

บทความวิจัย

ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์ ความเข้มแข็งทางจิตใจ กับความสามารถในการปรับตัว
ในการขึ้นฝึกปฏิบัติการบนหอผู้ป่วยของนิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต สถาบันการศึกษา
ในเขตภาคเหนือตอนล่าง

**The Relationship between Emotional Intelligence (EI), Resilience Quotient (RQ),
and Adaptability during Clinical Practice among Bachelor of Nursing Students in the Lower
Northern Region.**

ณัฐนิชา สิงหาร (Nattanicha Singhan)* วรัชชา ชัยธรรม (Waratchaya Chaitham)*

กัญญารัตน์ บุญสม (Kanyarat Boonsom)* จุฑารัตน์ ปุริสุข (Chutharat Purisum)*

สิริวรรณ ชุมมาด (Siriwan Chummad)* กุลรัศมี พุดมฉิมพงศ์ (Kunlarat Phuttimaneephong)*

สิริพัชร มั่งคำ (Siriphat Mangkham)* เจนจิรา ชุ่มชื่น (Jenjira Chumchean)*

จุฑาทิพย์ มงคลคำ (Chuthathip Mongkholkham)** ภัทรมนัส พงศ์รังสรรค์ (Phattharamanat Pongrangsarn)***

Received: October 6, 2025

Revised: November 7, 2025

Accepted: January 9, 2026

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจแบบภาคตัดขวาง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับความฉลาดทางอารมณ์ ความเข้มแข็งทางจิตใจ การปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติของนิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต และศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเข้มแข็งทางจิตใจ ความฉลาดทางอารมณ์กับการปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติของนิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 3-4 สถาบันการศึกษาในเขตภาคเหนือตอนล่าง โดยสุ่มหลายขั้นตอน จำนวนทั้งหมด 349 คน เครื่องมือที่ใช้เก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต แบบประเมินความเข้มแข็งทางจิตใจของกรมสุขภาพจิต และแบบสอบถามการปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติการพยาบาลบนหอผู้ป่วยที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น ผ่านการตรวจความตรงเชิงเนื้อหาได้เท่ากับ .86 และแบบสอบถามทั้งสามฉบับทดสอบความเที่ยงโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาค เท่ากับ .92, .89 และ .90 ตามลำดับ

***Corresponding author: Phattharamanat Pongrangsarn; E-mail: phattharamanatp@nu.ac.th

*นิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต มหาวิทยาลัยนเรศวร (Student, Bachelor of Nursing Science Program, Naresuan University)

**อาจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร (Instructor, Faculty of Nursing, Naresuan University)

***ผู้ช่วยศาสตราจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร (Assistant Professor, Faculty of Nursing, Naresuan University)

วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไป ระดับความฉลาดทางอารมณ์ ความเข้มแข็งทางจิตใจ และการปรับตัวของนิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต โดยใช้สถิติเชิงพรรณนาด้วยแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรความฉลาดทางอารมณ์ ความเข้มแข็งทางจิตใจกับการปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติ โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของสเปียร์แมน ผลการศึกษาพบว่า ระดับความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในระดับปกติ ($\bar{X} = 169.23$, S.D. = 18.61) ระดับความเข้มแข็งทางจิตใจอยู่ในระดับปกติ ($\bar{X} = 66.40$, S.D. = 8.21) การปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.03$, S.D. = .39) และความฉลาดทางอารมณ์และความเข้มแข็งทางจิตใจมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติบนหอผู้ป่วย ($r_s = .74$, $p < .01$ และ $r_s = .76$, $p < .01$ ตามลำดับ) หากส่งเสริมให้นิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตมีความฉลาดทางอารมณ์และความเข้มแข็งทางจิตใจ สามารถช่วยให้นิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตมีการปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติบนหอผู้ป่วยในระดับดีขึ้น

คำสำคัญ: การปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติ, ความฉลาดทางอารมณ์, ความเข้มแข็งทางจิตใจ, นิสิตพยาบาล

Abstract

This cross-sectional survey research aimed to examine the levels of emotional intelligence, resilience quotient, and adaptability during clinical practice among undergraduate nursing students, as well as to determine the relationships among these variables. The sample comprised 349 third- and fourth-year Bachelor of Nursing Science students from the lower northern region, selected through multistage random sampling. Data were collected using a demographic questionnaire, the Emotional Intelligence Assessment by the Department of Mental Health, the Resilience Quotient Assessment by the Department of Mental Health, and an Adaptability during Clinical Practice questionnaire developed by the researchers. The content validity index of the adaptability questionnaire was 0.86, and Cronbach's alpha coefficients for the three instruments were 0.92, 0.89, and 0.90, respectively. Descriptive statistics, including frequency, percentage, mean, and standard deviation, were used to analyze general information and levels of emotional intelligence, resilience quotient, and adaptability. Spearman's rank correlation coefficient was employed to examine the relationships among the variables. The results indicated that emotional intelligence ($\bar{X} = 169.23$, SD = 18.61) and resilience quotient ($\bar{X} = 66.40$, SD = 8.21) were at normal levels, while adaptability during clinical practice was at a high level ($\bar{X} = 3.03$, SD = 0.39). Emotional intelligence and resilience quotient were positively correlated with adaptability during clinical practice ($r_s = .74$, $p < .01$ and $r_s = .76$, $p < .01$, respectively). These findings suggest that promoting emotional intelligence and resilience quotient among undergraduate nursing students may enhance their ability to adapt effectively during clinical practicum in hospital settings.

Keywords: Adaptation to clinical practice, Emotional intelligence, Resilience quotient, Nursing students.

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

วิชาชีพการพยาบาลเป็นวิชาชีพที่ต้องใช้ศาสตร์และศิลป์ในการให้การพยาบาลแก่ผู้รับบริการทั้งในภาวะสุขภาพดีหรือเจ็บป่วย พยาบาลเป็นวิชาชีพที่กล่าวได้ว่าทำงานอยู่ภายใต้สถานการณ์ที่ตึงเครียดและกดดันบ่อยครั้ง ซึ่งต้องมีความเข้มแข็งทั้งร่างกายและจิตใจ ดังนั้นการส่งเสริมการปรับตัวและการเตรียมความพร้อมในบทบาทพยาบาลวิชาชีพต้องเริ่มตั้งแต่เป็นนิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต (Rogerson & Phiphatpawan, 2022) สถาบันการศึกษาที่ทำการสอนหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต มีการจัดแผนการเรียนการสอนทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ รวมหน่วยกิตตลอดหลักสูตรไม่น้อยกว่า 120 หน่วยกิต โดยมีวิชาภาคปฏิบัติในกลุ่มพื้นฐานวิชาชีพและกลุ่มวิชาชีพไม่น้อยกว่า 36 หน่วยกิต ซึ่ง 1 หน่วยกิตรวมไม่น้อยกว่า 45 ชั่วโมงต่อภาคเรียนปกติ (Thailand Nursing and Midwifery Council, 2017)

ด้วยลักษณะของการศึกษาทางวิชาชีพ นิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตจึงต้องมีการปรับตัวเพื่อเผชิญกับเหตุการณ์ต่างๆ ทั้งในการเรียนการสอน สิ่งแวดล้อม และความสัมพันธ์กับบุคคลต่างๆ ที่เปลี่ยนแปลงไปตลอดเวลา นิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตส่วนใหญ่อยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนปลาย หรือผู้ใหญ่ตอนต้น มีอายุระหว่าง 17-25 ปี เป็นวัยที่มีประสบการณ์ในชีวิตน้อย เป็นวัยที่ต้องปรับตัวในสถานการณ์ต่างๆ อย่างมาก ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม จากทฤษฎีการปรับตัวของรอย (Roy's Adaptation Theory) เชื่อว่าบุคคลมีความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมภายในตัวบุคคลและภายนอกตัวบุคคลตลอดเวลา เป็นกระบวนการที่ซับซ้อน ซึ่งประสิทธิภาพของการปรับตัวขึ้นอยู่กับความสามารถในการรับมือกับสิ่งเร้า (Roy, 1976 as cited in Wareebor et al., 2021) แบ่งการปรับตัวออกเป็น 4 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านร่างกาย เช่น มีการเปลี่ยนแปลงแบบแผนการดูแลตนเอง การออกกำลังกาย การรับประทานอาหาร การนอนหลับพักผ่อน การขับถ่าย เป็นต้น 2) ด้านอัตมโนทัศน์ เช่น การเปลี่ยนแปลงรับรู้ภาวะสุขภาพ ลักษณะนิสัย ความคาดหวัง ความรู้สึกมีคุณค่า ความภาคภูมิใจ และความมั่นใจ เป็นต้น 3) ด้านบทบาทหน้าที่ เช่น นิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตต้องเปลี่ยนบทบาทจากผู้เรียนที่ฟังอาจารย์สอน รับฟังคำแนะนำ ได้รับการช่วยเหลือ

จากผู้อื่น เป็นผู้ที่ต้องให้ความช่วยเหลือ ถ่ายทอดความรู้ให้คำแนะนำ รวมทั้งให้การพยาบาลกับผู้รับบริการ เป็นต้น และ 4) ด้านการพึ่งพาอาศัยระหว่างกัน เช่น สัมพันธภาพระหว่างบุคคลที่พบเจอ เป็นต้น (Roy & Andrews, 1999) ดังนั้นในช่วงการเรียนภาคปฏิบัติมีความสำคัญอย่างมากเนื่องจากมีหน่วยกิตและระยะเวลาในการฝึกปฏิบัติค่อนข้างยาวนาน และอาจมีผลต่อการปรับตัวของนิสิตหลักสูตรพยาบาลบัณฑิตในระหว่างการเรียนรู้ฝึกปฏิบัติงานหอผู้ป่วย ซึ่งหากปรับตัวไม่ได้ อาจเกิดความรู้สึกสับสนในบทบาทของตนเอง รู้สึกไม่มั่นใจในตนเอง ทำให้รู้สึกคับข้องใจ ขัดแย้งในตนเองหรือกับผู้อื่น สร้างปัญหาให้แก่ตนเอง ผู้อื่น และสังคม ไม่สามารถทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีปัญหาด้านการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น รู้สึกวิตกกังวล และซึมเศร้า ซึ่งจะส่งผลให้การทำงานบนหอผู้ป่วยและการอยู่ร่วมกับผู้อื่นเกิดปัญหาและไม่มีประสิทธิภาพ (Roy, 2011 as cited in Maenin, 2021)

ความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Intelligence) เป็นทักษะของการปรับตัวและเป็นความสามารถในการดำรงชีวิตอยู่กับผู้อื่นและการทำงานร่วมกับผู้อื่น เช่น การปฏิบัติการพยาบาล การประสานงานกับทีมสุขภาพ การให้บริการแก่ผู้ป่วยและญาติ เป็นต้น จึงมีความสำคัญต่อนิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตเป็นอย่างมาก โดยความฉลาดทางอารมณ์ เป็นความสามารถของบุคคลที่สามารถรับรู้และเข้าใจอารมณ์ของตนเองและผู้อื่นได้ สามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ รวมทั้งสามารถเผชิญปัญหาและแก้ไขปัญหาได้อย่างเหมาะสม ความฉลาดทางอารมณ์ ประกอบด้วย 3 ด้าน คือ 1) ด้านคิด เป็นความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่นและมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม 2) ด้านเก่ง เป็นความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจ แก้ปัญหา และแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น และ 3) ด้านสุข เป็นความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข มีความภูมิใจในตนเองพอใจในชีวิตและมีความสุขสงบทางใจ (Department of Mental Health, Ministry of Public Health, 2015) การศึกษาพบว่า ความฉลาดทางอารมณ์ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมปรับตัวในการเรียนภาคปฏิบัติของนิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต

อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (Rattanabhornchai, Tippanya, & Asvaraksha, 2025) โดยนิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงจะส่งผลดีต่อการปฏิบัติงาน โดยเพิ่มความคิดสร้างสรรค์ ลดความขัดแย้ง และสร้างความสัมพันธ์ที่ดีในทีมงาน นิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตที่มีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำ จะส่งผลเสียต่อการปฏิบัติงาน โดยส่งผลให้มีพฤติกรรมก้าวร้าว ทะเลาะเบาะแว้ง สมาธิสั้น และต่อต้านการเปลี่ยนแปลง

นอกจากนี้ ความเข้มแข็งทางจิตใจ (Resilience) มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวในการแก้ไขปัญหา และเอาชนะอุปสรรคต่างๆ ของนิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต (Saengkhiew, Khialueang, Srijaiwong, Tantalakul, & Chomkam, 2022) เนื่องจากสภาพการเรียนรู้การสอนที่มีลักษณะเฉพาะทางการพยาบาลเกี่ยวข้องกับชีวิตและความปลอดภัยของผู้รับบริการโดยตรง จึงได้รับแรงกดดันจากสภาพแวดล้อมขณะฝึกปฏิบัติการพยาบาล (Chaiwcham & Papol, 2021) ดังนั้นความเข้มแข็งทางจิตใจจึงมีความสำคัญกับการฝึกปฏิบัติงานบนหอผู้ป่วยของนิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตเป็นอย่างมาก โดยความเข้มแข็งทางจิตใจเป็นความสามารถทางอารมณ์และจิตใจในการปรับตัว และฟื้นตัวกลับสู่สภาวะปกติภายหลังที่พบกับเหตุการณ์วิกฤตหรือสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความยากลำบากในชีวิต ประกอบด้วย 3 องค์ประกอบ คือ 1) พลังใจ คือ การอดทนต่อความกดดันมีวิธีการดูแลจิตใจมั่นคงไม่หวั่นไหว สามารถจัดการกับอารมณ์ความรู้สึกของตัวเองได้ 2) พลังใจ คือ การมีกำลังใจ สามารถสร้างได้ด้วยตนเองหรือคนรอบข้าง เกิดแรงใจไม่ท้อถอย และ 3) พลังใจ คือ ความสามารถในการเผชิญปัญหาและปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ต่างๆ โดยบุคคลที่มีความเข้มแข็งทางจิตใจสูงจะควบคุมตัวเอง พยายามอดทนอดกลั้น สร้างกำลังใจให้เข้มแข็ง ผู้ชีวิตต่อไป ซึ่งสัมพันธ์กับการปรับตัวในการแก้ไขปัญหาเอาชนะอุปสรรคต่างๆ ที่เกิดขึ้น ฟื้นฟูจิตใจ และปรับสภาพชีวิตความเป็นอยู่ให้กลับคืนมาเป็นปกติหรือดีกว่าเดิม แต่หากบุคคลขาดความเข้มแข็งทางจิตใจ ทำให้เกิดผลกระทบต่อยุติธรรม มีความคิดวนเวียนสับสน ตั้งรับไม่ถูก โกรธ โทษคนอื่น ปฏิเสธ ไม่ยอมรับ

ซึมเศร้า จนสุดท้ายไม่สามารถปรับตัวให้ก้าวผ่านปัญหาอุปสรรคไปได้ (Department of Mental Health, Ministry of Public Health, 2020)

แม้ว่ามีการวิจัยจำนวนหนึ่งที่ศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ (Jawabreh, 2024) ความเข้มแข็งทางจิตใจ (Wille, Opheim, Princeton, Kisa, & Hjerpaasen, 2025) และความสามารถในการปรับตัว (Silva, Aredes, & Galdino-Junior, 2021) ในบริบทของการเรียนการสอนทางการพยาบาล แต่ส่วนใหญ่เป็นการศึกษาแยกตัวแปร โดยเน้นผลของความฉลาดทางอารมณ์ ต่อการตัดสินใจทางคลินิกหรือการจัดการความเครียด (Jawabreh, 2024; Powell et al., 2024) หรือการเสริมสร้างความยืดหยุ่นและความเข้มแข็งทางจิตใจเพื่อรับมือกับความกดดัน (Martinez et al., 2025; Wille et al., 2025) อย่างไรก็ตาม การศึกษาที่บูรณาการทั้ง 3 ตัวแปรยังมีจำกัด อีกทั้งงานวิจัยส่วนใหญ่ศึกษาต่างประเทศ ทำให้ขาดข้อมูลเชิงประจักษ์ที่สะท้อนบริบททางวัฒนธรรมและระบบการเรียนการสอนของนิสิตพยาบาลไทย ซึ่งยืนยันถึงช่องว่างความรู้ที่ควรได้รับการศึกษาเพิ่มเติม ผู้วิจัยตระหนักถึงความสำคัญของการปรับตัวในการฝึกปฏิบัติงานบนหอผู้ป่วยของนิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต จึงสนใจศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ระหว่าง ความฉลาดทางอารมณ์ ความเข้มแข็งทางจิตใจกับการปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติของนิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต เพื่อเป็นแนวทางในการส่งเสริมให้นิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต มีความฉลาดทางอารมณ์ ความเข้มแข็งทางจิตใจ และสามารถปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติบนหอผู้ป่วยได้อย่างมีประสิทธิภาพ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความฉลาดทางอารมณ์ ความเข้มแข็งทางจิตใจ และการปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติของนิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์ ความเข้มแข็งทางจิตใจ กับการปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติของนิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต

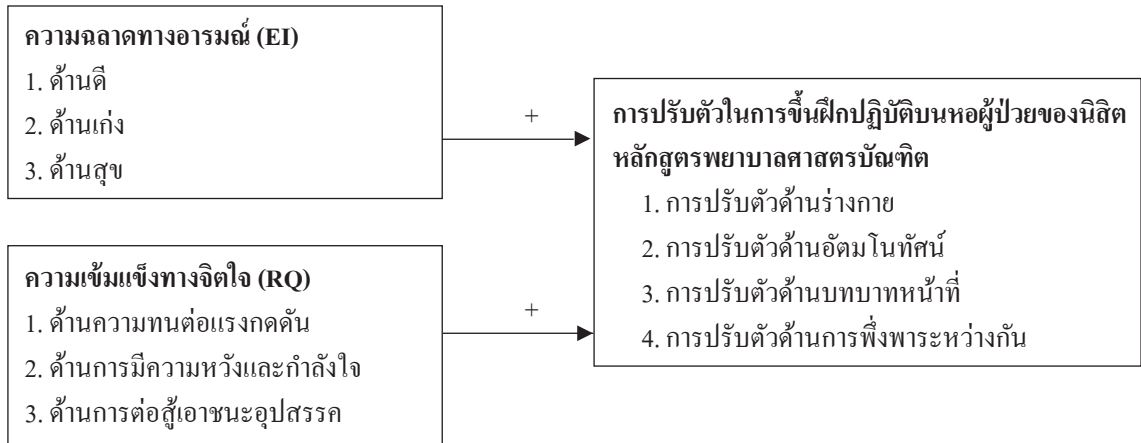
สมมติฐานในการวิจัย

1. ความเข้มแข็งทางจิตใจมีความสัมพันธ์ในทางบวกกับการปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติของนิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต

2. ความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์ในทางบวกกับการปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติของนิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต

กรอบแนวคิดที่ใช้ในการวิจัย

กำหนดกรอบแนวคิดการวิจัยในการศึกษาครั้งนี้ ดังนี้



วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงสำรวจภาคตัดขวาง (Cross Sectional Survey Research) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์ ความเข้มแข็งทางจิตใจ กับความสามารถในการปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติของนิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต

ประชากร คือ นิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต คณะพยาบาลศาสตร์ ชั้นปี 3-4 ในสถาบันการศึกษาการพยาบาลในเขตภาคเหนือตอนล่าง ทั้งหมด 7 สถาบัน ได้แก่ มหาวิทยาลัยนเรศวร, มหาวิทยาลัยมหิดล วิทยาเขตนครสวรรค์, มหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม, มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี พุทธชินราช, วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรดิตถ์ และวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สวรรค์ประชารักษ์ นครสวรรค์ จำนวน 2,710 คน ที่ลงทะเบียนเรียนในปีการศึกษา 2567

กลุ่มตัวอย่าง คือ นิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต คณะพยาบาลศาสตร์ ชั้นปี 3-4 ในสถาบันการศึกษา

การพยาบาลในเขตภาคเหนือตอนล่าง ที่ผ่านการฝึกปฏิบัติบนหอผู้ป่วย กำหนดขนาดตัวอย่างโดยใช้วิธีของทามาเน่ (Yamane, 1967) ที่ระดับความคลาดเคลื่อน .05 ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่าง 349 คน ผู้วิจัยทำการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multistage sampling) ดังนี้ ขั้นที่ 1 สุ่มรายชื่อสถาบันการศึกษาในเขตภาคเหนือตอนล่างที่มีการจัดการเรียนการสอนหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ด้วยวิธีการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple random sampling) แบบไม่ถูกแทนที่ ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป Random.org จำนวน 3 สถาบัน ขั้นที่ 2 ผู้วิจัยกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้วิธีกำหนดสัดส่วน (Proportional Sampling) จากขนาดประชากรของแต่ละสถาบัน ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างจากแต่ละสถาบัน จำนวน 199, 103, และ 47 คน ตามลำดับ โดยมีเกณฑ์คัดเข้า (Inclusion criteria) คือ เป็นนิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตและลงทะเบียนเรียนในปีการศึกษา 2567 เคยผ่านการขึ้นฝึกปฏิบัติงานบนหอผู้ป่วย ยินดีเข้าร่วมการวิจัย สะดวกในการให้ความยินยอมและตอบแบบสอบถามออนไลน์

เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถาม (Questionnaire) ประกอบด้วย 4 ส่วน ได้แก่

1. แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป ประกอบด้วย อายุ เพศ ระดับชั้นปี สังกัดสถาบันการศึกษา

2. แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Quotient ; EQ) ของสำนักส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ข้อคำถามมีจำนวน 52 ข้อ แบ่งออกเป็น 3 ด้าน คือ ด้านดี จำนวน 18 ข้อ ด้านเก่ง จำนวน 18 ข้อ และด้านสุข จำนวน 16 ข้อ เป็นคำถามแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 4 ระดับ เกณฑ์การให้คะแนน ได้แก่ 1 เท่ากับ ไม่จริง 2 เท่ากับ จริงเป็นบางครั้ง 3 เท่ากับค่อนข้างจริง และ 4 เท่ากับ จริงมาก คะแนนรวมเท่ากับ 80 คะแนน การแปลผล คะแนนระหว่าง 55-69 คะแนน อยู่ในระดับปกติ และคะแนนมากกว่า 69 คะแนน อยู่ในระดับสูงกว่าเกณฑ์ปกติ (Department of Mental Health, Ministry of Public Health, 2015)

3. แบบสอบถามความเข้มแข็งทางจิตใจ (Resilience Quotient; RQ) ของสำนักส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ข้อคำถามมีจำนวน 20 ข้อ แบ่งออกเป็น 3 ด้าน ได้แก่ ด้านความทนต่อแรงกดดัน จำนวน 10 ข้อ ด้านมีกำลังใจ จำนวน 5 ข้อ และด้านการต่อสู้เอาชนะอุปสรรค จำนวน 5 ข้อ เป็นคำถามแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) 4 ระดับ เกณฑ์การให้คะแนน ได้แก่ 1 เท่ากับ ไม่จริง 2 เท่ากับ จริงเป็นบางครั้ง 3 เท่ากับค่อนข้างจริง และ 4 เท่ากับ จริงมาก คะแนนรวม เท่ากับ 208 คะแนน การแปลผล คะแนน 130-179 คะแนน อยู่ในระดับปกติ และคะแนนมากกว่า 179 คะแนน อยู่ในระดับสูงกว่าเกณฑ์ปกติ (Department of Mental Health, Ministry of Public Health, 2020)

4. การปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติบนหอผู้ป่วยที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยใช้กรอบทฤษฎีการปรับตัวของรอย (Roy & Andrew, 1999) เพื่ออธิบายพฤติกรรมการปรับตัวของนิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ในช่วงที่ขึ้นฝึกปฏิบัติการพยาบาลบนหอผู้ป่วย มีจำนวนข้อคำถาม 46 ข้อ แบ่งออกเป็น 4 ด้าน ได้แก่ การปรับตัวด้านร่างกาย

(Physiological mode) จำนวน 14 ข้อ การปรับตัวด้านอัตมโนทัศน์ (Self-concept mode) จำนวน 10 ข้อ การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ (Role function mode) จำนวน 12 ข้อ และการปรับตัวด้านการพึ่งพาห่วงกัน (Interdependent mode) จำนวน 10 ข้อ เป็นคำถามแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 4 ระดับ การแปลใช้เกณฑ์การแบ่งความกว้างของอันตรภาคชั้น ดังนี้ (Best & Kahn, 1998) ความกว้างของอันตรภาคชั้น =

$$= \frac{(\text{คะแนนสูงสุด}-\text{คะแนนต่ำสุด})/\text{จำนวนอันตรภาคชั้น}}{= (4-1)/3 = 0.75}$$

คะแนนเฉลี่ย 3.26-4.00 หมายถึง การปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติบนหอผู้ป่วยระดับมากที่สุด

คะแนนเฉลี่ย 2.51-3.25 หมายถึง การปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติบนหอผู้ป่วยระดับมาก

คะแนนเฉลี่ย 1.76-2.50 หมายถึง การปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติบนหอผู้ป่วยระดับน้อย

คะแนนเฉลี่ย 1.00-1.75 หมายถึง การปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติบนหอผู้ป่วยระดับน้อยที่สุด

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

1. การตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) ผู้วิจัยนำแบบสอบถามการปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้น ให้ผู้ทรงคุณวุฒิซึ่งเป็นอาจารย์พยาบาล จำนวน 5 ท่าน ตรวจสอบ ความสอดคล้องของข้อคำถามกับนิยามศัพท์ที่กำหนด ความถูกต้อง ความชัดเจนของภาษาที่ใช้ในแบบสอบถามให้ตรงกับที่ต้องการวัด โดยการคำนวณดัชนีความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity Index : CVI) เป็นการประเมินความตรงเชิงเนื้อหาของทั้งฉบับจากการคำนวณสัดส่วนของข้อคำถามที่ผู้เชี่ยวชาญให้คะแนน 3 หรือ 4 จากคะแนนรวมทั้งหมด สำหรับค่า CVI ที่ยอมรับได้ควรมากกว่า .80 (Tiansawad, 2019) ค่าดัชนีความตรงเชิงเนื้อหา (CVI) ของแบบสอบถามการปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติเท่ากับ .86

2. การหาความเที่ยง (Reliability) ผู้วิจัยนำแบบสอบถามไปทดลองใช้ (Try out) กับนิสิตพยาบาลหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ที่มีลักษณะคล้ายคลึงกันกับกลุ่มตัวอย่าง คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร ชั้นปีที่ 3-4

จำนวน 30 คน ทดสอบความเที่ยงของแบบสอบถาม โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) (DeVon et al., 2007) พบว่าแบบสอบถามความเข้มแข็งทางจิตใจ มีค่าความเที่ยงเท่ากับ .89 แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ มีค่าความเที่ยงเท่ากับ .92 และแบบสอบถามการปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติที่ได้มีค่าความเที่ยง เท่ากับ .90

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

ภายหลังได้รับการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ ผู้วิจัยขออนุญาตดำเนินการวิจัยจากหน่วยงานที่ผู้ได้เป็นกลุ่มตัวอย่างเพื่อขอเก็บข้อมูล เมื่อได้รับอนุญาตแล้ว ผู้วิจัยทำการประชาสัมพันธ์โครงการวิจัย โดยส่งหนังสือขอความอนุเคราะห์ พร้อมรหัสคิวอาร์ (QR code) ผ่านหน่วยงานไปยังประธานชั้นปี เพื่อประชาสัมพันธ์กลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์คัดเข้า โดยในรหัสคิวอาร์จะมีเอกสารข้อมูลคำอธิบายสำหรับอาสาสมัครเกี่ยวกับโครงการวิจัย หากผู้ถูกทบทวนสนใจและยินดีที่จะเข้าร่วมเป็นอาสาสมัครในโครงการวิจัย อาสาสมัครสามารถคลิกคัดไปที่อยู่ส่วนท้ายของคำอธิบายสำหรับอาสาสมัครเกี่ยวกับโครงการวิจัย เพื่อตอบแบบสอบถามออนไลน์ เป็นการยินยอมโดยการกระทำ หากไม่ยินดีเข้าร่วมผู้ถูกทบทวนไม่ต้องทำอะไร เมื่อได้กลุ่มตัวอย่างครบตามจำนวนระบบจะปิดรับคำตอบ

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

1. วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไป ระดับความเข้มแข็งทางจิตใจ ความฉลาดทางอารมณ์ และการปรับตัวของนิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต สถาบันการศึกษาในเขตภาคเหนือตอนล่าง โดยใช้สถิติพรรณนา (Descriptive statistic) ด้วยการแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความเข้มแข็งทางจิตใจ และความฉลาดทางอารมณ์กับการปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติบนหอผู้ป่วยของนิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ด้วยสถิติสหสัมพันธ์ของสเปียร์แมน (Spearman's rank correlation) เนื่องจากการแจกแจงของข้อมูลไม่เป็นโค้งปกติ

การพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยในครั้งนี้ผ่านการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมวิจัยในมนุษย์มหาวิทยาลัยนเรศวร (COA No. 051/2025, IRB No. P2-0004/2568) การเข้าร่วมเป็นอาสาสมัครกลุ่มตัวอย่างวิจัยเป็นไปด้วยความสมัครใจ กลุ่มตัวอย่างได้รับทราบวัตถุประสงค์การอธิบายความเสี่ยงและประโยชน์ที่จะได้รับการวิจัย ข้อมูลทั้งหมดของกลุ่มตัวอย่างจะถูกเก็บเป็นความลับ นำเสนอผลการวิจัยเป็นภาพรวม และผลการวิจัยที่ได้นำไปใช้เพื่อประโยชน์ทางการศึกษาเท่านั้น

ผลการวิจัย

1. ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง จากกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 349 คน กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 316 คน (ร้อยละ 90.50) อายุเฉลี่ยเท่ากับ 21 ปี ($\bar{X}=21$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.05 (S.D. = 1.05) ส่วนใหญ่เป็นนิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตระดับชั้นปีที่ 3 จำนวน 154 คน (ร้อยละ 44.10)

2. ระดับความฉลาดทางอารมณ์ ระดับความเข้มแข็งทางจิตใจ และระดับการปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติการพยาบาลบนหอผู้ป่วยของนิสิตในการขึ้นฝึกปฏิบัติ

ระดับของความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต โดยรวมอยู่ในระดับปกติ ($\bar{X}=169.23$, S.D. = 18.61) เมื่อพิจารณารายด้านทุกด้านอยู่ในระดับปกติ และองค์ประกอบด้านควบคุมตนเองในด้านดีอยู่ในระดับสูงกว่าเกณฑ์ ($\bar{X}=20.06$, S.D. = 2.26) ดังตารางที่ 1

ระดับความเข้มแข็งทางจิตใจของนิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต โดยรวมอยู่ในระดับปกติ ($\bar{X}=66.40$, S.D. = 8.21) เมื่อพิจารณารายด้าน ทุกด้านอยู่ในระดับปกติ ดังตารางที่ 1

ระดับการปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติการพยาบาลบนหอผู้ป่วยของนิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต โดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=3.03$, S.D. = .39) เมื่อพิจารณารายด้านทุกด้านอยู่ในระดับมาก ยกเว้นการปรับตัวด้านร่างกาย อยู่ในระดับน้อย ($\bar{X}=2.47$, S.D. = .48) ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับของความเข้มแข็งทางจิตใจ ความฉลาดทางอารมณ์ การปรับตัว ในการขึ้นฝึกปฏิบัติงานบนหอผู้ป่วยของนิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต (n = 349)

รายการประเมิน	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
ความฉลาดทางอารมณ์	169.23	18.61	ปกติ
1) ด้านดี			
1.1 ควบคุมตัวเอง	20.06	2.26	สูงกว่าเกณฑ์ปกติ
1.2 เห็นใจผู้อื่น	20.70	2.49	ปกติ
1.3 รับผิดชอบ	21.20	2.54	ปกติ
2) ด้านเก่ง			
2.1 มีแรงจูงใจ	18.64	2.85	ปกติ
2.2 ตัดสินใจและแก้ไขปัญหา	18.08	3.29	ปกติ
2.3 สัมพันธภาพ	17.70	3.00	ปกติ
3) ด้านสุข			
3.1 ภูมิใจตนเอง	12.48	2.50	ปกติ
3.2 พอใจชีวิต	20.73	2.88	ปกติ
3.3 สุขสงบทางใจ	19.65	3.15	ปกติ
ความเข้มแข็งทางจิตใจ	66.40	8.21	ปกติ
1) ด้านความทนต่อแรงกดดัน (ฮึด)	32.52	4.32	ปกติ
2) ด้านการมีความหวังและกำลังใจ (ฮึด)	17.26	2.60	ปกติ
3) ด้านการต่อสู้เอาชนะอุปสรรค (สู้)	16.61	2.32	ปกติ
การปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติการพยาบาลบนหอผู้ป่วย	3.03	.39	มาก
1. ด้านร่างกาย	2.47	.48	น้อย
2. ด้านทัศนคติ	3.22	.50	มาก
3. ด้านบทบาทหน้าที่	3.23	.45	มาก
4. ด้านการพึ่งพาอาศัยระหว่างกัน	3.23	.39	มาก

3. ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์ ความเข้มแข็งทางจิตใจ กับความสามารถในการปรับตัว ในการขึ้นฝึกปฏิบัติงานบนหอผู้ป่วยของนิสิตหลักสูตร พยาบาลศาสตรบัณฑิต

ความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมมีความสัมพันธ์ ทางบวกในระดับสูงกับการปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติ บนหอผู้ป่วยของนิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต โดยรวม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r_s = .76, p < .01$) ดังแสดงในตารางที่ 2

ความเข้มแข็งทางจิตใจโดยรวมมีความสัมพันธ์ทาง บวกในระดับสูงกับการปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติงานบน หอผู้ป่วยของนิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตโดยรวม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r_s = .74, p < .01$) ดังแสดงใน ตารางที่ 2

ตารางที่ 2 สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของ ความฉลาดทางอารมณ์ ความเข้มแข็งทางจิตใจ กับการปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติของนิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต (n = 349)

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์	การปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติของนิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต				
	ด้านร่างกาย	ด้าน อึดทนโน้ทศน์	ด้านบทบาท หน้าที่	ด้านการ พึ่งพาอาศัย ระหว่างกัน	รวม
ความฉลาดทางอารมณ์	.47**	.69**	.67**	.63**	.76**
1.1) ควบคุมตัวเอง	.34**	.47**	.49**	.37**	.50**
1.2) เห็นใจผู้อื่น	.11*	.36**	.34**	.45**	.39**
1.3) รับผิดชอบ	.30**	.47**	.42**	.55**	.53**
2.1) มีแรงจูงใจ	.39**	.60**	.55**	.50**	.63**
2.2) ตัดสินใจและแก้ไขปัญหา	.48**	.59**	.59**	.56**	.68**
2.3) สัมพันธภาพ	.34**	.48**	.47**	.41**	.51**
3.1) ภูมิใจตนเอง	.43**	.56**	.53**	.42**	.59**
3.2) พอใจชีวิต	.32**	.54**	.56**	.47**	.58**
3.3) สุขสงบทางใจ	.44**	.54**	.52**	.50**	.60**
ความเข้มแข็งทางจิตใจ	.58**	.69**	.68**	.56**	.74**
1) ด้านความทนต่อแรงกดดัน (อึด)	.44**	.59**	.58**	.46**	.63**
2) ด้านการมีความหวังและกำลังใจ (ฮึด)	.44**	.64**	.63**	.57**	.69**
3) ด้านการต่อสู้เอาชนะอุปสรรค (สู้)	.42**	.61**	.63**	.46**	.64**

*p < .05, **p < .01

การอภิปรายผล

1.นิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต สถาบันการศึกษาในเขตภาคเหนือตอนล่าง มีระดับความเข้มแข็งทางจิตใจในระดับปกติ สามารถอธิบายได้ว่า นิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ซึ่งกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 3 มีอายุเฉลี่ย 21 ปี อยู่ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ผ่านการเรียนรู้ทฤษฎีทางการพยาบาล เคยผ่านการฝึกปฏิบัติการบนหอผู้ป่วยมาก่อน รวมทั้งการได้รับการสนับสนุนจากอาจารย์เทศและเพื่อนร่วมฝึกปฏิบัติ ส่งเสริมให้มีแรงสนับสนุนทางสังคมในการฝ่าฟันปัญหาและอุปสรรคต่างๆ เสริมสร้างความสามารถในการรับมือกับแรงกดดันทางอารมณ์และจิตใจ รวมทั้งสามารถจัดการปัญหาได้และฝึกปฏิบัติงานได้ประสบผลสำเร็จตามที่คาดหวัง และมีการรับรู้ความสามารถของตนเอง มีความเชื่อมั่นในศักยภาพ

ของตนเอง จึงส่งผลให้มีกำลังใจ มีแรงจูงใจ สอดคล้องกับการศึกษาของภาสินี โทอินทร์ และคณะ (Thoin, Sriond, Khoyun, & Potchana, 2022) ผลการศึกษาพบว่านักศึกษาพยาบาล จำนวน 198 คน พบว่ามีความเข้มแข็งทางจิตใจอยู่ในเกณฑ์ปกติ ($\bar{x}$ = 59.83, S.D = 0.84) และจากการศึกษาของจงลักษณ์ ทวีแก้ว และคณะ (Taveekaew, Chitrak, Kaewmanee, & Srisen, 2019) พบว่าระดับความเข้มแข็งทางใจของนักศึกษาพยาบาล จำนวน 600 คน ที่พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีคะแนนเฉลี่ยความเข้มแข็งในชีวิตค่อนข้างสูง ($\bar{x}$ = 117.79, S.D. = 10.54) นอกจากนี้การศึกษาของมาตินเนซ (Martinez et al., 2025) พบว่าระดับความเข้มแข็งทางจิตใจของนิสิตพยาบาลมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นตามชั้นปีและประสบการณ์การฝึกปฏิบัติ ซึ่งสอดคล้องกับกลุ่มตัวอย่างในการศึกษครั้งนี้ ที่ส่วนใหญ่อยู่ในชั้นปีที่ 3-4 กล่าวได้ว่าความเข้มแข็ง

ทางใจ เป็นศักยภาพที่สามารถพัฒนาตนเองได้ในทางบวก แม้จะเกิดปัญหาความยากลำบากในชีวิตก็สามารถปรับตัวให้อยู่ในวิชาชีพได้

2. นิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต สถาบันการศึกษาในเขตภาคเหนือตอนล่าง มีความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในระดับปกติ และด้านควบคุมตัวเองสูงกว่าเกณฑ์ปกติ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะนิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงกำลังศึกษาชั้นปีที่ 3 ที่อยู่ในช่วงผู้ใหญ่ตอนต้น ผ่านกระบวนการเรียนการสอนทั้งภาคทฤษฎีและการฝึกปฏิบัติด้านการพยาบาลที่ต้องพบกับบุคลากรสุขภาพ ผู้ป่วย และญาติ รวมถึงการมีกิจกรรมเสริมหลักสูตรต่างๆ ทำให้สามารถควบคุมตนเองให้เผชิญกับเหตุการณ์เฉพาะหน้าต่างๆ ได้รู้จักเห็นใจผู้อื่น และมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม สามารถตัดสินใจแก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสม มีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข มีความภาคภูมิใจในตนเอง และมีความสุขทางใจ ซึ่งล้วนเป็นสิ่งที่จำเป็นสำหรับนิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต เพื่อนำมาปรับใช้ในช่วงของการดำเนินชีวิตและช่วงของการปฏิบัติงานในวิชาชีพการพยาบาลได้ สอดคล้องกับการศึกษาของอรเพ็ญ พงศ์กล้า และคณะ (Pongklum, Klommake, Pakluck, Khuttamasoon, Bunluesup, & Hongthong, 2017) ที่พบว่าความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตพยาบาลสถาบันแห่งหนึ่ง ในกรุงเทพมหานครที่กำลังศึกษาชั้นปีที่ 1-4 จำนวน 260 คน ผลการวิจัยพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความฉลาดทางอารมณ์ด้าน ดี เก่ง สุข และโดยรวม ส่วนใหญ่อยู่ในระดับปกติ นอกจากนี้ จากการศึกษาของจาวาบรี (Jawabreh, 2024) พบว่า ความฉลาดทางอารมณ์ในด้านการควบคุมอารมณ์และการเข้าใจตนเองมีความสัมพันธ์กับความสามารถตัดสินใจทางคลินิกของนิสิตพยาบาลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

3. นิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต สถาบันการศึกษาในเขตภาคเหนือตอนล่าง มีการปรับตัวในการฝึกปฏิบัติการพยาบาลบนหอผู้ป่วยอยู่ในระดับมาก สามารถอธิบายได้ว่า แม้ว่านิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตที่อยู่ในระหว่างการขึ้นฝึกปฏิบัติงานบนหอผู้ป่วยที่มีเนื้อหาการเรียนเน้นทางวิชาชีพมากขึ้น มีการทำหัตถการที่ซับซ้อนมากขึ้น และเป็นสิ่งที่นิสิตไม่เคยมีประสบการณ์มาก่อน สิ่งเหล่านี้

ส่งผลให้นิสิตต้องมีการปรับตัวอย่างมาก อย่างไรก็ตาม ในกระบวนการเรียนการสอนของหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ช่วยให้นิสิตได้ฝึกกระบวนการแก้ปัญหา และมีอาจารย์ที่ปรึกษาทำให้การคุ้นเคยกับงานใกล้ชิด ส่งผลให้นิสิตพยาบาลมีการปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติงานบนหอผู้ป่วยได้ ซึ่งจะไปตามทฤษฎีการปรับตัวของรอย (Roy & Andrews, 1999) ที่อธิบายว่า บุคคลต้องมีการปรับตัว เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจในตนเอง และคนอื่นมากขึ้น สามารถตัดสินใจเรื่องราวต่างๆ ได้ดีขึ้น ปรับตัวและแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ สามารถดำรงชีวิตร่วมกับผู้อื่นได้ สอดคล้องกับการศึกษาของปารินทร์ บัวสนธิ์ รัตนพรชัย และคณะ (Rattanabhornchai et al., 2025) ได้ศึกษาทักษะในการปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติการพยาบาลของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 และ 4 จำนวน 116 คน พบว่า คะแนนทักษะการปรับตัวโดยรวมและรายด้านของกลุ่มตัวอย่างอยู่ในระดับสูง อย่างไรก็ตาม เมื่อพิจารณารายด้าน ผลการศึกษาพบว่า การปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติการพยาบาลบนหอผู้ป่วยด้านร่างกายอยู่ในระดับน้อย อาจเกิดจากความเหนื่อยล้าทางร่างกายจากการขึ้นฝึกปฏิบัติ สอดคล้องกับการศึกษาของ Silva et al. (2021) พบว่านิสิตพยาบาลมักเผชิญกับความเหนื่อยล้าทางร่างกาย การพักผ่อนไม่เพียงพอ และความเครียดสะสมระหว่างการฝึกปฏิบัติ ซึ่งส่งผลต่อการปรับตัวทางด้านร่างกาย แม้จะสามารถปรับตัวด้านจิตใจและสังคมได้ดี

4. ความฉลาดทางอารมณ์กับการปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติการบนหอผู้ป่วยของนิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต สถาบันการศึกษาในเขตภาคเหนือตอนล่าง มีความสัมพันธ์กันทางบวกในระดับสูง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01 จากผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างนักศึกษามีการควบคุมตนเองในระดับสูงกว่าเกณฑ์ปกติ และมีความเห็นใจผู้อื่นและความรับผิดชอบในการปฏิบัติงานตามที่มอบหมาย ส่งผลให้สามารถปรับตัวให้เข้ากับบทบาทในการเป็นนิสิตฝึกปฏิบัติงาน และมีการปรับตัวด้านการพึ่งพาอาศัยและสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลรอบข้างและผู้อื่นได้ดี จากทฤษฎีการปรับตัวของรอย เชื่อว่าประสิทธิภาพของการปรับตัวของบุคคล ขึ้นอยู่กับความสามารถในการรับมือกับสิ่งเร้า (Roy, 1976 as cited in Wareebor et al., 2021) ดังนั้น นิสิตที่มีความฉลาด

ทางอารมณ์สูง โดยเฉพาะในด้านการควบคุมตนเอง ทำให้นิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตมีการปรับตัวได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถปรับตัวในการดำเนินชีวิตประจำวันตามบทบาทการเป็นนิสิต และสามารถปรับตัวในการให้พยาบาลผู้ป่วยได้ดี ผลการศึกษาสอดคล้องกับงานวิจัยของปารินทร์ บัวสนธิ์ รัตนพรชัย และคณะ (Rattanabhornchai et al., 2025) พบว่า ความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับทักษะการปรับตัวในการฝึกปฏิบัติการพยาบาลของนักศึกษาพยาบาล โดยเมื่อมีความฉลาดทางอารมณ์สูง สามารถควบคุมอารมณ์เชิงลบและปรับตัวต่อสถานการณ์กดดันได้ดีกว่า จึงมีบทบาทสำคัญในการช่วยให้นิสิตพยาบาลปรับตัวต่อความท้าทายทางการเรียนและการฝึกปฏิบัติงานในสถานการณ์จริงได้ดียิ่งขึ้น (Chen et al., 2024; Hwang & Kim, 2023)

5. ความเข้มแข็งทางจิตใจกับการปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติการบนหอผู้ป่วยของนิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต สถาบันการศึกษาในเขตภาคเหนือตอนล่าง มีความสัมพันธ์กันทางบวกในระดับสูง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01 จากผลการศึกษาพบว่านิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตส่วนใหญ่อยู่ในระดับชั้นปีที่ 3 มีประสบการณ์ฝึกปฏิบัติการบนหอผู้ป่วย ทำให้มีความเข้มแข็งทางจิตใจโดยเฉพาะด้านการมีความหวังและกำลังใจ (ฮึด) ที่สูง จะสามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงต่างๆ รวมถึงสถานการณ์ใหม่ๆ ได้ดี สามารถแก้ไขปัญหาเฉพาะอุปสรรคต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้ และสามารถปรับตัวด้านอัตมโนทัศน์ ด้านบทบาทหน้าที่ได้ เนื่องจากบุคคลที่มีความเข้มแข็งทางจิตใจสูง จะควบคุมตัวเองได้ อุดหนุนอดกลั้น สามารถผ่านพ้นเหตุการณ์วิกฤตไปได้โดยปราศจากปัญหา หรือโรคทางจิตใจตามมา ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของปฐพร แสงเขียว และคณะ (Saengkhiew et al., 2022) ได้ศึกษาในนิสิต หลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต จำนวน

418 คน ผลการวิจัย พบว่าความเข้มแข็งทางจิตใจและการปรับตัวของนิสิตพยาบาลมีความสัมพันธ์กันทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ กล่าวได้ว่า ความเข้มแข็งทางจิตใจเป็นบทบาทสำคัญในการคงไว้ซึ่งสุขภาพจิต การมีระดับความเข้มแข็งทางจิตใจในระดับสูง จะช่วยให้นิสิตพยาบาลสามารถเผชิญและจัดการกับปัญหา ความเครียด และช่วยให้สามารถปรับตัวตลอดช่วงการศึกษายได้ดีขึ้น ถึงแม้จะมีความเหนื่อยล้าทางด้านร่างกายความเครียดและภาระงานจะเพิ่มขึ้นตามชั้นปีก็ตาม (Bsharat, 2023; Martinez et al., 2025)

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้เพื่อเป็นแนวทางสำหรับผู้สอนและผู้ที่เกี่ยวข้องกับนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ในการส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจด้านการต่อสู้เอาชนะอุปสรรคและส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ ด้านความภูมิใจตนเอง เพื่อให้นิสิตสามารถปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติงานบนหอผู้ป่วยในสถานการณ์ต่างๆ ได้

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไปควรมีการศึกษาคู่แปรอื่น ๆ ที่มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติการบนหอผู้ป่วยของนิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตเพิ่มเติม

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม และวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสวรรค์ประชารักษ์ ที่ให้ความอนุเคราะห์ในการดำเนินการวิจัยและขอขอบคุณกลุ่มตัวอย่างทุกท่านที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามจนทำให้งานวิจัยสำเร็จได้ด้วยดี

เอกสารอ้างอิง

- Best, J. W., & Kahn, J.V. (1998). *Research in education* (8th ed.). Illinois: Butler University, Emeritus, University of Illinois, Chicago.
- Bsharat, F. (2023). Stress and resilience of nursing students in clinical training during the COVID-19 pandemic: Palestinian perspective. *SAGE Open Nursing*, 9, 1-7. Retrieved from <https://doi.org/10.1177/23779608231201051>.
- Chaiwcharn, T., & Papol, A. (2021). The stress of nursing student training. *EAU Heritage Journal Science and Technology*, 15(1), 22-28. Retrieved from <https://he01.tci-thaijo.org/index.php/EAUHJSci/article/view/245467/168484>. [In Thai].
- Chen, Y., Zhang, L., Xu, J., Ji, P., Ji, Q., Song, M., ... Guo, L. (2024). The associations between emotional empathy, emotional intelligence, and COVID-19-related stress among nursing students: A cross sectional study. *BMC Medical Education*, 24(1). Retrieved from <https://doi.org/10.1186/s12909-024-06474-z>.
- Department of Mental Health, Ministry of Public Health. (2015). *Manual for youth skill development activities: Thinking, problem-solving, and EQ development*. Retrieved from <https://www.tobefriend.in.th/dataservice/files/ds2-manualAndTech/manual/1.เรื่อง%20ฝึกคิด%20แก้ปัญหา%20พัฒนา%20EQ%20for%20ลูกกอล์ฟ.pdf>. [In Thai].
- Department of Mental Health, Ministry of Public Health. (2020). *Turning adversity into strength: Mental health power (Resilience Quotient)*. Retrieved from <https://dmh-elibrary.org/items/show/168>. [In Thai].
- DeVon H. A., Block M. E., Moyle-Wright, P., Ernst, D. M., Hayden, S. J., Lazzara, D. J., ... Kostas-Polston, E. (2007). A psychometric toolbox for testing validity and reliability. *Journal of Nursing scholarship*, 39(2), 155-164. Retrieved from <https://doi.org/10.1111/j.1547-5069.2007.00161.x>
- Hwang, E. & Kim, K. (2023). Relationship between optimism, emotional intelligence, and academic resilience of nursing students: the mediating effect of self-directed learning competency. *Frontiers in Public Health*, 11. Retrieved from <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1182689>.
- Jawabreh, N. (2024). The relationship between emotional intelligence and clinical decision making among nursing students. *SAGE Open Nursing*, 10, 1-8. Retrieved from <https://doi.org/10.1177/23779608241272459>.
- Maenin, T. (2021). Adaptation of the first year class of bachelor degree level in Chitralada Technology Institute. *Journal of Rattana Bundit University*, 16(2), 75-91. Retrieved from <https://so03.tci-thaijo.org/index.php/rbac/article/view/255076/171929>. [In Thai].
- Martinez, W. D., Casaleiro, T., Menezes, J. D. d. S., da Silva, M. Q., Santos, E. R. d., Franco, R. F., ... André, J. C. (2025). Mental health and resilience in nursing students: A longitudinal study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 22(5), 735. Retrieved from <https://doi.org/10.3390/ijerph22050735>.
- Pongklum, O., Klommak, J., Pakluck, P., Khuttamasoon, T., Bunluesup, W., & Hongthong, M. (2017). The emotional quotient among nursing students in a private university, Bangkok. *The Journal of Faculty of Nursing Burapha University*, 25(3), 9-19. Retrieved from <https://he02.tci-thaijo.org/index.php/Nubuu/article/view/101420/78618>. [In Thai].

- Powell, C., Taylor Brown, Y., Yap, Y., Hallam, K., Takac, M., Quinlivan, T., ... Karimi, L. (2024). Emotional intelligence training among the healthcare workforce: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 15. Retrieved from <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1437035>.
- Rattanabhornchai, P. B., Tippanya, T., & Asvaraksha, N. (2025). Factors affecting on the adaptability skills in nursing practicum of nursing students, Pibulsongkram Rajabhat University. *Journal of Multidisciplinary Academic Research and Development*, 7(1), 13-30. Retrieved from <https://he02.tci-thaijo.org/index.php/JMARD/article/view/269610/186589>. [In Thai].
- Rogerson, C. & Phiphatpawan, B. (2022). Factors affecting work readiness of graduate nurses in the situation of coronavirus pandemic. *Research and Development Health System Journal*, 15(3), 198-211. Retrieved from <https://he02.tci-thaijo.org/index.php/RDHSJ/article/view/257611/177650>. [In Thai].
- Roy, C., & Andrews, H. (1999). *The Roy adaptation model*. (2nd ed.). Stamford: Appleton & Lange.
- Saengkhiew, P., Khiaolueang, D., Srijaiwong, S., Tantalanutkul, S., & Chomkam, P. (2022). Resilience and adaptation of nursing students in the COVID-19 pandemic Boromarajonani College of Nursing Uttaradit. *Boromarajonani College of Nursing, Uttaradit Journal*, 14(1), 63-77. Retrieved from <https://he01.tci-thaijo.org/index.php/unc/article/view/255456/173314>. [In Thai].
- Silva, G., Aredes, N., & Galdino-Junior, H. (2021). Academic performance, adaptation and mental health of nursing students: A cross-sectional study. *Nurse Education in Practice*, 55. Retrieved from <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2021.103145>
- Taveekaew, C., Chitrak, W., Kaewmanee, C., & Srisen, N. (2019). Mental health and resilience in nursing students: Case study of a nursing college in the northeast. *Journal of Nursing, Public Health, and Education*, 20(2), 60-68. Retrieved from <https://he01.tci-thaijo.org/index.php/bcnpy/article/view/181441/134905>. [In Thai].
- Thailand Nursing and Midwifery Council. (2017). *Regulation of the Thai Nursing and Midwifery Council B.E. 2560: Approval of professional nursing and midwifery curricula* [Regulation]. Retrieved from [https://www.tnmc.or.th/images/userfiles/files/3_Rule%202560\(1\).pdf](https://www.tnmc.or.th/images/userfiles/files/3_Rule%202560(1).pdf). [In Thai].
- Thoi, P., Sriond, P., Khoyun, S., & Potchana, R. (2022). Relationship between resilience and COVID-19 prevention behaviors among nursing students at Boromarajonani College of Nursing, Khon Kaen. *Journal of Sakon Nakhon Hospital*, 25(3), 110-120. Retrieved from <https://thaidj.org/index.php/jsnh/article/view/13107>. [In Thai].
- Tiansawad, S. (2019). *Instrument development for nursing research*. Chiang Mai: Siampimnana. [In Thai].
- Wareebor, J., Janprieng, T., & Kerdthong, A. (2021). Development of a causal relationship model of factors influencing to college adjustment of undergraduate students, Rambhaibarni Rajabhat University. *Rajabhat Rambhai Barni Reserch Journal*, 17(2), 58-68. Retrieved from <https://so05.tci-thaijo.org/index.php/RRBR/article/view/266860/179154>. [In Thai].

- Wille, S., Opheim, S., Princeton, M., Kisa, S., & Hjerpaasen, J. (2025). Building resilience and competence in bachelor nursing students: A narrative review based on social cognitive theory. *Nursing Reports*, 15(7), 253. Retrieved from <https://doi.org/10.3390/nursrep15070253>.
- Yamane, T. (1967). *Statistics, an introductory analysis* (2nd ed.). New York: Harper and Row.