

ผลกระทบของความเครียดจากความรู้สึกร่วมในเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจต่อความเหนื่อยหน่าย ในการทำงานของบุคลากรสายอาชีพ Social Workers

นายปวีณ พิमान¹

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดจากความรู้สึกร่วมในเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจและความเหนื่อยหน่ายในการทำงานของบุคลากรสายอาชีพ Social Workers (นักจิตวิทยา, นักกฎหมาย, นักสังคมสงเคราะห์, พยาบาล, แพทย์) โดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บข้อมูลกลุ่มตัวอย่างจำนวน 185 คน เพื่อวิเคราะห์ข้อมูลและรายงานผลด้วยสถิติ ได้แก่ ร้อยละ ค่าแจกแจงความถี่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การวิเคราะห์เพื่อทดสอบสมมติฐานและทดสอบความสัมพันธ์ของตัวแปร โดยใช้การวิเคราะห์สมการถดถอยอย่างง่าย (Single Linear regression) ผลการวิจัยสรุปได้ว่า ความเครียดจากความรู้สึกร่วมในเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจส่งผลต่อความเหนื่อยหน่ายในการทำงานของบุคลากรสายอาชีพ Social Workers อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

คำสำคัญ: ความเครียดจากความรู้สึกร่วมในเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจ, ความเหนื่อยหน่าย, บุคลากรสายอาชีพ Social Workers

บทนำ

ในปัจจุบันอาชีพประเภทให้บริการทางสังคม หรือ Social Workers ต้องประสบพบเจอกับเนื้อหางานที่กระทบกระเทือนใจในชีวิตประจำวันนั้นต้องพบเจอกับความเครียด ความกดดัน ความทุลักทุเลในการทำงานมากมายหลายรูปแบบ โดยหนึ่งในความเครียดเหล่านั้นคือ ความเครียดจากความรู้สึกร่วมในเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจ (Secondary Traumatic Stress) ที่เหล่าบุคลากรเหล่านี้ได้รับ หรือถ่ายทอดมาจากบุคคลที่ตนเองมีปฏิสัมพันธ์ด้วยจากตัวงาน จนในที่สุดเมื่อได้รับประสบการณ์ทางอ้อมหรือเรื่องราวต่างๆในชีวิตของผู้อื่นมากเกินไป ก็ทำให้ตนเองเกิดภาวะเหนื่อยล้าจากการเห็นอกเห็นใจผู้อื่นจนให้ความสำคัญกับตัวเองลดน้อยลง สุดท้ายแล้วก็จะเกิดภาวะหมดไฟในการทำงาน (Burnout) ตามมาในที่สุด

นักจิตวิทยา, นักสังคมสงเคราะห์, นักกฎหมาย, พยาบาล และแพทย์ถือเป็นกลุ่มที่มีความเสี่ยงสูงในการเกิดความเครียดจากความรู้สึกร่วมในเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจ เนื่องจากตัวงานของอาชีพเหล่านี้ต้องคอยดูแล รักษาช่วยเหลือผู้คนในเวลาที่บุคคลเหล่านั้นตกที่นั่งลำบาก หรือไม่สามารถดูแลพึ่งพาตนเองได้ การรับฟังเรื่องราวบอบช้ำทางจิตใจเป็นเวลานานจากคนเหล่านั้นซ้ำแล้วซ้ำเล่า ก็จะส่งผลต่อสุขภาพจิตที่ย่ำแย่ของตัวผู้ให้บริการหรือผู้ให้การรักษาเองเกิดความเครียดจากความรู้สึกร่วมในเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจจากตัวผู้เข้ารับการรักษา นอกเหนือไปจากนั้น การไม่ได้รับความร่วมมือหรือได้รับอุปสรรคที่จำเป็นที่เพียงพอต่อความต้องการในการใช้งาน และการขาดหน่วยงานสนับสนุนบุคลากรเหล่านี้เพียงพอก็เป็นอีกหนึ่งปัจจัยที่ทำให้เกิดภาวะหมดไฟในการทำงานของบุคลากรสายอาชีพให้บริการทางสังคมอีกด้วย

จากเหตุผลดังกล่าวผู้วิจัย จึงมีความสนใจที่จะศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดจากความรู้สึกร่วมในเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจและความหมดไฟในการทำงานของบุคลากรสายอาชีพ Social Workers โดยผลที่ได้รับจากการวิจัยจะช่วยเพิ่มความเข้าใจเกี่ยวกับภาวะความเครียดจากความรู้สึกร่วมในเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจ ตลอดจนทราบถึงทัศนคติต่องานของบุคลากรสายอาชีพ Social Workers เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการศึกษาวิจัยด้านจิตวิทยาที่คล้ายกับงานวิจัยชิ้นนี้ในครั้งต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลกระทบของความเครียดจากความรู้สึกร่วมในเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจต่อความเหนื่อยหน่ายในการทำงานของบุคลากรสายอาชีพ Social Workers

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เพื่อทราบถึงผลกระทบของความเครียดจากความรู้สึกร่วมในเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจต่อความเหนื่อยหน่ายในการทำงานของบุคลากรสายอาชีพ Social Workers
2. เพื่อเป็นแนวทางการศึกษาสำหรับผู้สนใจอยากจะศึกษาเกี่ยวกับผลกระทบของความเครียดจากความรู้สึกร่วมในเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจต่อความเหนื่อยหน่ายในการทำงานของบุคลากรสายอาชีพ Social Workers

ขอบเขตการวิจัย

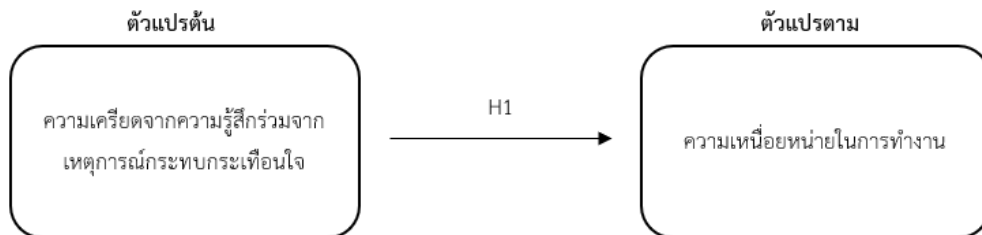
การศึกษผลกระทบของความเครียดจากความรู้สึกร่วมในเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจต่อความเหนื่อยหน่ายในการทำงานของบุคลากรสายอาชีพ Social Workers (นักจิตวิทยา, นักสังคมสงเคราะห์, นักกฎหมาย, พยาบาล, แพทย์)

สมมติฐานการวิจัย

งานวิจัยนี้ประกอบไปด้วย 1 ข้อสมมติฐาน จากผลการศึกษาตัวแปรต่าง ๆ ดังนี้
H1: ความเครียดจากความรู้สึกร่วมในเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจส่งผลให้เกิดความเหนื่อยหน่ายในการทำงานของบุคลากรสายอาชีพ Social Workers

กรอบแนวความคิด

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้แสดงกรอบแนวคิดให้เห็นถึงกระบวนการเชื่อมโยงเกี่ยวกับ ความเครียดจากความรู้สึกร่วมในเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจ และความเหนื่อยหน่ายในการทำงานของบุคลากรสายอาชีพ Social Workers โดยแสดงการเชื่อมโยงความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร ดังนี้



ทบทวนวรรณกรรม

แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวกับความเครียดจากความรู้สึกร่วมในเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจ (Secondary Traumatic Stress)

“บาดแผลทางอ้อม” นั้นกล่าวถึงการได้รับประสบการณ์ทางอ้อมของผู้เชี่ยวชาญในอาชีพที่ให้บริการหรือช่วยเหลือบุคคลที่พบเจอกับเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจในชีวิต โดยสิ่งเหล่านี้สามารถเกิดขึ้นได้จากการทำร้ายบุคคลเหล่านั้น ผ่านการได้ยินหรือได้รู้รายละเอียดเกี่ยวกับเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจที่บุคคลเหล่านั้นพบเจอมา รวมไปถึงการสังเกตเห็นบาดแผลทางกายภาพหรือบาดแผลทางอารมณ์ของผู้ที่เข้ารับการรักษา ในไม่ช้าก็เร็วการสัมผัสหรือพบเจอสิ่งเหล่านี้จะส่งผลกระทบต่ออารมณ์, พฤติกรรม, ความเชื่อ และคุณค่าของตัวผู้ช่วยเหลือเอง (Frigley, 1995)

นักสังคมสงเคราะห์, นักจิตวิทยาเด็ก, แพทย์ทหาร, และนักบำบัดบาดแผลทางจิตใจ กลุ่มคนเหล่านี้ล้วนเป็นผู้เชี่ยวชาญในอาชีพที่เข้าข่ายความเสี่ยงสูงในการก่อเกิดเป็นความบอบช้ำทางใจในทางอ้อม โดยที่กรอบความคิดหลัก

ในปัจจุบันที่ใช้อธิบายผลที่ตามมาจากการได้รับประสบการณ์ทางอ้อมของของกลุ่มผู้ให้บริการเหล่านี้คือ “ความเครียด จากความรู้สึกร่วมในเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจ” ซึ่งมีความคล้ายคลึงกับโรคหรืออาการผิดปกติทางจิตใจหลังจาก ประสบกับสถานการณ์ที่รุนแรง โดยที่ความเครียดจากความรู้สึกร่วมในเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจส่วนใหญ่ถูกมองว่า เป็นปฏิกิริยาทางจิตวิทยาต่อแรงกดดันเฉพาะที่พบในสภาพแวดล้อมการทำงาน นั่นคือการเปิดรับเนื้อหาที่ กระทบกระเทือนจิตใจทางอ้อมผ่านการติดต่อกับผู้รอดชีวิตจากการบาดเจ็บและเรื่องราวของพวกเขา (Shoji, K.; Lesnierowska, M.; Smoktunowicz, E.; Bock, J.; Luszczynska, A.; Benight, C.C.; Cieslak, 2015)

ความเครียดจากความรู้สึกร่วมในเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจเกี่ยวข้องกับสามกลุ่มอาการหลักๆ ประกอบไป ด้วย การถูกรบกวนใจ, การหลีกเลี่ยง และความตื่นตัว ซึ่งสามารถอธิบายได้ดังนี้

1. การถูกรบกวนจิตใจ หมายถึง ลักษณะของกลุ่มอาการที่บุคคลหนึ่งเผชิญกับอาการบอบช้ำทางจิตใจที่ไม่พึง ประสงค์จากสถานการณ์ของเลวร้ายของผู้อื่นอยู่ซ้ำๆ เช่น การฝันหรือการหมกมุ่นถึงเรื่องเหล่านี้ เหล่านี้
2. การหลีกเลี่ยง หมายถึง กลุ่มอาการที่บุคคลหนึ่งจะหลีกเลี่ยงสิ่งที่จะเกี่ยวข้องกับความเลวร้ายนั้น เช่น การ ไม่สามารถจดจำเหตุการณ์นั้นได้ หรือ หลงลืมถึงรายละเอียดของเหตุการณ์นั้น
3. การตื่นตัว หมายถึง ลักษณะของกลุ่มอาการที่บุคคลหนึ่งๆจะแสดงถึงความรุนแรงหรือความวิตกกังวล ผ่านตัวบุคคลเอง เช่น อาการนอนไม่หลับ หรือ อาการหงุดหงิดง่าย

แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความเหนื่อยหน่าย (Burnout)

อาการเหนื่อยหน่าย ได้รับการยอมรับว่าเป็นอันตรายทางอาชีพที่เกี่ยวข้องกับอาชีพที่ให้ความช่วยเหลือผู้อื่น รวมถึงงานทางด้านสังคมสงเคราะห์มาเป็นเวลานาน ด้วยเหตุนี้ ความเหนื่อยหน่ายจึงเป็นลักษณะการรวมกันของความ อ่อนล้า และความเห็นถูกถูกถากถางต่างๆที่เหล่าบุคคลในสายอาชีพนี้ได้รับ

ในบรรดาอาชีพสังคมสงเคราะห์ ความเหนื่อยหน่ายเกิดจากสภาพการทำงานที่อธิบายว่า “เป็นลักษณะทั่วไป ของอาชีพสังคมสงเคราะห์” ประกอบไปด้วย การมีภาระงานจำนวนมาก, ระบบบริหารงานแบบเจ้าขุนมูลนาย, การขาด ความชัดเจนในบทบาทงาน, การพบเจอสถานการณ์ร้ายวันที่ส่งผลให้อารมณ์แปรปรวน, การทำงานโดยมีทรัพยากรที่ใช้ สอยอย่างจำกัด และได้รับการสนับสนุนเพียงเล็กน้อย (Williams N., 2015)

โดยในแต่ละวัน นักสังคมสงเคราะห์จะต้องพบเจอกับสถานการณ์ที่หดหู่และบอบช้ำทางจิตใจ ทั้งการการแยก เด็กออกจากครอบครัว โดยรับทราบถึงการที่เด็กถูกละเลยหรือถูกทารุณกรรม รวมไปถึงการที่เด็กถูกล่วงละเมิดทางเพศ ทั้งหมดนี้ล้วนเป็นส่วนหนึ่งในงานประจำวันของนักสังคมสงเคราะห์ การเผชิญกับสถานการณ์ที่หดหู่เช่นนี้ซ้ำแล้วซ้ำเล่า ส่งผลให้เกิดความรู้สึกอ่อนล้าทางอารมณ์หรือขาดบุคลิกที่เป็นอุปสรรคต่อการบรรลุถึงความรับผิดชอบหรือหน้าที่ความ รับผิดชอบส่วนบุคคลและอาชีพขั้นพื้นฐานในที่สุด นักสังคมสงเคราะห์ที่อ่อนล้าทางอารมณ์จะรู้สึกทำงานหนักเกินไปและ รู้สึกไม่มีทรัพยากรเพียงพอในการจัดการกับงานที่ต้องรับมือกับบุคคลที่ต้องการความช่วยเหลือ

ความเหนื่อยหน่ายนั้นส่งผลต่อการเจ็บป่วยของผู้ได้รับผลกระทบ และส่งผลให้เกิดปัญหาสุขภาพทางอารมณ์ จิตใจ และร่างกายที่จะตามมา เช่น อาการซึมเศร้า, การนอนไม่หลับ, ปวดศีรษะ, ปวดหลังและคอ, โรคคล้ายไข้หวัดใหญ่ หรือปัญหาในระบบทางเดินอาหาร เป็นต้น (Kim, H.; Ji, J.; Kao, 2015) นอกจากนี้ยังบ่งบอกถึงประสิทธิภาพการ ทำงานที่ลดลง, การขาดงานที่เพิ่มขึ้น, ความทุกข์ทรมานในการทำงานชั่วคราว, ความมุ่งมั่นในองค์กรที่ลดลง และอัตรา การลาออกที่สูงขึ้น

วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในงานวิจัยครั้งนี้ คือ บุคลากรสายอาชีพ Social Workers (นักจิตวิทยา, นักสังคมสงเคราะห์, นักกฎหมาย, พยาบาล, แพทย์)

กลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยเลือกกลุ่มประชากรที่อยู่ในกลุ่มเฉพาะสายอาชีพ Social Workers และได้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลตัวอย่างได้ 200 คน

เครื่องมือที่ใช้เก็บข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative research) ใช้วิธีแบบการสำรวจ (Survey Research) โดยใช้แบบสอบถาม (Questionnaire) ผ่านทางออนไลน์ด้วย Google Form เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับประชากรศาสตร์ของผู้ที่ประกอบอาชีพในสายงาน Social Workers ลักษณะแบบเลือกตอบคำตอบที่สัมพันธ์กับแต่ละบุคคลมากที่สุด (Multiple Choices) จำนวน 9 ข้อ ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพ การศึกษา วุฒิการศึกษา สาขาอาชีพ กลุ่มบุคคลที่ปฏิบัติงานด้วย ประสบการณ์ทำงาน และรายได้เฉลี่ยต่อเดือน ส่วนที่ 2 แบบสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับความเครียดจากความรู้สึกร่วมเหตุการณ์ที่กระทบกระเทือนใจ (Secondary Traumatic Stress Scale : STSS) จำนวน 17 ข้อ โดยปรับปรุงแบบสอบถามจาก (Brain E.Bride, Margaret M. Robinson, Bonnie Yegidis, Charles R. Figley, 2004) ส่วนที่ 3 แบบสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับความเหนื่อยหน่ายในการทำงาน (Burn Out) จำนวน 2 ข้อ โดยปรับปรุงแบบสอบถามจาก (Maro Choi, Chunhui Suh, Seong Pil Choi, Chae Kwan Lee, Byung Chul Son, 2020)

การทดสอบคุณภาพของเครื่องมือ

ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงมาพิจารณาความถูกต้องเหมาะสมกับวัตถุประสงค์ จากนั้นนำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแล้วให้นักจิตวิทยาองค์กรพิจารณาเนื้อหาให้เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมายที่เป็นบุคลากร Social Workers และขั้นตอนสุดท้ายทำการใช้วิธีการแปลเครื่องมือเพื่อใช้ในการวิจัยข้ามวัฒนธรรมหรือที่เรียกว่าการทำ Back Translation (นันทกาและสุจิตรา, 2554) เริ่มต้นด้วยการแปลเครื่องมือวิจัยชุดต้นฉบับจากภาษาดั้งเดิมเป็นภาษาเป้าหมาย จากนั้นนำไปตรวจสอบเครื่องมือวิจัยฉบับแปล โดยนักจิตวิทยาองค์กร และทำการแปลย้อนกลับจากภาษาเป้าหมายมาเป็นภาษาต้นฉบับ โดยผู้แปลย้อนกลับควรเป็นผู้ที่สามารถใช้ทั้งสองภาษาได้เป็นอย่างดี แต่ต้องไม่ใช่บุคคลเดียวกันกับผู้แปลในขั้นตอนแรก และต้องเป็นผู้ไม่เคยเห็นเครื่องมือวิจัยชุดต้นฉบับมาก่อน ในขั้นตอนนี้ผู้วิจัยได้รับความอนุเคราะห์จากนักภาษาศาสตร์ในการช่วยดำเนินการแปลย้อนกลับจากภาษาเป้าหมายมาเป็นภาษาต้นฉบับ จากนั้นทำการเปรียบเทียบเครื่องมือวิจัยชุดต้นฉบับกับชุดที่แปลย้อนกลับจากภาษาเป้าหมายมาเป็นภาษาต้นฉบับ โดยนำชุดแบบสอบถามที่นักภาษาศาสตร์แปลย้อนกลับมาเปรียบเทียบกับชุดแบบสอบถามที่ผู้วิจัยแปลย้อนกลับด้วยตนเอง เพื่อพิจารณาความสอดคล้องของตัวชุดแบบสอบถามว่ามีความคล้ายคลึงกันหรือไม่ ให้เหมาะสมทั้งภาษาและวัฒนธรรม และทดสอบเครื่องมือวิจัยด้วยวิธีการนำเครื่องมือไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่าง เพื่อประเมินว่าเครื่องมือชุดที่แปลนั้น มีความเหมาะสมหรือไม่ และผู้ตอบมีความเข้าใจข้อคำถามอย่างไร เพื่อพิจารณาว่าเครื่องมือสามารถนำไปใช้วัดในสิ่งที่นักวิจัยต้องการวัดได้จริง

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิธีการที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถามและสรุปผลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปสำหรับวิเคราะห์สถิติทดสอบสมมติฐานและทดสอบความสัมพันธ์ของตัวแปร ด้วยวิธีวิเคราะห์การถดถอยอย่างง่าย (Single Linear Regression) หาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้น คือ ความเครียดจากความรู้สึกร่วมในเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจ กับ

ตัวแปรตาม คือ ความเหนื่อยหน่ายในการทำงานของบุคลากรสายอาชีพ Social Workers เพื่อวิเคราะห์ว่าความเครียด จากความรู้สึกร่วมในเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจมีความสัมพันธ์ต่อความเหนื่อยหน่ายในการทำงานของบุคลากรสายอาชีพ Social Workers อย่างไร

โดยแบบสอบถามจะใช้เครื่องมือมาตรวัดจัดอันดับคุณภาพ (Rating scale) แบบลิเคิร์ต (Likert scale) ให้มี คำตอบ 5 ระดับ โดยระดับความถี่คือ 5 บ่อยมาก 4 ค่อนข้างบ่อย 3 เป็นบางครั้ง 2 แทบจะไม่เคย 1 ไม่เคย ผลคะแนนที่ได้ นำมาวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ยพร้อมกำหนดเกณฑ์การแปลความหมายแต่ละระดับตามช่วงคะแนนเฉลี่ยดังนี้ 1.00 – 1.49 ไม่เคย, 1.50 – 2.49 แทบจะไม่เคย, 2.50 – 3.49 เป็นบางครั้ง, 3.50 – 4.49 ค่อนข้างบ่อย, 4.50 – 5.00 บ่อยมาก และ ทำการ Pre-test กับบุคลากรสายอาชีพ Social Workers จำนวน 5 คน Pilot test กับบุคลากรสายอาชีพ Social Workers จำนวน 30 คน

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษานี้เป็นการเก็บรวบรวมข้อมูลได้ตัวอย่าง 185 คน จากกลุ่มตัวอย่าง 200 คน ซึ่งผู้วิจัยได้ทำการตัด แบบสอบถามที่เลือกไม่ได้อยู่ในสายอาชีพ Social Workers ออกไป และนำข้อมูลมารวบรวม ประมวลผลและทำการ วิเคราะห์ข้อมูล พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง อายุระหว่าง 26-30 ปี สถานภาพโสด จบการศึกษาระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่า วุฒิการศึกษาพยาบาลศาสตรบัณฑิต อาชีพพยาบาล กลุ่มคนที่ปฏิบัติต้งงานด้วยคือคนไข้/ผู้ป่วย ประสบการณ์ในการทำงานอยู่ที่ 3 ปีขึ้นไป และมีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนอยู่ที่ 40,001 บาทขึ้นไป เป็นกลุ่มคนที่มี ความเครียดจากความรู้สึกร่วมในเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจมากที่สุด

ผลการศึกษาดังกล่าวแสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานด้านความเครียดจากความรู้สึกร่วมในเหตุการณ์ กระทบกระเทือนใจ ได้ผลดังนี้

Descriptive Statistics			
ความเครียดจากความรู้สึกร่วมใน เหตุการณ์กระทบกระเทือนใจ	\bar{X}	S.D.	ระดับความถี่ต่อความรู้สึกเครียด
ฉันรู้สึกว่าการณ์ของฉันด้านชา	3.57	0.85	ค่อนข้างบ่อย
หัวใจของฉันเต้นแรงเมื่อนึกถึง ประสบการณ์ที่กระทบกระเทือนใจ ที่ ฉันได้พบเจอมาจากตัวงาน	2.70	0.94	เป็นบางครั้ง
ดูเหมือนว่าฉันกำลังหวนคิดถึง ประสบการณ์กระทบกระเทือนใจที่มา จากงานของฉัน	2.89	0.80	เป็นบางครั้ง
ฉันมีปัญหาในการนอนหลับ	3.70	1.00	ค่อนข้างบ่อย
ฉันรู้สึกท้อแท้เกี่ยวกับอนาคต	3.03	0.90	เป็นบางครั้ง
การนึกถึงประสบการณ์ที่ กระทบกระเทือนใจทำให้ฉันหงุดหงิด	2.50	0.85	เป็นบางครั้ง
ฉันไม่อยากออกไปพบปะผู้คน	2.90	0.97	เป็นบางครั้ง
ฉันรู้สึกตกใจหวาดกลัวง่าย	2.35	0.79	แทบจะไม่เคย

ฉันกระตือรือร้นน้อยกว่าปกติ	3.07	1.03	เป็นบางครั้ง
ฉันคิดถึงประสบการณ์ที่ กระทบกระเทือนใจ โดยที่ฉันไม่ได้ตั้งใจ	2.60	0.97	เป็นบางครั้ง
ฉันรู้สึกไม่ค่อยมีสมาธิจดจ่อ	3.05	0.90	เป็นบางครั้ง
ฉันหลีกเลี่ยงผู้คน สถานที่ หรือสิ่งของที่ ทำให้นึกถึงประสบการณ์ที่ กระทบกระเทือนใจ	2.40	0.86	แทบจะไม่เคย
ฉันฝันร้ายเกี่ยวกับประสบการณ์ที่ กระทบกระเทือนใจ	2.32	1.10	แทบจะไม่เคย
ฉันอยากที่จะเลี่ยงประเภทงาน ที่พบเจอ กับประสบการณ์กระทบกระเทือนใจ	3.08	0.81	เป็นบางครั้ง
ฉันหงุดหงิดง่าย	3.08	0.94	เป็นบางครั้ง
ฉันคิดว่าจะมีเรื่องร้ายๆเกิดขึ้น	2.85	0.93	เป็นบางครั้ง
ฉันสังเกตได้ว่า เมื่อนึกถึงงาน ความทรง จำบางส่วนของฉันต้องงานขาดหายไป	2.82	0.85	เป็นบางครั้ง
รวม	2.88	0.43	เป็นบางครั้ง

การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐาน

การทดสอบสมมติฐานความสัมพันธ์ของปัจจัยโดยใช้วิธีการวิเคราะห์การถดถอยอย่างง่าย (Simple Linear Regression) เพื่อศึกษาตัวแปรต้น คือ ความเครียดจากความรู้สึกร่วมในเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจ กับตัวแปรตาม คือ ความเหนื่อยหน่ายในการทำงานของบุคลากรสายอาชีพ Social Workers เพื่อวิเคราะห์ว่าตัวแปรต้นนั้นส่งผลให้เกิดความเหนื่อยหน่ายในการทำงานของบุคลากรสายอาชีพ Social Workers

สมมติฐานงานวิจัย 1 : ความเครียดจากความรู้สึกร่วมในเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจส่งผลให้เกิดความเหนื่อยหน่ายในการทำงานของบุคลากรสายอาชีพ Social Workers

ตัวแปร	B	Std. Error	β	τ	Sig
(constant)	2.56	0.35		7.39	0.00
ความเครียดจากความรู้สึกร่วมใน เหตุการณ์กระทบกระเทือนใจ	0.38	0.12	0.22	3.17	0.00*
R Square = 0.05, Adjusted R Square = 0.05, F = 10.05					

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตารางพบว่าค่า R Square เท่ากับ 0.05 หมายถึงตัวแปรความเครียดจากความรู้สึกร่วมในเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจ สามารถอธิบายการผันแปรตัวแปรความเหนื่อยหน่ายในการทำงานของบุคลากรสายอาชีพ Social Workers ได้ร้อยละ 5

สมมติฐานงานวิจัย 1 (H1) : ความเครียดจากความรู้สึกมีส่วนร่วมในเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจส่งผลให้เกิดความเหนื่อยหน่ายในการทำงานของบุคลากรสายอาชีพ Social Workers ผลการทดสอบสมมติฐานพบว่าค่าสัมประสิทธิ์ถดถอย มีค่า 0.35 ซึ่งไม่เท่ากับ 0 หมายถึง ความเครียดจากความรู้สึกมีส่วนร่วมในเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจส่งผลให้เกิดความเหนื่อยหน่ายในการทำงานของบุคลากรสายอาชีพ Social Workers รวมถึงค่า Sig. มีค่าเท่ากับ 0.00 ซึ่งน้อยกว่าระดับนัยสำคัญทางสถิติที่กำหนดไว้ที่ 0.05 นั่นคือยอมรับสมมติฐาน (H1) แสดงว่าความเครียดจากความรู้สึกมีส่วนร่วมในเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจส่งผลให้เกิดความเหนื่อยหน่ายในการทำงานของบุคลากรสายอาชีพ Social Workers

สรุปและอภิปรายผลการวิจัย

การศึกษานี้เป็นการเก็บรวบรวมข้อมูลได้ตัวอย่าง 185 คน จากกลุ่มตัวอย่าง 200 คน ซึ่งผู้วิจัยได้ทำการตัดแบบสอบถามที่เลือกไม่ได้อยู่ในสายอาชีพ Social Workers ออกไป และนำข้อมูลมารวบรวม ประมวลผลและทำการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง อายุระหว่าง 26-30 ปี สถานภาพโสด จบการศึกษาระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่า วุฒิการศึกษาพยาบาลศาสตรบัณฑิต อาชีพพยาบาล กลุ่มคนที่ปฏิบัติงานด้วยคือคนไข้/ผู้ป่วย ประสบการณ์ในการทำงานอยู่ที่ 3 ปีขึ้นไป และมีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนอยู่ที่ 40,001 บาทขึ้นไป เป็นกลุ่มคนที่มีความเครียดจากความรู้สึกมีส่วนร่วมในเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจมากที่สุด

ผลการวิเคราะห์ค้นพบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามให้ระดับความถี่ต่อความเครียดจากความรู้สึกมีส่วนร่วมในเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจในระดับความถี่เฉลี่ยรวมเป็นบางครั้ง เมื่อพิจารณารายชื่อพบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามให้ระดับความถี่ค่อนข้างบ่อยในหัวข้อ ฉันมีปัญหาในการนอนหลับ และหัวข้อฉันรู้สึกว่าการณ์ของฉันด้านชา ตามลำดับ รองลงมาเป็นระดับความถี่เป็นบางครั้งในหัวข้อ ฉันหงุดหงิดง่าย, ฉันอยากที่จะเลี่ยงประเภทงาน ที่พบเจอกับประสบการณ์กระทบกระเทือนใจ, ฉันกระตือรือร้นน้อยกว่าปกติ, ฉันรู้สึกไม่ค่อยมีสมาธิจดจ่อ, ฉันรู้สึกท้อแท้เกี่ยวกับอนาคต, ฉันไม่อยากออกไปพบปะผู้คน, ดูเหมือนว่าฉันกำลังหวนคิดถึงประสบการณ์กระทบกระเทือนใจที่มาจากงานของฉัน, ฉันคิดว่าจะมีเรื่องร้ายๆเกิดขึ้น, ฉันสังเกตได้ว่า เมื่อนึกถึงงาน ความทรงจำบางส่วนของฉันต้องงานขาดหายไป, หัวใจของฉันเต้นแรงเมื่อนึกถึงประสบการณ์ที่กระทบกระเทือนใจที่ฉันได้พบเจอมาจากตัวงาน, ฉันคิดถึงประสบการณ์ที่กระทบกระเทือนใจ โดยที่ฉันไม่ได้ตั้งใจ และการนึกถึงประสบการณ์ที่กระทบกระเทือนใจทำให้ฉันหงุดหงิด ตามลำดับ ส่วนสุดท้ายเป็นระดับความถี่แทบจะไม่เคย ในหัวข้อ ฉันหลีกเลี่ยงผู้คน สถานที่ หรือสิ่งของที่ทำให้ฉันนึกถึงประสบการณ์ที่กระทบกระเทือนใจ, ฉันรู้สึกตกใจหวาดกลัวง่าย และฉันฝันร้ายเกี่ยวกับประสบการณ์ที่กระทบกระเทือนใจ ตามลำดับ

ผลการวิเคราะห์สมมติฐานงานวิจัย (H1): ความเครียดจากความรู้สึกมีส่วนร่วมในเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจส่งผลให้เกิดความเหนื่อยหน่ายในการทำงานของบุคลากรสายอาชีพ Social Workers ผลการทดสอบสมมติฐานพบว่า R Square เท่ากับ 0.05 หมายถึงตัวแปรความเครียดจากความรู้สึกมีส่วนร่วมในเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจ สามารถอธิบายการผันแปรตัวแปรความเหนื่อยหน่ายในการทำงานของบุคลากรสายอาชีพ Social Workers ได้ร้อยละ 5 ซึ่งมีผลเพียงเล็กน้อย มีความหมายว่าการพบเจอความเครียดจากความรู้สึกมีส่วนร่วมในเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจส่งผลให้เกิดความเหนื่อยหน่ายในการทำงานของบุคลากรสายอาชีพ Social Workers ได้ แต่ไม่มีผลกระทบมาก มีตัวแปรความเครียดจากความรู้สึกมีส่วนร่วมในเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจ (Secondary Traumatic Stress) และความเหนื่อยหน่าย (Burn Out) ในงานวิจัยเดียวกับงานวิจัยของ Delia Virgă, Elena-Loreni Baciu, Theofilă-Andrei Lazăr and Daria Lups, 2020 ในหัวข้อ Psychological Capital Protects Social Workers from Burnout and Secondary Traumatic Stress

ข้อจำกัด

เนื่องจากการค้นคว้าอิสระในครั้งนี้ มีผู้ตอบแบบสอบถามในงานวิจัยส่วนใหญ่เป็นบุคลากรอาชีพพยาบาล ซึ่งเป็นบุคคลที่พบเจอกับความเครียดจากความรู้สึกมีส่วนร่วมในเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจในชีวิตประจำวัน และได้ทำการดำเนินงานวิจัยหลังช่วงคล้อยลือคตการณ์โควิด-19 ทำให้จำนวนเหตุการณ์และความสูญเสีย ผู้ป่วยรายใหม่ที่เกิดขึ้นนั้นจะไม่มากเท่ากับช่วงเกิดวิกฤตการณ์ในช่วงแรก ส่งผลให้บุคลากรอาชีพพยาบาลพบเจอกับความเครียดจากความรู้สึกมีส่วนร่วมในเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจลดลง

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งนี้

จากการวิจัยความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดจากความรู้สึกร่วมในเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจและความเหนื่อยหน่ายในการทำงานของบุคลากรสายอาชีพ Social Workers ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะและสามารถนำไปใช้ได้ดังนี้ ถึงแม้ผลการวิเคราะห์จากงานวิจัยความเครียดจากความรู้สึกร่วมในเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจส่งผลให้เกิดความเหนื่อยหน่ายในการทำงานของบุคลากรสายอาชีพ Social Workers เพียงเล็กน้อย แต่สังคมควรให้ความสำคัญและตระหนักถึงปัญหานี้ เพราะหากเกิดวิกฤตการณ์หรือเกิดโศกนาฏกรรมครั้งใหญ่ จะส่งผลโดยตรงถึงบุคลากรสายอาชีพงานบริการสังคม ในการเกิดความเครียดจากความรู้สึกร่วมในเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจได้มากกว่าสายอาชีพอื่น ควรมีหน่วยงานสนับสนุนและช่วยเหลือบุคลากรสายอาชีพนี้อย่างเป็นทางการ

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

ในการวิจัยครั้งต่อไป ผู้วิจัยแนะนำให้เจาะกลุ่มเป้าหมายเฉพาะให้ชัดเจนมากยิ่งขึ้น เช่น กลุ่มอาสาสมัครกู้ภัย, พยาบาลและแพทย์ห้องฉุกเฉิน, นักสังคมสงเคราะห์, ที่ปรึกษาด้านการข่มขืน เพื่อให้ทราบถึงสาเหตุและปัจจัยที่ทำให้เกิดความเครียดจากความรู้สึกร่วมในเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจได้หลากหลายและชัดเจนมากยิ่งขึ้น รวมไปถึงการตั้งสมมติฐานตัวแปรอื่นๆ ที่ส่งผลให้เกิดความเหนื่อยหน่ายในการทำงานนอกเหนือจากความเครียดจากความรู้สึกร่วมในเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจ

บรรณานุกรม

นันทิกา สวัสดิพานิช Ph.D., สุจิตรา เทียนสวัสดิ์ D.S.N. (2554) . การแปลเครื่องมือเพื่อใช้ในการวิจัยข้ามวัฒนธรรม: เทคนิคและประเด็นที่ต้องพิจารณา. วารสารสภาการพยาบาล 2554; 26(1) 19-28

Brain E.Bride, Margaret M. Robinson, Bonnie Yegidis, Charles R. Figley, (2004), Development and Validation of the Secondary Traumatic Stress Scale

Figley, C.R. Compassion fatigue as secondary traumatic stress disorder: An overview. In Compassion Fatigue: Coping with Secondary Traumatic Stress Disorder; Figley, C.R., Ed.; Brunner/Mazel: New York, NY, USA, 1995; pp. 1–20

Kim, H.; Ji, J.; Kao, D. Burnout and physical health among social workers: A three-year longitudinal study. Soc. Work 2011, 56, 258–268. [CrossRef] [PubMed]

Maro Choi, Chunhui Suh, Seong Pil Choi, Chae Kwan Lee, Byung Chul Son, (2020), Validation of the Work Engagement Scale-3, used in the 5th Korean Working Conditions Survey

Shoji, K.; Lesniewska, M.; Smoktunowicz, E.; Bock, J.; Luszczynska, A.; Benight, C.C.; Cieslak, R. What comes first, job burnout or secondary traumatic stress? Findings from two longitudinal studies from the US and Poland. PLoS ONE 2015, 10, 1–15. [CrossRef] [PubMed]

Williams, N. Fighting fire: Emotional risk management at social service agencies. Soc. Work 2015, 60, 89–91. [CrossRef] [PubMed]