

## ความสัมพันธ์ระหว่างกลวิธีการเผชิญความเครียดเชิงรุกและระดับความเครียด ต่อผลการประเมินในรายวิชาฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพเภสัชกรรม 3 (โอสถศาลา)

ทิพวรรณ สิริเกียรติทอง<sup>1</sup> และ ศุภฤกษ์ โกวินธนาพัฒน์<sup>2</sup>

<sup>1</sup>ภาควิชาอาหารและเภสัชเคมี คณะเภสัชศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

<sup>2</sup>หน่วยฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพ คณะเภสัชศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

### บทคัดย่อ

**วัตถุประสงค์:** เพื่อศึกษาวิธีการเผชิญความเครียดเชิงรุก ระดับความเครียด และวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทั้งสองกับคะแนนผลการประเมินในรายวิชาฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพเภสัชกรรม 3 (โอสถศาลา) **วิธีการ:** ตัวอย่างคือนิสิตปริญญาตรีคณะเภสัชศาสตร์ชั้นปีที่ 4 ในรายวิชาฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพเภสัชกรรม 3 (โอสถศาลา) ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2557 การเก็บรวบรวมข้อมูลทำโดยให้ตัวอย่างตอบแบบสอบถามก่อนและหลังการฝึกปฏิบัติงานดังกล่าว แบบสอบถามประกอบด้วยแบบประเมินกลวิธีการเผชิญความเครียดเชิงรุกฉบับภาษาไทยและแบบวัดความเครียดสวนปรง 20 ข้อ **ผลการวิจัย:** ตัวอย่างมีจำนวนทั้งหมด 67 คน นิสิตมีกลวิธีการเผชิญความเครียดเชิงรุกทั้ง 7 มิติอยู่ในระดับปานกลาง และมีระดับความเครียดสูงทั้งก่อนและหลังการฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพ (51.34±16.22 และ 47.96±15.03 คะแนนตามลำดับ จากคะแนนเต็ม 100 คะแนน) คะแนนในมิติการตั้งเป้าหมายและการจัดการเชิงรุกมีความสัมพันธ์เชิงลบกับระดับความเครียดของนิสิต ( $r=-0.293, p=0.016$ ) ในขณะที่มิติการหลีกเลี่ยงปัญหาที่มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับระดับความเครียดของนิสิต ( $r=0.242, p=0.048$ ) การเผชิญความเครียดเชิงรุกเฉพาะด้านการแสวงหาความช่วยเหลือเท่านั้นที่มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับคะแนนประเมินในรายวิชาฝึกปฏิบัติงานอย่างมีนัยสำคัญ ( $r=0.253, p=0.039$ ) และสามารถทำนายคะแนนประเมินในรายวิชาฝึกปฏิบัติงานได้ ( $b=0.296$ ) การศึกษานี้ไม่พบความสัมพันธ์ระหว่างระดับความเครียดของนิสิตกับคะแนนประเมินในรายวิชาฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพเภสัชกรรม 3 (โอสถศาลา) **สรุป:** กลวิธีการเผชิญความเครียดเชิงรุกด้านการแสวงหาความช่วยเหลือมีผลทางบวกต่อคะแนนประเมินในรายวิชาฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพเภสัชกรรม 3 (โอสถศาลา) การจัดการฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพจึงควรเน้นเรื่องการสนับสนุนเอาใจใส่จากอาจารย์ผู้ดูแลประจำกลุ่มเป็นหลัก

**คำสำคัญ:** กลวิธีการเผชิญความเครียดเชิงรุก ความเครียด การฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพเภสัชกรรม เภสัชศาสตร์ศึกษา

รับต้นฉบับ: 20 กค. 2558, รับลงตีพิมพ์: 23 ตค. 2558

ผู้ประสานงานบทความ: ทิพวรรณ สิริเกียรติทอง ภาควิชาอาหารและเภสัชเคมี คณะเภสัชศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เขตปทุมวัน กทม. 10330

E-mail: tippawan.siri@gmail.com

## บทนำ

การดำเนินชีวิตในสภาพสังคมไทยปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและแข่งขันกันในทุกด้าน การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวส่งผลกระทบต่อให้เกิดความเครียดอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ซึ่งสามารถเกิดขึ้นได้กับทุกเพศ ทุกวัย (1) โดยเฉพาะนิสิตในระดับอุดมศึกษา เนื่องจากเป็นช่วงที่มีการเปลี่ยนแปลงในชีวิตที่สำคัญ นิสิตจะต้องมีการปรับตัวให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมทั้งในด้านการศึกษา การใช้ชีวิต และด้านอื่น ๆ อยู่ตลอดเวลา รวมทั้งยังมีความคาดหวังจากครอบครัวและสังคมที่มีต่อตัวนิสิต นอกจากนี้สภาพภูมิหลังของครอบครัวที่แตกต่างกัน ทำให้นิสิตบางรายที่ประสบปัญหาหรือเหตุการณ์ที่ไม่สามารถหาวิธีแก้ไขหรือบรรเทาได้ เกิดภาวะความเครียดที่รุนแรง ส่งผลต่อการเรียนและการแสดงออกทางพฤติกรรม ดังนั้นหากผู้สอนทราบถึงความสามารถในการปรับตัวและเผชิญความเครียดของนิสิตแต่ละคนล่วงหน้าและคอยสังเกตดูแล ให้ความเอาใจใส่แก่นิสิตที่มีระดับความเครียดสูง ก็จะสามารถช่วยเหลือนิสิตแก้ไขปัญหาได้อย่างทันที่

