

## บรรณานุกรม

### หนังสือ

ชัยพร วิชชาวุธ. การวิจัยเชิงจิตวิทยา. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช, 2523.

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. การปรับพฤติกรรม. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์, 2526.

### วิทยานิพนธ์

ชมชื่น สมประเสริฐ. "ผลของการฝึกสมาธิต่อระดับความวิตกกังวล" วิทยานิพนธ์ปริญญา  
มหาบัณฑิต แผนกจิตวิทยาคลินิก บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, 2526.

นัยนา เหล่าสุวรรณ. "ผลของการใช้วิธีลดความรู้สึกร่างกายอย่างเป็นระบบในการลดความวิตกกังวล  
ในการสอบ" วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2525.

ประนอม ประเสริฐศรีศักดิ์. "ผลของการใช้ตัวแบบและการเสริมแรงทางบวกในการเพิ่ม  
พฤติกรรมการถามและตอบคำถามในชั้นเรียน ของเด็กปัญญาอ่อนที่สามารถเรียนได้"  
วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต แผนกวิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์  
มหาวิทยาลัย, 2523.

สุนทรีย์ ชูโต. "การใช้ตัวแบบภาพยนตร์เพื่อลดความกลัวของเด็กวัยรุ่นไทย" วิทยานิพนธ์ปริญญา  
มหาบัณฑิต แผนกวิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2523.

อรุณี มุ่งน้อยเจริญ. "การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ในคลินิก วิชาการพยาบาลจิตเวช"  
วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต แผนกบริหารการพยาบาล บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์  
มหาวิทยาลัย, 2522.

อุบล วุฒิสถิตี. "กระบวนการควบคุมตนเองเพื่อลดความวิตกกังวลในการเตรียมตัวสอบ  
คัดเลือกบุคคลเข้าศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาของรัฐ" วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต  
ภาควิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2528.

Book

Bandura, Albert. Social Learning Theory. Englewood Cliffs, N.J. :  
Prentice-Hall, 1977.

/ Bandura, Albert. Principle of Behavior Modification. New York : Holt,  
Rinehart and Winston, 1969.

Bostzin, Richard R. Behavior Modification and Therapy an Introduction.  
Cambridge, Massachusetts : Winthрге Publishers, Inc., 1975.

Craighead, Edward W., Kazdin, Alan E. and Mahoney, Michael J.  
Behavior Modification Principle Issues, and Applications.  
Boston : Houghton Mifflin Company, 1976.

Cronbach, Lee J. Essentials of Psychological Testing. 3d ed. New  
York : Harper & Row, 1970.

Daniel, Girdano and George Everly. Controlling Stress and Tension :  
A Holistic Approach. N.J.: Prentice-Hall, Inc., 1979.

Deffenbacher, Jerry L. and Suinn, Richard M. "The Self-Control of  
Anxieth." In Self-Management and Practice, pp. 393-399.  
Edited by Paul Karoly and Frederick H. Kanfer. New York :  
Pergamon Press, 1982.



- Denis, Cronin. Anxiety, Depression and Phobias, How to Understand and Deal With Them. N.J. : Prentice-Hall Inc., 1980.
- Epstein Seymour. "The Nature of Anxiety." In Anxiety : Current Trends in Theory and Research Volume II, pp. 291-337. Edited by Charles D. Spielberger. New York : Academic Press, 1972.
- Fisher, Joel and Gochros, Harvey L. Planned Behavior Change : Behavior Modification in Social Work. London : Collins MacMillan Publishers, 1975.
- Freud, Sigmund. A General Introduction to Psychoanalysis Authorized English Translation of the Revised Edition by Riviere and Hall, New York : Garden City Publishing Company, Inc., 1943.
- Grambrill, Eileen D. Behavior Modification. San Francisco : Jossey-Bass Publisher, 1978.
- Hersen, Eisler M. and Miller M. Progress in Behavior Modification Vol 5 New York : Academic Press, Inc., 1977.
- Hilgard, Ernest R. and Bower, Gordon H. Theories of Learning. 4<sup>th</sup> ed. New Jersey : Prentice-Hall, Inc., 1975.
- Izard, C.E. Patterns of Emotions : A New Analysis of Anxiety and Depression. New York : Academic Press, 1972.
- Kanfer, Fredrick H. and Goldstein, Arnold P. Helping People Change 2<sup>nd</sup> ed. New York Pergamon Press, 1980.

- Kanfer, Frederick H. and Phillips S. Learning Foundation of Behavior Therapy. New York : John Wiley and Son Inc. 1970.
- Karoly, Paul. and Kanfer, Frederick H. Self-Management and Behavior Change From Theory to Practice. New York : Pergamon Press, 1982.
- ✓ Kalish, Harry I. From Behavioral Science to Behavior Modification. New York : McGraw-Hill, 1981.-
- Kemper, Theodore D. A Social Interactions Theory of Emotion. New York : John Wiley and Sons, Inc., 1978.
- Krohue, Heinz W. and Laux, Lolhar. Achievement, Stress and Anxiety. Washington : McGraw-Hill International Book Company, 1982.
- Lazarus, Richard S. Psychological Stress and the Coping Process. New York : McGraw-Hill Book Company, 1966.
- Lazarus, Richard S. and Averill, James R. "Emotion and Cognition With Special Reference to Anxiety" In Anxiety : Current Trends in Theory and Research Volume II, pp. 241-283. Edited by Charles J. Spielberger. New York : Academic Press, 1972.
- Levitt. Eugene E. The Psychology of Anxiety. Eabbs Merill Company, Inc., N.Y. 1967.



- Levitt, Engene E. The Psychology of Anxiety. 2d ed. Bobbs Merrill Company, Inc., N.Y. 1971.
- Maccoby, Eleanor E. Social Development. New York : Horcourt Borace Joranovich In., 1980.
- May, Rollo. The Meaning of Anxiety. New York : W.W. Norton and Company Inc., 1977.
- Meehl, Paul E. Personality A Behavioral Science, N.J. : Prentice-Hall, Inc., 1962.
- Mlkulas, William L. Behavior Modification. New York : Horpen and Row Publishers, 1972.
- Minium Edward W. Statistical Reasoning in Psychology and Education. New York : John Wiley, 1978.
- Nietzel, Michael T. and Berustein, Douglaot. "Assesement of Anxiety and Fear" In Behavioral Assessment. pp. 215-241. Edited by Michel Herson and Alan, Bellack S. New York : Pergamon Press, 1981.
- O'Leary, Danial K. and Wilson, Terence G., Behavior Therapy : Application and Out Come. New York : Prentice-Hall, Inc., 1975.
- Pavlov, I.P. Conditioned Reflexes (an investigation of the cerebral cortex) Translated and Edited by G.V. Anrep. New York : Dover Publications, Inc., 1972.

Perry, Martha A. and Furukawa, Judith M. "Modeling Methods" In Helping People Change pp. 131-167. Edited by Kanfer, Frederick H. New York : Pergamon Press Inc., 1980.

Rimm, David C. and Masters, John C. Behavior Therapy Techniques and Empirical Findings. New York : Academic Press, 1974.

Rycroff, Charles. Anxiety and Neurorisis. Harmonds worth : Renguin Books, 1978.

Skinner, B.F. Science and Haman Behavior. New York : The Free Press, 1953.

Spielberger, Charles D. Anxiety and Behavior. New York : Academic Press, 1966.

Wilson, Terence G. and O'Leary, Daniel K. Principle of Behavior Therapy. New York : Prentice-Hall; Inc., 1980.

#### Articles

Bander, Richi S. et al. "A Comparison of Cue-Controlled Relaxation and Study Skills Counseling in the Treatment of Mathematics Anxiety" Journal of Education Psychology. 74 (1982) : 96-103.

Cragan, Mary K. and Diffenbacher, Jerry L. "Anxiety Management Training and Relaxation as Self-Control in the Treatment of Generalized Anxiety in edical Outpatients" Journal of Counseling Psychology 31 (1984) : 123-131.



- ✓ Davies, Glen R. et al. "Verbal Rationales and Modeling as Adjuncts to a Parenting Technique for Child Compliance" Child Development. 5r (1984) : 1290-1298.
- Fenson, Larry and Ramsay, Douglas S. "Effects of Modeling Action Sequence on the Play of Twelve, Fifteen and Nineteen-Month-old Children" Child Development 52 (1981) : 1028-1036.
- Fox, David J. et al. "Nursing Students Perception of the Psychiatric Nursing Experiences" Perspective in Psychiatric Care. 3 (1965) : 30-40.
- Gladstone, Bruce W. and Spencer, Christopher J. "The Effects of Modeling on the Contingent Praise of Mental Retardation Counsellors" Journal of Applied Behavior Analysis. 10 (1977) : 75-84.
- Highland, Anne C. "Anxiety : A Summary of Post and Present Research and Theory" Child Welfare. 60 (1981) : 519-527.
- ✓ O'Connor, Robert D. "Modification of Social Withdrawal Thropugh Symbolic Modeling" Journal of Applied Behavior Analysis. 2 (1969) : 15-22.

Peterson, Lizette. et al. "Comparison of Three Modeling Procedures on: the Presurgical and Postsurgical Reaction of Children" Behavior Therapy. 15 (1984) : 197-200.

/Sagotsky, Gerald. et al. "Learning to Cooperate : Effects of Modeling and Direct Instruction" Child Development 52 (1981) : 1037-1042.

Saigh. "Pre-and Postinvasion Anxiety in Labanon" Behavior Therapy. 15 (1984) : 185-190.

Schoffstall, Carole. "Concerus of Student Nurses Prior to Psychiatric Nursing Experience : An Assessment and Intervention Technique." Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services. 19 (1981) : 11-14.

Solomon, Sheldon, et al. "Behavioral Control Over Aversive Events : Does Control That Requires Effert Reduce Anxiety and Physiological Arousal" Journal of Personality and Social Psychology 39 (1980) : 729-736.

Winer, Gerald A. "A Review and Analysis of Children's Fearful Behavior in Dental Settings" Child Development. 53 (1982) : 1111-1133.





ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ก

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ศูนย์วิทยุทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

## 1. คะแนนเฉลี่ย (Mean)

$$\text{สูตรที่ใช้ } \bar{X} = \frac{\sum X}{N}$$

$$\bar{X} = \text{ค่าเฉลี่ย}$$

$$\sum X = \text{ผลรวมของคะแนนทุกจำนวน}$$

$$N = \text{จำนวนคนทั้งหมด}$$



## 2. ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

$$\text{สูตรที่ใช้ } S.D. = \sqrt{\frac{\sum X^2}{N} - \left(\frac{\sum X}{N}\right)^2}$$

$$S.D. = \text{ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน}$$

$$\sum X = \text{ผลรวมของคะแนนทุกจำนวน}$$

$$\sum X^2 = \text{ผลรวมกำลังสองของคะแนนแต่ละจำนวน}$$

$$N = \text{จำนวนคนทั้งหมด}$$

## 3. การหาความเชื่อถือได้ของแบบสำรวจ โดยใช้วิธีประเมินความคงที่ภายใน (internal consistency)

$$\text{สูตรที่ใช้ } r = \left( \frac{K}{K-1} \right) \left( 1 - \frac{\frac{S^2}{X_i}}{\frac{S^2}{X_t}} \right)$$

$$r = \text{ค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยง}$$

$$K = \text{จำนวนข้อในแบบทดสอบ}$$

$$S^2 = \text{ความแปรปรวนของคะแนนรวม}$$

$$X_i$$

$$S^2 = \text{ความแปรปรวนของคะแนนแต่ละส่วนของแบบทดสอบ}$$

$$X_t$$

## 4. การทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ย โดยการทดสอบที (t-test)

สูตร t (independent)

$$t = \frac{\bar{X} - \bar{Y}}{\sqrt{\frac{\sum X^2 + \sum Y^2}{n_X + n_Y} - \frac{(\sum X)^2}{n_X} - \frac{(\sum Y)^2}{n_Y}}}$$

t = ค่าทดสอบที (t-test)

 $\bar{X}$  = ค่าเฉลี่ยของคะแนนกลุ่มทดลอง $\bar{Y}$  = ค่าเฉลี่ยของคะแนนกลุ่มควบคุม $\sum X^2$  = ผลรวมของความแตกต่างระหว่างคะแนนดิบและคะแนนเฉลี่ยของกลุ่มทดลอง $\sum Y^2$  = ผลรวมของความแตกต่างระหว่างคะแนนดิบและคะแนนเฉลี่ยของกลุ่มควบคุม $n_X$  = จำนวนคนในกลุ่มทดลอง $n_Y$  = จำนวนคนในกลุ่มควบคุม

สูตร t (dependent)

$$t = \frac{\bar{X} - \bar{Y}}{\sqrt{S_{\bar{X}}^2 + S_{\bar{Y}}^2 - 2r_{XY} S_{\bar{X}} S_{\bar{Y}}}}$$

t = ค่าทดสอบที (t-test)

 $\bar{X}$  = ค่าเฉลี่ยของคะแนนก่อนการทดลอง $\bar{Y}$  = ค่าเฉลี่ยของคะแนนหลังการทดลอง $S_{\bar{X}}$  = ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของคะแนนก่อนการทดลอง $S_{\bar{Y}}$  = ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของคะแนนหลังการทดลอง $r_{XY}$  = ค่าสหสัมพันธ์





ภาคผนวก ข  
แบบวัดความวิตกกังวล STAI

ศูนย์วิทยพัชร์พยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ชื่อ \_\_\_\_\_ วันที่ \_\_\_\_\_

คำสั่ง ข้อความข้างล่างต่อไปนี้ เป็นข้อความที่ท่านจะใช้บรรยายเกี่ยวกับตัวท่านเอง โปรดอ่านข้อความในแต่ละข้อ และทำเครื่องหมายกากบาทลงบนวงกลม ซึ่งอยู่ทางด้านขวาของข้อความ ซึ่งท่านพิจารณาว่าตรงกับความรู้สึกของท่านในขณะนี้ (คือการฝึกงานการพยาบาลจิตเวช) ข้อความต่อไปนี้ไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด ท่านจึงไม่ควรจะใช้เวลาเนิ่นนานในการพิจารณาคำตอบในข้อหนึ่ง แต่จงเลือกคำตอบที่ท่านคิดว่าบรรยายความรู้สึกของท่านในขณะนี้ได้ชัดเจนที่สุด

	ไม่เลย	มีบ้าง	ค่อนข้างมาก	มากที่สุด
1. ข้าพเจ้ารู้สึกสงบ	(1)	(2)	(3)	(4)
2. ข้าพเจ้ารู้สึกมั่นคงในชีวิต	(1)	(2)	(3)	(4)
3. ข้าพเจ้ารู้สึกดีใจ	(1)	(2)	(3)	(4)
4. ข้าพเจ้ารู้สึกเสียใจ	(1)	(2)	(3)	(4)
5. ข้าพเจ้ารู้สึกสบายใจ	(1)	(2)	(3)	(4)
6. ข้าพเจ้ารู้สึกหงุดหงิด	(1)	(2)	(3)	(4)
7. ข้าพเจ้ารู้สึกกังวลกับ เกราะทรายต่าง ๆ ที่อาจจะเกิดขึ้น	(1)	(2)	(3)	(4)
8. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าได้พักผ่อน	(1)	(2)	(3)	(4)
9. ข้าพเจ้ารู้สึกวิตกกังวล	(1)	(2)	(3)	(4)
10. ข้าพเจ้ารู้สึกสะดวกสบาย	(1)	(2)	(3)	(4)
11. ข้าพเจ้ารู้สึกเชื่อมั่นในตนเอง	(1)	(2)	(3)	(4)
12. ข้าพเจ้ารู้สึกตื่นเต้นง่าย	(1)	(2)	(3)	(4)
13. ข้าพเจ้ารู้สึกกระสับกระส่าย	(1)	(2)	(3)	(4)
14. ข้าพเจ้ารู้สึกอึดอัดใจ	(1)	(2)	(3)	(4)
15. ข้าพเจ้ารู้สึกผ่อนคลาย	(1)	(2)	(3)	(4)



	ไม่เลย	มีบ้าง	ค่อนข้างมาก	มากที่สุด
16. ข้าพเจ้ารู้สึกพึงพอใจ	(1)	(2)	(3)	(4)
17. ข้าพเจ้ากำลังกังวลใจ	(1)	(2)	(3)	(4)
18. ข้าพเจ้ารู้สึกตระหนก	(1)	(2)	(3)	(4)
19. ข้าพเจ้ารู้สึกรำแริง เบิกบาน	(1)	(2)	(3)	(4)
20. ข้าพเจ้ารู้สึกแจ่มใส	(1)	(2)	(3)	(4)

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ชื่อ \_\_\_\_\_ วันที่ \_\_\_\_\_

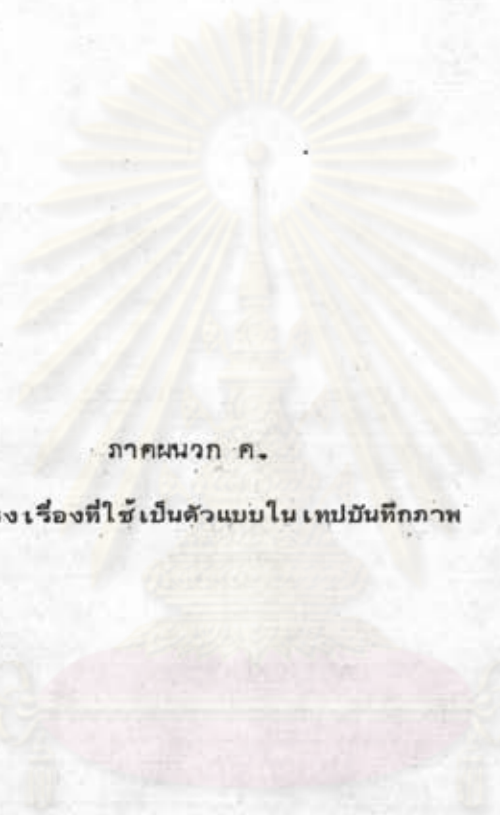
คำสั่ง ข้อความต่อไปนี้ เป็นข้อความซึ่งท่านจะใช้บรรยายความรู้สึกของตัวเอง โปรดอ่าน  
ข้อความในแต่ละข้อให้เข้าใจ และทำเครื่องหมายกากบาทลงบนวงกลมที่ท่านพิจารณา  
ว่าเป็นข้อความที่ตรงกับความรู้สึกทั่ว ๆ ไปของท่านที่สุด ข้อความเหล่านี้ไม่มีคำตอบที่  
ถูกหรือผิดดังนั้นโปรดอย่าใช้เวลาในการพิจารณาคำตอบในข้อหนึ่งข้อใดนาน เกินควร  
แต่จง เลือกขีคนข้อที่ตรงกับความรู้สึกของท่านให้มากที่สุด

	ไม่มีเลย	บางครั้ง	บ่อย ๆ	เสมอ
21. ข้าพเจ้ารู้สึกแฉะมึน	(1)	(2)	(3)	(4)
22. ข้าพเจ้ารู้สึกเหนื่อยหน่ายง่าย	(1)	(2)	(3)	(4)
23. ข้าพเจ้ารู้สึกอยากร้องไห้	(1)	(2)	(3)	(4)
24. ข้าพเจ้าอยากมีความสุข เหมือนคนอื่น	(1)	(2)	(3)	(4)
25. ข้าพเจ้ามักพลาดโอกาสเพราะตัดสินใจช้า เกินไป	(1)	(2)	(3)	(4)
26. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าได้พักผ่อน	(1)	(2)	(3)	(4)
27. ข้าพเจ้ารู้สึก สุขุมรอบคอบ	(1)	(2)	(3)	(4)
28. ข้าพเจ้ารู้สึกว่ามึนงงสับสนจนทำให้ท้อใจ	(1)	(2)	(3)	(4)
29. ข้าพเจ้ามักกังวล เกินกว่าเหตุ	(1)	(2)	(3)	(4)
30. ข้าพเจ้ารู้สึก เป็นสุข	(1)	(2)	(3)	(4)
31. ข้าพเจ้ามักถือทุกสิ่ง เป็น เรื่องจริงจัง	(1)	(2)	(3)	(4)
32. ข้าพเจ้าขาดความมั่นใจในตนเอง	(1)	(2)	(3)	(4)
33. ข้าพเจ้ารู้สึกมั่นคงในชีวิต	(1)	(2)	(3)	(4)
34. ข้าพเจ้าพยายามหลีกเลี่ยงการเผชิญหน้ากับความ ยุ่งยาก	(1)	(2)	(3)	(4)



	ไม่มีเลย	บางครั้ง	บ่อย ๆ	เสมอ
35. ข้าพเจ้ารู้สึกหมั่นหมอง	(1)	(2)	(3)	(4)
36. ข้าพเจ้ารู้สึกหงุดหงิด	(1)	(2)	(3)	(4)
37. ข้าพเจ้าถูกรบกวนโดยความคิดที่ไร้สาระ	(1)	(2)	(3)	(4)
38. ข้าพเจ้ามักใส่ใจกับความผิดพลาด	(1)	(2)	(3)	(4)
39. ข้าพเจ้าเป็นคนเสมอต้นเสมอปลาย	(1)	(2)	(3)	(4)
40. ข้าพเจ้ามีความวุ่นวายใจและตั้งเครียด เมื่อนึกถึงเรื่องที่เกี่ยวข้องกันและสนใจอยู่	(1)	(2)	(3)	(4)

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ค.

โครงการที่ใช้เป็นตัวอย่างในแผนบันทึกภาพ

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## เรื่องที่ 1

shot	ภาพ	เสียง
1	นศ. เดิน เข้า รพ. ตามทางเดิน	- วันนี้เราจะเจออะไรบ้างน้า - วันแรกของเราจะเป็นยังไงบ้างก็ไม่รู้ - ชักปอด ๆ เหมือนกัน - เราจะเลือกคนไข้ได้คนไข้เป็นยังไงบ้างก็ไม่รู้ - เลือกมาแล้วจะคุยกันรู้เรื่องไหมนะ - เฮ้อ ยังไงก็ตาม เราก็ได้รับคำแนะนำและมีความรู้ มีคู่มืออยู่แล้ว เพียงแต่เราไม่ค่อยมั่นใจเท่านั้น - มั่นใจหน่อย ๆ
2	ผป. - นศ.,	ผป. - คนสวยจัง คนสวย มาทางนี้หน่อย คุยกันก่อน นศ. - (ท่าทางลังเล) คุณเรียกใครคะ ผป. - เรียกคนนี้ (ชี้ไปที่ นศ.) นศ. - คุณเรียกฉันเหรอคะ คุณเรียกอย่างนั้น ฉันไม่ทราบ หรือว่าคุณเรียกใคร แต่ถ้าคุณเรียกว่าคุณนักศึกษา หรือพยาบาล ฉันก็จะทราบได้ว่า คุณเรียกฉันนะคะ - คุณเรียกฉันมีธุระอะไรหรือเปล่าคะ ผป. - หมอมีแฟนหรือยัง นศ. - เรื่องนี้เป็นเรื่องส่วนตัวหน่อยนะคะ ผป. - ไม่สนใจ มีแฟนหรือยัง นศ. - เรื่องนี้เป็นเรื่องส่วนตัวอย่างที่ฉันบอกแล้วนะคะ ฉันไม่ตอบคำถามนี้ละคะ ผป. - หมอมีแฟนแล้วสิ ถึงไม่ตอบ นศ. - (เงยบ บีบมือ ถอนหายใจ)

shot

ภาพ

เสียง

- ฉป. - กำลังจะไปไหนละ  
 นศ. - จะขึ้นไปชั้นบนคะ มีงานต้องทำที่ชั้นบน  
 ฉป. - ขึ้นไปด้วย  
 นศ. - คุณจะขึ้นไปทำอะไรเธอคะ  
 ฉป. - ไม่ขึ้นแล้วดีกว่า ไปละ (เดินจากไป)  
 นศ. - (ถอนหายใจ) (เดินขึ้นบันไดไป)

๑

๑. - นศ.

- อ. - เป็นยังไงบ้าง ดารา วันนี้วันแรกที่ฝึกงานที่นี่  
 นศ. - ก็ไม่ค่อยมั่นใจในตัวเองเท่าไรเลยคะ  
 - เมื่อกี้ตอนหนูจะขึ้นไปเลือก หนูพบคนไขคนหนึ่ง  
 ระหว่างทาง เขาเรียกคนสวย ๆ มานี้ก่อน  
 อ. - แล้วคุณทำยังไง  
 นศ. - หนูก็เลยถามเขาว่าเรียกใคร เขามอบว่าเรียกหนู  
 หนูก็เลยบอกว่าถ้าเรียกอย่างนี้ หนูไม่รู้หรอกว่า  
 เรียกใคร ถ้าเขาเรียกพยาบาลหรือนักศึกษา หนูก็  
 จะทราบบว่าเรียกหนู  
 อ. - บอกเขาแล้วคุณรู้สึกอย่างไรบ้างละ  
 นศ. - หนูก็รู้สึกสบายใจขึ้น เพราะรู้สึกว่าเป็นการติดต่อกัน  
 ในลักษณะของผู้มีอำนาจกับผู้ป่วยมากขึ้นคะ  
 อ. - ซิม มีเหตุผลดี  
 นศ. - เขาถามหนูว่ามีแฟนหรือยัง หนูก็เลยตอบไปว่าเรื่อง  
 นี้เป็นเรื่องส่วนตัว หนูไม่ตอบ แต่หนูพูดไปแล้วก็ไม่ค่อย  
 สบายใจนะคะ เพราะแน่ใจว่าตอบอย่างนั้นจะได้ไหม  
 แล้วก็ยังถามซ้ำอีก คราวนี้หนูใจไม่ค่อยดีเลยคะ ไม่รู้  
 จะตอบว่ายังไง เหนือซิมเลยคะ รู้สึกว่าคนไขกำลัง  
 คุกคามเรา



shot

ภาพ

เสียง

- อ. - คุณเข้าใจตัวเองได้ดีนะ แล้วคุณทำยังไงต่อ
- นศ. - ก็ยังไม่ได้ทำอะไร พอตีเขาเปลี่ยนคำถามเสียก่อน
- อ. - ถ้าเขายังถามต่อเรื่องเดิม คุณจะทำยังไง
- นศ. - (หยุดคิด) หนูคิดว่าหนูจะพูดอย่างเดิมอีก...  
ได้ไหมคะอาจารย์
- อ. - คุณมีวัตถุประสงค์อะไรล่ะ ที่ตอบเข่ว่าเรื่องนี้มัน...  
เรื่องส่วนตัว
- นศ. - หนูคิดว่า...คือหนูอยากให้คนไข้เขารู้ว่า คำถามใด  
ควรถามหรือไม่ควรถาม
- อ. - หมายความว่า คุณต้องการให้คนไข้ติดต่อกับผู้อื่นอย่าง  
ถูกต้อง ตามมารยาททางสังคม ใช่ไหม
- นศ. - ค่ะ
- อ. - แล้วใครควรจะเป็นผู้ให้เขาเห็นถึงจุดนี้
- นศ. - พยายามค่ะ... หนูเข้าใจแล้วคะอาจารย์... อันที่จริง  
หนูก็คิดว่าคงไม่ผิดอะไร เพียงแต่ไม่แน่ใจเท่านั้น  
เองคะ

4

อ.

- อ. - คุณจะมั่นใจเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ จากประสบการณ์ของคุณนะ  
ในสถานการณ์เฉพาะด้าน คุณได้ตอบกับคนไข้ได้เลย  
อย่างที่ดูเห็นว่าเหมาะสมและถูกต้องที่สุดในขณะนั้น  
เพราะที่จริงคุณก็มีหลักการอยู่ในใจอยู่แล้ว ถ้าคุณได้  
ตระหนักอยู่ตลอดเวลา คุณกำลังทำอะไร เพราะอะไร  
คุณจะมั่นใจมากขึ้น เหมือนที่คุณให้เขาเรียกคุณเสียใหม่  
ใจละ

shot

ภาพ

เสียง

5

นศ.

นศ. - คะ อาจารย์

อ. - ขอให้คุณมีความมั่นใจเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ นะ คุณ  
เริ่มต้นได้ดีแล้ว

นศ. ขอบพระคุณคะ อาจารย์ (ยิ้ม ตอนท้ายใจ)



ศูนย์วิจัยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

shot	ภาพ	เสียง
1	นศ. นิ่งอยู่ที่เก้าอี้ สนามหน้าตึกคณะ	<p>นศ. - วันนี้ต้องเข้าไปทำ interac กับคนไข้แล้วนะ วันแรกที่พบคนไข้ เราพบคนไข้ในกลุ่มแนะนำตัว มีคนไข้หลาย ๆ คน แล้วยังมีเพื่อน ๆ เราก็อีก หลายคน รู้สึกตื่นเต้นจังที่จะต้องเข้าไปพบคนไข้ คนเดียว ไม่รู้จะคุยกันได้เรื่องหรือเปล่า ตอนอยู่ใน ในกลุ่มแนะนำตัว ไม่ค่อยพูดค่อยจาเลย แต่ยังไม่ ก็ตาม เราก็อทราบแล้วนี่มาว่าจะต้องพูดอะไรกับ คนไข้บ้าง มีปัญหาอะไรก็ค่อยเอาไปคุยกับอาจารย์</p> <p>- เราทำตามขั้นตอน ไข้หลักต่าง ๆ ในการสนทนากับ คนไข้ คงช่วยเราได้มาก</p> <p>- เราจะทำให้ดีที่สุดละวันนี้</p>
2	นศ. พาคคนไข้มานิ่งที่ ระเบียง นศ. - นศ.	<p>นศ. - เรานิ่งคุยกันตรงนี้ก็แล้วกันนะคะ</p> <p>นศ. - (เฉยไม่ตอบ แต่ก็นิ่งลง)</p> <p>นศ. - บุญมา มาอยู่โรงพยาบาลที่วันแล้วคะ</p> <p>นศ. - (ไม่ตอบ มองหน้า นศ. แล้วก้มหน้าลง)</p> <p>นศ. - ค่ะ ที่วันแล้วคะ</p> <p>นศ. - (ไม่ตอบ) (ขยับเข้ามาใกล้ นศ.)</p> <p>นศ. - (นิ่งเงิบ รอคำตอบ)</p> <p>นศ. - หลายวัน (ขยับเข้ามาใกล้ นศ.)</p> <p>นศ. - (เริ่มขยับถอย) หลายวันนี้ ที่วันคะ</p> <p>นศ. - 3-4 วัน (ขยับเข้ามาอีก)</p> <p>นศ. - บุญมา เวลาฉันพูดกับบุญมา บุญมาได้ยินชัดเจน หรือเปล่านั้น</p>



shot	ภาพ	เสียง
3	ฉป. - นศ.	<p>ฉป. - ได้ยินชัด (มองหน้า นศ.)</p> <p>นศ. - พูดค่อยไปไหมคะ ฉันเห็นคุณขยับเข้ามา เลยคิดว่า ฉันอาจจะพูดเบาไป แล้วคุณได้ยินไม่ชัด</p> <p>ฉป. - ไม่</p> <p>นศ. - เอาละคะ ถ้าฉันคุยกับต่อนะคะ</p> <p>- คุณบอกว่า คุณเป็นลูกคนเดียว แล้วที่บ้านคุณอยู่กับ ใครบ้างละคะ</p> <p>ฉป. - พ่อ กับ....</p> <p>นศ. - (เงิบ)</p> <p>ฉป. - (เงิบ) (ขยับเข้ามาอีก)</p> <p>นศ. - (ขยับถอย) กับใครคะ (ท่าทางกังวล)</p> <p>ฉป. - น้า.....เขาเป็นแม่เลี้ยงนะ (ขยับเข้ามาอีก)</p>
4	นศ.	<p>นศ. - คุณพูดมาคะ ฉันเห็นคุณขยับมาทางนี้บ่อยเหลือเกิน ฉันก็คิดว่าฉันคงพูดเสียงเบาไป คุณอาจไม่ได้ยิน ฉันก็ได้ถามจากคุณแล้ว คุณก็บอกว่าได้ยินชัดเจต แต่คุณก็ยังขยับเข้ามาอีก ซึ่งจะทำให้เรานั่งใกล้ กันมากเกินไป ไม่เหมาะสม ฉันรู้สึกไม่สบายใจนะคะ ถ้าจะนั่งในลักษณะนี้ ขอให้คุณช่วยเขยิบออกไปอีกนิด ให้พอดีที่จะคุยกันได้ยินนะคะ</p>
5	นศ. - ฉป.	<p>ฉป. - (มองหน้า นศ.)</p> <p>นศ. - (ยิ้มให้ และพยักหน้าเป็นเชิงกระตุ้นให้ทำตาม)</p>

shot

ภาพ

เสียง

ฉป. - (เขยิบถอยห่างออกไป)

นศ. - ขอบคุณมากคะ เอาจะคะนั่งห่างขนาดนี้ ฉันรู้สึกสบายใจแล้ว เพราะเหมาะสมแล้ว คุณละคะ

ฉป. - (มองหน้า นศ. พยักหน้า)

๑ นศ. - ฉป.

นศ. - (ยิ้ม ถอนหายใจ)

- เอาจะ ถ้าฉันเรามาคุยกันก่อนนะคะ

- ตอนนี้คุณมาอยู่ รพ. ได้ 4-5 วันแล้ว คิดถึงบ้านไหม

ฉป. - ไม่สบาย อยู่ที่นี่ก็ดีแล้ว

นศ. - ดียังไงคะ

ฉป. - ไม่มีคนเอายาพิษให้กิน

นศ. - คุณหมายถึงใครคะ ที่จะเอายาพิษให้

ฉป. - (เงิบ)

นศ. - คุณพอจะบอกได้ไหมคะ

ฉป. - น้า

นศ. - (มองหน้า ฉป.)

ฉป. - จริง ๆ นะ เขาเอาให้ฉันกิน

นศ. - อ้าว ไหนคุณว่า คุณไม่มีน้องใจละคะ

ฉป. - มันตายไปแล้ว กินยาพิษตาย

นศ. - คุณพอจะช่วยเล่า เรื่องน้องของคุณให้ละเอียดอีกนิดได้ไหมคะ

ฉป. - (เงิบ)

นศ. - ถ้าคุณยังไม่พร้อมที่จะเล่าก็ไม่เป็นไรคะ

ฉป. - เล่าได้

shot ภาพ

เสียง

- นศ. - จิ้น เข็ญคะ
- ฉป. - น้องมันไม่สบาย น้ำเกลือดเรา น้ำเอายาให้น้องกิน  
บอกว่ายากแก้ไข น้องกินแล้วตายเลย
- 7 นศ. - ฉป.
- นศ. - น้องไม่สบาย เป็นอะไรคะ
- ฉป. - เป็นไข้ ตัวร้อนมาก
- นศ. - อายุเท่าไรคะ น้องคุณ
- ฉป. - ๑ ขวบ
- นศ. - พอทานยาเสร็จ อีกนานไหมกว่าจะตาย
- ฉป. - ตายเลย
- นศ. - น้ำคุณมาอยู่ที่บ้านคุณนานละยัง
- ฉป. - (เจียน สิ้นหัว)
- นศ. - คุณสิ้นหัว หมายความว่ายังโงะ
- ฉป. - ไม่อยากพูด (ก้มหน้า)
- นศ. - ไม่เป็นไรคะ เราเอาไว้คุยกัน เรื่องนี้วันหลังก็ได้
- ฉป. - วันนี้ไม่เล่าแล้วนะ
- นศ. - ค่ะ ๆ เอาละคะวันนี้เราคุยกันแค่นี้ก่อน วันพรุ่งนี้  
ฉันจะมาคุยกับคุณใหม่ เวลาเดิม เรามาคุยกันที่นี่นะ
- ฉป. - (เจียน พยักหน้า)
- นศ. - ตอนนี่เรากลับไปที่ตึกกัน ฉันจะไปทำงานอื่นอีกนะ
- ฉป. - นศ. (ลุกเดินกลับตึกไป)
- 8 อ. - นศ.
- อ. - ตามที่คุณเล่ามานี้ น่าสนใจทีเดียว  
คุณรู้สึกยังไงบ้างละตอนคนไข้ขยับเข้ามา
- นศ. - รู้สึกไม่พอใจคะอาจารย์ รู้สึกหงุดหงิดนิดหน่อยคะ  
หยุดเลยหาทางจะให้เขา ถอยออกไป หยุดเลย  
ถามว่าได้ยินหยุดชัด เจนไหม



