



ສາທາວິທະວິທະຍາຄາສຕ່ຽນສຸຂພາພ  
ມหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมราช

ກາຮສອນເສຣິມຄຣັ້ງທີ 3

ເອກສາຣໂນຕທັກນໍ້ຫຼຸດວິທາ

50103

# ສົກລົ້າແລະກາຮຈົ່ງ ສໍານັ້ນ ຈົກຈາກສາສຕ່ຽນສຸຂພາພ

Statistics and Research in Health Sciences

## **รายงานผลการดำเนินการ**

**เอกสารโปรดทัศนคุณวิชา** สถิติและการวิจัยสำหรับวิทยาศาสตร์สุขภาพ การสอนแลริมครั้งที่ 3  
จัดทำขึ้นเพื่อเป็นบริการแก่นักศึกษาในการสอนแลริม

**จัดทำด้วยบัน** : คณะกรรมการกลุ่มผลิตชุดวิชา

**บรรณาธิการ/ออกแบบ** : หน่วยผลิตสื่อสอนแลริม ศูนย์โปรดทัศนคุณศึกษา  
สำนักเทคโนโลยีการศึกษา

**จัดพิมพ์** : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

**พิมพ์ที่** : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช  
พิมพ์ครั้งที่ 28 กาค 2/2557 (ปรับปรุง)

## ใบตักค์ # 3.11.1 การทดสอบสมมติฐานสำหรับประชากรหนึ่งชุด

### 1. การทดสอบค่าเฉลี่ย เมื่อทราบความแปรปรวนของประชากร

ถ้าประชากรมีการแจกแจงปกติ มีค่าเฉลี่ยเป็น  $\mu$  และมีความแปรปรวนเป็น  $\sigma^2$  และถ้าค่าเฉลี่ยของตัวอย่าง เป็น  $\bar{X}$  จะมีการแจกแจงปกติที่มีค่าเฉลี่ยของประชากรของ  $\bar{X}$  เป็น  $\mu$  และค่าความแปรปรวนของประชากร

$$\text{ของ } \bar{X} \text{ เป็น } \frac{\sigma^2}{n} \text{ หรือเขียนแทนว่า } \bar{X} \sim N\left(\mu, \frac{\sigma^2}{n}\right)$$

$$\text{สถิติทดสอบคือ } Z = \frac{\bar{X} - \mu_0}{\sigma / \sqrt{n}}$$

### 2. การทดสอบค่าเฉลี่ย เมื่อไม่ทราบค่าความแปรปรวนของประชากร

เมื่อไม่ทราบค่าความแปรปรวนของประชากร  $\sigma^2$  จึงใช้ความแปรปรวนของตัวอย่าง  $s^2$  แทน ซึ่งมีค่าใกล้เคียงค่าความแปรปรวนของประชากรยิ่งขึ้น เมื่อนำดูของตัวอย่าง  $n$  มากขึ้น จึงใช้สถิติทดสอบ  $t$

$$\text{สถิติทดสอบคือ } t = \frac{\bar{X} - \mu_0}{s / \sqrt{n}} ; df = n - 1$$

$$\text{เมื่อ } s = \sqrt{\frac{\sum x^2 - (\sum x)^2/n}{n - 1}}$$

### 3. การทดสอบค่าความแปรปรวน

กำหนดให้  $s^2$  เป็นความแปรปรวนของตัวอย่างขนาด  $n$  สุ่มเลือกมาจากการที่มีการแจกแจงปกติ มีความแปรปรวน  $\sigma^2$  ใช้สถิติทดสอบไคสแควร์ ( $\chi^2$ )

$$\text{สถิติทดสอบคือ } \chi^2 = \frac{(n - 1)s^2}{\sigma_0^2} ; df = n - 1$$

เมื่อ  $\sigma_0^2$  ค่าคงที่เดา ที่ต้องการเปรียบเทียบ

### 4. การทดสอบค่าสัดส่วน

การทดสอบค่าสัดส่วนเป็นการทดสอบว่า ค่าสัดส่วนของตัวอย่างที่สุ่มเลือกมาจากการ มีความแตกต่าง จากค่าสัดส่วนของประชากรหรือไม่

$$\text{สถิติทดสอบที่ใช้ คือ } Z = \frac{P - \pi_0}{\sqrt{\frac{\pi_0(1 - \pi_0)}{n}}}$$

เมื่อ  $\pi_0$  คือ สัดส่วนประชากรที่ต้องการทดสอบ  
 $P$  คือ ค่าสัดส่วนของตัวอย่าง

## สถิติทั่วไป # 3.11.2 การทดสอบการแจกแจงปกติ

การทดสอบสมมติฐานเกี่ยวกับพารามิเตอร์มีข้อตกลงเบื้องต้นที่สำคัญคือ ข้อมูลต้องมีการแจกแจงปกติ (*normal distribution*) ซึ่งต้องมีการทดสอบเป็นการยืนยัน การทดสอบการแจกแจงปกติมีหลายวิธี เช่น การทดสอบความกลมกลืนไคลสแควร์ (Chi-Square Goodness of Fit Test) การทดสอบของโคลโมโกลอฟลaine โนฟ (Kolmogorov-Smirnov Test) เป็นต้น สำหรับการทดสอบความกลมกลืนไคลสแควร์นั้นเป็นวิธีที่เหมาะสมสำหรับข้อมูลปริมาณจำนวนมากที่มีการจัดกลุ่มข้อมูลออกเป็นชั้น แต่ละชั้นมีช่วงกว้างของชั้นเท่ากันหมด ใช้สถิติดทดสอบคือ  $\chi^2$  - Test เปรียบเทียบลักษณะการแจกแจงของข้อมูลที่เก็บรวบรวมจากตัวอย่างหรือค่าลังกอก (observed; O) กับค่าคาดหมาย (expected; E) ที่มีการแจกแจงแบบปกติคือ ได้จากตาราง Z หากค่าความน่าจะเป็น (p) คูณกับจำนวนข้อมูลทั้งหมด (n) ได้เป็นค่าคาดหมาย (E) หรือ  $E_i = p_i n$

$$\text{สถิติดทดสอบ คือ } \chi^2 = \sum_{i=1}^k \frac{(O_i - E_i)^2}{E_i}; df = k - 3$$

$$\text{หรือ } \chi^2 = \sum_{i=1}^k \frac{O_i^2}{E_i} - n$$

df คือ องค์เสรี ในที่นี้จะเลือกความอิสระในการประมาณค่าผลรวม ค่าเฉลี่ย และค่าความแปรปรวน จึงเป็น  $k - 3$

$k$  = จำนวนชั้นของการแจกแจง

## สถิติทั่วไป # 3.11.3 การทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าความแปรปรวนสำหรับประชากรสองชุด

กำหนดให้  $S^2_1$  และ  $S^2_2$  เป็นค่าความแปรปรวนของตัวอย่างขนาด  $n_1$  และ  $n_2$  สุ่มเลือกมาจากประชากรชุดที่ 1 และ 2 ซึ่งมีการแจกแจงปกติ ที่มีความแปรปรวน  $\sigma^2_1$  และ  $\sigma^2_2$  ตามลำดับ

$$\text{สถิติดทดสอบที่ใช้คือ } F = \frac{S^2_1}{S^2_2}; df = n_1 - 1, n_2 - 1$$

สำหรับการทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าความแปรปรวนของประชากรสองชุดที่จะนำไปใช้ในการเลือกสถิติดทดสอบเกี่ยวกับการทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของประชากรสองชุดนั้นใช้การทดสอบข้างเดียว กรณีมากกว่า โดยกำหนดค่าความแปรปรวนของลิ่งตัวอย่างที่มีค่ามากเป็น  $s^2_1$  และค่าน้อยเป็น  $s^2_2$

## ใบหัดทัศน์ # 3.11.4 การทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยเมื่อสูมเลือกอย่างอิสระสำหรับประชากรสองชุด

การทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยเมื่อสูมเลือกอย่างอิสระสำหรับประชากรสองชุด แบ่งเป็น 2 กรณี คือ ถ้าทราบค่าความแปรปรวนของประชากรใช้สถิติทดสอบ  $Z$  และกรณีไม่ทราบค่าความแปรปรวนของประชากรใช้สถิติทดสอบ  $t$

### 1. การทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของประชากร 2 ชุด เมื่อทราบค่าความแปรปรวนของประชากร

กำหนดให้  $\bar{X}_1$  และ  $\bar{X}_2$  เป็นค่าเฉลี่ยของลิ่งตัวอย่างขนาด  $n_1$  และ  $n_2$  สูมเลือกแบบอิสระจากประชากร 2 ชุด ซึ่งมีการแจกแจงปกติ มีค่าเฉลี่ย  $\mu_1$  และ  $\mu_2$  ค่าความแปรปรวน  $\sigma^2_1$  และ  $\sigma^2_2$  ตามลำดับ

$$\text{สถิติทดสอบ คือ } Z = \frac{(\bar{X}_1 - \bar{X}_2) - (\mu_1 - \mu_2)}{\sqrt{\frac{\sigma^2_1}{n_1} + \frac{\sigma^2_2}{n_2}}}$$

### 2. การทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของประชากร 2 ชุด เมื่อไม่ทราบค่าความแปรปรวนของประชากร

เมื่อไม่ทราบค่าความแปรปรวนของประชากร จะใช้ค่าความแปรปรวนของตัวอย่างมาประมาณค่าความแปรปรวนของประชากรในแต่ละชุด ในการทดสอบจะแยกเป็น 2 กรณี คือ ความแปรปรวนของประชากรต่างกันและไม่ต่างกัน ดังนี้ จึงต้องทำการทดสอบความแตกต่างระหว่างความแปรปรวนของประชากรทั้งสองชุด ก่อนแล้วจึงทดสอบเกี่ยวกับค่าเฉลี่ย

กำหนดให้  $\bar{X}_1$  และ  $\bar{X}_2$  เป็นค่าเฉลี่ยและ  $S^2_1$ ,  $S^2_2$  เป็นค่าความแปรปรวนของลิ่งตัวอย่างขนาด  $n_1$ ,  $n_2$  สูมเลือกมาจากการชุดที่ 1 และ 2 ซึ่งมีการแจกแจงปกติ มีค่าเฉลี่ย  $\mu_1$ ,  $\mu_2$  ค่าความแปรปรวน  $\sigma^2_1$ ,  $\sigma^2_2$  ตามลำดับ และให้ค่าความแปรปรวนของลิ่งตัวอย่างที่มีค่ามากเป็น  $S^2_1$

$$\text{สถิติทดสอบที่ใช้ คือ } F = \frac{s^2_1}{s^2_2}; df = n_1 - 1, n_2 - 1$$

## โปรดทัศน์ # 3.11.4 การทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยเมื่อสู่มเลือกอย่างอิสระสำหรับประชากรสองชุด (ต่อ)

### 2.1 การทดสอบค่าเฉลี่ยของประชากร 2 ชุด เมื่อไม่ทราบค่าความแปรปรวนของประชากร แต่ทดสอบแล้วไม่ต่างกัน

$$\text{สถิติทดสอบที่ใช้คือ } t = \frac{\sqrt{(\bar{X}_1 - \bar{X}_2) - (\mu_1 - \mu_2)}}{\sqrt{S_p^2 \left( \frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2} \right)}} ; df = n_1 + n_2 - 2$$

เมื่อ  $S_p^2$  = ความแปรปรวนร่วม (pooled variance)

$$= \frac{(n_1 - 1)S_1^2 + (n_2 - 1)S_2^2}{n_1 + n_2 - 2}$$

### 2.2 การทดสอบค่าเฉลี่ยของประชากร 2 ชุด เมื่อไม่ทราบค่าความแปรปรวนของประชากร แต่ทดสอบแล้วแตกต่างกัน

$$\text{สถิติทดสอบที่ใช้คือ } t = \frac{(\bar{X}_1 - \bar{X}_2) - (\mu_1 - \mu_2)}{\sqrt{\frac{S_1^2}{n_1} + \frac{S_2^2}{n_2}}}$$

$$df = \frac{\left( \frac{S_1^2}{n_1} + \frac{S_2^2}{n_2} \right)}{\frac{\left( \frac{S_1^2}{n_1} \right)}{n_1 - 1} + \frac{\left( \frac{S_2^2}{n_2} \right)}{n_2 - 1}}$$

ค่า df ที่จะนำไปใช้ต้องเป็นจำนวนเต็ม ดังนั้นผลที่คำนวณได้ต้องปัดเศษหลังจุดทศนิยมทึ่งไป

## ใบตักค์ # 3.11.5 การทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยเมื่อสู่มเลือกไม่มีสระจำหรับประชากรสองชุด

การสู่มเลือกลิงตัวอย่างแบบไม่มีสระคือ การเก็บข้อมูลหลายๆ เรื่องจากคนๆ เดียวหรือลิงตัวอย่างเดียวกัน แล้วนำข้อมูลนั้นมาเปรียบเทียบกันในแต่ละคน หรือแต่ละลิงตัวอย่างนั้น ข้อมูลที่นำมาเปรียบเทียบกันนี้เรียกว่า ข้อมูลคู่ (paired sample) นำข้อมูลคู่มาหาความแตกต่าง (d) ที่จะคู่จุนครบทั้งหมด

### สถิติทดสอบคือ paired t - test

$$t = \frac{\bar{d} - \mu_d}{s_d / \sqrt{n}} ; df = n - 1$$

โดยกำหนดให้

$$\bar{d} = \text{ค่าเฉลี่ยของความแตกต่าง} = \frac{\sum_{i=1}^n d_i}{n}$$

$$s_d^2 = \text{ค่าความแปรปรวนของ } d$$

$$s_d = \sqrt{\frac{\sum_{i=1}^n d_i^2 - \left(\frac{\sum_{i=1}^n d_i}{n}\right)^2}{n - 1}}$$

$$\mu_d = \text{ค่าเฉลี่ยประชากรของความแตกต่างในข้อมูลชุดที่ 1 และ 2}$$

$$= \mu_1 - \mu_2$$

$$n = \text{จำนวนคู่ทั้งหมด}$$

### โปรดทัศน์ # 3.11.6 การทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าลั๊ดล้วนสำหรับประชากรสองชุด

กำหนดให้  $p_1$  และ  $p_2$  เป็นค่าลั๊ดล้วนของตัวอย่าง  $n_1$  และ  $n_2$  ลุ่มเลือกแบบอิสระจากประชากร 2 ชุด

ซึ่งมีการแจกแจงปกติ มีค่าลั๊ดล้วน  $\pi_1$  และ  $\pi_2$  ค่าความแปรปรวน  $\frac{\pi_1(1-\pi_1)}{n_1}$  และ  $\frac{\pi_2(1-\pi_2)}{n_2}$  ตามลำดับ

1. ถ้า  $\pi_0 \neq 0$

$$\text{สถิติทดสอบ } Z = \frac{(p_1 - p_2) - \pi_0}{\sqrt{\frac{p_1(1-p_1)}{n_1} + \frac{p_2(1-p_2)}{n_2}}}$$

2. ถ้า  $\pi_0 = 0$

$$\text{สถิติทดสอบ } Z = \frac{(p_1 - p_2)}{\sqrt{p'(1-p') + \left(\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}\right)}}$$

$$\text{เมื่อ } p_1 = \frac{x_1}{n_1}, p_2 = \frac{x_2}{n_2}, p' = \frac{x_1 - x_2}{n_1 + n_2}$$

$x_1$  และ  $x_2$  คือ จำนวนลิ๊งตัวอย่างที่มีคุณลักษณะของลั๊ดล้วนที่สนใจคือขนาดของตัวอย่างชุดที่ 1 และชุดที่ 2 ตามลำดับ

### โปรดทัศน์ # 3.11.7 การทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าความแปรปรวนของข้อมูลตั้งแต่สองชุดขึ้นไป

การทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าความแปรปรวนของข้อมูลตั้งแต่สองชุดขึ้นไป กรณีข้อมูลมีการแจกแจงปกติ และข้อมูลแต่ละชุดมีขนาดตัวอย่างเท่ากัน ใช้การทดสอบของโคคแครน (Cochran's Tert)

$$R = \frac{\text{Max } S_i^2}{\sum_{i=1}^k S_i^2}; \quad i = 1, 2, \dots, k$$

เมื่อ  $\text{Max } S_i^2$  คือ ค่าความแปรปรวนที่มีค่าสูงสุด

$S_i^2$  คือ ค่าความแปรปรวนของข้อมูลกลุ่มที่  $i$

กำหนดให้  $n = n_i$  คือ จำนวนตัวอย่างในแต่ละชุดข้อมูล

$k =$  คือ จำนวนชุดข้อมูล

## ใบตักค์ # 3.11.8 การทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยมากกว่าสองชุดเมื่อตัวอย่างมีการสุ่มเลือกอย่างอิสระ

การทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยมากกว่าสองชุดเมื่อตัวอย่างมีการสุ่มเลือกอย่างอิสระใช้วิธีการวิเคราะห์ค่าความแปรปรวน (Analysis of Variance; ANOVA)

$$\text{สถิติทดสอบ : } F = \frac{MS_t}{MS_e} ; df = (df_t, df_e)$$

( $MS_t$  = treatment mean square คือ ความแปรปรวนระหว่างกลุ่ม)

( $MS_e$  = error mean square คือ ความแปรปรวนภายในกลุ่ม)

$$\text{บริเวณวิกฤต : } F = F_{\alpha; df_t, df_e}$$

$$\text{Sum of Square : } SS_T = SS_t + SS_e$$

### วิธีการทดสอบ One-Way ANOVA fixed – effects model

รูปแบบการเตรียมข้อมูลเพื่อการวิเคราะห์

	$t_1$	$t_2$	$t_3$	...	$t_k$	
	$Y_{11}$	$Y_{21}$	$Y_{31}$	...	$Y_{k1}$	
	$Y_{21}$	$Y_{22}$	$Y_{32}$	...	$Y_{k2}$	
	.	.	.	$Y_{ij}$	.	$(i = 1, 2, \dots, n_j ; j = 1, 2, \dots, k)$
Total	$T_1$	$T_2$	$T_3$	...	$T_k$	

หาค่า Sum of Square และสร้าง ANOVA table

$$G = \sum T_i = T_1 + T_2 + T_3 + \dots + T_k ; N = \sum n_i = n_1 + n_2 + n_3 + \dots + n_k$$

$$CT = \frac{G^2}{N} ; CT = \text{correction term}$$

$$SS_T = \sum y_{ij} - CT ; SS_T = \text{total sum of square}$$

$$SS_t = \left( \sum \frac{T_i^2}{n_i} \right) - CT ; SS_t = \text{treatment sum of square}$$

### โปรดทัศน์ # 3.11.8 การทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยมากกว่าสองชุดเมื่อตัวอย่างมีการสุ่มเลือกอย่างอิสระ (ต่อ)

CRD ANOVA table

Source	df	SS	MS	F-ratio
Treatment	$df_t = k - 1$	$SS_t$	$MS_t = \frac{SS_t}{df_t}$	$F_{df_t, df_e} = \frac{MS_t}{MS_e}$
Error	$df_e = df_t - df_t$	$SS_e$	$MS_e = \frac{SSE}{df_e}$	
Total	$df_T = n - 1$	$SS_T$		

df = degree of freedom; MS = mean square

### โปรดทัศน์ # 3.12.1 ตารางไขว้ (cross-tabulation)

#### ตารางไขว้

เมื่อนำเอาตัวแปรจัดกลุ่มตั้งแต่ 2 ตัวแปรขึ้นไปมาไขว้เป็นตาราง เรียกว่า ตารางไขว้ ตารางไขว้  $r \times c$  เป็นการนำ 2 ตัวแปรมาไขว้กัน 2 ทิศทางคือ ด้านแนวหรือแนวนอน (row) และด้านสอดม Mär หรือแนวตั้ง (column) ตัวอย่างเช่น ตารางไขว้  $2 \times 4$

#### ตารางไขว้ ตารางไขว้ $2 \times 4$ แสดงค่าข้อมูลเป็นลัญลักษณ์

ตัวแปรที่ 1	ตัวแปรที่ 2				รวม
	1	2	3	4	
1	$O_{11}$	$O_{12}$	$O_{13}$	$O_{14}$	$R_1$
2	$O_{21}$	$O_{22}$	$O_{23}$	$O_{24}$	$R_2$
รวม	$C_1$	$C_2$	$C_3$	$C_4$	n

$r$  = จำนวนชั้นทั้งหมดของตัวแปรด้านแนว = 2

$c$  = จำนวนชั้นทั้งหมดของตัวแปรด้านสอดม Mär = 4

i = ตำแหน่งของชั้นด้านแนวมีค่าตั้งแต่ i ถึง r

### โปรดทัศน์ # 3.12.1 ตารางไขว้ (cross-tabulation) (ต่อ)

$j$	=	ตำแหน่งของขันดับสมบูรณ์ค่าตั้งแต่ $j$ ถึง $C$
$O_{ij}$	=	ค่าความถี่ข้อมูลดิบของแแกรที่ $i$ และสมบูรณ์ $j$
$R_i$	=	ผลรวมของค่าความถี่ในแแกรที่ $i$
$C_j$	=	ผลรวมของค่าความถี่ในแแกรที่ $j$
$n$	=	ผลรวมของค่าความถี่ทั้งหมดของข้อมูลในตาราง

### โปรดทัศน์ # 3.12.2 การหาค่าความหมาย (expected value)

#### การหาค่าความหมาย

การทดสอบความเป็นอิสระ ใช้สถิติทดสอบแบบ  $\chi^2$  test โดยเปรียบเทียบค่าที่ลังเกตได้หรือจำนวนความถี่ข้อมูลดิบ ( $O_{ij}$ ) กับค่าคาดหมายหรือจำนวนความถี่ข้อมูลที่เป็นไปตามทฤษฎี ( $E_{ij}$ ) ว่าจะแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติหรือไม่

ให้  $E_{ij}$  = ค่าคาดหมายตามทฤษฎีที่ตัวแปรทั้งสองจะมีความเป็นอิสระต่อกันของข้อมูลแแกรที่  $i$  สมบูรณ์ที่  $j$

#### ตารางไขว้ ตารางไขว้ $2 \times 4$ แสดงค่าข้อมูลเป็นสัญลักษณ์

		ตัวแปรที่ 2				รวม
		1	2	3	4	
1	$E_{11}$	$E_{12}$	$E_{13}$	$E_{14}$	$R_1$	
	$E_{21}$	$E_{22}$	$E_{23}$	$E_{24}$	$R_2$	
รวม	$C_1$	$C_2$	$C_3$	$C_4$	$n$	

$$\text{จะได้ } E_{ij} = \frac{R_i C_j}{n}$$

$$\text{จากตาราง } E_{11} = \frac{R_1 C_1}{n} \quad E_{21} = \frac{R_2 C_1}{n}$$

$$E_{12} = \frac{R_1 C_2}{n} \quad E_{22} = \frac{R_2 C_2}{n}$$

$$E_{13} = \frac{R_1 C_3}{n} \quad E_{23} = \frac{R_2 C_3}{n}$$

$$E_{14} = \frac{R_1 C_4}{n} \quad E_{24} = \frac{R_2 C_4}{n}$$

### ใบตั้งที่ # 3.12.3 การทดสอบความเป็นอิสระสำหรับตารางไขว้ r x c

การทดสอบความเป็นอิสระสำหรับตารางไขว้ r x c

$$1. \text{ สถิติทดสอบคือ } \chi^2 = \sum_{i=1}^r \sum_{j=1}^c \left[ \frac{O_{ij} - E_{ij}}{E_{ij}} \right]^2 ; df = (r-1)(c-1)$$

$$\text{สูตรที่นำมาใช้ } \chi^2 = \sum_{i=1}^r \sum_{j=1}^c \frac{O_{ij}^2}{E_{ij}} - n ; df = (r-1)(c-1)$$

#### 2. ข้อกำหนดการใช้สูตรสถิติ

$E_{ij}$  ต้องมีค่ามากกว่าหรือเท่ากับ 5

$E_{ij}$  อาจมีค่าน้อยกว่า 5 แต่ไม่น้อยกว่า 1 ให้มีจำนวนช่องได้มีเกินร้อยละ 20 ของ  
จำนวนช่องทั้งหมด = r x c

### ใบตั้งที่ # 3.12.4 ลัมประลิทธีความลัมพันธ์

#### ลัมประลิทธีความลัมพันธ์

การทดสอบความเป็นอิสระ สรุปได้แต่เพียงว่ามีความลัมพันธ์กันหรือไม่ ยังไม่สามารถบอกระดับ  
ความลัมพันธ์ได้ ต้องใช้ลัมประลิทธีความลัมพันธ์ ใช้สถิติวีของครามเมอร์ (Cramer's V)

$$V = \sqrt{\frac{\chi^2}{N \cdot \min(r-1, c-1)}}$$

N = จำนวนข้อมูลทั้งหมด

$\min(r-1, c-1)$  หมายความว่า เลือกค่าน้อยที่สุดระหว่าง r-1 กับ c-1

$$0 \leq V \leq 1$$

ถ้า  $V$  เข้าใกล้ 0 หมายถึง มีความลัมพันธ์น้อย  
 $V$  เข้าใกล้ 1 หมายถึง มีความลัมพันธ์มาก

## ใบตั้งที่ # 3.12.5 การทดสอบความเป็นอิสระสำหรับตารางไขว้ $2 \times 2$

### การทดสอบความเป็นอิสระสำหรับตารางไขว้ $2 \times 2$

ในการนี้ การแจกแจง  $\chi^2$  ที่มีลักษณะจากแบบต่อเนื่องมาทดสอบข้อมูลจัดกลุ่ม จะมีข้อผิดพลาดได้ จึงมีการแก้ไขให้ต่อเนื่องโดยใช้สถิติโคล์เคนเรอร์ของเยท (Yates's correction for continuity) ดังนี้

**ตารางไขว้ ตารางไขว้  $2 \times 2$  แสดงค่าข้อมูลเป็นลัญลักษณ์**

	ตัวแปรที่ 2		รวม
	1	2	
1	$O_{11}$	$O_{12}$	$R_1$
2	$O_{21}$	$O_{22}$	$R_2$
รวม	$C_1$	$C_2$	$n$

กำหนดให้

$O_{ij}$  เป็นจำนวนของข้อมูลที่อยู่ใน格子ที่  $i$  ของตัวแปรที่ 1 และสมบูรณ์ที่  $j$  ของตัวแปรที่ 2

$R_i$  ผลรวมของจำนวนทั้งหมดที่อยู่ในแถวที่  $i$

$C_j$  ผลรวมของจำนวนทั้งหมดที่อยู่ในสมบูรณ์ที่  $j$

$n$  ผลรวมของจำนวนข้อมูลทั้งหมด

$$1. \text{ สถิติทดสอบ } \chi^2 = \frac{(|O_{11} O_{22} - O_{12} O_{21}| - \frac{n}{2})^2 n}{R_1 R_2 C_1 C_2}; \text{ df} = 1$$

### 2. ข้อกำหนดการใช้สูตรสถิติ

2.1  $E_{ij}$  ต้องมีค่ามากกว่าหรือเท่ากับ 5

2.2 จำนวนความถี่ทั้งหมด  $n$  ต้องมีค่ามากกว่าหรือเท่ากับ 20

## ใบตั้งที่ # 3.12.6 การทดสอบความไม่เป็นอิสระสำหรับตารางไขว้ $2 \times 2$

การทดสอบความไม่เป็นอิสระหรือความล้มเหลวของข้อมูลที่มีลักษณะแบบทวิภาค (dichotomous) เพื่อทดสอบการเปลี่ยนแปลงของลักษณะในเรื่องที่สนใจ ก่อนและหลังการทดลองหรือมีปัจจัยแทรกเก็บขึ้นในตัวอย่าง หรือคนกลุ่มเดียวกัน ใช้วิธีการทดสอบที่เรียกว่า McNemar

## โจทย์ที่ # 3.12.7 การทดสอบค่าสัมประสิทธิ์สหลัมพันธ์เชิงเดียว

**ค่าสัมประสิทธิ์สหลัมพันธ์ (correlation coefficient)** เป็นค่าที่บอกระดับความลัมพันธ์และทิศทางความลัมพันธ์ระหว่างตัวแปร 2 ตัวแปรที่มีการแจกแจงแบบปกติ ซึ่งให้ความชัดเจนมากกว่าการใช้แผนภาพการกระจายกำหนดให้  $X$  และ  $Y$  เป็นตัวแปรสุ่มที่มีการแจกแจงแบบปกติสองตัวแปร (bivariate normal distribution)

$\rho$  ค่าพารามิเตอร์ของค่าสัมประสิทธิ์สหลัมพันธ์ของ  $X$  และ  $Y$

$r$  ค่าสถิติของค่าสัมประสิทธิ์สหลัมพันธ์ของ  $X$  และ  $Y$

$$r = \frac{\sum(x - \bar{x})(y - \bar{y})}{\sqrt{\sum(x - \bar{x})^2 \sum(y - \bar{y})^2}}$$

หรือ  $r_{xy} = \frac{s_{xy}}{\sqrt{s_{xx} s_{yy}}}$

เมื่อกำหนดให้  $s_{xx} = \sum(x - \bar{x})^2 = \sum x^2 - \frac{(\sum x)^2}{n}$

$$s_{yy} = \sum(y - \bar{y})^2 = \sum y^2 - \frac{(\sum y)^2}{n}$$

$$s_{xy} = \sum(x - \bar{x})(y - \bar{y}) = \sum xy - \frac{\sum x \sum y}{n}$$

### การแปลความหมาย

1)  $-1 \leq r \leq +1$

2) เครื่องหมายแสดงทิศทางความลัมพันธ์ ถ้า  $r$  มีค่าเป็น

+ หรือไม่แสดงเครื่องหมาย หมายถึง  $x$  และ  $y$  บวกกัน (positive correlation)

- หมายถึง  $x$  และ  $y$  แปรผกผันกัน (negative correlation)

3) ค่าตัวเลขแสดงระดับความมากน้อยของความลัมพันธ์

1 หมายถึงมีความลัมพันธ์กันอย่างสมบูรณ์ (perfect correlation) หรือทุกจุดของข้อมูลอยู่ในแนวเส้นตรง

0 หมายถึง  $x$  และ  $y$  ไม่มีความลัมพันธ์แบบสหลัมพันธ์เชิงเส้น

4) ไม่ได้บอกระดับความลัมพันธ์ในแต่ละตัวแปร

5) ไม่สามารถนำค่า  $r$  ไปคิดเป็นร้อยละของความลัมพันธ์ เพราะค่า  $r$  ไม่ได้แสดงร้อยละของความลัมพันธ์ในแนวเส้นตรง

สถิติทดสอบ:  $t = r \sqrt{\frac{n - 2}{1 - r^2}}$ ; df = n - 2

องค์แห่งความอิสระ (degree of freedom : df) เท่ากับ  $n - 2$  เพราะเลี่ยความเป็นอิสระในการประมาณค่า  $\mu_x, \mu_y$

## ใบหัวข้อ # 3.12.8 การทดสอบค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ลำดับที่

การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอันดับ (ordinal variable) หรือตัวแปรต่อเนื่องที่แปลงเป็นลำดับที่ (rank) 2 ตัวแปร ที่วัดค่าจากตัวอย่างหรือคนเดียวกันทีละคู่ แสดงด้วยค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ลำดับที่แบบสเปียร์แมน (Spearman's rank correlation)

$$\rho_s = \text{ค่าพารามิเตอร์ของค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ลำดับที่}$$

$$r_s = \text{ค่าสถิติของค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ลำดับที่}$$

$$r_s = 1 - \frac{6 \sum d_i^2}{n^3 - n}$$

$$d_i = \text{ค่าผลต่างของอันดับที่แต่ละคู่ ; } i = 1, 2, 3, \dots, n \text{ เมื่อ } n = \text{จำนวนคู่ทั้งหมด}$$

สูตรนี้ใช้ในกรณีที่ข้อมูลไม่มีลำดับที่ชัดเจน หรืออาจมีลำดับที่ชัดเจนได้บ้าง โดยใช้ค่าเฉลี่ยลำดับที่ชัดเจนเป็นค่าลำดับที่ของข้อมูลที่ชัดเจนนั้น

$$\text{สถิติทดสอบ} \quad t = \frac{r_s \sqrt{n - 2}}{\sqrt{1 - r_s^2}} ; df = n - 2$$

## ใบหัวข้อ # 3.12.9 การทดสอบค่าสัมประสิทธิ์การทดถอยเชิงเดียว

### การทดถอย (Regression)

เป็นการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรปริมาณตั้งแต่ 2 ตัวขึ้นไป โดยมีตัวแปรตาม (dependent variable) 1 ตัวแปร กับตัวแปรต้นหรืออิสระ (independent variable) 1 ตัวแปรหรือมากกว่า 1 ตัวแปรว่า การเปลี่ยนแปลงค่าของตัวแปรตาม ( $Y$ ) ขึ้นอยู่กับการเปลี่ยนแปลงค่าของตัวแปรต้น ( $X$ ) หรือไม่ ถ้า  $Y$  ขึ้นอยู่กับ  $X$  สามารถทำนายค่าตัวแปรตามโดยกำหนดค่าตัวแปรต้นได้

การทดถอยเล่นเชิงเดียวหรือการทดถอยเชิงเล่นแบบง่าย แสดงสมการได้ดังนี้

$$Y_i = \beta_0 + \beta_1 X_i + \epsilon_i ; i = 1, 2, \dots, n$$

$$\text{เมื่อ } Y = \text{ตัวแปรตาม ซึ่งเป็นตัวแปรสุ่ม มีการแจกแจงปกติที่มีค่าเฉลี่ย} = E(Y_i) = \beta_0 + \beta_1 X_i$$

$$\text{ค่าความแปรปรวน} = v(Y_i) = \sigma_y^2$$

$$X = \text{ตัวแปรต้น ซึ่งเป็นตัวแปรที่ถูกกำหนดค่า}$$

$$\beta_0 \text{ (เบต้าศูนย์)} = \text{ตัวแปรพารามิเตอร์ของระยะห่างที่เล่นตรงตัดแกน } Y \text{ ห่างจากจุดพิกัดศูนย์}$$

$$\beta_1 \text{ (เบตานีง)} = \text{ตัวแปรพารามิเตอร์ของความเอียง (slope) ของเล่นตรง หรือเป็นค่าที่ } y$$

จะเปลี่ยนแปลงไป เมื่อค่าของ  $x$  เปลี่ยนแปลงไป 1 หน่วย

$$\epsilon_i \text{ (เอนไซลอนไอ)} = \text{ค่าความผิดพลาดของ } y \text{ จริง กับ } \hat{y} \text{ ที่เกิดจากการคาดคะเน โดยใช้เล่นตรง}$$

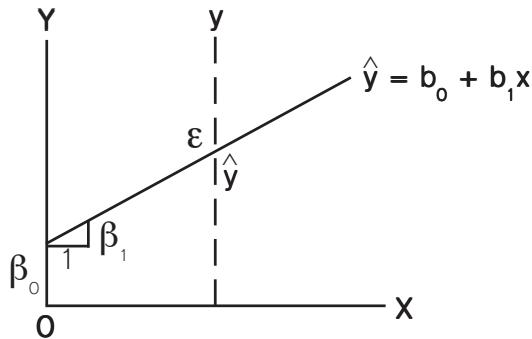
$$\text{ณ ค่า } x_0 \text{ ใดๆ (ดูภาพ)}$$

### โจทย์ที่ # 3.12.9 การทดสอบค่าสัมประสิทธิ์การทดถอยเชิงเดียว (ต่อ)

**การสร้างสมการทดถอย** คือ การสร้างแนวเส้นตรงที่ใช้แทนลักษณะความลับพันธ์ของข้อมูลทั้งหมด หรือสร้างเส้นตรงที่จะมีความแปรปรวนของ  $\epsilon$  ต่ำที่สุดนั่นเอง เราใช้วิธีคาดคะเนที่เรียกว่า “กำลังสองต่ำสุด” (least square method)

