

ความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาชั้นปีที่ 1  
มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา\*  
ANXIETY FOR SPEAKING ENGLISH AMONG FIRST YEAR STUDENTS IN  
MAHAMAKUT BUDDHIST UNIVERSITY LANNA CAMPUS

ประดิษฐ์ คำมุงคุณ

Pradit Kammungkun

พระมหาสันติราษฎร์ ฌานสนติ (พวงมลิ)

Phramaha Santirat Jhanasanti (Phuangmali)

พระมหาวราสายะ วราสยานัน

Phramaha varasaya varasayan

พระมหาศรัณย์วัตร กิตติวัชร (อินลม)

Phramaha Saranwat Kittivachiro (Inlom)

สมโภชน์ ไว้วงษ์

Sompoch Wowong

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา

Mahamakut Buddhist University Lanna Campus, Thailand

E-mail: praditkkp@gmail.com

## บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษากลุ่มตัวอย่างได้แก่นักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา สาขาภาษาอังกฤษ คณะมนุษยศาสตร์และสาขาการสอนภาษาอังกฤษ คณะศึกษาศาสตร์ จำนวน 92 คน จากจำนวนประชากรทั้งหมด 120 คนโดยวิธีสุ่มอย่างง่าย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่แบบสอบถาม ใช้วิธีการทางสถิติในการวิเคราะห์และประมวลผลหาค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษามีความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษโดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.32 ประเด็นที่นักศึกษามีความวิตกกังวลสูงสุด 3 อันดับแรก นักศึกษาจะตื่นเต้นหากต้องพูดภาษาอังกฤษโดยไม่ได้เตรียมตัวล่วงหน้า รองลงมา นักศึกษามีความวิตกกังวลหากสอบไม่ผ่านรายวิชาการพูดภาษาอังกฤษ และอันดับสุดท้าย นักศึกษารู้สึกกระวนกระวายและวิตกกังวลจนลืมสิ่งที่เคยเรียนรู้มาหากต้องพูดในสถานการณ์ที่ไม่คุ้นเคย ส่วนประเด็นที่นักศึกษามีความวิตกกังวลต่ำสุด 3 อันดับ

\* Received 1 December 2019; Revised 22 December 2019; Accepted 5 January 2020



สุดท้าย อันดับแรก นักศึกษารู้สึกประหม่าเมื่อใช้ภาษาอังกฤษสนทนากับคนที่คุ้นเคย รองลงมา นักศึกษารู้สึกอึดอัดที่ต้องพูดภาษาอังกฤษต่อหน้าเพื่อนๆ และนักศึกษารู้สึกวิตกกังวลว่าอาจารย์ผู้สอนภาษาอังกฤษจะแก้ไขข้อผิดพลาดทันทีทันใดที่พูดภาษาอังกฤษผิดตามลำดับ ซึ่งผลการศึกษาสรุปว่านักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา ที่มีเพศ อายุ สาขาวิชาเอก เกรดเฉลี่ย ต่างกัน มีความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษที่ไม่ต่างกัน ดังนี้ นักศึกษาจะตื่นเต้นหากพูดภาษาอังกฤษโดยไม่ได้เตรียมตัวล่วงหน้า ที่เป็นเช่นนี้ เพราะความกลัวในการพูดผิด กลัวเสียหน้า รู้สึกอึดอัดที่ต้องพูดต่อหน้าผู้ฟัง และขาดความมั่นใจ นักศึกษามีความวิตกกังวลหากสอบไม่ผ่านในรายวิชาการพูดภาษาอังกฤษ ที่เป็นเช่นนี้ เพราะนักศึกษามีความกังวลในการสื่อสาร ซึ่งเป็นความรู้สึกชนิดหนึ่งที่ไม่สบายใจและแสดงออกมาในรูปของความกลัวการพูดผิดและกลัวการถูกประเมินทางลบจากอาจารย์ นักศึกษาได้เสนอแนวทางในการคลายความวิตกกังวลในการเรียนภาษาอังกฤษไว้ว่า สอนออกเสียงให้ถูกต้องใกล้เคียงกับเจ้าของภาษาและให้กล้าพูดโดยไม่อาย เพื่อที่จะสามารถสนทนากับชาวต่างชาติได้ อยากรให้อาจารย์สอนในรายวิชาโดยเน้นการสื่อสารเป็นภาษาอังกฤษ สอนคำศัพท์ในชีวิตประจำวันรวมทั้งวิธีการใช้ด้วย และอยากให้มีอาจารย์ชาวต่างชาติที่เป็นเจ้าของภาษามาสอนในรายวิชาการพูดภาษาอังกฤษด้วย เพราะจะได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้แนวคิดใหม่ๆ และได้รับประสบการณ์ตรงจากการพูดและสนทนากับเจ้าของภาษาอย่างแท้จริง

**คำสำคัญ:** ความวิตกกังวล, การพูดภาษาอังกฤษ, มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา

## Abstract

The objective of this research was to study the anxiety for speaking English among first year students at Mahamakut Buddhist University, Lanna Campus. The sample group of this research was 92 first year students. The population of the study was 120 first year students in the English major program, faculty of Humanity and English teaching major, faculty of Education, Mahamakut Buddhist University, Lanna Campus. The instrument applied in data collecting was the questionnaire. The data obtained was analyzed by the application of frequency, percentage, mean, and standard deviation.

The study findings revealed the following: The students had anxiety in speaking English at a moderate level by 3.32 of the average. The top



three anxieties of the students are: First, students are anxious to speak English without being prepared. Secondly, students are anxious of passing the subject of English Speaking. And finally, students become increasingly anxious in unfamiliar situations until they forget what they have learned. On the other hand, the three least issues of student anxieties are: First, students feel awkward when using English conversation with familiar people. Secondly, students feel uncomfortable speaking English among friends. And finally, students feel less anxious that the teacher will correct mistakes when they speak incorrect English. It is concluded that the students of Mahamakut Buddhist University, Lanna Campus with different terms of sex, major, and GPA did not have significantly different levels of anxiety in speaking English. Students are anxious about speaking English without being prepared because of the fear of being wrong. They feel uncomfortable to speak in front of a listener because they lack confidence. Students are worried. About passing English class because they are concerned about proper communication. This creates a kind of feeling that is uncomfortable and is expressed in the form of fear, incorrect speech, and fear of negative evaluation from the teacher. Students offered a way to relieve anxiety in learning English by learning to pronounce the words correctly from native speakers and by daring to speak without shame in order to speak with foreigners. Teachers in the course emphasize communication in English, teaching vocabulary in everyday life as well as how to use it. There is a need to have foreign teachers who are native speakers to teach English classes to enable students to learn new concepts and gain experience directly from speaking and conversing with native speakers.

**Keywords:** Anxiety, Speaking English, Mahamakut Buddhist University Lanna Campus

## บทนำ

ภาษาอังกฤษเป็นภาษาสากลและเป็นเครื่องมือสำคัญที่ใช้ในการสื่อสารกับประชาคมโลกได้อย่างไร้ขีดจำกัด ภาษาอังกฤษเป็นสื่อกลางในการเผยแพร่แลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสารและความรู้ในแขนงต่าง ๆ ดังนั้นการพัฒนาประเทศในทุกด้านให้มีความเจริญก้าวหน้าและทัดเทียม



กับนานาประเทศในโลกจึงจำเป็นต้องพัฒนาศักยภาพของประชากรของประเทศให้มีความรู้ความสามารถในการสื่อสารด้วยภาษาอังกฤษ ประเทศไทยได้ตระหนักถึงความสำคัญของการใช้ภาษาอังกฤษมาโดยตลอด ดังจะเห็นได้จากการจัดการศึกษาของชาติกำหนดให้มีการเรียนการสอนวิชาภาษาอังกฤษในระดับต่าง ๆ มาเป็นเวลานานเพื่อให้ประชากรของชาติสามารถสื่อสารกับนานาชาติด้วยภาษาอังกฤษทั้งทางด้านการฟัง การพูด การอ่าน และการเขียนเป็นที่น่าสนใจกว่ามีนักเรียน นิสิต นักศึกษาตลอดจนประชาชนที่มีการศึกษายังคงแสวงหาสถาบันสำหรับสอนพิเศษภาษาอังกฤษอยู่เนือง ๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งมีผู้เรียนจำนวนมากที่ต้องการเรียนการพูดภาษาอังกฤษ ปรากฏการณ์เช่นนี้สะท้อนถึงปัญหาของการจัดการเรียนการสอนภาษาอังกฤษในโรงเรียนและสถานศึกษาที่ผ่านมาไม่สามารถตอบสนองความต้องการของผู้เรียนตามวัตถุประสงค์ของการจัดการศึกษาที่ตั้งไว้ ตลอดจนมีข้อมูลที่น่าเสนอต่อสังคมไทยและทั่วโลกถึงความล้มเหลวของการพูดภาษาอังกฤษของคนไทย การเรียนรู้ด้านการพูดภาษาอังกฤษจะเริ่มจากการฝึกฟังและเน้นให้ฝึกพูดตาม ตลอดจนยังมีจุดเด่นที่ระบบจะสามารถวิเคราะห์การพูดภาษาอังกฤษของผู้เรียน เป็นการวัดผลและประเมินผลให้ผู้เรียนได้ทราบถึงการเรียนรู้ของตนเอง เพื่อเกิดแรงจูงใจในการพัฒนาต่อไป นอกจากนี้ ระบบจะแนะนำว่าผู้เรียนควรปรับปรุงการออกเสียงอย่างไรบ้าง ทำให้การเรียนเป็นแบบส่งเสริมการพัฒนาบุคคล (อารีรักษ์ มีแจ้ง และคณะ, 2554)

นักเรียนไทยส่วนใหญ่เติบโตในโรงเรียนที่มีการสื่อสารแบบทางเดียว ผู้เป็นครูจะทำหน้าที่สื่อสารส่วนนักเรียนรับอย่างเดียวโดยไม่ค่อยมีโอกาสได้โต้ตอบกลับไป ทำให้กลายเป็นคนขี้อาย ไม่คุ้นเคยและไม่มีความมั่นใจกับการพูดในห้องเรียนหรือเหตุการณ์เฉพาะหน้าต่าง ๆ ในสังคมทั่วไป กับคนเยอะ ไม่ค่อยมีโอกาสได้สื่อสารกับใครหลาย ๆ ประเภทในเหตุการณ์ต่าง ๆ ในเมื่อตอนเรียนหนังสือไม่ค่อยมีโอกาสได้สื่อสารและแสดงความคิดเห็นของตัวเอง โตขึ้นจึงชินกับการไม่ค่อยกล้า ไม่มั่นใจ การไม่ได้ฝึกสื่อสารให้มาก ๆ ในโรงเรียน และครูไม่ให้โอกาสเด็กได้พูด มีผลกับการสื่อสารภาษาอังกฤษของเด็กไทยด้วย ทำให้ยึดติดเกี่ยวกับกฎ กติกา มารยาทของภาษา (Grammar & Pronunciation) เยอะเกินไป กลัวจะเสียหน้าถ้าพูดผิด เลยอยากให้นั่นใจว่าตัวเองพูดถูกต้องตามที่เคยถูกปลูกฝังและเรียนมาจากโรงเรียนทั้งกับครูคนไทยและครูฝรั่งที่มักเน้นหลักไวยากรณ์ และความถูกต้องของประโยคจนลืมนึกถึงการสื่อสารที่ไหลลื่นแบบธรรมชาติ ทำให้คนไทยคุ้นเคยแต่กับความถูกต้องของ Grammar โดยละเลยว่าคนที่เขาใช้ภาษาอังกฤษกันได้อย่างไหลลื่นในชีวิตประจำวันนั้นเขาใช้กันอย่างไร เราถูกสอนให้ใช้ภาษาอังกฤษให้ถูกต้องตามหลัก Grammar เท่านั้น จะได้เอาไปสอบทำคะแนนได้ดีดี กังวลกับ Grammar จนพูดภาษาอังกฤษแบบชาวบ้าน ๆ ทำให้เด็กไทยให้ความสำคัญกับการเรียนไวยากรณ์ รูปแบบประโยค คำศัพท์ แต่ไม่ได้เน้นที่การนำไปใช้ แต่ฝรั่งเขาไม่ได้วัดที่ไวยากรณ์ แต่วัดที่การพูด การสื่อสาร วัดว่าคุณมีความสามารถในการสื่อสารมากแค่ไหน เด็กไทยหรือคน



ไทยมักจะกังวลเรื่องการใช้ศัพท์ รูปแบบประโยค ทำให้พูดไม่ได้ สื่อสารไม่ได้ (ณัฐธนรี ฤทธิรัตน์, 2557)

การกลัว กลัวเสียหน้า เสียชื่อ เสียเครดิต ไม่มั่นใจความคิดและฝีมือตัวเอง และไม่เคยชินกับการสื่อสารกับคนทั่วไปไม่ว่าในสถานการณ์ใด การกลัวก็จะเกิดขึ้น เพราะเรารู้สึกกลัวว่าสิ่งที่พูดไปจะออกมาไม่ดี ไม่ถูกต้อง กลัวว่าคู่สนทนาจะคิดไม่ดีกับเราและกับความสามารถด้านภาษา ความรู้สึกวิตกกังวลความประหม่าเช่นนี้เป็นเรื่องที่พบเห็นโดยปกติในการเรียนภาษาที่สองหรือภาษาต่างประเทศซึ่งความรู้สึกวิตกกังวลในเรื่องการพูดนี้เป็นที่ยอมรับกันว่ามีผลต่อการแสดงออกต่อการพูดของผู้เรียน ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงเล็งเห็นความสำคัญของปัญหาการพูดภาษาอังกฤษของคนไทยโดยเฉพาะอย่างยิ่งปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา เหล่านี้ซึ่งจะเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศชาติให้กับภาครัฐและส่วนต่าง ๆ ของประเทศในอนาคต ซึ่งผลของการศึกษาวิจัยนี้จะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งในการพัฒนาการเรียนการสอนภาษาอังกฤษของ มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย และการปรับปรุงหลักสูตรวิชาภาษาอังกฤษโดยรวมต่อไป

#### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา
2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลกระทบต่อความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา

#### วิธีดำเนินการวิจัย

นักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา จำนวน 120 คน โดยการจับสลากนักศึกษาได้นักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่มีเพศ อายุ สาขาวิชา และเกรดเฉลี่ย จำนวน 92 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถาม ลักษณะของแบบสอบถามเป็นการสอบถามข้อมูลทั่วไปและสอบถามเกี่ยวกับความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา ผู้วิจัยใช้ลักษณะคำถามแบบมาตราส่วน 5 ระดับโดยใช้หลักของ Likert Scale คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ค่า T-Test, F-Test ใช้การวิเคราะห์ข้อมูลและประมวลผลด้วยคอมพิวเตอร์



### การวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัย มหาภูมิราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา จะนำเสนอผลวิเคราะห์ ดังต่อไปนี้

**ตอนที่ 1 วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไป** เป็นการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ สาขาวิชาเอก และเกรดเฉลี่ย

**ตารางที่ 1** จำนวนร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถามของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหาภูมิราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา จำแนกตามเพศ

เพศ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ชาย	38	41.3
หญิง	54	58.7
รวม	92	100

จากตารางที่ 1 เมื่อพิจารณากลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 92 คน ซึ่งเก็บรวบรวมข้อมูลจากนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหาภูมิราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 58.7

**ตารางที่ 2** จำนวนร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถามของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหาภูมิราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา จำแนกตามอายุ

อายุ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ไม่เกิน 19 ปี	46	50.0
20 - 21 ปี	39	42.4
มากกว่า 21 ปี	7	7.6
รวม	92	100

จากตารางที่ 2 เมื่อพิจารณากลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 92 คน ซึ่งเก็บรวบรวมข้อมูลจากนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหาภูมิราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา พบว่า มีอายุอยู่ในช่วงไม่เกิน 19 ปี จำนวน 46 คน คิดเป็นร้อยละ 50.0 รองลงมาคืออายุระหว่าง 20 - 21 จำนวน 39 คน คิดเป็นร้อยละ 42.4 และอายุมากกว่า 21 ปี จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 7.6 ตามลำดับ

**ตารางที่ 3** จำนวนร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถามของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหาภูมิราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา จำแนกตามสาขาวิชา

สาขาวิชา	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ภาษาอังกฤษ	34	37.0
การสอนภาษาอังกฤษ	58	63.0
รวม	92	100



จากตารางที่ 3 เมื่อพิจารณาในกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 92 คน ซึ่งเก็บรวบรวมข้อมูลจากนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา พบว่าส่วนใหญ่เป็นนักศึกษาสาขาวิชาการสอนภาษาอังกฤษ จำนวน 58 คน คิดเป็นร้อยละ 63.0 ตามลำดับ

**ตารางที่ 4** จำนวนร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถามของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา จำแนกตามเกรดเฉลี่ยที่ผ่านมา

เกรดเฉลี่ยที่ผ่านมา	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ไม่เกิน 3.00	26	28.3
3.01-3.50	40	43.5
3.51-4.00	26	28.3
<b>รวม</b>	<b>92</b>	<b>100</b>

จากตารางที่ 4 เมื่อพิจารณาในกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 92 คน ซึ่งเก็บรวบรวมข้อมูลจากนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา พบว่านักศึกษามีเกรดเฉลี่ย 3.01 - 3.50 จำนวน 40 คน คิดเป็นร้อยละ 43.5 รองลงมาเกรดเฉลี่ย 3.51 - 4.00 จำนวน 26 คน คิดเป็นร้อยละ 28.3 และเกรดเฉลี่ยไม่เกิน 3.00 จำนวน 26 คน คิดเป็นร้อยละ 28.3 ตามลำดับ

**ตอนที่ 2 วิเคราะห์ความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา**

**ตารางที่ 5** ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนของความคิดเห็นเกี่ยวกับระดับความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา

	ประเด็นเนื้อหา	$\bar{X}$	S.D.	ระดับความคิดเห็น
1	ข้าพเจ้ามีความรู้สึกไม่มั่นใจในตนเอง เมื่อต้องพูดภาษาอังกฤษในชั้นเรียน เช่น การแนะนำตนเอง การนำเสนอรายงาน เป็นต้น	3.37	1.024	ปานกลาง
2	ข้าพเจ้ารู้สึกวิตกกังวลอย่างมากเมื่อข้าพเจ้าถูกเรียกให้ตอบและให้พูดในชั้นเรียนวิชาการพูดภาษาอังกฤษ	3.39	1.048	ปานกลาง
3	ข้าพเจ้ารู้สึกตกใจกลัวเมื่อรู้ว่าตนเองไม่เข้าใจในสิ่งที่อาจารย์กำลังพูดภาษาอังกฤษ	3.37	1.087	ปานกลาง
4	ข้าพเจ้ามีความวิตกกังวลหากสอบไม่ผ่านรายวิชาการพูดภาษาอังกฤษ	3.55	1.208	มาก
5	แม้ว่าข้าพเจ้าจะเตรียมตัวในการพูดมาอย่างดีแต่ข้าพเจ้ายังรู้สึกวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษ	3.42	.997	ปานกลาง
6	ข้าพเจ้ารู้สึกวิตกกังวลว่าอาจารย์ผู้สอนภาษาอังกฤษจะแก้ไขข้อผิดพลาดทันทีทันทีที่ข้าพเจ้าพูดภาษาอังกฤษผิด	2.99	.955	ปานกลาง



7	ข้าพเจ้ารู้สึกใจเต้นแรงและตัวสั่นเมื่อรู้ว่ากำลังจะถูกเรียกให้พูดภาษาอังกฤษในชั้นเรียน	3.34	1.112	ปานกลาง
8	ข้าพเจ้ารู้สึกกระวนกระวายและวิตกกังวลเมื่อไม่เข้าใจประโยคบางประโยคที่อาจารย์พูดเป็นภาษาอังกฤษ	3.21	.978	ปานกลาง
9	ข้าพเจ้ารู้สึกกระวนกระวายและวิตกกังวลจนลืมสิ่งที่ข้าพเจ้าเคยเรียนรู้มาหากต้องพูดในสถานการณ์ที่ไม่คุ้นเคย	3.51	1.124	มาก
10	ข้าพเจ้ามักจะวิตกกังวลว่านักศึกษาคนอื่นจะพูดภาษาอังกฤษได้ดีกว่า	3.08	1.112	ปานกลาง
11	ข้าพเจ้าจะตื่นเต้นหากต้องพูดภาษาอังกฤษโดยไม่ได้เตรียมตัวล่วงหน้า	3.73	1.100	มาก
12	ในช่วงโมงเรียนภาษาอังกฤษข้าพเจ้ารู้สึกกังวลเมื่อต้องตอบคำถามที่ไม่ได้เตรียมตัวล่วงหน้า	3.47	1.094	ปานกลาง
13	ข้าพเจ้ารู้สึกอึดอัดที่ต้องพูดภาษาอังกฤษต่อหน้าเพื่อนๆ	2.90	1.139	ปานกลาง
14	เมื่อข้าพเจ้ารู้สึกประหม่าข้าพเจ้ามักจะลืมสิ่งที่ตั้งใจจะพูด	3.43	1.062	ปานกลาง
15	ข้าพเจ้ารู้สึกประหม่าและสับสนเมื่อทำกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการพูดภาษาอังกฤษในชั้นเรียน	3.24	.942	ปานกลาง
16	ข้าพเจ้ารู้สึกประหม่าเมื่อต้องพูดภาษาอังกฤษกับชาวต่างชาติ	3.43	1.122	ปานกลาง
17	ข้าพเจ้ากลัวที่จะใช้ภาษาอังกฤษเพื่อแสดงความคิดเห็นอย่างไม่เป็นทางการ	3.40	.973	ปานกลาง
18	ข้าพเจ้ารู้สึกประหม่าเมื่อใช้ภาษาอังกฤษสนทนากับคนที่คุ้นเคย	2.85	1.079	ปานกลาง
19	ข้าพเจ้ารู้สึกวิตกกังวลว่าจะพูดผิดเมื่อต้องพูดภาษาอังกฤษ	3.38	1.156	ปานกลาง
	รวม	3.32	1.069	ปานกลาง

จากตารางที่ 5 เมื่อพิจารณากลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 92 คน ซึ่งเก็บรวบรวมข้อมูลจากนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหาสารคามวิทยาลัย วิทยาลัย วิทยาเขตลำานนา พบว่า นักศึกษามีความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษโดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ย = 3.32 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 1.069

### ตอนที่ 3 การทดสอบสมมติฐานการวิจัย

ผู้วิจัยได้ตั้งสมมติฐานการวิจัยไว้ว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหาสารคามวิทยาลัย วิทยาเขตลำานนา ที่มีเพศ อายุ สาขาวิชา และเกรดเฉลี่ย ต่างกัน มีความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษที่แตกต่างกัน ซึ่งผลการวิเคราะห์ปรากฏดังตารางต่อไปนี้



**ตารางที่ 6** ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนาจำแนกตามเพศ

ตารางที่ 6 ค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนาจำแนกตามเพศ					
เพศ	n	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล	
ชาย	38	3.89	.35	มาก	
หญิง	54	3.95	.34	มาก	
รวม	92	3.93	.34	มาก	

จากตารางที่ 6 พบว่า นักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนาจำแนกตามเพศ มีความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา อยู่ในระดับมาก

**ตารางที่ 7** แสดงการเปรียบเทียบความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนาจำแนกตามเพศ

ตารางที่ 7 แสดงการเปรียบเทียบความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนาจำแนกตามเพศ					
เพศ	n	$\bar{X}$	S.D.	t	Sig
ชาย	38	3.89	.35	.50	.037*
หญิง	54	3.95	.34		

\*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตารางที่ 7 พบว่า นักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา มีเพศต่างกัน มีความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนาโดยรวมแตกต่างกัน



**ตารางที่ 8** ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตลำานา จำแนกตามอายุ

ตารางที่ 8 ค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตลำานา จำแนกตามอายุ					
อายุ	n	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล	
ไม่เกิน 19 ปี	46	4.08	.35	มาก	
20-21 ปี	39	3.78	.27	มาก	
มากกว่า 21 ปี	7	3.76	.13	มาก	
<b>รวม</b>	<b>92</b>	<b>3.93</b>	<b>.34</b>	<b>มาก</b>	

จากตารางที่ 8 พบว่า นักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตลำานา จำแนกตามอายุมีความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตลำานา อยู่ในระดับมาก

**ตารางที่ 9** แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตลำานา จำแนกตามอายุ

ตารางที่ 9 การวิเคราะห์ความแปรปรวนความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตลำานา จำแนกตามอายุ					
แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	Sig
ระหว่างกลุ่ม	.048	1	.556	1.641	.055
ภายในกลุ่ม	13.945	90	.339		
<b>รวม</b>	<b>13.992</b>	<b>91</b>			

จากตารางที่ 9 พบว่า นักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตลำานา ที่มีอายุต่างกัน มีความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตลำานาไม่แตกต่าง



**ตารางที่ 10** ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา โดยรวม จำแนกตามสาขาวิชา

ตารางที่ 10 ค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา โดยรวม จำแนกตามสาขาวิชา					
สาขาวิชา	n	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล	
ภาษาอังกฤษ	34	4.13	.32	มาก	
การสอนภาษาอังกฤษ	58	3.80	.29	มาก	
<b>รวม</b>	<b>92</b>	<b>3.93</b>	<b>.34</b>	<b>มาก</b>	

จากตารางที่ 10 พบว่า นักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา จำแนกตามสาขาวิชา มีความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนาอยู่ในระดับมาก

**ตารางที่ 11** แสดงการเปรียบเทียบความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา โดยรวม จำแนกตามสาขาวิชา

ตารางที่ 11 แสดงการเปรียบเทียบความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา โดยรวม จำแนกตามสาขาวิชา					
สาขาวิชา	n	$\bar{X}$	S.D.	t	Sig
ภาษาอังกฤษ	34	4.13	.32	2.129	.007*
การสอนภาษาอังกฤษ	58	3.80	.29		

\*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตารางที่ 11 พบว่า นักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา ที่มีสาขาวิชา มีความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา โดยรวม ไม่แตกต่างกัน



**ตารางที่ 12** ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหาสารคามวิทยาลัย วิทยาเขตลำานา โดยรวม จำแนกตามเกรดเฉลี่ย

ตารางที่ 12 ค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหาสารคามวิทยาลัย วิทยาเขตลำานา โดยรวม จำแนกตามเกรดเฉลี่ย					
เกรดเฉลี่ย	n	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล	
ไม่เกิน 3.00	26	4.07	.37	มาก	
3.01-3.50	40	3.85	.31	มาก	
3.51-4.00	26	3.91	.32	มาก	
<b>รวม</b>	<b>92</b>	<b>3.93</b>	<b>.34</b>	<b>มาก</b>	

จากตารางที่ 12 พบว่า นักศึกษามหาวิทยาลัยมหาสารคามวิทยาลัย วิทยาเขตลำานา จำแนกตามเกรดเฉลี่ยมีความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหาสารคามวิทยาลัย วิทยาเขตลำานา อยู่ในระดับมาก

**ตารางที่ 13** การวิเคราะห์ความแปรปรวนความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหาสารคามวิทยาลัย วิทยาเขตลำานา โดยรวม จำแนกตามเกรดเฉลี่ย

ตารางที่ 13 การวิเคราะห์ความแปรปรวนความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหาสารคามวิทยาลัย วิทยาเขตลำานา โดยรวม จำแนกตามเกรดเฉลี่ย					
แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	Sig
ระหว่างกลุ่ม	.070	1	.748	1.493	.098
ภายในกลุ่ม	10.490	90	.501		
<b>รวม</b>	<b>10.560</b>	<b>91</b>			

จากตารางที่ 13 พบว่า นักศึกษามหาวิทยาลัยมหาสารคามวิทยาลัย วิทยาเขตลำานา ที่มีเกรดเฉลี่ยที่ต่างกัน มีความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหาสารคามวิทยาลัย วิทยาเขตลำานา ไม่แตกต่างกัน

#### ตอนที่ 4 ข้อเสนอแนะผู้ตอบแบบสอบถามได้ตอบตามความคิดโดยอิสระ

นักศึกษามีข้อเสนอแนะต่อการคลายความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษไว้ว่า อยากให้มีการพูดภาษาอังกฤษในห้องเรียนมากกว่านี้ และอยากให้อาจารย์สอนพูดเรื่องในชีวิตประจำวัน สอนออกเสียงให้ถูกต้องใกล้เคียงกับเจ้าของภาษาและให้กล้าพูดโดยไม่อาย เพื่อที่จะสามารถสนทนากับชาวต่างชาติได้ อยากให้อาจารย์สอนในรายวิชาโดยเน้นการสื่อสาร



เป็นภาษาอังกฤษ สอนคำศัพท์ในชีวิตประจำวันรวมทั้งวิธีการใช้ด้วย และอยากให้มีอาจารย์ชาวต่างชาติที่เป็นเจ้าของภาษามาสอนในรายวิชาการพูดภาษาอังกฤษด้วย เพื่อจะได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้แนวคิดใหม่ๆและได้รับประสบการณ์ตรงจากการพูดและสนทนากับเจ้าของภาษาอย่างแท้จริง

## ผลการวิจัย

### 1. ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ทั้งหมด 92 คน เป็นเพศหญิง จำนวน 54 คน คิดเป็นร้อยละ 58.7 เพศชาย จำนวน 38 คน คิดเป็นร้อยละ 41.3 ส่วนใหญ่มีอายุอยู่ไม่เกิน 19 ปี จำนวน 46 คน คิดเป็นร้อยละ 50.0 รองลงมาคือ อายุ 20 - 21 ปี จำนวน 39 คน คิดเป็นร้อยละ 42.4 และอายุ 22 - 23 ปี จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 7.6 ตามลำดับ นักศึกษาส่วนใหญ่เรียนในสาขาวิชาการสอนภาษาอังกฤษ จำนวน 58 คน คิดเป็นร้อยละ 63.0 นักศึกษามีเกรดเฉลี่ย 3.01 - 3.50 จำนวน 40 คน คิดเป็นร้อยละ 43.5 รองลงมาเกรดเฉลี่ย 3.51 - 4.00 จำนวน 26 คน คิดเป็นร้อยละ 28.3 และเกรดเฉลี่ย 2.51 - 3.00 จำนวน 23 คน คิดเป็นร้อยละ 25.0

### 2. วิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา

ผลการวิเคราะห์ พบว่า นักศึกษามีความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษโดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.32 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.069 ประเด็นที่นักศึกษามีความวิตกกังวลอยู่ในระดับมาก ได้แก่ ข้อ 11 นักศึกษาจะตื่นเต้นหากต้องพูดภาษาอังกฤษโดยไม่ได้เตรียมตัวล่วงหน้า (3.73) ข้อ 4 นักศึกษามีความวิตกกังวลหากสอบไม่ผ่านรายวิชาการพูดภาษาอังกฤษ (3.55) และ ข้อ 9 นักศึกษารู้สึกกระวนกระวายและวิตกกังวลจนลืมสิ่งที่เคยเรียนรู้มาหากต้องพูดในสถานการณ์ที่ไม่คุ้นเคย (3.51) ส่วนประเด็นที่นักศึกษามีความวิตกกังวลอยู่ในระดับปานกลางตามลำดับ

## อภิปรายผล

จากความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา สามารถนำผลมาอภิปรายได้ ดังนี้

นักศึกษามีความวิตกกังวล คือนักศึกษาจะตื่นเต้นหากพูดภาษาอังกฤษโดยไม่ได้เตรียมตัวล่วงหน้า ที่เป็นเช่นนี้ เพราะความกลัวในการพูดผิด กลัวเสียหน้า รู้สึกอึดอัดที่ต้องพูดต่อหน้าผู้ฟัง และขาดความมั่นใจ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ประสาท อิศรปรีดา ได้ให้ความหมายของความวิตกกังวลไว้ว่า หมายถึง ความวุ่นวายใจที่เกิดขึ้นจากการคาดการณ์



ล่วงหน้าว่าจะมีสิ่งใดเกิดขึ้นหรือจะมีภัยอันตรายใดๆ เกิดขึ้นแก่ตน ความวิตกกังวลต่างจากความกลัวตรงที่ว่า ความวิตกกังวลเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นจากความนึกคิดภายในตนเอง (Subjective Danger) ส่วนความกลัวเป็นสิ่งที่เกิดจากสิ่งอื่นที่อยู่ภายนอก (Objective Danger) (ประสาทิ อิศรปริดา, 2531) และสอดคล้องกับงานวิจัยของ Kitano K. ที่ศึกษาความกังวลในชั้นเรียนในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาชั้นปี 2 ระดับปริญญาตรี คณะศึกษาศาสตร์ ม.โตเกียว ประเทศญี่ปุ่น พบว่า นักศึกษามีความประหม่าในการพูดภาษาที่สอง ซึ่งมีอิทธิพลต่อระดับความกังวลของแต่ละบุคคลสูง เนื่องจากนักศึกษารู้สึกตื่นเต้น กังวล และเครียดในการพูดภาษาอังกฤษ (Kitano K., 2001)

นักศึกษามีความวิตกกังวลหากสอบไม่ผ่านในรายวิชาการพูดภาษาอังกฤษ ที่เป็นเช่นนี้เพราะนักศึกษามีความกังวลในการสื่อสาร ซึ่งเป็นความรู้สึกชนิดหนึ่งที่ไม่สบายใจและแสดงออกมาในรูปของความกลัวการพูดผิดและกลัวการถูกประเมินทางลบจากอาจารย์ สอดคล้องกับงานวิจัยของ เจนจิรา ชัยปาน และคณะ ได้วิจัยเรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลต่อความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาหลักสูตร สาขาวิชาภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารสากล ชั้นปีที่ 4 ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษามีความวิตกกังวลหากสอบไม่ผ่านรายวิชาการพูดภาษาอังกฤษ อยู่ในระดับมาก ( $X = 4.04$ ) (เจนจิรา ชัยปาน และคณะ, 2556) และเป็นไปในแนวทางเดียวกันกับงานวิจัยของ ญัฐฐันรี ฤทธิรัตน์ ได้วิจัยเรื่อง ปัญหาและอุปสรรคในการพัฒนาทักษะการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาไทยพบว่านักศึกษามีความกังวลและความกลัวเมื่อต้องพูดภาษาอังกฤษ มีปัญหาด้านคำศัพท์ ขาดการฝึกฝนกับอาจารย์และบุคคลอื่น ไม่ชอบเรียนรายวิชาที่เน้นทักษะการพูดภาษาอังกฤษ และนักศึกษาต้องนึกเป็นภาษาไทยก่อนเสมอเมื่อต้องพูดภาษาอังกฤษ (ญัฐฐันรี ฤทธิรัตน์, 2557)

นักศึกษาได้เสนอแนวทางในการคลายความวิตกกังวลในการเรียนภาษาอังกฤษไว้ว่า สอนออกเสียงให้ถูกต้องใกล้เคียงกับเจ้าของภาษาและให้กล้าพูดโดยไม่อาย เพื่อที่จะสามารถสนทนากับชาวต่างชาติได้ อยากให้อาจารย์สอนในรายวิชาโดยเน้นการสื่อสารเป็นภาษาอังกฤษ สอนคำศัพท์ในชีวิตประจำวันรวมทั้งวิธีการใช้ด้วย และอยากให้มีอาจารย์ชาวต่างชาติที่เป็นเจ้าของภาษามาสอนในรายวิชาการพูดภาษาอังกฤษด้วย เพราะจะได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้แนวคิดใหม่ ๆ และได้รับประสบการณ์ตรงจากพูดและสนทนากับเจ้าของภาษาอย่างแท้จริง สอดคล้องกับงานวิจัยของ พนิดา ตาสี ที่ศึกษาวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลต่อความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาวิชาเอกภาษาอังกฤษ พบว่า วิธีการที่ใช้ในการลดความกังวลด้านจิตใจและวิธีการที่ใช้ลดความกังวลด้านกายภาพ ส่วนวิธีที่อาจารย์ผู้สอนภาษาอังกฤษส่วนใหญ่ใช้เพื่อช่วยให้นักศึกษามีความวิตกกังวลในการพูดน้อยลงนั้น ได้แก่การช่วยเหลือด้านจิตใจและการให้ความรู้ที่เป็นประโยชน์ต่อการพูด (พนิดา ตาสี, 2552) และสอดคล้องกับงานวิจัยของ ทนัญชัย เขียมสวัสดิ์ ที่ศึกษาเกี่ยวกับเรื่องความวิตกกังวลในการเรียนภาษาอังกฤษ:



องค์ประกอบ ผลกระทบ และแนวทางการแก้ปัญหา โดยเสนอแนวทางการลดความวิตกกังวลในการเรียนภาษาอังกฤษไว้ว่า สำหรับอาจารย์ผู้สอนภาษาอังกฤษเกี่ยวกับกลวิธีในการจัดการกับความวิตกกังวล เพื่อช่วยส่งเสริมหรือสนับสนุนการแสดงออกทางภาษาต่างประเทศ และช่วยลดความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นในห้องเรียน โดยการสร้างบรรยากาศในห้องเรียนให้มีลักษณะเป็นมิตร และมีความผ่อนคลาย การให้ผู้เรียนทำงานร่วมกันเป็นคู่ หรือทำงานเป็นกลุ่มเล็ก ๆ ตลอดจนการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนที่เหมาะสมและเป็นประโยชน์ต่อผู้เรียน (ทัญญชัย เยี่ยมสวัสดิ์, 2559)

## สรุป

ความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา นำมาสรุปเป็นประเด็นได้ ดังนี้

1. นักศึกษามีความวิตกกังวล คือ นักศึกษาจะตื่นเต้นหากพูดภาษาอังกฤษโดยไม่ได้เตรียมตัวล่วงหน้า ที่เป็นเช่นนี้ เพราะความกลัวในการพูดผิด กลัวเสียหน้า รู้สึกอึดอัดที่ต้องพูดต่อหน้าผู้ฟัง และขาดความมั่นใจ

2. นักศึกษามีความวิตกกังวลหากสอบไม่ผ่านในรายวิชาการพูดภาษาอังกฤษ ที่เป็นเช่นนี้ เพราะนักศึกษามีความกังวลในการสื่อสาร ซึ่งเป็นความรู้สึกชนิดหนึ่งที่ไม่สบายใจและแสดงออกมาในรูปของความกลัวการพูดผิดและกลัวการถูกประเมินทางลบจากอาจารย์

3. นักศึกษาได้เสนอแนวทางในการคลายความวิตกกังวลในการเรียนภาษาอังกฤษไว้ว่า สอนออกเสียงให้ถูกต้องใกล้เคียงกับเจ้าของภาษาและให้กล้าพูดโดยไม่อาย เพื่อที่จะสามารถสนทนากับชาวต่างชาติได้ อยากให้อาจารย์สอนในรายวิชาโดยเน้นการสื่อสารเป็นภาษาอังกฤษ สอนคำศัพท์ในชีวิตประจำวันรวมทั้งวิธีการใช้ด้วย และอยากให้มีโอกาสอาจารย์ชาวต่างชาติที่เป็นเจ้าของภาษามาสอนในรายวิชาการพูดภาษาอังกฤษด้วย เพราะจะได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้แนวคิดใหม่ๆและได้รับประสบการณ์ตรงจากพูดและสนทนากับเจ้าของภาษาอย่างแท้จริง

## ข้อเสนอแนะ

1. ควรนำข้อมูลที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้ไปศึกษาและปรับปรุงด้านปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาในชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา ชั้นปีที่ 1 และแสวงหาแนวทางแก้ปัญหาต่อไป

2. อาจารย์ควรช่วยให้นักศึกษาเอาชนะความรู้สึกวิตกกังวล โดยส่งเสริมให้นักศึกษารู้สึกว่าตนเองประสบความสำเร็จในการใช้ภาษาอังกฤษ

3. ควรศึกษาวิจัยเรื่องความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษในกลุ่มเป้าหมายอื่น



## เอกสารอ้างอิง

- เจนจิรา ชัยปาน และคณะ. (2556). ปัจจัยที่ส่งผลต่อความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาหลักสูตรสาขาวิชาภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารสากล ชั้นปีที่ 4. ใน *วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารสากล*. มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย.
- ณัฐฐันรี ฤทธิรัตน์. (2557). ปัญหาและอุปสรรคในการพัฒนาทักษะการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาไทย. ใน *วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการสอนภาษาอังกฤษเป็นภาษานานาชาติ*. มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- ทนัญชัย เยี่ยมสวัสดิ์. (2559). ความวิตกกังวลในการเรียนภาษาอังกฤษ: องค์ประกอบผลกระทบและแนวทางการแก้ปัญหา. *วารสารสุทธิปริทัศน์*, 30(95), 1-12.
- ประสาธ อิศรปริดา. (2531). *จิตวิทยาการศึกษา*. มหาสารคาม: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒมหาสารคาม.
- พงษ์เทพ บุญเรือง. (2553). ความวิตกกังวลในการเรียนวิชาภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเลย. ใน *รายงานการวิจัย*. มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย.
- พนิดา ตาสี. (2552). ปัจจัยที่ส่งผลต่อความวิตกกังวลในการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาวิชาเอกภาษาอังกฤษ. ใน *วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาภาษาอังกฤษ*. มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี.
- อารีรักษ์ มีแจ้ง และคณะ. (2554). การวิจัยเพื่อประเมินผลการดำเนินงานของศูนย์พัฒนาการเรียนการสอนภาษาอังกฤษในประเทศไทย. *วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร*, 13(2), 55-72.
- Kitano K. (2001). Anxiety in the college Japanese language classroom. *The Modern Language Journal*, 85(4), 549-566.