

ภาคผนวก ก

การพิทักษ์สิทธิของผู้เข้าร่วมในงานวิจัย

ในการพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้แนะนำตัว และบอกวัตถุประสงค์ของการวิจัย รวมทั้งสิทธิของกลุ่มตัวอย่างดังนี้

สวัสดิ์คะ ดิฉันชื่อ นางสาวรัตนา รองสวัสดิ์ เป็นนักศึกษาพยาบาลปริญญาโท มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ สนใจศึกษาการประเมินความเครียดและวิธีการเผชิญความเครียดของพยาบาลที่ให้การดูแลผู้ติดเชื้อเอชไอวีและผู้ป่วยเอดส์ ในโรงพยาบาลศูนย์และโรงพยาบาลเครือข่ายภาคใต้ เพื่อเป็นแนวทางในการลดความเครียดและส่งเสริมให้พยาบาลมีการเผชิญความเครียดได้อย่างเหมาะสมในขณะให้การดูแลผู้ติดเชื้อเอชไอวีและผู้ป่วยเอดส์ต่อไป จึงอยากขอความร่วมมือช่วยตอบแบบสอบถามจำนวน 1 ชุด ประกอบด้วยแบบสอบถาม 3 ส่วนดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามการประเมินความเครียดของพยาบาลที่ให้การดูแลผู้ติดเชื้อเอชไอวีและผู้ป่วยเอดส์

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามการเผชิญความเครียดของพยาบาลที่ให้การดูแลผู้ติดเชื้อเอชไอวีและผู้ป่วยเอดส์

ซึ่งจะใช้เวลาในการตอบแบบสอบถามประมาณ 15-20 นาทีหรือถ้าหากท่านมีข้อสงสัยขณะที่ท่านตอบแบบสอบถามท่านสามารถติดต่อมาได้ที่ 04-0672890 และคำตอบที่ได้รับจากท่าน ดิฉันจะเก็บเป็นความลับและนำมาใช้ในการวิจัยครั้งนี้เท่านั้น โดยการตัดสินใจที่เข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้เป็นสิทธิ์ของคุณทั้งหมดและระหว่างตอบแบบสอบถามหากคุณไม่พอใจหรือไม่ต้องการตอบคำถามอีกต่อไปคุณสามารถปฏิเสธได้ โดยจะไม่มีผลกระทบใด ๆ ต่อตัวท่านและผู้ที่เกี่ยวข้อง

ขอขอบคุณ

นางสาว รัตนา รองสวัสดิ์

นักศึกษาพยาบาลปริญญาโท สาขาการพยาบาลผู้ใหญ่

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

ภาคผนวก ข

เครื่องมือสำหรับการเก็บข้อมูล

เลขที่แบบสอบถาม.....

สถานที่.....

วันที่.....

เรื่อง การประเมินความเครียดและการเผชิญความเครียดของพยาบาลที่ให้การดูแลผู้ติดเชื้อ
เอชไอวีและผู้ป่วยเอดส์

ประกอบด้วยแบบสอบถาม 3 ส่วน คือ

1. ข้อมูลทั่วไป
2. แบบสอบถามการประเมินความเครียดของพยาบาลที่ให้การดูแลผู้ติดเชื้อเอชไอวีและ
ผู้ป่วยเอดส์
3. แบบสอบถามวิธีการเผชิญความเครียดของพยาบาลที่ให้การดูแลผู้ติดเชื้อเอชไอวีและ
ผู้ป่วยเอดส์

ส่วนที่ 1 : แบบบันทึกข้อมูลทั่วไป

คำชี้แจง : โปรดเติมข้อความในช่องว่างหรือทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน () หน้าข้อความ
ที่ตรงกับความเป็นจริงเกี่ยวกับตัวท่าน

1. เพศ

<input type="checkbox"/> 1 ชาย	<input type="checkbox"/> 2 หญิง
--------------------------------	---------------------------------
2. อายุ....ปี
3. สถานภาพสมรส

<input type="checkbox"/> 1 โสด	<input type="checkbox"/> 2 คู่	<input type="checkbox"/> 3 หม้าย หย่า แยกกันอยู่
--------------------------------	--------------------------------	--
4. ศาสนา

<input type="checkbox"/> 1 พุทธ	<input type="checkbox"/> 2 อิสลาม	<input type="checkbox"/> 3 คริสต์
---------------------------------	-----------------------------------	-----------------------------------
5. ระดับการศึกษาสูงสุด

<input type="checkbox"/> 1ปริญญาตรี	<input type="checkbox"/> 2 ปริญญาโท	<input type="checkbox"/> 3 ประกาศนียบัตร(เทียบเท่าปริญญาตรี)
-------------------------------------	-------------------------------------	--
6. หน่วยงานที่ท่านทำงานในปัจจุบัน

<input type="checkbox"/> 1 หอผู้ป่วยอายุรกรรม	<input type="checkbox"/> 2 คลินิกอายุรกรรม
<input type="checkbox"/> 3 คลินิกเวชปฏิบัติ	<input type="checkbox"/> 4 คลินิกพิเศษ/คลินิกนิรนาม
<input type="checkbox"/> 5 ศูนย์สุขภาพชุมชน	<input type="checkbox"/> 6 อื่น ๆ (ระบุ)
7. ประสบการณ์การทำงานในวิชาชีพ.....ปี
8. ประสบการณ์ในการดูแลผู้ที่ติดเชื้อเอชไอวีและผู้ป่วยเอดส์.....ปี
9. ประสบการณ์การอบรมเรื่องโรคเอดส์และการดูแลผู้ป่วยเอดส์

<input type="checkbox"/> 1 เคย	<input type="checkbox"/> 2 ไม่เคย
--------------------------------	-----------------------------------
10. ประสบการณ์ในการอบรมเรื่องการจัดการความเครียด

<input type="checkbox"/> 1 มี	<input type="checkbox"/> 2 ไม่มี
-------------------------------	----------------------------------
11. ลักษณะงานที่ท่านต้องรับผิดชอบโดยตรง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

<input type="checkbox"/> 1 ให้คำปรึกษาผู้ป่วยก่อนและหลังเจาะเลือด
<input type="checkbox"/> 2 เยี่ยมบ้าน
<input type="checkbox"/> 3 ดูแลผู้ป่วยในคลินิก
<input type="checkbox"/> 4 ดูแลผู้ป่วยในชุมชน
<input type="checkbox"/> 5 ติดตามผู้ป่วยที่ได้รับยาต้านไวรัส
<input type="checkbox"/> 6 อื่น ๆ (ระบุ).....

12. ปัญหาที่พบบ่อยและเป็นความยุ่งยากในการดูแลผู้ติดเชื้อเอชไอวีและผู้ป่วยเอดส์มากที่สุด
คือ.....
.....
.....
.....

**ส่วนที่ 2 : แบบสอบถามการประเมินความเครียดของพยาบาลที่ให้การดูแลผู้ติดเชื้อ
เอชไอวีและผู้ป่วยเอดส์**

คำชี้แจง : แบบสอบถามมีจำนวนข้อ 30 ข้อและต้องการสอบถามถึงเหตุการณ์จากประสบการณ์ด้านการปฏิบัติการพยาบาลที่ทำให้ท่านประเมินว่าเป็นความเครียดที่เกิดจากการดูแลผู้ติดเชื้อเอชไอวีและผู้ป่วยเอดส์ ขอให้ท่านพิจารณาว่ามีเหตุการณ์ต่อไปนี้เกิดขึ้นกับท่านหรือไม่ และถ้ามีท่านคิดว่าเหตุการณ์นั้นก่อให้เกิดความเครียดหรือไม่และประเมินว่าเรื่องดังกล่าวก่อให้เกิดความเครียดลักษณะใดระดับไหนโดยทำเครื่องหมาย \checkmark ลงในช่องข้อความของแต่ละข้อความในตอนที่ 1, 2 และในตอนที่ 3 ให้ตรงกับความเป็นจริงของท่านมากที่สุดเกณฑ์การให้คะแนนมีดังนี้

ตอนที่ 1 การประเมินประสบการณ์ด้านการปฏิบัติการพยาบาลผู้ติดเชื้อเอชไอวีและผู้ป่วยเอดส์

มี	หมายถึง	มีประสบการณ์และเหตุการณ์นั้นเกิดขึ้นกับท่าน
ไม่มี	หมายถึง	ไม่มีประสบการณ์และเหตุการณ์นั้นเกิดขึ้นกับท่าน

ตอนที่ 2 ประเมินความเครียดจากการปฏิบัติการพยาบาลผู้ติดเชื้อเอชไอวีและผู้ป่วยเอดส์

เครียด	หมายถึง	ท่านประเมินว่าประสบการณ์และเหตุการณ์นั้นมีความเครียดให้คะแนน 1 คะแนน
ไม่เครียด	หมายถึง	ท่านประเมินว่าประสบการณ์และเหตุการณ์นั้นไม่มีความเครียดให้คะแนน 0 คะแนน

ตอนที่ 3 การประเมินลักษณะความเครียดที่เกิดจากการปฏิบัติการพยาบาลผู้ติดเชื้อเอชไอวีและผู้ป่วยเอดส์มี 3 ลักษณะเป็นภาวะสูญเสีย/ อันตรายหรือเป็นภาวะคุกคามหรือเป็นภาวะทำร้ายเกณฑ์การให้คะแนนคือ

1 คะแนน	หมายถึง	ท่านประเมินความเครียดในลักษณะสูญเสีย/อันตรายหรือคุกคามหรือทำร้ายจากเหตุการณ์อยู่ในระดับน้อย
2 คะแนน	หมายถึง	ท่านประเมินความเครียดในลักษณะสูญเสีย/ อันตรายหรือคุกคามหรือทำร้ายจากเหตุการณ์อยู่ในระดับปานกลาง
3 คะแนน	หมายถึง	ท่านประเมินความเครียดในลักษณะสูญเสีย/อันตรายหรือคุกคามหรือทำร้ายจากเหตุการณ์อยู่ในระดับมาก

ดังตัวอย่างต่อไปนี้

กรณีที่ 1 พบว่ามีประสบการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด

เหตุการณ์	ประสบการณ์การปฏิบัติกร พยาบาล		การประเมิน ความเครียดจาก การปฏิบัติกร พยาบาล		ประเมินลักษณะความเครียดที่เกิดจากการ ปฏิบัติการพยาบาล									
	มี	ไม่มี	เครียด	ไม่ เครียด	อันตราย			คุกคาม			ทำทาย			
					1	2	3	1	2	3	1	2	3	
1.ให้การดูแลผู้ป่วยที่มี แผลตามร่างกาย	√		√								√			

กรณีที่ 2 พบว่าไม่มีประสบการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดในขณะนี้ แต่ถ้าหากว่าต้องเจอกับ
ประสบการณ์ดังกล่าวท่านจะประเมินลักษณะใด ดังตัวอย่างต่อไปนี้

เหตุการณ์	ประสบการณ์การปฏิบัติกร พยาบาล		การประเมิน ความเครียดจาก การปฏิบัติกร พยาบาล		ประเมินลักษณะความเครียดที่เกิดจากการ ปฏิบัติการพยาบาล									
	มี	ไม่มี	เครียด	ไม่ เครียด	อันตราย			คุกคาม			ทำทาย			
					1	2	3	1	2	3	1	2	3	
1.ให้การดูแลผู้ป่วยที่มี แผลตามร่างกาย		√	√								√			

หมายเหตุ กรณีท่านประเมินแล้วพบว่าประสบการณ์ดังกล่าว “ไม่เครียด” ท่านไม่ต้องประเมิน
ลักษณะความเครียดที่เกิดจากการปฏิบัติการพยาบาล

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามการเผชิญความเครียดของพยาบาลที่ให้การดูแลผู้ติดเชื้อ เอชไอวีและผู้ป่วยเอดส์

คำชี้แจง แบบสอบถามมีจำนวน 30 ข้อ ต้องการทราบถึงวิธีการต่างๆที่ท่านใช้เผชิญความเครียดที่เกิดขึ้นจากการดูแลผู้ติดเชื้อเอชไอวีและผู้ป่วยเอดส์ขอให้ท่าน พิจารณาข้อความใดตรงกับพฤติกรรมของท่านมากที่สุดโดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องข้อความแต่ละข้อความ การเลือกตอบให้ถือเกณฑ์ดังนี้

ไม่เคย	หมายถึง	ท่านไม่เคยแสดงพฤติกรรมนั้นเลยให้ 0 คะแนน
น้อยที่สุด	หมายถึง	ท่านแสดงพฤติกรรมนั้นนาน ๆ ครั้ง/ใช้พฤติกรรมนั้นน้อยกว่าหรือเท่ากับ 3 ใน 10 ครั้งที่เกิดเหตุการณ์ให้ 1 คะแนน
บางครั้ง	หมายถึง	ท่านแสดงพฤติกรรมนั้นเป็นบางครั้ง/ใช้พฤติกรรมนั้น 4-6 ครั้งใน 10 ครั้งที่เกิดเหตุการณ์ให้ 2 คะแนน
บ่อยครั้ง	หมายถึง	ท่านแสดงพฤติกรรมนั้นค่อนข้างบ่อย/ใช้พฤติกรรมนั้น 7-9 ครั้งใน 10 ครั้งที่เกิดเหตุการณ์ให้ 3 คะแนน
บ่อยที่สุด	หมายถึง	ท่านแสดงพฤติกรรมนั้นบ่อยที่สุด/ ใช้พฤติกรรมนั้นทุกครั้งที่เกิดเหตุการณ์ ให้ 4 คะแนน

การเผชิญความเครียด	ไม่เคย	นานๆ ครั้ง	บางครั้ง	บ่อยครั้ง	บ่อยที่สุด
ท่านใช้วิธีการเผชิญความเครียดในการดูแลผู้ป่วยคือ					
1.ไม่ทำอะไรกับปัญหาที่เกิดขึ้นปล่อยให้เป็นเรื่องของโชคชะตา					
2.เตรียมพร้อมที่จะรับทุกสถานการณ์ที่อาจเกิดขึ้นขณะดูแลผู้ป่วย					
3.ทำกิจกรรมที่ไม่มีจุดหมาย เช่น เดินไปเดินมา					
4.ระบายความรู้สึกตึงเครียดกับคนอื่นหรือกับสิ่งอื่น					
5.แยกตัวเอง					
6.ดื่มเครื่องดื่มที่ผสมคาเฟอีน เช่น ชา กาแฟ ใค้ก เพิ่มมากขึ้น					
7.ฝืนกลางวัน เหม่อลอย					
8.มองการดูแลผู้ป่วยในแง่ที่ดี					
9.ตำหนิผู้อื่นว่าเป็นตัวการที่ทำให้ตนเองต้องมาดูแลผู้ป่วย					
10.แสดงอารมณ์ที่ขุ่นมัวไม่สบายใจที่เกิดจากการทำงานโดยการทำลายสิ่งของหรือสาปแช่งผู้อื่น					
11.กลัวเมื่อนึกถึงการดูแลผู้ป่วย					
12.พยายามมองการดูแลผู้ป่วยว่าเป็นเรื่องธรรมดา					
13.ทำสมาธิหรือทำจิตใจให้สงบ					
14.พยายามใช้อารมณ์ขัน เพื่อให้สบายใจขึ้น					
15.ปลอบใจตนเองว่าเป็นเคราะห์กรรมที่ต้องมาดูแลผู้ป่วย					
16.จินตนาการว่าให้การดูแลผู้ป่วยเป็นเรื่องธรรมดาไม่น่ากลัว					

การเผชิญความเครียด	ไม่เคย	นานๆ ครั้ง	บางครั้ง	บ่อยครั้ง	บ่อยที่สุด
17.พยายามแยกแยะปัญหาว่ามีอะไรบ้าง และจัดการแก้ไขปัญหาทีละเรื่อง					
18.สนใจหาความรู้เกี่ยวกับโรค และการรักษาด้วยตนเอง โดยการอ่านหนังสือ เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้การดูแลผู้ป่วย					
19.พยายามปฏิบัติตามคำแนะนำของผู้ที่มีประสบการณ์ในการดูแลผู้ป่วย					
20.ยอมรับปัญหาในการปฏิบัติงานที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง					
21.แก้ไขสถานการณ์ที่เกิดขึ้นตามประสบการณ์การแก้ไขปัญหาที่เคยทำมาในอดีต					
22.หลีกเลี่ยงปัญหา หรือสถานการณ์ที่ทำให้เกิดปัญหาโดยการหลีกเลี่ยงการทำหน้าที่นั้น					
23.พยายามมองปัญหาที่เกิดขึ้นอย่างรอบคอบ และครบถ้วนโดยปราศจากอคติ					
24.ระบายความเครียดโดยการออกกำลังกาย หรือออกกำลังกาย					
25.พยายามปรับตนเองให้เข้ากับสถานการณ์หรือพยายามปรับเปลี่ยนสถานการณ์ใหม่					
26.พยายามควบคุมสถานการณ์เท่าที่จะทำได้					
27.กำหนดเป้าหมายเฉพาะเรื่องเพื่อแก้ไขปัญหา					
28.ทดลองแก้ปัญหาหลายๆ วิธี เพื่อที่จะได้ว่าวิธีไหนดีที่สุด					

การเผชิญความเครียด	ไม่เคย	นานๆ ครั้ง	บางครั้ง	บ่อยครั้ง	บ่อยที่สุด
29.พยายามเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ เกี่ยวกับสถานการณ์ในปัจจุบัน เช่น การรักษาและการพยาบาล เพื่อที่จะสามารถเผชิญกับสถานการณ์นั้นได้ดีขึ้น					
30.พิจารณาปัญหา และพยายามแก้ไขปัญหาในการทำงานให้ดีที่สุด					

ภาคผนวก ค

ตารางเพิ่มเติม

ตาราง 1 ค

จำนวน และร้อยละ ของปัญหาที่กลุ่มตัวอย่างพบบ่อยในการดูแลผู้ติดเชื้อเอชไอวีและผู้ป่วยเอดส์

ปัญหาที่พบบ่อย	จำนวน	ร้อยละ
1. ด้านผู้ป่วยและญาติ		
1.1 ไม่ให้ความร่วมมือในการรักษา	32	12.1
1.2 ขาดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโรค	8	3.0
1.3 ไม่ยอมรับความเจ็บป่วย	32	12.1
1.4 ถูกทอดทิ้ง	60	27.7
1.5 ลืมหวัง	17	6.4
1.6 มีโรคแทรกซ้อน	9	3.4
1.7 มีฐานะยากจน	7	2.6
1.8 ช่วยเหลือตัวเองไม่ได้	5	1.8
2. ด้านการจัดระบบการดูแลรักษาในหน่วยงาน		
2.1 ภาระงานมาก	6	2.3
2.2 ไม่มีห้องแยกที่ชัดเจน	4	1.5
2.3 ความเสี่ยงในการปฏิบัติงาน	9	3.4
2.4 แพทย์มีไม่เพียงพอ	2	0.7
3. ด้านจริยธรรม		
3.1 รักษาความลับของผู้ป่วย	30	11.3
3.2 การเปิดเผยผลเลือด	15	5.6
3.3 ดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย	5	1.8
3.4 ทำศนคติในแง่ลบต่อผู้ป่วย	2	0.7

ตาราง ค 2

ความสัมพันธ์ระหว่างข้อมูลทั่วไปกับความเครียดของกลุ่มตัวอย่าง (N=290)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (N)	ความเครียด		χ^2
		เครียด	ไม่เครียด	
เพศ				32.82 ^{NS}
ชาย	4	3	1	
หญิง	286	127	159	
อายุ				47.51 ^{NS}
20-30 ปี	150	81	69	
31-40 ปี	96	50	46	
มากกว่า 40 ปี	44	22	22	
สถานภาพ				53.53 ^{NS}
โสด	146	78	68	
คู่	135	66	69	
ม่าย, หย่า, แยก	9	4	5	
ศาสนา				51.92 ^{NS}
พุทธ	263	133	130	
อิสลาม	25	15	10	
คริสต์	2	1	1	
การศึกษา				73.78 ^{NS}
ปริญญาตรี	234	112	122	
ปริญญาโท	18	11	7	
เทียบเท่าปริญญาตรี	38	18	20	
ประสบการณ์การทำงาน				49.20 ^{NS}
น้อยกว่า 10 ปี	184	103	81	
10-20 ปี	91	42	49	
มากกว่า 20 ปี	15	8	7	
ประสบการณ์การอบรมเรื่องโรคเอดส์และการดูแลผู้ป่วยเอดส์				23.39 ^{NS}
เคยอบรม	187	93	94	
ไม่เคยอบรม	103	56	47	

ตาราง ค 2 (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (N)	ความเครียด		χ^2
		เครียด	ไม่เครียด	
ประสบการณ์การอบรมเรื่องการจัดการความเครียด				30.60 ^{NS}
เคยอบรม	140	62	78	
ไม่เคยอบรม	150	80	70	
หอผู้ป่วย				37.86 ^{NS}
อายุรกรรม	117	90	27	
อายุรกรรมและหอผู้ป่วยอื่น	182	140	42	

ตาราง ค 3

จำนวน และร้อยละความถี่บ่อยของวิธีการเผชิญความเครียดที่มุ่งจัดการกับอารมณ์ (N=290)

สถานการณ์	ไม่เคย					นานๆครั้ง					บางครั้ง					บ่อยครั้ง					บ่อยที่สุด				
	N(%)					N(%)					N(%)					N(%)					N(%)				
1. เตรียมพร้อมที่จะรับมือกับทุกสถานการณ์ที่อาจ จะเกิดขึ้น	164(56.6)					96(33.1)					20(6.9)					8(2.8)					2(0.7)				
2. มองการดูแลผู้ป่วยในแง่ที่ดี	10(3.4)					13(4.5)					36(12.4)					143(49.3)					88(30.3)				
3. มองการดูแลผู้ป่วยว่าเป็นเรื่องธรรมดา	187(64.5)					89(30.7)					13(4.5)					1(0.3)					0(0.0)				
4. พยายามใช้อารมณ์ขันเพื่อให้สบายใจ	73(25.2)					88(30.3)					88(30.3)					31(10.7)					10(3.4)				
5. ทำสมาธิหรือทำจิตใจให้สงบ	193(66.6)					70(24.1)					23(7.9)					4(1.4)					0(0.0)				
6. จินตนาการว่าให้การดูแลผู้ป่วยเสร็จเรียบร้อยแล้ว	191(65.9)					64(22.1)					23(7.9)					9(3.1)					3(1.0)				
7. ระบายความรู้สึกตึงเครียด	231(79.7)					44(15.2)					10(3.4)					2(0.7)					3(1.0)				
8. กลัวเมื่อนึกถึงการดูแลผู้ป่วย	12(4.1)					12(4.1)					57(19.7)					153(52.8)					56(19.3)				
9. ปลอดภัยตนเองว่าเป็นเคราะห์กรรมที่ต้องมาดูแลผู้ป่วย	204(70.3)					64(22.1)					20(6.9)					2(0.1)					0(0.0)				
10. ไม่ทำอะไรกับปัญหาที่เกิดขึ้น	238(82.1)					47(16.2)					5(1.7)					0(0.0)					0(0.0)				
11. ดื่มเครื่องดื่มที่ผสมคาเฟอีนเช่น ชา กาแฟ ไค้ก	126(43.4)					113(39.0)					43(14.8)					3(1.0)					5(1.7)				
12. ทำกิจกรรมที่ไม่มีจุดหมาย เช่น เคาะนิ้ว โยกตัว เดินไปเดินมา	17(5.9)					33(11.4)					38(13.1)					131(45.2)					71(24.5)				

ตาราง ค 3 (ต่อ)

สถานการณ์	ไม่เคย N(%)	นานๆครั้ง N(%)	บางครั้ง N(%)	บ่อยครั้ง N(%)	บ่อยที่สุด N(%)
13 แยกตัวเอง	11(3.8)	60(20.7)	78(26.9)	99(34.1)	42(14.5)
13. ต่ำหนิผู้อื่นว่าเป็นตัวการที่ทำให้ตนเอง ต้องมาดูแลผู้ป่วย	24(8.3)	32(11.0)	85(29.3)	114(39.3)	35(12.1)
15 ผีนกลางวัน เหม่อลอย	39(47.9)	102(35.2)	32(11.0)	12(4.1)	12(4.1)
16 แสดงอารมณ์ที่รุนแรง ไม่สบายใจที่เกิด จากการ ทำงาน โดยการทำลายสิ่งของ หรือสาปแช่ง	50(7.2)	49(16.9)	62(21.4)	93(32.1)	93(32.1)

ตาราง ค 4

จำนวน และร้อยละความถี่บ่อยของวิธีการเผชิญความเครียดแบบแก้ปัญหา (N=290)

สถานการณ์	ไม่เคย N(%)	นานๆครั้ง N(%)	บางครั้ง N(%)	บ่อยครั้ง N(%)	บ่อยที่สุด N(%)
1. พิจารณาปัญหาและพยายามแก้ไขปัญห ในการทำงานให้ดีที่สุด	3(1.0)	15(5.2)	52(17.9)	155(53.4)	65(22.4)
2. ยอมรับปัญหาในการปฏิบัติงานที่เกิดขึ้น ตามความเป็นจริง	1(0.3)	23(7.9)	98(33.8)	113(41.0)	49(16.9)
3. พยายามแยกแยะปัญหาว่ามีอะไรบ้าง และจัดการ แก้ไขปัญหาที่ละเอียด	3(1.0)	21(7.2)	65(22.4)	162(55.9)	39(13.4)
4. พยายามมองปัญหาที่เกิดขึ้นอย่างรอบ คอบและ ครอบคลุมโดยปราศจากอคติ	3(1.0)	8(2.8)	41(14.1)	182(62.8)	56(19.3)
5. พยายามเรียนรู้สิ่งใหม่เกี่ยวกับสถาน การณ์ในปัจจุบัน เช่น การรักษาและ การพยาบาลเพื่อที่จะสามารถเผชิญกับ สถานการณ์นั้นได้ดีขึ้น	4(1.4)	23(7.9)	87(30.0)	148(51.0)	28(9.7)
6. พยายามควบคุมสถานการณ์เท่าที่จะทำ ได้	135(46.6)	97(33.4)	35(12.1)	20(6.9)	3(1.0)
7. พยายามปฏิบัติตามคำแนะนำของผู้ที่มี ประสบการณ์ในการดูแลผู้ป่วย	5(1.7)	15(5.2)	37(19.7)	155(53.4)	58(20.0)
กำหนดเป้าหมายเฉพาะเรื่องเพื่อแก้ไข	47(16.2)	74(25.5)	91(31.4)	51(17.6)	27(9.3)

ตาราง ค 4 (ต่อ)

สถานการณ์	ไม่เคย N(%)	นานๆครั้ง N(%)	บางครั้ง N(%)	บ่อยครั้ง N(%)	บ่อยที่สุด N(%)
8. ปัญหาสนใจหาความรู้เกี่ยวกับโรคและการรักษาตนเองโดยการอ่านหนังสือเอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้การดูแลผู้ป่วย	10(3.4)	22(7.6)	83(28.6)	130(44.8)	45(15.5)
9. พยายามปรับตนเองให้เข้ากับสถานการณ์หรือพยายามปรับเปลี่ยนสถานการณ์ใหม่	6(2.1)	15(5.2)	59(20.3)	170(58.6)	40(13.8)
11. แก้ไขสถานการณ์ที่เกิดขึ้นตามประสบการณ์แก้ไขปัญหาที่เคยทำมา	5(1.7)	15(5.2)	79(27.2)	159(54.8)	32(11.0)
12. ทดลองแก้ปัญหาหลายวิธีเพื่อจะได้ดูว่าวิธีไหนดีที่สุด.	10(3.4)	33(11.4)	115(39.7)	106(36.6)	26(9.0)
13 ระบายความเครียดโดยการออกกำลังกาย	1(0.3)	14(4.8)	71(24.5)	154(53.1)	50(17.2)
14 หลีกเลียงปัญหาหรือสถานการณ์ที่ทำให้เกิดปัญหาโดยการหยุดงานลาป่วยลาพักร้อนหรือหลีกเลียงการทำงานหนัก	1(0.3)	6(2.1)	37(12.8)	165(56.9)	81(27.9)

ภาคผนวก ง

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

1. รองศาสตราจารย์ บุญวดี เพชรรัตน์
ภาควิชาการพยาบาลจิตเวช คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พัชรียา ไชยลังกา
ภาควิชาการพยาบาลอายุรศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
3. คุณสิรินทร์ ศาสตราวุธรักษ์
หัวหน้าหอผู้ป่วยอายุรกรรม
โรงพยาบาลสงขลานครินทร์