

รูปแบบการพัฒนานิสิตนักศึกษาพยาบาลเพื่อลดความเครียด

นางสุวรรณ อนุสันติ



สถาบันวิทยบริการ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรบัณฑิต

สาขาวิชาอุดมศึกษา ภาควิชาอุดมศึกษา

บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2541

ISBN 974-331-284-6

ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

**A NURSING STUDENT DEVELOPMENT MODEL IN
REDUCING STRESS**

Mrs. Suwanna Anusanti

A Dissertation Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements

for the Degree of Doctor of Philosophy in Higher Education

Department of Higher Education

Graduate School


Chulalongkorn University

Academic Year 1998


ISBN 974-331-284-6

หัวข้อวิทยานิพนธ์ รูปแบบการพัฒนานิสิตนักศึกษาพยาบาลเพื่อลดความเครียด
โดย นางสุวรรณา อนุสันติ
ภาควิชา ชุดมศึกษา
อาจารย์ที่ปรึกษา รองศาสตราจารย์ ดร.วัลลภา เทพหัสดิน ณ อยุธยา
อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม รองศาสตราจารย์ ดร.จินตนา ยูนิพันธ์ุ

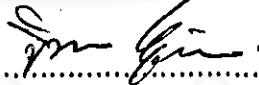
บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัยฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่ง
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาตรีบัณฑิต


.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(ศาสตราจารย์ นายแพทย์ ศุภวัฒน์ ชูติวงศ์)

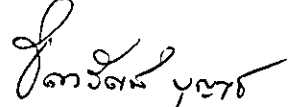
คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์


.....ประธานกรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร.วราภรณ์ นวศิริ)

.....อาจารย์ที่ปรึกษา
(รองศาสตราจารย์ ดร.วัลลภา เทพหัสดิน ณ อยุธยา)


.....อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม
(รองศาสตราจารย์ ดร.จินตนา ยูนิพันธ์ุ)


.....กรรมการ
(ศาสตราจารย์ ดร.ผ่องพรรณ เกิดทิพย์)


.....กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธิดารัตน์ บุญนุช)

สุวรรณา อุนสันติ: รูปแบบการพัฒนานิสิตนักศึกษาพยาบาลเพื่อลดความเครียด (A NURSING STUDENT DEVELOPMENT MODEL IN REDUCING STRESS)
อาจารย์ที่ปรึกษา: รศ. ดร.วัลลภา เทพหัสดิน ณ อยุธยา. อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม: รศ. ดร.จินตนา ยูนิพันธุ์, 380 หน้า. ISBN 974-331-284-6.

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาต้นเหตุ การตอบสนอง และการปรับตัวต่อความเครียดของนิสิตนักศึกษาพยาบาล สร้างแบบวัดความเครียดของนิสิตนักศึกษาพยาบาล และสร้างรูปแบบการพัฒนานิสิตนักศึกษาพยาบาล ในการหาค่าบรรทัดฐานของแบบวัดประชากรเป็นนิสิตนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 ทั้งสถาบันรัฐและเอกชน สังกัดทบวงมหาวิทยาลัยทั่วประเทศ โดยการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้นและสุ่มแบบง่าย ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 881 คน

รูปแบบการพัฒนานิสิตนักศึกษาพยาบาลเพื่อลดความเครียดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ประกอบด้วย 4 ส่วนคือ (1) มืองค์กร เป็นหน่วยงานที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการพัฒนานิสิตนักศึกษา (2) ผู้รับผิดชอบอาจมีหลายฝ่าย และต้องมีผู้ที่มีความรู้เกี่ยวกับการให้คำปรึกษา (3) การดำเนินการจะต้องใช้แบบวัดความเครียดและเข้ารับการพัฒนาดำเนินการตามโปรแกรม (4) การประเมินผล ใช้ผลจากคะแนนแบบวัดและการสังเกต สำหรับโปรแกรมการลดความเครียดมีลักษณะเหมาะสมกับระดับของความเครียดของนิสิตนักศึกษาพยาบาล แบ่งเป็น 3 โปรแกรม คือ โปรแกรมการอ่านคู่มือลดความเครียด โปรแกรมการฝึกเทคนิคเพื่อลดความเครียด และโปรแกรมการให้คำปรึกษาเพื่อลดความเครียด ในการทดลองรูปแบบที่สร้างขึ้น กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลเซนต์หลุยส์ ปีการศึกษา 2541 จำนวน 60 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มทดลองจะได้เข้าโปรแกรม 1, 2 และ 3 ตามระดับความเครียดของนักศึกษา เป็นระยะเวลา 5 สัปดาห์ เครื่องมือที่ใช้คือแบบวัดความเครียดนิสิตนักศึกษาพยาบาล แบบสังเกตพฤติกรรมนิสิตนักศึกษาพยาบาล และแบบประเมินตนเองของนิสิตนักศึกษาพยาบาล ผลการทดลองพบว่า

