

สนใจในเรื่องที่ตนเองเฝ้หาความรู้มาจากแหล่งต่าง ๆ เช่น ตำราในห้องสมุด เพื่อน ครู เป็นต้น การสอนวิธีนี้ผู้เรียนสามารถนำไปใช้กับตนเองภายหลังจบการศึกษา ปู่พื้นฐานแห่งการแสวงหาความรู้และมีแรงจูงใจที่จะเฝ้หาความรู้ตั้งแต่เป็นนักเรียนซึ่งควรจะมีการฝึกฝนตั้งแต่ในวัยเด็ก และการยอมรับฟังผู้ร่วมงานในกลุ่มที่มีความคิดหลากหลายให้ได้เรียนรู้กับสภาพสังคม อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข พยายามช่วยเหลือสังคมจากกลุ่มเล็ก ๆ คนเก่งช่วยเหลือคนเก่งน้อย ก็จะทำพาให้ประเทศชาติทั้งหมดอยู่รอดได้

เอกสารอ้างอิง

1. ทิศนาเกษมมณี การจัดการเรียนการสอนแบบผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง:โมเดล CIPPA เอกสารหมายเลข 1 ในการอบรมเชิงปฏิบัติการ กองการศึกษาและคณะกรรมการวิชาการ วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก 19-20 พฤษภาคม 2542.
2. Henderson, JG. **Reflective teaching : Becoming and Inquiring Educator**, New York : Macmillan Publishing Company, 1993.
3. Wadsworth, BJ, **Piaget, Theory of Cognitive and Affective Development USA** : Longman Publisher, 1996.
4. พิมพ์พันธ์ เดชะคุปต์ แนวคิดและแนวทางของการจัดการเรียนการสอนที่ยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง เอกสารหมายเลข 2 ในการอบรมเชิงปฏิบัติการ กองการศึกษาและคณะกรรมการวิชาการ วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก 19-20 พฤษภาคม 2542.
5. พิมพ์พันธ์ เดชะคุปต์ **Constructivism** กับการเรียนการสอน เอกสารหมายเลข 3 ในการอบรมเชิงปฏิบัติการ กองการศึกษาและคณะกรรมการวิชาการ วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก 19-20 พฤษภาคม 2542.
6. สุรศักดิ์ หลาบมาลา การสังเกตห้องเรียนที่ใช้วิธีเรียนแบบร่วมมือ สารพัฒนาหลักสูตร 112 (ตค.-ธค.) 96-99, 2535.
7. Lang. HR., Mc Beath., A. and Hebest J. **Teaching Strategies and Methods for Student - centered instruction**. Canada : Harcourt Brace company, Ltd., 1995.
8. Kagan, S., **Cooperative Learning**. San Jaun Capistrano, Kagan. Cooperative Learning , 1994.



ความเครียดและการเผชิญความเครียด
ของพยาบาลจบใหม่ในบทบาทพยาบาลวิชาชีพ
โรงพยาบาลสังกัดสำนักงานการแพทย์ กรุงเทพมหานคร

นางสาว จงธรรมานูร์รักษ์
สัมพันธ์ สันทนาคณิต

วิทยาลัยพยาบาลเกื้อการุณย์ สำนักงานการแพทย์ กรุงเทพมหานคร

Abstract

Stress and Coping of New Graduated Nurses in the Hospitals Under the Jurisdiction of the Bureau of Medical Service Bangkok Metropolitan Administration

Jongthammanurak N., Suntanakit S.

J. Central Hospital 1998 : 199 - 218

The purpose of this descriptive research was to study stress and coping strategies of new graduated nurses using the Lazarus and Folkman Stress, Appraisal and Coping Model. The samples were 177 new nurses who graduated from Kuakarun College of Nursing, Bangkok in 1999 and have been working in the hospitals under the jurisdiction of Bureau of Medical Service, Bangkok Metropolitan Administration during the first six months. The samples described stress situations and rated coping strategies in the Jalowiec Coping Scale. Stress situations were analyzed and grouped into seven categories which were adaptation to personel (25.73%) interpersonal relationship/communication (19.09%), lack of experience and adaptation to work environment (18.67%), critical and emergency care (10.37%), ethical concerns (4.98%) and fail to pass license examination (2.49). The subjects used three strategies of coping to deal with their stress which were confrontive (41%), emotive (27%) and palliative (32%) respectively.

บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงบรรยายครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความเครียดและการเผชิญความเครียดของพยาบาลจบใหม่ จากวิทยาลัยพยาบาลเกื้อการุณย์ในช่วง 6 เดือนแรกของการปฏิบัติงานในบทบาทพยาบาลวิชาชีพในโรงพยาบาลต่าง ๆ สังกัดสำนักงานการแพทย์ กรุงเทพมหานคร เป็นการสำรวจโดยใช้แบบวัดการเผชิญความเครียดของจาโลวิกในกลุ่มพยาบาลจบใหม่ จำนวน 177 คน ผลการวิจัยพบว่าสถานการณ์ที่ทำให้พยาบาลจบใหม่เกิดความเครียดจัดกลุ่มได้ 7 ประเภทคือ การปรับตัวให้เข้ากับบุคลากร ร้อยละ 25.73 การติดต่อสื่อสารระหว่างบุคคล ร้อยละ 19.09 การขาดประสบการณ์ในการปฏิบัติงานและการปรับตัวให้เข้ากับงานและหน่วยงาน ร้อยละ 18.67 การดูแลผู้ป่วยวิกฤตและฉุกเฉิน ร้อยละ 10.37 ความรู้สึกด้านจริยธรรม ร้อยละ 4.98 และการสอบใบประกอบวิชาชีพไม่ผ่าน ร้อยละ 2.49 ซึ่งประเภทของความเครียดที่พบบ่อยกับการศึกษาที่ผ่านมาแต่ลำดับที่ของกลุ่มแตกต่างกัน สำหรับวิธีการเผชิญความเครียดพบว่าพยาบาลจบใหม่ใช้วิธีการเผชิญความเครียดทั้ง 3 ด้าน คือ การเผชิญหน้ากับปัญหา ร้อยละ 41 การบรรเทาความรู้สึกเครียด ร้อยละ 32 และการจัดการกับอารมณ์ ร้อยละ 27 สรุปได้ว่าประเภทของความเครียดของพยาบาลจบใหม่คล้ายคลึงกับการศึกษาที่ผ่านมา สถานการณ์ความเครียด ประเภทการปรับตัวเข้ากับบุคลากรมีจำนวนมากที่สุด และวิธีการเผชิญความเครียดใช้วิธีการเผชิญหน้ากับปัญหามากกว่าวิธีการอื่น

คำสำคัญ : ความเครียด การเผชิญความเครียด พยาบาลจบใหม่

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

วิชาชีพการพยาบาลเป็นวิชาชีพที่ต้องรับผิดชอบชีวิตมนุษย์ เผชิญกับความทุกข์ทรมาน ความเศร้าโศกของผู้รับบริการและครอบครัวตลอดจนความคาดหวังของสังคมที่มีต่อพยาบาลเช่น ต้องมีความอดทน ยิ้มแย้มแจ่มใส เข้าใจในสภาพอารมณ์และการแสดงออกของผู้รับบริการ สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดและมีผลกระทบต่อการทำงานของพยาบาลทั้งสิ้น โดยเฉพาะพยาบาลที่สำเร็จการศึกษาใหม่ต้องเผชิญกับสิ่งแวดล้อมการทำงานภายใต้ความกดดัน ความแตกต่างระหว่างสิ่งที่เคยเรียนรู้กับสิ่งที่ต้องปฏิบัติจริงในคลินิก การตัดสินใจด้วยตนเอง รวมทั้งความคาดหวังจากผู้ปฏิบัติงานรอบข้างอาจมีมากเกินกว่าความสามารถของพยาบาลที่สำเร็จการศึกษาใหม่มีอยู่ และมีปัญหาความขัดแย้งในแนวคิดเกี่ยวกับค่านิยมในวิชาชีพที่ถูกสั่งสอนมาในระหว่างการเป็นนักศึกษา กับค่านิยมของระบบราชการ รวมทั้งกฎระเบียบที่ต้องปฏิบัติตามในฐานะเป็นบุคลากรคนหนึ่งขององค์กร (ยุพาพิน ศิริโพธิ์งาม, 2538 : 85 - 91) มีผลก่อให้เกิดความเครียดในการปฏิบัติงาน ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองลดลง แรงจูงใจ ความพึงพอใจ ความผูกพัน และค่านิยมในวิชาชีพอาจลดลงในช่วง 6 เดือนแรกของการปฏิบัติงานได้ (Mc Closkey, and Mc Cain B, 1987 : 20) และจากการศึกษาของมัลดารี (Muldary, 1983

อ้างถึงใน จารุพร แสงเป่า, 2542 : 1) พบว่าในช่วง 1 ปีแรกของพยาบาลวิชาชีพที่ทำงานในโรงพยาบาลของรัฐบาลในประเทศสหรัฐอเมริกา มีอัตราการลาออกมากกว่าร้อยละ 70 สอดคล้องกับการศึกษาของ สิริลักษณ์ ดันชัยสวัสดิ์ (2535 : 91) พบว่าพยาบาลที่มีประสบการณ์การทำงาน 1 - 5 ปี มีความเครียดสูงสุด และซาราฟิโน (Sarafino Edward P. 1998 : 307) กล่าวว่าความเครียดในการปฏิบัติงานจะเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดความเหนื่อยหน่ายและลาออกในที่สุด

วิทยาลัยพยาบาลเกื้อการุณย์ เป็นสถาบันที่ผลิตพยาบาลวิชาชีพให้แก่โรงพยาบาลต่าง ๆ สังกัดสำนักการแพทย์ กรุงเทพมหานคร ปีละประมาณ 170 - 180 คน ซึ่งในปี 2542 มีผู้สำเร็จการศึกษาจำนวน 180 คนได้ออกไปปฏิบัติงานหน้าที่ในบทบาทพยาบาลวิชาชีพโรงพยาบาลต่าง ๆ สังกัดสำนักการแพทย์ กรุงเทพมหานคร 7 แห่ง ดังนี้ โรงพยาบาลเจริญกรุงประชารักษ์ 40 คน โรงพยาบาลตากสิน 41 คน วิทยาลัยแพทยศาสตร์กรุงเทพมหานครและวชิรพยาบาล 35 คน โรงพยาบาลหนองจอก 21 คน โรงพยาบาลกลาง 20 คน โรงพยาบาลลาดกระบัง 15 คน โรงพยาบาลหลวงพ่อบุญศรี 8 คน จะเห็นได้ว่าพยาบาลจบใหม่จากวิทยาลัยพยาบาลเกื้อการุณย์ต้องไปปฏิบัติงานในโรงพยาบาลต่าง ๆ ซึ่งบางแห่งเป็นสถานที่ใหม่ไม่มีความคุ้นเคย อันอาจจะเป็นปัจจัยเสริมที่ทำให้เกิดความเครียดได้ นอกจากนี้การศึกษาวิจัยเกี่ยวกับความเครียดและการเผชิญความเครียดของพยาบาลจบใหม่ที่สำเร็จการศึกษาจากวิทยาลัยพยาบาลเกื้อการุณย์และปฏิบัติงานในบทบาทพยาบาลวิชาชีพในโรงพยาบาลสังกัดสำนักการแพทย์ กรุงเทพมหานคร ยังไม่มีผู้ใดศึกษามาก่อน ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาวิจัยเรื่อง ความเครียด และการเผชิญความเครียดของพยาบาลจบใหม่ในช่วง 6 เดือนแรกของการปฏิบัติงานในบทบาทพยาบาลวิชาชีพ เพื่อเป็นแนวทางในการช่วยเหลือพยาบาลจบใหม่อย่างเป็นระบบและเหมาะสม เป็นการเพิ่มความพึงพอใจในงานอันจะมีผลต่อประสิทธิภาพในการทำงานต่อไปในอนาคต นอกจากนี้ ผลการวิจัยจะเป็นแนวทางในการพัฒนาการเรียนการสอนภาคปฏิบัติให้เหมาะสม เพื่อช่วยลดปัญหาความเครียดในระหว่างการปรับเปลี่ยนเข้าสู่บทบาทพยาบาลวิชาชีพของพยาบาลจบใหม่อีกด้วย

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียดในการปฏิบัติงาน และวิธีการเผชิญความเครียดทั้ง 3 ด้าน คือ ด้านการเผชิญหน้ากับปัญหา ด้านการจัดการกับอารมณ์ และด้านการบรรเทาความรู้สึกเครียดของพยาบาลจบใหม่ในช่วง 6 เดือนแรกของการปฏิบัติงานในบทบาท