



รายงานวิจัยสถาบัน

เรื่อง

การศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับความสุขของนักศึกษา
ระดับปริญญาตรีมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559
FACTORS RELATED TO HAPPINESS OF THE UNDERGRADUATE
STUDENTS OF SURANAREE UNIVERSITY OF TECHNOLOGY
ACADEMIC YEAR 2016

หัวหน้าโครงการ

นายจตุรวัฒน์ ฝนิกรรัมย์

งานกิจกรรมนักศึกษา ส่วนกิจการนักศึกษา

ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยสถาบันจากมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี

มิถุนายน 2560



รายงานวิจัยสถาบัน

เรื่อง

การศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับความสุขของนักศึกษา
ระดับปริญญาตรีมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559
FACTORS RELATED TO HAPPINESS OF THE UNDERGRADUATE
STUDENTS OF SURANAREE UNIVERSITY OF TECHNOLOGY
ACADEMIC YEAR 2016

หัวหน้าโครงการ

นายจตุรวัฒน์ ผนังรัมย์

งานกิจกรรมนักศึกษา ส่วนกิจการนักศึกษา

ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยสถาบันจากมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี

มิถุนายน 2560

คำนำ

ความสุขเป็นตัวบ่งชี้ถึงความพร้อมทางการศึกษา มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี จึงจำเป็นต้องได้รับการพัฒนานักศึกษาระดับปริญญาตรี ของมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ให้เป็นบัณฑิตที่พึงประสงค์ คือ “บัณฑิตนักวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ผู้มีภูมิรู้ ภูมิธรรม ภูมิปัญญา และภูมิฐาน” และเอกลักษณ์ (Uniqueness) คือ “มหาวิทยาลัยแห่งการสร้างสรรค์นวัตกรรม” นอกจากนี้จะเป็นคนเก่งแล้วจะต้องเป็นคนดีและมีความสุขด้วย การส่งเสริมให้นักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี เกิดความสุขจึงเป็นสิ่งสำคัญ เพราะจะส่งผลให้เกิดพลังในการเรียนและส่งเสริมให้ทำกิจกรรมได้อย่างสร้างสรรค์

ผู้วิจัยจึงได้ดำเนินการเสนอขอรับทุนอุดหนุนวิจัยสถาบัน เรื่อง การศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559 มีวัตถุประสงค์สำคัญ 3 ประการคือ 1) เพื่อศึกษาระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559 2) เพื่อเปรียบเทียบระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559 ตามภูมิหลังของนักศึกษา 3) เพื่อศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559 เพื่อนำข้อเสนอแนะและแนวทางแก้ไขให้มหาวิทยาลัยต่อไป

นายจตุรวัฒน์ ผนังรัมย์
ผู้วิจัย

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์สำคัญ 3 ประการคือ 1) เพื่อศึกษาระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559 2) เพื่อเปรียบเทียบระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559 ตามภูมิภาคของนักศึกษา และ 3) เพื่อศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559 กลุ่มตัวอย่าง ที่ใช้ในการศึกษาคั้งนี้ ได้แก่ นักศึกษาของมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ชั้นปีที่ 1-8 ปีการศึกษา 2559 ที่ได้จากการสุ่มตัวอย่างจำนวน 400 คน โดยวิเคราะห์ข้อมูลและรายงานผลในรูปคำร้อยละ และค่าเฉลี่ย ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. ระดับความสุขของนักศึกษา พบว่า นักศึกษามีความสุขต่อสภาพแวดล้อมโดยรวมของมหาวิทยาลัย นักศึกษาภาคภูมิใจที่ได้เป็นนักศึกษามหาวิทยาลัย มีคะแนนอยู่ในระดับมาก นักศึกษารู้สึกเป็นเจ้าของร่วมในมหาวิทยาลัย มีคะแนนอยู่ในระดับมาก นักศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยอย่างมีความสุข มีคะแนนอยู่ในระดับมาก และคะแนนโดยรวมทั้ง 9 ด้าน นักศึกษามีความสุขระดับปานกลาง

2. การเปรียบเทียบระดับความสุข ตามภูมิภาคของนักศึกษา พบว่า นักศึกษาเพศหญิงมีความสุขมากกว่านักศึกษาเพศชาย นักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีความสุขมากกว่าชั้นปีอื่น ๆ นักศึกษาสาขาวิชาเทคโนโลยีธรณี มีความสุขมากกว่านักศึกษาสาขาวิชาอื่น ๆ นักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในพื้นที่ภาคตะวันออก มีความสุขมากกว่านักศึกษาที่มีภูมิลำเนาในพื้นที่อื่น ๆ และนักศึกษาที่ยังไม่มีคะแนนเฉลี่ยสะสม มีความสุขมากกว่านักศึกษาที่มีคะแนนเฉลี่ยสะสม

3. ปัจจัยที่สัมพันธ์กับความสุข ตามภูมิภาคของนักศึกษา พบว่า เพศ มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุขด้านครอบครัว คะแนนเฉลี่ยสะสมมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุขด้านความมีน้ำใจ รายได้ครอบครัวมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุขด้านสุขภาพ และความสุขโดยรวม นักศึกษาที่มีทุนการศึกษาจากการกู้ยืมมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุขด้านสุขภาพการเงิน นักศึกษาที่เคยได้รับทุนการศึกษามีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุขด้านครอบครัว นักศึกษามีรายได้รวมเฉลี่ยทั้งหมดต่อเดือนมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุขด้านจิตวิญญาณ

ผลการศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับระดับความสุข จัดทำข้อเสนอแนะเชิงนโยบายเป็นบทสรุปผู้บริหารให้มหาวิทยาลัยดำเนินการต่อไป

คำสำคัญ : ความสุข ภูมิภาค อัตลักษณ์ เอกลักษณ์

ABSTRACT

The objectives of this research were 1) to determine the happiness of undergraduates. Suranaree University of Technology Academic Year 2559 2) to compare the happiness of undergraduates. Suranaree University of Technology Academic Year 2559 according to their backgrounds and 3) to study the factors associated with the happiness of undergraduates. Suranaree University of Technology Academic Year 2559. 400 students of Suranaree University of Technology with Year 1-8 were. Used in this study Data were analyzed. to determine the percentage and mean the conclusions of this study were

1. The happiness of the students. It was found that students enjoyed the overall environment of the university. Students were proud to be a college student. With mean score of high level. Students felt ownership of the university. With mean score of high level. Students living on campus were happy. With mean score of high level. According to overall categories. Student were happy with mean score of high level.

2. Comparison of happiness level. according to student's background female students were happier. than male students. Freshmens were happier than others. Students in Geotechnical department were happier than others. Students who lived in the eastern areas were happier than others. Students who had a grade point average. were happier than who did not.

3. Factors associated with happiness. According to student's background it was found that gender had a positive correlation with the family happy. GPA was positively correlated with kind happiness. The family income was positively correlated with health happiness and overall happiness. Students with scholarships were positively correlated with financial happiness. Students who had received loan scholarships had a positive relationship with the family happiness. Students with average income per month were positive associated with spirit happiness.

The study factors related to happiness. Making policy recommendations to the executive summary of the proceeding.

Key words : happiness, student backgrounds, identity, uniqueness

กิตติกรรมประกาศ

วิจัยสถาบันเรื่อง การศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559 ได้รับความร่วมมือเป็นอย่างดีจากนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ในการให้ความอนุเคราะห์ตอบแบบสอบถามในงานวิจัยสถาบันครั้งนี้

ขอขอบคุณมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ที่ให้ทุนอุดหนุนการทำวิจัยสถาบันเรื่องนี้ และขอขอบคุณ รองศาสตราจารย์ พญ. สรญา แก้วพิบูลย์ หัวหน้าสถานวิจัย สำนักวิชาแพทยศาสตร์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ประพัฒน์ เป็นตามวา อาจารย์ประจำสาขาวิชาอนามัยสิ่งแวดล้อม ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นฤมล สิงห์ดง อาจารย์ประจำสาขาวิชาการพยาบาลอนามัยชุมชน และขอขอบคุณ คุณภฤศมน วิสัยดี หัวหน้างานวิจัยสถาบันและสารสนเทศ ส่วนแผนงาน คุณจิตตานันท์ ติกุล เจ้าหน้าที่บริหารงานทั่วไป สถาบันวิจัยและพัฒนา คุณวัลลพ ล้อมตะคุ เจ้าหน้าที่บริหารงานทั่วไป ส่วนแผนงาน และคุณสุดา นิลศิริ เจ้าหน้าที่บริหารงานทั่วไป ส่วนกิจการนักศึกษา ที่ให้คำปรึกษา แนะนำ ตลอดจนการให้ข้อมูลด้านการดำเนินงานวิจัยขั้นตอนต่าง ๆ ในการดำเนินงานวิจัยสถาบันให้แล้วเสร็จ

สุดท้ายขอขอบคุณ รองอธิการบดีฝ่ายกิจการนักศึกษา และหัวหน้าส่วนกิจการนักศึกษา ที่ให้แนวทาง โอกาสและสนับสนุนให้ผู้วิจัยดำเนินการทำวิจัยสถาบันเรื่องนี้

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี

นายจตุรวัฒน์ ผนังรัมย์

ผู้วิจัย

มิถุนายน 2560

บทสรุปสำหรับผู้บริหาร

ชื่อโครงการ (ภาษาไทย)	: การศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559
(ภาษาอังกฤษ)	: FACTORS RELATED TO HAPPINESS OF THE UNDERGRADUATE STUDENTS OF SURANAREE UNIVERSITY OF TECHNOLOGY ACADEMIC YEAR 2016
ที่ปรึกษาโครงการ	: ว่าที่ร้อยตรีสมชาย รักกลาง
ผู้วิจัย	: นายจตุรวัฒน์ ฝนิกรรัมย์ หัวหน้าโครงการ

1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ความสุขเป็นตัวบ่งชี้ถึงความพร้อมทางการศึกษา นักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี จึงจำเป็นต้องได้รับการพัฒนานักศึกษาระดับปริญญาตรี ของมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ให้เป็นบัณฑิตที่พึงประสงค์ คือ “บัณฑิตนักวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ผู้มีภูมิรู้ ภูมิธรรม ภูมิปัญญา และภูมิฐาน” และเอกลักษณ์ (Uniqueness) คือ “บัณฑิตนักวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ผู้มีภูมิรู้ ภูมิธรรม ภูมิปัญญา และภูมิฐาน” และเอกลักษณ์ (Uniqueness) คือ “มหาวิทยาลัยแห่งการสร้างสรรค์นวัตกรรม” นอกจากจะเป็นคนเก่งแล้วจะต้องเป็นคนดีและมีความสุขด้วย การส่งเสริมให้นักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี เกิดความสุขจึงเป็นสิ่งสำคัญ เพราะจะส่งผลให้เกิดพลังในการเรียนและส่งเสริมให้ทำกิจกรรมได้อย่างสร้างสรรค์

จากความหมายของคำว่าความสุข ความสุขคือ สภาวะที่บุคคลรับรู้ว่าคุณเองได้ทำในสิ่งที่ตนต้องการและทำได้สำเร็จ มีความเป็นตัวของตัวเอง มีความภาคภูมิใจในการกระทำของตน มีความคิดเชิงบวก มีความกระตือรือร้นในการดำเนินชีวิตที่จะนำไปสู่การมีสุขภาพที่ดี การได้ทำในสิ่งที่ต้องการ การมีความสัมพันธ์ที่ดี การมีจิตใจที่สงบ การพัฒนาตน มีเป้าหมายในชีวิต การคิดเชิงบวก การมีสุขภาพกายและจิตที่ดี มีแรงจูงใจ ควบคุมตัวเองให้ทำในสิ่งที่ต้องการได้ การรับรู้ถึงความสำเร็จ การรู้สึกพอใจในสิ่งที่มีการกระทำของตน การสำเร็จการศึกษา และการมีงานทำ ความสุขที่สัมผัสได้จากจิต คือ ความสบายใจ ความสุขใจ ความอิมใจ ความพอใจ อันเกิดจากจิตใจที่สงบและเย็น อันเป็นความสุขที่สะอาดเป็นความสุขที่แท้จริง

สาเหตุ ปัญหาที่พบ (ได้จากการสำรวจเบื้องต้นโดยโพลสอบถามผ่านทาง FACEBOOK) ว่านักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ไม่มีความสุขในระหว่างการเข้ามาศึกษาในมหาวิทยาลัยแห่งนี้คือ นักศึกษาไม่ได้รับการบริการในส่วนต่าง ๆ ของมหาวิทยาลัย อย่างดีและ

เพียงพอส่วนหนึ่งนักศึกษาเองไม่มีอุปกรณ์อำนวยความสะดวกเช่นคอมพิวเตอร์ ในเรื่องของการลงทะเบียน การชำระค่าบริการต่าง ๆ อีกประเด็นการรับบริการฟรี WIFI มทส. สัญญาณหลุดบ่อย และสัญญาณไม่ดี สาเหตุอีกประการคือ การศึกษาส่วนใหญ่จะเป็นภาษาอังกฤษ ทำให้การเรียนล่าช้า ไม่ทันเพื่อน ๆ และสำคัญที่สุดที่นักศึกษาต้องการ คือ เรื่องทุนการศึกษา และชั่วโมงในการทำกิจกรรมจิตอาสา ข้อกำหนดของกองทุนกู้ยืมเพื่อการศึกษา ซึ่งเป็นผลต่อการศึกษาด้วย (แบบสอบถามทาง FACEBOOK เก็บข้อมูลระหว่างวันที่ 15 กรกฎาคม - 10 สิงหาคม 2559 จำนวน 80 คน)

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะทำการศึกษาถึงระดับความสุขของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี เพื่อเป็นแนวทางในการเตรียมความพร้อมและพัฒนาความสุขของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ให้มีสุขภาพกายและสุขภาพใจที่ดี รวมทั้งนำไปสู่การจัดการบริการหรือจัดกิจกรรมที่สนับสนุนและส่งเสริมสุขภาพจิตของนักศึกษาให้สามารถดำเนินชีวิตในมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารีได้อย่างมีความสุข ประสบความสำเร็จและพร้อมที่จะเป็นบัณฑิตที่พึงประสงค์ ตรงตาม อัตลักษณ์ (Identity) ของมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี คือ “บัณฑิตนักวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ผู้มีภูมิรู้ ภูมิธรรม ภูมิปัญญา และภูมิฐาน” และเอกลักษณ์ (Uniqueness) คือ “มหาวิทยาลัยแห่งการสร้างสรรคนวัตกรรม” ต่อไป

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- 2.1 เพื่อศึกษาระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559
- 2.2 เพื่อเปรียบเทียบระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559 ตามภูมิหลังของนักศึกษา
- 2.3 เพื่อศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559

3. วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง การศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559 เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (survey research) ผู้วิจัยนำเสนอวิธีดำเนินการวิจัยในเรื่องการศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559 โดยมีวิธีการดำเนินการวิจัยเกี่ยวกับประชากร เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย การเก็บข้อมูล และการวิเคราะห์ข้อมูล

4. สรุปผลการวิจัย

4.1 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล

4.1.1 ข้อมูลเบื้องต้นของผู้ที่ตอบแบบสอบถาม จำนวน 400 คน ผู้ตอบแบบสอบถาม จำนวน 400 คน เป็นเพศชาย 128 คน (ร้อยละ 32) และเพศหญิง 272 คน (ร้อยละ 68) เป็น นักศึกษาชั้นปีที่ 1 จำนวน 115 คน (ร้อยละ 26.20) ชั้นปีที่ 2 จำนวน 99 คน (ร้อยละ 24.80) นักศึกษาชั้นปีที่ 3 จำนวน 84 คน (ร้อยละ 21.00) นักศึกษาชั้นปีที่ 4-8 จำนวน 112 คน (ร้อยละ 28.00) การเข้าศึกษาต่อประเภทโควตา โรงเรียนมีผู้ตอบแบบสอบถามมากที่สุด จำนวน 164 คน (ร้อยละ 41.00) การเข้าศึกษาต่อประเภทรับตรงจากสำนักวิชามีผู้ตอบแบบสอบถามมากที่สุด คือ วิศวกรรมศาสตร์ จำนวน 290 คน (ร้อยละ 72.50) สาขาวิชาที่ตอบแบบสอบถามมากที่สุด คือไม่ สังกัดสาขา จำนวน 96 คน (ร้อยละ 24.00) ภูมิภาคของผู้ตอบแบบสอบถามมาจากภาค ตะวันออกเฉียงเหนือ มากที่สุด จำนวน 274 คน (ร้อยละ 68.50) คะแนนเฉลี่ยสะสมของผู้ตอบ แบบสอบถามมากที่สุด 2.00 - 2.50 จำนวน 128 คน (ร้อยละ 32.00) รายได้ครอบครัวของผู้ตอบ แบบสอบถามมากที่สุด 10,000 - 19,999 บาท จำนวน 162 คน (ร้อยละ 40.50) ที่พักอาศัยของผู้ตอบ แบบสอบถามมากที่สุด คือหอพักภายในมหาวิทยาลัย จำนวน 385 คน (ร้อยละ 96.20) รายได้ จากผู้ปกครองของผู้ตอบแบบสอบถามมากที่สุด 3,000 - 4,999 บาท จำนวน 182 คน (ร้อยละ 45.50) รายได้พิเศษของผู้ตอบแบบสอบถามมากที่สุด ต่ำกว่า 3,000 บาท จำนวน 306 คน (ร้อยละ 76.50) นักศึกษามีทุนกู้ยืมเพื่อการศึกษา จำนวน 152 คน (ร้อยละ 38.00) นักศึกษาไม่ได้ขอทุนกู้ยืม เพื่อการศึกษา จำนวน 248 คน (ร้อยละ 62.00) นักศึกษาเคยได้รับทุนการศึกษา จำนวน 49 คน (ร้อยละ 12.20) นักศึกษาไม่เคยได้รับทุนการศึกษา จำนวน 351 คน (ร้อยละ 87.80) นักศึกษามี รายได้รวมของผู้ตอบแบบสอบถามมากที่สุด 3,000 - 4,999 บาท จำนวน 194 คน (ร้อยละ 48.50) นักศึกษามีค่าใช้จ่ายรวมของผู้ตอบแบบสอบถามมากที่สุด 3,000 - 4,999 บาท จำนวน 239 คน (ร้อยละ 59.80) นักศึกษาเดินทางด้วยรถมอเตอร์ไซด์ มากที่สุด จำนวน 341 คน (ร้อยละ 85.20)

4.1.2 ความสุขโดยรวมของนักศึกษาในด้านต่าง ๆ

จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษามีความสุข ต่อสภาพแวดล้อมโดยรวมของมหาวิทยาลัยมากที่สุด อยู่ในระดับมาก นักศึกษามีความพึงพอใจกับ สวัสดิการที่มหาวิทยาลัยจัดให้มากที่สุด อยู่ในระดับพอใจปานกลาง นักศึกษามีโอกาสได้เข้าร่วม กิจกรรมต่าง ๆ ของทางมหาวิทยาลัยมากที่สุด อยู่ในระดับเข้าร่วมพอสมควร นักศึกษาภาคภูมิใจที่ได้ เป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยมากที่สุด อยู่ในระดับภูมิใจมากที่สุด นักศึกษารู้สึกเป็นเจ้าของร่วมใน

มหาวิทยาลัยมากที่สุด อยู่ในระดับมาก นักศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยอย่างมีความสุขมากที่สุด อยู่ในระดับมาก และความสุขของนักศึกษามากที่สุด อยู่ในระดับมาก

จำนวนและร้อยละความสุขโดยรวมของนักศึกษาในด้านต่าง ๆ จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่า ความสุขโดยรวมของนักศึกษา อยู่ในระดับสูง คือ ความสุขด้านจิตวิญญาณ ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.72 และความสุขด้านการใฝ่รู้ ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.68 รองลงมา พบว่า ความสุขโดยรวมของนักศึกษาที่อยู่ในระดับปานกลาง คือ อยู่ในระดับมาก จำนวน 159 คน (ร้อยละ 39.80) รองลงมาความสุขของนักศึกษา อยู่ในระดับปานกลาง คือ ความสุขด้านสุขภาพ ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.51 ความสุขด้านครอบครัว ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.50 ความสุขด้านสังคม ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.63 ความสุขของนักศึกษา อยู่ในระดับ ต่ำ คือ ความสุขด้านการผ่อนคลาย ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.26 ความสุขด้านสุขภาพการเงิน ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.14 ความสุขโดยรวมทุก ๆ ด้าน มีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.56 มีความสุขระดับปานกลาง ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษา ของวรวิศรา อัครศิริโรจน์ (2555) พบว่า ความสุขของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ กลุ่มประชากรมีความสุขในด้านการที่นักศึกษามีความเครียดที่อบอุ่นเป็นอันดับหนึ่ง โดยมีคะแนนเฉลี่ย 8.38 อันดับสอง คือ การเข้าถึงธรรมชาติด้วยการอยู่ร่วมกัน โดยมีคะแนนเฉลี่ย 8.28 อันดับสาม คือ การมีที่พักอาศัยและสภาพแวดล้อมที่ดี โดยมีคะแนนเฉลี่ย 8.03 อันดับสี่ คือ การมีความมั่นคงของชีวิต โดยมีคะแนนเฉลี่ย 8.00 อันดับห้า คือ ความภาคภูมิใจในตนเอง โดยมีคะแนนเฉลี่ย 7.89 อันดับหก คือ การมีการศึกษาและกิจกรรมที่ดี โดยมีคะแนนเฉลี่ย 7.84 อันดับเจ็ด คือ ความปลอดภัยและพฤติกรรมของนักศึกษา โดยมีคะแนนเฉลี่ย 7.79 อันดับแปด คือ การมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี โดยมีคะแนนเฉลี่ย 7.72 อันดับเก้า คือ การมีสิ่งแวดล้อมธรรมชาติที่ดี โดยมีคะแนนเฉลี่ย 7.15

4.1.3 สรุปผลการเปรียบเทียบระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559 ตามภูมิหลังของนักศึกษา พบว่า

สรุปผลการเปรียบเทียบระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559 ตามภูมิหลังของนักศึกษา ด้านเพศ พบว่า นักศึกษาเพศชายและนักศึกษาเพศหญิงมีความสุขโดยรวมแตกต่างกัน โดยนักศึกษาเพศหญิงมีความสุขมากกว่านักศึกษาเพศชาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ด้านชั้นปี พบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีความสุขมากกว่าชั้นปีอื่น ๆ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สาขาวิชา พบว่า นักศึกษาสาขาวิชาเทคโนโลยีธรณีมีความสุขมากกว่านักศึกษาสาขาวิชาอื่น ๆ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ด้านภูมิลำเนา พบว่า นักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในพื้นที่ภาคตะวันออก มีความสุขมากกว่านักศึกษาที่มีภูมิลำเนาในพื้นที่อื่น ๆ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ด้านคะแนนเฉลี่ยสะสม พบว่า นักศึกษาที่ยังไม่มีคะแนนเฉลี่ยสะสม มีความสุขมากกว่านักศึกษาที่มีคะแนนเฉลี่ยสะสม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ด้านรายได้ครอบครัว พบว่า นักศึกษาที่มีรายได้ครอบครัวต่อเดือน 20,000 – 29,999 บาท และ

30,000 – 39,999 บาท มีความสุขมากกว่านักศึกษาที่มีรายได้ครอบครัวต่อเดือนต่ำกว่า 10,000 บาท อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษา ของตลณชา อิศริยานันท์ และคณะ (2554) พบว่า ผลการวิจัยพบว่านักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีคะแนนเฉลี่ยความสุขมากที่สุด รองลงมาคือชั้นปีที่ 4 ชั้นปีที่ 2 และชั้นปีที่ 3 ตามลำดับ และพบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยความสุขในแต่ละชั้นปีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ 0.05 วิธีการจัดการที่นักศึกษาใช้มากที่สุด 3 อันดับแรกเมื่อไม่มีความสุขคือ การยอมรับสภาพตนเอง การมอง โลกในแง่ดีและการปรึกษาเพื่อน

สรุปผลการเปรียบเทียบระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559 ตามภูมิหลังของนักศึกษา นักศึกษาประเภทโควตา นักศึกษาประเภทรับตรง สำนักวิชา ที่พักอาศัยของนักศึกษา นักศึกษาที่มีรายได้จากผู้ปกครอง นักศึกษาที่มีรายได้จากการทำงานพิเศษ นักศึกษาที่มีทุนการศึกษาจากการกู้ยืม นักศึกษามีรายได้รวมเฉลี่ยทั้งหมดต่อเดือน นักศึกษาที่มีค่าใช้จ่ายต่อเดือน และการเดินทางของนักศึกษา พบว่า มีความสุขไม่แตกต่างกัน

4.1.4 ศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559 พบว่า

สรุปผลการศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559 ตามภูมิหลังของนักศึกษา พบว่า ด้านเพศมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุขด้านครอบครัว คะแนนเฉลี่ยสะสม พบว่า คะแนนเฉลี่ยสะสมมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุขด้านความมีน้ำใจ รายได้ครอบครัว พบว่า รายได้ครอบครัวมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุขด้านสุขภาพ รายได้ครอบครัวมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุขโดยรวม นักศึกษามีทุนการศึกษาจากการกู้ยืม พบว่า นักศึกษามีทุนการศึกษาจากการกู้ยืมมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุขด้านสุขภาพการเงิน นักศึกษาเคยได้รับทุนการศึกษา พบว่า นักศึกษาเคยได้รับทุนการศึกษามีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุขด้านครอบครัว นักศึกษามีรายได้รวมเฉลี่ยทั้งหมดต่อเดือน พบว่า นักศึกษามีรายได้รวมเฉลี่ยทั้งหมดต่อเดือนมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุขด้านจิตวิญญาณ นักศึกษามีรายได้รวมเฉลี่ยทั้งหมดต่อเดือนมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุขด้านครอบครัว การเดินทางของนักศึกษา พบว่า นักศึกษาเดินทางโดยใช้รถประเภทต่าง ๆ มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุขด้านสุขภาพการเงิน ด้านชั้นปี พบว่า ชั้นปีมีความสัมพันธ์ตรงกันข้ามกับความสุขด้านสังคม สาขาวิชา พบว่า สาขาวิชามีความสัมพันธ์ตรงกันข้ามกับความสุขด้านสุขภาพ สาขาวิชามีความสุขด้านครอบครัว สาขาวิชามีความสุขด้านสิ่งแวดล้อม สาขาวิชามีความสัมพันธ์ตรงกันข้ามกับความสุขโดยรวม ภูมิลำเนา พบว่า ภูมิลำเนามีความสัมพันธ์ตรงกันข้ามกับความสุขด้านความมีน้ำใจ ภูมิลำเนามีความสัมพันธ์ตรงกันข้ามกับความสุขด้านการผ่อนคลาย

ภูมิลำเนา มีความสัมพันธ์ตรงกันข้ามกับความสุขด้านจิตวิญญาณ ภูมิลำเนา มีความสัมพันธ์ตรงกันข้ามกับความสุขด้านสังคม

5 ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

5.1 ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1) มหาวิทยาลัยควรจัดสถานที่เพื่อให้นักศึกษา ได้ออกกำลังกาย ได้ผ่อนคลาย เช่น สถานที่ออกกำลังกาย โรงฉายภาพยนตร์ จัดกิจกรรม เพิ่มเวลาในการเข้าร่วมกิจกรรม มหาวิทยาลัยควรจัดเวลาวันหยุดของทุกสัปดาห์ ช่วงบ่ายเป็นช่วงเวลาให้นักศึกษาได้เข้าร่วมกิจกรรม เพื่อส่งเสริมให้นักศึกษามีช่วงเวลาในการทำกิจกรรมต่าง ๆ การทำกิจกรรมจิตอาสา กิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์ กิจกรรมตามความถนัด กิจกรรมด้านวิชาการ ซึ่งสอดคล้องกับสรุปและอภิปรายผล 5.1.2 เรื่องความสุขโดยรวมของนักศึกษาในด้านต่าง ๆ พบว่าความสุขของนักศึกษาในด้านต่าง ๆ ที่อยู่ในระดับปานกลาง ได้แก่ ความสุขด้านสุขภาพ ความสุขด้านการผ่อนคลาย ความสุขด้านครอบครัว ความสุขด้านสังคม

2) มหาวิทยาลัยควรจัดสรรทุนการศึกษาให้กับนักศึกษาที่ขาดแคลนทุนการศึกษา เพิ่มมากขึ้น เพิ่มการจ้างงานนักศึกษา ซึ่งสอดคล้องกับสรุปและอภิปรายผล 5.1.2 เรื่องความสุขโดยรวมของนักศึกษาในด้านต่าง ๆ พบว่านักศึกษามีความสุขด้านสุขภาพการเงิน อยู่ในระดับปานกลาง

3) มหาวิทยาลัยควรส่งเสริมให้นักศึกษา ได้ดำเนินกิจกรรมร่วมกัน ทั้งกิจกรรมภายในและภายนอกมหาวิทยาลัย ตรงตามอัตลักษณ์: Identity บัณฑิตนักวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ภูมิรู้ ภูมิธรรม ภูมิปัญญา ภูมิฐาน และเอกลักษณ์ : Uniqueness มหาวิทยาลัยแห่งการสร้างสรรค์นวัตกรรม เพื่อให้นักศึกษามีความสุขโดยรวมทั้ง 9 ด้าน เพิ่มขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับสรุปและอภิปรายผล 5.1.2 ความสุขโดยรวมทุก ๆ ด้าน มีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.56 มีความสุขระดับปานกลาง

5.2 ข้อเสนอแนะในการวิจัยต่อไป

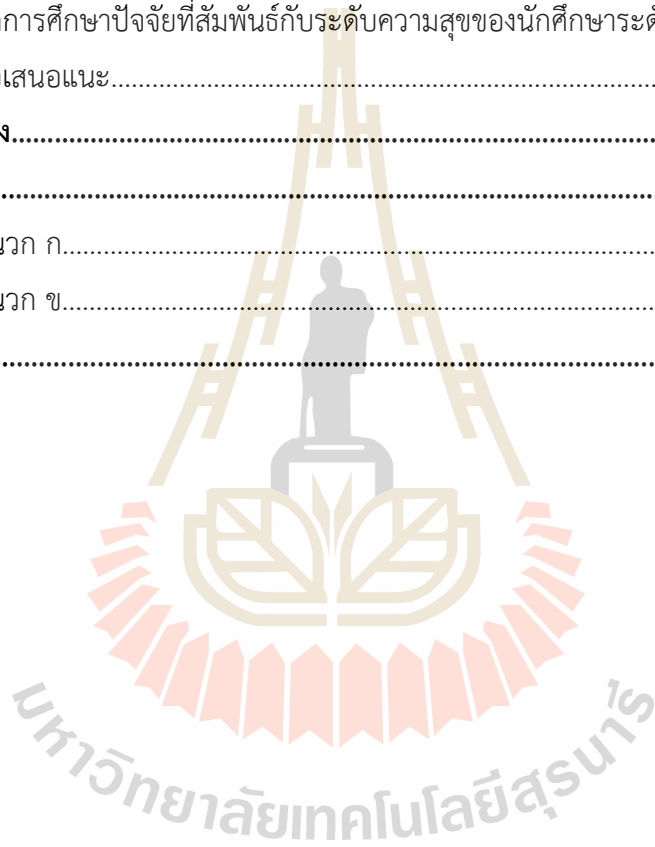
ศึกษาสาเหตุความสุขของนักศึกษาในด้านสุขภาพ ด้านการผ่อนคลาย ด้านครอบครัว ด้านสังคม ด้านการใช้จ่ายเงิน จากรายงานวิจัยสถาบันบันเรื่อการศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559 พบว่านักศึกษามีความสุขอยู่ในระดับปานกลาง

สารบัญ

	หน้า
คำนำ.....	ก
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ข
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	ค
กิตติกรรมประกาศ.....	ง
สารบัญ.....	จ
สารบัญตาราง.....	ช
บทที่	
1 บทนำ.....	1
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
1.2 วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	2
1.3 คำถามที่ใช้ในการวิจัย.....	2
1.4 ขอบเขตในการวิจัย.....	3
1.5 นิยามศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย.....	4
1.6 ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย.....	5
2 แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	6
2.1 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความสุข.....	6
2.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	15
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	18
3.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	18
3.2 การรวบรวมข้อมูล.....	19
3.3 การวิเคราะห์ข้อมูล.....	21
4 ผลการวิจัย.....	23
4.1 ระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี.....	23
4.2 เปรียบเทียบระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี.....	63
4.3 ศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี.....	65

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	66
5.1 ผลการศึกษาข้อมูลเบื้องต้นของผู้ตอบแบบสอบถาม.....	66
5.2 ผลการศึกษาระดับความสุขโดยรวมด้านต่าง ๆ	66
5.3 ผลการเปรียบเทียบระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี.....	67
5.4 ผลการศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี...	68
5.5 ข้อเสนอแนะ.....	69
รายการอ้างอิง.....	71
ภาคผนวก.....	74
ภาคผนวก ก.....	75
ภาคผนวก ข.....	76
ประวัติผู้วิจัย.....	83



สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
3.1 จำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	18
3.2 ค่าความเชื่อมั่น (Reliability).....	21
4.1 แสดงข้อมูลพื้นฐานของผู้ตอบแบบสอบถาม.....	24
4.2 จำนวนและร้อยละของด้านสุขภาพ.....	30
4.3 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาที่กินอาหารเข้าโดยเฉลี่ยต่อสัปดาห์.....	31
4.4 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาออกกำลังกายโดยเฉลี่ยต่อสัปดาห์.....	31
4.5 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาที่สูบบุหรี่/ใบจาก/ยาเส้นเป็น.....	32
4.6 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาที่ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์.....	32
4.7 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาที่พึงพอใจกับสุขภาพกาย.....	33
4.8 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาที่ได้รับการดูแลเกี่ยวกับสุขภาพ.....	33
4.9 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาที่รู้สึกเอื้ออาทร/ห่วงใยต่อคนรอบข้าง.....	34
4.10 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาให้การช่วยเหลือแก่คนรอบข้าง.....	34
4.11 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาให้ความสำคัญการทำงานเป็นทีม.....	35
4.12 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาให้ความสัมพันธ์ของนักศึกษากับเพื่อนๆ.....	35
4.13 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาเต็มใจและยินดี.....	36
4.14 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาได้รับการพักผ่อนเพียงพอ.....	36
4.15 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาทำกิจกรรม.....	37
4.16 จำนวนและร้อยละของนักศึกษามีความเครียด.....	37
4.17 จำนวนและร้อยละของนักศึกษามีชีวิตเต็มไปตามความคาดหวัง.....	38
4.18 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาเมื่อประสบปัญหา.....	38
4.19 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาสื่อสารกับเพื่อน ๆ.....	39
4.20 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาถ่ายทอดแลกเปลี่ยน.....	39
4.21 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาเข้าร่วมกิจกรรม.....	40
4.22 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาทำกิจกรรมด้วยตนเอง.....	40
4.23 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม.....	41
4.24 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาปฏิบัติตามศาสนาเพื่อให้จิตใจสงบ.....	41
4.25 จำนวนและร้อยละของนักศึกษายกโทษและให้อภัยต่อผู้สำนึกผิด.....	42
4.26 จำนวนและร้อยละของนักศึกษายอมรับและขอโทษในความผิดที่ทำ.....	42

4.27 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาตอบแทนผู้มีพระคุณ.....	43
4.28 จำนวนและร้อยละของนักศึกษามีเวลาเพียงพออยู่กับครอบครัว.....	43
4.29 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาทำกิจกรรมร่วมกับครอบครัว.....	44
4.30 จำนวนและร้อยละของนักศึกษามีความสุขกับครอบครัว.....	44
4.31 จำนวนและร้อยละของนักศึกษามีเวลาอยู่กับเพื่อน.....	45
4.32 จำนวนและร้อยละของเพื่อนร่วมห้องมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อนักศึกษา.....	45
4.33 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาปฏิบัติตามกฎระเบียบของสังคม.....	46
4.34 จำนวนและร้อยละของนักศึกษารู้สึกปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน.....	46
4.35 จำนวนและร้อยละของนักศึกษามีปัญหาสามารถขอความช่วยเหลือ.....	47
4.36 จำนวนและร้อยละของนักศึกษารู้สึกว่าสังคมไทยมีความสงบสุข.....	47
4.37 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาใช้ชีวิตในสังคมอย่างมีความสุข.....	48
4.38 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาสนใจแสวงหาความรู้ใหม่ ๆ.....	48
4.39 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาสนใจที่จะพัฒนาตนเอง.....	49
4.40 จำนวนและร้อยละของนักศึกษามีโอกาสที่จะได้รับการอบรม	49
4.41 จำนวนและร้อยละของนักศึกษารู้สึกว่าการผ่อนชำระหนี้สินเป็นภาระ.....	50
4.42 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาผ่อนชำระหนี้ตามกำหนด.....	50
4.43 จำนวนและร้อยละของนักศึกษามีเงินเก็บออมในแต่ละเดือน.....	51
4.44 จำนวนและร้อยละของนักศึกษามีค่าตอบแทนทั้งหมด.....	51
4.45 จำนวนและร้อยละของนักศึกษามีความสุขต่อสภาพแวดล้อมโดยรวม.....	52
4.46 จำนวนและร้อยละของนักศึกษามีความพึงพอใจกับสวัสดิการ.....	52
4.47 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาได้รับการปฏิบัติตามกฎ.....	53
4.48 จำนวนและร้อยละของนักศึกษามีโอกาสได้เข้าร่วมกิจกรรม.....	53
4.49 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาภาคภูมิใจที่ได้เป็นนักศึกษา.....	54
4.50 จำนวนและร้อยละของนักศึกษารู้สึกเป็นเจ้าของร่วมในมหาวิทยาลัย.....	54
4.51 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยอย่างมีความสุข.....	55
4.52 จำนวนและร้อยละของความสุขของนักศึกษา.....	55
4.53 จำนวนและร้อยละความสุขโดยรวมของนักศึกษาในด้านต่าง ๆ.....	56
4.54 ตารางการเปรียบเทียบระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี	57
4.55 ตารางค่าสัมประสิทธิ์สัมพันธ์	64

บทที่ 1

บทนำ

1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ความสุข คือ ภาวะที่บุคคลรับรู้ว่าคุณเองได้ทำในสิ่งที่ตนต้องการและทำได้สำเร็จ มีความเป็นตัวของตัวเอง มีความภาคภูมิใจในการกระทำของตน มีความคิดเชิงบวก มีการดำเนินชีวิตที่จะนำไปสู่การมีสุขภาพที่ดี การได้ทำในสิ่งที่ต้องการ การสำเร็จการศึกษา และการมีงานทำ ความสุขทางจิต คือ สบายใจ สุขใจ อิ่มใจ พอใจ เกิดจากจิตใจที่สงบและเย็น เป็นความสุขที่สะอาดเป็นความสุขที่แท้จริง ความสุขเกิดจากปัจจัยภายในหมายถึง การเป็นอิสระจากความโลภ ความโกรธ และความหลง และความสุขจากปัจจัยภายนอก หมายถึง ความสุขจากการเป็นเจ้าของวัตถุ เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นจากจิตใจ และเป็นอารมณ์ที่เกิดขึ้นจากสภาพแวดล้อม หรือเหตุการณ์ที่มากระทบ เป็นความจำเป็นพื้นฐาน ขั้นต่ำที่สุดที่มนุษย์ต้องการ

ความสุขเป็นตัวบ่งชี้ถึงความพร้อมทางการศึกษา นักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี จึงจำเป็นต้องได้รับการพัฒนานักศึกษาระดับปริญญาตรี ของมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ให้เป็นบัณฑิตที่พึงประสงค์ คือ “บัณฑิตนักวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ผู้มีภูมิรู้ ภูมิธรรม ภูมิปัญญา และภูมิฐาน” และเอกลักษณ์ (Uniqueness) คือ “บัณฑิตนักวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ผู้มีภูมิรู้ ภูมิธรรม ภูมิปัญญา และภูมิฐาน” และเอกลักษณ์ (Uniqueness) คือ “มหาวิทยาลัยแห่งการสร้างสรรค์นวัตกรรม” นอกจากนี้จะเป็นคนเก่งแล้วจะต้องเป็นคนดีและมีความสุขด้วย การส่งเสริมให้นักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี เกิดความสุขจึงเป็นสิ่งสำคัญ เพราะจะส่งผลให้เกิดพลังในการเรียน และส่งเสริมให้ทำกิจกรรมได้อย่างสร้างสรรค์

ความสุขคือ ภาวะที่บุคคลรับรู้ว่าคุณเองได้ทำในสิ่งที่ตนต้องการและทำได้สำเร็จ มีความเป็นตัวของตัวเอง มีความภาคภูมิใจในการกระทำของตน มีความคิดเชิงบวก มีความกระตือรือร้นในการดำเนินชีวิตที่จะนำไปสู่การมีสุขภาพที่ดี การได้ทำในสิ่งที่ต้องการ การมีความสัมพันธ์ที่ดี การมีจิตใจที่สงบ การพัฒนาตน มีเป้าหมายในชีวิต การคิดเชิงบวก การมีสุขภาพกายและจิตที่ดี มีแรงจูงใจ ควบคุมตัวเองให้ทำในสิ่งที่ต้องการได้ การรับรู้ถึงความสำเร็จ การรู้สึกพอใจในสิ่งที่มี การกระทำของตน การสำเร็จการศึกษา และการมีงานทำ ความสุขที่สัมผัสได้จากจิต คือ ความสบายใจ ความสุขใจ ความอิ่มใจ ความพอใจ อันเกิดจากจิตใจที่สงบและเย็น อันเป็นความสุขที่สะอาดเป็นความสุขที่แท้จริง ความสุขเกิดจากปัจจัยภายในหมายถึง การเป็นอิสระจากความโลภ ความโกรธ และความหลง และความสุขจากปัจจัยภายนอก หมายถึง ความสุขจากการเป็นเจ้าของ

วัตถุ เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นจากจิตใจ และเป็นอารมณ์ที่เกิดขึ้นจากสภาพแวดล้อม หรือเหตุการณ์ที่มากระทบ เป็นความจำเป็นพื้นฐาน ขั้นต่ำที่สุดที่มนุษย์ต้องการ

สาเหตุ ปัญหาที่พบว่านักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ไม่มีความสุขในระหว่างการศึกษาในมหาวิทยาลัยแห่งนี้คือ นักศึกษาไม่ได้รับการบริการในส่วนต่างๆ ของมหาวิทยาลัย อย่างดีและเพียงพอส่วนหนึ่งนักศึกษาเองไม่มีอุปกรณ์อำนวยความสะดวก เช่น คอมพิวเตอร์ ในเรื่องของภาระงาน การชำระค่าบริการต่างๆ อีกประเด็นการรับบริการฟรี WIFI มทส. สัญญาณหลุดบ่อย และสัญญาณไม่เสถียร สาเหตุ อีกประการคือ การศึกษาส่วนใหญ่จะเป็นภาษาอังกฤษ ทำให้การเรียนล่าช้าไม่ทันเพื่อนๆ และสำคัญที่สุดที่นักศึกษาต้องการ คือ เรื่องทุนการศึกษา และชั่วโมงในการทำกิจกรรมจิตอาสา ข้อกำหนดของกองทุนกู้ยืมเพื่อการศึกษา ซึ่งเป็นผลต่อการศึกษาดูด้วย (แบบสอบถามทาง FACEBOOK)

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะทำการศึกษาดังปัจจัยที่สัมพันธ์กับระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี เพื่อเป็นแนวทางในการเตรียมความพร้อมและพัฒนาความสุขของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ให้มีสุขภาพกายและสุขภาพใจที่ดี รวมทั้งนำไปสู่การจัดการบริการหรือจัดกิจกรรมที่สนับสนุนและส่งเสริมสุขภาพจิตของนักศึกษาให้สามารถดำเนินชีวิตในมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารีได้อย่างมีความสุข ประสบความสำเร็จและพร้อมที่จะเป็นบัณฑิตที่พึงประสงค์ ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี คือ “บัณฑิตนักวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ผู้มีภูมิรู้ ภูมิธรรม ภูมิปัญญา และภูมิฐาน” และเอกลักษณ์ (Uniqueness) คือ “มหาวิทยาลัยแห่งการสร้างสรรค์นวัตกรรม”

1.2 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1.2.1 เพื่อศึกษาระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559

1.2.2 เพื่อเปรียบเทียบระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559 ตามภูมิหลังของนักศึกษา

1.2.3 เพื่อศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559 ตามภูมิหลังของนักศึกษา

1.3 คำถามที่ใช้ในการวิจัย

1.3.1 ระดับความสุขของนักศึกษาเป็นอย่างไรบ้าง

1.3.2 เป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารีมีความสุขหรือไม่

1.3.3 ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขมีอะไรบ้าง

1.4 ขอบเขตของการวิจัย

1.4.1 ประชากร ได้แก่ นักศึกษาของมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ในระดับปริญญาตรี ปีการศึกษา 2559 ทั้งหมด จำนวน 14,443 คน (ศูนย์บริการการศึกษา วันที่ 23 สิงหาคม 2559)

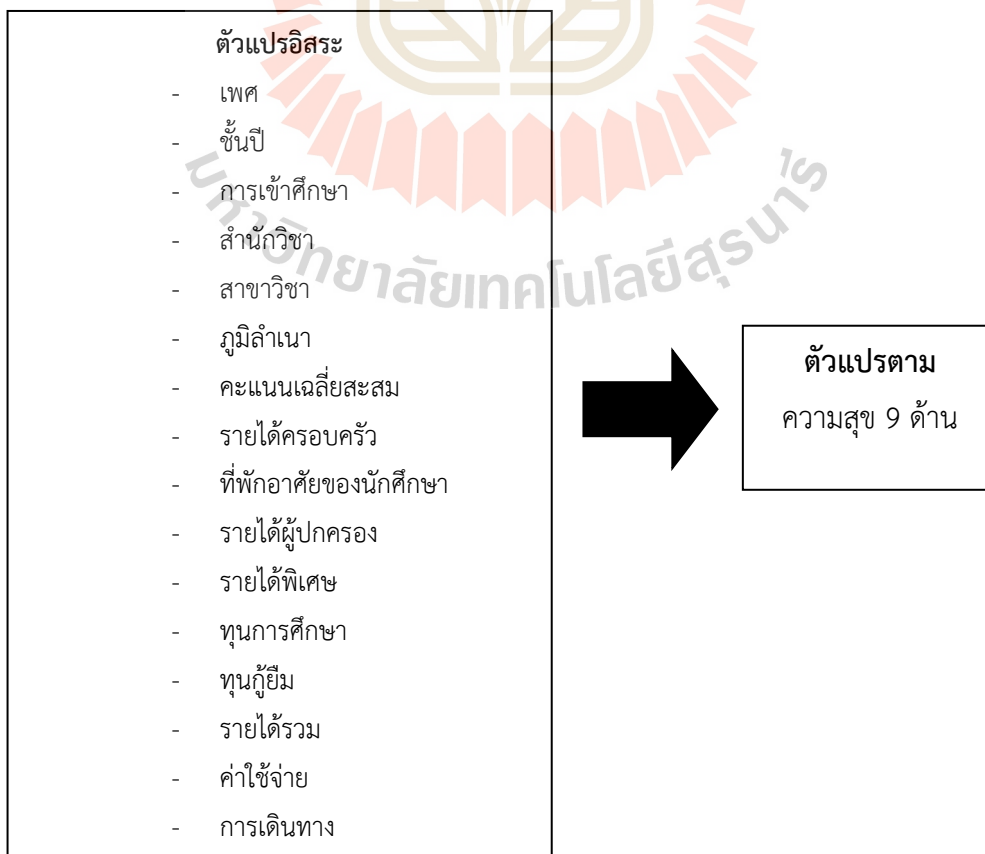
1.4.2 กลุ่มตัวอย่าง ที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ นักศึกษาของมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ชั้นปีที่ 1-8 ปีการศึกษา 2559 ที่ลงทะเบียนในระบบลงทะเบียนของมหาวิทยาลัย จำนวน 400 คน

1.4.3 ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา

ตัวแปรอิสระ (Independent variables) คือ เพศ ชั้นปีที่กำลังศึกษา การเข้าศึกษา ต่อประเภทโควตา การศึกษาต่อประเภทรับตรง สำนักวิชา สาขาวิชา ภูมิภาค คะแนนเฉลี่ยสะสม รายได้ครอบครัว ที่พักอาศัยของนักศึกษา รายได้ผู้ปกครอง รายได้นักศึกษาจากการทำงานพิเศษ ทุนกู้ยืม ทุนการศึกษา รายได้รวม ค่าใช้จ่ายนักศึกษา การเดินทาง

ตัวแปรตาม (Dependent variables) ได้แก่ ความสุข 9 ด้าน ได้แก่ 1) ด้าน Happy Body / สุขภาพดี 2) ด้าน Happy Heart / น้ำใจดี 3) ด้าน Happy Relax / ผ่อนคลายดี 4) ด้าน Happy Soul / จิตวิญญาณดี 5) ด้าน Happy Family / ครอบครัวดี 6) ด้าน Happy Society / สังคมดี 7) ด้าน Happy Brain / ใฝ่รู้ดี 8) ด้าน Happy Money / สุขภาพเงินดี 9) ด้าน Happy Environment/สิ่งแวดล้อมดี

1.4.4 กรอบแนวคิดการวิจัย จากตัวแปรที่กล่าวมาสามารถกำหนดเป็นรูปแบบกรอบแนวคิดการวิจัย ดังนี้



1.5 นิยามศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย

ความสุข หมายถึง ความสบายกาย สบายใจ มักใช้คู่กับคำอื่น เช่น อยู่ดีมีสุข อยู่เย็นเป็นสุข สบายกาย สบายใจ

ความสุขเกิดจากปัจจัยภายใน หมายถึง การเป็นอิสระจากความโลภ ความโกรธ ความหลง

ความสุขเกิดจากปัจจัยภายนอก หมายถึง ความสุขจากการเป็นเจ้าของวัตถุ ความสุขเป็นสิ่งที่ทุกคนปรารถนา และพากันแสวงหา ด้วยวิธีการต่าง ๆ ตามแต่ระดับของสติและปัญญา

ความสุขทางกาย ได้แก่ ความสุขที่สัมผัสได้จากประสาททั้ง 5 คือ รูป เสียง กลิ่น รส และผิวหนัง เรียกว่า กามคุณ 5

ความสุขทางใจ ได้แก่ ความสุขที่สัมผัสได้จากจิต คือ ความสบายใจ ความสุขใจ ความอึดใจ ความพอใจ อันเกิดจากจิตใจที่สงบและเย็น อันเป็นความสุขที่สะอาดเป็น ความสุขที่แท้จริง

สุขภาพดี (Happy Body) หมายถึง การมีสุขภาพกายและใจที่แข็งแรง เกิดจากการรู้จักใช้ชีวิต รู้จักกิน รู้จักนอน ชีวิตมีสุข

การแบ่งปัน (Happy Heart) หมายถึง การมีน้ำใจเอื้ออาทรต่อกัน รู้จักการแบ่งปันอย่างเหมาะสม รู้จักบทบาทของแต่ละคน ตั้งแต่ เจ้านาย ลูกน้อง พ่อแม่ และสิ่งต่างๆ ที่เข้ามาในชีวิต

การผ่อนคลาย (Happy Relax) หมายถึง การรู้จักผ่อนคลายต่อสิ่งต่าง ๆ ในการดำเนินชีวิต

คุณธรรมจริยธรรม (Happy Soul) หมายถึง การมี หิริ โอตตัปปะ หมายถึง การละอายและเกรงกลัวต่อการกระทำที่ไม่ดีของตนเอง ซึ่งนับเป็นคุณธรรมเบื้องต้นของการอยู่ร่วมกันของคนในสังคม และในการทำงานเป็นทีม

ครอบครัวที่ดี (Happy Family) หมายถึง การมีครอบครัวที่อบอุ่น และมั่นคง เพราะครอบครัวเป็นภูมิคุ้มกันและเป็นกำลังใจที่ดี ในการที่จะเผชิญกับอนาคตหรืออุปสรรคต่างๆ

สังคมดี Happy Society หมายถึง สังคมดี สังคมมีสองมิติคือสังคมในที่ทำงานกับสังคมนอกที่ทำงาน มนุษย์ทุกคนต้องมีความรักสามัคคีเอื้อเฟื้อต่อสังคมที่ตนเองทำงานและพักอาศัย มีสังคมและสภาพแวดล้อมที่ดี

การศึกษาหาความรู้ (Happy Brain) หมายถึง การศึกษาหาความรู้เพื่อ พัฒนาตนเอง และนำไปสู่การเป็นมืออาชีพ เพื่อให้เกิดความก้าวหน้าและมั่นคงในการทำงาน และพร้อมที่จะเป็นครูเพื่อสอนคนอื่น

การใช้จ่ายเงิน (Happy Money) หมายถึง ความสามารถในการ จัดการรายรับและรายจ่ายตนเองและครอบครัวได้ รวมถึงการรู้จักการทำบัญชีครัวเรือน

สิ่งแวดล้อมที่ดี (Happy Environment) หมายถึง การมีความรัก ความสามัคคี เอื้อเฟื้อต่อสังคมที่ตนเองทำงานและสังคมที่พักอาศัย

1.6 ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

1.6.1 ได้รู้ถึงระดับและปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559 ได้แนวทางในการกำหนดนโยบายที่จะปรับปรุง เปลี่ยนแปลง ปัจจัยต่าง ๆ เพื่อเสริมสร้างความสุขในการเรียนของนักศึกษา มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี

1.6.2 ได้แนวทางในการมีความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี สำหรับฝ่ายกิจการนักศึกษา พัฒนาปรับปรุงระบบบริหารจัดการ เพื่อให้คุณภาพชีวิตนักศึกษาดีขึ้น มีความสุขทั้งกายและใจ พร้อมทั้งจะศึกษาเล่าเรียนอย่างมีความสุข เป็นแนวทางที่สอดคล้องกับนโยบายมหาวิทยาลัย

1.6.3 ได้ทราบถึงปัจจัยที่สัมพันธ์กับระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ปีการศึกษา 2559



บทที่ 2

แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสุข การนำเสนอ แบ่งออกเป็น 2 ข้อ ตามลำดับ ดังนี้

- 2.1. แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความสุข
- 2.2. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2.1 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความสุข

“ความสุขความเจริญอันแท้จริงนั้น หมายถึงความสุขความเจริญที่บุคคลแสวงหามาได้ด้วยความเป็นธรรม ทั้งในเจตนาและการกระทำ ไม่ใช่ได้มาด้วยความบังเอิญหรือด้วยการแก่งแย่งเบียดเบียนมาจากผู้อื่น” พระบรมราโชวาทในพระราชพิธีกาญจนาภิเษกทรงครองราชย์ครบ 50 ปี 2539

กรมสุขภาพจิตได้พัฒนาดัชนีชี้วัดความสุขคนไทยขึ้น เพื่อเป็นแนวทางการนำไปสู่นโยบาย ในการพัฒนาสุขภาพคนไทยให้มีสุขภาพจิตดี ให้ประชาชนได้ใช้แบบทดสอบนี้ เพื่อตระหนักในระดับความสุขของตนเอง ซึ่งจะสามารถช่วยเหลือนำปัญหาสุขภาพจิตเบื้องต้นด้วยตนเองในระดับหนึ่งอันจะส่งผลให้อัตราการเจ็บป่วยทางจิตตั้งแต่ระยะเริ่มแรกลดลง และส่งผลให้ประชากรไทยได้มีโอกาสพัฒนาศักยภาพของตนเองในการดำเนินชีวิตในชุมชนอันจะส่งผลให้สังคมไทยมีความสุขเพิ่มขึ้นสืบไป มีผู้ให้ความหมายของดัชนีชี้วัดความสุขไว้ดังนี้

อภิชัย มงคล (2544) ให้ความหมายของดัชนีชี้วัดความสุขคนไทยว่าเป็นแบบวัดความสุขที่สร้างขึ้นเพื่อประเมินภาวะความสุขของบุคคลโดยพัฒนามาจากกรอบแนวคิดของความหมายของสุขภาพจิต ดังนี้

ความหมายของสุขภาพจิต (ในระดับบุคคล) หมายถึง สภาพชีวิตที่เป็นสุข อันเป็นผลมาจากมีความสามารถในการจัดการแก้ปัญหาในการดำเนินชีวิต มีศักยภาพจะพัฒนาตนเองเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดี โดยครอบคลุมถึงความดีภายในจิตใจ ภายใต้อสภาพสังคมและสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป จากความหมายของสุขภาพจิตดังกล่าวข้างต้น ได้แบ่งองค์ประกอบหลักของผู้มีสุขภาพจิตดีออกเป็น 4 องค์ประกอบหลัก คือ

1. สภาพจิตใจ
2. สมรรถภาพของจิตใจ
3. คุณภาพของจิตใจ
4. ปัจจัยสนับสนุน

องค์ประกอบที่ 1 สภาพจิตใจ

นำแนวคิดมาจาก เสลล์และเนกพอล (อ้างถึงในอภิชัย มงคล 2544) ในด้านความรู้สึกเป็นสุข อารมณ์ด้านบวกและอารมณ์ด้านลบและดัชนีที่เกี่ยวข้องกับการเจ็บป่วยทางจิต เนื่องจากเป้าหมายของคน คือ ความผาสุกโดยการวัดความทุกข์หรือสุขของบุคคลว่ามีมากน้อยเพียงใด โดยวัดจากความรู้สึก อารมณ์ ความคิด พฤติกรรมว่าในปัจจุบันเป็นอย่างไรมีโรคหรือมีอาการของโรคต่าง ๆ เกิดขึ้นหรือไม่ เป็นการวัด ณ ปัจจุบัน

อัมพร โอตระกูล (2538) ซึ่งกล่าวถึงการประเมินสุขภาพจิตประกอบด้วย 3 องค์ประกอบ และองค์ประกอบหนึ่งซึ่งสอดคล้องกับองค์ประกอบนี้ คือ การรับรู้ทางความคิด การแสดงออกทางอารมณ์ และการกระทำที่ตอบสนองต่อตนเอง

Jahoda (อ้างถึงใน อภิชัย มงคล 2544) มีแนวคิดว่าการประเมินสุขภาพจิตของคนทั่วไปให้พิจารณาจากทัศนคติของบุคคลที่มีต่อตนเองและแบบวัดคุณภาพชีวิต ซึ่งมีแนวคิดว่าคุณภาพชีวิตของบุคคลที่เกี่ยวข้องกับองค์ประกอบทางร่างกาย คือ การรับรู้สภาพร่างกายของบุคคลซึ่งมีผลกระทบต่อชีวิตประจำวัน

องค์ประกอบที่ 2 สมรรถภาพของจิตใจ

สมรรถภาพของจิตใจ เป็นการมองในเรื่อง ความสามารถในการแก้ปัญหาซึ่งนำแนวคิดมาจากองค์การอนามัยโลกที่เกี่ยวกับลักษณะทางจิตใจของสุขภาพจิตของสมรรถภาพ หมายถึง ความสามารถในการเผชิญปัญหา หรือสมรรถภาพในการแก้ปัญหาในการดำเนินชีวิตที่สำคัญมีอยู่ 3 ด้าน คือ ปัญหาการอยู่ร่วมกันกับบุคคลอื่น สร้างความสัมพันธ์และธำรงรักษาความสัมพันธ์ให้อยู่ด้วยกันอย่างราบรื่น ปัญหาจากสิ่งแวดล้อมหรือสังคมภายนอกที่มากดดัน มีความสามารถในการปรับตัวให้อยู่ได้ในสถานการณ์นั้น ๆ และถ้าให้ดีคืออยู่ได้อย่างมีผลผลิตของงานด้วยมีคุณค่า สร้างประโยชน์ได้ ซึ่งเป็นความสามารถของบุคคลที่จะอยู่ได้ในสังคมและสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป ปัญหาที่เกิดขึ้นจากภายในจิตใจของตนเอง มุ่งไปที่ความต้องการตามสัญชาตญาณของมนุษย์หรือความต้องการพื้นฐานของคนเราเกิดความขัดแย้งกันเป็นการดูว่าจิตใจสามารถสร้างความสมดุลให้เกิดขึ้นได้หรือไม่ระหว่างความต้องการที่เกิดขึ้นกับความขัดแย้งในใจ มีผลออกมาอย่างราบรื่น เป็นความสามารถในการแก้ปัญหาที่สำคัญในการดำเนินชีวิต

องค์ประกอบที่ 3 คุณภาพของจิตใจ

คุณภาพของจิตใจ คือการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้น โดยมุ่งเน้นให้เป็นคนดี คนเก่ง เป็นคนที่มีความสุขซึ่งเป็นลักษณะทางจิตใจที่สำคัญหรือหมายถึง คุณภาพของจิตใจนั่นเอง สำหรับองค์ประกอบที่ 3 นี้แนวคิดมาจากองค์การอนามัยโลกและ Jahoda (อ้างถึงใน อภิชัย มงคล (2544)) ซึ่งแสดงความคิดเห็นว่าผู้ที่มีสุขภาพจิตดี คือ มีทัศนคติที่ดีต่อตนเอง ต้องการทำตนให้เป็นประโยชน์ บุคลิกภาพผสมผสานกันดี มีความเป็นตัวเอง มีการดำเนินชีวิตอย่างสร้างสรรค์เป็นต้น สำหรับคุณภาพของจิตใจ

ทำให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดี สามารถทำให้บุคคลอื่นชอบเราได้ เป็นคนที่ดี ทำให้คนอื่นมองว่าเป็นคนดี เป็นความสามารถที่มีมากกว่า องค์กรประกอบ 2 คือ สามารถช่วยเหลือบุคคลอื่น ๆ ได้เป็นคุณลักษณะที่ไม่ใช่มองแต่ตนเองยังมองถึงประโยชน์ต่อส่วนรวมด้วย คือ การอยู่ร่วมกันกับบุคคลอื่นอย่างมีคุณภาพ อยู่ในสังคมอย่างสร้างสรรค์ มีความกระตือรือร้น มีความมุ่งมั่นในการสร้างผลประโยชน์ สร้างงาน สร้างสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อส่วนรวม ทำให้ตนเองก้าวหน้า มีคุณสมบัติและแรงจูงใจที่จะทำให้ตนเองมีความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น มีคุณลักษณะที่เสริมสร้างความสุขให้แก่ตนเอง ตั้งแต่การดำเนินชีวิตอย่างราบเรียบหรือพึงพอใจในความเป็นอยู่ของตนเอง มีความสุขร่วมกับผู้อื่น สุขสงบในใจตนเอง

องค์กรประกอบที่ 4 ปัจจัยสนับสนุน

ปัจจัยสนับสนุน ได้แนวคิดมาจากความผาสุกของบุคคล (Subjective Well-being) และคุณภาพชีวิต (Quality of Life) ซึ่งมองว่าบุคคลจะมีการรับรู้เกี่ยวกับบุคคลแวดล้อมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อจิตใจและการดำเนินชีวิต เช่น รับรู้ว่า เมื่อมีปัญหาบุคคลแวดล้อมสามารถช่วยเหลือตนเองให้รู้สึกปลอดภัย มั่นคงในชีวิต มีสิ่งแวดล้อมทางกายภาพดี มีสถานบริการสุขภาพ มีกิจกรรมสันทนาการ และมีเวลาว่าง มีโอกาสรับรู้ข้อมูลข่าวสาร เป็นต้น จะเห็นได้ว่าทั้ง 3 องค์กรประกอบแรกเป็นเรื่องเกี่ยวกับตนเองทั้งสิ้น แต่ความสุขหรือทุกข์ไม่ได้เกิดจากตนเองเพียงอย่างเดียว แต่เกิดจากสิ่งแวดล้อมภายนอกมากระทบด้วย จึงเกิดองค์ประกอบที่ 4 ขึ้น จากความหมายของดัชนีชี้วัดความสุขและองค์ประกอบของสุขภาพจิตข้างต้นสรุปได้ว่า ดัชนีชี้วัดความสุขจะเป็นสิ่งที่บ่งบอกว่าบุคคลเป็นผู้มีสุขภาพจิตดีหรือไม่เพียงใด และองค์ประกอบสำคัญที่เกี่ยวกับสุขภาพจิตของบุคคล ได้แก่ ลักษณะของความสุข ความทุกข์ในปัจจุบันการยอมรับในสิ่งที่ตนเองเป็นอยู่ อันได้แก่ สภาพาสภาพของตนเอง ความเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นทั้งด้านร่างกาย และจิตใจ ตลอดจนการยอมรับในภาพลักษณ์และรูปร่างของตนเอง มีความสามารถในการแก้ปัญหา เพื่อที่จะกลับมาดำเนินชีวิตได้อย่างปกติและมีคุณภาพ ลักษณะต่าง ๆ ที่ทำให้การดำเนินชีวิตมีคุณภาพเป็นส่วนหนึ่งในการเสริมสร้างสุขภาพจิต ซึ่งช่วยทำให้ชีวิตดีขึ้น และความสุขไม่ได้เกิดจากตนเองเพียงอย่างเดียว แต่เกิดจากสิ่งแวดล้อมมากระทบด้วย

ความสุข มีผู้ให้ความหมายคำว่า ความสุข ไว้มากมาย ในที่นี้จะจำแนกเป็น 4 กลุ่ม คือ

1. ความหมายทั่วไป

ราชบัณฑิตยสถาน (2546) ได้ให้ความหมายคำว่า สุข คือ ความสบายกายสบายใจ มักใช้คู่กับคำอื่น เช่น อยู่ดีมีสุข อยู่เย็นเป็นสุข สบายกายสบายใจ ซึ่งแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 8 มีการใช้คำว่า ความอยู่ดีมีสุข (Well – Being) ให้ความหมายเป็นความสำเร็จโดยมีอิสรภาพในการเลือกดำรงชีวิต ฉะนั้น ความสุข (Happiness) จึงเป็นส่วนหนึ่งของความอยู่ดีมีสุขเป็นเครื่องชี้วัดด้านสังคม

สมชาย ศักดาเวคีอิสร (2544) ซึ่งเป็นรูปธรรม และการวัดเชิงภาวะวิสัย (Objective) โดยมีดัชนีชี้วัดองค์ประกอบความสุขจากภายนอก เช่น สุขภาพ ระดับการศึกษา การทำงาน และสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ (ศิริบุรณ์ สายโกสุม 2550)

2. ความหมายในมุมมองด้านปรัชญา และศาสนา

พระพรหมคุณาภรณ์ (2550) ให้ความหมายของความสุข คือ การเน้นการฝึกจิต และปฏิบัติธรรม กระทำความดี และความเคารพในตนเอง โดยแบ่งความสุขออกเป็น 3 ประเภท คือ ความสุขด้านรูปธรรม หมายถึง ความสุขที่ตามองเห็น คือ การมีทรัพย์สิน มีอาชีพที่มั่นคงตำแหน่งยศศักดิ์ ฐานะเป็นที่ยอมรับของสังคม มีมิตรสหายบริวารและครอบครัวที่ดี ความสุข ด้านนามธรรม หมายถึง ความสุขที่ลึกล้ำเกินกว่าที่ตามองเห็น คือ คุณงามความดี ความสุขจากคุณค่าของชีวิต การได้บำเพ็ญประโยชน์ช่วยเหลือผู้อื่น มีศรัทธาในสิ่งที่ตั้งงาม มีปัญญาที่ทำให้รู้จัก การปฏิบัติต่อสิ่งทั้งหลายอย่างถูกต้อง และแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ ทำให้มีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดี และความสุขด้านนามธรรมขั้นสูง ที่เรียกว่า โลกุตตระ หมายถึง ผู้ที่มีจิตใจเป็นอิสระด้วยความรู้เท่าทันต่อสิ่งทั้งหลาย รู้ชีวิตตามความเป็นจริง ปล่อยให้กฎธรรมชาติทั้งหลายเป็นไปตามธรรมชาติ ไม่ให้ความทุกข์เข้ามากระทบจิตใจ มีความสุขอยู่กับตัวเอง และมีชีวิตที่สมบูรณ์

พุทธทาสภิกขุ (2542) ได้ให้ความหมายของความสุขว่า ความสุขเกิดจากปัจจัยภายในหมายถึง การเป็นอิสระจากความโลภ ความโกรธ และความหลง และความสุขจากปัจจัยภายนอก หมายถึง ความสุขจากการเป็นเจ้าของวัตถุ

พระเทพคุณาภรณ์ (2551) กล่าวไว้ว่า ความสุขเป็นสิ่งที่ทุกคนปรารถนา และพากันแสวงหาด้วยวิธีการต่าง ๆ ตามแต่ระดับของสติและปัญญา แต่ถ้าระดับของสติและปัญญาอ่อนลง การแสวงหาความสุขนั้น ๆ ก็ย่อมจะพาเอาความทุกข์ พ่วงเข้ามาด้วยมากเข้าเท่านั้น แยกออก ได้เป็นสองฝ่าย คือ ความสุขทางกาย ได้แก่ ความสุขที่สัมผัสได้จากประสาททั้ง 5 คือ รูป เสียง กลิ่น รส และผิวหนัง เรียกว่า กามคุณ 5 หรือความสุขที่เกิดจากเนื้อหนังมังสา อันเป็นสิ่งสกปรก และความสุขทางใจ ได้แก่ ความสุขที่สัมผัสได้จากจิต คือ ความสบายใจ ความสุขใจ ความอึ้งใจ ความพอใจ อันเกิดจากจิตใจที่สงบและเย็น อันเป็นความสุขที่สะอาดเป็นความสุขที่แท้จริง

พระมหาภูมิจัย (2553) ได้ให้ความหมายของคำว่า ความสุข คือ สภาวะที่ไม่ทุกข์ โดยความสุขมี 2 ประเภท คือ สุขกาย ภายที่ไม่มีโรคเป็นกายที่มีความสุขและสุขใจ คือ ใจที่ไม่มีกังวล เป็นใจที่มีความสุข ซึ่งภาวะที่กาย และใจมีความสมดุลความสุขก็เกิดขึ้นโดยไม่เกี่ยวกับเงิน

Lama Dalai (1998) อธิบายความหมายของคำว่าความสุข เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นจากจิตใจ และเป็นอารมณ์ที่เกิดขึ้นจากสภาพแวดล้อม หรือเหตุการณ์ที่มากระทบ เป็นความจำเป็นพื้นฐานขั้นต่ำที่สุดที่มนุษย์ต้องการ

Xin Hua Zidian (1987) ปรัชญาเมธีของจีนเสนอว่า ความสุขหมายถึงการมีชีวิตที่ดี

Wu (1992) ระบุว่าความสุข คือ การมีอายุยืนยาว ความรุ่งเรือง สุขภาพ ความไม่มีโรค ความสงบ การรู้สึกผ่อนคลายจากความวิตกกังวลเกี่ยวกับความตาย สิ่งเหล่านี้นับว่าเป็นสิ่งที่มีคุณค่าที่สุดสำหรับชีวิต

จากความหมายของความสุขในมุมมองศาสนา สรุปได้ว่า ความสุขเป็นสิ่งที่ทุกคนปรารถนา ความสุขจะช่วยให้ชีวิตมนุษย์ดีขึ้น ด้วยเจตนาที่กระทำลงไปไม่ได้เกิดจากความรู้สึกพึงพอใจเพียงอย่างเดียว แต่เกี่ยวข้องกับจริยธรรม และการรับรู้คุณค่าของชีวิตที่เหมาะสม ไม่ว่าจะเป็นความสุขทางกาย หรือจิตใจ

3. ความหมายในมุมมองด้านจิตวิทยา

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (2552) ได้ให้ความหมายว่า ความสุข คือ สภาพชีวิตที่เป็นสุข อันเป็นผลมาจากการมีความสามารถในการจัดการปัญหา ในการดำเนินชีวิต มีศักยภาพที่จะพัฒนาตนเองเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดี โดยครอบคลุมถึงความดีงามภายในจิตใจ

อภิชัย มงคล (2552) ได้เปรียบเทียบความหมายคำว่า ความสุข และสุขภาพจิตในบริบทของสังคมไทย โดยการเปรียบเทียบ 4 องค์ประกอบหลักของสุขภาพจิต ได้แก่ สภาพจิตใจ (Mental Quality) สมรรถภาพของจิตใจ คุณภาพจิตใจ และปัจจัยสนับสนุน พบว่า สองคำนี้ถือว่าเป็นเรื่องเดียวกัน

Wittmann (2003) กล่าวว่า ความสุขหมายถึง ระดับของความรู้สึกที่แสดงออกถึงความพอใจในระดับสูงสุด และมีคำที่มีความหมายอย่างเดียวกับความสุขหลายคำ ได้แก่ ภาวะสุข (Well Being) สุขารมณ์ (Pleasure) โชคดี (Luck) สนุกสนาน (Joy) ความพึงพอใจ (Satisfaction) ความพอใจพอใจ (Contentment) ความเบิกบานสำราญใจ (Ecstasy) เป็นต้น

Diener and Oishi (2004) ให้ความหมายว่า ความสุข คือ การที่บุคคลประเมินสภาพของชีวิตขณะนั้นซึ่งเป็นความพึงพอใจ อาจทำได้หลาย ๆ รูปแบบ เช่น การประเมิน ภาวะสุขภาพชีวิตแต่งงาน และชีวิตการทำงาน คนที่มีความสุขจะมีอารมณ์ทางบวกสูง คิด และทำแต่ในสิ่งที่ดี ในขณะที่คนขาดความสุข หรือมีอารมณ์ทางลบสูงมักจะทำ และคิดในสิ่งที่เลวร้าย

Lu and Argyle (1991) คำอธิบายความสุขอย่างกว้าง ๆ คือประสบการณ์ภายในจิตใจของบุคคล ด้านบวก

จากความหมายของความสุขในมุมมองด้านจิตวิทยา สรุปได้ว่า ความสุข และสุขภาพจิต เป็นเรื่องเดียวกัน เกี่ยวข้องกับอารมณ์ ความเครียด สุขภาพจิต เป็นสภาวะความสมบูรณ์ของจิตใจ มีอารมณ์ด้านบวก ด้านลบแต่สามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพการณ์ต่าง ๆ ในสังคมตลอดจนทำประโยชน์ให้ตนเอง และสังคมได้อย่างมีความสุข สุขภาพกายดีย่อมมาจากสุขภาพจิตที่ดี

4. ความหมายในมุมมองด้านเศรษฐศาสตร์

สุทธิพันธุ์ บงสุนันท์ (2548) นักเศรษฐศาสตร์เรียกความสุขว่า เป็น รรถประโยชน์ (Utility) หรือความชอบ (Preference) ซึ่งเป็นที่ต้องการไม่จำกัด แต่มนุษย์มีข้อจำกัดที่กำลังซื้อ หรือรายได้ ความสุขจึงเป็นเป้าหมายสุดท้ายของการดำเนินกิจกรรมทางเศรษฐกิจโดยรวม

วัชรารัตน์ เฟ่งจิตต์ (2543) อธิบายความสุขว่า คนที่มีความสุขที่สุดในโลกไม่ใช่คนที่ร่ำรวย คนที่มีความสุขที่สุดในโลกไม่ใช่คนที่ประสบความสำเร็จแต่คนที่มีความสุขที่สุดในโลก คือ คนที่มีความสบายใจ

จากความหมายของความสุขในมุมมองเชิงเศรษฐศาสตร์ เชื่อว่า ความสุขจะมีเมื่อมีรายได้มากขึ้น และมีฐานะความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น

2. องค์ประกอบที่ส่งผลต่อการตอบสนองของบุคคล

ความสุข (Happiness or Subjective Well - being) ตามแนวคิดของ Diener (2000) อธิบายด้วยปัจจัย หรือองค์ประกอบของความสุขว่า ความสุขเป็นสิ่งสำคัญ หรือเป็นรากฐานของการดำรงชีวิตเป็นอารมณ์ความรู้สึกที่ดีที่ใช้ประเมินความเป็นอยู่ หรือเป้าหมายหลักของชีวิตคนที่มีความสุขเกิดขึ้นได้จากปัจจัยหลายอย่างที่แตกต่างกัน เช่น อายุ สถานภาพสมรส รายได้ สภาพแวดล้อม และองค์ประกอบที่ส่งผลต่อการตอบสนองของบุคคล ที่นำมาซึ่งความสุขในการทำงาน ได้แก่

1. ความพึงพอใจในชีวิต (Life Satisfaction) หมายถึง การที่บุคคลมีความพอใจในสิ่งที่ตนเป็น และกระทำอยู่ มีความสมหวังกับเป้าหมายของชีวิต สอดคล้องกับความเป็นจริงสามารถกระทำได้ตามความตั้งใจ สมเหตุสมผล เข้าใจและยอมรับสิ่งที่เกิดขึ้นโดยไม่จำเป็นต้องปรับตัว

2. ความพึงพอใจในงาน (Work Satisfaction) หมายถึง การที่บุคคลได้กระทำในสิ่งที่ตนรัก และชอบ พอใจกับสภาพแวดล้อมที่เกี่ยวข้องกับการทำงาน มีความสุขเมื่องานที่กระทำสำเร็จลุล่วงตามเป้าหมาย ตลอดจนงานทำให้เกิดคุณประโยชน์ต่อตนเอง และสังคม

3. อารมณ์ทางบวก (Positive Effect) หมายถึง การที่บุคคลมีอารมณ์ความรู้สึกเป็นสุขกับสิ่งที่ดี รื่นรมย์หรือสนุกสนานกับการทำงาน ยิ้มแย้มแจ่มใสเบิกบานใจได้เสมอ ในขณะที่ทำงานเลื่อมใสศรัทธาในสิ่งที่ตนกระทำ รับรู้ถึงความดีงาม และคุณประโยชน์ของงานที่กระทำ

4. อารมณ์ทางลบ (Negative Effect) หมายถึง อารมณ์ความรู้สึกที่เป็นทุกข์กับสิ่งไม่ดีที่เกิดขึ้นในการทำงาน เช่น คับข้องใจ เบื่อหน่าย เศร้าหมอง ไม่สบายใจเมื่อเห็นการกระทำที่ไม่ซื่อสัตย์หรือไม่ถูกต้อง อยากปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้นเพื่อสนองความต้องการของตนให้มีความสุข

ความสุข (Joy at Work) ตามแนวคิดของ Manion (2003) อธิบายด้วยองค์ประกอบของความสุข 4 องค์ประกอบ คือ การติดต่อความสัมพันธ์ ความรักในงาน ความสำเร็จในงาน และการเป็นที่ยอมรับ

1. การติดต่อสัมพันธ์ (Connections) เป็นพื้นฐานที่ทำให้เกิดความสัมพันธ์ของบุคลากรในสถานที่ทำงาน โดยที่บุคลากรร่วมกันทำงานเกิดสังคมการทำงานขึ้น เกิดสัมพันธ์ภาพที่ดีกับบุคลากรที่ตนปฏิบัติงาน ให้ความร่วมมือช่วยเหลือซึ่งกันและกันการสนทนาพูดคุยอย่างเป็นมิตรให้การช่วยเหลือและได้รับการช่วยเหลือจากผู้ร่วมงาน เกิดมิตรภาพระหว่างการปฏิบัติงานกับบุคลากรต่าง ๆ

2. ความรักในงาน (Love of the Work) เป็นการรับรู้ถึงความรู้สึกรักและผูกพันอย่างเหนียวแน่นกับงาน รับรู้ว่าตนเองมีภาระในการปฏิบัติงานให้สำเร็จ มีความยินดีในสิ่งที่เป็นองค์ประกอบของงาน กระตือรือร้นในการทำงาน เกิดความรู้สึกในทางบวกที่ได้ทำงาน สนุกสนานรู้สึกภูมิใจที่ได้ทำงาน

3. ความสำเร็จในงาน (Work Achievement) เป็นการรับรู้ว่าได้ทำงานบรรลุตามเป้าหมายที่กำหนดไว้โดยได้รับความสำเร็จในการทำงาน ได้รับมอบหมายให้ทำงานที่ท้าทายให้สำเร็จ เกิดความสำเร็จ รู้สึกว่ามีคุณค่าในชีวิต

4. การเป็นที่ยอมรับ (Recognition) รับรู้ว่าตนเองได้รับความเชื่อถือจากผู้ร่วมงานได้รับการยอมรับจากผู้ร่วมงาน ผู้บังคับบัญชาในการทำงาน ได้รับความคาดหวังที่ดีและความไว้วางใจในการทำงาน

ชาญวิทย์ วสันต์ธนารัตน์ (2551) สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ (สสส.) ได้นำเสนอแนวทางการสร้างองค์การแห่งความสุข (Happy Workplace) โดยประกอบด้วย ความสุข 8 ประการ และก่อให้เกิดสุขภาวะที่มี 4 มิติ คือ กาย ใจ สังคม และจิตวิญญาณ ซึ่งมีอยู่ 3 ส่วนใหญ่ ๆ คือ ความสุขของคน ความสุขของครอบครัว ความสุขของสังคม การสร้างความสุขในที่ทำงาน จะทำให้บุคลากรมีความสุขดำรงชีวิตอย่างเหมาะสม มีความสัมพันธ์ที่ดีในหมู่เพื่อนร่วมงาน เกิดบรรยากาศในการทำงานที่ดี มีแรงจูงใจในการทำงานมากยิ่งขึ้น นอกจากนี้องค์การเองก็จะได้ประโยชน์จากการมีบุคลากรกระตือรือร้นเปี่ยมไปด้วยพลังแห่งความคิด และเพิ่มผลการปฏิบัติงาน โดยแบ่งออกเป็น

1. ความสุขทางกาย (Happy Body) ความสุขจากการมีสุขภาพดี แข็งแรงทั้งกายและใจ ซึ่งเกี่ยวข้องกับการรู้จักใช้ชีวิตเป็นสอดคล้องกับสภาพแวดล้อมที่เป็นอยู่

2. น้ำใจงาม (Happy Heart) ความมีน้ำใจเอื้ออาทรต่อกันและกันในองค์การเป็นสิ่งสำคัญ เชื่อว่าไม่มีใครอยู่ได้คนเดียวในโลกนี้ เราต้องรู้จักการแบ่งปัน และต้องรู้สึกว่ามีคนอื่นที่มีความสุขใจเกิดขึ้น

3. ผ่อนคลาย (Happy Relax) ต้องรู้จักการผ่อนคลายต่อสิ่งต่าง ๆ ในการดำเนินชีวิตไม่ว่าจะเป็นการทำงาน หรือการใช้ชีวิต ต้องรู้จักปล่อยวางต้องมีคำว่า หยุด เพื่อจะมีสติแล้วคิดเดินต่อไป

4. พัฒนาสมอง (Happy Brain) ความสุขจากการได้เรียนรู้ พัฒนาสมองตัวเองจากแหล่งต่าง ๆ นำไปสู่ความเป็นมืออาชีพ และความก้าวหน้าในการทำงาน คนเราเรียนเพื่อรู้ มีปัญญาก้าวหน้าในชีวิตเป็นสิ่งสำคัญ อนาคตก้าวหน้า เงินทอง เกียรติยศ ชื่อเสียง ความต้องการต่าง ๆ ของมนุษย์มันเกิดจากการเรียนรู้พัฒนาตนเอง

5. ศาสนาและศีลธรรม (Happy Soul) ความศรัทธาศาสนา และศีลธรรมในการดำเนินชีวิต ความสุขของคนทำงานเกิดได้จากธรรมะ จริยธรรม ความซื่อสัตย์ เป็นสิ่งสำคัญของมนุษย์ทุกคนที่องค์กรต้องสร้าง

6. ปลอดภัย (Happy Money) มีเงินรู้จักเก็บรู้จักใช้ ไม่เป็นหนี้ ถ้าเชื่อว่าหาความสุขด้วยเงิน ไม่มีวันพอ เงินสำคัญแต่ไม่ใช่ที่สุด เพราะบางครั้งเงินไม่สามารถตอบสนองความสุขให้คนได้จริง ๆ แล้วสุขไม่ได้อยู่ที่ไหนอยู่ที่รู้จักพอ

7. สร้างความสุขจากการมีครอบครัวที่ดี (Happy Family) ครอบครัวที่เข้มแข็งย่อมเป็นครอบครัวที่อบอุ่นและมั่นคง ความสุขที่ให้กับคนในครอบครัว ไม่ว่าจะเป็นพ่อ เป็นแม่ ญาติผู้ใหญ่ บุตร ภรรยา หรือหลาน คือ การสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจให้ครอบครัว

8. ความสุขที่เกิดจากสังคม (Happy Society) สังคมดีจะเกิดขึ้นได้เมื่อมีความรัก ความสามัคคี เอื้อเฟื้อต่อคนในชุมชน คนทำงาน ที่พักอาศัย

ข้อเสนอเหล่านี้ได้รับการสนับสนุนจากการวิจัยเพิ่มมากขึ้นในปัจจุบัน อาจมีองค์ประกอบเพิ่มเติมเกี่ยวกับความสุขอีก ได้แก่ การบรรลุความปรารถนาแห่งตน เช่น บรรลุยังเป้าหมายในชีวิต การมีความเจริญงอกงาม มิติของความสุขภายในจิตใจที่มีความใกล้เคียงกัน คือ การได้ใช้เวลาว่าง การมีความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลอันเป็นที่รัก เช่น สามี ลูก เป็นต้น หรือการตีความไปกับความงามของธรรมชาติ

ขงจื้อ แบ่งความสุขเป็น 4 ด้าน (อ้างถึงในทวิวัฒน์ ปุณฺทริกวิน 2545) ได้แก่

1. องค์ประกอบของครอบครัว ความรับผิดชอบต่อครอบครัว การเชื่อฟังผู้ใหญ่
2. องค์ประกอบของกลุ่ม ยอมรับโครงสร้างของลำดับชั้นทางสังคม ไว้วางใจ ผู้มีอำนาจทำให้เกิดความเป็นปึกแผ่น ความกลมกลืน และเป็นไปตามบรรทัดฐานของกลุ่ม
3. องค์ประกอบการทำงาน ได้แก่ การศึกษา การเรียนรู้ ทักษะ การทำงานหนัก การอดออม
4. องค์ประกอบในการประพฤติปฏิบัติ ความสงบสุข ความถ่อมตน และความมีวินัย ความสุขตามปรัชญาของขงจื้อ เน้นที่ความเป็นอยู่อันดีของครอบครัว สังคมมากกว่าความสุขส่วนบุคคล วัฒนธรรมจีนจึงเน้นการแบ่งปันความสำเร็จให้แก่กลุ่ม การทำประโยชน์ให้แก่สังคม ถือเป็นความสุขสูงสุด ความพยายามหาความสุขใส่ตนถือเป็นสิ่งไม่มีคุณค่าน่าละอาย

Lu and Shih (1997) ได้ทำแบบแผนแห่งความสุขกับประชากรไต้หวันไว้ 9 ด้าน ดังนี้

1. การได้รับการยอมรับนับถือ เช่น คำชมเชย การให้เกียรติ
2. การมีความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่ดี เช่น ครอบครัวอบอุ่น บุตรประสบความสำเร็จในชีวิต
3. ความพึงพอใจจากการได้รับการตอบสนองความต้องการทางวัตถุ หาเงินได้มากมีเงินเพียงพอในการใช้จ่ายใช้สอย

4. ความสำเร็จในการทำงาน เช่น มีความคิดสร้างสรรค์ในการทำงาน ทำงานบรรลุเป้าหมาย
5. มีความสบายใจ รู้สึกผ่อนคลาย เช่น เข้าใจความหมายของชีวิต หรือเชื่อในโชคชะตามันเป็นเช่นนั้นเอง
6. มีความสุขจากการที่คนอื่นยอมเสียสละ เช่น ได้หยุดพักผ่อนในขณะที่คนอื่นทำงานหนัก
7. รู้สึกถึงการควบคุมตนเอง และมีความประจักษ์ในตน เช่น บรรลุเป้าหมายในชีวิต หรือพยายามให้ดีที่สุด และได้รับคำวิจารณ์ที่ตนปรารถนา
8. อารมณ์ทางบวก เบิกบานใจ ผ่อนคลาย ไม่มีอะไรทำให้โกรธ
9. สุขภาพ เช่น ไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ

จากผลการศึกษาของ Lu and Shih (1997) พบว่า ความสุขเกิดจากการได้รับการยอมรับนับถือโดยบุคคลอื่นให้การยอมรับการกระทำ หรือความสำเร็จ นอกจากนี้ความสุขยังเกิดจากการมีความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลอื่น ความเป็นปึกแผ่น ความซื่อสัตย์จากพวกพ้อง และบุคคลในครอบครัว การได้รับความสำเร็จในอาชีพการงานทำให้มีหลักฐานมั่นคงเป็นการช่วยเหลือครอบครัว การควบคุมตนเอง การพัฒนาตนเอง ความประจักษ์ในตนเอง คือ การเป็นคนดีมีศีลธรรม มีคุณธรรมเป็นความยินยอมยอมรับความเป็นไปในชีวิต ในทศวรรษที่ผ่านมาความสุขเป็นรูปแบบใหม่ที่เข้ามาแทนที่ รูปแบบการรักษาทางร่างกาย และจิตใจในหนังสือสุขภาพคนปี 2010 (United States Department of Health and Human Services: USDHHS, 2000) ได้วางเป้าหมายการส่งเสริมสุขภาพ และการป้องกันโรคเป็นเป้าหมายหลักทางการแพทย์ของสหรัฐอเมริกาเป็นการปรับบริการทางด้านสุขภาพเนื่องจากสองในสามของประชากรอเมริกันที่ตายก่อนถึงวัยอันควร มีสาเหตุมาจากแบบแผนในการดำเนินชีวิต คิดเป็นร้อยละ 75 ของเงินที่ใช้ในการบริการทางด้านสุขภาพใช้รักษาผู้ป่วยซึ่งเป็นโรคเรื้อรัง นอกจากนี้ค่ารักษาพยาบาลยังเพิ่มขึ้นร้อยละ 5 ถึงร้อยละ 12 เพิ่มสูงกว่ารายได้ของประชาชนในในช่วง 30 ปีที่ผ่านมา (1960 - 1990) จึงจำเป็นต้องปรับเปลี่ยนจากการเน้นที่โรค และความเจ็บป่วยมาเป็นสุขภาพ และความเป็นอยู่ที่ดี (Randall, 1996)

สำหรับแนวคิดความสุขในการทำงานของ Warr (2007) มองว่าความสุขในการทำงานประกอบไปด้วย

1. ความรื่นรมย์ในงาน เป็นความรู้สึกของบุคคลที่เกิดขึ้นในขณะที่ทำงานโดยเกิดความรู้สึกสนุกกับการทำงาน และไม่มีความรู้สึกวิตกกังวลใด ๆ ในการทำงาน
2. ความรู้สึกกระตือรือร้น เป็นความรู้สึกของบุคคลที่เกิดขึ้นในขณะที่ทำงานโดยเกิดความรู้สึกว่าอยากทำงาน มีความตื่นตัว ทำงานได้อย่างคล่องแคล่ว รวดเร็ว กระฉับกระเฉง มีชีวิตชีวาในการทำงาน
3. ความพึงพอใจในงาน เป็นความรู้สึกของบุคคลที่เกิดขึ้นในขณะที่ทำงานโดยเกิดความรู้สึกเพลิดเพลิน ชอบ สนใจ พอใจ และยินดีในการปฏิบัติงานของตน โดยความรู้สึกทั้ง 3 มีความสัมพันธ์กัน

เนื่องจากเป็นความรู้สึกที่มีฐานจากความรู้สึกพอใจ และเป็นผลเกี่ยวเนื่องกับความรู้สึก และอารมณ์ซึ่งมาจากสาเหตุที่ต่างกันของลักษณะสิ่งแวดล้อมในการทำงาน

จากแนวคิดของชาญวิทย์ วสันต์ธนารัตน์ (2551) สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ (สสส.) ได้นำเสนอแนวทางการสร้างองค์การแห่งความสุข (Happy Workplace) โดยประกอบด้วย ความสุข 8 ประการ และก่อให้เกิดสุขภาวะที่มี 4 มิติ คือ กาย ใจ สังคม และจิตวิญญาณ ซึ่งมีอยู่ 3 ส่วนใหญ่ ๆ คือ ความสุขของคน ความสุขของครอบครัว ความสุขของสังคม การสร้างความสุขในที่ทำงาน จะทำให้บุคลากรมีความสุขดำรงชีวิตอย่างเหมาะสม มีความสัมพันธ์ที่ดีในหมู่เพื่อนร่วมงาน เกิดบรรยากาศในการทำงานที่ดี มีแรงจูงใจในการทำงานมากยิ่งขึ้น นอกจากนี้องค์การเองก็จะได้รับประโยชน์จากการมีบุคลากรกระตือรือร้นเปี่ยมไปด้วยพลังแห่งความคิด และการเพิ่มผลการทำงาน โดยสามารถแบ่งออกเป็น 1) ความสุขทางกาย (Happy Body) 2) น้ำใจงาม (Happy Heart) 3) ผ่อนคลาย (Happy Relax) 4) พัฒนาสมอง (Happy Brain) 5) ศาสนาและศีลธรรม (Happy Soul) 6) ปลอดภัย (Happy Money) 7) สร้างความสุขจากการมีครอบครัวที่ดี (Happy Family) 8) ความสุขที่เกิดจากสังคม (Happy Society) และองค์ประกอบเพิ่มเติมเกี่ยวกับความสุข ได้แก่ การบรรลุความปรารถนาแห่งตน เช่น บรรลุวัย เป้าหมายในชีวิต การมีความเจริญงอกงาม มิติของความสุขภายในจิตใจที่มีความใกล้เคียงกัน คือ การได้ใช้เวลาว่าง การมีความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลอันเป็นที่รัก เช่น สามี ลูก เป็นต้น หรือการดื่มด่ำไปกับความงามของธรรมชาติ มาอธิบายความสุขของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ในการศึกษาครั้งนี้

2.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ดลชนา อีสริยานันท์ และคณะ (2554) ได้ทำการวิจัยแบบบรรยาย (Descriptive Research) เรื่อง ความสุขของนักศึกษาพยาบาลชั้น ปีที่ 1, 2, 3 และ 4 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสุขของนักศึกษาพยาบาลชั้น ปีที่ 1, 2, 3 และ 4 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัย กรุงเทพธนบุรี ปัจจัยที่มีผลต่อความสุข และวิธีการที่นักศึกษาใช้ในการจัดการเมื่อไม่มีความสุข เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาเป็นแบบสอบถาม ประกอบด้วยข้อมูลส่วนบุคคล ดัชนีชี้วัดความสุขคนไทย วิธีการจัดการเมื่อไม่มีความสุข และข้อเสนอแนะเพื่อให้มีความสุขเพิ่มขึ้น วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติไคสแควร์ (Chi-square tests) สถิติวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (one way ANOVA) ผลการวิจัยพบว่านักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีคะแนนเฉลี่ยความสุขมากที่สุด รองลงมาคือ ชั้นปีที่ 4 ชั้นปีที่ 2 และชั้นปีที่ 3 ตามลำดับ และพบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยความสุขในแต่ละชั้นปีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ 0.05 วิธีการจัดการที่นักศึกษาใช้มากที่สุด 3 อันดับแรกเมื่อไม่มีความสุขคือ การยอมรับสภาพตนเอง การมอง โลกในแง่ดีและการปรึกษาเพื่อน

อมรรัตน์ ศรีคำสุข และคณะ (2554) ได้ทำการวิจัยเชิงบรรยาย (Descriptive Research) เรื่อง ความสุขของนักศึกษาพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสุขของนักศึกษาพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น กลุ่มประชากรเป็นนักศึกษาพยาบาลศาสตร์บัณฑิต ชั้นปีที่ 1 - 4 จำนวน 636 คน เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาเป็นแบบสอบถาม ประกอบด้วยข้อมูลส่วนบุคคล ดัชนีชี้วัดความสุขคนไทยวิธีการจัดการเมื่อไม่มีความสุข และข้อเสนอแนะเพื่อให้มีความสุขเพิ่มขึ้น วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา Chi-square, One way ANOVA และ ทดสอบค่าที (t-test) ผลการวิจัยพบว่านักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีคะแนนเฉลี่ยความสุขมากที่สุด รองลงมาคือชั้นปีที่ 4 ชั้นปีที่ 2 และชั้นปีที่ 3 ตามลำดับ และพบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยความสุขในแต่ละชั้นปีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ 0.05 วิธีการจัดการที่นักศึกษาใช้มากที่สุด 3 อันดับแรกเมื่อไม่มีความสุขคือ การยอมรับสภาพตนเอง การมองโลกในแง่ดีและการปรึกษาเพื่อน

วรศรา อิศวศิริโรจน์ (2555) ได้ศึกษา เรื่อง การวัดดัชนีความสุขของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อวัดระดับความสุขจากตัวชี้วัดความสุขของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่และปัจจัยที่มีผลต่อระดับความสุขของนักศึกษาเฉพาะนักศึกษาปริญญาตรี โดยให้ผู้ตอบแบบสอบถามประเมินตนเอง ซึ่งตัวชี้วัดความสุขของนักศึกษามี 9 ด้าน คือ 1) การมีความมั่นคงของชีวิต 2) การมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี 3) การมีครอบครัวที่อบอุ่น 4) การมีการศึกษาและกิจการที่ดี 5) การมีที่พักอาศัยและสภาพแวดล้อมที่ดี 6) ความปลอดภัยและพฤติกรรมของนักศึกษา 7) ความภาคภูมิใจในตนเอง 8) การเข้าถึงธรรมชาติด้วยการอยู่ร่วมกัน 9) การมีสิ่งแวดล้อมธรรมชาติที่ดี ตัวชี้วัดเหล่านี้ได้มาจากการปรับปรุงตัวชี้วัดความสุขของประชากรชาวไทย โดย รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ยงยุทธ ขจรธรรมกาย นายแพทย์อภิสิทธิ์ อารังวรังกุล สังกัดโรงพยาบาลขอนแก่น เพื่อให้เหมาะสมต่อนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ สรุปความสุขของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ กลุ่มประชากรมีความสุขในด้านการที่นักศึกษามีความเครียดที่อบอุ่น เป็นอันดับหนึ่ง โดยมีคะแนนเฉลี่ย 8.38 อันดับสอง คือ การเข้าถึงธรรมชาติด้วยการอยู่ร่วมกัน โดยมีคะแนนเฉลี่ย 8.28 อันดับสาม คือ การมีที่พักอาศัยและสภาพแวดล้อมที่ดี โดยมีคะแนนเฉลี่ย 8.03 อันดับสี่ คือ การมีความมั่นคงของชีวิต โดยมีคะแนนเฉลี่ย 8.00 อันดับห้า คือ ความภาคภูมิใจในตนเอง โดยมีคะแนนเฉลี่ย 7.89 อันดับหก คือ การมีการศึกษาและกิจการที่ดี โดยมีคะแนนเฉลี่ย 7.84 อันดับเจ็ด คือ ความปลอดภัยและพฤติกรรมของนักศึกษา โดยมีคะแนนเฉลี่ย 7.79 อันดับแปด คือ การมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี โดยมีคะแนนเฉลี่ย 7.72 อันดับเก้า คือ การมีสิ่งแวดล้อมธรรมชาติที่ดี โดยมีคะแนนเฉลี่ย 7.15

นุสรุา งามเดช และคณะ (2550) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ความสุขของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สระบุรี การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาความสุขของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สระบุรี เกี่ยวกับความหมายของสุขวิธีการแสวงหาความสุขและปัจจัยที่

ก่อให้เกิดความสุขตามความคิดและการรับรู้ของนักศึกษาพยาบาล ศึกษาโดยวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ ใช้การ สัมภาษณ์เชิงลึก, การสนทนากลุ่ม การสังเกตแบบมีส่วนร่วมและไม่มีส่วนร่วมกับนักศึกษาพยาบาล หลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตชั้นปีที่ 1-4 ปีการศึกษา 2547-2548 จำนวน 77 คน จาก 267 คน ให้ ครอบคลุมทุกกลุ่มระดับความสุขจากการทำแบบวัดความสุข ซึ่งแบ่งระดับความสุขออกเป็น 3 ระดับ ทำการสนทนากลุ่ม 10 กลุ่ม สัมภาษณ์เชิงลึกครั้งละ 1-1 1/2 ชั่วโมง วิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพตาม วิธีของโคไลซี ผลการศึกษา นักศึกษาพยาบาลให้ความหมายของความสุขในมิติของการมีความรู้สึก ทางบวกปราศจากความรู้สึกทางลบ การมีสุขภาพกายที่สมบูรณ์ มีความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลใกล้ชิด การได้บรรลุถึงเป้าหมายทางการเรียนการแสวงหาความสุขของนักศึกษาพยาบาล เป็นไปอย่างเรียบง่าย ในการดำรงชีวิตประจำวัน และรับรู้ว่าการแสวงหาความสุขของตนมีผลกระทบทั้งทางด้านบวกและลบ ต่อตนเองและผู้อื่น ปัจจัยที่มีผลต่อความสำคัญมากที่สุดคือ 1) ความสัมพันธ์กับเพื่อนและอาจารย์ 2) การบรรลุเป้าหมายในการเรียน 3) สิ่งแวดล้อมทางกายภาพ 4) การได้ทำกิจกรรมเพื่อการผ่อนคลาย 5) เศรษฐกิจ และ 6) ความสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัว ปัจจัยที่ก่อให้เกิดความทุกข์ที่นักศึกษาให้ความสำคัญ มากที่สุด 3 อันดับแรกคือ 1) การเรียน 2) ความมีอิสรภาพในการคิดและกระทำ และ 3) ความสัมพันธ์ กับเพื่อน รุ่นพี่และอาจารย์นักศึกษาพยาบาลเสนอแนวทางในการสร้างความสุขในวิทยาลัยว่าเกี่ยวข้องกับ ตัวนักศึกษาเอง อาจารย์ผู้บริหารวิทยาลัยฯ และบุคลากรทุกคน โดยสานความสัมพันธ์ที่ดีใกล้ชิด และจัดสิ่งแวดล้อมในวิทยาลัยที่ก่อให้เกิดความสุข สรุป นักศึกษาพยาบาลรับรู้ว่าคุณภาพชีวิตมีความสุขเมื่อ มีความรู้สึกที่ดีไม่มีเรื่องวิตกกังวลหรือตึงเครียด สิ่งที่มีผลต่อความสุขของนักศึกษาพยาบาลฯ มากที่สุด คือ ความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างเพื่อน รุ่นพี่และอาจารย์ แม้นักศึกษาจะบอกว่าตนเองมีความสุขเรื่อง การเรียนแต่ความทุกข์นั้นจะกลายเป็นความสุขเมื่อพวกเขาได้บรรลุเป้าหมายทางการเรียน ผลการวิจัย ได้ ชี้บ่งชี้ว่า การส่งเสริมให้นักศึกษาเกิดความสุขจะส่งผลให้เกิดพลังในการเรียน และทำกิจกรรม สร้างสรรค์ในชีวิต แต่ขณะเดียวกันควรหาวิธีการเรียนรู้ที่ก่อให้เกิดความสุขเพื่อที่จะทำให้นักศึกษา บรรลุเป้าหมายทางการเรียน และควรส่งเสริมการแสวงหาความสุขจากปัจจัยภายในตนเองอันเป็น ความสุขทางจิตวิญญาณเพื่อให้นักศึกษาเรียนรู้ที่จะมีความสุขอย่างแท้จริง

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง การศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559 เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) ผู้วิจัยนำเสนอวิธีดำเนินการวิจัยในเรื่องการศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559 ด้านความสุขนักศึกษา โดยมีวิธีการดำเนินการวิจัยเกี่ยวกับประชากร เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย การเก็บข้อมูล และการวิเคราะห์ข้อมูล ดังรายละเอียดต่อไปนี้

3.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

3.1.1 ประชากร ได้แก่ นักศึกษาของมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ในระดับปริญญาตรี ปีการศึกษา 2559 ทั้งหมด จำนวน 14,443 คน (ศูนย์บริการการศึกษา วันที่ 23 สิงหาคม 2559)

3.1.2 กลุ่มตัวอย่าง ที่ใช้ในการศึกษาคั้งนี้ ได้แก่ นักศึกษาของมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ในระดับปริญญาตรี ปีการศึกษา 2559 ที่ได้จากการสุ่มตัวอย่าง จำนวน 400 คน โดยได้จากการสุ่มตัวอย่างของทาร์โรว์ ยามาเน่ (อ้างอิง ชีรวุฒิ เอกะกุล, 2543) ที่ความคลาดเคลื่อนของกลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 0.05

สูตร

$$n = \frac{N}{1+N(e)^2}$$

โดย n = ขนาดกลุ่มตัวอย่างที่ทำการวิจัย

N = ขนาดประชากรทั้งหมด

e = ระดับความเชื่อมั่น (กำหนดที่ระดับ 0.05)

$$\frac{14,443}{1+14,443(0.05)^2} = 389.2 \quad \text{แทนค่าสูตร} \quad \approx 400 \quad \text{คน}$$

ตารางที่ 3.1 จำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

นักศึกษา	ประชากร	ขนาดตัวอย่าง
ชั้น ปีที่ 1	3,773	105
ชั้น ปีที่ 2	3,565	99
ชั้น ปีที่ 3	3,045	84
ชั้น ปีที่ 4 ขึ้นไป	4,060	112
รวม	14,443	400

3.2 การรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้พัฒนาแบบสอบถามจากแนวทางการสร้างองค์การแห่งความสุข (Happy Workplace) และได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลของกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

3.2.1 แจกแบบสอบถามจำนวน 600 ฉบับ

3.2.2 นำแบบสอบถามที่เก็บได้ตรวจรายละเอียดความสมบูรณ์ แบบสอบถาม มีความสมบูรณ์สามารถนำไปวิเคราะห์ได้จำนวน 400 ฉบับคิดเป็นร้อยละ 66.67

3.2.3 ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

ตัวแปรอิสระ คือ เพศ ชั้นปีที่กำลังศึกษา การเข้าศึกษาต่อประเภทโควตา การศึกษาต่อประเภทรับตรง สำนักวิชา สาขาวิชา ภูมิภาค คะแนนเฉลี่ยสะสม รายได้ครอบครัว ที่พักอาศัย ของนักศึกษา รายได้ผู้ปกครอง รายได้นักศึกษาจากการทำงานพิเศษ ทุนกู้ยืม ทุนการศึกษา รายได้รวม ค่าใช้จ่ายนักศึกษา การเดินทาง และความสุข 9 ด้าน ของชาวนววิทย์ วสันต์ธนารัตน์ (2551) แนวทางการสร้างองค์การแห่งความสุข (Happy Workplace) และผู้วิจัยได้พัฒนาแบบสอบถามโดยแต่งตั้งผู้ทรงคุณวุฒิเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบแบบสอบถาม

ตัวแปรตาม คือ ความสุข

3.2.4 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการศึกษาเอกสาร ทฤษฎี แนวคิดต่าง ๆ รวมถึงงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และสอดคล้องตามวัตถุประสงค์ รวมทั้งกรอบแนวคิดที่กำหนดขึ้น เพื่อศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรีมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559 โดยมีส่วนประกอบที่สามารถแบ่งได้ 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม มีคำถามทั้งสิ้น 17 ข้อ ประกอบด้วยคำถามเกี่ยวกับ เพศ ชั้นปีที่กำลังศึกษา การเข้าศึกษาต่อประเภทโควตา การศึกษาต่อประเภทรับตรง สำนักวิชา สาขาวิชา ภูมิภาค คะแนนเฉลี่ยสะสม รายได้ครอบครัว ที่พักอาศัยของนักศึกษา รายได้ผู้ปกครอง รายได้นักศึกษาจากการทำงานพิเศษ ทุนกู้ยืม ทุนการศึกษา รายได้รวม ค่าใช้จ่ายนักศึกษา การเดินทาง

ส่วนที่ 2 ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรีมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559 ข้อมูลระดับความสุขของผู้ตอบแบบสอบถาม 9 ด้าน ประกอบไปด้วย

1. ด้านสุขภาพดี (Happy Body)
2. ด้านจิตใจดี (Happy Heart)
3. ด้านการผ่อนคลาย (Happy Relax)
4. ด้านคุณธรรมจริยธรรม (Happy Soul)

5. ด้านครอบครัวที่ดี (Happy Family)
6. ด้านสังคมดี Happy Society หมายถึง
7. ด้านการศึกษาหาความรู้ (Happy Brain)
8. ด้านการใช้จ่ายเงิน (Happy Money)
9. ด้านสิ่งแวดล้อมที่ดี (Happy Environment)

โดยแบบสอบถามมีลักษณะ เป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) 5 อันดับ โดยผู้ตอบแบบสอบถามเลือกตอบตรงกับความคิดเห็นในระดับใดระดับหนึ่ง การให้คะแนนถือเกณฑ์ ตามวิธีของลิเคิร์ต (Likert) ศิริวรรณ เสรีรัตน์ และคณะ (2541 : 167) เป็นระดับการประเมิน ดังนี้

เห็นด้วยกับข้อความในระดับมากที่สุด	ให้คะแนน 5 คะแนน
เห็นด้วยกับข้อความในระดับมาก	ให้คะแนน 4 คะแนน
เห็นด้วยกับข้อความในระดับปานกลาง	ให้คะแนน 3 คะแนน
เห็นด้วยกับข้อความในระดับน้อย	ให้คะแนน 2 คะแนน
เห็นด้วยกับข้อความในระดับน้อยที่สุด	ให้คะแนน 1 คะแนน

ในการวิเคราะห์ข้อมูลผู้วิจัยรวบรวมคะแนนทั้งหมดเพื่อหา ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มตัวอย่าง ด้วยการอิงเกณฑ์ซึ่งแบ่งระดับออกเป็น 3 ระดับ โดยใช้วิธีการคำนวณความกว้างของชั้นดังนี้

$$\frac{\text{คะแนนสูงสุด} - \text{คะแนนต่ำสุด}}{\text{จำนวนชั้น}} = \frac{5 - 1}{3} = 1.33$$

จากเกณฑ์ดังกล่าวสามารถแปลความหมายของระดับคะแนนได้ดังนี้

<u>ความสุข</u>	<u>ระดับค่าเฉลี่ย</u>
ความสุขระดับสูง	5.00 – 3.68
ความสุขระดับปานกลาง	3.67 – 2.34
ความสุขระดับต่ำ	2.33 – 1.00

3.2.5 การสร้างและพัฒนาเครื่องมือ

ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถาม และพัฒนาขึ้นมาโดยศึกษาจากเอกสารวิชาการ บทความ ตำรา ทฤษฎี วรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง นำเสนอผู้เชี่ยวชาญ เพื่อขอข้อเสนอแนะและร่วมกันปรับปรุงแบบสอบถาม ตรวจสอบความถูกต้อง ความสมบูรณ์ของเนื้อหา ความเที่ยงตรงตามเนื้อหา (Content Validity) ดังนี้

3.2.5.1 ออกแบบสอบถาม

3.2.5.2 เรียนเชิญผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบแบบสอบถามโดยมีผู้เชี่ยวชาญเป็นผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบแบบสอบถาม ทางด้านสาธารณสุข ด้านวิชาการ และการวิจัย

3.2.5.3 แก้ไขแบบสอบถามจากคำแนะนำผู้เชี่ยวชาญ ตรวจสอบความถูกต้อง ความสมบูรณ์ของเนื้อหา

3.2.5.4 นำแบบสอบถามไปตรวจสอบความเที่ยงตรงตามเนื้อหา (Content Validity) ผลการตรวจสอบเครื่องมือ ตรวจสอบความเที่ยงตรงตามเนื้อหา (Content Validity) โดยการวัดความสอดคล้องภายใน (Internal Consistency) แล้วนำไปทำการทดสอบ (Pretest) กับนักศึกษา ระดับปริญญาตรี ปีการศึกษา 2559 ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 40 คน สำหรับหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) โดยใช้สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach,1990) ของแบบสอบถามทั้งฉบับ มีความเชื่อมั่น เท่ากับ .925 ถือว่าอยู่ในเกณฑ์ที่สามารถนำแบบสอบถามไปใช้ได้จึงนำแบบสอบถามนี้ไปเก็บข้อมูลกับกลุ่มประชากร จำนวน 400 รายต่อไป

ตารางที่ 3.2 ค่าความเชื่อมั่น (Reliability)

Scale: ALL

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	40	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	40	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.925	51

3.3 การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป ในการหาค่าความถี่ และค่าร้อยละ สถิติที่ใช้สำหรับการวิเคราะห์ข้อมูล เป็นสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

3.3.1 วิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ ชั้นปีที่กำลังศึกษา การเข้าศึกษาต่อประเภทโควตา การศึกษาต่อประเภทรับตรง สำนักวิชา สาขาวิชา ภูมิลำเนา คณะแผนกเฉลี่ยสะสม รายได้ครอบครัว ที่พักอาศัยของนักศึกษา รายได้ผู้ปกครอง รายได้นักศึกษาจากการทำงานพิเศษ ทุนกู้ยืม ทุนการศึกษา รายได้รวม ค่าใช้จ่ายนักศึกษา การเดินทาง นำมาวิเคราะห์โดยใช้สถิติการแจกแจงความถี่ (Frequency) ร้อยละ (Percent) ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation)

3.3.2 วิเคราะห์ข้อมูล ความสุขในการทำงาน โดยใช้ค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation) และประเมินระดับค่าเฉลี่ย ตามเกณฑ์ของ ลิเคิร์ต (Likert) ศิริวรรณ เสรีรัตน์ และคณะ (2541 : 167)

เกณฑ์การประเมินระดับความรู้สึก และความสุขจากแบบสอบถาม แบ่งเกณฑ์ค่าเฉลี่ย ออกเป็น 3 ระดับดังนี้

ความสุข	ระดับค่าเฉลี่ย
ความสุขระดับสูง	5.00 – 3.68
ความสุขระดับปานกลาง	3.67 – 2.34
ความสุขระดับต่ำ	2.33 – 1.00

3.3.3 ทดสอบสมมติฐานความแตกต่าง (test difference hypothesis) เพื่อเปรียบเทียบความสุขของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารีกับภูมิหลัง จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล โดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ (α)=0.05 เพื่อวิเคราะห์ความแตกต่างเป็นรายกลุ่ม กรณีพบค่าความแตกต่างเป็นรายกลุ่ม ผู้วิจัยจึงจะวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างรายกลุ่มเป็นรายคู่อีกครั้ง โดยใช้ Scheffe Analysis ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ (α)=0.05 ต่อไป

3.3.4 วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความสุขของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารีกับภูมิหลัง โดยใช้สถิติสหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation) และทดสอบนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ใช้สถิติทดสอบค่าที (t-test) โดยมีเกณฑ์เปรียบเทียบระดับความสัมพันธ์ของค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (r) ดังนี้ (ประคอง กรรณสูตร ,2542)

$r = 0 - \pm 0.29$	ไม่มีความสัมพันธ์
$r = \pm 0.30 - \pm 0.49$	มีความสัมพันธ์ระดับต่ำ
$r = \pm 0.50 - \pm 0.69$	มีความสัมพันธ์ระดับปานกลาง
$r = \pm 0.70 - \pm 0.89$	มีความสัมพันธ์ระดับสูง
$r = \pm 0.90 - \pm 1.00$	มีความสัมพันธ์ระดับสูงมาก

ส่วนเครื่องหมาย + หรือ - แสดงถึงลักษณะความสัมพันธ์ดังนี้ ถ้าค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ เป็นบวกหมายความว่า ตัวแปร มีลักษณะเพิ่มหรือลดตามกัน ถ้าค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เป็นลบหมายความว่า ตัวแปร มีลักษณะเพิ่มหรือลดตรงข้ามกันในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ใช้ในการทดสอบทั้งหมดที่ระดับ .05

บทที่ 4

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยเรื่อง การศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559 เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) ผู้วิจัยนำเสนอวิธีดำเนินการวิจัยในเรื่องการศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559 โดย ขอเสนอสรุปผลการวิจัยเป็น 3 ข้อดังนี้

4.1 ระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559

4.2 เปรียบเทียบระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559 ตามภูมิภาคของนักศึกษา

4.3 ศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559

ดังมีรายละเอียด ต่อไปนี้

4.1 ระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559

ข้อมูลระดับความสุขของผู้ตอบแบบสอบถาม 9 ด้าน ประกอบไปด้วย

1. ด้าน Happy Body / สุขภาพดี
2. ด้าน Happy Heart / จิตใจดี
3. ด้าน Happy Relax / ผ่อนคลายดี
4. ด้าน Happy Soul / จิตวิญญาณดี
5. ด้าน Happy Family / ครอบครัวดี
6. ด้าน Happy Society / สังคมดี
7. ด้าน Happy Brain / การศึกษาหาความรู้ดี
8. ด้าน Happy Money / สุขภาพเงินดี
9. ด้าน Happy Environment/สิ่งแวดล้อมดี

ตารางที่ 4.1 ข้อมูลพื้นฐานของผู้ตอบแบบสอบถาม

ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	128	32.00
หญิง	272	68.00
รวม	400	100.00
ชั้นปี		
ปีที่ 1	105	26.20
ปีที่ 2	99	24.80
ปีที่ 3	84	21.00
ปีที่ 4 ขึ้นไป	112	28.00
รวม	400	100.00
การเข้าศึกษาต่อประเภทโควตา		
- ไม่ระบุ	16	4.00
- เด็กดีมีคุณธรรม	1	0.20
- จังหวัด	95	23.80
- ด้านวิทยาศาสตร์	2	0.50
- ด้านนักกีฬา	1	0.20
- ด้านดนตรีและนาฏศิลป์	1	0.20
- โรงเรียน	164	41.00
- โอลิมปิกวิชาการ	3	0.80
- แอดมินชั้น	60	15.00
- วิชาเรียน	57	14.20
รวม	400	100.00

ตารางที่ 4.1 (ต่อ)

ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
รับตรง		
- ไม่ระบุ	370	92.50
- พยาบาลศาสตร์	14	3.50
- แพทยศาสตร์	8	2.00
- วิทยาศาสตร์แบบก้าวหน้า	3	0.80
- ผู้พิการ	3	0.80
- เมคคาทรอนิกส์	2	0.50
รวม	400	100.00
สำนักวิชา		
- วิศวกรรมศาสตร์	290	72.50
- เทคโนโลยีสังคม	27	6.80
- วิทยาศาสตร์	5	1.20
- แพทยศาสตร์	31	7.80
- พยาบาลศาสตร์	14	3.50
- เทคโนโลยีการเกษตร	33	8.20
รวม	400	100.00
สาขาวิชา		
- ไม่สังกัดสาขา	96	24.00
- วิทยาศาสตร์แบบก้าวหน้า	3	0.80
- วิทยาศาสตร์การกีฬา	2	0.50
- เทคโนโลยีสารสนเทศ	12	3.00
- เทคโนโลยีการจัดการ	15	3.80
- เทคโนโลยีการผลิตพืช	12	3.00
- เทคโนโลยีการผลิตสัตว์	12	3.00
- เทคโนโลยีอาหาร	9	2.20
- สาธารณสุขศาสตร์	10	2.50
- อาชีวอนามัยและความปลอดภัย	8	2.00
- อนามัยสิ่งแวดล้อม	5	1.20
- แพทยศาสตร์	8	2.00

ตารางที่ 4.1 (ต่อ)

ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
สาขาวิชา (ต่อ)		
- พยาบาลศาสตร์	14	3.50
- วิศวกรรมการผลิต	16	4.00
- วิศวกรรมเกษตรและอาหาร	9	2.20
- วิศวกรรมขนส่ง	17	4.20
- วิศวกรรมคอมพิวเตอร์	8	2.00
- วิศวกรรมเคมี	7	1.80
- วิศวกรรมเครื่องกล	12	3.00
- วิศวกรรมเซรามิก	10	2.50
- วิศวกรรมโพรตมนาคุม	16	4.00
- วิศวกรรมพอลิเมอร์	5	1.20
- วิศวกรรมไฟฟ้า	7	1.80
- วิศวกรรมโยธา	15	3.80
- วิศวกรรมโลหการ	6	1.50
- วิศวกรรมสิ่งแวดล้อม	7	1.80
- วิศวกรรมอุตสาหกรรม	14	3.50
- เทคโนโลยีธรณี	19	4.80
- วิศวกรรมอิเล็กทรอนิกส์	6	1.50
- วิศวกรรมยานยนต์	11	2.80
- วิศวกรรมอากาศยาน	7	1.80
- วิศวกรรมเมคคาทรอนิกส์	2	0.50
รวม	400	100.00
ภูมิภาค (ภาค)		
- เหนือ	36	9.00
- ใต้	13	3.20
- ตะวันออก	31	7.80
- ตะวันตก	3	0.80
- กลาง	43	10.80
- ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ	274	68.50
รวม	400	100.00

ตารางที่ 4.1 (ต่อ)

ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
คะแนนเฉลี่ยสะสม		
- ต่ำกว่า 2.00	43	10.80
- 2.00 - 2.50	128	32.00
- 2.51 - 3.00	76	19.00
- 3.01 - 3.50	59	14.80
- 3.51 - 4.00	23	5.80
- ไม่ระบุ	71	17.80
รวม	400	100.00
รายได้ครอบครัว (บาท)/เดือน		
- ต่ำกว่า 10,000	57	14.20
- 10,000 - 19,999	162	40.50
- 20,000 - 29,999	73	18.20
- 30,000 - 39,999	49	12.20
- 40,000 - 49,999	20	5.00
- ตั้งแต่ 50,000 ขึ้นไป	39	9.80
รวม	400	100.00
ที่พักอาศัย		
- หอพักภายในมหาวิทยาลัย	385	96.20
- หอพักภายนอกมหาวิทยาลัย	11	2.80
- บ้านตนเอง	2	0.50
- บ้านญาติ	2	0.50
รวม	400	100.00

ตารางที่ 4.1 (ต่อ)

ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
รายได้จากผู้ปกครอง (บาท)/เดือน		
- ต่ำกว่า 3,000	83	20.80
- 3,000 - 4,999	182	45.50
- 5,000 - 6,999	91	22.80
- 7,000 - 8,999	29	7.20
- 9,000 - 10,999	10	2.50
- ตั้งแต่ 11,000 ขึ้นไป	5	1.20
รวม	400	100.00
รายได้พิเศษ (บาท)/เดือน		
- ต่ำกว่า 3,000	306	76.50
- 3,000 - 4,999	52	13.00
- 5,000 - 6,999	28	7.00
- 7,000 - 8,999	6	1.50
- 9,000 - 10,999	6	1.50
- ตั้งแต่ 11,000 ขึ้นไป	2	0.50
รวม	400	100.00
ทุนกู้ยืม		
- มี	152	38.00
- ไม่มี	248	62.00
รวม	400	100.00
ทุนการศึกษา		
- เคย	49	12.20
- ไม่เคย	351	87.80
รวม	400	100.00

ตารางที่ 4.1 (ต่อ)

ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
รายได้รวม (บาท)/เดือน		
- ต่ำกว่า 3,000	64	16.00
- 3,000 - 4,999	194	48.50
- 5,000 - 6,999	94	23.50
- 7,000 - 8,999	37	9.20
- 9,000 - 10,999	8	2.00
- ตั้งแต่ 11,000 ขึ้นไป	3	0.80
รวม	400	100.00
ค่าใช้จ่าย (บาท)/เดือน		
- ต่ำกว่า 3,000	35	8.80
- 3,000 - 4,999	239	59.80
- 5,000 - 6,999	92	23.00
- 7,000 - 8,999	30	7.50
- 9,000 - 10,999	4	1.00
รวม	400	100.00
การเดินทาง		
- รถเมล์ มทส.	34	8.50
- รถจักรยาน	18	4.50
- รถจักรยานยนต์	341	85.20
- รถยนต์ส่วนตัว	7	1.80
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.1 พบว่า ข้อมูลเบื้องต้นของผู้ที่ตอบแบบสอบถาม จำนวน 400 คน ผู้ตอบแบบสอบถาม จำนวน 400 คน เป็นเพศชาย 128 คน (ร้อยละ 32) และเพศหญิง 272 คน (ร้อยละ 68) เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 จำนวน 105 คน (ร้อยละ 26.20) ชั้นปีที่ 2 จำนวน 99 คน (ร้อยละ 24.80) นักศึกษาชั้นปีที่ 3 จำนวน 84 คน (ร้อยละ 21.00) นักศึกษาชั้นปีที่ 4-8 จำนวน 112 คน (ร้อยละ 28.00) การเข้าศึกษาต่อประเภทโควตาโรงเรียนมีผู้ตอบแบบสอบถามมากที่สุด จำนวน 164 คน (ร้อยละ 41.00) การเข้าศึกษาต่อประเภทรับตรงจากสำนักวิชามีผู้ตอบแบบสอบถามมากที่สุด คือวิศวกรรมศาสตร์ จำนวน 290 คน (ร้อยละ 72.50) สาขาวิชาที่ตอบแบบสอบถามมากที่สุด คือไม่

สังกัดสาขา จำนวน 96 คน (ร้อยละ 24.00) ภูมิำเนาของผู้ตอบแบบสอบถามมาจากภาคตะวันออกเฉียงเหนือ มากที่สุด จำนวน 274 คน (ร้อยละ 68.50) คะแนนเฉลี่ยสะสมของผู้ตอบแบบสอบถามมากที่สุด 2.00 - 2.50 จำนวน 128 คน (ร้อยละ 32.00) รายได้ครอบครัวของผู้ตอบแบบสอบถามต่อเดือนมากที่สุด 10,000 - 19,999 บาท จำนวน 162 คน (ร้อยละ 40.50) ที่พักอาศัยของผู้ตอบแบบสอบถาม มากที่สุด คือหอพักภายในมหาวิทยาลัย จำนวน 385 คน (ร้อยละ 96.20) รายได้จากผู้ปกครองของผู้ตอบแบบสอบถามต่อเดือนมากที่สุด 3,000 - 4,999 บาท จำนวน 182 คน (ร้อยละ 45.50) รายได้พิเศษของผู้ตอบแบบสอบถามต่อเดือนมากที่สุด ต่ำกว่า 3,000 บาท จำนวน 306 คน (ร้อยละ 76.50) นักศึกษามีทุนกู้ยืมเพื่อการศึกษา จำนวน 152 คน (ร้อยละ 38.00) นักศึกษาไม่ได้ขอทุนกู้ยืมเพื่อการศึกษา จำนวน 248 คน (ร้อยละ 62.00) นักศึกษาเคยได้รับทุนการศึกษา จำนวน 49 คน (ร้อยละ 12.20) นักศึกษาไม่เคยได้รับทุนการศึกษา จำนวน 351 คน (ร้อยละ 87.80) นักศึกษาที่ตอบแบบสอบถามมีรายได้รวมต่อเดือนมากที่สุด 3,000 - 4,999 บาท จำนวน 194 คน (ร้อยละ 48.50) นักศึกษาที่ตอบแบบสอบถามมีค่าใช้จ่ายรวมต่อเดือนมากที่สุด 3,000 - 4,999 บาท จำนวน 239 คน (ร้อยละ 59.80) นักศึกษาเดินทางด้วยรถจักรยานยนต์ มากที่สุด จำนวน 341 คน (ร้อยละ 85.20)

ความสุขด้านสุขภาพ

ตารางที่ 4.2 จำนวนและร้อยละของด้านสุขภาพ

การหาค่า BMI	จำนวน (คน)	ร้อยละ
น้ำหนักปกติ	202	50.50
น้ำหนักน้อย	105	26.20
น้ำหนักเกิน	47	11.80
โรคอ้วน	32	8.00
อ้วนมาก	14	3.50
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.2 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่า ส่วนใหญ่ นักศึกษามีค่า BMI อยู่ในเกณฑ์น้ำหนักปกติ จำนวน 202 คน (ร้อยละ 50.50) รองลงมาเป็นนักศึกษามีค่า BMI อยู่ในเกณฑ์น้ำหนักน้อย จำนวน 105 คน (ร้อยละ 26.20) และนักศึกษามีค่า BMI อยู่ในเกณฑ์ อ้วนมาก จำนวน 14 คน (ร้อยละ 3.50)

ตารางที่ 4.3 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาที่รับประทานอาหารเช้าโดยเฉลี่ยต่อสัปดาห์

การรับประทานอาหารเช้า	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1-2 วัน	170	42.50
3-4 วัน	106	26.50
ไม่รับประทาน	50	12.50
ทุกวัน	40	10.00
5-6 วัน	34	8.50
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.3 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่า นักศึกษาที่รับประทานอาหารเช้าโดยเฉลี่ย 1 - 2 วันต่อสัปดาห์ จำนวนมากที่สุด 170 คน (ร้อยละ 42.50) รองลงมานักศึกษาที่รับประทานอาหารเช้าเป็นบางครั้ง 3 - 4 วัน ต่อสัปดาห์ จำนวน 106 คน (ร้อยละ 26.50) และน้อยที่สุดนักศึกษารับประทานอาหารเช้าเป็นประจำ 5 - 6 วันต่อสัปดาห์ จำนวน 34 คน (ร้อยละ 8.50)

ตารางที่ 4.4 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาออกกำลังกายโดยเฉลี่ยต่อสัปดาห์

การออกกำลังกาย	จำนวน (คน)	ร้อยละ
น้อยกว่า 3 วัน/สัปดาห์	189	47.20
ไม่ออกกำลังกาย	107	26.80
3 วัน	44	11.00
มากกว่า 3วัน/สัปดาห์	42	10.50
ทุกวัน	18	4.50
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.4 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่า ส่วนมากนักศึกษายกกำลังกายโดยเฉลี่ย น้อยกว่า 3 วันต่อสัปดาห์ จำนวน 189 คน (ร้อยละ 47.20) รองลงมานักศึกษาออกกำลังกายโดยเฉลี่ย ไม่ได้ออกกำลังกาย จำนวน 107 คน (ร้อยละ 26.80) และน้อยที่สุดนักศึกษายกกำลังกายโดยเฉลี่ยทุกวัน จำนวน 18 คน (ร้อยละ 4.50)

ตารางที่ 4.5 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาที่สูบบุหรี่/ใบจาก/ยาเส้น

สูบบุหรี่	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ไม่เคย	346	86.50
เคยสูบ	36	9.00
นาน ๆ	10	2.50
บ่อย	5	1.20
ประจำ	3	0.80
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.5 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่า นักศึกษาที่สูบบุหรี่/ใบจาก/ยาเส้น มากที่สุด นักศึกษาไม่เคยสูบเลย จำนวน 346 คน (ร้อยละ 86.50) รองลงมา นักศึกษาไม่สูบแต่เคยสูบ จำนวน 36 คน (ร้อยละ 9.00) และน้อยที่สุด นักศึกษาสูบเป็นประจำ จำนวน 3 คน (ร้อยละ 0.80)

ตารางที่ 4.6 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาที่ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์

ความถี่ของการดื่ม	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ไม่เคยดื่ม	134	33.50
เคยดื่ม	110	27.50
ปีละ 1-2 ครั้ง	76	19.00
เกือบเดือน	63	15.80
เกือบทุกวัน	17	4.20
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.6 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่า นักศึกษาที่ไม่เคยดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์เลย จำนวน 134 คน (ร้อยละ 33.50) รองลงมา นักศึกษาไม่ดื่มแต่เคยดื่ม จำนวน 110 คน (ร้อยละ 27.50) และน้อยที่สุด นักศึกษาดื่มเกือบทุกวัน จำนวน 17 คน (ร้อยละ 4.20)

ตารางที่ 4.7 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาที่พึงพอใจกับสุขภาพกาย

ความพึงพอใจกับสุขภาพกาย	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ปานกลาง	198	49.50
มาก	92	23.00
น้อย	64	16.00
มากที่สุด	24	6.00
น้อยที่สุด	22	5.50
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.7 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่า นักศึกษาที่พึงพอใจกับสุขภาพกายมากที่สุดอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 198 คน (ร้อยละ 49.50) รองลงมา นักศึกษาที่พึงพอใจกับสุขภาพกายในระดับมาก จำนวน 92 คน (ร้อยละ 23.00) และน้อยที่สุด นักศึกษาที่พึงพอใจกับสุขภาพกาย จำนวน 22 คน (ร้อยละ 5.50)

ตารางที่ 4.8 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาที่ได้รับการดูแลเกี่ยวกับสุขภาพที่ดีจากทางมหาวิทยาลัย

การรับการดูแลสุขภาพ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ปานกลาง	180	45.00
น้อย	97	24.20
มาก	74	18.50
น้อยที่สุด	39	9.80
มากที่สุด	10	2.50
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.8 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษาที่ได้รับการดูแลเกี่ยวกับสุขภาพที่ดีจากทางมหาวิทยาลัยมากที่สุด จำนวน 180 คน (ร้อยละ 45.00) ได้รับการดูแลเกี่ยวกับสุขภาพที่ดีในระดับปานกลาง รองลงมา นักศึกษาที่ได้รับการดูแลเกี่ยวกับสุขภาพที่ดีจากทางมหาวิทยาลัยในระดับน้อย จำนวน 97 คน (ร้อยละ 24.20) และนักศึกษาที่ได้รับการดูแลเกี่ยวกับสุขภาพที่ดีจากทางมหาวิทยาลัยน้อยที่สุดจำนวน 10 คน (ร้อยละ 2.50) ได้รับการดูแลเกี่ยวกับสุขภาพที่ดีจากทางมหาวิทยาลัยในระดับมากที่สุด

ความสุขด้านจิตใจดี

ตารางที่ 4.9 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาที่รู้สึกเอื้ออาทร/ห่วงใยต่อคนรอบข้าง

ความถี่	จำนวน (คน)	ร้อยละ
มาก	234	58.50
ปานกลาง	98	24.50
มากที่สุด	60	15.00
น้อย	7	1.80
น้อยที่สุด	1	0.20
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.9 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษาที่รู้สึกเอื้ออาทร/ห่วงใยต่อคนรอบข้างมากที่สุดในระดับมาก จำนวน 234 คน (ร้อยละ 58.50) รองลงมา นักศึกษาที่รู้สึกเอื้ออาทร/ห่วงใยต่อคนรอบข้างในระดับปานกลาง จำนวน 98 คน (ร้อยละ 24.50) และน้อยที่สุดนักศึกษาที่รู้สึกเอื้ออาทร/ห่วงใยต่อคนรอบข้าง จำนวน 1 คน (ร้อยละ 0.20)

ตารางที่ 4.10 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาให้การช่วยเหลือแก่คนรอบข้าง

ความถี่	จำนวน (คน)	ร้อยละ
แทบทุกครั้ง	178	44.50
บางครั้ง	169	42.20
ทุกครั้ง	44	11.00
นาน ๆ ครั้ง	7	1.80
ไม่เคย	2	0.50
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.10 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษาให้การช่วยเหลือแก่คนรอบข้างคือช่วยแทบทุกครั้งในระดับมากที่สุด จำนวน 178 คน (ร้อยละ 44.50) รองลงมานักศึกษาให้การช่วยเหลือแก่คนรอบข้างคือช่วยบ้างบางครั้ง จำนวน 169 คน (ร้อยละ 42.20) และน้อยที่สุดนักศึกษาไม่เคยให้การช่วยเหลือแก่คนรอบข้างเลย จำนวน 2 คน (ร้อยละ 0.50)

ตารางที่ 4.11 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาให้ความสำคัญการทำงานเป็นทีม

การให้ความสำคัญ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
มาก	221	55.20
มากที่สุด	100	25.00
ปานกลาง	72	18.00
น้อย	4	1.00
ไม่ให้	3	0.80
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.11 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษาให้ความสำคัญการทำงานเป็นทีมมากที่สุดอยู่ในระดับมาก จำนวน 221 คน (ร้อยละ 55.20) รองลงมา นักศึกษาให้ความสำคัญการทำงานเป็นทีมอยู่ในระดับมาก จำนวน 100 คน (ร้อยละ 25.00) และน้อยที่สุดนักศึกษาไม่ให้ความสำคัญการทำงานเป็นทีม จำนวน 3 คน (ร้อยละ 0.80)

ตารางที่ 4.12 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาให้ความสัมพันธ์ของนักศึกษากับเพื่อนๆ เหมือนพี่เหมือนน้อง

ความสัมพันธ์ของนักศึกษากับเพื่อนเหมือนพี่เหมือนน้อง	จำนวน (คน)	ร้อยละ
มาก	181	45.20
ปานกลาง	115	28.80
มากที่สุด	94	23.50
น้อย	7	1.80
ไม่เหมือน	3	0.80
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.12 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษาให้ความสัมพันธ์ของนักศึกษากับเพื่อนๆ เหมือนพี่เหมือนน้องมากที่สุดอยู่ในระดับมาก จำนวน 181 คน (ร้อยละ 45.20) รองลงมานักศึกษาให้ความสัมพันธ์ของนักศึกษากับเพื่อนๆ เหมือนพี่เหมือนน้องอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 115 คน (ร้อยละ 28.80) และน้อยที่สุดนักศึกษาให้ความสัมพันธ์ของนักศึกษากับเพื่อนๆ ไม่เหมือนพี่เหมือนน้อง จำนวน 3 คน (ร้อยละ 0.80)

ตารางที่ 4.13 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาเต็มใจและยินดี ในการทำประโยชน์เพื่อส่วนรวม

การทำประโยชน์เพื่อส่วนรวม	จำนวน (คน)	ร้อยละ
มาก	212	53.00
มากที่สุด	110	27.50
ปานกลาง	76	19.00
ไม่เต็มใจ	1	0.20
น้อย	1	0.20
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.13 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษาเต็มใจและยินดี ในการทำประโยชน์เพื่อส่วนรวมมากที่สุดอยู่ในระดับมาก จำนวน 212 คน (ร้อยละ 53.00) รองลงมานักศึกษาเต็มใจและยินดี ในการทำประโยชน์เพื่อส่วนรวมอยู่ในระดับมากที่สุด จำนวน 110 คน (ร้อยละ 27.50) และน้อยที่สุดที่ศึกษานิยมและไม่เต็มใจและไม่ยินดี ในการทำประโยชน์เพื่อส่วนรวม จำนวน 1 คน (ร้อยละ 0.20)

ความสุขด้านการผ่อนคลาย

ตารางที่ 4.14 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาได้รับการพักผ่อนเพียงพอ

การพักผ่อนเพียงพอ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ปานกลาง	192	48.00
น้อย	98	24.50
ไม่เพียงพอ	60	15.00
มาก	38	9.50
มากที่สุด	12	3.00
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.14 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษาได้รับการพักผ่อนเพียงพอมากที่สุดอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 192 คน (ร้อยละ 48.00) รองลงมานักศึกษาได้รับการพักผ่อนเพียงพออยู่ในระดับน้อย จำนวน 98 คน (ร้อยละ 24.50) และน้อยที่สุดที่ศึกษานิยมและไม่เต็มใจและไม่ยินดี ในการทำประโยชน์เพื่อส่วนรวม จำนวน 1 คน (ร้อยละ 0.20)

ตารางที่ 4.15 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาทำกิจกรรมเพื่อพักผ่อนหย่อนใจต่อสัปดาห์

การพักผ่อนเพียงพอ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ทำทุกวัน	129	32.20
3-4 วัน/สัปดาห์	108	27.00
1-2 วัน/สัปดาห์	104	26.00
5-6 วัน/สัปดาห์	51	12.80
ไม่ได้ทำ	8	2.00
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.15 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษาทำกิจกรรมเพื่อพักผ่อนหย่อนใจต่อสัปดาห์มากที่สุดอยู่ในระดับทุกวันต่อสัปดาห์ จำนวน 129 คน (ร้อยละ 32.20) รองลงมานักศึกษาทำกิจกรรมเพื่อพักผ่อนหย่อนใจต่อสัปดาห์อยู่ในระดับ 3-4 วัน จำนวน 108 คน (ร้อยละ 27.00) และน้อยที่สุดนักศึกษาไม่ได้ทำกิจกรรมเพื่อพักผ่อนหย่อนใจต่อสัปดาห์เลย จำนวน 8 คน (ร้อยละ 2.00)

ตารางที่ 4.16 จำนวนและร้อยละของนักศึกษามีความเครียด

ความเครียด	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ปานน้อย	216	54.00
กลาง	84	21.00
มาก	69	17.20
เครียดที่สุด	21	5.20
น้อยที่สุด	10	2.50
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.16 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษามีความเครียดมากที่สุดอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 216 คน (ร้อยละ 54.00) รองลงมานักศึกษามีความเครียดอยู่ในระดับน้อย จำนวน 84 คน (ร้อยละ 21.00) และน้อยที่สุดนักศึกษามีความเครียดอยู่ในระดับน้อยที่สุด จำนวน 10 คน (ร้อยละ 2.50)

ตารางที่ 4.17 จำนวนและร้อยละของนักศึกษามีชีวิตเป็นไปตามความคาดหวัง

ชีวิตเต็มไปตามความคาดหวัง	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ปานกลาง	225	56.20
คาดหวังน้อย	110	27.50
มาก	37	9.20
ไม่คาดหวัง	22	5.50
มากที่สุด	6	1.50
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.17 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษามีชีวิตเต็มไปตามความคาดหวังมากที่สุดในระดับปานกลาง จำนวน 225 คน (ร้อยละ 56.20) รองลงมานักศึกษามีชีวิตเต็มไปตามความคาดหวังอยู่ในระดับน้อย จำนวน 110 คน (ร้อยละ 27.50) และน้อยที่สุดนักศึกษามีชีวิตเต็มไปตามความคาดหวังอยู่ในระดับมากที่สุด จำนวน 6 คน (ร้อยละ 1.50)

ตารางที่ 4.18 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาเมื่อประสบปัญหาในชีวิตนักศึกษาสามารถจัดการกับปัญหา

จัดการปัญหาชีวิต	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ปานกลาง	175	43.80
มาก	172	43.00
น้อยมาก	29	7.20
มากที่สุด	24	6.00
ไม่สามารถจัดการ	0	0.00
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.18 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษาเมื่อประสบปัญหาในชีวิตนักศึกษาสามารถจัดการกับปัญหามากที่สุดในระดับปานกลาง จำนวน 175 คน (ร้อยละ 43.80) รองลงมานักศึกษาเมื่อประสบปัญหาในชีวิตนักศึกษาสามารถจัดการกับปัญหาอยู่ในระดับมาก จำนวน 172 คน (ร้อยละ 43.00) และน้อยที่สุดนักศึกษามีปัญหาในชีวิตนักศึกษาสามารถจัดการกับปัญหาอยู่ในระดับมากที่สุด จำนวน 24 คน (ร้อยละ 6.00)

ตารางที่ 4.19 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาสื่อสารกับเพื่อน ๆ

การสื่อสารกับเพื่อน ๆ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
มาก	164	41.00
มากที่สุด	138	34.50
ปานกลาง	83	20.80
น้อย	15	3.80
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.19 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษาสื่อสารกับเพื่อน ๆ มากที่สุดอยู่ในระดับมาก จำนวน 164 คน (ร้อยละ 41.00) รองลงมานักศึกษาสื่อสารกับเพื่อน ๆ อยู่ในระดับมากที่สุด จำนวน 138 คน (ร้อยละ 34.50) และน้อยที่สุดนักศึกษาสื่อสารกับเพื่อน ๆ อยู่ในระดับน้อย จำนวน 15 คน (ร้อยละ 3.80)

ตารางที่ 4.20 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาถ่ายทอดแลกเปลี่ยนการเรียนรู้และการทำงานระหว่างกัน

การแลกเปลี่ยนเรียนรู้	จำนวน (คน)	ร้อยละ
มาก	178	44.50
ปานกลาง	158	39.50
มากที่สุด	47	11.80
น้อย	15	3.80
ไม่มี	2	0.50
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.20 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษาถ่ายทอดแลกเปลี่ยนการเรียนรู้การทำงานระหว่างกันมากที่สุดอยู่ในระดับมาก จำนวน 178 คน (ร้อยละ 44.50) รองลงมานักศึกษาถ่ายทอดแลกเปลี่ยนการเรียนรู้การทำงานระหว่างกันอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 158 คน (ร้อยละ 39.50) และน้อยที่สุดนักศึกษาไม่มีการถ่ายทอดแลกเปลี่ยนการเรียนรู้การทำงานระหว่างกัน จำนวน 2 คน (ร้อยละ 0.50)

ตารางที่ 4.21 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาเข้าร่วมกิจกรรมของมหาวิทยาลัยที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม

การร่วมกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ปานกลาง	179	44.80
มาก	103	25.80
น้อย	74	18.50
มากที่สุด	34	8.50
ไม่เข้าร่วม	10	2.50
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.21 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษาเข้าร่วมกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อสังคมมากที่สุดอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 179 คน (ร้อยละ 44.80) รองลงมานักศึกษาเข้าร่วมกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อสังคมอยู่ในระดับมาก จำนวน 103 คน (ร้อยละ 25.80) และน้อยที่สุดนักศึกษที่ไม่เข้าร่วมกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม จำนวน 10 คน (ร้อยละ 2.50)

ตารางที่ 4.22 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาทำกิจกรรมด้วยตนเองและมีประโยชน์ต่อสังคม

การทำกิจกรรมด้วยตนเองและมีประโยชน์ต่อสังคม	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ปานกลาง	196	49.00
มาก	107	26.80
น้อย	64	16.00
มากที่สุด	23	5.80
ไม่เข้าร่วม	10	2.50
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.22 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษาทำกิจกรรมด้วยตนเองและมีประโยชน์ต่อสังคมมากที่สุดอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 196 คน (ร้อยละ 49.00) รองลงมานักศึกษาทำกิจกรรมด้วยตนเองและมีประโยชน์ต่อสังคมอยู่ในระดับมาก จำนวน 107 คน (ร้อยละ 26.80) และน้อยที่สุดนักศึกษที่ไม่เข้าร่วมทำกิจกรรมด้วยตนเองและมีประโยชน์ต่อสังคม จำนวน 10 คน (ร้อยละ 2.50)

ความสุขด้านจิตวิญญาณ

ตารางที่ 4.23 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาทำนุ บำรุงศิลปวัฒนธรรม ศาสนา การให้ทาน

ทำนุ บำรุงศิลปวัฒนธรรม ศาสนา การให้ทาน	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ปานกลาง	183	45.80
มาก	124	31.00
น้อย	48	12.00
มากที่สุด	38	9.50
ไม่ทำ	7	1.80
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.23 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษาทำนุ บำรุงศิลปวัฒนธรรม ศาสนา การให้ทานมากที่สุดอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 183 คน (ร้อยละ 45.80) รองลงมานักศึกษาทำนุ บำรุงศิลปวัฒนธรรม ศาสนา การให้ทานอยู่ในระดับมาก จำนวน 124 คน (ร้อยละ 31.00) และน้อยที่สุดนักศึกษาไม่ทำ ทำนุ บำรุงศิลปวัฒนธรรม ศาสนา การให้ทาน จำนวน 7 คน (ร้อยละ 1.80)

ตารางที่ 4.24 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาปฏิบัติกิจตามศาสนาเพื่อให้จิตใจสงบ

ปฏิบัติกิจตามศาสนาเพื่อให้จิตใจสงบ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ปานกลาง	187	46.80
มาก	93	23.20
น้อย	72	18.00
มากที่สุด	31	7.80
ไม่ปฏิบัติ	17	4.20
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.24 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษาปฏิบัติกิจตามศาสนาเพื่อให้จิตใจสงบมากที่สุดอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 187 คน (ร้อยละ 46.80) รองลงมานักศึกษาปฏิบัติกิจตามศาสนาเพื่อให้จิตใจสงบอยู่ในระดับมาก จำนวน 93 คน (ร้อยละ 23.20) และน้อยที่สุดนักศึกษาไม่ปฏิบัติกิจตามศาสนาเพื่อให้จิตใจสงบ จำนวน 17 คน (ร้อยละ 4.20)

ตารางที่ 4.25 จำนวนและร้อยละของนักศึกษายกโทษและให้อภัยต่อผู้สำนึกผิด

การยกโทษและให้อภัยต่อผู้สำนึกผิด	จำนวน (คน)	ร้อยละ
มาก	204	51.00
ปานกลาง	103	25.80
มากที่สุด	80	20.00
น้อย	13	3.20
ไม่ยกโทษ	0	0.00
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.25 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษายกโทษและให้อภัยต่อผู้สำนึกผิดมากที่สุดอยู่ในระดับมาก จำนวน 204 คน (ร้อยละ 51.00) รองลงมานักศึกษายกโทษและให้อภัยต่อผู้สำนึกผิดอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 103 คน (ร้อยละ 25.80) และน้อยที่สุดนักศึกษายกโทษและให้อภัยต่อผู้สำนึกผิดอยู่ในระดับน้อย จำนวน 13 คน (ร้อยละ 3.20)

ตารางที่ 4.26 จำนวนและร้อยละของนักศึกษายอมรับและขอโทษในความผิดที่ทำ

การยอมรับและขอโทษในความผิดที่ทำ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
มาก	210	52.50
มากที่สุด	106	26.50
ปานกลาง	78	19.50
น้อย	6	1.50
ไม่ยอมรับ	0	0.00
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.26 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษายอมรับและขอโทษในความผิดที่ทำมากที่สุดอยู่ในระดับมาก จำนวน 210 คน (ร้อยละ 52.50) รองลงมานักศึกษายอมรับและขอโทษในความผิดที่ทำอยู่ในระดับมากที่สุด จำนวน 106 คน (ร้อยละ 26.50) และน้อยที่สุดนักศึกษายอมรับและขอโทษในความผิดที่ทำอยู่ในระดับน้อย จำนวน 6 คน (ร้อยละ 1.50)

ตารางที่ 4.27 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาตอบแทนผู้มีพระคุณและช่วยเหลือนักศึกษาคนอื่น ๆ

การตอบแทนผู้มีพระคุณและช่วยเหลือนักศึกษา	จำนวน (คน)	ร้อยละ
มาก	187	46.80
มากที่สุด	156	39.00
ปานกลาง	50	12.50
น้อย	7	1.80
ไม่ตอบแทน	0	0.00
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.27 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษาตอบแทนผู้มีพระคุณและช่วยเหลือนักศึกษาคนอื่น ๆ มากที่สุดอยู่ในระดับมาก จำนวน 187 คน (ร้อยละ 46.80) รองลงมานักศึกษาตอบแทนผู้มีพระคุณและช่วยเหลือนักศึกษาคนอื่น ๆ อยู่ในระดับมากที่สุด จำนวน 156 คน (ร้อยละ 39.00) และน้อยที่สุดนักศึกษาดูแทนผู้มีพระคุณและช่วยเหลือนักศึกษาคนอื่น ๆ อยู่ในระดับน้อย จำนวน 7 คน (ร้อยละ 1.80)

ความสุขด้านครอบครัว

ตารางที่ 4.28 จำนวนและร้อยละของนักศึกษามีเวลาอยู่กับครอบครัวอย่างเพียงพอ

การมีเวลาอยู่กับครอบครัวอย่างเพียงพอ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ปานกลาง	144	36.00
น้อย	110	27.50
มาก	66	16.50
ไม่เพียงพอ	55	13.80
มากที่สุด	25	6.20
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.28 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษามีเวลาอยู่กับครอบครัวอย่างเพียงพอมากที่สุดอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 144 คน (ร้อยละ 36.00) รองลงมานักศึกษามีเวลาอยู่กับครอบครัวอย่างเพียงพออยู่ในระดับน้อย จำนวน 110 คน (ร้อยละ 27.50) และน้อยที่สุดนักศึกษามีเวลาอยู่กับครอบครัวอย่างเพียงพออยู่ในระดับมากที่สุด จำนวน 25 คน (ร้อยละ 6.20)

ตารางที่ 4.29 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาทำกิจกรรมร่วมกับคนในครอบครัว

การทำกิจกรรมร่วมกับคนในครอบครัว	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ปานกลาง	139	34.80
น้อย	127	31.80
มาก	84	21.00
มากที่สุด	33	8.20
ไม่ทำ	17	4.20
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.29 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษาทำกิจกรรมร่วมกับคนในครอบครัวมากที่สุดอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 139 คน (ร้อยละ 34.80) รองลงมานักศึกษาทำกิจกรรมร่วมกับคนในครอบครัวอยู่ในระดับน้อย จำนวน 127 คน (ร้อยละ 31.80) และน้อยที่สุดนักศึกษาคงไม่ทำกิจกรรมร่วมกับคนในครอบครัว จำนวน 17 คน (ร้อยละ 4.20)

ตารางที่ 4.30 จำนวนและร้อยละของนักศึกษามีความสุขกับครอบครัวของนักศึกษา

การมีความสุขกับครอบครัว	จำนวน (คน)	ร้อยละ
มากที่สุด	224	56.00
มาก	123	30.80
ปานกลาง	43	10.80
ไม่มี	2	0.50
น้อย	8	2.00
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.30 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษามีความสุขกับครอบครัวของนักศึกษามากที่สุดอยู่ในระดับมากที่สุด จำนวน 224 คน (ร้อยละ 56.00) รองลงมานักศึกษามีความสุขกับครอบครัวของนักศึกษายู่ในระดับมาก จำนวน 123 คน (ร้อยละ 30.80) และน้อยที่สุดนักศึกษาคงไม่มีความสุขกับครอบครัวของนักศึกษาจำนวน 2 คน (ร้อยละ 0.50)

ตารางที่ 4.31 จำนวนและร้อยละของนักศึกษามีเวลาอยู่กับเพื่อน

มีเวลาอยู่กับเพื่อน	จำนวน (คน)	ร้อยละ
มาก	181	45.20
ปานกลาง	115	28.80
มากที่สุด	91	22.80
น้อย	13	3.20
ไม่มี	0	0.00
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.31 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษามีเวลาอยู่กับเพื่อนมากที่สุดอยู่ในระดับมาก จำนวน 181 คน (ร้อยละ 45.20) รองลงมานักศึกษามีเวลาอยู่กับเพื่อนอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 115 คน (ร้อยละ 28.80) และน้อยที่สุดนักศึกษามีเวลาอยู่กับเพื่อนอยู่ในระดับน้อย จำนวน 13 คน (ร้อยละ 3.20)

ความสุขด้านสังคม

ตารางที่ 4.32 จำนวนและร้อยละของเพื่อนร่วมห้องที่มีความสัมพันธ์ที่ดีต่อนักศึกษา

เพื่อนร่วมห้องที่มีความสัมพันธ์ที่ดีต่อนักศึกษา	จำนวน (คน)	ร้อยละ
มาก	179	44.80
มากที่สุด	127	31.80
ปานกลาง	77	19.20
น้อย	15	3.80
ไม่มี	2	.50
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.32 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่าเพื่อนร่วมห้องที่มีความสัมพันธ์ที่ดีต่อนักศึกษามากที่สุดอยู่ในระดับมาก จำนวน 179 คน (ร้อยละ 44.80) รองลงมาเพื่อนร่วมห้องที่มีความสัมพันธ์ที่ดีต่อนักศึกษาอยู่ในระดับมากที่สุด จำนวน 127 คน (ร้อยละ 31.80) และน้อยที่สุดเพื่อนร่วมห้องไม่มีความสัมพันธ์ที่ดีต่อนักศึกษา จำนวน 2 คน (ร้อยละ 0.50)

ตารางที่ 4.33 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาปฏิบัติตามกฎระเบียบของสังคม

ปฏิบัติตามกฎระเบียบของสังคม	จำนวน (คน)	ร้อยละ
มาก	245	61.20
มากที่สุด	75	18.80
ปานกลาง	71	17.80
น้อย	9	2.20
ไม่ปฏิบัติ	0	0.00
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.33 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษาปฏิบัติตามกฎระเบียบของสังคมมากที่สุดอยู่ในระดับมาก จำนวน 245 คน (ร้อยละ 44.80) รองลงมานักศึกษาปฏิบัติตามกฎระเบียบของสังคมอยู่ในระดับมากที่สุด จำนวน 75 คน (ร้อยละ 18.80) และน้อยที่สุดนักศึกษปฏิบัติตามกฎระเบียบของสังคมอยู่ในระดับน้อย จำนวน 9 คน (ร้อยละ 2.20)

ตารางที่ 4.34 จำนวนและร้อยละของนักศึกษารู้สึกปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน

รู้สึกปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน	จำนวน (คน)	ร้อยละ
มาก	191	47.80
ปานกลาง	123	30.80
มากที่สุด	70	17.50
น้อย	14	3.50
ไม่รู้สึกล	2	0.50
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.34 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษารู้สึกปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สินมากที่สุดอยู่ในระดับมาก จำนวน 191 คน (ร้อยละ 47.80) รองลงมานักศึกษารู้สึกปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สินอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 123 คน (ร้อยละ 30.80) และน้อยที่สุดนักศึกษาไม่รู้สึกลปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สินจำนวน 2 คน (ร้อยละ 0.50)

ตารางที่ 4.35 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาที่มีปัญหาแล้วขอความช่วยเหลือจากคนใกล้ชิด

มีปัญหาสามารถขอความช่วยเหลือ จากคนใกล้ชิด	จำนวน (คน)	ร้อยละ
มาก	185	46.20
ปานกลาง	126	31.50
มากที่สุด	69	17.20
น้อย	20	5.00
ไม่ได้	0	0.00
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.35 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษามีปัญหาแล้วขอความช่วยเหลือจากคนใกล้ชิดมากที่สุดอยู่ในระดับมาก จำนวน 185 คน (ร้อยละ 46.20) รองลงมานักศึกษามีปัญหาแล้วขอความช่วยเหลือจากคนใกล้ชิดอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 126 คน (ร้อยละ 31.50) และน้อยที่สุดนักศึกษามีปัญหาแล้วขอความช่วยเหลือจากคนใกล้ชิดอยู่ในระดับน้อย จำนวน 2 คน (ร้อยละ 0.50)

ตารางที่ 4.36 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาคิดว่าสังคมไทยเป็นสังคมที่มีความสงบสุข

รู้สึกว่สังคมไทยมีความสงบสุข	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ปานกลาง	210	52.50
น้อย	117	29.20
มาก	34	8.50
ไม่มี	24	6.00
มากที่สุด	15	3.80
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.36 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษาคิดว่าสังคมไทยเป็นสังคมที่มีความสงบสุขมากที่สุดอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 210 คน (ร้อยละ 52.50) รองลงมานักศึกษาคิดว่าสังคมไทยเป็นสังคมที่มีความสงบสุขอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 117 คน (ร้อยละ 29.20) และน้อยที่สุดนักศึกษาคิดว่าสังคมไทยเป็นสังคมที่มีความสงบสุขอยู่ในระดับมากที่สุด จำนวน 15 คน (ร้อยละ 3.80)

ตารางที่ 4.37 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาใช้ชีวิตในสังคมอย่างมีความสุข

ใช้ชีวิตในสังคมอย่างมีความสุข	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ปานกลาง	196	49.00
มาก	151	37.80
มากที่สุด	30	7.50
น้อย	21	5.20
ไม่มี	2	0.50
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.37 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษาใช้ชีวิตในสังคมอย่างมีความสุขมากที่สุดอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 196 คน (ร้อยละ 49.00) รองลงมานักศึกษาใช้ชีวิตในสังคมอย่างมีความสุขอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 151 คน (ร้อยละ 37.80) และน้อยที่สุดนักศึกษาคือใช้ชีวิตในสังคมอย่างไม่มีความสุข จำนวน 2 คน (ร้อยละ 0.50)

ความสุขด้านใฝ่รู้

ตารางที่ 4.38 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาสนใจแสวงหาความรู้ใหม่ ๆ

สนใจแสวงหาความรู้ใหม่ ๆ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
มาก	193	48.20
ปานกลาง	159	39.80
มากที่สุด	40	10.00
น้อย	8	2.00
ไม่สนใจ	0	0.00
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.38 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษาศนใจแสวงหาความรู้ใหม่ ๆ มากที่สุดอยู่ในระดับมาก จำนวน 193 คน (ร้อยละ 48.20) รองลงมา นักศึกษาศนใจแสวงหาความรู้ใหม่ ๆ อยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 159 คน (ร้อยละ 39.80) และน้อยที่สุดนักศึกษาศนใจแสวงหาความรู้ใหม่ ๆ อยู่ในระดับน้อย จำนวน 2 คน (ร้อยละ 2.00)

ตารางที่ 4.39 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาสนใจที่จะพัฒนาตนเอง

สนใจที่จะพัฒนาตนเอง	จำนวน (คน)	ร้อยละ
มาก	220	55.00
มากที่สุด	93	23.20
ปานกลาง	82	20.50
น้อย	5	1.20
ไม่สนใจ	0	0.00
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.39 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษาศนใจที่จะพัฒนาตนเองมากที่สุดอยู่ในระดับมาก จำนวน 220 คน (ร้อยละ 55.00) รองลงมานักศึกษาศนใจที่จะพัฒนาตนเองอยู่ในระดับมากที่สุด จำนวน 93 คน (ร้อยละ 23.20) และน้อยที่สุดนักศึกษาศนใจที่จะพัฒนาตนเองอยู่ในระดับน้อย จำนวน 5 คน (ร้อยละ 1.20)

ตารางที่ 4.40 จำนวนและร้อยละของนักศึกษามีโอกาสที่จะได้รับการอบรม ศึกษา ดูงาน เพื่อพัฒนาทักษะและความสามารถของตนเอง

โอกาสที่จะได้รับการอบรม ศึกษา ดูงาน	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ปานกลาง	187	46.80
มาก	111	27.80
มากที่สุด	49	12.20
น้อย	48	12.00
ไม่มีโอกาส	5	1.20
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.40 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษามีโอกาสที่จะได้รับการอบรม ศึกษา ดูงาน เพื่อพัฒนาทักษะและความสามารถของตนเองมากที่สุดอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 187 คน (ร้อยละ 46.80) รองลงมานักศึกษามีโอกาสที่จะได้รับการอบรม ศึกษา ดูงาน เพื่อพัฒนาทักษะและความสามารถของตนเองอยู่ในระดับมาก จำนวน 111 คน (ร้อยละ 27.80) และน้อยที่สุดนักศึกษามีโอกาสที่จะได้รับการอบรม ศึกษา ดูงาน เพื่อพัฒนาทักษะและความสามารถของตนเองจำนวน 5 คน (ร้อยละ 1.20)

ความสุขด้านการเงิน

ตารางที่ 4.41 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาที่รู้สึกว่าการผ่อนชำระหนี้สินต่าง ๆ โดยรวมของนักศึกษาในปัจจุบันเป็นภาวะ

การผ่อนชำระหนี้สินเป็นภาวะ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ปานกลาง	158	39.50
ไม่เป็นภาวะ	115	28.80
หนักมาก	63	15.80
น้อย	47	11.80
หนักที่สุด	17	4.20
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.41 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษาที่รู้สึกว่าการผ่อนชำระหนี้สินต่าง ๆ โดยรวมของนักศึกษาในปัจจุบันเป็นภาวะมากที่สุดอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 158 คน (ร้อยละ 39.50) รองลงมานักศึกษาที่รู้สึกว่าการผ่อนชำระหนี้สินต่าง ๆ โดยรวมของนักศึกษาในปัจจุบันเป็นภาวะจำนวน 115 คน (ร้อยละ 28.80) และน้อยที่สุดนักศึกษารู้สึกว่าการผ่อนชำระหนี้สินต่าง ๆ โดยรวมของนักศึกษาในปัจจุบันเป็นภาวะอยู่ในระดับหนักที่สุด จำนวน 17 คน (ร้อยละ 4.20)

ตารางที่ 4.42 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาผ่อนชำระหนี้ตามกำหนดเวลา

ผ่อนชำระหนี้ตามกำหนด	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ตรงเวลา	201	50.20
ตรงเวลาเกือบทุกครั้ง	95	23.80
ตรงเวลาบางครั้ง	80	20.00
ไม่ตรงเวลาบ่อยครั้ง	21	5.20
ไม่ตรงเวลาทุกครั้ง	3	0.80
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.42 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษาผ่อนชำระหนี้ตรงตามกำหนดเวลา จำนวน 201 คน (ร้อยละ 50.20) รองลงมานักศึกษาผ่อนชำระหนี้ตรงตามกำหนดเวลาเกือบทุกครั้ง จำนวน 95 คน (ร้อยละ 23.80) และน้อยที่สุดนักศึกษามองว่าหนี้ไม่ตรงตามกำหนดเวลา จำนวน 3 คน (ร้อยละ 0.80)

ตารางที่ 4.43 จำนวนและร้อยละของนักศึกษามีเงินเก็บออมในแต่ละเดือน

เงินเก็บออมในแต่ละเดือน	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ออมเล็กน้อย	185	46.20
ออมปานกลาง	117	29.20
ไม่มี	84	21.00
ออมมาก	9	2.20
ออมมากที่สุด	5	1.20
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.43 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษามีเงินเก็บออมในแต่ละเดือนมากที่สุด มีเก็บออมเพียงเล็กน้อย จำนวน 185 คน (ร้อยละ 46.20) รองลงมานักศึกษามีเงินเก็บออมในแต่ละเดือน มีเก็บออมปานกลาง จำนวน 117 คน (ร้อยละ 29.20) และน้อยที่สุดนักศึกษามีเงินเก็บออมในแต่ละเดือน มีเก็บออมมากที่สุด จำนวน 5 คน (ร้อยละ 1.20)

ตารางที่ 4.44 จำนวนและร้อยละของนักศึกษามีค่าตอบแทนที่นักศึกษาได้รับทั้งหมดเมื่อเปรียบเทียบกับรายจ่ายทั้งหมด

ค่าตอบแทนทั้งหมดเมื่อเปรียบเทียบกับรายจ่าย	จำนวน (คน)	ร้อยละ
รายได้พอ ๆ กับรายจ่าย	215	53.80
รายจ่ายเกินกว่ารายได้เล็กน้อย	84	21.00
รายจ่ายน้อยกว่ารายได้	49	12.20
รายจ่ายเกินกว่ารายได้มาก	40	10.00
รายจ่ายน้อยกว่ารายได้มาก	12	3.00
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.44 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษามีค่าตอบแทนที่นักศึกษาได้รับทั้งหมดเมื่อเปรียบเทียบกับรายจ่ายทั้งหมดมากที่สุด มีรายได้พอ ๆ กับรายจ่าย จำนวน 215 คน (ร้อยละ 53.80) รองลงมานักศึกษามีค่าตอบแทนที่นักศึกษาได้รับทั้งหมดเมื่อเปรียบเทียบกับรายจ่ายทั้งหมด มีรายจ่ายเกินกว่ารายได้เล็กน้อย จำนวน 84 คน (ร้อยละ 21.00) และน้อยที่สุดนักศึกษามีค่าตอบแทนที่นักศึกษาได้รับทั้งหมดเมื่อเปรียบเทียบกับรายจ่ายทั้งหมดมีรายจ่ายน้อยกว่ารายได้มากจำนวน 12 คน (ร้อยละ 3.00)

ความสุขด้านสิ่งแวดล้อม

ตารางที่ 4.45 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาที่มีความสุขต่อสภาพแวดล้อมโดยรวมของมหาวิทยาลัย

ความสุขต่อสภาพแวดล้อมโดยรวมของมหาวิทยาลัย	จำนวน (คน)	ร้อยละ
มาก	192	48.00
ปานกลาง	139	34.80
มากกว่า	48	12.00
ไม่มี	1	0.20
น้อย	20	5.00
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.45 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษามีความสุขต่อสภาพแวดล้อมโดยรวมของมหาวิทยาลัยมากที่สุด อยู่ในระดับมาก จำนวน 192 คน (ร้อยละ 48.00) รองลงมานักศึกษามีความสุขต่อสภาพแวดล้อมโดยรวมของมหาวิทยาลัย อยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 139 คน (ร้อยละ 34.80) และน้อยที่สุดนักศึกษามีความสุขต่อสภาพแวดล้อมโดยรวมของมหาวิทยาลัย จำนวน 1 คน (ร้อยละ 0.20)

ตารางที่ 4.46 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาที่มีความพึงพอใจกับสวัสดิการที่มหาวิทยาลัยจัดให้

ความพึงพอใจกับสวัสดิการมหาวิทยาลัย	จำนวน (คน)	ร้อยละ
พอใจมาก	200	50.00
ไม่พอใจปานกลาง	125	31.20
พอใจน้อย	43	10.80
พอใจมากที่สุด	30	7.50
พอใจ	2	0.50
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.46 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษามีความพึงพอใจกับสวัสดิการที่มหาวิทยาลัยจัดให้มากที่สุด อยู่ในระดับพอใจปานกลาง จำนวน 200 คน (ร้อยละ 50.00) รองลงมานักศึกษามีความพึงพอใจกับสวัสดิการที่มหาวิทยาลัยจัดให้ อยู่ในระดับพอใจมาก จำนวน 125 คน (ร้อยละ 31.20) และน้อยที่สุดนักศึกษามีความพึงพอใจกับสวัสดิการที่มหาวิทยาลัยจัดให้ จำนวน 2 คน (ร้อยละ 0.50)

ตารางที่ 4.47 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาได้รับการปฏิบัติอย่างถูกต้องตามกฎหมาย ระเบียบ ข้อบังคับ ประกาศจากมหาวิทยาลัย

การปฏิบัติตามกฎ ระเบียบ ข้อบังคับ ประกาศ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
สมควร	168	42.00
มาก	157	39.20
มากที่สุด	57	14.20
เล็กน้อย	16	4.00
ไม่ได้เลย	2	0.50
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.47 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษาได้รับการปฏิบัติอย่างถูกต้องตามกฎหมาย ระเบียบ ข้อบังคับ ประกาศจากมหาวิทยาลัยมากที่สุด อยู่ในระดับได้รับพอสมควร จำนวน 168 คน (ร้อยละ 42.00) รองลงมานักศึกษาได้รับการปฏิบัติอย่างถูกต้องตามกฎหมาย ระเบียบ ข้อบังคับ ประกาศจากมหาวิทยาลัยอยู่ในระดับได้รับมาก จำนวน 157 คน (ร้อยละ 39.20) และน้อยที่สุดนักศึกษาได้รับการปฏิบัติอย่างถูกต้องตามกฎหมาย ระเบียบ ข้อบังคับ ประกาศจากมหาวิทยาลัยจำนวน 2 คน (ร้อยละ .50)

ตารางที่ 4.48 จำนวนและร้อยละของนักศึกษามีโอกาสได้เข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ของทางมหาวิทยาลัย

การร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ของทางมหาวิทยาลัย	จำนวน (คน)	ร้อยละ
สมควร	225	56.20
มาก	97	24.20
เข้าร่วม	56	14.00
มากที่สุด	16	4.00
ไม่ได้	6	1.50
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.48 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษามีโอกาสได้เข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ของทางมหาวิทยาลัยมากที่สุด อยู่ในระดับเข้าร่วมพอสมควร จำนวน 225 คน (ร้อยละ 56.20) รองลงมานักศึกษามีโอกาสได้เข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ของทางมหาวิทยาลัยอยู่ในระดับเข้าร่วมมาก จำนวน 97 คน (ร้อยละ 24.20) และน้อยที่สุดนักศึกษาไม่มีโอกาสได้เข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ของทางมหาวิทยาลัยจำนวน 6 คน (ร้อยละ 1.50)

ตารางที่ 4.49 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาภาคภูมิใจที่ได้เป็นนักศึกษามหาวิทยาลัย

ความภาคภูมิใจที่ได้เป็นนักศึกษามหาวิทยาลัย	จำนวน (คน)	ร้อยละ
มากที่สุด	216	54.00
มาก	126	31.50
ปานกลาง	48	12.00
น้อย	10	2.50
ไม่ภูมิใจ	0	0.00
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.49 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษาภาคภูมิใจที่ได้เป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยมากที่สุด อยู่ในระดับภูมิใจมากที่สุด จำนวน 216 คน (ร้อยละ 54.00) รองลงมานักศึกษาภาคภูมิใจที่ได้เป็นนักศึกษามหาวิทยาลัย อยู่ในระดับภูมิใจมาก จำนวน 126 คน (ร้อยละ 31.50) และน้อยที่สุดนักศึกษภาคภูมิใจที่ได้เป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยอยู่ในระดับภูมิใจน้อย จำนวน 10 คน (ร้อยละ 2.50)

ตารางที่ 4.50 จำนวนและร้อยละของนักศึกษารู้สึกเป็นเจ้าของร่วมในมหาวิทยาลัย

ความรู้สึกเป็นเจ้าของร่วมในมหาวิทยาลัย	จำนวน (คน)	ร้อยละ
มาก	154	38.50
ปานกลาง	128	32.00
มากที่สุด	92	23.00
น้อย	20	5.00
ไม่รู้สึก	6	1.50
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.50 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษารู้สึกเป็นเจ้าของร่วมในมหาวิทยาลัยมากที่สุด อยู่ในระดับมาก จำนวน 154 คน (ร้อยละ 38.50) รองลงมานักศึกษารู้สึกเป็นเจ้าของร่วมในมหาวิทยาลัย อยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 128 คน (ร้อยละ 32.00) และน้อยที่สุดนักศึกษาไม่รู้สึกเป็นเจ้าของร่วมในมหาวิทยาลัยเลย จำนวน 6 คน (ร้อยละ 1.50)

ตารางที่ 4.51 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยอย่างมีความสุข

อยู่ในมหาวิทยาลัยอย่างมีความสุข	จำนวน (คน)	ร้อยละ
มาก	167	41.80
มากที่สุด	116	29.00
ปานกลาง	108	27.00
น้อย	9	2.20
ไม่ระบุ	0	0.00
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.51 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยอย่างมีความสุขมากที่สุด อยู่ในระดับมาก จำนวน 167 คน (ร้อยละ 41.80) รองลงมานักศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยอย่างมีความสุข อยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 116 คน (ร้อยละ 29.00) และน้อยที่สุดนักศึกษอยู่ในมหาวิทยาลัยอย่างมีความสุข อยู่ในระดับน้อย จำนวน 9 คน (ร้อยละ 2.20)

ตารางที่ 4.52 จำนวนและร้อยละความสุขปัจจุบันของนักศึกษา

ความสุขปัจจุบันของนักศึกษา	จำนวน (คน)	ร้อยละ
มาก	159	39.80
ไม่มีปานกลาง	142	35.50
มากที่สุด	76	19.00
น้อย	23	5.80
ความสุข	0	0.00
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 4.52 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่าความสุขปัจจุบันของนักศึกษามากที่สุด อยู่ในระดับมาก จำนวน 159 คน (ร้อยละ 39.80) รองลงมาความสุขปัจจุบันของนักศึกษอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 142 คน (ร้อยละ 35.50) และน้อยที่สุดความสุขปัจจุบันของนักศึกษอยู่ในระดับน้อย จำนวน 23 คน (ร้อยละ 5.80)

ตารางที่ 4.53 จำนวนและร้อยละความสุขโดยรวมของนักศึกษาในด้านต่าง ๆ

ความสุขโดยรวมของนักศึกษา	จำนวน (คน)	ค่าเฉลี่ย	การแปล ความหมาย
ความสุขด้านความมีน้ำใจ	400	3.90	สูง
ความสุขด้านจิตวิญญาณ	400	3.72	สูง
ความสุขด้านสิ่งแวดล้อม	400	3.70	สูง
ความสุขด้านการใฝ่รู้	400	3.68	สูง
ความสุขด้านสังคม	400	3.63	ปานกลาง
ความสุขด้านสุขภาพ	400	3.51	ปานกลาง
ความสุขด้านครอบครัว	400	3.50	ปานกลาง
ความสุขด้านการผ่อนคลาย	400	3.26	ปานกลาง
ความสุขด้านสุขภาพการเงิน	400	3.14	ปานกลาง
ความสุขโดยรวมทุกด้าน	400	3.56	ปานกลาง
รวม	400	100.00	

จากตารางที่ 4.53 จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่า ความสุขโดยรวมของนักศึกษาอยู่ในระดับสูง ได้แก่ ความสุขด้านความมีน้ำใจ ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.90 ความสุขด้านจิตวิญญาณ ความสุขด้านสิ่งแวดล้อม ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.72 ความสุขด้านการใฝ่รู้ ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.68 และความสุขด้านสิ่งแวดล้อม ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.70 รองลงมา พบว่า ความสุขโดยรวมของนักศึกษาที่อยู่ในระดับปานกลาง ได้แก่ ความสุขด้านสุขภาพ ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.51 ความสุขด้านการผ่อนคลาย ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.26 ความสุขด้านครอบครัว ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.50 ความสุขด้านสังคม ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.63 ความสุขด้านสุขภาพการเงิน ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.14 และความสุขโดยรวมทุกด้าน ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.56 ความสุขระดับปานกลาง***

***	ความสุขระดับสูง	5.00 – 3.68
	ความสุขระดับปานกลาง	3.67 – 2.34
	ความสุขระดับต่ำ	2.33 – 1.00

4.54 ตารางการเปรียบเทียบระดับความสุของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559 ตามภูมิหลังของนักศึกษา

ตัวแปร	จำนวน	ค่าเฉลี่ย	S.D.	t	Sig.	f	ทดสอบสมมติฐาน
เพศ							
ชาย	128	3.53	.43	-1.007	.044*		แตกต่าง
หญิง	272	3.57	.35				
รวม	400						
ชั้นปี							
ที่ 1	105	3.68	.378		.001*	5.276	แตกต่าง
ที่ 2	99	3.51	.335				
ที่ 3	84	3.51	.332				
ที่ 4-8	112	3.53	.423				
รวม	400	3.56	.378				
โควตา							
ไม่ระบุ	16	3.61	.366		.099	1.625	ไม่แตกต่าง
เด็กดีมีคุณธรรม	1	3.57	.				
จังหวัด	95	3.52	.363				
ด้านวิทยาศาสตร์	2	3.82	.490				
ด้านนักกีฬา	1	4.00	.				
ด้านดนตรีและนาฏศิลป์	1	3.27	.				
โรงเรียน	164	3.52	.378				
โอลิมปิกวิชาการ	3	3.67	.051				
แอดมินชั้น	60	3.57	.378				
วิชาเรียน	57	3.70	.393				
รวม	400	3.56	.378				

ตัวแปร	จำนวน	ค่าเฉลี่ย	S.D.	t	Sig.	f	ทดสอบ สมมติฐาน
รับตรง							
- ไม่ระบุ	371	3.56	.383		.950	.229	ไม่แตกต่าง
- พยาบาลศาสตร์	14	3.58	.340				
- แพทยศาสตร์	8	3.50	.260				
- วิทยาศาสตร์แบบก้าวหน้า	2	3.31	.375				
- ผู้พิการ	2	3.53	.131				
- เมคคาทรอนิกส์	3	3.62	.533				
รวม	400	3.56	.378				
สำนักวิชา							
- วิศวกรรมศาสตร์	291	3.56	.389		.624	.700	ไม่แตกต่าง
- เทคโนโลยีสังคม	27	3.47	.439				
- วิทยาศาสตร์	4	3.47	.346				
- แพทยศาสตร์	31	3.63	.287				
- พยาบาลศาสตร์	14	3.63	.327				
- เทคโนโลยีการเกษตร	33	3.54	.327				
รวม	400	3.56	.378				

ตัวแปร	จำนวน	ค่าเฉลี่ย	S.D.	t	Sig.	f	ทดสอบ สมมติฐาน
สาขาวิชา							
ไม่สังกัด	93	3.68	.372		.011*	1.751	แตกต่างกัน
เทคโนโลยีสารสนเทศ	12	3.49	.338				
เทคโนโลยีการจัดการ	15	3.45	.518				
เทคโนโลยีการผลิตพืช	13	3.59	.291				
เทคโนโลยีการผลิตสัตว์	14	3.60	.319				
เทคโนโลยีอาหาร	9	3.43	.433				
สาธารณสุขศาสตร์	17	3.61	.289				
อาชีวอนามัยและความปลอดภัย	10	3.62	.334				
อนามัยสิ่งแวดล้อม	5	3.50	.238				
แพทยศาสตร์	4	3.33	.321				
พยาบาลศาสตร์	13	3.60	.327				
วิศวกรรมการผลิต	16	3.35	.391				
วิศวกรรมเกษตร	9	3.27	.206				
วิศวกรรมขนส่ง	17	3.47	.410				
วิศวกรรมคอมพิวเตอร์	8	3.37	.313				
วิศวกรรมเคมี	7	3.53	.270				
วิศวกรรมเครื่องกล	12	3.56	.323				
วิศวกรรมเซรามิก	10	3.50	.251				
วิศวกรรมโทรคมนาคม	16	3.60	.265				
วิศวกรรมพอลิเมอร์	5	3.47	.105				
วิศวกรรมไฟฟ้า	7	3.68	.263				
วิศวกรรมโยธา	15	3.59	.398				
วิศวกรรมโลหการ	6	3.14	.760				
วิศวกรรมสิ่งแวดล้อม	7	3.40	.321				
วิศวกรรมอุตสาหกรรม	14	3.57	.331				
เทคโนโลยีธรณี	19	3.79	.485				
วิศวกรรมอิเล็กทรอนิกส์	6	3.57	.252				
วิศวกรรมยานยนต์	11	3.45	.286				
วิศวกรรมอากาศยาน	7	3.47	.544				
วิศวกรรมเมคคาทรอนิกส์	3	3.31	.488				
รวม	400	3.56	.378				

ตัวแปร	จำนวน	ค่าเฉลี่ย	S.D.	t	Sig.	f	ทดสอบ สมมติฐาน
ภูมิสำเนา							
ภาคเหนือ	36	3.68	.385		.025*	2.602	แตกต่าง
ภาคใต้	13	3.52	.351				
ภาคตะวันออก	31	3.73	.355				
ภาคตะวันตก	3	3.44	.270				
ภาคกลาง	43	3.57	.371				
ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ	274	3.53	.377				
รวม	400	3.56	.378				
คะแนนเฉลี่ยสะสม							
ต่ำกว่า 2.00	43	3.34	.400		.000*	5.425	แตกต่าง
2.00 - 2.50	128	3.51	.373				
2.51 - 3.00	76	3.59	.383				
3.01 - 3.50	59	3.63	.304				
3.51 - 4.00	23	3.61	.350				
ไม่ระบุ	71	3.67	.377				
รวม	400	3.56	.378				
รายได้ครอบครัว							
ต่ำกว่า 10,000	57	3.48	.403		.038*	1.965	แตกต่าง
10,000 - 19,999	162	3.52	.382				
20,000 - 29,999	73	3.63	.343				
30,000 - 39,999	49	3.63	.340				
40,000 - 49,999	20	3.59	.444				
ตั้งแต่ 50,000 ขึ้นไป	39	3.62	.371				
รวม	400	3.56	.378				

ตัวแปร	จำนวน	ค่าเฉลี่ย	S.D.	t	Sig.	f	ทดสอบสมมติฐาน
ที่พักอาศัย							
หอพักภายใน	385	3.56	.381		.193	1.583	ไม่แตกต่าง
หอพักภายนอก	11	3.61	.250				
บ้านตนเอง	2	3.00	.077				
บ้านญาติ	2	3.66	.132				
รวม	400	3.56	.378				
รายได้จากปกครอง							
ต่ำกว่า 3,000	83	3.54	.404		.675	.633	ไม่แตกต่าง
3,000 - 4,999	182	3.54	.357				
5,000 - 6,999	91	3.58	.376				
7,000 - 8,999	29	3.58	.390				
9,000 - 10,999	10	3.66	.400				
ตั้งแต่ 11,000 ขึ้นไป	5	3.76	.657				
รวม	400	3.56	.378				
รายได้ทำงาน							
ต่ำกว่า 3,000	306	3.55	.395		.833	.422	ไม่แตกต่าง
3,000 - 4,999	52	3.54	.301				
5,000 - 6,999	28	3.63	.302				
7,000 - 8,999	6	3.61	.294				
9,000 - 10,999	6	3.51	.510				
ตั้งแต่ 11,000 ขึ้นไป	2	3.79	.532				
รวม	400	3.56	.378				
ทุนกู้ยืม							
มี	152	3.55	.357		.644	.190	ไม่แตกต่าง
ไม่มี	248	3.57	.391				
รวม	400	3.56	.378				

ตัวแปร	จำนวน	ค่าเฉลี่ย	S.D.	t	Sig.	f	ทดสอบสมมติฐาน
ทุนการศึกษา							
เคย	49	3.53	.351		.861	.149	ไม่แตกต่าง
ไม่เคย	350	3.56	.383				
-	1	3.57	.				
รวม	400	3.56	.378				
รายได้รวม							
ต่ำกว่า 3,000	64	3.40	.406		.006*	3.315	แตกต่าง
3,000 - 4,999	194	3.57	.368				
5,000 - 6,999	94	3.63	.361				
7,000 - 8,999	37	3.56	.352				
9,000 - 10,999	8	3.73	.417				
ตั้งแต่ 11,000 ขึ้นไป	3	3.66	.443				
รวม	400	3.56	.378				
ค่าใช้จ่าย							
ต่ำกว่า 3,000	35	3.56	.338		.220	1.440	ไม่แตกต่าง
3,000 - 4,999	239	3.57	.382				
5,000 - 6,999	92	3.59	.365				
7,000 - 8,999	30	3.41	.325				
9,000 - 10,999	4	3.57	.909				
รวม	400	3.56	.378				
การเดินทาง							
รถเมล์ มทส.	34	3.56	.398		.830	.294	ไม่แตกต่าง
รถจักรยาน	18	3.48	.448				
รถจักรยานยนต์	341	3.56	.374				
รถยนต์ส่วนตัว	7	3.58	.363				
รวม	400	3.56	.378				

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4.2 เปรียบเทียบระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559 ตามภูมิหลังของนักศึกษา

- ด้านเพศ พบว่า เพศชายและเพศหญิงมีความสุขโดยรวมแตกต่างกัน โดยเพศหญิงมีความสุขมากกว่าเพศชาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

- ด้านชั้นปี พบว่า นักศึกษาแต่ละชั้นปีมีความสุขโดยรวมแตกต่างกัน โดยนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีความสุขมากกว่าชั้นปีอื่น ๆ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

- ประเภทโควตา พบว่า นักศึกษาประเภทโควตาประเภทต่างๆ มีความสุขไม่แตกต่างกัน

- ประเภทรับตรง พบว่า นักศึกษาประเภทรับตรงประเภทต่าง ๆ มีความสุขไม่แตกต่างกัน

- สำนักวิชา พบว่า นักศึกษาตามสำนักวิชาต่าง ๆ มีความสุขไม่แตกต่างกัน

- สาขาวิชา พบว่า นักศึกษาสาขาวิชาเทคโนโลยีธรณี มีความสุขมากกว่า สาขาวิชาอื่น ๆ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

- ภูมิลำเนา พบว่า นักศึกษามีภูมิลำเนาพื้นที่ภาคตะวันออก มีความสุขมากกว่าภูมิลำเนาพื้นที่อื่น ๆ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

- คะแนนเฉลี่ยสะสม พบว่า นักศึกษาที่ยังไม่มีคะแนนเฉลี่ยสะสม มีความสุขมากกว่า นักศึกษาที่มีคะแนนเฉลี่ยสะสม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

- รายได้ครอบครัว พบว่า นักศึกษาที่มีรายได้ครอบครัวต่อเดือน 20,000 – 29,999 บาท และ 30,000 – 39,999 บาท มีความสุขมากกว่านักศึกษามีรายได้ครอบครัวต่อเดือนต่ำกว่า 10,000 บาท อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

- ที่พักอาศัยของนักศึกษา พบว่า นักศึกษาที่พักอาศัย อยู่หอใน หอนอก บ้านตนเอง บ้านญาติ มีความสุขไม่แตกต่างกัน

- นักศึกษาที่มีรายได้จากผู้ปกครอง พบว่า นักศึกษาที่มีรายได้จากผู้ปกครองในกลุ่มต่าง ๆ มีความสุขไม่แตกต่างกัน

- นักศึกษามีรายได้จากการทำงานพิเศษ พบว่า นักศึกษามีรายได้จากการทำงานพิเศษในกลุ่มต่าง ๆ มีความสุขไม่แตกต่างกัน

- นักศึกษามีทุนการศึกษาจากการกู้ยืม พบว่า นักศึกษามีทุนการศึกษาจากการกู้ยืม มีความสุขไม่แตกต่างกัน

- นักศึกษาเคยได้รับทุนการศึกษา พบว่า นักศึกษาเคยได้รับทุนการศึกษา มีความสุขไม่แตกต่างกัน

- นักศึกษามีรายได้รวมเฉลี่ยทั้งหมดต่อเดือน พบว่า นักศึกษามีรายได้รวมเฉลี่ยทั้งหมดต่อเดือน 9,000 – 10,900 บาท มีความสุขมากกว่ารายได้รวมเฉลี่ยทั้งหมดต่อเดือนกลุ่มอื่น ๆ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

- นักศึกษามีค่าใช้จ่ายต่อเดือน พบว่า นักศึกษามีค่าใช้จ่ายต่อเดือนในกลุ่มต่าง ๆ มีความสุขไม่แตกต่างกัน
- นักศึกษาเดินทาง พบว่า นักศึกษาเดินทางโดยใช้รถประเภทต่าง ๆ มีความสุขไม่แตกต่างกัน

4.55 ตารางการค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (Correlation coefficient) ปัจจัยที่สัมพันธ์กับระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559

ข้อมูลทั่วไป	สุขภาพ	จิตใจ	ผ่อนคลาย	จิตวิญญาณ	ครอบครัว	สังคม	ความรู้	สุขภาพเงิน	สิ่งแวดล้อม	ความสุขโดยรวม
เพศ	0.03	- 0.01	0.03	0.07	.113*	0.02	- 0.08	0.09	0.04	0.05
ชั้นปี	-.153**	-.136**	- 0.10	- 0.07	-.133**	-.106*	- 0.00	- 0.01	-.192**	-.138**
ศึกษาต่อประเภทโควตา	0.08	0.05	0.03	0.03	.140**	0.05	0.04	0.03	0.10	0.09
ศึกษาต่อประเภทรับตรง	- 0.01	0.01	- 0.02	- 0.03	- 0.01	- 0.02	- 0.01	- 0.02	0.03	- 0.01
สำนักวิชา	0.02	- 0.04	- 0.03	0.00	0.08	- 0.01	- 0.02	0.08	- 0.03	0.01
สาขาวิชา	-.107*	- 0.07	- 0.06	- 0.09	-.116*	- 0.08	- 0.01	- 0.01	-.103*	-.102*
ภูมิลำเนา	-.141**	-.106*	-.126*	-.114*	- 0.01	-.109*	-.146**	- 0.09	- 0.08	-.142**
คะแนนเฉลี่ยสะสม	.231**	.101*	.132**	0.09	.161**	.161**	.153**	.154**	.214**	.222**
รายได้ครอบครัว/เดือน	.123*	- 0.03	.130**	- 0.01	.218**	0.07	- 0.01	.251**	0.02	.126*
ที่พักอาศัยของนักศึกษา	- 0.02	- 0.05	0.03	- 0.02	- 0.03	- 0.01	0.02	0.00	- 0.07	- 0.03
รายได้จากผู้ปกครอง/เดือน	0.07	- 0.01	0.09	0.04	0.08	0.03	0.04	.190**	- 0.06	0.08
รายได้ทำงานพิเศษ	0.02	- 0.06	0.02	- 0.02	0.04	0.00	0.04	.147**	0.01	0.04
ทุนกู้ยืมเพื่อการศึกษา	0.03	0.00	0.05	- 0.02	0.08	- 0.05	- 0.02	.121*	- 0.08	0.02
ทุนการศึกษา	0.02	0.07	0.03	- 0.01	.121*	0.02	- 0.04	- 0.04	- 0.00	0.03
รายได้เฉลี่ยรวม/เดือน	.135**	- 0.00	0.09	.105*	.100*	0.07	0.07	.282**	0.07	.152**
ค่าใช้จ่าย/เดือน	- 0.07	- 0.07	- 0.02	- 0.00	- 0.10	- 0.05	0.02	0.02	- 0.07	- 0.05
การเดินทาง	0.02	0.06	0.05	- 0.03	0.02	- 0.06	- 0.02	.110*	- 0.05	0.02

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

**มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

4.3 ศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559 ตามภูมิหลังของนักศึกษา พบว่า

- ด้านเพศ พบว่า เพศมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุขด้านครอบครัว ($r = .11^*$)
- ด้านชั้นปี พบว่า ชั้นปีมีความสัมพันธ์เชิงลบกับความสุขด้านสังคม ($r = -.11^*$)
- สาขาวิชา พบว่า สาขาวิชาที่มีความสัมพันธ์ตรงกันข้ามกับความสุขด้านสุขภาพ ($r = -.11^*$) สาขาวิชาที่มีความสุขด้านครอบครัว ($r = -.12^*$) สาขาวิชาที่มีความสุขด้านสิ่งแวดล้อม ($r = -.10^*$) สาขาวิชาที่มีความสัมพันธ์ตรงกันข้ามกับความสุขโดยรวม ($r = -.10^*$)
- ภูมิลำเนา พบว่า ภูมิลำเนาที่มีความสัมพันธ์ตรงกันข้ามกับความสุขด้านความมีน้ำใจ ($r = -.11^*$) ภูมิลำเนาที่มีความสัมพันธ์ตรงกันข้ามกับความสุขด้านการผ่อนคลาย ($r = -.13^*$) ภูมิลำเนาที่มีความสัมพันธ์ตรงกันข้ามกับความสุขด้านจิตวิญญาณ ($r = -.11^*$) ภูมิลำเนาที่มีความสัมพันธ์ตรงกันข้ามกับความสุขด้านสังคม ($r = -.11^*$)
- คะแนนเฉลี่ยสะสม พบว่า คะแนนเฉลี่ยสะสมมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุขด้านความมีจิตใจ ($r = .10^*$)
- รายได้ครอบครัว พบว่า รายได้ครอบครัวมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุขด้านสุขภาพ ($r = .13^*$) รายได้ครอบครัวมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุขโดยรวม ($r = .13^*$)
- นักศึกษามีทุนการศึกษาจากการกู้ยืม พบว่า นักศึกษามีทุนการศึกษาจากการกู้ยืมมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุขด้านสุขภาพการเงิน ($r = .12^*$)
- นักศึกษาเคยได้รับทุนการศึกษา พบว่า นักศึกษาเคยได้รับทุนการศึกษามีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุขด้านครอบครัว ($r = .12^*$)
- นักศึกษามีรายได้รวมเฉลี่ยทั้งหมดต่อเดือน พบว่า นักศึกษามีรายได้รวมเฉลี่ยทั้งหมดต่อเดือนมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุขด้านจิตวิญญาณ ($r = .11^*$) นักศึกษามีรายได้รวมเฉลี่ยทั้งหมดต่อเดือนมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุขด้านครอบครัว ($r = .10^*$)
- นักศึกษาเดินทาง พบว่า นักศึกษาเดินทางโดยใช้รถประเภทต่าง ๆ มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุขด้านสุขภาพการเงิน ($r = .11^*$)

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

ในการศึกษาวิจัย เรื่อง การศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรีมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559 มีวัตถุประสงค์สำคัญ 3 ประการคือ 1) เพื่อศึกษาระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559 2) เพื่อเปรียบเทียบระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยี สุรนารี ปีการศึกษา 2559 ตามภูมิภาคของนักศึกษา 3) เพื่อศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559 โดยมีรายละเอียดสรุปผลการวิจัยและอภิปรายผลดังนี้

5.1 ผลการศึกษาข้อมูลเบื้องต้นของผู้ตอบแบบสอบถาม

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล

จากข้อมูลเบื้องต้นของผู้ที่ตอบแบบสอบถาม จำนวน 400 คน พบว่าเพศชายตอบแบบสอบถามน้อยกว่าเพศหญิง แบ่งเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 จำนวน 115 คนปีที่ 2 จำนวน 99 คน นักศึกษาชั้นปีที่ 3 จำนวน 84 คน นักศึกษาชั้นปีที่ 4-8 จำนวน 112 คน ส่วนใหญ่ผู้ตอบแบบสอบถามเป็นนักศึกษาที่มาจากประเภทโควตาโรงเรียน ส่วนใหญ่ผู้ตอบแบบสอบถามเป็นนักศึกษาสำนักวิชาวิศวกรรมศาสตร์ ประเภทรับตรง สาขาวิชาที่ตอบแบบสอบถามมากที่สุด คือไม่สังกัดสาขา ส่วนใหญ่ภูมิลำเนาของผู้ตอบแบบสอบถามมาจากภาคตะวันออกเฉียงเหนือ คະแนนเฉลี่ยสะสมของผู้ตอบแบบสอบถาม 2.00 - 2.50 รายได้ครอบครัวของผู้ตอบแบบสอบถามอยู่ระหว่าง 10,000 - 19,999 บาท ส่วนใหญ่ที่พักอาศัยของผู้ตอบแบบสอบถาม คือหอพักภายในมหาวิทยาลัย รายได้จากผู้ปกครองของผู้ตอบแบบสอบถามอยู่ระหว่าง 3,000 - 4,999 บาท รายได้พิเศษของผู้ตอบแบบสอบถาม ต่ำกว่า 3,000บาท ส่วนใหญ่นักศึกษาเคยได้รับทุนการศึกษา นักศึกษามีรายได้รวมของผู้ตอบแบบสอบถามอยู่ระหว่าง 3,000 - 4,999 นักศึกษามีค่าใช้จ่ายรวมของผู้ตอบแบบสอบถามอยู่ระหว่าง 3,000 - 4,999 บาท และส่วนใหญ่นักศึกษาเดินทางด้วยรถจักรยานยนต์

5.2 ผลการศึกษาระดับความสุขโดยรวมด้านต่าง ๆ ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล

จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่านักศึกษามีความสุขต่อสภาพแวดล้อมโดยรวมของมหาวิทยาลัย อยู่ในระดับมาก นักศึกษามีความพึงพอใจกับสวัสดิการที่

มหาวิทยาลัยจัดให้ อยู่ในระดับพอใจปานกลาง นักศึกษามีโอกาสได้เข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ของทางมหาวิทยาลัย อยู่ในระดับเข้าร่วมพอสมควร นักศึกษาภาคภูมิใจที่ได้เป็นนักศึกษามหาวิทยาลัย อยู่ในระดับภูมิใจมากที่สุด นักศึกษารู้สึกเป็นเจ้าของร่วมในมหาวิทยาลัย อยู่ในระดับมาก นักศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยอย่างมีความสุข อยู่ในระดับมาก และความสุขปัจจุบันของนักศึกษา อยู่ในระดับมาก

จำนวนและร้อยละความสุขโดยรวมของนักศึกษาในด้านต่าง ๆ จากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาจำนวน 400 คน พบว่า ความสุขของนักศึกษาในด้านต่าง ๆ ที่อยู่ในระดับสูง ได้แก่ ความสุขด้านความมีน้ำใจ ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.90 ความสุขด้านจิตวิญญาณ ความสุขด้านสิ่งแวดล้อม ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.72 ความสุขด้านการใฝ่รู้ ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.68 และความสุขด้านสิ่งแวดล้อม ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.70 รองลงมา พบว่า ความสุขของนักศึกษาในด้านต่าง ๆ ที่อยู่ในระดับปานกลาง ได้แก่ ความสุขด้านสุขภาพ ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.51 ความสุขด้านการผ่อนคลาย ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.26 ความสุขด้านครอบครัว ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.50 ความสุขด้านสังคม ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.63 ความสุขด้านสุขภาพการเงิน ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.14 และความสุขของนักศึกษาโดยรวมทุก ๆ ด้าน ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.56 อยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษา ของวริศรา อัครศิริโรจน์ (2555) พบว่า ความสุขของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ กลุ่มประชากรมีความสุขในด้านการที่นักศึกษามีความเครียดที่อ่อน เป็นอันดับหนึ่ง โดยมีคะแนนเฉลี่ย 8.38 อันดับสอง คือ การเข้าถึงธรรมะว่าด้วยการอยู่ร่วมกัน โดยมีคะแนนเฉลี่ย 8.28 อันดับสาม คือ การมีที่พักอาศัยและสภาพแวดล้อมที่ดี โดยมีคะแนนเฉลี่ย 8.03 อันดับสี่ คือ การมีความมั่นคงของชีวิต โดยมีคะแนนเฉลี่ย 8.00 อันดับห้า คือ ความภาคภูมิใจในตนเอง โดยมีคะแนนเฉลี่ย 7.89 อันดับหก คือ การมีการศึกษาและกิจกรรมที่ดี โดยมีคะแนนเฉลี่ย 7.84 อันดับเจ็ด คือ ความปลอดภัยและพฤติกรรมของนักศึกษา โดยมีคะแนนเฉลี่ย 7.79 อันดับแปด คือ การมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี โดยมีคะแนนเฉลี่ย 7.72 อันดับเก้า คือ การมีสิ่งแวดล้อมธรรมชาติที่ดี โดยมีคะแนนเฉลี่ย 7.15

5.3 ผลการเปรียบเทียบระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559 ตามภูมิหลังของนักศึกษา

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล

สรุปผลการเปรียบเทียบระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559 ตามภูมิหลังของนักศึกษา นักศึกษาประเภทโควตา นักศึกษาประเภทรับตรง สำนักวิชา ที่พักอาศัยของนักศึกษา นักศึกษาที่มีรายได้จากผู้ปกครอง นักศึกษาที่มีรายได้จากการทำงานพิเศษ นักศึกษาที่มีทุนการศึกษาจากการกู้ยืม นักศึกษามีรายได้รวมเฉลี่ยทั้งหมดต่อเดือน นักศึกษาที่มีค่าใช้จ่ายต่อเดือน และการเดินทางของนักศึกษา พบว่า มีความสุขไม่แตกต่างกัน

5.4 ผลการศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล

สรุปผลการศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559 ตามภูมิหลังของนักศึกษา พบว่า ด้านเพศมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุขด้านครอบครัว คะแนนเฉลี่ยสะสม พบว่า คะแนนเฉลี่ยสะสมมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุขด้านความมีน้ำใจ รายได้ครอบครัว พบว่า รายได้ครอบครัวมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุขด้านสุขภาพ รายได้ครอบครัวมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุขโดยรวม นักศึกษามีทุนการศึกษาจากการกู้ยืม พบว่า นักศึกษามีทุนการศึกษาจากการกู้ยืมมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุขด้านสุขภาพการเงิน นักศึกษาเคยได้รับทุนการศึกษา พบว่า นักศึกษาเคยได้รับทุนการศึกษามีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุขด้านครอบครัว นักศึกษามีรายได้รวมเฉลี่ยทั้งหมดต่อเดือน พบว่า นักศึกษามีรายได้รวมเฉลี่ยทั้งหมดต่อเดือนมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุขด้านจิตวิญญาณ นักศึกษามีรายได้รวมเฉลี่ยทั้งหมดต่อเดือนมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุขด้านครอบครัว การเดินทางของนักศึกษา พบว่า นักศึกษาเดินทางโดยใช้รถประเภทต่าง ๆ มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุขด้านสุขภาพการเงิน ด้านชั้นปี พบว่า ชั้นปีมีความสัมพันธ์ตรงกันข้ามกับความสุขด้านสังคม สาขาวิชา พบว่า สาขาวิชาที่มีความสัมพันธ์ตรงกันข้ามกับความสุขด้านสุขภาพ สาขาวิชาที่มีความสุขด้านครอบครัว สาขาวิชาที่มีความสุขด้านสิ่งแวดล้อม สาขาวิชาที่มีความสัมพันธ์ตรงกันข้ามกับความสุขโดยรวม ภูมิลำเนา พบว่า ภูมิลำเนาที่มีความสัมพันธ์ตรงกันข้ามกับความสุขด้านความมีน้ำใจ ภูมิลำเนาที่มีความสัมพันธ์ตรงกันข้ามกับความสุขด้านการผ่อนคลาย ภูมิลำเนาที่มีความสัมพันธ์ตรงกันข้ามกับความสุขด้านจิตวิญญาณ ภูมิลำเนาที่มีความสัมพันธ์ตรงกันข้ามกับความสุขด้านสังคม ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษา ของนุสรา งามเดช และคณะ พบว่า นักศึกษาพยาบาลให้ความหมายของความสุขในมิติของการมีความรู้สึกลงทางบวกปราศจากความรู้สึกลง การมีสุขภาพกายที่สมบูรณ์ มีความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลใกล้ชิด การได้บรรลุถึงเป้าหมายทางการเรียนการแสวงหาความสุขของนักศึกษาพยาบาล เป็นไปอย่างเรียบง่ายในการดำรงชีวิตประจำวัน และรับรู้ว่าการแสวงหาความสุขของตนเองมีผลกระทบทั้งทางด้านบวกและลบต่อตนเองและผู้อื่น ปัจจัยที่มีผลต่อความสำคัญมากที่สุดคือ 1) ความสัมพันธ์กับเพื่อนและอาจารย์ 2) การบรรลุเป้าหมายในการเรียน 3) สิ่งแวดล้อมทางกายภาพ 4) การได้ทำกิจกรรมเพื่อการผ่อนคลาย 5) เศรษฐกิจ และ 6) ความสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัว ปัจจัยที่ก่อให้เกิดความทุกข์ที่นักศึกษาให้ความสำคัญมากที่สุด 3 อันดับแรกคือ 1) การเรียน 2) ความมีอิสรภาพในการคิดและกระทำ และ 3) ความสัมพันธ์กับเพื่อน รุ่นพี่และอาจารย์นักศึกษาพยาบาลเสนอแนวทางการสร้างความสุขในวิทยาลัยว่าเกี่ยวข้องกับตัวนักศึกษาเอง อาจารย์ผู้บริหารวิทยาลัยฯ และบุคลากรทุกคน โดยสานความสัมพันธ์ที่ดีใกล้ชิดและจัดสิ่งแวดล้อมในวิทยาลัยที่ก่อให้เกิดความสุข สรุป

นักศึกษาพยาบาลรับรู้ว่าคุณมีความสุขเมื่อมีความรู้สึกที่ดีไม่มีเรื่องวิตกกังวลหรือตึงเครียด สิ่งที่มีผลต่อความสุขของนักศึกษาพยาบาลฯ มากที่สุด คือ ความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างเพื่อน รุ่นพี่และอาจารย์ แม้นักศึกษาจะบอกว่าตนเองมีความสุขเรื่องการเรียนรู้แต่ความทุกข์นั้นจะกลายเป็นความสุขเมื่อพวกเขาได้บรรลุเป้าหมายทางการเรียน ผลการวิจัย ได้ข้อบ่งชี้ว่า การส่งเสริมให้นักศึกษาเกิดความสุขจะส่งผลให้เกิดพลังในการเรียน และทำกิจกรรมสร้างสรรค์ในชีวิต แต่ขณะเดียวกันควรหาวิธีการเรียนรู้ที่ก่อให้เกิดความสุขเพื่อที่จะทำให้นักศึกษาบรรลุเป้าหมายทางการเรียน และควรส่งเสริมการแสวงหาความสุขจากปัจจัยภายในตนเองอันเป็นความสุขทางจิตวิญญาณเพื่อให้นักศึกษาเรียนรู้ที่จะมีความสุขอย่างแท้จริง

5.5 ข้อเสนอแนะ

5.5.1 ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

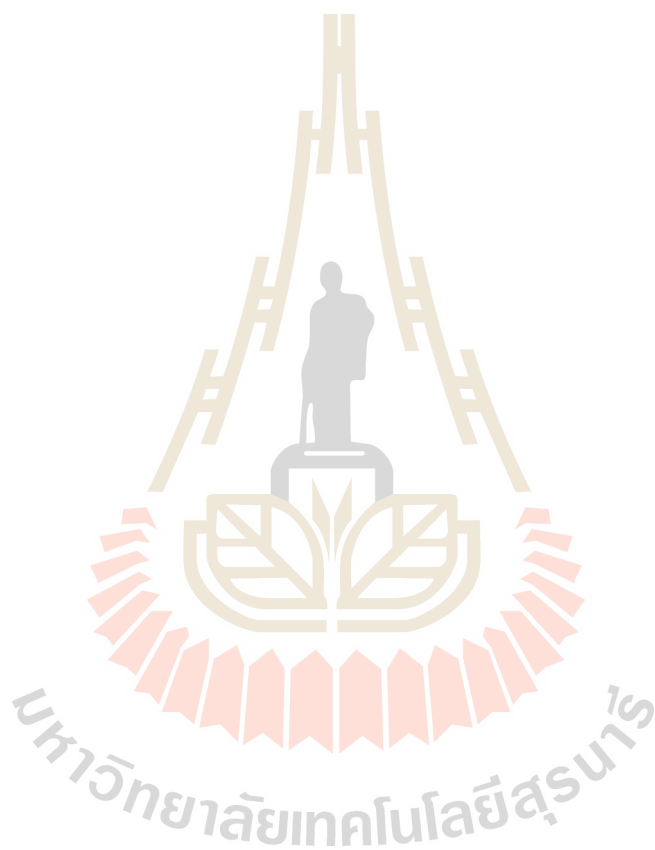
1) มหาวิทยาลัยควรจัดสถานที่เพื่อให้นักศึกษา ได้ออกกำลังกาย ได้ผ่อนคลาย เช่น สถานที่ออกกำลังกาย โรงภาพยนตร์ จัดกิจกรรม เพิ่มเวลาในการเข้าร่วมกิจกรรม มหาวิทยาลัยควรจัดเวลาวันพุธของทุกสัปดาห์ ช่วงบ่ายเป็นช่วงเวลาให้นักศึกษาได้เข้าร่วมกิจกรรม เพื่อส่งเสริมให้นักศึกษามีช่วงเวลาในการทำการทำกิจกรรมต่าง ๆ การทำกิจกรรมจิตอาสา กิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์ กิจกรรมตามความถนัด กิจกรรมด้านวิชาการ ซึ่งสอดคล้องกับสรุปและอภิปรายผล 5.1.2 เรื่องความสุขโดยรวมของนักศึกษาในด้านต่าง ๆ พบว่าความสุขของนักศึกษาในด้านต่าง ๆ ที่อยู่ในระดับปานกลาง ได้แก่ ความสุขด้านสุขภาพ ความสุขด้านการผ่อนคลาย ความสุขด้านครอบครัว ความสุขด้านสังคม

2) มหาวิทยาลัยควรจัดสรรทุนการศึกษาให้กับนักศึกษาที่ขาดแคลนทุนการศึกษาเพิ่มมากขึ้น เพิ่มการจ้างงานนักศึกษา ซึ่งสอดคล้องกับสรุปและอภิปรายผล 5.1.2 เรื่องความสุขโดยรวมของนักศึกษาในด้านต่าง ๆ พบว่านักศึกษามีความสุขด้านสุขภาพการเงิน อยู่ในระดับปานกลาง

3) มหาวิทยาลัยควรส่งเสริมให้นักศึกษา ได้ดำเนินกิจกรรมร่วมกัน ทั้งกิจกรรมภายในและภายนอกมหาวิทยาลัย ตรงตามอัตลักษณ์: Identity บัณฑิตนักวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ภูมิรู้ ภูมิธรรม ภูมิปัญญา ภูมิฐาน และเอกลักษณ์ : Uniqueness มหาวิทยาลัยแห่งการสร้างสรรค์นวัตกรรม เพื่อให้นักศึกษามีความสุขโดยรวมทั้ง 9 ด้าน เพิ่มขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับสรุปและอภิปรายผล 5.1.2 ความสุขโดยรวมทุก ๆ ด้าน มีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.56 มีความสุขระดับปานกลาง

5.5.2 ข้อเสนอแนะในการวิจัยต่อไป

ศึกษาสาเหตุความสุขของนักศึกษาในด้านสุขภาพ ด้านการผ่อนคลาย ด้านครอบครัว ด้านสังคม ด้านการใช้จ่ายเงิน จากรายงานวิจัยสถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ เรื่องการศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559 พบว่า นักศึกษามีความสุขอยู่ในระดับปานกลาง

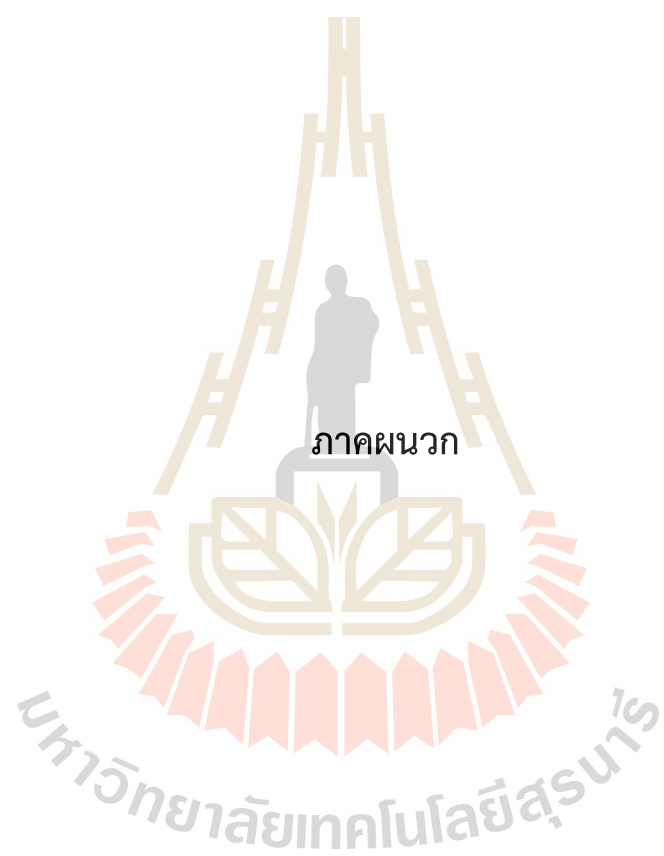


รายการอ้างอิง

- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. 2552. **ดัชนีชี้วัดความสุข**. เอกสารดาวโหลด
<http://www.dhabhoncom/withyouwithUBU/EvaluationForm-HappinessIndices.pdf>.
- กาญจนา ตั้งชลทิพย์ ศิริรัตน์ กิตติสุขสถิต สุภรต์ จรัสสิทธิ์ พอตา บุญยธีรณะ และวรรณภา อารีย์. (2553). **การพัฒนาระบบเงินเดือนค่าตอบแทนสิ่งจูงใจและคุณภาพชีวิตข้าราชการ: การศึกษาเพื่อพัฒนาเกณฑ์มาตรฐานตัวชี้วัดคุณภาพชีวิตของข้าราชการ**. รายงานวิจัย. มปป.
- ชาญวิทย์ วสันต์นารัตน์. (2551). **องค์กรแห่งความสุขด้วยความสุข 8 ประการ**. หมอชาวบ้าน, 30 (349):18-25.
- ชื่นฤทัย กาญจนะจิตรา กาญจนา ตั้งชลทิพย์ ศิริรัตน์ กิตติสุขสถิต ปังปอนด์ รักอำนวยกิจ สุภรต์ จรัสสิทธิ์ พอตา บุญยธีรณะ และวรรณภา อารีย์. (2551). **คุณภาพชีวิตคนทำงานในภาคอุตสาหกรรมและภาคบริการ**. นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ดลนชา อีสริยานันท์. (2554). **ความสุขของนักศึกษาพยาบาลชั้น ปีที่ 1, 2, 3 และ 4 คณะพยาบาลศาสตร์**. มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี. กรุงเทพมหานคร.
- ทวีวัฒน์ ปุณฺทริกวีวัฒน์. (2545). **ศาสนาและปรัชญาในจีนทิเบต และญี่ปุ่น**. กรุงเทพฯ: สุขภาพใจ.
- นภารัตน์ ด่านกลาง. (2550). **ปัจจัยที่ส่งผลต่อประสิทธิภาพการปฏิบัติงานของข้าราชการมหาวิทยาลัยศิลปากร**. วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยราชภัฏ นครปฐม.
- นุสรรา งามเดช เพียว พงษ์ศักดิ์ชาติ และสุจิรา เหลืองพิกุลทอง. (2550). **ความสุขของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สระบุรี**.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต). (2547). **คู่มือชีวิต**. กรุงเทพมหานคร: กองทุนวัฒนธรรม เพื่อการศึกษา และปฏิบัติธรรม
- พระเทพคุณาภรณ์ (โสภณ โสภณจิตฺโต ป.ธ. ๙). (2551). **หนังสือพิมพ์ข่าวสด**. วันที่สี่บันทึกข้อมูล 27 มิถุนายน พ.ศ. 2523
- พุทธทาสภิกขุ. (2542). **ธรรมทัศน์ของท่านพุทธทาส**. เห็นสัจจะ. กรุงเทพมหานคร: สุขภาพใจ, ราชบัณฑิตยสถาน. (2546). **พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน**. กรุงเทพมหานคร : ราชบัณฑิตยสถาน

- วริศรา อัสวศิริโรจน์ . (2555). การวัดดัชนีความสุขของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่. เชียงใหม่: รายงานการศึกษา
- พระมหาวุฒิชัย. (2553). 24 คติธรรม จากท่าน ว.วชิรเมธี. กรุงเทพมหานคร.
- ศิริบุรณ์ สายโกสุ่ม. (2544). จิตวิทยาการศึกษา. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- ศิรินันท์ กิตติสุขสถิต วนิพพล มหาอาชา รศรินทร์ เกรย์ และปึงปอนด์ รักอำนวยกิจ. (2549). **คุณภาพชีวิตและความสุขของวัยรุ่นในจังหวัดกาญจนบุรี**. การประชุมวิชาการประชากรศาสตร์แห่งชาติ ปี 2549.
- ศิรินันท์ กิตติสุขสถิต กาญจนา ตั้งชลทิพย์ เฉลิมพล สายประเสริฐ พอดตา บุญยธีระณะ และวรรณภา อารี. (2554). **แบบสำรวจความสุขด้วยตนเอง**. สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ศิริวรรณ เสรีรัตน์. และคณะ (2541). การวิจัยธุรกิจ. กรุงเทพมหานคร: เพชรจรัสแสงแห่งโลกธุรกิจ.
- สาสินี เทพสุวรรณ. (2550). **ดัชนีความอยู่ดีมีสุขมวลรวมของคนไทย**. นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล
- สมชาย ศักดาเวคีอิศร. (2544). **การพัฒนาเครื่องชี้วัดความอยู่ดีมีสุข**. เข้าถึงได้จาก <http://www.jvkk.go.th/researchnew/details.asp?code=201440007341>
- สุทิพันธุ์ บงสุนันท. (2548). **จากแผนพัฒนาฉบับที่ 10 สู่มุมมองความเป็นสุข**. วันที่สืบค้นข้อมูล 7 กรกฎาคม พ.ศ.2553. เข้าถึงได้จาก www.nidambe11.net/ekonomiz/2005q3/article2005july07_p4.htm.
- วัชรภรณ์ เพงจิตต. (2543). **ความสัมพันธ์ระหว่างค่านิยมทางวัตถุกับความพึงพอใจในชีวิต: การศึกษาเปรียบเทียบระหว่างผู้ปฏิบัติศาสนกิจตามแนวสันตอศอกผู้เป็นสมาชิกสโมสรโรตารีและพนักงานทั่วไป ในองค์การขนาดใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร**. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต. สาขาวิชาจิตวิทยาสังคม. บัณฑิตวิทยาลัย. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อมรรัตน์ ศรีคำสุข. (2554). **ความสุขของนักศึกษพยาบาล**. คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- อภิชัย มงคล. (2544). **รายงานวิจัยการศึกษาดัชนีชี้วัดความสุขของคนไทย**. ขอนแก่น: โรงพิมพ์พระธรรมขันธ์.
- อภิชัย มงคล. (2552). **รายงานการวิจัยเรื่องการพัฒนาและทดสอบดัชนีชี้วัดสุขภาพจิตคนไทย**. กรุงเทพฯ: กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.
- อัมพร โอตระกุล. (2538). **สุขภาพจิต**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์วิทย์พัฒนา.

- Diener, E. (2000). **New direction in Subjective Well – Being: The science of happiness and 77 Proposal for a national index.** The American Psychologist Association. 1(2), 34 – 43
- Cronbach, L.J. (1990). **Essentials of Psychological Testing (5th ed.).** New York: Harper & Row.
- Diener, E., & Oishi, S. (2004). **Are Scandinavians Happier than Asians: Issues in Comparing Nations on Subjective Well – Being.** Retrieved September 10, 2010, from <http://www.psych.uiuc.edu/edener/hottopic/diener – Oishi.pdf> .
- Lama Dalai, H.H. (1998). **The Art Happiness at Work.** New York: Riverhead Books.
- Lu, L. & Argyle, M. (1991). **Happiness and cooperation.** Personality and Individual Differences, 12, 1019 – 1030.
- Lu, L. & Shih, J. B. (1997). **Personality and happiness: Is mental health a mediator?** Personality and Individual Differences, 22, 249 – 256.
- Randall, J.L. (1996). **Evolution of the new paradigm.** Primary Care, 23, 183 – 198.
- Manion, Jo. (2003). **Joy at Work: Creating a Positive Work Place.** Journal of Nursing Administration, 33(12), 652 – 655.
- United States Department of Health and Human Services (USDHHS). (2000). **Healthy People 2010 (2nd ed.)** . With Understanding and Improving Health and Objectives for
- Wittmann, P. (2003). **A Guide to Happiness for the Third Millennium.** Chiang Mai: Sangsilp Printing.
- Wu, Y. (1992). **Source of Inner Happiness.** Taipei: Tong Da Books.
- Xin Hua Zidian. (1987). **Xin Hua Dictionary. (6th ed.). Beijing:** Commercial Press 1987.
- Yamane, T. (1967). **Statistics : an introductory analysis.** New York : Harper & Row.



ภาคผนวก ก

ผู้ทรงคุณวุฒิที่เรียนเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบแบบสอบถาม

เป็นผู้เชี่ยวชาญด้านต่าง ๆ จำนวน 7 ท่าน ดังนี้

1. ด้านการวัดสุขภาพจิต จำนวน 1 ท่าน
2. ด้านสุขภาพกาย จำนวน 1 ท่าน
3. ด้านสถิติและการวิจัย จำนวน 1 ท่าน
4. ด้านวิจัยสถาบัน จำนวน 2 ท่าน
5. ด้านกิจการนักศึกษา จำนวน 2 ท่าน



ภาคผนวก ข

แบบสอบถามที่ใช้ในงานวิจัย

เรื่อง : การศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มทส. ปีการศึกษา 2559

คำชี้แจง : วัตถุประสงค์ของการวิจัย เพื่อศึกษาระดับความสุขและปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ปีการศึกษา 2559 โดยทั้งนี้ข้อมูลที่ได้รับไม่ส่งผลกระทบต่อผู้ใด ๆ ต่อ นักศึกษา แต่จะนำไปใช้ให้เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินกิจกรรมของนักศึกษาเท่านั้น

จึงใคร่ขอความร่วมมือกับนักศึกษาในการตอบแบบสอบถามฉบับนี้ตรงตามความเป็นจริง และตรงกับความคิดเห็นของนักศึกษามากที่สุด โดยแบบสอบถามนี้แบ่งเป็น 2 ส่วนดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ส่วนที่ 2 ข้อมูลระดับความสุขของผู้ตอบแบบสอบถาม ประกอบด้วย 9 ด้าน

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง : โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง () ที่ตรงกับความคิดเห็นของนักศึกษามากที่สุด

1. เพศ 1 () ชาย 2 () หญิง
2. ชั้นปี 1 () ปีที่ 1 2 () ปีที่ 2 3 () ปีที่ 3 4 () ปีที่ 4 - 8
3. การเข้าศึกษาต่อประเภทโควตา
 - 1 () ประเภทโควตาเด็กดีมีคุณธรรม 2 () ประเภทโควตาจังหวัด
 - 3 () ประเภทโควตาผู้มีความสามารถทางด้านวิทยาศาสตร์ฯ 4 () ประเภทโควตานักกีฬา
 - 5 () ประเภทโควตาดนตรีและนาฏศิลป์ 6 () ประเภทโควตาโรงเรียน
 - 7 () ประเภทโควตานักเรียนมูลนิธิส่งเสริมโอลิมปิกวิชาการฯ 8 () ประเภท Admission
 - 9 () ประเภทโควตาวิชาเรียน
4. การเข้าศึกษาต่อประเภทรับตรง
 - 1 () พยาบาลศาสตร์ 2 () แพทยศาสตร์
 - 3 () วิทยาศาสตร์ก้าวหน้า 4 () การรับสมัครเพื่อคัดเลือกนักเรียนผู้พิการเข้าศึกษา โดยวิธีพิเศษ
 - 5 () ทันตแพทยศาสตร์ 6 () เมคคาทรอนิกส์
5. สำนักวิชา
 - 1 () สำนักวิชาวิศวกรรมศาสตร์ 2 () สำนักวิชาเทคโนโลยีสังคม
 - 3 () สำนักวิชาวิทยาศาสตร์ 4 () สำนักวิชาแพทยศาสตร์
 - 5 () สำนักวิชาพยาบาลศาสตร์ 6 () สำนักวิชาเทคโนโลยีการเกษตร
 - 7 () สำนักวิชาทันตแพทยศาสตร์
6. สาขาวิชา.....
7. ภูมิลำเนา
 - 1 () ภาคเหนือ 2 () ภาคใต้
 - 3 () ภาคตะวันออก 4 () ภาคตะวันตก
 - 5 () ภาคกลาง 6 () ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

8. คะแนนเฉลี่ยสะสม

- | | |
|--------------------|---|
| 1 () ต่ำกว่า 2.00 | 2 () 2.00 - 2.50 |
| 3 () 2.51 - 3.00 | 4 () 3.01 - 3.50 |
| 5 () 3.51 - 4.00 | 6 () อยู่ระหว่างศึกษาเทอม 1 - ยังไม่มีเกรด |

9. รายได้ครอบครัว/เดือน (บาท)

- | | |
|-----------------------|-----------------------|
| 1 () ต่ำกว่า 10,000 | 2 () 10,000 - 19,999 |
| 3 () 20,000 - 29,999 | 4 () 30,000 - 39,999 |
| 5 () 40,000 - 49,999 | 6 () มากกว่า 50,000 |

10. ที่พักอาศัยของนักศึกษา

- | | |
|-----------------------------|---|
| 1 () หอพักภายในมหาวิทยาลัย | 2 () หอพักภายนอกมหาวิทยาลัย/บ้านเช่า |
| 3 () พักบ้านของตนเอง | 4 () ที่พักอาศัยอยู่กับญาติ 5 () อื่น ๆ |

11. นักศึกษามีรายได้จากผู้ปกครอง /เดือน (บาท)

- | | |
|----------------------|----------------------|
| 1 () ต่ำกว่า 3,000 | 2 () 3,000 - 4,999 |
| 3 () 5,000 - 6,999 | 4 () 7,000 - 8,999 |
| 5 () 9,000 - 10,999 | 6 () มากกว่า 11,000 |

12. นักศึกษามีรายได้จากการทำงานพิเศษ /เดือน (บาท)

- | | |
|----------------------|----------------------|
| 1 () ต่ำกว่า 3,000 | 2 () 3,000 - 4,999 |
| 3 () 5,000 - 6,999 | 4 () 7,000 - 8,999 |
| 5 () 9,000 - 10,999 | 6 () มากกว่า 11,000 |

13. นักศึกษามีทุนการศึกษาจากการกู้ยืมเพื่อการศึกษาหรือไม่

- () มี โปรดระบุ /เดือน (บาท) () ไม่มี

14. นักศึกษาเคยได้รับทุนการศึกษาหรือไม่

- () เคย จำนวนบาท/ปี ระบุทุน..... () ไม่เคย

15. นักศึกษามีรายได้เฉลี่ยรวมทั้งหมด /เดือน (บาท)

- | | |
|----------------------|----------------------|
| 1 () ต่ำกว่า 3,000 | 2 () 3,000 - 4,999 |
| 3 () 5,000 - 6,999 | 4 () 7,000 - 8,999 |
| 5 () 9,000 - 10,999 | 6 () มากกว่า 11,000 |

16. นักศึกษามีค่าใช้จ่าย /เดือน (บาท)

- | | |
|----------------------|----------------------|
| 1 () ต่ำกว่า 3,000 | 2 () 3,000 - 4,999 |
| 3 () 5,000 - 6,999 | 4 () 7,000 - 8,999 |
| 5 () 9,000 - 10,999 | 6 () มากกว่า 11,000 |

17. นักศึกษาเดินทางโดยใช้

- 1 () รถเมล์ของมหาวิทยาลัย 2 () รถจักรยาน 3 () รถจักรยานยนต์ 4 () รถยนต์ส่วนตัว

ส่วนที่ 2 ข้อมูลระดับความสุขของผู้ตอบแบบสอบถาม ใน 9 ด้าน ประกอบไปด้วย

1. ด้าน Happy Body / สุขภาพดี
2. ด้าน Happy Heart / น้ำใจดี
3. ด้าน Happy Relax / ผ่อนคลายดี
4. ด้าน Happy Soul / จิตวิญญาณดี
5. ด้าน Happy Family / ครอบครัวดี
6. ด้าน Happy Society / สังคมดี
7. ด้าน Happy Brain / ใฝ่รู้ดี
8. ด้าน Happy Money / สุขภาพเงินดี
9. ด้าน Happy Environment/สิ่งแวดล้อมดี

คำชี้แจง : โปรดทำเครื่องหมาย ลงในช่อง ที่ตรงกับความคิดเห็นของนักศึกษามากที่สุด

ด้าน Happy Body / สุขภาพดี

1. ปัจจุบัน นักศึกษามีน้ำหนัก.....กิโลกรัม เส้นรอบเอว เซนติเมตร ส่วนสูง.....

เซนติเมตร

ภาวะอ้วนลงพุง ชาย รอบเอว > 90 ซม. หญิง รอบเอว > 80 ซม (สูตร* นิ้ว x 2.54 = เซนติเมตร)

สูตรการ คำนวณหาค่า BMI ก็คือ = น้ำหนัก (กิโลกรัม) ทหาร ส่วนสูง (เมตร) ยกกำลังสอง

BMI (กิโลกรัม เมตร ²)	น้ำหนัก	ภาวะเสี่ยงต่อโรค
< 18.5	น้ำหนักน้อย	ต่ำ
18.5-22.9	น้ำหนักปกติ	เท่าคนปกติ
23-24.9	น้ำหนักเกิน	เพิ่ม
25-29.9	โรคอ้วน	เพิ่มมาก
> 30	อ้วนมาก	อยู่ในช่วงอันตราย

2. นักศึกษากินอาหารเช้า โดยเฉลี่ยสัปดาห์ละกี่วัน

1. ไม่กิน 2. กินแต่ไม่บ่อย (1-2 วัน) 3. กินเป็นบางครั้ง (3-4 วัน) 4. กินเป็นประจำ (5-6 วัน)
 5. กินทุกวัน

3. นักศึกษาออกกำลังกายโดยเฉลี่ยสัปดาห์ละกี่วัน

1. ไม่ได้ออกกำลังกาย 2. น้อยกว่า 3 วันต่อสัปดาห์ 3. จำนวน 3 วันต่อสัปดาห์ 4. มากกว่า 3 วันต่อสัปดาห์ 5. ทุกวัน

4. นักศึกษาสูบบุหรี่/ ใจาก / ยาเส้น หรือไม่

1. สูบเป็นประจำ 2. สูบบ่อยครั้ง 3. สูบนาน ๆ ครั้ง 4. ไม่สูบแต่เคยสูบ
 5. ไม่เคยสูบเลย

5. นักศึกษาดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ เช่น เหล้า เบียร์ ไวน์ สาโท หรือสุราที่บ้านหรือไม่

1. ดื่มเกือบทุกวัน/เกือบทุกสัปดาห์ 2. ดื่มเกือบทุกเดือน 3. ดื่มปีละ 1-2 ครั้ง
 4. ไม่ดื่มแต่เคยดื่ม 5. ไม่เคยดื่มเลย

6. นักศึกษาพึงพอใจกับสุขภาพกายของนักศึกษาหรือไม่

1. พอใจน้อยที่สุด 2. พอใจน้อย 3. พอใจปานกลาง 4. พอใจมาก 5. พอใจมากที่สุด

7. นักศึกษาได้รับการดูแลเกี่ยวกับสุขภาพที่ดีจากมหาวิทยาลัย หรือไม่

1. ไม่ได้รับ/ได้รับน้อยที่สุด 2. น้อย 3. ปานกลาง 4. มาก 5. มากที่สุด

Happy Heart / น้ำใจดี

1. นักศึกษารู้สึกเอือออาทร / ห่วงใยต่อคนรอบข้างหรือไม่

1. ไม่รู้สึกเลย/น้อยที่สุด 2. น้อย 3. ปานกลาง 4. มาก 5. มากที่สุด

2. นักศึกษาให้การช่วยเหลือแก่คนรอบข้างหรือไม่

1. ไม่เคย/แทบจะไม่เคยช่วย 2. นานๆ ครั้ง 3. ช่วยบ้างบางครั้ง 4. ช่วยแทบทุกครั้ง 5. ช่วยทุกครั้ง

3. นักศึกษาให้ความสำคัญกับการทำงานเป็นทีม หรือไม่

1. ไม่ให้/ให้น้อยที่สุด 2. น้อย 3. ปานกลาง 4. มาก 5. มากที่สุด

4. ความสัมพันธ์ของนักศึกษากับเพื่อนๆ เหมือนพี่เหมือนน้อง หรือไม่

1. ไม่เหมือน/เหมือนน้อยที่สุด 2. น้อย 3. ปานกลาง 4. มาก 5. มากที่สุด

5. นักศึกษาเต็มใจและยินดี ในการทำประโยชน์เพื่อส่วนรวม หรือไม่

1. ไม่เต็มใจ/เต็มใจน้อยที่สุด 2. น้อย 3. ปานกลาง 4. มาก 5. มากที่สุด

Happy Relax / ผ่อนคลายดี

1. นักศึกษารู้สึกว่าได้รับการพักผ่อน เพียงพอหรือไม่

1. ไม่เพียงพอ 2. น้อย 3. ปานกลาง 4. มาก 5. มากที่สุด

2. ใน 1 สัปดาห์นักศึกษาทำกิจกรรมเพื่อเป็นการพักผ่อนหย่อนใจ (อ่านหนังสือ/ดูหนัง/ฟังเพลง/ช้อปปิ้ง/เล่นเกมส์/ปลูกต้นไม้ ฯลฯ) หรือไม่

1. ไม่ได้ทำ 2. ทำ 1 - 2 วัน/สัปดาห์ 3. ทำ 3 - 4 วัน/สัปดาห์ 4. ทำ 5 - 6 วัน/สัปดาห์ 5. ทำทุกวัน

3. นักศึกษามีความเครียด (เครียดจากการเรียน/ทำงาน/ครอบครัว/ เรื่องอื่น ๆ) บ้างหรือไม่

1. เครียดมากที่สุด 2. เครียดมาก 3. เครียดปานกลาง 4. เครียดน้อย 5. ไม่เครียดเลย

4. นักศึกษาคิดว่าชีวิตของนักศึกษาเป็นไปตามที่นักศึกษาคาดหวัง หรือไม่

1. ไม่เป็นไปตามที่คาดหวังเลย 2. เป็นไปตามที่คาดหวังเล็กน้อย 3. เป็นไปตามที่คาดหวังปานกลาง 4. เป็นไปตามที่คาดหวังมาก 5. เป็นไปตามที่คาดหวังมากที่สุด

5. เมื่อประสบปัญหาในชีวิต โดยทั่วไปนักศึกษาสามารถจัดการกับปัญหา ได้หรือไม่

1. ไม่สามารถจัดการได้เลย 2. จัดการได้น้อยมาก 3. จัดการได้ปานกลาง 4. จัดการได้มาก 5. จัดการได้มากที่สุด

6. นักศึกษาสื่อสารพูดคุยกับเพื่อน ๆ หรือไม่

1. ไม่สื่อสารเลย/สื่อสารน้อยที่สุด 2. น้อย 3. ปานกลาง 4. มาก 5. มากที่สุด

7. นักศึกษามีการถ่ายทอดแลกเปลี่ยนแบบอย่างการเรียน/ทำงาน ระหว่างกัน หรือไม่

1. ไม่มี/มีน้อยที่สุด 2. น้อย 3. ปานกลาง 4. มาก 5. มากที่สุด

8. นักศึกษาเข้าร่วมกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม เช่น การปลูกป่า การบริจาคสิ่งของ จิตอาสา หรือไม่
 1. ไม่เข้าร่วม/เข้าร่วมน้อยที่สุด 2. น้อย 3. ปานกลาง 4. มาก 5. มากที่สุด
9. นักศึกษาได้ทำกิจกรรมที่สามารถทำได้ด้วยตนเองและมีประโยชน์ต่อสังคม เช่น การคัดแยกขยะ การลดใช้ถุงพลาสติก เป็นต้น
 1. ไม่ทำ/ทำน้อยที่สุด 2. น้อย 3. ปานกลาง 4. มาก 5. มากที่สุด

Happy Soul / จิตวิญญาณดี

1. นักศึกษาทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม/ ศาสนา/ การให้ทาน หรือไม่
 1. ไม่ทำ/ทำน้อยที่สุด 2. น้อย 3. ปานกลาง 4. มาก 5. มากที่สุด
2. นักศึกษาปฏิบัติกิจกรรมตามศาสนาเพื่อให้จิตใจสงบ หรือไม่
 1. ไม่ปฏิบัติ/ปฏิบัติน้อยที่สุด 2. น้อย 3. ปานกลาง 4. มาก 5. มากที่สุด
3. นักศึกษายกโทษและให้อภัยอย่างจริงใจต่อผู้ที่สำนึกผิด
 1. ไม่ยกโทษ/ให้อภัยน้อยที่สุด 2. น้อย 3. ปานกลาง 4. มาก 5. มากที่สุด
4. นักศึกษายอมรับและขอโทษในความผิดที่ทำหรือมีส่วนรับผิดชอบ
 1. ไม่ยอมรับ/ขอโทษน้อยที่สุด 2. น้อย 3. ปานกลาง 4. มาก 5. มากที่สุด
5. นักศึกษาตอบแทนผู้มีพระคุณ หรือช่วยเหลือนักศึกษา
 1. ไม่ตอบแทน/ตอบแทนน้อยที่สุด 2. น้อย 3. ปานกลาง 4. มาก 5. มากที่สุด

Happy Family / ครอบครัวดี

1. นักศึกษามีเวลาอยู่กับครอบครัว เพียงพอหรือไม่
 1. ไม่เพียงพอ 2. น้อย 3. ปานกลาง 4. มาก 5. มากที่สุด
2. นักศึกษาทำกิจกรรม (ทำบุญ/ซื้อของ/ออกกำลังกาย/ปลูกต้นไม้ ฯ) ร่วมกันกับคนในครอบครัว
 1. ไม่ทำ/ทำน้อยที่สุด 2. น้อย 3. ปานกลาง 4. มาก 5. มากที่สุด
3. นักศึกษามีความสุขกับครอบครัวของนักศึกษา หรือไม่
 1. ไม่มี/มีน้อยที่สุด 2. น้อย 3. ปานกลาง 4. มาก 5. มากที่สุด
4. นักศึกษามีเวลาอยู่กับเพื่อนหรือไม่
 1. ไม่มี/มีน้อยที่สุด 2. น้อย 3. ปานกลาง 4. มาก 5. มากที่สุด

Happy Society / สังคมดี

1. เพื่อนร่วมห้อง มีความสัมพันธ์ที่ดีต่อนักศึกษาหรือไม่
 1. ไม่มี/มีน้อยที่สุด 2. น้อย 3. ปานกลาง 4. มาก 5. มากที่สุด
2. นักศึกษาปฏิบัติตามกฎระเบียบ/ ข้อบังคับของสังคม หรือไม่
 1. ไม่ปฏิบัติ/ปฏิบัติน้อยที่สุด 2. น้อย 3. ปานกลาง 4. มาก 5. มากที่สุด
3. นักศึกษารู้สึก ปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน หรือไม่
 1. ไม่รู้สึก/รู้สึกน้อยที่สุด 2. น้อย 3. ปานกลาง 4. มาก 5. มากที่สุด
4. เมื่อนักศึกษามีปัญหา นักศึกษาสามารถขอความช่วยเหลือจากคนใกล้ชิด หรือไม่
 1. ไม่ได้/ได้น้อยที่สุด 2. น้อย 3. ปานกลาง 4. มาก 5. มากที่สุด

5. นักศึกษารู้สึกว่า สังคมไทยทุกวันนี้ มีความสงบสุข หรือไม่

1. ไม่มี/มีน้อยที่สุด 2. น้อย 3. ปานกลาง 4. มาก 5. มากที่สุด

6. ทุกวันนี้ นักศึกษาใช้ชีวิตในสังคมอย่างมีความสุข หรือไม่

1. ไม่มี/มีน้อยที่สุด 2. น้อย 3. ปานกลาง 4. มาก 5. มากที่สุด

Happy Brain / ใฝ่รู้ดี

1. นักศึกษาสนใจในการแสวงหาความรู้ใหม่ ๆ เพิ่มเติมจากแหล่งความรู้ต่าง ๆ หรือไม่

1. ไม่สนใจ/สนใจน้อยที่สุด 2. น้อย 3. ปานกลาง 4. มาก 5. มากที่สุด

2. นักศึกษาสนใจที่จะพัฒนาตนเอง เพื่อความก้าวหน้าในชีวิต หรือไม่

1. ไม่สนใจ/สนใจน้อยที่สุด 2. น้อย 3. ปานกลาง 4. มาก 5. มากที่สุด

3. นักศึกษามีโอกาสที่จะได้รับการอบรม/ ศึกษาคู่/ ดูงาน เพื่อพัฒนาทักษะและความสามารถของตนเอง หรือไม่

1. ไม่มีโอกาส/มีโอกาสน้อยที่สุด 2. มีโอกาสน้อย 3. มีโอกาสปานกลาง 4. มีโอกาสมาก 5. มีโอกาสมากที่สุด

Happy Money / สุขภาพเงินดี

1. นักศึกษารู้สึกว่า การผ่อนชำระหนี้สินต่าง ๆ โดยรวมของนักศึกษาในปัจจุบันเป็นภาระ หรือไม่

1. เป็นภาระหนักที่สุด 2. เป็นภาระหนักมาก 3. เป็นภาระปานกลาง 4. เป็นภาระน้อย 5. ไม่เป็นภาระ/ ไม่ได้ผ่อนชำระ / ไม่มีหนี้สิน

2. นักศึกษาผ่อนชำระหนี้ตามกำหนดเวลาทุกครั้งหรือไม่

1. ไม่ตรงเวลาทุกครั้ง 2. ไม่ตรงเวลาบ่อยครั้ง 3. ตรงเวลาบ้างบางครั้ง 4. ตรงเวลาเกือบทุกครั้ง 5. ตรงเวลาทุกครั้ง/ ไม่ได้ผ่อนชำระ / ไม่มีหนี้สิน

3. นักศึกษามีเงินเก็บออมในแต่ละเดือน หรือไม่

1. ไม่มี/มีน้อยที่สุด 2. มี/เก็บออมเพียงเล็กน้อย 3. มี/เก็บออมปานกลาง 4. มี/เก็บออมมาก 5. มี/เก็บออมมากที่สุด

4. ค่าตอบแทนที่นักศึกษาได้รับทั้งหมดในแต่ละเดือนเป็นอย่างไร เมื่อเปรียบเทียบกับรายจ่ายทั้งหมดในแต่ละเดือน

1. รายจ่ายเกินกว่ารายได้มาก 2. รายจ่ายเกินกว่าเล็กน้อย 3. รายได้พอๆ กับรายจ่าย 4. รายจ่ายน้อยกว่ารายได้ 5. รายจ่ายน้อยกว่ารายได้มาก

Happy Environment/สิ่งแวดล้อมดี

1. นักศึกษามีความสุขต่อสภาพแวดล้อมโดยรวมของมหาวิทยาลัย หรือไม่

1. ไม่มี/มีน้อยที่สุด 2. น้อย 3. ปานกลาง 4. มาก 5. มากที่สุด

2. นักศึกษาพึงพอใจกับสวัสดิการที่มหาวิทยาลัยจัดให้หรือไม่

1. ไม่พอใจเลย/พอใจน้อยที่สุด 2. พึงพอใจน้อย 3. พึงพอใจปานกลาง 4. พึงใจมาก 5. พึงใจมากที่สุด

3. นักศึกษาได้รับการปฏิบัติอย่างถูกต้องตามกฎหมาย ระเบียบ ข้อบังคับ ประกาศ จากมหาวิทยาลัย หรือไม่

1. ไม่ได้เลย/ได้รับน้อยที่สุด 2. ได้รับเล็กน้อย 3. ได้รับพอสมควร 4. ได้รับมาก 5. ได้รับมากที่สุด

4. นักศึกษามีโอกาสได้เข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ของทางมหาวิทยาลัยอย่างน้อยเพียงใด
1. ไม่ได้เข้าร่วมเลย/เข้าร่วมน้อยที่สุด 2. เข้าร่วมเล็กน้อย 3. เข้าร่วมพอสมควร
4. เข้าร่วมมาก 5. เข้าร่วมมากที่สุด
5. นักศึกษาภาคภูมิใจที่ได้เป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยแห่งนี้ หรือไม่
1. ไม่ภาคภูมิใจ/ภูมิใจน้อยที่สุด 2. น้อย 3. ปานกลาง 4. มาก 5. มากที่สุด
6. นักศึกษารู้สึกเป็นเจ้าของร่วมในมหาวิทยาลัยแห่งนี้ หรือไม่
1. ไม่รู้สึก/รู้สึกน้อยที่สุด 2. น้อย 3. ปานกลาง 4. มาก 5. มากที่สุด
7. นักศึกษาอยู่ที่มหาวิทยาลัยแห่งนี้ อย่างมี “ความสุข” หรือไม่
1. ไม่มี/มีน้อยที่สุด 2. น้อย 3. ปานกลาง 4. มาก 5. มากที่สุด
8. ปัจจุบันความสุข ของนักศึกษาอยู่ในระดับใด
1. ไม่มีความสุขเลย/มีน้อยที่สุด 2. น้อย 3. ปานกลาง 4. มาก 5. มากที่สุด

ขอขอบคุณนักศึกษาทุกคนที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามครั้งนี้



มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี

ประวัติผู้วิจัย

- ชื่อ-สกุล นายจตุรวัฒน์ ผนังรัมย์ (หัวหน้าโครงการ)
- ประวัติการศึกษา ระดับปริญญาตรี วิทยาศาสตร์การกีฬา (การฝึกและการจัดการกีฬา)
วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดชัยภูมิ โครงการสมทบสถาบันราชภัฏนครราชสีมา
- ตำแหน่ง เจ้าหน้าที่บริหารงานทั่วไป ระดับชำนาญการ
- ประสบการณ์
1. คู่มือการปฏิบัติงาน การดำเนินกิจกรรมของนักศึกษา องค์การบริหาร
สภานักศึกษา องค์การบัณฑิต สาขาวิชา มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี
 2. คู่มือการเข้าสู่ตำแหน่ง ระดับชำนาญการ
 3. วิจัยสถาบันเรื่องการมีส่วนร่วมในกิจกรรมของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยี
สุรนารี ปีการศึกษา 2556
 4. หนังสือ เรื่อง รวมมิตรวิทยากรตอนวิทยากรมืออาชีพ
- สถานที่ติดต่อ งานกิจกรรมนักศึกษา ส่วนกิจการนักศึกษา มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี
โทรศัพท์ 0-4422-3122 มือถือ 085-0166691

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี