

บทที่ 4

ผลการศึกษา

การศึกษาครั้งนี้ เป็นการศึกษาความเครียดและความรู้สึกรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1-4 คณะพยาบาลศาสตร์ วิทยาลัยเชียงราย จำนวน 253 คน โดยผลการศึกษาได้วิเคราะห์และนำเสนอ แบ่งเป็น 4 ส่วนดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของนักศึกษาพยาบาล

ส่วนที่ 2 ความเครียดของนักศึกษาพยาบาล

ส่วนที่ 3 ความรู้สึกรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของนักศึกษาพยาบาล

ส่วนที่ 4 ความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดกับความรู้สึกรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของนักศึกษาพยาบาล

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของนักศึกษาพยาบาล

1. ลักษณะทางประชากรและสังคมของนักศึกษาพยาบาล

นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 - 4 วิทยาลัยเชียงราย ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 94.5 อยู่ในช่วงอายุ 20 - 24 ปี มากที่สุด นักศึกษาพยาบาลทั้งหมดมี จำนวน 253 คน แบ่งเป็นชั้นปีที่ 4 ร้อยละ 24.5 ชั้นปีที่ 3 ร้อยละ 18.2 ชั้นปีที่ 2 ร้อยละ 31.2 และชั้นปีที่ 1 ร้อยละ 26.1 เกรดเฉลี่ยสะสมของนักศึกษาพยาบาลส่วนใหญ่อยู่ระหว่าง 2.50 - 2.99 ร้อยละ 35.2 รองลงมา คือ 3.00 - 3.49 ร้อยละ 24.1 และ 2.01 - 2.49 ร้อยละ 20.6 ตามลำดับ ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวส่วนใหญ่อยู่ในเกณฑ์ปานกลาง ร้อยละ 85.4 รองลงมา คือ ค่อนข้างขัดสน ร้อยละ 13.0 สัมพันธภาพในครอบครัวส่วนใหญ่อยู่ในเกณฑ์ดี ร้อยละ 84.2 สัมพันธภาพกับเพื่อนต่างเพศ ส่วนใหญ่ปัจจุบันมีเพื่อนชาย/แฟน/คู่รัก/กิ๊ก ร้อยละ 58.9 (ดังแสดงในตารางที่ 1)

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามลักษณะทางสังคมประชากร

ลักษณะทางสังคมประชากร	จำนวน (N=253)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	14	5.5
หญิง	239	94.5
อายุ (ปี)*		
< 20	106	41.9
20 - 24	135	53.4
≥ 25	12	4.7

*Mean = 21.13 S.D. = 1.8 Min. = 18 Max. = 35

ระดับการศึกษา

ปี 1	66	26.1
ปี 2	79	31.2
ปี 3	46	18.2
ปี 4	62	24.5

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามลักษณะทางสังคมประชากร (ต่อ)

ลักษณะทางสังคมประชากร	จำนวน (N=253)	ร้อยละ
เกรดเฉลี่ยสะสม		
< 2.00	3	1.2
2.01 - 2.49	52	20.6
2.50 - 2.99	89	35.2
3.00 - 3.49	61	24.1
3.50 - 4.00	48	19.0
ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว		
อยู่ในเกณฑ์ฐานะดี	4	1.6
ปานกลาง	216	85.4
ค่อนข้างขัดสน	33	13.0
สัมพันธภาพในครอบครัว		
มีความอบอุ่นดี	213	84.2
ปานกลาง	34	13.4
ไม่ค่อยดี	6	2.4
สัมพันธภาพกับคู่อุปการ		
เคยมีแฟน	67	26.5
ไม่มีแฟน	37	14.6
ปัจจุบันมีแฟน	149	58.9

2. ภาวะสุขภาพและเหตุการณ์วิกฤติในชีวิต

นักศึกษาพยาบาลร้อยละ 9.1 มีโรคประจำตัว และร้อยละ 3.2 มีอาการเจ็บป่วยบ่อยๆ นักศึกษาพยาบาลที่เคยมีเหตุการณ์วิกฤติในชีวิต พบว่า ส่วนใหญ่เคยสูญเสียพี่น้อง/ญาติสนิท (ร้อยละ 16.6) รองลงมาคือ เคยสูญเสียบิดามารดา (ร้อยละ 6.3) (ดังแสดงในตารางที่ 2)

ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามภาวะสุขภาพและเหตุการณ์วิกฤติในชีวิต

สุขภาพและเหตุการณ์วิกฤติในชีวิต	จำนวน (N=253)	ร้อยละ
สภาวะสุขภาพ		
สุขภาพปกติ	222	87.7
มีโรคประจำตัว	23	9.1
เจ็บป่วยบ่อยๆ	8	3.2
เหตุการณ์วิกฤติในชีวิต		
ไม่เคยมี	182	71.9
เคย	71	28.1
สูญเสียบิดามารดา	16	22.5
สูญเสียพี่น้อง	42	59.2
ทรัพย์สินเสียหาย	2	2.8
อื่นๆ	11	15.5

ส่วนที่ 2 ความเครียดของนักศึกษาพยาบาล

1. ความเครียดในภาพรวม

นักศึกษาพยาบาลมีความเครียดในระดับสูงมากที่สุด (ร้อยละ 42.3) รองลงมา คือ ระดับรุนแรง (ร้อยละ 33.2) ระดับต่ำ (ร้อยละ 3.2) และระดับปานกลางน้อยที่สุดเพียงร้อยละ 2.3 (ดังแสดงในตารางที่ 3)

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามระดับความเครียดในภาพรวม

ระดับความเครียด	จำนวน (N=253)	ร้อยละ
ต่ำ	8	3.2
ปานกลาง	54	2.3
สูง	107	42.3
รุนแรง	84	33.2

2. ความเครียดจำแนกรายด้าน

แบบวัดความเครียดสวนปรง 60 ข้อ ประกอบด้วย 3 ส่วน คือ การวัดระดับความไวต่อความเครียด แหล่งที่มาของความเครียด และอาการของความเครียด

2.1 ความไวต่อความเครียด

2.1.1 ระดับความไวต่อความเครียดของนักศึกษาพยาบาล

นักศึกษาพยาบาลมีความไวต่อความเครียดในระดับปานกลางมากที่สุด (ร้อยละ 41.5) รองลงมา คือ ระดับสูง (ร้อยละ 35.2) ระดับต่ำ (ร้อยละ 17.8) และระดับรุนแรงน้อยที่สุดเพียงร้อยละ 5.5 (ดังแสดงในตารางที่ 4)

ตารางที่ 4 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามระดับความไวต่อความเครียด

ระดับความไวต่อความเครียด	จำนวน (N=253)	ร้อยละ
ต่ำ	45	17.8
ปานกลาง	105	41.5
สูง	89	35.2
รุนแรง	14	5.5

2.1.2 ระดับความไวต่อความเครียดของนักศึกษาพยาบาลจำแนกตามข้อคำถาม

จากการตอบคำถามรายข้อพบว่า สิ่งที่เกิดขึ้นกับนักศึกษาค่อนข้างบ่อยและเกือบตลอดเวลา คือ นักศึกษาพยาบาลมีความเชื่อและศรัทธาในศาสนาที่ตนนับถือ (ร้อยละ 88.9) มีญาติอย่างน้อย 1 คนที่อยู่ใกล้และไปมาหาสู่เสมอ (ร้อยละ 53.4) และนักศึกษาพอในขณะที่เรียนอยู่ (ร้อยละ 82.6) แต่อย่างไรก็ตาม มีนักศึกษาที่ตอบว่า สิ่งที่เกิดขึ้นกับนักศึกษานานๆ ครั้งและไม่เคยเกิดขึ้นเลย ในข้อความที่ว่า นักศึกษานอนหลับพักผ่อนเพียงพออย่างน้อย 4 คืนใน 1 สัปดาห์ (ร้อยละ 28.8) และเห็นได้ว่ามีนักศึกษาที่ต้องใช้ยานอนหลับหรือยาคลายเครียด จำนวน 9 คน (ร้อยละ 3.6) นอกจากนี้ยังพบว่า มีนักศึกษาที่ไม่มีการออกกำลังกายเหมาะสมอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 ครั้ง ถึงร้อยละ 54.9 และมีนักศึกษาที่ตอบว่า สูบบุหรี่เกือบตลอดเวลา จำนวน 4 คน (ร้อยละ 1.6) และมีนักศึกษาที่ตอบว่า ดื่มสุราค่อนข้างบ่อย จำนวน 8 คน (ร้อยละ 3.2) และพบนักศึกษาที่มีรายได้พอใช้จ่ายเกิดขึ้นบางครั้ง นานๆ ครั้งและไม่เคยเกิดขึ้นเลยอยู่ถึง ร้อยละ 64.5 (ดังแสดงในตารางที่ 5)

ตารางที่ 5 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามความเครียดรายข้อคำถามด้าน
ความไวต่อความเครียด

ข้อความ	ลักษณะการเกิดความเครียด				
	เกิดขึ้น เกือบ ตลอดเวลา	เกิดขึ้น ค่อนข้าง บ่อยๆ	เกิดขึ้น บางครั้ง	เกิดขึ้น นานๆ ครั้ง	ไม่เคย เกิดขึ้น เลย
1. ฉันนอนหลับพักผ่อนเพียงพออย่างน้อย 4 คืนใน 1 สัปดาห์	68 (26.9)	44 (17.4)	68 (26.9)	36 (14.2)	37 (14.6)
2. ฉันออกกำลังกายอย่างเหมาะสมอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 ครั้ง	9 (3.6)	18 (7.1)	87 (34.4)	116 (45.8)	23 (9.1)
3. ฉันมีญาติอย่างน้อย 1 คนที่อยู่ใกล้และไปมาหาสู่เสมอ	91 (36.3)	43 (17.1)	34 (13.5)	35 (13.9)	50 (19.2)
4. ฉันสูบบุหรี่	4 (1.6)	0 (0.0)	0 (0.0)	6 (2.4)	243 (96.0)
5. ฉันดื่มสุรา	0 (0.0)	8 (3.2)	36 (14.2)	87 (34.4)	122 (48.2)
6. ฉันต้องใช้ยานอนหลับหรือยาคลายเครียด	7 (2.8)	2 (0.8)	8 (3.2)	28 (11.1)	208 (82.1)
7. ฉันมีรายได้พอใช้จ่าย	34 (13.4)	56 (22.1)	93 (36.8)	41 (16.2)	29 (11.5)
8. ฉันมีความเชื่อหรือศรัทธาในศาสนาที่ฉันนับถือ	181 (71.5)	44 (17.4)	14 (5.5)	7 (2.8)	7 (2.8)
9. ฉันมีสุขภาพดี (รวมทั้งสายตา การได้ยิน และฟัน)	100 (39.5)	78 (30.8)	49 (19.4)	21 (8.3)	5 (2.0)
10. ฉันพอในขณะที่ฉันเรียนอยู่	160 (63.2)	49 (19.4)	29 (11.5)	11 (4.3)	4 (1.6)
11. ฉันมีเพื่อนที่คุยเรื่องส่วนตัวได้อย่างน้อย 1 คน	157 (62.1)	51 (20.2)	24 (9.5)	12 (4.7)	9 (3.6)
12. ฉันมองโลกในแง่ดี	88 (34.8)	104 (41.1)	51 (20.2)	9 (3.6)	1 (0.4)

2.1.3 ความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะทางประชากรและสังคม กับความไวต่อความเครียดของนักศึกษาพยาบาล

นักศึกษาชั้นปีที่ 4 มีระดับความไวต่อความเครียดในระดับสูงและรุนแรงมากที่สุด (ร้อยละ 48.4) รองลงมาคือ ชั้นปีที่ 3 (ร้อยละ 47.8) ชั้นปีที่ 1 (ร้อยละ 39.4) และชั้นปีที่ 2 มีระดับความไวต่อความเครียดในระดับสูงและรุนแรงน้อยที่สุด คือ ร้อยละ 31.6 (ดังแสดงในตารางที่ 6)

ตารางที่ 6 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามลักษณะทางประชากรและสังคม กับความไวต่อความเครียด

ลักษณะทางประชากร และสังคม	ระดับความไวต่อความเครียด		
	ต่ำ	ปานกลาง	สูงและรุนแรง
เพศ			
ชาย	2(14.3)	6(42.9)	6(42.9)
หญิง	43(18.0)	99(41.4)	97(40.6)
อายุ (ปี)			
< 20	21(19.8)	49(46.2)	36(34.0)
20 - 24	18(13.3)	56(41.5)	61(45.2)
≥ 25	6(50.0)	0(0.0)	6(50.0)
ระดับการศึกษา			
ปี 1	13(19.7)	27(40.9)	26(39.4)
ปี 2	13(16.5)	41(51.9)	25(31.6)
ปี 3	6(13.0)	18(39.1)	22(47.8)
ปี 4	13(21.0)	19(30.6)	30(48.4)
เกรดเฉลี่ยสะสม			
< 2.00	1(33.3)	1(33.3)	1(33.3)
2.01 - 2.49	11(21.2)	23(44.2)	18(34.6)
2.50 - 2.99	15(16.9)	37(41.6)	37(41.6)
3.00 - 3.49	7(11.5)	28(45.9)	26(42.6)
3.50 - 4.00	11(22.9)	16(33.3)	21(43.8)

ตารางที่ 6 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามลักษณะทางประชากรและสังคม กับ
ความไวต่อความเครียด (ต่อ)

ลักษณะทางสังคมประชากร	ระดับความไวต่อความเครียด		
	ต่ำ	ปานกลาง	สูงและรุนแรง
ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว			
อยู่ในเกณฑ์ฐานะดี	1(25.0)	0(0.0)	3(75.0)
ปานกลาง	40(18.5)	88(40.7)	88(40.7)
ค่อนข้างขัดสน	4(12.1)	17(51.5)	12(36.4)
สัมพันธภาพในครอบครัว			
มีความอบอุ่นดี	42(19.7)	84(39.4)	87(40.8)
ปานกลาง	1(2.9)	18(52.9)	15(44.1)
ไม่ค่อยดี	2(33.3)	3(50.0)	1(16.7)
สัมพันธภาพกับคู่รัก			
เคยมีแฟน	15(22.4)	27(40.3)	25(37.3)
ไม่มีแฟน	5(13.5)	15(40.5)	17(45.9)
ปัจจุบันมีแฟน	25(16.8)	63(42.3)	61(40.9)

2.1.4 ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะสุขภาพและเหตุการณ์วิกฤติที่เกิดขึ้นในชีวิตกับความไวต่อความเครียดของนักศึกษาพยาบาล

นักศึกษาที่มีระดับความไวต่อความเครียดอยู่ในระดับสูงและรุนแรง พบว่าเป็นนักศึกษาที่เจ็บป่วยบ่อยๆ ร้อยละ 50 นักศึกษาที่มีโรคประจำตัว ร้อยละ 47.8 และนักศึกษาที่เคยมีเหตุการณ์วิกฤติในชีวิต ร้อยละ 45.1 (ดังแสดงในตารางที่ 7)

ตารางที่ 7 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามภาวะสุขภาพและเหตุการณ์วิกฤติในชีวิตกับความไวต่อความเครียด

ภาวะสุขภาพและเหตุการณ์วิกฤติในชีวิต	ระดับความไวต่อความเครียด		
	ต่ำ	ปานกลาง	สูงและรุนแรง
ภาวะสุขภาพ			
สุขภาพปกติ	43(19.4)	91(41.0)	88(39.6)
มีโรคประจำตัว	2(8.7)	10(43.5)	11(47.8)
เจ็บป่วยบ่อยๆ	0(0.0)	4(50.0)	4(50.0)
เหตุการณ์วิกฤติในชีวิต			
ไม่เคยมี	33(18.1)	78(42.9)	71(39.0)
เคย	12(16.9)	27(38)	32(45.1)

2.2 แหล่งที่มาของความเครียด

2.2.1 ภาพรวมของระดับความเครียดจากแหล่งที่มา

นักศึกษามีคะแนนความเครียดจากแหล่งที่มาอยู่ในระดับสูง ร้อยละ 46.2 รองลงมาเป็นระดับปานกลาง ร้อยละ 29.2 ระดับรุนแรง ร้อยละ 20.9 และระดับต่ำน้อยที่สุดเพียงร้อยละ 3.6 (ดังแสดงในตารางที่ 8)

ตารางที่ 8 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามแหล่งที่มาของความเครียด

ระดับความเครียด	จำนวน (N=253)	ร้อยละ
ต่ำ	9	3.6
ปานกลาง	74	29.2
สูง	117	46.2
รุนแรง	53	20.9

2.2.2 ระดับความเครียดจากแหล่งที่มาต่างๆ

นักศึกษาพยาบาลมีความเครียดในระดับสูงและรุนแรงมากที่สุดจากปัจจัยทางด้านครอบครัว (ร้อยละ 78.3) รองลงมาเป็นด้านสิ่งแวดล้อม (ร้อยละ 75.5) และด้านการเงิน (ร้อยละ 67.6) ตามลำดับ (ดังแสดงในตารางที่ 9)

ตารางที่ 9 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามองค์ประกอบของแหล่งของความเครียด

แหล่งที่มาของความเครียด	ระดับความเครียด			
	ต่ำ	ปานกลาง	สูง	รุนแรง
การทำงาน	19(7.5)	104(41.1)	123(48.6)	7(2.8)
เรื่องส่วนตัว	36(14.2)	95(37.5)	90(35.6)	32(12.6)
สังคม	4(1.6)	117(46.2)	108(42.7)	24(9.5)
สิ่งแวดล้อม	4(1.6)	58(22.9)	153(60.5)	38(15.0)
ครอบครัว	7(2.8)	48(19.0)	126(49.8)	72(28.5)
การเงิน	11(4.3)	71(28.1)	103(40.7)	68(26.9)

2.3 แหล่งที่มาของความเครียดของนักศึกษาพยาบาลจำแนกตามข้อคำถาม

จากการตอบคำถามรายชื่อ ด้านครอบครัวพบว่า นักศึกษาตอบว่าไม่เครียดและเครียดเล็กน้อยเมื่อมีความขัดแย้งกับคนในบ้าน (ร้อยละ 53.7) และในการที่จะทำให้ได้อย่างที่ครอบครัวต้องการ (ร้อยละ 41.0) อย่างไรก็ตามมีนักศึกษาตอบว่าเครียดมากและมากที่สุดในเรื่อง ครอบครัวมีความขัดแย้งกันในเรื่องเงินและเรื่องงานในบ้าน (ร้อยละ 35.4) ซึ่งพบว่าด้านการเงิน นักศึกษามีความเครียดมากและมากที่สุดในเรื่องของรายจ่ายเพิ่มขึ้น (ร้อยละ 50.6) รองลงมาคือ มีเงินไม่พอใช้จ่าย (ร้อยละ 44.8) ส่วนด้านการทำงาน พบว่านักศึกษาตอบว่าการเรียนไม่น่าเบื่อ (ร้อยละ 50.0) แต่สิ่งที่ก่อให้เกิดความเครียดแก่นักศึกษามากและมากที่สุด คือ การที่นักศึกษาทำงานที่ได้รับมอบหมายไม่สำเร็จ (ร้อยละ 64.3) งานที่ได้รับผิดชอบมากเกินไป (ร้อยละ 46.5) กลัวทำงานผิดพลาด (ร้อยละ 44.4) และด้านส่วนตัวในเรื่องไปไม่ถึงเป้าหมายที่วางไว้ (ร้อยละ 51.4) ดังแสดงในตารางที่ 10

ตารางที่ 10 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามความเครียดรายข้อคำถามด้าน
แหล่งที่มาของความเครียด

แหล่งที่มาของความเครียด	N	คะแนนความเครียด				
		ไม่ เครียด	เครียด เล็กน้อย	เครียด บางครั้ง	เครียด มาก	เครียด มากที่สุด
ด้านการทำงาน						
1. ฉันทำงานที่ได้รับมอบหมายไม่สำเร็จ	249	2 (0.8)	21 (8.4)	66 (26.5)	107 (43.0)	53 (21.3)
2. งานที่รับผิดชอบมากเกินไป	249	9 (3.6)	26 (10.4)	98 (39.4)	92 (36.9)	24 (9.6)
3. ฉันกลัวทำงานผิดพลาด	252	11 (4.4)	33 (13.1)	96 (38.1)	83 (32.9)	29 (11.5)
4. ฉันรู้สึกถูกกดดันว่าต้องให้ผลงานออกมาดี	249	10 (4.0)	34 (13.7)	108 (43.4)	64 (25.7)	33 (13.3)
5. การจัดการในชั้นเรียนมีความขัดแย้ง	247	22 (8.9)	81 (32.8)	104 (42.1)	32 (13.0)	8 (3.3)
6. การเรียนน่าเบื่อ	249	32 (12.9)	94 (37.8)	82 (32.9)	36 (14.5)	5 (2.0)
7. คณะที่เรียนมีโอกาสน้อยในเรื่องความก้าวหน้า	246	68 (27.6)	50 (20.3)	58 (23.6)	34 (13.8)	36 (14.6)
ด้านเรื่องส่วนตัว						
8. ฉันรู้สึกตนเองไม่สวยหรือไม่มีเสน่ห์	249	125 (50.2)	61 (24.5)	46 (18.5)	11 (4.4)	6 (2.4)
9. ฉันบาดเจ็บหรือเจ็บป่วย	246	51 (20.7)	81 (32.9)	65 (26.4)	34 (13.8)	15 (6.1)
10. ฉันไปไม่ถึงเป้าหมายที่วางไว้	247	12 (4.9)	36 (14.6)	72 (29.1)	72 (29.1)	55 (22.3)
11. ฉันไม่มีเวลาให้ตัวเอง	246	43 (17.5)	67 (27.2)	90 (36.6)	33 (13.4)	13 (5.3)

ตารางที่ 10 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามความเครียดรายข้อคำถามด้าน
แหล่งที่มาของความเครียด (ต่อ)

แหล่งที่มาของความเครียด	N	คะแนนความเครียด				
		ไม่ เครียด	เครียด เล็กน้อย	เครียด บางครั้ง	เครียด มาก	เครียด มากที่สุด
ด้านครอบครัว						
12. ชีวิตคู่ของฉันมีปัญหา	219	74 (33.8)	56 (25.6)	50 (22.8)	31 (14.2)	8 (3.7)
13. ฉันมีความขัดแย้งกับคนใดคน หนึ่งในบ้าน	238	71 (29.8)	57 (23.9)	38 (16.0)	44 (18.5)	28 (11.8)
14. ครอบครัวของฉันมีความขัดแย้ง กันในเรื่องเงินหรือเรื่องงาน	243	35 (14.4)	66 (27.2)	56 (23.0)	49 (20.2)	37 (15.2)
15. ฉันมีความลำบากที่จะทำได้ อย่างที่ครอบครัวต้องการ	243	43 (17.6)	57 (23.4)	73 (29.9)	46 (18.9)	25 (10.2)
ด้านสังคม						
16. ฉันรู้สึกต้องระมัดระวังตัวเมื่อ ต้องเข้าสังคม	246	59 (24.0)	72 (29.3)	82 (33.3)	29 (11.8)	4 (1.6)
17. ฉันรู้สึกว่าต้องแข่งขันหรือ เปรียบเทียบ	248	63 (25.4)	68 (27.4)	57 (23.0)	47 (19.0)	13 (5.2)
ด้านสิ่งแวดล้อม						
18. ฉันมีปัญหาการจราจร การจอดรถ การเดินทาง	242	102 (42.1)	74 (30.6)	48 (19.8)	13 (5.4)	5 (2.1)
19. ในชุมชนที่อยู่มีการเกิด อาชญากรรมเล็กๆน้อยๆ	238	76 (31.9)	57 (23.9)	64 (26.9)	28 (11.8)	13 (5.5)
20. ไม่มีที่พักผ่อนหย่อนใจใน สถานศึกษา	241	70 (29.0)	83 (34.4)	57 (23.7)	19 (7.9)	12 (5.0)
21. ฉันเป็นกังวลกับสารพิษต่างๆและ มลภาวะในอากาศ น้ำ เสียง ดิน	248	31 (12.5)	69 (27.8)	83 (33.5)	43 (17.3)	22 (8.9)

ตารางที่ 10 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามความเครียดรายข้อคำถามด้าน
แหล่งที่มาของความเครียด (ต่อ)

แหล่งที่มาของความเครียด	N	คะแนนความเครียด				
		ไม่ เครียด	เครียด เล็กน้อย	เครียด บางครั้ง	เครียด มาก	เครียด มากที่สุด
ด้านการเงิน						
22. ฉันมีเงินไม่พอใช้จ่าย	248	28 (11.3)	39 (15.7)	70 (28.2)	51 (20.6)	60 (24.2)
23. ฉันมีรายจ่ายเพิ่มขึ้น	249	28 (11.2)	32 (12.9)	63 (25.3)	65 (26.1)	61 (24.5)
24. ฉันไม่มีเงินพอสำหรับ พักผ่อนหย่อนใจ	243	45 (17.8)	67 (27.6)	78 (32.1)	30 (12.3)	23 (9.5)

2.2.4 ลักษณะทางประชากรและสังคมจำแนกตามแหล่งความเครียดของนักศึกษา พยาบาล

นักศึกษาที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวอยู่ในเกณฑ์ค่อนข้างขัดสน มีคะแนนความเครียดจากแหล่งที่มาอยู่ในระดับสูงและรุนแรงถึง ร้อยละ 69.7 รองลงมาเป็นระดับปานกลาง ร้อยละ 67.1 สำหรับสัมพันธภาพในครอบครัวนั้น นักศึกษาที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวไม่ค่อยดี มีคะแนนความเครียดจากแหล่งที่มาอยู่ในระดับสูงและรุนแรงถึงร้อยละ 83.3 (ดังแสดงในตารางที่ 11)

ตารางที่ 11 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามลักษณะทางประชากรและสังคม กับแหล่งที่มาของความเครียด

ลักษณะทางประชากร และสังคม	ระดับความเครียดจากแหล่งที่มา		
	ต่ำ	ปานกลาง	สูงและรุนแรง
เพศ			
ชาย	0(0.0)	7(50.0)	7(50.0)
หญิง	9(3.8)	67(28.0)	163(68.2)
อายุ (ปี)			
< 20	4(3.8)	32(30.2)	70(66.0)
20 - 24	5(3.7)	37(27.4)	93(68.9)
≥ 25	0(0.0)	5(41.7)	7(58.3)
ระดับการศึกษา			
ปี 1	1(1.5)	18(27.3)	47(71.2)
ปี 2	7(8.9)	19(24.1)	53(67.1)
ปี 3	0(0.0)	15(32.6)	31(67.4)
ปี 4	1(1.6)	22(35.5)	39(62.9)
เกรดเฉลี่ยสะสม			
< 2.00	0(0.0)	1(33.3)	2(66.7)
2.01 - 2.49	1(1.9)	18(34.6)	33(63.5)
2.50 - 2.99	5(5.6)	24(27.0)	60(67.4)
3.00 - 3.49	1(1.6)	17(27.9)	43(70.5)
3.50 - 4.00	2(4.2)	14(29.2)	32(66.7)
ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว			
อยู่ในเกณฑ์ฐานะดี	0(0.0)	2(50.0)	2(50.0)
ปานกลาง	9(4.2)	62(28.7)	145(67.1)
ค่อนข้างขัดสน	0(0.0)	10(30.3)	23(69.7)
สัมพันธภาพในครอบครัว			
มีความอบอุ่นดี	7(3.3)	68(31.9)	138(64.8)
ปานกลาง	1(2.9)	6(17.6)	27(79.4)
ไม่ค่อยดี	1(16.7)	0(0.0)	5(83.3)

ตารางที่ 11 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามลักษณะทางประชากรและสังคม กับแหล่งที่มาของความเครียด (ต่อ)

ลักษณะทางประชากร และสังคม	ระดับความเครียดจากแหล่งที่มา		
	ต่ำ	ปานกลาง	สูงและรุนแรง
สัมพันธภาพกับคู่รัก			
เคยมีแฟน	2(3.0)	17(25.4)	48(71.6)
ไม่มีแฟน	1(2.7)	13(35.1)	23(62.2)
ปัจจุบันมีแฟน	6(4.0)	44(29.5)	99(66.4)

2.2.5 แหล่งที่มาของความเครียดของนักศึกษาพยาบาลจำแนกตามภาวะสุขภาพและเหตุการณ์วิกฤติที่เกิดขึ้นในชีวิต

นักศึกษาที่เจ็บป่วยบ่อยๆ มีคะแนนความเครียดจากแหล่งที่มาอยู่ในระดับสูงและรุนแรง (ร้อยละ 87.5) ส่วนนักศึกษาที่เคยมีเหตุการณ์วิกฤติในชีวิตมีคะแนนความเครียดจากแหล่งที่มาอยู่ในระดับสูงและรุนแรงมีร้อยละ 73.2 (ดังแสดงในตารางที่ 12)

ตารางที่ 12 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามภาวะสุขภาพและ เหตุการณ์วิกฤติในชีวิตกับแหล่งที่มาของความเครียด

ภาวะสุขภาพและเหตุการณ์ วิกฤติในชีวิต	ระดับความเครียดจากแหล่งที่มา		
	ต่ำ	ปานกลาง	สูงและรุนแรง
ภาวะสุขภาพ			
สุขภาพปกติ	7(3.2)	66(29.7)	149(67.1)
มีโรคประจำตัว	2(8.7)	7(30.4)	14(60.9)
เจ็บป่วยบ่อยๆ	0(0.0)	1(12.5)	7(87.5)
เหตุการณ์วิกฤติในชีวิต			
ไม่เคยมี	7(3.8)	57(31.3)	118(64.8)
เคย	2(2.8)	17(23.9)	52(73.2)

2.3. อาการของความเครียด

2.3.1 ภาพรวมของระดับอาการของความเครียด

นักศึกษาพยาบาลส่วนใหญ่มีระดับอาการของความเครียดอยู่ในระดับรุนแรงถึงร้อยละ 53.8 รองลงมาคือ ระดับสูง (ร้อยละ 30.8) ระดับปานกลาง (ร้อยละ 13.4) และระดับต่ำเพียงร้อยละ 2.0 (ดังแสดงในตารางที่ 13)

ตารางที่ 13 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามระดับอาการของความเครียด

ระดับความเครียด	จำนวน (N=253)	ร้อยละ
ต่ำ	5	2.0
ปานกลาง	34	13.4
สูง	78	30.8
รุนแรง	136	53.8

2.3.2 ระดับอาการต่างๆของความเครียด

ระดับความเครียดของนักศึกษาที่แสดงออกตามอาการ พบว่านักศึกษามีความเครียดในระดับสูงและรุนแรงในระบบต่อมไร้ท่อมากที่สุด (ร้อยละ 96.1) รองลงมาคือ ระบบภูมิคุ้มกัน (ร้อยละ 95.2) ระบบประสาทอัตโนมัติ SNS (ร้อยละ 83.4) ระบบประสาทอัตโนมัติ PNS (ร้อยละ 77.8) อารมณ์ (ร้อยละ 73.1) ความคิด (ร้อยละ 66.4) และระบบกล้ามเนื้อน้อยที่สุด (ร้อยละ 41.5) ตามลำดับ (ดังแสดงในตารางที่ 14)

ตารางที่ 14 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามอาการที่แสดงออกกับระดับความเครียด

อาการของความเครียดที่แสดงออกทางระบบต่างๆ	ระดับความเครียด			
	ต่ำ	ปานกลาง	สูง	รุนแรง
กล้ามเนื้อ	22(8.7)	126(49.8)	63(24.9)	42(16.6)
ระบบประสาทอัตโนมัติ PNS	10(4.0)	46(18.2)	134(53.0)	63(24.8)
ระบบประสาทอัตโนมัติ SNS	6(2.4)	36(14.2)	109(43.1)	102(40.3)
อารมณ์	6(2.4)	62(24.5)	144(56.9)	41(16.2)
ความคิด	4(1.6)	81(32.0)	104(41.1)	64(25.3)
ต่อมไร้ท่อ	4(1.6)	6(2.4)	110(43.5)	133(52.6)
ระบบภูมิคุ้มกัน	8(3.2)	4(1.6)	144(56.9)	97(38.3)

2.3.3 อาการของความเครียดของนักศึกษาพยาบาลจำแนกตามข้อคำถาม

อาการทางด้านความคิดที่ทำให้นักศึกษาเครียดมากและมากที่สุด ได้แก่ ความจำไม่ดี (ร้อยละ 38.3) ส่วนทางด้านอารมณ์ นักศึกษาตอบว่าเหตุการณ์ที่ทำให้นักศึกษาพยาบาลเครียดมากและมากที่สุด คือ เมื่อโกรธหรือหงุดหงิด (ร้อยละ 41.6) และเมื่อรู้สึกเศร้า (ร้อยละ 30.2) สำหรับอาการที่แสดงออกทางด้านร่างกายพบว่า นักศึกษาที่มีอาการปวดหัวจากความตึงเครียดมีความเครียดมากและมากที่สุดร้อยละ 34.9 และอาการปวดศีรษะข้างเดียวมีร้อยละ 28.7 (ดังแสดงในตารางที่ 15)

ตารางที่ 15 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามความเครียดรายข้อคำถามด้านอาการของความเครียด

ข้อความ	N	คะแนนความเครียด				
		ไม่เครียด	เครียดเล็กน้อย	เครียดบางครั้ง	เครียดมาก	เครียดมากที่สุด
ระบบกล้ามเนื้อ						
1. ฉันมีอาการกล้ามเนื้อตึงหรือปวด	245	52 (21.2)	71 (29.0)	77 (31.4)	33 (13.5)	12 (4.9)
2. ฉันปวดหัวจากความตึงเครียด	247	25 (10.1)	67 (27.1)	69 (27.9)	53 (21.5)	33 (13.4)
3. ฉันปวดหลัง	243	45 (18.5)	81 (33.3)	69 (28.4)	36 (14.8)	12 (4.9)
ระบบประสาทอัตโนมัติ PNS						
4. ความอยากอาหารของฉันเปลี่ยนแปลง	242	64 (26.4)	83 (34.4)	67 (27.7)	23 (9.5)	5 (2.1)
5. ฉันท้องเสีย	241	86 (35.7)	75 (31.1)	58 (24.1)	18 (7.5)	4 (1.7)
6. ฉันปากแห้ง คอแห้ง	242	84 (34.7)	73 (30.2)	57 (23.6)	22 (9.1)	6 (2.5)

ตารางที่ 15 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามความเครียดรายข้อคำถามด้าน
อาการของความเครียด (ต่อ)

ข้อความ	N	คะแนนความเครียด				
		ไม่เครียด	เครียดเล็กน้อย	เครียดบางครั้ง	เครียดมาก	เครียดมากที่สุด
ระบบประสาทอัตโนมัติ SNS						
7. นันทหัวใจเต้นเร็ว	244	69 (28.3)	71 (29.1)	55 (22.5)	39 (16.0)	10 (4.1)
8. นันทปวดศีรษะข้างเดียว	247	43 (17.4)	67 (27.1)	66 (26.7)	48 (19.4)	23 (9.3)
9. นันทเจ็บหน้าอก	240	70 (29.2)	59 (24.6)	61 (25.4)	42 (17.5)	8 (3.3)
อารมณ์						
10. นันทรู้สึกวิตกกังวล	245	28 (11.4)	74 (30.2)	76 (31.0)	43 (17.6)	24 (9.8)
11. นันทคับข้องใจ	245	40 (16.3)	69 (28.2)	71 (29.0)	44 (18.0)	21 (8.6)
12. นันทโกรธหรือหงุดหงิด	250	21 (8.4)	58 (23.2)	67 (26.8)	71 (28.4)	33 (13.2)
13. นันทรู้สึกเศร้า	245	31 (12.7)	63 (25.7)	77 (31.4)	49 (20.0)	25 (10.2)
ความคิด						
14. นันทความจำไม่ดี	248	32 (12.9)	53 (21.4)	68 (27.4)	54 (21.8)	41 (16.5)
15. นันทสับสน	241	41 (17.0)	68 (28.2)	72 (29.9)	48 (19.9)	12 (5.0)
16. นันทตั้งสมาธิยาก	245	46 (18.8)	75 (30.6)	64 (26.1)	41 (16.7)	19 (7.8)

ตารางที่ 15 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามความเครียดรายข้อคำถามด้านอาการของความเครียด (ต่อ)

ข้อความ	N	คะแนนความเครียด				
		ไม่เครียด	เครียดเล็กน้อย	เครียดบางครั้ง	เครียดมาก	เครียดมากที่สุด
ระบบต่อมไร้ท่อ						
17. ประจำเดือนฉันมีปัญหา	236	86 (36.4)	59 (25.0)	43 (18.2)	34 (14.4)	14 (5.9)
18. อุณหภูมิร่างกายเปลี่ยนแปลงไม่เหมือนปกติ	243	86 (35.4)	79 (32.5)	56 (23.0)	18 (7.4)	4 (1.6)
19. ผิวฉันเป็นผื่นเป็นสิว	243	51 (21.0)	50 (20.6)	60 (24.7)	46 (18.9)	36 (14.8)
20. ฉันรู้สึกเหนื่อยง่าย	244	54 (22.1)	76 (31.1)	60 (24.6)	41 (16.8)	13 (5.3)
ระบบภูมิคุ้มกัน						
21. ฉันเป็นหวัดบ่อย	242	78 (32.2)	63 (26.0)	56 (23.1)	33 (13.6)	12 (5.0)
22. ฉันเป็นโรคภูมิแพ้	239	101 (42.3)	54 (22.6)	53 (22.2)	19 (7.9)	12 (5.0)
23. ฉันรู้สึกไม่ค่อยสบายหรือป่วยอยู่เสมอ	239	88 (36.8)	58 (24.3)	61 (25.5)	22 (9.2)	10 (4.2)
24. ฉันเจ็บคอหรือเจ็บในปาก	241	82 (34.0)	68 (28.2)	56 (23.2)	26 (10.8)	9 (3.7)

2.3.4 อาการความเครียดของนักศึกษาจำแนกตามลักษณะทางประชากรและสังคม

นักศึกษาชั้นปีที่ 4 มีอาการของความเครียดในระดับสูงและรุนแรงมากที่สุด (ร้อยละ 88.7) รองลงมาคือ ชั้นปีที่ 1 (ร้อยละ 87.9) ชั้นปีที่ 2 (ร้อยละ 82.3) และชั้นปีที่ 3 มีอาการของความเครียดในระดับสูงและรุนแรงน้อยที่สุดคือ ร้อยละ 78.3 (ดังแสดงในตารางที่ 16)

ตารางที่ 16 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามลักษณะทางประชากรและสังคม
กับอาการของความเครียด

ลักษณะทางประชากร และสังคม	ระดับอาการของความเครียด		
	ต่ำ	ปานกลาง	สูงและรุนแรง
เพศ			
ชาย	0(0.0)	1(7.1)	13(92.9)
หญิง	5(2.1)	33(13.8)	201(84.1)
อายุ (ปี)			
< 20	2(1.9)	14(13.2)	90(84.9)
20 - 24	3(2.2)	18(13.3)	114(84.4)
≥ 25	0(0.0)	2(16.7)	10(83.3)
ระดับการศึกษา			
ปี 1	0(0.0)	5(12.1)	58(87.9)
ปี 2	5(6.3)	9(11.4)	65(82.3)
ปี 3	0(0.0)	10(21.7)	36(78.3)
ปี 4	0(0.0)	7(11.3)	55(88.7)
เกรดเฉลี่ยสะสม			
< 2.00	0(0.0)	1(33.3)	2(66.7)
2.01 - 2.49	2(3.8)	5(9.6)	45(86.5)
2.50 - 2.99	2(2.2)	16(18.0)	71(79.8)
3.00 - 3.49	0(0.0)	4(6.6)	57(93.4)
3.50 - 4.00	1(2.1)	8(16.7)	39(81.2)
ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว			
อยู่ในเกณฑ์ฐานะดี	0(0.0)	1(25.0)	3(75.0)
ปานกลาง	4(1.9)	26(12.0)	186(86.1)
ค่อนข้างขัดสน	1(3.0)	7(21.2)	25(75.8)
สัมพันธภาพในครอบครัว			
มีความอบอุ่นดี	4(1.9)	28(13.1)	181(85.0)
ปานกลาง	1(2.9)	5(14.7)	28(82.4)
ไม่ค่อยดี	0(0.0)	1(16.7)	5(83.3)

ตารางที่ 16 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามลักษณะทางประชากรและสังคม
กับอาการของความเครียด (ต่อ)

ลักษณะทางประชากร และสังคม	ระดับอาการของความเครียด		
	ต่ำ	ปานกลาง	สูงและรุนแรง
สัมพันธ์ภาพกับคู่อีก			
เคยมีแฟน	2(3.0)	4(6.0)	61(91.0)
ไม่มีแฟน	1(2.7)	7(18.9)	29(78.4)
ปัจจุบันมีแฟน	2(1.3)	23(15.4)	124(83.2)

2.3.5 ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะสุขภาพและเหตุการณ์วิกฤติที่เกิดขึ้นในชีวิตกับอาการ
ของความเครียดของนักศึกษาพยาบาล

นักศึกษาที่มีโรคประจำตัว มีอาการของความเครียดอยู่ในระดับสูงและรุนแรง ร้อยละ 91.3 ส่วนนักศึกษาที่เจ็บป่วยบ่อยๆ มีอาการของความเครียดอยู่ในระดับสูงและรุนแรง ร้อยละ 87.5 (ดังแสดงในตารางที่ 17)

ตารางที่ 17 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามภาวะสุขภาพและเหตุการณ์วิกฤติ
ในชีวิตกับอาการความเครียด

ภาวะสุขภาพและเหตุการณ์วิกฤติใน ชีวิต	ระดับอาการของความเครียด		
	ต่ำ	ปานกลาง	สูงและรุนแรง
ภาวะสุขภาพ			
สุขภาพปกติ	5(2.3)	31(14.0)	186(83.8)
มีโรคประจำตัว	0(0.0)	2(8.7)	21(91.3)
เจ็บป่วยบ่อยๆ	0(0.0)	1(12.5)	7(87.5)
เหตุการณ์วิกฤติในชีวิต			
ไม่เคยมี	3(1.6)	25(13.7)	154(84.6)
เคย	2(2.8)	9(12.7)	60(84.5)

ส่วนที่ 3 ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของนักศึกษาพยาบาล

1. ระดับความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง

นักศึกษาส่วนใหญ่มีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 56.9) รองลงมาคือระดับสูง (ร้อยละ 42.7) และระดับต่ำเพียงร้อยละ 0.4 (ดังแสดงในตารางที่ 18)

ตารางที่ 18 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามระดับความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง

ระดับความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง	จำนวน (N=253)	ร้อยละ
ต่ำ	1	0.4
ปานกลาง	144	56.9
สูง	108	42.7

2. ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองจำแนกตามข้อคำถาม

2.1 ข้อคำถามที่มีความหมายด้านบวก

เมื่อพิจารณาข้อคำถามด้านบวกของนักศึกษาพบว่า นักศึกษาตอบว่าพ่อแม่เข้าในนักศึกษามากและมากที่สุด ร้อยละ 73.2 เช่นเดียวกับข้อความที่ว่าพ่อแม่คำนึงถึงความรู้สึกฉันเสมอ ซึ่งนักศึกษาตอบว่ามากและมากที่สุด ร้อยละ 71.5 และนักศึกษาร้อยละ 64.9 ตอบว่าฉันเป็นคนสนุกสนาน อย่างไรก็ตาม มีนักศึกษาร้อยละ 22.5 ที่ตอบว่าเมื่อมีบางอย่างที่อยากจะพูด นักศึกษาไม่กล้าที่จะพูด (ดังแสดงในตารางที่ 19)

ตารางที่ 19 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองรายข้อคำถามที่มีความหมายด้านบวก

ข้อความ	คะแนนความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง					
	มากที่สุด	มาก	ค่อนข้างมาก	ค่อนข้างน้อย	น้อย	น้อยที่สุด
1.ฉันไม่ค่อยหวั่นไหวอะไรง่าย ๆ	14 (5.5)	44 (17.4)	74 (29.2)	78 (30.8)	26 (10.3)	17 (6.7)
2.ฉันสามารถตัดสินใจได้ โดยไม่ยุ่งยากใจมากนัก	24 (9.5)	55 (21.7)	80 (31.6)	60 (23.7)	23 (9.1)	11 (4.4)
3.ฉันเป็นคนสนุกสนาน	73 (28.9)	91 (36.0)	59 (23.3)	20 (7.9)	5 (2.0)	5 (2.0)

ตารางที่ 19 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองรายข้อ
คำถามที่มีความหมายด้านบวก (ต่อ)

ข้อความ	คะแนนความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง					
	มากที่สุด	มาก	ค่อนข้างมาก	ค่อนข้างน้อย	น้อย	น้อยที่สุด
4. ฉันเป็นที่ชื่นชมในหมู่เพื่อนวัยเดียวกับฉัน	16 (6.3)	64 (25.3)	114 (45.1)	36 (14.2)	17 (6.7)	6 (2.4)
5. พ่อแม่คำนึงถึงความรู้สึกของฉันเสมอ	105 (41.5)	76 (30.0)	48 (19.0)	17 (6.7)	6 (2.4)	1 (0.4)
6. เพื่อนๆ ล้อตามความคิดเห็นของฉันเสมอ	3 (1.2)	21 (8.3)	96 (37.9)	86 (34.0)	30 (11.9)	17 (6.7)
7. ถ้าฉันมีบางอย่างที่อยากจะพูด ฉันก็จะพูด	24 (9.5)	44 (17.4)	78 (30.8)	50 (19.8)	37 (14.6)	20 (7.9)
8. พ่อแม่เข้าใจฉัน	115 (45.5)	70 (27.7)	43 (17.0)	16 (6.3)	3 (1.2)	7 (2.4)

2.2 ข้อคำถามที่มีความหมายด้านลบ

เมื่อพิจารณาทางด้านครอบครัว นักศึกษาส่วนใหญ่เกิดความรู้สึกทางด้านลบน้อยและน้อยที่สุด ในข้อความที่ว่า บ่อยครั้งที่อยากออกไปจากบ้าน (ร้อยละ 78.0) ฉันรู้สึกเสมอว่าพ่อแม่คอยบังคับ เคี้ยวเจริญ (ร้อยละ 62.0) และฉันอารมณ์เสียได้ง่ายเมื่ออยู่บ้าน (ร้อยละ 55.0) ส่วนทางด้านโรงเรียน นักศึกษาส่วนใหญ่เกิดความรู้สึกทางด้านลบน้อยและน้อยที่สุด ในข้อความที่ว่า ฉันรู้สึกท้อแท้บ่อยครั้งเมื่ออยู่ที่วิทยาลัย (ร้อยละ 44.0) และฉันรู้สึกอารมณ์เสียบ่อยครั้งเมื่ออยู่ที่วิทยาลัย (ร้อยละ 51.0) และมีนักศึกษา ร้อยละ 64.0 ที่ตอบว่าตนเป็นที่พึ่งของคนอื่นได้ (ดังแสดงในตารางที่ 20)

ตารางที่ 20 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองรายข้อ
คำถามที่มีความหมายด้านลบ

ข้อความ	คะแนนความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง					
	มากที่สุด	มาก	ค่อนข้างมาก	ค่อนข้างน้อย	น้อย	น้อยที่สุด
1. ฉันรู้สึกว่าการพูดหน้าชั้นเรียนเป็นเรื่องยากมาก	8 (3.2)	28 (11.1)	55 (21.7)	66 (26.1)	58 (22.9)	38 (15.0)
2. ถ้าฉันสามารถทำได้ ฉันอยากจะเปลี่ยนแปลงหลายสิ่งเกี่ยวกับตัวฉัน	50 (19.8)	48 (19.0)	76 (30.0)	40 (15.8)	22 (8.7)	17 (6.7)
3. ฉันอารมณ์เสียได้ง่ายเมื่ออยู่บ้าน	8 (3.2)	20 (7.9)	21 (8.3)	65 (25.7)	66 (26.1)	73 (28.9)
4. ฉันใช้เวลานานในการทำความเข้าใจความคุ้นเคยกับสิ่งใหม่ๆ	10 (4.0)	26 (10.3)	56 (22.1)	64 (25.3)	53 (20.9)	44 (17.4)
5. ฉันยอมแพ้คนอื่นได้ง่ายมาก	4 (1.6)	21 (8.3)	31 (12.3)	61 (24.1)	63 (24.9)	73 (28.9)
6. พ่อแม่คาดหวังในตัวฉันมากเกินไป	37 (14.6)	55 (21.7)	92 (36.4)	28 (11.1)	26 (10.3)	15 (5.9)
7. มันเป็นการยากมากที่จะเป็นตัวของตัวเอง	4 (1.6)	16 (6.3)	38 (15.0)	39 (15.4)	73 (28.9)	83 (32.8)
8. ชีวิตของฉันเต็มไปด้วยความสับสนวุ่นวาย	6 (2.4)	22 (8.7)	31 (12.3)	48 (19.0)	64 (25.3)	82 (32.4)
9. ฉันไม่ค่อยมีความคิดเห็นเกี่ยวกับตัวเอง	2 (0.8)	11 (4.3)	40 (15.8)	70 (27.7)	70 (27.7)	60 (23.7)
10. บ่อยครั้งที่ฉันอยากไปจากบ้าน	9 (3.6)	8 (3.2)	17 (6.7)	21 (8.3)	61 (24.1)	137 (54.2)
11. ฉันรู้สึกอารมณ์เสียบ่อยครั้งเมื่ออยู่ที่วิทยาลัย	10 (4.0)	15 (5.9)	31 (12.3)	68 (26.9)	71 (28.1)	58 (22.9)
12. ฉันมีรูปร่างหน้าตาไม่ดีพอ เมื่อเทียบกับคนส่วนใหญ่	6 (2.4)	21 (8.3)	31 (12.3)	68 (26.9)	63 (24.9)	64 (25.3)

ตารางที่ 20 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองรายข้อ
คำถามที่มีความหมายด้านลบ

ข้อความ	คะแนนความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง					
	มากที่สุด	มาก	ค่อนข้างมาก	ค่อนข้างน้อย	น้อย	น้อยที่สุด
13. คนส่วนใหญ่ได้รับความชื่น ชอบมากกว่าฉัน	11 (4.3)	20 (7.9)	80 (31.6)	83 (32.8)	37 (14.6)	22 (8.7)
14. ฉันรู้สึกเสมอว่าพ่อแม่ คอยบังคับ เกี่ยวเชิญฉัน	5 (2.0)	16 (6.3)	26 (10.3)	48 (19.0)	49 (19.4)	109 (43.1)
15. ฉันรู้สึกท้อแท้บ่อยครั้ง เมื่ออยู่ที่ วิทยาลัย	18 (7.1)	23 (9.1)	47 (18.6)	53 (20.9)	63 (24.9)	49 (19.4)
16. บ่อยครั้ง ที่ฉันอยากจะเป็นคนอื่น	10 (4.0)	19 (7.5)	35 (13.8)	38 (15.0)	49 (19.4)	102 (40.3)
17. ฉันไม่สามารถเป็นที่พึ่งของใครได้	4 (1.6)	4 (1.6)	29 (11.5)	52 (20.6)	72 (28.5)	92 (36.4)

3. ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของนักศึกษาจำแนกตามลักษณะประชากรและสังคม

นักศึกษาที่มีอายุมากกว่า 25 ปีขึ้นไปมีระดับความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองที่อยู่ในระดับสูง
จำนวนมากที่สุด (ร้อยละ 58.3) รองลงมาคือ อายุ 20 - 24 (ร้อยละ 51.9) และนักศึกษาที่มีอายุน้อย
กว่า 20 ปี มีจำนวนน้อยที่สุด (ร้อยละ 29.2) และเมื่อพิจารณาตามระดับการศึกษา พบว่านักศึกษาชั้น
ปีที่ 3 มีระดับความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองที่อยู่ในระดับสูงจำนวนมากที่สุด (ร้อยละ 58.7) รองลงมา
คือ ชั้นปีที่ 4 (ร้อยละ 54.8) ชั้นปีที่ 2 (ร้อยละ 39.2) และชั้นปีที่ 1 มีจำนวนน้อยที่สุดคือ ร้อยละ 24.2
(ดังแสดงในตารางที่ 21)

ตารางที่ 21 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามลักษณะทางประชากรและสังคม
กับความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง

ลักษณะทางประชากร และสังคม	ระดับความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง		
	ต่ำ	ปานกลาง	สูง
เพศ			
ชาย	0(0.0)	11(78.6)	3(21.4)
หญิง	0(0.0)	133(55.6)	105(43.9)
อายุ (ปี)			
< 20	1(0.9)	74(69.8)	31(29.2)
20 - 24	0(0.0)	65(48.1)	70(51.9)
≥ 25	0(0.0)	5(41.7)	7(58.3)
ระดับการศึกษา			
ปี 1	1(1.5)	49(74.2)	16(24.2)
ปี 2	0(0.0)	48(60.8)	31(39.2)
ปี 3	0(0.0)	19(41.3)	27(58.7)
ปี 4	0(0.0)	28(45.2)	34(54.8)
เกรดเฉลี่ยสะสม			
< 2.00	0(0.0)	2(66.7)	1(33.3)
2.01 - 2.49	0(0.0)	35(67.3)	17(32.7)
2.50 - 2.99	0(0.0)	42(47.2)	47(52.8)
3.00 - 3.49	1(1.6)	32(52.5)	28(45.9)
3.50 - 4.00	0(0.0)	33(68.8)	15(31.2)
ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว			
อยู่ในเกณฑ์ฐานะดี	0(0.0)	3(75.0)	1(25.0)
ปานกลาง	1(0.5)	124(57.4)	91(42.1)
ค่อนข้างขัดสน	0(0.0)	17(51.3)	16(48.5)
สัมพันธภาพในครอบครัว			
มีความอบอุ่นดี	0(0.0)	112(52.6)	101(47.4)
ปานกลาง	1(2.9)	12(79.4)	6(17.6)
ไม่ค่อยดี	0(0.0)	5(83.3)	1(16.7)

ตารางที่ 21 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามลักษณะทางประชากรและสังคม
กับความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง (ต่อ)

ลักษณะทางประชากร และสังคม	ระดับความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง		
	ต่ำ	ปานกลาง	สูง
สัมพันธ์ภาพกับคู่รัก			
เคยมีแฟน	1(1.5)	42(62.7)	24(35.8)
ไม่มีแฟน	0(0.0)	23(62.2)	14(37.8)
ปัจจุบันมีแฟน	0(0.0)	79(53.0)	70(47.0)

4. ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะสุขภาพและเหตุการณ์วิกฤติที่เกิดขึ้นในชีวิตกับความรู้สึกมี
คุณค่าในตนเองของนักศึกษาพยาบาล

นักศึกษาที่มีโรคประจำตัว มีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับสูง ร้อยละ 65.2 รองลงมาคือ นักศึกษาที่มีสุขภาพปกติ (ร้อยละ 41.0) ส่วนนักศึกษาที่เจ็บป่วยบ่อยๆ มีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับสูงเพียง ร้อยละ 25.0 (ดังแสดงในตารางที่ 22)

ตารางที่ 22 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามภาวะสุขภาพ และเหตุการณ์วิกฤติ
ในชีวิตกับความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง

ภาวะสุขภาพและเหตุการณ์วิกฤติ ในชีวิต	ระดับความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง		
	ต่ำ	ปานกลาง	สูง
ภาวะสุขภาพ			
สุขภาพปกติ	1(0.5)	130(58.6)	91(41.0)
มีโรคประจำตัว	0(0.0)	8(34.8)	15(65.2)
เจ็บป่วยบ่อยๆ	0(0.0)	6(75.0)	2(25.0)
เหตุการณ์วิกฤติในชีวิต			
ไม่เคยมี	1(0.5)	106(58.2)	75(41.2)
เคย	0(0.0)	38(53.5)	33(46.5)

ส่วนที่ 4 ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองและความเครียดของนักศึกษาพยาบาล

1. ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองและความเครียด

ความไวของความเครียด แหล่งที่มาของความเครียดและอาการของความเครียด กับความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของนักศึกษาพยาบาลมีความสัมพันธ์กันในทางตรงข้ามกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ < 0.001 (ดังแสดงในตารางที่ 23) กล่าวคือ เมื่อมีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองสูง ความไวของความเครียด ที่มาของความเครียดและอาการของความเครียดจะต่ำ

ตารางที่ 23 ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองกับความเครียดของนักศึกษาพยาบาล

ความเครียด	ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง	
	Pearson's Correlation	p - value
ความไวของความเครียด	-.239	< 0.001
แหล่งที่มาของความเครียด	-.388	< 0.001
อาการของความเครียด	-.292	< 0.001

2. ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองและแหล่งที่มาของความเครียด

ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองและองค์ประกอบของแหล่งที่มาของความเครียดในนักศึกษาพยาบาล พบว่า มีความสัมพันธ์กันในทางตรงข้ามกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ < 0.01 ซึ่งหมายถึงเมื่อมีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองสูง ความเครียดจากแหล่งที่มาต่างๆ ก็จะต่ำ โดยพบว่าด้านสังคมและด้านส่วนตัวมีความสัมพันธ์กันมากที่สุด (ดังแสดงในตารางที่ 24)

ตารางที่ 24 ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองกับองค์ประกอบของแหล่งที่มาของความเครียดในนักศึกษาพยาบาล

แหล่งที่มาของความเครียด	ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง	
	Pearson's Correlation	p - value
การทำงาน	-.279	0.01
ครอบครัว	-.288	0.01
สังคม	-.382	0.01
สิ่งแวดล้อม	-.269	0.01
การเงิน	-.286	0.01
เรื่องส่วนตัว	-.302	0.01

3. ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองกับอาการของความเครียด

ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองและอาการของความเครียดที่แสดงออกทางระบบกล้ามเนื้อ ระบบประสาทอัตโนมัติ PNS อารมณ์ ความคิด ระบบต่อมไร้ท่อ และระบบภูมิคุ้มกัน มีความสัมพันธ์ในทางตรงข้ามกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ < 0.01 ซึ่งหมายความว่า เมื่อมีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองสูง อาการที่แสดงออกทางระบบต่างๆ ที่กล่าวข้างต้นจะลดต่ำลง โดยอาการที่แสดงออกทางความคิดและอารมณ์ มีความสัมพันธ์กับความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองมากที่สุด ส่วนอาการที่แสดงออกทางระบบประสาทอัตโนมัติ SNS นั้นพบว่ามีความสัมพันธ์กับระดับความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ (ดังแสดงในตารางที่ 25)

ตารางที่ 25 ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองกับอาการของความเครียดของนักศึกษาพยาบาล

อาการที่แสดงออกของความเครียด	ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง	
	Pearson's Correlation	p - value
กล้ามเนื้อ	-.224	0.01
ระบบประสาทอัตโนมัติ PNS	-.241	0.01
ระบบประสาทอัตโนมัติ SNS	-.101	0.11
อารมณ์	-.327	0.01
ความคิด	-.347	0.01
ระบบต่อมไร้ท่อ	-.284	0.01
ระบบภูมิคุ้มกัน	-.153	0.05