



สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

การศึกษาวิจัยเรื่อง การใช้สื่อเพื่อผ่อนคลายความเครียดของพยาบาล หน่วยอุบัติเหตุและฉุกเฉิน โรงพยาบาลตำรวจ เป็นการวิจัยที่มีวัตถุประสงค์ เพื่อทราบถึงพฤติกรรมการใช้สื่อของพยาบาล และศึกษาประเภทและเนื้อหาของสื่อที่พยาบาลใช้ รวมถึงปัจจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการใช้สื่อ ตลอดจนประโยชน์และความพึงพอใจที่ได้รับจากสื่อ เพื่อสนองตอบต่อความจำเป็นทางจิตใจและสภาวะสังคมของพยาบาล โดยได้นำแนวคิดและทฤษฎีมาใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ และการสังเกตอย่างมีส่วนร่วม มีดังนี้คือทฤษฎีการใช้สื่อเพื่อประโยชน์และความพึงพอใจของแคทซ์และคณะ

ทฤษฎีการสื่อสารระหว่างบุคคล ทฤษฎีบุคลิกภาพ และแนวคิดเกี่ยวกับความเครียด สามารถสรุปผลการวิจัยได้ดังนี้

สรุปผลการวิจัย

ในการเก็บข้อมูลการวิจัยนี้ ผู้วิจัยได้ใช้วิธีการสังเกตอย่างมีส่วนร่วมและการสัมภาษณ์แบบเจาะลึกจากกลุ่มพยาบาลโรงพยาบาลตำรวจ ซึ่งเป็นกลุ่มบุคคลที่ให้ข้อมูลสำคัญ จำนวนทั้งสิ้น 31 คน แบ่งเป็นพยาบาลที่ทำงานอยู่หน่วยอุบัติเหตุและฉุกเฉิน 25 คน พยาบาลที่เคยทำงานหน่วยอุบัติเหตุและฉุกเฉิน 4 คน และพยาบาลจากหน่วยอื่นแต่มาทำงานพิเศษสัปดาห์ละครั้งกันสัปดาห์ละ 2 คน

การวิเคราะห์การใช้สื่อเพื่อผ่อนคลายความเครียดของพยาบาลหน่วยอุบัติเหตุและฉุกเฉินโรงพยาบาลตำรวจนั้น ผู้วิจัยได้เริ่มการวิเคราะห์ที่ข้อมูลส่วนตัว ลักษณะสภาพสังคม และวิถีชีวิตการทำงานของพยาบาลก่อน ในส่วนต่อมาจึงวิเคราะห์ประเภทและเนื้อหาของสื่อที่พยาบาลใช้ รวมถึงปัจจัยที่เกี่ยวข้องและความต้องการ

จำเป็นในการใช้สื่อ ผลจากการใช้สื่อ สุดท้ายวิเคราะห์ถึงความสำคัญของสื่อที่มีต่อพยาบาล ประโยชน์และความพึงพอใจที่พยาบาลได้รับจากสื่อ ซึ่งสามารถสรุปผลการวิจัยออกมาได้เป็นข้อ ๆ ดังต่อไปนี้

1. พยาบาลหน่วยอุบัติเหตุและฉุกเฉินมีอายุตั้งแต่ 24-43 ปี มีสถานภาพโสดเป็นส่วนใหญ่ และพยาบาลมากกว่าครึ่งหนึ่งมีภูมิลำเนาอยู่ต่างจังหวัด จบการศึกษาระดับปริญญาตรีจากวิทยาลัยพยาบาลตำรวจ มีพยาบาล 2 คน จบการศึกษาจากมหาวิทยาลัยขอนแก่น และมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ

2. พยาบาลจะเลือกมาทำงานที่หน่วยอุบัติเหตุและฉุกเฉินเอง โดยมีเหตุผลว่าชอบงานที่ท้าทายความสามารถ ตื่นเต้น ลักษณะงานไม่ซ้ำซากจำเจเหมือนงานตามหอผู้ป่วย (Ward) อื่น ๆ และชอบผู้ร่วมงานที่มีน้ำใจช่วยเหลือซึ่งกันและกันในเวลาที่เข้าเวรปฏิบัติงาน

3. พยาบาลหน่วยอุบัติเหตุและฉุกเฉินมีความเครียดจากการทำงานแทบทุกคน และสาเหตุของความเครียดนั้นเนื่องมาจากงานหนัก ผู้ป่วยมีจำนวนมาก แต่บุคลากรในการทำงานมีน้อย ทำให้พยาบาลเหนื่อยเกินไป การทำงานที่ผิดเวลาจากการทำงานทั่วไปที่ทำงานกลางวัน และพักในเวลากลางคืน ต้องมีการผลัดเปลี่ยนกันเข้าเวร ทำให้วงจรชีวภาพเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา รวมทั้งปัญหาจากการที่ผู้บริหารไม่สร้างขวัญและกำลังใจให้แก่พยาบาล นอกจากงานและสภาพแวดล้อมที่ทำให้เกิดความเครียดแล้ว บุคลิกภาพของพยาบาลเองก็มีส่วนทำให้เกิดความเครียดได้ง่ายขึ้น

4. พยาบาลหน่วยอุบัติเหตุและฉุกเฉินใช้ทั้งสื่อมวลชน และสื่อบุคคลเพื่อการผ่อนคลายความเครียดในจำนวนที่ใกล้เคียงกัน แต่การใช้สื่อบุคคลจะมากกว่าเล็กน้อย โดยพยาบาลให้เหตุผลว่าสื่อบุคคลนั้นสามารถโต้ตอบได้เป็น Two-Way Communication ส่วนสื่อมวลชนจะเป็น One-Way Communication เป็นสื่อทางเดียวที่ช่วยให้ผลิตเพลนซึ่งขณะไม่สามารถขจัดความเครียดที่สาเหตุได้ ส่วนพยาบาลที่ใช้สื่อมวลชนผ่อนคลายความเครียด ให้เหตุผลว่าสื่อมวลชนให้ความบันเทิง สนุกสนาน และความรู้

5. สื่อมวลชนที่พยาบาลชอบใช้มากที่สุดคือวิทยุ โดยฟังรายการเพลงมากที่สุด ประเภทของเพลงเป็นเพลงเบา ๆ ช้า ๆ เพลงไทยสากล ถ้าเป็นเพลงต่างประเทศจะเป็นเพลง Blue และ Jazz ทั้งมีเนื้อร้องและเป็นเพลงบรรเลง วิทยุเป็นสื่อที่พยาบาลใช้เกือบตลอดเวลาทั้งเวลาทำงานและเวลาว่าง เพราะว่าในขณะที่ฟังวิทยุสามารถจะทำกิจกรรมอย่างอื่นได้ด้วย ใช้ได้ง่าย ประหยัดเวลา พยาบาลส่วนใหญ่ไม่ค่อยซื้อเทปฟังเพราะว่ามีราคาแพง ชอบฟังเพลงจากรายการวิทยุมากกว่า

6. พยาบาลชอบชมโทรทัศน์ร้องลงมาจากวิทยุ เพราะว่าโทรทัศน์มีทั้งภาพและเสียง และเหมือนเหตุการณ์จริง มีรายการที่น่าสนใจให้เลือกมากมาย เช่น ละคร เกมโชว์ ทอล์คโชว์ สารคดีต่าง ๆ รายการที่พยาบาลชอบชมมากที่สุด คือ สารคดี ร้องลงมาคือ ละคร รายการข่าว เกมโชว์ และรายการเพลง (Music Video)

พยาบาลจะมีสื่อโทรทัศน์และวิทยุใช้กันทุกคน

7. พยาบาลส่วนใหญ่ชอบอ่านหนังสือพิมพ์ไทยรัฐ ข่าวสด และเดลินิวส์ โดยอ่านนิยายที่กำลังเป็นละครในโทรทัศน์มากที่สุด ร้องลงมาคือข่าวหน้าบ้าน เทงบทวิเคราะห์วิจารณ์ทางการเมือง ข่าวกีฬา และข่าวการเมืองตามลำดับ พยาบาลจะซื้อหนังสือพิมพ์อ่านเอง และนำมาเวียนกันอ่านเวลาเข้าเฝ้า

8. หนังสือที่พยาบาลนิยมนำมาอ่านคือ หนังสือการ์ตูน (ชายหัวเราะฉบับกระเป๋ากาการ์ตูนมหาสนุก และการ์ตูนญี่ปุ่น) นิตยสารสำหรับผู้หญิง หนังสือนิยาย หนังสือวิชาการ หนังสือปรัชญา หนังสือบทกลอน และหนังสือธรรมะ ตามลำดับ โดยหนังสือนิยายพยาบาลจะเข้ามาอ่านจากพยาบาลด้วยกัน แต่ทำงานอยู่คนละหน่วย หนังสือธรรมะได้จากการบริจาคจากโรงพยาบาลและผู้ป่วย นิตยสารผู้หญิงได้จากการบริจาคของตัวแทนบริษัทฯ ส่วนหนังสืออื่น ๆ นั้นพยาบาลจะซื้อมาไว้อ่านเอง มีพยาบาลหลายคนกล่าวว่านิตยสารสำหรับผู้หญิงปัจจุบันแพงมาก จึงไม่ค่อยซื้อมาอ่าน ส่วนมากจะไปยืมดูภาพในหนังสือตามร้านขายหนังสือนาน ๆ จึงจะซื้อมาอ่านสักเล่มหนึ่ง ถ้าเห็นว่าเนื้อหาข้างในน่าสนใจ

9. พยาบาลหน่วยอุบัติเหตุและฉุกเฉิน ไม่ค่อยมีเวลาไปชมภาพยนตร์นัก และหาเพื่อนไปชมด้วยยาก เนื่องจากเพื่อนร่วมงานจะทำงานกันหลายที่ และเรียนปริญญาโทเพิ่มเติม รวมทั้งเพื่อนที่ทำงานหน่วยอื่นก็ต้องเข้าเวร เวลาหยุดไม่ตรงกัน และอีกเหตุผลหนึ่งก็คือ ค่าตัวชมภาพยนตร์ปัจจุบันแพงเกินไป นาน ๆ จึงจะไปชมหนังโปรแกรมดัง ๆ สักเรื่องหนึ่ง

10. มีพยาบาลหน่วยอุบัติเหตุและฉุกเฉินจำนวนไม่ถึงครึ่งที่เป็นเจ้าของสื่อวิทัศน์ ส่วนมากจะชอบชมวิทัศน์เกี่ยวกับสารคดี ภาพยนตร์ เรื่องยาวและการ์ตูน

11. เนื้อหาของสื่อที่พยาบาลส่วนใหญ่ใช้นั้น จะเป็นเนื้อหาบันเทิงที่ให้ผลตอบแทนทันที (Immediate) คือให้ผลในการผ่อนคลายความเครียดในขณะนั้นได้ ส่วนเนื้อหา ความรู้ ข้อมูลข่าวสารต่าง ๆ ซึ่งเป็นเนื้อหาที่ให้ผลตอบแทนช้า (Delayed) พยาบาลจะนำไปใช้ในชีวิตรประจำวัน หรือในด้านอื่น ๆ

12. ช่วงเวลาที่พยาบาลใช้สื่อ จะไม่มีกำหนดตายตัว แล้วแต่เวลาว่าง และเวรทำงาน พยาบาลใช้สื่อทั้งในขณะทำงานและในเวลาว่างจากการทำงาน ใช้ในขณะขับรถ และใช้ในเวลาช้านอนด้วย

13. ผลจากการใช้สื่อ นอกจากจะผ่อนคลายความเครียดให้กับพยาบาลได้แล้ว ยังมีผลในด้านอื่น ๆ ตามมาอีก เช่น การได้รับความรู้ ได้รับความสุข และได้รับความพอใจ

สื่อบุคคลจะมีผลต่อการผ่อนคลายความเครียดของพยาบาลได้มากกว่าสื่อมวลชน

14. ปัจจัยต่าง ๆ ที่มีผลต่อการใช้สื่อของพยาบาลคือ ลักษณะข้อมูลทางประชากรของพยาบาลได้แก่ อายุ เพศ การศึกษา รายได้ และสถานภาพสมรส นอกจากนี้พยาบาลยังมีความต้องการจำเป็นทางสังคมและจิตใจ เช่น ต้องการใช้สื่อเพื่อการพักผ่อน เพื่อกระตุ้นอารมณ์ เพื่อการรับรู้ข่าวสาร และต้องการหลีกเลี่ยงสิ่งสังคมในขณะนั้น

15. ความสำคัญของสื่อที่มีต่อพยาบาล ได้แก่ ให้ความบันเทิง ให้ความรู้ ให้ความผ่อนคลาย ให้ออกคิดในการดำเนินชีวิต ให้ความเป็นเพื่อน ช่วยให้เกิดจินตนาการสร้างสรรค์

16. ประโยชน์ของการใช้สื่อที่มีต่อพยาบาล คือผลทางด้านจิตใจ นำไปใช้ในชีวิตรประจำวัน วิชาชีพ การศึกษา การพัฒนาบุคลิกภาพของตนเอง ใช้เตือนสติ และเป็นข้อคิดในการดำเนินชีวิต สร้างความเชื่อมั่นและความมั่นใจให้กับตนเอง และสร้างบรรยากาศที่ดีของการทำงาน

การศึกษาในเรื่องการใช้สื่อของพยาบาลหน่วยอุบัติเหตุและฉุกเฉินนี้ ยังมีข้อสังเกตน่าสนใจบางประการคือ ความบันเทิงที่พยาบาลต้องการจากสื่อเพื่อช่วยในการผ่อนคลายความเครียดนั้น ส่วนใหญ่จะเป็นสาระบันเทิงมากที่สุด คือนอกจากพยาบาลจะต้องการความบันเทิงจากสื่อแล้ว ยังต้องการความรู้ ข่าวสาร สารคดีที่เป็นประโยชน์ในด้านต่าง ๆ แก่พยาบาลด้วย จากการศึกษาข้อมูลจึงพบว่าพยาบาลส่วนใหญ่จะชอบชมโทรทัศน์รายการสารคดีต่าง ๆ อ่านหนังสือจำพวกสารคดีการท่องเที่ยว สิ่งแวดล้อม นิยายแปลทางการแพทย์ ชมวิดีโอสารคดี เป็นต้น

ดังนั้นจึงเป็นการดีที่สื่อมวลชนจะเพิ่มบทบาทของสื่อมวลชนเองในด้านของความบันเทิงที่มีสาระความรู้แฝงอยู่ด้วยให้มาก ๆ ซึ่งจะมีประโยชน์แก่ผู้รับสารมากกว่าที่จะเสนอแต่สิ่งที่เป็นบันเทิงล้วน ๆ เพียงอย่างเดียว

ในส่วนของพยาบาลหน่วยอุบัติเหตุและฉุกเฉินนั้นจะมีลักษณะการใช้สื่อในลักษณะรวม ๆ คล้ายคลึงกัน รวมทั้งผลจากการใช้สื่อและปัจจัยในการใช้สื่อด้วย ทั้งนี้ น่าจะเป็นเหตุผลที่ว่า พยาบาลอยู่ในสภาพสังคมเดียวกัน มีประสบการณ์การทำงานในลักษณะใกล้เคียงกัน ดังนั้นผู้วิจัยจึงคาดว่าพยาบาลในหน่วยอื่น ๆ ทั้งในโรงพยาบาลตำรวจและโรงพยาบาลอื่น ๆ จึงน่าจะมีการใช้สื่อเพื่อผ่อนคลายความเครียดกันทุกคน ไม่น่าจะน้อย

อภิปรายผล

จากการศึกษาเรื่องการใช้อีบุ๊กเพื่อผ่อนคลายความเครียดของพยาบาลหน่วยอุบัติเหตุและฉุกเฉิน โรงพยาบาลตำรวจ สามารถสรุปผลการวิจัยดังกล่าวมาแล้วข้างต้น และในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้มีข้อค้นพบและประเด็นที่น่าสนใจ ซึ่งจะนำมาอภิปรายเพิ่มเติมดังต่อไปนี้ คือ

พฤติกรรมการใช้อีบุ๊กของพยาบาลหน่วยอุบัติเหตุและฉุกเฉิน

ในการเปิดรับสื่อวิทยุซึ่งเป็นสื่อมวลชนที่พยาบาลใช้มากที่สุดนั้น เพราะวาทวิทยุเป็นสื่อที่ใช้ได้ง่าย สะดวกในเวลาเข้าเวรปฏิบัติงานมากกว่าสื่อชนิดอื่น ๆ การรับฟังไม่ต้องใช้ความพยายามในการฟังอย่างต่อเนื่อง ก็ทำให้มีความเข้าใจได้ และวิทยุเป็นสื่อที่มีลักษณะเฉพาะคือเป็นสื่อที่รับง่าย ไม่ต้องใช้ความสามารถ บางครั้งแทบไม่ต้องใช้ความคิดเลย ไม่ทำให้เสียเวลา พยาบาลซึ่งกำลังให้การพยาบาลฉุกเฉินก็สามารถรับฟังได้ในขณะที่ปฏิบัติงาน เนื้อหาที่พยาบาลเลือกใช้จากการเปิดรับสื่อวิทยุจะเป็นเนื้อหาในด้านบันเทิงเพียงอย่างเดียว เช่น รายการเพลง เป็นต้น

ส่วนสื่อโทรทัศน์นั้น พยาบาลไม่ได้ใช้แต่เฉพาะเนื้อหาในด้านบันเทิงเพียงอย่างเดียว เช่น รายการเพลง เป็นต้น เนื้อหาสาระบันเทิง คือรายการที่เลือกรับชมมักจะแฝงไปด้วยความรู้ สาระ ข้อคิดต่าง ๆ ที่สามารถนำไปใช้ในชีวิตรประจำวัน และการประกอบอาชีพได้ เช่น รายการสารคดี รายการข่าวประจำวัน ซึ่งเป็นรายการที่พยาบาลเลือกชมมากกว่าละคร

พยาบาลชอบอ่านทั้งหนังสือพิมพ์ปริมาณ (ไทยรัฐ, เดลินิวส์ และข่าวสด) และหนังสือพิมพ์คุณภาพ (มติชน, ผู้จัดการรายวัน และสยามรัฐ) แต่จำนวนพยาบาลที่อ่านหนังสือพิมพ์ปริมาณจะมีมากกว่า ทั้งนี้เนื่องมาจากพยาบาลส่วนใหญ่ต้องการความบันเทิงจากการอ่านหนังสือพิมพ์นั่นเอง ในขณะที่เข้าเวรปฏิบัติงาน ซึ่งเป็นที่ทราบกันแล้วว่างานพยาบาลเป็นงานที่มีเวลาว่างไม่แน่นอน ผู้ป่วยฉุกเฉินอาจมารับ

การรักษาพยาบาลในเวลาไหนก็ได้ โดยไม่มีการเลือกเวลา ดังนั้นการอ่านหนังสือพิมพ์ในเวลาทำงานของพยาบาลจึงถูกขัดจังหวะตลอดเวลา การรับรู้เนื้อหาข่าวสารเป็นไปอย่างไม่ต่อเนื่อง บางทีตลอดเวลาที่เข้าเวรยังอ่านหนังสือพิมพ์ไม่หมดฉบับเลย ทำให้เสียรรถรสในการอ่าน เกิดความรำคาญ จึงไม่ค่อยมีความต้องการใช้สื่อนี้ในเวลาปฏิบัติงาน ด้วยเหตุนี้ทำให้พยาบาลเปลี่ยนความสนใจไปใช้สื่อวิทยุ ซึ่งเป็นสื่อที่ทำให้พยาบาลได้รับเนื้อหาสาระ ความบันเทิง ได้ตลอดเวลา แม้ในขณะที่มีงานฉุกเฉินทำอยู่ก็ตาม

ในยามปกติหรือเวลาว่างจากการปฏิบัติงาน พยาบาลอ่านหนังสือพิมพ์มากกว่าในเวลาเข้าเวรปฏิบัติงาน เนื่องจากมีเวลาว่างเต็มที่ และการอ่านหนังสือพิมพ์ต้องใช้เวลามาก และต้องสนใจอยู่กับการใช้สื่อหรือการอ่านตลอดระยะเวลาที่ใช้ จึงจะทำให้มีความเข้าใจในเนื้อหาของสารนั้น

หนังสือที่พยาบาลหน่วยอุบัติเหตุและฉุกเฉินจะมีแนวโน้มอ่านมากขึ้น ก็คือหนังสือธรรมะ นอกเหนือจากการอ่านหนังสือนิยาย และหนังสือการ์ตูน เนื่องจากมีพยาบาลหลายคนที่อ่านหนังสือธรรมะ แล้วทำให้จิตใจสงบ สามารถช่วยผ่อนคลายความเครียดจากการทำงานได้ จึงมีการชักชวนให้พยาบาลคนอื่น ๆ อ่านหนังสือธรรมะ นอกจากนี้ยังมีการรวมกลุ่มกันไปนั่งสมาธิฝึกกรรมฐานตามวัดอีกด้วย

สื่อบุคคล เป็นอีกสื่อหนึ่งที่พยาบาลเลือกใช้ในการผ่อนคลายความเครียด ทั้งนี้เป็นเพราะว่ามนุษย์มีสัญชาตญาณที่ไม่ต้องการอยู่อย่างโดดเดี่ยว แต่ต้องการที่จะเกี่ยวข้องกับผู้อื่นในสังคม ต้องการถ่ายทอดเรื่องราวข่าวสารต่าง ๆ ที่ตนรับรู้สู่ผู้อื่น และคนเราสื่อสารกับผู้อื่นเพื่อสนองความต้องการพื้นฐานของบุคคลอย่างหนึ่งก็คือความต้องการที่จะได้รับความรักและความรู้สึกจากผู้อื่น (Affection) ดังนั้นบุคคลจะต้องเลือกคู่มือสื่อสารที่รู้ใจ เข้าใจความรู้สึกของตนเอง เช่นเดียวกับพยาบาล เวลาที่มีปัญหาความคับข้องใจอันก่อให้เกิดความเครียดขึ้นมา การได้พูดคุยระบายความคับข้องใจให้กับเพื่อนสนิท หรือเพื่อนร่วมงานที่เข้าใจจิตใจซึ่งกันและกัน สามารถช่วยลดความเครียดได้ และในการสนทนากันมักจะมีปฏิกิริยาป้อนกลับ

ทั้งในลักษณะที่เป็นคำพูดและไม่ใช้คำพูด เช่น พยักหน้าเข้าใจ ยิ้ม จับมือปลอบโยน เป็นต้น การป้อนกลับเหล่านี้สามารถสนองความต้องการ ความรู้สึก ในด้านจิตใจ ได้อย่างแท้จริง ทำให้รู้สึกว่าได้ปลดปล่อยความเครียดออกไปได้ส่วนหนึ่ง แต่สื่อมวลชนนั้นพยาบาลเป็นผู้เปิดรับเพียงฝ่ายเดียว โดยไม่สามารถพูดระบายปัญหา ความคับข้องใจได้ มีเพียงเนื้อหาของสื่อเท่านั้นที่ช่วยให้จิตใจของพยาบาลผ่อนคลาย ช่วยให้เฟลิดเฟลลินไปชั่วขณะ สามารถผ่อนคลายความเครียดได้แต่ไม่ทั้งหมด ขึ้นอยู่กับระดับความเครียดของพยาบาลแต่ละคน แต่การใช้สื่อของพยาบาลมีทั้งการใช้สื่อมวลชนและสื่อบุคคลควบคู่กันไป ซึ่งแล้วแต่สถานการณ์และสภาพแวดล้อมในขณะนั้นที่พยาบาลพยายามจะขจัดความเครียดให้หมดไปโดยเร็ว เพื่อรักษาสภาพสมดุลในการดำรงชีวิตให้อยู่อย่างปกติสุขได้

กล่าวโดยสรุปแล้ว พยาบาลหน่วยอุบัติเหตุและฉุกเฉินมีพฤติกรรมการใช้สื่อทั้งแบบพฤติกรรมปฏิบัติการ (Conoummatory Behavior) และพฤติกรรมอุปกรณ์ (Instrumental Behavior) ทั้งนี้เป็นเพราะพยาบาลเลือกใช้เนื้อหาที่เป็นทั้งเนื้อหาบันเทิงที่ให้ความพึงพอใจทันทีในเชิงบริโภค (Immediate Conoummatory Gratifications) และเนื้อหาหรือข่าวสารที่ใช้ประโยชน์เป็นเครื่องมือในการตัดสินใจ ช่วยเพิ่มพูนความรู้ ให้แง่คิดในการแก้ปัญหาต่าง ๆ (Instrumental Utility)

การเลือกใช้สื่อในขณะปฏิบัติงานของพยาบาล จะเป็นการเลือกใช้สื่อที่สะดวก ใช้ได้ง่าย (Availability) สามารถเปิดรับได้ในขณะปฏิบัติงาน โดยไม่ทำให้เสียเวลาการปฏิบัติงานด้วย นอกจากนี้การใช้สื่อของพยาบาลยังต้องคำนึงถึงความชอบของพยาบาลผู้ร่วมงานในเวรนั้น ๆ ด้วย แต่ส่วนใหญ่พยาบาลมักจะจับกลุ่มในการใช้สื่อ เช่น ชมละคร เกมโชว์ เป็นต้น แสดงให้เห็นว่าสื่อช่วยสร้างปฏิสัมพันธ์ให้กับพยาบาลด้วยกัน แต่ในขณะเดียวกันสื่อก็สามารถแยกพยาบาลให้ออกจากกลุ่มได้ เช่น พยาบาลบางคนที่ฟังเพลงต่างประเทศไม่เข้าใจ จึงไม่ชอบฟังเพลงประเภทนี้ ซึ่งพยาบาลส่วนใหญ่ฟังได้ ก็มักจะแยกตัวเองไปทำกิจกรรมอื่น ๆ เป็นต้น

ส่วนการเลือกใช้สื่อ เวลาที่พยาบาลว่างจากการทำงานที่หอพักพยาบาล หรือที่บ้าน พยาบาลต่างก็เลือกใช้สื่อที่ตนเองชอบและพอใจ โดยใช้สื่อแทบทุกชนิดที่มีอยู่ในที่พัก

นอกจากนี้ในการศึกษายังสามารถสรุปประเด็นได้อีกว่า การใช้สื่อไม่ใช่ เครื่องมือชนิดเดียวของการผ่อนคลายความเครียดของพยาบาลหน่วยอุบัติเหตุและฉุกเฉิน โรงพยาบาลตำรวจ

ปัจจัยในการใช้สื่อของพยาบาล

พยาบาลที่มีอายุมาก ชอบใช้สื่อที่มีเนื้อหาที่ให้สาระ ความรู้ มากกว่าความบันเทิง ส่วนพยาบาลที่อายุน้อยคือ อายุ 30 ปีลงไป มักชอบเนื้อหาบันเทิง ดังนั้นสื่อที่ชอบใช้ได้แก่ วิทยุ โทรทัศน์ เป็นต้น เพราะว่าทั้งวิทยุและโทรทัศน์ จะมีรายการประเภทบันเทิงสนุกรสนานมากกว่าสื่อสิ่งพิมพ์

ในเรื่องของการศึกษา พบว่า พยาบาลหน่วยอุบัติเหตุและฉุกเฉินจำนวนมากกว่าครึ่งของพยาบาลทั้งหน่วย ได้ศึกษาเพิ่มเติมในระดับปริญญาโทและปริญญาตรี สาขาอื่นที่ไม่ใช่การพยาบาล ดังนั้นการเลือกใช้สื่อของพยาบาลเหล่านี้มักจะเอื้อประโยชน์ต่อการศึกษาด้วย การเลือกใช้สื่อจึงมีการใช้สื่อสิ่งพิมพ์มากกว่าสื่อชนิดอื่น เช่น วารสารวิชาการ ตำราเรียน บทวิเคราะห์ในหนังสือพิมพ์ เป็นต้น ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ ชอย (Choi) และเบคเกอร์ (Becker) กล่าวไว้ในรายงานผลการศึกษาเกี่ยวกับการใช้สื่อของเขาว่า คนยังมีการศึกษาสูงจะยังอ่านหนังสือมากกว่าการฟังวิทยุหรือชมโทรทัศน์

ลักษณะบุคลิกภาพของพยาบาล เป็นปัจจัยอย่างหนึ่งในการเลือกใช้สื่อของพยาบาล เช่น พยาบาลที่มีบุคลิกภาพใกล้เคียงกับบุคลิกภาพแบบค่านึงตัวเองเป็นใหญ่ (Introvert) ของจุง คือ เป็นคนเงียบ ๆ ไม่ค่อยคุย ชอบทำอะไรคนเดียว พยาบาลกลุ่มนี้มักชอบใช้สื่อมวลชนมากกว่าสื่อบุคคล ส่วนพยาบาลที่มีบุคลิกภาพแบบ

เปิดตัวเองสู่ภายนอก (Extrovert) คือเป็นคนร่าเริง เปิดเผย กล้าแสดงออก คึกคัก พยาบาลกลุ่มนี้จะใช้ทั้งสื่อมวลชนและสื่อบุคคล ขึ้นอยู่กับสถานการณ์ในขณะนั้น

ในเรื่องของความต้องการจำเป็นทางสังคมและจิตใจนั้น ไม่พบว่าพยาบาล หน่วยอุบัติเหตุและฉุกเฉินมีการใช้สื่อกระตุ้นการรณรงค์ทางเพศเลย

ความสำคัญและการใช้ประโยชน์จากการใช้สื่อของพยาบาล

นอกจากพยาบาลมีการใช้สื่อเพื่อผ่อนคลายความเครียดแล้ว พยาบาลยังสามารถนำประโยชน์ไปใช้ในชีวิตประจำวัน อาชีพ การศึกษา เป็นข้อคิดในการดำเนินชีวิต และสร้างบรรยากาศที่ดีในการทำงานได้ ทั้งนี้เนื่องมาจากความสำคัญของสื่อที่มีต่อพยาบาลคือ ให้ความบันเทิง ให้ความรู้ ให้ข้อคิด ให้ความเป็นเพื่อน และช่วยให้เกิดจินตนาการสร้างสรรค์ เป็นต้น

ข้อจำกัดในการวิจัย

1. ในฐานะที่ผู้วิจัยใช้การสังเกตแบบมีส่วนร่วม (Participant as Observer) ในการเก็บข้อมูลย่อมมีผลทำให้พยาบาลหน่วยอุบัติเหตุและฉุกเฉินมีพฤติกรรมการใช้สื่อ หรือพฤติกรรมในด้านอื่น ๆ แตกต่างไปจากเวลาทำงานปกติทั่วไปไม่มากนักน้อย พยาบาลผู้ให้ข้อมูลสำคัญเหล่านี้ทราบที่ผู้วิจัยจะมาเก็บข้อมูลจึงมีผลทำให้พยาบาลพยายามให้ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับเรื่องที่ผู้วิจัยศึกษา ทำให้ผู้วิจัยไม่ได้รับทราบข้อมูลในด้านอื่น ๆ ซึ่งอาจเกี่ยวข้องกับการศึกษาวิจัยได้ หรือบางครั้งพยาบาลไม่กล้าให้ข้อมูลอย่างเต็มที่ เพราะเกรงว่าข้อมูลจะถูกเปิดเผย ไม่เป็นผลดีแก่ตัวผู้ให้ข้อมูล ดังนั้นถ้ามีผู้สนใจที่จะศึกษาเกี่ยวกับการวิจัยในเรื่องนี้อีก จึงน่าจะหาวิธีการศึกษาหรือเก็บข้อมูลแบบไม่ให้ประชากรกลุ่มตัวอย่างทราบ ซึ่งจะทำให้ได้ข้อมูลที่ใกล้เคียงความจริงมากที่สุด หรือผู้สนใจศึกษาอาจทำการวิจัยในเชิงปริมาณเพื่อเปรียบเทียบความเหมือนหรือความแตกต่างจากการทำวิจัยเชิงคุณภาพได้เช่นเดียวกัน ทั้งนี้เพื่อหาวิธีการวิจัยที่เหมาะสมกับเนื้อเรื่องที่ต้องการศึกษา และก่อให้เกิดประโยชน์จากการศึกษาสูงสุด

2. ผู้วิจัยเป็นพยาบาลคนหนึ่ง ซึ่งมีการเข้าเวร ออกเวรปฏิบัติงานเช่นเดียวกับพยาบาลหน่วยอุบัติเหตุและฉุกเฉิน จึงทำให้มีเวลาว่างตรงกันเพื่อจะนัดสัมภาษณ์เก็บข้อมูลได้ยากมาก ทำให้ระยะเวลาที่ใช้ศึกษาต้องยืดระยะเวลาออกไป และจากการเป็นพยาบาลด้วยกันนี้ ทำให้การวิเคราะห์ข้อมูลอาจคลาดเคลื่อนไปจากความเป็นจริงได้ ดังนั้นผู้ที่ควรทำการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้จึงควรเป็นบุคคลนอกวงการพยาบาลบ้าง เพื่อจะได้ทราบถึงข้อมูลที่ต้องการ แม่นยำ ยิ่งขึ้น

ข้อเสนอแนะในการวิจัย

1. จากผลการวิจัยทำให้ทราบว่า พยาบาลมีความต้องการสิ่งที่มาช่วยผ่อนคลายความเครียดจากการปฏิบัติหน้าที่ ทั้งที่เป็นสื่อ และสิ่งที่ไม่ใช่สื่อ ในด้านของสื่อนั้นผู้บริหารโรงพยาบาลควรจัดให้มีห้องพักผ่อนระหว่างทำงาน ภายในห้องมีมุมหนังสือ มีโทรทัศน์ โทรทัศน์ มีวิทยุ และมีสิ่งอำนวยความสะดวกอื่น ๆ ห้องพักผ่อนนี้ควรเก็บเสียงได้ เพื่อไม่ให้พยาบาลได้ยินเสียงจากการทำงานในหน่วยอุบัติเหตุและฉุกเฉิน เพราะจะทำให้เกิดความกังวลได้

2. การวางโทรทัศน์ไว้บริเวณเคาน์เตอร์ทำงานนั้นเป็นการไม่เหมาะสม น่าจะย้ายออกไปวางไว้ในที่สาธารณะที่ไม่ใช่มุมส่วนตัว เพราะทำให้ผู้ป่วยและญาติเข้าใจผิดว่าพยาบาลมีเวลาว่างมากเกินไป ไม่สนใจปฏิบัติงานให้การพยาบาลผู้ป่วยเท่าที่ควร ส่วนวิทยุนั้นอาจจะมีไว้ฟังได้ เพราะว่าในขณะที่ฟังวิทยุสามารถทำกิจกรรมอื่น ๆ ได้

3. ผู้บริหารโรงพยาบาลควรจัดให้มีเสียงเพลงตามสาย เปิดให้ทั่วโรงพยาบาล ฟังได้ทั้งพยาบาล ผู้ป่วย และญาติผู้ป่วย เช่น เปิดเพลงบรรเลง เบา ๆ ฟังสบาย ๆ จะทำให้บรรยากาศภายในโรงพยาบาลไม่เคร่งเครียดจนเกินไป และการเปิดเพลงนั้นอาจสลับกับการให้ข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์แก่ผู้มารับบริการในโรงพยาบาล เช่น การดูแลแผลหลังจากผ่าตัด การรับประทานยาปฏิชีวนะที่ถูกต้อง การสังเกตความผิดปกติในทารกแรกเกิด และความสำคัญของการมาตรวจตามแพทย์นัด เป็นต้น

4. ผู้บริหารโรงพยาบาลควรจัดให้มีผู้แสดงความความคิดเห็นของพยาบาลในเรื่องของสิ่งที่พยาบาลต้องการ เพื่อผ่อนคลายความเครียดจากการปฏิบัติงาน เพื่อให้ได้ทราบและจัดหาให้ตามความเหมาะสม

5. นอกจากพยาบาลจะใช้สื่อในการผ่อนคลายความเครียดแล้ว ยังมีกิจกรรมบางอย่างที่ไม่เกี่ยวกับการใช้สื่อเลย เช่น การออกกำลังกาย การไปทัศนศึกษาต่างจังหวัด เป็นต้น ผู้บริหารโรงพยาบาลควรจัดให้มีสนามกีฬาเพื่อพยาบาลได้ใช้ออกกำลังกาย หรือมีการจัดนำเที่ยวปีละ 1-2 ครั้ง จะเป็นการทำให้พยาบาลไม่เคร่งเครียดกับการทำงานจนเกินไป เพราะได้พักผ่อนหย่อนใจ

6. จากผลการวิจัยทำให้ทราบว่า การปฏิบัติการพยาบาลจะมีคุณภาพสูงได้ พยาบาลจะต้องมีบุคลิกภาพดี โดยมีความซื่อสัตย์อดทน อารมณ์มั่นคง ละเอียดรอบคอบ เมตตากรุณา และการที่จะประสบความสำเร็จในวิชาชีพนั้น นอกจากมีสติปัญญาแล้ว ยังมีบุคลิกภาพซึ่งมีความสำคัญไม่ยิ่งหย่อนไปกว่ากัน เนื่องจากงานพยาบาลเป็นงานที่ต้องติดต่อกับคน ต้องให้บริการ ดังนั้นบุคลิกภาพที่สำคัญอีกอย่างหนึ่งคือต้องเข้ากับคนได้ดี ดังนั้นในการรับสมัครบุคคลทั่วไป เข้ารับการศึกษาระดับวิชาชีพพยาบาล จึงน่าจะมีการทดสอบหรือวัดบุคลิกภาพบุคคลดังกล่าว เพื่อที่จะได้บุคลากรทางพยาบาลที่มีคุณภาพ และมีบุคลิกภาพเหมาะสมกับวิชาชีพพยาบาลอย่างแท้จริง และควรมีการส่งเสริมการฝึกพัฒนาบุคลิกภาพของพยาบาลเป็นระยะ ๆ หลังจากที่ยังออกมาทำงานแล้วด้วย

7. พฤติกรรมการสื่อสารที่พยาบาลแสดงออกนั้นมีความหมายต่อผู้ป่วยและญาติ ไม่ว่าจะเป็นวัจนภาษา หรืออวัจนภาษา เช่น ท่าทาง สีหน้าและน้ำเสียง หรือกรกระเดือหรือลิ้นที่จะให้บริการ จะเป็นผลสะท้อนให้ผู้ป่วยและญาติมีความเข้าใจแตกต่างกันออกไป พยาบาลจึงจำเป็นต้องมีการสื่อสารได้อย่างชัดเจน ถูกต้องและเหมาะสม ดังนั้นในหลักสูตรการศึกษาระดับวิชาชีพพยาบาลจึงน่าจะมีวิชาการสื่อสารทางการพยาบาลบรรจุในหลักสูตรด้วย

ข้อเสนอแนะในการวิจัยในอนาคต

1. ควรจะมีการวิจัยในเรื่องของความเครียดกับพฤติกรรมการใช้สื่อของบุคลากรในอาชีพอื่น ๆ ที่เสี่ยงต่อการเกิดความเครียดจากการทำงาน เนื่องจากสภาพการณ์ในปัจจุบันนี้ ความเครียดนั้นเกิดได้ง่ายและบ่อยมาก ทำให้ประสิทธิภาพของการทำงานของคนลดลงได้

2. น่าจะมีการศึกษาบทบาทของสื่อแต่ละประเภทในการช่วยผ่อนคลายความเครียด เพื่อจะได้นำสื่อมาใช้ผ่อนคลายความเครียดให้เหมาะสมและเกิดประโยชน์อย่างเต็มที่