

การวิเคราะห์สุขภาพจิตของนักศึกษาชาวจีนในสถานการณ์โควิด -19 : กรณีศึกษาใน 4 มหาวิทยาลัยของประเทศจีน*

THE ANALYSIS OF THE PRESENT SITUATION OF CHINESE STUDENT'S MENTAL HEALTH PROBLEMS: THE CASE STUDY OF FOUR CHINESE'S UNIVERSITIES

หลี่ ชิง*

Li Qing

สาขาวิชาศิลปะ วิทยาลัยนานาชาติ มหาวิทยาลัยเกริก

Department of Fine Arts, International College, Krirk University, Thailand

*Corresponding author E-mail: liqingsuqian@gmail.com

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อวิเคราะห์ปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษาชาวจีนในสถานการณ์โควิด - 19 จากกรณีศึกษาใน 4 มหาวิทยาลัยของประเทศจีนที่ตั้งอยู่ภาคเหนือ ภาคกลาง ภาคตะวันตก และภาคใต้ และเสนอแนวทางในการเรียนการสอนเกี่ยวกับด้านสุขภาพจิตของนักศึกษาในการเสริมสร้างระบบสภาพแวดล้อมเกี่ยวกับการแก้ไขปัญหาด้านสุขภาพจิต และนำเสนอข้อเสนอแนะให้ผู้บริหารมหาวิทยาลัยในการแก้ไขปัญหาด้านสุขภาพจิตของนักศึกษาให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุด กลุ่มเป้าหมายของการวิจัยเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1-4 จากมหาวิทยาลัยของรัฐ 4 แห่ง จำนวนกลุ่มเป้าหมาย 122,344 คน ผู้วิจัยเก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถามออนไลน์ ได้รับการตอบกลับจำนวน 118,684 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 99.45% ของแบบสอบถามทั้งหมด จากนั้นนำข้อมูลมาจัดระบบผ่านโปรแกรม Microsoft Excel แล้ววิเคราะห์ข้อมูลสถิติผ่านเครื่องมือ SPSS Python และ HiveSQL เพื่อจำแนกกลุ่มปัญหาที่ต้องการไปยังกลุ่มเป้าหมาย จากนั้นจึงจัดเรียงแนวคิดการแก้ไขปัญหาด้านสุขภาพจิตออกเป็นปัญหาทางจิตระดับที่ 1 ซึ่งเป็นปัญหาทางจิตระดับรุนแรง ปัญหาทางจิตระดับที่ 2 และปัญหาทางจิตระดับที่ 3 ผลการวิจัยพบว่า ปัญหาเกี่ยวกับแรงกดดันในการทำงานของนักศึกษาถือว่ารุนแรงที่สุด รองลงมาคือความกดดันในการเรียนและการปรับตัวเข้ากับมหาวิทยาลัย จากผลการวิจัยข้างต้น ผู้วิจัยเสนอแนะว่าควรมอบหมายอาจารย์ผู้เชี่ยวชาญด้านปัญหาสุขภาพจิตเป็นผู้ให้คำปรึกษา หรือให้อาจารย์ที่ปรึกษาคอยสังเกตอาการของนักศึกษาแล้วให้คำแนะนำที่ดี

ต่อสภาพจิตใจ หรือดำเนินการช่วยเหลือแบบเพื่อนช่วยเพื่อน คือ ผู้ให้คำปรึกษาต้องพูดคุยแบบตัวต่อตัวกับนักศึกษา ถ้าหากมีสถานการณ์ที่ผิดปกติควรแจ้งผู้ปกครองทันที และรวบรวมสถานการณ์ของนักศึกษาเพื่อดำเนินการแทรกแซงและรักษาในขั้นตอนถัดไป รวมทั้งการดำเนินกิจกรรมให้ความรู้ด้านสุขภาพจิตไปยังกลุ่มนักศึกษาโดยตรง

คำสำคัญ: ปัญหาสุขภาพจิต, นักศึกษาระดับมหาวิทยาลัย, สถาบันอุดมศึกษาในประเทศไทย

Abstract

This research aims to analyze the psychological health problems of Chinese college students during the Covid-19 epidemic from four universities located in northern, central, western, and southern of China; and proposes teaching methods for students' mental health to strengthen the environmental system for solving mental health problems and make recommendations to university administrators to address students' mental health issues most effectively. The target group of the study was students from grades 1-4 in four public universities, with a target group of 122,344 people. The researchers collected 118,684 online questionnaires, accounting for 99.45% of all questionnaires. Then organize the data through Microsoft Excel programs and analyze the statistical data through SPSS Python and HiveSQL tools, classify the required issues into target groups, and then classify the concept of mental health issues into level 1 serious mental problems, level 2 mental problems, and level 3 mental problems. The problem of job stress among students is considered the most serious, followed by the pressure of studying and adapting to universities. Based on the results of the above study, the researchers recommend appointing a mental health expert as a consultant. Or have a mentor observe the symptoms of students and provide good advice on their psychological state. Or have a friend help. The counselor must have a face-to-face conversation with the student. If any abnormality occurs, the parent should be notified immediately. Collect the students' information for further intervention and treatment. Ministry of Mental Health Education.

Keywords: Mental Health Problem, University's students, Universities in China



บทนำ

นักศึกษาที่มีสุขภาพจิตใจเป็นปกติมีความสำคัญกับกระบวนการเรียนการสอนอย่างยิ่ง การช่วยเหลือนักศึกษาให้มีสภาพจิตใจปกติ จึงเป็นบทบาทของนักจิตวิทยาในสถานศึกษา (Spindler, M. , 2019) หลายปีผ่านมาสภาพแวดล้อมทางสังคมมีปัญหามากขึ้น คือการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ทำให้มหาวิทยาลัยได้รับผลกระทบจากโรคระบาด จึงจัดมาตรการเฝ้าระวังและป้องกันต่าง ๆ เช่น การปิดมหาวิทยาลัยเปลี่ยนการเรียนการสอนผ่านระบบออนไลน์ ทำให้นักศึกษามีปัญหาสุขภาพจิตเพิ่มมากขึ้นด้วย อีกทั้งโรคระบาดโควิด-19 แพร่กระจายอย่างรวดเร็ว เป็นสาเหตุให้นักศึกษาเพิ่มความกดดันในการเรียน ส่งผลให้นักศึกษาต้องเผชิญกับความเครียดจากการเรียนและความกังวลเรื่องการจ้างงานอันเกิดจากการแข่งขันกันอย่างหนัก ความวิตกกังวลทำให้สถานการณ์สุขภาพจิตของนักศึกษาในปัจจุบันขาดความสมดุลแล้วส่งผลให้เกิดปัญหาอื่น ๆ ตามมา ปัญหาเหล่านี้ได้รับความสนใจเป็นอย่างยิ่งจากผู้บริหารสถานศึกษา ครู และผู้ปกครอง ตั้งแต่กระทรวงศึกษาธิการแห่งสาธารณรัฐประชาชนจีน จนถึงองค์การการศึกษาของรัฐบาลทุกระดับ สถาบันอุดมศึกษาจึงมีความกระตือรือร้นได้ออกมาตรการต่าง ๆ ขึ้นมา เพื่อแก้ไขปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษา

สุขภาพจิต หมายถึง สภาวะที่ดีหรือเป็นปกติของสภาพจิตใจ ขึ้นอยู่กับกระบวนการพัฒนาหรือการส่งเสริม (Li, H. H., 2021) สภาวะที่เป็นอุดมคติของสุขภาพจิตที่ดีหรือปกตินั้นก็คือการรักษาบุคลิกภาพที่ดี มีสติปัญญาเป็นปกติ การรับรู้ปกติ มีอารมณ์เหมาะสม มีทัศนคติเชิงบวก มีพฤติกรรมเหมาะสม และการรู้จักปรับตัว พฤติกรรมดังกล่าวอาจได้รับอิทธิพลทางกรรมพันธุ์หรือสภาพแวดล้อม โดยเฉพาะการอบรมเลี้ยงดูจากครอบครัว ในช่วงวัยเด็กจะมีอิทธิพลต่อสุขภาพจิตเป็นอย่างยิ่ง สุขภาพจิตที่ดีนั้นส่งผลถึงความสามารถทางการสื่อสาร การให้ร่วมมือที่ดีกับสังคม และยังสามารถจัดการกับสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตเป็นอย่างดี (Lin, A. et al., 2015) สอดคล้องกับ Jiang, G. กล่าวถึงมาตรฐานของสุขภาพจิตของวัยรุ่น คือ การมีสติปัญญาปกติ มีความมั่นคงทางอารมณ์ การควบคุมอารมณ์ได้ มีการปรับตัวทางสังคมได้ดี มีมนุษยสัมพันธ์ มีพฤติกรรมเหมาะสมกับวัย มีความสามารถในการควบคุมจิตใจด้วยตัวเอง มีความมั่นใจในตัวเอง และมีความอดทนทางจิตใจ (Jiang, G. R., 1996)

ปัจจุบันสถาบันอุดมศึกษาของจีนได้จัดตั้งหลักสูตรสุขภาพจิตและโครงการให้คำปรึกษาด้านจิตวิทยา แต่สถาบันอุดมศึกษาแต่ละแห่งไม่ได้ใช้มาตรฐานเดียวกัน ทำให้มาตรฐานไม่มีความชัดเจน อีกทั้งสถาบันอุดมศึกษาส่วนใหญ่มีสื่อการสอนกับการฝึกเทคนิคที่ใช้ในการให้คำปรึกษาด้านจิตวิทยาไม่เพียงพอ บุคลากรที่ให้คำปรึกษาไม่ทั่วถึง (Zhang, Y. B. & Liu, B., 2019) วิธีเดียวที่ใช้ในการรักษา คือ การพูดคุย ปัญหาที่เกิดขึ้น คือ นักศึกษาบางคน

ไม่ยอมแสดงความรู้สึกของตัวเองออกมาและไม่ยอมรับคำปรึกษา จึงส่งผลให้เกิดการต่อต้านระหว่างนักศึกษากับผู้ให้คำปรึกษา

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษาจีนในสถานการณ์ปัจจุบัน จากกรณีศึกษาใน 4 มหาวิทยาลัยของประเทศจีน โดยใช้การสำรวจแบบสอบถามออนไลน์ มีการดำเนินการสำรวจสถานการณ์สุขภาพจิตของนักศึกษาแบบสุ่มกลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยคาดว่าจะเข้าใจสถานการณ์โดยรวมของสุขภาพจิตในปัจจุบันของนักศึกษา และขยายมุมมองการวิจัยสุขภาพจิตของนักศึกษาจะช่วยเสริมสร้างการสร้างระบบสภาพแวดล้อมของการแก้ไขปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษา และช่วยให้มหาวิทยาลัยเห็นความสำคัญของการแก้ไขปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษา

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อวิเคราะห์สุขภาพจิตของนักศึกษาชาวจีนในสถานการณ์โควิด -19
2. เพื่อเสนอแนะแนวทางในการเรียนการสอนเกี่ยวกับด้านสุขภาพจิตของนักศึกษาชาวจีน

วิธีดำเนินการวิจัย

1. กำหนดกลุ่มเป้าหมายการวิจัย

กลุ่มเป้าหมาย คือ นักศึกษาชาวจีน งานวิจัยนี้จึงเลือกนักศึกษาระหว่างชั้นปีที่ 1 ถึง ชั้นปีที่ 4 ใน 4มหาวิทยาลัยของรัฐในประเทศจีน และดำเนินการสำรวจโดยใช้แบบสอบถามออนไลน์ ซึ่งมหาวิทยาลัยที่คัดเลือกมาทั้งหมดจะเป็นมหาวิทยาลัยที่มีประวัติการให้การศึกษา มาอย่างยาวนาน และมีนักศึกษาเป็นจำนวนมาก

