

ข้อมูลทั่วไป

ก. ชื่อเจ้าของผลงาน นางรัศมี แมนประโคน E-mail.ratsameeman999@hotmail.com
Tel ๐๘๖๒๖๓๕๓๖๐

ข. องค์กร โรงพยาบาลนาโพธิ์ ๑๐๓ หมู่ ๘ ต.ศรีสว่าง อ.นาโพธิ์ จ.บุรีรัมย์ ๓๑๒๓๐

ค. ชื่อผลงาน ครอบครัว...คุณค่า...ความหมาย

ง. หมวดหมู่ของผลงาน Spirit : Change by Spirituality

ผลการพัฒนาคุณภาพ

๑. ชื่อผลงาน/โครงการพัฒนา: ครอบครัว...คุณค่า...ความหมาย
๒. คำสำคัญ: ครอบครัวบำบัด
๓. สรุปผลงานโดยย่อ: ครอบครัวบำบัดเป็นอีกหนึ่งทางเลือกในการหาทางออกของปัญหาครอบครัว เพราะทุกมุมมองของสมาชิกแต่ละคนมีความหมายมีความสำคัญ การกระทำ ความคิด ความเชื่อ ความรู้สึก ความคาดหวังและความต้องการของสมาชิกคนหนึ่งย่อมส่งผลกระทบต่อสมาชิกอีกคนหนึ่ง หรือครอบครัวทั้งครอบครัว ครอบครัวบำบัดเป็นกระบวนการที่ส่งผลให้ ผลลัพธ์ในการดูแลผู้ป่วยโศกเศร้าที่มีความคิดฆ่าตัวตายเปลี่ยนไปในทางที่ดีขึ้น ครอบครัวเข้าใจกันมากขึ้น ปรับตัว ยืดหยุ่น ในการใช้ชีวิตมากขึ้น มองเห็นคุณค่าของคำว่าครอบครัวมากขึ้น
๔. ชื่อและที่อยู่ขององค์กร: โรงพยาบาลนาโพธิ์ ๑๐๓ หมู่ ๘ ต.ศรีสว่าง อ. นาโพธิ์ จ. บุรีรัมย์ ๓๑๒๓๐
๕. สมาชิกทีม: ๑.นางรัศมี แมนประโคน ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพ ชำนาญการ ๒.นายอดุลย์ ชำนิกล้า ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพ ชำนาญการ ๓.นางไกรสร เลไธสง ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพ ปฏิบัติการ
๖. เป้าหมาย: เพื่อป้องกันปัญหาการฆ่าตัวตายในผู้ป่วยซึมเศร้าจากสาเหตุสัมพันธภาพในครอบครัว
๗. ปัญหาและสาเหตุโดยย่อ: ผู้ป่วยพยายามฆ่าตัวตายซ้ำซาก คิดว่าตนเองเป็นคนไร้ค่า ไม่มี ความสามารถ เกิดความรู้สึกท้อแท้ สิ้นหวัง เบื่อหน่ายและเศร้าใจ มักจะมองการฆ่าตัวตายเป็น ทางออก และมองว่าการตายเป็นทางเลือกที่ดีกว่าการทนอยู่กับปัญหาหรือความเจ็บปวดทางจิตใจที่ เขาเผชิญอยู่ ในการให้ความช่วยเหลือที่จะช่วยให้ผู้คิดฆ่าตัวตายตระหนักในความต้องการมีชีวิตอยู่ต่อ ของตนเอง ไม่สามารถใช้รูปแบบจิตบำบัดรายบุคคลปรับเปลี่ยนความคิด ทำให้การดูแลไม่สำเร็จ
๘. กิจกรรมการพัฒนา: ๑.วิเคราะห์สาเหตุเชิงลึก หาข้อจำกัดของครอบครัว หาแหล่งสนับสนุน เพื่อ วางแผนช่วยเหลือผู้ป่วย ๒.คืนข้อมูลที่สำคัญให้เครือข่ายในการช่วยเหลือทั้งในองค์กร นอกองค์กร ทั้ง ในระบบสาธารณสุขและนอกระบบสาธารณสุข ๓.ร่วมวางแผน สนับสนุน การทำครอบครัวบำบัด ร่วมกับโรงพยาบาลจิตเวชนครราชสีมาราชชนินทร์ ๔.ติดตามเยี่ยมบ้านเตรียมความพร้อมครอบครัว

ชุมชน ๕.ประเมินผลการดูแล ติดตามความก้าวหน้าของการรักษาด้วย 2Q 9Q 8Q ๖.คืนข้อมูล ผลลัพธ์การดูแลให้เครือข่าย

๙. การประเมินผลการเปลี่ยนแปลง:ผู้คิดฆ่าตัวตายตระหนักในความต้องการมีชีวิตอยู่ต่อของตนเอง ส่งผลให้ให้อาการผู้ป่วยเปลี่ยนไปในทางที่ดีขึ้น ครอบครัวเข้าใจกันมากขึ้น ปรับตัว ยืดหยุ่น ในการใช้ชีวิตคู่มากขึ้น มองเห็นคุณค่าของคำว่าครอบครัวมากขึ้น

๑๐. บทเรียนที่ได้รับ: ๑. หาข้อจำกัดของครอบครัว คืนข้อมูลที่สำคัญให้เครือข่ายในการช่วยเหลือ แหล่งสนับสนุน ส่งผลลัพธ์ที่ดีในการดูแลผู้ป่วยและครอบครัว ๒. การทำงานเป็นทีมทั้งในองค์กร นอกองค์กร ทั้งในระบบสาธารณสุขและนอกระบบสาธารณสุขส่งผลต่อความสำเร็จในการดูแลช่วยเหลือผู้ป่วยที่มีข้อจำกัด ยุงยาก ซ้ำซ้อน ๓. ครอบครัวบำบัดเป็นกระบวนการที่ส่งผลให้ผลลัพธ์ในการดูแลผู้ป่วยโคลัมเบียจากสาเหตุสัมพันธ์ภาพในครอบครัว มีการเปลี่ยนไปในทางที่ดีขึ้น มองเห็นคุณค่าของตนเองและครอบครัวมากขึ้น

๑๑. การติดต่อกับทีมงาน: นางรัศมี แมนประโคน งานสุขภาพจิต โรงพยาบาล นาโพธิ์ ต.ศรีสว่าง อ.นาโพธิ์ จ.บุรีรัมย์ ๓๑๒๓๐ โทร. โทร. ๐๘๖-๒๖๓๙๓๖๐ E-mail : ratsameeman999@hotmail.com

ครอบครัว...คุณค่า...ความหมาย

ผู้ที่คิดและพยายามฆ่าตัวตายมักมองตนเองว่าเป็นคนไร้ค่า ไม่มีความสามารถ เกิดความรู้สึกท้อแท้สิ้นหวัง เบื่อหน่ายและเศร้าใจ การตัดสินใจฆ่าตัวตายจึงเป็นเหมือนทางออกเพื่อหนีจากปัญหาที่เรามองไม่เห็นทางแก้ไข มักจะมองการฆ่าตัวตายว่าเป็นทางออกเพียงทางเดียวที่เราได้อยู่ในขณะนั้น และมองว่าการตายเป็นทางเลือกที่ดีกว่าการทนอยู่กับปัญหาหรือความเจ็บปวดทางจิตใจที่เราเผชิญอยู่ ในการให้ความช่วยเหลือที่จะช่วยให้ผู้คิดฆ่าตัวตายตระหนักในความต้องการมีชีวิตอยู่ต่อของตนเอง ครอบครัวบำบัดก็เป็นอีกหนึ่งทางเลือกอีกหนึ่งประสบการณ์... ในการหาทางออกของปัญหา เพราะเราเชื่อว่าทุกมุมมองของสมาชิกแต่ละคนมีความหมายมีความสำคัญ การกระทำ ความคิด ความเชื่อ ความรู้สึก ความคาดหวังและความต้องการของสมาชิกคนหนึ่ง ย่อมส่งผลกระทบต่อสมาชิกอีกคนหนึ่งหรือครอบครัวทั้งครอบครัว

สาวตรี (นามสมมุติ) หญิงวัย ๓๔ ปี ผิดคล้ำ ผ่างด้วยแววตาที่เศร้าหมอง บ่งบอกถึงคนที่ผ่านประสบการณ์ มาอย่างยากเข็ญ เธอเป็นผู้ป่วยซึมเศร้าการฆ่าตัวตายเป็นทางเลือกที่เธอตัดสินใจเลือกใช้วิธีการนี้มาหลายครั้งเพื่อที่จะจบชีวิตเพราะรู้สึกตัวเองไม่มีค่า แต่โชคที่เรามีโอกาสได้เจอกัน ได้เรียนรู้ ได้ดูแล และได้มีโอกาสช่วยเหลือกัน ภูมิหลังที่น้อยคนนักที่จะเข้าถึงและเข้าใจ ผู้หญิงตัวคนเดียว พ่อแม่เสียชีวิต ไม่มีญาติ พี่น้องที่รู้จักเพราะเธอตัดสินใจแต่งงานย้ายถิ่นฐานมาอยู่กับสามี มีลูกด้วยกัน ๒ คน การหาของเก่าขายเป็นอีกหนึ่งอาชีพที่สร้างรายได้มาจุนเจือครอบครัว ความจนไม่ใช่เหตุผลที่ทำให้เธอไม่ยอมใช้ชีวิตอยู่ต่อ แต่

เพราะความสัมพันธ์ในครอบครัวต่างหากที่ทำให้เธอเหนื่อยล้ากับการใช้ชีวิต ความรุนแรงในครอบครัวเป็นหนึ่งในความสัมพันธ์ด้านลบที่เธอได้รับทั้งทางด้านร่างกายและทางจิตใจ เป็นเรื่องที่ยากที่จะบอกเล่าให้กับใครได้รับรู้ ความรู้สึกมีคุณค่าในตัวเองเริ่มลดลง นำมาซึ่งโรคซึมเศร้า ซึ่งดูเหมือนว่าอาการของโรคจะหนักขึ้นทุกวัน บ่อยครั้งที่ต้องนอนพักรักษาในโรงพยาบาลด้วยอาการเจ็บป่วยทางใจและทางกายหลายระบบ จนบางครั้งที่ครอบครัวหรือเพื่อนบ้านเกิดความสงสัยว่าเกิดอะไรขึ้นหรือบางคนก็รับรู้เรื่องที่เกิดขึ้น ก้อดที่จะคิดหรือตัดสินแทนเธอ เช่น “จะทนไปทำไม เลิกเลย” “ไปทำงานส่งเงินมาให้ลูกก็ได้ จะเลือกฆ่าตัวตายทำไมมาทางออกตั้งเยอะแยะ” นั่นคือมุมมองของเรา ไม่ใช่เธอ แต่ก็ไม่ผิดเพราะ..... เรายังไม่รู้จักเธอดีพอ เพราะเรายังไม่เข้าใจเธอดีพอ เบื้องหลังคำว่า **ทน** คือ ทุกครั้งที่เธอป่วย ต้องนอนรักษาตัวที่โรงพยาบาล ทุกครั้งที่เธอไม่อยู่บ้าน คนที่ได้รับผลกระทบแทนเธอคือ ลูกสาว ผู้ที่ต้องรับความรุนแรงแทนเธอ ทั้งความรุนแรงทางคำพูด การดูค่า การถูกละเลยจากพ่อ เด็ก ๑๒ ปี ต้องดูแลน้อง ๑๐ ปีแทนแม่ ทำหน้าที่ทำอาหารเข้าให้น้องรับประทานก่อนไปโรงเรียน และทำอาหารเย็นให้น้องรับประทาน เงินที่แม่แอบให้ไว้ทุกครั้งแม่จำเป็นต้องนอนโรงพยาบาล เด็ก ๑๒ ปีต้องเก็บเป็นความลับ ต้องเก็บไว้เป็นอย่างดี หนูน้อยเลือกวิธีการฝังดินไว้เพราะเชื่อว่าเป็นวิธีที่ดีที่สุดที่พ่อจะไม่รู้ เพราะหากพ่อรู้แทนที่เงินเหล่านี้จะได้ซื้อข้าวให้น้องรับประทาน จะกลายเป็นเงินที่นำไปซื้อเหล้าของผู้เป็นพ่อ นี่คือการพูดบอกเล่าของเด็กน้อยวัย ๑๒ ปีที่เล่าไป ร้องไห้ไป ทีมเราจะวางแผนดูแลครอบครัวนี้ได้อย่างไร นี่คือการถาม ที่ต้องการคำตอบ

วันที่ ๙ สิงหาคม ๒๕๖๐ สาวิตรี (นามสมมุติ) ได้มานอนพักรักษาตัวที่โรงพยาบาลนาโพธิ์อีกครั้ง ยังมีความคิดอยากตาย ทีมสุขภาพจิตประเมิน ๒Q, ๙Q พบว่า มีอาการของโรคซึมเศร้าระดับรุนแรง และพบแนวโน้มทำร้ายตนเองสูง ทีมสุขภาพจิตคืนข้อมูลให้พยาบาลและแพทย์ที่ดูแล แพทย์พิจารณาส่งตัวไปรักษาต่อที่โรงพยาบาลจิตเวชนครราชสีมาราชชนรินทร์ในวันที่ ๑๑ สิงหาคม ๒๕๖๐ พร้อมเด็กหญิงวัย ๑๒ ปี ที่ขอติดตามไปส่งแม่ เธอสัญญากับทีมว่าจะกลับมาพร้อมกับรถโรงพยาบาล (ซึ่งเป็นเรื่องปกติถ้ามีการนำส่งผู้ป่วยไปรักษาต่อที่โรงพยาบาลจิตเวชนครราชสีมาราชชนรินทร์ รถโรงพยาบาลจะรอรับญาติกลับมาด้วย ถ้าผู้ป่วยได้มีการพิจารณาให้นอนพักรักษาตัว) ทีมสุขภาพจิต ได้ส่งต่อข้อมูลสำคัญกับทีมดูแลรักษาของโรงพยาบาลจิตเวชนครราชสีมาราชชนรินทร์ และวางแผนการดูแลร่วมกันในการทำ **“ครอบครัวบำบัด”** ซึ่งทีมประเมินร่วมกันว่า เป็นอีกหนึ่งกระบวนการสำคัญที่จะช่วยให้ผู้ป่วยอาการดีขึ้น

ครอบครัวบำบัดเป็นกระบวนการที่ส่งผลให้ ผลลัพธ์ในการดูแลที่ทำให้อาการสาวิตรี (นามสมมุติ) เปลี่ยนไปในทางที่ดีขึ้น เธอและสามีเข้าใจกันมากขึ้น ปรับตัว ยืดหยุ่น ในการใช้ชีวิตมากขึ้น มองเห็นคุณค่าของคำว่าครอบครัวมากขึ้น ทีมสุขภาพจิตเตรียมความพร้อมครอบครัว (สามี ลูก รวมถึงปู่ ย่า น้า ที่จะเป็นแหล่งสนับสนุน) ก่อนที่สาวิตรี (นามสมมุติ) จะถูกจำหน่ายออกจากโรงพยาบาลกลับมาอยู่บ้าน พบข้อจำกัดของครอบครัว เรื่องการเดินทางไปรับยา / การตรวจตามนัด ที่โรงพยาบาลจิตเวชนครราชสีมาราช

นครินทร์ เพราะช่วงเวลา ๑ เดือน ที่สาวตรี (นามสมมุติ) นอนพักรักษาตัวในโรงพยาบาล เดิมเคยมีรายได้จากการหาของเก่าขาย ทำให้ต้องหยุดชะงัก ส่งผลกระทบต่อค่าใช้จ่ายในครอบครัว รถยนต์ที่ซื้อจากญาติที่ใช้ทำมาหากิน ซึ่งเดือนนี้จะผ่อนกับญาติเป็นงวดสุดท้าย รอโอนต้องชะลอไว้ เพราะไม่มีเงินส่งงวดสุดท้าย ภายใต้สถานการณ์ที่กดดันต่างๆ ถ้าเราช่วยด้วยช่วยกันย่อมมีทางออกเสมอ ทีมได้รับบริจาคเงินจากผู้มีจิตศรัทธานามว่า “นุ้ย สุจิรา” เป็นเงินจำนวน ๒,๐๐๐ บาท เป็นค่าใช้จ่ายให้ครอบครัวในการเดินทางพาสาวตรี (นามสมมุติ) ไปตรวจตามนัด สองพันบาทสำหรับคนบางคนอาจจะบอกน้อยนิด **แต่สำหรับครอบครัวนี้ มันมีคุณค่า มันมีความหมาย** มันคือโอกาส เพราะไม่ใช่เพียงเงินที่ช่วยให้คนในครอบครัวได้ไปตรวจตามนัด แต่ยังเป็นเงินที่เติมน้ำมันรถ ที่ช่วยทำให้ครอบครัวได้ไปหาของเก่าขาย หารายได้ มาจุนเจือครอบครัว เงินงวดงวดสุดท้ายในการโอนรถ ซึ่งเป็นรถคันที่หามาด้วยน้ำพักน้ำแรง จะเป็นสมบัติที่ครอบครัวภาคภูมิใจ และยังมีอีกหนึ่งข้อจำกัด เราประเมินได้ว่า ลูก ๒ คนที่ไป โรงเรียน ลูกชายเรียนชั้นประถม ได้รับประทานอาหารครบทุกมื้อ เพราะในโรงเรียนประถม มีอาหารเที่ยงฟรี แต่พี่สาว ม.๑ ชั้นมัธยม ไม่มีอาหารเที่ยงฟรี ส่งผลให้บางวันที่ไม่มีเงินอุดหนุนรับประทานอาหารเที่ยง ทีมประสานข้อจำกัดให้โรงเรียน(แหล่งสนับสนุน)ทราบข้อมูล และได้รับการสนับสนุน ได้รับร่วมมือในการแก้ไขข้อจำกัดเป็นอย่างดี และยังได้รับการคืนข้อมูลที่สำคัญจากครูประจำชั้น ในการเฝ้าระวังภาวะซึมเศร้าและผลการประเมิน ระดับ IQ ที่ต่ำกว่าเกณฑ์ของเด็กหญิงวัย ๑๒ ปี ที่ทีมต้องติดตามวางแผนดูแลช่วยเหลือต่อไป

จากการติดตามเยี่ยมครอบครัวพบว่า สาวตรี (นามสมมุติ) มีอาการของโรคซึมเศร้าดีขึ้น ไม่มีความคิดอยากฆ่าตัวตาย มารับยาซึมเศร้าต่อที่โรงพยาบาล โรงพยาบาลจิตเวชนครราชสีมา นครินทร์ โทรติดตามอาการเป็นระยะ ความสัมพันธ์ในครอบครัวดีขึ้น ช่วยกันทำมาหากิน หาของเก่าขายจนสามารถโอนรถมาเป็นของตนเอง เพื่อนบ้านบอกกับเราว่า “ครอบครัวนี้ดีขึ้น เดิมเวลาสามีเมาจะเปิดเพลงเสียงดังรบกวนพฤติกรรมแบบนี้ไม่มีแล้ว”นี้อาจไม่ใช่ผลลัพธ์สุดท้ายของการดูแล แต่นี่คืออีกหนึ่งเรื่องราวที่ดี อีกหนึ่งมิติของครอบครัว อีกหนึ่งคุณค่า อีกหนึ่งความหมาย ที่เกิดจากพวกเราทุกคน เครือข่ายทั้งในระบบสาธารณสุข และนอกระบบสาธารณสุข ที่เห็นคุณค่าของกันและกัน เห็นคุณค่าของความเป็นมนุษย์ เห็นคุณค่าในงานที่ตนเองทำ เมื่อเพื่อนมนุษย์ของเราประสบปัญหา เราพร้อมที่จะหาแนวทางดูแลช่วยเหลือกัน เท่าที่เราจะทำได้ภายใต้ข้อจำกัด เพื่อให้อีกหนึ่งชีวิตเห็นคุณค่าในตัวเอง นำมาซึ่งการอยากมีชีวิตอยู่ต่ออย่างมีความหวัง เพื่อดูแลอีกหลายชีวิตในครอบครัว คำขอบคุณของสามีและภรรยา อ้อมกอดกอดของหญิงวัย ๓๔ ปี เป็นสิ่งที่เราได้รับ ขอส่งคำขอบคุณพร้อมอ้อมกอดนี้ผ่านเรื่องเล่าที่ดี ส่งผ่านไปถึงผู้มีส่วนร่วมในการดูแล ขอขอบคุณทุกๆโอกาสที่หยิบยื่นให้ ทุกความช่วยเหลือที่ช่วยอีก ๑ ชีวิต กลับคืนสู่ครอบครัว...ขอบคุณ