

## ความสุขของนักศึกษามหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์

### Happiness of Walailak University Students

จิราภรณ์ สรรพวีรวงศ์, ปร.ด. (การพยาบาล)<sup>1\*</sup>, ภัทรกันย์ ตีเอี้ยดย่อ, พย.บ.<sup>2</sup>, จันทน์ ปลุกไม้ดี, พย.บ.<sup>2</sup>, ศรัณญา ทิ้งสุข, พย.บ.<sup>2</sup>, สุพรรณษา สุตสวาท, พย.บ.<sup>2</sup>, กนกพร สงปราบ, พย.บ.<sup>2</sup>

Jiraporn Sonpaveerawong, RN, Ph.D. (Nursing)<sup>1\*</sup>, Pattarakun Tieadyor, B.N.S.<sup>2</sup>, Jantanee Plookmaidee, B.N.S.<sup>2</sup>, Saranya Thingsuk, B.N.S.<sup>2</sup>, Suphansa Sudsawat, B.N.S.<sup>2</sup>, Kanokporn Songprab, B.N.S.<sup>2</sup>

<sup>1</sup>สำนักวิชาพยาบาลศาสตร์ <sup>2</sup>นักศึกษาพยาบาลศาสตร์ สำนักวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์  
อ.ท่าศาลา จ.นครศรีธรรมราช 80160 ประเทศไทย

<sup>1</sup>School of Nursing, <sup>2</sup>Nursing student, Walailak University, Thasala, Nakhon Si Thammarat 80161, Thailand.

\*E-mail: Jiraporn.so@wu.ac.th

Songkla Med J 2016;34(5):269-279

#### บทคัดย่อ:

**วัตถุประสงค์:** เพื่อศึกษาระดับความสุข แหล่งที่มาความสุขและเปรียบเทียบความสุขของนักศึกษาที่เรียนต่างกลุ่มวิชาของมหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์

**วัสดุและวิธีการ:** การวิจัยแบบสำรวจ กลุ่มตัวอย่างคือนักศึกษามหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ ที่กำลังศึกษาในหลักสูตรต่างๆ ระดับปริญญาตรี ปีการศึกษา 2558 จำนวน 381 คน เครื่องมือที่ใช้ในวิจัยประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบบสอบถามความสุข 9 ด้านและแบบสอบถามแหล่งที่มาของความสุข ทดสอบความเชื่อมั่นได้ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาครอนบาคได้เท่ากับ 0.85 และ 0.80 ตามลำดับ การวิเคราะห์ข้อมูล ข้อมูลทั่วไป ข้อมูลความสุขและแหล่งที่มาของความสุขใช้สถิติเชิงพรรณนา ส่วนการเปรียบเทียบความสุขของนักศึกษาแต่ละกลุ่มวิชาใช้สถิติ one-way ANOVA

**ผลการศึกษา:** นักศึกษา 381 คนมีคะแนนความสุขเฉลี่ยโดยรวมอยู่ในระดับมากโดยมีคะแนน ความสุขในระดับมากที่สุดทั้ง 9 ด้านด้านที่มีคะแนนมากที่สุด คือ การมีครอบครัวที่อบอุ่น แหล่งที่มาของความสุขที่มีคะแนนสูงสุดคือ ด้านความเสมอภาคเท่าเทียม ไม่ถูกแบ่งแยกจากความแตกต่างของภูมิสำเนา การเปรียบเทียบระดับความสุขของนักศึกษพบว่านักศึกษาที่เรียนต่างกลุ่มวิชามีความสุขไม่แตกต่างกัน

รับต้นฉบับวันที่ 11 เมษายน 2559 รับลงตีพิมพ์วันที่ 21 กรกฎาคม 2559

**สรุป:** นักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์รับรู้ว่าคุณภาพชีวิตในระดับมาก

**คำสำคัญ:** ความสุข, นักศึกษา, มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์

### Abstract:

**Objective:** To examine the levels and sources of happiness and to compare the happiness of students who were studying in various programs at Walailak University.

**Material and Method:** This cross-sectional study collected data from 381 students who were studying in various undergraduate programs at Walailak University during the academic year of 2015. The reliability of questionnaires was evaluated using Cronbach's alpha coefficient with an alpha of 0.85 for the questionnaire on levels of happiness and 0.80 for sources of happiness questionnaire. The data were analyzed using descriptive statistics and one-way ANOVA.

**Results:** Among the 381 students, the mean score of happiness was at a high level. In addition, all of the nine aspects of happiness were rated at high levels. The highest mean score of happiness was for having a warm family. The highest mean score for source of happiness came from having equality and no discrimination based on place of origin. When comparing the happiness of students studying in different study programs, it was found that there was no evidence of any difference in happiness ( $p$ -value>0.05).

**Conclusion:** Students who were studying at Walailak University were perceived to have a high level of happiness.

**Keywords:** happiness, students, Walailak University

### บทนำ

การศึกษาระดับอุดมศึกษาของประเทศไทยในปัจจุบันยึดตามแผนพัฒนาการศึกษาระดับอุดมศึกษา ฉบับที่ 11 (พ.ศ. 2555-2559) ยุทธศาสตร์ที่ 3 ที่มีเป้าประสงค์ยกระดับคุณภาพบัณฑิตอย่างก้าวกระโดด มีดุลยภาพระหว่างเก่งงานและเก่งความดี มีความรับผิดชอบ มีสุขภาวะ ทั้งร่างกายและจิตใจ เพื่อตนเองและสังคม สามารถปรับตัวเข้ากับสภาพงานที่เปลี่ยนแปลง<sup>1</sup> สอดคล้องกับพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 มาตรา 6 ที่ว่าด้วย “การจัดการศึกษาต้องเป็นไปเพื่อพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้ และคุณธรรมมีจริยธรรมและวัฒนธรรมในการดำรงชีวิต สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข”<sup>2</sup> จะเห็นได้ว่าหนึ่งในเป้าประสงค์ของการจัดการศึกษาคือต้องการผลิตบัณฑิตที่มีความสุข

ความสุขเป็นส่วนหนึ่งของการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัยของนักศึกษาระดับปริญญาตรีซึ่งอยู่ในวัยเปลี่ยนผ่านจากวัยรุ่นตอนปลายถึงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น จึงเป็นช่วงวัยที่มีการปรับตัวอย่างมากกับการเปลี่ยนแปลงด้านต่างๆ เช่น การอยู่ในสภาพแวดล้อมและบรรยากาศการเรียนที่แตกต่างไปจากระดับมัธยมศึกษาซึ่งส่งผลต่อการใช้ชีวิต การทำกิจกรรม และการเข้าสังคม การอยู่ร่วมกับเพื่อนนักศึกษาคนอื่นๆ ที่มาจากต่างถิ่นที่มีพื้นฐานการเลี้ยงดู ความคิดและพฤติกรรมหลากหลายแตกต่างกันไป ส่งผลต่อวิถีการดำรงชีวิตและคุณภาพการเรียนของนักศึกษา ระหว่างที่ใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัยอย่างน้อย 4 ปี จึงเป็นเรื่องสำคัญและจำเป็นที่มหาวิทยาลัยหรือสถาบันผู้ผลิตบัณฑิตต้องให้ความสำคัญกับการออกแบบระบบการเรียน การทำกิจกรรมเสริมหลักสูตร การจัดสิ่งแวดล้อม และสิ่งเอื้ออำนวยความสะดวกในชีวิตให้ได้บัณฑิตที่มีความพร้อม

ทั้งความรู้ มีทักษะเฉพาะในแต่ละสาขาที่เรียนและมีชีวิตที่เป็นสุข สอดคล้องกับสมาคมสถาบันอุดมศึกษาเอกชนแห่งประเทศไทย ที่กล่าวว่า “การศึกษาในระดับอุดมศึกษา จะเห็นการพัฒนาให้นักศึกษาให้มีคุณภาพ ให้เป็นทั้งคนดี และคนเก่ง ชีวิตในรั้วมหาวิทยาลัยเป็นช่วงชีวิตที่มีความสุขสนุกสนานที่สุด เพราะนักศึกษาทุกคนอยู่ในวัยที่กำลังสดใส มีพลังสมอง พลังใจ พลังกายในการพัฒนา”<sup>3</sup> นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับเป้าประสงค์ของมหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ที่ “ต้องการให้นักศึกษามีความสำเร็จในการเรียนรู้ อยู่อาศัยเพื่อความสุขตลอดช่วงเวลาที่เป็นักศึกษา”<sup>4</sup> ดังนั้นการส่งเสริมให้นักศึกษามีความสุขจึงเป็นสิ่งสำคัญ เพราะเป็นหนึ่งในปัจจัยของการมีคุณภาพชีวิตที่ดีและจะส่งผลให้เกิดพลังในการเรียนและส่งเสริมการทำกิจกรรมที่สร้างสรรค์ในชีวิตทั้งเพื่อตนเองและสังคมต่อไป

แหล่งที่มาของความสุขของนักศึกษาพบว่า มีแหล่งที่มาจากทั้งปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอกตัวบุคคล ซึ่งแหล่งของความสุขในนักศึกษามหาวิทยาลัยมีทั้งแหล่งที่นักศึกษาสามารถสรรหาความสุขได้ด้วยตนเอง และแหล่งความสุขที่มาจากสิ่งแวดล้อมภายนอกตัวบุคคล ซึ่งสถาบันการศึกษามีการจัดสรรไว้ให้ขณะเรียน ผู้วิจัยเป็นผู้ที่ได้ใช้ชีวิตช่วงหนึ่งในมหาวิทยาลัยจึงเห็นความสำคัญของการศึกษาเรื่องความสุขและแหล่งของความสุขในนักศึกษามหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ ทั้งนี้เพื่อเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาและการออกแบบระบบการจัดการให้เกิดผลดีต่อทั้งการเรียนการสอนและการอยู่อาศัยอย่างมีความสุขให้กับนักศึกษาให้สัมพันธ์กับการที่มหาวิทยาลัยเป็นแหล่งบ่มเพาะและผลิตบัณฑิตที่มีคุณภาพให้กับสังคมต่อไป

### วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความสุข และแหล่งที่มาของความสุขของนักศึกษามหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์
2. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบความสุขของนักศึกษาที่เรียนต่างกลุ่มวิชา

### วัสดุและวิธีการ

การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบสำรวจ (survey study) ประชากรคือ นักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ ระดับปริญญาตรีทุกชั้นปีในปีการศึกษา พ.ศ. 2558 มีทั้งหมด 11 สำนักวิชา แยกเป็น 45 หลักสูตร รวมจำนวนนักศึกษาทั้งหมด 7,925 คน ขนาดของกลุ่มตัวอย่างคำนวณ

จากสูตรของทาโร่ ยามาเน่<sup>5</sup> ได้ทั้งหมด 381 คน เกณฑ์การคัดเลือกคือ เป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ที่กำลังศึกษาในหลักสูตรต่างๆ ระดับปริญญาตรี ปีการศึกษา 2558 การได้มาของกลุ่มตัวอย่างโดยการสุ่มแบบหลายชั้น (multi-stage random sampling) และการสุ่มแบบโควตา (quota sampling) เป็นชั้นภูมิ (stratified random sampling) เพื่อหาสัดส่วนกลุ่มตัวอย่างจากแต่ละชั้นภูมิ (หลักสูตร)

### เครื่องมือวิจัยและการตรวจสอบเครื่องมือ

เครื่องมือในการรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย 3 ส่วน คือ

1. แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป ได้แก่ เพศ อายุ ศาสนา สังกัดสำนักวิชา ภูมิฐานะ

2. แบบสอบถามความสุข พัฒนาโดย วิศรา อัครศิริโรจน์<sup>6</sup> ประกอบด้วยตัววัดความสุข 9 ด้าน รวม 44 ข้อ เป็นแบบประเมินตนเอง ผลการทดสอบความเชื่อมั่น 30 ราย ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.83 แปลความหมายจากค่าเฉลี่ยความสุขโดยแบ่งเป็น 5 ระดับมีเกณฑ์ในการแปลความหมายดังนี้

0.00-2.00	หมายถึง	มีความสุขน้อยที่สุด
2.01-4.00	หมายถึง	มีความสุขน้อย
4.01-6.00	หมายถึง	ความสุขปานกลาง
6.01-8.00	หมายถึง	มีความสุขมาก
8.01-10.00	หมายถึง	มีความสุขมากที่สุด

3. แบบสอบถามแหล่งที่มาของความสุขพัฒนาโดยผู้วิจัย ตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือโดยผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน พิจารณาความถูกต้องของเนื้อหา ความเหมาะสมของภาษาและวิเคราะห์ค่าดัชนีความตรงเชิงเนื้อหา (content validity index) ได้เท่ากับ 0.85 แหล่งที่มาของความสุขมี 12 ด้าน รวม 56 ข้อคำถาม เป็นแบบสอบถามให้เลือกตอบ “ใช่” หรือ “ไม่ใช่” ทดสอบความเชื่อมั่นกับนักศึกษาที่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง 30 ราย ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.80

**การเก็บรวบรวมข้อมูล** เมื่อโครงร่างวิจัยได้รับการอนุมัติผ่านจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ (เลขที่ 58/064) ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองโดยประสานกับประธานนักศึกษาแต่ละหลักสูตร เพื่อพบนักศึกษาแต่ละหลักสูตรหลังเลิกเรียน ขอความร่วมมือในการทำแบบสอบถาม โดยใช้เวลาประมาณ 20 นาที ตามความสมัครใจ

**การวิเคราะห์ข้อมูล** ข้อมูลทั่วไป ข้อมูลความสุขและแหล่งที่มาของความสุขใช้สถิติเชิงพรรณานำเสนอในรูปแบบการแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ส่วนการเปรียบเทียบความสุขของนักศึกษาแต่ละกลุ่มวิชาใช้สถิติ one-way ANOVA

**ผลการศึกษา**

**ข้อมูลทั่วไป**

นักศึกษาส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง (ร้อยละ 73) อายุเฉลี่ย 20.03 ปี ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (standard deviation=1.298) ส่วนมากนับถือศาสนาพุทธ (ร้อยละ 77) ภูมิลำเนา อยู่ที่ภาคใต้ตอนบนมากที่สุด (ร้อยละ 55.6) สังกัดสำนักวิชาต่างๆ และเมื่อจัดกลุ่มนักศึกษาเป็น 3 กลุ่มวิชาคือ สาขาวิทยาศาสตร์สุขภาพจำนวน 98 คน (ร้อยละ 25.7) สาขาสังคมและมนุษยศาสตร์จำนวน 158 คน (ร้อยละ 41.5) และสาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีจำนวน 125 คน (ร้อยละ 32.8) (ตารางที่ 1)

**ตารางที่ 1** ข้อมูลทั่วไปของนักศึกษา (n=381)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (ร้อยละ)
<b>เพศ</b>	
หญิง	278 (73.0)
ชาย	103 (27.0)
<b>ศาสนา</b>	
พุทธ	293 (77.0)
อิสลาม	84 (22.0)
คริสต์	4 (1.0)
<b>ภูมิลำเนา</b>	
ภาคใต้ตอนบน	212 (55.6)
ภาคใต้ตอนล่าง	130 (34.1)
ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ	15 (3.9)
ภาคกลาง	10 (2.6)
ภาคตะวันออก	7 (1.8)
ภาคตะวันตก	5 (1.3)
ภาคเหนือ	2 (0.5)

**ตารางที่ 1** (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (ร้อยละ)
<b>สังกัดสำนักวิชา</b>	
สำนักวิชาสหเวชศาสตร์และสาธารณสุขศาสตร์	54 (14.2)
สำนักวิชาการจัดการ	53 (13.9)
สำนักวิชาสารสนเทศศาสตร์	48 (12.6)
สำนักวิชาวิศวกรรมศาสตร์และทรัพยากร	48 (12.6)
สำนักวิชาเทคโนโลยีการเกษตร	23 (6.0)
สำนักวิชาพยาบาลศาสตร์	14 (3.7)
สำนักวิชาเภสัชศาสตร์	14 (3.7)
สำนักวิชาแพทยศาสตร์	13 (3.4)
สำนักวิชาสถาปัตยกรรมศาสตร์และ การออกแบบ	13 (3.4)
สำนักวิชาวิทยาศาสตร์	5 (1.3)
<b>กลุ่มวิชา</b>	
สังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์	158 (41.5)
วิทยาศาสตร์เทคโนโลยี	125 (32.8)
วิทยาศาสตร์สุขภาพ	98 (25.7)

**ความสุขของนักศึกษา**

นักศึกษามีค่าความสุขเฉลี่ยเท่ากับ 7.9 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน=1.3 จัดอยู่ในระดับมีความสุขมากและเมื่อพิจารณาความสุขรายด้านพบว่าด้านที่มีคะแนนเฉลี่ยสูงสุดได้แก่ ด้านการมีครอบครัวที่อบอุ่น (ค่าเฉลี่ย=8.8 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน=1.9) รองลงมาคือ ด้านการเข้าถึงธรรมะว่าด้วยการอยู่ร่วมกัน (ค่าเฉลี่ย=8.6 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน=1.5) อันดับ 3 คือ มีการศึกษาและกิจกรรมที่ดี (ค่าเฉลี่ย=8.0 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน=1.5) (ตารางที่ 2)

**แหล่งที่มาของความสุข**

สรุปแหล่งที่มาของความสุขทั้ง 12 ด้านที่มีจำนวนนักศึกษาระบุว่าเป็นแหล่งที่มาของความสุขแต่ละด้านมากที่สุด ดังนี้ ด้านการจัดการเรียนการสอน ได้แก่ มีการฝึกปฏิบัติงานระหว่างเรียนหรือสหกิจศึกษา จำนวน 358 คน (ร้อยละ 94) ด้านการเข้าถึงข้อมูล ได้แก่ มีระบบการยืมคืนหนังสือ online จำนวน 358 คน (ร้อยละ 94) ด้านกิจกรรม ได้แก่ มีกิจกรรมทาง

ศาสนาต่างๆ อย่างเสมอภาค จำนวน 357 คน (ร้อยละ 93.7) ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก ได้แก่ มีร้านสะดวกซื้อที่สามารถซื้อสินค้าได้ตลอด 24 ชั่วโมง จำนวน 348 คน (ร้อยละ 91.3) ด้านอาคารสถานที่ ได้แก่ มีอาคารสถานที่ใช้ในการประกอบกิจกรรมการสำคัญ จำนวน 361 คน (ร้อยละ 94.8) ด้านแหล่งสนับสนุนทางสังคม ได้แก่ มีการจัดอาจารย์ที่ปรึกษาทางวิชาการให้นักศึกษาทุกคน จำนวน 365 คน (ร้อยละ 95.8) ด้านความเสมอภาคเท่าเทียม ได้แก่ การไม่ถูกแบ่งแยกจากความแตกต่างของภูมิภาค จำนวน 371 คน (ร้อยละ 97.4) ด้านการพักผ่อนหย่อนใจ ได้แก่ มีสถานที่พักผ่อนหย่อนใจและสิ่งแวดล้อมธรรมชาติที่สวยงาม จำนวน 341 คน (ร้อยละ 89.5) ด้านความปลอดภัย ได้แก่ มีระบบรักษาความปลอดภัยตลอด 24 ชั่วโมง จำนวน 336 คน (ร้อยละ 88.2) ด้านการมีอิสรภาพ ได้แก่ มีอิสรภาพในการแสดงความคิดเห็นต่อการเรียนการสอนของอาจารย์ จำนวน 367 คน (ร้อยละ 96.3) ด้านศาสนา ได้แก่ เปิดโอกาสให้ปฏิบัติ

ศาสนกิจโดยไม่กระทบต่อการเรียน จำนวน 361 คน (ร้อยละ 94.8) และด้านความภาคภูมิใจในตนเอง ได้แก่ ได้ช่วยเหลือเพื่อนเมื่อมีโอกาส จำนวน 370 คน (ร้อยละ 97.1) ตารางที่ 3

### การเปรียบเทียบความสุขกับกลุ่มวิชา

เมื่อพิจารณาความสุขของนักศึกษาแยกตามกลุ่มวิชาพบว่า นักศึกษากลุ่มวิทยาศาสตร์สุขภาพมีคะแนนความสุขมากที่สุดโดยมีคะแนนเฉลี่ย=7.1 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน=0.9 รองลงมาคือ นักศึกษากลุ่มสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ มีคะแนนเฉลี่ย=7.1 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน=1.1 และนักศึกษากลุ่มวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มีคะแนนเฉลี่ย=6.9 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน=1.2 (ตารางที่ 4) เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความสุขของนักศึกษาแยกตามกลุ่มวิชาพบว่า ไม่มีความแตกต่างกัน ( $F=0.846$ ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 (ตารางที่ 5)

### ตารางที่ 2 คะแนนความสุขของนักศึกษา

ด้านความสุข	คะแนนความสุข		แปลผล
	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	
ด้านการมีครอบครัวที่อบอุ่น	8.8	1.9	มีความสุขระดับมาก
ด้านการเข้าถึงธรรมะและการอยู่ร่วมกัน	8.6	1.5	มีความสุขระดับมาก
ด้านการมีการศึกษาและกิจกรรมที่ดี	8.0	1.5	มีความสุขระดับมาก
ด้านการมีความภาคภูมิใจในตนเอง	8.0	1.6	มีความสุขระดับมาก
ด้านการมีความปลอดภัยและพฤติกรรมของนักศึกษา	7.9	1.9	มีความสุขระดับมาก
ด้านการมีความมั่นคงในชีวิต	7.9	1.6	มีความสุขระดับมาก
ด้านการมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี	7.6	1.7	มีความสุขระดับมาก
ด้านการมีที่พักอาศัยและสภาพแวดล้อมที่ดี	7.3	1.8	มีความสุขระดับมาก
ด้านการมีสิ่งแวดล้อมธรรมชาติที่ดี	7.1	2.0	มีความสุขระดับมาก
<b>รวมทุกด้าน</b>	<b>7.9</b>	<b>1.3</b>	<b>มีความสุขระดับมาก</b>

**ตารางที่ 3** แหล่งที่มาของความสุขแยกตามด้าน

แหล่งที่มาของความสุข	จำนวน (ร้อยละ)
<b>ด้านการเรียนการสอน</b>	
มีการฝึกปฏิบัติงานระหว่างเรียน/สหกิจศึกษา	358 (94.0)
มีการแลกเปลี่ยนความรู้กับมหาวิทยาลัยอื่นๆในหลักสูตรเดียวกัน	356 (93.4)
สามารถเทียบโอนหน่วยการเรียนได้	350 (91.9)
มีกิจกรรมการเรียนเสริมหลักสูตร	340 (89.2)
มีการจัดการเรียนการสอนแบบ Active Learning	332 (87.1)
มีอุปกรณ์ประกอบการเรียนการสอนอย่างเพียงพอ และทันสมัย	326 (85.6)
ใช้การลงทะเบียนเรียน online	289 (75.9)
จัดการเรียนแบบ 3 ภาคการศึกษา	234 (61.4)
<b>ด้านการเข้าถึงข้อมูล</b>	
มีระบบการยืม-คืน หนังสือ online	358 (94.0)
มีแหล่งค้นคว้าหาความรู้ที่ทันสมัยและเชื่อถือได้	345 (90.6)
มีการประชาสัมพันธ์ข่าวสารต่างๆ ผ่านระบบ online	342 (89.8)
มีบริการยืม-คืน อุปกรณ์โสตทัศนูปกรณ์ และคอมพิวเตอร์ ที่มีความสะดวก	339 (89.0)
มีระบบอินเทอร์เน็ต wifi ภายในหอพัก อาคารเรียน และโรงอาหาร	286 (75.1)
มีระบบอินเทอร์เน็ตที่รวดเร็วและมีประสิทธิภาพ	207 (54.3)
<b>ด้านกิจกรรม</b>	
มีกิจกรรมทางศาสนาต่างๆ อย่างสม่ำเสมอ	357 (93.7)
ได้ร่วมกิจกรรมสำคัญ เช่น พิธีพระราชทานปริญญาบัตร พิธีไหว้ครู	356 (93.4)
มีกิจกรรมเฉพาะวิชา (รับหมวก/ชุด/เข็ม/กาวน์/ชื่อป/ป้ายชื่อ)	337 (88.5)
มีกิจกรรมรับน้องของสาขาวิชา/กิจกรรมรุ่นพี่-รุ่นน้อง	307 (80.6)
มีกิจกรรมของหอพัก	294 (77.2)
มีกิจกรรมรับน้องของมหาวิทยาลัย/กลุ่มสัมพันธ์/กีฬา	285 (74.8)
<b>ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก</b>	
มีร้านสะดวกซื้อที่สามารถซื้อสินค้าได้ตลอด 24 ชั่วโมง	348 (91.3)
มีบริการเครื่องซักผ้าหยอดเหรียญ	340 (89.2)
มีธนาคาร/ATM เคลื่อนที่/ไปรษณีย์ บริการภายในมหาวิทยาลัยอย่างเพียงพอ	334 (87.7)
มีร้านซ่อมรถจักรยานยนต์/รถจักรยาน บริการภายในมหาวิทยาลัย	331 (86.9)
มีร้านถ่ายเอกสาร/พิมพ์งานบริการภายในมหาวิทยาลัย	327 (85.8)
<b>ด้านอาคารสถานที่</b>	
มีอาคารไทยบุรี ใช้ในการประกอบกิจกรรมการสำคัญ	361 (94.8)
มีศูนย์บรรณสารบริการค้นคว้าหาข้อมูลที่มีบรรยากาศเงียบสงบ และให้บริการทุกวัน	359 (94.2)
มีหอพักของมหาวิทยาลัยค่าเช่าถูก พร้อมเจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัยดูแล 24 ชั่วโมง	354 (92.9)
มีห้องฝึกปฏิบัติการที่มีอุปกรณ์ทันสมัย มีประสิทธิภาพ และเพียงพอต่อการฝึกปฏิบัติ	352 (92.4)
มีศูนย์หนังสือ WU Book จำหน่ายหนังสือ อุปกรณ์การเรียน ของที่ระลึก และอื่นๆ	352 (92.4)
มีสถานพยาบาลที่ให้บริการทางสุขภาพที่พอเพียงและสะดวก	351 (92.1)
มีศูนย์กีฬาที่มีอุปกรณ์ทันสมัย มีประสิทธิภาพ เป็นสัดส่วน ใช้บริการได้อย่างทั่วถึง	347 (91.1)
มีโรงอาหารกลางวัน/กลางคืน และซุ้มใต้อาคารเรียนขายอาหาร/เครื่องดื่ม	343 (90.0)
มีห้องเรียนโสตทัศนูปกรณ์ที่ทันสมัย ประสิทธิภาพดี และมีเครื่องปรับอากาศ	335 (87.9)

## ตารางที่ 3 (ต่อ)

แหล่งที่มาของความสุข	จำนวน (ร้อยละ)
<b>ด้านแหล่งสนับสนุนทางสังคม</b>	
มีการจัดอาจารย์ที่ปรึกษาทางวิชาการให้นักศึกษาทุกคน	365 (95.8)
มีห้องให้คำปรึกษาภายในหอพักนักศึกษา พร้อมการช่วยเหลือ/คำแนะนำปรึกษา	348 (91.3)
มีระบบร้องเรียนความเดือดร้อนผ่าน E-mail/แหล่งร้องทุกข์	348 (91.3)
<b>ด้านความเสมอภาคเท่าเทียม</b>	
ไม่ถูกแบ่งแยกจากความแตกต่างของภูมิสำเนา	371 (97.4)
ไม่ถูกแบ่งแยกจากความแตกต่างของสีผิว	370 (97.1)
ไม่ถูกแบ่งแยกจากความแตกต่างของภาษาท้องถิ่น	367 (96.3)
ไม่ถูกแบ่งแยกจากความแตกต่างของศาสนา	366 (96.1)
<b>ด้านการพักผ่อนหย่อนใจ</b>	
จัดให้มีเวลาว่างจากการเรียนและการทำกิจกรรม	341 (89.5)
จัดให้มีสถานที่ให้พักผ่อนหย่อนใจ สิ่งแวดล้อมธรรมชาติที่สวยงาม	337 (8.5)
<b>ด้านความปลอดภัย</b>	
มีระบบรักษาความปลอดภัยในจุดเสี่ยงตลอด 24 ชั่วโมง	336 (88.2)
มีกล้องวงจรปิดตามสถานที่สำคัญ	326 (85.6)
ไฟฟ้าแสงสว่างตามอาคารเรียน/หอพัก และท้องถนน เพียงพอ	305 (80.1)
<b>ด้านการมีอิสรภาพ</b>	
มีอิสรภาพในการแสดงความคิดเห็นต่อการเรียนการสอนของอาจารย์	367 (96.3)
มีอิสรภาพในการตัดสินใจเลือกเรียนวิชาเลือกต่าง ๆ อย่างเสรี	358 (94.0)
<b>ด้านศาสนา</b>	
เปิดโอกาสให้ปฏิบัติศาสนกิจโดยไม่กระทบต่อการเรียนเช่น สวดมนต์ ละหมาด	361 (94.8)
เปิดโอกาสให้ร่วมมีกิจกรรมทางศาสนาที่มหาวิทยาลัยจัดขึ้น เช่น วันมาฆบูชา วันฮารีรายอ	353 (92.7)
มีแหล่งยึดเหนี่ยวจิตใจ เช่น โบราณสถานตุมปัง	336 (88.2)
มีศาสนสถานให้ประกอบพิธีกรรม เช่น วัดแสงแรง อาคารชมรมมุสลิม	355 (93.2)
<b>ด้านความภาคภูมิใจในตนเอง</b>	
ได้ช่วยเหลือเพื่อนเมื่อมีโอกาส	370 (97.1)
ได้ช่วยเหลือสังคม มีส่วนในการทำกิจกรรมจิตอาสาต่างๆ	367 (96.3)
ได้เป็นนักศึกษาของมหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์	359 (94.2)
มีผลการเรียนที่น่าพึงพอใจ/มีความสามารถด้านต่างๆ	335 (87.9)

## ตารางที่ 4 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน คะแนนความสุขจำแนกตามกลุ่มวิชา

กลุ่มวิชา	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ระดับความสุข
วิทยาศาสตร์สุขภาพ	7.1	0.9	มีความสุขมาก
สังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์	7.1	1.1	มีความสุขมาก
วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	6.9	1.2	มีความสุขมาก

ตารางที่ 5 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความสุขของนักศึกษาในกลุ่มวิชา

แหล่งความแปรปรวน	Sum of squares	df	Mean square	F	P-value
ระหว่างกลุ่ม	2.119	2	1.059	0.846	0.430
ภายในกลุ่ม	473.084	378	1.252		
<b>รวม</b>	<b>475.202</b>	<b>380</b>			

p-value<0.05, df=degree of freedom, F=variation between sample means

### วิจารณ์

ความสุขของนักศึกษาโดยรวมพบว่าจัดอยู่ในระดับมีความสุขมาก สอดคล้องกับการศึกษาในนักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปกรที่พบว่ามีความสุขในระดับสูง<sup>7</sup> เมื่อพิจารณารายด้านพบว่านักศึกษามีความสุขระดับมากทุกด้าน โดยด้านที่มีคะแนนความสุขสูงสุดเฉลี่ยคือ ด้านการมีครอบครัวที่อบอุ่น อธิบายได้ว่านักศึกษาส่วนมากมีภูมิลำเนาอยู่ในเขตภาคใต้โดยครึ่งหนึ่งอยู่ในเขตภาคใต้ตอนบน จึงทำให้นักศึกษาสามารถเดินทางกลับบ้านหรือไปมาหาสู่และเชื่อมความสัมพันธ์กับสมาชิกในครอบครัวได้อย่างต่อเนื่อง อีกทั้งสมาชิกในครอบครัวยังสามารถมาเยี่ยมนักศึกษาภายในมหาวิทยาลัยได้ตลอดเวลาและทำให้สามารถให้ความช่วยเหลือนักศึกษาได้อย่างสะดวกเท่าที่ต้องการอีกด้วย จึงทำให้นักศึกษารู้สึกว่าหากต้องการความช่วยเหลือจะมีครอบครัวเป็นที่พึ่งจึงทำให้รู้สึกได้รับความอบอุ่นจากครอบครัว ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมาที่พบว่าครอบครัวเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อการเรียนอย่างมีความสุขระดับมากที่สุด<sup>8</sup> และการที่ครอบครัวมีสัมพันธภาพที่ดีมีความสัมพันธ์ทางบวกกับระดับความสุข<sup>9</sup>

แหล่งที่มาของความสุข 12 ด้าน พบว่าด้านการเรียนการสอน นักศึกษามีความสุขกับการได้ฝึกปฏิบัติงานระหว่างการเรียนในหลักสูตรหรือเป็นการเรียนแบบสหกิจศึกษามากที่สุด ทั้งนี้การเรียนการสอนต่างๆ ของมหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ทุกหลักสูตรนักศึกษาต้องได้ประสบการณ์การฝึกปฏิบัติงานในสถานประกอบการอย่างน้อย 1 ภาคการศึกษา โดยมีหลักสูตรสหกิจศึกษา (cooperative education) ร้อยละ 84.4<sup>4</sup> ที่เหลือเป็นหลักสูตรวิชาชีพเฉพาะ ซึ่งต้องมีการฝึกปฏิบัติควบคู่ไปกับ

การเรียนการสอนอยู่แล้วตามที่สภาวิชาชีพนั้นๆ กำหนดไว้ ดังนั้น นักศึกษาจึงต้องผ่านการฝึกปฏิบัติงานก่อนจบการศึกษาทุกคน การได้ออกไปฝึกปฏิบัติงานที่ใกล้เคียงกับการทำงานจริงเป็นการเปิดโลกกว้างให้นักศึกษา ได้เรียนรู้ชีวิตการทำงานเสมือนจริง ได้ประสบการณ์ใหม่ๆ และเป็นการนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในการทำงานจริง สอดคล้องกับงานวิจัยที่ผ่านมาที่พบว่า การฝึกงานเป็นการนำความรู้ทางวิชาการที่ได้ศึกษามาประยุกต์ใช้กับการปฏิบัติงาน และเป็นการทำงานร่วมกับผู้อื่นทำให้นักศึกษาฝึกงานได้เรียนรู้การทำงานร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข สำหรับการศึกษานี้ต่างประเทศพบว่า การไปฝึกงานในปีสุดท้ายเป็นการช่วยส่งเสริมให้นักศึกษามีความเป็นผู้นำมากขึ้น<sup>10</sup>

ด้านการเข้าถึงข้อมูล นักศึกษามีความสุขกับการได้ใช้ระบบออนไลน์ ในการยืมและคืน หนังสือและสื่อการเรียนมากที่สุด การที่นักศึกษามีความสุขจากการเข้าถึงแหล่งทรัพยากรดังกล่าว เป็นเพราะนักศึกษาได้ใช้ระบบบริการจากศูนย์บรรณสาร ซึ่งเป็นศูนย์รวมแหล่งทรัพยากร ทั้งหนังสือ วารสาร สื่อวีดิทัศน์ สื่อสารสนเทศ และฐานข้อมูลสืบค้นต่างๆ เพื่อการเรียนรู้และเพื่อความสนุกสนานเพลิดเพลิน นอกจากนี้ยังมีการบริการที่เอื้อต่อนักศึกษาบางกลุ่มที่มีกิจกรรมการเรียนการสอนนอกวิทยาเขต เช่น การไปฝึกภาคปฏิบัติในแหล่งฝึกต่างจังหวัดหรือหลักสูตรที่มีสหกิจศึกษา ก็จะได้รับความสะดวกให้สามารถขยายระยะเวลาการยืมหนังสือและอุปกรณ์การเรียนได้นานมากขึ้น สอดคล้องกับงานวิจัยของ นวพร สุริยะ<sup>11</sup> ที่พบว่าห้องสมุดในสถาบันการศึกษาระดับอุดมศึกษามีหน้าที่หลักในการส่งเสริมการเรียนการสอนของนักศึกษา



ด้านกิจกรรม นักศึกษามีความสุขกับการเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนาอย่างเสมอภาคมากที่สุดทั้งนี้เนื่องจากมหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์มีปณิธานในการสร้างบัณฑิตให้เป็น “ผู้มีความรู้เรื่องปัญญาและคุณธรรม”<sup>4</sup> ดังนั้นจึงเน้นการจัดการศึกษาและกิจกรรมที่ส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรม สอดคล้องกับความคิด ความเชื่อและศาสนาของนักศึกษา ไม่ว่าจะนับถือศาสนาพุทธ ศาสนาคริสต์ ศาสนาอิสลามและศาสนาอื่น ๆ นักศึกษาก็มีโอกาสได้เรียนรู้ผ่านกิจกรรมทางศาสนาต่าง ๆ ได้ทำบุญตักบาตรในวันสำคัญทางพุทธศาสนา ได้ร่วมกิจกรรมของศาสนาอิสลาม เช่น การละหมาดในวันสำคัญคือวันฮารีรายอ และในเดือนรอมฎอน จะมีการละหมาดร่วมกันตลอดทั้งเดือน การที่นักศึกษาได้ปฏิบัติศาสนกิจและกิจกรรมสำคัญที่สอดคล้องกับความคิดความเชื่อเดิมของตน จึงทำให้รู้สึกได้รับการยอมรับและมีความสุขเสมอภาคเท่าเทียมกัน ส่งผลให้นักศึกษามีความสุข ดังที่ กุญชรีย์ คำชาย<sup>12</sup> กล่าวว่าผู้ที่นับถือศาสนามีความสุขมากกว่าและเครียดน้อยกว่าผู้ที่ไม่นับถือศาสนาใด และงานวิจัยในนักศึกษาต่างประเทศที่พบว่านักศึกษาที่นับถือศาสนามีความสุขในชีวิตมากกว่า<sup>13</sup>

ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก นักศึกษามีความสุขกับการมีร้านค้าที่สามารถซื้อสินค้าได้ตลอด 24 ชั่วโมงมากที่สุด ทั้งนี้เพราะมหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ได้พัฒนาสภาพแวดล้อมให้เป็นเมืองมหาวิทยาลัยในรูปแบบ residential university ทำให้มีระบบสาธารณูปโภคและสาธารณูปการครบวงจร<sup>4</sup> มีสิ่งอำนวยความสะดวกอย่างครบครัน สอดคล้องกับงานวิจัยที่ผ่านมา<sup>6</sup> ที่พบว่าการศึกษาที่นักศึกษาที่มีที่พักอาศัยและสภาพแวดล้อมที่ดี นักศึกษามีความสุขมากที่สุด

ด้านแหล่งสนับสนุนทางสังคม นักศึกษามีความสุขกับการมีอาจารย์ที่ปรึกษามากที่สุด การมีอาจารย์ที่ปรึกษาช่วยให้นักศึกษามีที่พึ่งทางใจ เพราะอาจารย์เป็นผู้ที่ให้คำแนะนำทุกเรื่อง ทั้งการวางแผนการเรียนและเรื่องส่วนตัว และอาจารย์ที่ปรึกษามักเป็นอาจารย์ในสาขาวิชาที่เรียน จึงมีความสนิทสนมและใกล้ชิดกับนักศึกษาเป็นอย่างดี การมีความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างลูกศิษย์กับอาจารย์ จึงทำให้นักศึกษารู้สึกได้รับการสนับสนุนทางอารมณ์ และรู้สึกมีที่พึ่ง อุณหภูมิให้ผู้ให้การช่วยเหลือเมื่อต้องเจอกับปัญหาและอุปสรรค สอดคล้องกับงานวิจัยที่ผ่านมาที่พบว่าการศึกษาที่สนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์กับความสุข<sup>14</sup>

ด้านอาคารสถานที่ นักศึกษามีความสุขกับการที่มหาวิทยาลัยมีอาคารไทยบุรีและได้ใช้ในการประกอบพิธีการสำคัญต่าง ๆ มากที่สุด ซึ่งเป็นห้องประชุมขนาดใหญ่และใช้ในงานวันไหว้ครู งานพิธีพระราชทานปริญญาบัตร งานรับน้อง เป็นต้น จึงทำให้รู้สึกประทับใจ และมีความทรงจำที่มีคุณค่าในชีวิตทำให้นักศึกษามีความสุข

ด้านความเสมอภาคเท่าเทียม นักศึกษามีความสุขกับการไม่ถูกแบ่งแยกเนื่องจากความแตกต่างของภูมิฐานะมากที่สุด ทั้งนี้เป็นเพราะการจัดกิจกรรมต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นด้าน การเรียน การสอน หรือการทำกิจกรรมของนักศึกษา บุคลากรที่รับผิดชอบ โดยเฉพาะ ส่วนกิจการนักศึกษาจะเปิดโอกาสให้นักศึกษาทุกคน มีสิทธิในการเลือกคณะกรรมการองค์กรนักศึกษา และเข้ามามีส่วนร่วมในการบริหารกิจการนักศึกษาซึ่งเป็นการเปิดโอกาสที่เท่าเทียมและส่งเสริมความกล้าในการแสดงความคิดเห็นและอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างสงบสุข ดังการศึกษาของ แลมเบอร์ตที่พบว่าการถูกแบ่งแยกหรือเลือกปฏิบัติ มีความสัมพันธ์ทางลบกับความสุขของนักศึกษา<sup>9</sup>

ด้านการพักผ่อนหย่อนใจ นักศึกษามีความสุขกับการที่มหาวิทยาลัยจัดให้มีสถานที่พักผ่อนหย่อนใจ มีสิ่งแวดล้อมธรรมชาติที่สวยงาม สวนหย่อม บึงบัว สอดคล้องกับหลักการพัฒนาเมืองมหาวิทยาลัยในรูปแบบ residential university โดยการจัดสภาพแวดล้อมของมหาวิทยาลัย<sup>4</sup> ให้มีระบบนิเวศที่น่าอยู่ มีธรรมชาติที่สวยงาม ดังที่มีการจัดอันดับมหาวิทยาลัยไทยที่มีวิวสวยและบรรยากาศดีที่สุดในประเทศ และมหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ติดอันดับที่แปด<sup>15</sup>

ด้านความปลอดภัย นักศึกษามีความสุขกับการที่มีระบบการรักษาความปลอดภัยที่เข้มแข็ง เช่น มีป้อมยามและเจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัยตรวจตราสอดส่องดูแลในจุดเสี่ยง ดูแลในสถานที่สำคัญ ได้แก่ บริเวณหอพัก อาคารเรียน โรงอาหารทางเข้าออกของมหาวิทยาลัย และบริเวณรอยต่อกับอาณาเขตรายรอบมหาวิทยาลัย มีศูนย์อำนวยความสะดวกไม่ปลอดภัยตลอด 24 ชั่วโมง สอดคล้องกับงานวิจัยของ สรัญญา สุขเพิ่ม<sup>16</sup> ที่พบว่านิสิตมหาวิทยาลัยนครสวรรค์มีความต้องการด้านการรักษาความปลอดภัยมากที่สุด

ด้านการมีอิสรภาพ นักศึกษามีความสุขกับการมีส่วนร่วมและแสดงความคิดเห็นต่อการเรียน การสอนของอาจารย์ได้โดย

อิสระมากที่สุด เนื่องจากมหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์มีระบบประเมินผลการเรียนการสอนออนไลน์ โดยนักศึกษาสามารถแสดงความคิดเห็นต่อการสอนของอาจารย์ ทั้งการประเมินระหว่างที่การเรียนการสอนยังดำเนินอยู่ในเทอม และเมื่อสิ้นสุดการเรียนก่อนปิดเทอมนักศึกษาจะต้องทำการประเมินผลการสอนของอาจารย์ในระบบให้เสร็จ มิฉะนั้นนักศึกษาก็ไม่สามารถเข้าดูผลการเรียนของตนเองในระบบ การที่นักศึกษาได้สะท้อนความคิดเห็นและความรู้สึกของตนเองต่อการสอนของอาจารย์ ทำให้รู้สึกได้รับการยอมรับและรู้สึกมีคุณค่าในตนเองที่มีส่วนร่วมพัฒนาการเรียนการสอนของสถาบันการศึกษาของตน

ด้านศาสนา นักศึกษามีความสุขกับการที่มีโอกาสได้ประกอบศาสนกิจและกิจกรรมโดยไม่กระทบต่อการเรียน เช่น การสวดมนต์ไหว้พระ การละหมาดมากที่สุด มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์มีนักศึกษานับถือศาสนาแตกต่างกันตั้งแต่ศาสนาอิสลามก็มีการปฏิบัติศาสนกิจโดยมหาวิทยาลัยให้ความสำคัญกับการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพด้านจิตวิญญาณของนักศึกษาให้มีสิ่งยึดเหนี่ยวทางจิตใจ ส่งเสริมนักศึกษาให้ได้ปฏิบัติกิจกรรมให้สอดคล้องกับประเพณีและศาสนา เช่น จัดให้มีห้องไหว้พระและห้องละหมาดของแต่ละหอพัก กิจกรรมทำบุญตักบาตร กิจกรรมคริสต์มาสของชาวคริสเตียน เป็นต้น การทำกิจกรรมต่างๆ เน้นส่งเสริมให้รู้จักความสุขที่เกิดจากการให้ หรือความสุขที่เกิดจากการเห็นผู้อื่นมีความสุข สอดคล้องกับงานวิจัยที่ผ่านมาที่พบว่านักศึกษาที่นับถือศาสนาและปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนามีความสุขมากกว่าผู้ที่ไม่ปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนา<sup>13</sup>

ด้านความภาคภูมิใจในตนเอง นักศึกษามีความสุขกับการได้ช่วยเหลือเพื่อนเมื่อมีโอกาสมากที่สุด ทั้งนี้อาจเป็นเพราะการปลูกฝังของมหาวิทยาลัย ที่เน้นการอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข การใช้ชีวิตในรั้วมหาวิทยาลัยเปรียบเหมือนการอยู่ในบ้านหลังใหญ่เป็นครอบครัวเดียวกัน การมีองค์กรนักศึกษาที่คอยเชื่อมโยงการทำกิจกรรมต่างๆ ทั้งกิจกรรมชมรม และกิจกรรมของแต่ละสาขาวิชา เน้นกิจกรรมจิตอาสา ที่ส่งผ่านความช่วยเหลือสู่สังคมรอบมหาวิทยาลัยและในที่ห่างไกลและยังต้องการความช่วยเหลือในด้านต่างๆ ดังนั้นการที่นักศึกษาได้ปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ ที่เป็นผู้ให้และแบ่งปัน จึงเกิดความภาคภูมิใจ

ในในตนเอง ซึ่งเป็นการตอบสนองความต้องการของบุคคลด้านความต้องการความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ตามทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของมาสโลว์<sup>17</sup>

การเปรียบเทียบความสุขของนักศึกษาแต่ละกลุ่มวิชาพบว่านักศึกษาที่เรียนต่างกลุ่มวิชากันมีความสุขไม่แตกต่างกัน ทั้งนักศึกษากลุ่มวิชา วิทยาศาสตร์สุขภาพ วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี และสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ การที่นักศึกษามีความสุขที่ไม่แตกต่างกัน สามารถอธิบายได้ว่าเป็นเพราะมหาวิทยาลัยมีการจัดการทรัพยากรแบบรวมบริการประสานภารกิจทุกด้านเพื่อทำให้นักศึกษามีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีทั้งด้านการเรียน การทำกิจกรรม และการใช้ชีวิตในรั้วมหาวิทยาลัย ให้มีความเป็นอยู่ที่สุขสบายในหอพัก การจัดสภาพสิ่งแวดล้อมและความปลอดภัย ระบบการบริการเพื่อสนับสนุนการเรียน การส่งเสริมให้นักศึกษาทำกิจกรรมจึงทำให้นักศึกษาได้รับการดูแล ด้วยความเสมอภาคเท่าเทียมกันไม่มีการแบ่งแยกการดูแลหรือการบริการตามกลุ่มวิชา ดังจะเห็นได้จากจัดหอพักจะจัดให้นักศึกษาพักคณะทุกสาขาวิชาและทุกชั้นปี ทำให้ได้คบเพื่อนที่หลากหลาย นักศึกษามีภูมิลำเนาจากทั่วประเทศ ทำให้เป็นการขยายเครือข่ายทางสังคม และได้เรียนรู้การใช้ชีวิตร่วมกันในหอพัก และใช้แหล่งทรัพยากรต่างๆ ที่ทางมหาวิทยาลัยจัดให้ร่วมกัน เมื่อนักศึกษาอยู่ในสิ่งแวดล้อมเดียวกัน สามารถเข้าถึงบริการต่างๆ ได้อย่างเท่าเทียมกัน จึงส่งผลให้มีความสุขที่ไม่แตกต่างกัน การศึกษานี้แตกต่างจากการศึกษาที่ผ่านมา<sup>18</sup> ที่พบว่านักศึกษากลุ่มวิชาสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์และกลุ่มวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มีความสุขมากกว่านักศึกษากลุ่มวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ นอกจากนี้ยังแตกต่างจากการศึกษาของต่างประเทศที่พบว่านักศึกษาที่เรียนสาขาต่างกันมีความสุขและความพึงพอใจในชีวิตที่แตกต่างกัน<sup>18</sup>

## สรุป

**นักศึกษามหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์มีความสุขโดยรวมในระดับมาก และมีความสุขด้านการมีครอบครัวที่อบอุ่นมากที่สุด นักศึกษาที่เรียนต่างกลุ่มวิชากันมีความสุขไม่แตกต่างกัน**

## กิตติกรรมประกาศ

คณะผู้วิจัยขอขอบคุณผู้ร่วมวิจัยทุกท่านที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามเป็นอย่างดี และขอบคุณทุนสนับสนุนการทำโครงการของนักศึกษาระดับปริญญาตรีและทุนสนับสนุนการพัฒนาศักยภาพการวิจัย ปีงบประมาณ 2558 สำนักวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์

## เอกสารอ้างอิง

- Office of the Higher Education Commission. The higher education plan. 11<sup>th</sup> ed (2012–2016) [homepage on the Internet]. Bangkok: Office of the Higher Education Commission; 2013 [cited 2016 Mar 23]. Available from: [http://www.mua.go.th/users/bpp/developplan/download/higher\\_edu\\_plan/PlanHEdu11\\_2555-2559.pdf](http://www.mua.go.th/users/bpp/developplan/download/higher_edu_plan/PlanHEdu11_2555-2559.pdf)
- Office of the Higher Education Commission. National Education Act of B.E. 1999. Bangkok: Office of the National Education Commission; 1999.
- Association of Private Higher Education of Institutions of Thailand. Life in the university [homepage on the Internet]. Bangkok: Department of Academic; 2010 [cited 2016 Mar 23]. Available from: <http://www.apheit.org/2012-07-06-02-16-26>
- Walailak University. Walailak University student guide for undergraduate programs in the 2015 academic year. Thasala Nakhon Si Thammarat: Walailak University; 2015.
- Yamane T. Statistics: an introductory analysis. New York: Harper & Row; 1973.
- Usawasiriroj W. Happiness index of Chiangmai University's student. Chiangmai: Chiangmai University; 2012.
- Chingchit N, Thepphonpon W, Khunnuchchanart J, et al. Happiness of Silapakorn University's Public Administration students [homepage on the Internet]. Trang: Prince of Songkla University, Trang Campus; 2014 [cited 2016 Jun 25]. Available from: [http://www.nfo.ms.su.ac.th/sums01/PDF01/76\\_20150202\\_Fast\\_scan\\_to\\_a\\_BW\\_PDF\\_file\\_76.pdf](http://www.nfo.ms.su.ac.th/sums01/PDF01/76_20150202_Fast_scan_to_a_BW_PDF_file_76.pdf)
- Wiboolsuk S, Bunsawat N. Factors affecting learning with happiness of medical students in preclinical year. *Siriraj Med Bull* 2015; 8: 70 – 6.
- Lambert M, Fleming T, Ameratunga S, et al. Looking on the bright side: an assessment of factors associated with adolescents' happiness. *Adv Ment Health* 2014; 12: 101 – 9.
- Jiang YH, Lee SWY, Golab L. Analyzing student and employer satisfaction with cooperative education through multiple data sources. *Asia Pac J Coop Educ* 2015; 16: 225 – 40.
- Suriya N. Students' satisfaction towards the library service of faculty of Pharmaceutical Sciences, Chulalongkorn University. *CU-e-News* 2010; 26: 11 – 9.
- Khaki K. Self development unit 8: happiness life. Bangkok: Office of the Rajabhat University Council; 2015.
- Abdel-Khalek AM. The relationships between subjective well-being, health, and religiosity among young adults from Qatar. *Ment Health Relig Cult* 2013; 16: 306 – 18.
- Kawsaard N, Arpanantikul M, Putwatana P. Selected variables related to nursing students' happiness. *Thai J Nurs Counc* 2013; 28: 19 – 33.
- MGR Online. 8 of Thailand's most beautiful and nice view universities [homepage on the Internet]. Bangkok: Life on Campus; 2016 [cited 2016 Mar 20]. Available from: <http://manager.co.th/Campus/ViewNews.aspx?NewsID=9590000027632>
- Sukperm S. Students' services requirement with Naresuan University dormitory's services. Phitsanulok: Naresuan University; 2013.
- Ventegodt S, Merrick J, Andersen NJ. Quality of life theory III. Maslow revisited. *Scientific World Journal* 2003; 13: 1050 – 7.
- Kvintova J, Sigmund M, Hrebickova H. Life satisfaction and subjective health assessment in future teachers compared with current university students of physical culture and natural science. *E-Pedagogium* 2014; 2: 15 – 30.