

ภูมิหลัง

ทรัพยากรมนุษย์นับได้ว่าเป็นทรัพยากรที่มีค่า มีความสำคัญต่อองค์กรและประเทศชาติ ด้วยเหตุนี้ทุกประเทศจึงพยายามปรับปรุง ส่งเสริมกำลังคนในประเทศของตน ทั้งด้านปริมาณและคุณภาพ ในด้านปริมาณก็มีการกำหนดผลผลิตกำลังคนให้เพียงพอกับองค์กร ในด้านคุณภาพก็พยายามเสริมสร้างกำลังคนที่จะออกไปปฏิบัติหน้าที่ในองค์กร ให้มีความรู้ มีทักษะ มีเจตคติที่ดี สามารถรับผิดชอบและปฏิบัติหน้าที่ที่ตนได้รับมอบหมายอย่างดีที่สุด

กระทรวงสาธารณสุข เป็นองค์กรหนึ่ง que เห็นความสำคัญของทรัพยากรมนุษย์โดยเฉพาะทางด้านสาธารณสุข อันประกอบไปด้วยแพทย์ พยาบาล ทันตแพทย์ เภสัชกร และบุคลากรในทีมสุขภาพ (Health Team) ซึ่งบุคคลเหล่านี้เป็นกำลังสำคัญในการส่งเสริมและสนับสนุนให้ประชาชนมีสุขภาพดีถ้วนหน้าในปี 2543 ดังนั้นการผลิตทรัพยากรมนุษย์ให้มีคุณภาพที่ดี เพื่อสนองตอบนโยบายขององค์กรนั้น จึงต้องผลิตคนให้มีความรู้ ความสามารถและมีแรงบันดาลใจที่จะทำงาน เพื่อคนส่วนใหญ่ออย่างแท้จริง (วิจารณ์ พาณิช . 2534 : 386 - 387) เพราะบุคลากรที่มีคุณภาพและมีความสามารถในการปฏิบัติงานจะเป็นเครื่องบ่งชี้สัมฤทธิ์ผลและความก้าวหน้าขององค์กรได้เป็นอย่างดี ในทางตรงข้ามถ้าบุคลากรในองค์กรขาดคุณภาพก็จะส่งผลกระทบต่อองค์กร ทำให้เกิดความเสียหายในที่สุด

ดังนั้นคุณลักษณะส่วนตัวและสภาพแวดล้อมขององค์กร น่าจะสะท้อนให้เห็นถึงคุณภาพของบุคลากรได้เป็นอย่างดี จึงเห็นได้ว่าการปฏิบัติงานนั้น บุคคลมักจะหลีกเลี่ยงไม่พื้นที่จะประสบปัญหาและความขัดแย้งที่จะก่อให้เกิดความเครียด วิตกกังวล เบื่อหน่าย ไม่อยากทำงาน ฯลฯ ซึ่งเป็นปัญหาทางสุขภาพจิตที่องค์กรต่าง ๆ ไม่เพียงปรารถนา แต่ความเครียดเป็นประสบการณ์ที่เกิดขึ้นได้ในชีวิตประจำวันของมนุษย์ และเกิดขึ้นได้กับทุกคนโดยยากที่จะหลีกเลี่ยง (Selye. 1980 : 10) ถ้าความเครียดที่เกิดขึ้นนั้นมีระดับรุนแรงเกิดขึ้นบ่อยครั้งและติดต่อกัน จนทำให้

ปรับตัวไม่ได้ มีการสะสมเป็นเวลานาน มีอาการเรื้อรัง สภาวะดังกล่าวนี้เองที่จะนำไปสู่ความ
หมดถ้อยในที่สุด (Muldary. 1983 : 7 - 9)

ความหมดถ้อย (Burnout) จากพจนานุกรมของมอสบี ได้ให้ความหมายว่าเป็นความรู้สึก
 หมดหวัง เป็นผลมาจากความเครียดในการทำงาน ท้าให้อ่อนเพลียทางกาย จิตใจ ขาดความสนใจ
 ต่อผู้รับบริการ ขาดความเห็นใจผู้อื่น (สุรดี เล็กอุทัย, พันธ์ นิษานนท์ และเสาวลักษณ์ เล็กอุทัย
 2534 : 410 ; citing Mosby. 1983 : unpagged) เป็นภาวะที่เกิดขึ้นได้ในทุกวิชาชีพ
 ที่ต้องทำงานเพื่อบริการสาธารณชน (Helping Professionals) เช่น ครู ผู้ให้คำปรึกษาแนะแนว
 นักสังคมสงเคราะห์ ตำรวจแพทย์ และพยาบาล (Kim. 1985 : 7 - 9) ซึ่งผู้ประกอบวิชาชีพ
 เหล่านี้ต้องปฏิบัติหน้าที่ที่ต้องมีปฏิสัมพันธ์กับผู้รับบริการ เป็นจำนวนมากและเป็นไปอย่างต่อเนื่อง
 จึงพบเสมอว่าจะมีความเครียดในระดับสูง และยิ่งประสบกับสภาพแวดล้อมที่ไม่เอื้ออำนวยต่อการ
 ปฏิบัติงานตนเองก็ยิ่งทำให้แสดงออกในสภาวะที่หมดถ้อยคือ มีความอ่อนล้าทางอารมณ์ มีความน้อย
 สัมพันธภาพกับผู้อื่น ตลอดจนมีความรู้สึกไม่พึงพอใจต่อความสำเร็จในการปฏิบัติงาน (Maslach
 and Jackson. 1981 : 91 - 113) ซึ่งความหมดถ้อยเมื่อเกิดขึ้นแล้วจะมีผลเสียทั้งในด้าน
 ส่วนตัวและองค์กรที่ปฏิบัติงานอยู่ อีกทั้งเมื่อเกิดกับบุคคลใดบุคคลหนึ่งแล้วจะแผ่กระจายไปน
 องค์กรได้ ทำให้เกิดความเสียหายในที่สุด (Johnson. 1985 : 34)

วิชาชีพพยาบาล เป็นหนึ่งในกลุ่มวิชาชีพที่ต้องทำงานเพื่อช่วยเหลือและบริการสาธารณชน
 ทางด้านสุขภาพอนามัยให้แก่ผู้รับบริการ ทั้งในภาวะปกติและเจ็บป่วย บุคคลที่ประกอบวิชาชีพนี้จึง
 อยู่ในระดับแนวหน้าที่มีอัตราเสี่ยงสูงต่อการเกิดความหมดถ้อย (เนื่องจากบุคคลเหล่านี้เป็นผู้ที่ได้รับ
 การฝึกอบรมเกี่ยวกับวิชาชีพที่ต้องรับผิดชอบสูงและทำงานค่อนข้างหนัก (Freudenberger.
 1974 : 159 - 165) อีกทั้งได้รับการฝึกอบรมมาให้มีความเห็นอกเห็นใจผู้รับบริการ มีคุณธรรม
 จริยธรรม รู้สึกอดกลั้น มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี รู้จักแก้ปัญหาและปรับตัวอยู่ในสังคมได้ จึงทำให้นักศึกษา
 พยาบาลที่จะออกไปประกอบวิชาชีพพยาบาลในอนาคต ได้รับการคาดหวังว่าจะต้องเป็นตัวอย่าง
 ของผู้มีสุขภาพดี สามารถจัดภาวะเสี่ยงที่มีอิทธิพลต่อการเกิดปัญหาทางจิตได้ (บาทัน บุคทอง.
 2530 : 2) แต่เนื่องจากเป็นวิชาชีพที่ต้องเผชิญกับความเครียดในการทำงานอยู่เป็นประจำ

