



ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมกับทักษะชีวิต
ของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต
The Relationship Between Social Support and Life Skills
among Nursing Students

กัญญ์สิริ จันทรเจริญ^{1*} และสุกัญญา นัครามอนตรี²
Kansiri Janjaroen^{1*} and Sukanya Nakaramontree²
วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสงขลา^{1,2}

บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงบรรยายครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาการสนับสนุนทางสังคม และทักษะชีวิตของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต 2) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมกับทักษะชีวิตของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 1 จำนวน 84 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม ซึ่งมีค่าความเชื่อมั่นตอนที่ 2 การสนับสนุนทางสังคมเท่ากับ .81 ตอนที่ 3 ทักษะชีวิตเท่ากับ .78 วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปโดยหาค่าความถี่ และค่าร้อยละ วิเคราะห์ การสนับสนุนทางสังคมและทักษะชีวิตโดยหาค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมกับทักษะชีวิต โดยทดสอบสหสัมพันธ์ของเพียร์สัน ผลการศึกษา พบว่า

1. นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2557 ได้รับการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมอยู่ในระดับสูง ($M=3.77$, $SD=0.31$)
2. นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตชั้นปีที่ 1 มีทักษะชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับสูง ($M=3.91$, $SD=.36$)
3. การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับทักษะชีวิตของนักศึกษา ในระดับปานกลางอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($r=.470$)

คำสำคัญ: การสนับสนุนทางสังคม, ทักษะชีวิต, นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต

* ผู้ให้การติดต่อ (Corresponding e-mail: ksirij@gmail.com เบอร์โทรศัพท์ 074-311-890-1)



Abstract

The purposes of this descriptive research were to: 1) study social support and life skills of nursing students, 2) explore the relationship between social support and life skills of the nursing students. Sample was 84 nursing students in the first year in Boromarajonani College of Nursing, Songkhla. Research instrument was a questionnaire regarding social support and life skills. Reliability of the questionnaire was examined using Cronbach's alpha coefficient yielding values of .81 and .78, respectively. Data were analyzed using frequency, percentage, mean, standard deviation, and Pearson's Product Moment.

The results of this study revealed as follows:

1. The mean total scores of the social support and life skills among the first year nursing students were at a high level ($M=3.77$, $SD=.31$, $M=3.91$, $SD=.36$, respectively).
2. The social support was significantly correlated with the life skills ($r=.470$, $p<.001$).

Keyword: Social Support, Life Skills, Nursing students

บทนำ

สังคมในยุคปัจจุบันเป็นยุคของข้อมูลข่าวสาร และการนำเทคโนโลยีต่าง ๆ ที่มีความทันสมัย และล้ำซับซ้อนมาใช้ ตลอดจนมีความหลากหลายทางวัฒนธรรม ดังนั้น บุคคลในสังคมต้องดำเนินชีวิตอย่างมีวิจารณญาณ ซึ่งต้องมีความสามารถในการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป และจากสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปนี้ ทำให้บุคคลในสังคมโดยเฉพาะนักศึกษาในระดับปริญญาตรี ที่ยังอยู่ในช่วงวัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยที่อยู่ในช่วงการปรับตัวเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ จึงเป็นวัยที่ทำให้มีความวิตกกังวลมากกว่าช่วงวัยอื่น ๆ เนื่องจากมีภาวะอารมณ์แปรปรวนสูง วุฒิภาวะทางอารมณ์ยังไม่สมบูรณ์ ยังมีความสับสนในการวางบทบาทของตนเองในสังคม ขาดทักษะและประสบการณ์ ในการเผชิญและแก้ไขปัญหา นอกจากนี้ วัยรุ่นยังเป็นวัยที่ให้ความสำคัญกับเพื่อนมาก ทำให้เกิดพฤติกรรมเบี่ยงเบนได้ง่าย (ศศิวิมล เกลียวทอง, 2557) ดังนั้น หากวัยรุ่นมีทักษะชีวิต มีความมั่นคงทางจิตใจ ก็จะทำให้สามารถปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ และอยู่ในสังคมอย่างมีความสุขเนื่องจากทักษะชีวิตมีความสัมพันธ์กับการแก้ไขปัญหาในระดับบุคคล

ทักษะชีวิต (Life Skills) เป็นความสามารถของบุคคลหรือทักษะที่มนุษย์ทุกคนต้องมี และใช้ในชีวิตประจำวัน เพื่อช่วยให้ตนเองมีความสุขสามารถปฏิบัติหน้าที่ได้ และประสบความสำเร็จ ประกอบด้วยการมีความรู้ และเจตคติที่ดี มีความสามารถในการจัดการกับปัญหาใดปัญหาหนึ่งของตนเองได้ เพื่อให้สามารถปรับตัวอยู่รอดได้ในสภาพสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลง และมีภาวะวิกฤติในยุคปัจจุบันอย่างมี

