

**ประสบการณ์ความเครียดและวิธีการเผชิญความเครียด
ในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอดของนักศึกษาพยาบาล
Stress Experience and Stress Coping of Nursing Students
In The Clinical Learning Labor Room.**

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสบการณ์ความเครียด วิธีการเผชิญความเครียด และสร้างกระบวนการเรียนรู้เกี่ยวกับความเครียดและวิธีการเผชิญความเครียดในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอดของนักศึกษาพยาบาล ผู้ให้ข้อมูลคัดเลือกแบบเฉพาะเจาะจง คือ นักศึกษาพยาบาลที่ฝึกปฏิบัติงานห้องคลอด จำนวน 14 คน พยาบาลพี่เลี้ยง จำนวน 5 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์ วิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพโดยวิธีการวิเคราะห์เนื้อหา

ผลการวิจัย ประสบการณ์ความเครียดในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอดของนักศึกษาพยาบาล พบว่า นักศึกษามีความรู้สึกหลากหลายทั้งความตื่นเต้น กังวล กลัว เครียดในขณะที่ฝึกปฏิบัติงานห้องคลอด ส่งผลให้ขาดความมั่นใจ ไม่กล้าปฏิบัติ และตัดสินใจ มีอาการคล้ายจะเป็นลม นอนไม่หลับ นักศึกษาเผชิญความเครียดด้วยการอ่านหนังสือมากขึ้น การสืบค้นข้อมูลจากห้องสมุดและสื่อออนไลน์ การจดสรุปความเข้าใจ การพูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์และความรู้ระหว่างกลุ่มเพื่อน การพูดคุยกับผู้ปกครอง การผ่อนคลายด้วยการเดิน การฟังเพลง การว่ายน้ำ เป็นต้น ข้อเสนอแนะในการบรรเทาความเครียดในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอด ได้แก่ การเตรียมตัวก่อนขึ้นฝึกปฏิบัติงาน การสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างพยาบาลพี่เลี้ยงกับนักศึกษา การให้คำแนะนำ ความรู้ ความเข้าใจ การให้โอกาส และการสร้างความรักในวิชาชีพ

คำสำคัญ: นักศึกษาพยาบาล, ความเครียด, การเผชิญความเครียด

Abstract

This article focused on stress experience and stress coping of nursing students in the clinical learning labor room. The informants were 14 nursing students who experienced the practice of labor room and 5 nursing preceptors. Data collection was gathered by interviewing nursing students and preceptors. The content analysis was employed to analyze qualitative data. The results indicated that nursing students felt a combination of excitement, anxiety, fear and stress. The stress affected the nursing students in many ways, for example, a lack of confidence, a fear of doing and thinking about what they should do, or even fainting or falling asleep. Some coping strategies included reading more books, searching for information from the library or online media and sharing experiences with friends, talking to their families, or relaxing by walking or swimming and listening to music. It was recommended that nursing students should be prepared by practicing building relationships between nursing preceptors and themselves, receiving and giving advice among themselves, creating new opportunities and love in the profession.

Keywords: Nursing Students, Stress Experience, Stress Coping