

บทความวิจัย

ทักษะชีวิตและการปรับตัวของนักศึกษาวัยรุ่นชั้นปีที่ 1

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

Life skills and adjustment of adolescents (first year students)
in the faculty of Nursing, Khon Kaen University

วิจิตรา พูลเพิ่ม พยม.* ชลลดา พันธุสิน พยม.*

บทคัดย่อ

การศึกษาเชิงพรรณานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาทักษะชีวิตและการปรับตัวของนักศึกษาวัยรุ่นชั้นปีที่ 1 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น รวมทั้งหาความสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตและการปรับตัว กลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่นที่ลงทะเบียนในภาคต้น ปีการศึกษา 2551 จำนวน 175 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วยแบบสอบถามทักษะชีวิต ในด้านการตัดสินใจ ด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง และด้านการจัดการกับอารมณ์ แบบสอบถามการปรับตัวสำหรับนักศึกษามหาวิทยาลัย ประกอบด้วย การปรับตัวด้านการเรียน การปรับตัวด้านสังคม การปรับตัวด้านอารมณ์ส่วนตัว และการปรับตัวด้านความรู้สึกต่อสถาบัน วิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป SPSS เพื่อหาค่าการแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตและการปรับตัวโดยหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน

ผลการวิจัยพบว่า

1. นักศึกษาวัยรุ่นชั้นปีที่ 1 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่นมีทักษะชีวิตในแต่ละด้านค่อนข้างสูงโดยมีทักษะชีวิตด้านการจัดการกับอารมณ์สูงที่สุด ($\bar{X} = 2.92$) รองลงมาคือทักษะชีวิตด้านการเห็นคุณค่าในตัวเอง ($\bar{X} = 2.88$) ทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจ ($\bar{X} = 2.87$) ตามลำดับ และมีการปรับตัวโดยรวมทุกด้านอยู่ในระดับค่อนข้างดี ($\bar{X} = 3.01$)

2. ทักษะชีวิตและการปรับตัวของนักศึกษาวัยรุ่นชั้นปีที่ 1 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่นมีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในทุกๆ ด้าน ($p = 0.01$) โดยทักษะชีวิตด้านการจัดการกับอารมณ์มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวสูงที่สุด ($r = 0.67$)

คำสำคัญ : ทักษะชีวิต การปรับตัว นักศึกษาวัยรุ่น
คณะพยาบาลศาสตร์

* อาจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

ABSTRACT

The purpose of this descriptive research was to study the life skills, adjustment of adolescents (first year students) of the faculty of Nursing, Khon Kaen University and the relationship between the life skills and the adjustment of the students. The samples were 175 first year students enrolled in the faculty of nursing, Khon Kaen University, academic year 2008.

The research instruments used in this study were the designed questionnaires consisting of decision making, self esteem and emotion coping. The adjustment scales consisted of academic adjustment subscales, social adjustment subscales, personal emotional adjustment subscales and attachment subscales. The data were analyzed by using SPSS program and reported as frequencies, percentages, means, standard deviation and the Pearson's product moment correlation coefficient.

The results showed that:

1. The life skills of adolescents of the faculty of nursing, Khon Kaen University were rather on high level, where emotion coping was highest ($\bar{X}=2.92$), self esteem ($\bar{X}=2.88$) and decision making ($\bar{X}=2.87$) respectively. The total adjustment scale was considerably high ($\bar{X}=3.01$).

2. There was a significant positive relationship between the life skills and the adjustment ($p=0.01$). The life skills in emotion coping was most related with adjustment ($r=0.67$).

Keywords: the life skills, adjustment, adolescents, the faculty of Nursing.

ความเป็นมาและสำคัญของปัญหา

สถานการณ์โลกปัจจุบัน มนุษย์ต้องเผชิญกับปัญหาและแรงกดดันต่างๆ ที่ทวีความรุนแรงและมีความสัมพันธ์สลับซับซ้อนกันทั้งด้านสภาพสังคม เศรษฐกิจ การเมือง เทคโนโลยีที่ทันสมัย ตลอดจนขนบธรรมเนียม วัฒนธรรมและสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างมาก และรวดเร็ว ในประเทศไทยก็เช่นเดียวกัน สภาพสังคมยุคปัจจุบันมีความแตกต่างจากในอดีตเป็นอย่างมาก จากเดิมที่เคยเป็นไปอย่างเรียบง่าย มีระเบียบ สงบ ร่มเย็นและยึดมั่นตามหลักศีลธรรม แต่ปัจจุบันไม่ได้เป็นเช่นแต่ก่อน จากวิกฤตการณ์ต่างๆ ส่งผลให้มีการเปลี่ยนแปลงรอบด้าน ทำให้วิถีชีวิตของคนในสังคมเปลี่ยนไป หลายสิ่งได้ถูกกำหนดด้วยคุณค่าแห่งวัฒนธรรมบริโภคนิยมและการแข่งขัน ทำให้บุคคลถูกบีบคั้นให้พยายามไขว่คว้าในสิ่งที่ตนเองหวังและต้องการ โดยเฉพาะในกลุ่มวัยรุ่น ซึ่งสะท้อนให้เห็นในรูปของปัญหาพฤติกรรมที่ปรากฏตามสื่อต่างๆ ที่พบว่ามีแนวโน้มทวีความรุนแรงเพิ่มขึ้นทุกวัน เช่น ปัญหาการทะเลาะวิวาท ยกพวกตีกัน การฆ่าตัวตาย ปัญหาพฤติกรรมทางเพศ นอกจากนั้นยังมีปัญหาเกี่ยวกับยาเสพติดหลายประเภทที่มีแนวโน้มอายุที่เริ่มทดลองเสพน้อยลง เช่น บุหรี่ พบว่าอายุเด็กที่เริ่มทดลองคือ 13-14 ปี¹

โดยปกติแล้ววิกฤตการณ์หรือปัญหายุ่งยากในการปรับตัวอาจเกิดขึ้นได้ทุกขณะในช่วงชีวิต ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับจังหวะที่เหตุการณ์ร้ายแรงได้เกิดขึ้น แต่อย่างไรก็ตามในบรรดาวัยต่างๆ ของชีวิต วัยรุ่นเป็นวัยที่ประสบปัญหาและเผชิญวิกฤตการณ์ในการปรับตัวที่คล้ายคลึงร่วมกันมากกว่าวัยอื่น² เพราะเด็กวัยนี้ต้องประสบความยุ่งยาก มีปัญหาต่างๆ และมีความลำบากในการปรับตัว จึงมีผู้กล่าวว่า วัยรุ่นเป็นวัยวิกฤติ (critical period)

เป็นระยะหัวเลี้ยวหัวต่อจากวัยเด็กไปสู่ผู้ใหญ่³ ฉะนั้น หากไม่สามารถปรับตัวหรือจัดการกับปัญหาและอุปสรรคของตนเองได้ อาจส่งผลให้วัยรุ่นต้องหาทางออกด้วยการแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมก่อให้เกิดความเดือดร้อนและปัญหาทั้งต่อวัยรุ่นเองและสังคมตามมา ซึ่งปัญหาเหล่านี้จะไม่เกิดขึ้นหากวัยรุ่นมีรากฐานชีวิตที่ดี โดยสามารถจัดการกับปัญหาและก้าวผ่านสถานการณ์ย่ำแย่ไปได้ในวิถีทางที่ถูกต้อง การที่มนุษย์จะสามารถจัดการกับความต้องการและสิ่งท้าทายต่างๆ ในชีวิตประจำวันได้สำเร็จอย่างมีประสิทธิภาพนั้น ต้องอาศัยทักษะภายในที่เรียกว่าทักษะชีวิต (life skills) ซึ่งถือเป็นความสามารถทางจิตสังคม (psychological competence) ของบุคคล โดยองค์การอนามัยโลก⁴ ได้ให้คำจำกัดความ ทักษะชีวิต ไว้ว่าเป็นความสามารถของบุคคลในการปรับสภาพหรือจัดการกับความต้องการและสิ่งท้าทายในชีวิตประจำวันท่ามกลางสิ่งแวดล้อมอื่นๆ ได้สำเร็จเพื่อให้ตัวเองสามารถดำเนินชีวิตอยู่รอดในสังคมได้อย่างปกติสุขและปลอดภัย ดังนั้นทักษะชีวิตจึงควรถูกพัฒนาขึ้นในมนุษย์ทุกคนตั้งแต่เยาว์วัยโดยเฉพาะในวัยรุ่น ทักษะชีวิตจะช่วยเพิ่มความสามารถในการจัดการกับสิ่งย่ำแย่หรือท้าทายในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ เปรียบเสมือนเป็นการวางรากฐานชีวิตที่ดีและมั่นคงสำหรับอนาคต ซึ่งถ้าเริ่มต้นไม่ดีตั้งแต่วัยรุ่นก็อาจจะมีปัญหาต่อเนื่องไปตลอดชีวิต⁵

เป็นที่ยอมรับโดยทั่วกันว่าวัยรุ่นเป็นช่วงชีวิตที่จัดว่าเป็นทรัพยากรที่สำคัญทางสังคม ทั้งนี้เนื่องจากวัยรุ่นต้องทำหน้าที่สืบทอดวัฒนธรรมและความยั่งยืนทางสังคมต่อไปในภายภาคหน้า เปรียบเสมือนผู้ช้อนอนาคตของสังคมแต่ละสังคม หากช่วงชีวิตนี้ถูกทอดทิ้งปล่อยปละละเลยก็เท่ากับว่า สังคมอาจต้องสูญเสียอนาคตที่ดีของชาติไป และอาจกล่าวได้ว่า สังคมนั้นจะต้องประสบปัญหาความยุ่งยากหรืออาจถึงความหายนะได้ ดังคำกล่าวของเตอโนใจ ชิวักดี (อ๋างในรัชนิกร เศรษฐ์และคณะ)⁶ ที่พูดถึงวัยรุ่น

ไว้ว่า “สังคมใดที่ละเลยต่อเยาวชนสังคมนั้นไม่มีอนาคต” (Any society ignores the young that society has no future) ดังนั้น จึงเป็นที่ยอมรับกันโดยอารยะประเทศว่า วัยรุ่นคือ ทรัพยากรและพลังที่มีความสำคัญยิ่งต่อการพัฒนา

สถาบันอุดมศึกษา เป็นสถาบันที่มีบทบาทสำคัญในการพัฒนาประเทศ เป็นการจัดการศึกษาที่มุ่งเน้นความเป็นเลิศทางวิชาการและมุ่งผลิตบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถและความเชี่ยวชาญในระดับสูง เพื่อการพัฒนาประเทศและสังคม ตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 หมวด 1 มาตรา 6 ที่ระบุไว้ตอนหนึ่งว่า การจัดการศึกษาต้องเป็นไปเพื่อพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์โดยสมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้ และคุณธรรม มีจริยธรรมและวัฒนธรรมในการดำรงชีวิตสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข⁷

