

ภาวะสุขภาพจิตและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาพยาบาล

Mental Health and Academic Achievement of Nursing Students

บทความวิชาการ (Academic article)

Corresponding author E-mail: Thanida_pum@dusit.ac.th

(Received: May 21, 2019; Revised: October 30, 2019;

Accepted: November 11, 2019)

ธณิดา พุ่มท่าอิฐ พย.ม. (Thanida Pumtha-it M.N.S)¹รังสรรค์ มาระเพ็ญ พย.ม. (Rangson Maraphen M.N.S)²อริยา ดีประเสริฐ พย.ม. (Ariya Deeprasert) (M.N.S)³

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อแสดงให้เห็นว่า ภาวะสุขภาพจิต และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเป็นสิ่งสำคัญสำหรับนักศึกษาพยาบาล ทั้งนี้คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสวนดุสิตเห็นว่าการเรียนการสอนวิชาการพยาบาลมุ่งเน้นให้นักศึกษาพยาบาลมีความรับผิดชอบสูง มีความละเอียดรอบรอบ มีภาวะผู้นำ เผชิญปัญหา และจัดการได้อย่างเหมาะสม ทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ อันอาจจะนำมาสู่ความเครียดวิตกกังวลหรืออาจพัฒนาขึ้นเป็นภาวะซึมเศร้าได้ ดังนั้นจึงได้นำแบบวัดสุขภาพจิตของคนไทย (Thai Mental Health Questionnaire) มาใช้กับนักศึกษาทุกชั้นปีรวมทั้งวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะสุขภาพจิตกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเพื่อนำผลการประเมินมาวางแผนการดูแลนักศึกษาให้เหมาะสมต่อไป

ผลการประเมินพบว่าในภาพรวม ภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษาทั้ง 4 ชั้นปี อยู่ในเกณฑ์ปกติ ยกเว้นในชั้นปีที่ 1 ภาวะสุขภาพจิตกลุ่มอาการการมีสัมพันธ์กับบุคคลอื่นและในชั้นปีที่ 2 ภาวะสุขภาพจิตกลุ่มภาวะอารมณ์เศร้า มีคะแนนต่ำกว่าเกณฑ์ปกติเล็กน้อย ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาโดยรวมอยู่ในระดับดีถึงดีมาก ภาวะสุขภาพจิตและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมีความสัมพันธ์เชิงบวกต่อกันยกเว้นในชั้นปีที่ 4 พบว่า ภาวะอารมณ์เศร้าเป็นการเสริมแรงเชิงลบกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ด้วยเหตุนี้ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสวนดุสิตได้กำหนดรูปแบบการดูแลนักศึกษาทั้ง 4 ชั้นปี ไว้ดังนี้ 1) การจัดสิ่งแวดล้อม 2) การดูแลแบบเครือข่ายอาจารย์ 3) การดูแลโดยเพื่อน (Student – Peer Assisted) 4) การขยายช่องทางติดต่อสื่อสาร 5) การจัดกิจกรรมเพิ่มพูนสมรรถนะ ทั้งนี้ การติดตามเฝ้าระวังการเปลี่ยนแปลงภาวะสุขภาพจิต ตั้งแต่การค้นหานักศึกษาที่อาจมีภาวะเสี่ยง จนถึงการจัดระบบการดูแลเพื่อให้นักศึกษาบรรลุผลสัมฤทธิ์ที่พึงประสงค์เป็นความรับผิดชอบที่สำคัญยิ่งของสถาบันการศึกษพยาบาล

คำสำคัญ: ภาวะสุขภาพจิต, ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน, นักศึกษาพยาบาล

1 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต
Faculty of Nursing Suan Dusit University

2 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต
Faculty of Nursing Suan Dusit University

3 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต
Faculty of Nursing Suan Dusit University

อีเมล: Thanida_pum@dusit.ac.th

E-mail: Thanida_pum@dusit.ac.th

อีเมล: rangson125366@hotmail.com

E-mail: rangson125366@hotmail.com

อีเมล: deeariya@gmailmail.com

E-mail: deeariya@gmailmail.com

ABSTRACT

This article aimed to demonstrate that mental health and learning achievement were important aspects for nursing students. As Faculty of Nursing, Suan Dusit university; seriously focuses of nursing education on enhancing the students to be high responsible persons, deliberated, strong leadership, high problem-solving skills, and effectively working with team might cause mental stress, anxiety which may finally turn to be depressive illness. Then, Thai Mental Health Questionnaire was applied on 378 students from year 1 to year 4 in order to assess their mental health and explore the effects of mental health on their learning achievement. The findings were baseline data for nurturing them appropriately.

Results showed that overall mental health of year 1 to year 4 students were at normal level. Only Social Function aspect of year 1 students and Depression aspect of year 2 students showed slightly below normal level. Their learning achievement were from good to excellent level. Their mental health put positive effect on their learning achievement; except in year 4, it was found that Depression has negative reinforcement effect. Thus, patterns of nurturing year 1 to year 4 students were 1) Environmental arrangement 2) Caring network by teachers 3) Student – Peer Assisted care 4) Expand channel for interactive communication and 5) Competency enhancement activities. Therefore, to help nursing students accomplished their expected learning achievement, mental health surveillance to reach for the risky and nurturing system arrangement are two main responsibilities for nursing institutions.

Keywords: Mental health, Academic achievement, Nursing student

บทนำ

วัยรุ่นเป็นวัยกำลังศึกษาเล่าเรียน สุขภาพจิตของผู้เรียนมีผลต่อการปรับตัวตามวัย การเรียนและการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย การเปลี่ยนแปลงสิ่งแวดล้อมและวิถีชีวิตที่เปลี่ยนไป ส่งผลต่อสุขภาพจิตของบุคคล อาจทำให้เกิด ความเครียด วิตกกังวล เบื่อหน่ายจนรู้สึกซึมเศร้า นักศึกษาที่มีภาวะสุขภาพจิตที่ดีจะมีความ กระตือรือร้น มุ่งมั่นตั้งใจ ใฝ่เรียนรู้ ซึ่งจะมีผลต่อ ผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา ข้อค้นพบจากการ

ทบทวนวรรณกรรมหลายฉบับสะท้อนอิทธิพลของ ภาวะสุขภาพจิตกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและ พบว่า มีปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ ความเครียด ปัญหาทางด้านอารมณ์ และภาวะซึมเศร้า จนทำให้ สัมพันธภาพกับคนรอบข้างลดลงเกิดการแยกตัว ออกจากสังคมอาจรุนแรงถึงขั้นฆ่าตัวตายได้

นักศึกษพยาบาลเป็นกลุ่มบุคคลที่มีระดับ ความเครียดสูง (Sihawong, 2019) ต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงต่างๆตั้งแต่แรกเข้า เช่น การมี ปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นมากขึ้น การต้องอยู่หอพัก

รูปแบบการเรียนการสอนในมหาวิทยาลัยที่ต้องมีการทำงานเป็นทีม ฝึกการทำงานร่วมกับผู้อื่นในฐานะผู้นำและสมาชิกกลุ่ม ประกอบกับเมื่อเรียนในระดับชั้นปีสูงขึ้นการเรียนการสอนในรายวิชาวิชาชีพที่มีความเฉพาะเจาะจงในแต่ละสาขา มีความซับซ้อนและการมอบหมายงานเพิ่มขึ้น จะทำให้เพิ่มความเครียดความวิตกกังวลได้ และที่สำคัญที่สุดคือ ในชั้นปีที่ 4 นักศึกษาต้องเตรียมตัวสำหรับการสอบความรู้ร่วบยอดเพื่อจบการศึกษาและการสอบความรู้เพื่อขอขึ้นทะเบียนเป็นผู้ประกอบวิชาชีพพยาบาล สิ่งเหล่านี้เป็นปัจจัยที่มีผลต่อภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาลทั้งสิ้น

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อแสดงให้เห็นว่า ภาวะสุขภาพจิตและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเป็นสิ่งสำคัญสำหรับนักศึกษาพยาบาลที่ต่างส่งผลซึ่งกันและกัน

สุขภาพจิต

ความหมายของสุขภาพจิต (Mental Health)

ภาวะสุขภาพของบุคคลเป็นปัจจัยสำคัญในการที่จะพัฒนาสังคมไปสู่ความเจริญเติบโตในทุกๆด้านอย่างมั่นคงและมีความสุข บุคคลที่มีภาวะสุขภาพที่ดีจะเป็นบุคคลที่สมบูรณ์ทั้งทางกาย จิต ปัญญาและสังคมที่มีการเชื่อมโยงกันเป็นองค์รวมอย่างสมดุล และภาวะสุขภาพจิตจะส่งผลต่อภาวะสุขภาพด้านอื่นๆ ของบุคคลด้วย จากการทบทวนวรรณกรรม พบว่า มีองค์กรและผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพจิตได้ให้ความหมายของสุขภาพจิตไว้หลากหลาย อาทิ องค์การอนามัยโลก (WHO, 2011) ได้นิยามคำว่า สุขภาพจิต (Mental Health) ว่าหมายถึง “สภาพสุขภาพที่บุคคลรับรู้ศักยภาพของตน สามารถรับมือกับความเครียดในชีวิต สามารถทำงานให้เกิดประโยชน์และ

สร้างสรรค์ สามารถทำประโยชน์ให้แก่สังคมของตนเองได้” Videbeck (Videbeck, 2018) กล่าวว่า สุขภาพจิตเป็นภาวะที่บุคคลมีสถานะทางอารมณ์ จิตใจและสังคมที่ดี มีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น มีพฤติกรรมและจัดการกับปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีแนวคิดในเชิงบวกต่อตนเอง และมีอารมณ์ที่มั่นคง นอกจากนี้ Pau (Pau et al., 2015) อธิบายว่า ภาวะสุขภาพจิต ประกอบด้วย อารมณ์ ปัญญา และความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ได้อย่างดี ซึ่งจะนำไปสู่สภาวะอารมณ์ที่ดี เข้าใจและรู้จักตนเอง สามารถเผชิญปัญหาและจัดการกับสิ่งท้าทายต่างๆ ในชีวิตได้ สามารถปฏิบัติกิจกรรมตามที่ได้รับมอบหมายหรือสร้างงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสามารถเผยแพร่ต่อสาธารณะได้ นอกจากนี้ สุขภาพจิตยังหมายถึง สภาพที่ดีของจิตใจที่สามารถควบคุมอารมณ์ มิให้เกิดความคับข้องใจ หรือขัดแย้งภายในจิตใจ สามารถปรับตัวเข้ากับสังคมและสิ่งแวดล้อมได้อย่างมีความสุขหรือสภาพชีวิตที่เป็นสุข (Department of Mental Health, 2018) ดังนั้น สุขภาพจิต เป็นสภาวะที่บุคคลมีความสมบูรณ์ทั้งทางกาย ใจ อารมณ์ และสังคม มีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น สามารถปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ดี ควบคุมอารมณ์ได้ เผชิญกับความกดดันได้ดี จัดการกับปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีแนวคิดในเชิงบวกต่อตนเอง และดำเนินชีวิตได้อย่างสมดุล

องค์ประกอบของสุขภาพจิต

การที่บุคคลจะมีความสมบูรณ์ทั้งทางกาย ใจ อารมณ์ และสังคม มีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น สามารถปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ดี ควบคุมอารมณ์ได้ เผชิญกับความกดดันได้ดี จัดการกับปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีแนวคิดในเชิงบวกต่อตนเองและดำเนินชีวิตได้อย่างสมดุล

นั้น ควรมีองค์ประกอบสำคัญ คือ รู้สึกว่าตนมีสุขภาพดี (A Healthy Sense of Self) มีมุมมองที่ดี (Perspective) มีความยืดหยุ่นทางจิตใจ (Psychological flexibility) และคงไว้ซึ่งความสุขเป็นประจำทุกวัน (Daily maintenance) (Peterson, 2018) นอกจากนี้ ต้องมีทัศนคติที่ดีต่อตัวเองทั้งในอดีตและปัจจุบัน มีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น สามารถตัดสินใจในสิ่งต่างๆด้วยตนเองอย่างเป็นอิสระ จัดการกับสถานการณ์และสภาพแวดล้อมให้สอดคล้องกับความต้องการของตนเองได้ สามารถใช้โอกาสรอบตัวได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีเป้าหมายในชีวิต มุ่งมั่นที่จะไปถึงเป้าหมาย พร้อมเปิดรับประสบการณ์ใหม่ ตระหนักรู้ถึงศักยภาพของตนเองและมองเห็นโอกาสแห่งการปรับปรุงพฤติกรรมของตนตลอดเวลา (Ryff, 1995) นอกจากนี้ ยังพบองค์ประกอบที่เกี่ยวข้อง คือ ความวิตกกังวล (Anxiety) ภาวะซึมเศร้า (Depressed mood) สุขภาวะทางบวก (Sense of positive well-being) การควบคุมตนเอง (Self-control) ความมีชีวิตชีวา (Vitality) และภาวะสุขภาพทั่วไป (General health) (Dupuy, 1977)

จากแนวคิดและมุมมองเกี่ยวกับภาวะสุขภาพจิตข้างต้น สรุปได้ว่า คุณลักษณะของผู้ที่มีภาวะสุขภาพจิตดี ควรเป็นดังนี้

1. มีทัศนคติที่ดีต่อตนเอง พึ่งพอใจในตนเอง ภูมิใจในความสำเร็จ รู้สึกว่าชีวิตมีความสุขและสมบูรณ์ สามารถดำเนินอย่างเกิดประโยชน์ต่อตนเองและสังคม
2. มีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น สามารถอยู่ร่วมและทำงานกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข
3. มีความยืดหยุ่นไม่ยึดติดกับความคิดของตนเองมากเกินไป สามารถปรับตัวกับสถานการณ์ได้อย่างเหมาะสม

4. มีสุขภาพที่ดี เมื่อบุคคลมีภาวะสุขภาพร่างกายที่ดี ไม่เกิดความเจ็บป่วยย่อมส่งผลต่อภาวะจิตใจที่ดีด้วย

5. มีสิ่งสนับสนุน หรือสภาพแวดล้อมที่ดี สอดคล้องกับความต้องการของตนเองทำให้รู้สึกมั่นคงปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน

ปัจจัยที่มีผลต่อภาวะสุขภาพจิต

จากการสำรวจสุขภาพจิตของคนไทยระดับชาติปี พ.ศ. 2556 ในประชากรไทยอายุ 18 ปี ขึ้นไป พบว่า คนไทยร้อยละ 3.1 หรือ ประมาณ 1.6 ล้านราย เป็นโรควิตกกังวล ร้อยละ 1.8 หรือ ประมาณ 9 แสนราย เป็นโรคซึมเศร้า (Department of Mental Health, 2015) แสดงให้เห็นว่าคนไทยมีแนวโน้มปัญหาด้านสุขภาพจิต นักศึกษาพยาบาลเป็นกลุ่มบุคคลที่มีอายุระหว่าง 18-25 ปี เป็นช่วงวัยที่ต้องปรับตัวกับการเปลี่ยนแปลงหลายอย่าง อาทิ ด้านการศึกษาในระดับที่สูงขึ้นจากระดับมัธยมศึกษาเป็นระดับอุดมศึกษา การอยู่หอพักร่วมกับผู้อื่นจากที่เคยอยู่บ้านกับครอบครัว ต้องดูแลตนเอง มีความรับผิดชอบต่อการเรียน และการทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกับบุคคลอื่นมากขึ้น อาจทำให้ภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษาเปลี่ยนแปลงไป เนื่องจากพบว่า ปัจจัยที่ทำให้เกิดความเครียดในนักศึกษา คือ ลักษณะส่วนบุคคล การเรียน การทำกิจกรรม สัมพันธภาพ ความคาดหวัง และเศรษฐกิจ (Sihawong et al., 2018) อีกทั้งลักษณะการจัดการเรียนการสอน ลักษณะของอาจารย์ ลักษณะนักศึกษาร่วมสถาบัน ลักษณะสถาบัน ลักษณะของตัวนักศึกษาเองและลักษณะบิดามารดา/ผู้ปกครองล้วนมีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษาด้วย บรรยากาศในสถานศึกษา ความเอื้ออาทรระหว่างรุ่นพี่รุ่นน้อง คณาจารย์และบุคลากร

เป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่ทำให้ผู้เรียนเกิดความสุข ความรัก ความผูกพันต่อสถาบัน หากผู้เรียนขาดความสุขในการเรียน อาจจะทำให้เกิดความเครียด วิตกกังวล เบื่อหน่ายคับข้องใจและมีอารมณ์เศร้าระหว่างศึกษาในหลักสูตรซึ่งจะส่งผลโดยตรงต่อผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา (Kraithawon & Kittipimponon, 2014) นอกจากนี้ การเจ็บป่วยเรื้อรังหรือการเจ็บป่วยเล็กน้อย ความกลัวต่อสิ่งต่างๆ ความวิตกกังวล ความรู้สึกผิด การปรับตัวในสังคมใหม่ ความขัดแย้งในครอบครัว ก็ส่งต่อภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษาด้วย (Weingchai, 2015)

จากแนวคิดดังกล่าว สรุปปัจจัยที่มีผลต่อภาวะสุขภาพจิตได้ดังนี้

1. ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ ลักษณะส่วนบุคคล โรคประจำตัว ความคาดหวัง เศรษฐกิจ ความสามารถในการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น เป็นต้น
2. ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม ได้แก่ ลักษณะการจัดการเรียนการสอน อาจารย์ นักศึกษาร่วมสถาบัน และบรรยากาศในสถาบัน เป็นต้น
3. ปัจจัยด้านครอบครัว ได้แก่ ลักษณะของบิดา/มารดา/ผู้ปกครอง ความขัดแย้งในครอบครัว เป็นต้น

สำหรับนักศึกษา สิ่งที่มีความสำคัญยิ่งและมีความเชื่อมโยงกับภาวะสุขภาพจิต คือ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ทั้งสองเรื่องนี้ส่งผลกระทบต่อซึ่งกันและกัน ดังจะแสดงให้เห็นในกรณีศึกษาต่อไป

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ความหมายของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เป็นแนวทางที่ผู้สอนใช้ในการวัดและประเมินผลผู้เรียน โดยการใช้เครื่องมือวัดที่แตกต่างกัน จากการทบทวน

วรรณกรรม พบว่า มีผู้ให้ความหมายของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนไว้หลากหลาย อาทิ หมายถึง การเข้าถึงความรู้ (Knowledge Attained) การพัฒนาทักษะในการเรียน ซึ่งอาจพิจารณาจากคะแนนสอบที่กำหนดให้ หรือคะแนนที่ได้จากครูมอบหมายงาน (Good, 1973) พฤติกรรมที่เกี่ยวกับการกระทำกิจกรรมซึ่งจะสามารถประเมินได้จากผลการปฏิบัติของแต่ละคน โดยอาศัยเกณฑ์ภายนอกหรือภายในเพื่อใช้ในการแข่งขันกับผู้อื่นหรือใช้เป็นมาตรฐานในการประเมินความเป็นเลิศ (Spence & Helmrich, 1983) ความรู้ ความสามารถ ความสำเร็จ สมรรถภาพด้านต่างๆ ของผู้เรียน ซึ่งเป็นผลมาจากการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน จนผู้เรียนเกิดความเปลี่ยนแปลง พฤติกรรมและผลของความสำเร็จของผู้เรียนในด้านความรู้ทักษะ และกระบวนการทางด้านความคิดซึ่งทำให้ผู้เรียนมีประสิทธิภาพจากการเรียนรู้หรือการหาความรู้ด้วยตนเองซึ่งสามารถวัดได้ด้วยแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

สรุปว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หมายถึงผลสำเร็จของผู้เรียนด้านความรู้ ความสามารถ และทักษะปฏิบัติ ซึ่งประเมินผลได้ด้วยแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในรูปของคะแนนหรือเกรดเฉลี่ยสะสม

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

Bloom (1976) ได้อธิบายสิ่งที่ส่งผลกระทบต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนว่ามีอยู่ 3 ประการ คือ

- 1) พฤติกรรมด้านความรู้และความคิด (Cognitive Entry Behaviors) ความรู้ความสามารถ ทักษะต่างๆ ของผู้เรียนที่มีมาก่อน 2) คุณลักษณะทางจิตใจ (Affective Entry Characteristics) แรงจูงใจที่ทำให้ผู้เรียนเกิดความอยากเรียนรู้ 3) คุณภาพทางการเรียนการ

สอน (Quality of Instruction) การแนะนำการปฏิบัติ และแรงเสริมของผู้สอนที่มีต่อผู้เรียน

Anne Anastasi (Anastasi, 1982) อธิบายว่า ผู้เรียนจะประสบความสำเร็จทางการศึกษาได้ดีเพียงใต้นั้นขึ้นอยู่กับ 1) สติปัญญา (Intellectual-Factor) ซึ่งเป็นความสามารถในการคิดของบุคคล อันเป็นผลมาจากการสะสมของประสบการณ์ต่างๆ รวมถึงความสามารถที่ติดตัวมาแต่กำเนิด 2) สิ่งที่ไม่ใช่ทางด้านสติปัญญา (Non Intellectual-Factor) เช่น เพศ อายุ แผนการเรียน อันดับการเลือก รายได้ของบิดามารดา นิสัยในการเรียน เจตคติในการเรียน ตลอดจนสภาพแวดล้อมของสถานศึกษา เป็นต้น

Pitt และคณะ (Pitt et al., 2012) ได้สังเคราะห์งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาพยาบาล พบว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ภาคปฏิบัติของนักศึกษาพยาบาลแบ่งเป็น 4 ด้านคือ นักศึกษา วิชาการ สติปัญญา และพฤติกรรมส่วนบุคคล

