

ความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการเรียนการสอน ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน  
และพลังสุขภาพจิต ของนักศึกษาสาขาวิชาจิตวิทยา วิทยาลัยเซนต์หลุยส์  
**The Relationships between Instructional Models,  
Academic Achievement and Resilience Quotient of Psychology  
Students, Saint Louis College**

พรรณวดี สมกิตติกานนท์, ปร.ด. \*  
กุลธิดา สีบัวบาน, กศ.ม. (การศึกษามหาบัณฑิต)\*\*  
Punvadee Somkittikanon, Ph.D. (Psychology),  
Kulthida Seebuaban, M.Ed. (Educational Administration)

**บทคัดย่อ**

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจเพื่อศึกษา 1) พลังสุขภาพจิตของนักศึกษาสาขาวิชาจิตวิทยา 2) รูปแบบการเรียนการสอนแต่ละรูปแบบ 3) ความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการเรียนการสอนแต่ละรูปแบบกับพลังสุขภาพจิตของนักศึกษา 4) ความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการเรียนการสอนแต่ละรูปแบบกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในรายวิชา และ 5) ความสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแต่ละกลุ่มกับพลังสุขภาพจิตของนักศึกษา กลุ่มตัวอย่างคือนักศึกษาสาขาวิชาจิตวิทยาชั้นปีที่ 1 ถึงปีที่ 4 วิทยาลัยเซนต์หลุยส์ จำนวน 79 คน เครื่องมือวิจัยได้แก่แบบประเมินพลังสุขภาพจิต และแบบประเมินความคิดเห็นต่อรูปแบบการเรียนการสอน แบ่งเป็น 2 รูปแบบคือรูปแบบที่ 1 ครูเป็นผู้นำการสอน และรูปแบบที่ 2 นักศึกษาเป็นผู้นำการสอน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน ผลการวิจัยปรากฏว่า 1. นักศึกษาสาขาวิชาจิตวิทยาชั้นปีที่ 1 ถึงปีที่ 4 มีค่าเฉลี่ยโดยรวมของพลังสุขภาพจิต ในระดับปกติ ( $\bar{X}$  = 63.06, SD = 6.69) 2. รูปแบบการเรียนการสอนที่ 1 และที่ 2 มีค่าเฉลี่ยโดยรวมอยู่ระดับ มาก ( $\bar{X}$  = 3.86, 3.63 SD = 0.63, 0.57) 3. พลังสุขภาพจิตมีความสัมพันธ์ทางบวกกับรูปแบบการเรียนการสอนที่ 1 โดยรวม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ( $r$  = .182,  $p$  < .05) แต่ไม่มีความสัมพันธ์กับรูปแบบการเรียนการสอนที่ 2 โดยรวม ( $r$  = .006) และมีความสัมพันธ์ทางบวกกับรายวิชาชั้นปีที่ 2 ของรูปแบบการเรียนการสอนที่ 2 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ( $r$  = .412,  $p$  < .05) 4. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนโดยรวม ไม่มีความสัมพันธ์กับรูปแบบการเรียนการสอนแบบที่ 1 และที่ 2 ( $r$  = -.111, .006) แต่มีความสัมพันธ์ทางลบกับรูปแบบการเรียนการสอนที่ 1 ด้านการบรรยาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ( $r$  = -.231,  $p$  < .01) และ 5 พลังสุขภาพจิตโดยรวมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษา กลุ่มอ่อน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ( $r$  = .902,  $p$  < .05) แต่ไม่มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษากลุ่มเก่ง ( $r$  = .014) และพลังสุขภาพจิตด้านการจัดการกับปัญหา มีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลสัมฤทธิ์

\* ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สาขาวิชาจิตวิทยา คณะจิตวิทยา วิทยาลัยเซนต์หลุยส์ แขวงยานนาวา เขตสาทร กทม.

\*\* อาจารย์ประจำ สาขาวิชาจิตวิทยา คณะจิตวิทยา วิทยาลัยเซนต์หลุยส์ แขวงยานนาวา เขตสาทร กทม.

ทางการเรียนของนักศึกษาในกลุ่มปานกลาง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ( $r = .317, p < .05$ ) ผลการศึกษาครั้งนี้จะนำไปพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเพื่อเสริมสร้างพลังสุขภาพจิตแก่นักศึกษาต่อไป

**คำสำคัญ:** รูปแบบการเรียนการสอน ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน พลังสุขภาพจิต

## Abstract

The purposes of this survey research were to study: 1) the Resilience Quotient of Psychology students; 2) each instructional model pattern; 3) the relationships between each instructional model pattern and students' Resilience Quotient; 4) the relationships between each instructional model pattern and academic achievement and 5) the relationships between each group of academic achievement and students' Resilience Quotient. The 79 research samples were comprised of the first to fourth year Psychology students. The instruments used in this study consisted of Resilience Quotient Questionnaires and Instructional Model Questionnaires which were divided into; 1. Teacher Led Instruction Pattern and 2. Student Led Instruction Pattern. Data were analyzed by percentage, mean, standard deviation and Pearson Product-Moment Correlation Coefficient. It was found that: 1. The overall mean score of Resilience Quotient of the first to fourth year Psychology students were shown at the normal level (Mean = 63.06, SD = 6.69); 2. the overall mean score of Instructional Models 1 and 2 was at the high level (Mean = 3.86, 3.63 SD = .63, .57); 3. The Resilience Quotient was significantly and positively correlated with the overall of instructional model 1 ( $r = .182, p < .05$ ). But no correlation was found with the overall of instructional model 2 ( $r = .006$ ), but it was significantly and positively correlated with 2nd year course of instructional model 2 ( $r = .412, p < .05$ ); 4. The overall of academic achievement was not correlated with instructional model 1 and 2 ( $r = -.111, .006$ ), but it was significantly and negatively correlated with lecture of instructional model 1 ( $r = -.231, p < .01$ ); and, 5. the overall of the Resilience Quotient was significantly and positively correlated with academic achievement of low-grade group ( $r = .902, p < .05$ ), but it was not correlated with academic achievement of high-grade group ( $r = .014$ ). It was also found that Resilience Quotient of coping was significantly and positively correlated with academic achievement of medium-grade group ( $r = .317, p < .05$ ). The results of this study will lead to the development of instructional model and academic achievement to enhance Resilience Quotient of the students.

**Keyword:** instructional models, academic achievement, Resilience Quotient

## บทนำ

รูปแบบการเรียนการสอน (Instructional models) การจัดการเรียนการสอนในหลักสูตร วิทยาศาสตร์บัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา ฉบับปรับปรุง พ.ศ.2560 นั้น วิทยาลัยเซนต์หลุยส์ ได้จัดรูปแบบ การเรียนการสอนที่ช่วยให้เกิดการเรียนรู้หรือกลยุทธ์ การสอนที่แบ่งได้เป็น 2 รูปแบบ ได้แก่ รูปแบบที่ 1.ครูเป็น ผู้นำการสอน (teacher led instruction) ประกอบด้วย 1.1 การบรรยาย 1.2 การทดลองและฝึกปฏิบัติ และ รูปแบบที่ 2. นักศึกษาเป็นผู้นำการสอน (student led instruction) ประกอบด้วย 2.1 การศึกษาด้วย ตนเอง 2.2 การสอนที่เน้นการคิดวิจารณ์ญาณ และ 2.3 การสอนแบบเน้นวิจัย (วิทยาลัยเซนต์หลุยส์, 2560) การจัดการเรียนการสอนในระดับอุดมศึกษาประกอบด้วย หลักสูตร การจัดการเรียนการสอน และการวัดและ ประเมินผลการเรียนรู้ ซึ่งการจัดการเรียนการสอนอย่าง มีประสิทธิภาพ จะต้องมีการออกแบบการสอน ซึ่งมีทั้ง รูปแบบการจัดการเรียนการสอนที่เน้นครูเป็นศูนย์กลาง (teacher-centered approach) และเน้นผู้เรียน เป็นศูนย์กลาง (student - centered approach) (เรณูมาศ มาอ่อน, 2559) สอดคล้องกับ การศึกษาเรื่อง รูปแบบการสอนแบบ Interteaching ที่มีผลต่อคะแนน การสอบที่พบว่า การสอนแบบใช้การบรรยาย (Lecture) ในช่วงแรกและสลับด้วยแบบ Interteaching จะได้ ผลคะแนนสอบดีกว่าการสอนแบบ Interteaching วิธีเดียวซึ่งเป็นการให้ผู้เรียนเตรียมตัวศึกษาบทเรียน มาก่อนเข้าเรียนและใช้คำถามที่สอดคล้องกับงานที่ได้รับ มอบหมาย (Zayac and Paulk, 2014)

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (academic achievement) หมายถึง ความสำเร็จหรือความสามารถและสมรรถภาพ ด้านต่างๆ ของผู้เรียนที่ได้จากการฝึกฝนหรือจาก ประสบการณ์ของแต่ละบุคคล หรือจากความรู้ในวิชา ใดวิชาหนึ่งโดยเฉพาะซึ่งสามารถวัดได้จากการทดสอบ

ด้วยวิธีการต่างๆ และสรุปเป็นตัวเลข ค่าคะแนนที่ชี้วัดได้ ส่วนการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ในหลักสูตร วิทยาศาสตร์บัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา ฉบับปรับปรุง พ.ศ.2560 วิทยาลัยเซนต์หลุยส์ ได้จัดแบ่งกลุ่มผล ของคะแนนเป็น ดีเยี่ยม = 4, ดีมาก = 3.5, ดี = 3, ค่อนข้างดี = 2.5, พอใช้ = 2, อ่อน = 1.5, อ่อนมาก = 1 (วิทยาลัยเซนต์หลุยส์, 2560) ซึ่งสามารถจัดเข้ากลุ่มผลของ คะแนนที่จะใช้ในการวิจัยครั้งนี้ได้เป็น ก.กลุ่มอ่อน = 1.00 – 1.99, ข. กลุ่มปานกลาง = 2.00-2.99 และ ค.กลุ่มเก่ง = 3.00-4.00 ตามลำดับ

พลังสุขภาพจิต (Resilience Quotient) หมายถึง ความสามารถในการฟื้นพลังความเข้มแข็งทางจิตใจ ให้กลับคืนมา เป็นกระบวนการปรับตัวและฟื้นตัวเมื่อ ต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความทุกข์ระทม ในชีวิต ซึ่งแสดงให้เห็นการเอาชนะปัญหาอุปสรรค ของชีวิตโดยใช้พลังสุขภาพจิตที่เข้มแข็ง ประกอบด้วย พลัง 3 ด้านได้แก่ ความมั่นคงทางอารมณ์ กำลังใจ และการจัดการกับปัญหา (กรมสุขภาพจิต, 2554) ซึ่งอธิบาย ได้ดังนี้คือ 1) ด้านความมั่นคงทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ไม่ให้อ่อนไหวง่าย อดทนภายใต้สถานการณ์ที่กดดันได้โดยไม่เสียสุขภาพจิต 2) ด้านกำลังใจ หมายถึง จิตใจที่มีความมุ่งมั่น ไม่ท้อถอย มีพลังที่จะเอาชนะปัญหาอุปสรรคหรือฝ่าฟันไปสู่ความ สำเร็จ และ 3) ด้านการจัดการกับปัญหา หมายถึง ความพยายามในการแก้ไขปัญหาโดยคิดหาเหตุผลใน การแก้ไขปัญหา หาสาเหตุของปัญหา รับฟังความคิดเห็นของ ผู้อื่น หาทางออกที่ดีแล้วประเมินผลวิธีการที่นำมาปรับใช้

เนื่องจากการศึกษางานวิจัยเรื่อง “ความสัมพันธ์ ระหว่างพลังสุขภาพจิตกับผลการเรียนรู้ในรายวิชา สาขาวิชาจิตวิทยาของนักศึกษาจิตวิทยา วิทยาลัย เซนต์หลุยส์” (พรรณวดี สมกิตติกานนท์, กุลธิดา สีบัวบาน และ ภัทรกร मुखศรีนาค, 2560) ที่ได้เก็บข้อมูลจาก

นักศึกษาเมื่อปีการศึกษา 2559 และพบว่า พลังสุขภาพจิตสัมพันธ์กับผลการเรียนรู้และสามารถพยากรณ์ผลการเรียนรู้ทั้ง 6 ด้านของรายวิชาสาขาวิชาจิตวิทยา ซึ่งองค์ประกอบของพลังสุขภาพจิตด้านการจัดการกับปัญหา มีความสัมพันธ์ค่อนข้างต่ำกับผลการเรียนรู้ของนักศึกษาชั้นปี 1- 4 อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ทำให้เห็นว่า ถ้านักศึกษาเกิดเหตุการณ์วิกฤติ อาจทำให้ขาดพลังสุขภาพจิตด้านการจัดการกับปัญหาที่เข้มแข็ง และไม่สามารถผ่านพ้นสถานการณ์นั้นไปได้ แต่ตรงข้ามกับด้านความมั่นคงทางอารมณ์ และด้านกำลังใจที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลการเรียนรู้ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งแตกต่างจาก Fuente et al. (2017) ที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพลังสุขภาพจิตและวิธีการเรียนการสอน ได้พบว่า พลังสุขภาพจิตมีความสัมพันธ์ทางบวกกับวิธีการเรียนการสอนที่ทำให้เกิดการรู้คิด และการแก้ไขปัญหาและสามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาเพิ่มเติมว่า รูปแบบการสอน และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน จะมีความสัมพันธ์กับพลังสุขภาพจิตหรือไม่ เพื่อจะได้นำผลการวิจัยมาพัฒนา รูปแบบการเรียนการสอนและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เพื่อเสริมสร้างพลังสุขภาพจิตแก่นักศึกษาต่อไป

### วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาพลังสุขภาพจิตของนักศึกษา สาขาวิชาจิตวิทยา วิทยาลัยเซนต์หลุยส์
2. เพื่อศึกษารูปแบบการเรียนการสอนแต่ละรูปแบบ
3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการเรียนการสอนแต่ละรูปแบบกับพลังสุขภาพจิตของนักศึกษา
4. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการเรียนการสอนแต่ละรูปแบบกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในรายวิชา

5. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแต่ละกลุ่มกับพลังสุขภาพจิตของนักศึกษา

### สมมติฐานการวิจัย

1. รูปแบบการเรียนการสอนแต่ละรูปแบบ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพลังสุขภาพจิตของนักศึกษา
2. รูปแบบการเรียนการสอนแต่ละรูปแบบในแต่ละชั้นปีมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพลังสุขภาพจิตของนักศึกษา
3. รูปแบบการเรียนการสอนแต่ละรูปแบบ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในรายวิชา
4. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแต่ละกลุ่มมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพลังสุขภาพจิตของนักศึกษา

### นิยามศัพท์เฉพาะ

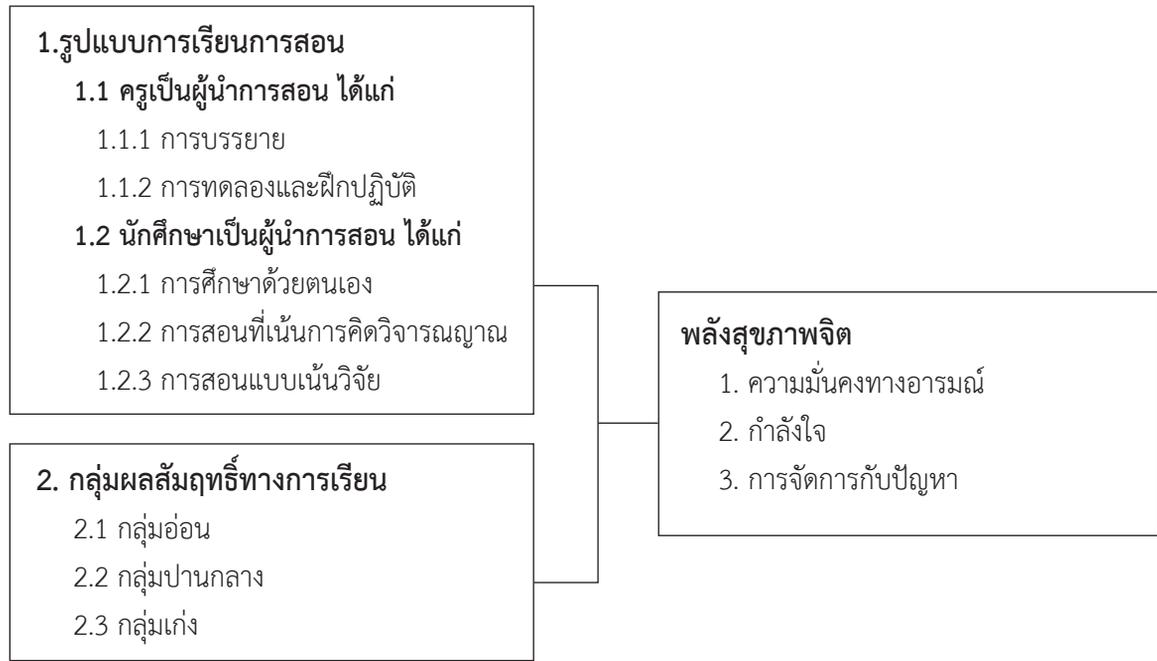
1. รูปแบบการเรียนการสอน หมายถึง การจัดการเรียนการสอนที่จัดขึ้นอย่างมีระเบียบโดยอาศัยกลยุทธ์การสอนต่างๆเข้ามาช่วยให้สภาพการเรียนการสอนนั้นเป็นไปตามหลักการ และ เกิดการเรียนรู้แก่ผู้เรียนแบ่งเป็นรูปแบบที่ 1 ครูเป็นผู้นำการสอน (Teacher Led Instruction) และรูปแบบที่ 2 นักศึกษาเป็นผู้นำการสอน (Student Led Instruction) ในการวิจัยครั้งนี้ หมายถึง คะแนนที่ได้จากแบบประเมินความคิดเห็นต่อรูปแบบการเรียนการสอนที่คณะผู้วิจัยสร้างขึ้น
2. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หมายถึง ความสำเร็จหรือความสามารถและสมรรถภาพด้านต่างๆของผู้เรียนที่ได้จากการฝึกฝนหรือประสบการณ์ของแต่ละบุคคลหรือจากความรู้ในวิชาใดวิชาหนึ่งโดยเฉพาะซึ่งสามารถวัดได้จากการทดสอบด้วยวิธีการต่างๆ และสรุปเป็นตัวเลขในการวิจัยครั้งนี้ หมายถึง คะแนนเฉลี่ยสะสม (GPA) ที่ได้จากการจัดเข้าเกณฑ์ของกลุ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแบ่งเป็น ก.กลุ่มอ่อน = 1.00-1.99, ข.กลุ่มปานกลาง = 2.00-2.99 และ ค.กลุ่มเก่ง = 3.00-4.00 ตามลำดับ

3. พลังสุขภาพจิต หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการปรับตัว ฟื้นฟูความเข้มแข็งทางจิตใจให้กลับคืนมาภายหลังเหตุการณ์ที่วิกฤติหรือมีความทุกข์ระทมของชีวิต ประกอบด้วย 3 องค์ประกอบ ได้แก่ ความมั่นคงทางอารมณ์ กำลังใจ และการจัดการกับปัญหา ในการวิจัยครั้งนี้ หมายถึง คะแนนที่ได้จากแบบประเมินพลังสุขภาพจิตของกรมสุขภาพจิต (2554)

### กรอบแนวคิดการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยใช้ 1.แบบประเมินพลังสุขภาพจิตของกรมสุขภาพจิต (2554) เนื่องจากกรมสุขภาพจิตได้นำหลักคิดของ Grotberg (1998, อ้างถึงในกรมสุขภาพจิต, 2554) เกี่ยวกับพลังสุขภาพจิต 3 คำ คือ “ฉันเป็น ฉันมี ฉันทำได้” (I am, I have, I can) มาปรับเป็นองค์ประกอบของพลังสุขภาพจิตได้แก่ 1) *พลังอดีต* หมายถึงการเป็นคนอดทน เข้มแข็ง มีความทนทานทางอารมณ์ 2) *กำลังใจ* หมายถึง การมีกำลังใจ

มีคนรักและห่วงใย และ 3) *พลังสู้* หมายถึง การจัดการแก้ไขปัญหาได้ เมื่อบุคคลเผชิญกับเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด หรือวิกฤติในชีวิตบุคคลจะตั้งองค์ประกอบเหล่านี้มาใช้ในการจัดการกับเหตุการณ์นั้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ 2. แบบประเมินความคิดเห็นที่มีต่อรูปแบบการเรียนการสอน ที่สร้างโดยคณะผู้วิจัย แบ่งเป็นรูปแบบการเรียนการสอนที่ครูเป็นผู้นำการสอนและนักศึกษาเป็นผู้นำการสอน ที่มีความสอดคล้องกับการจัดการเรียนการสอนของคณะจิตวิทยา วิทยาลัยเซนต์หลุยส์ และ 3. กลุ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ได้จากการจัดแบ่งกลุ่มผลของคะแนนเป็น ดีเยี่ยม =4, ดีมาก = 3.5, ดี =3, ค่อนข้างดี=2.5, พอใช้=2, อ่อน=1.5, อ่อนมาก=1 (วิทยาลัยเซนต์หลุยส์, 2560) ซึ่งสามารถจัดเข้าเกณฑ์ของกลุ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่จะใช้ในการวิจัยครั้งนี้ได้เป็น กลุ่มอ่อน = 1.00 – 1.99, กลุ่มปานกลาง = 2.00-2.99 และ กลุ่มเก่ง =3.00-4.00 ตามลำดับ



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

## วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ โดยดำเนินการวิจัยดังนี้

### 1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรเป็นนักศึกษาสาขาวิชาจิตวิทยา ชั้นปีที่ 1-4 จำนวน 86 คน ในปีการศึกษา 2560 - 2561 กำหนดกลุ่มตัวอย่างจากการเปิดตารางสำเร็จรูปของ (Krejcie & Morgan, 1970) โดยกำหนดสัดส่วนจากประชากรขนาด 85 คนกลุ่มตัวอย่าง 70 คน ที่ระดับความเชื่อมั่น 95 % และสามารถนำมาเป็นกลุ่มตัวอย่างได้ 81 คน และสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified random sampling) เพื่อให้ได้กลุ่มตัวอย่างในจำนวนที่ต้องการโดยมีนักศึกษาชั้นปีที่ 1=25 คน ปีที่ 2=13 คน ปีที่ 3=21 คน ปีที่ 4=22 คน และใช้เกณฑ์การวัดและประเมินผลในมคอ.3 โดยรูปแบบที่ 1 ครูเป็นผู้นำการสอน เน้นการบรรยายและการทดลอง/ปฏิบัติ มากกว่า ร้อยละ 50 และรูปแบบที่ 2 นักศึกษาเป็นผู้นำการสอน เน้นการศึกษาด้วยตนเอง การคิดอย่างมีวิจารณญาณ และการวิจัย มากกว่าร้อยละ 50 โดยสุ่มรายวิชาในรูปแบบการเรียนการสอน 2 รูปแบบ รูปแบบละ 2 รายวิชา

แต่ละชั้นปีของนักศึกษาชั้นปีที่ 1-4 รวมทั้งหมด 16 รายวิชา

### 2. การพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยพิทักษ์สิทธิ์ผู้ให้ข้อมูลโดยชี้แจงรายละเอียดของวัตถุประสงค์การวิจัย การรักษาความลับของผู้ให้ข้อมูล ผู้ให้ข้อมูลยินดีตอบและได้ลงนามในแบบฟอร์มการยินยอมเข้าร่วมการวิจัย (consent form) ซึ่งได้รับการพิจารณาด้านจริยธรรม โดยคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ของวิทยาลัยเซนต์หลุยส์ เลขที่รับรอง E.031/2561

### 3. เครื่องมือวิจัยและการตรวจสอบคุณภาพ

3.1 แบบประเมินพลังสุขภาพจิต ของกรมสุขภาพจิตจำนวนทั้งหมด 20 ข้อ ซึ่งประกอบด้วย 3 องค์ประกอบได้แก่ 1) ความมั่นคงทางอารมณ์ มีจำนวน 10 ข้อ 2) กำลังใจ มีจำนวน 5 ข้อ และ 3) การจัดการปัญหา มีจำนวน 5 ข้อ และนำมาหาค่าความเชื่อมั่นโดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค ซึ่งมีค่า = 0.868

## เกณฑ์การประเมินพลังสุขภาพจิต (กรมสุขภาพจิต, 2554)

องค์ประกอบของพลังสุขภาพจิต	ค่าคะแนน		
	ต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ	เกณฑ์ปกติ	สูงกว่าเกณฑ์ปกติ
1. ความมั่นคงทางอารมณ์ (ข้อ 1-10)	< 27	27-34	>34
2. กำลังใจ (ข้อ 11-15)	< 14	14-19	>19
3. การจัดการกับปัญหา (ข้อ 16-20)	<13	13-18	>18
ผลรวม	<55	55-69	>69
(ข้อ 1-20) คะแนนรวม 80 คะแนน			

3.2 แบบประเมินความคิดเห็นต่อรูปแบบการเรียนการสอน สร้างโดยคณะผู้วิจัย มีจำนวนทั้งหมด 30 ข้อ ประกอบด้วย 2 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่ม 1. ครูเป็นผู้นำการสอน แบ่งเป็น 1.1 การบรรยาย มีจำนวน 6 ข้อ 1.2 การทดลองและฝึกปฏิบัติ มีจำนวน 6 ข้อ และ กลุ่ม 2 นักศึกษาเป็นผู้นำการสอน แบ่งเป็น 2.1 การศึกษาดูด้วยตนเอง มีจำนวน 6 ข้อ 2.2 การสอนที่เน้นการคิดวิเคราะห์ มีจำนวน 6 ข้อ และ 2.3 การสอนแบบเน้นวิจัย มีจำนวน 6 ข้อ และนำมาหาค่าความเชื่อมั่นโดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคซึ่งมีค่า = 0.837 การแปลผลคะแนนได้กำหนดจากคะแนนเฉลี่ยความคิดเห็นที่มีต่อรูปแบบการเรียนการสอน ดังนี้ คะแนนเฉลี่ย 4.21 -5.00 หมายถึง ความคิดเห็นที่มีต่อรูปแบบการเรียนการสอนมากที่สุด คะแนนเฉลี่ย 3.41 -4.20 ความคิดเห็นที่มีต่อรูปแบบการเรียนการสอนมาก คะแนนเฉลี่ย 2.61 -3.40 ความคิดเห็นที่มีต่อรูปแบบการเรียนการสอนปานกลาง คะแนนเฉลี่ย 1.81 -2.60 ความคิดเห็นที่มีต่อรูปแบบการเรียนการสอนน้อย คะแนนเฉลี่ย 1.00 -1.80 ความคิดเห็นที่มีต่อรูปแบบการเรียนการสอนน้อยที่สุด

3.3 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน วิทยาลัยเซนต์หลุยส์ ได้จัดแบ่งกลุ่มผลของคะแนนเป็น ดีเยี่ยม=4, ดีมาก=3.5, ดี=3, ค่อนข้างดี=2.5, พอใช้=2, อ่อน=1.5, อ่อนมาก=1 (วิทยาลัยเซนต์หลุยส์, 2560) ซึ่งสามารถจัดเข้าเกณฑ์ของกลุ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ที่จะใช้ในการวิจัยครั้งนี้ได้เป็น ก.กลุ่มอ่อน = 1.00 – 1.99, ข. กลุ่มปานกลาง = 2.00-2.99 และ ค.กลุ่มเก่ง =3.00-4.00 ตามลำดับ

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยทำหนังสือขออนุญาตท่านอธิการบดี เพื่อเก็บข้อมูลจากนักศึกษาสาขาวิชาจิตวิทยาชั้นปีที่ 1-4 โดยใช้ 1) แบบประเมิน

พลังสุขภาพจิต 81 ฉบับ 2) แบบความคิดเห็นที่มีต่อรูปแบบการเรียนการสอนแบบที่ 1 จำนวน 126 ฉบับ 3) แบบความคิดเห็นต่อรูปแบบการเรียนการสอนแบบที่ 2 จำนวน 134 ฉบับ (จำนวนฉบับของแบบประเมินชุดที่ 2 และ 3 ได้จากจำนวนนักศึกษาลงทะเบียนเรียนแต่ละรายวิชา) ชุดคำตอบแบบประเมินที่สมบูรณ์และสามารถนำมาวิเคราะห์ข้อมูลได้ทั้งหมดตามแบบประเมินชุดที่ 1, 2 และ 3 =79,124,132 ฉบับ ตามลำดับ คิดเป็นร้อยละ 97.53, 98.41, 98.50 ตามลำดับ และ 4) ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาแต่ละวิชาที่จะนำมาจัดเข้ากลุ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนนั้น ผู้วิจัยได้รับการอนุญาตให้รวบรวมข้อมูลจากผู้รับผิดชอบวิชา ทั้ง 16 รายวิชา โดยติดต่อรับข้อมูลจากฝ่ายทะเบียนของวิทยาลัยฯ

5. การวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้สถิติในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ร้อยละ และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของ Pearson Product - Moment Correlation Coefficient

## ผลการวิจัย

1. พลังสุขภาพจิตของนักศึกษาสาขาวิชาจิตวิทยาและรูปแบบการเรียนการสอนแต่ละรูปแบบองค์ประกอบพลังสุขภาพจิตของนักศึกษาจิตวิทยาชั้นปีที่1 ถึง ปีที่4 ประกอบด้วยด้าน ความมั่นคงทางอารมณ์ กำลังใจ และการจัดการกับปัญหา มีค่าเฉลี่ยโดยรวมและรายด้านอยู่ในระดับ ปกติ ส่วนความคิดเห็นที่มีต่อรูปแบบการเรียนการสอนรูปแบบที่1 และรูปแบบที่ 2 มีค่าเฉลี่ยโดยรวมและรายด้านอยู่ในระดับมาก (ดังตารางที่ 1)

ตารางที่ 5 ค่าเฉลี่ยโดยรวมและรายด้านของพลังสุขภาพจิตและรูปแบบการเรียนการสอนแต่ละรูปแบบ

ตัวแปรที่ศึกษา	$\bar{X}$	SD	ระดับ
<b>องค์ประกอบของพลังสุขภาพจิต</b>			
- ความมั่นคงทางอารมณ์	30.50	3.51	ปกติ
- กำลังใจ	16.96	2.25	ปกติ
- การจัดการกับปัญหา	15.59	2.09	ปกติ
<b>รวม</b>	<b>63.06</b>	<b>6.69</b>	<b>ปกติ</b>
<b>รูปแบบการเรียนการสอนรูปแบบที่ 1</b>			
- การบรรยาย	3.79	0.67	มาก
- การทดลองและฝึกปฏิบัติ	3.92	0.79	มาก
<b>รวม</b>	<b>3.86</b>	<b>0.63</b>	<b>มาก</b>
<b>รูปแบบการเรียนการสอนรูปแบบที่ 2</b>			
- การศึกษาด้วยตนเอง	3.62	0.59	มาก
- การสอนที่เน้นการคิดวิจารณ์ญาณ	3.75	0.65	มาก
- การสอนที่เน้นวิจัย	3.50	0.64	มาก
<b>รวม</b>	<b>3.63</b>	<b>0.57</b>	<b>มาก</b>

2. ความสัมพันธ์ระหว่างความคิดเห็นที่มีต่อรูปแบบการเรียนการสอนแต่ละแบบกับพลังสุขภาพจิตและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในรายวิชา พลังสุขภาพจิตโดยรวมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับรูปแบบการเรียนการสอนแบบที่ 1 โดยรวม ( $r=0.182, p<0.05$ ) และองค์ประกอบด้านการทดลองและฝึกปฏิบัติของรูปแบบการเรียนการสอนแบบที่ 1 มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพลังสุขภาพจิตโดยรวม ( $r=0.252, P<0.01$ ) แต่พลังสุขภาพจิตโดยรวมไม่มีความสัมพันธ์กับรูปแบบการเรียนการสอนแบบที่ 2 โดยรวม ( $r=0.020$ ) ส่วนพลังสุขภาพจิตโดยรวมของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีความสัมพันธ์ทางบวกกับรูปแบบการเรียนการสอนแบบที่ 1 โดยรวม และองค์ประกอบด้านการทดลองและฝึกปฏิบัติ ตามลำดับ ( $r=0.325, 0.400$   $p<0.05$ ,  $p<0.01$ ) พลังสุขภาพจิต

โดยรวมของนักศึกษาชั้นปีที่ 2 มีความสัมพันธ์ทางบวกกับรูปแบบการเรียนการสอนแบบที่ 2 ด้านการสอนที่เน้นการวิจัย ( $r=0.412, p<0.05$ ) พลังสุขภาพจิตโดยรวมของนักศึกษาชั้นปีที่ 3 ไม่มีความสัมพันธ์กับรูปแบบการเรียนการสอนทั้ง 2 แบบ และพลังสุขภาพจิตโดยรวมของนักศึกษาชั้นปีที่ 4 มีความสัมพันธ์ทางลบกับรูปแบบการเรียนการสอนรูปแบบที่ 1 ด้านการบรรยาย ( $r=-0.493, p=0.05$ ) ส่วนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในรายวิชาโดยรวมมีความสัมพันธ์ทางลบกับรูปแบบการเรียนการสอนรูปแบบที่ 1 ด้านการบรรยาย ( $r=-0.231, p<0.01$ ) และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในรายวิชาของชั้นปีที่ 2 และ 4 ไม่มีความสัมพันธ์กับรูปแบบการเรียนการสอนรูปแบบที่ 2 โดยรวม ( $r=0.468, 0.506$ ) (ดังตารางที่ 2)

ตารางที่ 2 ความสัมพันธ์ระหว่างความคิดเห็นที่มีต่อรูปแบบการเรียนการสอนแต่ละรูปแบบกับพลังสุขภาพจิต และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในรายวิชา

พลังสุขภาพจิต (RQ) ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (GPA)	รูปแบบการเรียนการสอนแบบที่1			รูปแบบการเรียนการสอนแบบที่ 1			
	บรรยาย	ทดลอง/ ฝึกปฏิบัติ	รวม	ศึกษา ด้วยตนเอง	คิด วิจารณ์	เน้นวิจัย	รวม
RQ โดยรวม	0.046	0.252**	0.182*	0.034	0.005	0.017	0.020
RQ โดยรวมชั้นปีที่ 1	0.036	0.400**	0.325*	0.021	0.004	0.011	0.013
ชั้นปีที่ 2	-0.040	0.111	0.033	0.027	0.044	0.412*	0.196
ชั้นปีที่ 3	0.131	0.121	0.130	0.250	0.240	0.207	0.250
ชั้นปีที่ 4	-0.493*	-0.259	-0.388	0.043	-0.178	-0.287	-0.156
GPA โดยรวม	-0.231**	0.018	-0.111	0.010	-0.012	0.018	0.006

\*\*  $p < 0.01$ , \*  $p < 0.05$

3. ความสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแต่ละกลุ่มกับพลังสุขภาพจิตของนักศึกษา พลังสุขภาพจิตโดยรวมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาในกลุ่มอ่อนโดยรวม ( $r=0.902$ ,  $p<0.05$ ) แต่ไม่มีความสัมพันธ์กับนักศึกษา กลุ่มเก่ง ( $r=0.014$ ) พลังสุขภาพจิตด้านการจัดการกับปัญหา มีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาในกลุ่มปานกลาง ( $r=0.317$ ,  $p<0.05$ ) (ดังตารางที่3)

ตารางที่ 3 ความสัมพันธ์ระหว่างความคิดเห็นที่มีต่อรูปแบบการเรียนการสอนแต่ละรูปแบบกับพลังสุขภาพจิต และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในรายวิชา

กลุ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	ความมั่นคงทางอารมณ์	กำลังใจ	การจัดการกับปัญหา	โดยรวม
กลุ่มอ่อน	0.662	0.756	0.118	0.902*
กลุ่มปานกลาง	0.063	0.005	0.317*	0.132
กลุ่มเก่ง	0.039	-0.035	0.017	0.014

\*  $p < 0.05$

## อภิปรายผลการวิจัย

พลังสุขภาพจิตของนักศึกษาสาขาวิชาจิตวิทยา ชั้นปีที่ 1 ถึงปีที่ 4 วิทยาลัยเซนต์หลุยส์(ซึ่งสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ข้อที่ 1) โดยพบว่า มีค่าเฉลี่ยของพลังสุขภาพจิตโดยรวมของนักศึกษาสาขาวิชาจิตวิทยา อยู่ในระดับปกติ อาจเนื่องจากนักศึกษาได้รับการดูแลเอาใจใส่จากครอบครัว อาจารย์ผู้สอน อาจารย์ที่ปรึกษา และการสนับสนุนสวัสดิการจากสถาบันการศึกษา ได้อย่างทั่วถึง ซึ่งสอดคล้องกับ Tempski (2015) ที่ศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างพลังสุขภาพจิตของนักศึกษาแพทย์ สิ่งแวดล้อมทางการศึกษา และคุณภาพชีวิต พบว่า นักศึกษาแพทย์ที่มีค่าพลังสุขภาพจิตสูงกว่าเกณฑ์ปกติ มีคุณภาพชีวิตที่ดีสูงกว่าผู้ที่มีค่าพลังสุขภาพจิตต่ำกว่าเกณฑ์ถึงเกณฑ์ปกติ

ความคิดเห็นที่มีต่อรูปแบบการเรียนการสอน ทั้งรูปแบบที่ 1 และรูปแบบที่ 2 (ซึ่งสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ข้อที่ 2) พบว่ามีค่าเฉลี่ยโดยรวมของความคิดเห็นที่มีต่อรูปแบบการเรียนการสอนทั้ง 2 รูปแบบ อยู่ในระดับมาก (หมายถึงเห็นด้วยมากกับรูปแบบการเรียนการสอนทั้ง 2 รูปแบบ) เนื่องจากนักศึกษาได้เรียนรู้จากอาจารย์ผู้สอนหลากหลายวิธีตามความเหมาะสมของเนื้อหาในรายวิชาเช่นเดียวกับการศึกษาของเรณูมาศ มาอ่อน (2559) ที่สรุปว่า การจัดการเรียนการสอนอย่างมีประสิทธิภาพ ในระดับอุดมศึกษา จะต้องมีการออกแบบการเรียนการสอน ที่ประกอบด้วยรูปแบบการจัดการเรียนการสอนที่เน้นครูเป็นศูนย์กลาง (teacher-centered approach) และเน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง (student-centered approach) ซึ่งจะช่วยให้ผู้เรียนได้เรียนรู้อย่างเต็มศักยภาพ

ความสัมพันธ์ของรูปแบบการเรียนการสอนแต่ละรูปแบบกับพลังสุขภาพจิตของนักศึกษา (ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 1) โดยพบว่าพลังสุขภาพจิตโดยรวมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับรูปแบบการเรียนการสอน

รูปแบบที่ 1 โดยรวมและด้านการทดลองและฝึกปฏิบัติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ .01 ตามลำดับ อาจเนื่องจากวิธีการเรียนการสอนโดยการทดลองและฝึกปฏิบัติ จะทำให้เกิดการเรียนรู้จากสถานการณ์สมมติ สถานการณ์จริง และการฝึกปฏิบัติที่เป็นประสบการณ์ตรงซึ่งสามารถทำให้เกิดความคงทนทางความรู้และวิชาการที่ได้รับ ซึ่งสอดคล้องกับ Walton (2010) ที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพลังสุขภาพจิตและวิธีการเรียนการสอนที่ทำนายความคงทนทางวิชาการในสาขาวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเท็กซัส และพบว่าพลังสุขภาพจิตมีความสัมพันธ์กับวิธีการเรียนการสอนที่มีผลต่อความคงทนทางวิชาการ โดยช่วยสร้างมุมมองของตนเองและโลกด้านบวก ความเป็นระบบ ความยืดหยุ่น และการรับรู้ความสามารถของตนเองของนักศึกษา ในโปรแกรมวิศวกรรมศาสตร์

ส่วนความสัมพันธ์ของรูปแบบการเรียนการสอน แต่ละชั้นปีกับพลังสุขภาพจิตของนักศึกษา (ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 2) โดยพบว่าพลังสุขภาพจิตของนักศึกษาปีที่ 1 มีความสัมพันธ์กับรูปแบบการเรียนการสอนรูปแบบที่ 1 โดยรวม อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 และด้านการทดลองและฝึกปฏิบัติ อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.01 อาจเนื่องจากนักศึกษาปีที่ 1 เพิ่งเข้ามาศึกษาในวิทยาลัยฯ และอยู่ในช่วงการปรับตัว การสอนแบบบรรยายและการทดลองที่ชัดเจนทำให้มีความเข้าใจในองค์ความรู้ได้ง่าย จึงทำให้รูปแบบการเรียนการสอนรูปแบบที่ 1 มีความสัมพันธ์กับพลังสุขภาพจิต ซึ่งแตกต่างจากการศึกษาของ Chung, Turnbull and Chur-Hansen (2017) เรื่อง ความแตกต่างของพลังสุขภาพจิตระหว่างนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่เรียนแบบดั้งเดิม (Traditional) คือ นักศึกษาที่เข้าเรียนในสถาบันการศึกษา กับนักศึกษาที่เรียนแบบไม่ดั้งเดิม (Non traditional) คือ นักศึกษาอายุมากกว่า 25 ปีที่ทำงานหรือมีครอบครัวแล้ว และเรียน

แบบออนไลน์ (Online education) ที่ไม่เข้าชั้นเรียน พบว่า นักศึกษาที่เรียนแบบออนไลน์ มีค่าพลังสุขภาพจิต สูงกว่านักศึกษาที่เรียนแบบดั้งเดิม ซึ่งแสดงให้เห็นว่า ประสบการณ์ชีวิตร่วมกับวุฒิภาวะของนักศึกษาจะ ส่งเสริมพลังสุขภาพจิตในการเรียนของนักศึกษา และ พลังสุขภาพจิตของนักศึกษาศึกษาปีที่ 2 มีความสัมพันธ์ ทางบวกกับรูปแบบการเรียนการสอนรูปแบบที่ 2 ที่เน้น ด้านการวิจัย อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 ซึ่งสอดคล้อง กับ Fuente et al. (2017) ที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง พลังสุขภาพจิตและวิธีการเรียนการสอน และพบว่า พลังสุขภาพจิตมีความสัมพันธ์ทางบวกกับวิธีการเรียน การสอนที่ทำให้เกิดการรู้คิด และการแก้ไขปัญหา รวมทั้งสามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของ นักศึกษาระดับปริญญาตรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และที่ไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 2 โดยพบว่า พลังสุขภาพจิตของนักศึกษาศึกษาปีที่ 4 มีความสัมพันธ์ ทางลบกับรูปแบบการเรียนการสอนรูปแบบที่ 1 ด้านการบรรยาย อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 ซึ่งแตกต่างจากการศึกษา ของ Nguyen, Stanley and Wang (2015) เรื่องพลังสุขภาพจิตในผู้เรียนด้านภาษาและความสัมพันธ์ กับการเล่านิทาน พบว่า มีความสัมพันธ์ระหว่างคะแนน พลังสุขภาพจิตและคะแนนการสำรวจของผู้ใหญ่ที่ รายงานเกี่ยวกับการได้รับการสอนแบบการเล่านิทาน ของภาษาที่สองในวัยเด็กและของเพื่อนๆ ซึ่งทำให้มี ความสามารถในการแก้ไขปัญหา มีสมรรถนะในการ เข้าสังคม มีความเป็นอิสระในตนเอง มีเป้าหมายของ ตนเอง และสามารถใช้อ่านนิทานได้ อย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติ

ความสัมพันธ์ของรูปแบบการเรียนการสอน แต่ละแบบมีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนใน รายวิชา (ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3) โดยพบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนโดยรวมมีความสัมพันธ์ ทางลบกับรูปแบบการเรียนการสอนรูปแบบที่ 1 ด้านการบรรยาย

อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.01 เนื่องจากการสอนแบบ บรรยายอาจต้องใช้เวลาในการสอนและไม่เห็นภาพ ที่ชัดเจนขององค์ความรู้ ซึ่งถ้าใช้เวลาสอนมากไปอาจได้ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ลดลงจึงควรบรรยายเฉพาะ ที่เป็นแนวคิดและวิธีการที่สำคัญให้เข้าใจ ในรายละเอียด ส่วนนี้อาจใช้กิจกรรมหรือการฝึกปฏิบัติเข้าช่วยให้เห็นองค์ ความรู้ที่ชัดเจนขึ้น ซึ่งตรงข้ามกับ Wheaton, O'Connell and Yapa (2017) เรื่องการสอนแบบ Interteaching (สอนบรรยายรูปแบบใหม่) เพื่อปรับปรุงผลงานการเรียนรู้ ของนักศึกษา Audit ในเวียดนาม พบว่า การสอนแบบ Interteaching มีคะแนนของผู้ที่สอบไม่ผ่านน้อยกว่า การสอนแบบบรรยายแบบเดิม และการสอนแบบ Interteaching เป็นวิธีการสอนที่มีประสิทธิภาพโดยใช้ ประสิทธิภาพของผู้เรียนเป็นหลักในการเรียนการสอน และควรนำมาปรับปรุงในการเรียนรู้แบบ Audit และ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในรายวิชาของชั้นปีที่ 2 และ ปีที่ 4 ไม่มีความสัมพันธ์กับรูปแบบการเรียนการสอน รูปแบบที่ 2 โดยรวม ( $r = 0.468, 0.506$ ) อาจเนื่องจากการ เป็นการสอนที่เข้าถึงแก่นของความรู้ที่นักศึกษาต้องใช้ เวลาสืบค้นในการศึกษาด้วยตนเองและคิดวิเคราะห์ แยกแยะรวมถึงเน้นการสอนแบบวิจัยและสรุปผลด้วย ตนเองเป็นส่วนใหญ่ อาจารย์เป็นเพียงผู้เสริมและชี้แนะ เพิ่มเติมความรู้ในภายหลัง โดยที่อาจารย์ต้องมีความ ชำนาญในการสอนและให้เวลาฝึกฝนแก่ผู้เรียนในระยะ เวลาที่เหมาะสมที่จะทำให้ประสบผลสำเร็จในผลสัมฤทธิ์ ทางการเรียนในรายวิชา เช่นเดียวกับ การศึกษาของ Nold (2017) เรื่องการสอนแบบเน้นการคิดวิจารณ์ญาณ ที่เพิ่มความสำเร็จทางการเรียน พบว่า กิจกรรมการสอน แบบคิดวิจารณ์ญาณที่ทดลองใช้ในชั้นเรียนเป็นเวลา 15 เดือน ในปี ค.ศ.2013-2014 ทำให้ประสบผลสำเร็จ ทางการเรียนด้านเป้าหมาย ความสามารถของตน และ การคิดวิจารณ์ญาณ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ความสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

แต่ละกลุ่มกับพลังสุขภาพจิตของนักศึกษา (ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 4) โดยพบว่าพลังสุขภาพจิตโดยรวมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษากลุ่มอ่อน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 อาจเนื่องจากนักศึกษากลุ่มอ่อนรับรู้ระดับความสามารถของตนเอง จึงสามารถปรับตัวในการเรียน การสอบได้ในระดับหนึ่งไม่ว่าคะแนนสอบแต่ละครั้งจะเพิ่มขึ้นหรือลดลงในระดับความสามารถของนักศึกษากลุ่มอ่อน ซึ่งสอดคล้องกับ การศึกษาของ Martin (2013) เรื่อง Academic Buoyancy และ Academic Resilience : การสำรวจพลังสุขภาพจิตกับการเผชิญกับความยุ่งยากทางวิชาการ โดยกล่าวว่า Academic Buoyancy หมายถึง ความสามารถที่จะชนะการล่าช้า การหยุดเรียนที่เป็นความลำบากในทางวิชาการกับผลลัพธ์เชิงลบในระดับน้อย เช่น ความกังวล ควบคุมตนเองไม่ได้ กลัวการล้มเหลว ส่วน Academic Resilience หมายถึง ความสามารถที่จะชนะความยุ่งยากที่กะทันหันหรือเป็นการข่มขู่ที่รุนแรงแก่การพัฒนาด้านการศึกษานักศึกษา กับผลลัพธ์เชิงลบในระดับมาก เช่น นักศึกษาถูก retire สอบตก คะแนนไม่ถึงเกณฑ์คัดเลือก คะแนนต่ำ ต้องสอบซ่อม เป็นต้น ซึ่งผลวิจัยพบว่า Academic Buoyancy สามารถทำนายทางลบกับผลลัพธ์เชิงลบในระดับน้อย และ Academic Resilience สามารถทำนายทางลบกับผลลัพธ์เชิงลบในระดับมาก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และพลังสุขภาพจิตด้านการจัดการ กับปัญหาที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษากลุ่มปานกลาง อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 อาจเนื่องจากนักศึกษากลุ่มปานกลาง เป็นผู้ที่สามารถทำคะแนนเฉลี่ยสะสมอยู่ในระดับ 2.00 -2.99 ที่ไม่ใช่ระดับ 1.00-1.99 แสดงว่านักศึกษาต้องมีวิธีการจัดการปัญหาในการเรียนการสอบได้ในระดับหนึ่งที่สามารถผ่านพ้นเกณฑ์ของนักศึกษาสภาพรอพินิจได้ หรือเป็นนักศึกษาที่เข้าร่วมทำกิจกรรมให้กับวิทยาลัยฯ

ซึ่งจะพบปัญหาในการทำกิจกรรมค่อนข้างมากทำให้นักศึกษามีประสบการณ์ตรงในการเข้าใจตนเองและแก้ไขปัญหา และจะรักษาระดับคะแนนเฉลี่ยสะสมให้อยู่ระดับปานกลางไม่ให้ลดต่ำลง หรืออาจก้าวขึ้นเป็นนักศึกษากลุ่มเก่งได้ถ้าสามารถปรับตัวกับการทำกิจกรรมได้ รู้จักแบ่งเวลา และมีการเตรียมตัวในการสอบได้ดีขึ้น เช่นเดียวกับการศึกษาของ Parker (2016) เรื่องผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาในศตวรรษที่ 21 กับ การเข้าใจตนเองและพลังสุขภาพจิต พบว่า มีความสัมพันธ์ระหว่างพลังสุขภาพจิตกับการเข้าใจตนเองและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษา เพื่อเป็นการพัฒนาความคงทนด้านความรู้ และเป็นเครื่องมือในการแก้ไขปัญหาในศตวรรษที่ 21 และที่ไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 4 โดยพบว่าพลังสุขภาพจิตโดยรวมไม่มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษากลุ่มเก่ง อาจเนื่องจากนักศึกษาที่เรียนเก่ง อาจมีภาระรับผิดชอบทางการเงินในการศึกษาของตน ได้รับความคาดหวังสูงจากที่บ้านในการเรียน หรือมีปัญหาทางครอบครัว เช่นเดียวกับ การศึกษาของ Pendergast (2017) เรื่องบทบาทของพลังสุขภาพจิต การควบคุมอารมณ์และความเครียดกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพบว่า พลังสุขภาพจิตไม่ทำนายการควบคุมอารมณ์ และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ในระหว่างภาคการศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

### ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

ควรศึกษาการวิจัยเชิงปฏิบัติการในชั้นเรียนด้วยการทดลองสอนจริงตามรูปแบบต่างๆและเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและพลังสุขภาพจิต ว่ารูปแบบการเรียนการสอนรูปแบบใดให้ผลแตกต่างกันอย่างไร เพื่อเป็นแนวทางในการปรับปรุงและพัฒนาการเรียนการสอนและการเรียนการสอนและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่เสริมสร้างพลังสุขภาพจิตให้แก่นักศึกษา

## เอกสารอ้างอิง

- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (2554). *คู่มือการจัดกิจกรรมการเสริมสร้างพลังจิตฮึดสู้* (พิมพ์ครั้งที่ 4). นนทบุรี: กระทรวงสาธารณสุข.
- พรรณวดี สมกิตติกานนท์, กุลธิดา สีบัวบาน และภัทรกร มุกศรีนาค.(2560). ความสัมพันธ์ระหว่างพลังสุขภาพจิตกับผลการเรียนรู้ในรายวิชาสาขาวิชาจิตวิทยาของนักศึกษาจิตวิทยา. วิทยาลัยเซนต์หลุยส์. *วารสารพยาบาลทหารบก*, 18 (3), 160-169.
- เรณูมาศ มาอุ่น.(2559).การจัดการเรียนการสอนในระดับอุดมศึกษาอย่างมีประสิทธิภาพ.*วารสารเทคโนโลยีภาคใต้*, 9 (2), 169-176.
- วิทยาลัยเซนต์หลุยส์ (2560). *หลักสูตรวิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา* (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2560). กรุงเทพฯ: คณะจิตวิทยา.
- Chung,E., Turnbull,D. & Chur-Hansen,A. (2017). Differences in resilience between ‘traditional’ and ‘non-traditional’ university students. *Sage journal*.from <https://doi.org/10.1177%2F146978741769349>.
- Fuente ,D. L., Fernandez-Cabezas,M.,Cambel,M. Vera,M.M., Gonzales-Torres,M.C. & Artuch Garde,R. (2017). Linear relationship between resilience, learning approaches and coping strategies to predict achievement in undergraduate students.*Frontiers in Psychology*. Retrieved from <https://doi:10.3389/fpsyg.2017.01039>.
- Grotberg,E. H. (1998). *The International resilience project*. Retrieved from <http://resilnet.uiuc.edu/library/grotb98a.html>
- Krejcie,R.V.&Morgan,D.W.(1970).Determining sample size for researchactivities. *Educational and Psychological Measurement*, 30, 607610.
- Martin,A.J.(2013). *Academic buoyancy and academic resilience: Exploring ‘everyday’ and ‘classic’ resilience in the face of academic adversity*. *School Psychology International*, 34, 488-500. from <https://doi: 10.1177/0143034312472759>.
- Nguyen,K., Stanley,N.& Stanley,L. & Wang,Y. (2015). Resilience in language learners and the relationship to storytelling. *Journal Cogent Education*, 2(1).
- Nold,H.(2017). Using critical thinking teaching methods to increase student success: An action research project. *International journal of teaching and learning in higher education*, 29(1),17-32.
- Parker,J.L.(2016). *Academic Success for the 21st Century Learner:Intrapersonal Intelligence and Resilience*.(Doctoral dissertation of Philosophy). Walden University, Minneapolis.
- Pendergast,K. (2017). *The role of resilience, emotion regulation and perceived stress on college significantly and academic performance* (Master’s thesis of science). university of Tennessee, Chattanooga.
- Tempeski,P., Santos,IS., Mayer,FB. et al.(2015). Relationship among medical student resilience,educational environment and quality of life. *Plos One*, 10(6):e 0131535.

- Walton,D.S.( 2010). *Exploring the relationship between resilience and learning styles as predictors of academic persistence in engineering* (Doctoral dissertation of Philosophy). Texas university, Corpus Christi.
- Wheaton,M, O’Connell,B & Yapa,P. (2017). Inter-teaching: Improving the Academic Performance of Auditing Students in Vietnam. *Astralasian Accounting, Business and Finance Journal*, 10(4),1-16.
- Zayac,R.M. & Paulk,A.L. (2014). Interteaching: Its effects on exam scores in a compressed schedule format. *Journal of the Scholarship of Teaching and Learning*, 14(1), 1-12.