1. นักศึกษากลุ่มทดลอง มีความเครียดลดลงต่ำกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. นักศึกษากลุ่มทดลองที่มีความเครียดระดับปานกลางและระดับรุนแรง มีความเครียดลดลงต่ำกว่ากลุ่มควบคุมในระดับเดียวกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ยกเว้นนักศึกษาที่มีความเครียดระดับเล็กน้อย มีความเครียดไม่แตกต่างจากกับกลุ่มควบคุม

ภาควิชา อุตมศึกษา
สาขาวิชา อุตมศึกษา
ปีการศึกษา 2541

ลายมือชื่อนิสิต
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม

C843853 : MAJOR HIGHER EDUCATION

KEY WORD: DEVELOPMENT MODEL / STRESS / NURSING STUDENT / REDUCING STRESS
SUWANNA ANUSANTI: A NURSING STUDENT DEVELOPMENT MODEL IN
REDUCING STRESS. THESIS ADVISOR: ASSO. PROF. DR. WALLAPA
DEVAHASTIN NA AYUDHYA, Ed.D. THESIS COADVISOR:
ASSO. PROF. DR. JINTANA YUNIBHAND, Ph.D. 380 pp. ISBN 974-331-284-6

The purposes of this experimental research were to study the stressors, stress responses and coping behaviors, to develop a Stress Inventory for nursing student and construct a nursing student development model in reducing stress. Stratified random sampling were used to fine norm of Stress Inventory, with 881 first year nursing students from public and private nursing institutions under the jurisdiction of the Ministry of University Affairs.

The nursing student development model, constructed by the researcher composed of 4 parts: organization, responsible bodies, activities and evaluation. Three type of programs activities in the model were designed to be used in reducing stress of nursing students. In the activity components, there were three programs for reducing stress, namely, stress reduction manual, relaxation training and stress counselling. Samples used in the implementation of the nursing development model were 60 first year students from Saint Louis Nursing College. The subjects were randomly assigned into one experimental and one control group according to the stress level. The subjects in experimental group joined the stress reduction program I, II or III for 5 weeks according to individual's stress level. The instruments used in evaluating the outcomes of nursing student development model were the stress inventory and observation. The results of the experiment the followings:

1. The stress level of the experiment group the comparision of between before and after the experiment was significantly different at .05
2. In comparing between the control group and experimental group after the experiment, the moderate and severe stress level groups were significantly different at .05 level. No significantly difference was found for the mild stress level group.

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาควิชา.....อุดมศึกษา.....

สาขาวิชา.....อุดมศึกษา.....

ปีการศึกษา.....2541.....

ลายมือชื่อนิสิต.....*any name*.....

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา.....*Assoc. Prof. Dr. Wallapa Devahastin Na Ayudhya*.....

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม.....*Dr. Jintana Yunibhand*.....



กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดีเพราะได้รับความกรุณาจาก รองศาสตราจารย์ ดร.วัลลภา เทพหัสดิน ณ อยุธยา อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์และ รองศาสตราจารย์ ดร.จินตนา ยูนิพันธุ์ อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม ที่ได้กรุณาให้ความรู้ คำแนะนำและข้อคิดเห็นต่าง ๆ ให้กำลังใจ และให้การช่วยเหลือมาโดยตลอด ซึ่งผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาเป็นอย่างยิ่ง จึงขอกราบ ขอบพระคุณอย่างสูง

ขอกราบขอบพระคุณ ศาสตราจารย์ ดร.เผ่องพรรณ พิทักษ์ผล รองศาสตราจารย์ ดร.วราภรณ์ บวรศิริ และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธิดารัตน์ บุญนุช ที่ได้สละเวลาเป็นกรรมการ ตรวจสอบและได้ให้ข้อคิดเห็นอันมีค่ายิ่งแก่ผู้วิจัย

ขอขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ กมลรัตน์ กรีทอง รองศาสตราจารย์ ไพบูลย์ เทวรักษ์ รองศาสตราจารย์ วัชร ทรัพย์มี รองศาสตราจารย์ ดร.ถนนอมวงศ์ กฤษณ์เพ็ชร ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริเดช สุชีวะ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ประนอม รอดคำดี และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อรพรรณ ลือบุญธวัชชัย ได้กรุณาเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบ เครื่องมือในการวิจัย และขอขอบคุณอาจารย์ทุกท่านที่ให้ความช่วยเหลือในการเก็บข้อมูล รวมทั้ง ขอขอบใจนิสิตนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2541 ที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีในการ ตอบแบบสอบถาม

กราบขอบพระคุณท่านอธิการภคินี อาเดลา พิศุทธิ์สินธพ บาทหลวงชัยยะ กิจสวัสดิ์ บาทหลวงจำเนียร กิจเจริญ บาทหลวงปรีชา สกุลอ่อน ภคินีลอเรีตต้า โยเซฟ แซมโบ ภคินีสุภาพร ดาวดี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สังวร พิชเชนทรโยธิน คุณอุ๋น วัชราทิตย์ คุณวิชัญย์ เขาวดารงค์ คุณอุษณีย์ เทพวรชัย คุณปราณี หอมจันทร์ ที่คอยให้คำแนะนำในการแก้ไขปัญหา ต่าง ๆ และให้กำลังใจด้วยดีตลอดมา

ขอกราบขอบพระคุณอย่างสูง คุณบิดา-มารดา คุณพิรพงษ์ อนุสันติ และขอขอบใจ ด.ช.สุทธิพงษ์ อนุสันติ ด.ช.สิทธิพงษ์ อนุสันติ ด.ญ.พิรวรรณ อนุสันติ รวมทั้งพี่ เพื่อน และ น้อง ที่ได้ให้กำลังใจด้วยดีตลอดมาจนประสบความสำเร็จในการศึกษาครั้งนี้

การวิจัยครั้งนี้ได้รับทุนสนับสนุนจากวิทยาลัยพยาบาลเซนต์หลุยส์ และบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จึงขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

สุวรรณา อนุสันติ

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
กิตติกรรมประกาศ	ฉ
สารบัญ	ช
สารบัญตาราง	ฅ
สารบัญภาพ	ฉ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	7
สมมุติฐานของการวิจัย	8
กรอบแนวคิดในการวิจัย	9
ขอบเขตของการวิจัย	16
ข้อตกลงเบื้องต้น	16
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย	16
ประโยชน์ที่ได้รับ	19
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	21
ลักษณะหลักสูตรพยาบาลศาสตร์	21
แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวข้องกับความคิด	28
เอกสารวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความคิด	61
แนวคิดเกี่ยวกับรูปแบบ	71
การพัฒนานิสิตนักศึกษาที่มีความเครียด	78
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	111
ตอนที่ 1 ศึกษาต้นเหตุ การตอบสนองและการปรับตัวต่อ ความเครียด.....	113
ตอนที่ 2 สร้างแบบวัดความเครียดนิสิตนักศึกษา.....	115

	หน้า
ตอนที่ 3 สร้างรูปแบบการพัฒนานิสิตนักศึกษา.....	124
ตอนที่ 4 ทดลองใช้รูปแบบโปรแกรมการพัฒนานิสิตนักศึกษา..	131
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	138
ตอนที่ 1 การวิเคราะห์ต้นเหตุ การตอบสนองและการปรับตัว ต่อความเครียด.....	139
ตอนที่ 2 การวิเคราะห์แบบวัดความเครียดนิสิตนักศึกษา.....	150
ตอนที่ 3 การวิเคราะห์รูปแบบการพัฒนานิสิตนักศึกษาเพื่อลด ความเครียด.....	168
ตอนที่ 4 การวิเคราะห์การทดลองใช้รูปแบบการพัฒนานิสิต นักศึกษาเพื่อลดความเครียด.....	188
บทที่ 5 สรุป อภิปรายผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ	204
สรุปผลการวิจัย	204
อภิปรายผลการวิจัย	212
ข้อเสนอแนะ	221
รายการอ้างอิง	227
ภาคผนวก	241
ภาคผนวก ก. เครื่องมือในการวิจัย	242
ภาคผนวก ข. รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ	249
ภาคผนวก ค. การคำนวณค่าทางสถิติ	252
ภาคผนวก ง. ตัวอย่างโปรแกรม	282
ประวัติผู้วิจัย	325

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	จำนวนนิสิตนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2541.....	116
2	จำนวนสถาบันอุดมศึกษา สังกัดทบวงมหาวิทยาลัย	117
3	จำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	118
4	ผลการวัดความถี่ความคิดเห็นต่อความเครียดด้านการเรียน.....	141
5	ผลการวิเคราะห์ความถี่ความคิดเห็นต่อความเครียดด้านทัศนคติต่อวิชาชีพ.	142
6	ผลการวิเคราะห์ความถี่ความคิดเห็นต่อความเครียดด้านสัมพันธภาพกับผู้อื่น	143
7	ผลการวิเคราะห์ความถี่ความคิดเห็นต่อความเครียดด้านการปรับตัวกับ สถานที่ใหม่.....	144
8	ผลการวิเคราะห์ความถี่ความคิดเห็นต่อความเครียดด้านการปรับตัวต่อกฎ ระเบียบ.....	145
9	ผลการวิเคราะห์ความถี่ความคิดเห็นต่อความเครียดด้านบุคลิกภาพ.....	146
10	ผลการวิเคราะห์ความถี่ความคิดเห็นต่อความเครียดด้านส่วนตัวและ ครอบครัว	147
11	ผลการวิเคราะห์ความถี่พฤติกรรมการตอบสนองเมื่อเผชิญกับความเครียด..	148
12	ผลการวิเคราะห์ความถี่พฤติกรรมการปรับตัวต่อความเครียด.....	148
13	ค่าบรรทัดฐาน (Norm) ของแบบวัดความเครียด.....	150
14	สถานภาพส่วนตัวของนิสิตนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามเพศ.....	151
15	สถานภาพส่วนตัวของนิสิตนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามอายุ.....	152
16	สถานภาพส่วนตัวของนิสิตนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามการสำเร็จ การศึกษา.....	153
17	สถานภาพส่วนตัวของนิสิตนักศึกษาพยาบาล จำแนกภูมิลำเนา.....	153
18	สถานภาพส่วนตัวของนิสิตนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามค่าใช้จ่าย.....	154
19	สถานภาพส่วนตัวของนิสิตนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามอาชีพบิดา มารดา รายได้บิดา มารดา และระดับการศึกษาบิดา มารดา.....	154
20	สถานภาพส่วนตัวของนิสิตนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามคะแนนเฉลี่ย สะสมที่פקอาศัย.....	157
21	ผลการวิเคราะห์ระดับความเครียดที่เกิดจากต้นเหตุด้านการเรียน.....	158
22	ผลการวิเคราะห์ระดับความเครียดที่เกิดจากต้นเหตุด้านทัศนคติต่อวิชาชีพ	159
23	ผลการวิเคราะห์ระดับความเครียดที่เกิดจากต้นเหตุด้านปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น	160

ตารางที่

หน้า

24	ผลการวิเคราะห์ระดับความเครียดที่เกิดจากต้นเหตุด้านอาคารสถานที่.....	161
25	ผลการวิเคราะห์ระดับความเครียดที่เกิดจากต้นเหตุด้านกฎระเบียบและ สวัสดิการ.....	162
26	ผลการวิเคราะห์ระดับความเครียดที่เกิดจากต้นเหตุด้านบุคลิกภาพ ส่วนตัว.....	163
27	ผลการวิเคราะห์ระดับความเครียดที่เกิดจากต้นเหตุด้านส่วนตัวและ ครอบครัว.....	164
28	การตอบสนองต่อความเครียดของนิสิตนักศึกษาจำแนกรายชื่อ.....	165
29	พฤติกรรมการปรับตัวต่อความเครียดของนิสิตนักศึกษาจำแนกรายชื่อ.....	166
30	การวิเคราะห์ความแตกต่างของความเครียดของนักศึกษาระหว่างกลุ่ม ทดลองและกลุ่มควบคุมที่มีความเครียดระดับเล็กน้อย ก่อนการทดลอง...	188
31	การวิเคราะห์ความแตกต่างของความเครียดของนักศึกษาระหว่างกลุ่ม ทดลองและกลุ่มควบคุมที่มีความเครียดระดับปานกลาง ก่อนการทดลอง.	188
32	การวิเคราะห์ความแตกต่างของความเครียดของนักศึกษาระหว่างกลุ่ม ทดลองและกลุ่มควบคุมที่มีระดับความเครียดรุนแรง ก่อนการทดลอง	189
33	การวิเคราะห์ความแตกต่างของความเครียดของนักศึกษากลุ่มทดลองที่มี ความเครียดระดับเล็กน้อย ระหว่างก่อนและหลังการทดลอง.....	189
34	การวิเคราะห์ความแตกต่างของความเครียดของนักศึกษากลุ่มทดลองที่มี ความเครียดระดับปานกลาง ระหว่างก่อนและหลังการทดลอง.....	190
35	การวิเคราะห์ความแตกต่างของความเครียดของนักศึกษากลุ่มทดลองที่มี ความเครียดระดับรุนแรง ระหว่างก่อนและหลังการทดลอง.....	190
36	การวิเคราะห์ความแตกต่างของความเครียดของนักศึกษาระหว่างกลุ่ม ทดลองและกลุ่มควบคุมที่มีความเครียดระดับเล็กน้อย หลังการทดลอง...	191
37	การวิเคราะห์ความแตกต่างของความเครียดของนักศึกษาระหว่างกลุ่ม ทดลองและกลุ่มควบคุมที่มีความเครียดระดับปานกลาง หลังการทดลอง..	191
38	การวิเคราะห์ความแตกต่างของความเครียดของนักศึกษาระหว่างกลุ่ม ทดลองและกลุ่มควบคุมที่มีความเครียดระดับรุนแรง หลังการทดลอง.....	192
39	ความคิดเห็นของนิสิตนักศึกษาหลังจากฟังบรรยายเรื่อง “เครียดอย่างมี สีสัน”	193
40	สรุปผลการประเมินตนเองของนิสิตนักศึกษา หลังจากการอ่านคู่มือลด ความเครียดของนิสิตนักศึกษา.....	194

ตารางที่

หน้า

41	การประเมินชีพจร การหายใจ และความดัน ของนักศึกษาความเครียด ระดับปานกลาง ก่อนและหลังการฝึกเทคนิคการลดความเครียด.....	197
42	สรุปการประเมินตนเองของนิสิตนักศึกษา หลังจากการฝึกเทคนิคการลด ความเครียด	198
43	สรุปการสังเกตพฤติกรรมนิสิตนักศึกษา ในการเข้าอบรมฝึกเทคนิคการลด ความเครียด.....	199
44	การประเมินชีพจร การหายใจ และความดัน ของนักศึกษาความเครียด ระดับรุนแรง ก่อนและหลังการฝึกเทคนิคลดความเครียด.....	200



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สารบัญแผนภูมิ

แผนภูมิที่		หน้า
1	กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	9
2	การตอบสนองของร่างกายเมื่อประสบความเครียด (Selye, 1956)	30
3	การตอบสนองทางอารมณ์ของบุคคลเมื่อประสบความเครียด (Lazarus, 1976).....	35
4	แสดงกระบวนการของความเครียด (Slavin, 1991).....	38
5	โครงสร้างการดำเนินงานวิทยาลัยพยาบาลเซนต์หลุยส์	87
6	โครงสร้างการดำเนินงานมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ.....	88
7	โครงสร้างแสดงสายงานบริหารวิทยาลัยมิชชัน	89
8	วิธีดำเนินการวิจัย 4 ขั้นตอน.....	112
9	สรุปขั้นตอนที่ 1 สาเหตุของความเครียด การตอบสนอง และการปรับตัวต่อความเครียดของนิสิตนักศึกษาพยาบาล.....	115
10	สรุปขั้นตอนที่ 2 สร้างแบบวัดความเครียดนิสิตนักศึกษา.....	123
11	สรุปขั้นตอนที่ 3 สร้างรูปแบบโปรแกรมการพัฒนานิสิตนักศึกษา.....	129
12	รูปแบบโปรแกรมการพัฒนานิสิตนักศึกษา เพื่อลดความเครียด.....	130
13	กำหนดจำนวนนิสิตนักศึกษาเข้าโปรแกรมการทดลอง.....	133
14	การออกแบบในการวิจัย.....	134
15	สรุปขั้นตอนที่ 4 ทดลองใช้รูปแบบโปรแกรมการพัฒนานิสิตนักศึกษา....	137
16	กำหนดเวลาการทดลอง.....	175
17	แสดงแผนโปรแกรมการพัฒนานิสิตนักศึกษาพยาบาล.....	182
18	รูปแบบการพัฒนานิสิตนักศึกษาเพื่อลดความเครียดหลังการทดลอง.....	202

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย