



รายงานการวิจัย



**“ปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดในการสอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาต
เป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรมของนักศึกษาทันตแพทย์ คณะทันตแพทยศาสตร์
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์”**

**Factors Related to Stress on the Dental Licensing Examination of Dental Students,
Faculty of Dentistry, Prince of Songkla University**

ภัทราภรณ์ หยงสตร์

**ฝ่ายทันตสาธารณสุขชนบทภาคใต้ คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
งานวิจัยนี้ได้รับการสนับสนุนจากกองทุนเฉลิมพระเกียรติ 100 ปี สมเด็จพระเจ้า**

กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยชิ้นนี้ได้รับการสนับสนุนจากกองทุนเฉลิมพระเกียรติ 100 ปี สมเด็จพระเจ้า ภายได้โครงการอบรมวิจัยสถาบัน รุ่นที่ 2 ของ คณะกรรมการพัฒนาบุคลากรสายสนับสนุน คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ผู้วิจัยขอขอบคุณคณะทันตแพทยศาสตร์ที่ให้การส่งเสริมและสนับสนุนการดำเนินงานวิจัยของบุคลากรสายสนับสนุนเป็นอย่างดี

ผู้วิจัยขอขอบคุณทุกท่านที่มีส่วนผลักดันและสนับสนุนงานวิจัยชิ้นนี้เสร็จสิ้น อันได้แก่ ดร.ทพญ.จรัญญา หุ่นศรีสกุล หัวหน้าฝ่ายทันตสาธารณสุขชนบทภาคใต้ เป็นผู้ผลักดันให้เกิดงานวิจัยชิ้นนี้ขึ้น และโดยเฉพาะอย่างยิ่ง รศ.ดร.อาคม ใจแก้ว จากคณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาการในการอบรมครั้งนี้ที่ได้ให้ทั้งความรู้และเป็นທີ່ปรึกษา ขอขอบคุณ คุณจุฑาเดียน ชินเจริญทรัพย์ นักจิตวิทยาชำนาญการ ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ผศ.ดร.อังคณา เขียวมนตรี และ ผศ.ดร.ฉัฐพร ยูรวงศ์ จากภาควิชาทันตกรรมป้องกัน ที่ได้สละเวลาเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบแบบสอบถาม และให้ข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์อย่างยิ่งในงานวิจัยชิ้นนี้

นอกจากนี้ขอขอบคุณ คุณลัดดาวัลย์ ไชยวงศ์ ที่เอื้อเพื่อข้อมูลของการสอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม คุณนงนุช อากาศสุวรรณ และคุณสุธิตา สหวิริยะ ที่ช่วยเหลือการเก็บแบบสอบถามจากนักศึกษาทันตแพทย์ รวมทั้งคุณฉัตรฐนิชา นกแก้ว ผู้ประสานงานของการอบรมครั้งนี้ ผู้ร่วมการอบรมทุกท่าน และบุคลากรของฝ่ายทันตสาธารณสุขชนบทภาคใต้ทุกคนที่คอยให้กำลังใจและกระตุ้นการดำเนินงานวิจัยชิ้นนี้จนสำเร็จด้วยดี

ผู้วิจัย

มิถุนายน 2552

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาระดับความเครียด ปัจจัยที่มีผลต่อระดับความเครียด ความแตกต่างระหว่างปัจจัยที่เกี่ยวข้อง และสร้างสมการพยากรณ์ความเครียดในการสอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ของนักศึกษาทันตแพทย์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิธีการศึกษา เป็นการศึกษาเชิงวิเคราะห์แบบตัดขวาง ในนักศึกษาทันตแพทย์ ชั้นปีที่ 2-3 ที่มีสิทธิ์สอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ชั้นตอนที่ 1 ปีการศึกษา 2551 จำนวน 92 คน ซึ่งสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) แบบสอบถาม ได้รับการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) โดยผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน และมีค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) เท่ากับ 0.81 ผลการศึกษา นักศึกษาทันตแพทย์มีความเครียดในระดับสูงกว่าปกติปานกลางถึงมาก ร้อยละ 25 มีแรงจูงใจไม่สัมฤทธิ์ในการสอบปานกลาง มีทัศนคติที่ต่อต้านการสอบ มีการรับรู้ข้อมูลเกี่ยวกับการสอบปานกลาง แต่มีความพร้อมในการสอบน้อยโดยนักศึกษาทันตแพทย์ชายมีความเครียดสูงกว่าหญิงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P = .030$) แต่มีความพร้อมในการสอบสูงกว่านักศึกษาทันตแพทย์หญิงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P = .005$) นักศึกษาทันตแพทย์ชั้นปีที่ 3 มีความเครียดสูงกว่า ($P = .038$) แต่มีแรงจูงใจไม่สัมฤทธิ์ในการสอบและความพร้อมในการสอบต่ำกว่า ($P = .025, .001$ ตามลำดับ) นักศึกษาทันตแพทย์ชั้นปีที่ 2 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นักศึกษาทันตแพทย์ที่ใช้เวลาในการเรียนและทำกิจกรรมเกี่ยวกับการเรียนน้อยกว่า 10 ชั่วโมงต่อวัน และมีการออกกำลังกายและทำกิจกรรมพักผ่อนหย่อนใจ วันละมากกว่า 3 ชั่วโมง จะทำให้มีความเครียดต่ำกว่ากลุ่มที่ใช้เวลาในการเรียนและทำกิจกรรมเกี่ยวกับการเรียนมากกว่า 10 ชั่วโมงต่อวัน และมีการออกกำลังกายและทำกิจกรรมพักผ่อนหย่อนใจน้อยกว่า 3 ชั่วโมง ต่อวัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P = .009, .028$ ตามลำดับ) ตัวแปรที่สามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของความเครียดในการสอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรมของนักศึกษาทันตแพทย์ ได้แก่ เพศ การใช้เวลาในการเรียนและทำกิจกรรมเกี่ยวกับเรียน และความพร้อมในการสอบ โดยอธิบายได้ร้อยละ 20.2 สรุปและข้อเสนอแนะ ระดับความเครียดของนักศึกษาทันตแพทย์ ชั้นปีที่ 2 และ 3 ที่ศึกษาอยู่ในระดับปานกลางถึงสูง ส่วนปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติคือ เพศของนักศึกษาทันตแพทย์ การใช้เวลาในการเรียนและทำกิจกรรมเกี่ยวกับการเรียน และความพร้อมในการสอบ ดังนั้นคณะทันตแพทยศาสตร์ควรจัดตารางการเรียนการสอน และการสอบในภาคเรียนปกติ ให้เสร็จก่อนสอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ให้นานพอสมควรเพื่อให้ทันตแพทย์ได้มีเวลาในการอ่านหนังสือ และการจัดคิวการสอบได้มากขึ้นและนักศึกษาทันตแพทย์ควรมีการวางแผนการใช้เวลาในการทำกิจกรรมการเรียน การทบทวนบทเรียนเพื่อให้เกิดความพร้อมในการสอบ และควรจัดเวลาเพื่อผ่อนคลายความตึงเครียดจากการเรียนโดยการออกกำลังกายหรือพักผ่อนหย่อนใจที่เหมาะสม

Abstract

The purpose of this study was to evaluate stress level and factors related to stress level on the dental licensing examination of Dental Students, Faculty of Dentistry, Prince of Songkla University.

Methods: This study was a cross - sectional study. The 92 2nd and 3rd year dental students who were eligible for part I licensing examination in 2008 were selected by stratified random sampling.

Questionnaires were valid content by 3 qualified experts. Cronbach's alpha coefficient of the questionnaires was 0.81. **Results:** 25 percent of the samples were moderately to highly stress. Most of

them had moderate motivations in achievement, good attitudes towards the examination, moderately perceiving examination information and low readiness for the examination. Male students had

significantly more stress, but more readiness for the examination than females ($P=0.03$, 0.005). Third year dental students had significantly higher stress ($P = 0.038$), low motivating achievement ($P= 0.025$),

and less readiness for the examination than those in the 2nd year ($P=0.001$). The samples who spent less than 10 hours/day studying and working in the dental laboratory, and more than 3 hours/day exercising

or relaxing, had significantly lower stress than their counterparts ($P = 0.009$, 0.028). Sex of dental students, time spent on studying and working in dental laboratory, and readiness for licensing

examination explained the variation of the stress level 20.2%. **Conclusions and suggestions:** The stress level of the 2nd and 3rd year dental students in this study was moderate to high. The factors that were

significantly related to the stress were sex of dental students, time spent on studying and working in dental laboratory, and readiness for licensing examination. Therefore, the Faculty of Dentistry should

manage class schedules to be finished before the licensing examination so the students can have time for the licensing examination. Also students should spend their time on all activities including studying,

relaxing and exercising.

Key words: Stress, Dental student, Licensing examination

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	2
บทคัดย่อ	3
Abstract	4
สารบัญ	5
สารบัญตาราง	6
บทนำ	7
แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	11
วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า	45
ผลการศึกษา	50
สรุป และอภิปรายผล	57
บรรณานุกรม	62
ภาคผนวก ก	65
ภาคผนวก ข	72
ประวัติผู้วิจัย	73

สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 1 แสดงจำนวนและร้อยละข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาทันตแพทย์	51
ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ย (X) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง นักศึกษาทันตแพทย์	51
ตารางที่ 3 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาทันตแพทย์ในแต่ละระดับความเครียด	52
ตารางที่ 4 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการแปรผล จำแนกตามตัวแปรต่างๆ	52
ตารางที่ 5 ความแตกต่างของความเครียดของนักศึกษาทันตแพทย์และตัวแปรต่างๆจำแนกตาม ชั้นปีที่ศึกษา	53
ตารางที่ 6 ความแตกต่างของความเครียดของนักศึกษาทันตแพทย์ และตัวแปรต่างๆจำแนกตามเพศ	53
ตารางที่ 7 ความแตกต่างของความเครียดของนักศึกษาทันตแพทย์และตัวแปรต่างๆจำแนกตามการ ใช้เวลาในการเรียนและทำกิจกรรมเกี่ยวกับเรียน	54
ตารางที่ 8 ความแตกต่างของความเครียดของนักศึกษาทันตแพทย์และตัวแปรต่างๆจำแนกตามเวลา การออกกำลังกายและทำกิจกรรมพักผ่อนหย่อนใจ	54
ตารางที่ 9 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สันของตัวแปรต่างๆ	55
ตารางที่ 10 ผลการวิเคราะห์การถดถอยเชิงเส้นพหุของปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดในการสอบความรู้ เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ของนักศึกษาทันตแพทย์	56

บทนำ

ความสำคัญของปัญหา

ตามพระราชบัญญัติวิชาชีพทันตกรรม พ.ศ.2537 ทันตแพทยสภา เป็นผู้ออกใบประกอบวิชาชีพทันตกรรมให้กับบุคคลที่เป็นสมาชิกทันตแพทยสภา ซึ่งต้องมีคุณสมบัติคือมีอายุไม่ต่ำกว่ายี่สิบปีบริบูรณ์ มีความรู้ในวิชาชีพทันตกรรม โดยได้รับปริญญาหรือประกาศนียบัตรในวิชาชีพทันตแพทยศาสตร์จากสถาบันการศึกษาที่ทบวงมหาวิทยาลัยรับรองหรือที่ทันตแพทยสภารับรอง และไม่เป็นผู้ประพฤติเสียหายซึ่งคณะกรรมการเห็นว่า จะนำมาซึ่งความเสื่อมเสียเกียรติศักดิ์แห่งวิชาชีพ ไม่เคยต้องโทษจำคุกโดยคำพิพากษาถึงที่สุดหรือคำสั่งที่ชอบด้วยกฎหมายให้จำคุกที่คณะกรรมการเห็นว่า จะนำมาซึ่งความเสื่อมเสียเกียรติศักดิ์แห่งวิชาชีพ ไม่เป็นผู้มีจิตฟั่นเฟือนไม่สมประกอบหรือไม่เป็นโรคที่กำหนดไว้ในข้อบังคับทันตแพทยสภา (ทันตแพทยสภา, 2537)

นักศึกษาทันตแพทย์ เมื่อสำเร็จการศึกษา ได้รับปริญญาบัตรทันตแพทยศาสตรบัณฑิตแล้วสามารถขึ้นทะเบียนเป็นสมาชิกทันตแพทยสภาและขอรับใบประกอบวิชาชีพทันตกรรมจากทันตแพทยสภา ตามพระราชบัญญัติวิชาชีพทันตกรรม พ.ศ.2537 แต่จากข้อบังคับทันตแพทยสภาว่าด้วยคุณสมบัติของผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรมในการสอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม พ.ศ.2551 กำหนดให้มีการสอบ 2 ครั้ง โดยสอบขั้นตอนที่หนึ่งสอบรายวิชาวิทยาศาสตร์พื้นฐาน (Basic Science) และวิทยาศาสตร์การแพทย์ประยุกต์ (Basic Medical Science) โดยผู้มีสิทธิ์สมัครสอบต้องลงทะเบียนรายวิชาดังกล่าวครบตามหลักสูตรของสถาบันที่กำลังศึกษา ส่วนการสอบขั้นตอนที่สอง ผู้สอบต้องลงทะเบียนศึกษาและมีประสบการณ์เรียนรู้ ความรู้และทักษะวิทยาศาสตร์การแพทย์คลินิกมาไม่น้อยกว่าหนึ่งปีการศึกษาหรือไม่น้อยกว่า 500 ชั่วโมง ที่ได้ฝึกปฏิบัติงานดูแลรักษาผู้ป่วย (ทันตแพทยสภา, 2551)

คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ได้รับการประกาศจัดตั้งในราชกิจจานุเบกษา เมื่อวันที่ 10 พฤศจิกายน 2526 เปิดการเรียนการสอน 6 ภาควิชา ประกอบด้วย ภาควิชาทันตกรรมอนุรักษ์ ภาควิชาทันตกรรมประดิษฐ์ ภาควิชาโสตจักษุวิทยา ภาควิชาศัลยศาสตร์ ภาควิชาทันตกรรมป้องกัน และภาควิชาชีววิทยาและการบดเคี้ยว 2551 ปัจจุบันมีนักศึกษาทันตแพทย์ระดับปริญญาตรีจำนวน 325 คน(หน่วยทะเบียนและประเมินผลการศึกษา, 2551) นักศึกษาทันตแพทย์ระดับบัณฑิตศึกษาจำนวน 27 คน(หน่วยบัณฑิตศึกษา, 2551) คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ผลิตบัณฑิตทันตแพทย์ไปแล้ว จำนวน 20 รุ่น จำนวน 692 คน (ถึงวันที่ 5 มิถุนายน 2551) จากการสอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ในขั้นตอนที่หนึ่ง ประจำปี 2550 ของคณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ มีนักศึกษาทันตแพทย์เข้าสอบจำนวน 59 คน สอบผ่านจำนวน 53 คน คิดเป็นร้อยละ 89.8 (หน่วยทะเบียนและประเมินผลการศึกษา, 2551) มีนักศึกษาทันตแพทย์ที่ยังสอบไม่ผ่านจำนวน 6 คน

จากการศึกษาระดับความเครียดของนักศึกษาทันตแพทย์ คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ปี 2550 พบว่านักศึกษาทันตแพทย์ทุกชั้นปีมีความเครียดในการเรียน (กุลชยา ทะนงต์, 2550) และการสอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรมเป็นการเปลี่ยนแปลงครั้งใหม่ที่

เกิดขึ้นกับนักศึกษาทันตแพทย์ ของทุกสถาบันรวมทั้งนักศึกษาทันตแพทย์ คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ด้วย ซึ่งอาจส่งผลให้นักศึกษาทันตแพทย์เกิดความเครียดในการสอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดของนักศึกษาทันตแพทย์ในการสอบความรู้ในขั้นตอนที่หนึ่งนี้ เพื่อประโยชน์สำหรับคณะทันตแพทยศาสตร์ ทำให้ทราบว่ามีผลต่อความเครียดของนักศึกษาทันตแพทย์ในการสอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม เพื่อเป็นแนวทางให้ผู้บริหาร อาจารย์ผู้สอนที่มีส่วนเกี่ยวข้องใช้ประกอบการวางแผนนโยบายหาแนวทางแก้ไขปัญหาที่กำลังเกิดขึ้นกับนักศึกษาทันตแพทย์ และหาแนวทางในการจัดการวางแผนในการให้ความรู้ ข้อมูลข่าวสารในการสอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรมให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้นในปีต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความเครียดในการสอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ของนักศึกษาทันตแพทย์ ม.อ.
2. เพื่อศึกษาความแตกต่างระหว่างปัจจัยที่เกี่ยวข้องในการสอบกับความเครียดในการสอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ของนักศึกษาทันตแพทย์ ม.อ.
3. เพื่อสร้างสมการพยากรณ์ความเครียดในการสอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ของนักศึกษาทันตแพทย์ ม.อ.

นิยามศัพท์เฉพาะ (Operational Definition)

ใบอนุญาต หมายถึง ใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม จากทันตแพทยสภา
 ผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม หมายถึง บุคคลที่ได้ขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรมจากทันตแพทยสภา ประกอบวิชาชีพที่กระทำต่อมนุษย์เกี่ยวกับการตรวจ การวินิจฉัย การบำบัด หรือการป้องกัน โรคฟัน โรคอวัยวะที่เกี่ยวข้องกับฟัน โรคอวัยวะในช่องปาก โรคขากรรไกรและกระดูกใบหน้าที่เกี่ยวข้องกับขากรรไกรรวมทั้งการกระทำทางศัลยกรรม และการกระทำใดๆในการบำบัด บำรุงและฟื้นฟูสภาพของอวัยวะในช่องปาก กระดูกใบหน้าที่เกี่ยวข้องกับขากรรไกรและการทำฟันในช่องปาก

นักศึกษา หมายถึง นักศึกษาทันตแพทย์ คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ที่มีสิทธิ์สอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ปี พ.ศ.2551

การสอบความรู้ขั้นตอนที่หนึ่ง หมายถึง การสอบรายวิชาวิทยาศาสตร์พื้นฐาน (Basic Science) และวิทยาศาสตร์การแพทย์ประยุกต์ (Basic Medical Science)

การสอบขั้นตอนที่สอง หมายถึง การสอบประสบการณ์ เรียนรู้ ความรู้และทักษะวิทยาศาสตร์การแพทย์คลินิก

ความเครียด หมายถึง ปฏิกริยาของร่างกายและจิตใจ ที่มีต่อสิ่งที่มากระตุ้น ซึ่งคำว่าปฏิกริยาก็ไม่ได้จำเพาะเจาะจงว่าส่วนใดส่วนหนึ่ง อาจจะเป็นการตอบสนองของร่างกายบางส่วน เช่น ปวดหัว หัวใจเต้นแรง

แห่งนี้ออก หรือเป็นความรู้สึกกระวนกระวาย และสิ่งที่มากระตุ้นหรือสิ่งเร้าที่จะทำให้เกิดความเครียดก็แตกต่างกันไปในแต่ละคน

หน่วยการวิเคราะห์ (Unit of analysis)

นักศึกษาทันตแพทย์ คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ที่มีสิทธิ์สอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรมชั้นตอนหนึ่ง ปี พ.ศ.2551

ขอบเขตและข้อจำกัดการวิจัย (Scope and Limitation)

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดในการสอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพ ทันตกรรมของนักศึกษาทันตแพทย์ คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ที่มีสิทธิ์สอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรมชั้นตอนหนึ่ง ปี พ.ศ.2551 เท่านั้น

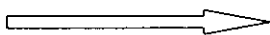
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

เพื่อประโยชน์สำหรับคณะทันตแพทยศาสตร์ ทำให้ทราบว่าตัวแปรใดบ้างที่มีผลความเครียดของนักศึกษาทันตแพทย์ในการสอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม เพื่อเป็นแนวทางให้ผู้บริหาร อาจารย์ผู้สอนที่มีส่วนเกี่ยวข้องใช้ประกอบการวางแผนนโยบายหาแนวทางแก้ไขปัญหาค่าตั้งจะเกิดขึ้นกับนักศึกษาทันตแพทย์ และหาแนวทางในการจัดการวางแผนในการให้ความรู้ ข้อมูลข่าวสารในการสอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรมให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้นในปีต่อไป

กรอบแนวคิดการวิจัย

ตัวแปร

1. ข้อมูลส่วนบุคคล
2. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
3. แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ในการสอบ
4. การรับรู้ข้อมูลเกี่ยวกับการสอบ
5. ทักษะคิดในการสอบ
6. ความพร้อมในการสอบ



ความเครียดของการสอบความรู้เพื่อ
ขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้
ประกอบวิชาชีพ ทันตกรรม ของ
นักศึกษาทันตแพทย์

สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. ตัวแปรต่างๆ ส่งผลต่อความเครียดของการสอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ของนักศึกษาทันตแพทย์
2. ตัวแปรต่างๆ สัมพันธ์กับความเครียดของการสอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ของนักศึกษาทันตแพทย์

แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้มีความมุ่งหมายที่จะศึกษาตัวแปรที่มีผลต่อกับความเครียดในการสอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ของนักศึกษาทันตแพทย์ ซึ่งผู้วิจัยได้ศึกษารวบรวมเอกสารและงานที่เกี่ยวข้อง 4 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

ส่วนที่ 2 การสอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม
ของนักศึกษาทันตแพทย์

ส่วนที่ 3 ความเครียด

ส่วนที่ 4 แนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ส่วนที่ 1 คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

สถาบันการศึกษาเป็นหน่วยงานหรือองค์กรหนึ่งในสังคม ซึ่งทำหน้าที่และมีบทบาทในการให้การศึกษ ส่งเสริมสนับสนุน การศึกษาอบรม บริการวิชาการแก่ชุมชน และดำเนินงานวิจัยเพื่อพัฒนา (ชุมศักดิ์ อินทร์รักษ์, 2531)

คำว่า “สถาบันการศึกษา” ในความหมายตามรูปแบบ หมายถึง แหล่งให้ความรู้ เจตคติและทักษะแก่บุคคล โดยมีระเบียบปฏิบัติอย่างเป็นระบบ การให้การศึกษาก่อผลอย่างเป็นทางการ ในโรงเรียน วิทยาลัย และมหาวิทยาลัย ซึ่งมีบุคลากรดำเนินงาน บทบาทของการศึกษาจึงขยายออกไปตามลักษณะการเปลี่ยนแปลงของสังคม บทบาทของการศึกษาต่อสังคมมีอยู่ 2 ประการ (ชุมศักดิ์ อินทร์รักษ์, 2531)

1. การจัดเทศกาลพฤติกรรมทางสังคม เพื่อให้บุคคลเป็นสมาชิกที่ดีของสังคม มีความเข้าใจในวัฒนธรรม มีทักษะและความรู้ต่างๆที่จำเป็นในการประกอบอาชีพและการดำเนินชีวิตของคนในสังคม
 2. จัดสรรบทบาทให้บุคคลมีอาชีพตำแหน่งหน้าที่การงาน ตามความแตกต่างของสังคม
- สถาบันการศึกษามีภารกิจหลักดังนี้ (ชุมศักดิ์ อินทร์รักษ์, 2531)

1. สถาบันการศึกษามีหน้าที่ในการ ผลิต นักเรียน นิสิตนักศึกษา ให้มีคุณภาพเพื่อออกไปอยู่ในสังคม ประกอบอาชีพได้ตามเอกัตภาพของบุคคล
2. สถาบันการศึกษามีหน้าที่บริการวิชาการแก่ชุมชนตามความต้องการของสังคม
3. สถาบันการศึกษามีหน้าที่ส่งเสริมศิลปวัฒนธรรมของท้องถิ่น
4. สถาบันการศึกษามีหน้าที่ในการศึกษา ค้นคว้าวิจัยเพื่อประโยชน์ต่อการพัฒนาสังคมหรือชุมชน

สถาบันการศึกษาในปัจจุบัน จำเป็นต้องเปิดโอกาสให้ทุกคนเรียนรู้ พัฒนาตนเองบนรากฐานแห่งศักยภาพและสิ่งแวดล้อม ให้คนส่วนใหญ่ได้มีโอกาสดำเนินชีวิตอย่างมีคุณภาพ และเป็นกำลังในการพัฒนาประเทศ

1.1 คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ เป็นสถาบันการศึกษาซึ่งได้รับการประกาศจัดตั้งในราชกิจจานุเบกษา เมื่อวันที่ 10 พฤศจิกายน 2526 เพื่อสนองนโยบายของรัฐในการแก้ปัญหาการกระจายของทันตแพทย์ และปัญหาการเจ็บป่วยด้วยโรคในช่องปากของประชาชนในภาคใต้ อย่างไรก็ตาม ก่อนที่จะมีการประกาศในราชกิจจานุเบกษานั้น การจัดตั้งคณะทันตแพทยศาสตร์ ณ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ก็มีการดำเนินการมาก่อนล่วงหน้าเป็นระยะเวลาหลายปี ดังรายละเอียดต่อไปนี้

ความคิดที่จะจัดตั้งคณะทันตแพทยศาสตร์ที่มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ เริ่มขึ้นในปีพุทธศักราช 2518 เมื่อมีการประเมินผลการผลิตบัณฑิตที่ผลิตโดยมหาวิทยาลัยต่าง ๆ ทั่วประเทศ ว่ามีความเหมาะสมกับความต้องการของประเทศหรือไม่ ผลการประเมินบัณฑิตสายวิทยาศาสตร์การแพทย์ อันมีรองศาสตราจารย์นายแพทย์ทองจันทร์ หงส์ถาวรภักดิ์ เป็นประธาน พบว่า สาขาทันตแพทยศาสตร์ ซึ่งมีรองศาสตราจารย์ทันตแพทย์จิระระสุยสิริวัฒน์ เป็นประธานนั้น มีผลการประเมินพอสรุปได้ดังนี้

1. ประชาชนมีโรคฟันและโรคในช่องปากสูงมาก (ประมาณ 85%) แต่จำนวนทันตแพทย์เทียบกับจำนวนประชากร เท่ากับ 1: 30,000 (เกณฑ์ของ WHO คือ 1: 5,000) นับว่าประเทศไทยในขณะ นั้นอยู่ในภาวะขาดแคลนทันตแพทย์เป็นอย่างมาก
2. ทันตแพทย์ซึ่งมีอยู่น้อยอย่างยิ่งอยู่แล้วนั้น กลับมีการกระจายไม่เหมาะสมโดยส่วนใหญ่กระจุกตัวอยู่ในกรุงเทพฯ และจังหวัดเชียงใหม่ ส่วนภาคใต้และภาคตะวันออกเฉียงเหนือ กลับขาดแคลนทันตแพทย์ในขั้นวิกฤต
3. ความรู้ความสามารถของทันตแพทย์ในขณะนั้นอยู่ในเกณฑ์ดี แต่เหมาะสมสำหรับปฏิบัติงานในชุมชนเมืองใหญ่ ๆ เท่านั้น

ผลสรุปดังกล่าว ส่งผลกระทบต่อการผลิตทันตแพทย์ของประเทศไทยในเดือนสิงหาคม 2522 ทบวงมหาวิทยาลัย และสมาคมทันตแพทยศาสตร์แห่งประเทศไทย ได้จัดสัมมนาครั้งใหญ่ที่ไม่เคยมีมาก่อนในวงการทันตแพทย์ขึ้นที่โรงแรมรถไฟหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ ซึ่งเป็นการสัมมนาของบุคคลระดับผู้บริหารงานทันตกรรมทั้งภาครัฐและเอกชน โดยมีหน่วยงานอื่นๆ ของรัฐที่เกี่ยวข้องจาก ทั่วประเทศเข้าร่วมสัมมนาด้วยเป็นจำนวนมาก ผลจากการสัมมนานั้น ได้ข้อสรุปและเสนอแนะดังนี้

1. จำนวนทันตแพทย์เมื่อเทียบกับจำนวนประชากรมีน้อยอย่างยิ่ง และการกระจายตัวของทันตแพทย์ไม่เหมาะสมเป็นอย่างมาก จึงเห็นสมควรให้คณะทันตแพทยศาสตร์ทุกสถาบัน ในขณะนั้นเพิ่มจำนวนการผลิตทันตแพทย์ให้มากขึ้น ในขณะเดียวกันให้หามาตรการที่เหมาะสมเพื่อให้มีการกระจายทันตแพทย์ลงสู่ชุมชนระดับจังหวัด และอำเภอทั่วประเทศ และควรผลิตทันตบุคลากรประเภทอื่นๆ เพิ่มขึ้นด้วย
2. ควรปรับปรุงหลักสูตรทันตแพทยศาสตร์ ให้บัณฑิตที่จบออกมามีความรู้ความสามารถและทัศนคติเหมาะสมที่จะออกไปทำงานในชุมชนระดับอำเภอ ไม่ใช่เมืองใหญ่ ๆ อย่างกรุงเทพฯ หรือเชียงใหม่

3. ควรมีการประสานงานโดยใกล้ชิดระหว่างผู้ผลิต คือคณะทันตแพทยศาสตร์ของสถาบันต่าง ๆ และทบวงมหาวิทยาลัย กับผู้ใช้ทันตแพทย์ คือกระทรวงสาธารณสุข เพื่อร่วมกันวางแผนการผลิตทันตแพทย์และการแก้ปัญหาทันตสาธารณสุข

ผลที่ตามมาจากสัมมนาในครั้งนั้น คือ การที่อัตราส่วนของทันตแพทย์ต่อจำนวนประชากรและการกระจายของทันตแพทย์ที่ดีในปัจจุบัน การเกิดคณะกรรมการประสานงานระหว่างกระทรวงสาธารณสุข และทบวงมหาวิทยาลัย การที่ทันตแพทย์จบใหม่ต้องทำงานรับราชการเป็นเวลา 3 ปี และที่สำคัญที่สุด การจัดตั้งคณะทันตแพทยศาสตร์ขึ้นที่มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

ปี พ.ศ. 2523 ขณะนั้นมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ได้จัดตั้งคณะแพทยศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ และคณะเภสัชศาสตร์ ที่วิทยาเขตหาดใหญ่แล้ว ดังนั้นทางมหาวิทยาลัยฯ จึงกำหนดแผนการจัดตั้งคณะทันตแพทยศาสตร์ขึ้นที่วิทยาเขตหาดใหญ่ในแผนพัฒนาฯ ระยะที่ 5 (พ.ศ. 2525 – 2529) และระหว่างรอจัดตั้งตอนต่างๆ ของการเสนอและอนุมัติแผนฯ นั้น มหาวิทยาลัยฯ ได้เริ่มดำเนินการจัดตั้งคณะทันตแพทยศาสตร์ขึ้นในทันที โดยทำนอชื่การบดี รองศาสตราจารย์นายแพทย์ทองจันทร์ หงส์ดารมภ์ ได้ขอความช่วยเหลือจากจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในการขอยืมตัวรองศาสตราจารย์ทันตแพทย์ชिरะ ศุภิลวรรณ อาจารย์จากภาควิชาศัลยศาสตร์ คณะทันตแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มาช่วยราชการดำรงตำแหน่งผู้อำนวยการโครงการจัดตั้งคณะทันตแพทยศาสตร์ โดยมีผู้ช่วยผู้อำนวยการ 2 ท่าน คือ อาจารย์ทันตแพทย์ณรงค์ สุขสุวรรธ และอาจารย์ทันตแพทย์ประมุข จิตต์จำนงค์ การดำเนินการระยะแรกของคณะทันตแพทยศาสตร์นั้น ได้รับความเอื้อเฟื้อจากคณะแพทยศาสตร์ ให้ใช้บริเวณชั้น 6 อาคารบริหารคณะแพทยศาสตร์เป็นสำนักงานชั่วคราว หลังจากนั้น ได้มีการจัดทำแผนการจัดตั้งคณะและหลักสูตรทันตแพทยศาสตรบัณฑิต เสนอต่อสภามหาวิทยาลัยในปี 2523 ได้รับอนุมัติโครงการฯ จากสภามหาวิทยาลัยฯ ในเดือนพฤศจิกายน 2524 และจากทบวงมหาวิทยาลัยในเดือนธันวาคมปีเดียวกัน จากนั้นในวันที่ 27 มีนาคม 2525 สภามหาวิทยาลัยฯ อนุมัติให้ดำเนินการจัดตั้งคณะทันตแพทยศาสตร์ และรับรองหลักสูตรทันตแพทยศาสตรบัณฑิต

วิสัยทัศน์ (Vision) พันธกิจ (Mission) และ เป้าประสงค์ (Goals) ของคณะทันตแพทยศาสตร์

วิสัยทัศน์ (Vision) คือ “เป็นสถาบันชั้นนำเลิศทางวิชาการ และการบริการทางทันตแพทยศาสตร์ที่มีมาตรฐานในระดับสากล”

พันธกิจ (Mission) คือ “ผลิตบุคลากร ผลงานวิชาการ งานวิจัย นวัตกรรม และการบริการทางทันตแพทยศาสตร์ที่มีคุณภาพระดับสากลด้วยความภาคภูมิใจ ภายใต้การทำงานเป็นทีม เพื่อสุขภาพที่ดีของประชาชน”

เป้าประสงค์ (Goals) ประกอบด้วย

1. ผลิตทันตแพทย์ที่มีความรู้ความสามารถที่ได้มาตรฐานระดับสากล มีคุณธรรม จริยธรรม มีจิตสำนึกในวิชาชีพ ใฝ่หาความรู้ตลอดชีวิต และตอบสนองต่อความต้องการของประเทศ
2. หลักสูตรหลังปริญญาของคณะทันตแพทยศาสตร์ เป็นที่นิยมของผู้เรียนทั้งในและต่างประเทศ
3. ผลิตผลงานวิจัย และนวัตกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต และได้รับการยอมรับ

ในระดับนานาชาติ

4. เป็นศูนย์กลางการให้บริการรักษาทางทันตกรรมที่ครบวงจรที่ได้การรับรองมาตรฐาน
5. เป็นแหล่งให้ความรู้และบริการวิชาการทางทันตแพทยศาสตร์ที่ตอบสนองต่อความต้องการของสังคม
6. เป็นศูนย์กลางการศึกษาต่อเนื่องและฝึกอบรมสำหรับทันตบุคลากร
7. สนับสนุนความร่วมมือกับสถาบันต่างประเทศในด้านวิชาการ วิจัย และบัณฑิตศึกษา
8. ส่งเสริม สนับสนุนให้นักศึกษาและบุคลากรในคณะ มีคุณธรรม ความเป็นไทย มีทักษะชีวิต จิตสำนึกสาธารณะ และมีความสามารถทำงานในพหุวัฒนธรรมได้
9. เป็นองค์กรแห่งการเรียนรู้ โดยมีระบบบริหารจัดการที่ยึดหลักธรรมาภิบาล ภายใต้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

1.2 การเรียนการสอน คณะทันตแพทยศาสตร์

คณะทันตแพทยศาสตร์ มีการเรียนการสอนใน 6 ภาควิชา ประกอบด้วย

1. ภาควิชาชีววิทยาช่องปากและระบบการบดเคี้ยว

ภาควิชาชีววิทยาช่องปากและระบบการบดเคี้ยว รับผิดชอบการเรียนการสอนในเรื่องชีววิทยาช่องปาก ตั้งแต่เรื่องกำเนิดและพัฒนาการของฟันและอวัยวะที่เกี่ยวข้องภายในกระดูขากรรไกร โครงสร้าง หน้าที่ความสัมพันธ์กับการเกิดโรคในช่องปาก และความเกี่ยวข้องกับการรักษาในคลินิกของฟันและอวัยวะที่เกี่ยวข้องทั้งหมด โดยละเอียด ในส่วนของระบบการบดเคี้ยวจะเน้นเกี่ยวกับรูปร่าง ลักษณะ และการทำงานของฟันแต่ละซี่ รวมถึงอวัยวะอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กับการบดเคี้ยวและการสบฟัน นอกจากนี้ ภาควิชาฯ ยังรับผิดชอบการเรียนการสอนในเรื่องของชีวสถิติ และกระบวนการวิจัยทางทันตแพทยศาสตร์ เพื่อเพิ่มพูนความรู้ความเข้าใจ ตลอดจนสามารถนำสถิติและการวิจัยมาประยุกต์ใช้ในวิชาชีพทันตแพทย์ต่อไป

2. ภาควิชาทันตกรรมประดิษฐ์

จัดการเรียนการสอน เพื่อให้นักศึกษาเรียนรู้วิธีการตรวจ บันทึกประวัติ ลักษณะกายวิภาคในช่องปาก เทคนิคการพิมพ์ปาก และการสบฟันที่ผิดปกติ เพื่อวางแผนการรักษาที่เหมาะสม กับการใส่ฟันปลอมชนิดต่าง ๆ โดยฝึกปฏิบัติงานในห้องปฏิบัติการ และคลินิกในการออกแบบ ซ่อม เตรียมฟัน และใส่ฟันปลอมทั้งแบบถอดได้บางส่วน และฟันปลอมทั้งปาก นอกจากนี้ยังสอน เพื่อให้นักศึกษาได้เรียนรู้คุณสมบัติ ข้อดี ข้อเสีย ตลอดจนการใช้วัสดุทางทันตกรรมแต่ละชนิดอีกด้วย

3. ภาควิชาทันตกรรมป้องกัน

ประกอบด้วย 3 สาขาวิชา ได้แก่ สาขาวิชาทันตกรรมจัดฟัน สาขาวิชาทันตกรรมสำหรับเด็ก และสาขาวิชาทันตกรรมชุมชน ปัจจุบันรับผิดชอบการเรียนการสอน การบริการผู้ป่วย การบริการวิชาและ สังคม และการวิจัย โดยรับผิดชอบการเรียนการสอนหลักสูตรทันตแพทยศาสตรบัณฑิต และหลักสูตรหลังปริญญาที่ภาควิชาฯ รับผิดชอบ การเรียนการสอน ได้แก่ หลักสูตรฝึกอบรมทันตแพทย์เฉพาะทางระดับวุฒิบัตร สาขาทันตกรรมจัด

ฟัน และหลักสูตร วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพช่องปาก (ทันตกรรมจัดฟัน ทันตกรรมสำหรับเด็ก และทันตสาธารณสุข)

4. ภาควิชาทันตกรรมประดิษฐ์

รับผิดชอบการจัดการเรียนการสอน การวิจัย และการให้บริการด้านการบูรณะฟันที่ยังมีชีวิต ไม่มีชีวิต และฟันที่สูญเสียไป รวมทั้งดูแลเนื้อเยื่อปริทันต์ให้อยู่ในสภาพที่ใกล้เคียงธรรมชาติมากที่สุดและสามารถทำงานได้ตามปกติ นักศึกษาจะลงปฏิบัติงานในห้องปฏิบัติการและลงปฏิบัติงานในคลินิก เพื่อให้การรักษาผู้ป่วยโดยการอุดฟัน รักษาคลองรากฟัน การใส่ฟันชนิดติดแน่น และการรักษาโรคเหงือกโดยวิธีต่างๆ ทั้งระดับก่อนปริญญาและหลังปริญญา

5. ภาควิชาศัลยศาสตร์

ภาควิชาศัลยศาสตร์ เปิดการเรียนการสอน โดยรับผิดชอบหลักสูตรในระดับปริญญาตรี, ประกาศนียบัตรบัณฑิต และวิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต ซึ่งรับผิดชอบสอนนักศึกษาทันตแพทย์ระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 3- 6 เป็นวิชาที่เกี่ยวข้องกับการรักษาทางศัลยกรรมช่องปาก โดยแบ่งการเรียนการสอนออกได้

ภาคทฤษฎี สอนนทพ.ปี 3 -6 โดยแบ่งออกเป็นรายวิชา และ ภาคการศึกษา ต่างๆ

ภาคปฏิบัติ โดยให้นักศึกษาปฏิบัติจริงในคลินิกศัลยศาสตร์ และฝึกงานในโรงพยาบาลอื่น ๆ นอกเหนือจากโรงพยาบาลทันตกรรม เพื่อศึกษาเกี่ยวกับวิธีการปฏิบัติงานในโรงพยาบาลเพื่อศึกษาเกี่ยวกับวิธีการปฏิบัติงานในระบบโรงพยาบาลและการดูแลผู้ป่วยในโรงพยาบาล

6. ภาควิชาโอบุรุษวิทยา

รับผิดชอบ งานการเรียนการสอน การบริการและการวิจัยเกี่ยวกับโรคชนิดต่างๆ ที่พบในช่องปาก และอวัยวะข้างเคียง โดยเน้นด้านการตรวจพิเคราะห์โรค การให้การวินิจฉัยโรค ตลอดจนการวางแผนการรักษา และการให้การรักษาทางยา การเรียนการสอน สำหรับนักศึกษาทันตแพทย์นั้นมี ทั้งภาคบรรยายและ ภาคปฏิบัติ ในภาคปฏิบัติการ ประกอบด้วย การฝึกปฏิบัติงานในคลินิก ตรวจพิเคราะห์โรค และคลินิกรังสีวิทยา ในโรงพยาบาลทันตกรรม และการฝึกปฏิบัติ ในห้องปฏิบัติการพยาธิวิทยาช่องปาก พยาธิวิทยาคลินิก และจุลชีววิทยาช่องปาก พร้อมทั้งเปิดบริการ การตรวจทางพยาธิวิทยาช่องปาก พยาธิวิทยาคลินิก และจุลชีววิทยาช่องปาก แก่หน่วยงาน และ โรงพยาบาลต่าง ๆ

หลักสูตรที่เปิดสอนของ คณะทันตแพทยศาสตร์

ชื่อหลักสูตร

ภาษาไทย	หลักสูตรทันตแพทยศาสตรบัณฑิต
ภาษาอังกฤษ	Doctor of Dental Surgery Program

ชื่อปริญญา

ภาษาไทย	ชื่อเต็ม	ทันตแพทยศาสตรบัณฑิต
	ชื่อย่อ	ท.บ.

ภาษาอังกฤษ	ชื่อเต็ม	Doctor of Dental Surgery
	ชื่อย่อ	D.D.S.

ปรัชญาของหลักสูตร

เพื่อผลิตบัณฑิตทันตแพทย์ที่มีความรู้ ทักษะคิด และทักษะการปฏิบัติงานวิชาชีพทันตแพทย์ทั่วไปที่ได้มาตรฐาน โดยยึดหลักคุณธรรม จริยธรรมและจรรยาบรรณวิชาชีพ รวมทั้งมีความสามารถคิด แก้ปัญหาเป็น และมีความใฝ่รู้ บัณฑิตควรมีความรับผิดชอบต่อเศรษฐกิจ การเมือง สังคมและวัฒนธรรม สามารถดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างเหมาะสมและมีความสุข

วัตถุประสงค์ของหลักสูตร

คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ได้กำหนดวัตถุประสงค์ของหลักสูตรเพื่อผลิตบัณฑิตทันตแพทย์ที่มีคุณลักษณะ ดังนี้

1. ทักษะหลัก (Foundation skill)
 - 1.1 มีทักษะในกระบวนการคิด สามารถคิด วิเคราะห์และสังเคราะห์อย่างเป็นระบบมีเหตุผล (Thinking skill) รวมทั้งมีความคิดสร้างสรรค์ (Creative thinking skill)
 - 1.2 มีทักษะในการสื่อสาร (Communication skill)
 - 1.3 มีทักษะในการอ่าน เขียน ฟัง พูดและการใช้ภาษาอังกฤษตามความจำเป็นของวิชาชีพ
 - 1.4 มีความสามารถในการค้นคว้า และประมวลข้อมูลข่าวสาร วิทยาการจากแหล่งสารสนเทศต่าง ๆ (Information literacy)
 - 1.5 มีทักษะในการใช้คอมพิวเตอร์ (Computer competence)
 - 1.6 มีทักษะในการบริหารจัดการทรัพยากร เวลาและบุคคลในหน้าที่การงานและดำรงชีวิต (Management skills)
 - 1.7 มีศิลปะในการดำรงชีวิตอย่างมีความสุข
2. ความสามารถทางวิชาชีพ คุณสมบัติบัณฑิตตามสาขาวิชาทันตแพทยศาสตร์
 - 2.1 มีความรู้ทางวิทยาศาสตร์สุขภาพในสาขาที่สัมพันธ์กับวิชาชีพเพียงพอสำหรับการศึกษาค้นคว้า วิจัย และสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการแก้ไขปัญหาสุขภาพช่องปากของประชาชนได้
 - 2.2 มีความรู้ ความสามารถในการตรวจ วินิจฉัย การวางแผนการรักษา บำบัด รักษาโรคในช่องปากและอวัยวะที่เกี่ยวข้องได้อย่างเหมาะสม โดยนำพฤติกรรมศาสตร์มาประยุกต์ใช้ ทั้งนี้โดยคำนึงถึงหลักสุขภาพองค์รวม (Holistic approach)
 - 2.3 ตระหนักถึงปัญหาสาธารณสุขของชาติและเป็นส่วนหนึ่งของทีมสุขภาพในการทำงานเพื่อแก้ไขปัญหาได้อย่างเหมาะสม
 - 2.4 มีคุณธรรมและจริยธรรม รวมทั้งตระหนักถึงขีดจำกัดความสามารถของตนเองในการ ดำรงวิชาชีพทันตแพทย์
 - 2.5 สนใจใฝ่รู้และติดตามวิทยาการใหม่ ๆ ทางวิชาชีพอย่างสม่ำเสมอ

3. ความสามารถทางสังคม

- 3.1 รู้จักบทบาทและปฏิบัติตนทั้งในการเป็นผู้นำและผู้ตามได้อย่างเหมาะสม
- 3.2 มีความรับผิดชอบ มีวินัยและปฏิบัติตามกติกาสังคม
- 3.3 มีคุณธรรม และพร้อมที่จะเปิดเผยเพื่อรับการตรวจสอบจากสังคมได้
- 3.4 มีความเข้าใจและแสดงบทบาทของตนในสังคมและวัฒนธรรม สภาวะเศรษฐกิจ การเมืองได้อย่างเหมาะสม

1.3 นักศึกษาทันตแพทย์

นักศึกษาหมายถึงผู้ใฝ่รู้ ผู้ใฝ่เรียน ผู้เพียรพยายามหาความรู้ และเมื่อรู้แล้วก็มีความสุข ดังนั้นจึงขอให้ นักศึกษาของสงขลานครินทร์ทุกคนจงครองตนตามความหมายนี้ตลอดไป “สงขลานครินทร์” มุ่งจะสร้างสมดุล ของการเรียนรู้ใน 2 ส่วนให้กับนักศึกษา ส่วนหนึ่งคือการให้ปัญญาทางโลก หรือการเรียนรู้ในวิชาชีพในสาขาที่ ศึกษาเพื่อนำไปประกอบวิชาชีพให้มีคุณภาพ และส่วนที่สองคือการสร้างปัญญาทางธรรม หรือการให้ความรู้ใน เรื่องของความรู้สึกที่ดีและความห่วงใยในเพื่อนมนุษย์ ทรัพยากรธรรมชาติ และสิ่งแวดล้อม เพื่อคงสิ่งเหล่านี้ไว้ ให้คนรุ่นหลัง มหาวิทยาลัยได้มีการปรับทั้งกิจกรรมและหลักสูตรการเรียนการสอน เพื่อให้ นักศึกษารู้จักการอยู่ ร่วมกันกับเพื่อนมนุษย์ มีความเอื้อเฟื้อ รู้จักให้อภัย มีจิตสำนึกสาธารณะบนพื้นฐานของความพอเพียง (รอง ศาสตราจารย์ ดร.บุญสม ศิริบำรุงสุข, 2551)

นักศึกษาทันตแพทย์ เป็นผู้ที่ศึกษาวิชาการทางทันตกรรม ทั้งภาคทฤษฎี และภาคปฏิบัติ เป็นระยะเวลา 6 ปี

ปีแรก เรียนวิชาพื้นฐานวิทยาศาสตร์และสังคมต่างๆ ไป หลายวิชาที่เรียนกับนักศึกษาคณะอื่นๆ เช่น วิชา วิทยาศาสตร์ชีวภาพ เคมีอินทรีย์ ฟิสิกส์ มนุษย์กับการรู้จักตนเอง วิชาชีพทันตแพทย์ขั้นแนะนำ มหกายวิภาค ศาสตร์ทั่วไป จุลกายวิภาคศาสตร์ ภาษาอังกฤษ ฯลฯ ใน

ปีที่สอง วิชาที่เรียนก็จะเกี่ยวข้องกับพื้นฐานวิทยาศาสตร์ทางการแพทย์และทันตแพทย์มากขึ้น เช่น วิชากายวิภาคศาสตร์และสรีรวิทยาช่องปาก ทันตวัสดุ การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก รังสีวิทยาช่องปาก ทันตกรรมบดเคี้ยว พยาธิวิทยา จุลชีววิทยา เภสัชวิทยา ชีวเคมี ฯลฯ

ปีที่สาม เริ่มวิชาบรรยายและวิชาปฏิบัติการทางทันตกรรมพื้นฐานมากขึ้น เช่น ทันตกรรมหัตถการ ฟัน ปลอมทั้งปาก การสบฟัน โรคในช่องปาก ฟันปลอมบางส่วน ศัลยศาสตร์ช่องปาก ทันตกรรมป้องกัน ฯลฯ

ปีที่สี่ เริ่มขึ้นคลินิกรักษาผู้ป่วยที่มีปัญหาทันตกรรมเบื้องต้น โดยเป็นหน่วยกิตคลินิกประมาณ 1 ใน 3 ของหน่วยกิตทั้งหมด และมีการฝึกปฏิบัติงานภาคสนามทางทันตกรรมชุมชนด้วย

ปีที่ห้า เรียนในคลินิกมากขึ้น นับเป็นสัดส่วนประมาณ ครึ่งหนึ่งของหน่วยกิตทั้งหมด นอกจากนั้นก็ เป็นการฝึกปฏิบัติงานในภาคสนามในงานทันตกรรมโรงเรียน และการทำโครงการวิจัยทางทันตกรรม

ปีสุดท้าย นักศึกษาจะใช้เวลาส่วนใหญ่อยู่ในคลินิก โดยจะฝึกปฏิบัติการดูแลผู้ป่วยอย่างองค์รวมคล้าย ในคลินิกจริงๆ ผู้ป่วยก็จะมีปัญหาทันตกรรมที่ซับซ้อนขึ้น ส่วนในภาคปลายก็จะมีการหมุนเวียนไปฝึกงานใน โรงพยาบาลและชุมชนจริง

และเมื่อนักศึกษาสำเร็จการศึกษาเป็นทันตแพทย์ วึ่งมีข้อปฏิบัติตามจรรยาบรรณของทันตแพทย์ ใน บังคับทันตแพทยสภา ว่าด้วยจรรยาบรรณแห่งวิชาชีพทันตกรรม พ.ศ. 2538 ดังต่อไปนี้

ข้อ.1 ในข้อบังคับนี้ "จรรยาบรรณแห่งวิชาชีพทันตกรรม" หมายความว่า ข้อบังคับความประพฤติ สำหรับผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม เพื่อรักษาไว้ซึ่งศักดิ์ศรี และส่งเสริมชื่อเสียงเกียรติคุณ เกียรติฐานะ ของผู้ ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ซึ่งเป็นสมาชิกของทันตแพทยสภา "เกียรติศักดิ์แห่งวิชาชีพทันตกรรม" หมายความว่า มาตรฐานความประพฤติที่วัดจากการพิจารณาความเสื่อมเสีย ที่จะเกิดขึ้นแก่ส่วนรวมของวิชาชีพทันตกรรม เป็นหลัก ทั้งนี้ถือว่าผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม เป็นผู้ที่มีเกียรติ จะต้องประพฤติให้สมกับความไว้วางใจจาก ประชาชน และต้องรักษาชื่อเสียงแห่งวิชาชีพ "ผู้ป่วย" หมายความว่า ผู้รับบริการในวิชาชีพทันตกรรม " การ โฆษณา" หมายความว่า การเผยแพร่ การประกาศ อาจจะเป็นโดยหนังสือ วาจา การป่าวร้อง การป่าวประกาศ แก่ ประชาชน หรือสาธารณชนทางสื่อต่างๆ เช่น หนังสือพิมพ์ วารสาร นิตยสาร วิทยุ โทรทัศน์ เป็นต้น

ข้อ. 2 ผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ต้องไม่ประพฤติหรือกระทำการใดๆ อันอาจเป็นเหตุเสื่อมเสียเกียรติ ศักดิ์แห่งวิชาชีพทันตกรรม

ข้อ. 3 ผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ต้องดำรงตนในสังคม โดยธรรม เคารพและปฏิบัติตามบรรดาบท กฎหมายของประเทศ

ข้อ. 4 ผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรมต้องพัฒนาตนเองให้มีคุณธรรม จรรยาบรรณ ทั้งเพิ่มพูนความรู้ ความสามารถ และทักษะในการประกอบวิชาชีพทันตกรรม เพื่อให้การประกอบวิชาชีพทันตกรรมมี ประสิทธิภาพ และประสิทธิผลยิ่งขึ้น

ข้อ.5 ผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรมต้องประกอบวิชาชีพทันตกรรมโดยไม่คำนึงถึงฐานะ เชื้อชาติ ศัญชาติ ศาสนา สังคม หรือลัทธิการเมือง

ข้อ.6 ผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ต้องปฏิบัติต่อผู้ป่วยโดยสุภาพ มีน้ำใจ มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีและ ปราศจากการบังคับขู่เข็ญ

ข้อ.7 ผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ต้องรักษามาตรฐานของการประกอบวิชาชีพทันตกรรมในระดับที่ดี ที่สุดแก่ผู้ป่วย โดยไม่เรียกร้องสินจ้างรางวัลพิเศษนอกเหนือจากค่าบริการที่ควรได้รับตามปกติ

ข้อ.8 ผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ต้องประกอบวิชาชีพทันตกรรมโดยคำนึงถึงความปลอดภัย และ ความสิ้นเปลืองของผู้ป่วย

ข้อ.9 ผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ต้อง ไม่สนับสนุนใช้วิชาชีพทันตกรรมโดยผิดกฎหมาย

ข้อ.10 ผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรมต้องไม่ใช้ หรือช่วยเหลือผู้มีได้ขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาต เป็นผู้ ประกอบวิชาชีพทันตกรรมให้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม รวมทั้งต้องดูแลมิให้มีการประกอบวิชาชีพทันตกรรม ของผู้ที่มีได้ขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ในสถานพยาบาลที่ตนรับผิดชอบ

ข้อ.11 ผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรมไม่ใช้ สั่งใช้ หรือสนับสนุนการใช้ วิธีการตรวจ วินิจฉัย การบำบัด หรือป้องกันในวิชาชีพทันตกรรม รวมทั้งวัสดุ อุปกรณ์ต่างๆ ทางทันตกรรม อันไม่เปิดเผยส่วนประกอบหรือไม่ มีหลักฐานทางวิชาการที่เชื่อถือได้รองรับ

ข้อ.12 ผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรมต้องไม่หลอกลวงผู้ป่วย ให้หลงเข้าใจผิดในการประกอบวิชาชีพทันตกรรม เพื่อผลประโยชน์ของตน

ข้อ.13 ผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ต้องไม่จู่ใจหรือชักชวนผู้ป่วย ให้มารับบริการทางวิชาชีพ ทันตกรรมเพื่อผลประโยชน์ของตน

ข้อ.14 ผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ต้องไม่ให้หรือรับผลประโยชน์เป็นค่าตอบแทน เนื่องจากการรับหรือส่งผู้ป่วยเพื่อรับบริการทางวิชาชีพทันตกรรม

ข้อ.15 ผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ต้องไม่ปฏิเสธการช่วยเหลือผู้ที่อยู่ในระยะอันตราย ในวิชาชีพทันตกรรม เมื่อได้รับการร้องขอ และตนอยู่ในฐานะที่จะช่วยได้

ข้อ.16 ผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรมต้องระมัดระวังตามวิสัยที่พึงมี มิให้การประกอบวิชาชีพทันตกรรมใดๆ ของตน เป็นไปในลักษณะอนาจารต่อผู้ป่วย

ข้อ.17 ผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ต้องไม่ออกใบรับรองอันเป็นเท็จโดยตั้งใจ หรือให้ความเห็นโดยไม่สุจริตในเรื่องใดๆ อันเกี่ยวกับวิชาชีพของตน

ข้อ.18 ผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ต้องไม่เปิดเผยความลับของผู้ป่วย ซึ่งตนทราบมาเนื่องจากการประกอบวิชาชีพ เว้นแต่ด้วยความยินยอมของผู้ป่วย หรือต้องปฏิบัติตามกฎหมาย หรือตามหน้าที่

ข้อ.19 ผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ต้องไม่จงใจที่จะหน่วงเหนี่ยว หรือทำให้เกิดความล่าช้าในการบริการทางวิชาชีพทันตกรรมแก่ผู้ป่วย เพื่อผลประโยชน์ของตน

ข้อ.20 ผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ต้องอธิบายให้ผู้ป่วยเข้าใจถึงสาระสำคัญของ การให้บริการทางวิชาชีพทันตกรรม เพื่อใช้ประกอบในการตัดสินใจในการบำบัดรักษาของผู้ป่วย และต้องแจ้งค่าบริการให้ผู้ป่วยทราบ เป็นรายการว่าแต่ละรายการเป็นจำนวนเงินเท่าใด รวมทั้งสิ้นเท่าใด เมื่อได้รับการร้องขอ

ข้อ.21 ผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ต้องคำนึงถึงประโยชน์ในการให้บริการ ทางวิชาชีพทันตกรรมแก่ผู้ป่วยเป็นสำคัญ โดยยึดถือระบบส่งต่อผู้ป่วย ไปยังผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรมอื่น ที่จะให้บริการทางวิชาชีพทันตกรรมที่ดีกว่าและปลอดภัยกว่า

ข้อ.22 ผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรมต้องไม่โฆษณา ใช้จ่าย หรือยินยอมให้ผู้อื่น โฆษณาการประกอบวิชาชีพทันตกรรม ความรู้ความชำนาญในการประกอบวิชาชีพทันตกรรมของตน

ข้อ.23 ผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรมไม่โฆษณา ใช้จ่าย หรือให้ผู้อื่น โฆษณาการประกอบวิชาชีพ ทันตกรรม ความรู้ความชำนาญในการประกอบวิชาชีพทันตกรรมของผู้อื่น

ข้อ.24 การ โฆษณาตามข้อ 22 และข้อ 23 ผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรมอาจกระทำได้ในกรณีและเงื่อนไขต่อไปนี้

- (1) การแสดงผลงานในวารสารทางวิชาการหรือในการประชุมทางวิชาการ
- (2) การแสดงผลงานในหน้าที่ หรือในการบำเพ็ญประโยชน์สาธารณะ
- (3) การแสดงผลงานหรือความก้าวหน้าทางวิชาการเพื่อการศึกษาของมวลชน
- (4) การประกาศเกียรติเป็นทางการ โดยสถาบันวิชาการ สมาคม หรือมูลนิธิ คนหรือส่วนบุคคลหรือต่อสถานที่ทำการประกอบวิชาชีพส่วนตนหรือส่วนบุคคล

ข้อ.25 ผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรมอาจแสดงข้อความเกี่ยวกับการประกอบวิชาชีพทันตกรรมของตน ที่สำนักงานได้เพียงข้อความเฉพาะเรื่องต่อไปนี้คือ

- (1) ชื่อ นามสกุล และอาจมีคำประกอบชื่อได้เพียงคำว่า ทันตแพทย์ หรือทันตแพทย์หญิง อภิไธย ตำแหน่งทางวิชาการ ฐานันดรศักดิ์ ยศ และบรรดาศักดิ์ เท่านั้น
- (2) ชื่อปริญญา ประกาศนียบัตร วุฒิบัตรหรืออนุปริญญาบัตร หรือคุณวุฒಿಯ่างอื่น ซึ่งตนได้รับมาโดยวิธีการถูกต้องตามกฎหมายของทันตแพทย์สภาหรือสถาบันอื่นๆ ที่ทันตแพทย์สภารับรอง
- (3) สาขาของวิชาชีพทันตกรรม
- (4) เวลาทำการ

ข้อ.26 ผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม อาจแจ้งความการประกอบวิชาชีพทันตกรรมของตน ได้เฉพาะการ แสดงที่อยู่ ที่ตั้งสำนักงาน หมายเลขโทรศัพท์ และหรือข้อความ ตามข้อ 25 เท่านั้น

ข้อ.27 ผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรมผู้ทำการเผยแพร่ ให้ข้อมูลทางวิชาการ หรือตอบปัญหาทางวิชาชีพ ทันตกรรมทางสื่อมวลชน ถ้ามีการแสดงว่าตนเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม จะต้องไม่แจ้งสถานที่ทำการ ประกอบวิชาชีพส่วนตนหรือส่วนบุคคล เป็นไปในทำนองโฆษณา และต้องไม่มีการแจ้งความตามข้อ 26 ในที่ เดียวกันหรือขณะเดียวกันนั้นด้วย

ข้อ.28 ผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรมต้องระมัดระวังตามวิสัยที่พึงมี มิให้การประกอบวิชาชีพทันต กรรม ของตนแพร่ออกไปในสื่อมวลชน เป็นไปในทำนองโฆษณา คุณวุฒิ ความรู้ความสามารถของตนหรือของผู้อื่น

ข้อ.29 ผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรมต้องไม่โฆษณา ใช้ จ้าง หรือยินยอมให้ผู้อื่นเอาตน หรือชื่อของตน ไป โฆษณาผลิตภัณฑ์ทางทันตกรรมต่อประชาชนทางสื่อต่างๆ

ข้อ.30 ผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรมต้องไม่ให้การรับรองผลิตภัณฑ์ทางทันตกรรม อันไม่เปิดเผย ส่วนประกอบ หรือไม่มีหลักฐานทางวิชาการที่เชื่อถือได้รองรับ

ข้อ.31 ผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรมพึงยกย่องให้เกียรติ และเคารพในศักดิ์ศรีซึ่งกันและกัน

ข้อ.32 ผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรมต้องไม่ทับถม ใ้ร้าย หรือกลั่นแกล้งกัน และต้องไม่ประนามหรือดู หมิ่นกันทั้งต่อหน้าและลับหลัง หรือต่อหน้าผู้ป่วย เกี่ยวกับการประกอบวิชาชีพทันตกรรม ของผู้ประกอบ วิชาชีพทันตกรรมอื่น

ข้อ.33 ผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรมต้องไม่ชักจูงผู้ป่วยของผู้อื่นมาเป็นของตน

ข้อ.34 ผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ต้องไม่เอาผลงานของผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรมอื่นมาเป็นของ ตน

ข้อ.35 ผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรมต้องไม่เอาเอกสาร หลักฐาน และอุปกรณ์อื่น ๆ ที่ใช้ในการประกอบ วิชาชีพทันตกรรมของผู้อื่นมาเป็นของตน

ข้อ.36 ผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรมพึงยกย่องให้เกียรติและเคารพในศักดิ์ศรีของผู้ร่วมงาน

ข้อ.37 ผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรมต้องไม่ทับถม ใ้ร้าย หรือกลั่นแกล้งผู้ร่วมงาน

ข้อ.38 ผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรมพึงส่งเสริมและสนับสนุนการประกอบวิชาชีพของผู้ร่วมงาน

ข้อ.39 ผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรมผู้ทำการทดลองในมนุษย์ ต้องได้รับความยินยอมจากผู้ถูกทดลอง และต้องพร้อมที่จะป้องกันผู้ถูกทดลองจากอันตรายที่อาจเกิดขึ้นจากการทดลองนั้น

ข้อ.40 ผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรมต้องปฏิบัติต่อผู้ถูกทดลอง เช่นเดียวกับการปฏิบัติต่อผู้ป่วย ในการประกอบวิชาชีพทันตกรรมตามหมวด 2 โดยอนุโลม

ข้อ.41 ผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรมต้องรับผิดชอบต่ออันตรายหรือผลเสียหาย เนื่องจากการทดลองที่บังเกิดต่อผู้ถูกทดลอง อันมิใช่ความผิดของผู้ถูกทดลองเอง

ส่วนที่ 2 การสอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรมของนักศึกษา

ทันตแพทย์

2.1 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

จุดมุ่งหมายสำคัญของการศึกษา คือการพัฒนาบุคคล โดยการคำนึงถึงการจัดและส่งเสริมให้บุคคลได้พัฒนาศักยภาพ ใช้ความสามารถของ ตนเองให้เป็นประโยชน์อย่างเต็มที่ แต่ในสภาพความเป็นจริง การปฏิบัติ ยัง มิได้ผลตรงตามเป้าหมายที่ต้องการ ยังมีความสูญเปล่าในแง่ที่ผู้เรียนไม่สามารถพัฒนาตนเอง ได้เต็มที่เท่าที่ควร ประเด็นปัญหาที่ได้รับความสนใจอย่างกว้างขวางเมื่อกล่าวถึงความล้มเหลวในการเรียน คือการที่ผู้เรียนมีผล สัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำกว่าระดับความสามารถที่แท้จริงของตนเอง (ไม่ปรากฏนาม, 2551)

สุรัตน์ อังกูรวีโรจน์ (2532) (อ้างใน ทศนัวรรณ ปานศิริอาษา, 2547) กล่าวว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนจะสูงหรือต่ำ ไม่ได้ขึ้นอยู่กับองค์ประกอบทางด้านสติปัญญาเพียงอย่างเดียวยังมีองค์ประกอบอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องดังต่อไปนี้

1. ความรับผิดชอบ จะเกิดขึ้นด้วยการที่บุคคลสำนึกถึงภาระหน้าที่ว่าตนนั้นจะรับผิดชอบต่อสังคม ต่อครอบครัว ต่อภาระหน้าที่ที่ตนเป็นอยู่ เป็นคุณลักษณะที่พึงปรารถนาในสังคม ทั้งนี้เพราะว่า การที่บุคคลมีความรับผิดชอบย่อมจะช่วยให้การทำงานให้ประสบความสำเร็จ ก่อให้เกิดความก้าวหน้าในการทำงานต่าง ๆ เป็นผลเมืองที่มีคุณภาพและประสิทธิภาพเป้าหมายของการศึกษาต้องการให้นักเรียนมีการพัฒนาค่านิยมทางศีลธรรมและจิตใจ เพื่อให้ให้นักเรียนมีความรับผิดชอบ ซึ่งส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

2. ความวิตกกังวลเกิดจากความขัดแย้งระหว่างความต้องการทางสัญชาตญาณกับความต้องการทางสังคม ความวิตกกังวลมีหลายระดับถ้ามีเพียงเล็กน้อยจะช่วยให้มีแรงจูงใจที่จะก่อให้เกิดการเรียนรู้เพิ่มขึ้นถ้ามีมากเกินไปก็จะขัดความสามารถในการเรียนรู้เพราะความวิตกกังวลทำให้เกิดความเหนื่อยล้าและขัดขวางต่อปฏิกริยาของร่างกาย

3. อึดมโนทัศน์ พัฒนามาจากการที่บุคคลมีปะทะสัมพันธ์กับกลุ่มคนในสังคมที่ใกล้ชิดกับบุคคลนั้น เมื่อเกิดขึ้นแล้วจะค่อย ๆ พัฒนาต่อไปจนมีความคงตัวขึ้นเรื่อย ๆ แต่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ตามประสบการณ์ เนื่องจากบุคคลมีประสบการณ์ใหม่ ๆ เกิดขึ้นตลอดเวลา อึดมโนทัศน์จึงมีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

4. สภาพของระบบ โรงเรียน นักเรียนจะต้องอยู่ร่วมกันกับเพื่อนในโรงเรียน มีการทำงานหรือร่วมกิจกรรมเป็นหมู่คณะ โดยเฉพาะการศึกษาในระดับมัธยมศึกษา ซึ่งนักเรียนอยู่ในวัยรุ่น สถานภาพทางสังคมมีดีของนักเรียนจึงมีส่วนสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

5. นิสัยและทัศนคติทางการเรียน มีอิทธิพลโดยตรงกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หากนักเรียนมีความรู้สึกที่ดีต่อครู วิธีการสอนของครู โรงเรียนและกระบวนการเรียนการสอนยอมรับวัตถุประสงค์และคุณค่าของการศึกษาแล้วย่อมก่อให้เกิดแรงจูงใจ คำลึงใจอันที่จะมีความขยัน เอาใจใส่ มานะพยายามตั้งใจเรียนให้เกิดประสิทธิภาพ แต่หากว่านักเรียนมีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการเรียน แล้วย่อมเป็นเหตุให้ผู้เรียนเกิดความท้อแท้เบื่อหน่ายหมดกำลังใจเรียนซึ่งทำให้ผลการเรียนตกต่ำด้วย

6. แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ เป็นองค์ประกอบที่ผลักดันให้บุคคลต้องการความสำเร็จสูงขึ้น เป็นการกระตุ้นให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้อย่างเสริมการเรียนรู้ให้ก้าวหน้าขึ้นแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์เกี่ยวข้องกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมาก

7. ความสนใจ เป็นการแสดงออกซึ่งความรู้สึกชอบพอ เป็นแรงผลักดันให้บุคคลกระทำกิจกรรมใดๆ เพื่อความสำเร็จในการเรียน นอกจากนั้นความสนใจยังแสดงถึงความโน้มเอียงในการที่บุคคลจะเลือกหรือทำสิ่งใดที่ตนชอบมากกว่าสิ่งอื่น ๆ ความสนใจของบุคคลย่อมแตกต่างกันไปในชนิดและปริมาณและอาจเป็นตัวกำหนดทิศทางของความพยายามนักเรียนที่มีความสนใจในการเรียนย่อมมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดีตามไปด้วย

8. องค์ประกอบเกี่ยวกับทางบ้าน มีความสัมพันธ์หรืออิทธิพลต่อชีวิตของเด็กตั้งแต่เล็กจนโตเด็กจะเป็นคนที่สมบูรณ์เพียงใด มีบุคลิกภาพอย่างไรจะสามารถดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขเพียงไรมีอิทธิพลมาจากทางบ้านทั้งสิ้น ความสัมพันธ์ของสมาชิกภายในครอบครัวฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมของครอบครัวความเอาใจใส่ของผู้ปกครอง ตลอดจนสภาพแวดล้อมทางบ้านในด้านที่อยู่อาศัยเป็นสิ่งที่เกี่ยวข้องกับนักเรียนและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนทั้งสิ้น

9. กระบวนการเรียนการสอนเป็นเรื่องเกี่ยวข้องกับองค์ประกอบหลายองค์ประกอบ ได้แก่ อาจารย์ ผู้สอน ผู้เรียน โปรแกรมการเรียนการสอนตลอดสิ่งแวดล้อมที่เกี่ยวข้องกับการเรียนการสอน องค์ประกอบเหล่านี้จะต้องมีความสัมพันธ์กันเป็นอย่างดี จึงจะทำให้การเรียนการสอนเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ โดยเฉพาะตัวผู้เรียนเองเป็นองค์ประกอบที่สำคัญอย่างยิ่ง เพราะการเรียนการสอนไม่ว่าระดับใดก็ตามจะดำเนินไปได้ด้วยดีและมีประสิทธิภาพก็ต่อเมื่อครู อาจารย์ได้รู้จักและเข้าใจธรรมชาติของผู้เรียนเป็นอย่างดี

ในสภาพการจัดการ ศึกษาที่เป็นอยู่ในปัจจุบันยังคงถือว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเป็นเครื่องบ่งชี้ความสำเร็จหรือความล้มเหลวในการเรียน จึงมีนักการศึกษาและนักจิตวิทยาจำนวนมาก ได้ทำการศึกษารองคประกอบที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เพื่อจะได้นำผลที่ได้ไปช่วยเหลือปรับปรุงและป้องกันปัญหาและทำให้นักเรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงสุด ตามความสามารถ ทั้งนี้ จากการศึกษา พบว่าผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน มีองค์ประกอบ 2 ประการ คือ

1. องค์ประกอบทางด้านสติปัญญา
2. องค์ประกอบที่มีได้เกี่ยวข้องกับสติปัญญา

เป็นที่ยอมรับกันโดยทั่วไปอย่างกว้างขวางว่า องค์ประกอบทั้ง 2 ประการข้างต้น มีบทบาทสำคัญพอ ๆ กัน ต่อการทำให้เด็กนักเรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงหรือต่ำ ดังที่ ฮาร์วิกเกอร์ส ได้สรุปกล่าวของเทอร์แทน ซึ่ง ได้กล่าวถึง ความสำคัญขององค์ประกอบที่มีได้เกี่ยวข้องกับสติปัญญาว่า ความสำเร็จทางการเรียนของแต่ละบุคคล

ที่มีระดับสติปัญญาเท่ากันส่วนใหญ่ เนื่องจากองค์ประกอบที่มีใช้สติปัญญาและจากการศึกษาของแมดดอกซ์ (Maddox) พบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนนั้น ขึ้นอยู่กับองค์ประกอบต่าง ๆ ดังนี้

1. สติปัญญา ประมาณร้อยละ 60
2. ความพยายามและวิธีการเรียน ประมาณร้อยละ 30
3. สภาพแวดล้อมอื่น ๆ ประมาณร้อยละ 10

องค์ประกอบทางด้านสติปัญญา (Intelligence) หรือความสามารถทางสมองนั้น นักจิตวิทยาจำนวนมาก เห็นว่าเป็นสิ่งที่อาจสามารถถ่ายทอด กันได้ทางกรรมพันธุ์ ดังนั้นในทางปฏิบัติทางการศึกษาจึงไม่อาจเข้าไปแก้ไขในส่วนนี้ได้มากนัก แต่ประเด็นที่นักการศึกษาและครูผู้สอนโดยทั่วไป สามารถเข้าไปมีบทบาทได้มาก คือ การพัฒนาองค์ประกอบรอบด้านอื่น ๆ ที่จะส่งเสริมพัฒนาการทางสติปัญญาและปัจจัยหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนไม่น้อยไปกว่าองค์ประกอบทางด้านสติปัญญา คือองค์ประกอบ ที่มีได้เกี่ยวข้องกับสติปัญญานั้นเอง ในบรรดาองค์ประกอบที่มีได้เกี่ยวข้องกับสติปัญญานั้น ศาสตราจารย์ เพรสคอต (Prescott) ผู้อำนวยการคันทันควัวเรื่องเด็กแห่งมหาวิทยาลัยแมริแลนด์ ประเทศสหรัฐอเมริกา ได้ทำการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับเรื่องนี้เป็นเวลา กว่า 30 ปี ได้สรุปถึงองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยเฉพาะในด้านที่มีได้เกี่ยวข้องกับสติปัญญา ไว้ดังนี้

1. องค์ประกอบทางด้านร่างกาย (Physical Factors) ได้แก่ อัตรา การเจริญเติบโต สุขภาพร่างกาย ข้อบกพร่องทางร่างกาย และลักษณะทางร่างกาย เป็นต้น
2. องค์ประกอบทางด้านความรัก (Love Factors) ได้แก่ ความสัมพันธ์ของ บิดา มารดา ความสัมพันธ์ของบิดากับลูก ความสัมพันธ์ระหว่างลูก ๆ และความ สัมพันธ์ระหว่างสมาชิกภายในครอบครัว เป็นต้น
3. องค์ประกอบทางด้านวัฒนธรรมและสังคมประกิต (Cultural and Socialization Factors) ได้แก่ ขนบธรรมเนียมประเพณี ความเป็นอยู่ของครอบครัว สภาพแวดล้อมทางบ้าน การอบรมเลี้ยงดู และฐานะทางเศรษฐกิจทางบ้าน เป็นต้น
4. องค์ประกอบทางความสัมพันธ์ในหมู่เดียวกัน (Peer Group Factors) ได้แก่ ความสัมพันธ์ของนักเรียนกับเพื่อนวัยเดียวกัน ทั้งที่บ้าน และทางโรงเรียน เป็นต้น
5. องค์ประกอบทางการพัฒนาแห่งตน (Self Development Factors) ได้แก่ สติปัญญา ความสนใจ ทักษะคตินักเรียนต่อการเรียน เป็นต้น
6. องค์ประกอบทางการปรับตัว (Self-Adjustment Factors) ได้แก่ ปัญหาการปรับตัว การแสดงออกทางอารมณ์ เป็นต้น

จะเห็นได้ว่า องค์ประกอบทางด้านที่มีได้เกี่ยวข้องกับสติปัญญาที่มีอิทธิพลต่อการทำให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน สูงหรือต่ำได้นั้น มีอยู่หลายประการทั้งที่อยู่ภายในตัวนักเรียนเอง และที่เกิดจากสภาพแวดล้อมรอบตัวนักเรียน ซึ่งองค์ประกอบเหล่านี้ บางองค์ประกอบจะเป็นที่ส่งเสริมการเรียนรู้อย่าง องค์ประกอบก็อาจจะเป็นอุปสรรคต่อการเรียนรู้

ดังนั้น ในการจัดการเรียนการสอนของครูในแต่ละครั้ง จึงต้องคำนึงถึงปัจจัยเหล่านี้ ทั้งนี้เพราะผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนนั้นไม่ได้ขึ้นอยู่กับสติ ปัญญาเพียงอย่างเดียว แต่ขึ้นอยู่กับปัจจัยอื่น ๆ อีกด้วย

ในการจัดการเรียนการสอนให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุดควรคำนึงถึงสิ่งต่อไปนี้

1. ในการเรียนการสอนควรคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล
2. ในการจัดการเรียนการสอนควรคำนึงถึงปัจจัยอื่นๆ ที่นอกเหนือจากสติปัญญาที่อาจเข้ามาเกี่ยวข้องและมีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ของนักเรียนแต่ละคน
3. ครูควรมีส่วนในการแก้ไขปัญหาส่วนตัวที่อาจมีผลกระทบต่อการเรียนของนักเรียน
4. ครูควรเรียนรู้นักเรียนแต่ละคน และรู้จักปัญหาของนักเรียนแต่ละคนอย่างถ่องแท้
5. ควรจัดสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนที่จะส่งเสริมการเรียน โดยให้นักเรียนได้มีโอกาสพัฒนาศักยภาพของตนเองให้เกิดประโยชน์มากที่สุด
6. ป้องกันปัญหาต่าง ๆ ที่อาจเกิดขึ้นและส่งผลกระทบต่อเรียนของนักเรียนแต่ละคน

ซึ่งหากครูผู้สอนได้คำนึงถึงปัจจัยเหล่านี้ มีวิธีป้องกันและส่งเสริม ดังที่ได้เสนอแนะไว้ก็เชื่อได้

ว่าจะเป็นหนทางหนึ่งที่จะช่วยให้นักเรียนมี ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนสูงขึ้นได้เช่นกัน สรุปได้ว่าผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนจะสูงหรือต่ำนั้นจะมีองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องอยู่ 2 ประการ คือองค์ประกอบทางสติปัญญา และ องค์ประกอบที่มีได้เกี่ยวข้องกับสติปัญญา ซึ่งครูผู้สอนจะต้องทำความเข้าใจ รู้จักที่จะส่งเสริมและขจัดปัจจัยที่จะเป็นอุปสรรคต่อการเรียนของนักเรียนแต่ละคน เพื่อนักเรียนจะได้มีโอกาสพัฒนาศักยภาพตนเองอย่างเต็มที่ต่อไป

2.2 ระบบการประกันคุณภาพการศึกษาระดับอุดมศึกษาของทบวงมหาวิทยาลัย

คณะรัฐมนตรีให้ความเห็นชอบตามที่ทบวงมหาวิทยาลัยเสนอ ระบบและกลไกการประกันคุณภาพการศึกษาระดับอุดมศึกษา ทั้งการประกันคุณภาพภายในและการประกันคุณภาพภายนอกที่สถาบันอุดมศึกษา ทั้งของรัฐและเอกชน ได้ดำเนินการอยู่ จนกว่าสำนักงานรับรองมาตรฐานและประเมินคุณภาพการศึกษาจะจัดตั้งเสร็จและออกระเบียบประกาศข้อกำหนด หรือข้อบังคับเกี่ยวกับการประกันคุณภาพภายนอกเสร็จเรียบร้อยแล้ว

ทบวงมหาวิทยาลัยได้จัดทำเอกสารประกันคุณภาพการศึกษาระดับอุดมศึกษาขึ้น เพื่อส่งเสริมให้สถาบันอุดมศึกษามีการพัฒนากระบวนการประกันคุณภาพการศึกษาภายในสถาบัน ซึ่งมีสาระสำคัญโดยสรุป คือการสร้างระบบและกลไกเพื่อการควบคุมคุณภาพการศึกษา โดยสถาบันอุดมศึกษามีอิสระและเสรีภาพที่จะเลือกใช้ระบบคุณภาพที่เหมาะสมกับสภาพของแต่ละสถาบัน ทั้งนี้ อาจเลือกใช้องค์ประกอบของคุณภาพและดัชนีบ่งชี้คุณภาพที่ทบวงมหาวิทยาลัยร่วมกับสถาบันอุดมศึกษา ได้พัฒนาขึ้นเป็นแนวทางในการ ควบคุมคุณภาพซึ่ง ประกอบด้วย 9 องค์ประกอบ ดังนี้

1. ปรัชญา ปณิธาน วัตถุประสงค์และแผนดำเนินงาน
2. การเรียนการสอน
3. กิจกรรมการพัฒนานิสิตนักศึกษา
4. การวิจัย
5. การบริการทางวิชาการแก่สังคม
6. การทำนุบำรุงศิลป วัฒนธรรม

7. การบริหารและจัดการ

1.8 การเงินและงบประมาณ

9. ระบบและกลไกการประกันคุณภาพ

ตามมติที่ประชุมคณะกรรมการทันตแพทยสภา ในคราวประชุมครั้งที่ 10/2548 กำหนดให้บัณฑิตทันตแพทย์ทุกมหาวิทยาลัยที่จะสำเร็จการศึกษาในปี พ.ศ.2554 ต้องสอบขึ้นทะเบียนเป็นผู้ประกอบการวิชาชีพทันตกรรม โดยกำหนดแนวทางการจัดสอบตามเนื้อหาหลักสูตร 2 ระยะ คือ

ระยะที่ 1 สอบกลุ่มวิชาวิทยาศาสตร์การแพทย์พื้นฐาน เพื่อวัดความรู้ความสามารถก่อนปฏิบัติในคลินิก

ระยะที่ 2 สอบในกลุ่มวิชาชีพและจริยธรรม เพื่อวัดความรู้ความสามารถในการประกอบวิชาชีพทันตกรรมโดยตระหนักในจริยธรรม

รวมโดยตระหนักในจริยธรรม

ส่วนที่ 3 ความเครียด

ความเครียด หมายถึง ปฏิกริยาของร่างกายและจิตใจ ที่มีต่อสิ่งที่มากระตุ้น ซึ่งคำว่าปฏิกริยา ก็ไม่ได้จำเพาะเจาะจงว่าส่วนใดส่วนหนึ่ง อาจจะเป็นการตอบสนองของร่างกายบางส่วน เช่น ปวดหัว หัวใจเต้นแรง เหงื่อออก หรือเป็นความรู้สึกกระวนกระวาย และสิ่งที่มากระตุ้นหรือสิ่งเร้าที่จะทำให้เกิดความเครียดก็แตกต่างกันไปในแต่ละคน (นพ.มล.สมชาย จักรพันธุ์, 2551)

ความเครียด เป็นเรื่องของร่างกายและจิตใจ ที่เกิดการตื่นตัว เตรียมรับกับเหตุการณ์ใดเหตุการณ์หนึ่ง ซึ่งเราคิดว่าไม่น่าพอใจ เป็นเรื่องที่หนักหนาสาหัสเกินกำลังทรัพยากรที่เรามีอยู่ หรือเกินความสามารถของเราที่จะแก้ไขได้ ทำให้รู้สึกหนักใจ เป็นทุกข์ และพลอยทำให้เกิดอาการผิดปกติทางร่างกายและพฤติกรรมตามไปด้วย ความเครียดนั้นเป็นเรื่องที่มีกันทุกคน จะมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับสภาพปัญหา การคิด และการประเมินสถานการณ์ของแต่ละคน ถ้าเราคิดว่าปัญหาที่เกิดขึ้นไม่ร้ายแรง เราก็จะรู้สึกเครียดน้อยหรือแม้เราจะรู้สึกว่าปัญหานั้นร้ายแรง แต่เราพอจะรับมือไหว เราก็จะไม่เครียดมาก แต่ถ้าเรามองว่าปัญหานั้นใหญ่ แก้ไม่ไหว และไม่มีใครช่วยเราได้ เราก็จะเครียดมาก ความเครียดในระดับพอดี จะช่วยกระตุ้นให้เราเริ่มพลัง มีความกระตือรือร้น ในการต่อสู้ชีวิต ช่วยผลักดันให้เราเอาชนะปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ได้ดีขึ้นแต่เมื่อใดที่ความเครียดมากเกินไปจนเรควบคุมไม่ได้ เมื่อนั้นที่เราจะต้องมาผ่อนคลายความเครียดกัน

ความเครียดเกิดจากอะไร (กรมสุขภาพจิต, 2543)

ความเครียดเป็นภาวะที่บุคคลรู้สึกกดดัน ไม่สบายใจ กลัว วิตกกังวล และถูกบีบคั้น ซึ่งเกิดจากการที่บุคคลรับรู้หรือประเมินว่าสิ่งที่เข้ามาโดยประสบการณ์ของตนว่าเป็นสิ่งที่คุกคามจิตใจ หรือก่อให้เกิดอันตรายแก่ร่างกาย อันเป็นผลให้สมดุลของร่างกายและจิตใจเสีย เมื่อบุคคลเกิดความเครียดโดยทั่วไปจะมีการตอบสนองด้วย การสู้ (Fight) หรือหนี ซึ่งเป็นกลไกการปรับตัวให้พ้นจากความเครียด มีปัจจัยหลายอย่างที่มีสัมพันธ์กับความเครียด จึงจำเป็นต้องมีการจัดการความเครียดที่เหมาะสม และลักษณะของงานมีผลต่อการเกิดความเครียด โดยเฉพาะอย่างยิ่งบุคลากรที่ทำงานทางด้านสุขภาพ (สมภพ เรื่องตระกูล 2547 อ้างใน ชัยวัชร อภิวัตน์ศิริ และคณะ, 2550)

ลาซารัส (Lazarus อ่างใน อารี นู้ยบ้านดำน และคณะ, 2548) ได้กล่าวถึงความเครียดว่าเป็นความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อม โดยบุคคลเกิดการรับรู้และประเมินค่าสิ่งแวดล้อมที่เขามากระทบตนเองว่าไม่สามารถรับมือได้ หรือ ประเมินว่าสิ่งแวดล้อมนั้นเขามาคุกคามหรือเป็นอันตรายต่อตนเอง

การประเมินค่าทางปัญญา (Cognitive Appraisal) ตามแนวคิดของลาซารัสและโฟลคแมน (Lazarus&Folkman, อ่างใน อารี นู้ยบ้านดำน และคณะ, 2548) เชื่อว่าเป็นตัวกลางในการตัดสินใจหรือประเมินสถานการณ์ที่เขามากระทบชีวิต มีผลให้แต่ละบุคคลรับรู้ความเครียดแตกต่างกัน นั่นคือบุคคลจะรับรู้ว่าเป็นเครียดหรือไม่ นั้นขึ้นอยู่กับ การประเมินค่าทางปัญญาของแต่ละบุคคล การประเมินค่าทางปัญญาเป็นกระบวนการที่บุคคลใช้ความคิด ตัดสินสถานการณ์ที่เกิดขึ้นกับตนเองว่าสถานการณ์นั้นมีผลต่อตนเอง อย่างไร และส่งผลกระทบต่อสุขภาพของตนหรือไม่ การประเมินค่าทางปัญญาเป็นกระบวนการที่เปลี่ยนแปลงตลอดเวลาที่บุคคลยังมีการรับรู้ต่อสถานการณ์ต่าง ๆ ซึ่งแบ่งได้ 3 อย่าง คือ

1. การประเมินชนิดปฐมภูมิ (primary appraisal) เป็นการประเมินถึงความสำคัญและความรุนแรงของเหตุการณ์นั้นต่อสวัสดิภาพของตน ซึ่งแบ่งออกได้ 3 ลักษณะ ได้แก่

- 1.1 ไม่มีผลใดต่อตนเอง (irrelevant) บุคคลประเมินสถานการณ์แล้วรู้สึกว่าจะสิ่งที่เข้ามากระทบไม่มีผลต่อความผาสุกในชีวิต
- 1.2 เกิดผลในทางที่ดีต่อตน (benign-positive) บุคคลพิจารณาว่าสถานการณ์นั้นเกิดประโยชน์กับตน ทำให้เกิดความรู้สึกยินดี
- 1.3 เป็นภาวะเครียด (stress) การที่บุคคลประเมินว่าสถานการณ์ที่เข้ามากระทบนั้นตนเองต้องใช้แหล่งประโยชน์ที่มีอยู่อย่างเต็มที่หรือเต็มกำลังหรือรู้สึกว่าจะเกินกำลังของแหล่งประโยชน์ที่มีอยู่ และส่งผลกระทบต่อตนเองในลักษณะใดลักษณะหนึ่งดังนี้
 - 1.3.1 เป็นอันตรายหรือสูญเสีย (harm/loss) เป็นการประเมินว่าในสถานการณ์นั้นตนเกิดความเสียหาย หหมดโอกาส เกิดความสูญเสีย การประเมินเช่นนี้ทำให้เกิดความรู้สึกสูญเสียคุณค่าในตนเอง
 - 1.3.2 คุกคาม (threat) เป็นการประเมินหรือคาดการณ์ของบุคคลต่อสถานการณ์ที่กำลังจะเกิดในอนาคตว่าตนเองอาจได้รับอันตรายหรือสูญเสีย
 - 1.3.3 เป็นสิ่งท้าทาย (challenge) เป็นการประเมินว่าสถานการณ์ที่เกิดขึ้นอาจเป็นอันตรายแต่มองเห็นโอกาสที่จะสามารถควบคุมได้ ซึ่งต้องอาศัยแหล่งประโยชน์เพิ่มมากขึ้นกว่าปกติ

2. การประเมินทุติยภูมิ (secondary appraisal) คือการที่บุคคลใช้สติปัญญา ความรู้ ประสบการณ์ เพื่อประเมินแหล่งประโยชน์ ความพร้อม ศักยภาพของตน และทางเลือกของตนเพื่อจัดการกับความเครียด ที่เกิดขึ้น เช่น การคิดหาหนทางเพื่อให้งานสำเร็จ “หากวิธีการนี้ไม่สำเร็จ ฉันรู้จักอีกคนที่จะให้ความช่วยเหลือได้”

3. การประเมินตัดสินใหม่ (reappraisal) เป็นการประเมินโดยรับข้อมูลใหม่เพิ่มเติมเข้ามา รวบรวมประมวลกับวิธีการเผชิญความเครียดที่ใช้ไปแล้ว เพื่อนำมาประเมินสถานการณ์ซ้ำ เพื่อพิจารณาอันตรายที่ตนรับรู้มันว่ายังมีอยู่ ลดลง หรือถูกกำจัดไปแล้ว

ปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียด

ความเครียดเกิดจากสาเหตุสำคัญ 2 ประการคือ (กรมสุขภาพจิต, 2543)

1. สภาพปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิต เช่น ปัญหาการเงิน ปัญหาการงาน ปัญหาครอบครัว ปัญหาการเรียน ปัญหาสุขภาพ ปัญหามลพิษ ปัญหาโรคติด ปัญหาน้ำท่วม ปัญหาฝนแล้ง ปัญหาความขัดแย้งระหว่างบุคคล ฯลฯ ปัญหาเหล่านี้จะเป็นตัวกระตุ้นให้คนเราก่อเกิดความเครียดขึ้นมาได้

2. การคิดและการประเมินสถานการณ์ของบุคคล เราจะสังเกตได้ว่า คนที่มองโลกในแง่ดี มีอารมณ์ขัน ใจเย็น จะมีความเครียดน้อยกว่าคนที่มองโลกในแง่ร้าย เอาจริงเอาจังกับชีวิต และใจร้อน นอกจากนี้คนที่รู้สึกรู้ว่าตัวเองมีคนคอยให้การช่วยเหลือเมื่อมีปัญหาเช่น มีคู่สมรส มีพ่อแม่ ญาติพี่น้อง มีเพื่อนสนิทที่รักใคร่ และไว้วางใจกันได้ ก็จะมีมีความเครียดน้อยกว่าคนที่อยู่โดดเดี่ยวตามลำพัง

ความเครียดมักไม่ได้เกิดจากสาเหตุเพียงใดสาเหตุเดียว แต่มักจะเกิดจากทั้งสองสาเหตุประกอบกัน คือ มีปัญหาเป็นตัวกระตุ้น และมีการคิด การประเมินสถานการณ์ เป็นตัวบ่งบอกว่าจะเครียดมากน้อยแค่ไหนนั่นเอง

ความเครียดเกิดขึ้นได้จากสาเหตุหลายประการ ไรส์ (Rice, 2000 อ้างใน อารี นุ้ยบ้านดำน และคณะ, 2548) ได้กล่าวถึงสาเหตุของความเครียด ดังนี้

1. สาเหตุภายในบุคคล

1.1 สาเหตุทางร่างกาย

1.1.1 ความเมื่อยล้าทางร่างกาย

1.1.2 ร่างกายได้รับการพักผ่อนไม่เพียงพอ

1.1.3 รับประทานอาหารไม่เพียงพอ

1.1.4 ความเจ็บป่วยทางร่างกาย เช่น มีโรคประจำตัว

1.2 สาเหตุทางจิตใจ

1.2.1 อารมณ์ทางลบทุกชนิด เช่น ความกลัว ความโกรธ ความเศร้า เป็นต้น

1.2.2 ความซับซ้อนใจ เป็นภาวะของจิตใจที่เกิดขึ้นเมื่อความต้องการถูกขัดขวาง

1.2.3 บุคลิกของบุคคลบางประเภททำให้เกิดความเครียดได้

1) บุคลิกเป็นคนจริงจังกับชีวิต เป็นบุคคลที่มีมาตรฐานในการดำเนินชีวิตสูง ทุกอย่างต้องการความสมบูรณ์แบบ เป็นคนตรง เจ้าระเบียบ มีความสามารถในการทำงานเหนือกว่าผู้อื่น ชอบทำงานทุกอย่างด้วยตนเอง จึงทำให้เกิดความเครียดได้ง่าย

2) บุคลิกเป็นคนใจร้อน ก้าวร้าว ควบคุมอารมณ์ไม่อยู่ อารมณ์เปลี่ยนแปลงได้ง่าย

3) บุคลิกพึ่งพาผู้อื่น บุคคลประเภทนี้จะขาดความเชื่อมั่นในตนเอง มีความรู้สึกด้อยในตนเองไม่กล้าตัดสินใจและไม่กล้าทำอะไรด้วยตนเอง

2. สาเหตุภายนอกบุคคล หมายถึงปัจจัยต่าง ๆ นอกตัวบุคคลที่เป็นสาเหตุทำให้เกิด ความเครียดได้แก่

2.1 การสูญเสียสิ่งที่รัก

2.2 การเปลี่ยนแปลงในชีวิต ในระยะหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิตจะทำให้บุคคลมีจิตใจที่แปรปรวนทำให้เกิดความเครียดได้ เช่น เข้าโรงเรียนครั้งแรก ทำงานครั้งแรก การโยกย้ายที่อยู่ใหม่ เป็นต้น

2.3 ภัยอันตรายต่าง ๆ ที่คุกคามชีวิตและทรัพย์สิน ได้แก่ ภัยธรรมชาติ ไฟไหม้ เป็นต้น ภาวะดังกล่าวทำให้เกิดความกดดันทางจิตใจอย่างรุนแรง และเกิดความเครียดตามมา

2.4 การทำงานที่ก่อให้เกิดความเครียด เช่น ขาดความปลอดภัยในการทำงาน งานที่เสี่ยงต่ออันตราย การท้อแท้สิ้นหวังในการทำงาน เป็นต้น

ระดับความเครียด

สามารถแบ่งความเครียดออกได้เป็น 3 ระดับ คือ

1. ระดับเล็กน้อย (mild) ความเครียดในระดับนี้มีน้อยและจะหมดไปในระยะเวลาอันสั้น เป็นนาทีหรือชั่วโมง พบได้ในชีวิตประจำวันของทุกคน
2. ระดับปานกลาง (moderate) ความเครียดนี้รุนแรงกว่าประเภทแรก เป็นระยะที่ร่างกายต่อสู้กับความเครียดที่มี แสดงออกให้เห็น โดยมีการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยาของร่างกาย ความคิด อารมณ์ และพฤติกรรม
3. ระดับรุนแรง (severe) เป็นภาวะที่บุคคลมีความเครียดรุนแรงมาก ร่างกายและจิตใจ พ่ายแพ้ต่อความเครียด การช่วยเหลือตัวเองเพียงอย่างเดียวไม่เพียงพอ จำเป็นต้องมีผู้อื่นเข้ามาช่วยด้วย

ส่วนที่ 4 แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (Achievement Motive)

แนวคิดทางจิตวิทยาเกี่ยวกับแรงจูงใจ

การบอกลักษณะแรงกระตุ้นของบุคคลโดยอาศัยเพียงการสังเกตพฤติกรรมนั้นจะทำได้ยาก เพราะเหตุว่าแรงกระตุ้นอย่างเดียวกันอาจมีพฤติกรรมเป็นหลายแบบในทางตรงกันข้ามแรงกระตุ้นที่ต่างกันทำให้เกิดพฤติกรรมที่คล้ายคลึงกัน

แรงกระตุ้นอาจมองเห็นได้ (OVERT) หรืออาจถูกปิดบัง (COVERT) ไว้ การกระทำคนนั้นยากที่จะหาคำตอบที่แท้จริงได้ว่ามาจากสาเหตุใด แม้บุคคลนั้น ๆ เองอาจไม่ทราบเกี่ยวกับแรงจูงใจที่อยู่เบื้องหลังพฤติกรรมของคน แต่จากการค้นคว้าในห้องทดลองและการสังเกตจากการตรวจรักษา นักจิตวิทยาสามารถหาขอบเขตที่จะวิเคราะห์แรงกระตุ้นได้ขอบเขตที่ใช้ในการนี้ขึ้นอยู่กับความต้องการ (NEED) และแรงขับ (DRIVE)

ความต้องการ (NEED) มาจากการขาดสมดุลทั้งภายในร่างกายเองและสิ่งแวดล้อมภายนอกร่างกายและทำให้เกิดแรงขับ (DRIVE) ขึ้น ความต้องการของคนมีมากบ้างน้อยบ้างอยู่ตลอดเวลาและทุกคนล้วนมีความต้องการด้วยกัน

แรงขับ (DRIVE) เป็นสิ่งเร้าที่เกิดจากความต้องการคือ เมื่อเกิดความต้องการและจะทำให้เกิดความกระวนกระวายหาช่องทางที่จะบำบัดความต้องการให้หายไป ภาวะความกระวนกระวายและการหาช่องทางบำบัดความต้องการนี้เอง เรียกว่า แรงขับ (DRIVE)

รากฐานของการจูงใจ

โดยทั่วไปผลการปฏิบัติงานของบุคคลจะถูกกำหนดโดยแรงจูงใจ (ความปรารถนาที่จะทำงาน) ความสามารถ (ความสามารถที่จะทำงาน) สภาพแวดล้อมของงาน (เครื่องมือและข้อมูลที่ต้องใช้ทำงาน) ดังนั้นการจูงใจจะมีความสำคัญเพราะว่าการจูงใจจะกระทบต่อการปฏิบัติงาน ผลการปฏิบัติงานจะขึ้นอยู่กับปัจจัย 3 อย่าง

1. ความสามารถ
2. สภาพแวดล้อม
3. แรงจูงใจ

กระบวนการจูงใจ

1. การรับรู้ความต้องการ
2. การพิจารณาวิถีทางที่จะตอบสนองความต้องการ
3. การมีพฤติกรรมที่มุ่งไปสู่เป้าหมาย
4. การประเมินรางวัล

แนวคิดทฤษฎีในการจูงใจ

ทฤษฎีความต้องการของมาสโลว์ (Maslow's Hierarchy of Needs Theory)

อับราฮัม มาสโลว์ เป็นนักจิตวิทยาอยู่ที่มหาวิทยาลัยแบรนดิส์ ได้พัฒนาทฤษฎีการจูงใจที่รู้จักกันมากที่สุดทฤษฎีหนึ่งขึ้นมา มาสโลว์ระบุว่าบุคคลจะมีความต้องการที่เรียงลำดับจากระดับพื้นฐานมากที่สุดไปยังระดับสูงสุด ขอบข่ายของมาสโลว์จะอยู่บนพื้นฐานของสมมุติฐานรากฐานสามข้อ คือ

1. บุคคลคือ สิ่งมีชีวิตที่มีความต้องการ ความต้องการของบุคคลสามารถมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของพวกเขาเข้าได้ ความต้องการที่ยังไม่ถูกตอบสนองเท่านั้นสามารถมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมความต้องการที่ถูกตอบสนองแล้วจะไม่เป็นสิ่งจูงใจ

2. ความต้องการของบุคคลจะถูกเรียงลำดับตามความสำคัญ หรือเป็นลำดับชั้นจากความต้องการพื้นฐาน (เช่น อาหารและที่อยู่อาศัย) ไปจนถึงความต้องการที่ซับซ้อน (เช่น ความสำเร็จ)

3. บุคคลที่จะก้าวไปสู่ความต้องการระดับต่อไปเมื่อความต้องการระดับต่ำลงมาได้ถูกตอบสนองอย่างดีแล้วเท่านั้น นั่นคือ คนงานจะมุ่งการตอบสนองความต้องการสภาพแวดล้อมการทำงานที่ปลอดภัยก่อน ก่อนที่จะถูกจูงใจให้มุ่งไปสู่การตอบสนองความต้องการทางสังคม

1. ความต้องการทางร่างกาย (Physiological Needs) ความต้องการทางร่างกายจะอยู่ลำดับต่ำที่สุด ความต้องการพื้นฐานมากที่สุดที่ระบบโดยมาสโลว์ ความต้องการเหล่านี้จะหมายถึงแรงผลักดันทางชีววิทยาพื้นฐาน เช่น ความต้องการอาหาร อากาศ น้ำ และที่อยู่อาศัย เพื่อการตอบสนองความต้องการเหล่านี้ บริษัทจะต้องให้เงินเดือนอย่างเพียงพอแก่บุคคลที่พวกเขาจะรับภาระสภาพการดำรงชีวิตอยู่ได้ (เช่น อาหารและที่อยู่อาศัย) ในทำนองเดียวกันเวลาพักจะเป็นคุณลักษณะที่สำคัญอย่างหนึ่งของงานด้วยที่เปิดโอกาสให้บุคคลตอบสนองความต้องการทางร่างกายของพวกเขาได้ บริษัทมากขึ้นทุกทีกำลังมีโครงการออกกำลังกายนี้จะช่วยให้พนักงานมีสุขภาพดีด้วยการตอบสนองความต้องการทางร่างกายของพวกเขา บุคคลที่หิวจนเกินไปหรือเจ็บป่วยจนเกินไป ยากที่จะมีส่วนช่วยต่อบริษัทของพวกเขาได้อย่างเต็มที่ โดยทั่วไปความต้องการทางร่างกายจะถูกตอบสนองด้วยรายได้ที่เพียงพอและสภาพแวดล้อมของงานที่ดี เช่น ห้องน้ำสะอาด แสงสว่างที่เพียงพอ อุณหภูมิที่สบายและการระบายอากาศที่ดี

2. ความต้องการความปลอดภัย (Safety Needs) ความต้องการความปลอดภัยความต้องการลำดับที่สองของมาสโลว์ จะถูกกระตุ้นภายหลังจากที่ความต้องการทางร่างกายถูกตอบสนองแล้ว ความต้องการความปลอดภัยจะหมายถึงความต้องการสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัยปราศจากอันตรายทางร่างกายและจิตใจ บริษัทสามารถทำได้หลายสิ่งหลายอย่างเพื่อที่จะตอบสนองความต้องการความปลอดภัย ตัวอย่างเช่น บริษัทอาจจะให้การประกันชีวิตและสุขภาพ สภาพแวดล้อมการทำงานที่ปลอดภัย กฎและข้อบังคับที่ยุติธรรมและสมควรถ และ การยอมให้มีสภาพแรงงาน

3. ความต้องการทางสังคม (Social Needs) ความต้องการทางสังคมคือ ความต้องการระดับสามที่ระบุโดยมาสโลว์ ความต้องการทางสังคมจะหมายถึงความต้องการที่จะเกี่ยวพันการมีเพื่อนและการถูกยอมรับโดยบุคคลอื่น เพื่อการตอบสนองความต้องการทางสังคม บริษัทอาจจะกระตุ้นการมีส่วนร่วมภายในกิจกรรมทางสังคม เช่น งานเลี้ยงของสำนักงาน ทีมฟุตบอลหรือโบว์ลิ่งของบริษัทจะให้โอกาสของการตอบสนองความ

ต้องการทางสังคมด้วย การเป็นสมาชิกสโมสรของบริษัทจะให้โอกาสที่ดีแก่ผู้บริหารเพื่อ “การสร้างเครือข่าย” กับผู้บริหารคนอื่น ในขณะที่ตอบสนองความต้องการทางสังคมของพวกเขาได้ด้วย ก่อนหน้านี้เราได้กล่าวถึงโครงการสุขภาพจะช่วยตอบสนองความต้องการทางร่างกายได้ โครงการสุขภาพนี้สามารถช่วยตอบสนองความต้องการทางสังคมได้ด้วย ความจริงแล้วการทำงานหรือการเล่นกีฬาไปกับเพื่อนร่วมงานจะให้โอกาสที่ดีเยี่ยมต่อการมีเพื่อน การวิจัยแสดงให้เห็นว่าความต้องการทางสังคมจะถูกกระตุ้นภายใต้สภาวะที่ “ความไม่แน่นอนทางองค์กร” มีอยู่ เช่น เมื่อความเป็นไปได้ของการรวมบริษัทได้คุกคามความมั่นคงของงาน ภายใต้สภาวะเช่นนี้บุคคลจะแสวงหาความเป็นมิตรจากเพื่อนร่วมงาน เพื่อที่จะรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับสิ่งที่กำลังเป็นไปอยู่

4. ความต้องการเกียรติยศชื่อเสียง (Esteem Needs) ความต้องการเกียรติยศชื่อเสียงคือ ความต้องการระดับที่สี่ ความต้องการเหล่านี้หมายถึง ความต้องการของบุคคลที่จะสร้างการเคารพตนเองและการชมเชยจากบุคคลอื่น ความต้องการชื่อเสียงและการยกย่องจากบุคคลอื่นจะเป็นความต้องการประเภทนี้ ตัวอย่าง เช่น พวกเขาอาจจะได้รับเชิญงานเลี้ยงเพื่อที่จะยกย่องความสำเร็จที่ดีเด่น การพิมพ์เรื่องราวภายในจดหมายข่าวของบริษัท เพื่อที่จะพรรณนาความสำเร็จของบุคคล การให้กุญแจห้องน้ำแก่ผู้บริการ การให้ที่จอดรถยนต์ส่วนบุคคล และการประกาศ “บุคคลดีเด่น” ประจำเดือน ล้วนแต่เป็นตัวอย่างของสิ่งที่สามารถกระทำเพื่อการตอบสนองความต้องการเกียรติยศชื่อเสียง การให้รางวัลเป็นนาฬิกาและเพชรแก่การบริการที่ดีและรางวัลราคาถูก เช่น ที-เชิ้ต และเหยือกเบียร์จะมีประโยชน์ต่อการยกย่องด้วย

5. ความต้องการความสมหวังของชีวิต (Self-Actualization Needs) ความต้องการความสมหวังของชีวิตคือ ความต้องการระดับสูงสุด บุคคลมักจะต้องการ โอกาสที่จะคิดสร้างสรรค์ภายในงาน หรือพวกเขาอาจจะต้องการความเป็นอิสระและความรับผิดชอบ บริษัทได้พยายามจูงใจบุคคลเหล่านี้ด้วยการเสนอตำแหน่งที่ทำหายแก่พวกเขา

ความต้องการความสมหวังของชีวิตคือ ความต้องการที่จะบรรลุความสมหวังของตนเองด้วยการใช้ความสามารถ ทักษะ และศักยภาพอย่างเต็มที่ บุคคลที่ถูกจูงใจด้วยความต้องการความสมหวังของชีวิตจะแสวงหางานที่ทำหายความสามารถของพวกเขา การเปิดโอกาสให้พวกเขาใช้ความคิดสร้างสรรค์หรือการคิดค้นสิ่งใหม่

มาสโลว์เชื่อว่าความต้องการเหล่านี้จะถูกเรียงลำดับจาก “ต่ำสุด” ไปยัง “สูงสุด” มาสโลว์กล่าวว่า เมื่อต้องการ ณ ระดับ “ต่ำสุด” ร่างกายได้ถูกตอบสนองแล้ว ความต้องการ ณ ระดับ “สูงขึ้น” ต่อไป ความปลอดภัยจะมีความสำคัญมากที่สุดและต่อไปตามลำดับ

ตามทฤษฎีของมาสโลว์แล้ว บุคคลจะถูกจูงใจให้ตอบสนองความต้องการระดับต่ำก่อนที่พวกเขาจะพยายามตอบสนองความต้องการระดับสูง ยิ่งกว่านั้นเมื่อความต้องการอย่างหนึ่งถูกตอบสนองแล้วความต้องการนี้จะไม่เป็นสิ่งจูงใจที่มีพลังต่อไปอีก

ทฤษฎีของมาสโลว์จะถูกสร้างขึ้นมาจากพื้นฐานที่ว่าความต้องการที่ยังไม่ได้ถูกตอบสนองจะเป็นปัจจัยที่ปลุกเร้าพฤติกรรมของบุคคล เมื่อความต้องการได้ถูกตอบสนองตามสมควรแล้วความต้องการเหล่านี้จะหยุดเป็นสิ่งจูงใจพฤติกรรม

ในการนำทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของมาสโลว์ไปใช้ในหน่วยงาน ผู้บริหารต้องคำนึงถึงหลักของการสร้างแรงจูงใจ ความต้องการในระดับต่ำอาจได้รับการตอบสนองเพียงบางส่วนและในส่วนที่ได้รับการตอบสนองแล้วจะไม่เกิดแรงจูงใจของพฤติกรรมอีกต่อไป เช่น ในหน่วยงานที่จัดให้มีรายได้พอสมควรแล้วและสภาพแวดล้อมของงานดีแล้ว การปรับปรุงสิ่งเหล่านี้ให้ดีขึ้นจะไม่เพิ่มแรงจูงใจเลยเนื่องจากบุคคลส่วนใหญ่ได้รับการตอบสนองความต้องการในระดับนี้เป็นอย่างดีแล้ว

ทฤษฎี ERG (Alderfer's Existence Relatedness Growth Theory)

Alderfer ได้พัฒนาทฤษฎี ERG โดยยึดถือพื้นฐานความรู้จากทฤษฎีของ Maslow โดยตรง แต่มีการสร้างรูปแบบที่เป็นจุดเด่นที่ต่างไปจากทฤษฎีของ Maslow คือ Alderfer เห็นว่าความต้องการของมนุษย์ทั้ง 3 ประการ ได้แก่

1. ความต้องการในการดำรงชีวิต (Existence Needs: E)
2. ความต้องการทางด้านความสัมพันธ์ (Relatedness Needs: R)
3. ความต้องการด้านความเจริญเติบโตก้าวหน้า (Growth Needs: G)

ตามทฤษฎีความต้องการของ Maslow นั้น ความต้องการจะได้รับการตอบสนองเป็นขั้น ๆ และก้าวหน้าขึ้นไปเรื่อย ๆ กล่าวคือ เมื่อใดที่ความต้องการระดับต่ำได้รับการตอบสนองแล้ว ความต้องการที่อยู่ในระดับที่สูงขึ้นก็จะมีผลในการจูงใจ ซึ่งทฤษฎีความต้องการของ Alderfer ก็มีสภาพเหมือนกันแต่จะมีการเคลื่อนตัวถอยหลังถ้าความต้องการที่อยู่ต่ำกว่า และจากความจริงข้อนี้ทำให้ผู้บริหารสามารถทราบถึงสถาน การณ์ต่าง ๆ ที่ซึ่งเป็นอุปสรรคต่อความต้องการก้าวหน้า หรือความต้องการความสัมพันธ์ซึ่งในสถานการณ์เช่นนี้ Alderfer ชี้ให้ทราบว่าประเภทของความต้องการที่อยู่ต่ำลงไปจะมีความสำคัญในการจูงใจทันที ความต้องการที่จะได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่น และมีความรู้สึว่าตนเองนั้นเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มทางสังคมมีความต้องการเพื่อน เช่น การเข้าเป็นสมาชิกขององค์การหรือสมาคมต่าง ๆ

4. ความต้องการที่จะได้รับการยกย่องในสังคม (Esteem of status needs) เป็นความต้องการมีเกียรติยศ มีฐานะดีในสังคม ได้รับการยกย่องนับถือจากบุคคลทั่วไป

5. ความต้องการที่จะได้รับความสำเร็จดังที่คาดหวังไว้ (Self actualization or self realization needs) ความต้องการนี้นับเป็นความต้องการขั้นสูงสุดของมนุษย์ เป็นความต้องการให้บรรลุผลสำเร็จในสิ่งที่ใฝ่ฝันไว้

นอกจากนี้ยังมีทฤษฎีอีกทฤษฎีหนึ่งซึ่งขยายความทฤษฎีของมาสโลว์ ทฤษฎีนี้ได้แก่ ทฤษฎีแรงจูงใจทางสังคม ของเฮร์ซเบิร์ก ทฤษฎีนี้ได้ศึกษาถึงจิตวิทยาของบุคคลเกี่ยวกับสิ่งที่จะจูงใจให้บุคคลที่ประกอบอาชีพต่าง ๆ มักจะประกอบด้วยปัจจัยที่เรียกว่า ปัจจัยในการกระตุ้น (Motivation factors) 6 ประการ ได้แก่

1. ความสำเร็จของงาน
2. การได้รับการยอมรับ
3. ความก้าวหน้า
4. ลักษณะของงาน
5. โอกาสที่จะก้าวหน้า

6. ความรับผิดชอบ

ซึ่งเป็นสิ่งที่จะจูงใจให้ผู้ปฏิบัติงาน หรือปัจจัยในการกระตุ้นนี้จะจูงใจให้ผู้ปฏิบัติงานทำงานนั้นอย่างเต็มความสามารถเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่วางไว้

Herzberg ได้เสนอทฤษฎีองค์ประกอบคู่ของเฮอริชเบอร์ก (Herzberg's Two Factor Theory) ซึ่งสรุปว่ามีปัจจัยสำคัญ 2 ประการ ที่สัมพันธ์กับความชอบหรือไม่ชอบในงานของแต่ละบุคคล กล่าวคือ

1. ปัจจัยจูงใจ (Motivation Factor)
2. ปัจจัยค้ำจุน (Maintenance Factor)

ปัจจัยจูงใจ

เป็นปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับงานโดยตรงเพื่อจูงใจให้คนชอบและรักงานปฏิบัติ เป็นการกระตุ้นให้เกิดความพึงพอใจให้แก่บุคคลในองค์กร ให้ปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น เพราะปัจจัยที่สามารถสนองตอบความต้องการภายในบุคคลได้ด้วยกัน ได้แก่

1. ความสำเร็จในการทำงานของบุคคล หมายถึง การที่บุคคลสามารถทำงานได้เสร็จสิ้นและประสบความสำเร็จอย่างดี เป็นความสามารถในการแก้ไขปัญหาต่าง ๆ การรู้จักป้องกันปัญหาที่จะเกิดขึ้น เมื่อผลงานสำเร็จจึงเกิดความรู้สึกพึงพอใจและปลาบปลื้มในผลสำเร็จของงานนั้น ๆ

2. การได้รับการยอมรับนับถือ หมายถึง การได้รับการยอมรับนับถือไม่ว่าจากผู้บังคับบัญชา การยอมรับนี้อาจจะอยู่ในการยกย่องชมเชยแสดงความยินดี การให้กำลังใจหรือการแสดงออกอื่นใดที่สื่อให้เห็นถึงการยอมรับในความสามารถ เมื่อได้ทำงานอย่างหนึ่งอย่างใดบรรลุผลสำเร็จ การยอมรับนับถือจะแฝงอยู่กับความสำเร็จในงานด้วย

3. ลักษณะของงานที่ปฏิบัติ หมายถึง งานที่น่าสนใจ งานที่ต้องอาศัยความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ท้าทายให้ต้องลงมือทำ หรือเป็นงานที่มีลักษณะสามารถกระทำได้ด้วยแต่คนจนจบโดยลำพังแต่ผู้เดียว

4. ความรับผิดชอบ หมายถึง ความพึงพอใจที่เกิดขึ้นจากการได้รับมอบหมายให้รับผิดชอบงาน ใหม่ ๆ และมีอำนาจในการรับผิดชอบได้อย่างดี ไม่มีการตรวจหรือควบคุมอย่างใกล้ชิด

5. ความก้าวหน้า หมายถึง ได้รับการเลื่อนตำแหน่งสูงขึ้นของบุคคลในองค์กร การมีโอกาสได้ศึกษาเพื่อหาความรู้เพิ่มเติมหรือได้รับการฝึกอบรม

