

นิพนธ์ต้นฉบับ

ศึกษาการรับรู้ประสบการณ์ในการฝึกซ้อมระหว่างเหล่านักเรียนพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก

นันทิกานต์ กลิ่นเชตุ จันทนา กมลศิลป์ เสาวณีย์ ทวีวานิชย์ และ จิราภา ศรีรัตน์

วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก

บทคัดย่อ

บทนำ การฝึกซ้อมระหว่างเหล่านักเรียนพยาบาลเป็นการฝึกเสมือนจริง ในสถานการณ์จำลองที่มีผู้ช่วยเจ็บ นักเรียนพยาบาลต้องวางแผน และช่วยเหลือผู้ช่วยเจ็บ เพื่อให้เกิดการสูญเสียต่อชีวิตน้อยที่สุด โดยฝึกซ้อมกับทหาร 3 เหล่าทัพ และพลเรือน **วัตถุประสงค์** เพื่อศึกษาการรับรู้ประสบการณ์การฝึกซ้อมระหว่างเหล่านักเรียนพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก **วิธีการศึกษา** การวิจัยเชิงคุณภาพ โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง แบ่งกลุ่มตัวอย่างเป็น 3 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ไม่ผ่านการทดสอบสมรรถภาพทางกายก่อนฝึก กลุ่มที่มีสุขภาพแข็งแรง และกลุ่มที่เจ็บป่วยในระหว่างการฝึก จากนั้นคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยวิธีการสุ่ม กลุ่มละ 10 คน ได้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 30 คน โดยดำเนินการสนทนากลุ่มตามแบบแผนการสนทนากลุ่ม แล้วนำข้อมูลมาวิเคราะห์ด้วยวิธีการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา **ผลการศึกษา** พบประเด็นการรับรู้ประสบการณ์การฝึกซ้อมระหว่างเหล่านักเรียนพยาบาล ดังนี้ 1. การเตรียมความพร้อมด้านร่างกาย จิตใจ และความรู้ก่อนเข้ารับการฝึก มีผลทำให้ผ่านการฝึกไปได้ด้วยดี 2) ได้รับความรู้ และประสบการณ์เกี่ยวกับบริการทางการแพทย์ในสนาม การส่งกลับทางอากาศ การช่วยเหลือผู้ประสบภัยทางน้ำ การช่วยเหลือทางมนุษยธรรม และการช่วยเหลือในเหตุภัยพิบัติ 3) นักเรียนพยาบาลมีความภาคภูมิใจ มั่นใจในบทบาทหน้าที่ของตนเอง สามารถนำความรู้ไปใช้ได้ในอนาคต โดยเห็นว่าการฝึกครั้งนี้เป็นประสบการณ์ที่ดี ควรมีการฝึกซ้อมระหว่างเหล่านักเรียนพยาบาลต่อไปในทุกปี **สรุป** การฝึกซ้อมระหว่างเหล่านักเรียนพยาบาลได้ฝึกทักษะการเป็นผู้นำทางทหาร การตัดสินใจ การวางแผน และการแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า รวมทั้งฝึกทักษะการอยู่ร่วมกับผู้อื่น และการทำงานเป็นทีม เพื่อพร้อมให้การพยาบาลในทุกสถานการณ์

คำสำคัญ: ● การรับรู้ประสบการณ์ ● การฝึกซ้อมระหว่างเหล่านักเรียนพยาบาล ● นักเรียนพยาบาล ● วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก

เวชสารแพทย์ทหารบก 2563;73(4):221-30.

ได้รับต้นฉบับเมื่อ 8 เมษายน 2563 แก้ไขบทความ 27 พฤศจิกายน 2563 ได้ตีพิมพ์เมื่อ 12 ธันวาคม 2563

ผู้รับผิดชอบหลัก: ร.อ.หญิง นันทิกานต์ กลิ่นเชตุ วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก ถนนราชวิถี เขตราชเทวี กรุงเทพฯ 10400

Original Article

Perception of experience in joint army training of army nursing students

Nuntikan Klinchet, Chantana Kamolsilp, Saowanee Taweewanich and Jirapa Srirath

The Royal Thai Army Nursing College

Abstract:

Background: Joint army training is a virtual practice in a simulated situation that has patients. Nursing students must plan and help the patients in order to minimize the loss of life by joint army training with militaries (Army, Navy, Air Force) and civilians. **Objective:** To study the perception of experience in joint army training of army nursing students. **Method:** Qualitative research by choosing purposive samples that were divided into 3 groups: a group that did not pass a physical fitness test before training, a healthy group, and a group that became sick during training. The samples were then selected by random sampling, 10 people in each group. The sample group consisted of 30 people which were conducted group discussions according to group discussion guidance. Then, data were analyzed by using content analysis method. **Results:** The study revealed that the perception of experience in joint army training was as followed 1. Physical, mental, and knowledge preparation before the training led to good training results 2. The samples acquired knowledge and experience in medical services in the battlefield, air medical evacuation, helping water disaster victims, humanitarian assistance, and helping in disasters 3. Nursing students were proud and confident in their role to apply this knowledge in the future. This training is a good experience. The joint army training should be continued every year. **Conclusion:** Nursing students had practiced military leadership skills, making decisions, planning and solving immediate problems as well as skills of living with others and team work for nursing in every situations from this joint army training.

Keywords: ● Perception of experience ● Joint army training ● Army nursing students

RTA Med J 2020;73(4):221-30.

Received 8 April 2020 Corrected 27 November 2020 Accepted 12 December 2020

Corresponding author Capt. Nuntikan Klinchet, The Royal Thai Army Nursing College, Rajvithi Rd., Ratchathewi Dist., Bangkok 10400

บทนำ

ในปัจจุบันประเทศทั่วโลกรวมถึงประเทศไทยกำลังเผชิญกับภัยพิบัติทางธรรมชาติ และภัยจากการกระทำของมนุษย์ เช่น การก่อวินาศกรรม และการก่อการร้าย ซึ่งทวีความรุนแรงมากขึ้นเรื่อยๆ เหตุการณ์ดังกล่าวก่อให้เกิดการสูญเสียชีวิตและบาดเจ็บเป็นจำนวนมาก จากเหตุการณ์ที่ผ่านมาในระหว่าง ปี พ.ศ. 2542 - 2551 ภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้มีภัยพิบัติเกิดขึ้นถึง 3,000 ครั้ง มีผู้เสียชีวิตมากกว่า 1,000,000 คน¹ และประเทศไทยเป็นประเทศหนึ่งที่ได้รับผลกระทบจากภัยพิบัติและอุบัติเหตุภัยหมู่ รวมถึงสถานการณ์ความขัดแย้งทางการเมือง ซึ่งทำให้มีผู้เสียชีวิตและบาดเจ็บเป็นจำนวนมาก พยาบาลจึงเป็นผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องและมีบทบาทสำคัญในการจัดการกับสถานการณ์ดังกล่าว เพื่อช่วยลดอัตราการเสียชีวิต ความพิการ ตลอดจนความสูญเสียในด้านต่างๆ การศึกษาที่ผ่านมาทั้งในและต่างประเทศพบว่า บุคลากรทางการแพทย์มีความมั่นใจในบทบาทการจัดการภัยพิบัติค่อนข้างน้อย เนื่องจากยังขาดรูปแบบการฝึกที่ชัดเจนและมีประสิทธิภาพ รวมถึงยังไม่มี การเตรียมความพร้อมของบุคลากรที่เพียงพอ^{2,3}

การฝึกหัดระหว่างเหล่าทัพเป็นการฝึกเสมือนจริงในการฝึกทางทหาร โดยมีการใช้อาวุธยุทธโธปกรณ์จริง และฝึกร่วมกับหน่วยงานหลายฝ่าย ทั้งทหารสามเหล่าทัพและพลเรือน ซึ่งการฝึกดังกล่าวเป็นการจำลองสถานการณ์ที่มีผู้ป่วยเจ็บและอาจเป็นภัยต่อชีวิต นักเรียนพยาบาลต้องวางแผน และเข้าช่วยเหลือผู้ป่วยเจ็บในสถานการณ์ต่างๆ เพื่อไม่ให้เกิดการสูญเสียต่อชีวิตหรือสูญเสียน้อยที่สุด ซึ่งการฝึกในสถานการณ์จำลองหรือการฝึกเสมือนจริงนั้นเริ่มใช้ในการฝึกกันอย่างกว้างขวาง และเข้ามามีบทบาทมากขึ้นในการฝึกกับเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องกับความมั่นคง เช่น ทหาร ตำรวจ เจ้าหน้าที่ฝ่ายพลเรือน เป็นต้น⁴ โดยเฉพาะอย่างยิ่งแพทย์ทหารและพยาบาลทหารที่จะมีบทบาทในการเข้าช่วยเหลือผู้ป่วยเจ็บในสนามรบ เหตุการณ์ภัยพิบัติ และสถานการณ์ความรุนแรงต่างๆ ซึ่งในปัจจุบันทวีความรุนแรงมากขึ้น ทำให้เกิดความต้องการเจ้าหน้าที่ที่มีศักยภาพ และมีความชำนาญในการปฏิบัติหน้าที่ในการช่วยเหลือ ให้การรักษา และการพยาบาล เพื่อเคลื่อนย้ายผู้ป่วยเจ็บไปในพื้นที่ที่ปลอดภัย เพื่อลดความสูญเสียในชีวิตและทรัพย์สิน

วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบกเป็นสถาบันการศึกษาระดับอุดมศึกษา ซึ่งมุ่งผลิตบัณฑิตพยาบาลที่มีคุณภาพ มีความรู้ มีคุณธรรมจริยธรรม มีวินัยต่อตนเอง และความรับผิดชอบต่อส่วนรวม เพื่อตอบสนองและพร้อมรับใช้สังคม โดยมีเอกลักษณ์สถาบัน

คือ “ผลิตพยาบาลด้านเวชศาสตร์ทหาร ให้พร้อมทุกสถานการณ์” และอัตลักษณ์บัณฑิตคือ “คุณลักษณะผู้นำทหารเด่น เน้นจิตอาสา คุณธรรมคู่ปัญญา สร้างคุณค่าการพยาบาลในทุกสถานการณ์” โดยหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ระยะเวลาเรียนทั้งสิ้น 4 ปี (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2555) มุ่งให้นักเรียนมีสมรรถนะทางวิชาชีพการพยาบาลและทางทหาร⁵ นอกจากนี้ยังจัดให้มีฝึกปฏิบัติการหยาพิรักษาในการฝึกปฏิบัติการพยาบาลรบบยอดของนักเรียนพยาบาลชั้นปีที่ 4 ซึ่งเน้นในเรื่องการพยาบาลในสนาม การช่วยเหลือผู้ป่วยเจ็บในเหตุการณ์ภัยพิบัติ โดยนักเรียนพยาบาลจะได้เรียนทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ สอดคล้องกับเอกลักษณ์สถาบัน ซึ่งมุ่งผลิตพยาบาลด้านเวชศาสตร์ทหาร ให้พร้อมทุกสถานการณ์

ในปีการศึกษา 2561 มีการปรับเปลี่ยนการฝึก โดยให้นักเรียนพยาบาลชั้นปีที่ 4 รุ่นที่ 52 เข้ารับการฝึกหัดระหว่างเหล่าทัพ ซึ่งมีวัตถุประสงค์ให้นักเรียนพยาบาลมีความรู้ ความเข้าใจ สามารถปฏิบัติการร่วมกับหน่วยรักษาพระองค์ได้อย่างสมจริง เข้าใจคุณลักษณะและความสามารถซึ่งกันและกัน โดยนักเรียนพยาบาลเข้ารับการฝึก (CTX: Cross Training Exercise) และการฝึกภาคสนาม (FTX: Field Training Exercise) เพื่อปฏิบัติการกิจทั้งในหน่วยแพทย์ในสถานการณ์รบ และการบรรเทาสาธารณภัยแบบบูรณาการในพื้นที่ส่วนหลัง (HCA: Humanitarian Civic Assistance) โดยต้องใช้ความรู้ทั้งทางทหารราบ และทางด้านเวชศาสตร์ทหารในการคัดแยกผู้ป่วย ให้การพยาบาล เคลื่อนย้าย รวมถึงส่งต่อผู้ป่วยในสนามรบและเมื่อเกิดภัยพิบัติได้ โดยฝึกบูรณาการร่วมกันระหว่างนักเรียนแพทย์ทหาร และนักเรียนพยาบาลสามเหล่าทัพ ซึ่งในครั้งนี้ นักเรียนพยาบาลชั้นปีที่ 4 รุ่นที่ 52 ต้องเข้าร่วมการฝึกดังกล่าวเป็นครั้งแรก และแตกต่างจากการฝึกหยาพิรักษาที่ผ่านมา ซึ่งเป็นการฝึกเพียงเฉพาะในกลุ่มนักเรียนพยาบาล ไม่มีการบูรณาการ หรือทำงานร่วมประสานกับสหสาขาวิชาชีพ และทหารหน่วยต่างๆ ในสถานการณ์เสมือนจริง ทำให้นักเรียนพยาบาลต้องมีการเตรียมความพร้อม และปรับตัวในหลายด้าน ทั้งด้านร่างกายและจิตใจ รวมถึงการเตรียมความพร้อมด้านความรู้และทักษะในการปฏิบัติการพยาบาลผู้ป่วยในสนาม ซึ่งความผิดปกติทางด้านร่างกายที่เกิดขึ้นนั้นจะส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิต ทำให้เกิดความเครียด ความวิตกกังวลมากยิ่งขึ้น จนทำให้การรับรู้การฝึกของนักเรียนพยาบาลนั้นมีประสิทธิภาพที่ลดลง⁶

ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาเชิงลึกเกี่ยวกับการรับรู้ประสบการณ์ในการฝึกหัดระหว่างเหล่าทัพของนักเรียนพยาบาล วิทยาลัย

พยาบาลกองทัพบก ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการเรียนการสอน รวมถึงได้พัฒนาอัตลักษณ์พยาบาลทหารบกตามที่หลักสูตรกำหนด พัฒนานักเรียนสู่ Smart Army Nurse และเพื่อให้หน่วยงานอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับการฝึกหัดระหว่างเหล่าทัพสามารถนำข้อมูลที่ได้มาเป็นแนวทางพัฒนาในการเตรียมนักเรียน หรือเจ้าหน้าที่ในการฝึกให้มีประสิทธิภาพทั้งร่างกายและจิตใจต่อไป

วัตถุประสงค์

เพื่อศึกษาการรับรู้ประสบการณ์การฝึกหัดผสมของนักเรียนพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก

วัสดุและวิธีการ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสนทนากลุ่ม เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง โดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนพยาบาลกองทัพบก ชั้นปีที่ 4 รุ่นที่ 52 ที่กำลังศึกษาในวิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก ภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2561 ออกเป็น 3 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ไม่ผ่านการทดสอบสมรรถภาพทางกายก่อนฝึก กลุ่มที่มีสุขภาพแข็งแรง และกลุ่มที่เจ็บป่วยในระหว่างการฝึก จากนั้นคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยวิธีการสุ่ม (Random sampling) กลุ่มละ 10 คน ได้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 30 คน

ในการเก็บข้อมูลมีผู้ช่วยวิจัยเป็นผู้ดำเนินการซึ่งไม่มีส่วนเกี่ยวข้องในการควบคุมการฝึก โดยสอบถามความสนใจในการเข้าร่วมการวิจัย ชี้แจงขั้นตอนการวิจัย พร้อมทั้งอธิบายสิทธิของผู้เข้าร่วมการวิจัยให้กลุ่มตัวอย่างทราบ และให้กลุ่มตัวอย่างลงนามในหนังสือแสดงความยินยอมในการเข้าร่วมวิจัย ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้วิธีการสนทนากลุ่ม ใช้เวลาครั้งละประมาณ 45-60 นาที โดยแบ่งแยกกลุ่มตัวอย่างในการสนทนากลุ่มออกเป็น 3 กลุ่ม ณ อาคารกองการปกครอง วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก ดำเนินการสนทนากลุ่มโดยใช้แบบบันทึกเสียงในระหว่างการสนทนา ทำการจดบันทึก และสังเกตพฤติกรรมในระหว่างดำเนินการสนทนากลุ่ม การสัมภาษณ์จะทำการสัมภาษณ์จนกว่าจะได้ข้อมูลครอบคลุมทุกประเด็น โดยพบว่าข้อมูลที่ได้เริ่มซ้ำกับข้อมูลเดิม ไม่มีข้อมูลใหม่เกิดขึ้น และจะหยุดสัมภาษณ์เมื่อข้อมูลอิ่มตัว (Data saturation)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้น ประกอบด้วยข้อความ 3 ข้อ เกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ เพศ อายุ และเกรดเฉลี่ยสะสม เป็นต้น

2. แบบแผนแนวการสนทนากลุ่ม (Semi-Structured Interview Guide) ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยเป็นข้อความปลายเปิด สอบถามเกี่ยวกับการรับรู้ประสบการณ์ในการฝึกหัดระหว่างเหล่าทัพของนักเรียนพยาบาล ประกอบด้วยข้อความ 5 ข้อ ได้แก่ 1) การเตรียมความพร้อมก่อนเข้ารับการฝึกหัดผสมเหล่าทัพในครั้งนี้มีประโยชน์อย่างไร 2) การฝึกในครั้งนี้ได้เรียนรู้เรื่องใดบ้าง 3) ประโยชน์ที่ได้รับจากการฝึกในครั้งนี้สามารถนำไปใช้ในอนาคตอย่างไร 4) ความรู้สึกของนักเรียนพยาบาลหลังจากการฝึกเสร็จสิ้นแล้วรู้สึกอย่างไร และ 5) ในการฝึกครั้งต่อไปควรพัฒนาในเรื่องใดบ้าง

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ใช้สถิติพรรณนา หาค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ในการวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคล
2. ใช้การวิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content analysis) ของ จอนส์สัน และลามองเทล์ ประกอบด้วย 6 ขั้นตอน คือ
 1. การเตรียมข้อมูลเบื้องต้นสำหรับการวิเคราะห์ (Data preparation) และการเตรียมอุปกรณ์ต่างๆ ที่ใช้ในการเก็บข้อมูล
 2. การทำความเข้าใจกับข้อมูล (Familiar with the data)
 3. การระบุกรอบแนวคิดและตัวแปรที่ต้องการศึกษา (Identified unit of analysis)
 4. การจัดหมวดหมู่ประเภทของข้อมูล (Tentative categories)
 5. การตรวจสอบความถูกต้องของการจัดหมวดหมู่ประเภทของข้อมูล (Refined categories)
 6. การตรวจสอบความถูกต้องของผลการวิเคราะห์ (Category integrity)

การตรวจสอบความเชื่อถือได้ของข้อมูล (Trustworthiness)

การตรวจสอบความเชื่อมั่น (Dependability) ของผลการวิเคราะห์ โดยการนำข้อมูลร้อยละ 15 ของข้อมูลทั้งหมดที่ได้จากการสนทนากลุ่มนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 2 คน ทำการวิเคราะห์โดยอิสระ (Independent content analysis) และนำผลการวิเคราะห์มาเปรียบเทียบกัน จากนั้นหาค่าร้อยละของการเห็นด้วยของผลการวิเคราะห์ที่ได้ ซึ่งต้องได้ค่าการเห็นด้วยอย่างน้อยร้อยละ 80

การตรวจสอบความถูกต้อง (Credibility) ของผลการวิเคราะห์ในการศึกษาครั้งนี้ใช้วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลหลายรูปแบบ ได้แก่ การสนทนากลุ่ม การจดบันทึก และการสังเกตพฤติกรรม สีน้าท่าทาง ของกลุ่มตัวอย่างขณะสนทนากลุ่ม มาประกอบการวิเคราะห์ข้อมูลตามวิธีการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content analysis) ทั้ง 6 ขั้นตอน จากนั้นนำผลการวิเคราะห์ที่ได้ไปสอบถามนักเรียนพยาบาลชั้นปีที่ 4 รุ่นที่ 52 ซึ่งคัดเลือกโดยวิธีการสุ่ม ซึ่งการคำนวณขนาดของกลุ่มตัวอย่างในระยะนี้ คำนวณจากร้อยละ 10-15 ของประชากรทั้งหมด⁷ เพื่อยืนยันถึงความถูกต้องของผลการวิจัย

การรับรองจริยธรรมการวิจัย

โครงการวิจัยนี้ได้ผ่านการรับรองพิจารณารับรองจากคณะกรรมการพิจารณาโครงการวิจัย กรมแพทยทหารบก ตามเลขที่หนังสือ IRBRTA 546/2562 รหัสโครงการ N001h/62 วันที่รับรอง 21 พ.ค.62

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยการศึกษาการรับรู้ประสบการณ์ในการฝึกวิ่งระหว่างเหล่านักเรียนพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก สามารถวิเคราะห์ข้อมูลออกมาเป็น 5 ประเด็นหลัก ดังต่อไปนี้

ประเด็นที่ 1 การเตรียมความพร้อมก่อนเข้ารับการฝึก สามารถแบ่งเป็นประเด็นย่อย 6 ประเด็นย่อย คือ

1.1 การเตรียมความพร้อมด้านร่างกาย ผลการวิจัยพบว่า การเตรียมความพร้อมด้านร่างกายมีความสำคัญ เนื่องจากทำให้ร่างกายแข็งแรง อึดทน ผ่านการฝึกไปได้ แต่ระยะเวลาการเตรียมร่างกายนานเกินไป ควรให้มีการออกกำลังกาย 3 ครั้งต่อสัปดาห์ และใช้เวลาเตรียมตัว 1-2 เดือนก็เพียงพอ รวมถึงควรลดจำนวนครั้งของการทดสอบสมรรถภาพร่างกายลง ปรับตารางเวลาการเตรียมความพร้อมให้มีความเหมาะสมกับเวลาเรียนมากยิ่งขึ้น

“การเตรียมความพร้อมทางด้านร่างกายก็จะมีวิ่งแล้วทดสอบสมรรถภาพเป็นระยะ ก็คิดว่าเป็นเรื่องที่ดีแต่อาจจะปรับลดลงให้น้อยกว่านี้ เพราะว่าเป็นการสร้างเสริมความเครียดให้นักเรียนที่ต้องทดสอบสมรรถภาพบ่อยๆ ควรปรับการออกกำลังกายเป็นอาทิตย์ละ 3 วัน และเห็นว่าการเตรียมร่างกายทำให้แข็งแรงมีความอดทนทำให้การฝึกสำเร็จ”

1.2 การได้รับคำแนะนำจากแพทย์เวชศาสตร์ฟื้นฟู ผลการวิจัยพบว่า การได้รับคำแนะนำจากแพทย์เวชศาสตร์ฟื้นฟูเรื่องการยืดเหยียดกล้ามเนื้อมีความเหมาะสม เป็นสิ่งที่ดี เพื่อป้องกันการบาดเจ็บของร่างกาย ทำให้มีความรู้มากขึ้นและสามารถปฏิบัติได้ถูกต้อง

“หนูคิดว่ามาสอนอันนี้ก็ดูมีความเหมาะสมค่ะ มันเป็นการที่แบบป้องกันการบาดเจ็บจากการที่เรารั้งเลย แต่อันนี้มันก็จะแบบเป็นการยืดเหยียดกล้ามเนื้อก่อนจะได้ไม่บาดเจ็บมาก”

1.3 โปรแกรมการออกกำลังกาย ผลการวิจัยพบว่า การใช้แอปพลิเคชันในการจับเวลาในการวิ่งไม่ได้ช่วยทำให้การวิ่งทำได้ดีขึ้น ควรเป็นการจับเวลาวิ่งทำลายสถิติตัวเอง และความถี่ในการทดสอบสมรรถภาพ ควรทำการทดสอบเพียง 2 ครั้ง รวมถึงการออกกำลังกายควรมีความหลากหลายตามที่นักเรียนสนใจ เช่น วายน้ำ วอลเลย์บอล หรือแบดมินตัน

“การทดสอบสมรรถภาพทางกาย สำหรับรุ่นหนู หนูคิดว่ามันบ่อยเกินไป ถิ่นเกินไป คือคิดว่าถ้าเกิดเราทำตารางและรับผิดชอบตนเองในส่วนนั้นแล้ว ก็อาจจะกำหนดเวลาไปเลย อาจจะเป็นเดือนละสองครั้ง ไม่ใช่สองอาทิตย์หนึ่งครั้งหรือว่าอาทิตย์ละครั้ง หนูคิดว่าอาจจะเครียดด้วยแล้วก็จะหนักด้วยค่ะ เพราะว่าการวิ่งแข่งกับเวลามันค่อนข้างหนัก”

“คือหนูอยากจะให้มีความหลากหลายของตารางออกกำลังกายที่มากกว่านี้ค่ะ อย่างเช่น อาจจะเปลี่ยนของการที่มีแค่วิ่งหรือเดินเป็นไปวายน้ำก็ได้ ไปเล่นวอลเลย์บอลหรือเล่นแบดมินตันก็ได้”

1.4 การทบทวนการปฏิบัติและวินัยทหาร ผลการวิจัยพบว่า การเตรียมความพร้อมเรื่องความรู้เกี่ยวกับวินัยทหาร บุคคลท่ามือเปล่า ควรมีการทบทวนก่อนไปฝึก 1 ครั้งว่ามีเปลี่ยนแปลงอะไรบ้าง และทำความเข้าใจกับทุกเหล่าให้เป็นแนวทางเดียวกัน เพื่อสร้างความมั่นใจว่านักเรียนทำถูกต้อง และเป็นการให้ความรู้ในสิ่งที่มีการเปลี่ยนแปลงให้ทันกับหน่วยอื่นที่เข้ารับการฝึก

“เหมือนกันว่าเป็นการให้เราทบทวน เราจะสามารถรักษาหรือว่าคงไว้ซึ่งวินัยทหารนะ แต่ก็อาจจะบางส่วนที่เราอาจจะได้ยินมาว่ามีการปรับเปลี่ยนเป็นตามแบบใหม่ ซึ่งถ้าหากว่ามีท่านอาจารย์ที่มาสอนซักชั่วโมงหรือ 2 ชั่วโมงก็อาจจะดีกับเรา แบบเป็นอาจารย์ที่มีความรู้ทางด้านนี้หรือเป็นผู้ที่เป็นนายทหารที่มีความรู้ทางด้านนี้จริงๆ มาอบรมในช่วงก่อนไป ให้ได้รู้วินัยทหารที่ถูกต้องทำอย่างไรเหมือนมาอัปเดตให้ทราบอีกที”

1.5 การเตรียมความพร้อมด้านจิตใจ ผลการวิจัยพบว่า การเตรียมความพร้อมด้านจิตใจและทัศนคติก่อนไปฝึกโดยจิตแพทย์ไม่ค่อยช่วยแก้ไขปัญหาความเครียดและความวิตกกังวลของนักเรียน เนื่องจากเป็นการสอนเรื่องทั่วไปไม่ได้ช่วยให้ความเครียดลดลง แต่นักเรียนมีความกังวลเกี่ยวกับการฝึกว่าเมื่อไปฝึกต้องเจออะไรบ้าง เครียดเรื่องสอบรวบยอดมทิดล และความไม่ชัดเจนของภารกิจ

“ฟังผ่านๆ ช่วงเวลาที่ฟังมันแป๊บเดียว มันก็แค่ชั่วโมง 2 ชั่วโมง คืออารมณ์ของอาจารย์หมอกี่มา คำสอนวิธีว่าถ้าเราเครียดเราต้องจัดการยังไง ซึ่งเพื่อนบางคนเค้าก็อาจมีวิธีจัดการความเครียดของเค้าอยู่แล้ว”

“เหมือนเราไม่รู้ว่าจะไปเจออะไรบ้าง อันนี้ก็เป็นสิ่งที่ทำให้เราเป็นกังวลค่ะ เพราะว่ามันมีอย่างอื่นด้วยค่ะ เพราะว่าด้วยความที่เวลามันน้อยพวกหนูก็ต้องกังวลเรื่องที่จะต้องขึ้นเวรด้วยแล้วก็ต้องมาคอยกังวลว่าเราจะไปทำอะไรกันต่อหรือว่าเราต้องเตรียมตัวอะไรไปบ้าง”

1.6 การเตรียมความรู้และอุปกรณ์ในการฝึก ผลการวิจัยพบว่า การเตรียมความพร้อมเรื่องความรู้ ทำให้มีความพร้อม ช่วยลดความเครียดในการฝึก ส่วนในเรื่องการเตรียมอุปกรณ์และของใช้ในการดำเนินการฝึกเป็นของใหม่และมีความเพียงพอ

“ได้ใช้หมดเลยค่ะ ที่เรียนไปทำให้เราตอบได้ไม่ติดขัด ก็แค่อันเดียวที่เราติดตอนเจอสถานการณ์จริง ก็คืออากาศค่ะ ทพเรือพวกเรายังรู้สึกว่ามันคล้ายกันกับของเราแค่นั้นลงไปในน้ำ แต่ของคืออากาศค่าส่งเค้าต่างออกไปเลย ตอนนั้นคือเราไม่รู้จักเลย ถ้าอาจารย์เชิญวิทยากรจากทหารอากาศให้มาสอน อุปกรณ์ การเรียกชื่อ ให้เราเวลาไปฟังอบรมจะได้เข้าใจ ไม่งง”

ประเด็นที่ 2 สิ่งที่ได้เรียนรู้จากการฝึกในครั้งนี้ ผลการวิจัยพบว่า การฝึกพร้อมระหว่างเหล่าทัพในครั้งนี้เป็นการฝึกในสถานการณ์เสมือนจริง ซึ่งทำให้นักเรียนพยาบาลได้รับความรู้ต่างๆ อย่างหลากหลาย ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการบริการทางการแพทย์ในสนามและที่พยาบาลกองทัพบก ความรู้เกี่ยวกับการสังเกตและการช่วยเหลือในบึงการต่างๆ ได้แก่ ไฟไหม้ ดินถล่ม ไฟไหม้ ไฟไหม้บั้งมีก๊าซ คลอรีนรั่ว สารพิษโพแทสเซียมไฮไดรด์ และสะพานขาด ความรู้เกี่ยวกับโรงพยาบาลสนาม ความรู้เกี่ยวกับการช่วยเหลือผู้ประสบภัยพิบัติ/อุบัติเหตุหมู่ ความรู้เกี่ยวกับการจัดการการสาธารณภัยร่วมกับฝ่ายพลเรือน ความรู้เกี่ยวกับ TCCC การให้บริการทางการแพทย์บนอากาศยาน การช่วยเหลือผู้ประสบภัยทางน้ำ การลำเลียงผู้ป่วยในพื้นที่ยากลำบาก การช่วยชีวิตขั้นพื้นฐาน และการช่วยเหลือด้านมนุษยธรรม ซึ่งจากผลการประเมินของนักเรียนพยาบาลทั้ง 85 นาย ที่เข้ารับการฝึกพร้อมระหว่างเหล่าทัพส่วนใหญ่ ร้อยละ 45.90 เห็นด้วยมากที่สุดว่าการเรียนรู้ในส่วนของการฝึกนี้ ทำให้เข้าใจการบริการทางการแพทย์ในสนามมากขึ้น เนื่องจากมีอุปกรณ์ครบ บรรจุบุคลากรแทนค่าครบทุกตำแหน่ง ได้เห็นกระบวนการทำงานทุกขั้นตอน จากสถานการณ์ฝึกที่จำลองเหมือนเหตุการณ์จริง ทำให้ได้

เรียนรู้เห็นภาพถึงบทบาทของตัวเองอย่างชัดเจนเมื่อเกิดเหตุการณ์ได้รับความรู้และประสบการณ์ที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในวิชาชีพการพยาบาลต่อไปในอนาคตได้

“เหมือนตอนของหนูกับเพื่อนค่ะ ได้อยู่โรงพยาบาลสนามก็จะได้เห็นเค้าจัดตั้งจริงๆ ว่าชุดคัดกรองอยู่ตรงไหน อะไรร้อยตรงไหน รถเข้าทางไหน เห็นถึง flow ของการทำงานทั้งหมด แล้วก็มีเจ้าหน้าที่จริงๆ ทั้งหมด เทคนิคการแพทย์ แล้วเราก็ได้ไปแทนค่าตำแหน่งต่างๆ แล้วก็มีอุปกรณ์ที่เพียงพอ ได้ลองหยิบมาใช้จริงๆ แล้วเหมือนเราสามารถเอาความรู้และประสบการณ์เหล่านี้ไปใช้ได้จริง”

ประเด็นที่ 3 ประโยชน์ที่ได้รับจากการฝึกในครั้งนี้ สามารถนำไปใช้ในอนาคตอย่างไร ผลการวิจัยพบว่า ประโยชน์ที่ได้รับจากการเข้าร่วมการฝึกพร้อมระหว่างเหล่าทัพนั้น ทำให้นักเรียนพยาบาลได้เรียนรู้และฝึกทักษะการตัดสินใจ การแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า ได้เครือข่ายจากเพื่อนนักเรียนพยาบาลในเหล่าทัพอื่นๆ มีการสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีร่วมกัน จนทำให้เกิดการประสานงาน การพูดคุย แลกเปลี่ยน และเกิดการดำเนินงานที่ง่ายมากยิ่งขึ้น สามารถคิดวิเคราะห์สถานการณ์ ฝึกทักษะการช่วยเหลือผู้ป่วยเจ็บหรือผู้ประสบภัยต่างๆ ได้ ให้บริการทางการแพทย์ในพื้นที่ส่วนหลังการรบ โดยนำความรู้ที่ได้รับจากการฝึกในครั้งนี้มาประยุกต์ใช้ได้เมื่อเกิดเหตุการณ์ฉุกเฉินต่างๆ ในอนาคตได้ นอกจากนั้นยังทำให้นักเรียนพยาบาลได้เรียนรู้ถึงบทบาทหน้าที่และศักยภาพของนักเรียนพยาบาลในแต่ละเหล่าทัพ ฝึกการปรับตัวและการทำงานร่วมกันกับผู้อื่นอย่างมีความสุข ฝึกทักษะการเป็นผู้นำ การเคารพกฎกติกา และความยืดหยุ่นกับสถานการณ์หรือเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นอยู่ตลอดเวลา ซึ่งจะทำให้การฝึกพร้อมผสมในครั้งนี้สามารถตอบอัตลักษณ์ของนักเรียนพยาบาลกองทัพบกได้ครบทุกข้อ สอดคล้องกับผลการประเมินของนักเรียนพยาบาลทั้ง 85 นาย ที่เข้ารับการฝึกพร้อมผสมส่วนใหญ่ร้อยละ 60 เห็นด้วยมากที่สุดว่าเป็นการฝึกการตอบสนองต่ออัตลักษณ์บัณฑิตนั้นคือ คุณลักษณะผู้นำทหารเด่น เน้นจิตอาสา คุณธรรม คู่ปัญญา สร้างคุณค่าการพยาบาลในทุกสถานการณ์ และผลการประเมินของนักเรียนพยาบาลทั้ง 85 นาย ที่เข้ารับการฝึกพร้อมระหว่างเหล่าทัพส่วนใหญ่ร้อยละ 58.8 เห็นด้วยมากที่สุดว่า การฝึกพร้อมผสมในครั้งนี้ เป็นการทำให้นักเรียนพยาบาลได้ฝึกทักษะการอยู่ร่วมกันกับผู้อื่น การทำงานเป็นทีม การติดต่อสื่อสาร การประสานงาน และการสร้างเครือข่ายในการทำงานร่วมกัน รวมถึงการเคารพกฎกติกา การปรับเปลี่ยนตนเองให้มีความยืดหยุ่นกับทุกสถานการณ์ที่เกิดขึ้นและเปลี่ยนแปลงไปตลอดเวลา นอกจากนั้นยัง

ทำให้นักเรียนพยาบาลสามารถนำความรู้และประสบการณ์ทางการแพทย์และการปฏิบัติการพยาบาล การดูแลรักษาและให้ความช่วยเหลือ รวมถึงการลำเลียงผู้ป่วยเจ็บในสถานการณ์ฉุกเฉินต่างๆ การฝึกทักษะการตัดสินใจ การแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า มาประยุกต์ใช้ในการเป็นพยาบาลวิชาชีพต่อไปในอนาคต

“การตัดสินใจค่ะ การแก้ปัญหาเฉพาะหน้า เหมือนเป็นการสร้างเครือข่ายค่ะ เพราะว่าเราสามารถติดต่อขอความช่วยเหลือจากเพื่อนเหล่าทัพอื่นได้เยอะมาก เหมือนเราเป็นเพื่อนกันสนิทกัน รู้จักกันจากที่ไม่เคยรู้จักจนตอนนี้ก็เหมือนว่าเป็นการสร้างเครือข่ายค่ะ สามารถทำงานได้ง่ายขึ้น พุดคุย แลกเปลี่ยนกันได้ง่ายขึ้นค่ะ”

“เรื่องของประสบการณ์อย่างที่คุณบอก ได้ทั้งวิชาการ ได้ทั้งประสบการณ์ เหมือนว่าการฝึกครั้งนี้ก็ถือว่าหนักเหมือนกัน แล้วก็ความอดทนได้กลับมาอยู่แล้ว การปรับตัวเข้ากับคนอื่น การเป็นผู้นำ นี่คือนิสัยที่ได้ค่ะ”

“คิดว่ามันตอบสนองอัตลักษณ์เราในเรื่องของทหารก็เด่นชัดอยู่แล้ว ก็คือคุณลักษณะผู้นำทหารเด่น ก็คือวิทยาลัยพยาบาลของเราเหมือนจะเป็นผู้นำในทุกกิจกรรมเลย ตั้งแต่ต่างๆ เลยก็คือหัวหน้าหมวดก็เป็นหัวหน้านักเรียน เป็นหัวหน้ากองพันด้วย เราก็เป็นผู้นำทุกอย่าง ก็คือว่าข้อนี้ชัดเจนที่สุดเลยสำหรับคุณลักษณะผู้นำทหารเด่น”

ประเด็นที่ 4 ความรู้สึกของนักเรียนพยาบาลหลังจากเสร็จสิ้นการฝึก ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังเสร็จสิ้นการฝึกหัดระหว่างเหล่าทัพ นักเรียนพยาบาลรู้สึกว่าเป็นประสบการณ์ที่ดี ได้รับความรู้ใหม่ๆ ได้มิตรภาพที่ดีจากสถาบันการศึกษาอื่นๆ และได้เครือข่ายจากหน่วยงานต่างๆ นอกจากนี้ยังรู้สึกภาคภูมิใจที่เป็นส่วนหนึ่งของการฝึกในครั้งนี้ และรู้สึกสบายใจที่ได้ตั้งใจเข้ารับการฝึกอย่างเต็มความสามารถ อยากให้มีการฝึกหัดแบบนี้ในปีต่อไป สอดคล้องกับผลการประเมินของนักเรียนพยาบาลทั้ง 85 นายที่เข้ารับการฝึกหัดร่วมผลส่วนใหญ่ร้อยละ 60 เห็นด้วยมากที่สุดว่าการฝึกครั้งนี้เป็นประสบการณ์ที่ดี สนุก ได้รับความรู้ใหม่ๆ และร้อยละ 62.40 รู้สึกภาคภูมิใจที่ได้เป็นส่วนหนึ่งของภารกิจในครั้งนี้ รู้สึกว่าตนเองเก่ง มีความเป็นผู้ใหญ่มากขึ้น

“ก็โล่งครับ มิตรภาพดีๆ ที่มีต่อเพื่อนในกลุ่มก่อนจะจากกัน เหมือนกับในกลุ่มก็เสียตาย ก็แบบเป็นครั้งเดียวในชีวิตที่ได้รู้จักกัน เพราะในอนาคตไม่รู้ได้เจอกันอีกเมื่อไร เพื่อนก็จะอาลัยอาวรณ์กัน”

“อาจเหนื่อยไปบ้างแต่รู้สึกคุ้มค่ากับเวลาและร่างกายแรงใจที่เสียไป และอยากให้มีการฝึกหัดแบบนี้ในปีต่อไป”

“ก็ไม่ได้คิดว่าตนเองจะผ่านมาได้ และภูมิใจมากที่แบบว่าเราสามารถผ่านสิ่งที่เราคิดว่ามันยากมากๆ แล้วเป็นสิ่งที่เราคิดว่ามันจะหนักที่สุดในชีวิตสปีท์ที่เราเรียนมา แต่พอเราผ่านได้ ก็รู้สึกที่เราเก่งนะ เราก็ทำได้นะ รู้สึกว่ามันมีความเป็นผู้ใหญ่มากขึ้นในการที่เจออะไรมาเยอะ”

ประเด็นที่ 5 ในการฝึกครั้งต่อไปควรพัฒนาในเรื่องใดบ้าง ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนพยาบาล ชั้นปีที่ 4 รุ่นที่ 52 ซึ่งผ่านการเข้ารับการฝึกหัดระหว่างเหล่าทัพมีความคิดเห็นว่าการฝึกครั้งต่อไปควรพัฒนาในเรื่องดังกล่าว ซึ่งแบ่งออกได้เป็นประเด็นย่อย 5 ประเด็นย่อย ดังต่อไปนี้

5.1 การวางแผนการเตรียมการฝึกไม่ให้เกิดกระทบต่อการเรียนการสอน ซึ่งการเตรียมความพร้อมทางด้านร่างกายในหัวข้อมักฝึกปฏิบัติงานบนหอผู้ป่วย สามารถสร้างความเครียดให้นักเรียน

5.2 การเตรียมความรู้เรื่องการส่งกลับทางอากาศยานควรมีการสอนให้ครบทุกกระบวนการ ตั้งแต่เตรียมผู้ป่วยจนถึงรับ-ส่งผู้ป่วยไปยังโรงพยาบาลปลายทาง โดยใช้เฮลิคอปเตอร์ จากคณาจารย์ของกองทัพอากาศ ซึ่งจะทำให้นักเรียนมีความมั่นใจในการฝึกเพิ่มขึ้น

5.3 นักเรียนทุกคนควรได้รับการหมุนเวียนทุกกลุ่ม ทุกบทบาทหน้าที่ เพื่อให้ได้รับประสบการณ์ที่เหมือนกัน ซึ่งสอดคล้องกับผลการประเมินของนักเรียนพยาบาลทั้ง 85 นายที่เข้ารับการฝึกหัดร่วมผลส่วนใหญ่ร้อยละ 65.90 เห็นด้วยมากที่สุดว่าควรหมุนเวียนทุกสถานี อยากให้ทุกคนมีประสบการณ์เหมือนกันทุกคน

5.4 ควรให้ข้อมูลการฝึกแก่นักเรียนอย่างเพียงพอ เพื่อการเตรียมใจและการเตรียมอุปกรณ์ ซึ่งสอดคล้องกับผลการประเมินของนักเรียนพยาบาลทั้ง 85 นายที่เข้ารับการฝึกหัดร่วมผลส่วนใหญ่ร้อยละ 61.20 เห็นด้วยมากที่สุดว่า การเตรียมตัวเพื่อเข้ารับการฝึก มีความต้องการข้อมูลในการฝึก และการประสานงาน พร้อมทั้งข้อมูลบ่งการ และกลุ่มการฝึกจากเหล่าต่างๆ

5.5 ในการฝึกด้านมนุษยธรรม นักเรียนควรจะได้รับข้อมูลขั้นพื้นฐาน เพื่อการฝึกและประสานงานในพื้นที่ เช่น ข้อมูลสำหรับการเยี่ยมบ้านที่ทันสมัย การได้ข้อมูลของชุมชน เพื่อเตรียมอุปกรณ์สำหรับจัดกิจกรรมในชุมชนได้อย่างเพียงพอและเหมาะสม นอกจากนั้นแล้วชุมชนควรได้รับการเตรียมไว้ด้วยว่าจะมีนักเรียนเข้ามาดำเนินการฝึก ซึ่งสอดคล้องกับผลการประเมินของนักเรียนพยาบาลทั้ง 85 นายที่เข้ารับการฝึกหัดร่วมผลส่วนใหญ่ร้อยละ 61.20 เห็นด้วยมากที่สุดว่า ควรเตรียมชุมชน เตรียมข้อมูลคนที่จะลงเยี่ยมให้มีความชัดเจน

วิจารณ์

การศึกษาการรับรู้ประสบการณ์ในการฝึกวิ่งระหว่างเหล่าทัพ ของนักเรียนพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก ชั้นปีที่ 4 รุ่น ที่ 52 สามารถวิจารณ์ประเด็นหลักได้ดังต่อไปนี้

ประเด็นที่ 1 การเตรียมความพร้อมก่อนเข้ารับการฝึก สามารถ แบ่งเป็นประเด็นย่อย 6 ประเด็นย่อย คือ

1.1 การเตรียมความพร้อมด้านร่างกาย ทำให้ร่างกายแข็งแรง อดทน สามารถผ่านพ้นการฝึกไปได้เป็นอย่างดี สอดคล้องกับการ ศึกษาพฤติกรรมการบาดเจ็บระบบกล้ามเนื้อและกระดูกในนักเรียน พยาบาลทหารบกหญิงชั้นปีที่ 1 ระหว่างการฝึกปรับสภาพทางทหาร⁸ พบว่าปัจจัยที่มีผลต่อการบาดเจ็บในการฝึกคือ ประวัติ การบาดเจ็บของกล้ามเนื้อและกระดูก โครงสร้างในอดีตร้อยอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติ ($p = 0.024$) ดังนั้นการเตรียมความพร้อมด้านร่างกาย จึงมีความสำคัญ การออกกำลังกายที่เหมาะสมจะช่วยให้มีความ พร้อมในการฝึกอย่างปลอดภัย

1.2 การได้รับคำแนะนำจากแพทย์เวชศาสตร์ฟื้นฟู การได้รับคำแนะนำจากแพทย์เวชศาสตร์ฟื้นฟูเรื่องการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ มีความเหมาะสม เพื่อป้องกันการบาดเจ็บของร่างกาย ทำให้ มีความรู้มากขึ้นและสามารถปฏิบัติได้ถูกต้อง สอดคล้องกับการ ศึกษาแนวทางการฝึกหน่วยทหารพรตโดยใช้วิทยาศาสตร์การ กีฬา⁹ ที่กล่าวว่า การยืดเหยียดกล้ามเนื้อหลังการฝึกเป็นเรื่องจำเป็น สามารถช่วยลดการบาดเจ็บภายหลังการฝึกได้ กล้ามเนื้อที่ควรยืด เหยียด คือ กล้ามเนื้อมัดที่ใช้ชั่งน้ำหนักในกิจกรรมการฝึกนั้นๆ ซึ่ง จะช่วยลดการบาดเจ็บของกล้ามเนื้อ ส่งผลให้มีสมรรถนะที่ดีขึ้น ด้วย

1.3 โปรแกรมการออกกำลังกาย การใช้แอปพลิเคชันในการจับ เวลาในการวิ่งไม่ได้ช่วยทำให้การวิ่งทำเวลาได้ดีขึ้น ควรเป็นการจับ เวลาวิ่งทำลายสถิติตัวเอง และลดความถี่ในการทดสอบสมรรถภาพ เหลือเพียง 2 ครั้ง นอกจากนี้ยังพบว่า การออกกำลังกายควรมีความ หลากหลายตามที่นักเรียนสนใจ เช่น วายน้ำ วอลเลย์บอล หรือ แบดมินตัน สอดคล้องกับการศึกษาการเพิ่มความแข็งแรงกล้ามเนื้อ แขนกลางลำตัวในท่ากายบริหารประจำวันเพื่อเพิ่มสมรรถภาพทาง ร่างกายแก่ทหารกองประจำการ ศูนย์สงครามพิเศษ จังหวัดลพบุรี¹⁰ ศึกษาเปรียบเทียบผลคะแนนทดสอบสมรรถภาพร่างกายระหว่าง กลุ่มที่ทำท่าบริหารกล้ามเนื้อแกนกลางลำตัว และกลุ่มควบคุม ซึ่ง ทำท่าบริหารร่างกายพื้นฐานตามโปรแกรมมาตรฐานของกองทัพบก 6 ท่าหลัก ได้แก่ กระโดดตบ กระโดดยกเท้าหลังมือชนกัน

ดันพื้น พุ่งหลัง เอนตัวทางข้าง และท่าแตะสลับ ซึ่งพบว่าอาสาสมัครกลุ่มทดลอง ดิ่งข้อ ลูกนั่ง และวิ่ง ได้คะแนนเฉลี่ยสูงกว่า กลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนั้นการออกกำลังกาย ควรมีความหลากหลาย ไม่ใช่เพียงการวิ่งหรือเดินเพียงอย่างเดียว

1.4 การทบทวนการปฏิบัติและวินัยทหาร การเตรียมความพร้อม เรื่องความรู้เกี่ยวกับวินัยทหาร บุคคลท่ามือเปล่า และการทำความ เข้าใจเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงแนวทางในการปฏิบัติทางทหารให้เป็น ไปในแนวทางเดียวกันทุกเหล่าทัพ เพื่อสร้างความมั่นใจและความ ถูกต้องเกี่ยวกับการปฏิบัติของนักเรียน สอดคล้องกับการศึกษารูป แบบการพัฒนาอัตลักษณ์ของนักเรียนพยาบาล วิทยาลัยพยาบาล กองทัพบก¹¹ ที่พบว่า อัตลักษณ์ส่วนบุคคล ได้แก่ ลักษณะเฉพาะ ของพยาบาลทหารบกที่มีความโดดเด่น และแตกต่างจากพยาบาล ทั่วไป ได้แก่ ความมีระเบียบวินัย เสียสละ อดทน มีความรับผิดชอบ กล้าหาญ ความเป็นผู้นำมีบุคลิกภาพทางทหารที่ดี และสามารถ ปฏิบัติงานในสถานการณ์ต่างๆ เพื่อตอบสนองภารกิจกองทัพบก ได้ทุกเวลา

1.5 การเตรียมความพร้อมด้านจิตใจ การเตรียมความพร้อม ด้านจิตใจและทัศนคติก่อนการไปฝึกโดยจิตแพทย์ไม่ได้ช่วยแก้ไข ปัญหาความเครียดและความวิตกกังวลของนักเรียน โดยเรื่องเครียด และวิตกกังวลของนักเรียนส่วนใหญ่นั้น เกิดจากการขาดรายละเอียด ของข้อมูลเกี่ยวกับการฝึกปฏิบัติและความไม่ชัดเจนของภารกิจต่างๆ สอดคล้องกับการศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อกลยุทธ์การ เรียนรู้ของนักเรียนจำอากาศ โรงเรียนจำอากาศ กรมยุทธศึกษา ทหารอากาศ¹² ที่กล่าวว่า เจตคติต่อการเรียนเป็นตัวแปรหนึ่งที่ส่ง ผลต่อกลยุทธ์การเรียนรู้ของนักเรียน นอกเหนือจากการฝึกทักษะ และการปรับความรู้พื้นฐาน การสร้างเจตคติที่ดีต่อการเรียนจะทำให้ นักเรียนนำความรู้ที่ได้รับจากการเรียนการสอน และการฝึกภาค ปฏิบัติต่างๆ ไปประยุกต์ใช้ได้จริงในชีวิตประจำวันหรือการเรียน ในโรงเรียน

1.6 การเตรียมความรู้และอุปกรณ์ในการฝึก ทำให้นักเรียน พยาบาลมีความพร้อม ช่วยลดความเครียดในการฝึก ซึ่งสอดคล้อง กับการศึกษาผลของการสอนโดยใช้สถานการณ์จำลองต่อความ สามารถในการคิดอย่างมีวิจารณญาณของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ยะลา¹³ ที่พบว่าการเตรียมความรู้ และฝึกฝนเข้าไปซ้ำผ่านสถานการณ์จำลองเสมือนจริงนั้น จะช่วย ให้นักเรียนพยาบาลลดระยะเวลาในการเรียนรู้ที่จะต้องไปปฏิบัติจริง กับผู้ป่วย ส่งเสริมความมั่นใจ มีสติในการดูแลผู้ป่วย ทำให้โอกาส

เกิดอันตรายการบาดเจ็บและภาวะแทรกซ้อนจากการดูแลรักษาผู้ป่วยเจ็บลดลงได้ตามลำดับ ทำให้ผู้ป่วยเจ็บมีความปลอดภัยจากการดูแลรักษามากขึ้น นอกจากนี้จะทำให้นักเรียนพยาบาลเกิดการเรียนรู้จากการลงมือปฏิบัติได้อย่างเป็นธรรมชาติ และเมื่อสำเร็จการศึกษาเป็นพยาบาลวิชาชีพสังกัดเหล่าทัพ ก็จะสามารถปฏิบัติการพยาบาล ให้ความช่วยเหลือในการดูแลรักษา และการลำเลียงผู้ป่วยเจ็บภาคสนามได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

ประเด็นที่ 2 สิ่งที่ได้เรียนรู้จากการฝึกในครั้งนี้ การฝึกหัดระหว่างเหล่าทัพในครั้งนี้เป็นการฝึกในสถานการณ์เสมือนจริง ซึ่งทำให้นักเรียนพยาบาลได้รับความรู้ต่างๆ อย่างหลากหลาย เข้าใจการบริการทางการแพทย์ในสนามมากขึ้น เห็นกระบวนการทำงานทุกขั้นตอน จากสถานการณ์ฝึกที่จำลองเหมือนเหตุการณ์จริง ทำให้ได้เรียนรู้ถึงบทบาทของตัวเองอย่างชัดเจนเมื่อเกิดเหตุการณ์ ซึ่งสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในวิชาชีพการพยาบาลต่อไปในอนาคตได้ สอดคล้องกับการศึกษาความพึงพอใจในการจัดการเรียนการสอนแบบใช้สถานการณ์จำลองในการพยาบาลผู้ป่วยที่มีภาวะช็อคของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลศรีมหาสารคาม¹⁴ ที่พบว่า ความพึงพอใจโดยเฉลี่ยรวมทุกด้านของนักศึกษาพยาบาลต่อการจัดการเรียนการสอนแบบใช้สถานการณ์จำลองอยู่ในระดับมากที่สุด ($x = 4.51$, $SD. = 0.36$) โดยในด้านการจัดการเรียนการสอนนั้น ข้อที่มีคะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจสูงสุดคือ การส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิดทักษะ การคิดวิเคราะห์ การแก้ปัญหา และการทำงานเป็นทีม ซึ่งรูปแบบการเรียนการสอนแบบใช้สถานการณ์จำลองนั้นเป็นการส่งเสริมให้ผู้เรียนสามารถประยุกต์ใช้ความรู้และประสบการณ์จากการฝึกปฏิบัติสู่สถานการณ์จริงได้ดีมากยิ่งขึ้น

ประเด็นที่ 3 ประโยชน์ที่ได้รับจากการฝึกในครั้งนี้ สามารถนำไปใช้ในอนาคตอย่างไร นักเรียนพยาบาลได้เรียนรู้และฝึกทักษะการตัดสินใจ การแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า ได้เครือข่ายจากเพื่อนนักเรียนพยาบาลในเหล่าทัพอื่นๆ เกิดการประสานงานและการดำเนินงานที่ง่ายมากยิ่งขึ้น ฝึกทักษะการเป็นผู้นำ การเคารพกฎกติกา และความยืดหยุ่นกับสถานการณ์หรือเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นอยู่ตลอดเวลา สามารถคิดวิเคราะห์สถานการณ์ ฝึกทักษะการช่วยเหลือผู้ป่วยเจ็บหรือผู้ประสบภัยต่างๆ ได้ โดยนำความรู้และประสบการณ์ต่างๆ ที่ได้รับจากการฝึกในครั้งนี้มาประยุกต์ใช้ในการเป็นพยาบาลวิชาชีพต่อไปในอนาคต สอดคล้องกับการศึกษาในนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 4 กับการฝึกปฏิบัติรายวิชาฝึกทักษะ

ทางวิชาชีพก่อนสำเร็จการศึกษา พบว่านักศึกษาพยาบาลที่ได้รับการสอนโดยใช้สถานการณ์จำลองเสมือนจริงมีคะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจ และความมั่นใจในตนเองสูงกว่านักศึกษาพยาบาลที่เรียนด้วยวิธีปกติตามหลักสูตรอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ¹⁵ โดยการจัดการเรียนการสอนด้วยสถานการณ์จำลองเสมือนจริงนั้น จะทำให้ผู้เรียนส่วนใหญ่มีความพึงพอใจต่อการจัดการเรียนการสอนเนื่องจากการสอนที่สนุก กระตุ้นให้ผู้เรียนกล้าคิด กล้าทำ กล้าตัดสินใจ เป็นการเรียนรู้ภายใต้สิ่งแวดล้อมจริง¹⁶ เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ฝึกปฏิบัติการพยาบาลในสถานการณ์เสมือนจริง จนเกิดความรู้ความชำนาญในการปฏิบัติการพยาบาล¹⁷ และกระตุ้นให้เกิดการเรียนรู้ ทำความเข้าใจสถานการณ์ การให้เหตุผล และตัดสินใจทางคลินิก ส่งผลให้มีความมั่นใจเพิ่มขึ้นเมื่อต้องไปปฏิบัติงานจริงในสาขาวิชาชีพในอนาคต¹⁸

ประเด็นที่ 4 ความรู้สึกของนักเรียนพยาบาลหลังจากเสร็จสิ้นการฝึก นักเรียนพยาบาลรู้สึกถึงการฝึกหัดระหว่างเหล่าทัพในครั้งนี้ว่าเป็นประสบการณ์ที่ดี ได้รับความรู้ใหม่ๆ ได้มิตรภาพที่ดีและได้เครือข่ายจากหน่วยงานต่างๆ นอกจากนี้ยังรู้สึกภาคภูมิใจที่เป็นส่วนหนึ่งของการฝึกในครั้งนี้ และอยากให้มีการฝึกหัดแบบนี้ในปีต่อไป ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาความพึงพอใจและความเชื่อมั่นในตนเองในการพยาบาลผู้ป่วยวิกฤตของนิสิตพยาบาลที่เรียนโดยใช้สถานการณ์จำลอง¹⁹ พบว่า นิสิตพยาบาลมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก ซึ่งการจัดการเรียนรู้โดยใช้สถานการณ์จำลองเป็นวิธีการสอนที่ให้ผู้เรียนฝึกทักษะการปฏิบัติการพยาบาลที่มีคุณภาพ เพิ่มความปลอดภัย และลดความผิดพลาดในการดูแลผู้ป่วยในวิชาชีพพยาบาลในอนาคต²⁰

ประเด็นที่ 5 ในการฝึกครั้งต่อไปควรพัฒนาในเรื่องใดบ้าง ส่วนใหญ่เป็นในเรื่องของการเพิ่มเติมรายละเอียดของข้อมูลขั้นพื้นฐานในการวางแผน การประสานงาน และเตรียมการทั้งด้านข้อมูล ความรู้ และอุปกรณ์ในการดำเนินการฝึกด้านต่างๆ ที่มีความพร้อมและมีแบบแผนที่ชัดเจน รวมถึงให้นักเรียนพยาบาลทุกคนได้มีการผลัดเปลี่ยนบทบาทในการฝึกอย่างครบถ้วน ครอบคลุมในทุกบทบาทของการฝึก ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อกลยุทธ์การเรียนรู้ของนักเรียนอำเภากาศ โรงเรียนอำเภากาศ กรมยุทธศึกษาทหารอากาศ¹² ที่กล่าวว่า การจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาให้มีคุณภาพ ต้องเป็นการศึกษาที่มีคุณภาพ เพื่อให้ได้ศักยภาพที่มีอยู่ในตัวผู้เรียนได้รับการพัฒนาอย่างเต็มที่

เอกสารอ้างอิง

1. Kako M, Mitani S, Arbon P. Literature review of disaster health research in Japan: focusing on disaster nursing education. *Prehosp Disaster Med.* 2012;27(2):178-83.
2. O'Sullivan TL, Dow D, Turner MC, Lemyre L, Corneil W, Krewski D, et al. Disaster and emergency management: Canadian nurses' perceptions of preparedness on hospital front lines. *Prehosp Disaster Med.* 2008;23(3):s11-8.
3. Yang YN, Xiao LD, Cheng HY, Zhu JC, Arbon P. Chinese nurses' experience in the Wenchuan earthquake relief. *Int Nurs Rev.* 2010;57(2):217-23.
4. Sontayaman, T. [Scenario development processes for military training by using virtual Simulation]. *National Defence Studies Institute Journal.* 2015;6(3):51-66. Thai
5. Thaiudom A, Meeparn A, Untaja P, Yuroong A, Bohplian S, Ankanawin U, et al. [The Integrated training program for mass casualty and disaster nursing management]. *Journal of The Royal Thai Army Nurses.* 2018;19(3):77-88. Thai
6. Chokemaitree N, Rukkul I, Jongrak P, Pongpanich L. [Correlation between personality profile and psychological distress in medical cadets and medical students during basic military training]. *J Psychiatr Assoc Thailand.* 2013;58(2):147-56. Thai
7. Johnson LJ, LaMontagne MJ. Research methods using content analysis to examine the verbal or written communication of stakeholders within early intervention. *J Early Interv.* 1993;17(1):73-9.
8. Tachavarinlert J, Yiemsiri P. [Incidence of musculoskeletal injuries in the first year Royal Thai Army female nursing students during the basic military training]. *J Thai Rehabil Med.* 2011;21(3):93-8. Thai
9. Sithithaworn A. [Guidelines for the training of tough military units using sports science]. *RTA Med J.* 2558;68(1):35-44. Thai
10. Jesadached T, Monkaew T, Sittitaworn A, Pongharnyuth T, Khunpasee A. Core muscle exercise in routine physical training to enhance the physical fitness of Thai Army Recruits, special warfare center, Lopburi Province Thailand]. *RTA Med J.* 2018; 71(4):251-7. Thai
11. Sumetsittikul A, Meeparn A, Chaleoykitti S, Indhraratana A, Klinchet N. [Model of Nursing Student Identity Development, The Royal Thai Army Nursing College]. *Journal of The Police Nurses.* 2019;11(1):184-97. Thai
12. Chalermmoo G, Boutngern C, Narassene K. [Causal factors influencing learning strategies of air technical training students of air technical training school]. *SWU Educational Administration Journal.* 2015;1:1-10. Thai
13. Yeepalao M, Ruangrunkulrit P, Thongjun J, Suwan K. [Effects of simulation based learning to enhance critical thinking of nursing students, Boromarajonani College of Nursing Yala]. *Nursing Public Health and Education Journal.* 2017;18(3):128-34. Thai
14. Samrannet W, Korissaranuphab N. [Satisfaction of simulation-based learning in nursing care for patients with shock among nursing students in Srimahasarakham Nursing College]. *Journal of Sakon Nakhon Hospital.* 2019;22(1):64-75. Thai
15. Sinthuchai S, Ubolwan K, Boonsin S. [Effects of high-fidelity simulation based learning on knowledge, satisfaction, and self-confidence among the fourth year nursing students in comprehensive nursing care practicum]. *Rama Nurs J.* 2017;23(1):113-27. Thai
16. Vardi I. Teaching and learning through the simulated environment. In: Riley RH, Editors. *Manual of simulation in healthcare.* 2nd ed. Oxford: Oxford University Press; 2016; 102-14.
17. McAllister M, Levett-Jones T, Downer T, Harrison P, Harvey T, Reid-Searl K, et al. Snapshots of simulation: creative strategies used by Australian educators to enhance simulation learning experiences for nursing students. *Nurse Educ Pract.* 2013;13(6):567-72.
18. Smith SJ, Roehrs CJ. High-fidelity simulation: factors correlated with nursing student satisfaction and self-confidence. *Nurs Educ Perspect.* 2009;30(2):74-8.
19. Suwankeeree W, Jullmusi O, Inkaew T, Tangkawanich T, Rueangram S. [Satisfaction and self-confidence in critical care nursing of nursing students learning with simulation-based learning]. *Journal of Nursing and Health Sciences.* 2560;11(3):167-77. Thai
20. Sinthuchai S, Ubolwan K. [Fidelity simulation based learning: implementation to learning and teaching management]. *Journal of The Royal Thai Army Nurses.* 2017;18(1):29-38. Thai