

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มต่อการลดความเหนื่อยหน่ายของพยาบาล

สมมติฐานการวิจัย

1. พยาบาลที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม มีคะแนนความเหนื่อยหน่ายหลังการทดลองต่ำกว่าก่อนการทดลอง
2. หลังการทดลองพยาบาลที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม มีคะแนนความเหนื่อยหน่ายต่ำกว่าพยาบาลที่ไม่ได้เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม
3. หลังการทดลองพยาบาลที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม มีคะแนนความเครียดจากงานพยาบาล ต่ำกว่าพยาบาลที่ไม่ได้เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม
4. หลังการทดลองพยาบาลที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม มีความพึงพอใจในการทำงาน สูงกว่าพยาบาลที่ไม่ได้เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่าง เป็นพยาบาลประจำการสังกัดฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลหัวเฉียว และปฏิบัติงานอยู่ในปี พ.ศ. 2537 จำนวน 16 คน โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (purposive sampling) ซึ่งมีคุณสมบัติดังต่อไปนี้

1. ลักษณะงานที่ทำการเป็นการให้การพยาบาลผู้ป่วยโดยตรง
2. มีความเต็มใจในการเข้าร่วมการวิจัย
3. มีคะแนนความเหนื่อยหน่าย อยู่ระหว่าง 37-68 คะแนน

4. มีคะแนนความเครียดในการทำงาน อยู่ระหว่าง 31-57 คะแนน
 5. มีคะแนนความพึงพอใจในการทำงาน อยู่ระหว่าง 8-33 คะแนน
- แบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่มๆละ 8 คน เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม
อย่างละ 1 กลุ่ม

รูปแบบการวิจัย

เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (experimental research) ออกแบบให้มี กลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม และ กลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม ทดสอบก่อนและหลังการทดลอง (pretest-posttest control group design)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบวัดความเหนื่อยหน่าย ซึ่งผู้วิจัยแปลและปรับปรุงมาจาก Maslach Burnout Inventory ของ Maslach และ Jackson
2. แบบวัดความเครียดจากงานพยาบาล ซึ่งผู้วิจัยแปลและปรับปรุงมาจาก Nursing Stress Scales ของ Gray-Toft และ Anderson
3. แบบวัดความพึงพอใจในงาน ซึ่งผู้วิจัยแปลและปรับปรุงมาจาก Job Description Index ของ Smith, Hom และ Hulin เฉพาะด้านลักษณะงาน

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ขั้นตอนเตรียมการก่อนการทดลอง
 - 1.1 เตรียมเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
 - 1.2 นำหนังสือขอความร่วมมือจากบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ถึง วิชาการผู้ช่วยผู้อำนวยการฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลหัวเฉียว เพื่อขออนุญาตเข้าดำเนินการเก็บข้อมูล และดำเนินการทดลองในพยาบาลประจำการของสังกัดฝ่ายการพยาบาล

1.3 นำหนังสือขอความร่วมมือจากภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ถึง คณบดีคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ วิทยาเขต ศสเส เพื่อขออนุญาตใช้สถานที่ในการดำเนินการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม

1.4 แจกแบบสอบถามซึ่งประกอบด้วย แบบวัดความเหนื่อยหน่าย แบบวัดความเครียดจากงานพยาบาล และแบบวัดความพึงพอใจในงาน ให้กับพยาบาลวิชาชีพของสังกัดฝ่าย การพยาบาล โรงพยาบาลหัวเฉียวทั้งหมดจำนวน 173 คน (pretest) ได้รับแบบสอบถามกลับคืน 136 ฉบับ คิดเป็น 78.61% ได้ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนจากแบบวัดแต่ละชุดดังนี้

แบบวัดความเหนื่อยหน่าย	35.50	คะแนน
แบบวัดความเครียดจากงานพยาบาล	29.50	คะแนน
แบบวัดความพึงพอใจในงาน	33.13	คะแนน

1.5 คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง ตามคุณสมบัติที่กำหนดไว้ จำนวน 16 คน ซึ่งมีคะแนนความเหนื่อยหน่าย คะแนนความเครียดจากงานพยาบาล และคะแนนความพึงพอใจในงาน อยู่ระหว่าง 37-68, 31-57, 8-33 คะแนนตามลำดับ แล้วแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่มๆละ 8 คน เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม อย่างละ 1 กลุ่ม

1.6 สันทนาเป็นรายบุคคลกับกลุ่มทดลองทั้ง 8 คน เพื่อสัมภาษณ์เบื้องต้นและทำความเข้าใจในการเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม

2. ขั้นตอนการทดลอง

2.1 กลุ่มทดลองเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม โดยมีผู้วิจัยเป็นผู้นำกลุ่ม จัดกระทำติดต่อกันเป็นเวลา 5 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้งๆละ ประมาณ 2 ชม. จำนวน 10 ครั้ง รวมทั้งสิ้นประมาณ 20 ชั่วโมง

2.2 กลุ่มควบคุมไม่ได้เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม และอยู่ในสภาพแวดล้อมการทำงานเดิม

2.3 เมื่อสิ้นสุดการทดลอง ให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ตอบแบบสอบถามชุด เดียวกันกับชุดที่ทดสอบก่อนการทดลอง ซึ่งประกอบด้วยแบบวัด 3 ชุด ซ้ำอีกครั้ง (Posttest)

2.4 เก็บรวบรวมข้อมูล ตรวจสอบและให้คะแนนจากแบบวัดทั้ง 3 ชุดแล้วนำข้อมูลที่ได้มาทำการวิเคราะห์ทางสถิติ

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. หาค่าเฉลี่ย (\bar{X}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความเหนื่อยหน่าย คะแนนความเครียดจากงานพยาบาล และคะแนนความพึงพอใจในงาน ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทั้งในระยะก่อนและหลังการทดลอง
2. ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนความเหนื่อยหน่าย คะแนนความเครียดจากงานพยาบาล และคะแนนความพึงพอใจในงาน ในระยะก่อนการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม ด้วยการทดสอบค่าที (t-independent test)
3. ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนความเหนื่อยหน่าย คะแนนความเครียดจากงานพยาบาล และคะแนนความพึงพอใจในงาน ในระยะหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม ด้วยการทดสอบค่าที (t-independent test)
4. ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนความเหนื่อยหน่าย คะแนนความเครียดจากงานพยาบาลและคะแนนความพึงพอใจในงาน ระหว่างระยะก่อนการทดลองกับหลังการทดลอง ของกลุ่มทดลอง ด้วยการทดสอบค่าที (t-dependent test)
5. ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนความเหนื่อยหน่ายแยกเป็นรายด้าน คือ ด้านความรู้สึกอ่อนล้าทางอารมณ์ ด้านความรู้สึกไม่เห็นคุณค่าความเป็นคน ด้านการลดความรู้สึกประสบความสำเร็จ ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนการทดลอง ด้วยการทดสอบค่าที (t-independent test)
6. ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนความเหนื่อยหน่ายแต่ละด้าน คือ ด้านความรู้สึกอ่อนล้าทางอารมณ์ ด้านความรู้สึกไม่เห็นคุณค่าความเป็นคน ด้านการลดความรู้สึกประสบความสำเร็จ ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม ในระยะหลังการทดลอง ด้วยการทดสอบค่าที (t-independent test)
7. ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนความเหนื่อยหน่ายแต่ละด้าน คือ ด้านความรู้สึกอ่อนล้าทางอารมณ์ ด้านการลดความรู้สึกไม่เห็นคุณค่าความเป็นคน ด้านความรู้สึกประสบความสำเร็จ ระหว่างระยะก่อนการทดลองกับหลังการทดลอง ของกลุ่มทดลอง ด้วยการทดสอบค่าที (t-dependent test)

8. วิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนความเหนื่อยหน่าย คะแนนความเครียดจากงานพยาบาล คะแนนความพึงพอใจในงาน ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะหลังการทดลอง

9. วิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนความเหนื่อยหน่ายแต่ละด้าน กับคะแนนความเครียดจากงานพยาบาลและคะแนนความพึงพอใจในงาน ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะหลังการทดลอง

ผลการวิจัย

1. พยาบาลที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มมีคะแนนความเหนื่อยหน่ายในระยะหลังการทดลอง ต่ำกว่า ระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. หลังการทดลอง พยาบาลที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม มีคะแนนความเหนื่อยหน่ายต่ำกว่าพยาบาลที่ไม่ได้เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
3. หลังการทดลอง พยาบาลที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม กับพยาบาลที่ไม่ได้เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม มีคะแนนความเครียดจากงานพยาบาลไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
4. หลังการทดลอง พยาบาลที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มมีคะแนนความพึงพอใจในงาน สูงกว่า พยาบาลที่ไม่ได้เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ข้อเสนอแนะ

1. ผลการวิจัยพบว่า การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม ช่วยลดความเหนื่อยหน่ายและเพิ่มความพึงพอใจในงานของพยาบาลประจำการได้จึงน่าจะนำไปใช้ในการช่วยเหลือพยาบาลประจำการที่มีความเหนื่อยหน่ายต่อไป

2. จากผลการวิจัยดังกล่าว จึงน่าจะได้มีการศึกษาถึงผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มต่อความเหนื่อยหน่าย ในกลุ่มประชากรอื่นๆ ที่มีความเหนื่อยหน่าย

3. ในการดำเนินกลุ่ม ผู้วิจัยพบว่าลักษณะงาน แผนกและประสบการณ์ในการทำงานของสมาชิกกลุ่มในการวิจัยครั้งนี้ มีผลต่อกระแสกลุ่ม จึงขอเสนอแนะสำหรับผู้ที่ทำวิจัยต่อไปว่า น่าจะมีการศึกษาถึงความแตกต่างของผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มเปรียบเทียบระหว่างพยาบาลที่มีลักษณะงาน แผนก ประสบการณ์ในการทำงานเหมือนกันกับพยาบาลที่มีลักษณะงาน แผนก ประสบการณ์ในการทำงานต่างกัน

4. ในการวิจัยครั้งนี้ การวัดผลเราทำทันทีภายหลังการเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มครั้งสุดท้าย ซึ่งไม่มีการติดตามผลในระยะต่อมา จึงขอเสนอแนะสำหรับผู้ที่ทำวิจัยต่อไปว่า ควรมีการติดตามผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มต่อการลดความเหนื่อยหน่ายและการเพิ่มความพึงพอใจในงานของพยาบาล เพื่อศึกษาถึงความคงอยู่ของประสิทธิภาพของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม