

## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จากการที่ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาเรื่องการศึกษาสุขภาพจิตและการนำทฤษฎีทางจิตวิทยาการศึกษาไปใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนของนักศึกษาฝึกประสบการณ์วิชาชีพครูคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรีนั้น ในการนี้ จะขอเสนอในเฉพาะประเด็นที่เกี่ยวข้องกับวิชาชีพครู หรือความเป็นครูเท่านั้น ผู้วิจัยได้รวบรวมเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องมาพอสังเขปตามลำดับดังนี้

1. สุขภาพจิต
  - 1.1 ความหมาย
  - 1.2 ความสำคัญของสุขภาพจิต
  - 1.3 ลักษณะของผู้ที่มีสุขภาพจิตดี
  - 1.4 องค์ประกอบในการพิจารณาลักษณะบุคคลที่มีสุขภาพจิตดี
  - 1.5 สาเหตุทางด้านจิตวิทยาที่มีผลต่อสุขภาพจิต
  - 1.6 ปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิต
2. ทฤษฎีจิตวิทยาการศึกษา
  - 2.1 ทฤษฎีการวางเงื่อนไขของ Ivan Petrovich Pavlov
  - 2.2 ทฤษฎีการวางเงื่อนไขแบบการกระทำของ Burrhus Frederic Skinner
  - 2.3 ทฤษฎีการเชื่อมโยงของ Edward Lee Thorndike
  - 2.4 ทฤษฎีกลุ่มเกสตัลท์ของ Wolfgang Kohler
  - 2.5 ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมเชิงพุทธิปัญญาของ Albert Bandura
3. คำอธิบายรายวิชาจิตวิทยาการเรียนรู้และการแนะแนว
4. คำอธิบายรายวิชาการปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2557)
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

#### 1. สุขภาพจิต (Mental Health)

สุขภาพจิตมาจากคำภาษาอังกฤษว่า mental แปลว่า จิต หมายถึง การรับรู้ของสมอง หลายส่วนทำงานร่วมกันในการทำหน้าที่ด้านความคิด ความรู้สึกมีอารมณ์ที่แสดงความต้องการและ

การตัดสินใจด้วยการกระทำ และ health หมายถึง สุขภาพร่างกายที่แข็งแรงสมบูรณ์ปราศจากโรค ทั้งทางกายจิตใจ การมีสุขภาพจิตเสื่อม สุขภาพจิตบกพร่อง หรือสุขภาพจิตไม่ดี กลับกลายเป็น ปัญหาสุขภาพจิตซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการดำเนินชีวิตที่อาจเกิดขึ้นเมื่อใดก็ได้ โดยบุคคลสามารถเผชิญ และจัดการกับมันได้ เพราะการดูแลสุขภาพจิตเป็นพื้นฐานของการดูแลสุขภาพและการดำเนินชีวิต ของทุกคน

### 1.1 ความหมาย

สุขภาพจิต เป็นสิ่งที่มีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตในปัจจุบัน หมายความว่ารวมถึง สภาวะทางอารมณ์ จิตใจ และสังคมของแต่ละบุคคล ซึ่งมีผู้ให้ความหมายไว้แตกต่างกัน ดังนี้

องค์การอนามัยโลก (อ้างถึงใน มรรยาท รุจิวิษณุ, 2556) ได้ให้ความหมายว่า สุขภาพจิต หมายถึง ความสามารถทางจิตของบุคคลที่จะปรับตัวให้มีความสุข เข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ด้วยดี มีสัมพันธภาพที่ดีงามกับบุคคลอื่นและสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ด้วยความสะดวก สุขสบายใจ รวมทั้งสามารถตอบสนองความต้องการของตนเองในสังคมที่กำลังเปลี่ยนแปลงได้ โดยไม่มีข้อขัดแย้ง ภายในจิตใจแต่อย่างใด มิได้เพียงแต่ปราศจากอาการโรคจิต โรคประสาทเท่านั้น

จุฑารัตน์ สติปัญญา (2554) ได้ให้ความหมายของสุขภาพจิตว่า สภาพชีวิตที่เป็นสุข มีอารมณ์มั่นคงสามารถปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงอย่างตลอดเวลาที่มีสมรรถภาพในการทำงาน และอยู่ร่วมกับผู้อื่นด้วยความพอใจ

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (2548) ให้ความหมายของสุขภาพจิตว่า หมายถึง สภาพความสมบูรณ์ของจิตใจ ซึ่งดูได้จากความสามารถในการกระชับมิตร พิชิตอุปสรรค และรู้จักพอใจ ดังนี้

กระชับมิตร หมายถึง ความสามารถในการผูกมิตร และรักษาความเป็นมิตรไว้ให้ได้ รวมถึงความสามารถในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างราบรื่น และเป็นสุข

พิชิตอุปสรรค หมายถึง ความสามารถในการแก้ปัญหา และปรับตัวให้อยู่ได้ หรือ ก่อให้เกิดประโยชน์ได้ในท่ามกลางความเป็นอยู่ และความเปลี่ยนแปลงของสังคม

รู้จักพอใจ หมายถึง ความสามารถในการพอใจ ให้อยอมรับในสิ่งที่อยากได้ อยากเป็น เท่าที่ได้ ที่เป็นอยู่จริงได้ด้วยความสบายใจ

ชูชีพ อ่อนโคกสูง (2549) กล่าวว่า สุขภาพจิต หมายถึง สภาพชีวิตที่เป็นสุข มีความสมบูรณ์ทั้งกายและจิตใจ สามารถปรับตัวหรือความต้องการของตนให้เข้ากับสภาพแวดล้อม เข้ากับบุคคลที่อยู่ร่วมและกับสังคมที่เกี่ยวข้องด้วยดี โดยไม่ก่อความเดือดร้อนให้แก่ตนเองและผู้อื่น ทั้งยัง ก่อให้เกิดผลดีและประโยชน์สุขต่อตนเองอีกด้วย

อัมพร โอตระกูล (2538) กล่าวว่า สุขภาพจิต หมายถึง สภาพชีวิตที่เป็นสุข มีความสมบูรณ์ทั้งทางกายและทางใจ สามารถปรับตัวหรือความต้องการของตนให้เข้ากับสภาพแวดล้อม เข้ากับบุคคลที่อยู่รวมและกับสังคมที่เกี่ยวข้องด้วยดี โดยไม่ก่อความเดือดร้อนให้แก่ตนเองและผู้อื่น ทั้งยังก่อให้เกิดผลดีและมีประโยชน์สูงสุดแก่ตนเองอีกด้วย

กรมสุขภาพจิต (2542) ให้ความหมายของสุขภาพจิตว่า สุขภาพจิตดี หมายถึง การคิดดีหรือคิดทางบวก การคิดดีคือการสนองสิ่งที่เป็ปัญหาอย่างมีเหตุผล มองเห็นประโยชน์และส่วนดีที่จะนำไปใช้ได้ เช่น พ่อแม่ที่เห็นว่าลูกเกเร เมื่อคิดทางบวกว่า การเกเรเป็นสัญญาณเตือนภัยที่แสดงว่า เด็กต้องการความเข้าใจ ความใส่ใจ ละความรัก การสื่อความหมายด้วยการพูดสื่อไถ่ถาม รับฟัง เข้าใจ เห็นใจ ให้อภัย พฤติกรรมเกเรก็จะค่อยๆหายไป สุขภาพจิตไม่ดีจึงหมายถึงการคิดในทางไม่ดีหรือคิดทางลบ การคิดไม่ดีหรือการคิดที่จะนำความทุกข์มาสู่ตนและคนอื่น วิตกในสิ่งที่ยังไม่เกิดขึ้น ไม่เชื่อมั่นตนเอง ดูถูกตนเอง จดจำเฉพาะเรื่องไม่ดี คิดว่าคนอื่นเลวร้ายกว่าตนเอง และความคิดทางลบนั้นจะนำไปสู่การกระทำที่ปราศจากเหตุผล

จากความหมายดังกล่าว สามารถสรุปได้ว่า สุขภาพจิต หมายถึง ความสามารถทางจิตใจของบุคคลในการปรับตัวให้เข้ากับสภาพการณ์ต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม โดยไม่ก่อให้เกิดความขัดแย้งต่อตนเอง ผู้อื่น และสังคม สามารถดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข

## 1.2 ความสำคัญของสุขภาพจิต

ในโลกปัจจุบันที่มีการพัฒนาด้านวิทยาการและเทคโนโลยีต่างๆ อย่างรวดเร็ว ไม่ว่าจะเป็นด้าน การแพทย์ การคมนาคม การเกษตร การอุตสาหกรรม การติดต่อสื่อสาร ฯลฯ มีผลทำให้สภาพสังคม สิ่งแวดล้อมและการดำเนินชีวิตของมนุษย์โดยทั่วไปเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่องจึงทำให้คนต้องปรับตัวอยู่ตลอดเวลา และถ้าปรับตัวได้ไม่ดีก็จะก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพจิตตามมา สำหรับในประเทศไทยจากการสำรวจคนไทยที่มีปัญหาสุขภาพจิตตั้งแต่ พ.ศ.2548 – 2553 สิริกร คำภูไทย (2556) นักวิชาการสำนักงานพัฒนาระบบข้อมูลข่าวสารสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสม.) กล่าวว่า สภาพทางเศรษฐกิจและสังคมทำให้ประชากรในวัยต่างๆ มีความเครียด เป็นโรคซึมเศร้าและตัดสินใจฆ่าตัวตาย โดยพบว่าวัยทำงานอายุระหว่าง 15 – 59 ปี จะเป็นกลุ่มคนที่มีอัตราการฆ่าตัวตายสูงสุดในอัตรา 7.1 คนต่อแสนคน และสาเหตุอันดับ 1 ที่ทำให้วัยรุ่นฆ่าตัวตายมากที่สุดคือ ผิดหวังในเรื่องความรัก ประสบกับปัญหาการเล่าเรียนและปัญหาทางด้านครอบครัว อีกทั้งผู้ที่ฆ่าตัวตายของทุกปีส่วนใหญ่เป็นเพศชายมากกว่าเพศหญิงเกือบ 4 เท่าตัว และจากการเก็บข้อมูลของโครงการช่วยเหลือผู้ที่เสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข พบว่า จากสถิติ 11 ปีย้อนหลังประชากรในภาคเหนือของไทยโดยเฉพาะในจังหวัดเชียงใหม่ ลำพูน เชียงราย

แม้อ่องสอน นาน ครองแชมป์ฆ่าตัวตายเหมือนเดิม แม้ล่าสุดสถิติดังกล่าวจะเริ่มลดลงบ้างก็ตาม แต่ในครึ่งปี พ.ศ. 2553 ก็ยังพบว่าสถิติที่สูงกว่าภาคอื่นๆ

สุขภาพจิตจึงมีผลต่อการดำรงชีวิตของบุคคลในหลาย ๆ ด้าน ไม่ว่าจะเป็น การประกอบอาชีพ การศึกษา บุคคลที่มีสุขภาพจิตดีร่างกายก็จะสดชื่น ยิ้มแย้ม น่าคบค้าสมาคมด้วย จากที่กล่าวมาข้างต้น จะเห็นได้ว่า ภาวะทางด้านสุขภาพจิตหลายปีที่ผ่านมาก่อให้เกิดการสูญเสียทรัพยากรมนุษย์ซึ่งกำลังสำคัญในการพัฒนาสังคมไทยไปอย่างมาก ดังนั้น การศึกษาเรื่องสุขภาพจิตจึงมีความจำเป็น โดยเฉพาะอย่างยิ่งในด้านการป้องกันปัญหาและการเสริมสร้างสุขภาพจิต เนื่องจากสุขภาพจิต จัดได้ว่าเป็นอีกสิ่งหนึ่งที่สำคัญในชีวิตมนุษย์

### 1.3 ลักษณะของผู้ที่มีสุขภาพจิตดี

สุขภาพจิตเป็นองค์ประกอบขั้นพื้นฐานของสุขภาพซึ่งจะทำให้บุคคลสามารถจัดการกับปัญหา สิ่งท้าทายที่เกิดขึ้นในชีวิตได้ดี สามารถทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสามารถทำตัวเป็นสมาชิกที่ทำประโยชน์ต่อชุมชนได้ดี นักจิตวิทยาและจิตแพทย์หลายท่านได้แสดงทัศนะของผู้ที่มีสุขภาพจิตดีดังนี้

นงลักษณ์ เทพสวัสดิ์ (2542) กล่าวว่า บุคคลที่จัดว่าเป็นผู้มีสุขภาพจิตดีนั้น จะต้องมียุทธศาสตร์ที่อยูในโลกแห่งความเป็นจริงที่มีเหตุผล และเป็นไปได้ มีความสุขกับงานและกิจกรรมทางสังคมตามสมควร และหากมีปัญหาเกิดขึ้น บุคคลนั้นจะสามารถจัดการแก้ไขสถานการณ์ได้อย่างสุขุมรอบคอบ สามารถควบคุมอารมณ์และจิตใจได้ดี

พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา (2543) กล่าวว่า ผู้มีสุขภาพจิตดีคือผู้มีความรู้สึกว่าชีวิตมีความหมาย มีความต้องการพัฒนาและปรับปรุงตนเอง

Glaser, W (อ้างถึงใน วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา, 2555) กล่าวว่า ผู้มีสุขภาพจิตดีคือบุคคลที่กล้าเผชิญความจริงที่เกิดขึ้นในชีวิต มีพฤติกรรมที่แสดงความรับผิดชอบ สามารถสนองความต้องการขั้นพื้นฐานของชีวิตจนประสบความสำเร็จได้โดยไม่ใช้วิธีการก้าวร้าวต่อตนเองและไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน

Eerne, E (อ้างถึงใน วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา, 2555) ได้ให้มุมมองตำแหน่งชีวิตของบุคคลแบบ "I am OK, You are OK" หมายถึง ผู้มีสุขภาพจิตดีเป็นผลมาจากการที่บุคคลนั้นอยู่ในครอบครัวที่มีการให้ความเอาใจใส่เชิงบวกด้วยความรัก ความอบอุ่น ทำให้เขามีความเข้าใจตนเองและผู้อื่น สามารถปรับตัวสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดี มีการแสดงออกทางพฤติกรรมที่เป็นธรรมชาติอย่างมีเหตุผล เป็นที่เชื่อถือและไว้วางใจได้

Maslow (อ้างถึงใน วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา, 2555) ได้ให้แนวคิดที่ว่า ผู้มีสุขภาพจิตดี คือผู้ที่มีความเป็นสัจการแห่งตนเอง (self actualization) สามารถรู้ว่า ตัวเองมีคุณค่าและใช้ความมี

ศักยภาพแห่งตนให้เป็นประโยชน์ต่อตนเอง ผู้อื่น และสังคม โดยจะแสดงในลักษณะที่ดีเป็นไปตาม ธรรมชาติแห่งศักยภาพของตน

Allport (อ้างถึงใน วิลลิสสัน พงษ์โสภา, 2555) กล่าวว่า ผู้มีสุขภาพจิตดีมีลักษณะ ดังนี้

1. ผู้ที่มีมนุษยสัมพันธ์ดี ให้ความรัก ความนับถือ และเคารพสิทธิของบุคคลอื่น
2. ผู้ที่ปรับตัวได้ดีต่อสิ่งแวดล้อม กล้าเผชิญความจริง
3. ผู้ที่มีเป้าหมายในชีวิต ยึดหลักธรรม ประชญาเพื่อหาแนวทางในการดำเนินชีวิตที่

เหมาะสม

4. ผู้ที่สามารถรับรู้สิ่งที่เป็นจริงของพฤติกรรมของตนเองและยอมรับในการผิดพลาด
5. ผู้ที่มองโลกในด้านดี มีอารมณ์ขัน
6. ผู้ที่พยายามแก้ปัญหาจากประสบการณ์ที่ผ่านมาด้วยการใช้ทักษะ ความสามารถ

และวิจารณ์ญาณ

Egbert (อ้างถึงใน วิลลิสสัน พงษ์โสภา, 2555) กล่าวถึงลักษณะของผู้ที่มีสุขภาพจิต ดี ประกอบด้วย

1. การรู้จักตนเอง
2. การเข้าใจชีวิตและมีจุดมุ่งหมายในชีวิต
3. การมีหลักเกณฑ์ในการดำรงชีวิต
4. การเปิดเผยตนเองและสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีกับผู้อื่น
5. การตั้งความหวังของชีวิตให้เป็นความจริง

จากการศึกษาดังกล่าวแสดงให้เห็นว่า ผู้ที่มีสุขภาพจิตดี หมายถึง ผู้ที่ยอมรับความจริง เข้าใจตนเอง ดูแลชีวิตให้มีความหมายด้วยความสุขตามเป้าหมายของผู้ที่มองโลกในแง่ดี จนสามารถ ปรับตัวได้ดีในสังคมและสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลง

#### 1.4 องค์ประกอบในการพิจารณาลักษณะบุคคลที่มีสุขภาพจิตดี

1.4.1 มีความเข้าใจในเนื้อเรื่อง แรงจูงใจ แรงขับ ความปรารถนา และความ ต้องการของตนว่ามีมากน้อยเพียงไร

1.4.2 มีความสามารถที่จะมองตนเองอย่างถูกต้อง รู้ถึงศักยภาพของตน และสามารถบรรลุผลสำเร็จตามศักยภาพแห่งตน

1.4.3 มีบุคลิกภาพที่สมดุล มีความยืดหยุ่นต่อปัญหาและสามารถตอบสนองความ ตึงเครียดต่างๆ ได้โดยไม่เกิดปัญหาใดๆ

## 1.5 สาเหตุทางด้านจิตวิทยาที่มีผลต่อสุขภาพจิต (Psychological Factors Effect to Mental Health)

อัมพร โอตระกูล (2538) กล่าวถึงปัจจัยหรือสาเหตุของภาวะผิดปกติทางจิตอาจอธิบายว่าเกิดจากปัจจัยสำคัญ 2 ด้าน คือ เกิดจากปัจจัยภายในตัวบุคคลและเกิดจากปัจจัยภายนอกตัวบุคคล

### 1.5.1 ปัจจัยที่เกิดจากภายในตัวบุคคล

ปัจจัยที่เกิดจากภายในตัวบุคคลนี้สามารถแยกออกได้เป็น 2 ประการ คือ

1.5.1.1 สาเหตุของร่างกายเนื่องจากเมื่อร่างกายเจ็บป่วยหรือไม่มีโรคประจำตัวเรื้อรังก็จะทำให้บุคคลนั้นมีอารมณ์แปรปรวนหรือเกิดความรู้สึกแปรเปลี่ยนไปจากธรรมชาติ เช่น เกิดอารมณ์หงุดหงิด ฉุนเฉียวง่าย เนื่องจากกายและใจมีความสัมพันธ์กันใกล้ชิดคือ เมื่อร่างกายป่วยอ่อนเพลีย ทำการงานได้ไม่เต็มความสามารถ ก็จะทำให้จิตใจรู้สึกอารมณ์เสื่อง่าย เกิดความโกรธหรือหุดหู่ เมื่อยิ่งเจ็บป่วยนานๆ ก็จะทำให้อารมณ์เปลี่ยนแปลงมากขึ้นเกิดความวิตกกังวล ท้อแท้ ซึ่งอาจนำไปสู่อาการทางจิตประสาทได้

1.5.1.2 สาเหตุของจิตใจ โดยมากเป็นเรื่องของความต้องการทางใจไม่สมหวัง โดยที่มนุษย์เรามีความต้องการทางใจไม่สมหวัง และมักมีความต้องการทางใจอยู่เสมอ กล่าวคือ เมื่อมนุษย์ต้องการอาหารทางกายเพื่อให้มีชีวิตอยู่รอดขณะเดียวกันก็ต้องการอาหารทางใจเพื่อให้มีความสุขสมหวัง เมื่อความต้องการทางใจไม่สมหวังหรือไม่เป็นไปตามที่คาดหวังก็จะก่อให้เกิดความคับข้องใจ ผิดหวัง ทุกข์ใจ นำไปสู่สุขภาพจิตเสีย หรือถ้าความไม่สมหวังนั้นรุนแรงและเรื้อรังก็จะเกิดเจ็บป่วยทางจิตใจได้

### 1.5.2 ปัจจัยที่เกิดจากภายนอกตัวบุคคล

1.5.2.1 ภายนอกตัวบุคคล หมายถึง สิ่งต่างๆ ที่อยู่แวดล้อมตัวคน ได้แก่ ครอบครัวและสังคมรวมทั้งวัฒนธรรมประเพณีของสังคมนั้นๆ ด้วย ซึ่งปัจจัยที่อาจก่อให้เกิดปัญหาทางจิตใจมีมากมาย การที่คนเรามีสภาพทางใจแตกต่างกันนั้นมีใช่เป็นเพราะความสามารถที่เกิดขึ้นทันทีทันใด แต่ผลที่เกิดจากการเลี้ยงดูของพ่อแม่ผู้ปกครองและผู้ที่อยู่ใกล้ชิดที่มีต่อบุคคลนั้นตั้งแต่วัยแรกเกิดจนกระทั่งเติบโตเป็นผู้ใหญ่ในคนที่มีสุขภาพดี สามารถปรับตัวได้เหมาะสมเป็นเพราะคนนั้นในวัยเด็กได้รับการดูแลการอบรมจากพ่อแม่ด้วยความรักความอบอุ่นได้รับการเลี้ยงดูอยู่ในครอบครัวที่มีความสุข มีพ่อแม่อยู่พร้อมหน้า และพ่อแม่รักใคร่ปรองดองกัน จึงทำให้ผู้นั้นได้ซึมซับความรัก ความอบอุ่น และประสบการณ์ของสัมพันธ์ภาพที่ดีจากครอบครัว ซึ่งเมื่อเติบโตขึ้นก็จะมีบุคลิกลักษณะที่สามารถปรับตัวได้มีจิตใจหนักแน่นเข้มแข็งที่จะเผชิญต่อปัญหาและอุปสรรคต่างๆ ของชีวิตไปในทางที่ไม่เป็นปัญหาต่อตนเองและสังคม

1.5.2.2 สาเหตุจากวัฒนธรรมและค่านิยมของสังคม ในสังคมที่เราอยู่มีการเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรมประเพณีอย่างรวดเร็วจะทำให้คนเราปรับตัวไม่ทัน โดยเฉพาะในกลุ่มคนที่เป็นผู้ใหญ่ เพราะคนเหล่านั้นจะรู้สึกว่าการที่เปลี่ยนไปนั้นขัดกับความรู้สึกที่ตนเคยได้รับการอบรมมาจนเคยชินทำให้วางตัวไม่ถูก เกิดความไม่สบายใจขึ้นได้แก่ประการหนึ่ง คือ กลุ่มคนที่เป็เด็กและวัยรุ่นมักจะรับเอาวัฒนธรรมที่เปลี่ยนใหม่ได้ง่ายและรวดเร็วกว่าผู้ใหญ่ เด็กและวัยรุ่นก็จะประพฤติกติกรรมติดตามวัฒนธรรมใหม่ซึ่งจะเกิดความขัดแย้งกับผู้ใหญ่ที่ยังคงยึดถือปฏิบัติตามวัฒนธรรมเก่าอยู่ ผลก็คือ ทำให้ผู้ใหญ่เกิดความไม่พอใจในพฤติกรรมของเด็กวัยรุ่น ส่งผลให้เกิดปัญหาสุขภาพจิตขึ้นจากความขัดแย้งทางวัฒนธรรมของกลุ่มคนที่ต่างวัยกัน

1.5.2.3 สาเหตุจากภาวะการณ์แวดล้อมต่างๆ เหตุการณ์หรือกิจกรรมที่เกิดขึ้นในชีวิตของช่วงวัยต่างๆ ซึ่งคนเราต้องเผชิญหรือปรับตัวอยู่ ถ้าภาวะการณ์นั้นๆ ไม่ยุ่งยากซับซ้อนและไม่เกิดข้อขัดแย้งในการปฏิบัติมากนัก การปรับตัวก็มักไม่เกิดปัญหา ในทางกลับกัน ถ้าภาวะการณ์นั้นๆ มีข้อติดขัดมากสำหรับบุคคลนั้นก็จะทำให้การปรับตัวเป็นไปโดยลำบากและเด็กปัญหาทางจิตใจได้ เช่น ในวัยเด็กจะต้องต่อสู้กับการเรียนการสอนแข่งขัน ในวัยผู้ใหญ่ก็ปรับตัวในเรื่องเพศสัมพันธ์ ความรัก และการมีคู่ครองเรือน การหาเลี้ยงชีพ เป็นต้น ภาวะการณ์แวดล้อมนี้ยังรวมถึงเหตุการณ์ทางสังคมที่เกิดขึ้นแล้วมีผลกระทบต่อดำรงชีวิตของบุคคลด้วย ได้แก่ การเกิดภัยธรรมชาติ เช่น น้ำท่วม แผ่นดินไหว วิทยาศาสตร์ต่างๆ เช่น ไฟไหม้ สงคราม และภาวะวิกฤติของบ้านเมือง เช่น การจลาจลทางการเมือง ข้าราชการหมกแฉง ภาวะการณ์เหล่านี้จะมีผลกระทบต่อจิตใจได้ โดยเฉพาะในกลุ่มคนที่มีส่วนเกี่ยวข้องอย่างใกล้ชิดในเหตุการณ์นั้นๆ ย่อมจะเกิดความหวุ่นไหวทางจิตใจจนเกิดปัญหาขึ้นได้

## 1.6 ปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิต

อิทธิพลที่สำคัญต่อการดำรงอยู่ของชีวิตให้รอด เรียนรู้ที่จะรู้จักตนเอง เรียนรู้ต่อชีวิตสังคมได้อย่างมีความสุข รู้จักปรับพฤติกรรมของตนเองให้เหมาะสม หรือสอดคล้องกับแบบแผนค่านิยมในการดำเนินชีวิต เพื่อสนองความต้องการของตนเองได้บรรลุจุดหมายปลายทาง เป็นพฤติกรรมที่แต่ละบุคคลต่างสะท้อนความรู้สึกนึกคิด อุนิสัย ความสนใจ เจตคติ การปรับตัว โครงสร้างของร่างกายและบุคลิกภาพในลักษณะที่แตกต่างกับบุคคลอื่น อันเป็นผลมาจากพฤติกรรมทั้งหลายของบุคคลถูกกำหนดด้วยองค์ประกอบสำคัญ 2 ประการ คือ องค์ประกอบทางพันธุกรรม และสิ่งแวดล้อม

### 1.6.1 พันธุกรรม

พันธุกรรมเป็นมรดกที่บุคคลได้รับการถ่ายทอดจากพ่อแม่และบรรพบุรุษเป็นกลไกที่ถูกทำหน้าที่ด้วยโครงสร้างที่เรียกว่าโครโมโซม (chromosomes) ในแต่ละโครโมโซม

ประกอบด้วยโครงสร้างเล็กๆ ซึ่งเป็นหน่วยพื้นฐานทางพันธุกรรม คือ ยีน (genes) โดยยีนจะอยู่ในโครโมโซมมีรูปร่างคล้ายเส้นด้ายอยู่ในนิวเคลียส (nucleus) ของตัวเซลล์ทุกเซลล์ ทำหน้าที่ถ่ายทอดลักษณะทางพันธุกรรมประกอบด้วยโมเลกุลมากมาย สิ่งถ่ายทอดทางพันธุกรรมส่วนมากเป็นลักษณะทางร่างกายที่สามารถมองเห็นได้จากยีนที่มีลักษณะเด่น (dominant gene) เช่น สีของผม สีผิว ลักษณะดวงตา สีและขนาดของเส้นผม โครงสร้างของรูปร่าง กลุ่มของโลหิต โรคภัยไข้เจ็บบางชนิดและจากความบกพร่องหรือความพิการทางร่างกาย เช่น ตาบอดสี ศีรษะล้าน ส่วนเกินของนิ้ว ลักษณะมือติดกัน หรือการทำงานที่ผิดปกติของฮอร์โมนจากต่อมไร้ท่อ หรือลักษณะทางสติปัญญา ได้แก่ ผู้ที่มีสติปัญญาบกพร่องอันเป็นสาเหตุจากกรรมพันธุ์ และอาจจะมีลักษณะที่ซ่อนเร้นไม่ปรากฏให้เห็นเด่นชัดจากยีนที่มีลักษณะด้อย (recessive gene)

### 1.6.2 สิ่งแวดล้อม

ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบตัวบุคคล ได้แก่

#### 1.6.2.1 สถาบันครอบครัว

ครอบครัวเป็นสถาบันแห่งการเริ่มต้นชีวิตของมนุษย์ มนุษย์ต้องใช้เวลาดลอดชีวิตอยู่กับครอบครัว สำหรับครอบครัวไทยจะผูกพันกับบิดามารดาของตนจนแก่เฒ่าด้วยความรัก ความผูกพัน ให้การห่วงใยซึ่งกันและกันเป็นรากฐานสำคัญในการเสริมสร้างบรรยากาศของครอบครัว ครอบครัวที่อบอุ่น เป็นสุข มีความรักใคร่ปรองดองกัน แสดงความเข้าใจต่อกัน คอยให้กำลังใจ ให้เกียรติยกย่องกัน โดยเริ่มสร้างความมั่นใจตั้งแต่เริ่มเลี้ยงดูจะช่วยเสริมสร้างความไว้วางใจ ความเป็นตัวของตัวเอง ความเป็นอิสระ ความคิดสร้างสรรค์ การใฝ่หาเอกลักษณ์ของตัวเองและเสริมสร้างพัฒนาจิตใจให้เป็นผู้ที่มีมนุษยสัมพันธ์ดี บุคลิกภาพดี มีการเจริญเติบโตองงามตามธรรมชาติ เป็นผู้ใหญ่ที่มีสุขภาพจิตดี

#### 1) บทบาทของครอบครัวในการส่งเสริมสุขภาพจิต

ครอบครัวหมายถึงพ่อ แม่ ลูก ที่มีความผูกพันกันโดยการสมรสอย่างถูกต้องตามกฎหมาย สำหรับบุคคลในครอบครัวประกอบด้วยปู่ ย่า ตา ยาย บิดา มารดา บุตร หรือบุตรบุญธรรม และญาติพี่น้อง โดยมีหัวหน้าครอบครัวทำหน้าที่รับผิดชอบ และแต่ละคนในครอบครัวต่างมีหน้าที่ในภาระงานที่ต้องปฏิบัติต่อกัน สร้างสัมพันธ์ภาพอย่างมีความหมายด้วยความเหมาะสม เพื่อให้เกิดความสุขและประโยชน์แก่สังคมและประเทศชาติสืบไป เพราะโลกทุกวันนี้เป็นยุคแห่งการแข่งขันบริโภคนิยมและวัตถุนิยม พ่อแม่ในแต่ละครอบครัวต้องทำมาหากินเพื่อให้มีรายได้พอเพียงกับปัญหาเศรษฐกิจที่รุนแรง ทำให้ไม่มีเวลาให้แก่ลูกเพียงพอ

## 2) ลักษณะการอบรมที่จะช่วยส่งเสริมสุขภาพจิตที่ดี

สุขภาพจิตของคนเราจะเป็นอย่างไรนั้น ส่วนหนึ่งถูกกำหนดโดยพันธุกรรม แต่เมื่อเด็กเกิดขึ้นมาแล้ว ถ้าพ่อแม่ให้การอบรมเลี้ยงดูที่ถูกต้องก็จะช่วยให้เด็กโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ที่มีสุขภาพจิตดี ซึ่งการอบรมเลี้ยงดูที่นี้อาจสรุปได้ ดังนี้

ก. การอบรมเลี้ยงดูเด็กควรทำภายในความรักและความอบอุ่น เช่น ถ้าหากพ่อแม่ทะเลาะกัน ก็ไม่ควรทะเลาะให้เด็กเห็นการเลี้ยงดูเด็กภายในบรรยากาศของความรักและความอบอุ่น จะทำให้เด็กซาบซึ้งในความรัก มองโลกในแง่ดี และจะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีการปรับตัวดี

ข. การอบรมเลี้ยงดูเด็ก ควรยึดถือตัวเด็กเป็นสำคัญ คือ การที่พ่อแม่จะอบรมอะไรเด็กพ่อแม่ก็ต้องมีความเข้าใจดีว่า เด็กในวัยนั้นสนใจอะไร ต้องการอะไร มีความพร้อมมากน้อยแค่ไหน พ่อแม่ที่ยึดยึดทุกสิ่งทุกอย่างให้แก่เด็ก จะทำให้เด็กอึดอัด หรือพ่อแม่ที่ปกป้องเด็กมากเกินไป ก็จะทำให้เด็กไม่มีความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งสิ่งเหล่านี้มีส่วนทำให้เด็กโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ที่มีสุขภาพจิตไม่ดี

ค. การให้รางวัลและการลงโทษ ควรใช้สัญลักษณ์มากกว่าวัตถุ คือถ้าเด็กมีพฤติกรรมที่ดีและน่าพึงปรารถนา พ่อแม่อาจแสดงท่าทีพอใจหรือให้คำพูดยกย่องชมเชยในทำนองเดียวกัน ถ้าเด็กทำผิดควรบอกเด็กว่าทำผิดอย่างไร

ง. การอบรมเลี้ยงดูเด็ก ควรให้เด็กมีความเป็นอิสระ คือ พ่อแม่ไม่ควรขู่บังคับเด็กให้เด็กต้องเชื่อฟังเมื่อพ่อแม่จะสั่งสอนเด็กก็ควรมีสติที่จะซักถามได้

จ. ไม่ควรตั้งความหวังกับเด็กในเรื่องต่างๆ สูงเกินไป พ่อแม่ควรดูความสามารถของเด็ก และตั้งความหวังไว้พอสมควร แต่ถ้าพ่อแม่ปล่อยเด็กมากเกินไป เด็กก็ไม่สามารถทำอะไรได้ซึ่งก็จะเป็นผลต่อสุขภาพจิตของเด็ก

ฉ. ในการอบรมเลี้ยงดูเด็ก พ่อและแม่ควรมีบทบาทสำคัญที่สุด คือ เด็กต้องการทั้งพ่อแม่และแม่ที่จะมาเป็นแบบอย่างและเด็กจะมีความผูกพันกับพ่อแม่มากกว่าคนอื่น ๆ

ช. การอบรมเลี้ยงดูเด็ก ควรทำให้สอดคล้องกันในทุกองค์กร นับตั้งแต่ครอบครัว กลุ่มเพื่อนเล่น โรงเรียน และสื่อมวลชนต่างๆ เหล่านี้มีผลต่อสุขภาพจิตของเด็กทั้งสิ้น

### 1.6.2.2 สถาบันโรงเรียน

โรงเรียนมีบทบาทสำคัญในการเสริมสร้างความรู้ การศึกษาเล่าเรียน และพัฒนานักเรียนในด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สติปัญญากระบวนการเรียนการสอนของทางโรงเรียนเป็นไปตามลำดับชั้น อนุบาล ประถมศึกษา มัธยมศึกษา และอุดมศึกษา ช่วยให้นักเรียนมี

สุขภาพจิตที่ดีรู้จักการปรับตัวกับผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ เพื่อว่านักเรียนจะได้เจริญเติบโตเป็น  
ทรัพยากรที่มีคุณค่าของประเทศต่อไปดังนั้นครู อาจารย์ บุคลากรในโรงเรียน บรรยากาศ  
สภาพแวดล้อมของโรงเรียนนับเป็นปัจจัยในการเสริมสร้างสุขภาพจิตของนักเรียน

### 1) บทบาทของครู

ครูที่สามารถปรับตัวได้ดี จะมีส่วนช่วยนักเรียนในการปรับตัว  
ได้มาก ครูเป็นองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพจิตของนักเรียนโดยตรง เพราะเด็กมักจะยึดตัวแบบ  
จากครูเป็นแนวในการปฏิบัติตน ความรัก ความเมตตา ความเอาใจใส่ดูแลด้วยความทุ่มเทจากครูเป็น  
แรงจูงใจอย่างดี ในการเสริมสร้างบรรยากาศภายในห้องเรียนให้นักเรียน ตลอดทั้งสื่อ อุปกรณ์การ  
เรียนการสอน การให้การเสริมแรงและบุคลิกภาพที่ดึงดูดใจของครูได้แสดงความจริงใจต่อนักเรียน จะ  
ช่วยกระตุ้นการเรียนรู้ของนักเรียนให้เกิดการใฝ่รู้ใฝ่เรียน พลุกพล่านใจให้ตระหนักในการรักเรียน มี  
ความผูกพันต่อสถาบัน และได้มีโอกาสแสดงความสามารถ เข้าร่วมกิจกรรมของโรงเรียนได้ด้วย ความ  
สนุก เปี่ยมด้วยความรักเมตตาจากพฤติกรรมของครูที่มอบให้นักเรียน

### 2) บทบาทของนักเรียน

ในสังคมปัจจุบันนักเรียนต้องอยู่ในสังคมที่มีการแข่งขันสูง  
ทางการศึกษา นักเรียนหรือเยาวชนต้องตั้งใจศึกษาเล่าเรียนอย่างเต็มความสามารถ มีความขยัน  
เอาใจใส่ ตั้งใจเรียนเพิ่มมากขึ้น ทำให้นักเรียนรู้จักใช้สติปัญญา สร้างคุณธรรม ศีลธรรม จริยธรรม  
ปลูกจิตสำนึกความรับผิดชอบต่อชีวิตนักเรียนให้มีความสุข ทำตนให้มีคุณค่าเป็นที่ยอมรับของสังคม  
และประสบความสำเร็จในการประกอบอาชีพเมื่อโตเป็นผู้ใหญ่

### 3) บทบาทของเพื่อน

แรงจูงใจประการสำคัญอันหนึ่งที่ทำให้เด็กๆ อยากรับไปโรงเรียน  
คือ เพื่อน เพราะการได้อยู่ร่วมกับเพื่อนทำให้อารมณ์ดีมีความสุข ทำให้เกิดความมั่นใจในตนเอง  
เกิดการเรียนรู้ที่จะสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น มีความปรารถนาที่จะได้เป็นที่ยอมรับของสมาชิกกลุ่ม  
เพื่อน

จากปัจจัยหลาย ๆ ส่วนที่กล่าวมานั้น จะเห็นได้ว่าทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง โดยเริ่มตั้งแต่แต่  
สถาบันที่สำคัญที่สุด คือ สถาบันครอบครัว ล้วนมีส่วนเกี่ยวข้องในการปลูกฝังสุขภาพจิตของเด็กให้ดี  
หรือไม่ดีได้ทั้งสิ้น รวมถึง โรงเรียน ครูอาจารย์ และเพื่อน ก็ล้วนแล้วแต่เป็นปัจจัยในการส่งเสริมให้  
บุคคลมีการปรับตัวที่ดีขึ้นได้เช่นกัน

## 2. ทฤษฎีจิตวิทยาการศึกษา

### 2.1 ทฤษฎีการวางเงื่อนไขของ Ivan Petrovich

ทฤษฎีการวางเงื่อนไขแบบคลาสสิกเป็นทฤษฎีการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นโดยนักจิตวิทยาชาวรัสเซีย ชื่อ Ivan P. Ivan Petrovich ซึ่งเดิมทีนั้น Ivan Petrovich ได้ให้ความสนใจในเรื่องปฏิกิริยาสะท้อนที่เกิดขึ้นในอินทรีย์ เช่น ปฏิกิริยาน้ำลายไหล เข้ากระดูก เป็นต้นจากลักษณะของการเกิดปฏิกิริยาตอบสนองดังกล่าวนี้ Ivan Petrovich ได้นำปฏิกิริยาดังกล่าวมาใช้ให้เป็นประโยชน์ในการเรียนรู้แบบวางเงื่อนไข วิธีการทดลองของ Ivan Petrovich ได้ใช้สัตว์เป็นเครื่องมือในการทดลอง นั่นคือ สุนัขและปริมาณน้ำลายไหลของสุนัข (พงษ์พัชรินทร พุฒิฉะ, 2557)

#### 2.1.1 หลักการที่สำคัญของการทดลองการวางเงื่อนไขแบบคลาสสิก

2.1.1.1 การเสริมแรง (Reinforcement) การเสริมแรง คือ ตัวการที่จะทำให้อัตราการตอบสนองมีเพิ่มมากขึ้น สิ่งเสริมแรงหรือรางวัลคือสิ่งเร้าที่ไม่มีการวางเงื่อนไข ผู้ทดลองเป็นผู้กำหนดขึ้น เพราะถือว่าอาหารคือรางวัลสำหรับสุนัขที่หิว อย่างไรก็ตาม Ivan Petrovich ไม่สามารถกำหนดเงื่อนไขลงไปได้ว่า การที่สุนัขน้ำลายไหลเป็นเพราะเหตุผล สุนัขน้ำลายไหลอาจจะเนื่องมาจากการเห็นอาหารหรือได้ยินเสียงของผู้ให้อาหารก็ได้ ฉะนั้น สิ่งเสริมแรงคือตัวการที่จะทำให้อัตราการตอบสนองมีกำลังมากขึ้นซึ่งจัดว่าเป็นสิ่งเร้าที่ไม่มีการวางเงื่อนไขตามที่ผู้ทดลองได้กำหนดขึ้น

2.1.1.2 การลบพฤติกรรม (Extinction) ถ้าพฤติกรรมการตอบสนองเกิดขึ้นซ้ำกันหลายครั้ง โดยที่ผู้เรียนขาดการเสริมแรงผลคือปฏิกิริยาตอบสนองนั้นจะลดน้อยลง เช่น เมื่อสุนัขได้ยินเสียงกระดิ่งปรากฏว่าน้ำลายไหล และเมื่อสุนัขได้ยินเสียงกระดิ่งต่อไปโดยไม่ได้รับอาหาร ผลก็คือน้ำลายสุนัขจะหยุดไหลหรือไหลน้อยลง ซึ่งจะเป็นการตอบสนองที่ลดน้อยลงไปอันเป็นผลเนื่องมาจากการไม่ได้รับสิ่งเสริมแรง ดังนั้น การงดสิ่งเสริมแรงจัดว่าเป็นการตอบสนองที่ลดน้อยลงไปอันเป็นผลเนื่องมาจากการไม่ได้รับสิ่งเสริมแรง ดังนั้น การงดสิ่งเสริมแรงจัดว่าเป็นการนำไปสู่การตอบสนองที่อ่อนกำลังลง ซึ่งจัดว่าเป็นการลบพฤติกรรมนั่นเอง

2.1.1.3 การกลับฟื้นคืนของพฤติกรรมตามธรรมชาติ (Spontaneous Recovery) เมื่อการตอบสนองที่มีเงื่อนไขไม่ได้รับการเสริมแรงติดต่อกันหลายครั้ง ระดับการตอบสนองทางพฤติกรรมจะลดน้อยหรือมีการหยุดชะงัก แต่ในบางครั้งกระบวนการตอบสนองโดยมีน้ำลายไหลอาจจะกลับคืนมาอีกครั้งก็ได้ แม้ว่าจะไม่ได้รับสิ่งเสริมแรงก็ตาม การกลับคืนของพฤติกรรมที่ถูกลบพฤติกรรมไปแล้วนั้นเรียกว่า การฟื้นคืนของพฤติกรรมตามธรรมชาติ การฟื้นคืนของพฤติกรรมตามธรรมชาติจึงหมายความว่าความถี่ของการตอบสนองจากการวางเงื่อนไขหลังจากได้มีการหยุดชะงักของพฤติกรรมไปชั่วขณะ

#### 2.1.1.4 การตอบสนองต่อสิ่งต่างๆในลักษณะของความคล้ายคลึงกัน

(Generalization) ในการเรียนรู้การวางเงื่อนไขแบบคลาสสิกนี้จะเห็นได้ว่า ในบางครั้งสิ่งเร้าที่ได้รับ การเรียนรู้มีความคล้ายคลึงกันทำให้ผู้เรียนรู้มีความคล้ายคลึงกันทำให้ผู้เรียนมีอาการตอบสนองใน ลักษณะที่เหมือนกัน

#### 2.1.1.5 ความสามารถในการแยกแยะความแตกต่าง (Discrimination) การ

แยกแยะความแตกต่างเป็นการเรียนรู้ถึงการตอบสนอง เมื่อได้รับสิ่งเร้าที่ความแตกต่างกันสอง ลักษณะ และสามารถแยกแยะสิ่งเร้าต่างๆได้ว่ามีข้อแตกต่างกันอย่างไร

## 2.2 ทฤษฎีการวางเงื่อนไขแบบการกระทำของ Burrhus Frederic Skinner

Burrhus Frederic Skinner เป็นนักจิตวิทยาการเรียนรู้ที่มีชื่อเสียงของทฤษฎีการวางเงื่อนไขแบบการกระทำ การทดลองของ Skinner มักจะใช้สัตว์เป็นเครื่องมือในการวางเงื่อนไขแบบ การกระทำ ซึ่งมีชื่อเรียกว่า Skinner's Operant Conditioning

### 2.2.1 หลักการทดลองของ Burrhus Frederic Skinner

2.2.1.1 **ตัวของผู้เรียน** ตัวของผู้เรียนจะต้องมีความพร้อมที่จะเรียนรู้ อาจ กล่าวได้ว่า สัตว์ทดลองนั้นจะต้องขาดในสิ่งที่ต้องการ เช่น ความหิว ถ้าสัตว์มีความหิวและได้รับ อาหารเป็นรางวัลจะทำให้เกิดการเรียนรู้ได้ง่ายและรวดเร็วกว่าสัตว์ที่ไม่หิว แสดงว่าตัวผู้เรียนจะต้องมี ความพร้อมที่จะเรียนรู้ได้อย่างรวดเร็ว

2.2.1.2 **สิ่งเสริมแรง** การให้สิ่งเสริมแรงจะทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ได้อย่าง รวดเร็วขึ้น ถ้าผู้เรียนรู้จะขึ้นอยู่กับการเรียนรู้สิ่งต่างๆโดยไม่ได้รับการเสริมแรงใดๆเลย ก็ย่อมทำให้ การเรียนรู้เกิดขึ้นด้วยความลำบาก

2.2.1.3 **วิธีการให้สิ่งเสริมแรง** วิธีการเรียนรู้ที่ตีวิธีการหนึ่งนั้น Skinner มีความคิดเห็นว่าการเรียนรู้จะขึ้นอยู่กับการให้สิ่งเสริมแรง วิธีการส่งเสริมแรงในบางลักษณะ อาจ จะเกิดการเรียนรู้ค่อนข้างช้า แต่จะจำได้นาน แต่ถ้าวิธีการส่งเสริมแรงในบางลักษณะอาจจะเกิดการ เรียนรู้ค่อนข้างเร็วก็จะลืมได้เร็วเช่นกัน

### 2.2.2 การเสริมแรงตามหลักการของ Burrhus Frederic Skinner

สิ่งเสริมแรงจัดว่าเป็นสิ่งเร้าที่จะช่วยเสริมสร้างพลังการตอบสนอง หรือช่วย ทำให้การตอบสนองนั้นคงอยู่ตลอดไป ลักษณะของสิ่งเสริมแรงสามารถจำแนกออกเป็น 2 ลักษณะ คือ

2.2.2.1 **การเสริมแรงทางบวก (Positive Reinforcement)** คือ ตัวเสริมแรง ที่ทำให้เกิดความรู้สึกพอใจและมีส่วนช่วยให้การตอบสนองเพิ่มมากขึ้น เช่น อาหาร น้ำ คำชม เงิน ทอง เกียรติยศ เป็นต้น

2.2.2.2 การเสริมแรงทางลบ (Negative Reinforcement) คือ การที่ทำให้พฤติกรรมของบุคคลมีการกระทำที่เพิ่มขึ้น ซึ่งตัวเสริมแรงทางลบนั้นเป็นสิ่งเร้าที่ทำให้บุคคลไม่พึงพอใจ ลักษณะของการเสริมแรงทางลบเกิดมาจากความรู้สึกพอใจของตนที่ได้ประสบผลสำเร็จจากการหลีกเลี่ยงในสิ่งเร้าหรือสถานการณ์ที่ตนไม่พอใจ

### 2.2.3 ผลการทดลองเกี่ยวกับการวางเงื่อนไขแบบการกระทำ

ลักษณะของการวางเงื่อนไขแบบการกระทำนี้ ผู้เรียนมักจะได้รับสิ่งเสริมแรงในลักษณะของการเสริมแรงที่เป็นทางบวก เช่น การได้รับรางวัล สามารถสรุปพฤติกรรมการเรียนรู้ตามหลักการของการวางเงื่อนไขแบบการกระทำได้ดังนี้

#### 2.2.3.1 การดัดพฤติกรรม (Shaping Behavior)

ในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคลเพื่อให้เป็นที่ปรารถนาของสังคมนั้น จะต้องอาศัยสิ่งเสริมแรง ตัวอย่างที่เห็นได้ชัดจากการทดลองหนูขาว คือ เมื่อหนูขาวเกิดพฤติกรรมการเรียนรู้ในพฤติกรรมใดพฤติกรรมใดหนึ่งขึ้นมาแล้วจากการทดลองในครั้งแรก แต่พฤติกรรมดังกล่าวเป็นพฤติกรรมที่ล่าช้าหรือเป็นพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนาจะให้คงอยู่ต่อไป ผู้ทดลองจึงได้จัดให้มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม หรือมีการดัดพฤติกรรมเพื่อให้หนูทดลองได้มีพฤติกรรมแบบที่สองตามที่ผู้ทดลองพึงปรารถนา วิธีการดัดพฤติกรรมหรือการเปลี่ยนพฤติกรรมนั้นจะทำได้โดยให้สิ่งเสริมแรงที่ผู้ทดลองปรารถนาทุกครั้ง ในที่สุดหนูขาวจะสามารถเรียนรู้ได้ว่าพฤติกรรมที่เคยเรียนรู้ไปแล้วในครั้งแรกนั้นจะเป็นพฤติกรรมที่ไม่ได้รางวัล แต่พฤติกรรมที่เกิดขึ้นมาทีหลังซึ่งเป็นพฤติกรรมที่สองนั้นเป็นพฤติกรรมที่ไม่ได้รับรางวัล นั่นแสดงว่า การดัดพฤติกรรมคือการที่ผู้ทดลองพยายามเปลี่ยนแปลงปรับปรุงพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนา เป็นพฤติกรรมที่ผู้ทดลองพึงปรารถนา

#### 2.2.3.2 การเสริมแรงปฐมภูมิและการเสริมแรงทุติยภูมิ (Primary Reinforcement and Secondary Reinforcement)

การเสริมแรงปฐมภูมิเป็นการเสริมแรงที่มีผลต่อผู้เรียนเป็นอันมาก และเป็นสิ่งเสริมแรงที่จัดว่ามีความสำคัญต่อผู้เรียน เพราะจะเป็นตัวเร่งให้ผู้เรียนมีอัตราการตอบสนองเพิ่มมากขึ้น ตัวเสริมแรงปฐมภูมิจัดว่าเป็นสิ่งที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตต่อไปในอนาคต เช่น อาหารเมื่อบุคคลหรือสัตว์มีความหิว น้ำเมื่อบุคคลหรือสัตว์กำลังกระหาย ดังนั้น ทั้งน้ำและอาหารจัดว่าเป็นสิ่งเสริมแรงปฐมภูมิ

สิ่งเสริมแรงทุติยภูมิจะเป็นตัวเสริมแรงที่มีได้เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติ แต่เป็นสิ่งเสริมแรงที่เกิดขึ้นได้เพราะมีประสบการณ์มาก่อน บ่อยครั้งที่เด็วมักจะเรียกชื่อกันโดยทั่วไปเป็นสิ่งเสริมแรงที่จะเกิดขึ้นควบคู่ไปกับสิ่งเสริมแรงปฐมภูมิเสมอ ตัวอย่างเช่น การจิกแป้นสีของสีกพิราบ เมื่อนกพิราบจิกสีแดงจะทำให้อาหารตกลงมา นกพิราบจึงต้องมีการเรียนรู้ว่าเมื่อ

ต้องการอาหารจะต้องจิกแป้นสีแดง ลักษณะดังกล่าวนี้จัดว่าเป็นการเรียนรู้สิ่งเสริมแรงแบบพฤติกรรม  
 นั้นเอง

### 2.2.4 ความสำคัญของหลักการวางเงื่อนไขแบบการกระทำ

โดยปกติแล้ว หลักการวางเงื่อนไขแบบการกระทำนี้มีการทดลองในห้องปฏิบัติการโดยการใช้หนูและนกพิราบเป็นสัตว์ในการทดลอง จากหลักการวางเงื่อนไขแบบการกระทำนี้เองสามารถนำมาใช้ประโยชน์ต่อบุคคลกรหลายๆ ฝ่ายโดยอาศัยสิ่งเสริมแรงได้ เช่น นำมาใช้ในวงการการศึกษา วงการเมือง สังคม ในครอบครัว เป็นต้น สำหรับการใช้อย่างเสริมแรงในวงการศึกษานั้น ที่นิยมกันเป็นอย่างมาก คือ การนำมาใช้ในการเรียนการสอน โดยการใช้บทเรียนแบบโปรแกรมซึ่งเป็นบทเรียนสำเร็จรูปที่ผู้เรียนสามารถศึกษาความรู้ได้ด้วยตนเอง

## 2.3 ทฤษฎีการเชื่อมโยงของ Edward Lee Thorndike

### 2.3.1 สาระสำคัญกฎการเรียนรู้ของ Edward Lee Thorndike

#### 2.3.1.1 หลักการเรียนรู้แบบลองผิดลองถูก (Trial and Error)

ในการเรียนรู้ใดๆก็ตามผู้เรียนมักจะมีการทดลองกระทำพฤติกรรมต่างๆก่อน อย่างมากมายจากการทดลองจะเห็นว่า แม้วมีพฤติกรรมทวนทวาย ดิ้นรน กัดข่วน ในที่สุดแมวสามารถเปิดประตูกลได้อย่างบังเอิญ ลักษณะดังกล่าวนี้เรียกว่าเป็นวิธีลองผิดลองถูก  
 นั้นเอง

#### 2.3.1.2 หลักการเรียนรู้แบบมีจุดมุ่งหมาย (Purposive)

ในการทดลองนั้นจะเห็นได้ว่า แม้วแม้วจะมีการลองผิดลองถูกในการกระทำพฤติกรรมต่างๆก็ตาม แต่พฤติกรรมที่เกิดขึ้นของแม้วนั้นเป็นพฤติกรรมที่มีจุดมุ่งหมายคือ จุดมุ่งหมายเพื่อต้องการออกจากกรงขังให้ได้และจะได้กินอาหารที่วางล่อไว้

### 2.3.2 กฎของ Edward Lee Thorndike เบื้องต้น

2.3.2.1 กฎแห่งความพร้อม (Law of Readiness) หมายถึง สภาพความพร้อมหรือวุฒิภาวะของผู้เรียนทั้งทางร่างกาย อวัยวะต่างๆ ในการเรียนรู้และจิตใจ รวมทั้งพื้นฐานและประสบการณ์เดิม สภาพความพร้อมของหู ตา ประสาทสมองกล้ามเนื้อ ประสบการณ์เดิมที่จะเชื่อมโยงกับความรู้ใหม่หรือสิ่งใหม่ ตลอดจนความสนใจ ความเข้าใจต่อสิ่งที่เห็น ถ้าผู้เรียนมีความพร้อมตามองค์ประกอบต่างๆ ดังกล่าว ก็จะทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ได้

2.3.2.2 กฎแห่งผล (Law of Effect) กฎนี้เป็นผลทำให้เกิดความพอใจ กล่าวคือ เมื่ออินทรีย์ได้รับความพอใจ จะทำให้หรือสิ่งเชื่อมโยงแข็งมั่นคง ในทางกลับกันหากอินทรีย์ได้รับความไม่พอใจ จะทำให้พันธะหรือสิ่งเชื่อมโยงระหว่างสิ่งเร้ากับการตอบสนองอ่อนกำลังลง หรือ

อาจกล่าวได้ว่า หากอินทรีย์ได้รับความพอใจจากผลการทำกิจกรรม ก็จะเกิดผลดีกับการเรียนรู้ทำให้อินทรีย์อยากเรียนรู้เพิ่มมากขึ้นอีก ในทางตรงข้ามหากอินทรีย์ได้รับผลที่ไม่พอใจก็จะทำให้ไม่อยากเรียนรู้หรือเบื่อหน่ายและเป็นผลเสียต่อการเรียนรู้

2.3.2.3 กฎแห่งการฝึกหัด (Law of Exercise) หมายถึงการที่ผู้เรียนได้ฝึกหัดหรือกระทำซ้ำๆ บ่อยๆ ย่อมจะทำให้เกิดความสมบูรณ์ถูกต้อง ซึ่งกฎนี้เป็นการเน้นความมั่นคงระหว่างการเชื่อมโยงและการตอบสนองที่ถูกต้องย่อมนำมาซึ่งความสมบูรณ์

## 2.4 ทฤษฎีกลุ่ม Gestalt ของ Wolfgang Kohler

จิตวิทยากลุ่ม Gestalt มีชื่อเรียกในภาษาอังกฤษว่า Gestalt Psychology หรือ Gestalism เป็นกลุ่มจิตวิทยาที่เกิดขึ้นเมื่อประมาณปี ค.ศ. 1912 ในประเทศเยอรมัน ดังนั้น คำว่า Gestalt จึงเป็นภาษาเยอรมัน มีความหมายว่า ส่วนรวมทั้งหมด หรือโครงสร้างทั้งหมด หรือแบบแผนทั้งหมด โดยมีผู้ก่อตั้งจิตวิทยากลุ่ม Gestalt คือ Max Wertheimer

หลักความเชื่อเบื้องต้นเกี่ยวกับจิตวิทยา Gestalt คือ ส่วนทั้งหมดสำคัญมากกว่าผลรวมของส่วนย่อย โดยที่ส่วนย่อยๆ แต่ละอันจะมีคุณประโยชน์เพื่อเป็นองค์ประกอบของส่วนรวมทั้งหมด นอกจากนั้นจิตวิทยา Gestalt มุ่งศึกษาพฤติกรรมที่เกิดขึ้นเนื่องมาจากการรับรู้ ความจำ การเรียนรู้ การนึกคิด และการแก้ปัญหา เป็นต้น

### 2.4.1 หลักเกณฑ์ของจิตวิทยากลุ่ม Gestalt

2.4.1.1 การรับรู้แบบแผนของสิ่งเร้า ในการที่จะรับรู้แบบของสิ่งเร้าได้ดีมากน้อยเพียงใดนั้น จะขึ้นอยู่กับแบบแผนของสิ่งเร้าที่บุคคลมีการรับรู้ไป แบบแผนของการรับรู้สิ่งเร้านั้นประกอบไปด้วยหลักเกณฑ์ที่สำคัญ 5 ประการ คือ

1) **หลักความชัดเจน** หลักความชัดเจนนี้มักจะใช้ประสบการณ์เดิมเป็นสิ่งสำคัญ ในการรับรู้มันจะต้องสามารถรับรู้ได้อย่างแน่ชัดลงไป ความชัดเจนของภาพนี้จะช่วยให้การรับรู้เกิดขึ้นอย่างรวดเร็วและถูกต้องตรงตามเป้าหมายมากกว่า การรับรู้ตามหลักความชัดเจนนี้ควรจะแสดงให้เห็นชัดเจนว่า ส่วนใดเป็นภาพ (Figure) หรือส่วนใดเป็นพื้น (Ground)

2) **หลักความใกล้ชิด (Proximity)** การรับรู้ของบุคคลมักจะอยู่ในขอบเขตของความใกล้ชิดกัน ของใดที่อยู่ใกล้กันมักจะรวมอยู่ในกลุ่มหรือพวกเดียวกัน สิ่งที่อยู่กระจัดกระจายจะไม่มีกรรับรู้ว่าเป็นกลุ่มเดียวกัน

3) **หลักความต่อเนื่อง (Continuity)** การรับรู้ในกลุ่มนี้จะมีการรับรู้ในลักษณะที่ต่อเนื่องกันไป ซึ่งจะมีลักษณะที่คล้ายคลึงกับหลักของความใกล้ชิดกัน

4) **หลักความคล้ายคลึงกัน (Similarity)** ลักษณะใด ๆ ก็ตามที่มีความคล้ายคลึงกันหรือมีลักษณะสำคัญร่วมกัน จะทำให้เกิดการรับรู้ว่าเป็นพวกเดียวกัน

5) **หลักของความสิ้นสุด (Closure)** การรับรู้ที่น่าสนใจอีกลักษณะหนึ่งคือ การรับรู้มักจะมีการรับรู้ในสิ่งต่างๆ ในลักษณะของการสิ้นสุด แม้ว่าภาพนั้นหรือสิ่งนั้นไม่ใช่เป็นภาพที่สมบูรณ์ เช่น วงกลมที่ไม่ได้เป็นเส้นวงกลมทั้งหมด

**2.4.2 การหยั่งรู้หยั่งเห็น (Insight)** การหยั่งรู้หยั่งเห็นเป็นหลักการที่สำคัญอีกประการหนึ่งที่จะทำให้ผู้เรียนเกิดความรู้ความเข้าใจอย่างแท้จริง สามารถมองเห็นความสัมพันธ์ของสิ่งต่างๆ ที่ประกอบกันเข้าเป็นสถานการณ์ต่างๆ ได้ดี สามารถสรุปหลักการหยั่งรู้หยั่งเห็นได้ดังนี้

1) **การรับรู้** ผู้เรียนจะต้องมีการรับรู้เหตุการณ์ต่างๆ ได้ก่อนจึงจะเกิดการหยั่งรู้หยั่งเห็นได้ ถ้าบุคคลใดก็ตามไม่มีการรับรู้แล้วย่อมแน่นอนว่าจะไม่มีการหยั่งรู้ได้ ลักษณะของการรับรู้จึงเป็นจุดเริ่มต้นของการเกิดการหยั่งรู้หยั่งเห็น

2) **ความสามารถทางสติปัญญา** ผู้เรียนต้องมีความสามารถทางสติปัญญา จึงจะสามารถเกิดการหยั่งรู้หยั่งเห็นได้ ถ้าผู้เรียนไม่มีความสามารถทางด้านสติปัญญาแล้ว การหยั่งรู้หยั่งเห็นในสิ่งต่างๆ ย่อมจะไม่เกิดขึ้น

3) **การมีประสบการณ์เดิม** การมีประสบการณ์เดิมจะช่วยทำให้การเรียนรู้แบบหยั่งรู้หยั่งเห็นเกิดขึ้นได้ ถ้าไม่มีประสบการณ์เดิมหรือความรู้เดิมแล้ว การหยั่งรู้หยั่งเห็นย่อมเกิดขึ้นได้ยาก

4) **การมองเห็นความสัมพันธ์ของสิ่งที่เรียน** ผู้เรียนต้องมีความสามารถในการรับรู้ความสัมพันธ์ของรูปแบบทั้งหมด ถ้าไม่สามารถมองเห็นความสัมพันธ์ของสิ่งที่เรียนแล้วย่อมไม่เกิดการหยั่งรู้หยั่งเห็นได้

## 2.5 ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมเชิงพุทธิปัญญาของ Albert Bandura

ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมเชิงพุทธิปัญญา (Social Cognitive Learning Theory) ซึ่งเป็นทฤษฎีของศาสตราจารย์ Albert Bandura แห่งมหาวิทยาลัยสแตนฟอร์ด ประเทศสหรัฐอเมริกา Bandura มีความเชื่อว่าการเรียนรู้ของมนุษย์ส่วนมากเป็นการเรียนรู้โดยการสังเกตหรือการเลียนแบบ (Bandura, 1963) จึงเรียกการเรียนรู้จากการสังเกตว่า การเรียนรู้โดยการสังเกตหรือ การเลียนแบบ และเนื่องจากมนุษย์มีปฏิสัมพันธ์ (Interact) กับสิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบๆ ตัวอยู่เสมอ Albert Bandura อธิบายว่าการเรียนรู้เกิดจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนและสิ่งแวดล้อมในสังคม ซึ่งทั้งผู้เรียนและสิ่งแวดล้อมมีอิทธิพลต่อกันและกัน Albert Bandura (1971) จึงเปลี่ยนชื่อทฤษฎีการเรียนรู้ว่า การเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning Theory) แต่ต่อมาได้เปลี่ยนเป็นการเรียนรู้ทางสังคมเชิงพุทธิปัญญา (Social Cognitive Learning Theory) อีกครั้งหนึ่ง ทั้งนี้ เนื่องจาก Albert Bandura พบจากการทดลองว่า สาเหตุที่สำคัญอย่างหนึ่งในการเรียนรู้ด้วยการสังเกต คือ ผู้เรียนจะต้องเลือกสังเกตสิ่งที่ต้องการเรียนรู้โดยเฉพาะ และสิ่งสำคัญอีกอย่างหนึ่งก็คือ ผู้เรียนจะต้อง

มีการเข้ารหัส (Encoding) ในความทรงจำระยะยาวได้อย่างถูกต้อง นอกจากนี้ผู้เรียนต้องสามารถที่จะประเมินได้ว่าตนเลียนแบบได้ดีหรือไม่ดีอย่างไร และจะต้องควบคุมพฤติกรรมของตนเองได้ด้วย (Metacognitive) Albert Bandura จึงสรุปว่า การเรียนรู้โดยการสังเกต จึงเป็นกระบวนการทางการรู้คิดหรือพุทธิปัญญา (Cognitive Processes)

### 2.5.1 การเรียนรู้โดยการสังเกตหรือการเลียนแบบ (Observational Learning หรือ Modeling)

Albert Bandura มีความเห็นว่าทั้งสิ่งแวดล้อม และตัวผู้เรียนมีความสำคัญเท่าๆกัน เขากล่าวว่า คนเรามีปฏิสัมพันธ์ (Interact) กับสิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบๆตัวเราอยู่เสมอ การเรียนรู้เกิดจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียน และสิ่งแวดล้อม ซึ่งทั้งผู้เรียนและสิ่งแวดล้อมมีอิทธิพลต่อกันและกัน พฤติกรรมของคนเรา ส่วนมากจะเป็นการเรียนรู้โดยการสังเกต (Observational Learning) หรือการเลียนแบบจากตัวแบบ (Modeling) สำหรับตัวแบบไม่จำเป็นต้องเป็นตัวแบบที่มีชีวิตเท่านั้น แต่อาจจะเป็นตัวแบบสัญลักษณ์ เช่น ตัวแบบที่เห็นในโทรทัศน์ หรือภาพยนตร์ หรืออาจจะเป็นรูปภาพ การดูหนังสือก็ได้ นอกจากนี้ คำบอกเล่าด้วยคำพูดหรือ ข้อมูลที่เขียนเป็นลายลักษณ์อักษร ก็เป็นตัวแบบได้ การเรียนรู้โดยการสังเกตไม่ใช่การลอกแบบจากสิ่งที่เห็น โดยผู้เรียนไม่คิด คุณสมบัติของผู้เรียนมีความสำคัญ เช่น ผู้เรียนจะต้องมีความสามารถที่จะรับรู้สิ่งเร้า และสามารถสร้างรหัสหรือกำหนดสัญลักษณ์ของสิ่งที่สังเกตเก็บไว้ในความจำระยะยาวและสามารถเรียกใช้ในขณะที่ยังสังเกตเห็น ต้องการแสดงพฤติกรรมเหมือนตัวแบบ

## 3. คำอธิบายรายวิชาจิตวิทยาการเรียนรู้และการแนะแนว (Psychology of Learning and Guidance) (1052401) 3(2-2-5)

### คำอธิบายรายวิชา

หลักการและทฤษฎีการเรียนรู้ กระบวนการเรียนรู้ ชนิดของการเรียนรู้ การถ่ายโยงการเรียนรู้ ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเรียนรู้ การจูงใจและการปรับพฤติกรรมในการเรียนสอน กระบวนการเทคนิคและเครื่องมือในการให้บริการทางจิตวิทยาและการแนะแนวในสถานศึกษารูปแบบบริการทางจิตวิทยาและการแนะแนวในสถานศึกษา หลักการเบื้องต้น วิธีการให้คำปรึกษาในด้านต่างๆ เทคนิค และ ฝึกทักษะการให้คำปรึกษาเบื้องต้น

#### 4. คำอธิบายรายวิชาการปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2557)

##### 4.1 การปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา 1 (Internship 1) (1004801) 5(450)

###### คำอธิบายรายวิชา

ทฤษฎีและหลักการที่บูรณาการมาใช้จากรายวิชาชีพรู มาตรฐานการเรียนรู้ สาระการเรียนรู้ การจัดการเรียนรู้ตามกลุ่มสาระที่สอดคล้องกับสาขาวิชาที่เรียน ช่วงชั้นที่ 1 และ 2 ภารกิจอื่นๆ ในสถานศึกษา การวัดและประเมินผลตามสภาพจริง การศึกษาวิเคราะห์ผู้เรียนเป็นรายบุคคล แฟ้มสะสมงาน

##### 4.2 การปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา 2 (Internship 2) (1004802) 5(450)

###### คำอธิบายรายวิชา

ทฤษฎีและหลักการที่บูรณาการมาใช้จากรายวิชาชีพรู มาตรฐานการเรียนรู้ สาระการเรียนรู้ การจัดการเรียนรู้ตามกลุ่มสาระที่สอดคล้องกับสาขาวิชาที่เรียน ช่วงชั้นที่ 3 และ 4 ภารกิจอื่นๆ ในสถานศึกษา การวัดและประเมินผลตามสภาพจริง การวิจัยในชั้นเรียน

#### 5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จากการที่ได้ทำการวิจัยเรื่อง การศึกษาสุขภาพจิตและการนำทฤษฎีทางจิตวิทยาการศึกษาไปใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน ของนักศึกษาฝึกประสบการณ์วิชาชีพครูคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรีนั้น มีงานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องดังนี้

ภัทรารรรณ์ สุนทราศรี (2552) ได้ทำการศึกษาเรื่องปัจจัยคัดสรรที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี โดยมีวัตถุประสงค์ คือ เพื่อศึกษาปัจจัยคัดสรรที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี โดยทำการศึกษานักศึกษาระดับปริญญาตรีทุกชั้นปี จำนวน 8,552 คน เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถามจำนวน 9 ชุด มีลักษณะเป็นแบบตรวจสอบและมาตราส่วนประมาณค่า วิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน ผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 มี 6 ปัจจัย โดยเรียงลำดับจากปัจจัยที่มีอิทธิพลมากไปน้อย ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับผู้ปกครอง สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษา กับอาจารย์ สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับเพื่อน ลักษณะทางกายภาพในมหาวิทยาลัย บุคลิกภาพ และการสนับสนุนทางการเรียนของผู้ปกครอง ซึ่งทั้งหมดรวมกันอธิบายความแปรปรวนของสุขภาพจิตได้ร้อยละ 33.80

จตุพร อาญาเมือง และคณะ (2556) ได้ทำการศึกษาสภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษา สาธารณสุขชุมชน จังหวัดชลบุรีโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสำรวจสภาวะสุขภาพจิต และปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับสภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษาสาธารณสุขชุมชน ชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดชลบุรี ประชากรที่ศึกษาคือ นักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขชุมชน ชั้นปีที่ 1 จำนวน 120 คน เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามปัจจัยส่วนบุคคล และแบบสอบถาม SCL – 90 สถิติที่ใช้ คือ จำนวน ร้อยละ และค่า Chi – Square ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่มีสภาวะสุขภาพจิตปกติ เป็นเพศหญิง เพศและกลุ่มอายุไม่มีความสัมพันธ์กับสภาวะสุขภาพจิต

จิตตภา ศุณาลัย (2549) ได้ทำการศึกษาการพัฒนาความเป็นครูของนิสิตฝึกประสบการณ์วิชาชีพครู คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ มีจุดประสงค์เพื่อศึกษาการพัฒนาความเป็นครูของนิสิตฝึกประสบการณ์วิชาชีพครู คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ พบว่า ด้านวิชาการ นิสิตได้รับการพัฒนามากที่สุด 3 ลำดับแรก คือ สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ดี การแสวงหาความรู้ด้วยตนเอง และมีความรู้ในศาสตร์วิชาเอก ด้านความเป็นครู นิสิตได้รับการพัฒนามากที่สุด 3 ลำดับแรก คือ ความรับผิดชอบต่อการสอน ความเข้าใจในบทบาทครูและการเป็นสมาชิกที่ดีของโรงเรียน ด้านการเปลี่ยนแปลงเป็นครู นิสิตได้รับการพัฒนามากที่สุด 3 ลำดับแรก คือ ความรักสถาบัน การเข้ากับคนอื่นได้ และการพัฒนาตนเอง โดยบุคคลที่มีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงของนิสิตคือ อาจารย์มีส่วนทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงความรู้ในศาสตร์การศึกษา และความรู้ในวิชาเอก และตนเองมีทัศนคติที่ดีต่อตนเองขึ้น ความรักในวิชาชีพ และความสามารถในการแก้ปัญหา

อมร เพชรสุวรรณ และคณะ (2549) ทำการวิจัยเรื่องปัญหาในการฝึกประสบการณ์วิชาชีพครูของนักศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม ปีการศึกษา 2549 โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัญหาในการฝึกประสบการณ์วิชาชีพครูของนักศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ ประชากรเป็นนักศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ ชั้นปีที่ 4 ที่ผ่านการฝึกประสบการณ์วิชาชีพครูเรียบร้อยแล้ว จำแนกตามโปรแกรมวิชาเอก จำนวน 376 คน โดยสำรวจจากกลุ่มตัวอย่าง 250 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล เป็นแบบสอบถาม ผลการวิจัยพบว่า สภาพโดยทั่วไปของนักศึกษาส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 55.8 โดยมีระดับผลการเรียน 2.00 – 3.00 มากที่สุด ร้อยละ 65.4 นักศึกษาส่วนใหญ่ที่ตอบแบบสอบถามมากที่สุดเป็นนักศึกษาโปรแกรมประถมศึกษา รองลงมาเป็นโปรแกรมพลศึกษา และโปรแกรมการศึกษามนุษยวิทยา ปัญหาที่พบมากที่สุดในการฝึกประสบการณ์วิชาชีพครู 3 อันดับ ได้แก่ 1 ปัญหาเกี่ยวกับอุปสรรคในการเดินทาง 2 ปัญหาเกี่ยวกับนักเรียนขาดบ่อย และนักเรียนมีพฤติกรรมก้าวร้าวไม่เชื่อฟัง 3 ปัญหาการเขียนแผนการสอนไม่ทัน การผลิตสื่อ และปัญหาด้านอุปกรณ์และเครื่องอำนวยความสะดวกในการสอน

กฤษณา ชินสิญจน์ และคณะ (2550) ได้ทำการวิจัยผลของกระบวนการจัดการสังเกตและผลปฏิบัติงานครูต่อการนำไปใช้ในการฝึกประสบการณ์วิชาชีพครูของนิสิตคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของกระบวนการจัดการสังเกตและฝึกปฏิบัติงานครูต่อการนำไปใช้ในการฝึกประสบการณ์วิชาชีพครู คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสนในด้านวิชาชีพครู บุคลิกภาพความเป็นครู บทบาทหน้าที่ของครูและการสอนสาขาวิชาเอก กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ นิสิตคณะศึกษาศาสตร์ สาขาศึกษาศาสตร์เกษตร และสาขาเกษตรและสิ่งแวดล้อมศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน จำนวน 63 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถาม การวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าร้อยละ และการวิเคราะห์เนื้อหา ผลการวิจัยพบว่า ด้านวิชาชีพครู นิสิตมีความรัก ความศรัทธา และเห็นความสำคัญในอาชีพครูมาก ด้านบุคลิกภาพความเป็นครู นิสิตมีการรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นและมีความมั่นใจในตนเองมาก ด้านบทบาทหน้าที่ครู นิสิตมีการปฏิบัติหน้าที่ครูตามจรรยาบรรณในวิชาชีพและมีเทคนิคในการปกครองนักเรียนมาก และด้านการสอนสาขาวิชาเอก นิสิตมีการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า เทคนิคการสอน และการจัดทำแผนการจัดการเรียนรู้ได้ดีมาก

ประมวล ตันยะ (2537) ได้ทำการวิจัยเรื่องปัญหาการจัดฝึกประสบการณ์วิชาชีพครู วิทยาลัยครูนครราชสีมา โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาปัญหาเกี่ยวกับการจัดฝึกประสบการณ์วิชาชีพครู ของวิทยาลัยครูนครราชสีมา และเพื่อรวบรวมข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการจัดฝึกประสบการณ์วิชาชีพครู ของวิทยาลัยตามความคิดเห็นของนักศึกษาฝึกสอน อาจารย์นิเทศ อาจารย์พี่เลี้ยง และผู้บริหารโรงเรียน ซึ่งปฏิบัติหน้าที่ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2536 จำนวน 648 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถาม ชนิดมาตราส่วนประมาณค่า และชนิดปลายเปิด ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้น จำนวน 4 ฉบับ สำหรับกลุ่มตัวอย่างตอบ การวิเคราะห์ข้อมูลได้ใช้สถิติพื้นฐาน ซึ่งประกอบด้วย ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลการวิจัยด้านนักศึกษาฝึกสอนปรากฏดังนี้ นักศึกษาฝึกสอนมีความเห็นว่า ปัญหาการจัดฝึกประสบการณ์วิชาชีพครูของวิทยาลัยครูนครราชสีมาที่สำคัญ ได้แก่ โรงเรียนมีอุปกรณ์น้อยไม่เพียงพอที่จะนำมาใช้ประกอบการสอน นักศึกษามีโอกาสสังเกตการสอนอาจารย์พี่เลี้ยงน้อย และการยืมวัสดุอุปกรณ์ของโรงเรียนไม่สะดวก โรงเรียนมีงานพิเศษให้นักศึกษาทำมากและเร่งด่วน รวมทั้งให้ทำหลายอย่างในเวลาเดียวกัน นักศึกษามีความวิตกกังวลเกี่ยวกับการวางตัวเป็นครูในโรงเรียน ต้องเสียค่าใช้จ่ายมากในระหว่างฝึกประสบการณ์วิชาชีพครู

วิลาวัลย์ จารุอรียานนท์ (2555) ทำการวิจัยเรื่องรูปแบบการบริหารจัดการการฝึกประสบการณ์วิชาชีพครูเพื่อพัฒนาคุณภาพครูยุคใหม่ มีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาการบริหารจัดการการฝึกประสบการณ์วิชาชีพครูที่เป็นอยู่ในปัจจุบันตามวงจร PDCA เพื่อศึกษาแนวทางการบริหารจัดการการฝึกประสบการณ์วิชาชีพครูเพื่อพัฒนาคุณภาพครูยุคใหม่ตามความเห็นของผู้เชี่ยวชาญด้านการ

ผลิตครู และเพื่อสร้างและประเมินรูปแบบการบริหารจัดการการฝึกประสบการณ์วิชาชีพครูเพื่อพัฒนาคุณภาพครูยุคใหม่ กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักศึกษาฝึกประสบการณ์วิชาชีพครูจำนวน 312 คน อาจารย์นิเทศก์ 169 คน และครูพี่เลี้ยง 262 คน ได้มาจากการสุ่มแบบสองขั้นตอน เครื่องมือวิจัย ได้แก่แบบสอบถาม ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ 977 แบบสัมภาษณ์ แบบประเมินรูปแบบ สถิติที่ใช้ ได้แก่สถิติพรรณนา ค่าความแปรปรวนพหุ (MANOVA) ผลการวิจัยด้านแนวทางการบริหารจัดการการฝึกประสบการณ์วิชาชีพครูเพื่อพัฒนาคุณภาพครูยุคใหม่ ตามความเห็นของผู้เชี่ยวชาญด้านการผลิตครูพบว่า อาจารย์คณะครุศาสตร์ / ศึกษาศาสตร์ควรเปลี่ยนกระบวนทัศน์ในการจัดการเรียนรู้ใหม่ เช่นการจัดการเรียนรู้แบบวิจัยเป็นฐาน เน้นฝึกวิเคราะห์ นักศึกษาควรได้ฝึกประสบการณ์วิชาชีพครูตั้งแต่ปี 1 โดยมีการบ่มเพาะความเป็นครู คณะครุศาสตร์ / ศึกษาศาสตร์ ควรเลือกสถานฝึกประสบการณ์วิชาชีพที่มีความพร้อมเป็นแหล่งฝึก และคัดเลือกอาจารย์นิเทศก์ที่มีความรู้ในเนื้อหาวิชา มีทักษะในการจัดการเรียนรู้ และการวิจัย และครูพี่เลี้ยงที่มีความพร้อมและเป็นแบบอย่างที่ดี

พรรณราย เทียมทัน และ อนุวัติ คุณแก้ว (2552) ได้ทำการวิจัยเรื่องการวิจัยและพัฒนา รูปแบบการฝึกประสบการณ์วิชาชีพของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบูรณ์ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาพและปัญหาการฝึกประสบการณ์วิชาชีพของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบูรณ์ และของนักศึกษาในมหาวิทยาลัยต่าง ๆ ในประเทศและต่างประเทศ และพัฒนารูปแบบการฝึกประสบการณ์วิชาชีพของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบูรณ์ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาฝึกประสบการณ์วิชาชีพ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบูรณ์ จำนวน 20 คน อาจารย์มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบูรณ์ จำนวน 30 คน และผู้ประกอบการในจังหวัดเพชรบูรณ์ จำนวน 20 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย แบบสัมภาษณ์สภาพและปัญหาการฝึกประสบการณ์วิชาชีพของนักศึกษา แบบวิเคราะห์สภาพและปัญหาการฝึกประสบการณ์วิชาชีพของนักศึกษา และแบบประเมินรูปแบบการฝึกประสบการณ์วิชาชีพของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบูรณ์ การวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการวิเคราะห์เนื้อหา ผลการวิจัยพบว่า คณะต่าง ๆ ภายในมหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบูรณ์จะมีหน่วยฝึกประสบการณ์วิชาชีพ โดยทำหน้าที่จัดหาสถานที่ฝึกปฐมนิเทศก่อนฝึก จัดการนิเทศ และสัมมนาหลังฝึก สำหรับปัญหาที่พบ ได้แก่ แหล่งฝึกงานอยู่ไกล ไม่เพียงพอ และการไม่ได้รับความร่วมมือจากสถานประกอบการ นักศึกษาไม่มีความรู้และทักษะในการทำงาน การนิเทศไม่ต่อเนื่อง

จากการศึกษาวิจัยที่กล่าวมาจะเห็นได้ว่าปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของนักศึกษาที่มีอิทธิพลมากคือ สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับผู้ปกครอง นักศึกษาส่วนใหญ่สภาวะสุขภาพจิตปกติ นอกจากนี้จากการวิจัยเพื่อศึกษาสภาพ ปัญหา และพัฒนาความเป็นครู การฝึกประสบการณ์วิชาชีพครูของนักศึกษา พบว่า สภาพและปัญหาส่วนใหญ่ ได้แก่ โรงเรียนมีอุปกรณ์ไม่เพียงพอ สถานที่ฝึกอยู่ไกลทำให้เกิดปัญหาการเดินทาง ด้านการพัฒนาความเป็นครู การฝึกประสบการณ์วิชาชีพครูของ

นักศึกษานั้น งานวิจัยส่วนใหญ่เห็นด้วยว่าควรมีการส่งเสริมให้นักศึกษาเห็นความสำคัญของอาชีพครูให้มากขึ้น รวมทั้งควรให้มีการฝึกประสบการณ์วิชาชีพครูตั้งแต่ชั้นปีที่ 1 เพื่อเป็นการบ่มเพาะความเป็นครูให้มากขึ้น

มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี