

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของนักศึกษาทันตแพทย์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

Factors Related to Stress in Dental Students of Khon Kaen University

จิรภา วรรณคำ¹, พิมพชนก สุपालนันท²
พัฒนิตา เวียงธีรวัฒน์³ และ ศิรดา ออประยูร⁴
มหาวิทยาลัยขอนแก่น^{1,2,3,4}

Jirapa Wannakum¹, Pimchanok Supalanunt²
Punnita Viengteerawat³ and Sirada Orprayoon⁴
Khon Kaen University^{1,2,3,4}

Corresponding Author, E-mail: teedanai.kap@mcu.ac.th

บทคัดย่อ

การศึกษานี้เป็นการศึกษาภาวะความเครียดในนักศึกษาทันตแพทย์ ชั้นปีที่ 1-6 ปีการศึกษา 2559 เป็นการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดกับปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านการศึกษาและความคิดเห็นต่อการเข้ารับการศึกษาทางจิตวิทยา โดยเก็บข้อมูลจากนักศึกษาคณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น โดยใช้แบบสอบถาม วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของตัวแปรโดยใช้สถิติไคสแควร์และการทดสอบของฟิชเชอร์ พบว่ามีผู้ตอบแบบสอบถาม 345 คน จากทั้งหมด 410 คน คิดเป็นร้อยละ 84.15 โดยปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียด ได้แก่ ปัจจัยการสนับสนุนจากครอบครัวในด้านกำลังใจและการช่วยแก้ปัญหา ปัจจัยด้านการศึกษา ได้แก่ ปริมาณงานที่ได้รับมอบหมายมากเกินไป ความเหนื่อยล้าจากการเรียน การบริหารเวลา วิชาบรรยายของภาควิชาทันตกรรมประดิษฐ์ ในช่วงชั้นปีที่ 1-3 วิชาปฏิบัติการทันตกรรมบูรณะ วิชาปฏิบัติการสบฟันตามหน้าที่ วิชาปฏิบัติการฟันเทียมบางส่วนถอดได้และวิชาปฏิบัติการทันตกรรมประดิษฐ์ติดแน่น คลินิกทันตกรรมประดิษฐ์ คลินิกทันตกรรมบูรณะ การเตรียมความพร้อมก่อนปฏิบัติคลินิก การขาดประสบการณ์และการฝึกฝน การถูกตำหนิจากอาจารย์ขณะทำการรักษาผู้ป่วย และระบบการจัดการผู้ป่วยไม่เอื้อต่อการเรียนการสอนในคลินิก เป็นต้น สำหรับความคิดเห็นต่อการเข้ารับการศึกษาทางจิตวิทยาพบว่านักศึกษาส่วนใหญ่ต้องการให้นักจิตวิทยาเพื่อให้คำปรึกษาภายในคณะ

คำสำคัญ: ปัจจัย; ความเครียด; นักศึกษาทันตแพทย์

* ได้รับบทความ: 16 กันยายน 2564; แก้ไขบทความ: 17 มีนาคม 2565; ตอประวัติพิมพ์: 29 มีนาคม 2565

Abstract

This study aimed to study stress status among dental students in the 1st - 3rd years of the academic year 2016. The study objectives were to determine the relationship between stress and personal factors, educational factors and opinions on psychological counselling. The study population were students of the Faculty of Dentistry Khon Kaen University. Data collection used a questionnaire, and the relationship of variables was analyzed using chi-square statistics and Fischer's test. There were 345 respondents out of total dental students of 410 people, representing 84.15%. The results showed that factors associated with stress were following: family support factors in morale and problem-solving, educational factors include excessive workloads of assignments, fatigue from studying, time management, Lectures of the Department of Prosthodontics during the 1st - 3rd year, laboratory study of restorative dentistry, subject of functional occlusal practice, subject of partially removable dentures and fixed prosthodontics, Prosthodontics dental clinic, restorative dental clinic, preparation before clinical practice, lack of experience and training, being reprimanded by a teacher while treating patients and the patient management system is not conducive in the clinic, etc. As for the opinions on counselling in psychology, the result revealed that most students wanted a psychologist to provide counselling in the faculty.

Keywords: Factors; Stress; Dental students

บทนำ

ความเครียด ถือเป็นปฏิกิริยาทางสรีระวิทยาหรือทางจิตใจ ที่เกิดขึ้นจากการเผชิญกับสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความกดดันในชีวิต โดยอาชีพทันตแพทย์จัดเป็นอันดับหนึ่งในบุคลากรทางการแพทย์ที่มีความเครียดสูงสุด ซึ่งความเครียดจะสามารถนำไปสู่ความภาวะซึมเศร้า ภาวะวิตกกังวล การใช้สารเสพติด การขาดงานบ่อยครั้ง เนื่องจากทันตแพทย์นั้นเป็นอาชีพที่ต้องมีการปฏิสัมพันธ์กับทั้งผู้ป่วยและบุคลากร และยังเป็นอาชีพที่มีค่าใช้จ่ายในเรื่องวัสดุอุปกรณ์ที่มีราคาแพง เมื่อมองในมุมมองของนักศึกษาทันตแพทย์แล้ว มีการศึกษาพบว่านักศึกษาทันตแพทย์มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒมีปัญหาสุภาพจิต ร้อยละ 37.3 โดยชั้นปีที่มีปัญหามากที่สุดคือชั้นปีที่ 5 เช่นเดียวกับการศึกษาในนักศึกษาทันตแพทย์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น เมื่อปีการศึกษา 2538 ที่พบว่าชั้นปีที่ 5 เป็นชั้นปีที่มีค่าเฉลี่ยของความเครียดสูงสุด 6 จากการศึกษา

ปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดในนักศึกษาทันตแพทย์ของประเทศกรีซและอินเดีย พบว่านักศึกษาเกิดความเครียดจากปริมาณงานที่ได้รับมอบหมายการสอบและผลการเรียน และการขาดความเชื่อมั่นในตนเอง โดยนักศึกษาปีสูงจะมีความเครียดมากกว่าในเรื่องงานในคลินิก การได้รับคำวิจารณ์จากอาจารย์ การขาดความเชื่อมั่นว่าจะจบเป็นทันตแพทย์ที่ประสบความสำเร็จ กลัวเรียนไม่จบตามหลักสูตรการรับคำปรึกษาทางจิตวิทยาสามารถช่วยเปลี่ยนแปลงความรู้สึกที่ไม่ดีให้ดีขึ้นอย่างมีเหตุผล เพิ่มความเข้าใจในตนเอง ผู้อื่น และสิ่งแวดล้อม ช่วยให้สามารถตัดสินใจอย่างมีประสิทธิภาพ และนำความคิดหรือแนวทางที่ได้ตัดสินใจแล้วไปปฏิบัติได้อย่างเหมาะสม ดังนั้นจึงได้ทำการศึกษาปัจจัยส่วนบุคคลและปัจจัยด้านการศึกษาในคณะทันตแพทยศาสตร์ที่มีความสัมพันธ์กับภาวะความเครียดในนักศึกษาทันตแพทย์ และความคิดเห็นเกี่ยวกับการเข้ารับคำปรึกษาทางจิตวิทยา ในนักศึกษาคณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลของนักศึกษาคณะทันตแพทยศาสตร์กับระดับความเครียดเทียบกับคนทั่วไป
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านการศึกษานักศึกษาคณะทันตแพทยศาสตร์กับระดับความเครียดเทียบกับคนทั่วไป
3. เพื่อศึกษาความคิดเห็นต่อการเข้ารับปรึกษาทางจิตวิทยาของนักศึกษาคณะทันตแพทยศาสตร์

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการศึกษารูปแบบตัดขวาง (Cross-Sectional Study) ทำการเก็บข้อมูลในนักศึกษาทันตแพทย์ ชั้นปีที่ 1-6 ที่ศึกษาในปีการศึกษา 2559 คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น การเก็บข้อมูลวิจัยจะใช้แบบสอบถาม ซึ่งประกอบด้วยข้อมูลทั่วไป การสนับสนุนจากครอบครัว แบบประเมินดัชนีชี้วัดความสุขคนไทย (Thai Happiness Indicators (THI-15)) โดยกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข10 ปัจจัยด้านการศึกษา วิธีจัดการความเครียด และการเข้ารับคำปรึกษาทางจิตวิทยาแบบสอบถามจะถูกนำไปทดสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) ซึ่งหลังจากรวบรวมข้อมูลแล้ว จะทำการบันทึกลงคอมพิวเตอร์และใช้โปรแกรมวิเคราะห์สถิติ SPSS For Window Version 20.0 โดยใช้สถิติพรรณนา แสดงจำนวนและร้อยละเพื่ออธิบายลักษณะของตัวแปร ได้แก่ ข้อมูลทั่วไป การสนับสนุนจากครอบครัว แบบประเมินดัชนีชี้วัดความสุขคนไทย (Thai Happiness Indicators (THI-15)) โดยกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ปัจจัยด้านการศึกษา วิธีจัดการความเครียด และการเข้ารับคำปรึกษาทางจิตวิทยา ในส่วนของสถิติอนุมาน ผู้วิจัยได้จำแนกผู้ตอบแบบสอบถามจากแบบประเมินดัชนีชี้วัดความสุขคนไทย ออกเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่ ผู้ที่มีระดับความเครียดปกติหรือมากกว่าคนทั่วไป และมีระดับความเครียด

น้อยกว่าคนทั่วไป ต่อมาจึงรวมกลุ่มตัวแปรอื่นๆ ให้แต่ละตารางข้อมูลมีลักษณะเป็น 2×2 จากนั้นทดสอบด้วยสถิติ Chi-square test เพื่ออธิบายความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้นและตัวแปรตาม และใช้ Fisher's exact test เมื่อค่าความถี่ที่คาดหวังมีค่าน้อยกว่า 5 เกินร้อยละ 20 ของจำนวนกลุ่มทั้งหมด

ผลการวิจัย

จากการเก็บข้อมูลในนักศึกษาทันตแพทย์ ชั้นปีที่ 1-6 ที่ศึกษาในปีการศึกษา 2559 คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น ทั้งหมดจำนวน 410 คน มีจำนวนผู้ตอบกลับแบบสอบถามทั้งหมด 345 คน คิดเป็นร้อยละ 84.15 และจากการวิเคราะห์ดัชนีชี้วัดความสุขคนไทย ผู้วิจัยได้จำแนกผู้ตอบแบบสอบถามออกเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่ ผู้ที่มีระดับความเครียดปกติหรือมากกว่าคนทั่วไป จำนวน 231 คน และมีระดับความเครียดน้อยกว่าคนทั่วไป จำนวน 114 คน คิดเป็นร้อยละ 67.0 และ 33.0 ตามลำดับ

ปัจจัยส่วนบุคคลและสนับสนุนจากครอบครัว เป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียด ได้แก่ การให้กำลังใจ และการช่วยแก้ปัญหา ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับระดับความเครียดเทียบกับคนทั่วไป

ปัจจัยที่มี ความสัมพันธ์ กับระดับความเครียด	ระดับความเครียด เทียบกับคนทั่วไป		Odds ratio	ช่วงความเชื่อมั่น 95%		P- v a l u e
	มากกว่า จำนวน (ร้อยละ)	น้อยกว่า หรือเท่ากับ จำนวน (ร้อยละ)		ขีดจำกัด ล่าง	ขีดจำกัด บน	
ข้อมูลทั่วไป						
เกรด						
- น้อยกว่า 3.00	15 (37.5)	25 (62.5)	2.4	1.1	4.8	0.012
- มากกว่าหรือ เท่ากับ 3.00	61 (20.0)	244 (80.0)				
การตัดสินใจเข้าเรียน						
- ผู้อื่นมีส่วนช่วย ในการตัดสินใจ	52 (27.4)	138 (72.6)	2.0	1.1	3.5	0.008
- เลือกด้วยตนเอง	24 (15.5)	131 (84.5)				

ปัจจัยที่มี ความสัมพันธ์ กับระดับความเครียด	ระดับความเครียด เทียบกับคนทั่วไป		Odds ratio	ช่วงความเชื่อมั่น 95%		P- v a l u e
	มากกว่า จำนวน (ร้อยละ)	น้อยกว่า หรือเท่ากับ จำนวน (ร้อยละ)		ขีดจำกัด ล่าง	ขีดจำกัด บน	
การสนับสนุนจากครอบครัว						
กำลังใจ						
- ได้รับกำลังใจน้อย	26 (36.6)	45 (63.4)	2.5	1.4	4.5	0.001
- ได้รับกำลังใจมาก	50 (18.4)	222 (81.6)				
ช่วยแก้ปัญหา						
- ได้รับการช่วย แก้ปัญหาน้อย	50 (28.9)	123 (71.1)	2.2	1.3	3.8	0.002
- ได้รับการช่วย แก้ปัญหามาก	26 (15.3)	144 (84.7)				

จากตาราง แสดงปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติโดยวิธี Chi-square เมื่อมีค่า P-Value น้อยกว่าหรือเท่ากับ 0.05

ปัจจัยด้านการศึกษา สาเหตุความเครียดโดยทั่วไป ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 ได้แก่ ความรู้สึกไม่สบายเป็นต้นตอแพทย์ ความกดดันในการเรียน การไม่ประสบความสำเร็จในการเรียน ปัญหาด้านสุขภาพเป็นอุปสรรคต่อการเรียน ความสัมพันธ์กับอาจารย์และบุคลากร การบริหารเวลา ความเหนื่อยล้าจากการเรียน และปริมาณงานที่ได้รับมอบหมายมากเกินไป ซึ่งปัจจัยที่มีสัดส่วนของผู้ที่มีความเครียดมากที่สุด คือ การไม่ประสบความสำเร็จในการเรียน โดยผู้ที่มีความเครียดมากจากการไม่ประสบความสำเร็จในการเรียน จะมีระดับความเครียดมากกว่าคนทั่วไป เมื่อเทียบกับผู้ที่มีความเครียดน้อยกว่าจากการไม่ประสบความสำเร็จในการเรียนอยู่ 4.1 เท่า ดังตารางที่ 2

สาเหตุความเครียดจากสภาพแวดล้อมในคณะ ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 ได้แก่ เวลาให้บริการของห้องสมุดในคณะ ไม่เอื้อต่อการเข้าใช้บริการ และสวัสดิการต่างๆ เช่น โรงอาหารไม่เพียงพอ ซึ่งปัจจัยที่มีสัดส่วนของผู้ที่มีความเครียดมาก

สูงที่สุด คือ เวลาให้บริการของห้องสมุดในคณะ ไม่เอื้อต่อการเข้าใช้บริการ โดยผู้ที่มีความเครียดมากจากเวลาให้บริการของห้องสมุดในคณะ จะมีระดับความเครียดมากกว่าคนทั่วไป เมื่อเทียบกับผู้ที่มีความเครียดน้อยกว่าเวลาให้บริการของห้องสมุดในคณะอยู่ 1.9 เท่า (ตารางที่ 2)

สาเหตุความเครียดจากวิชาบรรยาย พบว่าวิชาบรรยายที่มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 คือวิชาบรรยายของภาควิชาทันตกรรมประดิษฐ์ ในช่วงชั้นปีที่ 1-3 โดยผู้ที่มีความเครียดมากจากวิชาบรรยายของภาควิชาทันตกรรมประดิษฐ์ จะมีระดับความเครียดมากกว่าคนทั่วไป เมื่อเทียบกับผู้ที่มีความเครียดน้อยกว่าวิชาบรรยายของภาควิชาทันตกรรมประดิษฐ์อยู่ 1.9 เท่า (ตารางที่ 2)

สาเหตุความเครียดจากวิชาปฏิบัติการ พบว่าวิชาปฏิบัติการที่มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 ได้แก่ วิชาปฏิบัติการทันตกรรมบูรณะ วิชาปฏิบัติการสบฟันตามหน้าที่ วิชาปฏิบัติการฟันเทียมบางส่วนถอดได้ และวิชาปฏิบัติการทันตกรรมประดิษฐ์ติดแน่น ซึ่งวิชาปฏิบัติการที่มีสัดส่วนของผู้ที่มีความเครียดมากที่สุด คือ วิชาปฏิบัติการทันตกรรมประดิษฐ์ติดแน่น โดยผู้ที่มีความเครียดมากจากวิชาปฏิบัติการทันตกรรมประดิษฐ์ติดแน่น จะมีระดับความเครียดมากกว่าคนทั่วไป เมื่อเทียบกับผู้ที่มีความเครียดน้อยกว่าวิชาปฏิบัติการทันตกรรมประดิษฐ์ติดแน่นอยู่ 2.6 เท่า นอกจากนี้ยังมีปัจจัยอื่นๆ จากวิชาปฏิบัติการที่มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 ได้แก่ มีพัฒนาการในการทำแล็บน้อย ความยากของงาน การทำงานในระยะเวลาที่จำกัด มุมมองทางศิลปะต่อผลงานที่แตกต่างกันของอาจารย์ การถูกตำหนิในผลงาน และการต้องทำงานที่ไม่ผ่านเกณฑ์การประเมิน ซึ่งปัจจัยที่มีสัดส่วนของผู้ที่มีความเครียดมากที่สุด คือ การทำงานในระยะเวลาที่จำกัดโดยผู้ที่มีความเครียดมากจากการทำงานในระยะเวลาที่จำกัด จะมีระดับความเครียดมากกว่าคนทั่วไป เมื่อเทียบกับผู้ที่มีความเครียดน้อยกว่าการทำงานในระยะเวลาที่จำกัดอยู่ 2.1 เท่า (ตารางที่ 2)

สาเหตุความเครียดจากวิชาคลินิก พบว่าคลินิกที่มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 ได้แก่ คลินิกทันตกรรมประดิษฐ์ คลินิกทันตกรรมบูรณะการปฏิบัติงานภาควิชาทันตกรรมชุมชน คลินิกทันตกรรมจัดฟัน ซึ่งคลินิกที่มีสัดส่วนของผู้ที่มีความเครียดมากที่สุด คือ คลินิกทันตกรรมประดิษฐ์ โดยผู้ที่มีความเครียดมากจากคลินิกทันตกรรมประดิษฐ์ จะมีระดับความเครียดมากกว่าคนทั่วไป เมื่อเทียบกับผู้ที่มีความเครียดน้อยกว่าคลินิกทันตกรรมประดิษฐ์อยู่ 2.7 เท่า แต่อย่างไรก็ตามมีนักศึกษาเพียงส่วนน้อยที่คิดว่าการปฏิบัติงานภาควิชาทันตกรรมชุมชน และคลินิกทันตกรรมจัดฟัน ก่อให้เกิดความเครียดมาก นอกจากนั้นยังมีปัจจัยอื่นๆ จากวิชาคลินิกที่มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 ในนักศึกษาชั้นปีที่ 4-6 ได้แก่ การเตรียมความพร้อมก่อนปฏิบัติคลินิก การขาดประสบการณ์และการฝึกฝน การถูกตำหนิจากอาจารย์ขณะทำการรักษาผู้ป่วย และระบบการจัดการผู้ป่วยไม่เอื้อต่อการเรียนการสอนในคลินิก ซึ่งปัจจัยที่มีสัดส่วนของผู้ที่

มีความเครียดมากที่สุด คือ ระบบการจัดการผู้ป่วยไม่เอื้อต่อการเรียนการสอนในคลินิก โดยผู้ที่มีความเครียดมากจากระบบการจัดการผู้ป่วยไม่เอื้อต่อการเรียนการสอนในคลินิก จะมีระดับความเครียดมากกว่าคนทั่วไป เมื่อเทียบกับผู้ที่มีความเครียดน้อยจากระบบการจัดการผู้ป่วยไม่เอื้อต่อการเรียนการสอนในคลินิกอยู่ 2.3 เท่า (ตารางที่ 2)

วิธีการจัดการความเครียด

วิธีการจัดการความเครียดมากที่สุด 3 ลำดับแรกของนักศึกษาทันตแพทย์ชั้นปีที่ 1-6 ได้แก่ นอน ฟังเพลง และรับประทานมากขึ้น

การเข้ารับคำปรึกษาทางจิตวิทยา

จากผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมด มีผู้ที่เคยเข้ารับคำปรึกษาทางจิตวิทยาร้อยละ 8.8 และมีความต้องการนักจิตวิทยาประจำคณะร้อยละ 85.6 โดยเหตุผลที่มีความต้องการนักจิตวิทยาประจำคณะ ได้แก่ คิดว่าสามารถช่วยแก้ปัญหาความเครียดได้ เดินทางไปพบได้สะดวก การเรียนในคณะมีความเครียดสูง และคนใกล้ตัวอาจแนะนำไม่ได้ดีเท่าผู้เชี่ยวชาญ

ตารางที่ 2 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านการศึกษากับระดับความเครียดเทียบกับคนทั่วไป

ปัจจัยที่มี ความสัมพันธ์ กับระดับความเครียด	ระดับความเครียด เทียบกับคนทั่วไป		Odds ratio	ช่วงความเชื่อมั่น 95%		P- v a l u e
	มากกว่า จำนวน (ร้อยละ)	น้อยกว่า หรือเท่ากับ จำนวน (ร้อยละ)		ขีดจำกัด ล่าง	ขีดจำกัด บน	
สาเหตุความเครียดโดยทั่วไป						
ความรู้สึกไม่สบายเป็นทันตแพทย์						
- ส่งผลให้เกิดความเครียด มาก	14 (66.7)	7 (33.3)	8.3	3.2	21.6	< 0.001*
- ส่งผลให้เกิดความเครียด น้อย	62 (19.3)	260 (80.7)				

ปัจจัยที่มี ความสัมพันธ์ กับระดับความเครียด	ระดับความเครียด เทียบกับคนทั่วไป		Odds ratio	ช่วงความเชื่อมั่น 95%		P- v a l u e
	มากกว่า จำนวน (ร้อยละ)	น้อยกว่า หรือเท่ากับ จำนวน (ร้อยละ)		ขีดจำกัด ล่าง	ขีดจำกัด บน	
ความกดดันในการเรียนทั้งจากตนเองและคนรอบข้าง						
-ส่งผลให้เกิดความเครียด มาก	23 (44.2)	29 (55.8)	3.6	1.9	6.7	< 0.001
-ส่งผลให้เกิดความเครียด น้อย	52 (18.0)	237 (82.0)				
การไม่ประสบความสำเร็จในการเรียน						
-ส่งผลให้เกิดความเครียด มาก	31 (44.9)	38 (55.1)	4.1	2.3	7.3	< 0.001
-ส่งผลให้เกิดความเครียด น้อย	45 (16.4)	229 (83.6)				
ปัญหาด้านสุขภาพเป็นอุปสรรคต่อการเรียน						
-ส่งผลให้เกิดความเครียด มาก	10 (58.8)	7 (41.2)	5.5	2.0	15.2	0.001*
-ส่งผลให้เกิดความเครียด น้อย	66 (20.4)	258 (79.6)				
ความสัมพันธ์กับอาจารย์และบุคลากร						
-ส่งผลให้เกิดความเครียด มาก	22 (42.3)	30 (57.7)	3.2	1.7	6.0	< 0.001
-ส่งผลให้เกิดความเครียด น้อย	54 (18.6)	237 (81.4)				

วารสารบัณฑิตศึกษามหาจุฬาขอนแก่น 225
ปีที่ 9 ฉบับที่ 1 มกราคม - มีนาคม 2565

ปัจจัยที่มี ความสัมพันธ์ กับระดับความเครียด	ระดับความเครียด เทียบกับคนทั่วไป		Odds ratio	ช่วงความเชื่อมั่น 95%		P- v a l u e
	มากกว่า จำนวน (ร้อยละ)	น้อยกว่า หรือเท่ากับ จำนวน (ร้อยละ)		ขีดจำกัด ล่าง	ขีดจำกัด บน	
การบริหารเวลา						
-ส่งผลให้เกิดความเครียด มาก	36 (49.3)	37 (50.7)	5.5	3.1	9.8	< 0.001
-ส่งผลให้เกิดความเครียด น้อย	40 (14.8)	230 (85.2)				
ความเหนื่อยล้าจากการเรียน						
-ส่งผลให้เกิดความเครียด มาก	37 (36.3)	65 (63.7)	2.9	1.7	5.0	< 0.001
-ส่งผลให้เกิดความเครียด น้อย	39 (16.2)	202 (83.8)				
ปริมาณงานที่ได้รับมอบหมายมากเกินไป						
-ส่งผลให้เกิดความเครียด มาก	44 (40.4)	65 (59.6)	4.2	2.5	7.2	< 0.001
-ส่งผลให้เกิดความเครียด น้อย	32 (13.7)	202 (86.3)				
สาเหตุความเครียดจากสภาพแวดล้อมในคณะ						
เวลาให้บริการของห้องสมุดในคณะ ไม่เอื้อต่อการเข้าใช้บริการ						
-ส่งผลให้เกิดความเครียด มาก	19 (32.2)	40 (67.8)	1.9	1.0	3.5	0.038
-ส่งผลให้เกิดความเครียด น้อย	57 (19.9)	229 (80.1)				

ปัจจัยที่มี ความสัมพันธ์ กับระดับความเครียด	ระดับความเครียด เทียบกับคนทั่วไป		Odds ratio	ช่วงความเชื่อมั่น 95%		P- v a l u e
	มากกว่า จำนวน (ร้อยละ)	น้อยกว่า หรือเท่ากับ จำนวน (ร้อยละ)		ขีดจำกัด ล่าง	ขีดจำกัด บน	
สวัสดิการต่างๆ เช่น โรงอาหาร ไม่เพียงพอ						
-ส่งผลให้เกิดความเครียด มาก	14 (35.0)	26 (65.0)	2.1	1.0	4.2	0.035
-ส่งผลให้เกิดความเครียด น้อย	62 (20.3)	243 (79.7)				
สาเหตุความเครียดจากวิชาบรรยาย						
ภาควิชาทันตกรรมประดิษฐ์ (ชั้นปีที่ 1-3)						
-ส่งผลให้เกิดความเครียด มาก	26 (31.7)	56 (68.3)	1.9	1.1	3.5	0.018
-ส่งผลให้เกิดความเครียด น้อย	40 (18.9)	172 (81.1)				
สาเหตุความเครียดจากวิชาปฏิบัติการ						
วิชาปฏิบัติการทันตกรรมบูรณะ						
-ส่งผลให้เกิดความเครียด มาก	25 (31.2)	55 (68.8)	1.8	1.0	3.2	0.047
-ส่งผลให้เกิดความเครียด น้อย	39 (20.1)	155 (49.9)				

วารสารบัณฑิตศึกษามหาจุฬาขอนแก่น 227
ปีที่ 9 ฉบับที่ 1 มกราคม - มีนาคม 2565

ปัจจัยที่มี ความสัมพันธ์ กับระดับความเครียด	ระดับความเครียด เทียบกับคนทั่วไป		Odds ratio	ช่วงความเชื่อมั่น 95%		P- v a l u e
	มากกว่า จำนวน (ร้อยละ)	น้อยกว่า หรือเท่ากับ จำนวน (ร้อยละ)		ขีดจำกัด ล่าง	ขีดจำกัด บน	
วิชาปฏิบัติการสพพันตามหน้าที่						
-ส่งผลให้เกิดความเครียด มาก	19 (39.6)	29 (60.4)	2.6	1.3	5.1	0.003
-ส่งผลให้เกิดความเครียด น้อย	45 (19.8)	182 (80.2)				
วิชาปฏิบัติการพันเทียมบางส่วนถอดได้						
-ส่งผลให้เกิดความเครียด มาก	13 (44.8)	16 (55.2)	3.4	1.4	8.0	0.003
-ส่งผลให้เกิดความเครียด น้อย	26 (19.1)	110 (80.9)				
วิชาปฏิบัติการทันตกรรมประดิษฐ์ติดแน่น						
-ส่งผลให้เกิดความเครียด มาก	24 (33.8)	47 (66.2)	2.6	1.2	5.6	0.008
-ส่งผลให้เกิดความเครียด น้อย	15 (16.0)	79 (84.0)				
สาเหตุความเครียดอื่นๆ จากวิชาปฏิบัติการ						
มีพัฒนาการในการทำแล็บน้อย						
-ส่งผลให้เกิดความเครียด มาก	17 (40.5)	25 (59.5)	2.6	1.2	5.2	0.007
-ส่งผลให้เกิดความเครียด น้อย	40 (20.7)	153 (79.3)				

ปัจจัยที่มี ความสัมพันธ์ กับระดับความเครียด	ระดับความเครียด เทียบกับคนทั่วไป		Odds ratio	ช่วงความเชื่อมั่น 95%		P- v a l u e
	มากกว่า จำนวน (ร้อยละ)	น้อยกว่า หรือเท่ากับ จำนวน (ร้อยละ)		ขีดจำกัด ล่าง	ขีดจำกัด บน	
ความยากของงาน						
-ส่งผลให้เกิดความเครียด มาก	20 (35.7)	36 (64.3)	2.1	1.1	4.1	0.022
-ส่งผลให้เกิดความเครียด น้อย	37 (20.7)	142 (79.3)				
การทำงานในระยะเวลาที่จำกัด						
-ส่งผลให้เกิดความเครียด มาก	29 (33.7)	57 (66.3)	2.1	1.1	4.0	0.010
-ส่งผลให้เกิดความเครียด น้อย	28 (18.8)	121 (81.2)				
มุมมองทางศิลปะต่อผลงานที่แตกต่างกันของอาจารย์						
-ส่งผลให้เกิดความเครียด มาก	20 (34.5)	38 (65.5)	1.9	1.0	3.8	0.036
-ส่งผลให้เกิดความเครียด น้อย	37 (20.9)	140 (79.1)				
การถูกตำหนิในผลงาน						
-ส่งผลให้เกิดความเครียด มาก	22 (55.0)	18 (45.0)	5.5	2.7	11.5	<0.001
-ส่งผลให้เกิดความเครียด น้อย	35 (17.9)	160 (82.1)				

วารสารบัณฑิตศึกษามหาจุฬาลงกรณ์ 229
ปีที่ 9 ฉบับที่ 1 มกราคม - มีนาคม 2565

ปัจจัยที่มี ความสัมพันธ์ กับระดับความเครียด	ระดับความเครียด เทียบกับคนทั่วไป		Odds ratio	ช่วงความเชื่อมั่น 95%		P- v a l u e
	มากกว่า จำนวน (ร้อยละ)	น้อยกว่า หรือเท่ากับ จำนวน (ร้อยละ)		ขีดจำกัด ล่าง	ขีดจำกัด บน	
การต้องทำงานที่ไม่ผ่านเกณฑ์การประเมิน						
-ส่งผลให้เกิดความเครียด มาก	24 (38.1)	39 (61.9)	2.5	1.3	4.8	0.003
-ส่งผลให้เกิดความเครียด น้อย	33 (19.2)	139 (80.8)				
สาเหตุความเครียดจากวิชาคลินิก						
คลินิกทันตกรรมประดิษฐ์						
-ส่งผลให้เกิดความเครียด มาก	29 (30.9)	65 (69.1)	2.7	1.2	6.0	0.012
-ส่งผลให้เกิดความเครียด น้อย	10 (14.1)	61 (85.9)				
คลินิกทันตกรรมบูรณะ						
-ส่งผลให้เกิดความเครียด มาก	29 (34.5)	55 (65.5)	3.7	1.6	8.3	0.001
-ส่งผลให้เกิดความเครียด น้อย	10 (12.3)	71 (87.7)				
ภาควิชาทันตกรรมชุมชน						
-ส่งผลให้เกิดความเครียด มาก	4 (44.4)	5 (55.6)	5.1	1.2	21.7	0.035*
-ส่งผลให้เกิดความเครียด น้อย	13 (13.4)	84 (86.6)				

ปัจจัยที่มี ความสัมพันธ์ กับระดับความเครียด	ระดับความเครียด เทียบกับคนทั่วไป		Odds ratio	ช่วงความเชื่อมั่น 95%		P- v a l u e
	มากกว่า จำนวน (ร้อยละ)	น้อยกว่า หรือเท่ากับ จำนวน (ร้อยละ)		ขีดจำกัด ล่าง	ขีดจำกัด บน	
คลินิกทันตกรรมจัดฟัน						
-ส่งผลให้เกิดความเครียด มาก	3 (75.0)	1 (25.0)	18.8	1.8	194.2	0.013*
-ส่งผลให้เกิดความเครียด น้อย	14 (13.7)	88 (86.3)				
คลินิกชีววิทยาช่องปาก						
-ส่งผลให้เกิดความเครียด มาก	4 (44.4)	8.7	2.0	37.2	0.005*	
-ส่งผลให้เกิดความเครียด น้อย	12 (12.5)	84 (87.5)				
สาเหตุความเครียดอื่นๆ จากวิชาคลินิก						
การเตรียมความพร้อมก่อนปฏิบัติคลินิก						
-ส่งผลให้เกิดความเครียด มาก	15 (42.9)	20 (57.1)	3.3	1.4	7.3	0.003
-ส่งผลให้เกิดความเครียด น้อย	24 (18.5)	106 (81.5)				
ขาดประสบการณ์และการฝึกฝน						
-ส่งผลให้เกิดความเครียด มาก	21 (50.0)	21 (50.0)	5.8	2.6	12.7	< 0.001
-ส่งผลให้เกิดความเครียด น้อย	18 (14.6)	105 (85.4)				

ปัจจัยที่มี ความสัมพันธ์ กับระดับความเครียด	ระดับความเครียด เทียบกับคนทั่วไป		Odds ratio	ช่วงความเชื่อมั่น 95%		P- v a l u e
	มากกว่า จำนวน (ร้อยละ)	น้อยกว่า หรือเท่ากับ จำนวน (ร้อยละ)		ขีดจำกัด ล่าง	ขีดจำกัด บน	
การถูกตำหนิจากอาจารย์ขณะทำการรักษาผู้ป่วย						
-ส่งผลให้เกิดความเครียด มาก	24 (36.9)	41 (63.1)	3.3	1.5	6.9	0.001
-ส่งผลให้เกิดความเครียด น้อย	15 (15.0)	85 (85.0)				
ระบบการจัดการผู้ป่วยไม่เอื้อต่อการเรียนการสอนในคลินิก						
-ส่งผลให้เกิดความเครียด มาก	29 (29.6)	69 (70.4)	2.3	1.0	5.2	0.033
-ส่งผลให้เกิดความเครียด น้อย	10 (15.2)	56 (84.8)				

จากตาราง แสดงปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติโดยวิธี Chi-square เมื่อมีค่า P-Value น้อยกว่าหรือเท่ากับ 0.05

* หมายถึง P-Value ที่ได้จากการทดสอบสถิติ Fisher's exact test

สรุปได้ว่า นักศึกษาทันตแพทย์ที่มีความเครียดสูงที่สุดคือนักศึกษาทันตแพทย์ชั้นปีที่ 4 ในส่วนปัจจัยด้านการศึกษาที่ส่งผลต่อความเครียด มีสาเหตุจากความเครียดโดยทั่วไป สาเหตุจากวิชาบรรยาย วิชาปฏิบัติการ และวิชาคลินิก เช่นเดียวกับปัจจัยส่วนบุคคล ด้านการสนับสนุนจากครอบครัวที่ต้องการกำลังใจ ช่วยแก้ไขปัญหาดังกล่าวที่เกิดขึ้น และนักศึกษาทันตแพทย์ส่วนใหญ่ต้องการให้มีนักจิตวิทยาเพื่อให้คำปรึกษาภายในคณะ

อภิปรายผลการวิจัย

การศึกษานี้เป็นการศึกษาเกี่ยวกับความเครียดในนักศึกษาคณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น ปีการศึกษา 2559 พบว่านักศึกษาชั้นปีที่ 4 มีความเครียดสูงที่สุด ซึ่งต่างจากการศึกษาของกัลยาและคณะ (2538) และณัฐวธ (2557) ที่ชั้นปีที่ 5 มีความเครียดสูงที่สุด จากผลการศึกษาที่ผู้วิจัย

จึงได้ตั้งข้อสังเกตเกี่ยวกับการที่นักศึกษาชั้นปีที่ 4 มีความเครียดสูงสุดได้ว่า อาจเกิดจากที่ต้องมีการปรับตัวในการขึ้นปฏิบัติงานคลินิก และการเปลี่ยนแปลง เจเนอเรชั่น โดยนักศึกษาทันตแพทย์ชั้นปีที่ 4 ในปีการศึกษา 2559 จะเกิดในช่วงปี พ.ศ. 2537-2538 ซึ่งเป็นจุดเปลี่ยนระหว่างเจเนอเรชั่น วาย (Generation Y) และเจเนอเรชั่นซี (Generation Z) แตกต่างจากการศึกษาของกัลยาและคณะ (2538) ที่นักศึกษาอยู่ในเจเนอเรชั่นเอ็กซ์ (Generation X) และการศึกษาของณัฐรุ (2557) ที่นักศึกษาอยู่ในเจเนอเรชั่นวาย โดยมีการศึกษาของ Mark and Emily (2011) กล่าวไว้ว่า คนเจเนอเรชั่นซี มีแนวโน้มที่จะมีความอดทนที่ต่ำลง มักทำงานหลาย ๆ อย่างในเวลาเดียวกัน และมีการเข้าถึงเทคโนโลยีที่ง่ายมากขึ้น ทำให้ประสิทธิภาพในการรับรู้และการทำงานแต่ละชิ้นลดลง 11 ส่วน ด้านการปรับตัวในการขึ้นปฏิบัติงานคลินิก เมื่อพิจารณาจากสาเหตุความเครียดจากวิชาคลินิกแล้ว พบว่า การขาดประสบการณ์และการฝึกฝน เป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ การแก้ไขปัญหานี้ อาจทำได้โดยจัดให้มีกิจกรรมการเรียนการสอนให้นักศึกษาชั้นฟิสิกส์คลินิกได้รับประสบการณ์การปฏิบัติงานจริงในคลินิก อาทิ การเป็นผู้ช่วยช่างแก้ไขให้กับนักศึกษาทันตแพทย์ชั้นคลินิก เพื่อให้เห็นบรรยากาศการปฏิบัติงานจริง อีกทั้งยังได้รับความรู้เรื่องการปฏิบัติงานในคลินิกและกระตุ้นให้นักศึกษาที่ปฏิบัติงานมีความกระตือรือร้นในการหาความรู้เพิ่มขึ้นอีกด้วย

ปัจจัยจากสาเหตุความเครียดโดยทั่วไปและปัจจัยสาเหตุความเครียดจากวิชาคลินิกในเรื่องปริมาณงานที่ได้รับมอบหมายมากเกินไป การไม่ประสบความสำเร็จในการเรียน และการถูกตำหนิจากอาจารย์ขณะทำการรักษาผู้ป่วย เป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งมีความคล้ายคลึงกับผลการศึกษาของ Polychronopoulou A และ Divaris K (2005)⁷ และ Acharya S. (2003) ที่พบว่านักศึกษาชั้นปีคลินิกจะมีความเครียดมากกว่าในเรื่องการปฏิบัติงานในคลินิก การได้รับคำวิจารณ์จากอาจารย์ ปริมาณงานที่ได้รับมอบหมาย และกลัวเรียนไม่จบตามหลักสูตร ส่วนในปัจจัยเรื่อง ความกดดันในการเรียน และความเหนื่อยล้าจากการเรียน ก็มีความสอดคล้องกับผลการศึกษาของกัลยาและคณะ (2538) ที่พบว่าการมีปัญหาของการเรียนในช่วงบรยากาศมีความสัมพันธ์กับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ข้อเสนอแนะ

จากปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดดังกล่าว นำไปสู่ข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. การปรับปรุงพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนเพื่อลดความเครียดของนักศึกษา โดยแบ่งเป็น 2 ด้าน

1.1 ด้านนักศึกษาในส่วนข้อเสนอแนะด้านนักศึกษาหากมีการพัฒนาทักษะการใช้มือเพื่อเป็นการปูพื้นฐานการปฏิบัติในวิชาชีพทันตแพทย์ให้พร้อมสำหรับการเรียนวิชาปฏิบัติการ และวิชาคลินิกต่อไป

โดยผู้วิจัยเห็นว่าควรมีการพัฒนาทักษะอย่างต่อเนื่อง ซึ่งเคยมีการศึกษาเกี่ยวกับการพัฒนาหลักสูตรส่งเสริมทักษะการใช้มือสำหรับปฏิบัติงานทางทันตกรรม พบว่าการพัฒนาทักษะการใช้มือให้พร้อมก่อนการปฏิบัติงานในวิชาปฏิบัติการหัตถการทางทันตกรรม สำหรับทั้งนักศึกษาที่ถนัดมือซ้ายและมือขวา สามารถช่วยเพิ่มทักษะการใช้มือให้เหมาะสมเพียงพอ และมีความเครียดน้อยลงระหว่างเรียนในวิชาปฏิบัติการ (สุวดี, 2551) เหล่านี้จะนำไปสู่ความสามารถในการปฏิบัติงานจริงในคลินิกที่อาศัยความละเอียดอ่อนมากกว่าในวิชาปฏิบัติการได้ดียิ่งขึ้น ซึ่งจะสามารถลดความเครียดจากปัจจัยการทำงานในระยะเวลาที่จำกัด ขาดประสบการณ์และการฝึกฝน และอาจลดการถูกตำหนิจากอาจารย์ลงได้ เนื่องจากการทำงานมีความพร้อมและมีประสิทธิภาพมากขึ้น

1.2 ด้านอาจารย์ ในส่วนข้อเสนอแนะทางด้านอาจารย์อาจแนะนำให้มีการปรับมาตรฐานการตรวจงานภายในภาควิชา และการหลีกเลี่ยงการตำหนินักศึกษาต่อหน้าผู้ป่วยขณะทำการรักษา โดยอาจพูดในสถานที่อื่นที่ไม่ใช่ต่อหน้าผู้ป่วย เพื่อลดความรู้สึกไม่ดีและความกังวลของผู้ป่วย รวมทั้งลดความเครียดในนักศึกษาได้

2. คณะทันตแพทยศาสตร์ ควรมีนักจิตวิทยาภายในคณะ เพื่อให้คำปรึกษา ช่วยแก้ปัญหาความเครียด เดินทางไปพบได้สะดวก เนื่องจากการเรียนในคณะมีความเครียดสูง และคนใกล้ชิดอาจแนะนำไม่ได้ดีเท่าผู้เชี่ยวชาญ อีกทั้งเพื่อให้เกิดประโยชน์ในการเพิ่มความเข้าใจในตนเอง ผู้อื่น และสิ่งแวดล้อม ช่วยให้สามารถตัดสินใจอย่างมีประสิทธิภาพ และนำความคิดหรือแนวทางที่ได้ตัดสินใจแล้วไปปฏิบัติได้อย่างเหมาะสม (แก้วตา ผู้พัฒนพงศ์, 2001)

องค์ความรู้ใหม่

จากการศึกษานี้พบว่าความรู้ที่ได้รับจากการวิจัย มีดังนี้

1. คณะทันตแพทยศาสตร์ ควรมีกิจกรรมการเรียนการสอนให้นักศึกษาชั้นพรีคลินิก เพื่อเตรียมตัวก่อนขึ้นคลินิก ให้ได้รับประสบการณ์การปฏิบัติงานจริงในคลินิก เพื่อให้เห็นบรรยากาศการปฏิบัติงานจริง และให้ได้รับความรู้เรื่องการปฏิบัติงานในคลินิก เพื่อเป็นการกระตุ้นให้นักศึกษาที่ปฏิบัติงานมีความกระตือรือร้นในการหาความรู้ในการปฏิบัติงาน

2. คณะทันตแพทยศาสตร์ ควรเพิ่มกิจกรรมเสริมหลักสูตร ที่นักศึกษาทันตแพทย์ให้ความสนใจ เพื่อเป็นการผ่อนคลายความเครียดระหว่างเรียน เช่น กิจกรรมนันทนาการ หรือเพิ่มกิจกรรมด้านการส่งเสริมด้านพระพุทธศาสนา เพื่อเป็นการฝึกสมาธิสำหรับนักศึกษาก่อนลงปฏิบัติงานคลินิก

3. คณะทันตแพทยศาสตร์ ควรมีนักจิตวิทยา เพื่อให้คำปรึกษาปัญหาความเครียด จากการเรียน ในขณะมีความเครียดสูง และเพื่อให้เกิดประโยชน์ในการเพิ่มความเข้าใจในตนเอง ผู้อื่น ซึ่งคนใกล้ชิดตัวอาจ แนะนำไม่ได้ดีเท่าผู้เชี่ยวชาญ

เอกสารอ้างอิง

- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2016). แบบประเมินและวิเคราะห์ความเครียดด้วยตนเอง. สืบค้นเมื่อ 30 Jul 2016, จาก www.dmh.go.th/ebook/dl.asp?id=134
- กัลยา วงศ์กิตติวิมล และคณะ. (1995). ความเครียดในนักศึกษาทันตแพทย์ ระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- แก้วตา ผู้พัฒน์พงศ์. (2001). การให้คำปรึกษาและแนะนำ. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- สุชาติ พหลภาคย์. (2015). พฤติกรรมศาสตร์. (พิมพ์ครั้งที่ 4). ขอนแก่น: คลังนานาวิทยา.
- สุวดี เอื้ออริโยชิต. (2008). การพัฒนาหลักสูตรส่งเสริมทักษะการใช้มือสำหรับปฏิบัติงานหัตถการทางทันตกรรม.
- Acharya S. (2003). Factors affecting stress among Indian dental students. *Journal of dental education*, 67(10), 8-1140.
- Cooper CL, Watts J, Kelly M. (1987). Job satisfaction, mental health, and job stressors among general dental practitioners in the UK. *British Dental Journal*, 162, 77-81.
- Humphris G et al. (2002). Psychological stress in undergraduate dental students: baseline results from seven European dental schools. *Eur J Dent Educ*, 6, 9-22.
- Kaewsutha N. (2014). Mental health and associated factors in Srinakharinwirot University Dental Students. *Srinakharinwirot University (Journal of Science and Technology)*, 6(11), 15-24.
- McCrindle, Mark, and Emily Wolfinger. (2014). The ABC of XYZ : Understanding the Global Generations. McCrindle Research Pty Ltd.
- Naidu RS, Adams JS, Simeon D, Persad S. (2002). Sources of stress and psychological disturbance among dental students in the West Indies. *Journal of dental education*, 66(9), 30-1021.
- Polychronopoulou A, Divaris K. (2005). Perceived sources of stress among Greek dental students. *Journal of dental education*, 69(6), 92-687.