กำหนดให้  $b_0$  และ  $b_1$  เป็นตัวประมาณค่าแบบกำลังสองต่ำสุด ของ  $\beta_0$  และ  $\beta_1$  ตามลำดับ จะได้สมการคาดคะเน คือ

$$\hat{Y} = b_0 + b_1 X$$



ภาพสมการทดถอย

$$b_0 = \bar{y} - b_1 \bar{x}$$

$$b_1 = \frac{s_{xy}}{s_{xx}}$$

กำหนดให้

$$s_{xx} = \sum (x - \bar{x})^2 = \sum x^2 - \frac{(\sum x)^2}{n}$$

$$s_{yy} = \sum (y - \bar{y})^2 = \sum y^2 - \frac{(\sum y)^2}{n}$$

$$s_{xy} = \sum (x - \bar{x})(y - \bar{y}) = \sum xy - \frac{\sum x \sum y}{n}$$

$$\text{ความแปรปรวนของสมการทดถอย } s_{y.x}^2 = \frac{s_{yy} - b_1 s_{xy}}{n - 2}$$

$$\text{ความแปรปรวนของ } b_1 \quad \mathbf{V}(b_1) = \frac{s_{y.x}^2}{s_{xx}}$$

$$\text{สถิตทดสอบ } t = \frac{b_1}{\sqrt{\mathbf{V}(b_1)}} ; \quad df = n - 2$$

## ໂສຕ້ຫັນ # 3.12.10

ສົມປະລິທີກົດການທຳນາຍ

**ສົມປະລິທີກົດການທຳນາຍ** ດືອນ ດັ່ງວ່າ ການເປົ່ານແປລັນແປລັນຄ່າຂອງຕົວແປຣາມສາມາຮອບອີນບາຍໄດ້ໂດຍການເປົ່ານແປລັນຄ່າຂອງຕົວແປຣັນໄດ້ຖຸກຕ້ອງເທົ່າໄວ ພຶກສົມປະລິທີລັ້ມພັນຮູ້ພຸດຸນຍົກກຳລັງສອງ (coefficient of multiple determination)  $R^2$

$$R^2 = \frac{b_1 s_{xy}}{s_{yy}} \times 100\%$$

## ໂສຕ້ຫັນ # 3.12.11

ກາຣັດຄອຍເຊີງເລັ້ນພຸດຸນ (multiple linear regression)

### ກາຣັດຄອຍເຊີງເລັ້ນພຸດຸນ

ເປັນກາຣັດຄອຍເຊີງເລັ້ນພຸດຸນຮະຫວ່າງຕົວແປຣາມຕັ້ງແຕ່ 2 ຕັ້ງໜີໄປ ໂດຍມີຕົວແປຣາມ (dependent variable) 1 ຕົວແປຣ ກັບຕົວແປຣັນຫຼືວິສະ (independent variable) ມາກກວ່າ 1 ຕົວແປຣ ວ່າການເປົ່ານແປລັນຄ່າຂອງຕົວແປຣາມ ( $Y$ ) ຂຶ້ນອູ້ກັບການເປົ່ານແປລັນຄ່າຂອງຕົວແປຣັນ ( $X$ ) ທີ່ມາກກວ່າ 1 ຕົວແປຣ ພຶກສົມປະລິທີກົດການທຳນາຍຄ່າຕົວແປຣາມໂດຍກຳຫົວດຳຄ່າຕົວແປຣັນໄດ້

ກາຣັດຄອຍເຊີງເລັ້ນພຸດຸນ ແສດສມກາຣໄດ້ດັ່ງນີ້

$$Y_i = \beta_0 + \beta_1 X_{i1} + \beta_2 X_{i2} + \dots + \beta_j X_{ij} + \dots + \beta_{p-1} X_{i(p-1)} + \varepsilon_i ; i = 1, 2, \dots, n$$

$$j = 1, 2, \dots, p - 1$$

ເນື້ອ  $n$  = ຈຳນວນຂະດຕ້ວອ່າງທີ່ກຳທຳກາຣັດຄອຍ

$p-1$  = ຈຳນວນພາຣາມີເຕେຣ໌ທີ່ເປັນສົມປະລິທີກົດກາຣັດຄອຍທັງໝົດ

$Y_i$  = ຕົວແປຣາມ ທີ່ຈະເປັນຕົວແປຣຸ່ມ ມີກາຣແຈກແຈງປຽກທີ່ມີຄ່າເນັລື່ຍ =  $E(Y_i) = \beta_0 + \beta_1 X_i$

ຄ່າຄວາມແປປປວນ =  $v(Y_i) = \sigma_y^2$

$X_{ij}$  = ຕົວແປຣັນ ທີ່ຈະເປັນຕົວແປຣທີ່ຖຸກກຳຫົວດຳຄ່າ

$\beta_0$  = ພາຣາມີເຕେຣ໌ຂອງຮະຍະທ່າງທີ່ເລັ້ນຕຽບຕັດແກນ  $Y$  ທ່າງຈາກຈຸດພິກັດສູນຍໍ

$\beta_j$  = ພາຣາມີເຕେຣ໌ສົມປະລິທີກົດກາຣັດຄອຍຂອງ  $X_{ij}$  ພຶກສົມປະລິທີກົດກາຣັດຄອຍທີ່  $y$  ຈະເປົ່ານແປລັນໄປ

ເນື້ອຄ່າຂອງ  $x_{ij}$  ເປົ່ານແປລັນໄປ 1 ມີກາຣແຈກແຈງປຽກທີ່  $x_{ij}$  ແລະຄວບຄຸມຕົວແປຣ  $X$  ອື່ນທີ່ອູ້ໃນສມກາຣ

$\varepsilon_i$  (ເອີປ້ໂລນໄວ) = ຄ່າຄວາມຜິດພາດຂອງ  $y$  ຈົງ ກັບ  $\hat{y}$  ທີ່ເກີດຈາກກາຣັດຄະເນ

ໃຫ້  $b_0, b_1, \dots, b_{p-1}$  ເປັນຕົວປະມານຄ່າແບບກຳລັງສອງຕໍ່ສຸດຂອງ  $\beta_0, \beta_1, \dots, \beta_{p-1}$  ຕາມລຳດັບ ຈະໄດ້ສມກາຣັດຄະເນ ປຶກ

$$\hat{Y}_i = b_0 + b_1 X_{i1} + b_2 X_{i2} + \dots + b_j X_{ij} + \dots + b_{p-1} X_{i(p-1)}$$

## โสตทัศน์ # 3.13.1 สถิติไม่อิงพารามิเตอร์

**สถิติไม่อิงพารามิเตอร์** หมายถึง สถิติที่เป็นล้วนหนึ่งของวิชาสถิติซึ่งเป็นวิธีการทางสถิติอย่างหนึ่ง โดยมีข้อสมมติการที่สำคัญคือ

- ข้อมูลของประชากรที่ศึกษา มีลักษณะการแจกแจงเป็นแบบใดๆ ก็ได้มีลักษณะการแจกแจงอิสระหรือเลือกโดยทั่วไปมีการแจกแจงที่ไม่ใช่การแจกแจงแบบปกติ หรือข้อมูลนั้นไม่ได้คำนึงถึงลักษณะการแจกแจง
- วิธีการทางสถิติเป็นวิธีการที่ไม่ต้องอาศัยหรือไม่ต้องใช้ลักษณะการแจกแจงข้อมูล คือปราศจากสารสนเทศเกี่ยวกับลักษณะการแจกแจงของข้อมูลโดยเป็นอย่างใดก็ได้ (distribution-free)

## โสตทัศน์ # 3.13.2 การทดสอบการสุ่ม การทดสอบลัดล้วน และการทดสอบความเหมาะสมของข้อมูล

**การทดสอบการสุ่ม การทดสอบลัดล้วน และการทดสอบความเหมาะสมของข้อมูล** ประกอบด้วย

1. **การทดสอบรันน์ส์** เป็นการทดสอบว่าอันดับหรือช่วงลำดับข้อมูลเป็นแบบกลุ่มหรือไม่ ข้อมูลตัวอย่างจากประชากรเป็นตัวอย่างสุ่มหรือไม่ การทดสอบใช้จำนวนวิ่งหรือจำนวนรันน์ส คือการเรียงต่อกันของลัญลักษณ์อย่างเดียวกันซึ่งตามและอยู่ก่อนลัญลักษณ์ที่ต่างกัน หรือไม่มีลัญลักษณ์นี้ต่อ
2. **การทดสอบทวินาม** เป็นการทดสอบว่าลัดล้วนอย่างหนึ่งของข้อมูลตัวอย่างซึ่งมีผลได้ 2 อย่าง มาจากประชากรที่มีลัดล้วนตามที่กำหนดหรือไม่
3. **การทดสอบโกลโนโกรอฟ–สไறนนอฟ** เป็นการทดสอบความเหมาะสมของรูปข้อมูล ใช้ทดสอบว่าข้อมูลของตัวอย่างที่มีการแจกแจงค่าข้อมูลที่มีลำดับการแจกแจงเป็นปกติหรือไม่

## โสตทัศน์ # 3.13.3 การทดสอบความแตกต่างของสถิติไม่อิงพารามิเตอร์

**การทดสอบความแตกต่างของสถิติไม่อิงพารามิเตอร์**

1. **การทดสอบวิลค็อกซอน** ใช้ทดสอบความแตกต่างของกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่มที่ไม่เป็นอิสระต่อกัน มีความสัมพันธ์กัน และมีระดับการวัดค่าข้อมูลในระดับอันดับมาตรา
2. **การทดสอบมานน์–วิทนีย์** ใช้ทดสอบความแตกต่างของกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่มที่เป็นอิสระต่อกัน ไม่มีความสัมพันธ์กัน และมีระดับการวัดค่าข้อมูลในระดับอันดับมาตรา
3. **การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวครัสคอล–วอลลิส** ใช้ทดสอบความว่ากลุ่มตัวอย่างตั้งแต่ 3 กลุ่มขึ้นไปที่เป็นอิสระต่อกัน มาจากประชากรที่มีการแจกแจงเหมือนกัน หรือมีค่ามัธยฐานเท่ากันหรือไม่
4. **การวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางฟริดแมน** ใช้เปรียบเทียบประชากรตั้งแต่ 3 กลุ่มขึ้นไป ที่มีความเกี่ยวข้องกันหรือล้มพันธ์กัน หรือเป็นประชากรกลุ่มเดียวที่ได้รับลิ๊งทดลองหรือทรีทเมนต์หลายอย่าง

## โสตทัศน์ # 3.13.4 การทดสอบความความล้มพันธ์ของสถิติไม่อิงพารามิเตอร์

### การทดสอบความความล้มพันธ์ของสถิติไม่อิงพารามิเตอร์

1. การศึกษาความเกี่ยวข้องระหว่างข้อมูลคุณภาพ 2 ตัวแปรที่จะเป็นกลุ่ม ที่ค่าข้อมูลของตัวแปร มีความเป็นอิสระกันหรือไม่ ถ้าไม่เป็นอิสระกัน แสดงว่ามีความเกี่ยวข้องกันหรือมีความล้มพันธ์โดยการทดสอบใช้ ทดสอบวิธีหรือหลักการของความเป็นอิสระ ใช้การทดสอบไคลสแควร์

2. สมมติว่าด้วยสเปียร์แมนเป็นการศึกษาความความล้มพันธ์ของตัวแปรคู่ที่มีระดับการวัดค่าข้อมูลของตัวแปรอยู่ในระดับอันดับมาตรา หรือระดับสูงกว่า

3. สมมติว่าดับเบลล์ คือการศึกษาความความล้มพันธ์ของตัวแปรในระดับการวัดค่าข้อมูลระดับอันดับมาตราฐานหรือสูงกว่า เช่นเดียวกับสมมติว่าดับสเปียร์แมน แต่ในการทดสอบมีการเรียงลำดับของค่าข้อมูล ว่าจะต้องเป็นปกติตามธรรมชาติคือ จากน้อยไปมาก และมีการเปรียบเทียบคู่อันดับของค่าข้อมูลว่าเรียง ถูกต้องปกติตามธรรมชาติหรือไม่

## โสตทัศน์ # 3.14.1 แนวคิดเกี่ยวกับรายงานการวิจัย

### รายงานในการวิจัยมี 2 ประเภทใหญ่ ดังนี้

1. รายงานที่ทำในระหว่างการทำวิจัย หรือเรียกว่า “รายงานความก้าวหน้าการวิจัย” เป็นเอกสารรายงานที่ผู้วิจัยหรือคณะกรรมการวิจัยโดยหัวหน้าโครงการวิจัยจัดทำขึ้นระหว่างการทำวิจัย ในกรณีที่มีการขอทุนอุดหนุนการวิจัย เพื่อรายงานผลความก้าวหน้าในการดำเนินการวิจัยที่ได้ทำไป

2. รายงานที่ทำภายหลังจากที่ดำเนินการวิจัยเสร็จแล้ว หรือเรียกว่า “รายงานการวิจัย” มี 2 ประเภทใหญ่ๆ คือ

- **รายงานการวิจัยฉบับสมบูรณ์** เป็นรายงานการวิจัยแบบยาวที่ผู้วิจัยต้องเสนอเนื้อหาสาระของการวิจัยในเรื่องที่ศึกษาไว้ทุกขั้นตอนอย่างละเอียดและเป็นระบบ ตั้งแต่เริ่มต้นการทำวิจัยจนถึงสรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะการวิจัย เพื่อออกเผยแพร่และ/หรือล่งให้กับแหล่งทุนอุดหนุนการวิจัยหรือสถาบันการศึกษาของนักศึกษาที่ทำวิจัย

- **รายงานการวิจัยฉบับย่อ** เป็นรายงานการวิจัยแบบลั้นที่ผู้วิจัยเสนอเนื้อหาสาระเฉพาะหัวข้อและประเด็นที่สำคัญๆ ของการวิจัยในเรื่องที่ศึกษาไว้เท่านั้น โดยจะตัดรายละเอียดที่ไม่จำเป็นหรือเป็นข้อปลีกย่อยออกไป ส่วนใหญ่เผยแพร่ในรูปบทความวิจัยในวารสารทางวิชาการและเอกสารในการประชุมวิชาการต่างๆ

## ສົດທັບ # 3.14.2 ພັດທະນາແລະຂໍ້ຕອນການເຂົ້າຢາຍງານກາຣວິຈີຍ

### ພັດທະນາເຂົ້າຢາຍງານກາຣວິຈີຍ

ການເຂົ້າຢາຍງານກາຣວິຈີຍທີ່ຈະນຳໃຫ້ລົມບຽນແລະລົມບໍ່ຢ່ວຍດ້ວຍການທີ່ສໍາຄັນ ດັນນີ້

- **ຮູບແບບຮາຍງານ** ຍືດຮູບແບບການເຂົ້າຢາຍງານກາຣວິຈີຍທີ່ຈະເຂົ້າໃຫ້ຖຸກຕ້ອງ  
ຕາມຫລັກວິຊາການແລະຫລັກການເຂົ້າຢາຍງານຮູບແບບຮາຍງານກາຣວິຈີຍນີ້

- **ການນຳເສນອເນື້ອທາສະະ** ໃຫ້ຖຸກຕ້ອງ ມີສາරະຄຣບຄ້ວນ ສມບຽນ ຫັດເຈນ ຕຽບປະເທິດ ເຮັດວຽກ  
ຂໍ້ຄວາມໄດ້ສົດຄລ້ອງແລະມີຄວາມຕ່ອງເນື່ອງກັນຕຶ້ງແຕ່ເວັ້ນຕິດຈົນຈບຮາຍງານ ແລະອ່ານເຂົ້າໃຈຈ່າຍ
- **ການໃຫ້ໃໝ່ ໃຫ້ຖຸກຕ້ອງຕາມຫລັກການໃຫ້ກາຍາເຂົ້າຢາຍ**
- **ຈະຍາບຮຣນໃນການນຳເສນອເນື້ອທາສະະ** ຍືດຄວາມຖຸກຕ້ອງແລະຄວາມໜີ້ອລັດຍືນໃນການນຳເສນອຜລກາຮ  
ວິຈີຍຕ້ອງດາມຂໍ້ເທົ່າຈະຈິງ ໂນໄປດີເພຍຂໍ້ມູນທີ່ອາຈັດຜລກະທບຕ່ອຝູໃຫ້ຂໍ້ມູນ ແລະກຣົນທີ່ນຳຂໍ້ມູນ  
ຂອງຜູ້ອື່ນມາໃໝ່ໃນຮາຍງານກາຣວິຈີຍ ຜູ້ວິຊຍ້ຕ້ອງອ້າງອີງແລ່ລ່ວ່ຂໍ້ມູນ
- **ການຕຽບທານຮາຍງານກາຣວິຈີຍ** ກ່ອນທີ່ຈະເພຍແພື່ອຜລກາຮວິຈີຍ ເພື່ອໃຫ້ແນໃຈໃນຄວາມຖຸກຕ້ອງຂອງ  
ຮາຍງານກາຣວິຈີຍທີ່ເພຍແພື່ອ

### ຂໍ້ຕອນການເຂົ້າຢາຍງານກາຣວິຈີຍ

ມີ 3 ຂໍ້ຕອນ ຄື່ອ

- ການຕັ້ງຄືການໃນການເຂົ້າຢາຍ
- ການລັງມືອເຂົ້າຢາຍ
- ການຕຽບທານຕົ້ນລັບປັບເພື່ອຈັດພິມພົມຮາຍງານ

## ໂສຕທັນ # 3.14.3 ການອ້າງອີງໃນรายงานກາງວິຊາ

### ຮະບນການອ້າງອີງ

ມື່ຖາຍຮະບນ ເຊັ່ນ

- ຮະບນຖົຮາເບີຢັນ (Turabian)
- ຮະບນເອີຟເອ (APA : American Psychological Association)
- ຮະບນແວນຄູວຸວ່ອຣ໌ (Vancouver)
- ຮະບນຫາრໍວາຮົດ (Harvard)

ເປັນຕົ້ນ

ໂດຍຮະບນຖົຮາເບີຢັນແລະຮະບນເອີຟເອນີຍມໃຫ້ໃນສາຂາລັ້ງຄມຄາສຕ່ວົງແລະພັດທິກຣມຄາສຕ່ວົງ ລ່ວມຮະບນແວນຄູວຸວ່ອຣ໌ ແລະຮະບນຫາຮໍວາຮົດນີຍມໃຫ້ໃນສາຂາວິທາຍາຄາສຕ່ວົງ ໂດຍເຊີ່ມຮະບນແວນຄູວຸວ່ອຣ໌ນີຍມໃຫ້ກັນໃນສາຂາວິທາຍາຄາສຕ່ວົງກາງແພທຍ໌ ແລະລາຍຮາຜຸ່າຊຸ

### ວິທີການອ້າງອີງ

ໂດຍທົ່ວໄປມີ 2 ວິທີ ດື່ອ

1. **ການອ້າງອີງໃນສ່ວນນັ້ນອາຫາ** ເປັນການຮຽນແລ່ງທີ່ມາຂອງຂໍ້ມູນທີ່ອຳນວຍກັບຄວາມທີ່ອ້າງອີງໃນສ່ວນນັ້ນອາຫາ ທີ່ມີ

2 ແບບ ດື່ອ

- ການອ້າງອີງແບບນາມ-ປີ (author-date style)
- ການອ້າງອີງແບບເຈີ່ງອະຮັດ (foot note style)

2. **ການອ້າງອີງໃນສ່ວນທ້າຍບທ** ເປັນການຮຽນແລ່ງຂໍ້ມູນທີ່ນຳມາໃຫ້ໃນການເງື່ອນແລະ/ຫຼືໃນການຄຶກໝາໄວ້

ໃນສ່ວນທ້າຍບທ ເພື່ອແສດງຄືກໝາກັນຄວ້າເອກສາລົງພິມພົດທັນ ສື່ວນເລັກໂທຣິນິກລ໌ ແລະວັດດູຕ່າງໆ ຂອງຜູ້ວິຊຍ໌ຫຼືຜູ້ເງື່ອນບທຄວາມມີ 2 ແບບ ດື່ອ

- ເອກສາລົງພິມພົດທັນ (references)
- ບຣຮະນາຸກຣມ (bibliographies)

## ໂສຕທັນ # 3.14.4 ຮາຍຈານຄວາມກ້າວໜ້າກາຣວິຈີຍ

### ຮາຍຈານຄວາມກ້າວໜ້າກາຣວິຈີຍ

ເປັນເອກລາຮາຮາຍຈານທີ່ຜູ້ວິຈີຍຈັດທຳມາຂຶ້ນຮະຫວ່າງກາຣທຳວິຈີຍ ກຽມທີ່ຂອ້າທຸນອຸດທ່ານກາຣວິຈີຍຈາກແຫ່ງທຸນອຸດທ່ານກາຣວິຈີຍ ເພື່ອຮາຍຈານຄວາມກ້າວໜ້າໃນກາຣທຳເນີນກາຣວິຈີຍແລ້ວພລກາຣທຳເນີນກາຣວິຈີຍເປັນຮະຍະໆ ຕາມວັດກາຣເບີກຈ່າຍ ເຈັນອຸດທ່ານກາຣວິຈີຍທີ່ໄດ້ຮັບໃນຂະນະທຳກາຣວິຈີຍ ຕັ້ງແຕ່ເວັ່ນໂຄຮກກາຣຈານກະທັ່ງສິ້ນສຸດກາຣວິຈີຍໃຫ້ກັບແຫ່ງທຸນອຸດທ່ານເພື່ອໃຊ້ເປັນເຄື່ອງມືໃນກາຣຕິດຕາມປະເມີນພລກາຣໃຫ້ທຸນອຸດທ່ານກາຣວິຈີຍ ແລ້ວຍັງເປັນລົງກະຕຸ້ນຜູ້ວິຈີຍໃຫ້ທຳກາຣວິຈີຍໃຫ້ເລີ້ນຈິນດາມຂັ້ນຕອນ

### ສ່ວນປະກອບຂອງຮາຍຈານຄວາມກ້າວໜ້າກາຣວິຈີຍ

ຮາຍຈານຄວາມກ້າວໜ້າກາຣວິຈີຍໂດຍທີ່ໄປປະກອບດ້ວຍ 2 ລ່ວນ ຄືອ

#### 1. ສ່ວນນໍາ ປະກອບດ້ວຍ

- 1.1 ຂຶ້ອໂຄຮກກາຣວິຈີຍ
- 1.2 ຮັດໂຄຮກກາຣວິຈີຍ (ຄໍາມື່)
- 1.3 ໜ່ວຍງານທີ່ຜູ້ຮັບຜິດຂອບໂຄຮກກາຣວິຈີຍ ແລ້ວສະຖານທີ່ຕິດຕ່ອ
- 1.4 ຮະຍະເວລາໃນກາຣທຳເນີນໂຄຮກກາຣວິຈີຍ ແລ້ວວັນ ເດືອນ ປີ ທີ່ເວັ່ນທຳວິຈີຍແລ້ວລື້ນສຸດກາຣວິຈີຍ
- 1.5 ປີທີ່ໄດ້ຮັບອຸ່ນມັດທຸນອຸດທ່ານ ປະເກາຫຂອງທຸນອຸດທ່ານກາຣວິຈີຍ ແລ້ວຈຳນວນເງິນທີ່ຮັບທຸນ (ຄໍາກຳທັນໄທຮັບ)
- 1.6 ຄຽ້ງທີ່ຂອງຮາຍຈານຄວາມກ້າວໜ້າ

#### 2. ສ່ວນເນື້ອຫາ ປະກອບດ້ວຍ

- 2.1 ວັດຖຸປະສົງຄົງໂຄຮກກາຣວິຈີຍ
- 2.2 ພລການທີ່ທຳເນີນກາຣໄປໃນງວດນີ້ ໄດ້ແກ່
- 2.3 ປັ້ນຫາແລ້ວອຸປະສົງຄົງທີ່ພົບໃນກາຣທຳວິຈີຍທີ່ຜ່ານມາ
- 2.4 ດັບປະມານທີ່ຈ່າຍໄປໃນງວດນີ້
- 2.5 ຈາກຕາມໂຄຮກກາຣທີ່ຈະທຳໃນງວດຕ່ອງໄປ
- 2.6 ກາຣລົງນາມຂອງຫ້ວໜ້າໂຄຮກກາຣວິຈີຍ

## โปรดทัศน์ # 3.14.5 รายงานการวิจัยฉบับสมบูรณ์

### รายงานการวิจัยฉบับสมบูรณ์

เป็นเอกสารรายงานในขั้นตอนสุดท้ายของการวิจัย ที่จะต้องเขียนเนื้อหาสาระของการวิจัยในทุกขั้นตอนอย่างละเอียดและเป็นระบบ ตั้งแต่เริ่มการวิจัยจนถึงการสรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะในการวิจัย โดยจัดทำขึ้นเพื่อเผยแพร่ผลการวิจัยและ/หรือส่งให้กับแหล่งทุนอุดหนุนการวิจัยหรือสถาบันการศึกษาของนักศึกษาที่ทำวิจัย

### ส่วนประกอบของรายงานการวิจัยฉบับสมบูรณ์

โดยทั่วไปประกอบด้วย 4 ส่วน คือ

#### ส่วนนำหรือส่วนประกอบตอนต้น (front matter or preliminary section) ประกอบด้วย

- ปกหน้า (cover) และปกใน (title page)
- บทคัดย่อ (abstract)
- คำนำ (foreword or preface) และกิตติกรรมประกาศ หรือประกาศคุณปการ หรือคำขอบคุณ (acknowledgement)
- สารบัญเรื่อง (table of contents)
- สารบัญตาราง (list of tables)
- สารบัญภาพ (list of figures) ถ้ามี

#### ส่วนเนื้อหา (body of report or text) ประกอบด้วย

- บทนำ (introduction)
- เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง (review of the literature)
- วิธีดำเนินการวิจัย หรือระเบียบวิธีวิจัย (research methods)
- ผลการวิจัยหรือผลการวิเคราะห์ข้อมูล (results)
- การวิจารณ์ผลหรือการอธิบายผลการวิจัย (discussion)
- สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ (conclusion and recommendation)

#### ส่วนอ้างอิง (reference section or citation) ประกอบด้วย

- เงื่อนไข
- บรรณานุกรม

**ส่วนภาคผนวก (appendix)** เป็นส่วนเพิ่มเติมที่อยู่ท้ายของรายงานการวิจัย ซึ่งเป็นรายละเอียดปลีกย่อยของการวิจัย ที่ผู้วิจัยต้องการให้มีรายละเอียดไว้เพื่อให้ผู้อ่านรายงานการวิจัยทราบรายละเอียดเพิ่มเติม ถ้าต้องการ แต่ไม่สามารถใส่รายละเอียดดังกล่าวไว้ในส่วนเนื้อหาได้

## โสดทัศน์ # 3.14.6 รายงานการวิจัยฉบับย่อ

### รายงานการวิจัยฉบับย่อ

เป็นเอกสารรายงานการวิจัยแบบสั้นที่เผยแพร่ต่อสาธารณะชนในรูปของบทความวิจัยในวารสารทางวิชาการ หรือวารสาร หรือเป็นเอกสารที่เสนอในที่ประชุมวิชาการ หรือเสนอต่อผู้บริหาร หรือผู้ปฏิบัติงาน โดยเฉพาะเนื้อหาสาระที่เขียนจะเน้นเฉพาะสาระสำคัญหรือในประเด็นที่สำคัญและเกี่ยวข้องโดยตรงเท่านั้น โดยจะตัดรายละเอียดปลีกย่อยที่ไม่สำคัญออกไป

### ส่วนประกอบของรายงานการวิจัยฉบับย่อและการเขียน

โดยทั่วไปประกอบด้วย 4 ส่วน คือ

#### ส่วนนำ ประกอบด้วย

1. ชื่อเรื่อง ชื่อผู้วิจัย และรายละเอียดเกี่ยวกับตัวผู้วิจัย
2. บทคัดย่อ ภาษาไทยและ/หรือภาษาอังกฤษ

#### ส่วนเนื้อหา ประกอบด้วย

1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหาการวิจัย
2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย
3. สมมติฐานของการวิจัย (ถ้ามี)
4. วิธีดำเนินการวิจัย
5. ผลการวิจัย
6. สรุปผล การอภิปรายผล และข้อเสนอแนะ
7. กิตติกรรมประกาศ

#### ส่วนอ้างอิง ประกอบด้วย

- เอกสารอ้างอิงหรือบรรณานุกรม

#### ส่วนภาคผนวก

โดยปกติในวารสาร จุลสารและเอกสารการประชุมวิชาการจะไม่มี แต่ในรายงานที่นำเสนอผู้บริหาร หรือผู้ปฏิบัติงานอาจมีได้

## ใบตัคค์ # 3.14.7 การอ่านรายงานการวิจัย

### หลักการเลือกรายงานการวิจัยที่จะอ่าน

การเลือกรายงานการวิจัยที่จะอ่านนั้น จะต้องยึดหลักการ ดังนี้

1. เรื่องและเนื้อหาสาระต้องตรงกับที่ต้องการและสนใจ
2. ความน่าเชื่อถือของงานวิจัย พิจารณาจาก
  - 2.1 คุณสมบัติของผู้วิจัย
  - 2.2 แหล่งทุนอุดหนุนการวิจัย
  - 2.3 ชื่อวารสารวิชาการที่ลงตีพิมพ์
3. ความทันสมัยของรายงานการวิจัย

### ขั้นตอนการอ่านรายงานการวิจัย

การอ่านรายงานการวิจัยมีขั้นตอนการอ่าน ดังนี้

- อ่านบทคัดย่อ
- อ่านเนื้อหาอย่างพินิจพิเคราะห์
- อ่านจับประเด็นและสรุปประเด็นของงานวิจัยที่อ่าน
- บันทึกประเด็นของงานวิจัยที่อ่าน

### การประเมินงานวิจัย

เป็นขั้นตอนที่เกิดขึ้นภายหลังการดำเนินงานวิจัยเสร็จแล้ว ซึ่งการประเมินงานวิจัยมีจุดประสงค์หลายประการ ขึ้นอยู่กับผู้ประเมินมีจุดประสงค์อย่างไรในการประเมิน ทั้งนี้ในการประเมินรายงานการวิจัยตามปกติจะกระทำตามขั้นตอนของการวิจัย โดยประเมินในหัวข้อ ดังนี้

1. ชื่อเรื่องและปัญหาการวิจัย
2. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา
3. วัตถุประสงค์การวิจัย
4. สมมติฐานการวิจัย
5. ขอบเขตการวิจัย
6. คำนิยามศัพท์เฉพาะ
7. ข้อตกลงเบื้องต้น (ถ้ามี)
8. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
9. วิธีดำเนินการวิจัย ได้แก่ รูปแบบการวิจัย 方方面ที่ศึกษาและตัวอย่าง เครื่องมือการวิจัย การเก็บรวบรวมข้อมูล และการวิเคราะห์ข้อมูล
10. ผลการวิเคราะห์
11. สรุปผลการวิจัย การอภิปรายผลและข้อเสนอแนะ
12. การเขียนรายงานการวิจัย

## ໂສຕທັນ # 3.14.8 ວິທີກາຣແພຍແພຣ່ງຈານວິຈ້ຍ

### ວິທີກາຣແພຍແພຣ່ງຈານວິຈ້ຍມີ 2 ວິທີໃຫຍ່ ຄືວ່າ

#### 1. ກາຣແພຍແພຣ່ງຈານວິຈ້ຍໃນຮູບແບບຂອງຮາຍານກາຣວິຈ້ຍຈົບສົນນຸຽນ

ໂດຍຈັດທຳເປັນຮູບເລີ່ມຮາຍານທີ່ມີຮາຍະເອີ້ດທຸກໜີ້ທີ່ອັນຂອງກາຣວິຈ້ຍ ຕັ້ງແຕ່ເຮີ່ມທຳວິຈ້ຍຈົບສົນນຸຽນ ດີເລີ້ນສຸດ ກາຣວິຈ້ຍອ່າງລະເວີ້ດ ແລ້ວລົ່ງປັບປຸງແຫ່ງທຸນອຸດທະນຸກາຣວິຈ້ຍ ມີໜ່າຍານທີ່ກ່ຽວຂ້ອງ ແລ້ວ ລົ້ງສຸດຕ່າງໆ ໄວເປັນແຫ່ງອ້າງອີ້ນຂອງຜູ້ສຸນໃຈແລະບຸຄຄລ໌ທີ່ກ່ຽວຂ້ອງ

#### 2. ກາຣແພຍແພຣ່ງຈານວິຈ້ຍໃນຮູບແບບຂອງຮາຍານກາຣວິຈ້ຍຍ່ອ

ໂດຍກາຣນຳເສນວິນລັກໜະນະຂອງບທຄວາມວິຈ້ຍ ກາຣແພຍແພຣ່ງຈານວິຈ້ຍວິທີນີ້ ມີໜ່າຍາຍຮູບແບບກາຣນຳເສນວ ເນື້ອທາສະຈະແຕກຕ່າງກັນໄປດາມຈຸດປະສົງຄືໃນກາຣແພຍແພຣ່ງຈານວິຈ້ຍ ເຊັ່ນ

- ກາຣແພຍແພຣ່ງຈານວິຈ້ຍທາງວາරສາຣ ຈຸລສາຣ ແລະເອກສາກກາຣປະຊຸມເຊີງວິຊາກາຣຕ່າງໆ
- ກາຣແພຍແພຣ່ງທາງໜັງລື້ອພິມພ ນິຕຣສາຣ ວິຖູ ອີ້ໂກຣທັນ
- ກາຣແພຍແພຣ່ຝາງດ້ວຍວາຈາ
- ກາຣແພຍແພຣ່ຝາງດ້ວຍໂປສເຕອຣ

## ໂສຕທັນ # 3.15.1 ກຣັນຕັ້ວອ່າງຈານວິຈ້ຍເຊີງປົມານ

### ອກີປາຍຮ່ວມກັນ ຕັ້ວອ່າງຈານວິຈ້ຍເຊີງປົມານຕ່ອໄປນີ້

1. ຕັ້ວອ່າງຈານວິຈ້ຍເຊີງສໍາຮວັງ
2. ຕັ້ວອ່າງຈານວິຈ້ຍເຊີງວິເຄຣະໜໍ
3. ຕັ້ວອ່າງຈານວິຈ້ຍກຶ່ງທດລອງ
4. ຕັ້ວອ່າງຈານວິຈ້ຍເຊີງທດລອງ

## ໂສຕທັນ # 3.15.2 ກຣັນຕັ້ວອ່າງຈານວິຈ້ຍເຊີງຄຸນກາພ

### ອກີປາຍຮ່ວມກັນ ຕັ້ວອ່າງຈານວິຈ້ຍເຊີງຄຸນກາພຕ່ອໄປນີ້

1. ຕັ້ວອ່າງຈານວິຈ້ຍແບບສັງເກຕ
2. ຕັ້ວອ່າງຈານວິຈ້ຍແບບລັ້ມກາຜະນີເຈະລື້ກ
3. ຕັ້ວອ່າງຈານວິຈ້ຍແບບສົນທານກລຸ່ມ
4. ຕັ້ວອ່າງຈານວິຈ້ຍປົກບັດກາຣແບບມີລ່ວນຮ່ວມ

# วิธีคลายเครียด ตามเดือนเกิด

## มกราคม

||บ่||งเวลา มาเล่นกีฬา  
กีฬาบดูบ้าง หรืออาบน้ำ<sup>ๆ</sup>  
ด้วยครีมสมุนไพร  
จะช่วยให้ผ่อนคลายได้

## กุมภาพันธ์

วิธีที่เหมา: กับคนเดือนนี้  
กีฬาคือ การอยู่คุยกัน  
เจ็บๆ หรือกำกับกรรม  
ส่วนตัว

## มีนาคม

การเล่นเด็กตี้ วาดภาพ  
แต่ถ้ามีเวลาสpareๆ  
ก็แค่เอานั่งไปปั่นจักรยาน  
เท่านั้นก็ชิลๆ แล้ว

## เมษายน

การได้ออกแรงมากๆ  
กับกีฬาพาโนน  
เล่นเครื่องเล่นสี่ยงตาลาย  
ก็จะทำให้สมองโล่งขึ้น

## พฤษภาคม

วิธีผ่อนคลายคือ<sup>ๆ</sup>  
ได้เดินดูของสวยงาม  
งานๆ ก็จะช่วย  
ให้รู้สึกเรลаксขึ้นได้

## มิถุนายน

การพับปapiro่ฟู<sup>ๆ</sup>  
เป็นวิธีผ่อนคลาย  
กีฬากีฬา หรือแม้กระทั่ง  
ออกซ้อปปิ้ง

## กรกฎาคม

การได้เล่นกับสัตว์เลี้ยง  
ปลูกต้นไม้ ฯลฯ หลับยาวยา  
เป็นการพักผ่อนที่ดี  
กีฬาของผู้ที่เกิดเดือนนี้

## สิงหาคม

การได้ดูหนัง พังเพลิง  
ช้อป ดื่ม กิน เที่ยว  
เพียงแค่นั้น ก็ทำให้  
หายเครียดไปเยอะเลย

## กันยายน

การได้นอนเกลือกลิ้ง  
อยู่กับคนรัก เป็นการ  
ผ่อนคลายที่มีความสุข  
กีฬาเดือนนี้

## ตุลาคม

ได้วุ่นวายกับเสื้อผ้า<sup>ๆ</sup>  
แต่งหน้า ทำผม  
แบบโน้นแบบนี้  
ก็เป็นการผ่อนคลายแล้ว

## พฤศจิกายน

การอ่านหนังสือ  
นิยายรักกิ๊ก กิ๊ก  
จะช่วยให้ผ่อนคลาย  
ได้เหมือนกัน

## ธันวาคม

การได้ไปเที่ยวในที่ต่างๆ  
การอ่านหนังสือ<sup>ๆ</sup>  
แบบไม่จำกัดแนว ช่วยให้  
สมองปลอดโปร่งขึ้น

