



ความสัมพันธ์ระหว่างการปรับตัวและการคิดอย่างมีวิจารณญาณต่อการแก้ไขปัญหา
ของนักศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง

THE RELATIONSHIP BETWEEN ADAPTABILITY AND CRITICAL THINKING IN
PROBLEM-SOLVING AMONG STUDENTS OF THE FACULTY OF EDUCATION,
RAMKHAMHAENG UNIVERSITY

วรรณศิริ ภูฉายา, อูมาภรณ์ สุขารมณ

VANNASIRI PHUCHAYA, UMAPORN SUCAROMANA

สาขาจิตวิทยาการให้การศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง

DEPARTMENT OF COUNSELING PSYCHOLOGY, FACULTY OF EDUCATION,

RAMKHAMHAENG UNIVERSITY

กรุงเทพมหานคร

BANGKOK METROPOLIS

Received: August 21, 2025

Revised: September 15, 2025

Accepted: September 18, 2025

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มุ่งศึกษาระดับการปรับตัว การคิดอย่างมีวิจารณญาณ และการแก้ไขปัญหาของนักศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง และทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างการปรับตัวและการคิดอย่างมี วิจารณญาณ ต่อการแก้ไขปัญหา โดยเก็บข้อมูลจากนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยรามคำแหง ส่วนกลางที่ ลงทะเบียนเรียนภาคเรียนฤดูร้อน ปีการศึกษา 2567 จำนวน 2,693 คน ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบใช้โปรแกรม G*POWER เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถามประกอบด้วย ข้อมูลส่วนบุคคล การแก้ไขปัญหา การคิดอย่างมี วิจารณญาณ และการปรับตัว สถิติในการวิเคราะห์ข้อมูลใช้ จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง มีการแก้ปัญหารวมอยู่ในระดับสูง มีค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$ = 3.15, SD = 0.39) และเมื่อพิจารณาเป็นรายองค์ประกอบ พบว่าอยู่ ในระดับสูง การคิดอย่างมีวิจารณญาณรวมอยู่ในระดับสูง มีค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$ = 3.15, SD = 0.49) และเมื่อพิจารณาเป็น รายองค์ประกอบ พบว่า อยู่ในระดับสูง การปรับตัวรวมอยู่ในระดับสูง มีค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$ = 3.12, SD = 0.46) และเมื่อ พิจารณาเป็นรายองค์ประกอบ พบว่า อยู่ในระดับสูง

คำสำคัญ: การปรับตัว การคิดอย่างมีวิจารณญาณ การแก้ไขปัญหา นักศึกษาศึกษาศาสตร์

ABSTRACT

This study aimed to investigate the levels of adaptability, critical thinking, and problem-solving among undergraduate students in the Faculty of Education at Ramkhamhaeng University, as well as to examine the relationships between adaptability and critical thinking in relation to problem-solving. The sample consisted of 2,693 undergraduate students enrolled in the summer semester of the 2024 academic year at Ramkhamhaeng University (central campus), selected through random sampling using the G*POWER program. The research instruments were questionnaires covering four parts: personal information, problem-solving, critical thinking, and adaptability. Data were analyzed using frequency, percentage, mean, standard deviation, and Pearson's correlation coefficient. The findings revealed that the students' overall problem-solving ability was at a high level ($\bar{X} = 3.15$, $SD = 0.39$). When considering each dimension, all were also at high levels. Critical thinking was found to be at a high overall level ($\bar{X} = 3.15$, $SD = 0.49$), with each dimension likewise rated at a high level. Adaptability was also at a high overall level ($\bar{X} = 3.12$, $SD = 0.46$), with all dimensions rated as high.

Keywords: adaptation, critical thinking, problem solving, education students

บทนำ

ในปัจจุบัน การเปลี่ยนแปลงทางสังคมและเทคโนโลยีที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว ส่งผลให้ทักษะในการปรับตัวและการคิดอย่างมีวิจารณญาณกลายเป็นองค์ความรู้และทักษะสำคัญที่จำเป็นสำหรับนักศึกษา ทั้งในการดำเนินชีวิตประจำวันและการเรียนรู้ในระดับอุดมศึกษาอย่างมีประสิทธิภาพ ยุทธศาสตร์ชาติระยะ 20 ปี (พ.ศ. 2560–2579) ได้ให้ความสำคัญต่อการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ โดยเฉพาะในด้านการศึกษา การเพิ่มขีดความสามารถในการแข่งขัน และการยกระดับคุณภาพชีวิตอย่างยั่งยืน อย่างไรก็ตาม นักศึกษาในระดับอุดมศึกษาของประเทศไทยยังคงประสบกับความท้าทายในการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง และมีข้อจำกัดในการพัฒนาทักษะการคิดเชิงวิเคราะห์อย่างเป็นระบบ ซึ่งส่งผลกระทบต่อประสิทธิภาพในการแก้ไขปัญหาอย่างมีแบบแผนและยั่งยืน (สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2564) การแก้ไขปัญหา ถือเป็นกระบวนการสำคัญที่มีความเชื่อมโยงกับการตัดสินใจและการปรับตัวในชีวิตประจำวัน โดยเฉพาะในบริบทของนักศึกษาที่ต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่หลากหลายและซับซ้อน การแก้ไขปัญหาอย่างมีประสิทธิภาพจำเป็นต้องอาศัยทักษะในการวิเคราะห์ปัญหาอย่างเป็นระบบ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ และการเลือกใช้นโยบายในการแก้ไขที่เหมาะสมกับบริบทและสถานการณ์ที่เกิดขึ้น นักศึกษาจึงต้องพัฒนาทักษะดังกล่าวควบคู่ไปกับการเผชิญกับความท้าทายในหลายด้าน ไม่ว่าจะเป็นความกดดันทางการเรียน การปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมทางสังคม รวมถึงการจัดการเวลาอย่างมีประสิทธิภาพ งานวิจัยของ Puspitasari et al. (2020) ชี้ให้เห็นว่า การส่งเสริมความสามารถในการแก้ไขปัญหาของนักศึกษา มีความสัมพันธ์กับการพัฒนาทักษะชีวิตที่จำเป็น ต่อการดำรงชีวิตในยุคปัจจุบัน และยังมีส่วนสำคัญต่อความสำเร็จในระยะยาวของ

นักศึกษาอีกด้วยการปรับตัวและการคิดอย่างมีวิจารณญาณเป็นองค์ประกอบทางความคิดและพฤติกรรมที่มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสามารถในการแก้ไขปัญหาอย่างมีประสิทธิภาพ โดยทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณมีบทบาทสำคัญในการส่งเสริมการตัดสินใจอย่างมีเหตุผล ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญในการวิเคราะห์และเลือกแนวทางในการจัดการกับปัญหาที่ซับซ้อนอย่างเหมาะสม (Bandura, 1986) ในขณะเดียวกัน ความสามารถในการปรับตัวช่วยให้ นักศึกษาสามารถรับมือกับสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและความกดดันจากสิ่งแวดล้อมทางสังคมและการเรียนรู้ได้อย่างยืดหยุ่น ส่งผลให้สามารถปรับพฤติกรรมและแนวคิดให้เหมาะสมกับบริบทของปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งนี้ งานวิจัย ในประเทศไทยยังให้การสนับสนุนแนวคิดดังกล่าว โดยพบว่า นักศึกษาที่มีระดับความสามารถในการปรับตัวและการคิดอย่างมีวิจารณญาณอยู่ในระดับสูง มักมีแนวโน้มที่จะประสบความสำเร็จทั้ง ด้านการศึกษาและการดำเนินชีวิตส่วนบุคคลในระดับที่ต่ำกว่ากลุ่มที่มีความสามารถในระดับต่ำ (สุกัญญา รัชมีธรรม โชติ, 2565; Charoen et al., 2021) จากที่กล่าวมา พบว่า แม้จะมีงานวิจัยจำนวนมากไม่น้อยที่กล่าวถึงความสำคัญของการปรับตัว การคิดอย่างมีวิจารณญาณ และการแก้ไขปัญหาในระดับอุดมศึกษา โดยเฉพาะในบริบทของโลกยุคปัจจุบันที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทั้งในด้านเศรษฐกิจ สังคม และเทคโนโลยี อย่างไรก็ตาม ยังพบช่องว่างทางองค์ความรู้บางประการที่ควรได้รับการศึกษาเพิ่มเติม โดยเฉพาะการวิจัยในบริบทของนักศึกษาระดับปริญญาตรี คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง ซึ่งมีลักษณะเฉพาะในด้านจำนวน ความหลากหลายของภูมิหลัง และลักษณะการจัดการศึกษาของมหาวิทยาลัยเปิด ที่ผ่านมา งานวิจัยส่วนใหญ่มีแนวโน้มมุ่งเน้นการวัดระดับหรือทดสอบความสามารถของนักศึกษาแต่ละด้านเป็นรายองค์ประกอบ แต่อาจยังขาดการวิเคราะห์เชิงสัมพันธ์หรือการตรวจสอบความเชื่อมโยงเชิงสาเหตุระหว่างตัวแปรต่าง ๆ ซึ่งข้อมูลในมิติเชิงสัมพันธ์ดังกล่าวมีคุณค่าอย่างยิ่งต่อการพัฒนาแนวทางในการจัดกิจกรรมส่งเสริม หรือพัฒนาหลักสูตรที่เน้นการสร้างเสริมทักษะชีวิตให้กับนักศึกษาในระดับอุดมศึกษาอย่างมีประสิทธิภาพ ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงมีความสนใจ ในการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการปรับตัวและการคิดอย่างมีวิจารณญาณต่อความสามารถในการแก้ไขปัญหาของนักศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง เพื่อเป็นแนวทางในการส่งเสริมทักษะที่จำเป็นต่อการดำเนินชีวิตในศตวรรษที่ 21 และสนับสนุนให้นักศึกษามีศักยภาพในการเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงอย่างเหมาะสมและยั่งยืนต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาข้อมูลส่วนบุคคลระดับในการปรับตัว การคิดอย่างมีวิจารณญาณ และการแก้ไขปัญหา ของนักศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการปรับตัวและการแก้ไขปัญหาของนักศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง
3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการคิดอย่างมีวิจารณญาณและการปรับตัวต่อการแก้ไขปัญหาของนักศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง

กรอบแนวคิดในการวิจัย

1. การแก้ไขปัญหา (problem solving) หมายถึง กระบวนการทางความคิดที่บุคคลใช้ในการเผชิญหน้ากับปัญหาหรืออุปสรรค และเลือกแนวทางแก้ไขที่เหมาะสมที่สุด โดยอาศัยการคิดอย่างเป็นระบบ การวิเคราะห์ข้อมูล และการประเมินผลลัพธ์ ซึ่งเป็นทักษะสำคัญสำหรับนักศึกษาในระดับอุดมศึกษา เนื่องจากเกี่ยวข้องกับความสามารถในการตัดสินใจอย่างมีเหตุผลและรับมือกับความท้าทายทางวิชาการและชีวิตส่วนตัว โดยมี 4 องค์ประกอบดังนี้

1.1 การระบุปัญหา หมายถึง ความสามารถในการรับรู้และวิเคราะห์ปัญหาที่เกิดขึ้น การแยกแยะปัญหาหลักจากปัจจัยอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง การระบุปัญหาถือเป็นขั้นตอนแรกของกระบวนการแก้ไขปัญหา ซึ่งเกี่ยวข้องความสามารถของบุคคลในการรับรู้และวิเคราะห์สถานการณ์อย่างถูกต้อง รวมถึงการเข้าใจถึงรากฐานของปัญหาที่เกิดขึ้น

1.2 การวางแผนแก้ไข หมายถึง การกำหนดแนวทางและลำดับขั้นตอนในการแก้ไขปัญหา การตั้งเป้าหมายที่ชัดเจนและเป็นไปได้ ขั้นตอนนี้ เกี่ยวข้องกับการพิจารณาทางเลือกในการแก้ไขปัญหา และการกำหนดแผนปฏิบัติการที่เหมาะสมที่สุด

1.3 การดำเนินการแก้ไข หมายถึง การนำแผนไปปฏิบัติจริง การปรับตัวตามสถานการณ์และเผชิญกับอุปสรรค ขั้นตอนนี้เป็นกระบวนการที่กำหนดไว้มาปฏิบัติจริง โดยต้องมีความยืดหยุ่นและสามารถปรับเปลี่ยนได้ตามสถานการณ์

1.4 การประเมินผล หมายถึง การตรวจสอบและวิเคราะห์ผลลัพธ์จากการแก้ไขปัญหา การวิเคราะห์จุดแข็งและจุดอ่อนของวิธีการที่ใช้ หลังจากดำเนินการแก้ไขปัญหาลแล้ว ต้องมีการประเมินผลว่าการแก้ไขนั้นได้ผลหรือไม่ และสามารถนำไปพัฒนาต่อได้อย่างไร

2. การคิดอย่างมีวิจารณญาณ หมายถึง กระบวนการคิดที่มีเหตุผลและระบบในการวิเคราะห์ ประเมิน และตีความข้อมูลเพื่อสร้างข้อสรุปที่สมเหตุสมผล การคิดอย่างมีวิจารณญาณเป็นทักษะสำคัญที่ช่วยให้นักศึกษาสามารถตัดสินใจและแก้ไขปัญหาที่ซับซ้อนได้อย่างเหมาะสม โดยมี 3 องค์ประกอบ ดังนี้

2.1 การวิเคราะห์ หมายถึง การแยกแยะข้อมูลเพื่อทำความเข้าใจความสัมพันธ์ของส่วนต่าง ๆ เช่น การตรวจสอบข้อเท็จจริง การระบุประเด็นสำคัญ และการแยกแยะเหตุผลที่สนับสนุนหรือค้าน

2.2 การสังเคราะห์ หมายถึง การสังเคราะห์ หมายถึง กระบวนการทางความคิดที่บุคคลนำข้อมูลความรู้ หรือประสบการณ์จากแหล่งต่าง ๆ มารวบรวม วิเคราะห์ และผสมผสานเข้าด้วยกัน เพื่อสร้างแนวคิดใหม่ วิธีการใหม่ หรือข้อเสนอใหม่ที่เหมาะสมกับสถานการณ์ที่เผชิญอยู่ โดยเฉพาะในการแก้ไขปัญหาในชีวิตหรือการเรียน ซึ่งต้องใช้ทั้งการคิดวิเคราะห์และความคิดสร้างสรรค์ประกอบกัน

2.3 การประเมินผล หมายถึง การตัดสินใจและตรวจสอบความน่าเชื่อถือของข้อมูล รวมถึงการวิเคราะห์ผลกระทบของการตัดสินใจที่เลือก

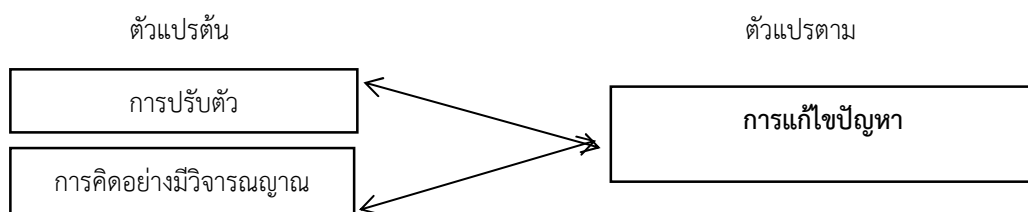
3. การปรับตัว หมายถึง การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และอารมณ์ของบุคคลเพื่อให้สอดคล้องกับสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลง การปรับตัวครอบคลุมทั้งการปรับตัวทางสังคม การปรับตัวทางจิตวิทยา และการ

ปรับตัวในการศึกษา ซึ่งช่วยให้นักศึกษาสามารถเผชิญหน้ากับปัญหาและความเครียดในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยมี 3 องค์ประกอบ ดังนี้

3.1 การปรับตัวทางสังคม หมายถึง ความสามารถในการสร้างความสัมพันธ์และปรับตัวกับผู้อื่น การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ การทำงานร่วมกับกลุ่ม และการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม

3.2 การปรับตัวทางจิตวิทยา หมายถึง การจัดการอารมณ์และความเครียด และความกดดันในสถานการณ์ที่ยากลำบาก การพัฒนาทัศนคติเชิงบวกและการมองหาวิธีแก้ไขปัญหที่เหมาะสม

3.3 การปรับตัวทางวิชาการ หมายถึง การจัดการเวลา การพัฒนาทักษะการเรียนรู้ และการจัดลำดับความสำคัญของงาน การเข้าถึงทรัพยากรทางการศึกษา เช่น อาจารย์ เพื่อน หรือ แหล่งข้อมูลอื่น ๆ เพื่อช่วยให้การเรียนรู้มีประสิทธิภาพมากขึ้น ตามภาพที่ 1 ดังนี้



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดของการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ประชากร คือ นักศึกษาระดับปริญญาตรี คณะศึกษาศาสตร์ (ส่วนกลาง หมายถึง มหาวิทยาลัยรามคำแหง ทั่วประเทศ) ที่ลงทะเบียนเรียนภาคเรียนฤดูร้อน ปีการศึกษา 2567 จำนวน 2,693 คน ผู้วิจัยคำนวณกลุ่มตัวอย่างด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป G*POWER 3.1 สำหรับการวิเคราะห์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's correlation) แบบสองทาง โดยกำหนดค่า effect size = 0.30 (Cohen, 1988), ระดับนัยสำคัญ (α) = 0.05 และพลังการทดสอบ (Power) = 0.95 ผลการคำนวณพบว่าต้องใช้กลุ่มตัวอย่างขั้นต่ำ จำนวน 138 คน เพื่อให้การวิเคราะห์มีความน่าเชื่อถือเพียงพอ เพื่อป้องกันความผิดพลาดของกลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยจึงเก็บข้อมูลกลุ่มตัวอย่างจำนวน 168 คน ในการวิจัยครั้งนี้ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ (Stratified Random Sampling) โดยแบ่งประชากรนักศึกษาระดับปริญญาตรี คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง ออกเป็นชั้นตาม ชั้นปีที่ศึกษา (ปี 1-ปี 4) จากนั้นสุ่มตัวอย่างนักศึกษาภายในแต่ละชั้นตามสัดส่วนของประชากรจริง เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างมีความเป็นตัวแทนที่ใกล้เคียงกับประชากร และกำหนดให้นักศึกษาระดับปริญญาตรีแต่ละคนเป็น หน่วยตัวอย่าง

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ศึกษารวบรวมเอกสารผลการศึกษา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง แล้วนำมาสร้างแบบสอบถามซึ่งได้ปรับปรุงให้เหมาะสมกับงานวิจัยครั้งนี้ โดยแบ่งออกเป็น 4 ส่วน ดังนี้ ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลสร้างแบบเลือกตอบ จำนวน 4 ข้อ ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพการสมรส และสาขาที่ศึกษา ส่วนที่ 2 การแก้ไขปัญหา ส่วนที่ 3 การคิดอย่างมีวิจารณญาณ และส่วนที่ 4 การปรับตัว สร้างแบบมาตราประมาณค่า (Rating Scale) กำหนดคำตอบเป็น 4 ระดับ ได้แก่ 1 หมายถึง ไม่จริงอย่างยิ่ง 2 หมายถึง ไม่จริง 3 หมายถึง จริง 4 หมายถึง จริงอย่างยิ่ง ผลทดสอบความเชื่อมั่นด้วยสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แอลฟาของครอนบาค ได้ค่าความเชื่อมั่น

ผลการวิเคราะห์ปรากฏว่า มีค่า IOC อยู่ระหว่าง 0.67–1.00 ถือว่ามีความสอดคล้องอยู่ในเกณฑ์ที่ยอมรับได้โดยมีค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ 0.87

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้จัดทำแบบสอบถาม ผ่าน Google form ซึ่งประกอบได้ด้วย 4 ส่วน ได้แก่ แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบสอบถามการแก้ไขปัญหา แบบสอบถามคิดอย่างมีวิจารณญาณ แบบสอบถามการปรับตัว โดยส่งลิงค์เก็บข้อมูลไปยังนักศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ จากนั้นตรวจสอบการตอบแบบสอบถามพบว่า มีความสมบูรณ์ของคำตอบจำนวน 168 คน ซึ่งผู้วิจัยจะนำมาวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

4. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล สถิติเชิงบรรยาย ได้แก่ จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติเชิงอนุมาน ได้แก่ สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน เพื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการปรับตัวและการคิดอย่างมีวิจารณญาณต่อการแก้ไขปัญหาของนักศึกษา และเกณฑ์การแปลความหมายของระดับความสัมพันธ์อ้างอิงตาม ชูศรี วงศ์รัตน (2544, หน้า 324) ซึ่งกำหนดว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่าง 0.91–1.00 หมายถึงมีความสัมพันธ์กันสูงมาก 0.71–0.90 หมายถึงมีความสัมพันธ์สูง 0.31–0.70 หมายถึงมีความสัมพันธ์ปานกลาง 0.01–0.30 หมายถึงมีความสัมพันธ์ต่ำ และ 0.00 หมายถึงไม่มีความสัมพันธ์

ผลการวิจัย

ผลการศึกษา ข้อมูลส่วนบุคคล ระดับการปรับตัว การคิดอย่างมีวิจารณญาณ และการแก้ไขปัญหา ตามวัตถุประสงค์ข้อ 1 นักศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 125 คน คิดเป็นร้อยละ 74.4 กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ มีอายุระหว่าง 20 – 30 ปีมากที่สุด จำนวน 106 คน คิดเป็นร้อยละ 63.1 มีสถานภาพโสดมากที่สุด จำนวน 138 คน คิดเป็นร้อยละ 82.1 กลุ่มตัวอย่างศึกษาสาขาจิตวิทยาการให้การปรึกษามีจำนวนมากที่สุด จำนวน 85 คน คิดเป็นร้อยละ 50.6 สำหรับผลการศึกษา การแก้ไขปัญหา การคิดอย่างมีวิจารณญาณ และการปรับตัว ของกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาระดับปริญญาตรี คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง ที่ตอบแบบประเมินทั้งหมด 168 คน แสดงผลดังนี้ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และแปลผลทั้ง 3 ตัวแปร โดยแยกเป็นรายข้อ พบว่า ค่าเฉลี่ยของการแก้ไขปัญหา อยู่ในระดับสูง มีมีค่าเท่ากับ 3.15 ค่าเฉลี่ยของการคิดอย่างมีวิจารณญาณ อยู่ในระดับสูง มีมีค่าเท่ากับ 3.15 ค่าเฉลี่ยของการปรับตัว อยู่ในระดับสูง มีมีค่าเท่ากับ 3.12 ตามตารางที่ 1 ดังนี้

ตารางที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล ระดับการปรับตัว การคิดอย่างมีวิจารณญาณ และการแก้ไขปัญหา

การปรับตัว	$\bar{X}$	SD	ระดับ
1. การแก้ปัญหา	3.15	0.39	สูง
2. การคิดอย่างมีวิจารณญาณ	3.15	0.49	สูง
3. การปรับตัว	3.12	0.46	สูง

ผลการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่าง การปรับตัวกับ การแก้ไขปัญหา ตามวัตถุประสงค์ข้อ 2

ตารางที่ 2 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน ระหว่างการปรับตัวและการแก้ไขปัญหา

ตัวแปร	AD5	AD6	AD7	AD	PS1	PS2	PS3	PS4	PS
AD5	1	0.55**	0.32**	0.45**	0.39**	0.41**	0.44**	0.49**	0.52**
AD6		1	0.45**	0.61**	0.39**	0.42**	0.40**	0.52**	0.52**
AD7			1	0.36**	0.31**	0.32**	0.33**	0.37**	0.39**
AD				1	0.31**	0.41**	0.51**	0.49**	0.52**
PS1					1	0.63**	0.59**	0.49**	0.82**
PS2						1	0.61**	0.62**	0.87**
PS3							1	0.59**	0.83**
PS4								1	0.82**
PS									1

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05, ** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

AD5 คือ การปรับตัวทางสังคม AD6 คือ การปรับตัวทางจิตวิทยา AD7 คือ การปรับตัวทางวิชาการ

PS1 คือ ด้านการระบุปัญหา PS2 คือ การวางแผนแก้ไข PS3 คือ การดำเนินการแก้ไข PS4 คือ การประเมินผล

จากตารางที่ 1 พบว่า การปรับตัว (AD) มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับการแก้ไขปัญหา (PS) ของนักศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง อยู่ในระดับปานกลาง ($r = 0.52$) อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 เมื่อพิจารณารายองค์ประกอบการปรับตัว พบว่า ทุกองค์ประกอบของการปรับตัวมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสามารถในการแก้ไขปัญหา (PS) ดังนี้ องค์ประกอบที่ 2 การปรับตัวทางจิตวิทยา (AD6) อยู่ในระดับปานกลาง ($r = 0.52$) องค์ประกอบที่ 1 การปรับตัวทางสังคม (AD5) อยู่ในระดับปานกลาง ($r = 0.52$) และองค์ประกอบที่ 3 การปรับตัวทางวิชาการ (AD7) อยู่ในระดับปานกลาง ($r = 0.39$)

ผลการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่าง การคิดอย่างมีวิจารณญาณกับการแก้ไขปัญหา ตามวัตถุประสงค์ข้อ 3

ตารางที่ 3 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน ระหว่างการคิดอย่างมีวิจารณญาณ กับการแก้ไขปัญหา

ตัวแปร	CT8	CT9	CT10	CT	PS1	PS2	PS3	PS4	PS
CT8	1	0.63**	0.45**	0.56**	0.18**	0.31**	0.33**	0.44**	0.38**
CT9		1	0.54**	0.56**	0.32**	0.43**	0.48**	0.48**	0.51**
CT10			1	0.336	0.25**	0.29**	0.43**	0.34**	0.39**

ตารางที่ 3 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน ระหว่างการคิดอย่างมีวิจารณญาณ กับการแก้ไขปัญหา (ต่อ)

ตัวแปร	CT8	CT9	CT10	CT	PS1	PS2	PS3	PS4	PS
CT				1	0.44**	0.46**	0.47**	0.55**	0.57**
PS1					1	0.63**	0.58**	0.49**	0.81**
PS2						1	0.60**	0.61**	0.86**
PS3							1	0.59**	0.83**
PS4								1	0.81**
PS									1

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05, ** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

CT8 คือ ด้านการวิเคราะห์ CT9 คือ ด้านการสังเคราะห์ CT10 คือ ด้านการประเมินผล

PS1 คือ ด้านการระบุปัญหา PS2 คือ การวางแผนแก้ไข PS3 คือ การดำเนินการแก้ไข PS4 คือ การประเมินผล

จากตารางที่ 2 พบว่า การคิดอย่างมีวิจารณญาณ (CT) มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสามารถในการแก้ไขปัญหา (PS) ของนักศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง อยู่ในระดับปานกลาง ($r = 0.57$) อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 เมื่อพิจารณาองค์ประกอบของการคิดอย่างมีวิจารณญาณ พบว่าทุกองค์ประกอบของการคิดอย่างมีวิจารณญาณมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสามารถในการแก้ไขปัญหา (PS) ดังนี้ องค์ประกอบที่ 2 การสังเคราะห์ (CT9) อยู่ในระดับปานกลาง ($r = 0.51$) องค์ประกอบที่ 1 การวิเคราะห์ (CT8) อยู่ในระดับปานกลาง ($r = 0.38$) และองค์ประกอบที่ 3 การประเมินผล (CT10) อยู่ในระดับปานกลาง ($r = 0.39$)

อภิปรายผล

จากผลวิจัยเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างการปรับตัวและการคิดอย่างมีวิจารณญาณต่อการแก้ไขปัญหา ของนักศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง สามารถนามาอภิปรายผลได้ ดังนี้

สมมติฐานที่ 1 การปรับตัวมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับการแก้ไขปัญหาของนักศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง โดยแยกอภิปรายดังนี้

ผลการวิจัยพบว่า การปรับตัวมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสามารถในการแก้ไขปัญหาในระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ในระดับปานกลาง สะท้อนว่า นักศึกษาที่มีความสามารถในการปรับตัวในระดับสูง ย่อมมีแนวโน้มที่จะแก้ไขปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพมากกว่า ทั้งในบริบทชีวิตประจำวันและด้านการเรียนรู้ ผลดังกล่าวสอดคล้องกับแนวคิดของ Santrock (2021) ที่อธิบายว่า การปรับตัวคือความสามารถในการรับมือกับสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงได้อย่างยืดหยุ่น ผู้ที่มีการปรับตัวดีสามารถจัดการอารมณ์และตัดสินใจอย่างมีเหตุผล ซึ่งส่งผลโดยตรงต่อการแก้ไขปัญหา ขณะเดียวกันยังสอดคล้องกับทฤษฎี Cognitive Appraisal and

Coping ของ Lazarus และ Folkman (1984) ที่เสนอว่าการประเมินสถานการณ์และการเลือกกลยุทธ์เผชิญปัญหาที่เหมาะสมมีบทบาทสำคัญต่อการจัดการกับความท้าทาย เมื่อพิจารณาในบริบทของนักศึกษาคณะศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยรามคำแหง นักศึกษาต้องเผชิญทั้งแรงกดดันทางวิชาการ การฝึกปฏิบัติการสอน และบทบาททางสังคมที่หลากหลาย ความสามารถในการปรับตัวทั้งในด้านสังคม จิตวิทยา และวิชาการ จึงเป็นกลไกสำคัญที่ช่วยให้พวกเขาจัดการกับปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ งานวิจัยในประเทศ เช่น ธัญญา ธนธำรงกุล (2562), โกศล ศรีเจริญ (2560) และ สุริพร ศรีชู (2565) ยังยืนยันว่า การปรับตัวด้านอารมณ์และสังคมที่ดีช่วยให้นักศึกษาสามารถรับมือกับความเครียดและปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ

สมมติฐานที่ 2 การคิดอย่างมีวิจารณญาณมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับการแก้ไขปัญหาของนักศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง โดยแยกอภิปรายดังนี้

ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า การคิดอย่างมีวิจารณญาณมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับการแก้ไขปัญหาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01 ยืนยันว่านักศึกษาที่มีการคิดเชิงวิเคราะห์และใช้เหตุผลอย่างมีระบบ สามารถวางแผนและแก้ไขปัญหาได้มีประสิทธิภาพมากกว่า ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับ Facione (2015) ที่มองว่าการคิดอย่างมีวิจารณญาณคือกระบวนการตีความ วิเคราะห์ และประเมินข้อมูลอย่างมีระบบเพื่อการตัดสินใจที่มีประสิทธิภาพ และตรงกับแนวคิดของ Ennis (2011) ที่ระบุว่าการคิดอย่างมีวิจารณญาณเป็นทักษะจำเป็นในศตวรรษที่ 21 สำหรับการจัดการกับสถานการณ์ซับซ้อน รวมทั้ง Paul และ Elder (2014) ที่ย้ำว่าการคิดอย่างมีวิจารณญาณเป็นกระบวนการที่มีระบบ มีเป้าหมาย และใช้เหตุผล ในบริบทของนักศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ รามคำแหง การคิดเชิงวิจารณญาณช่วยให้นักศึกษาสามารถวิเคราะห์ปัญหาทางวิชาการ วางแผนการสอน ฝึกการตัดสินใจ และจัดการกับความขัดแย้งในกลุ่มได้ดีขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยทั้งในและต่างประเทศ เช่น สมศักดิ์ บุญปู (2561), วรรณภา สุทธิระ (2564) และ Nguyen et al. (2020) ที่พบว่าการพัฒนาทักษะการคิดวิเคราะห์ในห้องเรียนมีผลต่อความสามารถในการแก้ปัญหาเชิงลึกและการตัดสินใจที่มีประสิทธิภาพ

สมมติฐาน 3 การปรับตัวมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับการคิดอย่างมีวิจารณญาณของนักศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง

ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า การปรับตัวมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับการคิดอย่างมีวิจารณญาณของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสะท้อนว่าผู้ที่สามารถปรับตัวได้ดี ไม่ว่าจะเป็นด้านการเรียน การจัดการอารมณ์ หรือการเข้าสังคม ย่อมมีแนวโน้มที่จะคิดอย่างมีเหตุผล วิเคราะห์ข้อมูล และตัดสินใจได้ดีกว่าเพื่อนร่วมกลุ่มที่มีการปรับตัวต่ำกว่า การอธิบายเชิงทฤษฎี Bandura (1997) อธิบายว่า ความสามารถในการควบคุมตนเองและสิ่งแวดล้อมเป็นรากฐานของการปรับตัว ซึ่งเกี่ยวข้องกับการตั้งเป้าหมาย การวางแผน และการสะท้อนคิด กระบวนการเหล่านี้เองเป็นพื้นฐานของการคิดอย่างมีวิจารณญาณ Facione (2015) ชี้ว่า การคิดวิจารณญาณต้องอาศัยทักษะการวิเคราะห์ การตีความ และการประเมินอย่างมีระบบ ซึ่งเกิดขึ้นได้เมื่อบุคคลมีความมั่นคงทางอารมณ์และสามารถรับมือกับความท้าทายได้อย่างเหมาะสม Paul และ Elder (2014) เน้นว่าการคิดอย่างมีวิจารณญาณต้องอาศัย “ความกล้าหาญทางสติปัญญา” (intellectual courage) และการเปิดใจยอมรับมุมมองใหม่ ๆ สิ่งเหล่านี้เกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อผู้เรียนสามารถปรับตัวกับแรงกดดันและความไม่แน่นอนได้ งานวิจัยที่สนับสนุน

งานของ Nguyen et al. (2020) พบว่า นักศึกษาที่มีทักษะการปรับตัวสูง มักพัฒนาการคิดเชิงวิเคราะห์และใช้เหตุผลได้ดีกว่า โดยเฉพาะในสถานการณ์ซับซ้อน งานวิจัยไทย เช่น วรรณภา สุทธะ (2564) ระบุว่า นักศึกษาที่ได้รับการพัฒนาให้มีทั้งทักษะการปรับตัวและการคิดเชิงวิจารณ์ จะสามารถแก้ปัญหาและตัดสินใจในสถานการณ์จริงได้มีประสิทธิภาพมากขึ้น เชื่อมโยงบริบทมหาวิทยาลัยรามคำแหง ในบริบทของนักศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง ซึ่งต้องรับมือกับภาระการเรียนจำนวนมาก การฝึกปฏิบัติการสอน และแรงกดดันจากการเรียนในมหาวิทยาลัยเปิด ความสามารถในการปรับตัวช่วยให้นักศึกษาสามารถควบคุมอารมณ์ วางแผนการเรียน และสื่อสารกับผู้อื่นได้ดีขึ้น ซึ่งกระบวนการเหล่านี้หนุนเสริมโดยตรงต่อการคิดอย่างมีวิจารณญาณ เช่น การตั้งคำถาม วิเคราะห์ข้อมูล และตัดสินใจเชิงเหตุผล

โดยสรุป ผลวิจัยยืนยันว่า การปรับตัว และการคิดอย่างมีวิจารณญาณ มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับ การแก้ปัญหา ของนักศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหงอย่างมีนัยสำคัญ โดยมีขนาดความสัมพันธ์ในภาพรวม “ระดับปานกลาง” สะท้อนว่า การพัฒนาผู้เรียนเพื่อพร้อมเป็นครูในอนาคตควรมุ่ง บูรณาการ การเสริมสร้างทักษะปรับตัว (การบริหารอารมณ์ การเผชิญปัญหาเชิงสร้างสรรค์ การบริหารเวลา/ทรัพยากร) เข้ากับการพัฒนากระบวนการคิดอย่างมีวิจารณญาณ ผ่านกิจกรรมการเรียนรู้ที่ยึดปัญหาเป็นฐานและสถานการณ์จริงในชั้นเรียน ผลที่ได้ไม่เพียงตอบวัตถุประสงค์ของงานนี้เท่านั้น หากยังเติมเต็มช่องว่างองค์ความรู้ในบริบทมหาวิทยาลัยแบบเปิดของไทย และให้เข็มทิศเชิงปฏิบัติสำหรับการออกแบบหลักสูตร/ฝึกประสบการณ์วิชาชีพครูและระบบสนับสนุนผู้เรียนให้เท่าทันโลกการศึกษาในศตวรรษที่ 21

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะจากการวิจัยในครั้งนี้ สถานศึกษาควรส่งเสริมให้นักศึกษาพัฒนาทักษะการปรับตัวในด้านต่าง ๆ เช่น การจัดกิจกรรมอบรมเชิงปฏิบัติการเกี่ยวกับการรับมือกับการเปลี่ยนแปลง การบริหารอารมณ์ การพัฒนาทักษะชีวิต และการเสริมสร้างทัศนคติเชิงบวก เพื่อให้นักศึกษามีความยืดหยุ่นทางอารมณ์และสามารถเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น ควรมีการบูรณาการการฝึกทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณลงในกระบวนการเรียนการสอนทุกรายวิชา เช่น การฝึกตั้งคำถามเชิงลึก การวิเคราะห์ข้อมูลจากแหล่งต่าง ๆ การอภิปรายกลุ่มอย่างมีเหตุผล หรือการแก้ปัญหาผ่านกรณีศึกษา เพื่อพัฒนาความสามารถในการตัดสินใจ การคิดอย่างเป็นระบบ และการแก้ปัญหาในสถานการณ์ที่ซับซ้อนได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น และส่งเสริมให้มีโครงการที่มุ่งส่งเสริมสมรรถนะการปรับตัวของนักศึกษาในยุคที่โลกมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว อาทิ โครงการพี่เลี้ยงนักศึกษาใหม่ การแนะแนวเส้นทางอาชีพ หรือกิจกรรมเสริมทักษะชีวิต ซึ่งจะส่งผลดีต่อพัฒนาการด้านการคิดวิเคราะห์และวิจารณ์อย่างยั่งยืนยิ่งขึ้น

2. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป ควรมีการศึกษากลุ่มตัวอย่างอื่น ๆ ให้หลากหลายมากขึ้น เช่น นักศึกษาในมหาวิทยาลัยอื่น หรือคณะอื่น เพื่อเปรียบเทียบผลการวิจัยในบริบทที่หลากหลาย ควรศึกษาตัวแปรเพิ่มเติมที่อาจมีผลต่อการแก้ปัญหา เช่น ความฉลาดทางอารมณ์ การคิดเชิงระบบ หรือแรงจูงใจภายใน เพื่อเพิ่มความลึกซึ้งของข้อมูลและอธิบายความสัมพันธ์ได้ชัดเจนยิ่งขึ้น และควรมีการวิจัยเชิงคุณภาพเพื่อเจาะลึกมุมมองของ

นักศึกษา ศึกษาเกี่ยวกับการแก้ไขปัญหา การคิดอย่างมีวิจารณญาณ และการปรับตัวในบริบทชีวิตจริง เพื่อให้เกิดความเข้าใจเชิงลึกที่อาจไม่สามารถเข้าถึงได้ผ่านการวิจัยเชิงปริมาณเพียงอย่างเดียว

3. ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติ สถานศึกษาควรส่งเสริมให้นักศึกษาครูพัฒนาทักษะในศตวรรษที่ 21 โดยเฉพาะทักษะการปรับตัว การคิดอย่างมีวิจารณญาณ การแก้ปัญหา และการสื่อสารร่วมมือ เช่น จัดอบรมเชิงปฏิบัติการ (Workshop) ที่บูรณาการการรับมือการเปลี่ยนแปลง การบริหารอารมณ์ และการคิดเชิงวิเคราะห์ในสถานการณ์จริง ออกแบบรายวิชาและกิจกรรมเรียนรู้ที่เน้นการแก้ปัญหาเชิงซับซ้อน (Problem-based Learning, Case-based Learning) เพื่อให้นักศึกษาฝึกคิดเป็นระบบและตัดสินใจบนฐานข้อมูลจัดโครงการเสริมสร้างสมรรถนะ เช่น โครงการที่เลี้ยงนักศึกษาใหม่ กิจกรรมแนะแนวเส้นทางอาชีพ หรือโครงการเสริมทักษะชีวิต เพื่อสร้างความยืดหยุ่นและพลังเชิงบวกในการเผชิญอนาคต

กิตติกรรมประกาศ

การค้นคว้าอิสระฉบับนี้สำเร็จลุล่วงด้วยความช่วยเหลือและสนับสนุนจากหลายฝ่าย ข้าพเจ้าขอกราบขอบพระคุณทุกท่านที่มีส่วนช่วยในการทวียครั้งนี้

ข้าพเจ้าขอขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อุมาภรณ์ สุขารมณ์ อาจารย์ที่ปรึกษาการค้นคว้าอิสระ ที่ได้ให้คำแนะนำและข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์อย่างยิ่ง

ข้าพเจ้าขอขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กรณิการ์ แสนสุภา ประธานกรรมการการค้นคว้าอิสระ ที่ได้ให้คำปรึกษา ชี้แนะ และสนับสนุนในทุกขั้นตอนของการทวียอย่างละเอียดและรอบคอบ

ข้าพเจ้าขอขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.ปรัชญา ปิยะมโนธรรม ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ภูริเดช พาหุยุทธ์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ผกาวรรณ นันทะเสน ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัยทั้ง 3 ท่าน ที่ได้ให้คำแนะนำและข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์อย่างยิ่ง

ข้าพเจ้าขอขอบพระคุณนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงทุกท่านที่ได้ให้ความร่วมมือในการตอบแบบประเมิน และให้ข้อมูลอันเป็นประโยชน์ต่อการวิจัยในครั้งนี้ นอกจากนี้ ข้าพเจ้าขอขอบพระคุณครอบครัวและเพื่อน ๆ ที่ให้กำลังใจ และสนับสนุนในทุก ๆ ด้าน ตลอดระยะเวลาของการศึกษาอิสระนี้ สุดท้ายนี้ข้าพเจ้าขอขอบพระคุณทุกท่านที่ไม่ได้เอ่ยนาม ที่ได้มีส่วนช่วยในการศึกษาครั้งนี้ ไม่ว่าจะเป็นทางตรงหรือทางอ้อม

เอกสารอ้างอิง

- กรณิการ์ แสนสุภา, เอื้อทิพย์ คงกระพันธ์, อุมาภรณ์ สุขารมณ์ และผกาวรรณ นันทะเสน. (2563). การปรับตัวของนักศึกษาในสถานการณ์โควิด-19. *วารสาร มจร มนุษยศาสตร์ปริทรรศน์*, 6(2), 83-97.
- โกศล ศรีเจริญ. (2560). ความสามารถในการปรับตัวกับการเผชิญปัญหาของนักศึกษามหาวิทยาลัย. *วารสารครูศาสตร์*, 45(3), 123-135.

- ไกลสิทธิ์ อภิระติง และธนภรณ์ หมั่นเพียรสุข. (2562). ผลการจัดการเรียนรู้โดยใช้ปัญหาเป็นฐานร่วมกับบทเรียนออนไลน์ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและความพึงพอใจต่อกลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์ เรื่อง การแก้ปัญหา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1. *วารสารโครงการวิทยการคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศ*, 42(2), 28-36.
- ัญญา ธนธำรงกุล. (2562). การปรับตัวด้านอารมณ์และสังคมกับการจัดการปัญหาของนักศึกษาในชีวิตประจำวัน. *วารสารจิตวิทยาและการศึกษา*, 12(1), 45-60.
- ปณิชา ชัยกุลภัทรโชติ และปรกรณ์ ประจันบาน. (2563). การพัฒนาแบบวัดทักษะในศตวรรษที่ 21 ด้านการเรียนรู้และนวัตกรรมของนักเรียนชั้นประถมศึกษา. *วารสารครุศาสตร์ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร*, 6(12), 49-64.
- พรทิพย์ เกษมทรัพย์. (2562). การคิดอย่างมีวิจารณญาณในศตวรรษที่ 21. *วารสารการศึกษาและพัฒนา*, 12(2), 45-60.
- เมธาสีธี ธีรรัตนศรีสกุล และคณะ. (2564). การปรับตัวภายใต้สถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนราชินีบูรณะ. *วารสารสังคมศาสตร์วิจัย*, 12(1), 212-228.
- วันสนันท์ ชูรัตน์. (2564). *การพัฒนาทักษะการแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์โดยใช้รูปแบบการแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ร่วมกับอินโฟกราฟิกสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 เรื่องกรด-เบส* [วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยนเรศวร]. ฐานข้อมูลวิทยานิพนธ์ไทย.
- วรรณภา สุทธะ. (2564). การพัฒนาการคิดเชิงวิจารณ์ญาณและการปรับตัวของนักศึกษา: ผลต่อความสามารถในการแก้ปัญหาในสถานการณ์จริง. *วารสารศึกษาศาสตร์และพัฒนา*, 13(2), 101-118.
- สมศักดิ์ บุญปู. (2561). *การพัฒนาทักษะการคิดเชิงวิจารณ์ญาณของนักศึกษามหาวิทยาลัยในศตวรรษที่ 21* [วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่]. ฐานข้อมูลวิทยานิพนธ์ไทย.
- สำนักงานปลัดกระทรวงการอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม. (2564). *รายงานสถานการณ์การอุดมศึกษาไทย ปี 2564*.
- สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2564). *ยุทธศาสตร์ชาติระยะ 20 ปี (พ.ศ. 2560-2579)*.
- สุจารี ลำอานค์ และน้ำทิพย์ งามอาจวนิชย์. (2565). การพัฒนาแบบวัดทักษะสร้างสรรค์นวัตกรรม สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น. *วารสารวิชาการบัณฑิตวิทยาลัยสวนดุสิต*, 18(2), 67-83.
- สุธิดา การมี. (2561). การใช้กระบวนการออกแบบเชิงวิศวกรรมเพื่อเสริมสร้างความคิดสร้างสรรค์และทักษะการแก้ปัญหา ตอนที่ 2. *นิตยสาร สสวท.*, 46(210), 44-49.
- สุริพร ศรีชู. (2565). ความสามารถในการปรับตัวกับการเผชิญปัญหาของนักศึกษาในศตวรรษที่ 21. *วารสารวิจัยและพัฒนาการศึกษา*, 17(3), 55-70.

- Abdul-Rahman, A. A. A. (2019). The impact of strategic planning on enhancing the strategic performance of banks: Evidence from Bahrain. *Banks and Bank Systems*, 14, 140-151. [https://doi.org/10.21511/bbs.14\(2\).2019.12](https://doi.org/10.21511/bbs.14(2).2019.12)
- Al-Ghazali, B. M. (2020). Transformational leadership, career adaptability, job embeddedness and perceived career success: A serial mediation model. *Leadership & Organization Development Journal*, 41(8), 993-1013. <https://doi.org/10.1108/LODJ-10-2019-0455>
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice-Hall.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W H Freeman.
- Bellanca, J., & Brandt, R. (2010). *21st century skills: Rethinking how students learn.*: Solution Tree.
- Beyer, B. K. (1987). *Practical strategies for the teaching of thinking*. Allyn and Bacon.
- Black, J. S., & Mendenhall, M. (1990). Cross-cultural training effectiveness: A review and a theoretical framework for future research. *The Academy of Management Review*, 15(1), 113-136. <https://doi.org/10.2307/258109>
- Charoen, D., Wongsawang, T., & Niyomsilp, P. (2021). Adaptability, critical thinking and student success in Thai universities. *Journal of Educational Psychology Studies*, 18(2), 55-72.
- Dewey, J. (1933). *How we think: A restatement of the relation of reflective thinking to the educative process*. D.C. Heath & Co Publishers.
- Efklides, A., & Vlachopoulos, S. P. (2018). Theory of problem-solving: A metacognitive perspective. *Journal of Educational Psychology*, 110(3), 450-468.
- Ennis, R. H. (2011). Critical thinking: Reflection and perspective, Part I. *Inquiry: Critical Thinking Across the Disciplines*, 26(1), 4-18. <https://doi.org/10.5840/inquiryctnews20112613>
- Ennis, R. H., & Norris, S. (1989). *Evaluating critical thinking*. Midwest Publications.
- Facione, P. A. (2015, January 2). *Critical thinking: What It is and why it counts*. https://www.researchgate.net/publication/251303244_Critical_Thinking_What_It_Is_and_Why_It_Counts
- Facione, P. A. (1990). *Critical thinking: A statement of expert consensus for purposes of educational assessment and instruction—The Delphi report*. California Academic Press.
- Halpern, D. F. (2020). *Thought and knowledge: An introduction to critical thinking* (6th ed.). Routledge.
- Havighurst, R. J. (1953). *Human development and education*. Longmans, Green.

- Heong, Y. M., Yunos, J. M., Othman, W., Hassan, R., Kiong, T. T., & Mohamad, M. M. (2021). Critical thinking and problem-solving skills in technical and vocational education and training (TVET). *Journal of Technical Education and Training*, 13(1), 22–32.
- Heppner, P. P., & Petersen, C. H. (1982). The development and implications of a personal problem-solving inventory. *Journal of Counseling Psychology*, 29(1), 66–75.
<https://doi.org/10.1037/0022-0167.29.1.66>
- Jonassen, D. (2011). Supporting Problem Solving in PBL. *Interdisciplinary Journal of Problem-Based Learning*, 5, 95-119. <https://doi.org/10.7771/1541-5015.1256>
- Khoiriyah, A. J., & Husamah, H. (2018). Problem-based learning: Creative thinking skills, problem-solving skills, and learning outcome of seventh grade students. *Indonesian Journal of Biology Education*, 4, 151-160. <https://doi.org/10.22219/jpbi.v4i2.5804>
- Kowalski, R. M., & Westen, D. (2009). *Psychology* (5th ed.). John Wiley & Son.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.
- Lipman, M. (1988). Critical thinking-what can it be? *Educational Leadership*, 46(1), 38-43.
- Lipman, M. (2003). *Thinking in education* (2nd ed.). Cambridge University Press.
- Malm, M., & Jamison, O. G. (1952). *Adolescence*. The Book Abyss.
- McCarthy, A. (2004). The effect of critical thinking training and expression skills on the academicity of U.S. Air Force preparatory students. *Journal of Military Education*, 15(2), 123–139.
- Meirun, T., Bano, S., Ali Jafri, S. K., Arshad, M. Z., & Javaid, M. U. (2022). Career adaptability as protagonist on contemporary rural migrant workers’ turnover intention: The mediating effect of organization embeddedness and organizational identification. *Work: Journal of Prevention, Assessment & Rehabilitation*, 71(1), 223–234. <https://doi.org/10.3233/WOR-205132>
- Nguyen, T. S., Pham, L. H., & Le, M. T. (2020). The impact of interactive learning on critical thinking and problem-solving skills among university students in Vietnam. *Journal of Higher Education and Interactive Learning*, 8(1), 45–62.
- Organisation for Economic Co-operation and Development. (2019). *Future of education and skills 2030: OECD learning compass 2030*.
- Paul, R. (1993). *Critical thinking: What every person needs to survive in a rapidly changing world*. Foundation for Critical Thinking.

- Paul, R., & Elder, L. (2014). Critical thinking: Intellectual standards essential to reasoning well within every domain of human thoughts, part 4. *Journal of Developmental Education*, 30(3). 34-35.
- Piaget, J. (1977). *The development of thought: Equilibration of cognitive structures*. Viking.
- Puspitasari, I. M., Chen, C. K., Su, E. C. Y., & Lee, Y. J. (2020). Perceptions, knowledge, and attitude toward mental health disorders and their treatment among students in an Indonesian university. *Psychology Research and Behavior Management*, 13, 845-854.
- Roy, C. (1976). The Roy adaptation model. *Nursing Outlook*, 24(11), 690-691.
- Saavedra, A. R., & Opfer, V. D. (2019). Learning 21st-century skills requires 21st-century teaching. *Phi Delta Kappa*, 100(7), 34-38.
- Sagala, N. L., & Simanjuntak, M. P. (2017). The influence of problem based learning model on scientific process skill and problem solving ability of student. *IOSR Journal of Research & Method in Education (IOSR-JRME)*, 7(4), 1-9.
- Santrock, J. W. (2003). *Psychology* (7th ed.). McGraw-Hill.
- Santrock, J. W. (2021). *Life-span development* (18th ed.). McGraw-Hill Education.
- Schrag, F. (1988). *Thinking in school and society*. Routledge.
- Taherdoost, H., Sahibuddin, S., & Jalaliyoon, N. (2021). Critical thinking: Importance, barriers, and strategies for development. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 11(6), 929-943. <https://doi.org/10.6007/IJARBS/v11-i6/10255>
- Trilling, B., & Fadel, C. (2015). *21st century skills: Learning for life in our times*. Jossey-Bass.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Harvard University Press.
- World Economic Forum. (2020). *The future of jobs report 2020*.
- Zhang, L., Wang, J., & Wang, Y. (2022). The relationship between adaptability and personal development among university students: The mediating role of self-efficacy and life satisfaction. *Journal of Adolescence*, 94, 123-132.

ผู้เขียนบทความ

นางสาววรรณศิริ ภูฉายา สาขาจิตวิทยาการให้การศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง
กรุงเทพมหานคร อีเมล 6612671010@rumail.ru.ac.th

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. อุมารณ์ สุขารมณฺ์ สาขาจิตวิทยาการให้การศึกษา คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยรามคำแหง กรุงเทพมหานคร