คณะเภสัชศาสตร์มีการเรียนการสอนทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ การฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพเภสัชกรรม 3 (โอสถศาลา) มีวัตถุประสงค์เพื่อให้นิสิตเภสัชศาสตร์ชั้นปีที่ 4 ได้มีประสบการณ์ตรงเกี่ยวกับระบบงานในร้านยา สร้างทักษะการสัมภาษณ์ผู้ป่วยหรือผู้รับบริการเพื่อหาข้อมูลได้อย่างมีเป้าหมาย และให้นิสิตสามารถประยุกต์ใช้ความรู้จากการเรียนในรายวิชาพื้นฐานต่าง ๆ มาใช้ในการจ่ายยา ทั้งการจ่ายยาตามอาการในโรคที่ไม่รุนแรงหรือจ่ายยาตามใบสั่งแพทย์ภายใต้การกำกับดูแลจากคณาจารย์เภสัชกรอย่างใกล้ชิด สำหรับการฝึกปฏิบัติงานในภาคปลาย ปีการศึกษา 2556 ที่ผ่านมา (ช่วงเดือนพฤศจิกายน 2556 ถึงเดือนมีนาคม 2557) ประสบปัญหาขาดความต่อเนื่อง มีการปรับเลื่อนคาบการฝึกปฏิบัติงานและการนำเสนอกรณีศึกษาโดยไม่ได้วางแผนล่วงหน้า เนื่องจากมีการชุมนุมปิดล้อมสถานปฏิบัติการเภสัชกรรมชุมชน (โอสถศาลา) ซึ่งเป็นแหล่งฝึกปฏิบัติงานของนิสิต ทำให้นิสิตบางคนไม่สามารถเดินทางมาฝึกปฏิบัติงานได้ หรือรวบรวมข้อมูลกรณีศึกษาที่ต้องนำเสนอคณาจารย์ได้ไม่ครบถ้วน นิสิตบางคนต้องเพิ่มจำนวนชั่วโมงการฝึกปฏิบัติงานเพื่อสอบซ้ำประวัติใหม่หลายครั้ง

ปัจจัยเหล่านี้ล้วนทำให้นิสิตเกิดภาวะเครียดและวิตกกังวลเกี่ยวกับผลการฝึกปฏิบัติงานของนิสิต ด้วยเหตุนี้ทำให้ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาเกี่ยวกับการเผชิญความเครียดเชิงรุกและระดับความเครียดของนิสิตชั้นปีที่ 4 คณะเภสัชศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และหาความสัมพันธ์ระหว่างกลวิธีการเผชิญความเครียดเชิงรุกแต่ละมิติ ระดับความเครียดกับผลการฝึกปฏิบัติงานดังกล่าว เพื่อประเมินความสามารถของนิสิตในการจัดการกับปัญหาหรือปรับตัวรับมือกับสถานการณ์อันไม่คาดคิดซึ่งอาจเกิดขึ้นในระหว่างการฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพ ผลการวิจัยจะเป็นข้อมูลสำคัญที่จะช่วยให้ทราบถึงระดับความเครียดของนิสิตว่าอยู่ในระดับใด สะท้อนให้เห็นถึงสุขภาพจิตของนิสิต ตลอดจนนำข้อมูลที่ได้ไปเป็นแนวทางในการป้องกันความเครียดและวางแผนการจัดการฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพให้เหมาะสมกับนิสิตเภสัชศาสตร์ต่อไป

## วิธีการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจด้วยแบบสอบถามผ่านโปรแกรม Google doc จำนวน 2 ครั้ง คือ ก่อนและหลังการฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพ (pretest-posttest designs) เพื่อวัดกลวิธีการเผชิญความเครียดเชิงรุกและระดับความเครียดของนิสิต ร่วมกับการประเมินการฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพเภสัชกรรม 3 (โอสถศาลา) ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลตั้งแต่เดือนสิงหาคมถึงธันวาคม 2557 ณ สถานปฏิบัติการเภสัชกรรมชุมชน (โอสถศาลา) คณะเภสัชศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตัวอย่างของการวิจัย คือ นิสิตปริญญาตรีคณะเภสัชศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยชั้นปีที่ 4 ในรายวิชาฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพเภสัชกรรม 3 (โอสถศาลา) ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2557 จำนวน 67 คน

## เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยและการตอบแบบสอบถาม

เครื่องมือวิจัย คือ แบบสอบถามที่สร้างเป็นไฟล์ Google doc ประกอบด้วย 3 ส่วน คือ แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบบวัดกลวิธีการเผชิญความเครียดเชิงรุกฉบับภาษาไทย และแบบวัดความเครียดสวนปรุง แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของนิสิต ประกอบไปด้วย อายุ เพศ ภูมิลำเนา

และที่อยู่ปัจจุบัน เกรดเฉลี่ยสะสมของนิสิต ตัวอย่างตอบแบบสอบถามข้างต้นก่อนและหลังการฝึกปฏิบัติงาน

แบบวัดกลวิธีการเผชิญความเครียดเชิงรุกฉบับภาษาไทย เป็นแบบทดสอบทางด้านสุขภาพจิตสะท้อนถึงปฏิภพที่นิสิตตอบสนองต่อเหตุการณ์ในชีวิตประจำวัน ซึ่ง Greenglass และ Fiksenbaum เป็นผู้สร้างขึ้น (2) และแปลเป็นภาษาไทยโดยอรพรรณ ตาทา (3) มีค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบัท (Cronbach's alpha coefficient) ระหว่าง 0.70-0.81 แบบวัดนี้ประกอบด้วยข้อคำถามทั้งหมด 55 ข้อ ซึ่งประเมินกลวิธีการเผชิญความเครียด 7 มิติย่อย คือ การตั้งเป้าหมายและจัดการเชิงรุก (14 ข้อ) การสะท้อนปัญหา (11 ข้อ) การวางแผนอย่างมีกลยุทธ์ (4 ข้อ) การเตรียมการป้องกัน (10 ข้อ) การแสวงหาความช่วยเหลือ (8 ข้อ) การแสวงหาการสนับสนุนทางจิตใจ (5 ข้อ) และการหลีกเลี่ยงปัญหา (3 ข้อ) คำถามแต่ละข้อระบุถึงพฤติกรรมเผชิญความเครียดที่ตัวอย่างใช้ และให้ตัวอย่างตอบว่าประโยคดังกล่าวเป็นจริงหรือถูกต้องเพียงไร โดยมี 4 ตัวเลือก คือ 1) ไม่จริงเลย แม้แต่น้อย นั่นคือ ไม่เคยคิดหรือมีพฤติกรรมดังกล่าวเลย 2) แทบจะไม่ใช่ความจริงเลย หมายถึง เคยคิดหรือมีพฤติกรรมดังกล่าวบ้างนาน ๆ ครั้ง 3) ค่อนข้างเป็นจริง หมายถึง เคยคิดหรือมีพฤติกรรมดังกล่าวเกิดขึ้นบางครั้ง และ 4) เป็นจริงอย่างยิ่ง หมายถึง เคยคิดหรือมีพฤติกรรมดังกล่าวอยู่เสมอ ผู้สร้างต้นฉบับเชื่อว่า ตัวอย่างวิจัยแต่ละกลุ่มมีลักษณะเฉพาะและมีปัจจัยด้านสังคมวัฒนธรรมแตกต่างกัน จึงมิได้กำหนดเกณฑ์แปลผลคะแนนไว้ตายตัวในการศึกษานี้ ถ้าคะแนนเฉลี่ยของนิสิตในแต่ละมิติมีค่าอยู่ในช่วงค่ากลางของพิสัยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน จัดเป็นการเผชิญความเครียดเชิงรุกระดับปานกลาง ถ้าคะแนนที่นิสิตประเมินในแต่ละมิติมีค่ามากกว่าหรือน้อยกว่านั้นให้จัดเป็นการเผชิญความเครียดเชิงรุกระดับสูงและต่ำตามลำดับ เช่น มิติการตั้งเป้าหมายและจัดการเชิงรุกมีคำถาม 14 ข้อ พิสัยจึงอยู่ในช่วง 14-56 และมีค่ากลาง คือ 35 ถ้าคะแนนเฉลี่ยของนิสิตอยู่ในช่วง 35±ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน จะถือว่ามี การตั้งเป้าหมายและจัดการเชิงรุกระดับปานกลาง

แบบวัดความเครียดสวนปรุง จำนวน 20 ข้อ เป็นแบบสอบถามที่สร้างจากกรอบแนวคิดทางด้านชีวภาพจิตใจ และสังคมของความเครียด ซึ่งพัฒนาและคิดค้นโดย

นายแพทย์สุวัฒน์ มหัตนรินทร์กุลและคณะ (4) เพื่อใช้ในการวัดความเครียดของผู้ที่อยู่ในวัยเรียน แบบวัดมีค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบัท มากกว่า 0.7 ระดับความเครียดมีคะแนนเต็ม 100 คะแนน ผลรวมที่ได้แบ่งออกเป็น 4 ระดับ คือ ช่วง 0-24 คะแนนจัดเป็นระดับความเครียดน้อย ซึ่งเป็นความเครียดที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันและหายไปในระยะเวลาอันสั้น ไม่คุกคามต่อการดำเนินชีวิต ช่วง 25-42 คะแนนจัดเป็นระดับความเครียดปานกลาง ซึ่งเป็นความเครียดที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันเนื่องจากมีสิ่งคุกคามหรือพบเหตุการณ์สำคัญ ๆ ในสังคม ทำให้บุคคลเกิดความกระตือรือร้น ความวิตกกังวล ความกลัว ฯลฯ ซึ่งไม่ก่อให้เกิดอันตรายแก่ร่างกาย ช่วง 43-62 คะแนนจัดเป็นระดับความเครียดสูง ซึ่งเป็นระดับที่บุคคลไม่สามารถปรับตัวให้ลดความเครียดลงได้ในเวลาอันสั้น หากไม่ได้รับการบรรเทาจะนำไปสู่ความเครียดเรื้อรังหรือเกิดโรคต่าง ๆ ในภายหลังได้ และช่วง 63 คะแนนขึ้นไป จัดเป็นระดับความเครียดรุนแรง เป็นผลมาจากความเครียดระดับสูงที่ดำเนินติดต่อกันมาอย่างต่อเนื่อง จนทำให้บุคคลมีความล้มเหลวในการปรับตัวจนเกิดความเบื่อหน่าย ท้อแท้ หดแรงแรง ควบคุมตัวเองไม่ได้ เกิดอาการทางกายหรือโรคภัย ตามมาได้ง่าย

#### **การประเมินการฝึกปฏิบัติงานของนิสิต**

ในส่วนของการประเมินการฝึกปฏิบัติงานของนิสิต ผู้วิจัยและอาจารย์เภสัชกรผู้ดูแลประจำกลุ่มร่วมกับอาจารย์เภสัชกรที่ปฏิบัติหน้าที่ที่โอสถศาลา ให้คะแนนแก่นิสิตในประเด็นของการเข้าร่วมและความใส่ใจในคาบฝึกปฏิบัติงาน การนำเสนอและรายงานกรณีศึกษา การประเมินผลการซักประวัติและความรู้ความเข้าใจในการจ่ายยา การทดสอบและแบบฝึกหัดเกี่ยวกับโรคและยาที่จ่ายได้ในร้านยา เมื่อฝึกปฏิบัติงานครบถ้วนแล้ว นิสิตทุกคนต้องทำการทดสอบหลังการฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพแบบออนไลน์ ศูนย์คอมพิวเตอร์ คณะเภสัชศาสตร์ หลังจากนั้นผู้วิจัยนำคะแนนแต่ละส่วนมาคิดเป็นภาพรวมของคะแนนประเมินในรายวิชาการฝึกปฏิบัติงานเพื่อนำไปประมวลผล

#### **การวิเคราะห์ข้อมูล**

การวิเคราะห์ข้อมูลใช้โปรแกรม SPSS for Windows version 22.0 โดยกำหนดระดับนัยสำคัญทาง

สถิติที่ 0.05 การวิเคราะห์ข้อมูลใช้การแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ยเลขคณิต ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเพื่ออธิบายลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง การทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนกลวิธีการเผชิญความเครียดเชิงรุกในแต่ละมิติ ระดับความเครียดของนิสิตก่อนและหลังการฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพโดยใช้ paired t-test การทดสอบหาค่าความสัมพันธ์ระหว่างแต่ละตัวแปรใช้สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน การวิเคราะห์ว่ากลวิธีการเผชิญความเครียดเชิงรุกแต่ละมิติและระดับความเครียดมีผลต่อคะแนนประเมินในรายวิชาการฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพเภสัชกรรม 3 (โอสถศาลา) อย่างไร ใช้การวิเคราะห์ความถดถอยเชิงพหุ

**ผลการวิจัย**

นิสิตที่เข้าร่วมการวิจัยทั้งหมด 67 คน เป็นเพศหญิง 50 คน (ร้อยละ 74.6) อายุเฉลี่ยของนิสิตเท่ากับ

21.49 ปี เกรดเฉลี่ยสะสมเท่ากับ 3.05 มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานคร (ร้อยละ 59.7) และพักอาศัยที่บ้านกับบิดามารดาหรือกับญาติเป็นหลัก (ร้อยละ 59.7)

ตารางที่ 1 แสดงคะแนนกลวิธีการเผชิญความเครียดเชิงรุกในแต่ละมิติ คะแนนใน 7 มิติย่อย คือ การตั้งเป้าหมายและจัดการเชิงรุก การสะท้อนปัญหา การวางแผนอย่างมีกลยุทธ์ การเตรียมการป้องกัน การแสวงหาความช่วยเหลือ การแสวงหาการสนับสนุนทางจิตใจ และการหลีกเลี่ยงปัญหา มีค่าอยู่ในช่วงค่ากลางของพิสัยที่เป็นไปได้ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานหรือมีค่าใกล้เคียงมากกับช่วงดังกล่าวทั้งในช่วงก่อนและหลังการฝึกงาน แสดงว่า นิสิตมีการเผชิญความเครียดเชิงรุกทั้ง 7 รูปแบบในระดับปานกลาง ค่าเฉลี่ยคะแนนกลวิธีการเผชิญความเครียดเชิงรุกของนิสิตก่อนและหลังการฝึกปฏิบัติงานไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p>0.05$ ) ดังแสดงในตารางที่ 1

**ตารางที่ 1. ผลประเมินกลวิธีการเผชิญความเครียดเชิงรุกในแต่ละมิติ (N=67)**

กลวิธีการเผชิญความเครียดเชิงรุก	พิสัยของคะแนนรวมที่เป็นไปได้ <sup>1</sup>	ค่ากลางของพิสัย	ค่าเฉลี่ย±ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน [พิสัย] <sup>2</sup>		p-value <sup>3</sup>
			ก่อนการฝึกงาน	หลังการฝึกงาน	
การตั้งเป้าหมายและจัดการเชิงรุก	14-56	35	39.4±5.3 [24, 52]	39.7±4.9 [28, 53]	0.395
การสะท้อนปัญหา	11-44	27.5	30.5±4.2 [19, 42]	30.2±4.2 [18, 40]	0.605
การวางแผนอย่างมีกลยุทธ์	4-16	10	11.4±2.1 [5, 16]	11.0±2.0 [8, 16]	0.191
การเตรียมการป้องกัน	10-40	25	29.4±4.3 [18, 40]	28.9±4.0 [18, 38]	0.354
การแสวงหาความช่วยเหลือ	8-32	20	23.9±3.8 [13, 32]	23.2±3.9 [15, 32]	0.193
การแสวงหาการสนับสนุนทางจิตใจ	5-20	12.5	15.5±2.6 [9, 20]	15.2±3.0 [5, 20]	0.371
การหลีกเลี่ยงปัญหา	3-12	7.5	7.6±2.2 [3, 12]	7.0±2.0 [3, 12]	0.058

<sup>1</sup>พิสัยของคะแนนรวมที่เป็นไปได้ เช่น การตั้งเป้าหมายและจัดการเชิงรุกวัดด้วยคำถาม 14 ข้อบนมาตราวัดตั้งแต่ 1-4 จึงมีพิสัยที่เป็นไปได้ คือ 14-56

<sup>2</sup>พิสัยของคะแนนที่พบในข้อมูล

<sup>3</sup>ทดสอบด้วยสถิติ paired t-test

จากการประเมินด้วยแบบวัดความเครียดสวนปรุง พบว่าเกือบร้อยละ 50 ของนิสิตทั้งหมดมีความเครียดในระดับสูง (ช่วงคะแนนระหว่าง 43-62 คะแนน) ดังแสดงในตารางที่ 2 อย่างไรก็ตาม ความเครียดเฉลี่ยของนิสิตหลังฝึกปฏิบัติงานน้อยกว่าก่อนการฝึกปฏิบัติงานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p=0.020$ )

การประเมินผลในรายวิชาฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพเภสัชกรรม 3 (โอสถศาลา) นั้นมีคะแนนเต็มในแต่ละหัวข้อไม่เท่ากัน โดยเน้นด้านการซักประวัติและจ่ายยาเป็นหลัก คิดเป็นร้อยละ 50 ของคะแนนทั้งหมด การแจกแจงของคะแนนในทุกหัวข้อมีลักษณะเบ้ซ้าย โดยเฉพาะคะแนนประเมินสมุดคู่มือการฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพและคะแนนการแนะนำการใช้ยาเทคนิคพิเศษ ดังแสดงในตารางที่ 3 แสดง

ว่า คะแนนของนิสิตส่วนใหญ่กระจายอยู่ในช่วงที่มากกว่าคะแนนเฉลี่ยของนิสิตทั้งหมด เมื่อคำนวณคะแนนรวมแล้ว มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 86.67 คะแนนซึ่งเกณฑ์ประเมินผ่านของรายวิชาฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพเภสัชกรรม 3 (โอสถศาลา) อยู่ที่คะแนนรวมตั้งแต่ 80 คะแนนขึ้นไป

ตารางที่ 4 แสดงผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างกลวิธีการเผชิญความเครียดเชิงรุกแต่ละเมติและระดับความเครียดพบว่า คะแนนในมิติการตั้งเป้าหมายและการจัดการเชิงรุกมีความสัมพันธ์เชิงลบกับระดับความเครียดของนิสิต ( $r=-0.293$ ,  $p=0.016$ ) ในขณะที่มิติการหลีกเลี่ยงปัญหาที่มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับระดับความเครียดของนิสิต ( $r=0.242$ ,  $p=0.048$ )

ตารางที่ 2. ระดับความเครียดของนิสิตที่ฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพเภสัชกรรม 3 (โอสถศาลา) (N=67)

ระดับความเครียด	เกณฑ์ประเมิน	จำนวนนิสิต (ร้อยละ)	
		ก่อนฝึกงานฯ	หลังฝึกงานฯ
ความเครียดน้อย	0-24	3 (4.5)	4 (6.0)
ความเครียดปานกลาง	25-42	15 (22.4)	20 (29.9)
ความเครียดสูง	43-62	33 (49.3)	31 (46.3)
ความเครียดรุนแรง	63-100	16 (23.9)	12 (17.9)
คะแนนรวมเฉลี่ย±ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน <sup>1</sup> [พิสัย]		51.34±16.22 [15, 78]	47.96±15.03 [18, 92]

<sup>1</sup>แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ ( $p=0.020$ )

ตารางที่ 3. คะแนนผลการฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพเภสัชกรรม 3 (โอสถศาลา) (N=67)

	คะแนนเต็ม (คะแนน)	ค่าเฉลี่ย± ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ค่า	ค่า	ความเบ้	ความโด่ง
			ต่ำสุด	สูงสุด		
การเข้าร่วมและความใส่ใจ	5	4.80±0.22	4.40	5.00	-0.701	-1.357
การนำเสนอและรายงานกรณีศึกษา	20	17.57±1.74	11.60	20.00	-1.030	1.657
การซักประวัติ	50	42.95±3.56	35.73	50.00	-0.253	-1.021
การทดสอบย่อยและแบบฝึกหัด	10	8.31±1.06	4.81	10.00	-0.610	1.011
สมุดคู่มือฯ	5	4.82±0.40	3.00	5.00	-2.410	5.898
การแนะนำการใช้ยาเทคนิคพิเศษ	5	4.80±0.32	3.50	5.00	-1.945	4.082
การทดสอบหลังฝึกปฏิบัติงาน	5	3.42±0.59	1.83	4.50	-0.143	-0.298
คะแนนรวม	100	86.67±4.58	73.23	96.78	-0.307	-0.101

ตารางที่ 4. ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สันระหว่างกลวิธีการเผชิญความเครียดเชิงรุกแต่ละมิติ ระดับความเครียดกับผลการประเมินในรายวิชาฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพเภสัชกรรม 3 (โอสถศาลา) (N=67)

ตัวแปร	สหสัมพันธ์ (r) กับ ระดับความเครียด	สหสัมพันธ์ (r) กับ ผลการประเมินในรายวิชาฯ
การตั้งเป้าหมายและจัดการเชิงรุก	-0.293*	-0.050
การสะท้อนปัญหา	-0.020	-0.026
การวางแผนอย่างมีกลยุทธ์	-0.206	0.021
การเตรียมการป้องกัน	-0.153	-0.090
การแสวงหาความช่วยเหลือ	0.038	0.253*
การแสวงหาการสนับสนุนทางจิตใจ	-0.001	-0.048
การหลีกเลี่ยงปัญหา	0.242*	-0.124
การเผชิญความเครียดเชิงรุกรวม	-0.138	-0.006
ระดับความเครียด	1.000	0.039

\*มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญ ( $p < 0.05$ )

เมื่อพิจารณาถึงผลการประเมินในรายวิชาฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพเภสัชกรรม 3 (โอสถศาลา) พบว่า กลวิธีการเผชิญความเครียดเชิงรุกเฉพาะด้านการแสวงหาความช่วยเหลือเท่านั้นที่มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับคะแนนของรายวิชาฝึกปฏิบัติงานอย่างมีนัยสำคัญ ( $r=0.253$ ,  $p=0.039$ ) การศึกษานี้ไม่พบความสัมพันธ์ระหว่างระดับความเครียดกับผลการประเมินในรายวิชาฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพเภสัชกรรม 3 (โอสถศาลา) ของนิสิต

การวิเคราะห์ถดถอยเชิงพหุ พบว่า คะแนนมิติการแสวงหาความช่วยเหลือเพียงมิติเดียวเท่านั้นที่สามารถอธิบายคะแนนรวมในรายวิชาฝึกปฏิบัติงาน โดยสมการทำนายคือ คะแนนรวมในรายวิชาฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพเภสัชกรรม 3 (โอสถศาลา) =  $79.817 + 0.296$  เท่าของคะแนนในมิติการแสวงหาความช่วยเหลือ ซึ่งหมายความว่า ถ้านิสิตมีคะแนนในด้านการแสวงหาความช่วยเหลือเพิ่มขึ้น 1 คะแนน จะมีผลคะแนนการฝึกปฏิบัติงานเพิ่มขึ้น 0.296 คะแนน

### การอภิปรายผล

นิสิตกลุ่มตัวอย่างใช้กลวิธีการเผชิญความเครียดเชิงรุกอยู่ในระดับปานกลางทั้ง 7 มิติ การวิจัยนี้พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนกลวิธีการเผชิญความเครียดเชิงรุกทั้ง 7 มิติ ก่อนและหลังการฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เนื่องจากรายวิชาฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพเภสัชกรรม 3 (โอสถศาลา) ไม่ได้มีเป้าหมายเพื่อพัฒนาวิธีการเผชิญความเครียดเชิงรุกของนิสิต นอกจากนี้กลวิธีการเผชิญความเครียดเชิงรุกเป็นบุคลิกภาพของบุคคลซึ่งมีลักษณะคงที่ เปลี่ยนแปลงได้ยากในระยะเวลาอันสั้น เช่น คนที่หลีกเลี่ยงปัญหา ก็มักมุ่งเน้นการระบายอารมณ์หรือหลีกเลี่ยงการเผชิญหน้ากับสถานการณ์ที่ควบคุมไม่ได้ (5) การทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างกลวิธีการเผชิญความเครียดเชิงรุกแต่ละมิติกับระดับความเครียดของนิสิต พบว่าคะแนนในมิติการตั้งเป้าหมายและการจัดการเชิงรุกมีความสัมพันธ์เชิงลบกับระดับความเครียดของนิสิต ( $r=-0.293$ ,  $p=0.016$ ) แสดงว่า ถ้านิสิตเผชิญความเครียดเชิงรุกโดยตั้งเป้าหมายและมีการจัดการเชิงรุกสูง นิสิตจะมีความเครียดน้อย ในขณะที่

คะแนนในมิติการหลีกเลี่ยงปัญหาที่มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับระดับความเครียดของนิสิต ( $r=0.242$ ,  $p=0.048$ ) แสดงว่า นิสิตที่เผชิญความเครียดเชิงรุกโดยหลีกเลี่ยงปัญหาสูง จะมีความเครียดสูง ในทางกลับกันถ้าเผชิญความเครียดโดยไม่หลีกเลี่ยงปัญหา จะมีความเครียดน้อย การประเมินระดับความเครียดด้วยแบบวัดความเครียดสวนประพพว่า นิสิตมีระดับความเครียดสูง สอดคล้องกับการศึกษาก่อนหน้านี้ที่พบว่า การฝึกปฏิบัติงานทักษะทางวิชาชีพของนักศึกษาทันตแพทย์จอร์แดนทั้งเพศหญิงและเพศชายมีความเครียดสูงเมื่อต้องขึ้นปฏิบัติงานในคลินิกทันตกรรม (6) ยังมีการศึกษาที่พบว่า นักศึกษาพยาบาลเกิดความเครียดจากการปฏิบัติหัตถการให้แก่ผู้ป่วย เพราะนักศึกษารู้สึกว่าตนเองขาดทักษะในการปฏิบัติการพยาบาล ลืมขั้นตอนหรือปฏิบัติการพยาบาล ตรวจร่างกายไม่ถูกต้อง และไม่คุ้นเคยกับการฉีดยาให้แก่ผู้ป่วย รวมถึงไม่สามารถนำความรู้ที่เรียนในภาคทฤษฎีมาประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติการพยาบาลให้ลุล่วงไปด้วยดี (7) อย่างไรก็ตามงานวิจัยนี้พบว่า ภายหลังจากฝึกงาน ความเครียดของนิสิตลดลงเฉลี่ย 3.38 หน่วยจากความเครียดก่อนฝึกปฏิบัติงาน จึงมีความเป็นไปได้ว่า ความเครียดอาจไม่ได้เกิดจากการฝึกปฏิบัติงานในรายวิชาดังกล่าวเพียงอย่างเดียว หรือการฝึกปฏิบัติงานมีผลต่อความเครียดของนิสิตเพียงบางส่วน ยังมีปัจจัยอื่นที่ไม่ใช่การฝึกปฏิบัติงานในรายวิชานี้ส่งผลกระทบต่อระดับความเครียดของนิสิต ตัวอย่างเช่น ปัจจัยด้านการเรียนการสอนแบบบรรยาย ปัจจัยด้านสุขภาพ ปัจจัยด้านการดำรงชีวิต การปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อม การเตรียมตัวสอบ เป็นต้น (8) ซึ่งควรมีการศึกษาเพิ่มเติมต่อไป

ในรายวิชาฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพเภสัชกรรม 3 (โอสถศาลา) นิสิตต้องทบทวนความรู้ที่เรียนมาจากภาคบรรยายและเชื่อมโยงสู่การนำไปใช้ในการฝึกปฏิบัติงาน ทั้งทักษะการสัมภาษณ์ผู้ป่วยอย่างเป็นระบบ การวิเคราะห์โรคเบื้องต้น พิจารณาจ่ายยาหรือส่งต่อผู้ป่วย ฝึกการพิสูจน์เอกลักษณ์ของยาบางชนิดที่มีลักษณะเฉพาะสำหรับกรณีที่ผู้ป่วยนำตัวอย่างเม็ดยามาสอบถามหรือกล่าวถึงลักษณะเม็ดยาที่ผู้ป่วยเคยใช้ เป็นต้น นอกจากนี้ นิสิตยังต้องรู้จักแหล่งค้นคว้าข้อมูลเพื่อตอบคำถามทางด้านสุขภาพให้แก่ผู้ป่วยอีกด้วย ดังนั้นการพัฒนาหลายทักษะในช่วงระยะเวลาการฝึกปฏิบัติงานสั้น ๆ ซึ่งมีงาน

มอบหมายให้กับนิสิตมาก จึงเป็นสาเหตุให้นิสิตเกิดความเครียด ทำให้ต้องการการสนับสนุนจากอาจารย์ที่ดูแลการฝึกงาน ผลการวิจัยนี้พบว่า คะแนนกลวิธีการเผชิญความเครียดเชิงรุกในมิติการแสวงหาความช่วยเหลือมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับคะแนนผลการประเมินในรายวิชาฝึกปฏิบัติงานอย่างมีนัยสำคัญ ( $r=0.253$ ,  $r^2=0.0625$ ,  $p=0.039$ ) หมายความว่า การแสวงหาความช่วยเหลือสามารถอธิบายความแปรปรวนของคะแนนประเมินในรายวิชาฝึกปฏิบัติงานได้เพียงร้อยละ 6.25 ยังมีตัวแปรอื่นที่อาจมีความสัมพันธ์กับผลการประเมินในรายวิชานี้ เช่น พื้นฐานความรู้หรือประสบการณ์ในการซักประวัติ เนื่องจากร้อยละ 50 ของคะแนนทั้งหมดมาจากส่วนของการซักประวัติหรือความรู้ความเข้าใจในการจ่ายยา ดังเช่น การศึกษาก่อนหน้านี้ที่พบว่า นักศึกษาพยาบาลที่มีประสบการณ์การปฏิบัติการพยาบาล 2 ภาคการศึกษา มีผลการปฏิบัติการพยาบาลสูติศาสตร์ดีกว่ากลุ่มที่มีการฝึกเพียง 1 ภาคการศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (9) แสดงให้เห็นว่าในการจัดการฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพ นอกจากจะต้องจัดบรรยากาศในการฝึกงานที่ช่วยเหลือ สนับสนุน นิสิต ให้แก้ไขปัญหาด้านด้วยตนเองแล้ว ยังควรจัดประสบการณ์ให้นิสิตมีโอกาสฝึกปฏิบัติงานอย่างต่อเนื่อง และปูพื้นฐานความรู้ที่เกี่ยวข้องให้ดีเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพเภสัชกรรมของนิสิตเภสัชศาสตร์ต่อไป

### สรุปผลและข้อเสนอแนะ

นิสิตปริญญาตรีคณะเภสัชศาสตร์ชั้นปีที่ 4 ในรายวิชาฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพเภสัชกรรม 3 (โอสถศาลา) มีทักษะการเผชิญความเครียดเชิงรุกอยู่ในระดับปานกลางในภาพรวม นิสิตมีคะแนนความเครียดจัดอยู่ในระดับสูงทั้งก่อนและหลังการฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพ คะแนนในมิติการตั้งเป้าหมายและการจัดการเชิงรุกมีความสัมพันธ์เชิงลบกับระดับความเครียดของนิสิต ( $r=-0.293$ ,  $p=0.016$ ) ในขณะที่มิติการหลีกเลี่ยงปัญหาที่มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับระดับความเครียดของนิสิต ( $r=0.242$ ,  $p=0.048$ ) การเผชิญความเครียดเชิงรุกเฉพาะด้านการแสวงหาความช่วยเหลือเท่านั้นที่มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับคะแนนประเมินในรายวิชาฝึกปฏิบัติงานอย่างมีนัยสำคัญ ( $r=0.253$ ,

$p=0.039$ ) และสามารถทำนายผลคะแนนฝึกปฏิบัติงานได้ ( $b=0.296$ ) งานวิจัยนี้ไม่พบความสัมพันธ์ระหว่างระดับความเครียดของนิสิตกับผลการประเมินในรายวิชาฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพเภสัชกรรม 3 (โอสถศาลา) ดังนั้นการจัดการฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพจึงควรเน้นเรื่องการสนับสนุนเอาใจใส่จากอาจารย์ผู้ดูแลประจำกลุ่มเป็นหลัก เพื่อให้นิสิตสามารถขอความช่วยเหลือได้ในขณะฝึกปฏิบัติงาน รวมถึงควรจัดประสบการณ์ให้นิสิตมีโอกาสฝึกปฏิบัติงานอย่างต่อเนื่องซึ่งส่งผลให้มีคะแนนการฝึกปฏิบัติงานดีขึ้นได้

#### ข้อเสนอแนะ

นิสิตปริญญาตรีคณะเภสัชศาสตร์ชั้นปีที่ 4 ส่วนใหญ่มีความเครียดในระดับสูง ดังนั้นนิสิต คณาจารย์ และผู้มีส่วนเกี่ยวข้องควรร่วมกันหาแนวทางในการจัดการความเครียด เช่น จัดให้มีกิจกรรมนันทนาการ หรือกิจกรรมให้ความรู้ในการดูแลตนเองเมื่อเกิดความเครียด หรือมีการเฝ้าระวังนิสิตที่มีความเครียด

จากการที่กลวิธีการเผชิญความเครียดเชิงรุกด้านการแสวงหาความช่วยเหลือมีผลทางบวกต่อคะแนนประเมินในรายวิชาฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพเภสัชกรรม 3 (โอสถศาลา) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนั้นการวางแผนการจัดการฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพควรเน้นเรื่องการสนับสนุนเอาใจใส่จากอาจารย์ผู้ดูแลประจำกลุ่มที่ทำให้ นิสิตรู้สึกว่าจะสามารถสอบถามได้อย่างไม่กตัญญู และพร้อมที่จะช่วยเหลือหากเกิดปัญหาอะไรก็ตามในระหว่างการฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพเภสัชกรรม 3 (โอสถศาลา) อย่างไรก็ตามวัตถุประสงค์และลักษณะวิธีการฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพของนิสิตเภสัชศาสตร์แต่ละชั้นปีมีความแตกต่างกันทัศนคติของนิสิตก็เปลี่ยนแปลงไปในแต่ละปีการศึกษา ดังนั้นจำเป็นต้องพิจารณาปัจจัยอื่นประกอบด้วยหากจะนำผลการวิจัยนี้ไปใช้กับนิสิตเภสัชศาสตร์ชั้นปีอื่นหรือนิสิตคณะอื่น

#### กิตติกรรมประกาศ

การวิจัยนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยดีโดยได้รับการสนับสนุนจากกองทุนเพื่อการบริหารวิชาการและการศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรเวศน์ (วชช 26/2557) ผู้วิจัยขอขอบพระคุณคุณอรพรรณ ตาทาที่กรุณาอนุญาตและให้คำแนะนำในการใช้เครื่องมือแบบวัดกลวิธีการเผชิญ

ความเครียดเชิงรุกฉบับภาษาไทย และขอขอบคุณนิสิตเภสัชศาสตร์ที่ให้ข้อมูลในการทำวิจัย

#### เอกสารอ้างอิง

1. Department of Mental Health, Ministry of Public Health. Handbook of stress releasing by yourself. Bangkok: Publishing House of the War Veterans Organization; 2005.
2. Greenglass ER, Fiksenbaum L. Frequently asked questions regarding the Proactive Coping Inventory (PCI) [online]. 2005 [cited 2014 May 9]. Available from: URL: [http://userpage.fu-berlin.de/health/pci\\_faq.pdf](http://userpage.fu-berlin.de/health/pci_faq.pdf).
3. Tatha O. Validation and reliability of the Proactive Coping Inventory (PCI): Thai version [master thesis]. Bangkok: Chulalongkorn University; 2012.
4. Mahatnirunkul S, Pumpisanchai W, Tapanya P. The development of Suanprung Stress Test-20, SPST-20. Chiangmai: Suanprung Hospital; 1997.
5. Phochum R. Causes of stress, level of stress, and coping strategies in nursing students [master thesis]. Bangkok: Mahidol University; 2000.
6. Rajab LD. Perceived sources of stress among dental students at the university of Jordan. J Dent Educ. 2001; 65: 232-41.
7. Limthongkul M, Aree-Ue S. Sources of stress, coping strategies, and outcomes among nursing students during their initial practice. Ramathibodi Nursing Journal 2009; 15: 192-205.
8. Bhodhirangsiyakorn W. Stress, relaxation techniques and third-year naresuan university medical students' opinions on the library service's relaxant corner. Buddhachinaraj Medical Journal. 2007; 24: 306-16
9. Lertsakornsiri M, Deoisres W, Suwaree S. Factors associated with the performance of clinical practice in obstetrics nursing among nursing students in private institutions. Journal of Nursing Science & Health. 2012; 35: 91-9.





## Relations between the Proactive Coping Strategies, Stress Levels, and Achievement in Pharmacy Professional Practice Clerkship III (Osotsala Session)

Tippawan Siritientong<sup>1</sup>, Supalerk Kowinthanaphat<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Department of Food and Pharmaceutical Chemistry, Chulalongkorn University

<sup>2</sup>Office of Professional Experience Program, Chulalongkorn University

### Abstract

**Objectives:** To explore the levels of proactive coping strategies, levels of stress and their association with achievement in Pharmacy Professional Practice Clerkship III (Osotsala session). **Methods:** Study samples were 4<sup>th</sup> year undergraduate students enrolling in Pharmacy Professional Practice Clerkship III in the 1<sup>st</sup> semester of academic year 2014. Data were collected by asking the subjects to fill the questionnaires before and after clerkship activity. The questionnaires consisted of proactive coping inventory (Thai version) and Suanprung Stress Test-20. **Results:** Sixty seven subjects participated in the study. The students reported moderate levels of coping strategies in all 7 dimensions and high levels of stress scores both at before and after clerkship (51.34±16.22 and 47.96±15.03 points; respectively, from overall 100 points). Proactive coping dimension was significantly and negatively correlated with the clerkship achievement scores of pharmacy students ( $r=-0.293$ ,  $p=0.016$ ) while avoidance coping dimension was positively correlated to stress levels ( $r=0.242$ ,  $p=0.048$ ). The instrumental support seeking was the only dimension of coping strategies that had statistically significant and positive correlation with the clerkship achievement scores ( $r=0.253$ ,  $p=0.039$ ) and could predict the clerkship achievement scores with  $b=0.296$ . The study found no statistical correlation between stress levels and the achievement in the Pharmacy Professional Practice Clerkship III (Osotsala session). **Conclusion:** The instrumental support seeking showed positive correlation to the clerkship achievement scores which suggested that pharmacy clerkship program should emphasize in student encouragement from preceptors.

**Keywords:** proactive coping inventory, stress, pharmacy clerkship, pharmacy education