

ภาวะผู้นำยุคความพลิกผันที่ส่งผลต่อการสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจของครูสังกัดสำนักงานเขต
พื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสุพรรณบุรี เขต 1

LEADERSHIP IN THE ERA OF DISRUPTION AFFECTIN TEACHERS'
PSYCHOLOGICAL IMMUNITY UNDER THE SUPHAN BURI PRIMARY
EDUCATIONAL SERVICE AREA OFFICE 1

ณัฐพร สิงห์สร^{1*} เรียงวิทย์ นิลโคตร² และณัฐพัชร สายเสนา³
โรงเรียนสุพรรณภูมิ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสุพรรณบุรี เขต 1¹
คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง จังหวัดราชบุรี²
คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม³

Natataporn Singsorn^{1*} Reongwit Nilkote² and Natthapat Saisena³
Suphanphum School Suphanburi Primary Educational Service Area Office 1¹
Faculty of Education, Muban Chombueng Rajabhat University, Ratchaburi Province, Thailand²
Faculty of Humanities and Social Sciences, Chandrakasem Rajabhat University³

*Corresponding Author E-mail: nattaporn1223@gmail.com

ภาวะผู้นำยุคความพลิกผันที่ส่งผลต่อการสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจของครูสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่ การศึกษาประถมศึกษาสุพรรณบุรี เขต 1

ณัฐพร สิงห์สร เริงวิชัย นิลโคตร และณัฐพัชร สายเสนา

โรงเรียนสุพรรณภูมิ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสุพรรณบุรี เขต 1

คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง จังหวัดราชบุรี

คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาระดับภาวะผู้นำทางอารมณ์และการมองโลกในแง่ดี 2) ศึกษา
ระดับภูมิคุ้มกันทางจิตใจของครูในยุคความพลิกผันทางการศึกษา 3) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างภาวะผู้นำ
ทางอารมณ์ การมองโลกในแง่ดี และภูมิคุ้มกันทางจิตใจของครู และ 4) ศึกษาปัจจัยเชิงพยากรณ์ของภาวะผู้นำ
ทางอารมณ์และการมองโลกในแง่ดีที่ส่งผลต่อภูมิคุ้มกันทางจิตใจของครู การวิจัยเป็นการวิจัยเชิงปริมาณ
กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ครูในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสุพรรณบุรี เขต 1 จำนวน 291 คน
กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างจากตารางเครซี่และมอร์แกน เครื่องมือวิจัยเป็นแบบสอบถามมาตรฐาน
ค่า 5 ระดับ มีความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ .97 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน และการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ

ผลการวิจัยพบว่า 1) ภาวะผู้นำทางอารมณ์และการมองโลกในแง่ดีของครูโดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด
($\bar{X} = 4.50$, S.D. = 0.40) 2. ภูมิคุ้มกันทางจิตใจของครูโดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.54$, S.D. = 0.45)
3) ภาวะผู้นำทางอารมณ์และการมองโลกในแง่ดีมีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับสูงมากกับภูมิคุ้มกันทางจิตใจ
ของครู ($r = .833$, $p < .01$) และ 4. ความเข้าใจอารมณ์ผู้อื่นและการมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรร่วมที่สามารถ
พยากรณ์ภูมิคุ้มกันทางจิตใจของครูได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยมีอำนาจพยากรณ์ร้อยละ 76.90 ($R^2 = .769$)
ทั้งนี้ สมการพยากรณ์ในรูปคะแนนดิบ คือ $\hat{Y} = .619 + .290$ (ความเข้าใจอารมณ์ผู้อื่น) + $.496$ (การมองโลก
ในแง่ดี)

คำสำคัญ : ภาวะผู้นำทางอารมณ์, การมองโลกในแง่ดี, ภูมิคุ้มกันทางจิตใจ, ความพลิกผันทางการศึกษา, ครู

ABSTRACT

This research article aimed to: (1) examine the levels of emotional leadership and optimism; (2) investigate the level of teachers' psychological resilience in the era of educational disruption; (3) examine the relationships among emotional leadership, optimism, and teachers' psychological resilience; and (4) identify the predictive factors of emotional leadership and optimism affecting teachers' psychological resilience. This quantitative study employed a sample of 291 teachers under the Suphan Buri Primary Educational Service Area Office 1, selected based on the Krejcie and Morgan sample size table. The research

instrument was a five-point Likert-scale questionnaire with an overall reliability coefficient of .97 Data were analyzed using descriptive statistics, including mean and standard deviation, and inferential statistics, including Pearson's product-moment correlation coefficient and multiple regression analysis.

The findings revealed that: (1) the overall levels of emotional leadership and optimism were at the highest level ($\bar{X} = 4.50$, S.D. = 0.40); (2) teachers' psychological resilience was also at the highest level ($\bar{X} = 4.02$, S.D. = 0.45); (3) emotional leadership and optimism were positively correlated with psychological resilience at a very high level ($r = .833$, $p < .01$); and (4) understanding others' emotions and optimism jointly served as significant predictors of teachers' psychological resilience, explaining 76.90% of the variance ($R^2 = .769$). The unstandardized regression equation was: $\hat{Y} = .619 + .290$ (Understanding Others' Emotions) + $.496$ (Optimism).

Keywords : Emotional Leadership, Optimism, Psychological Resilience, Educational Disruption, Teachers

บทนำ

ยุคความพลิกผันทางการศึกษาที่เต็มไปด้วยความไม่แน่นอนและการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว อันเป็นผลจากความก้าวหน้าของเทคโนโลยีดิจิทัลและปัญญาประดิษฐ์ (Artificial Intelligence: AI) การเปลี่ยนแปลงรูปแบบการเรียนรู้หลังสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 การปรับตัวต่อการเรียนรู้แบบผสมผสาน (Hybrid Learning) ตลอดจนความคาดหวังของสังคมต่อคุณภาพการศึกษาและผลลัพธ์ของผู้เรียนที่เพิ่มสูงขึ้น ได้ส่งผลให้บทบาทของครูมีความซับซ้อนและท้าทายมากกว่าที่ผ่านมา ครูต้องเผชิญทั้งภาระงานด้านการจัดการเรียนรู้ การใช้เทคโนโลยี การประเมินผล การบริหารจัดการข้อมูล และการกิจทางธุรการควบคู่กัน ส่งผลให้เกิดความกดดัน ความเครียด และความเหนื่อยล้าทางอารมณ์มากขึ้น ความสามารถในการฟื้นตัวทางจิตใจหรือความยืดหยุ่นตัว (Resilience) จึงกลายเป็นสมรรถนะสำคัญของครูในฐานะกำลังหลักของระบบการศึกษา เพราะไม่เพียงช่วยให้สามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงและจัดการกับความท้าทายได้อย่างมีประสิทธิภาพ แต่ยังส่งผลโดยตรงต่อสุขภาวะทางจิต ความพึงพอใจในวิชาชีพ และคุณภาพการจัดการเรียนรู้ (วิจารณ์ พานิช, 2568) ความยืดหยุ่นตัวมิได้หมายถึงเพียงความอดทนต่อปัญหา หากแต่ครอบคลุมถึงความสามารถในการควบคุมอารมณ์ ประเมินสถานการณ์อย่างมีเหตุผล รักษามุมมองเชิงบวก และเรียนรู้จากวิกฤตเพื่อพัฒนาตนเอง ครูที่มีความยืดหยุ่นตัวสูงย่อมสามารถลดความเสี่ยงต่อภาวะหมดไฟ คงไว้ซึ่งความผูกพันต่อวิชาชีพ และสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ที่มีคุณภาพได้อย่างต่อเนื่อง ขณะเดียวกัน ภาวะผู้นำที่ตระหนักถึงมิติทางอารมณ์และส่งเสริมวัฒนธรรมองค์กรเชิงบวกมีบทบาทสำคัญในการสร้างระบบสนับสนุนที่เอื้อต่อการฟื้นตัวและการเติบโตทางวิชาชีพของครู (สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา, 2567) อย่างไรก็ตาม แม้แนวคิดเกี่ยวกับความยืดหยุ่นตัวจะได้รับความสนใจมากขึ้น แต่การประยุกต์ใช้ในระดับสถานศึกษายังมีข้อจำกัด โดยงานวิจัยส่วนใหญ่ยังมุ่งศึกษาปัจจัยแต่ละด้านแยกจากกัน ขาดการอธิบายความสัมพันธ์

ระหว่างปัจจัยภายในบุคคลกับบริบทองค์กรและระบบสนับสนุน จึงจำเป็นต้องพัฒนาองค์ความรู้เชิงบูรณาการ เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจของครูให้สามารถรับมือกับความพลิกผันทางการศึกษาได้อย่างยั่งยืน

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสุพรรณบุรี เขต 1 เป็นพื้นที่ยุทธศาสตร์ที่มีความหลากหลายทั้งบริบททั้งเมืองและชนบท ส่งผลให้ครูต้องเผชิญความท้าทายที่แตกต่างกัน ทั้งด้านทรัพยากรและความคาดหวังท่ามกลางความเหลื่อมล้ำทางเศรษฐกิจ จากการสังเกตการณ์พบว่า แม้ครูจะมีความตื่นตัวต่อการเปลี่ยนแปลงเชิงนโยบายและเทคโนโลยี แต่กลับปรากฏสัญญาณความเหนื่อยล้าทางอารมณ์สะสมจากภาระงานและความกดดันด้านผลสัมฤทธิ์ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของนันทาวดี วรสุวัธ (2563) ที่ชี้ให้เห็นว่าภาวะหมดไฟสัมพันธ์กับความอ่อนล้าทางอารมณ์และเป็นอุปสรรคต่อการฟื้นตัวทางจิตใจ แม้ที่ผ่านมาจะมีการมุ่งเน้นประสิทธิภาพเชิงระบบ แต่ยังขาดการศึกษาเชิงลึกในมิติทางอารมณ์และกระบวนการเชิงจิตวิทยาโดยเฉพาะ การมองโลกในแง่ดี ซึ่งเป็นเสาหลักสำคัญของภูมิคุ้มกันทางใจ (สินีนานา วิทยพิเชฐสกุล และคณะ, 2567) พื้นที่นี้จึงมีความเหมาะสมอย่างยิ่งในการศึกษาเพื่อวิเคราะห์ปัจจัยเชิงพยากรณ์ที่เชื่อมโยงมิติภายในบุคคลและบริบทเชิงระบบ อันจะนำไปสู่การเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจของครูอย่างยั่งยืน และสอดคล้องกับสภาพจริงของพื้นที่

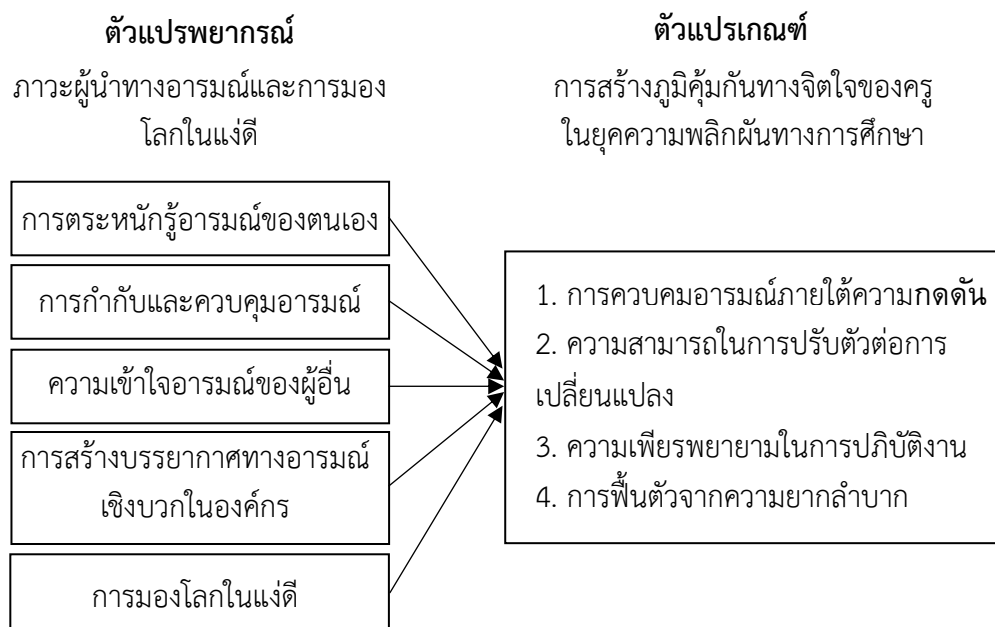
จากความสำคัญและที่มาของปัญหาดังกล่าว งานวิจัยนี้จึงมุ่งศึกษาปัจจัยเชิงพยากรณ์ที่ส่งผลต่อการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจของครูในบริบทความพลิกผันทางการศึกษา โดยบูรณาการการวิเคราะห์ทั้งปัจจัยภายในบุคคล ได้แก่ ความหย่อนตัวทางจิตใจ การมองโลกในแง่ดี และการจัดการอารมณ์ ร่วมกับปัจจัยเชิงองค์กร ได้แก่ ภาวะผู้นำและสภาพแวดล้อมการทำงานของสถานศึกษา เพื่ออธิบายความสัมพันธ์ของปัจจัยในมิติองค์กรรวมและเติมเต็มช่องว่างขององค์ความรู้ที่การศึกษาที่ผ่านมา ยังมุ่งอธิบายปัจจัยแต่ละด้านแยกจากกัน ผลการวิจัยจะช่วยระบุปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจของครู และพัฒนาองค์ความรู้เชิงประจักษ์ที่สามารถนำไปใช้ในการออกแบบมาตรการส่งเสริมสุขภาวะทางจิต ลดความเสี่ยงต่อภาวะหมดไฟ เพิ่มศักยภาพในการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง และยกระดับประสิทธิภาพการปฏิบัติงานของครู ตลอดจนใช้เป็นข้อมูลประกอบการกำหนดนโยบายและการพัฒนาระบบสนับสนุนครูให้สอดคล้องกับบริบทของสถานศึกษาและการเปลี่ยนแปลงของการศึกษาไทยอย่างยั่งยืน

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับภาวะผู้นำทางอารมณ์และการมองโลกในแง่ดี
2. เพื่อศึกษาระดับภูมิคุ้มกันทางจิตใจของครูในยุคความพลิกผันทางการศึกษา
3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างภาวะผู้นำทางอารมณ์และการมองโลกในแง่ดีกับภูมิคุ้มกันทางจิตใจของครูในยุคความพลิกผันทางการศึกษา
4. เพื่อสร้างสมการพยากรณ์ภาวะผู้นำทางอารมณ์และการมองโลกในแง่ดีที่ส่งผลต่อภูมิคุ้มกันทางจิตใจของครูในยุคความพลิกผันทางการศึกษา

กรอบแนวคิดในการวิจัย

งานวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ ผู้วิจัยกำหนดกรอบแนวคิดการวิจัย ดังนี้



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

ขอบเขตการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ ข้าราชการครู (สายงานการสอน) ทั้งหมด 1,187 คน (สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสุพรรณบุรี เขต 1, 2567) ผู้วิจัยกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างจำนวน 291 คน โดยเทียบจากตารางของเครจซีและมอร์แกน (Krejcie & Morgan, 1970) จากนั้นดำเนินการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi-Stage Sampling) เริ่มจากการสุ่มแบบแบ่งชั้นตามสัดส่วน (Proportional Stratified Random Sampling) โดยใช้ขนาดของสถานศึกษาเป็นเกณฑ์ในการแบ่งชั้น และทำการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) ในแต่ละชั้นเพื่อให้ได้กลุ่มตัวอย่างตามจำนวนที่กำหนด

2. ระยะเวลาการดำเนินการวิจัย ผู้วิจัยได้ดำเนินการตั้งแต่เดือนมกราคม - กันยายน พ.ศ. 2567

วิธีการดำเนินการวิจัย

1. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ แบบสอบถาม (Questionnaire) แบ่งออกเป็น 3 ตอน ได้แก่ ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ตอนที่ 2 แบบสอบถามภาวะผู้นำทางอารมณ์และการมองโลกในแง่ดี และตอนที่ 3 แบบสอบถามการสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจของครูในยุคความพลิกผันทางการศึกษา ซึ่งมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ (5-Point Likert Scale) ตามแนวคิดของ Likert (1932) ในด้านการหาคุณภาพเครื่องมือ ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามเสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยการหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item-Objective

Congruence: IOC) ตามนิยามของ Rovinelli & Hambleton (1977) ได้ข้อคำถามที่มีค่า IOC ตั้งแต่ 0.60-1.00 มาใช้ในการวิจัย มีความเชื่อมั่นทั้งฉบับ 0.97

2. ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยส่งแบบสอบถามไปยังสถานศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่างจำนวน 291 ฉบับ พร้อมขอความอนุเคราะห์ผู้บริหารสถานศึกษาในการกระจายเครื่องมือไปยังบุคลากรกลุ่มเป้าหมาย ทั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดระยะเวลาในการรวบรวมข้อมูลและลงพื้นที่เพื่อติดตามรับคืนแบบสอบถามด้วยตนเอง ผลการดำเนินงานได้รับแบบสอบถามที่มีความสมบูรณ์กลับคืนมาจำนวน 291 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 100 ของจำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด

3. ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมทางสถิติ โดยใช้สถิติในการวิเคราะห์ดังนี้ สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) ได้แก่ ค่าเฉลี่ย (Mean: $\bar{X}$) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation: S.D.) ค่าสูงสุด (Max) และค่าต่ำสุด (Min) เพื่ออธิบายลักษณะตัวแปรและข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง และสถิติเชิงอนุมาน (Inferential Statistics) เพื่อทดสอบสมมติฐานการวิจัย ประกอบด้วย การหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product-Moment Correlation Coefficient) เพื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร และการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) เพื่อศึกษาอำนาจพยากรณ์ของปัจจัยต่าง ๆ ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณด้วยวิธี Enter โดยก่อนการวิเคราะห์ได้ตรวจสอบข้อตกลงเบื้องต้น (Assumptions Testing) ทั้งในด้านความเป็นเส้นตรง (Linearity) การกระจายตัวแบบปกติ (Normality) และปัญหาพหุสัมพันธ์ (Multicollinearity) เพื่อให้มั่นใจว่าตัวแบบพยากรณ์ที่ได้มีความถูกต้องและเชื่อถือได้ตามหลักสถิติ (Hair et al., 2019; Cohen et al., 2018)

ผลการวิจัย

วัตถุประสงค์ที่ 1 ผลการวิเคราะห์ระดับภาวะผู้นำทางอารมณ์และการมองโลกในแง่ดีโดยใช้ค่าสถิติ ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับและอันดับภาวะผู้นำทางอารมณ์และการมองโลกในแง่ดี

ภาวะผู้นำทางอารมณ์และการมองโลกในแง่ดี	(n = 291)		ระดับ	อันดับ
	$\bar{X}$	S.D.		
1. การตระหนักรู้อารมณ์ของตนเอง	4.46	.44	มาก	4
2. การกำกับและควบคุมอารมณ์	4.42	.47	มาก	5
3. ความเข้าใจอารมณ์ของผู้อื่น	4.55	.46	มากที่สุด	1
4. การสร้างบรรยากาศทางอารมณ์เชิงบวกในองค์กร	4.53	.47	มากที่สุด	2
5. การมองโลกในแง่ดี	4.52	.44	มากที่สุด	3
รวม	4.50	.40	มากที่สุด	

จากตารางที่ 1 พบว่า แสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับภาวะผู้นำทางอารมณ์และการมองโลกในแง่ดี โดยภาพรวมพบว่าอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}$ = 4.50, S.D. = 0.40) เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า อยู่ระดับมาก จำนวน 3 ข้อ และอยู่ในระดับน้อย จำนวน 3 ข้อ โดยเรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย ได้แก่ 1. ความเข้าใจ

อารมณ์ของผู้อื่น อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.55$, S.D. = 0.46) 2. การสร้างบรรยากาศทางอารมณ์เชิงบวก ในองค์กร อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.53$, S.D. = 0.47) 3. การมองโลกในแง่ดี อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.52$, S.D. = 0.44) 4. การตระหนักรู้อารมณ์ของตนเอง อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.46$, S.D. = 0.44) และ 5. การกำกับ และควบคุมอารมณ์ อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.42$, S.D. = 0.47) ตามลำดับ

วัตถุประสงค์ที่ 2 ผลการวิเคราะห์การสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจของครูในยุคความพลิกผันทางการศึกษา โดยใช้ค่าสถิติ ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับและอันดับการสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจของครูในยุคความพลิกผันทางการศึกษา

การสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจของครูในยุคความพลิกผันทางการศึกษา	(n = 291)		ระดับ	อันดับ
	$\bar{X}$	S.D.		
1. การควบคุมอารมณ์ภายใต้ความกดดัน	4.58	0.45	มากที่สุด	2
2. ความสามารถในการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง	4.57	0.45	มากที่สุด	3
3. ความเพียรพยายามในการปฏิบัติงาน	4.58	0.43	มากที่สุด	1
4. การฟื้นตัวจากความล้าบาก	4.46	0.45	มาก	4
รวม	4.54	0.41	มากที่สุด	

จากตารางที่ 2 พบว่า แสดงผลการวิเคราะห์การสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจของครูในยุคความพลิกผันทางการศึกษา โดยภาพรวมพบว่าอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.54$, S.D. = 0.41) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่าอยู่ในระดับมากที่สุด จำนวน 3 ข้อ และระดับมาก 1 ข้อ โดยเรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย คือ 1. ความเพียรพยายามในการปฏิบัติงาน อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.58$, S.D. = 0.43) 2. การควบคุมอารมณ์ภายใต้ความกดดัน อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.58$, S.D. = 0.45) 3. ความสามารถในการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.57$, S.D. = 0.45) และ 4. การฟื้นตัวจากความล้าบาก อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.46$, S.D. = 0.45) ตามลำดับ

วัตถุประสงค์ที่ 3 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะผู้นำทางอารมณ์และการมองโลกในแง่ดีกับการสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจของครูในยุคความพลิกผันทางการศึกษา โดยหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson Product - Moment Correlation Coefficient) ปรากฏผลดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สันระหว่างภาวะผู้นำทางอารมณ์และการมองโลกในแง่ดีกับการสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจของครูในยุคความพลิกผันทางการศึกษา

ตัวแปร	X ₁	X ₂	X ₃	X ₄	X ₅	X	Y
X ₁	1						
X ₂	.792**	1					
X ₃	.728**	.711**	1				
X ₄	.703**	.674**	.850**	1			
X ₅	.705**	.598**	.678**	.707**	1		
X	.892**	.861**	.905**	.898**	.836**	1	
Y	.693**	.622**	.772**	.748**	.828**	.833**	1

**p< .01

จากตารางที่ 3 พบว่า ความสัมพันธ์ของเพียร์สันระหว่างภาวะผู้นำทางอารมณ์และการมองโลกในแง่ดีกับการสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจของครูในยุคความพลิกผันทางการศึกษา มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ในระดับสูงมาก ($r_{xy} = .833$) เป็นความสัมพันธ์เชิงบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

วัตถุประสงค์ที่ 4 การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) เพื่อค้นหาอำนาจพยากรณ์ภาวะผู้นำทางอารมณ์และการมองโลกในแง่ดีที่ส่งผลต่อการสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจของครูในยุคความพลิกผันทางการศึกษา

ตารางที่ 4 ผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) โดยรูปแบบ Enter Method เพื่อค้นหาอำนาจพยากรณ์ภาวะผู้นำทางอารมณ์และการมองโลกในแง่ดีที่ส่งผลต่อการสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจของครูในยุคความพลิกผันทางการศึกษา

ภาวะผู้นำทางอารมณ์และการมองโลกในแง่ดีที่ ส่งผลต่อการสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจของครูใน ยุคความพลิกผันทางการศึกษา	B	S.E.	β	t	Sig
(Constant)	.619	.121		5.116	.000
การตระหนักรู้อารมณ์ของตนเอง (X ₁)	.022	.046	.024	.477	.633
การกำกับและควบคุมอารมณ์ (X ₂)	-.001	.039	-.001	-.019	.985
ความเข้าใจอารมณ์ของผู้อื่น (X ₃)	.290	.047	.330	6.107	.000
การสร้างบรรยากาศทางอารมณ์เชิงบวก ในองค์กร (X ₄)	.061	.046	.070	1.322	.187
การมองโลกในแง่ดี (X ₅)	.496	.037	.539	13.249	.000
$R = .877$, $R^2 = .769$, Adjust $R^2 = .766$, S.E.est = .19838, a = .619, F = 226.119, Sig = 000 ^b					

**p< .01

จากตารางที่ 4 ผลการวิเคราะห์พบว่า ความเข้าใจอารมณ์ของผู้อื่น (X_3) และการมองโลกในแง่ดี (X_5) สามารถร่วมกันพยากรณ์การสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจของครูในยุคความพลิกผันทางการศึกษาได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยรวมมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ (R) เท่ากับ .877 ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยซึ่งแสดงถึงประสิทธิภาพในการพยากรณ์ (R^2) เท่ากับ .769 ซึ่งหมายความว่าตัวแปรอิสระทั้ง 2 สามารถพยากรณ์การสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจของครูในยุคความพลิกผันทางการศึกษาได้ร้อยละ 76.90 สามารถเขียนเป็นสมการพยากรณ์ได้ คือ สมการพยากรณ์ในรูปแบบคะแนนดิบ $\hat{Y} = .619 + .290 (X_3) + .496(X_5)$ และสมการพยากรณ์ในรูปแบบคะแนนมาตรฐาน $\hat{Z}_y = .539 (X_5) + .330 (X_3)$ ทั้งนี้ ตัวแปรอีก 3 ด้าน คือ ด้านการตระหนักรู้อารมณ์ของตนเอง (X_1) การกำกับและควบคุมอารมณ์ (X_2) และการสร้างบรรยากาศทางอารมณ์เชิงบวกในองค์กร (X_4) ไม่สามารถร่วมพยากรณ์ได้

อภิปรายผล

วัตถุประสงค์ที่ 1 ภาวะผู้นำทางอารมณ์และการมองโลกในแง่ดี โดยภาพรวมพบว่าอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.50$, $S.D. = 0.40$) อาจเป็นเพราะว่า ข้าราชการครูมีวุฒิภาวะทางอารมณ์ที่สูงและได้รับการปลูกฝังวัฒนธรรมองค์กรที่เน้นความเมตตาและการทำงานร่วมกัน เนื่องจาก ธรรมชาติของการสอนต้องอาศัยความเข้าใจอารมณ์ผู้อื่นและการสร้างบรรยากาศเชิงบวกเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ของนักเรียน ส่งผลให้บุคลากรมีความโดดเด่นในด้านความเข้าใจอารมณ์และการมองโลกในแง่ดีซึ่งเป็นรากฐานสำคัญของภาวะผู้นำทางอารมณ์ ผลการศึกษาสอดคล้องกับกิตติยาภรณ์ ไหมคำ และคณะ (2568) ได้ศึกษาและพบว่า ความฉลาดทางอารมณ์ของผู้บริหารโรงเรียนประกอบด้วย 5 องค์ประกอบ ได้แก่ การตระหนักรู้อารมณ์ตนเอง การควบคุมอารมณ์ การเข้าใจผู้อื่น การสร้างแรงจูงใจ และทักษะทางสังคม โดยทุกองค์ประกอบมีความเหมาะสมอยู่ในระดับมากที่สุด และสามารถใช้เป็นกรอบในการพัฒนาผู้บริหารโรงเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ สอดคล้องกับแนวคิดของสมชาย เทพแสง และคณะ (2566) ที่ระบุว่า ผู้นำที่คิดเชิงบวกจะมีความเชื่อมั่นในตนเองและมองเห็นสิ่งที่ดีที่สุดในตัวผู้อื่น ช่วยลดสถานการณ์ที่ตึงเครียดและเปลี่ยนวิกฤตให้เป็นโอกาสในการพัฒนา อภิปรายสรุปได้ว่า ภาวะผู้นำทางอารมณ์และการมองโลกในแง่ดีมิได้เป็นเพียงคุณลักษณะส่วนบุคคล แต่เป็นสมรรถนะเชิงกลยุทธ์ที่สำคัญในการบริหารจัดการศึกษาภายใต้ความพลิกผัน การที่บุคลากรมีระดับภาวะผู้นำทางอารมณ์สูงย่อมเป็นเกราะกำบังทางจิตใจที่ช่วยลดความตระหนกจากสภาวะวิกฤต ผลการศึกษายืนยันว่ากลไกทางจิตวิทยาเชิงบวกนี้คือ “หัวใจสำคัญ” ในการขับเคลื่อนประสิทธิผลของสถานศึกษา ช่วยให้ครูมีความเข้มแข็งทางจิตใจ พร้อมนำพาองค์กรและผู้เรียนผ่านพ้นความท้าทายทางการศึกษาได้อย่างมั่นคงและยั่งยืน และผลการศึกษายังสอดคล้องกับ Pozo-Rico et al. (2023) ซึ่งพบว่า การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ร่วมกับความยืดหยุ่นตัวและสุขภาวะทางจิต ช่วยให้ครูมีความสามารถในการจัดการอารมณ์ ปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง และพัฒนาสมรรถนะการจัดการเรียนรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ สะท้อนว่าความสามารถในการเข้าใจอารมณ์และการคงไว้ซึ่งทัศนคติเชิงบวกเป็นสมรรถนะสำคัญที่ช่วยให้ครูสามารถปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพภายใต้บริบทการศึกษาที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว

วัตถุประสงค์ที่ 2 การสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจของครูในยุคความพลิกผันทางการศึกษา โดยภาพรวมพบว่าอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.02$, $S.D. = 0.45$) สะท้อนว่าครูสามารถปรับตัวต่อแรงกดดันจากการเปลี่ยนผ่านสู่ระบบดิจิทัลและความคาดหวังของชุมชนที่สูงขึ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งนี้เพราะบริบทการปฏิรูปการ

เรียนรู้ปีให้ครูพัฒนาทักษะใหม่อย่างต่อเนื่อง จึงต้องเสริมสร้างความเพียรพยายามและการกำกับอารมณ์เชิงบวกเพื่อคงคุณภาพการสอน ผลดังกล่าวสอดคล้องกับสิริรัตน์ นาकिन (2567) ที่พบว่ากระบวนการจิตตปัญญาศึกษาช่วยพัฒนาฐานทางใจของครูผ่านการใคร่ครวญและการเปลี่ยนแปลงจากภายใน รวมถึงสอดคล้องกับสมจิตร์ ขุนจันทิก และคณะ (2568) ที่ชี้ว่าการมีแนวทางเสริมศักยภาพอย่างเป็นระบบช่วยให้บุคลากรมีความเข้มแข็งทางจิตใจ อภิปรายได้ว่าภูมิคุ้มกันทางจิตใจมิใช่เพียงความอดทน หากเป็นกระบวนการเรียนรู้เชิงลึกที่แปรวิกฤตเป็นโอกาส ส่งผลให้สถานศึกษามีเสถียรภาพและความพร้อมต่อความไม่แน่นอนอย่างยั่งยืน ธัญชนิต เพ็ชรวิจิตร และคณะ (2569) ได้ศึกษาและพบว่า ภูมิคุ้มกันทางใจเป็นทักษะสำคัญที่ช่วยให้ผู้เรียนสามารถกำกับอารมณ์ ปรับตัว และเผชิญความท้าทายได้อย่างเหมาะสม โดยการบูรณาการแนวคิดจากจิตวิทยาพัฒนาการ จิตวิทยาการเรียนรู้ และจิตวิทยาเชิงบวก ร่วมกับการจัดการเรียนรู้ที่เน้นบรรยากาศปลอดภัย ความสัมพันธ์เชิงสนับสนุน และการเรียนรู้เชิงสะท้อนคิด จะช่วยพัฒนาภูมิคุ้มกันทางใจของผู้เรียนได้อย่างยั่งยืน และผลการศึกษายังสอดคล้องกับ Zhang & Luo (2023) พบว่า ภูมิคุ้มกันทางจิตใจของครูมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับการกำกับอารมณ์ ความเห็นอกเห็นใจ การประเมินอารมณ์ของผู้อื่น ความเชื่อมั่นในตนเอง และสมรรถนะในการสอน ขณะที่มีความสัมพันธ์เชิงลบกับความเครียด ภาวะหมดไฟ และความตั้งใจลาออกจากวิชาชีพ สะท้อนว่าภูมิคุ้มกันทางจิตใจเป็นทรัพยากรสำคัญที่ช่วยให้ครูสามารถรักษาคุณภาพการปฏิบัติงานได้อย่างยั่งยืนภายใต้บริบทที่มีความไม่แน่นอน

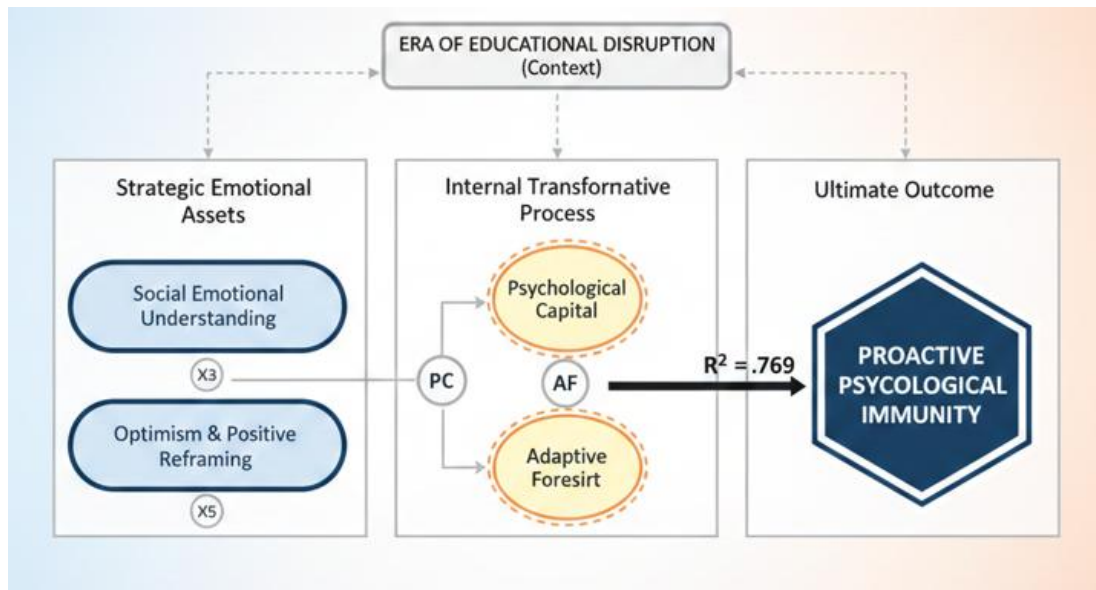
วัตถุประสงค์ที่ 3 ความสัมพันธ์ของเพียร์สันระหว่างภาวะผู้นำทางอารมณ์และการมองโลกในแง่ดีกับการสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจของครูในยุคความพลิกผันทางการศึกษา มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ในระดับสูงมาก ($r_{xy} = .833$) เป็นความสัมพันธ์เชิงบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สะท้อนว่าปัจจัยทั้งสองเป็นกลไกทางจิตวิทยาที่เสริมพลังในการเผชิญความผันผวนทางการศึกษา การเข้าใจและกำกับอารมณ์ตนเองร่วมกับทัศนคติเชิงบวกช่วยลดความเครียดและเพิ่มความยืดหยุ่นทางใจ ผลสอดคล้องกับพิเชษฐ์ แซ่กัง และวิสุทธิ วิจิตรพัชรารณ (2568) ที่พบความสัมพันธ์เชิงบวกสูงระหว่างความฉลาดทางอารมณ์ของผู้บริหารกับความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของครู ($r = .896$) และอาภากร ทิพย์พรหม และคณะ (2567) ที่ชี้ว่าภาวะผู้นำเชิงเห็นอกเห็นใจสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตการทำงานอย่างมีนัยสำคัญ สรุปได้ว่า ภาวะผู้นำทางอารมณ์และการมองโลกในแง่ดีเป็นทุนทางจิตวิทยาที่หนุนเสริมความสามารถในการฟื้นตัว ลดความอ่อนล้าทางอารมณ์ และยกระดับประสิทธิภาพการจัดการศึกษาในภาวะวิกฤตได้อย่างเป็นรูปธรรมยั่งยืน และผลการศึกษายังสอดคล้องกับ Hu (2023) พบว่า การกำกับอารมณ์และกลยุทธ์การจัดการอารมณ์ในการทำงานมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความยืดหยุ่นตัวของครู ขณะที่ความเมตตาต่อตนเองมีอิทธิพลทางตรงต่อความยืดหยุ่นตัวอย่างมีนัยสำคัญ ผลการศึกษาดังกล่าวสนับสนุนข้อค้นพบของการวิจัยครั้งนี้ที่พบว่า ภาวะผู้นำทางอารมณ์และการมองโลกในแง่ดีเป็นปัจจัยทางจิตวิทยาที่สัมพันธ์กับภูมิคุ้มกันทางจิตใจของครูในระดับสูง

วัตถุประสงค์ที่ 4 ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณพบว่า ความเข้าใจอารมณ์ของผู้อื่น (X_3) และการมองโลกในแง่ดี (X_5) สามารถร่วมกันพยากรณ์การสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจของครูได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีอำนาจพยากรณ์ร้อยละ 76.90 ($R^2 = .769$) ขณะที่ตัวแปรด้าน X_1 , X_2 และ X_4 ไม่สามารถร่วมพยากรณ์ได้ในโมเดลนี้ สะท้อนว่าทักษะเชิงสัมพันธ์และกรอบคิดเชิงบวกเป็นตัวแปรเชิงกลไกที่ส่งผลโดยตรงต่อฐานทางใจของครู ในบริบทความพลิกผันทางการศึกษา ครูที่สามารถอ่านอารมณ์เพื่อนร่วมงาน สร้างความเข้าใจร่วม และคงทัศนคติเชิงบวก จะมีทรัพยากรทางจิตใจในการจัดการความเครียด

และพบว่าได้ดีกว่าการตระหนักรู้หรือควบคุมอารมณ์ตนเองเพียงลำพัง ผลสอดคล้องกับสินีนาฏ วิทยพิเชฐสกุล และคณะ (2567) ที่ชี้ว่า Optimism เป็นองค์ประกอบหลักของภูมิคุ้มกันทางใจ และสอดคล้องกับนันทาวดี วรวิสุต (2563) ที่พบว่าการเข้าใจผู้อื่นช่วยป้องกันภาวะหมดไฟและเสริมความเข้มแข็งทางใจ โดยสรุป ภูมิคุ้มกันทางใจของครูเกิดจากทรัพยากรเชิงสัมพันธ์ควบคุมกรอบคิดเชิงบวก เมื่อสองปัจจัยทำงานร่วมกัน จึงยกระดับความสามารถในการรักษาสมดุลทางจิตใจและอธิบายความแปรปรวนได้สูงอย่างมีนัยสำคัญ เชิงประจักษ์ และผลการศึกษายังได้รับการสนับสนุนจากงานวิจัยของ Xie et al. (2023) ซึ่งพบว่า ความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง (Teacher Self-Efficacy) การกำกับอารมณ์ และความหยุนตัวของครู มีความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ โดยความหยุนตัวทำหน้าที่เป็นตัวแปรส่งผ่านที่ช่วยลดภาวะหมดไฟในการทำงาน ผลการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้างยืนยันว่าปัจจัยด้านอารมณ์สามารถอธิบายความแปรปรวนของความหยุนตัวของครูได้อย่างมีนัยสำคัญ ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยครั้งนี้ที่พบว่า ความเข้าใจอารมณ์ ของผู้อื่นและการมองโลกในแง่ดีสามารถร่วมกันพยากรณ์ภูมิคุ้มกันทางจิตใจของครูได้ร้อยละ 76.90

องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย

องค์ความรู้ใหม่ที่ค้นพบจากการศึกษาพบว่า การสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจของครูในยุคความพลิกผันทางการศึกษา ไม่ได้ขึ้นอยู่กับกำกับการกำกับอารมณ์เพียงลำพัง (Self-Regulation) แต่เป็นผลลัพธ์จากการบูรณาการระหว่าง “ทักษะการเชื่อมโยงทางสังคม” (Social Connection) และ “การปรับกรอบคิดเชิงบวก” (Positive Reframing) หัวใจสำคัญที่เป็นจุดเปลี่ยน (Key Drivers) คือ ความเข้าใจอารมณ์ผู้อื่น (X3) และการมองโลกในแง่ดี (X5) ซึ่งร่วมกันพยากรณ์การสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจได้สูงถึงร้อยละ 76.90 ข้อค้นพบนี้สะท้อนว่า ในสภาวะวิกฤตที่บีบคั้น ครูที่สามารถ “ตีความ” ความรู้สึกของเพื่อนร่วมงานและรักษา “กรอบแนวคิดเชิงบวก” ไว้ได้ จะเกิดทรัพยากรทางจิตใจที่เข้มแข็งกว่าการตระหนักรู้เพียงภายในตนเอง องค์ความรู้นี้เปลี่ยนนิยามของภูมิคุ้มกันทางใจจากการเป็นเพียง “การทนทานต่อแรงกดดัน” ไปสู่การเป็น “สมรรถนะเชิงกลยุทธ์ทางจิตวิทยา” ที่อาศัยการสะท้อนเรียนรู้ผ่านจิตตปัญญา (Contemplative Learning) และทัศนคติเชิงบวกแบบมองเห็นวิกฤตเป็นโอกาส (Optimistic Foresight) ซึ่งเป็นต้นทุนทางปัญญาและจิตใจที่สำคัญที่สุด (Psychological Capital) ในการรักษาเสถียรภาพของคุณภาพการจัดการเรียนรู้ให้ยั่งยืนท่ามกลางกระแสความเปลี่ยนแปลงที่รุนแรงและรวดเร็วในยุคปัจจุบัน ผลการศึกษานี้สามารถสรุปเป็นโมเดลภูมิคุ้มกันทางใจเชิงรุก (Proactive Psychological Immunity Model: P-PIM) ดังแผนภาพที่ 2



แผนภาพที่ 2 องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย

องค์ความรู้ใหม่ที่ค้นพบจากการศึกษานี้คือ การเปลี่ยนนิยามของภูมิคุ้มกันทางใจจากการเป็นเพียงคุณลักษณะส่วนบุคคลที่เน้นความอดทน (Passive Endurance) ไปสู่การเป็น “สมรรถนะเชิงกลยุทธ์เชิงรุก” (Proactive Strategic Competence) โดยมีข้อค้นพบที่เป็นหัวใจสำคัญ 3 ประเด็นหลัก

1. ทักษะเชิงบวกเป็นพื้นฐานการจัดการชีวิตภาวะวิกฤติ จากการศึกษาสะท้อนให้เห็นว่า ความเข้าใจอารมณ์ผู้อื่น (X₃) และการมองโลกในแง่ดี (X₅) คือ ตัวแปรต้นที่ทรงพลังที่สุดในการสร้างภูมิคุ้มกันทางใจ โดยร่วมกันพยากรณ์ได้ถึงร้อยละ 76.90 ซึ่งเป็นองค์ความรู้ใหม่ที่ชี้ให้เห็นว่าในสภาวะวิกฤติที่บีบคั้น ทักษะการอ่านใจผู้อื่น และการปรับกรอบคิดเชิงบวก มีอิทธิพลในการรักษาสมดุลทางใจได้มากกว่าการควบคุมอารมณ์เพียงลำพัง

2. กลไกการเชื่อมโยงทางสังคมเป็นฐานของความเข้มแข็ง (Social-Emotional Foundation) จากการศึกษาพบว่า ภูมิคุ้มกันทางใจที่แข็งแกร่งไม่ได้เกิดจากความสันโดษ แต่เกิดจากความสามารถในการสร้างสัมพันธ์ภาพและการเข้าใจความต้องการของเพื่อนร่วมงาน

3. การมองโลกในแง่ดีคือเกราะป้องกันเชิงปัญญา (Cognitive Shielding) การมองโลกในแง่ดีในบริบททางการศึกษาคือการมีวิสัยทัศน์ที่มองเห็นโอกาสในวิกฤติ การมองโลกในแง่ดีช่วยให้บุคคลใช้ชีวิตได้อย่างสมดุลท่ามกลางความเปลี่ยนแปลง

สรุปได้ว่า ภูมิคุ้มกันทางใจของครูยุคใหม่คือการผสมผสานความเห็นอกเห็นใจ (Empathy) เข้ากับความหวังเชิงกลยุทธ์ (Strategic Optimism) เป็นต้นทุนทางจิตวิทยาที่สำคัญที่สุดในการขับเคลื่อนสถานศึกษาให้ก้าวผ่านความพลิกผันทางการศึกษาได้อย่างมั่นคงและยั่งยืนตามมาตรฐานวิชาชีพชั้นสูง

สรุป

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลกระทบของการสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจของข้าราชการครูภายใต้บริบทความพลิกผันทางการศึกษา โดยวิเคราะห์ความสัมพันธ์และอิทธิพลเชิงพยากรณ์ระหว่างภาวะผู้นำทางอารมณ์ การมองโลกในแง่ดี และภูมิคุ้มกันทางจิตใจ ผลการวิจัยพบว่า ครูมีระดับภาวะผู้นำทางอารมณ์ และภูมิคุ้มกันทางจิตใจอยู่ในระดับสูงมาก สะท้อนศักยภาพในการปรับตัวต่อแรงกดดันจากการเปลี่ยนแปลงด้านนโยบายและเทคโนโลยีอย่างมีประสิทธิภาพ นอกจากนี้ พบความสัมพันธ์ในระดับสูงระหว่างภาวะผู้นำทางอารมณ์กับการมองโลกในแง่ดี ($r = .833$) แสดงให้เห็นถึงบทบาทของทุนทางจิตวิทยาที่ส่งเสริมความสามารถในการฟื้นตัวและการคงอยู่ในวิชาชีพอย่างมีคุณภาพ องค์ความรู้ใหม่ของการวิจัยคือ ข้อเสนอ “โมเดลภูมิคุ้มกันทางใจเชิงรุก (P-PIM)” ซึ่งระบุว่าความเข้าใจอารมณ์ผู้อื่นและการมองโลกในแง่ดีเป็นตัวพยากรณ์ร่วมที่มีอิทธิพลสูง สามารถอธิบายความแปรปรวนของภูมิคุ้มกันทางจิตใจได้ร้อยละ 76.90 ข้อค้นพบดังกล่าวสะท้อนการปรับมุมมองจากการนิยามภูมิคุ้มกันทางจิตใจในฐานะความอดทนต่อความยากลำบาก ไปสู่การมองว่าเป็นสมรรถนะเชิงกลยุทธ์ที่อาศัยทั้งความสัมพันธ์ทางสังคมและการปรับกรอบคิดเชิงปัญญา โดยสรุป ภูมิคุ้มกันทางจิตใจของครูในบริบทปัจจุบันมิได้จำกัดอยู่เพียงการป้องกันผลกระทบทางลบ หากแต่เป็นระบบสมรรถนะเชิงบูรณาการที่ผสมผสานความเห็นอกเห็นใจเข้ากับการมองอนาคตอย่างมีความหวังเชิงกลยุทธ์ อันเป็นฐานพลังภายในที่เอื้อต่อการพัฒนาคุณภาพการจัดการศึกษาอย่างยั่งยืนภายใต้สภาวะความไม่แน่นอน

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

1.1 ระดับสถานศึกษา (ผู้บริหารสถานศึกษา)

ผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่า ภาวะผู้นำทางอารมณ์ การมองโลกในแง่ดี และความเข้าใจอารมณ์ผู้อื่นเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อภูมิคุ้มกันทางจิตใจของครู ดังนั้น ผู้บริหารสถานศึกษาควรนำผลการวิจัยไปใช้ในการพัฒนาระบบดูแลสุขภาวะครู สร้างวัฒนธรรมองค์กรเชิงบวก ส่งเสริมการสื่อสารอย่างสร้างสรรค์ และประยุกต์ใช้โมเดลภูมิคุ้มกันทางใจเชิงรุก (P-PIM) ในการพัฒนาบุคลากร เพื่อลดความเสี่ยงต่อภาวะหมดไฟ และเพิ่มศักยภาพในการปฏิบัติงานของครู

1.2 ระดับหน่วยงานต้นสังกัด (สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา)

หน่วยงานต้นสังกัดควรใช้ผลการวิจัยเป็นข้อมูลประกอบการกำหนดนโยบายและแผนพัฒนาครู โดยบรรจุสมรรถนะด้านภาวะผู้นำทางอารมณ์ ความเข้าใจอารมณ์ผู้อื่น และการมองโลกในแง่ดีไว้ในหลักสูตรพัฒนาวิชาชีพ การอบรม และระบบพี่เลี้ยง เพื่อส่งเสริมภูมิคุ้มกันทางจิตใจของครูให้สามารถรับมือกับการเปลี่ยนแปลงของบริบทการศึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพ

1.3 ระดับสถาบันผลิตครู

สถาบันผลิตครูควรนำผลการวิจัยไปบูรณาการในการพัฒนาหลักสูตรครุศึกษา โดยเพิ่มกิจกรรมการเรียนรู้ที่ส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ การมองโลกในแง่ดี การจัดการความเครียด และการสร้างความหยุ่นตัวทางจิตใจ เพื่อเตรียมความพร้อมให้นักศึกษาครูสามารถปรับตัวต่อความท้าทายในวิชาชีพได้อย่างเหมาะสมตั้งแต่อ่อนเข้าสู่การปฏิบัติงานจริง

1.4 ระดับครูและบุคลากรทางการศึกษา

ครูสามารถใช้ผลการวิจัยเป็นแนวทางในการพัฒนาตนเอง โดยเสริมสร้างทักษะการรับรู้อารมณ์ของตนเองและผู้อื่น การคิดเชิงบวก และการจัดการอารมณ์เมื่อเผชิญสถานการณ์กดดัน เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจ เพิ่มความผูกพันต่อวิชาชีพ และรักษาคุณภาพการจัดการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรดำเนินการวิจัยเชิงทดลองหรือกึ่งทดลอง (Experimental หรือ Quasi-Experimental Research) เพื่อพัฒนาและประเมินประสิทธิผลของโปรแกรมเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจตามโมเดลภูมิคุ้มกันทางใจเชิงรุก (P-PIM) และเปรียบเทียบผลก่อน-หลังการทดลอง เพื่อยืนยันประสิทธิผลของโมเดลดังกล่าวในบริบทสถานศึกษา

2.2 ควรศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุด้วยการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้าง (Structural Equation Modeling: SEM) เพื่ออธิบายอิทธิพลทางตรง อิทธิพลทางอ้อม และบทบาทของตัวแปรส่งผ่านหรือตัวแปรกำกับที่มีผลต่อภูมิคุ้มกันทางจิตใจของครู อันจะช่วยพัฒนาองค์ความรู้เชิงทฤษฎีให้มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

2.3 ควรขยายขอบเขตการศึกษาไปยังครูในสังกัดและบริบทที่หลากหลาย เช่น โรงเรียนมัธยมศึกษา โรงเรียนเอกชน โรงเรียนขยายโอกาส หรือสถานศึกษาในพื้นที่พิเศษ รวมถึงเปรียบเทียบระหว่างภูมิภาค เพื่อทดสอบความสามารถในการอธิบายและการประยุกต์ใช้โมเดลในบริบทที่แตกต่างกัน

2.4 ควรดำเนินการวิจัยแบบติดตามผล (Longitudinal Study) เพื่อศึกษาการเปลี่ยนแปลงของภูมิคุ้มกันทางจิตใจของครูในระยะยาว รวมทั้งตรวจสอบผลกระทบต่อภาวะหมดไฟ ความผูกพันต่อองค์กร คุณภาพการจัดการเรียนรู้ และความคงอยู่ในวิชาชีพครู

เอกสารอ้างอิง

- กิตติยาภรณ์ ไหมคำ, วไลยิกา ฉลากบาง, และเอกลักษณ์ เพียสา. (2568). การศึกษาองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ของผู้บริหารโรงเรียน. *วารสารครุศาสตร์ปัญญา*, 4(5), 368-379.
- ธัญชนิต เพ็ชรวิจิตร, วิทยา จันทร์ปิง, จิรัชภัทร์ พึ่งเกิด, และเสริมสิริ บรรดา. (2569). แนวทางการจัดการเรียนรู้เชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจของนักเรียน. *วารสารการวัดผลการศึกษาลำดับทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา*, 43(113), 102-113.
- นันทาวดี วรสุวัส. (2563). การพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจเพื่อป้องกันภาวะหมดไฟการทำงานของเจ้าหน้าที่สาธารณสุข เขตสุขภาพที่ 7. *วารสารวิจัยและพัฒนาาระบบสุขภาพ*, 13(2), 603-614.
- พิเชษฐ์ แซ่กั และวิสุทธิ วิจิตรพัชรภรณ์. (2568). ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์ของผู้บริหารกับความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคของครู สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา มัธยมศึกษาสมุทรปราการ. *วารสารการบริหารการศึกษาและภาวะผู้นำ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร*, 14(53), 180-190.
- วิจารณ์ พานิช. (2568). *ปลูกพลังซ่อนเร้นในมนุษย์*. มูลนิธิสยามกัมมาจล.
- สมจิตร ขุนจันทิก, วิญญู บุญลอย, และเรวัชญ์ นิลโคตร. (2568). แนวทางการเสริมศักยภาพการบริหารโครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ปัญหายาเสพติดทุปีนมเบอร์วันในสถานศึกษาเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจในเยาวชน. *วารสารปรัชญาประชาคม*, 3(6), 78-92.

สมชาย เทพแสง, จิรวัดน์ กิตติพิเชฐสรรค์, เสาวภาคย์ แหลมเพชร, และกันต์ธมณีนญา นฤโฆษกิตติกรติ. (2566).

ภาวะผู้นำกับการคิดเชิงบวก. *วารสารสหวิทยาการวิจัยและนวัตกรรมการศึกษา*, 2(1), 15-28.

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสุพรรณบุรี เขต 1. (2567). *รายงานสถิติจำนวนข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษา ปีงบประมาณ พ.ศ. 2567*. กลุ่มบริหารงานบุคคล. สืบค้นเมื่อ 19 พฤษภาคม 2569, จาก <https://www.suphan1.go.th>

สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. (2567). *แนวทางการพัฒนาความสามารถในการรับมือกับความไม่แน่นอน (Resilience) ของผู้เรียน: กรณีศึกษาของประเทศไทยและต่างประเทศ (ฉบับเข้าใจง่าย)*. พรักหวาน กราฟฟิค.

สินีนาน วิทย์พิเชฐสกุล, เพ็ญภา กุลนาคดล, และชนิดดา แนนเกษร. (2567). การเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจสำหรับบุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุขโดยใช้โปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยา. *วารสารวิจัยทางการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ*, 19(1), 1-15.

สิริรัตน์ นาคิน. (2567). จิตตปัญญาศึกษาเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจ. *วารสารครุทรรศน์*, 4(1), 111-120.

อาภากร ทิพย์พรหม, สุดารัตน์ สารสว่าง, และมีชัย ออสุวรรณ. (2567). ความสัมพันธ์ของภาวะผู้นำแบบให้บริการของผู้บริหารสถานศึกษากับคุณภาพชีวิตการทำงานของครู เครือข่ายส่งเสริมประสิทธิภาพการจัดการศึกษา ศูนย์การศึกษาพิเศษ เขตการศึกษา 6 สังกัดสำนักบริหารงานการศึกษาพิเศษ. *วารสาร มจร อุบลปริทรรศน์*, 9(2), 59-72.

Cohen, L., Manion, L., & Morrison, K. (2018). *Research methods in education* (8th ed.). Routledge.

Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2019). *Multivariate data analysis* (8th ed.). Cengage Learning.

Hu, Y. (2023). Examining the effects of teacher self-compassion, emotion regulation, and emotional labor strategies as predictors of teacher resilience in EFL context. *Frontiers in Psychology*, 14, 1190837. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1190837>

Krejcie, R. V., & Morgan, D. W. (1970). *Determining sample size for research activities*. *Educational and Psychological Measurement*, 30(3), 607-610. <https://doi.org/10.1177/001316447003000308>

Likert, R. (1932). *A technique for the measurement of attitudes*. *Archives of Psychology*, 22(140), 1-55.

Pozo-Rico, T., Poveda, R., Gutiérrez-Fresneda, R., Castejón, J.-L., & Gilar-Corbi, R. (2023). Revamping teacher training for challenging times: Teachers' well-being, resilience, emotional intelligence, and innovative methodologies as key teaching competencies. *Psychology Research and Behavior Management*, 16, 1-18. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S382572>

- Rovinelli, R. J., & Hambleton, R. K. (1977). *On the use of content specialists in the assessment of criterion-referenced test item validity. Dutch Journal of Educational Research*, 2, 49-60.
- Xie, F., Derakhshan, A., Nawaz, S., & Al-Hoorie, A. H. (2023). The effect of teacher self-efficacy, teacher resilience, and emotion regulation on teacher burnout: A mediation model. *Frontiers in Psychology*, 14, Article 1185079. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1185079>
- Zhang, S., & Luo, Y. (2023). Review on the conceptual framework of teacher resilience. *Frontiers in Psychology*, 14, Article 1179984. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1179984>