



ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาล

Factors Relating to Resilience of Nursing Students

ลำเจียก กำธร¹, โสภิต สุวรรณเวลา² และชาติ ไทยเจริญ³

Lamchiek Khumtorn¹, Sopit Suwanvela² and Chart Thaicharoen³

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ : เพื่อศึกษาความแข็งแกร่งในชีวิตและความสัมพันธ์ระหว่างเหตุการณ์ที่สร้างความยุ่งยากใจ ความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรค ภาวะปัญหาทางสุขภาพจิต สัมพันธภาพกับเพื่อน บรรยากาศในครอบครัว กับความแข็งแกร่งในชีวิต ของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง

วิธีดำเนินการวิจัย : การศึกษานี้เป็นการวิจัยเชิงความสัมพันธ์ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง ปีการศึกษา 2559 จำนวน 350 คน เก็บรวบรวมข้อมูลในเดือนตุลาคม พ.ศ. 2559 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ 1) แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป 2) แบบสอบถามความแข็งแกร่งในชีวิต 3) แบบสอบถามเหตุการณ์ที่สร้างความยุ่งยากใจ 4) แบบสอบถามความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรค 5) แบบสอบถามภาวะสุขภาพจิต 6) แบบสอบถามความสัมพันธ์ภาพกับเพื่อน และ 7) แบบสอบถามบรรยากาศในครอบครัว เครื่องมือเหล่านี้ได้รับการตรวจสอบค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือได้เท่ากับ 0.90, 0.94, 0.89, 0.82, 0.86 และ 0.90 ตามลำดับ วิเคราะห์ข้อมูลด้วยค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสหสัมพันธ์เชิงอันดับแบบสเปียร์แมน

ผลวิจัย : เหตุการณ์ที่สร้างความยุ่งยากใจมีความสัมพันธ์ทางลบกับความแข็งแกร่งในชีวิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($r_s = -.346$) ความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความแข็งแกร่งในชีวิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($r_s = .347$) ภาวะปัญหาทางสุขภาพจิตมีความสัมพันธ์ทางลบกับความแข็งแกร่งในชีวิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($r_s = -.184$) สัมพันธภาพกับเพื่อนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความแข็งแกร่งในชีวิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($r_s = .241$) บรรยากาศในครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความแข็งแกร่งในชีวิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($r_s = .345$)

สรุป : การศึกษานี้ให้ข้อมูลพื้นฐานที่สำคัญเกี่ยวกับความแข็งแกร่งในชีวิตและปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ อันจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาโปรแกรมการเสริมสร้างความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาลต่อไป

คำสำคัญ : ความแข็งแกร่งในชีวิต, ปัจจัยสัมพันธ์, นักศึกษาพยาบาล

¹พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ (ด้านการสอน) วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง

²พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ (ด้านการสอน) วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง

³พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ (ด้านการสอน) วิทยาลัยพยาบาลศรีมหาสารคาม

ABSTRACT

Objectives : To study the resilience of nursing students and to study the relationship between the the negative events, adversity quotient, mental health, relationships with friends, family's environment and resilience of nursing students of Baromarajonani Nursing College, Trang.

Methods : This study was descriptive correlation research. The subjects were 350 bachelor of nursing science program, students B.E (2016) academic year. This study was conducted during October, 2016. Research instruments included 1) questionnaires on personal data 2) the resilience questionnaire 3) the negative event questionnaire 4) the adversity quotient questionnaire 5) Thai Mental Health Questionnaire: TMHQ 6) the relationship with friends questionnaire 7) the family's environment questionnaire. The questionnaires were tested for content validity and reliability with the Cronbach's Alpha Coefficient of 0.90, 0.94, 0.89, 0.82, 0.86 and 0.90, respectively. Data were analyzed using percentage, mean, standard deviation, Spearman's rank correlation coefficient.

Results : The negative events had negative correlation with resilience with statistically significant level .05 ($r_s = -.346$). The adversity quotient had positive correlation with resilience with statistically significant level .05 ($r_s = .347$). The problem of mental health had negative correlation with resilience with statistically significant level .05 ($r_s = -.184$). The relationship with friends had positive correlation with statistically significant level .05 ($r_s = .241$). The family's environment had positive correlation with resilience with statistically significant level .05 ($r_s = .345$).

Conclusion: This study provides important information on the relations among resilience and related factors in nursing students. It is critical to create program intervention for enhancing the resilience of nursing students based on the given information, whether it may be all factors or specific factors

Keywords : Resilience, Related factors, Nursing student

ความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันการเสริมสร้างความแข็งแกร่งและกำลังใจเป็นสิ่งสำคัญในการดำเนินชีวิตเพราะต้องเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ มากมายทั้งทางด้านเศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อมรอบข้าง ซึ่งส่งผลกระทบต่อภาวะสุขภาพจิตทั้งทางตรงและทางอ้อม ไม่ว่าจะเป็นความวิตกกังวล ความเครียด ภาวะซึมเศร้า และความรู้สึกท้อแท้¹ ในช่วงของวัยรุ่นตอนปลายเป็นช่วงวัยที่เชื่อมต่อระหว่างความเป็นเด็กกับผู้ใหญ่ ที่ต้องมีการปรับตัวอย่างมากในหลายๆ ด้าน ทั้งด้านเพื่อน ครอบครัว การศึกษาเล่าเรียน โดยเฉพาะนักศึกษาพยาบาลเนื่องจากการศึกษาในวิชาชีพพยาบาลนั้นนักศึกษาต้องมีการปรับตัวหลายประการทั้งการปรับตัวต่อช่วงวัยที่มีการเปลี่ยนแปลง

และการดำเนินชีวิตในวิทยาลัยฯ นักศึกษาอยู่ในช่วงวัยของการเปลี่ยนตามพัฒนาการของช่วงวัย จากวัยรุ่นสู่ผู้ใหญ่ ซึ่งเป็นช่วงของการเรียนรู้ในหลายๆ ด้าน ไม่ใช่แค่วิชาการเพียงอย่างเดียว แต่ยังคงต้องเรียนรู้ถึงกระบวนการทำงาน การทำกิจกรรม และการใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่น การใช้ชีวิตในวิทยาลัยต่างจากการใช้ชีวิตในโรงเรียน นักศึกษาต้องเผชิญกับเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความยุ่งยากใจมากมาย เช่น รูปแบบการเรียนที่ยากขึ้น บรรยากาศที่แปลกใหม่ในสถานที่เรียนใหม่ ความหลากหลายของวัฒนธรรม การมีสังคมเพื่อนใหม่ สัมพันธภาพกับเพื่อน การมีสัมพันธภาพกับรุ่นพี่และอาจารย์ เป็นต้น นอกจากนี้นักศึกษายังต้องปรับตัวกับบุคคลในครอบครัว เนื่องจากบทบาทหน้าที่ในครอบครัวเปลี่ยน