ปัจจัยค้ำจุน

หรืออาจเรียกว่า ปัจจัยสุขอนามัย หมายถึง ปัจจัยที่จะค้ำจุนให้แรงจูงใจในการทำงานของบุคคลมีอยู่ตลอดเวลา ถ้าไม่มีหรือมีในลักษณะไม่สอดคล้องกับบุคคลในองค์กร บุคคลในองค์กรจะเกิดความไม่ชอบงานขึ้น และปัจจัยที่มาจากภายนอกบุคคล ได้แก่

1. เงินเดือน หมายถึง เงินเดือนและการเลื่อนขั้นเงินเดือนในหน่วยงานนั้น ๆ เป็นที่พอใจของบุคลากรในการทำงาน

2. โอกาสที่จะได้รับความก้าวหน้าในอนาคต นอกจากจะหมายถึง การที่บุคคลได้รับการแต่งตั้งเลื่อนตำแหน่งภายในหน่วยงานแล้ว ยังหมายถึงสถานการณ์ที่บุคคลสามารถได้รับความก้าวหน้าในทักษะวิชาชีพด้วย
3. ความสัมพันธ์กับผู้บังคับบัญชา ผู้ใต้บังคับบัญชา เพื่อนร่วมงาน หมายถึง การติดต่อไปไม่ว่าเป็นกิริยาหรือวาทะที่แสดงถึงความสัมพันธ์อันดีต่อกัน สามารถทำงานร่วมกันมีความเข้าใจซึ่งกันและกันอย่างดี
4. สถานะของอาชีพ อาชีพหมายถึง อาชีพนั้นเป็นที่ยอมรับนับถือของสังคมที่มีเกียรติและศักดิ์ศรี
5. นโยบายและการบริหารงาน หมายถึง การจัดการและการบริหารองค์การ การติดต่อสื่อสารภายในองค์การ
6. สภาพการทำงาน หมายถึง สภาพทางกายภาพของงาน เช่น แสงเสียง อากาศ ชั่วโมงการทำงาน รวมทั้งลักษณะของสิ่งแวดล้อมอื่น ๆ เช่น อุปกรณ์หรือเครื่องมือต่าง ๆ อีกด้วย
7. ความเป็นอยู่ส่วนตัว หมายถึง ความรู้สึกที่ดีหรือไม่ดีอันเป็นผลที่ได้รับจากงานในหน้าที่ของเขาไม่มีความสุข และพอใจกับการทำงานในแห่งใหม่
8. ความมั่นคงในการทำงาน หมายถึง ความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อความมั่นคงในการทำงาน ความยั่งยืนของอาชีพ หรือความมั่นคงขององค์การ
9. วิธีการปกครองของผู้บังคับบัญชา หมายถึง ความสามารถของผู้บังคับบัญชาในการดำเนินงานหรือความยุติธรรมในการบริหาร

Hertzberg ได้อธิบายเพิ่มเติมอีกว่า องค์ประกอบทางด้านจูงใจจะต้องมีค่าเป็นบวกเท่านั้น จึงจะทำให้บุคคลมีความพึงพอใจในงานขึ้นมาได้ แต่ถ้าเป็นลบก็จะทำให้บุคคลไม่พึงพอใจในงานอย่างใด ส่วนองค์ประกอบทางด้านค่าจูงหรือสุขอนามัยถ้ามีค่าเป็นลบ บุคคลจะมีความรู้สึกไม่พึงพอใจในงานแต่อย่างใด เนื่องจากองค์ประกอบทางด้านปัจจัยค่าจูงหรือสุขอนามัยนี้มีหน้าที่ค่าจูง หรือบำรุงรักษาบุคคลให้มีความพึงพอใจในงานอยู่แล้ว สรุปได้ว่าทั้งสองปัจจัยต้องมีในเชิงบวกเท่านั้น จึงจะทำให้ความพึงพอใจในงานของบุคคลเพิ่มมากขึ้น

ทฤษฎีแรงจูงใจของแมคเคิลล์แลนซ์ ได้แบ่งแรงจูงใจตามความต้องการขั้นพื้นฐานของบุคคลเป็น 3 แบบ ดังนี้

1. ความต้องการอำนาจ (The need of power) บุคคลมีความต้องการมีอำนาจอย่างมาก อาศัยการใช้อำนาจสร้างอิทธิพลและควบคุมในการทำงาน กล่าวโดยทั่วไป แต่ละบุคคลแสวงหาความเป็นผู้นำ มีพลังเข้มแข็ง
2. ความต้องการความผูกพัน (The need of affiliation) บุคคลมีความต้องการมีความผูกพันเป็นอย่างมาก ตามปกติความผูกพันเกิดจากความรักทำให้บุคคลมีความสุข และมีความตั้งใจหลีกเลี่ยงการไม่ยอมรับของกลุ่มสังคมที่ทำให้เกิดความเจ็บปวด แต่ละบุคคลชอบที่จะรักษาสัมพันธ์ภาพที่ดีทางสังคม เพื่อทำให้เกิดความรู้สึกยินดี มีความคุ้นเคยกันเข้าใจกัน
3. ความต้องการความสำเร็จ (The need for achievement) บุคคลมีความต้องการมีความสำเร็จ มีความปรารถนาอย่างแรงกล้าที่จะได้รับความสำเร็จ มีความหวาดกลัวอย่างรุนแรงต่อการประสบความล้มเหลว

ต้องการการท้าทายในการทำงาน ชอบการทำงานที่มีการเลี้ยงภัย ใช้แนวทางการทำงานที่เคยใช้ได้ผลสำเร็จมาแล้ว

4. ทฤษฎีความต้องการของเมอร์เรย์ (โยธิน ศันสนบุตธ, 2530) ได้ตั้งสมมติฐานเกี่ยวกับความต้องการมากมายหลายชนิดซึ่งมีอิทธิพลต่อทฤษฎีแรงจูงใจ และทฤษฎีบุคลิกภาพที่ได้พัฒนาขึ้นในภายหลังอย่างมาก จำนวนของความต้องการเปลี่ยนไปตามขั้นที่เมอร์เรย์ ได้พัฒนาทฤษฎีของเขา แต่จะไม่ต่ำกว่า 20 ชนิดที่ได้ระบุไว้ เช่น

1. ความต้องการที่จะสัมฤทธิ์
2. ความต้องการการก้าวหน้า
3. ความต้องการการเป็นตัวตนของตัวเอง
4. ความต้องการความสัมพันธ์
5. ความต้องการการแสดงออก
6. ความต้องการการเข้าใจ

เกี่ยวกับทฤษฎีแรงจูงใจของเบลลา บุคคลจะกระทำกิจกรรมใดก็ตามย่อมเกี่ยวข้องกับการแลกเปลี่ยนเสมอ หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งก็คือบุคคลจะกระทำกิจกรรมใดก็ตาม ย่อมมีความคาดหวังในรางวัลหรือสิ่งตอบแทนเสมอ สารของทฤษฎีนี้ ได้แก่

1. รางวัล (Reward) หมายถึง เป้าหมายหรือเป้าประสงค์ที่บุคคลคาดว่าจะได้รับจากการกระทำในกิจกรรมนั้น ๆ
2. ทุน (Cost) หมายถึง ทางเลือกหรือประเภทของกิจกรรมที่บุคคลจะเลือกกระทำโดยอาศัยประสบการณ์เดิม อันจะทำให้บุคคลสามารถตัดสินใจเลือกกระทำกิจกรรมที่ตอบสนองความต้องการของตนได้
3. กำไร (Profit) หมายถึง ผลที่ได้รับเมื่อบุคคลได้กระทำในกิจกรรมนั้นแล้ว อาจหมายถึง การบรรลุตามจุดมุ่งหมายที่ได้ตั้งไว้ หรืออาจล้มเหลว ถ้าบุคคลบรรลุจุดมุ่งหมายจากการเข้าร่วมกิจกรรม บุคคลย่อมที่จะกระทำกิจกรรมนั้นต่อไป แต่ถ้าบุคคลไม่บรรลุจุดมุ่งหมายจากการกระทำกิจกรรม บุคคลนั้นย่อมไม่กระทำในกิจกรรมนั้น

ส่วนทฤษฎีแรงจูงใจของโฮแมนส์ มีความคล้ายคลึงกับทฤษฎีแรงจูงใจของเบลลามาก คือรางวัลหรือผลตอบแทนที่บุคคลจะได้รับมาจากที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น และทำกิจกรรมที่บุคคลได้กระทำล้วนแต่เป็นเรื่องของการแลกเปลี่ยนทั้งสิ้น ส่วนด้านความแตกต่างคือ โฮแมนส์ได้แบ่งทฤษฎีออกเป็นขั้นตอนที่ละเอียดกว่า ดังนี้

1. บุคคลมีความคาดหวังในผลกำไรจากการเข้าร่วมกิจกรรม
2. กระบวนการกิจกรรมจะก่อให้เกิดการแลกเปลี่ยน
3. บุคคลที่เสียเปรียบเมื่อเกิดการแลกเปลี่ยนจะหลีกเลี่ยงกิจกรรมการแลกเปลี่ยน
4. การมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของบุคคลที่ขาดทุน หรือไม่บรรลุในวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ในกิจกรรมนั้นจะลดน้อยลง

5. หากการกระทำกิจกรรมบรรลุเป้าหมาย บุคคลก็จะกระทำกิจกรรมนั้นต่อไป และจะกำหนดระเบียบกฎเกณฑ์สำหรับกิจกรรมนั้น เพื่อให้เกิดความสมดุลในการแลกเปลี่ยน
6. หากการแลกเปลี่ยนเป็นที่พอใจของบุคคลทั้งสองฝ่าย ย่อมหมายถึงความสมดุลในการแลกเปลี่ยนมากขึ้น และทำให้ความรู้สึกที่ไม่ดีของฝ่ายเสียเปรียบลดน้อยลง
7. ระบบสังคมที่ขาดความยืดหยุ่น ย่อมก่อให้เกิดความไม่สมดุลหรือขาดความยุติธรรมในการแลกเปลี่ยน

ประเภทของแรงจูงใจ

กังวาน เทียนกันฉัตรเทศน์ (2535) (อ้างในไม่ปรากฏนาม, 2551) ได้แบ่งแรงจูงใจออกเป็น 2 ประเภท คือ แรงจูงใจปฐมภูมิหรือแรงขับปฐมภูมิ (Primary Motives หรือ Primary Drives) และแรงจูงใจทุติยภูมิหรือแรงขับทุติยภูมิ (Secondary Motive หรือ Secondary Drives)

1. แรงจูงใจปฐมภูมิหรือแรงขับปฐมภูมิ จำแนกออกไปดังนี้

- แรงจูงใจอันเนื่องมาจากความรู้สึกทางผิวกาย เช่น ความร้อน ความหนาว และความเจ็บ
- ความหิวกระหาย (Thirst) คือเมื่อร่างกายขาดน้ำหรือความสมดุลของน้ำในร่างกายเสียไปคือลดน้อยลง จะมีการกระตุ้นทางประสาท ทำให้เกิดความรู้สึกคอแห้งอยากดื่มน้ำ แรงจูงใจอันเกิดจากความต้องการน้ำนี้เป็นแรงจูงใจที่เรียกว่า “ความกระหาย”
 - ความหิว (Hunger) ร่างกายมนุษย์ต้องการอาหารไปบำรุงเลี้ยงให้ร่างกายเจริญเติบโตหรือมีความสมบูรณ์และให้พลังงาน เมื่อร่างกายขาดอาหารย่อมเกิดความรู้สึกหิว
 - การหลับนอน การหลับนอนเป็นการพักผ่อนร่างกายที่สำคัญที่สุด เป็นการพักให้ร่างกายกลับชุ่มชื้นและมีกำลังวังชา การนอนหลับเป็นแรงขับอย่างหนึ่งที่ทำให้บุคคลต้องพักผ่อนและกิจกรรมอื่นทั้งหมดได้
 - ความเป็นบิดามารดา (Parental) เป็นความรู้สึกอยากเป็นบิดาของเด็กบางคนแต่งงานแล้วไม่มีลูก ต้องขอลูกคนอื่นมาเลี้ยงเป็นลูก
 - ความอยากรู้อยากเห็น (Curiosity) ได้แก่ความอยากเปิดภาชนะที่ปิดอยู่ ต้องการรู้ความลับ ต้องการคำอธิบายสถานการณ์
 - ความกลัว (Fear) คนเรามีความกลัวเป็นพื้นฐาน เช่น กลัวความใหญ่ ต้นไม้ใหญ่ ความกว้างของทะเล ความไม่มีสัจฐานแน่นอน เช่น รูปคนหน้าตาบูดเบี้ยว ความมืด ความสูง
 - เพศ (Sex) เป็นแรงขับที่ร่างกายเจริญถึงวุฒิภาวะทางเพศ ฮอร์โมนในร่างกายจะเป็นตัวกระตุ้นสำคัญให้เกิดความต้องการทางเพศ เมื่อความรู้สึกต้องการมากพอที่จะผลักดันให้แสดงพฤติกรรมออกมา
 - ความรัก (Affection) ความรักชอบพอก่อเกิดจากวุฒิภาวะของมนุษย์ เช่น การรักบิดา มารดา ญาติพี่น้อง เป็นต้น การแสดงออกทางด้านความรัก ได้แก่ ความเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือแบ่งปันซึ่งกันและกัน
 - แรงจูงใจที่เนื่องจากการแสดงของสรีระ การที่ตับอ่อนขับน้ำย่อยออกมา ต่อมาเหงื่อขับเหงื่อเพื่อลดอุณหภูมิ การหายใจ ความเป็นกรด เป็นต้น มีผลทำให้ร่างกายแสดงพฤติกรรมออกมา

2. แรงจูงใจทุติยภูมิหรือแรงจูงใจทุติยภูมิ เป็นแรงจูงใจที่ได้รับจากการเรียนรู้ ประสบการณ์และสิ่งแวดล้อม จำแนกออกได้ดังนี้

- แรงจูงใจเพื่อให้มีฐานะทางสังคม (Social Status) ได้แก่ การที่มนุษย์ต้องการตำแหน่งหน้าที่การงานให้สูงขึ้น อยากมีเกียรติยศและอำนาจที่จะบังคับบัญชาผู้อื่น ดังนี้เป็นต้น จัดเป็นแรงจูงใจอย่างหนึ่ง
- ความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นในทางสังคม เป็นสิ่งที่ได้รับการอบรมสั่งสอนมาตั้งแต่เด็ก เช่น การต้อนรับแขกผู้ที่มาเยี่ยมเยียน การติดต่อกับ การเข้าสมาคม สมาชิกของชมรม สโมสร
- ความก้าวหน้า จัดเป็นแรงจูงใจที่ต้องการทำร้าย รุกราน ช่มชู้ ทำให้เจ็บกายหรือทำลายตนเอง สิ่งที่เป็นแรงจูงใจที่ทำให้เกิดการกระทำที่ก้าวร้าว จะเป็นแรงผลักดันให้แสดงพฤติกรรม เราเรียก แรงจูงใจชนิดนี้ว่า แรงจูงใจก้าวร้าว

ประเภทของแรงจูงใจทางสังคม 3 ประเภท คือ

1. แรงจูงใจใฝ่สัมพันธ์ (Affiliation Motive) การดำรงชีวิตในสังคมอย่างมีความสุขเป็นสิ่งจำเป็นที่มนุษย์ทุกคนปรารถนาที่จะให้เป็นไป การมีเงินทองใช้สอย มีสิ่งอำนวยความสะดวกและความสุขสบายอย่างครบครัน คงจะไม่ทำให้บุคคลมีความสุขอย่างสมบูรณ์ ทั้งนี้เพราะธรรมชาติแล้วมนุษย์มีความต้องการที่สำคัญอย่างหนึ่ง ได้แก่ การเป็นที่ยอมรับของคนอื่น การได้รับความนิยมชมชอบจากคนอื่น หรือความรักใคร่ชอบพอกับคนอื่น

2. แรงจูงใจใฝ่อำนาจ (Power Motive) ลักษณะที่สำคัญของมนุษย์ประการหนึ่ง ได้แก่ ความต้องการที่จะได้มาซึ่งอิทธิพลที่เหนือคนอื่น ๆ ในสังคม ซึ่งลักษณะอันนี้ทำให้บุคคลแสวงหาอำนาจ กระทำทุกสิ่งทุกอย่างเพื่อให้ได้มาซึ่งอำนาจ เพราะเกิดความรู้สึกว่าการกระทำอะไร ได้เหนือคนอื่นเป็นความภาคภูมิใจอย่างหนึ่งของคน จึงเป็นสาเหตุให้เกิดแรงจูงใจใฝ่อำนาจ

3. แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (Achievement Motive) แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์เป็นแรงจูงใจประเภทหนึ่งที่ดูเหมือนว่าจะกล่าวถึงมากกว่าแรงจูงใจทางสังคมประเภทอื่น แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์เป็นแรงจูงใจที่เกิดขึ้นหลังจากการคาดหวังของบุคคล ซึ่งอาจจะได้พบหรือมีประสบการณ์จากสิ่งใดสิ่งหนึ่งจนเป็นรอยประทับใจมาตั้งแต่เล็ก ๆ แล้วเขาก็พยายามที่จะก้าวไปสู่ความสำเร็จอันนั้น

ประเภทของการจูงใจ

นักจิตวิทยาได้แบ่งการจูงใจออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. การจูงใจภายใน (INTRINSIC MOTIVATION) หมายถึง สภาวะของบุคคลที่มีความต้องการในการกระทำ การเรียนรู้หรือแสวงหาบางอย่างด้วยตนเองโดยมิต้องให้ผู้อื่นมาเกี่ยวข้อง การจูงใจประเภทนี้ได้แก่

- ความต้องการ
- เจตคติ
- ความสนใจพิเศษ

2. การจูงใจภายนอก (EXTRINSIC MOTIVATION) หมายถึง สภาวะของบุคคลที่ได้รับแรงกระตุ้นมาจากภายนอกให้มองเห็นจุดหมายปลายทางและนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงหรือการแสดงพฤติกรรมของบุคคล การจูงใจประเภทนี้ได้แก่

- เป้าหมายหรือความคาดหวังของบุคคล
- ความรู้เกี่ยวกับความก้าวหน้า
- บุคลิกภาพ
- เครื่องล่อใจอื่น ๆ

ขั้นตอนของการเกิดแรงจูงใจ (THE FOUR STAGE OF MOTIVATION)

1. ขั้นความต้องการ
2. ขั้นแรงขับ
3. ขั้นพฤติกรรม
4. ขั้นลดแรงขับ

1. ขั้นความต้องการ (Need Stage) ความต้องการเป็นภาวะขาดสมดุลที่เกิดขึ้น เมื่อบุคคลขาดสิ่งที่จะทำให้ส่วนต่าง ๆ ภายในร่างกายดำเนินหน้าที่ไปตามปกติ สิ่งที่เขาขาดนั้นอาจเป็นสิ่งจำเป็นต่อชีวิตอย่างมหันต์ เช่น อาหาร หรืออาจเป็นสิ่งสำคัญต่อความสุขความทุกข์ของจิตใจ เช่น ความรัก หรืออาจเป็นสิ่งจำเป็นเล็กน้อยสำหรับบางคน เช่น หนังสือพิมพ์รายวัน เป็นต้น บางครั้งความต้องการอาจเกิดขึ้นจากภาวะที่มาจากความไม่สบายกายของบุคคล เช่น เจ็บปวด จะทำให้บุคคลเกิดความต้องการแสดงพฤติกรรมที่จะป้องกันไม่ให้เกิดความเจ็บปวดนั้น ๆ ขึ้น

2. ขั้นแรงขับ (Drive Stage) ความต้องการขั้นแรกนั้นกระตุ้นให้เกิดแรงขับคือ เมื่อเกิดความต้องการแล้ว บุคคลจะนั่งเฉยอยู่ไม่ได้อาจมีความกระวนกระวายไม่มีความสุข ภาวะที่บุคคลเกิดความกระวนกระวายอยู่เฉย ๆ ไม่ได้นี้ เรียกว่า เกิดแรงขับ ซึ่งระดับความกระวนกระวายจะมีมากขึ้นขึ้นอยู่กักระดับความต้องการด้วย ถ้าต้องการมากก็กระวนกระวายมาก เช่น เมื่อร่างกายขาดน้ำจะเกิดอาการคอแห้งกระหายน้ำ เกิดความรู้สึกระวนกระวายอยู่ไม่สุข

3. ขั้นพฤติกรรม (Behavior Stage) เมื่อเกิดความกระวนกระวายขึ้น ความกระวนกระวายนั้นจะผลักดันให้บุคคลแสดงพฤติกรรมออกมา แรงขับจะเป็นพลังให้แสดงพฤติกรรมได้รุนแรงหรือมากน้อยต่างกัน เช่น คนที่กระหายน้ำมาก กับคนที่กระหายน้ำเพียงเล็กน้อยย่อมมีพฤติกรรมในการหาน้ำดื่มต่างกัน คนกระหายน้ำมากอาจหาทั้งน้ำเย็น น้ำมะพร้าว น้ำอ้อย มาดื่มพร้อม กัน ในขณะที่คนกระหายน้ำน้อยหาเพียงน้ำเย็นแก้วเดียวเท่านั้น

4. ขั้นลดแรงขับ (Drive Reduction Stage) เป็นขั้นสุดท้ายคือ แรงขับจะลดลงภายหลังการเกิดพฤติกรรมที่ตอบสนองความต้องการแล้ว

สรุปกระบวนการของแรงจูงใจทั้ง 4 ขั้น รวมกันจากตัวอย่าง เช่น คนขาดอาหารมักเกิดความหิว (Need) ซึ่งจะมีอาการทางกายปรากฏเพียงเล็กน้อย เช่น ท้องร้องหรืออาจมีอาการรุนแรงจนถึงแทบท้อง ปวดท้อง ปวด

ศีรษะ ทำให้กระวนกระวาย หงุดหงิด (Drive) จึงหาอาหารเท่าที่จะพอหาได้หรือพยายามหาอาหารหลาย ๆ อย่างมารับประทาน (Behavior) เมื่อรับประทานอิ่มแล้วก็หายหิว (Drive Reduction)

ความสำคัญของแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ เป็นแรงผลักดันภายในที่มีผลทำให้บุคคล และสังคมประสบผลสำเร็จในด้านต่าง ๆ ได้แก่

1. แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์กับความสำเร็จด้านการเรียน มีการวิจัยหลายเรื่องที่ได้ ช้อสรุปว่า เยาวชนที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูง จะเป็นคนที่มีการเรียนดี

2. แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์กับการทำงานอาชีพ แมคเคลแลนด์และคณะทำการศึกษาพบว่า ในประเทศที่เป็นผู้นำทางธุรกิจจะเป็นผู้มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูง มักจะเป็นประเทศที่มีความเจริญก้าวหน้าทางเศรษฐกิจสูงในประเทศไทย ถ้าเราศึกษาประวัติของผู้นำทางธุรกิจที่ประสบความสำเร็จ จะพบว่าเป็นคนที่มีความขยัน อดทน และมุ่งสู่นาคตสูงทั้งสิ้น

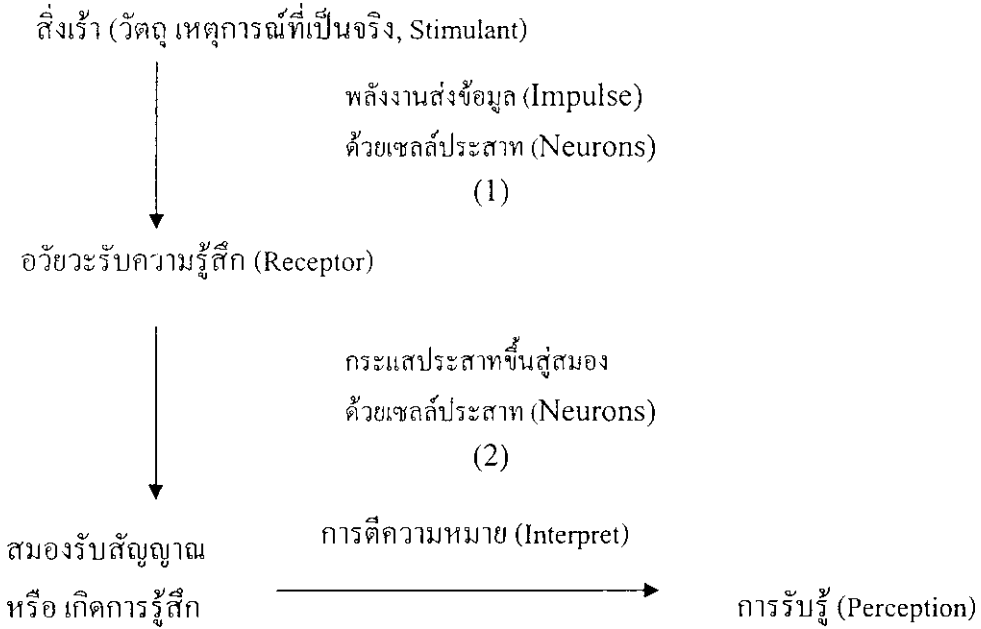
3. แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์กับลักษณะมุ่งอนาคต บุคคลที่มีลักษณะมุ่งสู่นาคต จะเป็นคนที่สามารถมองการณ์ไกล และสามารถวางแผนระยะยาวให้กับตนเอง เช่น การแสดงความขยันเรียนในปัจจุบัน เพื่อจะได้มีโอกาสมีอาชีพที่ดีมีรายได้ที่สูง และมีชีวิตสงบสุขในอนาคต

สรุป แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์นี้คือ แรงจูงใจที่จะทำอะไรขึ้นมาให้ได้ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่ตนเองวางไว้ แต่ละคนจะมีระดับแรงจูงใจที่แตกต่างกัน เช่น นักเรียนพยายามทำคะแนนวิชาฟิสิกส์ให้ได้คะแนนสูง เพราะตนเองได้วางเป้าหมายไว้แล้ว อาจจะไม่ใช่เป็นการกระทำเพื่อต้องการรางวัล หรือต้องการสนองตอบใครคนใดคนหนึ่ง

การรับรู้ (Perception)

มีนักจิตวิทยาหลายท่านที่ได้ทำการศึกษาเรื่องการรับรู้ และได้ให้ความหมาย ดังนี้

จรรยา สุวรรณทัต (2547, หน้า141) (อ้างใน สมคิด หมอกมิด, 2550) ได้สรุปความหมาย และคุณลักษณะต่างๆไว้ว่า การรับรู้ หมายถึง กระบวนการทางความคิดและจิตใจของคนที่สมองแปลความหมายจากสิ่งเร้าที่มาสัมผัสกับบุคคลแล้วแสดงออกมาอย่างมีจุดมุ่งหมาย โดยมีแรงผลักดันจากการอาศัยความรู้เดิมและประสบการณ์ เป็นเครื่องช่วยทำให้การรับรู้เป็นองค์ประกอบทางจิตวิทยาที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรม และการที่บุคคลจะเข้าใจสิ่งหนึ่งซึ่งอาจจะมีเหตุผลหรือไม่มีเหตุผลหรืออาจจะเป็นไปในทางลบหรือทางบวกก็ได้ จะทำให้บุคคลมีแนวโน้มที่จะปฏิบัติตามแนวคิดหรือการรับรู้ต่างๆ

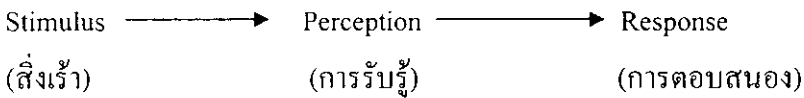


ที่มา : กระบวนการรับรู้ (จรรยา สุวรรณทัต, 2547) (อ้างใน สมคิด หมอกมืต, 2550)

สุชา จันทรธอม (2541) (อ้างใน ทินกร เงินอ่อน, 2550) กล่าวว่า การรับรู้เป็นกระบวนการที่มีระดับตั้งแต่ง่ายที่สุดถึงซับซ้อนที่สุดจนยากแก่การเข้าใจ นักจิตวิทยาได้ให้ความหมายแตกต่างกันออกไป เช่น

1. การรับรู้ คือการตีความหมายจากการรับสัมผัส (Sensation) ในการรับรู้ นั้น เราไม่เพียงแต่มองเห็น ได้ยินหรือกลิ่นเท่านั้น แต่เราต้องรับรู้ได้ว่า วัตถุหรือสิ่งที่เรารับรู้นั้นคืออะไร มีรูปร่างอย่างไร อยู่ทิศใด ไกลกว่าเรามากน้อยแค่ไหน เป็นต้น ทั้งหมดที่เราบอกได้นี้เป็นการใส่ความหมายให้กับสิ่งต่างๆที่ผ่านมาในการรับสัมผัส
2. ในแง่ของพฤติกรรม การรับรู้เป็นกระบวนการที่เกิดแทรกอยู่ระหว่างสิ่งเร้าและการตอบสนองต่อสิ่งเร้า ดังแผนภูมิข้างล่าง

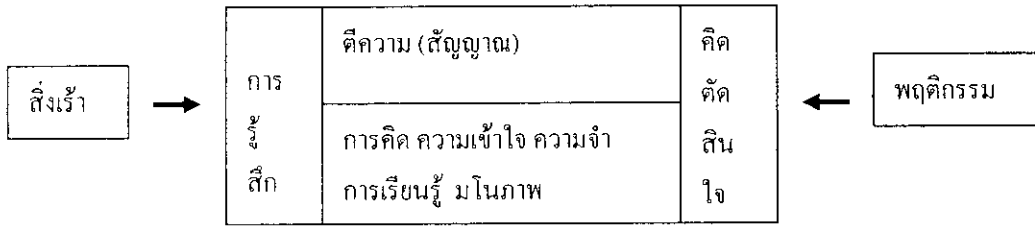
แผนภูมิที่ 1 แสดงการรับรู้



ที่มา : สุชา จันทรธอม (2541: 148) (อ้างใน ทินกร เงินอ่อน, 2550)

กระบวนการของการรับรู้ (Process of Perception) เป็นกระบวนการที่คาบเกี่ยวกับระหว่างความเข้าใจ (Understand) การคิด (Thinking) การรู้สึก (Sensing) ความจำ (Memory) การเรียนรู้ (Learning) การตัดสินใจ (Decision Making) การแสดงพฤติกรรม (Behavior) เขียนเป็นแผนภูมิได้ดังนี้

แผนภูมิที่ 2 แสดงกระบวนการรับรู้



ที่มา : กัญญา สุวรรณแสง (2532: 126) (อ้างใน ทินกร เงินอ่อน, 2550)

องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการรับรู้

องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการรับรู้ของบุคคล มีดังนี้

1. ความสมบูรณ์ของอวัยวะรับสัมผัส บุคคลจะรับรู้สิ่งเร้าได้ดีถ้าบุคคลนั้นมีอวัยวะรับสัมผัสที่ดี เช่น มีหู ตา จมูก ลิ้นและร่างกายปกติ เป็นต้น
2. การแปลความหมาย บุคคลจะรับรู้สิ่งเร้าได้ดีและถูกต้อง ถ้าบุคคลนั้นได้แปลความหมายได้ถูกต้อง โดยอาศัยสมรรถภาพทางสมองเป็นสำคัญ
3. การใช้ประสบการณ์เดิม บุคคลจะรับรู้สิ่งเร้าได้ดีและถูกต้อง ถ้าบุคคลนั้นมีประสบการณ์เดิมที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ใหม่ๆ
4. ความตั้งใจที่จะรับรู้ บุคคลจะรับรู้สิ่งเร้าที่ดีและถูกต้อง ถ้าบุคคลนั้นมีความตั้งใจที่จะรับรู้ในสิ่งเร้าดังกล่าว ซึ่งมีลักษณะดังนี้

4.1 สิ่งเร้าภายนอก ซึ่งมีลักษณะที่จะสนับสนุนและกระตุ้นให้เกิดการรับรู้ได้ดีหรือไม่ คือ

1. ความเข้มข้น
2. ความเด่น
3. ความแปลก
4. มีการเคลื่อนที่ได้
5. มีขนาดใหญ่
6. มีสีสะดุดตา
7. มีกลิ่น
8. มีการปกปิดหรือจัดว่าเป็นเรื่องลับ
9. มีการปกปิด-เปิดตลอดเวลา เช่น นินอนหรือไฟกระพริบ

4.2 สิ่งเร้าภายใน มีลักษณะดังนี้

1. ตรงกับความสนใจของบุคคลที่จะรับรู้
2. ตรงกับความต้องการของบุคคลที่จะรับรู้

3. ตรงกับเจตคติของบุคคลที่จะรับรู้
 4. มีการเตรียมตัวเตรียมใจที่จะรับรู้
 5. มีอารมณ์ โดยเฉพาะเด็กร้องไห้
5. วยของผู้รับรู้ บุคคลที่มีวัยต่างกันจะรับรู้ต่างกัน

สรุป การรับรู้จะเกิดขึ้นได้ต้องมีสิ่งเร้า ได้แก่ วัตถุ เหตุการณ์ หรือสภาพแวดล้อมที่มากระทบกับอวัยวะ (Sensory organ) กระแสประสาทจะส่งความรู้สึกไปยังสมอง และสมองจะแปลความหมายหรือตีความนำไปสู่การรับรู้ (วัจรี นพเกตุ, 2544 หน้า 157 อ้างใน ทินกร เงินอ่อน, 2550) กระบวนการที่ผ่านการตีความจากการจัดระเบียบข้อมูลต่างๆ หรือการรับรู้ คือ กระบวนการจัดรวบรวมและตีความข้อมูลต่างๆที่ได้มา การรู้สึกหรืออาจกล่าวอย่างง่ายที่สุดว่าการรับรู้คือการตีความของข้อมูลจากการรู้สึกหรือจากสิ่งเร้าต่างๆ ที่ได้สัมผัสเพื่อสร้างประสบการณ์ที่มีความสำคัญสำหรับผู้รับรู้ การรับรู้เป็นสิ่งที่ทำให้ปัจเจกบุคคลมีความแตกต่าง ไม่มีบุคคลใดที่จะมีการรับรู้เหมือนกับบุคคลอื่นเลยทีเดียว เพราะเมื่อบุคคลได้รับสิ่งเร้าหรือสิ่งที่รับรู้ก็จะประมวลสิ่งที่ได้รับรู้นั้นขึ้นมาเป็นประสบการณ์ที่มีความหมายเฉพาะตัว

ทัศนคติ Attitude

ทัศนคติ เป็นเรื่องที่มีความสำคัญ และได้รับความสนใจจากนักวิชาการในวงกว้าง ไม่ว่าจะเป็นครู อาจารย์ นักการศึกษา โดยเฉพาะอย่างยิ่งนักจิตวิทยาสังคม เพราะการรู้ถึงทัศนคติของคนหรือกลุ่มคนที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ว่าเป็นไปในทิศทางใด ย่อมจะทำให้ผู้ที่เกี่ยวข้องสามารถวางแผนและดำเนินการอย่างใดอย่างหนึ่งต่อบุคคลหรือกลุ่มคนนั้น ได้อย่างถูกต้อง และมีประสิทธิภาพ (สุบิน ยุระรัช, 2551)

ความหมายของทัศนคติ (The Definition of Attitude)

ความหมายที่แน่ชัดของคำว่า “ทัศนคติ” ยังไม่เป็นที่ยอมรับกันโดยทั่วไปในกลุ่มนักจิตวิทยา หรือกลุ่มผู้ที่ทำการศึกษาเรื่องทัศนคติ ดังนั้น แต่ละกลุ่มที่ทำการศึกษาค้นคว้าต่างก็ให้คำจำกัดความตามความเข้าใจของตนเอง ซึ่งได้ประมวลมากแล้วไว้เป็นตัวอย่าง ดังนี้

ประภาเพ็ญ สุวรรณ (2520) (อ้างใน สุบิน ยุระรัช, 2551) ได้กล่าวว่า ทัศนคติเป็นความคิดเห็นซึ่งมีอารมณ์เป็นส่วนประกอบ เป็นส่วนที่พร้อมจะมีปฏิกิริยาเฉพาะอย่างต่อสถานการณ์ภายนอก

นวลศิริ เปาโรหิตย์ (2527) (อ้างใน สุบิน ยุระรัช, 2551) กล่าวว่า ทัศนคติเป็นผลรวมของความเข้าใจ ความรู้สึก และแนวโน้มในการตอบโต้ของเราต่อบุคคล วัตถุ หรือเรื่องราวทั้งปวง

ลัดดา กิติวิภาต (2532) (อ้างใน สุบิน ยุระรัช, 2551) ได้กล่าวไว้ว่า ทัศนคติเป็นความคิดที่มีอารมณ์เป็นส่วนประกอบ ซึ่งทำให้เกิดความพร้อมที่จะมีปฏิกิริยาโต้ตอบในทางบวกหรือในทางลบต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง

อัลพอร์ท (Allport 1960) (อ้างใน สุวัชรีย์ เดชาธรรม, 2545) ได้ให้ความหมายของทัศนคติว่าเป็นสภาวะของความพร้อมทางจิตใจ ซึ่งเกิดจากประสบการณ์ สภาวะความพร้อมนี้เป็นแรงที่กำหนดทิศทางของปฏิกิริยาของบุคคลที่มีต่อบุคคล สิ่งของและประสบการณ์ สภาวะความพร้อมนี้เป็นแรงที่กำหนดทิศทางของปฏิกิริยาของบุคคลที่มีต่อบุคคล สิ่งของและสถานการณ์ที่เกี่ยวข้อง ทัศนคติจึงก่อรูปได้ดังนี้

- เกิดจากการเรียนรู้ วัฒนธรรม ขนบธรรมเนียมในสังคม
- การสร้างความรู้สึกรู้จักจากประสบการณ์ของตนเอง
- ประสบการณ์ที่ได้รับจากเดิม มีทั้งบวกและลบจะส่งผลถึงทัศนคติต่อสิ่งใหม่ที่คล้ายคลึงกัน
- การเลียนแบบบุคคลที่ตนเองให้ความสำคัญ และรับเอาทัศนคตินั้นมาเป็นของตน

ทัศนคติจึงมีความหมายสรุปได้ดังนี้ (สุวัชรีย์ เดชาธรรม, 2545)

- ความรู้สึกรู้จักของบุคคลที่มีต่อสิ่งต่างๆหลังจากที่บุคคลได้มีประสบการณ์ต่อสิ่งนั้น ความรู้สึกนี้จึงแบ่งเป็น 2 ลักษณะคือ
 - 1.1 ความรู้สึกในทางบวก เป็นการแสดงออกในลักษณะของความพึงพอใจ เห็นด้วย ชอบ และสนับสนุน
 - 1.2 ความรู้สึกในทางลบ เป็นการแสดงออกในลักษณะไม่พึงพอใจ ไม่เห็นด้วย ไม่ชอบและไม่สนับสนุน
 - 1.3 ความรู้สึกที่เป็นกลางคือไม่มีความรู้สึกใดๆ
- บุคคลแสดงความรู้สึกทางด้านพฤติกรรม ซึ่งแบ่งพฤติกรรมเป็น 2 ลักษณะ คือ
 - 2.1 พฤติกรรมภายนอก เป็นพฤติกรรมที่สังเกตได้ มีการกล่าวถึง สนับสนุน ท่าทาง หน้าตา บอกความพึงพอใจ
 - 2.2 พฤติกรรมภายใน เป็นพฤติกรรมที่สังเกตไม่ได้ ชอบหรือไม่ชอบก็ไม่แสดงออกหรือความรู้สึกที่เป็นกลาง

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยของ Yap AU และ คณะ (1996) ศึกษาเปรียบเทียบการรับรู้แหล่งความเครียดในโรงเรียนทันตแพทย์ ของประเทศสหรัฐอเมริกาและประเทศสิงคโปร์ พบว่า ปัจจัยที่ทำให้เกิดความเครียดสูงสุดในนักศึกษาทันตแพทย์โดยรวม ได้แก่ ความต้องการที่จะจบการศึกษา กลัวการสอบตก กลัวเรียนตามเพื่อนไม่ทัน การสอบวัดผลความรู้และผลการเรียนเฉลี่ย

ชัยวัชร อภิวัตน์ศิริ และคณะ (2550) ศึกษาความเครียดและการจัดการความเครียด ของนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิก มหาวิทยาลัยขอนแก่น พบว่า สาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดความเครียด คือ เรื่องการปรับตัวของตนเองเกี่ยวกับการเรียนมากที่สุด รองลงมา คือ เครียดเรื่องสอบหรือกลัวสอบตก ไม่มีอิสระในการเรียน เครียดที่เรียนกับอาจารย์ตัวต่อตัว และการปรับตัวกับคนรอบข้าง ส่วนการศึกษาวิธีการจัดการกับความเครียด พบว่า นักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิกใช้วิธีลดความเครียดของตนเอง เช่น เล่นเกม กิน นอน ดูทีวีมากที่สุด รองลงมา คือ ปรับทุกข์หรือขอความช่วยเหลือจากผู้อื่นในแง่ดี

ดวงมณี จงรักษ์ (2549) ศึกษา ความเครียด กลวิธีเผชิญความเครียดและปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับกลวิธีเผชิญความเครียดของนักศึกษามหาวิทยาลัย พบว่า สถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดมากที่สุดเป็นเรื่องเรียน รองลงมาเป็นเรื่องเกี่ยวกับเพื่อน ครอบครัว ความรัก การเงิน และอื่นๆ

รุ่งทิพย์ โพธิ์ชุ่ม (2544) ศึกษา ต้นเหตุความเครียด ระดับความเครียดและวิธีเผชิญความเครียดใน นักศึกษาพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล พบว่านักศึกษาพยาบาลส่วนใหญ่มีต้นเหตุ ความเครียดจากการเรียนการสอนทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติมากที่สุด และมีความเครียดในระดับเครียดน้อย มากที่สุด ส่วนวิธีเผชิญความเครียดที่ใช้บ่อยที่สุดคือการแสวงหาแหล่งสนับสนุนทางสังคม รองลงมาคือ การ แก้ไขปัญหาและการยอมรับตามลำดับ เมื่อเปรียบเทียบกับตามชั้นปี พบว่ามีต้นเหตุความเครียดด้าน สัมพันธภาพ กับอาจารย์ สัมพันธภาพกับเพื่อน และหอพัก

เชิรชัย งามทิพย์วัฒนา และคณะ(2543) ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมีความสัมพันธ์กับภาวะความ เครียด กล่าวคือพบภาวะความเครียดมากในนักศึกษาแพทย์กลุ่มที่มีผลการเรียนอ่อนมากที่สุด รองลงมาคือผู้ที่มีผลการ เรียนพอใช้ไม่พบความสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนกับการแก้ปัญหาและการใช้รูปแบบการ แก้ปัญหา สำหรับภาวะความเครียดและวิธีการแก้ปัญหาพบว่ามีความสัมพันธ์กัน

ภริดา วิริยวงศกร (2547) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับความเครียดของ นักศึกษาปริญญาตรี มหาวิทยาลัยรามคำแหง โดยใช้แบบประเมินความเครียดของกรมสุขภาพจิต วัดระดับ ความเครียดของนักศึกษา พบว่า นักศึกษาที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงจะมีระดับความเครียดอยู่ในระดับปกติ หรือระดับความเครียดต่ำกว่าผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำ

วิธีดำเนินการศึกษากันคว่ำ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive Research) ศึกษาระดับความเครียด และปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดของการสอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ของนักศึกษาทันตแพทย์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ตัวแปรอิสระ ประกอบด้วย ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ในการสอบ การรับรู้ข้อมูลในการสอบ ทักษะคิดในการสอบ และความพร้อมในการสอบ ตัวแปรตาม คือ ระดับความเครียดของนักศึกษาทันตแพทย์

ประชากร และกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรในการวิจัยครั้งนี้ใช้ในการศึกษาคั้งนี้ เป็นนักศึกษาทันตแพทย์ ที่มีสิทธิ์สอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ชั้นตอนที่ 1 ปีการศึกษา 2551 เป็นนักศึกษาทันตแพทย์ชั้นปีที่ 2 จำนวน 59 คน และชั้นปีที่ 3 จำนวน 46 คน รวมเป็นจำนวน 105 คน

กลุ่มตัวอย่าง ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักศึกษาทันตแพทย์ ที่มีสิทธิ์สอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ชั้นตอนที่ 1 ปีการศึกษา 2551 เป็นนักศึกษาทันตแพทย์ชั้นปีที่ 2 จำนวน 51 คน และชั้นปีที่ 3 จำนวน 41 คน รวมเป็นจำนวน 92 คน จากสูตรการหากลุ่มตัวอย่างของ ยามาเน่ ที่มีระดับความเชื่อมั่น ร้อยละ 95 ซึ่งได้มาจากการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) จากประชากร โดยใช้ชั้นปีเป็นชั้น (Strata)

1. จำแนกประชากรเป็น 2 ชั้นปี คือ ชั้นปีที่ 2 และชั้นปีที่ 3

2. สุ่มตัวอย่างอย่างง่ายจากประชากรแต่ละชั้นปีในข้อ 1 โดยใช้สูตรหาขนาดกลุ่มตัวอย่างที่มีระดับความเชื่อมั่น ร้อยละ 95

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

N = จำนวนประชากร

e = ระดับความเชื่อมั่น

การพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยครั้งนี้คำนึงถึงจริยธรรมและจรรยาบรรณนักวิจัย โดยผู้พิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่างตั้งแต่เริ่มต้นเก็บรวบรวมข้อมูลจนกระทั่งนำเสนอผลการวิจัย โดยผู้วิจัยพบกลุ่มตัวอย่าง พร้อมแนะนำตัว อธิบายวัตถุประสงค์ และวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล สิทธิ์ในการตอบรับหรือปฏิเสธ และการนำเสนอผลการวิจัยในภาพรวมเป็นความลับตามใบพิทักษ์สิทธิ์ของกลุ่มตัวอย่าง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามประกอบด้วย 6 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ประกอบด้วย ชั้นปี เพศ อายุ ผลการศึกษา ที่พักอาศัย จำนวน ชั่วโมงเรียนและทำกิจกรรมเกี่ยวกับการเรียน จำนวนชั่วโมงการนอนหลับ จำนวนชั่วโมงการออกกำลังกายต่อสัปดาห์ จำนวนชั่วโมงการทำกิจกรรมพักผ่อนหย่อนใจ จำนวน 9 ข้อ

ส่วนที่ 2 แบบประเมินความเครียด โดยผู้วิจัยใช้แบบประเมินความเครียดของกรมสุขภาพจิต พ.ศ.2543 จำนวน 20 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่น (Cronbach's Alpha coefficient) เท่ากับ 0.86 แบบสอบถามส่วนนี้จะถามโดยให้ผู้ตอบสำรวจดูว่าในระยะ 2 เดือนที่ผ่านมา มีความรู้สึกตามแบบสอบถามบ่อยเพียงใด โดยจะมีระดับคะแนนดังนี้

ไม่เคยเลย	ให้	0	คะแนน
เป็นครั้งคราว	ให้	1	คะแนน
เป็นบ่อยๆ	ให้	2	คะแนน
เป็นประจำ	ให้	3	คะแนน

การแปลผลคะแนน

- 0-5 คะแนน ความเครียดอยู่ในระดับต่ำกว่าปกติอย่างมาก ทฤษฎีถือว่ามีความเป็นไปได้เพียงเล็กน้อยเท่านั้นที่จะมีความเครียดในระดับต่ำมากเช่นนี้
- 6-17 คะแนน ความเครียดอยู่ในเกณฑ์ปกติ สามารถจัดการกับความเครียดที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน และสามารถปรับตัวกับสถานการณ์ต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม รู้สึกพอใจ เกี่ยวกับตนเองและสิ่งแวดล้อมเป็นอย่างมาก ความเครียดระดับนี้ถือว่ามีประโยชน์ในการดำเนินชีวิตประจำวันเป็นแรงจูงใจที่นำไปสู่ความสำเร็จในชีวิตได้
- 18-25 คะแนน ความเครียดอยู่ในระดับสูงกว่าปกติเล็กน้อย ซึ่งถือว่าเป็นความเครียดที่พบได้ในชีวิตประจำวัน อาจไม่รู้ตัวว่ามีความเครียดหรืออาจรู้สึกได้จากการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย อารมณ์ ความรู้สึกและพฤติกรรมบ้างเล็กน้อย แต่ไม่ชัดเจนและยังพอทนได้ อาจต้องใช้เวลาในการปรับตัว แต่ในที่สุดก็สามารถจัดการกับความเครียดได้ และความเครียดระดับนี้ไม่เป็นผลเสียต่อการดำเนินชีวิตในกรณีนี้ท่านสามารถผ่อนคลายความเครียดด้วยการหากิจกรรมที่เพิ่มพลัง เช่น การออกกำลังกาย เล่นกีฬา ทำสิ่งที่สนุกสนานเพลิดเพลิน เช่น ดูหนัง ฟังเพลง อ่านหนังสือ หรือทำงานอดิเรกต่าง ๆ อย่างลึ้มพุดคุยกับผู้ที่ไว้วางใจ พิจารณาและลงมือแก้ไขปัญหตามลำดับความสำคัญอย่างรอบคอบและมีสติ
- 26-29 คะแนน ความเครียดอยู่ในระดับสูงกว่าปกติปานกลาง ขณะนี้ท่านเริ่มมีความตึงเครียดในระดับค่อนข้างสูงและได้รับความเดือดร้อนเป็นอย่างมากจากปัญหาทางอารมณ์ที่เกิดจากปัญหาความขัดแย้งและวิกฤตการณ์ในชีวิต เป็นสัญญาณเตือนขั้นต้นว่าท่านกำลังเผชิญกับภาวะวิกฤต และความขัดแย้ง ซึ่งท่านจัดการแก้ไขด้วยความยากลำบาก ลักษณะดังกล่าวจะ

เพิ่มความรุนแรง ซึ่งมีผลกระทบต่อการทำงาน จำเป็นต้องหาวิธีแก้ไขข้อขัดแย้งต่าง ๆ ให้น้อยลงหรือหมดไปด้วยวิธีการอย่างใดอย่างหนึ่ง สิ่งแรกที่ต้องรีบจัดการคือ คุณต้องมีวิธิตายเครียดที่ดี และสม่ำเสมอทุกวัน วันละ 1-2 ครั้ง ๆ ละ 10 นาที โดยนั่งในท่าที่สบาย หายใจลึก ๆ ให้น้ำท้องขยาย หายใจออกช้า ๆ นับ 1-10 ไปด้วย ท่านจะใช้วิธีนั่งสมาธิหรือสวดมนต์ก็ได้ ท่านควรแก้ไขปัญหาให้ดีขึ้น โดยค้นหาสาเหตุของปัญหาที่ทำให้เกิดความขัดแย้ง หาวิธีแก้ไขปัญหาหลาย ๆ วิธี พร้อมทั้งพิจารณาผลดี ผลเสียของแต่ละวิธี เลือกวิธีที่เหมาะสมกับสภาวะของตนเองมากที่สุด ทั้งนี้ต้องไม่สร้างปัญหาให้เพิ่มขึ้นหรือทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน วางแผนแก้ไขปัญหาลำดับขั้นตอนและลงมือแก้ปัญหา

- 30-60 คะแนน ความเครียดอยู่ในระดับสูงกว่าปกติมาก กำลังตกอยู่ในภาวะตึงเครียด หรือกำลังเผชิญกับวิกฤตการณ์ในชีวิตอย่างรุนแรง เช่น การเจ็บป่วยที่รุนแรง เรือร้ง ความพิการ การสูญเสีย ปัญหาความรุนแรงในครอบครัว ปัญหาเศรษฐกิจ ซึ่งส่งผลกระทบต่อสุขภาพกายและสุขภาพจิตอย่างชัดเจน ทำให้ชีวิตไม่มีความสุข ความคิดฟุ้งซ่าน ตัดสินใจผิดพลาด ขาดความยับยั้งชั่งใจ อาจเกิดอุบัติเหตุได้ง่าย บางครั้งอาจมีพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรง เช่น เอะอะ โวยวายขว้างปาข้าวของ ความเครียดในระดับนี้ถือว่ามีความรุนแรงมาก หากปล่อยไว้โดยไม่ดำเนินการแก้ไขอย่างเหมาะสมและถูกวิธี อาจนำไปสู่ความเจ็บป่วยทางจิตที่รุนแรง ซึ่งส่งผลกระทบต่อตนเองและบุคคลใกล้ชิดต่อไปได้ ในระดับนี้ท่านต้องไปปรึกษาหรือใช้บริการปรึกษาปัญหาสุขภาพจิตทางโทรศัพท์ ซึ่งจะช่วยให้ท่านมองเห็นปัญหาและแนวทางแก้ไขที่ชัดเจนและเหมาะสมต่อไป

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ในการสอบความรู้ฯ ประกอบด้วยคำถาม 9 ข้อ โดยผู้วิจัยได้

ดัดแปลงจากแบบสอบถามของทัศนวรรณ ปานศิริอาษา (2547) ลักษณะคำตอบเป็นมาตราส่วนประเมินค่า 5 ระดับ คือ จริงที่สุด จริง จริงบ้าง จริงน้อย จริงน้อยที่สุด

คะแนนของคำตอบแบบสอบถาม ดังนี้

จริงที่สุด	=	5	คะแนน
จริง	=	4	คะแนน
จริงบ้าง	=	3	คะแนน
จริงน้อย	=	2	คะแนน
จริงน้อยที่สุด	=	1	คะแนน

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามทัศนคติต่อการสอบความรู้ฯ โดยผู้วิจัยได้ดัดแปลงจากแบบสอบถามของทัศน

วรรณ ปานศิริอาษา (2547) ลักษณะคำตอบเป็นมาตราส่วนประเมินค่า 5 ระดับ คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

คะแนนของคำตอบแบบสอบถาม ดังนี้

เห็นด้วยอย่างยิ่ง	=	5	คะแนน
เห็นด้วย	=	4	คะแนน
ไม่แน่ใจ	=	3	คะแนน
ไม่เห็นด้วย	=	2	คะแนน
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	=	1	คะแนน

ส่วนที่ 5 แบบสอบถามการรับรู้ข้อมูลเกี่ยวกับการสอบความรู้ฯ ประกอบด้วยคำถาม 13 ข้อ โดยผู้วิจัยได้ดัดแปลงจากแบบสอบถามของทัศนัวรรณ ปานศิริอาษา(2547) ลักษณะคำตอบเป็นมาตราส่วนประเมินค่า 5 ระดับ คือ จริงที่สุด จริง จริงบ้าง จริงน้อย จริงน้อยที่สุด

คะแนนของคำตอบแบบสอบถาม ดังนี้

จริงที่สุด	=	5	คะแนน
จริง	=	4	คะแนน
จริงบ้าง	=	3	คะแนน
จริงน้อย	=	2	คะแนน
จริงน้อยที่สุด	=	1	คะแนน

ส่วนที่ 6 แบบสอบถามความพร้อมในการสอบความรู้ฯ ประกอบด้วยคำถาม 13 ข้อ โดยผู้วิจัยได้ดัดแปลงจากแบบสอบถามของทัศนัวรรณ ปานศิริอาษา (2547) ลักษณะคำตอบเป็นมาตราส่วนประเมินค่า 5 ระดับ คือ จริงที่สุด จริง จริงบ้าง จริงน้อย จริงน้อยที่สุด

คะแนนของคำตอบแบบสอบถาม ดังนี้

จริงที่สุด	=	5	คะแนน
จริง	=	4	คะแนน
จริงบ้าง	=	3	คะแนน
จริงน้อย	=	2	คะแนน
จริงน้อยที่สุด	=	1	คะแนน

จากการค่า Reliability Analysis ของแบบสอบถามส่วนที่ 3-6 ได้ค่า Alpha เท่ากับ .81

เกณฑ์การพิจารณาการประเมินค่าความคิดเห็น

แบ่งเกณฑ์โดยพิจารณาหาค่าเฉลี่ยของคะแนนคิดของ Best J(1997) และแนวคิดของ Daniel W(1994) โดยใช้ค่าคะแนนต่ำสุดและนำมาหารด้วยจำนวนกลุ่มหรือระดับที่ต้องการแบ่ง ดังนี้

$$\frac{\text{คะแนนสูงสุด} - \text{คะแนนต่ำสุด}}{\text{จำนวนระดับ}} = \frac{5-1}{5} = 0.8$$

เกณฑ์การวัดระดับความคิดเห็น ดังนี้

ค่าเฉลี่ยคะแนน	1.00 – 1.80	=	ระดับความคิดเห็นน้อยมาก
ค่าเฉลี่ยคะแนน	1.81 – 2.60	=	ระดับความคิดเห็นน้อย
ค่าเฉลี่ยคะแนน	2.61 – 3.40	=	ระดับความคิดเห็นปานกลาง
ค่าเฉลี่ยคะแนน	3.41 – 4.20	=	ระดับความคิดเห็นมาก
ค่าเฉลี่ยคะแนน	4.21 – 5.00	=	ระดับความคิดเห็นมากที่สุด

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยทำหนังสือเพื่อขออนุญาตคณะบดีคณะทันตแพทยศาสตร์ ในการเก็บข้อมูล
2. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามไปเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง
3. ผู้วิจัยรับแบบสอบถามคืนด้วยตนเอง นำมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด และนำข้อมูลมาวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. วิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐาน โดยการหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. วิเคราะห์ความแตกต่างของตัวแปรต่างๆ โดยใช้ค่า T-Test และ F-Test
3. วิเคราะห์ตัวแปรต่างๆ ที่มีผลต่อความเครียดใน การสอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาต เป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ของนักศึกษาทันตแพทย์ โดยใช้วิธีการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Stepwise Multiple Regression Analysis)

ผลการศึกษา

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล และลำดับขั้นตอนการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล ดังต่อไปนี้

เพื่อให้เกิดความเข้าใจตรงกันในการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยจึงได้กำหนดสัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้คือ

การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยเสนอผลการศึกษาค้นคว้าตามลำดับ ดังนี้

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง ใช้ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลระดับความเครียดของกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาทันตแพทย์ ใช้ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ในการสอบความรู้ฯ ทักษะคิดต่อการสอบความรู้ฯ การรับรู้ข้อมูลเกี่ยวกับการสอบความรู้ฯ และความพร้อมในการสอบความรู้ฯ ใช้ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับของตัวแปร

ตอนที่ 4 ผลการวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างตัวแปรส่วนบุคคลต่อ ด้านแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ในการสอบความรู้ฯ ด้านทักษะคิดต่อการสอบความรู้ฯ ด้านการรับรู้ข้อมูลเกี่ยวกับการสอบความรู้ฯ ด้านความพร้อมในการสอบความรู้ฯ และความเครียดในการสอบความรู้ฯ เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ของนักศึกษาทันตแพทย์ ใช้ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน T-test และ F- test

ตอนที่ 5 ผลการวิเคราะห์เพื่อค้นหาตัวพยากรณ์ที่สามารถพยากรณ์ตัวแปรด้านแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ในการสอบความรู้ฯ ด้านทักษะคิดต่อการสอบความรู้ฯ ด้านการรับรู้ข้อมูลเกี่ยวกับการสอบความรู้ฯ และด้านความพร้อมในการสอบความรู้ฯ ที่มีผลต่อความเครียดในการสอบความรู้ฯ เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ของนักศึกษาทันตแพทย์ ใช้ Linear Regression

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาทันตแพทย์ เป็นจำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย (X) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ดังแสดงในตารางที่ 1 และตารางที่ 2

ตารางที่ 1 แสดงจำนวนและร้อยละข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาทันตแพทย์ (n=92)

ตัวแปรที่ศึกษา		จำนวน (คน)	ร้อยละ
ปีที่กำลังศึกษา	ชั้นปีที่ 2	55	59.8
	ชั้นปีที่ 3	37	40.2
เพศ	ชาย	26	28.3
	หญิง	66	71.7
ผลการศึกษา (GPA) เฉลี่ย	1.00-2.00	-	-
	2.01-3.00	22	23.9
	3.01-4.00	70	76.1
การพักอาศัยระหว่างการศึกษา	อยู่กับครอบครัว	27	29.3
	อยู่คนเดียว	39	42.4
	อยู่กับเพื่อน	24	26.1
	อื่นๆ	2	2.2

จากตารางที่ 1 พบว่า จากกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาทันตแพทย์ จำนวน 92 คน ประกอบด้วยนักศึกษาทันตแพทย์ ชั้นปีที่ 2 จำนวน 55 คน (59.8%) และทันตแพทย์ ชั้นปีที่ 3 จำนวน 37 คน (40.2%) เป็นเพศหญิง จำนวน 66 คน คิดเป็นร้อยละ 71.7 นักศึกษาทันตแพทย์ส่วนใหญ่ ร้อยละ 76.1 มีผลการเรียนอยู่ในระดับดี (GPA 3.01-4.00) ในการพักอาศัย พบว่า ส่วนใหญ่คือ ร้อยละ 42.4 พักอยู่คนเดียว สัดส่วนที่พักอาศัยกับครอบครัว และพักอาศัยอยู่กับเพื่อนมีจำนวนใกล้เคียงกัน คือ ร้อยละ 29.3 และ ร้อยละ 26.1 ตามลำดับ

ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ย (X) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาทันตแพทย์

ตัวแปรที่ศึกษา	ค่าต่ำสุด-สูงสุด	ค่าเฉลี่ย (X)	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)
อายุ (ปี)	19 - 22	20.48	0.75
เวลาที่ใช้เกี่ยวกับการเรียน (ชั่วโมง/วัน)	3 - 18	10.88	2.67
เวลาที่ใช้ในการนอนหลับ (ชั่วโมง/วัน)	3 - 8	6.22	1.16
เวลาที่ใช้ในการออกกำลังกาย (ชั่วโมง/สัปดาห์)	0 - 15	1.33	2.03
เวลาที่ใช้ในการทำกิจกรรมพักผ่อนหย่อนใจ(ชั่วโมง/วัน)	0 - 6	2.47	1.54

จากตารางที่ 2 พบว่านักศึกษาทันตแพทย์จากกลุ่มตัวอย่างมีอายุเฉลี่ย 20.48 ปี ใช้เวลาเกี่ยวกับการเรียน โดยเฉลี่ยวันละ 10.88 ชั่วโมง ใช้เวลาในการนอนหลับโดยเฉลี่ยวันละ 6.22 ชั่วโมง ใช้เวลาในการทำกิจกรรมพักผ่อนหย่อนใจโดยเฉลี่ยวันละ 2.46 ชั่วโมง และใช้เวลาในการออกกำลังกายโดยเฉลี่ยสัปดาห์ละ 1.17 ชั่วโมง

ตอนที่ 2 ระดับความเครียดของกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาทันตแพทย์ เป็นจำนวน และร้อยละ

ตารางที่ 3 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาทันตแพทย์ในแต่ละระดับความเครียด

ระดับความเครียด	คะแนน	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ต่ำกว่าปกติอย่างมาก	0 - 5	-	-
ปกติ	6 - 17	37	40.2
สูงกว่าปกติเล็กน้อย	18 - 25	32	34.8
สูงกว่าปกติปานกลาง	26 - 29	8	8.7
สูงกว่าปกติมาก	30 - 60	15	16.3

จากตารางที่ 3 พบว่า นักศึกษาทันตแพทย์จากกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ (ร้อยละ 75.0) มีความเครียดอยู่ในเกณฑ์ปกติถึงสูงกว่าปกติเล็กน้อย ส่วนที่มีความเครียดอยู่ในระดับสูงกว่าปกติในระดับปานกลางถึงระดับมาก คิดเป็น ร้อยละ 25.0 ส่วนคะแนนความเครียดเฉลี่ยของนักศึกษาทันตแพทย์จากกลุ่มตัวอย่าง เท่ากับ 20.72

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการแปรผล จำแนกตาม แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ในการสอบความรู้ฯ ทักษะคิดต่อการสอบความรู้ฯ การรับรู้ข้อมูลเกี่ยวกับการสอบความรู้ฯ และความพร้อมในการสอบความรู้ฯ

ตารางที่ 4 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการแปรผล จำแนกตามตัวแปรต่างๆ (n=92)

ตัวแปรที่ศึกษา	ค่า ต่ำสุด - สูงสุด	X	S.D.	การแปรผล
ความเครียด	7.00 - 53.00	20.72	8.94	สูงกว่าปกติเล็กน้อย
แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ในการสอบความรู้ฯ	1.78 - 4.67	3.077	.559	ปานกลาง
ทักษะคิดต่อการสอบความรู้ฯ	2.31 - 4.31	3.440	.386	ดี
การรับรู้ข้อมูลเกี่ยวกับการสอบความรู้ฯ	0.88 - 4.50	2.966	.600	ปานกลาง
ความพร้อมในการสอบความรู้ฯ	1.15 - 3.77	2.576	.489	น้อย

จากตารางที่ 4 พบว่า นักศึกษาทันตแพทย์จากกลุ่มตัวอย่าง มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ในการสอบความรู้ฯ ในระดับปานกลาง มีทัศนคติต่อการสอบความรู้ฯ ในระดับดี มีการรับรู้ข้อมูลเกี่ยวกับการสอบความรู้ฯ ในระดับปานกลาง แต่มีความพร้อมในการสอบความรู้ฯ ในระดับน้อย

ตอนที่ 4 ผลการวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างตัวแปรส่วนบุคคลต่อ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ในการสอบความรู้ฯ ทัศนคติต่อการสอบความรู้ฯ การรับรู้ข้อมูลเกี่ยวกับการสอบความรู้ฯ ความพร้อมในการสอบความรู้ฯ และความเครียดในการสอบความรู้ฯ เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบ อนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรมของนักศึกษาทันตแพทย์

ตารางที่ 5 ความแตกต่างของความเครียดของนักศึกษาทันตแพทย์และตัวแปรต่างๆ จำแนกตามชั้นปีที่ศึกษา (n=92)

ตัวแปร	ชั้นปีที่ 2	ชั้นปีที่ 3	P-Value
ความเครียดของนักศึกษาทันตแพทย์	19.018 ± 7.294	23.243 ± 10.541	.038*
แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ในการสอบความรู้ฯ	3.814 ± 0.555	3.549 ± 0.534	.025*
ทัศนคติต่อการสอบความรู้ฯ	3.500 ± 0.352	3.351 ± 0.421	.069
การรับรู้ข้อมูลเกี่ยวกับการสอบความรู้ฯ	2.940 ± 0.523	3.003 ± 0.706	.627
ความพร้อมในการสอบความรู้ฯ	2.781 ± 0.371	2.272 ± 0.488	.001**

* นัยสำคัญทางสถิติระดับ .05

** นัยสำคัญทางสถิติระดับ .01

จากตารางที่ 5 พบว่า นักศึกษาทันตแพทย์ชั้นปีที่ 3 มีความเครียดสูงกว่านักศึกษาทันตแพทย์ชั้นปีที่ 2 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (P = .038) นักศึกษาทันตแพทย์ชั้นปีที่ 2 มี แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ในการสอบความรู้ฯ และ ความพร้อมในการสอบความรู้ฯ สูงกว่านักศึกษาทันตแพทย์ชั้นปีที่ 3 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (P = .025 & < .001 ตามลำดับ)

ตารางที่ 6 ความแตกต่างของความเครียดของนักศึกษาทันตแพทย์ และตัวแปรต่างๆ จำแนกตามเพศ (n=92)

ตัวแปร	ชาย	หญิง	P-Value
ความเครียดของนักศึกษาทันตแพทย์	24.500 ± 10.871	19.227 ± 7.641	.030*
แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ในการสอบความรู้ฯ	3.863 ± 0.497	3.646 ± 0.574	.095
ทัศนคติต่อการสอบความรู้ฯ	3.523 ± 0.356	3.407 ± 0.395	.198
การรับรู้ข้อมูลเกี่ยวกับการสอบความรู้ฯ	2.961 ± 0.610	2.967 ± 0.601	.964
ความพร้อมในการสอบความรู้ฯ	2.801 ± 0.556	2.488 ± 0.433	.005**

* นัยสำคัญทางสถิติระดับ .05

** นัยสำคัญทางสถิติระดับ .01

จากตารางที่ 6 พบว่านักศึกษาทันตแพทย์ชาย มีความเครียดสูงกว่านักศึกษาทันตแพทย์หญิง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P = .030$) และมีความพร้อมในการสอบความรู้สูงกว่านักศึกษาทันตแพทย์หญิงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P = .005$)

ตารางที่ 7 ความแตกต่างของความเครียดของนักศึกษาทันตแพทย์และตัวแปรต่างๆ จำแนกตามการใช้เวลาในการเรียนและทำกิจกรรมเกี่ยวกับเรียน ($n=92$)

ตัวแปร	≤ 10 ชม./วัน	> 10 ชม. / วัน	P-Value
ความเครียดของนักศึกษาทันตแพทย์	18.440 ± 6.966	23.428 ± 10.267	.009**
แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ในการสอบความรู้	3.737 ± 0.603	3.672 ± 0.507	.577
ทัศนคติต่อการสอบความรู้	3.496 ± 0.351	3.373 ± 0.420	.129
การรับรู้ข้อมูลเกี่ยวกับการสอบความรู้	2.997 ± 0.569	2.928 ± 0.641	.586
ความพร้อมในการสอบความรู้	2.695 ± 0.418	2.435 ± 0.534	.011*

* นัยสำคัญทางสถิติระดับ .05

** นัยสำคัญทางสถิติระดับ .01

จากตารางที่ 7 พบว่านักศึกษาทันตแพทย์ที่ใช้เวลาในการเรียนและทำกิจกรรมเกี่ยวกับเรียน มากกว่า 10 ชั่วโมงต่อวัน มีความเครียดสูงกว่านักศึกษาทันตแพทย์ที่ใช้เวลาในการเรียนและทำกิจกรรมเกี่ยวกับเรียน น้อยกว่าหรือเท่ากับ 10 ชั่วโมงต่อวัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P = .009$) และพบว่ามีความพร้อมในการสอบความรู้ น้อยกว่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P = 0.11$)

ตารางที่ 8 ความแตกต่างของความเครียดของนักศึกษาทันตแพทย์และตัวแปรต่างๆ จำแนกตามเวลาการออกกำลังกายและทำกิจกรรมพักผ่อนหย่อนใจ ($n=92$)

ตัวแปร	≤ 3 ชม./วัน	>3 ชม. / วัน	P-Value
ความเครียดของนักศึกษาทันตแพทย์	22.645 ± 9.964	18.613 ± 7.198	.028*
แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ในการสอบความรู้	3.696 ± 0.632	3.719 ± 0.475	.846
ทัศนคติต่อการสอบความรู้	3.424 ± 0.445	3.458 ± 0.315	.678
การรับรู้ข้อมูลเกี่ยวกับการสอบความรู้	2.888 ± 0.686	3.051 ± 0.484	.189
ความพร้อมในการสอบความรู้	2.554 ± 0.538	2.601 ± 0.435	.649

* นัยสำคัญทางสถิติระดับ .05

จากตารางที่ 8 พบว่า นักศึกษาทันตแพทย์ที่ได้มีการออกกำลังกายและทำกิจกรรมพักผ่อนหย่อนใจ วันละมากกว่า 3 ชั่วโมง จะมีความเครียดต่ำกว่านักศึกษาทันตแพทย์ที่ได้มีการออกกำลังกายและทำกิจกรรมพักผ่อนหย่อนใจ วันละไม่เกิน 3 ชั่วโมงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = .028$) แต่ไม่พบความแตกต่างในด้านอื่นๆ

นักศึกษาทันตแพทย์ ม.อ. ส่วนใหญ่มีความเครียดอยู่ในเกณฑ์ปกติถึงสูงกว่าปกติเล็กน้อย แต่ยังมีถึงร้อยละ 25.0 ที่มีความเครียดอยู่ในระดับสูงกว่าปกติปานกลางถึงมาก มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ในการสอบความรู้ฯ ในระดับปานกลาง มีทัศนคติต่อการสอบความรู้ฯ ในระดับดี มีการรับรู้ข้อมูลเกี่ยวกับการสอบความรู้ฯ ในระดับปานกลาง แต่มีความพร้อมในการสอบความรู้ฯ ในระดับน้อย นักศึกษาทันตแพทย์ชาย มีความเครียดสูงกว่า แต่มีความพร้อมในการสอบความรู้ฯ สูงกว่านักศึกษาทันตแพทย์หญิง ส่วนนักศึกษาทันตแพทย์ชั้นปีที่ 2 มีความเครียดต่ำกว่า แต่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ในการสอบความรู้ฯ และ ความพร้อมในการสอบความรู้ฯ สูงกว่านักศึกษาทันตแพทย์ชั้นปีที่ 3 นักศึกษาทันตแพทย์ที่ใช้เวลาในการเรียนและทำกิจกรรมเกี่ยวกับเรียน น้อยกว่าหรือเท่ากับ 10 ชั่วโมงต่อวันและมีการออกกำลังกายและทำกิจกรรมพักผ่อนหย่อนใจ วันละมากกว่า 3 ชั่วโมง มีความเครียดต่ำกว่านักศึกษาทันตแพทย์ที่ใช้เวลาในการเรียนและทำกิจกรรมเกี่ยวกับเรียน มากกว่า 10 ชั่วโมงต่อวันและมีการออกกำลังกายและทำกิจกรรมพักผ่อนหย่อนใจ วันละไม่เกิน 3 ชั่วโมง

ตอนที่ 5 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ของตัวแปรและค้นหาตัวพยากรณ์ที่สามารถพยากรณ์ตัวแปรด้านแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ในการสอบความรู้ฯ ด้านทัศนคติต่อการสอบความรู้ฯ ด้านการรับรู้ข้อมูลเกี่ยวกับการสอบความรู้ฯ และด้านความพร้อมในการสอบความรู้ฯ ที่มีผลต่อความเครียดในการสอบความรู้ฯ เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ของนักศึกษาทันตแพทย์

ตารางที่ 9 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สันของตัวแปรต่างๆ

	study	sleep	exercise	relax	stress	m_suc	m_att	m_inf	m_fully	dumlevel	dumsex
study	1	0.222*	-.171	-.461**	.322**	-.065	-.049	-.033	-.225*	.538	-.087
sleep		1	.060	.393**	-.208*	-.064	.057	.159	.067	-.298**	.024
exercise			1	-.016	-.203	-.209	.159	.030	.210*	-.187	-.120
relax				1	-.234*	.001	-.074	.156	.091	-.488**	.034
stress					1	.027	-.125	-.033	-.185	.233*	-.267**
m_suc						1	.259*	.176	.447**	-.233*	-.267
m_att							1	.159	.427**	-.190	-.135
m_inf								1	.200	.051	.005
m_fully									1	-.513**	-.290**
dumlevel										1	.022
dumsex											1

* นัยสำคัญทางสถิติระดับ .05

** นัยสำคัญทางสถิติระดับ .01

ตารางที่ 10 ผลการวิเคราะห์การถดถอยเชิงเส้นพหุของปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดในการสอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ของนักศึกษาทันตแพทย์

ตัวแปรที่ศึกษา	β	t	P-Value
ค่าคงที่	26.469	3.580	-
เพศของนักศึกษาทันตแพทย์	.245	-3.066	.003
การใช้เวลาในการเรียนและทำกิจกรรมเกี่ยวกับเรียน	-.309	2.477	.015
ความพร้อมในการสอบความรู้	-.219	-2.127	.036

$R^2 = .202$ $F = 7.430$ $P\text{-Value} = .001$

ตารางที่ 10 พบตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดในการสอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ของนักศึกษาทันตแพทย์ มี 3 ตัวแปร ได้แก่ เพศของนักศึกษาทันตแพทย์ การใช้เวลาในการเรียนและทำกิจกรรมเกี่ยวกับเรียน และความพร้อมในการสอบความรู้

ส่วนตัวแปรที่ไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียดในการสอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ของนักศึกษาทันตแพทย์ มี 10 ตัว ได้แก่ ชั้นปีของนักศึกษาทันตแพทย์ อายุของนักศึกษาทันตแพทย์ ผลการศึกษา (GPA) เฉลี่ย การพักอาศัยของนักศึกษาทันตแพทย์ การใช้เวลานอนหลับ การใช้เวลาออกกำลังกาย การใช้เวลาทำกิจกรรมพักผ่อนหย่อนใจ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ในการสอบความรู้ทัศนคติต่อการสอบความรู้ และการรับรู้ข้อมูลเกี่ยวกับการสอบความรู้

แสดงว่า เพศของนักศึกษาทันตแพทย์ การใช้เวลาในการเรียนและทำกิจกรรมเกี่ยวกับเรียน และความพร้อมในการสอบความรู้ มีผลต่อความเครียดในการสอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ของนักศึกษาทันตแพทย์ โดยตัวแปรทั้ง 3 ตัว ร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของความเครียดในการสอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ของนักศึกษาทันตแพทย์ ได้ร้อยละ 20.2

ผลจากตารางที่ 10 สามารถเขียนสมการพยากรณ์ ความเครียดในการสอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ของนักศึกษาทันตแพทย์ ได้ดังนี้

$$\text{ความเครียด} = 26.469 - 6.104(\text{เพศของนักศึกษาทันตแพทย์}) + 0.822(\text{การใช้เวลาในการเรียนและทำกิจกรรมเกี่ยวกับเรียน}) - 4.005(\text{ความพร้อมในการสอบความรู้})$$

สรุป และอภิปรายผล

การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดของนักศึกษาทันตแพทย์ในการสอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม กลุ่มตัวอย่างคือนักศึกษาทันตแพทย์ ชั้นปีที่ 2 และ 3 ที่มีสิทธิ์สอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ประจำปี พ.ศ. 2551 จำนวน 92 คน โดยมีอัตราการตอบกลับ 100 เปอร์เซ็นต์

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามประกอบด้วย 6 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 เป็นแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ส่วนที่ 2 แบบประเมินความเครียดของกรมสุขภาพจิต พ.ศ.2543 ส่วนที่ 3 เป็นแบบสอบถามแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ในการสอบความรู้ฯ ส่วนที่ 4 เป็นแบบสอบถามทัศนคติต่อการสอบ ความรู้ฯ ส่วนที่ 5 เป็นแบบสอบถามการรับรู้ข้อมูลเกี่ยวกับการสอบความรู้ฯ และส่วนที่ 6 เป็นแบบสอบถามความพร้อมในการสอบความรู้ฯ แบบสอบถามในส่วนที่ 3 ถึง 6 ผ่านการหาความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) โดยผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน และหาความเชื่อมั่นโดยใช้วิธีหาค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) โดยได้ค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ 0.81

สรุปผลการศึกษา

1. คะแนนความเครียดเฉลี่ยของนักศึกษาทันตแพทย์จากกลุ่มตัวอย่าง เท่ากับ 20.72 และ นักศึกษาทันตแพทย์จากกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ (ร้อยละ 75.0) มีความเครียดอยู่ในเกณฑ์ปกติถึงสูงกว่าปกติเล็กน้อย ส่วนที่มีความเครียดอยู่ในระดับสูงกว่าปกติในระดับปานกลางถึงระดับมากคิดเป็น ร้อยละ 25.0
2. นักศึกษาทันตแพทย์จากกลุ่มตัวอย่าง มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ในการสอบความรู้ฯ ในระดับปานกลาง มีทัศนคติต่อการสอบความรู้ฯ ในระดับดี มีการรับรู้ข้อมูลเกี่ยวกับการสอบความรู้ฯ ในระดับปานกลาง แต่มีความพร้อมในการสอบความรู้ฯ ในระดับน้อย
3. นักศึกษาทันตแพทย์ชั้นปีที่ 3 มีความเครียดสูงกว่านักศึกษาทันตแพทย์ชั้นปีที่ 2 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P = .038$) นักศึกษาทันตแพทย์ชั้นปีที่ 3 มี แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ในการสอบความรู้ฯ และ ความพร้อมในการสอบความรู้ฯ ต่ำกว่านักศึกษาทันตแพทย์ชั้นปีที่ 2 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P = .025$ & $< .001$ ตาม ลำดับ)
4. นักศึกษาทันตแพทย์ชาย มีความเครียดสูงกว่านักศึกษาทันตแพทย์หญิง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P = .030$) ถึงแม้จะรู้สึกว่าจะมีความพร้อมในการสอบความรู้ฯ สูงกว่านักศึกษาทันตแพทย์หญิงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P = .005$)
5. นักศึกษาทันตแพทย์ที่ใช้เวลาในการเรียนและทำกิจกรรมเกี่ยวกับเรียน มากกว่า 10 ชั่วโมงต่อวัน มีความเครียดสูงกว่านักศึกษาทันตแพทย์ที่ใช้เวลาในการเรียนและทำกิจกรรมเกี่ยวกับเรียน น้อยกว่าหรือเท่ากับ 10 ชั่วโมงต่อวัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P = .009$) แต่พบว่านักศึกษาทันตแพทย์กลุ่มนี้มีความพร้อมในการสอบความรู้ฯ น้อยกว่าอีกกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P = .011$)

6. นักศึกษาทันตแพทย์ที่ได้มีการออกกำลังกายและทำกิจกรรมพักผ่อนหย่อนใจ วันละมากกว่า 3 ชั่วโมง จะมีความเครียดต่ำกว่านักศึกษาทันตแพทย์ที่ได้มีการออกกำลังกายและทำกิจกรรมพักผ่อนหย่อนใจ วันละไม่เกิน 3 ชั่วโมงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = .028$)

7. เพศของนักศึกษาทันตแพทย์ การใช้เวลาในการเรียนและทำกิจกรรมเกี่ยวกับเรียน และความพร้อมในการสอบความรู้ฯ มีผลต่อความเครียดในการสอบความรู้ฯ เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ของนักศึกษาทันตแพทย์ โดยตัวแปรทั้ง 3 ตัว ร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของความเครียดในการสอบความรู้ฯ เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ของนักศึกษาทันตแพทย์ ได้ร้อยละ 20.2

8. สามารถเขียนสมการพยากรณ์ ความเครียดในการสอบความรู้ฯ เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ของนักศึกษาทันตแพทย์ ได้ดังนี้

$$\text{ความเครียด} = 26.469 - 6.104(\text{เพศของนักศึกษาทันตแพทย์}) + 0.822(\text{การใช้เวลาในการเรียนและทำกิจกรรมเกี่ยวกับเรียน}) - 4.005(\text{ความพร้อมในการสอบความรู้ฯ})$$

อภิปรายผลการศึกษา

จากการศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดของนักศึกษาทันตแพทย์ในการสอบความรู้ฯ เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ในการอภิปรายผลการวิจัยจะนำเสนอตามลำดับวัตถุประสงค์ การวิจัย ดังนี้

จากการศึกษาความเครียดของนักศึกษาทันตแพทย์ โดยใช้แบบประเมินความเครียดของกรมสุขภาพจิต พ.ศ.2543 โดยให้นักศึกษาทำแบบประเมินความเครียดก่อนการสอบความรู้ฯ 2 สัปดาห์ พบว่านักศึกษาทันตแพทย์ ที่มีความเครียดอยู่ในระดับสูงกว่าปกติปานกลางถึงมาก ถึงร้อยละ 25.0 ของนักศึกษาทันตแพทย์ในกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นระดับความเครียดที่อาจมีผลต่อสุขภาพกายและสุขภาพจิต และอาจส่งผลกระทบต่อ การเรียนหรือการทำงาน แต่ระดับความเครียดนี้เกิดขึ้นจากบางเหตุการณ์ เช่น กำลังเผชิญกับภาวะวิกฤต และความขัดแย้ง (สุชีรา, 2548) การสอบความรู้ฯ เป็นการเปลี่ยนแปลงครั้งใหม่ จึงเสมือนกำลังเผชิญสภาวะวิกฤตของนักศึกษาทันตแพทย์ที่จะต้องสอบให้ผ่าน จึงทำให้เกิดสภาวะเครียดมากขึ้น สอดคล้องกับการศึกษาของ Yep (1996) และ Polychronopoulou (2001) ที่พบว่าความเครียดในนักศึกษาทันตแพทย์ เกิดจากการสอบวัดผลความรู้ การสอบตก และความต้องการที่จะจบการศึกษา

การศึกษานี้ พบว่านักศึกษาทันตแพทย์ชั้นปีที่ 2 มีความเครียดต่ำกว่า แต่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ และความพร้อมในการสอบความรู้ฯ มากกว่า นักศึกษาทันตแพทย์ชั้นปีที่ 3 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ อาจเกิดจากการที่ทันตแพทย์สภากำหนดข้อบังคับในการสอบความรู้ฯ ให้ผู้ที่เรียนครบตามหลักสูตรวิทยาศาสตรบัณฑิตพื้นฐาน สามารถขอสอบความรู้ฯ เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ได้ ซึ่งนักศึกษาทันตแพทย์ชั้นปีที่ 2 ตามหลักสูตรใหม่ของคณะทันตแพทยศาสตร์ ซึ่งเรียนครบหลักสูตรตามข้อบังคับของทันตแพทย์สภา สามารถสอบความรู้ฯ พร้อมกับนักศึกษาทันตแพทย์ชั้นปีที่ 3 ตามหลักสูตรเก่าได้ อาจเป็น

ผลให้ความเครียดในการสอบความรู้ต่ำกว่าเนื่องจากแม้จะสอบไม่ผ่านรายวิชาใดก็สามารถสอบได้อีกเมื่ออยู่ชั้นปีที่ 3 และจากแบบสอบถามปลายเปิด นักศึกษาทันตแพทย์ชั้นปีที่ 2 ระบุว่าการศึกษาที่มีการสอบประมวลความรู้ (Comprehensive) ก่อนการสอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม เป็นผลดีทำให้ได้ทบทวนความรู้ทั้งหมด มีผลให้เกิดความพร้อมในการสอบความรู้มากขึ้น ในขณะที่นักศึกษาทันตแพทย์ชั้นปีที่ 3 ไม่มีการสอบประมวลความรู้ (Comprehensive) เนื่องจากการเรียนตามหลักสูตรเก่า

พบความแตกต่างของเพศกับระดับความเครียด โดยนักศึกษาทันตแพทย์ชายมีความเครียดสูงกว่าและมีความพร้อมความรู้สูงกว่านักศึกษาทันตแพทย์หญิงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สอดคล้องกับการศึกษาของกาญจณี โชติชัยวิวงศ์กุล (2547) ที่ศึกษาปัจจัยบางประการที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของนักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 1 คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล พบว่า นักศึกษาทันตแพทย์ชายมีความเครียดสูงกว่านักศึกษาทันตแพทย์หญิง รวมทั้งการศึกษาของ Kumar และคณะ (2009) ศึกษา ในนักศึกษาทันตแพทย์ระดับชั้นพรีคลินิกของโรงเรียนทันตแพทย์ในอินเดีย พบว่า นักศึกษาทันตแพทย์ชายมีความเครียดสูงกว่านักศึกษาทันตแพทย์หญิง แต่กลับแตกต่างกับการศึกษาของ Barberia กับคณะ (2004) ที่ศึกษาในนักศึกษาทันตแพทย์ของสเปน และ Morse กับคณะ (2007) ศึกษาในนักศึกษาทันตแพทย์ของฟิจิ ซึ่งพบว่านักศึกษาทันตแพทย์หญิงมีความเครียดสูงกว่านักศึกษาทันตแพทย์ชาย จะเห็นได้ว่าผลการศึกษามีความหลากหลาย ทั้งนี้อาจจะเกิดจากความแตกต่างของปัจจัยต่างๆที่เกี่ยวข้องในแต่ละภูมิภาค เช่น วัฒนธรรม ความเชื่อ ขนบธรรมเนียมประเพณี รวมทั้งบทบาทของแต่เพศในสังคมนั้นๆ เป็นต้น

นักศึกษาทันตแพทย์ที่ใช้เวลาในการเรียนและทำกิจกรรมเกี่ยวกับการเรียน มากกว่า 10 ชั่วโมงต่อวัน มีความเครียดสูงกว่าแต่มีความพร้อมในการสอบน้อยกว่านักศึกษาทันตแพทย์ที่ใช้เวลาในการเรียนและทำกิจกรรมเกี่ยวกับเรียน น้อยกว่าหรือเท่ากับ 10 ชั่วโมงต่อวัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จากการตอบแบบสอบถามปลายเปิด นักศึกษาทันตแพทย์ได้ระบุว่านอกจากการเรียนตามตารางเรียนตามปกติ และการฝึกปฏิบัติทักษะตามวิชาชีพทันตกรรมในห้องปฏิบัติการแล้ว จะต้องใช้เวลาในตอนเย็นหลังเลิกเรียนเพื่อทำชิ้นงานที่ได้รับมอบหมายจากการเรียนในห้องปฏิบัติการมาทำต่อให้เสร็จ เพื่อสามารถส่งชิ้นงานได้ทันตามเวลาที่กำหนด และเพื่อสามารถทำชิ้นงานชิ้นต่อไปได้ ในกรณีที่มิชิ้นงานค้างจากการไม่ผ่านมาตรฐานของอาจารย์ผู้ตรวจ นักศึกษาทันตแพทย์ก็จะต้องใช้เวลาหลังเลิกเรียนจนถึงเพื่อทำชิ้นงานเหล่านั้นให้เสร็จ ทำให้มีเวลาในการอ่านหนังสือเพื่อเตรียมสอบมีน้อยลง หรือไม่มีเลย จึงเป็นสาเหตุให้เกิดความเครียดสูงขึ้น และความพร้อมในการสอบน้อยลง จากศึกษานี้ได้พบความสัมพันธ์ของความเครียดกับการใช้เวลาในการเรียนและทำกิจกรรมเกี่ยวกับการเรียน จำนวนชั่วโมงที่ใช้ในการนอน และจำนวนชั่วโมงที่ใช้ในการพักผ่อนหย่อนใจ นักศึกษาทันตแพทย์ที่ได้มีการออกกำลังกายและทำกิจกรรมพักผ่อนหย่อนใจ มากกว่า 3 ชั่วโมงต่อวัน จะมีความเครียดต่ำกว่านักศึกษาทันตแพทย์ที่ได้มีการออกกำลังกายและทำกิจกรรมพักผ่อนหย่อนใจ ไม่เกิน 3 ชั่วโมงต่อวัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สอดคล้องกับการศึกษาของปิยะนารถ จันทราโชติวิทย์ และคณะ (2539) ที่พบว่าปัจจัยหนึ่งที่มีผลให้เกิดความเครียดของนักศึกษาแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ คือการไม่เล่นกีฬา จะเห็นว่าการออกกำลังกายมีความจำเป็นต่อสุขภาพกายและสุขภาพจิต จากผลการวิจัยต่างๆชี้ชัดว่า การออกกำลังกายช่วยลดอาการทางจิตได้หลายอาการ ไม่ว่าจะเป็นความเครียดหรือซึมเศร้า ทั้งยังป้องกันการกลับเป็นซ้ำได้ด้วย

(ประกอบ, 2009) โดยกิจกรรมพักผ่อนหย่อนใจ เมื่อรู้สึกเครียด ได้แก่ การเล่นกับสัตว์เลี้ยง ฟังเพลง ดูโทรทัศน์ อ่านหนังสืออ่านเล่น ปลูกต้นไม้ เดินช้อปปิ้ง ผักเดินรำ ไปดูภาพยนตร์ หรือ สักสกร์กับเพื่อนฝูง ไปเที่ยวชายหาด ล่องเรือ เที่ยวชมป่าเขา เป็นต้น ซึ่งเป็นการพักผ่อน และเติมพลังให้ชีวิต (กรมสุขภาพจิต, 2009)

จากการศึกษานี้ พบว่า เพศของนักศึกษาทันตแพทย์ การใช้เวลาในการเรียนและทำกิจกรรมเกี่ยวกับเรียน และความพร้อมในการสอบความรู้ สามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของความเครียดในการสอบความรู้ เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ของนักศึกษาทันตแพทย์ ได้ร้อยละ 20.2 ซึ่งยังไม่สามารถอธิบายความแปรปรวนของความเครียดในการสอบความรู้ เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ของนักศึกษาทันตแพทย์ ได้มากนัก ทั้งนี้อาจเกิดจากยังมีปัจจัยอื่นๆ อีกที่ยังไม่ได้ทำการศึกษา เช่น หลักสูตร ตารางการเรียนการสอน ความสัมพันธ์ของนักศึกษาทันตแพทย์กับครอบครัว กับเพื่อนทั้งในขณะเดียวกัน และต่างคณะ ความคาดหวังของครอบครัว และสังคม เป็นต้น

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะสำหรับงานวิจัยไปใช้

1. จากการวิจัย พบว่า ปัจจัยหนึ่งที่สามารถลดความเครียดของนักศึกษาทันตแพทย์ ได้แก่ การออกกำลังกาย และการพักผ่อนหย่อนใจ ดังนั้นนักศึกษาทันตแพทย์ควรจัดเวลาเพื่อผ่อนคลายความตึงเครียดจากการเรียน โดยการออกกำลังกายหรือพักผ่อนหย่อนใจ อย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 ชั่วโมง
2. การที่นักศึกษาทันตแพทย์ใช้เวลาในการเรียนและทำกิจกรรมเกี่ยวกับการเรียนมากกว่าหรือเท่ากับ 10 ชั่วโมงต่อวัน จะมีผลในการเพิ่มความเครียดให้นักศึกษาทันตแพทย์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้ากิจกรรมการเรียนนั้นไม่ส่งเสริมให้เกิดความพร้อมในการสอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ดังนั้นนักศึกษาทันตแพทย์ควรมีการวางแผนการใช้เวลาในการกิจกรรมการเรียน เช่น การทำชิ้นงานการปฏิบัติการต่างๆ ให้เหมาะสม เพื่อจะมีเวลาในการทบทวนบทเรียนด้วย
3. จากการตอบแบบสอบถามปลายเปิด นักศึกษาทันตแพทย์ได้ให้ข้อมูลในส่วนของระยะเวลาการเตรียมตัวในการอ่านหนังสือว่ามีระยะเวลาสั้นเกินไป ดังนั้นควรจัดตารางการเรียนการสอน และการสอบในภาคเรียนปกติ ให้เสร็จก่อนสอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ให้นานพอสมควรเพื่อให้ทันตแพทย์ได้มีเวลาในการอ่านหนังสือ และการจัดตัวการสอบได้มากขึ้น

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาตัวแปรด้านอื่น ๆ ที่อาจส่งผลให้เกิดความเครียดของนักศึกษาทันตแพทย์ เช่น หลักสูตรการเรียนการสอน สัมพันธภาพระหว่างอาจารย์ที่ปรึกษากับนักศึกษาทันตแพทย์ เป็นต้น
2. ควรศึกษาตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ความเครียดในการสอบการความรู้ฯ เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ของนักศึกษาทันตแพทย์ ได้แก่ ความพร้อมในด้านต่างๆ เช่น ด้านการเรียน ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และสัมพันธภาพกับบุคคลรอบข้าง
3. ควรศึกษาเปรียบเทียบความเครียดในการสอบการความรู้ฯ เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ของนักศึกษาทันตแพทย์ กับมหาวิทยาลัยอื่นๆ

บรรณานุกรม

- กรมสุขภาพจิต. (2543). *คู่มือคลายเครียด*. กรุงเทพฯ: กระทรวงสาธารณสุข.
- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2009). การพักผ่อนหย่อนใจ Retrieved 08.06, 2009, from http://www.thaiparents.com/hf_relax.html
- กาญจณี โชติชัยวิวงศ์กุล. (2547). ปัจจัยบางประการที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของนักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 1 คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล. Unpublished สารนิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาพัฒนาการ), มหาวิทยาลัยมหิดล.
- กุลชยา ทะนงศักดิ์. (2550). การรับรู้ความเครียดในนักศึกษาทันตแพทย์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์. Unpublished Junior Project ทันตแพทยศาสตรบัณฑิต, สงขลานครินทร์.
- ชัยวัชร อภิวัตนสิริ และคณะ. (2550). ความเครียด และการจัดการความเครียด ของนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิก มหาวิทยาลัยขอนแก่น. *ศรีนครินทร์เวชสาร*, 22(4), 416-424.
- ชุมศักดิ์ อินทร์รักษ์. (2531). บทบาทของสถาบันการศึกษาในปัจจุบันกับการพัฒนาสังคม. *วารสารศึกษาศาสตร์ (มอ.)*, 4(11(ก.พ.-พ.ค.31)), 1-12.
- ดวงมณี จงรักษ์. (2549). ความเครียด กลวิธีเผชิญความเครียดและปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับกลวิธีเผชิญความเครียดของนักศึกษามหาวิทยาลัย. *ว.สงขลานครินทร์ ฉบับสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์*, 12(1), 77-96.
- ทันตแพทยสภา. (2538). บังคับทันตแพทย์สภาว่าด้วยจรรยาบรรณแห่งวิชาชีพทันตกรรม พ.ศ. 2538. Retrieved 28 สิงหาคม 2551, from <http://www.dentalcouncil.or.th/content/ethic/index.php>
- ทันตแพทยสภา. (2551). ระเบียบทันตแพทย์สภา ว่าด้วยการปฏิบัติในการสอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม พ.ศ.2551 Retrieved สิงหาคม, 2552, from
- ทัศนวรรณ ปานศิริอาษา. (2547). ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการสอบใบประกอบโรคศิลป์ ของนักศึกษาพยาบาล มหาวิทยาลัยคริสเตียน จังหวัดนครปฐม. Unpublished การศึกษามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ทินกร เงินอ่อน. (2550). การรับรู้และความต้องการของประชาชนต่อการมีส่วนร่วมในการจัดการศึกษาส่วนท้องถิ่นขององค์การบริหารส่วนตำบลอำเภอสรรคบุรี จังหวัดชัยนาท. Unpublished ครุศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยราชภัฏอุตรธานี.
- เชียรชัย งามทิพย์วัฒนา และคณะ. (2543). ความเครียดและรูปแบบการแก้ปัญหาของนักศึกษาแพทย์ ชั้นปีที่ 3 คณะแพทยศาสตร์ ศิริราชพยาบาล. *วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย ปีที่ 45 (ฉบับที่ 1 มกราคม - มีนาคม)*, 59-69.
- นพ.มล.สมชาย จักรพันธุ์. (2551). ความเครียด...บางอย่างที่คุณควรรู้ Retrieved สิงหาคม 2551, 2551, from <http://medinfo2.psu.ac.th/cancer/data/03/strain.htm>
- นันท์นิจ สุภมมงคล. (2547). ความวิตกกังวล การสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีในการเผชิญปัญหาของนิสิต

นักศึกษา. Unpublished วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, .

ผศ.ดร.นพ.ประกอบ ผู้วิบูลย์สุข. (2009). ออกกำลังกายคลายเครียดบรรเทาเครียด. Retrieved 21.05.2009, 2009, from www.BangkokHealth.com ออกกำลังกายคลายเครียดบรรเทาเครียด.mht

ภริดา วิริยวงศกร. (2547). ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับความเครียดของนักศึกษาปริญญาตรี มหาวิทยาลัยรามคำแหง. Unpublished ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยรามคำแหง.

ไม่ปรากฏนาม. (2551). แนวคิดทางจิตวิทยาเกี่ยวกับแรงจูงใจ. Retrieved 9 กันยายน, 2551, from <http://www.krirk.ac.th/education/article10.htm>

ไม่ปรากฏนาม. (2551). องค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน. Retrieved 2 ก.ย.2551, 2551, from <http://www.lei2.obec.go.th/kpn2550/part1.pdf>

รองศาสตราจารย์ ดร.บุญสม ศิริบำรุงสุข. (2551). ปฐมนิเทศและเตรียมความพร้อมทางวิชาการสำหรับนักศึกษาใหม่ ปีการศึกษา 2551 Retrieved 23 ส.ค. 2551, 2551, from http://www.psu.ac.th/index.php?option=com_content&task=view&id=1724&Itemid=5

รุ่งทิพย์ โพธิ์ขุ่ม. (2544). ต้นเหตุความเครียด ระดับความเครียดและวิธีเผชิญความเครียดในนักศึกษาพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล. วารสารจิตวิทยาคลินิก, 32(2), 14-27.

สมคิด หมอกมีด. (2550). การรับรู้ของบุคลากรในด้านการจัดการทรัพยากรมนุษย์ของภาควิชาอายุรศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. Unpublished รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยบูรพา.

สุชีรา ภัทรายุตวรรตน์. (2548). คู่มือการวัดทางจิตวิทยา. กรุงเทพฯ: เมดิคัล มีเดีย.

สุบิน ยุระรัช. (2551). ทฤษฎีการวัดทัศนคติ (Theory of Attitude Measurement). Retrieved 9 กันยายน, 2551, from <http://www.bloggang.com/mainblog.php?id=inthedark&month=27-06-2007&group=2&gblog=27>

สุวัชรีย์ เดชาธอมร. (2545). ความรู้และทัศนคติของบุคลากรเกี่ยวกับการพัฒนาและรับรองคุณภาพโรงพยาบาล : กรณีศึกษาโรงพยาบาลหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์. Unpublished วิทยานิพนธ์ รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยบูรพา.

อารี นุ้ยบ้านดำน และคณะ. (2548). ผลของการฝึกปฏิบัติสมาธิแบบวิปัสสนากรรมฐานต่อความเครียดและระดับสติ ของนักศึกษาพยาบาล มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์. Unpublished งานวิจัยประเภททั่วไป มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.

bangkok hospital. (2008). ความเครียด (Stress & Anxiety). Retrieved 16 AUG, 2008, from <http://www.thaitravelhealth.com/blog/stress-anxiety/>

Barbería E, Fernández-Frías C, Suárez-Clúa C, & D., S. (2004). Analysis of anxiety variables in dental students. *Int Dent J*, 54 (6)(Dec), 445-449.

Best J. (1997). *research in education*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

Daniel W.W. (1994). *Biostatistics: a foundation for analysis in the Sixth edition*. New York: Oxford

University Press.

- Kumar S, Dagli RJ, Mathur A, Jain M, Prabu D, & Kulkarni S. (2009). Perceived sources of stress amongst Indian dental students. *Eur J Dent Educ*, 13(1)(Feb), 39-45.
- Morse Z, & Dravo U. (2007). Stress levels of dental students at the Fiji School of Medicine. *Eur J Dent Educ*, 11(2)(May), 99-103.
- Polychronopoulou A, & Divarisk. (2001). Perceived source of stress among Greek dental students. *J Dent Educ.*, 69, 687-692.
- Xomega. (2551). ทฤษฎีจิตวิเคราะห์. Retrieved 15 สิงหาคม, 2551, from <http://www.bloggang.com/viewblog.php?id=psychologist&date=27-01-2008&group=5&gblog=1>
- Yap AU, Bhole S, & CS., T. (1996). A cross-cultural comparison of perceived sources of stress in the dental school environment. *J Dent Educ.*, May;60(5), 459-464.

ภาคผนวก ก

แบบสอบถาม

เรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดของการสอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ของนักศึกษาทันตแพทย์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

คำชี้แจง

1. แบบสอบถามนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการสอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทันตกรรม ของนักศึกษาทันตแพทย์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
2. แบบสอบถามแบ่งเป็น 6 ส่วน ได้แก่
 - ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล
 - ส่วนที่ 2 แบบประเมินความเครียด
 - ส่วนที่ 3 แบบสอบถามแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ในการสอบความรู้
 - ส่วนที่ 4 แบบสอบถามทัศนคติต่อการสอบความรู้
 - ส่วนที่ 5 แบบสอบถามการรับรู้ข้อมูลเกี่ยวกับการสอบความรู้
 - ส่วนที่ 6 แบบสอบถามความพร้อมในการสอบความรู้
3. โปรดตอบแบบสอบถามทุกข้อให้ตรงกับความคิดเห็นและความรู้สึกของท่านมากที่สุด
4. ผู้วิจัยขอรับรองว่าจะใช้ข้อมูลของท่านเพื่อประโยชน์ในการวิจัยเท่านั้น และจะไม่มีผลเสียหาใด ๆ ต่อท่านทั้งสิ้น ซึ่งคำตอบจะเป็นความลับและเสนอวิเคราะห์ข้อมูลเป็นภาพรวม

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล วันที่กรอกแบบสอบถาม.....

1. นักศึกษาทันตแพทย์ ชั้นปีที่ 2. เพศ ชาย หญิง 3. อายุ ปี
4. ผลการศึกษา (GPA) เฉลี่ย 1.00 – 2.00 2.01 – 3.00 3.01 – 4.00
5. การพักอาศัย อยู่กับครอบครัว อยู่คนเดียว อยู่กับเพื่อน อื่นๆ
6. ท่านใช้เวลาเรียนตามตารางเรียนและทำกิจกรรมเกี่ยวกับการเรียน วันละ ชั่วโมง
7. ท่านใช้เวลาในการนอนเฉลี่ย วันละ ชั่วโมง ใช้เวลาออกกำลังกาย เฉลี่ยสัปดาห์ละ ชั่วโมง
8. ท่านใช้เวลาการทำกิจกรรมพักผ่อนหย่อนใจ เช่น ดูหนัง ฟังเพลง ซอปปิ้ง อ่านหนังสืออ่านเล่น ฯลฯ วันละ ชั่วโมง

ส่วนที่ 2 แบบประเมินความเครียด

ในระยะเวลา 2 เดือนที่ผ่านมา ท่านมีอาการ พฤติกรรม หรือความรู้สึกต่อไปนี้มากน้อยเพียงใด โปรดทำเครื่องหมายลงในช่องที่แสดงระดับอาการที่เกิดขึ้นกับตัวท่าน ตามความเป็นจริงมากที่สุด

ข้อ	อาการ พฤติกรรม หรือความรู้สึก	ไม่เคยเลย	เป็นครั้งคราว	เป็นบ่อยๆ	เป็นประจำ
1	นอนไม่หลับเพราะคิดมากหรือกังวลใจ				
2	รู้สึกหงุดหงิด รำคาญใจ				
3	ทำอะไรไม่ได้เลย เพราะประสาทตึงเครียด				
4	มีความวุ่นวายใจ				
5	ไม่อยากพบปะผู้คน				
6	ปวดหัวข้างเดียว หรือปวดบริเวณขมับทั้ง 2 ข้าง				
7	รู้สึกไม่มีความสุขและเศร้าหมอง				
8	รู้สึกหมดหวังในชีวิต				
9	รู้สึกว่าชีวิตตนเองไม่มีคุณค่า				
10	กระวนกระวายอยู่ตลอดเวลา				
11	รู้สึกว่าตนเองไม่มีสมาธิ				
12	รู้สึกเพื่อยจนไม่มีแรงจะทำอะไร				
13	รู้สึกเหนื่อยหน่ายไม่อยากทำอะไร				
14	มีอาการหัวใจเต้นแรง				
15	เสียงสั่น ปากสั่น หรือมือสั่นเวลาไม่พอใจ				
16	รู้สึกกลัวผิดพลาดในการทำสิ่งต่าง ๆ				
17	ปวดหรือเกร็งกล้ามเนื้อบริเวณท้ายทอย หลัง หรือไหล่				
18	ตื่นตื่นง่ายกับเหตุการณ์ที่ไม่คุ้นเคย				
19	มีเหงงหรือเวียนศีรษะ				
20	ความสุขทางเพศลดลง				

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ในการสอบความรู้เพื่อขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้

ประกอบวิชาชีพทันตกรรม

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ในการสอบในการสอบความรู้ฯ
โปรดอ่านข้อความในแบบสอบถามแล้วพิจารณาว่าข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นและสภาพ
ความเป็นจริงของนักศึกษาในระดับใดมากที่สุดเพียงระดับเดียว โดยทำเครื่องหมาย X ลงในช่อง
ท้ายข้อความเพียงช่องเดียวเท่านั้น โดยพิจารณาจากเกณฑ์ ซึ่งแบ่งเป็น 5 ระดับ ดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นสอดคล้องกับความคิดเห็นของนักศึกษามากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นสอดคล้องกับความคิดเห็นของนักศึกษามาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นสอดคล้องกับความคิดเห็นของนักศึกษาพอสมควร
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นสอดคล้องกับความคิดเห็นของนักศึกษาน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นสอดคล้องกับความคิดเห็นของนักศึกษาน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อย ที่สุด
1	ข้าพเจ้าพยายามตั้งใจสอบความรู้ฯ เพื่อจะได้ ประสบความสำเร็จตามที่มุ่งหวังไว้					
2	เมื่อไม่เข้าใจในเรื่องใด ข้าพเจ้าจะพยายาม ค้นคว้าทำความเข้าใจโดยไม่ย่อท้อ					
3	หากข้าพเจ้าประสบความสำเร็จเล็กน้อยในการสอบ ความรู้ฯ ข้าพเจ้าจะไม่ท้อแท้					
4	ข้าพเจ้าไม่ได้ตั้งความหวังในการสอบความรู้ฯ ครั้งนี้ ว่าสามารถสอบผ่าน					
5	ข้าพเจ้าเห็นด้วยกับคำกล่าวที่ว่า “ความพยายาม อยู่ที่ไหน ความสำเร็จอยู่ที่นั่น” และลงมือ ปฏิบัติตามความเชื่อดังกล่าว					
6	ข้าพเจ้าตระหนักถึงความสำคัญของการสอบ ความรู้ฯ ตลอดเวลา					
7	ข้าพเจ้ามีความกระตือรือร้นในการสอบ ความรู้ฯ					
8	ข้าพเจ้าใช้ความพยายามในการสอบความรู้ฯ ครั้งนี้อย่างเต็มความสามารถ					
9	ข้าพเจ้ามีความมุ่งมั่นที่จะสอบความรู้ฯ ให้ผ่าน					

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามทัศนคติต่อการสอบความรู้

คำชี้แจง ให้นักศึกษาอ่านข้อความด้านซ้ายมือ แล้วพิจารณาว่าข้อความแต่ละข้อนั้นตรงกับความคิดเห็นนักศึกษามากที่สุดแล้วทำเครื่องหมาย X ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของนักศึกษา

เห็นด้วยอย่างยิ่ง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของนักศึกษามากที่สุด

เห็นด้วย หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของนักศึกษาเป็นส่วนใหญ่

เฉยๆ หมายถึง นักศึกษาไม่มีความคิดเห็นกับข้อความนั้น

ไม่เห็นด้วย หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของนักศึกษาน้อย

ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของนักศึกษาน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	เฉยๆ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วยอย่าง ยิ่ง
1	การสอบความรู้ฯ ช่วยเพิ่มความรู้มากขึ้น					
2	การสอบความรู้ฯ มีประโยชน์ต่อการทำงาน ด้านทันตสาธารณสุข					
3	การสอบความรู้ฯ ไม่มีความสำคัญกับข้าพเจ้า เลย					
4	การสอบความรู้ฯ ไม่มีมาตรฐานในการสอบ					
5	การสอบความรู้ฯ มีประโยชน์ต่อสังคม					
6	การสอบความรู้ฯ สร้างมาตรฐานให้แก่วิชา ชีฟทันตกรรม					
7	รู้สึกภูมิใจที่การสอบความรู้ฯ เป็นที่ยอมรับใน สังคม					
8	ไม่ควรให้มีการสอบความรู้ฯ					
9	รู้สึกเบื่อหน่าย ในการสอบความรู้ฯ					
10	การสอบความรู้ฯ ผ่านทำให้มีเกียรติ					
11	การสอบความรู้ฯ ผ่านทำให้มั่นใจในวิชาชีฟ					
12	การสอบความรู้ฯ ผ่าน ไม่มีผลต่อการเป็น ทันตแพทย์ที่ดี					
13	การสอบความรู้ฯ ผ่าน ไม่ได้แสดงถึงความเก่งใน วิชาชีฟของทันตแพทย์					

ส่วนที่ 5 แบบสอบถามการรับรู้ข้อมูลเกี่ยวกับการสอบความรู้ฯ

โปรดอ่านข้อความในแบบสอบถามแล้วพิจารณาว่าข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นและสภาพเป็นจริงของนักศึกษาในระดับใดมากที่สุดเพียงระดับเดียว โดยทำเครื่องหมาย X ลงในช่องท้ายข้อความเพียงช่องเดียวเท่านั้น

ข้อ	ข้อความ	จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
1	ข้าพเจ้าได้รับข้อมูลเกี่ยวกับการสอบความรู้จากทางคณะทันตแพทยศาสตร์					
2	ข้าพเจ้าติดตามข่าวสารเกี่ยวกับการสอบความรู้ฯ จากแหล่งข่าวอื่น ๆ นอกเหนือจากที่ได้รับจากคณะทันตแพทยศาสตร์ด้วย					
3	คณะทันตแพทยศาสตร์ได้จัดป้ายนิเทศเพื่อให้ข้อมูลข่าวสาร ด้านการสอบความรู้ฯ เป็นประจำ					
4	คณะทันตแพทยศาสตร์ได้จัดให้มีบริการให้คำปรึกษาแก่นักศึกษาเกี่ยวกับการสอบความรู้ฯ					
5	คณะทันตแพทยศาสตร์ได้จัดให้มีบริการสนทนาแนะแนว การสอบความรู้ฯ ให้แก่นักศึกษา					
6	คณะทันตแพทยศาสตร์มีการจัดทำคู่มือต่าง ๆ เกี่ยวกับการสอบความรู้					
7	คณะทันตแพทยศาสตร์ให้ความช่วยเหลือแก่นักศึกษาในด้านข้อมูลเกี่ยวกับการสอบความรู้ฯ เป็นอย่างมาก					
8	ข้อมูลและรายละเอียดในการสอบความรู้ฯ ยังไม่ชัดเจน					

ส่วนที่ 6 แบบสอบถามความพร้อมในการสอบความรู้ฯ

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามความพร้อมในการสอบความรู้ฯ โปรดอ่านข้อความในแบบสอบถาม แล้วพิจารณาว่าข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นและสภาพเป็นจริงของนักศึกษาในระดับใดมากที่สุดเพียงระดับเดียว โดยทำเครื่องหมาย X ลงในช่องทำข้อความเพียงช่องเดียวเท่านั้น

ข้อ	ข้อความ	จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
1	ข้าพเจ้ามีเวลาสำหรับการเตรียมตัวในการสอบความรู้ฯ น้อยเกินไป					
2	ข้าพเจ้าไม่รู้ขอบเขตของเนื้อหาที่จะใช้สอบความรู้ฯ					
3	ข้าพเจ้าไม่ได้จัดตารางเวลาในการอ่านหนังสือเพื่อเตรียมสอบความรู้ฯ					
4	ข้าพเจ้าตั้งใจอ่านหนังสืออย่างเต็มที่					
5	คณะทันตแพทยศาสตร์จัดติวการสอบความรู้ฯ ให้นักศึกษา					
6	ข้าพเจ้ามีการติวการสอบความรู้ฯ กับเพื่อน					
7	มีเนื้อหาที่ต้องอ่านมากจนอ่านไม่ทัน					
8	ข้าพเจ้าบริหารเวลาได้อย่างมีประสิทธิภาพ					
9	ข้าพเจ้ามีความรู้เพียงพอในการสอบความรู้ฯ แล้ว					
10	ข้าพเจ้าอยากให้อีกวันสอบความรู้ฯ เร็วๆ					
11	ข้าพเจ้ามั่นใจในมาตรฐานความรู้ของคณะทันตแพทยศาสตร์ ม.อ.					
12	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าคุณเองมีความรู้ไม่พอ					
13	ข้าพเจ้ามีความพร้อมอย่างเต็มที่ในการสอบความรู้ฯ					

ภาคผนวก ข

ประวัติผู้วิจัย

นางภัทรารักษ์ หงสตาตร์

ตำแหน่ง เจ้าหน้าที่วิจัย

สถานที่ทำงาน ฝ่ายทันตสาธารณสุขชนบทภาคใต้ คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
สถานที่ติดต่อ ฝ่ายทันตสาธารณสุขชนบทภาคใต้ คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
อำเภอ หาดใหญ่ จังหวัดสงขลา 90112

E-mail address: pataraporn.y@psu.ac.th

ประวัติการศึกษาระดับอุดมศึกษา

- วิทยาศาสตร์บัณฑิต วท.บ. ชีววิทยา 2536 มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
- รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต รป.ม. 2549 มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

ประสบการณ์การทำงาน

เริ่มเข้ารับราชการปี 2537 ถึงปัจจุบัน

ณ ฝ่ายทันตสาธารณสุขชนบทภาคใต้ คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

ผลงานวิชาการ

บทความวิจัยตีพิมพ์ในวารสารวิชาการ

- รัชดา ตันติสารศาสตร์, งามพิศ อักษรไพโร-ซิกส์ และ ภัทรารักษ์ หงสตาตร์ ความพึงพอใจของผู้รับบริการต่อการพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนในคลินิกรวม คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ว. ทันต ปีที่ 50 ฉบับที่ 5 ก.ย. – ต.ค. 2543
- วรธนะ พิธพรชัยกุล และคณะ. (2552). กิจกรรมการแปร่งฟันและปัจจัยที่เกี่ยวข้องในโรงเรียนประถมศึกษา จังหวัดสงขลา ประเทศไทย. *วิทยาสารทันตแพทยศาสตร์* ปีที่ 59 (ฉบับที่ 3 กรกฎาคม - กันยายน), 190-199. (วรธนะ พิธพรชัยกุล, เสมอจิต พิธพรชัยกุล, อังคณา เขียวมนตรี, ทรงชัย จิตโสสมกุล, นุชนรี อัครชนียากร, วาสิ ชูคดี, ภัทรารักษ์ หงสตาตร์ และนงนุช อากาศสุวรรณ)
