

ปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพจิตของนิสิต ระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1

มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

นฤดี อินทรวาท

ดร.ทรงศักดิ์ ภูสีอ่อน²

ดร.ไพศาล วรคำ³

บทคัดย่อ

สุขภาพจิตมีผลโดยตรงทั้งต่อความอยู่ดีมีสุขของทุกคนในครอบครัว ความสงบสุขของสังคม ความเจริญก้าวหน้าของประเทศ และการมีคุณภาพชีวิตที่ดีของประชาชนในชาติ การวิจัยครั้งนี้มีความมุ่งหมายเพื่อศึกษาความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพจิตของนิสิต และเพื่อสร้างและพัฒนารูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพจิต กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตชั้นปีที่ 1 จำนวน 552 คน ซึ่งได้มาโดยวิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multi-stage Random Sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบวัด 2 ฉบับ คือ ได้แก่ แบบวัดปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพจิต จำนวน 7 ตัวแปร ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดทั้งฉบับ เท่ากับ .91 และแบบวัดสุขภาพจิต มีค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดทั้งฉบับ เท่ากับ .89 การวิเคราะห์ข้อมูลใช้การวิเคราะห์สถิติพื้นฐาน และการวิเคราะห์เส้นทาง (Path Analysis)

ผลการวิจัยปรากฏ ดังนี้

1. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหาสารคาม มี 7 ตัวแปร ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง บุคลิกภาพ สัมพันธภาพในครอบครัว การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย สภาพแวดล้อมทางการเรียน สัมพันธภาพกับเพื่อน และการรับข้อมูลจากสื่อมวลชนอย่างสร้างสรรค์
2. รูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหาสารคาม มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยพิจารณาจากค่าไค-สแควร์ (χ^2) ซึ่งมีค่าเท่ากับ 75.02 ที่องศาอิสระ (df) เท่ากับ 57 ค่าความน่าจะเป็น (p) เท่ากับ 0.055 ดัชนีวัดระดับความกลมกลืน (GFI) เท่ากับ 0.990 ดัชนีวัดระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (AGFI) เท่ากับ 0.936 และค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์ มีค่าเท่ากับ .84 แสดงว่าตัวแปรทั้งหมดร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของสุขภาพจิตได้ร้อยละ 84 ตัวแปรที่มีอิทธิพลทางตรงต่อสุขภาพจิต ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง สภาพแวดล้อมทางการเรียน และการรับข้อมูลจากสื่อมวลชนอย่างสร้างสรรค์ ตัวแปรที่มีอิทธิพลทั้งทางตรงและทางอ้อมต่อสุขภาพจิต ได้แก่ บุคลิกภาพ สัมพันธภาพในครอบครัว การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย และสัมพันธภาพกับเพื่อน

¹มหาบัณฑิตสาขาการวิจัยการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

²อาจารย์ ประจำภาควิชาวิจัยและพัฒนาศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

³อาจารย์ ประจำคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม

โดยสรุป ผลการวิจัยครั้งนี้สามารถนำไปใช้เป็นข้อมูลสารสนเทศที่เป็นประโยชน์ต่อมหาวิทยาลัย อาจารย์
ผู้ปกครอง และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เพื่อจะได้นำไปวางแผน และกำหนดแนวทางในการส่งเสริมและช่วยเหลือให้
นิสิตมีสุขภาพจิตที่ดีต่อไป

คำสำคัญ : สุขภาพจิต

The Causal Factor Influencing Mental Health of the First Year Student at Mahasarakham University

ABSTRACT

Mental health has a direct effect on happiness of members of a family, peace in the society, advancement of the county and good living quality of the county citizen. This research aimed to study causal relationship of factors affecting mental health of the students and to create and to develop a model of the causal relationship of the factors affecting mental health. Sample was a group of 552 first-year students selected from the multi-stage random sampling technique. Research tools were a questionnaire investigating the seven factors that affecting on mental health with a total reliability value of .91 and another questionnaire surveying on mental health having a total reliability value of .89 . Data were analyzed by the standard statistical analysis and the path analysis.

The results of the study were as follows:

1. There were 7 factors affecting on mental health of the Mahasarakham University first year students; namely, self-appreciation, personality, interrelationship with the family, being raised up in a democratic environment, learning environment, interrelationship with friends and receiving of information from media in a creative way.

2. A causal relationship model of the factors affecting the mental health of the Mahasarakham University first year students was consistent with the empirical data having a chi-square value of 75.02 with 57 degrees of freedom; $p = 0.05$, GFI=0.990, AGFI=0.936 and a prediction coefficient value of .84.. The model was found to account 84% variance of the factors having direct effect on the mental health including of self-appreciation, learning environment, and receiving of information from media in a creative way. The factors that had both direct and indirect effect on mental health were personality, interrelationship with the family, being raised up in a democratic environment and interrelationship with friends.

In conclusion, this research finding was appropriate in utilizing as fundamental information having benefit to the university, lecturers, parents and concerned organizations in planning and designating the guidelines of promoting and supporting better mental health of the students.

Keywords: Mental Health

บทนำ

การดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างปกติสุขในปัจจุบันนั้น สุขภาพจิตมีความสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่งต่อมนุษย์ในการเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ ที่เข้ามาอย่างไม่หวาดหวั่น และเป็นพลเมืองที่ดีของสังคม การที่จะเป็นคนที่มีความสุขจิตดีได้นั้น ต้องอาศัยปัจจัยหลายประการจากครอบครัว โรงเรียน และสังคม สุขภาพจิตมีผลต่อพัฒนาการของมนุษย์ในแต่ละช่วงวัย ดังนั้นสุขภาพจิตและพัฒนาการของเด็กควรเป็นไปตามครรลองที่ถูกต้อง วัยรุ่นเป็นวัยที่มีพัฒนาการระหว่างอายุ 12 ปี ถึง 20 ปี ในช่วงการเจริญเติบโตที่ยาวนานนี้ มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นหลายประการ มีผลทำให้วัยรุ่นเกิดปัญหาในการปรับตัว หากพ่อแม่หรือผู้ปกครองขาดความเข้าใจต่อการเปลี่ยนแปลงหรือขาดคำแนะนำคอยชี้ไปในทางที่เหมาะสมที่ควรด้วยแล้ว ก็จะทำให้การปรับตัวของวัยรุ่นกลายเป็นปัญหาสุขภาพจิต ทั้งนี้ทุกหน่วยงานและผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องมีความจำเป็นต้องให้ความสำคัญในการส่งเสริม ป้องกันปัญหาสุขภาพจิตตั้งแต่วัยเด็ก เพื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีสุขภาพจิตที่ดีต่อไป

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหาสารคาม
2. เพื่อสร้างและพัฒนารูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

ระเบียบวิธีวิจัย

ขอบเขตของการวิจัย

1. ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหาสารคาม ประจำปีการศึกษา 2552 ภาคเรียนที่ 3 จำนวนทั้งสิ้น 5,515 คน
2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหาสารคาม ประจำปีการศึกษา 2552 ภาคเรียนที่ 3 จำนวน 552 คน ซึ่งได้มาโดยวิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอน และใช้เกณฑ์ร้อยละ(Percentage) กำหนดจำนวนตัวอย่าง ซึ่งใช้ร้อยละ 10 จากจำนวนประชากร
3. ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย
 - 3.1 ตัวแปรพยากรณ์ ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง บุคลิกภาพ สัมพันธภาพในครอบครัว การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย สภาพแวดล้อมทางการเรียน สัมพันธภาพกับเพื่อน และการรับข้อมูลจากสื่อมวลชนอย่างสร้างสรรค์
 - 3.2 ตัวแปรเกณฑ์ ได้แก่สุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบวัดแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ (Rating scale) จำนวน 2 ฉบับ ได้แก่ ฉบับที่ 1 แบบวัดปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพจิตของนิสิต จำนวน 112 ข้อ และฉบับที่ 2 แบบวัดสุขภาพจิต จำนวน 33 ข้อ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

1. ติดต่อขอหนังสือขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลจากคณะศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยมหาสารคาม ถึงคณบดี เพื่อขออนุญาตและขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูล จากนิสิตที่เป็นกลุ่มตัวอย่างที่สังกัดคณะนั้น ๆ
2. ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยทำการชี้แจงให้นิสิตที่เป็นกลุ่มตัวอย่างได้ทราบถึงวัตถุประสงค์ของการตอบแบบวัดและขอความร่วมมือในการตอบแบบวัดเพื่อให้ได้ผลตามความเป็นจริง
3. นำแบบวัดที่เก็บรวบรวมได้มาตรวจสอบความสมบูรณ์ และตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์การตรวจให้คะแนนและวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

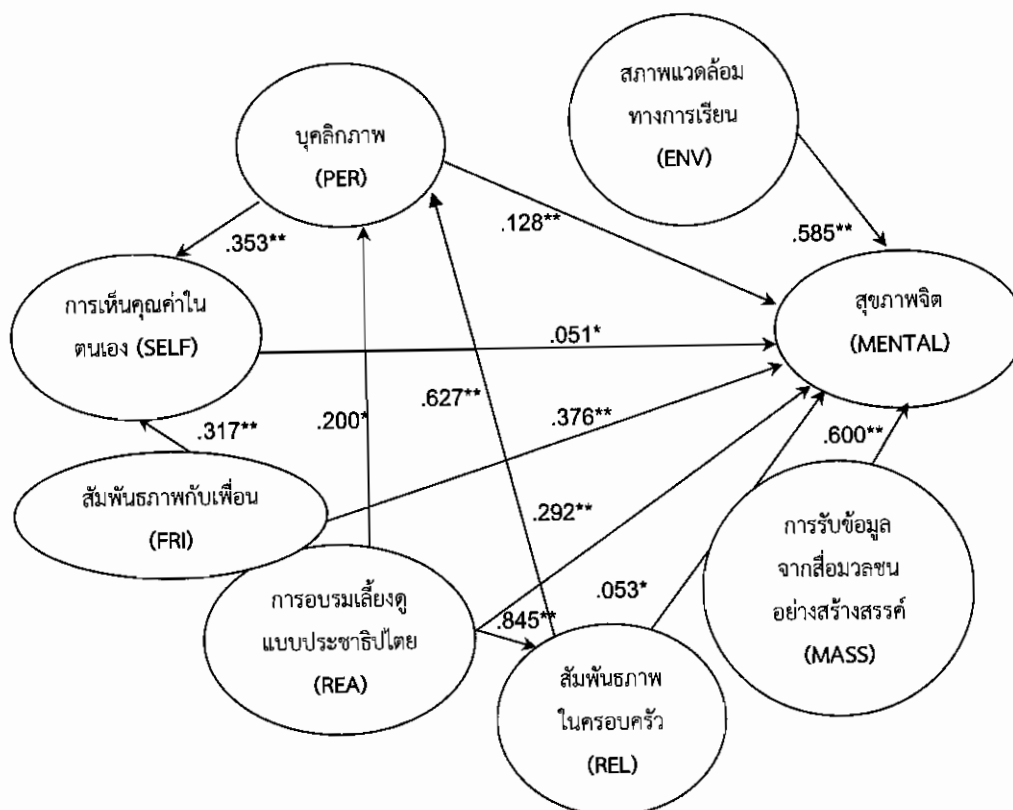
การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติในการวิเคราะห์ข้อมูล ตามขั้นตอนดังนี้

1. วิเคราะห์หาค่าสถิติพื้นฐานได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต่าง ๆ
2. วิเคราะห์หองค์ประกอบเชิงยืนยัน เพื่อตรวจสอบความตรงของโมเดลการวัดตัวแปรแฝง
3. วิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์เส้นทาง (Path Coefficient) ระหว่างตัวแปรพยากรณ์กับตัวแปรเกณฑ์
4. วิเคราะห์ค่าสถิติวัดระดับความสอดคล้องหรือความตรงของรูปแบบ ได้แก่
 - 4.1 ค่าสถิติทดสอบไคสแควร์ (Chi - Square Statistics : χ^2)
 - 4.2 ค่าสถิติวัดระดับความสอดคล้อง (Goodness of Fit Index : GFI)
 - 4.3 ค่าสถิติวัดระดับความสอดคล้องที่ปรับแก้แล้ว (Adjusted Goodness of Fit Index : AGFI)

สรุปผลการวิจัย

1. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหาสารคาม มี 7 ตัวแปร ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง บุคลิกภาพ สัมพันธภาพในครอบครัว การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย สภาพแวดล้อมทางการเรียน สัมพันธภาพกับเพื่อน และการรับข้อมูลจากสื่อมวลชนอย่างสร้างสรรค์
2. รูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหาสารคาม มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยพิจารณาจากค่าไค-สแควร์ (χ^2) ซึ่งมีค่าเท่ากับ 75.02 ที่องศาอิสระ (df) เท่ากับ 57 ค่าความน่าจะเป็น (p) เท่ากับ 0.055 ดัชนีวัดระดับความกลมกลืน (GFI) เท่ากับ 0.990 ดัชนีวัดระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (AGFI) เท่ากับ 0.936 และค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์ มีค่าเท่ากับ .84 แสดงว่าตัวแปรทั้งหมดรวมกันอธิบายความแปรปรวนของสุขภาพจิตได้ร้อยละ 84 ตัวแปรที่มีอิทธิพลทางตรงต่อสุขภาพจิต ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง สภาพแวดล้อมทางการเรียน และการรับข้อมูลจากสื่อมวลชนอย่างสร้างสรรค์ ตัวแปรที่มีอิทธิพลทั้งทางตรงและทางอ้อมต่อสุขภาพจิต ได้แก่ บุคลิกภาพ สัมพันธภาพในครอบครัว การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย และสัมพันธภาพกับเพื่อน



หมายเหตุ * หมายถึง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

** หมายถึง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ภาพประกอบ 1 ผลการวิเคราะห์โมเดลปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพจิตของนิสิต ระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

อภิปรายผล

1. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพจิตของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหาสารคาม มี 7 ตัวแปร ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง บุคลิกภาพ สัมพันธภาพในครอบครัว การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย สภาพแวดล้อมทางการเรียน สัมพันธภาพกับเพื่อน และการรับข้อมูลจากสื่อมวลชนอย่างสร้างสรรค์ รูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุที่พัฒนาขึ้นสามารถอธิบายความแปรปรวนของสุขภาพจิตของนิสิต ได้ร้อยละ 84 ที่เหลืออีกร้อยละ 16 เป็นอิทธิพลของปัจจัยหรือตัวแปรอื่นที่ไม่ได้ถูกเลือกเข้ามาศึกษาในการวิจัยครั้งนี้ ถ้าสามารถนำปัจจัยหรือตัวแปรที่เกี่ยวข้องอื่น ๆ เข้ามาวิเคราะห์ร่วมด้วยอาจทำให้รูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุสามารถอธิบายสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหาสารคาม ได้เพิ่มขึ้น

2. รูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหาสารคาม สามารถอภิปรายผลได้ดังนี้

2.1 การเห็นคุณค่าในตนเอง เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลทางตรงต่อสุขภาพจิตของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหาสารคามโดยส่งผลในทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับงาน

วิจัยของวิมา ชียงคบุตร (2532: 48-49) พบว่า ปัจจัยด้านความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเอง มีความสัมพันธ์เชิงนิ
มานกับสุขภาพจิตของนักเรียนพยาบาล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.2 สภาพแวดล้อมทางการเรียน เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลทางตรงต่อสุขภาพจิตของนิสิตปริญญาตรี
ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหาสารคามโดยส่งผลในทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สอดคล้องกับ
งานวิจัยของสุรพงษ์ ชูเดชและวิภาวี เอี่ยมวรเมธ (2545 : 220) พบว่า สภาพบรรยากาศในมหาวิทยาลัยด้านอาคาร
สถานที่ที่มีความสัมพันธ์ทางบวกต่อสุขภาพจิตของนักศึกษา มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี

2.3 การรับข้อมูลจากสื่อมวลชนอย่างสร้างสรรค์ เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลทางตรงต่อสุขภาพจิตของนิสิต
ปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหาสารคาม ซึ่งส่งผลในทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
สอดคล้องกับ งานวิจัยของ วรณา จำปาทิพย์ (2549 : 47) พบว่า สื่ออิเล็กทรอนิกส์ สื่อสิ่งพิมพ์ และสื่อบุคคล มีผล
ต่อภาวะสุขภาพจิตของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในระดับปานกลาง และ อรวรรณ เจาะประโคน (2551:
114-115) พบว่า การรับสารนิเทศจากสื่อมวลชนเป็นตัวแปรที่มีอิทธิพลทางตรงต่อสุขภาพจิต อย่างมีนัยสำคัญทาง
สถิติที่ระดับ .01

2.4 บุคลิกภาพ เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลทางตรงและทางอ้อมต่อสุขภาพจิตของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1
มหาวิทยาลัยมหาสารคาม โดยอิทธิพลทางตรงส่งผลในทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และมี
อิทธิพลทางอ้อมผ่านทางการเห็นคุณค่าในตนเอง แสดงให้เห็นว่า นิสิตที่มีบุคลิกภาพที่ดี มีอิทธิพลต่อสุขภาพจิตที่ดี
สอดคล้องกับงานวิจัยของพรชัย หนูแก้ว (2546: 83) พบว่าเมื่อพิจารณาให้ตัวแปรสุขภาพจิต เป็นตัวแปรตามปัจจัย
ที่ส่งผลทางตรงต่อสุขภาพจิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ได้แก่ บุคลิกภาพ และนุชนารถ อุดมญาติ
(2547 : 69) พบว่า บุคลิกภาพ และสัมพันธภาพกับเพื่อนร่วมงาน มีความสัมพันธ์ กับสุขภาพจิตของพยาบาล อย่าง
มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.5 สัมพันธภาพในครอบครัว เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลทางตรงและทางอ้อมต่อสุขภาพจิตของนิสิต
ปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหาสารคาม โดยอิทธิพลทางตรงส่งผลในทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
ที่ระดับ .01 และมีอิทธิพลทางอ้อมผ่านทางบุคลิกภาพ แสดงว่าสัมพันธภาพในครอบครัวมีอิทธิพลต่อสุขภาพจิต
สอดคล้องกับงานวิจัยของกิตติมา รุ่งแดง (2545 : 88) พบว่า ความสัมพันธ์ภายในครอบครัว ส่งผลต่อภาวะสุขภาพ
จิตของประชาชน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001

2.6 การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลทางตรงและทางอ้อมต่อสุขภาพจิตของ
นิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหาสารคาม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และมีอิทธิพล
ทางอ้อมผ่านทางบุคลิกภาพ และสัมพันธภาพในครอบครัว สอดคล้องกับ มรรยาท รุจิวิทย์ (2548. 194 – 198)
กล่าวถึงครอบครัวที่เลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย เป็นรูปแบบของครอบครัวที่ดีโดยมีลักษณะที่ยืดหยุ่น ฟังความคิดเห็น
ของบุคคลในครอบครัว เข้าใจและเห็นอกเห็นใจกัน เป็นครอบครัวที่ให้เสรีภาพทางความคิดแก่เด็ก แต่เป็นเสรีภาพที่
มีขอบเขต ผลจากการเลี้ยงดูจะทำให้เด็กมีพัฒนาการที่เหมาะสมวัย ไม่ก้าวร้าว และไม่เก็บกด มีความคิดสร้างสรรค์
และสามารถเผชิญปัญหาพร้อมทั้งหาแนวทางแก้ไขปัญหาได้ด้วยตนเอง และงานวิจัยของ เยาวลักษณ์ พันธุ์มุก
(2549: 95) พบว่า ตัวแปรที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับบุคลิกภาพของนักเรียนได้แก่ การอบรมเลี้ยงดูแบบ
ประชาธิปไตย

2.7 สัมพันธภาพกับเพื่อน เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลทางตรงและทางอ้อมต่อสุขภาพจิตของนิสิตปริญญาตรี
ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหาสารคาม โดยอิทธิพลทางตรงส่งผลในทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
และมีอิทธิพลทางอ้อมผ่านการเห็นคุณค่าในตนเอง สอดคล้องกับงานวิจัยของนุชนารถ อุดมญาติ (2547 : 69)

พบว่า สัมพันธภาพกับเพื่อนร่วมงาน มีความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตของพยาบาล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และอรรถรรณ เจาะประโคน (2551: 114-115) พบว่า สัมพันธภาพกับเพื่อน มีอิทธิพลทางตรงต่อสุขภาพจิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

จากผลการวิจัยพบว่า ตัวแปรที่มีอิทธิพลในรูปแบบที่เป็นสาเหตุโดยทางตรงต่อสุขภาพจิตของนิสิต ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง สภาพแวดล้อมทางการเรียน และการรับข้อมูลจากสื่อมวลชนอย่างสร้างสรรค์ และ ตัวแปรที่มีอิทธิพลในรูปแบบที่เป็นสาเหตุโดยทางตรงและทางอ้อมต่อสุขภาพจิตของนิสิต ได้แก่ บุคลิกภาพ สัมพันธภาพในครอบครัว การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย และสัมพันธภาพกับเพื่อน

ดังนั้นผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องควรตระหนักถึงตัวแปรเหล่านี้เพื่อจะได้นำไปวางแผน ส่งเสริมและช่วยเหลือให้นิสิตมีสุขภาพจิตที่ดี ดังนี้

อาจารย์ ควรมีการให้คำชี้แนะ และฝึกให้นิสิตได้ใช้ทักษะการคิดวิเคราะห์ สังเคราะห์อย่างสร้างสรรค์ หากเมื่อนิสิตได้ข้อมูลจากสื่อ ผ่านกระบวนการเรียนการสอน เพื่อให้นิสิตสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน ได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม อีกทั้งอาจารย์จะต้องประพฤติปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดี ดูแลเอาใจใส่และช่วยเหลือ นิสิต สร้างความเป็นกันเอง เพื่อสร้างบรรยากาศที่ดีในการเรียนการสอน อันจะส่งผลให้มีสภาพแวดล้อมทางการเรียนที่เหมาะสมกับผู้เรียน

มหาวิทยาลัย จะต้องรณรงค์การบริโภคสื่อในเชิงสร้างสรรค์สำหรับนิสิต โดยวิธีการพิจารณาสื่อต่าง ๆ ที่ จะนำเสนอภายในมหาวิทยาลัย ซึ่งสื่อที่จะนำมาเสนอในรูปแบบ ต่าง ๆ นั้น จะต้องเป็นสื่อที่มีความเหมาะสม และมี ประโยชน์ต่อนิสิต ทั้งนี้ทางด้านกายภาพจะต้องปรับปรุงสภาพแวดล้อมให้เหมาะสม และเอื้อสำหรับผู้เรียน สร้าง แหล่งพักผ่อนหย่อนใจและที่ออกกำลังกายให้เพียงพอต่อจำนวนและความต้องการของนิสิต ปรับปรุงห้องเรียนที่ อุปกรณ์ชำรุด และตรวจสอบการใช้งานของอุปกรณ์เทคโนโลยีอย่างสม่ำเสมอ การให้บริการห้องสมุดในการค้นคว้า และการให้บริการหอพักนิสิตที่น้อยอยู่ อีกทั้งการกำหนดและบังคับใช้กฎระเบียบข้อบังคับ ต่าง ๆ เพื่อให้นิสิตมี แนวทางปฏิบัติเดียวกัน เพื่อสร้างความมีระเบียบของสังคมนิสิต

ครอบครัวต้องปลูกฝังให้นิสิตเห็นคุณค่าในตนเอง นับถือตนเอง และยอมรับความสามารถและมีความพึงพอใจในตนเอง ตลอดจนให้การอบรมเลี้ยงดูนิสิตในทางที่ถูกต้อง อีกทั้งต้องให้ความรักและความเอาใจใส่ และสร้างความเข้าใจกับคนในครอบครัว ต่อพฤติกรรมของเด็กในช่วงวัยรุ่น และต้องศึกษาการปฏิบัติตัวในการเลี้ยงลูกในช่วงวัยรุ่น เพื่อสร้างสัมพันธภาพที่ดีอย่างเหมาะสม

ตัวนิสิต จะต้องเป็นผู้มองโลกในแง่ดี มีน้ำใจต่อคนอื่น สร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อคนในครอบครัว และเพื่อนรอบข้าง ซึ่งจะทำให้เป็นที่ยอมรับจากกลุ่มเพื่อน และจะต้องเรียนรู้การอยู่ในกฎระเบียบ และข้อบังคับ ต่าง ๆ ของมหาวิทยาลัย เพื่อจะได้ไม่เกิดความขัดแย้งภายในจิตใจเมื่อโดนบังคับด้วยกฎระเบียบ

ทั้งนี้หน่วยงานด้านพัฒนานิสิตจะต้องพัฒนานิสิตด้านบุคลิกภาพ และมารยาท โดยการสร้างกิจกรรมให้นิสิตได้ค้นหาบุคลิกภาพที่เหมาะสมกับตัวเองและสามารถแสดงออกต่อสังคมได้อย่างเหมาะสม ตลอดจนการสร้างคุณค่าในกับตนเอง เพื่อให้นิสิตสามารถใช้ชีวิตในสังคมมหาวิทยาลัยได้อย่างมีความสุข

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาเฉพาะนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหาสารคาม เท่านั้น จึงควรมีการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างอื่น เช่น นิสิตปริญญาตรี มหาวิทยาลัยมหาสารคาม ชั้นปีอื่น ๆ หรือ มหาวิทยาลัยอื่น ๆ เป็นต้น และ ตัวแปรการรับข้อมูลจากสื่อมวลชนอย่างสร้างสรรค์ ควรศึกษาประเภทของสื่อที่ทันสมัยในปัจจุบัน เช่น สื่อจากอินเทอร์เน็ต สื่อผ่านระบบมือถือ สื่อออนไลน์ต่าง ๆ เป็นต้น เพื่อให้ผลการวิจัยมีความทันสมัยมากยิ่งขึ้น

เอกสารอ้างอิง

- กิตติมา รั้วแดง. อิทธิพลของปัจจัยด้านความเชื่อและความสัมพันธ์ภายในครอบครัวต่อภาวะสุขภาพจิตของประชาชนในอำเภอบัวเขต จังหวัดสุรินทร์. วิทยานิพนธ์ กศม. (จิตวิทยาชุมชน) สุรินทร์ : มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์, 2545.
- นุชนารถ อุดมญาติ. สุขภาพจิตและปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของพยาบาล โรงพยาบาลชุมชน จังหวัดนครราชสีมา. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา) มหาสารคาม : มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, 2547.
- พรชัย หนูแก้ว. ปัจจัยเชิงสาเหตุด้านจิตลักษณะที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการมีวินัยของนักศึกษาสถาบันราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง. วิทยานิพนธ์ : สถาบันราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง, 2546.
- มรรยาท รุจิวิทย์. การจัดการความเครียดเพื่อสร้างเสริมสุขภาพจิต. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2548.
- เยาวลักษณ์ พันธุ์มุก. ตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับบุคลิกภาพของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดมุกดาหาร. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (การวัดผลการศึกษา) มหาสารคาม : มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, 2549.
- วรรณมา จำปาทิพย์. สื่อกันภาวะสุขภาพจิตของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาลพบุรี เขต 1. วิทยานิพนธ์ วท.บ. (จิตวิทยาพัฒนาการ) กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยรามคำแหง, 2549.
- วีณา ชียงคบุตร. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพจิตของนักเรียนพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก. วิทยานิพนธ์ คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2532.
- สุรพงษ์ ชูเดชและวิภาวี เอี่ยมวรเมธ. ตัวแปรในการทำนายสุขภาพจิตและการปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี. ภาควิชาสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ คณะศิลปกรรมศาสตร์. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี, 2545.
- อรวรรณ เจาะประโคน. ปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อทักษะชีวิตของนักเรียนระดับช่วงชั้นที่ 3 สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาศรีสะเกษ เขต 3. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (การวิจัยการศึกษา) มหาสารคาม : มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, 2551.