

ภาคผนวก

PAYAP UNIVERSITY

เลขที่.....

แบบสอบถาม

เรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลต่อความฉลาดทางอารมณ์และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษา
มหาวิทยาลัยพายัพ

คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม

แบบสอบถามฉบับนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความฉลาดทางอารมณ์ และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษามหาวิทยาลัยพายัพ ข้อมูลที่ได้จะใช้เป็นแนวทางในการพัฒนานักศึกษา และคำตอบของนักศึกษาทุกคน ผู้วิจัยจะเก็บไว้เป็นความลับ โดยจะไม่มีผลกระทบต่อการเรียนการสอนใด ๆ ทั้งสิ้น

จึงขอความกรุณาตอบแบบสอบถามตรงตามความเป็นจริงให้มากที่สุด และโปรดตอบทุกข้อ พร้อมส่งกลับคืนผู้วิจัยตามที่กำหนด

อ.รุ่งฤดี วงศ์ชุม

แบบสอบถามฉบับนี้มี 6 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

ตอนที่ 2 แบบวัดลักษณะบุคลิกภาพ

ตอนที่ 3 แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง

ตอนที่ 4 แบบวัดระดับความเครียด

ตอนที่ 5 แบบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์

ตอนที่ 6 แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

1. เพศ ชาย หญิง
2. อายุ.....ปี
3. ชั้นปี.....
4. ท่านเรียนอยู่คณะ.....สาขาวิชา.....
- 5.เกรดเฉลี่ยรวมครั้งล่าสุดของท่าน (2/2547)
6. จำนวนสมาชิกในชั้นเรียน.....คน
7. ท่านมีเพื่อนสนิท จำนวน..... คน
8. ความสัมพันธ์ของท่านกับอาจารย์ที่ปรึกษา
 - ดีมาก ดี ปานกลาง น้อย น้อยมาก
- 9.ทัศนคติของท่านที่มีต่อคณะที่เรียน
 - ชอบ อยากเรียน เฉยๆ ไม่ชอบ
10. ทัศนคติต่อมหาวิทยาลัย
 - ชอบ อยากเรียน เฉยๆ ไม่ชอบ
11. รายได้.....บาทต่อเดือน
12. ที่อยู่ปัจจุบัน
 - บ้านของตนเอง หอพักของมหาวิทยาลัย
 - หอพักเอกชน บ้านเช่า/คอนโด
 - บ้านญาติ อื่น ๆ (ระบุ).....
13. วิธีการที่ท่านใช้เมื่อเกิดปัญหาเป็นอันดับแรก
 - ปรึกษาบิดามารดา
 - ปรึกษาเพื่อน
 - ปรึกษาอาจารย์ที่คณะ
 - ปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษา

14. ความคาดหวังของท่านต่อการศึกษา

- 1. สอบผ่านทุกวิชาโดยไม่สนใจเกรด
- 2. สอบผ่านทุกวิชาโดยได้เกรดเฉลี่ย 2.5 ขึ้นไป
- 3. สอบผ่านทุกวิชาโดยได้เกรดเฉลี่ย 3.0 ขึ้นไป
- 4. ทำให้ดีที่สุดโดยไม่สนใจเกรด
- 5. อื่น ๆ (ระบุ).....

15. ความคาดหวังของครอบครัวต่อการศึกษาของท่าน

- 1. เรียนจบโดยไม่คำนึงถึงเกรดเฉลี่ยและระยะเวลา
- 2. เรียนจบตามเกณฑ์
- 3. เรียนจบได้เกรดเฉลี่ย 3.00 ขึ้นไป
- 4. เรียนจบมีรายได้ดี
- 5. เรียนต่อในระดับที่สูงขึ้น
- 6. เรียนจบ มีรายได้ดี และช่วยเหลือครอบครัว
- 7. อื่นๆ (ระบุ).....

16. ท่านเป็นบุตรคนที่..... ในจำนวนพี่น้อง.....คน

17. การศึกษาของบิดา

- | | | |
|--------------------------------------|-------------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> ไม่ได้เรียน | <input type="checkbox"/> ประถมศึกษา | <input type="checkbox"/> มัธยมศึกษา |
| <input type="checkbox"/> อนุปริญญา | <input type="checkbox"/> ปริญญาตรี | <input type="checkbox"/> สูงกว่าปริญญาตรี |

18. การศึกษาของมารดา

- | | | |
|--------------------------------------|-------------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> ไม่ได้เรียน | <input type="checkbox"/> ประถมศึกษา | <input type="checkbox"/> มัธยมศึกษา |
| <input type="checkbox"/> อนุปริญญา | <input type="checkbox"/> ปริญญาตรี | <input type="checkbox"/> สูงกว่าปริญญาตรี |

19. อาชีพของบิดา

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> ไม่ได้ประกอบอาชีพ | <input type="checkbox"/> รับจ้าง(เอกชน) |
| <input type="checkbox"/> ประกอบอาชีพส่วนตัว | <input type="checkbox"/> รัฐวิสาหกิจ |
| <input type="checkbox"/> ข้าราชการ | <input type="checkbox"/> อื่น ๆ ระบุ..... |

20. อาชีพของมารดา

- ไม่ได้ประกอบอาชีพ รับจ้าง(เอกชน)
 ประกอบอาชีพส่วนตัว รัฐวิสาหกิจ
 ข้าราชการ อื่น ๆ ระบุ.....

21. รายได้ของครอบครัว.....บาทต่อเดือนหรือ.....บาทต่อปี

22. บิดามารดาของท่านเลี้ยงดูแบบใด

- ยอมรับฟังความคิดเห็น ให้ตัดสินใจด้วยตนเอง
 ไม่รับฟังความคิดเห็น ตัดสินใจแทนทุกเรื่อง
 ไม่สนใจ ให้ตัดสินใจเอง ไม่ให้คำปรึกษา
 ดูแลทุกเรื่อง ไม่เคยปฏิเสธสิ่งที่ขอ

23. ความสัมพันธ์ของท่านกับบุคคลในครอบครัว

- ดีมาก ดี ปานกลาง น้อย น้อยมาก

24. การเข้าร่วมกิจกรรมเสริมหลักสูตรของมหาวิทยาลัย

- เข้าร่วมทุกกิจกรรม
 เข้าร่วมเฉพาะกิจกรรมที่บังคับ
 ไม่เข้าร่วมเลย

25. จำนวนครั้งของการเข้ามณัสการ..... ครั้งต่อเทอม

ตอนที่ 2 แบบวัดลักษณะบุคลิกภาพ

คำชี้แจง ให้ท่านอ่านข้อความข้างล่างแล้วพิจารณาว่าข้อความใดที่เป็นจริงตามความรู้สึก
ความคิดหรือบุคลิกภาพลักษณะตัวคุณ แล้วทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ท่านเลือก

ข้อความ	ไม่จริง เลย	ไม่ค่อย จริง	จริงเพียง เล็กน้อย	จริงพอ สมควร	จริงค่อนข้าง มาก	จริง มาก	จริง มากที่สุด
1. ชอบวิพากษ์วิจารณ์และแสดงความคิดเห็น							
2. เชื่อว่าการดิ้นรนและการลงโทษทำให้สังคมดีขึ้น							
3. มีความเชื่อมั่นและเป็นตัวของตัวเอง							
4. ยึดมั่นต่อจารีตประเพณีและความถูกต้องเป็นหลัก							
5. ชอบเป็นผู้นำ							
6. ชอบแนะนำสั่งสอนผู้อื่น							
7. ชอบเห็นใจคนอื่น							
8. ชอบช่วยเหลือคนอื่น							
9. รักและห่วงใยตนเอง							
10. ชอบสงสารคนอื่นเมื่อเห็นเขาทุกข์ร้อน							
11. ห่วงใยต่อความรู้สึกและความทุกข์ของผู้อื่น							
12. ชอบปกป้องและทุกข์ร้อนแทนคนอื่น							
13. ชอบคิดแก้ปัญหา							
14. ชอบใช้เหตุผลมากกว่าใช้อารมณ์							
15. ชอบค้นคว้าศึกษาหาความรู้							
16. ชอบความสงบไม่วุ่นวาย							
17. ชอบคิดและทำมากกว่าพูด							
18. ชอบพึ่งพาตนเอง							

ข้อความ	ไม่จริง เลย	ไม่ค่อย จริง	จริงเพียง เล็กน้อย	จริงพอ สมควร	จริงค่อนข้าง มาก	จริง มาก	จริง มาก ที่สุด
19. ชอบคิดริเริ่มและสร้างสรรค์							
20. กระตือรือร้นต่อสิ่งแปลกๆใหม่ๆ							
21. ชอบความตื่นเต้นและการผจญภัย							
22. ชอบชีวิตที่สนุกสนานร่าเริง							
23. ชอบอิสระเสรีไม่ชอบให้ใครบีบบังคับ							
24. ชอบชีวิตที่สบายๆไม่จริงจัง							
25. ชอบคล้อยตามผู้อื่น							
26. เอาใจคนเก่ง							
27. ชอบการประนีประนอมไม่ขัดใจใคร							
28. ปรับตัวเข้ากับคนอื่นได้ง่าย							
29. รู้สึกไม่สบายใจเมื่อต้องขัดแย้งกับคนอื่น							
30. ชอบคิดมากเมื่อทำความผิดหรือขัดใจใคร							

ตอนที่ 3 แบบประเมินการเห็นคุณค่าในตนเอง

คำชี้แจง ให้ท่านทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับความรู้สึกของท่านมากที่สุด

ข้อความ	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง	ไม่เห็น ด้วย	เห็น ด้วย	เห็นด้วย อย่างยิ่ง
1. โดยทั่วไปฉันรู้สึกพอใจตนเอง				
2. มีบ่อยครั้งที่ฉันคิดว่าตนเองไม่มีอะไรดี เลย				
3. ฉันรู้สึกว่าตัวฉันก็มีอะไรดีๆในตัวเอง				
4. ฉันสามารถทำอะไรได้ดีเหมือนคนอื่น ๆ				
5. ฉันรู้สึกว่าตนเองไม่มีอะไรที่น่าภูมิใจ มากนัก				
6. ฉันรู้สึกบ่อยๆว่าตนเองไร้ค่า				
7. ฉันรู้สึกว่าตนเองก็มีคุณค่าอย่างน้อย ที่สุดก็เท่ากับคนอื่น				
8. ฉันอยากจะภาคภูมิใจตนเองให้มากกว่า นี้				
9. โดยรวมแล้วฉันมีแนวโน้มจะรู้สึกว่าตัว ฉันล้มเหลว				
10. ฉันมีความรู้สึกที่ดีกับตนเอง				

ตอนที่ 4 แบบวัดระดับความเครียด

คำชี้แจง ให้ท่านทำเครื่องหมาย / ลงในช่องข้อความที่ตรงกับความรู้สึก หักคนคิดและพฤติกรรม
ที่แท้จริงของท่าน

ข้อความ	ระดับอาการ			
	ไม่เคย เลย	เป็นครั้ง คราว	เป็น บ่อยๆ	เป็น ประจำ
1. นอนไม่หลับ เพราะคิดมากหรือกังวลใจ				
2. รู้สึกหงุดหงิด รำคาญใจ				
3. ทำอะไรไม่ได้เลย เพราะประสาทตึงเครียด				
4. มีความวุ่นวายใจ				
5. ไม่อยากพบปะผู้คน				
6. ปวดหัวข้างเดียวหรือปวดบริเวณขมับทั้งสอง ข้าง				
7. รู้สึกไม่มีความสุขและเศร้าหมอง				
8. รู้สึกหมดหวังในชีวิต				
9. รู้สึกว่าชีวิตตนเองไม่มีคุณค่า				
10. กระวนกระวายอยู่ตลอดเวลา				
11. รู้สึกว่าตนเองไม่มีสมาธิ				
12. รู้สึกเปลี่ยวจนไม่มีแรงจะทำอะไร				
13. รู้สึกเหนื่อยหน่ายไม่อยากทำอะไร				
14. มีอาการหัวใจเต้นแรง				
15. เสี่ยงสั้น ปากสั้น หรือมือสั้นเวลาไม่พอใจ				
16. รู้สึกกลัวผิดพลาดในการทำสิ่งต่างๆ				
17. ปวดหรือเกร็งกล้ามเนื้อบริเวณท้ายทอย หลัง หรือไหล่				
18. ตื่นเต้นง่ายกับเหตุการณ์ที่ไม่คุ้นเคย				
19. มึนงง หรือเวียนศีรษะ				
20. ความสุขทางเพศลดลง				

ตอนที่ 5 แบบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์

คำชี้แจง ให้ท่านทำเครื่องหมาย / ลงในช่องท้ายข้อความที่ตรงกับความรู้สึก ทัศนคติและพฤติกรรมที่แท้จริงของท่าน

ข้อความ	ไม่ บ่อยครั้ง ที่สุด	ไม่ บ่อยครั้ง	บางครั้ง	บ่อยครั้ง	บ่อยครั้ง ที่สุด
1. ท่านคิดไว้เสมอว่าในอนาคตจะต้องมีงานทำที่ดี					
2. ในการเรียนรู้ท่านคิดว่าจะต้องทำอะไรให้ดีที่สุด					
3. ท่านจะเรียนได้ดีถ้าครูส่งเสริมให้รู้จักพึ่งตนเอง					
4. ท่านคิดว่างานที่อาจารย์ให้ทำนอกเวลาเป็นสิ่งที่ต้องทำให้ครบถ้วน ไม่มีผิดพลาด					
5. ท่านคิดว่าความพยายามนำไปสู่ความสำเร็จ					
6. ในการเรียนรู้ท่านพยายามทำอะไรให้สูงกว่าเพื่อนทุกคนในชั้น					
7. ท่านได้วางแผนเป้าหมายในอนาคตไว้แล้ว และจะต้องทำให้บรรลุเป้าหมาย					
8. ท่านรู้สึกภูมิใจมากที่มีคนคอยช่วยเหลือไม่ว่าจะทำสิ่งใดก็ตาม					
9. การพึ่งตนเองในเรื่องการเรียนนั้น ท่านถือว่าเป็นสิ่งที่มีคุณค่ามากที่สุด					
10. ท่านคิดว่าเวลาเรียนในแต่ละสัปดาห์มากเกินไป					
11. ท่านรู้สึกมั่นใจขึ้นถ้าได้มีการวางแผนการเรียนสำหรับตนเอง					
12. ท่านรู้สึกเบื่อหน่ายต่อบทเรียนที่ยาก					

ข้อความ	ไม่ บ่อยครั้ง ที่สุด	ไม่ บ่อยครั้ง	บางครั้ง	บ่อยครั้ง	บ่อยครั้ง ที่สุด
13. งานที่ท่านพอใจอย่างยิ่งคืองานที่ได้ใช้ ความสามารถของตนเองอย่างเต็มที่					
14. ท่านรู้สึกท้อแท้ใจเรียนกับกลุ่มที่มีคน เก่งเรียนอยู่มาก					
15. เพื่อน ๆ บอกว่าท่านเป็นคนที่มีความ รับผิดชอบ					
16. ท่านรู้สึกอยู่เสมอว่าการเรียนเป็นเรื่อง น่าเบื่อหน่าย					
17. ครูตำหนิว่าท่านละเพราะในการทำงาน ท่านรู้สึกว่าจำเป็นต้องปรับปรุงให้ดีขึ้น					
18. ท่านรู้สึกเสมอว่าความสำเร็จในการ วางแผนการเรียนประการหนึ่งเกิดจากการ วางแผนในการทำงานและการบ้านอย่างมี ขั้นตอน					
19. ขณะทำการบ้านท่านจะพยายามทำ ให้สำเร็จก่อนแล้วจึงหยุดพัก					
20. เมื่อมีการบ้านที่ยาก ๆ ท่านจะต้อง เสียเวลาในการคิดนาน					
21. ท่านจะต้องเตรียมอ่านหนังสือมา ล่วงหน้าก่อนเข้าเรียนทุกวิชา					
22. ถ้ามีโอกาสเลือกห้องเรียน ท่านจะ เลือกห้องเรียนที่มีคนเก่งเรียนอยู่มาก ๆ					
23. ท่านชอบทำงานด้วยความคิดตนเอง ไม่ชอบให้ผู้อื่นทำให้					
24. เมื่อท่านตั้งใจจะทำอะไรแล้ว เมื่อถึง เวลานั้นจริง ๆ ก็มักจะผลัดวันอยู่เรื่อย ๆ					

ข้อความ	ไม่บ่อยครั้งที่สุด	ไม่บ่อยครั้ง	บางครั้ง	บ่อยครั้ง	บ่อยครั้งที่สุด
25. ในการเขียนรายงานส่งครู ท่านจะพยายามทำให้เสร็จก่อนกำหนดแล้วนำมาตรวจแก้ไขข้อบกพร่องอีกครั้ง					
26. ในขณะที่ครูสอนท่านจะตั้งใจเรียนและสนใจกับสิ่งที่ครูสอน					
27. ในบทเรียนที่ยาก ๆ นั้น ท่านจะอ่านซ้ำหลาย ๆ ครั้งจนเข้าใจแล้วจึงผ่านไป					
28. ท่านมีความพยายามเพิ่มมากขึ้น เมื่อรู้ว่าตนเองด้อยกว่าเพื่อน					
29. ในการสอบแต่ละครั้งท่านจะเตรียมตัวสอบเพียงคืนเดียวเท่านั้น					
30. เมื่อใดที่ต้องทำรายงานยาก ๆ ท่านจะพยายามทำจนสุดความสามารถ					
31. เมื่อครูให้การบ้านเพียง 1 หรือ 2 เรื่อง ท่านจะเก็บไว้ทำทีหลัง					
32. ในการเรียนท่านตั้งใจเรียนอย่างเต็มที่					

ตอนที่ 6 แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์

คำชี้แจง

แบบประเมินนี้เป็นประโยคที่มีข้อความเกี่ยวข้องกับอารมณ์ และความรู้สึกที่แสดงออกในลักษณะต่างๆ รวมทั้งสิ้น 52 ข้อ ให้ท่านเลือกคำตอบแล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง ไม่จริง จริงบางครั้ง ค่อนข้างจริง หรือ จริงมาก ช่องใดช่องหนึ่งที่ท่านคิดว่าตรงกับตัวท่านมากที่สุด คำตอบทุกข้อ ไม่มีคำตอบที่ถูกต้องหรือผิดหรือไม่ดี โปรดตอบให้ครบทุกข้อ

ไม่จริง หมายถึง ท่านไม่มีอารมณ์และความรู้สึกเหล่านั้นเลย
 จริงบางครั้ง หมายถึง ท่านมีอารมณ์และความรู้สึกเหล่านั้นบ้าง
 ค่อนข้างจริง หมายถึง ท่านมีอารมณ์และความรู้สึกเหล่านั้นค่อนข้างมาก
 จริงมาก หมายถึง ท่านมีอารมณ์และความรู้สึกเหล่านั้นอยู่เป็นประจำทุกครั้งที่

อารมณ์และความรู้สึก	ความคิดเห็น			
	ไม่จริง	จริงบางครั้ง	ค่อนข้างจริง	จริงมาก
1. เวลาโกรธหรือไม่สบาย ฉันรับรู้ได้ว่าเกิดอะไรขึ้นกับฉัน				
2. ฉันบอกไม่ได้ว่าอะไรทำให้ฉันรู้สึกโกรธ				
3. เมื่อถูกขัดใจ ฉันมักรู้สึกหงุดหงิดจนควบคุมอารมณ์ไม่ได้				
4. ฉันสามารถตอบเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่พอใจ				
5. ฉันมักมีปฏิกิริยาโต้ตอบรุนแรงต่อปัญหาเพียงเล็กน้อย				
6. เมื่อถูกบังคับให้ทำในสิ่งที่ไม่ชอบ ฉันอธิบายเหตุผลจนผู้อื่นยอมรับได้				
7. ฉันสังเกตได้ เมื่อคนใกล้ตัวมีอารมณ์เปลี่ยนแปลง				

อารมณ์และความรู้สึก	ความคิดเห็น			
	ไม่จริง	จริงบางครั้ง	ค่อนข้างจริง	จริงมาก
8. ฉันไม่สนใจกับความทุกข์ของผู้อื่นที่ฉันไม่รู้จัก				
9. ฉันไม่ยอมรับในสิ่งที่ผู้อื่นทำต่างจากที่ฉันคิด				
10. ฉันยอมรับได้ว่าผู้อื่นก็อาจมีเหตุผลที่จะไม่พอใจการกระทำของฉัน				
11. ฉันรู้สึกว่าผู้อื่นชอบเรียกร้องความสนใจมากเกินไป				
12. แม้มีภาระที่ต้องทำ ฉันก็ยินดีรับฟังความทุกข์ของผู้อื่นที่ต้องการความช่วยเหลือ				
13. เป็นเรื่องธรรมดาที่จะเอาเปรียบผู้อื่นเมื่อมีโอกาส				
14. ฉันเห็นคุณค่าในน้ำใจที่ผู้อื่นมีต่อฉัน				
15. เมื่อทำผิด ฉันสามารถกล่าวคำ "ขอโทษ" ผู้อื่นได้				
16. ฉันยอมรับข้อผิดพลาดของผู้อื่นได้ยาก				
17. ถึงแม้จะต้องเสียประโยชน์ส่วนตัวไปบ้าง ฉันก็ยินดีทำเพื่อส่วนรวม				
18. ฉันรู้สึกลำบากใจในการทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งเพื่อผู้อื่น				
19. ฉันไม่รู้ว่าฉันเก่งเรื่องอะไร				
20. แม้จะเป็นงานยาก ฉันก็มั่นใจว่าสามารถทำได้				
21. เมื่อทำสิ่งใดไม่สำเร็จ ฉันรู้สึกหมดกำลังใจ				
22. ฉันรู้สึกมีคุณค่าเมื่อได้ทำสิ่งต่างๆ อย่างเต็มความสามารถ				
23. เมื่อต้องเผชิญกับอุปสรรคและความผิดหวัง ฉันก็จะไม่ยอมแพ้				
24. เมื่อเริ่มทำสิ่งหนึ่งสิ่งใด ฉันมักทำต่อไปไม่สำเร็จ				

อารมณ์และความรู้สึก	ความคิดเห็น			
	ไม่จริง	จริงบางครั้ง	ค่อนข้างจริง	จริงมาก
25. ฉันพยายามหาสาเหตุที่แท้จริงของปัญหาโดยไม่คิดเอาเองตามใจชอบ				
26. ป่อยครั้งที่ฉันไม่รู้ว่าจะอะไรทำให้ฉันไม่มีความสุข				
27. ฉันรู้สึกว่าการตัดสินใจแก้ปัญหาเป็นเรื่องยากสำหรับฉัน				
28. เมื่อต้องทำอะไรหลายอย่างในเวลาเดียวกัน ฉันตัดสินใจได้ว่าจะทำอะไรก่อนหลัง				
29. ฉันลำบากใจเมื่อต้องอยู่กับคนแปลกหน้าหรือคนที่ไม่คุ้นเคย				
30. ฉันทนไม่ได้เมื่อต้องอยู่ในสังคมที่มีกฎระเบียบขัดกับความเคยชินของฉัน				
31. ฉันทำความรู้จักผู้อื่นได้ง่าย				
32. ฉันมีเพื่อสนิทหลายคนที่คบกันมานาน				
33. ฉันไม่กล้าบอกความต้องการของฉันให้ผู้อื่นรู้				
34. ฉันทำในสิ่งที่ต้องการโดยไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน				
35. เป็นการยากสำหรับฉันที่จะได้แย้งกับผู้อื่น แม้จะมีเหตุผลเพียงพอ				
36. เมื่อไม่เห็นด้วยกับผู้อื่น ฉันสามารถอธิบายเหตุผลที่เขายอมรับได้				
37. ฉันรู้สึกด้อยกว่าผู้อื่น				
38. ฉันทำหน้าที่ได้ดี ไม่ว่าจะอยู่ในบทบาทใด				
39. ฉันสามารถทำงานที่ได้รับมอบหมายได้ดีที่สุด				
40. ฉันไม่มั่นใจในการทำงานที่ยากลำบาก				

อารมณ์และความรู้สึก	ความคิดเห็น			
	ไม่จริง	จริง บางครั้ง	ค่อนข้างจริง	จริง มาก
41. แม้สถานการณ์จะเลวร้าย ฉันก็มีความหวังว่าจะดีขึ้น				
42. ทุกปัญหามักมีทางออกเสมอ				
43. เมื่อมีเรื่องที่ทำให้เครียด ฉันมักปรับเปลี่ยนให้เป็นเรื่อง ผ่อนคลายหรือสนุกสนานได้				
44. ฉันสนุกสนานทุกครั้งกับกิจกรรมในวันสุดสัปดาห์และ วันหยุดพักผ่อน				
45. ฉันรู้สึกไม่พอใจที่ผู้อื่นได้รับสิ่งดีๆ มากกว่าฉัน				
46. ฉันพอใจกับสิ่งที่ฉันเป็นอยู่				
47. ฉันไม่รู้ว่าจะหาอะไรทำ เมื่อรู้สึกเบื่อหน่าย				
48. เมื่อว่างเว้นจากภาระหน้าที่ ฉันจะทำในสิ่งที่ฉันชอบ				
49. เมื่อรู้สึกไม่สบายใจ ฉันมีวิธีผ่อนคลายอารมณ์ได้				
50. ฉันสามารถผ่อนคลายตนเองได้ แม้จะเหน็ดเหนื่อยจาก ภาระหน้าที่				
51. ฉันไม่สามารถทำให้เป็นสุขได้จนกว่าจะได้ทุกสิ่งที่ ต้องการ				
52. ฉันมักทุกข์ร้อนกับเรื่องเล็กๆ น้อยๆ ที่เกิดขึ้นเสมอ				

รายนามคณะกรรมการประเมินผลงานวิจัย

1. รองศาสตราจารย์ ดร.ต่าย เชียงฉวี ภาควิชาประเมินผลและวิจัยการศึกษา
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
2. ศาสตราจารย์ ดร.เอสเธอร์ เวคแมน รองอธิการบดี ฝ่ายศาสนศึกษาและเสริมสัมพันธ์
มหาวิทยาลัยพายัพ
3. อาจารย์ฐิติ ฐิติจำเริญพร ผู้ช่วยอธิการบดีฝ่ายแผนงานและมาตรฐานวิชาการ
มหาวิทยาลัยพายัพ

PAYAP UNIVERSITY

ประวัติผู้วิจัย

นางสาวรุ่งฤดี วงศ์ชุม

คุณวุฒิทางการศึกษา

ปริญญาตรี	พยาบาลศาสตรบัณฑิต	มหาวิทยาลัยบูรพา
ปริญญาโท	สังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต	มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

ประสบการณ์ในการทำงาน

- 2537 พยาบาลวิชาชีพ
- 2539 นักวิชาการการศึกษา 4 มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี
- 2540 อาจารย์ประจำ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม
- 2546-ปัจจุบัน อาจารย์ประจำ คณะพยาบาลศาสตร์แมคคอร์มิค มหาวิทยาลัยพายัพ

งานวิจัย

1. ภาวะเครียดของบิดามารดาเด็กออทิสติกที่เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลอุพระสหเวช
โยปถัมภ์
2. รูปแบบการเรียนและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษามหาวิทยาลัยสยาม
3. ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของแรงงานสตรีที่รับงานมาทำที่บ้าน ศึกษา
เฉพาะกรณีจังหวัดเชียงใหม่