ไปตามกาลเวลา รวมถึงการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ในสังคมไทย ซึ่งล้วนส่งผลทั้งทางตรงและทางอ้อมต่อภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษาทั้งสิ้น¹ ซึ่งการที่นักศึกษาต้องเผชิญสภาวะการณ์ต่างๆ เหล่านี้นักศึกษาแต่ละคนก็จะมีความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคที่แตกต่างกัน และผลลัพธ์จากการจัดการนั้นก็แตกต่างกันไป บางคนอาจมีปัญหาสุขภาพกายและจิต อันจะส่งผลให้ปัญหาต่างๆ ตามมา

ความแข็งแกร่งในชีวิต (resilience) คือความสามารถของบุคคลที่จะยืนหยัดและนำพาชีวิตให้ผ่านพ้นภาวะวิกฤติไปได้ และเมื่อบุคคลเผชิญกับเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความยุ่งยากใจบุคคลที่มีความแข็งแกร่งในชีวิตจะสามารถจัดการกับสภาวะการณ์นั้นๆ² ซึ่งความแข็งแกร่งในชีวิตเป็นความรู้สึกของตนเองที่มีความพร้อมใน 3 องค์ประกอบที่สำคัญ คือ “ฉันมี.....” (I have) “ฉันเป็นคน.....” (I am) และ “ฉันสามารถที่จะ.....” (I can) โดยที่ “ฉันมี.....” ได้มาจากแหล่งสนับสนุนภายนอก “ฉันเป็นคน.....” เป็นความเข้มแข็งที่เกิดภายในบุคคล ส่วน “ฉันสามารถที่จะ.....” เป็นทักษะในการบริหารจัดการกับปัญหาและสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล³ แนวคิดเกี่ยวกับความแข็งแกร่งในชีวิตถ้ามีสูงช่วยทำให้เกิดความผาสุกในชีวิตเกี่ยวข้องกับเศรษฐกิจ สังคม การเมือง การศึกษา การสาธารณสุข

สุขภาพจิตเป็นสภาวะทางจิตใจของบุคคล ซึ่งโดยธรรมชาติภาวะทางจิตใจมีการปรับเปลี่ยนตามสิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบตัวของผู้นั้น ปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทั้งทางด้านเศรษฐกิจ สังคม วิทยาศาสตร์ และเทคโนโลยี ซึ่งมีการพัฒนาการไปอย่างไม่หยุดยั้ง สุขภาพจิตของคนเราจึงต้องมีการปรับเปลี่ยนตาม นับเป็นความยากลำบากของมนุษย์ที่จะต้องปรับตัวปรับใจไปกับการเปลี่ยนแปลง ที่เปลี่ยนแปลงไป สุขภาพจิต เป็นการศึกษาที่บุคคลตระหนักว่าตนเองมีศักยภาพที่จะจัดการกับความเครียดที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันสามารถทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพและสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในชุมชนได้⁴ สุขภาพจิต คือ ความสามารถของบุคคลที่จะปรับตัวให้มีความสุขอยู่กับสังคมและสิ่งแวดล้อมได้ดี มีสัมพันธภาพอันดีงามกับบุคคลอื่นและดำรงชีวิตอยู่ได้ด้วยมีความสุขอย่างสบาย รวมทั้งสนองความสามารถของตนเองในโลก

ที่กำลังเปลี่ยนแปลงนี้ได้โดยไม่มีข้อขัดแย้งภายในจิตใจ⁴ จากการทบทวนวรรณกรรม ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการเสริมสร้างความแข็งแกร่งในชีวิตของบุคคล พบว่าเหตุการณ์ที่ทำให้เกิดความยุ่งยากใจมีความสัมพันธ์กับภาวะเครียด สภาวะทางอารมณ์ และนำไปสู่การเจ็บป่วยทางด้านร่างกายและจิตใจ เหตุการณ์ความยุ่งยากใจส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของชีวิต ทำให้บุคคลเกิดแรงกดดันทางจิตใจและอารมณ์ เพื่อที่จะจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้น คือ การบริหารจัดการเวลา ความเครียดจากการขึ้นฝึกปฏิบัติงานบนหอผู้ป่วย ความเครียดในการเตรียมตัวสอบ ความมั่นคงทางอารมณ์ลดลง เกิดความความกดดันในการปรับตัวให้เข้ากับบุคคลรอบข้าง มีปัญหาสุขภาพจากความเครียด และการพักผ่อนไม่เพียงพอ

ดังนั้นเพื่อเป็นข้อมูลเบื้องต้นในการเสริมสร้างความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาล ผู้วิจัยจึงได้ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการเสริมสร้างความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง ขึ้น อันจะเป็นประโยชน์ในการเสริมสร้างความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษา สามารถนำไปปรับใช้ในการดำเนินชีวิต และการจัดการกับเหตุการณ์ความยุ่งยากใจในชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย เพื่อศึกษาความแข็งแกร่งในชีวิตและปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง

ขอบเขตการวิจัย เป็นการศึกษาเชิงความสัมพันธ์ กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักศึกษาที่กำลังศึกษาในชั้นปีที่ 1-4 หลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ปีการศึกษา 2559 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง จำนวน 350 คน เก็บรวบรวมข้อมูลในเดือนตุลาคม พ.ศ. 2559

วิธีการดำเนินการวิจัย เป็นการวิจัยหาความสัมพันธ์ (descriptive correlation research) โดยประชากรศึกษาเป็นนักศึกษาที่กำลังศึกษาในชั้นปีที่ 1-4 หลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง

กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักศึกษาที่กำลังศึกษาในชั้นปีที่ 1-4 หลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ปีการศึกษา 2559 ทั้งหมด

จำนวน 350 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย 7 ส่วน ดังนี้

1) แบบบันทึกข้อมูลทั่วไป ประกอบด้วยข้อมูลของเพศ อายุ น้ำหนัก ส่วนสูง ระดับชั้นปีที่กำลังศึกษา หลักสูตร ผลการเรียนที่ปริญญศึกษาที่ผ่านมา ศาสนา แหล่งที่มาของเงินค่าใช้จ่าย ความเพียงพอของเงินที่ได้รับ การได้รับทุนการศึกษา การขอยืมเงินจากรัฐบาลเพื่อการศึกษา สถานภาพสมรสของบิดามารดา บรรยากาศในครอบครัว ความรู้สึกในช่วง 12 เดือนที่ผ่านมา

2) แบบสอบถามความแข็งแกร่งในชีวิต พัฒนาโดย พชรินทร์ นันทจันทร์⁵ มี 3 องค์ประกอบ คือ 1) I have (ฉันมี...) ได้มาจากแหล่งสนับสนุนภายนอก I am (ฉันเป็นคนที่เป็น...) เป็นความเข้มแข็งที่เกิดภายในบุคคลและ 3) I can (ฉันสามารถที่จะ...) เป็นทักษะในการบริหารจัดการกับปัญหาและสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ลักษณะคำตอบเป็นแบบประมาณค่า 5 ระดับ มีการนำแบบประเมินไปใช้ในกลุ่มนักศึกษาระดับปริญญาตรี พบว่า มีค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ 0.905

3) แบบสอบถามเหตุการณ์ที่สร้างความยุ่งยากใจ พัฒนาโดยพิทักษ์พล บุญมาลิก แบบสอบถามนี้มีจำนวน 42 ข้อ แต่ละข้อคำถามเป็นการสอบถามเกี่ยวกับความรู้สึกยุ่งยากใจต่อเหตุการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันของนักศึกษา ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา แต่ละข้อมีคำตอบให้เลือกเริ่มจาก 0 หมายถึง เหตุการณ์ไม่เกิดขึ้น 1 หมายถึง เหตุการณ์ได้เกิดขึ้นแต่ไม่มีความยุ่งยากใจ ไปจนถึง 5 หมายถึง เหตุการณ์ได้เกิดขึ้นและมีความยุ่งยากใจมากที่สุด โดยคะแนนของเหตุการณ์ที่สร้างความยุ่งยากใจมาก หมายถึง เหตุการณ์ได้เกิดขึ้นและสร้างความยุ่งยาก ในระดับสูงจากการใช้แบบประเมินนี้ในกลุ่มวัยรุ่นและนักศึกษามหาวิทยาลัย วิเคราะห์หาค่าความเที่ยงได้ค่าสัมประสิทธิ์ครอนบาคแอลฟา (Cronbach's Alpha Coefficient) มีค่าระหว่าง 0.94-0.965

4) ความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรค พัฒนาโดยภาวดี เหมทานนท์ เป็นแบบวัดที่กำหนดสถานการณ์ให้ตอบจำนวน 20 สถานการณ์ และในแต่ละสถานการณ์จะมีข้อคำถามที่สัมพันธ์กัน 2 ข้อ รวมเป็น

จำนวน 40 ข้อ ในแต่ละข้อคำถามมีระดับคะแนนอยู่ 5 ระดับ ให้ผู้ตอบเลือกตอบเพียงระดับเดียว จากการใช้แบบประเมินนี้ในกลุ่มนักศึกษา จำนวน 30 คน วิเคราะห์หาค่าความเที่ยงได้ค่าสัมประสิทธิ์ครอนบาคแอลฟา (Cronbach's Alpha Coefficient) มีค่าระหว่าง 0.89

5) แบบสอบถามบรรยากาศในครอบครัว พัฒนาโดย จริยกุล ตรีสุวรรณ แบ่งออกเป็น 4 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัว 2) ด้านการปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ของครอบครัว 3) ด้านการแก้ปัญหาความขัดแย้งของครอบครัว และ 4) ด้านความสำเร็จในหน้าที่การงานของสมาชิกในครอบครัว ลักษณะคำตอบเป็นแบบประมาณค่า 5 ระดับ ตั้งแต่ 1-5 คะแนน คะแนนรวมเป็นค่าเฉลี่ยมีค่า ตั้งแต่ 1-5 คะแนน ผู้มีคะแนนมากหมายถึงมีบรรยากาศในครอบครัวดี คะแนนน้อยหมายถึงบรรยากาศในครอบครัวไม่ดี จากการนำแบบสอบถามนี้ไปหาความเชื่อมั่นในวัยรุ่น ซึ่งมีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน พบว่า ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคเท่ากับ 0.90

6) แบบวัดสุขภาพจิตในคนไทย (Thai Mental Health Questionnaire: TMHQ) พัฒนาโดย สุชีรา ภัทรायูรรัตน์ และคณะ ซึ่งประกอบด้วยข้อคำถาม 70 ข้อ ใช้วัดภาวะสุขภาพจิต 5 ด้าน คือด้านความเจ็บป่วยทางกายที่เป็นผลจากภาวะทางจิตใจ (somatization) 10 ข้อ ด้านภาวะซึมเศร้า (depression) 20 ข้อ ด้านความวิตกกังวล (anxiety) 15 ข้อ ด้านภาวะทางจิต (psychotic) 10 ข้อ และด้านการทำหน้าที่ทางสังคม (social function) 15 ข้อ โดยที่ แต่ละข้อมีให้เลือกคำตอบเพื่อแสดงระดับอาการที่ปรากฏ 5 ระดับ ตั้งแต่ 0 หมายถึง ไม่มีอาการจนถึง 4 หมายถึง มีอาการมาก การแปลผลโดยนำคะแนนรวม แต่ละด้านไปคำนวณหา T-score แล้วจึงนำไปเทียบกับ ค่า T-score ที่เป็นเกณฑ์มาตรฐานของเครื่องมือ วิเคราะห์หาค่าความเที่ยงได้ค่าสัมประสิทธิ์ครอนบาค แอลฟา (Cronbach's Alpha Coefficient) มีค่าระหว่าง 0.82-0.94

7) แบบสอบถามสัมพันธ์ภาพกับเพื่อน พัฒนาโดย จริยกุล ตรีสุวรรณ แบ่งออกเป็น 6 ด้าน ได้แก่ 1) การให้ความช่วยเหลือ สนับสนุนเมื่อเพื่อนต้องการความช่วยเหลือ 2) รู้จักการให้และการรับ 3) รู้จักเคารพในสิทธิของผู้อื่น



4) สนใจในความรู้สึกของเพื่อน 5) ยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล และ 6) รับฟังความคิดเห็น ของเพื่อน ลักษณะคำตอบเป็นแบบประมาณค่า 5 ระดับ ตั้งแต่ 1-5 คะแนน คะแนนรวมเป็นค่าเฉลี่ยมีค่า ตั้งแต่ 1-5 คะแนน คะแนนสูงหมายถึง มีสัมพันธภาพกับเพื่อนดี คะแนนต่ำ หมายถึง สัมพันธภาพกับเพื่อนไม่ดี จากการนำแบบสอบถามนี้ไปหาความเชื่อมั่นในวัยรุ่นซึ่งมีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน พบว่าได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบราคเท่ากับ 0.86

งานวิจัยนี้ได้ผ่านการรับรองจริยธรรมในมนุษย์ของ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง ได้หมายเลขรับรอง 5/2559 ลงวันที่ 1 เมษายน 2559 โดยผู้วิจัยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยขออนุญาตเก็บข้อมูลใน วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง จากนั้นผู้วิจัยแนะนำตัวกับกลุ่มตัวอย่าง ชี้แจงวัตถุประสงค์ รายละเอียดของการวิจัยการพิทักษ์สิทธิ์ ผู้วิจัยพบกลุ่มตัวอย่างตามวันนัดหมาย อธิบายขั้นตอนตามแบบสอบถาม โดยจะใช้เวลาในการตอบ ประมาณ 30-40 นาที และผู้วิจัยตรวจสอบความสมบูรณ์ด้วยตนเอง

สถิติที่ใช้ในการวิจัย วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป ดังนี้

1. วิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรที่ศึกษา ได้แก่ ความแข็งแกร่งในชีวิต เหตุการณ์ที่สร้างความยุ่งยากใจ ความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรค ภาวะปัญหาทางสุขภาพจิต สัมพันธภาพกับเพื่อน และบรรยากาศในครอบครัว ด้วยค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD)

2. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่าง เหตุการณ์ที่สร้างความยุ่งยากใจ ความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรค ภาวะปัญหาทางสุขภาพจิต สัมพันธภาพกับเพื่อน บรรยากาศในครอบครัว กับความแข็งแกร่งในชีวิต ของนักศึกษาวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง ด้วยสถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เชิงอันดับแบบสเปียร์แมน (Spearman's Rank Correlation Coefficient) เนื่องจากการกระจายของข้อมูลไม่เป็นแบบโค้งปกติ

ผลการวิจัย

ประกอบด้วย 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงร้อยละ 91.7 อายุระหว่าง 18-31 ปี อายุเฉลี่ย 20.78 ปี (SD=1.82) กลุ่มตัวอย่างมีดัชนีมวลกาย (BMI) อยู่ในช่วงน้ำหนักปกติ ร้อยละ 58.6 เกรดเฉลี่ยสะสมอยู่ระหว่าง 2.51-3.00 โดยค่าคะแนนเฉลี่ยของเกรดเฉลี่ยสะสมอยู่ที่ 3.22 (SD=0.27) ส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธร้อยละ 75.7 มีเงินค่าใช้จ่ายอยู่ในช่วงจำนวน 1,000-15,000 บาทต่อเดือน ร้อยละ 8.9 มีความเพียงพอของรายได้เสมอ ร้อยละ 50.9 ได้รับทุนการศึกษาร้อยละ 25.4 การขอยืมเงินจากรัฐบาลเพื่อการศึกษา 35.7 นักศึกษาส่วนใหญ่มีบิดามารดาที่ยังอาศัยอยู่ด้วยกันร้อยละ 76.0 โดยภายในครอบครัวมีความรักใคร่กลมเกลียวร้อยละ 76.0 ในระยะ 12 เดือนที่ผ่านมา มีนักศึกษาจำนวนร้อยละ 83.7 ไม่เคยรู้สึกเสียใจ หรือหมดหวังจนหยุดปฏิบัติกิจกรรมบางอย่างที่เคยกระทำเป็นประจำเป็นเวลา 2 สัปดาห์ และร้อยละ 16.3 เคยรู้สึกเสียใจ หรือหมดหวังเกือบทุกวันจนหยุดปฏิบัติกิจกรรมบางอย่างที่เคยกระทำเป็นประจำเป็นเวลา 2 สัปดาห์ ในระยะ 12 เดือนที่ผ่านมา มีนักศึกษา ร้อยละ 98.9 ไม่เคยมีความคิดที่จะพยายามฆ่าตัวตายอย่างจริงจัง และร้อยละ 1.1 เคยมีความคิดที่จะพยายามฆ่าตัวตายอย่างจริงจัง

ส่วนที่ 2 ความแข็งแกร่งในชีวิต เหตุการณ์ที่สร้างความยุ่งยากใจ ความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรค ภาวะปัญหาทางสุขภาพจิต สัมพันธภาพกับเพื่อน และบรรยากาศในครอบครัว พบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่มีความแข็งแกร่งในชีวิตในระดับมากคิดเป็นร้อยละ 92.9 รองลงมาอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 7.1 ประสบเหตุการณ์ที่สร้างความยุ่งยากใจในส่วนของวิชาเรียนมากที่สุด ร้อยละ 55.4 รองลงมาเป็นปัญหาด้านข้อจำกัดในการเรียนโดยเหตุการณ์ที่สร้างความยุ่งยากใจน้อยที่สุด คือ ปัญหาเกี่ยวกับพื้นที่ ร้อยละ 6.7 นักศึกษามีความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคอยู่ในระดับสูงร้อยละ 66.0 มีบรรยากาศครอบครัวระดับดีร้อยละ 67.1 มีภาวะสุขภาพจิตที่มีแนวโน้มที่จะมีปัญหาที่สุดในด้านความ

เจ็บป่วยทางกายที่เป็นผลจากภาวะทางจิตใจ ร้อยละ 12.3 รองลงมาภาวะสุขภาพจิตที่มีแนวโน้มที่จะมีปัญหาในด้านภาวะซึมเศร้า ร้อยละ 9.7 และภาวะสุขภาพจิตที่มีแนวโน้มที่จะมีปัญหาน้อยที่สุดในด้าน ความวิตกกังวล น้อยที่สุดร้อยละ 8.0 และพบว่านักศึกษาส่วนใหญ่มีสัมพันธภาพกับเพื่อนอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 93.7

ส่วนที่ 3 ความสัมพันธ์ระหว่าง เหตุการณ์ที่สร้างความยุ่งยากใจ ความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรค ภาวะปัญหาทางสุขภาพจิต สัมพันธภาพกับเพื่อน บรรยากาศในครอบครัว กับความแข็งแกร่งในชีวิต พบว่า เหตุการณ์ที่สร้างความยุ่งยากใจมีความสัมพันธ์ทางลบกับ

ความแข็งแกร่งในชีวิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($r_s = -.346$) ความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความแข็งแกร่งในชีวิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($r_s = .347$) ภาวะปัญหาทางสุขภาพจิตมีความสัมพันธ์ทางลบกับความแข็งแกร่งในชีวิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($r_s = -.184$) สัมพันธภาพกับเพื่อนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความแข็งแกร่งในชีวิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($r_s = .241$) บรรยากาศในครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความแข็งแกร่งในชีวิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($r_s = .345$) (ดังตาราง 1)

ตาราง 1 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เชิงอันดับแบบสเปียร์แมน (r_s) ระหว่างเหตุการณ์ที่สร้างความยุ่งยากใจ ความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรค ภาวะปัญหาทางสุขภาพจิต สัมพันธภาพกับเพื่อน บรรยากาศในครอบครัว กับความแข็งแกร่งในชีวิต ของนักศึกษาพยาบาล ($n = 350$)

ตัวแปร	เหตุการณ์ที่สร้างความยุ่งยากใจ	ความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรค	ภาวะปัญหาทางสุขภาพจิต	สัมพันธภาพกับเพื่อน	บรรยากาศในครอบครัว
ความแข็งแกร่งในชีวิต	-.346*	.347*	-.184*	.241*	.345*

*p < 0.05

อภิปรายผล

ได้อภิปรายผลตามวัตถุประสงค์การวิจัย ดังนี้

1. ความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาล พบว่าส่วนใหญ่มีความแข็งแกร่งในชีวิตในระดับมากคิดเป็นร้อยละ 92.9 และรองลงมาอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 7.1 ซึ่งอาจเนื่องมาจากการจัดการเรียนการสอนทางพยาบาลวิชาชีพการพยาบาลเป็นวิชาชีพที่ต้องปฏิบัติงานในสถานการณ์ที่หลากหลายและเกี่ยวข้องกับชีวิตมนุษย์ ซึ่งต้องปฏิบัติการพยาบาลโดยใช้กระบวนการคิดอย่างมีวิจารณญาณ การเรียนรู้จากประสบการณ์มีความสำคัญต่อการคิดตัดสินใจแก้ปัญหาในสถานการณ์ต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับผู้รับบริการ โดยนักศึกษาเกิดทักษะในการแก้ปัญหาที่ยึดผู้รับบริการเป็นศูนย์กลาง รวมทั้งช่วยให้เข้าใจ

เหตุผลของการปฏิบัติได้ดีขึ้น⁵ การจัดการเรียนการสอนทางการพยาบาลของวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนีรั้ง ในปัจจุบัน มีจุดมุ่งหมายหลัก คือมุ่งพัฒนาผู้เรียนให้มีทักษะความสามารถในการคิดอย่างมีวิจารณญาณ เนื่องจากระหว่างที่เรียนภาคปฏิบัตินักศึกษาต้องฝึกให้การพยาบาลกับผู้ป่วย และเมื่อจบการศึกษาเป็นพยาบาลก็มีความจำเป็นที่ต้องมีความสามารถในการคิดอย่างมีวิจารณญาณ เพื่อใช้ประกอบการตัดสินใจและแก้ปัญหาให้กับผู้ป่วยจากปัจจัยดังกล่าวอาจส่งผลให้นักศึกษามีความแข็งแกร่งในชีวิตในระดับมาก สอดคล้องกับงานวิจัยของ สุวิณี การ⁶ ที่ศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลต่อความแข็งแกร่งในชีวิตของวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร พบว่าวัยรุ่นมีความแข็งแกร่งในชีวิตอยู่ในระดับสูง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ด้านความเข้มแข็ง



ภายในแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

2. ความสัมพันธ์ระหว่างเหตุการณ์ที่สร้างความยุ่งยากใจ กับความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาล พบว่า เหตุการณ์ที่สร้างความยุ่งยากใจ มีความสัมพันธ์ทางลบกับความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักศึกษาส่วนใหญ่ที่มีเหตุการณ์ที่สร้างความยุ่งยากใจในส่วนของวิชาเรียนมากที่สุด (ร้อยละ 55.4) รองลงมาเป็นปัญหาด้านข้อจำกัดในการเรียนโดยเหตุการณ์ที่สร้างความยุ่งยากใจน้อยที่สุด คือ ปัญหากับญาติพี่น้อง (ร้อยละ 6.7) ทั้งนี้อาจเนื่องมาจาก นักศึกษาพยาบาลต้องเผชิญกับปัญหาความยุ่งยากใจในการเรียนด้านต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นด้านการเรียนที่มีเนื้อหาเฉพาะวิชาที่ค่อนข้างยาก ความสนใจในวิชาเรียนในกรณีที่ต้องมาเรียนเพราะความต้องการของผู้ปกครองไม่ใช่ความต้องการที่แท้จริงของตนเอง ข้อจำกัดทางการเรียนที่เกี่ยวข้องกับวิชาชีพเน้นการปฏิบัติกับชีวิตคน ซึ่งเป็นเหตุการณ์ที่สร้างความยุ่งยากใจที่เกิดขึ้นจากการขึ้นฝึกปฏิบัติงานบนหอผู้ป่วย ปัญหาสุขภาพ รวมทั้งปัญหาตามพัฒนาการตามวัย เช่น ปัญหากับแฟน ปัญหากับเพื่อน ปัญหากับนักศึกษาอื่น ปัญหากับบิดาและมารดา ปัญหากับญาติหรือพี่น้อง ปัญหา กับครูหรืออาจารย์⁷ ซึ่งถ้ามีเหตุการณ์เหล่านี้มากจะแสดงให้เห็นว่านักศึกษาพยาบาลมีเหตุการณ์ที่สร้างความยุ่งยากใจมาก และมีแรงสนับสนุนจากภายนอกไม่ดี จากปัจจัยดังกล่าวอาจส่งผลให้นักศึกษาพยาบาลมีความแข็งแกร่งในชีวิตในระดับน้อย สอดคล้องกับงานวิจัยของ พัทธินันท์ นินทจันทร์, โสภณ แสงอ่อน และจรรยา วิทยะศุภ⁵ ศึกษาเรื่อง ความแข็งแกร่งในชีวิต เหตุการณ์ที่สร้างความยุ่งยากใจและสุขภาพจิตของนักศึกษามหาวิทยาลัย จำนวน 1,747 คน พบว่า เหตุการณ์ที่สร้างความยุ่งยากใจโดยรวมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาพจิตโดยรวมและรายด้าน (somatization, depression, anxiety, psychotic, และsocial function) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ความแข็งแกร่งในชีวิตมีความสัมพันธ์ทางลบกับภาวะสุขภาพจิต โดยรวมและรายด้านอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และพบว่าเหตุการณ์ที่สร้างความยุ่งยากใจทั้งโดยรวมและรายด้าน (ปัญหากับเพื่อน ปัญหากับแฟน

ปัญหากับครูหรืออาจารย์ ปัญหากับบิดา มารดา ปัญหากับนักเรียนอื่น ปัญหากับญาติหรือพี่น้อง ปัญหาการเงิน ปัญหาด้านสุขภาพจิต และปัญหาด้านข้อจำกัดในการเรียนและความสนใจในการเรียน) มีความสัมพันธ์ทางลบกับความแข็งแกร่งในชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และสอดคล้องกับงานวิจัยของศิริชนก จุลนา⁸ ที่ศึกษาเรื่องการพัฒนาโมเดลปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อความสามารถในการเผชิญปัญหา และฝ่าฟันอุปสรรค (AQ) ของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยมหาสารคาม ปีการศึกษา 2551 จำนวน 16 คน² พบว่าโมเดลสมมติฐานวิจัยมีความสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ เหตุการณ์ที่สร้างความยุ่งยากใจ บรรยากาศในครอบครัวและความแข็งแกร่งในชีวิต ร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของสุขภาพจิตได้ร้อยละ 52 เมื่อพิจารณาอิทธิพลระหว่างตัวแปรพบว่า เหตุการณ์ที่สร้างความยุ่งยากใจมีอิทธิพลทางตรงต่อความแข็งแกร่งในชีวิตและสุขภาพจิต และมีอิทธิพลทางอ้อมต่อสุขภาพจิตโดยส่งอิทธิพลผ่านความแข็งแกร่งในชีวิต บรรยากาศในครอบครัวมีอิทธิพลทางตรงต่อความแข็งแกร่งในชีวิต และมีอิทธิพลทางอ้อมต่อสุขภาพจิตโดยส่งอิทธิพลผ่านความแข็งแกร่งในชีวิต

3. ความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคกับความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาลพบว่า ความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 โดยส่วนใหญ่มีความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคอยู่ในระดับสูงร้อยละ 66 ซึ่งความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรค ขึ้นอยู่กับสิ่งเร้าที่เข้ามากระทำกับตัวของนักศึกษา ไม่ว่าจะเป็นในด้านการเรียน และด้านสังคมในวิทยาลัยทั้งการปรับตัวให้เข้ากับเพื่อน รุ่นพี่และอาจารย์ ต้องเผชิญกับปัญหาอุปสรรคต่างๆ ความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคต้องมีการจัดการเวลา รู้จักวางแผนเพื่อแก้ปัญหาให้ผ่านพ้นไปได้ และเรียนรู้ที่จะผ่อนคลายเพื่อให้มีประสิทธิภาพในการเผชิญกับปัญหาและการฝ่าฟันอุปสรรค ทั้งนี้ นักศึกษาพยาบาลได้ผ่านกระบวนการหล่อหลอม ชัดเจนจากกระบวนการจัดการ

เรียนการสอนทางวิชาชีพพยาบาลและจากลักษณะและบริบทของสิ่งแวดล้อมในวิทยาลัยฯ เช่น การอยู่ในหอพักที่ต้องมีกฎระเบียบ ทำให้นักศึกษาต้องมีความพยายามในการควบคุมตนเอง จัดการกับอารมณ์และความรู้สึกให้ก้าวผ่านสิ่งต่างๆ ที่เป็นปัญหา อุปสรรคในชีวิต และสามารถปรับตัวได้ในบริบทดังกล่าว ส่งผลให้เกิดความแข็งแกร่งในชีวิต⁹ ยังมีความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคในระดับสูงก็จะมี ความแข็งแกร่งในชีวิตสูงด้วยเช่นกัน สอดคล้องกับงานวิจัยของ พรสุภา วสุนธรา¹⁰ ที่ศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรคกับความรับผิดชอบในงานของนักเขียนโปรแกรมคอมพิวเตอร์ พบว่า นักศึกษามีระดับพฤติกรรมในการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ปัญหาอยู่ระดับมากและความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรค และ ความรับผิดชอบในงานมีความสัมพันธ์กันทางบวก สอดคล้องกับงานวิจัยของ สิริยลักษณ์ ไชยลังกา และคณะ⁹ ที่ศึกษาเรื่อง ความมั่นคงทางอารมณ์ และความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์บัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี พะเยา พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความมั่นคงทางอารมณ์ระดับปานกลางคิดเป็นร้อยละ 52.8 มีความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคระดับสูงคิดเป็นร้อยละ 86 โดยพบว่าชั้นปีที่ 1 มีความมั่นคงทางอารมณ์ระดับสูงร้อยละ 61.2 ชั้นปีที่ 2 มีความมั่นคงทางอารมณ์ระดับสูงร้อยละ 37.8 แสดงให้เห็นว่าชั้นปีที่สูงขึ้นมีความมั่นคงลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่าในชั้นปีที่สูงขึ้นนักศึกษา ยังมีความเครียดมากขึ้น

4. บรรยากาศในครอบครัวกับความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาลพยาบาล พบว่า บรรยากาศในครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยนักศึกษาส่วนใหญ่มีบรรยากาศในครอบครัวอยู่ในระดับบรรยากาศครอบครัวดี ร้อยละ 67.1 ซึ่งการที่บุคคลจะมีความแข็งแกร่งในชีวิตสูงหรือต่ำบรรยากาศในครอบครัวเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีความสำคัญอย่างยิ่งครอบครัวที่มีความรักใคร่กลมเกลียวจะส่งผลให้นักศึกษาพยาบาลมี

ความแข็งแกร่งในชีวิตสูง ส่วนครอบครัวที่มีบรรยากาศในครอบครัวไม่ดีและการทะเลาะเบาะแว้งกันเป็นประจำจะส่งผลให้นักศึกษาพยาบาลมีความแข็งแกร่งในชีวิตต่ำ เนื่องจากครอบครัวเป็นแหล่งสนับสนุนที่สำคัญในการเสริมสร้างความแข็งแกร่งในชีวิต สอดคล้องกับงานวิจัยของ มะลิวรรณ วงษ์จันทร์, พัชรินทร์ นินทจันทร์และโสภณ แสงอ่อน¹¹ ที่ศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความแข็งแกร่งในชีวิตนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น พบว่า บรรยากาศในครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความแข็งแกร่งในชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 และพบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีบรรยากาศในครอบครัวดี โดยกล่าวได้ว่าเมื่อวัยรุ่นมีบรรยากาศในครอบครัวดีจะมีแนวโน้มที่จะมีความแข็งแกร่งในชีวิตสูง และสอดคล้องกับงานวิจัยของ พนาทร แสนใจ¹² ที่ศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างความผูกพันในครอบครัว การเห็นคุณค่าในตนเอง และกลวิธีเผชิญปัญหาของวัยรุ่นจังหวัดสมุทรปราการ พบว่าวัยรุ่นที่มีความผูกพันในครอบครัวต่างกันจะมีการเห็นคุณค่าในตนเองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยวัยรุ่นที่มีความผูกพันในครอบครัวสูง จะมีการเห็นคุณค่าในตนเองในด้านสังคม ด้านการเรียน ด้านครอบครัว และด้านทั่วไป มากกว่าวัยรุ่นที่มีความผูกพันในครอบครัวต่ำวัยรุ่นที่มีความผูกพันในครอบครัวสูงจะมีกลวิธีในการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม มากกว่าวัยรุ่นที่มีความผูกพันในครอบครัวต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ส่วนวัยรุ่นที่มีความผูกพันในครอบครัวสูง จะมีกลวิธีในการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงน้อยกว่าวัยรุ่นที่มีความผูกพันในครอบครัวต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 การเห็นคุณค่าในตนเองของวัยรุ่นมีความสัมพันธ์ทางบวกกับกลวิธีในการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมแต่มีความสัมพันธ์ทางลบกับกลวิธีในการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

5. ภาวะปัญหาทางสุขภาพจิตกับความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาล พบว่า ภาวะสุขภาพจิตมีความสัมพันธ์ทางลบกับความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดย



นักศึกษาส่วนใหญ่มีภาวะสุขภาพจิตที่มีแนวโน้มที่จะมีปัญหาที่สุดในด้าน somatization ร้อยละ 12.3 รองลงมาภาวะสุขภาพจิตที่มีแนวโน้มที่จะมีปัญหาในด้าน depression ร้อยละ 9.7 และภาวะสุขภาพจิตที่มีแนวโน้มที่จะมีปัญหาน้อยที่สุดในด้าน anxiety น้อยที่สุดร้อยละ 8.0 ซึ่งสุขภาพจิต คือ ความสามารถของบุคคลที่จะปรับตัวให้มีความสุขอยู่กับสังคม และสิ่งแวดล้อมได้ดี มีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น และอยู่ได้ด้วยความสะดวก ทั้งสนองความสามารถของตนเองในโลกที่กำลังเปลี่ยนแปลงได้โดยไม่ขัดแย้งภายในจิตใจ และไม่ขัดกับสภาพความเป็นจริงในสังคมที่บุคคลนั้นดำรงชีพอยู่ ผู้ที่มีสุขภาพจิตดีจะสามารถเผชิญกับเหตุการณ์ต่างๆ ได้อย่างดีทั้งในสถานการณ์ปกติและไม่ปกติ จะสามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้ สอดคล้องกับผลการวิจัยที่ว่าภาวะสุขภาพจิตมีความสัมพันธ์ทางลบกับความแข็งแกร่งในชีวิต คือ ถ้านักศึกษามีภาวะสุขภาพจิตไม่ดีก็จะส่งผลให้ความแข็งแกร่งในชีวิตไม่ดีเช่นกัน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ พชรินทร์ นันทจันทร์⁵ ที่ศึกษาเรื่อง ความแข็งแกร่งในชีวิต เหตุการณ์ที่สร้างความยุ่งยากใจและสุขภาพจิตของนักศึกษามหาวิทยาลัย พบว่า เหตุการณ์ที่สร้างความยุ่งยากใจโดยรวมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาพจิตโดยรวมและรายด้าน (somatization, depression, anxiety, psychotic, และ social function) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และความแข็งแกร่งในชีวิตมีความสัมพันธ์ทางลบกับภาวะสุขภาพจิต โดยรวมและรายด้านอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

6. สัมพันธภาพกับเพื่อนกับความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาล พบว่า สัมพันธภาพกับเพื่อนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยนักศึกษาส่วนใหญ่มีสัมพันธภาพกับเพื่อนอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 93.7 รองลงมานักศึกษามีสัมพันธภาพกับเพื่อนในระดับดี ร้อยละ 4.9 ซึ่งสัมพันธภาพ คือ ความสัมพันธ์อันดีระหว่างบุคคล อันจะทำให้เกิดความรัก ความนับถือ และความร่วมมือ หรืออีกความหมายหนึ่งคือ การอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นได้อย่างมีความสุข และเพื่อนมีความจำเป็นเพราะคนเราไม่สามารถอยู่ได้อย่างโดดเดี่ยว โดยเฉพาะวัย

รุ่นจะให้ความสำคัญกับเพื่อนอย่างมาก เพราะเมื่อมีเรื่องไม่สบายใจจะก็จะเลือกที่จะปรึกษาเพื่อนเป็นคนแรก เพราะต่างมีปัญหาลักษณะคล้ายกัน วัยรุ่นจึงมีความปรารถนาที่ดีกับเพื่อน สอดคล้องกับผลวิจัย ที่ว่าสัมพันธภาพกับเพื่อนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความแข็งแกร่งในชีวิต คือ ถ้านักศึกษามีสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อนจะทำให้มีความแข็งแกร่งในชีวิตดีด้วยเช่นกัน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ อรพินทร์ ชูชม³ ที่ศึกษาเรื่อง ปัจจัยเชิงเหตุผลและผลของภูมิคุ้มกันทางจิตเวชของเยาวชน ในเขตกรุงเทพมหานคร และปริมณฑล พบว่าอิทธิพลของเพื่อนที่มีผลโดยตรงต่อเจตคติและมีผลโดยอ้อมต่อการดำรงชีวิต คือ นิสิตที่มีความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อน ได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน และมีการเห็นแบบอย่างการดำรงชีวิตตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงจากเพื่อนจะมีเจตคติที่ดี และมีการดำรงชีวิตตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงตามไปด้วย และสอดคล้องกับงานวิจัยของ มะลิวรรณ วงษ์จันทร์, พชรินทร์ นันทจันทร์ และโสภณ แสงอ่อน¹¹ ที่ศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความแข็งแกร่งในชีวิตในวัยรุ่น พบว่า สัมพันธภาพกับเพื่อนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความแข็งแกร่งในชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001 โดยกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อนร้อยละ 52.61

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1) ด้านปฏิบัติการพยาบาล จากผลการศึกษาพบว่า นักศึกษามีภาวะสุขภาพจิตที่มีแนวโน้มที่จะมีปัญหาในด้านการรับรู้ในภาพรวมที่มีจำนวนมาก จึงสามารถนำข้อมูลไปใช้เพื่อนำมาวางแผนลดภาวะสุขภาพจิตในด้านกล่าวต่อไปเพื่อส่งเสริมให้นักศึกษามีภาวะจิตที่ดีขึ้นต่อไป

2) ด้านบริหาร จากผลการศึกษาพบว่านักศึกษามีปัญหาในวิชาเรียน และปัญหาข้อจำกัดในการเรียน ซึ่งเป็นเหตุการณ์ที่สร้างความยุ่งยากใจที่มีความเกี่ยวข้องกับการสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคของนักศึกษา ดังนั้น ผู้บริหารสถาบันการศึกษาควรมีนโยบายในการส่งเสริมความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษา ให้มีกิจกรรมการเรียนการสอน ทั้งในและนอกหลักสูตร เพื่อส่งเสริม

เสริมให้นักศึกษามีสัมพันธภาพที่ดี ต่อการเรียนการสอนที่
เอื้อต่อการเรียนรู้ เพื่อส่งเสริมให้นักศึกษามีความสามารถ
ในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคที่ดี

3) ด้านการศึกษาศาสนาสามารถนำมาเป็นแนวทางให้ผู้ที่มี
ความสนใจศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการ
เสริมสร้างความแข็งแกร่งในชีวิต เพื่อนำไปประยุกต์ใช้ในการ
จัดการศึกษา ให้เกิดประโยชน์ต่อไป

4) ด้านวิจัย ผลการวิจัยเป็นข้อมูลพื้นฐานในการศึกษา
ปัจจัยทำนายและพัฒนโปรแกรมการเพิ่มความแข็งแกร่ง
ในชีวิตของกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาทั่วไปได้

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

ควรศึกษาวิจัยในตัวแปรอื่นๆ เพื่อขยายผลของการ
อธิบายตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับการเสริมสร้างความ
แข็งแกร่งในชีวิตและนำไปพัฒนาเป็นโปรแกรมในการเสริม
สร้างความแข็งแกร่งในชีวิตของกลุ่มวัยรุ่นหรือนักศึกษาให้
มีศักยภาพเพิ่มขึ้น

เอกสารอ้างอิง

1. คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดีมหาวิทยาลัย
มหิดล. สุขภาพจิต. [เข้าถึงเมื่อ 1 ก.ย. 2559]. เข้าถึง
ได้จาก: <http://med.mahidol.ac.th/ramamenthal/06062014-0956>.
2. อายุพร กัยวิทย์โกศล, สุทธามาต อนุชาต, พชรินทร์
นินทจันทร์. ผลของโปรแกรมการ เสริมสร้างความ
แข็งแกร่งในชีวิตต่อภาวะซึมเศร้าของนักศึกษา
พยาบาลวิทยาลัยพยาบาลแห่งหนึ่ง. พิษณุโลก.
วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี พุทธชินราช; 2558.
3. อรพินทร ชูชม. ปัจจัยเชิงเหตุและผลของภูมิคุ้มกันทาง
จิตของเยาวชน. กรุงเทพฯ. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ;
2555.
4. วารินทร์ ถาน้อยและคณะ. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะ
สุขภาพจิตของนักศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยมหิดล. กรุงเทพฯ. คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยมหิดล; 2555.

5. พชรินทร์ นินทจันทร์, โสภณ แสงอ่อน,จริยา วิริยะศุภร.
ความแข็งแกร่งในชีวิตเหตุการณ์ที่ สร้าง ความยุ่งยาก
ใจและสุขภาพจิต ของนักศึกษามหาวิทยาลัย. วารสาร
การพยาบาลสุขภาพ 2556;7(2):13-26.
6. สุวิณี ภารา. ปัจจัยที่ส่งผลต่อความแข็งแกร่งในชีวิตของ
วัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร. กรุงเทพฯ. มหาวิทยาลัย
รามคำแหง; 2555.
7. ทศนา ทวีคุณ, พชรินทร์ นินทจันทร์, โสภณ แสงอ่อน.
ปัจจัยทำนายความเครียดของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์
มหาบัณฑิต. กรุงเทพฯ. มหาวิทยาลัยมหิดล; 2553.
8. ศิริชนก จุลนาง. การพัฒนาโมเดลปัจจัยเชิงสาเหตุที่
ส่งผลต่อความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟัน
อุปสรรค (AQ) ของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัย
มหาสารคาม.มหาสารคาม. มหาวิทยาลัยมหาสารคาม;
2552.
9. สิริลักษณ์ ไชยลังกา และคณะ. ความมั่นคงทางอารมณ์
และความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟัน
อุปสรรคของนักศึกษาพยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัย
พยาบาลบรมราชชนนี พะเยา. พะเยา. วิทยาลัย
พยาบาลบรมราชชนนี พะเยา; 2552.
10. พรสุภา วสุนธรา. ความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถ
ในการเผชิญปัญหาและอุปสรรคกับความรับผิดชอบใน
งานของนักเขียนโปรแกรมคอมพิวเตอร์. กรุงเทพฯ.
สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ; 2549.
11. มะลิวรรณ วงษ์จันทร์, พชรินทร์ นินทจันทร์, โสภณ
แสงอ่อน. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความแข็งแกร่งใน
ชีวิตในวัยรุ่น. กรุงเทพฯ. มหาวิทยาลัยมหิดล; 2558.
12. พนาทร แสนใจ. ความสัมพันธ์ระหว่างความผูกพันใน
ครอบครัว การเห็นคุณค่าในตนเองและ กลวิธีในการ
เผชิญปัญหาของวัยรุ่น จังหวัดสมุทรปราการ.
กรุงเทพฯ. มหาวิทยาลัยรามคำแหง; 2554.