

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง “ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล สภาพแวดล้อม ความมีคุณค่าในตนเอง และการสนับสนุนทางสังคม กับระดับความสุขสมบูรณ์ของอาจารย์พยาบาล วิทยาลัยพยาบาล สังกัดกระทรวงสาธารณสุข” มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับความสุขสมบูรณ์ของอาจารย์พยาบาล วิทยาลัยพยาบาล สังกัดกระทรวงสาธารณสุข เพื่อวิเคราะห์ปัจจัยส่วนบุคคล สภาพแวดล้อม ความมีคุณค่าในตนเอง และการสนับสนุนทางสังคม และหาตัวพยากรณ์ระดับความสุขสมบูรณ์ของอาจารย์พยาบาล ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ อาจารย์พยาบาล วิทยาลัยพยาบาล สังกัดกระทรวงสาธารณสุขทั้ง 9 แห่ง โดยใช้กลุ่มตัวอย่าง 269 คน ซึ่งได้จากการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม 5 ชุด มีทั้งที่ผู้วิจัยสร้างเอง ดัดแปลง และนำมาจากผู้อื่น การวิเคราะห์ข้อมูลใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSSPC คำนวณหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน วิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบเพิ่มตัวแปรเป็นขั้นๆ และสร้างสมการพยากรณ์ความสุขสมบูรณ์ของอาจารย์พยาบาล

สรุปผลการวิจัย

1. ความสุขสมบูรณ์ อาจารย์พยาบาลมีค่าเฉลี่ยระดับความสุขสมบูรณ์ 398 คะแนน จากคะแนนเต็ม 500 คะแนน ส่วนใหญ่มีระดับความสุขสมบูรณ์ปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 69.5 รองลงมาคือ ระดับสูงร้อยละ 16.7 และระดับต่ำร้อยละ 13.8 มีคะแนนเฉลี่ยองค์ประกอบความสุขสมบูรณ์ด้านร่างกายต่ำสุด และคะแนนเฉลี่ยองค์ประกอบความสุขสมบูรณ์ด้านจิตวิญญาณและจริยธรรมสูงสุด

2. ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยระดับความสุขสมบูรณ์ ระหว่างอาจารย์พยาบาลที่มีปัจจัยส่วนบุคคล สภาพแวดล้อม ความมีคุณค่าในตนเอง และการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกัน ได้ข้อค้นพบ ดังนี้

2.1 อาจารย์พยาบาลที่มีอายุแตกต่างกัน มีค่าเฉลี่ยระดับความสุ
ชมบูรณ์แตกต่างกัน เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 โดยคู่ที่แตกต่างกันได้แก่

อาจารย์พยาบาลที่มีอายุ 51 ปีขึ้นไป มีความสุขสมบูรณ์สูงกว่า
กับอาจารย์พยาบาลที่มีอายุ 31-40 ปี และอาจารย์พยาบาลที่มีอายุ 21-30 ปี

อาจารย์พยาบาลที่มีอายุ 41-50 ปี มีความสุขสมบูรณ์สูงกว่า
อาจารย์พยาบาลที่มีอายุ 31-40 ปี และอาจารย์พยาบาลที่มีอายุ 21-30 ปี

2.2 อาจารย์พยาบาลที่มีสถานภาพสมรสแตกต่างกัน มีค่าเฉลี่ย
ระดับความสุชมบูรณ์แตกต่างกัน เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 โดยคู่ที่แตกต่างกันได้แก่

อาจารย์พยาบาลที่มีสถานภาพสมรสหม้าย มีความสุขสมบูรณ์
สูงกว่าอาจารย์พยาบาลที่มีสถานภาพสมรสแยกกันอยู่

อาจารย์พยาบาลที่มีสถานภาพสมรสหย่า มีความสุขสมบูรณ์สูง
กว่าอาจารย์พยาบาลที่มีสถานภาพสมรสแยกกันอยู่ โสด และคู่

2.3 อาจารย์พยาบาลที่มีวุฒิการศึกษาแตกต่างกัน มีค่าเฉลี่ยระดับ
ความสุชมบูรณ์ไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 3

2.4 อาจารย์พยาบาลที่มีประสบการณ์การทำงานแตกต่างกัน มี
ค่าเฉลี่ยระดับความสุชมบูรณ์แตกต่างกัน เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 4 โดยคู่ที่ต่างกัน ได้แก่

อาจารย์พยาบาลที่มีประสบการณ์การทำงาน 21-30 ปี มีความ
สุชมบูรณ์สูงกว่าอาจารย์พยาบาลที่มีประสบการณ์การทำงาน 1-10 ปี และ 11-20 ปี

2.5 อาจารย์พยาบาลที่มีรายได้แตกต่างกัน มีค่าเฉลี่ยระดับความ
สุชมบูรณ์แตกต่างกัน เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 5 โดยคู่ที่ต่างกัน ได้แก่

อาจารย์พยาบาลที่มีรายได้ 15000 บาทขึ้นไปมีความสุ
ชมบูรณ์สูงกว่าอาจารย์พยาบาลที่มีรายได้ 9000-11999 บาทต่อเดือน 6000-89000 บาทต่อเดือน
และ 12000-14999บาทต่อเดือน

2.6 อาจารย์พยาบาลที่มีตำแหน่งหน้าที่แตกต่างกัน มีค่าเฉลี่ย
ระดับความสุชมบูรณ์แตกต่างกัน เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 6 โดยคู่ที่ต่างกัน ได้แก่

อาจารย์พยาบาลที่มีตำแหน่งหน้าที่หัวหน้าภาควิชา มีความสุข
สมบูรณ์สูงกว่าอาจารย์พยาบาลที่มีตำแหน่งหน้าที่อาจารย์ประจำ

2.7 อาจารย์พยาบาลที่มีความเหมาะสมของสภาพแวดล้อมที่บ้าน
แตกต่างกัน มีค่าเฉลี่ยระดับความสุขสมบูรณ์แตกต่างกัน เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 7 โดยคู่ที่
ต่างกันได้แก่

อาจารย์พยาบาลที่มีระดับความเหมาะสมของสภาพแวดล้อมที่
บ้านดีมากมีความสุขสมบูรณ์สูงกว่าอาจารย์พยาบาลที่มีระดับความเหมาะสมของสภาพแวดล้อม
ที่บ้านพอใช้ ปานกลาง และดี

2.8 อาจารย์พยาบาลที่มีความเหมาะสมของสภาพแวดล้อมในที่
ทำงานแตกต่างกัน มีค่าเฉลี่ยระดับความสุขสมบูรณ์ไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐาน
ข้อที่ 8

2.9 อาจารย์พยาบาลที่มีระดับความมีคุณค่าในตนเองแตกต่างกัน
มีค่าเฉลี่ยระดับความสุขสมบูรณ์แตกต่างกัน เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 9 โดยคู่ที่ต่างกันได้แก่

อาจารย์พยาบาลที่มีระดับความมีคุณค่าในตนเองดีมากมี
ความสุขสมบูรณ์สูงกว่าอาจารย์พยาบาลที่มีระดับความมีคุณค่าในตนเองปานกลาง

อาจารย์พยาบาลที่มีระดับความมีคุณค่าในตนเองดีมากมี
ความสุขสมบูรณ์สูงกว่าอาจารย์พยาบาลที่มีระดับความมีคุณค่าในตนเองพอใช้ และปานกลาง

2.10 อาจารย์พยาบาลที่มีระดับการสนับสนุนทางสังคมแตกต่าง
กัน มีค่าเฉลี่ยระดับความสุขสมบูรณ์แตกต่างกัน เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 10 โดยคู่ที่ต่างกัน
ได้แก่

อาจารย์พยาบาลที่มีระดับการสนับสนุนทางสังคมดีมากมี
ความสุขสมบูรณ์สูงกว่าอาจารย์พยาบาลที่มีระดับการสนับสนุนทางสังคมปานกลาง

อาจารย์พยาบาลที่มีระดับการสนับสนุนทางสังคมดีมากมี
ความสุขสมบูรณ์สูงกว่าอาจารย์พยาบาลที่มีระดับการสนับสนุนทางสังคมปานกลาง และดี

3.ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล สภาพแวดล้อม ความมีคุณค่าในตนเอง และการสนับสนุนทางสังคม กับระดับความสุขสมบูรณ์ของอาจารย์พยาบาล ได้ข้อค้นพบตามสมมติฐาน ดังนี้

3.1 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล กับระดับความสุขสมบูรณ์ของอาจารย์พยาบาล พบว่า อายุ และประสบการณ์การทำงาน มีความสัมพันธ์ทางบวกระดับต่ำกับระดับความสุขสมบูรณ์ของอาจารย์พยาบาล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($r = .20$ และ $.23$ ตามลำดับ) รายได้และตำแหน่งหน้าที่ มีความสัมพันธ์ทางบวกระดับต่ำที่ระดับ .01 ($r = .16$ และ $.17$ ตามลำดับ) ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 4 และข้อที่ 6 และพบว่า สถานภาพสมรสและวุฒิการศึกษา ไม่มีความสัมพันธ์กับระดับความสุขสมบูรณ์ของอาจารย์พยาบาล ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 และข้อที่ 3

3.2 ความสัมพันธ์ระหว่างสภาพแวดล้อม กับระดับความสุขสมบูรณ์ของอาจารย์พยาบาล พบว่า สภาพแวดล้อมที่บ้านมีความสัมพันธ์ทางบวกระดับต่ำกับระดับความสุขสมบูรณ์ของอาจารย์พยาบาล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($r = .27$) ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน และพบว่า สภาพแวดล้อมในที่ทำงานไม่มีความสัมพันธ์กับระดับความสุขสมบูรณ์ของอาจารย์พยาบาล ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 7

3.3 ความสัมพันธ์ระหว่างความมีคุณค่าในตนเอง กับระดับความสุขสมบูรณ์ของอาจารย์พยาบาล พบว่า ความมีคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกระดับปานกลางกับระดับความสุขสมบูรณ์ของอาจารย์พยาบาล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($r = .38$) ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 8

3.4 ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคม กับระดับความสุขสมบูรณ์ของอาจารย์พยาบาล พบว่า การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกระดับปานกลางกับระดับความสุขสมบูรณ์ของอาจารย์พยาบาล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($r = .41$) ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 9

4. การวิเคราะห์ถดถอย และสหสัมพันธ์พหุคูณ ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล สภาพแวดล้อม ความมีคุณค่าในตนเอง และการสนับสนุนทางสังคม กับระดับความสุขสมบูรณ์ของอาจารย์พยาบาล ได้ข้อค้นพบ ดังนี้

กลุ่มตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ระดับความสุขสมบูรณ์ของอาจารย์พยาบาลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ได้แก่ ประสบการณ์การทำงาน การสนับสนุนทางสังคม ความมีคุณค่าในตนเอง และรายได้ โดยสามารถร่วมกันพยากรณ์ได้ร้อยละ 24.2 ($R^2 = .242$) เมื่อพิจารณาน้ำหนักและทิศทางของความสัมพันธ์ พบว่า ประสบการณ์การทำงาน การ

สนับสนุนทางสังคม และความมีคุณค่าในตนเอง มีความสัมพันธ์ทางบวก ส่วนรายได้ มีความสัมพันธ์ทางลบ และตัวพยากรณ์ที่มีความสำคัญหรือมีน้ำหนักมากที่สุด คือ ประสบการณ์การทำงาน (Beta = .324) รองลงมาคือ การสนับสนุนทางสังคม (Beta = .291) ความมีคุณค่าในตนเอง (Beta = .209) และรายได้ (Beta = -.199) ตามลำดับ ซึ่งสามารถสร้างสมการพยากรณ์ระดับความสุขสมบูรณ์ของอาจารย์พยาบาลในรูปคะแนนดิบ และคะแนนมาตรฐาน ได้ดังนี้

$$Y = 1.793 + 0.713\text{Exper} + 0.318\text{Supp} + 0.239\text{Self} - 0.075\text{Income}$$

$$Z = 0.324\text{Exper} + 0.291\text{Supp} + 0.209\text{Self} - 0.199\text{Income}$$

อภิปรายผลการวิจัย

การอภิปรายผลการวิจัย ผู้วิจัยนำเสนอโดยเรียงตามลำดับวัตถุประสงค์ของการวิจัย ดังนี้

ตอนที่ 1 ระดับความสุขสมบูรณ์ของอาจารย์พยาบาล

จากผลการวิจัยพบว่า อาจารย์พยาบาลมีความสุขสมบูรณ์อยู่ในระดับปานกลางเป็นส่วนใหญ่ โดยที่คะแนนเฉลี่ยของอาจารย์พยาบาลที่เป็นกลุ่มตัวอย่างทั้ง 269 คนอยู่ที่ 398 และมีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 41.0 และเมื่อใช้เกณฑ์แบ่งระดับความสุขสมบูรณ์เป็นสูง ปานกลาง ต่ำ จากคะแนนเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ก็สามารถแบ่งตามพื้นที่ได้ดังปกติ เปรียบเทียบกับการแบ่งระดับของประนอม รอดคำดี (2538) และการแบ่งระดับของ National Wellness Institute ดังนี้

ความสุขสมบูรณ์	อาจารย์พยาบาล	ร้อยละ	นิสิตนักศึกษา	ร้อยละ	สหรัฐอเมริกา	ร้อยละ
สูง	440 - 500	16.7	406 - 500	15.4	425 - 500	14.6
ปานกลาง	357 - 439	69.5	317 - 405	70.4	350 - 424	70.4
ต่ำ	100 - 356	13.8	100 - 316	14.2	100 - 349	15.0

แสดงว่า จำนวนอาจารย์พยาบาลที่มีระดับความสุขสมบูรณ์ในระดับสูง ปานกลาง ต่ำ มีจำนวนใกล้เคียงกับนิสิตนักศึกษาในกรุงเทพมหานคร และคนสหรัฐอเมริกาวิจัยผู้ใหญ่ และเนื่องจากส่วนใหญ่เป็นกลุ่มที่มีความสุขสมบูรณ์ในระดับปานกลาง ทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องจึงควรให้ความสนใจในการส่งเสริมแบบแผนการใช้ชีวิตที่ดีอยู่แล้ว และพยายามปรับปรุงพฤติกรรมที่ขัด

ขวางระดับความสุขสมบูรณ์ เพื่อให้พัฒนาสู่ระดับที่ดียิ่งขึ้นกว่านี้ ในกลุ่มที่มีความสุขสมบูรณ์ในระดับต่ำนั้น ควรที่จะได้รับการพัฒนาอย่างเร่งด่วน เพราะแบบแผนการใช้ชีวิตตามที่กลุ่มปฏิบัติอยู่จะส่งผลต่อภาวะสุขภาพและศักยภาพในการทำงาน การกระตุ้นและส่งเสริมจากผู้ที่เกี่ยวข้องจะเป็นการช่วยให้บุคคลได้มีการค้นหาจุดเด่น - จุดอ่อนของตนเอง ซึ่งเป็นพื้นฐานของการพัฒนาความสมบูรณ์ (Ardell : 1986) นอกจากนี้ยังพบว่า การดูแลตนเองด้านสุขภาพของอาจารย์พยาบาลนั้นอยู่ในระดับต่ำ ซึ่งไม่เป็นผลดี เพราะการดูแลรักษาสุขภาพตนเองให้แข็งแรงอยู่เสมอ นั้น จะเป็นการเตรียมร่างกายให้พร้อมที่จะเผชิญกับสถานการณ์ต่างๆ และทำหน้าที่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ตอนที่ 2 ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้นกับความสมบูรณ์

ตัวแปรต้นที่สัมพันธ์กับความสมบูรณ์ของอาจารย์พยาบาลมีทั้งหมด 7 ตัว ได้แก่ อายุ ประสบการณ์การทำงาน รายได้ ตำแหน่งหน้าที่ สภาพแวดล้อมที่บ้าน ความมีคุณค่าในตนเอง และการสนับสนุนทางสังคม ซึ่งอภิปรายได้ดังนี้

1. อายุ พบว่า อายุมีความสัมพันธ์ทางบวกระดับต่ำกับความสมบูรณ์ของอาจารย์พยาบาล นั่นคือ เมื่ออายุเพิ่มมากขึ้น ระดับความสมบูรณ์ของอาจารย์พยาบาลจะสูงขึ้น อภิปรายได้ว่า เมื่ออาจารย์พยาบาลมีอายุเพิ่มมากขึ้น ได้สัมผัสกับสภาพแวดล้อมมากขึ้น มีประสบการณ์ในการแก้ปัญหาที่มีความหลากหลายแตกต่างกัน ย่อมส่งผลให้ผู้นั้นมีแบบแผนการใช้ชีวิตที่เปิดกว้าง และรู้แหล่งข้อมูลที่จะนำมาใช้ประกอบการตัดสินใจ และประกอบการทำความเข้าใจปรากฏการณ์ต่างๆ ได้ดีขึ้น อันแสดงถึงความสมบูรณ์ (ประนอม รอดคำดี : 2538) และผู้ที่มีอายุมากกว่า จะมีแบบแผนการดำเนินชีวิตที่สุสมบูรณ์มากกว่าผู้ที่อายุน้อย (Daniels : 1994)

2. ประสบการณ์การทำงาน พบว่า ประสบการณ์การทำงานมีความสัมพันธ์ทางบวกระดับต่ำกับความสมบูรณ์ของอาจารย์พยาบาล นั่นคือ เมื่ออาจารย์พยาบาลมีประสบการณ์การทำงานเพิ่มมากขึ้น ก็จะมีระดับความสมบูรณ์ในระดับสูงมากขึ้น อภิปรายได้ว่า เมื่ออาจารย์พยาบาลมีประสบการณ์มากขึ้น จะมีประสบการณ์ในการเผชิญกับปัญหาที่มีความหลากหลายแตกต่างกัน มีการปรับตัวเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ ตลอดเวลา เพื่อให้ตนเองรู้สึกมั่นคงพอใจ (จินตนา ยูนิพันธ์ : 2534) มองการณ์ไกล สุขุม รอบคอบ (พิทยา พงศ์สังกาจ : 2537) อีกทั้ง มีโอกาสได้พบปะกับกลุ่มทางสังคมต่างๆ เพื่อเพิ่มพูนความรู้ ทักษะของตนเอง

3. รายได้ พบว่า รายได้มีความสัมพันธ์ทางบวกระดับต่ำกับความสุขสมบูรณ์ของอาจารย์พยาบาล นั่นคือ เมื่ออาจารย์พยาบาลมีรายได้เพิ่มมากขึ้น ก็จะมีความสุขสมบูรณ์ในระดับสูงขึ้น อภิปรายได้ว่า ผู้ที่มีฐานะทางเศรษฐกิจสูง จะมีโอกาสในการติดต่อสื่อสารกับกลุ่มสังคมต่างๆ เพื่อเพิ่มพูนทักษะ ความรู้ และประสบการณ์ของตนเอง โดยที่จะส่งผลถึงการดูแลตนเองด้วย เนื่องจาก สถานภาพทางเศรษฐกิจเป็นองค์ประกอบซึ่งสำคัญต่อความสามารถในการดูแลตนเอง และแบบแผนการใช้ชีวิต การมีสถานภาพทางเศรษฐกิจดี จะทำให้นุคคลมีโอกาที่จะเลือกใช้แบบแผนการดำเนินชีวิตที่สุขสมบูรณ์ได้มากกว่าบุคคลที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจไม่ดี ซึ่งจะทำให้เกิดข้อจำกัดของการเลือกแบบแผนการใช้ชีวิต และเป็นปัจจัยที่ขัดขวางการพัฒนาในระดับความสุขสมบูรณ์

4. ตำแหน่งหน้าที่ พบว่า ตำแหน่งหน้าที่มีความสัมพันธ์ทางบวกระดับต่ำกับความสุขสมบูรณ์ของอาจารย์พยาบาล นั่นคือ เมื่ออาจารย์พยาบาลมีตำแหน่งหน้าที่สูงขึ้น จะมีระดับความสุขสมบูรณ์สูงขึ้น อภิปรายได้ว่า ตำแหน่งหน้าที่จะเป็นการบ่งบอกถึงความรับผิดชอบ และการได้รับการยอมรับจากสังคมให้ทำหน้าที่ในฐานะหรือสถานภาพที่สูงกว่า มีลักษณะงานของผู้บริหารหรือผู้นำ ต้องมีการตัดสินใจ ใช้ความรู้ความสามารถในการบริหารงาน มีอำนาจในการตัดสินใจสั่งการ ซึ่งเป็นจุดมุ่งหมายในชีวิตที่ทำให้รู้สึกว่าคุณค่า ได้รับการยกย่อง มีชื่อเสียง มีฐานะเด่นทางสังคม สิ่งเหล่านี้จะช่วยให้คุณเกิดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง กล่าวในการที่จะตัดสินใจเลือกใช้ชีวิตที่สุขสมบูรณ์ และผู้บริหารจะมีความพึงพอใจในชีวิต ได้รับการสนับสนุนทางสังคม และมีความสุขสมบูรณ์ในระดับสูง (Larosa : 1990) นอกจากนี้ อาจารย์พยาบาลที่มีตำแหน่งหน้าที่ในระดับบริหาร จะมีโอกาสได้พบกลุ่มสังคมมากขึ้น เพื่อเพิ่มพูนความรู้ ทักษะ และประสบการณ์ของตนเอง โดยที่จะส่งผลถึงการดูแลตนเองเพื่อมีความสุขสมบูรณ์ด้วย

5. สภาพแวดล้อมที่บ้าน พบว่า สภาพแวดล้อมที่บ้านมีความสัมพันธ์ทางบวกระดับต่ำกับความสุขสมบูรณ์ของอาจารย์พยาบาล นั่นคือ เมื่ออาจารย์พยาบาลมีสภาพแวดล้อมที่บ้านเหมาะสมดี จะมีระดับความสุขสมบูรณ์สูงขึ้น อภิปรายได้ว่า การอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี เป็นการส่งเสริมให้บุคคลมีความสุขสมบูรณ์ (Bruce : 1993) มีผลต่อสุขภาพของบุคคล และมีความสัมพันธ์กับภาวะชีวภาพของบุคคล แบบแผนการใช้ชีวิต และการดูแลสุขภาพ สภาพแวดล้อมที่บ้านซึ่งประกอบด้วย การมีที่อยู่อาศัยถูกสุขลักษณะ มีสาธารณูปโภคครบครัน มีความมั่นคง ปลอดภัย มีสัมพันธ์ภาพที่ดีระหว่างสมาชิกในครอบครัว จะช่วยส่งเสริมให้มีความสุขสมบูรณ์ (Albrecht and Nelson : 1993) สภาพแวดล้อมจะบ่งบอกถึงแบบแผนการใช้

ชีวิต และการดูแลสุขภาพ จะช่วยเปลี่ยนพฤติกรรม และมีส่วนส่งเสริมสุขภาพ (Anderson :1991)

6. ความมีคุณค่าในตนเอง พบว่า ความมีคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกระดับปานกลางกับความสุขสมบูรณ์ของอาจารย์พยาบาล นั่นคือ เมื่ออาจารย์พยาบาลมีความมีคุณค่าในตนเองในระดับดีขึ้น จะมีระดับความสุขสมบูรณ์สูงขึ้น อภิปรายได้ว่า บุคคลที่มีความมีคุณค่าในตนเองสูง จะมีความสุขและใช้ชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีความเข้มแข็งเชื่อมั่นในตนเอง และกล้าแสดงออก มักแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสม วิตกกังวลต่ำ มีลักษณะเป็นผู้นำกลุ่ม กระตือรือร้นต่อสิ่งใหม่ๆ พอใจในงานที่ได้ใช้ความสามารถอย่างเต็มที่ อยากรู้ อยากเห็น ใจกว้าง สามารถยอมรับผู้อื่นได้มาก เมื่อมีความรู้สึกว่าคุณค่าในการทำกิจกรรมใดๆ แล้ว ก็จะมีการเลือกให้กิจกรรมนั้นๆ เป็นแบบแผนของการใช้ชีวิต เพื่อให้ตนเองเกิดความพึงพอใจ ทำหน้าที่ได้อย่างเต็มความสามารถ เพื่อให้บรรลุความสุขสมบูรณ์ในการใช้ชีวิต เนื่องจากบุคคลที่มีความมีคุณค่าในตนเองสูงนั้น จะมีความสุขสมบูรณ์ในระดับสูง (Smith : 1993)

7. การสนับสนุนทางสังคม พบว่า การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกระดับปานกลางกับความสุขสมบูรณ์ของอาจารย์พยาบาล นั่นคือ เมื่ออาจารย์พยาบาลได้รับการสนับสนุนทางสังคมมากขึ้น จะมีระดับความสุขสมบูรณ์สูงขึ้น อภิปรายได้ว่า การสนับสนุนทางสังคม เป็นความจำเป็นพื้นฐานทางสังคมของบุคคลที่เกี่ยวข้องกับการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลหรือกลุ่มบุคคล ทำให้บุคคลรู้สึกมั่นคง และเชื่อว่าตนมีคุณค่า เป็นที่ต้องการ และเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ได้รับการยอมรับนับถือ ความรัก ความนิยม การดูแลเอาใจใส่จากบุคคลในสังคม และการสนับสนุนทางสังคมนั้น เป็นกระบวนการที่ไม่หยุดยั้ง มีส่วนเกี่ยวข้องกับสุขภาพและความสุขสมบูรณ์ (Horman : 1989 , Boyle : 1989) โดยจะช่วยให้บุคคลได้มีการปรับปรุงภาวะสุขภาพ และการดูแลตนเอง ซึ่งเป็นวิธีการที่ใช้ในการเปลี่ยนแปลงแบบแผนการใช้ชีวิต เพื่อที่จะส่งเสริมสุขภาพและความสุขสมบูรณ์ (Thatcher : 1989) ผู้ที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมอย่างเพียงพอ จะมีความสุขสมบูรณ์ในระดับสูง (Doralsen and Blanchard : 1995)

ตอนที่ 3 ตัวพยากรณ์ความสุขสมบูรณ์

ตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ความสุขสมบูรณ์ของอาจารย์พยาบาลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ มี 4 ตัว คือ การสนับสนุนทางสังคม ความมีคุณค่าในตนเอง ประสบการณ์การทำงาน และรายได้ โดยสามารถร่วมกันพยากรณ์ได้ร้อยละ 24.2 และเมื่อพิจารณาหน้าหนัก

และทิศทางของความสัมพันธ์ พบว่า ประสิทธิภาพการทำงาน การสนับสนุนทางสังคม และ ความมีคุณค่าในตนเอง มีความสัมพันธ์ทางบวก ส่วนรายได้ มีความสัมพันธ์ทางลบ และตัว พยากรณ์ที่มีความสำคัญหรือมีน้ำหนักมากที่สุด คือ ประสิทธิภาพการทำงาน แสดงให้เห็นว่า อาจารย์พยาบาลที่มีประสิทธิภาพการทำงานมาก จะมีความสุขสมบูรณ์ในระดับสูง เนื่องจาก เมื่ออาจารย์พยาบาลมีประสพการณ์มากขึ้น จะมีประสพการณ์ในการเผชิญกับปัญหาที่มีความ หลากหลายแตกต่าง มีการปรับตัวเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ ตลอดเวลา เพื่อให้ตนเองรู้สึกมั่นคงพอใจ (จินตนา ยูนิพันธ์ : 2534) มองการณ์ไกล สุขุม รอบคอบ (พิทยา พงศ์สังกาจ : 2537) อีกทั้ง มีโอกาสได้พบปะกับกลุ่มทางสังคมต่างๆ เพื่อเพิ่มพูนความรู้ ทักษะของตนเอง พัฒนาไปสู่การมี แบบแผนการใช้ชีวิตที่สุขสมบูรณ์ ประกอบกับการได้รับการสนับสนุนทางสังคมดี การมีระดับ ความมีคุณค่าในตนเองในระดับสูง ก็จะมีมีความสุขสมบูรณ์ในระดับสูงยิ่งขึ้น แต่รายได้ที่เพิ่ม มากขึ้น จะทำให้ระดับความสุขสมบูรณ์ลดลง อภิปรายได้ว่า เมื่อพิจารณาตัวแปรที่สามารถ พยากรณ์ความสุขสมบูรณ์ทุกตัวร่วมกัน จะส่งผลต่อตัวแปรรายได้ทำให้มีความสัมพันธ์ในทางลบ

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะทั่วไป

จากผลการวิจัยพบว่า ระดับความสุขสมบูรณ์ของอาจารย์พยาบาลส่วนใหญ่ อยู่ในระดับปานกลาง และประสพการณ์การทำงานเป็นตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ระดับความสุข สมบูรณ์ของอาจารย์พยาบาลในทางบวกได้มากที่สุด ผู้วิจัยจึงขอเสนอแนะ ดังนี้

1. ผู้บริหารสถาบันการศึกษา ควรได้มีการสนับสนุนให้มีการประเมินระดับ ความสุขสมบูรณ์ของอาจารย์พยาบาล เพื่อทราบถึงจุดเด่น จุดด้อยของแต่ละบุคคล
2. ควรให้มีการจัดกิจกรรมส่งเสริมระดับความสุขสมบูรณ์ของอาจารย์พยาบาล ร่วมกับบุคคลอื่นทั้งในและนอกสถาบันการศึกษา โดยให้มีกลุ่มคนที่มีประสพการณ์การทำงาน แตกต่างกัน ทั้งนี้เนื่องด้วยผู้ที่มีประสพการณ์มากจะได้ถ่ายทอดและปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดี งามแก่ผู้ที่มีประสพการณ์การทำงานน้อยกว่า
3. จากผลการวิจัย พบว่า อาจารย์พยาบาลมีความสุขสมบูรณ์ด้านร่างกายต่ำ สุด ซึ่งเกี่ยวข้องกับ การออกกำลังกาย และการดูแลตนเองด้านสุขภาพ จึงควรได้มีการสนับสนุน ให้มีการทำกิจกรรมการออกกำลังกายร่วมกัน และมีกิจกรรมเกี่ยวกับการดูแลตนเองด้านสุขภาพ เช่น ประสานงานกับโรงพยาบาลเพื่อจัดให้อาจารย์พยาบาลได้มีการตรวจสุขภาพประจำปีพร้อม กันทั้งวิทยาลัย

จากผลการวิจัยพบว่า ตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ความสุขสมบูรณ์ของ
 อาจารย์พยาบาลทางบวกได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ คือ ประสบการณ์การทำงาน การ
 สนับสนุนทางสังคม และความมีคุณค่าในตนเอง จึงมีข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป ดังนี้

1. ควรทำการศึกษาหารูปแบบการพัฒนากระดับความสุขสมบูรณ์ของอาจารย์
 พยาบาล โดยมุ่งที่การสนับสนุนทางสังคม และความมีคุณค่าในตนเอง
2. ควรทำการศึกษากระดับความสุขสมบูรณ์ของอาจารย์พยาบาลในสถาบัน
 การพยาบาลทุกสังกัด เพื่อให้ได้ตัวพยากรณ์ระดับความสุขสมบูรณ์ของอาจารย์พยาบาลใน
 ประเทศไทย



สถาบันวิทยบริการ
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย