

การสร้งวิชาทักษะชีวิตเพื่อพัฒนาสุขภาพจิต
ของนักศึกษาพยาบาล

พรรณวิภา บรรณเกียรติ



วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต
สาขาวิชาอุดมศึกษา ภาควิชาอุดมศึกษา
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ปีการศึกษา 2543

ISBN 974-346-342-9

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

19815426

**THE CONSTRUCTION OF LIFE SKILLS COURSE
FOR PROMOTION OF MENTAL WELL-BEING
OF NURSING STUDENT**

PANVIPA BANNAKEIT

**A Dissertation Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Doctor of Philosophy in Higher Education**

Department of Higher Education

Faculty of Education

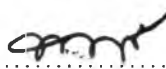
Chulalongkorn University

Academic Year 2000


ISBN 974-346-342-9

หัวข้อวิทยานิพนธ์ การสร้างวิชาทักษะชีวิตเพื่อพัฒนาสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาล
โดย นางพรรณวิภา บรรณเกียรติ
ภาควิชา อุดมศึกษา
อาจารย์ที่ปรึกษา ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุชาติ ตันธนะเดชา
อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม นายแพทย์ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์

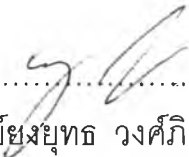
คณะกรรมการ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัยเป็น
ส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาตรีบัณฑิต

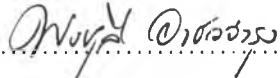

..... คณบดีคณะครุศาสตร์
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พฤทธิ ศิริบรรณพิทักษ์)

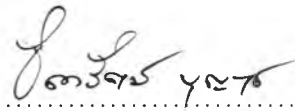
คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

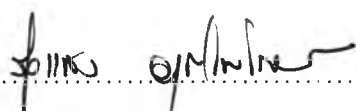

..... ประธานกรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร.วราภรณ์ บวรศิริ)


..... อาจารย์ที่ปรึกษา
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุชาติ ตันธนะเดชา)


..... อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม
(นายแพทย์ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์)


..... กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร.พรชูลี อาชาวอำรุง)


..... กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ฉัตรรัตน์ บุญนุช)


..... กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.รุ่งแสง อรุณไพโรจน์)

พรรณวิภา บรรณเกียรติ : การสร้างวิชาทักษะชีวิตเพื่อพัฒนาสุขภาพจิตนักศึกษาพยาบาล
(THE CONSTRUCTION OF LIFE SKILLS COURSE FOR PROMOTION OF MENTAL WELL-BEING OF NURSING STUDENT) อาจารย์ที่ปรึกษา : ผศ.ดร.สุชาติ ดันธนะเดชา,
อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม : นพ.ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์, 302 หน้า. ISBN 974-346-342-9.

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและวิเคราะห์ปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาล สร้างวิชาทักษะชีวิตเพื่อพัฒนาสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาล และศึกษาผลของวิชาทักษะชีวิตที่มีต่อสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาล ผู้วิจัยได้สร้างวิชาทักษะชีวิตเพื่อพัฒนาสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาล และนำไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม จำนวน 42 คน และภาควิชาพยาบาลศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล จำนวน 44 คน เป็นการวิจัยเชิงทดลอง ทดสอบก่อนและหลังการทดลองด้วยแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง พฤติกรรมความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล พฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสม และทักษะชีวิต ทำการสุ่มเข้ากลุ่มทดลองและควบคุมแยกแต่ละสถาบัน กลุ่มทดลองได้เรียนวิชาทักษะชีวิตเพื่อพัฒนาสุขภาพจิตเป็นเวลา 8 สัปดาห์ ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ต้องเรียน วิเคราะห์ข้อมูลโดยวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว วิเคราะห์ข้อมูลโดยสถิติทดสอบที และหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ผลการวิจัยปรากฏดังนี้

1. นักศึกษาพยาบาลภาคกลางมีปัญหาสุขภาพจิตสูงที่สุด โดยเฉพาะ ปัญหาการเรียน ลักษณะที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตมากที่สุด ปัญหาซับซ้อนเรื้อรังโดยถูกกระทำ
2. วิชาทักษะชีวิต มุ่งพัฒนาสุขภาพจิต โดยสอนการแก้ไขปัญหา การคิดวิจารณ์ญาณ การสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ การตระหนักในตนเอง และกลไกการควบคุมอารมณ์ การเรียนการสอนเป็นแบบการเรียนรู้มีส่วนร่วม ประเมินผลรายวิชาด้วยการวัดทักษะชีวิต และสอบถามความคิดเห็นของนักศึกษาเกี่ยวกับพัฒนาการทักษะชีวิตของตน และการจัดการเรียนการสอน
3. กลุ่มทดลอง มีคะแนนเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเอง ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเกือบทุกด้าน และการแสดงออกที่เหมาะสม ภายหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
4. นักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลอง มีคะแนนเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเอง พฤติกรรมความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเกือบทุกด้าน และพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสม และทักษะชีวิต ภายหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
5. ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนทักษะชีวิตกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และการแสดงออกที่เหมาะสม พบว่ามีค่าความสัมพันธ์กันในเชิงบวกทุกคู่ และมีบางคู่มีค่าความสัมพันธ์อยู่ในระดับสูง

ข้อเสนอแนะหลัก คือ ควรทำการวิจัยด้านนี้ให้ลุ่มลึกยิ่งขึ้น โดยศึกษาระยะยาวตั้งแต่ชั้นปีที่ 1 ถึงชั้นปีที่ 4 และศึกษาผลของทักษะชีวิตที่มีต่อพฤติกรรมจริยธรรม

ภาควิชา อุดมศึกษา
สาขาวิชา อุดมศึกษา
ปีการศึกษา 2543

ลายมือชื่อนิสิิต
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม

3971153727: MAJOR HIGHER EDUCATION

KEYWORD: LIFE SKILLS COURSE/MENTAL WELL-BEING/NURSING STUDENT

PANVIPA BANNAKEIT : THE CONSTRUCTION OF LIFE SKILLS

COURSE FOR PROMOTION OF MENTAL WELL-BEING OF NURSING

STUDENT DISSERTATION ADVISOR : ASST.PROF. SUCHATI TANTANADECHA,

Ph.D.; THESIS CO-ADVISOR : YONGYUD WONGPIROMSAN, MD., 302 pp.

ISBN 974-346-342-9

The objectives of this research were to study and analyze nursing student's mental health and to construct of life skills course in order to promote mental health in nursing students and its effects from taking a life skills course. The course was specially constructed for nursing students and duly experimented with 42 nursing students from the Nursing Faculty, Siam University and 44 nursing students from Nursing Department, Ramatibhodi Hospital, Mahidol University. A quasi experimental design with pretest and posttest was used, with a battery of tests inclusive of Self Esteem Test, Interpersonal Relationship Test, Assertiveness Test, and Life Skills Test. Each nursing student was randomly assigned to experimental and control groups. The experimental groups were provided with the life skills course for 8 weeks. The results of the tests were analyzed by one-way analysis of variance, t-test, and Pearson Product Moment Correlation.

The findings were as follows :

1. Nursing students in the control area had the highest mental health problems especially in studying. Complex chronic problems caused by significant others indicated the highest impacts on students.
2. The life skill course aimed at health promotion by teaching life skills in problem-solving, critical thinking, effective communications, self-awareness and emotional coping mechanisms. Instructional methods employed were participatory learning. The course was finally evaluated by a test of life skills and an opinionaire of students on their own life skills development, the course and the instruction.
3. Experimental group pretest scores were significantly higher than posttest scores and higher than those of control group posttest scores at .01 in self-esteem, most interpersonal relationship and assertiveness.
4. Posttest scores were higher than the pretest in self-esteem, interpersonal relationship, and assertiveness in the experimental groups, ($p < 0.01$)
5. Correlation coefficients scores between each aspect of life skills (5 in all) were found to be all positively correlated with interpersonal relations, self-assertiveness, and some pair were highly correlated.

Main recommendation was to further study this topic in depth as longitudinal study from the freshmen year to senior year so as to assess the effects of like skills to the ethics behavior.

Department Higher Education.

Field of study Higher Education

Academic year 2000

Student's signature 

Advisor's signature 

Co-advisor's signature 



กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ ด้วยความกรุณาอย่างยิ่งจากอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ทั้ง 2 ท่าน คือ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุชาติ ตันธนะเดชา และนายแพทย์ ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์ ที่กรุณาแนะนำสั่งสอน แก้ไขและอนุเคราะห์แก่ผู้วิจัยตลอดมาตั้งแต่เริ่มต้นจนเสร็จสมบูรณ์ ผู้วิจัยรู้สึกสำนึกในพระคุณเป็นที่สุด จึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

ขอกราบขอบพระคุณ คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ทุกท่าน ได้แก่ รองศาสตราจารย์ ดร. พรชูลี อาชวอำรุง รองศาสตราจารย์ ดร. วราภรณ์ บวรศิริ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. รุ่งแสง อรุณไพโรจน์ และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ธิดารัตน์ บุญนุช ที่ได้กรุณาเสนอแนะ แก้ไข และให้กำลังใจ ทำให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์ทุกท่านของ ภาควิชาอุดมศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่ได้เมตตาแก้ไข ทั้งให้วิชาความรู้ ให้ความเอ็นดู รักใคร่ ให้ความเอื้ออาทรตลอดมา ซึ่งทำให้ผู้วิจัยรู้สึกสำนึกในพระคุณของทุกๆ ท่านอย่างหาที่เปรียบมิได้

งานวิจัยนี้ สำเร็จได้ด้วยความร่วมมือของคณาจารย์ในสถาบันที่ทำการทดลอง ผู้วิจัยจึงขอกราบขอบพระคุณ อาจารย์ ปาหนัน บุญหลง คณบดีคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม และรองศาสตราจารย์ สุปรานี เสนาดีสัย หัวหน้าภาควิชาพยาบาลศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล ที่อนุญาตให้ผู้วิจัยได้ทดลองที่สถาบันของท่าน

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่าน ที่สนับสนุนและกรุณาเสียสละเวลาให้สัมภาษณ์ และตรวจสอบ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย พร้อมทั้งให้ข้อคิดเห็นที่เป็นประโยชน์

ท้ายที่สุด ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ บิดา มารดา ขอขอบคุณพี่ น้อง ลูก สามี และเพื่อนๆ ทุกคนที่คอยให้ความอนุเคราะห์เกื้อกูลและเป็นกำลังใจอย่างดียิ่งตลอดมา

สารบัญ

หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
กิตติกรรมประกาศ	ฉ
สารบัญ	ช
สารบัญตาราง	ฌ
สารบัญแผนภูมิ	ฎ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	9
สมมติฐานการวิจัย.....	9
กรอบแนวคิดในการวิจัย	10
ขอบเขตการวิจัย	20
ข้อจำกัดของการวิจัย	22
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย	22
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	25
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	26
แนวคิดเรื่องสุขภาพจิต.....	27
แนวคิดเกี่ยวกับปัจจัยการเกิดปัญหาสุขภาพจิต	31
แนวคิดการพัฒนาสุขภาพจิต	36
แนวคิดการพัฒนานิสิตนักศึกษา	37
แนวคิดเรื่องทักษะชีวิต	39
หลักสูตรอุดมศึกษา	66
การพัฒนาหลักสูตรเสริม	69
หลักการเรียนการสอนในระดับอุดมศึกษา	71
แนวคิดและหลักการการจัดการเรียนการสอนแบบมีส่วนร่วม.....	72
แนวคิดเรื่องผลและความสัมพันธ์ของทักษะชีวิตกับสุขภาพจิต	84

สารบัญ (ต่อ)

หน้า

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	106
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	114
ขั้นตอนที่ 1 ศึกษาและวิเคราะห์ปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาล	114
ขั้นตอนที่ 2 สร้างวิชาทักษะชีวิตเพื่อพัฒนาสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาล	119
ขั้นตอนที่ 3 ศึกษาผลของวิชาทักษะชีวิตที่มีต่อสุขภาพจิตของนักศึกษา พยาบาล	143
บทที่ 4 ผลการวิจัย	153
ตอนที่ 1 ผลการศึกษาและวิเคราะห์ปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาล	153
ตอนที่ 2 ผลการสร้างวิชาทักษะชีวิตเพื่อพัฒนาสุขภาพจิตของนักศึกษา พยาบาล	160
ตอนที่ 3 ผลการทดลองใช้วิชาทักษะชีวิตเพื่อพัฒนาสุขภาพจิต	167
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	199
การดำเนินการวิจัย	199
ผลการวิจัย	206
อภิปรายผล	213
ข้อเสนอแนะ	227
รายการอ้างอิง	230
ภาคผนวก	243
ภาคผนวก ก รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ	244
ภาคผนวก ข แบบทดสอบ	248
ภาคผนวก ค ตารางคะแนนการประเมินผลงาน	284
ภาคผนวก ง ตัวอย่างแผนการสอน	289
ประวัติผู้วิจัย	302

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
1 ปัญหาของนักศึกษา จำแนกตามสถาบัน	5
2 ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามภูมิภาคและสถาบัน	115
3 ค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงของแบบสำรวจปัญหาของ นักศึกษาพยาบาล รายด้านและทั้งฉบับ	117
4 โครงสร้างรายวิชาทักษะชีวิตเพื่อพัฒนาสุขภาพจิต พิจารณาทักษะชีวิตตามความสำคัญ	120
5 โครงสร้างวิชาทักษะชีวิตเพื่อพัฒนาสุขภาพจิต พิจารณาตามเนื้อหา และเรียงลำดับเนื้อหาตามความจำเป็น	121
6 เครื่องมือประเมิน	125
7 โครงสร้างแบบวัดทักษะชีวิต	126
8 ลักษณะของข้อคำถามของแบบวัดทักษะชีวิต	129
9 ค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงของแบบวัดทักษะชีวิตของ นักศึกษาพยาบาล รายด้านและทั้งฉบับ	130
10 ค่าสัมประสิทธิ์ของความสอดคล้องภายในของ แบบวัดพฤติกรรมความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล	137
11 สรุปรูปเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย และค่าความเที่ยง	142
12 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 ที่มีและไม่มีปัญหา จำแนกตามภูมิภาคที่สถาบันตั้งอยู่	153
13 ปัญหาของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 จำแนกตามประเภทของปัญหา	154
14 แสดงข้อมูลบ่งชี้ปัญหาที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิต และการดูแล สุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาล	155
15 แสดงอันดับความสำคัญของทักษะชีวิตที่จำเป็นต่อนักศึกษาพยาบาล	159
16 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวน เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของ คะแนนเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเอง ระหว่างนักศึกษาพยาบาลกลุ่ม ทดลองและกลุ่มควบคุม ทั้ง 4 กลุ่ม ก่อนการทดลอง	169
17 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของ คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ด้านการมีส่วนร่วม ที่แสดงออกต่อผู้อื่น ระหว่างนักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลอง และกลุ่ม ควบคุม ทั้ง 4 กลุ่ม ก่อนการทดลอง	170

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่	หน้า
18 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ด้านการมีส่วนร่วมที่ต้องการให้ผู้อื่นแสดงออกต่อตน ระหว่างนักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ทั้ง 4 กลุ่ม ก่อนการทดลอง	171
19 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ด้านการควบคุมที่แสดงออกต่อผู้อื่น ระหว่างนักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ทั้ง 4 กลุ่ม ก่อนการทดลอง	172
20 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ด้านการควบคุมที่ต้องการให้ผู้อื่นแสดงออกต่อตน ระหว่างนักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ทั้ง 4 กลุ่ม ก่อนการทดลอง	173
21 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ด้านการผูกพันที่แสดงออกต่อผู้อื่น ระหว่างนักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ทั้ง 4 กลุ่ม ก่อนการทดลอง	174
22 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ด้านการผูกพันที่ต้องการให้ผู้อื่นแสดงออกต่อตนระหว่างนักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ทั้ง 4 กลุ่ม ก่อนการทดลอง	175
23 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมที่แสดงออก ระหว่างนักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ทั้ง 4 กลุ่ม ก่อนการทดลอง	176
24 สรุปค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและการเปรียบเทียบด้วยค่าเอฟ(F-test) ของการเห็นคุณค่าในตนเอง พฤติกรรมความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และพฤติกรรมการแสดงออกของนักศึกษาพยาบาลทั้ง 4 กลุ่ม ก่อนการทดลอง	177

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่	หน้า
25 แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการเปรียบเทียบด้วยค่าที (t-test) ของการเห็นคุณค่าในตนเอง พฤติกรรมความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ทั้ง 4 กลุ่ม ก่อนและหลังการทดลอง	179
26 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและเปรียบเทียบด้วยค่าที (t-test) ของการเห็นคุณค่าในตนเอง พฤติกรรมความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสม ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลอง	182
27 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและการเปรียบเทียบด้วยค่าที (t-test) ของทักษะชีวิต ในกลุ่มทดลองที่1 และกลุ่มทดลองที่2	185
28 แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและเปรียบเทียบด้วยค่าที (t-test) ของ ทักษะชีวิตในกลุ่มทดลองก่อนและหลังการทดลอง (n = 43).....	186
29 คำสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างกันของคะแนนทักษะชีวิต คะแนนการเห็นคุณค่า ในตนเอง คะแนนพฤติกรรมความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และคะแนนพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสม (n = 43)	187
30 ความคิดเห็นของนักศึกษากลุ่มทดลองที่มีต่อพัฒนาการด้านทักษะชีวิตของตน ในการประเมินครั้งที่ 1-8 (n = 43)	190
31 ความคิดเห็นของนักศึกษากลุ่มทดลองที่มีต่อหลักสูตรและการจัดการเรียนการสอน (n = 43)	193
32 ข้อคิดเห็นเพิ่มเติม	195
33 แสดงผลการประเมินผลงานของนักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลอง 1 เป็นรายบุคคล (n = 21)	197
34 แสดงผลการประเมินผลงานของนักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลอง 2 เป็นรายบุคคล (n = 22)	198