

ความเครียดจากการทำงานและปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเครียด  
ของพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร

นางสาวธัญธรณ์ ทองแก้ว

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY

บทคัดย่อและแฟ้มข้อมูลฉบับเต็มของวิทยานิพนธ์ตั้งแต่ปีการศึกษา 2554 ที่ให้บริการในคลังปัญญาจุฬาฯ (CUIR)  
เป็นแฟ้มข้อมูลของนิสิตเจ้าของวิทยานิพนธ์ ที่ส่งผ่านทางบัณฑิตวิทยาลัย

The abstract and full text of theses from the academic year 2011 in Chulalongkorn University Intellectual Repository (CUIR)  
are the thesis authors' files submitted through the University Graduate School.

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาสุขภาพจิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์  
คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ปีการศึกษา 2559  
ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

Stress in the workplace and related factors among Registered  
Nurses at Outpatient Department of a Hospital in Bangkok

Miss Thanyathon Thongkaeo



A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements  
for the Degree of Master of Science Program in Mental Health

Department of Psychiatry

Faculty of Medicine

Chulalongkorn University

Academic Year 2016

Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์ ความเครียดจากการทำงานและปัจจัยที่สัมพันธ์กับ  
ความเครียดของพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก  
โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร  
โดย นางสาวธัญธรณ์ ทองแก้ว  
สาขาวิชา สุขภาพจิต  
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก รองศาสตราจารย์ แพทย์หญิงศิริลักษณ์ ศุภปีติพร

---

คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่ง  
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโทบริหารธุรกิจ

.....คณบดีคณะแพทยศาสตร์  
(ศาสตราจารย์ นายแพทย์สุทธิพงษ์ วัชรสินธุ)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

.....ประธานกรรมการ  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ แพทย์หญิงรัศมีน กัลยาศิริ)

.....อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก  
(รองศาสตราจารย์ แพทย์หญิงศิริลักษณ์ ศุภปีติพร)

.....กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย  
(รองศาสตราจารย์ ดร.สุชีรา ภัทรายุทธวรรตน์)

ัญญธรรณ์ ทองแก้ว : ความเครียดจากการทำงานและปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเครียดของพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร (Stress in the workplace and related factors among Registered Nurses at Outpatient Department of a Hospital in Bangkok) อ. ที่ปริกษาวิทยานิพนธ์หลัก: รศ. พญ.ศิริลักษณ์ ศุภปีติพร, 56 หน้า.

เหตุผลของการทำวิจัย : มีการศึกษาพบว่าความเครียดจากการทำงานส่งผลต่อประสิทธิภาพในการทำงานของพยาบาลวิชาชีพและเป็นสาเหตุที่ทำให้พยาบาลลาออกเป็นจำนวนมาก การศึกษาถึงระดับความเครียดและปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเครียดจากการทำงานด้านต่างๆ อาจใช้เป็นแนวทางป้องกันหรือแก้ไขเพื่อให้พยาบาลวิชาชีพทำงานได้อย่างมีความสุขและมีประสิทธิภาพมากขึ้น

วัตถุประสงค์ : เพื่อศึกษาถึงระดับความเครียดจากการทำงานและปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเครียดของพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร

รูปแบบการวิจัย : การศึกษาวิจัยเชิงพรรณนา ณ จุดเวลาใดเวลาหนึ่ง

สถานที่ทำการศึกษา : แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร

ตัวอย่างและวิธีการศึกษา : เก็บข้อมูลจากพยาบาลวิชาชีพที่ปฏิบัติงานประจำของแผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร ในปี 2559 จำนวน 77 คน โดยใช้แบบสอบถามแบบตอบด้วยตนเองซึ่งประกอบด้วย 1) แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล 2) แบบสอบถามสุขภาพทั่วไป (General Health questionnaire) 3) แบบสอบถามปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเครียดด้านการทำงาน สถิติที่ใช้ได้แก่ Chi-square และ Fisher's Exact Test เพื่อวิเคราะห์ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียด และใช้ Multivariate Analysis เพื่อหาปัจจัยทำนายระดับความเครียดจากการทำงาน

ผลการศึกษา : พบว่าร้อยละ 51.9 ของกลุ่มตัวอย่างมีระดับความเครียดที่เกิดจากปัจจัยด้านการทำงานระดับน้อยหรือไม่รุนแรง ส่วนกลุ่มที่เกิดความเครียดอยู่ในระดับมากหรือค่อนข้างรุนแรง พบร้อยละ 3.9 โดยปัจจัยที่สัมพันธ์กับระดับความเครียด ได้แก่ ความเพียงพอของรายได้และภาวะสุขภาพจิต และพบว่าปัจจัยที่อธิบายระดับความเครียดของพยาบาลวิชาชีพ คือ ภาวะสุขภาพจิต

สรุป : ความเครียดและปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเครียดในการศึกษาคั้งนี้ใกล้เคียงกับการศึกษาอื่นๆ การทราบปัจจัยดังกล่าวจะช่วยให้ผู้ที่เกี่ยวข้องตระหนักและใช้เป็นแนวทาง ป้องกัน แก้ไข หรือให้คำปรึกษาเพื่อช่วยลดปัญหาที่ก่อให้เกิดความเครียดซึ่งอาจส่งผลต่อการปฏิบัติงานต่อไป

ภาควิชา จิตเวชศาสตร์

ลายมือชื่อนิสิต .....

สาขาวิชา สุขภาพจิต

ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาหลัก .....

ปีการศึกษา 2559

# # 5674254230 : MAJOR MENTAL HEALTH

KEYWORDS: STRESS / REGISTERED NURSE

THANYATHON THONGKAE0: Stress in the workplace and related factors among Registered Nurses at Outpatient Department of a Hospital in Bangkok. ADVISOR: SIRILUCK SUPPAPITIPORN, 56 pp.

Background : Previous studies found that stress affected the working performance including the reasons for resignation of nurses. The study of work stress among nurses is therefore taken into account for evaluating severity and ways to mitigate stress and job resignation as well as providing good work environment and working conditions.

Objective : to examine the level of stress in the workplace of registered nurses and related factors

Design : A cross-sectional descriptive study

Setting : Outpatient Department of a Hospital in Bangkok

Materials and Methods : Data were collected from 77 nurses who worked at Outpatient Department of a hospital in Bangkok. Self-report questionnaires included: 1) General Background; 2) General Health Questionnaire-30; 3) Factors associated with the stress of work.

Result : About half of subjects had mild level of work stress. Severe level was found to be 3.9 percent. The factors related with stress were the adequacy of income and mental health. Predictive factor of the stress level of nurses was mental health.

Conclusion : Stress and factors related to stress in this study were similar to other studies. Therefore worksite health promotion and stress reduction for nurses should focus on mental health and stress management.

Department: Psychiatry

Student's Signature .....

Field of Study: Mental Health

Advisor's Signature .....

Academic Year: 2016

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี ด้วยความเมตตาของ รองศาสตราจารย์ แพทย์หญิงศิริลักษณ์ ศุภปิติพร อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ซึ่งท่านได้กรุณาให้แนวคิด คำแนะนำและข้อคิดเห็นอันเป็นประโยชน์อย่างยิ่งในการทำวิจัย รวมถึงการให้กำลังใจ เข้าใจและ รับฟังปัญหาเป็นอย่างดีเสมอมาจนวิทยานิพนธ์เล่มนี้เสร็จสมบูรณ์

ขอขอบพระคุณ ดร.ณภัทรวรรต บัวทอง สำหรับคำแนะนำด้านสถิติ รวมถึงแปล ผลการวิจัยซึ่งเป็นประโยชน์อย่างยิ่งในการทำวิจัยนี้ให้สำเร็จ ขอขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ แพทย์หญิงรัศมีน กัลยาศิริ ที่ให้เกียรติเป็นประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ และ รองศาสตราจารย์ ดร.สุชีรา ภัทรายุทธวรรตน์ ที่ให้เกียรติเป็นกรรมการสอบภายนอกมหาวิทยาลัย และ ขอขอบคุณเจ้าของแบบสอบถาม รวมไปถึงเจ้าของบทความทุกท่านที่อ้างอิงถึง

นอกจากนี้ยังขอขอบคุณคณาจารย์ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยทุกท่าน ที่ได้กรุณาถ่ายทอดความรู้อันเป็นประโยชน์อย่างยิ่งในการศึกษา รวมถึงเจ้าหน้าที่ธุรการภาคทุกท่านที่ให้ความช่วยเหลือ สนับสนุน ประสานงานให้กระบวนการ ต่างๆ สำเร็จราบรื่นตลอดระยะเวลาที่ทำการศึกษา ขอขอบคุณเพื่อนๆ พี่ๆ น้องๆ หลักสูตรปริญญา วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาสุขภาพจิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัยทุกคนที่คอยให้ความช่วยเหลือและคอยเป็นกำลังใจที่ดีเสมอมาตลอดเวลาที่ ทำการศึกษา

ขอบคุณพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอกทุกคนที่ให้ความร่วมมือในการตอบ แบบสอบถาม ขอขอบคุณ ดร.เอมอร แสงศิริและฝ่ายการพยาบาลที่อำนวยความสะดวกในการเก็บ ข้อมูลจนแล้วเสร็จ เพื่อนร่วมงานทุกคนที่สนับสนุนและกรุณาให้แลกรวบรวมวิทยานิพนธ์เสร็จ สมบูรณ์

ท้ายสุดนี้ ผู้วิจัยขอขอบคุณครอบครัวที่อยู่เคียงข้าง ให้กำลังใจและสนับสนุน การศึกษาอย่างดีเสมอมาจนสามารถก้าวผ่านอุปสรรคต่างๆ ได้สำเร็จ ขอให้ทุกท่านมีสุขภาพกาย และสุขภาพใจที่สมบูรณ์ตลอดไป

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ญ
สารบัญภาพ .....	ฎ
บทที่ 1 .....	1
บทนำ.....	1
1.1 ความสำคัญและที่มาของปัญหา (Background and rationale).....	1
1.2 คำถามการวิจัย (Research Question).....	3
1.3 วัตถุประสงค์ของการวิจัย (Research Objective).....	3
1.4 ขอบเขตการวิจัย .....	3
1.5 ตัวแปรที่ศึกษา .....	4
1.6 กรอบแนวคิดการวิจัย (Conceptual Framework).....	5
1.7 ข้อจำกัดการวิจัย (Limitation).....	6
1.8 ข้อพิจารณาทางจริยธรรม (Ethical Consideration) .....	6
1.9 คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย (Operational Definition).....	7
1.10 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ (Expected Benefit and application) .....	7
บทที่ 2 .....	8
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง .....	8
1. ความเครียด .....	9
2. พยาบาลวิชาชีพ .....	14

บทที่ 3 .....	17
วิธีดำเนินการวิจัย .....	17
3.1 รูปแบบการวิจัย (Research Design).....	17
3.2 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง .....	17
3.3 การสุ่มประชากรของกลุ่มตัวอย่าง.....	18
3.4 ขนาดตัวอย่าง (Sample Size) .....	18
3.5 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	18
3.6 การเก็บรวบรวมข้อมูล (Data Collection).....	20
3.7 การวิเคราะห์ข้อมูล (Data Analysis).....	21
บทที่ 4 .....	22
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล .....	22
ตอนที่ 1 การวิเคราะห์ข้อมูลด้วยค่า ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน .....	23
ตอนที่ 2 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของพยาบาลวิชาชีพ แผนก ผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร .....	29
ตอนที่ 3 ปัจจัยทำนายระดับความเครียดจากการทำงานและปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเครียด ของพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร เมื่อ วิเคราะห์ด้วยสถิติการถดถอย Logistic Regression Analysis .....	34
บทที่ 5 .....	35
การสรุปผลการวิจัย อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ .....	35
5.1 สรุปผลการวิจัย .....	35
5.2 อภิปรายผลการวิจัย .....	36
5.3 ข้อเสนอแนะ .....	39
5.4 การนำผลวิจัยไปใช้.....	39
รายการอ้างอิง .....	40

ภาคผนวก..... 43

ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์ ..... 56



## สารบัญตาราง

ตารางที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล ของพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งใน กรุงเทพมหานคร .....	23
ตารางที่ 2 จำนวน ร้อยละ จำแนกตามข้อความคำถามของแบบสอบถามสุขภาพทั่วไป (GHQ) เพื่อ แสดงสภาวะสุขภาพจิตของพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งใน กรุงเทพมหานคร .....	27
ตารางที่ 3 จำนวน ร้อยละ จำแนกตามข้อความคำถามของแบบสอบถามปัจจัยที่สัมพันธ์กับ ความเครียดด้านการทำงาน ของพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งใน กรุงเทพมหานคร .....	28
ตารางที่ 4 การทดสอบหาความสัมพันธ์ระหว่างข้อมูลส่วนบุคคลและระดับความเครียดของ พยาบาล วิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร โดยใช้สถิติ Chi-square และ Fisher's Exact Test .....	29
ตารางที่ 5 การทดสอบหาความสัมพันธ์ระหว่างภาวะสุขภาพจิตและระดับความเครียดของ พยาบาล วิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร โดยใช้สถิติ Fisher's Exact test.....	32
ตารางที่ 6 การทดสอบหาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านการทำงานกับความเครียดของ พยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร ในมิติต่างๆ โดยใช้ สถิติ Pearson Correlation .....	33
ตารางที่ 7 การวิเคราะห์ปัจจัยทำนายระดับความเครียดจากการทำงานของพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร (n = 77) โดยใช้การวิเคราะห์การ ถดถอย (Logistic Regression Analysis) ด้วยวิธี stepwise.....	34

## สารบัญภาพ

ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย..... 5



## บทที่ 1

### บทนำ

#### 1.1 ความสำคัญและที่มาของปัญหา (Background and rationale)

สังคมไทยมีการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาอย่างรวดเร็ว ทั้งในด้านการเมือง เศรษฐกิจ สุขภาพ และสังคม มีการนำเอาวิทยาการและเทคโนโลยีสมัยใหม่เข้ามาใช้ในการพัฒนาประเทศ ทำให้วิถีของคนไทยมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว มีการแข่งขัน ต่อสู้ดิ้นรน และการเผชิญกับ สถานการณ์บางอย่างที่ไม่คาดคิดมาก่อนซึ่งมีผลต่อปัญหาสุขภาพร่างกายและสุขภาพจิตมากขึ้นด้วย<sup>(1)</sup> กล่าวคือ ความเครียดระดับต่ำจะช่วยกระตุ้นให้มนุษย์ดำเนินชีวิตอย่างมีชีวิตชีวา มีความกระตือรือร้น แต่ความเครียดระดับสูงและเป็นอยู่นานจะเกิดผลเสียต่อร่างกาย อารมณ์ ความคิด พฤติกรรม และบุคลิกภาพ เช่น มีอาการปวดท้อง นอนไม่หลับ หงุดหงิด ขาดสมาธิ วิตกกังวล สูบบุหรี่จัด ดื่มสุรา และเป็นโรคต่างๆ เช่น โรคกระเพาะ โรคหัวใจ โรคความดันโลหิตสูง ฯลฯ ก่อให้เกิดเป็นปัญหาทางสังคมต่างๆ เช่น ปัญหาอุบัติเหตุ ปัญหายาเสพติด ปัญหาอาชญากรรม ฯลฯ

โรงพยาบาลจัดเป็นสถานที่หนึ่งที่จะต้องพบเจอกับสภาพความเครียดในการปฏิบัติงานของพยาบาลและเจ้าหน้าที่ที่มีส่วนสำคัญและมีอิทธิพลต่อการให้บริการรักษาพยาบาลประสบผลสำเร็จตามความมุ่งหมายได้ ตัวอย่างเช่น ส่วนของงานผู้ป่วยนอก OPD (Out Patient Department) ถือเป็นด่านหน้าของโรงพยาบาล ต้องต้อนรับผู้มารับบริการจำนวนมากซึ่งป่วยจากโรคที่มีความหลากหลายและแต่ละคนมีความคาดหวังที่มากน้อยแตกต่างกัน อีกทั้งเป็นจุดหนึ่งที่มีความเสี่ยงต่อการถูกร้องเรียนและฟ้องร้อง การบริการทางการแพทย์ที่ห้องตรวจโรคผู้ป่วยนอกจึงมีความสำคัญ เป็นอย่างยิ่ง โดยเฉพาะในเวลาที่มีผู้ป่วยมาใช้บริการมากทำให้พยาบาลและเจ้าหน้าที่ต้องเร่งรีบในการทำงานให้ทันกับผู้ป่วยที่มาใช้บริการ ถือเป็นจุดหนึ่งที่อาจก่อให้เกิดความเครียดระหว่าง ปฏิบัติงานได้

บุคลากรพยาบาลและผดุงครรภ์ถือเป็นกลุ่มที่ใหญ่ที่สุดของทรัพยากรบุคคลด้านสุขภาพที่ปฏิบัติงานทั้งในโรงพยาบาลและในชุมชน โดยที่วิชาชีพพยาบาลเป็นงานอาชีพที่เกิดความเครียดได้ง่ายและตลอดเวลา เพราะเป็นงานที่เกี่ยวข้องกับชีวิตและความปลอดภัยของผู้ที่มารับบริการ ต้องปฏิบัติงานท่ามกลางความเจ็บปวด ความทุกข์ทรมานและความตาย การปฏิบัติงานที่มีปริมาณ มากเกินไป ต้องทำงานแข่งกับเวลา ต้องมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ทั้งผู้ป่วย ญาติ และผู้ร่วมงาน ซึ่งมีฐานะและ พัฒนาการทางอารมณ์ที่แตกต่างกันไป ตลอดจนภาวะที่เกิดจากสภาพแวดล้อมใน การทำงานจึงทำให้พยาบาลต้องเผชิญกับความเครียดในการปฏิบัติงาน<sup>(2)</sup> ในสถานการณ์ที่พยาบาลต้องเผชิญกับงานที่ดูแลผู้ป่วยที่มีอาการเปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลาเป็นสถานการณ์ที่ทำให้พยาบาลเกิดความเครียด<sup>(3)</sup> โดยเฉพาะในปัจจุบันมี การปฏิรูประบบสุขภาพ การประกันคุณภาพการให้บริการของโรงพยาบาล รวมทั้งการประกัน คุณภาพแก่ประชาชน ทำให้มีการปรับเปลี่ยนการให้การพยาบาลการบริหารทางด้าน ทรัพยากรบุคคลที่มีอยู่อย่างจำกัดให้มีประโยชน์มากที่สุดและเกิดความพึงพอใจสูงสุดแก่ผู้รับบริการ

ทำให้เกิดความเครียดแก่พยาบาลและเจ้าหน้าที่ได้มาก เมื่อมีความเครียดเกิดขึ้นจะส่งผลกระทบต่อ การปฏิบัติงาน โดยพบว่าความเครียดจะทำให้บุคลากรมีปัญหาในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น ทำให้ ความพึงพอใจในงานลดลง เกิดความเบื่อหน่ายในงาน ทำให้ขาดความตั้งใจ ไม่เต็มใจที่จะปฏิบัติงาน ความรู้สึกได้รับผิดชอบในหน้าที่ลดลง เกิดการลาป่วย ขาดงาน ลาออก โอนย้าย และทำให้ประสิทธิภาพ ในการคิดและปฏิบัติงานลดลง<sup>(4)</sup> ทั้งนี้ซูลลิแวน และเดคเกอร์<sup>(5)</sup> ได้กล่าวว่า ความเครียดทำให้พยาบาล ขาดสมาธิบกพร่องในการรับรู้ เกิดพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไป การศึกษาของจามาลล์ และบาบา<sup>(6)</sup> ที่ ทำการศึกษาในเรื่องความเครียดในงานและภาวะหมดไฟ ในผู้บริหารและพยาบาลชาวแคนาดาเคย พบว่าเมื่อพยาบาลมีความเครียดจนเกิดภาวะหมดไฟ ทำให้เกิดปัญหาในการสร้างสัมพันธภาพกับบุคคล อื่นในที่ทำงานได้ ซึ่งวาเลนตินโน<sup>(7)</sup> ได้ทำการศึกษาเรื่องอนาคตในวิชาชีพพยาบาล พบว่ามีการลาออก ของพยาบาลในประเทศสหรัฐอเมริกาเป็นจำนวนมาก โดยสาเหตุเนื่องจากพยาบาลเกิดความเครียด

การจัดการความเครียดมีบทบาทสำคัญมากต่อความสำเร็จหรือความล้มเหลวของ องค์กร องค์กรจะเจริญรุดหน้าเมื่อคนในองค์กรทำงานกันอย่างมีประสิทธิภาพสูง แต่ถ้าองค์กรใด ระบบการทำงานมีประสิทธิภาพต่ำ ย่อมก่อให้เกิดปัญหานานัปการและเพิ่มภาระแก่ผู้บริหารองค์กร ไม่น้อย การทำงานเป็นเวลานานจนเกิดความเหนื่อยล้า ความซ้ำซากจำเจของงานภาระงาน และ ความ รับผิดชอบงานสูงทำให้งานหนักเกินไปหรือมีปัญหาชีวิตส่วนตัว นโยบายการบริหารงานของ องค์กร บทบาทของบุคลากร การเปลี่ยนแปลงทางสังคม ภาวะเศรษฐกิจของประเทศ ฯลฯ มี ผลกระทบให้คนในองค์กรเกิดความตึงเครียด สับสน วุ่นวาย เกิดความรู้สึกเหนื่อย หงุดหงิด ภาระงาน กระจายบางครั้งท้อแท้และสิ้นหวังขาดความเชื่อมั่น ทำงานล่าช้ากว่าปกติ มีความขัดแย้งกันใน หน่วยงาน<sup>(8)</sup>

อีกทั้งโรงพยาบาลขนาดใหญ่ที่ทันสมัยในปัจจุบันมีการดำเนินงานการบริการทางการแพทย์ การรักษาพยาบาล ฟื้นฟูสมรรถภาพ ป้องกันโรคและรักษาประชาชนทั่วไป โดยได้ให้บริการทาง การแพทย์ พยาบาล ตลอดจนการนำเทคโนโลยีทางการแพทย์และวิทยาศาสตร์ที่ทันสมัยรวมทั้ง ระบบคอมพิวเตอร์มาใช้ในการรักษาพยาบาล มีการค้นคว้าวิจัยพัฒนาการรักษาและพัฒนาบุคลากร ทุกระดับอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้โรงพยาบาลมีความก้าวหน้าในด้านการรักษาพยาบาล รวมทั้งมีการ สนับสนุนการค้นคว้าวิจัย ฝึกอบรมและบริการวิชาการด้านต่างๆ ที่เป็นแหล่งอ้างอิงได้ในระดับสากล บริหารจัดการองค์กรให้มีความคล่องตัว มีประสิทธิภาพทางการเงิน จากคุณสมบัติเหล่านี้ทำให้ พยาบาลวิชาชีพที่ปฏิบัติงานในโรงพยาบาลอาจประสบกับปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดต่างๆ หลาย ด้านไม่ว่าจะเป็นการทำงานให้สอดคล้องกับระบบการประกันคุณภาพให้ได้ตามมาตรฐานหรือไม่ว่า การทำงานให้ได้ตามความคาดหวังของผู้ป่วยที่เชื่อมั่นในระบบการรักษาและคุณสมบัติอื่นของ โรงพยาบาล

จากที่กล่าวมาข้างต้นจะเห็นได้ว่าการเปลี่ยนแปลงทางสังคมอย่างรวดเร็วและปัจจัยต่างๆ ในการทำงานอาจก่อให้เกิดความเครียดขึ้นได้ อันเป็นสาเหตุให้พยาบาลเกิดความไม่พึงพอใจในงาน ขาดประสิทธิภาพในการทำงาน สุขภาพใจไม่แข็งแรงหรือแม้กระทั่งเป็นสาเหตุให้พยาบาลลาออก จากวิชาชีพได้

ผู้วิจัยได้ตระหนักถึงความสำคัญของความเครียดจากการทำงานในโรงพยาบาลที่คุกคามภาวะสุขภาพของพยาบาลวิชาชีพ เพื่อนำข้อมูลที่ได้ไปเป็นแนวทางในการลดความรุนแรงของความเครียดจากการทำงาน เพื่อให้พยาบาลวิชาชีพสามารถปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของพยาบาลวิชาชีพและบริการพยาบาลโดยรวมต่อไป

## 1.2 คำถามการวิจัย (Research Question)

1. ระดับความเครียดของพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานครเป็นอย่างไร
2. ปัจจัยใดบ้างที่สัมพันธ์กับระดับความเครียดของพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร

## 1.3 วัตถุประสงค์ของการวิจัย (Research Objective)

1. เพื่อศึกษาถึงระดับความเครียดจากการทำงานของพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร
2. เพื่อศึกษาถึงปัจจัยที่สัมพันธ์กับระดับความเครียดของพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร

## 1.4 ขอบเขตการวิจัย

การศึกษานี้มุ่งเน้นการศึกษาความเครียดจากการทำงานและปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเครียด โดยการแปลผลจะอยู่ในบริบทของพยาบาลวิชาชีพที่มีใบประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ที่ยังใช้ประโยชน์ได้โดยไม่ถูกพักใช้หรือเพิกถอนหรือยังไม่หมดอายุ ปฏิบัติงานประจำ (full time) และให้บริการและดูแลผู้ป่วยในแผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร ในปี 2559 และไม่อยู่ระหว่างลาคลอดหรือลาปฏิบัติงานนานเกิน 3 เดือน ไม่รวมถึงพยาบาลที่มาปฏิบัติงานเป็นครั้งคราว (Part Time) และไม่รวมถึงผู้ปฏิบัติงานพยาบาลหรือเจ้าหน้าที่ดูแลผู้ป่วยอื่นๆ

## 1.5 ตัวแปรที่ศึกษา

### ตัวแปรอิสระ ประกอบด้วย

1. ข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา ใบประกอบวิชาชีพ ลักษณะงานที่ทำ ประสิทธิภาพในการทำงาน ลักษณะการขึ้นปฏิบัติงาน รายได้เฉลี่ย ความเพียงพอของรายได้ จำนวนชั่วโมงที่ทำงานเฉลี่ยต่อสัปดาห์ โรคประจำตัวและลักษณะที่พักอาศัย

2. ภาวะสุขภาพจิต

3. ปัจจัยด้านการทำงาน ได้แก่ ความเหนื่อยล้าจากการทำงาน ปัญหาการทำงานและภาระงานที่ได้รับ สภาพแวดล้อมของการทำงาน นโยบายการบริหารงานขององค์กร บทบาทในองค์กร สัมพันธภาพระหว่างเพื่อนร่วมงาน ค่าตอบแทนและสวัสดิการ

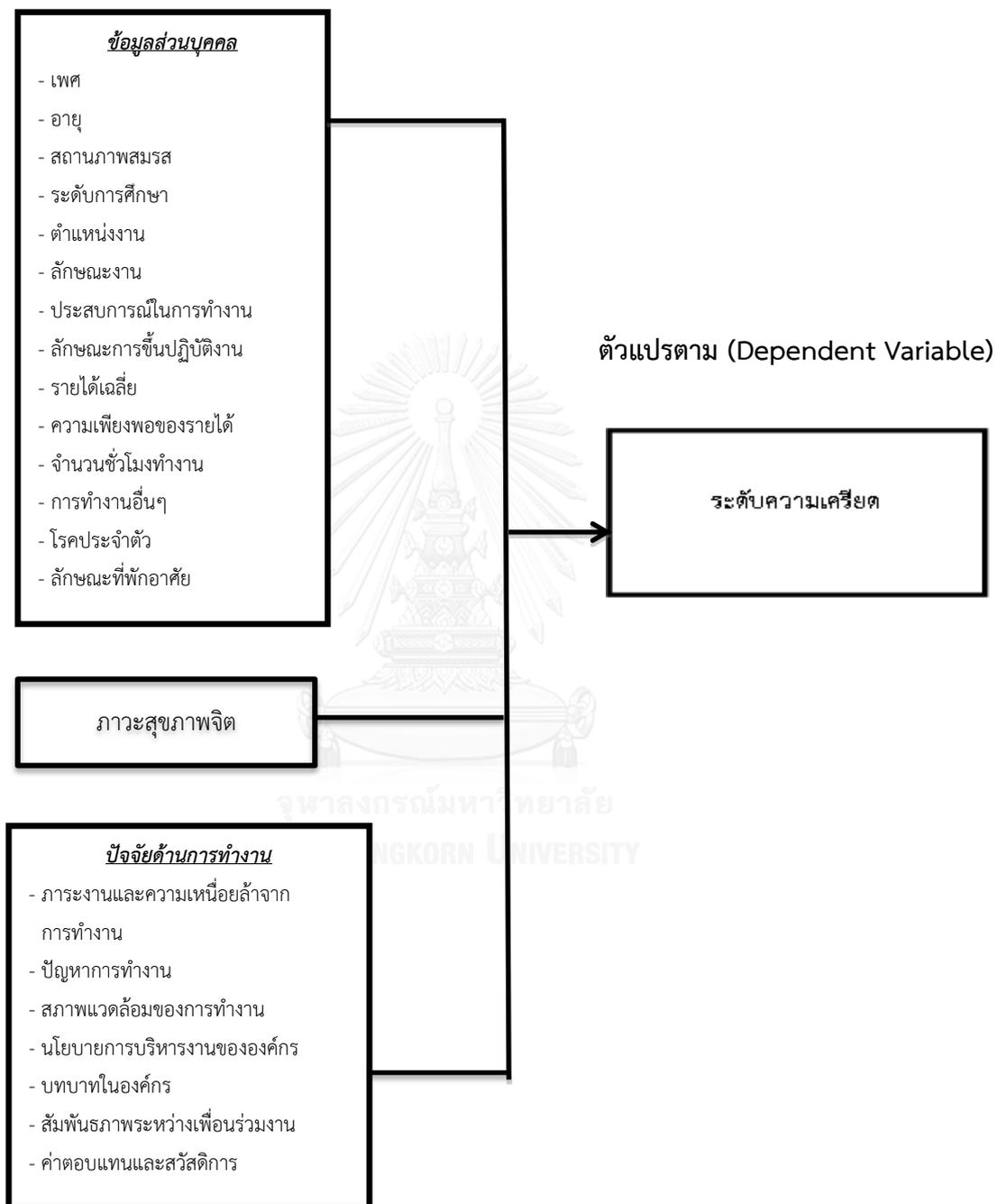
### ตัวแปรตาม ประกอบด้วย

ระดับความเครียด



## 1.6 กรอบแนวคิดการวิจัย (Conceptual Framework)

### ตัวแปรต้น (Independent Variable)



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

### 1.7 ข้อจำกัดการวิจัย (Limitation)

กลุ่มตัวอย่างที่ทำการเก็บข้อมูล เก็บข้อมูลเฉพาะพยาบาลวิชาชีพที่มีใบประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ที่ยังใช้ประโยชน์ได้โดยไม่ถูกพักใช้หรือเพิกถอนหรือยังไม่หมดอายุ ปฏิบัติงานประจำ (full time) และให้บริการและดูแลผู้ป่วยในแผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร ในปี 2559 และไม่อยู่ระหว่างลาคลอดหรือลาปฏิบัติงานนานเกิน 3 เดือนเท่านั้น ไม่รวมถึงพยาบาลที่มาปฏิบัติงานเป็นครั้งคราว (Part Time) และไม่รวมถึงผู้ปฏิบัติงานพยาบาลหรือเจ้าหน้าที่ดูแลผู้ป่วยอื่นๆ จึงไม่สามารถสรุปผลแทนพยาบาลวิชาชีพทั้งหมดได้

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบ Cross-sectional Studies ซึ่งเก็บข้อมูลในช่วงระยะเวลา 2 เดือนที่ผ่านมาเท่านั้น อาจจะมีปัจจัยต่างๆ ที่เกิดขึ้นที่ส่งผลต่อความเครียดของผู้วิจัยในระยะนี้ ซึ่งหากมีการเก็บข้อมูลในช่วงเวลาที่แตกต่างกันอาจจะได้ผลการวิจัยที่แตกต่างออกไป

### 1.8 ข้อพิจารณาทางจริยธรรม (Ethical Consideration)

ข้อมูลที่ได้จากการวิจัย เป็นการตอบแบบสอบถามซึ่งแสดงความรู้สึกส่วนตัวโดยอิสระ ดังนั้นผู้วิจัยจะเก็บข้อมูลเป็นความลับ ไม่นำข้อมูลส่วนตัวมาเปิดเผย รวมทั้งเปิดโอกาสให้ผู้เข้าร่วมการวิจัยได้รับทราบข้อมูลในการทำวิจัยและการแสดงความยินยอมในการเข้าร่วมการวิจัยก่อนทำการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้ให้ข้อมูลมีสิทธิที่จะปฏิเสธการเข้าร่วมวิจัยเมื่อใดก็ได้ ผู้วิจัยจะระมัดระวังอันตรายที่จะเกิดขึ้นทั้งทางร่างกายและจิตใจ รวมทั้งผู้เข้าร่วมโครงการวิจัยสามารถมีอิสระที่จะสมัครใจเข้าร่วมโครงการโดยไม่มีการข่มขู่ บังคับใดๆ จากผู้วิจัยหรือผู้ที่มีอิทธิพลอำนาจ และผู้วิจัยจะไม่แสวงหาประโยชน์จากผู้เข้าร่วมโครงการวิจัยเพื่อความก้าวหน้าทางวิชาการ และจะไม่ทอดทิ้งหรือแบ่งแยกบุคคลหรือกลุ่มคนที่อาจจะได้ประโยชน์จากความก้าวหน้าของการวิจัย ขั้นตอนและวิธีการศึกษาวิจัยได้ยึดหลักจรรยาบรรณของการวิจัยในมนุษย์ ดังนี้

1. หลักความเคารพในบุคคล (respect for person) ผู้วิจัยให้ข้อมูลอย่างครบถ้วนจนผู้เข้าร่วมวิจัยเข้าใจเป็นอย่างดีและตัดสินใจอย่างอิสระในการให้ความยินยอมเข้าร่วมการวิจัย ผู้วิจัยจะเก็บรักษาความลับของผู้ให้ข้อมูล การรายงานผล การศึกษาจะไม่ระบุชื่อ ตำแหน่ง สถานที่พักอาศัยของผู้ให้ข้อมูล ทั้งนี้เพื่อเป็นหลักประกันว่าการศึกษาจะไม่มีผลกระทบส่วนบุคคล ให้การเคารพในการให้คำยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย โดยได้รับข้อมูลที่ถูกต้อง พอเพียง ไม่ปิดบังข้อมูลเกี่ยวกับความเสี่ยงที่อาจจะเกิดขึ้นในระหว่างการศึกษา ผู้ให้ข้อมูลไม่ถูกชักจูงด้วยอามิสสินจ้างและมีสิทธิที่จะถอนตัวจากโครงการวิจัยโดยไม่ต้องชดใช้ค่าเสียหาย

2. หลักการให้ประโยชน์ ไม่ก่อให้เกิดอันตราย (Beneficence / Non-maleficance) ผู้เข้าร่วมวิจัยอาจมีความเสี่ยงเล็กน้อยที่ไม่มากกว่าความเสี่ยงในชีวิตประจำวัน หรือ Minimal risks เช่น เสียเวลา ไม่สะดวก แต่การเก็บข้อมูลจะไม่ก่อให้เกิดความเสียหาย หรือมีผลกระทบต่อบุคคล หรือองค์การที่อ้างอิงถึง

3. หลักยุติธรรม (justice) ผู้เข้าร่วมวิจัยสามารถเป็นผู้ที่มีเชื้อชาติ ศาสนา หรือฐานะใดก็ได้ มีเกณฑ์การคัดเลือกอย่างชัดเจน มีการกระจายความเสี่ยงและมีการสุ่มตัวอย่างประชากรอย่างเท่าเทียมกัน

### 1.9 คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย (Operational Definition)

1. ความเครียด เป็นสภาวะจิตใจและร่างกายที่เปลี่ยนแปลงไป เป็นผลจากการที่บุคคลต้องปรับตัวต่อสิ่งกระตุ้นหรือสิ่งเร้าต่างๆ ในสิ่งแวดล้อมที่กดดันหรือคุกคามให้เกิด ความทุกข์ ความไม่สบายใจ

2. พยาบาลวิชาชีพ หมายถึง ผู้ที่สำเร็จการศึกษาพยาบาลในระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่า จากมหาวิทยาลัยหรือวิทยาลัยพยาบาลที่สภากาชาดรับรอง ที่มีใบประกอบวิชาชีพฯ ที่ยังใช้ประโยชน์ได้โดยไม่ถูกพักใช้หรือเพิกถอนหรือยังไม่หมดอายุและปฏิบัติงานให้บริการด้านสุขภาพตาม วุฒิสถาบันการศึกษาดังกล่าว

### 1.10 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ (Expected Benefit and application)

1. เพื่อช่วยให้ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องหรือมีบทบาทหน้าที่ในโรงพยาบาล ได้ตระหนักถึงความเครียดและปัจจัยต่างๆ ที่สัมพันธ์กับความเครียด

2. เพื่อใช้เป็นแนวทางการป้องกันและแก้ไข หรือช่วยลดปัญหาที่ก่อให้เกิดความเครียดและทำให้พยาบาลวิชาชีพสามารถทำงานได้อย่างมีความสุขและมีประสิทธิภาพมากขึ้น

3. เพื่อใช้เป็นแนวทางในการให้คำปรึกษาแก่พยาบาลวิชาชีพที่เกิดความเครียดอันจะก่อให้เกิดผลต่อการปฏิบัติงาน

## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

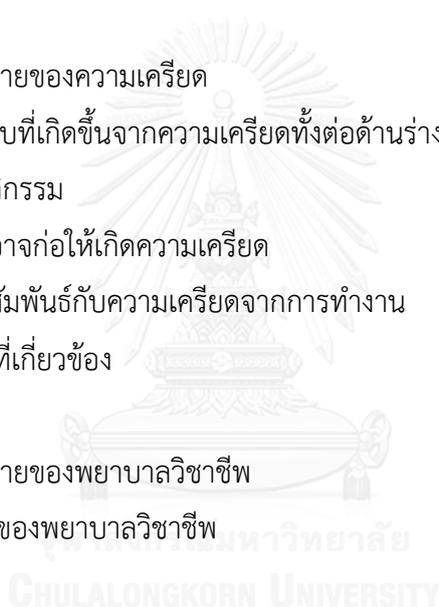
การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความเครียดจากการทำงานและปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเครียดของพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร โดยผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าแนวคิด ทฤษฎี และหาข้อมูลจากแหล่งความรู้ต่างๆ ได้แก่ ตำรา เอกสาร วารสาร บทความ งานวิจัย รวมทั้งการสืบค้นจากอินเทอร์เน็ตที่เกี่ยวข้อง จากนั้นผู้วิจัยนำความรู้และข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ รวบรวม โดยนำเสนอสาระสำคัญเป็น 2 ส่วนคือ