วารสารเครือข่ายวิทยาลัยพยาบาลและการสาธารณสุขภาคใต้

The Southern College Network Journal of Nursing and Public Health

ความสุข และเตรียมพร้อมสำหรับการดำเนินชีวิตต่อไปในอนาคต จากความสำคัญดังกล่าว จึงควรส่งเสริมให้นักศึกษามีทักษะชีวิตเนื่องจากเป็นทักษะที่ทำให้นักศึกษารู้จักตนเองทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ และจิตใจ ซึ่งจะส่งผลให้นักศึกษามีการดำรงชีวิตที่มีความสุข เกิดการพัฒนาตนเองโดยการใช้ความคิด การปรับตัว การตัดสินใจการสื่อสาร การจัดการกับอารมณ์ และความเครียดในการแก้ไขปัญหาให้กับตนเองอย่างฉลาด ทักษะชีวิตจะส่งผลให้นักศึกษาฉลาดรู้ ฉลาดเลือก ฉลาดปฏิบัติ และรู้จักยับยั้งชั่งใจ บุคคลที่มีทักษะชีวิตจะเป็นคนที่มีเหตุผลรู้จักเลือกการดำรงชีวิตที่เหมาะสม (ศศิวิมล เกลียวทอง, 2557) ซึ่งปัจจัยที่ส่งผลให้บุคคลมีทักษะชีวิตนั้น จากผลการวิจัยพบว่า มีปัจจัยหลายด้าน ได้แก่ การมองโลกในแง่ดีส่งผลต่อทักษะชีวิต (นิสิตา อังกุล, 2552) ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน อัตมโนทัศน์ลักษณะมุ่งอนาคต การสนับสนุนทางสังคม และสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน ส่งผลทางบวกต่อทักษะชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (ศศิวิมล เกลียวทอง, 2557) ตัวแปรลักษณะมุ่งอนาคต การควบคุมตน เจตคติต่อจิตสำนึกสาธารณะ การสนับสนุนทางสังคม การรับรู้ความสามารถแห่งตน มีความสัมพันธ์ทางบวกต่อจิตสำนึกสาธารณะ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และ .05 (สุคนธา เส็งเจริญ, 2555) จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า การสนับสนุนทางสังคมเป็นตัวแปรที่ช่วยให้บุคคลมีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีมีความสุขในชีวิต การสนับสนุนทางสังคมที่เพียงพอจะช่วยให้บุคคลมีการปรับตัวที่เหมาะสมสามารถแก้ปัญหาต่าง ๆ ได้ซึ่งการสนับสนุนทางสังคมจะทำให้คนมีประสบการณ์ที่ดี มีความมั่นคงอันจะส่งเสริมหน้าที่ในการต่อสู้ปัญหาของแต่ละคนได้ดีขึ้น การสนับสนุนทางสังคมช่วยลดโอกาสการเกิดภาวะวิกฤตในชีวิต ลดภาวะเครียดในชีวิตประจำวันของบุคคล ช่วยให้บุคคลปรับพฤติกรรมเพื่อผ่อนคลายความเครียดที่เผชิญอยู่ เมื่อมีปัญหาทางด้านจิตใจจะสามารถปรับตัวได้ดียิ่งขึ้น (จินตนา เหลืองศิริเอียร, 2550) ซึ่งลักษณะของการสนับสนุนทางสังคมโดยเฉพาะเมื่อบุคคลอยู่ในภาวะวิกฤต การได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว เพื่อน หรือคนที่เกี่ยวข้อง การได้รับความรัก การเห็นคุณค่า การได้รับการดูแล ความไว้วางใจ ความรู้สึกเป็นห่วงและการยอมรับฟังความคิดเห็น การได้รับการช่วยเหลือ (ลดวรัลย์ น้อยเหลือ, 2551) เป็นสิ่งที่มีความสำคัญโดยนักศึกษาที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมมากจะมีทักษะในการตัดสินใจและการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ

จะเห็นได้ว่า ทักษะชีวิตเป็นทักษะที่มีความสำคัญในการพัฒนานักศึกษาให้สามารถพัฒนาตนเองโดยการใช้ความคิด ความตระหนักรู้ในตน การปรับตัว การตัดสินใจ การสื่อสาร และการสร้างสัมพันธภาพ การจัดการกับอารมณ์และความเครียดในการแก้ไขปัญหาให้กับตนเอง วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสงขลา เป็นสถาบันระดับอุดมศึกษา ที่ผลิตบัณฑิตสาขาพยาบาลศาสตร์โดยมีการบรรจุวิชาทักษะชีวิตไว้ในหลักสูตร เพื่อให้บัณฑิตมีความสามารถในการรู้จักแก้ปัญหาสำคัญที่เกี่ยวกับคน สิ่งแวดล้อม และปัญหาที่เกิดจากพฤติกรรมมนุษย์ ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคมกับทักษะชีวิต เพื่อเป็นข้อมูลให้กับสถาบันในการวางแผนการจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิตให้แก่นักศึกษาและอาจารย์ผู้สอนนำผลไปใช้ในการวางแผน ออกแบบการเรียนการสอนวิชาทักษะชีวิตในชั้นปีที่ 1 และวิชาอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องเพื่อส่งเสริมให้นักศึกษามีทักษะชีวิตสูงขึ้น



วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาการสนับสนุนทางสังคม และทักษะชีวิตของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2557
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมกับทักษะชีวิต ของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2557

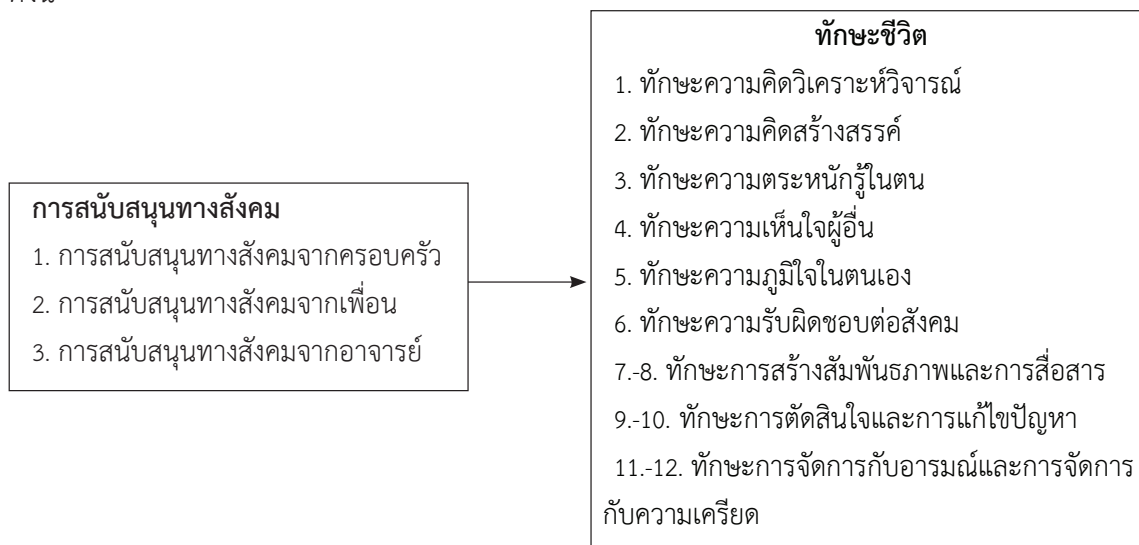
สมมติฐานของการวิจัย

1. นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2557 มีการสนับสนุนทางสังคมอยู่ในระดับสูง
2. นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2557 มีทักษะชีวิตในระดับสูง
3. การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับทักษะชีวิตของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2557

กรอบแนวคิดการวิจัย

ทักษะชีวิต เป็นความสามารถในการปรับตัวและมีพฤติกรรมในทางที่ถูกต้องเหมาะสม ตลอดจนสามารถจัดการกับปัญหารอบ ๆ ตัว ในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งผู้วิจัยสนใจแบ่งองค์ประกอบของทักษะชีวิตตามแนวคิดของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์ และสุวรรณา เรืองกาญจนเศรษฐ์, 2553) ประกอบด้วย ทักษะความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ ทักษะความคิดสร้างสรรค์ ทักษะความตระหนักรู้ในตน ทักษะความเห็นใจผู้อื่น ทักษะความภูมิใจในตนเอง ทักษะความรับผิดชอบต่อสังคม ทักษะการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร ทักษะการตัดสินใจและการแก้ไขปัญหา และทักษะการจัดการกับอารมณ์และความเครียด โดยการสนับสนุนทางสังคมมีความสำคัญในการลดภาวะเครียด ในชีวิตประจำวันของบุคคล ช่วยให้บุคคลปรับพฤติกรรมเพื่อผ่อนคลายความเครียดที่เผชิญอยู่ เมื่อมีปัญหาทางด้านจิตใจ จะสามารถปรับตัวได้ดียิ่งขึ้น (จินตนา เหลืองศิริเอียร, 2550) โดยเฉพาะการได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว เป็นการรับรู้การได้รับความเอาใจใส่เกี่ยวกับการให้รับข้อมูลข่าวสารทรัพย์สินเงินทอง สิ่งของ หรือคำแนะนำต่าง ๆ จากครอบครัว เพื่อตอบสนองความต้องการทางด้านสุขภาพกาย อารมณ์ สังคม และการให้การดูแลเอาใจใส่ (ลดาวัลย์ น้อยเหลือ, 2551) เมื่อพิจารณาในบริบทของนักศึกษาพยาบาล พบว่า ครอบครัว เพื่อน และอาจารย์ จะเป็นแหล่งสนับสนุนทางสังคมที่ให้นักศึกษามีความเป็นอยู่ที่ดี ใช้ชีวิตในช่วงการเป็นนักศึกษาพยาบาลอยู่ในหอพักอย่างมีความสุขและมีประสิทธิภาพ

มีความสามารถในการจัดการกับปัญหา ซึ่งสัมพันธ์กับงานวิจัยที่พบว่า การสนับสนุนทางสังคมส่งผลต่อทักษะชีวิต โดยอธิบายความแปรปรวนของทักษะชีวิตได้ร้อยละ 49.80 (ศศิวิมล เกลียวทอง, 2557) การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว อาจารย์ และเพื่อน มีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับมาก กับความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ไพศาล แยมวงษ์, 2555) การสนับสนุนทางสังคม สามารถอธิบายความแปรปรวนทักษะชีวิตของนักเรียนได้ร้อยละ 76.3 (สุมาลี เทวฤทธิ์, 2554) ผลจากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง พบว่า การสนับสนุนทางสังคมเป็นตัวแปรสำคัญที่ส่งผลต่อทักษะชีวิตของนักศึกษา ซึ่งผู้วิจัยได้กำหนดกรอบแนวคิดในการวิจัยดังนี้



ภาพ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

ระเบียบวิธีการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงบรรยาย (Descriptive Research)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2557 ซึ่งกำลังศึกษาอยู่ในภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2557 จำนวน 104 คน กำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรกรณีทราบจำนวนประชากรของ Yamane ได้ขนาดของกลุ่มตัวอย่างจำนวน 84 คน และสุ่มตัวอย่างโดยวิธีการสุ่มแบบง่าย (Simple Random Sampling)



เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยแบ่งออกเป็น 3 ตอนคือ

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 แบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคม สร้างขึ้นตามกรอบแนวคิดของ Zimet, Dahlem, Zimet & Farley, (1988) โดยศึกษาแบบวัดของไพศาล แย้มวงษ์ (2555) ประกอบด้วย การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน และการสนับสนุนทางสังคมจากอาจารย์ จำนวน 36 ข้อ ข้อคำถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ซึ่งข้อคำถามมีทั้งเชิงบวกและเชิงลบ โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

		ข้อความที่มีความหมายเชิงบวก		ข้อความที่มีความหมายเชิงลบ	
มากที่สุด	ให้คะแนน	5	คะแนน	1	คะแนน
มาก	ให้คะแนน	4	คะแนน	2	คะแนน
ปานกลาง	ให้คะแนน	3	คะแนน	3	คะแนน
น้อย	ให้คะแนน	2	คะแนน	4	คะแนน
น้อยที่สุด	ให้คะแนน	1	คะแนน	5	คะแนน

ตอนที่ 3 แบบสอบถามทักษะชีวิตซึ่งสร้างขึ้นตามกรอบแนวคิดทักษะชีวิตของกรมสุขภาพจิต จำนวน 38 ข้อ ข้อคำถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับโดยมีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้มากที่สุด 5 คะแนน มาก 4 คะแนน ปานกลาง 3 คะแนน น้อย 2 คะแนน และน้อยที่สุด 1 คะแนน

การแปลความหมายของข้อมูล

เกณฑ์การแปลความหมายของข้อมูลการสนับสนุนทางสังคม และทักษะชีวิตซึ่งในการศึกษาครั้งนี้ จะแปลผลการสนับสนุนทางสังคมและทักษะชีวิตออกเป็น 5 ระดับ (Best, 1981) ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย	4.51 – 5.00	หมายถึง	มีการสนับสนุนทางสังคมระดับสูงมาก มีทักษะชีวิตในระดับสูงมาก
คะแนนเฉลี่ย	3.51 – 4.50	หมายถึง	มีการสนับสนุนทางสังคมระดับสูง มีทักษะชีวิตในระดับสูง
คะแนนเฉลี่ย	2.51 – 3.50	หมายถึง	มีการสนับสนุนทางสังคมระดับปานกลาง มีทักษะชีวิตในระดับปานกลาง
คะแนนเฉลี่ย	1.51 – 2.50	หมายถึง	มีการสนับสนุนทางสังคมระดับต่ำ มีทักษะชีวิตในระดับต่ำ
คะแนนเฉลี่ย	1.00 – 1.50	หมายถึง	มีการสนับสนุนทางสังคมระดับต่ำมาก มีทักษะชีวิตในระดับต่ำมาก



การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

1. ผู้วิจัยตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือโดยนำแบบสอบถามไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 4 ท่าน ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์แล้วนำมาหาค่า IOC คัดเลือกเฉพาะข้อที่มีค่า IOC มากกว่า .50
2. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามไปทดลองใช้ (Try Out) กับนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 20 คน วิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (α - Cronbach's Alpha Coefficient) ซึ่งแบบสอบถามตอนที่ 2 การสนับสนุนทางสังคมมีค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ .81 แบบสอบถามตอนที่ 3 ทักษะชีวิต มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .78

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. เสนอโครงการวิจัยต่อคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ และโครงการผ่านการพิจารณาจากคณะกรรมการ เพื่อพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง จากวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสงขลา เลขที่จริยธรรม BCNSK 9/2558
2. เก็บข้อมูลด้วยตนเอง โดยการแจกแบบสอบถามแก่นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2557 จำนวน 84 คน
3. ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย และอธิบายขั้นตอนการทำวิจัยแก่กลุ่มตัวอย่าง
4. กลุ่มตัวอย่างลงนามในเอกสารยินยอมการเข้าร่วมโครงการวิจัย และให้เวลาตอบแบบสอบถาม ความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคม กับทักษะชีวิตของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ประมาณ 30 นาที
5. รับแบบสอบถามคืน และตรวจสอบความสมบูรณ์ของข้อมูลก่อนนำไปวิเคราะห์

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง วิเคราะห์ข้อมูลโดยแจกแจงความถี่ และคำนวณค่าร้อยละ
2. ข้อมูลแรงสนับสนุนทางสังคม และทักษะชีวิตวิเคราะห์ โดยการหาค่าเฉลี่ย (M) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD)
3. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคมกับทักษะชีวิต โดยหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson's Correlation Coefficient)
เกณฑ์การแปลความหมายระดับของความสัมพันธ์
ผู้วิจัยใช้เกณฑ์การวัดความสัมพันธ์ของโคเฮน (Citing Cohen, 1988 อ้างอิงจาก ฉัตรศิริปิยะพินิตสิทธิ์, 2544) ดังนี้
มีค่าน้อยกว่า -1.00 ถึง -0.50 หรือ 0.50 ถึง 1.00 หมายถึง มีความสัมพันธ์กันในระดับ สูง
มีค่าระหว่าง -0.49 ถึง -0.30 หรือ 0.30 ถึง 0.49 หมายถึง มีความสัมพันธ์กันในระดับ ปานกลาง
มีค่าระหว่าง -0.29 ถึง -0.10 หรือ 0.10 ถึง 0.29 หมายถึง มีความสัมพันธ์กันในระดับ ต่ำ



ทั้งนี้ ก่อนการวิเคราะห์สถิติสหสัมพันธ์เพียร์สัน ผู้วิจัยได้ผ่านการทดสอบข้อตกลงเบื้องต้น (Assumption) (Hair, Black, Babin & Anderson, 2010) ของสถิติที่ใช้ ดังนี้

1. ข้อมูลมีการแจกแจงเป็นโค้งปกติ (Normality) โดยใช้สถิติทดสอบ Kolmogorov – Smirnov test พบว่า ค่าเฉลี่ยของข้อมูลแรงสนับสนุนทางสังคม และทักษะชีวิต มีการแจกแจงแบบปกติ ($p = .200, .200$ ตามลำดับ)
2. ความสัมพันธ์เชิงเส้นตรง (Linearity) ระหว่างตัวแปรต้นกับตัวแปรตาม โดยการทดสอบสถิติค่าเอฟ (F-test) พบว่า ค่า $F = 45.792$ $p = .000$ และทดสอบโดยพิจารณาจากกราฟ Normal Probability Plot พบว่า ค่าเฉลี่ยของข้อมูลส่วนใหญ่จะอยู่รอบ ๆ เส้นตรง จึงสรุปว่า ข้อมูลมีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรง

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้มีการพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่างโดยชี้แจงรายละเอียดครอบคลุมประเด็นต่อไปนี้ 1) ชื่อและข้อมูลเกี่ยวกับผู้วิจัย 2) วัตถุประสงค์และประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย 3) การเก็บรักษาข้อมูลเป็นความลับ 4) การเสนอผลการวิจัยในภาพรวม 5) สิทธิที่จะตอบรับ หรือปฏิเสธการเข้าร่วมการวิจัย หรือสิทธิที่จะถอนตัวออกจากการวิจัยได้ตลอดเวลาโดยไม่มีผลกระทบต่อการเรียนของนักศึกษา

ผลการวิจัย

1. ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ตาราง 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง	จำนวน (n=84)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	9	10.70
หญิง	75	89.30
เกรดเฉลี่ยภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2557		
มากกว่า 3.75	1	1.20
3.50-3.74	9	10.70
3.00-3.49	66	78.60
2.50-2.99	8	9.50



ตาราง 1 (ต่อ)

ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง	จำนวน (n=84)	ร้อยละ
ภูมิสำเนา		
เขตเมือง	40	47.60
เขตชนบท	44	52.40
รวม	84	100.00

จากตาราง 1 กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 75 คน คิดเป็นร้อยละ 89.30 ส่วนใหญ่มีเกรดเฉลี่ยภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2557 อยู่ระหว่าง 3.00 - 3.49 จำนวน 66 คน คิดเป็นร้อยละ 78.60 รองลงมา เกรดเฉลี่ยอยู่ระหว่าง 3.50 - 3.74 จำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 10.70 เกรดเฉลี่ยอยู่ระหว่าง 2.50 - 2.99 จำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 9.50 มีภูมิสำเนาอยู่ในเขตชนบทจำนวน 44 คน คิดเป็นร้อยละ 52.40 รองลงมาเขตเมืองจำนวน 40 คน คิดเป็นร้อยละ 47.60 ตามลำดับ

2. ระดับการสนับสนุนทางสังคม และทักษะชีวิตของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2557

ตาราง 2 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับแรงสนับสนุนทางสังคมของ นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต

การสนับสนุนทางสังคม	M	SD	ระดับ
การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว	3.98	0.39	สูง
การสนับสนุนทางสังคมจากอาจารย์	3.60	0.44	สูง
การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน	3.79	0.38	สูง
รวม	3.77	0.31	สูง

จากตาราง 2 พบว่า นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2557 มีการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมอยู่ในระดับสูง ($M=3.77$, $SD=0.31$) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า นักศึกษามีการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว จากเพื่อน และจากอาจารย์อยู่ในระดับสูง ($M=3.98$, $SD=0.39$) ($M=3.79$, $SD=0.38$) ($M=3.60$, $SD=0.44$)



ตาราง 3 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับทักษะชีวิตของนักศึกษา หลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต

ทักษะชีวิต	M	SD	ระดับ
1. ทักษะความคิดวิเคราะห์วิจารณ์	3.70	0.47	สูง
2. ทักษะความคิดสร้างสรรค์	3.63	0.51	สูง
3. ทักษะความตระหนักรู้ในตน	4.11	0.51	สูง
4. ทักษะความเห็นใจผู้อื่น	3.90	0.52	สูง
5. ทักษะความภูมิใจในตนเอง	3.99	0.55	สูง
6. ทักษะความรับผิดชอบต่อสังคม	4.13	0.45	สูง
7. ทักษะการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร	3.90	0.51	สูง
8. ทักษะการตัดสินใจและการแก้ไขปัญหา	3.88	0.53	สูง
9. ทักษะการจัดการกับอารมณ์ และความเครียด	4.04	0.61	สูง
รวม	3.91	0.36	สูง

จากตาราง 3 พบว่า นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตชั้นปีที่ 1 มีทักษะชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับสูง ($M=3.91$, $SD\ 0.36$) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า นักศึกษามีทักษะชีวิตอยู่ในระดับสูงทุกด้าน โดยด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดคือความรับผิดชอบต่อสังคม ($M=4.13$, $SD\ 0.45$) รองลงมาคือ ความตระหนักรู้ในตน ($M=4.11$, $SD=0.51$) การจัดการกับอารมณ์ และความเครียด ($M=4.04$, $SD=0.61$) ความภูมิใจในตนเอง ($M=3.99$, $SD=0.55$) ความเห็นใจผู้อื่น ($M=3.90$, $SD=0.52$) การสร้างสัมพันธภาพ และการสื่อสาร ($M=3.90$, $SD=0.51$) การตัดสินใจและการแก้ไขปัญหา ($M=3.88$, $SD=0.53$) ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ ($M=3.70$, $SD=0.47$) และทักษะที่มีค่าคะแนนเฉลี่ยต่ำสุด คือความคิดสร้างสรรค์ ($M=3.63$, $SD=0.51$)

3. ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมกับทักษะชีวิต ของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2557

ตาราง 4 แสดงค่าสหสัมพันธ์อย่างง่ายของเพียร์สัน (r) ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคมกับทักษะชีวิต ของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2557

การสนับสนุนทางสังคม	ทักษะชีวิต (r)
การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว	.171
การสนับสนุนทางสังคมจากอาจารย์	.345***
การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน	.494***
	.470***

*** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

จากตาราง 3 พบว่า การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวก กับทักษะชีวิตของนักศึกษา ในระดับปานกลาง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($r = .470$) การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว ไม่มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิต ($r = .171$) การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับ ทักษะชีวิตโดยรวม ในระดับปานกลาง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($r = .345$) การสนับสนุนทาง สังคมจากอาจารย์ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับทักษะชีวิตโดยรวม ในระดับปานกลาง อย่างมีนัยสำคัญทาง สถิติที่ระดับ .001 ($r = .494$)

อภิปรายผล

ผลการศึกษาครั้งนี้สามารถอภิปรายได้ ดังนี้

1. นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2557 มีการสนับสนุนทางสังคม โดยรวมอยู่ในระดับสูง ($M=3.77$, $SD=0.31$) ซึ่งสอดคล้องกับสมมุติฐานที่ว่า นักศึกษาหลักสูตรพยาบาล ศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2557 ได้รับการสนับสนุนทางสังคมอยู่ในระดับสูง ซึ่งการสนับสนุน ทางสังคมมีความสำคัญในการลดภาวะเครียดในชีวิตประจำวันของบุคคล ช่วยส่งเสริมภาวะสุขภาพช่วย ให้มีสิ่งแวดล้อมที่เอื้ออำนวยต่อการมีพัฒนาการ และการเจริญเติบโตเต็มที่นอกจากนี้ยังสามารถช่วยให้ บุคคลปรับพฤติกรรมเพื่อผ่อนคลายความเครียดที่เผชิญอยู่เมื่อมีปัญหาทางด้านจิตใจจะสามารถปรับตัว ได้ดียิ่งขึ้น (จินตนา เหลืองศิริเธียร, 2550) โดยเฉพาะการได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว เป็นการรับรู้การได้รับความเอาใจใส่เกี่ยวกับการให้รับข้อมูลข่าวสาร ทรัพย์สินเงินทองสิ่งของ หรือคำแนะนำต่าง ๆ จากครอบครัว เพื่อตอบสนองความต้องการทางด้านสุขภาพกายอารมณ์สังคม และการให้การ ดูแลเอาใจใส่ (ลดาวลย์ น้อยเหลือ, 2551) ดังนั้น การสนับสนุนทางสังคมจะช่วยให้บุคคลมีจิตใจที่มั่นคง ลดแรงกดดัน ความเครียด ช่วยทำให้บุคคลมีความต้องการในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม และการสนับสนุน ทางสังคมยังช่วยให้สุขภาพกาย อารมณ์ ดีขึ้นเพราะต้องการการดูแลเอาใจใส่จากครอบครัว (ศศิวิมล เกลียวทอง, 2557)

2. นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตชั้นปีที่ 1 มีทักษะชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับสูง ($M=3.91$, $SD=0.36$) ซึ่งสอดคล้องกับสมมุติฐานที่ว่า นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2557 มีทักษะชีวิตอยู่ในระดับสูง ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของซูลิพร ดัดงาม (2554) ที่พบว่า นักเรียนมี ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิตโดยภาพรวม และรายด้านอยู่ในระดับค่อนข้างสูง และผลการศึกษาของ กาญจนา เณิมพล (2555) พบว่า นักเรียนมีทักษะด้านการดำเนินชีวิต และการดูแลตนเองอยู่ในระดับมาก สามารถอธิบายได้ว่า นักศึกษามีความรู้ เจตคติ และทักษะในการจัดการปัญหารอบตัวในสภาพสังคม ปัจจุบัน และสิ่งแวดล้อมที่กำลังเผชิญอยู่อย่างถูกต้อง และเตรียมความพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคต ไม่ว่าจะเป็นด้านชีวิตครอบครัว สุขภาพ จริยธรรม และปัญหาสังคม ซึ่งทักษะชีวิตมีความสำคัญต่อการ เสริมสร้าง และป้องกันปัญหาต่าง ๆ ที่อาจเกิดขึ้นกับวัยรุ่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ เมื่อพิจารณาเป็นราย



ด้าน พบว่า นักศึกษามีทักษะที่มีค่าเฉลี่ยน้อยกว่าด้านอื่น ๆ คือความคิดสร้างสรรค์ ($M=3.63, SD=0.51$) รองลงมาคือความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ ($M=3.70, SD=0.47$) ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของพนัสยา วรรณวิไล, อรทัย แก้มหาภาพ, นิสาชล สุขแก้ว และมณฑา อรุณทอง (2557) ที่ศึกษาพบว่า บัณฑิตพยาบาล มีทักษะทางปัญญา (ความสามารถในการคิดวิเคราะห์ คิดอย่างมีวิจารณญาณ ค่าเฉลี่ยน้อยกว่าทักษะด้านอื่น ๆ ดังนั้น อาจารย์ผู้สอนควรส่งเสริมทักษะการคิดให้กับนักศึกษา โดยใช้วิธีการที่หลากหลายมากยิ่งขึ้น เช่น จัดกิจกรรมการเรียนการสอนในลักษณะของการเป็น Facilitator การเรียนแบบร่วมมือ PBL, CBL, PL เป็นต้น

3. การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวก กับทักษะชีวิตของนักศึกษาในระดับปานกลาง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($r = .470$) ซึ่งสอดคล้องกับสมมุติฐานที่ว่า การสนับสนุนทางสังคม มีความสัมพันธ์ทางบวกกับทักษะชีวิต ของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2557 และสอดคล้องกับผลการศึกษาของศศิวิมล เกลียวทอง (2557) ที่ศึกษาในกลุ่มนักเรียนมัธยมศึกษา พบว่า การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับทักษะชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ผลการศึกษาของสุมาลี เทวฤทธิ์ (2554) ที่พบว่า การสนับสนุนทางสังคมมีอิทธิพลต่อทักษะชีวิต จะเห็นได้ว่าครอบครัวมีอิทธิพลต่อชีวิตของเด็กตั้งแต่เล็กจนโต การศึกษาของนิสิตา อังกุล (2552) ที่พบว่า การอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่ ผู้ปกครองมีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สอดคล้องกับการศึกษาของ ทักษกร นาคประเสริฐ (2554) ที่พบว่า สัมพันธภาพระหว่างผู้ต้องขังกับครอบครัว สัมพันธภาพระหว่างผู้ต้องขังกับเจ้าหน้าที่ และสัมพันธภาพระหว่างผู้ต้องขังกับเพื่อน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับทักษะชีวิต สามารถอธิบายได้ว่า การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวไม่ว่าจะเป็น จากครอบครัว จากอาจารย์ หรือจากเพื่อน เป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่ง ที่ทำให้นักศึกษามีทักษะในการวิเคราะห์ แยกแยะข้อมูลข่าวสาร ปัญหาและสถานการณ์ต่าง ๆ อย่างมีจุดหมาย มีความสามารถในการคิดไตร่ตรอง รับรู้ และเข้าใจความรู้สึก ความคิดและอารมณ์ของตนเองได้ตามความเป็นจริง และสามารถควบคุมอารมณ์ และความรู้สึกของตนเองได้ การรับรู้และเข้าใจอารมณ์ ความต้องการของผู้อื่นเอาใจเขามาใส่ใจเรา และสามารถแสดงออกอย่างเหมาะสมมี ความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง รู้สีกว่าตนเองมีคุณค่าตระหนักว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของสังคม มีความสามารถในการติดต่อหรือสัมพันธ์กับผู้อื่น เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ดี และความสามารถในการแสวงหาความร่วมมือมีความสามารถในการรับรู้ปัญหา สาเหตุ ทางเลือกและลงมือปฏิบัติอย่างถูกต้องเหมาะสม และมีความสามารถในการจัดการกับอารมณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสม

สรุปผล

นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2557 ได้รับการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมอยู่ในระดับสูง ($M=3.77$, $SD=0.31$) นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตชั้นปีที่ 1 มีทักษะชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับสูง ($M=3.91$, $SD=.36$) การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับทักษะชีวิตของนักศึกษา ในระดับปานกลางอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($r=.470$)

การนำผลการวิจัยไปใช้

1. การวิจัยนี้ เก็บรวบรวมข้อมูลเมื่อสิ้นสุดการเรียนวิชาทักษะชีวิต ผลการวิจัยครั้งนี้สามารถเป็นข้อมูลให้กับอาจารย์ผู้สอนในภาคการศึกษาต่อไป ในการให้การสนับสนุนทางสังคมกับนักศึกษาให้มีระดับที่สูงขึ้น หรือรักษาระดับของการสนับสนุนทางสังคมไว้ โดยอาจารย์สามารถจัดกิจกรรมการเรียนการสอน ในลักษณะของการเป็น Facilitator โดยให้ความสะดวกต่าง ๆ แก่ผู้เรียน วิธีการจัดการเรียนการสอนที่ส่งเสริมให้เพื่อนช่วยเพื่อนมีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับอาจารย์

2. ผลการวิจัยนักศึกษาได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากอาจารย์และเพื่อนสูง แต่เมื่อดูรายข้อพบว่า นักศึกษารู้สึกว่าได้แนวคิดที่ดีจากเพื่อนในการดำรงชีวิตประจำวัน อาจารย์มีความไว้วางใจในตัวนักศึกษา นักศึกษาสามารถเปิดใจกับอาจารย์ของตัวเองได้ และรู้สึกว่าอาจารย์เข้าใจนักศึกษาอยู่ในระดับปานกลาง ดังนั้น อาจารย์ประจำชั้น และอาจารย์ที่ปรึกษาพูดคุยกับนักศึกษา รับฟังปัญหาอย่างใกล้ชิด เพิ่มขึ้น และมีการพัฒนาการพบนักศึกษาแบบกลุ่มในรูปแบบครอบครัวคุณธรรมให้มากขึ้น

3. ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษามีทักษะชีวิตอยู่ในระดับสูง แต่เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยน้อยกว่าด้านอื่น ๆ คือ ความคิดสร้างสรรค์ และความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ ซึ่งผลการวิจัยสามารถเป็นข้อมูลให้กับผู้บริหาร อาทิ กรรมการบริหารวิชาการในการวางนโยบายการจัดการเรียนการสอน ที่ส่งเสริมการคิดให้มากขึ้น และอาจารย์ผู้สอนนำผลการวิจัยไปออกแบบการเรียนการสอนในรายวิชา เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดให้กับนักศึกษาโดยใช้วิธีการที่หลากหลายมากยิ่งขึ้น เช่น การเรียนแบบร่วมมือ PBL, CBL, PL, เป็นต้น

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. การวิจัยครั้งนี้ ศึกษาเฉพาะนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ดังนั้น ควรศึกษาเพิ่มเติมในชั้นปีอื่น ๆ เพื่อเปรียบเทียบกัน และควรศึกษาระยะยาวโดยติดตามว่า นักศึกษารุ่นที่ 49 มีทักษะชีวิตสูงขึ้นตามชั้นปีที่สูงขึ้นหรือไม่

2. ควรมีการศึกษาตัวแปรอื่น ๆ ที่มีผลต่อทักษะชีวิต เช่น สภาพแวดล้อมในวิทยาลัย การปรับตัว ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และความเชื่อในความสามารถแห่งตน เป็นต้น



กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสงขลา ที่ได้สนับสนุนงบประมาณในการทำวิจัย และขอขอบคุณผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย ได้แก่ ดร.รจนา วิริยะสมบัติ รองผู้อำนวยการกลุ่มวิชาการ ดร.ปาริชาติ ชูประดิษฐ์ รองผู้อำนวยการกลุ่มกิจการนักศึกษา อาจารย์พนัสยา วรรณวิไล กลุ่มงานวัดและประเมินผล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสงขลา และอาจารย์ศิริพร รัชชู อาจารย์ 3 ระดับ 8 หมวดสังคม โรงเรียนวรนาภิเณลิม สงขลา

รายการอ้างอิง

- กาญจนา เณลิมพล. (2555). ศึกษาารูปแบบเป้าหมายทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนราช โบริกันเคราะห์ จังหวัดราชบุรี. สารนิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการแนะแนว, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- จินตนา เหลืองศิริเอียร. (2550). การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมกับภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุในจังหวัดเพชรบูรณ์. สารนิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ฉัตรศิริ ปิยะพิมลสิทธิ์. (2544). การใช้ SPSS เพื่อการวิเคราะห์ข้อมูล. ม.ป.ท.
- ชูลีพร ดัดงาม. (2554). การศึกษาความสามารถการใช้ทักษะชีวิตตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม ปีการศึกษา 2554. กรุงเทพฯ: โรงเรียนอัสสัมชัญ.
- ทชชกร นาคประเสริฐ. (2554). ปัจจัยที่ส่งผลต่อทักษะชีวิตของผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดปทุมธานี อำเภอสามโคก จังหวัดปทุมธานี. สารนิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อุดรธานี.
- นิสิตา อังกุล. (2552). การศึกษาปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อทักษะชีวิตของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 สังกัดกรุงเทพมหานคร. ปริญญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาการวิจัยและสถิติทางการศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- พนัสยา วรรณวิไล, อรทัย แก้มหากาฬ, นิสาสล สุขแก้ว และมณฑา อรุณทอง. (2557). คุณภาพบัณฑิตตามกรอบมาตรฐานคุณวุฒิระดับอุดมศึกษาแห่งชาติ (TQF) วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสงขลา ปีการศึกษา 2556. วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสงขลา.
- ไพศาล แยมวงษ์. (2555). การศึกษาการสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ปริญญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาการวิจัยและสถิติทางการศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.



ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์ และสุวรรณา เรืองกาญจนเศรษฐ์. (2553). **ทักษะชีวิต**. กรุงเทพฯ: ศูนย์สร้างเสริมสุขภาพวัยรุ่น.

ลดาวัลย์ น้อยเหลือ. (2551). **ปัจจัยทางจิตและการสนับสนุนทางสังคมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ โรงพยาบาลของรัฐ จังหวัดนนทบุรี**. ปรินญา นิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ.

ศศิวิมล เกลียวทอง. (2557). **ปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5. สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเขต 2**. ปรินญานิพนธ์ การศึกษามหาบัณฑิต สาขาการวิจัยและสถิติทางการศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

สุคนธา เส็งเจริญ. (2555). **การวิเคราะห์โครงสร้างความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อจิตสำนึกสาธารณะในนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ**. ปรินญานิพนธ์ การศึกษามหาบัณฑิต สาขาการวิจัยและสถิติทางการศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ.

สุมาลี เทวฤทธิ์. (2554). **ปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ในจังหวัดกาฬสินธุ์**. ปรินญานิพนธ์ การศึกษามหาบัณฑิต สาขาการวิจัยทางการศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.

Hair, Black, Babin & Anderson. (2010). **Multivariate Data Analysis**. (7th ed). New Jersey: Pearson Education.