

ชื่อเจ้าของผลงาน นางธัญหทัย จันทะโยธา

ชื่อหน่วยงาน สถาบันราชานุกูล กรมสุขภาพจิต

เบอร์โทรศัพท์ 022488900 ต่อ 70326 , 0855541219e-mail t\_chantayotha@yahoo.com

รูปแบบการนำเสนอ : poster presentation

ประเด็นที่นำเสนอ : การรับฟังเสียงสะท้อน/ความคิดเห็นจากชุมชน

ชื่อเรื่องนำเสนอ “ครู”

“ปี 54 น้ำท่วมใหญ่..เมืองไทยจมน้ำ ” คำนี้แรงกระแทกใจคนไทยทั่วประเทศ และทำให้ต่างชาติรู้สึก Amazing so much ความเสียหายมีทั้งต่อชีวิตและทรัพย์สิน มี ประชาชนมากกว่า 5.3 ล้านคนที่ได้รับผลกระทบและในจำนวนนั้นมีเด็กระหว่างแรกเกิดถึง 15 ปี ได้รับผลกระทบถึง 2 แสนคน มีคนเสียชีวิตจำนวน 740 คนและมีจำนวน 84 คนเสียชีวิตจากการจมน้ำ มีประชาชนจำนวน 113,000 คน ต้องอพยพไปอยู่ในศูนย์พักพิงจำนวน 1,700 แห่งทั่วประเทศ และมีโรงเรียนมากกว่า 2,174 แห่งได้รับผลกระทบและโรงเรียนกว่า 600 แห่งต้องเลื่อนการเปิดเทอมออกไปมากกว่า 21 วัน ดิฉันเองเป็นคนหนึ่งที่ติดเทรนกะเขาด้วย ก่อนเคยเห็นแต่คนพระนครศรีอยุธยาพายเรือเข้าบ้านกันทางหน้าต่าง บ้างนอนบนหลังคา พอโดนเข้ากับตัวเองต้องอยู่กับน้ำเกือบ 3 เดือน ตอนน้ำยังไม่ถึงได้ดูทีวีช่อง 3 ก็มีข่าวกับกลอนที่คุณโก๊ะตี๋แต่งเรื่อง “น้องน้ำกับพี่กรุง” พอถึงตาเราการลุยน้ำมาทำงาน นั่งเรือ แล้วต่อรถ นั่งรถทหาร ฮา ..ไม่น่าเชื่อบ้านดิฉันจะมีเรือรับส่งถึงหน้าบ้าน ปกติเคยเดินทางตามถนน ได้มีโอกาสนั่งเรือลัดทุ่งลัดคลองเข้าบ้านเป็นประสบการณ์ที่ลืมไม่ลงจริง ๆ ตอนน้ำมาวันแรกตื่นตื่นมากกก พออยู่กับน้ำก็รู้สึกทันสมัยคุยกับคนอื่นรู้เรื่อง!! แต่พอน้องน้ำจากไปก็ทิ้งคราบและไอลงินที่ทำให้เราต้องเสียน้ำตา ไม่ใช่อาลัยรักและห่วงหาเหวอนะ แต่โคตรแค้นแสนเข็ญ ต้องขุดบ้านล้างบ้านกันยกใหญ่แต่กลิ่นไอก็เชื่อว่าจางหาย แม้ทุกวี่ นี้นี้ดิฉันยังคงได้กลิ่นอ่อนๆของเธอทุกวัน นอกจากต้องเยียวยาตัวเองและครอบครัวแล้วดิฉันยังมีภารกิจออกหน่วยเยียวยาในฐานะที่เป็นข้าราชการของกรมสุขภาพจิตทำกันหลายที่จนเหตุการณ์สงบก็คิดว่าพอเพียงกับประสบการณ์แล้วนะ แต่ช่วงเดือนธันวาคม 54 ก็ได้รับแจ้งจากหัวหน้ามีงานเข้า “โครงการฟื้นฟูสภาพจิตใจเด็กและครอบครัวที่ได้รับผลกระทบจากน้ำท่วม ” โดยมีสถาบันราชานุกูลร่วมกับ Unicef และ Plan International ตั้งใจจะทำเพื่อฟื้นฟูสภาพจิตใจเด็กและครอบครัวที่ได้รับผลกระทบจากเหตุการณ์น้ำท่วม กลุ่มเป้าหมายเป็นครอบครัวเด็กอายุ 3 - 12 ปี มีพื้นที่นำร่อง ๑๕ ชุมชน ชุมชนละ 15-20 ครอบครัว ในจังหวัดปทุมธานี พระนครศรีอยุธยา ชัยนาท ลพบุรีและกรุงเทพมหานคร ทำช่วงเดือนกุมภาพันธ์ - พฤษภาคม 2555 ชั้นแรกของการทำงานคณะกรรมการต้องช่วยกันเขียนคู่มือการดำเนินงาน คู่มือการจัดกิจกรรม โดยใช้ข้อมูลจากผลสำรวจเบื้องต้น เรื่องผลกระทบด้านจิตใจเด็กและครอบครัวจากเหตุการณ์น้ำท่วม ”ที่สถาบันราชานุกูลร่วมกับ Plan International Thailand สำรวจในเดือนธันวาคม 54 จาก 5 ชุมชนในจังหวัดพระนครศรีอยุธยาและปทุมธานี พร้อมทั้ง ใช้แนวคิดหลักการสำคัญในการดูแลช่วยเหลือผู้ประสบภัยพิบัติ 5 ประการ คือความสงบ (Calming) ความรู้สึกปลอดภัย (A sense of safety) การตระหนักรู้ถึงศักยภาพของตนเองและชุมชน (Sense of self and collective efficacy) การประสานรวมพลังของชุมชน (Connectedness) การมีความหวัง(Hope) แนวคิดการสร้างเสริมความสัมพันธ์ในครอบครัวเพื่อการฟื้นฟูสภาพจิตใจ แนวคิดการดูแลลูกเชิงบวก ทักษะที่จำเป็นของพ่อแม่ในการฟื้นฟูสภาพจิตใจเด็ก และแนวคิด Self Help Group (กลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน) จากนั้นก็ค้นหาทีมงานโดยในแต่ละทีมต้องมี 4-6 คน มีผู้นำกลุ่มที่สามารถนำทำกิจกรรม Self Help Group ผู้ช่วยผู้นำกลุ่ม ผู้นำกลุ่มเด็กและผู้ช่วยที่มีทักษะการทำกิจกรรมกับเด็ก สรรหาได้ทีมทั้งหมด 7 ทีมซึ่งมีสมาชิกทั้งหมดจำนวน 33 คน แต่ละทีมได้พื้นที่รับผิดชอบต่างกันบางทีม 1 บางทีม 2 ,4 บ้าง ตามภาระงานหลัก ดิฉันอยู่ที่ทีม 1และทีม 6 ได้มา

5 พื้นที่รับผิดชอบ ต้องลงทำกิจกรรมทั้งวันธรรมดาและวันหยุดราชการ และในแต่ละพื้นที่ลงทำกิจกรรม 6 ครั้งโดยแต่ละครั้งห่างกัน 2 อาทิตย์ ยกเว้นครั้งที่ 6 จะห่างจากครั้งที่ 5 ประมาณ 4 อาทิตย์ ก่อนลงงานในพื้นที่ต้องหาแกนนำแห่งละ 5 คนเข้ารับการอบรมเพื่อเป็นหลักในการดำเนินกิจกรรมร่วมกับทีม งานจากสถาบันราชานุกูล และสอบถามช่วงเวลาที่เหมาะสมสำหรับครอบครัวเด็กในการทำกิจกรรม แต่ละแห่งได้เวลาที่ต่างกัน ในกรุงเทพฯเลือกวันหยุดทั้งหมด ต่างจังหวัดมีทั้งวันหยุด วันธรรมดา บางแห่งเลือกหลังโรงเรียนเลิก รูปแบบกิจกรรมที่ทำเป็นกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์โดยกระตุ้น ให้สมาชิกในครอบครัวมีการสื่อสารความรู้สึกและเรื่องราวต่างๆที่เกิดขึ้นขณะประสบน้ำท่วม กิจกรรมพ่อแม่เล่นกับลูก กิจกรรมกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อนของกลุ่มผู้ปกครองและกิจกรรมกลุ่มของเด็ก เน้นให้เด็กทำกิจกรรมเพื่อผ่อนคลายให้บรรเทาความเครียดและความหวาดกลัวจากเหตุการณ์น้ำท่วม ครอบครัวมีความพร้อมในการเผชิญกับปัญหาทั้งมีแนวทางในการปฏิบัติหากเกิดน้ำท่วมอีกครั้ง

ดิฉันและทีมงานผ่านการประชุมชี้แจงการทำงานตามคู่มือ ศึกษาทำความเข้าใจแล้ว ชักซ้อมถามแนวทางการทำกิจกรรมกับเพื่อนๆและหัวหน้าก็หลายครั้งดิฉันก็ยังตื่นเต้นอยู่ดี พอ ทำกิจกรรมวันแรกหัวหน้านำทีมดำเนินกิจกรรม เริ่มแรกให้ครอบครัวช่วยกัน ทำธงประจำครอบครัวพร้อมตั้งชื่อ แล้วให้แต่ละครอบครัวทักทายกัน จากนั้นร้องเพลงประจำกลุ่มที่ช่วยกันเลือกโดยมีการออกแบบท่าเต้นประกอบเป็นที่สนุกสนานเสร็จแล้วเด็กๆและครอบครัวได้สื่อสารด้วยภาพวาด ซึ่งทุกคนจะได้รับกระดาษที่มีรูปตั้งต้น (วงกลม)เหมือนกัน จากนั้นให้วาดภาพตามความต้องการแล้วผลัดกันเล่าเรื่องจากภาพที่วาด โดยมีกติกาห้ามตำหนิหรือหัวเราะเยาะ ภายใต้แนวคิด “ทุกคนมีความคิดที่ต่างกันแม้ในสถานการณ์เดียวกัน ถึงแม้มีรูปตั้งต้นเหมือนกันแต่ก็มีจินตนาการวาดรูปออกมาต่างกัน ” เมื่อเสร็จจึงให้กลุ่มทำกิจกรรมความรู้สึกของฉันทโดยให้เลือกรูปภาพความรู้สึกเช่น รัก โกรธ เศร้า ดีใจ มา 1 ความรู้สึกแล้วแสดงท่าทางให้คนในครอบครัวผลัดกันทายเพื่อฝึกการสังเกตอารมณ์และความรู้สึกของคนในครอบครัว กิจกรรมนี้พบว่าเด็กเล็กจะแสดงความรู้สึกไม่ค่อยเป็น จากนั้นก็แบ่งกลุ่มเด็กเป็น 2 กลุ่มตามช่วงวัย 3-5 ปีและ 6-12 ปี กลุ่มผู้ปกครอง 1 กลุ่ม ทำกิจกรรมตามประเด็นครั้งที่ 1 คือความสงบ โดยใช้เวลาประมาณ 45 นาที เมื่อครบกำหนดได้นำกลุ่มมาทำกิจกรรมเล่นกับลูก โดยให้เด็กเป็นผู้นำทำกิจกรรมทั้งเลือกของเล่นและออกแบบการเล่นส่วนผู้ปกครองเป็นผู้ตามคอยให้ความร่วมมือในการเล่น สุดท้ายเป็นกิจกรรมประกาศข่าว /เล่าความรู้สึก ความประทับใจที่เกิดขึ้นเพื่อให้ผู้เข้าร่วมรู้สึกมีส่วนร่วมเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน การทำกิจกรรมทั้ง 6 ครั้ง ลำดับการทำกิจกรรมจะเหมือนกันทุกครั้ง จะเปลี่ยนแค่ประเด็นการพูดคุยในช่วงแยกกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อนของผู้ปกครอง และกลุ่มเด็ก ซึ่งต้องทำตามโปรแกรมประเด็นคือครั้งที่ 1 เรื่องความสงบ (Calming) ครั้งที่ 2 เรื่องความรู้สึกปลอดภัย (A sense of safety) ครั้งที่ 3 เรื่องการตระหนักรู้ถึงศักยภาพของตนเอง และชุมชน (Sense of self and collective efficacy) ครั้งที่ 4 เรื่องการประสานพลังของชุมชน (Connectedness) ครั้งที่ 5 เรื่องการมีความหวัง (Hope) และครั้งที่ 6 ตามประเด็นของการประเมินผลโครงการ

ครั้งแรกของทุกพื้นที่ที่รับผิดชอบดิฉันทำหน้าที่เป็นผู้นำกลุ่มเด็กก็สบายสบาย ครั้งที่ 2 ทำหน้าที่เป็นผู้ช่วยผู้นำกลุ่ม ตอนทำงานไม่กดดันอะไร แค่ต้องคอยเรียนรู้จากผู้นำกลุ่มทุกเม็ดเพราะมี Commitment ไว้ว่าครั้งที่ 3 ดิฉันต้องรับกลุ่มใหญ่และทำหน้าที่เป็นผู้นำกลุ่มในกิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อน ตอนนั้นตื่นเต้นมากเตรียมตัวศึกษาคู่มืออย่างหนัก ครั้งแรกของการนำกลุ่มด้วยที่ใจมุ่งอยู่แต่กับประเด็นที่จะต้องพูดทำให้ไม่ตามรอยในสิ่งที่สมาชิกกลุ่มพูดได้ดีเท่าที่ควร และบางครั้งเมื่อเจอสมาชิกที่มีความคับข้องใจระบายปัญหาแรงๆ เรา รู้ ว่าเทคนิคต้องให้กลุ่มช่วยหาแนวทางในการแก้ไขปัญหา แต่ ณ วินาทีที่ในหัวมัวแต่กำลังคิดจะพูดจังหวะไหนดี จังหวะไหนดี ผู้ช่วยผู้นำกลุ่ม (จริงๆแล้วเป็นหัวหน้าทีมซึ่งเป็นนักจิตวิทยาเชี่ยวชาญสอนการปฏิบัติหน้างาน ) คอยแก้ไขสถานการณ์ให้ทุกอย่างผ่านไปด้วยความราบรื่นโดยที่กลุ่มยังไม่ทันได้มีความรู้สึกอึดอัด และเมื่อ

เสร็จกลุ่มทีมก็ทำ AAR กัน ปิดประตูตู้ป๊อปก็จะเริ่มกันเลย ทำให้การเป็นผู้นำกลุ่มของดิฉันในพื้นที่อื่นๆทำได้ดีขึ้นและขณะที่เรากำลังรู้สึกดีมีใจกับบทบาทที่ทำ ก็ต้องมาเจอกับบางพื้นที่ที่เราใช้เทคนิคและกลยุทธ์เหมือนเดิมและคิดว่าเข้าใจงานมากขึ้นแต่ก็ ไม่สามารถดึงข้อมูลจากกลุ่มได้ สิ่งที่เป็นกำลังใจในการทำงานให้ลุล่วงจนจบโครงการตลอดระยะเวลา 4 เดือนคือทีมที่มีทั้งให้คำปรึกษา ร่วมเสนอแนะแนวทาง และคอยเป็นกำลังใจในการทำงาน และเพื่อให้การทำงานมีคุณภาพทุกสิ้นเดือนเรามี การประชุมกลุ่มทีมทั้ง 7 มา AAR ทั้งปัญหาอุปสรรค เสียงสะท้อนจากประชาชนและแกนนำ ในการทำงานของแต่ละพื้นที่ ค วามเข้าใจการดำเนินงานตามคู่มือ ความประทับใจหรือเทคนิคดีๆที่เกิดขึ้นมาร่วมแลกเปลี่ยนกัน และสุดท้ายเมื่อจบโครงการทีมก็มาร่วมช่วยกันปรับปรุงคู่มือในการทำ กิจกรรมเพื่อให้การทำงานมีความราบรื่น สอดคล้องกับบริบทในชุมชนและบรรลุวัตถุประสงค์ได้มากที่สุด

จากผลการดำเนินงานจะเห็นได้ว่าชุมชนที่มีสมาชิกเข้าร่วมกิจกรรมสม่ำเสมอคือชุมชนที่แกนนำได้ใจประชาชน โดยเฉพาะช่วงวิกฤติน้ำท่วม ถ้าแกนนำอยู่เคียงบ่าเคียงไหล่กับเขาประชาชนก็ให้ความร่วมมือกับทางแกนนำในการดำเนินงานเป็นอย่างดี สิ่งที่ประชาชนเกือบทุกแห่งต้องการคือความชัดเจนในข้อมูลข่าวสาร เพื่อให้สามารถวางแผนในการดูแลตนเองและครอบครัวได้ กิจกรรมในโครงการส่งผลให้ ครอบครัวเข้าใจกันและกันมากขึ้น แสดงความรักความห่วงใยต่อกันมากขึ้น รู้สึกว่าตนเองมีความอบอุ่นในครอบครัว

การทำงานจะประสบความสำเร็จ เมื่อผู้ทำงานมีเข้าใจกระจ่างในงานที่ตนทำ เปิดใจรับฟังข้อเสนอแนะจากเพื่อนร่วมงาน ที่สำคัญที่สุดคือเสียงสะท้อนจากชุมชนที่เราทำงานด้วยว่าอะไรที่เป็น ประโยชน์กับเขามากที่สุด ข้อมูล ความรู้ที่ได้จากการลงมือปฏิบัติจริง เรียนรู้จากสถานการณ์ถือเป็นครูชั้นยอดที่ทำให้เราเข้าใจลึกซึ้งในองค์ความรู้นั้นๆมากยิ่งขึ้น