

# การศึกษาความต้องการในการพัฒนาตนเองของนักศึกษาครู มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี

ปฐมา สุขทวี<sup>1</sup> พัทธธาดา ยาประเสริฐ<sup>2</sup>  
วรัญญา คงปรีชา<sup>3</sup>

## บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาระดับความต้องการในการพัฒนาตนเองของนักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี ใน 4 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านอารมณ์ ด้านสังคม ด้านสติปัญญา 2) นำ ข้อมูลมาสร้างสรรครูปแบบการเรียนรู้ในการพัฒนานักศึกษาให้มีศักยภาพเพิ่มขึ้น ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูล โดยใช้แบบสอบถามความต้องการในการพัฒนาตนเอง จำนวน 30 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับอยู่ที่ 0.99 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา คือ นักศึกษาครูชั้นปีที่ 1 จำนวน 217 คน ที่ได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ การหาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลการศึกษา พบว่า ระดับความต้องการในการพัฒนาตนเองของนักศึกษาครูชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 3.73 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า นักศึกษาครูมีความต้องการพัฒนาตนเองด้านสติปัญญา อยู่ในระดับมาก ( $\bar{X}=3.88$ , S.D.=0.99) รองลงมา คือ ต้องการพัฒนาตนเองด้านอารมณ์ ( $\bar{X}=3.84$ , S.D.=1.01) ต้องการพัฒนาตนเองด้านสังคม ( $\bar{X}=3.69$ , S.D.=0.97) และต้องการพัฒนาตนเองด้านร่างกาย ( $\bar{X}=3.50$ , S.D.=1.00) ตามลำดับ

**คำสำคัญ :** การพัฒนาตนเอง นักศึกษาครู มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี

<sup>1</sup> อาจารย์ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี

<sup>2</sup> อาจารย์ สาขาวิชาจิตวิทยา วิทยาลัยนานาชาติ มหาวิทยาลัยพายัพ

<sup>3</sup> อาจารย์พิเศษ สำนักวิชาศึกษาทั่วไป สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง

อีเมล : waranya.ko@kmitl.ac.th

# The study of the personal development needs of student teachers at Phetchaburi Rajabhat University

Pathama Suktawee<sup>1</sup> Patrada Yapraser<sup>2</sup>  
Waranya Kongpercha<sup>3</sup>

## Abstract

This study aimed to 1) investigate the levels of the personal development needs of a student teachers at Phetchaburi Rajabhat University in the following four dimensions: physical, emotional, social, and intellectual. 2) The findings will be used to design a learning model to enhance students' potential. Data were collected using a 30-item personal development needs questionnaire with an overall reliability coefficient of 0.99. The sample group consisted of 217 first-year student teachers, selected through simple random sampling. The data were analyzed using mean and standard deviation statistics. The study revealed that the personal development needs of first-year teachers at Phetchaburi Rajabhat University were at a high level, with an average score of 3.73. When analyzed by specific dimensions, it was found that the students expressed the highest need for intellectual development ( $\bar{X}=3.88$ , S.D.=0.99), followed by emotional development ( $\bar{X}=3.84$ , S.D.=1.01), social development ( $\bar{X}=3.69$ , S.D.=0.97), and physical development ( $\bar{X}=3.50$ , S.D.=1.00), respectively.

**Keywords:** the personal development, student teachers, Phetchaburi Rajabhat University

---

<sup>1</sup> Faculty of Education, Phetchaburi Rajabhat University

<sup>2</sup> Department of Psychology, The International College, Payap University.

<sup>3</sup> Special Lecturer, Office of General Education, King Mongkut's Institute of Technology Ladkrabang (KMITL)  
e-mail: waranya.ko@kmitl.ac.th

## บทนำ

กระแสการเปลี่ยนแปลงของโลกที่ทุกสิ่งทุกอย่างพัฒนาก้าวหน้า ล้ำสมัย โลกหลังยุคใหม่ (Post-modernization) ทุกประเทศต่างพยายามสร้างสรรค์และพัฒนาประเทศของตนให้มีความเป็นเลิศในทุก ๆ ด้าน มีการนำเทคโนโลยีและปัญญาประดิษฐ์เข้ามาประยุกต์ใช้ในทุกภาคส่วน ลักษณะของสังคมโลกยุคใหม่ เป็นสังคมที่ไร้ขีดจำกัดของข้อมูลข่าวสาร ทำให้เกิดเป็นสังคมแบบย่อส่วนเนื่องจากข้อมูลที่ส่งถึงกันอย่างรวดเร็วทำให้ประเทศต่าง ๆ ในโลกมีความใกล้ชิดและเกิดการผสมรวมของวัฒนธรรม และเป็นสังคมแห่งการเรียนรู้ การศึกษาในโลกหลังยุคใหม่จะต้องฝึกผู้เรียนให้เข้าใจถึงความเป็นมนุษย์ชาติ ต้องสามารถพัฒนาจิตสำนึกของผู้เรียนในการค้นคว้าหาความรู้ตลอดเวลา รวมทั้งต้องพัฒนาให้ผู้เรียนเป็นบุคคลแห่งการเสาะหาความรู้เพื่อบุรณการศาสตร์ต่าง ๆ มาใช้ในการพัฒนาตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ (ธงชัย สมบูรณ์, 2560)

จากแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 13 (พ.ศ. 2566 – 2570) พบว่าปัจจุบันสังคมไทยเป็นสังคมผู้สูงอายุ แผนพัฒนา ฯ ฉบับนี้ จึงมุ่งเน้นไปที่การเรียนรู้ตลอดชีวิต การพัฒนาบุคคลทุกช่วงวัย โดยหมุดหมายที่ 12 ของแผนพัฒนา ฯ คือ ไทยมีกำลังคนสมรรถนะสูง มุ่งเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง ตอบโจทย์การพัฒนาแห่งอนาคตเพื่อมุ่งพัฒนาคนสำหรับโลกยุคใหม่ มีเป้าหมายเพื่อ 1) คนไทยได้รับการพัฒนาอย่างเต็มศักยภาพในทุกช่วงวัย มีสมรรถนะที่จำเป็นสำหรับโลกยุคใหม่ มีคุณลักษณะตามบรรทัดฐานที่ดีของสังคม มีคุณธรรม จริยธรรม และมีภูมิคุ้มกันต่อการเปลี่ยนแปลงอย่างพลิกโฉมฉับพลันของโลก สามารถดำรงชีวิตร่วมกันในสังคมได้อย่างสงบสุข 2) กำลังคนมีสมรรถนะสูง สอดคล้องกับความต้องการของภาคการผลิตเป้าหมาย และสามารถสร้างงานอนาคต และ 3) ประชาชนทุกกลุ่มเข้าถึงการเรียนรู้ตลอดชีวิต (สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติสำนักนายกรัฐมนตรี้, 2565) จะเห็นได้ว่าแผนพัฒนา ฯ ฉบับที่ 13 ยังคงให้ความสำคัญกับการพัฒนากำลังคน สมรรถนะของบุคคลทุกช่วงวัย ซึ่งบุคคลที่มีบทบาทสำคัญที่ช่วยพัฒนากำลังคนทุกช่วงวัย คือ ครูผู้สอนในระดับชั้นต่าง ๆ ที่จะช่วยพัฒนาสมรรถนะของนักเรียนให้เต็มศักยภาพในทุกมิติ และยกระดับคุณภาพทางการศึกษา นำไปสู่การสร้างกำลังคนที่มีคุณภาพในการพัฒนาประเทศ ตอบโจทย์เป้าหมายที่ผู้ผลิตต้องการ ฉะนั้นครูจึงจำเป็นต้องมีการพัฒนาตนเองให้มีความรู้ความสามารถทั้งเชิงวิชาการและการปฏิบัติหน้าที่อื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องข้องกับวิชาชีพครูเพื่อให้ทันกับการเปลี่ยนแปลงของโลกและสามารถผลิตนักเรียนให้เป็นคนที่มีคุณภาพของสังคมต่อไป (อมราลักษณ์ คล้ายเรือง, วาสนา ชัดติยวงษ์ และ สุวัฒน์ วิวัฒน์านนท์, 2565) ฉะนั้นก่อนที่จะพัฒนาครูได้ จึงจำเป็นต้องศึกษาความต้องการในการพัฒนาตนเองของครูก่อน เพื่อจะได้พัฒนาให้ตรงประเด็น ตรงกับความต้องการ

มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี เป็นสถาบันที่ผลิตบัณฑิตครูมาอย่างยาวนานตั้งแต่ปี พ.ศ. 2468 จนถึงปัจจุบัน พ.ศ. 2568 ครบ 100 ปี มีการพัฒนาและปรับปรุงกระบวนการการผลิตบัณฑิตครูมาอย่าง

ต่อเนื่องเพื่อให้ทันกับยุคสมัยที่เปลี่ยนแปลงไป ปัจจุบันแผนยุทธศาสตร์ 20 ปี (2560 - 2579) ของมหาวิทยาลัย  
ยุทธศาสตร์ที่ 2 การผลิตและพัฒนาครูมีเป้าหมาย ดังนี้

- 1) บัณฑิตครูมหาวิทยาลัยราชภัฏมอ้อมีอัตลักษณ์ และสมรรถนะเป็นเลิศ เป็นที่ต้องการของผู้ใช้บัณฑิต
- 2) บัณฑิตครูของมหาวิทยาลัยราชภัฏ สมบูรณ์ด้วยคุณลักษณะ 4 และถ่ายทอด/บ่มเพาะให้ศิษย์แต่ละช่วงวัย