#### 1. ความเครียด

- ความหมายของความเครียด
- ผลกระทบที่เกิดขึ้นจากความเครียดทั้งต่อด้านร่างกาย ด้านจิตใจและอารมณ์ ด้านพฤติกรรม
- ปัจจัยที่อาจก่อให้เกิดความเครียด
- ปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเครียดจากการทำงาน
- งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

#### 2. พยาบาลวิชาชีพ

- ความหมายของพยาบาลวิชาชีพ
- ประเภทของพยาบาลวิชาชีพ



## 1. ความเครียด

ศรีจันทร์ พรจิราศิลป์<sup>(9)</sup> กล่าวว่าความเครียดเป็นภาวะของอารมณ์หรือความรู้สึกที่เกิดขึ้นเมื่อบุคคลต้องเผชิญกับปัญหาต่างๆ และทำให้รู้สึกถูกกดดัน ไม่สบายใจ วุ่นวายใจ กลัว วิตกกังวล ตลอดจนถูกบีบคั้น เมื่อบุคคลรับรู้หรือประเมินว่าปัญหาเหล่านั้นเป็นสิ่งที่คุกคามจิตใจ หรืออาจจะก่อให้เกิดอันตรายแก่ร่างกาย จะส่งผลให้สภาวะสมดุลของร่างกายและจิตใจเสียไป โดยร่างกายจะแสดงปฏิกิริยาตอบสนองต่อความเครียดและทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในด้านต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นด้านร่างกาย ด้านจิตใจและอารมณ์ รวมทั้งด้านพฤติกรรม แต่เมื่อเวลาผ่านไป และความเครียดเหล่านั้นคลายลง ร่างกายจะกลับเข้าสู่สภาวะสมดุลอีกครั้งหนึ่ง

### 1. ด้านร่างกาย

ภาวะที่เครียดเกิดขึ้นจะกระตุ้นระบบประสาทอัตโนมัติ ทำให้เกิดอาการหน้ามืดเป็นลม เจ็บหน้าอก ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ หลอดเลือดอุดตัน โรคอ้วน แผลในกระเพาะอาหาร เมื่อบุคคลตกอยู่ในความเครียดเป็นเวลานานจะทำให้สุขภาพร่างกายเลวลงเนื่องจากเกิดความไม่สมดุลของระบบฮอร์โมนซึ่งเป็นชีวเคมีที่สำคัญต่อมนุษย์เพราะทำหน้าที่ช่วยควบคุมการทำงานของระบบต่างๆ ภายใน ขณะเกิดความเครียดจะทำให้ต่อมใต้สมองถูกกระตุ้น ทำให้ต่อมหมวกไตหลั่งฮอร์โมนคอร์ติซอล (cortisol) เพิ่มขึ้น จะทำให้เกิดอาการทางกายหลายอย่าง แตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล ตั้งแต่ปวดศีรษะ ปวดหลัง อ่อนเพลียหากบุคคลนั้นต้องเผชิญกับความเครียดที่รุนแรงมากๆ อาจส่งผลให้บุคคลเสียชีวิตได้เนื่องจากระบบการทำงานที่ล้มเหลวของร่างกาย เช่นคนที่มีโรคเบาหวาน เป็นโรคประจำตัวอยู่แล้ว หากเกิดความเครียดอย่างรุนแรง ฮอร์โมนคอร์ติซอลจะไปกระตุ้นระดับน้ำตาลในเลือดให้ สูงขึ้นหรือลดต่ำลงอย่างผิดปกติและทำให้เกิดอาการช็อกได้ หรือในบางรายที่ระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายทำงานได้ ไม่เต็มที่ส่งผลให้เกิดเป็นอาการของโรคหอบหืด โรคภูมิแพ้ต่างๆ โรคผิวหนัง อาจมีอาการผมร่วงและมีอัตราเสี่ยง ต่อการเกิดโรคมะเร็งได้ง่ายกว่าเมื่อเทียบกับคนปกติ

### 2. ด้านจิตใจและอารมณ์

จิตใจของบุคคลที่เครียดจะเต็มไปด้วยการหมกมุ่นครุ่นคิด ไม่สนใจสิ่งรอบตัว ใจลอยขาดสมาธิ ความระมัดระวังในการทำงานเสียไปเป็นเหตุให้เกิดอุบัติเหตุได้ง่าย จิตใจขุ่นมัว โมโหโกรธง่าย สูญเสียความเชื่อมั่นในความสามารถที่จะจัดการกับชีวิตของตนเอง เคร้าซึม คับข้องใจ วิตกกังวล ขาดความภูมิใจในตนเอง ในบางรายที่ตกอยู่ในภาวะเครียดอย่างยาวนานมาก อาจก่อให้เกิดอาการทางจิตจนกลายเป็นโรคจิตโรคประสาทได้ เนื่องจากการเผชิญต่อภาวะเครียดเป็นเวลานานฮอร์โมนคอร์ติซอลที่มีปริมาณเพิ่มขึ้น จะทำให้เซลล์ประสาทฝ่อและลดจำนวนลง โดยเฉพาะในสมองส่วนที่เกี่ยวข้องกับกับความจำและสติปัญญาความเครียดจึงทำให้ทำให้ความจำและสติปัญญาลดลง และยังมีผลต่อการทำงานของระบบสารสื่อประสาทที่ทำหน้าที่เกี่ยวกับอารมณ์และพฤติกรรมโดยเฉพาะสารสื่อประสาท จึงทำให้เกิดอาการซึมเศร้าและวิตกกังวลกว่าเวลาปกติ

### 3. ด้านพฤติกรรม

การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายดังที่กล่าวในข้างต้น ไม่เพียงแต่จะทำให้ระบบการทำงานของร่างกายผิดเพี้ยนไป แต่ยังทำให้พฤติกรรมการแสดงออกของบุคคลเปลี่ยนแปลงด้วย ยกตัวอย่างเช่น บุคคลที่เครียดมากๆ บางรายจะมีอาการเบื่ออาหารหรือบางรายอาจจะรู้สึกง่วงตัวเองหิวอยู่ตลอดเวลา และทำให้มีการบริโภคอาหารมากกว่าปกติ มีอาการนอนหลับยากหรือนอนไม่หลับหลายคืนติดต่อกัน ประสิทธิภาพในการทำงานน้อยลง เริ่มปลีกตัวจากสังคม และเผชิญกับความเครียดอย่างโดดเดี่ยวบ่อยครั้งบุคคลจะมีพฤติกรรมปรับตัวต่อความเครียดในทางที่ผิด เช่น สูบบุหรี่ ติดเหล้า ติดยา เล่นการพนัน การเปลี่ยนแปลงของสารเคมีบางอย่างในสมองทำให้บุคคลมีพฤติกรรมก้าวร้าวมากขึ้น ความอดทนเริ่มต่ำลง พร้อมทั้งจะเป็นศัตรูกับผู้อื่นได้ง่าย อาจมีการอาละวาดขว้างปาข้าวของ ทำร้ายผู้อื่น ทำร้ายร่างกายตนเอง หรือหากบางรายที่เครียดมากอาจเกิดอาการหลงผิดและตัดสินใจแบบชั่ววูบนำไปสู่การฆ่าตัวตายในที่สุด

กรมอนามัย, กระทรวงสาธารณสุข<sup>(10)</sup> ความเครียด เป็นสภาวะจิตใจและร่างกายที่เปลี่ยนแปลงไป เป็นผลจากการที่บุคคลต้องปรับตัวต่อสิ่งกระตุ้นหรือสิ่งเร้าต่างๆ ในสิ่งแวดล้อมที่กดดันหรือคุกคามให้เกิด ความทุกข์ ความไม่สบายใจ

ตนเอง เกี่ยวกับสุขภาพและการเจ็บป่วย ทั้งรุนแรงและไม่รุนแรงทำให้เกิดความเครียดได้ บุคลิกภาพ ผู้ที่มีบุคลิกภาพที่ชอบแข่งขัน เร่งรีบ ต้องการเอาชนะไม่อดทน จะมีความเครียดมาก

*ครอบครัว* ความขัดแย้งในครอบครัว ปัญหาเรื่องลูก ความยุ่งยาก เรื่องเพศ ฯลฯ

*การงาน* ขึ้นอยู่กับลักษณะงาน ภาระงาน ความสัมพันธ์กับผู้ร่วมงานระดับต่างๆค่าตอบแทน ฯลฯ

*สิ่งแวดล้อม* อากาศ แสง เสียง ฝุ่นความร้อน ฯลฯ

แบ่งความเครียดตามปริมาณของความเครียดที่สัมพันธ์กับผลการปฏิบัติงานแบ่งออกเป็น 3 ระดับ ดังนี้<sup>(11)</sup>

1. ความเครียดระดับต่ำ จะทำให้ขาดความท้าทายในการปฏิบัติงาน ผู้ปฏิบัติงานเกิดความเกียจคร้าน เบื่อหน่าย ขาดความสนใจ ทำงานไปเรื่อยๆ แบบเช้าชามเย็นชาม ให้หมดเวลาไปวันๆ ทำให้ประสิทธิผลในการปฏิบัติงานต่ำ
2. ความเครียดระดับปานกลาง เมื่อความเครียดเพิ่มขึ้น การปฏิบัติงานจะดีขึ้น เพราะความเครียดช่วยกระตุ้นให้คนใช้พลังในการทำงานเพิ่มขึ้น และเป็นสิ่งเร้าให้บุคคลทำงานตามสิ่งท้าทายนั้นไปจนระดับหนึ่งและผู้ปฏิบัติงานทำงานได้ดีที่สุด ภายใต้ปริมาณความเครียดที่เหมาะสม

3. ความเครียดระดับสูง เมื่อความเครียดเพิ่มขึ้น และต่อเนื่องเป็นระยะเวลาานาน พลังในกายที่ต่อต้านกับความกดดันจากภายนอกค่อยๆ ลดลงและหมดแรง บุคคลไม่สามารถจัดการกับปัญหาต่างๆ ได้ ไม่สามารถตัดสินใจเกิดความท้อแท้ ในการทำงาน เบื่องาน ทำให้ประสิทธิภาพของผู้ปฏิบัติงานลดลง บางรายเบื่องาน ไม่ต้องการที่จะทำงานที่เดิม

มรรยาท รุจิวิชัย<sup>(12)</sup> ความเครียดเป็นอุปสรรคที่คอยรบกวนสุขภาพของจิตใจและ ร่างกาย ความเครียดเกิดขึ้นเมื่อบุคคลนั้นต้องกระทำหน้าที่ฝืนระดับความสามารถปกติ ผลของความเครียดเป็นอันตรายต่อตนเอง ครอบครัวและสังคม ความเครียดเกิดขึ้นได้กับทุกคน ทุกเพศและทุกวัย ตั้งแต่เด็ก เล็ก หนุ่มสาว ผู้ใหญ่ จนถึงผู้สูงอายุ

สุรีย์ กาญจนวงศ์, จริยาวัตร คมพัยค์ม<sup>(13)</sup> ความเครียดเป็นแนวคิดพื้นฐานจาก ความสัมพันธ์ระหว่างกายกับจิตที่เชื่อกันว่าความรู้สึกหรืออารมณ์มีผลต่อสุขภาพหรือความเจ็บป่วยทางกายได้ โดยความเครียดทางจิตใจมีผลโดยตรงต่อการทำงานของร่างกายโดยเฉพาะระบบฮอร์โมนและความเจ็บป่วยเกิดขึ้นจากพฤติกรรมที่มีผลมาจากความเครียด ส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทาง ร่างกายที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ และความเจ็บป่วยเป็นการตอบสนองทางพฤติกรรมต่อสถานการณ์ความเครียด

ปี เอปสไตน์<sup>(14)</sup> กล่าวว่าสถานการณ์ในการทำงานที่ก่อให้เกิดความเครียดมากที่สุด แก่ทั้งชายและหญิง คือ มีภาระหน้าที่มากมายแต่มีเวลาเพียงเล็กน้อย กำหนดส่งงาน ความขัดแย้งระหว่างบุคคล ความแตกต่างในด้านความคิดเห็น ความต้องการ ค่านิยม และความคาดหวัง มีภาระหน้าที่มากมายแต่ไม่มีอำนาจในการตัดสินใจ การพูดหน้าที่ประชุมหรือการยืนอยู่ในที่แจ้ง ค่าตอบแทนที่ไม่เป็นธรรมและการแบ่งแยก ก่อให้เกิดความเครียดขึ้นแก่ผู้ที่ประสบกับสภาวะเหล่านั้นได้

กาญจนา วิเชียรประดิษฐ์, ทนงศักดิ์ ยิ่งรัตนสุข, ศรีรัตน์ ล้อมพงศ์<sup>(15)</sup> ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดจากการทำงานของพยาบาลวิชาชีพในโรงพยาบาลสังกัดมหาวิทยาลัยที่อยู่ในกำกับของรัฐ ได้แก่ ปัจจัยด้านการเปลี่ยนแปลงรูปแบบการบริหารองค์กร และ ความเพียงพอของรายได้

ศิริกร อักษรดี<sup>(16)</sup> ศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านบุคคลและปัจจัยด้านงานกับความเครียดของพนักงานต้อนรับภาคพื้นดิน บริษัทการบินไทย จำกัด (มหาชน) ผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยด้านลักษณะบุคคลในเรื่อง เพศ อายุ สถานภาพสมรส อายุงานและรายได้ มีความสัมพันธ์กับความเครียด ส่วนปัจจัยด้านบุคคลในเรื่องบุคลิกภาพไม่มีความสัมพันธ์กับ ความเครียด ในขณะที่ปัจจัยด้านงานในเรื่องลักษณะของงานที่ปฏิบัติ ความสัมพันธ์กับผู้บังคับบัญชาและลักษณะการทำงานเป็นกะ มีความสัมพันธ์กับความเครียด โดยความสัมพันธ์เป็นไปในทางลบ ส่วนปัจจัยด้านงานในเรื่องความสัมพันธ์กับความเครียด พนักงานส่วนใหญ่มีความเครียดระดับปานกลาง และระดับความคิดเห็นของพนักงานต้อนรับภาคพื้นดินที่มีต่อปัจจัยด้านงานอยู่ในระดับปานกลาง

อุดม มาสแสง<sup>(17)</sup> ทำการศึกษาความเครียด ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อระบบการดูแล ช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษาโรงเรียนมัธยมศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี จำนวน 245 คน พบว่าร้อยละ 39.76 มีภาวะเครียด โดยปัจจัยที่สัมพันธ์กับภาวะเครียด ได้แก่ มีอายุมากกว่า 40 ปีขึ้นไป มีคู่สมรสแล้ว เข้าทำงานมากกว่า 2 ปี มี มีรายได้เฉลี่ยเดือนละ 10,001-20,000 บาทและมีรายได้ทางเดียว มีประวัติของตนเองหรือบุคคลในครอบครัวเจ็บป่วยทางจิต

พัชรวัลย์ เรื่องศรีจันทร์, ศิริลักษณ์ ศุภปิติพร<sup>(18)</sup> ได้ทำการศึกษาเรื่องความเครียดของพยาบาล ความคิดเห็นต่อการเตรียมพร้อมเป็นโรงพยาบาลดึงดูดใจและปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเครียดของพยาบาลวิชาชีพโรงพยาบาลเอกชนระดับอินเตอร์เนชั่นแนล โดยทำการศึกษาในกลุ่มตัวอย่าง 300 ราย พบว่าพยาบาลส่วนใหญ่มีความเครียดในระดับสูงถึงสูงมาก คิดเป็นร้อยละ 64.3 และปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเครียดของพยาบาลวิชาชีพได้แก่ปัจจัยเกี่ยวกับงานและความรู้สึกที่มีต่อ งาน ด้านการยอมรับนับถือจากผู้ป่วย จากเพื่อนร่วมงานและจากผู้บังคับบัญชา

สุพรรณิ พุ่มแพ่ง, บุญใจ ศรีสถิตนรากร<sup>(19)</sup> ทำการศึกษาเรื่องปัจจัยที่ทำให้เกิดความเครียดใน งานของพยาบาลวิชาชีพโรงพยาบาลตติยภูมิ โดยเก็บข้อมูลจากพยาบาลวิชาชีพ 300 ราย พบว่า ปัจจัยที่ทำให้เกิดความเครียดสูงสุดคือ ด้านผู้ป่วยและครอบครัว รองลงมาคือ สมดุลระหว่างชีวิตและ การทำงาน พฤติกรรมภาวะผู้นำของหัวหน้าหอผู้ป่วย สภาพแวดล้อมในการทำงาน และค่าตอบแทน และสวัสดิการ

สนิท พร้อมสกุล, สมใจ สุทธาพิทักษ์ผล, กฤษณา แสงวงดี<sup>(20)</sup> ทำการศึกษาเรื่องปัจจัยที่มี อิทธิพลต่อภาวะสุขภาพของพยาบาลวิชาชีพในสถานบริการสุขภาพภาครัฐ เขตตรวจราชการ สาธารณสุขที่ 17 เก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง 418 คน พบว่าปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการบาดเจ็บ จากการดำเนินงานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ได้แก่ จำนวนชั่วโมงการนอนหลับ ปัญหาการนอนหลับ ตำแหน่งงานในปัจจุบัน ลักษณะงานที่ทำในปัจจุบัน ระยะเวลาทำงานและการทำงานต่อเนื่อง

ลักขณา พลอยเลื่อมแสง<sup>(21)</sup> ศึกษาเรื่องภาวะเครียดและพฤติกรรมเผชิญความเครียดของ พยาบาลที่ปฏิบัติงานในแผนกผู้ป่วยใน โรงพยาบาลสวนปรุง จังหวัดเชียงใหม่ โดยทำการศึกษาใน พยาบาล 125 คน พบว่ามีความเครียดโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง และปัจจัยที่สัมพันธ์กันขึ้นอยู่กับ สภาพการสมรส โดยพยาบาลที่มีสถานภาพสมรสหย่าร้างจะมีความเครียดมากกว่าสถานภาพที่เป็น โสด ม่ายและคู่ตามลำดับ

หรรษา ลีลาทนาพร<sup>(22)</sup> ศึกษาเรื่องภาวะสุขภาพจิตของเจ้าหน้าที่โรงพยาบาล สมุทรสาคร โดยสำรวจภาวะสุขภาพจิตของเจ้าหน้าที่โรงพยาบาลสมุทรสาคร จำนวน 1,162 คน พบว่าส่วนใหญ่มี ระดับความเครียดอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 47.7 และเรื่องงานพบว่าเป็นสาเหตุสำคัญของ ความเครียด

รวีวรรณ พลวิชัย<sup>(23)</sup> ทำการศึกษาเรื่องความเครียดในการปฏิบัติงานของพยาบาล ห้องฉุกเฉินโรงพยาบาลเอกชนในเขตกรุงเทพมหานคร โดยเก็บในกลุ่มตัวอย่าง 178 คน พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความเครียดในระดับรุนแรง คิดเป็นร้อยละ 16.9 ระดับสูงร้อยละ 28.7 และระดับปานกลางร้อยละ 36 โดยปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเครียดในการปฏิบัติงานของพยาบาลฉุกเฉินคือความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงานและปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเครียดในการปฏิบัติงาน ได้แก่ ปัจจัยสาเหตุเรื่องงาน และปัจจัยสาเหตุด้านการเงิน

เจษฎา คุงามมาก<sup>(24)</sup> ศึกษาเรื่องความเครียดในการทำงานของอาจารย์มหาวิทยาลัยรัฐ พบว่าส่วนใหญ่มีความเครียดระดับต่ำถึงปานกลาง ขณะที่ความแตกต่างของเพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ต่อเดือน สถานภาพสมรส สถานภาพภายในสถาบันอุดมศึกษา ประเภทมหาวิทยาลัยรัฐ กลุ่มวิชา ตำแหน่งทางวิชาการ อายุงาน และจำนวนชั่วโมงการทำงานสอน ต่อสัปดาห์ พบว่าไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนปัจจัยเกี่ยวกับองค์การที่มีผลต่อความเครียดในการทำงานของอาจารย์มหาวิทยาลัยรัฐเป็นอันดับแรก คือ ด้านการประกันคุณภาพการศึกษา รองลงมา คือ ด้านค่าตอบแทน ด้านภาระงานทางวิชาการ ด้านระบบบริหารและการจัดการภายในมหาวิทยาลัย และด้านตำแหน่งทางวิชาการ ตามลำดับ

นิติกร ภูสุวรรณ<sup>(25)</sup> ผู้สูงอายุที่มีรายได้และความพอเพียงของรายได้ต่างกันมีระดับความเครียดแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

สุวรรณมา อรุณพงศ์ไพศาล, ยุภัตรา ปัตถามัง, เพ็ชรสาลี สุวรรณมาศ<sup>(26)</sup> ศึกษาเรื่องความชุกปัญหาสุขภาพจิตในพยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลร้อยเอ็ด โดยทำการวิจัยในพยาบาลวิชาชีพ จำนวน 307 คน พบว่าความชุกของปัญหาสุขภาพจิตในพยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลร้อยเอ็ดมีร้อยละ 10.3 ปัจจัยอื่นที่เกี่ยวข้องกับปัญหาสุขภาพจิต ได้แก่ การสูญเสียคนรักหรือความเครียดรุนแรง ปัญหาในการทำงานที่มาจากขาดแคลนบุคลากร และขาดความชำนาญการ ควรจะมีการส่งเสริมสุขภาพจิต และจัดสรรอัตรากำลังให้เหมาะสม ร่วมกับพัฒนาบุคลากรให้มีความรู้ความสามารถเพื่อช่วยป้องกันและแก้ไขปัญหาสุขภาพจิตของพยาบาล ซึ่งเป็นกำลังสำคัญในการบริการทางการแพทย์และสาธารณสุข

ล่อทิพย์ เจตียนุวัตร<sup>(27)</sup> ศึกษาเพื่อหาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับภาวะสุขภาพจิตของ บุคลากรสาธารณสุข จังหวัดกาญจนบุรี โดยเก็บข้อมูลจากบุคลากรสาธารณสุขที่เป็นข้าราชการสังกัดกระทรวงสาธารณสุขปฏิบัติราชการที่จังหวัดกาญจนบุรี จำนวน 326 คน พบว่าบุคลากรสาธารณสุขส่วนใหญ่มีความเครียดจากเหตุการณ์ในชีวิตประจำวันในเกณฑ์ปกติ มีความเครียดจากการปฏิบัติงานในระดับปานกลาง และมีผู้ที่มีปัญหาสุขภาพจิตร้อยละ 15.3 ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับภาวะสุขภาพจิตคือปัจจัยด้านการปฏิบัติงานในเรื่องของความรู้สึก ปัจจัยด้าน ความเครียดจากเหตุการณ์ใน

ชีวิตประจำวัน ในเรื่องของชีวิตส่วนตัวและภายในครอบครัว ปัจจัยด้านความเครียดจากการปฏิบัติงานในเรื่องของภาระงาน และความคลุมเครือเกี่ยวกับบทบาท การทำงาน

## 2. พยาบาลวิชาชีพ

กระทรวงสาธารณสุข<sup>(28)</sup> พยาบาลวิชาชีพ หมายถึง ผู้ที่สำเร็จการศึกษาพยาบาลในระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่า จากมหาวิทยาลัยหรือวิทยาลัยพยาบาลที่สภากาชาดไทยรับรอง ที่มีใบประกอบวิชาชีพฯ ที่ยังใช้ประโยชน์ได้โดยไม่ถูกพักใช้หรือเพิกถอนหรือยังไม่หมดอายุ และปฏิบัติงานให้บริการด้านสุขภาพตามวุฒิการศึกษาดังกล่าว ในแต่ละกลุ่ม ประกอบด้วย

### กลุ่ม 1

1.1 พยาบาลวิชาชีพที่ให้บริการในแผนกผู้ป่วยนอกของโรงพยาบาลและสถานบริการทุกระดับ หมายถึงพยาบาลวิชาชีพที่ให้บริการพยาบาลในแผนกหรือหน่วยงานผู้ป่วยนอกของโรงพยาบาล และสถานบริการทุกระดับ (เช่น ศูนย์บริการสาธารณสุข สถานีอนามัย ศูนย์สุขภาพชุมชนหรือหน่วยบริการสุขภาพอื่น ๆ ที่มีลักษณะเทียบเคียงกับหน่วยบริการดังกล่าว) และหมายรวมถึงพยาบาลวิชาชีพที่ปฏิบัติงานในห้องฉุกเฉินในกรณีที่โรงพยาบาลหรือสถานบริการไม่ได้แยกทีมให้บริการพยาบาลระหว่างแผนกอุบัติเหตุและฉุกเฉินและแผนกผู้ป่วยนอก

1.2 พยาบาลวิชาชีพในงานการพยาบาลครอบครัวและชุมชน หมายถึง พยาบาลวิชาชีพที่ให้บริการพยาบาลดูแลสุขภาพแบบองค์รวม แก่ครอบครัวที่บ้าน และในชุมชน

1.3 พยาบาลวิชาชีพที่ให้บริการในงานอนามัยชุมชน/อนามัยโรงเรียน/อาชีวอนามัย หมายถึง พยาบาลวิชาชีพที่ให้บริการพยาบาลด้านการส่งเสริมสุขภาพ ป้องกันโรค การรักษาพยาบาล และการฟื้นฟูสุขภาพ ในชุมชน/โรงเรียน/สถานประกอบการต่าง ๆ

1.4 อาจารย์พยาบาลที่สอนและคุมการฝึกปฏิบัติงานและร่วมให้บริการในกลุ่มนี้หมายถึง อาจารย์พยาบาล ที่สอนและคุมการฝึกปฏิบัติงานของนักศึกษาพยาบาลในหน่วยบริการหรืองานบริการในกลุ่ม 1

### กลุ่ม 2

2.1 พยาบาลวิชาชีพที่ให้บริการใน ER หมายถึง พยาบาลวิชาชีพ ที่ให้บริการพยาบาลประจำหน่วยหรือแผนกอุบัติเหตุและ ฉุกเฉิน รวมทั้งการให้การพยาบาลในห้องฉุกเฉิน การให้การพยาบาล ณ จุดเกิดเหตุ และการพยาบาลในห้องสังเกตอาการ

2.2 พยาบาลวิชาชีพที่ให้บริการใน LR หมายถึง พยาบาลวิชาชีพที่ให้บริการพยาบาลการเฝ้าคลอด การคลอด และการดูแลมารดาและทารกหลังคลอด ในห้องคลอด

2.3 พยาบาลวิชาชีพที่ให้บริการใน OR หมายถึง พยาบาลวิชาชีพที่ให้บริการผ่าตัดประจำห้องผ่าตัดทั้งในระยะก่อน ระหว่าง และหลังผ่าตัด

2.4 พยาบาลวิชาชีพที่ให้บริการใน IPD หมายถึง พยาบาลวิชาชีพที่ให้บริการพยาบาลในหอผู้ป่วยในทุกหอผู้ป่วย รวมทั้งพยาบาลวิชาชีพที่ปฏิบัติงานใน ICU, CCU หรือหอผู้ป่วยหนัก/ผู้ป่วยวิกฤต ซึ่งยังไม่ผ่านการอบรมหลักสูตรการพยาบาลเฉพาะทางผู้ป่วยหนัก/ผู้ป่วยวิกฤต

2.5 พยาบาลวิชาชีพที่ให้บริการในงาน IC หมายถึง พยาบาลวิชาชีพผู้ทำหน้าที่พยาบาลควบคุมการติดเชื้อในโรงพยาบาล

2.6 พยาบาลวิชาชีพที่ให้บริการในงานตรวจและบำบัดพิเศษต่าง ๆ หมายถึง พยาบาลวิชาชีพ ที่ผ่านการฝึกอบรมและปฏิบัติงานประจำในหน่วยงานตรวจ และบำบัดพิเศษ เช่น เคมีบำบัด รังสีรักษา ตรวจรักษาผ่านกล้อง หรือเครื่องมือพิเศษ กระตุ้นพัฒนาการเด็ก ตรวจสวนหัวใจ ตรวจสมรรถภาพหัวใจและปอด ไตเทียม ปอดและหัวใจเทียม ปลูกถ่ายอวัยวะ การบำบัดสารเสพติด การบำบัดทางจิต การฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ป่วย/ผู้พิการ งานบริการปรึกษาด้านสุขภาพอนามัย (Counseling) งานตรวจรักษาขั้นต้นโดยพยาบาลที่ได้รับอนุมัติบัตรพยาบาลเวชปฏิบัติทั่วไป ฯลฯ (สภาการพยาบาลเป็นผู้กำหนดงานตรวจและบำบัดพิเศษ)

2.7 อาจารย์พยาบาลที่สอนและคุมการฝึกปฏิบัติงานให้บริการในกลุ่มนี้หมายถึง อาจารย์พยาบาล ที่สอนและคุมการฝึกปฏิบัติงานของนักศึกษาพยาบาลในหน่วยบริการหรืองานบริการในกลุ่ม 2

### กลุ่ม 3

3.1 พยาบาลวิชาชีพที่ให้บริการในงานพยาบาลวิสัญญี หมายถึง วิสัญญีพยาบาลที่ผ่านการอบรมในหลักสูตรวิสัญญีพยาบาล ที่มีระยะเวลาตั้งแต่ 1 ปีขึ้นไป ที่ได้รับการรับรองจากสภาการพยาบาลแห่งประเทศไทย หรือจากต่างประเทศที่สภาการพยาบาลแห่งประเทศไทยให้การรับรอง และปฏิบัติงานบริการวิสัญญีทั้งในระยะก่อน ระหว่าง และหลังการระงับความรู้สึก

3.2 พยาบาลวิชาชีพที่ให้บริการในงานพยาบาลเวชปฏิบัติ (NP) หมายถึง พยาบาลวิชาชีพที่เป็นพยาบาลเวชปฏิบัติ (NP) ซึ่งได้รับวุฒิตั้ตรจากสภาการพยาบาลแห่งประเทศไทย หรือวุฒิตั้ตรจากต่างประเทศที่สภาการพยาบาลแห่งประเทศไทยให้การรับรอง และปฏิบัติงานการตรวจรักษาขั้นต้นในโรงพยาบาล/สถานบริการหรือในชุมชน

3.3 พยาบาลวิชาชีพที่ให้บริการในงานการปฏิบัติการพยาบาลขั้นสูง หมายถึง พยาบาลวิชาชีพ ที่ให้บริการในงานการปฏิบัติการพยาบาลขั้นสูง หรือการผดุงครรภ์ขั้นสูง (APN) ซึ่งเป็นผู้ที่ได้รับวุฒิตั้ตรจากสภาการพยาบาลแห่งประเทศไทย หรือวุฒิตั้ตรจากต่างประเทศที่สภาการพยาบาลแห่งประเทศไทยให้การรับรอง หรือเป็นผู้ที่สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาโททางการพยาบาลทางคลินิกหรือปริญญาเอก และปฏิบัติงานการพยาบาลขั้นสูงตรงตามสาขา

3.4 พยาบาลวิชาชีพที่ให้บริการในงานการพยาบาลใน ICU ,CCU หรือผู้ป่วยหนัก/ผู้ป่วยวิกฤต หมายถึง พยาบาลวิชาชีพที่ให้บริการพยาบาลใน ICU, CCU หรือผู้ป่วยหนักหรือผู้ป่วยวิกฤต

ซึ่งเป็นพยาบาลที่ผ่านการอบรมหลักสูตรการพยาบาลเฉพาะทางผู้ป่วยหนัก/ผู้ป่วยวิกฤตที่สภาการพยาบาลให้การรับรอง

3.5 พยาบาลวิชาชีพที่ให้บริการในงานการพยาบาล ผู้ป่วยติดเชื้รุนแรง/อันตรายหมายถึง พยาบาลวิชาชีพ ที่ให้บริการพยาบาลในหอผู้ป่วยติดเชื้รุนแรง/อันตราย (โรคติดเชื้รุนแรง/อันตราย เป็นไปตามประกาศของกระทรวงสาธารณสุข)

3.6 หัวหน้าทีมควบคุมคุณภาพการบริการทางการพยาบาลหมายถึง เฉพาะหัวหน้าพยาบาลในโรงพยาบาล หรือสถาบันเฉพาะทาง หรือหน่วยบริการชื่ออื่นที่เทียบเท่า

3.7 อาจารย์พยาบาลที่สอนและคุมการฝึกปฏิบัติงานให้บริการในกลุ่มนี้หมายถึง อาจารย์พยาบาล ที่สอนและคุมการฝึกปฏิบัติงานของนักศึกษาพยาบาลในหน่วยบริการหรืองานบริการในกลุ่ม 3



### บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย

#### 3.1 รูปแบบการวิจัย (Research Design)

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา ณ ช่วงเวลาใดเวลาหนึ่งแบบตัดขวาง (Cross-sectional Descriptive Study) เพื่อศึกษาถึงความเครียดจากการทำงานและปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเครียดของพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร

#### 3.2 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรเป้าหมาย (Target Population) พยาบาลวิชาชีพที่ปฏิบัติงานประจำและให้บริการบริการและดูแลผู้ป่วยในแผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร

ประชากรตัวอย่าง (Sample Population) พยาบาลวิชาชีพที่ปฏิบัติงานประจำและให้บริการบริการและดูแลผู้ป่วยในแผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร ในปี 2559 จำนวน 85 คน

กลุ่มตัวอย่าง (Sample) พยาบาลวิชาชีพที่ปฏิบัติงานประจำและให้บริการบริการและดูแลผู้ป่วยในแผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร ในปี 2559 และไม่อยู่ระหว่างลาคลอดหรือลาปฏิบัติงานนานเกิน 3 เดือน

##### เกณฑ์การคัดเลือกเข้า (Inclusion Criteria)

1. เป็นพยาบาลวิชาชีพ ซึ่งสำเร็จการศึกษาพยาบาลในระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่าจากมหาวิทยาลัยหรือวิทยาลัยพยาบาลที่สภากาชาดไทยรับรอง มีใบประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ที่ยังใช้ประโยชน์ได้โดยไม่ถูกพักใช้หรือเพิกถอนหรือยังไม่หมดอายุ
2. ปฏิบัติงานให้บริการด้านสุขภาพและดูแลผู้ป่วยในส่วนของผู้ป่วยนอก (Out Patient Department : OPD) และปฏิบัติงานแบบเต็มเวลา (Full Time)
3. ปฏิบัติงานในปี 2559 และไม่อยู่ในระหว่างลาคลอดหรือลาปฏิบัติงานนานเกิน 3 เดือนในช่วงที่เก็บข้อมูล
4. สามารถอ่านและเขียนภาษาไทยได้
5. ยินยอมและสมัครใจเข้าร่วมการวิจัย

##### เกณฑ์การคัดออก (Exclusion Criteria)

มีโรคประจำตัวร้ายแรงหรือโรคทางจิตเวชที่ไม่สามารถควบคุมได้

### 3.3 การสุ่มประชากรของกลุ่มตัวอย่าง

เนื่องจากการวิจัยนี้จะทำการเก็บข้อมูลจากประชากรที่เข้าเกณฑ์การศึกษาทั้งหมด 85 คน ดังนั้น การวิจัยนี้จึงไม่มีการสุ่มตัวอย่าง

### 3.4 ขนาดตัวอย่าง (Sample Size)

โดยคำนวณจากสูตรหาขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่ระดับความเชื่อมั่น 95% ค่าความคลาดเคลื่อน กำหนดที่ร้อยละ 12

$$\text{คำนวณจากสูตร} \quad n = \frac{z^2 p(1-p)}{d^2}$$

โดย  $n$  = ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

$z$  = ค่า  $z$  จากตาราง  $z$  เมื่อ 0.05 มีค่าเท่ากับ 1.96

$p$  = ค่าความชุกของความเครียดของพยาบาลวิชาชีพ = 0.48<sup>(22)</sup>

$d$  = ความคลาดเคลื่อนกำหนดที่ร้อยละ 12

$$\begin{aligned} \text{แทนค่า} \quad n &= \frac{(1.96)^2 (0.48)(0.52)}{(0.12)^2} \\ &= 67 \text{ คน} \end{aligned}$$

และเพื่อป้องกันความผิดพลาด การวิจัยนี้จะทำการเก็บข้อมูลจากประชากรที่เข้าเกณฑ์การศึกษาทั้งหมด 85 คน ดังนั้นการวิจัยนี้จึงไม่มีการสุ่มตัวอย่าง

### 3.5 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การศึกษาในครั้งนี้ผู้วิจัยใช้แบบสอบถาม (Questionnaire) เป็นเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยใช้แบบสอบถาม 3 ส่วน ดังนี้

1. แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคล ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นเองจากงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง มีข้อคำถามทั้งหมดจำนวน 14 ข้อได้แก่ อายุ เพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา ใบประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ลักษณะงานที่ทำ ประสบการณ์ในการทำงาน ลักษณะการขึ้นปฏิบัติงาน รายได้เฉลี่ย ความเพียงพอของรายได้ จำนวนชั่วโมงที่ทำงานเฉลี่ยต่อสัปดาห์ โรคประจำตัวและลักษณะที่พักอาศัย

**2. แบบสอบถามสุขภาพทั่วไป (General Health Questionnaire) ประเมินโดยใช้แบบสอบถามสุขภาพทั่วไป (General Health Questionnaire-30 ฉบับภาษาไทย) ซึ่งพัฒนาโดย ธนา นิลชัยโกวิท<sup>(29)</sup> เป็นแบบคัดกรองปัญหาสุขภาพจิตที่ได้รับการยอมรับกว้างขวางที่สุดในปัจจุบันสามารถคัดกรองปัญหาสุขภาพจิตได้ดีโดยบอกได้ว่าบุคคลนั้นจะมีปัญหาสุขภาพจิตหรือไม่ แต่ไม่สามารถบอกการวินิจฉัยได้ว่าเป็นโรคทางจิตเวชชนิดใด มีค่าความเชื่อถือได้และ ความแม่นยำอยู่ในเกณฑ์ดี ได้แก่ ความสอดคล้องภายใน (Internal consistency) ของข้อคำถาม มีค่าความเชื่อมั่นสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ตั้งแต่ 0.84 – 0.94 และมีค่าความไว (Sensitivity) ตั้งแต่ร้อยละ 78.1 ถึง 85.3 และความจำเพาะ (Specificity) ตั้งแต่ร้อยละ 84.4 ถึง 89.7**

#### การให้คะแนน

การให้คะแนนของ GHQ Goldberg แนะนำให้ใช้การคิดแบบ GHQ score (0-0-1-1) ซึ่งสะดวกและได้ผลไม่แตกต่างจากการคิดคะแนนแบบ Likert score (0-1-2-3) โดยพบว่า correlation ระหว่าง 2 วิธีนี้อยู่ระหว่าง 0.92-0.94

#### การแปลผล

Thai GHQ – 30 ใช้จุดตัดคะแนนต่ำ 3/4 โดยคะแนนตั้งแต่ 4 ขึ้นไปถือว่าผิดปกติ

**3. แบบสอบถามปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเครียดด้านการทำงาน** ซึ่งได้พัฒนามาจากแบบสอบถามปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดด้านการทำงานของศุภพร จิตรรังสฤษฏ์<sup>(30)</sup> มีค่าความเชื่อมั่นสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) เท่ากับ 0.95 ซึ่งในการวิจัยนี้ผู้วิจัยได้มีการปรับข้อคำถามให้เนื้อหาสอดคล้องกับความเครียดด้านการทำงานของพยาบาลวิชาชีพ

แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) 5 ระดับ โดยให้ค่าคะแนนคำตอบจากแบบสอบถาม ดังนี้

ไม่เลย	ให้คะแนน	1	คะแนน
เล็กน้อย	ให้คะแนน	2	คะแนน
ปานกลาง	ให้คะแนน	3	คะแนน
มาก	ให้คะแนน	4	คะแนน
มากที่สุด	ให้คะแนน	5	คะแนน

### เกณฑ์การแปลความหมายของคะแนน

แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการทำงานนี้ การคิดค่าคะแนนของแบบสอบถาม คิดจากค่าเฉลี่ยของคะแนนแต่ละข้อที่ได้จากแบบสอบถาม โดยมีความหมาย ดังนี้

- |           |     |   |
|-----------|-----|---|
| 1.00-1.49 | คือ | ปัจจัยด้านการทำงานเป็นสาเหตุทำให้เกิดความเครียดได้น้อยที่สุดหรือแทบไม่เกิดเลย |
| 1.50-2.49 | คือ | ปัจจัยด้านการทำงานเป็นสาเหตุทำให้เกิดความเครียดได้น้อยหรือไม่รุนแรง           |
| 2.50-3.49 | คือ | ปัจจัยด้านการทำงานเป็นสาเหตุทำให้เกิดความเครียดได้ปานกลาง                     |
| 3.50-4.49 | คือ | ปัจจัยด้านการทำงานสาเหตุทำให้เกิดความเครียดได้มากหรือค่อนข้างรุนแรง           |
| 4.50-5.00 | คือ | ปัจจัยด้านการทำงานเป็นสาเหตุให้เกิดความเครียดได้มากที่สุดหรือรุนแรง           |

### 3.6 การเก็บรวบรวมข้อมูล (Data Collection)

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยเป็นผู้เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยมีขั้นตอนการดำเนินการดังนี้

1. ผู้วิจัยได้ศึกษาข้อมูล โดยศึกษาจากเอกสาร หนังสือ วารสาร งานวิจัย วิทยานิพนธ์ รายงานการประชุม เอกสารราชการและเอกสารอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ
2. ผู้วิจัยทำหนังสือเสนอภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เพื่อออกหนังสือเสนอต่อผู้อำนวยการโรงพยาบาลหรือผู้ที่มีอำนาจเกี่ยวข้องในการขอเก็บข้อมูลจากพยาบาลวิชาชีพที่ปฏิบัติงาน ณ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร
3. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามพร้อมหนังสือขอความร่วมมือส่งถึงฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร หรือผู้ที่มีอำนาจเกี่ยวข้องเพื่อขออนุญาตในการเก็บข้อมูล
4. เก็บรวบรวมข้อมูลโดยผู้วิจัยนำแบบสอบถามไปแจกกับพยาบาลวิชาชีพที่ปฏิบัติงาน ณ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร จำนวน 85 ชุด โดยให้ผู้เข้าร่วมวิจัยตอบแบบสอบถามทั้งหมดด้วยตนเองและส่งแบบสอบถามตอบกลับผู้วิจัยโดยตรง โดยใช้ระยะเวลาในการตอบแบบสอบถามประมาณ 30 – 45 นาที

5. ผู้วิจัยอธิบายวัตถุประสงค์ วิธีการที่จะปฏิบัติต่อผู้เข้าร่วมการวิจัย ประโยชน์และความเสี่ยง โดยอธิบายรายละเอียดเกี่ยวกับคำถาม ชี้แจงว่าการเก็บข้อมูลจะไม่ก่อให้เกิดความเสียหาย การรายงานผลการวิจัยจะไม่มีผลกระทบต่อผู้เข้าร่วมการวิจัย ข้อมูลจะถูกเก็บเป็นความลับ ไม่สามารถเชื่อมโยงไปถึงตัวผู้เข้าร่วมการวิจัยได้ เนื่องจากไม่มีการระบุชื่อผู้ตอบแบบสอบถามในแบบสอบถาม ตลอดจนตอบข้อสงสัยจนผู้ที่ได้รับเชิญให้เข้าร่วมการวิจัยเข้าใจและให้เวลาตัดสินใจโดยอิสระก่อนลงนามให้ความยินยอม

6. ผู้วิจัยตรวจสอบความครบถ้วนของข้อมูลและคำตอบเพื่อให้ได้ข้อมูลที่สมบูรณ์ นำข้อมูลที่ได้มาคิดคะแนนและวิเคราะห์ต่อไป

### 3.7 การวิเคราะห์ข้อมูล (Data Analysis)

1. การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) เพื่อหาค่าสถิติ ทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป (SPSS Version 20) เพื่อหาค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เพื่อใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

2. การวิเคราะห์ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการทำงาน โดยใช้สถิติเชิงอนุมาน เช่น chi-square, T-Test หรือ One-way Anova ตามความเหมาะสมของข้อมูล

3. การวิเคราะห์ปัจจัยทำนายความเครียด โดยใช้ Multiple Regression Analysis มาวัด

## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึงระดับความเครียดและปัจจัยที่สัมพันธ์กับระดับความเครียดของพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร ซึ่งมีพยาบาลจำนวน 85 คน โดยทำการเก็บข้อมูล ระหว่างวันที่ 15 ตุลาคม - 15 พฤศจิกายน 2559 จากแบบสอบถามที่ส่งให้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 85 ชุด ได้รับแบบสอบถามที่มีข้อมูลครบถ้วนกลับมาจำนวน 77 ชุด คิดเป็นร้อยละ 90.59 ผู้วิจัยนำข้อมูลของการตอบแบบสอบถามของพยาบาลวิชาชีพจำนวน 3 ชุด ได้แก่ แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบสอบถามสุขภาพทั่วไป (Thai GHQ-30) และแบบสอบถามปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดด้านการทํางาน มาวิเคราะห์ผล และข้อมูลที่ได้ผู้วิจัยได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล แบ่งเป็น 3 ตอน ตามลำดับดังต่อไปนี้

**ตอนที่ 1** การวิเคราะห์ข้อมูลด้วยค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เพื่อบรรยายลักษณะของพยาบาลวิชาชีพที่ปฏิบัติงานในแผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร ได้แก่

- ข้อมูลส่วนบุคคล
- ข้อมูลสุขภาพทั่วไป
- ระดับความเครียดจากการทํางาน

**ตอนที่ 2** ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร

**ตอนที่ 3** ปัจจัยทำนายระดับความเครียดจากการทํางานและปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเครียดของพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร

ตอนที่ 1 การวิเคราะห์ข้อมูลด้วยค่า ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เพื่อบรรยายลักษณะ ของพยาบาลวิชาชีพที่ปฏิบัติงานในแผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งใน กรุงเทพมหานคร

ตารางที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล ของพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งใน กรุงเทพมหานคร

ข้อมูลส่วนบุคคล (n=77)	จำนวน (คน)	ร้อยละ (%)
<b>อายุ</b>		
< 35 ปี	9	11.7
36 – 45 ปี	53	68.8
> 45 ปี	15	19.5
(Mean = 41.62, S.D. = 5.92, Min = 25, Max = 59)		
<b>เพศ</b>		
ชาย	0	0
หญิง	77	100
<b>สถานภาพการสมรส</b>		
โสด/หม้าย/หย่าร้าง/แยกกันอยู่	37	48.1
คู่	40	51.9
<b>ระดับการศึกษาสูงสุด</b>		
ปริญญาตรีหรือเทียบเท่า	41	53.2
ปริญญาโท	30	39.0
- การพยาบาล	8	26.7
- จิตวิทยา/สุขภาพจิต	6	20.0
- บริหาร	6	20.0
- วิทยาศาสตร์	2	6.7
- เวชศาสตร์ชุมชน/เวชศาสตร์ป้องกัน	2	6.7
- สุขศึกษา/อนามัยชุมชน	2	6.7
- รัฐประศาสนศาสตร์	1	3.3
- เวชปฏิบัติชุมชน	1	3.3
- สาธารณสุขศาสตร์	1	3.3
- ไม่ระบุ	1	3.3

ตารางที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล ของพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งใน กรุงเทพมหานคร (ต่อ)

ข้อมูลส่วนบุคคล (n=77)	จำนวน (คน)	ร้อยละ (%)
<b>ระดับการศึกษาสูงสุด</b>		
ปริญญาเอก	0	0
เฉพาะทาง	6	7.8
- ผู้สูงอายุ	4	66.7
- ผู้ป่วยมะเร็ง	1	16.7
- เวชปฏิบัติ	1	16.7
<b>ลักษณะงานที่ทำ</b>		
พยาบาลปฏิบัติการทั่วไป	59	76.6
พยาบาลปฏิบัติการที่มีการทำหัตถการพิเศษเฉพาะคลินิก	18	23.4
<b>ประสบการณ์ในการทำงาน</b>		
< 10 ปี	6	7.8
11-20	49	63.6
> 20 ปี	22	28.6
(Mean = 18.55, S.D. = 6.24, Min = 2, Max = 38)		
<b>ลักษณะการขึ้นปฏิบัติการ</b>		
ในเวลาราชการ	32	41.6
ทั้งในเวลาและนอกเวลาราชการ	45	58.4
<b>รายได้เฉลี่ย</b>		
15,000 – 25,000 บาท	6	7.8
25,001 – 35,000 บาท	52	67.5
35,001 – 45,000 บาท	15	19.5
> 45,000 บาท	4	5.2
<b>ความเพียงพอของรายได้</b>		
เพียงพอและมีเหลือเก็บ	45	58.4
เพียงพอแต่ไม่มีเหลือเก็บ	23	29.9
ไม่เพียงพอและมีหนี้สิน	8	10.4
ไม่เพียงพอแต่ไม่มีหนี้สิน	1	1.3

ตารางที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล ของพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งใน กรุงเทพมหานคร (ต่อ)

ข้อมูลส่วนบุคคล (n=77)	จำนวน (คน)	ร้อยละ (%)
<b>จำนวนชั่วโมงที่ทำงานในโรงพยาบาลต่อสัปดาห์</b>		
< 40 ชม.	49	63.6
41-50 ชม.	18	23.4
> 50 ชม.	10	13.0
(Mean = 44.22, S.D. = 7.78 Mode = 40, Min = 35, Max = 84)		
<b>การทำงานอื่นๆ</b>		
<b>ด้านการพยาบาล</b>		
ไม่มี	72	93.5
มี	5	6.5
- คลินิกพิเศษ	3	60.0
- คลินิกเอกชน	1	20.0
- ไม่ระบุ	1	20.0
<b>อาชีพเสริมอื่นๆ</b>		
ไม่มี	77	100.0
<b>โรคประจำตัว</b>		
ไม่มี	50	64.9
มี	27	35.1
- โรคระบบทางเดินหายใจ	6	18.2
- โรคระบบหัวใจและหลอดเลือด	7	21.2
- โรคระบบกระดูกและข้อ	3	9.1
- โรคระบบต่อมไร้ท่อ	8	24.2
- โรคระบบทางเดินอาหาร	1	3.0
- โรคสมองและระบบประสาท	4	12.1
- โรคมะเร็ง	2	6.1
- โรคระบบทางเดินอาหาร	1	3.0
- ไม่ระบุ	1	3.0

**ตารางที่ 1** ข้อมูลส่วนบุคคล ของพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งใน กรุงเทพมหานคร (ต่อ)

ข้อมูลส่วนบุคคล (n=77)	จำนวน (คน)	ร้อยละ (%)
<b>ลักษณะที่พักอาศัย</b>		
หอพักโรงพยาบาล	29	37.7
บ้านหรือที่พักของตนเอง	48	62.3

**จากตารางที่ 1** จากกลุ่มตัวอย่างในพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งใน กรุงเทพมหานคร ทั้งหมด 77 คนพบว่าส่วนใหญ่มีช่วงอายุประมาณ 35-45 ปี มีจำนวน 53 คน คิดเป็นร้อยละ 68.8 รองลงมาคือช่วงอายุมากกว่า 45 ปี มีจำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 19.5 และในกลุ่มอายุที่น้อยกว่า 35 ปี มีเพียง 9 คน คิดเป็นร้อยละ 11.7 (Mean = 41.62, S.D. = 5.92, Min = 25, Max = 59) ทั้งหมดเป็นเพศหญิง จำนวน 77 คน คิดเป็นร้อยละ 100.0 ส่วนใหญ่สมรสแล้วและอยู่กับคู่สมรส มีจำนวน 40 คน คิดเป็นร้อยละ 51.9 ส่วนจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่โสดหรือสมรสแล้วหย่าร้างหรือแยกกันอยู่ มีจำนวน 37 คน คิดเป็นร้อยละ 48.1 ส่วนใหญ่สำเร็จการศึกษาสูงสุดระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่า มีจำนวน 41 คน คิดเป็นร้อยละ 53.2 รองลงมาคือระดับปริญญาโท มีจำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 39.0 ส่วนใหญ่เป็นปริญญาโท สาขาการพยาบาล จำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 26.7 กลุ่มที่จบการศึกษาเฉพาะทาง มีเพียง 6 คน คิดเป็นร้อยละ 7.8 ส่วนใหญ่เป็นพยาบาลปฏิบัติการทั่วไป มีจำนวน 59 คน คิดเป็นร้อยละ 76.6 ส่วนพยาบาลปฏิบัติการที่มีการทำหัตถการพิเศษเฉพาะคลินิก มีจำนวน 18 คน คิดเป็นร้อยละ 23.4 ส่วนใหญ่มีประสบการณ์ทำงานอยู่ในช่วง 11-20 ปี มีจำนวน 49 คน คิดเป็นร้อยละ 63.6 รองลงมาคือมีประสบการณ์การทำงานมากกว่า 20 ปี มีจำนวน 22 คน คิดเป็นร้อยละ 28.6 ส่วนกลุ่มที่มีประสบการณ์การทำงานน้อยกว่า 10 ปี มีจำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 7.8 (Mean = 18.55, S.D. = 6.24, Min = 2, Max = 38) ส่วนใหญ่ปฏิบัติงานทั้งในเวลาและนอกเวลาราชการ มีจำนวน 45 คน คิดเป็นร้อยละ 58.4 กลุ่มที่ปฏิบัติงานเฉพาะในเวลาราชการ มีจำนวน 32 คน คิดเป็นร้อยละ 41.6 ส่วนใหญ่มีรายได้เฉลี่ย 25,001 – 35,000 บาท มีจำนวน 52 คน ส่วนน้อยที่มีรายได้เฉลี่ยมากกว่า 45,000 บาท มีจำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 5.2 ความเพียงพอของรายได้ส่วนใหญ่เพียงพอและมีเหลือเก็บ มีจำนวน 45 คน คิดเป็นร้อยละ 58.4 รองลงมาคือเพียงพอแต่ไม่มีเหลือเก็บ มีจำนวน 23 คน คิดเป็นร้อยละ 29.9 และกลุ่มที่ไม่เพียงพอและมีหนี้สิน มีจำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 10.4 จำนวนชั่วโมงที่ทำงานในโรงพยาบาล ต่อสัปดาห์ส่วนใหญ่จะน้อยกว่าหรือเท่ากับ 40 ชั่วโมง มีจำนวน 49 คน คิดเป็นร้อยละ 63.6 รองลงมาคือ 41-50 ชม. มีจำนวน 18 คน คิดเป็นร้อยละ 23.4 ส่วนกลุ่มที่ทำงานมากกว่า 50

ช.ม. มีจำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 13.0 (Mean = 44.22, S.D. = 7.78, Mode = 40, Min = 35, Max = 84) ส่วนใหญ่ไม่ได้ทำงานด้านการพยาบาลอื่นๆ อีก มีจำนวน 72 คน คิดเป็นร้อยละ 93.5 มีเพียง 5 คนที่ทำงานพิเศษอื่นด้านการพยาบาล คิดเป็นร้อยละ 6.5 ทั้งหมดไม่มีอาชีพเสริมอื่นๆ ด้านโรคประจำตัว ส่วนใหญ่ไม่มีโรคประจำตัว มีจำนวน 50 คน คิดเป็นร้อยละ 64.9 มีโรคประจำตัวจำนวน 27 คน คิดเป็นร้อยละ 35.1 โดยส่วนใหญ่เป็นโรค ระบบต่อมไร้ท่อ มีจำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 24.2 รองลงมาคือโรคทางระบบหัวใจและหลอดเลือด มีจำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 21.2 นอกจากนี้ยังพบว่าในจำนวนผู้ที่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่มี มากกว่า 1 โรค มีจำนวน 9 คน ด้านลักษณะที่พักอาศัยส่วนใหญ่เป็นบ้านหรือที่พักตนเอง มีจำนวน 48 คน คิดเป็นร้อยละ 62.3 รองลงมาคือหอพักของโรงพยาบาล มีจำนวน 29 คน คิดเป็นร้อยละ 37.7

**ตารางที่ 2** จำนวน ร้อยละ จำแนกตามข้อความคำถามของแบบสอบถามสุขภาพทั่วไป (GHQ) เพื่อแสดงสภาวะสุขภาพจิตของพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร

สภาวะสุขภาพจิต (n=76)	จำนวน (คน)	ร้อยละ (%)
ปกติ	64	83.1
ผิดปกติ	12	15.6

(Mean = 1.87, S.D. = 3.82, Min = 0.00, Max = 19.00)

**จากตารางที่ 2** พบว่าในระยะสองถึงสามสัปดาห์ที่ผ่านมา พยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร ส่วนใหญ่มีสภาวะสุขภาพจิตปกติ ร้อยละ 83.1 และมีสภาวะสุขภาพจิตผิดปกติ ร้อยละ 15.6

**ตารางที่ 3** จำนวน ร้อยละ จำแนกตามข้อความของแบบสอบถามปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเครียด  
ด้านการทำงาน ของพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร

ความเครียดที่เกิดขึ้น (n=75)	จำนวน (คน)	ร้อยละ (%)
น้อยที่สุดหรือแทบไม่เกิดเลย	11	14.3
น้อยหรือไม่รุนแรง	40	51.9
ปานกลาง	21	27.3
มากหรือค่อนข้างรุนแรง	3	3.9
มากที่สุดหรือรุนแรง	0	0

จากตารางที่ 3 พบว่าส่วนใหญ่ปัจจัยด้านการทำงานเป็นสาเหตุทำให้เกิดความเครียดในระดับน้อยหรือไม่รุนแรง มีจำนวน 40 คน คิดเป็นร้อยละ 51.9 รองลงมาคือทำให้เกิดความเครียดในระดับปานกลาง มีจำนวน 21 คน คิดเป็นร้อยละ 27.3 ส่วนกลุ่มที่ปัจจัยด้านการทำงานเป็นสาเหตุให้เกิดความเครียดในระดับ มากหรือค่อนข้างรุนแรง มีจำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 3.9

ตอนที่ 2 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร

ตารางที่ 4 การทดสอบหาความสัมพันธ์ระหว่างข้อมูลส่วนบุคคลและระดับความเครียดของพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร โดยใช้สถิติ Chi-square และ Fisher's Exact Test

ข้อมูลส่วนบุคคล (n = 75)	ความเครียด น้อย/น้อยที่สุด		ความเครียด ปานกลาง/มาก		X <sup>2</sup>	P value
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
<b>อายุ</b>						
< 45 ปี	41	61.2	20	32.8	-	1.000 <sup>a</sup>
> 45 ปี	10	71.4	4	28.6		
<b>สถานภาพ</b>						
โสดแยก/หย่า/หม้าย/ คู่	26	74.3	9	25.7	1.192	0.275
	25	62.5	15	37.5		
<b>ระดับการศึกษา</b>						
ปริญญาตรีหรือเทียบเท่า	24	60.0	16	40.0	3.182	0.074
ปริญญาโท/เฉพาะทาง	24	80.0	6	20.0		
<b>ลักษณะงานที่ทำ</b>						
พยาบาลปฏิบัติการทั่วไป	38	66.7	19	33.3	0.194	0.660
พยาบาลปฏิบัติการที่ทำ หัตถการพิเศษ	13	72.2	5	27.8		
<b>ประสบการณ์การทำงาน</b>						
< 20 ปี	37	68.5	17	31.5	0.024	0.877
> 20 ปี	14	66.7	7	32.0		

ตารางที่ 4 การทดสอบหาความสัมพันธ์ระหว่างข้อมูลส่วนบุคคลและระดับความเครียดของพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร โดยใช้สถิติ Chi-square และ Fisher's Exact Test (ต่อ)

ข้อมูลส่วนบุคคล (n = 75)	ความเครียด น้อย/น้อยที่สุด		ความเครียด ปานกลาง/มาก		X <sup>2</sup>	P value
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
<b>ลักษณะการขึ้นปฏิบัติงาน</b>						
ในเวลาราชการ	22	68.8	10	31.2	0.014	0.904
ทั้งในเวลาและนอกเวลา	29	67.4	14	32.6		
<b>รายได้เฉลี่ย</b>						
< 35,000 บาท	38	67.9	18	32.1	0.002	0.964
> 35,000 บาท	13	68.4	6	31.6		
<b>ความเพียงพอของรายได้</b>						
เพียงพอ	48	72.7	18	27.3	-	0.026 <sup>a*</sup>
ไม่เพียงพอ	3	33.3	6	66.7		
<b>จำนวนชั่วโมงที่ทำงานใน โรงพยาบาลต่อสัปดาห์</b>						
< 40 ช.ม.	30	63.8	17	36.2	1.185	0.553
41-50 ช.ม.	14	77.8	4	22.2		
> 50 ช.ม.	7	70.0	3	30.0		
<b>การทำงานอื่นๆ</b>						
<b>ด้านการพยาบาล</b>						
ไม่มี	47	67.1	23	32.9	-	1.000 <sup>a</sup>
มี	4	80.0	1	20.0		
<b>โรคประจำตัว</b>						
ไม่มี	31	64.6	17	35.4	0.715	0.398
มี	20	74.1	7	25.9		

**ตารางที่ 4** การทดสอบหาความสัมพันธ์ระหว่างข้อมูลส่วนบุคคลและระดับความเครียดของพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร โดยใช้สถิติ Chi-square และ Fisher's Exact Test (ต่อ)

ข้อมูลส่วนบุคคล (n = 75)	ความเครียด น้อย/น้อยที่สุด		ความเครียด ปานกลาง/มาก		X <sup>2</sup>	P value
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
<b>ลักษณะที่พักอาศัย</b>						
หอพักโรงพยาบาล	19	67.9	9	32.1	0.000	0.984
บ้านหรือที่พักของตนเอง	32	68.1	15	31.9		

a Fisher's Exact Test

\* p value < 0.05

**จากตารางที่ 4** พบว่าจากการประเมินข้อมูลส่วนบุคคลกับระดับความเครียด โดยใช้สถิติและ Fisher's Exact Test พบว่า ความเพียงพอของรายได้ มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.05$ ) โดยผู้ที่รายได้เพียงพอเกิดความเครียดในระดับน้อย/น้อยที่สุด ร้อยละ 72.7 และเกิดความเครียดในระดับปานกลาง/มาก ร้อยละ 27.3 ส่วนผู้ที่มีรายได้ไม่เพียงพอ เกิดความเครียดในระดับน้อย/น้อยที่สุด ร้อยละ 33.3 และเกิดความเครียดในระดับปานกลาง/มาก ร้อยละ 66.7

ตารางที่ 5 การทดสอบหาความสัมพันธ์ระหว่างภาวะสุขภาพจิตและระดับความเครียดของพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร โดยใช้สถิติ Fisher' s Exact test

ภาวะสุขภาพจิต (n=74)	ความเครียด น้อย/น้อยที่สุด		ความเครียด ปานกลาง/มาก		X <sup>2</sup>	P value
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
	ปกติ	47	75.8	15		
ผิดปกติ	3	25.0	9	75.0		

\*\*p < 0.01

จากตารางที่ 5 จากการประเมินภาวะสุขภาพจิต โดยใช้แบบสอบถามภาวะสุขภาพทั่วไป (General Health Questionnaire-30) ด้วยสถิติ Fisher's Exact Test พบว่าภาวะสุขภาพจิตมีความสัมพันธ์กับระดับความเครียด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.01$ ) โดยภาวะสุขภาพจิตปกติทำให้เกิดความเครียดในระดับ น้อย/น้อยที่สุด ร้อยละ 75.8 และทำให้เกิดความเครียดในระดับปานกลาง/มาก ร้อยละ 24.2 ส่วนภาวะสุขภาพจิตที่ผิดปกติทำให้เกิดความเครียดในระดับน้อย/น้อยที่สุด ร้อยละ 25.0 และทำให้เกิดความเครียดในระดับปานกลาง/มาก ร้อยละ 75.0

**ตารางที่ 6** การทดสอบหาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านการทำงานกับความเครียดของพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร ในมิติต่างๆ โดยใช้สถิติ Pearson Correlation

ปัจจัยด้านการทำงาน (n=75)	r	P value
ปัจจัยด้านภาระงานและความเหนื่อยล้าจากการทำงาน	0.839	< 0.001**
ปัจจัยด้านปัญหาการทำงาน	0.932	<0.001**
ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมของการทำงาน	0.829	<0.001**
ปัจจัยด้านนโยบายบริหารงานขององค์กร	0.853	<0.001**
ปัจจัยด้านบทบาทในองค์กร	0.904	<0.001**
ปัจจัยด้านสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนร่วมงาน	0.802	<0.001**
ปัจจัยด้านค่าตอบแทนและสวัสดิการ	0.774	<0.001**

\*\*p < 0.01

จากตารางที่ 6 พบว่าเมื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ของปัจจัยด้านการทำงานกับระดับความเครียดโดยใช้สถิติ Pearson Correlation พบว่า ปัจจัยด้านภาระงานและความเหนื่อยล้าจากการทำงาน ปัจจัยด้านปัญหาการทำงาน ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมของการทำงาน ปัจจัยด้านนโยบายบริหารงาน ขององค์กร ปัจจัยด้านบทบาทในองค์กร ปัจจัยด้านสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนร่วมงาน ปัจจัยด้านค่าตอบแทนและสวัสดิการ มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดจากการทำงาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.01$ )

ตอนที่ 3 ปัจจัยทำนายระดับความเครียดจากการทำงานและปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเครียดของพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร เมื่อวิเคราะห์ด้วยสถิติการถดถอย Logistic Regression Analysis

ตารางที่ 7 การวิเคราะห์ปัจจัยทำนายทำนายระดับความเครียดจากการทำงานของพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร (n = 77) โดยใช้การวิเคราะห์การถดถอย (Logistic Regression Analysis) ด้วยวิธี stepwise

ปัจจัยทำนาย	b	S.E.	P value	Adjusted OR	95% CI
ความเพียงพอของรายได้	1.505	0.817	0.066	4.503	0.907-22.348
ภาวะสุขภาพจิต	2.157	0.748	0.004**	8.641	1.995-37.431
Constant	-1.328	0.325	<0.001		

\*\*p < 0.01

จากตารางที่ 7 เมื่อนำตัวแปรจากปัจจัยส่วนบุคคลและภาวะทางสุขภาพจิตมาวิเคราะห์โดยใช้สถิติการถดถอยโลจิสติก (Logistic Regression Analysis) พบว่าตัวแปรที่สามารถทำนายระดับความเครียด ได้แก่ ความเพียงพอของรายได้และภาวะสุขภาพจิต โดยภาวะสุขภาพจิตที่ผิดปกติ เป็นปัจจัยเสี่ยงที่ทำนายการเกิดภาวะความเครียดในระดับปานกลาง/มากหรือรุนแรงเป็น 8.641 เท่าเมื่อควบคุมอิทธิพลของตัวแปรอื่นๆ แล้ว

## บทที่ 5

### การสรุปผลการวิจัย อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

การวิจัยนี้ศึกษาโดยการวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive Study) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึงระดับความเครียดและปัจจัยที่สัมพันธ์กับระดับความเครียดของพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร เก็บข้อมูลจากพยาบาลวิชาชีพที่ปฏิบัติงานประจำในแผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร ในปี 2559 โดยทำการเก็บข้อมูล ระหว่างวันที่ 15 ตุลาคม - 15 พฤศจิกายน 2559 จากแบบสอบถามที่ส่งให้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 85 ชุด ได้รับแบบสอบถามที่มีข้อมูลครบถ้วนกลับมาจำนวน 77 ชุด คิดเป็นร้อยละ 90 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วยแบบสอบถาม 3 ชุด ได้แก่ แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบสอบถามสุขภาพทั่วไป (Thai GHQ-30) และแบบสอบถามปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดด้านการทำงาน

#### 5.1 สรุปผลการวิจัย

1. พยาบาลวิชาชีพแผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร ที่เข้าร่วมการวิจัยในครั้งนี้ มีทั้งหมด 77 คน พบว่าส่วนใหญ่มีช่วงอายุประมาณ 35-45 ปี คิดเป็นร้อยละ 68.8 เฉลี่ย 41 ปี ทั้งหมดเป็นเพศหญิง ส่วนใหญ่สมรสแล้วและอยู่กับคู่สมรส คิดเป็นร้อยละ 51.9 ส่วนใหญ่สำเร็จการศึกษาสูงสุดระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่า ร้อยละ 53.2 ส่วนใหญ่เป็นพยาบาลปฏิบัติการทั่วไป ร้อยละ 76.6 ส่วนใหญ่มีประสบการณ์ทำงานอยู่ในช่วง 11-20 ปี คิดเป็นร้อยละ 63.6 เฉลี่ย 18 ปี ส่วนใหญ่ปฏิบัติงานทั้งในเวลาและนอกเวลาราชการ ร้อยละ 58.4 ส่วนใหญ่มีรายได้เฉลี่ย 25,001 – 35,000 บาท ร้อยละ 67.5 ความเพียงพอของรายได้ส่วนใหญ่ เพียงพอและมีเหลือเก็บ ร้อยละ 58. กลุ่มที่ไม่เพียงพอและมีหนี้สิน มีร้อยละ 10.4 ส่วนใหญ่จะทำงานในโรงพยาบาลน้อยกว่าหรือเท่ากับ 40 ชั่วโมง คิดเป็นร้อยละ 63.6 ส่วนใหญ่ไม่ได้ทำงานด้านการพยาบาลอื่นๆ อีก คิดเป็นร้อยละ 93.5 และทั้งหมดไม่มีอาชีพเสริมอื่นๆ ส่วนใหญ่ไม่มีโรคประจำตัว ร้อยละ 64.9 ส่วนใหญ่พักอาศัยเป็นบ้านหรือที่พักของตนเอง คิดเป็นร้อยละ 61.0

2. จากการทำแบบประเมินภาวะสุขภาพสุขภาพทั่วไป พบว่าในระยะสองถึงสามสัปดาห์ที่ผ่านมา พยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร ส่วนใหญ่มีสภาวะสุขภาพจิตปกติ ร้อยละ 83.1 และมีสภาวะสุขภาพจิตผิดปกติ ร้อยละ 15.6

3. ส่วนใหญ่ปัจจัยด้านการทำงานเป็นสาเหตุทำให้เกิดความเครียดในระดับน้อย หรือไม่รุนแรง คิดเป็นร้อยละ 51.9 รองลงมาคือทำให้เกิดความเครียดในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 27.3 ส่วนกลุ่มที่ปัจจัยด้านการทำงานเป็นสาเหตุให้เกิดความเครียดในระดับมากหรือค่อนข้างรุนแรง มีร้อยละ 3.9

4. ปัจจัยที่สัมพันธ์กับระดับความเครียดของพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร ได้แก่ ความพอเพียงของรายได้ ( $p < 0.05$ ) และภาวะสุขภาพจิต ( $p < 0.01$ )

5. ปัจจัยที่ทำนายระดับความเครียดของพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร ได้แก่ ภาวะสุขภาพจิต ( $p < 0.01$ ) โดยภาวะสุขภาพจิตที่ผิดปกติ เป็นปัจจัยเสี่ยงที่ทำนายการเกิดภาวะความเครียดในระดับปานกลาง/มากหรือรุนแรงเป็น 8.641 เท่าเมื่อควบคุมอิทธิพลของตัวแปรอื่นๆ แล้ว

## 5.2 อภิปรายผลการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึงระดับความเครียดและปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเครียดของพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่าส่วนใหญ่ปัจจัยด้านการทำงานเป็นสาเหตุทำให้เกิดความเครียดได้ในระดับน้อยหรือไม่รุนแรง ร้อยละ 51.9 รองลงมาคือทำให้เกิดความเครียดได้ระดับปานกลาง ร้อยละ 27.3 ส่วนกลุ่มที่ปัจจัยด้านการทำงานเป็นสาเหตุให้เกิดความเครียดได้มากหรือค่อนข้างรุนแรง พบร้อยละ 3.9 ซึ่งใกล้เคียงกับงานวิจัยของศิริกร อักษรดี<sup>(16)</sup> ซึ่งศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้าน บุคคลและปัจจัยด้านงานกับความเครียดของพนักงานต้อนรับภาคพื้นดิน บริษัทการบินไทย จำกัด (มหาชน) พบว่าปัจจัยด้านงานในเรื่องความสัมพันธ์กับความเครียดพนักงานส่วนใหญ่มีความเครียดระดับปานกลาง และมีการศึกษาที่ผ่านมาพบว่าความเครียดของพยาบาลส่วนใหญ่อยู่ในระดับ ปานกลาง ปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเครียดได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคลและปัจจัยเกี่ยวกับงาน<sup>(21-23)</sup> ซึ่งจากผลการวิจัยที่พบนี้สัมพันธ์กับผลการปฏิบัติงานคือ ความเครียดในระดับต่ำ จะทำให้ขาดความท้าทายในการปฏิบัติงาน ผู้ปฏิบัติงานเกิดความเกียจคร้าน เบื่อหน่าย ขาดความสนใจ ทำงานไปเรื่อยๆ แบบเช้าชามเย็นชาม ให้หมดเวลาไปวันๆ ทำให้ประสิทธิผลในการปฏิบัติงานต่ำ<sup>(11)</sup> ดังนั้น การทำงานย่อมมีความเครียดได้แต่ควรอยู่ในระดับที่พอเหมาะและเป็นไปในทางเสริมศักยภาพหรือแรงบวก รวมถึงบุคคลมีความเข้าใจและจัดการความเครียดได้

นอกจากนี้เมื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ปัจจัยการทำงานด้านต่างๆ กับระดับความเครียด ในเชิงลึกโดยใช้สถิติสหสัมพันธ์ พบว่าปัจจัยด้านการทำงานต่างๆ ได้แก่ ด้านภาระงานและความเหนื่อยล้าจากการทำงาน ด้านปัญหาการทำงาน ด้านสภาพแวดล้อมของการทำงาน ด้านนโยบาย

บริหารงานขององค์กร ด้านบทบาทในองค์กร ด้านสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนร่วมงาน ด้านค่าตอบแทนและสวัสดิการ มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดในระดับดี โดยปัจจัยด้านปัญหาการ ทำงานมีความสัมพันธ์ มากกว่าด้านอื่นๆ ( $r = 0.932$ ) และปัจจัยด้านค่าตอบแทนและสวัสดิการ มีความสัมพันธ์น้อยกว่า ด้านอื่นๆ ( $r = 0.774$ ) ซึ่งขัดแย้งกับการศึกษาของสุพรรณิ พุ่มแพ่ง, บุญใจ ศรีสถิตนรากร<sup>(19)</sup> ที่ทำการศึกษารื่องปัจจัยที่ทำให้เกิดความเครียดในงานของพยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลตติยภูมิ พบว่าปัจจัยที่ทำให้เกิดความเครียดสูงสุดคือ ด้านผู้ป่วยและครอบครัว รองลงมาคือ สมดุลระหว่างชีวิตและการทำงาน พฤติกรรมภาวะผู้นำของหัวหน้าหอผู้ป่วย สภาพแวดล้อมในการทำงาน และค่าตอบแทนและสวัสดิการ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากแต่ละโรงพยาบาล มีความแตกต่างกันในเรื่องของการปฏิบัติงานและนโยบายบริหารงานขององค์กรรวมไปถึงการจ่ายค่าตอบแทน ดังนั้นจึงมีความเป็นไปได้ที่ปัจจัยด้านการทำงานและค่าตอบแทนจะสัมพันธ์กับความเครียด ของพยาบาลวิชาชีพแต่ละที่ในระดับที่แตกต่างกัน

นอกจากนี้พบว่าพยาบาลวิชาชีพโรงพยาบาลเอกชนระดับอินเตอร์เนชั่นแนลมีความเครียดระดับสูงถึงสูงมากคิดเป็นร้อยละ 64.3 ปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ได้แก่ ปัจจัยเกี่ยวกับงานและความรู้สึกเกี่ยวกับงานด้านการได้รับการยอมรับนับถือจากผู้ป่วย เพื่อนร่วมงาน ผู้บังคับบัญชา<sup>(18)</sup>

ในการศึกษาครั้งนี้ ความเพียงพอของรายได้ เป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดของพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานครอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 สอดคล้องกับการศึกษาของกาญจนา วิเชียรประดิษฐ์, ทนงศักดิ์ ยิ่งรัตนสุข และศรีรัตน์ ล้อมพงศ์<sup>(15)</sup> ซึ่งศึกษาพบว่าปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดจากการทำงานของ พยาบาลวิชาชีพในโรงพยาบาลสังกัดมหาวิทยาลัยที่อยู่ในกำกับของรัฐ ได้แก่ ปัจจัยด้านการเปลี่ยนแปลงรูปแบบการบริหารองค์กร และ ความเพียงพอของรายได้ และมีการศึกษาพบว่ารายได้และความเพียงพอของรายได้ต่างกันมีระดับความเครียดแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ<sup>(25)</sup>

การศึกษานี้พบว่าภาวะสุขภาพจิตซึ่งประเมินด้วยแบบสอบถามสุขภาพทั่วไป มีค่าคะแนนอยู่ในกลุ่มผิดปกติร้อยละ 15.6 ซึ่งใกล้เคียงกับการศึกษาที่ผ่านมา<sup>(26, 27)</sup> และเป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดของพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานครอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยมีกลุ่มตัวอย่างที่มีภาวะสุขภาพจิตปกติมีความเครียดในระดับน้อย/น้อยที่สุด ร้อยละ 75.8 และเครียดในระดับปานกลาง/มาก ร้อยละ 24.2 ส่วนกลุ่มตัวอย่างที่มีภาวะสุขภาพจิตผิดปกติ มีความเครียดในระดับน้อย/น้อยที่สุด ร้อยละ 25.0 และมีความเครียดในระดับปานกลาง/มาก ร้อยละ 75.0 สอดคล้องกับงานวิจัยของอุดม มาสแสง<sup>(17)</sup> ซึ่งทำการศึกษาคความเครียด ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษาโรงเรียนมัธยมศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี จำนวน 245 คน พบว่าร้อยละ 39.76 มีภาวะเครียด

โดยปัจจัยที่สัมพันธ์กับภาวะเครียดคือมีประวัติของตนเองหรือบุคคลในครอบครัวเจ็บป่วยทางจิต นอกจากนี้ยังพบว่ามีความสอดคล้องกับบทความของศรีจันทร์ พรจิราศิลป์<sup>(9)</sup> ซึ่งกล่าวว่าความเครียดเป็นภาวะของอารมณ์หรือความรู้สึกที่เกิดขึ้นเมื่อบุคคลต้องเผชิญกับปัญหาต่างๆ และทำให้รู้สึกถูกกดดัน ไม่สบายใจ วุ่นวายใจ กลัว วิตกกังวล ตลอดจนถูกบีบคั้น เมื่อบุคคลรับรู้หรือ ประเมินว่าปัญหาเหล่านั้นเป็นสิ่งที่คุกคามจิตใจหรืออาจจะก่อให้เกิดอันตรายแก่ร่างกาย จะส่งผลให้สภาวะสมดุลของร่างกายและจิตใจเสียไป โดยร่างกายจะแสดงปฏิกิริยาตอบสนองต่อความเครียด และทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในด้านต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นด้านร่างกาย ด้านจิตใจและอารมณ์ รวมทั้ง ด้านพฤติกรรม ทั้งนี้บุคลิกภาพและรูปแบบการเผชิญปัญหาที่มีผลต่อการรับรู้ความเครียดในการทำงานซึ่งส่งผลต่อสุขภาพจิตของบุคคล

มีการศึกษาที่พบว่าปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับภาวะสุขภาพจิตคือ ปัจจัยด้านการปฏิบัติงานในเรื่องของความเครียด ปัจจัยด้าน ความเครียดจากเหตุการณ์ในชีวิตประจำวันในเรื่องของชีวิตส่วนตัว และภายในครอบครัว ปัจจัยด้านความเครียดจากการปฏิบัติงานในเรื่องของภาระงาน และความคลุมเครือเกี่ยวกับบทบาทการทำงาน<sup>(27)</sup>

การศึกษาในครั้งนี้พบว่าอายุ สถานภาพสมรสแล้ว ประสบการณ์การทำงาน รายได้เฉลี่ย ไม่มี ความสัมพันธ์กับระดับความเครียด ซึ่งขัดแย้งกับการศึกษาของลักษณา พลอยเลื่อมแสง<sup>(21)</sup> ซึ่งศึกษาเรื่องภาวะเครียดและพฤติกรรมเผชิญความเครียดของ พยาบาลที่ปฏิบัติงานในแผนกผู้ป่วยใน โรงพยาบาลสวนปรุง จังหวัดเชียงใหม่ พบว่าปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเครียดขึ้นอยู่กับสภาพการสมรส โดยพยาบาลที่มีสถานภาพสมรสหย่าร้างจะมีความเครียดมากกว่าสถานภาพที่เป็นโสด ม่ายและคู่ตามลำดับ และอย่างไรก็ตามมีการศึกษาในด้านระยะเวลาทำงาน พบว่าพยาบาลวิชาชีพที่มีระยะเวลาการทำงานมากกว่า 25 ปี จะมีการบาดเจ็บจากการทำงานมากกว่าพยาบาลวิชาชีพที่มีระยะเวลาการทำงานน้อยกว่า 25 ปี และแนวโน้มพบว่า ยิ่งมีระยะเวลาทำงานมากขึ้น จะมีการบาดเจ็บจากการทำงานมากขึ้น<sup>(20)</sup> ซึ่งพยาบาล ในการศึกษานี้เกือบ 1 ใน 3 มีระยะเวลาปฏิบัติงานมากกว่า 20 ปี ดังนั้นจึงควรได้รับการดูแลทั้งสุขภาพกายและมีการป้องกันและสร้างเสริมภาวะสุขภาพจิตให้แข็งแรงเพื่อช่วยลดความเครียดอันจะส่งผลต่อการปฏิบัติงานต่อไป

### 5.3 ข้อเสนอแนะ

1. การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาเฉพาะพยาบาลวิชาชีพที่ปฏิบัติงานประจำและให้บริการ และ ดูแลผู้ป่วยในแผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร ซึ่งการศึกษานี้อาจจะไม่สามารถเป็นตัวแทนของพยาบาลวิชาชีพทั้งหมดได้ เนื่องจากมีปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเครียดอื่นๆ ที่แตกต่างกัน

2. การวิจัยในครั้งนี้เป็นการศึกษาเก็บข้อมูลในช่วงระยะเวลา 2 เดือนที่ผ่านมาเท่านั้น อาจจะมีปัจจัยต่างๆ ที่เกิดขึ้นที่ส่งผลต่อความเครียดของผู้วิจัยในระยะนี้ ซึ่งหากมีการเก็บข้อมูลในช่วงเวลาที่แตกต่างกัน อาจจะได้ผลการวิจัยที่แตกต่างออกไป

3. ในการศึกษาครั้งต่อไปควรมีการศึกษาโดยเพิ่มแหล่งที่เก็บข้อมูลให้หลากหลายขึ้น เพื่อที่จะได้ข้อมูลอื่นๆที่แตกต่างกัน

### 5.4 การนำผลวิจัยไปใช้

1. ข้อมูลระดับความเครียดของพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่ง ที่ได้รับในครั้งนี้นำไปเป็นองค์ความรู้เกี่ยวกับการศึกษาเรื่องความเครียดหรืออื่นๆ ที่เกี่ยวข้องต่อไปได้

2. ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องหรือมีบทบาทหน้าที่ในโรงพยาบาลสามารถนำผลการวิจัยที่ได้รับนี้ไปเป็นแนวทางป้องกันและแก้ไขการเกิดความเครียดของพนักงานในหน่วยงานของตน สืบหาความต้องการ ความเพียงพอของค่าตอบแทนหรือสวัสดิการต่างๆ เพื่อให้พยาบาลวิชาชีพสามารถทำงานได้ อย่างมีความสุขและมีประสิทธิภาพมากขึ้น

3. ใช้เป็นแนวทางในการให้คำปรึกษาแก่พยาบาลวิชาชีพที่เกิดความเครียด

4. หน่วยงานควรมีแนวทางการป้องกันและสร้างเสริมภาวะสุขภาพจิตของพยาบาลวิชาชีพที่ปฏิบัติงานในโรงพยาบาลให้แข็งแรง เพื่อช่วยลดอัตราการเกิดความเครียดซึ่งเป็นสาเหตุให้ลดประสิทธิภาพการทำงานของพยาบาลจนถึงเป็นสาเหตุของการลาออกได้

## รายการอ้างอิง

1. ชูทิตย์ ปานปรีชา. จิตวิทยาทั่วไป. นนทบุรี: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช; 2532.
2. วชิราภรณ์ ยมรัตน์. ปัจจัยคัดสรรที่ส่งผลต่อความเครียดจากการปฏิบัติงานของพยาบาลโรงพยาบาลเอกชนจังหวัด นครราชสีมา. [ปริญาครุศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย]. นครราชสีมา: มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา; 2553.
3. ลัดดา แซ่เลี้ยว. ความเครียดของพยาบาลโรงพยาบาลพะเยา. [ปริญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช]: เชียงใหม่:มหาวิทยาลัยเชียงใหม่; 2547.
4. สิริภรณ์ หันพงศ์กิตติกุล. แหล่งความเครียดในการทำงานของพยาบาลประจำการโรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่. [ปริญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย]. ปทุมธานี: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์; 2545.
5. Sullivan & Decker. Effective Leadership and Management in Nursing. Pearson-Prentice Hall, Upper Saddle River 2004. Available from: [www.blackwellsynergy.com/doi/pdf/10.1111/j.1365-2702.2006.01923.x](http://www.blackwellsynergy.com/doi/pdf/10.1111/j.1365-2702.2006.01923.x).
6. Jamal M, & Baba, . Job stress and burnout among Canadian managers and Nurses. Canadian Journal of Public Health 2000 (91):454-8.
7. Valentino RJ LL, Van Bockstaele EJ,. Evidence for regionalheterogeneity incorticotropin- releasing factor interactions in the dorsal raphe nucleus.2002.
8. อรุณ รักธรรม. การบริหารบุคคลในระบบราชการไทย. กรุงเทพมหานคร: สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์; 2531.
9. ศรีจันทร์ พรจิราศิลป์. ความเครียดและวิธีแก้ความเครียด ภาควิชาเภสัชวิทยา คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล [cited 17 กันยายน 2556]. Available from: [www.pharmacy.mahidol.ac.th/thai/knowledgeinfo.php](http://www.pharmacy.mahidol.ac.th/thai/knowledgeinfo.php).
10. กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. คู่มือการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน. 7, editor. นนทบุรี: กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข; 2553.
11. ชนิดา ชัยวิรุฬห์. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดกับความเครียดของพยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลบ้านแพ้ว (องค์การมหาชน). [ปริญาบริหารธุรกิจมหาบัณฑิต สาขาวิชาการประกอบการ บัณฑิตวิทยาลัย]. นครปฐม:มหาวิทยาลัยศิลปากร; 2553.
12. มรรยาท รุจิวิชัย. การจัดการความเครียดเพื่อสร้างเสริมสุขภาพจิต. 2, editor: ซีเอ็ด เอ็ดดูเคชั่น; 2546.

13. สุรีย์ กาญจนวงศ์และจริยาวัตร คมพัยค์ม์. รายงานการวิจัยเรื่องความเครียด สุขภาพ และความเจ็บป่วย 7, editor. นครปฐม2545.
14. บี เอปส์ไตน. ปัจจัยที่ก่อความเครียดในการทำงาน [cited 13 ตุลาคม 2556]. Available from: <http://careers.jobstreet.co.th/work>.
15. กาญจนา วิเชียรประดิษฐ์, ทนงค์ดี ยิ่งรัตน์สุข. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดจากการทำงานของพยาบาลวิชาชีพ. การประชุมวิชาการบัณฑิตศึกษาระดับชาติครั้งที่ 2. 2556.
16. ศิริกร อักษรดี. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านบุคคลและปัจจัยด้านงานกับความเครียดของพนักงานต้อนรับภาคพื้นดิน บริษัทการบินไทย จำกัด (มหาชน) ที่ทำงานประจำ ณ ท่าอากาศยานกรุงเทพฯ. [ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขารัฐศาสตร์]. กรุงเทพฯ:มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์; 2544.
17. อุดม มาสแสง. ภาวะเครียด ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติต่อระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของครูที่ปรึกษาโรงเรียนมัธยมศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี. [ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสุขภาพจิต]. กรุงเทพฯ:จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2545.
18. Raungsrijan P SS. Stress of Nurses, Attitude for Development to be a Magnet Hospital and Factors Associated with Stress of Registered Nurses in Private International Hospital. 2011;4(56):425-36.
19. สุพรรณณี พุ่มแพ่ง, บุญใจ ศรีสถิตนรากร. ปัจจัยที่ทำให้เกิดความเครียดในงานของพยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลตติยภูมิ. วารสารเกื้อการุณย์. 2558;22(2):40-53.
20. สนิท พร้อมสกุล, สมใจ พุทธาพิทักษ์ผล, กฤษดา แสงวงดี. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะสุขภาพของพยาบาลวิชาชีพในสถานบริการสุขภาพภาครัฐ เขตตรวจราชการสาธารณสุขที่ 1. การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับบัณฑิตศึกษา มสธ. ครั้งที่ 1 2554 [cited 16 ธันวาคม 2559]. Available from: [http://www.google.co.th/url?url=http://www.stou.ac.th/thai/grad\\_stdy/Masters](http://www.google.co.th/url?url=http://www.stou.ac.th/thai/grad_stdy/Masters).
21. Ploylaumsang L. Stress of nurses working at inpatient department and coping behaviors Suanprung psychiatric hospital, Chiang Mai province. Journal of Psychiatric Nursing and Mental Health 2001;14:38-51.
22. Leelatanaporn H. Mental health survey in healthcare personnel of Samut-Sakorn hospital during 2008. J Psychiatr Assoc Thailand. 2009;54(2):159-68.
23. Pholwichai R. Work stress among nurses in emergency room private hospitals in Bangkok metropolis: Chulalongkorn University; 2006.
24. เจษฎา คุณงามมาก. ความเครียดในการทำงานของอาจารย์มหาวิทยาลัยรัฐ. [ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต คณะสถิติประยุกต์]. กรุงเทพฯ:สถาบันพัฒนาบริหารศาสตร์; 2555.

25. นิติกร ภูสุวรรณ. ความเครียดของผู้สูงอายุในเขตตำบลแห่งหนึ่ง จังหวัดสกลนคร. การประชุมวิชาการ มหาสารคามวิจัย ครั้งที่ 10: 2556.
26. Arunpongpaisal S PY, Suwannamach P. Prevalence of , Psychiatr mhparnaRhJ, 21-30. AT. Prevalence of mental health problem among registered nurses at Roiet hospital. J Psychiatr Assoc Thailand. 2008;53(1):21-30.
27. ลออทิพย์ เจริญานวัตร. ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับภาวะสุขภาพจิตของบุคลากรสาธารณสุข : กรณีศึกษาจังหวัดกาญจนบุรี. [ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาคลินิก คณะวิทยาศาสตร์]. นครปฐม:มหาวิทยาลัยมหิดล; 2546.
28. กระทรวงสาธารณสุข. คำอธิบายสายพยาบาลวิชาชีพ กรุงเทพฯ [cited 18 กันยายน 2556]. Available from: <http://neo.moph.go.th/pay/nurse.php>.
29. ธนา นิลชัยโกวิท, จักรกฤษณ์ สุขยิ่ง, และชัชวาลย์ ศิลปกิจ. ความเชื่อถือได้และความแม่นยำของ General Health Questionnaire ฉบับภาษาไทย. วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย. 2539;41(1):2-17.
30. ศุสิทธิ์ จิตรรังษะภู. ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการปฏิบัติงานของพนักงานควบคุมจราจรทางอากาศในศูนย์ควบคุมการบินส่วนภูมิภาค. [ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว บัณฑิตวิทยาลัย]: เชียงใหม่:มหาวิทยาลัยเชียงใหม่; 2543.



ภาคผนวก

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY



	<p style="text-align: center;"><b>คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>เอกสารข้อมูลคำอธิบายสำหรับ ผู้เข้าร่วมในโครงการวิจัย (Information sheet for research participant)</b></p>
---	---	---

ความเครียดจากการทำงานในโรงพยาบาลที่คุกคามภาวะสุขภาพของพยาบาลวิชาชีพ เพื่อนำข้อมูลที่ได้ไปเป็นแนวทางในการลดความรุนแรงของความเครียดจากการทำงาน เพื่อให้ พยาบาลวิชาชีพ สามารถปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของพยาบาลวิชาชีพ และบริการพยาบาลโดยรวมต่อไป

### วัตถุประสงค์ของการศึกษา

วัตถุประสงค์หลักจากการศึกษาในครั้งนี้คือเพื่อศึกษาถึงระดับความเครียดจากการทำงาน และศึกษาถึงปัจจัยที่สัมพันธ์กับระดับความเครียดของพยาบาลวิชาชีพ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร จำนวนผู้เข้าร่วมในโครงการวิจัย จำนวน 85 คน

### วิธีการที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย

หากท่านเข้าร่วมการวิจัยจะมีขั้นตอน ดังต่อไปนี้

ผู้วิจัยจะนำแบบสอบถามมาให้ท่าน ซึ่งท่านจะต้องเป็นผู้ตอบแบบสอบถามและประเมินด้วยตนเอง แบบ สอบถามประกอบด้วย ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล จำนวน 14 ข้อ ส่วนที่ 2 แบบสอบถาม สุขภาพทั่วไป (Thai GHQ-30) จำนวน 30 ข้อ ส่วนที่ 3 แบบสอบถามปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดด้านการทำงาน จำนวน 39 ข้อ โดยตลอดระยะเวลาที่ท่านอยู่ในโครงการวิจัยประมาณ 30-45 นาที และท่านมีสิทธิ์ ไม่ตอบคำถามข้อใดๆ ที่ท่านไม่ต้องการตอบ

 <p style="text-align: center;">คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย</p>	<p style="text-align: center;">เอกสารข้อมูลคำอธิบายสำหรับ ผู้เข้าร่วมในโครงการวิจัย (Information sheet for research participant)</p>
--	--

### ความเสี่ยงที่อาจได้รับ

ความเสี่ยงจากการเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้มีความเสี่ยงเพียงเล็กน้อย คือ อาจจะทำให้ท่านเสียเวลาหรือไม่สะดวกระหว่างที่ท่านเข้าร่วมโครงการวิจัย

### ประโยชน์ที่ท่านอาจได้รับ

ท่านจะไม่ได้รับประโยชน์โดยตรงแต่ผลการวิจัยอาจนำไปใช้เป็นแนวทางในการป้องกันและแก้ไข หรือช่วยลดปัญหาที่อาจก่อให้เกิดความเครียดและทำให้พยาบาลวิชาชีพสามารถทำงานได้อย่างมีความสุขและมีประสิทธิภาพมากขึ้น หรืออาจใช้เป็นแนวทางในการให้คำปรึกษาแก่พยาบาลวิชาชีพที่เกิดความเครียดอื่น จะก่อให้เกิดผลต่อการปฏิบัติงานได้

### ข้อปฏิบัติของท่านขณะที่ร่วมในโครงการวิจัย

ขอให้ท่านปฏิบัติดังนี้

- ขอให้ท่านให้ข้อมูลทางการแพทย์ของท่านทั้งในอดีตและปัจจุบันแก่ผู้ทำวิจัยด้วยความสัตย์จริง
- ขอให้ท่านแจ้งผู้ทำวิจัยทราบถึงความผิดปกติที่เกิดขึ้นระหว่างที่ท่านเข้าร่วมในโครงการวิจัย

### อันตรายที่อาจเกิดขึ้นจากการเข้าร่วมในโครงการวิจัยและความรับผิดชอบของผู้ทำวิจัย

หากท่านพบอันตรายเกิดจากการทำวิจัยท่านจะได้รับการรักษาอย่างเหมาะสมทันทีหากพิสูจน์ว่าท่าน ปฏิบัติตามคำแนะนำของผู้วิจัยแล้ว ผู้ทำวิจัยยินดีจะรับผิดชอบค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาลของท่าน และ การลงนามในเอกสารให้ความยินยอมไม่ได้หมายความว่าท่านได้สละสิทธิ์ทางกฎหมายตามปกติที่ท่านพึงมี

ในกรณีที่ท่านได้รับอันตรายใดๆ หรือต้องการข้อมูลเพิ่มเติมที่เกี่ยวข้องกับโครงการวิจัย ท่านสามารถ ติดต่อกับผู้ทำวิจัย คือ นางสาวธัญธรณ์ ทองแก้ว โทร. 084-329-7400 ได้ตลอด 24 ชั่วโมง และผู้วิจัยร่วม คือ รองศาสตราจารย์ แพทย์หญิงศิริลักษณ์ ศุภปีติพร โทร. 02-256-4298

	<p style="text-align: center;">คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย</p>	<p>เอกสารข้อมูลคำอธิบายสำหรับ ผู้เข้าร่วมในโครงการวิจัย (Information sheet for research participant)</p>
---	--	--

### การเข้าร่วมและสิ้นสุดการเข้าร่วมโครงการวิจัย

การเข้าร่วมโครงการวิจัยครั้งนี้เป็นไปโดยสมัครใจ หากท่านไม่สมัครใจจะเข้าร่วมการศึกษาแล้วสามารถ ถอนตัวได้ตลอดเวลา

