

**ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาชั้นปีที่ 1
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต**

ปริญญานิพนธ์

ของ

ดวงเดือน พิพัฒน์ชูเกียรติ

**เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกดุขศึกษา**

กรกฎาคม 2541

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

คณะกรรมการควบคุมและคณะกรรมการสอบได้พิจารณาปริญญานิพนธ์ฉบับนี้แล้ว
เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอก
ดุขศึกษา ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

คณะกรรมการควบคุม

..... ประธาน
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พรสุข หุ่นนิรันดร์)

..... กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธาดา วิมลวัตรเวที)

คณะกรรมการสอบ

..... ประธาน
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พรสุข หุ่นนิรันดร์)

..... กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธาดา วิมลวัตรเวที)

..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์วินัส ปัทมภาสพงษ์)

..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์จุฑามาศ เทพชัยศรี)

บัณฑิตวิทยาลัยอนุมัติให้รับปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตาม
หลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกดุขศึกษา ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(ศาสตราจารย์ ดร.เสวิมศักดิ์ วิศาลาภรณ์)

วันที่ ๒๑ เดือน กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๔๑

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดีนั้น ด้วยความกรุณาและความช่วยเหลืออย่างดียิ่งจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พรสุข หุ่นนิรันดร์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธาดา วิมลวัตรเวท ผู้ช่วยศาสตราจารย์วินัส ปัทมภาสพงษ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์จุฑามาศ เทพชัยศรี ที่ได้กรุณาให้คำแนะนำที่เป็นประโยชน์ ช่วยตรวจสอบแก้ไขข้อบกพร่องรวมทั้งสนับสนุนให้กำลังใจแก่ผู้วิจัยตลอดมา ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งและประทับใจในความกรุณาของท่านทั้งหลายเป็นอย่างยิ่ง จึงขอกราบขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร. ประนอม รอดคำดี ที่กรุณาให้คำปรึกษาและแนะนำในการศึกษาวิจัยครั้งนี้

ขอขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.กฤษณกุล ศรีเสริมโชค รองอธิการบดีฝ่ายการนักศึกษา และ ดร.พงษ์เทพ วรกิจโกศาทร ผู้อำนวยการกองกิจการนักศึกษา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ผู้บังคับบัญชาที่กรุณาให้โอกาสศึกษาเพื่อทำการวิจัย รวมทั้งกรุณาให้ความอนุเคราะห์ในการตรวจแก้ไขเครื่องมือในการวิจัยครั้งนี้

ขอขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่าน ได้แก่ อาจารย์ ดร.ชาญวิทย์ เกษตรศิริ รองศาสตราจารย์ ดร.ศรีเรือน แก้วกังวาล และ รองศาสตราจารย์ ดร.นงลักษณ์ เทพสวัสดิ์ ที่กรุณาให้ความอนุเคราะห์ในการตรวจแก้ไขเครื่องมือในการวิจัย รวมทั้งให้คำแนะนำ ปรึกษา และให้กำลังใจแก่ผู้วิจัยตลอดมา

ขอขอบพระคุณ เจ้าหน้าที่และคณาจารย์ภาควิชาภาษาไทย คณะศิลปศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ คณะสหเวชศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี คณะวิศวกรรมศาสตร์ คณะนิติศาสตร์ และคณะพาณิชยศาสตร์การบัญชี แห่งมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ที่กรุณาให้ความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลและการวิจัยครั้งนี้

ท้ายที่สุดนี้ ผู้วิจัยขอขอบพระคุณ คุณพ่อ คุณแม่ คุณทวด พี่พัฒนาชูเกียรติ นายปรีดีไคม พี่พัฒนาชูเกียรติ นางสาวปาจริย์ พี่พัฒนาชูเกียรติ คุณทัศนัญญาณี ทรงสุวรรณ คุณกาญจนา ปราณีต รวมทั้งพี่ ๆ น้อง ๆ เพื่อน ๆ ทุกท่านที่ให้ความช่วยเหลือและเป็นกำลังใจสนับสนุนผู้วิจัยตลอดมา อนึ่งคุณความดีและประโยชน์ของปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ที่พึงมี ขอกราบบูชาพระคุณ คุณพ่อ คุณแม่ ครู อาจารย์และผู้วิจัยเคารพทุกท่าน

ดวงเดือน พิพัฒน์ชูเกียรติ

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ	1
คำนำ	1
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า	5
ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า	6
ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า	6
นิยามศัพท์เฉพาะ	7
2 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย	9
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาค้นคว้า	9
การวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาค้นคว้า	35
การวิจัยในต่างประเทศ	35
การวิจัยในประเทศไทย	39
สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า	50
3 วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า	51
แหล่งข้อมูลและกลุ่มตัวอย่าง	51
เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล	53
ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ	54
เกณฑ์ในการให้คะแนน	55
การหาคุณภาพของเครื่องมือ	57
วิธีดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล	58
วิธีจัดกระทำกับข้อมูล	59
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	59

บทที่	หน้า
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลศึกษาค้นคว้า	64
ข้อตกลงเกี่ยวกับการวิเคราะห์และแปลผล	64
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	64
ผลการศึกษาค้นคว้า	65
5 บทย่อ สรุปผล อภิปราย และข้อเสนอแนะ	104
บทย่อ	104
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า	104
วิธีดำเนินการวิจัย	104
การวิเคราะห์ข้อมูล	105
สรุปผลการศึกษาค้นคว้า	106
อภิปรายผล	108
ข้อเสนอแนะ	119
ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยต่อไป	119
บรรณานุกรม	121
ภาคผนวก	128
ภาคผนวก ก	129
ภาคผนวก ข	136
ประวัติย่อของผู้วิจัย	152

บัญชีตาราง

ตาราง		หน้า
1	ระดับความสุขสมบูรณ์ของนิสิตนักศึกษา กทม. เปรียบเทียบกับระดับ ความสุขสมบูรณ์ของคนอเมริกันวัยผู้ใหญ่	22
2	จำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ คณะ และ สาขาวิชา	53
3	จำนวนและร้อยละของนักศึกษา จำแนกตามเพศ สาขาวิชาที่ศึกษา ภูมิลำเนา ที่อยู่อาศัย	66
4	ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนของนักศึกษา จำแนกเป็นรายข้อและโดยรวม	68
5	ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนของนักศึกษา จำแนกตามเพศ	70
6	ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพของนักศึกษา จำแนกเป็นรายข้อและโดยรวม	70
7	ระดับความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพของ นักศึกษา จำแนกตามเพศ	72
8	ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคมของนักศึกษา จำแนกเป็นรายข้อและโดยรวม	72
9	ระดับความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคมของ นักศึกษา จำแนกตามเพศ	74
10	ความสุขสมบูรณ์โดยรวมของนักศึกษา จำแนกตามคะแนนของระดับความสุข สมบูรณ์และจำนวนนักศึกษา	75
11	ความสุขสมบูรณ์ด้านร่างกายของนักศึกษา จำแนกเป็นรายข้อและโดยรวม	76
12	ความสุขสมบูรณ์ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมของนักศึกษา จำแนกเป็นรายข้อ และโดยรวม	79
13	ความสุขสมบูรณ์ด้านอารมณ์และเพศสัมพันธ์ของนักศึกษา จำแนกเป็นรายข้อ และโดยรวม	81
14	ความสุขสมบูรณ์ด้านสติปัญญาของนักศึกษา จำแนกเป็นรายข้อ และโดยรวม	83
15	ความสุขสมบูรณ์ด้านการงานอาชีพ (การเรียน) ของนักศึกษา จำแนกเป็นรายข้อ และโดยรวม	84

16 ความสุขสมบูรณ์ด้านจิตวิญญาณของนักศึกษา จำแนกเป็นรายข้อ และโดยรวม	85
17 ความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษา จำแนกเป็นรายด้านและโดยรวม	86
18 ความสุขสมบูรณ์โดยรวมของนักศึกษา จำแนกตามเพศ	87
19 ความสุขสมบูรณ์โดยรวมของนักศึกษา จำแนกตามสาขาวิชาที่ศึกษา	88
20 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนความสุขสมบูรณ์โดยรวมกับคะแนน ความสุขสมบูรณ์รายด้านทั้ง 6 ด้าน โดยแสดงในรูปของเมตริกสหสัมพันธ์ (Correlation matrix)	89
21 ความสัมพันธ์ระหว่างเพศกับความสุขสมบูรณ์โดยรวมและรายด้านของ นักศึกษา	90
22 ความสัมพันธ์ระหว่างสาขาวิชาที่ศึกษากับความสุขสมบูรณ์โดยรวมและรายด้าน ของนักศึกษา	91
23 ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนกับความสุขสมบูรณ์โดยรวม และในแต่ละด้านทั้ง 6 ด้าน ของนักศึกษา	92
24 ความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้าน กายภาพกับความสุขสมบูรณ์โดยรวมและในแต่ละด้านทั้ง 6 ด้าน ของนักศึกษา	93
25 ความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้าน สังคมกับความสุขสมบูรณ์โดยรวมและในแต่ละด้านทั้ง 6 ด้าน ของนักศึกษา	94
26 ผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ ในการเลือกตัวแปรพยากรณ์ความสุขสมบูรณ์ โดยรวมของนักศึกษา	96
27 ผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ ในการเลือกตัวแปรพยากรณ์ความสุขสมบูรณ์ ด้านร่างกายของนักศึกษา	97
28 ผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ ในการเลือกตัวแปรพยากรณ์ความสุขสมบูรณ์ ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมของนักศึกษา	98
29 ผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ ในการเลือกตัวแปรพยากรณ์ความสุขสมบูรณ์ ด้านอารมณ์และเพศสัมพันธ์ของนักศึกษา	99

30 ผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ ในการเลือกตัวแปรพยากรณ์ความสุขสมบูรณ์ ด้านสติปัญญาของนักศึกษา	100
31 ผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ ในการเลือกตัวแปรพยากรณ์ความสุขสมบูรณ์ ในด้านการงานอาชีพ (การเรียน) ของนักศึกษา	101
32 ผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ ในการเลือกตัวแปรพยากรณ์ความสุขสมบูรณ์ ในด้านจิตวิญญาณของนักศึกษา	102

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ

หน้า

1 แนวทฤษฎีประสมประสานเกี่ยวกับพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมในการ มองปรากฏการณ์ความเครียดหรือการต่อต้าน (An Electic Model of Theoretical Perspective : Stress).....	30
2 กรอบแนวคิดในการวิจัย	50
3 แสดงพื้นที่ได้ไค้งของคะแนนความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษา ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต ปีการศึกษา 2540	75

บทที่ 1

บทนำ

คำนำ

การที่ประเทศชาติจะพัฒนาก้าวหน้าไปได้ จำเป็นต้องอาศัยปัจจัยสำคัญ ๆ หลายประการ ซึ่งปัจจัยที่สำคัญอย่างหนึ่งนั้นได้แก่ปัจจัยด้านทรัพยากรมนุษย์ (Human Resource) และเครื่องมือที่สำคัญมีบทบาททำให้มนุษย์กลายเป็นทรัพยากรที่มีคุณค่าต่อการพัฒนาก็คือ การศึกษา มนุษย์ที่ได้รับการพัฒนาแล้วจะเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาสังคมและประเทศชาติ (อุทัย บุญประเสริฐ, 2527 : 1) จะเห็นได้จากแผนการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช 2535 กล่าวว่า การศึกษาเป็นกระบวนการที่ทำให้มนุษย์พัฒนาคุณภาพชีวิตของตน สามารถดำเนินชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข และสามารถเกื้อหนุนการพัฒนาประเทศไทยอย่างเหมาะสม และสอดคล้องกับความเปลี่ยนแปลงในทุก ๆ ด้านของประเทศโดยนัยดังกล่าว ความมุ่งหมายของการจัดการศึกษา จึงเน้นพัฒนาบุคคลใน 4 ด้าน อย่างสมดุลและกลมกลืนกันคือ ด้านปัญญา ด้านจิตใจ ด้านร่างกาย และด้านสังคม (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ, 2535 : 8-13)

บทบาทที่สำคัญประการหนึ่งของสถาบันอุดมศึกษาคือ การผลิตบัณฑิตที่มีคุณภาพเพื่อจะเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาสังคมและประเทศชาติต่อไป และการที่จะผลิตบัณฑิตให้มีคุณภาพตามที่ต้องการนั้น สถาบันอุดมศึกษาจะระดมสรรพกำลังจากทุกฝ่ายร่วมพัฒนาตัวนิสิตนักศึกษาในช่วงระยะเวลา 4-5 ปี ที่เขาเหล่านั้นศึกษาอยู่ในสถาบัน (สำนักงานปลัดทบวงมหาวิทยาลัย, 2537 : 3)

การศึกษาค้นคว้าวิจัยในศาสตร์สาขาอุดมศึกษาพบว่า มหาวิทยาลัยมีอิทธิพลสำคัญที่สุดต่อชีวิตของนักศึกษา โดยเฉพาะช่วงอายุ 17 - 18 ปี ซึ่งยังถือว่าเป็นช่วงวัยรุ่นตอนปลาย ซึ่งเป็นระยะหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิตจากวัยรุ่นเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ มหาวิทยาลัยมีส่วนที่จะช่วยพัฒนานักศึกษาให้มีสติปัญญาเฉลียวฉลาดมีเหตุผล มีความรับผิดชอบ ตัดสินใจได้ มีบุคลิกภาพดี มีคุณธรรม จริยธรรม นักจิตวิทยาพัฒนาการเชื่อว่าช่วงอายุ 18 ปี เป็นช่วงที่สมองคนเราจะพัฒนาไปถึงขีดสูงสุด จึงเป็นช่วงที่เหมาะสมที่มหาวิทยาลัยจะพยายามจัดสิ่งแวดล้อม จัดประสบการณ์ให้นักศึกษาได้พัฒนาไปถึงขีดสูงสุดเต็มความสามารถ (สำนักงานปลัดทบวงมหาวิทยาลัย, 2537 : 110) จนถึงพร้อมด้วยความสุขสมบูรณ์ (Wellness) ซึ่งหมายถึง ความสมบูรณ์ทั้ง 6 ด้าน คือ ร่างกาย (Physical) สังคม (Social) อารมณ์ (Emotional) สติปัญญา (Intellectual) การงานอาชีพ (Vocational) และด้านจิตวิญญาณ (Spiritual) (Warner, 1984 : 33-36) เพื่อที่เขาเหล่านั้นจะได้

ประสบความสำเร็จในการศึกษา มีความสุขในชีวิต และหน้าที่การงานที่รับผิดชอบ เป็นแบบอย่างที่ดีต่อบุคคลอื่นในสังคมและเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณภาพ

การพัฒนาความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษา มีจุดมุ่งหมายเพื่อพัฒนาชีวิตของนักศึกษา เพราะพบปัญหาว่า มีนักศึกษาในต่างประเทศที่เจ็บป่วยด้วยโรคภัยที่ป้องกันได้เป็นจำนวนมาก รวมทั้งปัญหาจากการดื่มสุรา เสพสิ่งเสพติด อุบัติเหตุ โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ โดยเฉพาะโรคเอดส์ ซึ่งนักศึกษาจัดอยู่ในกลุ่มเสี่ยงเพราะอยู่ในวัยที่กำลังตื่นตัวทางเพศจากการกระตุนเร้าจากสื่อมวลชนตามธรรมชาติ และนอกจากนั้นยังพบว่าในสหรัฐอเมริกา อัตราการฆ่าตัวตายของนักศึกษามีจำนวนมากเป็นอันดับสองรองลงมาจากอุบัติเหตุและฆาตกรรม สาเหตุการฆ่าตัวตายมาจากความกดดันด้านสังคม เศรษฐกิจ และด้านการเรียน นักศึกษาเหล่านี้ส่วนใหญ่มาจากครอบครัวที่ย่ำแย่ หลายคนมีปัญหาการสร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น และนักศึกษาที่มีปัญหาส่วนใหญ่อยู่ในมหาวิทยาลัยที่ใหญ่โตและมีชื่อเสียง (McGinnis, 1987 : 158-170)

วัลลภา เทพหัสดิน ณ อยุธยา (2530 : 20) ได้กล่าวถึงปัญหาของนักศึกษาไทยว่า นักศึกษาส่วนใหญ่เคยมีประวัติป่วยด้วยโรคทางเดินอาหาร ปวดท้อง ท้องไม่ปกติ โรคกระเพาะอาหาร และโรคหวัดหรือแพ้อากาศอยู่เสมอ นอกจากนี้ยังพบมีปัญห สุขภาพจิต มีความเครียดสูง วิตกกังวลเรื่องเรียน การปรับตัวกับเพื่อนหรือปัญหาจากครอบครัว และปัญหาส่วนตัวอื่น ๆ ปัญหาสุขภาพที่เกิดขึ้นอาจจะทำให้นักศึกษาไม่สามารถที่จะเล่าเรียนได้ ดังจะเห็นได้จากปัญหาของนักศึกษาสาขาวิทยาศาสตร์สุขภาพ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ปี พ.ศ. 2523 - 2524 มีปัญหาสุขภาพจิตและสุขภาพกาย สูงกว่าคณะอื่น ๆ ทำให้มีความวิตกกังวลสูง มีผลทำให้เกิดปัญหาทางกายตามมา มีอาการปวดศีรษะบ่อย ๆ มีปัญหาระบบทางเดินอาหาร เป็นหวัด และแพ้อากาศ ก่อให้เกิดสภาวะการลาออกกลางคัน (นภาพร อมรชัยเจริญ, 2537 : 3-4)

ปัญหาของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์นั้นพบว่า นักศึกษาที่มารับบริการสุขภาพที่หน่วยอนามัยของมหาวิทยาลัย อาการที่พบส่วนใหญ่ได้แก่ ปวดศีรษะ ปวดท้อง มีปัญหาเกี่ยวกับทางเดินอาหาร โรคกระเพาะอาหาร ท้องเสีย อาหารเป็นพิษ และอาการเครียด ตั้งแต่เดือนมกราคม ถึง เดือนธันวาคม 2539 มีนักศึกษามารับบริการสุขภาพ จำนวน 14,257 ราย คิดเป็นร้อยละ 52.2 ของผู้มารับบริการสุขภาพทั้งหมด ในจำนวนนี้มีผู้มารับบริการด้านจิตเวช 160 ราย (กองกิจการนักศึกษา, 2539) สำหรับทั้งงานแพทย์และอนามัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิตนั้น ในปีการศึกษา 2539 เช่นกัน มีนักศึกษามารับบริการสุขภาพ จำนวน 4,688 คน คิดเป็นร้อยละ 46.42 ของผู้มารับบริการสุขภาพทั้งหมด และจำนวนผู้ป่วยนอกที่เป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต มารับบริการสุขภาพกับโรงพยาบาลธรรมศาสตร์เฉลิมพระเกียรติ ตั้งแต่เดือนมกราคม ถึง เดือนธันวาคม 2539 ในแผนกอุบัติเหตุฉุกเฉิน รวม 1,291 คน เป็นผู้ป่วยที่ป่วยจากอุบัติเหตุ 1,102 คน และผู้ป่วยแผนกฉุกเฉิน 189 คน

(โรงพยาบาลธรรมศาสตร์เฉลิมพระเกียรติ. 2539) ซึ่งนับว่าเป็นปัญหาทางด้านสุขภาพของนักศึกษาที่จะนำไปสู่ปัญหาอื่น ๆ ในระหว่างศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัย การศึกษาในมหาวิทยาลัยนั้นแตกต่างจากการศึกษาในระดับมัธยมศึกษาเพราะนักศึกษาจะต้องพึ่งตนเอง และทำทุกอย่างด้วยตนเองไม่ว่าจะเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการเรียน และเรื่องอื่น ๆ เช่น การลงทะเบียนเรียน การเลือกวิชาเรียน การคบเพื่อน การสร้างความสัมพันธ์กับอาจารย์ การเลือกที่พักอาศัย การเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ เหล่านี้ นักศึกษาจะต้องเรียนรู้เพื่อการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย หากนักศึกษาสามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยได้ นักศึกษาก็สามารถพัฒนาศักยภาพของตนได้อย่างราบรื่น แต่ถ้าไม่สามารถปรับตัวได้อาจจะมีผลกระทบต่อจิตใจ อาจทำให้เกิดความรู้สึกท้อแท้ หดหู่ เบื่อหน่าย วิตกกังวล ซึ่งส่งผลกระทบต่อการศึกษาตลอดจนบุคลิกภาพของนักศึกษา รวมทั้งส่งผลกระทบต่อสถาบันการศึกษา ทำให้เกิดความสูญเปล่าทางการศึกษาด้วย อย่างไรก็ตามสภาพแวดล้อมเปรียบเสมือนสิ่งเร้าที่กระตุ้นให้บุคคลมีการรับรู้ในบางโอกาสก็สามารถทวนความสมดุลย์ของบุคคล และในการรักษาความสมดุลย์ของบุคคลบุคคลจำเป็นต้องปรับตัวให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมที่บุคคลล้อมรอบ

๖.๑.๑ สภาพแวดล้อมของมหาวิทยาลัยก่อให้เกิดความประทับใจแก่นักศึกษาที่มีต่อลักษณะของมหาวิทยาลัยด้วย ได้แก่ ชื่อเสียงของมหาวิทยาลัย การบริหารงาน บรรยากาศในการเรียนการสอน พฤติกรรมเกี่ยวกับกลุ่มเพื่อน อาคารสถานที่ การจัดกิจกรรมที่มีผลต่อการดำรงชีวิตความเป็นอยู่ซึ่งสามารถพัฒนาตนเองในฐานะสมาชิกในมหาวิทยาลัย (อรรถพคุณพันธ์. 2521 : 24) ซึ่ง เพซ และสเตอร์น (Pace and Stern. 1965 : 260) ได้ให้ทัศนะเกี่ยวกับสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยไว้ว่า เป็นปัจจัยที่บังคับให้ทุกคนต้องกระทำ เช่น การทำตามกฎเกณฑ์ ระเบียบวินัย ข้อบังคับ และการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ สิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งแวดล้อมที่เสริมแรงให้นักศึกษาเกิดความต้องการที่จะสร้างบุคลิกภาพ ในทำนองเดียวกัน ถ้ามหาวิทยาลัยต้องการที่จะพัฒนาบุคลิกภาพทั้งทางร่างกาย และจิตใจของนักศึกษาให้มีคุณภาพที่พึงประสงค์มหาวิทยาลัยจะต้องเสริมสร้างสภาพแวดล้อมที่กระตุ้นให้นักศึกษาเกิดการเรียนรู้และพัฒนาตนเองจนสุดขีดความสามารถได้ (ศิริพร อังคานุสรณ์. 2530 : 1-2)

สุขภาพดีเกิดจากความสัมพันธ์กันอย่างดี สมดุลย์ระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อม ความสัมพันธ์นี้แสดงออกในรูปของการได้รับความพอใจต่อการสนองตอบต่อสิ่งจำเป็นพื้นฐาน ซึ่งประกอบด้วย ความต้องการทางด้านร่างกายและความต้องการทางด้านจิตใจ ตามทฤษฎีของมาสโลว์ (ลักษณะ สุขมล. 2528 : 3 ; อ้างอิงมาจาก Maslow. 1970 : 35-51) ความต้องการทางด้านร่างกายจะเกิดขึ้นก่อนความต้องการทางด้านจิตใจ เช่น ทรายโคที่คนยังหิวกระหาย ขาดเสื้อผ้า ที่ปกปิดอวัยวะ เขาจะไม่คิดถึงความก้าวหน้า ความสำเร็จในชีวิตเป็นอันดับ ต่อเมื่อ

ร่างกายหายใจ อยู่ในสถานที่ที่ปลอดภัยจึงจะคิดถึงเรื่องสังคม ต้องการพัฒนาสังคม ต้องการความสำเร็จในหน้าที่การงาน

ดังนั้น การจัดสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยที่เหมาะสมจะช่วยให้ นักศึกษาเกิดความพึงพอใจในสภาพแวดล้อมของมหาวิทยาลัย ซึ่งมีความสมบูรณ์ต่อการพัฒนาบุคลิกภาพและการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมนักศึกษา ช่วยให้นักศึกษามีความสุขพร้อมที่จะศึกษาและสร้างค่านิยมที่ถูกต้องให้เกิดแก่นักศึกษาทั้งทางด้านจริยธรรม คุณธรรม

นอกจากการพัฒนาความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษา และการจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้ออำนวยต่อการพัฒนานักศึกษาแล้ว ยังมีอีกประเด็นหนึ่งที่ควรคำนึงถึงคือ ความรู้สึกลึกมีคุณค่าแห่งตน (Self Esteem) ของนักศึกษาน่าจะมีความสัมพันธ์ทางบวกต่อการพัฒนานักศึกษา จากการศึกษาของ โรเซนเบิร์ก (Hales, 1994 : 27 ; citing Rosenberg, 1989) พบว่า ความรู้สึกลึกมีคุณค่าแห่งตนเป็นตัวแปรที่สำคัญในการพัฒนามนุษย์และช่วยให้บุคคลมีวุฒิภาวะตามวัย ความรู้สึกลึกมีคุณค่าแห่งตนเป็นกุญแจสำคัญในการนำตนเองไปสู่ความสามารถอันแท้จริงที่ซ่อนเร้นอยู่ในตัวของแต่ละบุคคลได้ และยังช่วยให้บุคคลได้เข้าใจถึงความต้องการของผู้อื่นด้วย มีความเป็นตัวของตัวเอง หรือความอิสระ และความรู้สึกลึกมีคุณค่าแห่งตนของบุคคลสามารถฝึกปฏิบัติให้เกิดการพัฒนาได้

ความรู้สึกลึกมีคุณค่าแห่งตนของนักศึกษาจะช่วยให้ นักศึกษารู้จักประเมินตนเอง วิเคราะห์ตนเองในด้านต่าง ๆ ช่วยให้ผู้บุคคลพัฒนาผลงานให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น ในวัยรุ่นพบว่าความรู้สึกลึกมีคุณค่าแห่งตนช่วยให้มีการสร้างสรรค์มากกว่าการทำลาย โรงเรียนหลายร้อยโรงเรียนในสหรัฐอเมริกา ได้มีการเพิ่มเนื้อหาเกี่ยวกับความรู้สึกลึกมีคุณค่าแห่งตนเองไว้ในหลักสูตรการศึกษา และการร่วมมือที่สำคัญ ๆ ทั้งหลายก็มุ่งที่จะให้การสนับสนุนฝึกอบรมในเรื่องความรู้สึกลึกมีคุณค่าแห่งตนด้วยเช่นกัน

ดังนั้น ในการศึกษาถึงระดับความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษา ความรู้สึกลึกมีคุณค่าแห่งตนของนักศึกษาและความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพและสังคมของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ จึงเป็นเรื่องที่สำคัญและจำเป็นต่อการพัฒนานักศึกษา เพื่อช่วยให้นักศึกษาสำเร็จการศึกษาเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณภาพสอดคล้องกับปรัชญาการศึกษาของมหาวิทยาลัยดังกล่าวไว้ในคู่มือการศึกษา 2539 ว่า “หลักสูตรการศึกษาของมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ เน้นที่การปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรม และพื้นฐานวัฒนธรรมทางปัญญา ความคิด และทัศนคติอันส่งเสริมต่อการแสวงหาทางวิชาความรู้สมัยใหม่ การเข้าใจตนเองสภาพแวดล้อมของตนเอง ให้รู้จักคิด ให้มีความรู้ ความสามารถในการวิเคราะห์ปัญหา และการตัดสินใจอย่างมีเหตุผล สามารถพัฒนาตนเองและนำความรู้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์ในการดำรงชีวิต และการพัฒนาสังคมที่ตนเองอาศัยอยู่เป็นส่วนรวม และบทบาทของบุคลากรในมหาวิทยาลัยจึงเน้น

ที่การริเริ่มสร้างสรรค์ และการทำงานร่วมกันเพื่อสร้างมหาวิทยาลัยให้เป็นประชาคมทางวิชาการที่แท้จริงและธำรงไว้ซึ่งศูนย์การศึกษา ค้นคว้าในศาสตร์ต่าง ๆ เพื่อเป็นประโยชน์ของสังคม (สำนักทะเบียนและประมวลผล มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. 2539 : 7) ประกอบกับแผนการพัฒนาศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ระยะที่ 8 ในด้านการขยายกิจกรรมและพื้นที่ให้สอยไปยังศูนย์รังสิต และจัดหาสิ่งอำนวยความสะดวกและพัฒนาศูนย์ให้สมบูรณ์ พร้อมทั้งจะรองรับการเรียนการสอนระดับปริญญาตรีจากท่าพระจันทร์ และการเรียนการสอนของคณะวิชาใหม่ซึ่งประมาณว่าในปี พ.ศ. 2543 นักศึกษาระดับปริญญาตรีทั้งหมดทุกคณะ ทุกชั้นปีจะมีการเรียนการสอนที่ศูนย์รังสิต สำหรับท่าพระจันทร์นั้นจะคงไว้สำหรับการเรียนการสอนระดับบัณฑิตศึกษา และการให้บริการวิชาการแก่สังคมเป็นส่วนใหญ่ ดังนั้น นโยบายจุดเน้นในด้านกิจกรรมนักศึกษา เพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตของนักศึกษา พัฒนานักศึกษาและเป็นผู้ที่พร้อมจะเป็นบัณฑิตธรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์จำเป็นต้องจัดการบริหารงาน การบริการสวัสดิการแก่นักศึกษาและสภาพแวดล้อมของศูนย์รังสิตให้มีความพร้อมในทุก ๆ ด้าน เพื่อรองรับนักศึกษาปริญญาตรีทั้งหมดทุกคณะ ทุกชั้นปีที่จะมีการเรียนการสอนกันที่นี้ในอนาคต (มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. 2538 : 9)

จากความสำคัญและเหตุผลดังกล่าวข้างต้น ทำให้ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาปัจจัยในด้านความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน และปัจจัยในด้านความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมทั้งด้านกายภาพ และด้านสังคมของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต ว่ามีความสัมพันธ์กับระดับความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาอย่างไร ทั้งนี้ เพื่อจะได้นำข้อมูลพื้นฐานเบื้องต้น มาเป็นแนวทางแก่มหาวิทยาลัยในการพิจารณาวางแผนและนโยบายการจัดและส่งเสริมการพัฒนาความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษา ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนของนักศึกษา ตลอดจนสภาพแวดล้อมที่เอื้ออำนวยต่อการพัฒนานักศึกษาให้สอดคล้องกับปรัชญาการศึกษาของมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อศึกษาความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ประจำปีการศึกษา 2540 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาตามตัวแปรต่าง ๆ ได้แก่ เพศ สาขาวิชาที่ศึกษา ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน และความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมของมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต
3. เพื่อศึกษาความสามารถในการทำนายของปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ประจำปีการศึกษา 2540 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

1. ได้ทราบระดับความสุขสมบูรณ์โดยส่วนรวมและในแต่ละด้านทั้ง 6 ด้านของนักศึกษา
2. ได้ทราบระดับความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนของนักศึกษา และสามารถนำไปวางแผนในการพัฒนาหลักสูตรและการจัดกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนให้นักศึกษา
3. ได้ทราบระดับความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทั้งด้านกายภาพและสังคม
4. เป็นข้อมูลเบื้องต้นในการวางแผนเพื่อพัฒนาความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษา
5. เป็นข้อมูลในการจัดสภาพแวดล้อมของมหาวิทยาลัย เพื่อเอื้อต่อการพัฒนานักศึกษา

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

แหล่งข้อมูลและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร เป็นนักศึกษาปริญญาตรีมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2540 13 คณะแบ่งเป็น 4 สาขาวิชา ประกอบด้วย สาขาวิชามนุษยศาสตร์ สังคมศาสตร์ วิทยาศาสตร์สุขภาพ วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี รวม 4,678 คน เป็นนักศึกษาชาย 1,828 คน และนักศึกษาหญิง 2,850 คน

กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักศึกษาปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ประจำปีการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2540 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต 4 สาขาวิชา ประกอบด้วย สาขาวิชามนุษยศาสตร์ จำนวน 51 คน สาขาวิชาสังคมศาสตร์ จำนวน 192 คน สาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ จำนวน 103 คน สาขาวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี จำนวน 119 คน รวมทั้งสิ้น 465 คน เป็นนักศึกษาชาย 158 คน นักศึกษาหญิง 307 คน ซึ่งได้มาโดยวิธีการสุ่มแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) โดยการประมาณขนาดกลุ่มตัวอย่างจากสูตรของ ยามาเน่ (Yamane)

ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาประกอบด้วย

ตัวแปรอิสระ ได้แก่ เพศ สาขาวิชาที่ศึกษา ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพ ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคม

ตัวแปรตาม ได้แก่ ความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษา

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ หมายถึง สิ่งที่มีอิทธิพลต่อความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษา ประกอบด้วย เพศ สาขาวิชาที่ศึกษา ความรู้สึกรู้สีกมีคุณค่าแห่งตน ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพและสังคม

2. ความสุขสมบูรณ์ หมายถึง ระดับของคะแนนที่ได้จากการตอบแบบวัดความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาซึ่งครอบคลุม 6 ด้าน คือ

2.1 ด้านร่างกาย เกี่ยวกับการออกกำลังกาย การรับประทานอาหาร การดูแลตนเองด้านสุขภาพ และสวัสดิภาพ

2.2 ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม คือ การมีส่วนร่วม เสียสละแก่ชุมชน การพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน

2.3 ด้านอารมณ์และเพศสัมพันธ์ คือ การตระหนักถึงการยอมรับความรู้สึกผู้อื่น การมีความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง การมีพฤติกรรมที่เหมาะสม

2.4 ด้านสติปัญญา คือ การมีส่วนร่วมคิดร่วมสร้างสรรค์การใช้ทรัพยากรที่มีอยู่ เพื่อขยายพรมแดนความรู้ไปสู่การพัฒนาทักษะ และศักยภาพของตน

2.5 ด้านการงานอาชีพ (การเรียน) คือ ความรู้สึกด้านดีต่อการงานอาชีพของนักศึกษา ซึ่งเป็นหน้าที่รับผิดชอบหลักของนักศึกษาในปัจจุบัน คือ การเรียน

2.6 ด้านจิตวิญญาณ คือ การมีจุดมุ่งหมายในชีวิต และการใช้ชีวิตอย่างมีสติ ความเป็นตัวของตัวเอง รู้จักแบ่งเวลาและยอมรับค่านิยมและความเชื่อของผู้อื่น

3. นักศึกษา หมายถึง ผู้ที่กำลังศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ประจำปีการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2540 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต

4. สาขาวิชาที่ศึกษา หมายถึง กลุ่มวิชาที่นักศึกษากำลังศึกษาอยู่ ซึ่งแบ่งโดยงานพัฒนาหลักสูตร กองบริการการศึกษา สำนักงานอธิการบดี มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ แบ่งออกเป็น 4 สาขาวิชา คือ

4.1 สาขาวิชามนุษยศาสตร์ ได้แก่ กลุ่มวิชาที่นักศึกษากำลังศึกษาอยู่ในคณะศิลปศาสตร์ ศิลปกรรมศาสตร์ และวารสารศาสตร์และสื่อสารมวลชน

4.2 สาขาวิชาสังคมศาสตร์ ได้แก่ กลุ่มวิชาที่นักศึกษากำลังศึกษาอยู่ในคณะนิติศาสตร์ พาณิชยศาสตร์และการบัญชี รัฐศาสตร์ เศรษฐศาสตร์ สังคมสงเคราะห์ศาสตร์ สังคมวิทยาและมานุษยวิทยา

4.3 สาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ ได้แก่ กลุ่มวิชาที่นักศึกษากำลังศึกษาอยู่ในคณะพยาบาลศาสตร์ และสหเวชศาสตร์

4.4 สาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ได้แก่ กลุ่มวิชาที่นักศึกษากำลังศึกษา อยู่ในคณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี วิศวกรรมศาสตร์

5. ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน หมายถึง เจตคติที่บุคคลมีต่อตนเองในด้านบวกหรือ ด้านลบอย่างใดอย่างหนึ่ง

6. ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพ หมายถึง ความรู้สึกของนักศึกษาที่มีต่อสภาพแวดล้อมทางด้านกายภาพของมหาวิทยาลัยธรรมชาติ ศูนย์รังสิต ได้แก่ ลักษณะของห้องเรียนและห้องสมุด สถานที่พักผ่อนหย่อนใจ สนามกีฬาและโรงยิม สุขลักษณะของโรงอาหารและห้องสมุด สภาพภูมิอากาศภายในมหาวิทยาลัย ความเงียบสงบของสภาพแวดล้อมภายในมหาวิทยาลัย ความสะอาดภายในมหาวิทยาลัย ตำแหน่งที่ตั้งของ อาคารสถานที่ การคมนาคมภายในมหาวิทยาลัย บริการการติดต่อสื่อสารภายในมหาวิทยาลัย เป็นต้น

7. ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคม หมายถึง ความรู้สึกของนักศึกษาที่มีต่อสภาพแวดล้อมทางด้านสังคมของมหาวิทยาลัยธรรมชาติ ศูนย์รังสิต อันเป็นสภาพแวดล้อมที่เป็นผลมาจากการที่นักศึกษาเข้าไปมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ๆ ในสังคม ที่นักศึกษากำลังศึกษาอยู่ เป็นการปฏิสัมพันธ์ในด้านต่าง ๆ ได้แก่ บรรยากาศในการเรียน การสอน ประสิทธิภาพทางวิชาการของหลักสูตร การส่งเสริมกิจกรรมนักศึกษา ความเอาใจใส่ และการใช้เวลาของอาจารย์ที่ปรึกษากับนักศึกษา ความสัมพันธ์ของนักศึกษากับอาจารย์ ความสัมพันธ์ของนักศึกษากับนักศึกษา บริการด้านห้องสมุด บริการด้านสุขภาพ บริการด้านการ กีฬา บริการด้านการลงทะเบียนและผลการศึกษา กฎระเบียบและบทลงโทษในการปกครองต่อนักศึกษา สิทธิและเสรีภาพของนักศึกษา เป็นต้น

บทที่ 2

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าเอกสารที่เกี่ยวข้องกับแนวคิดเกี่ยวกับสุขภาพและความสุขสมบูรณ์ หลักการพัฒนานักศึกษา ความรู้สึกรักคุณค่าแห่งตน ลักษณะสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการพัฒนานักศึกษา ตลอดจนการศึกษาวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาค้นคว้าทั้งในต่างประเทศและในประเทศไทย ดังมีรายละเอียดตามลำดับดังนี้

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาค้นคว้า

แนวคิดเกี่ยวกับสุขภาพและความสุขสมบูรณ์

องค์การอนามัยโลก (Hales. 1994 : 3 ; citing WHO. 1947) ได้ให้ความหมายของสุขภาพไว้ว่า สุขภาพมิได้หมายความว่าเพียงแต่การปราศจากโรคภัยไข้เจ็บและทุพพลภาพเท่านั้น แต่ยังหมายถึงภาวะที่มีความสมบูรณ์ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และสังคมที่ดีสุขภาพเป็นขบวนการแห่งการค้นพบ การนำมาใช้ และตลอดจนการป้องกันอันตราย พลังงานในร่างกาย จิตใจ จิตวิญญาณ ครอบครัว ชุมชน และสิ่งแวดล้อมของมนุษย์

ในทำนองเดียวกัน โรเจอร์ (Hales. 1994 : 3 ; citing Roger. 1990) ได้ชี้ให้เห็นว่าสุขภาพนั้นประกอบด้วยองค์ประกอบหลายด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านจิตวิญญาณ ด้านสิ่งแวดล้อม ซึ่งการมองสุขภาพของแต่ละบุคคลจะต้องประกอบด้วยสิ่งต่อไปนี้ คือ มีการมองโลกในแง่ดี สามารถควบคุมความเครียดและความวิตกกังวลได้ มีเวลาพักผ่อนเพียงพอ มีพลังและมีชีวิตชีวาปราศจากการเจ็บปวดและการป่วยหนัก ได้รับการดูแลช่วยเหลือจากเพื่อนและครอบครัว มีสัมพันธภาพที่ดีใกล้ชิดกับบุคคลที่เรารัก มีความพอใจในงานที่ทำอยู่ และมีสิ่งแวดล้อมที่ดี

พรสุข หุ่นนิรันดร์ (2534 : 2) ได้ให้แนวคิดเกี่ยวกับสุขภาพไว้ว่า การมีสุขภาพดีต้องเกิดจากการกระทำหรือปฏิบัติตนตามหลักสุขปฏิบัติ สุขภาพเป็นขบวนการพลวัต ไม่ใช่สภาพที่คงที่หรือตายตัว สุขภาพแต่ละคนจะมีการเปลี่ยนแปลงไม่คงที่ตลอดชีวิต สุขภาพไม่ใช่จุดหมายปลายทางหรือจุดสุดท้ายที่ทุกคนต้องไปให้ถึง สุขภาพเป็นวิถีทางหรือวิธีการของการส่งเสริมและดูแลรักษาสุขภาพของตนเอง ซึ่งต้องปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง สิ่งแวดล้อมเป็นปัจจัยสำคัญที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ และวิธีการดำเนินชีวิตของมนุษย์ สุขภาพต้องรวมถึงการปฏิสัมพันธ์ของ

บุคคลกับบุคคล กลุ่มบุคคล ชุมชนสังคม และสิ่งแวดล้อม อย่างมีประสิทธิภาพในด้านการกายภาพ จิตวิทยา สังคมวิทยา และด้านอื่น ๆ สภาวะทางสุขภาพจิตของสุขภาพสังคมเป็นสิ่งที่เข้าใจยากเพราะมีความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมของคนและสิ่งแวดล้อม จึงมองเห็นไม่ชัดเจน และมีความสับสนในการกำหนดเครื่องมือวัด

สรุป จะเห็นว่าสุขภาพนั้นหมายถึงภาวะที่มีความสมบูรณ์ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และสภาพแวดล้อม และยังรวมถึงปฏิสัมพันธ์ของบุคคลกับบุคคลด้วย

คุนน์ (ประนอม รอดคำดี. 2538 : 1 ; อ้างอิงมาจาก Dunn. 1961) ได้ชี้ให้เห็นว่า มนุษย์ทุกคนประกอบด้วยร่างกาย จิตใจ และจิตวิญญาณ ซึ่งแยกจากกันไม่ได้ทั้ง 3 อย่างนี้ ต้องเกี่ยวข้องพึ่งพากันตลอดเวลา คุนน์ กล่าวว่า มนุษย์ทุกคนจะบรรลุสู่ความพึงพอใจในตนเองและจุดมุ่งหมายในชีวิตของตนได้ต่อเมื่อเขาผู้นั้นมีโอกาสดังต่อไปนี้ ความเป็นเอกบุคคลและความมีศักดิ์ศรี เมื่ออยู่ท่ามกลางบุคคลอื่น พร้อมกับความรู้สึกละวางแห่งชีวิต (Vitality) และรู้สึกว่าการนี้มีแต่ความสว่างสดใส ซึ่งเขาเรียกภาวะนี้ว่า “ความสุขสมบูรณ์ที่ดี (High Level Wellness)”

อาร์เดล (Ardell. 1986 : 324-327) ได้ให้แนวคิดเกี่ยวกับความสุขสมบูรณ์ที่ดี (High Level Wellness) นั้น จะต้องประกอบด้วย ความรับผิดชอบตนเอง (Self - Responsibility) การโภชนาการ (Nutrition) สมรรถภาพของร่างกาย (Fitness) การควบคุมความเครียด (Stress Management) การรับรู้ต่อสิ่งแวดล้อม (Environment Sensitivity) การมีจริยศาสตร์คุณค่า (Ethics Values) การมีเป้าหมายของชีวิต (Purposes) โดยกฎระเบียบเป็นแกนกลางที่จะนำไปสู่ความสุขสมบูรณ์

เฮทเลอร์ (ประนอม รอดคำดี. 2538 : 2 ; อ้างอิงมาจาก Hettler. 1992) ได้อธิบายความหมายของความสุขสมบูรณ์ว่า คือ กระบวนการที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาชีวิตทั้งด้านร่างกาย สังคม อารมณ์ สติปัญญา การงานอาชีพ และด้านจิตวิญญาณ กระบวนการดังกล่าวนี้มีความต่อเนื่องสั่งสม มุ่งการพัฒนาชีวิตไปพร้อม ๆ กันทุกด้าน โดยรักษาสมดุลย์ด้านต่าง ๆ ของชีวิตอย่างมีระบบ ทั้งนี้เพราะความเป็นอยู่แต่ละด้านต่างส่งผลถึงกันและกัน นอกจากนี้การเปลี่ยนแปลงชีวิตด้านหนึ่งด้านใดยังส่งผลกระทบต่อกระบวนถึงความสุขสมบูรณ์โดยรวมด้วย ซึ่งเฮทเลอร์ได้สรุปถึงองค์ประกอบความสุขสมบูรณ์ด้านต่าง ๆ ไว้ดังนี้

1. ด้านร่างกาย (Physical) บุคคลสามารถคงสภาพความยืดหยุ่นและความแข็งแรงของหลอดเลือดและหัวใจอยู่เสมอ ไม่มีอาการเหนื่อยง่าย ไม่เจ็บหน้าอก มีพฤติกรรมที่เหมาะสมด้านการป้องกันโรค รู้อาการเริ่มต้นของการเจ็บป่วย รวมทั้งรู้จักเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์

2. ด้านสังคม (Social) แสดงออกถึงการมีส่วนร่วมหรือเสียสละเพื่อชุมชน อันแสดงถึงการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกันของคนกับคนและคนกับธรรมชาติ เพื่อสร้างความสุขสมบูรณ์ให้เกิดขึ้นในสังคม

3. ด้านอารมณ์ (Emotional) แสดงถึงการตระหนักรู้ (Aware) และยอมรับความรู้สึกของผู้อื่น การมีความรู้สึกต่อตนเองและต่อการมีชีวิตอยู่ในทางที่ดีมีพฤติกรรมที่เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมและสามารถประเมินสภาพอารมณ์และข้อเสีย (ทางอารมณ์) ของตนเองได้ตามความเป็นจริง เพื่อสร้างความสุขสมบูรณ์ของตนเองและผู้ที่เกี่ยวข้อง

4. ด้านสติปัญญา (Intellectual) มีส่วนร่วมคิดสร้างสรรค์ในกิจกรรมทุกอย่าง รู้จักใช้แหล่งทรัพยากรที่มีเพื่อขยายพรมแดนความรู้ไปสู่การพัฒนาทักษะและศักยภาพของตนจนสามารถแลกเปลี่ยนความรู้กับผู้อื่นได้ ซึ่งเป็นความสุขสมบูรณ์ด้านสติปัญญา

5. ด้านการงานอาชีพ (Occupational) แสดงถึงความพึงพอใจต่อการงานที่รับผิดชอบ รวมทั้งความรู้สึกดีต่อการทำงานนั้น ๆ เป็นความสุขสมบูรณ์ในหน้าที่ ซึ่งครอบคลุมการเรียนรู้และการเตรียมอาชีพในอนาคตของนักศึกษา

6. ด้านจิตวิญญาณ (Spiritual) แสดงออกถึงการมีเป้าหมายของชีวิตรวมทั้งแสดงความรู้สึกด้านดีงาม (Appreciation) ต่อชีวิตและธรรมชาติที่อุบัติขึ้นในโลกอันเป็นความสุขสมบูรณ์ด้านจิตใจและคุณธรรม

เฮลส์ (Hales, 1994 : 3-6) ได้อธิบายความหมายของความสุขสมบูรณ์ว่า เป็นกระบวนการที่ต่อเนื่องและมีชีวิตชีวา ที่ไม่มีเพียงจุดมุ่งหมายเดียว หรือความสำเร็จในจุดใดจุดหนึ่งเพียงจุดเดียว เป็นกระบวนการที่ให้ความสำคัญต่อชีวิตทุกด้านของชีวิต ซึ่งให้เห็นถึงจุดที่มีความจำเป็นที่จะต้องปรับปรุงและเสนอแนะแนวทางที่จะช่วยให้แต่ละบุคคลพัฒนาสุขภาพ และระดับของการเป็นอยู่ให้ดีขึ้น โดยมีสุขภาพที่ครอบคลุมในด้านต่าง ๆ ดังนี้

1. สุขภาพกาย (Physical Health) หมายถึง ภาวะใด ๆ ก็ตามที่สามารถดูแลและรักษาสุขภาพให้ปลอดภัย การดูแลสุขภาพกายให้สมบูรณ์นั้นจะต้องระมัดระวังการเจ็บป่วย และมีความเป็นอยู่ที่ดี รับประทานอาหารที่ดีมีประโยชน์ ออกกำลังกายสม่ำเสมอ หลีกเลี่ยงพฤติกรรมและสารที่เป็นอันตรายต่อร่างกาย ฝึกระวังอาการเจ็บป่วย ดูแลรักษาตนเองตั้งแต่เริ่มมีอาการเจ็บป่วย และระวังการเกิดอุบัติเหตุ

2. สุขภาพจิต (Psychological Health) เหมือนกับภาวะร่างกายแข็งแรง แต่สุขภาพจิตนั้นมีภาวะที่มากกว่าการปราศจากปัญหาและความเจ็บป่วย สุขภาพจิตนั้นจะรวมทั้งภาวะด้านอารมณ์ (Emotional) และจิตใจ (Mental) นั่นก็คือ ความรู้สึกและความคิด ซึ่งรวมไปถึงการตระหนักและยอมรับในความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นด้วย สามารถที่จะแสดงอารมณ์ออกมา มีการกระทำอย่างมีอิสระและควบคุมอารมณ์ตนเองได้

3. สุขภาพจิตวิญญาณ (Spiritual Health) หมายถึง การมีจุดมุ่งหมายของชีวิต มีประสบการณ์ในการเรียนรู้เรื่องความรัก ความสนุกสนาน ความสงบ และการใช้ชีวิตให้สมบูรณ์แบบ และการช่วยเหลือผู้อื่นให้ได้รับความสำเร็จที่มุ่งหวัง

4. สุขภาพสังคม (Social Health) หมายถึง การสร้างสัมพันธภาพและมีส่วนร่วมในการสร้างความสุข และความหมายของชีวิต รวมถึงความสามารถในการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นในสังคม และสิ่งแวดล้อมได้อย่างมีความสุข มีความพอใจในสัมพันธภาพกับผู้อื่น รักษากฎระเบียบของสังคม มีความสามัคคีกับผู้อื่นในสังคม และฝึกหัดตนเองให้มีพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัย

5. สุขภาพสิ่งแวดล้อม (Environmental Health) หมายถึง การดำรงชีวิตอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ดี มีความเป็นอยู่ที่ดี ปลอดภัยจากอันตรายที่เกิดจากสิ่งแวดล้อมทางอากาศ ทางน้ำ ทางดิน และผลจากการกระทำของมนุษย์ และรวมหมายถึงการช่วยดูแลรักษาสิ่งแวดล้อมด้วย

หนังสือสารานุกรมเรื่องความสุขสมบูรณ์ของมหาวิทยาลัยเบริกเลย์ สหรัฐอเมริกา (Hales, 1994 : 17-19 ; citing Wellness Encyclopedia, 1991) ได้ให้ความหมายของความสุขสมบูรณ์ไว้ว่า ภาวะความสุขสมบูรณ์เป็นภาวะที่ครอบคลุมทุกด้านของชีวิต ได้แก่ ด้านสมรรถภาพของร่างกาย ประวัติครอบครัว การดูแลรักษาตนเอง นิสัยการรับประทานอาหารสุรา บุหรี่ และการใช้ยาต่าง ๆ อุบัติเหตุ สถิติปัญญา คุณค่าของชีวิต และจิตวิญญาณ ความเครียด และแรงสนับสนุนทางสังคม สิ่งแวดล้อม และเพศสัมพันธ์

สรุป จากการกล่าวข้างต้นอาจสรุปได้ว่า สุขภาพสมบูรณ์ (Wellness) คือ กระบวนการที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาชีวิตทั้งด้านร่างกาย สังคม อารมณ์ สถิติปัญญา การงานอาชีพ (การเรียนรู้) ค่านิยมและจิตวิญญาณ กระบวนการดังกล่าวนี้จะเป็นกระบวนการที่มีความต่อเนื่องและมุ่งพัฒนาชีวิตทุก ๆ ด้าน โดยไม่ได้เน้นความสำเร็จของการพัฒนาเพียงจุดหนึ่งจุดใดเท่านั้น และยังเป็นกระบวนการที่เน้นให้เห็นถึงความสำคัญของการรักษาความสมดุลย์ด้านต่าง ๆ ของชีวิตอย่างมีระบบ

หลักการพัฒนานักศึกษา

สภาการศึกษาอเมริกัน (American Council on Education) ได้เสนอหลักการพัฒนานักศึกษาไว้ 4 ประการ (สำเนา ขจรศิลป์, 2538 : 15-16 ; อ้างอิงมาจาก Miller and Prince, 1976) ดังนี้

1. การพัฒนานักศึกษานั้นต้องพัฒนาให้มีความสมบูรณ์ทุกด้าน
2. นักศึกษามีความแตกต่างกัน แต่ละคนมีเอกลักษณ์ของตนเอง จึงควรปฏิบัติต่อนักศึกษาตามลักษณะที่มีความแตกต่างกัน
3. ควรจัดสภาพแวดล้อมทั้งหมด เพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการพัฒนานักศึกษา
4. นักศึกษาเป็นผู้รับผิดชอบตนเอง ในการเข้าร่วมพัฒนาบุคลิกภาพด้วยความกระตือรือร้น

สำเนาว่า ขจรศิลป์ (2538 : 9-10) ได้ศึกษาเป้าหมายในการพัฒนานักศึกษาของนักการศึกษา ของสถาบันอุดมศึกษาทั้งในประเทศและต่างประเทศ และกำหนดเป้าหมายในการพัฒนานักศึกษาให้สอดคล้องกับวัฒนธรรม และระบบการทำงานของประเทศไทย ไว้ดังนี้

1. ด้านวิชาการและวิชาชีพ โดยมุ่งพัฒนาเจตคติ และทักษะในการเรียน เพื่อให้เป็นผู้มีความรู้ความสามารถในด้านวิชาชีพ ความรู้ และทักษะในการบริหารความรู้ และทักษะทางด้านภาษาต่างประเทศ และคอมพิวเตอร์ ตลอดจนเป็นผู้ใฝ่รู้อยู่เสมอ
2. ด้านสติปัญญา โดยมุ่งพัฒนาความสามารถในการคิด การวิเคราะห์ ความรอบคอบ ไตร่ตรอง และเห็นการณ์ไกล
3. ด้านสังคม โดยเป็นการพัฒนาทักษะ ในการทำงานร่วมกับบุคคลอื่น โดยกระบวนการประชาธิปไตย กริยามารยาทในสังคม มนุษย์สัมพันธ์ และรอบรู้ทั้งวัฒนธรรมไทย และต่างชาติที่ต้องติดต่อกันด้วย
4. ด้านอารมณ์ โดยเน้นการทำความเข้าใจอารมณ์ของตนเอง การปรับและการควบคุมอารมณ์ ตลอดจนการพัฒนาอารมณ์ทางด้านสุนทรียภาพ เพื่อให้เห็นคุณค่าของศิลปะ วัฒนธรรม และสิ่งแวดล้อม
5. ด้านเอกลักษณ์ โดยเน้นการทำความเข้าใจบุคลิกภาพของตนเองในทุก ๆ ด้าน การพัฒนาความสนใจในอาชีพ การวางแผนเพื่อประกอบอาชีพ การวางแผนการดำรงชีวิตให้สอดคล้องกับบุคลิกภาพของตนเอง
6. ด้านร่างกาย โดยเน้นการพัฒนาความเจริญเติบโตในช่วงวัยรุ่นตอนปลาย การพัฒนาเจตคติและทักษะในการรักษาสุขภาพร่างกาย และสุขภาพจิตให้มีความสมบูรณ์แข็งแรงอยู่เสมอ
7. ด้านคุณธรรม โดยเน้นคุณธรรมขั้นพื้นฐาน อันได้แก่ ความกตัญญูคุณเวที ขยัน ซื่อสัตย์ ประหยัด อดทน เสียสละเพื่อส่วนรวม ถอดเลิกละบายมุข ตลอดจนการส่งเสริมให้ยึดมั่นปฏิบัติตามคำสอนของศาสนาและจรรยาบรรณในอาชีพ

พระเทพเวที (2539 : 29-31) ได้เสนอแนวคิดในการพัฒนานักศึกษาไว้ 7 ประการคือ

1. ได้กัลยาณมิตร คือ มีพ่อแม่ ครูอาจารย์ เพื่อน และสภาพแวดล้อมทางสังคม ที่ดีงาม เกื้อกูลต่อการพัฒนา ข้อนี้สำคัญเป็นพิเศษในวันเริ่มแรกของชีวิต และเมื่อเข้าสู่สังคมใหม่
2. ชีวิตมีวินัย คือ การรู้จักจัดระเบียบและมีวินัยในการดำเนินชีวิต รักษาระเบียบวินัยของสังคมในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นให้มีความเกื้อกูลไม่เบียดเบียนกัน เพื่อความมีสภาพชีวิตที่เหมาะสม เอื้อต่อการที่จะทำกิจกรรมต่าง ๆ ในการพัฒนายิ่ง ๆ ขึ้นไป
3. ใฝ่รู้ ใฝ่สร้างสรรค์ คือ ต้องการเข้าถึงความจริง และทำสิ่งที่ดีงามให้เกิดขึ้น รักสัจจะ รักงาน อันเป็นแรงจูงใจที่จะทำให้ก้าวหน้าต่อไปในการพัฒนา
4. เชื่อมั่นในศักยภาพของตน คือ เชื่อในความเป็นมนุษย์ของตน ซึ่งเป็นสัตว์ที่ฝึกฝนพัฒนาให้ประเสริฐเลิศได้ และเพียรพยายามในการศึกษาพัฒนาตนเองยิ่งขึ้นไปให้สมบูรณ์เต็มที่
5. มีค่านิยมและทัศนคติแนวเหตุผล คือ มีความเชื่อถือทัศนคติ และค่านิยมที่ดีงามเอื้อต่อการพัฒนา โดยเฉพาะการมองสิ่งทั้งหลายตามความเป็นไปแห่งเหตุปัจจัย รับรู้ประสบการณ์ทั้งหลายด้วยท่าทีของการเรียนรู้
6. มีสติกระตือรือร้นตลอดเวลา คือ มีจิตสำนึกต่อกาลเวลา ตื่นตัวต่อความเปลี่ยนแปลงไวและเท่าทันต่อเหตุแห่งการเสื่อม และเหตุแห่งความเจริญกระตือรือร้นในการป้องกันแก้ไขเหตุแห่งความเสื่อม และสร้างสรรค์เหตุแห่งความเจริญ มีจิตสำนึกการศึกษาพัฒนาตนเองอยู่ตลอดเวลา
7. พึ่งพาตนเองได้ด้วยความรู้ คิด หรือรู้จักคิด รู้จักใช้ปัญญาพิจารณาให้ได้ความจริง และคุณค่าหรือประโยชน์จากสิ่งทั้งหลาย สามารถคิดแยกแยะและสืบค้นหาองค์ประกอบและเหตุปัจจัยของเรื่องราวเหตุการณ์ต่าง ๆ คิดเป็นและคิดเอง เป็นองค์คุณสำคัญยิ่งในการที่จะพึ่งตนเองได้

ทฤษฎีการพัฒนานักศึกษาของจิกเคอร์ริง

จิกเคอร์ริง (สำเนา ขจรศิลป์. 2538 : 40-41 ; อ้างอิงมาจาก Chickering. 1969) ได้ทำการศึกษาพัฒนาการของนักศึกษาชายและหญิง จากสถาบันอุดมศึกษา 13 แห่ง ซึ่งมีเชื้อชาติและสัญชาติต่างกัน และได้สรุปผลงานวิจัยและเขียนเป็นทฤษฎีเพื่อพัฒนานักศึกษาขึ้น เรียกทฤษฎีพัฒนานักศึกษาของ จิกเคอร์ริง (Chickering's Theory of Student Development) เป็นการพัฒนาบุคลิกภาพของบุคคลในช่วงอายุ 17 ถึง 25 ปี ซึ่งเป็นช่วงอายุของนักศึกษาระดับปริญญาตรีและปริญญาโท จิกเคอร์ริงได้แบ่งขั้นพัฒนาการของบุคคลออกเป็น 7 ลักษณะคือ

1. การพัฒนาความสามารถ (Developing Competence) ซึ่งประกอบด้วยความสามารถทางด้านสติปัญญา ความสามารถทางด้านร่างกายและการใช้มือ และความสามารถในด้านสังคมและการติดต่อระหว่างบุคคล

2. การควบคุมอารมณ์ (Managing Emotions) ซึ่งรวมถึง การทำความเข้าใจอารมณ์ของตนเอง การปรับและการควบคุมอารมณ์

3. การพัฒนาความเป็นตัวของตัวเอง (Developing Autonomy) เป็นการพัฒนาความเป็นตัวของตัวเองจากวัยเด็ก วัยรุ่นสู่ผู้ใหญ่ ซึ่งบุคคลต้องมีความเป็นตัวของตัวเองมาก ต้องควบคุมตนเอง ต้องแก้ไขปัญหของตนเอง และต้องช่วยเหลือตนเอง

4. การเสริมสร้างเอกลักษณ์ของตนเอง (Establishing Identity) ซึ่งรวมถึงการยอมรับการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายในช่วงวัยรุ่นสู่ผู้ใหญ่ วัยต้นพัฒนาบุคลิกภาพของตนเองในส่วนที่เกี่ยวกับลักษณะท่าทางและบทบาทให้สอดคล้องกับเพศของตน พัฒนาความสนใจในอาชีพ และลักษณะการดำรงชีวิตให้เหมาะสมกับตนเอง

5. การพัฒนาการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลอย่างไม่จำกัด (Freeing Interpersonal Relationships) ซึ่งรวมถึงการพัฒนาความอดกลั้น การยอมรับนับถือบุคคลที่มีความแตกต่างกับตนเอง ทั้งในด้านภูมิหลัง อุปนิสัย ค่านิยม และเชื้อชาติ นอกจากนั้น ยังต้องพัฒนาความเข้าใจ ความผูกพัน ความสัมพันธ์กับเพื่อนกับคนรักและกับเพื่อนร่วมงาน

6. การพัฒนาเป้าหมาย (Developing Purpose) เป็นการบูรณาการเป้าหมายในด้านอาชีพ งานอดิเรก ลักษณะการดำรงชีวิต เพื่อพัฒนาสู่เป้าหมายชีวิตของตนเอง

7. การพัฒนาบูรณภาพ (Developing Integrity) ซึ่งรวมถึงการบูรณาการพัฒนาทั้งหกประเภทที่ได้กล่าวมาแล้ว และพฤติกรรมให้สอดคล้องกับค่านิยมต่าง ๆ ของตน เพื่อให้บุคคลเกิดความพึงพอใจในชีวิตของตน

ขั้นตอนการพัฒนานักศึกษาตามทฤษฎีซิกเคอร์รี่นั้น พบว่า งานพัฒนาการ 3 ลักษณะแรก ได้แก่ การพัฒนาความสามารถ การควบคุมอารมณ์ และการพัฒนาความเป็นตัวของตัวเอง นั้นใช้พัฒนานักศึกษาชั้นปีที่หนึ่งและปีที่สอง ส่วนงานพัฒนาการ 4 ลักษณะหลัง ได้แก่ การเสริมสร้างเอกลักษณ์ของตนเอง การพัฒนาทักษะในการติดต่อระหว่างบุคคล การพัฒนาเป้าหมาย และการพัฒนาบูรณภาพใช้พัฒนานักศึกษาชั้นปีที่สามและปีที่สี่

ปัจจัยที่มีผลต่อการพัฒนานักศึกษา

ธิดารัตน์ บุญนุช (2526 : 266-267) ได้ตั้งข้อเสนอมว่า มหาวิทยาลัยควรถืออำนาจต่อการพัฒนานักศึกษา โดยยึดหลักดังนี้

1. ส่วนประกอบของกิจกรรมต่าง ๆ ต้องสอดคล้องกับจุดมุ่งหมายของมหาวิทยาลัยคือการพัฒนาตนเองของนักศึกษา
2. กิจกรรมในชั้นเรียนและนอกชั้นเรียนต้องมีความสัมพันธ์กัน คือ เน้นการผสมผสานระหว่างการเรียนกับสังคม พิจารณาว่ากิจกรรมนั้นสนับสนุนให้นักศึกษาเป็นผู้ใหญ่และมีวุฒิภาวะหรือไม่ สามารถนำประสบการณ์ไปใช้ในชีวิตจริงได้อย่างมีประสิทธิภาพหรือไม่
3. ต้องมีความพอดี ระหว่างนักศึกษาและกิจกรรมที่มหาวิทยาลัยจัด ซึ่งจะก่อให้เกิดการพัฒนาอย่างมาก เพราะถ้าสิ่งเร้าในสภาพแวดล้อมสูงเกินความพร้อมหรือความสามารถของนักศึกษา โอกาสที่จะให้นักศึกษาพัฒนาตนเองก็จะหมดไป แต่ถ้าจัดสิ่งเร้าไว้น้อยเกินไป การพัฒนางานก็จะไปอย่างช้า เพราะขาดสิ่งท้าทาย
4. ควรให้กิจกรรมที่จัดในมหาวิทยาลัยสอดคล้องกับสิ่งที่เกิดขึ้นภายนอกรั้วมหาวิทยาลัยเพราะนักศึกษาจะต้องใช้ชีวิตจริงในโลกภายนอก ถ้าเขาสามารถผสมผสานชีวิตในชุมชน มหาวิทยาลัยกับชีวิตในชุมชนนอกมหาวิทยาลัยได้มากเท่าไรยิ่งดีกับเขาเท่านั้น
5. การจัดสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยต้องให้สอดคล้องกับความต้องการในการพัฒนาตนเองของนักศึกษา

นอกจากนี้ วัลลภา เทพหัสดิน ณ อยุธยา (2530 : 85) ได้ชี้ให้เห็นว่างานบริการนักศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาก็เป็นปัจจัยหนึ่งที่มีความสำคัญต่อการพัฒนานักศึกษาเช่นกัน โดยเฉพาะโปรแกรมที่จะวิเคราะห์ปัญหาและความต้องการของนักศึกษา โปรแกรมปฐมนิเทศ โปรแกรมการช่วยซ่อมเสริมการอ่าน การพูด และภาษา หรือวิชาการอื่น ๆ การจัดบริการให้เฉพาะเป็นพิเศษในเรื่องของการนิเทศ การประสานงานระหว่างกิจกรรมนอกหลักสูตร และเสริมหลักสูตรในรั้วมหาวิทยาลัย การให้บริการทางด้านสุขภาพพลานามัย การแนะแนว นิเทศ เพื่อจะให้มีความสุขทั้งร่างกายและจิตใจ การจัดที่พักอาศัย การบริการอาหาร โปรแกรมที่จะช่วยบุคคลที่มีพื้นฐานทางเศรษฐกิจแตกต่างกัน โปรแกรมด้านการให้ความช่วยเหลือทางการเงิน รวมไปถึงการประมวลข้อมูลเกี่ยวกับนักศึกษาทุกด้าน

จากหลักการพัฒนานักศึกษา ทฤษฎีพัฒนานักศึกษา ตลอดจนแนวคิดคุณลักษณะของนักศึกษาที่พระเทพเวทีเสนอไว้ มีความสอดคล้องกับแนวคิดในเรื่องความสุขสมบูรณ์ที่นำเสนอไว้ข้างต้น เพราะเป็นการกล่าวถึงรูปแบบของการดำเนินชีวิตที่ครอบคลุมชีวิตทุก ๆ ด้านของนักศึกษาอย่างละเอียด จึงทำให้ผู้ศึกษาสนใจที่จะศึกษาถึงการพัฒนาความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษา ตลอดจนปัจจัยต่าง ๆ ที่มีผลต่อการพัฒนานักศึกษา ว่ามีปัจจัยใดบ้างที่มีความสัมพันธ์ต่อการพัฒนาความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

รูปแบบการพัฒนาความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษา

รูปแบบการพัฒนาความสุขสมบูรณ์ มีรูปแบบที่แตกต่างกันไปตามสภาพปัญหาของแต่ละสถาบัน

มหาวิทยาลัยวิสคอนซิน (University of Wisconsin at Steven's Point) ในประเทศสหรัฐอเมริกา มีการจัดกิจกรรมเกี่ยวกับความสุขสมบูรณ์มาตั้งแต่ปี 1972 โดยใช้ชื่อโครงการว่า "Lifestyle Assessment Questionnaire" (LAQ) โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้นักศึกษาประเมินแบบแผนการใช้ชีวิตของตนเอง ว่ามีจุดเสี่ยงหรือจุดที่อาจเป็นอันตรายอยู่ที่ใด ณ เวลานั้น จากการตอบแบบสอบถาม LAQ แล้วจะได้รับคำตอบเป็นรายบุคคลจากงานพิมพ์คอมพิวเตอร์ (Computer Printout) คำตอบนั้นนอกจากจะบอกให้ทราบว่านักศึกษามีปัจจัยเสี่ยงใดบ้าง พร้อมทั้งเสนอแนะแนวทางป้องกัน เพื่อไม่ให้แบบแผนการใช้ชีวิตของผู้นั้นเบี่ยงเบนไปจากปกติ ปัจจุบันมหาวิทยาลัยทั่วสหรัฐฯ ได้ใช้แบบสอบถาม LAQ นี้ เพื่อให้นักศึกษาที่มาใช้บริการที่ศูนย์อนามัยรอกก่อนที่จะได้รับการตรวจร่างกาย และพบว่าได้ผลดีด้านการส่งเสริมความสุขสมบูรณ์ จึงได้รับการสนับสนุนด้านงบประมาณจากคณะกรรมการที่ปรึกษาด้านสุขภาพนักศึกษา (Student Health Advisory Committee) เพื่อการจัดซื้อทรัพยากรต่าง ๆ รวมทั้งบทเรียนแบบโปรแกรมที่สร้างขึ้นเพื่อให้ความรู้แก่นักศึกษาทั่วไปเกี่ยวกับแหล่งข้อมูลทรัพยากรที่นักศึกษาควรจะมีรู้จัก บทเรียนแบบโปรแกรมนี้อาจช่วยให้นักศึกษาพัฒนาไปในทิศทางที่แน่นอน จากการเก็บข้อมูลการขอบริการด้านต่าง ๆ ของนักศึกษาที่ได้ใช้ LAQ พบว่า นักศึกษาขอใช้บริการเกี่ยวกับการขอข้อมูลและขอเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเกี่ยวกับเรื่องต่อไปนี้มากตามลำดับ คือ

1. การดื่มสุราอย่างมีสติ (Responsible Alcohol Use)
2. การคุมกำเนิด (Contraception)
3. โปรแกรมการออกกำลังกาย (Exercise Programs)
4. ค่านิยมด้านจิตวิญญาณ (Spiritual Values)
5. ความกังวลเนื่องจากการสอบ (Test Anxiety)

บริการอีกอย่างหนึ่งที่มหาวิทยาลัยวิสคอนซินมีก็คือ "Fit Stop" ซึ่งเป็นรถเคลื่อนที่บรรจุแผ่นพับเกี่ยวกับความรู้ด้านต่าง ๆ เช่น ความซึมเศร้า โภชนาการ ในรถนี้มีเครื่องวัดความดันโลหิต เครื่องชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูงไว้ ซึ่งมีนักศึกษานิยมใช้บริการกันมาก (Warner, 1984 : 33-36)

รูปแบบการพัฒนาความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาอีกรูปแบบหนึ่ง ได้แก่ วิธีการเปิดสอนรายวิชาเกี่ยวกับความสุขสมบูรณ์ ซึ่งมหาวิทยาลัยเซาท์ฟลอริดา เทมปา (University of South Florida, Tampa) ได้จัดขึ้นเพื่อเป็นการพัฒนานักศึกษาอีกรูปแบบหนึ่ง โดยเปิดสอนวิชา

ความสุขสมบูรณ์และการส่งเสริมสุขภาพ (Wellness and Health Promotion) ให้เป็นวิชาเลือกสำหรับนักศึกษาระดับปริญญาตรี โดยมีจุดมุ่งหมายที่จะช่วยให้นักศึกษาแต่ละบุคคลสามารถประเมินจุดเด่น (Strength) และจุดอ่อน (Weakness) ในทุก ๆ ด้านของชีวิต และสามารถวางแผนปรับปรุงสุขนิสัยของตนได้ แผนดังกล่าวประกอบด้วยความรู้ความรับผิดชอบต่อสุขนิสัยของตนเองโดยครอบคลุมการออกกำลังกายและการพักผ่อน โภชนาการ อารมณ์ จิตวิญญาณ และสังคม (Burns and others. 1993 : 10-12)

สำหรับรูปแบบการพัฒนาความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาในประเทศไทยนั้น เพิ่งเริ่มมีการสร้างรูปแบบและทดลองใช้รูปแบบการพัฒนาความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาเป็นครั้งแรก โดยประนอม รอดคำดี (2538 : 119-123) ได้สร้างรูปแบบการพัฒนาความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาและทดลองใช้กับนิสิตที่อยู่หอพักในจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และได้เสนอรูปแบบการพัฒนาความสุขสมบูรณ์ที่สามารถใช้ได้กับทุกสถาบันอุดมศึกษาในกรุงเทพมหานคร ทั้งนี้เพื่อให้ครอบคลุมนักศึกษาที่มีระดับความสุขสมบูรณ์ทั้งระดับสูง ปานกลาง และต่ำ เพื่อส่งเสริมความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาให้มีการพัฒนาความสุขสมบูรณ์ดียิ่งขึ้น ไม่มีภาวะเบี่ยงเบนของระดับความสุขสมบูรณ์ และสามารถแก้ไขผู้ที่ภาวะความสุขสมบูรณ์ที่เบี่ยงเบนไปแล้วให้กลับคืนสู่ภาวะปกติ มีกลวิธีการดำเนินการพัฒนา 8 ประการ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. คำนึงถึงความสุขสมบูรณ์ของนิสิตนักศึกษาทั้งด้านร่างกาย สังคม จิตวิญญาณ สติปัญญา การงานอาชีพ และอารมณ์ ตลอดจนปัจจัยที่สัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ทุกอย่าง คือ ลักษณะส่วนบุคคล พฤติกรรมของนิสิตนักศึกษาเอง และการมีส่วนร่วมในกิจกรรมสวัสดิการบริการที่มีคุณภาพในมหาวิทยาลัย

2. ต้องมีการประเมินความสุขสมบูรณ์ และปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ตั้งแต่ก่อนเริ่มโครงการใดโครงการหนึ่งที่จัดเป็นพิเศษ และหลังการเข้าร่วมโครงการ ควรประเมินครั้งแรกทันทีที่เสร็จสิ้นโครงการ ครั้งที่สองประเมินหลังจากครั้งแรก 2 สัปดาห์ เพื่อเปรียบเทียบว่าหลังการเข้าร่วมโครงการแล้วมีสิ่งใดที่ดีขึ้นและสิ่งใดที่ยังเป็นปัญหา และการประเมินครั้งที่ 2 เพื่อให้แน่ใจว่าการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นหลังเข้าร่วมโครงการนั้นมีการคงอยู่ต่อเนื่องยาวนาน รวมทั้งควรมีการติดตามสอบถามผู้ใกล้ชิด เช่น เพื่อนร่วมห้อง อาจารย์ หรืออาจารย์ผู้ดูแลหอพักว่าสังเกตเห็นการเปลี่ยนแปลงของนิสิตไปในทิศทางที่ดีขึ้นหรือไม่

นอกจากนั้นควรมีการประเมินความคิดเห็นและข้อเสนอแนะของนิสิตนักศึกษาที่มีต่อการจัดกิจกรรมและโครงการตั้งแต่ขั้นตอนของการหาอาสาสมัคร การวางแผน การเตรียมการจนถึงการจัดกิจกรรม ซึ่งอาจประเมินโดยใช้การตอบแบบสอบถาม การวาดภาพแสดงสิ่งที่ประทับใจ รวมทั้งการประชุมปรึกษาร่วมกัน

3. ตั้งเป้าหมายของโครงการ และแนวปฏิบัติของการดำเนินงานที่มีค่านิยมสอดคล้องกับเป้าหมายและแนวปฏิบัติของสถาบัน ดังนั้น ผู้ดำเนินโครงการ จึงต้องเสนอเรื่องเพื่อขอรับความเห็นชอบจากผู้บริหารสถาบันก่อน นอกจากนี้ ยังต้องคำนึงถึงความสอดคล้องกับค่านิยมของนิสิตนักศึกษาที่เข้าร่วมโครงการ โดยการเปิดโอกาสให้มีการแสดงความคิดเห็นต่อการจัดกิจกรรมครั้งที่ผ่านมา และการวางแผนสำหรับการจัดกิจกรรมครั้งต่อไป

4. ต้องให้ผู้ร่วมโครงการคัดเลือกผู้นำกลุ่มที่มีความมุ่งมั่นต่อความสำเร็จของโครงการและมีทักษะผู้นำ คือ ทำตนเป็นแบบอย่างที่ดี มีทักษะการฟัง รู้จักจัดลำดับความสำคัญของงาน มีการให้กำลังใจคนที่ดี สามารถชักจูงทุกคนให้ทำเพื่อกลุ่มได้

5. กลุ่มต้องช่วยกันระบุถึงปทัสสถานของกลุ่มว่ามีจุดอ่อนอยู่ที่ใด และจะมีวิธีส่งเสริมให้เข้มแข็งโดยวิธีใด เช่น เชิญวิทยากร หาสื่อการเรียนรู้มาเสริม หรือเข้าร่วมกิจกรรมและสวัสดิการที่จัดเป็นประจำอยู่แล้วในสถาบัน รวมทั้งการเปลี่ยนบรรยากาศให้ไปทัศนศึกษาหรือเข้าค่ายพักแรมในที่สวยงาม และปลอดภัย

6. สมาชิกกลุ่มจะต้องสร้างแผนการพัฒนาคณะเอง โดยตั้งเป้าหมายทั้งระยะสั้นและระยะยาว และมีการนำเสนอแผนฯ เพื่อให้กลุ่มพิจารณาความเป็นไปได้และหาทางส่งเสริม ทั้งนี้ แต่ละบุคคลต้องนำเสนอความก้าวหน้าหรืออุปสรรค ปัญหาต่อกลุ่มอย่างสม่ำเสมอ ในองค์ประกอบนี้กลุ่มจะได้ฝึกฝนทักษะ การพัฒนาคณะเองและทักษะการทำงานเป็นกลุ่มด้วย

7. กลุ่มจะต้องช่วยกันทำงานในลักษณะของการช่วยเหลือให้กำลังใจเพื่อให้เกิด “พลัง” ของกลุ่ม ทุกคนจะมีความรู้สึกเข้มแข็งเพราะรู้ว่ามีส่วนช่วยให้กำลังใจ และช่วยสนับสนุนในสิ่งที่เหมาะสมที่จะช่วยพัฒนาความสุขสมบูรณ์ของเพื่อน

“เพื่อนช่วยเพื่อน” (Buddy) จะคอยช่วยเหลือเปลี่ยนประสบการณ์กับเพื่อนไม่ว่าจะเป็นเรื่องที่ตนประสบความสำเร็จ หรือล้มเหลว เพื่อให้ผู้ที่มีส่วนรับรู้ได้ข้อคิดในการนำไปปฏิบัติ และทำตนเป็น “ผู้ช่วยเหลือ” ดังนี้

- 7.1 รับฟังเรื่องที่เพื่อนเล่าอย่างตั้งใจ ไม่ตำหนิหรือวิจารณ์
- 7.2 สะท้อนกลับหรือขยายความสิ่งที่เพื่อนพูดหรือแสดงโดยไม่คัดค้าน
- 7.3 ทบทวนวิธีการแก้ปัญหาในกลุ่มเมื่อครั้งที่ผ่านมามีปัจจัยใดที่ช่วยให้กลุ่มก้าวหน้าด้วยดี หรือในทางตรงกันข้าม (เป็นอุปสรรค) เพื่อเป็นแนวทางการทำงานกลุ่มครั้งต่อไป
- 7.4 แลกเปลี่ยนข้อมูล ข่าวสาร ที่ได้มาใหม่ที่เป็นประโยชน์ต่อกลุ่มและต่อการพัฒนาความสุขสมบูรณ์

8. นำผลที่ได้จากการประเมินภายหลังเสร็จสิ้นโครงการแต่ละครั้ง รวมทั้งในตอนสุดท้ายมาร่วมกันพิจารณา เพื่อปรับปรุงแผนงาน พัฒนาเป้าหมายใหม่ ปรับปรุงสื่อ ตลอดจนวิธีการเรียนรู้หรือการส่งเสริมความสุขสมบูรณ์โดยวิธีใหม่ ๆ ตลอดจนกระตุ้นให้เกิดกลุ่มพัฒนาความสุขสมบูรณ์กลุ่มใหม่ขึ้น ทั้งในสถาบันของตนเอง หรือสถาบันอื่น

การนำรูปแบบไปใช้ในการพัฒนานักศึกษานั้น สามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้ 2 สถานะการณ์ ดังนี้คือ

1. การพัฒนาในระยะยาว สามารถนำไปใช้กับนักศึกษาระดับปริญญาตรี ตั้งแต่แรกเข้าศึกษาในชั้นปีที่ 1 และติดตามพัฒนาอย่างต่อเนื่องถึงชั้นปีสุดท้ายจนสำเร็จการศึกษา
2. การพัฒนาในระยะสั้น เป็นการนำรูปแบบไปใช้เพื่อแก้ปัญหานักศึกษาเป็นรายบุคคล หรือรายกลุ่ม ที่มีปัญหาความสุขสมบูรณ์ด้านใดด้านหนึ่งอย่างชัดเจน และมีแนวโน้มจะขยายตัวเป็นปัญหาของกลุ่มใหญ่

รูปแบบการพัฒนาความสุขสมบูรณ์ของนิสิตนักศึกษานี้ สามารถนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์ และประสบผลสำเร็จได้ถ้าทุกฝ่ายเห็นความสำคัญและให้ความร่วมมือ นับตั้งแต่ฝ่ายผู้บริหารมหาวิทยาลัย ไปจนถึงบุคลากรฝ่ายกิจการ นิสิตนักศึกษา คณาจารย์ และตัวนิสิตนักศึกษาเอง

การประเมินความสุขสมบูรณ์

ประพนอม รอดคำดี (2538 : 4-5) ได้กล่าวว่า การประเมินหรือการวัดภาวะสุขสมบูรณ์ของบุคคลนั้น มีผู้พยายามค้นคว้าอย่างต่อเนื่องมาเป็นเวลานาน โดยเฉพาะในประเทศสหรัฐอเมริกา โดยเริ่มจากการที่คนอเมริกันต้องการจะลดการพึ่งพาระบบบริการทางการแพทย์ที่มีค่าใช้จ่ายสูง และจากการศึกษาพบว่า คนอเมริกันมีอันตรายจากพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพ เช่น โรคปอด และมะเร็งจากการสูบบุหรี่ โรคหัวใจ จากการรับประทานอาหารที่มีไขมันสูง และอุบัติเหตุจากการขับขี่ยานพาหนะในขณะที่มีเมามากกว่าจำนวนผู้ที่ตายด้วยโรคติดเชื้อหรือโรคขาดอาหาร คนเหล่านี้จึงหันมาใช้ความสำคัญต่อการป้องกันโรคมามากขึ้น โดยพบว่า ขั้นตอนสำคัญที่บุคคลต้องทำก่อนจะปฏิบัติตนด้านป้องกันโรค คือ การตรวจสอบแบบแผนการใช้ชีวิตประจำวันของตน และมีผู้สร้างทางเลือกการดำเนินชีวิตของมนุษย์ขึ้นมาเป็นแนวทางที่ดีในการใช้ชีวิต พัฒนาเป็นรูปแบบความสุขสมบูรณ์ (Wellness Model) ครอบคลุมการใช้ชีวิต 6 ด้าน คือ ร่างกาย (Physical) สังคม (Social) จิตวิญญาณ (Spiritual) สติปัญญา (Intellectual) การงานอาชีพ (Vocational) และอารมณ์ (Emotional) โดยบุคคลในวงการธุรกิจเป็นกลุ่มแรกที่ทำให้ความสนใจนำไปใช้อย่างจริงจัง

ในปี 1980 เซทท์เลอร์ (ประนอม รอดคำดี. 2538 : 5) ได้นำรูปแบบความสุขสมบูรณ์ (Wellness Model) มาใช้ในวงการอุดมศึกษาที่มหาวิทยาลัยวิสคอนซิน โดยให้เหตุผลว่าการส่งเสริมความสุขสมบูรณ์ในกลุ่มคณาจารย์ บุคลากร และนักศึกษาจะช่วยให้อัตราการคงอยู่ของนักศึกษา บุคลากร และอาจารย์ในมหาวิทยาลัยสูงขึ้น รวมทั้งอัตราของนักศึกษาที่สำเร็จการศึกษาได้งานทำเพิ่มขึ้น นอกจากนั้นยังจะส่งผลถึงสุขภาพของคนวัยกลางคน ซึ่งหมายถึง กลุ่มนักศึกษาที่มีพื้นฐานการปฏิบัติตนดีให้มีอายุยืนยาวขึ้น

เครื่องมือที่ เซทท์เลอร์ ใช้คือ แบบวัดความสุขสมบูรณ์ (Test Well) ได้รับการยอมรับว่าเป็นเครื่องมือที่สมบูรณ์แบบที่สุด เท่าที่จะสามารถหาได้ในปัจจุบัน เพราะประกอบด้วยการใช้ชีวิตทั้ง 6 ด้าน โดยผู้ตอบจะรายงานถึงระดับความตระหนัก ว่าตนเองใช้ชีวิตในแต่ละด้านเป็นอย่างไร จากการให้ค่าคะแนน 5 ถึง 1 (สูงสุด 5 คือ ปฏิบัติเช่นนั้นเกือบตลอดเวลา ต่ำสุด 1 คือ เกือบไม่เคยปฏิบัติอย่างนั้นเลย) ตอนท้ายสุด ผู้ตอบจะรวมคะแนนเอง จากข้อคำถาม 100 ข้อ และแปลค่าคะแนนตนเองเทียบกับเกณฑ์จากคะแนนเต็ม 500 ดังนี้

คะแนน 425 - 500 ระดับความสุขสมบูรณ์ “สูง”

คะแนน 350 - 424 ระดับความสุขสมบูรณ์ “ปานกลาง”

คะแนน 349 หรือต่ำกว่า ระดับความสุขสมบูรณ์ “ต่ำ”

ผลการวิจัยของประนอม รอดคำดี (2538 : 181-182) ที่วัดระดับความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาสถาบันอุดมศึกษาของรัฐ 9 แห่ง ในกรุงเทพมหานคร ปี 2538 พบว่า นิสิตนักศึกษา มีความสุขสมบูรณ์ อยู่ในระดับปานกลางเป็นส่วนใหญ่เปรียบเทียบกับของสถาบันความสุขสมบูรณ์แห่งชาติ (National Wellness Institute) สหรัฐอเมริกา ซึ่งวัดจากคนสหรัฐอเมริกาวัยผู้ใหญ่ และผลการวิเคราะห์คะแนนความสุขสมบูรณ์โดยรวมสามารถเสนอในลักษณะของพื้นที่ได้โค้งปกติ

ตาราง 1 ระดับความสุขสมบูรณ์ของนิสิตนักศึกษา กทม. เปรียบเทียบกับระดับความสุขสมบูรณ์ของคนอเมริกันวัยผู้ใหญ่

ระดับความสุขสมบูรณ์	นิสิตนักศึกษา กทม.	ร้อยละ	คนอเมริกัน	ร้อยละ
สูง	406 - 500	15.40	425 - 500	14.60
ปานกลาง	317 - 405	70.40	350 - 425	70.40
ต่ำ	100 - 316	14.20	100 - 349	15.00

ที่มา : ประนอม รอดคำดี. 2538 : 181

แบบวัดระดับความสุขสมบูรณ์ของประนอม รอดคำดี ที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ใช้แบบวัดที่แปลมาจากแบบวัดความสุขสมบูรณ์ (Test Well) ของสถาบันความสุขสมบูรณ์แห่งชาติ (National Wellness Institute) ประเทศสหรัฐอเมริกา โดยได้ดัดแปลงและปรับปรุงให้สอดคล้องเข้ากับความเป็นอยู่และวัฒนธรรมของไทย โดยผ่านผู้เชี่ยวชาญ 10 ท่าน และได้ทดสอบค่าความเชื่อมั่น สัมประสิทธิ์แอลฟา ของครอนบัก เท่ากับ .72 ก่อนนำไปใช้จริง ซึ่งเป็นแบบวัดที่สามารถนำไปใช้ได้กับนักศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาของรัฐที่ตั้งอยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร

ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน (Self Esteem)

แนวคิดเกี่ยวกับความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน เป็นการอธิบายถึงลักษณะความคิดเกี่ยวกับตนได้อย่างถูกต้องนั้น จะต้องรู้ว่าลักษณะของความคิดเกี่ยวกับตนเองนั้นมีลักษณะเช่นใด มีผู้ศึกษาเกี่ยวกับเรื่องนี้ให้ความหมายไว้ดังนี้

เฟสติงเจอร์ (Festinger, 1954 : 117-140) ได้ให้ความหมายของ “ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน (Self Esteem)” ว่าเป็นส่วนหนึ่งในโครงสร้างของความคิดเกี่ยวกับตน (Self Concept) ในลักษณะของการประเมินตนเอง (Self Evaluation) ในเรื่องของคุณค่าและความสามารถซึ่งมีความเกี่ยวข้องกับเอกลักษณ์ และคุณสมบัติเฉพาะเจาะจงบางประการของบุคคลประเมินค่าตนเองว่าเป็นคนเช่นใด เช่น เป็นคนฉลาดหรือคนโง่ เป็นคนที่น่าสนใจหรือเป็นคนน่าเบื่อ การ

ประเมินลักษณะดังกล่าวนี้จะต้องขึ้นอยู่กับ การเปรียบเทียบกับบุคคลอื่นในหลายจุดที่นำมาอ้างอิง การประเมินค่าตนเองจึงขึ้นอยู่กับกระบวนการเปรียบเทียบทางสังคมเป็นหลักใหญ่

โรเซนเบิร์ก (Rosenberg, 1979 : 54) ได้ให้ความหมายของความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน ไว้ว่า คือ เจตคติที่บุคคลมีต่อตนเองในด้านบวก (สูง) หรือด้านลบ (ต่ำ) อย่างใดอย่างหนึ่ง ดังนั้น การที่บุคคลหนึ่งมีความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนอยู่ในระดับสูง (High Self Esteem) จะหมายถึง “การที่บุคคลคิดว่าเขาเป็นคนมีคุณค่า มีเกียรติ มีความพึงพอใจในตน” ซึ่งตรงกันข้ามกับบุคคลที่มีความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนต่ำ ซึ่งจะหมายถึง “คนที่ขาดความเคารพตนเอง ปฏิเสธตนเองคิดว่าตนเองไม่มีคุณค่า ขาดความพึงพอใจในตนเอง มีความรู้สึกว่าเขาบางสิ่งบางอย่างไม่เท่าเทียมกับผู้อื่น”

ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนตามแนวคิดของโรเซนเบิร์ก ถือว่าเป็นส่วนหนึ่งของโครงสร้างของความคิดของตน (Self Concept) ในการศึกษาโครงสร้างของความคิดของตน โรเซนเบิร์ก ได้แยกออกเป็น 2 มิติ คือ

1. **ปัญญาในตน (Cognitive Self)** เป็นเรื่องของความรู้ความเข้าใจที่บุคคลมีต่อตนเอง จากการที่บุคคลนั้นได้เป็นเจ้าของตำแหน่งสถานภาพภายในโครงสร้างสังคมที่บุคคลอาศัยเป็นสมาชิกอยู่ ทำให้บุคคลมีเอกลักษณ์ของตนเอง เช่น เป็นพ่อ แม่ เพื่อน บุตร ฯลฯ เอกลักษณ์ที่ได้จากสังคมนี้สามารถทำให้บุคคลรู้ว่าเขาเป็นใคร คนอื่นเป็นใคร การรับรู้นี้นำไปสู่อุดมโนทัศน์ของบุคคลโดยอัตตะที่เกิดขึ้นนี้ไม่เกี่ยวข้องกับการประเมินของบุคคล

2. **การประเมินตน (Evaluative Self)** เป็นการอธิบายตนเองของบุคคล ซึ่งได้มาจากการที่บุคคลนำตนเองไปประเมินกับสิ่งอื่นหรือคนอื่น เพื่อที่จะให้บุคคลรู้ว่าเขามีคุณค่า หรือมีความภาคภูมิใจในตนเองสูงหรือต่ำตามทฤษฎีแล้ว การประเมินตนเองของบุคคลในเรื่องความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนอย่างไร ก็จะนำไปสู่พฤติกรรมเช่นนั้น

เคทซ์ (Katz, 1988 : 248) ได้ให้ความหมาย ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนว่าเป็นการศึกษาถึงการยกย่องตนเองของบุคคลซึ่งมีผลมาจากการประเมินผลของตนเองและจากผู้อื่นหรือคนรอบ ๆ ข้าง ทำให้บุคคลนั้นมีความรู้สึกเป็นที่รักและเป็นที่ยอมรับของคนอื่น ๆ และความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนนี้ไม่สามารถเกิดขึ้นได้ในทันทีทันใด จะมีการสะสมและจะมีความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับสถานการณ์และสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ในขณะนั้นด้วย

โดยสรุปแล้ว ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน หมายถึง การที่บุคคลรู้จักประเมินตนเองว่าตนเองมีคุณค่า มีเกียรติ มีศักดิ์ศรีเพียงพอที่จะยอมรับยกย่องและภูมิใจตนเอง โดยอาศัยประสบการณ์ที่ผ่านมาตลอดจนสภาพแวดล้อมต่าง ๆ ทางสังคมที่สะท้อนกลับสู่ตัวเอง จนทำให้ทราบว่าตนเองมีคุณค่าเพียงใด

ความเป็นมาของความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน

ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน (Self Esteem) มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของบุคคล ทั้งนี้ เพราะการที่บุคคลประเมินตนเองว่าเป็นคนเช่นไร จะส่งผลให้เขามีพฤติกรรมเช่นนั้นด้วย รัสเวลล์ เรนดอม (2532 : 61-63) กล่าวว่า การยกย่องชมเชย ถือว่าเป็นความต้องการของมนุษย์ในการมีชีวิตอยู่ในสังคม คือการให้ผู้อื่นมีความรู้สึกต่อตนเองว่า ตนมีคุณค่า มีความสำคัญ คำยกย่องชมเชยเป็นรางวัลทางสังคมที่จะทำให้คนมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้ จะเป็นสิ่งเสริมแรง (Reinforcement) ทางบวก ไม่ว่าบุคคลนั้นจะเป็นใคร ตั้งแต่เด็กถึงผู้ใหญ่มีอาชีพอะไร และกำลังทำอะไรอยู่ ทุกคนจะมีความรู้สึกภาคภูมิใจต่อการได้รับการยกย่องชมเชย ได้รับความสนใจ เห็นชอบในสิ่งที่เขาทำอยู่เป็นอยู่ เป็นสิ่งที่มีอำนาจและพลังสูงสุดที่จะกระตุ้นให้เขามีชีวิตอยู่อย่างมีความหมาย มีความหวังและเป็นความสุขพื้นฐานของการมีชีวิตอยู่ มนุษย์ทุกคนมีความกระหายที่จะได้รับการยกย่องสรรเสริญจากผู้อื่น เพราะจะทำให้มีความรู้สึกปลอดภัย เพราะแสดงว่า ผู้ชมเชยมองเห็นคุณค่า มีความชอบพอ รักใคร่ ทำให้เกิดความรู้สึกอบอุ่น ปลอดภัย มีความสุขสบายที่มีชีวิตอยู่ในสังคมนั้น

ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนจะเกิดขึ้นได้ ตามลักษณะธรรมชาติของสังคมมนุษย์ จะมีโครงสร้างอยู่ท่ามกลางสิ่งแวดล้อม สิ่งแวดล้อมจะหล่อหลอมขัดเกลาให้คนเรามีเอกลักษณ์ของตน ตลอดจนทำให้ทราบถึงเอกลักษณ์ของผู้อื่น โดยการประเมินผลตนเอง จากแบบแผนหรือบทบาททางสังคมนั้น ๆ ซึ่งเอกลักษณ์ทางสังคมนี้อาจเป็นที่ยึดเหนี่ยวของความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนของบุคคลด้วย

หลักการก่อรูปของความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน

โรเซนเบิร์ก (Rosenberg, 1979 : 603-604) ได้อธิบายการก่อรูปของความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนของบุคคลเกิดขึ้นได้ตามหลัก 3 ประการ ดังนี้คือ

1. หลักการประเมินสะท้อนกลับ (The Principle of Reflected Appraisal) ตามทฤษฎีของมิท และคูลีย์ (Meat and Cooley) กล่าวไว้ว่า การที่บุคคลจะประเมินตนเองว่ามีคุณค่าแห่งตนสูงหรือต่ำ ได้มาจากการรับรู้การตอบสนองของคนอื่นที่มีต่อตัวบุคคลนั้น เป็นการมองว่าถ้าเราคิดว่า บุคคลอื่นพิจารณาตัวเราและกระทำต่อเราอย่างไร เราก็จะมีอัตตโนทัศน์ (Self Concept) ต่อตัวเราอย่างนั้น เช่น ถ้าบุคคลอื่นแสดงกิริยาอาการในด้านเคารพนับถือเราก็จะมีความเคารพนับถือตัวเราตามนั้น แต่ถ้าสังคมถูกแสดงอาการเหยียดหยาม ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนของเราก็จะมีระดับต่ำไปด้วย

สำหรับเด็กหนุ่มสาว อิทธิพลสำคัญที่สุดในการยกย่องตนเอง (Self Esteem) ไม่ว่าจะสูงหรือต่ำก็ตาม ก็ขึ้นอยู่กับ การประเมินผลของบุคคลอื่น ๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งบุคคลที่มีความสำคัญและใกล้ชิดที่สุดกับวัยรุ่นเอง

2. หลักการเปรียบเทียบทางสังคม (The Principle of Social Comparison) การที่บุคคลเอาตัวเองไปเปรียบเทียบกับบุคคลอื่น ๆ ผลของการเปรียบเทียบจะนำไปสู่การมองตัวเองในแง่บวกหรือลบ ซึ่งจะมีผลต่อระดับความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนของบุคคลนั้น ๆ

3. หลักคุณสมบัติของบุคคล (The Principle of Self Attribution) การรับรู้เกี่ยวกับตนเองหรือการกระทำความเข้าใจตนเองคือ การสังเกตพฤติกรรมที่แสดงออกมาของบุคคล และผลลัพธ์ที่ได้จากการกระทำนั้น ๆ หรือในการรับรู้ตนเองของบุคคลเกิดจากการที่เราเรียนรู้เกี่ยวกับตัวเราเอง โดยการสังเกตพฤติกรรมที่เกิดขึ้นบนพื้นฐานการกระทำที่เป็นตัวบ่งชี้คุณลักษณะของบุคคล

ซูซัน สมิททิล (ม.ป.ป. : 29) ได้กล่าวถึงการประเมินตนโดยการใช้กระจกตนเองว่า ควรมีการสำรวจตนเองทุกวัน อย่างน้อยวันละ 10 นาที ว่าวันหนึ่งทำอะไรบ้าง หากไม่ตรวจสอบแล้วเหมือนกับชีวิตที่ปราศจากเป้าหมาย ดังที่ เพลโต (Plato) กล่าวว่า “ชีวิตที่ไม่ผ่านการตรวจสอบเป็นสิ่งที่ไม่มีค่า”

การรู้จักวิเคราะห์ตนเอง จะทำให้เราสามารถปรับตนให้เข้ากับสังคมและสิ่งแวดล้อมที่เราอยู่ได้ สิ่งที่เราควรวิเคราะห์ตนเอง ได้แก่

1. ความรู้ความสามารถ
2. บุคลิกภาพและอุปนิสัย
3. สุขภาพอนามัย
4. หน้าที่ความรับผิดชอบ
5. ตำแหน่งหรือสถานภาพทางสังคม
6. สภาพความเป็นอยู่และภาวะทางเศรษฐกิจ

เมื่อวิเคราะห์ตนเองแล้วพบว่า ตนเองเป็นเช่นไร ฟังพอใจหรือไม่ มีปัญหาในการดำเนินชีวิตก็จะได้หาทางแก้ไขต่อไป ซึ่งให้แนวทางไว้ 3 แนวทาง คือ

1. การเปลี่ยนแปลงสถานการณ์
2. การเปลี่ยนแปลงผู้อื่น
3. การเปลี่ยนแปลงตนเอง

แต่ที่สำคัญในการแก้ปัญหาของตนเองนั้น ขึ้นอยู่กับการแก้ปัญหานั้นเอง โดยการสำรวจตัวเองโดยไม่ลำเอียง เช่น วิธีเปลี่ยนนิสัยจากชั่วไปดี คือต้องสนใจตนเองให้ได้ ตั้งเป้าหมายว่า “เอาชนะคนอื่นร้อยครั้งไม่สู้เอาชนะในตนเองได้เพียงครั้งเดียว” ซึ่งเป็นพื้นฐานที่ทำให้คนเป็นผู้รู้จักประเมินตนเองว่ามีคุณสมบัติเช่นไร จะได้ตระหนักในความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนต่อไป

การพัฒนาความคิดเกี่ยวกับตนเอง (Self Concept) ของวัยรุ่น

สำหรับวัยรุ่นแล้วการพัฒนาในเรื่องการรับรู้ในความเป็นตัวตน (Self) นั้น เป็นสิ่งที่สำคัญมากต่อการก้าวเข้าสู่ความเป็นผู้ใหญ่ต่อไป โคลแมน (Coleman, 1980 : 43) ได้แสดงเหตุผลที่วัยรุ่นจำเป็นต้องมีการพัฒนาความคิดเกี่ยวกับตนเองด้วยสาเหตุต่อไปนี้

1. การเปลี่ยนแปลงขนาดใหญ่ด้านสรีระจากวัยเด็กเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ ทำให้ภาพพจน์ของวัยรุ่นที่เคยมีแต่เดิมเปลี่ยนไป วัยรุ่นจึงได้ตระหนักในการเปลี่ยนแปลงของตน

2. การเจริญในด้านสติปัญญาที่เกิดควบคู่กับการเจริญทางด้านร่างกาย วัยรุ่นจะมีความสามารถในการคิดได้ซับซ้อนมากขึ้น สามารถใคร่ครวญถึงตนเองได้หลากหลายขึ้นในหลาย ๆ แง่มุม

3. ความต้องการทางด้านอารมณ์ที่เกิดขึ้นในวัยนี้ คือ ความต้องการเป็นอิสระ (Autonomy) ความต้องการเป็นอิสระจากการพึ่งพิง (Independency) ความจำเป็นในเรื่องการตัดสินใจเกี่ยวกับอาชีพในอนาคต ค่านิยมใหม่ ๆ ฯลฯ สิ่งเหล่านี้ล้วนมีผลต่อการพัฒนาการรับรู้ตนเอง

4. ประสบการณ์ใหม่ในเรื่องการเปลี่ยนแปลงบทบาท เมื่อเด็กก้าวเข้าสู่วัยรุ่นก็เริ่มได้รับการคาดหวังจากสังคมให้แสดงการบรรลุนิติภาวะในแบบผู้ใหญ่ ดังนั้น บทบาทเดิมก็เปลี่ยนแปลงไปจากบทบาทเด็กที่ไม่ต้องมีความรับผิดชอบมากนัก มาเป็นบทบาทที่แสดงความเป็นผู้ใหญ่มากขึ้น มีความรับผิดชอบมากขึ้น โดยเฉพาะการรับผิดชอบในการกระทำของตน

จากสาเหตุข้างต้นทำให้คาดได้ว่า วัยรุ่นเป็นระยะที่บุคคลต้องเผชิญกับความไม่แน่นอน ไม่ชัดเจนในสถานภาพแห่งตน ต้องประสบกับความขัดแย้งในเรื่องบทบาท ความขัดแย้งจากการถูกคาดหวังจากฝ่ายต่าง ๆ

โรเซนเบิร์ก (Coleman, 1980 : 46 ; citing Rosenberg, 1965) กล่าวว่า สังคมเองก็ไม่มีบรรทัดฐานที่แน่นอนในการกำหนดความคาดหวังอย่างชัดเจนต่อวัยรุ่น จึงทำให้วัยรุ่นมีความลำบากในการปรับตัวให้สอดคล้องกับฝ่ายต่าง ๆ

โรเซนเบิร์ก (Hales, 1994 : 27 ; citing Rosenberg, 1980) ได้เสนอแนวทางในการฝึกปฏิบัติให้บุคคลมีความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนสูงขึ้น ดังนี้

1. ใช้ประโยชน์บอกเล่าและเป็นบวกช่วยย้ำบุคลิกภาพและประสบการณ์ที่ดีของคุณ
ทุกวัน และเราสามารถเพิ่มคุณค่าในตนเองได้โดยการพูดในแง่ดีกับตนเอง เช่น กล่าวว่าคุณ
เป็นคนที่เอาใจใส่ผู้อื่น และน่ารัก หรือฉันเป็นคนซื่อสัตย์ และเปิดเผย หรืออาจเขียนคำเหล่านี้
ลงในแผ่นกระดาษ และอ่านมันบ่อย ๆ

2. ให้เขียนรายการที่คุณอยากจะมีหรืออยากประสบ ร่างข้อความเหมือนราวกับว่าคุณ
ได้สมหวังในสิ่งที่อยู่ในรายการที่เขียนเอาไว้แล้ว เริ่มต้นประโยคข้อความด้วยคำว่า ฉัน.....
ตัวอย่างเช่น ฉันรู้สึกภาคภูมิใจมากที่ผลการเรียนดี หรือฉันดีใจที่ได้พบบุคคลใหม่ ๆ พยายาม
นึกถึงสถานการณ์ที่เราปรารถนาให้ออกมาเป็นภาพและนึกถึงสถานการณ์เหล่านี้วันละหลาย ๆ ครั้ง

3. เมื่อมีแรงต่อต้านจากภายใน พยายามเปลี่ยนเรื่องคิดใหม่ ตัดมันออกไปเสีย
บังคับตัวคุณให้คิดถึงแค่สถานการณ์ที่เราสามารถจัดการได้ หรือนึกถึงสิ่งที่เราภาคภูมิใจในตัวเรา
เป็นพิเศษ

จากการศึกษาพบว่า จากแรงสนับสนุนจากหลาย ๆ ฝ่าย ไม่ว่าจะเป็นข้าราชการ
นักวิชาการศึกษา นักธุรกิจ สรุปได้ว่า ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนนั้นจะช่วยให้บุคคลมีผลงานที่มี
ประสิทธิภาพมากขึ้น ในวัยรุ่นพบว่าการสร้างสรรมากกว่าที่จะทำลาย และผู้ที่ได้รับสวัสดิการ
ก็จะรู้สึกเพียงพอต่อสิ่งที่ตนเองได้รับ ดังนั้น โรงเรียนหลายร้อยโรงเรียนในสหรัฐอเมริกาจึงได้
เพิ่มเนื้อหาเกี่ยวกับเรื่อง “ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน” ในหลักสูตรการศึกษาการร่วมมือที่สำคัญ ๆ
ทั้งหลายก็มุ่งที่จะให้การฝึกอบรมในเรื่องความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนเองด้วยเช่นกัน

จากการศึกษาค้นคว้าในเอกสารต่าง ๆ ในเรื่องความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน พบว่า เรื่อง
ของความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนนั้นมีสอดแทรกอยู่ในเกือบทุกเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาทางด้าน
ความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตน ซึ่งมีผลต่อด้านสุขภาพจิต การปรับตัว การพัฒนาความคิด การ
พัฒนาบุคลิกภาพของตนเอง และมีความเกี่ยวข้องกับสุขภาพ และความสุขสมบูรณ์ของมนุษย์
โดยเฉพาะในวัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยของนักศึกษาในระดับอุดมศึกษา ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนนั้น
สามารถจะช่วยพัฒนาความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาให้มีระดับสูงขึ้นได้ เพราะนักศึกษากำลังอยู่
ในช่วงของวัยที่กระตือรือร้น สนใจแสวงหาความรู้ แสวงหาเอกลักษณ์ของตนเอง เป็นวัยที่
กำลังพัฒนาขึ้นสู่จุดสูงสุดในทุก ๆ ด้าน ฉะนั้น การส่งเสริมให้นักศึกษามีการพัฒนาในระดับของ
ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนให้สูงขึ้นจึงเป็นเรื่องที่สำคัญและจำเป็นต่อสถาบันการศึกษา ดังได้กล่าว
ไว้แล้วข้างต้น เพื่อให้ นักศึกษาสำเร็จการศึกษาเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่ทรงคุณค่าของประเทศไทย

ความสัมพันธ์ระหว่างสภาพแวดล้อมของสถาบันอุดมศึกษาต่อการพัฒนานักศึกษา

ฮาโรลด์ (Harold. 1964 : 232-233) ได้ให้ความหมายของสภาพแวดล้อมในสถาบันอุดมศึกษาไว้ว่าเป็นระบบการศึกษา ระบบการปกครอง กิจกรรมต่าง ๆ ที่ทำให้นักศึกษาได้รับประโยชน์โดยตรง ทำให้เกิดการพัฒนาดตนเอง เปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ทักษะ และความเข้าใจ

สำเนาว่า ขจรศิลป์ (2538 : 13-14) ได้อธิบายถึงปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมภายในสถาบันอุดมศึกษา หมายถึง สภาพแวดล้อมใน 3 รูปแบบ คือ

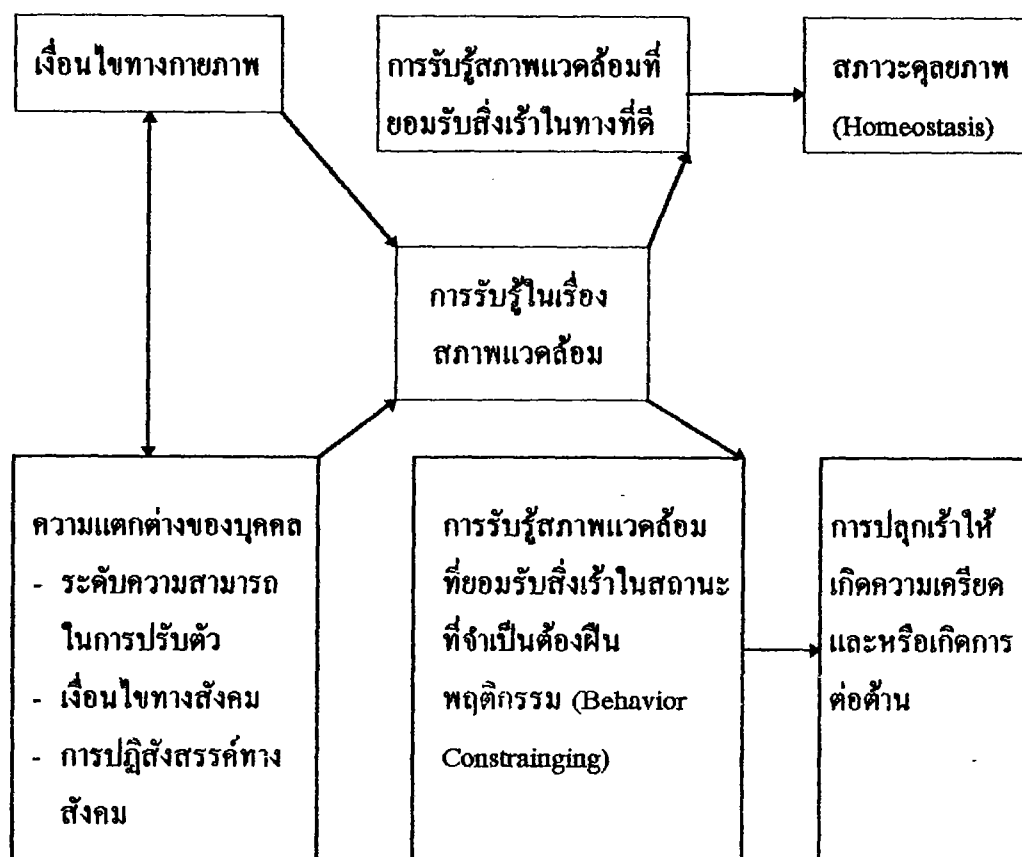
1. สภาพแวดล้อมที่เป็นสิ่งไม่มีชีวิต เช่น อาคาร สถานที่ เครื่องมือ และอุปกรณ์ต่าง ๆ
2. สภาพแวดล้อมที่เป็นสิ่งมีชีวิต เช่น พืช สัตว์ และคน
3. สภาพแวดล้อมที่คนสร้างขึ้น (ไม่รวมข้อ 1 และ 2) เช่น กลุ่มเพื่อนกิจกรรมนักศึกษา ประเพณีการต้อนรับน้องใหม่ และระบบอาจารย์ที่ปรึกษา เป็นต้น

สภาพแวดล้อมภายในสถาบันอุดมศึกษา มีความสำคัญต่อกระบวนการพัฒนานักศึกษามาก เพราะสภาพแวดล้อมที่มีความสมบูรณ์คือมีอาคารสถานที่ มีเครื่องมือดี และมีระบบงานดี ย่อมทำให้การพัฒนานักศึกษาได้ผลดี และในทางตรงกันข้าม ถ้าสภาพแวดล้อมที่ไม่ดี เช่น ไม่มีอาคารสถานที่ ไม่มีเครื่องมือที่ดี ไม่มีรายงานที่ดี กิจกรรมนักศึกษาที่ไม่มีคุณภาพ หรือการต้อนรับน้องใหม่ที่รุนแรง ทำให้น้องใหม่เกิดปัญหาทางด้านร่างกายและจิตใจ ย่อมทำให้การพัฒนานักศึกษาไม่ได้ผลดี

เบลล์ และคณะอื่น ๆ (Bell and others. 1978 : 86-87) ได้อาศัยกรอบทฤษฎีในการอธิบายปรากฏการณ์ของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสภาพแวดล้อมโดยเสนอแนวทฤษฎีประสมประสานเกี่ยวกับพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมในการอธิบายปรากฏการณ์ของความเครียด นั่นคือ An Eclectic Model of Theoretical Perspective ซึ่งกล่าวว่าเงื่อนไขทางกายภาพ (Physical Conditions) อันได้แก่ อากาศ เสียง มลภาวะ ประชากร เป็นสิ่งที่ดำรงอยู่อย่างเป็นอิสระ หากแต่มีความสัมพันธ์เชิงพึ่งพิงต่อเงื่อนไขทางสังคม (Social Conditions) สถานการณ์ (Situation) และความแตกต่างของบุคคล (Individual Difference) ซึ่งปัจจัยต่าง ๆ จะส่งผลให้บุคคลมีกรอบการรับรู้ในเรื่องสภาพแวดล้อม (Perception of the Environment) ในกรณีที่การรับรู้ในเรื่องสภาพแวดล้อมนั้นเป็นสิ่งที่อยู่ในขอบเขตของบุคคลสามารถรับสิ่งเร้านั้นได้ (Within Optimal Range of Stimulation) บุคคลก็จะอยู่ในสภาวะดุลยภาพ (Homeostasis) กล่าวโดยย่อคือ สมรรถนะที่จะดำรงอยู่เช่นเดิมในการที่อินทรีย์จะสามารถดำรงชีพอยู่ได้อย่างมีเสถียรภาพ อวัยวะต่าง ๆ และการทำงานของอวัยวะจะต้องมีสภาวะที่ไม่เบี่ยงเบนไปจากปกติสถานมากจนเกินไป มิฉะนั้นแล้ว

อินทรีย์อาจจะเกิดอาการเจ็บป่วยหรือล้มตายได้ (ประชัย เปี่ยมสมบูรณ์. 2529 : 11) แต่ในกรณีที่การรับรู้ในเรื่องสภาพแวดล้อมเป็นสิ่งที่บุคคลยอมรับสิ่งเร้านั้นแล้วเกิดสภาวะการณืที่บุคคลหรืออินทรีย์จำเป็นต้องฝืน (Over or Under Stimulating and or Behavior Constraining) แล้วจะนำไปสู่การปลุกเร้าให้เกิดความเครียด (Arousal Stress) และหรือปลุกเร้าให้เกิดการต่อต้าน (Arousal Reactance) ซึ่งจะมีจิตจำกัคใน 2 ทิศทาง คือ ประการแรกบุคคลหรืออินทรีย์จะเกิดการปรับตัวหรือผลจากการปรับเปลี่ยนนั้นทำให้บุคคลหรืออินทรีย์ดำรงอยู่ได้ และประการที่สองการปลุกเร้ายังคงก่อให้เกิดความเครียดซึ่งจะมีแนวโน้มรุนแรงขึ้นและดำเนินจิตจำกัค จนกระทั่งนำไปสู่การสะสมอาการผิดปกติต่าง ๆ ได้ เช่น ความผิดปกติทางจิต ความสิ้นหวัง และการสูญเสียเชิงการแสดงออกได้ (Bell. 1978 : 86-87)

อาจกล่าวโดยสรุปได้ดังนี้คือ (1) ลักษณะเงื่อนไขทางกายภาพ เป็นลักษณะที่บ่งบอกสภาพแวดล้อมที่เป็นกายภาพทั้งหลาย อันได้แก่ อาคารสถานที่ อุณหภูมิ อากาศ เป็นต้น (2) ลักษณะเงื่อนไขทางสังคม ซึ่งหมายถึงลักษณะของการปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (Social Interaction) และ (3) ลักษณะความแตกต่างของบุคคล ซึ่งหมายถึงความแตกต่างของบุคคลในด้านระดับความสามารถในการปรับตัวความสัมพันธ์ของปัจจัยทั้ง 3 นำไปสู่การรับรู้ในเรื่องของสภาพแวดล้อม อาจจะเป็นไปได้ที่การรับรู้ในเรื่องสภาพแวดล้อมเป็นไปในลักษณะที่ยอมรับสิ่งเร้าในทางที่ดี ซึ่งจะนำไปสู่สภาวะสถิตย์หรืออีกนัยหนึ่งเป็นการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมได้และไม่เกิดความขัดแย้งระหว่างบุคคลกับสภาพแวดล้อมที่เป็นสิ่งเร้านั้น แต่ในอีกกรณีหนึ่งการรับรู้ในเรื่องสภาพแวดล้อม เป็นไปในลักษณะที่จำเป็นต้องฝืนพฤติกรรม (Behavior Constraining) อันเป็นสภาวะที่ปลุกเร้าให้เกิดความเครียดหรือเป็นสภาวะที่เกิดการต่อต้านได้หรืออีกนัยหนึ่งก็คือไม่สามารถจะปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมได้ และมีความขัดแย้งเกิดขึ้นระหว่างบุคคลกับสภาพแวดล้อมที่เป็นสิ่งเร้านั้น ดังแสดงในภาพประกอบ 1



ภาพประกอบ 1 แนวทฤษฎีประสมประสานเกี่ยวกับพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมในการมองปรากฏการณ์ความเครียด หรือการต่อต้าน (An Electic Model of Theoretical Perspective : Stress) ตามทฤษฎีของ เบลล์

ที่มา : Bell. 1978 : 89

ลักษณะสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการพัฒนานักศึกษา

เนื่องจากสภาพแวดล้อมมีอิทธิพลต่อการพัฒนานักศึกษามาก นักจิตวิทยาหลายท่านจึงได้ให้ความสนใจเกี่ยวกับเรื่องนี้ และพยายามตั้งคำถามในแง่มุมต่าง ๆ เช่น สภาพแวดล้อมที่มีลักษณะอย่างไรที่ช่วยพัฒนานักศึกษาทางการศึกษาเล่าเรียนอยู่ในสถาบันจนสำเร็จการศึกษา และช่วยนักศึกษาที่มีลักษณะอย่างไร ฮิบเนอร์ (สเปนเนอร์ ขจรศิลป์. 2538 : 78-84 ; อ้างอิงมาจาก Huetener. 1983) ได้รวบรวมลักษณะต่าง ๆ ของสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการพัฒนานักศึกษาและช่วยสนับสนุนนักศึกษาไว้ดังนี้

1. ความหลากหลายกับความเป็นลักษณะเดียวกัน (Heterogeneity / Homogeneity)

สภาพแวดล้อมของสถาบันอุดมศึกษานั้นมีความกว้างขวางมาก ซึ่งรวมทั้งสิ่งที่มีชีวิต ได้แก่ พืช สัตว์ และมนุษย์ สิ่งไม่มีชีวิต ได้แก่ อาคารสถานที่ เครื่องมืออุปกรณ์ต่าง ๆ และสภาพการณ์ที่บุคคลสร้างขึ้น ได้แก่ ระเบียบ ข้อบังคับ นโยบาย สภาพสังคมและวัฒนธรรม ดังที่ได้กล่าวมาแล้ว สภาพแวดล้อมที่มีความหลากหลาย (Heterogeneity) หมายถึง สภาพแวดล้อมซึ่งประกอบด้วยสภาพแวดล้อมย่อย ๆ ที่มีความแตกต่างกันมาก เช่น มหาวิทยาลัยที่ประกอบด้วยคณะต่าง ๆ ซึ่งมีความแตกต่างกัน ทั้งลักษณะเนื้อหาของวิชา วิธีการเรียนการสอน ตลอดจนความสนใจของอาจารย์และนักศึกษา เป็นต้น ส่วนสภาพแวดล้อมที่มีความเป็นลักษณะเดียวกัน (Homogeneity) หมายถึง สภาพแวดล้อมที่ประกอบด้วยสภาพแวดล้อมย่อยที่มีความแตกต่างกันน้อยมาก เช่น สถาบันอุดมศึกษาเฉพาะด้าน อันได้แก่ วิทยาลัยพลศึกษา วิทยาลัยพยาบาล และวิทยาลัยนาฏศิลป์ เป็นต้น เนื่องจากบุคคลเป็นสภาพแวดล้อมที่สำคัญของบุคคล ถ้าพิจารณาเฉพาะปัจจัยที่เกี่ยวกับบุคคลเพียงปัจจัยเดียว ก็จะเห็นได้ว่า สถาบันเทคโนโลยีแห่งเอเชีย (AIT) ซึ่งประกอบด้วยนักศึกษาที่มาจากหลายประเทศ หลายเชื้อชาติ มีวัฒนธรรมหลากหลาย ก็มีสภาพแวดล้อมที่มีความหลากหลาย ส่วนวิทยาลัยนาฏศิลป์ หรือวิทยาลัยพลศึกษา ซึ่งประกอบด้วยนักศึกษาไทยอย่างเดียว ก็มีสภาพแวดล้อมเป็นลักษณะเดียวกัน

แนวความคิดที่เกี่ยวกับความหลากหลายและความเป็นลักษณะเดียวกัน มีความเกี่ยวข้องกับความเหมาะสมระหว่างบุคคลกับสภาพแวดล้อมของนักศึกษา ในสภาพแวดล้อมที่มีความเป็นลักษณะเดียวกัน นักศึกษาจะพยายามเลือกอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ตนเองเป็นส่วนหนึ่งของสภาพแวดล้อมนั้น และพยายามปรับตนเองให้สอดคล้องกับสภาพแวดล้อมนั้นด้วย เช่น บุคคลที่มีฝีมือทางศิลปะก็อาจเลือกเข้าศึกษาในมหาวิทยาลัยศิลปากร หรือ วิทยาลัยนาฏศิลป์ พยายามปรับตัวให้สอดคล้องกับสภาพแวดล้อมของสถาบันอุดมศึกษาแห่งนั้นด้วย เมื่อนักศึกษามีความสอดคล้องกับสภาพแวดล้อมแล้วก็จะพยายามรักษาพฤติกรรมและความเชื่อของตนเอง ส่วนนักศึกษาที่ไม่มีความสอดคล้องกับสภาพแวดล้อมที่มีความเป็นลักษณะเดียวกันมาก คือมีความแตกต่างกัน คนส่วนมากก็จะมีความยากลำบาก มีความตึงเครียด ถ้าสามารถปรับตัวได้ก็จะสามารถอยู่ในสภาพแวดล้อมนั้นได้ แต่ถ้าไม่ปรับตัวหรือไม่สามารถที่จะปรับตัวได้ก็จะไม่สามารถอยู่ในสภาพแวดล้อมนั้นได้

โดยทั่วไปนักศึกษาจะมีความพึงพอใจกับสภาพแวดล้อมที่มีความหลากหลาย เช่น มหาวิทยาลัยที่มีขนาดใหญ่ เพราะนักศึกษาสามารถแสวงหาสภาพแวดล้อมย่อย (คณะวิชา หรือ สาขาวิชา) ที่มีความสอดคล้องกับตนเอง และมีโอกาสแสวงหาเพื่อนฝูงที่มีความคล้ายคลึงกับตนเองได้มาก

2. ความสมดุลระหว่างการสนับสนุนกับการท้าทาย (Support / Challenge Balance)

การสนับสนุน (Support) หมายถึง ความสัมพันธ์หรือประสบการณ์ที่ช่วยบรรเทาความตึงเครียด หรือการเสริมสร้างประสบการณ์ที่ก่อให้เกิดความคุ้นเคยกับสภาพแวดล้อม ตัวอย่างของการสนับสนุน ได้แก่ การให้ความเห็นอกเห็นใจ การดูแลเอาใจใส่ การได้รับความอบอุ่นจากผู้อื่น เป็นต้น นักศึกษาอาจได้รับการสนับสนุนจากการอยู่อาศัยกับบุคคลที่มีค่านิยม และลักษณะการดำรงชีวิตคล้ายคลึงกันมาก การเรียนวิชาที่มีระดับความยาก - ง่าย ที่สอดคล้องกับระดับความสามารถของผู้เรียน และเป็นวิชาที่ผู้เรียนมีความชอบ ความสนใจก็ถือว่าการสนับสนุนอย่างหนึ่ง ส่วนการท้าทาย (Challenge) นั้นหมายถึง สภาพการณ์ที่ก่อให้เกิดความตึงเครียด การท้าทายบางระดับก็ก่อให้เกิดการพัฒนาขึ้น สภาพการณ์ที่ก่อให้เกิดการท้าทายนั้นรวมถึงความเข้ม ความยุ่งยากสลับซับซ้อน ความคลุมเครือ ความเข้าใจได้ยาก ความแตกต่าง และการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว

มีผลงานวิจัยมากมายที่แสดงให้เห็นว่าการสนับสนุนช่วยเอื้ออำนวยต่อประสบการณ์ที่เป็นประโยชน์แก่นักศึกษาระดับปริญญาตรี เมื่อการสนับสนุนร่วมกับการท้าทายในสภาพที่เหมาะสม ย่อมส่งเสริมการพัฒนาของนักศึกษา ดังนั้น การท้าทายที่มีความเหมาะสมจะช่วยในการพัฒนานักศึกษา สภาพแวดล้อมที่มีการท้าทายมากเกินไป อาจทำให้เกิดความไม่พึงพอใจเกิดความตึงเครียด เกิดความยากลำบากในการศึกษาเล่าเรียน เกิดความเจ็บป่วย หรืออาจต้องออกจากสถานศึกษา ตัวอย่างของสภาพแวดล้อมที่มีการท้าทายมากเกินไป ได้แก่ การต้อนรับน้องใหม่ ของนักศึกษาที่มีลักษณะที่รุนแรง คือ มีการขู่บังคับให้น้องใหม่ปฏิบัติตามคำสั่งรุ่นพี่ มีการขู่ตะคอกน้องใหม่ด้วยเสียงอันดัง ซึ่งย่อมก่อให้เกิดปัญหาดังที่ได้กล่าวมาแล้ว

3. การสนับสนุนจากสังคม (Social Support)

เพช (สำเนา ขจรศิลป์. 2538 : 81-82 ; อ้างอิงมาจาก Pace. 1984) กล่าวว่า ในสถาบันอุดมศึกษาทุกประเภท สิ่งที่ทำให้นักศึกษามีความพึงพอใจมากที่สุดคือ สภาพแวดล้อมที่ทำให้ นักศึกษาเกิดความรู้สึกว่า มีความเป็นมิตร ให้การสนับสนุน และให้ความช่วยเหลือ

ผลงานวิจัยที่เกี่ยวกับสุขภาพจิต และเกี่ยวกับปฏิกริยาระหว่างวัยบุคคลกับสภาพแวดล้อม ต่างก็ยืนยันว่า การสนับสนุนจากสังคมนั้น มีประโยชน์หลายประการ เช่น

กอทไทลด์ (Gottlieb. 1983 : 278-287) พบว่า การสนับสนุนจากสังคมทำให้เกิดการส่งเสริมการพัฒนาและการปรับตัวที่เกี่ยวกับอารมณ์

โคเฮน (Cohen. 1988 : 269-297) พบว่า การสนับสนุนจากสังคมทำให้อายุยืนและป้องกันการเจ็บป่วย

นอร์เบค และทิลเดน (Norbeck and Tilden. 1983 : 30-45) พบว่า การสนับสนุนจากสังคมทำให้ป้องกันการเกิดความตึงเครียด

4. สภาพแวดล้อมทางกายภาพ (Physical Environment)

สภาพแวดล้อมทางกายภาพในสถาบันอุดมศึกษา หมายถึง อาคาร สถานที่ และสิ่งก่อสร้างทั้งหมด สิ่งก่อสร้างที่มีอิทธิพลต่อนักศึกษามากที่สุด ได้แก่ หอพักนักศึกษา เพราะเป็นที่พักอาศัยซึ่งนักศึกษาต้องใช้เวลาอยู่ในหอพักมากกว่าอาคารอื่น ๆ

สำเนา ขจรศิลป์ (2538 : 83) ได้กล่าวถึงปัญหาเกี่ยวกับความหนาแน่นหรือจำนวนนักศึกษาที่พักอาศัยในแต่ละห้องนั้นว่า เป็นปัญหาที่สำคัญสำหรับหอพักนักศึกษาในประเทศไทยมาก เช่น ห้องพักที่มีขนาด 4×5 เมตร ออกแบบให้นักศึกษาพักอาศัยจำนวน 4 คน ซึ่งนับว่ามีความหนาแน่นมากกว่าหอพักนักศึกษาในมหาวิทยาลัยอเมริกัน ซึ่งมีขนาดประมาณ 4×4 เมตร ออกแบบให้นักศึกษาพักอาศัยจำนวน 2 คน เมื่อจำนวนนักศึกษาเพิ่มขึ้น แต่จำนวนหอพักยังมีเท่าเดิม ห้องขนาด 4×5 เมตร ซึ่งมีขนาดเท่าเดิมแต่ได้จัดนักศึกษาพักอาศัยจำนวน 5 ถึง 6 คน และบางครั้งอาจถึง 7 คน โดยเปลี่ยนจากการใช้เตียงชั้นเดียวเป็นเตียงสองชั้น เพื่อให้สามารถบรรจุนักศึกษาอยู่ในห้องได้ ปัญหาที่เกิดขึ้นในห้องพักมีมากมาย แต่ปัญหาที่สำคัญที่สุดคือ นักศึกษาไม่สามารถพักผ่อนอย่างเพียงพอกับความต้องการ และไม่มีสมาธิที่จะศึกษาเล่าเรียน

การจัดหอพักในสถาบันอุดมศึกษานั้น ทางสถาบันต่าง ๆ ได้ระบุดูวัตถุประสงค์ของการจัดหอพักไว้ต่าง ๆ กัน เพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินงานหอพักให้ได้ตามเป้าหมายของสถาบันอุดมศึกษานั้น แพ็ควูด (นิภา พุทธสุวรรณ. 2530 : 12 ; อ้างอิงมาจาก Packwood. 1977) ได้กำหนดวัตถุประสงค์ของการจัดหอพักที่สำคัญไว้ดังนี้

1. เพื่อควบคุมและปรับพฤติกรรมของนักศึกษาให้เหมาะสม
2. เพื่อพัฒนานักศึกษา
 - 2.1 ส่งเสริมพัฒนาการทางด้านสติปัญญา
 - 2.2 จัดสรรสภาพแวดล้อมอย่างไม่เป็นทางการ ทางด้านการศึกษา เพื่อสนับสนุนให้เกิดการเรียนรู้
 - 2.3 พัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างนักศึกษาและคณาจารย์
 - 2.4 ส่งเสริมนักศึกษาให้เกิดการเรียนรู้และเจริญงอกงามขึ้น เป็นพลเมืองดีของสังคม

สถานศึกษาก็เป็นสภาพแวดล้อมทางกายภาพที่สำคัญ สำหรับนักศึกษาสถาบันอุดมศึกษา ซึ่งต้องมียุทธศาสตร์ประกอบเอื้ออำนวยต่อการให้บริการแก่นักศึกษา ซีเกอร์ (ศิริพร อังคานุสรณ์. 2530 : 29 ; อ้างอิงมาจาก Seager. 1946 : 61) ให้ความเห็นเกี่ยวกับสถานศึกษาว่าควรประกอบด้วยคุณลักษณะทางสภาพแวดล้อมดังนี้คือ ต้องมีขนาดกว้างพอเหมาะกับโครงการปัจจุบันและต้องขยายได้ในอนาคต ต้องอยู่ในสภาพที่ปลอดภัย สวยงามและสามารถใช้ประโยชน์เพื่อกิจกรรม

กลางแจ้งและสันตนาการได้มากที่สุด การวางแผนผังให้สามารถเปลี่ยนแปลงได้เพื่อเหมาะสมกับการเปลี่ยนแปลงของสังคมในอนาคต จัดส่วนอีกที่กั้นและสงบเงียบให้แยกออกจากกัน ควรคำนึงถึงการระบายอากาศ แสงสว่าง และประโยชน์ใช้สอยให้มากที่สุด

สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพ

สำเนา ขจรศิลป์ (2538 : 84) ได้กล่าวถึงปัญหาที่เกี่ยวกับสภาพแวดล้อมทางกายภาพที่สำคัญของสถาบันอุดมศึกษาไทย ได้แก่ การระบายอากาศ ทิศทางลม ทิศทางของแสงแดด สถานที่ตั้งของอาคาร ความสะอาด และมาตรการการรักษาความปลอดภัย เป็นต้น เนื่องจากประเทศไทยตั้งอยู่ในบริเวณที่มีอากาศร้อน อาคารบางหลังอาจมีปัญหาที่เกี่ยวกับการออกแบบก่อสร้าง เช่น การระบายอากาศ ทิศทางลม ทิศทางของแสงแดด ซึ่งทำให้ภายในห้องมีอากาศร้อนอบอ้าว จึงทำให้มีผลกระทบต่อการทำงาน และการพักผ่อนของบุคคล นอกจากนั้น อาคารที่ตั้งอยู่ใกล้กับถนนที่มีการจราจรหนาแน่น ซึ่งก่อให้เกิดปัญหาที่เกี่ยวกับสภาพแวดล้อมอื่น ๆ เช่น เสียง อากาศเป็นพิษ ซึ่งมีผลต่อสภาพร่างกาย และประสิทธิภาพการทำงานของบุคคล สำหรับปัญหาที่เกี่ยวกับการจัดการอาคาร อันได้แก่ การรักษาความสะอาด และมาตรการรักษาความปลอดภัยก็เป็นปัญหาที่สำคัญ หอพักบางแห่งขาดการดูแลในเรื่องความสะอาดทั้งห้องน้ำและห้องนอน ย่อมมีผลกระทบต่อสุขภาพของนักศึกษา นอกจากนั้น หอพักที่มีขนาดใหญ่มีความสูงมาก โดยทั่วไปยังขาดมาตรการที่เกี่ยวกับการเตือนภัยในกรณีที่เกิดอัคคีภัย ซึ่งผลโดยตรงต่อชีวิตนักศึกษา

สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคม

สภาพแวดล้อมทางสังคมก็มีความสำคัญต่อการพัฒนานักศึกษาด้วยเช่นกัน สภาพแวดล้อมทางสังคมหมายถึง คนอื่น ๆ ที่อยู่รอบ ๆ ตัวเรานั้นเอง ซึ่งจะมีอิทธิพลต่อตัวเราทั้งโดยตรงและทางอ้อม ทั้งโดยชนิดและปริมาณของคนเหล่านั้น และอาจจะมีปฏิกิริยาได้ตอบกับสภาพแวดล้อมทางสังคมเหล่านั้นด้วยในที่สุด สภาพแวดล้อมทางสังคมในมหาวิทยาลัย ได้แก่ (สพพร ชูทรานนท์. 2527 : 17 ; อ้างอิงมาจาก Jones. 1949)

1. สภาพแวดล้อมเกี่ยวกับบริหาร เช่น สภาพการณ์การดำเนินการบริหารของมหาวิทยาลัยรวมทั้งนโยบาย กฎเกณฑ์ ระเบียบ ข้อบังคับที่มีผลเกี่ยวข้องกับนักศึกษา บรูค (ศิริพร อังคานุสรณ์. 2530 : 30 ; อ้างอิงมาจาก Brook. 1946) ได้ให้ความเห็นว่านักศึกษามีลักษณะพิเศษ คือ ความกระตือรือร้น มีความสนใจในสิ่งแปลกใหม่ตามสภาพของสังคม ชอบความยุติธรรม มหาวิทยาลัยเปิดโอกาสให้นักศึกษามีส่วนร่วมในการบริหารสถาบัน

2. สภาพแวดล้อมเกี่ยวกับกิจกรรมนักศึกษา กิจกรรมนักศึกษาจัดเป็นความรู้ นอกหลักสูตรซึ่งจะสามารถช่วยพัฒนาความสามารถหรือทักษะร่วมกัน รวมทั้งเป็นการฝึกฝนการใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่น และรู้จักใช้เวลาว่างในทางที่ก่อเกิดประโยชน์ต่อตนเองและสังคม ทั้งนี้บรรยากาศของสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยที่ดี จะต้องส่งเสริมและสนับสนุนกิจกรรมนอกหลักสูตรเพื่อให้นักศึกษามีความรู้ความสามารถในการดำเนินชีวิตในมหาวิทยาลัยอย่างมีความสุข

3. สภาพแวดล้อมเกี่ยวกับการคบเพื่อน พฤติกรรมของเพื่อนที่ศึกษาร่วมกันหรือพักอาศัยอยู่ร่วมกัน นักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับสถาบันอุดมศึกษา จะมีร่างกาย จิตใจ และอารมณ์รุนแรง มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว เพราะเป็นระยะของการเตรียมตัวเป็นผู้ใหญ่ จึงมีความเชื่อมั่นในอุดมการณ์ และแนวความคิดใหม่ๆ มีความอยากรู้ อยากเห็น ชอบความเป็นอิสระ ลักษณะต่าง ๆ เหล่านี้มีความสัมพันธ์กับอิทธิพลของกลุ่มเพื่อน ฉะนั้น สถาบันมหาวิทยาลัยควรส่งเสริมให้นักศึกษารักใคร่กัน มีความสัมพันธ์อันดีต่อกัน เพื่อประโยชน์แก่ตัวนักศึกษา และสังคมในอนาคต

4. สภาพแวดล้อมเกี่ยวกับด้านวิชาการ นับเป็นหัวใจสำคัญของการศึกษาในระดับอุดมศึกษา เพราะสภาพแวดล้อมทางวิชาการจะเป็นสิ่งที่เอื้อต่อการพัฒนาคุณภาพของนักศึกษา โรมิน (ศิริพร อังคานุสรณ์. 2530 : 31 ; อ้างอิงมาจาก Romine. 1974) อธิบายว่า บรรยากาศเกี่ยวกับการสอน ที่ช่วยให้เกิดการเรียนรู้นั้นมีดังนี้คือ บุคลิกภาพของผู้สอน มีความสนใจและมีความพร้อมการสอน ให้ข้อเสนอแนะทั้งทางด้านชีวิตและเนื้อหาวิชา การเสริมแรงในการเรียนการสอนที่ดีย่อมทำให้เกิดผลสัมฤทธิ์ที่ดีด้วย

สภาพแวดล้อมของสถาบันอุดมศึกษาที่เอื้อต่อการพัฒนานักศึกษาที่ผู้ศึกษาได้นำเสนอนั้น เป็นเรื่องที่สำคัญในการที่จะส่งเสริมให้นักศึกษาได้พัฒนาความสุขสมบูรณ์และความรู้สึกรักคุณค่าแห่งตนของนักศึกษา ซึ่งถ้าหากสถาบันอุดมศึกษาได้ตระหนักถึงความจำเป็นในการจัดสภาพแวดล้อมในสถาบันอุดมศึกษา จะทำให้นักศึกษามีความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในสถาบันสามารถปรับตัวให้เข้ากับสถาบันขณะกำลังศึกษาอยู่ได้อย่างมีความสุข

การวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาค้นคว้า

การวิจัยในต่างประเทศ

การศึกษาวิจัยเกี่ยวกับความสุขสมบูรณ์โดยรวมของนักศึกษายังมีน้อยมาก โดยเฉพาะที่เกี่ยวข้องกับนักศึกษาในสถาบันอุดมศึกษา ผู้วิจัยพยายามรวบรวมเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

กับปัญหาต่าง ๆ ที่มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาในด้านต่าง ๆ ของนักศึกษาในสถาบันอุดมศึกษา อันจะเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาระดับความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาให้ครอบคลุมทุก ๆ ด้านของความสุขสมบูรณ์สามารถสรุปได้ดังต่อไปนี้

โฮสเทลเลอร์ (Hostetler. 1966 : 126) ได้ศึกษาเรื่องการวิเคราะห์ความแตกต่างในการเลือกทัศนคติและค่านิยมของนักศึกษาวิทยาลัยในภาคตะวันออกและภาคใต้ของสหรัฐอเมริกา เพื่อศึกษาความแตกต่างในทัศนคติของค่านิยมของนักศึกษา 26 สถาบัน จากกลุ่มตัวอย่าง 600 คน ในแต่ละเพศ โดยศึกษาทัศนคติและค่านิยมในเรื่องความเชื่อมั่นในตนเอง ความสนใจศาสนา ความอดทน มนุษยสัมพันธ์ การปกครอง และศีลธรรม ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาจำนวนมากแสดงออกในความรู้สึกไม่ค่อยมั่นใจในตนเอง แต่แสดงความสนใจในศาสนาอย่างเห็นได้ชัด เจตคติและค่านิยมในด้านเหล่านี้มีความแตกต่างกันเพียงเล็กน้อย ในระหว่างกลุ่มนักศึกษาค่านิยมในด้านศีลธรรมจะลดลงเรื่อย ๆ จากปีที่ 1 จนถึงปีที่ 4 ความมั่นคงในทัศนคติและค่านิยมจะค่อย ๆ เพิ่มขึ้นตามวุฒิภาวะ นักศึกษาที่มีเชื้อชาตินิโกรมีความเชื่อมั่นและอดทนสูง สามารถทำงานภายใต้ความกดดันต่าง ๆ ได้ดีกว่าพวกผิวขาว นักศึกษาชายและหญิงมีความคิดเห็นต่างกันอย่างเห็นได้ชัดเกี่ยวกับเรื่องการร่วมเพศก่อนแต่งงาน เรื่องศาสนา และสังคมในหอพัก

โอ มัลลี และ บัชแมน (พรณี ทรัพย์มากอุดม. 2532 : 12 ; อ้างอิงมาจาก O' Mally and Bachman. 1977) ได้ทำการศึกษานักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษา เรื่องความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน กับการสำเร็จในการศึกษา ผลการศึกษาสรุปได้ว่า การบรรลุความสำเร็จในการศึกษามีความสำคัญมากต่อความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน และได้ทำการศึกษาซ้ำอีกครั้งหลังจาก 5 ปีผ่านไปก็ยังพบว่ามีความสัมพันธ์ระหว่าง 2 ตัวแปรดังกล่าว

ลรอยด์ และ การ์เทรลล์ (Lloyd and Gartrell. 1983 : 964-968) ทำการศึกษาเพื่อประเมินปัญหาความเครียดและการปรับตัวของนักศึกษาแพทย์ในมหาวิทยาลัยแพทย์แห่งรัฐเทกซัส จำนวน 258 คน ผู้วิจัยประเมินปัญหาโดยใช้แบบสำรวจปัญหาที่สร้างขึ้นเอง โดยบรรจุรายการปัญหาด้านต่าง ๆ แล้วให้นักศึกษาเลือกตอบตามระดับความมากน้อยของปัญหา ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาหญิงมีคะแนนรวมของปัญหาความเครียดสูงกว่านักศึกษาชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยนักศึกษาหญิงมีปัญหาเกี่ยวกับรู้สึกไม่มั่นคง เหนงเปล่าเปลี่ยว ไม่มีเวลาสำหรับเพื่อน และครอบครัว สำหรับนักศึกษาชายมีปัญหาเกี่ยวกับการเรียน เช่น วิธีการเรียนยังไม่ดีพอ มีปัญหาในการวิจัย นอกจากนั้นพบว่าความสัมพันธ์ระหว่างชั้นปีกับคะแนนรวมของปัญหาเป็นไปในทางบวก คือนักศึกษาในชั้นเรียนสูงขึ้น จะมีปัญหามากขึ้น โดยเฉพาะปี 1 - 3 ยกเว้น ในชั้นสุดท้ายคะแนนของความเป็นปัญหาจะลดลง เมื่อพิจารณาจากกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดแล้วพบว่า ปัญหาที่นักศึกษาแพทย์ระบุว่าเป็นปัญหาที่สุด ได้แก่ เนื้อหาวิชาที่ต้องเรียนรู้มีมากเกินไป มี

ลักษณะงานที่เกี่ยวข้องกับชีวิตของคน ทำให้เครียดถูกกดดันในเรื่องเวลา เช่น ไม่มีเวลาให้ตัวเอง เพื่อน และครอบครัว ปัญหาความเครียดในระดับกลาง ได้แก่ มีการสับสนบ่อยมาก กังวลในการรักษาผู้ป่วย ปัญหาด้านความสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ เช่น มีการแข่งขันกันมากเกินไป

ดวงใจ กสานติกุล (2527 : 79-86) ได้ศึกษาและรวบรวมการใช้บริการของศูนย์สุขภาพจิตของนักเรียนมหาวิทยาลัยแวนเดอร์บิลท์ สหรัฐอเมริกา โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับจิตพยาธิสภาพ และการรักษาในประชากรระดับนักศึกษาในมหาวิทยาลัย โดยได้รวบรวมจำนวนนักศึกษามหาวิทยาลัยแวนเดอร์บิลท์ที่มารับบริการจากศูนย์สุขภาพจิตระหว่างปีการศึกษา พ.ศ. 2519-2521 ทั้งหมด 218 ราย ผลการวิจัยพบว่าเกือบครึ่งหนึ่งของนักศึกษามาด้วยอารมณ์เศร้า อาการอื่นที่พบรองลงมาตามลำดับคือ ความวิตกกังวลและอาการทางกาย การวินิจฉัยโรคส่วนใหญ่อยู่ในกลุ่มความเครียด และปฏิกิริยาที่มีต่อการปรับตัว นักศึกษาเกือบครึ่งมารับบริการจากศูนย์ด้วยตนเองร้อยละ 18.30 ถูกส่งมาปรึกษาจากแผนกอายุรแพทย์ประจำศูนย์สุขภาพ เนื่องจากนำมาด้วยอาการทางกายเป็นจำนวน 79 คน มีประวัติได้รับการศึกษาทางจิตเวชมาก่อน อีก 131 คนไม่เคยมีประวัติการเจ็บป่วยหรือรับการรักษาทางจิตเวชมาก่อน และนักศึกษามาก่อนมาใช้บริการของศูนย์น้อยกว่า 5 ครั้ง นักศึกษาที่มีปัญหาด้านสุขภาพจิตส่วนใหญ่สามารถจบการศึกษาได้รับปริญญาโดยที่นักศึกษบางคนได้รับการรักษาทางจิตเวชอย่างต่อเนื่องมีนักศึกษา 7 ราย ที่ต้องหยุดการเรียนด้วยเหตุผลทางจิตเวช ชนิดของการรักษามักเป็นแบบจิตบำบัดกับยาสงบประสาท

แมคกินนิส (McGinnis, 1987 : 158-170) ศึกษาปัญหาสุขภาพของนักศึกษาในมหาวิทยาลัยเพื่อทำนายว่า คุณลักษณะของวิทยาเขตที่สมบูรณ์ควรเป็นอย่างไร ได้พบว่าปัญหาสุขภาพของนักศึกษามเมริกันในช่วงเวลาดังกล่าว 3 อันดับแรก คือ โรคติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์ โดยเฉพาะเอดส์ การคิดสุราและการเสพยาเสพติด ส่วนสาเหตุการตายอันดับหนึ่งคือ อุบัติเหตุ ส่วนอันดับ 2 และ 3 มีจำนวนใกล้เคียงกันมากคือ การฆ่าตัวตาย และฆาตกรรม แมคกินนิสจึงได้เสนอแนะให้มีการวางแผนป้องกันตามลำดับขึ้น คือ การคัดกรองหาคนที่มีความเสี่ยง การให้บริการด้านภูมิคุ้มกันโรคแก่คนที่เสี่ยงต่อการติดเชื้อ และบริการให้ความรู้เกี่ยวกับการป้องกันโรค เช่น การรับประทานอาหารและการออกกำลังกาย แผนที่ 2 คือ การบริการด้านการให้การช่วยเหลือทางจิตใจ (Psychological Services) โดยเฉพาะการป้องกันการฆ่าตัวตาย การช่วยผู้ติดยาเสพติด ผู้ต้องการหางานทำ เป็นต้น

ฮอกกิง (Hocking, 1989 : 1504-A) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การรับรู้บริการนักศึกษาของนักศึกษาที่มีอายุมาก (Older Students' Perception of Student Services) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อประเมินความสำคัญของงานบริการนักศึกษาของนักศึกษาที่มีอายุมากในมหาวิทยาลัยโอกลาโฮมา การวิจัยนี้เป็นการศึกษาการรับรู้ การใช้บริการของนักศึกษาที่มีอายุมากในด้านความตระหนัก

การใช้บริการ และการเห็นความสำคัญของงานบริการนักศึกษา การวิจัยนี้เป็นการ วิจัยเชิงสำรวจ กลุ่มประชากร คือ นักศึกษาที่มีอายุมาก และนักศึกษาในระดับปริญญาตรีที่มีอายุ 23 ปี หรือสูงกว่า 23 ปี ที่กำลังศึกษาในมหาวิทยาลัยโอกลาโฮมา ในภาคฤดูใบไม้ผลิ ปี 1988 จำนวน 9,680 คน โดยใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 484 คน ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาจำนวนร้อยละ 66.7 เท่านั้นที่มีความตระหนักถึงการให้บริการของงานบริการนักศึกษา โดยทั่วไปนักศึกษาใช้งานบริการน้อย มีงานบริการ 10 อันดับสูงสุด ที่นักศึกษาใช้บริการ เรียงตามลำดับไว้ดังนี้

1. หนังสือพิมพ์ของนักศึกษา 2. งานบริการสุขภาพ 3. งานทุนการศึกษา 4. สโมสรนักศึกษา 5. บริการแนะแนวอาชีพและจัดหางาน 6. งานบริการวิชาการ 7. งานบริการหอพักสำหรับนักศึกษาที่แต่งงานแล้ว 8. สมาคมนิสิตนักศึกษา 9. งานบริการปฐมนิเทศ 10. งานบริหารหอพักนอกมหาวิทยาลัย ส่วนงานบริการ 10 อันดับสูงสุดที่นักศึกษาเห็นความสำคัญ ได้แก่ 1. งานทุนการศึกษา 2. การจัดหางาน 3. งานบริการสุขภาพ 4. หนังสือพิมพ์นักศึกษา 5. การให้บริการเสริมการเรียน 6. การบริการช่วยเหลือนักศึกษาที่มีความพิการหรือความบกพร่อง 7. สโมสรนักศึกษา 8. การเลี้ยงดูเด็ก 9. การบริการนักศึกษารอบบ่าย และ 10. การปรึกษาแนะแนวส่วนบุคคลและสังคม

