

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง “ความสัมพันธ์ระหว่างเชาวน์อารมณ์ ความเครียด กับการขาดงาน
กรณีศึกษา: โรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง” มีวัตถุประสงค์ดังนี้

1. เพื่อศึกษาระดับเชาวน์อารมณ์ ความเครียดกับการขาดงานของพยาบาลวิชาชีพ
ในโรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง
2. เพื่อศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างระดับเชาวน์อารมณ์กับความเครียด
3. เพื่อศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างระดับเชาวน์อารมณ์กับการขาดงาน
4. เพื่อศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดกับการขาดงาน
5. เพื่อสร้างสมการทำนายการขาดงาน

ประชากรในการศึกษาครั้งนี้คือ พยาบาลวิชาชีพที่ปฏิบัติงานประจำในโรงพยาบาล
เอกชนแห่งหนึ่ง จำนวนทั้งสิ้น 249 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วยแบบสอบถามทั้งหมด 3 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลลักษณะส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่างที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามวัดเชาวน์อารมณ์ทั้ง 5 ด้าน ซึ่งผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจาก
แบบสอบถามของ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ธีระศักดิ์ กำบรรณารักษ์ ตามแนวคิดของ Goleman
(1999)

ส่วนที่ 3 แบบทดสอบวัดความเครียดที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากแบบสอบถามของ
ศุภสิทธิ์ งามพรวรรณ (2550)

การวิเคราะห์ข้อมูลกระทำโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติสำหรับการวิจัย หรือ
SPSS เพื่อคำนวณหาค่าสถิติ เช่น การแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบน
มาตรฐาน การทดสอบค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's Product Moment
Correlation) และการวิเคราะห์สมการถดถอยพหุคูณเชิงเส้น (Stepwise Multiple Regression
Analysis)

สรุปผลการวิจัย

1. ลักษณะส่วนบุคคล

ในการวิจัยครั้งนี้กลุ่มตัวอย่างเป็นเพศหญิง มีจำนวน 249 คน คิดเป็นร้อยละ 100.0 กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีอายุ 21-30 ปี จำนวน 154 คน คิดเป็นร้อยละ 61.8 มีอายุงานส่วนใหญ่ 4-6 ปี จำนวน 75 คน คิดเป็นร้อยละ 30.1 สถานภาพสมรสส่วนใหญ่มีสถานภาพโสด จำนวน 220 คน คิดเป็นร้อยละ 88.4 และสำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรีเป็นส่วนใหญ่ จำนวน 235 คน คิดเป็นร้อยละ 94.4 รายได้ส่วนใหญ่ของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่อยู่ที่ 21,000 บาทขึ้นไป จำนวน 142 คน คิดเป็นร้อยละ 57.0 สุดท้ายในส่วนของการขาดงานพบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ มีจำนวน ชั่วโมงลาป่วยมากที่สุด จำนวน 2564 ชั่วโมง คิดเป็นร้อยละ 60.8 ของสาเหตุการขาดงานทั้งหมด

2. ระดับเชาวน์อารมณ์

เมื่อแบ่งคะแนนเฉลี่ยออกเป็น 3 ระดับ คือ ระดับสูง ระดับปานกลาง และระดับต่ำ ผลการวิเคราะห์เชาวน์อารมณ์ของพนักงาน พบว่า ค่าเฉลี่ยเชาวน์อารมณ์ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.51 ซึ่งอยู่ในระดับสูง (เกณฑ์ระดับสูง 1.35-2.00) ดังนั้นกลุ่มตัวอย่างนี้จึงมีคุณลักษณะของผู้ที่มีเชาวน์อารมณ์ในระดับสูง แสดงว่าพวกเขาจะมีวุฒิภาวะทางอารมณ์ มีความสามารถในการรับรู้ เข้าใจอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น สามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสม สามารถรักษาสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น และสามารถแสดงความรู้สึกของตนออกมาได้อย่างชัดเจน ตรงไปตรงมาแต่มีเหตุผล สร้างแรงจูงใจที่ดีให้กับตนเองได้ มองโลกในแง่ดี ให้ความสำคัญกับความรู้สึกของผู้อื่น ไม่ถูกครอบงำโดยความกลัวหรือวิตกกังวล มักมองหาแง่มุมที่ดีจากภาวะอารมณ์ทางลบหรือสถานการณ์อันเลวร้าย ซึ่งเป็นลักษณะบุคลิกภาพที่มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อบุคลากรทางการแพทย์ เนื่องจากมีหน้าที่รับผิดชอบในการรักษาพยาบาลผู้ป่วย พยาบาลต้องมีความวุฒิภาวะทางอารมณ์สามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้เป็นอย่างดี ไม่ว่าจะต้องรองรับอารมณ์ของผู้ป่วยหรือในสถานการณ์ที่ผู้ป่วยต้องประสบกับภาวะฉุกเฉินในการรักษาพยาบาล พยาบาลไม่ควรแสดงออกถึงอาการตื่นตระหนก มิฉะนั้นจะเกิดการลนลาน ตกใจ ไม่สามารถดำเนินการรักษาได้อย่างฉับไวทันท่วงที รวมทั้งรองรับอารมณ์ของญาติผู้ป่วยสามารถเข้าใจได้ว่าตอนนั้นเขามีสภาวะอารมณ์เป็นอย่างไร จะได้ทำให้เข้าใจถึงความวิตกกังวลและปลอบใจให้คลายกังวลได้ ซึ่งการที่พยาบาลจะสามารถดำเนินการได้ตามที่กล่าวมาข้างต้นนั้น พยาบาลควรมีการมองโลกในแง่

ดีร่วมด้วยจึงจะได้ทำงานอย่างมีความสุข และเมื่อวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยขององค์ประกอบเซาว์น อารมณ์ทั้ง 5 ด้านของกลุ่มตัวอย่าง สามารถอธิบายได้ดังนี้

ด้านทักษะทางสังคม (Social skills) เป็นองค์ประกอบที่โดดเด่นที่สุด หรือมีคะแนนเฉลี่ยสูงสุด โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.52 ซึ่งอยู่ใน ระดับสูง (เกณฑ์ระดับสูง 1.35-2.00) ผู้ที่มีเซาว์น อารมณ์ด้านนี้สูงจะสามารถสร้างความสัมพันธ์ที่ดี หากมีข้อขัดแย้งเกิดขึ้นก็จะสามารถไกล่เกลี่ย และแก้ปัญหาได้ รวมทั้งมีทักษะในการทำงานเป็นทีมที่ดีอีกด้วย ส่วนข้อคำถามที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ “ฉันพร้อมที่จะเปิดใจและเจรจากับผู้อื่น เมื่อพบความขัดแย้งต่อกัน” และ “ฉันรู้วิธีที่จะทำงาน ร่วมกับผู้อื่นเป็นอย่างดี” มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.74 ซึ่งแสดงให้เห็นว่า หากมีความขัดแย้งเกิดขึ้น แล้ว พยาบาลจะใช้วิธีการแก้ไขปัญหโดยการเจรจาต่อรอง จะไม่ใช่อารมณ์เป็นตัวตัดสินใจแต่จะ เปิดใจคุยซึ่งกันและกันเพื่อแก้ปัญหความขัดแย้งนั้น

องค์ประกอบด้านการจัดการกับอารมณ์ของตนเอง (Self - regulation) มีค่าเฉลี่ย เท่ากับ 1.45 ซึ่งตกอยู่ในเกณฑ์ ระดับสูง (เกณฑ์ระดับสูง 1.35-2.00) ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ “ฉัน สามารถแสดงอารมณ์หรือความรู้สึกได้อย่างตรงไปตรงมา” มีค่าเฉลี่ย 1.89 นั้นแสดงให้เห็นว่า พยาบาลสามารถรู้เท่าทันตัวเอง ว่ามีความรู้สึกเช่นไรในขณะนั้น ทำให้ไม่เก็บไปคิดเป็นอารมณ์ค้าง ค้างสะสม ไม่ก่อให้เกิดความเครียด ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดคือ “ฉันตรวจสอบความ สมเหตุสมผลของความคิดของฉันที่เป็นเหตุให้เกิดอารมณ์หรือความรู้สึกที่ไม่ดีขึ้นมาเสมอ” พบว่า มีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 1.24 ซึ่งจัดว่าอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งจากการสอบถามพยาบาลยอมรับว่า ไม่ ค่อยได้ตรวจสอบอารมณ์ไม่ดีของตนเองในแต่ละวันสักเท่าใดนัก เพราะว่าในวันหนึ่ง ๆ มีเรื่องให้ คิดค่อนข้างเยอะ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องงาน หรือเรื่องส่วนตัว ก็จะปล่อยให้ผ่านไป ไม่เก็บเอามาคิด ภายหลัง

ด้านความเห็นอกเห็นใจ(Empathy)เป็นด้านที่มีคะแนนเฉลี่ยรองลงมา ซึ่งมีค่าเฉลี่ย เท่ากับ 1.44 ผู้วิจัยมีความเห็นว่า พยาบาลต้องเป็นผู้ที่มีจิตใจใฝ่บริการ เพราะงานพยาบาลเป็น การบริการ ต้องให้การรักษาแก่ผู้ป่วยทั้งในการป้องกันโรค ให้การดูแลรักษาพยาบาล ให้ความรู้ ด้านสุขภาพอนามัย ดังนั้นพยาบาลจึงต้องใส่ใจในตัวคนไข้ในการรักษา เห็นใจต่อสภาวะ เจ็บป่วยของคนไข้ตลอดจนมีความเอาใจใส่และมีจิตสำนึกที่จะช่วยให้คนไข้และญาติคนไข้คลาย ความวิตกกังวลในการรักษาพยาบาลและให้การรักษาพยาบาลอย่างได้มาตรฐานและมี ประสิทธิภาพได้ ซึ่งค่าเฉลี่ยที่มากที่สุดคือข้อ “ฉันให้ความสนใจความรู้สึกของคนอื่นเสมอ” มี ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 1.88 นั้นแสดงให้เห็นว่าพยาบาลให้ความสนใจกับสภาวะอารมณ์เจ็บป่วยของคนไข้อย่าง มาก รู้สึกเห็นอกเห็นใจ เข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล ซึ่งพยาบาลที่มีเซาว์นอารมณ์ด้านนี้สูง

จะสามารถเข้าใจ รับรู้ถึงความรู้สึก ตลอดจนข้อวิตกกังวลของคนอื่นได้ ซึ่งทำให้การบริการเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ สามารถสร้างความประทับใจได้ ส่วนข้อคำถามที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด คือ “ฉันมักคิดว่าตัวเองฉลาดเมื่อสามารถเอาเปรียบคนอื่นได้ไม่ว่าจะเป็นในเชิงธุรกิจหรือส่วนตัว” มีค่าเฉลี่ย 1.24 เป็นเพราะว่า พื้นฐานพยาบาลโดยส่วนใหญ่จะไม่ใช่เป็นคนที่เอาเปรียบ ไม่มีน้ำใจ ไม่เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อผู้อื่น แต่พยาบาลจะเป็นบุคคลที่มีคุณลักษณะโอบอ้อมอารี ไม่เอาเปรียบ ดังนั้นจึงทำให้ข้อนี้มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด

องค์ประกอบเชาวน์อารมณ์ที่มีค่าเฉลี่ยรองลงมาคือ ด้านการตระหนักรู้ในตนเอง (Self-awareness) มีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 1.40 ซึ่งอยู่ในระดับสูง ซึ่งเชาวน์อารมณ์ด้านนี้ คือคนที่รู้จักตัวเองดี รู้เท่าทันอารมณ์ของตนเอง จึงทำให้มีความสุข ไม่เกิดสภาวะเครียด และวิตกกังวล ทำให้ประเมินตนเองได้อย่างถูกต้องตามความเป็นจริง จึงสามารถแสดงอารมณ์ออกมาได้อย่างเหมาะสมในการปฏิบัติงาน ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดในด้านนี้คือข้อ “ฉันมักจะรู้สึกเคอะเขินอยู่ในใจเสมอ” มีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 1.67 และข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด คือ “บ่อยครั้งที่ฉันรู้สึกว่าโลกช่างไม่ยุติธรรมสำหรับฉันเลย” มีค่าเฉลี่ย 1.14

ด้านการจูงใจตนเอง (Self-motivation) เป็นองค์ประกอบที่มีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด ซึ่งมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.17 ซึ่งอยู่ใน ระดับปานกลาง (เกณฑ์ระดับปานกลาง 0.68-1.34) ซึ่งองค์ประกอบด้านการจูงใจตนเองนี้ หมายถึงแนวโน้มของอารมณ์อันจะนำพาไปสู่เป้าหมาย อันประกอบไปด้วย แรงจูงใจสัมฤทธิ์ คือ ความพยายามที่จะปรับปรุงหรือปฏิบัติให้ได้มาตรฐานเป็นเลิศ , ความผูกพัน คือการยึดมั่นเป้าหมายของตน เข้ากับเป้าหมายของกลุ่มและเป้าหมายขององค์กร , การริเริ่มสิ่งใหม่ ๆ คือ การมีความคิดและพร้อมที่จะปฏิบัติเมื่อมีโอกาส และการมองโลกในแง่ดี หมายถึงความเพียรพยายามที่จะบรรลุจุดมุ่งหมาย แม้ว่าจะพบอุปสรรคและความล้มเหลว ซึ่งลักษณะงานของพยาบาลจะต้องเป็นผู้ที่มีจิตใจมุ่งมั่น ไม่หวั่นไหวต่อปัญหาที่มีเข้ามา มองปัญหาที่เกิดขึ้นเป็นสิ่งที่ท้าทายความสามารถ ดังนั้นการสร้างแรงจูงใจตนเอง จึงเป็นสิ่งสำคัญ เพราะจะได้นำมาเป็นพลังใจในการสร้างแรงจูงใจในการทำงานต่อไป ซึ่งข้อคำถามที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือข้อคำถามที่ว่า “ฉันเป็นคนที่มีมองโลกในแง่ดี มีความยืดหยุ่น” มีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 1.91 ซึ่งแสดงให้เห็นว่าพยาบาลเป็นคนที่คิดมองโลกในแง่บวก มีความยืดหยุ่นที่จะแก้ปัญหา เมื่อเจออุปสรรคก็จะไม่ท้อถอย และข้อที่มีค่าเฉลี่ยรองลงมาคือ “เมื่อมีความผิดพลาดเกิดขึ้นในชีวิต ฉันสามารถให้กำลังใจตนเองและเตือนสติหรือสั่งสอนตนเองได้” มีค่าเฉลี่ย อยู่ที่ 1.76

3.ระดับความเครียด

ผลการวิจัยครั้งนี้ พบว่า พยาบาลส่วนใหญ่มีความเครียดอยู่ในระดับปกติ คิดเป็นร้อยละ 66.3 รองลงมาคือ สูงกว่าปกติเล็กน้อย คิดเป็นร้อยละ 16.0 รองลงมาคือเครียดต่ำกว่าปกติอย่างมาก คิดเป็นร้อยละ 15.3 และเครียดสูงกว่าปกติปานกลางและเครียดสูงกว่าปกติมาก มีจำนวนเท่ากันคิดเป็นร้อยละ 1.2 ซึ่งความเครียดของพยาบาลที่อยู่ในเกณฑ์ปกตินี้เป็นระดับที่เหมาะสมเพราะมีความเชื่อว่าสามารถเพิ่มประสิทธิภาพการทำงานได้ เป็นแรงจูงใจที่จะนำไปสู่ความสำเร็จในชีวิต ทำให้สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม สามารถกระตุ้นให้มีพลังและมีความมุ่งมั่นไปสู่ความสำเร็จในชีวิตได้ สามารถจัดการกับความเครียดที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดี สำหรับสาเหตุที่ทำให้พยาบาลวิชาชีพที่มีระดับความเครียดไม่สูงมากนั้น ผู้วิจัยเชื่อว่ามีสาเหตุมาจากการที่ทางโรงพยาบาลให้ความใส่ใจกับสุขภาพจิตของพนักงาน โดยจัดให้มีห้องสันทนาการ ไว้ให้พนักงานได้ออกกำลังกาย ร้องเพลงคาราโอเกะ ได้คลายเครียด นอกจากนี้ ยังได้จัดให้มีการอบรมในหัวข้อหัวเราะบำบัดเพื่อผ่อนคลายความเครียดให้กับพยาบาล และ ยังมีชมรมต่าง ๆ ให้พนักงานเลือกใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ได้ตามอัธยาศัย ไม่ว่าจะเป็น ชมรมสเปาใจ ชมรมดอกไม้ประดิษฐ์

การอภิปรายผลการทดสอบสมมติฐาน

จากการวิเคราะห์ทางสถิติเพื่อทดสอบสมมติฐานการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยสามารถสรุปผลการทดสอบสมมติฐานได้ดังตาราง ที่ 5.1

ตารางที่ 5.1

แสดงสรุปผลการทดสอบสมมติฐาน

สมมติฐาน	ผลการทดสอบสมมติฐาน
สมมติฐานที่ 1 ระดับเชาวน์อารมณ์โดยรวมมีความสัมพันธ์ทางลบกับการขาดงาน	ยอมรับสมมติฐาน บางส่วน
สมมติฐานที่1.1 เชาวน์อารมณ์ด้านการตระหนักรู้ในตนเองมีความสัมพันธ์ทางลบกับการขาดงาน	ปฏิเสธสมมติฐาน
สมมติฐานที่1.2 เชาวน์อารมณ์ด้านการจัดการกับอารมณ์ของตนเองมีความสัมพันธ์ทางลบกับการขาดงาน	ยอมรับสมมติฐาน
สมมติฐานที่1.3 เชาวน์อารมณ์ด้านการจูงใจตนเองมีความสัมพันธ์ทางลบกับการขาดงาน	ปฏิเสธสมมติฐาน
สมมติฐานที่1.4 เชาวน์อารมณ์ด้านความเห็นอกเห็นใจมีความสัมพันธ์ทางลบกับการขาดงาน	ยอมรับสมมติฐาน
สมมติฐานที่1.5 เชาวน์อารมณ์ด้านทักษะทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางลบกับการขาดงาน	ปฏิเสธสมมติฐาน
สมมติฐานที่ 2 ระดับเชาวน์อารมณ์โดยรวมมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียด	ยอมรับสมมติฐาน บางส่วน
สมมติฐานที่2.1 เชาวน์อารมณ์ด้านการตระหนักรู้ในตนเองมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียด	ยอมรับสมมติฐาน
สมมติฐานที่2.2 เชาวน์อารมณ์ด้านการจัดการกับอารมณ์ของตนเองมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียด	ยอมรับสมมติฐาน

ตารางที่ 5.1 (ต่อ)
แสดงสรุปผลการทดสอบสมมติฐาน

สมมติฐาน	ผลการทดสอบสมมติฐาน
สมมติฐานที่ 2.3 เชาวนอารมณ์ด้านการจูงใจตนเองมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียด	ปฏิเสธสมมติฐาน
สมมติฐานที่ 2.4 เชาวนอารมณ์ด้านความเห็นอกเห็นใจมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียด	ยอมรับสมมติฐาน
สมมติฐานที่ 2.5 เชาวนอารมณ์ด้านทักษะทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียด	ยอมรับสมมติฐาน
สมมติฐานที่ 3 ความเครียดมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการขาดงาน	ปฏิเสธสมมติฐาน
สมมติฐานที่ 4 ความฉลาดทางเชาวนอารมณ์และความเครียดสามารถทำนายการขาดงานได้	ยอมรับสมมติฐาน บางส่วน

จากตารางที่ 5.1 สรุปและอภิปรายผลการทดสอบสมมติฐานได้ดังนี้

สมมติฐานที่ 1 : ระดับเชาวนอารมณ์โดยรวมมีความสัมพันธ์ทางลบกับการขาดงาน

จากการศึกษาพบว่า ยอมรับสมมติฐานบางส่วนคือ พบว่าเชาวนอารมณ์ด้านการจัดการกับอารมณ์ของตนเองและเชาวนอารมณ์ด้านความเห็นอกเห็นใจมีความสัมพันธ์ทางลบกับการขาดงานซึ่งไม่สอดคล้องกับงานวิจัยของ สุธิดา ชญาแก้ว(2548) ที่พบว่า เชาวนอารมณ์โดยรวมมีความสัมพันธ์ทางลบกับการขาดงานเป็นเพราะว่าการขาดงานไม่ได้ขึ้นอยู่กับองค์ประกอบของเชาวนอารมณ์อย่างเดียวเท่านั้น แต่ยังมีปัจจัยอื่นที่เกี่ยวกับการขาดงาน จากงานวิจัยของ สุดารัตน์ ปัทมวิชัยพร(2542) ได้ระบุไว้ว่า การขาดงานอาจมีสาเหตุมาจากความเจ็บป่วย อาจเป็นความเจ็บป่วยที่เกิดจากการทำงาน เช่น นั่งหรือยืนทำงานไม่ถูกต้องในการทำงาน ทำให้เกิดโรคเกี่ยวกับหลัง หรือนั่งทำงานในที่ ๆ ไม่มีแสงสว่างเพียงพอ ทำให้เกิดปัญหาเกี่ยวกับสายตา หรือเกิดจากปัญหาครอบครัว เช่น การต้องรับภาระดูแลบุตรที่อยู่ในวัยที่ช่วยเหลือตัวเองไม่ได้ ทำให้พยาบาลรู้สึกไม่สบายและมีความรู้สึกกังวลใจขณะทำงาน ทำให้พยาบาลต้องหยุดงานเป็นครั้งคราว เพื่อดูแลบุตรด้วยตนเอง หรืออาจเกิดขึ้นได้จากสาเหตุความเบื่อหน่าย เช่น

พยาบาลที่ต้องทำหน้าที่หนึ่งหน้าที่ใดอย่างเดียวเป็นระยะเวลานาน ๆ เช่น ในแผนกเดิมเป็นเวลาหลายสิบปี ประกอบกับต้องทำงานซ้ำ ๆ กันตลอดเวลา ทำให้เบื่อหน่ายในงานจนนำไปสู่การขาดงานได้ การมีปัญหากับเพื่อนร่วมงาน เช่น การไม่ลงรอยกัน การมีระบบอาวุโสในองค์กร ทำให้พยาบาลเกิดความกดดัน เกิดความขัดแย้งขึ้น ทำให้ไม่เห็นความสำคัญของการทำงานร่วมกัน

ดังนั้นผู้วิจัยคาดว่าผู้ที่มีความฉลาดทางเชาว์อารมณ์โดยรวมสูง จะมีคุณสมบัติในการกำหนดบุคลิกภาพที่พึงปรารถนา สามารถสร้างวุฒิภาวะทางอารมณ์ที่เจริญสมวัย ตลอดจนสามารถปรับตัวแก้ปัญหา สามารถเผชิญกับความเครียด และแรงกดดันได้ดีเมื่อมีปัญหาเกิดขึ้น จะเลือกวิธีการเผชิญหน้าไม่หลีกเลี่ยงปัญหาแต่จะแสวงหาวิธีแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น

สมมติฐานที่ 1.1 : เชาว์อารมณ์ด้านการตระหนักรู้ในตนเองมีความสัมพันธ์ทางลบกับการขาดงาน

จากการศึกษาพบว่าระดับเชาว์อารมณ์ด้านการตระหนักรู้ในตนเองไม่มี ความสัมพันธ์กับการขาดงาน โดยผู้วิจัยพิจารณาจากข้อเท็จจริงที่ว่าเชาว์อารมณ์มีความสัมพันธ์ทางลบกับการขาดงาน เนื่องจากเชาว์อารมณ์ก่อหนุนการยอมรับ ความคิดริเริ่ม ก่อให้เกิดการสร้างผลผลิตที่สนองเป้าหมาย ช่วงลดการขาดงาน(วีระวัฒน์ ปันนิตามัย, 2542) และบุคคลที่มีความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์จะรู้จักและเข้าใจความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น รู้จุดเด่นจุดด้อยของตนเอง สามารถควบคุม จัดการ และแสดงอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมมีสติที่สามารถรับรู้ได้ว่าขณะนี้กำลังทำอะไร รู้สึกอย่างไร ตลอดจนสามารถรับรู้เกี่ยวกับสภาพแวดล้อมได้อย่างเหมาะสม (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์, 2542) จึงส่งผลให้ทำงานได้อย่างมีความสุขมากกว่าบุคคลที่มีเชาว์อารมณ์ต่ำกว่า และเมื่อทำงานอย่างมีความสุขแล้วจะไม่ขาดงานโดยไม่จำเป็น

แม้ว่าการศึกษานี้ผู้วิจัยจะไม่พบความสัมพันธ์ระหว่างเชาว์อารมณ์ด้านการตระหนักรู้ในตนเองกับการขาดงานก็ตาม เมื่อผู้วิจัยนำความฉลาดทางเชาว์อารมณ์รายข้อมาหาความสัมพันธ์กับการขาดงานแล้ว พบว่ามีข้อคำถามเดียวที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับการขาดงาน คือ ข้อคำถามที่ว่า “ฉันรู้จักตัวเองเป็นอย่างดี”(r=-.163**) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01 ซึ่งแสดงให้เห็นว่า หากพยาบาลมีการรับรู้ถึงความรู้สึกที่แท้จริงของตนได้ถูกต้องตามความเป็นจริง จะทำให้พยาบาลมีความพร้อมที่จะเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ ได้อย่างมั่นใจ และรับรู้ได้ว่าตนเองมีความสามารถในการควบคุมสถานการณ์อันเป็นปัญหา และพร้อมที่จะรับมือกับปัญหาต่าง ๆ จึงทำให้มีการขาดงานน้อย

สมมติฐานที่ 1.2 : เชาว์อารมณ์ด้านการจัดการกับอารมณ์ของตนเองมีความสัมพันธ์ทางลบกับการขาดงาน

จากการศึกษาพบว่า ระดับเชาวน์อารมณ์ด้านการจัดการกับอารมณ์ของตนเองมีความสัมพันธ์ทางลบกับการขาดงาน ($r=-.212^{**}$) อย่างมีนัยสำคัญที่ .01 โดยผู้วิจัยพิจารณาจากข้อเท็จจริงที่ว่า เชาวน์อารมณ์มีความสัมพันธ์ทางลบกับการขาดงาน เนื่องจากบุคคลที่มีความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์จะสามารถควบคุมอารมณ์ของตนเอง สามารถจัดการกับภาวะอารมณ์หรือความฉุนเฉียวได้ มีความสามารถในการปรับตัว คือ ปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงไป จัดการ และแสดงอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมมีสติที่สามารถรับรู้ได้ว่าขณะนี้กำลังทำอะไร รู้สึกอย่างไร ตลอดจนสามารถรับรู้เกี่ยวกับสภาพแวดล้อมได้อย่างเหมาะสม (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์, 2542) จึงส่งผลให้ทำงานได้อย่างมีความสุขมากกว่าบุคคลที่มีเชาวน์อารมณ์ต่ำกว่า และเมื่อทำงานอย่างมีความสุขแล้วจะไม่ขาดงานโดยไม่จำเป็น

เมื่อผู้วิจัยนำความฉลาดทางเชาวน์อารมณ์รายข้อมาหาความสัมพันธ์กับการขาดงานแล้ว พบว่าข้อคำถามที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับการขาดงาน คือ ข้อคำถามที่ว่า “ฉันตรวจสอบความสมเหตุสมผลของความคิดของฉันที่เป็นเหตุให้เกิดอารมณ์หรือความรู้สึกที่ไม่ดีขึ้นมาเสมอ” ($r=-.164^{**}$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งแสดงให้เห็นว่า พยาบาลสามารถควบคุมตนเองจากอารมณ์ทางลบ ตลอดจนความวิตกกังวล ทำให้พยาบาลสามารถปรับตัวให้กลับสู่สภาพเดิมได้เร็ว ไม่จมอยู่กับปัญหาอุปสรรคนั้นๆ สามารถควบคุมสถานการณ์ที่เป็นปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ พร้อมทั้งจะเข้าไปรับผิดชอบปัญหาต่าง ๆ อย่างมีสติ และมาปฏิบัติงานอย่างสม่ำเสมอ ทำให้ขาดงานน้อย

สมมติฐานที่ 1.3 : เชาวน์อารมณ์ด้านการจูงใจตนเองมีความสัมพันธ์ทางลบกับการขาดงาน

จากการศึกษาพบว่า ระดับเชาวน์อารมณ์ด้านการจูงใจตนเองไม่มีความสัมพันธ์กับการขาดงาน โดยผู้วิจัยพิจารณาจากข้อเท็จจริงที่ว่า เชาวน์อารมณ์มีความสัมพันธ์ทางลบกับการขาดงาน เนื่องจากบุคคลที่มีความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์จะมีลักษณะเป็นผู้ที่มีพลังใจ มีแรงบันดาลใจที่จะกระทำให้สิ่งใดสิ่งหนึ่งให้บรรลุเป้าหมายในชีวิต และมีความคิดสร้างสรรค์มองโลกในแง่ดี (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์, 2542) จึงส่งผลให้ทำงานได้อย่างมีความสุขมากกว่าบุคคลที่มีเชาวน์อารมณ์ต่ำกว่า และเมื่อทำงานอย่างมีความสุขแล้วจะไม่ขาดงานโดยไม่จำเป็น

แม้ว่าการศึกษานี้ผู้วิจัยจะไม่พบความสัมพันธ์ระหว่างเชาวน์อารมณ์ด้านการจูงใจตนเองกับการขาดงานก็ตาม แต่จากการวิเคราะห์ข้อคำถามย่อยของเชาวน์อารมณ์พบว่า มีข้อคำถามที่มีความสัมพันธ์กันคือ “ฉันเป็นคนที่ไม่กระตือรือร้น ไม่ย่อท้ออะไรง่าย ๆ ” ($r=-.191^{**}$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01 นั้นหมายความว่า หากพยาบาลไม่ท้อถอย ยอมแพ้กับอุปสรรคต่าง ๆ มี

ความมุ่งมั่นที่จะปรับปรุงหรือปฏิบัติงานให้ได้มาตรฐานที่เป็นเลิศ หากต่อมาเมื่อพยาบาลเจอกับอุปสรรค จะส่งผลให้พยาบาลมีแรงจูงใจเพื่อจะฝ่าฟันเพื่อให้ไปถึงเป้าหมายโดยไม่ขาดงาน

สมมติฐานที่ 1.4 : เชาวนอารมณ์ด้านความเห็นอกเห็นใจมีความสัมพันธ์ทางลบกับการขาดงาน

จากการศึกษาพบว่า ระดับเชาวนอารมณ์ด้านความเห็นอกเห็นใจมีความสัมพันธ์ทางลบกับการขาดงาน ($r = -.209^{**}$) อย่างมีนัยสำคัญที่ .01 โดยผู้วิจัยพิจารณาจากข้อเท็จจริงที่ว่า บุคคลที่มีความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์จะมีคุณสมบัติมีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์, 2542) จึงส่งผลให้ทำงานได้อย่างมีความสุขมากกว่าบุคคลที่มีเชาวนอารมณ์ต่ำกว่า ซึ่งคนที่มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นสูง มักจะเป็นคนที่เข้าใจความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นเป็นอย่างดี ย่อมรู้สึกดีต่อตนเองและผู้อื่นทำให้อยู่ร่วมกับคนอื่นอย่างมีความสุขจึงทำให้ไม่มีการขาดงาน

เมื่อผู้วิจัยนำความฉลาดทางเชาวนอารมณ์รายข้อมาหาความสัมพันธ์กับการขาดงานแล้ว พบว่าข้อคำถามที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับการขาดงาน คือ ข้อคำถามที่ว่า “เมื่อฉันพบคนมีความทุกข์ ฉันสามารถรับรู้ถึงความทุกข์ของเขาได้” ($r = -.188^{**}$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01ซึ่งแสดงให้เห็นว่า พยาบาลสามารถเข้าใจถึงความรู้สึกของผู้อื่น ว่าผู้อื่นมีความรู้สึกอย่างไรและมองว่าปัญหาของตนอาจเป็นเรื่องเล็กน้อยเมื่อเปรียบเทียบกับปัญหาผู้อื่นหรือว่ามองว่าผู้อื่นสามารถผ่านพ้นไปได้ ตนเองก็สามารถผ่านพ้นอุปสรรคไปได้เช่นเดียวกันส่งผลให้ตัวเองเกิดแรงจูงใจ เชื่อว่าตนเองสามารถควบคุมปัญหา มีความรับผิดชอบต่อปัญหาและมองปัญหาอยู่ในขอบเขตและระยะเวลาอันจำกัด จึงทำให้ไม่ขาดงาน

สมมติฐานที่ 1.5 : เชาวนอารมณ์ด้านทักษะทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางลบกับการขาดงาน

จากการศึกษาพบว่าระดับเชาวนอารมณ์ด้านทักษะทางสังคมไม่มีความสัมพันธ์กับการขาดงาน โดยผู้วิจัยพิจารณาจากข้อเท็จจริงที่ว่า บุคคลที่มีความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์จะมีคุณสมบัติที่มีสัมพันธภาพที่บ่งบอกถึงความไว้วางใจผู้อื่น มีความคิดริเริ่ม จึงส่งผลให้ทำงานได้อย่างมีความสุขมากกว่าบุคคลที่มีเชาวนอารมณ์ต่ำกว่า และเมื่อทำงานอย่างมีความสุขแล้วจะไม่ขาดงานโดยไม่จำเป็น (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์, 2542) แม้ว่าการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ผู้วิจัยจะไม่พบความสัมพันธ์ระหว่างเชาวนอารมณ์ด้านทักษะทางสังคมกับการขาดงานก็ตาม แต่เมื่อผู้วิจัยนำความฉลาดทางเชาวนอารมณ์รายข้อมาหาความสัมพันธ์กับการขาดงานแล้ว พบว่าข้อคำถามที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับการขาดงาน คือ ข้อคำถามที่ว่า “เมื่ออยู่ในทีม ฉันพร้อมที่จะพูดคำว่า เรา, ขอขอบคุณ,ขอแรงหน่อย,คุณเห็นว่าอย่างไร,คุณทำดีจังเลย,ฉันผิดเอง เสมอ” ($r = -.176^{**}$) อย่างมี

นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 ซึ่งแสดงให้เห็นว่าพยาบาลมีทักษะในการสื่อสาร ทำให้สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี จึงก่อให้เกิดความร่วมมือร่วมใจ ทำให้สามารถจัดการกับปัญหาต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพและส่งเสริมการทำงานเป็นทีมได้อย่างเป็นมิตร และพร้อมที่จะปฏิบัติงานอย่างสม่ำเสมอ

สมมติฐานที่ 2 : ระดับเชาวน์อารมณ์โดยรวมมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียด

จากการศึกษาพบว่า ยอมรับสมมติฐานบางส่วนที่ว่าระดับเชาวน์อารมณ์โดยรวมมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียด (-0.370^{**}) อย่างมีนัยสำคัญที่ .01 จะเห็นได้ว่าผู้ที่มีเชาวน์อารมณ์อยู่ในระดับสูง จะเป็นผู้ที่มีความสามารถในการรับรู้ เข้าใจอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น และควบคุมอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสม มีแรงจูงใจในแง่ดี มองโลกในแง่ดีและมีความหวัง เพื่อกำหนดดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุขและสามารถรักษาสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นได้ จากการที่พยาบาลมีเชาวน์อารมณ์อยู่ในระดับสูง จึงส่งเสริมให้พวกเขามีความสามารถในการควบคุมสถานการณ์ที่เป็นปัญหา มีแรงจูงใจที่ดี มองโลกในแง่ดีและมีความหวัง รับรู้ได้ว่าตนเองมีความสามารถที่จะควบคุมสถานการณ์ที่เป็นปัญหาให้ผ่านพ้นไปได้ รับรู้ขอบเขตความรับผิดชอบของตนต่อปัญหานั้นๆ รับรู้ว่ปัญหาอุปสรรคจะมีอยู่ในขอบเขตที่จำกัดและคงอยู่เพียงชั่วคราวเท่านั้น ผู้ที่มีเชาวน์อารมณ์สูงจะเป็นผู้ที่มีสุขภาพจิตดี มีความสามารถเผชิญกับความเครียดได้ดี ในขณะที่งานวิจัยของ เมเยอร์และจีเฮอร์(Mayer and Geher, 1996) พบว่าการแก้ปัญหาทางอารมณ์ต้องใช้ความสามารถในการรับรู้ความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นพอ ๆ กับความสามารถทางปัญญาด้านอื่น ๆ ซึ่งผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของเบอร์เน็ต(Bernet, 1996)ที่แสดงให้เห็นว่า การรับรู้ความรู้สึกมีความสัมพันธ์กับสุขภาพจิต ซึ่งเชาวน์อารมณ์ถือเป็นความสามารถในการรับรู้และเข้าใจความรู้สึกได้อย่างถูกต้องและรวดเร็ว ตลอดจนสามารถแสดงออกทั้งทางอารมณ์และพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสม ผู้ที่มีเชาวน์อารมณ์สูง จะเป็นผู้ที่มีสุขภาพจิตดี มีความสามารถในการเผชิญกับความเครียดได้ดี สอดคล้องกับงานวิจัยของสูดาร์ตัน หนูนอม(2544) ที่พบว่าเชาวน์อารมณ์โดยรวมมีความสัมพันธ์ทางลบกับระดับความเครียด สอดคล้องกับงานวิจัยของ พิมลมาศ จินะวัฒน์(2546) ที่พบว่าเชาวน์อารมณ์มีความสัมพันธ์ทางลบกับระดับความเครียดทั่วไป

สมมติฐานที่ 2.1 : เชาวน์อารมณ์ด้านการตระหนักรู้ในตนเองมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียด

จากการศึกษาพบว่า เชาวน์อารมณ์ด้านการตระหนักรู้ในตนเองมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียด ($r=-0.341^{**}$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ

พิมลมาศ จินะวัฒน์ (2546) ที่พบว่าเชาวันอารมณ์ด้านการตระหนักรู้ในตนเองมีความสัมพันธ์ทางลบกับระดับความเครียด และสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุดารัตน์ หนูหอม(2544) ที่พบว่าเชาวันอารมณ์ด้านการตระหนักรู้ในตนเองมีความสัมพันธ์ทางลบกับระดับความเครียด

หากพยาบาลมีเชาวันอารมณ์ในด้านนี้สูงแล้ว จะมีความสามารถในการรู้เท่าทันอารมณ์ของตนเอง สามารถจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้ดี ทั้งยังสามารถรับรู้ได้ว่าตนเองอยู่ในสภาวะอารมณ์เช่นใดเพื่อจัดการกับสภาวะนั้น ก็สามารถที่จะจัดการกับความเครียดได้ ซึ่งหากพยาบาลไม่รับรู้หรือกลบเกลื่อนความรู้สึกของตนเองแล้ว ทำให้พยาบาลเกิดความรู้สึกว่าไม่ยอมรับสภาพความเป็นจริง ไม่ยอมรับข้อบกพร่องของตนเอง ทั้งยังก่อให้เกิดอุปสรรคต่อการปรับปรุงพัฒนาดตนเอง ดังนั้นย่อมก่อให้เกิดการค้นหาสาเหตุของปัญหาได้ยากและปัญหานั้นก็ยังคงดำเนินต่อไป เมื่อปัญหานั้นไม่ได้รับการแก้ไข ก็จะเป็นปัญหาสะสมตามมา และทำให้พยาบาลเกิดความเครียดขึ้นโดยไม่รู้ตัว ซึ่งหากพิจารณาจากข้อคำถามเชาวันอารมณ์เป็นรายข้อกับความเครียด จะพบว่า มีข้อคำถามที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดมากที่สุดคือ “ฉันรู้ถึงเป้าหมายที่แท้จริงของชีวิตของฉันที่เกิดขึ้นในโลกใบนี้” ($r=-.139^*$) อย่างมีนัยสำคัญที่ .05 ซึ่งหมายความว่า หากพยาบาลทราบและตระหนักถึงหน้าที่ของตนเอง ว่ามีหน้าที่รักษาพยาบาลผู้ป่วย และต้องเจอกับความทุกข์ทรมาน ความเป็นความตายของผู้ป่วย ความวิตกกังวลของญาติ พยาบาลจะมีความสามารถรู้เท่าทันอารมณ์ตัวเอง สามารถค้นหาสาเหตุและวิธีแก้ไขปัญหานั้นที่กำลังเผชิญอยู่และหาทางแก้ปัญหานั้นให้หายไป ดังนั้นจึงไม่ทำให้เกิดความเครียดสะสมตามมา

สมมติฐานที่ 2.2 : เชาวันอารมณ์ด้านการจัดการกับอารมณ์ของตนเองมี

ความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียด

จากการศึกษาพบว่าเชาวันอารมณ์ด้านการจัดการกับอารมณ์ของตนเองมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียด ($r=-.202^{**}$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ พิมลมาศ จินะวัฒน์(2546) ที่พบความสัมพันธ์ระหว่างเชาวันอารมณ์ด้านการจัดการกับอารมณ์ของตนเองมีความสัมพันธ์ทางลบกับระดับความเครียด แต่ไม่สอดคล้องกับงานวิจัยของ วันวิสาข์ อ่อนงาม(2549) ที่ไม่พบความสัมพันธ์ระหว่างเชาวันอารมณ์ด้านการจัดการกับอารมณ์ของตนเองกับความเครียดของเจ้าหน้าที่เร่งรัดหนี้สิน

ผู้ที่จัดการกับอารมณ์ตนเองได้ดีนั้นจะสามารถสร้างความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นได้ดี ซึ่งรวมถึงเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชาส่งผลให้มีความพึงพอใจต่อเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชาในระดับสูง นอกจากสามารถสร้างความสัมพันธ์ที่ดีแล้วยังสามารถควบคุมอารมณ์ตนเองจากอารมณ์ทางลบได้ ทำให้สามารถปฏิบัติงานบริการได้เป็นอย่างดี

เชาวน์อารมณ์ด้านนี้จะมีส่วนช่วยในการควบคุมอารมณ์ การปรับตัว และสามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองในทางลบได้ ดังนั้นหากเผชิญกับเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดอารมณ์ในเชิงลบแล้วพยายามสามารถปรับตัวและทำให้ความรู้สึกในเชิงลบนี้หายไปได้อย่างรวดเร็ว และสามารถแสดงออกอารมณ์ที่เหมาะสมเพื่อไม่ให้เกิดผลเสียต่อตนเองและผู้อื่น โดยข้อคำถามเชาวน์อารมณ์ที่มีความสัมพันธ์เชิงลบกับความเครียดมากที่สุดคือ ข้อคำถามที่ว่า “ฉันตรวจสอบความสมเหตุสมผลของความคิดของฉันที่เป็นเหตุให้เกิดอารมณ์หรือความรู้สึกที่ไม่ดีขึ้นมาเสมอ” ($r = -.174^{**}$) อย่างมีนัยสำคัญที่ .01 ผู้วิจัยมีความเห็นว่า หากพยาบาลทราบว่าตนเองรู้วาระนี้ อารมณ์เป็นเช่นไร อารมณ์ดีหรืออยู่ในสภาวะอารมณ์เป็นทุกข์แล้ว ก็จะปรับตัวให้ตนเองเข้ากับสภาวะอารมณ์เช่นนั้นได้ โดยไม่เกิดความเครียด และข้อคำถามที่ว่า “ฉันสามารถบริหารอารมณ์หรือความรู้สึกของฉันอย่างเหมาะสมถูกต้องตามความเป็นจริง” ($r = -.191^{**}$) อย่างมีนัยสำคัญที่ .01 นั่นคือหากพยาบาลเปิดเผยหรือแสดงอารมณ์ตามที่ตนเองรู้สึกแล้ว ก็จะไม่มีการมีอารมณ์ค้างค้ำเก็บอยู่ในใจ ทำให้เมื่อเกิดสภาวะอารมณ์เชิงลบเกิดขึ้น ก็จะไม่เป็นการสะสมอารมณ์เชิงลบต่อไป

สมมติฐานที่ 2.3 : เชาวน์อารมณ์ด้านการจุใจตนเองมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียด

จากการศึกษาพบว่าเชาวน์อารมณ์ด้านการจุใจตนเองไม่มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียด ซึ่งไม่สอดคล้องกับงานวิจัยของ พิมลมาศ จินะวัฒน์ (2546) ที่พบว่าเชาวน์อารมณ์ด้านการจุใจตนเองมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดทั่วไป และงานวิจัยของ สุดารัตน์ หนูหอม (2544) ที่พบว่า เชาวน์อารมณ์ด้านการจุใจตนเองมีความสัมพันธ์ทางลบกับระดับความเครียด

เชาวน์อารมณ์ด้านการจุใจตนเองนั้นทำให้บุคคลมีความเชื่อมั่นในความสามารถของตน มีความมุ่งมั่นตั้งใจทำสิ่งต่าง ๆ ในแง่ดี ปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ กล่าวคือมองวิกฤติให้เป็นโอกาสซึ่งจะสามารถลดความคับข้องใจ ส่งผลให้ไม่เกิดความเครียด แม้การศึกษานี้ผู้วิจัยจะไม่พบความสัมพันธ์ระหว่างเชาวน์อารมณ์ด้านการจุใจตนเองกับความเครียดก็ตาม แต่เมื่อพิจารณาจากข้อคำถามพบว่าข้อคำถามย่อยของเชาวน์อารมณ์ที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดคือข้อคำถามที่ว่า “ฉันรู้สึกเป็นอิสระและเป็นตัวของตัวเอง” ($r = -.185^{**}$) อย่างมีนัยสำคัญที่ .01 และข้อคำถาม “ฉันเป็นคนที่กระตือรือร้น ไม่ย่อท้ออะไรง่าย ๆ” ($r = -.253^{**}$) อย่างมีนัยสำคัญที่ .01 “ฉันเป็นคนที่มีความกระตือรือร้นและมีชีวิตชีวาเสมอ” ($r = -.232^{**}$) อย่างมีนัยสำคัญที่ .01 ซึ่งแสดงให้เห็นว่า การจุใจช่วยให้พยาบาลมองสิ่งต่าง ๆ ด้วยความรู้สึกเป็นเหตุเป็นผล ไม่หมกมุ่นอยู่กับตัวเอง หมั่นสร้างสรรค์ความคิดริเริ่มและพร้อมที่จะปฏิบัติสิ่งใดสิ่งหนึ่ง

สามารถจัดการกับสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ดี มองวิกฤติให้เป็นโอกาส สามารถลดความคับข้องใจ เมื่อมีปัญหาจะไม่ทำให้ออกลน มีความสุขกับชีวิต ทำให้ไม่เครียด

สมมติฐานที่ 2.4 : เชาวน์อารมณ์ด้านความเห็นอกเห็นใจมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียด

จากการศึกษาพบว่าระดับเชาวน์อารมณ์ด้านความเห็นอกเห็นใจมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียด ($r = -.202^{**}$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ พิมลมาศ จินะวัฒน์ (2546) ที่พบว่าเชาวน์อารมณ์ด้านการจูงใจตนเองมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดทั่วไป และสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุดารัตน์ หนูหอม(2544) ที่พบว่า เชาวน์อารมณ์ด้านการจูงใจตนเองมีความสัมพันธ์ทางลบกับระดับความเครียดทั่วไป

เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามด้านเชาวน์อารมณ์กับความเครียด พบว่ามีข้อคำถามที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดคือ ข้อคำถามที่ว่า “ฉันให้ความสนใจความรู้สึกของคนอื่นเสมอ” ($r = -.199^{**}$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 “เมื่อฉันพบคนมีความทุกข์ ฉันสามารถรับรู้ถึงความทุกข์ของเขาได้” ($r = -.196^{**}$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงให้เห็นว่าหากพยาบาลมีความเห็นอกเห็นใจและเข้าใจผู้อื่นจะทำให้เข้าใจถึงปัจจัยต่าง ๆ เข้าใจผู้อื่นเมื่อเกิดปัญหา มีความเห็นอกเห็นใจเข้าใจในสถานการณ์การทำงานต่าง ๆ มองโลกในแง่ดีไม่เกิดความเครียด

สมมติฐานที่ 2.5 : เชาวน์อารมณ์ด้านทักษะทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียด

จากการศึกษาพบว่าระดับเชาวน์อารมณ์ด้านทักษะทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียด ($r = -.370^{**}$) มากที่สุดเมื่อเปรียบเทียบกับความฉลาดทางอารมณ์ตัวอื่น ๆ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ พิมลมาศ จินะวัฒน์(2546) ที่พบว่าเชาวน์อารมณ์ด้านทักษะทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดทั่วไป และสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุดารัตน์ หนูหอม(2544) ที่พบว่า เชาวน์อารมณ์ด้านทักษะทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางลบกับระดับความเครียด

เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามเชาวน์อารมณ์กับความเครียด จะพบว่า มีข้อคำถามที่มีความสัมพันธ์ทางลบมากที่สุดคือ “เมื่อต้องแบ่งกลุ่มทำงาน เพื่อนๆมักจะอยากทำงานกับฉัน” ($r = -.306^{**}$) อย่างมีนัยสำคัญที่ .01 รองลงมาคือ ข้อคำถามที่ว่า “ฉันสามารถสื่อสารโน้มน้าวใจคนให้คล้อยตามในสิ่งที่ต้องการ” ($r = -.266^{**}$) อย่างมีนัยสำคัญที่ .01

และข้อคำถามสุดท้ายคือ “เวลาที่ฉันขอความช่วยเหลือ เพื่อนๆมักจะให้ความช่วยเหลืออย่างเต็มที่” ($r = -.260^{**}$) อย่างมีนัยสำคัญที่ .01

ผู้วิจัยมีความเห็นว่าเนื่องจากผู้ที่มีทักษะทางสังคมที่ดี จะสามารถสร้างสัมพันธที่ดีกับแพทย์ ผู้ป่วย ญาติผู้ป่วย และเพื่อนร่วมงาน มีการติดต่อประสานงานที่ราบรื่น ตลอดจนแก้ไขข้อขัดแย้งต่างๆได้ ส่งผลให้สามารถปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ ไม่ส่งผลต่อสภาวะเครียด ดังคำกล่าวของฟาริดา อับราฮัม(2535) ได้กล่าวถึง บทบาทหน้าที่พยาบาล คือเป็นที่ปรึกษา มีทักษะความเป็นผู้นำ มีความสามารถสูงใจ ให้ผู้ใช้บริการร่วมมือและปฏิบัติตามเป้าหมายเพื่อความสุขและสุขภาพที่ดี ยิ่งเป็นผู้นำในการเปลี่ยนแปลง ให้เกิดการแก้ปัญหาและพัฒนาประสิทธิภาพ ดังนั้นจึงต้องมีทักษะในการสร้างสัมพันธภาพที่ดี ในการทำงานเป็นทีมร่วมกัน พยาบาลจะเป็นผู้ประสานให้เกิดความสอดคล้องในบทบาทร่วมกัน พยาบาลที่มีทักษะทางสังคมสูง จะมีความสามารถสื่อสารในการโน้มน้าวจิตใจผู้อื่น จูงใจให้ผู้อื่นเกิดความพอใจ สามารถลดความขัดแย้งในสังคม คงความสัมพันธ์อยู่ร่วมในสังคมได้ มีความสามารถในการแก้ไขปัญหา ร่วมกัน

สมมติฐานที่ 3 : ความเครียดมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการขาดงาน

จากการศึกษาพบว่า ความเครียดไม่มีความสัมพันธ์กับการขาดงาน ซึ่งไม่สอดคล้องกับในผลงานวิจัยของ สุดารัตน์ ปัทมวิชัยพร, 2544 ที่ได้ทำการศึกษา ปัจจัยที่มีผลต่อการขาดงานของพนักงาน : ศึกษาเฉพาะกรณีบริษัทเอกชนแห่งหนึ่ง โดยศึกษากับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 289 คน พบว่าสาเหตุของการขาดงานมาจากหลายสาเหตุด้วยกัน ซึ่งหนึ่งในนั้นคือสาเหตุจากความเครียด ไม่ว่าจะเป็นความเครียดที่เกิดจากการทำงาน หรือความเครียดที่เกิดจากปัญหาส่วนตัว

เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามความเครียดกับการขาดงาน พบว่า มีข้อคำถามย่อยที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการขาดงานคือ “ท่านรู้สึกว่าคุณเองไม่มีสมาธิ” ($r = .175^{**}$) อย่างมีนัยสำคัญที่ .01 และข้อคำถามที่ว่า “ท่านปวดศีรษะข้างเดียวหรือปวดบริเวณขมับทั้ง 2 ข้าง” ($r = .177^{**}$) อย่างมีนัยสำคัญที่ .01 และข้อคำถาม “ท่านรู้สึกเหนื่อยหน่ายไม่อยากทำอะไร” ($r = .132^{*}$) อย่างมีนัยสำคัญที่ .05 ซึ่งสอดคล้องกับพสุ เดชะรินทร์ (2536) ที่กล่าวไว้ว่า ความเครียดนั้นมีผลกระทบต่อบุคคล ในด้านพฤติกรรม ความเครียดอาจก่อให้เกิดความเบี่ยงเบนทางพฤติกรรม โดยมีการแสดงพฤติกรรมที่ผิดแปลกไปจากธรรมดา หรือในด้านสุขภาพ หรือการเจ็บป่วย เช่น ปวดศีรษะ ปวดท้อง ส่วนในด้านผลกระทบต่อดังนั้น ความเครียดอาจทำให้ประสิทธิภาพในการทำงานลดน้อยลง เกิดความท้อถอย หรือยอมแพ้ต่อความเครียดที่เกิดขึ้น จะ

นำไปสู่การลางานบ่อยครั้งขึ้น หรือแม้กระทั่งการลาออกจากงาน หรือการทำงานไม่สำเร็จตามกำหนดที่ตั้งไว้

สาเหตุที่ทำให้ผลการวิจัยไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้นั้น สาเหตุน่าจะมาจากการขาดงานของกลุ่มตัวอย่างนี้มาจากการเจ็บป่วย ดังนั้น จึงควรต้องมีการศึกษาต่อไปว่าความเจ็บป่วยนั้นมีสาเหตุมาจากทางกายหรือทางจิตใจ ถ้าหากความเจ็บป่วยนั้นเกิดขึ้นมาจากทางกาย จึงอาจจะเป็นสาเหตุที่ไม่เกี่ยวข้องกับความคิดซึ่งมักจะเป็นเรื่องของจิตใจมากกว่า อย่างไรก็ตามเมื่อพิจารณาจากข้อคำถามย่อย ๆ ก็พบว่าความเครียดมีความสัมพันธ์กับการขาดงาน

สมมติฐานที่ 4 : ความฉลาดทางเชาวน์อารมณ์และความเครียดสามารถทำนายการขาดงานได้

ยอมรับสมมติฐานบางส่วนที่ว่า ความฉลาดทางเชาวน์อารมณ์สามารถทำนายการขาดงานได้ เนื่องจากผลการวิจัยพบว่า ตัวแปรที่มีอำนาจในการพยากรณ์การขาดงาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 คือ เชาวน์อารมณ์ด้านการจัดการกับอารมณ์ของตนเอง โดยสามารถพยากรณ์การขาดงานได้ร้อยละ 4.1 ซึ่งผู้ที่มีเชาวน์อารมณ์ด้านการจัดการกับอารมณ์ตนเองในระดับสูงนั้น จะสามารถจัดการกับภาวะอารมณ์เฉยๆของตนเองได้ และสามารถปรับตัวยืดหยุ่นต่อสถานการณ์ที่เปลี่ยนไป ซึ่งในการปฏิบัติงานพยาบาลย่อมเผชิญกับปัญหาต่างๆ เช่น อุปสรรคปัญหาเหตุการณ์เฉพาะหน้า ความกดดันในการรองรับอารมณ์ของคนไข้และญาติ ซึ่งหากพยาบาลมีการจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้เป็นอย่างดีแล้ว ก็จะไม่ส่งผลกระทบต่อการทำงานต่อไป

ส่วนในด้านความเครียดที่ไม่สามารถทำนายการขาดงานได้นั้น อาจมีเหตุผลมาจากการอภิปรายสมมติฐานที่ 3 ตามที่ได้กล่าวไว้ข้างต้น

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะสำหรับองค์การ

1. ผลการวิจัยนี้สามารถแสดงให้เห็นถึงระดับเชาวน์อารมณ์ ในภาพรวมของพยาบาล ซึ่งมีระดับต่างกันไปในแต่ละด้าน โดยระดับเชาวน์อารมณ์โดยรวมของพยาบาลอยู่ในระดับสูง ซึ่งเมื่อพิจารณาเชาวน์อารมณ์ด้านการตระหนักรู้ในตนเอง ด้านการจัดการกับอารมณ์ของตนเอง ด้านความเห็นอกเห็นใจ ด้านทักษะทางสังคม พบว่ามีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง นั้นแสดงให้เห็นว่า พยาบาลเป็นผู้ที่มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ มีความสามารถในการรับรู้เข้าใจอารมณ์ของตนเอง

และผู้อื่น สามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสม รักษาสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นและสามารถแสดงความรู้สึกของตนออกมาได้อย่างชัดเจน ตรงไปตรงมาแต่มีเหตุผล แต่กลับพบว่าเชาวน์อารมณ์ด้านการจูงใจ มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งผลการศึกษานี้จะได้เป็นแนวทางให้ผู้บริหารได้นำไปพัฒนาปรับปรุงเพื่อพัฒนาทักษะเชาวน์อารมณ์ด้านการจูงใจตนเองของพยาบาลต่อไป ดังนั้นทางโรงพยาบาลควรให้ความสำคัญกับคุณลักษณะด้านนี้ให้มากที่สุดทั้งนี้เชาวน์อารมณ์ด้านนี้จะทำให้พยาบาลมีความพยายามมากขึ้นที่จะปรับปรุงหรือปฏิบัติงานให้ได้มาตรฐานที่เป็นเลิศ ตลอดจนมีความผูกพันต่อเป้าหมายและเชื่อมโยงเป้าหมายของตนเข้ากับเป้าหมายของกลุ่ม หรือเป้าหมายขององค์กร ทำให้พยาบาลมองโลกในแง่ดี มีความเพียรพยายามที่จะบรรลุเป้าหมาย แม้จะมีอุปสรรคก็จะไม่ท้อถอย มองวิกฤติให้เป็นโอกาสทำให้สามารถจัดการกับสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ดี สามารถปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยโรงพยาบาลอาจจัดให้พยาบาลเข้ารับการฝึกอบรมเรื่องความฉลาดทางเชาวน์อารมณ์เพิ่มเติม โดยหลังจากฝึกอบรมแล้วสามารถประเมินผลโดยการเปรียบเทียบคะแนนความฉลาดทางเชาวน์อารมณ์ก่อนและหลังการฝึกอบรมได้ นอกจากนี้ โรงพยาบาลอาจจัดกิจกรรมเพื่อกระตุ้นให้พยาบาลเห็นความสำคัญของเชาวน์อารมณ์ โดยอาจจัดเป็นกิจกรรมให้พยาบาลได้ทราบรายละเอียดของเชาวน์อารมณ์และเปิดโอกาสให้พยาบาลได้เข้ารับการทดสอบเกี่ยวกับระดับเชาวน์อารมณ์ของตนเอง อันจะเป็นประโยชน์ต่อโรงพยาบาลในการที่จะทำแผนพัฒนาบุคลากรต่อไป

2. ผลการวิจัยนี้แสดงให้เห็นถึงระดับความเครียดของพยาบาลอยู่ในระดับปกติ จึงเป็นที่ยืนยันดีที่ทางโรงพยาบาลจะได้ศึกษาถึงวิธีการที่จะรักษาระดับความเครียดให้อยู่ในภาวะปกติต่อไป

3. จากผลการวิจัยพบว่าการขาดงานส่วนใหญ่ของพยาบาลนั้น มีสาเหตุสำคัญมาจากสุขภาพเป็นหลักมากที่สุด ดังนั้นทางโรงพยาบาลจึงควรมีการรณรงค์ให้พยาบาลหันมาใส่ใจสุขภาพตนเองมากขึ้น มีการตรวจสุขภาพมากขึ้น นอกจากนี้ควรจัดให้มีหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง โดยอาจตั้งเป็นหน่วยงานที่ให้การดูแลเกี่ยวกับสุขภาพพยาบาลโดยตรง เพื่อดูแลให้คำแนะนำให้พยาบาลไม่ละเลยต่อการดูแลตัวเอง เพื่อที่จะได้เป็นศูนย์กลางในการดูแลปัญหาด้านสุขภาพให้กับพยาบาลต่อไป

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการขาดงาน กับตัวแปรอื่น เช่น
ความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรค ความพึงพอใจในการทำงาน เป็นต้น
2. ในการวิจัยครั้งต่อไปควรมีการศึกษาเปรียบเทียบความสัมพันธ์ระหว่างเซวณ์
อารมณ์ ความเครียด และการขาดงาน กับวิชาชีพสาขาอื่น เช่น รัฐศาสตร์ บัญชี เป็นต้น เพื่อจะได้
นำผลการศึกษามาเปรียบเทียบอันจะก่อให้เกิดประโยชน์ต่อการวิจัยในครั้งต่อไป
3. ควรใช้การวิจัยเชิงคุณภาพ เพื่อให้ได้ข้อมูลที่เที่ยงตรงมากขึ้นโดยใช้การสังเกต
และสัมภาษณ์ประกอบ
4. ควรศึกษาเพิ่มเติมถึงวิธีการวัดการขาดงานที่มีความน่าเชื่อถือมากกว่านี้