

การตระหนักรู้ในตนเอง และการรับรู้ประโยชน์ของการตระหนักรู้ในตนเองของ
นักศึกษาพยาบาลมหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่ง ในจังหวัดอุบลราชธานี
Self-awareness and Recognition benefits of Self-awareness
of nursing student in a private university
in Ubon Ratchathani Province

อรวรรณ นาเพ็ชร¹, กชกร พละบุตร² กชวรรณ เหลาทอง,³ กมล เหมอ่อน⁴,
กนกพร มิรัตน์ไพโร⁵ กนกพร นิพขันธุ์,⁶ กรรภิรมย์ สีหะวงษ์⁷,
กัญจนารณณ์ หอมชื่น⁸ และทศา ชัยวรรณวรรต⁹

Orawan Naphet¹, Kodchagon Palabut², Kodchawan Laothong³,
Kamon Hemon⁴, Kanokporn mirattanaphrai⁵, Kanokorn Nipakun⁶,
Kanpirom Sihawong⁷, Gunjanaporn Homchaen⁸ and Tasa Chaiwannawat⁹

บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive research) มีวัตถุประสงค์เพื่อ เปรียบเทียบการตระหนักรู้ในตนเอง การรับรู้ประโยชน์ของความตระหนักรู้ในตนเองของนักศึกษาพยาบาล และศึกษาการนำการตระหนักรู้ในตนเองไปใช้ประโยชน์ของนักศึกษาพยาบาล มหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่งในจังหวัดอุบลราชธานี กลุ่มตัวอย่าง คือนักศึกษาพยาบาลศาสตรบัณฑิต มหาวิทยาลัยเอกชน แห่งหนึ่งในจังหวัดอุบลราชธานี จำนวน 190 คน การวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วยแบบสอบถาม ได้แก่ แบบสอบถามการตระหนักรู้ในตนเอง แบบสอบถามการรับรู้ประโยชน์ของการตระหนักรู้ในตนเอง และแบบสอบถามการนำการตระหนักรู้ในตนเองไปใช้เป็นประโยชน์ในชีวิตประจำวัน สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ร้อยละ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การเปรียบเทียบความแตกต่างด้วยสถิติเชิงวิเคราะห์ One way ANOVA

ผลการวิจัยพบว่า การเปรียบเทียบการตระหนักรู้ในตนเองของกลุ่มตัวอย่าง มีความแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($P = .001$) โดยชั้นปีที่ 3 มีการตระหนักรู้ในตนเองมากที่สุด รองลงมาคือชั้นปีที่ 2 และปีที่ 1 ตามลำดับ และการเปรียบเทียบการรับรู้ประโยชน์การตระหนักรู้ในตนเองของกลุ่มตัวอย่าง มีความแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($P = .012$) โดยชั้นปีที่ 3 มีการตระหนักรู้ในตนเองมากที่สุด รองลงมาคือชั้นปีที่ 2

¹⁻⁸ นักศึกษาชั้นปีที่ 3 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชธานี (Third year nursing students, Faculty of nursing, Ratchathani University)

⁹ ผู้ช่วยศาสตราจารย์, อาจารย์, คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชธานี (Assistant professor, Nursing instructor, Faculty of nursing, Ratchathani University). e-mail: kuntidhappy@gmail.com โทร. 0813878827

และปีที่ 1 ตามลำดับ และกลุ่มตัวอย่าง มีการนำเอาตระหนักรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวัน โดยนำไปใช้เพื่อให้เข้าใจอารมณ์ตัวเอง ทำให้สามารถควบคุมตัวเองได้ ตลอดจนรู้ จุดด้อยของตัวเอง เพื่อจะได้นำไปพัฒนาปรับปรุงตนเองในการดำเนินชีวิตอย่างมีเหตุผล สำหรับการนำการตระหนักรู้ในตนเองไปใช้ในการฝึกปฏิบัติงาน พบว่า กลุ่มตัวอย่าง จะนำไปใช้เตือนตัวเองให้รู้ตัวเองอยู่เสมอ ทำให้มีสติและรอบคอบขณะเวลาทำงาน หรือฝึกปฏิบัติงาน

คำสำคัญ: การตระหนักรู้ในตนเอง, การรับรู้ประโยชน์ของการตระหนักรู้ในตนเอง, นักศึกษาพยาบาล

ABSTRACT

Descriptive research aims to compare self-awareness, Perceived benefits of self-awareness of nursing students. And study the application of self-awareness to the use of nursing students in a Private University Ubon Ratchathani province. Sample is a graduate student private university in Ubon Ratchathani province, 190 people. This research consisted of questionnaires, including self-awareness questionnaires. Self-awareness benefit questionnaire and the questionnaire on self-awareness for use in daily life. Statistics used in data analysis were mean, percentage, standard deviation. Comparison of differences with analytical statistics One way ANOVA.

The research found that comparison of self-awareness of the sample group different with statistical significance at .05 level ($P = .001$). With the third year having the most self-awareness followed by second year and first year respectively. And comparison of perceived benefits, self-awareness of the sample group different with statistical significance at .05 level ($P = .012$). With the third year having the most self-awareness Followed by second year and first year respectively. And samples with the awareness of using in daily life by using it to understand your emotions enabling self-control as well as knowing weaknesses. To be used to develop self-improvement in a rational lifestyle. For applying self-awareness to work practices, it was found that the sample group will be used to remind yourself to know yourself make you conscious and careful while working or practice work.

Keywords : self-awareness / Perceived benefits of self-awareness / nursing students

บทนำ

ปัจจุบันการขาดแคลนพยาบาลเป็นปัญหาสำคัญที่เกิดขึ้นทั่วโลก จากการสำรวจขององค์การอนามัยโลกในปี พ.ศ.2549 พบว่าประเทศต่าง ๆ ประสบภาวะขาดแคลนพยาบาลชั้นวิกฤติ สำหรับประเทศไทยมีภาวะขาดแคลนพยาบาลอย่างชัดเจนตั้งแต่ พ.ศ. 2531 ทำให้จำนวนพยาบาลที่ไม่ได้สัดส่วนกับจำนวนผู้ป่วย ไม่สามารถให้การดูแลตอบสนองความต้องการที่ครอบคลุมทั้งกาย จิต สังคมจิตวิญญาณ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ส่งผลกระทบต่อผู้รับบริการตามมา (เพชรรุ่ง เพชรประดับ, 2558) นโยบายของรัฐบาลจึงเร่งในการผลิตบุคลากรทางวิชาชีพพยาบาลให้เพิ่มมากขึ้น ทำให้สถาบันการศึกษาพยาบาลทั้งภาครัฐและเอกชนต่างต้องเพิ่มการผลิตพยาบาลเพื่อตอบสนองความต้องการที่เพิ่มขึ้น โดยมีการพัฒนาปรับปรุงหลักสูตร ให้ได้รับคุณภาพมาตรฐานตามเกณฑ์สภาการพยาบาลรับรองเพื่อผลิตพยาบาลที่มีคุณภาพ หลักสูตรพยาบาลมีการสอนภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติเพื่อให้นักศึกษามีความรู้และทักษะในการปฏิบัติการพยาบาล มีการมุ่งเน้นให้นักศึกษาได้ฝึกประสบการณ์จริงบนหอผู้ป่วย โดยเริ่มต้นตั้งแต่การพยาบาลพื้นฐาน ไปจนถึงการพยาบาลผู้ป่วยในแต่ละช่วงวัย ทั้งนี้เพื่อจะให้นักศึกษาได้สัมผัสกับประสบการณ์พื้นฐานไปจนถึง การพยาบาลผู้ป่วยในแต่ละช่วงวัย ทั้งนี้เพื่อจะให้นักศึกษาได้สัมผัสกับประสบการณ์ที่มีการเจ็บป่วยหรือการดูแลผู้ป่วยอย่างแท้จริง

นักศึกษาพยาบาลจึงเป็นผู้ที่ได้รับการฝึกฝนให้มีทั้งความรับผิดชอบและซื่อสัตย์ในการดูแลผู้ป่วยด้วยความเต็มใจ ทำบทบาทหน้าที่ของการเป็นนักศึกษาพยาบาลอย่างเต็มความสามารถ นักศึกษาพยาบาลต้องได้รับการพัฒนาการตระหนักรู้ในบทบาทหน้าที่ของตนเอง ตั้งแต่เป็นนักศึกษาพยาบาล เพราะการตระหนักรู้ในตนเอง (Self-Awareness) เป็นความสามารถในการรับรู้เข้าใจอารมณ์ ตลอดจนจุดอ่อนจุดแข็ง และความต้องการของตนเองอย่างลึกซึ้ง ผู้ที่รู้จักตนเองเป็นอย่างดีจะมีความซื่อสัตย์ต่อตนเองและผู้อื่น คนที่รู้จักตนเองเป็นอย่างดี ย่อมเข้าใจถึงผลกระทบของอารมณ์ของตนเองที่มีต่อผู้อื่น และต่อการปฏิบัติงาน (สายฝน เอกวรารุง, 2562) การตระหนักรู้ในตนเอง จะทำให้นักศึกษาพยาบาลเข้าใจความคิด ความรู้สึกและความต้องการของผู้ป่วย สามารถสร้างความเชื่อมั่นแก่ผู้ป่วย ดังนั้นหากนักศึกษาพยาบาลไม่มีความตระหนักรู้ตนเอง จะทำให้จัดการกับตนเองไม่ถูกต้องส่งผลให้ประสิทธิภาพการดูแลผู้ป่วยลดลงและเกิดความรู้สึกไม่มีความสุขในการฝึกปฏิบัติ มีการศึกษาพบว่าพยาบาลที่มีความตระหนักรู้ในตนเอง จะทำให้เกิดการตระหนักถึงการดูแลความปลอดภัยผู้ป่วยมากขึ้น เป็นทักษะการคิดที่ป้องกันหรือลดความผิดพลาดจากการปฏิบัติการพยาบาลต่อผู้ป่วย (สุกัญญา ทองแก้ว, 2561) แต่ทั้งนี้การตระหนักรู้ในตนเองเป็นเรื่องส่วนบุคคลเช่นกัน เนื่องจากในบางครั้งพยาบาลจะได้รับการร้องเรียนเกี่ยวกับการปฏิบัติการพยาบาล (สายสมร เพลยกิต และคณะ, 2557) ซึ่งหากพยาบาลได้รับรู้ถึงประโยชน์ของการตระหนักรู้ในตนเองแล้ว จะต้องให้การพยาบาลได้อย่างมีสติ รอบคอบ คำนึงถึงผลลัพธ์ทางการพยาบาลอย่างแท้จริง

มีการศึกษาเกี่ยวกับประโยชน์ของการตระหนักรู้ในตนเองแล้วพบว่า ทำให้บุคคลสามารถเข้าใจตนเองในทุกๆ ด้าน ทั้งความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม รู้จุดดี จุดเด่น รู้จุดด้อยของตน รู้ความต้องการ รู้เป้าหมายในชีวิต รู้ความคาดหวัง รู้ศักยภาพ ความสามารถของตน บุคคลสามารถนำข้อมูลที่ได้จากการรับฟัง ความคิดเห็นจากผู้อื่น จากการที่ผู้อื่นประเมินมาเป็นแนวทางในการปรับปรุงพัฒนาจุดด้อยของตนและพัฒนาจุดเด่นให้แข็งแรง ดึงงาม และใช้ประโยชน์ให้ได้มากยิ่งขึ้น สามารถใช้ประสบการณ์ที่เรียนรู้ และเข้าใจตนเองเป็นพื้นฐาน ในการเรียนรู้ และทำความเข้าใจบุคคลอื่น และทำให้มีสติระลึกรู้เท่าทันความคิดอารมณ์ความรู้สึกของตน จะช่วยให้เราสามารถควบคุมตนเองและแสดงพฤติกรรมออกมาอย่างเหมาะสมหรือเรียกว่ามีสติปัญญาทางอารมณ์ (Emotional Intelligence) สามารถติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลอื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ (ฉวีวรรณ สัตธรรม, 2557)

พยาบาลที่ขาดความตระหนักรู้ในตนเองจะทำให้ ขอบเขตของความรับรู้ที่มีต่อผู้ป่วย และพฤติกรรมจะผิดไปจากความเป็นจริงการรวบรวมข้อมูลและการประเมินปัญหาของผู้ป่วยจะขาดความเที่ยงตรง ได้ข้อมูลที่ไม่น่าเชื่อถือ ทำให้เสียเวลา และแก้ไขปัญหาล้มเหลว ทำให้การตั้งสมมติฐานเกี่ยวกับความเจ็บป่วย และปัญหาของผู้ป่วยคลาดเคลื่อนจากความเป็นจริง เกิดการวางแผนและให้การช่วยเหลือไม่เหมาะสม ไม่เป็นประโยชน์กับผู้ป่วย ประสิทธิภาพการทำงานของพยาบาลลดลง เกิดข้อผิดพลาดและมีการฟ้องร้องตามมา (ธณัชชนรี สโรบล, 2560) ดังนั้น หากพยาบาลมีการตระหนักรู้ในตนเองและรับรู้ประโยชน์ในการตระหนักรู้ในตนเองตั้งแต่ครั้งที่ยังเป็นนักศึกษาพยาบาลแล้ว ย่อมจะเกิดผลลัพธ์ที่ดีในการเป็นพยาบาลวิชาชีพต่อไป การตระหนักรู้ในตนเองจึงเป็นคุณสมบัติของพยาบาลที่ต้องได้รับการพัฒนาอย่างต่อเนื่องตั้งแต่เริ่มเข้าศึกษาในหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต จึงเป็นที่มาของการศึกษาการตระหนักรู้ในตนเอง การรับรู้ประโยชน์ของการตระหนักรู้ในตนเองของนักศึกษาพยาบาล และการนำตระหนักรู้ในตนเองไปใช้ทั้งในชีวิตประจำวันและการฝึกปฏิบัติงานของนักศึกษาพยาบาล เพื่อนำผลการวิจัยมาเป็นแนวทางพัฒนาความตระหนักรู้ในตนเองของนักศึกษาพยาบาลให้เห็นความสำคัญสามารถรับรู้ถึงประโยชน์ของการตระหนักรู้ในตนเอง และนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันและการฝึกปฏิบัติงานอย่างมีประสิทธิภาพที่ดีต่อการเรียนและการทำงานในอนาคตต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบการตระหนักรู้ในตนเองของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 ชั้นปีที่ 2 และชั้นปีที่ 3
2. เพื่อเปรียบเทียบการรับรู้ประโยชน์ของความตระหนักรู้ในตนเองของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 ชั้นปีที่ 2 และชั้นปีที่ 3
3. เพื่อศึกษาการนำการตระหนักรู้ในตนเองไปใช้ประโยชน์ของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 ชั้นปีที่ 2 และชั้นปีที่ 3

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

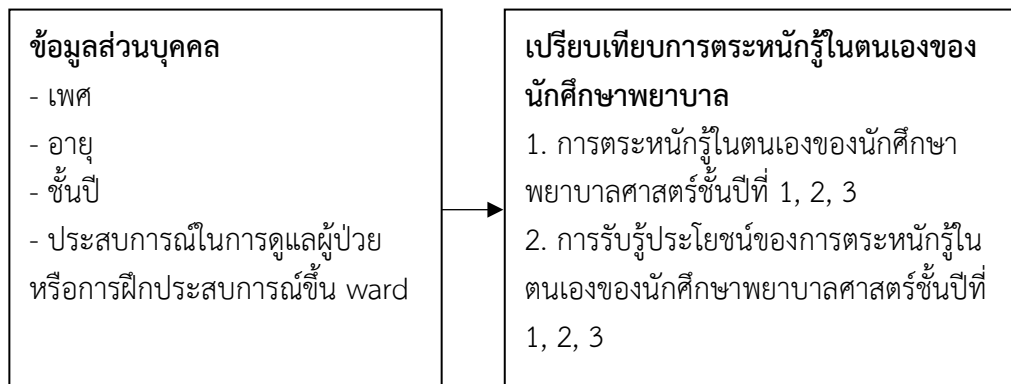
1. ได้ทราบข้อมูลพื้นฐานของระดับการตระหนักรู้ในตนเอง และการรับรู้ประโยชน์ของการตระหนักรู้ในตนเองของนักศึกษาพยาบาลแต่ละชั้นปี ที่จะนำมาสู่การจัดกิจกรรมส่งเสริมให้นักศึกษาเกิดความตระหนักรู้มากขึ้น

สมมุติฐานของการวิจัย

1. นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 ชั้นปีที่ 2 และชั้นปีที่ 3 มีความตระหนักรู้ในตนเองที่แตกต่างกัน

2. นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 ชั้นปีที่ 2 และชั้นปีที่ 3 มีการรับรู้ประโยชน์ของการตระหนักรู้ในตนเองที่แตกต่างกัน

กรอบแนวคิดในการวิจัย



ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบเชิงพรรณนา (Descriptive research) เพื่อศึกษาการตระหนักรู้ในตนเอง การรับรู้ประโยชน์ของการตระหนักรู้ในตนเอง ของนักศึกษาพยาบาลมหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่งในจังหวัดอุบลราชธานี

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากร คือ นักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชธานี จำนวน 376 คน

1.2 กลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชธานี จำนวน 190 คน จากการเปิดตารางของเครซีและมอร์แกน (Krejcie and Morgan, 1970) และคำนวณเทียบสัดส่วนของกลุ่มตัวอย่างแต่ละชั้นปี ดังนี้

ตารางที่ 1 การกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างด้วยการคำนวณเทียบสัดส่วนของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามชั้นปี

ชั้นปี	จำนวนประชากร(คน)	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
ปี 1	89	$\frac{89 \times 190}{376} = 45$
ปี 2	134	$\frac{134 \times 190}{376} = 68$
ปี 3	153	$\frac{153 \times 190}{376} = 77$
รวม	376	190

หลังจากนั้นสุ่มตัวอย่างอย่างเป็นระบบ (Systematic Random Sampling) โดยนำรายชื่อของทุกหน่วยประชากรมาเรียงเป็นระบบตามบัญชีเรียกชื่อการสุ่มจะแบ่งประชากรออกเป็นช่วง ๆ ที่เท่ากันโดยอาจใช้ช่วงจากสัดส่วนของขนาดกลุ่มตัวอย่าง และประชากรแล้วสุ่มประชากรหน่วยแรก ส่วนหน่วยต่อไปนับจากช่วงสัดส่วนที่คำนวณไว้ คือ

$$\square = \frac{N}{\square}$$

$$\square = \frac{376}{190} = 2$$

ช่วงสัดส่วนที่คำนวณได้เท่ากับ 2 ดังนั้น จะทำการสุ่มกลุ่มตัวอย่างของประชากรหน่วยแรกด้วยวิธีการจับสลากและเริ่มนับช่วงเลขที่ของกลุ่มตัวอย่างเพิ่มขึ้นทีละ 2

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถาม แบ่งออกเป็น 4 ตอน ได้แก่

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป ประกอบด้วยข้อมูลของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ เกี่ยวกับเพศ อายุ ระดับการศึกษา ประสบการณ์การขึ้นฝึกปฏิบัติงาน

ตอนที่ 2 แบบประเมินการตระหนักรู้ในตนเอง จำนวน 20 ข้อลักษณะคำตอบเป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า 6 ระดับ ได้แก่ (ทัศนีย์ สุริยะไชย, 2554)

การตอบจะต้องเลือกตอบเพียง 1 ข้อ จากนั้นนำคะแนนมาหาค่าเฉลี่ย โดยมีการแปลความหมายดังนี้ (ทัศนีย์ สุริยะไชย, 2554)

5.01-6.00	หมายถึง มีความตระหนักรู้ในตนเองในระดับมากที่สุด
4.01-5.00	หมายถึง มีความตระหนักรู้ในตนเองในระดับมาก
3.01-4.00	หมายถึง มีความตระหนักรู้ในตนเองในระดับปานกลาง
2.01-3.00	หมายถึง มีความตระหนักรู้ในตนเองในระดับน้อย
1.00-2.00	หมายถึง มีความตระหนักรู้ในตนเองในระดับน้อยมาก

ตอนที่ 3 การรับรู้ประโยชน์ของการตระหนักรู้ในตนเอง จำนวน 20 ข้อลักษณะคำตอบเป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า 6 ระดับ ได้แก่ (ทัศนีย์ สุริยะไชย, 2554)

การตอบจะต้องเลือกตอบเพียง 1 ข้อ จากนั้นนำคะแนนมาหาค่าเฉลี่ย โดยมีการแปลความหมายดังนี้(ทัศนีย์ สุริยะไชย, 2554)

5.01-6.00 หมายถึง มีการรับรู้ประโยชน์ของการตระหนักรู้ในตนเองในระดับมากที่สุด

4.01-5.00 หมายถึง มีการรับรู้ประโยชน์ของการตระหนักรู้ในตนเองในระดับมาก

3.01-4.00 หมายถึง มีการรับรู้ประโยชน์ของการตระหนักรู้ในตนเองในระดับปานกลาง

2.01-3.00 หมายถึง มีการรับรู้ประโยชน์ของการตระหนักรู้ในตนเองในระดับน้อย

1.00-2.00 หมายถึง มีการรับรู้ประโยชน์ของการตระหนักรู้ในตนเองในระดับน้อยมาก

ตอนที่ 4 คำถามปลายเปิดการนำตระหนักรู้ในตนเองไปใช้เป็นประโยชน์ในชีวิตประจำวันเป็นการใช้คำถามปลายเปิดที่จำแนกตามคุณลักษณะของข้อมูลการวิจัยเชิงคุณภาพโดยการรวบรวมข้อมูลจากแบบสอบถามไปเรื่อย ๆ จนข้อมูลคล้ายกันแล้วนำมาสรุป

การหาคุณภาพของเครื่องมือ

ผู้วิจัยได้ตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือโดยการหาความเที่ยงตรง (Validity) และหาความเชื่อมั่น (Reliability) โดยนำแบบสอบถามไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงในด้านเนื้อหา และความเหมาะสมในด้านภาษา จากนั้นนำมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะ โดยแบบสอบถามมีความเที่ยงตรงมากกว่า 0.5 และหาค่าความเชื่อมั่นโดยนำแบบสอบถามไปใช้กับนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 2 และ 3 ที่มีคุณสมบัติคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างแต่ไม่ใช้กลุ่มตัวอย่างในเขตพื้นที่มหาวิทยาลัยราชธานี ชั้นปีละ 10 คนเป็นจำนวน 30 คน และนำข้อมูลที่ได้มาคำนวณหาโดยสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของครอนบาค (Cronbach's Coeffieency) ได้ค่าเท่ากับ 0.98

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

การศึกษานี้คำนึงถึงศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ สิทธิประโยชน์ ความยุติธรรม ความถูกต้อง โดยจะดำเนินการ ผู้วิจัยได้ชี้แจงข้อมูลแก่ผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย โดยผู้เข้าร่วมโครงการวิจัยให้ความยินยอมลงนามในเอกสารการมีส่วนร่วมในงานวิจัย และผู้วิจัยจะรักษาความลับ ความเป็นส่วนตัว และการปิดบังชื่อของผู้ให้ข้อมูล หากผู้เข้าร่วมโครงการวิจัยต้องการออกจากกรวิจัย สามารถทำได้ตลอดเวลาโดยไม่มีผลกระทบใด ๆ และการรายงานผลการวิจัยจะรายงานเป็นภาพรวม ไม่ชี้เฉพาะเจาะจงบุคคลใด

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง โดยทำหนังสือขอความอนุเคราะห์ติดต่อประสานงานถึงคณบดี คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชธานี เพื่อขออนุญาตในการเก็บ

รวบรวมข้อมูล พร้อมทั้งได้นัดหมายวันเวลา ที่จะดำเนินงานเก็บรวบรวมข้อมูล และดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ตามวันเวลาที่นัดหมาย อธิบายให้นักศึกษาเข้าใจวัตถุประสงค์ของการวิจัย และเก็บข้อมูล หลังจากนั้นจึง ตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถาม และนำวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้วิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปทางคอมพิวเตอร์ โดยข้อมูลพื้นฐานใช้สถิติ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของการตระหนักรู้ในตนเอง การรับรู้ประโยชน์ของการตระหนักรู้ในตนเองใช้สถิติ Oneway ANOVA ส่วนการนำความตระหนักรู้ในตนเองของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 ชั้นปีที่ 2 ชั้นปีที่ 3 ไปใช้จะใช้การวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content analysis)

ผลการศึกษา

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล

ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งใน จังหวัดอุบลราชธานี จำแนกตามข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม (n= 190)

	ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
เพศ	ชาย	10	5.3
	หญิง	180	94.7
รวม		190	100
อายุ	18-20 ปี	50	26.3
	21-23 ปี	138	72.6
	24-26 ปี	2	1.1
รวม		190	100
ระดับการศึกษา	ชั้นปีที่ 1	45	24
	ชั้นปีที่ 2	68	36
	ชั้นปีที่ 3	77	40
รวม		190	100
ประสบการณ์ขึ้นฝึกปฏิบัติงานในหอผู้ป่วย	เคย	145	76.3
	ไม่เคย	45	23.7
รวม		190	100

จากตาราง พบว่านักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์จำนวน 190 คนเพศหญิง 180 คน เพศชาย 10 คน คิดเป็นร้อยละ 94.7 และร้อยละ 5.3 ส่วนใหญ่เป็นผู้ที่มีอายุระหว่าง 21-23 ปี จำนวน 138 คน และ 18-20 ปีจำนวน 50 คน คิดเป็นร้อยละ 72.6 และร้อยละ 26.3 แบ่งเป็นชั้นปีที่ 1 จำนวน 45 คน ชั้นปีที่ 2 จำนวน 68 คน และชั้นปีที่ 3 คน จำนวน 77 คิดเป็นร้อยละ 23.7 ร้อยละ 35.8 และร้อยละ 40.5 เคยมีประสบการณ์ในการขึ้นฝึกในหอผู้ป่วย 145 คน และไม่เคย 45 คน คิดเป็นร้อยละ 76.3 และร้อยละ 23.7

ส่วนที่ 2 ระดับการตระหนักรู้ในตนเองและการวิเคราะห์เปรียบเทียบความตระหนักรู้ในตนเองของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 ชั้นปีที่ 2 และชั้นปีที่ 3 มหาวิทยาลัยเอกชนในจังหวัดอุบลราชธานี

ตารางที่ 3 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการตระหนักรู้ในตนเองนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1-3 (n= 190)

ชั้นปี	$\bar{x}$	S.D	ระดับการตระหนักรู้ในตนเอง
ชั้นปีที่ 1	4.67	0.61	มาก
ชั้นปีที่ 2	4.85	0.66	มาก
ชั้นปีที่ 3	5.21	0.59	มากที่สุด
รวม	4.91	0.62	มาก

จากตาราง พบว่านักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 มีความตระหนักรู้ในตนเองอยู่ในระดับ 3) มากที่สุด($\bar{x}=5.21$) รองลงมาคือนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 มีความตระหนักรู้ในตนเองอยู่ในระดับมาก ($\bar{x}=4.85$) และนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 มีความตระหนักรู้ในตนเองอยู่ในระดับมาก ($\bar{x}= 4.67$) ตามลำดับ

ตารางที่ 4 การเปรียบเทียบการตระหนักรู้ในตนเองของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 ชั้นปีที่ 2 และชั้นปีที่ 3 (n= 190)

แหล่งความแปรปรวน	SS	Df	MS	F	P
ระหว่างกลุ่ม	6.168	2	3.084	12.093	0.001*
ภายในกลุ่ม	47.694	187	0.255		
รวม	53.863	189			

*นัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

จากตาราง พบว่าการเปรียบเทียบการตระหนักรู้ในตนเองของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 ชั้นปีที่ 2 และชั้นปีที่ 3 พบว่า นักศึกษาพยาบาลแต่ละชั้นปีมีการตระหนักรู้ในตนเองที่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($F = 12.093$, $P = .001$)

ส่วนที่ 3 การเปรียบเทียบการรับรู้ประโยชน์ของการตระหนักรู้ในตนเองของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 ชั้นปีที่ 2 และชั้นปีที่ 3 มหาวิทยาลัยเอกชนในจังหวัด อุบลราชธานี
ตารางที่ 5 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการรับรู้ประโยชน์ของการตระหนักรู้ในตนเองของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 ชั้นปีที่ 2 และชั้นปีที่ 3 ($n = 190$)

ชั้นปี	$\bar{x}$	S.D	ระดับการรับรู้ประโยชน์ของการตระหนักรู้ในตนเอง
ชั้นปีที่ 1	4.66	0.64	มาก
ชั้นปีที่ 2	5.18	0.60	มากที่สุด
ชั้นปีที่ 3	5.35	0.44	มากที่สุด
รวม	5.06	0.56	มากที่สุด

จากตาราง พบว่านักศึกษาพยาบาลมีการรับรู้ประโยชน์ของการตระหนักรู้ในตนเองอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x}=5.06$) นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 มีการรับรู้ประโยชน์ของการตระหนักรู้ในตนเองอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x}=5.35$) รองลงมาคือนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 มีการรับรู้ประโยชน์ของการตระหนักรู้ในตนเองอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x}=5.18$) และนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 มีการรับรู้ประโยชน์ของการตระหนักรู้ในตนเองอยู่ในระดับมาก ($\bar{x}=4.66$)
ตารางที่ 6 การเปรียบเทียบการรับรู้ประโยชน์ของการตระหนักรู้ในตนเองของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 ชั้นปีที่ 2 และชั้นปีที่ 3 ($n = 190$)

แหล่งความแปรปรวน	SS	Df	MS	F	P
ระหว่างกลุ่ม	11.956	2	5.978	16.004	0.012*
ภายในกลุ่ม	69.850	187	0.374		
รวม	81.807	189			

*นัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

จากตาราง พบว่าเปรียบเทียบการรับรู้ประโยชน์การตระหนักรู้ในตนเองของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 ชั้นปีที่ 2 และชั้นปีที่ 3 มีการรับรู้ประโยชน์ของการตระหนักรู้ในตนเองที่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($F = 16.004$, $P = .012$)

ส่วนที่ 4 การวิเคราะห์การนำการตระหนักรู้ในตนเองไปใช้ประโยชน์ของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 ชั้นปีที่ 2 และชั้นปีที่ 3 มหาวิทยาลัยเอกชนในจังหวัด อุบลราชธานี

4.1 การนำตระหนักรู้ไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวัน พบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 1 ได้นำการตระหนักรู้ในตนเองไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันโดยสามารถใช้ชีวิตอย่างมีสติ รอบคอบ รู้จักการใช้ชีวิตมีเหตุผลในการตัดสินใจมากขึ้น นักศึกษาชั้นปีที่ 2 นำการตระหนักรู้ในตนเองไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันโดยทำให้รู้จักตนเองและเข้าใจตนเองมากขึ้น เพื่อพัฒนาในจุดด้อยเพิ่มศักยภาพให้ตนเอง ใช้ในการปรับอารมณ์หรือพฤติกรรมของตนเอง ตระหนักในความคิดที่แสดงออกมาต่อสังคมหรือบุคคลอื่น และนักศึกษาชั้นปีที่ 3 นำการตระหนักรู้ในตนเองไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันโดยใช้ในเข้าใจอารมณ์ตลอดจนจุดอ่อน จุดด้อย และความต้องการของตนเองอย่างลึกซึ้ง รู้จักตนเองเป็นอย่างดีจะมีความซื่อสัตย์ต่อตนเองและผู้อื่นยอมเข้าใจถึงผลกระทบของอารมณ์ของตนเองช่วยให้เราควบคุมตนเองและแสดงพฤติกรรมออกมาอย่างเหมาะสม

สรุปได้ว่า นักศึกษาทั้ง 3 ชั้นปีมีการนำเอาตระหนักรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวันโดยเข้าใจอารมณ์ตัวเองทำให้สามารถควบคุมตัวเองได้ ตลอดจนรู้จักจุดอ่อน จุดด้อยของตัวเองและนำไปปรับใช้อย่างมีเหตุผล

4.2 การนำตระหนักรู้ในตนเองไปใช้ในการฝึกปฏิบัติงานหรือนำไปใช้ในการดูแลผู้ป่วย พบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 1 ยังไม่ได้ขึ้นฝึกปฏิบัติงานแต่เคยมีประสบการณ์ดูแลผู้เจ็บป่วยในครอบครัว จึงเน้นการดูแลแบบแบบญาติพี่น้องก็จะดูแลอย่างดีที่สุด ส่วนนักศึกษาชั้นปีที่ 2 นำการตระหนักรู้ในตนเองไปใช้ในการฝึกปฏิบัติงานหรือนำไปใช้ในการดูแลผู้ป่วยโดยตระหนักรู้ในตัวเองอยู่เสมอ ทำให้มีสติและรอบคอบในการดูแลผู้ป่วยอย่างถูกต้องและนักศึกษาชั้นปีที่ 3 นำการตระหนักรู้ในตนเองไปใช้ในการฝึกปฏิบัติงานหรือนำไปใช้ในการดูแลผู้ป่วยโดยสามารถแยกแยะอารมณ์ขณะเวลาทำงานออกจากเรื่องส่วนตัวได้เหมาะสม โดยไม่นำเรื่องส่วนตัวมาปะปนกับเรื่องงาน เป็นสิ่งที่สำคัญที่เราจะนำไปใช้เพื่อให้เกิดความเหมาะสมในการปฏิบัติ

สรุปได้ว่านักศึกษาทั้ง 3 ชั้นปี มีการนำเอาตระหนักรู้ในตนเองไปใช้ในการฝึกปฏิบัติงานโดยตระหนักรู้ในตัวเองอยู่เสมอ ทำให้มีสติและรอบคอบขณะเวลาทำงานหรือฝึกปฏิบัติงาน

อภิปรายผลการวิจัย

จากสรุปผลการวิจัย เรื่อง การตระหนักรู้ในตนเอง และการรับรู้ประโยชน์ของการตระหนักรู้ในตนเองของนักศึกษาพยาบาลมหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่ง ในจังหวัดอุบลราชธานี มีประเด็นสำคัญที่นำมาอภิปรายผลตามวัตถุประสงค์ ดังนี้

.1 เพื่อเปรียบเทียบการตระหนักรู้ในตนเองของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 ชั้นปีที่ 1 3 และชั้นปีที่ โดยผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 มีความตระหนักรู้ในตนเองอยู่ 3 มีความตระหนักรู้ในตนเองอยู่ใน 2 ในระดับมากที่สุด รองลงมาคือนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 มีความตระหนักรู้ในตนเองอยู่ในระดับมาก ตามลำดับ 1 ระดับมาก และนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่

และเมื่อเปรียบเทียบการตระหนักรู้ในตนเองของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 และชั้นปี 2 ชั้นปีที่ 1 พบว่า นักศึกษาพยาบาลแต่ละชั้นปีมีการตระหนักรู้ในตนเองที่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญ 3 ที่ . ทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งเป็นไปได้ว่า นักศึกษาพยาบาลเมื่อเริ่มเข้ามาศึกษาในชั้นปีที่ 1 นักศึกษา ยังไม่มีพื้นฐานทางด้านวิชาชีพพยาบาล และการจัดการศึกษาตามหลักสูตรส่วนใหญ่ ยังเป็น รายวิชาทางสายวิทยาศาสตร์ สุขภาพที่ต่อเนื่องจากมัธยมศึกษาปีที่ 6 แต่เมื่อเริ่มเข้าสู่ชั้นปีที่ 2 รายวิชาในหลักสูตรจะเริ่มเข้าสู่พื้นฐานวิชาชีพ มากขึ้นได้เรียนวิชา การพยาบาลพื้นฐาน และชั้น ปีที่ 3 ก็จะเรียนการพยาบาลในแต่ละสาขา รวมไปถึงการได้ขึ้นฝึกปฏิบัติ การพยาบาลบนหอผู้ป่วย ยิ่งทำให้ระดับของการตระหนักรู้เพิ่มมากขึ้นที่จะทำให้เกิดความเข้าใจในชีวิต และความมี คุณค่าของชีวิตของผู้ป่วย ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของวราพร วันไชยธนวงศ์ (2560) ที่กล่าวว่า การพัฒนาความตระหนักในคุณค่าของชีวิตสำหรับนักศึกษา ทำให้นักศึกษาสามารถแสดง พฤติกรรมที่มาจากภายใน เข้าถึงความรู้สึกนึกคิดของตนเอง รับรู้คุณค่า ความสำคัญของตนเอง รับรู้ถึงปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้นในชีวิต มีการค้นหาความหมายและเป้าหมายของชีวิต ดำเนิน ชีวิตอย่างมีจุดหมายและเป้าหมายที่ชัดเจนสถาบันการศึกษาที่ผลิตนักศึกษาพยาบาล จึงควร พัฒนาความตระหนักในคุณค่าของชีวิตแก่นักศึกษาผู้ซึ่งจะก้าวสู่การเป็นพยาบาลวิชาชีพใน อนาคต

.2 เพื่อเปรียบเทียบการรับรู้ประโยชน์ของความตระหนักรู้ในตนเองของนักศึกษา พยาบาลชั้นปีที่ 3 และชั้นปีที่ 2 ชั้นปีที่ 1 พบว่านักศึกษาพยาบาลมีการรับรู้ประโยชน์ของการ ตระหนักรู้ในตนเองอยู่ในระดับมากที่สุด โดยนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 มีการรับรู้ประโยชน์ของ 3 การตระหนักรู้ในตนเองอยู่ในระดับมากที่สุด รองลงมาคือนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 และ 1 ตามลำดับ ซึ่งการเปรียบเทียบการรับรู้ประโยชน์การตระหนักรู้ในตนเองของนักศึกษาพยาบาล ชั้นปีที่ 1 มีการรับรู้ประโยชน์ของการตระหนักรู้ในตนเองที่แตกต่างกัน 3 และชั้นปีที่ 2 ชั้นปีที่ 1 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ . 05 ซึ่งจากผลการศึกษา เป็นไปได้ว่านักศึกษาพยาบาลที่ชั้นปี สูงขึ้น ต้องมีความรับผิดชอบมากยิ่งขึ้นทั้งต่อตนเองและผู้ป่วย โดยจะได้รับการปลูกฝังเพื่อเตรียม ตัวเข้าสู่วิชาชีพโดยสมบูรณ์เมื่อสำเร็จการศึกษาไปแล้ว ดังนั้นจึงต้องรับรู้ถึงประโยชน์ของการ ตระหนักรู้ในตนเองมากขึ้น สอดคล้องกับจรรยาวัตร รอดเนียม (2556) ศึกษาการรับรู้ประโยชน์ การรับรู้อุปสรรคและการรับรู้ความสามารถของ ตนเองกับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพและภาวะ สุขภาพของนักศึกษาพยาบาล พบว่าการรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพอยู่ใน ระดับมากที่สุด การรับรู้ความสามารถของตนเอง พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพและภาวะ สุขภาพของนักศึกษาอยู่ในระดับมาก ดังนั้นการรับรู้ประโยชน์ของการตระหนักรู้ในตนเองจึง เป็นเรื่องสำคัญสำหรับนักศึกษาพยาบาล ดังที่ เรวัต เงินเย็น ((2558 ความตระหนักในคุณค่าแห่ง ตน มีประโยชน์ทำให้รู้จักตัวตนที่แท้จริง เกิดการปรับปรุงตนเองด้วยความสมัครใจ สามารถดึง เอาพลังแห่งศักยภาพของตนมาใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุดได้ มีความสุขในการปฏิบัติหน้าที่การ

งาน หน่วยงาน องค์กร สังคม เป็นมิตรและผูกพันมีไมตรีจิต ช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกัน ทำให้มีความเจริญก้าวหน้า

3. เพื่อศึกษาการนำการตระหนักรู้ในตนเองไปใช้ประโยชน์ของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 และชั้นปีที่ 2 ชั้นปีที่ 1 พบว่า นักศึกษาทั้ง ชั้นปีมีการนำเอาตระหนักรู้ไปใช้ใน 3 ชีวิตประจำวันโดยเข้าใจอารมณ์ตัวเองทำให้สามารถควบคุมตัวเองได้ ตลอดจนรู้จุดอ่อน จุดด้อย ของตัวเองและนำไปปรับใช้อย่างมีเหตุผล และนักศึกษาทั้ง ชั้นปี มีการนำเอาตระหนักรู้ใน 3 ตนเองไปใช้ในการฝึกปฏิบัติงานโดยตระหนักรู้ในตัวเองอยู่เสมอ ทำให้มีสติและรอบคอบขณะ เวลาทำงานหรือฝึกปฏิบัติงาน

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1.1 ควรมีการศึกษาตัวแปรอื่นๆที่เกี่ยวข้องกับความรู้สึก ความคิดที่จะมีผลต่อการเกิด พฤติกรรมการตระหนักรู้ในตนเอง จึงจะช่วยให้เข้าใจการตระหนักรู้ในตนเองและการนำไปใช้ได้ ครอบคลุมมากยิ่งขึ้น

1.2 ควรมีงานวิจัยเพื่อหารูปแบบการพัฒนาการตระหนักรู้ในตนเอง เพื่อประโยชน์ใน การนำไปใช้ส่งเสริมทักษะการตระหนักรู้ในตนเองและนำไปใช้ได้กับบุคคลทุกเพศทุกวัยและทุก สายอาชีพ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1.1 ควรมีกิจกรรมส่งเสริมให้นักศึกษาได้รู้จักการตระหนักรู้ในตนเองตั้งแต่เริ่มเข้าศึกษา ชั้นปีที่ 1

1.2 ควรมีกิจกรรมพัฒนาการตระหนักรู้ในตนเองแก่นักศึกษาทุกชั้นปี ที่เหมาะสมกับ สมรรถนะของนักศึกษาแต่ละชั้นปี

เอกสารอ้างอิง

- จรรยารัตน์ รอดเนียม และคณะ. (2556). การรับรู้ประโยชน์ การรับรู้อุปสรรคและการรับรู้ ความสามารถของตนเองกับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพและภาวะสุขภาพของนักศึกษา พยาบาล. *พยาบาลกระทรวงสาธารณสุข*. 23(3), 88-97.
- ฉวีวรรณ สัตธรรม. (2557). *การพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต* (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: สถาบันพระบรมราชชนก กระทรวงสาธารณสุข.
- ทัศนีย์ สุริยะไชย. (2554). *ความสัมพันธ์ระหว่างการตระหนักรู้ในตนเองกับการร่วมรู้สึกในวัยรุ่น*. (การศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนคริน ทรวิโรฒ).

- ธณัชนรี สโรบล. (2560). การพัฒนาทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณโดยการใช้การสะท้อนคิด. วารสารวิทยาลัยบรมราชชนนี เชียงใหม่, 46(1) ,89-90.
- เพชรรุ่ง เพชรประดับ. (2558). ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการจัดการภาวะขาดแคลนพยาบาล. ผลงานวิจัยระดับบัณฑิตศึกษา. ใน. การจัดประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 4 The 4th STOU Graduate Research Conference วันที่ 26-27 พฤศจิกายน 2558.
- เรวัต เงินเย็น. (ปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อความตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียนระดับชั้น มัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดเชียงราย. วารสารบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย ธันวาคม-กันยายน (18)8 , 183-188.
- วราพร วันไชยธนวงศ์, วราภรณ์ ยศทวี, และจุฬาวรี ชัยวงศ์นาคพันธ์. (2560). การพัฒนาความตระหนักในคุณค่าของชีวิตสำหรับนักศึกษาพยาบาล. วารสารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุดรดิตถ์. 9(2) กรกฎาคม-ธันวาคม, 112-127.
- สายฝน เอกวรารัง. (2562). การพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิตศาสตร์และศิลป์สู่การปฏิบัติ 1. กรุงเทพฯ: ไทม์ พรินติ้ง.
- สายสมร เฉลยกิตติ. (2557)วิธีทางสร้างสุขสำหรับนักเรียนพยาบาล. พยาบาลทหารบก. (2)15, 98-92
- สุภิญญา ทองแก้ว. (2561). ความตระหนักต่อความปลอดภัยผู้ป่วยของพยาบาลวิชาชีพใหม่ในโรงพยาบาลทั่วไป เครือข่ายวิทยาลัยพยาบาลและการสาธารณสุขภาคใต้, 5(1) ,64-65.
- Krejcie, R.V. & Morgan, D.W. (1970)Determining Sample Size for Research Activities. *Educational and Psychological Measurement*, 30(3), 607-610.