บอกล (ประนอม รอดคำดี. 2538 : 53 ; อ้างอิงมาจาก Boog. 1989) ศึกษาความต้องการความรู้และเจตคติของนักศึกษาเกี่ยวกับโปรแกรมความสุขสมบูรณ์ที่จัดให้แก่ศึกษามหาวิทยาลัยโอกลาโฮมา พบว่า นักศึกษาระดับปริญญาโทมีนิสัยการกิน การระวังความปลอดภัยและวิถีการจัดการกับความเครียดดีกว่านักศึกษาปริญญาตรี นักศึกษาที่มีน้ำหนักเกินออกกำลังกายน้อยกว่านักศึกษาที่มีน้ำหนักอยู่ในเกณฑ์ปกติ นักศึกษาชายสูบบุหรี่มากกว่านักศึกษาหญิง นักศึกษาที่อยู่อาศัยคนเดียวดื่มเหล้ามากกว่ากลุ่มอื่น นักศึกษาที่อายุมากดื่มกาแฟมากกว่านักศึกษาอายุน้อยกว่า นักศึกษาที่มีอายุมากและแต่งงานแล้วทำอาหารรับประทานเองมากกว่านักศึกษาที่ยังโสดและพักในหอพักของมหาวิทยาลัย

เซลบี้ และคณะอื่น ๆ (Selby and others. 1990 : 11-18) ศึกษาปัญหาสุขภาพของนักกีฬาที่เป็นนักศึกษามหาวิทยาลัย รายงานว่า ปัญหาที่พบมากตามลำดับดังนี้ การบาดเจ็บจากการเล่นกีฬา (พบประมาณหนึ่งในสามของกลุ่มตัวอย่าง) นอกจากนั้นคือ การดื่มสุรา เพื่อลดความเครียดจากการซ้อมหนัก ซึ่งพบในนักกีฬาชายมากกว่านักกีฬาหญิง นอกจากนั้นยังพบส่วนหนึ่งใช้กัญชาเพื่อคลายความเครียดด้วย นักกีฬาหญิงมีความกังวลกับภาพลักษณ์ของตนเองที่ต้องรับประทานอาหารและควบคุมน้ำหนักให้มีความสมบูรณ์แข็งแรง ผู้วิจัยได้ให้ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการช่วยเหลือเมื่อเกิดบาดเจ็บ ให้ความรู้เกี่ยวกับการใช้ยาและสุรา โภชนาศึกษา และบอกแหล่งบริการด้านการแนะแนวกับการช่วยเหลือทางจิตใจสำหรับผู้ที่ยังไม่ทราบ

เฮนเดอร์ชอต (Hendershott. 1992 : 11-19) ศึกษาคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยในสถาบันหนึ่ง โดยถามความพึงพอใจต่อความเป็นอยู่ด้านต่าง ๆ ในสถาบันแล้ววิเคราะห์หาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต พบว่า นักศึกษาที่มีอายุมาก มีความพึงพอใจต่อชีวิตในมหาวิทยาลัยมากกว่านักศึกษาที่มีอายุน้อย ความพึงพอใจต่อชีวิตสังคมในมหาวิทยาลัย นักศึกษารายงานว่า ชอบเข้าร่วมกิจกรรมสันทนาการมากกว่ากิจกรรมวิชาการ

๑) ๒) เซวตัน (ประนอม รอดคำดี. 2538 : 53-54 ; อ้างอิงมาจาก Hawton. 1993) จัดแพทย์ซึ่งศึกษาติดตามนักศึกษามหาวิทยาลัยออกซ์ฟอร์ด (Oxford) ตั้งแต่ปี 1976 - 1990 รายงานว่านักศึกษา จำนวน 21 คนฆ่าตัวตายได้สำเร็จจากจำนวนผู้พยายามกระทำการ 216 คน สาเหตุของการพยายามฆ่าตัวตายมาจากความกดดันด้านการเรียนและด้านสังคมเศรษฐกิจ หลายคนมาจากครอบครัวที่พ่อแม่หย่าร้างกัน หลายคนมีปัญหาการสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น เซวตันได้ให้ข้อสังเกตว่า บรรยากาศในมหาวิทยาลัยออกซ์ฟอร์ด นั้น มีการแข่งขันสูงทั้งด้านสังคมและวิชาการผู้บริหารมหาวิทยาลัยจึงได้มีมติที่จะเพิ่มงบประมาณด้านการให้บริการปรึกษาแนะแนว ตลอดจนหาทางช่วยเหลือให้นักศึกษาได้ใช้ชีวิตอยู่ในมหาวิทยาลัยอย่างมีความสุขมากขึ้น

การวิจัยในประเทศไทย

กาญจนา พงศ์พฤกษ์ (2523 : ไม่มีเลขหน้า) ได้ศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างกันของพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก ความวิตกกังวล และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง โดยศึกษาจากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ปีการศึกษา 2522 จำนวน 239 คน เป็นชาย 104 คน และหญิง 135 คน ผลการศึกษาพบว่า พฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง (Self Esteem) และพบว่าความวิตกกังวลมีสหสัมพันธ์ทางลบกับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จุไร ชุมชุม (2526 : 102-106) ได้ศึกษาสภาพแวดล้อมและสังคมกลุ่มเพื่อนของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยในกรุงเทพมหานคร พบว่า การปฏิสัมพันธ์ในสังคมกลุ่มเพื่อนของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยในกรุงเทพมหานคร ในด้านการคบเพื่อน การใช้เวลาว่างในกลุ่มเพื่อน กิจกรรมสังคมในกลุ่มเพื่อน และการปรับตัว เมื่อจำแนกตามตัวแปร เพศ ระดับชั้น ภูมิสำเนาของบิดามารดา และรายได้ของบิดามารดา นิสิตนักศึกษามีปฏิสัมพันธ์ต่อสภาพแวดล้อมสังคมกลุ่มเพื่อนโดยส่วนรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สมเดช มุงเมือง (2526 : ไม่มีเลขหน้า) ได้ทำการศึกษาธรรมจริยา 4 ประการ ของนิสิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตชั้นปีที่ 1 กับนิสิตชั้นปีที่ 4 ที่ศึกษาอยู่ในคณะวิทยาศาสตร์ และคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน จำนวน 451 คน โดยศึกษาธรรมจริยา 4 ประการ คือ การรักษาสัจจะ การรู้จักข่มใจ ความอดทนและความเสียสละของนิสิตชายและหญิง ผลการวิจัยพบว่านิสิตชายกับนิสิตหญิงของคณะศึกษาศาสตร์มีธรรมจริยาด้านการรู้จักข่มใจและความอดทนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนิสิตหญิงมีค่ามัธยฐานเลขคณิตด้านการรู้จักข่มใจสูงกว่านิสิตชาย

จริยา พงศ์วิวัฒน์ (2526 : 131) จากรายงานการวิจัยเรื่องการศึกษาความรู้ เจตคติ และความต้องการของนักศึกษาปีที่ 1 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ในเรื่องเพศศึกษา ได้ชี้ให้เห็นว่าอิทธิพลแบบแผนพฤติกรรมทางเพศของสังคมตะวันตก ทำให้แบบแผนพฤติกรรมทางเพศในสังคมไทยเปลี่ยนแปลงไปในลักษณะที่ผ่อนปรนมากขึ้น โดยเฉพาะในหมู่วัยรุ่น สำหรับวัยรุ่นที่มีการศึกษาจะมีการแสดงออกของพฤติกรรมทางเพศอย่างเปิดเผยขึ้น แต่อย่างไรก็ตาม วัยรุ่นยังคงมีความรู้สึกขัดแย้งในการแสดงออก โดยขณะที่วัยรุ่นรับเอาแบบแผนพฤติกรรมทางเพศของสังคมตะวันตกมานั้น ค่านิยมและวัฒนธรรมไทยก็ยังมีอิทธิพลต่อวัยรุ่น เช่น ความคิดที่ว่าเรื่องเพศเป็นเรื่องหยาบคายไม่ควรเปิดเผย และค่านิยมทางเพศที่ไม่เสมอภาคกันระหว่างชาย หญิง เป็นต้น สำหรับปัญหาที่เกิดจากพฤติกรรมทางเพศมีแนวโน้มสูงขึ้น ในวัยรุ่นในทุกระดับชั้น การศึกษา และยังพบความต้องการเรื่องเพศศึกษาของนักศึกษาว่า นักศึกษาส่วนใหญ่ ร้อยละ 95.90 ต้องการให้มีการสอนเพศศึกษาในมหาวิทยาลัย โดยส่วนใหญ่ให้เหตุผลว่า เพศศึกษาช่วยให้เข้าใจเรื่องเพศอย่างกว้างขวาง สามารถนำความรู้มาปรับปรุงตนเอง ปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่น และสามารถให้ความรู้เรื่องเพศศึกษากับชีวิตครอบครัวในอนาคต และนักศึกษา ร้อยละ 90.77 ต้องการให้มีหน่วยงานให้บริการให้คำปรึกษาเรื่องเพศศึกษาในมหาวิทยาลัย โดยให้เหตุผลว่า เพื่อช่วยให้คำปรึกษาแก่ผู้มีปัญหาและความต้องการความช่วยเหลือ

บุปผา การ์เวท (2527 : 66-69) ได้ศึกษาสภาพแวดล้อมสังคมกลุ่มเพื่อนในทัศนะของนักศึกษา มหาวิทยาลัยรามคำแหง ที่คาดว่าจะสำเร็จการศึกษา พบว่า นักศึกษาส่วนมากจะเลือกคบเพื่อนที่มีรสนิยม ความคิดเห็น และลักษณะนิสัยใจคอที่คล้ายคลึงกัน นักศึกษามีอิสระในการเลือกคบเพื่อนต่างเพศสูง และคบกันอย่างอิสระ ซึ่งเป็นแนวทางนำไปสู่เพศสัมพันธ์ได้มาก มีนักศึกษาเพียงส่วนน้อยที่เลือกคบเพื่อนเพศเดียวกัน ในทำนองคู่สาว ซึ่งเป็นพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ในสังคมเมื่อจำแนกตามตัวแปรเพศ นักศึกษาที่มีทัศนคติต่อสภาพแวดล้อมสังคมกลุ่มเพื่อนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ แต่สำหรับนักศึกษาที่มีภูมิฐานะต่างกัน จะมีทัศนคติต่อสภาพแวดล้อมสังคมกลุ่มเพื่อนแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญ

ประสาร มาลากุล ณ อยุธยา (บุญยศักดิ์ แววกักดี. 2527 : 32 ; อ้างอิงมาจาก ประสาร มาลากุล ณ อยุธยา. 2523) ได้ทำการวิจัยเรื่องค่านิยมและความคาดหวังของเยาวชนไทย โดยศึกษาค่านิยมและความคาดหวังของเยาวชนไทยที่แสดงออกในเรื่องของการศึกษา อาชีพ ครอบครัว ศาสนา สังคม และชีวิต โดยใช้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 3,000 คน แยกเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 มัธยมศึกษาปีที่ 5 และนิสิตนักศึกษาจากทุกภาคของประเทศไทย ผลการวิจัยพบว่า หญิงมีค่านิยมด้านคุณธรรมและศาสนาสูงกว่าชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สมปอง ใช้ไหวพริบ (2527 : ไม่มีเลขหน้า) ได้ศึกษาเรื่อง การศึกษาบริการอนามัยในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ผลการศึกษพบว่า ทศนคติของนิสิตนักศึกษาแต่ละมหาวิทยาลัย ร้อยละ 95.67 เห็นว่าการบริการอนามัยมีประโยชน์ต่อนิสิตนักศึกษา ร้อยละ 81.30 เห็นว่าหน่วยบริการอนามัยสามารถช่วยเหลือได้เมื่อมีปัญหาสุขภาพ ร้อยละ 66.50 พอใจในการบริการต่าง ๆ ที่มหาวิทยาลัยจัดให้ ปัญหาและอุปสรรคของการบริการอนามัยของมหาวิทยาลัยคือ การขาดแคลนงบประมาณ ยกเว้น จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และการขาดแคลนบุคลากรโดยเฉพาะแพทย์

★ ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ และ มัลลวิทย์ อุดลย์วัฒนศิริ (2527 : ก-ง) ได้ศึกษาวิจัยเรื่องสิ่งแวดล้อมและสุขภาพจิตของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ประจำปีภาคปลาย ปีการศึกษา 2526 จำนวน 1,030 คน ของมหาวิทยาลัยขอนแก่น โดยมีวัตถุประสงค์ที่จะศึกษาเรื่องลักษณะสุขภาพจิต ลักษณะสิ่งแวดล้อมและความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะสุขภาพจิตและสิ่งแวดล้อมของนักศึกษาในกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้แบบทดสอบในเรื่องเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมที่เกี่ยวข้องกับนักศึกษาของ เอส ซี แอล 90 (SCL-90) เพื่อรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับลักษณะสิ่งแวดล้อมตามความเห็นของนักศึกษา ผลการศึกษวิจัยพบว่า ลักษณะสุขภาพจิตแต่ละด้านของนักศึกษาอยู่ในเกณฑ์ปกติ นักศึกษามีความเห็นว่าคุณลักษณะสิ่งแวดล้อมโดยทั่วไป ควรปรับปรุงหรือทำให้ดีขึ้นอย่างมาก ลักษณะสุขภาพจิตแต่ละด้านกับสิ่งแวดล้อมของนักศึกษา มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งแสดงว่า สิ่งแวดล้อมมีอิทธิพลต่อลักษณะสุขภาพจิตแต่ละด้านของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ของมหาวิทยาลัยขอนแก่น

นิรันดร์ จุลทรัพย์ (2528 : 2) ศึกษาเรื่องการสำรวจความคิดเห็นของอาจารย์และนิสิตเกี่ยวกับสภาพปัจจุบันและความคาดหวังที่มีต่อการบริการด้านกิจกรรม นิสิตในมหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ บางเจน กล่าวว่า มหาวิทยาลัยจะต้องดำเนินงานเพื่อให้บรรลุเป้าหมายอย่างมีประสิทธิภาพ โดยจะต้องสำรวจสถานภาพและความคิดเห็นของนิสิตอยู่เสมอ เพราะเหตุว่านิสิตเป็นองค์ประกอบที่สำคัญอย่างยิ่งต่อการดำเนินงานของมหาวิทยาลัย นิสิตแต่ละคนที่เข้ามาศึกษาในมหาวิทยาลัยย่อมมีความแตกต่างกันนั้น อุปนิสัยใจคอ และความคิดเห็น เพราะฉะนั้นหน้าที่

ประการสำคัญของมหาวิทยาลัยคือ การศึกษาปัญหาต่าง ๆ ของนิสิตและพยายามปรับปรุงแก้ไข ปัญหาต่าง ๆ เพื่อให้นิสิตสามารถปรับตัวต่อสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ภายในมหาวิทยาลัยได้อย่างมีประสิทธิภาพ

*✓ เขาวนารถ อุทัยมกุล (2528 : 91) ได้ศึกษาสภาพแวดล้อมมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ในทัศนะของนักศึกษาและอาจารย์ พบว่า อาจารย์และนักศึกษามีทัศนะในด้านการเรียนการสอน ระดับสูง เกี่ยวกับอาจารย์มีความรู้ความสามารถอย่างลึกซึ้งในวิชาที่ตนสอน อาจารย์ให้ความสำคัญเป็นกันเองกับนักศึกษา นักศึกษาเอาใจใส่ในการฟังคำบรรยาย ไม่ส่งเสียงเอะอะพุดคุยการยอมรับความคิดเห็นของนักศึกษาและนักศึกษาในชั้นมีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด

ขนิษฐา วิเศษสาธ (2529 : 13-15) ได้ศึกษาอารมณ์ซึมเศร้าของนักศึกษามหาวิทยาลัย โดยศึกษากรณีนักศึกษาสถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง ได้ศึกษาจาก นักศึกษา 2 กลุ่ม ได้แก่ นักศึกษาชั้นปีที่ 1 และนักศึกษาชั้นปีอื่น ๆ จากการศึกษาพบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีอายุระหว่าง 18-21 ปี ส่วนใหญ่เป็นนักศึกษาคณะเทคโนโลยีการเกษตร และมีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานคร นักศึกษาปีอื่น ๆ อายุระหว่าง 19-24 ปี ส่วนใหญ่เป็น นักศึกษาคณะวิศวกรรมศาสตร์ และมีภูมิลำเนาอยู่ต่างจังหวัด เมื่อมีปัญหาต่าง ๆ เกิดขึ้น นักศึกษา 2 กลุ่ม จะปรึกษากับอาจารย์มากที่สุด รองลงมาไม่ปรึกษาใครเลย และปรึกษา แม่ พ่อ และญาติตามลำดับ ระดับอาการซึมเศร้าของนักศึกษาทั้ง 2 กลุ่ม ส่วนใหญ่ร้อยละ 74.30 มีอารมณ์ซึมเศร้าเบี่ยงเบนไปจากปกติ โดยร้อยละ 33.70 มีอารมณ์ซึมเศร้าเล็กน้อย ร้อยละ 20.20 มีอารมณ์ซึมเศร้าปานกลาง ร้อยละ 17.70 มีอารมณ์ซึมเศร้ามาก และร้อยละ 2.70 มี อารมณ์ซึมเศร้าอย่างรุนแรง และนักศึกษาที่มีอารมณ์ซึมเศร้าอยู่ในระดับปกติมีเพียงร้อยละ 25.80 เท่านั้น ผลของการศึกษาแสดงให้เห็นว่า นักศึกษาสถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหาร ลาดกระบังที่มีปัญหาทางด้านอารมณ์มีอยู่เป็นจำนวนมาก และพฤติกรรมบางอย่างเบี่ยงเบนไปจาก ปกติ ได้แก่ความรู้สึกถูกลดโทษ ความรู้สึกผิด ความรู้สึกเกลียดตัวเอง การคิดฆ่าตัวตาย ความสนใจในสังคมมีลดน้อยลง มีความรู้สึกไม่แน่ใจเพิ่มขึ้น นอนไม่หลับ หรือนอนหลับ น้อยลง ไม่อยากรับประทานอาหาร และมีความสนใจทางเพศลดลง และเมื่อเปรียบเทียบอารมณ์ ซึมเศร้าของนักศึกษา 2 กลุ่ม มีอารมณ์ซึมเศร้าไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 อายุ คณะวิชาที่สังกัด และจำนวนเพื่อนสนิท ไม่มีผลต่อการเกิดอารมณ์ซึมเศร้า แต่เพศ และภูมิลำเนา มีผลต่อการเกิดอารมณ์ซึมเศร้าของนักศึกษา นักศึกษาเพศชายมีอารมณ์ซึมเศร้ามาก กว่านักศึกษาเพศหญิง และนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ต่างจังหวัดมีอารมณ์ซึมเศร้ามากกว่านักศึกษา ที่มีภูมิลำเนาในเขตกรุงเทพมหานคร

✓ ศิริพร อังคานุสรณ์ (2530 : 94-97) ศึกษาเรื่องผลกระทบของสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยที่มีต่อความเครียดของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ วิทยาเขตรังสิต พบว่า เพศมีความสัมพันธ์กับความเครียดของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในกลุ่มนักศึกษาที่มีความเครียดระดับต่ำ ส่วนใหญ่เป็นนักศึกษาเพศชาย ในกลุ่มนักศึกษาที่มีความเครียดระดับปานกลางและสูง ส่วนใหญ่เป็นนักศึกษาเพศหญิง ภูมิสำเนาของนักศึกษาระดับความอดทนของนักศึกษา ระดับความสามารถในการปรับตัว ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมทางกายภาพและทางสังคมของนักศึกษาไม่มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นักศึกษาส่วนใหญ่มีระดับความเครียดปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 53 และนักศึกษาส่วนใหญ่มีความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมทางกายภาพและทางสังคมสูง คิดเป็นร้อยละ 70.10 และ 62.90 ตามลำดับ นักศึกษาส่วนใหญ่มีภูมิลำเนาอยู่กรุงเทพมหานครกว่าอยู่ต่างจังหวัด คิดเป็นร้อยละ 77.30 พักอาศัยอยู่บ้านมากกว่าหอพัก คิดเป็นร้อยละ 83.30 และจากการศึกษาพบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่มีความอดทนต่ำคิดเป็นร้อยละ 62.90 และนักศึกษาที่มีระดับความอดทนสูง คิดเป็นร้อยละ 37.10

✱ นิภา พุทธสุวรรณ (2530 : 122) ได้ศึกษาสภาพแวดล้อมหอพักของมหาวิทยาลัยในกรุงเทพมหานคร ในทัศนะของผู้บริหารและนิสิตนักศึกษาหอพัก จากการสัมภาษณ์ผู้บริหารและนักศึกษาหอพักของมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์พบว่า ด้านกายภาพ สภาพแวดล้อมยังไม่เหมาะสม กล่าวคือ หอพักตั้งอยู่ห่างไกลจากมหาวิทยาลัย บริเวณหอพักคับแคบ มีเสียงรบกวน บริเวณที่อยู่ติดกับถนน บางหอเก่า การจัดสถานที่รับรองแขกมีไม่เพียงพอ ด้านการบริหารยังไม่เหมาะสมในด้านโครงสร้าง การบริหารหอพัก ทั้งนี้เพราะไม่มีอิสระในการบริหาร ขาดงบประมาณ บุคลากร และวัสดุอุปกรณ์ ด้านสวัสดิการยังไม่เหมาะสม สนามกีฬาอุปกรณ์กีฬา โทรศัพท์สาธารณะ ยาสามัญประจำบ้านมีน้อย ห้องน้ำไม่สะอาด ด้านมนุษยสัมพันธ์ผู้บริหารส่วนใหญ่เป็นอาจารย์ซึ่งมีภาระด้านการสอนด้วย จึงมีเวลาในการบริหารหอพักน้อย นักศึกษาหอพักเข้าร่วมกิจกรรมของหอพักน้อย

วิลาวรรณ จารุชัยนิวัฒน์ (2531 : ไม่มีเลขหน้า) ศึกษาเรื่อง ปัญหาและความต้องการของนักศึกษามหาวิทยาลัยขอนแก่น โดยการศึกษาปัญหาและความต้องการของนักศึกษา 12 ด้าน ได้แก่ ด้านสุขภาพ ด้านการเงิน ด้านบุคลิกภาพ ด้านเพศ ด้านเพื่อน และการเข้าสังคม ด้านศาสนา ศิลปกรรม ด้านการปรับตัวทางการเรียน ด้านหลักสูตรการศึกษา ด้านการสอนและความสัมพันธ์กับอาจารย์ ด้านกิจกรรมนักศึกษา ด้านหอพักและบรรยากาศทั่ว ๆ ไป และด้านการบริหารงานของมหาวิทยาลัยพบว่าในด้านสุขภาพ นักศึกษาส่วนใหญ่ไม่มีปัญหาด้านสุขภาพ แต่เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า นักศึกษามีปัญหาระดับมากสูงสุดคือ ปัญหาเกี่ยวกับสายตา

รองลงมาคือ ปัญหาเกี่ยวกับระบบในช่องปาก และโรคกระเพาะอักเสบ ผลการเปรียบเทียบพบว่า นักศึกษาหญิง มีปัญหาด้านสุขภาพมากกว่านักศึกษาชายอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ในด้านหอพักและบรรยากาศทั่ว ๆ ไป นักศึกษาส่วนใหญ่มีปัญหาในระดับสูงสุดคือ เรื่องมหาวิทยาลัยจัดนักศึกษาเข้าพักในห้องหนึ่งมากเกินไป รองลงมาได้แก่ โรงอาหารสกปรก นักศึกษาชายมีปัญหาด้านหอพักและบรรยากาศทั่ว ๆ ไปมากกว่านักศึกษาหญิงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 นักศึกษามีความต้องการมากในเรื่องปรับปรุงโรงอาหารให้ถูกสุขลักษณะนอกจากนี้ นักศึกษายังมีความต้องการมากในด้านสุขภาพ โดยต้องการให้จัดบริการตรวจสุขภาพแก่นักศึกษาทุกปี และให้ความรู้เกี่ยวกับการรักษาสุขภาพอนามัย ผลการเปรียบเทียบนักศึกษาชายและหญิงมีความต้องการด้านสุขภาพไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

จายา สุริยา และ นราวัตร ไพลน้อย (2531 : 1) ได้ศึกษาเรื่องความรู้เกี่ยวกับการปฏิบัติตนให้ปลอดภัยจากโรคเอดส์ของนักศึกษาระดับอุดมศึกษา พบว่า นักศึกษาไทย มีความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับโรคเอดส์อยู่ในเกณฑ์สูง แต่ขณะเดียวกันกลับพบว่า นักศึกษาไทยมีความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับเรื่องพฤติกรรมเฉพาะอย่างที่เกี่ยวข้องต่อการติดเชื้อเอดส์อยู่ในเกณฑ์ที่น่าเป็นห่วง เพราะฉะนั้นควรจะมีการศึกษาวิจัยที่เน้นศึกษาพฤติกรรมเสี่ยงหรือการปฏิบัติที่จำเป็นต่อการป้องกันโรคเอดส์มากขึ้น นอกจากนี้ การสนับสนุนให้นักศึกษาใช้ถุงยางอนามัยขณะมีเพศสัมพันธ์ก็เป็นสิ่งจำเป็น เพราะจากการวิจัยนี้พบว่า ยังมีนักศึกษาไทยอีกจำนวนมากที่ไม่นิยมใช้ถุงยางอนามัยขณะมีเพศสัมพันธ์กับหญิงบริการทางเพศ ทั้ง ๆ ที่เราพบว่าอัตราความชุกของโรคเอดส์ในหญิงกลุ่มนี้มีสูงมาก

พรรณี ทรัพย์มากอุดม (2532 : 41) ได้ศึกษาความแตกต่างระหว่างเพศกับการให้คุณค่าตนเอง (Self Esteem) ศึกษากรณีนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนวัดสุวรรณารามวิทยาคม ตั้งแต่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ถึง มัธยมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 365 คน จากการศึกษาพบว่า ไม่มีความแตกต่างในระดับเฉลี่ยของการให้คุณค่าตนเองระหว่างนักเรียนเพศชายและนักเรียนเพศหญิง นักเรียนส่วนใหญ่มีการให้คุณค่าตัวเองอยู่ในระดับปานกลาง โดยพบในนักเรียนชายร้อยละ 71.50 และนักเรียนหญิงร้อยละ 64.10 มีนักเรียนชายร้อยละ 28.50 และนักเรียนหญิงร้อยละ 34.70 มีการให้คุณค่าตัวเองอยู่ในระดับสูง นักเรียนหญิงมีการให้คุณค่าตัวเองระดับต่ำถึงร้อยละ 11.20

เพ็ญทิพา นรินทรางกูร ณ อยุธยา (2533 : 63-68) ได้ทำการวิจัยเรื่องปัญหาการปรับตัวและสุขภาพจิตของนิสิตโควต้า มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ วิทยาเขตบางเขน โดยทำการศึกษาในกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 204 คน โดยใช้แบบสอบถามปัญหาการปรับตัวและแบบสอบถามสุขภาพจิต เอส ซี แอล 90 (SCL-90) ผลการวิจัยพบว่านิสิตโควต้าส่วนใหญ่คิดว่าตนเองมีปัญหาการปรับตัวที่ระดับน้อย ปัญหาสุขภาพจิตของนิสิตโควต้าที่พบอยู่ในระดับปานกลางคือ ด้านย้ำคิดย้ำทำ ด้านความรู้สึกผิดปกติของร่างกาย ด้านความรู้สึกไม่ชอบติดต่อกับผู้อื่น

ด้านซึมเศร้า ด้านก้าวร้าว ชอบทำลาย ด้านกลัวโดยปราศจากเหตุผล ด้านหวาดระแวงและโรคจิต นิสิตไควด้าเพศชายและเพศหญิงมีปัญหาสุขภาพจิตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

มยุรี จิรวินิช (2535 : ไม่มีเลขหน้า) ศึกษาเรื่องการสูบบุหรี่ของนิสิตชายในจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย พบว่า นิสิตชายมีอัตราการสูบบุหรี่ร้อยละ 15.10 ขณะที่อัตราการสูบบุหรี่สูงสุดคือ คณะนิเทศศาสตร์ อัตราการสูบบุหรี่นี้จะสูงขึ้นตามชั้นปีและอายุ คืออายุ 25 ปี เหตุผลสำคัญที่ทำให้ นิสิตสูบบุหรี่ คือ ต้องการทดลองหรือเรียนรู้ เหตุผลสำคัญที่ทำให้ นิสิตที่เลิกสูบบุหรี่แล้วกลับมาสูบใหม่คือ เพื่อดับทุกข์และความกลัดกลุ้มใจ เหตุผลที่ นิสิตกลุ่มที่ไม่เคยสูบบุหรี่เลยนับตั้งแต่เริ่มสูบบุหรี่คือ บุหรี่ช่วยดับทุกข์ ความกลัดกลุ้มใจและว่างไม่มีอะไรทำ ส่วนเหตุผลสำคัญที่ทำให้ นิสิตที่เคยสูบบุหรี่และเลิกสูบบุหรี่ได้คือ อันตราย

กาญจนา ชำนาญกิจ (2535 : ไม่มีเลขหน้า) ศึกษาเรื่องความคิดเห็นและความต้องการของนิสิตต่อการบริการสุขภาพในมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบความคิดเห็นและความต้องการของนิสิต ต่อการบริการสุขภาพ จำแนกตามคณะกลุ่มชั้นปี และเพศ โดยใช้แบบสอบถามมาตราส่วนประมาณค่า 2 ด้าน คือ ความคิดเห็นต่อการบริการสุขภาพและความต้องการต่อการบริการสุขภาพ กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตระดับปริญญาตรีจำนวน 665 คน ผลการวิจัยพบว่า ความคิดเห็นของนิสิตต่อการบริการสุขภาพอยู่ในระดับต่ำกว่าพอใช้ แต่ความต้องการของนิสิตต่อการบริการสุขภาพอยู่ในระดับมาก ความคิดเห็นต่อการบริการสุขภาพของนิสิตนักศึกษาในคณะต่างกัน และกลุ่มชั้นปี มีความคิดเห็นแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนนิสิตชายกับหญิงมีความคิดเห็นไม่แตกต่างกัน ความต้องการต่อการบริการสุขภาพของนิสิตที่ศึกษาในคณะต่างกันมีความต้องการแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 กลุ่มชั้นปีที่ 1-2 กับปีที่ 3-4 และนิสิตชายหญิงมีความต้องการการบริการสุขภาพไม่แตกต่างกัน

นภาพร อมรชัยเจริญ (2537 : ไม่มีเลขหน้า) ได้ศึกษาเรื่อง การวิเคราะห์บทบาทของอาจารย์ที่ปรึกษาวิชาการสาขาวิทยาศาสตร์สุขภาพในมหาวิทยาลัยของรัฐ ตามทฤษฎีของวินสตันและคณะ ผลการวิจัยพบว่า

ด้านการแนะนำและให้คำปรึกษา อาจารย์ที่ปรึกษาวิชาการปฏิบัติได้ตามบทบาท 8 ใน 17 ข้อ (ร้อยละ 47.06) อาจารย์ที่ปรึกษาส่วนใหญ่จะให้คำปรึกษาและดักเตือนเมื่อพบว่าผลการเรียนลดต่ำลง

ด้านการพัฒนานิสิตนักศึกษา อาจารย์ที่ปรึกษาวิชาการปฏิบัติได้ตามบทบาท 7 ใน 15 ข้อ (ร้อยละ 46.67) อาจารย์ที่ปรึกษาส่วนใหญ่เป็นแบบอย่างที่ดีในด้านความรับผิดชอบ

ด้านการมีปฏิสัมพันธ์กับนิสิตนักศึกษา อาจารย์ที่ปรึกษาวิชาการปฏิบัติได้ตามบทบาท 4 ใน 9 ข้อ (ร้อยละ 44.44) อาจารย์ที่ปรึกษาส่วนใหญ่สร้างบรรยากาศที่อบอุ่นและเป็นกันเอง เมื่อนิสิตนักศึกษาเข้าพบ

ด้านการให้ความช่วยเหลือและประสานงาน อาจารย์ที่ปรึกษาวิชาการปฏิบัติได้ตามบทบาท 5 ใน 8 ข้อ (ร้อยละ 62.50) อาจารย์ที่ปรึกษาส่วนใหญ่เรียกพบนิสิตนักศึกษาเมื่อพบว่ามีเรื่องใดที่เกี่ยวข้องกับนิสิตนักศึกษาในความดูแล

เมื่อพิจารณาเปรียบเทียบบทบาทของอาจารย์ที่ปรึกษาวิชาการระหว่างมหาวิทยาลัยส่วนกลางและส่วนภูมิภาค พบว่า มหาวิทยาลัยส่วนกลางปฏิบัติได้ตามบทบาทมากกว่าส่วนภูมิภาค 2 ด้าน คือ ด้านการแนะนำและให้คำปรึกษาและด้านการพัฒนานิสิตนักศึกษา ส่วนอีก 2 ด้าน ปฏิบัติได้เท่ากัน

ในด้านปัญหาและอุปสรรค พบว่า อาจารย์ที่ปรึกษาวิชาการเห็นว่าที่เป็นปัญหา คือ การขาดการประเมินผลการปฏิบัติงานของอาจารย์ที่ปรึกษา ส่วนนิสิตนักศึกษาเห็นว่าที่เป็นปัญหา คือ อาจารย์ที่ปรึกษาวิชาการไม่ได้จัดตารางการเข้าพบให้นิสิตนักศึกษา

สำหรับแนวทางการพัฒนาอาจารย์ที่ปรึกษาวิชาการ ผู้บริหารกำหนดนโยบายในการประเมินผลการปฏิบัติงานของอาจารย์ที่ปรึกษาวิชาการอย่างชัดเจนและเป็นรูปธรรม อาจารย์ที่ปรึกษาวิชาการจะต้องให้ความสำคัญ และตระหนักถึงบทบาทหน้าที่ของอาจารย์ที่ปรึกษาวิชาการ และนิสิตนักศึกษาควรให้ความสนใจเข้ารับคำปรึกษา เพื่อเป็นประโยชน์และแนวทางในการใช้ชีวิตในสถาบันอุดมศึกษาอย่างมีประสิทธิภาพ

พัชรี คูวิจิตรจารุ (2538 : 101) ศึกษาเรื่อง ปัญหาและความต้องการการบริการสุขภาพ ของนักศึกษา ในสถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้า ศึกษากลุ่มตัวอย่างจากนักศึกษาระดับปริญญาตรีที่มาใช้บริการสุขภาพของสถาบัน 3 วิทยาเขต ในกรุงเทพมหานคร จำนวน 400 คน ชาย 315 คน หญิง 85 คน พบว่าสาเหตุที่นักศึกษามาใช้บริการสุขภาพมากที่สุดคือ การเจ็บป่วย และป่วยด้วยโรคระบบทางเดินหายใจ ร้อยละ 62.50 รองลงมาคือ ปวดศีรษะ ร้อยละ 48.00 สาเหตุรองลงมาที่มาใช้บริการคือ มาช้ำน้ำหนักรวมและวัดส่วนสูง ร้อยละ 48.00 นักศึกษาส่วนใหญ่ มาใช้บริการสุขภาพ โดยเฉลี่ยประมาณเดือนละ 1 ครั้ง ปัญหาที่พบมากที่สุดได้แก่ การไม่มีสถานที่ออกกำลังกายที่เพียงพอ ไม่มีสถานที่นั่งพักผ่อนเพียงพอ ไม่มีห้องออกกำลังกายที่มีอุปกรณ์ ส่วนและที่ปัสสาวะไม่สะอาด ไม่มีน้ำดื่มที่สะอาด ถึงขยะไม่พอเพียง ไม่มีการดูแลและควบคุมร้านค้าให้จำหน่ายอาหารที่มีคุณค่าตามหลักโภชนาการ ไม่มีอ่างสำหรับล้างมือในโรงอาหาร และ ไม่มีการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ทั้งนี้ สาเหตุส่วนใหญ่คงเนื่องจากการขาดแคลน ด้านงบประมาณและบุคลากรทางการแพทย์ ผู้บริหารไม่เห็นความสำคัญของปัญหาและการบริการสุขภาพ

✓ ประพนม รอดคำดี (2538 : 159-160) ได้ศึกษาเรื่อง รูปแบบการพัฒนาระดับความสุขสมบูรณ์ของนิสิตนักศึกษาในกรุงเทพมหานคร โดยศึกษาจากนักศึกษาชั้นปีที่ 1 และชั้นปีสุดท้ายทั้ง 4 สาขาวิชา คือ มนุษยศาสตร์ สังคมศาสตร์ วิทยาศาสตร์กายภาพและเทคโนโลยี และวิทยาศาสตร์สุขภาพ ในมหาวิทยาลัยจำกัดของรัฐทั้ง 9 แห่ง ในกรุงเทพมหานคร วิเคราะห์ปัจจัยที่สัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาทั้งด้านร่างกาย สังคม อารมณ์ สติ ปัญญาการเรียนและด้านจิตวิญญาณ และศึกษาสมการพยากรณ์ที่ทำนายความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาแล้วนำเสนอรูปแบบการพัฒนาความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษา โดยศึกษาจากนักศึกษากำหนดจำนวน 2,280 คน ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่ (ร้อยละ 70.40) มีความสุขสมบูรณ์อยู่ในระดับปานกลาง ส่วนระดับสูงและระดับต่ำมีจำนวนใกล้เคียงกันคือ ร้อยละ 15.40 และ 14.20 ตามลำดับ

ปัจจัยที่สัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาในทางบวกที่ระดับนัยสำคัญ .01 ได้แก่ เพศหญิง คะแนนคุณภาพบริการสวัสดิการ และสภาพแวดล้อม ในมหาวิทยาลัยและคะแนนพฤติกรรม การเข้าร่วมกิจกรรมของนักศึกษา ปัจจัยที่สัมพันธ์ในทางลบ ได้แก่ สาขาวิชาที่นักศึกษาเรียนคือ สาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพและเทคโนโลยี สาขาวิชามนุษยศาสตร์และที่อยู่อาศัยที่เป็นบ้านของตนเอง

นักศึกษาชั้นปีที่ 1 และชั้นปีสุดท้าย มีคะแนนความสุขสมบูรณ์ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่เมื่อวิเคราะห์เป็นรายด้านพบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีความสุขสมบูรณ์สูงกว่าชั้นปีที่ 4 ในด้านร่างกาย และสังคม ส่วนนักศึกษาชั้นปีสุดท้ายมีความสุขสมบูรณ์สูงกว่าชั้นปีที่ 1 ในด้านสติปัญญา การเรียน และด้านจิตวิญญาณ อายุและเวลาที่ใช้ในการอ่านหนังสือพิมพ์ นิตยสาร มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขสมบูรณ์ทางด้านสติปัญญา

อายุ ค่าใช้จ่ายต่อเดือน และเวลาที่ใช้ในการดูโทรทัศน์ มีความสัมพันธ์ทางลบกับความสุขสมบูรณ์ด้านร่างกาย

ค่าใช้จ่ายต่อเดือน และเวลาที่ใช้ในการดูโทรทัศน์ มีความสัมพันธ์ทางลบกับความสุขสมบูรณ์ด้านสังคม

คะแนนคุณภาพของบริการสวัสดิการและสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย และคะแนนพฤติกรรม การเข้าร่วมกิจกรรมของนักศึกษาทั้งรายด้านและโดยรวม มีความสัมพันธ์ทางบวกกับคะแนนความสุขสมบูรณ์เกือบทุกด้าน เป็นส่วนใหญ่

ประภาวดี เหล่าพูนสุข (2539 : 1) ศึกษาเรื่อง ปัญหาการปรับตัวและสุขภาพจิตของนิสิตชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยบูรพา จังหวัดชลบุรี โดยศึกษาจากนิสิตชั้นปีที่ 1 ที่ลงทะเบียนเรียน

ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2538 จำนวน 300 คน โดยใช้แบบสำรวจปัญหาการปรับตัวชุดมูนนี่ (Mooney Problem Check List) ซึ่งแบ่งปัญหาการปรับตัวออกเป็น 11 ด้านและแบบประเมินสุขภาพจิต เอส ซี แอล-90 (SCL-90) พบว่านิสิตชั้นปีที่ 1 โดยทั่วไปมีปัญหาสุขภาพจิตทางด้านย่ำคิด ย่ำทำ ด้านความรู้สึกไม่ชอบติดต่อกับคนอื่น ด้านซึมเศร้า ด้านความก้าวร้าว ชอบทำลาย ด้านความหวาดกลัวโดยไม่มีเหตุผล ด้านความหวาดระแวงและด้านอาการทางจิต นิสิตชั้นปีที่ 1 โดยทั่วไปมีปัญหาการปรับตัวทางด้านการเรียนมาก มีปัญหาการปรับตัวด้านอนาคต อาชีพ และการศึกษาด้านหลักสูตรและการสอน ด้านกิจกรรมทางสังคม และนันทนาการ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ด้านศีลธรรมจรรยา และศาสนา และด้านอารมณ์และส่วนตัว มีปัญหาในระดับปานกลาง และมีปัญหาด้านสุขภาพร่างกาย และพัฒนาการทางร่างกาย ปัญหาทางเพศ ด้านการเงิน และที่อยู่อาศัย และด้านบ้านและครอบครัว มีปัญหาอยู่ในระดับเล็กน้อย นิสิตคณะต่างกันมีสุขภาพจิตไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี ร่วมกับสถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล (สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย : 2540) ได้ศึกษาวิจัยเรื่องความรู้ความเข้าใจ และเจตคติเรื่องเอดส์ และการป้องกันตนเองจากการเสี่ยงต่อเอดส์ของนักศึกษาในมหาวิทยาลัย จำนวน 2,255 ราย ในช่วงเวลาเดือนมีนาคม ถึง เดือนมิถุนายน 2540 ชายและหญิงจำนวนใกล้เคียงกันสรุปสาระสำคัญได้ดังนี้

นักศึกษาหญิงในมหาวิทยาลัยมีเจตคติในทางปลอดภัยและความรู้เรื่องโรคเอดส์ดีกว่านักศึกษาชายเล็กน้อย

นักศึกษาชาย ร้อยละ 9.00 และนักศึกษาหญิง ร้อยละ 8.00 บอกว่าเพื่อน ๆ นักศึกษามีโอกาสติดเอดส์มาก ขณะเดียวกันร้อยละ 3.00 ของนักศึกษาชาย และร้อยละ 1.00 ของนักศึกษาหญิงบอกว่า ตัวเองมีโอกาสเสี่ยงมาก

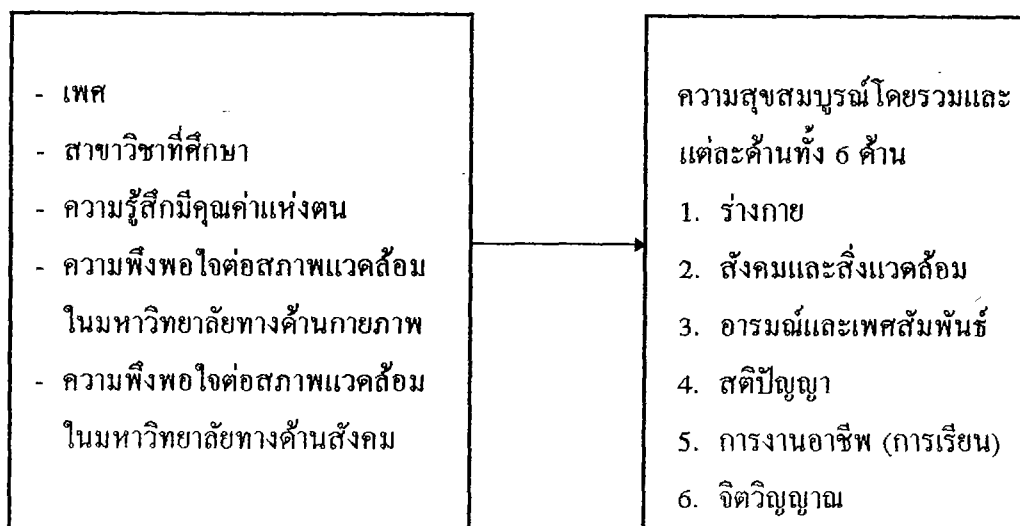
นักศึกษาจำนวนกว่าครึ่งหนึ่ง เคยร่วมฟัง / ดูกิจกรรมด้านเอดส์มาแล้ว แต่นักศึกษาในมหาวิทยาลัยบางส่วนไม่ค่อยได้พูดคุยกันถึงเรื่องเอดส์มากนัก ซึ่งสามารถสะท้อนให้เห็นระดับความสนใจในสภาพปัจจุบันพอสมควร

นักศึกษากลุ่มเดียวกันนี้ทั้งชายและหญิงมีความเห็นคล้ายกันว่าหน่วยสุขภาพในมหาวิทยาลัยเป็นองค์กรที่เหมาะสมมากที่สุด ในการจัดกิจกรรมเอดส์ในมหาวิทยาลัย รองลงมาคือสโมสรนักศึกษาในและระหว่างมหาวิทยาลัยและกองกิจการนักศึกษาตามลำดับ และควรเป็นเรื่องความรู้เกี่ยวกับเพศศึกษา เพื่อเป็นการป้องกันไม่ให้ติดเอดส์

สื่อที่นักศึกษาสนใจเป็นสื่อประเภทบุคคล เช่น วิทยากรและการแสดงสดเป็นสื่อที่นักศึกษาเห็นว่าเหมาะสมมากที่สุด นอกจากนั้นการใช้นักศึกษาที่ผ่านการอบรมมาแล้วเป็น “สื่อ” ในการศึกษาแบบตัวต่อตัวก็เป็นที่น่าสนใจของนักศึกษาพอสมควร

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ ความสุขสมบูรณ์และสภาพแวดล้อมในสถาบันอุดมศึกษา ตลอดจนวิธีการและรูปแบบการพัฒนาสุขภาพและความสุขสมบูรณ์ทั้งในประเทศไทยและในต่างประเทศ จะเห็นได้ว่า ปัญหาเรื่องความสุขสมบูรณ์ในด้านต่าง ๆ โดยเฉพาะด้านสุขภาพกาย สุขภาพจิต และการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย มีความแตกต่างกันไปตามลักษณะและสภาพแวดล้อมของแต่ละสถาบัน การจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมให้นักศึกษาเข้าร่วมกิจกรรม การจัดบริการ สวัสดิการ ตลอดจนสภาพแวดล้อมต่าง ๆ ในมหาวิทยาลัย มีความสำคัญในการที่จะสนับสนุนให้นักศึกษามีการพัฒนาความสุขสมบูรณ์ให้ครอบคลุมทุก ๆ ด้าน พัฒนาความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน มีความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมของสถาบัน

มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์เป็นสถาบันอุดมศึกษาของรัฐแห่งหนึ่งที่มีนโยบายให้มีการเรียนการสอนทุกชั้นปี ทุกสาขาวิชาในระดับปริญญาตรีที่ศูนย์รังสิต และเนื่องจากผู้วิจัยมีหน้าที่รับผิดชอบงานด้านสุขภาพอนามัยในงานแพทย์และอนามัย กองกิจการนักศึกษา จึงทำให้ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาถึงสุขภาพความสุขสมบูรณ์ ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมของสถาบัน และความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนของนักศึกษา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 ที่มีการเรียนการสอนอยู่ที่ศูนย์รังสิต เพื่อนำผลวิจัยที่ได้จากการศึกษาครั้งนี้ใช้เป็นแนวทางนำเสนอต่อผู้บริหาร คณาจารย์ และบุคลากรทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องในการวางแผนพัฒนานักศึกษา เพื่อให้ นักศึกษาใช้ชีวิตที่ศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยอย่างมีคุณค่า มีสุขภาพกาย สุขภาพใจที่ดี มีความสุข มีความสำเร็จในการศึกษาและเป็นทรัพยากรที่มีคุณลักษณะตามความมุ่งหวังของมหาวิทยาลัย



ภาพประกอบ 2 กรอบแนวคิดในการวิจัย

สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. เพศมีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาโดยรวมและในแต่ละด้านทั้ง 6 ด้าน
2. สาขาวิชาที่ศึกษามีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาโดยรวมและในแต่ละด้านทั้ง 6 ด้าน
3. ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนมีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาโดยรวมและในแต่ละด้านทั้ง 6 ด้าน
4. ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพมีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาโดยรวมและในแต่ละด้านทั้ง 6 ด้าน
5. ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคมมีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาโดยรวมและในแต่ละด้านทั้ง 6 ด้าน
6. เพศ สาขาวิชาที่ศึกษา ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพและสังคม สามารถร่วมทำนายความสุขสมบูรณ์โดยรวมและในแต่ละด้านทั้ง 6 ด้าน

บทที่ 8

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

การศึกษาครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) ซึ่งมีจุดประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต โดยมีวิธีการดำเนินการศึกษาค้นคว้าเป็นลำดับดังนี้

แหล่งข้อมูลและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ประจำปีการศึกษา 2540 ที่กำลังศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต 13 คณะ แบ่งเป็น 4 สาขาวิชา ประกอบด้วย สาขาวิชามนุษยศาสตร์ สาขาวิชาสังคมศาสตร์ สาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ และสาขาวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี จำนวนนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ทั้งหมด 4,678 คน เป็นนักศึกษาชาย 1,828 คน และนักศึกษาหญิง 2,850 คน (สำนักทะเบียนวัดผล. 2540 : 1-2)

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ประจำปีการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2540 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต 4 สาขาวิชา ประกอบด้วย สาขาวิชามนุษยศาสตร์ จำนวน 51 คน สาขาวิชาสังคมศาสตร์ จำนวน 192 คน สาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ จำนวน 103 คน สาขาวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี จำนวน 119 คน รวมทั้งสิ้น 465 คน เป็นนักศึกษาชาย 158 คน นักศึกษาหญิง 307 คน ซึ่งได้มาโดยวิธีการสุ่มแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) โดยการประมาณขนาดกลุ่มตัวอย่างจากสูตร ยามาเน่ (Yamane)

1. กำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรของ ยามาเน่ (Yamane, 1967 : 886)

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

เมื่อ	n	แทน	ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง
	N	แทน	ขนาดของกลุ่มประชากร
	e	แทน	ความผิดพลาดที่ยอมให้เกิด

ดังนั้นจากประชากร 4,678 คน ยอมให้มีความคลาดเคลื่อนได้ร้อยละ 5 เมื่อใช้สูตรของ ยามาเน่ จะได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 368 คน แต่เนื่องจากสาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ มีจำนวนประชากรน้อย จึงขอใช้ประชากรทั้งหมดเป็นกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ ดังนั้น กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้จะมีจำนวน 465 คน

2. กำหนดสัดส่วนของกลุ่มตัวอย่าง โดยแบ่งนักศึกษาที่เป็นประชากรตามลักษณะกลุ่ม ของวิชาออกเป็น 4 สาขาวิชา คือ

2.1 สาขาวิชามนุษยศาสตร์ ได้แก่ คณะศิลปศาสตร์ ศิลปกรรมศาสตร์ และ วารสารศาสตร์ และสื่อสารมวลชน

2.2 สาขาวิชาสังคมศาสตร์ ได้แก่ คณะนิติศาสตร์ พาณิชยศาสตร์และการบัญชี รัฐศาสตร์ เศรษฐศาสตร์ สังคมสงเคราะห์ศาสตร์ สังคมวิทยาและมนุษยวิทยา

2.3 สาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ ได้แก่ คณะพยาบาลศาสตร์ และ สหเวชศาสตร์

2.4 สาขาวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ได้แก่ คณะวิทยาศาสตร์และ เทคโนโลยี วิศวกรรมศาสตร์

3. สุ่มตัวแทนของทุกคณะทุกสาขาวิชาให้ได้สัดส่วนนักศึกษายชายและหญิงตามสัดส่วน ที่เป็นจริงที่ได้กลุ่มประชากรและขนาดของกลุ่ม ดังแสดงในตาราง 2

ตาราง 2 จำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ คณะ และสาขาวิชา

คณะ / สาขาวิชาที่ศึกษา	ประชากร			กลุ่มตัวอย่าง		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
คณะศิลปศาสตร์	52	333	385	4	26	30
คณะศิลปกรรมศาสตร์	16	27	43	1	2	3
คณะวารสารศาสตร์และสื่อสารมวลชน	34	179	213	3	15	18
สาขาวิชามนุษยศาสตร์	102	539	641	8	43	51
คณะนิติศาสตร์	388	528	916	27	45	72
คณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี	187	439	626	13	37	50
คณะรัฐศาสตร์	70	121	191	5	10	15
คณะเศรษฐศาสตร์	151	221	372	10	18	28
คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์	46	200	246	3	16	19
คณะสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา	19	78	97	2	6	8
สาขาวิชาสังคมศาสตร์	861	1,587	2,448	60	132	192
คณะพยาบาลศาสตร์	3	34	37	3	34	37
คณะสหเวชศาสตร์	20	48	66	20	46	66
สาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ	23	82	105	23	80	103
คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	313	486	799	24	39	63
คณะวิศวกรรมศาสตร์	529	156	685	43	13	56
สาขาวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	842	642	1,484	67	52	119
รวม	1,828	2,850	4,678	158	307	465

เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล

ลักษณะเครื่องมือ

เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลของการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถาม (Questionnaire)

แบ่งออกเป็น 4 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 เป็นแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ สาขาวิชาที่ศึกษา ภูมิลำเนา ที่พักอาศัย โรคประจำตัว ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง มีลักษณะเป็นแบบสำรวจ (Check List) และคำถามปลายเปิด

ส่วนที่ 2 เป็นแบบสอบถามวัดความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนของ พรณี ทรัพย์มากอุดม ซึ่งดัดแปลงมาจากของโรเซนเบิร์ก ที่สร้างขึ้นเพื่อใช้ศึกษากับวัยรุ่นโดยตรง (พรณี ทรัพย์มากอุดม, 2532 : 21 ; อ้างอิงมาจาก Rosenberg, 1967) มีลักษณะเป็นมาตราประมาณค่า (Rating Scales) 5 ระดับ คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง เป็นคำถามทางบวก 5 ข้อ และคำถามทางลบ 5 ข้อ รวม 10 ข้อคำถาม

ส่วนที่ 3 เป็นแบบสอบถามความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยของนักศึกษา ทั้งทางด้านกายภาพและสังคม มีลักษณะเป็นมาตราประมาณค่า (Rating Scales) 5 ระดับ คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นเองมี 33 ข้อ เป็นแบบสอบถามความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยด้านกายภาพ 16 ข้อ และด้านสังคม 17 ข้อ

ส่วนที่ 4 เป็นแบบสอบถามวัดความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษา มีลักษณะเป็นมาตราประมาณค่า (Rating Scales) 5 ระดับ คือ ปฏิบัติประจำหรือเกือบตลอดเวลา ปฏิบัติบ่อยมาก ปฏิบัติบ่อย ปฏิบัติบางครั้ง เกือบไม่ได้ปฏิบัติเลย เป็นแบบวัดความสุขสมบูรณ์ (Test Well) ของสถาบันความสุขสมบูรณ์แห่งชาติ (National Wellness Institute) ประเทศสหรัฐอเมริกา ซึ่ง ประพนธ์ รอดคำดี (2538 : 66) ได้แปลเป็นภาษาไทย และปรับปรุงข้อคำถามให้สอดคล้องกับสภาพความเป็นอยู่และวัฒนธรรมไทยจำนวน 100 ข้อ รวม 6 ด้าน ด้านร่างกาย 30 ข้อ ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม 20 ข้อ ด้านอารมณ์และเพศสัมพันธ์ 20 ข้อ ด้านสติปัญญา 10 ข้อ ด้านการงานอาชีพ (การเรียน) 10 ข้อ ด้านจิตวิญญาณ 10 ข้อ ได้ค่าความเชื่อมั่น 0.72 (ประพนธ์ รอดคำดี, 2538 : 66) ใช้วัดได้กับนักศึกษาสถาบันอุดมศึกษา

ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ

1. ศึกษาทฤษฎีเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
2. สร้างแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลและแบบสอบถามเกี่ยวกับเจตคติในเรื่องความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยให้ครอบคลุม ทั้งทางด้านกายภาพและด้านสังคม
3. นำแบบสอบถามความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน และแบบวัดความสุขสมบูรณ์มาปรับปรุงให้มีข้อความที่เหมาะสมและง่ายต่อการเข้าใจสำหรับนักศึกษา
4. นำแบบสอบถามทั้งหมดเสนอคณะกรรมการควบคุมปริญญาบัตรปรับปรุงแก้ไข

5. นำเครื่องมือทั้งฉบับไปทดลองใช้กับนักศึกษาที่มีใช้กลุ่มตัวอย่าง แล้วหาค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือทั้งฉบับ

6. ปรับปรุงแบบสอบถามและจัดพิมพ์ เพื่อนำไปใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เกณฑ์ในการให้คะแนน

1. แบบสอบถามความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนของนักศึกษา มีลักษณะเป็นมาตราประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ดังนี้

เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ในข้อคำถามบวก	ได้	5	คะแนน
	ในข้อคำถามลบ	ได้	1	คะแนน
เห็นด้วย	ในข้อคำถามบวก	ได้	4	คะแนน
	ในข้อคำถามลบ	ได้	2	คะแนน
ไม่แน่ใจ	ในข้อคำถามบวก	ได้	3	คะแนน
	ในข้อคำถามลบ	ได้	3	คะแนน
ไม่เห็นด้วย	ในข้อคำถามบวก	ได้	2	คะแนน
	ในข้อคำถามลบ	ได้	4	คะแนน
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ในข้อคำถามบวก	ได้	1	คะแนน
	ในข้อคำถามลบ	ได้	5	คะแนน

ประกอบด้วยข้อคำถามทั้งหมด 10 ข้อ ข้อคำถามที่มีลักษณะข้อความที่เป็นบวก ได้แก่ ข้อ 1, 2, 4, 6 และข้อ 7 ส่วนข้อคำถามที่มีลักษณะข้อความที่เป็นลบ ได้แก่ ข้อ 3, 5, 8, 9 และข้อ 10

เกณฑ์ในการแปลความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน (พรณี ทรัพย์มากอุดม. 2532 : 21 ; อ้างอิงมาจาก Rosenberg. 1967)

ระดับคะแนน	10 - 22	=	ระดับต่ำ
ระดับคะแนน	23 - 35	=	ระดับปานกลาง
ระดับคะแนน	36 - 50	=	ระดับสูง

2. แบบสอบถามความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทั้งทางด้านกายภาพและสังคม มีลักษณะเป็นมาตราประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ดังนี้

เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ได้	5	คะแนน
เห็นด้วย	ได้	4	คะแนน
ไม่แน่ใจ	ได้	3	คะแนน
ไม่เห็นด้วย	ได้	2	คะแนน
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ได้	1	คะแนน

เกณฑ์ในการแปลระดับความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย ทั้งทางด้าน
กายภาพและสังคม

4.50 - 5.00	หมายถึง	นักศึกษามีความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมใน ระดับสูงมาก
3.50 - 4.49	หมายถึง	นักศึกษามีความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมใน ระดับสูง
2.50 - 3.49	หมายถึง	นักศึกษามีความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมใน ระดับปานกลาง
1.50 - 2.49	หมายถึง	นักศึกษามีความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมใน ระดับต่ำ
1.00 - 1.49	หมายถึง	นักศึกษามีความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมใน ระดับต่ำมาก

แบ่งความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยออกเป็น 3 ระดับ โดยการพิจารณา
คะแนนเฉลี่ย ($\bar{X}$) จากคะแนนรวมของทุกข้อ และค่าพิสัยของคะแนนความพึงพอใจต่อสภาพ
แวดล้อมในมหาวิทยาลัย โดยมีเกณฑ์ในการแปลดังต่อไปนี้

ระดับคะแนน	1.00 - 2.33	=	ระดับต่ำ
ระดับคะแนน	2.34 - 3.67	=	ระดับปานกลาง
ระดับคะแนน	3.68 - 5.00	=	ระดับสูง

3. แบบวัดความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษา วัดความสุขสมบูรณ์ด้านต่าง ๆ รวม
6 ด้าน จำนวน 100 ข้อ ประกอบด้วย ด้านความสุขสมบูรณ์ด้านร่างกาย 30 ข้อ ด้านสังคม
และสิ่งแวดล้อม 20 ข้อ ด้านอารมณ์และเพศสัมพันธ์ 20 ข้อ ด้านสติปัญญา 10 ข้อ ด้านการ

การงานอาชีพ (การเรียนรู้) 10 ข้อ ด้านจิตวิญญาณ 10 ข้อ มีลักษณะเป็นมาตราประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ดังนี้

5	หมายถึง	ปฏิบัติประจำหรือเกือบตลอดเวลา (ประมาณร้อยละ 90 หรือมากกว่า)
4	หมายถึง	ปฏิบัติบ่อยมาก (ประมาณเกือบร้อยละ 75 ของสถานการณ์)
3	หมายถึง	ปฏิบัติบ่อย (ประมาณร้อยละ 50 ของสถานการณ์)
2	หมายถึง	ปฏิบัติบางครั้ง (ประมาณร้อยละ 25 ของสถานการณ์)
1	หมายถึง	เกือบไม่ได้ปฏิบัติเลย (ต่ำกว่าร้อยละ 10 ของสถานการณ์)

การแปลระดับความสุขสมบูรณ์นั้น มีเกณฑ์การตัดสิน 3 ระดับ โดยถือว่าคะแนนความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาอยู่ในลักษณะพื้นที่โค้งปกติ เพราะมีการกระจายของประชากรทุกกลุ่มอย่างทั่วถึง และมีจำนวนกลุ่มตัวอย่างจำนวนมาก จึงแบ่งคะแนนได้ดังนี้ (ประนอม รอดคำดี. 2538 : 66)

ระดับความสุขสมบูรณ์ “สูง” คะแนนมากกว่า $\bar{X} + S.D.$

ระดับความสุขสมบูรณ์ “ปานกลาง” คะแนนตั้งแต่ $\bar{X} \pm S.D.$

ระดับความสุขสมบูรณ์ “ต่ำ” คะแนน $\bar{X} - S.D.$

การหาคุณภาพของเครื่องมือ

1. หาความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยนำแบบสอบถามไปให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน พิจารณาความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา แล้วนำมาหาค่าดัชนีความสอดคล้องของคำถาม โดยใช้สูตร IC ถ้าดัชนีความสอดคล้องเท่ากับ .50 หรือมากกว่าแสดงว่าแบบสอบถามมีความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา แบบสอบถามทั้งฉบับมี 159 ข้อ ใช้ได้ทั้งหมด 148 ข้อ

2. นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแล้วไปทดลองใช้ (Try Out) กับนักศึกษาที่มีความคล้ายคลึงกับนักศึกษาในกลุ่มตัวอย่าง โดยนำไปทดสอบใช้กับนักศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ชั้นปีที่ 1 ภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2540 ในวันที่ 16 ธันวาคม 2540 จำนวน 66 ราย

3. นำแบบสอบถามที่ผ่านการทดลองใช้ แล้วมาตรวจให้คะแนนและวิเคราะห์หาคุณภาพ ดังนี้

3.1 นำแบบสอบถามทั้งฉบับ จำนวน 148 ข้อ มาวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ (Discrimination) โดยใช้วิธีวิเคราะห์สหสัมพันธ์ระหว่างรายข้อกับคะแนนรวมทั้งฉบับ (Item to Total Correlation) แบบวิเคราะห์สหสัมพันธ์ (Correlation Analysis) (สุณี รักษาเกียรติศักดิ์. 2539 : 117-118)

3.2 นำแบบสอบถามมาวิเคราะห์หาความเชื่อมั่น (Reliability) ทั้งฉบับ โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) (ทวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2538 : 125-126) ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับ เท่ากับ .917

วิธีดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูล ดำเนินการตามลำดับดังนี้

1. ขออนุญาตจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลไปยังผู้บริหารของมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
2. ขอดำเนินการของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ภาคการศึกษาที่ 2 ของปีการศึกษา 2540 เพื่อติดต่อขออนุญาตอาจารย์ผู้สอนในชั่วโมงล่วงหน้า
3. ขออนุญาตเข้าไปในชั้นเรียนของกลุ่มตัวอย่าง เพื่อขอความร่วมมือตอบแบบสอบถามเรื่องปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต โดยใช้เวลาในการเก็บแต่ละครั้งประมาณ 20 นาที
4. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามไปเก็บรวบรวมข้อมูลจากนักศึกษาที่กำหนดให้เป็นกลุ่มตัวอย่างด้วยตนเอง ระหว่างวันที่ 20 ธันวาคม 2540 ถึงวันที่ 30 มกราคม 2541 ภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2540

วิธีการจัดการกระทำกับข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่เก็บเรียบร้อยแล้วมาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS (Statistical Package for The Social Science) เพื่อวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

1. การวิเคราะห์ข้อมูลส่วนที่ 1 เกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคลของนักศึกษา วิเคราะห์โดยใช้แจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ
2. วิเคราะห์ความรู้สึกรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย ทางด้านกายภาพและสังคม ความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษา โดยหาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

3. วิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร เพศ สาขาวิชาที่ศึกษากับระดับความสุขสมบูรณ์ โดยใช้ ไค-สแควร์ (Chi-square) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อ 1 และ 2
4. วิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร ความรู้สึกรักมีคุณค่าแห่งตน ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยด้านกายภาพและสังคมกับระดับความสุขสมบูรณ์ โดยใช้สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation Coefficient) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อ 3, 4 และ 5
5. หาความสามารถในการทำนายของปัจจัยต่าง ๆ ที่มีอิทธิพลต่อความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต ด้วยสถิติวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน (Stepwise Multiple Regression) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อ 6

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่

1.1 ค่าร้อยละ โดยใช้สูตร

$$P = \frac{f}{n} \times 100$$

เมื่อ	P	แทน	ค่าร้อยละ
	f	แทน	ความถี่ที่ต้องการแปลงให้เป็นร้อยละ
	n	แทน	จำนวนความถี่ทั้งหมด

1.2 ค่าเฉลี่ย (Mean) โดยใช้สูตร (บุศรี วงศ์รัตนะ. 2537 : 40)

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{N}$$

เมื่อ	$\bar{X}$	แทน	ค่าคะแนนเฉลี่ย
	$\sum X$	แทน	ผลรวมของคะแนนทั้งหมด
	N	แทน	จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง

1.3 ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) โดยใช้สูตร
(ชูศรี วงศ์รัตนะ. 2537 : 74)

$$S = \sqrt{\frac{N\sum X^2 - (\sum X)^2}{N(N-1)}}$$

เมื่อ S	แทน	ความเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนน
$\sum X^2$	แทน	ผลรวมของคะแนนแต่ละตัวยกกำลังสอง
$(\sum X)^2$	แทน	ผลรวมของคะแนนทั้งหมดยกกำลังสอง
N	แทน	จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง

2. สถิติที่ใช้ในการหาคุณภาพเครื่องมือ

2.1 การตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาและโครงสร้าง โดยอาศัยคุณยพินิจของผู้เชี่ยวชาญ ซึ่งสามารถตรวจสอบและวิเคราะห์ออกมาในเชิงปริมาณหรือตัวเลขดังนี้

2.1.1 หาค่าความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับลักษณะเฉพาะกลุ่มพฤติกรรม โดยนำเครื่องมือที่สร้างขึ้นไปให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจเนื้อหา โดยแต่ละคนพิจารณาถึงความเห็น และให้คะแนนดังนี้ (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2538 : 117)

+1 เมื่อแน่ใจข้อคำถามนั้นว่ามีความสอดคล้องตามจุดประสงค์ที่ต้องการ
0 เมื่อไม่แน่ใจว่าข้อคำถามนั้นมีความสอดคล้องตามจุดประสงค์ที่ต้องการหรือไม่

-1 เมื่อแน่ใจว่าข้อคำถามนั้น ไม่มีความสอดคล้องตามจุดประสงค์ที่ต้องการ

2.1.2 นำคะแนนที่ได้แทนค่าในสูตร

$$IC = \frac{\sum R}{N}$$

เมื่อ IC	แทน	ดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับจุดประสงค์ที่ต้องการ
$\sum R$	แทน	ผลรวมของความเห็นของผู้เชี่ยวชาญทั้งหมด
N	แทน	จำนวนผู้เชี่ยวชาญ

2.2 หาค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย โดยวิธีการวิเคราะห์สหสัมพันธ์ระหว่างรายข้อกับคะแนนรวมทั้งฉบับ (Item to Total Correlation) แบบวิธีวิเคราะห์สหสัมพันธ์ (Correlation Analysis) (สุณี รักษาเกียรติศักดิ์. 2539 : 117-118)

$$R_{xy} = \frac{N \Sigma xy - \Sigma x \Sigma y}{\sqrt{[N \Sigma x^2 - (\Sigma x)^2][N \Sigma y^2 - (\Sigma y)^2]}}$$

เมื่อ R_{xy}	แทน	สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร x กับตัวแปร y
N	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
Σx	แทน	ผลรวมของคะแนนรายข้อ (Item) ของกลุ่มตัวอย่าง
Σy	แทน	ผลรวมของคะแนนรวม (Total) ของทั้งกลุ่มตัวอย่าง
Σxy	แทน	ผลรวมของผลคูณของคะแนน x และ คะแนน y
Σx^2	แทน	ผลรวมของกำลังสองของคะแนน x
Σy^2	แทน	ผลรวมของกำลังสองของคะแนน y

2.3 การวิเคราะห์ความเชื่อมั่น (Reliability) โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha - Coefficient) ของครอนบัค (Cronbach) จากสูตร (ทวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2538 : 125-126)

$$\alpha = \frac{n}{n-1} \left[1 - \frac{\Sigma S_i^2}{S^2} \right]$$

เมื่อ α	แทน	สัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่น
n	แทน	จำนวนข้อของแบบทดสอบ
S_i^2	แทน	ความแปรปรวนของข้อทดสอบแต่ละข้อ
S^2	แทน	ความแปรปรวนของคะแนนของแบบสอบถามทั้งฉบับ

3. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

3.1 หาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร เพศ สาขาวิชาที่ศึกษากับระดับความสุขสมบูรณ์ เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1 และ 2 โดยใช้สูตร ไค-สแควร์ (Chi-square) (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2538 : 175)

$$\chi^2 = \frac{\sum (O - E)^2}{E}$$

เมื่อ	χ^2	แทน	ค่าไค - สแควร์
	O	แทน	ค่าความถี่ที่ได้จากการสังเกต
	E	แทน	ค่าความถี่ที่คาดหวังทางทฤษฎี

3.2 หาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร ความรู้สึกรักมีคุณค่าแห่งตน ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพและสังคมกับระดับความสุขสมบูรณ์ เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 3, 4 และ 5 โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation Coefficient) (ชูศรี วงศ์รัตน์. 2537 : 322-325)

$$r_{xy} = \frac{N\sum XY - \sum X \sum Y}{\sqrt{[N\sum X^2 - (\sum X)^2][N\sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

เมื่อ	r_{xy}	แทน	สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนน X และ Y
	$\sum X$	แทน	ผลรวมคะแนนชุด X
	$\sum Y$	แทน	ผลรวมคะแนนชุด Y
	$\sum X^2$	แทน	ผลรวมของคะแนน X แต่ละตัวยกกำลังสอง
	$\sum Y^2$	แทน	ผลรวมของคะแนน Y แต่ละตัวยกกำลังสอง
	$\sum XY$	แทน	ผลรวมของผลคูณระหว่าง X และ Y
	N	แทน	จำนวนคน

4. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับระดับความสุขสมบูรณ์

การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน (Stepwise Multiple Regression Analysis) การวิเคราะห์ข้อมูลในลักษณะนี้ เป็นการวิเคราะห์เชิงเส้นตรง (Linear Regression Analysis) โดยถือว่าตัวแปรตาม(Dependent Variable) หรือตัวแปรเกณฑ์ (Criterion Variable) เป็นฟังก์ชันของตัวแปรอิสระ (Independent Variable) หรือตัวแปรพยากรณ์ (Predictor Variable) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อ 6 ซึ่งเขียนเป็นรูปสมการได้ดังนี้ (ประนอม รอดคำดี, 2538 : 200 ; อ้างอิงมาจาก Kerlinger and Pedhazur, 1973)

$$W = a + b_1S + b_2D + b_3E + b_4H + b_5I + e$$

เมื่อ	W	แทน	คะแนนระดับความสุขสมบูรณ์
	a	แทน	ค่าคงที่
	S	แทน	เพศของนักศึกษา
	D	แทน	สาขาวิชาที่นักศึกษาเรียน
	E	แทน	ระดับความรู้ดีที่มีคุณค่าแห่งตนของนักศึกษา
	H	แทน	ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพ
	I	แทน	ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคม
	$b_1, \dots, b_n$	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอย (Regression Coefficient) ของตัวแปรอิสระแต่ละตัว
	e	แทน	ค่าความคลาดเคลื่อน

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลศึกษาค้นคว้า

ข้อตกลงเกี่ยวกับการวิเคราะห์และแปลผล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

เพื่อให้เกิดความเข้าใจตรงกันในการแปลความหมายการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ต่าง ๆ แทนความหมายต่อไปนี้

N	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
$\bar{X}$	แทน	คะแนนเฉลี่ย
S	แทน	ความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
χ^2	แทน	ค่าไคสแควร์
df	แทน	จำนวนค่าชั้นความเป็นอิสระ (Degree of Freedom)
P	แทน	ระดับความน่าจะเป็น
r	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์
R^2	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์ ยกกำลังสอง
adjust R^2	แทน	R^2 ที่ปรับแล้ว
B	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยในรูปคะแนนดิบ
Beta	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยในรูปคะแนนมาตรฐาน
T	แทน	ค่า t ที่ได้จากการทดสอบนัยสำคัญ
a	แทน	ค่าคงที่ของการพยากรณ์ในรูปของคะแนนดิบ
*	แทน	มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
**	แทน	มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
***	แทน	มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้รับแบบสอบถามที่สมบูรณ์แบบมาจำนวน 465 ชุด ครบตามจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการ คิดเป็นร้อยละ 100.0 นำแบบสอบถามที่สมบูรณ์แล้วไปทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์โปรแกรมสำเร็จ SPSS โดยมีวิธีการวิเคราะห์ดังนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลของนักศึกษา โดยแจกแจงความถี่เป็นค่าร้อยละ
2. วิเคราะห์ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพและสังคม ความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษา โดยหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
3. ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร เพศ สาขาวิชาที่ศึกษา กับระดับความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษา โดยใช้ ไค-สแควร์ (Chi-square) เพื่อทดสอบสมมติฐานที่ 1 และ 2
4. ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพและสังคม กับระดับความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษา โดยใช้สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation Coefficient) เพื่อทดสอบสมมติฐานที่ 3, 4 และ 5
5. หาความสามารถในการทำนายปัจจัยต่าง ๆ ที่มีอิทธิพลต่อความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษา ด้วยสถิติวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน (Stepwise Multiple Regression) เพื่อทดสอบสมมติฐานที่ 6

ผลของการศึกษากันคว่า

- ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของนักศึกษา ดังปรากฏตามตาราง 3
- ส่วนที่ 2 ข้อมูลความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนของนักศึกษา ดังปรากฏตามตาราง 4 และ 5
- ส่วนที่ 3 ข้อมูลความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพและสังคมของนักศึกษา ดังปรากฏตามตาราง 6-9
- ส่วนที่ 4 ข้อมูลความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาโดยรวมและในแต่ละด้านทั้ง 6 ด้าน ดังปรากฏตามตาราง 10-20
- ส่วนที่ 5 การทดสอบสมมติฐานหาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรตามและตัวแปรอิสระ ดังปรากฏตามตาราง 21-32

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของนักศึกษา

การศึกษาเรื่องปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษา ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต ปีการศึกษา 2540 ทำให้ได้รับทราบข้อมูลส่วนบุคคลของนักศึกษา ซึ่งปรากฏตามตาราง 3

ตาราง 3 จำนวนและร้อยละของนักศึกษา จำแนกตาม เพศ สาขาวิชาที่ศึกษา ภูมิลำเนา ที่อยู่อาศัย โรคประจำตัว

ตัวแปร	จำนวน (N = 465)	ร้อยละ
1. เพศ		
ชาย	158	34.00
หญิง	307	66.00
2. สาขาวิชาที่ศึกษา		
สังคมศาสตร์	192	41.30
วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	119	25.50
วิทยาศาสตร์สุขภาพ	103	22.20
มนุษยศาสตร์	51	11.00
3. ภูมิลำเนา		
กรุงเทพฯ และปริมณฑล	262	56.40
ภาคกลาง	79	17.00
ภาคอีสาน	52	11.20
ภาคใต้	43	9.20
ภาคเหนือ	29	6.20
4. ที่อยู่อาศัย		
บ้านของพ่อแม่	193	41.50
หอพักมหาวิทยาลัย	176	37.90
หอพักเอกชน บ้านเช่า คอนโดมีเนียม	76	16.30
บ้านญาติ	20	4.30

ตาราง 3 (ต่อ)

ตัวแปร	จำนวน (N = 465)	ร้อยละ
5. โรคประจำตัว		
ไม่มีโรคประจำตัว	402	86.60
มีโรคประจำตัว	63	13.40
โรคภูมิแพ้	32	6.90
กระเพาะอาหาร	12	2.60
ไมเกรน	4	0.90
ความดันโลหิตต่ำ	3	0.60
โลหิตจาง	2	0.40
หัวใจ	2	0.40
ไชนัส	2	0.40
โรคสีดวงทวาร	1	0.20
ทอนซิลอักเสบเรื้อรัง	1	0.20
ปวดหลัง	1	0.20
ไทรอยด์	1	0.20
แพ้สารเคมี	1	0.20
เครียด	1	0.20

จากตาราง 3 แสดงข้อมูลส่วนบุคคลของนักศึกษา จำนวน 465 คน จำแนกตามเพศ สาขาวิชาที่ศึกษา ภูมิสำเนา ที่อยู่อาศัย โรคประจำตัว พบว่า

1. นักศึกษาเพศชาย จำนวน 158 คน คิดเป็นร้อยละ 34.00 และเพศหญิง จำนวน 307 คน คิดเป็นร้อยละ 66.00

2. นักศึกษาเป็นนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์ จำนวน 192 คน คิดเป็นร้อยละ 41.30 สาขาวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี จำนวน 119 คน คิดเป็นร้อยละ 25.50 สาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ จำนวน 103 คน คิดเป็นร้อยละ 22.20 และสาขาวิชามนุษยศาสตร์ จำนวน 51 คน คิดเป็นร้อยละ 11.00

3. นักศึกษามีภูมิลำเนาอยู่กรุงเทพฯ และปริมณฑล จำนวน 262 คน คิดเป็นร้อยละ 56.40 ภาคกลาง จำนวน 79 คน คิดเป็นร้อยละ 17.00 ภาคอีสาน จำนวน 52 คน คิดเป็นร้อยละ 11.20 ภาคใต้ จำนวน 43 คน คิดเป็นร้อยละ 9.20 และภาคเหนือ จำนวน 29 คน คิดเป็นร้อยละ 6.20

4. นักศึกษาพักอาศัยอยู่บ้านของพ่อแม่ จำนวน 193 คน คิดเป็นร้อยละ 41.50 หอพักมหาวิทยาลัย จำนวน 176 คน คิดเป็นร้อยละ 37.90 หอพักเอกชน บ้านเช่า คอนโดมีเนียม จำนวน 76 คน คิดเป็นร้อยละ 16.30 และบ้านญาติ จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 4.30

5. นักศึกษาไม่มีโรคประจำตัว จำนวน 402 คน คิดเป็นร้อยละ 86.60 มีโรคประจำตัว จำนวน 63 คน คิดเป็นร้อยละ 13.40 โรคประจำตัวที่นักศึกษาเป็นมากที่สุดคือ โรคภูมิแพ้ จำนวน 32 คน คิดเป็นร้อยละ 6.90 รองลงมาได้แก่ โรคกระเพาะอาหาร จำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 2.60 โรคไมเกรน จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 0.90 โรคความดันโลหิตต่ำ จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 0.60 โรคโลหิตจาง โรคหัวใจ โรคไซนัส โรคละ 2 คน ซึ่งในแต่ละโรคคิดเป็นร้อยละ 0.40 โรคเครียดกังวล โรคทอนซิลอักเสบเรื้อรัง โรคปวดหลัง โรคไทรอยด์ โรคแพ้สารเคมี และโรคเครียด โรคละ 1 คน ซึ่งในแต่ละโรคคิดเป็นร้อยละ 0.20

ส่วนที่ 2 ข้อมูลความรู้สึกรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนของนักศึกษา

ตาราง 4 ความรู้สึกรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนของนักศึกษา จำแนกเป็นรายข้อและโดยรวม

ความรู้สึกรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน	คะแนนการให้คุณค่าตนเอง		
	$\bar{X}$	S.D	ระดับ
1. ฉันเป็นคนมีค่าอย่างน้อยก็เท่ากับคนทั่ว ๆ ไป ที่มีสถานภาพคล้าย ๆ ฉัน	4.06	0.80	สูง
2. ฉันคิดว่าตัวเองมีส่วนที่อยู่ข้างเหมือนกัน	4.29	0.56	สูง
3. ฉันรู้สึกว่าคุณค่าตัวเองเป็นคนล้มเหลว	3.89	0.85	สูง
4. ฉันมีความสามารถดีเท่า ๆ กับคนอื่น	3.73	0.79	สูง
5. ฉันไม่รู้สึกรู้สึกภูมิใจในตัวเองเท่าไรนัก	3.60	0.93	สูง
6. ฉันมีเจตคติที่ดีต่อตัวเอง	3.91	0.72	สูง
7. โดยรวม ๆ แล้วฉันพอใจในตัวเอง	4.02	0.75	สูง

ตาราง 4 (ต่อ)

ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน	คะแนนการให้คุณค่าตนเอง		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
8. ฉันหวังว่าจะสร้างความนับถือตัวเองได้มากกว่าที่เป็นอยู่เดี๋ยวนี้	1.97	0.79	ต่ำ
9. บางครั้งตัวฉันก็เป็นคนไม่มีประโยชน์เอาเสียเลย	2.86	1.01	ปานกลาง
10. บางครั้งฉันรู้สึกตัวเองไม่มีอะไรดี	3.19	1.09	ปานกลาง
คะแนนเฉลี่ยของความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน	3.55	0.46	ปานกลาง

จากตาราง 4 พบว่านักศึกษามีความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง โดยมีคะแนนเฉลี่ย 3.55 และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่นักศึกษามีความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนอยู่ในระดับสูง และนักศึกษามีความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนในระดับปานกลางเพียง 2 ข้อ ได้แก่ ข้อ 9 และ 10 โดยมีคะแนนเฉลี่ย 2.86 และ 3.19 (ตามลำดับ) นักศึกษามีความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนในระดับต่ำมีเพียง 1 ข้อ ได้แก่ 8 โดยมีคะแนนเฉลี่ย 1.97

ตาราง 5 ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนของนักศึกษา จำแนกตามเพศ

ระดับความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน	ชาย		หญิง	
	จำนวน	(ร้อยละ)	จำนวน	(ร้อยละ)
ต่ำ	2	(1.30)	-	
ปานกลาง	75	(47.50)	152	(49.50)
สูง	81	(51.20)	155	(50.50)
รวม	158	(100.00)	307	(100.00)

จากตาราง 5 พบว่านักศึกษาส่วนใหญ่มีความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนอยู่ในระดับสูง ในนักศึกษาชาย จำนวน 81 คน คิดเป็นร้อยละ 51.20 นักศึกษาหญิง จำนวน 155 คน คิดเป็นร้อยละ 50.50 รองลงมาความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนอยู่ในระดับปานกลาง ในนักศึกษาชาย จำนวน 75 คน คิดเป็นร้อยละ 47.50 และนักศึกษาหญิง จำนวน 152 คน คิดเป็นร้อยละ 49.50 สำหรับความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนในระดับต่ำนั้นนักศึกษาชาย มีจำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 1.30 ส่วนนักศึกษาหญิงไม่พบว่ามีค่าความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนอยู่ในระดับต่ำ

ส่วนที่ 3 ข้อมูลความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพและสังคมของกลุ่มตัวอย่าง

ตาราง 6 ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพของนักศึกษา
จำแนกเป็นรายข้อและโดยรวม

ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมทางด้านกายภาพ	คะแนนความคิดเห็น		
	$\bar{X}$	S	ระดับ
1. ตำแหน่งและที่ตั้งของอาคารสถานที่ที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน	2.96	1.04	ปานกลาง
2. ความสะดวกในการไปเรียนระหว่างตึก	2.55	1.04	ปานกลาง
3. ความเหมาะสมของห้องเรียน	3.06	0.97	ปานกลาง
4. วารสารและหนังสือในห้องสมุด	3.32	1.00	ปานกลาง

ตาราง 6 (ต่อ)

ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมทางกายภาพ	คะแนนความคิดเห็น		
	$\bar{X}$	S	ระดับ
5. โรงอาหารถูกสุขลักษณะ	2.74	0.99	ปานกลาง
6. ความสะอาดของห้องสุขา	2.21	0.94	ต่ำ
7. สถานที่นั่งพักผ่อนของนักศึกษาเหมาะสม	2.58	1.05	ปานกลาง
8. สถานที่ออกกำลังกายมีเพียงพอ	2.14	0.92	ต่ำ
9. ความสะอาดบริเวณภายในมหาวิทยาลัย	2.97	1.00	ปานกลาง
10. ความเงียบสงบภายในมหาวิทยาลัย	3.24	1.00	ปานกลาง
11. ความร่มเย็นภายนอกอาคาร	2.38	1.04	ปานกลาง
12. มาตรการความปลอดภัย	3.03	1.00	ปานกลาง
13. สาธารณูปโภคประเภทน้ำประปา	1.83	0.90	ต่ำ
14. สาธารณูปโภคประเภทไฟฟ้า	2.35	1.10	ปานกลาง
15. การติดต่อสื่อสาร เช่น โทรศัพท์ ไปรษณีย์	2.23	1.17	ต่ำ
16. ความสะดวกในการเดินทางไป-กลับ ระหว่าง ที่พักกับมหาวิทยาลัย	3.18	1.20	ปานกลาง
คะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมทางกายภาพ	2.67	0.53	ปานกลาง

จากตาราง 6 พบว่านักศึกษามีความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง โดยมีคะแนนเฉลี่ย 2.67 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า นักศึกษามีความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพในระดับปานกลาง มีจำนวน 12 ข้อ และสภาพแวดล้อมด้านกายภาพที่นักศึกษามีความพึงพอใจในระดับต่ำ มีจำนวน 4 ข้อ ได้แก่ สภาพแวดล้อมในด้านสาธารณูปโภคประเภทประปา สถานที่ออกกำลังกาย ความสะอาดของห้องสุขา และการติดต่อสื่อสาร โดยมีคะแนนเฉลี่ยของแต่ละข้อดังกล่าว 1.83, 2.14, 2.21, และ 2.23 ตามลำดับ

ตาราง 7 ระดับความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพของนักศึกษา
จำแนกตามเพศ

ระดับความพึงพอใจ	ชาย	หญิง
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)
ต่ำ	45 (28.50)	81 (26.40)
ปานกลาง	111 (70.30)	212 (69.10)
สูง	2 (1.20)	14 (4.50)
รวม	158 (100.00)	307 (100.00)

จากตาราง 7 พบว่านักศึกษาส่วนใหญ่มีความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมทางด้านกายภาพอยู่ในระดับปานกลาง กล่าวคือ นักศึกษาชาย มีจำนวน 111 คน คิดเป็นร้อยละ 70.30 นักศึกษาหญิง มีจำนวน 212 คน คิดเป็นร้อยละ 69.10 รองลงมานักศึกษามีความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมทางด้านกายภาพอยู่ในระดับต่ำ นักศึกษาชาย มีจำนวน 45 คน คิดเป็นร้อยละ 28.50 นักศึกษาหญิง มีจำนวน 81 คน คิดเป็นร้อยละ 26.40 และนักศึกษามีความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมทางด้านกายภาพในระดับสูงน้อยที่สุด กล่าวคือ ในนักศึกษาชาย มีจำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 1.20 นักศึกษาหญิง มีจำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 4.50

ตาราง 8 ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคมของนักศึกษา
จำแนกเป็นรายข้อและโดยรวม

ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมทางด้านสังคม	คะแนนความคิดเห็น		
	$\bar{X}$	S	ระดับ
1. กฎระเบียบและบทลงโทษในการปกครองที่เกี่ยวข้องกับนักศึกษา	3.45	0.83	ปานกลาง
2. บรรยากาศการเรียนการสอนในห้องเรียน	3.42	0.83	ปานกลาง
3. ประสิทธิภาพทางวิชาการของการเรียนการสอนในห้องเรียน	3.66	0.75	ปานกลาง
4. ความเอาใจใส่และการให้เวลาของอาจารย์ผู้สอน	3.66	0.80	ปานกลาง
5. ความเอาใจใส่และการให้เวลาของอาจารย์ที่ปรึกษา	3.19	1.07	ปานกลาง

ตาราง 8 (ต่อ)

ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมทางด้านสังคม	คะแนนความคิดเห็น		
	$\bar{X}$	S	ระดับ
6. ความเอาใจใส่และการให้เวลาของผู้บริหาร	2.80	0.91	ปานกลาง
7. ความสัมพันธ์ของนักศึกษาในกลุ่มเพื่อน	4.05	0.81	สูง
8. ความสัมพันธ์ของนักศึกษากับอาจารย์ที่ปรึกษา	3.08	1.01	ปานกลาง
9. การใช้เทคโนโลยีในการสอน เช่น คอมพิวเตอร์ อินเทอร์เน็ต	3.31	1.08	ปานกลาง
10. การส่งเสริมกิจกรรมทางด้านกีฬาของมหาวิทยาลัย	2.87	1.07	ปานกลาง
11. การส่งเสริมกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์ของ มหาวิทยาลัย	3.40	0.98	ปานกลาง
12. บริการด้านการแพทย์และอนามัย	2.91	1.11	ปานกลาง
13. บริการด้านการศึกษาของสำนักทะเบียน	2.76	1.04	ปานกลาง
14. บริการด้านแนะแนวการศึกษาและอาชีพ	2.75	0.89	ปานกลาง
15. บริการด้านการใช้ห้องสมุดของมหาวิทยาลัย	3.61	0.89	ปานกลาง
16. บริการของเจ้าหน้าที่ธุรการ	2.99	0.93	ปานกลาง
17. สิทธิและเสรีภาพในฐานะของนักศึกษาที่มีอยู่	3.84	1.00	สูง
คะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมด้านสังคม	3.47	0.53	ปานกลาง

จากตาราง 8 พบว่านักศึกษามีความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคมโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง โดยคะแนนเฉลี่ย 3.47 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่านักศึกษามีความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคมอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 13 ข้อ และสภาพแวดล้อมทางด้านสังคมที่นักศึกษามีความพึงพอใจอยู่ในระดับสูง มีจำนวน 2 ข้อ ได้แก่ สภาพแวดล้อมในด้านความสัมพันธ์ของนักศึกษาในกลุ่มเพื่อน สิทธิและเสรีภาพในฐานะของนักศึกษาที่มีอยู่ โดยมีคะแนนเฉลี่ย 4.05, และ 3.84 ตามลำดับ

ตาราง 9 ระดับความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคมของนักศึกษา
จำแนกตามเพศ

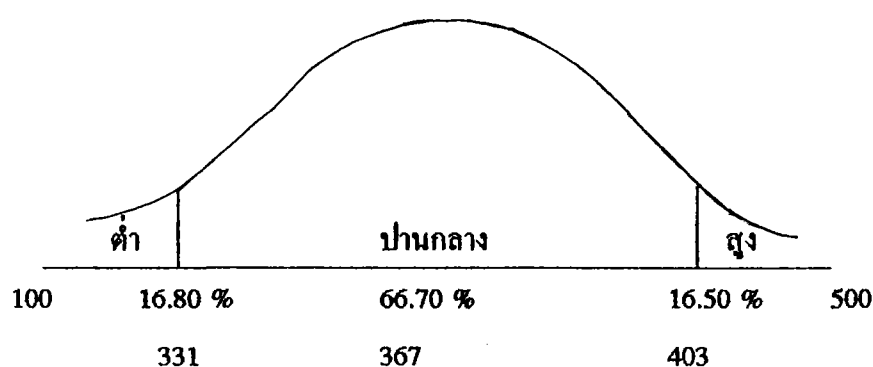
ระดับความพึงพอใจ	ชาย	หญิง
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)
ต่ำ	4 (2.50)	4 (1.30)
ปานกลาง	96 (60.80)	184 (59.90)
สูง	58 (36.70)	119 (38.80)
รวม	158 (100.00)	307 (100.00)

จากตาราง 9 พบว่านักศึกษาส่วนใหญ่มีความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมทางสังคมอยู่ในระดับปานกลาง กล่าวคือ นักศึกษาชาย มีจำนวน 96 คน คิดเป็นร้อยละ 60.80 นักศึกษาหญิง มีจำนวน 184 คน คิดเป็นร้อยละ 59.90 รองลงมานักศึกษามีความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมทางสังคมอยู่ในระดับสูง นักศึกษาชาย มีจำนวน 58 คน คิดเป็นร้อยละ 36.70 นักศึกษาหญิง มีจำนวน 119 คน คิดเป็นร้อยละ 38.80 และนักศึกษามีความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมทางสังคมในระดับต่ำน้อยที่สุด กล่าวคือ ในนักศึกษาชาย มีจำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 2.50 นักศึกษาหญิง มีจำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 1.30

ตาราง 10 ความสุขสมบูรณ์โดยรวมของนักศึกษา จำแนกตามคะแนนของระดับความสุขสมบูรณ์และจำนวนนักศึกษา

ระดับความสุขสมบูรณ์	ช่วงคะแนน	จำนวน	ร้อยละ
ต่ำ	100 - 331	78	16.80
ปานกลาง	332 - 402	310	66.70
สูง	403 - 500	77	16.50
รวม		465	100.00

จากตาราง 10 พบว่าความสุขสมบูรณ์โดยรวมของนักศึกษาแบ่งเป็น 3 ระดับ ได้แก่ ความสุขสมบูรณ์ระดับต่ำ ช่วงคะแนน 100-331 มีนักศึกษา จำนวน 78 คน คิดเป็นร้อยละ 16.80 ความสุขสมบูรณ์ระดับปานกลาง ช่วงคะแนน 332-402 มีนักศึกษา จำนวน 310 คน คิดเป็นร้อยละ 66.70 และความสุขสมบูรณ์ระดับสูง ช่วงคะแนน 403-500 มีนักศึกษา จำนวน 77 คน คิดเป็นร้อยละ 16.50 ผลของการวิเคราะห์คะแนนความสุขสมบูรณ์โดยรวมสามารถเสนอ ในลักษณะของพื้นที่ได้ดังปกติ ดังภาพประกอบ 3



ภาพประกอบ 3 แสดงพื้นที่ใต้โค้งของคะแนนความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษา ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต ปีการศึกษา 2540

ส่วนที่ 4 ข้อมูลความสุขสมบูรณ์โดยรวมและในแต่ละด้านทั้ง 6 ด้าน ของนักศึกษา

ตาราง 11 ความสุขสมบูรณ์ด้านร่างกายของนักศึกษา จำแนกเป็นรายข้อและโดยรวม

ความสุขสมบูรณ์ด้านร่างกาย	$\bar{X}$	S
1. ข้าพเจ้าออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่องจริงเอางังได้เหงื่อ (ใช้เวลาประมาณ 20-30 นาที อย่างน้อย 3 ครั้ง/สัปดาห์)	2.23	1.21
2. ข้าพเจ้าใช้วิธีการเดินขึ้นลงบันไดแทนการใช้ลิฟท์ภายในอาคารทุกครั้ง (ถ้าไม่มีลิฟท์จึงตอบเลข 5)	3.86	1.41
3. ข้าพเจ้าพยายามเดิน (หรือถีบจักรยาน) แทนการใช้ยานพาหนะในการไปไหนมาไหนในมหาวิทยาลัยทุกครั้ง	3.63	1.52
4. ข้าพเจ้าถือว่าการออกกำลังกายเป็นส่วนหนึ่งของการใช้ชีวิตที่ไม่รบกวนเวลาการทำกิจกรรมอื่น	3.53	1.20
5. เมื่อข้าพเจ้าไม่สบาย ข้าพเจ้าจะหลีกเลี่ยงการออกกำลังกายที่หักโหมรุนแรง	3.96	1.19
6. ข้าพเจ้าหลีกเลี่ยงการกินอาหารที่มีไขมันสูง (รวมทั้งอาหารทอดของหวาน)	2.78	1.10
7. ข้าพเจ้ากินอาหารประเภทจานด่วน (Fast Food) และของว่าง ตัวอย่างเช่น มันฝรั่งทอด แซมเบอร์เกอร์ น้อยกว่า 1 ครั้ง/สัปดาห์	3.14	1.47
8. ข้าพเจ้าตั้งใจกินอาหารที่มีกากและเส้นใยทุกมื้อ (ข้าวซ้อมมือ ถั่วเมล็ด ผลไม้)	3.48	1.17
9. ข้าพเจ้าพยายามรักษาระดับน้ำหนักให้อยู่ในเกณฑ์สมมูลกับส่วนสูงและเพศ	3.34	1.30
10. ข้าพเจ้ารับประทานผักสด และ/หรือผลไม้ทุกมื้อ	3.51	1.04
11. ข้าพเจ้าเก็บรักษาสมุดบันทึกสุขภาพหรือบัตรโรงพยาบาลไว้ อย่างดี	2.75	1.25
12. ข้าพเจ้าตรวจดูส่วนของร่างกาย (ตรวจเต้านม/ลูกอัณฑะ) เป็นประจำทุกเดือน	2.32	1.24
13. ข้าพเจ้าพยายามหลีกเลี่ยงจากควันบุหรี่หรือควันพิษจากเครื่องยนต์	4.09	1.07

ตาราง 11 (ต่อ)

ความสมบูรณ์ด้านร่างกาย	$\bar{X}$	S
14. เมื่อข้าพเจ้าเจ็บป่วย ก่อนใช้ยาข้าพเจ้าจะศึกษาสรรพคุณของยา และวิธีการใช้ทุกครั้ง	4.32	0.91
15. ข้าพเจ้าดื่มน้ำวันละ 6-8 แก้วทุกวัน	3.84	1.04
16. ข้าพเจ้าทำความสะอาดฟันอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง	4.68	0.69
17. ข้าพเจ้าออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ	2.72	1.22
18. ข้าพเจ้าหาโอกาสไปรับอากาศบริสุทธิ์ในทุ่งนาป่าหรือชายทะเล อย่างน้อยเดือนละครั้ง	2.61	1.30
19. ข้าพเจ้าคอยระวังรักษาระดับของความดันโลหิตให้อยู่ในระดับที่เหมาะสม คือประมาณ 80/130 มิลลิเมตรปรอท (ถ้าไม่เคยวัด หรือจำผลการวัดไม่ได้ จงตอบเลข 1)	1.72	1.15
20. ข้าพเจ้าคอยรักษาคอเลสเตอรอลในโลหิตให้อยู่ในระดับที่เหมาะสม คือต่ำกว่า 200 มิลลิกรัม/เดซิลิตร (ถ้าไม่เคยตรวจ หรือจำผลวัดไม่ได้ จงตอบเลข 1)	1.46	1.02
21. ข้าพเจ้าไม่จับชี่ยานพาหนะขณะที่เสฟสุรา หรือสารมึนเมา (ถ้าไม่ได้จับรถ จงตอบเลข 5)	4.63	1.02
22. ข้าพเจ้าไม่นั่งในยานพาหนะที่คนขับเสฟสุรา	4.15	1.12
23. ข้าพเจ้าใช้รถใช้ถนนโดยรักษากฎจราจร	4.31	0.83
24. ข้าพเจ้ารัดเข็มขัดนิรภัยทุกครั้งที่นั่งรถยนต์ที่มีเข็มขัดนิรภัย	4.02	1.14
25. ข้าพเจ้าแจ้งผู้รับผิดชอบเมื่อพบเห็นสิ่งทีอาจก่อให้เกิดอุบัติเหตุ เช่น สายไฟชำรุด กิ่งไม้ที่หักจะหัก	2.44	1.09
26. ข้าพเจ้ามีความสุขอยู่ได้โดยไม่ต้องอาศัยยาหรือสิ่งเสพติด	4.80	0.73
27. ข้าพเจ้าหักท่วงเพื่อนหรือผู้อื่นเมื่อพบว่าเขากำลังจะทำสิ่งที่เสี่ยงต่ออุบัติเหตุ เช่น ขับรถเร็ว โดยไม่ใช้สะพานลอย	3.66	1.05
28. ข้าพเจ้าหลีกเลี่ยงการใช้จ่ายหรือสารเคมีที่อาจเป็นอันตราย เช่น ยาฆ่าแมลง	4.34	0.88

ตาราง 11 (ต่อ)

ความสุขสมบูรณ์ด้านร่างกาย	$\bar{X}$	S
29. ทุกครั้งที่ต้องใช้หรือเกี่ยวข้องกับสารเคมีหรือเครื่องใช้ที่ต้องการความปลอดภัย ข้าพเจ้าจะปฏิบัติตามคำแนะนำอย่างเคร่งครัด	4.56	0.70
30. ข้าพเจ้าสวมหมวกนิรภัยทุกครั้งที่ขับขี่หรือซ้อนท้ายรถจักรยานยนต์ (ถ้าไม่เคยขับขี่หรือซ้อนท้ายรถจักรยานยนต์ จงตอบเลข 5)	3.74	1.30
คะแนนเฉลี่ยของความสุขสมบูรณ์ด้านร่างกาย	3.49	0.39

จากตาราง 11 พบว่าความสุขสมบูรณ์ด้านร่างกายของนักศึกษาโดยรวมมีคะแนนเฉลี่ย 3.49 โดยมีข้อที่มีคะแนนเฉลี่ยสูงสุด ได้แก่ ข้าพเจ้ามีความสุขอยู่ได้โดยไม่ต้องอาศัยยาหรือถึงแพทย์คิด คะแนนเฉลี่ย 4.80 และข้อที่มีคะแนนเฉลี่ยต่ำสุด ได้แก่ ข้าพเจ้าคอยรักษาคอเลสเทอรอลในโลหิตให้อยู่ในระดับที่เหมาะสมคือ ต่ำกว่า 200 มิลลิกรัม/เดซิลิตร คะแนนเฉลี่ย 1.46

ตาราง 12 ความสุขสมบูรณ์ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมของนักศึกษา จำแนกเป็นรายข้อและโดยรวม

ความสุขสมบูรณ์ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม	$\bar{X}$	S
1. เพื่อประหยัดไฟฟ้า ข้าพเจ้าปิดไฟและถอดปลั๊กไฟทุกครั้ง เมื่อไม่ใช่เครื่องไฟฟ้า	4.12	0.89
2. ข้าพเจ้าหลีกเลี่ยงการซื้ออาหารที่บรรจุด้วยกล่องโฟม	2.99	1.00
3. ข้าพเจ้าทิ้งขยะในถังหรือที่ทิ้งขยะทุกครั้ง	4.54	0.71
4. ข้าพเจ้ารักษาความสะอาดของห้องสุขาทุกครั้งที่ใช้	4.64	0.64
5. เมื่อไปซื้อของ ข้าพเจ้าหิ้วถุงหรือตะกร้าไปจากบ้านเพื่อที่จะ ไม่ต้องรับถุงพลาสติกจากร้านค้า	2.02	1.03
6. ข้าพเจ้าไม่เปิดก๊อกน้ำทิ้งไว้ขณะแปรงฟัน โกนหนวด หรือ เช็ดรด	3.97	1.12
7. ข้าพเจ้าพยายามใช้ของซ้ำอีก (recycle) เช่น กระดาษ ถุงพลาสติก แก้ว ฯลฯ	4.05	0.96
8. ข้าพเจ้าไม่ทำลายสิ่งแวดล้อมในสถานศึกษา	4.43	0.68
9. ข้าพเจ้าไม่คุยเสียงดังรบกวนผู้อื่น เมื่ออยู่ในห้องเรียน ห้องสมุด และที่สาธารณะ	3.74	0.89
10. ข้าพเจ้าซื้อแต่สินค้าที่ใช้วัสดุที่ใช้ซ้ำ (recycle) ทุกครั้งที่สามารถ จะทำได้	3.04	0.98
11. ข้าพเจ้าปฏิบัติตนต่อผู้อื่นโดยเสมอหน้ากัน	3.85	0.92
12. ข้าพเจ้าปฏิบัติตนให้เป็นที่น่าเชื่อถือของกลุ่มเพื่อน คนใน ครอบครัว อาจารย์และบุคคลทั่วไป	3.85	0.84
13. ข้าพเจ้าใช้และยอมรับความคิดเห็นของคนอื่น และใช้วิธีการ ประนีประนอม เมื่อมีความขัดแย้ง	4.14	0.80
14. ข้าพเจ้าใช้ความคิดริเริ่มในทางสร้างสรรค์ให้เกิดประโยชน์ ต่อส่วนรวม	3.61	0.87
15. ข้าพเจ้าใช้สิทธิในการเลือกตั้งทุกครั้ง รวมทั้งผู้แทนคณะ มหาวิทยาลัย หรือผู้แทนราษฎร	3.34	1.20

ตาราง 12 (ต่อ)

ความสุขสมบูรณ์ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม	$\bar{X}$	S
16. ข้าพเจ้าพยายามหาเวลาพักผ่อนกับครอบครัวและเพื่อน ๆ	4.13	0.88
17. ข้าพเจ้าช่วยเหลือผู้อื่น โดยเฉพาะผู้ที่ต้องการความช่วยเหลือ	3.88	0.83
18. เมื่อพบเห็นสิ่งทีอาจเป็นอันตรายทั้งต่อตนเองและผู้อื่น ข้าพเจ้า จะหาวิธีแก้ไขสถานการณ์ต่าง ๆ ด้วยวิธีการต่าง ๆ	3.74	0.86
19. ข้าพเจ้าสละเวลาหรือเงินเพื่อช่วยเหลือสังคม (อย่างน้อยให้แก่ หนึ่งองค์การ)	3.39	0.96
20. ข้าพเจ้าเข้าร่วมกิจกรรมทั้งในระดับคณะและระดับมหาวิทยาลัย	3.16	1.08
คะแนนเฉลี่ยความสุขสมบูรณ์ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม	3.73	0.43

จากตาราง 12 พบว่าความสุขสมบูรณ์ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมของนักศึกษาโดยรวมมีคะแนนเฉลี่ย 3.73 โดยมีข้อที่คะแนนเฉลี่ยสูงสุด ได้แก่ ข้าพเจ้ารักษาความสะอาดของห้องสุขาทุกครั้งที่ใช้ คะแนนเฉลี่ย 4.64 และข้อที่มีคะแนนเฉลี่ยต่ำสุดได้แก่ เมื่อไปซื้อของข้าพเจ้าหิ้วถุงหรือตะกร้าไปจากบ้านเพื่อที่จะไม่ต้องรับถุงพลาสติกจากร้านค้า คะแนนเฉลี่ย 2.02

ตาราง 13 ความสุขสมบูรณ์ด้านอารมณ์และเพศสัมพันธ์ของนักศึกษา จําแนกเป็นรายข้อและโดยรวม

ความสุขสมบูรณ์ด้านเพศสัมพันธ์และอารมณ์	$\bar{X}$	S
1. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าคุณเองไม่ได้ใช้เวลาหมกมุ่นอยู่กับเรื่องของเพศสัมพันธ์	4.00	1.13
2. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าตนเองมีเจตคติที่ดีต่อเรื่องเพศสัมพันธ์	3.60	0.97
3. ข้าพเจ้ารู้สึกว่า การคบเพื่อนของตนเองอยู่ในภาวะที่ปกติ คือ ไม่คิดเพื่อน ไม่พึ่งพาเพื่อนตลอดเวลา	3.86	1.01
4. ข้าพเจ้าสามารถคบกับคนทั่วไปได้โดยไม่แบ่งแยกเพศและชนชั้น	4.25	0.85
5. ความต้องการด้านเพศสัมพันธ์ของข้าพเจ้าอยู่ในระดับไม่ก่อให้เกิดความยุ่งยากต่อการดำรงชีวิต	4.42	0.81
6. ข้าพเจ้ายอมรับได้เมื่อต้องพุดคุยหรือเกี่ยวข้องกับผู้ที่มีความเข้าใจเกี่ยวกับเพศสัมพันธ์แตกต่างกับข้าพเจ้า	4.11	0.85
7. ข้าพเจ้าสามารถให้ความรักผู้อื่นได้โดยไม่หวังให้ผู้นั้นรักตอบ	3.92	0.97
8. ข้าพเจ้ามีความสัมพันธ์ที่ดีกับสมาชิกเพศชายในครอบครัว เช่น พ่อ พี่-น้องชาย (ถ้าไม่มี จงตอบเลข 1)	4.31	1.00
9. ข้าพเจ้ามีความสัมพันธ์ที่ดีกับสมาชิกเพศหญิงในครอบครัว เช่น แม่ พี่-น้องสาว (ถ้าไม่มี จงตอบเลข 1)	4.57	0.80
10. เมื่อมีเพศสัมพันธ์ หรือถ้าจะมีในอนาคต ข้าพเจ้าจะระมัดระวังตัว ป้องกันการแพร่กระจายหรือรับเชื้อโรคที่ถ่ายทอดทางเพศสัมพันธ์	4.78	0.51
11. ข้าพเจ้าแสดงอารมณ์โกรธโดยระมัดระวังไม่ให้ผู้อื่นสะเทือนใจ	3.81	1.02
12. ข้าพเจ้าสามารถพุดปฏิเสธได้โดยที่ตนเองไม่รู้สึกว่า เป็นความผิดแต่อย่างใด	3.03	1.05
13. ข้าพเจ้าตัดสินใจในเรื่องต่าง ๆ ได้โดยรู้สึกกดดันหรือวิตกกังวลน้อยมาก	3.08	1.06
14. ข้าพเจ้าทำกิจวัตรประจำวันโดยไม่รู้สึกเร่งรีบจนเกินเหตุ	3.56	0.98
15. ข้าพเจ้าพยายามหาเวลาผ่อนคลายอารมณ์ให้ได้ทุกวัน	3.98	0.90

ตาราง 13 (ต่อ)

ความสุขสมบูรณ์ด้านเพศสัมพันธ์และอารมณ์	$\bar{X}$	S
16. ข้าพเจ้าจะเรียนรู้เมื่อตนเองกระทำผิดโดยไม่โทษตนเองหรือผู้อื่น	3.69	0.91
17. ข้าพเจ้าตั้งเป้าหมายชีวิตที่เป็นไปได้จริง ไม่เพ้อฝัน	3.82	0.88
18. ข้าพเจ้าสามารถทำร่างกายและจิตใจให้ผ่อนคลายได้โดยไม่จำเป็นต้องใช้ยาหรือดื่มสุรา	4.71	0.66
19. ข้าพเจ้ารับผิดชอบต่อการกระทำทุกอย่างของตนเองโดยไม่เกิดความเครียด	3.79	0.92
20. ข้าพเจ้ารับผิดชอบต่อทุกสิ่งที่เป็นผลมาจากการแสดงอารมณ์ของตนเอง	3.96	0.84
คะแนนเฉลี่ยความสุขสมบูรณ์ด้านอารมณ์และเพศสัมพันธ์	3.96	0.43

จากตาราง 13 พบว่าความสุขสมบูรณ์ด้านอารมณ์และเพศสัมพันธ์ของนักศึกษาโดยรวมรวมคะแนนเฉลี่ย 3.96 โดยข้อที่มีคะแนนเฉลี่ยสูงสุด ได้แก่ เมื่อมีเพศสัมพันธ์หรือถ้าจะมีในอนาคต ข้าพเจ้าจะระมัดระวังตัวป้องกันการแพร่กระจายหรือรับเชื้อโรคที่ถ่ายทอดทางเพศสัมพันธ์ คะแนนเฉลี่ย 4.78 และข้อที่มีคะแนนเฉลี่ยต่ำสุด ได้แก่ ข้าพเจ้าสามารถพูดปฏิเสธได้โดยที่ตนเองไม่รู้สึกรู้ว่าเป็นความผิดแต่อย่างใด และคะแนนเฉลี่ย 3.03

ตาราง 14 ความสุขสมบูรณ์ด้านสติปัญญาของนักศึกษา จำแนกเป็นรายข้อและโดยรวม

ความสุขสมบูรณ์ด้านสติปัญญา	$\bar{X}$	S
1. ข้าพเจ้าคอยติดตามประเด็นทางสังคมและการเมือง	3.22	1.05
2. ข้าพเจ้าสนใจที่จะเรียนรู้เกี่ยวกับการค้นพบทางวิทยาศาสตร์	3.44	1.05
3. ข้าพเจ้าพยายามพัฒนาทักษะด้านการเขียนและการพูด	3.55	0.93
4. ข้าพเจ้าพยายามหาโอกาสที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ	4.04	0.82
5. ข้าพเจ้าไปชมพิพิธภัณฑ์ นิทรรศการ สวนสัตว์ หรือละคร และคอนเสิร์ตอย่างน้อย 3 ครั้งต่อปี	3.11	1.37
6. ข้าพเจ้าดูรายการการศึกษาทางโทรทัศน์	3.08	1.19
7. ข้าพเจ้าสมัครเข้าโครงการการศึกษาต่อเนื่องที่เกี่ยวข้องกับวิชาชีพ	2.28	1.08
8. ข้าพเจ้าอ่านหนังสือพิมพ์ นิตยสารและหนังสือต่าง ๆ	4.08	0.92
9. ข้าพเจ้ารวบรวมข้อมูลจากหลายแหล่งก่อนการตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องสำคัญ ๆ	3.91	0.83
10. ข้าพเจ้าสนใจที่จะทำความเข้าใจกับแนวคิดของผู้อื่น	4.02	0.75
คะแนนเฉลี่ยความสุขสมบูรณ์ด้านสติปัญญา	3.47	0.59

จากตาราง 14 พบว่าความสุขสมบูรณ์ด้านสติปัญญาของนักศึกษาโดยรวมคะแนนเฉลี่ย 3.47 โดยมีข้อที่คะแนนเฉลี่ยสูงสุด ได้แก่ ข้าพเจ้าอ่านหนังสือพิมพ์ นิตยสารและหนังสือต่าง ๆ คะแนนเฉลี่ย 4.08 และข้อที่มีคะแนนเฉลี่ยต่ำสุด ได้แก่ ข้าพเจ้าสมัครเข้าโครงการการศึกษาต่อเนื่องที่เกี่ยวข้องกับวิชาชีพ คะแนนเฉลี่ย 2.28

ตาราง 15 ความสุขสมบูรณ์ด้านการงานอาชีพ (การเรียนรู้) ของนักศึกษา จำแนกเป็นรายข้อ และโดยรวม

ความสุขสมบูรณ์ด้านการงานอาชีพ (การเรียนรู้)	$\bar{X}$	S
1. ข้าพเจ้ามีความสุขกับการเรียน	3.73	0.85
2. ข้าพเจ้าพยายามหาโอกาสที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ จากการเรียน	3.86	0.87
3. การเรียนของข้าพเจ้ามีสิ่งที่ทำท่าย่อยพอประมาณ	3.86	0.85
4. ข้าพเจ้ามีวิธีการเรียนที่น่าพึงพอใจ	3.30	0.95
5. ข้าพเจ้ามุ่งความก้าวหน้าในการเรียน	4.29	0.79
6. ข้าพเจ้าสามารถจัดแบ่งเวลาให้เหมาะสมระหว่างการใช้เวลาเพื่อการเรียนกับการพักผ่อน	3.36	0.91
7. ข้าพเจ้าพึงพอใจกับความสามารถในการจัดการและควบคุมภาระการเรียนของตน	3.23	0.98
8. การใช้ชีวิตในการเรียนกับค่านิยมของข้าพเจ้าไปด้วยกันได้เป็นอย่างดี	3.72	0.88
9. ข้าพเจ้าสามารถเรียนได้ในสภาพแวดล้อมที่กดดันต่าง ๆ	2.97	1.01
10. ข้าพเจ้ารับผิดชอบในการเรียนอย่างสม่ำเสมอ	3.55	0.96
คะแนนเฉลี่ยความสุขสมบูรณ์ด้านการงานอาชีพ (การเรียนรู้)	3.59	0.60

จากตาราง 15 พบว่าความสุขสมบูรณ์ด้านการงานอาชีพ (การเรียนรู้) ของนักศึกษา โดยรวมมีค่าคะแนนเฉลี่ย 3.59 โดยมีข้อที่คะแนนเฉลี่ยสูงสุด ได้แก่ ข้าพเจ้ามุ่งความก้าวหน้าในการเรียน มีคะแนนเฉลี่ย 4.29 และข้อที่มีคะแนนเฉลี่ยต่ำสุด ได้แก่ ข้าพเจ้าสามารถเรียนได้ในสภาพแวดล้อมที่กดดันต่าง ๆ โดยมีคะแนนเฉลี่ย 2.97

ตาราง 16 ความสุขสมบูรณ์ด้านจิตวิญญาณของนักศึกษา จำแนกเป็นรายข้อและโดยรวม

ความสุขสมบูรณ์ด้านจิตวิญญาณ	$\bar{X}$	S
1. ข้าพเจ้ารู้สึกกว่าชีวิตของข้าพเจ้ามีจุดมุ่งหมายที่ดี	3.95	0.95
2. ข้าพเจ้าจะใช้เวลาช่วงหนึ่งของแต่ละวันสำหรับการสวดมนต์ ทำสมาธิ และหรือพิจารณาตน	2.68	1.25
3. การดำเนินชีวิตประจำวันของข้าพเจ้าเป็นไปตามค่านิยมส่วนตัว ไม่มีผู้อื่นที่มีอิทธิพลครอบงำ	3.72	0.95
4. ข้าพเจ้ายึดถือ “ความเป็นตัวของตัวเอง” เป็นสิ่งนำชีวิตรมากกว่าที่จะเป็นไปตามความคาดหวังของผู้อื่น	3.99	0.88
5. ข้าพเจ้าให้ความสำคัญในเรื่องเกี่ยวกับมนุษยธรรม	4.28	0.75
6. ความตระหนักรู้เกี่ยวกับจริยธรรมของข้าพเจ้ามีอยู่ทุกช่วงเวลา ไม่ได้เกิดเฉพาะเวลาวิกฤติ	4.07	0.80
7. การใช้เวลาร่างของข้าพเจ้าเป็นไปตามค่านิยมของตน ไม่ใช่เพราะทำตามผู้อื่น	4.06	0.85
8. ข้าพเจ้ายอมรับค่านิยมและความเชื่อผู้อื่นได้ แม้ค่านิยมนั้นจะแตกต่างจากของตนเอง	3.88	0.84
9. ข้าพเจ้าสามารถพูดคุยเกี่ยวกับความตายของตนเองกับครอบครัวและเพื่อน ๆ ได้	3.63	1.18
10. ข้าพเจ้ารู้สึกกว่าความเชื่อและการปฏิบัติตนของข้าพเจ้าเป็นสิ่งที่ยอมรับได้ในชีวิตจริง	4.12	0.78
คะแนนเฉลี่ยความสุขสมบูรณ์ด้านจิตวิญญาณ	3.84	0.54

จากตาราง 16 พบว่าความสุขสมบูรณ์ด้านจิตวิญญาณของนักศึกษาโดยรวม มีคะแนนเฉลี่ย 3.84 ข้อที่มีคะแนนเฉลี่ยสูงสุด ได้แก่ ข้าพเจ้าให้ความสำคัญในเรื่องเกี่ยวกับมนุษยธรรม โดยมีคะแนนเฉลี่ย 4.28 และข้อที่มีค่าคะแนนเฉลี่ยต่ำสุด ได้แก่ ข้าพเจ้าจะใช้เวลาช่วงหนึ่งของแต่ละวันสำหรับการสวดมนต์ ทำสมาธิ และหรือพิจารณาตน โดยมีคะแนนเฉลี่ย 2.68

ตาราง 17 ความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษา จำแนกเป็นรายด้านและโดยรวม

ความสุขสมบูรณ์	$\bar{X}$	S
ด้านร่างกาย	3.49	0.39
ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม	3.73	0.43
ด้านอารมณ์และเพศสัมพันธ์	3.96	0.43
ด้านสติปัญญา	3.47	0.59
ด้านการงานอาชีพ (การเรียน)	3.59	0.60
ด้านจิตวิญญาณ	3.84	0.54
ความสุขสมบูรณ์โดยรวม	3.68	0.36

จากตาราง 17 พบว่าความสุขสมบูรณ์โดยรวมของนักศึกษา คะแนนเฉลี่ย 3.68 โดยความสุขสมบูรณ์ด้านอารมณ์และเพศสัมพันธ์มีคะแนนเฉลี่ยสูงสุด โดยมีคะแนนเฉลี่ย 3.96 และพบว่าความสุขสมบูรณ์ด้านสติปัญญา มีคะแนนเฉลี่ยต่ำสุด โดยมีคะแนนเฉลี่ย 3.47

ตาราง 18 ความสุขสมบูรณ์โดยรวมของนักศึกษา จำแนกตามเพศ

เพศ	ความสุขสมบูรณ์โดยรวม						รวม	
	ระดับต่ำ		ระดับปานกลาง		ระดับสูง			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ชาย	25	15.80	112	70.90	21	13.30	158	34.00
หญิง	53	17.30	198	64.50	56	18.20	307	66.00
รวม	78	16.80	310	66.70	77	16.50	465	100.00

จากตาราง 18 จากการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเพศกับความสุขสมบูรณ์โดยรวมของนักศึกษา พบว่า

1. นักศึกษาชายส่วนใหญ่มีความสุขสมบูรณ์โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 112 คน คิดเป็นร้อยละ 70.90 และมีความสุขสมบูรณ์โดยรวมในระดับต่ำมากกว่าในระดับสูง โดยความสุขสมบูรณ์โดยรวมในระดับต่ำ จำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 15.80 และในระดับสูง จำนวน 21 คน คิดเป็นร้อยละ 13.30

2. นักศึกษาหญิงส่วนใหญ่มีความสุขสมบูรณ์โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 198 คน คิดเป็นร้อยละ 64.50 และมีความสุขสมบูรณ์โดยรวมในระดับต่ำน้อยกว่าในระดับสูง โดยความสุขสมบูรณ์โดยรวมในระดับต่ำ จำนวน 53 คน คิดเป็นร้อยละ 17.30 และในระดับสูง จำนวน 56 คน คิดเป็นร้อยละ 18.20

ตาราง 19 ความสุขสมบูรณ์โดยรวมของนักศึกษา จำแนกตามสาขาวิชาที่ศึกษา

สาขาวิชา	ความสุขสมบูรณ์โดยรวม						รวม	
	ระดับต่ำ		ระดับปานกลาง		ระดับสูง			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
มนุษยศาสตร์	11	21.60	30	58.80	10	19.60	51	11.00
สังคมศาสตร์	24	12.50	137	71.40	31	16.10	192	41.30
วิทยาศาสตร์-สุขภาพ	18	17.50	68	66.00	17	16.50	103	22.20
วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	25	21.00	75	63.00	19	16.00	119	25.50
รวม	78	16.80	310	66.70	77	16.50	465	100.00

จากตาราง 19 จากการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสาขาวิชาที่ศึกษากับความสุขสมบูรณ์โดยรวมของนักศึกษา พบว่า

1. สาขาวิชาสังคมศาสตร์ มีความสุขสมบูรณ์โดยรวมในระดับปานกลางมากที่สุด จำนวน 137 คน คิดเป็นร้อยละ 71.40 และสาขาวิชามนุษยศาสตร์ มีความสุขสมบูรณ์ในระดับปานกลางน้อยที่สุด จำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 58.80
2. สาขาวิชามนุษยศาสตร์ มีความสุขสมบูรณ์โดยรวมในระดับต่ำมากที่สุด จำนวน 11 คน คิดเป็นร้อยละ 21.60 และสาขาวิชาสังคมศาสตร์ มีความสุขสมบูรณ์โดยรวมในระดับต่ำน้อยที่สุด จำนวน 24 คน คิดเป็นร้อยละ 12.50
3. สาขาวิชามนุษยศาสตร์ มีความสุขสมบูรณ์โดยรวมในระดับสูงมากที่สุด จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 19.60 และสาขาวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มีความสุขสมบูรณ์โดยรวมในระดับสูงน้อยที่สุด จำนวน 19 คน คิดเป็นร้อยละ 16.00

ตาราง 20 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนความสุขสมบูรณ์โดยรวมกับคะแนนความสุขสมบูรณ์รายด้านทั้ง 6 ด้าน โดยแสดงในรูปของเมตริกสหสัมพันธ์ (Correlation matrix)

ความสุขสมบูรณ์	ความสุขสมบูรณ์					
	ด้าน	ร่างกาย	สังคม และ สิ่งแวดล้อม	อารมณ์ และเพศ สัมพันธ์	สติปัญญา	การทำงาน อาชีพ (การเรียน)
ร่างกาย		1.000				
สังคมและสิ่งแวดล้อม		.581***	1.000			
อารมณ์และเพศสัมพันธ์		.516***	.586***	1.000		
สติปัญญา		.461***	.519***	.451***	1.000	
การทำงานอาชีพ (การเรียน)		.383***	.455***	.478***	.495***	1.000
จิตวิญญาณ		.417***	.584***	.595***	.472***	.529***
โดยรวม		.801***	.821***	.799***	.708***	.683***

จากตาราง 20 เมื่อพิจารณาสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนความสุขสมบูรณ์โดยรวมกับคะแนนความสุขสมบูรณ์รายด้านทั้ง 6 ด้าน ได้แก่ ความสุขสมบูรณ์ด้านร่างกาย ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม ด้านอารมณ์และเพศสัมพันธ์ ด้านสติปัญญา ด้านการทำงานอาชีพ (การเรียน) และด้านจิตวิญญาณ พบว่า ความสุขสมบูรณ์โดยรวมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขสมบูรณ์ในด้านต่าง ๆ ทุกด้านทั้ง 6 ด้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ความสุขสมบูรณ์ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมมีค่าความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์โดยรวมสูงสุด เท่ากับ .821

ความสุขสมบูรณ์ด้านการงานอาชีพ (การเรียน) มีค่าความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์โดยรวมต่ำสุด เท่ากับ .683

ส่วนที่ 5 ผลการทดสอบสมมติฐานหาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรตามและตัวแปรอิสระ

สมมติฐานที่ 1 : เพศมีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาโดยรวมและในแต่ละด้านทั้ง 6 ด้าน

วิธีทดสอบความสัมพันธ์ใช้การทดสอบสถิติไค-สแควร์ (Chi-square)

ตาราง 21 ความสัมพันธ์ระหว่างเพศกับความสุขสมบูรณ์โดยรวมและรายด้านของนักศึกษา

ความสุขสมบูรณ์	χ^2	df	P-value
- โดยรวม	2.31	2	.315
- รายด้าน			
- ด้านร่างกาย	1.75	2	.428
- ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม	.95	2	.622
- ด้านอารมณ์และเพศสัมพันธ์	.86	2	.659
- ด้านสติปัญญา	1.74	2	.429
- ด้านการงานอาชีพ (การเรียน)	3.27	2	.195
- ด้านจิตวิญญาณ	.19	2	.911

(P < .05)

จากตาราง 21 ทดสอบสมมติฐานที่ 1 พบว่าเพศไม่มีความสัมพันธ์กับความสมบูรณ์ของนักศึกษาโดยรวมและในแต่ละด้านทั้ง 6 ด้าน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 1 ที่ว่า เพศมีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาโดยรวมและในแต่ละด้านทั้ง 6 ด้าน

สมมติฐานที่ 2 : สาขาวิชาที่ศึกษามีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษา
โดยรวม และในแต่ละด้านทั้ง 6 ด้าน

วิธีทดสอบความสัมพันธ์ ใช้การทดสอบสถิติไค-สแควร์ (Chi-square)

ตาราง 22 ความสัมพันธ์ระหว่างสาขาวิชาที่ศึกษากับความสุขสมบูรณ์โดยรวมและรายด้านของ
นักศึกษา

ความสุขสมบูรณ์	χ^2	df	P-value
- โดยรวม	5.77	6	.449
- รายด้าน			
- ด้านร่างกาย	6.38	6	.382
- ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม	2.23	6	.898
- ด้านอารมณ์และเพศสัมพันธ์	7.48	6	.279
- ด้านสติปัญญา	6.23	6	.398
- ด้านการงานอาชีพ (การเรียน)	15.19	6	.019
- ด้านจิตวิญญาณ	13.55	6	.035

(P < .05)

จากตาราง 22 ทดสอบสมมติฐานที่ 2 พบว่า สาขาวิชาที่ศึกษามีความสัมพันธ์ทางบวก
กับความสุขสมบูรณ์ด้านการงานอาชีพ (การเรียน) และด้านจิตวิญญาณอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
ที่ระดับ .05 แต่ไม่มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์โดยรวมและความสุขสมบูรณ์ด้านร่างกาย
ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม ด้านอารมณ์และเพศสัมพันธ์ และด้านสติปัญญา ซึ่งไม่สอดคล้อง
กับสมมติฐานที่ 2 ที่ว่า สาขาวิชาที่ศึกษามีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์โดยรวมและในแต่ละ
ด้านทั้ง 6 ด้าน

สมมติฐานที่ 3 : ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนมีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาโดยรวมและในแต่ละด้านทั้ง 6 ด้าน

วิธีการทดสอบความสัมพันธ์ใช้การทดสอบสถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation Coefficient) แล้วเปรียบเทียบค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ว่าตัวแปรคู่ใดมีความสัมพันธ์สูงกว่ากัน

ตาราง 23 ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนกับความสุขสมบูรณ์โดยรวมและในแต่ละด้านทั้ง 6 ด้าน ของนักศึกษาเพื่อทดสอบสมมติฐานที่ 3

ความสุขสมบูรณ์	จำนวน	สัมประสิทธิ์ สหสัมพันธ์ (r)	P-value
- โดยรวม	465	.288	.001
- รายด้าน			
- ด้านร่างกาย	465	.152	.001
- ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม	465	.156	.001
- ด้านอารมณ์และเพศสัมพันธ์	465	.302	.001
- ด้านสติปัญญา	465	.168	.001
- ด้านการงานอาชีพ (การเรียน)	465	.309	.001
- ด้านจิตวิญญาณ	465	.314	.001

(P < .05)

จากตาราง 23 แสดงให้เห็นว่าเมื่อพิจารณาสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนของนักศึกษากับคะแนนความสุขสมบูรณ์โดยรวมและในแต่ละด้านทั้ง 6 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม ด้านอารมณ์และเพศสัมพันธ์ ด้านสติปัญญา ด้านการงานอาชีพ (การเรียน) และด้านจิตวิญญาณ พบว่า ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขสมบูรณ์โดยรวมและในแต่ละด้านทั้ง 6 ด้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3 ที่ว่าความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนมีความ

สัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์โดยรวมและในแต่ละด้านทั้ง 6 ด้าน ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้พบว่า ความรู้เกี่ยวกับคุณค่าแห่งตนมีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ในระดับค่อนข้างต่ำ โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ เท่ากับ .288

สมมติฐานที่ 4 : ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพมีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์โดยรวมและในแต่ละด้านทั้ง 6 ด้าน

วิธีการทดสอบความสัมพันธ์ ใช้การทดสอบสถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation Coefficient) แล้วเปรียบเทียบค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ว่าตัวแปรคู่ใดมีความสัมพันธ์สูงด้วยกัน

ตาราง 24 ความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพกับความสุขสมบูรณ์โดยรวมและในแต่ละด้านทั้ง 6 ด้านของนักศึกษา เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 4

ความสุขสมบูรณ์	N	สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r)	P-value
โดยรวม	465	.099	>.05
ด้านร่างกาย	465	.093	>.05
ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม	465	.065	>.05
ด้านอารมณ์และเพศสัมพันธ์	465	.070	>.05
ด้านสติปัญญา	465	.066	>.05
ด้านการงานอาชีพ (การเรียนรู้)	465	.155	.001
ด้านจิตวิญญาณ	465	-.009	>.05

(P < .05)

จากตาราง 24 แสดงให้เห็นว่าเมื่อพิจารณาสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพของนักศึกษากับคะแนนความสุขสมบูรณ์โดยรวมและในแต่ละด้านทั้ง 6 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านสังคมและ

สิ่งแวดล้อม ด้านอารมณ์และเพศสัมพันธ์ ด้านสติปัญญา ด้านการงานอาชีพ (การเรียนรู้) และ ด้านจิตวิญญาณ พบว่า ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขสมบูรณ์ด้านการงานอาชีพ (การเรียนรู้) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เพียงด้านเดียว และไม่มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์โดยรวมและความสุขสมบูรณ์ในด้านร่างกาย ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม ด้านอารมณ์และเพศสัมพันธ์ ด้านสติปัญญา และด้านจิตวิญญาณ ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 4 ที่ว่า ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพมีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์โดยรวมและในแต่ละด้านทั้ง 6 ด้าน ผลการวิจัยครั้งนี้พบว่า ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพมีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ด้านการงานอาชีพ (การเรียนรู้) ในระดับค่อนข้างต่ำ โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ เท่ากับ .155

สมมติฐานที่ 5 : ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคม มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาโดยรวมและในแต่ละด้านทั้ง 6 ด้าน

วิธีการทดสอบความสัมพันธ์ ใช้การทดสอบสถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation Coefficient) แล้วเปรียบเทียบค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ว่า ตัวแปรคู่ใดมีความสัมพันธ์สูงกว่ากัน

ตาราง 25 ความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคม กับความสุขสมบูรณ์โดยรวมและในแต่ละด้านทั้ง 6 ด้านของนักศึกษา เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 5

ความสุขสมบูรณ์	N	สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r)	P-value
โดยรวม	465	.219	.001
ด้านร่างกาย	465	.216	.001
ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม	465	.177	.001
ด้านอารมณ์และเพศสัมพันธ์	465	.169	.001
ด้านสติปัญญา	465	.125	.001
ด้านการงานอาชีพ (การเรียน)	465	.198	.001
ด้านจิตวิญญาณ	465	.072	>.05

(P < .05)

จากตาราง 25 แสดงให้เห็นว่าเมื่อพิจารณาสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคมของนักศึกษากับคะแนนความสุขสมบูรณ์โดยรวมและในแต่ละด้านทั้ง 6 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม ด้านอารมณ์และเพศสัมพันธ์ ด้านสติปัญญา ด้านการงานอาชีพ (การเรียน) และด้านจิตวิญญาณ พบว่า ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขสมบูรณ์โดยรวมและความสุขสมบูรณ์ด้านร่างกาย ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม ด้านอารมณ์และเพศสัมพันธ์ ด้านสติปัญญา และการงานอาชีพ (การเรียน) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และไม่มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ด้านจิตวิญญาณ ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 5 ที่ว่า ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคม มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์โดยรวมและในแต่ละด้านทั้ง 6 ด้าน ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้ พบว่า ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคม มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ในระดับค่อนข้างต่ำโดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ เท่ากับ .219

สมมติฐานที่ 6 : เพศ สาขาวิชาที่ศึกษา ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน ความพึงพอใจ
ต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพและสังคม สามารถร่วมทำนายความสุขสมบูรณ์
โดยรวมและในแต่ละด้านทั้ง 6 ด้าน

วิธีการทดสอบตัวแปรที่สามารถทำนายความสุขสมบูรณ์โดยรวมและในแต่ละด้านทั้ง 6
ด้าน ใช้การทดสอบโดยวิธีถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน (Stepwise Multiple Regression Analysis)

การหากลุ่มตัวแปรพยากรณ์ที่มีนัยสำคัญในการพยากรณ์และสมการพยากรณ์ เพื่อ
ทดสอบสมมติฐานที่ 6

ตาราง 26 ผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ ในการเลือกตัวแปรพยากรณ์ความสุขสมบูรณ์โดยรวม
ของนักศึกษา

ตัวแปรพยากรณ์	B	Beta	T	Sig T
ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน (S)	.212	.272	6.210	.000
ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย ทางด้านสังคม (I)	.132	.197	4.507	.000
ค่าคงที่	2.463		16.148	.000

$$R^2 = .122 \quad F = 31.986 \quad \text{Sig. of } F = .000$$

จากตาราง 26 แสดงให้เห็นว่า ตัวแปรพยากรณ์ที่สามารถร่วมทำนายความสุขสมบูรณ์
โดยรวมของนักศึกษาได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มี 2 ตัวแปร คือ ความรู้สึกมีคุณค่า
แห่งตนและความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคมของนักศึกษา โดยมี
ความสัมพันธ์ทางบวก และมีค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์ (R^2) เท่ากับ .122 ซึ่งสามารถ
เขียนเป็นสมการพยากรณ์ได้ดังนี้

$$\text{ความสุขสมบูรณ์โดยรวม} = 2.463 + .212 (\bar{X}_S) + .132 (\bar{X}_I)$$

สมการนี้สามารถอธิบายการผันแปรของคะแนนความสุขสมบูรณ์โดยรวมของนักศึกษา
ได้ร้อยละ 12.20

ตาราง 27 ผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ ในการเลือกตัวแปรพยากรณ์ความสุขสมบูรณ์ด้านร่างกายของนักศึกษา

ตัวแปรพยากรณ์	B	Beta	T	Sig T
ความรู้สึกรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน (S)	.152	.205	4.531	.000
ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย ทางด้านสังคม (I)	.117	.135	2.999	.003
ค่าคงที่	2.544		14.592	.000

$$R^2 = .065 \quad F = 16.002 \quad \text{Sig. of } F = .000$$

จากตาราง 27 แสดงให้เห็นว่า ตัวแปรพยากรณ์ที่สามารถร่วมทำนายความสุขสมบูรณ์ด้านร่างกายของนักศึกษาได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มี 2 ตัวแปร คือ ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน และความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคม โดยมีความสัมพันธ์ทางบวก และมีค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์ (R^2) เท่ากับ .065 ซึ่งสามารถเขียนเป็นสมการพยากรณ์ได้ดังนี้

$$\text{ความสุขสมบูรณ์ด้านร่างกาย} = 2.544 + .152 (\bar{X}_S) + .117 (\bar{X}_I)$$

สมการนี้สามารถอธิบายการผันแปรของคะแนนความสุขสมบูรณ์ด้านร่างกายของนักศึกษาได้ร้อยละ 6.50

ตาราง 28 ผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ ในการเลือกตัวแปรพยากรณ์ความสุขสมบูรณ์ด้าน
สังคมและสิ่งแวดล้อมของนักศึกษา

ตัวแปรพยากรณ์	B	Beta	T	Sig T
ความรู้สึกรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน (S)	.133	.165	3.632	.0000
ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย ทางด้านสังคม (I)	.134	.142	3.128	.002
ค่าคงที่	2.796		14.671	.000

$$R^2 = .051 \quad F = 12.518 \quad \text{Sig. of } F = .000$$

จากตาราง 28 แสดงให้เห็นว่าตัวแปรพยากรณ์ที่สามารถร่วมทำนายความสุขสมบูรณ์ด้านสังคมสิ่งแวดล้อมของนักศึกษาได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มี 2 ตัวแปร คือ ความรู้สึกรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน และความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคม โดยมีความสัมพันธ์ทางบวก และมีค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์ (R^2) เท่ากับ .051 ซึ่งสามารถเขียนเป็นสมการพยากรณ์ได้ดังนี้

$$\text{ความสุขสมบูรณ์ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม} = 2.796 + .133 (\bar{X}_S) + .134 (\bar{X}_I)$$

สมการนี้สามารถอธิบายการผันแปรของคะแนนความสุขสมบูรณ์ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมของนักศึกษาได้ร้อยละ 5.10

ตาราง 29 ผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณในการเลือกตัวแปรพยากรณ์ความสุขสมบูรณ์ในด้าน
อารมณ์และเพศสัมพันธ์ของนักศึกษา

ตัวแปรพยากรณ์	B	Beta	T	Sig T
ความรู้สึกรักมีคุณค่าแห่งตน (S)	.272	.289	6.581	.000
ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย ทางด้านสังคม (I)	.117	.036	3.285	.001
ค่าคงที่	2.592		14.054	.000

$$R^2 = .112 \quad F = 29.049 \quad \text{Sig. of } F = .000$$

จากตาราง 29 แสดงให้เห็นว่า ตัวแปรพยากรณ์ที่สามารถร่วมทำนายความสุขสมบูรณ์
ด้านอารมณ์และเพศสัมพันธ์ของนักศึกษาได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มี 2 ตัวแปร คือ
ความรู้สึกรักมีคุณค่าแห่งตน และความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคม
โดยมีความสัมพันธ์ทางบวก และมีค่าสัมประสิทธิ์พยากรณ์ (R^2) เท่ากับ .112 ซึ่งสามารถ
เขียนเป็นสมการพยากรณ์ได้ดังนี้

$$\text{ความสุขสมบูรณ์ด้านอารมณ์และเพศสัมพันธ์} = 2.592 + .272 (\bar{X}_S) + .117 (\bar{X}_I)$$

สมการนี้สามารถอธิบายการผันแปรของคะแนนความสุขสมบูรณ์ด้านอารมณ์และเพศ
สัมพันธ์ได้ร้อยละ 11.20

ตาราง 30 ผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ ในการเลือกตัวแปรพยากรณ์ความสุขสมบูรณ์ด้าน
สติปัญญาของนักศึกษา

ตัวแปรพยากรณ์	B	Beta	T	Sig T
ความรู้สึกรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน (S)	.206	.159	3.468	.001
ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย ทางด้านสังคม (I)	.124	.112	2.439	.015
ค่าคงที่	2.312		8.723	.000

$$R^2 = .041 \quad F = 9.758 \quad \text{Sig. of } F = .000$$

จากตาราง 30 แสดงให้เห็นว่าตัวแปรพยากรณ์ที่สามารถร่วมทำนายความสุขสมบูรณ์ด้านสติปัญญาของนักศึกษาได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มี 2 ตัวแปร คือ ความรู้สึกรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน และความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคม โดยมีความสัมพันธ์ทางบวก และมีค่าสัมประสิทธิ์พยากรณ์ (R^2) เท่ากับ .041 ซึ่งสามารถเขียนเป็นสมการพยากรณ์ได้ดังนี้

$$\text{ความสุขสมบูรณ์ด้านสติปัญญา} = 2.312 + .206 (\bar{X}_S) + .124 (\bar{X}_I)$$

สมการนี้สามารถอธิบายการผันแปรของคะแนนความสุขสมบูรณ์ด้านสติปัญญาได้

ร้อยละ 4.10

ตาราง 31 ผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ ในการเลือกตัวแปรพยากรณ์ความสุขสมบูรณ์ในด้านการงานอาชีพ (การเรียน) ของนักศึกษา

ตัวแปรพยากรณ์	B	Beta	T	Sig T
ความรู้สึกรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน (S)	.386	.294	6.802	.000
ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย ทางด้านสังคม (I)	.192	.169	3.923	.000
สาขาวิชาสังคมศาสตร์ (MS)	.203	.167	3.714	.000
สาขาวิชามนุษยศาสตร์ (MH)	.171	.089	1.986	.048
ค่าคงที่	1.454		5.734	.000

$$R^2 = .152 \quad F = 20.635 \quad \text{Sig. of } F = .000$$

จากตาราง 31 แสดงให้เห็นว่าตัวแปรที่สามารถร่วมทำนายความสุขสมบูรณ์ด้านการงานอาชีพ (การเรียน) ของนักศึกษาได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มี 3 ตัวแปร คือ ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคม สาขาวิชาที่ศึกษา ซึ่งได้แก่ สาขาวิชาสังคมศาสตร์ และ สาขาวิชามนุษยศาสตร์ โดยมีความสัมพันธ์ทางบวก และมีค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์ (R^2) เท่ากับ .152 ซึ่งสามารถเขียนเป็นสมการพยากรณ์ได้ดังนี้

$$\begin{aligned} \text{ความสุขสมบูรณ์ด้านการงานอาชีพ (การเรียน)} = & 1.454 + .386 (\bar{X}_S) + .196 (\bar{X}_I) \\ & + .203 (\bar{X}_{MS}) + .171 (\bar{X}_{MH}) \end{aligned}$$

สมการนี้สามารถอธิบายการผันแปรของคะแนนความสุขสมบูรณ์ด้านการงานอาชีพ (การเรียน) ได้ร้อยละ 15.20

ตาราง 32 ผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ ในการเลือกตัวแปรพยากรณ์ความสุขสมบูรณ์ในด้านจิตวิญญาณของนักศึกษา

ตัวแปรพยากรณ์	B	Beta	T	Sig T
ความรู้สึกรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน (S)	.371	.312	7.076	.000
ค่าคงที่	2.519		13.403	.000

$$R^2 = .098 \quad F = 50.069 \quad \text{Sig. of } F = .000$$

จากตาราง 32 แสดงให้เห็นว่าตัวแปรพยากรณ์ที่สามารถร่วมทำนายความสุขสมบูรณ์ด้านจิตวิญญาณของนักศึกษาได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มี 1 ตัวแปร คือ ความรู้สึกรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน โดยมีความสัมพันธ์ทางบวก และมีค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์ (R^2) เท่ากับ .098 ซึ่งสามารถเขียนเป็นสมการพยากรณ์ได้ดังนี้

$$\text{ความสุขสมบูรณ์ด้านจิตวิญญาณ} = 2.519 + .371 (\bar{X}_S)$$

สมการนี้สามารถอธิบายการผันแปรของคะแนนความสุขสมบูรณ์ด้านจิตวิญญาณได้ร้อยละ 9.80

จากตาราง 26-32 จากการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอนพบว่าตัวแปรพยากรณ์ที่สามารถร่วมทำนายความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มี 3 ตัวแปร คือ ความรู้สึกรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคม สาขาวิชาที่ศึกษา ซึ่งได้แก่ สาขาวิชาสังคมศาสตร์ และ สาขาวิชามนุษยศาสตร์ โดยมีความสัมพันธ์ทางบวก

ความรู้สึกรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน สามารถทำนายความสุขสมบูรณ์โดยรวมและความสุขสมบูรณ์ด้านร่างกาย สังคมและสิ่งแวดล้อม อารมณ์และเพศสัมพันธ์ สถิติปัญหา การงานอาชีพ (การเรียน) และจิตวิญญาณ โดยสามารถทำนายความสุขสมบูรณ์ได้ร้อยละ 12.20, 6.50, 5.10, 11.20, 4.10, 15.20 และ 9.80 ตามลำดับ

ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคม สามารถทำนายความสุข
สมบูรณ์โดยรวมและความสุขสมบูรณ์ด้านร่างกาย สังคมและสิ่งแวดล้อม อารมณ์และเพศ
สัมพันธ์ สติปัญญา และการงานอาชีพ (การเรียนรู้) โดยสามารถทำนายความสุขสมบูรณ์ได้
ร้อยละ 12.20, 6.50, 5.10, 11.20, 4.10 และ 15.20 ตามลำดับ

สาขาวิชาสังคมศาสตร์และสาขาวิชามนุษยศาสตร์ สามารถทำนายความสุขสมบูรณ์ด้าน
การงานอาชีพ (การเรียนรู้) ได้ร้อยละ 15.20

บทที่ 5

บทย่อ สรุปผล อภิปราย และข้อเสนอแนะ

บทย่อ

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อศึกษาความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ประจำปีการศึกษา 2540 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาตามตัวแปรต่าง ๆ ได้แก่ เพศ สาขาวิชาที่ศึกษา ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน และความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต
3. เพื่อศึกษาความสามารถในการทำนายของปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ประจำปีการศึกษา 2540 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต

วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากรเป็นนักศึกษาปริญญาตรี มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2540 ภาคการศึกษาที่ 2 13 คณะ แบ่งเป็น 4 สาขาวิชา รวม 4,678 คน เป็นนักศึกษาชาย 1,828 คน และนักศึกษาหญิง 2,850 คน

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาปริญญาตรี มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2540 ภาคการศึกษาที่ 2 13 คณะ แบ่งเป็น 4 สาขาวิชา ประกอบด้วย สาขาวิชามนุษยศาสตร์ จำนวน 51 คน สาขาวิชาสังคมศาสตร์ จำนวน 192 คน สาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ จำนวน 103 คน สาขาวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี จำนวน 119 คน รวมทั้งสิ้น 465 คน เป็นนักศึกษาชาย 158 คน นักศึกษาหญิง 307 คน ซึ่งได้มาโดยวิธีการสุ่มแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) โดยการประมาณขนาดกลุ่มตัวอย่างจากสูตรของยามานะ (Yamane)

ลักษณะของเครื่องมือ

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถาม ซึ่งแบ่งออกเป็น 4 ตอน คือ

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลของนักศึกษา ได้แก่ เพศ สาขาวิชาที่ศึกษา ภูมิภาคที่พักอาศัย โรคประจำตัว ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง มีลักษณะเป็นแบบสำรวจ (Check List) และคำถามปลายปิด

ตอนที่ 2 แบบสอบถามวัดความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนเอง ของ พรณี ทรัพย์มากอุดม ซึ่งดัดแปลงมาจากของโรเซนเบิร์ก ที่สร้างขึ้นสำหรับใช้ศึกษากับวัยรุ่นโดยตรง (พรณี ทรัพย์มากอุดม. 2532 : 21 ; อ้างอิงมาจาก Rosenberg. 1967) มีลักษณะเป็นมาตราประมาณค่า 5 ระดับ

ตอนที่ 3 แบบสอบถามความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทั้งทางด้าน กายภาพและสังคม ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง มีลักษณะเป็นมาตราประมาณค่า 5 ระดับ

ตอนที่ 4 แบบสอบถามวัดความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาในด้านต่าง ๆ เป็นแบบวัดความสุขสมบูรณ์ (Test Well) ของสถาบันความสุขสมบูรณ์แห่งชาติ ประเทศสหรัฐอเมริกา ซึ่ง ประพนธ์ รอดคำดี (2538 : 66) แปลเป็นภาษาไทยและปรับปรุงข้อคำถามให้สอดคล้องกับสภาพความเป็นอยู่และวัฒนธรรมไทย เพื่อใช้วัดความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาสถาบันอุดมศึกษา มีลักษณะเป็นมาตราประมาณค่า 5 ระดับ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยนำแบบสอบถามไปเก็บรวบรวมข้อมูลจากนักศึกษาที่กำหนดให้เป็นกลุ่มตัวอย่าง ด้วยตนเองระหว่างวันที่ 20 ธันวาคม 2540 ถึงวันที่ 30 มกราคม 2541 ภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2540 ได้รับแบบสอบถามที่สมบูรณ์แบบมาจำนวน 465 ชุด ครอบคลุมจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการ คิดเป็นร้อยละ 100.00

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล ใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS (Statistical Package for the Social Science) โดยได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลของนักศึกษากลุ่มตัวอย่าง โดยการแจกแจงความถี่ คิดเป็นร้อยละ และเสนอเป็นตาราง
2. วิเคราะห์ความรู้สึกรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย ทางด้านกายภาพและสังคม และความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษา โดยหาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน นำเสนอเป็นรูปตาราง
3. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร เพศ สาขาวิชาที่ศึกษากับความสุขสมบูรณ์ โดยใช้ ไค-สแควร์ (Chi-square) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1 และ 2 นำเสนอเป็นรูปตาราง
4. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร ความรู้สึกรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน ความพึงพอใจ ต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยด้านกายภาพและสังคม กับความสุขสมบูรณ์ โดยใช้สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation Coefficient) เพื่อทดสอบ สมมติฐานข้อที่ 3, 4 และ 5 นำเสนอเป็นรูปตาราง
5. หาความสามารถในการทำนายปัจจัยต่าง ๆ ที่มีอิทธิพลต่อความสุขสมบูรณ์ของ นักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต ด้วยสถิติวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบ ขั้นตอน (Stepwise Multiple Regression) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 6

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

1. ข้อมูลทั่วไปของนักศึกษา พบว่า
 - 1.1 นักศึกษาเป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย นักศึกษาหญิง ร้อยละ 66.00 นักศึกษา ชาย ร้อยละ 34.00
 - 1.2 สาขาวิชาสังคมศาสตร์มีนักศึกษามากที่สุด ร้อยละ 41.30 และสาขาวิชา มนุษยศาสตร์ มีนักศึกษาน้อยที่สุด ร้อยละ 11.00
 - 1.3 นักศึกษามีภูมิลำเนาอยู่กรุงเทพฯ และปริมณฑลมากที่สุด ร้อยละ 56.40 และ นักศึกษามีภูมิลำเนาอยู่ภาคเหนือน้อยที่สุด ร้อยละ 6.20
 - 1.4 นักศึกษาพักอาศัยอยู่บ้านพ่อแม่มากที่สุด ร้อยละ 41.5 และพักอาศัยบ้านญาติ น้อยที่สุด ร้อยละ 4.30
 - 1.5 นักศึกษาไม่มีโรคประจำตัว ร้อยละ 86.60 มีโรคประจำตัว ร้อยละ 13.40 โรคประจำตัวนักศึกษาที่พบมากที่สุดคือ โรคภูมิแพ้ ร้อยละ 6.90

2. ข้อมูลความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน (Self-esteem) ของนักศึกษา

นักศึกษามีความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนระดับสูงมากที่สุด ในนักศึกษาชาย ร้อยละ 51.20 ในนักศึกษาหญิง ร้อยละ 50.50 และนักศึกษามีความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนในระดับต่ำน้อยที่สุด ในนักศึกษาชาย ร้อยละ 1.30 ในนักศึกษาหญิงไม่มีผู้ที่มีความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนในระดับต่ำ

3. ข้อมูลความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพและสังคม

3.1 นักศึกษามีความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพในระดับปานกลางมากที่สุด และในระดับสูงน้อยที่สุด กล่าวคือ ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านร่างกายในระดับปานกลาง ในนักศึกษาชาย ร้อยละ 70.30 ในนักศึกษาหญิง ร้อยละ 69.10 และในระดับสูง ในนักศึกษาชาย ร้อยละ 1.20 ในนักศึกษาหญิง ร้อยละ 4.50

3.2 นักศึกษามีความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคมในระดับปานกลางมากที่สุด และในระดับต่ำน้อยที่สุด กล่าวคือ ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคมในระดับปานกลาง ในนักศึกษาชาย ร้อยละ 60.80 ในนักศึกษาหญิง ร้อยละ 59.90 และในระดับต่ำ ในนักศึกษาชาย ร้อยละ 2.50 ในนักศึกษาหญิง ร้อยละ 1.30

4. ข้อมูลเกี่ยวกับความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษา

4.1 นักศึกษามีความสุขสมบูรณ์โดยรวมอยู่ในระดับปานกลางมากที่สุด ร้อยละ 66.70 และนักศึกษามีความสุขสมบูรณ์โดยรวมในระดับต่ำและระดับสูงใกล้เคียงกัน ร้อยละ 16.80 และ 16.50 ตามลำดับ

4.2 นักศึกษาชายมีความสุขสมบูรณ์โดยรวมในระดับสูงน้อยกว่าในระดับต่ำ โดยมีความสุขสมบูรณ์โดยรวมในระดับสูง ร้อยละ 13.30 และในระดับต่ำ ร้อยละ 15.80

4.3 นักศึกษาหญิงมีความสุขสมบูรณ์โดยรวมในระดับสูงมากกว่าในระดับต่ำ โดยมีความสุขสมบูรณ์โดยรวมในระดับสูง ร้อยละ 18.20 และในระดับต่ำ ร้อยละ 17.30

4.4 สาขาวิชามนุษยศาสตร์ มีความสุขสมบูรณ์โดยรวมในระดับสูงมากที่สุด ร้อยละ 19.60 และสาขาวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มีความสุขสมบูรณ์โดยรวมในระดับสูงต่ำที่สุด ร้อยละ 16.00

4.5 สาขาวิชามนุษยศาสตร์ มีความสุขสมบูรณ์โดยรวมในระดับต่ำมากที่สุด ร้อยละ 21.60 และสาขาวิชาสังคมศาสตร์ มีความสุขสมบูรณ์โดยรวมในระดับต่ำน้อยที่สุด ร้อยละ 12.50

5. ข้อมูลเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระกับตัวแปรตาม

5.1 เพศ ไม่มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาโดยรวมและในแต่ละด้านทั้ง 6 ด้าน

5.2 สาขาวิชาที่ศึกษา มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ด้านการงานอาชีพ (การเรียนรู้) และด้านจิตวิญญาณของนักศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

5.3 ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์โดยรวมของนักศึกษา และในแต่ละด้านทั้ง 6 ด้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

5.4 ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพ มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ทางด้านการงานอาชีพ (การเรียนรู้) ของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

5.5 ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคม มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์โดยรวม และความสุขสมบูรณ์ในด้านร่างกาย ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม ด้านอารมณ์และเพศสัมพันธ์ ด้านสติปัญญา และด้านการงานอาชีพ (การเรียนรู้) ของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

6. ตัวแปรพยากรณ์ที่สามารถทำนายความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มี 3 ตัวแปร คือ ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคม สาขาวิชาที่ศึกษา ซึ่งได้แก่ สาขาวิชาสังคมศาสตร์ และสาขาวิชามนุษยศาสตร์ โดยมีความสัมพันธ์ทางบวก ตัวแปรทั้ง 3 ตัวที่สามารถอธิบายความผันแปรความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาได้ร้อยละ 12.20

อภิปรายผลการวิจัย

1. เพศ นักศึกษาส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย กล่าวคือ เป็นนักศึกษาเพศหญิง จำนวน 307 คน คิดเป็นร้อยละ 66.00 และเป็นนักศึกษาชาย จำนวน 158 คน คิดเป็นร้อยละ 34.00

2. สาขาวิชาที่ศึกษา นักศึกษากลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้มาจากทุกคณะที่มีในหลักสูตรการศึกษาของมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ปีการศึกษา 2540 ซึ่งแบ่งเป็นสาขาวิชาทั้งหมด 4 สาขาวิชา มีสัดส่วนของแต่ละสาขาดังนี้คือ สาขาวิชามนุษยศาสตร์ จำนวน 51 คน คิดเป็นร้อยละ 11.00 สาขาวิชาสังคมศาสตร์ จำนวน 192 คน คิดเป็นร้อยละ 41.30 สาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ จำนวน 103 คน คิดเป็นร้อยละ 22.00 และสาขาวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี จำนวน 119 คน คิดเป็นร้อยละ 25.50

3. ภูมิสำเนา นักศึกษาส่วนใหญ่มีภูมิสำเนาอยู่ในกรุงเทพฯ และปริมณฑลมากกว่าภาคอื่น ๆ กล่าวคือ นักศึกษาที่มีภูมิสำเนาอยู่กรุงเทพฯ และปริมณฑล จำนวน 262 คน คิดเป็นร้อยละ 56.40 ภาคกลาง จำนวน 79 คน คิดเป็นร้อยละ 17 ภาคอีสาน จำนวน 52 คน คิดเป็นร้อยละ 11.20 ภาคใต้ จำนวน 43 คน คิดเป็นร้อยละ 9.20 และภาคเหนือ จำนวน 29 คน คิดเป็นร้อยละ 6.20

4. ที่พักอาศัยของนักศึกษาในปัจจุบัน นักศึกษาพักอาศัยอยู่บ้านของพ่อแม่มากที่สุด จำนวน 193 คน คิดเป็นร้อยละ 41.50 รองลงมา พักอาศัยหอพักมหาวิทยาลัย จำนวน 176 คน คิดเป็นร้อยละ 37.90 พักอาศัยหอพักเอกชน บ้านเช่า คอนโดมีเนียม จำนวน 76 คน คิดเป็นร้อยละ 16.30 และพักอาศัยบ้านญาติน้อยที่สุด จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 4.30 จะเห็นได้ว่านักศึกษา มีภูมิสำเนาอยู่ในกรุงเทพฯ และปริมณฑลมากกว่าภาคอื่น ๆ ดังนั้นที่พักอาศัยในปัจจุบันของนักศึกษาจึงเป็นบ้านของพ่อแม่มากที่สุด และนักศึกษาพักอาศัยหอพักมหาวิทยาลัยมีจำนวนถึงร้อยละ 37.90 ถึงแม้ว่านักศึกษาจะเป็นนักศึกษาที่มีภูมิสำเนาอยู่ในภาคต่าง ๆ ของประเทศไม่มากนัก เมื่อเทียบกับจำนวนนักศึกษาในกรุงเทพฯ และปริมณฑล แต่ทางมหาวิทยาลัยก็ได้จัดหาหอพักให้นักศึกษาที่มีภูมิสำเนาในภาคต่าง ๆ ได้พักอาศัยอยู่มากถึงร้อยละ 37.90 ซึ่งนับว่าเป็นบริการและสวัสดิการที่ทางมหาวิทยาลัยจัดไว้ให้นักศึกษาได้อย่างเหมาะสม

5. โรคประจำตัวของนักศึกษา พบว่า นักศึกษาไม่มีโรคประจำตัว จำนวน 402 คน คิดเป็นร้อยละ 86.60 มีโรคประจำตัว จำนวน 63 คน คิดเป็นร้อยละ 13.40 โรคประจำตัวที่นักศึกษาเป็นมากที่สุด ได้แก่ โรคภูมิแพ้ ซึ่งมีจำนวนถึง 32 คน คิดเป็นร้อยละ 6.90 รองลงมา ได้แก่ โรคกระเพาะอาหาร จำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 2.60 ซึ่งสอดคล้องกับ วัลลภา เทพหัสดิน ณ อยุธยา (2530 : 20) ที่ว่า ปัญหาของนักศึกษาไทยส่วนใหญ่เคยมีประวัติป่วยด้วยโรคทางเดินอาหาร ปวดท้อง ท้องไม่ปกติ โรคกระเพาะอาหารและโรคหวัด หรือแพ้อากาศ อยู่เสมอ

6. ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน (Self-Esteem) ของนักศึกษา พบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่มีระดับความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนอยู่ในระดับสูง จำนวน 81 คน คิดเป็นร้อยละ 51.20 ของนักศึกษาชาย และจำนวน 155 คน คิดเป็นร้อยละ 50.50 ของนักศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ รองลงมานักศึกษามีความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 75 คน คิดเป็นร้อยละ 47.50 ในนักศึกษาชาย และจำนวน 152 คน คิดเป็นร้อยละ 49.50 ในนักศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ สำหรับความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนในระดับต่ำ มีจำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 1.30 ในนักศึกษาชาย และพบว่านักศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ไม่มีความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนในระดับต่ำเลย แสดงให้เห็นว่านักศึกษากลุ่มตัวอย่างนี้เป็นผู้ที่มีความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนอยู่ในระดับสูง ทั้งนี้เพราะนักศึกษาสามารถสอบคัดเลือกเข้าศึกษาต่อใน

สถาบันอุดมศึกษาของรัฐได้ และเป็นนักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นปีที่ 1 ภาคการศึกษาที่ 2 ทำให้มีประสบการณ์ด้านต่าง ๆ มากขึ้น เป็นต้นว่า ความรู้ กิจกรรมของมหาวิทยาลัย การคบเพื่อน เป็นต้น ทำให้มีการพัฒนาตนเองมากขึ้น มีวุฒิภาวะเพิ่มขึ้นกว่าในสมัยที่ศึกษาอยู่ในระดับมัธยมศึกษา ซึ่งไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ พรรณี ทรัพย์มากอุดม (2532 : 41) ที่ได้ศึกษาเรื่องความแตกต่างระหว่างเพศกับการให้คุณค่าตนเอง (Self-Esteem) ศึกษากรณีนักเรียนมัธยมศึกษา โรงเรียนวัดสุวรรณารามวิทยาคม พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีการให้คุณค่าตนเองอยู่ในระดับปานกลาง ในนักเรียนชาย ร้อยละ 71.50 ในนักเรียนหญิง ร้อยละ 64.00 มีนักเรียนชาย ร้อยละ 28.50 และนักเรียนหญิง ร้อยละ 34.70 มีการให้คุณค่าตนเองอยู่ในระดับสูง นักเรียนหญิงมีการให้คุณค่าตัวเองในระดับต่ำถึงร้อยละ 11.20

7. ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพของนักศึกษา

พบว่า นักศึกษามีความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพในระดับปานกลางมากที่สุด ในนักศึกษาชาย ร้อยละ 70.80 ในนักศึกษาหญิง ร้อยละ 69.10 รองลงมานักศึกษามีความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพในระดับต่ำ และในระดับสูงน้อยที่สุด กล่าวคือ นักศึกษามีความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพในระดับต่ำ ในนักศึกษาชาย ร้อยละ 28.50 ในนักศึกษาหญิง ร้อยละ 26.40 และในระดับสูง ในนักศึกษาชาย ร้อยละ 1.20 ในนักศึกษาหญิง ร้อยละ 4.50 และไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ ศิริพร อังคานุสรณ์ (2530 : 94-97) ศึกษาเรื่องผลกระทบของสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยที่มีต่อความเครียดของนักศึกษา ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต พบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่มีความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพในระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 70.10

จากการศึกษาในครั้งนี้ยังพบว่า สภาพแวดล้อมทางกายภาพที่นักศึกษามีความพึงพอใจในระดับต่ำ ได้แก่ สภาพแวดล้อมในด้านสาธารณูปโภคประเภทน้ำประปา สถานที่ออกกำลังกาย ความสะอาดของห้องสุขา และการติดต่อสื่อสาร แสดงให้เห็นว่านักศึกษายังไม่พึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพดังกล่าวข้างต้น ซึ่งเป็นปัญหาที่สอดคล้องกับการศึกษาของ พัชรี คูวิจิตรจารุ (2538 : 101) ศึกษาเรื่อง ปัญหาและความต้องการการบริการสุขภาพของนักศึกษาในสถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้า พบว่า ปัญหาที่นักศึกษาพบมากได้แก่ การไม่มีสถานที่ออกกำลังกายที่เพียงพอ ไม่มีสถานที่พักผ่อนเพียงพอ ไม่มีห้องออกกำลังกายที่มีอุปกรณ์ ส้วมและที่ปัสสาวะไม่สะอาด

8. ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคมของนักศึกษา

พบว่า นักศึกษามีความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคม ในระดับปานกลางมากที่สุด ในนักศึกษาชาย ร้อยละ 60.80 ในนักศึกษาหญิง ร้อยละ 59.90 รองลงมานักศึกษามี

ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคมอยู่ในระดับสูง และในระดับค่าน้อยที่สุด กล่าวคือ นักศึกษามีความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคมในระดับสูง ในนักศึกษาชาย ร้อยละ 36.70 ในนักศึกษาหญิง ร้อยละ 38.80 และในระดับค่านักศึกษาชาย ร้อยละ 2.50 ในนักศึกษาหญิง ร้อยละ 1.30 ไม่สอดคล้องกับการศึกษาของศิริพร อังคานุสรณ์ (2530 : 94-97) ที่พบว่านักศึกษาส่วนใหญ่มีความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคมอยู่ในระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 62.90

จากการศึกษาในครั้งนี้ยังพบว่า สภาพแวดล้อมทางด้านสังคมที่นักศึกษามีความพึงพอใจในระดับสูง ได้แก่ สภาพแวดล้อมในด้านความสัมพันธ์ของนักศึกษาในกลุ่มเพื่อน สิทธิและเสรีภาพในฐานะของนักศึกษาที่มีอยู่ แสดงให้เห็นว่านักศึกษามีความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคมดังกล่าวข้างต้นของมหาวิทยาลัย

9. ความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษา

9.1 ความสุขสมบูรณ์โดยรวมของนักศึกษา

นักศึกษามีความสุขสมบูรณ์โดยรวมอยู่ในระดับปานกลางมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 66.70 (307) ระดับสูง ร้อยละ 16.50 (77 คน) และระดับต่ำ ร้อยละ 16.80 (78 คน) ซึ่งผลของการวิเคราะห์คะแนนความสุขสมบูรณ์โดยรวมนี้เสนอในลักษณะของพื้นที่ได้โค้งปกติ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของสถาบันความสุขสมบูรณ์แห่งชาติ (National Wellness Institute) ประเทศสหรัฐอเมริกา (ประนอม รอดคำดี, 2538 : 181-182) และการศึกษาของ ประนอม รอดคำดี (2538 : 100) โดยที่สถาบันความสุขสมบูรณ์แห่งชาติสหรัฐอเมริกา ได้ทำการศึกษา ระดับความสุขสมบูรณ์ของคนอเมริกันวัยผู้ใหญ่ ผลการศึกษาพบว่า คนอเมริกันวัยผู้ใหญ่มีความสุขสมบูรณ์อยู่ในระดับปานกลางมากที่สุด ร้อยละ 70.40 ระดับสูง ร้อยละ 14.60 และระดับต่ำ ร้อยละ 15.00 และ ประนอม รอดคำดี ได้ศึกษาเรื่อง รูปแบบการพัฒนาระดับความสุขสมบูรณ์ของนิสิตนักศึกษา ในกรุงเทพมหานคร โดยศึกษากับนักศึกษามหาวิทยาลัยของรัฐ 9 แห่ง พบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่มีความสุขสมบูรณ์อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 70.40 ระดับสูง ร้อยละ 15.40 และระดับต่ำ ร้อยละ 14.20 ซึ่งสามารถเสนอในลักษณะเป็นรูปโค้งปกติเช่นกัน

9.2 ความสุขสมบูรณ์ด้านร่างกาย

พฤติกรรมอันแสดงถึงความสุขสมบูรณ์ด้านร่างกายของนักศึกษา ข้อที่นักศึกษาปฏิบัติมากที่สุด มีคะแนนเฉลี่ยสูงสุดคือ ข้าพเจ้ามีความสุขอยู่ได้โดยไม่ต้องอาศัยยาหรือสิ่งเสพติดแสดงให้เห็นว่า นักศึกษาส่วนใหญ่ตระหนักในอันตรายของยาหรือสิ่งเสพติด ไม่จำเป็นต้องพึ่งพาหรือสิ่งเสพติด สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุข หรืออาจเป็นเพราะว่า นักศึกษารู้จักแก้ปัญหา หรือหาทางออกให้กับปัญหาได้ดี โดยไม่ต้องอาศัยยาหรือสิ่งเสพติด

ขณะที่มีปัญหาหรือมีเรื่องก่อกวนใจ ซึ่งปัญหาหรือสิ่งเสพยาเสพติดในสถาบันอุดมศึกษาที่พบมากปัญหาหนึ่งได้แก่ การสูบบุหรี่ จากการศึกษาเรื่องการสูบบุหรี่ของนิสิตชายในจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยของ มยุรี จิรวินิจ (2535 : ไม่มีเลขหน้า) พบว่า นิสิตชายมีอัตราการสูบบุหรี่ ร้อยละ 15.10 เหตุผลสำคัญที่ทำให้สูบบุหรี่คือ ต้องการทดลองหรือเรียนรู้ เหตุผลที่นิสิตกลุ่มที่ไม่เคยสูบบุหรี่เลย นับตั้งแต่เริ่มสูบบุหรี่คือ บุหรี่ช่วยดับทุกข์ ความกลัดกลุ้มใจ และว่างไม่มีอะไรทำ ส่วนเหตุผลสำคัญที่ทำให้สูบบุหรี่และเลิกสูบบุหรี่ได้คือ อันตราย

สำหรับพฤติกรรมอันแสดงถึงความสุขสมบูรณ์ด้านร่างกายของนักศึกษาข้อที่ นักศึกษาปฏิบัติน้อยที่สุด มีคะแนนเฉลี่ยต่ำสุดคือ ข้าพเจ้าคอยรักษาคอเลสเทอรอลในโลหิตให้อยู่ในระดับที่เหมาะสมหรือต่ำกว่า 200 มิลลิกรัม/เดซิลิตร แสดงว่าส่วนใหญ่ตระหนักถึงความสำคัญในการรักษาคอเลสเทอรอลในโลหิตน้อยมาก ซึ่งอาจเป็นไปได้ว่านักศึกษาเป็นวัยรุ่น วัยหนุ่มสาว ที่มีสุขภาพแข็งแรง มีกิจกรรมในมหาวิทยาลัย ตลอดจนการศึกษาที่ต้องรับผิดชอบอยู่ จึงทำให้การตระหนักในเรื่องนี้น้อย

9.3 ความสุขสมบูรณ์ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม

พฤติกรรมอันแสดงถึงความสุขสมบูรณ์ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมของนักศึกษา ข้อที่ นักศึกษาปฏิบัติมากที่สุด มีคะแนนเฉลี่ยสูงสุดคือ ข้าพเจ้ารักษาความสะอาดของห้องสุขาทุกครั้งที่ใช้ แสดงให้เห็นว่านักศึกษาส่วนใหญ่ตระหนักในเรื่องของความสะอาดของห้องสุขา และมีความรับผิดชอบต่อสังคมและสิ่งแวดล้อมดี โดยช่วยกันดูแลรักษาความสะอาดของห้องสุขา ซึ่งอาจจะเป็นห้องสุขาส่วนตัวที่บ้านหรือห้องสุขาส่วนรวม ซึ่งเป็นของสาธารณะ เพราะการรักษาความสะอาดห้องสุขานั้นเป็นการช่วยป้องกันการแพร่กระจายของเชื้อโรคที่ออกมาสู่สิ่งขับถ่าย ซึ่งอาจทำให้เกิดโรกระบบทางเดินอาหารได้

สำหรับพฤติกรรมอันแสดงถึงความสุขสมบูรณ์ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมของนักศึกษาข้อที่ นักศึกษาปฏิบัติน้อยที่สุด มีคะแนนเฉลี่ยต่ำสุดคือ เมื่อไปซื้อของข้าพเจ้าหิ้วถุงหรือตระกร้าไปจากบ้านเพื่อที่จะไม่ต้องรับถุงพลาสติกจากร้านค้า แสดงว่า นักศึกษามีความตระหนักในปัญหาของสิ่งแวดล้อมจากถุงพลาสติกน้อย อาจเนื่องจากนักศึกษาเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 เป็นวัยรุ่น จึงไม่มีความสะดวกในการที่จะหิ้วถุงหรือตระกร้าไปจากบ้าน เมื่อต้องการไปซื้อสินค้านอกบ้าน ปัญหาที่เกิดจากการใช้ถุงพลาสติกนั้นคือ การทำลายสิ่งแวดล้อม เพราะถุงพลาสติกเป็นวัสดุที่ย่อยสลายยากต้องใช้เวลาอันนับสิบปีในการย่อยสลาย เศษถุงพลาสติกที่ใช้แล้วจำนวนมากก็จะทำลายสิ่งแวดล้อมในระบบนิเวศของธรรมชาติ การตระหนักในเรื่องการใช้ถุงพลาสติกจะช่วยรักษาระบบนิเวศของธรรมชาติได้มาก ดังนั้นควรมีการรณรงค์ในเรื่องนี้ เช่น ควรเลือกใช้ถุงพลาสติกที่ย่อยสลายได้โดยแสงอาทิตย์ การรู้จักนำถุงพลาสติกที่ใช้แล้วกลับมาใช้อีกเพื่อลดปริมาณขยะที่เป็นถุงพลาสติกลง

9.4 ความสุขสมบูรณ์ด้านอารมณ์และเพศสัมพันธ์

พฤติกรรมอันแสดงถึงความสุขสมบูรณ์ด้านอารมณ์และเพศสัมพันธ์ของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีคะแนนเฉลี่ยสูงสุดคือ เมื่อมีเพศสัมพันธ์หรือถ้ามีในอนาคต ข้าพเจ้าจะระมัดระวังตัวป้องกันการแพร่กระจายหรือรับเชื้อโรคที่ถ่ายทอดทางเพศสัมพันธ์ แสดงว่านักศึกษามีความตระหนักในอันตรายของโรค หรืออาจจะมีความรู้เกี่ยวกับการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ซึ่งปัจจุบันกำลังเป็นปัญหารุนแรงของโลก เพราะเป็นโรคที่ไม่สามารถรักษาให้หายได้ เช่น โรคเอดส์ นักศึกษาจึงระมัดระวังในเรื่องการแพร่กระจายหรือรับเชื้อโรคที่ติดต่อทางเพศสัมพันธ์ สอดคล้องกับการศึกษาของสมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี ร่วมกับสถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล (สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย : 2540) ได้ศึกษาเรื่องความรู้ความเข้าใจและเจตคติเรื่องเอดส์และการป้องกันตนเองจากการเสี่ยงต่อเอดส์ของนักศึกษาในมหาวิทยาลัย พบว่า นักศึกษาชาย ร้อยละ 9.00 และนักศึกษาหญิง ร้อยละ 8.00 บอกว่าเพื่อน ๆ นักศึกษามีโอกาสติดเอดส์มากขณะเดียวกัน ร้อยละ 3.00 ของนักศึกษาชาย และร้อยละ 1.00 ของนักศึกษาหญิง บอกว่าตัวเองมีโอกาสเสี่ยงมาก

พฤติกรรมอันแสดงถึงความสุขสมบูรณ์ด้านอารมณ์และเพศสัมพันธ์ของนักศึกษาชั้นปีที่ 2 มีคะแนนเฉลี่ยต่ำสุดคือ ข้าพเจ้าสามารถพูดปฏิเสธได้โดยที่ตนเองไม่รู้สึกว่าเป็นความผิดแต่อย่างใด การที่นักศึกษาสามารถพูดปฏิเสธได้โดยไม่รู้สึกผิดเป็นลักษณะของคนที่มีจิตสำนึกของตนเอง กล่าวแสดงออกถึงความรู้สึกนึกคิดของตนเองอย่างเหมาะสม ไม่จำเป็นต้องทำตามคำร้องขอของผู้อื่นตลอดเวลา หรือตอบสนองต่อความต้องการของบุคคลอื่น โดยไม่ต้องฝืนใจ เมื่อคะแนนเฉลี่ยข้อนี้ต่ำสุดจึงแสดงถึงภาวะทางอารมณ์ของนักศึกษาส่วนใหญ่ยังไม่กล้าแสดงออกถึงความรู้สึกนึกคิดของตนเองอย่างเหมาะสม ไม่กล้าปฏิเสธบุคคลอื่น ๆ ดังนั้น นักศึกษาจำเป็นต้องมีการพัฒนาทางอารมณ์อันเป็นองค์ประกอบสำคัญของการพัฒนานักศึกษาตามทฤษฎีพัฒนานักศึกษาของ ชิคเคอริง (สำเนา ขจรศิลป์. 2538 : 40-41 ; อ้างอิงมาจาก Chickering. 1969) ซึ่งจะช่วยให้ นักศึกษา รู้จักการควบคุมอารมณ์ ทำความเข้าใจกับอารมณ์ของตนเองเพื่อสามารถช่วยให้นักศึกษากล้าแสดงออกถึงความรู้สึกนึกคิดของตนเองได้อย่างเหมาะสม และรู้จักตัดสินใจได้อย่างถูกต้อง

9.5 ความสุขสมบูรณ์ด้านสติปัญญา

พฤติกรรมอันแสดงถึงความสุขสมบูรณ์ด้านสติปัญญาของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีคะแนนเฉลี่ยสูงสุดคือ ข้าพเจ้าอ่านหนังสือพิมพ์ นิตยสารและหนังสือต่าง ๆ แสดงว่านักศึกษามีความตระหนักในเรื่องการพัฒนาตนเองในด้านวิชาความรู้โดยการสนใจที่จะ

อ่านหนังสือต่าง ๆ ที่นำมาซึ่งข่าวสารข้อมูลและความรู้ที่ต้องศึกษาทั้งในห้องเรียนและนอกห้องเรียน เป็นการพัฒนาทางด้านสติปัญญาของนักศึกษา นอกจากนั้นอาจารย์ที่ปรึกษาหรืออาจารย์ผู้สอนก็มีบทบาทมากต่อการพัฒนาด้านสติปัญญาของนักศึกษา โดยการสอนให้นักศึกษามีการพัฒนาความสามารถในการคิด การวิเคราะห์ ความรอบคอบไตร่ตรอง และเห็นการณ์ไกล ซึ่งสิ่งเหล่านี้ สำเนา ขจรศิลป์ (2538 : 9-10) ได้กล่าวไว้ในเรื่องของการพัฒนานักศึกษาในด้านสติปัญญา และเมื่อนักศึกษาสำเร็จการศึกษาก็จะเป็นบัณฑิตที่มีคุณภาพเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่สามารถช่วยพัฒนาประเทศชาติ

สำหรับพฤติกรรมอันแสดงถึง ความสุขสมบูรณ์ด้านสติปัญญาของนักศึกษา ข้อที่นักศึกษาปฏิบัติน้อยที่สุด มีคะแนนเฉลี่ยต่ำสุดคือ ข้าพเจ้าสมัครเข้าโครงการการศึกษาต่อเนื่องที่เกี่ยวข้องกับวิชาชีพ แสดงว่า นักศึกษาสนใจที่จะสมัครเข้าโครงการการศึกษาต่อเนื่องที่เกี่ยวข้องกับวิชาชีพน้อย อาจเป็นเพราะนักศึกษาเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 เพื่อจะเข้ามาเรียนในระดับอุดมศึกษา ในปีแรกมีกิจกรรมของนักศึกษามากมายที่แตกต่างจากในระดับมัธยมศึกษาจึงทำให้ต้องมีการปรับตัวให้เข้ากับการศึกษาในมหาวิทยาลัย จึงยังไม่สนใจสมัครโครงการการศึกษาต่อเนื่องที่เกี่ยวข้องกับวิชาชีพเท่าที่ควร

9.6 ความสุขสมบูรณ์ด้านการงานอาชีพ (การเรียน)

พฤติกรรมอันแสดงถึงความสุขสมบูรณ์ด้านการงานอาชีพ (การเรียน) ของนักศึกษา ข้อที่นักศึกษปฏิบัติมากที่สุด มีคะแนนเฉลี่ยสูงสุดคือ ข้าพเจ้ามุ่งความก้าวหน้าในการเรียน แสดงให้เห็นว่านักศึกษาส่วนใหญ่มีความมุ่งมั่นในการศึกษา ต้องการอนาคตที่ก้าวหน้า มีความรับผิดชอบต่อตนเองในฐานะที่เป็นนักศึกษา

สำหรับพฤติกรรมอันแสดงถึง ความสุขสมบูรณ์ด้านการงานอาชีพ (การเรียน) ของนักศึกษา ข้อที่นักศึกษปฏิบัติน้อยที่สุด มีคะแนนเฉลี่ยต่ำสุดคือ ข้าพเจ้าสามารถเรียนได้ในสภาพแวดล้อมที่กดดันต่าง ๆ แสดงว่านักศึกษาส่วนใหญ่ไม่สามารถเรียนได้ในสภาพแวดล้อมที่กดดันต่าง ๆ ไม่ว่าสภาพแวดล้อมทางด้านกายภาพ หรือทางด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม ฉะนั้นมหาวิทยาลัยควรจัดสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยให้เอื้อต่อการพัฒนานักศึกษา และนักศึกษาสามารถเรียนได้อย่างมีความสุขในสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม

9.7 ความสุขสมบูรณ์ด้านจิตวิญญาณ

พฤติกรรมอันแสดงถึงความสุขสมบูรณ์ด้านจิตวิญญาณ ข้อที่นักศึกษปฏิบัติมากที่สุด มีคะแนนเฉลี่ยสูงสุดคือ ข้าพเจ้าให้ความสำคัญในเรื่องเกี่ยวกับมนุษยธรรม แสดงว่า นักศึกษาส่วนใหญ่ให้ความสำคัญในเรื่องของความยุติธรรม ซึ่งเป็นความรู้สึกที่ดีงามต่อชีวิตและเป็นความสุขสมบูรณ์ด้านจิตใจ คุณธรรม และจริยธรรมของนักศึกษา

สำหรับพฤติกรรมอันแสดงถึงความสุขสมบูรณ์ด้านจิตวิญญาณ ข้อที่นักศึกษาปฏิบัติ น้อยที่สุด มีคะแนนเฉลี่ยน้อยที่สุดคือ ข้าพเจ้าจะใช้เวลาช่วงหนึ่งของแต่ละวันสำหรับการสวดมนต์ ทำสมาธิ และหรือพิจารณาตน แสดงว่านักศึกษาส่วนใหญ่ไม่สนใจในการสวดมนต์ ทำสมาธิ หรือพิจารณาตน ซึ่งนักศึกษาเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีกิจกรรมในมหาวิทยาลัยมากมายที่ต้อง ปฏิบัติในฐานะน้องใหม่ (เพื่อนใหม่) ประกอบกับสภาพแวดล้อมในยุคปัจจุบันไม่เอื้อต่อการ สวดมนต์ ทำสมาธิ หรือพัฒนาตน เป็นต้นว่าปัญหาการจราจร ปัญหาเศรษฐกิจ เป็นต้น

9.8 เมื่อหาสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความสุขสมบูรณ์โดยรวมกับความสุข สมบูรณ์ในด้านต่าง ๆ ทั้ง 6 ด้าน พบว่า ความสุขสมบูรณ์โดยรวมมีความสัมพันธ์ทางบวก กับ ความสุขสมบูรณ์ในด้านต่าง ๆ ทุกด้านทั้ง 6 ด้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และพบว่า ความสุขสมบูรณ์ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมมีค่าความสัมพันธ์กับสุขสมบูรณ์โดยรวมสูงสุด เท่ากับ .821 และความสุขสมบูรณ์ด้านการงานอาชีพ (การเรียน) มีค่าความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ โดยรวมต่ำสุด เท่ากับ .683 ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ เฮทเลอร์ (ประนอม รอดคำดี. 2538 : 2 ; อ้างอิงมาจาก Hettler. 1992) ที่ได้อธิบายความหมายของความสุขสมบูรณ์ว่า คือ กระบวนการที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาชีวิตทั้งด้านร่างกาย ด้านสังคม ด้านอารมณ์ ด้านสติปัญญา ด้านการงานอาชีพ และด้านจิตวิญญาณ กระบวนการดังกล่าวนี้มีความต่อเนื่องสั่งสม มุ่งการ พัฒนาชีวิตไปพร้อม ๆ กันทุกด้าน โดยรักษาสมดุลย์ด้านต่าง ๆ ของชีวิตอย่างมีระบบ ทั้งนี้เพราะ ความเป็นอยู่แต่ละด้านต่างส่งผลถึงกันและกัน นอกจากนี้การเปลี่ยนแปลงชีวิตด้านหนึ่งด้านใด ยังส่งผลกระทบต่อกระเทือนถึงความสุขสมบูรณ์โดยรวมด้วย

10. ผลการทดสอบสมมติฐาน

10.1 สมมติฐานที่ 1 พบว่า เพศไม่มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ของ นักศึกษาโดยรวมและในแต่ละด้านทั้ง 6 ด้าน ไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ ศิริพร อังคานุสรณ์ (2530 : 94-97) ศึกษาเรื่อง ผลกระทบของสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยที่มีต่อความเครียดของ นักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต พบว่า เพศมีความสัมพันธ์กับ ความเครียดของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และการศึกษาของ ประนอม รอดคำดี (2538 : 159-160) ศึกษาเรื่องความสุขสมบูรณ์ของนิสิตนักศึกษาในกรุงเทพมหานคร พบว่า เพศหญิงมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01

10.2 สมมติฐานที่ 2 พบว่า สาขาวิชาที่ศึกษามีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ ด้านการงานอาชีพ (การเรียน) และด้านจิตวิญญาณของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ไม่มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์โดยรวม และความสุขสมบูรณ์ด้านร่างกายด้าน

สังคมและสิ่งแวดล้อม ด้านอารมณ์และเพศสัมพันธ์ และด้านสติปัญญา สอดคล้องกับการศึกษาของ ขนิษฐา วิเศษสาร (2529 : 13-15) ที่ศึกษาเรื่อง อารมณ์ซึมเศร้าของนักศึกษามหาวิทยาลัย โดยศึกษากรณีนักศึกษาสถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง พบว่า คณะวิชาที่สังกัดไม่มีผลต่อการเกิดอารมณ์ซึมเศร้า และการศึกษาของ ประนอม รอดคำดี (2538 : 159-160) ที่พบว่า สาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพและเทคโนโลยี และสาขาวิชามนุษยศาสตร์ มีความสัมพันธ์ในทางลบกับความสุขสมบูรณ์โดยรวมของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

10.3 สมมติฐานที่ 3 พบว่า ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขสมบูรณ์โดยรวมและในแต่ละด้านทั้ง 6 ด้านของนักศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และพบว่า ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขสมบูรณ์ทางด้านจิตวิญญาณสูงสุด โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) เท่ากับ .314 และมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขสมบูรณ์ทางด้านร่างกายน้อยที่สุด โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) เท่ากับ .152 แสดงว่าความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของนักศึกษา โดยเฉพาะความสุขสมบูรณ์โดยรวม และในแต่ละด้านทั้ง 6 ด้านของนักศึกษา ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ โอ้มัลลี และ บัซแมน (พรณี ททรัพย์มากอุดม, 2532 : 12 ; อ้างอิงมาจาก O' Mally and Bachman, 1977) ที่ศึกษานักศึกษาชั้นมัธยมศึกษาเรื่องความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน (Self-Esteem) กับความสำเร็จในการศึกษา พบว่า การบรรลุความสำเร็จในการศึกษามีความสำคัญมากต่อความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน และได้ทำการศึกษซ้ำอีกครั้งหลังจาก 5 ปีผ่านไป ยังพบว่ามีความสัมพันธ์ระหว่าง 2 ตัวแปรดังกล่าว และการศึกษาของ กาญจนา พงศ์พฤกษ์ (2523 : ไม่มีเลขหน้า) ที่ศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างกันของพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน และพบว่าความวิตกกังวลมีสหสัมพันธ์ทางลบกับความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

10.4 สมมติฐานที่ 4 พบว่า ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขสมบูรณ์ทางด้านการงานอาชีพ (การเรียน) ของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เพียงด้านเดียว และพบว่าไม่มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์โดยรวมและความสุขสมบูรณ์ด้านร่างกาย สังคมและสิ่งแวดล้อม อารมณ์และเพศสัมพันธ์ สติปัญญา และจิตวิญญาณ แสดงว่าความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพมีอิทธิพลต่อความสุขสมบูรณ์ทางด้านการงานอาชีพ (การเรียน) ของนักศึกษา ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ ศิริพร อังคานุสรณ์ (2530 : 94-97) ที่พบว่า ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพไม่มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์

และ มัลลวิชัย อุดลย์วัฒนศิริ (2527 : ก-ง) ที่ศึกษาเรื่องถึงแวดล้อมและสุขภาพจิตของ นักศึกษา ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยขอนแก่น พบว่าลักษณะสุขภาพจิตแต่ละด้านกับถึงแวดล้อมของนักศึกษา มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

10.5 สมมติฐานที่ 5 พบว่า ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทาง ด้านสังคมมีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์โดยรวมและความสุขสมบูรณ์ด้านร่างกาย สังคม และถึงแวดล้อม อารมณ์และเพศสัมพันธ์ สถิติปัญญา และการงานอาชีพ (การเรียน) อย่างมีนัย สำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และไม่มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ด้านจิตวิญญาณ แสดงว่า ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคมมีอิทธิพลมากต่อความสุขสมบูรณ์ โดยรวม และในแต่ละด้านเกือบทุกด้านยกเว้นความสุขสมบูรณ์ด้านจิตวิญญาณ ซึ่งไม่สอดคล้อง กับการศึกษาของ ศิริพร อังคานุสรณ์ (2530 : 94-97) ที่พบว่า ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อม ทางด้านสังคมไม่มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดของนักศึกษา

10.6 สมมติฐานที่ 6 พบว่า

10.6.1 ตัวแปรพยากรณ์ที่สามารถทำนายความสุขสมบูรณ์โดยรวมของนักศึกษา ได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มี 2 ตัวแปร คือ ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน และ ความ พึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคม ซึ่งมีความสัมพันธ์ทางบวก โดยมีค่า สัมประสิทธิ์การพยากรณ์ (R^2) เท่ากับ .122 และสามารถเขียนเป็นสมการพยากรณ์ได้ดังนี้

$$\text{ความสุขสมบูรณ์โดยรวม} = 2.463 + .212 (\bar{X}_S) + .132 (\bar{X}_I)$$

สมการนี้สามารถอธิบายการผันแปรของคะแนนความสุขสมบูรณ์โดยรวมของนัก ศึกษาได้ร้อยละ 12.20

10.6.2 ตัวแปรพยากรณ์ที่สามารถทำนายความสุขสมบูรณ์ด้านร่างกายของ นักศึกษาได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มี 2 ตัวแปร คือ ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน และ ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคม ซึ่งมีความสัมพันธ์ทางบวก โดยมีค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์ (R^2) เท่ากับ .065 ซึ่งสามารถเขียนเป็นสมการพยากรณ์ได้ ดังนี้

$$\text{ความสุขสมบูรณ์ด้านร่างกาย} = 2.544 + .152 (\bar{X}_S) + .117 (\bar{X}_I)$$

สมการนี้สามารถอธิบายการผันแปรของคะแนนความสุขสมบูรณ์ด้านร่างกายของนัก ศึกษาได้ร้อยละ 6.50

10.6.3 ตัวแปรพยากรณ์ที่สามารถทำนายความสุขสมบูรณ์ด้านสังคมและถึง แวดล้อมของนักศึกษาได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มี 2 ตัวแปร คือ ความรู้สึกมีคุณค่า แห่งตน และ ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคม ซึ่งมีความสัมพันธ์

ทางบวก โดยมีค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์ (R^2) เท่ากับ .051 ซึ่งสามารถเขียนเป็นสมการพยากรณ์ได้ดังนี้

$$\text{ความสุขสมบูรณ์ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม} = 2.796 + .133 (\bar{X}_S) + .134 (\bar{X}_I)$$

สมการนี้สามารถอธิบายการผันแปรของคะแนนความสุขสมบูรณ์ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมของนักศึกษาได้ร้อยละ 5.10

10.6.4 ตัวแปรพยากรณ์ที่สามารถทำนายความสุขสมบูรณ์ด้านอารมณ์และเพศสัมพันธ์ของนักศึกษาได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มี 2 ตัวแปร คือ ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน และความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคม ซึ่งมีความสัมพันธ์ทางบวก โดยมีค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์ (R^2) เท่ากับ .112 ซึ่งสามารถเขียนเป็นสมการพยากรณ์ได้ดังนี้

$$\text{ความสุขสมบูรณ์ด้านอารมณ์และเพศสัมพันธ์} = 2.592 + .272 (\bar{X}_S) + .117 (\bar{X}_I)$$

สมการนี้สามารถอธิบายการผันแปรของคะแนนความสุขสมบูรณ์ด้านอารมณ์และเพศสัมพันธ์ได้ร้อยละ 11.20

10.6.5 ตัวแปรพยากรณ์ที่สามารถทำนายความสุขสมบูรณ์ด้านสติปัญญาของนักศึกษาได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มี 2 ตัวแปร คือ ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน และความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคม ซึ่งมีความสัมพันธ์ทางบวก โดยมีค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์ (R^2) เท่ากับ .041 ซึ่งสามารถเขียนเป็นสมการพยากรณ์ได้ดังนี้

$$\text{ความสุขสมบูรณ์ด้านสติปัญญา} = 2.312 + .206 (\bar{X}_S) + .124 (\bar{X}_I)$$

สมการนี้สามารถอธิบายความผันแปรของคะแนนความสุขสมบูรณ์ด้านสติปัญญาได้ร้อยละ 4.10

10.6.6 ตัวแปรพยากรณ์ที่สามารถทำนายความสุขสมบูรณ์ด้านการงานอาชีพ (การเรียน) ของนักศึกษาได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มี 3 ตัวแปร ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคม สาขาวิชาที่ศึกษา ซึ่งได้แก่ สาขาวิชาสังคมศาสตร์ และสาขาวิชามนุษยศาสตร์ โดยมีความสัมพันธ์ทางบวก และมีค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์ (R^2) เท่ากับ .152 ซึ่งสามารถเขียนเป็นสมการพยากรณ์ได้ดังนี้

$$\begin{aligned} \text{ความสุขสมบูรณ์ด้านการงานอาชีพ (การเรียน)} &= 1.454 + .386 (\bar{X}_S) + .196 (\bar{X}_I) \\ &+ .203 (\bar{X}_{MS}) + .171 (\bar{X}_{MH}) \end{aligned}$$

สมการนี้สามารถอธิบายการผันแปรของคะแนนความสุขสมบูรณ์ด้านการงานอาชีพได้ร้อยละ 15.20

10.6.7 ตัวแปรพยากรณ์ที่สามารถทำนายความสุขสมบูรณ์ด้านจิตวิญญาณของนักศึกษาได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มี 1 ตัวแปร คือ ความรู้สึกรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน ซึ่งมีความสัมพันธ์ทางบวก โดยมีค่าสัมประสิทธิ์พยากรณ์ (R^2) เท่ากับ .098 ซึ่งสามารถเขียนเป็นสมการพยากรณ์ได้ดังนี้

$$\text{ความสุขสมบูรณ์ด้านจิตวิญญาณ} = 2.519 + .371 (\bar{X}_S)$$

สมการนี้สามารถอธิบายการผันแปรของคะแนนความสุขสมบูรณ์ด้านจิตวิญญาณได้ร้อยละ 9.80

ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาวิจัยครั้งนี้ได้ข้อเสนอแนะดังนี้

1. ผลจากการวิจัยครั้งนี้ได้พบว่านักศึกษาส่วนใหญ่มีความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพในระดับปานกลางมากที่สุด และสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพที่นักศึกษาพึงพอใจอยู่ในระดับต่ำ ได้แก่ สภาพแวดล้อมในด้านสาธารณูปโภค ประเภทประปา สถานที่ออกกำลังกาย ความสะอาดของห้องสุขา และการติดต่อสื่อสาร ดังนั้นมหาวิทยาลัยควรได้มีการพิจารณาพัฒนาและปรับปรุงสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพดังกล่าวข้างต้นให้มีความเหมาะสมยิ่งขึ้นสำหรับการพัฒนาความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษา
2. ตัวแปรที่ศึกษาวิจัยในครั้งนี้มีความเหมาะสมและครอบคลุมในหลายประเด็นที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนานักศึกษา และควรจะได้มีการศึกษาตัวแปรอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพของนักศึกษา เช่น ความสามารถแห่งตน (Self - Efficacy)

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยต่อไป

1. ตัวแปรความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน (Self-Esteem) เป็นตัวแปรที่มีอิทธิพลเด่นชัดกับความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาทุกด้าน น่าจะมีการศึกษาหาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนกับตัวแปรความสุขสมบูรณ์ในด้านใดด้านหนึ่ง เช่น ความสุขสมบูรณ์ด้านจิตวิญญาณกับความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน เป็นต้น เพื่อจะได้ข้อมูลที่มีเนื้อหาที่เน้นเฉพาะในรายละเอียดของเรื่องที่ศึกษา ว่านักศึกษามีจุดเด่นและจุดด้อยในความสุขสมบูรณ์ด้านที่ศึกษานั้นอย่างไร และสามารถนำข้อมูลที่ได้จากการศึกษามาเป็นแนวทางในการวางแผนพัฒนาความสุขสมบูรณ์เฉพาะด้านใดด้านหนึ่งของนักศึกษา

2. ควรทำการศึกษาหาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ และสามารถพยากรณ์ความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาเพิ่มขึ้น โดยพิจารณาตัวแปรหลาย ๆ ตัวแปร ที่คาดว่าจะเป็นตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อความสุขสมบูรณ์และสามารถพยากรณ์ความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาได้ เช่น ระดับความเครียด ลักษณะบุคลิกภาพ ลักษณะการเข้าร่วมกิจกรรมของนักศึกษา เพื่อที่จะได้ทราบแนวทางในการพัฒนานักศึกษาได้หลาย ๆ แนวทาง

3. ควรได้มีการศึกษาความสุขสมบูรณ์ในนักศึกษาที่ศึกษาอยู่ในสถาบันอุดมศึกษาในส่วนภูมิภาค เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาในส่วนภูมิภาค

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กิจการนักศึกษา, กอง. สถิติงานแพทย์และอนามัย ท่าพระจันทร์ ปี 2539. กรุงเทพฯ : กองกิจการนักศึกษา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2539.
- กาญจนา พงศ์พฤกษ์. ความสัมพันธ์ระหว่างกันของพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก ความวิตกกังวล และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2523. อัดสำเนา.
- กาญจนา ชำนาญกิจ. ความคิดเห็นและความต้องการของนิสิตต่อการบริการสุขภาพใน มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2535. อัดสำเนา.
- ชนินฐา วิเศษสาร. “รายงานการวิจัยเรื่องอารมณ์ซึมเศร้าของนักศึกษามหาวิทยาลัย : ศึกษา กรณีนักศึกษาสถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง,” วารสาร จิตวิทยาคลินิก. 17(1) : 13 - 15 ; มกราคม - มิถุนายน 2529.
- คณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ, สำนักงาน. แผนการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช 2535. กรุงเทพฯ : สำนักนายกรัฐมนตรี, 2535.
- จริยา พงศ์วิวัฒน์. การศึกษาความรู้ ทักษะคติ และความต้องการของนักศึกษา ปีที่ 1 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ในเรื่องเพศศึกษา. วิทยานิพนธ์ สส.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2526. อัดสำเนา.
- จุไร ชุมชุม. สภาพแวดล้อมและสังคมกลุ่มเพื่อนของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยในกรุงเทพฯ. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2526. อัดสำเนา.
- จายา สุริยา และ นราวัตร ไพลน้อย. “รายงานการวิจัยเรื่องความรู้เกี่ยวกับการปฏิบัติตนให้ปลอดภัยจากโรคเอดส์ของนักศึกษาระดับอุดมศึกษา,” วารสารสาธารณสุขมูลฐานและการพัฒนา. 5(1) : 1 ; มกราคม - มิถุนายน 2531.
- ชูชัย สมितिไกร. สร้างสรรค์คุณค่าเพิ่มราคาชีวิต. กรุงเทพฯ : เรือนแก้วการพิมพ์, ม.ป.ป.
- ชูศรี วงศ์รัตนะ. เทคนิคการใช้สถิติเพื่อการวิจัย. พิมพ์ครั้งที่ 6. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2537.
- ดวงใจ กสานติกุล. “การใช้บริการของศูนย์สุขภาพของนักศึกษามหาวิทยาลัยแวนเคอร์มิลท์,” สมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย. 29 : 79 - 86 ; มิถุนายน 2527.

ทะเบียนและประมวลผล, สำนัก, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. คู่มือการศึกษาปริญญาตรี.

กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2539.

_____. สถิตินักศึกษาชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2540. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2540.

ธรรมศาสตร์เฉลิมพระเกียรติ, โรงพยาบาล. สถิติผู้ป่วยนอก ปี พ.ศ. 2539. ปทุมธานี :

โรงพยาบาลธรรมศาสตร์เฉลิมพระเกียรติ, 2539.

ธิดารัตน์ บุญนุช. “พัฒนาการทางบุคลิกภาพของนิสิตนักศึกษา,” นิสิตนักศึกษา : หลักการปัญหาและแนวปฏิบัติ. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์, 2526.

นภาพร อมรชัยเจริญ. การวิเคราะห์บทบาทของอาจารย์ที่ปรึกษาวิชาการสาขาวิทยาศาสตร์สุขภาพในมหาวิทยาลัยของรัฐตามทฤษฎีของวินสตันและคณะ. วิทยานิพนธ์ ค.ม.

กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2537. อัดสำเนา.

นิภา พุทธสุวรรณ. สภาพแวดล้อมหอพักของมหาวิทยาลัยในกรุงเทพมหานครในทัศนะของผู้บริหารและนิสิตนักศึกษาหอพัก. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2530. อัดสำเนา.

นิรันดร์ จุลทรัพย์. การสำรวจความคิดเห็นของอาจารย์และนิสิตเกี่ยวกับสภาพปัจจุบันและความคาดหวังที่มีต่อบริการด้านกิจกรรมนันทนาการในมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ บางเขน. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2528. อัดสำเนา.

บุปผา การ์เวท. สภาพแวดล้อมสังคมกลุ่มเพื่อนในทัศนะของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงที่คาดว่าจะสำเร็จการศึกษา. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2527. อัดสำเนา.

บุญยศักดิ์ แววกักดี. การรับรู้เกี่ยวกับค่านิยมพื้นฐานของนักศึกษาในวิทยาลัยเทคโนโลยีและอาชีวศึกษา. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2527. อัดสำเนา.

ประภาวดี เหล่าพูนสุข. ปัญหาการปรับตัวและสุขภาพจิตของนิสิต ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยบูรพา จังหวัดชลบุรี. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2539. อัดสำเนา.

ประนอม รอดคำดี. รูปแบบการพัฒนาระดับความสุขสมบูรณ์ของนิสิตนักศึกษาในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ ค.ค. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2538. อัดสำเนา.

- ปลัดทรวงมหาวิทยาลัย, สำนักงาน. รายงานการประชุมสัมมนาเรื่องการพัฒนาแนะแนวเพื่อพัฒนานิสิตนักศึกษา. กรุงเทพฯ : กองบริการการศึกษา สำนักงานปลัดทรวงมหาวิทยาลัย, 2537.
- ประชัย เปี่ยมสมบูรณ์. ความเครียดของนักบริหารงานตำรวจ : การศึกษากรณีสารวัตรใหญ่และสารวัตรสังกัดกองบัญชาการตำรวจภูธร ภาค 4. กรุงเทพฯ : คณะกรรมการส่งเสริมงานวิจัย สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, 2529.
- ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ และ มัลลวิทย์ อดุลย์วัฒนศิริ. รายงานการวิจัยเรื่องสิ่งแวดล้อมและสุขภาพจิตของนักศึกษา ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยขอนแก่น. โครงการวิจัยประเภทอาจารย์. กรุงเทพฯ : สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ, 2527.
- พรสุข หุ่นนิรันดร์. การพัฒนาหลักสูตรสุขภาพศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ : ห้างหุ้นส่วนจำกัด เอ็กซ์เพรสมีเดีย, 2534.
- พัชรี คูวิจิตรจารุ. ปัญหาและความต้องการบริการสุขภาพของนักศึกษาในสถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้า. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2538. อัดสำเนา.
- พวงรัตน์ ทวีรัตน์. วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์. พิมพ์ครั้งที่ 6. กรุงเทพฯ : ศูนย์หนังสือจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2538.
- เพ็ญทิวา นรินทรากุล ณ อยุธยา. ปัญหาการปรับตัวและสุขภาพจิตของนิสิตโควต้ามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ วิทยาเขตบางเขน. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2533. อัดสำเนา.
- พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตโต). ความมุ่งหมายของวิชาพื้นฐานทั่วไป. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2532.
- พรรณี ทรัพย์มากอุดม. การศึกษาค้นคว้าความแตกต่างระหว่างเพศกับการให้คุณค่าตนเอง : ศึกษากรณีนักเรียนมัธยมศึกษา โรงเรียนวัดสุวรรณารามวิทยาคม. วิทยานิพนธ์ สม.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2532. อัดสำเนา.
- มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. สรุปแผนพัฒนาการศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ระยะที่ 8 (พ.ศ. 2540 - 2544). กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2538.
- มยุรี จิรวินิจ. ความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนิสิตในจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. วิทยานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2535. อัดสำเนา.

- เยวนารถ อุทัยกุล. สภาพแวดล้อมของมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ในทัศนะของนักการศึกษาและอาจารย์. ปรินทิพนิพนธ์ กศ.ม. สงขลา : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ สงขลา, 2528. อัดสำเนา.
- ระวีวรรณ เสวตามร. การรู้จักตนเองในยุทธวิธีเสริมสร้างมนุษยสัมพันธ์. กรุงเทพฯ : สถาบันพัฒนาผู้บริหารการศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ, 2532.
- ลักขณา สุขมต. ความคิดเห็นเกี่ยวกับสภาพแวดล้อมที่ถูกละเลยในวิทยาลัยครู. ปรินทิพนิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2528. อัดสำเนา.
- วางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย, สมาคม. สรุปผลการดำเนินงานโครงการจัดตั้งเครือข่ายนิสิตนักศึกษาป้องกันโรคเอดส์ในสถาบันอุดมศึกษา ระหว่างเดือนมีนาคมถึงเดือนกรกฎาคม, 2540. กรุงเทพฯ : สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย, 2540. (เอกสารประกอบการสัมมนาอาจารย์ที่รับผิดชอบโครงการณรงค์ป้องกันโรคเอดส์ในสถาบันอุดมศึกษา)
- วิลาวรรณ จารุชัยนิวัฒน์. ปัญหาและความต้องการของนักศึกษามหาวิทยาลัยขอนแก่น. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2531. อัดสำเนา.
- วัลลภา เทพหัสดิน ณ อยุธยา. มคอ.กร นิสิต นักศึกษา. กรุงเทพฯ : โครงการตำราและเอกสารวิชาการ คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2530.
- ศิริพร อังคานุสรณ์. ผลกระทบของสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยที่มีต่อความเครียดของนักศึกษา ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต. วิทยานิพนธ์ สม.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2530. อัดสำเนา.
- สำเนาวิ ขจรศิลป์. มิติใหม่ของกิจการนักศึกษา 2 : การพัฒนานักศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต, 2538.
- สมปอง ไร่ไหวพริบ. การศึกษานโยบายอนามัยในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยและมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2527. อัดสำเนา.
- สมเดช มุงเมือง. การศึกษารวมจริยา 4 ประการของนิสิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2526. อัดสำเนา.
- สบพร ขุทรานนท์. ความเครียดและสภาพแวดล้อมในการทำงานของทันตแพทย์. วิทยานิพนธ์ สม.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2527. อัดสำเนา.
- สุณี รักษาเกียรติศักดิ์. การวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติด้วย SPSS. กรุงเทพฯ : สำนักคอมพิวเตอร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2539.

- อุทัย บุญประเสริฐ. การศึกษและการพัฒนาประเทศ แนวคิดพื้นฐาน. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์อักษรไทย, 2527.
- อรรถพ คุณพันธ์. การสร้างแบบสำรวจสภาพแวดล้อมมหาวิทยาลัย. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2521. อัดสำเนา.
- Ardell, D.B. High Level Wellness : An Alternative to Doctors, Drugs and Disease. California : Ten Speed Press, University of California, Berkley, 1986.
- Burns, C., L. Mcharlene and B. Sarah. "Implementation of An Elective Wellness Course," Nurse Education. 18(4) : 10 - 12 ; July - August, 1993.
- Bell, A. Paul and others. Environmental Psychology. Philadephia : W.B. Saunders Company, 1978.
- Cohen, S. "Psychological Models of the Role and Social Support in the Ethiology of Physical Disease," Health Psychology. 7(3) : 269 - 297 ; 1988.
- Coleman, J.C. The Nature of Adolescence. New York : Methuen Publication, 1980.
- Festinger, Leon. "A Theory of Social Comparison Process," Human Relation. 7 : 117 - 140 ; July, 1954.
- Gottlieb, B.H. "Social Support as a Focus for Intrigrative Research in Psychology," American Psychology. 38 : 278 - 287 ; 1983.
- Hales, D. An Invitation to Health : The Power of Prevention. 6th ed. Redwood City, California : Benjamin / Cummings, 1994.
- Harold, W. Personality Change in College Students, In College and Character. New York : Nevitt Standford, 1964.
- Hendershott, A.B., S.P. Wright and D. Henderson. "Quality of Life Correlates University Students," NASPA Journal. 30(1) : 11 - 19 ; Fall, 1992.
- Hooking, J.C. "Older Students' Perceptions of Student Services," Disertation Abstracts International. 50/06 : 1504-A ; December, 1989.
- Hostetler, D.K. "An Analysis of the Differences in Selected Attitudes and Values of the College Students in the Eastern and Southern Part of the United State," Dissertation Abstract. 1(27) : 126 ; July, 1966.
- Katz, L.G. "Your Child's Self Esteem," Parents Magazine 63 : 248 ; November, 1988.
- Kendall, C.P. and D.J. Norton. Clinical Psychology. New York : John Wiley and Sons, Inc., 1982.

- Lloyd, C. and N.K. Gartell. "A Future Assessment of Medical School Stress," Journal of Medical Education. 58 : 964 - 968 ; December, 1983.
- McGinnis, J.M. "A Healthy Campus - Forecasting from the 1990 Objectives for the Nation," Journal of American College Health. 35 : 158 - 170 ; January, 1987.
- Norbeck, J.S. and V.P. Tilden. "Life Stress, Social Support and Emotional Disequilibrium in Complications of Pregnancy : A Prospective, Multivariate Study," Journal of Health and Social Behavior. 24 : 30 - 45 ; 1983.
- Pace C.R. and G.G. Stern. "An Approach to the Measurement of Psychological Characteristics of College Environment," Journal of Educational Psychology. 49 : 260 - 277 ; 1965.
- Rosenberg, M. Conceiving the Self. New York : Basic Books, 1979.
- Selby, R., M. Winstein and T.S. Bird. "The Health of University Athletes : Attitudes, Behaviors and Stressors," Journal of American College Health. 39 : 11 - 18 ; July, 1990.
- Warner, M.J. "Wellness Promotion in Higher Education," NASPA Journal. 21(3) : 33 - 36 ; 1984.
- Yamane, Taro. Statistics : An Introductory Analysis. New York : Harper and Row, 1967.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

หนังสือขอความอนุเคราะห์ตอบแบบสอบถาม และผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย

ที่ ทม 1007/5831



บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

12 ธันวาคม 2540

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์

เรียน รองอธิการบดีฝ่ายการนักศึกษา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

บัณฑิตวิทยาลัย ขอรับรองว่า นางดวงเดือน พิพัฒนชูเกียรติ เป็นนิสิตระดับปริญญาโท
วิชาเอกสุขศึกษา ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

นิสิตผู้นี้มีความประสงค์จะขอความสะดวกในการศึกษาค้นคว้า เพื่อทำวิทยานิพนธ์
เรื่อง ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
ศูนย์รังสิต

ทั้งนี้อยู่ในความควบคุมดูแลของ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พรสุข	หุ่นนิรันดร์	ประธาน
-----------------------------	--------------	--------

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธาดา	วิมลวัตรเวที	กรรมการ
----------------------------	--------------	---------

สิ่งที่นิสิตใคร่ขอความอนุเคราะห์ คือ ขอเชิญท่าน เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย

บัณฑิตวิทยาลัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่าท่านจะกรุณาให้ความร่วมมือในครั้งนี้ และขอขอบคุณ
ในความช่วยเหลืออนุเคราะห์ใด ๆ ที่ท่านจะโปรดให้แก่บัณฑิตผู้นี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(ศาสตราจารย์ ดร.เสริมศักดิ์ วิศาลาภรณ์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

บัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 2584119

ที่ ทม 1007/5832



บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

12 ธันวาคม 2540

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์

เรียน ผู้อำนวยการกองกิจการนักศึกษา

บัณฑิตวิทยาลัย ขอรับรองว่า นางดวงเดือน พิพัฒน์ชูเกียรติ เป็นนิติระดับปริญญาโท วิชาเอกสุศึกษา ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

นิติผู้นี้มีความประสงค์จะมาติดต่อขอความสะดวกในการศึกษาค้นคว้า เพื่อทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต

ทั้งนี้อยู่ในความควบคุมดูแลของ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พรสุข	หุ่นนิรันดร์	ประธาน
-----------------------------	--------------	--------

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธาดา	วิมลวัตรเวที	กรรมการ
----------------------------	--------------	---------

สิ่งที่นิติใคร่ขอความอนุเคราะห์ คือ ขอเชิญท่าน เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย

บัณฑิตวิทยาลัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่าท่านจะกรุณาให้ความร่วมมือในครั้งนี้ และขอขอบคุณในความช่วยเหลืออนุเคราะห์ใด ๆ ที่ท่านจะไปโปรดให้แก่นิติผู้นี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(ศาสตราจารย์ ดร.เสริมศักดิ์ วิสาธกรณ์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

บัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 2584119

ที่ ทม 1007/5833



บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

12 ธันวาคม 2540

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์

เรียน คณบดีคณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

บัณฑิตวิทยาลัย ขอรับรองว่า นางดวงเดือน พิพัฒน์ชูเกียรติ เป็นนิสิตระดับปริญญาโท วิชาเอกสุขศึกษา ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

นิสิตผู้นี้มีความประสงค์จะขอความช่วยเหลือในการศึกษาค้นคว้า เพื่อทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง บังคับที่มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต

ทั้งนี้อยู่ในความควบคุมดูแลของ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พรสุข หุ่นนิรันดร์ ประธาน

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธาดา วิมลวัตรเวที กรรมการ

สิ่งที่นิสิตใคร่ขอความอนุเคราะห์ คือ ขอเชิญ อาจารย์ ดร.ชาญวิทย์ เกษตรศิริ และ รองศาสตราจารย์ ดร.ศรีเรื่อน แก้วกังวาล เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย พร้อมทั้งขอให้นักศึกษาปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 วิชาพื้นฐานภาษาไทย ตอบแบบสอบถาม ในระหว่างเดือน ธันวาคม 2540 - มกราคม 2541 เพื่อเป็นข้อมูลในการทำปริญญานิพนธ์

บัณฑิตวิทยาลัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่าท่านจะกรุณาให้ความร่วมมือในครั้งนี้ และขอขอบคุณในความช่วยเหลืออนุเคราะห์ใด ๆ ที่ท่านจะโปรดให้แก่บัณฑิตผู้นี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

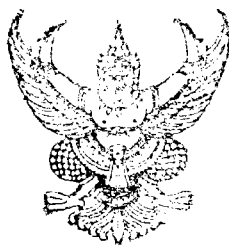
(ศาสตราจารย์ ดร.เสริมศักดิ์ วิศาลาภรณ์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

บัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 2584119

ที่ ทม 1007/5830



บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

12 ธันวาคม 2540

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์

เรียน คณบดีคณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

บัณฑิตวิทยาลัย ขอรับรองว่า นางดวงเดือน พิพัฒน์ชูเกียรติ เป็นนิสิตระดับปริญญาโท วิชาเอกสุขศึกษา ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

นิสิตผู้นี้มีความประสงค์จะมาติดต่อขอความสะดวกในการศึกษาค้นคว้า เพื่อทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต

ทั้งนี้อยู่ในความควบคุมดูแลของ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พรสุข หุ่นนิรันดร์ ประธาน

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธาดา วิมลวัตรเวที กรรมการ

สิ่งที่นิสิตใคร่ขอความอนุเคราะห์ คือ ขอเชิญ รองศาสตราจารย์ ดร.นงลักษณ์ เทพสวัสดิ์ เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย

บัณฑิตวิทยาลัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่าท่านจะกรุณาให้ความร่วมมือในครั้งนี้ และขอขอบคุณในความช่วยเหลืออนุเคราะห์ใด ๆ ที่ท่านจะโปรดให้แก่บัณฑิตผู้นี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(ศาสตราจารย์ ดร.เสริมศักดิ์ วิชาลาภรณ์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

บัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 2584119

รายนามผู้เชี่ยวชาญในการตรวจแบบสอบถาม

1. รองศาสตราจารย์ ดร.คุณาถ ศรีเสริมโชค รองอธิการบดีฝ่ายการนักศึกษา
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
2. ดร.พงษ์เทพ วรกิจโกคาทร ผู้อำนวยการกองกิจการนักศึกษา
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
3. อาจารย์ ดร.ชาญวิทย์ เกษตรศิริ อธิการบดีและรองอธิการบดี
ฝ่ายการนักศึกษา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
4. รองศาสตราจารย์ ดร.ศรีเรื่อน แก้วกังวาล ภาควิชาจิตวิทยา คณะศิลปศาสตร์
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
5. รองศาสตราจารย์ ดร.นงลักษณ์ เทพสวัสดิ์ สาขาสังคมศาสตร์ทางการแพทย์
คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

ภาคผนวก ข

แบบสอบถาม

เรื่อง

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษา ชั้นปีที่ 1

มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต

แบบสอบถาม

เรื่อง

**ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาชั้นปีที่ 1
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต**

คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม

1. แบบสอบถามชุดนี้มีทั้งหมด 4 ส่วน
 - ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของนักศึกษา
 - ส่วนที่ 2 แบบสอบถามความรู้สึที่มีคุณค่าแห่งตนของนักศึกษา
 - ส่วนที่ 3 แบบสอบถามความพึงพอใจของนักศึกษาต่อสภาพแวดล้อม
ในมหาวิทยาลัยทั้งทางด้านกายภาพและสังคม
 - ส่วนที่ 4 แบบวัดความสุขสมบูรณ์ (Wellness) ของนักศึกษา
2. แบบสอบถามชุดนี้มีทั้งหมด 8 หน้า
3. ขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามให้ครบถ้วนสมบูรณ์ทั้ง 4 ส่วน
เพื่อประโยชน์ในการนำข้อมูลที่ได้ไปประเมินระดับความสุขสมบูรณ์และการจัด
สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยเพื่อการพัฒนานักศึกษา

ขอขอบคุณในความร่วมมือของนักศึกษา

ดวงเดือน พิพัฒน์ชูเกียรติ

ส่วนที่ 1 **ข้อมูลส่วนบุคคล**

คำชี้แจง กรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☐ หน้าข้อความหรือเติมข้อความในช่องว่างตามความเป็นจริง

1. ท่านกำลังศึกษาอยู่คณะ.....
2. เพศ ☐ ชาย ☐ หญิง
3. ภูมิลำเนาอยู่ในจังหวัด.....
4. ที่พักอาศัยปัจจุบัน
 - ☐ บ้านของพ่อแม่
 - ☐ บ้านญาติ
 - ☐ หอพักเอกชน, บ้านเช่า, คอนโดมีเนียม
 - ☐ หอพักมหาวิทยาลัย
5. ท่านมีโรคประจำตัวหรือไม่
 - ☐ ไม่มี
 - ☐ มี ถ้ามีโปรดระบุโรค.....

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนของนักศึกษา

คำชี้แจง ท่านคิดว่าข้อความต่อไปนี้ตรงกับความรู้สึกที่ท่านมีต่อตนเองเพียงไร

โปรดขีดเครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับความรู้สึกของท่านที่สุด

ความรู้สึกที่มีต่อตนเอง	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
1. ฉันเป็นคนมีค่าอย่างน้อยก็เท่ากับคน ทั่ว ๆ ไปที่มีสถานภาพคล้าย ๆ ฉัน...					
2. ฉันคิดว่าตัวเองมีส่วนคืออยู่ข้าง เหมือนกัน.....					
3. ฉันรู้สึกกว่าตัวเองเป็นคนล้มเหลว					
4. ฉันมีความสามารถดีเท่า ๆ กับ คนอื่น.....					
5. ฉันไม่รู้สึกรูมิใจในตัวเองเท่าไรนัก...					
6. ฉันมีเจตคติที่ดีต่อตัวเอง.....					
7. โดยรวม ๆ แล้วฉันพอใจในตัวเอง....					
8. ฉันหวังว่าจะสร้างความนับถือตัวเอง ได้มากกว่าที่เป็นอยู่เดี๋ยวนี้.....					
9. บางครั้งตัวฉันก็เป็นคนไม่มี ประโยชน์เอาเสียเลย.....					
10. บางครั้งฉันรู้สึกตัวเองไม่มีอะไรดี					

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามความพึงพอใจของนักศึกษาต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย
ทั้งทางด้านกายภาพและสังคม

คำชี้แจง โปรดขีดเครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับความรู้สึกของท่าน

ความพึงพอใจของนักศึกษา	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
1. ตำแหน่งและที่ตั้งของอาคารสถานที่ ที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน.....					
2. ความสะดวกในการไปเรียน ระหว่างตึก.....					
3. ความเหมาะสมของห้องเรียน.....					
4. วารสารและหนังสือในห้องสมุด.....					
5. โรงอาหารถูกสุขลักษณะ.....					
6. ความสะอาดของห้องสุขา.....					
7. สถานที่นั่งพักผ่อนของนักศึกษา เหมาะสม.....					
8. สถานที่ออกกำลังกายมีเพียงพอ.....					
9. ความสะอาดบริเวณภายใน มหาวิทยาลัย.....					
10. ความเงียบสงบภายในมหาวิทยาลัย...					
11. ความร่มเย็นภายนอกอาคาร.....					
12. มาตรการความปลอดภัย.....					
13. สาธารณูปโภคประเภทน้ำประปา.....					
14. สาธารณูปโภคประเภทไฟฟ้า.....					
15. การติดต่อสื่อสาร เช่น โทรศัพท์ ไปรษณีย์.....					
16. ความสะดวกในการเดินทางไป-กลับ ระหว่างที่พักกับมหาวิทยาลัย.....					

ความพึงพอใจของนักศึกษา	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
17. กฎระเบียบและบทลงโทษในการ ปกครองที่เกี่ยวข้องกับนักศึกษา.....					
18. บรรยากาศการเรียนการสอนใน ห้องเรียน.....					
19. ประสิทธิภาพทางวิชาการของ การเรียนการสอนในห้องเรียน.....					
20. ความเอาใจใส่และการให้เวลาของ อาจารย์ผู้สอน.....					
21. ความเอาใจใส่และการให้เวลาของ อาจารย์ที่ปรึกษา.....					
22. ความเอาใจใส่และการให้เวลาของ ผู้บริหาร.....					
23. ความสัมพันธ์ของนักศึกษา กับ กลุ่มเพื่อน.....					
24. ความสัมพันธ์ของนักศึกษา กับ อาจารย์ที่ปรึกษา.....					
25. การใช้เทคโนโลยีในการสอน เช่น คอมพิวเตอร์อินเทอร์เน็ต.....					
26. การส่งเสริมกิจกรรมทางด้านกีฬา ของมหาวิทยาลัย.....					
27. การส่งเสริมกิจกรรมบำเพ็ญ ประโยชน์ของมหาวิทยาลัย.....					
28. บริการด้านการแพทย์และอนามัย.....					
29. บริการด้านการศึกษาของ สำนักทะเบียน.....					

ความพึงพอใจของนักศึกษา	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
30. บริการด้านแนะแนวการศึกษา และอาชีพ.....					
31. บริการด้านการใช้ห้องสมุดของ มหาวิทยาลัย.....					
32. บริการของเจ้าหน้าที่ธุรการ.....					
33. สติธิและเสรีภาพในฐานะของ นักศึกษาที่มีอยู่.....					

ส่วนที่ 4 แบบวัดความสุขสมบูรณ์ (Wellness) ของนักศึกษา

คำชี้แจง โปรดขีดเครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงตามความเป็นจริงที่ท่านปฏิบัติ

- 5 หมายถึง ปฏิบัติประจำหรือเกือบตลอดเวลา (90% หรือมากกว่า)
 4 หมายถึง ปฏิบัติบ่อยมาก (ประมาณเกือบ 75% ของสภาพการณ์)
 3 หมายถึง ปฏิบัติบ่อย (ประมาณ 50% ของสภาพการณ์)
 2 หมายถึง ปฏิบัติบางครั้ง (ประมาณ 25% ของสภาพการณ์)
 1 หมายถึง เกือบไม่ได้ปฏิบัติเลย (ต่ำกว่า 10% ของสภาพการณ์)

พฤติกรรมปฏิบัติ	5 90%	4 75%	3 50%	2 25%	1 10%
1. ข้าพเจ้าออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่อง เอาใจจริงเอาใจจนได้เหงื่อ (ใช้เวลาประมาณ 20-30 นาที อย่างน้อย 3 ครั้ง/สัปดาห์).....					
2. ข้าพเจ้าใช้วิธีการเดินขึ้นลงบันไดแทนการใช้ลิฟท์ ภายในอาคารทุกครั้ง (ถ้าไม่มีลิฟท์จดตอบเลข 5).....					
3. ข้าพเจ้าพยายามเดิน (หรือถีบจักรยาน) แทนการใช้ ยานพาหนะในการไปไหนมาไหนในมหาวิทยาลัย ทุกครั้ง.....					
4. ข้าพเจ้าถือว่าการออกกำลังกายเป็นส่วนหนึ่งของ การใช้ชีวิตที่ไม่รบกวนเวลาการทำกิจกรรมอื่น.....					
5. เมื่อข้าพเจ้าไม่สบาย ข้าพเจ้าจะหลีกเลี่ยงการออก กำลังกายที่หักโหมรุนแรง.....					
6. ข้าพเจ้าหลีกเลี่ยงการกินอาหารที่มีไขมันสูง (รวมทั้งอาหารทอด ของหวาน).....					
7. ข้าพเจ้ากินอาหารประเภทจานด่วน (Fast Food) และของว่าง ตัวอย่างเช่น มันฝรั่งทอด แฮมเบอร์เกอร์ น้อยกว่า 1 ครั้ง/สัปดาห์.....					

พฤติกรรมปฏิบัติ	5 90%	4 75%	3 50%	2 25%	1 10%
8. ข้าพเจ้าตั้งใจกินอาหารที่มีกากและเส้นใยทุกมื้อ (ข้าวซ้อมมือ ถั่วเมล็ด ผลไม้).....					
9. ข้าพเจ้าพยายามรักษาระดับน้ำหนักให้อยู่ในเกณฑ์ สอดคล้องกับส่วนสูงและเพศ*.....					

*การคำนวณเกณฑ์สมดุระหว่างน้ำหนักกับส่วนสูง สำหรับคนไทยมีดังต่อไปนี้

ชาย		หญิง	
ส่วนสูง (ซม.)	น้ำหนัก (กิโลกรัม)	ส่วนสูง (เซนติเมตร)	น้ำหนัก (กิโลกรัม)
163	60-65	147	46-50
168	62-69	152	47-53
172	64-71	157	49-58
178	65-74	162	52-58
182	68-77	167	55-61
185	70-79	172	56-64

พฤติกรรมปฏิบัติ	5	4	3	2	1
	90%	75%	50%	25%	10%
10. ข้าพเจ้ารับประทานผักสด และ/หรือผลไม้ทุกมื้อ...					
11. ข้าพเจ้าเก็บรักษาสมุคบันทึกรักษาสุขภาพหรือบัตร โรงพยาบาลไว้อย่างดี.....					
12. ข้าพเจ้าตรวจสอบส่วนของร่างกาย (ตรวจเต้านม/ ลูกอัณฑะ) เป็นประจำทุกเดือน.....					
13. ข้าพเจ้าพยายามหลีกเลี่ยงจากควันบุหรี่หรือควันพิษ จากเครื่องยนต์.....					
14. เมื่อข้าพเจ้าเจ็บป่วย ก่อนใช้ยาข้าพเจ้าจะศึกษา สรรพคุณของยาและวิธีการใช้ทุกครั้ง.....					
15. ข้าพเจ้าดื่มน้ำวันละ 6-8 แก้วทุกวัน.....					
16. ข้าพเจ้าทำความสะอาดฟันอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง...					
17. ข้าพเจ้าออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ.....					
18. ข้าพเจ้าหาโอกาสไปรับอากาศบริสุทธิ์ในทุ่งนาป่า หรือชายหาดอย่างน้อยเดือนละครั้ง.....					
19. ข้าพเจ้าคอยระวังรักษาระดับของความดันโลหิต ให้อยู่ในระดับที่เหมาะสมคือประมาณ 80/130 มิลลิเมตรปรอท (ถ้าไม่เคยวัดหรือจำผลการวัด ไม่ได้ จงตอบเลข 1).....					
20. ข้าพเจ้าคอยรักษาคอเลสเตอรอลในโลหิตให้อยู่ ในระดับที่เหมาะสม คือ ต่ำกว่า 200 มิลลิกรัม/ เดซิลิตร (ถ้าไม่เคยตรวจหรือจำผลวัดไม่ได้ จงตอบเลข 1).....					
21. ข้าพเจ้าไม่ขับปัสสาวะขณะที่เสพสุรา หรือ สารมึนเมา (ถ้าไม่ได้ขับรด จงตอบเลข 5).....					
22. ข้าพเจ้าไม่นั่งในยานพาหนะที่คนขับเสพสุรา.....					
23. ข้าพเจ้าใช้รถใช้ถนนโดยรักษากฎจราจร.....					

พฤติกรรมปฏิบัติ	5 90%	4 75%	3 50%	2 25%	1 10%
24. ข้าพเจ้ารัดเข็มขัดนิรภัยทุกครั้งที่นั่งรถยนต์ที่มี เข็มขัดนิรภัย.....					
25. ข้าพเจ้าแจ้งผู้รับผิดชอบเมื่อพบเห็นสิ่งทีอาจ ก่อให้เกิดอุบัติเหตุ เช่น สายไฟชำรุด กิ่งไม้ ที่หัก.....					
26. ข้าพเจ้ามีความสุขอยู่ได้โดยไม่ต้องอาศัยยาหรือ สิ่งเสพติด.....					
27. ข้าพเจ้าหักทิวเพื่อนหรือผู้อื่นเมื่อพบว่าเขากำลัง จะทำสิ่งที่เสี่ยงต่ออุบัติเหตุ เช่น ขับรถ โดย ไม่ใช้สะพานลอย.....					
28. ข้าพเจ้าหลีกเลี่ยงการใช้จ่ายหรือสารเคมีที่อาจเป็น อันตราย เช่น ยาฆ่าแมลง.....					
29. ทุกครั้งที่ต้องใช้หรือเกี่ยวข้องกับสารเคมีหรือ เครื่องใช้ที่ต้องการความปลอดภัย ข้าพเจ้าจะ ปฏิบัติตามคำแนะนำอย่างเคร่งครัด.....					
30. ข้าพเจ้าสวมหมวกนิรภัยทุกครั้งที่ใช้ขี่หรือ ซ้อนท้ายรถจักรยานยนต์ (ถ้าไม่เคยขี่หรือ ซ้อนท้ายรถจักรยานยนต์ จงตอบเลข 5).....					
31. เพื่อประหยัดไฟฟ้า ข้าพเจ้าปิดไฟและถอดปลั๊กไฟ ทุกครั้งเมื่อไม่ใช้เครื่องไฟฟ้า.....					
32. ข้าพเจ้าหลีกเลี่ยงการซื้ออาหารที่บรรจุด้วย กล่องโฟม.....					
33. ข้าพเจ้าทิ้งขยะในถังหรือที่ทิ้งขยะทุกครั้ง.....					
34. ข้าพเจ้ารักษาความสะอาดของห้องสุขาทุกครั้ง ที่ใช้.....					
35. เมื่อไปซื้อของ ข้าพเจ้าหิ้วถุงหรือตะกร้าไป จากบ้านเพื่อที่จะไม่ต้องรับถุงพลาสติกจากร้านค้า....					

พฤติกรรมปฏิบัติ	5	4	3	2	1
	90%	75%	50%	25%	10%
36. ข้าพเจ้าไม่เปิดก๊อกน้ำทิ้งไว้ขณะแปรงฟัน โกนหนวด หรือเชีครด.....					
37. ข้าพเจ้าพยายามใช้ของซ้ำอีก (recycle) เช่น กระดาษ ถุงพลาสติก แก้ว ฯลฯ					
38. ข้าพเจ้าไม่ทำลายสิ่งแวดล้อมในสถานศึกษา.....					
39. ข้าพเจ้าไม่คุยเสียงดังรบกวนผู้อื่น เมื่ออยู่ใน ห้องเรียน ห้องสมุด และที่สาธารณะ.....					
40. ข้าพเจ้าซื้อแต่สินค้าที่ใช้วัสดุที่ใช้ซ้ำ (recycle) ทุกครั้งที่สามารถจะทำได้.....					
41. ข้าพเจ้าปฏิบัติตนต่อผู้อื่นโดยเสมอหน้ากัน.....					
42. ข้าพเจ้าปฏิบัติตนให้เป็นที่น่าเชื่อถือของกลุ่มเพื่อน คนในครอบครัว อาจารย์ และบุคคลทั่วไป.....					
43. ข้าพเจ้าใช้และยอมรับความคิดเห็นของคนอื่น และ ใช้วิธีการประนีประนอม เมื่อมีความขัดแย้ง.....					
44. ข้าพเจ้าใช้ความคิดริเริ่มในทางสร้างสรรค์ให้เกิด ประโยชน์ต่อส่วนรวม.....					
45. ข้าพเจ้าใช้สิทธิในการเลือกตั้งทุกครั้ง รวมทั้ง ผู้แทนคณะ มหาวิทยาลัย หรือผู้แทนราษฎร.....					
46. ข้าพเจ้าพยายามหาเวลาพักผ่อนกับครอบครัว และเพื่อน ๆ.....					
47. ข้าพเจ้าช่วยเหลือผู้อื่นโดยเฉพาะผู้ที่ต้องการ ความช่วยเหลือ.....					
48. เมื่อพบเห็นสิ่งนี้อาจเป็นอันตรายทั้งต่อตนเอง และ ผู้อื่น ข้าพเจ้าจะหาวิธีแก้ไขสถานการณ์ต่าง ๆ ด้วยวิธีการต่าง ๆ.....					
49. ข้าพเจ้าสละเวลาหรือเงินเพื่อช่วยเหลือสังคม (อย่างน้อยให้แก่หนึ่งองค์การ).....					

พฤติกรรมปฏิบัติ	5 90%	4 75%	3 50%	2 25%	1 10%
50. ข้าพเจ้าเข้าร่วมกิจกรรมทั้งในระดับคณะและระดับมหาวิทยาลัย.....					
51. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าคุณเองไม่ได้ใช้เวลาหมกมุ่นอยู่กับเรื่องเพศสัมพันธ์.....					
52. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าคุณเองมีเจตคติที่ดีต่อเรื่องเพศสัมพันธ์.....					
53. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าการคบเพื่อนของตนเองอยู่ในภาวะที่ปกติ คือ ไม่ติดเพื่อน ไม่พึ่งพาเพื่อนตลอดเวลา.....					
54. ข้าพเจ้าสามารถคบกับคนทั่วไปได้โดยไม่แบ่งแยกเพศและชนชั้น.....					
55. ความต้องการด้านเพศสัมพันธ์ของข้าพเจ้าอยู่ในระดับไม่ก่อให้เกิดความยุ่งยากต่อการดำรงชีวิต.....					
56. ข้าพเจ้ายอมรับได้เมื่อต้องพุดคุยหรือเกี่ยวข้องกับผู้ที่มีความเข้าใจเกี่ยวกับเพศสัมพันธ์แตกต่างกับข้าพเจ้า.....					
57. ข้าพเจ้าสามารถให้ความรักผู้อื่นได้โดยไม่หวังให้ผู้นั้นรักตอบ.....					
58. ข้าพเจ้ามีความสัมพันธ์ที่ดีกับสมาชิกเพศชายในครอบครัว เช่น พ่อ พี่-น้องชาย (ถ้าไม่มีจดตอบเลข 1).....					
59. ข้าพเจ้ามีความสัมพันธ์ที่ดีกับสมาชิกเพศหญิงในครอบครัว เช่น แม่ พี่-น้องสาว (ถ้าไม่มีจดตอบเลข 1).....					
60. เมื่อมีเพศสัมพันธ์ หรือถ้าจะมีในอนาคต ข้าพเจ้าจะระมัดระวังตัวป้องกันการแพร่กระจายหรือรับเชื้อโรคที่ถ่ายทอดทางเพศสัมพันธ์.....					

พฤติกรรมปฏิบัติ	5 90%	4 75%	3 50%	2 25%	1 10%
61. ข้าพเจ้าแสดงอารมณ์โกรธโดยระมัดระวังไม่ให้ ผู้อื่นสะเทือนใจ.....					
62. ข้าพเจ้าสามารถพูดปฏิเสธได้โดยที่ตนเองไม่รู้สึกล ว่าเป็นความผิดแต่อย่างใด.....					
63. ข้าพเจ้าตัดสินใจในเรื่องต่าง ๆ ได้โดยรู้สึกกดดัน หรือวิตกกังวลน้อยมาก.....					
64. ข้าพเจ้าทำกิจวัตรประจำวันโดยไม่รู้สึกรังริบ จนเกินเหตุ.....					
65. ข้าพเจ้าพยายามหาเวลาผ่อนคลายอารมณ์ให้ได้ ทุกวัน.....					
66. ข้าพเจ้าจะเรียนรู้เมื่อตนเองกระทำผิดโดยไม่โทษ ตนเองหรือผู้อื่น.....					
67. ข้าพเจ้าตั้งเป้าหมายชีวิตที่เป็นไปได้จริง ไม่เพ้อฝัน.....					
68. ข้าพเจ้าสามารถทำร่างกายและจิตใจให้ผ่อนคลาย ได้โดยไม่จำเป็นต้องใช้ยาหรือดื่มสุรา.....					
69. ข้าพเจ้ารับผิดชอบต่อการกระทำทุกอย่างของตนเอง โดยไม่เกิดความเครียด.....					
70. ข้าพเจ้ารับผิดชอบต่อทุกสิ่งที่เป็นผลมาจากการ แสดงอารมณ์ของตนเอง.....					
71. ข้าพเจ้าคอยติดตามประเด็นทางสังคมและ การเมือง.....					
72. ข้าพเจ้าสนใจที่จะเรียนรู้เกี่ยวกับการค้นพบทาง วิทยาศาสตร์.....					
73. ข้าพเจ้าพยายามพัฒนาทักษะด้านการเขียนและ การพูด.....					
74. ข้าพเจ้าพยายามหาโอกาสที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ.....					

พฤติกรรมปฏิบัติ	5 90%	4 75%	3 50%	2 25%	1 10%
75. ข้าพเจ้าไปชมพิพิธภัณฑ์ นิทรรศการ สวนสัตว์ หรือละครและคอนเสิร์ต อย่างน้อย 3 ครั้งต่อปี....					
76. ข้าพเจ้าดูรายการการศึกษาทางโทรทัศน์.....					
77. ข้าพเจ้าสมัครเข้าโครงการการศึกษาต่อเนื่องที่ เกี่ยวข้องกับวิชาชีพ.....					
78. ข้าพเจ้าอ่านหนังสือพิมพ์ นิตยสาร และหนังสือ ต่าง ๆ.....					
79. ข้าพเจ้ารวบรวมข้อมูลจากหลายแหล่งก่อนการ ตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องสำคัญ ๆ.....					
80. ข้าพเจ้าสนใจที่จะทำความเข้าใจกับแนวคิดของ ผู้อื่น.....					
81. ข้าพเจ้ามีความสุขกับการเรียน.....					
82. ข้าพเจ้าพยายามหาโอกาสที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ จากการเรียน.....					
83. การเรียนของข้าพเจ้ามีสิ่งที่ทำท่าย่อยพอประมาณ....					
84. ข้าพเจ้ามีวิธีการเรียนที่น่าพึงพอใจ.....					
85. ข้าพเจ้ามุ่งความก้าวหน้าในการเรียน.....					
86. ข้าพเจ้าสามารถจัดแบ่งเวลาให้เหมาะสมระหว่าง การใช้เวลาเพื่อการเรียนกับการพักผ่อน.....					
87. ข้าพเจ้าพึงพอใจกับความสามารถในการจัดการและ ควบคุมภาระการเรียนของตน.....					
88. การใช้ชีวิตในการเรียนกับค่านิยมของข้าพเจ้าไป ด้วยกันได้....					
89. ข้าพเจ้าสามารถเรียนได้ในสภาพแวดล้อมที่กดดัน ต่าง ๆ.....					
90. ข้าพเจ้ารับผิดชอบในการเรียนอย่างสม่ำเสมอ.....					

พฤติกรรมปฏิบัติ	5	4	3	2	1
	90%	75%	50%	25%	10%
91. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าคุณมีจุดมุ่งหมายที่ดี.....					
92. ข้าพเจ้าจะใช้เวลาช่วงหนึ่งของแต่ละวันสำหรับการ การสวดมนต์ ทำสมาธิ และหรือพิจารณา.....					
93. การดำเนินชีวิตประจำวันของข้าพเจ้าเป็นไปตาม ค่านิยมส่วนตัว ไม่มีผู้อื่นที่มีอิทธิพลครอบงำ.....					
94. ข้าพเจ้ายึดถือ “ความเป็นตัวของตัวเอง” เป็นสิ่ง นำชีวิตรมากกว่าที่จะเป็นไปตามความคาดหวัง ของผู้อื่น.....					
95. ข้าพเจ้าให้ความสำคัญในเรื่องเกี่ยวกับมนุษยธรรม..					
96. ความตระหนักเกี่ยวกับจริยธรรมของข้าพเจ้ามีอยู่ ทุกช่วงเวลา ไม่ได้เกิดเฉพาะเวลาวิกฤติ.....					
97. การใช้เวลาว่างของข้าพเจ้าเป็นไปตามค่านิยม ของตน ไม่ใช่เพราะทำตามผู้อื่น.....					
98. ข้าพเจ้ายอมรับค่านิยมและความเชื่อผู้อื่นได้ แม้ค่านิยมนั้นจะแตกต่างจากของตนเอง.....					
99. ข้าพเจ้าสามารถพูดคุยเกี่ยวกับความตายของตนเอง กับครอบครัวและเพื่อน ๆ ได้.....					
100. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าคุณเชื่อและการปฏิบัติตนของ ข้าพเจ้าเป็นสิ่งที่ยอมรับได้ในชีวิตจริง.....					

ประวัติย่อของผู้วิจัย

ชื่อ นางสาวดวงเดือน ชื่อสกุล พิพัฒน์ภูเกียรติ
เกิด วันที่ 22 เดือน มีนาคม พุทธศักราช 2494
สถานที่เกิด อำเภอวิเศษชัยชาญ จังหวัดอ่างทอง
สถานที่อยู่ปัจจุบัน บ้านเลขที่ 1123/3 ซอยจรัญสนิทวงศ์ 13
ถนนจรัญสนิทวงศ์ ต. คูหาสวรรค์
เขตภาษีเจริญ
กรุงเทพมหานคร 10160
ตำแหน่งหน้าที่การงานปัจจุบัน พยาบาลวิชาชีพ ระดับ 6
สถานที่ทำงานปัจจุบัน งานแพทย์และอนามัย กองกิจการนักศึกษา
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ท่าพระจันทร์
กรุงเทพมหานคร 10200

ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2510	เตรียมอุดมศึกษา (แผนกวิทยาศาสตร์) จากโรงเรียนสตรีจุลนาค กรุงเทพมหานคร
พ.ศ. 2516	วท.บ. (วิชาเอกการพยาบาล) จากมหาวิทยาลัยเชียงใหม่
พ.ศ. 2541	กศ.ม. (วิชาเอกสุขศึกษา) จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

**ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาชั้นปีที่ 1
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต**

**บทคัดย่อ
ของ
ดวงเดือน พิพัฒน์ชูเกียรติ**

**เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกสุขศึกษา
กรกฎาคม 2541**

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ประจำปีการศึกษา 2540 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต

กลุ่มตัวอย่างประกอบด้วยนักศึกษาชั้นปีที่ 1 จำนวน 465 คน เป็นนักศึกษาชาย จำนวน 158 คน นักศึกษาหญิง จำนวน 307 คน แบ่งเป็น 4 สาขาวิชา ได้แก่ สาขาวิชามนุษยศาสตร์ สังคมศาสตร์ วิทยาศาสตร์สุขภาพ และ วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ซึ่งได้ทำการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยวิธีการสุ่มแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถาม ซึ่งประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพและสังคม และความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษา ทดสอบหาความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม โดยใช้สูตร สัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบรัค และได้ค่าความเชื่อมั่นที่ระดับ $\alpha = .917$ ผู้วิจัยทำการเก็บข้อมูลด้วยตนเองระหว่างวันที่ 20 ธันวาคม 2540 ถึงวันที่ 30 มกราคม 2541 และทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยการหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ไค-สแควร์ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณแบบขั้นตอน โดยทดสอบนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลของการศึกษาพบว่า

1. นักศึกษาส่วนใหญ่มีความสุขสมบูรณ์อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 66.7 และนักศึกษามีความสุขสมบูรณ์ในระดับสูงและระดับต่ำ มีจำนวนใกล้เคียงกัน คือร้อยละ 16.5 และ 16.8 ตามลำดับ
2. เพศ ไม่มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์โดยรวมและในแต่ละด้านทั้ง 6 ด้านของนักศึกษา
3. สาขาวิชาที่ศึกษา มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ด้านการงานอาชีพ (การเรียนรู้) และด้านจิตวิญญาณของนักศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
4. ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์โดยรวมและในแต่ละด้านทั้ง 6 ด้าน ของนักศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ เท่ากับ .288, .152, .156, .302, .168, .309 และ .314 ตามลำดับ
5. ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านกายภาพ มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ทางการงานอาชีพ (การเรียนรู้) ของนักศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ เท่ากับ .155
6. ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคม มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์โดยรวม และความสุขสมบูรณ์ในด้านร่างกาย ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม ด้านอารมณ์และเพศสัมพันธ์ ด้านสติปัญญา และด้านการงานอาชีพ (การเรียนรู้) ของนักศึกษา

อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ เท่ากับ .219, .216, .177, .169, .125 และ .198 ตามลำดับ

7. ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน พบว่า ตัวแปรพยากรณ์ที่สามารถร่วมทำนายความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มี 3 ตัวแปร คือ ความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยทางด้านสังคม สาขาวิชาที่ศึกษา ซึ่งได้แก่ สาขาวิชาสังคมศาสตร์ และสาขาวิชามนุษยศาสตร์ โดยมีความสัมพันธ์ทางบวก ตัวแปรพยากรณ์ทั้ง 3 ตัวที่สามารถอธิบายการผันแปรความสุขสมบูรณ์ของนักศึกษาได้ร้อยละ 12.20

**FACTORS RELATED TO WELLNESS LEVEL OF THE FIRST YEAR
UNDERGRADUATE STUDENTS OF THAMMASAT UNIVERSITY
AT RANGSIT CAMPUS**

**AN ABSTRACT
BY
DUANGDEUN PIPATCHUKIAT**

**Presented in partial fulfillment of the requirements for the
Master of Education degree in Health Education
at Srinakharinwirot University
July 1998**

The main purpose of this study was to investigate the wellness level of the first year undergraduate students of Thammasat University at Rangsit Campus. The samples were 465 students comprising of 158 male and 307 female students in 4 majors : Humanities, Social Sciences, Health Sciences and Technology Sciences, selected through Stratified Random Sampling. The reliability of the questionnaire was $\alpha = .917$ by using Alpha-coefficient of Cronbach. The obtained data were then analyzed in terms of Percentage, Means, Standard deviation, Chi-Square, Pearson product moment correlation coefficient and Stepwise multiple regression were applied to determine the significant relationship between independent and dependent variables. In this study, level .05 is statistically significant.

Major results of the study were as follows :

1. The students' wellness level was at medium level (66.70 percent) the high and low levels were 16.50 and 16.80 percent respectively.
2. There were no statistical significant relationship between the students' sex, nor were the wellness level of all 6 dimensions.
3. There were significant positive correlations between students' majors and occupation (studying), spiritual wellness level based on Chi-square at $\chi^2 = 15.19$ and 13.55. (P - value < .05)
4. There were significantly positive correlations between the students' self - esteem and so were all 6 dimensions of wellness level based on Pearson product moment correlation coefficient at $r = .288, .152, .156, .302, .168, .309$ and .314 respectively. (P - value < .05)
5. There was significantly positive correlation between students' physical environment satisfaction and occupation (studying) wellness level based on Pearson product moment correlation coefficient at $r = .155$. (P - value < .05)

6. There were significantly positive correlations between students' social environment satisfaction and over all wellness level, physical, social and environment, emotion and sexuality, intellectual and occupation (studying) wellness level based on Pearson product moment correlation coefficient at $r = .219, .216, .177, .125, .198$ and $.072$ respectively. ($P - \text{value} < .05$)

7. The result of Stepwise multiple regression analysis indicated that there were three independent variables : the students' self - esteem, students' social environment satisfaction and students' majors could predict the students' wellness level and the potential prediction was 12.20 percent.