

เรื่องเล่า “ยาใจ..คนเจ็บ”

ความรู้สึกแรกที่ต้องรับงาน “การฟื้นฟูสภาพจิตใจเด็กและครอบครัว ที่ได้รับผลกระทบจากน้ำท่วม” โดยการทำงาน ของสถาบันราชานุกูล ร่วมกับ Unicef และ Plan International ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อฟื้นฟูสภาพจิตใจเด็กและครอบครัวที่ได้รับผลกระทบจากเหตุการณ์น้ำท่วม โดยกลุ่มเป้าหมายเป็นครอบครัวที่มีเด็กอายุ 3- 12 ปีในพื้นที่น้ำท่วม ๑๕ ชุมชน ในจังหวัดปทุมธานี พระนครศรีอยุธยา ชัยนาท ลพบุรีและกรุงเทพมหานคร ในช่วงเดือนกุมภาพันธ์ – พฤษภาคม 2555 นั้น “หนักใจไม่เบา” ชั้นแรกของการทำงาน คณะกรรมการต้อง ช่วยกัน เขียนคู่มือการดำเนินงาน คู่มือการจัดกิจกรรม โดยใช้แนวคิดหลักการสำคัญ ในการดูแลช่วยเหลือผู้ประสบภัยพิบัติ 5 ประการ คือความสงบ (Calming) ความรู้สึกปลอดภัย (A sense of safety) การตระหนักรู้ถึงศักยภาพของตนเองและชุมชน (Sense of self and collective efficacy) การประสานรวมพลังของชุมชน (Connectedness) การมีความหวัง(Hope) แนวคิดการสร้างเสริมความสัมพันธ์ในครอบครัวเพื่อการฟื้นฟูสภาพจิตใจ แนวคิดการดูแลลูกเชิงบวก ทักษะที่จำเป็นของพ่อแม่ ในการฟื้นฟูสภาพจิตใจเด็ก และแนวคิด Self Help Group (กลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน) เมื่อได้คู่มือการดำเนินงานก็ประชุมชี้แจงแนวทางการดำเนินงานกับทีมทั้ง 7 ที่มีสมาชิกจำนวน 33 คน ดิฉันอยู่ที่ทีม 1และทีม 6 ได้มา 5 พื้นที่รับผิดชอบ ต้องลงทำกิจกรรมทั้งวัน นธรรมดาและวันหยุดราชการ และในแต่ละพื้นที่ลงทำกิจกรรม 6 ครั้งโดยแต่ละครั้งห่างกัน 2 อาทิตย์ ยกเว้นครั้งที่ 6 จะห่างจากครั้งที่ 5 ประมาณ 4 อาทิตย์ ตามโปรแกรมการทำกิจกรรมประเด็นหลักครั้งที่ 1 คือเรื่องความสงบ (Calming) ครั้งที่ 2 เรื่องความรู้สึกปลอดภัย (A sense of safety) ครั้งที่ 3 เรื่องการตระหนักรู้ถึงศักยภาพของตนเองและชุมชน (Sense of self and collective efficacy) ครั้งที่ 4 เรื่อง การประสานรวมพลังของชุมชน (Connectedness) ครั้งที่ 5 เรื่องการมีความหวัง (Hope) และครั้งที่ 6 เป็นการประเมินผลโครงการ ก่อนลงงานในพื้นที่ต้องหาแกนนำแห่งละ 5 คนเข้ารับการอบรมเพื่อ เป็นหลักในการ ดำเนินกิจกรรมร่วมกับทีมงานจากสถาบันราชานุกูล รูปแบบกิจกรรมที่ทำเป็นกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ โดยกระตุ้นให้สมาชิกในครอบครัวมีการสื่อสารความรู้สึกและเรื่องราวต่างๆที่เกิดขึ้นขณะประสบน้ำท่วม กิจกรรมพ่อแม่เล่นกับลูก กิจกรรมกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อนของกลุ่มผู้ปกครองและกิจกรรมกลุ่มของเด็ก เน้นให้เด็กทำกิจกรรมเพื่อผ่อนคลายให้บรรเทาความเครียดและความหวาดกลัวจากเหตุการณ์น้ำท่วม ครอบครัวมีความพร้อมในการเผชิญกับปัญหาทั้งมีแนวทางในการปฏิบัติหากเกิดน้ำท่วมอีกครั้ง

ครั้งที่สองของพื้นที่เทศบาลตำบล หาดอาษา ดิฉันทำหน้าที่เป็นผู้ช่วยผู้นำกลุ่ม วันนั้นได้เห็นน้ำตาแห่งความทุกข์ ใบหน้าที่แฝงความเศร้า วิดกกังวลลึกลึกของผู้เข้าร่วมกิจกรรม แม้เหตุการณ์น้ำท่วมจะผ่านไปหลายเดือนแล้วแต่ร่องรอยคราบน้ำยังปรากฏชัดเจนตามรอยฝายบ้าน เสาร์ว ความทุกข์ไม่ได้จากไป การสูญเสียสิ่งของ เครื่องมือทำมาหากิน ผลผลิตจากไร่นา เก็บเกี่ยวไม่ได้ เมื่อน้ำลง หนี้สินก็ปรากฏ ความทุกข์ก็พอกพูน ฉายอยู่บนใบหน้าที่ย่ำแย่ของพ่อแม่ผู้ปกครองที่ เข้าร่วมกิจกรรม ครั้งนี้เหมือนทุกคนเริ่มคุ้นกับทางทีม เมื่อทำกิจกรรม กลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อนประเด็นเรื่องความปลอดภัยแต่หลายคนยังพลังพลุระบายความทุกข์ ความอัดอั้นตันใจออกมา มีป้าคนหนึ่งพูดด้วยน้ำเสียงสั่นเครือ “ตอนน้ำมาต้องดูแลของไม่ให้เสียหาย ทำใจครั้งนี้สุดๆเลยในชีวิตของเรา มันไม่มีอะไรจะเสียแล้ว ปีนี้มันมาแรงกว่าทุกปี ข้าวไม่เหลือชักรุ่น เราเป็นชาวนาแต่ข้าวก็ไม่มียอดซื้อกิน หนี้เป็นล้านๆ นา 50-60 ไร่ ทั้งค่าเช่านา ปุ๋ยต้องซื้อทุกเม็ด เป็นหนี้ทั้งนั้น จะหาเงินที่ไหนมาจ่าย หนี้ขนาดนั้นหากันทั้งชาติจะจ่ายหมดไหม มองไปทางไหนมันมืดไปหมด ในหัวมันคิดวนเวียนอยู่อย่างนี้ นอนก็ไม่หลับ จับเชือกมาหลายเที่ยวแล้ว แต่เมื่อนึกเห็นหน้าหลานก็ต้องวางเชือกลง ” พอได้ยินดิฉันรู้สึกอึ้ง แอบคิดในใจว่าเจองานหินแล้วซิ จะใช้กระบวนการกลุ่มช่วยได้หรือ? “คะ มีใครจะให้ข้อเสนอแนะไหมคะ” ผู้นำกลุ่มเอ่ยขึ้น สมาชิกคนอื่นก็บอกว่า “นี่ก็เหมือนกัน แต่ถ้าปีนี้น้ำมาซ้ำก็คงเกี่ยวข้าวทันขาย ราคาข้าวดีอาจผ่อนหนี้ได้เบาบาง ” และอีกหลายคนก็พูดทำนองเดียวกัน จากนั้นผู้นำกลุ่มก็นำกลุ่มเข้าสู่กระบวนการเพื่อหาเทคนิค แนวคิดที่กลุ่มใช้เพื่อให้ตนเองและครอบครัวปลอดภัยจาก เหตุการณ์น้ำท่วม หลังจากปิดกลุ่ม ผู้นำกลุ่ม(ซึ่งเป็นนักจิตวิทยาเชี่ยวชาญ) หาโอกาสสับถักรุ่นป่า (ที่หียบเชือกหวังทำร้ายตัวเองเพื่อแก้ไขปัญหาชีวิต) รายบุคคลต่อ หลังจากจบกลุ่มวันนั้นทีมก็มาร่วมปรึกษากันว่าจะช่วยคุณป้าได้อย่างไรบ้าง ข้อมูลที่ทีมได้เพิ่มเติมคือคุณป้าเป็น

หัวหน้าครอบครัว ลูกๆแต่งงานแยกบ้านอยู่ไม่ไกลกันมาก ส่วนตัวป่าอยู่กับสามีและหลาน ชายที่พามาร่วมกิจกรรม คุณป่าบอกว่า “หลานเป็นเด็กฉลาดแต่ไม่ค่อยพูด ไม่กล้าแสดงออก ขยันอ่านหนังสือ บางทีมาถามเราก็อ่านไม่ออก ต้องไปตามข้างบ้านมาช่วยอ่านให้ เราอยากให้หลานไม่โง่ อยากให้เป็นทหารมิ่ง านทำอะไรได้ไม่ลำบากเหมือนเรา ” ขณะที่เล่านี้ น้ตาฉายแววแห่งความหวัง และส่วนหนึ่งที่ป่ามีกำลังต่อสู้ปัญหาคือเจ้าหน้าที่ทุกคนไม่เร่งรัดหนี้สินมีเมื่อไหร่ค่อยนำไปใช้ ทำให้ไม่รู้สิถูกบีบคั้นนัก ผู้นำกลุ่มวางแผนให้ทีมช่วยโดยพยายามหาโอกาสให้หลานชายคุณป่าได้แสดงความสามารถตามศักยภาพ ซึ่งทุกครั้งให้หลานได้แสดงความสามารถ เราก็เห็นคุณป่ายิ้มอย่างมีความสุข ระยะเวลาหลังดิฉันได้มีโอกาสพูดคุยกับคุณป่าส่วนตัวก่อนเริ่มกิจกรรมกลุ่มดิฉันใช้เทคนิครับฟังอย่างตั้งใจ บีบมือเบาๆ เพื่อให้ป่ารู้ว่าเราเข้าใจความรู้สึก รู้ว่าปัญหามันหนัก และบอกคุณป่าว่ามีหลายคนมีความคิดคล้ายกัน เพื่อให้คุณป่ารู้ว่า เป็นธรรมดาเมื่อ ที่มีปัญหาหนักอาจมีความรู้สึกนี้ได้ และมีหลายคนที่ทำสำเร็จ พร้อมทั้งสะท้อนให้คุณป่า คิดต่อว่าถ้าวันนั้นทำสำเร็จหลานชายจะอยู่กับใคร อยากเห็นวันที่หลานชายเป็นทหารเหมือนที่ ตั้งใจไว้ไหม คุณป่าบอกว่า “จริงถ้าวันนั้น...ไปแล้ว คงไม่มีโอกาสเห็นหน้าหลาน อยากเห็นตอนเขาสำเร็จ ” และดิฉันถามคุณป่าว่ารู้ไหมทำไมพวกเจ้าหน้าที่ถึงไม่เร่งรัดหนี้กับคุณป่า คำตอบของป่าคือ “เราเป็นคนพูดจริง ทำจริงไม่เคยโกงบ่เงินก็รับนำไปใช้และบอกทุกคนว่าได้มาเท่านั้น แบ่งให้เจ้านี้เท่านั้น อีกเจ้าเท่าไรทุกคนมีน้ำใจไม่เคยบ่นว่าป่าเลย ปีนี้ไม่ได้ใช้เขาสักบาทเขาก็ไม่ว่า ถ้าครั้งนี้ น้ำมายังไม่ทันเกี่ยวข้าวป่าไม่รู้จะทำอย่างไร เมื่อก่อนนัดรถเกี่ยวข้าวไว้ก็ไม่เห็นมา วันนี้เสร็จกลุ่มแล้วต้องรีบไปตาม ห่วงทั้งเกี่ยวข้าว แต่ก็อยากเจอ วันนี้เราเลิกกลุ่มเร็วหน่อยนะ ” สิ่งที่คุณป่าตอบ และเล่าเพิ่มเติม ทำให้รู้ว่าถ้าเราเป็นคนดี รักษาสัตย์คนรอบข้างก็จะรักเราและให้โอกาสกับเราเสมอ วันนั้นก็ทำให้กำลังใจคุณป่าและขอให้ติดต่อรถ เกี่ยวข้าวได้ทันเวลา การพบกันในครั้งถัดถัดมา คุณป่าจะมาคอยก่อนเวลา ทำกลุ่มเพื่อพูดคุยบอก เล่าถึงความคืบหน้าของแนวทางในการแก้ไขปัญหา “งวดนี้ขายข้าวได้ 7 แสนแบ่งจ่ายเขาทุกเจ้าเลย เหลือเอาไว้ลงนารอบนี้ และเก็บไว้ใช้หน่อยหนึ่ง ” “หลายชายเตี้ยวันนี้บ่กอง่ายขึ้น ชอบบ่กอดใหญ่(แทนตัวป่า)เวลานอนด้วยกัน ซ้อมร้องเพลงบ่ ระจำกลุ่มตลอด เวลาจะมาร่วมกิจกรรมเตรียมตัว เตรียมหยิบธงประจำครอบครัว บ่กอดใหญ่ “อย่าลืมนะ รีบไปรับหนูที่โรงเรียน หละ เตี้ยไม่ทันกลุ่ม ” ก่อนจากกันในวันปิดโครงการป่า บอกดิฉันด้วยใบหน้าเปื้อนยิ้ม “เกี่ยวข้าวอีกรอบนี้ถ้าได้ราคาเหมือนเดิม คงใช้หนี้เขาหมดแล้วยังอาจ เหลือเก็บไว้ส่งหลานชายเรียนอีกหน่อย ชอบคุณมากนะที่มาหา ที่มาให้กำลังใจกัน ยังไงอย่าหายไปเลยนะกลับมาเยี่ยมบ้างนะจ๊ะ ” ดิฉันรู้สึกยินดีกับคุณป่ามาก โล่งใจ สบายใจยังงัยบ่บอกไม่ถูก ปัญหาอาจไม่ได้ถูกแก้ไข ให้หมดไป ด้วยเรา แต่การได้เป็นเพื่อนเดินคู่กันไปร่วมรับรู้ ถึงความทุกข์และ สุขก็ทำให้เรา รู้สึกดีและเป็นสุข จากครั้งแรกดิฉันมองว่า ตลอดเวลา 4 เดือน ทำงานประจำและออกหน่วยเยี่ยมยา แพบจะไม่มีวันหยุดเลย มันเหนื่อยนะ แต่วันนี้ สิ่งที่ได้รับมันไม่ใช่แค่ความสุขใจที่เกิดขึ้น แต่ดิฉันได้เรียนรู้ชีวิตมากขึ้น ปัญหาความเหน็ดเหนื่อยจากการทำงานแค่นี้มันน้อยนิดนัก ชีวิตคนเรามีสิ่งที่บีบคั้นมากมาย เราอยู่ในกลุ่มคนที่ชีวิตสุขสบาย ถ้ามีเหตุที่ต้องทำความดีเพื่อคนอื่นบ้าง เราก็ไม่ควรจะทิ้งโอกาสนั้น เพราะในที่สุดสิ่งนั้นจะมอบสิ่งดี ๆ กลับมา มาเสมอ ภูมิใจที่ได้ทำโครงการนี้ “ยาใจ คนเจ็บ”

ธัญหทัย จันทะโยธา
ศูนย์บริหารโครงการวิชาการ