สาเหตุการเลือกกลุ่มเป้าหมายในการทดสอบ

วันที่ 31 เดือน พฤษภาคม ค.ศ. 2019 รายชื่อสถาบันอุดมศึกษาที่ได้รับการอนุมัติการก่อตั้งจากกระทรวงศึกษาธิการแห่งประเทศจีนแสดงให้เห็นว่า ประเทศจีนมีสถาบันอุดมศึกษาทั้งหมดรวมกว่าพันแห่ง เนื่องจากประเทศจีนมีพื้นที่กว้างขวางและมีสถานศึกษาเป็นจำนวนมาก วิจัยนี้จึงได้เลือกมหาวิทยาลัยจีนทั้งหมด 4 แห่ง มาสำรวจจะโนประชากรของการประเมินสุขภาพจิตนักศึกษา ซึ่งมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งตั้งอยู่ที่ทางตอนเหนือของประเทศจีน มีจำนวนประชากรนักศึกษาประมาณ 32,000 คน อีกแห่งหนึ่งตั้งอยู่ที่ตอนกลางของประเทศจีน มีจำนวนประชากรนักศึกษาประมาณ 29,000 คน มหาวิทยาลัยอีกแห่งหนึ่งตั้งอยู่ที่ทางตะวันตกของประเทศจีน มีจำนวนประชากรนักศึกษาประมาณ 34,000 คน และมหาวิทยาลัยอีกแห่งหนึ่งตั้งอยู่ทางตอนใต้ของประเทศจีน มีจำนวนประชากรนักศึกษาประมาณ 30,000 คน มหาวิทยาลัยทั้ง 4 แห่งนี้ได้คำนึงจากที่ตั้งทางภูมิศาสตร์ที่หลากหลาย

ของประเทศจีน และยังได้เฉลี่ยจากการรับสมัครนักศึกษาทั่วทั้งประเทศ ซึ่งมีจำนวนเกินกว่า 120,000 คน

ทั้ง 4 มหาวิทยาลัยนี้มีนักศึกษาที่มีปัญหาทางสุขภาพจิตในระดับที่ต่างกันเป็นจำนวนมาก และในหลายปีมานี้มีเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจากปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษาอยู่บ่อยครั้ง ดังนั้นจึงเลือกมหาวิทยาลัยทั้ง 4 แห่งนี้เป็นกลุ่มตัวอย่างของการวิจัย

2. การเลือกมาตรวัด

การเลือกมาตรวัดทางวิทยาศาสตร์มีความสำคัญต่อการสำรวจสุขภาพจิตของนักศึกษา มาตรวัดการตรวจคัดกรองสุขภาพจิตของนักศึกษาที่เลือกใช้ในการวิจัยครั้งนี้จัดทำโดย Fang Xiaoyi (Fang, X. et al., 2018) ศูนย์วิจัยพัฒนาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยครูปักกิ่ง (Wu, J. H. et al., 2020) ซึ่งมีการตรวจสอบแล้วว่ามีความเหมาะสม มีระดับความแตกต่าง มีระดับความน่าเชื่อถือ และระดับผลสัมฤทธิ์ของแต่ละรายการสอดคล้องกับหลักการทางจิตวิทยา ถือว่าเป็นเครื่องมือที่ใช้มีประสิทธิภาพในการตรวจคัดกรองสุขภาพจิตของนักศึกษาในประเทศจีน แบบสอบถามมาตรวัดจะคำนวณข้อมูลออกมาสถิติ แล้วข้อมูลสถิติเหล่านี้จะนำมาจัดระบบผ่านโปรแกรม Microsoft Excel แล้ววิเคราะห์ข้อมูลสถิติผ่านเครื่องมือ SPSS Python และ HiveSQL เพื่อจำแนกกลุ่มปัญหาที่ต้องการไปยังกลุ่มเป้าหมาย จากนั้นจึงจัดเรียงแนวคิดการแก้ไขปัญหาด้านสุขภาพจิตออกเป็นประเภท (Zhao, J., 2018)

แบบสอบถามมาตรวัดในการตรวจคัดกรองสุขภาพจิตของนักศึกษาครั้งนี้จะใช้ระบบการประเมินสุขภาพจิตนักศึกษาจากมหาวิทยาลัยจีนผ่านมือถือ ซึ่งมาตรวัดมีทั้งหมด 96 รายการ แบ่งออกเป็นการตรวจคัดกรอง 3 ระดับ มีรายการการตรวจคัดกรองทั้งหมด 23 รายการ เลือกรายการที่นำไปใช้ ดังนี้ อาการประสาทหลอนและอาการเพ้อ ความตั้งใจฆ่าตัวตาย ความกังวล ความอ่อนไหว ความรู้สึกต่ำต้อย ความดื้อรั้น ความคับแค้นใจ ความกลัวการเข้าสังคม อาการโซมาไทเซชัน การหวังพึ่งคนอื่น พฤติกรรมทำร้ายผู้อื่น แรงกระตุ้น การบังคับการเสพติดอินเทอร์เน็ต พฤติกรรมการทำร้ายตัวเอง ปัญหาการกิน ปัญหาการนอน ความยากลำบากในการปรับตัวให้เข้ากับสถานศึกษา มนุษย์สัมพันธ์มีปัญหา ความกดดันทางการทำงาน ความกดดันทางการเรียน และปัญหาความรัก คะแนนมาตรฐานจากรายการทั้งหมด 23 รายการ จะแบ่งสถิติออกเป็น 3 ระดับ ดังนี้

ปัญหาทางจิตระดับที่ 1 คือ พฤติกรรมหรือความคิดฆ่าตัวตาย มีอาการประสาทหลอนหรืออาการเพ้อ ทั้งสองรายการถือว่าเป็นปัญหาทางจิตที่รุนแรง

ปัญหาทางจิตระดับที่ 2 แบ่งเป็น 2 ประเภท คือปัญหาภายในจิตใจและภายนอกจิตใจ

ประเภทที่ 1 คือปัญหาภายในจิตใจ ประกอบไปด้วย 7 รายการ ได้แก่ ความรู้สึกต่ำต้อย ความดื้อรั้น ความคับแค้นใจ ความกังวล อาการโซมาไทเซชัน ความอ่อนไหว ความกลัวในการเข้าสังคม

ประเภทที่ 2 คือปัญหาภายนอกจิตใจ ประกอบไปด้วย 8 รายการ ได้แก่ การถูกบังคับ แรงกระตุ้น พฤติกรรมทำร้ายผู้อื่น การเสพติดอินเทอร์เน็ต ปัญหาการกิน ปัญหาการนอน การพึ่งพาคนอื่น และพฤติกรรมทำร้ายตัวเอง ปัญหาทางจิตระดับที่ 2 ถือว่าเป็นปัญหาทางจิตที่ธรรมดา

ปัญหาทางจิตระดับที่ 3 ประกอบไปด้วย 5 รายการ ได้แก่ ปัญหาบุคลิกสัมพันธ์ ความลำบากในการปรับตัวให้เข้ากับสถานศึกษา ความกดดันในการเรียน ความกดดันในการทำงาน และปัญหาความรัก ปัญหาทางจิตระดับที่ 3 เป็นปัญหาด้านการพัฒนา

รูปแบบสถิติที่นำเสนอสามารถเป็นได้ทั้งแบบแนวตั้งกับแนวนอน และสามารถเป็นแบบข้อมูลมิติเดียวกับข้อมูลหลายมิติได้เช่นกัน (Fang, X. et al., 2018)

3. กระบวนการทดสอบและการวิเคราะห์สถิติ

นักศึกษาเข้าร่วมการทดสอบทางออนไลน์ โดยทางมหาวิทยาลัยทั้ง 4 แห่งจัดการทดสอบเพื่อความเข้มงวดและความน่าเชื่อถือของงานวิจัยในครั้งนี้ มีการแจกแบบสอบถามทดสอบล่วงหน้าให้กับมหาวิทยาลัยที่เป็นกลุ่มเป้าหมายจำนวน 300 ชุด โดยได้รับคำแนะนำจากผู้เชี่ยวชาญ โดยนักศึกษาทำการตอบแบบสอบถามออนไลน์ จากนั้นจะดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล วิเคราะห์ผลที่ได้จากการสำรวจและระดับความน่าเชื่อถือผ่านโปรแกรม SPSS และดำเนินการคัดเลือกหัวข้อ เพื่อวิเคราะห์รายการและวิเคราะห์ปัจจัยสำรวจและระดับความน่าเชื่อถือระดับผลสัมฤทธิ์ของมาตราวัด ดังนี้

3.1 การวิเคราะห์ข้อมูลรายการ

Wu Minglong เสนอว่าการวิเคราะห์รายการจะใช้สำหรับวัดความยากและความแตกต่างกันของหัวข้อรายการมาตราวัด มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ได้ค่า CR (ค่าวิกฤต) ของหัวข้อรายการบางส่วนในมาตราวัด ถ้าหากไม่ถึงระดับมาตรฐานที่เห็นได้ชัดเจนแสดงว่าหัวข้อรายการนั้นไม่เหมาะสมกับระดับการประเมินค่าจากรายการและมาตรฐานที่ได้กำหนดขอบเขตไว้ข้างต้น (Wu, M. L., 2003) การวิจัยครั้งนี้จะใช้ตัวอย่างการทดสอบล่วงหน้า (N=252) เทียบกับมาตรฐานเชิงจิตวิทยากับสุขภาพจิตในการทดสอบล่วงหน้าทีละข้อ และดำเนินการวิเคราะห์และทดสอบมาตราวัดจาก 96 รายการ ซึ่งไม่มี Reverse Coding Items ผลการวิเคราะห์พบว่าค่า t ของสุขภาพจิต 3 ระดับรายการอยู่ระหว่าง 6.413-19.650 ซึ่งมากกว่ามาตรฐานการตัดสินใจ 3.00 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง 0.414-0.678 มากกว่ามาตรฐานการตัดสินใจ 0.4 และค่า p มีระดับที่เห็นได้ชัด แสดงว่ามาตราวัดนี้มีระดับวินิจัยที่ดี เพราะเหตุนี้จึงได้กำหนดหัวข้อทั้งหมดไว้ 96 หัวข้อ

3.2 การวิเคราะห์ปัจจัยสำรวจและระดับความน่าเชื่อถือ

การวิเคราะห์ปัจจัยสำรวจ หมายถึง ตำแหน่งสมมติฐานของโครงสร้างปัจจัยข้อมูล แล้วนำมาศึกษาและตัดสินใจโครงสร้างปัจจัยผ่านข้อมูลสถิติ ตามความเห็นของ Kaiser

หากค่า KMO น้อยกว่า 0.5 จะไม่เหมาะสมกับการดำเนินการวิเคราะห์ปัจจัย ในทางกลับกัน หากค่า KMO มากกว่า 0.5 แสดงว่าเหมาะสมกับการดำเนินการวิเคราะห์ปัจจัย จากนั้นนำองค์ประกอบหลักกับค่าสัมประสิทธิ์แปรปรวน และปัจจัยการหมุนแกนกับ Direct Oblimin มาดำเนินการวิเคราะห์ปัจจัย (Kaiser, H. F. & Rice, J., 1974) ซึ่งมีค่าการตัดสินใจอ้างอิงคือ 0.4 Zaltman and Burger ได้เสนอว่าเมื่อน้ำหนักองค์ประกอบมากกว่า 0.5 และการวัดการกระจายสะสมกว่า 40% แสดงว่าผลการวิเคราะห์ปัจจัยใช้งานได้ (Zaltman, G. & Burger, P., 1975) จากมุมมองของ Nunnally and Bernstein เห็นได้ว่าเมื่อค่าวัดอัลฟาครอนบาช (Cronbach's alpha) มีค่าน้อย 0.7 แสดงให้เห็นว่ามีความน่าเชื่อถือที่ดี (Nunnally, J. C. & Bernstein, I. H., 1978)

ตัวอย่างการทดสอบล่วงหน้า (N=252) ของงานวิจัยนี้จะดำเนินการวิเคราะห์ปัจจัยสำรวจและระดับความน่าเชื่อถือของมาตรวัดสุขภาพจิตหลังจากที่ได้รับการยืนยันผลการวิจัยดังที่ตารางที่ 2 ได้แสดงไปทั้งหมด มีค่า KMO คือ 0.869 ซึ่งสูงกว่าค่ามาตรฐานถึง 0.5 และค่า Bartlett's Test of Sphericity ก็มีความโดดเด่นชัดเจน คือ ($p < 0.001$) แสดงว่ามีความเหมาะสมในการสุ่มตัวอย่างที่ดี จากนั้นนำองค์ประกอบหลักกับค่าสัมประสิทธิ์แปรปรวน และปัจจัยการหมุนแกนกับ Direct Oblimin มาดำเนินการวิเคราะห์ปัจจัย ซึ่งน้ำหนักองค์ประกอบปัจจัยของทุกข้อเฉลี่ยมากกว่า 0.4 และเมทริกซ์สหสัมพันธ์ก็สอดคล้องกับสมมติฐานทางสถิติเหมาะสมในการดำเนินการวิเคราะห์ปัจจัย จากผลของการวิเคราะห์ปัจจัยพบว่า น้ำหนักองค์ประกอบปัจจัยของทุกข้อนั้นอยู่ระหว่าง 0.570-0.843 ค่าลักษณะเฉพาะเฉลี่ยมากกว่า 1 และความผันแปรสามารถอธิบายได้แบบสะสมอยู่ที่ 46.770% จึงแสดงว่ามาตรวัดนี้มีผลสัมฤทธิ์ที่ดี ส่วนในด้านของระดับความน่าเชื่อถือ ภายในของมาตรวัดของค่าอัลฟาครอนบาชอยู่ที่ 0.896 แสดงว่ามาตรวัดนี้มีระดับความน่าเชื่อถือที่ดี สรุปแล้ว หัวข้อรายการทั้งหมดของมาตรวัดนี้ถูกเก็บไว้ทั้งหมด 96 ข้อ

ผลการวิจัย

1. ลักษณะเฉพาะของประชากรนักศึกษา

กลุ่มตัวอย่างของการวิจัย คือ นักศึกษาระดับสถาบันอุดมศึกษาของประเทศจีน ประกอบไปด้วยนักศึกษาจากมหาวิทยาลัยที่อยู่ทางตอนเหนือ ตอนกลาง ตะวันตก และตอนใต้ เป็นผู้ตอบแบบสอบถาม ผู้วิจัยได้สำรวจกลุ่มเพศและโครงสร้างครอบครัวของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยใช้วิธีการให้นักศึกษาตอบแบบสอบถามออนไลน์ ได้รับแบบสอบถามที่มีผลสัมฤทธิ์จำนวน 118,684 ฉบับ ตารางที่ 1 แสดงตัวแปรลักษณะเฉพาะของประชากรนักศึกษา ตัวแปรหมวดหมู่ที่เกี่ยวข้องในแต่ละลักษณะเฉพาะของประชากรนักศึกษา จำนวนประชากรที่ให้ข้อมูล และจำนวนข้อมูลที่ขาดหาย ดังตาราง

ตารางที่ 1 ลักษณะเฉพาะทางประชากรนักศึกษาในการสำรวจครั้งนี้

ลักษณะเฉพาะทางประชากรนักศึกษา	หมวดหมู่	จำนวนประชากรที่ให้ข้อมูล	จำนวนข้อมูลที่ขาดหาย
เพศ	ชาย	54,212	6
	หญิง	64,466	
พื้นที่	ในเมือง	61,033	28
	ชนบท	51,623	
ผู้ปกครองคนเดียว	ใช่	20,569	128
	ไม่ใช่	91,987	
ที่ตั้งมหาวิทยาลัย	ภาคเหนือ	31,932	172
	ภาคกลาง	28,874	
	ภาคตะวันตก	34,543	
	ภาคใต้	30,163	

2. ผลการสำรวจปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษา

การสำรวจสุขภาพจิตนักศึกษาครั้งนี้สิ้นสุดวันที่ 23 พฤศจิกายน 2021

2.1 สถานการณ์การประเมินโดยรวม

ผลสถิติจำนวนคนที่ควรเข้าร่วมการประเมิน 122,344 คน จำนวนคนที่เข้าร่วมการประเมินจริง 118,684 คน อัตราการประเมินคิดเป็นร้อยละ 99.45 ซึ่งในจำนวนนี้อัตราการประเมินนักศึกษาชั้นปีที่ 1 คิดเป็นร้อยละ 99.99 นักศึกษาชั้นปีที่ 2 คิดเป็นร้อยละ 99.34 นักศึกษาชั้นปีที่ 3 คิดเป็นร้อยละ 99.85 และนักศึกษาชั้นปีที่ 4 คิดเป็นร้อยละ 99.40

จากตามที่ได้แบ่งชั้นเรียนพบว่า ปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 คิดเป็นร้อยละ 39.36 นักศึกษาชั้นปีที่ 2 คิดเป็นร้อยละ นักศึกษาชั้นปีที่ 3 คิดเป็นร้อยละ 30.32 นักศึกษาชั้นปีที่ 4 คิดเป็นร้อยละ 27.53 และจากการที่ได้แบ่งระดับปัญหาสุขภาพจิตนักเรียนพบว่า นักเรียนที่มีปัญหาสุขภาพจิตระดับที่ 1 คิดเป็นร้อยละ 6.47 ระดับที่ 2 คิดเป็นร้อยละ 14.38 ระดับที่ 3 คิดเป็นร้อยละ 12.65 (ตารางที่ 2)

ตารางที่ 2 ตารางสรุปการประเมินของนักศึกษาทุกชั้นปีในปี 2021

	ปี 1	ปี 2	ปี 3	ปี 4	รวมทั้งหมด
จำนวนคนที่ควรจะเข้าร่วม	32645	32469	32162	22068	119344
จำนวนคนที่เข้าร่วมจริง	32642	32256	32114	21936	118684
อัตราการประเมิน	99.99%	99.34%	99.85%	99.40%	99.45%
จำนวนคนที่มีปัญหาสุขภาพจิตระดับที่ 1	3420	2246	1069	952	7687

ตารางที่ 2 ตารางสรุปการประเมินของนักศึกษาทุกชั้นปีในปี 2021 (ต่อ)

	ปี 1	ปี 2	ปี 3	ปี 4	รวมทั้งหมด
สัดส่วนร้อยละของผู้ที่ทดสอบจริง	10.48%	6.69%	5.01%	4.34%	6.47%
จำนวนคนที่มีปัญหาสุขภาพจิต ระดับที่ 2	4325	5277	4602	2867	17071
สัดส่วนร้อยละของผู้ที่ทดสอบจริง	13.25%	16.36%	14.33%	13.07%	14.38%
จำนวนคนที่มีปัญหาสุขภาพจิต ระดับที่ 3	5017	4374	3449	2176	15016
สัดส่วนร้อยละของผู้ที่ทดสอบจริง	15.37%	13.56%	10.74%	9.92%	12.65%
จำนวนคนที่ไม่มีปัญหาสุขภาพจิต	19880	20359	22994	15941	78910
สัดส่วนร้อยละของผู้ที่ทดสอบจริง	60.90%	63.12%	72.60%	72.67%	66.49%
จำนวนคนที่ทำไม่ครบถ้วน	3	213	48	132	459
สัดส่วนร้อยละของผู้ที่ทดสอบจริง	0.000%	0.003%	0.001%	0.006%	0.01%

2.2 การวิเคราะห์ผลการคัดกรอง

การวิเคราะห์ข้อมูลการตรวจคัดกรองของปีนี้

ปัญหาแรงกดดันในการทำงานของนักศึกษาถือว่ารุนแรงที่สุด ข้อมูลแสดงผลว่า ไม่ว่าจะไม่มีหรือมีปัญหาสุขภาพจิต ค่าเฉลี่ยของดัชนีความกดดันในการทำงานจะสูงที่สุด ซึ่งแบ่งเป็น 10.44 กับ 7.56 ต่อมาคือความกดดันในการเรียนและการปรับตัวเข้ากับมหาวิทยาลัย ซึ่งค่าเฉลี่ยของดัชนีนักศึกษาที่มีปัญหาสุขภาพจิตทั้งสองอย่างนี้คือ 9.42 กับ 6.93 และนักศึกษาที่ไม่มีปัญหาสุขภาพจิตคือ 6.92 กับ 5.78 (ตารางที่ 3)

ตารางที่ 3 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของ 5 ดัชนี

ดัชนี	ค่าเฉลี่ยของนักศึกษา ที่มีปัญหาสุขภาพจิต	ค่าเฉลี่ยของนักศึกษา ที่ไม่มีปัญหาสุขภาพจิต	ค่าเฉลี่ยรวม
ลำบากในการ ปรับตัวกับมหาวิทยาลัย	8.1	5.78	6.58
ปัญหานุษย์สัมพันธ์	7.97	5.43	6.31
ความกดดันในการเรียน	9.42	6.93	7.79
ความกดดันในการ ทำงาน	10.44	7.56	8.56
ปัญหาความรัก	7.27	5.29	5.98

จากตารางด้านบนจะเห็นได้ว่า ในการสำรวจสุขภาพจิตของนักศึกษาครั้งนี้ จะพบว่า สภาพการณ์สุขภาพจิตของนักศึกษานั้นมีปัญหาที่ค่อนข้างหนัก และมีสภาพการณ์ที่น่าเป็นกังวล งานการให้คำปรึกษากับการดูแลสุขภาพจิตจึงต้องรีบขยายและดำเนินการโดยด่วน

3. แนวทางการจัดการเรียนการสอนที่มีด้านสุขภาพจิตของนักศึกษา

การสำรวจในครั้งนี้ได้ใช้รูปแบบมาตรวัดสุขภาพจิตในการดำเนินการสำรวจมะโนประชากร ถึงแม้ว่าจะได้รับผลสำรวจมาจำนวนหนึ่ง และได้พิสูจน์ว่าสัดส่วนปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษาจีนนั้นค่อนข้างใหญ่ ผู้วิจัยจึงขอเสนอแนวทางในการจัดการเรียนการสอนที่สามารถช่วยรับมือต่อการเกิดปัญหาด้านสุขภาพจิตของนักศึกษา ดังนี้

3.1 การจัดทำเอกสารและการจัดการเชิงพลวัต

จากผลการสำรวจที่กล่าวมาข้างต้น ให้จัดตั้งอาจารย์ด้านสุขภาพจิต ที่ปรึกษาด้านจิตวิทยาในสถานศึกษาและอาจารย์ประจำชั้นขึ้นขึ้นเพื่อดำเนินการสัมภาษณ์และทดสอบซ้ำกับนักศึกษาที่สุขภาพจิตมีปัญหา และให้ดำเนินการจัดการทำเอกสารจิตวิทยาสำหรับนักเรียนพิเศษขึ้นมาให้กับนักศึกษาที่ความผิดปกติทางจิตโดยอิงผลการสัมภาษณ์ ต้องดำเนินการบริการติดตามนักเรียนในเอกสาร ดำเนินการระบบการรายงานเป็นรายเดือน ดำเนินการสังเกตการณ์และให้ข้อเสนอแนะต่อสภาพการณ์ทางจิตใจของนักศึกษา ดำเนินการช่วยเหลือแบบเพื่อนช่วยเหลือเพื่อน และผู้ให้คำปรึกษาต้องทำการพูดคุยตัวต่อตัวกับนักศึกษาด้วย ถ้าหากมีสถานการณ์พิเศษ ให้แจ้งผู้ปกครองทันที และรวบรวมสถานการณ์ของนักศึกษาเพื่อดำเนินการแทรกแซงและรักษาในขั้นตอนถัดไป

3.2 ก่อตั้งคณะอาจารย์ด้านสุขภาพจิตที่มีคุณภาพและความเป็นมืออาชีพ

งานให้คำปรึกษาจิตวิทยาของมหาวิทยาลัยในประเทศจีนโดยส่วนใหญ่จะบริหารจัดการโดยหน่วยงานนักศึกษา ซึ่งนำโดยศูนย์การศึกษากับการให้คำปรึกษาสุขภาพจิต และให้ความรู้โดยผู้ให้คำปรึกษาทางจิตสถาบันระดับที่ 2 ดังนั้นจึงต้องแสดงบทบาทหน้าที่ของหน่วยงานทุกระดับอย่างเต็มที่ ให้มีการดึงผู้ที่มีความสามารถเฉพาะทางเป็นจำนวนมาก และจัดฝึกอบรมให้กับผู้ให้คำปรึกษาทางจิตสถาบันระดับที่ 2 โดยศูนย์การศึกษากับการให้คำปรึกษาสุขภาพจิต ซึ่งเนื้อหา รวมไปถึงองค์ประกอบ มาตรฐานการให้คะแนน การแยกแยะความผิดปกติทางจิต ทักษะการสัมภาษณ์ทางจิตพื้นฐานและสิ่งที่ต้องระวังของมาตรวัดการคัดกรองสุขภาพจิต และยังคงจัดให้ผู้ให้คำปรึกษาทางจิตได้เข้าร่วมการฝึกอบรมที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิตของทั้งในและนอกมณฑลอีกด้วย เพื่อเป็นการยกระดับความรู้ทางทฤษฎีและทักษะการปฏิบัติงานให้กับผู้ให้คำปรึกษาทางจิต ซึ่งต้องร่วมกันพยายามในทุกด้าน ร่วมกันสร้างคณาจารย์ด้านสุขภาพจิตที่มีคุณภาพและมีอาชีพ

3.3 การดำเนินกิจกรรมให้ความรู้ด้านสุขภาพจิตมีการมุ่งเน้นไปยังกลุ่มนักศึกษา

ดำเนินการบรรยายหัวข้อพิเศษโดยมุ่งเน้นไปยังปัญหาความกดดันในการทำงานของนักศึกษา ซึ่งรวมวิชา “การแนะนำการทำงานของนักศึกษา” และ “การศึกษาสุขภาพจิตนักศึกษา” เข้าด้วยกัน เพื่อให้คำแนะนำด้านสุขภาพจิตการทำงานแก่นักศึกษา

มุ่งเน้นไปยังปัญหาด้านความกดดันในการเรียนและการปรับตัวเข้ากับมหาวิทยาลัยของนักศึกษา โดยการประกาศและให้ความรู้ด้านปัญหาสุขภาพจิตผ่านช่องทางวิทยุทัศน์ การแนะนำบทความ การบรรยายหรือการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม เป็นต้น มีการช่วยเหลือให้นักศึกษาปรับตัวให้เข้ากับสถานศึกษาให้ดียิ่งขึ้น และสร้างบรรยากาศในสถานศึกษาให้มีความกลมกลืนกัน และยังต้องจัดการให้คำปรึกษาและแนะแนวทางจิตวิทยาแก่นักศึกษาที่มีปัญหาสุขภาพจิตที่ค่อนข้างรุนแรง ติดต่อกับสัมพันธ์กับผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยาทั้งภายในและนอกสถานศึกษาอย่างจริงจัง และแก้ไขปัญหาด้านสุขภาพจิตของนักศึกษาอย่างมีประสิทธิภาพ

อภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้มุ่งสำรวจข้อมูลปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับปริญญาตรี โดยเน้นการสำรวจจากการเก็บข้อมูลแบบสอบถาม ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาปริญญาตรีชาวจีนที่กำลังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยต่าง ๆ ของประเทศจีนกำลังเผชิญกับปัญหาที่ค่อนข้างรุนแรง การแนะนำดูแลจากครอบครัว สถาบันการศึกษา และสังคมเป็นสิ่งที่จำเป็นต้องได้รับการขยายผลและปฏิบัติให้เห็นเป็นรูปธรรม

การวิจัยดังกล่าวกำหนดให้มหาวิทยาลัยทั่วประเทศจีนเป็นเป้าหมายในการวิจัย โดยมีกลุ่มเป้าหมายในการเก็บข้อมูลทั้งสิ้น 122,344 คน สามารถเก็บข้อมูลได้จริง 118,684 คน คิดเป็นร้อยละ 99.45 ในจำนวนนี้เป็นผู้ที่กำลังเผชิญกับปัญหาสุขภาพจิตมากกว่าร้อยละ 30 โดยเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ร้อยละ 39.36 นักศึกษาชั้นปีที่ 2 ร้อยละ 37.10 นักศึกษาชั้นปีที่ 3 ร้อยละ 30.23 และนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ร้อยละ 27.53 หากแบ่งตามระดับความรุนแรงของปัญหาพบว่า ปัญหาระดับที่ 1 ร้อยละ 6.47 ปัญหาระดับที่ 2 ร้อยละ 14.38 และปัญหาระดับที่ 3 ร้อยละ 12.65

จากสถานการณ์ปัญหาด้านสุขภาพจิตของนักศึกษา ปัญหาระดับที่ 3 ค่อนข้างมีความโดดเด่น โดยประเด็นที่มีความรุนแรงที่สุด คือ ความกดดันในการหางานทำหลังสำเร็จการศึกษา จากผลการสำรวจพบว่า ไม่ว่านักศึกษาจะมีปัญหาด้านสุขภาพจิตหรือไม่ก็ตาม ค่าดัชนีประเด็นการหางานทำอยู่ในระดับที่ค่อนข้างสูง ปัญหาที่รุนแรงรองลงมา คือ ปัญหาความกดดันด้านการเรียนและการปรับตัวกับสถาบันการศึกษา สำหรับปัญหาระดับที่ 2 นั้น จากการวิเคราะห์ผลสำรวจในประเด็นความรู้สึกภายในจิตใจพบว่า ปัญหาด้านความวิตกกังวลค่อนข้างมีผลการสำรวจที่เด่นชัด สำหรับปัญหาภายนอกพบว่าปัญหาเกี่ยวกับการติดอินเทอร์เน็ตเด่นชัดที่สุด ปัญหาด้านอาหารการกิน หรือ การนอนหลับไม่ชัดเจนนัก สำหรับปัญหาระดับที่ 1 ปัญหาด้านแนวโน้มการฆ่าตัวตายค่อนข้างชัดเจน แต่ปัญหาด้านภาพหลอนไม่เด่นชัด จากผลการสำรวจดังกล่าวแสดงให้เห็นว่าปัจจุบันนักศึกษา กำลังเผชิญกับปัญหาที่น่าเป็นห่วง การให้ความรู้ใน

ครอบคลุม การให้ความรู้ทางสังคม และการให้ความรู้ในสถาบันการศึกษาเกี่ยวกับปัญหาสุขภาพจิตของนักเรียนนั้นยังคงพบปัญหาและเผชิญกับความท้าทายในปัจจุบัน

สรุป/ข้อเสนอแนะ

การวิจัยนี้สรุปได้ว่าปัญหาความกดดันด้านการหางานทำหลังสำเร็จการศึกษาเป็นปัญหาที่รุนแรงที่สุด รองลงมาคือความกดดันในการเรียนและการปรับตัวเข้ากับมหาวิทยาลัย จากผลการวิจัยดังกล่าว ผู้วิจัยเสนอแนะว่าควรมอบหมายอาจารย์ผู้เชี่ยวชาญด้านปัญหาสุขภาพจิต ผู้ให้คำปรึกษาด้านสุขภาพจิต หรืออาจารย์ที่ปรึกษาคอยสังเกตและให้ข้อเสนอแนะต่อสภาพจิตใจของนักศึกษา ดำเนินการช่วยเหลือแบบเพื่อนช่วยเหลือเพื่อน และผู้ให้คำปรึกษาต้องทำการพูดคุยตัวต่อตัวกับนักศึกษา ถ้าหากมีสถานการณ์ที่ผิดปกติควรแจ้งผู้ปกครองทันที และรวบรวมสถานการณ์ของนักศึกษาเพื่อดำเนินการเข้าแทรกแซงและรักษาในขั้นตอนถัดไป ตลอดจนการดำเนินกิจกรรมให้ความรู้ด้านสุขภาพจิตมีการมุ่งเน้นไปยังกลุ่มนักศึกษา

เอกสารอ้างอิง

- Fang, X. et al. (2018). Development of the Mental Health Screening Scale for Chinese College Students. *Psychological and Behavioral Research*, 16(1), 111-118.
- Jiang, G. R. (1996). Theoretical Analysis on the Research on Mental Health Standards (关于心理健康标准研究的理论分析). *Education Research Test*, 3(1), 49-54.
- Kaiser, H. F. & Rice, J. (1974). Little Jiffy, mark IV. *Educational and psychological measurement*, 34(1), 111-117.
- Li, H. H. (2021). The current situation and characteristics of mental health of college students from single-parent families—Based on a survey of colleges and universities in Jiangsu Province (单亲家庭大学生心理健康现状与特点—基于江苏省高校的调查). *Journal of Jiangsu Second Normal University*, 6(37), 107-111.
- Lin, A. et al. (2015). The Survey and Analysis on the Mental Health Status of College Students (大学生心理健康状况调查与分析). *Ideological and Theoretical Education*, 5(1), 89-92.
- Nunnally, J. C. & Bernstein, I. H. (1978). *Psychometric Theory*. New York: McGraw-Hill.

- Spindler, M. . (2019). High-conflict-divorce and personality disorder. *Praxis der Kinderpsychologie und Kinderpsychiatrie*, 1(9), 733-750.
- Wu, J. H. et al. (2020). Practical application of psychological census in the mental health work of higher vocational colleges—Based on the analysis of the results of college students' mental health screening scale. *Journal of Jiangxi Electric Power Vocational and Technical College*, 9(33), 103-104.
- Wu, M. L. (2003). *SPSS Statistic in Practice (SPSS 统计应用实务)*. Beijing: China Railway Press.
- Zaltman, G. & Burger, P. (1975). *Marketing research: Fundamentals and dynamics*. Illinois: Dryden Press.
- Zhang, Y. B. & Liu, B. (2019). Research on the correlation between mental health and mental flexibility of college students (高校大学生心理健康与心理灵活性的相关性研究). *Chinese Journal of Health Statistics*, 2(1), 252-254.
- Zhao, J. (2018). Building and Management of College Students' Mental Health Archives (高校学生心理健康档案的建设与管理). *Times Finance*, 39(11), 286-288.