

A Causal Relationship of the Stress Situation and Cognitive Appraisal on Adaptive Behavior through Coping Strategies and Meaning in Life among Cadets of Royal Thai Air Force¹

Jeerapa Sukpat², Kanchana Patrawiwat³, and Polthep Poonpol⁴

Received: March 27, 2024 Revised: April 24, 2024 Accepted: May 21, 2024

Abstract

The purpose of this research was to study a causal relationship of the stress situation and cognitive appraisal on adaptive behavior through coping strategies and meaning in life among cadets of Royal Thai Air Force. The sample consisted of freshman – second year 120 cadets. The content validity of the questionnaire was acceptable. The reliability with Cronbach alpha coefficients was between .89 - .94. The results of the analysis found that the causal relationship model did not fit with the empirical data ($\chi^2 = 36.58$, $df = 3$, $\chi^2/df = 12.19$, $p = 0.0000$, $RMSEA = 0.309$). Therefore, adjusted structural relationship by adding paths influence from stress situation and cognitive appraisal affect to meaning in life. The result reveals 1) the adjusted model that fits with the empirical data ($\chi^2=1.18$, $df = 1$, $\chi^2/df = 1.18$, $p = 0.2776$, $RMSEA = 0.039$, $GFI = 1.00$) 2) the causal relationship model explain coping strategies by 42.1 percentage, meaning in life by 57.0 percentage, and all of variables explain the variance of adaptive behavior by 67.0 percentage. The finding suggested coping strategies and meaning in life are important factor and should be developed in Air Force cadets.

Keywords: Adaptive behavior, stress situation, cognitive appraisal, coping strategies, meaning in life, Cadets of Royal Thai Air Force

¹ This paper submitted in partial fulfillment of Master's thesis in Apply Behavioral Science Research, Behavioral Science Research Institute, Srinakharinwirot University

² Graduate Student, Master Degree in Applied Behavioral Science Research, Behavioral Science Research Institute, Srinakharinwirot University E-mail: Jeerapa.phu@g.swu.ac.th

³ Assistant Professor, Behavioral Science Research Institute, Srinakharinwirot University

⁴ Assistant Professor, Behavioral Science Research Institute, Srinakharinwirot University

รูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของการรับรู้สถานการณ์ความเครียด และการประเมินทางปัญญา ที่มีต่อพฤติกรรมการปรับตัวต่อการฝึกศึกษาผ่านการเผชิญปัญหา และความหมายในชีวิตของนักเรียนนายเรืออากาศ¹

จิรภา สุขแพทย์², กาญจนา ภัทราวิวัฒน์³, และพลเทพ พูนพล⁴

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษารูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุที่มีต่อพฤติกรรมการปรับตัวต่อการฝึกศึกษาของนักเรียนนายเรืออากาศชั้นปีที่ 1-2 มีกลุ่มตัวอย่างจำนวน 120 คน เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลนี้เป็นแบบสอบถามที่ผ่านเกณฑ์การตรวจสอบเชิงเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญ และหาค่าความเชื่อมั่นด้วยวิธีสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาคอยู่ระหว่าง 0.89 - 0.94 จากการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่า รูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุมีค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืนพบว่าจะยังไม่สอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ($\chi^2 = 36.58$, $df = 3$, $\chi^2/df = 12.19$, $p = 0.000$, $RMSEA = 0.309$) จึงปรับแก้โมเดลโดยเพิ่มเส้นทางอิทธิพลระหว่างการรับรู้สถานการณ์ความเครียด และการประเมินทางปัญญาที่มีอิทธิพลต่อความหมายในชีวิต ผลการวิจัยพบว่า 1) โมเดลหลังปรับแก้มีความกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ตามสมมติฐานใหม่ (ค่า $\chi^2 = 1.18$, $df = 1$, $\chi^2/df = 1.18$, $p = 0.2776$, $RMSEA = 0.039$) และ 2) พบว่า ตัวแปรเชิงสาเหตุของแบบจำลองที่ปรับแก้ไข ร่วมกันอธิบายความแปรปรวนที่เกิดขึ้นในการเผชิญปัญหาได้ร้อยละ 42.1 และความหมายในชีวิต ร้อยละ 57.0 และสามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการปรับตัวต่อการฝึกศึกษาได้ร้อยละ 67.0 จากผลการวิจัยนี้พบว่าการเผชิญปัญหาและความหมายในชีวิตเป็นปัจจัยที่สำคัญและควรพัฒนาให้เกิดขึ้นในนักเรียนนายเรืออากาศ

คำสำคัญ: พฤติกรรมการปรับตัวต่อการฝึกศึกษา การรับรู้สถานการณ์ความเครียด การประเมินทางปัญญา การเผชิญปัญหา ความหมายในชีวิต นักเรียนนายเรืออากาศ

¹ บทความนี้เป็นส่วนหนึ่งของปริญญาานิพนธ์ระดับมหาบัณฑิต สาขาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

² นิสิตปริญญาโท สาขาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์ สถาบันการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

อีเมล: Jeerapa.phu@g.swu.ac.th

³ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ประจำสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

⁴ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ประจำสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ที่มาและความสำคัญของปัญหาวิจัย

โรงเรียนนายเรืออากาศนวมินทกษัตริยาธิราช (รร.นบก.) เป็นสถาบันหลักที่ผลิตนายทหารอาชีพที่มีภาวะผู้นำ และแหล่งองค์ความรู้ด้านการบิน รวมถึงเทคโนโลยีป้องกันประเทศ ภายใต้ปรัชญาที่ว่า ผลิตนายทหารสัญญาบัตรของ กองทัพอากาศ (ทอ.) ผู้เปรียบพร้อมด้วยความรู้ความสามารถด้านวิชาการ วิชาทหาร คุณลักษณะผู้นำทหาร และ คุณธรรม จริยธรรม พร้อมทั้งสามารถพัฒนาตนเองให้ทันกับการเปลี่ยนแปลงได้ สำหรับในการปรับตัวของนักเรียน ทหารนั้นได้มีการศึกษาของ Namfon (1986) กล่าวว่าในการที่ร่างกายต้องฝึกหนัก อาจเป็นตัวกระตุ้นอารมณ์ให้เกิด อาการตึงเครียดได้พอ ๆ กับความกดดันทางอารมณ์ โดยการเผชิญกับสถานการณ์ที่ไม่อาจคาดการณ์ได้ของทหารนั้น ย่อมทำให้เกิดความกระสับกระส่าย ซึ่งนักเรียนต้องมีความเข้าใจต่อสถานการณ์นั้นโดยมองเห็นตามวัตถุประสงค์ของ การฝึกว่าเป็นความท้าทายและมีความน่าสนใจ โดย Oreshkin (2019) กล่าวว่า ทหารมีรูปแบบการฝึกความอดทนต่อ สถานการณ์ที่คลุมเครือ เช่น การฝึกโดดร่ม การจัดระบบการฝึกของโรงเรียนทหารภายใต้สถานการณ์ที่แตกต่างกัน ซึ่ง ทำให้บุคคลเกิดความสับสนทางอารมณ์และความคลุมเครือจากการรับรู้สิ่งกระตุ้นต่าง ๆ และส่งผลต่อการมี คุณลักษณะของทหารอาชีพ เช่น การติดตามสถานการณ์ที่ซับซ้อน การทำงานภายใต้สถานการณ์ที่คาดเดาไม่ได้ การ จัดการปัญหาในเชิงบวกและสร้างสรรค์

การศึกษาลักษณะการปรับตัวต่อการฝึกศึกษาของนักเรียนนายเรืออากาศนั้น ได้ศึกษาจากกรอบแนวคิดของ Lazarus and Folkman (1984) โดยมีการศึกษาจากตัวแปรการรับรู้สถานการณ์ความเครียด การประเมินทางปัญญา ที่ส่งผลต่อการเผชิญปัญหา และจากการทบทวนเอกสารการวิจัยเพิ่มเติมพบว่า ความหมายในชีวิต มีผลต่อการปรับตัว ในการเรียน (Cho et al., 2014) จึงได้นำมาศึกษาประกอบเพื่อให้อธิบายการศึกษาพฤติกรรมการปรับตัวต่อการฝึก ศึกษาในบริบทของนักเรียนทหารได้ชัดเจนยิ่งขึ้น โดยผู้วิจัยทำการศึกษาในนักเรียนนายเรืออากาศชั้นปีที่ 1-2 จากการ เปรียบเทียบกับทฤษฎี U-Curve หรือการปรับตัวเข้าสู่วัฒนธรรมใหม่ คือ ตั้งแต่วันแรกจนกระทั่ง 24 เดือน จนนักเรียน เกิดการยอมรับแล้วในระดับหนึ่ง (Black & Mendenhall, 1991) เมื่อต้องเข้าระบบนักเรียนใหม่ และเจอสถานการณ์ ที่ไม่คาดคิดมาก่อนจะเกิดเป็นความรู้สึกกังวล ผิดหวัง และสุดท้ายจะเกิดความรู้สึกต่อต้านวัฒนธรรมใหม่ จากนั้นเมื่อ เริ่มเข้าสู่เดือนที่ 9 จนถึงประมาณเดือนที่ 24 จะเป็นช่วงที่เริ่มยอมรับรวมถึงสิ่งที่ทำให้เกิดความวิตกกังวลใจได้ (Black et al., 1991) จากการทบทวนสถิติในช่วงปีการศึกษา 2563-2566 พบว่านักเรียนนายเรืออากาศที่เข้าสู่ระบบนักเรียน ใหม่ (มี.ค. - มิ.ย.) เผชิญปัญหาความเครียด การปรับตัว และโรคซึมเศร้า คิดเป็นร้อยละ 7-10 และพันสภาพการเป็น นักเรียนนายเรืออากาศ คิดเป็นร้อยละ 3.4 นอกจากนี้พบว่าในปีการศึกษา 2566 นักเรียนนายเรืออากาศ มีความคิด อยากรจะเปลี่ยนวิชาชีพรวมถึงต้องการที่จะศึกษาต่อมหาวิทยาลัยอื่น คิดเป็นร้อยละ 5 จากจำนวนนักเรียนทั้ง 5 ชั้นปี ในปีการศึกษาดังกล่าว (Navaminda Kasatriyadhiraj Royal Air Force Academy Hospital, 2022)

จากกรอบแนวคิดของ Lazarus and Folkman (1984) นั้น เป็นการประเมินการรับรู้ความเครียดจาก ทรัพยากรภายในตัวบุคคลและทรัพยากรภายนอก ที่ประเมินสถานการณ์เดียวกันว่าอาจเป็นความท้าทายหรือเป็น ปัญหาที่ควบคุมไม่ได้ เช่น สติปัญญา การเจ็บป่วยทางร่างกาย สภาพทางเศรษฐกิจ ของผู้เรียนและครอบครัว ดังนั้น

หากนักเรียนเกิดการรับรู้สถานการณ์ความเครียดในเชิงลบและขาดทักษะในการจัดการอย่างเหมาะสมแล้ว อาจจะทำให้สภาวะนั้นรุนแรงขึ้น หรือเรื้อรังจนเกิดผลกระทบต่อ การเรียน สัมพันธภาพ และการเจ็บป่วยทางกาย ดังนั้นในการศึกษาพฤติกรรม การปรับตัวต่อการฝึกศึกษาเมื่อเข้าสู่การเป็นนักเรียนใหม่ จะทำให้เกิดความเข้าใจระหว่างความเครียดต่อการเปลี่ยนผ่านที่เกิดขึ้นและการปรับตัวต่อชีวิตในรั้วโรงเรียนได้ (Dyson, 2006)

ทั้งนี้ จากกรอบแนวคิดความเครียดและการเผชิญปัญหาของ Lazarus and Folkman (1984) มีการศึกษาที่ส่งผลต่อการปรับตัวในมหาวิทยาลัยทั่วไปค่อนข้างมาก แต่ยังไม่เพียงพอต่อบริบทของนักเรียนทหาร เนื่องจากมีการเผชิญกับแรงกดดันสูง (Bowles et al., 2015; Gold & Friedman, 2000; Li & Yang, 2016; Namfon, 1986, Watyakorn, 2018) ผู้วิจัยจึงทบทวนเอกสารงานวิจัยเพิ่มเติมและพบว่า ตัวแปรความหมายในชีวิตเป็นตัวแปรที่มีความสัมพันธ์ต่อการปรับตัวของนักเรียน (Cho et al., 2014) เนื่องจากมีผลต่อการจัดการที่ความรู้สึกภายในบุคคล (Internal style) และการแสดงออกด้านพฤติกรรมเพื่อเข้าไปจัดการปัญหา (Behavioral Strategy) จึงสะท้อนให้เห็นความสำคัญที่จะค้นหาปัจจัยที่เอื้อให้นักเรียนนายเรืออากาศสามารถศึกษาได้ตลอดทั้งหลักสูตร และเกิดผลลัพธ์จากพฤติกรรม การปรับตัวต่อการฝึกศึกษาที่เหมาะสมทั้งในระยะสั้นและระยะยาว

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุของการรับรู้สถานการณ์ความเครียด การประเมินทางปัญญา ที่มีอิทธิพลกับพฤติกรรม การปรับตัวต่อการฝึกศึกษาผ่านการเผชิญปัญหาและความหมายในชีวิต โดยใช้หลักฐานเชิงประจักษ์จากนักเรียนนายเรืออากาศ

แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

พฤติกรรม การปรับตัวต่อการฝึกศึกษาพบว่าเป็นประเด็นที่ยังขาดการให้ความสนใจที่เพียงพอในนักเรียนนายเรืออากาศ จึงทำให้เป็นปัญหาที่ฝังลึกอยู่ภายในบุคคล ได้แก่ การขาดความมั่นใจในตนเองต่ำ การมีทัศนคติในแง่ลบต่อการเรียน เป็นปัญหาครอบครัว ได้แก่ สถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวลดลง และผลกระทบต่อภาพรวมทางการศึกษาที่สูงสูญเสีย นักเรียนที่มีคุณภาพไป ทั้งนี้เพื่อให้นักเรียนสามารถที่จะผ่านภาวะความกดดันตลอด 5 ปีไปได้ นั้นนักเรียนจำเป็นต้องมีความสามารถในการปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรม ในงานวิจัยนี้ศึกษาแนวคิดการปรับตัวของ Roy (1999) เนื่องจากรอยได้กล่าวถึงพฤติกรรม การปรับตัวอย่างเป็นองค์รวม (Wholeness) ได้แก่ ด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม ซึ่งสอดคล้องกับบริบทของการปรับตัวทางทหารที่มีความกดดันและได้รับความคาดหวังสูง (Oreshkin, 2019; Xiao, 2011; Watyakorn, 2018; Inthachat, 2018; Namfon, 1986)

จากทฤษฎีความเครียดและการเผชิญปัญหาของ Lazarus and Folkman (1984) ได้อธิบายถึง การที่บุคคลประเมินสถานการณ์ที่เข้ามากระทบตามความรู้ และความเข้าใจของตน ในการเลือกตอบสนองสถานการณ์นั้น โดยการเผชิญปัญหาที่เหมาะสมของบุคคลในทางพฤติกรรมของมนุษย์นั้นขึ้นอยู่กับปัจจัยภายใน คือ ด้านจิตใจ ในงานวิจัยนี้

ได้แก่ การรับรู้สถานการณ์ความเครียดและการประเมินทางปัญญา จากการศึกษาของ Kulchanathara (2017) กล่าวว่า นิสิตนักศึกษาที่มีบุคลิกภาพแบบเข้มแข็งสูงจะสามารถรับมือกับความกดดันได้ดีกว่า เนื่องจากมีความมุ่งมั่น รู้จักทำ ทายและเชื่อในความสามารถในการคุมสถานการณ์ส่งผลต่อการเผชิญปัญหา สอดคล้องกับงานวิจัยของ Dong (2014), Basith and Syahputra (2021), Wongprach (2018), and Saelao (2007) และหากนักเรียนมีการตอบสนองต่อ ความเครียดโดยแสดงเป็นพฤติกรรมเชิงลบก็ส่งผลให้เกิดการปรับตัวที่ผิดปกติได้ (Ukeh, 2017)

สำหรับการประเมินทางปัญญาซึ่งเป็นตัวแปรภายในที่บุคคลตีความสถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับเหตุการณ์หรือ สวัสดิภาพของตน โดย Na et al. (2015) พบว่าการประเมินทางปัญญามีความสัมพันธ์กับการเผชิญปัญหา อย่างมี นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยยังไม่พบการศึกษาการประเมินทางปัญญาที่ส่งผลต่อพฤติกรรมปรับตัวทางการ เรียนในระยะยาว

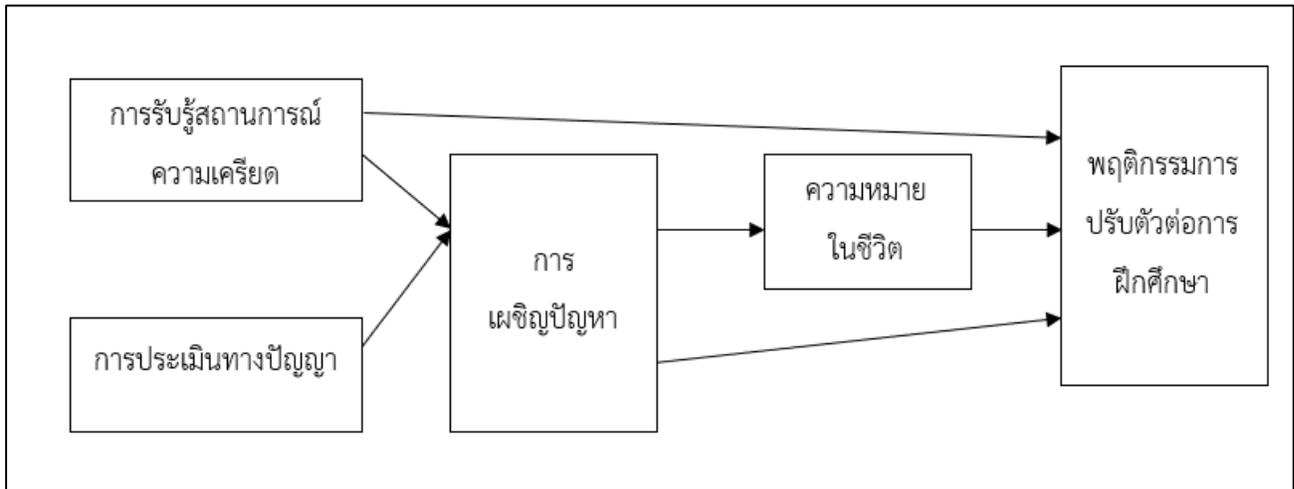
การเผชิญปัญหาจากการศึกษา ของ Corry et al. (2015) มีการศึกษาโดยเน้นไปที่การเปลี่ยนแปลงสถานการณ์ใน ทิศทางที่เป็นบวกมากขึ้น เกิดรับรู้คุณค่าในตนเอง และเพิ่มการมีอารมณ์เชิงบวก ทั้งนี้การเผชิญปัญหาส่งผลต่อการใช้ ความหมายในชีวิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 (Khammungkul, 2019; Halama, 2014) ซึ่งความหมายใน ชีวิต เป็นคุณลักษณะทางจิตเชิงบวกที่ช่วยบุคคลในการรักษาสมดุลของร่างกายและจิตใจพร้อมที่จะเผชิญกับสถานการณ์ ต่าง ที่เข้ามาในชีวิต

ความหมายในชีวิตในงานวิจัยนี้เป็นตัวแปรส่งผ่านเนื่องจากเป็นตัวแปรที่ยังมีการวิจัยในวงการศึกษาไม่มากนัก และยังเป็นตัวแปรความเข้มแข็งทางจิตวิทยาของบุคคล (Psychological Strengths variable) ช่วยให้ผู้บุคคลได้พัฒนา ไปตามเป้าหมาย และในสถานการณ์ที่ยากลำบากนั้นบุคคลพยายามทบทวนหาเหตุผลว่าเขามีชีวิตอยู่เพื่ออะไร และยังเป็น การกระตุ้นให้บุคคลเป็นตัวของตัวเอง รับผิดชอบชีวิตตนเองอย่างเต็มที่โดยคำนึงถึงผู้อื่นด้วย นอกจากนี้ ความหมายในชีวิตยังมีประโยชน์ในด้านการดำเนินชีวิตในทิศทางที่เหมาะสมสอดคล้องกับวัฒนธรรม (Reker & Wong, 1988; Muangkaew, 2018) ทั้งนี้มีการศึกษาพบว่าความหมายในชีวิตสามารถพยากรณ์การปรับตัวในโรงเรียน (Cho et al., 2014; Kiang & Fuigni, 2010) ลดอารมณ์ในเชิงลบของบุคคล (Ostafin & Proulx, 2020) ทั้งนี้เพื่อให้นักเรียน นายเรืออากาศมีการสำรวจและไตร่ตรองตนเองถึงแนวทางการดำเนินชีวิต จึงได้นำตัวแปรความหมายในชีวิต เข้ามา ศึกษาพร้อมกับตัวแปรเชิงสาเหตุอื่นๆ ที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมปรับตัวต่อการฝึกศึกษาของนักเรียนนายเรืออากาศ

จากการประมวลเอกสารที่เกี่ยวข้องได้ชี้ให้เห็นว่า ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของพฤติกรรมปรับตัวต่อการฝึก ศึกษา ประกอบไปด้วย การรับรู้สถานการณ์ความเครียด การประเมินทางปัญญา ผ่านการเผชิญปัญหา และความหมาย ในชีวิต โดยสามารถสรุปเป็นกรอบแนวคิดการวิจัย ดังภาพประกอบ 1

ภาพประกอบ 1

กรอบแนวคิดในการวิจัย



สมมติฐานการวิจัย

สมมติฐาน 1: รูปแบบโมเดลสมมติฐานโครงสร้างความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของการรับรู้สถานการณ์ความเครียดและการประเมินทางปัญญา ที่มีต่อพฤติกรรมการปรับตัวต่อการฝึกศึกษา โดยผ่านการเผชิญปัญหา และความหมายในชีวิตของนักเรียนนายเรืออากาศที่พัฒนาขึ้นมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์โดยมีสมมติฐานย่อยตามเส้นทางอิทธิพล ดังนี้

1. การรับรู้สถานการณ์ความเครียดมีอิทธิพลทางตรงต่อการเผชิญปัญหาและพฤติกรรมการปรับตัวต่อการฝึกศึกษา และมีอิทธิพลทางอ้อมต่อความหมายในชีวิตและพฤติกรรมการปรับตัวต่อการฝึกศึกษา
2. การประเมินทางปัญญามีอิทธิพลทางตรงต่อการเผชิญปัญหา และมีอิทธิพลทางอ้อมต่อความหมายในชีวิตและพฤติกรรมการปรับตัวต่อการฝึกศึกษา
3. การเผชิญปัญหามีอิทธิพลทางตรงต่อความหมายในชีวิตและพฤติกรรมการปรับตัวต่อการฝึกศึกษา และมีอิทธิพลทางอ้อมต่อพฤติกรรมการปรับตัวต่อการฝึกศึกษา
4. ความหมายในชีวิตมีอิทธิพลทางตรงต่อพฤติกรรมการปรับตัวต่อการฝึกศึกษา

วิธีดำเนินการวิจัย

กลุ่มตัวอย่าง

ขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่มีความเหมาะสมกับการวิเคราะห์โครงสร้างความสัมพันธ์ โดยการใช้เทคนิคการวิเคราะห์เส้นทางปัจจัย (Path Analysis) จากวิธีการกำหนดกลุ่มตัวอย่างตาม โดยคำนวณจำนวนกลุ่มตัวอย่างจากตัวแปรสังเกต 1 ตัวแปรต่อตัวอย่าง 20 คน (Hair et al., 2010) ทั้งนี้มีจำนวน 5 ตัวแปร จึงได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 100

คน และเพิ่มกลุ่มตัวอย่างอีกร้อยละ 20 เพื่อป้องกันการสูญหายของข้อมูลหรือกลุ่มตัวอย่างตอบคำถามไม่สมบูรณ์ รวมกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 120 คน โดยใช้การสุ่มด้วยการแบ่งชั้นภูมิตามสัดส่วน (Proportional Stratified Random Sampling) ของนักเรียนนายเรืออากาศในแต่ละชั้นปี จำนวนชั้นปีละ 60 คน รวมทั้งสิ้น 120 คน จากจำนวน 272 คน

เครื่องมือที่ใช้และคุณภาพเครื่องมือ แบบสอบถามในการวิจัยประกอบด้วย

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป เช่น อายุ ชั้นปีที่กำลังศึกษา เกรดเฉลี่ยสะสม (GPA) ในปัจจุบัน และ บุคคลที่นักเรียน ปรับทุกข์เมื่อมีความกังวลใจ

ตอนที่ 2 พฤติกรรมการปรับตัวต่อการฝึกศึกษา ผู้วิจัยได้สร้างข้อคำถามขึ้นจากนิยามปฏิบัติการที่อยู่บน พื้นฐานของแนวคิด Roy (1999) จำนวน 20 ข้อ ภายหลังจากหาคุณภาพของเครื่องมือ พบว่า มีค่าอำนาจจำแนกราย ข้ออยู่ระหว่าง 0.33 ถึง 0.68 และมีค่าความเชื่อมั่นแบบสัมประสิทธิ์แอลฟา ของแบบสอบถามทั้งฉบับ เท่ากับ 0.899

ตอนที่ 3 การรับรู้สถานการณ์ความเครียด ผู้วิจัยได้สร้างข้อคำถามขึ้นจากนิยามปฏิบัติการที่อยู่บนพื้นฐานของ แนวคิดของ Baker et al. (1985) เพื่อการค้นหานักเรียนที่มีความเสี่ยงต่อการปรับตัวต่อสถานการณ์ โดยเป็นการรับรู้ ความรู้สึกลบจากการเรียน สัมพันธภาพและสังคม อารมณ์ส่วนตัว และความรู้สึกต่อสถานศึกษา จำนวน 12 ข้อ ภายหลังจากหาคุณภาพของเครื่องมือ พบว่า มีค่าอำนาจจำแนกรายข้ออยู่ระหว่าง 0.38 - 0.75 และมีค่าความเชื่อมั่น แบบสัมประสิทธิ์แอลฟา ของแบบสอบถามทั้งฉบับเท่ากับ 0.913

ตอนที่ 4 การประเมินทางปัญญา ผู้วิจัยได้สร้างข้อคำถามขึ้นจากนิยามปฏิบัติการที่อยู่บนพื้นฐานของแนวคิด ของ Lazarus and Folkman (1984) จำนวน 13 ข้อ ภายหลังจากหาคุณภาพของเครื่องมือ พบว่า มีค่าอำนาจจำแนกรายข้ออยู่ ระหว่าง 0.50 - 0.88 และมีค่าความเชื่อมั่นแบบสัมประสิทธิ์แอลฟา ของแบบสอบถามทั้งฉบับเท่ากับ 0.940

ตอนที่ 5 การเผชิญปัญหา ผู้วิจัยได้สร้างข้อคำถามขึ้นจากนิยามปฏิบัติการที่อยู่บนพื้นฐานของแนวคิด ของ Corry et al. (2015) จำนวน 15 ข้อ ภายหลังจากหาคุณภาพของเครื่องมือ พบว่า มีค่าอำนาจจำแนกรายข้ออยู่ระหว่าง 0.31 - 0.76 และมีค่าความเชื่อมั่นแบบสัมประสิทธิ์แอลฟา ของแบบสอบถามทั้งฉบับเท่ากับ 0.905

ตอนที่ 6 ความหมายในชีวิต ผู้วิจัยได้สร้างข้อคำถามขึ้นจากนิยามปฏิบัติการที่อยู่บนพื้นฐานของแนวคิด ของ Steger et al. (2006) จำนวน 16 ข้อ ภายหลังจากหาคุณภาพของเครื่องมือ พบว่า มีค่าอำนาจจำแนกรายข้ออยู่ระหว่าง 0.52 - 0.79 และมีค่าความเชื่อมั่นแบบสัมประสิทธิ์แอลฟา ของแบบสอบถามทั้งฉบับเท่ากับ 0.944

แบบสอบถามทั้งหมดเป็นมาตรวัดแบบประเมินค่า 6 ระดับ ผู้วิจัยสร้างข้อคำถามจากนิยามปฏิบัติการ ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน ผลการพิจารณาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามที่เป็นไปตามเกณฑ์มากกว่า 0.50 (Rovinelli & Hambleton, 1977) มีทั้งหมด 93 ข้อ โดยแบบสอบถามทุกตอนมีค่าดัชนี IOC ระหว่าง 0.67 - 1.00 ได้นำไปทดลองใช้กับกลุ่มที่ใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง 50 คน เพื่อตรวจสอบคุณภาพการ ตรวจสอบอำนาจการจำแนกรายข้อ ด้วยการหาค่าความสัมพันธ์รายข้อกับคะแนนรวมที่พบว่ามีค่า 0.31-0.88 ทุกข้อมี อำนาจการจำแนกที่เหมาะสมยอมรับได้ด้วยความสัมพันธ์ตั้งแต่ .30 ขึ้นไป (Aiken, 2003) สำหรับการตรวจสอบค่าความ

เชื่อมั่นของแบบวัดโดยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค พบว่าแต่ละฉบับมีค่าระหว่าง 0.89-0.94 โดยมีการกำหนดค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาที่ยอมรับได้ตั้งแต่ 0.79 ขึ้นไป (Cronbach, 1970)

จริยธรรมในการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยดำเนินการเกี่ยวกับการพิทักษ์สิทธิ์ผู้ให้ข้อมูล โดยได้รับใบรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์หมายเลข SWUEC-G-270/66 จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

การวิเคราะห์ข้อมูล ประกอบด้วย 1) การวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้การวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติบรรยาย ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 2) การตรวจสอบข้อตกลงเบื้องต้น ได้แก่ การแจกแจงปกติ (Normal Distribution) เพื่อเตรียมและถ่วงน้ำหนักข้อมูลสำหรับการวิเคราะห์แบบจำลองสมการเชิงโครงสร้างโดยใช้ความเบ้ (Skewness) และความโด่ง (Kurtosis) โดยพิจารณาจากค่านัยสำคัญทางสถิติของความเบ้และความโด่งมากกว่า 0.05 (Vanichbuncha, 2557) และตรวจสอบตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กันสูง (Multicollinearity) ด้วยการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (Correlation Coefficient) และ 3) การตรวจสอบความกลมกลืนของโมเดลเชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการปรับตัวต่อการฝึกศึกษากับข้อมูลเชิงประจักษ์ ดังภาพประกอบที่ 1

ผลการวิจัย

1. ข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่าง ชั้นปีที่ 1 และ 2 ชั้นปีละ 60 คน ส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 18 – 20 ปี จำนวน 103 คน และอายุระหว่าง 21-23 ปี จำนวน 17 คน (คิดเป็นร้อยละ 85.8 และ 14.2 ตามลำดับ) อายุเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างเท่ากับ 19.53 ปี (SD=1.08) นักเรียนส่วนใหญ่มี GPA อยู่ระหว่าง 3.01 – 3.50 จำนวน 43 คน, GPA 3.51-4.00 จำนวน 31 คน, GPA 2.51 – 3.00 จำนวน 29 คน, และ GPA 2.00-2.50 จำนวน 17 คน (คิดเป็นร้อยละ 35.8, 25.8, 29 และ 14.2 ตามลำดับ)

จากการสำรวจด้านบุคคลที่นักเรียนมักขอคำปรึกษาเมื่อมีความกังวลใจ พบว่าจากจำนวนผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมด 120 คน นักเรียนส่วนใหญ่เลือกที่จะพูดคุยกับเพื่อน จำนวน 109 คน (คิดเป็นร้อยละ 90.8) รองลงมา คือ บิดา-มารดา-และผู้ปกครอง จำนวน 74 คน (คิดเป็นร้อยละ 61.7) คู่รัก จำนวน 49 คน (คิดเป็นร้อยละ 40.8) รุ่นพี่ นนอ.จำนวน 38 คน (คิดเป็นร้อยละ 31.7) ญาติพี่น้อง จำนวน 19 คน (คิดเป็นร้อยละ 15.8) เกือบไว้คนเดียว จำนวน 23 คน (คิดเป็นร้อยละ 19.2) พบจิตแพทย์/นักจิตวิทยา จำนวน 2 คน (คิดเป็นร้อยละ 1.7) และนายทหารปกครอง จำนวน 0 คน (คิดเป็นร้อยละ 0)

แสดงว่า นักเรียนนายเรืออากาศที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง มีอายุเฉลี่ย 19.53 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.08 แสดงถึงความแตกต่างด้านอายุของกลุ่มตัวอย่างอยู่ในระดับต่ำ และส่วนใหญ่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนโดยเฉลี่ยตั้งแต่ 3.00 ขึ้นไป แสดงถึง นักเรียนมีผลลัพธ์ทางการเรียนส่วนใหญ่อยู่ในระดับดี ถึง ดีมาก จากการสำรวจด้านบุคคลที่นักเรียนมักขอคำปรึกษาเมื่อมีความกังวลใจ พบว่า นักเรียนนายเรืออากาศมักเลือกที่จะเข้าไปปรึกษาพูดคุยกับเพื่อนมากที่สุด

ผลการวิเคราะห์คุณลักษณะของแต่ละตัวแปรพบว่านักเรียนนายเรืออากาศมีความเครียดในระดับค่อนข้างต่ำ ($M = 3.09, SD = 0.79$) การประเมินทางปัญญาอยู่ในระดับสูง ($M = 4.66, SD = 0.55$) การเผชิญปัญหาอยู่ในระดับสูง ($M = 4.59, SD = 0.55$) ความหมายในชีวิตอยู่ในระดับสูง ($M = 5.15, SD = 0.54$) และพฤติกรรมการปรับตัวต่อการฝึกศึกษาอยู่ในระดับสูง ($M = 4.79, SD = 0.68$) เมื่อพิจารณาจากค่าเฉลี่ยของแต่ละตัวแปรพบว่านักเรียนนายเรืออากาศมีความหมายในชีวิตมากที่สุด

2. การตรวจสอบข้อตกลงเบื้องต้นในการวิเคราะห์ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ จากลักษณะการแจกแจงข้อมูลที่ได้จากการวัดตัวแปร พบว่า ตัวแปรทุกตัวไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ จึงถือว่าข้อมูลมีการแจกแจงแบบโค้งปกติ และผลการตรวจสอบตัวแปรที่ต้องไม่มีปัญหาภาวะความสัมพันธ์กันสูง ตามที่ Kline (2005) กล่าวว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรควรมีค่าไม่เกิน 0.85 ผลจากการตรวจสอบค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ พบว่าอยู่ระหว่าง -0.550 ถึง 0.738 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระดับ .01 ดังตาราง 1 แสดงว่าไม่มีความสัมพันธ์กันของตัวแปรอิสระในแบบจำลอง (Multicollinearity) จึงทำการวิเคราะห์ต่อไปได้

ตาราง 1

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของตัวแปร (correlation coefficient)

ตัวแปร	การรับรู้สถานการณ์ความเครียด	การประเมินทางปัญญา	การเผชิญปัญหา	ความหมายในชีวิต
การเผชิญปัญหา	-0.373**	0.662**	1.000	1.000
ความหมายในชีวิต	-0.549**	0.700**	0.661**	1.000
พฤติกรรมการปรับตัวต่อการฝึกศึกษา	-.550**	.673**	0.747**	0.738*

* $p < .05$ ** $p < .01$

3) การตรวจสอบความกลมกลืนของโมเดลเชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการปรับตัวต่อการฝึกศึกษากับข้อมูลเชิงประจักษ์ พบว่า หลังจากทำการปรับแก้โดยเพิ่มเส้นทางอิทธิพลบางเส้นเข้าไป ทำให้แบบจำลองมีความกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยมีดัชนีความสอดคล้องอยู่ในเกณฑ์ยอมรับได้ถึงดี โดยค่าไค-สแควร์ (χ^2) มีค่าเท่ากับ 1.18, $df = 1$, $p\text{-value} = 0.2776$, $\chi^2/df = 1.18$, $RMSEA = 0.039$, $GFI = 1.00$, $CFI = 1.00$ และ $NNFI = 1.00$ โดยผลการวิเคราะห์แสดงค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลในรูปคะแนนมาตรฐาน (Standardized Score) ดังตาราง 2 และภาพประกอบ 2

ตาราง 2

คะแนนมาตรฐานผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางตรง (Direct Effect:DE) อิทธิพลทางอ้อม (Indirect Effects: IE) อิทธิพลรวม (Total Effects: TE) ของตัวแปรสาเหตุที่ส่งผลต่อตัวแปรผล และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เชิงพหุยกกำลังสองของตัวแปร (Squared Multiple Correlation: R²)

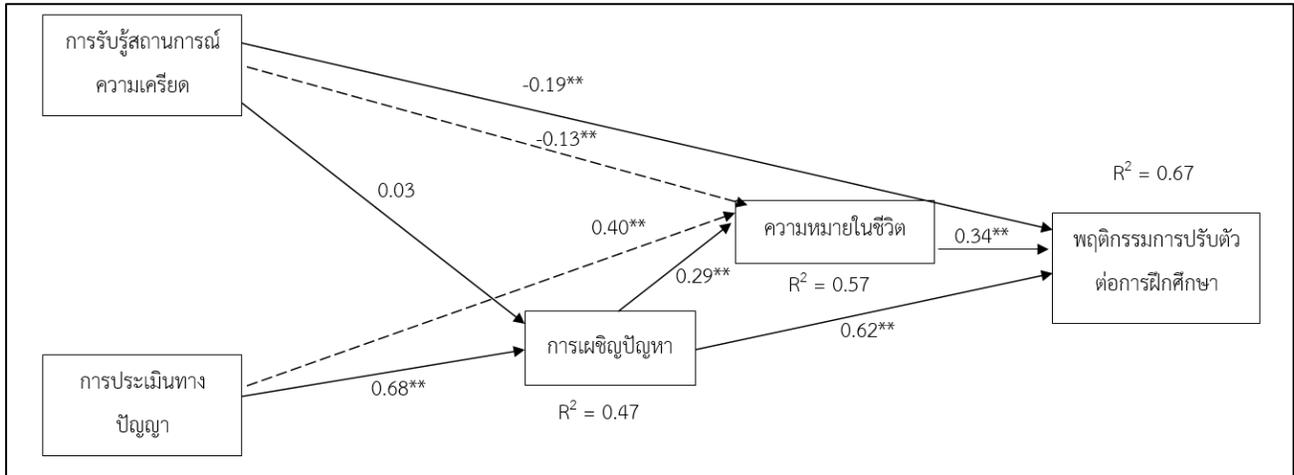
ตัวแปรสาเหตุ	ตัวแปรผล								
	การเผชิญปัญหา			ความหมายในชีวิต			พฤติกรรมกรรมการปรับตัวต่อการฝึกศึกษา		
	DE	IE	TE	DE	IE	TE	DE	IE	TE
การรับรู้สถานการณ์	0.03	-	0.03	-	0.01	-	-	-0.02	-
ความเครียด				0.13**		0.12**	0.19**		0.21**
การประเมินทางปัญญา	0.68**	-	0.68**	0.40**	0.20**	0.60**	-	0.62*	0.62**
								*	
การเผชิญปัญหา	-	-	-	0.29**	-	0.29**	0.62**	0.10*	0.72**
								*	
ความหมายในชีวิต	-	-	-	-	-	-	0.34**	-	0.34**
R ²			0.42			0.57			0.67

Chi-square = 1.18, df=1, p-value = 0.27758, RMSEA = 0.039, GFI = 1.00, CFI = 1.00, NNFI = 1.00

* p < .05, ** คือ p < .01

ภาพประกอบ 2

เส้นทางอิทธิพลและค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลมาตรฐานของรูปแบบความสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมกรรมการฝึกศึกษา หลังปรับแก้โมเดล



หมายเหตุ: * $p < .05$, ** $p < .01$

-----> แสดง เส้นทางอิทธิพลที่เพิ่มหลังจากปรับโมเดลสมมติฐาน

ผลการประมาณค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลมาตรฐานของตัวแปร อธิบายได้ดังนี้

อิทธิพลของการรับรู้สถานการณ์ความเครียด พบว่ามีอิทธิพลทางตรงต่อพฤติกรรมการปรับตัวต่อการฝึกศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยมีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลเท่ากับ -0.19 ($p < .01$) ในขณะที่การรับรู้สถานการณ์ความเครียด ไม่มีอิทธิพลทางตรงต่อการเผชิญปัญหาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $.05$ ดังนั้นจึงเป็นไปตามสมมติฐานเพียงบางส่วน

หลังจากปรับแบบจำลองพบว่าการรับรู้สถานการณ์ความเครียดมีอิทธิพลทางตรงต่อความหมายในชีวิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ มีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพล เท่ากับ -0.131 ($p < .01$) ทั้งนี้การรับรู้สถานการณ์ความเครียดไม่มีอิทธิพลทางอ้อมต่อความหมายในชีวิต มีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพล เท่ากับ 0.01 และไม่มีอิทธิพลทางอ้อมต่อพฤติกรรมการปรับตัวต่อการฝึกศึกษามีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพล เท่ากับ -0.02 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $.05$ ดังนั้นจึงปฏิเสธสมมติฐาน

อิทธิพลของการประเมินทางปัญญา พบว่ามีอิทธิพลทางตรงต่อการเผชิญปัญหาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยมีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพล เท่ากับ 0.68 ($p < .01$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนั้นจึงเป็นไปตามสมมติฐาน

หลังจากปรับแบบจำลองพบว่าการประเมินทางปัญญามีอิทธิพลทางตรงต่อความหมายในชีวิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ มีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพล เท่ากับ 0.40 ($p < .01$) สำหรับอิทธิพลทางอ้อมต่อความหมายในชีวิต พบว่ามีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพล เท่ากับ 0.20 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $.05$ ดังนั้นจึงยอมรับสมมติฐาน

อิทธิพลของการเผชิญปัญหา พบว่ามีอิทธิพลทางตรงต่อความหมายในชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยมีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลเท่ากับ 0.29 ($p < .01$) และพบว่ามีอิทธิพลทางตรงต่อพฤติกรรมกรรมการปรับตัวต่อการฝึกศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยมีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลเท่ากับ 0.62 จึงยอมรับสมมติฐาน สำหรับอิทธิพลทางอ้อมต่อพฤติกรรมกรรมการปรับตัวต่อการฝึกศึกษา พบว่ามีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลเท่ากับ 0.10 ($p < .01$) ดังนั้นจึงยอมรับสมมติฐาน

อิทธิพลของความหมายในชีวิต พบว่ามีอิทธิพลทางตรงต่อพฤติกรรมกรรมการปรับตัวต่อการฝึกศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ มีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลเท่ากับ 0.34 ($p < .01$) ดังนั้นจึงยอมรับสมมติฐาน

อภิปรายผลการวิจัย

จากการพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์เส้นทางอิทธิพลและการทดสอบนัยสำคัญพบว่าเส้นทางอิทธิพลทางตรงที่มีนัยสำคัญทางสถิติมีทั้งหมด 5 เส้น จากทั้งหมด 8 เส้นทาง โดยแต่ละตัวแปรมีอิทธิพลต่อตัวแปรในแบบจำลอง ดังภาพประกอบ 2 มีรายละเอียดการอภิปรายผลเรียงตามสมมติฐานงานวิจัยต่อไปนี้

การรับรู้สถานการณ์ความเครียด ผลจากการวิจัยนี้พบว่าค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลทางตรงของเส้นทางมีแนวโน้มที่จะมีผลแปรผกผันต่อพฤติกรรมกรรมการปรับตัวต่อการฝึกศึกษา กล่าวคือ นักเรียนนายเรืออากาศที่มีการรับรู้สถานการณ์ความเครียดต่ำมีอิทธิพลให้พฤติกรรมกรรมการปรับตัวต่อการฝึกศึกษาสูง เนื่องจากการประเมินสถานการณ์ความเครียดที่เข้ามากระทบนักเรียนนายเรืออากาศประเมินว่าเป็นสิ่งท้าทายที่ตนเองสามารถจัดการและควบคุมได้ ซึ่งพบผ่านการที่นักเรียนส่วนใหญ่มีผลการเรียนในระดับตั้งแต่ดีถึงดีมากและเมื่อในเวลาที่มีความกังวลใจส่วนใหญ่เลือกที่จะปรับทุกข์กับเพื่อน ซึ่งสะท้อนว่าในกลุ่มนักเรียนนายเรืออากาศชั้นปีที่ 1-2 นั้น มีความพยายามในการแสวงหาวิธีในการบรรเทาความเครียดที่มีอยู่ในช่วงที่กำลังปรับตัวให้ยอมรับกับบริบทและวัฒนธรรมทหาร (Namfon, 1986) สอดคล้องกับทฤษฎีความเครียด Grilloham and Seligman (1999) กล่าวว่าการก่อตัวของความเครียดช่วยให้บุคคลมีการโต้ตอบสถานการณ์ท้าทายได้ดีและช่วยสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งในตัวบุคคลด้วย และบุคคลที่มีพฤติกรรมกรรมการปรับตัวที่สูง จะช่วยให้บุคคลมีประสบการณ์ในการพัฒนาตนเอง การมีสุขภาวะทางจิตที่ดี

การรับรู้สถานการณ์ความเครียดมีอิทธิพลทางตรงต่อความหมายในชีวิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ผลจากการวิจัยนี้พบว่า อิทธิพลของการรับรู้สถานการณ์ความเครียดแปรผกผันต่อความหมายในชีวิต กล่าวคือ การที่นักเรียนนายเรืออากาศมีการรับรู้สถานการณ์ความเครียดของตนเองต่ำ จะส่งผลให้มีการรับรู้ความหมายในชีวิตสูง เนื่องจากมีความพึงพอใจที่ได้เข้ารับการฝึกศึกษา ความสามารถในการทำกิจกรรมและอยู่ร่วมกับสังคมเพื่อน มีความสามารถในการควบคุมอารมณ์ของตนเอง มีความเชื่อมั่นและตัดสินใจในเรื่องต่างๆ ได้ด้วยตนเอง และมีความพึงพอใจต่อกระบวนการสอนและบรรยากาศของการฝึกศึกษาภายในรั้วโรงเรียน สอดคล้องกับ Ryff and Keyes (1995) (as cited in Ostafin, 2022; Tatjana & Henning, 2020) และการที่บุคคลมีการรับรู้สถานการณ์ความเครียดแตกต่างกันเพราะการผ่านสถานการณ์ที่ยากลำบากมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงความคิด ความรู้สึก ชีวิตด้านต่างๆ หรือชีวิตในภาพรวม โดยเป็นความหมายในระดับตัวตนของแต่ละคน (Surat, 2018)

การรับรู้สถานการณ์ความเครียด ไม่มีอิทธิพลทางตรงต่อการเผชิญปัญหา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 สอดคล้องกับงานวิจัยของ Wongprach (2018) กล่าวว่า ความเครียดและการเผชิญความเครียดที่เกิดขึ้นนั้น ขึ้นอยู่กับ การยอมรับและความสามารถในการปรับตัวต่อความเครียดที่เกิดขึ้นในนักเรียนแต่ละคน การเลือกวิธีการเผชิญปัญหา ของบุคคลขึ้นอยู่กับต้นทุนทางจิตใจ และประสบการณ์ที่บุคคลจะนำมาใช้จัดการปัญหาที่เกิดขึ้น (Khammungkul, 2019; Iruloh & Ukaegbu, 2017) ทั้งนี้จากการเก็บข้อมูลพบว่านักเรียนนายเรืออากาศมีการรับรู้ความเครียดในระดับ ค่อนข้างต่ำ เนื่องจากมีแนวทางความคิดและการดำเนินชีวิตตามวิถีของตนเอง ประกอบกับการสามารถค้นหาข้อมูล และสร้างองค์ความรู้ที่นำไปสู่ทางเลือกในวิชาชีพที่สอดคล้องกับคุณค่าและตามความสนใจของตนเองได้ (Jun & Yun, 2020) สอดคล้องกับแนวคิดของกลุ่มคนรุ่นใหม่ที่เกิดในช่วงปี พ.ศ.2541-2565 หรือกลุ่มคนยุคเจนเอเรชั่นแซท (Kuawiriyapan & Suwannamek, 2020) และในบางรายที่ไม่สามารถปรับตัวได้และเลือกคิดที่จะลาออกในที่สุด ทำให้ตระหนักได้ว่าการรับรู้สถานการณ์ความเครียดในนักเรียนนายเรืออากาศจะพบได้ในเรียนกลุ่มที่มีความสามารถในการแสดงพฤติกรรมปรับตัวน้อย

การประเมินทางปัญญา มีสัมประสิทธิ์อิทธิพลทางตรงต่อความหมายในชีวิต และมีอิทธิพลทางอ้อมต่อ ความหมายในชีวิตโดยผ่านการเผชิญปัญหา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยพบว่าการประเมินทางปัญญามี อิทธิพลต่อความหมายในชีวิตเพิ่มขึ้นเมื่อผ่านตัวแปรการเผชิญปัญหา แสดงถึง นักเรียนนายเรืออากาศที่มีการประเมิน ทางปัญญาสูงจะมีอิทธิพลต่อการเผชิญปัญหาและเกิดการรับรู้ความหมายในชีวิตเพิ่มขึ้น เนื่องจากในบริบทของการฝึก ศึกษาที่เน้นการรับมือสถานการณ์ที่คาดเดาไม่ได้ (Ambivalent) การสร้างความอดทน (Tolerance) และให้นักเรียนมี ความมุ่งมั่นไม่ย่อท้อ นักเรียนจึงต้องมีความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างสมดุล โดยอาศัยการประเมินทางปัญญา (Cognitive Appraisal) เพื่อให้เกิดการประเมินการรับรู้เป้าหมายและพยายามในการหาหนทางจัดการปัญหาหรือ สถานการณ์ที่เข้ามาคุกคาม เมื่อนักเรียนเกิดกระบวนการรู้คิดและประสบการณ์จะเกิดการรับรู้ความหมายในชีวิต (Crambaugh & Maholick, 1964)

การเผชิญปัญหา มีผลทางตรงต่อความหมายในชีวิตและมีอิทธิพลทางตรงต่อพฤติกรรมปรับตัวต่อการฝึก ศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สำหรับอิทธิพลทางอ้อมของการเผชิญปัญหาที่มีต่อพฤติกรรมปรับตัว ต่อการฝึกศึกษา เมื่อส่งผ่านความหมายในชีวิตแล้วส่งผลให้มีอิทธิพลรวมของเส้นทางเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .01 สอดคล้องกับจากการวิจัยของ Khammungkul (2019) พบว่า เมื่อบุคคลประสบความสำเร็จในการรับมือ กับปัญหา จะเป็นแรงผลักดันและส่งเสริมให้บุคคลตอบสนองต่ออารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสมทำให้นักศึกษา รับรู้ชีวิตของตนเองมีความหมาย สามารถกระทำการต่าง ๆ ในชีวิตอย่างมุ่งมั่น ส่งผลให้นักศึกษาแสดงพฤติกรรม การปรับตัวในการเรียนที่พึงประสงค์ออกมา (Klang & Fuligni, 2010; Suarez-Orozco & Suarez-Orozco, 2001)

ความหมายในชีวิต จากการศึกษาในตัวแปรความหมายในชีวิตเป็นปัจจัยที่เพิ่มเข้าไปในแบบจำลองโดยหวังว่าจะ ช่วยเพิ่มความสัมพันธ์กับตัวแปรต่าง ๆ ในแบบจำลอง ผลการวิจัยพบว่าความหมายในชีวิตมีผลทางตรงต่อพฤติกรรม การปรับตัวต่อการฝึกศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงถึง นักเรียนนายเรืออากาศที่มีความหมายใน

ชีวิตสูงจะมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการปรับตัวต่อการฝึกศึกษาเพิ่มขึ้น ในงานวิจัยที่ผ่านมา อาทิ งานวิจัยของ Cho et al. (2014) และ Khammungkul (2019) พบว่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลจากความหมายในชีวิตที่ส่งผลไปยังพฤติกรรมการปรับตัวต่อการเรียน มีค่าเท่ากับ 0.36 และ 0.16 ตามลำดับ จึงพบว่าความหมายในชีวิตมีความสำคัญต่อพัฒนาการในวัยรุ่น เนื่องจากมีความสัมพันธ์กับการเปลี่ยนแปลงในการบรรลุจุดมุ่งหมาย รวมทั้งกระบวนการตัดสินใจเกี่ยวกับการมีความหมาย คุณค่า และเป้าหมายในชีวิต โดยความหมายในชีวิตมีบทบาทสำคัญต่อการดำเนินชีวิตของวัยรุ่นตอนปลาย เมื่อต้องเผชิญสถานการณ์ใหม่ เพื่อพยายามตีความและจัดการกับสิ่งท้าทายต่างๆ ที่ต้องเผชิญในชีวิต โดยกำหนดมุมมองที่สำคัญของชีวิตตนเองและสังคม (Krok, 2008; Brassai et al., 2012)

จากการวิจัยนี้ยังพบว่าความหมายในชีวิตได้รับอิทธิพลทางอ้อมจากการประเมินทางปัญญา ผ่านการเผชิญปัญหาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 จึงสะท้อนให้เห็นว่านักเรียนนายเรืออากาศที่มีการประเมินทางปัญญาในการประเมินสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด สามารถทำให้บุคคลเกิดการเปลี่ยนแปลงการรับรู้ต่อตนเองและเข้าใจความหมายในชีวิตมากขึ้น กล่าวคือ การที่นักเรียนมีการประเมินทางปัญญาทำให้เมื่อสถานการณ์ใหม่ที่เข้ามาคุกคามจะปรับให้เกิดการเปลี่ยนแปลงเป็นไปในทิศทางบวกต่อตนเองส่งผลให้บุคคลสามารถปรับตัวได้ (Jun & Yun, 2020)

ผลจากการวิจัยครั้งนี้สะท้อนให้เห็นว่า กระบวนการเผชิญปัญหาต้องอาศัยความคิดทั้งการประเมินทางปัญญาและการเผชิญปัญหา ทั้งนี้พบว่าความหมายในชีวิตจะเป็นตัวแปรสำคัญในการช่วยขับเคลื่อนแนวทางของพฤติกรรมการปรับตัวต่อการฝึกศึกษา

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

ข้อเสนอแนะในทางปฏิบัติ

1. จากผลการวิจัยพบว่า ตัวแปรความหมายในชีวิต เป็นตัวแปรคั่นกลาง (Mediator) ที่มีอิทธิพลสำคัญต่อพฤติกรรมการปรับตัวต่อการฝึกศึกษา โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อคั่นกลางระหว่างการเผชิญปัญหาที่ท้าทายจะทำให้มีการรับรู้จุดมุ่งหมายในชีวิตและคำนึงถึงความต้องการข้างหน้าที่นักเรียนจะต้องเจอเรื่องใด และทำให้เกิดการปรับตัวได้อย่างเหมาะสมยิ่งขึ้น จึงควรทำการศึกษาโดยเก็บข้อมูลต่อเนื่องในระยะยาว หรือพัฒนาโปรแกรมการเสริมสร้าง "ความหมายในชีวิต" และตัวแปรต่างๆ ในกรอบแนวคิดความเครียดและการเผชิญปัญหา (Transactional model of stress and coping) ในกลุ่มนักเรียนนายเรืออากาศ

2. การประเมินทางปัญญาและการเผชิญปัญหา เป็นปัจจัยที่เข้ามามีส่วนร่วมสำคัญและควรพัฒนาให้เกิดขึ้นในนักเรียนนายเรืออากาศ เนื่องจากนักเรียนส่วนใหญ่มีเกรดเฉลี่ยอยู่ในระดับ 3.00 หรือในระดับดีไปจนถึงดีมาก แสดงให้เห็นว่าหากนักเรียนนายเรืออากาศได้รับการฝึกทักษะในการประเมินทางปัญญาและการเผชิญปัญหา จะช่วยให้ผู้เรียนประเมินสถานการณ์ได้สอดคล้องกับความเป็นจริง และมีความเชื่อมั่นว่าตนเองสามารถผ่านอุปสรรคในระหว่างการฝึกศึกษาไปได้ โดยมีการกำกับดูแลเรื่องสุขภาวะในการปรับตัวให้เป็นไปอย่างราบรื่นและเป็นระบบ

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

ข้อค้นพบจากการวิจัยพบว่า บุคคลที่นักเรียนนายเรืออากาศเลือกที่จะเข้าไปปรับทุกข์ด้วยมากที่สุดเป็นกลุ่มเพื่อน และเลือกที่จะเข้าไปปรึกษานักจิตวิทยาและนายทหารปกครองน้อย ซึ่งบุคคลดังกล่าวมีบทบาทหน้าที่ในการกำกับดูแลสุขภาพและความเป็นอยู่ของนักเรียน โดยตรง แต่นักเรียนนายเรืออากาศที่เพิ่งเข้าสู่ระบบนักเรียนใหม่จะมีระบบบังคับบัญชาซึ่งทำให้มีการสื่อสารกับนายทหารปกครองในรูปแบบที่เป็นทางการ มากกว่าการสื่อสารในรูปแบบกึ่งทางการ กล่าว คือ เป็นการสื่อสารที่เน้นความรู้สึกค่อนข้างน้อย และส่วนใหญ่จะมุ่งเน้นไปที่พฤติกรรมที่แสดงออกของนักเรียน และควบคุมกำกับให้นักเรียนนายเรืออากาศมีคุณลักษณะตามที่กำหนด จากผลการวิจัย จึงเสนอแนะต่อหน่วยงานของโรงเรียนนายเรืออากาศนวมินทกษัตริยาธิราชว่า ควรให้เกิดกระบวนการแลกเปลี่ยนข้อมูล และข่าวสารระหว่างหน่วยงาน เช่น ความเสี่ยงของนักเรียนที่มีปัญหาพฤติกรรมที่ปรับตัวต่อการฝึกศึกษา (Risk Communication) ให้มีความครอบคลุมทั้งการมุ่งเน้นไปที่การรับรู้และเข้าใจของนักเรียนที่มีต่อตนเอง และบุคคลที่เกี่ยวข้อง การใส่ใจสุขภาพตนเองทั้งทางร่างกายและจิตใจ ทั้งนี้การให้คำแนะนำควรเป็นไปตามหลักวิชาการ เพื่อให้ นักเรียนนายเรืออากาศมีพฤติกรรมที่ปรับตัวต่อการฝึกศึกษาภายใต้คำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญและบุคคลที่เกี่ยวข้องได้อย่างเป็นระบบ ประกอบกับการนำเสนอสื่อความรู้ โปสเตอร์หรือภาพ Infographics ที่เน้นเนื้อหา และรูปภาพ ที่กระชับและเข้าใจง่าย รวมถึงการแสดงถึงหลักฐานทางวิชาการประกอบเกี่ยวกับตัวแปรที่เอื้อให้นักเรียนนายเรืออากาศสามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสม

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

ผู้ที่สนใจศึกษารอบแนวคิดความเครียดและการเผชิญปัญหา สามารถขยายผลการศึกษาต่อไปยังตัวแปรความหยุ่นตัวทางอารมณ์ (Resilience) ได้ เนื่องจากข้อค้นพบดังกล่าวที่ศึกษาตัวแปรความหมายในชีวิต สะท้อนถึงการเกิดอารมณ์เชิงบวกและรับรู้คุณค่าในตนเอง ส่งผลให้เกิดการประเมินสถานการณ์ใหม่ที่เข้ามาคุกคามให้เป็นผลในทิศทางบวกกับตนเอง

ข้อจำกัดของการวิจัย

ผู้วิจัยได้ศึกษารูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของพฤติกรรมที่ปรับตัวต่อการฝึกศึกษาในนักเรียนนายเรืออากาศ โดยการประยุกต์ใช้กรอบแนวคิดทฤษฎีความเครียดและการเผชิญปัญหา ของ Lazarus and Folkman (1984) ซึ่งผลการวิจัยนี้ไม่ได้กล่าวถึงปัจจัยของสิ่งแวดล้อมหรือปัจจัยทางสังคม เช่น การสนับสนุนทางสังคม (Social Support) เนื่องจากประชากรในการสุ่มกลุ่มตัวอย่างที่ค่อนข้างน้อย ดังนั้น หากผู้ที่สนใจขยายผลการศึกษาต่อไปยังตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับสิ่งแวดล้อมหรือปัจจัยทางสังคมเพิ่มเติมเพื่อให้เป็นไปตามกรอบแนวคิดได้ เพื่อให้ทราบถึงปัจจัยที่ส่งเสริมให้เกิดพฤติกรรมที่ปรับตัวต่อการฝึกศึกษาหรือการปรับตัวต่อการเรียนในรั้วมหาวิทยาลัยอื่นๆ นอกเหนือจากตัวแปรที่ผู้วิจัยได้นำมาศึกษาในครั้งนี้

เอกสารอ้างอิง

- Aiken, L. R. (2003). *Psychological testing and assessment* (11th ed.). Allyn and Bacon.
<https://archive.org/details/psychologicaltes00aike/page/n3/mode/2up>
- Black, J. S., & Mendenhall, M. (1991). The U-Curve Adjustment Hypothesis Revisited: A Review and Theoretical Framework. *Journal of International Business Studies*, 22(2), 225–247.
<https://doi.org/10.2307/258109>
- Black, J. S., Mendenhall, M., & Oddou, G. (1991). Toward a Comprehensive Model of International Adjustment: An Integration of Multiple Theoretical Perspectives. *The Academy of Management Review*, 16(2). <https://doi.org/10.2307/258863>
- Bowles, S. V., Pollock, L. D., Moore, M., Wadsworth, S. M., Cato, C., Dekle, J. W., Meyer, S. W., Shriver, A., Mueller, B., Stephens, M., Seidler, D. A., Sheldon, J., Picano, J., Finch, W., Morales, R., Blochberger, S., Kleiman, M. E., Thompson, D., & Bates, M. J. (2015). Total force fitness: The military family fitness model. *Mil Med*, 180(3), 246-258. <https://doi.org/10.7205/milmed-d-13-00416>
- Brassai, L., Piko, B. F., & Steger, F. M. (2012). Existential attitudes and Eastern European adolescents' problem and health behaviors: Highlighting the role of the search for meaning in life. *The Psychological Record*, 62, 719-734. <https://doi.org/10.1007/BF03395831>
- Cho, E., Lee, D., Lee, J. H., Bae, B. H., & Jeong, S. M. (2014). Meaning in Life And School Adjustment: Testing the Mediating Effects of Problem-Focused Coping and Self-Acceptance. *Social and Behavioral Sciences*, 114, 777–781. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro>
- Corry, D., Tracey, A., & Lewis C. (2015). Spirituality and Creativity in Coping, Their Association and Transformative Effect: A Qualitative Enquiry. *Religions*, 6(2), 499–526. <https://doi.org/10.3390/rel6020499>
- Cronbach, L. J. (1970). *Essentials of Psychological Testing*. Harper & Row.
- Gold, M. A., & Friedman, S. B. (2000). Cadet Basic Training: An Ethnographic Study of Stress and Coping. *Military Medicine*, 165(2), 147–152. <https://doi.org/10.1093/milmed/165.2.147>
- Grillham, J. E., & Seligman, M. P. E. (1999). Footsteps on the road to a positive psychology. *Behaviour Research and Therapy*, 37, S163-S173. [http://doi.org/10.1016/S0005-7967\(99\)00055-8](http://doi.org/10.1016/S0005-7967(99)00055-8)

- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2010). *Multivariate Data Analysis: A Global Perspective* (7th Ed.). Pearson Education.
- Inthachat, N. (2018). Factor Influencing to Professional Identity of the Cadet. *Modern Management Journal*, 15(2), 13–28. <https://so04.tci-thaijo.org/index.php/stou-sms-pr/article/view/116305> [in Thai]
- Iruloh, B., & Ukaegbu, H. (2017). Social support, coping strategies and academic adjustment of first year university undergraduates in Rivers State, Nigeria. *British Journal of Psychology Research*, 5(1), 21-31. <https://ejournals.org/wp-content/uploads/Psychosocial-Factors-Predicting-Academic-Adjustment-of-First-Year-University-Undergraduates-in-Rivers-State-Nigeria.pdf>
- Jun, W. H., & Yun, S. H. (2020). Mental health recovery among hospitalized patients with mental disorder: Associations with anger expression mode and meaning in life. *Archives of Psychiatric Nursing*, 34(3), 134-140. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2020.03.001>
- Khammungkul, J. (2019). *Transformative Coping On Learning Adjustment Behavior of Undergraduate Students in Computer Science: The Causal Relationship Model and Effect of Program* [Doctoral dissertation]. Srinakharinwirot University, Bangkok. <http://ir-thesis.swu.ac.th/dspace/bitstream/123456789/646/1/g551120043.pdf> [in Thai]
- Kiang, L., & Fuligni, A. J. (2010). Meaning in life as a mediator of ethnic identity and adjustment among adolescents from Latin, Asian, and European American backgrounds. *Journal of Youth and Adolescence*, 39(11), 1253–1264. <https://doi.org/10.1007/s10964-009-9475-z>
- Kline, R. B. (2005). *Principles and Practice of structural equation modeling* (2nd ed.). Guilford.
- Kuawiriyapan, S., & Suwannamek, O. (2020). Life style of consumers in generation z. *Srinakharinwirot Business Journal*, 11(1), 23–43. <https://ejournals.swu.ac.th/index.php/MBASBJ/article/view/13145> [in Thai]
- Kulchanathara, N. (2017.) *The Psycho-Social Causal Relationship Model of Adjustment among First Year Undergraduate Students Leaving Home For Studying in Universities in Bangkok Metropolitan and Vicinity Area*. [Doctoral dissertation]. Srinakharinwirot University, Bangkok. [in Thai]
- Lazarus, S. R., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer publishing company. <https://archive.org/details/stressappraisal0000laza>

- Li, M., & Yang, Y. (2016). A Cross-Cultural Study on a Resilience-Stress Path Model for College Students. *Journal of Counseling & Development, 94*(3), 319–332.
<https://doi.org/10.1002/jcad.12088>
- Muangkaew, K. (2018). Meaning in Life: Psychological Strengths Variable. *Journal of Education, Silpakorn University, 16*, 6-23. [in Thai]
- Na, H., Dancy, B. L., & Park, C. (2015). College Student Engaging in Cyberbullying Victimization: Cognitive Appraisals, Coping Strategies, and Psychological Adjustments. *Archives of Psychiatric Nursing, 29*(3), 155–161. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2015.01.008>
- Navaminda Kasatriyadhiraj Royal Air Force Academy Hospital. (2022). *Treatment and time required for recovery and recovery of Air Force cadets*. Navaminda Kasatriyadhiraj Royal Air Force Academy Hospital
- Namfon, D. (1986). *Military Socialization and Occupational Commitment: Air Cadet Study*. Thammasat University, Bangkok. [in Thai]
- Oreshkin, V. N., Shlykov, N. Y., Shevchenko, B. A., Kostikova, L. P., & Belogurov, A. Y. (2019). Tolerance of Ambiguity of Cadets in Military School. *International Conference on Culture, Education and Economic Development of Modern Society, 310*, 837-841, <https://doi.org/10.2991/iccese-19.2019.180>
- Ostafin, B. D., & Proulx, T. (2022). Meaning in life and resilience to stressors. *Anxiety, Stress, & Coping, 33*(6), 603-622. <https://doi.org/10.1080/10615806.2020.1800655>
- Pearson, D. W., & Thackray, R. I. (1970). Consistency of performance change and autonomic response as a function of expressed attitude toward a specific stress situation. *Psychophysiology, 6*(5), 561–568. <https://doi.org/10.1111/j.1469-8986.1970.tb02245.x>
- Reker, T. G., & Wong, P. T. P. (1988). Aging as an individual process: Toward a theory of personal meaning. In J. E. Birren & V. L. Bengtson (Eds.), *Emergent theories of aging* (pp. 214-246), Springer.
- Rovinelli, R. J., & Hambleton, R. K. (1977). On the Use of Content Specialists in the assessment of Criterion-referenced Test Item Validity. *Journal of Educational Research, 2*, 49-60.
- Roy Callista. (1999). *The Roy Adaptation Model*. Stamford, Conn. Appleton & Lange,
<https://archive.org/details/royadaptationmod0000royc>

- Saelao, U. (2007). *Stress and Adjustment of the First year Undergraduate Students of Srinakharinwirot University* [Master's thesis]. Srinakharinwirot University, Bangkok.
http://ils.swu.ac.th:8991/exlibris/aleph/a22_1/apache_media/YI79K2C2SB25RKQLN76HQFPNG96JSR.pdf [in Thai]
- Tatjana, S., & Henning, K. (2020). Meaning in life and Self Control Buffer Stress in Times of Covid-19: Moderating and Mediating Effects With Regard to Mental Distress. *Public Mental Health*, 11.
<https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.582352>
- Vanichbuncha, K. (2014). *Quantitative Analysis (3rd Ed.)*. Chulalongkorn University Press. [in Thai]
- Watyakorn, R. (2018). The study of factors and guidelines for supporting the new crma cadets adaptation. *Journal of Humanities and Social Sciences*, 5, 1-43. https://so01.tci-thaijo.org/index.php/CRMA_HUSO/article/view/154547 [in Thai]
- Wongprach, B. (2018). Factors Related to Stress and Coping Stress of Nursing Students in The Royal Thai Army Nursing College. *Journal of The Royal Thai Army Nurses*, 19(2), 201-210.
<https://he01.tci-thaijo.org/index.php/JRTAN/article/view/144004/106538> [in Thai]
- Wongwutthiauksron, R. (2021). The Effect of Stressful Situation to Cognitive Appraisal, Transformative Coping, Self-esteem and Resilience of Students [Master's thesis]. Srinakharinwirot University, Bangkok. http://thesis.swu.ac.th/swuthesis/App_Psy/Rujira_W.pdf [in Thai]
- Xiao, L., & Han, J. (2011). The Adjustment of New Recruits to Military Life in the Chinese Army. *Journal of Career Assessment*, 19(4), 392-404. <https://doi.org/10.1177/1069072711409710>