เมื่อวัยรุ่นก้าวเข้าสู่การเป็นนักศึกษาในระดับอุดมศึกษา เปลี่ยนจากเด็กนักเรียนมัธยมเป็นนักศึกษามหาวิทยาลัย โดยเฉพาะนักศึกษาชั้นปีที่ 1 จัดอยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนปลายเนื่องจากนักศึกษาส่วนใหญ่มีอายุ 17-19 ปี นอกจากเป็นช่วงวัยที่ต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วในพัฒนาการทุกด้าน เป็นระยะหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิตที่ต้องเผชิญกับปัญหาและการปรับตัวอย่างมาก และเมื่อเข้าศึกษาต่อในมหาวิทยาลัย ก็ยังต้องเผชิญกับแรงกดดันและสิ่งแปลกใหม่หลายอย่างที่แตกต่างไปจากเดิม เช่น ระบบการเรียนการสอน จากเดิมเคยมีครูประจำชั้นดูแลใกล้ชิดมาสู่การมีอิสระในการดำเนินการและจัดการทุกอย่างด้วยตนเอง พบเพื่อนกลุ่มใหม่ที่มีพื้นฐานและความสามารถแตกต่างกัน สถานที่พักอาศัยใหม่ที่เป็นหอพักไม่ใช่บ้านที่เคยอยู่กับครอบครัว รูปแบบการใช้ชีวิตตลอดจนการเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ของคณะและมหาวิทยาลัย สิ่งเหล่านี้ทำให้นักศึกษาต้องใช้ความพยายามในการปรับตัวเป็นอย่างมาก เพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตผ่านไปได้อย่างดีและราบรื่น หากนักศึกษาสามารถปรับตัวได้จะทำให้ นักศึกษามีความสุข มีความ

สบายใจในการดำเนินชีวิต สามารถพัฒนาตนเองได้เต็มศักยภาพ ส่งเสริมให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง และสามารถเผชิญปัญหาในอนาคตได้เป็นอย่างดี แต่ถ้านักศึกษาไม่สามารถปรับตัวได้ ปัญหาต่างๆ จะตามมาอีกมากมาย โดยเฉพาะปัญหาทางด้านจิตใจซึ่งจะเป็นอุปสรรคที่สำคัญในการพัฒนาตนเอง ประสบกับความล้มเหลวในการเรียนและการดำเนินชีวิต และอาจทวีความรุนแรงเป็นผลร้ายต่อตนเองและสังคมในอนาคตได้ ดังนั้นระยะเวลาการศึกษาในชั้นปีที่1 จึงเป็นระยะวิกฤตที่สำคัญยิ่งต่อชีวิตนักศึกษามหาวิทยาลัย หากนักศึกษามีประสบการณ์ในปีที่1 ผิดพลาด ล้มเหลว จะส่งผลกระทบต่อการศึกษาในชั้นปีต่อไป เช่น ผลการเรียนต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานหรือไม่สามารถศึกษาต่อจนสำเร็จการศึกษาตามหลักสูตรที่กำหนดไว้ได้ ผู้วิจัยในฐานะอาจารย์ประจำของคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น มีความสนใจที่จะศึกษาทักษะชีวิตและการปรับตัวของนักศึกษาวัยรุ่น ชั้นปีที่ 1 เพื่อนำผลการวิจัยไปเป็นแนวทางในการพัฒนาทักษะชีวิตและการปรับตัวของนักศึกษาให้มีชีวิตที่มีคุณภาพสร้างเสริมให้เป็นคนดี คนเก่ง และมีความสุขสมกับเป็นนักศึกษาพยาบาลที่เราสามารถภูมิใจได้ในอนาคต

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาทักษะชีวิตของนักศึกษาวัยรุ่น ชั้นปีที่1 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น
2. เพื่อศึกษาการปรับตัวของนักศึกษาวัยรุ่น ชั้นปีที่1 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น
3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตและการปรับตัวของนักศึกษาวัยรุ่น ชั้นปีที่ 1 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา โดยการสำรวจและศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตและการปรับตัว

ของนักศึกษาวัยรุ่น ชั้นปีที่ 1 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น ที่ลงทะเบียนเรียนในปีการศึกษา 2551 จำนวน 175 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถาม จำนวน 1 ชุด ประกอบด้วย 3 ส่วน ได้แก่

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามทักษะชีวิต ซึ่งผู้วิจัยพัฒนาจากแบบสอบถามทักษะชีวิตที่สร้างโดยกาญจนา จุ่งรุ่งเรือง (2543) ประกอบด้วยทักษะชีวิต 3 ด้าน คือ ด้านการตัดสินใจ ด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง และด้านการจัดการกับอารมณ์ ซึ่งมีจำนวนข้อคำถามด้านละ 10 ข้อ รวมคำถามทั้งหมด 30 ข้อ การแปลความหมายคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตทั้ง 3 ด้าน แบ่งดังนี้

คะแนนเฉลี่ย 1.00 - 1.74 หมายถึง มีระดับทักษะชีวิตต่ำ

คะแนนเฉลี่ย 1.75 - 2.49 หมายถึง มีระดับทักษะชีวิตค่อนข้างต่ำ

คะแนนเฉลี่ย 2.50 - 3.24 หมายถึง มีระดับทักษะชีวิตค่อนข้างสูง

คะแนนเฉลี่ย 3.25 - 4.00 หมายถึง มีระดับทักษะชีวิตสูง

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามการปรับตัวซึ่งผู้วิจัยพัฒนาจากแบบสอบถามการปรับตัวสำหรับนักศึกษามหาวิทยาลัยที่สร้างโดย โสภาวดี บุญฤทธิกิจ (2546) ประกอบด้วยการปรับตัว 4 ด้าน ได้แก่ การปรับตัวด้านการเรียน (academic adjustment subscale) การปรับตัวด้านสังคม (social adjustment subscale) การปรับตัวด้านอารมณ์ส่วนตัว (personal emotional adjustment subscale) และการปรับตัวด้านความรู้สึกต่อสถานศึกษา (attachment subscale) ซึ่งประกอบด้วย

ข้อคำถามทั้งทางบวกและทางลบ จำนวน 24 ข้อ
การแปรความหมายคะแนนเฉลี่ยการปรับตัว แบ่งดังนี้

คะแนนเฉลี่ย 1.00 - 1.74 หมายถึง มีการปรับตัวไม่ดี

คะแนนเฉลี่ย 1.75 - 2.49 หมายถึง มีการปรับตัวค่อนข้างไม่ดี

คะแนนเฉลี่ย 2.50 - 3.24 หมายถึง มีการปรับตัวค่อนข้างดี

คะแนนเฉลี่ย 3.25 - 4.00 หมายถึง มีการปรับตัวดี

การหาคุณภาพเครื่องมือและการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content validity) โดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน จากนั้นนำแบบสอบถามมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะ และนำแบบสอบถามที่ปรับแก้ไขแล้ว ไปทดลองใช้กับนักศึกษาวิทยาลัยชั้นปีที่ 1 ที่มีคุณลักษณะคล้ายกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน จากนั้นนำมาคำนวณหาค่าความเชื่อมั่น โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha-coefficient) ได้ค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงของแบบสอบถามทักษะชีวิตเท่ากับ 0.80 แบบสอบถามการปรับตัว เท่ากับ 0.85

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ในวันสุดท้ายของการสอบปลายภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2551 โดยหลังจากกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาชั้นปีที่ 1 สอบวิชาสุดท้ายเสร็จผู้วิจัยได้นัดนักศึกษารวมกันที่ห้องเรียนที่ใช้สอบ ผู้วิจัยพินิจสิทธิ์กลุ่มตัวอย่างโดยการชี้แจงวัตถุประสงค์และขั้นตอนการวิจัย เพื่อขอความร่วมมือในการเข้าร่วมวิจัย และการตอบแบบสอบถามในครั้งนี้จะไม่มีผลกระทบใดๆ ต่อกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งผู้ตอบแบบสอบถามไม่ต้องใส่ชื่อและนามสกุลในแบบสอบถาม จากนั้นแจกแบบสอบถามให้กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ตอบแบบสอบถามด้วยตนเอง และเก็บแบบสอบถามคืนในวันเดียวกัน

การวิเคราะห์ข้อมูล แบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ

1. ข้อมูลทั่วไป วิเคราะห์โดยใช้สถิติเชิงบรรยายหาความถี่และร้อยละ

2. คะแนนทักษะชีวิต และคะแนนการปรับตัวคำนวณโดยการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและจัดระดับทักษะชีวิต ระดับการปรับตัว หาความสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตและการปรับตัววิเคราะห์โดยสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's product moment correlation coefficient) กำหนดความมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.01

ผลการวิจัย

1. ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง จากการศึกษาค้นคว้าพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีอายุระหว่าง 17 - 20 ปี โดยส่วนใหญ่มีอายุ 18 ปี ร้อยละ 41.7 เป็นเพศหญิง ร้อยละ 93.1 มีภูมิลำเนาอยู่ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ร้อยละ 98.9 พักอยู่ในหอพักของมหาวิทยาลัย ร้อยละ 93.1 ไม่เคยเข้าศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาที่อื่นมาก่อน ร้อยละ 98.9 ได้รับการคัดเลือกเข้าศึกษาในครั้งนี้โดยวิธีรับตรง ร้อยละ 74.3 ได้รับเงินเป็นค่าใช้จ่ายต่อเดือน 3,000 - 6,000 บาท ร้อยละ 86.9 ซึ่งส่วนใหญ่บอกว่าเงินที่ได้รับพอใช้ แต่ไม่เหลือเก็บ ร้อยละ 62.3

2. ข้อมูลเกี่ยวกับทักษะชีวิตของกลุ่มตัวอย่าง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านการตัดสินใจ ด้านการเห็นคุณค่าในตนเองและด้านการจัดการกับอารมณ์โดยสรุปแต่ละด้านดังนี้

2.1 ทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจ ผลการวิจัยพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจโดยรวมอยู่ในระดับค่อนข้างสูง ($\bar{X} = 2.87$) โดยพบว่าประเด็นย่อยที่กลุ่มตัวอย่างมีระดับทักษะชีวิตอยู่ในระดับสูงที่สุดคือ การที่กลุ่มตัวอย่างต้องทราบข้อเท็จจริงหรือสาเหตุของปัญหา ก่อนจึงจะตัดสินใจในเรื่องนั้นๆ ($\bar{X} = 3.26$) รองลงมาคือ กลุ่มตัวอย่างจะตัดสินใจเลือกทางที่ปลอดภัยที่สุดและมีผลในทางที่ดีต่อชีวิต ($\bar{X} = 3.39$)

2.2 ทักษะชีวิตด้านการเห็นคุณค่าในตัวเอง ผลการวิจัย พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะชีวิตด้านการเห็นคุณค่าในตัวเองอยู่ในระดับค่อนข้างสูง ($\bar{X} = 2.88$) ประเด็นที่กลุ่มตัวอย่างมีทักษะชีวิตอยู่ในระดับสูงที่สุดคือ การเป็นคนร่าเริงแจ่มใสและมีจิตใจมั่นคง ($\bar{X} = 3.32$)

2.3 ทักษะชีวิตด้านการจัดการกับอารมณ์ ผลการวิจัย พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีทักษะชีวิตด้านการจัดการกับอารมณ์อยู่ในระดับค่อนข้างสูง ($\bar{X} = 2.92$) โดยประเด็นที่กลุ่มตัวอย่างมีทักษะชีวิตอยู่ในระดับสูงที่สุดคือ เมื่อมีอารมณ์โกรธหรือไม่พอใจจะไม่ระบายอารมณ์ด้วยการขว้างปาหรือทำลายสิ่งของ ($\bar{X} = 3.57$)

3. การปรับตัวของกลุ่มตัวอย่าง ครอบครัวการปรับตัว 4 ด้าน ได้แก่ ด้านการเรียนรู้ ด้านสังคม ด้านอารมณ์ส่วนตัวและด้านความรู้สึกต่อสถานศึกษา ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการปรับตัวอยู่ในระดับค่อนข้างดี ($\bar{X} = 3.01$) โดยประเด็นย่อยที่กลุ่มตัวอย่างมีระดับการปรับตัวดีที่สุด คือการปรับตัวเข้ากับเพื่อน ($\bar{X} = 3.34$) รองลงมา คือ มีความตั้งใจที่จะมาเป็นนักศึกษาของคณะพยาบาลศาสตร์ ($\bar{X} = 3.29$)

4. ความสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตและการปรับตัวของกลุ่มตัวอย่าง พบว่าทักษะชีวิตและการปรับตัวของกลุ่มตัวอย่างมีความสัมพันธ์ทางบวกที่ระดับ 0.01 ในทุกด้าน โดยทักษะชีวิตการจัดการกับอารมณ์มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวสูงที่สุด ($r = 0.67$) รองลงมาคือทักษะชีวิตด้านการเห็นคุณค่าในตัวเอง ($r = 0.45$) และ ทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจ ($r = 0.44$)

อภิปรายผลการวิจัย

ผลการศึกษาครั้งนี้ สรุปข้อค้นพบและอภิปรายแยกตามประเด็น ได้ดังนี้

1. นักศึกษามีคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตด้านการจัดการกับอารมณ์สูงสุด ($\bar{X} = 2.92$) รองลงมาคือทักษะชีวิตด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง ($\bar{X} = 2.88$) และด้านการตัดสินใจ ($\bar{X} = 2.87$) โดยในแต่ละด้านมีค่าเฉลี่ยใกล้เคียงกันมาก สอดคล้องกับการศึกษาของกาญจนา

จุงรุ่งเรือง⁸ ที่พบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีทักษะชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับค่อนข้างสูงและมีค่าคะแนนใกล้เคียงกันคือ ทักษะด้านการเห็นคุณค่าในตนเองสูงสุด ($\bar{X} = 2.95$) รองลงมาคือ ด้านการจัดการกับอารมณ์ ($\bar{X} = 2.94$) และการตัดสินใจ ($\bar{X} = 2.80$) ตามลำดับ แต่ต่างกันตรงที่ลำดับค่าคะแนนสูงสุดซึ่งการศึกษาครั้งนี้พบว่า นักศึกษามีทักษะด้านการจัดการกับอารมณ์สูงสุด ($\bar{X} = 2.92$) รองลงมาคือทักษะด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง ($\bar{X} = 2.88$) และการตัดสินใจ ($\bar{X} = 2.87$) ตามลำดับ อาจอธิบายได้ว่าการที่นักศึกษาพยาบาลวชิรฯ ชั้นปีที่ 1 ส่วนใหญ่มีอายุ 18 ปี ($\bar{X} = 41.7$) อยู่ในวัยวัยรุ่นตอนปลาย ซึ่งมีวุฒิภาวะทางอารมณ์เข้าสู่ผู้ใหญ่ มีเหตุผลและควบคุมอารมณ์ได้มากขึ้น ประกอบกับนักศึกษาพยาบาลส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ซึ่งมีกระบวนการพัฒนาการด้านร่างกายและจิตใจเร็วกว่าผู้ชายในวัยเดียวกันประมาณ 2 ปี และพัฒนาการทางเพศยังมีส่วนช่วยสนับสนุนให้วัยรุ่นหญิงมีการปรับตัวที่ดีตั้งแต่วัยเด็กตอนต้น⁹ จึงทำให้นักศึกษาหญิงมีพัฒนาการและทักษะหลายด้านที่ก้าวหน้า รวมทั้งทักษะการจัดการกับอารมณ์

2. คะแนนเฉลี่ยการปรับตัวโดยรวมอยู่ในระดับค่อนข้างดี ($\bar{X} = 3.01$) โดยครอบคลุมการปรับตัวสี่ด้านคือ ด้านการเรียนรู้ ด้านสังคม ด้านอารมณ์และความรู้สึกต่อสถานศึกษา เมื่อพิจารณาในประเด็นย่อยพบว่า นักศึกษาพยาบาลวชิรฯ ชั้นปีที่ 1 มีการปรับตัวเข้ากับเพื่อนอยู่ในระดับสูงสุด ($\bar{X} = 3.34$) รองลงมาคือมีความตั้งใจที่จะมาเป็นนักศึกษาของคณะพยาบาลศาสตร์ ($\bar{X} = 3.29$) สอดคล้องกับการศึกษาของโสภาวดี บุญฤทธิกิจ¹⁰ ที่พบว่า นักศึกษามหาวิทยาลัยชั้นปีที่ 1 โดยรวมมีการปรับตัวดีและเป็นไปในทางเดียวกับการศึกษาของ วารุณี แจ่มกระจาย¹¹ ที่พบว่า นักศึกษาโดยรวมมีการปรับตัวอยู่ในระดับดี ซึ่งอาจเนื่องจากเมื่อนักศึกษาได้เข้ามาศึกษาในระดับอุดมศึกษาที่มีสภาพแวดล้อมเดียวกัน มีการดำเนินชีวิตในมหาวิทยาลัยที่ไม่แตกต่างกันทั้งในระบบการเรียนการสอน การทำกิจกรรมต่างๆ ที่ทางมหาวิทยาลัยหรือคณะฯ จัดขึ้นเพื่อให้นักศึกษาได้พัฒนาศักยภาพทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคมและสติปัญญา พร้อมทั้งส่งเสริมให้

นักศึกษาสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ นอกจากนี้ นักศึกษาชั้นปีที่ 1 ของทุกคณะฯ ต้องเรียนวิชาพื้นฐาน บังคับให้ครบตามหลักสูตรที่มหาวิทยาลัยกำหนด ซึ่งต้องเรียนในชั้นเรียนเดียวกัน ทำกิจกรรมและ แสดงความคิดเห็นร่วมกัน ส่งผลให้นักศึกษาได้รู้จักและ พุดคุยกับนักศึกษาต่างคณะฯ ได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน สิ่งเหล่านี้ส่งผลให้นักศึกษาที่ศึกษา ต่างคณะฯ หรือต่างสาขาวิชา มีการปรับตัวไม่แตกต่างกัน และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ประเด็นย่อยของการ ปรับตัวที่มีค่าเฉลี่ยการปรับตัวสูงสุด คือ การปรับตัว เข้ากับเพื่อน ($\bar{X}=3.34$) รองลงมาคือ ความตั้งใจที่จะ มาเป็นนักศึกษาของคณะพยาบาลศาสตร์ ($\bar{X}=3.29$) ซึ่งอาจอธิบายได้ว่า

2.1 นักศึกษาส่วนใหญ่มีอายุ 17-19 ปี ($\bar{X}=18$ ปี) อยู่ในช่วงวัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยที่เพื่อนคือบุคคล สำคัญและมีอิทธิพลต่อชีวิตที่สุด¹² วัยรุ่นและเพื่อน มักจะมีพฤติกรรมที่เหมือนกัน Arnett JJ. (2001, อ้างใน กฤติยา แสงเจริญและคณะ)¹³ โดยเพื่อนจะช่วยให้ วัยรุ่นพัฒนาความรู้สึกเกี่ยวกับอิสรภาพส่วนตัว และทำให้วัยรุ่นประสบความสำเร็จในการแสวงหา เอกลักษณะของบทบาทที่ตรงกันและมั่นคง อีกทั้งกลุ่ม เพื่อนยังช่วยสนับสนุนให้วัยรุ่นสามารถปรับตัวเข้ากับ การเปลี่ยนแปลงต่างๆ ด้วยมิตรภาพที่ใกล้ชิด^{14,15}

2.2 คณะพยาบาลศาสตร์มหาวิทยาลัยขอนแก่น เป็นคณะพยาบาลศาสตร์แห่งแรกในประเทศไทย ที่เปิดสอนมานานตั้งแต่ปี 2514 มีชื่อเสียงเป็นที่ยอมรับ ทั้งในระดับชาติและระดับนานาชาติ มีศิษย์เก่าหลายท่าน ที่สร้างชื่อเสียงและคุณงามความดีให้กับสถาบันและ ประเทศชาติ ซึ่งสิ่งเหล่านี้นักศึกษาอาจจะรับทราบ มาก่อนที่เลือกสอบเข้ามาเป็นนักศึกษาของคณะฯ และเมื่อผ่านกระบวนการคัดเลือกเข้ามาเป็นนักศึกษา พยาบาลแล้ว ทางคณะฯ ได้จัดให้มีการปฐมนิเทศ แนะนำ ให้รู้จักสถานที่ อาจารย์ตลอดจนบุคลากรที่จะช่วย สนับสนุนให้นักศึกษาได้รับความสะดวกในการศึกษา รวมทั้งการดำเนินชีวิตในช่วงของการเป็นนักศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์ ประกอบกับทางคณะฯ ได้มีการ

จัดกิจกรรมต่างๆ ที่เป็นการส่งเสริมการปรับตัวและ การเรียนรู้การใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัยอย่างต่อเนื่อง และในแต่ละครั้งวิทยากรที่ได้รับเชิญส่วนใหญ่เป็น ศิษย์เก่าของคณะฯ จากเหตุผลดังกล่าวยิ่งสนับสนุน ให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกรักภาคภูมิใจในความตั้งใจ ที่มาเป็นนักศึกษาของคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัย ขอนแก่น

3. ทักษะชีวิตมีความสัมพันธ์กับการปรับตัว ของนักศึกษาวัยรุ่นชั้นปีที่ 1 คณะพยาบาลศาสตร์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ในทุกด้าน ซึ่งสอดคล้องการศึกษาของกาญจนา จุ่งรุ่งเรือง⁸ ที่ได้ รายงานว่าตัวแปรสองตัวนี้มีความสัมพันธ์ทางบวก ที่ระดับ 0.01 ($r=0.50$) ทั้งนี้อาจเนื่องจากทักษะชีวิต เป็นความสามารถในการปรับตัวและทำให้บุคคล มีพฤติกรรมไปในทางที่ถูกต้องการที่จะเผชิญกับ สิ่งท้าทายต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างมี ประสิทธิภาพ⁴ เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างทักษะ ชีวิตและการปรับตัวในแต่ละด้านพบว่า ทักษะชีวิต ด้านการจัดการกับอารมณ์มีความสัมพันธ์กับการปรับตัว มากที่สุด ($r=0.67$) รองลงมาคือด้านการเห็นคุณค่า ในตนเอง ($r=0.45$) และด้านการตัดสินใจ ($r=0.44$) ตามลำดับ ทั้งนี้อาจเนื่องจาก

3.1 นักศึกษาวัยรุ่นชั้นปีที่ 1 ทุกคนมีอายุระหว่าง 17- 20 ปี ($\bar{X}=18$) อยู่ในระยะวัยรุ่นตอนปลายหรือ วัยผู้ใหญ่ตอนต้น เป็นช่วงที่พัฒนาการด้านจิตสังคม พัฒนาสูงสุด ภาวะทางอารมณ์จะเข้าสู่ความเป็น ผู้ใหญ่มากขึ้น มีเหตุผล และต้องการเป็นที่ยอมรับ ของกลุ่มเพื่อนและผู้ใหญ่ อีกทั้งแนวโน้มของพัฒนาการ ทางอารมณ์ที่มีภาวะจะสูงขึ้นตามอายุที่เพิ่มขึ้น เมื่อวัยรุ่นเข้ามาศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษา ก็จะเริ่ม เข้าสู่ความเป็นผู้ใหญ่มากขึ้น จึงพยายามควบคุม พฤติกรรมหรืออารมณ์ของตนเอง เพื่อจะแสดงให้ผู้อื่น เห็นว่า ตนเองมีเป็นผู้ใหญ่¹⁶ ไม่ใช่เด็กอีกต่อไป

3.2 จากการพูดคุยกับนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ในฐานะอาจารย์ที่ปรึกษา นักศึกษาได้สะท้อนความรู้สึกให้ฟังว่า การที่นักศึกษาสามารถสอบคัดเลือกเพื่อศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษา ได้เป็นหนึ่งในผู้ที่สามารถสอบผ่านเข้ามาเป็นนักศึกษาของคณะพยาบาลศาสตร์ที่มีชื่อเสียงในระดับต้นๆ ของประเทศ นักศึกษาได้รับคำชื่นชมและยกย่องว่าเป็นคนเก่ง เป็นคนสำคัญที่สร้างชื่อเสียงให้ครอบครัว สถาบันการศึกษาและสังคม ดังนั้นคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น จึงเป็นสถาบันที่พึงประสงค์ของนักศึกษาเป็นส่วนใหญ่ และเมื่อนักศึกษาสามารถผ่านกระบวนการคัดเลือกเข้ามาเป็นนักศึกษาน้องใหม่ของคณะฯ จึงส่งผลให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกภาคภูมิใจ และรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง สอดคล้องกับศึกษาของ ระจิตร์แก้ว เล็กอุทัย¹⁷ ที่พบว่า ความผูกพันต่อสถาบันมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความภาคภูมิใจในตนเองของนักศึกษาแพทย์

ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาครั้งนี้ทำให้พบว่า นักศึกษาพยาบาลวัยรุ่น ชั้นปีที่ 1 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่นเป็นผู้ที่มีทักษะชีวิตและการปรับตัวที่ดี โดยนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ส่วนใหญ่มีอายุ 17-20 ปี ซึ่งอยู่ในระยะวัยรุ่นตอนปลาย เป็นช่วงวัยแห่งการเรียนรู้ทักษะชีวิตที่สำคัญ เพื่อให้สามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงด้านต่างๆ ทั้งด้านร่างกายและจิตสังคม ตลอดจนความเจริญก้าวหน้าของเทคโนโลยีและการสื่อสาร หากนักศึกษาได้รับประสบการณ์ที่ดีจากสถาบันการศึกษาในการสร้างเสริมประสบการณ์ที่พัฒนาการเรียนรู้ให้กับนักศึกษา และที่สำคัญสิ่งที่ได้รับจากสถาบันการศึกษาจะมีอิทธิพลต่อชีวิตของนักศึกษาเมื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่ ดังนั้นอาจารย์ทุกคนควรตระหนักในความสำคัญของการพัฒนาการ สามารถจัดบรรยากาศสถานที่ และสิ่งแวดล้อมให้เอื้อต่อการพัฒนาศักยภาพ

ของนักศึกษาทั้งด้านการเรียนการสอน การให้โอกาสนักศึกษาได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการและสภาพปัญหาที่อาจส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย โดยใช้ข้อมูลวิจัยนี้เป็นพื้นฐานรวมทั้งการจัดให้มีกิจกรรมต่างๆ เพื่อสร้างทักษะชีวิตให้กับพวกเขาตั้งแต่ก้าวแรกที่จะเข้าสู่สถานศึกษาก็จะเป็นการส่งเสริมและสนับสนุนให้นักศึกษาประสบความสำเร็จในการปรับตัว สามารถดำเนินชีวิตการเป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยอย่างมีความสุขเต็มภาคภูมิ และสำเร็จการศึกษาเป็นบัณฑิตที่พึงประสงค์ของมหาวิทยาลัยขอนแก่น ที่มีคุณลักษณะเด่น คือ “พร้อมทำงาน Ready to work”¹⁸

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิที่ให้ความกรุณาในการตรวจสอบเครื่องมือ และคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่นที่สนับสนุนทุนการทำวิจัย ตลอดจนนักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่นทุกคนที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม

เอกสารอ้างอิง

1. วราภรณ์ ภูมิสวัสดิ์และคณะ. รายงานการวิจัยเรื่องแนวทางการรักษาและให้คำแนะนำเพื่อเลิกบุหรี่สำหรับเภสัชกร. กรุงเทพฯ: ชุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย; 2546.
2. นิภา นิธยาน. การปรับตัวและบุคลิกภาพ จิตวิทยาเพื่อการศึกษาและชีวิต. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์โอเดียนสโตร์; 2530.
3. สุชา จันทรเฒ. จิตวิทยาวัยรุ่น. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช; 2529.
4. WHO. Life Skills Education for Children and Adolescents in Schools. Geneva Switzerland: WHO; 1994.

5. สุภรี สุวรรณจุฑะ. Adolescent Health Care Development: Past, Present and Future ในกลยุทธ์การดูแลและการสร้างเสริมสุขภาพวัยรุ่น. กรุงเทพฯ: ชัยเจริญ; 2547.
6. รัชนิกร เศรษฐ์ และคณะ. สภาพและปัญหาทางสังคม เศรษฐกิจและวัฒนธรรมของเยาวชนชนบทในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์; 2523.
7. วุฒิพงศ์ ลิ้มปวีโรจน์. ความสำคัญในการสอนคุณธรรม จริยธรรม. สำนักนวัตกรรมการเรียนการสอน ฝ่ายวิชาการและวิเทศสัมพันธ์มหาวิทยาลัยขอนแก่น. วิธีการสอนสอดแทรกคุณธรรม จริยธรรม. ขอนแก่น: โรงพิมพ์คลังนานาวิทยา; 2549.
8. กาญจนา จุ่งรุ่งเรือง. ความสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตและการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลมหาวิทยาลัยขอนแก่น. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยา การศึกษามหาวิทยาลัยขอนแก่น; 2543.
9. ศรีเรือน แก้วกังวาน. จิตวิทยาพัฒนาการทุกช่วงวัย (เล่ม 2). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์; 2540.
10. โสภาวดี บุญยฤทธิกิจ. ภาวะสุขภาพจิตและการปรับตัวของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการอุดมศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร; 2546.
11. วารุณี แจ่มกระจ่าง. การปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลเกื้อการุณย์สำนักการแพทย์ กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขภาพศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร; 2540.
12. ชูชาติ ตีรรมรัมย์, อมร สุวรรณนิมิตร, สุวดี จันดีกระยอม, ลักษณะการใช้กลไกทางจิต และความเข้มแข็งในการมองโลกของนิสิตพยาบาล. วารสารคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น 2550; 30(3) : 48-56
13. กฤติยา แสงเจริญ และคณะ. การรับรู้เกี่ยวกับความรักและความต้องการทางเพศของวัยรุ่น. วารสาร คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น 2548; 28(2) 9 -16.
14. จตุพร ลิ้มม้นจริง. จิตวิทยาวัยรุ่น. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยรามคำแหง; 2546.
15. ชูชาติ ตีรรมรัมย์, อมร สุวรรณนิมิตร, สุวดี จันดีกระยอม. แผนปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมในการสร้างเสริมสุขภาพจิตของนิสิตพยาบาล. วารสาร คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น 2551. 31(1): 9-17
16. อัมพร โอตระกูล. สุขภาพจิตเบื้องต้น. กรุงเทพฯ: วิทยพัฒน์; 2538.
17. ระจิตร์แก้ว เล็กอุทัย. ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความภาคภูมิใจในตนเองของนิสิตคณะแพทยศาสตร์. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยา การศึกษามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร; 2542.
18. ขอนแก่น, มหาวิทยาลัย. ฝ่ายวิชาการและวิเทศสัมพันธ์. ประกาศสภามหาวิทยาลัยขอนแก่น ฉบับที่ 3/ 2551 เรื่องกรอบคุณลักษณะบัณฑิตและนโยบายหลักด้านการผลิตบัณฑิต มหาวิทยาลัยขอนแก่น. ขอนแก่น: โรงพิมพ์คลังนานาวิทยา; 2551.