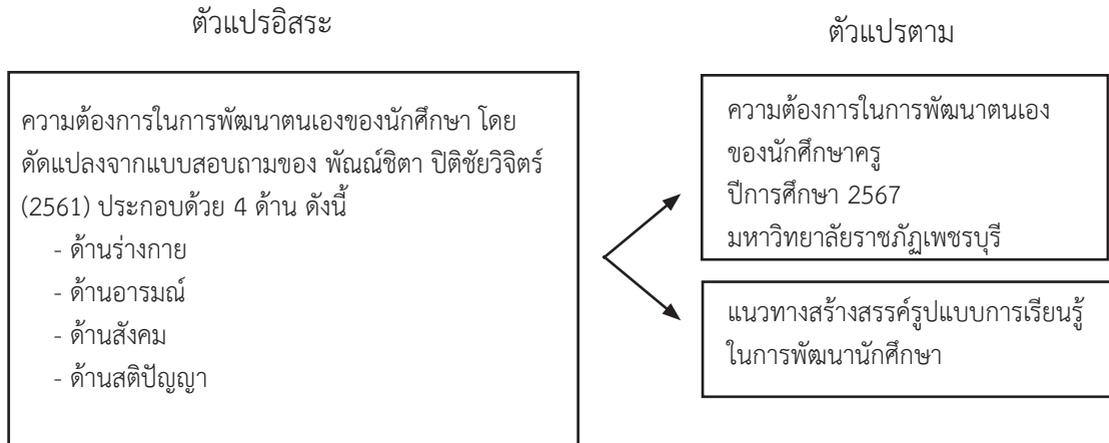
3) บัณฑิตครูมหาวิทยาลัยราชภัฏที่เข้าสู่วิชาชีพได้รับการเสริมสมรรถนะเพื่อรองรับการเปลี่ยนแปลง จะเห็นได้ว่าเป้าหมายทั้ง 3 ข้อ ล้วนเป็นกระบวนการที่ใช้เวลาในการบ่มเพาะนักศึกษา ฉะนั้นการพัฒนานักศึกษาครูตั้งแต่อยู่ชั้นปี 1 จึงเป็นการเริ่มต้นการพัฒนาที่ดี การพัฒนานักศึกษาครูให้เป็นผู้ที่มีความพร้อมในทุก ๆ ด้านตามพัฒนาการ 4 ด้าน ของมนุษย์ ไม่ว่าจะเป็น ด้านร่างกาย ด้านอารมณ์ ด้านสังคม และด้านสติปัญญา เพราะเมื่อบุคคลมีความพร้อมก็จะสามารถพัฒนาและนำศักยภาพของตนเองมาใช้ได้อย่างเต็มประสิทธิภาพ ฉะนั้นการพัฒนาทั้ง 4 ด้าน ร่วมกับการปลูกฝังความคิด ทักษะคิด จรรยาบรรณ จึงนำไปสู่ความเป็นครูมืออาชีพในอนาคต สอดคล้องกับ พระพัฒนาพล สิริสุณโณ (เพ็ชรไชย) และ วิทยา ทองดี (2566) ที่อธิบายว่า การพัฒนาครูสู่ความเป็นครูมืออาชีพในศตวรรษที่ 21 ต้องมุ่งพัฒนาครูให้มีความรู้ความเชี่ยวชาญทางวิชาชีพ สามารถพัฒนาทักษะวิชาชีพของตนเองอย่างสม่ำเสมอ สามารถนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ได้อย่างเหมาะสม มีทักษะการบูรณาการศาสตร์ต่าง ๆ มาใช้ประโยชน์ในการเรียนการสอนได้ เป็นผู้พัฒนาและสร้างสรรค์สิ่งใหม่ และเชื่อมโยงความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวันได้อีกทั้งยังต้องสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นและบุคลากรในสถานศึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งการพัฒนาตนเองเป็นความสนใจและความพยายามของบุคคลที่จะปรับปรุงตนเองให้ดีขึ้นกว่าเดิม ดังนั้น การที่จะพัฒนานักศึกษาให้ตรงจุด ตรงประเด็นนั้น จึงจำเป็นต้องมีการศึกษาความต้องการในการพัฒนาตนเองของนักศึกษาก่อนเป็นอันดับแรก เมื่อได้ข้อมูลแล้วจึงนำข้อมูลเหล่านั้นไปพัฒนาต่อยอดและจัดกิจกรรมการเรียนรู้ รวมถึงสนับสนุนให้นักศึกษาได้พัฒนาตนเองได้เต็มศักยภาพต่อไป

จากเหตุผลดังกล่าวข้างต้นจะเห็นได้ว่า ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาความต้องการในการพัฒนาตนเองของนักศึกษาครู ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี ซึ่งมีองค์ประกอบ 4 ด้าน คือ 1) ความต้องการพัฒนาตนเองด้านร่างกาย 2) ความต้องการพัฒนาตนเองด้านอารมณ์ 3) ความต้องการพัฒนาตนเองด้านสังคม 4) ความต้องการพัฒนาตนเองด้านสติปัญญา ตามแนวคิดของ พันธุ์ชิตา ปิติชัยวิจิตร (2561) เพื่อเป็นข้อมูลในการสร้างสรรค์รูปแบบการเรียนการสอนและพัฒนานักศึกษาให้มีความรู้และทักษะอย่างเต็มศักยภาพ

## วัตถุประสงค์

- 1) เพื่อศึกษาระดับความต้องการในการพัฒนาตนเองของนักศึกษาครูชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี
- 2) เพื่อนำข้อมูลมาสร้างสรรค์รูปแบบการเรียนรู้อในการพัฒนานักศึกษาให้มีความรู้และทักษะเพิ่มขึ้น

## กรอบแนวคิดการวิจัย



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิด

## วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) เพื่อศึกษาความต้องการในการพัฒนาตนเองของนักศึกษาครูชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2567 มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี และนำข้อมูลที่ได้จากการศึกษามาเป็นแนวทางในการสร้างสรรค์รูปแบบการเรียนรู้ในการพัฒนานักศึกษามีวิธีการดำเนินการวิจัย ดังนี้

### 1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร : นักศึกษาครูชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2567 มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี จำนวน 517 คน

กลุ่มตัวอย่าง : นักศึกษาครูชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2567 มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี โดยใช้วิธีการสุ่มกลุ่มตัวอย่างด้วยการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) กำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยใช้สูตรการคำนวณจากการคำนวณ จากตารางเครซีและมอร์แกน (Krejcie, R. V. & Morgan, D. W., 1970) ได้นักศึกษากลุ่มตัวอย่างจำนวน 217 คน

### 2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยนี้ คือ แบบสอบถามความต้องการในการพัฒนาตนเองของนักศึกษาครู ซึ่งมีวิธีการปรับปรุงเครื่องมือ ดังนี้

1. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามความต้องการในการพัฒนาตนเองของนักศึกษาระดับปริญญาตรีของ พัฒน์ชิตา ปิติชัยวิจิตร มาปรับให้เข้ากับบริบทของมหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี

2. ผู้วิจัยดำเนินการหาความเที่ยงตรง (Validity) โดยให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน เป็นผู้พิจารณาความสอดคล้องของข้อคำถามกับนิยามเชิงปฏิบัติการในแต่ละด้านเป็นรายข้อ และให้คะแนนความเที่ยงตรงตามเนื้อหาของแบบสอบถามที่ปรับปรุง จากนั้นผู้วิจัยนำคะแนนที่ได้จากการพิจารณาของผู้ทรงคุณวุฒิมาหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item-Objective Congruence: IOC) ระหว่างข้อคำถามกับนิยามเชิงปฏิบัติการ โดยกำหนดเกณฑ์การพิจารณาในการให้คะแนน การคัดเลือกข้อคำถามโดยพิจารณาเฉพาะข้อที่มีค่าดัชนีความสอดคล้องตั้งแต่ .50 ขึ้นไป พบว่า แบบสอบถามที่ปรับปรุงมีจำนวนข้อคำถามที่ไม่ผ่านเกณฑ์จำนวน 6 ข้อ และมีข้อคำถามที่ผ่านเกณฑ์จำนวน 30 ข้อ โดยมีเกณฑ์ในการแปลความหมาย ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย	การแปลความหมาย
4.51 - 5.00	หมายถึง มีความต้องการในการพัฒนาตนเองอยู่ในระดับมากที่สุด
3.51 - 4.50	หมายถึง มีความต้องการในการพัฒนาตนเองอยู่ในระดับมาก
2.51 - 3.50	หมายถึง มีความต้องการในการพัฒนาตนเองอยู่ในระดับปานกลาง
1.51 - 2.50	หมายถึง มีความต้องการในการพัฒนาตนเองอยู่ในระดับน้อย
1.00 - 1.50	หมายถึง มีความต้องการในการพัฒนาตนเองอยู่ในระดับน้อยที่สุด

3. ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขเสร็จสิ้นไปทดลองใช้ (Try Out) กับนักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับอุดมศึกษาที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน เพื่อนำมาวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ จากค่าสหสัมพันธ์ของคะแนนข้อคำถาม (Corrected Item Total Correlation) โดยพิจารณาคัดเลือกข้อคำถามที่มีค่าอำนาจจำแนกมากกว่า 0.20 ขึ้นไป พบว่า ค่าอำนาจจำแนกรายข้ออยู่ระหว่าง .555 ถึง .904 และวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นของแบบวัด (Reliability) ด้วยการหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) พบว่า มีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับอยู่ที่ 0.99

4. ผู้วิจัยจัดทำแบบสอบถามความต้องการในการพัฒนาตนเองของนักศึกษาครูฉบับสมบูรณ์เพื่อนำไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างจริง

สถิติที่ใช้ในขั้นตอนที่ 1

1. วิเคราะห์ความเที่ยงตรงตามเนื้อหา โดยใช้สูตรดัชนีความสอดคล้อง (Item-Objective Congruence)

2. วิเคราะห์ค่าอำนาจจำแนกรายข้อ โดยการวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อกับคะแนนรวมทั้งฉบับ (Item-total correlation) โดยใช้สูตรสหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson product moment correlation: rxy)

3. วิเคราะห์ค่าความเที่ยงโดยรวมและรายด้าน โดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาค ( $\alpha$ -Coefficient)

### 3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

1. ผู้วิจัยส่งลิงค์แบบสอบถามความต้องการในการพัฒนาตนเองของนักศึกษาครู ให้ผู้สอนรายวิชาจิตวิทยาสำหรับครู ประชาสัมพันธ์ เพื่อดำเนินการเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 217 คน ที่ได้มาจากการสุ่มตัวอย่าง

2. ผู้วิจัยดำเนินการพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถามในการพัฒนาพัฒนาตนเองของนักศึกษาครู โดยไม่มีการเปิดเผยข้อมูลต่อสาธารณะเป็นรายบุคคล และ กลุ่มตัวอย่างมีสิทธิ์ที่จะตอบแบบสอบถามหรือไม่ก็ได้ โดยไม่มีผลกระทบต่อการเรียนรู้และสิทธิอื่น ๆ ที่กลุ่มตัวอย่างพึงจะได้รับต่อไป

3. ผู้วิจัยศึกษาระดับความต้องการในการพัฒนาตนเองของนักศึกษาครู ในด้านต่าง ๆ

4. ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล และสรุปผลการวิจัย

### 4. การวิเคราะห์ข้อมูล

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ

1) ร้อยละ (Percentage)

2) ค่าเฉลี่ย (Mean)

3) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation)

จากนั้นนำผลการวิเคราะห์ข้อมูลไปจัดระดับความต้องการในการพัฒนาตนเองของนักศึกษาครู เพื่อตอบวัตถุประสงค์การวิจัย

### สรุปผลการวิจัย

ผลการวิจัยเรื่อง การศึกษาความต้องการในการพัฒนาตนเองของนักศึกษาครู ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2567 มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี พบว่า

1. ผลการศึกษาข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม จำนวน 217 คน พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 169 คน คิดเป็นร้อยละ 77.88 เพศชาย จำนวน 48 คน คิดเป็นร้อยละ 22.12

2. ผลการศึกษาระดับความต้องการในการพัฒนาตนเองของนักศึกษาครู ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2567 มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี

**ตารางที่ 1 ระดับความต้องการในการพัฒนาตนเองของนักศึกษาครู (n = 217)**

ด้าน	$\bar{X}$	.S.D	แปลผล
ด้านร่างกาย	3.50	1.00	ปานกลาง
ด้านอารมณ์	3.84	1.01	มาก
ด้านสังคม	3.69	0.97	มาก
ด้านสติปัญญา	3.88	0.99	มาก
<b>ภาพรวม</b>	<b>3.73</b>	<b>0.99</b>	<b>มาก</b>

จากตารางที่ 1 พบว่า ระดับความต้องการในการพัฒนาตนเองของนักศึกษาครู ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2567 ของมหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี อยู่ในระดับมาก ( $\bar{X}$ =3.73, S.D.=0.99) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า นักศึกษาครูมีความต้องการพัฒนาตนเองด้านสติปัญญาอยู่ในระดับมาก ( $\bar{X}$ =3.88, S.D.=0.99) รองลงมา คือ ต้องการพัฒนาตนเองด้านอารมณ์ ( $\bar{X}$ =3.84, S.D.=1.01) ต้องการพัฒนาตนเองด้านสังคม ( $\bar{X}$ =3.69, S.D.=0.97) และต้องการพัฒนาตนเองด้านร่างกาย ( $\bar{X}$ =3.50, S.D.=1.00) ตามลำดับ

**ตารางที่ 2 ระดับความต้องการในการพัฒนาตนเองแยกตามเพศ (n = 217)**

ด้าน	เพศชาย		แปลผล	เพศหญิง		แปลผล
	$\bar{X}$	S.D.		$\bar{X}$	S.D.	
ด้านร่างกาย	3.56	1.08	มาก	3.48	0.97	ปานกลาง
ด้านอารมณ์	3.94	1.04	มาก	3.80	1.00	มาก
ด้านสังคม	3.71	1.06	มาก	3.69	0.94	มาก
ด้านสติปัญญา	3.96	1.03	มาก	3.84	0.97	มาก
<b>ภาพรวม</b>	<b>3.79</b>		<b>มาก</b>	<b>3.70</b>	<b>0.97</b>	<b>มาก</b>

จากตารางที่ 2 พบว่า ระดับความต้องการในการพัฒนาตนเองของนักศึกษาครู เมื่อแยกตามเพศ มีระดับความต้องการในการพัฒนาตนเองในภาพรวมอยู่ในระดับมาก มีเพียงด้านร่างกายที่มีระดับความต้องการในการพัฒนาตนเองแตกต่างกัน โดยเพศชาย มีระดับความต้องการในการพัฒนาตนเองด้านร่างกายอยู่ในระดับมาก ( $\bar{X}$ =3.56, S.D.=1.08) และเพศหญิง มีระดับความต้องการในการพัฒนาตนเองด้านร่างกายอยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{X}$ =3.48, S.D.=0.97)

## อภิปรายผล

ผลการวิจัย เรื่อง การศึกษาความต้องการในการพัฒนาตนเองของนักศึกษาครู มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี ซึ่งมียุทธศาสตร์ 4 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านอารมณ์ ด้านสังคม ด้านสติปัญญา มีการอภิปรายผลดังนี้

1. การศึกษาความต้องการในการพัฒนาตนเองของนักศึกษาครู ชั้นปีที่ 1 พบว่านักศึกษา มีความต้องการในการพัฒนาตนเองทุกด้านในระดับมาก ยกเว้นด้านร่างกายที่มีระดับความต้องการในการพัฒนาตนเองในระดับปานกลาง เนื่องจาก มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี มีสถานที่ให้นักศึกษาออกกำลังกายอย่างเพียงพอ อาทิเช่น สระว่ายน้ำขนาดมาตรฐานการแข่งขัน สนามฟุตบอล สนามบาสเกตบอล และพื้นที่โดยรอบภายในมหาวิทยาลัยก็มีความร่มรื่น สามารถใช้เป็นพื้นที่เดินออกกำลังกายได้ อีกทั้งมหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรีได้มีการจัดกิจกรรมการแข่งขันกีฬาภายในมหาวิทยาลัยเป็นประจำทุกปี และร่วมกิจกรรมของการแข่งขันกีฬา 4 สถาบันราชภัฏในเขตภาคตะวันตกเป็นประจำทุกปีทำให้นักศึกษาได้พัฒนาตนเองด้านร่างกายอยู่เสมอ และทั่วถึงทุกคน รวมถึงการที่มหาวิทยาลัยได้จัดให้มีรายวิชาเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพและร่างกายให้นักศึกษาเรียน ทำให้นักศึกษาสามารถประยุกต์ใช้ความรู้เหล่านั้นกับตนเองได้ ซึ่งความพร้อมของสถานที่ภายในมหาวิทยาลัยส่งผลให้นักศึกษาได้ออกกำลังกายอย่างเพียงพอ จึงมีระดับความต้องการด้านนี้ในระดับปานกลาง สอดคล้องกับ ภาณุวัฒน์ ปากขำนิ, ทนงศักดิ์ ทองศรีสุข, อัจฉราภรณ์ เชื้อช้าง และปาริชาติ สัตย์ญารักษ์ (2564) กล่าวว่า ความพร้อมของสถานที่และอุปกรณ์ภายในมหาวิทยาลัยส่งผลต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายของนักศึกษา อีกทั้งนโยบายการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพอย่างสม่ำเสมอส่งผลต่อพฤติกรรมการออกกำลังกาย พฤติกรรมการใช้เวลาว่างของนักศึกษาด้วยเช่นกัน

2. ด้านอารมณ์ นักศึกษาครูมีความต้องการในการพัฒนาตนเองด้านนี้อยู่ในระดับมาก เนื่องจาก นักศึกษาครูชั้นปีที่ 1 อยู่ในช่วงอายุ 18-19 ปี ซึ่งเป็นเด็ก gen Z ที่เติบโตมากับเทคโนโลยีและสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัส COVID-19 ด้วยลักษณะพัฒนาการด้านอารมณ์ตามวัย วัยนี้ยังเป็นวัยที่มีอารมณ์รุนแรง ควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ไม่ดีนัก เมื่อรวมกับสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัส COVID-19 ที่ต้องเรียนออนไลน์เป็นระยะเวลา 2 - 3 ปี ขาดการมีปฏิสัมพันธ์แบบเผชิญหน้ากับบุคคลอื่นที่อยู่นอกครอบครัว จึงอาจทำให้ขาดทักษะในการติดต่อสื่อสาร และปรับตัวเข้าหาผู้อื่น และขาดการควบคุมอารมณ์ของตนเองเมื่ออยู่ในสถานการณ์ที่ไม่พึงประสงค์ อีกทั้งเมื่อเข้าเรียนระดับมหาวิทยาลัย ซึ่งผ่านช่วงวิกฤติของสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัส COVID-19 ไปแล้ว ทำให้รูปแบบการเรียนปรับเข้าสู่แบบเดิมคือการเรียนในชั้นเรียนปกติ ส่งผลให้นักศึกษาครูชั้นปี 1 ต้องปรับตัวเป็นอย่างสูง นักศึกษาครูชั้นปี 1 จึงมีความต้องการในการพัฒนาตนเองในด้านอารมณ์อยู่ในระดับมาก ซึ่ง ยุทธอ เล้าแม่, มยุรี ยิปาลี, เขมพัทธ์ ขจรกิตติยา, และ ภาชีนุภา บุญลาภ. (2564) อธิบายว่า ความฉลาดทางอารมณ์เป็นความสามารถในการควบคุมอารมณ์ มีจิตใจที่มั่นคง การมองโลกในแง่ดี รู้จักเห็นอกเห็นใจและเข้าใจผู้อื่น มีความมุ่งมั่นแน่วแน่ มีเหตุผล มีสติ สามารถควบคุมตนเอง มีความสามารถในการรับรู้ถึงความต้องการ

ของผู้อื่น รู้จักมารยาททางสังคม รวมถึงความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจ แก้ปัญหาและแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ประกอบไปด้วยความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุขมีความภูมิใจในตนเองพอใจในชีวิตและมีความสุขสงบทางใจ สอดคล้องกับ ภูวสิทธิ์ ภูววรรณ, เอกตระกูล แข็งแรง, ชนายนันท์ บุตรศรี, พิชญา ดุพงษ์ และ กิตติมา ลาภอนันต์บังเกิด (2563) ที่กล่าวว่า นักศึกษาชั้นปี 1 ต้องปรับตัวใหม่ในหลายเรื่องไม่ว่าจะเป็นสถานที่ รูปแบบการเรียน การคบเพื่อน การแบ่งเวลาในการร่วมกิจกรรมของมหาวิทยาลัย เป็นต้น ซึ่งสิ่งเหล่านี้ส่งผลต่ออารมณ์และความเครียดของนักศึกษา จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างเพิ่มเติม พบว่า นักศึกษาครูชั้นปี 1 ต้องการเรียนรู้วิธีการควบคุมอารมณ์ของตนเอง วิธีการอยู่รับมือและจัดการกับอารมณ์ของตนเองเมื่ออยู่ในสถานการณ์ด้านลบ และต้องการเรียนรู้การทำงานให้มีความสุขเมื่อต้องทำงานร่วมกับคนที่ไม่อยากร่วมงานด้วยและมีความเชื่อว่าถ้าสามารถจัดการและควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ดีก็น่าจะทำให้การใช้ชีวิตในด้านอื่น ๆ ดีขึ้นตามด้วย สอดคล้องกับ สมจิตต์ เวียงเพิ่ม, แสงนภา บารมี, และ กชกร ฉายากุล (2567) ที่พบว่า ในรายวิชาจิตวิทยาพัฒนาการและกระบวนการคิด เมื่อนักศึกษาพยาบาลชั้นปี 1 ได้รับการจัดการเรียนรู้โดยใช้กิจกรรมเป็นฐานทำให้นักศึกษาพยาบาลมีการควบคุมอารมณ์ตนเองดีขึ้น รู้จักและเข้าใจตนเองมากยิ่งขึ้น รวมถึงมีแรงจูงใจในการพัฒนาตนเองและมีความสุขในการดำเนินชีวิตมากยิ่งขึ้น

3. ด้านสังคม นักศึกษาครูมีความต้องการในการพัฒนาตนเองด้านนี้อยู่ในระดับมาก เนื่องจากนักศึกษาครูชั้นปีที่ 1 ต้องมีการปรับตัวหลายอย่างทั้งในด้านการเรียน การใช้ชีวิตในรั้วมหาวิทยาลัย และการพบเจอเพื่อนใหม่ ซึ่งก็ต้องปรับตัวให้เข้ากับเพื่อน อีกทั้งนักศึกษาครูชั้นปีที่ 1 ยังอยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนปลาย ซึ่งยังเป็นวัยแห่งการค้นหาเอกลักษณ์ อัตลักษณ์ของตนเองอยู่ ต้องการมีอิสระที่จะทำอะไรตามใจตนเอง ไม่ต้องการการบังคับ ต้องการมีกลุ่มเพื่อน ต้องการให้เพื่อนยอมรับความสามารถและความแตกต่างของตนเอง (ศรีประภา ชัยสินธพ, 2568) อีกทั้งการเรียนในระดับมหาวิทยาลัย นักศึกษาต้องรู้จักการทำงานเป็นทีม ซึ่งสอดคล้องกับ จิรัชติธร มุกดาเพชร (2565) ที่อธิบายว่า การทำงานเป็นทีมช่วยให้นักศึกษา คณะครุศาสตร์ มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดีขึ้น เนื่องจากนักศึกษาได้และเปลี่ยนแปลงประสบการณ์การเรียนรู้ซึ่งกันและกัน ช่วยเหลือกันในกลุ่ม ทำให้พัฒนาการในด้านการเรียนดีขึ้น และจากการทำงานร่วมกันยังส่งผลให้นักศึกษามีความสนิทสนมและเข้าใจเพื่อนในสาขาวิชามากยิ่งขึ้น จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างเพิ่มเติม พบว่า การที่นักศึกษาต้องการพัฒนาตนเองด้านสังคมในระดับมาก เนื่องจากนักศึกษามาจากต่างสถานที่ ต่างการเลี้ยงดู และเมื่อต้องมาอยู่ร่วมกับเพื่อนในหอพักภายในมหาวิทยาลัยที่ไม่สามารถเลือกเพื่อนร่วมห้องเองได้ และเพื่อนแต่ละคนก็มีความเป็นตัวของตัวเองสูงจึงต้องเรียนรู้พฤติกรรมของเพื่อน และปรับตัวเข้าหากัน ซึ่งบางครั้งเพื่อนก็ไม่เข้าใจและไม่ยอมรับ รวมถึงยังมีเพื่อนบางส่วนไม่ยอมรับเรื่องความแตกต่างระหว่างเพศ ทำให้การทำงานร่วมกันมีข้อขัดแย้งบ้าง ซึ่งสอดคล้องกับ ธเนศ แม้นอินทร์ (2564) ที่ศึกษาการปรับตัวของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 สถาบันเทคโนโลยีจิตรลดา

และพบว่า นักศึกษาต้องปฏิบัติตามกฎระเบียบของสถาบัน ต้องแบ่งเวลาในการทำกิจกรรมที่สถาบันกำหนด ขึ้น ต้องทำความรู้จักและสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีกับเพื่อน จึงต้องมีการปรับตัวทางสังคม

4. ด้านสติปัญญา นักศึกษาครูมีความต้องการในการพัฒนาตนเองด้านนี้อยู่ในระดับมาก เนื่องจากพื้นฐานความรู้เดิมของนักศึกษาครูชั้นปี 1 แต่ละคนไม่เท่ากัน การที่นักเรียนได้เรียนร่วมกับเพื่อนที่มีความสามารถมากกว่า หรือมีทักษะบางอย่างที่สูงกว่าทำให้นักศึกษาเกิดความต้องการในการพัฒนาตนเองด้านสติปัญญา ดังนั้นจึงเกิดความสนใจที่จะเพิ่มเติมความรู้และทักษะต่าง ๆ ในการเรียน ทั้งศาสตร์ที่อยู่ในสาขาวิชาที่เลือกเรียน และศาสตร์อื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง อีกทั้งกระบวนการคิด การแก้ไขปัญหาอย่างสร้างสรรค์ ก็เป็นอีกหนึ่งทักษะที่นักศึกษาครูยุคใหม่ควรมี สอดคล้องกับ กันยารัตน์ เมืองแก้ว (2561) ที่ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการพัฒนาตนเองของนักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์ ที่มีมุมมองต่อการส่งเสริมพัฒนาพฤติกรรมของตนเองด้านสติปัญญา ว่า การพัฒนาพฤติกรรมตนเองด้านสติปัญญา คือ การคิดอย่างมีเหตุผล สามารถคิดวิเคราะห์อย่างเป็นระบบ รู้จักหาวิธีการจัดการรับมือกับปัญหาหรืออุปสรรคต่าง ๆ ด้วยปัญญา และมีเทคนิควิธีการพัฒนาการเรียนอย่างเหมาะสม และ จุติพร อัครโสวรรณ (2565) ที่พบว่าในการพัฒนาตนเองของนักศึกษานั้น บางครั้งไม่สามารถทำเองได้ทั้งหมด ต้องอาศัยผู้อื่นช่วยกระตุ้นบ้าง ทางด้านสติปัญญาก็เช่นกัน การสร้างนิสัยในการพัฒนาตนเอง เช่น การอ่านหนังสือ จะช่วยให้ นักศึกษาพัฒนาตนเองด้านสติปัญญา และนำไปสู่การหาความรู้เพิ่มเติมเพื่อพัฒนาตนเองต่อไป

ข้อมูลที่ได้จากการศึกษาความต้องการในการพัฒนาตนเองของนักศึกษาครูช่วยให้ผู้สอนทราบความต้องการและสามารถเป็นแนวทางจัดรูปแบบการเรียนการสอนหรือรูปแบบการเรียนรู้ที่มีความหลากหลายให้นักศึกษาได้ ซึ่งครูผู้สอนแต่ละรายวิชาจำเป็นต้องออกแบบรายวิชาของตนเองให้มีความทันสมัย ยืดหยุ่น ตรงกับความต้องการของผู้เรียน และเสริมสร้างคุณลักษณะความเป็นครูให้แก่ นักศึกษาครู สอดคล้องกับ Imran, R., Fatima, A., Salem, I. E., & Allil, K. (2023, ABSTRACT) กล่าวว่า ภายหลังจากสถานการณ์ โควิด-19 รูปแบบการเรียนรู้ในระดับอุดมศึกษาต้องมีความยืดหยุ่นและปรับเปลี่ยนได้ตามความเหมาะสม โดยสถาบันการศึกษาต้องส่งเสริมและสร้างสรรค์รูปแบบการเรียนรู้ที่หลากหลายเพื่อตอบสนองความต้องการของนักศึกษา ควรนำเทคโนโลยีมาบูรณาการในกระบวนการเรียนการสอน และ เน้นการเรียนรู้แบบผสมผสานมากยิ่งขึ้น

## ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. นำข้อมูลผลจากการศึกษาระดับความต้องการพัฒนาตนเองของนักศึกษาครู ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี ทั้ง 4 ด้าน ไปเป็นข้อมูลในการออกแบบกิจกรรม การเรียนการสอน หรือ จัดกิจกรรมอบรมเพื่อส่งเสริมพัฒนานักศึกษาให้มีศักยภาพที่เพิ่มขึ้นในทุก ๆ ด้าน

2. สามารถนำผลการวิจัยนี้เป็นแนวทางในการพัฒนานักศึกษารายบุคคลด้วยกระบวนการการให้การปรึกษา หรือการจัดกิจกรรมเฉพาะทาง เพื่อส่งเสริมนักศึกษาทั้งทางวิชาการและด้านทักษะชีวิต  
ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งถัดไป
  1. การวิจัยครั้งนี้เน้นไปที่นักศึกษาครูชั้นปี 1 เพียงอย่างเดียว ทำให้ไม่มีข้อมูลของนักศึกษาครูชั้นปีอื่น ๆ จึงควรขยายกลุ่มตัวอย่างให้ครอบคลุมทุกชั้นปี
  2. สร้างสรรค์รูปแบบการสอนหรือวิธีการที่ช่วยให้นักศึกษาพัฒนาตนเองได้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น โดยอาจแยกเฉพาะในแต่ละด้านเพื่อความละเอียดของข้อมูล

## บรรณานุกรม

- กันยารัตน์ เมืองแก้ว. (2561). ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการพัฒนาตนเองของนักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์. *Veridian E-Journal, Silpakorn University ฉบับภาษาไทย สาขามนุษยศาสตร์ สังคมศาสตร์ และศิลปะ*. 11(2), น. 197 – 215.
- จตุพร อัครโสวรรณ. (2565). การพัฒนารูปแบบการพัฒนาตนเองโดยใช้กระบวนการสร้างนิสัยของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช. *วารสารนาคบุตรปริทรรศน์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช*. 14(1), น. 170-183.
- จีรัชติธ มุกดาเพชร. (2567). การพัฒนาทักษะการทำงานเป็นทีมของนักศึกษา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี โดยจัดการเรียนรู้แบบร่วมมือเทคนิค (STAD). *Suan Sunandha Asian Social Science Journal*. 18(1), น. 13 – 22.
- ธเนศ แม้นอินทร์. (2564). การปรับตัวของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 สถาบันเทคโนโลยีจิตรลดา. *วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยรัตนบัณฑิต*. 16(2), น. 75-91.
- ธงชัย สมบูรณ์. (2560). โลกหลังยุคใหม่: การศึกษาไทยที่ควรเป็น! (Post-Modernization: Thai Education It Should Be!). *มติชน*. ค้นเมื่อ 20 ธันวาคม 2567, จาก [https://www.matichon.co.th/columnists/news\\_783896](https://www.matichon.co.th/columnists/news_783896).
- พัฒนชิตา ปิติชัยวิจิตร. (2561). การศึกษาความต้องการในการพัฒนาตนเองของนิสิตระดับปริญญาตรี คณะศิลปกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. *ปริญญาานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารและการจัดการการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ*.
- พระพัฒนาพล สิริสุวณโณ (เพ็ชรไชย) และ วิทยา ทองดี. (2566). การพัฒนาครูสู่ความเป็นครูมืออาชีพในศตวรรษที่ 21. *วารสาร มจร อุบลปริทรรศน์*. 8(1), น. 757 – 766.
- ยุชรอ เล้าแม่, มยุรี ยิปาโล๊ะ, เขมพัทธ์ ขจรกิตติยา, และ ภาชีน่า บุญลาภ. (2564). ปัจจัยที่สัมพันธ์กับการปรับตัวของนักศึกษายาบาลชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลแห่งหนึ่งในจังหวัดชายแดนใต้. *วารสารวิจัยการพยาบาลและสุขภาพ*. 22(3), น. 135-146.

สมจิตต์ เวียงเพิ่ม, แสงนภา บารมี, และ กชกร ฉายากุล. (2567). ผลของการจัดการเรียนรู้โดยใช้กิจกรรมเป็นฐานต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาพยาบาล. **วารสารสุขภาพและการศึกษาพยาบาล**. 30(3), น. 56-71.

สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติสำนักนายกรัฐมนตรื.(2565).**แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่สิบสาม (พ.ศ.๒๕๖๕ - ๒๕๗๐)**. ค้นเมื่อ 15 พฤศจิกายน 2567, จาก [https://www.bic.moe.go.th/images/stories/pdf/แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ\\_ฉบับที่13\\_4-11-2565.pdf](https://www.bic.moe.go.th/images/stories/pdf/แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ_ฉบับที่13_4-11-2565.pdf)

ภาณุวัฒน์ ปากขำนิ, ทนงศักดิ์ ทองศรีสุข, อัจฉราภรณ์ เชื้อช้าง และปาริชาติ สัตย์ญารักษ์. (2564). ปัจจัยที่ส่งผลต่อการออกกำลังกายของนักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ. **วารสารวิชาการธรรมทรรศน์** 21(2), น. 13-26.

ภูวลีทิพย์ ภูลวรรณ, เอกตระกูล แข็งแรง, ชนานันท์ บุตรศรี, พิษญา ดุงพงษ์ และ กิตติมา ลาภอนันต์บังเกิด. (2563). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อความเครียดของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร. **วารสารวิจัยและพัฒนา วไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์**. 15(3), น. 105-118.

ศรีประภา ชัยสินธพ. (2568). **สภาพจิตใจของวัยรุ่น**. ค้นเมื่อ 5 มกราคม 2568, จาก <https://www.rama.mahidol.ac.th/ramamental/generaldoctor/06062014-0847>

อมรลักษณ์ คล้ายเรือง, วาสนา ชัตติยวงษ์ และ สุวัฒน์ วิวัฒนานนท์. (2565). การพัฒนาตนเองของครูในโรงเรียนกลุ่มเครือข่ายส่งเสริมประสิทธิภาพการจัดการศึกษากลุ่มที่ 3 สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาปทุมธานี เขต 1. **Journal of Roi Kaensarn Academi**. 7(2), น. 254-269.

Krejcie, R. V. & Morgan, D. W. (1970). Determining Sample Size for Research Activities. **Educational and Psychological Measurement**. 30(3), pp. 607-610.

Imran, R., Fatima, A., Salem, I. E., & Allil, K. (2023). Teaching and learning delivery modes in higher education: Looking back to move forward post-COVID-19 era. **The International Journal of Management Education**. 21(2), 100805. Retrieved from <https://doi.org/10.1016/j.ijme.2023.100805>