



บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมา และความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันสังคมไทย มีการพัฒนาเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ทั้งในด้านเศรษฐกิจ การเมือง สังคม และสุขภาพ มีการนำเอาวิทยาการ และเทคโนโลยีสมัยใหม่ เข้ามาใช้ ในการพัฒนาประเทศ ทำให้วิถีชีวิตของคนไทย มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว มีการ แข่งขัน ต่อสู้ดิ้นรน และการเผชิญกับสถานการณ์บางอย่างที่ไม่คาดคิดมาก่อน ซึ่งมีผลต่อ ปัญหาสุขภาพร่างกาย และสุขภาพจิตมากขึ้นด้วย ภิรมย์ สุคนธาภิรมย์ (2534) กล่าวว่า ชีวิตในเมืองใหญ่ นับวันจะมีสิ่ง que เพิ่มความเครียด ความกังวล การแข่งขัน เอารอดเอา เปรียบมากขึ้น ความอะลุ่มอะล่วย เป็นกันเอง ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน หรือทำงานเพื่อส่วน รวมน้อยลง และสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ในการดำเนินชีวิตประจำวัน กลายเป็นปัญหามากขึ้น ความเครียด จึงเป็นอาการที่เกิดขึ้นกับทุกคน ผลของความเครียด มีทั้งประโยชน์และโทษ (ชูทิพย์ ปานปรีชา, 2532) กล่าวคือ ความเครียดระดับต่ำ จะช่วยกระตุ้นให้มนุษย์ ดำเนินชีวิต อย่างมีชีวิตชีวา มีความกระตือรือร้น แต่ความเครียดระดับสูง และเป็น อยู่ยาวนานจะเกิดผลเสียต่อร่างกาย อารมณ์ ความคิด พฤติกรรม และบุคลิกภาพ เช่น มีอาการปวดท้อง นอนไม่หลับ หงุดหงิด ขาดสมาธิ วิตกกังวล สับสนหรือจัด ดื้อรั้น และ เป็นโรคต่างๆ เช่น โรคกระเพาะ โรคหัวใจ โรคความดันโลหิตสูง ฯลฯ ก่อให้เกิดเป็น ปัญหาทางสังคมต่าง ๆ เช่น ปัญหาอุบัติเหตุ ปัญหายาเสพติด ปัญหาอาชญากรรม ฯลฯ

บุคลิกภาพ เป็นรูปแบบที่ถาวรของความเข้าใจ ความสัมพันธ์ และความคิด เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อม และตัวเอง ซึ่งแสดงออกทางสังคม และเนื้อหา สาระ เกี่ยวกับตัว

เอง (DSM - III อ้างถึงใน Winokur and Clayton , 1986) ดังนั้นบุคลิกภาพจึงมีบทบาทสำคัญต่อการดำรงชีวิตในสังคมอย่างมาก เพราะจะทำให้มนุษย์รู้จักใช้วิธีการปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่นได้ เกิดการยอมรับซึ่งกันและกันภายในสังคม เกิดความเข้าใจ ซึ่งกันและกัน และยังช่วยคลาดเตาพฤติกรรม การกระทำที่อาจเกิดขึ้นต่อไปในอนาคตได้ นอกจากนี้ ผู้ที่มีบุคลิกภาพที่ดี มั่นคง จะทำให้เกิดความมั่นใจ กล้าพูด กล้าทำ ซึ่งจะส่งผลต่อไป ทำให้ผู้นั้นประสบความสำเร็จในชีวิต ซึ่งตรงกันข้ามกับผู้ที่มีปัญหาเกี่ยวกับบุคลิกภาพ เช่น เก็บตัว มีอารมณ์หวนไหวง่าย ใจร้อน ก้าวร้าว อาจทำให้เกิดปัญหาทั้งทางร่างกาย และจิตใจ เช่น ความเครียด ความวิตกกังวล และอุบัติเหตุต่าง ๆ ได้ ฯลฯ ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อไปถึง การสูญเสีย หน้าที่การงาน บทบาททางสังคม เสียเศรษฐกิจ และเกิดปัญหาทางสังคมต่าง ๆ เป็นต้น จะเห็นได้ว่า บุคลิกภาพเป็นทั้งสาเหตุ และปัจจัยส่งเสริมที่ทำให้มนุษย์แสดงปฏิกิริยาตอบสนอง ต่อความเครียด ที่แตกต่างกัน ดังนั้น ถ้าเราทราบถึงลักษณะของบุคลิกภาพ ของผู้ใดผู้หนึ่ง เราก็สามารถคลาดเตาถึงความเครียด หรือปัญหาสุขภาพทางกาย และจิต หรือผลกระทบอื่น ๆ ได้ เช่น จากการศึกษาของ Ratter and Quinton (1984) พบว่า บุคลิกภาพผิดปกติ เป็นตัวทำนายถึงการหย่าร้าง ความผิดปกติของกลุ่มสมรส พฤติกรรมก้าวร้าวในบุตร และ ความผิดปกติทางจิตในเด็กได้

การดูแลช่วยเหลือ บุคคลที่มีปัญหาสุขภาพทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม ให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น นับเป็นงานสำคัญงานหนึ่งของพยาบาล เพื่อตอบสนองนโยบาย Health for all by the year 2000 ขององค์การอนามัยโลก พยาบาลเป็นหนึ่งในทีมสุขภาพ การที่จะได้พยาบาลที่มีคุณลักษณะเหมาะสม ตรงตามความต้องการในการปฏิบัติงาน เราจะต้องเริ่มพิจารณาตั้งแต่ การคัดเลือกบุคคลที่จะเข้าศึกษาวิชาพยาบาล และการอบรมสั่งสอน ตั้งแต่เป็นนักศึกษาพยาบาล

นักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาล สังกัดกระทรวงกลาโหม เป็นกลุ่มบุคคลที่มีช่วงอายุอยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนปลายกลุ่มหนึ่ง วัยรุ่นเป็นช่วงต่อระหว่างวัยเด็กกับผู้ใหญ่

(Hurlock, 1953) Erikson กล่าวว่าวัยรุ่นเป็นวัยแห่งการค้นหาภาพลักษณ์ (identity) ของตนเองว่าตนเป็นใคร ชอบหรือไม่ชอบอะไร มีความถนัดหรือไม่ถนัดอะไร เต็มไปด้วยความลังเล ไม่แน่ใจ ต่อสังคม (พรณี ช. เจนจิต, 2528) นอกจากนี้ วัยรุ่นยังเป็นวัยที่มีความเครียดสูง เนื่องจากมีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย ฮอร์โมนต่าง ๆ และต้องมีการปรับตัวทางอารมณ์อย่างมากด้วย (Ransy, 1982) และนักศึกษาพยาบาล สังกัดกระทรวงกลาโหม ยังมีวิถีชีวิตที่แตกต่างจากกลุ่มอื่น ๆ ก็ต้องมาอยู่ร่วมกันที่หอพัก พยาบาลตั้งแต่ชั้นปีที่ 1 - 4 ต้องปฏิบัติตามกฎระเบียบ วินัยของวิทยาลัยพยาบาล และต้องปฏิบัติตามกฎระเบียบวินัยของทหารอีกด้วย การเรียนก็มีทั้งภาคทฤษฎี และ ภาคปฏิบัติ ซึ่ง เป็นการปฏิบัติกับชีวิตคนจริง ๆ จึงต้องมีความระมัดระวังมากจะทำผิดไม่ได้ และในการ ปฏิบัติงานต้องเข้าร่วมทีมการพยาบาลกับแพทย์ พยาบาลและเจ้าหน้าที่อื่น สิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่ แปลกใหม่ ที่ล้วนก่อให้เกิดความเครียดได้มากขึ้น จึงจำเป็นที่นักศึกษาพยาบาล ต้องมี การปรับตัวอย่างมาก จากการศึกษาของวัลภา ตันติสุนทร (2532) พบว่า นักศึกษา พยาบาลชั้นปีที่ 1 มีความเครียดสูงกว่าชั้นปีอื่น ๆ สมสร เชื้อหิรัญ และคณะ (2523) ทำการสำรวจสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล พบว่า 49.9% มีปัญหาสุขภาพจิต และนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 มีปัญหาสุขภาพจิตสูงสุด และ พเยาว์ พุนเจริญ และคณะ (2530) สำรวจสุขภาพจิตนักศึกษาพยาบาล โรงพยาบาลรามาริบัติ พบว่า 36% มีสุขภาพจิตไม่ดี และมีเพียง 26.5% เท่านั้น ที่มีสุขภาพจิตดี รวมทั้งการสัมมนา พยาบาลศาสตร์แห่งชาติ ครั้งที่ 1 พบว่า ปัญหาของ นักศึกษาพยาบาล ที่สำคัญประการหนึ่ง คือ ปัญหาสุขภาพจิต และบุคลิกภาพ (ทัศนาศ นุญทอง, 2530) ปัญหาดังกล่าวจะส่งผลกระทบต่อไปถึงผลการเรียนของนัก ศึกษาพยาบาล ทำให้ตกต่ำลง หรือ อาจถึงตกซ้ำชั้นเรียน เช่น จากการทดสอบพบว่า นักศึกษาพยาบาล สังกัด กระทรวงกลาโหม จำนวนหนึ่งตกซ้ำชั้นทุกระดับชั้นปี ซึ่งก่อให้เกิด ความสูญเสียเปล่าทางการศึกษา สูญเสียบุคลากร และเงินงบประมาณในการผลิตพยาบาล ของกองทัพ ปัญหาซ้ำชั้นเรียนของนักศึกษาพยาบาลดังกล่าว คาดว่าสาเหตุไม่น่าจะมาจาก เรื่อง เชารวันปัญญา เนื่องจากว่าในการรับสมัครบุคคลเข้าเป็นนักศึกษาพยาบาล ใช้วิธี

การคัดเลือก จากคะแนนสอบคัดเลือก โดยเลือกจากผู้ที่มีคะแนนสูงกว่า หรือเทียบเท่า มาตรฐาน ซึ่งในแต่ละปี จะมีผู้มาสมัครสอบคัดเลือกเป็นจำนวนมาก เช่น วิทยาลัยพยาบาล กองทัพเรือ (2533) มีผู้เข้ามามีสมัครสอบคัดเลือกมากกว่า 7,000 คน แต่รับนักศึกษาได้ เพียง 50 คน จึงทำให้คาดได้ว่าปัญหาดังกล่าว น่าจะมาจาก ปัญหาบุคลิกภาพของนักศึกษา พยาบาลเอง ที่ไม่สามารถปรับตัวต่อสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ได้ และทำให้ความเครียดมากขึ้น ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อไป ทำให้สมาธิการเรียนลดลง การรับรู้ การตัดสินใจ เปลี่ยนไป ทำให้ผลการเรียนต่ำลง หรือ บางคนอาจเกิดปัญหาสุขภาพจิตได้ เช่น วิตกกังวล ซึมเศร้า หรือบุคลิกภาพเปลี่ยนแปลง เป็นต้น ดังนั้น ผู้วิจัย ในฐานะที่ทำหน้าที่ ดูแล อบรม และให้การช่วยเหลือแก่นักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลกองทัพเรือ มีความสนใจที่จะศึกษา บุคลิกภาพของนักศึกษาพยาบาล สังกัดกระทรวงกลาโหม ว่ามีลักษณะเป็นอย่างไร และมีความสัมพันธ์กับความเครียดเป็นอย่างไร ซึ่งยังไม่มีผู้ใดทำการศึกษาวิจัยมาก่อน เพื่อจะเป็นประโยชน์ต่อผู้บริหาร ครูผู้สอน และครูฝ่ายปกครอง ได้รู้จัก และเข้าใจ ความแตกต่าง และปัญหาของนักศึกษาพยาบาล แต่ละคน ได้ดียิ่งขึ้น เป็นแนวทางในการให้คำปรึกษาช่วยเหลือ เป็นข้อมูลพื้นฐานในการวางแผนโปรแกรม การพัฒนาบุคลิกภาพ การแก้ปัญหา และ พัฒนาความสามารถ ในการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลให้ดีขึ้น และเหมาะสม ตลอดจนเป็นประโยชน์ต่อผู้บริหาร วิทยาลัยพยาบาล ได้รู้ถึงความแตกต่างของบุคลิกภาพ และเป็นแนวทางในการพัฒนาวิธีการสอบคัดเลือกบุคคลเข้ามาศึกษาในสถาบันพยาบาล เพื่อจะได้ พยาบาลที่มีคุณลักษณะที่ดี และเหมาะสมตามความต้องการของสังคม กล่าวคือ มีความรู้ ความสามารถในการปฏิบัติงาน มีความรับผิดชอบ ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ บุคลิกภาพ และ เจตคติที่ดีต่องานการพยาบาล และสามารถติดต่อประสานงานกับบุคคลอื่นได้อย่างเหมาะสม ปฏิบัติงานพยาบาลได้อย่างเต็มความสามารถ ผู้ป่วยจะได้รับการพยาบาลอย่างเต็มที่ และลดการสูญเสีย งบประมาณในการผลิตพยาบาล

วัตถุประสงค์ในการวิจัย

1. เพื่อศึกษา บุคลิกภาพ ของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาล สังกัดกระทรวงกลาโหม
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพกับความเครียดของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาล สังกัดกระทรวงกลาโหม
3. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบ บุคลิกภาพของนักศึกษาพยาบาล กับจำนวนพี่น้อง ลำดับการเกิด ภูมิลำเนา อาชีพของบิดา มารดา วุฒิการศึกษาของ บิดา มารดา และ รายได้ของครอบครัว

สมมุติฐานการวิจัย

1. นักศึกษาพยาบาลที่มีความเครียดระดับสูง มีคะแนนบุคลิกภาพใน Scale-E ต่ำกว่านักศึกษาพยาบาล ที่มีความเครียดระดับปานกลาง และระดับต่ำ
2. นักศึกษาพยาบาลที่มีความเครียดระดับสูง มีคะแนนบุคลิกภาพใน Scale-N สูงกว่านักศึกษาพยาบาลที่มีความเครียดระดับปานกลาง และระดับต่ำ
3. จำนวนพี่น้อง ลำดับการเกิด ภูมิลำเนา อาชีพของบิดา มารดา และรายได้ของครอบครัวนักศึกษานักศึกษาพยาบาล มีผลต่อบุคลิกภาพ

ขอบเขตการวิจัย

1. การวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษา บุคลิกภาพของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาล สังกัดกระทรวงกลาโหม ได้แก่ วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก วิทยาลัยพยาบาลกองทัพเรือ และวิทยาลัยพยาบาลทหารอากาศ ทุกชั้นปี ประจำปีการศึกษา 2534 หลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต

2. ตัวแปรที่ศึกษา

2.1 ตัวแปรอิสระ ได้แก่

2.1.1 ระดับความเครียด ที่วัดได้จากแบบสำรวจความเครียด HOS (Health Opinion Survey) แบ่งเป็น

2.1.1.1 ความเครียดระดับต่ำ

2.1.1.2 ความเครียดระดับปานกลาง

2.1.1.3 ความเครียดระดับสูง

2.1.2 ข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ จำนวนพี่น้อง ลำดับการเกิด ภูมิฐานะ อาชีพของบิดา มารดา วุฒิการศึกษา ของบิดา มารดา และรายได้ ของครอบครัว

2.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ ลักษณะของบุคลิกภาพประเภทต่าง ๆ ที่วัดได้จากแบบทดสอบ MPI แบ่งเป็น

2.2.1 บุคลิกภาพ แบบที่ชอบเก็บตัว (Introversion)

2.2.2 บุคลิกภาพ แบบที่ชอบแสดงตัว (Extraversion)

2.2.3 บุคลิกภาพที่ไม่มีความมั่นคงทางอารมณ์ (Neuroticism)

2.2.4 บุคลิกภาพที่มีความมั่นคงทางอารมณ์ (Stability)

ข้อตกลงเบื้องต้น

1. กลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถาม ได้รับการชี้แจงถึงวัตถุประสงค์ ประโยชน์ ของงานวิจัย และได้รับความมั่นใจว่า ข้อมูลที่ได้ให้ไปจะเป็นความลับ ไม่นำไปเผยแพร่ว่า เป็นของผู้ใด เพื่อให้ผู้ตอบเห็นความสำคัญ เต็มใจ และตั้งใจตอบแบบสอบถาม ด้วยความ จริงใจ จึงถือว่าคำตอบที่ได้เป็นจริงและเชื่อถือได้

2. นักศึกษาพยาบาลทั้ง 3 วิทยาลัย ไม่มีความแตกต่างในเรื่องสิ่งแวดล้อม รูป แบบวิธีการสอน และกฎระเบียบวินัยต่าง ๆ

ข้อจำกัดในการวิจัย

ผู้วิจัยศึกษาเฉพาะ บุคลิกภาพของนักศึกษาพยาบาลที่มีระดับความเครียดแตกต่างกันเท่านั้น อาจมีตัวแปรแทรกซ้อนอื่น ๆ เช่น พันธุกรรม รูปแบบการอบรมเลี้ยงดู สัมพันธภาพของบิดา มารดา ซึ่งอาจมีผลต่อบุคลิกภาพของนักศึกษาพยาบาลได้

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐาน นำไปวางแผนแก้ไข ป้องกัน ส่งเสริม และพัฒนาศักยภาพ ในการแก้ไขปัญหานักศึกษาพยาบาลให้ดีขึ้น
2. เพื่อเป็นแนวทางการปรับปรุงบริการให้คำปรึกษาของครูแนะแนว และครูได้เข้าใจ นักศึกษาพยาบาล ได้ลึกซึ้งมากขึ้น
3. เพื่อเป็นประโยชน์ต่อการสอบคัดเลือกบุคคลที่ต้องการเข้าศึกษาเป็นนักศึกษาพยาบาล ทำให้สามารถ เลือกคนที่มีบุคลิกภาพที่เหมาะสมกับวิชาชีพ
4. เพื่อเป็นข้อมูลเบื้องต้นประกอบ ในการจัดวางหลักสูตรกิจกรรม และวิธีสอนให้เหมาะสม และสอดคล้องกับความต้องการ และความสามารถของนักศึกษาพยาบาลแต่ละชั้นปี
5. เพื่อเป็นแนวทางในการวิจัยต่อไป

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

1. บุคลิกภาพ (Personality) หมายถึง ลักษณะพฤติกรรม ซึ่งมีความหมายรวมถึง ท่าที ความรู้สึกนึกคิด และการกระทำที่บุคคลได้ตอบสนองสิ่งแวดล้อมที่เขาอาศัยอยู่ ซึ่งสามารถวัดได้จากแบบทดสอบ MPI มีลักษณะเป็น 2 มิติ คือ

1.1 มิติที่ 1 วัดลักษณะบุคลิกภาพประเภทเก็บตัว และแสดงตัว (Introversion-Extraversion) ใช้คำย่อว่า Scale-E

1.2 มิติที่ 2 วัดลักษณะบุคลิกภาพประเภทไม่มีความมั่นคงทางอารมณ์ และมีความมั่นคงทางอารมณ์ (Neuroticism - Stability) ใช้คำย่อว่า Scale - N

บุคลิกภาพที่ชอบเก็บตัว (Introversion) คือบุคลิกภาพที่มีคะแนนใน Scale - E ต่ำกว่ากลุ่มมาตรฐาน โดยคิดจากค่าเฉลี่ยของกลุ่ม ซึ่งมีลักษณะเงียบเฉย ชอบเก็บตัว เบื่อไม่ชอบสังคมกับคนอื่น ๆ มองเข้าสู่ตนเอง ชอบอ่านหนังสือ และค้นคว้า ตามลำพังมากกว่าที่จะทำงานร่วมกับผู้อื่น สนิทกับคนยาก มีการเตรียมกก่อนทำ และไม่ได้วางใจเหตุการณ์เฉพาะหน้า ทำอะไรเต็มไปด้วยความระมัดระวังเกินไป ไม่ชอบกิจกรรมที่ตื่นเต้น โลกโตนดำเนินชีวิตประจำวันด้วยความเคร่งขรึม ชอบความเป็นระเบียบ เรียบร้อย ควบคุมความรู้สึก พอใจ ไม่พอใจ ไว้ใจได้มาก ไม่ใคร่แสดงท่าทางก้าวร้าวออกมาตรง ๆ มีพื้นอารมณ์ไม่เปลี่ยนแปลงง่ายดูน่าเชื่อถือ บางครั้งมองแต่ในแง่ร้าย ยึดถือแบบมาตรฐาน จรรยาบรรณของสังคมมาก

บุคลิกภาพที่ชอบแสดงตัว (Extraversion) คือบุคลิกภาพที่มีคะแนนใน Scale - E มากกว่า หรือ เท่ากับ กลุ่มมาตรฐาน โดยคิดจากค่าเฉลี่ยของกลุ่มซึ่งมีลักษณะการแสดงออกที่มีอชยาศัย ไมตรี ชอบเข้าสังคม มีเพื่อนมาก ชอบคุยกับผู้อื่น ไม่ชอบทำงานตามลำพัง ชอบทำกิจกรรมที่ให้ความตื่นเต้น ชอบเสี่ยง ทำอะไรทันพลัน ทำอะไรไม่ใคร่ระมัดระวังตัว ค่อนข้างผลุนผลัน ชอบทำตลกขบขัน ไม่ชอบความจำเจ ไม่กังวลเป็นสุขใจ ชอบทำตามสบาย เข้าไหนก็ได้ มักมองแต่ในแง่ดี ชอบสนุกรื่นเริง มีแนวโน้มที่จะแสดงความก้าวร้าว และความรู้สึกออกมาตรง ๆ ไม่ค่อยน่าเชื่อถือ ไม่เก็บความรู้สึกพอใจ - ไม่พอใจ ไว้มากนัก

บุคลิกภาพที่ไม่มีความมั่นคงทางอารมณ์ (Neuroticism) หมายถึง บุคลิกภาพที่มีคะแนนใน Scale - N มากกว่าหรือ เท่ากับ กลุ่มมาตรฐาน โดยคิดจากค่าเฉลี่ยของกลุ่ม ซึ่งมีลักษณะอารมณ์รุนแรง อ่อนไหวง่าย คิดไม่รู้จักรจบ มีความรับผิดชอบ

ชอบเกินตัว มักเชื่อมโยงความวิตกกังวลเข้ากับสิ่งเร้าที่เป็นกลาง รู้สึกวิตกกังวล ทุกสิ่งทุกอย่างที่ปรากฏขึ้นแม้ในสถานการณ์ที่รู้ว่าไม่เป็นอันตราย ไม่สามารถทนต่อสภาวะที่มีความเครียดมาก ๆ ได้และมักปรากฏเป็นอาการที่แสดงออกมาทางร่างกาย

บุคลิกภาพที่มีความมั่นคงทางอารมณ์ (Stability) หมายถึงบุคลิกภาพที่มีคะแนนใน Scale - N ต่ำกว่ากลุ่มมาตรฐาน โดยคิดค่าเฉลี่ยของกลุ่ม ซึ่งมีลักษณะที่มีสุขภาพจิตดี ก็มีสภาพทางอารมณ์ ความคิด ความรู้สึก และการกระทำดี รวมทั้งการปรับตัวอยู่ในสภาพแวดล้อมได้ดี

2. ความเครียด (Stress) หมายถึง ความรู้สึกไม่สบายใจ ความวิตกกังวล ความไม่พึงพอใจ ความคับข้องใจ ความขัดแย้ง ตลอดจนอาการต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นทางร่างกาย เช่น ความกลัว ความโกรธ การนอนไม่หลับ ตัวสั่น ปวดศีรษะ ปวดท้อง ฯลฯ เป็นต้น โดยแต่ละคนจะแสดงออกที่แตกต่างกันไปตามระดับความเครียด ซึ่งสามารถประเมินระดับความเครียดได้ จากแบบสำรวจความเครียด Health Opinion Survey (HOS) แบ่งออกเป็น

2.1 ความเครียดระดับต่ำ คือคะแนนความเครียดที่วัดจาก HOS ที่ต่ำกว่าค่าเฉลี่ยของกลุ่ม ลบ 1 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ($< \bar{X} - 1 SD$)

2.2 ความเครียดระดับปานกลาง คือ คะแนนความเครียดที่วัดจาก HOS ที่อยู่ระหว่างค่าเฉลี่ยของกลุ่ม ลบ 1 ส่วน เบี่ยงเบนมาตรฐาน ถึงผลรวมของค่าเฉลี่ยของกลุ่ม กับ 1 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ($> \bar{X} - 1 SD$ ถึง $< \bar{X} + 1 SD$)

2.3 ความเครียดระดับสูง คือ คะแนนความเครียดที่วัดจาก HOS ที่มากกว่าผลรวมของค่าเฉลี่ย กับ 1 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ($> \bar{X} + 1 SD$)

3. นักศึกษาพยาบาล (Nursing students) หมายถึงผู้ที่กำลังศึกษาในหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 1 2 3 4 ปีการศึกษา 2534 วิทยาลัยพยาบาลสังกัดกระทรวงกลาโหม