จึงพบว่าปัญหาที่ก่อให้เกิดความเครียดแก่นักศึกษาพยาบาล ได้แก่ การขาดความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างวิทยาลัยกับนักศึกษา ความเห็นแตกต่างจากงานที่ต้องทำ การถูกจำกัดขอบเขตของความคิดเห็นและความรู้สึกว่าตนเองต่ำต้อย (Mckay. 1978 : 376 - 391) นอกจากนี้บรรยากาศและสิ่งแวดล้อมแหล่งฝึกปฏิบัติงาน ทำให้นักศึกษาเกิดความเครียดและไม่อยากฝึกปฏิบัติงาน (Brown and Moberg. 1980 : 170 - 172) ขณะเดียวกันระหว่างฝึกปฏิบัติงาน นักศึกษาพยาบาลมีหน้าที่ช่วยเหลือพยาบาล ตลอดจนต้องรับผิดชอบต่อชีวิตของผู้ป่วย บางครั้งต้องตัดสินใจแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า ต้องเผชิญกับเหตุการณ์ที่ตื่นเต้นและความเศร้าเสียใจ จึงทำให้เกิดความเครียด วิตกกังวลและคับข้องใจได้ง่าย (สมจิตร สุวรรณศรี. 2533 : 3) นักศึกษาพยาบาลที่เกิดความเครียดจะเกิดความเบื่อหน่าย เจ็บช้ำ ไม่อยากปฏิบัติงาน ไม่สนใจตนเองและสิ่งแวดล้อม (สมศรี เชื้อหิรัญ และคณะ. 2521 : 35) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษา ความเครียดของนักศึกษาพยาบาลอุตรดิตถ์ ที่ได้ทำการศึกษานำร่องพบว่า นักศึกษาพยาบาลร้อยละ 50 ไปตรวจสุขภาพด้วยอาการปวดศีรษะบ่อย ๆ ปวดท้อง เป็นหวัด ภูมิแพ้ และลมพิษ ส่วนทางการเรียนพบว่า ไม่มีสมาธิ ง่วงนอน ขาดเรียน เจ็บช้ำ เรียนไม่ทัน ในด้านการปฏิบัติงานพบว่า ทำงานผิดพลาดบ่อยครั้ง ลาป่วยบ่อย ๆ ไม่ขึ้นปฏิบัติงาน โดยไม่มีเย็บเวลา (วัลลภา ตันดีสุนทร. 2532 : 3) ลักษณะดังกล่าวที่แสดงออกมานั้น แสดงให้เห็นถึงสภาวะความท้อถอยที่เกิดขึ้นกับนักศึกษาพยาบาลนั่นเอง

จากสภาพการดังกล่าว แสดงให้เห็นว่าถ้านักศึกษาพยาบาลผู้จะออกไปประกอบวิชาชีพพยาบาลในอนาคตต้องประสบกับความท้อถอยขณะที่กำลังศึกษาอยู่ ย่อมไม่เกิดผลดีต่อการบริการทางด้านสาธารณสุขและองค์กรอย่างแน่นอน ผู้วิจัยได้ตระหนักถึงปัญหานี้และมีความเห็นว่าสถาบันการศึกษาที่รับผิดชอบในการผลิตนักศึกษาพยาบาล ควรได้มีการพิจารณาถึงความท้อถอยของนักศึกษาพยาบาล และควรรหาทางช่วยเหลือแก้ไขให้สามารถปรับตัวได้ เมื่อตกอยู่ในสภาพท้อถอย ซึ่งจากการศึกษาของสคัลลี (Scully. 1981 : 49 - 51) ได้เสนอแนะว่าการขจัดความเครียดและความท้อถอยในพยาบาลนั้น ทำได้โดยการได้รับแรงสนับสนุนและกำลังใจจากกลุ่มผู้ร่วมงาน โดยกลุ่มจะช่วยเหลือและช่วยให้เขาได้สำรวจถึงปัญหาและความขัดแย้งที่เกิดขึ้น

ดังนั้นการให้คำปรึกษากลุ่ม (Group Counseling) จึงเป็นวิธีการหนึ่งที่ถูกวิจัยพบว่ามีความเหมาะสมและมีคุณค่าที่จะนำมาใช้กับนักศึกษาพยาบาลที่ประสบความท้อถอย ซึ่งอยู่ในช่วงวัยรุ่นและเป็นช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิตที่กำลังแสวงหาเอกลักษณ์ของตนเอง การยอมรับจากผู้อื่นและค้นหาความมั่นคงของชีวิต เพราะการให้คำปรึกษากลุ่มเป็นกระบวนการที่จัดขึ้นเพื่อให้ความช่วยเหลือแก่ผู้ขอรับบริการตั้งแต่สองคนขึ้นไป มีปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน ซึ่งความสัมพันธ์ภายในกลุ่มจะก่อให้เกิดบรรยากาศที่อบอุ่น ยอมรับ ไว้วางใจ และเข้าใจซึ่งกันและกัน ทำให้สมาชิกสามารถบอกเล่าถึงตนเองและความรู้สึกที่เป็นความกังวลใจ คับข้องใจ และปัญหาต่าง ๆ ให้สมาชิกอื่น ๆ และผู้นำกลุ่มได้ทราบ โดยสมาชิกกลุ่มและผู้นำกลุ่มจะคอยให้ความช่วยเหลือให้กำลังใจ และสนับสนุนให้สมาชิกได้สำรวจตนเอง มีความเข้าใจ และยอมรับตนเองอย่างแท้จริง เพื่อหาทางเลือกในการแก้ปัญหาความขัดแย้งในจิตใจตน และนำไปสู่ความงอกงามทางจิตใจ ตลอดจนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตามที่ต้องการ (ทิพย์วรรณ กิตติพร. ม.ป.ป.)

ในประเทศไทยการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการให้คำปรึกษากลุ่ม ที่มีต่อความท้อถอยของนักศึกษาพยาบาล ยังไม่มีบุคคลใดทำการวิจัย เท่าที่ศึกษาผลงานเขียนและงานวิจัยส่วนใหญ่จะเป็นการศึกษาระดับความท้อถอยเท่านั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะทำการวิจัยเรื่องนี้เพื่อช่วยเหลือนักศึกษาพยาบาลที่ประสบกับความท้อถอยได้ช่วยเหลือตนเองให้สามารถปรับตัวได้ และเลือกหนทางแก้ปัญหาได้อย่างดีที่สุด เพื่อที่จะได้ออกไปประกอบวิชาชีพพยาบาลด้วยความรู้ความสามารถ ให้บริการแก่ผู้รับบริการได้อย่างถูกต้อง มีความสามัคคีและรับผิดชอบต่อวิชาชีพและสังคม มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ มีความเป็นผู้นำ สามารถตัดสินใจแก้ปัญหาอย่างมีเหตุผล ปฏิบัติงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีการพัฒนาตนเองอยู่เสมอ เพื่อให้เป็นคนที่มีความภาคภูมิใจขององค์กร สังคม และประเทศชาติสืบไป

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

เพื่อเปรียบเทียบความพึงพอใจ 3 ด้าน ได้แก่ ด้านความรู้สึกอ่อนล้าทางอารมณ์ ด้านความ
ด้อยสัมพันธภาพต่อบุคคล และด้านความรู้สึกระส่ำผลสำเร็จงานการปฏิบัติงาน ของนักศึกษาพยาบาล
ที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม กับนักศึกษาพยาบาลที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

1. ทำให้ทราบถึงผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อความพึงพอใจของนักศึกษาพยาบาล
2. จะได้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อผู้ให้คำปรึกษา ได้นำเอาวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
ไปใช้ เพื่อช่วยเหลือนักศึกษาพยาบาลที่มีความพึงพอใจ
3. ผลของการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ จะช่วยให้ผู้ที่ประกอบวิชาชีพพยาบาลตลอดจนผู้บริหารวิทยาลัย
พยาบาล และโรงพยาบาล นำไปใช้เป็นแนวทางในการปรับปรุงตนเอง และพัฒนาบุคลากรทาง
วิชาชีพพยาบาลให้เกิดประสิทธิภาพต่อไป

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

1. ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 4 หลักสูตร
ประกาศนียบัตรพยาบาลศาสตร์ ปีการศึกษา 2535 วิทยาลัยพยาบาลอุตรดิตถ์ อำเภอเมือง
จังหวัดอุตรดิตถ์ จำนวน 75 คน
2. กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 4 หลักสูตรประกาศนียบัตรพยาบาลศาสตร์
ปีการศึกษา 2535 วิทยาลัยพยาบาลอุตรดิตถ์ อำเภอเมือง จังหวัดอุตรดิตถ์ ที่ได้มาจากการสุ่ม
แบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) และสมมติว่า จะเป็นสมาชิกในกลุ่มตัวอย่าง

ของการวิจัยครั้งนี้ จำนวน 18 คน โดยจำแนกเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 9 คน การจำแนกสมาชิกในกลุ่มตัวอย่างเพื่อจับเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย

3. ตัวแปรที่ศึกษา

3.1 ตัวแปรอิสระ ได้แก่ วิธีการให้คำปรึกษา โดยแยกเป็นการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม และการไม่ให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

3.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ ความเหนื่อยล้า 3 ด้าน คือ

- ด้านความอ่อนล้าทางอารมณ์
- ด้านความด้อยสัมพันธ์ภาพต่อบุคคล
- ด้านความรู้สึกประสพผลสำเร็จในงานการปฏิบัติงาน

4. ระยะเวลาในการทดลอง ใช้เวลาการทดลอง 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละประมาณ 1.30 - 2.00 ชั่วโมง รวม 12 ครั้ง

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม (Group Counseling) หมายถึง กระบวนการที่ความช่วยเหลือระหว่างผู้ให้คำปรึกษาหรือผู้นำกลุ่ม กับผู้มาขอรับคำปรึกษาหรือสมาชิกกลุ่มตั้งแต่สองคนขึ้นไป โดยอาศัยผู้นำกลุ่มเป็นผู้เอื้ออำนวยให้มีปฏิสัมพันธ์ภายในกลุ่ม ทำให้เกิดบรรยากาศแห่งความอบอุ่น เป็นกันเอง เข้าใจและยอมรับซึ่งกันและกัน จนทำให้สมาชิกกลุ่มสามารถเปิดเผยเรื่องราวที่ตนเองไม่สบายใจ กังวลใจ และคับข้องใจออกมา โดยผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มจะได้รับการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน พร้อมทั้งคอยช่วยเหลือและสนับสนุนให้สมาชิกได้สำรวจตนเอง เพื่อทำให้เกิดความเข้าใจและยอมรับตนเอง จนกระทั่งสามารถหาแนวทางแก้ไขปัญหาของตนเองได้ และนำไปสู่ความเจริญงอกงามทั้งด้านส่วนตัวและสังคมในที่สุด

2. ความเหนื่อยล้า (Burnout) หมายถึง ปฏิกริยาตอบสนองที่เป็นผลมาจากความเครียดในการปฏิบัติงาน อันเนื่องมาจากไม่ได้รับการแก้ไขเป็นระยะเวลายาวนาน ซึ่งจะแสดงออกด้วย

ลักษณะต่าง ๆ สำคัญ 3 ประการคือ ลักษณะความอ่อนล้าของร่างกาย จิตใจ อารมณ์ ได้แก่ ความรู้สึกอ่อนเพลีย เหนื่อยล้า เครียด วิตกกังวล ลักษณะที่สอง คือความด้อยสัมพันธภาพต่อบุคคล ด้วยการมีเจตคติที่ไม่ดีต่อบุคคลที่เกี่ยวข้องด้วย ไม่สนใจเอาใจใส่ เจยมเยย เย็นชา และลักษณะที่สำคัญประการสุดท้ายคือ ความรู้สึกไม่ประสบผลสำเร็จงานการปฏิบัติงาน มีความรู้สึกว่าตนเองด้อยความสามารถ ไม่มีประสิทธิภาพในการปฏิบัติงาน

3. ความท้อถอยของนักศึกษาพยาบาล หมายถึง ปฏิกริยาตอบสนองที่เป็นผลมาจากความเครียดในการฝึกปฏิบัติงานของนักศึกษาพยาบาล อันเนื่องมาจากไม่ได้รับการแก้ไขเป็นระยะเวลา ยาวนาน มีการสะสมความเครียดตลอดมา ซึ่งจะแสดงออกด้วยลักษณะต่าง ๆ สำคัญ 3 ประการคือ ลักษณะความอ่อนล้าของร่างกาย จิตใจ อารมณ์ ลักษณะที่สองคือ ความด้อยสัมพันธภาพต่อบุคคล และลักษณะที่สามคือ ความรู้สึกไม่ประสบผลสำเร็จงานการปฏิบัติงาน มีความรู้สึกว่าตนเองด้อยความสามารถ ไม่มีประสิทธิภาพในการปฏิบัติงาน

4. นักศึกษาพยาบาล หมายถึง นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 4 หลักสูตรประกาศนียบัตรพยาบาลศาสตร์ วิทยาลัยพยาบาลอัครดิลิตต์ ประจำปีการศึกษา 2535

5. กลุ่มทดลอง หมายถึง กลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษาพยาบาลที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม จำนวน 9 คน

6. กลุ่มควบคุม หมายถึง กลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษาพยาบาลที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม จำนวน 9 คน