

ความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบความผูกพัน ความวิตกกังวล  
และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษา

นายสมบุญ จารุเกษมทวี



วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2544

ISBN 974-17-0024-5

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

RELATIONSHIPS AMONG ATTACHMENT STYLES, ANXIETY,  
AND COPING STRATEGIES OF COLLEGE STUDENTS

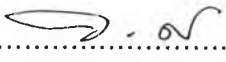
Mr. Somboon Jarukasemthawee

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements  
for the Degree of Master of Arts in Counseling Psychology  
Faculty of Psychology  
Chulalongkorn University  
Academic Year 2001  
ISBN 974-17-0024-5

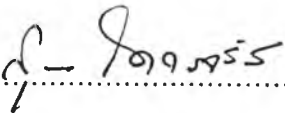
หัวข้อวิทยานิพนธ์      ความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบความผูกพัน      ความวิตกกังวลและกลวิธีการ  
เผชิญปัญหาของนักศึกษา  
โดย                              นายสมบุญ จารุกะษมทวี  
สาขาวิชา                      จิตวิทยาการปรึกษา  
อาจารย์ที่ปรึกษา              ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. กรรณิการ์ นลราชสุวัจน์

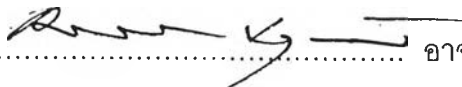
---

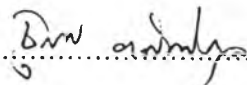
คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วน  
หนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโท

.....  ..... คณบดีคณะจิตวิทยา  
( รองศาสตราจารย์ ดร.พรรณทิพย์ ศิริวรรณบุญ )

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

.....  ..... ประธานกรรมการ  
( รองศาสตราจารย์ สุภาพรรณ โคตรจรัส )

.....  ..... อาจารย์ที่ปรึกษา  
( ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กรรณิการ์ นลราชสุวัจน์ )

.....  ..... กรรมการ  
( รองศาสตราจารย์ ดร.ชุมพร ยงกิตติกุล )

บทคัดย่อวิทยานิพนธ์

สมบุญ จารุกเกษมทวี : ความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบความผูกพัน ความวิตกกังวล และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษา. (RELATIONSHIPS AMONG ATTACHMENT STYLES, ANXIETY AND COPING STRATEGIES OF COLLEGE STUDENTS) อ.ที่ปรึกษา : ผ.ศ.ดร. กรรณิการ์ นลราชสุวัจน์, 198 หน้า. ISBN 974-17-0024-5

การวิจัยครั้งนี้ แบ่งออกเป็น 2 ส่วน การวิจัยส่วนที่ 1 มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความวิตกกังวล และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแตกต่างกัน กลุ่มตัวอย่างประกอบด้วยเพศชาย 183 คน หญิง 187 คน รวมทั้งสิ้น 370 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ได้แก่ แบบวัดความผูกพันที่ผู้วิจัยพัฒนา มาจากแบบวัดของ Fraley, Waller และ Brennan แบบวัดความวิตกกังวลของ Spielberger และแบบวัดกลวิธีการเผชิญปัญหาของ Jalowiec ผลการวิจัย พบว่า 1. นักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแบบกังวลมีความวิตกกังวลสูงกว่านักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงและทะนงตน แต่ไม่พบความแตกต่างระหว่างนักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแบบกังวลและหวาดกลัว 2. นักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงมีกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบเผชิญปัญหาสูงกว่านักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแบบกังวล และทะนงตน แต่ไม่พบความแตกต่างระหว่างนักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงและหวาดกลัว 3. นักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแบบกังวลมีกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งลดอารมณ์ตึงเครียดสูงกว่านักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันมั่นคง และทะนงตน แต่ไม่พบความแตกต่างระหว่างนักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแบบกังวลและหวาดกลัว 4. นักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแตกต่างกันมีกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาทางอ้อมไม่แตกต่างกัน

การวิจัยส่วนที่ 2 มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของกลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนวของซูทส์ต่อคะแนนรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเอง และผู้อื่นด้านลบ กลุ่มตัวอย่างจำนวน 26 คน จากผลการวิจัยส่วนที่ 1 แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 13 คน กลุ่มควบคุม 13 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่แบบวัดความผูกพัน ผลการวิจัย พบว่า 1. หลังการทดลองนักศึกษาที่ได้เข้าร่วมเข้ากลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนวของซูทส์ มีคะแนนรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเอง และผู้อื่นด้านลบน้อยกว่านักศึกษาที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนวของซูทส์ 2. หลังการทดลองนักศึกษาที่ได้เข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนวของซูทส์ มีคะแนนรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเอง และผู้อื่นด้านลบน้อยกว่าก่อนการเข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนวของซูทส์

หลักสูตร.....จิตวิทยาการปรึกษา.....ลายมือชื่อนิสิต.....  
สาขาวิชา.....จิตวิทยาการปรึกษา.....ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา.....  
ปีการศึกษา.....2544.....ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม.....

KEY WORD: ATTACHMENT STYLES / ANXIETY / COPING STRATEGIES / SCHUTZ'S ENCOUNTER GROUP

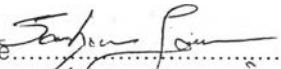
SOMBOON JARUKASEMTHAWEE : RELATIONSHIPS AMONG ATTACHMENT STYLES , ANXIETY AND COPING STRATEGIES OF COLLEGE STUDENTS. THESIS ADVISOR : ASST.PROF. KANNIKAR NOLRAJSUWAT, Ed.D., pp196 ISBN 974-17-0024-5

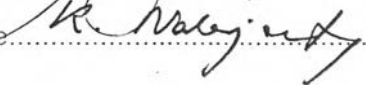
This research was divided into 2 parts, descriptive and experimental. Part 1 investigated trait anxiety levels and coping strategies of college students. The sample was composed of 370 undergraduate students, 183 males and 187 females. The instruments used were the Experience in Close Relationship Scales-Revised (ECR-R), the State and Trait Anxiety Inventory, and Jalowiec's Coping Strategy Questionnaire. Results were as follows:

1. Students with different attachment styles had different degrees of trait anxiety. In particular, students with preoccupied attachment styles had higher degrees of trait anxiety than students with either secure or dismissive attachment styles. However, no differences in degrees of trait anxiety were found between students with preoccupied or fearful attachment styles
2. Students with different attachment styles had different confrontive coping strategies. Students with secure attachment styles used more confrontive coping strategies than students with preoccupied or dismissive attachment styles. However, for students with confrontive coping strategies, no differences were found between those with secure or fearful attachment styles.
3. Students with different attachment styles have different emotional coping strategies. Students with preoccupied attachment styles used more emotional coping strategies than students with secure or dismissive attachment styles. However, for students with emotional coping strategies, no differences were found between those with preoccupied or fearful attachment styles
4. No significant differences between students with different attachment styles and palliative or passive coping strategies were found.

The second study investigated effects of Schutz-style encounter groups on the Internal-Working Models of self and others. Twenty-six of the 370 undergraduate students in Part 1 were selected. The students were divided into two experimental groups, containing 13 participants ; and a control group, containing 13 participants. This study found:

1. Experimental group participants scored lower on their negative Internal- Working Model of self and others than control group participants. 2. After treatment, experimental group participants scored lower on their negative Internal-Working Model of self and others.

Program.....Counseling..Psychology.....Student's signature 

Fied of study.....Counseling..Psychology.....Advisor's signature 

Academic year.....2001.....



## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. กรรณิการ์ นลราชสุวัจน์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ที่กรุณาให้คำปรึกษา ตลอดจนตรวจแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆมาโดยตลอด ด้วยความเมตตา กรุณาและความห่วงใย ตลอดช่วงระยะเวลาในการดำเนินงาน

ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร. ชุมพร ยงกิตติกุล ที่กรุณาสละเวลาในการให้คำแนะนำในการพัฒนา และปรับปรุงเครื่องมือในการดำเนินการวิจัยด้วยความเอาใจใส่เป็นอย่างดี ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์สุภาพรรณ โคตรจรัส ที่กรุณาให้คำแนะนำทำให้วิทยานิพนธ์นี้มีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น

ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร. โสรัช โพธิ์แก้ว อาจารย์ผู้ประสิทธิประสาทความรู้ ให้ผู้วิจัยเกิดความเข้าใจศาสตร์ทางด้านจิตวิทยาการปรึกษาและศาสตร์แห่งความเข้าใจชีวิต ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สมทรัพย์ สุขอนันต์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร ครูคนแรกของผู้วิจัยที่ประสิทธิประสาทความรู้ทางด้านจิตวิทยาให้กับผู้วิจัยด้วยความห่วงใย และเอาใจใส่เสมอมา ขอขอบคุณ ดร. Patrick Jichaku ผู้เชี่ยวชาญจาก Fulbright ที่ให้ความอนุเคราะห์ข้อมูลทฤษฎีทางด้านจิตวิทยา

ขอกราบขอบพระคุณพี่น้อง วัฒนภาส พี่ ดร. เอมอร กฤษณะรังสรรค์ ที่เชื้อเพื่อให้ผู้วิจัยเกิดความสะดวกในการศึกษานำร่องในการวิจัยครั้งนี้ และขอขอบคุณนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย-มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ นักศึกษาสถาบันราชภัฏสวนสุนันทา โดยเฉพาะอย่างยิ่งนักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากรที่ให้ความร่วมมือในการวิจัยครั้งนี้เป็นอย่างดี

ขอขอบคุณ คุณชัยวัฒน์ แก้วพินงาม คุณคมลักษณ์ ไชยยะ คุณJohnathon McPherson เพื่อนสนิทผู้วิจัยมีมอบความห่วงใย และเอาใจใส่ต่อผู้วิจัยเสมอมา ขอขอบคุณ คุณณัฐสุดา เต็มพันธ์ คุณรัชนิย์ แก้วคำศรีที่ได้ร่วมศึกษาวิจัยในครั้งนี้ร่วมกัน ขอขอบคุณ คุณสุพัตรา จันทรสีลา คุณวราภรณ์ รัตนวิศิษฐิกุล คุณสุคนธา อึ้งสมรรถโกษา คุณเปรมพร มั่นเสมอ คุณอดิศรา วัลลาภัยและเพื่อน Counseling รุ่น 15 ทุกคนที่เชื้อให้ผู้วิจัยเกิดความงอกงามและตระหนักถึงมิตรภาพที่งดงาม

ขอขอบคุณ คุณกนกพร จารุเกษมทวิที่ช่วยเหลือผู้วิจัยในการพิมพ์ การจัดรูปเล่ม และขอขอบคุณบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่ให้ทุนอุดหนุนในการวิจัยครั้งนี้

ท้ายสุดผู้วิจัยขอระลึกถึงพระคุณของคุณพ่อและคุณแม่ที่ให้ความรัก ความอบอุ่น ให้ชีวิต และส่งเสริมการศึกษาด้วยดีเสมอมา ความรู้และความสำเร็จที่ได้ในครั้งนี้ผู้วิจัยขอมอบแด่ พ่อ แม่ พี่ น้อง และทุกคน ๆ ที่มีส่วนทำให้ผู้วิจัยมีวันนี้

สมบุญ จารุเกษมทวิ

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย .....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ .....	จ
กิตติกรรมประกาศ .....	ฉ
สารบัญ .....	ช
สารบัญตาราง .....	ซ
บทที่	
1 บทนำ .....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา .....	1
วัตถุประสงค์ในการวิจัย .....	6
สมมติฐานในการวิจัย .....	6
ขอบเขตในการวิจัย .....	7
คำจำกัดความในการวิจัย .....	8
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ .....	11
2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง .....	12
แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง .....	12
แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบความผูกพัน.....	12
แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวล.....	22
แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการเผชิญปัญหา.....	32
แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวกับกลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนวของซูทส์.....	43
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง .....	54
3 วิธีการดำเนินการวิจัย .....	62
การออกแบบการวิจัย .....	62
กลุ่มตัวอย่าง .....	62
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย .....	64
ขั้นตอนในการดำเนินงานวิจัยและการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	80
4 การวิเคราะห์ข้อมูล.....	91
5 อภิปรายผลการวิจัย.....	118

สารบัญ (ต่อ)

๗

	หน้า
6 สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ.....	139
รายการอ้างอิง.....	140
ภาคผนวก.....	147
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์.....	196



## สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
1. แสดงการแจกแจงกลุ่มตัวอย่าง .....	63
2. แสดงค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ความวิตกกังวล และกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบเผชิญปัญหา แบบมุ่งลดอารมณ์ตั้งเครียด และแบบมุ่งจัดการกับปัญหาทางอารมณ์ของนักศึกษา .....	93
3. แสดงจำนวนร้อยละของนักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแตกต่างกัน จำแนกตามเพศ ชั้นปี และสาขาวิชา .....	94
4. แสดงค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนวิตกกังวล และกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบเผชิญปัญหา แบบมุ่งลดอารมณ์ตั้งเครียด และแบบมุ่งจัดการกับปัญหาทางอารมณ์ของนักศึกษา จำแนกตามเพศ ชั้นปี และสาขาวิชา .....	95
5. แสดงการวิเคราะห์ค่าความเป็นเอกพันธ์ของคะแนนความวิตกกังวล กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบเผชิญปัญหา แบบมุ่งลดอารมณ์ตั้งเครียด และแบบมุ่งจัดการกับปัญหาทางอารมณ์ของนักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพัน แตกต่างกัน .....	97
6. ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความวิตกกังวล กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบเผชิญปัญหา แบบมุ่งลดอารมณ์ตั้งเครียด และแบบมุ่งจัดการกับปัญหาทางอารมณ์ของนักศึกษาที่มีรูปแบบผูกพัน แตกต่างกัน .....	98
7. แสดงการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่ของคะแนน ความวิตกกังวลของนักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแตกต่างกัน โดยวิธี Dunnett's T3 .....	99
8. แสดงการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายข้อของคะแนน กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบเผชิญปัญหาของนักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพัน แตกต่างกัน โดยวิธี Dunnett's T3 .....	100
9. แสดงการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายข้อของคะแนน กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งลดอารมณ์ตั้งเครียดของนักศึกษาที่มี รูปแบบความผูกพันแตกต่างกัน โดยวิธี Dunnett's T3 .....	101

## สารบัญตาราง (ต่อ)

ตาราง	หน้า
10. แสดงการวิเคราะห์ค่าความเป็นเอกพันธ์ของคะแนนความวิตกกังวล กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบเผชิญปัญหา แบบมุ่งลดอารมณ์ตั้งเครียด และแบบมุ่งจัดการกับปัญหาทางอารมณ์ของกลุ่มตัวอย่างที่มีชั้นปีแตกต่างกัน .....	103
11. ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบสองทางของคะแนนความวิตกกังวล กลวิธีเผชิญปัญหา แบบมุ่งลดอารมณ์ตั้งเครียด และแบบมุ่งจัดการกับ ปัญหาทางอารมณ์ โดยตัวแปรอิสระคือเพศ และชั้นปีที่เรียน .....	104
12. ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบสองทางของคะแนนความวิตกกังวล กลวิธีเผชิญปัญหาแบบเผชิญปัญหา แบบมุ่งลดอารมณ์ตั้งเครียด และแบบมุ่งจัดการกับปัญหาทางอารมณ์ โดยตัวแปรอิสระคือสาขาวิชา และชั้นปีที่เรียน .....	106
13. แสดงการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนน กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบเผชิญปัญหาของนักศึกษาที่มีชั้นปีแตกต่างกัน โดยวิธีการ โดยวิธี Dunnett's T3 .....	108
14. แสดงการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายข้อของคะแนน กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งลดอารมณ์ตั้งเครียดของนักศึกษา ที่มีชั้นปีแตกต่างกัน โดยวิธี Dunnett's T3 .....	110
15. แสดงค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนรูปแบบ การทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองด้านลบ และผู้อื่นด้านลบของ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทั้งระยะก่อนทดลองและหลังทดลอง .....	113
16. การทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ย (M) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองด้านลบ คะแนนรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นด้านลบของ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในช่วงก่อนการทดลองและหลังการทดลองด้วยการ ทดสอบค่าที (t-test) แบบกลุ่มไม่อิสระ .....	115
17. การทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของ คะแนนรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองด้านลบ และคะแนนรูปแบบ การทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นด้านลบของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในช่วง ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ด้วยการทดสอบค่าที (t-test) แบบกลุ่มอิสระ ....	116