### การปกป้องรักษาข้อมูลความลับของอาสาสมัคร

ข้อมูลนี้อาจจะไปสู่การเปิดเผยตัวท่านจะได้รับการปกปิดและไม่เปิดเผยแก่สาธารณชน ในกรณีที่ผล การวิจัยได้รับการตีพิมพ์ ชื่อและที่อยู่ของท่านจะต้องได้รับการปกปิดอยู่เสมอโดยเฉพาะรหัสประจำโครงการ วิจัยของท่าน หากท่านยกเลิกการให้สิทธิ์ดังกล่าว ท่านสามารถแจ้งหรือเขียนบันทึกขอยกเลิกการให้คำยินยอม โดยส่งไปที่นางสาวธัญยธรณ์ ทองแก้ว ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 1873 ถ.พระราม 4 เขตประทุมวัน กทม.10330

หากอาสาสมัครขอยกเลิกการให้คำยินยอม ผู้วิจัยต้องดึงแบบสอบถามของอาสาสมัครออกเนื่องจากเป็น เอกสารเดียวที่มีข้อมูลเกี่ยวกับอาสาสมัคร

สิทธิ์ของผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย

ในฐานะที่ท่านเป็นผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย ท่านจะมีสิทธิ์ในการตัดสินใจดังต่อไปนี้

1. ท่านจะได้รับทราบถึงลักษณะและวัตถุประสงค์ของการวิจัยในครั้งนี้
2. ท่านจะได้รับการอธิบายเกี่ยวกับระเบียบวิธีวิจัยของการวิจัย
3. ท่านจะได้รับการอธิบายถึงความเสี่ยงเกี่ยวกับความไม่สบายที่ท่านจะได้รับจากการวิจัย
4. ท่านจะได้รับทราบการอธิบายถึงประโยชน์ที่ท่านอาจได้รับจากการวิจัย
5. ท่านจะได้มีโอกาสซักถามเกี่ยวกับงานวิจัยหรือขั้นตอนที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย
6. ท่านจะได้รับทราบว่าการยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้ ท่านสามารถขอถอนตัวจากโครงการเมื่อใดก็ได้ โดยผู้เข้าร่วมวิจัยในโครงการวิจัยสามารถขอถอนตัวออกจากโครงการวิจัยโดยไม่มีผลกระทบใดๆ ทั้งสิ้น

	<p>คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย</p>	<p>เอกสารข้อมูลคำอธิบายสำหรับ ผู้เข้าร่วมในโครงการวิจัย (Information sheet for research participant)</p>
---	--	--

7. ท่านจะได้รับสำเนาเอกสารใบยินยอมที่มีทั้งลายเซ็นและวันที่
8. ท่านมีสิทธิ์ในการตัดสินใจว่าจะเข้าร่วมในโครงการวิจัยหรือไม่ก็ได้ โดยปราศจากการใช้อิทธิพล  
ข่มขู่

หากท่านมีข้อสงสัยต้องการสอบถามเกี่ยวกับสิทธิของท่าน หรือท่านไม่ได้รับการปฏิบัติตามที่  
เขียนไว้ใน เอกสารข้อมูลคำอธิบายสำหรับผู้เข้าร่วมในการวิจัย ท่านสามารถติดต่อหรือร้องเรียนได้ที่  
ฝ่ายวิจัย คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ตึกอำนวยการ ชั้น 3 หรือที่หมายเลข  
โทรศัพท์ 0-2256-4455 หรือ 0-2256-4493 ต่อ 13 หรือ 14 ในเวลาราชการ

ขอขอบพระคุณในการร่วมมือของท่านมา ณ ที่นี้

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY



9. รายได้เฉลี่ยจากโรงพยาบาลต่อเดือน (รวมค่าตอบแทนพิเศษนอกเวลา)
- ( ) 15,000 – 25,000 บาท      ( ) 25,001 – 35,000 บาท
- ( ) 35,001 – 45,000 บาท      ( ) มากกว่า 45,000 บาท
10. ความเพียงพอของรายได้    ( ) เพียงพอและมีเหลือเก็บ      ( ) เพียงพอแต่ไม่มีเหลือเก็บ
- ( ) ไม่เพียงพอและมีหนี้สิน      ( ) ไม่เพียงพอแต่ไม่มีหนี้สิน
11. จำนวนชั่วโมงที่ทำงานในโรงพยาบาลโดยเฉลี่ยต่อสัปดาห์ ..... ชั่วโมง/สัปดาห์
12. การทำงานอื่นๆ นอกโรงพยาบาล
- ด้านการพยาบาล
- ( ) ไม่มี
- ( ) มี ..... (โปรดระบุ)
- อาชีพเสริมอื่นๆ ที่ไม่ใช่ด้านการพยาบาล
- ( ) ไม่มี
- ( ) มี ..... (โปรดระบุ)
13. โรคประจำตัว      ( ) ไม่มี
- ( ) มี ..... (โปรดระบุ)
14. ลักษณะที่พักอาศัย      ( ) หอพักของโรงพยาบาล
- ( ) บ้านเช่า
- ( ) อพาร์ทเมนต์
- ( ) บ้านหรือคอนโดมิเนียมตนเอง
- ( ) อื่นๆ.....(โปรดระบุ)

## ส่วนที่ 2 แบบสอบถามสุขภาพทั่วไป (Thai GHQ-30)

**คำชี้แจง** แบบสอบถามนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อต้องการทราบถึงสภาวะสุขภาพของท่าน **ในระยะสองถึงสาม สัปดาห์ที่ผ่านมา** ว่าเป็นอย่างไร กรุณาตอบคำถามต่อไปนี้ โดยขีดเครื่องหมายวงกลมรอบคำตอบที่ใกล้เคียงกับสภาพของท่านในปัจจุบันหรือในช่วงสองถึงสามสัปดาห์ที่ผ่านมามากที่สุด โดยไม่รวมถึงปัญหาที่ท่านเคยมีในอดีต และกรุณาตอบคำถามทุกข้อ

### ในระยะสองถึงสามสัปดาห์ที่ผ่านมาท่าน

- 1.) สามารถมีสมาธิจดจ่อกับสิ่งที่กำลังทำอยู่ได้
 

ก. ดีกว่าปกติ	ข. เหมือนปกติ	ค. แย่กว่าปกติ	ง. แย่กว่าปกติมาก
---------------	---------------	----------------	-------------------
- 2.) นอนไม่หลับเพราะกังวลใจ
 

ก. ไม่เลย	ข. ไม่มากกว่าปกติ	ค. ค่อนข้างมากกว่าปกติ	ง. มากกว่าปกติมาก
-----------	-------------------	------------------------	-------------------
- 3.) มีอาการกระสับกระส่าย หลับไม่สนิท
 

ก. ไม่เลย	ข. ไม่มากกว่าปกติ	ค. ค่อนข้างมากกว่าปกติ	ง. มากกว่าปกติมาก
-----------	-------------------	------------------------	-------------------
- 4.) หาอะไรทำและทำให้ตัวเองไม่มีเวลาว่างได้
 

ก. มากกว่าปกติ	ข. เหมือนปกติ	ค. ค่อนข้างน้อยกว่าปกติ	ง. น้อยกว่าปกติมาก
----------------	---------------	-------------------------	--------------------
- 5.) ออกไปนอกบ้านบ่อยเท่าที่เคย
 

ก. มากกว่าปกติ	ข. เท่าปกติ	ค. น้อยกว่าปกติ	ง. น้อยกว่าปกติมาก
----------------	-------------	-----------------	--------------------
- 6.) จัดการกับสิ่งต่างๆ ได้ดีพอๆ กับคนส่วนใหญ่ที่อยู่ในสภาพเดียวกับท่าน
 

ก. ดีกว่ามาก	ข. ดีพอๆ กัน	ค. ค่อนข้างน้อยกว่า	ง. น้อยกว่ามาก
--------------	--------------	---------------------	----------------
- 7.) รู้สึกว่าโดยทั่วไปแล้วทำอะไรๆ ได้ดี
 

ก. ดีกว่าปกติ	ข. เหมือนปกติ	ค. ดีน้อยกว่าปกติ	ง. ดีน้อยกว่าปกติมาก
---------------	---------------	-------------------	----------------------
- 8.) พอใจกับการที่ทำงานลุล่วงไปได้
 

ก. มากกว่าปกติ	ข. พอๆ กับตามปกติ	ค. น้อยกว่าปกติ	ง. น้อยกว่าปกติมาก
----------------	-------------------	-----------------	--------------------
- 9.) สามารถมีความรู้สึกรักและอบอุ่นต่อคนใกล้ชิดได้
 

ก. ดีกว่าปกติ	ข. เท่าปกติ	ค. น้อยกว่าปกติ	ง. น้อยกว่าปกติมาก
---------------	-------------	-----------------	--------------------
- 10.) รู้สึกว่าสามารถเข้ากับคนอื่นได้ง่าย
 

ก. ดีกว่าปกติ	ข. เท่าปกติ	ค. น้อยกว่าปกติ	ง. น้อยกว่าปกติมาก
---------------	-------------	-----------------	--------------------
- 11.) ใช้เวลาคุยเล่นกับคนอื่นมาก
 

ก. ใช้เวลามากกว่าปกติ	ข. เท่าปกติ	ค. น้อยกว่าปกติ	ง. น้อยกว่ามาก
-----------------------	-------------	-----------------	----------------
- 12.) รู้สึกว่าได้ทำตัวให้เป็นประโยชน์ในเรื่องต่างๆ
 

ก. มากกว่าปกติ	ข. เหมือนปกติ	ค. น้อยกว่าปกติ	ง. น้อยกว่าปกติมาก
----------------	---------------	-----------------	--------------------

- 13.) รู้สึกว่าสามารถตัดสินใจในเรื่องต่างๆ ได้  
 ก. มากกว่าปกติ      ข. เหมือนปกติ      ค. น้อยกว่าปกติ      ง. น้อยกว่าปกติมาก
- 14.) รู้สึกตึงเครียดอยู่ตลอดเวลา  
 ก. ไม่เลย      ข. ไม่มากกว่าปกติ      ค. ค่อนข้างมากกว่าปกติ      ง. มากกว่าปกติมาก
- 15.) รู้สึกว่าไม่สามารถที่จะเอาชนะความยากลำบากต่างๆ ได้  
 ก. ไม่เลย      ข. ไม่มากกว่าปกติ      ค. ค่อนข้างมากกว่าปกติ      ง. มากกว่าปกติมาก
- 16.) รู้สึกว่าชีวิตต้องดิ้นรนอยู่ตลอดเวลา  
 ก. ไม่เลย      ข. ไม่มากกว่าปกติ      ค. ค่อนข้างมากกว่าปกติ      ง. มากกว่าปกติมาก
- 17.) สามารถมีความสุขกับกิจกรรมในชีวิตประจำวันตามปกติได้  
 ก. มากกว่าปกติ      ข. เหมือนปกติ      ค. น้อยกว่าปกติ      ง. น้อยกว่าปกติมาก
- 18.) มองอะไรเครื่องเครียดไปหมด  
 ก. ไม่เลย      ข. ไม่มากกว่าปกติ      ค. ค่อนข้างมากกว่าปกติ      ง. มากกว่าปกติมาก
- 19.) รู้สึกกลัวหรือตกใจโดยไม่มีเหตุผลสมควร  
 ก. ไม่เลย      ข. ไม่มากกว่าปกติ      ค. ค่อนข้างมากกว่าปกติ      ง. มากกว่าปกติมาก
- 20.) สามารถที่จะเผชิญหน้ากับปัญหาต่างๆ ของตัวเองได้  
 ก. ดีกว่าปกติ      ข. เหมือนปกติ      ค. น้อยกว่าปกติ      ง. น้อยกว่าปกติมาก
- 21.) รู้สึกเรื่องต่างๆ ทั้บถมจนรับไม่ไหว  
 ก. ไม่เลย      ข. ไม่มากกว่าปกติ      ค. ค่อนข้างมากกว่าปกติ      ง. มากกว่าปกติมาก
- 22.) รู้สึกไม่มีความสุขและเศร้าหมอง  
 ก. ไม่เลย      ข. ไม่มากกว่าปกติ      ค. ซ้ำกว่าปกติ      ง. ซ้ำกว่าปกติมาก
- 23.) รู้สึกเสียความมั่นใจในตัวเองไป  
 ก. ไม่เลย      ข. ไม่มากกว่าปกติ      ค. ค่อนข้างมากกว่าปกติ      ง. มากกว่าปกติมาก
- 24.) คิดว่าตัวเองเป็นคนไร้ค่า  
 ก. ไม่เลย      ข. ไม่มากกว่าปกติ      ค. ค่อนข้างมากกว่าปกติ      ง. มากกว่าปกติมาก
- 25.) รู้สึกว่าชีวิตนี้หมดหวังโดยสิ้นเชิง  
 ก. ไม่เลย      ข. มามากกว่าปกติ      ค. ค่อนข้างมากกว่าปกติ      ง. มากกว่าปกติมาก
- 26.) รู้สึกมีความหวังในอนาคตของตัวเอง  
 ก. มากกว่าปกติ      ข. เท่าปกติ      ค. น้อยกว่าปกติ      ง. มีความหวังน้อยมาก
- 27.) รู้สึกมีความสุขดีตามสมควรเมื่อคู่โดยรวมๆ  
 ก. มากกว่าปกติ      ข. เท่าปกติ      ค. น้อยกว่าปกติ      ง. น้อยกว่าปกติมาก

- 28.) รู้สึกกังวล ภาระงานกระวายเป็น และเครียดอยู่ตลอดเวลา  
ก. ไม่เลย                      ข. ไม่มากกว่าปกติ                      ค. ค่อนข้างมากกว่าปกติ                      ง. มากกว่าปกติมาก
- 29.) รู้สึกไม่คุ้มค่าที่จะมีชีวิตอยู่ต่อไป  
ก. ไม่เลย                      ข. ไม่มากกว่าปกติ                      ค. ค่อนข้างมากกว่าปกติ                      ง. มากกว่าปกติมาก
- 30.) รู้สึกว่าบางครั้งทำอะไรไม่ได้เลยเพราะประสาทตึงเครียด  
ก. ไม่เลย                      ข. ไม่มากกว่าปกติ                      ค. ค่อนข้างมากกว่าปกติ                      ง. มากกว่าปกติมาก



### ส่วนที่ 3 แบบสอบถามปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดด้านการทำงาน

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องหลังข้อความที่ตรงกับระดับความเครียดที่เกิดขึ้นกับท่านมากที่สุด **ในระยะเวลา 2 เดือนที่ผ่านมา**

ปัจจัยที่มีส่วนก่อให้เกิดความเครียดด้านการทำงาน	ระดับความเครียดที่เกิดขึ้น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	เล็กน้อย	ไม่เลย
<b>ปัจจัยด้านภาระงานและความเหนื่อยล้าจากการทำงาน</b>					
1. จำนวนชั่วโมงปฏิบัติงานต่อสัปดาห์					
2. ความเหนื่อยหน่ายและอาการล้าจากการทำงาน					
3. การเปลี่ยนแปลงชีวิตครอบครัวอันเนื่องมาจากการทำงาน					
4. การเข้าทำงานในเวลาราชการ					
5. การเข้าทำงานนอกเวลาราชการ					
6. ชั่วโมงหยุดพักในการทำงาน					
7. การใช้เวลาทำงานไม่เหมาะสม					
8. การถูกขอร้องให้ขึ้นเวรแทนกะทันหัน					
<b>ปัจจัยด้านปัญหาการทำงาน</b>					
9. การเข้ารับการอบรมและเรียนรู้งานในตำแหน่งงาน					
10. ไปประกอบวิชาชีพและไปประกาศนียบัตรผ่านการอบรมต่างๆ					
11. อุปกรณ์และเครื่องมือที่ใช้งาน					
12. การเข้ารับการฝึกอบรมหลักสูตรต่างๆ					
13. การให้บริการผู้ป่วยในแผนกต่างๆ					
14. การใช้งานระบบฐานข้อมูลผู้ป่วยอิเล็กทรอนิกส์ของโรงพยาบาล					
15. การใช้งานเครื่องมือต่างๆ					
16. ภาษาที่ใช้สื่อสารกับผู้ป่วย					
17. การพัฒนาฝีมือของตนเองให้ดีขึ้น					
18. การกิจประจำมีความจำเริญมากเกินไป					
19. การที่ต้องรับผิดชอบชีวิตและทรัพย์สินผู้ป่วยร่วมกับผู้อื่นในการทำงานร่วมกัน					

ปัจจัยที่มีส่วนก่อให้เกิดความเครียดจากการทำงาน	ระดับความเครียดที่เกิดขึ้น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	เล็กน้อย	ไม่เลย
<b>ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมของการทำงาน</b>					
20. สภาพแวดล้อมภายในที่ทำงาน					
21. ขวัญ กำลังใจ และสภาพแวดล้อมของหน่วยงาน					
<b>ปัจจัยด้านนโยบายบริหารงานขององค์กร</b>					
22. รูปแบบการบริหารงานและการกำกับดูแลของ ผู้บังคับบัญชา					
23. ความไม่มั่นใจในอนาคตของอาชีพ					
24. โอกาสในการพัฒนาตนเองเพื่อให้ทันกับวิวัฒนาการ และการเปลี่ยนแปลงทางเทคโนโลยี					
25. การเปลี่ยนแปลงระบบการให้บริการของโรงพยาบาล					
<b>ปัจจัยด้านบทบาทในองค์กร</b>					
26. การใช้ระบบอาวุโส					
27. ความกังวลต่อความมั่นคงในงาน เช่น การโยกย้าย การเลื่อนตำแหน่งหน้าที่					
28. ประสบการณ์การทำงาน/อายุงาน					
29. โอกาสในการทำงานและโอกาสในความก้าวหน้า					
30. การตัดสินใจในเรื่องสำคัญของงานที่รับผิดชอบ					
31. ขาดการสนับสนุนจากผู้บังคับบัญชา					
32. การกระจายงานของผู้บังคับบัญชา					
<b>ปัจจัยด้านสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนร่วมงาน</b>					
33. ปัญหาความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงานด้วยกัน (พยาบาล, แพทย์)					
34. ปัญหาความสัมพันธ์กับผู้บังคับบัญชา(หัวหน้างาน)					
35. ไม่ได้ได้รับความร่วมมือจากเพื่อนร่วมงาน					
36. ปัญหาความสัมพันธ์กับเจ้าหน้าที่หน่วยงาน, แผนก อื่นที่เกี่ยวข้อง					
<b>ปัจจัยด้านค่าตอบแทนและสวัสดิการ</b>					
37. อัตราเงินเดือนกับเงินค่าวิชาชีพ					
38. สวัสดิการและผลตอบแทนอื่นๆ					
39. สุขภาพและการตรวจร่างกายประจำปี					

## ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

ชื่อ - ชื่อสกุล                      นางสาวธัญยพรรณ ทองแก้ว

วัน เดือน ปีเกิด                    16 มีนาคม 2530

สถานที่เกิด                            จังหวัดยโสธร

สถานที่อยู่ปัจจุบัน                181 ม.3 ต.สำราญ อ.เมือง จ.ยโสธร 35000

ตำแหน่งหน้าที่การงานปัจจุบัน   พยาบาลวิชาชีพ ศูนย์หัวใจ โรงพยาบาลศิริราช

ปิยมหาราชการคุณย์

สถานที่ทำงานปัจจุบัน            โรงพยาบาลศิริราช ปิยมหาราชการคุณย์

ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2549 หลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตมหาวิทยาลัยมหิดล

พ.ศ. 2556 หลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสุขภาพจิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์

คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย