RELATIONSHIP BETWEEN GOOD PERSON AND HAPPINESS AMONG UNDERGRADUATE STUDENTS, WALAILAK UNIVERSITY

Usa Nuampet, M.N.S., Nabila Leekitkoson, M.N.S.**,*

*Saifon Aekwarangkoon, Ph.D.***, Nathjanan Sobmoh, M.B.A.*****

Abstract

Objective: This research was cross-sectional study to study the level and the relationship between good person and happiness among undergraduate students, Walailak University.

Methods: Research participants were recruited by a specific sampling method. A total of 1,539 of undergraduate students. The research instruments 1) demographic data, 2) good person and 3) happiness measurement form. The data were analyzed using frequency, percentage, average, standard deviation, and Fisher's Exact Test.

Results: Overall students recognize being a good person at the high level, with the highest level in Health Science disciplines, followed by Social Sciences and Humanities disciplines, and Science and Technology disciplines, respectively. Students have the most recognize being a good person in the part of team working and relationships, followed by responsibility, and honesty, respectively. The mean score of students' happiness levels were at the high level, with the highest level in Health Science disciplines, followed by Social Sciences and Humanities disciplines, and Science and Technology disciplines, respectively. Students have the most happiness in the part of peer relationships followed by a warm family, and security and student's behaviors, respectively. Being a good person of the three groups were significantly associated with happiness ($p = 0.000$).

Conclusion: Developing the traits of being a good person enhances students' happiness.

Keywords: good person, happiness, student, desired characteristics of graduate, caring system

**Lecturer, School of Nursing, Walailak University*

***Corresponding author: Lecturer, School of Nursing, Walailak University, e-mail: nbla.yy@gmail.com*

****Associate Professor, School of Nursing, Walailak University*

*****Officer, School of Laws, Walailak University*

Received: 2 September 2022, Revised: 3 January 2023, Accepted: 9 January 2023

ความสัมพันธ์ระหว่างความเป็นคนดีกับความสุข ของนักศึกษา มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์

อุษา น่วมเพชร, พย.ม., นาบีลา ลีกิจโกศล, พย.ม.**,*
*สายฝน เอกวรางกูร, ปร.ด.***, ณัฐชนัญ สบเหมาะ, บธ.ม.*****

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ : การวิจัยเชิงพรรณนาภาคตัดขวางนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการรับรู้ความเป็นคนดี ความสุข และความสัมพันธ์ระหว่างความเป็นคนดีกับความสุขของนักศึกษา มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์

วิธีการศึกษา : ประชากรเป็นนักศึกษาปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ จำนวน 1,539 คน เครื่องมือวิจัย คือ แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบสอบถามความเป็นคนดี และแบบสอบถามความสุข วิเคราะห์ข้อมูลด้วยความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติฟิชเชอร์

ผลการศึกษา : นักศึกษารับรู้ความเป็นคนดีในระดับมาก กลุ่มสำนักวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพรับรู้ความเป็นคนดีสูงสุด รองลงมา กลุ่มสำนักวิชาสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ และกลุ่มสำนักวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ตามลำดับ นักศึกษารับรู้ความเป็นคนดีด้านความสามารถในการทำงานเป็นทีมและการอยู่ร่วมกันมากที่สุด รองลงมา ด้านความรับผิดชอบ และด้านความซื่อสัตย์ ตามลำดับ ด้านความสุขพบว่า คะแนนเฉลี่ยความสุขของนักศึกษาอยู่ในระดับมาก กลุ่มสำนักวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพมีคะแนนความสุขมากที่สุด รองลงมา กลุ่มสำนักวิชาสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ และกลุ่มสำนักวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ตามลำดับ นักศึกษามีความสุขด้านการอยู่ร่วมกันของนักศึกษามากที่สุด รองลงมาด้านครอบครัวที่อบอุ่น และด้านความปลอดภัยและพฤติกรรมของนักศึกษา ตามลำดับ ความเป็นคนดีและความสุขของนักศึกษาทั้ง 3 กลุ่มมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = 0.000$)

สรุป : การพัฒนาคุณลักษณะของการเป็นคนดีจะเสริมสร้างให้นักศึกษามีความสุข

คำสำคัญ : ความเป็นคนดี, ความสุข, นักศึกษา, คุณลักษณะบัณฑิตที่พึงประสงค์, ระบบดูแล

**อาจารย์ สำนักวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์*
***ผู้ประสานงานบทความ: อาจารย์ สำนักวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์, e-mail: nbla.yy@gmail.com*
****รองศาสตราจารย์ สำนักวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์*
*****เจ้าหน้าที่บริหารงานทั่วไป สำนักวิชานิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์*
วันที่รับ: 2 กันยายน 2565, วันที่แก้ไข: 3 มกราคม 2566, วันที่ตอบรับ: 9 มกราคม 2566

ความสำคัญของปัญหา

การผลิตบัณฑิตที่มีคุณภาพเป็นภารกิจหลักของมหาวิทยาลัยตามแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 12 (พ.ศ. 2560 - 2564) มีหลักการ “ยึดคนเป็นศูนย์กลางการพัฒนา มุ่งสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีสำหรับคนไทย พัฒนาคนให้มีความเป็นคนที่สมบูรณ์” (สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2559) ขณะที่แผนพัฒนาการศึกษากระทรวงศึกษาธิการฉบับที่ 12 (พ.ศ. 2560 - 2564) มีวิสัยทัศน์ “มุ่งพัฒนาผู้เรียนให้มีความรู้คู่คุณธรรม มีคุณภาพชีวิตที่ดี มีความสุขในสังคม” (สำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ, 2559) และแผนอุดมศึกษาระยะยาว 20 ปี (พ.ศ. 2561 - 2580) ยุทธศาสตร์ที่ 3 ด้านการพัฒนาและส่งเสริมศักยภาพมนุษย์มุ่ง “ปฏิรูปการเรียนรู้พัฒนาคนตลอดช่วงชีวิต คนไทยที่มีคุณธรรม มีวินัย เคารพกฎหมาย มีทักษะในศตวรรษที่ 21 สร้างสุขภาวะที่ดี และความอยู่ดีมีสุข” (สำนักนโยบายและแผนการอุดมศึกษา, 2561) ภารกิจเป้าหมายทั้ง 3 ส่วนสอดคล้องกับเป้าประสงค์ของมหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ซึ่งตระหนักถึงความสำคัญต่อการเสริมสร้างพัฒนาคุณภาพชีวิตนักศึกษาให้เป็นทั้งคนดีและคนเก่ง ตลอดจนพัฒนาคุณภาพด้านความสุขให้แก่นักศึกษา การเริ่มต้นให้ความสำคัญกับการเตรียมความพร้อมตั้งแต่แรกเข้าด้วยการทำความเข้าใจคุณลักษณะของนักศึกษาเป็นกลยุทธ์สำคัญของการพัฒนานักศึกษาให้เก่ง ดี มีความสุข ของมหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ (ส่วนส่งเสริมและพัฒนานักศึกษา มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์, 2559)

ผลการดำเนินงานระบบดูแลช่วยเหลือของส่วนส่งเสริมและพัฒนานักศึกษา มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ ระหว่างปี พ.ศ. 2552 - 2559 พบว่านักศึกษาเผชิญปัญหาด้านการเรียน การขาดความสุข การปรับตัว ความสัมพันธ์ และปัญหาสุขภาพจิต ร้อยละ 15 ของกลุ่มที่เผชิญปัญหาได้รับการดูแลช่วยเหลือ ส่งต่อผู้เชี่ยวชาญ และรับการดูแลต่อเนื่อง ปัญหาดังกล่าวพบมากในนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ซึ่งเป็นช่วงเวลาที่ต้องปรับตัวกับการเปลี่ยนแปลงทั้งระบบการเรียนและการใช้ชีวิต (ส่วนส่งเสริมและพัฒนานักศึกษา มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์, 2559) เช่นเดียวกับการศึกษาที่พบว่านักศึกษาชั้นปีที่ 1 ต้องเผชิญภาวะเครียด วิตกกังวล พักผ่อนไม่เพียงพอ จากการต้องปรับตัวกับระบบการเรียนที่แตกต่างจากระดับมัธยมศึกษา เกิดความสุขน้อยกว่าชั้นปีอื่น ๆ และความสุขส่งผลโดยตรงกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่สูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (สมใจ วินิจกุล, 2557) นอกจากนี้ความสามารถในการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 สัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต การตกออกกลางคัน ขาดความสุข ปัญหาสุขภาพจิต ส่งผลกระทบรุนแรงต่อทั้งบุคคล ครอบครัว และสถาบันการศึกษา (ชูใจ ช่วยชู และคณะ, 2564)

ตัวชี้วัดความสำเร็จในการพัฒนาบัณฑิตสู่คุณลักษณะที่พึงประสงค์นอกจากการสนับสนุนให้นักศึกษาจบหลักสูตรได้อย่างมีคุณภาพตามระยะเวลาที่กำหนด เป้าหมายสำคัญที่ผู้เกี่ยวข้องทุกฝ่ายตระหนัก คือความสามารถพัฒนาบัณฑิตให้เป็นคนดีและมีความสุขควบคู่กับการเป็นคนเก่ง ผลการทบทวนวรรณกรรมพบว่าความสุขคือปัจจัย

สำคัญต่อการใช้ชีวิตของนักศึกษา การศึกษาของจิราภรณ์ สรรพวีรวงศ์ และคณะ (2559) พบว่านักศึกษามหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ให้ความสำคัญกับการพัฒนาความสุขต่อการเรียนรู้และการใช้ชีวิต และนักศึกษาแต่ละกลุ่มสำนักวิชามีความสุขแตกต่างกัน เช่นเดียวกับการศึกษาของมหาวิทยาลัยขอนแก่น ที่พบว่าความสุขของนักศึกษาสัมพันธ์กับความมั่นคงปลอดภัยในชีวิต ส่งผลให้สามารถเรียนรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ (อมรรัตน์ ศรีคำสุข ไซโตะ วิภาพร วรหาญ และวิพร เสนารักษ์, 2554) นอกจากนี้ ความสุขในการเรียนรู้ของนักศึกษายังเกี่ยวข้องกับปัจจัยด้านตัวตนของนักศึกษา ด้านปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ด้านเพื่อน ด้านการปรับตัวทางสังคม ด้านอาจารย์ผู้สอน กระบวนการจัดการเรียนการสอน ด้านครอบครัว ด้านการอบรมเลี้ยงดู ด้านมหาวิทยาลัย และด้านการมีส่วนร่วมกับกิจกรรมเสริมของมหาวิทยาลัย (พัชรินทร์ ชมภูวิเศษ และกฤตฏ์ ชมพูวิเศษ, 2564) วริศรา อัศวศิริโรจน์ (อ้างในจิราภรณ์ สรรพวีรวงศ์ และคณะ, 2559) แบ่งองค์ประกอบความสุขออกเป็น 8 ด้าน คือ การมีความมั่นคงในชีวิต มีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี มีครอบครัวอบอุ่น มีการศึกษาและกิจกรรมที่ดี มีที่พักอาศัยและสภาพแวดล้อมธรรมชาติที่ดี ความปลอดภัยและพฤติกรรมของนักศึกษา ความภาคภูมิใจในตนเอง และการอยู่ร่วมกันของนักศึกษา การศึกษาแนวคิดความสุขจึงมีมุมมองที่หลากหลาย ทั้งด้านความคิด อารมณ์ จิตใจ บริบทด้านสังคม เศรษฐกิจ และวัฒนธรรม เพื่อให้สามารถวัดความสุขของนักศึกษาได้อย่างครอบคลุม

ปัจจัยสำคัญอีกประการที่มีอิทธิพลต่อภาวะสุขภาพจิตและการดำเนินชีวิตของบุคคล คือ การเป็นคนดี แนวคิดด้านจิตวิทยากล่าวถึงพื้นฐานของมนุษย์กับการมีภาวะความดีงามภายในจิตใจ ความสามารถสัมผัสพลังชีวิตด้านบวกภายในตนเองอย่างเข้าใจช่วยให้บุคคลรู้สึกสุขสงบ มั่นคง ไม่เกิดปัญหาสุขภาพจิต (Wang, Tian, Guo, & Huebner, 2020) ผลการทบทวนวรรณกรรมพบว่าการเป็นคนดี ประกอบด้วย 8 ด้าน คือ ความมีวินัย ความซื่อสัตย์ ความรับผิดชอบ ความสามารถในการจัดการตนเอง ความมีจิตอาสา ความมีจิตสำนึกสาธารณะ ความประหยัดและพอเพียง และความสามารถในการทำงานเป็นทีมและอยู่ร่วมกัน ปัจจัยภายในด้านสภาวะจิตใจที่เกี่ยวข้องกับความเป็นคนดีดังกล่าวเป็นมิติที่เกี่ยวข้องกับจิตวิทยาเชิงบวกที่อธิบายถึงความคิด อารมณ์ และพฤติกรรมด้านบวกที่เกี่ยวข้องกับตนเองและผู้อื่น รวมทั้งยังมีความเชื่อมโยงกับความสุข คุณภาพชีวิต ศักยภาพในการเรียนรู้ การเติบโต และการใช้ชีวิตอย่างมั่นคง (จิรภา คำทา และสมบัติ วรินทรนุวัตร, 2559; ส่วนส่งเสริมและพัฒนานักศึกษา มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์, 2559; สุวิทย์ จันทร์เพ็ชร ณรงค์ฤทธิ์ ปริสุทธิ์กุล และเทพยุดา เฝื่อคง, 2564)

การรับรู้ความเป็นคนดีมีความเชื่อมโยงกับความสุข และการพัฒนาคุณลักษณะทั้ง 2 ประการสอดคล้องกับแนวทางการพัฒนานักศึกษาตามปณิธานของมหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ที่มุ่งเน้นพัฒนานักศึกษาทั้งด้านเก่ง ดี มีความสุขไปพร้อมกัน การพัฒนาความเป็น “คนดี” ของบัณฑิตมหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ คือ ความเป็นคนทันสมัยในฐานะพลเมืองและพลโลกที่มีอุดมการณ์ประชาธิปไตย รู้รอบ มี

ทัศนคติกว้างไกล มีมโนธรรมคุณธรรม จรรยาบรรณวิชาชีพ มีความรับผิดชอบทั้งต่อตนเองและสังคมส่วนรวม มีภาวะผู้นำ มีจิตอาสา และมีสำนึกสาธารณะ ส่วนการพัฒนาบัณฑิตให้มี “ความสุข” คือ การมีความสามารถปรับตัวกับการเปลี่ยนแปลงได้อย่างเข้าใจ เท่าทัน และมีความสุข พัฒนาสุขภาวะของตนเอง เข้าถึงทรัพยากรและแหล่งประโยชน์ด้านการศึกษาและการดำเนินชีวิตได้อย่างปลอดภัยและเป็นสุข ผลการศึกษาพบว่าความสุขช่วยให้นักศึกษาลดความตึงเครียด มีทัศนคติที่ดี สามารถแสดงออกทางอารมณ์และทัศนคติเชิงบวก รวมทั้งช่วยให้เกิดสุขภาวะและการปรับตัวให้เข้ากับชีวิตในมหาวิทยาลัยได้อย่างมีประสิทธิภาพ (Joodat, & Zarbakhsh, 2015; Seligman, & Csikszentmihalyi, 2014)

การศึกษาส่วนใหญ่ให้ความสนใจกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและในกลุ่มนักศึกษาที่ผ่านการเรียนมาแล้วในระยะเวลาหนึ่ง มีการศึกษาจำนวนจำกัดที่อธิบายความสัมพันธ์ระหว่างความดีและความสุข มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ตระหนักถึงความสำคัญในการเสริมสร้าง พัฒนาคุณภาพชีวิตนักศึกษาให้เป็นทั้งคนดีและคนเก่ง ตลอดจนพัฒนาคุณภาพทางด้านความสุขให้แก่นักศึกษา ผู้วิจัยในฐานะเป็นทีมงานระบบดูแลและเสริมสร้างศักยภาพนักศึกษาให้เก่ง ดี มีความสุข ของมหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์มองเห็นความสำคัญของการศึกษาการเป็นคนดี ความสุข และความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะดังกล่าวของนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 เพื่อเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาและออกแบบระบบการจัดการให้เกิดผลดีต่อทั้งการเรียนการสอนและระบบสนับสนุนเพื่อให้เกิดความสุข ลดปัญหาด้านสุขภาพจิตที่มีโอกาสเกิดขึ้นกับนักศึกษา ให้เป็นมหาวิทยาลัยแห่งการบ่มเพาะและผลิตบัณฑิตที่พึงประสงค์ให้กับสังคมต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาการรับรู้ความเป็นคนดีและความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์

2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเป็นคนดีกับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์

กรอบแนวคิดการวิจัย

การทำความเข้าใจลักษณะของนักศึกษาที่สัมพันธ์กับการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพตั้งแต่ชั้นปีที่ 1 คือพื้นฐานที่มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อกระบวนการเตรียมความพร้อมเพื่อพัฒนานักศึกษาให้สามารถเรียนรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ประสบความสำเร็จตามแผน และเกิดคุณลักษณะที่พึงประสงค์ตอบโจทย์สังคมอย่างแท้จริง ผลการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง พบว่า ลักษณะบุคคลที่มีความสำคัญต่อกระบวนการพัฒนานักศึกษา ระดับอุดมศึกษาประกอบด้วย ความเป็นคนดี มีอิทธิพลต่อภาวะสุขภาพจิตผ่านความคิด ความรู้สึก และความคาดหวัง บุคคลที่สามารถสัมผัสความดีงามซึ่งเป็นทรัพยากรด้านบวกภายในจิตใจอย่างเข้าใจช่วยให้เกิดความรู้สึกสุขสงบและมั่นคง ความสุข และส่งเสริมพฤติกรรมการเรียนรู้สำหรับนักศึกษา (จิรภา คำทา และสมบัติ วรินทรนุวัตร, 2559; ส่วนส่งเสริมและพัฒนานักศึกษา มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์,

2559; สุวิทย์ จันทร์เพ็ชร และคณะ, 2564)

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเชิงพรรณนาภาคตัดขวาง (Cross-sectional study) ครั้งนี้ศึกษาในกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ ปีการศึกษา 2561 จาก 13 สำนักวิชาที่ยินดีเข้าร่วมการวิจัยจำนวน 1,539 คน รวบรวมข้อมูลด้วยการให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามและรับคืนโดยผู้วิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ผู้วิจัยพัฒนาจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง ประกอบด้วยข้อคำถามปลายเปิด และแบบเลือกตอบจำนวน 6 ข้อ คือ เพศ อายุ สำนักวิชา ศาสนา เกรดเฉลี่ย และความเพียงพอของค่าใช้จ่ายในแต่ละเดือน

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามความเป็นคนดี พัฒนาโดยผู้วิจัยจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง แบ่งการประเมินเป็น 8 ด้าน ประกอบด้วย ความมีวินัย ความซื่อสัตย์ ความรับผิดชอบ ความสามารถในการจัดการตนเอง ความมีจิตอาสา ความมีจิตสำนึกสาธารณะ ความประหยัดและพอเพียง และความสามารถในการทำงานเป็นทีมและอยู่ร่วมกัน ข้อคำถามจำนวน 12 ข้อ ค่าคะแนนระหว่าง 0 - 10 คะแนน 0 คือ ไม่มีลักษณะตามข้อความนั้นเลย คะแนน 10 คือ มีลักษณะตามข้อความมากที่สุด คะแนนรวมตั้งแต่ 0 - 120 คะแนน แปลความหมายเป็น 3 ระดับ คือ รับรู้ความเป็นคนดีระดับน้อย (0 - 40 คะแนน) ระดับปานกลาง (41 - 80 คะแนน) และระดับมาก (81 - 120 คะแนน)

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามความสุข ผู้วิจัยดัดแปลงจากแบบสอบถามความสุขของวริศรา อัศวศิริโรจน์ (อ้างในจิราภรณ์ สรรพวีรวงศ์ และคณะ, 2559) แบ่งการประเมินเป็น 8 ด้าน คือ ความมั่นคงในชีวิต สุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี ครอบครัวอบอุ่น การศึกษาและกิจกรรมที่ดี ที่พักอาศัยและสภาพแวดล้อมธรรมชาติที่ดี ความปลอดภัยและพฤติกรรมของนักศึกษา ความภาคภูมิใจในตนเอง และการอยู่ร่วมกันของนักศึกษา ข้อคำถามจำนวน 27 ข้อ ค่าคะแนนระหว่าง 0 - 10 คะแนน คะแนนรวมตั้งแต่ 0 - 270 คะแนน แปลความหมายเป็น 3 ระดับ คือ ความสุขระดับน้อย (0 - 90คะแนน) ระดับปานกลาง (91 - 180 คะแนน) และระดับมาก (181 - 270 คะแนน)

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ ตรวจสอบความถูกต้องของโครงสร้าง เนื้อหา และภาษาของแบบสอบถามส่วนที่ 1 - 3 โดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน ประกอบด้วย อาจารย์พยาบาลผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพจิตและจิตเวช จำนวน 1 ท่าน ผู้เชี่ยวชาญด้านเด็กและวัยรุ่นจำนวน 1 ท่าน ผู้เชี่ยวชาญด้านระบบดูแลนักศึกษาระดับอุดมศึกษาจำนวน 3 ท่าน จากนั้นปรับแก้เนื้อหาตามข้อเสนอแนะ นำเครื่องมือไปทดลองใช้กับกลุ่มนักศึกษาที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มเป้าหมายของการศึกษาครั้งนี้ จำนวน 30 ราย และปรับปรุงแก้ไขก่อนนำไปใช้จริง โดยหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือ

ส่วนที่ 2 - 3 เท่ากับ 0.86 และ 0.82 ตามลำดับ

การพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยนี้ผ่านการอนุมัติจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ ตามเอกสารรับรองเลขที่ WUEC-18-060-01 รวบรวมข้อมูลระหว่างเดือนพฤศจิกายน - ธันวาคม พ.ศ.2561 ผู้วิจัยเข้าพบนักศึกษาและผู้เกี่ยวข้องเพื่อชี้แจงรายละเอียดการวิจัย วัตถุประสงค์ แนวทางความร่วมมือ ประโยชน์ ผลกระทบที่อาจเกิดขึ้น การมีอิสระในการเข้าร่วมและปฏิเสธการวิจัยโดยไม่มีผลกระทบใด ๆ พร้อมสอบถามความสมัครใจในการเข้าร่วมการวิจัย กรณีสมัครใจ ผู้เข้าร่วมมีการเซ็นยินยอมอย่างเป็นลายลักษณ์อักษร การนำเสนอผลการวิจัยเป็นไปในภาพรวม ข้อมูลวิจัยถูกเก็บเป็นความลับ เอกสารทั้งหมดจะถูกทำลายหลังงานวิจัยเสร็จสิ้นสมบูรณ์

การวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อมูลส่วนบุคคล ความเป็นคนดี และความสุข ใช้ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของความเป็นคนดีกับความสุข ใช้การทดสอบฟิชเชอร์ (Fisher's Exact Test) กำหนดค่านัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$)

ผลการวิจัย

1. ข้อมูลทั่วไป

นักศึกษาชั้นปีที่ 1 ตอบแบบสอบถามทั้งหมดจำนวน 1,539 คน จาก 13 สำนักวิชา คิดเป็นร้อยละ 70.47 ของจำนวนนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ทั้งหมด ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงร้อยละ 81.20 อายุระหว่าง 18 - 22 ปี (Mean = 18.81, SD = 0.62) ปี ร้อยละ 49.40 ศึกษาในกลุ่มสำนักวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ กลุ่มสำนักวิชาสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ และกลุ่มสำนักวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ร้อยละ 49.97, 35.54 และ14.49 ตามลำดับ นับถือศาสนาพุทธร้อยละ 76.80 ร้อยละ 53.54 มีเกรดเฉลี่ยสะสมระหว่าง 2.50 - 3.49 ร้อยละ 74.92 มีค่าใช้จ่ายเพียงพอ

2. การรับรู้ความเป็นคนดีและความสุขของนักศึกษา

นักศึกษามีการรับรู้ความเป็นคนดี มีค่าคะแนนเฉลี่ยโดยรวมอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 91.40 (Mean = 102.43, SD = 20.81) กลุ่มสำนักวิชาที่มีคะแนนการรับรู้ความเป็นคนดีรวมทุกองค์ประกอบสูงสุดคือ กลุ่มสำนักวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ รองลงมาคือ กลุ่มสำนักวิชาสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ และ กลุ่มสำนักวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี คิดเป็นร้อยละ 93.20, 90.10 และ 88.30 ตามลำดับ

องค์ประกอบความเป็นคนดีสูงที่สุด ได้แก่ ด้านความสามารถในการทำงานเป็นทีมและการอยู่ร่วมกัน และด้านความรับผิดชอบ ร้อยละ 91.40 เท่ากัน รองลงมาคือ ด้านความซื่อสัตย์ ร้อยละ 91.10 เมื่อพิจารณาในการรับรู้ความเป็นคนดีใน แต่ละกลุ่มสำนักวิชา พบว่า กลุ่มสำนักวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ มีการรับรู้ความเป็นคนดีในระดับมาก สูงสุดคือ ด้านความซื่อสัตย์ ร้อยละ 93.60 รองลงมาคือ ด้านความสามารถในการจัดการตนเอง ร้อยละ 93.50 และด้านความสามารถในการทำงานเป็นทีมและการอยู่ร่วมกัน ร้อยละ93.40 กลุ่มสำนักวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มีการรับรู้ความเป็นคนดีในระดับมาก สูงสุดคือ ด้านความรับผิดชอบ

คิดเป็นร้อยละ 90.10 ด้านความสามารถในการทำงานเป็นทีมและการอยู่ร่วมกัน ร้อยละ 88.30 และด้านความซื่อสัตย์ ร้อยละ 87.40 สำหรับกลุ่มสำนักวิชาสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ มีการรับรู้ความเป็นคนดีในระดับมากสูงสุดคือ ด้านความสามารถในการทำงานเป็นทีมและการอยู่ร่วมกัน คิดเป็นร้อยละ 89.90 ด้านความรับผิดชอบ ร้อยละ 89.20 และด้านความซื่อสัตย์ ร้อยละ 89.00 ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 จำนวน ร้อยละ ของการรับรู้ระดับความเป็นคนดี จำแนกตามองค์ประกอบความเป็นคนดี และกลุ่มสำนักวิชา (n = 1,539)

องค์ประกอบความเป็นคนดี	ระดับการเป็นคนดี	กลุ่มสำนักวิชา จำนวน (ร้อยละ)			รวม (n = 1,539)
		วิทยาศาสตร์สุขภาพ (n = 769)	วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี (n = 223)	สังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ (n = 547)	
ด้านที่ 1 ความมีวินัย					
	น้อย	28 (3.60)	12 (5.40)	35 (6.40)	75 (4.90)
	ปานกลาง	29 (3.80)	17 (7.60)	38 (6.90)	84 (5.50)
	มาก	712 (92.60)	194 (87.00)	474 (86.70)	1,380 (89.70)
	รวม	769 (50.00)	223 (14.50)	547 (35.50)	1,539 (100.00)
ด้านที่ 2 ความซื่อสัตย์					
	น้อย	24 (31.00)	11 4.90)	33 (6.00)	68 (4.40)
	ปานกลาง	25 (3.30)	17 (7.60)	27 (4.90)	69 (4.50)
	มาก	720 (93.60)	195 (87.40)	487 (89.00)	1,402 (91.10)
	รวม	769 (50.00)	223 (14.50)	547 (35.50)	1,539 (100.00)
ด้านที่ 3 ความรับผิดชอบ					
	น้อย	26 (3.40)	11 (4.90)	31 (2.00)	68 (4.40)
	ปานกลาง	26 (3.40)	11 (4.90)	28 (5.10)	65 (4.20)
	มาก	717 (93.20)	201 (90.10)	488 (89.20)	1,460 (91.40)
	รวม	769 (50.00)	223 (14.50)	547 (35.50)	1,539 (100.00)
ด้านที่ 4 ความมีจิตอาสา					
	น้อย	26 (3.40)	12 (5.40)	32 (5.90)	70 (4.50)
	ปานกลาง	39 (5.10)	31 (13.90)	40 (7.30)	110 (7.10)
	มาก	704 (91.50)	180 (80.70)	475 (86.80)	1,359 (88.30)
	รวม	769 (50.00)	223 (14.50)	547 (35.50)	1,539 (100.00)

ตารางที่ 1 จำนวน ร้อยละ ของการรับรู้ระดับความเป็นคนดี จำแนกตามองค์ประกอบความเป็นคนดี และกลุ่มสำนักวิชา (n = 1,539) (ต่อ)

องค์ประกอบความเป็นคนดี	ระดับการเป็นคนดี	กลุ่มสำนักวิชา จำนวน (ร้อยละ)			รวม (n = 1,539)
		วิทยาศาสตร์สุขภาพ (n = 769)	วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี (n = 223)	สังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ (n = 547)	
ด้านที่ 5 ความสามารถในการทำงานเป็นทีมและอยู่ร่วมกัน					
	น้อย	24 (3.10)	10 (4.50)	29 (5.30)	63 (4.10)
	ปานกลาง	27 (3.50)	16 (7.20)	26 (4.80)	69 (4.50)
	มาก	718 (93.40)	197 (88.30)	492 (89.90)	1,407 (91.40)
	รวม	769 (50.00)	223 (14.50)	547 (35.50)	1,539 (100.00)
ด้านที่ 6 ความสามารถในการจัดการตนเอง					
	น้อย	24 (3.10)	11 (4.90)	29 (4.20)	64 (4.20)
	ปานกลาง	26 (3.40)	16 (7.20)	37 (6.80)	79 (5.10)
	มาก	719 (93.50)	196 (78.90)	481 (87.90)	1,369 (90.70)
	รวม	769 (50.00)	223 (14.50)	547 (35.50)	1,539 (100.00)
ด้านที่ 7 ความมีจิตสำนักสาธารณะ					
	น้อย	24 (31.10)	12 (5.40)	31 (5.70)	67 (4.40)
	ปานกลาง	39 (5.10)	17 (7.60)	40 (7.30)	96 (6.20)
	มาก	706 (91.80)	194 (87.00)	476 (87.00)	1,376 (89.40)
	รวม	769 (50.00)	223 (14.50)	547 (35.50)	1,539 (100.00)
ด้านที่ 8 ความประหยัดและพอเพียง					
	น้อย	24 (3.10)	10 (4.50)	31 (5.70)	65 (4.20)
	ปานกลาง	41 (5.30)	27 (12.10)	38 (6.90)	106 (6.90)
	มาก	704 (91.50)	186 (83.40)	478 (87.40)	1,368 (88.90)
	รวม	769 (50.00)	223 (14.50)	547 (35.50)	1,539 (100.00)
รวมทุกองค์ประกอบ (Mean = 102.43 คะแนน SD = 20.81)					
	น้อย	24 (3.10)	10 (4.50)	30 (5.50)	64 (4.20)
	ปานกลาง	28 (3.60)	16 (7.20)	24 (4.40)	68 (4.40)
	มาก	717 (93.20)	197 (88.30)	493 (90.10)	1,407 (91.40)
	รวม	769 (50.00)	223 (14.50)	547 (35.50)	1,539 (100.00)

ด้านความสุข พบว่า นักศึกษามีค่าคะแนนเฉลี่ยโดยรวมอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 83.50 (Mean = 210.19, SD = 50.08) กลุ่มสำนักวิชาที่มีความสุขทุกองค์ประกอบในระดับมาก สูงที่สุดคือ กลุ่มสำนักวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 87.00 รองลงมาคือ กลุ่มสำนักวิชาสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ ร้อยละ 80.80 และกลุ่มสำนักวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ร้อยละ 78.00

เมื่อพิจารณาองค์ประกอบของความสุขที่อยู่ในระดับมากสูงสุด คือ ด้านการอยู่ร่วมกันของนักศึกษา ร้อยละ 86.40 รองลงมาคือ ด้านครอบครัวที่อบอุ่น ร้อยละ 84.90 และด้านความปลอดภัยและพฤติกรรมของนักศึกษา ร้อยละ 84.50 เมื่อพิจารณาความสุขแต่ละกลุ่มสำนักวิชา พบว่า กลุ่มสำนักวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ มีความสุขระดับมากสูงที่สุด คือ ด้านการอยู่ร่วมกันของนักศึกษา คิดเป็นร้อยละ 90.00 รองลงมาคือ ด้านครอบครัวที่อบอุ่น ร้อยละ 88.90 และด้านความปลอดภัยและพฤติกรรมของนักศึกษา ร้อยละ 87.80 กลุ่มสำนักวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มีความสุขระดับมากสูงที่สุด คือ ด้านการอยู่ร่วมกันของนักศึกษา คิดเป็นร้อยละ 81.20 รองลงมาคือด้านครอบครัวที่อบอุ่น และด้านการศึกษาและกิจกรรมที่ดี คิดเป็นร้อยละ 80.30 เท่ากัน สำหรับกลุ่มสำนักวิชาสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ มีความสุขระดับมากสูงสุดคือ ด้านการอยู่ร่วมกันของนักศึกษา คิดเป็นร้อยละ 83.50 รองลงมาคือ ด้านความปลอดภัยและพฤติกรรมของนักศึกษา ร้อยละ 81.70 และด้านการศึกษาและกิจกรรมที่ดี ร้อยละ 81.40 ดังตารางที่ 2

3. ความสัมพันธ์ระหว่างความเป็นคนดีกับความสุขของนักศึกษา

ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความเป็นคนดีทั้งในภาพรวม และแยกแต่ละองค์ประกอบ 8 ด้านกับความสุขของนักศึกษา พบว่า มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p = 0.000) ดังตารางที่ 3

ตารางที่ 2 จำนวน ร้อยละของระดับความสุข จำแนกตามองค์ประกอบความสุขและกลุ่มสำนักวิชา (n = 1,539)

องค์ประกอบความสุข	ระดับของความสุข	กลุ่มสำนักวิชา จำนวน (ร้อยละ)			รวม (n = 1,539)
		วิทยาศาสตร์สุขภาพ (n = 769)	วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี (n = 223)	สังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ (n = 547)	
ด้านที่ 1 ความมั่นคงในชีวิต					
	น้อย	59 (7.70)	23 (10.30)	61 (9.30)	143 (9.30)
	ปานกลาง	171 (22.20)	61 (27.40)	146 (26.70)	378 (24.60)
	มาก	539 (70.10)	139 (62.30)	340 (62.20)	1,018 (66.10)
	รวม	769 (50.00)	223 (14.50)	547 (35.50)	1,539 (100.00)

ตารางที่ 2 จำนวน ร้อยละของระดับความสุข จำแนกตามองค์ประกอบความสุขและกลุ่มสำนักวิชา (n = 1,539) (ต่อ)

องค์ประกอบความสุข	ระดับของความสุข	กลุ่มสำนักวิชา จำนวน (ร้อยละ)			รวม (n = 1,539)
		วิทยาศาสตร์สุขภาพ (n = 769)	วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี (n = 223)	สังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ (n = 547)	
ด้านที่ 2 สุขภาพกายและจิตที่ดี					
	น้อย	49 (6.40)	24 (10.80)	59 (10.80)	132 (8.60)
	ปานกลาง	247 (32.10)	79 (35.40)	169 (30.90)	495 (32.20)
	มาก	473 (61.50)	120 (53.80)	319 (58.30)	912 (59.30)
	รวม	769 (50.00)	223 (14.50)	547 (35.50)	1,539 (100.00)
ด้านที่ 3 ครอบครัวที่อบอุ่น					
	น้อย	40 (5.20)	16 (7.20)	45 (8.20)	101 (6.60)
	ปานกลาง	45 (5.90)	28 (12.60)	59 (10.80)	132 (8.60)
	มาก	684 (88.90)	179 (80.30)	443 (81.00)	1,306 (84.90)
	รวม	769 (50.00)	223 (14.50)	547 (35.50)	1,539 (100.00)
ด้านที่ 4 การศึกษาและกิจกรรมที่ดี					
	น้อย	34 (4.40)	16 (7.20)	43 (7.90)	93 (6.00)
	ปานกลาง	75 (9.80)	28 (12.60)	59 (10.80)	162 (10.50)
	มาก	660 (85.80)	179 (80.30)	445 (81.40)	1,284 (83.40)
	รวม	769 (50.00)	223 (14.50)	547 (35.50)	1,539 (100.00)
ด้านที่ 5 ที่พักอาศัยและสภาพแวดล้อมธรรมชาติที่ดี					
	น้อย	37 (4.80)	18 (8.10)	50 (9.10)	105 (6.80)
	ปานกลาง	95 (12.40)	33 (14.80)	68 (12.40)	196 (12.70)
	มาก	637 (82.80)	172 (77.10)	429 (78.40)	1,238 (80.40)
	รวม	769 (50.00)	223 (14.50)	547 (35.50)	1,539 (100.00)
ด้านที่ 6 ความปลอดภัยและพฤติกรรมของนักศึกษา					
	น้อย	33 (4.30)	15 (6.70)	50 (9.10)	98 (6.40)
	ปานกลาง	61 (7.90)	30 (13.50)	50 (9.10)	141 (9.20)
	มาก	675 (87.80)	178 (79.80)	447 (81.70)	1,300 (84.50)
	รวม	769 (50.00)	223 (14.50)	547 (35.50)	1,539 (100.00)

ตารางที่ 2 จำนวน ร้อยละของระดับความสุข จำแนกตามองค์ประกอบความสุขและกลุ่มสำนักวิชา (n = 1,539) (ต่อ)

องค์ประกอบความสุข	ระดับของความสุข	กลุ่มสำนักวิชา จำนวน (ร้อยละ)			รวม (n = 1,539)
		วิทยาศาสตร์สุขภาพ (n = 769)	วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี (n = 223)	สังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ (n = 547)	
ด้านที่ 7 ความภาคภูมิใจในตนเอง					
	น้อย	37 (4.80)	18 (8.10)	44 (8.00)	99 (6.40)
	ปานกลาง	93 (12.10)	45 (20.20)	100 (18.30)	238 (15.50)
	มาก	639 (83.10)	160 (71.70)	4.30 (73.70)	1,202 (78.10)
	รวม	769 (50.00)	223 (14.50)	547 (35.50)	1,539 (100.00)
ด้านที่ 8 การอยู่ร่วมกันของนักศึกษา					
	น้อย	32 (4.20)	12 (5.40)	39 (7.10)	83 (5.40)
	ปานกลาง	45 (5.90)	30 (13.50)	51 (9.30)	126 (8.20)
	มาก	692 (90.00)	181 (81.20)	457 (83.50)	1,330 (86.40)
	รวม	769 (50.00)	223 (14.50)	547 (35.50)	1,539 (100.00)
รวมทุกองค์ประกอบ (Mean = 210.19, SD = 50.08)					
	น้อย	31 (4.00)	13 (5.80)	43 (7.90)	87 (5.70)
	ปานกลาง	69 (9.00)	36 (16.10)	62 (11.30)	167 (10.90)
	มาก	669 (87.00)	174 (78.00)	442 (80.80)	1,285 (83.50)
	รวม	769 (50.00)	223 (14.50)	547 (35.50)	1,539 (100.00)

การอภิปรายผล

ผลการศึกษาครั้งนี้พบว่านักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ รับรู้ความเป็นคนดีโดยภาพรวมทุกองค์ประกอบในระดับมากร้อยละ 91.40 สะท้อนให้เห็นว่านักศึกษาส่วนใหญ่รับรู้และให้คุณค่าต่อตนเองในด้านบวก อาจเนื่องจากนักศึกษาอยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนปลายและก้าวสู่วัยผู้ใหญ่ตอนต้น เป็นกลุ่มวัยที่มีอุดมการณ์มุ่งมั่นในจริยธรรม ต้องการการยอมรับและเป็นส่วนหนึ่งจากกลุ่มเพื่อน อาจารย์ สังคม ส่งผลให้เกิดการพัฒนาลักษณะการเป็นคนดีของสังคม (จิรภา คำทา และสมบัติ วรินทรนุวัตร, 2559) สอดคล้องกับการศึกษาของสุวิทย์ จันทร์เพ็ชร และคณะ (2564) ที่พบว่านักศึกษาระดับปริญญาตรีมีพฤติกรรมเชิงจริยธรรมโดยภาพรวมในระดับมาก เมื่อเปรียบเทียบกลุ่มสำนักวิชาพบว่า กลุ่มสำนักวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพมีคะแนนการรับรู้ความเป็นคนดีสูงสุด รองลงมา คือ กลุ่มสำนักวิชาสังคมศาสตร์และ

ตารางที่ 3 ความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบของความเป็นคนดี กับความสุขของนักศึกษา จำแนกตามกลุ่มสำนักวิชา

องค์ประกอบของความเป็นคนดี	วิทยาศาสตร์สุขภาพ (n = 769) ระดับความสุข จำนวน (ร้อยละ)				Fisher's Exact Test	*p*	วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี (n = 223) ระดับความสุข จำนวน (ร้อยละ)				Fisher's Exact Test	*p*	สังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ (n = 547) ระดับความสุข จำนวน (ร้อยละ)				Fisher's Exact Test	*p*
	น้อย	ปานกลาง	มาก	รวม			น้อย	ปานกลาง	มาก	รวม			น้อย	ปานกลาง	มาก	รวม		
ด้านที่ 1 ความมีวินัย																		
น้อย	17(54.80)	4(5.80)	7(1.00)	28(3.60)	130.10	0.000	10(76.90)	0	2(1.10)	12(5.40)	93.03	0.000	27(62.80)	5(8.10)	3(0.70)	35(6.40)	167.91	0.000
ปานกลาง	6(19.40)	11(15.90)	12(1.80)	29(3.80)			2(15.40)	12(33.30)	3(1.70)	17(7.60)			5(11.60)	15(24.20)	18(4.10)	38(6.90)		
มาก	8(25.80)	54(78.30)	650(97.20)	712(92.60)			1(7.70)	24(66.70)	169(97.10)	194(87.00)			11(25.60)	42(67.70)	421(95.20)	474(86.70)		
รวม	31(100.00)	69(100.00)	669(100.00)	769(100.00)			13(100.00)	36(100.00)	174(100.00)	223(100.00)			43(100.00)	62(100.00)	442(100.00)	547(100.00)		
ด้านที่ 2 ความซื่อสัตย์																		
น้อย	15(48.40)	3(4.30)	6(0.90)	24(3.10)	144.35	0.000	10(76.90)	0	1(0.60)	11(4.90)	90.48	0.000	27(62.80)	3(4.80)	3(0.70)	33(6.00)	173.91	0.000
ปานกลาง	6(19.40)	13(18.80)	6(0.90)	25(3.30)			2(15.40)	11(30.60)	4(2.30)	17(7.60)			4(9.30)	14(22.60)	9(2.00)	27(4.90)		
มาก	10(32.30)	53(76.80)	657(98.20)	720(93.60)			1(7.70)	25(69.40)	169(97.10)	195(87.40)			12(27.90)	45(72.60)	430(97.30)	487(89.00)		
รวม	31(100.00)	69(100.00)	669(100.00)	769(100.00)			13(100.00)	36(100.00)	174(100.00)	223(100.00)			43(100.00)	62(100.00)	442(100.00)	547(100.00)		
ด้านที่ 3 ความรับผิดชอบ																		
น้อย	16(51.60)	3(4.30)	7(1.00)	26(3.40)	140.93	0.000	9(69.20)	0	2(1.10)	11(4.90)	81.53	0.000	25(58.10)	3(4.80)	3(0.70)	31(5.70)	166.41	0.000
ปานกลาง	6(19.40)	12(17.40)	8(1.20)	26(3.40)			3(23.10)	7(19.40)	1(0.60)	11(4.90)			7(16.30)	12(19.40)	9(2.00)	28(5.10)		
มาก	9(29.00)	54(78.30)	654(97.80)	717(93.20)			1(7.70)	29(80.60)	171(98.30)	201(90.10)			11(25.60)	47(75.80)	430(97.30)	488(89.20)		
รวม	31(100.00)	69(100.00)	669(100.00)	769(100.00)			13(100.00)	36(100.00)	174(100.00)	223(100.00)			43(100.00)	62(100.00)	442(100.00)	547(100.00)		
ด้านที่ 4 ความมีจิตอาสา																		
น้อย	16(51.60)	3(4.30)	7(1.00)	26(3.40)	151.10	0.000	9(69.20)	1(2.80)	2(1.10)	12(5.40)	86.88	0.000	25(58.10)	5(8.10)	2(0.50)	32(5.90)	174.91	0.000
ปานกลาง	7(22.60)	17(24.60)	15(2.20)	39(5.10)			3(23.10)	17(47.20)	11(6.30)	31(13.90)			6(14.00)	18(29.00)	16(3.60)	40(7.30)		
มาก	8(25.80)	49(71.00)	647(96.70)	704(91.50)			1(7.70)	18(50.00)	161(92.50)	180(80.70)			12(27.90)	39(62.90)	424(95.90)	475(86.80)		
รวม	31(100.00)	69(100.00)	669(100.00)	769(100.00)			13(100.00)	36(100.00)	174(100.00)	223(100.00)			43(100.00)	62(100.00)	442(100.00)	547(100.00)		

ตารางที่ 3 ความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบของความเป็นคนดี กับความสุขของนักศึกษา จำแนกตามกลุ่มสำนักวิชา (ต่อ)

องค์ประกอบของความเป็นคนดี	วิทยาศาสตร์สุขภาพ (n = 769) ระดับความสุข จำนวน (ร้อยละ)				Fisher's Exact Test	*p*	วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี (n = 223) ระดับความสุข จำนวน (ร้อยละ)				Fisher's Exact Test	*p*	สังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ (n = 547) ระดับความสุข จำนวน (ร้อยละ)				Fisher's Exact Test	*p*
	น้อย	ปานกลาง	มาก	รวม			น้อย	ปานกลาง	มาก	รวม			น้อย	ปานกลาง	มาก	รวม		
ด้านที่ 5 ความสามารถในการทำงานเป็นทีมและอยู่ร่วมกัน																		
น้อย	15(48.40)	3(4.30)	6(3.10)	24(3.10)	152.26	0.000	9(69.20)	0	1(0.60)	10(4.50)	93.28	0.000	25(58.10)	2(3.20)	2(0.50)	29(5.30)	153.12	0.000
ปานกลาง	6(19.40)	15(21.70)	27(3.50)	27(3.50)			3(23.10)	11(30.60)	2(1.10)	16(7.20)			5(11.60)	10(16.10)	11(2.50)	26(4.80)		
มาก	10(32.30)	51(73.90)	657(98.20)	718(93.40)			1(7.70)	25(69.40)	171(98.30)	197(88.30)			13(30.20)	50(80.60)	429(97.10)	492(89.90)		
รวม	31(100.00)	69(100.00)	669(100.00)	769(100.00)			13(100.00)	36(100.00)	174(100.00)	223(100.00)			43(100.00)	62(100.00)	442(100.00)	547(100.00)		
ด้านที่ 6 ความสามารถในการจัดการตนเอง																		
น้อย	15(48.40)	3(4.30)	6(0.90)	24(3.10)	155.17	0.000	9(69.20)	0	2(1.10)	11(4.90)	83.62	0.000	25(58.10)	2(3.20)	2(0.50)	29(5.30)	163.57	0.000
ปานกลาง	6(19.40)	15(21.70)	5(0.70)	26(3.40)			3(23.10)	10(27.80)	3(1.70)	16(7.20)			6(16.20)	15(24.20)	16(3.60)	37(6.80)		
มาก	10(32.30)	51(73.90)	658(98.40)	719(93.50)			1(7.70)	26(72.20)	169(97.10)	196(87.90)			12(27.90)	45(72.60)	424(95.90)	481(87.90)		
รวม	31(100.00)	69(100.00)	669(100.00)	769(100.00)			13(100.00)	36(100.00)	174(100.00)	223(100.00)			43(100.00)	62(100.00)	442(100.00)	547(100.00)		
ด้านที่ 7 ความมีจิตสำนักสาธารณะ																		
น้อย	15(48.40)	3(4.30)	6(0.90)	24(3.10)	144.56	0.000	9(69.20)	1(2.80)	2(1.10)	12(5.40)	92.34	0.000	26(60.50)	3(4.80)	2(0.50)	31(5.70)	161.84	0.000
ปานกลาง	6(19.40)	18(26.10)	15(2.20)	39(5.10)			3(23.10)	12(33.30)	2(1.10)	17(7.60)			5(11.60)	15(24.20)	20(4.50)	40(7.30)		
มาก	10(32.30)	48(69.60)	648(96.90)	706(91.80)			1(7.70)	23(63.90)	170(97.70)	194(87.00)			12(27.90)	44(71.00)	420(95.00)	476(87.00)		
รวม	31(100.00)	69(100.00)	669(100.00)	769(100.00)			13(100.00)	36(100.00)	174(100.00)	223(100.00)			43(100.00)	62(100.00)	442(100.00)	547(100.00)		
ด้านที่ 8 ความประหยัดและพอเพียง																		
น้อย	15(48.40)	3(4.30)	6(0.90)	24(3.10)	137.50	0.000	9(69.20)	0	1(0.60)	10(4.50)	99.29	0.000	25(58.10)	3(4.80)	3(0.70)	31(5.70)	162.15	0.000
ปานกลาง	7(22.60)	16(23.20)	18(2.70)	41(5.30)			3(23.10)	17(47.20)	7(4.00)	27(12.10)			6(14.00)	16(25.80)	16(3.60)	38(6.90)		
มาก	9(29.00)	50(72.50)	645(96.40)	704(91.50)			1(7.70)	19(52.80)	166(95.40)	186(83.40)			12(27.90)	43(69.40)	423(95.60)	478(87.40)		
รวม	31(100.00)	69(100.00)	669(100.00)	769(100.00)			13(100.00)	36(100.00)	174(100.00)	223(100.00)			43(100.00)	62(100.00)	442(100.00)	547(100.00)		

ตารางที่ 3 ความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบของความเป็นคนดี กับความสุขของนักศึกษา จำแนกตามกลุ่มสำนักวิชา (ต่อ)

องค์ประกอบของความเป็นคนดี	วิทยาศาสตร์สุขภาพ (n = 769) ระดับความสุข จำนวน (ร้อยละ)				Fisher's Exact Test	*p*	วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี (n = 223) ระดับความสุข จำนวน (ร้อยละ)				Fisher's Exact Test	*p*	สังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ (n = 547) ระดับความสุข จำนวน (ร้อยละ)				Fisher's Exact Test	*p*
	น้อย	ปานกลาง	มาก	รวม			น้อย	ปานกลาง	มาก	รวม			น้อย	ปานกลาง	มาก	รวม		
รวมทุกองค์ประกอบ																		
น้อย	15(48.40)	3(4.30)	6(0.90)	24(3.10)			9(69.20)	0	1(0.60)	10(4.50)			26(60.50)	2(3.20)	2(0.50)	30(5.50)		
ปานกลาง	6(19.40)	14(20.30)	8(1.20)	28(3.60)	143.27	0.000	3(23.10)	11(30.60)	2(1.10)	16(7.20)	93.28	0.000	5(11.60)	14(22.60)	5(1.10)	24(4.40)	184.88	0.000
มาก	10(32.30)	52(75.40)	655(97.90)	717(93.20)			1(7.70)	25(69.40)	171(98.30)	197(88.30)			12(27.90)	46(74.20)	435(98.40)	493(90.10)		
รวม	31(100.00)	69(100.00)	669(100.00)	769(100.00)			13(100.00)	36(100.00)	174(100.00)	223(100.00)			43(100.00)	62(100.00)	442(100.00)	547(100.00)		

มนุษยศาสตร์ และกลุ่มสำนักวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี อาจเนื่องจากแบบแผนการเรียนรู้และคุณลักษณะทางวิชาชีพของนักศึกษากลุ่มวิทยาศาสตร์สุขภาพต้องรับผิดชอบชีวิต ลักษณะความเป็นคนดีจึงถูกคาดหวังควบคู่กับการเป็นคนเก่ง (จิราภรณ์ สรรพวีรวงศ์ และคณะ, 2559)

ผลการวิเคราะห์ความเป็นคนดีรายด้าน พบว่า นักศึกษาภาพรวมรับรู้ด้านความสามารถในการทำงานเป็นทีมและการอยู่ร่วมกันมากที่สุด รองลงมา คือ ด้านความรับผิดชอบ และด้านความซื่อสัตย์ คุณลักษณะดังกล่าวอาจเกิดจากการต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงอย่างรอบด้านเพื่อไปสู่เป้าหมายความสำเร็จ โดยเฉพาะนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ต้องพยายามปรับตัวกับสภาพแวดล้อมใหม่อย่างรอบด้าน ต้องอาศัยความรับผิดชอบและความพยายามจัดการตนเองเพื่อปรับสู่ภาวะสมดุล (Wahed, & Hassan, 2017) อีกทั้งการปรับตัวต่อระบบการเรียนในมหาวิทยาลัยเน้นการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม นักศึกษาต้องแสวงหาความรู้ก่อนเข้าเรียนมากกว่าระดับมัธยมศึกษา ประกอบกับการเรียนระบบไตรภาค ทำให้ต้องกระตือรือร้นและรับผิดชอบ สอดคล้องกับชวนีย์ พงศาพิชญ์ (2562) ที่พบว่านักศึกษาระดับอุดมศึกษามีความรับผิดชอบต่อตนเองมากที่สุด นอกจากนี้ นักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ ยังได้รับการพัฒนาทักษะชีวิตด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่นผ่านกิจกรรมต่าง ๆ ส่งผลให้ได้พัฒนาทักษะการทำงานเป็นทีมร่วมกับความรับผิดชอบตนเองต่อเนื่อง ด้านความซื่อสัตย์ นักศึกษารับรู้ถึงความซื่อสัตย์ต่อตนเอง ผู้อื่น และสังคมระดับมาก ทั้งนี้เป็นเพราะว่านักศึกษาก้าวสู่วัยผู้ใหญ่ตอนต้น ต้องเรียนรู้และแสดงบทบาทตามที่สังคมคาดหวัง เช่นเดียวกับการศึกษาของสุวิทย์ จันทร์เพ็ชร และคณะ (2564) ที่พบว่านักศึกษามีความรับผิดชอบ เสียสละ และซื่อสัตย์ในระดับมาก

ด้านความสุขพบว่าค่าคะแนนเฉลี่ยความสุขโดยรวมของนักศึกษาอยู่ในระดับมาก สอดคล้องกับการศึกษาที่พบว่านักศึกษาระดับอุดมศึกษารับรู้ความสุขในระดับมาก (จิราภรณ์ สรรพวีรวงศ์ และคณะ, 2559) กลุ่มสำนักวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพมีคะแนนความสุขมากที่สุด รองลงมาคือกลุ่มสำนักวิชาสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ และกลุ่มสำนักวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี เมื่อพิจารณารายด้านพบว่านักศึกษาทั้ง 3 กลุ่มสำนักวิชามีความสุขด้านการอยู่ร่วมกันของนักศึกษามากที่สุด รองลงมา คือ ด้านครอบครัวที่อบอุ่น ด้านความปลอดภัยและพฤติกรรมของนักศึกษา และด้านการศึกษาและกิจกรรมที่ดี อาจเนื่องจากพัฒนาการของนักศึกษาตามแนวคิดอิริคสันที่อธิบายว่าวัยนี้เริ่มเป็นสมาชิกที่รับผิดชอบกับสังคมเต็มที่ มุ่งหมายความผูกพันใกล้ชิดกับกลุ่มเพื่อน มีการสร้างสัมพันธภาพที่มั่นคงและแสดงออกถึงวุฒิภาวะของการเป็นผู้ใหญ่ และสัมพันธภาพที่ดีมีพื้นฐานจากการมีครอบครัวที่อบอุ่น ส่งผลให้เกิดความสุข ผลการศึกษาของเทียนทอง หาระบุตร และคณะ (2562) พบว่านักศึกษาร้อยละ 82.30 มีความสุข และความสุขเกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์กับสมาชิกครอบครัวและเพื่อน ปัจจัยอีกประการที่ส่งผลต่อความสุขของนักศึกษาคือการได้รับการตอบสนองด้านความปลอดภัยและพฤติกรรมของนักศึกษา การได้อาศัยในที่ที่มีความปลอดภัย มี

สาธารณูปโภคเพียงพอ อยู่ในสภาพแวดล้อมที่ปราศจากมลพิษ เป็นเป้าหมายของมหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ ซึ่งวางรากฐานสร้างเมืองมหาวิทยาลัยให้มีสิ่งอำนวยความสะดวกต่าง ๆ อย่างครบถ้วนเหมือนชุมชนเมือง เพื่อให้นักศึกษาสามารถใช้ชีวิตอย่างมีความสุข สอดคล้องกับการศึกษาที่พบว่าแหล่งความสุขของนักศึกษาคือการที่มหาวิทยาลัยจัดให้มีสถานที่พักผ่อน มีสิ่งแวดล้อมธรรมชาติที่สวยงาม (จิราภรณ์ สรรพวีรวงศ์ และคณะ, 2559) นอกจากนี้ การมีหน่วยงานให้คำปรึกษาทั้งด้านการเรียนและการใช้ชีวิตช่วยสร้างความมั่นใจเมื่อเผชิญปัญหา (Jang, 2020; Lee, Lee, & Jung, 2020)

ผลการศึกษานี้พบว่าความเป็นคนดีกับความสุขของนักศึกษาทั้ง 3 กลุ่มสำนักวิชามีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สะท้อนว่านักศึกษาที่มีความเป็นคนดีในระดับมากจะมีระดับความสุขมากเช่นกัน อธิบายได้ว่าความเป็นคนดีเป็นการให้คุณค่าความเป็นมนุษย์เชิงจริยธรรม เป็นปัจจัยภายในบุคคลที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาความคิด ความรู้สึก ความคาดหวัง ส่งผลต่อภาวะสุขภาพจิตและการพัฒนาจิตวิทยาเชิงบวกของบุคคล (Meyzari Ali & Dasht Bozorgi, 2016) ผลการศึกษาเชิงจิตวิทยาพบว่ามนุษย์ที่สามารถสัมผัสสภาวะความดีงามภายในจิตใจหรือพลังชีวิตด้านบวกภายในตนเองอย่างเข้าใจช่วยให้เกิดความรู้สึกสงบสุข มั่นคง ไม่เกิดปัญหาสุขภาพจิต (Iri, Fakhri, & Hassanzadeh, 2019) ความเป็นคนดียังมุ่งเน้นการดึงคุณงามความดีที่เกิดขึ้นภายในตัวบุคคลออกมาโดยมองข้ามความสมบูรณ์แบบภายนอก มุ่งพัฒนาความสุขภายในตนเองด้วยจิตวิทยาเชิงบวกทั้งด้านอารมณ์ ความผูกพัน สัมพันธภาพ ความหมาย และความสำเร็จ นำไปสู่ความภาคภูมิใจ เกิดพลังชีวิตบวกจนกลายเป็นความสุขใจ (จุฑาวรรณ หันทะยุง และกนก พานทอง, 2562) ดังนั้น การสนับสนุนทัศนคติเชิงบวกภายในตนเองด้านความดีและความสุขควบคู่กับการมีแหล่งสนับสนุนที่เพียงพอช่วยให้นักศึกษาคงภาวะสมดุลชีวิต ประสบความสำเร็จทั้งการเรียนและการใช้ชีวิตอย่างเป็นสุข (Iri et al., 2019)

ข้อเสนอแนะ

1. ผู้บริหารระดับมหาวิทยาลัย สำนักวิชา ส่วนส่งเสริมและพัฒนานักศึกษา ควรร่วมมือกันพัฒนานักศึกษาที่เฉพาะเจาะจง ด้านความเป็นคนดี มุ่งพัฒนาคุณลักษณะด้านความมีจิตอาสา ความประหยัดและพอเพียง และความมีจิตสำนึกสาธารณะ ด้านความสุข มุ่งเน้นการมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี ความมั่นคงในชีวิต และความภาคภูมิใจในตนเอง ในนักศึกษาชั้นปีที่ 1 เพื่อให้สามารถปรับตัว เรียนรู้ และบรรลุคุณลักษณะบัณฑิตที่พึงประสงค์ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2. ควรทำการวิจัยเชิงทดลองหรือวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อพัฒนานักศึกษาชั้นปีที่ 1 ให้เกิดคุณลักษณะความเป็นคนดีและความสุขควบคู่กับความเก่ง เพื่อให้สามารถปรับตัว ข้ามผ่านวิกฤตในช่วงเปลี่ยนผ่าน สามารถเรียนรู้อย่างมีประสิทธิภาพ

กิตติกรรมประกาศ

การวิจัยนี้ได้รับทุนสนับสนุนการวิจัยจากส่วนส่งเสริมและพัฒนานักศึกษา มหาวิทยาลัย

วลัยลักษณ์ ขอขอบคุณนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ ที่ให้ความร่วมมืออย่างดียิ่งในการให้ข้อมูล

เอกสารอ้างอิง

จิรภา คำทา และ สมบัติ วรินทรนุวัตร. (2559). การศึกษาคุณธรรมและจริยธรรมของนักศึกษาคณะบริหารธุรกิจ สถาบันเทคโนโลยีไทย-ญี่ปุ่น. Veridian E–Journal, Silpakorn University ฉบับภาษาไทย สาขามนุษยศาสตร์ สังคมศาสตร์และศิลปะ, 9(2), 1962-1978.

จิราภรณ์ สรรพวีรวงศ์, ภัทรกันย์ ดิเอียดย่อ, จันทนี ปลูกไม้ดี, ศรัญญา ทิ้งสุข, สุพรรษา สุดสวาท, และกนกพร สงปราบ. (2559). ความสุขของนักศึกษามหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์. *สงขลานครินทร์เวชสาร, 34*(5), 269-279.

จุฑาวรรณ หันทะยุง และกนก พานทอง. (2562). การเปรียบเทียบความตรงร่วมสมัยและความตรงเชิงลู่ออกของมาตรวัดความสุขของคนไทยตามทฤษฎี PERMA. *วารสารวิชาการเทคโนโลยีภาคใต้, 12*(1), 63-71.

ชวนีย์ พงศาพิชญ์. (2562). ความรับผิดชอบต่อสังคมของนักศึกษาคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยในกำกับของรัฐในกรุงเทพมหานคร: ปัญหาและแนวทางการส่งเสริม. *วารสารมหาจุฬาวิชาการ, 6*(1), 33-49.

ชูใจ ช่วยชู, ปวรุตม์ พวงศรี, นพพร ธรรมรงค์รัตน์, ชัชพล ยิ่งดำนุ่น, จิราพร เจริญพูล, ณัฐชนัญ สบเหมาะ, และคณะ. (2564). การพัฒนาระบบดูแลนักศึกษามหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ให้ “เก่ง ดี มีความสุข”. *วารสารแพทย์นาวี, 48*(2), 315-330.

เทียนทอง หาระบุตร, ชุติมา ปัญญาพินิจนุกูร, สุระพรรณ พนมฤทธิ์, พัชรา สมชื่อ, นิรมัย คุ้มรักษา, และดารุณี งามขำ. (2562). ตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับความสุขของนักศึกษาพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต. *วารสารเกษมบัณฑิต, 20*(2), 68-80.

พัชรินทร์ ชมภูวิเศษ และ กฤตภู ชมภูวิเศษ. (2564). การพัฒนาตัวบ่งชี้การส่งเสริมการเรียนรู้อย่างมีความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรีมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี. *วารสารครุศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี, 3*(2), 33-50.

สมใจ วินิจกุล. (2557). ความสัมพันธ์ระหว่างสภาพแวดล้อมในสถาบันการศึกษา ความสุขในการเรียนรู้กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์เกื้อการุณย์ มหาวิทยาลัยนวมินทราธิราช. *วารสารเกื้อการุณ, 21*(SUPP), 7-24.

ส่วนส่งเสริมและพัฒนานักศึกษา มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์. (2559). รายงานสถานการณ์นักศึกษา มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์. สืบค้นเมื่อ 5 สิงหาคม 2562, จาก www.wu.ac.th/th/news/15193.

สำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ กระทรวงศึกษาธิการ. (2559). แผนพัฒนาการศึกษากระทรวงศึกษาธิการ ฉบับที่ 12. สืบค้นเมื่อ 5 สิงหาคม 2562, จากwww.mua.go.th/users/bpp/main/download/plan/EducationPlan12.pdf.

สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ สำนักนายกรัฐมนตรี. (2559). แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่12 (พ.ศ. 2560–2564). สืบค้นเมื่อ 5 สิงหาคม 2562, จากwww.nesdc.go.th/ewt_dl_link.php?nid=6422.

สำนักนโยบายและแผนการอุดมศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา กระทรวงการอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม. (2561). แผนอุดมศึกษาระยะยาว 20 ปี (พ.ศ. 2561-2580). สืบค้นเมื่อ 5 สิงหาคม 2562, จาก https://qa.chandra.ac.th/files/pdf/Law/hedu_plan20yrs.pdf

สุวิทย์ จันทร์เพ็ชร, ฉรงค์ฤทธิ์ ปริสุทธิ์กุล, และเทพยุดา เฝื่อคง. (2564). พฤติกรรมเชิงจริยธรรมของนักศึกษาหลักสูตรรัฐประศาสนศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตตรัง. *วารสารวไลยอลงกรณ์ปริทัศน์(มนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์), 11*(3), 18-32.

อมรรัตน์ ศรีคำสุข ไชโตะ, วิภาพร วรหาญ, และวิพร เสนารักษ์. (2554). ความสุขของนักศึกษาพยาบาลหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต มหาวิทยาลัยขอนแก่น. *วารสารพยาบาลศาสตร์และสุขภาพ, 34*(2), 70-79.

Iri, Y., Fakhri, M. K., & Hassanzadeh, R. (2019). Modeling the structural relationship of happiness based on psychological well-being with self-efficacy intermediation and academic self-regulation in university students. *International Clinical Neuroscience Journal*, *6*(3), 104.

Jang, I. (2020). Factors influencing the effect of subjective happiness on the perceived stress and faith maturity of Christian university freshman. *Journal of the Korean Applied Science and Technology, 37*(2), 328-339.

Joodat, A.S., & Zarbakhsh, M. (2015). Adaptation to College and Interpersonal Forgiveness and the Happiness among the University Students. *Journal of Practice in Clinical Psychology, 3*(4), 243-250.

Lee, S., Lee, S.Y., & Jung, J. (2020). South Korean college freshmen students' perceptions of happiness during the COVID-19 pandemic in 2020. *Social Behavior and Personality: an international journal, 49*(10), 1-13.

Meyzari Ali, R., & Dasht Bozorgi, Z. (2016). The relationship of altruistic behavior, empathetic sense, and social responsibility with happiness among university students. *Practice in Clinical Psychology*, *4*(1), 51-56.

Seligman, M., & Csikszentmihalyi, M. (2014). Positive Psychology: An Introduction. In M. Csikszentmihalyi (Ed.), Flow and the Foundations of Positive Psychology (pp. 279-298). Dordrecht: Springer. https://doi.org/10.1007/978-94-017-9088-8_18

Wahed, W. Y. A., & Hassan, S.K. (2017). Prevalence and Associated Factors of Stress, Anxiety and Depression among Medical Fayoum University Students. *Alexandria Journal of Medicine, 53*(1), 77-84.

Wang, Y., Tian, L., Guo, L., & Huebner, E. S. (2020). Family dysfunction and Adolescents' anxiety and depression: A multiple mediation model. *Journal of Applied Developmental Psychology, 66*, 1-12.