



รายงานการวิจัย เรื่อง

ภาวะสุขภาพจิต ความต้องการบริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ปัจจัยที่เกี่ยวข้อง
และนโยบายเพื่อส่งเสริมสุขภาพจิตของนักศึกษาและบุคลากรในมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช
Mental Health Status, Psychological Counseling Service Needs, Related Factors,
and Policy to Promote Mental Health Among Students and Staff
at Sukhothai Thammathirat Open University

โดย
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรวิช นาคแป้น
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปธานิน แสงอรุณ
นางอรนุช กาญจนประกร

การวิจัยครั้งนี้ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยพัฒนาการเรียนการสอนทางไกลสู่ระดับนานาชาติ
ประจำปี 2567
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช

ชื่อเรื่อง	ภาวะสุขภาพจิต ความต้องการบริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ปัจจัยที่เกี่ยวข้องและนโยบายเพื่อส่งเสริมสุขภาพจิตของนักศึกษาและบุคลากรในมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาราช
ชื่อผู้วิจัย	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรวิษ นาคแป้น ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปธานิน แสงอรุณ และ นางอรนุช กาญจนประกร
ปีที่แล้วเสร็จ	2568

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) ศึกษาภาวะสุขภาพจิตและความต้องการบริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยา (2) ศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิต และ (3) เสนอนโยบายการบริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยา เพื่อส่งเสริมสุขภาพจิตของนักศึกษาและบุคลากรในมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาราช การวิจัยนี้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบผสมผสาน (Mixed Methods) ซึ่งประกอบด้วยการเก็บข้อมูลเชิงปริมาณผ่านแบบสอบถามจากนักศึกษา 442 คน และบุคลากร 332 คน วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนาและการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบเป็นขั้นตอนที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 รวมถึงการสนทนากลุ่มเพื่อเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพ โดยใช้การวิเคราะห์เชิงเนื้อหา ด้วยวิธีการวิเคราะห์เนื้อหา

ผลการวิจัยเกี่ยวกับ (1) ภาวะสุขภาพจิตและความต้องการบริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยา พบว่ากลุ่มตัวอย่างนักศึกษาร้อยละ 43.4 และกลุ่มตัวอย่างบุคลกรร้อยละ 35.2 มีสุขภาพจิตดีกว่าคนทั่วไป มากกว่าครึ่ง (นักศึกษาคิดเป็นร้อยละ 55.0 และบุคลากรคิดเป็นร้อยละ 50.3) เห็นความสำคัญและความจำเป็นของการจัดบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาราชระดับมาก รวมถึงเกือบครึ่ง (นักศึกษาคิดเป็นร้อยละ 48.9 และบุคลากรคิดเป็นร้อยละ 47) มีความต้องการให้มีบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในระดับมากเช่นกัน (2) ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิต จากการพยากรณ์การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้น ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิตกับดัชนีชี้วัดสุขภาพจิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาราช พบว่ามีตัวแปรที่เข้าสมการทั้งหมด 6 ตัวแปร ได้แก่ ปัจจัยด้านจิตใจ ($\beta = 0.319$, $p = 0.000$) ปัจจัยด้านชีวภาพ ($\beta = 0.239$, $p = 0.000$) ปัจจัยด้านสังคม ($\beta = 0.283$, $p = 0.000$) อายุ ($\beta = 0.160$, $p = 0.000$) เพศหญิง ($\beta = 0.116$, $p = 0.002$) และสาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ ($\beta = 0.089$, $p = 0.016$) โดยสามารถร่วมกันทำนายดัชนีชี้วัดสุขภาพจิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาราชได้ถึงร้อยละ 47.30 ($R^2 = 0.473$, $p = 0.000$) ส่วนบุคลากรพบว่ามีตัวแปรที่เข้าสมการทั้งหมด 7 ตัวแปร ได้แก่ ปัจจัยด้านสังคม ($\beta = 0.409$, $p = 0.000$) ปัจจัยด้านจิตใจ ($\beta = 0.259$, $p = 0.000$) ลูกจ้าง/ลูกจ้างชั่วคราว/เหมาบริการ ($\beta = -0.077$, $p = 0.000$) ปัจจัยด้านชีวภาพ ($\beta = 0.187$, $p = 0.000$) ระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี ($\beta = -0.181$, $p = 0.000$) อายุ ($\beta = 0.137$, $p = 0.001$) เพศหญิง ($\beta = 0.101$, $p = 0.013$) โดยสามารถร่วมกันทำนายดัชนีชี้วัดสุขภาพจิตของบุคลากรของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาราชได้ถึงร้อยละ 49.10 ($R^2 = 0.491$, $p = 0.000$) และ (3) นโยบายการบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อส่งเสริมสุขภาพจิต พบว่าทางมหาวิทยาลัยควรมีการจัดตั้งระบบพี่เลี้ยงเพื่อให้คำปรึกษา พัฒนาช่องทางสื่อสารข้อมูลเกี่ยวกับบริการสุขภาพจิต และมีการบูรณาการสุขภาพจิตให้เป็นส่วนหนึ่งของนโยบายหลักของมหาวิทยาลัย อันจะนำไปสู่การสร้างสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมสุขภาพจิตของนักศึกษาและบุคลากรของมหาวิทยาลัยอย่างยั่งยืนต่อไป

คำสำคัญ ภาวะสุขภาพจิต การปรึกษาเชิงจิตวิทยา นโยบาย การส่งเสริมสุขภาพจิต มหาวิทยาลัยเปิด

Title: Mental Health Status, Psychological Counseling Service Needs, Related Factors, and Policy to Promote Mental Health Among Students and Staff at Sukhothai Thammathirat Open University

Researchers: Assistant Professor Dr.Worrawit Nakpan
Assistant Professor Dr.Pathanin Sangaroon
and Ms.Oranuch Kanjanaprakorn

Year: 2025

Abstract

This study aimed to (1) assess the mental health conditions and demand for psychological counseling services among students and staff at Sukhothai Thammathirat Open University (STOU), (2) identify key factors associated with their mental health, and (3) propose policy recommendations for psychological counseling services to promote their mental well-being. A mixed-methods approach was employed, incorporating quantitative data collection from 442 students and 332 staff members through structured questionnaires, analyzed using descriptive statistics and stepwise multiple regression at a significance level of 0.05. Additionally, qualitative data were obtained through focus group discussions and analyzed using thematic content analysis.

The results indicated that (1) regarding mental health conditions and the need for psychological counseling services, 43.4% of student participants and 35.2% of staff participants reported better mental health than the general population. More than half (55.0% of students and 50.3% of staff) recognized the high importance and necessity of establishing psychological counseling services at Sukhothai Thammathirat Open University (STOU). Additionally, nearly half (48.9% of students and 47.0% of staff) expressed a strong need for such services. (2) Factors associated with mental health were analyzed using stepwise multiple regression to examine the relationship between personal factors, mental health-related factors, and mental health index scores among students at STOU. The analysis identified six significant predictors: psychological factors ($\beta = 0.319$, $p = 0.000$), biological factors ($\beta = 0.239$, $p = 0.000$), social factors ($\beta = 0.283$, $p = 0.000$), age ($\beta = 0.160$, $p = 0.000$), female gender ($\beta = 0.116$, $p = 0.002$), and enrollment in the health sciences program ($\beta = 0.089$, $p = 0.016$). These variables collectively explained 47.30% of the variance in students' mental health index scores ($R^2 = 0.473$, $p = 0.000$). For staff, seven significant predictors were identified: social factors ($\beta = 0.409$, $p = 0.000$), psychological factors ($\beta = 0.259$, $p = 0.000$), employment as a contract or temporary staff member ($\beta = -0.077$, $p = 0.000$), biological factors ($\beta = 0.187$, $p = 0.000$), education level below a bachelor's degree ($\beta = -0.181$, $p = 0.000$), age ($\beta = 0.137$, $p = 0.001$), and female gender ($\beta = 0.101$, $p = 0.013$). These variables collectively accounted for 49.10% of the variance in staff members' mental health index scores ($R^2 = 0.491$, $p = 0.000$), and (3) Policy recommendations for psychological counseling services suggest that STOU should establish a mentorship system to provide counseling support, develop effective communication channels for mental health services, and integrate mental health promotion into the university's core policies. These initiatives will contribute to fostering a sustainable environment that supports the mental well-being of students and staff.

Keywords: Mental health Psychological counseling Policy Mental health promotion Open university