆ ด้านร่วมกันอีกทั้งยังมีเรื่องของเวลา คณาจารย์ และสภาพแวดล้อมต่าง ๆ ในคณะเข้ามาเกี่ยวข้อง ซึ่งสิ่งเหล่านี้จึงอาจเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดของนิสิต

ที่ผ่านมาผู้ศึกษาความเครียดจากการศึกษาในระดับอุดมศึกษาของสาขาอาชีพต่าง ๆ ทั้งในประเทศและต่างประเทศมากมาย อาทิ แพทย์, พยาบาล, วิศวกรรม

และนักศึกษาด้านกฎหมาย เป็นต้น ในบางประเทศได้มีการศึกษาความเครียดของนักเรียนสถาปัตย์อยู่บ้างแต่ไม่สามารถนำผลการศึกษามาประยุกต์ใช้กับการเรียนสถาปัตย์ในประเทศไทยได้ เนื่องจากการเรียนการสอนและเชื้อชาติมีความแตกต่างกัน สำหรับประเทศไทยนั้นยังไม่ได้มีการศึกษาความเครียดของนักเรียนสถาปัตย์ที่แท้จริง มีเพียงคำบอกเล่าจากคนทั่วไปว่า “เรียนคณะสถาปัตย์ทั้งหนัก และเครียด” ผู้วิจัยจึงเห็นสมควรที่จะทำการศึกษาความเครียดและปัจจัยต่าง ๆ ที่ก่อให้เกิดความเครียดของนิสิตจากการศึกษาในคณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เพื่อเป็นจุดเริ่มต้นให้ผู้เกี่ยวข้องในสายวิชาชีพสถาปัตย์กรรมได้เล็งเห็นถึงความสำคัญของสุขภาพจิตที่ดีในการเรียน และอาจมีส่วนช่วยพัฒนาการเรียนการสอนวิชาชีพสถาปัตย์กรรมเพื่อให้นิสิตมีความสุขในการศึกษาหาความรู้มากขึ้น

## วิธีการศึกษา

การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา ณ ช่วงเวลาใดเวลาหนึ่ง (Cross-Sectional Descriptive Study) โดยเก็บรวบรวมข้อมูลจากนิสิตชั้นปี 1 ถึงปี 5 ระดับปริญญาตรี ภาควิชาสถาปัตยกรรมศาสตร์ คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปีการศึกษา 2557 ซึ่งมีขนาดประชากรทั้งสิ้น 323 คน<sup>(5)</sup> ผู้วิจัยได้พิจารณาเก็บข้อมูลจากประชากรทั้งหมด เนื่องจากมีจำนวนไม่มากและเป็นการลดความคลาดเคลื่อนจากการสุ่มตัวอย่าง (Sampling Error) การวิจัยในครั้งนี้ได้ผ่านการพิจารณาจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยของคณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามที่กลุ่มตัวอย่างตอบด้วยตนเองเป็นเครื่องมือในการศึกษา ประกอบด้วย 2 ส่วนดังนี้

**ส่วนที่ 1** แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับนิสิต ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นเองเป็นข้อคำถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนตัว ได้แก่ เพศ, อายุ, ชั้นปี, เกรดเฉลี่ยสะสม และปัจจัยเกี่ยวกับตัวนิสิตและการศึกษาที่อาจก่อให้เกิดความเครียดแบ่งเป็นปัจจัยเกี่ยวกับตัวนิสิต, ปัจจัยเกี่ยวกับงานที่ได้

รับมอบหมาย, ปัจจัยเกี่ยวกับเวลา และปัจจัยเกี่ยวกับคณาจารย์ ซึ่งผู้วิจัยพัฒนาข้อคำถามจากประสบการณ์ตรงที่ผู้วิจัยเคยเป็นนิสิต การพูดคุยอย่างไม่เป็นทางการกับนิสิตปัจจุบัน, คณาจารย์และเจ้าหน้าที่ในคณะ รวมถึงการทบทวนรายละเอียดของแต่ละรายวิชาของนิสิตจากหลักสูตรปริญญาสถาปัตยกรรมศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาสถาปัตยกรรม ปีการศึกษา 2557 การตอบแบบสอบถามมีลักษณะการให้คะแนนจากความคิดเห็นของนิสิต มี 5 ระดับ ได้แก่ 1 = น้อยเกินไป, 2 = น้อย, 3 = พอดี, 4 = มาก และ 5 = มากเกินไปจำนวน 9 ข้อ

**ส่วนที่ 2** แบบวัดความเครียดสวนปรงฉบับปรับปรุง (Suanprung Stress Test) พัฒนาโดยนายแพทย์สุวัฒน์ มหัตนิรันดร์กุล<sup>(11)</sup> ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ทำการปรับปรุง (Modified Version) ให้สอดคล้องกับลักษณะของประชากรข้อคำถามทั้งหมด 18 ข้อ แบ่งเป็น 2 ส่วนคือความถี่ของเหตุการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียดมี 3 ระดับ ได้แก่ 0 = ไม่เคยเกิดขึ้นเลย, 1 = บางครั้ง, 2 = บ่อยครั้ง และระดับความเครียดมี 5 ระดับ ได้แก่ 1 = ไม่เครียด, 2 = เครียดเล็กน้อย, 3 = เครียดปานกลาง, 4 = เครียดมาก, 5 = เครียดมากที่สุด การรวมคะแนนใช้การคูณ (Multiplicative) ค่าการเกิดเหตุการณ์ (0 ถึง 2) กับค่าระดับความเครียด (1 ถึง 5) ในแต่ละข้อทำให้ค่าคะแนนของแต่ละข้อมีได้ตั้งแต่ 0 ถึง 10 คะแนน ความเครียดรวมจากทั้ง 18 ข้อจึงมีค่าคะแนนที่เป็นไปได้ตั้งแต่ 0 ถึง 180 คะแนนการแปลผล อาศัยการปรับค่าคะแนนเต็มแต่ยังคงอ้างอิงจากเกณฑ์เดิมของสวนปรงเป็น 4 ระดับคือ 0 – 22 คะแนนเป็นเครียดน้อย, 23 – 38 คะแนนเป็นเครียดปานกลาง, 39 – 56 เป็นเครียดสูง และ 57 คะแนนขึ้นไปเป็นเครียดรุนแรงสำหรับในการวิเคราะห์ตัวแปรรายคู่และการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณเพื่อความเหมาะสม ผู้วิจัยปรับระดับความเครียดรวมเหลือเป็น 2 ระดับคือ 0 – 38 คะแนนเป็นเครียดต่ำ และ 39 คะแนนขึ้นไปเป็นความเครียดสูงเมื่อตรวจสอบความเที่ยงของแบบวัดความเครียดฉบับปรับปรุงโดย Cronbrach's alpha มีค่า .90

จากการวิเคราะห์ความตรงด้าน Factor Analysis และการศึกษาการจำแนกความเครียดและผลของความเครียดต่อจิตใจ ตามแนวคิดของนิภา แก้วศรีงาม<sup>(6)</sup> และ Breakwell<sup>(7)</sup> พบว่าข้อคำถามทั้งหมด 18 ข้อ สามารถแบ่งเป็นองค์ประกอบได้ทั้งหมด 3 ด้าน ได้แก่ ความเครียดด้านอารมณ์ 8 ข้อ มีค่าความเที่ยง .83 ความเครียดด้านร่างกาย 7 ข้อ มีค่าความเที่ยง .84 ความเครียดด้านพุทธิปัญญา 3 ข้อ มีค่าความเที่ยง .84 โดยมีคะแนนที่เป็นไปได้ตั้งแต่ 0 - 80 คะแนน, 0 - 70 คะแนน และ 0 - 30 คะแนนตามลำดับ การแปลผลค่าคะแนน เนื่องจากแต่ละด้านมีค่าคะแนนเต็มไม่เท่ากัน เพื่อให้ง่ายในการเปรียบเทียบผู้วิจัยจึงปรับให้คะแนนเต็มเป็น 100 คะแนนเท่ากัน

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บตัวอย่างโดยการประสานงานกับภาควิชาสถาปัตยกรรม คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โดยเลือกช่วงเวลาที่เหมาะสมใจของนิสิตที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมีความปกติที่สุด นั่นคือช่วงการสอบประจำภาคต้นปีการศึกษา 2557 เนื่องจากภาวะในการเตรียมตัวสอบจะน้อยกว่าภาวะในการรับผิดชอบงานที่ได้รับมอบหมายในระหว่างเวลาเรียน อีกทั้งเป็นช่วงเวลาที่มีสัปดาห์พร้อมกันที่คณะมากที่สุด หลังจากที่เก็บตัวอย่างเรียบร้อยแล้ว ผู้วิจัยทำการตรวจสอบความสมบูรณ์ของข้อมูลที่ได้นำไปวิเคราะห์ผล

### การวิเคราะห์ข้อมูล

ใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) ได้แก่ ค่าร้อยละค่าเฉลี่ยค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานค่ามัธยฐานและ Inter-quartile Range เพื่อบรรยายถึงภาพรวมของลักษณะทั่วไป ความเห็นต่าง ๆ จากแบบสอบถามส่วนที่ 1 และระดับความเครียดรวมและคะแนนความเครียดในแต่ละด้านของกลุ่มตัวอย่างการวิเคราะห์ตัวแปรรายคู่ (Univariate analysis) ระหว่างปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดกับระดับความเครียดรวม ใช้ Chi-Square Test เพื่อค้นหาว่าปัจจัยใดบ้างที่มีความสัมพันธ์ต่อความเครียด รวมการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัว

แปรพร้อมกันหลายตัว เพื่อค้นหาว่าปัจจัยใดมีผลต่อความเครียดโดยควบคุมอิทธิพลของตัวแปรอื่นใช้การวิเคราะห์ถดถอย Multiple Logistic Regression Analysis

### ผลการศึกษา

จากจำนวนนิสิตทั้งหมด 323 คน มีแบบสอบถามตอบกลับทั้งสิ้น 322 ฉบับคิดเป็น 99.7% นิสิตที่ตอบแบบสอบถาม มีสัดส่วนของเพศชายและเพศหญิงใกล้เคียงกัน โดยเพศหญิงมากกว่าเพศชายประมาณร้อยละ 15 อายุเฉลี่ยอยู่ที่ 20 ปี ร้อยละ 58 มีเกรดเฉลี่ยสะสมอยู่ที่ 2.50 -

3.24 และประมาณหนึ่งในสี่มีเกรดเฉลี่ยสะสมมากกว่าหรือเท่ากับ 3.5 จากความเห็นของนิสิตต่อการศึกษาในคณะ พบว่าเวลาในการทำงานในวิชา Arch Design (วิชาออกแบบสถาปัตยกรรม ซึ่งเป็นวิชาหลักในการเรียนภาควิชาสถาปัตยกรรมและมีหน่วยกิตสูงสุดในแต่ละเทอม) และเวลาสำหรับการพักผ่อนหรือทำกิจกรรมส่วนตัว มีปริมาณค่อนข้างน้อย ในขณะที่งานที่ได้รับมอบหมายมีปริมาณและความยากค่อนข้างมาก สำหรับความรู้ทางสถาปัตยกรรมที่ได้จากอาจารย์ค่อนข้างพอดีหรือมากในขณะที่คำปรึกษาด้านอื่น ๆ นอกเหนือจากเรื่องเรียนที่ได้จากอาจารย์มีน้อย (ตารางที่ 1 และ 2)

ตารางที่ 1. จำนวนและร้อยละจำแนกตามข้อมูลทั่วไป (n = 322)

| ลักษณะทั่วไปของนิสิต   | จำนวน<br>(คน) | ร้อยละ |
|--|---------------|--------|
| <b>เพศ</b>   |               |        |
| ชาย  | 138           | 42.9   |
| หญิง   | 184           | 57.1   |
| <b>อายุ</b>  |               |        |
| น้อยกว่าหรือเท่ากับ 18 ปี  | 46            | 14.3   |
| 19 ปี  | 65            | 20.2   |
| 20 ปี  | 69            | 21.4   |
| 21 ปี  | 61            | 18.9   |
| 22 ปี  | 57            | 17.7   |
| มากกว่าหรือเท่ากับ 23 ปี   | 24            | 7.5    |
| Mean = 20.30, S.D. = 1.55  |               |        |
| <b>ชั้นปีที่กำลังศึกษาอยู่</b>   |               |        |
| ชั้นปีที่ 1  | 68            | 21.1   |
| ชั้นปีที่ 2  | 67            | 20.8   |
| ชั้นปีที่ 3  | 65            | 20.2   |
| ชั้นปีที่ 4  | 68            | 21.1   |
| ชั้นปีที่ 5  | 54            | 16.8   |
| <b>เกรดเฉลี่ยสะสม (n = 254) (ไม่รวมนิสิตชั้นปีที่ 1 เนื่องจากยังไม่มีเกรดเฉลี่ยสะสม)</b> |               |        |
| น้อยกว่า 2.50  | 17            | 6.7    |
| ระหว่าง 2.50 - 2.99  | 69            | 27.2   |
| ระหว่าง 3.00 - 3.24  | 78            | 30.7   |
| ระหว่าง 3.25 - 3.49  | 46            | 18.1   |
| มากกว่าหรือเท่ากับ 3.50  | 44            | 17.3   |



ตารางที่ 2. ความเห็นของนิสิตภาควิชาสถาปัตยกรรม คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ต่อการศึกษา  
ในคณะ

| ความเห็นของนิสิต   | จำนวน (คน) | ร้อยละ |
|--|------------|--------|
| <b>เวลาในการทำงานในวิชา Arch Design ที่กำหนดให้ (n = 319)</b>                  |            |        |
| น้อยเกินไป   | 25         | 7.8    |
| น้อย   | 177        | 55.5   |
| พอดี   | 109        | 34.2   |
| มาก  | 4          | 1.3    |
| มากเกินไป  | 4          | 1.3    |
| <b>จำนวนครั้งของการตรวจแบบกับอาจารย์ประจำกลุ่มในวิชา Arch Design (n = 318)</b> |            |        |
| น้อยเกินไป   | 3          | 0.9    |
| น้อย   | 88         | 27.7   |
| พอดี   | 203        | 63.8   |
| มาก  | 23         | 7.2    |
| มากเกินไป  | 1          | 0.3    |
| <b>เวลาสำหรับการพักผ่อนหรือทำกิจกรรมส่วนตัว (n = 319)</b>                      |            |        |
| น้อยเกินไป   | 124        | 38.9   |
| น้อย   | 150        | 47.0   |
| พอดี   | 42         | 13.2   |
| มาก  | 3          | 0.9    |
| มากเกินไป  | 0          | 0      |
| <b>จำนวนงานที่ได้รับมอบหมายในแต่ละรายวิชา (n = 317)</b>                        |            |        |
| น้อยเกินไป   | 0          | 0      |
| น้อย   | 5          | 1.6    |
| พอดี   | 131        | 41.3   |
| มาก  | 164        | 51.7   |
| มากเกินไป  | 17         | 5.4    |
| <b>ความยากของตัวงานที่ได้รับมอบหมาย (n = 320)</b>                              |            |        |
| น้อยเกินไป   | 0          | 0      |
| น้อย   | 6          | 1.9    |
| พอดี   | 186        | 58.1   |
| มาก  | 122        | 38.1   |
| มากเกินไป  | 6          | 1.9    |
| <b>ความชอบต่อตัวงานที่ได้รับมอบหมาย (n = 319)</b>                              |            |        |
| น้อยเกินไป   | 2          | 0.6    |
| น้อย   | 58         | 18.2   |
| พอดี   | 180        | 56.4   |
| มาก  | 70         | 21.9   |
| มากเกินไป  | 9          | 2.8    |

ตารางที่ 2. ความเห็นของนิสิตภาควิชาสถาปัตยกรรม คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ต่อการศึกษา  
ในคณะ (ต่อ)

| ความเห็นของนิสิต  | จำนวน (คน) | ร้อยละ |
|---|------------|--------|
| <b>ความรู้ทางสถาปัตยกรรมที่ได้จากอาจารย์ในภาพรวม (n = 319)</b>            |            |        |
| น้อยเกินไป  | 1          | 0.3    |
| น้อย  | 39         | 12.2   |
| พอดี  | 135        | 42.3   |
| มาก   | 135        | 42.3   |
| มากเกินไป   | 9          | 2.8    |
| <b>คำปรึกษาด้านอื่นๆ นอกเหนือจากเรื่องเรียนที่ได้จากอาจารย์ (n = 319)</b> |            |        |
| น้อยเกินไป  | 19         | 6.0    |
| น้อย  | 130        | 40.8   |
| พอดี  | 111        | 34.8   |
| มาก   | 54         | 16.9   |
| มากเกินไป   | 5          | 1.6    |
| <b>เกณฑ์การให้คะแนนของอาจารย์แต่ละท่านมีความเท่าเทียมกัน (n = 320)</b>    |            |        |
| น้อยเกินไป  | 0          | 0      |
| น้อย  | 32         | 10.0   |
| พอดี  | 142        | 44.4   |
| มาก   | 130        | 40.6   |
| มากเกินไป   | 16         | 5.0    |

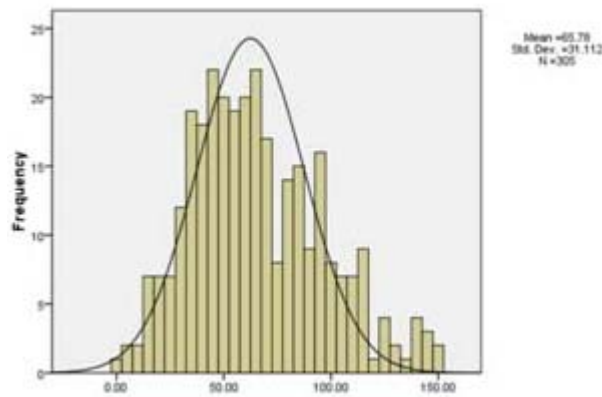
นิสิตส่วนมากมีความเครียดรวมระดับปานกลาง (ตารางที่ 3)  
มีนิสิตเพียงร้อยละ 10 ที่มีความเครียดรวมระดับรุนแรง

ตารางที่ 3. ระดับความเครียด ของนิสิตภาควิชาสถาปัตยกรรม คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

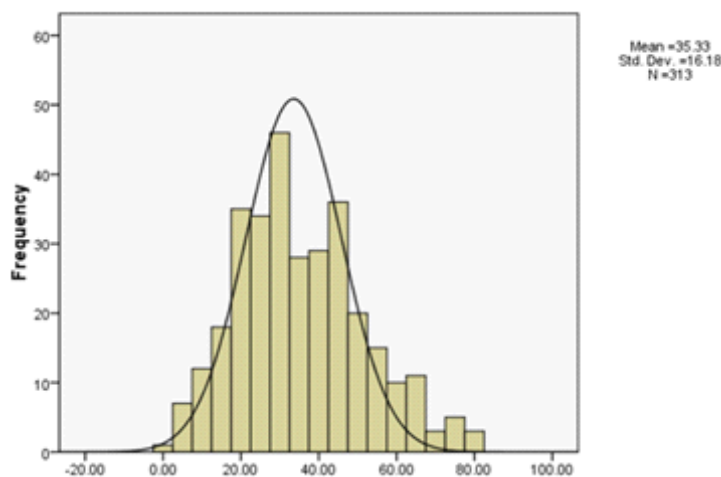
| ระดับความเครียด                                    | จำนวน (คน) | ร้อยละ |
|--|------------|--------|
| <b>ระดับความเครียดรวมของนิสิตทั้งหมด (n = 305)</b> |            |        |
| เครียดน้อย   | 75         | 24.6   |
| เครียดปานกลาง                                      | 121        | 39.7   |
| เครียดสูง  | 79         | 25.9   |
| เครียดรุนแรง                                       | 30         | 9.8    |

คะแนนความเครียดรวมมีการแจกแจงค่อนข้างปกติ (รูปที่ 1) จากค่าคะแนนที่เป็นไปได้ตั้งแต่ 0 - 180 คะแนน ค่าเฉลี่ยคะแนนความเครียดรวมของนิสิตเท่ากับ 65.8 คะแนน มีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 31.1 เมื่อแยกแต่ละด้านของคะแนนความเครียด พบว่าคะแนนความเครียดด้านอารมณ์ มีการแจกแจงค่อนข้างปกติ (รูปที่ 2) ในขณะที่ด้านร่างกายและด้านพุทธิปัญญา มี

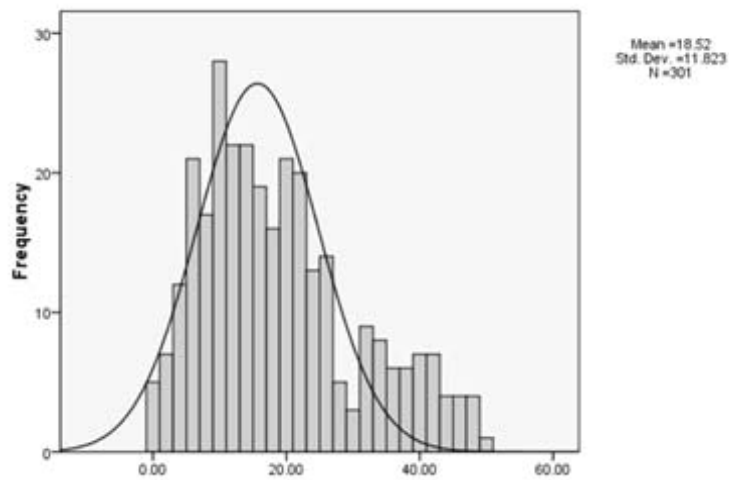
การแจกแจงในลักษณะลาดไปทางขวา (รูปที่ 3 และ 4) นั่นคือ ตัวอย่างส่วนมากมีค่าคะแนนไปในทางต่ำเมื่อนำค่าคะแนนความเครียดในแต่ละด้านมาปรับให้คะแนนเต็ม 100 คะแนนเท่ากัน พบว่านิสิตมีคะแนนความเครียดด้านอารมณ์สูงที่สุดเท่ากับ 44.4% ด้านพุทธิปัญญา 37.7% และด้านร่างกาย 26.6% ตามลำดับ (ตารางที่ 4)



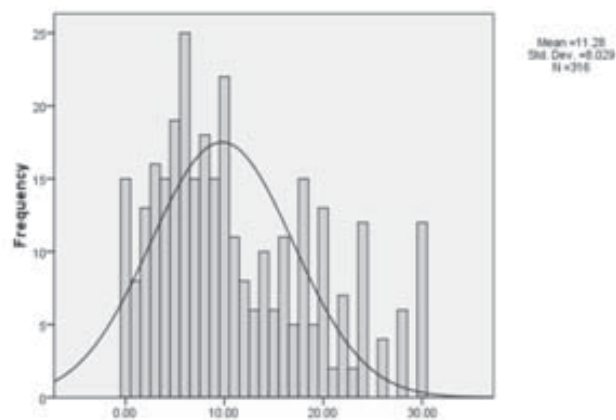
รูปที่ 1. Histogram แสดงคะแนนความเครียดรวม



รูปที่ 2. Histogram แสดงคะแนนความเครียดด้านอารมณ์



รูปที่ 3. Histogram แสดงคะแนนความเครียดด้านร่างกาย



รูปที่ 4. Histogram แสดงคะแนนความเครียดด้านพุทธิปัญญา

ตารางที่ 4. คะแนนความเครียดรวมและคะแนนความเครียดที่แบ่งออกเป็นด้านต่าง ๆ ของนิสิต  
ภาควิชาสถาปัตยกรรม คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

| คะแนนความเครียด                        | Mean<br>(S.D.) | Median<br>(IQR) | Min-Max |
|--|----------------|-----------------|---------|
| ความเครียดรวม (n = 305)**              | 65.8 (31.1)    | 61.0 (44.0)     | 0 - 150 |
| ความเครียดทางด้านอารมณ์ (n = 313)*     | 35.3 (16.2)    | 33.0(23.0)      | 0 - 80  |
| ความเครียดทางด้านร่างกาย (n = 301)**   | 18.5 (11.8)    | 16.0(16.0)      | 0 - 49  |
| ความเครียดทางด้านพุทธิปัญญา (n = 316)* | 11.3 (8.0)     | 9.0(12.0)       | 0 - 30  |

\*จำนวนตัวอย่างที่เหลือหลังตัดผู้ที่ตอบแบบสอบถามไม่ครบทุกข้อ (Missing)

\*\*จำนวนตัวอย่างที่เหลือหลังตัดผู้ที่ตอบแบบสอบถามไม่ครบทุกข้อ (Missing) และ ค่าตกขอบ (Outlier)

ชั้นปีที่ศึกษาและอายุที่เพิ่มขึ้นของนิสิตสัมพันธ์กับคะแนนความเครียดรวมที่เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่ไม่พบว่าคะแนนความเครียดรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญระหว่างชายกับหญิง (ตารางที่ 5)

การตรวจแบบกับอาจารย์ประจำกลุ่มที่น้อยจำนวนงานที่ได้รับมอบหมายที่มาก ความรู้ทางสถาปัตยกรรมศาสตร์ที่ได้จากอาจารย์ที่น้อย และการให้คะแนนของอาจารย์ที่มีแนวโน้มไม่ค่อยสอดคล้องกัน จะสัมพันธ์กับความเครียดที่มากขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ตารางที่ 6)

ตารางที่ 5. การวิเคราะห์ตัวแปรรายคู่ ความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะทั่วไปของนิสิตกับระดับความเครียดรวม

| ลักษณะทั่วไปของนิสิต   | เครียดต่ำ<br>n (ร้อยละ) | เครียดสูง<br>n (ร้อยละ) | X <sup>2</sup> | df | p-value |
|--|-------------------------|-------------------------|----------------|----|---------|
| <b>เพศ</b>   |                         |                         |                |    |         |
| ชาย  | 102 (77.9)              | 29 (22.1)               | 1.42           | 1  | 0.23    |
| หญิง   | 125 (71.8)              | 49 (28.2)               |                |    |         |
| <b>อายุ</b>  |                         |                         |                |    |         |
| น้อยกว่าหรือเท่ากับ 18 ปี  | 39 (86.7)               | 6 (13.3)                | 12.22*         | 1  | <0.01   |
| 19 ปี  | 46 (78.0)               | 13 (22.0)               |                |    |         |
| 20 ปี  | 53 (80.3)               | 13 (19.7)               |                |    |         |
| 21 ปี  | 42 (73.7)               | 15 (26.3)               |                |    |         |
| 22 ปี  | 34 (63.0)               | 20 (37.0)               |                |    |         |
| มากกว่าหรือเท่ากับ 23 ปี   | 13 (54.2)               | 11 (45.8)               |                |    |         |
| <b>ชั้นปีที่กำลังศึกษาอยู่</b>   |                         |                         |                |    |         |
| ชั้นปีที่ 1  | 58 (86.6)               | 9 (13.4)                | 9.35*          | 1* | 0.02    |
| ชั้นปีที่ 2  | 47 (78.3)               | 13 (21.7)               |                |    |         |
| ชั้นปีที่ 3  | 45 (73.8)               | 16 (26.2)               |                |    |         |
| ชั้นปีที่ 4  | 41 (65.1)               | 22 (34.9)               |                |    |         |
| ชั้นปีที่ 5  | 36 (66.7)               | 18 (33.3)               |                |    |         |
| <b>เกรดเฉลี่ยสะสม (ไม่รวมนิสิตชั้นปีที่ 1 เนื่องจากยังไม่มีเกรดเฉลี่ยสะสม)</b> |                         |                         |                |    |         |
| น้อยกว่า 2.50  | 12 (70.6)               | 5 (29.4)                | 0.93*          | 1  | 0.33    |
| ระหว่าง 2.50-2.99  | 42 (66.7)               | 21 (33.3)               |                |    |         |
| ระหว่าง 3.00-3.24  | 54 (71.1)               | 22 (28.9)               |                |    |         |
| ระหว่าง 3.25-3.49  | 31 (72.1)               | 12 (27.9)               |                |    |         |
| มากกว่าหรือเท่ากับ 3.50  | 30 (76.9)               | 9 (23.1)                |                |    |         |

\*Chi-square for Trend

ตารางที่ 6. การวิเคราะห์ตัวแปรรายคู่ ความสัมพันธ์ระหว่างความเห็นของนิสิตในเรื่องการศึกษาในคณะกับระดับความเครียดรวม

| ความเห็นของนิสิต  | เครียดต่ำ<br>n (ร้อยละ) | เครียดสูง<br>n (ร้อยละ) | X <sup>2*</sup> | df | p-value |
|---|-------------------------|-------------------------|-----------------|----|---------|
| <b>เวลาในการทำงานในวิชา Arch Design ที่กำหนดให้</b>                     |                         |                         |                 |    |         |
| น้อย  | 135 (72.2)              | 52 (27.8)               | 0.37            | 1  | 0.54    |
| พอดี  | 87 (80.6)               | 21 (19.4)               |                 |    |         |
| มาก   | 4 (50.0)                | 77 (25.4)               |                 |    |         |
| <b>จำนวนครั้งของการตรวจแบบกับอาจารย์ประจำกลุ่มในวิชา Arch Design</b>    |                         |                         |                 |    |         |
| น้อย  | 54 (64.3)               | 30 (35.7)               | 4.95            | 1  | 0.02    |
| พอดี  | 153 (78.5)              | 42 (21.5)               |                 |    |         |
| มาก   | 18 (78.3)               | 5 (21.7)                |                 |    |         |
| <b>เวลาสำหรับการพักผ่อนหรือทำกิจกรรมส่วนตัว</b>                         |                         |                         |                 |    |         |
| น้อย  | 189 (72.7)              | 71 (27.3)               | 2.57            | 1  | 0.11    |
| พอดี  | 35 (87.5)               | 5 (12.5)                |                 |    |         |
| มาก   | 2 (66.7)                | 1 (33.3)                |                 |    |         |
| <b>จำนวนงานที่ได้รับมอบหมายในแต่ละรายวิชา</b>                           |                         |                         |                 |    |         |
| น้อย  | 4(100.0)                | 0 (0.0)                 | 9.63            | 1  | <0.01   |
| พอดี  | 103 (82.4)              | 22 (17.6)               |                 |    |         |
| มาก   | 117 (67.6)              | 56 (32.4)               |                 |    |         |
| <b>ความยากของตัวงานที่ได้รับมอบหมาย</b>                                 |                         |                         |                 |    |         |
| น้อย  | 5(100.0)                | 0 (0.0)                 | 1.42            | 1  | 0.23    |
| พอดี  | 133 (75.6)              | 43 (24.4)               |                 |    |         |
| มาก   | 88 (71.5)               | 35 (28.5)               |                 |    |         |
| <b>ความชอบต่อตัวงานที่ได้รับมอบหมาย</b>                                 |                         |                         |                 |    |         |
| น้อย  | 38 (69.1)               | 17 (30.9)               | 2.69            | 1  | 0.10    |
| พอดี  | 126 (72.8)              | 47 (27.2)               |                 |    |         |
| มาก   | 61(81.3)                | 78 (25.7)               |                 |    |         |
| <b>ความรู้ทางสถาปัตยกรรมที่ได้จากอาจารย์ในภาพรวม</b>                    |                         |                         |                 |    |         |
| น้อย  | 22 (59.5)               | 15 (40.5)               | 4.25            | 1  | 0.04    |
| พอดี  | 93 (74.4)               | 32 (25.6)               |                 |    |         |
| มาก   | 11 (78.0)               | 31 (22.0)               |                 |    |         |
| <b>คำปรึกษาด้านอื่นๆ นอกเหนือจากเรื่องเรียนที่ได้จากอาจารย์ในภาพรวม</b> |                         |                         |                 |    |         |
| น้อย  | 99 (69.2)               | 44 (30.8)               | 2.45            | 1  | 0.12    |
| พอดี  | 81 (79.4)               | 21 (20.6)               |                 |    |         |
| มาก   | 45 (77.6)               | 13 (22.4)               |                 |    |         |
| <b>ความสอดคล้องในแนวทางการให้คะแนนของอาจารย์แต่ละท่าน</b>               |                         |                         |                 |    |         |
| น้อย  | 117 (70.1)              | 50 (29.9)               | 3.99            | 1  | 0.04    |
| พอดี  | 96 (78.7)               | 26 (21.3)               |                 |    |         |
| มาก   | 13 (86.7)               | 2 (13.3)                |                 |    |         |

\*Chi-square for Trend

ในการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ (Multiple Logistic Regression Analysis) เพื่อตรวจสอบว่าปัจจัยใดมีผลต่อความเครียดอย่างอิสระโดยไม่ได้เป็นผลมาจากตัวแปรอื่น โดยผู้วิจัยคัดเลือกว่าตัวแปรต้นเข้าสู่สมการ (Model) จากผลการวิเคราะห์ตัวแปรรายคู่ที่มีค่านัยสำคัญทางสถิติน้อยกว่าหรือเท่ากับ 0.1 เข้าวิเคราะห์พร้อมกัน จากนั้นกำจัดตัวแปรดังกล่าวออกจากสมการทีละตัว (Backward Elimination) จนเหลือเพียงตัวแปรต้นที่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ p-value 0.05 พบว่าจาก 9 ตัวแปร เหลือเพียง 3 ตัวแปร ได้แก่ จำนวนงานที่ได้รับมอบหมายในแต่ละระดับที่มากขึ้น เพิ่มโอกาสการเกิดความเครียดรวมของนิสิตเป็น 2 เท่า จำนวนครั้งของการตรวจแบบกับอาจารย์ที่บ่อยขึ้น ลดโอกาสการเกิดความเครียดรวมของนิสิตได้ 40% ในขณะที่แต่ละปีของอายุของนิสิตที่เพิ่มขึ้น ทำให้ความเครียดรวมเพิ่มขึ้น 30% (ตารางที่ 7)

**อภิปรายผล**

การวิจัยครั้งนี้พบว่านิสิตส่วนใหญ่มีคะแนนความเครียดรวมระดับปานกลาง สอดคล้องกับ Sharma<sup>(8)</sup> ที่วัดระดับความเครียดของนักเรียนพยาบาล ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยบาบาฟาริด ประเทศอินเดีย และพบว่านักศึกษาส่วนใหญ่ร้อยละ 97 มีความเครียดในระดับปานกลางเช่นเดียวกัน แต่แตกต่างจากผลการวิจัยของนิธิพันธ์ บุญเพิ่ม<sup>(9)</sup> ที่ศึกษาระดับความเครียดและการจัดการความเครียดของนักศึกษาวิทยาลัยการแพทย์แผนไทย มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี ชั้นปีที่ 1 - 4 และ

พบว่านักศึกษาร้อยละ 47.5 ไม่มีความเครียด มีเพียงร้อยละ 18.9 ที่มีความเครียดระดับปานกลางถึงมาก และต่างจากของ ธัชชัย ควรเดชะคุปต์<sup>(10)</sup> ที่ศึกษาความเครียด และปัจจัยที่เกี่ยวข้องของนักศึกษาประจำสำนักอบรมศึกษากฎหมายแห่งเนติบัณฑิตยสภาในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่าร้อยละ 58.7 มีความเครียดอยู่ในระดับสูงถึงรุนแรงทั้งนี้มีความเป็นไปได้ว่าลักษณะกลุ่มตัวอย่างมีความแตกต่างกันในเรื่องของสาขาวิชาชีพที่ศึกษา รวมถึงเครื่องมือในการวัดระดับความเครียดที่ผู้วิจัยใช้เป็นฉบับปรับปรุง ซึ่งอาจทำให้ผลการวิจัยแตกต่างจากการใช้เครื่องมือฉบับดั้งเดิมในงานวิจัยของ ธัชชัย ควรเดชะคุปต์<sup>(10)</sup> นอกจากนี้ยังอาจเป็นไปได้ว่าลักษณะการเรียนในแต่ละสถาบันและสายอาชีพที่ต่างกันอาจส่งผลต่อความเครียดรวมที่ต่างกัน รวมถึงบางสาขาเช่น นักศึกษาประจำสำนักอบรมศึกษากฎหมาย มีอายุที่ต่างกันเนื่องจากเป็นผู้ที่จบการศึกษาระดับปริญญาตรีแล้ว

สำหรับปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเครียดรวมของนิสิตจากการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ พบว่าจำนวนงานที่ได้รับมอบหมาย ในแต่ละรายวิชาที่เพิ่มขึ้น จำนวนครั้งของการตรวจแบบกับอาจารย์ประจำกลุ่มที่น้อย และอายุของนิสิตที่มากขึ้น สัมพันธ์กับความเครียดรวมที่เพิ่มขึ้นตามลำดับ

โดยทั่วไปงานที่นิสิตได้รับมอบหมายนั้น แบ่งเป็นงานออกแบบในวิชาออกแบบสถาปัตยกรรม ซึ่งเป็นภาคปฏิบัติและเป็นหัวใจสำคัญของการเรียนคณะสถาปัตยกรรม และรายงานของแต่ละรายวิชาซึ่งเป็นภาคทฤษฎี โดยงานที่ได้รับมอบหมายทั้งสองส่วนต้องทำภายใต้ข้อจำกัดของ

ตารางที่ 7. การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณของความเครียดรวม Model สุดท้าย (n = 305)

| ตัวแปร                                      | OR   | 95% C.I. |       | p-value |
|---|------|----------|-------|---------|
|   |      | Lower    | Upper |         |
| อายุ  | 1.34 | 1.11     | 1.60  | <0.01   |
| จำนวนครั้งของการตรวจแบบกับอาจารย์ประจำกลุ่ม | 0.61 | 0.38     | 0.98  | 0.04    |
| จำนวนงานที่ได้รับมอบหมายในแต่ละรายวิชา      | 2.16 | 1.23     | 3.80  | <0.01   |

Chi-square = 25.7    df = 3    p-value <0.001    Nagelkerke R Square = 0.12

เวลาบางส่วนต้องทำให้เสร็จภายในชั่วโมงเรียน ดังนั้น นอกจากนิสิตจะต้องนำความรู้ที่ได้จากชั้นเรียนมาใช้ในการปฏิบัติงานให้ได้แล้ว ยังต้องอยู่ในภาวะรีบเร่งอีกด้วย และเมื่องานที่นิสิตจะต้องรับผิดชอบ มีจำนวนมากเกินไป จึงอาจทำให้นิสิตเกิดความเครียดสอดคล้องกับงานวิจัยของ Schmid<sup>(11)</sup> ที่ได้ศึกษาปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดในการเรียนของนักศึกษาคณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยไมอามี ประเทศสหรัฐอเมริกา ซึ่งมีรูปแบบการเรียนทั้งทฤษฎีและปฏิบัติภายใต้ข้อจำกัดทางเวลาคล้าย ๆ กัน พบว่าจำนวนงานที่มากขึ้นมีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดที่สูงขึ้น นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับ Beck and Srivastava<sup>(12)</sup> ที่ศึกษาระดับความเครียดและสาเหตุที่ก่อให้เกิดความเครียดในนักศึกษาพยาบาล หลักสูตรปริญญาตรีพบว่านักศึกษาพยาบาลส่วนใหญ่มีความเครียดในระดับสูงสัมพันธ์กับการทำงานหนักและสอดคล้องกับงานวิจัยของ Kentya<sup>(13)</sup> ที่ได้ศึกษาปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียด ในนักศึกษาแพทย์ สาขาเภสัชกรรม ระดับปริญญาตรี พบว่างานที่ได้รับมอบหมายระหว่างที่กำลังศึกษาอยู่ส่งผลต่อความเครียดระดับสูงของนักศึกษา

สำหรับการตรวจแบบปกติแล้วเป็นส่วนหนึ่งของวิชาการออกแบบสถาปัตยกรรม นิสิตจะส่งความคืบหน้าของงานที่ได้รับมอบหมายกับอาจารย์ประจำกลุ่ม โดยอาจารย์จะวิจารณ์และให้คำแนะนำเพื่อให้นิสิตดำเนินการปรับแก้ไขงานต่อไปได้จนเสร็จสมบูรณ์ และส่งงานได้ทันตามเวลาที่กำหนด จากผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ พบว่าความถี่ของการตรวจแบบที่น้อยทำให้ความเครียดรวมของนิสิตเพิ่มขึ้นเป็นไปได้อย่างจำนวนครั้งในการตรวจแบบที่เกิดขึ้นน้อยเกินไป นิสิตไม่สามารถดำเนินงานของตัวเองต่อไปได้และทำให้เกิดความเครียด จึงอาจกล่าวได้ว่า การวิจารณ์และให้คำแนะนำของอาจารย์จากการตรวจแบบ มีส่วนช่วยให้ความเครียดของนิสิตลดลงตามที่ Rizwan<sup>(14)</sup> ได้ศึกษาปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดในนักศึกษาคณะวิศวกรรมศาสตร์ ในประเทศปากีสถาน และพบว่า การถ่ายทอดวิชาความรู้จากการสื่อสารของอาจารย์เป็นส่วนสำคัญที่จะทำให้เกิดความเครียดของนักศึกษาลดลง

อายุมีความสัมพันธ์ต่อความเครียดรวมของนิสิต โดยอายุเพิ่มขึ้น มีผลต่อความเครียดของนิสิตที่เพิ่มขึ้นเป็นไปได้อย่างอายุที่เพิ่มขึ้นสัมพันธ์กับพัฒนาการที่เปลี่ยนแปลงไป โดยเฉพาะเรื่องการเรียนซึ่งเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุดสิ่งหนึ่งสำหรับช่วงพัฒนาการในวัยของนิสิตนักศึกษาตามที่ Miller และ Keane<sup>(15)</sup> ได้กล่าวว่าพัฒนาการที่มีปัญหา อาจเป็นสาเหตุหนึ่งของความเครียด แตกต่างจากงานวิจัยของ Khan<sup>(16)</sup> ที่ศึกษาปัจจัยสำคัญที่ก่อให้เกิดความเครียดในนักศึกษาระดับปริญญาตรีทั่วประเทศปากีสถานและพบว่าอายุที่เพิ่มขึ้นของนักศึกษา มีความสัมพันธ์กับความเครียดที่ลดลง เป็นไปได้ว่าเชื้อชาติ, ชีวิตความเป็นอยู่, วัฒนธรรม และประเพณี ของกลุ่มตัวอย่าง รวมถึงเครื่องมือที่ใช้ในการวัดระดับความเครียดมีความแตกต่างกันจึงทำให้ผลการวิจัยไม่สอดคล้องกัน

ชั้นปีของนิสิตพบว่ามีความสัมพันธ์กับความเครียดจากการศึกษาความสัมพันธ์ของตัวแปรรายคู่แต่ไม่พบความสัมพันธ์ของชั้นปีในการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ เป็นไปได้ว่าผลของชั้นปีที่ศึกษาในการวิเคราะห์เบื้องต้นเกิดจากอิทธิพลของตัวถวนซึ่งสัมพันธ์กับตัวแปรอายุของนิสิตที่เพิ่มขึ้นซึ่งคล้ายคลึงกับงานวิจัยของ สุวรรณาสีสมประสงค์<sup>(17)</sup> ที่ศึกษาปัจจัยของความเครียดในนักศึกษาแพทย์ระดับชั้นปีที่ 4 - 6 ประจำปีการศึกษา 2551 มหาวิทยาลัยมหิดล กรุงเทพมหานคร ที่ไม่พบว่าชั้นปีที่ศึกษาเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียด

เพศของนิสิตไม่พบว่ามีความสัมพันธ์กับความเครียดรวม เนื่องจากในการเรียนสถาปัตย์นั้น ความคาดหวังเรื่องการเรียนของนิสิตเพศชาย และหญิง อาจมีความคล้ายคลึงกันต่างจากงานวิจัยของ Schmid<sup>(11)</sup> ที่ได้ศึกษาปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดในการเรียนของนักศึกษา คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยไมอามี ประเทศสหรัฐอเมริกา และพบว่าเพศมีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดของนักศึกษา โดยเพศหญิงมีระดับความเครียดสูงกว่าเพศชายเป็นไปได้อย่างบริบททางสังคมของแต่ละเชื้อชาติ แบบวัดความเครียดที่ใช้ และวิธีการศึกษา มีความแตกต่างกันจึงอาจทำให้ผลของงานวิจัยไม่สอดคล้องกัน



คล้องกัน นอกจากนี้ยังแตกต่างจากงานวิจัยในประเทศของสุวรรณมา สีสัมประสงค์<sup>(17)</sup> ที่ศึกษาปัจจัยของความเครียดในนักศึกษาแพทย์ระดับชั้นปีที่ 4 - 6 ประจำปีการศึกษา 2551 มหาวิทยาลัยมหิดล พบว่าหนึ่งในปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติได้แก่เพศเป็นไปได้อีก และสายอาชีพที่ศึกษามีความแตกต่างกัน กล่าวคือ สายการแพทย์เน้นความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ เพศจึงมีความเกี่ยวข้อง แต่สายอาชีพสถาปัตย์เน้นตัวงานมากกว่า ซึ่งเป็นงานที่ทั้งชายและหญิง ต้องปฏิบัติเหมือน ๆ กัน

### ข้อจำกัดในการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้มีข้อจำกัดในการนำมาประยุกต์ใช้ เนื่องจากเป็นการศึกษาเพียงจุดเวลาใดเวลาหนึ่ง ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่มีจึงไม่สามารถระบุเชิงสาเหตุได้นอกจากนี้ผลที่ได้ อาจเกิดความคลาดเคลื่อนเนื่องจากผู้วิจัยให้นิสิตทำแบบสอบถามในระหว่างการสอบกลางภาคต้น นิสิตอาจมีความเร่งรีบและขาดสมาธิในการทำแบบสอบถาม ข้อมูลที่ได้จึงอาจไม่ครบถ้วน มีข้อมูลขาดหายบางส่วน ประการสุดท้ายการวิจัยครั้งนี้ทำกับนิสิตภาควิชาสถาปัตยกรรม คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เท่านั้น จึงไม่สามารถขยายผลการวิจัยไปใช้กับนักศึกษาคณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ภาควิชาอื่น ๆ หรือ มหาวิทยาลัยอื่นได้

### สรุป

นิสิตระดับปริญญาตรี ภาควิชาสถาปัตยกรรม คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ส่วนมากมีความเครียดรวมระดับปานกลาง โดยปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดโดยรวม ได้แก่ จำนวนงานที่ได้รับมอบหมายในแต่ละรายวิชาที่มาก จำนวนครั้งของการตรวจแบบกับอาจารย์ประจำกลุ่มที่น้อย และอายุที่เพิ่มขึ้นของนิสิต ตามลำดับ

### กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณ ภาควิชาสถาปัตยกรรม คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่ให้ความร่วมมือในการเก็บตัวอย่าง คณาจารย์คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีในการแจกแบบสอบถาม และนิสิต ภาควิชาสถาปัตยกรรม ชั้นปี 1- 5 ปีการศึกษา 2557 ที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม

### อ้างอิง

1. สุวัฒน์ มหัตนรินทร์กุล, วนิดา พุ่มไพศาลชัย, พิมพ์มาศ ตาปัญญา. แบบวัดความเครียดสวนปรุง (Suanprung Stress Test-20, SPST - 20) [ออนไลน์]. 2554 [เข้าถึงเมื่อ 23 มิ.ย. 2557]. เข้าถึงได้จาก :<http://www.dmh.go.th/test/stress>.
2. Study in Thailand.org. Thailand University Ranking 2013/14 [ออนไลน์]. 2551 [เข้าถึงเมื่อ 23 ก.ย. 2556]. เข้าถึงได้จาก: [http://studyinthailand.org/study\\_abroad\\_thailand\\_university/university-ranking-Thailand.html](http://studyinthailand.org/study_abroad_thailand_university/university-ranking-Thailand.html)
3. วิกิพีเดีย. คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย [ออนไลน์]. 2557 [เข้าถึงเมื่อ 23 มิ.ย. 2557]. เข้าถึงได้จาก: [http://th.wikipedia.org/wiki/คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์\\_จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย](http://th.wikipedia.org/wiki/คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์_จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย)
4. Wikipedia. Architectural Theory [online]. 2014 [cited 2014 Jun 23]. Available from: [http://en.wikipedia.org/wiki/Architectural\\_theory](http://en.wikipedia.org/wiki/Architectural_theory)
5. คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ภาควิชาสถาปัตยกรรม [ออนไลน์]. 2557 [เข้าถึงเมื่อ 23 ก.ย. 2556]. เข้าถึงได้จาก: [http://www.arch.chula.ac.th/departments\\_ar.php](http://www.arch.chula.ac.th/departments_ar.php)
6. นิภา แก้วศรีงาม. ความเครียด. วารสารวงการครู 2548 ม.ค.;2(3):90
7. Breakwell GM. Are you stressed out? Am J Nurs 1990 Aug;90(8):31-3

8. Sharma N, Kaur A. Factors associated with stress among nursing students. *Nurs Midwifery Res J* 2011 Jan;7(1):12-21
9. นิธิพันธ์ บุญเพิ่ม. ความเครียดและการจัดการความเครียดของนักศึกษาวิทยาลัยการแพทย์แผนไทย มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี. [วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต]. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2553
10. ธัชชัย ควรเดชะคุปต์. ความเครียดและปัจจัยที่เกี่ยวข้องของนักศึกษาประจำสำนักอบรมศึกษากฎหมายแห่งเนติบัณฑิตยสภาในเขตกรุงเทพมหานคร. [วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต]. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2551
11. Linsay S, Hays C. We architecture majors cannot "stress" this enough. *Stress in college life* [online] 2004 [cited 2014 Jul 14]. Available from: [jrscience.wcp.muohio.edu/nsfall04/finalarticals.html](http://jrscience.wcp.muohio.edu/nsfall04/finalarticals.html)
12. Beck DL, Srivastava R. Perceived level and sources of stress in baccalaureate nursing students. *J Nurs Educ* 1991 Mar;30(3): 127-33
13. Ford KC, Olotu BS, Thach AV, Roberts R, Davis P. Factors contributing to perceived stress among doctor of pharmacy students. *College Student J* 2014 Jun;48(2):189-98
14. Rizwan A, Farooq S, AlviMSI, Nawaz S. Analysis of factors affecting the stress level of female engineering students. *Int J Eng Educ* 2010; 26(3):681-6
15. Miller LH, Keane CB. *Encyclopedia and Dictionary of Medicine and Nursing*. Philadelphia: WB Saunders, 1972
16. Ud Din Khan K, Gulzar S, Yahya F. Crucial factors affecting stress: a study among undergraduates in Pakistan. *Int J Asian Soc Sci* 2013;3(2):428-42
17. สุวรรณาสี สีสมประสงค์. การศึกษาความเครียดของนักศึกษาแพทย์ระดับชั้นปีที่ 4-6. สาระนิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร, 2552