สำหรับการทบทวนการศึกษาในประเทศไทย พบว่า ปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมทางการเรียน ได้แก่ ความเครียด และปัญหาทางด้านอารมณ์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งภาวะซึมเศร้า (Reangsing & Wongsurapakit, 2014) นอกจากนี้ เพ็ญพร ปุกหุด (Pukahuta, 2015) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรี กรณีศึกษา: มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสาน พบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาขึ้นอยู่กับนิสัยในการเรียนและการจัดการกับเวลาในการเรียน ขณะเดียวกันการศึกษาของกมลรัตน์ ทองสว่าง (Tongsawang, 2017) เกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ความเครียด ความฉลาดทางอารมณ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ของนักศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ เมื่อเรียงลำดับจากมากไปหาน้อย พบว่า ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ ชั้นปีที่ศึกษา จำนวนพี่น้องและความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และการศึกษาของรุจิราพรรณ คงช่วย (Kongchuy 2014) ที่ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเขตภาคใต้ พบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเขตภาคใต้ จากตัวแปรเชิง ดังนี้ 1) ปัจจัยด้านผู้เรียน ซึ่งประกอบด้วย ความรับผิดชอบ ความสนใจ และแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ เป็นคุณลักษณะสำคัญในตัวผู้เรียนที่จะทำให้ผู้เรียนประสบความสำเร็จในการเรียน 2) ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมทางการเรียน ซึ่งประกอบไปด้วย ความสัมพันธ์กับผู้สอน พฤติกรรมของครูจะมีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอย่างมาก ความสัมพันธ์กับครอบครัวและความสัมพันธ์กับเพื่อนเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ของผู้เรียนด้วยเช่นกัน เพราะความสัมพันธ์ระหว่างนักศึกษากับบุคคลที่เกี่ยวข้องในการเรียนของนักศึกษา พฤติกรรมของครูมีอิทธิพลต่อการเรียนของนักเรียนอย่างมาก จะเป็นการส่งเสริมการเรียนให้ไปสู่ความสำเร็จ หลักสูตรที่เอื้อต่อการจัดการเรียนการสอนและพัฒนาการของนักศึกษาส่งเสริมให้นักศึกษาได้คิดเป็น ทำเป็น ย่อมจะส่งก่อให้เกิดสัมฤทธิ์ผลที่ดีต่อตัวของนักศึกษาทั้งในด้านสติปัญญา คุณธรรมจริยธรรม และทักษะการปฏิบัติ และ 3) ปัจจัยด้านการสนับสนุนทางสังคม ประกอบด้วย ด้านอาคารสถานที่และสิ่งสนับสนุนต่างๆ จะมีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาด้วย เช่นกัน

จากวรรณกรรมดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ได้แก่

1. ปัจจัยด้านผู้เรียน ประกอบด้วย สติปัญญา ความรู้ ความฉลาดทางอารมณ์ เจตคติ ความสนใจ ความรับผิดชอบและแรงจูงใจไม่ล้มเหลว
2. ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมทางการเรียน ประกอบด้วย การจัดการเรียนการสอน ความสัมพันธ์ระหว่างนักศึกษา กับบุคคลที่เกี่ยวข้องในการเรียน ได้แก่ ความสัมพันธ์กับผู้สอน พฤติกรรมของครู ความสัมพันธ์กับเพื่อน ความสัมพันธ์กับรุ่นพี่
3. ปัจจัยด้านสิ่งสนับสนุนและสิ่งแวดล้อม ประกอบด้วย อาคารสถานที่ อุปกรณ์ต่าง ๆ

จากปัจจัยข้างต้น หากสถาบันให้ความสำคัญและจัดการอย่างเหมาะสมจะทำให้ นักศึกษารู้สึกคลายความวิตกกังวล ลดความเครียด ความกดดัน ซึ่งเป็นปัจจัยที่จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางสุขภาพจิต เมื่อบุคคลมีภาวะสุขภาพจิตที่เปลี่ยนไปในทางที่ดี จะทำให้การเรียนรู้ ความคิด ความรู้สึกอยากเรียนรู้เปลี่ยนแปลง จนสามารถทำงานที่ได้รับมอบหมายได้อย่างมีประสิทธิภาพ อันจะส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

การประเมินสุขภาพจิตและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาพยาบาล มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

ผู้ประกอบการวิชาชีพพยาบาลต้องเป็นผู้ที่มีความรับผิดชอบสูง เป็นผู้ที่ไม่วางใจได้ มีความรู้ ความชำนาญในการปฏิบัติ มีจริยธรรม และจรรยาบรรณวิชาชีพ เป็นแนวทางในการประพฤติ และปฏิบัติ ทั้งนี้ เพื่อความปลอดภัยของสังคมโดยส่วนรวม นักศึกษาพยาบาลซึ่งต้องจบไปเป็นผู้ประกอบการวิชาชีพพยาบาลที่มีคุณภาพต้องมี

คุณลักษณะของพยาบาลที่ดีมีความรู้ความสามารถในวิชาชีพพยาบาล มีคุณธรรม จริยธรรม มีเจตคติที่ดีต่อวิชาชีพ ตลอดจนถึงมีทักษะการปฏิบัติการพยาบาลที่เป็นไปตามมาตรฐาน รวมทั้งต้องเป็นผู้ที่มีความรับผิดชอบสูง มีภาวะผู้นำ ทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ และสามารถปรับตัวเรียนรู้อย่างต่อเนื่องสอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงในสังคมปัจจุบัน

ผลการสำรวจ พบว่า นักศึกษาพยาบาลมีอายุอายุระหว่าง 18-25 ปี ซึ่งจัดว่าเป็นวัยรุ่นตอนปลายถึงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ถือว่าเป็นช่วงวัยเปลี่ยนผ่านที่สำคัญที่ต้องอาศัยการปรับตัวเพื่อให้ดำเนินชีวิตในช่วงวัยนี้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งสภาวะการณที่เปลี่ยนแปลง ลักษณะการเรียนการสอนของวิชาชีพพยาบาลมีความเฉพาะเจาะจงด้านวิชาชีพ มีความซับซ้อนและความรับผิดชอบมากขึ้นตามชั้นปีที่สูงขึ้น รวมทั้งบุคลิกภาพที่แตกต่างจากประสบการณ์ชีวิตที่แตกต่างกัน สิ่งต่างๆ เหล่านี้อาจส่งผลก่อให้เกิดความเครียดหากไม่ได้รับการช่วยเหลือและดูแลอย่างเหมาะสมความเครียดดังกล่าวจะก่อตัวนำไปสู่การมีภาวะสุขภาพจิตที่ผิดปกติเกิดขึ้น ไม่ว่าจะเป็นภาวะความวิตกกังวล ความกลัว ภาวะซึมเศร้า การทำหน้าที่ทางสังคมที่บกพร่อง ความก้าวร้าว ความสิ้นหวังท้อแท้ใจ ตลอดจนพฤติกรรมเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายในที่สุด (Reangsing & Wongsurapakit, 2014)

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต เห็นด้วยว่า ภาวะสุขภาพจิตและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนส่งผลซึ่งกันและกัน จึงได้จัดให้มีการประเมินภาวะสุขภาพจิตของนักเรียนที่จะเข้าศึกษาในวิชาชีพพยาบาล โดยนำแบบประเมินสุขภาพจิตของคนไทย (Thai Mental Health Questionnaire) ของสุชีรา ภัทรายุตวรรตน์ และคณะ (Phattharayuttawat et

al.,1999) เพื่อประเมินความพร้อมด้านสุขภาพจิตของนักเรียนและใช้เป็นข้อมูลในการเฝ้าระวังติดตามภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษาในระหว่างศึกษาด้วย โดยคาดหวังว่าจะสะท้อนให้เห็นถึงความสามารถในการปรับตัวกับการเปลี่ยนแปลงของวิถีชีวิต เมื่อศึกษาวิชาชีพยาบาลในรั้วมหาวิทยาลัย การเผชิญปัญหาและแก้ไขปัญหามากมายได้ การมีสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นทำให้สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างสมดุล สอดคล้องกับความต้องการของตนเองและทำประโยชน์แก่ตนเองและผู้อื่นจะส่งผลให้ผู้เรียนประสบความสำเร็จในการเรียนเป็นบัณฑิตที่มีคุณภาพและมีความสุขในการดำเนินชีวิตได้ในอนาคต

การประเมินภาวะสุขภาพจิต ที่ทำได้ง่าย สะดวกและสามารถจำแนกภาวะปกติจากภาวะอาการทางจิตได้ เป็นแบบประเมินสุขภาพจิตของคนไทย (Thai Mental Health Questionnaire) ตามเกณฑ์การวินิจฉัยโรคของคู่มือการวินิจฉัยและสถิติสำหรับความผิดปกติทางจิตครั้งที่ 4 (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSMIV)) ที่จัดทำโดยสมาคมจิตแพทย์สหรัฐอเมริกา (American Psychiatric Association)

แบบประเมินนี้ใช้เพื่อค้นหาการเจ็บป่วยทางจิตของคนไทยในชุมชน ประกอบด้วย ข้อคำถามจำนวน 70 ข้อ มีคำตอบเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ (Rating Scale) เพื่อประเมินภาวะสุขภาพ 5 กลุ่มอาการ คือ

1. กลุ่มอาการทางกาย (Somatization)
2. กลุ่มอาการซึมเศร้า (Depression)
3. กลุ่มอาการวิตกกังวล (Anxiety)
4. กลุ่มอาการทางจิต (Psychotic)
5. กลุ่มอาการปรับตัวทางสังคม (Social Function)

ผู้พัฒนาแบบประเมินได้นำไปทดสอบกลุ่มตัวอย่างคนปกติ กลุ่มผู้ป่วยจิตเวชนอกและผู้ป่วยจิตเวชในหอผู้ป่วย รวมทั้งหมด 700 คน พบว่า มีอำนาจจำแนกระหว่างคนปกติและกลุ่มผู้ป่วยจิตเวชอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และได้รับการทดสอบความถูกต้องเชิงโครงสร้างโดยใช้การวิเคราะห์ปัจจัย (Factor Analysis) มีค่าความเที่ยงตรง (Reliability) ในแต่ละกลุ่มอาการอยู่ระหว่าง .82 ถึง .94 เครื่องมือนี้กำหนดเกณฑ์ปกติด้วยคะแนนมาตรฐานที่ (t-score) ในช่วง 40 – 65

สำหรับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต ได้จำแนกระดับของผลการเรียนด้วยเกรดเฉลี่ย ดังนี้

ระดับผลการเรียน	เกรดเฉลี่ย
ดีมาก	3.50 - 4.00
ดี	3.00 - 3.49
ปานกลาง	2.50 - 2.99
พอใช้	2.00 - 2.49

กรณีศึกษาภาวะสุขภาพจิตและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาพยาบาล

การประเมินภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษาเป็นสิ่งสำคัญมาก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต ได้นำแบบประเมินมาใช้กับนักศึกษาแรกเข้า

และทุกชั้นปี ผลการประเมินนำมาใช้เป็นข้อมูลสำหรับอาจารย์ประจำชั้นและอาจารย์ที่ปรึกษาในการช่วยเหลือดูแลหรือเฝ้าระวังติดตามนักศึกษาที่อยู่ในความดูแลของตนไม่ให้เกิดภาวะสุขภาพจิตที่ผิดปกติ รวมทั้งใช้วางแผนการช่วยเหลือดูแลไม่

ก้าวหน้าจนเป็นความผิดปกติที่รุนแรงในรายที่มีความเสี่ยงหรือมีความผิดปกติ ในปีการศึกษา 2559 ได้มีการนำแบบประเมินสุขภาพจิตของคนไทย (TMHQ) มาใช้กับนักศึกษาพยาบาลทุกชั้นปี จำนวน 378 คน โดยมุ่งหวังที่จะประเมินภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษาและศึกษาความสัมพันธ์

ระหว่างภาวะสุขภาพจิตกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้วยสถิติวิเคราะห์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน

ผลการประเมินภาวะสุขภาพจิต และการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะสุขภาพจิตกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแสดงได้ดังตารางที่ 1 ตารางที่ 2 และตารางที่ 3

ตารางที่ 1 ภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาลจำแนกตามกลุ่มอาการและรายชั้นปี

ภาวะสุขภาพจิต จำแนกตามกลุ่มอาการ	คะแนนภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษาแต่ละชั้นปี*			
	ชั้นปีที่ 1	ชั้นปีที่ 2	ชั้นปีที่ 3	ชั้นปีที่ 4
อาการทางกาย	64.00	62.75	60.5	63.00
อาการซึมเศร้า	51.50	34.50	55.05	46.50
อาการวิตกกังวล	61.50	61.50	61.00	58.50
อาการทางจิต	55.50	57.00	56.00	48.00
การปรับตัวทางสังคม	36.25	60.50	61.25	63.00

* เกณฑ์ปกติตามคะแนนมาตรฐาน (t-score) อยู่ในช่วง 40-65

ตารางที่ 1 อธิบายได้ดังนี้ ในภาพรวม ภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษาทั้ง 4 ชั้นปี อยู่ในเกณฑ์ปกติ กล่าวคือ คะแนนอยู่ในช่วง 40-65 ยกเว้น ในชั้นปีที่ 1 ภาวะสุขภาพจิตกลุ่มอาการการปรับตัวทางสังคม มีคะแนนต่ำกว่าเกณฑ์ปกติเล็กน้อย (36.25) และ ในชั้นปีที่ 2 ภาวะสุขภาพจิตกลุ่มอาการซึมเศร้า (34.50) ผลการประเมินนี้อธิบายได้ว่า

1. นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 ต้องแยกจากครอบครัวและสิ่งแวดล้อมที่คุ้นเคยรวมทั้งกลุ่มเพื่อนเพื่อนมาใช้ชีวิตนักศึกษามหาวิทยาลัยและพำนักในหอพักจึงเกิดความวิตกกังวลได้และเนื่องจากช่วงวัยนี้เป็นช่วงวัยที่เพื่อนมีความสำคัญในการปรับตัวกับสถานการณ์ใหม่ๆที่ไม่คุ้นเคยอย่างมาก เพราะเป็นเพื่อนที่มีความแตกต่าง ทั้งเพศ สถานะทางครอบครัว ความสามารถในการเรียนรู้ การทำความรู้จักคุ้นเคยจึงอาจสร้างความไม่สบายใจให้กับนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ได้

2. นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 เป็นปีแห่งก้าวแรกของการเข้าสู่วิชาชีพพยาบาล ได้เรียนรู้ในวิชาการพยาบาลทั้งในวิชาภาคทฤษฎีและฝึกในห้องปฏิบัติการเสมือนจริง ต้องขึ้นฝึกภาคปฏิบัติบนหอผู้ป่วย รวมทั้งนักศึกษาจะได้สวมเครื่องแบบพยาบาลและสวมหมวกวิชาชีพเป็นครั้งแรก สภาพการณ์เช่นนี้ทำให้นักศึกษาต้องปรับตัวกับการเรียนการสอนที่เข้มข้นกว่าชั้นปีที่ 1 นักศึกษาบางส่วนอาจพักผ่อนไม่เพียงพอเพราะต้องใช้เวลานานในการทำความเข้าใจกับบทเรียนและการจดบันทึกทางวิชาชีพ ตารางสอนที่มีชั่วโมงเรียนเต็มสัปดาห์เพราะนักศึกษาต้องฝึกภาคปฏิบัติในวันจันทร์ถึงวันพุธ และเรียนภาคทฤษฎีในวันพฤหัสบดีและวันศุกร์ จึงส่งผลให้นักศึกษาเกิดภาวะอารมณ์เศร้าได้

ดังนั้น จึงพบว่า ในชั้นปีที่ 3 และชั้นปีที่ 4 นักศึกษามีภาวะสุขภาพจิตที่อยู่ในเกณฑ์ปกติจาก

การปรับตัวได้กับการเรียนการสอน กลุ่มเพื่อนและ

สภาพแวดล้อมในการเรียนรู้และหอพัก

ตารางที่ 2 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสวนดุสิตที่ได้รับการประเมินภาวะสุขภาพจิตจำแนกรายชั้นปี

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (เกรดเฉลี่ย)	จำนวน (ร้อยละ) ของนักศึกษาตามชั้นปี				รวม (N=378)
	ชั้นปีที่ 1 (N = 118)	ชั้นปีที่ 2 (N = 85)	ชั้นปีที่ 3 (N = 83)	ชั้นปีที่ 4 (N = 92)	
3.50 - 4.00	61 (51.70)	30 (35.29)	3 (3.61)	2 (2.17)	96 (25.40)
3.00 - 3.49	46 (38.98)	53 (62.35)	32 (38.55)	43 (46.74)	174 (46.03)
2.50 - 2.99	7 (5.93)	2 (2.35)	43 (51.81)	47 (51.09)	99 (26.19)
2.00 - 2.49	4 (3.39)	0 (0.00)	5 (6.02)	0 (0.00)	9 (2.38)

ตารางที่ 2 อธิบายได้ ดังนี้ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต ในภาพรวมส่วนใหญ่อยู่ในระดับดีและเมื่อพิจารณารายชั้นปี พบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 1 นักศึกษาส่วนใหญ่มีผลการเรียนในระดับดีมาก นักศึกษาชั้นปีที่ 2 นักศึกษาส่วนใหญ่มีผลการเรียนในระดับดี และนักศึกษาชั้นปีที่ 3 และ 4 นักศึกษาส่วนใหญ่มีผลการเรียนในระดับปานกลาง อธิบายได้ว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 1 เพิ่งผ่านการสอบ

คัดเลือกเข้ามาศึกษาในวิชาที่ตนชอบยังมีความรู้สึกภาคภูมิใจต่อความสามารถของตนและการเรียนการสอนยังเป็นวิชาในหมวดการศึกษาทั่วไป ยังไม่มีรายวิชาที่เป็นหมวดวิชาชีพ นักศึกษายังไม่ต้องปรับตัวมาก สำหรับชั้นปีที่ 3 และ 4 ซึ่งเป็นชั้นปีที่สูงขึ้น รายวิชาที่เรียนจะเป็นรายวิชาในหมวดวิชาชีพและมีความซับซ้อนมากขึ้น อีกทั้งต้องมุ่งมั่นกับการสอบเพื่อเลื่อนชั้นปีและจบการศึกษาจึงอาจมีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนได้

ตารางที่ 3 ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะสุขภาพจิตกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ภาวะสุขภาพจิต	ค่าสหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (r)*			
	ชั้นปีที่ 1	ชั้นปีที่ 2	ชั้นปีที่ 3	ชั้นปีที่ 4
อาการทางกาย	.158	-.127	.069	-.083
อาการซึมเศร้า	-.007	-.062	-.058	-.206*
อาการวิตกกังวล	-.002	-.083	-.037	-.164
อาการทางจิต	.041	.051	.015	-.043
การปรับตัวทางสังคม	.266*	.008	.004	.010

* p value < .05

ตารางที่ 3 อธิบายได้ดังนี้ ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะสุขภาพจิตกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน พบว่า ในชั้นปีที่ 1 ภาวะสุขภาพจิตการมีสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน อธิบายได้ว่า หากนักศึกษามีสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อนและอาจารย์จะส่งเสริมให้นักศึกษาประสบความสำเร็จในการเรียนด้วย ลักษณะเช่นนี้พบได้ในการศึกษาของ กมลรัตน์ ทองสว่าง (Tongsawang, 2017) พบว่า ปัจจัยส่วนบุคคล ความเครียด ความฉลาดทางอารมณ์ กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษามีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สำหรับนักศึกษาชั้นปีที่ 4 พบความสัมพันธ์เชิงลบระหว่างภาวะอารมณ์เศร้ากับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน อธิบายได้ว่า ในชั้นปีสุดท้ายของนักศึกษาพยาบาลนั้น นักศึกษาต้องมุ่งมั่นกับความสำเร็จและต้องการให้มีผลคะแนนในระดับดีเพื่อนำไปสู่โอกาสของการทำงาน ดังนั้น ภาวะอารมณ์เศร้าจึงเป็นการเสริมแรงเชิงลบ (Negative Reinforcement) ต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนได้

รูปแบบการดูแลเพื่อการคงไว้ซึ่งภาวะสุขภาพจิตที่ดีของนักศึกษาพยาบาล

จากข้อมูลดังกล่าวข้างต้น เป็นผลมาจากสิ่งแวดล้อม ระบบสังคม วัฒนธรรม และการจัดการเรียนการสอน คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต ได้กำหนดรูปแบบการดูแลนักศึกษาทั้ง 4 ชั้นปีไว้ ดังนี้

1. การจัดสิ่งแวดล้อมเพื่อให้เอื้อต่อการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย ประกอบด้วย

1.1 จัดสิ่งสนับสนุนการเรียนรู้อุดหนุนให้มีห้องสมุด มีสัญญาณ wifi ที่เข้าถึงได้ทุกสถานที่ตลอดเวลา มีห้องกิจการนักศึกษา

1.2 จัดให้นักศึกษาพยาบาลทุกคนเข้าพักในหอพักของมหาวิทยาลัย และจัดห้องพักให้นักศึกษาแต่ละชั้นปีได้พักอยู่ร่วมกันเพื่อเป็นการดูแลกันระหว่างรุ่นพี่กับรุ่นน้อง

1.3 จัดให้มีสถานที่สันทนาการ ได้แก่ ห้องพักผ่อน ห้องดูทีวี ห้องฟิตเนส สถานที่ออกกำลังกายบริเวณด้านล่างของคณะพยาบาลศาสตร์

1.4 จัดให้สิ่งอำนวยความสะดวก ได้แก่ จัดให้มีร้านอาหารภายในมหาวิทยาลัย มีร้านสะดวกซื้อและร้านจำหน่ายเครื่องดื่มด้านหน้ามหาวิทยาลัย

2. การดูแลแบบเครือข่ายอาจารย์

ประกอบด้วย อาจารย์ประจำชั้น อาจารย์ที่ปรึกษาและอาจารย์ผู้รับผิดชอบวิชา ซึ่งมีหน้าที่แตกต่างกันแบบเชื่อมโยงกัน ดังนี้

2.1 อาจารย์ประจำชั้น ทำหน้าที่เป็นผู้นำทีมเป็นผู้ประสานงานด้านต่าง ๆ ตามพันธกิจที่เกี่ยวข้องกับนักศึกษาในชั้นปีที่ตนรับผิดชอบ รวมทั้งช่วยเหลือ ดูแล ให้คำปรึกษาแก่นักศึกษาในชั้นปีอย่างต่อเนื่องตลอด 4 ปีของการศึกษา จัดชั่วโมงการพบอาจารย์ที่ปรึกษาให้แก่ นักศึกษาทุกชั้นปี (Home room) สัปดาห์ละ 1 ครั้ง รวมทั้งให้คำปรึกษา แนะนำในการเลือกแหล่งงาน แก่นักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่จะสำเร็จการศึกษา

2.2 อาจารย์ที่ปรึกษา ทำหน้าที่ช่วยเหลือ ดูแล ให้คำปรึกษาแก่นักศึกษาที่ตนรับผิดชอบจำนวน 10-12 คน เกี่ยวกับการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย คำแนะนำในการตรวจสอบการลงทะเบียนเรียน และผลการเรียนเป็นรายบุคคล ดูแลประสานงานในการกู้ยืมเงินเพื่อการศึกษา กรณีที่นักศึกษามีปัญหาทางการเงิน เข้าพบนักศึกษาตามตารางการพบอาจารย์ที่ปรึกษา (Home room) ในชั้นปีที่ตนรับผิดชอบสัปดาห์ละ

1 ครั้ง โดยจะดูแลต่อเนื่องตลอดทั้ง 4 ปีการศึกษา รวมทั้งให้คำปรึกษา แนะนำในการเลือกแหล่งงานแก่นักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่จะสำเร็จการศึกษา ซึ่งจะ ทำให้อาจารย์และนักศึกษามีความใกล้ชิดกันมากขึ้น

2.3 อาจารย์ผู้รับผิดชอบวิชา จะทำหน้าที่ออกแบบการจัดการเรียนการสอน ประสานงานและดำเนินการจัดการเรียนการสอน ในรายวิชาที่ตนรับผิดชอบให้บรรลุวัตถุประสงค์ รายวิชา และยังทำหน้าที่ในการดูแลให้คำแนะนำ และช่วยเหลือนักศึกษาที่มีปัญหาผลการเรียนอ่อน ในรายวิชาที่ตนรับผิดชอบ

3. การดูแลโดยเพื่อน (Student –Peer Assisted) ผ่านกิจกรรม “เพื่อนช่วยเพื่อนและที่ช่วยน้อง” โดยกรรมการพัฒนานักศึกษาร่วมกับ กิจการนักศึกษาและเครือข่ายศิษย์เก่า ได้ออกแบบ เพื่อให้นักศึกษาได้มีส่วนร่วมในการดูแลซึ่งกันและกัน และส่งต่อข้อมูลเพื่อให้การช่วยเหลืออย่าง ทันท่วงที

4. การขยายช่องทางการติดต่อสื่อสาร โดยใช้เครือข่ายทางสังคม เช่น Line, Facebook, Instagram, E-mail รวมทั้งระบบเครือข่ายของ มหาวิทยาลัย เป็นเครื่องมือในการดูแลช่วยเหลือ และติดตามนักศึกษา

5. จัดกิจกรรมเพิ่มพูนสมรรถนะ นักศึกษา โดยจัดทำเป็นโครงการที่มุ่งหมายให้ นักศึกษามีความสามารถที่จำเป็นสำหรับชีวิต นักศึกษาในมหาวิทยาลัย ได้แก่

5.1 โครงการ “การพัฒนาทักษะ การเรียนรู้และการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย (Learning How to Learn)” สำหรับนักศึกษาชั้น ปีที่ 1 เพื่อพัฒนาสมรรถนะการเตรียมความพร้อม ด้านการเรียนรู้ในมหาวิทยาลัย ได้พัฒนาทักษะ

3R8C and SDU spirit ตั้งแต่แรกเริ่มเข้าสู่รั้ว มหาวิทยาลัย และพัฒนาความสามารถในการ ปรับตัวในการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัยได้อย่างมี ประสิทธิภาพ นักศึกษาจะได้รู้จักเพื่อนใหม่ ได้พบ อาจารย์ประจำชั้น และอาจารย์ที่ปรึกษา ทำให้ รู้สึกผ่อนคลาย ความวิตกกังวล และความกลัว ลดลง

5.2 โครงการ “สร้างพลังสมรรถนะ ความเป็นสวนดุสิต” สำหรับนักศึกษาชั้นปีที่ 2 โดย จัดในช่วงระหว่างปิดภาคเรียนของชั้นปีที่ 1 ก่อน การฝึกภาคปฏิบัติรายวิชาปฏิบัติการพยาบาล พื้นฐานในภาคเรียนที่ 1 ของชั้นปีที่ 2 เพื่อเตรียม ความพร้อมด้านคุณธรรม จริยธรรม เจตคติต่อ วิชาชีพ ความเสียสละ อดทน ฝึกความเป็นผู้นำ และผู้ตามที่เหมาะสม สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่น ได้ ถ้านักศึกษาไม่สามารถปรับตัว หรือเผชิญ ปัญหาต่าง ๆ หรือทำงานร่วมกับผู้อื่นได้

5.3 โครงการ “วิเคราะห์ตนเอง เพื่อเป้าหมายชีวิต” สำหรับนักศึกษาชั้นปีที่ 3 เพื่อ ส่งเสริมให้นักศึกษาคิดอย่างเป็นระบบ วิเคราะห์ ตนเอง และวางแผนพัฒนากระบวนการเรียนรู้ได้ โดยเป้าหมายระยะยาวให้สามารถสอบผ่านเกณฑ์ที่ กำหนด ได้รับใบอนุญาตในการขึ้นทะเบียนเป็นผู้ ประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ชั้นหนึ่ง ทั้งนี้หากนักศึกษามีพื้นฐานความรู้ที่ดี ได้รับประสบการณ์ที่ดีจากการฝึกภาคปฏิบัติที่ผ่าน มา จะทำให้นักศึกษามีเจตคติที่ดีและมีแรงจูงใจใน การเรียนรู้ต่อการฝึกปฏิบัติในชั้นปีที่ 3 พ้นฝ่าอุปสรรค ไปให้ได้

5.4 โครงการ “เตรียมสมรรถนะ นักศึกษาพยาบาลเพื่อการประกอบวิชาชีพ” สำหรับนักศึกษาชั้นปีที่ 4 เพื่อให้นักศึกษาพยาบาล มีความพร้อมด้านวิชาการ มีความมั่นใจ สามารถ

ประมวลความรู้เพื่อเตรียมสอบรวบยอดสำหรับสอบจบการศึกษาของสถาบัน และเตรียมความพร้อมสำหรับการสอบขึ้นทะเบียนรับใบอนุญาตประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ชั้นหนึ่งของสภาการพยาบาล และเป็นบัณฑิตที่มีคุณลักษณะเป็นที่ต้องการตามที่ตั้งวัตถุประสงค์ไว้ต่อไป

สรุป

ภาวะสุขภาพจิตและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาพยาบาลเป็นสิ่งที่มีความสำคัญและสัมพันธ์กันอย่างชัดเจน นักศึกษาพยาบาลที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดีมักเป็นผู้ที่มีภาวะสุขภาพจิตดี ซึ่งพบได้ในนักศึกษาที่มีลักษณะ ดังนี้ เป็นผู้ที่มีทัศนคติที่ดีต่อตนเอง พึงพอใจในตนเอง ภูมิใจในความสำเร็จ รู้สึกว่าชีวิตตนมีความสุขและสมบูรณ์ สามารถดำเนินชีวิตอย่างเกิดประโยชน์ต่อตนเองและสังคม อยู่ร่วมและทำงานกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข เป็นผู้ที่มีความยืดหยุ่น ไม่ยึดติดกับความคิดของตนเองมากเกินไป สามารถปรับตัวกับสถานการณ์ต่างๆ ได้ดี เผชิญปัญหาและจัดการกับปัญหาต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม เป็นผู้มีความสุขกายที่ดีไม่เกิดความเจ็บป่วย รู้สึกว่าตนได้รับสิ่งสนับสนุนหรืออยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี สอดคล้องกับความต้องการของตนเอง รู้สึกมั่นคงปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน คุณลักษณะเหล่านี้ทำให้นักศึกษามีความสมบูรณ์ทั้งทางกาย ใจ อารมณ์และสังคม รู้สึกมีความสนใจใฝ่เรียนรู้อย่างต่อเนื่องและทำงานที่ได้มอบหมายอย่างมีประสิทธิภาพมีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษา

จะเห็นได้ว่า ภาวะสุขภาพจิตเป็นสิ่งที่มีความสำคัญและมีความสัมพันธ์กับสุขภาพกาย โดยมีทัศนคติ สัมพันธภาพ ความยืดหยุ่น สุขภาพที่

ดีและสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมเป็นองค์ประกอบสำคัญที่จะทำให้ นักศึกษาพยาบาลมีความสมดุลทางสุขภาพจิต เมื่อนักศึกษาพยาบาลได้รับการจัดการเรียนการสอนที่ดี การมอบหมายงานที่เหมาะสม มีสัมพันธภาพที่ดีระหว่างเพื่อนและครู อาจารย์ มีการเตรียมความพร้อมที่ดีเมื่อต้องเผชิญกับสิ่งใหม่ ๆ หรือเมื่อมีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นจะทำให้ นักศึกษาสามารถปรับตัวและจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ จะทำให้นักศึกษาพยาบาลเกิดความภาคภูมิใจและรู้สึกถึงความมีคุณค่าในตัวเอง มีเจตคติที่ดีต่อวิชาชีพ ส่งเสริมให้มีแรงจูงใจใฝ่เรียนรู้ เมื่อนักศึกษาเกิดการเรียนรู้ที่ดี มีกระบวนการคิด เผชิญปัญหาและตัดสินใจได้อย่างเหมาะสม ทำงานที่ได้รับมอบหมายอย่างมีประสิทธิภาพ ส่งผลให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาอยู่ในระดับดี และเป็นพยาบาลวิชาชีพที่มีสมรรถนะตามมาตรฐานวิชาชีพ และตอบสนองความคาดหวังของสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ดังนั้น การช่วยเหลือ ดูแล และจัดการอย่างเหมาะสม หลีกเลียงและลดปัจจัยที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงสุขภาพจิต ซึ่งจะมีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สำหรับนักศึกษาแต่ละชั้นปี มีการติดตาม ประเมินภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาลอย่างต่อเนื่อง จะช่วยลดและส่งเสริมภาวะสุขภาพจิตที่ดี สร้างความเข้มแข็งในการเผชิญปัญหาต่างๆ ที่อาจเกิดขึ้นในการดำรงชีวิต รู้จักใช้สติปัญญา และอารมณ์ของตนจัดการปัญหาได้อย่างเหมาะสม สามารถปรับตัวกับสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงไปได้ รู้จักสามารถควบคุมตนเองและสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุขและยังช่วยป้องกันการเกิดความเปลี่ยนแปลงทางจิต ซึ่งในปัจจุบันมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว ในกลุ่ม

นักเรียน นักศึกษา ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน จนในที่สุดอาจทำให้ไม่สามารถเรียนจบได้ตามแผนการศึกษาได้

ข้อเสนอแนะ

สถานศึกษาควรให้ความสำคัญในการจัดสภาพแวดล้อมเพื่อส่งเสริมภาวะสุขภาพจิตที่ดีแก่นักศึกษา ได้แก่ การจัดบรรยากาศในสถานศึกษา การเรียนการสอน ลักษณะของอาจารย์ ความเอื้ออาทรระหว่างรุ่นพี่รุ่นน้อง เป็นต้น มีการให้

คำแนะนำ ช่วยเหลือดูแลนักศึกษาที่มีการเจ็บป่วย มีการให้ข้อมูลที่ชัดเจนแก่นักศึกษาเมื่อมีการเปลี่ยนแปลงหรือมีสิ่งใหม่ๆเกิดขึ้น เพื่อลดความกลัว ความวิตกกังวล ความรู้สึกรังเกียจ เพื่อให้สามารถปรับตัวกับการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้นได้ และควรมีข้อมูลของครอบครัวนักศึกษาแต่ละคน เกี่ยวกับข้อมูลของบิดา มารดา/ผู้ปกครอง โรคประจำตัว อาชีพ รายได้ ความสัมพันธ์ในครอบครัว และช่องทางการติดต่อ เป็นต้น

References

- Anastasi, A. (1982). *Psychological testing (5th)*. New York: Mac Millan.
- Bloom, B. S. (1976). *Handbook on formative and summative evaluation of student learning*. New York: McGraw-Hill.
- Chailunga, S. (2014). *Emotional stability and adversity quotient among student at Boromarajonani College of Nursing, Phayao*. Nursing Public Health and Education Journal, 15(2), 30-39. (in Thai)
- Department of Mental Health. (2015). *Document for the 14th international mental health conference and the 12th mental and psychiatric symposium, Bangkok*. Retrieved (2019, September 20) from <https://www.aimhc.dmh.go.th/>
- Department of Mental Health. (2018). *National mental health development plan No. 1 (2018 - 2037)*. Retrieved (2019, September 20) from <https://www.aimhc.dmh.go.th/>
- Dupuy, H. J. (1977). *The general well-being schedule*. In F. McDowell & C. Newell (Ed), *Measuring health: A guide to rating scales and questionnaires*: New York: Oxford University Press.
- Good, C. V. (1973). *Dictionary of education (3rd)*. New York: McGraw-Hill.
- Klaharn, R. (2014). The factors affecting the practicum achievement of the Third -Year Nursing Students of Srinakharinwirot University. *Journal of The Royal Thai Army Nurses*, 15(3), 412-420. (in Thai).
- Kongchuay, K. (2014). *The causal relationship model of factors influencing achievement of students, faculty of education, rajabhat universities in southern regional area*. Rajabhat Universities in Southern Regional Area: Faculty of Education.

- Kraithaworn, P. & Kittipimpanon, K., (2014). The relationship among sense of university belonging, happiness in learning, learning-facilitating environment, and academic achievement among undergraduate nursing science students. *Ramathibodi Nursing Journal*, 20(3), 415-429. (in Thai)
- Pau, P., et al. (2015). *The relationship between mental health and academic achievement among university students – a literature review*. GlobalIlluminators Publishing, 2, 755-764.
- Peterson, T. (2018). *What are the components of mental wellbeing?*, HealthyPlace. Retrieved (2019, October 22) from <https://www.healthyplace.com>
- Phattharayuttawat, S. et. al. (1999). The Thai mental health questionnaire. *Siriraj Medical Journal*, 51(1), 46-52. (in Thai)
- Pitt, V. et al. (2012). *Factors influencing nursing students' academic and clinical performance and attrition: An integrative literature review*. Nurse education today School of Nursing and Midwifery, University of Newcastle, Australia.
- Pukahuta, P. (2015). *The factors that influenced academic achievement of students case study: Rajamangala University of Technology Isan*. *KKU International Journal of Humanities and Social Sciences*, 5(3), 53-68.
- Reangsing, C. & Wongsurapakit, S. (2014). Mental health Factors to the learning behaviors among first year students at Mae Fah Luang University. *Nursing Journal*, 41(1), 122-133. (in Thai)
- Ryff, C. D. (1995). *Psychological well-being in adult life*. *Current Directions in Psychological Science*, 4, 99-104.
- Sihawong, S., et al. (2018). *Factors causing to stress of nursing students, Ubon Ratchathani University*. *HCU Journal of Health Science*, 21(42), 93-106 (in Thai)
- Spence, J.T. & Helmritch, R.L. (1983). *Achievement related motives and behaviors. achievement and achievement movies*, Sanfrancisco: W.H. Freeman.
- Tongsawang, K. (2017). *The relationships between the Personal factors, stress, emotional intelligence and academic achievement of the students at Faculty of Nursing, Chaiyaphum Rajabhat University*. *Journal of The Royal Thai Army Nurses*, 18(2), 91-100. (in Thai)
- Videbeck, L., S., (2018). *Mental Health Nursing 7th ed*. China: Wolters Kluwer.
- Weingchai, P., (2015). *Physiological response to stress*. The Institute for The Promotion of Teaching Science and Technology. Retrived (2019, September 20) from <http://biology.ipst.ac.th>.
- World Health Organization. (2011). *Mental health atlas 2011*. Geneva: World Health Organization.