



ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมกับทักษะชีวิต ของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนิตรัง

The Relationship Between Social Support and Life Skills among Nursing Students in Boromarajonani collage of Nursing, Trang

ลำเจียก กัธร, โสภิต สุวรรณเวลา
วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนิตรัง

บทคัดย่อ

การวิจัยหาความสัมพันธ์ครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาการสนับสนุนทางสังคมของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนิตรัง 2) ศึกษาทักษะชีวิตของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนิตรัง 3) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมกับทักษะชีวิตของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนิตรัง ประชากรและกลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ในปีการศึกษา 2560 จำนวน 358 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคมและทักษะชีวิต ซึ่งมีค่าความเชื่อมั่นของการสนับสนุนทางสังคมเท่ากับ .76 และทักษะชีวิตเท่ากับ .91 ตามลำดับ วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปโดยหาค่าร้อยละ วิเคราะห์การสนับสนุนทางสังคมและทักษะชีวิตโดยหาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน

ผลการวิจัยพบว่า

1. การสนับสนุนทางสังคมโดยภาพรวมทุกด้านอยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.12 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.25 (Mean =3.12, S.D. = 0.25)
2. ทักษะชีวิตของนักศึกษาโดยภาพรวมทุกด้านอยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.13 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.29 (Mean =4.07, S.D. = 0.43)
3. การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์กันทางบวกกับทักษะชีวิตของนักศึกษาพยาบาลทุกชั้นปี วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนิตรัง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.01 ($r = .613$ $p < .01$)

คำสำคัญ: การสนับสนุนทางสังคม ทักษะชีวิต นักศึกษาพยาบาลศาสตรบัณฑิต



Abstract

The purposes of this correlation research were to: 1) study social support of nursing students, 2) study life skills of nursing students, 3) explore the relationship between social support and life skills of the nursing students. The Samples were 358 nursing students at Boromarajonani College of Nursing,Trang in the 2017 academic year. The instruments to collect data were one set of questionnaire social support and life skills. Reliability of the questionnaire was examined using Cronbach's alpha coefficient yielding values of .76 and .91, respectively. Data were analyzed using mean test, percentage calculation, standard deviation, and statistical hypothesis testing base on Pearson's Product Moment corralation coefficient of Social Support and Life Skills

The results of this study revealed as follows:

1. The mean total scores of the social support among the nursing students were at a moderate level (Mean = 3.12, S.D. = .25).
2. The mean total scores of the life skills among the nursing students were at a moderate level (Mean = 4.07, S.D. = .43).
3. The social support was significantly correlated with the life skills ($r = .613$ $p < .01$)

Keywords: Social Support, Life Skills, Nursing Student



บทนำ

โลกในปัจจุบันได้มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ไม่ว่าจะเป็นการเปลี่ยนแปลงทางด้านเศรษฐกิจ สังคม เทคโนโลยี วัฒนธรรมและสภาพแวดล้อม ทำให้บุคคลต้องปรับตัวให้สอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น โดยเฉพาะนักศึกษาในระดับปริญญาตรี ที่ยังอยู่ในช่วงวัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยที่อยู่ในช่วงของการปรับตัวเข้าสู่ผู้ใหญ่ จึงเป็นวัยที่ทำให้มีภาวะวิกฤติมากกว่าช่วงวัยอื่นๆ เนื่องจากมีภาวะอารมณ์แปรปรวนสูง วุฒิภาวะทางอารมณ์ยังไม่สมบูรณ์ ยังมีความสับสนในการวางบทบาทของตนเอง ในสังคม ขาดทักษะและประสบการณ์ ในการเผชิญและแก้ไขปัญหา นอกจากนี้วัยรุ่นยังเป็นวัยที่ให้ความสำคัญกับเพื่อนมาก ทำให้เกิดพฤติกรรมเบี่ยงเบนได้ง่าย (ศศิวิมล เกลียวทอง, 2557) วัยนี้จึงถือว่าเป็นวัยที่มีความเสี่ยงสูงสุดต่อภาวะวิกฤติ จึงต้องได้รับการดูแลอย่างใกล้ชิดเพื่อให้วัยรุ่นมีการปรับตัวให้เหมาะสมต่อการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ในชีวิตประจำวัน ซึ่งความสามารถในการปรับตัวดังกล่าวเรียกว่าทักษะชีวิต (ญาดา โทสมบัติ, 2550) ทักษะชีวิตเป็นความสามารถของบุคคลที่จะคิดตัดสินใจ แก้ปัญหาและปรับตัวเพื่อให้มีพฤติกรรมที่เป็นไปในทางที่ถูกต้อง สามารถจัดการกับความต้องการ ปัญหา และสถานการณ์ต่างๆ เพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตอย่างเหมาะสมกับสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป ให้มีสุขภาพดีทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม ซึ่งปัจจัยที่ส่งผลให้บุคคลมีทักษะชีวิตนั้น ผลการวิจัยเรื่องการศึกษาการสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศึกษาโดยไพศาล แยมวงษ์ (2555) ในกลุ่มนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ที่กำลังศึกษาในระดับปริญญาตรีพบว่า การสนับสนุนทางสังคมจากคนรอบข้างไม่ว่าจะเป็น จากครอบครัว จากอาจารย์ หรือจากเพื่อน เป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่ง ที่ทำให้นักศึกษามีทักษะในการวิเคราะห์ แยกแยะข้อมูลข่าวสาร ปัญหาและสถานการณ์ต่างๆ อย่างมีจุดหมาย มีความสามารถในการคิดไตร่ตรอง รับรู้ และเข้าใจความรู้สึก ความคิดและอารมณ์ของตนเองได้ตามความเป็นจริง และสามารถควบคุมอารมณ์ และความรู้สึกของตนเองได้

การรับรู้และเข้าใจอารมณ์ ความต้องการของผู้อื่นเอาใจเขามาใส่ใจเรา และสามารถแสดงออกอย่างเหมาะสม มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าตระหนักว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของสังคม มีความสามารถในการติดต่อหรือสัมพันธ์กับผู้อื่น เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ดีและความสามารถในการแสวงหาความร่วมมือมีความสามารถในการรับรู้ปัญหา สาเหตุ ทางเลือกและลงมือปฏิบัติอย่างถูกต้องเหมาะสม และมีความสามารถในการจัดการกับอารมณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสม ซึ่งปัจจัยที่ส่งผลให้บุคคลมีทักษะชีวิตนั้น นอกจากการมองโลกในแง่ดีแล้ว ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน การสนับสนุนทางสังคม และสัมพันธ์ภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน ส่งผลทางบวกต่อทักษะชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 (ศศิวิมล เกลียวทอง, 2557)

การสนับสนุนทางสังคมเป็นตัวแปรที่สำคัญที่ช่วยให้บุคคลมีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีมีความสุขในชีวิต การสนับสนุนทางสังคมที่เพียงพอจะช่วยให้บุคคลมีการปรับตัวที่เหมาะสม สามารถแก้ปัญหาต่างๆ ได้ ซึ่งการสนับสนุนทางสังคมจะทำให้คนมีประสบการณ์ที่ดี มีความมั่นคง ลดภาวะเครียดในชีวิตประจำวันของบุคคล ช่วยให้บุคคลปรับพฤติกรรม เมื่อมีปัญหาทางด้านจิตใจ จะสามารถปรับตัวได้ดียิ่งขึ้น (จินตนา เหลืองศิริเธียร, 2550) ซึ่งลักษณะของการสนับสนุนทางสังคม โดยเฉพาะเมื่อบุคคลอยู่ในภาวะวิกฤติ ได้แก่ การได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว เพื่อน หรือคนที่เกี่ยวข้อง การได้รับความรัก การเห็นคุณค่า การได้รับการดูแลความไว้วางใจ ความรู้สึก เป็นห่วงและการยอมรับฟังความคิดเห็น การได้รับการช่วยเหลือ (ลดาวลัย น้อยเหลือ, 2551)

นักศึกษาที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมในระดับมากจะมีทักษะในการตัดสินใจและการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ จะเห็นได้ว่าทักษะชีวิตเป็นทักษะที่มีความสำคัญในการพัฒนานักศึกษาให้สามารถพัฒนาตนเอง โดยการใช้ความคิด ความตระหนักรู้ในตนเอง การปรับตัว การตัดสินใจ การสื่อสาร การสร้างสัมพันธ์ภาพ การจัดการกับอารมณ์และความเครียดในการแก้ไข



ปัญหาให้กับตนเอง วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง เป็นสถาบันระดับอุดมศึกษา ที่ผลิตบัณฑิตสาขาพยาบาล โดยมีการบรรจุวิชาทักษะชีวิตไว้ในหลักสูตร เพื่อให้บัณฑิตมีความสามารถในการรู้จักแก้ปัญหาสำคัญที่เกี่ยวข้องกับคน สิ่งแวดล้อม และปัญหาที่เกิดจากพฤติกรรมมนุษย์ได้อย่างมีประสิทธิภาพและดำรงชีวิตอย่างมีความสุข

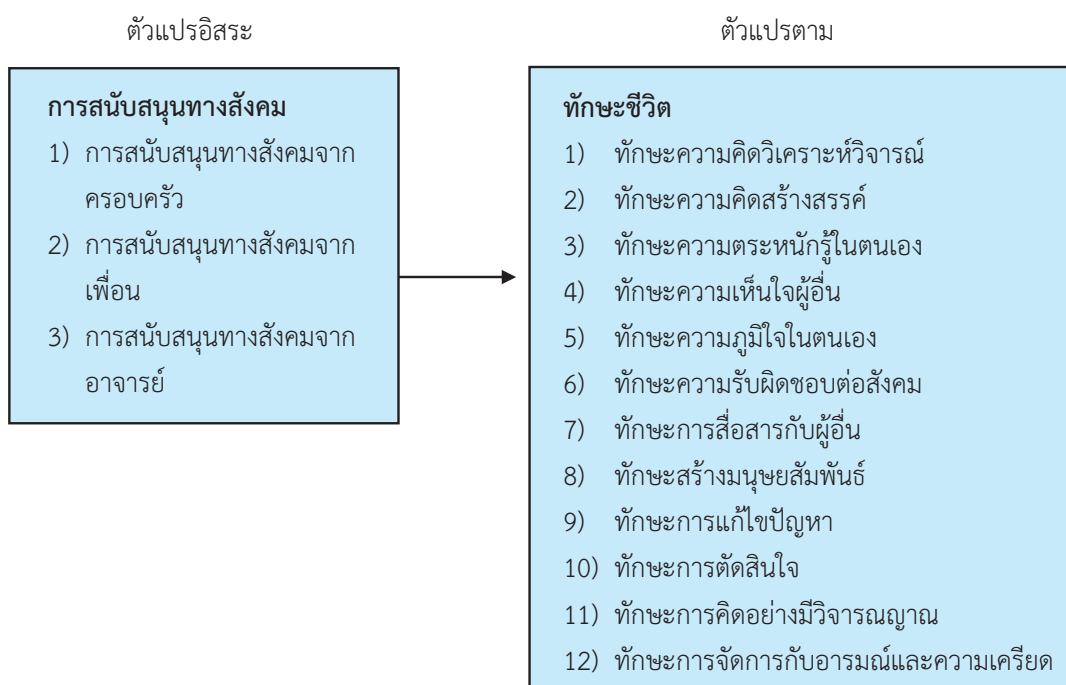
จากการทบทวนวรรณกรรม พบว่าทักษะชีวิตมีความสำคัญที่ทำให้นักศึกษาสามารถปรับตัวให้เข้ากับสังคมที่เปลี่ยนแปลงได้ ซึ่งอาจจะมีการได้รับการสนับสนุนทางสังคมที่เป็นตัวแปรที่ทำให้นักศึกษามีความเป็นอยู่ที่ดีและสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาการสนับสนุนทางสังคมของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง
2. เพื่อศึกษาทักษะชีวิตของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง
3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมกับทักษะชีวิตของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง

กรอบแนวคิดในการวิจัย

ผู้วิจัยได้ใช้กรอบแนวคิดของ Zimet (1988) มาเป็นแนวทางในการศึกษา ซึ่งพบว่าทักษะชีวิตเป็นความสามารถในการปรับตัวและมีพฤติกรรมในทางที่ถูกต้องเหมาะสม ตลอดจนสามารถจัดการกับปัญหารอบๆ ตัว ในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ ผู้วิจัยนำมาประยุกต์กับทักษะชีวิตตามแนวคิดของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานต์ และสุวรรณา เรืองกาญจนเศรษฐ์, 2553) ประกอบด้วย 12 ทักษะ ได้แก่ 1) ทักษะความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ 2) ทักษะความคิดสร้างสรรค์ 3) ทักษะความตระหนักรู้ในตน 4) ทักษะความเห็นใจผู้อื่น 5) ทักษะความภูมิใจในตนเอง 6) ทักษะความรับผิดชอบต่อสังคม 7) ทักษะการสื่อสารกับผู้อื่น 8) ทักษะสร้างมนุษยสัมพันธ์ 9) ทักษะการแก้ไขปัญหา 10) ทักษะการตัดสินใจ 11) ทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ 12) ทักษะการจัดการกับอารมณ์และความเครียด โดยการสนับสนุนทางสังคมมีความสำคัญในการลดภาวะเครียดในชีวิตประจำวันของบุคคล จึงนำมาดัดแปลงให้การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว เพื่อน และอาจารย์ สามารถเข้ากับการมีทักษะชีวิตในการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง ดังแผนภูมิที่ 1



สมมติฐาน

1. นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง มีการสนับสนุนทางสังคมในระดับสูง
2. นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง มีทักษะชีวิตในระดับสูง
3. ความสัมพันธ์การสนับสนุนทางสังคมกับทักษะชีวิตของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง ในทิศทางบวก

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

ผลที่ได้จากการวิจัยสามารถนำไปใช้ประโยชน์ต่อไปนี้

1. เป็นข้อมูลสำหรับคณะกรรมการบริหารวิทยาลัยฯ ในการนำแนวคิดมาใช้ในการวางแผนและกำหนดนโยบาย เพื่อการพัฒนาทักษะชีวิตให้กับนักศึกษาให้เหมาะสม
2. เป็นข้อมูลสำหรับคณะกรรมการวิชาการ ในการนำแนวคิดมาใช้ในการวางแผนการจัดการเรียนการสอนให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น
3. เป็นข้อมูลสำหรับอาจารย์ในการแนะแนวและให้คำปรึกษากับนักศึกษาในการพัฒนาทักษะชีวิต
4. เพื่อเป็นแนวทางในการนำข้อมูลไปศึกษาวิจัย เรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมกับทักษะชีวิตของวัยอื่นๆ เช่น วัยเด็ก วัยผู้ใหญ่ เป็นต้น และการวิจัยเรื่องอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องต่อไป

วิธีการศึกษา

การวิจัยครั้งนี้เป็นแบบไม่ทดลอง (non - experimental research design) เพื่อเป็นการวิจัยหาความสัมพันธ์ (correlation research)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ในการศึกษาครั้งนี้ คือ นักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง ปีการศึกษา 2560 จำนวน 358 คน (ชั้นปีที่ 1 จำนวน 116 คน ชั้นปีที่ 2 จำนวน 81 คน ชั้นปีที่ 3 จำนวน 71 คน และชั้นปีที่ 4 จำนวน 90 คน)

กลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยเลือกกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ คือ นักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง ปีการศึกษา 2560 หาขนาดกลุ่มตัวอย่างจากตารางการประเมินค่าตัวอย่างของเครซีและมอร์แกน (Krejcie & Morgan 1970) ได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 186 คน ทางผู้วิจัยเลือกศึกษากลุ่มตัวอย่างจากประชากรทั้งหมด จำนวน 358 คน เนื่องจากประชากรมีขนาดเล็ก

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป ประกอบด้วย ข้อคำถามจำนวน 5 ข้อ คือ 1) เพศ 2) อายุ 3) ชั้นปีที่ศึกษา 4) ศาสนา 5) ผลการเรียนเฉลี่ยสะสมของเทอมที่ผ่านมาในปีการศึกษา 2559

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคม พัฒนาและปรับปรุงมาจากไพศาล แยมวงษ์ (2555) และแนวคิดของ Zimet, (1988) ประกอบด้วย 3 ด้าน คือ 1) การสนับสนุนด้านครอบครัวมีจำนวน 10 ข้อ 2) การสนับสนุนด้านเพื่อนจำนวน 10 ข้อ 3) การสนับสนุนด้านอาจารย์จำนวน 10 ข้อ รวม 30 ข้อ ข้อคำถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) 5 ระดับ ซึ่งข้อคำถามมีทั้งเชิงบวกและเชิงลบ

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามทักษะชีวิต พัฒนาและปรับปรุงตามกรอบแนวคิดทักษะชีวิตจากมนลดา กล่อมแก้ว (2555) ประกอบด้วย 12 ด้าน คือ 1) ทักษะความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ 2) ทักษะความคิดสร้างสรรค์ 3) ทักษะความตระหนักรู้ในตนเอง 4) ทักษะความเห็นใจผู้อื่น 5) ทักษะความภูมิใจในตนเอง 6) ทักษะความรับผิดชอบต่อสังคม 7) ทักษะการสื่อสารกับผู้อื่น 8) ทักษะสร้างมนุษยสัมพันธ์ 9) ทักษะการแก้ไขปัญหา 10) ทักษะการตัดสินใจ 11) ทักษะการคิดอย่างมีวิจรรย์ญาณ และ 12) ทักษะการจัดการกับอารมณ์และความเครียด รวม 60 ข้อ ข้อคำถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) 5 ระดับ ซึ่งข้อคำถามมีทั้งเชิงบวกและเชิงลบ



การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

ผู้วิจัยได้ตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ ดังนี้

1. การหาความตรงตามเนื้อหาของเครื่องมือวิจัย (Content validity) โดยนำแบบสอบถามให้ผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความเชี่ยวชาญในการสนับสนุนการศึกษาและทักษะชีวิต ได้แก่ รองผู้อำนวยการฝ่ายกิจการนักศึกษา อาจารย์ฝ่ายกิจการนักศึกษา อาจารย์พยาบาลกลุ่มวิชาการสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง จำนวน 3 ท่านเพื่อตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาของแบบสอบถาม

2. การหาความเชื่อมั่นของเครื่องมือวิจัย (Reliability) ผู้วิจัยนำเครื่องมือที่ได้รับการปรับปรุงไปหาความเชื่อมั่นโดยการทดลองใช้ (Try out) กับนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครศรีธรรมราช ปีการศึกษา 2560 ซึ่งเป็นประชากรมีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างที่จะศึกษาจำนวน 30 คน

การเก็บรวบรวมข้อมูล

มีขั้นตอนการดำเนินการดังนี้

1. ทำบันทึกข้อความถึงผู้อำนวยการวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง เพื่อขออนุญาตเก็บข้อมูล

2. ขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามชี้แจงวัตถุประสงค์การทำวิจัยและอธิบายวิธีการตอบแบบสอบถามแก่กลุ่มตัวอย่าง

3. เก็บแบบสอบถามคืน นำข้อมูลที่ได้จากการตอบแบบสอบถามทั้งหมด มาทำการตรวจสอบความสมบูรณ์ในการตอบแบบสอบถามจากกลุ่มตัวอย่าง และนำข้อมูลที่ได้จากการตอบแบบสอบถามของกลุ่มตัวอย่างไปวิเคราะห์ข้อมูลตามวิธีการทางสถิติต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูปช่วยประมวลผลข้อมูล โดยใช้สถิติดังนี้

1. ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

เพศ วิเคราะห์ข้อมูลโดยคำนวณเป็นจำนวนและค่าร้อยละ

อายุ วิเคราะห์ข้อมูลโดยค่าเฉลี่ย และคำนวณค่าร้อยละ

2. ข้อมูลสนับสนุนทางสังคมและทักษะชีวิต วิเคราะห์โดยหาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

3. ทดสอบข้อตกลงเบื้องต้นในการวิเคราะห์หาค่าความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร พบว่าตัวแปรที่ศึกษามีการกระจายของข้อมูลเป็นโค้งปกติ หาค่าความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมกับทักษะชีวิตของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1-4 โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's product moment correlation coefficient)

จริยธรรมวิจัย

ผู้วิจัยนำโครงการวิจัยเข้าที่ประชุมของคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง ได้รับเลขจริยธรรมที่ 26 / 2560

ผลการศึกษา

ผลการวิจัยนำเสนอเป็น 8 ส่วน ตามลำดับต่อไปนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต พบว่า กลุ่มตัวอย่างทั้งหมดมีจำนวน 358 คน ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มากที่สุด ร้อยละ 93.3 มีอายุช่วง 17 - 21 ปี มากที่สุด ร้อยละ 53.9 เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มากที่สุด ร้อยละ 33.0 นับถือศาสนาพุทธ มากที่สุด ร้อยละ 80.7 และส่วนใหญ่ผลการเรียนเฉลี่ยสะสมของเทอมที่ผ่านมาในปีการศึกษา 2559 อยู่ในช่วง 3.00 - 3.49 มากที่สุด ร้อยละ 67.6

ส่วนที่ 2 การสนับสนุนทางสังคมของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับของการสนับสนุนทางสังคมของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง ประกอบด้วย ด้านครอบครัว ด้านเพื่อน ด้านอาจารย์ พบว่า การสนับสนุนทางสังคมโดยรวมทุกชั้นปีของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง ในทุกด้านอยู่ในระดับปานกลาง ($M=3.12$, $SD=0.25$) โดยการสนับสนุนทางสังคมด้านครอบครัว มีค่าเฉลี่ย



เท่ากับ 3.31 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.38 (M=3.31, SD=0.25) ด้านเพื่อน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.94 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.45 (M=2.94, SD=0.45) และด้านอาจารย์ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.13 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.31 (M=3.13, SD=0.31)

ส่วนที่ 3 ทักษะชีวิตของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต พบว่า ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับของทักษะชีวิตของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนีตรัง ปีการศึกษา 2560 ประกอบด้วย ทักษะด้านความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ ทักษะด้านความคิดสร้างสรรค์ ทักษะด้านความตระหนักรู้ในตนเอง ทักษะด้านความเห็นใจผู้อื่น ทักษะด้านความภูมิใจในตนเอง ทักษะด้านความรับผิดชอบต่อสังคม ทักษะด้านการสื่อสารกับผู้อื่น ทักษะด้านสร้างมนุษยสัมพันธ์ ทักษะด้านการแก้ไขปัญหา ทักษะด้านการตัดสินใจ ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ และทักษะด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียด พบว่า ทักษะชีวิตโดยรวมทุกชั้นปีของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี ตรัง ในทุกด้านอยู่ในระดับปานกลาง (M=3.13, SD=0.29) โดยทักษะด้านความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.66 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.36 (M=3.66, SD=0.36) ทักษะด้านความคิดสร้างสรรค์ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.85 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.58 (M=2.85, SD=0.58) ทักษะด้านความตระหนักรู้ในตนเอง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.40 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.40 (M=3.40, SD=0.40) ทักษะด้านความเห็นใจผู้อื่นมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.73 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.48 (M=2.73, SD=0.48) ทักษะด้านความภูมิใจในตนเองมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.21 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.36 (M=3.21, SD=0.36) ทักษะด้านความรับผิดชอบต่อสังคมมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.08 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.40 (M=3.08, SD=0.40) ทักษะด้านการสื่อสารกับผู้อื่น มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.17 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

เท่ากับ 0.38 (M=3.17, SD=0.38) ทักษะด้านสร้างมนุษยสัมพันธ์ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.95 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.40 (M=2.95, SD=0.40) ทักษะด้านการแก้ไขปัญหา มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.32 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.43 (M=3.32, SD=0.43) ทักษะด้านการตัดสินใจ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.01 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.44 (M=3.01, SD=0.44) ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.22 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.43 (M=3.22, SD=0.43) และทักษะด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.21 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.49 (M=3.21, SD=0.49)

ส่วนที่ 4 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการสนับสนุนทางสังคมและทักษะชีวิตของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต จำแนกตามชั้นปีและรวมทุกชั้นปี พบว่า คะแนนเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการสนับสนุนทางสังคมและทักษะชีวิต จำแนกตามชั้นปีและรวมทุกชั้นปี พบว่าการสนับสนุนทางสังคมของนักศึกษาทุกชั้นปีโดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.12 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.23 (M=3.12, SD=0.23) โดยนักศึกษาชั้นปีที่ 4 มีระดับการสนับสนุนทางสังคมอยู่ในระดับมากที่สุด (M=3.16, SD=0.36) และนักศึกษาชั้นปีที่ 3 มีระดับการสนับสนุนทางสังคมน้อยที่สุด (M=3.11, SD=0.31) ทักษะชีวิตของนักศึกษาทุกชั้นปีโดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.11 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.29 (M=3.11, SD=0.29) โดยนักศึกษาชั้นปีที่ 4 มีระดับความสุขในการเรียนรู้มากที่สุด (M=3.17, SD=0.27) และนักศึกษาชั้นปีที่ 3 มีระดับทักษะชีวิตน้อยที่สุด (M=3.06, SD=0.22)

ส่วนที่ 5 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการสนับสนุนทางสังคมทั้ง 3 ด้านของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต จำแนกตามแต่ละชั้นปีและรวมทุกชั้นปี พบว่า ส่วนใหญ่ นักศึกษาพยาบาลทุกชั้นปีมีการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมอยู่ในระดับ



ปานกลาง ส่วนใหญ่นักศึกษาพยาบาลทุกชั้นปีมีการสนับสนุนทางสังคมด้านครอบครัว มากที่สุด ($M=3.31, SD=0.38$) รองลงมาด้านอาจารย์ ($M=3.13, SD=0.31$) และน้อยที่สุดคือด้านเพื่อน ($M=2.94, SD=0.45$) นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 1 มีการสนับสนุนทางสังคมด้านครอบครัวมากที่สุด ($M=3.33, SD=0.37$) รองลงมาด้านอาจารย์ ($M=3.16, SD=0.26$) และน้อยที่สุดคือด้านเพื่อน ($M=2.88, SD=0.39$) นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตชั้นปีที่ 2 มีการสนับสนุนทางสังคมด้านครอบครัวมากที่สุด ($M=3.29, SD=0.28$) รองลงมาด้านอาจารย์ ($M=3.11, SD=0.27$) และน้อยที่สุดคือด้านเพื่อน ($M=2.95, SD=0.47$) นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตชั้นปีที่ 3 มีการสนับสนุนทางสังคมด้านครอบครัวมากที่สุด ($M=3.24, SD=0.47$) รองลงมาด้านอาจารย์ ($M=3.09, SD=0.32$) และน้อยที่สุดคือด้านเพื่อน ($M=2.99, SD=0.45$) นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตชั้นปีที่ 4 มีการสนับสนุนทางสังคมด้านครอบครัวมากที่สุด ($M=3.36, SD=0.40$) รองลงมาด้านอาจารย์ ($M=3.12, SD=0.38$) และน้อยที่สุดคือด้านเพื่อน ($M=2.99, SD=0.51$)

ส่วนที่ 6 ระดับทักษะชีวิตของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ปีการศึกษา 2560 พบว่า ส่วนใหญ่นักศึกษาพยาบาลทุกชั้นปีมีทักษะชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง พบว่า ส่วนใหญ่นักศึกษาพยาบาลทุกชั้นปี มีทักษะชีวิตด้านที่ 3 ทักษะความตระหนักรู้ในตนเอง ($M=3.40, SD=0.40$) รองลงมาด้านที่ 9 ทักษะการแก้ไขปัญหา ($M=3.32, SD=0.43$) และน้อยที่สุดคือด้านที่ 4 ทักษะความเห็นใจผู้อื่น ($M=2.73, SD=0.48$) นักศึกษาหลักสูตรพยาบาล ศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 1 มีทักษะชีวิตด้านที่ 3 ทักษะความตระหนักรู้ในตนเอง ($M=3.41, SD=0.36$) รองลงมาด้านที่ 9 ทักษะการแก้ไขปัญหา ($M=3.38, SD=0.43$) และน้อยที่สุดคือด้านที่ 4 ทักษะความเห็นใจผู้อื่น ($M=2.58, SD=0.40$) นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 2 มีทักษะชีวิตด้านที่ 3 ทักษะความตระหนักรู้ในตนเอง ($M=3.48, SD=0.46$) รองลงมาด้านที่ 9

ทักษะการแก้ไขปัญหา ($M=3.33, SD=0.42$) และน้อยที่สุดคือด้านที่ 4 ทักษะความเห็นใจผู้อื่น ($M=2.74, SD=0.51$) นักศึกษาหลักสูตรพยาบาล ศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 3 มีทักษะชีวิตด้านที่ 3 ทักษะความตระหนักรู้ในตนเอง ($M=3.31, SD=0.40$) รองลงมาด้านที่ 1 ทักษะความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ ($M=3.27, SD=0.37$) และน้อยที่สุดคือด้านที่ 4 ทักษะความเห็นใจผู้อื่น ($M=2.72, SD=0.46$) นักศึกษาหลักสูตรพยาบาล ศาสตรบัณฑิตชั้นปีที่ 4 มีทักษะชีวิตด้านที่ 3 ทักษะความตระหนักรู้ในตนเอง ($M=3.39, SD=0.37$) รองลงมาด้านที่ 9 ทักษะการแก้ไขปัญหา ($M=3.32, SD=0.43$) และน้อยที่สุดคือด้านที่ 4 ทักษะความเห็นใจผู้อื่น ($M=2.92, SD=0.48$)

ส่วนที่ 7 ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมกับทักษะชีวิตของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง

จากตารางที่ 1 พบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สันระหว่างการสนับสนุนทางสังคมกับทักษะชีวิตของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง พบว่า การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์กันทางบวกกับทักษะชีวิตของนักศึกษาพยาบาลทุกชั้นปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .000 ($r = .613, p<.01$) และเมื่อจำแนกตามชั้นปีพบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 1 การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์กันทางบวกกับทักษะชีวิตของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .000 ($r = .456, p<.01$) นักศึกษาชั้นปีที่ 2 การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์กันทางบวกกับทักษะชีวิตของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรังอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .000 ($r = .455, p<.01$) นักศึกษาชั้นปีที่ 3 การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์กันทางบวกกับทักษะชีวิตของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .000 ($r = .710, p<.01$) และนักศึกษาชั้นปีที่ 4 การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์กันทางบวกกับทักษะชีวิตของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01 ($r = .746, p<.01$)



ตารางที่ 1 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สันระหว่างการสนับสนุนทางสังคมกับทักษะชีวิตของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง โดยจำแนกตามรายชั้นปี ($\mu = 358$)

ตัวแปร	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์		p-value
	การสนับสนุนทางสังคม	ทักษะชีวิต	
นักศึกษาชั้นปีที่ 1 (n = 118)			
1. การสนับสนุนทางสังคม	1	.456**	.000
2. ทักษะชีวิต	.456**	1	.000
นักศึกษาชั้นปีที่ 2 (n = 82)			
1. การสนับสนุนทางสังคม	1	.455**	.000
2. ทักษะชีวิต	.455**	1	.000
นักศึกษาชั้นปีที่ 3 (n = 68)			
1. การสนับสนุนทางสังคม	1	.710**	.000
2. ทักษะชีวิต	.710**	1	.000
นักศึกษาชั้นปีที่ 4 (n = 90)			
1. การสนับสนุนทางสังคม	1	.746**	.000
2. ทักษะชีวิต	.746**	1	.000
นักศึกษาทุกชั้นปี (n = 358)			
1. การสนับสนุนทางสังคม	1	.613**	.000
2. ทักษะชีวิต	.613**	1	.000

ส่วนที่ 8 ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมทั้ง 3 ด้านกับทักษะชีวิตของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง

จากตารางที่ 2 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สันระหว่างการสนับสนุนทางสังคมรายด้านกับทักษะชีวิตของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง ปีการศึกษา 2560 พบว่า การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับทักษะชีวิตของนักศึกษาในระดับปานกลางอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ที่ระดับ .01 ($r=.613$) การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวมีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิต ($r=.493$) การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับทักษะชีวิตโดยรวม ในระดับปานกลาง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r=.393$) การสนับสนุนทางสังคมจากอาจารย์ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับทักษะชีวิตโดยรวม ในระดับปานกลาง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r=.535$)



ตารางที่ 2 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สันระหว่างการสนับสนุนทางสังคมกับทักษะชีวิตในรายด้านของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง ปีการศึกษา 2560 ($\mu = 358$)

การสนับสนุนทางสังคม	ทักษะชีวิต (r)
การสนับสนุนทางสังคม	.613**
การสนับสนุนทางสังคมด้านครอบครัว	.493**
การสนับสนุนทางสังคมด้านเพื่อน	.393**
การสนับสนุนทางสังคมด้านอาจารย์	.535**

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อภิปรายผลการวิจัย

การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมกับทักษะชีวิตของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีตรัง โดยมีกลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตทุกชั้นปีของปีการศึกษา 2560 จำนวน 358 คน ผู้วิจัยได้นำผลการศึกษามาอภิปรายผลตามคำถามการวิจัยดังนี้

คำถามการวิจัยที่ 1 นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง มีการสนับสนุนทางสังคมในระดับใด

จากการศึกษาพบว่านักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง มีการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมอยู่ระดับปานกลาง ($M=3.12$, $SD=0.25$) โดยส่วนใหญ่ นักศึกษาพยาบาลทุกชั้นปี มีการสนับสนุนทางสังคมด้านครอบครัวมากที่สุด ($M=3.31$, $SD=0.38$) รองลงมาด้านอาจารย์ ($M=3.13$, $SD=0.31$) และน้อยที่สุดคือด้านเพื่อน ($M=2.94$, $SD=0.45$) ซึ่งไม่สอดคล้องสมมุติฐานที่ว่า นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต มีการสนับสนุนทางสังคมในระดับสูง ทั้งนี้อธิบายได้ว่า นักศึกษาพยาบาลได้รับข้อมูล คำแนะนำ คำปรึกษา คำตักเตือนต่างๆ จากบุคคลในครอบครัว กลุ่มเพื่อน หรือครูอาจารย์ที่แตกต่างกันเกี่ยวกับการดำรงชีวิตอยู่ในรั้ววิทยาลัยให้มีความสุขและการพัฒนาตนเองเพื่อให้เป็นที่ยอมรับแก่สังคม เพื่อประโยชน์ต่อนักศึกษาปรับตัวทั้งด้าน

การเรียนรู้ ด้านสังคม ด้านอารมณ์ในการนำมาปรับปรุงพฤติกรรมตนเองให้เป็นที่ต้องการของสังคมมากขึ้น รวมทั้งการได้รับยกย่องชมเชยจากครอบครัว เพื่อนๆ หรืออาจารย์ทำให้นักศึกษามีการพัฒนาตนเองในทางที่ดีขึ้นเป็นเสมือนการได้รับแรงเสริมทางบวก ทำให้มีกำลังใจในการแสดงพฤติกรรมที่ดีต่อไป ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้แตกต่างจากการศึกษาของกัญญ์สิริ จันทร์เจริญและสุกัญญา นัครามนตรี (2559) ศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมกับทักษะชีวิตของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2557 ได้รับการสนับสนุนทางสังคมอยู่ในระดับสูง ($M=3.77$, $SD=0.31$) ซึ่งการสนับสนุนทางสังคมมีความสำคัญในการลดภาวะเครียดในชีวิตประจำวันของบุคคล ช่วยส่งเสริมภาวะสุขภาพช่วยให้มีสิ่งแวดล้อมที่เอื้ออำนวยต่อการมีพัฒนาการ และการเจริญเติบโตเต็มที่นอกจากนี้ยังสามารถช่วยให้บุคคลปรับพฤติกรรมเพื่อผ่อนคลายความเครียดที่เผชิญอยู่เมื่อมีปัญหาทางด้านจิตใจจะสามารถปรับตัวได้ดียิ่งขึ้น และการสนับสนุนทางสังคมนั้นมีความสำคัญต่อนักศึกษาพยาบาล หากนักศึกษาที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมที่ดีจากกลุ่มต่างๆ ในแต่ละด้านทั้งครอบครัว เพื่อน อาจารย์ ชุมชน สามารถช่วยให้บุคคลปรับพฤติกรรมเพื่อผ่อนคลายความเครียดเผชิญและตอบสนองความเครียดหรือเจ็บป่วยได้ดีขึ้นในชีวิตประจำวัน เพราะเมื่อได้รับความรัก ความเอาใจใส่

เห็นคุณค่าหรือได้รับการยกย่องทำให้เกิดความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งในสังคมเดียวกันได้ ไม่ถูกทอดทิ้ง (บุรฉัตรกริชฐาทิพย์, 2559) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของลดาวัลย์ น้อยเหลือ (2551) พบว่า การได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวเป็นการรับรู้การได้รับความเอาใจใส่เกี่ยวกับการให้ข้อมูลข่าวสาร ทรัพย์สินเงินทอง สิ่งของ หรือคำแนะนำต่างๆ จากครอบครัว เพื่อตอบสนองความต้องการทางด้านสุขภาพกาย อารมณ์ สังคม และการให้การดูแลเอาใจใส่ ผลการศึกษาของพัชสุดากัลยาณวุฒิ (2558) พบว่าปัจจัยด้านกระบวนการภายในครอบครัว ในประเด็นความสัมพันธ์ระหว่างนักเรียนกับบิดามารดาหรือผู้ปกครองในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 3.49 อธิบายได้ว่าปัจจัยทางครอบครัวในเรื่องของการสนับสนุนด้านการเงินที่ผู้ปกครองและครอบครัวได้สนับสนุนด้านการเงินนั้นมีอย่างสม่ำเสมอ ทำให้นักศึกษามีกำลังใจที่จะเรียนและตั้งใจเรียน โดยที่นักศึกษสามารถจะใช้เวลาเรียนได้อย่างเต็มที่ ไม่ต้องแบ่งปันเวลาไปให้กับการทำงานเพื่อหารายได้ในระหว่างเรียนและผู้ปกครองก็สามารถสนับสนุนในเรื่องของวัสดุอุปกรณ์การเรียนได้อย่างเหมาะสม ซึ่งสอดคล้องกับความต้องการของนักศึกษาและยังมีการติดตามปัญหาทางด้านการศึกษาร่วมกับอาจารย์และวิทยาลัยในการติดตามผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษาอย่างสม่ำเสมอ ทั้งยังเป็นการให้กำลังใจในการเรียนของนักศึกษาเป็นอย่างดี ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดทฤษฎีแรงสนับสนุนทางสังคมของคอบบ์ (Cobb,1976) กล่าวว่า การได้รับการช่วยเหลือ คำแนะนำและสิ่งของต่างๆ จากกลุ่มบุคคลทางสังคมที่เป็นแหล่งประโยชน์ส่วนบุคคล ทำให้รู้สึกว่ามีคนรักและสนใจมีความยกย่องเห็นคุณค่า รู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และมีความผูกพันซึ่งกันและกันและการศึกษาของแพรวพรรณ โสมาศรี (2556) พบว่าการที่นักศึกษาเข้ามาในรั้วมหาวิทยาลัยจำเป็นต้องมีความสัมพันธ์กับกลุ่มเพื่อนและอาจารย์เป็นสำคัญ เพราะเพื่อนเป็นคนที่ช่วยเหลือในเรื่องทั่วไปไม่ว่าจะเป็นเรื่องการเรียนรู้หรือเรื่องส่วนตัวตลอดจนให้คำปรึกษาและคำแนะนำต่างๆ และความสัมพันธ์ระหว่างนักศึกษากับอาจารย์ทำให้นักศึกษามีการใช้ชีวิตในด้านการศึกษา

ที่ดีขึ้น เพราะถ้าหากว่านักศึกษามีความเคารพศรัทธาและเชื่อถือในตัวอาจารย์ทำให้นักศึกษามีความสนใจในการเรียนมากขึ้น และถ้าอาจารย์มีความเป็นกันเองกับนักศึกษาก็ทำให้นักศึกษาไว้วางใจผู้สอน ไม่เกิดความกลัวต่อผู้สอนและมีความกล้าที่จะซักถามในข้อสงสัยที่ไม่เข้าใจในประเด็นต่างๆ

คำถามการวิจัยที่ 2 นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง มีทักษะชีวิตในระดับใด

จากการศึกษาพบว่านักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต มีทักษะชีวิตโดยรวมอยู่ระดับปานกลาง ($M=3.12$, $SD=0.23$) โดยส่วนใหญ่ นักศึกษาพยาบาลทุกชั้นปี มีทักษะชีวิตด้านที่ 3 ทักษะความตระหนักรู้ในตนเอง ($M=3.40$, $SD=0.40$) รองลงมาด้านที่ 9 ทักษะการแก้ไขปัญหา ($M=3.32$, $SD=0.43$) และน้อยที่สุด คือด้านที่ 4 ทักษะความเห็นใจผู้อื่น ($M=2.73$, $SD=0.48$) ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ว่านักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต มีทักษะชีวิตในระดับสูง ทั้งนี้อธิบายได้ว่านักศึกษาที่เข้ามาศึกษาในรั้ววิทยาลัยจะอยู่ในวัยที่ใกล้เคียงกันสามารถพูดคุยทำความเข้าใจกันได้ง่ายและนักศึกษาส่วนใหญ่มีภูมิลำเนาอยู่ในจังหวัดอื่น จึงต้องพักอยู่หอพัก เมื่อต้องอยู่ห่างจากครอบครัวและดำรงชีวิตอยู่กับบุคคลที่ไม่ใช่ครอบครัว ซึ่งนักศึกษามีการปรับตัวในด้านต่างๆ แตกต่างกันทั้งทางด้านการเรียน ด้านสังคม ด้านอารมณ์ เพื่อให้เข้ากับเพื่อน รุ่นพี่ อาจารย์ และบุคลากรในวิทยาลัยให้ได้ โดยการพยายามปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ไปสู่พฤติกรรมที่พึงประสงค์ สามารถบังคับตนเองให้แสดงออกได้อย่างเหมาะสม รู้จักควบคุมตนเอง มีเหตุผลรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ทำให้นักศึกษาสามารถปรับตัวได้ดีในการอยู่ร่วมกับสังคม ซึ่งในการปรับตัวระหว่างรุ่นพี่กับรุ่นน้องมีข้อจำกัดเนื่องจากบทบาทหน้าที่ทางการเรียนของนักศึกษาพยาบาลแต่ละชั้นปีแตกต่างกัน การได้ทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกัน การดำรงชีวิตอยู่ร่วมกัน การสร้างความสัมพันธ์ที่ดีในช่วงเวลาจำกัด ด้วยเหตุนี้ทำให้นักศึกษานั้นพึ่งพาอาศัยกันปรึกษาในปัญหาต่างๆ การช่วยเหลือเกื้อกูลกันได้น้อยลงทำให้เกิดความสนิทสนมในกลุ่มสังคมนั้นได้



ระดับหนึ่ง จึงทำให้นักศึกษาจึงมีการปรับตัวในระดับปานกลาง ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้แตกต่างจากการศึกษาของกัญญ์สิริ จันท์เจริญ และสุกัญญา นัครามนตรี (2559) ศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมกับทักษะชีวิตของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต พบว่า นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตชั้นปีที่ 1 มีทักษะชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับสูง ($M=3.91$, $SD=0.36$) และนักศึกษามีการตระหนักรู้ในตนเองเพื่อเผชิญกับปัญหาโดยมีกระบวนการคิดที่เชื่อในความสามารถของตนเอง และมีความคาดหวังในความสำเร็จที่จะเกิดขึ้น ส่งผลให้มีพฤติกรรมสร้างแรงจูงใจ แรงผลักดันภายในจิตใจต่อตนเองและลงมือกระทำจนเกิดทำให้ตนเองสามารถแก้ไขปัญหาให้ลุล่วงหรือประสบความสำเร็จตามเป้าหมาย สร้างความภาคภูมิใจให้แก่ครอบครัวของตนเองได้ และผลการศึกษาของวรวรรณ ดวงแข (2559) พบว่า ทักษะชีวิตด้านการตระหนักรู้ในตนเองมีอิทธิพลทางบวกต่อการพัฒนาตนเอง ซึ่งแสดงให้เห็นว่าถ้านิสิตมีทักษะชีวิตด้านการตระหนักรู้ในตนเองสูงจะส่งผลต่อการพัฒนาตนเองและสามารถยอมรับในบุคลิกลักษณะเด่น ลักษณะด้อยของตนเอง สิ่งที่ตนปรารถนา สิ่งที่ตนไม่พึงปรารถนาและยอมรับได้ เมื่อรู้สึกเครียดหรืออยู่ภายใต้ความกดดันต่างๆ ซึ่งการยอมรับในความคิดเช่นนี้ต้องมาจากตนเองสำนึกได้ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของนิสาชล สุขแก้ว และมณฑา อรุณทอง (2557) พบว่า บัณฑิตพยาบาลมีทักษะทางปัญญา ดังนั้นการส่งเสริมทักษะการคิดให้กับนักศึกษาเป็นสิ่งที่ดี โดยใช้วิธีการที่หลากหลายมากยิ่งขึ้นเช่น จัดกิจกรรมการเรียนการสอนในลักษณะของการเป็น Facilitator การเรียนแบบร่วมมือ PBL, CBL, PL เป็นต้น

คำถามการวิจัยที่ 3 มีความสัมพันธ์การสนับสนุนทางสังคมกับทักษะชีวิตของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง ในทิศทางใด

การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับทักษะชีวิตของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง ในระดับ

ปานกลางอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r=.613$) ซึ่งสอดคล้องกับสมมุติฐานที่ว่า การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับทักษะชีวิตของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทั้งนี้อธิบายได้ว่าการสนับสนุนทางสังคมของนักศึกษาพยาบาลที่ต่างกันทั้งการได้รับความช่วยเหลือแนวทางการปฏิบัติตัวในสังคมและทักษะต่างๆ ในการดำรงชีวิตจากครอบครัว อาจารย์และเพื่อนทำให้นักศึกษารับรู้บทบาทหน้าที่ของตนเอง ซึ่งการสนับสนุนทางสังคมเป็นสิ่งที่สำคัญที่สามารถทำให้นักศึกษาวิเคราะห์ แยกแยะข้อมูลข่าวสาร แก้ไขปัญหาและสถานการณ์ต่างๆ ที่เข้ามาในชีวิตได้ รับรู้และเข้าใจถึงอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น สามารถหาวิธีการแก้ไขปัญหา สาเหตุ และเลือกลงมือปฏิบัติได้ถูกต้องและเหมาะสม มีความเห็นอกเห็นใจ มีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ทำให้ตนเองรู้สึกมีคุณค่า และสามารถจัดการกับอารมณ์ต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษากัญญ์สิริ จันท์เจริญ และสุกัญญา นัครามนตรี (2559) ที่ศึกษาในกลุ่มนักศึกษาพยาบาลหลักสูตรพยาบาล ศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2557 พบว่า การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับทักษะชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($r= .470$) และนักศึกษาพยาบาลมีการสนับสนุนทางสังคม มีอิทธิพลต่อทักษะชีวิตที่ต่างกัน จะเห็นได้ว่าครอบครัวมีอิทธิพลต่อชีวิตของนักศึกษาตั้งแต่เล็กจนโต ซึ่งทำให้นักศึกษารู้สึกว่าได้รับความช่วยเหลือตลอดเวลา เกิดความรู้สึกอบอุ่นมั่นใจ เชื่อมั่นว่าตนเองจะสามารถจัดการกับปัญหาได้ ทำให้รู้ถึงความสามารถของตนเอง รู้จักวิธีแก้ปัญหา ซึ่งมีผลให้นักศึกษามีศักยภาพในการเผชิญปัญหา โดยใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพและเหมาะสม สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างราบรื่นและมีความสุข และสอดคล้องกับผลการศึกษาศศิวิมล เกลียวทอง (2557) ที่ศึกษาในกลุ่มนักเรียนมัธยมศึกษา พบว่า การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับทักษะชีวิตอย่างมีนัยสัมพันธ์ทางสถิติที่ระดับ .01 การศึกษาของเพาพะงา จิตต์สวัสดิ์ (2553) พบว่า การสนับสนุนด้านการเรียนของผู้ปกครองมีความสัมพันธ์



ทางบวกกับการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัยของนิสิตหลักสูตร การศึกษาบัณฑิต สาขาวิชาสังคมศึกษา (หลักสูตร 5 ปี) คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .01 แสดงว่านิสิตที่มีการสนับสนุนด้านการเรียนของผู้ปกครองมาก มีการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัยเหมาะสมมาก ทั้งนี้เพราะนิสิตที่มีการสนับสนุนด้านการเรียนของผู้ปกครองมากเป็นการรับรู้ของนิสิตต่อความคิดและความรู้สึกของผู้ปกครองในการสนับสนุนทางการเรียนของนิสิต ทั้งด้านการสนับสนุนทางด้านวัตถุ ได้แก่ การจัดหาอุปกรณ์การเรียน เครื่องแต่งกาย และเงินให้แก่ินิสิตอย่างเพียงพอ ตามความจำเป็นทางการเรียนของนิสิต และการสนับสนุนทางด้านวาจา ได้แก่ การให้ความสนใจ ความเอาใจใส่ ให้คำปรึกษาและชี้แนะด้านการเรียนแก่นิสิต ทำให้นิสิตมีการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัยเหมาะสมมาก โดยการประพุดิปฏิบัติตนของนิสิตในระหว่างที่ศึกษาในมหาวิทยาลัยทั้ง 3 ด้าน คือด้านส่วนตัว ได้แก่ การใช้เงิน การใช้เวลาว่างและการรู้จักตนเอง ด้านการศึกษา ได้แก่ การตั้งใจเอาใจใส่การเรียน การเข้าชั้นเรียน การเข้าฟัง การบรรยาย การจดคำบรรยาย การศึกษาเพิ่มเติมด้วยตนเอง และการทำงานกลุ่ม และด้านสังคม ได้แก่ การปฏิบัติตนระหว่างเพื่อน การปฏิบัติตนระหว่างรุ่นพี่-รุ่นน้อง การคบเพื่อนเพศเดียวกัน การคบเพื่อนต่างเพศ การเข้าสังคมและการเข้าร่วมกิจกรรม สอดคล้องกับการศึกษาของสุมาลี เทวฤทธิ์ (2554) พบว่า การสนับสนุนทางสังคมมีอิทธิพลต่อทักษะชีวิต จะเห็นได้ว่าครอบครัวมีอิทธิพลต่อชีวิตของเด็กตั้งแต่ เล็กจนโต สามารถอธิบายได้ว่า การสนับสนุนทางสังคม จากครอบครัวไม่ว่าจะเป็นจากครอบครัว จากอาจารย์ หรือจากเพื่อน เป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่ง ที่ทำให้นักศึกษามีทักษะในการวิเคราะห์แยกแยะข้อมูลข่าวสาร ปัญหา และสถานการณ์ต่างๆ อย่างมีจุดหมาย มีความสามารถในการคิดไตร่ตรองรับรู้ และเข้าใจความรู้สึก ความคิด และอารมณ์ของตนเองได้ตามความเป็นจริง และสามารถควบคุมอารมณ์และความรู้สึกของตนเองได้ การรับรู้และเข้าใจอารมณ์ ความต้องการของผู้อื่นเอาใจเขามาใส่ใจเรา และสามารถแสดงออกอย่างเหมาะสม มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าตระหนักว่าตนเองเป็น

ส่วนหนึ่งของสังคม มีความสามารถในการติดต่อหรือสัมพันธ์กับผู้อื่น เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ดี และความสามารถในการแสวงหาความร่วมมือมีความสามารถ ในการรับรู้ปัญหา สาเหตุ ทางเลือกและลงมือปฏิบัติ อย่างถูกต้องเหมาะสม และมีความสามารถในการจัดการ กับอารมณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสม

สรุปผลการวิจัย

นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง มีการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมอยู่ระดับปานกลาง ($M=3.12, SD=0.25$) โดยส่วนใหญ่ มีการสนับสนุนทางสังคมด้านครอบครัวมากที่สุด ($M=3.31, SD=0.38$) มีทักษะชีวิตโดยรวมอยู่ระดับปานกลาง ($M=3.12, SD=0.23$) ส่วนใหญ่ มีทักษะชีวิตด้านความตระหนักรู้ในตนเอง ($M=3.40, SD=0.40$) มากที่สุด และการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับทักษะชีวิตของนักศึกษา ในระดับปานกลางอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r=.613$)

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ จากการศึกษาครั้งนี้พบว่า นักศึกษาหลักสูตรพยาบาล ศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง มีการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมอยู่ระดับปานกลาง ($M=3.12, SD=0.25$) และมีทักษะชีวิตน้อยที่สุด คือด้านที่ 4 ทักษะความเห็นใจผู้อื่น ($M=2.73, SD=0.48$) ผู้วิจัยจึงมี ข้อเสนอแนะเพื่อเป็นแนวทางในการนำผลการวิจัยไปใช้ ดังนี้

1.1 การศึกษาในวิทยาลัยพยาบาล นักศึกษา มีความจำเป็นต้องปรับตัวจากหลายๆ สาเหตุ เช่น นักศึกษา ชั้นปีที่ 1 ต้องปรับตัวด้านการพักอาศัยเนื่องจากต้อง แยกจากครอบครัว เพื่อมาอยู่หอพักและใช้ชีวิตร่วมกับ เพื่อนนักศึกษาจากต่างครอบครัว รวมทั้งปรับตัวให้เข้ากับ สังคมเพื่อนใหม่ การศึกษาแบบใหม่ที่ต่างจากเดิม ส่วน นักศึกษาชั้นปีที่ 2-4 ต้องปรับตัวเรื่องการเรียนเพราะ ยิ่งเรียนในชั้นปีที่สูงขึ้นจะต้องเรียนหลายวิชาและเนื้อหา วิชามีความยากขึ้น และต้องฝึกปฏิบัติงานกับผู้ป่วยจริง ซึ่งต้องเกี่ยวข้องกับชีวิตของผู้ป่วย รวมทั้งต้องเผชิญกับ



ญาติหรือผู้รับบริการที่หลากหลาย รวมทั้งต้องร่วมกิจกรรมในระหว่างเรียนด้วย หลายๆ สาเหตุดังกล่าวเป็นเหตุให้เกิดภาวะความเครียดทางอารมณ์ได้ การได้รับการสนับสนุนทางสังคมหรือความช่วยเหลือในระดับมากเป็นส่วนที่จะสามารถลดภาวะความเครียดได้แม้ว่าช่วงวัยของนักศึกษาจะมีวุฒิภาวะในการตัดสินใจแก้ปัญหาได้ด้วยตนเองในระดับหนึ่ง แต่อย่างไรก็ตาม นักศึกษายังคงต้องการความช่วยเหลือจากครอบครัว เพื่อนมิตรสหาย และอาจารย์ผู้สอน ดังนั้น บทบาทของครอบครัวควรเป็นการสนับสนุนให้ กำลังใจ รับฟังปัญหา รวมทั้งการให้คำแนะนำคำปรึกษาแก่นักศึกษา ส่วนอาจารย์ผู้สอนสามารถช่วยเหลือโดยการให้กำลังใจ คำแนะนำและคำปรึกษา ข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์แก่นักศึกษาด้านบริหาร เป็นข้อมูลสำหรับคณะกรรมการบริหารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง ในการนำผลการวิจัยมาเป็นแนวทางในการวางแผนและกำหนดนโยบายเพื่อการพัฒนาทักษะชีวิตให้กับนักศึกษาให้เหมาะสม

1.2 นักศึกษาควรได้รับการส่งเสริมให้เข้าร่วมและมีส่วนจัดกิจกรรมจิตอาสาเพื่อพัฒนาทักษะความเห็นใจผู้อื่น เนื่องจากช่วงวัยของนักศึกษาเป็นวัยที่มีพลังความคิดและการแสดงออก ดังนั้น การเปิดโอกาสให้นักศึกษาได้มีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมต่างๆ จะเป็นกระบวนการที่ทำให้นักศึกษารู้จักการเห็นอกเห็นใจ แบ่งปัน การเป็นผู้ให้ เพราะกิจกรรมดังกล่าวส่งเสริมให้นักศึกษาได้ฝึกเรียนรู้การทำงานเป็นหมู่คณะ และเสริมสร้างมนุษยสัมพันธ์ระหว่างช่วงวัยของนักศึกษา ดังนั้น หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมกิจกรรมของนักศึกษาควรกำหนดแผนการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมคุณลักษณะดังกล่าวให้เกิดแก่นักศึกษาเพื่อความภาคภูมิใจในตนเองที่ได้สร้างคุณค่าแก่ตนเองและสังคมต่อไป

2 ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัย

2.1 การวิจัยครั้งนี้ ศึกษาเฉพาะนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง ดังนั้น ควรศึกษาเพิ่มเติมในวิทยาลัยอื่นๆ ของสถาบันพระบรมราชชนกเพื่อศึกษาเปรียบเทียบ

2.2 ควรศึกษาทักษะชีวิตของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลบรม

ราชชนนี ตรัง ในระยะยาวโดยติดตามว่านักศึกษาของปีการศึกษา 2561 มีทักษะชีวิตสูงขึ้นตามชั้นปีที่สูงขึ้นหรือไม่

2.3 ควรมีการศึกษาตัวแปรอื่นๆ ที่มีผลต่อทักษะชีวิต เช่น สภาพแวดล้อมในวิทยาลัย การสนับสนุนทางสังคมในด้านอื่นๆ เช่น การสนับสนุนด้านทุนเพื่อการปรับตัว ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และความเชื่อในความสามารถแห่งตน เป็นต้น

เอกสารอ้างอิง

- Doungkhae, Worawon and Piolueang, Ngamlamai . (2016). Factors Influencing Knowledge and skill Development in Profession of Students for Asean Community: A Case Study of Kasetsart University. *Journal of the Association of Research*, 21(2): 146-157.
- Janjaroen, Kansiri and Nakaramontree, Sukanya. (2016). The Relationship Between Social Support and Life Skills among Nursing Students. *The Southern College Network Journal of Nursing and Public Health*, 3(2): 85-99.
- Jitsawart, P. (2010). *Factors Affecting on Life Style Students of Bachelor of Education (5 Years Program) in Social Studies at Faculty of Social Science, Srinakharinwirot University in Wattana District, Bangkok.* Master's project, M.Ed. (Educational Psychology). Bangkok: Graduate School, Srinakharinwirot University.
- Kalyanawut, P. (2015). *Factors Affecting Student Achievement High School Diploma and Diploma level of Payap Technology College And business administration.* Payap Technology College and Business Administration.



- Kerjcie, Robert V. And Daryle, Morgan W. (1970). *Educational and Psychological Measurement. Determining Sample Size For Research Activities*. 30(3) : 607-608.
- Khealtong, S. (2514). Some factors Affecting to Life Skills of Mathayomsuksa Students in the Secondary Education on Service Office Area II. *Master thesis, Srinakharinwirot University. Bangkok.*
- Klomkaew, M. (2012). *A construction of life skills test for high school*. Master thesis, Srinakharinwirot University. Bangkok.
- Kritthathip, Burachat and Boonchuaythanasit, Karuntharat. (2016). Relationship between self-efficacy and social support on coping with stress and coping with stress behaviors of nurses working in Pramongkutklao Hospital. *Journal of Health Science Research*, 10(2): 146-157.
- Leungsiritrean, J. (2007). *The study of relationship between social support and depression of the elderly in Phetchabun Province*. Master project, Srinakharinwirot university. Bangkok.
- Likely, R. (1961). *New patterns of management*. New York: McGraw Hill Book Company.
- Nelson-Jones, Richard. (1997). *Life skills Helping: A Textbook of Practical Counseling and Helping Skills*. 3rd ed. Sydney: Holt, Rinehart and Winston.
- Nisita Aungkul. (2009). *The Study of Factors Affecting Life Skills Level 3, Bangkok Metropolitan Administration*. Master project, Srinakharinwirot university. Bangkok.
- Noileou, L. (2008). *The study of mental Health and social support related to quality of life of older persons in the elderly club, public hospital. Nonthaburi Province*, Master thesis, Srinakharinwirot University. Bangkok.
- Person, J.L (1968). *An Examination of The Relationship Between Participative Management and Perceived Institutional Effectiveness in North Carolina Community Colleges*. Dissertation Abstracts International. 53 (15):1351 - A.
- Somasri, P. (2013). *A study of undergraduate students' lifestyle at srinakharinwirot university*, srinakharinwirot university. Bangkok.
- Tangpan, Bureeya. (2515). A Study of Factors Effecting on Coping Behaviors of Silpakorn University Students Sanamchandra Palace Campus. *Academic Services Journal Prince of Songkla University*, 26(1): 27-38.
- Tevalit, S., Tongmoon, M. and Wiriyapong, C. (2011). Causal factors influencing life skills of students at Mathayomsuksa 5 in Kalasin province. *Journal of Administration and Development*, 3(1): 105-117.
- Tosombut, Y. (2007). *The Relationship Between Family Life Skill and Quality of Life of Public University Students in Bangkok Metropolis*. The office of the National Research Council of Thailand (NRCT).
- Woungpiromsanti, Y. and Ruangkanjanaset, S. (2010). *Life skills*. Teen Health Center, Bangkok.
- Yamwong, P. (2012). *The study of social support affect life satisfaction among thammasat university students*. Master project, Srinakharinwirot university. Bangkok.
- Zimet.; Dahlem.; Zimet.; & Farley. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*. 52: 30 – 41.