

## ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขของนิสิตพยาบาล หลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต มหาวิทยาลัยบูรพา

พิชามณูชั้ ปุณโณทก\*  
ชนิดดา แนบเกษร\*

### บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงบรรยายแบบหาความสัมพันธ์ มีวัตถุประสงค์เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยคัดสรร ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ความฉลาดทางอารมณ์ สัมพันธภาพกับเพื่อน สัมพันธภาพภายในครอบครัว สัมพันธภาพกับอาจารย์ และการสนับสนุนทางสังคมกับความสุขของนิสิตคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ชั้นปีที่ 2, 3, และ 4 จำนวน 444 ราย เครื่องมือที่ใช้การการเก็บรวบรวมข้อมูลคือ แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเอง แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ แบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อน ครอบครัว อาจารย์ แบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคม และแบบสอบถามดัชนีชีวิตความสุขคนไทย มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .77, .94, .72, .93, .70, .89 และ .88 ตามลำดับ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา และสหสัมพันธ์ของเพียร์สัน

ผลการศึกษาพบว่า

1. นิสิตชั้นปีที่ 2, 3, และ 4 มีระดับคะแนนเฉลี่ยความสุขไม่แตกต่างกัน โดยมี นิสิตชั้นปีที่ 2 และ 3 มีระดับคะแนนเฉลี่ยความสุขใกล้เคียงกัน และนิสิตชั้นปีที่ 4 มีระดับคะแนนเฉลี่ยความสุขมากที่สุด และ มากกว่าครึ่ง (52.5%) ของนิสิตทั้งหมด มีระดับคะแนนเฉลี่ยความสุขมากกว่าคนทั่วไป และ 41 คน (9.2%) มีระดับคะแนนเฉลี่ยความสุขน้อยกว่าคนทั่วไป
  2. การเห็นคุณค่าในตนเอง ความฉลาดทางอารมณ์ สัมพันธภาพกับเพื่อน สัมพันธภาพภายในครอบครัว สัมพันธภาพกับอาจารย์ และการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และระดับปานกลางกับความสุข
- ผลการวิจัยจะเป็นข้อมูลพื้นฐานที่สำคัญให้กับสถาบันการศึกษาพยาบาล นำเป็นแนวทางในการกำหนดนโยบายในการเสริมสร้างความสุขให้แก่กลุ่มนิสิตพยาบาล โดยเฉพาะกลุ่มที่มีระดับความสุขต่ำกว่าปกติ เพื่อป้องกันปัญหาด้านสุขภาพจิตและจิตเวชต่อไป

คำสำคัญ : ความสุข; นิสิตพยาบาลหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต



**Factors Related to Happiness of Undergraduate Nursing Students,  
Faculty of Nursing, Burapha University**

Pichamon Poonnotok\*

Chanudda Napkasorn\*

**Abstract**

This descriptive correlational research aimed to examine the relationships between self-esteem; emotional quotient; relationship with friends, family, and teachers; social support; and happiness of nursing students at the Faculty of Nursing, Burapha University. The sample was composed of 444 nursing students in Years 2, 3, and 4. The instruments included demographic data, self-esteem scale, emotional quotient questionnaire, friend relationship survey form, family relationship survey form, teacher relationship survey form, social support scale, and the Thai Mental Health Indicator. These questionnaires had reliabilities of 0.77, 0.94, 0.72, 0.93, 0.70, 0.89, and 0.88, respectively. Descriptive statistics and Pearson's correlation was used for data analyses.

The results of the study were as follows:

1. The nursing students in different years had no statistical differences in the mean scores of happiness. Though the second and the third year students showed similar mean scores of happiness, while fourth year students showed the highest mean happiness score. More than a half of them (52.5%) showed a high mean happiness score and forty one of them (9.2%) showed a low mean happiness score.

2. Self-esteem, emotional quotient, relationship with friends, with family, with teachers; and social support, had a moderate positive significant relationships with happiness ( $p < .01$ ).

The study findings can be used as a basic knowledge for nursing educational institutions to develop policies and guidelines to increase happiness of the nursing students especially in those who show lower mean happiness scores, to prevent future mental health problems.

**Keywords :** Happiness; Undergraduate nursing students

---

\* Faculty of Nursing, Burapha University; e-mail : mouth.mind@gmail.com



## ความเป็นมาและความสำคัญ

การพยาบาลเป็นสาขาวิชาชีพที่ต้องการบุคลากรที่มีทั้งความรู้และสภาพจิตใจอารมณ์ที่มั่นคงสมบูรณ์ เพื่อให้การดูแลที่ครอบคลุมทุกมิติ ทั้งด้านการส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันโรค การดูแลรักษาและการฟื้นฟูสภาพทั้งร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ เพื่อให้บุคคล ครอบครัวและชุมชน มีคุณภาพชีวิตที่ดีอย่างต่อเนื่อง การผลิตพยาบาลวิชาชีพที่พร้อมด้วยความรู้ในศาสตร์ที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพและความสมบูรณ์ด้านจิตใจจึงมีความสำคัญ และเป็นความท้าทายอย่างมากในยุคแห่งการเปลี่ยนแปลง คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ได้เปิดหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต มานานกว่า 30 ปี เพื่อผลิตบัณฑิตสาขาการพยาบาลตอบสนองความต้องการของสังคม โดยคุณลักษณะที่พึงประสงค์ นอกจากความสามารถด้านการบูรณาการศาสตร์ความรู้ทางการพยาบาลเพื่อสร้างสุขภาวะของผู้รับบริการแล้ว ผู้เรียนต้องเป็นผู้ที่มีคุณธรรมและจริยธรรม มีความสุขในการดำเนินชีวิตและในการเรียนรู้และการปฏิบัติงาน<sup>1</sup> การใช้ชีวิตของนิสิตในระหว่างการศึกษาในหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต นิสิตพยาบาลต้องเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงในทุกชั้นปี โดยจะเริ่มเรียนทั้งรายวิชาในสายวิชาชีพพยาบาลที่มีความเข้มข้นและศาสตร์ที่เกี่ยวข้องมากขึ้น และเริ่มมีการฝึกปฏิบัติทางวิชาชีพพยาบาลในชั้นปีที่ 2 การเรียนที่เข้มข้นทั้งภาคทฤษฎีและการฝึกปฏิบัติทางวิชาชีพพยาบาลเพิ่มขึ้นในทุก ๆ การเลื่อนชั้นปี ทำให้นิสิตต้องเผชิญกับสถานการณ์ปัญหาด้านสุขภาพที่มีความซับซ้อนและท้าทาย นิสิตต้องปรับตัวกับทั้งผู้รับบริการและทีมสุขภาพในหลากหลายบริบท อีกทั้งต้องเตรียมความรู้เพื่อการสอบขึ้นทะเบียนผู้ประกอบวิชาชีพ การเปลี่ยนแปลงเหล่านี้ อาจกระทบต่อความสุข ของนิสิตพยาบาล และอาจจะมีผลต่อพฤติกรรมที่จะเอื้อให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและความพร้อมในการเป็นพยาบาลวิชาชีพต่อไปได้

จากการทบทวนวรรณกรรมที่ผ่านมาเกี่ยวกับความสุขของนิสิตพยาบาลพบว่า งานวิจัยส่วนใหญ่มุ่งศึกษาความสุขในการเรียนพบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีคะแนน

เฉลี่ยความสุขมากที่สุด รองลงมาคือ ชั้นปีที่ 4, 2 และ 3 ตามลำดับ บางการศึกษามุ่งเน้นหาปัจจัยที่สัมพันธ์กับความสุขในการเรียนของนักศึกษาพยาบาล และพบว่า มีหลายปัจจัย ได้แก่ จำนวนกิจกรรมการเรียนการสอนที่ไม่มากเกินไป และตัวผู้สอนที่ไม่เคร่งเครียด การที่นักศึกษามีเวลาได้ทำกิจกรรมสันทนาการ หรือได้มีเวลาอยู่กับครอบครัว<sup>3</sup> การเลือกเรียนพยาบาลด้วยความสมัครใจ การมีรายได้ที่เพียงพอต่อการใช้จ่าย และการมีสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อรุ่นพี่ หรือรุ่นน้องในคณะพยาบาลศาสตร์ ก็มีความสัมพันธ์กับความสุขในการเรียนของนักศึกษาพยาบาลเช่นกัน<sup>2</sup> บางงานวิจัยได้สรุปภาพรวมของปัจจัยที่สัมพันธ์กับความสุขในการเรียนของนิสิตพยาบาลว่า ประกอบด้วยทั้งปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอกตัวนิสิตเอง ปัจจัยภายใน ได้แก่ ความฉลาดทางอารมณ์ 4-5 การเห็นคุณค่าแท้ในตนเอง ซึ่งเป็นการยอมรับนับถือตนเอง รู้สึกเชื่อมั่นในคุณค่าที่เกี่ยวข้องกับความสามารถของตนเอง ซึ่งจะส่งผลให้นักศึกษาเกิดความพึงพอใจและมีความสุขในชีวิต<sup>6</sup> นอกจากนี้ ยังมีปัจจัยภายนอกที่เกี่ยวข้องกับความสุขของนักศึกษาพยาบาล ได้แก่ สิ่งแวดล้อมในสถาบันการศึกษา เช่น เพื่อน อาจารย์ บิดามารดา/ผู้ปกครอง ที่จะเป็นแหล่งสนับสนุนในการปรับตัวของนิสิต รวมถึงลักษณะการจัดการเรียนการสอน<sup>2,5,7</sup>

ข้อค้นพบจากงานวิจัยที่กล่าวมาข้างต้น ล้วนมุ่งเน้นความสุขจากการเรียน แต่ในชีวิตจริงของบุคคลมีหลายมิติที่ไม่ใช่เฉพาะการเรียน<sup>8</sup> มีงานวิจัยที่มุ่งศึกษาความสุขในเชิงสุขภาวะโดยทั่วไปที่ไม่เฉพาะกับเรื่องความสุขในการเรียน เช่น นงลักษณ์ ศรีบรรจง<sup>9</sup> ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการอธิบายความสุขเชิงอัตวิสัยของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 3 ของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง พบว่า ผู้ที่มีลักษณะการอธิบายความสุขในลักษณะการมองโลกในแง่ดีจะมีความสุขมากกว่าผู้ที่มีรูปแบบการอธิบายในลักษณะการมองโลกในแง่ร้าย นอกจากนั้น มีการศึกษาที่ทบทวนและสังเคราะห์งานวิจัยเชิงประจักษ์ที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุข<sup>10</sup> พบว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของนิสิตพยาบาลได้แก่ การใช้ชีวิต



อย่างมีคุณธรรม สภาวะทางจิตวิญญาณ ความภูมิใจในตนเอง ความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลใกล้ชิด เช่น เพื่อน ครอบครัว อาจารย์ มีกิจกรรมผ่อนคลาย ผลสำเร็จด้านการเรียน การมีเงินใช้จ่าย การให้อภัย กลวิธีการเผชิญปัญหา การมองโลกในแง่ดี และการเห็นคุณค่าแห่งตน

อย่างไรก็ตาม การทบทวนวรรณกรรมที่ผ่านมาพบว่ายังไม่ค่อยมีการศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขในภาพรวมของชีวิตนิสิตพยาบาล ความรู้เกี่ยวกับความสุขและปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขของนิสิตพยาบาลจึงยังมีไม่ชัดเจนเพียงพอ ผู้วิจัยจึงได้ทำการวิจัยในครั้งนี้ โดยคัดสรรปัจจัยที่น่าจะมีความเกี่ยวข้องกับความสุขของนิสิตพยาบาล ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ความฉลาดทางอารมณ์ สัมพันธภาพกับเพื่อน สัมพันธภาพกับครอบครัว สัมพันธภาพกับอาจารย์ และการสนับสนุนทางสังคม ทั้งนี้ เพื่อให้ได้ข้อมูลพื้นฐานมาใช้เป็นแนวทางในการเสริมสร้างและคงไว้ซึ่งความสุขของนิสิตพยาบาลต่อไป

### วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความสุขของนิสิตพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ในชั้นปีที่ 2-4
2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขของนิสิต คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ความฉลาดทางอารมณ์ สัมพันธภาพกับเพื่อน สัมพันธภาพภายในครอบครัว สัมพันธภาพกับอาจารย์ และการสนับสนุนทางสังคม

### สมมติฐานการวิจัย

ปัจจัยด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง ความฉลาดทางอารมณ์ สัมพันธภาพกับเพื่อน สัมพันธภาพภายในครอบครัว สัมพันธภาพกับอาจารย์ และการสนับสนุนทางสังคม มีความสัมพันธ์กับความสุขของนิสิตคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

### วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยมุ่งหาความสัมพันธ์ (Correlational research) ของปัจจัยคัดสรร ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ความฉลาดทางอารมณ์ สัมพันธภาพกับเพื่อน สัมพันธภาพกับครอบครัว สัมพันธภาพกับอาจารย์ และการสนับสนุนทางสังคมกับความสุขของนิสิตพยาบาลหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

#### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือนิสิตพยาบาลชั้นปีที่ 2, 3 และ 4 ที่ลงทะเบียนเรียนในหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ในภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2558 จำนวน 503 คน ประกอบด้วย นิสิตชั้นปีที่ 2 จำนวน 180 คน ชั้นปีที่ 3 จำนวน 161 คน และชั้นปีที่ 4 จำนวน 162 คน

กลุ่มตัวอย่าง นิสิตพยาบาล ชั้นปีที่ 2, 3 และ 4 ที่กำลังศึกษาในภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2558 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา และสมัครใจตอบแบบสอบถาม จำนวน 444 คน

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย

ส่วนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานทั่วไป ถามข้อมูลส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ อายุ ชั้นปีที่กำลังศึกษา ภูมิลำเนา สถานภาพสมรสของบิดามารดา ผู้ดูแลหลัก รายได้ ครอบครัว ความเพียงพอของค่าใช้จ่าย และความสนใจในการเข้าเรียนพยาบาล

ส่วนที่ 2 ข้อมูลปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุข ประกอบด้วย

1. แบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเอง ของโรเซนเบิร์ก ที่แปลและเรียบเรียงโดยผ่องศรี มรกต (2536) จำนวน 10 ข้อ เป็นข้อคำถามที่มีความหมายทางบวก 5 ข้อ ได้แก่ ข้อ 1,2,4,6,7 ข้อคำถามที่มีความหมายทางลบ 5 ข้อ ได้แก่ ข้อ 3,5,8,9,10 เป็นแบบ

ให้ตอบเอง (Self-report) ลักษณะคำตอบเป็นมาตรประมาณค่า (Likert scale) 4 ระดับ โดยข้อความที่มีความหมายทางบวก ให้คะแนนดังนี้ 1 คะแนนหมายถึงไม่เคยมีความรู้สึกเช่นนี้เกิดขึ้น จนถึง 4 คะแนน หมายถึงมีความรู้สึกเช่นนี้เกิดขึ้นตลอดเวลา ส่วนคำถามที่มีความหมายทางลบ ให้คะแนนดังนี้ 1 หมายถึงมีความรู้สึกเช่นนี้เกิดขึ้นตลอดเวลา จนถึง 4 หมายถึง ไม่เคยมีความรู้สึกเช่นนี้เกิดขึ้น แปลผลโดยใช้คะแนนรวมของแบบสอบถามทั้งหมดที่มีคะแนนเป็นไปได้ระหว่าง 1-40 โดยคะแนนยิ่งมากหมายถึงการเห็นคุณค่าในตนเองสูง คะแนนยิ่งน้อยหมายถึงการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ

2. แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับประชาชนไทย อายุ 18-60 ปี ของกรมสุขภาพจิต จำนวน 52 ข้อ ซึ่งข้อความแบ่งออกเป็น 3 องค์ประกอบคือด้านดี ด้านเก่งและด้านสุข ลักษณะคำตอบเป็นมาตรประมาณค่า 4 ระดับ (คะแนน 1-4) โดย 4 หมายถึงจริงมาก จนถึง 1 หมายถึง ไม่จริง การแปลผลคะแนน ถ้าคะแนนน้อยกว่า 139 คะแนน หมายถึงความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในระดับต่ำ ถ้าคะแนนสูงกว่า 173 คะแนน หมายถึงระดับความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าเกณฑ์ปกติ

3. แบบสอบถามสัมพันธ์ภาพกับเพื่อน พัฒนาโดยจิตต์จุฑา ชัยเสนา ดาลลาส และคณะ จำนวน 10 ข้อ คำตอบเป็นมาตรประมาณค่า 3 ระดับ (คะแนน 1-3) โดย 3 หมายถึงเห็นด้วยมาก จนถึง 1 หมายถึง เห็นด้วยน้อย

4. แบบสอบถามสัมพันธ์ภาพกับครอบครัว พัฒนาโดยจิตต์จุฑา ชัยเสนา ดาลลาส และคณะ (2553) จำนวน 13 ข้อ คำตอบเป็นมาตรประมาณค่า 4 ระดับ (คะแนน 1-4) โดย 4 หมายถึงเห็นด้วยมากที่สุด จนถึง 1 หมายถึง ไม่เห็นด้วย

5. แบบสอบถามสัมพันธ์ภาพกับอาจารย์ พัฒนาโดยจิตต์จุฑา ชัยเสนา ดาลลาส และคณะ (2553) จำนวน 12 ข้อ คำตอบเป็นมาตรประมาณค่า 3 ระดับ (คะแนน 1-3) โดย 3 หมายถึงเห็นด้วยมาก จนถึง 1 หมายถึง เห็นด้วยน้อย

6. แบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคม เป็น

แบบประเมินที่บุญพา ณ นคร (2538) ได้สร้างขึ้นตามแนวคิดของ Cobb (1976) และ Schaefer et al. (1981) ประกอบด้วยข้อความที่มีความหมายทางบวก 25 ข้อ เพื่อประเมินความคิดเห็นหรือความรู้สึกต่อการได้รับการช่วยเหลือในด้านต่างๆ ได้แก่ การได้รับการตอบสนองความต้องการด้านอารมณ์ การได้รับการยอมรับและเห็นคุณค่า การมีส่วนร่วมและเป็นส่วนหนึ่งของสังคม การได้รับการช่วยเหลือด้านการเงินและสิ่งของ และการได้รับการช่วยเหลือด้านข้อมูลข่าวสาร คำตอบเป็นมาตรประมาณค่า 5 ระดับ (คะแนน 1-5) โดย 5 หมายถึงตรงกับความคิดเห็นมากที่สุด จนถึง 1 หมายถึง ตรงกับความคิดเห็นน้อยที่สุด

ส่วนที่ 3 ข้อมูลเกี่ยวกับความสุข ประกอบด้วย

1. แบบสอบถามดัชนีชี้วัดความสุขคนไทย (Thai Happiness Indicators หรือ THI) ฉบับสั้น 15 ข้อ (THI - 15) ฉบับมาตรฐานของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข พัฒนาโดย อภิชัย มงคล และคณะ (2544) เป็นแบบมาตรประมาณค่า โดยให้คะแนนคือ ข้อ 1,2,4,5,6,7,9,10,11,13,14 และ 15 ถ้าตอบไม่เลย = 0 เล็กน้อย = 1 มาก = 2 และ มากที่สุด = 3 ส่วนข้ออื่นๆ ที่เหลือให้คะแนนตรงกันข้าม คะแนนรวมอยู่ระหว่าง 0 ถึง 45 คะแนน มีเกณฑ์การแบ่ง ช่วงคะแนนเป็น 3 ระดับ คือ

0- 26 คะแนน หมายถึงมีความสุขน้อยกว่าคนทั่วไป (poor)

27-32 คะแนน หมายถึง มีความสุขเท่ากับคนทั่วไป (fair)

33-45 คะแนน หมายถึง มีความสุขมากกว่าคนทั่วไป (good)

### การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย

หลังจากที่ผู้วิจัยได้รับการตอบรับอนุญาตให้ใช้เครื่องมืออย่างเป็นทางการแล้ว ผู้วิจัยจะนำแบบสอบถาม ได้แก่ แบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเอง แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ แบบสอบถามสัมพันธ์ภาพกับเพื่อน แบบสอบถามสัมพันธ์ภาพกับครอบครัว



แบบสอบถามสัมพันธภาพกับอาจารย์ แบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคม และดัชนีชี้วัดความสุขคนไทย ไปทดลองใช้กับนิสิตพยาบาลที่มีคุณสมบัติคล้ายกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน และคำนวณหาค่าความเชื่อมั่นโดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ได้ค่าเท่ากับ .77, .94, .72, .93, .70, .89, และ .88 ตามลำดับ

### การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

โครงการวิจัยผ่านการรับรองโดยคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ของ มหาวิทยาลัยบูรพา (รหัส 42/2559) ผู้วิจัยพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่างโดยให้ผู้ช่วยนักวิจัยที่ไม่ใช่อาจารย์คณะพยาบาลศาสตร์ และไม่เกี่ยวข้องกับการวิจัยชี้แจงอธิบายรายละเอียดของการวิจัย ซึ่งประกอบด้วยวัตถุประสงค์ของการวิจัย ข้อมูลที่ต้องการจากผู้เข้าร่วมการวิจัย ระยะเวลาของการตอบแบบสอบถาม การปกปิดชื่อผู้เข้าร่วมการวิจัย และการเก็บรักษาข้อมูลเป็นความลับ ประโยชน์และความเสี่ยงที่ผู้เข้าร่วมการวิจัยอาจได้รับ การเข้าร่วมการวิจัยที่เป็นไปโดยสมัครใจ โดยเน้นย้ำให้เข้าใจว่า การตอบรับหรือการปฏิเสธการเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้ จะไม่มีผลต่อการพิจารณาผลการเรียนกลุ่มตัวอย่างแต่อย่างใด และขออาสาสมัครในการเก็บข้อมูล เมื่อกลุ่มตัวอย่างยินยอมเข้าร่วมการวิจัย ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างลงนามในใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยให้ผู้ช่วยนักวิจัยที่ไม่ใช่อาจารย์คณะพยาบาลศาสตร์ เข้าพบนิสิตพยาบาลที่ความสนใจเข้าร่วมโครงการวิจัย เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย เมื่อกลุ่มตัวอย่างที่สมัครใจลงนามแสดงเจตนายินยอมเข้าร่วมการวิจัยแล้ว ผู้ช่วยนักวิจัยแจกแบบสอบถามให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามการวิจัย ผู้ช่วยนักวิจัยตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถามก่อนนำไปวิเคราะห์ข้อมูล และระยะเวลาเก็บข้อมูลตั้งแต่ 1-30 เมษายน 2559

### การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ตามระเบียบวิธีวิจัย โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปในการประมวลผลข้อมูล

1. ข้อมูลส่วนบุคคล ใช้สถิติเชิงพรรณนา แจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. ข้อมูลความสุข ใช้สถิติเชิงพรรณนา ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สถิติวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (one way ANOVA)
3. ปัจจัยที่สัมพันธ์กับความ สุข ได้แก่ แบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเอง แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ แบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อน แบบสอบถามสัมพันธภาพกับครอบครัว แบบสอบถามสัมพันธภาพกับอาจารย์ แบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคม และแบบสอบถามดัชนีชี้วัดความสุขคนไทย ใช้การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรด้วยสถิติสหสัมพันธ์ของเพียร์สัน

### ผลการวิจัย

#### 1. ข้อมูลทั่วไป

กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตพยาบาล จำนวน 444 คน ประกอบด้วย นิสิตชั้นปีที่ 2 จำนวน 168 คน ชั้นปีที่ 3 จำนวน 132 คน และชั้นปีที่ 4 จำนวน 144 คน อายุเฉลี่ย 20.91 ปี (SD=1.04) เกือบทั้งหมดเป็นเพศหญิง (93.9%) มากกว่าครึ่งหนึ่งมีภูมิลำเนาอยู่ในภาคตะวันออก (59.7%) รองลงมาคือภาคกลาง (17.6%) บิดามารดาอยู่ด้วยกัน (71.8%) และรองลงมาคือหย่าร้าง (13.7%) นิสิตส่วนใหญ่มีบิดามารดาเป็นผู้ดูแลหลัก (76.8%) รองลงมาคือ มีบิดาหรือมารดาฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งเป็นผู้ดูแลหลัก (18.2%) และมีบ้างที่ผู้ดูแลไม่ใช่บิดามารดา (4.5%) รายได้ของครอบครัวส่วนใหญ่จะเพียงพอ (84.5%) และค่าใช้จ่ายต่อเดือนที่นิสิตได้รับส่วนใหญ่จะเพียงพอ (84.9%) นิสิตส่วนใหญ่ (82.2%) สมัครใจเรียนพยาบาล ที่เหลือ (17.8%) เข้ามาเรียนแบบไม่สมัครใจ



2. ข้อมูลความสุข (Mean=32.64 และ 32.62, SD=5.01 และ 5.02 ตามผลการสำรวจระดับความสุขของนิสิต พบนิสิตชั้นปีที่ 2 และ 3 มีระดับคะแนนเฉลี่ยความสุขใกล้เคียงกัน (Mean=33.7, SD=5.09) ดังตารางที่ 1 และนิสิตชั้นปีที่ 4 มีระดับคะแนนเฉลี่ยมากที่สุด

ตารางที่ 1 คะแนนเฉลี่ยความสุขของแต่ละชั้นปี

ระดับ	จำนวน	mean	SD	Min	Max
ชั้นปีที่ 2	168	32.64	5.01	19	45
ชั้นปีที่ 3	132	32.62	5.02	19	45
ชั้นปีที่ 4	144	33.70	5.09	21	45

เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความสุขของนิสิตแต่ละชั้นปี พบว่า ไม่มีความแตกต่างกัน ดังตารางที่ 2 อย่างไรก็ตามเมื่อเปรียบเทียบระดับความสุขของนิสิต ตามเกณฑ์ของกรมสุขภาพจิต พบว่า โดยภาพรวม มีนิสิตจำนวน 233 คน (52.5%) มีค่าคะแนนเฉลี่ยความสุขในระดับที่มากกว่าคนทั่วไป และ 41 คน (9.2%) มีระดับคะแนนเฉลี่ยความสุขน้อยกว่าคนทั่วไป

ตารางที่ 2 ความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยความสุขของแต่ละชั้นปี

	SS	df	MS	F	Sig.
Between group	109.64	2	54.82	2.15	.12
Within group	11227.25	441	25.45		
Total	11336.89	443			

3. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุข และการสนับสนุนทางสังคม มีความสัมพันธ์ทางบวก เมื่อวิเคราะห์ ข้อมูลความสัมพันธ์ พบว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง ความฉลาดทางอารมณ์ สัมพันธภาพกับระดับปานกลางกับความสุข อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ( $r=.494, .630, .417, .374, .376$ , และ .601 ตามลำดับ) ดังตารางที่ 3 สัมพันธภาพกับครอบครัว สัมพันธภาพกับอาจารย์

ตารางที่ 3 ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่ศึกษา

ตัวแปร	1	2	3	4	5	6	7
1.การเห็นคุณค่าในตนเอง		.556**	.254**	.236**	.264**	.409**	.494**
2.ความฉลาดทางอารมณ์			.533**	.288**	.394**	.489**	.630**
3.สัมพันธภาพกับเพื่อน				.180**	.314**	.289**	.417**
4.สัมพันธภาพกับครอบครัว					.150**	.456**	.374**
5.สัมพันธภาพกับอาจารย์						.392**	.376**
6.การสนับสนุนทางสังคม							.601**
7.ความสุข							

P<.01 (2-tailed)



## อภิปรายผล

จากผลการศึกษา สามารถอภิปรายผลได้ ดังนี้

### ความสุขของนิสิตพยาบาล

ภาพรวมนิสิตพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา มีค่าคะแนนเฉลี่ยความสุขในระดับที่มากกว่าคนทั่วไป ทั้งนี้ อาจเป็นไปได้ว่านิสิตส่วนใหญ่ สมัครใจเข้ามาเรียน ในหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ซึ่งผลการศึกษาของ อมรรรัตน์ ศรีคำสุข และคณะ<sup>3</sup> ที่ศึกษาเรื่องความสุขใน นักศึกษาพยาบาล มหาวิทยาลัยขอนแก่น สนับสนุน ว่านักศึกษาที่เลือกเรียนพยาบาลด้วยความสมัครใจมี ค่าคะแนนเฉลี่ยความสุขโดยรวมสูงกว่ากลุ่มที่เลือก เรียนพยาบาลโดยไม่ได้สมัครใจ ทั้งนี้เพราะการที่บุคคล สามารถตัดสินใจด้วยตนเอง ไม่ได้ถูกบังคับ จะมีความ ภาคภูมิใจในตนเอง ทำให้เรียนอย่างมีความสุขได้

นอกจากนี้ มีการศึกษาที่สนับสนุนว่า ปัจจัยที่ส่งผล ต่อความเครียด ระหว่างเรียนคือปัญหาด้านการเงิน และ การใส่ใจดูแลของบิดามารดา<sup>11-12</sup> แต่กลุ่มตัวอย่างในการ ศึกษาครั้งนี้ ส่วนใหญ่มีบิดามารดาเป็นผู้ดูแลหลัก มี รายได้ของครอบครัวและมีค่าใช้จ่ายต่อเดือนที่เพียงพอ นอกจากนี้ มหาวิทยาลัยบูรพา มีบริบทด้านที่ตั้งที่อยู่ใกล้ ทะเลบางแสน ซึ่งเป็นสิ่งแวดล้อมที่เป็นธรรมชาติให้นิสิต สามารถพักผ่อนหย่อนใจ คลายเครียดได้ จึงอาจจะเป็น ปัจจัยที่ทำให้ในภาพรวมนิสิต มีระดับคะแนนเฉลี่ยความ สุขมากกว่าคนทั่วไป

เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความสุขของนิสิต แต่ละชั้นปี พบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 2 และ ชั้นปีที่ 3 มีคะแนนเฉลี่ยความสุขใกล้เคียงกัน และชั้นปี 4 มี คะแนนเฉลี่ยความสุขสูงสุด ทั้งนี้อาจเป็นเพราะการ ศึกษาครั้งนี้เก็บข้อมูลในช่วงจะเริ่มภาคการศึกษาฤดูร้อน ที่นิสิตชั้นปีที่ 2 จะเริ่มฝึกปฏิบัติการพยาบาลขั้นพื้นฐาน ซึ่งเป็นการฝึกปฏิบัติการพยาบาลครั้งแรกในหลักสูตร นิสิตต้องใช้เวลาค่อนข้างมาก ในการเตรียมตัวเองให้ พร้อมทั้งในแง่ความรู้และทักษะทางการพยาบาลใน การฝึกปฏิบัติ ส่วนนิสิตชั้นปีที่ 3 เองก็ต้องเรียนและ ฝึกปฏิบัติอย่างเข้มข้นในรายวิชาที่มีความซับซ้อนขึ้น และแหล่งฝึกใหม่ๆ ที่ไม่คุ้นเคย จึงอาจจะทำให้

คะแนนค่าเฉลี่ยความสุขใกล้เคียงกัน และต่ำกว่าชั้นปี 4 ผลการศึกษาที่ผ่านมา<sup>11,13-15</sup> สนับสนุนว่าการฝึกปฏิบัติการ พยาบาลในหอผู้ป่วยโดยเฉพาะครั้งแรกทำ ให้ นักศึกษารู้สึกเครียดได้ ซึ่งอาจจะมาจากความรู้สึกว่า ไม่มีความพร้อม กลัวความผิดพลาดในการปฏิบัติการ พยาบาลที่ไม่เคยทำกับผู้ป่วยจริงมาก่อน กังวลว่าจะ ต้องเผชิญกับความทุกข์ทรมานหรือความตายของผู้ป่วย กังวลเรื่องการปรับตัวกับอาจารย์ในเทศ บุคลากรทีม สุขภาพ หรือสิ่งแวดล้อมในแหล่งฝึก ส่วนการที่นิสิตชั้น ปีที่ 4 มีคะแนนเฉลี่ยความสุขสูงที่สุดนั้น อาจจะเป็น เพราะว่าได้เก็บข้อมูลในช่วงหลังจากที่นิสิตเสร็จสิ้นการฝึก ปฏิบัติการพยาบาล ในรายวิชาสุดท้ายของหลักสูตร ซึ่ง ความเครียด ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการเรียนของนิสิต จะคลี่คลายลงไปมาก ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ อมรรรัตน์ ศรีคำสุข และคณะ<sup>2</sup> ที่พบว่า หากไม่นับรวม นักศึกษาชั้นปีที่ 1 แล้ว นักศึกษาชั้นปีที่ 4 จะมีคะแนน เฉลี่ยความสุขมากกว่า ชั้นปีที่ 2 และที่ 3

### ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุข

ผลการศึกษาครั้งนี้ พบว่าการเห็นคุณค่าใน ตนเอง ความฉลาดทางอารมณ์ สัมพันธภาพกับเพื่อน สัมพันธภาพกับครอบครัว สัมพันธภาพกับอาจารย์ และ การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกระดับ กลางกับความสุขอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และสามารถอภิปรายได้ดังนี้

การเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์กับความสุข ของนิสิตพยาบาล จากผลดังกล่าวบ่งชี้ว่าหากนิสิต เห็นคุณค่าในตนเองมากก็จะทำให้มีความสุขในชีวิต มากด้วยเช่นกัน สอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมา<sup>6</sup> ที่ พบว่า ปัจจัยคัดสรรที่สัมพันธ์กับความสุข คือ ความ รู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ธนารัฐ มีสวีย์<sup>6</sup> อธิบายว่าการ เห็นคุณค่าแท้ในตนเอง คือการยอมรับตนเองและ การเคารพตนเอง โดยมีความรู้สึกเชื่อมั่นในคุณค่าที่ เกี่ยวข้องกับความสามารถ จะส่งผลให้นักศึกษาเกิด ความพึงพอใจและมีความสุขในชีวิต นอกจากนี้ การ ศึกษาที่ผ่านมา<sup>16</sup> พบว่า นิสิตพยาบาลที่มีความภาคภูมิใจ





ในตนเอง มักจะใช้กลไกการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นการแก้ไขที่ปัญหา ซึ่งจะมีผลทางบวกต่อภาวะสุขภาพจิต

ความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์กับความสุขของนิสิตพยาบาล ผลการศึกษานี้บ่งชี้ว่า นิสิตพยาบาลที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงย่อมมีความสุข ทั้งนี้เพราะบุคคลที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงมักจะเป็นผู้ที่มีความเข้าใจในตนเอง และเห็นอกเห็นใจและเข้าใจผู้อื่น มีการเผชิญปัญหาและจัดการกับความขัดแย้งได้อย่างเหมาะสม<sup>17</sup> นิสิตพยาบาลที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงจึงจะสามารถปรับตัวต่อทั้งการดำเนินชีวิตในวิธีการเรียนในระดับอุดมศึกษา การเรียนการสอนทั้งภาคทฤษฎีและปฏิบัติและมีความสุขได้ท่ามกลางการเปลี่ยนแปลง สอดคล้องกับการศึกษาเมื่อเร็วๆ นี้ที่พบว่า ปัจจัยภายในที่มีผลต่อความสุข-ทุกข์ของนักศึกษาพยาบาลคือความสามารถในการปรับตัว<sup>4</sup> และความฉลาดทางอารมณ์ มีความสัมพันธ์กับความสุขและสุขภาพจิตของนิสิตพยาบาล<sup>5, 18-19</sup>

สัมพันธ์ภาพกับเพื่อน สัมพันธ์ภาพกับครอบครัว และสัมพันธ์ภาพกับอาจารย์ มีความสัมพันธ์กับความสุขของนิสิตพยาบาล อภิปรายได้ว่า เนื่องจากการเรียนการสอนในหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต นั้น การทำงานเป็นทีมเป็นหนึ่งในสมรรถนะที่สำคัญที่มุ่งเน้น นิสิตพยาบาลต้องมีคุณลักษณะที่สามารถเข้ากับผู้อื่นได้ การเรียนการสอนมีการมอบหมายงานเป็นกลุ่มทั้งในวิชาทฤษฎีและปฏิบัติ การฝึกปฏิบัติงานบนหอผู้ป่วยเองก็ต้องมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับบุคลากรทางการแพทย์และอาจารย์นิเทศ ดังนั้น สัมพันธ์ภาพระหว่างเพื่อนและอาจารย์จึงมีความสำคัญและเกี่ยวข้องกับความสุขของนิสิตพยาบาล สอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมา ที่พบว่าปัจจัยด้านสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล ได้แก่ สัมพันธ์ภาพกับเพื่อน ครอบครัว และอาจารย์ มีความเกี่ยวข้องกับความสุข สุขภาพจิตและความสุขของนิสิตพยาบาล<sup>2,5,7,17</sup> และนักศึกษาพยาบาลมักจะให้ความหมายความสุขในลักษณะที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยภายนอก เช่น ความสัมพันธ์กับเพื่อน ครอบครัว อาจารย์ กิจกรรมที่ทำให้ผ่อนคลาย และแสวงหา

ความสุขจากปัจจัยภายนอก<sup>4</sup> นอกจากนี้ ครอบครัวเป็นแหล่งสนับสนุนทั้งด้านการเงิน กำลังใจ และระหว่างการศึกษา นิสิตพยาบาลส่วนใหญ่ยังอยู่ในการดูแลของบิดามารดาและผู้ปกครอง ดังนั้น ความสัมพันธ์กับครอบครัวจึงเกี่ยวข้องกับความสุขของนิสิต<sup>23</sup>

การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์กับความสุขของนิสิตพยาบาล สอดคล้องกับผลการศึกษากลุ่มนิสิตของ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ที่พบว่า การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิต อภิปรายตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกได้ว่า การสนับสนุนทางสังคมเป็นดัชนีหนึ่ง ที่สะท้อนถึงความผาสุกของบุคคลอันเกิดจากการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม ไม่ว่าจะเป็นทางกายภาพ เพื่อน ครอบครัว หรืออาจารย์<sup>21-22</sup> ซึ่งการสนับสนุนทางสังคมอาจอยู่ในรูปแบบของการสนับสนุนด้านสิ่งของ เงิน กำลังใจ หรือการให้การปรึกษา โดยเฉพาะอย่างยิ่ง หากนิสิตรู้ว่าตนเองมีแหล่งสนับสนุนเหล่านี้ก็จะทำให้มีความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย นอกจากนี้ ผลการศึกษาครั้งนี้ยังสอดคล้องกับการศึกษาในต่างประเทศ ที่พบว่า การได้รับการสนับสนุนทางสังคมโดยเฉพาะจากครอบครัว สามารถทำนายความผาสุกของนิสิตในมหาวิทยาลัยในทุกมิติ<sup>24-25</sup> โดย Nguyen และ Chatters<sup>25</sup> อธิบายว่าการสนับสนุนทางสังคมผ่านความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิด ไม่ว่าจะเป็นจากครอบครัว เพื่อน มีความสัมพันธ์กับความสุขมากกว่าการสนับสนุนด้านอื่น ๆ เพราะความการสนับสนุนจากครอบครัวจะตอบสนองความต้องการพื้นฐานด้านการยอมรับ การเป็นส่วนหนึ่งและการเป็นที่รัก ที่ไม่สามารถได้จากการสนับสนุนด้านการเงินหรือความปลอดภัยเพียงอย่างเดียว

### ข้อเสนอแนะสำหรับสถาบันการศึกษา

1. ควรให้ความสำคัญและใส่ใจเป็นพิเศษแก่นิสิตชั้นปีที่ 2 และ 3 โดยเฉพาะในช่วงของการฝึกปฏิบัติการพยาบาล โดยอาจจะจัดกิจกรรมที่จะช่วยเตรียมความพร้อม และลดความเครียดวิตกกังวล ทั้งก่อนและระหว่างการศึกษาพยาบาล



2. ควรพัฒนากิจกรรมหรือโครงการที่มุ่งเน้นการเสริมสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างนิสิตกับนิสิต นิสิตกับอาจารย์ และนิสิตกับผู้ปกครอง

3. ควรพัฒนารูปแบบการดูแล ติดตามกลุ่มนิสิตที่มีความสุขในระดับน้อยกว่าคนทั่วไป เพื่อป้องกันปัญหาสุขภาพจิต

4. จากผลการศึกษาที่พบว่าปัจจัยภายใน ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตัวเอง และความฉลาดทางอารมณ์ มีความสัมพันธ์กับความสุข ดังนั้น จึงควรพัฒนาการเรียนการสอนที่สอดแทรกเนื้อหาที่ช่วยพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ที่เป็นเข้มแข็งของปัจจัยภายในตัวนิสิต เช่น ความเข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่น และยอมรับความจริงที่เกิดขึ้น รวมถึงการเห็นคุณค่าในตนเองของนิสิต เป็นต้น

### ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยต่อไป

1. ควรศึกษาเปรียบเทียบความสุขของนิสิตในช่วงเรียนทฤษฎีและช่วงฝึกปฏิบัติ เพื่อให้เห็นความเปลี่ยนแปลงของความสุขและให้การดูแลนิสิตอย่างเหมาะสมและสัมพันธ์กับการเปลี่ยนแปลง

2. ควรศึกษาเปรียบเทียบปัจจัยที่ทำให้มีผลต่อความสุข ระหว่างนิสิตที่มีความสุขในระดับที่น้อยกว่าคนทั่วไป กับนิสิตที่มีระดับความสุขที่มากกว่าคนทั่วไป

3. ควรทำวิจัยในชั้นเรียนเพื่อศึกษาถึงรูปแบบการจัดการเรียนการสอนที่เพิ่มความสุขในนิสิตพยาบาล

4. พัฒนาโปรแกรมเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง และความฉลาดทางอารมณ์ ของนิสิตพร้อมกับศึกษาวิจัยผลของโปรแกรมที่พัฒนาขึ้น

### กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยต้องขอขอบคุณ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ที่ได้ให้การสนับสนุนด้านทุนการวิจัย และขอขอบคุณกลุ่มตัวอย่างทุกคนที่ได้สละเวลาให้ข้อมูลที่กับผู้วิจัยครั้งนี้

### References

1. Faculty of nursing Burapha University. Nursing modified curriculum 2011; 2011.
2. Amornrat Sricamsuk, Wipahaporn Voraham, Wiporn Senarak. Happiness of undergraduate nursing students, faculty of nursing, KhonKaen University. J Nurs Sci & Health 2011;34 (2):70-9.
3. Worarat Kajchamaporn, Kittipong Dongsang, Kulyada Somsap, Thapanawong Mitsungnern, Tosapol Areejitranusorn, Piyathida Kuhiruntaratn, Srinoi Maskasem. Happiness status and related factors: A characterization of grade 10-12 students at Khonkaenwittayayon School, KhonKaen, Thailand, 2006. Srinagarind Med J 2007; 22(3):254-60.
4. Nussara Namdej, Payao Pongsakchart, Sujira Luangpikul, Jeeraporn Chuenchom, Rujirachai Muangkaew, Naiyana Poolom. Happiness of nursing students in Borommarajonani college of nursing, Saraburi. Research report of Borommarajonanicollege of nursing, Office of the Permanent Secretary; 2006.
5. Pornpan Srisopa, Pornpat Hengudomsab, Kingdao Karaket. Happy learning and its associated factors among nursing students, J Ment Health and Psy Nurs 2013;27(2):16-29.
6. Thanarat Meesuey .A study of authentic self-esteem of undergraduates at Rajamangala University of Technology: A case study of Thai traditional medicine college at Rajamangala University of Technology. J Beh Sci Dev 2010;2(1):65-77.

7. Pattama Thongsom. The development of indicators of happiness in learning of students in nursing science undergraduate programs under the ministry of public health. *J Nurs Edu* 2011;4(1): 88-110.
8. Seligman MEP. *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. New York: Free Press; 2011.
9. Nongluk Sribanjong. The relationship between explanatory style and subjective well-being of Chulalongkorn University junior students [Thesis]. Thailand: Chulalongkorn University; 2012.
10. Phongvarin C, Tuicomepee A, Kotrajaras S. Conceptual framework and measurement of happiness In Thai context: A review article. Vol 10. (Proceedings of the East-West Psychological Science Research Center) [internet]. 2011 [cited 2015,October 08]. Available from [http://www.psy-ew.com/images/column\\_1354520156](http://www.psy-ew.com/images/column_1354520156)
11. Pongsri Srimorakot. The effects of supportive counseling on perceive illness self-esteem and encouragement of cancer cervix patients treated with radiation. [Thesis]. Thailand: Mahidol University; 1993.
12. Jinjutha Chaisena Dallas, Saijai Puapan, Dungjai, Vatanasin. Factors influencing mental health status among nursing student of nursing faculty Burapha University, *J Facul Nurs BUU* 2015;23(3): 1-13.
13. Boonpha Na Nakorn. A study of social support among psychotic patients of Suansaranrom Psychiatric Hospital. Bangkok: Department of Mental Health, 1995.
14. Apichai Mongkol, Watchanee Hattapanom, Pussara Chetchotsuk, Wanna Chalorkul, La-aed Punyoyai. A study of Thai happiness indicators (Individually). KhonKaen: Klangnavittaya Press, 2001.
15. Jimenez C, Navia-Osorio PM, Diaz CV. Stress and health in novice and experienced nursing students. *JAN*. 2010;66(2):442-55.
16. Prymachuk S, Richards DA. Predicting stress in preregistration nursing students. *Brit J Health Psych*. 2007;12:125-44.
17. Lo R. A longitudinal study of perceived level of stress, coping and self-esteem of undergraduate nursing students: An Australian case study. *JAN*. 2002;39(2):119-26.
18. Altıok HO, Üstün B. The stress sources of nursing students. *ESTP*. 2013;13(2):760-6.
19. Pulido-Martos M, Augusto-Landa JM, Lopez-Zafra E. Sources of stress in nursing students: A systematic review of quantitative studies. *Int Nurs Re* 2011;59:15-25.
20. Shrestha T. Self-esteem and stress coping among proficiency certificate level nursing students in nursing campus Maharajgunj Lalitpur Nursing Campus. *J Nepal Health Res Counc*. 2013;11(25): 283-8.
21. Gibbons S. Understanding empathy as a complex construct: A review of the literature. *Clin Soc Work J*. 2011;39(3):243-52.
22. Sasanpour M, Khodabakhshi M, NooryanKh. The relationship between emotional intelligence, happiness and mental health in students of medical sciences of Isfahan University. *IJCRIMPH*. 2012;4(9):1614-20.



23. Phaisarn Yamwong. A study of social support affect life satisfaction among Thammasat University students [Thesis]. Thailand: Thammasat University; 2012.
25. Diener E, Oishi S. An evolutionary paradox? If happy people have better health, longevity, fecundity, and healthier children, why aren't we all happy? Unpublished manuscript, Department of Psychology, University of Illinois, Champaign: IL; 2011.
26. Layous K, Lyubomirsky S. The how, why, what, when, and who of happiness: Mechanisms underlying the success of positive interventions. In J. Gruber & J. Moskowitz (Eds.). *The light and dark side of positive emotions*. New York: Oxford University Press; 2012.
27. Naphatarat Kawsaard, Manee Arpanantikul, Panwadee Putwatana. Selected Variables Related to Nursing Students' Happiness. *J NursCounc* 2013;28(1):19-33.
28. Schnettler B, Denegri M, Miranda H, Sepu'lveda J, Orellana L, Paiva G. et al. Family support and subjective well-being: An exploratory study of university students in Southern Chile. *Soc Indic Res* 2015; 122:833-64.
29. Nguyen AW, Chatters LM, Taylor RJ. Social support from family and friends and subjective well-being of older African Americans. *J Happiness Stud* 2016;17: 959-79.