shot

ภาพ

เสียง

- อ. - แต่คนไข้เขยิบมาอีกไข้ไหม
- นศ. - คะ คราวนี้หนูรู้สึกกังวลคะอาจารย์ รู้สึกว่าเริ่ม  
บีบมือหนักขึ้นได้ก็เลยหยุด
- อ. - คุณตระหนักได้เร็วสินะ เอาละคุณเล่าให้ครูฟังว่า  
คุณบอกคนไข้ว่า เห็นคุณขยับ เข้ามามีเลยคิดว่าพูด เขา  
คนไข้จะไม่ได้ยิน ไข้ไหม
- นศ. - ค่ะ
- อ. - แล้วก็คุยกันต่อ
- นศ. - คะ
- อ. - คุณคิดว่าจากที่คุณบอกคนไข้อย่างนั้น คนไข้จะได้  
เนื้อหาสำคัญในประโยคว่าคุณกำลังกังวลอยู่เรื่อง  
อะไร
- นศ. - เรื่องระดับ เสียง ที่พูดกัน (พูดซ้ำ ๆ ทำทางคิด)
- อ. - แล้วเรื่องที่คุณอยากให้เขาออกไปละ
- นศ. - (ก็ทำซ้ำคิดแล้วพยักหน้า) คงจะไม่ทราบคะ  
หนูก็เลยพูดไปตรง ๆ เลยคะ ตอนหลัง
- อ. - แล้วได้ผลไข้ไหม
- นศ. - ได้ผลคะ
- อ. - คุณคิดว่า การสื่อสารที่คุณเข้าใจส่งให้คนไข้ครั้งแรก  
มีลักษณะอย่างไร
- นศ. - ก็ไม่ค่อยชัดเจนอย่างที่หนูต้องการ... หนูตั้งใจ  
ให้เขาคิดต่อเอา... แต่เขาก็ไม่คิด
- อ. - แล้วครั้งหลังละ
- นศ. - ชัดเจนขึ้นคะ

shot

ภาพ

เสียง

- อ. - แล้วคนไข้ก็น่าใจตรงตามที่คุณต้องการใช่ไหม
- นศ. - ค่ะ
- อ. - ดีมาก คุณได้พบปัญหาการสื่อสารของคุณจากที่คุณเล่า  
มาแล้วนะค่ะ คุณทราบด้วยตนเองด้วย มันจะเป็น  
ประโยชน์ต่อคุณในการพบกับคนไข้ครั้งต่อไป และ  
ในการพูดคุยกับทุก ๆ คนด้วย
- นศ. - ขอบคุณค่ะอาจารย์ มีบ่อยครั้งนะค่ะที่หนูไม่โทษคนอื่น  
ว่าพูดไม่รู้เรื่อง หนูบอกอย่างเขาเข้าใจอย่าง  
หนูคิดว่าคงจะเป็นเหตุผลนี้เอง
- อ. - (ยิ้มให้) ดีใจด้วยที่คุณพบสาเหตุ
- นศ. - (ยิ้ม)

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## เรื่องที่ 3

shot	ภาพ	เสียง
1	นศ. เดินออกมาพบบ กับ ผป. นิ่งอยู่ที่สนาม หญ้า	<p>ผป. - หมอจะไปไหน ๆ นิ่งคุยกันก่อน</p> <p>นศ. - (หยุดเดิน) นิ่งลง</p> <p>- จะไปแผนกชายครับ</p> <p>ผป. - หมอชื่ออะไร</p> <p>นศ. - สุทัศน์ แล้วคุณชื่ออะไรครับ</p> <p>ผป. - สุธี... ชื่อเรากล้าย ๆ กันเลย</p> <p>นศ. - อ้อ... คล้ายกันจริงด้วย</p> <p>ผป. - ตะกี้หมอกำลังจะไปไหนนะ</p> <p>นศ. - ผมจะไปทำงานกับเพื่อนที่แผนกชาย</p> <p>ผป. - คุยกันดีกว่า อย่าไปเลย คุยกันสนุกดี</p> <p>นศ. - คุยกันตอนนี้ไม่ได้นะ ผมต้องไปทำงาน</p> <p>ผป. - ได้ได้ ทำไมจะไม่ได้ (ดึงมือ นศ.ไว้)</p> <p>นศ. - ที่คุยกันตอนนี้ไม่ได้ เพราะผมต้องไปทำงานเดี๋ยวนี้แล้ว</p> <p>ผป. - ไม่เอา คุยกัน คุยกันสนุกดีนะ</p> <p>นศ. - ผมเข้าใจว่าสุธีอยากมีเพื่อนคุย แต่ผมก็ไม่วางที่จะ คุยกับสุธี ถ้าเรื่องที่จะคุยเป็นเรื่องสนุก ๆ เราก็คู กันวันหลังได้ แต่ถ้าสุธีมีธุระตอนนี้ สุธีคุยกับเจ้าหน้าที่ต ได้นะ</p> <p>ผป. - ก็ได้ ๆ</p> <p>นศ. - ชื่อเรากล้าย ๆ กันนะ สุธีคงจะจำชื่อผมได้ วันหลัง เห็นผมก็เรียกนะ เราจะได้คุยกัน ถ้าผมไม่ได้อยู่ใน ระหว่างทำงานอยู่</p> <p>ผป. - ครับ</p> <p>นศ. - จินผมไปก่อนนะ</p> <p>ผป. - บ้าย บาย ๆ</p>



### ประวัติผู้เขียน

นางสาวดารารวรรณ ตะปินตา เกิดวันที่ 25 พฤษภาคม 2498 ที่อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ได้รับปริญญาครุศาสตรบัณฑิต (สาขาวิชาการพยาบาลจิตเวช) จากคณะ ครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อปีการศึกษา 2523 เข้ารับราชการในตำแหน่งอาจารย์ ประจำภาควิชาการพยาบาลจิตเวช คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ เมื่อปี พ.ศ. 2523 ได้ลาศึกษาต่อระดับบัณฑิตศึกษาที่สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา ภาควิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ระหว่างปีการศึกษา 2525-2527



ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย