

ธรรมะสำหรับผู้บริหารการพยาบาล

โครงการประชุมทางวิชาการ องค์กรก้าวหน้าพัฒนาคนเพื่อความสุขยั่งยืน

สนง.การพยาบาล กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข ชมรมผู้บริหารการพยาบาลโรงพยาบาล
ชุมชน

สถานที่ โรงแรม บีพีสมิหลา บีช รีสอร์ท จ.สงขลา

วันที่ ๑๔ ต.ค. ๒๕๕๑

เวลา ๙.๓๐ – ๑๑ น.

ขอเจริญพร ท่านประธานการประชุม นายแพทย์ พยาบาล และท่านผู้ฟัง ขอโมทนาที่ได้
นิมนต์ให้มาร่วมแสดงธรรมแก่ผู้บริหาร และเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องในการพยาบาล ซึ่งควรได้รับความ
สนใจอย่างยิ่ง เพื่อการขยายผลในการพัฒนาประสิทธิภาพประสิทธิผลของการรักษาพยาบาล
ในระดับชาติ

สำหรับหัวข้อการบรรยายในวันนี้ เพื่อความชัดเจนในการนำเสนอขอแตกหัวข้อตาม คอน
เซ็ปต์ที่ให้การบ้านไป โดยจะให้ความสนใจเป็นพิเศษใน ๓ คำ คือ ธรรมะ ผู้บริหาร และการ
พยาบาล

เช่นนี้จะช่วยให้เราชัดเจนขึ้นว่า การบรรยายในช่วงนี้ จะดำเนินไปตามคอนเซ็ปต์หลัก
เช่นนี้

ธรรมะ

คำว่าธรรมะ หลายคนนึกว่า ต้องเป็นเรื่องของพระ เป็นเรื่องของคนใกล้ตาย เป็นเรื่องของ
คนแก่ โดยสรุป คือไม่เกี่ยวกับเรา

จึงต้องมาช่วยกันสร้างความเข้าใจกันใหม่ ว่า ธรรมะ เป็นสิ่งที่ใกล้ตัว เป็นสิ่งที่เมื่อเรามี
ความเข้าใจแล้ว จะช่วยให้เราใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุขมากขึ้น

ธรรมะเป็นเรื่องใกล้ตัว ถ้าจะพูดให้ถูกยิ่งขึ้น ต้องพูดว่า ธรรมะเป็นเรื่องที่ตัวเรานี่เอง ถ้าเรา พูดถึง
เรื่องลมหายใจ ก็เป็นธรรมะ หมอพยาบาลให้ความสำคัญกับลมหายใจเป็นพิเศษ เพราะเป็น
ตัวกำหนดขั้นพื้นฐานว่า คนไข้ของเรายังมีชีวิตอยู่หรือไม่

เราทุกคนหายใจมาแต่เกิด แต่เรามักจะละเลยไม่ให้ความสนใจ ในการฝึกจิต วิธีหนึ่งที่
พระท่านมักสอนให้เราเริ่มต้น โดยการพิจารณาลม ให้เราได้สัมผัสกับลมหายใจของเราเอง ให้มีสติ
ตามรู้ ลมหายใจเข้า และออก

ธรรมะ ที่เราเรียนรู้ต่อไปก็คือ ในการมีชีวิตอยู่ของเรานั้น ลมหายใจเข้าและออกต้อง
สัมพันธ์กัน ขาดอย่างใดอย่างหนึ่งไม่ได้ การที่เราเข้าใจว่าลมหายใจเข้าออกอิงอาศัยกันเช่นนี้ เป็น
ธรรมะของลมหายใจ ธรรมะที่เราได้จากลมหายใจก็คือ ทุกอย่างที่ต้องอาศัยกัน ไม่เที่ยง ไม่มีหมอ

พยายามคนใดที่จะทำให้ล้มหายใจนี้ได้อยู่ได้เป็นนิรันดร์ แม้หมอ พยายามเอง ก็ต้องมาถึงวันที่ เรา หยุคลมหายใจ เพราะมันไม่มีความจริงแท้ในตัวของมันเอง กล่าวคือ หายใจเข้าก็เนื่องจากหายใจ ออก หมุนเวียนกันไป ภาษาพระเรียกว่า ทวิธรรม ธรรมที่มีลักษณะเป็นคู่ อะไรก็ตามที่เป็นคู่ จะอยู่ ด้วยตัวเองไม่ได้

มันไม่มีความเที่ยงแท้แน่นอน มันเป็นทุกข์ ในลักษณะที่มันตั้งอยู่เองไม่ได้ และท้ายที่สุด คือ ไม่มีความเป็นตัวของมันเองอย่างแท้จริง

ภาษาพระเรียกว่า อนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา

ธรรมะที่หยิบยกขึ้นมาที่เกี่ยวข้องกับลมหายใจ ก็คือ มันเป็นธรรมดา ธรรมดาสำหรับสัตว์ โลก ที่มีลมหายใจเข้า ออก และเพราะลมหายใจเข้าออกเป็นทวิธรรม คือเป็นธรรมคู่ จึงเป็นธรรมดา ของสัตว์โลกที่จะต้องหยุดหายใจ ที่ชาวบ้านเรียกว่า ตาย

และในความเป็นธรรมดานี้เอง ที่เราเข้าใจต่อไปด้วยว่า มันเป็นธรรมชาติ

เช่นนี้เอง ในความเป็นธรรมดา และความเป็นธรรมดานี้เอง ที่เราเห็นธรรมะ

ธรรมะที่พระพุทธเจ้าสอนมิใช่จะอะไรอื่น แต่เป็นเรื่องที่ธรรมดา เช่นนี้

เมื่อเราริเริ่มค้น อย่างนี้ ท่านผู้ฟังจะเกิดความมักคุ้นกับธรรมะทันที และจะารู้สึกว่า ธรรมะเป็นเรื่องไกลตัวอีกต่อไป

ไม่ว่าจะหยิบยกเรื่องอะไรขึ้นมาพูด ก็จะสรุปลงมาได้ที ความเป็นอนิจจัง ทุกขัง และ อนัตตา

เราจึงทิ้งในความเป็นอัจฉริยะของพระพุทธเจ้าที่ทรงรู้แจ้งแทงตลอด มิใช่เรื่องที่ไกลตัวเลย แต่ทรงเข้าใจและเห็นธรรมะในสิ่งที่เป็นธรรมดา และธรรมชาติ

การเป็นหมอและพยาบาลนั้น เป็นอาชีพที่สามารถน้อมนำจิตให้เห็นธรรมะอยู่ได้ทุกขณะ

ผู้บริหาร

เป้าหมาย

ปรัชญา

ระบบ

การปกครอง

คน

การเป็นผู้บริหาร คือการที่เรามีตำแหน่งอยู่บนยอดของสามเหลี่ยมของการปกครอง อาจจะเป็นสามเหลี่ยมเล็ก หมายถึงหน่วยงานเล็ก หรือสามเหลี่ยมใหญ่ คือหน่วยงานใหญ่ และภายใต้ สามเหลี่ยมใหญ่ก็อาจจะประกอบด้วย สามเหลี่ยมเล็กๆจำนวนมาก สิ่งที่ผู้บริหารจะต้องชัดเจนคือ เป้าหมายของหน่วยงานนั้น

เป้าหมายจะควบคู่ไปกับปรัชญา ซึ่งหมายถึงวิธีคิดในการที่ให้สาระกับเป้าหมายนั้น เป็น เรื่องสำคัญที่หมอและพยาบาลจะมีความเข้าใจที่ถูกต้องว่า เราดูแลสุขภาพของประชาชน

ประชาชนในลักษณะที่เป็นปัจเจก ประชาชนในลักษณะที่เป็นมนุษย์ที่อยู่ในสังคม นับตั้งแต่สังคมภายในครัวเรือน และที่สำคัญ มนุษย์ในฐานะที่เป็นส่วนหนึ่งของสิ่งแวดล้อมอันหมายถึงธรรมชาติรอบตัวเรา

สุขภาพ เป็นเรื่องของที่เราจะต้องดูแลทั้งกายและจิต การแพทย์สมัยใหม่ได้เปิดโลกทัศน์ออกไปมาก และนับวันจะเห็นความสำคัญของการพัฒนาจิตมากขึ้น ทั้งนี้ เพราะเริ่มมีความเข้าใจแล้วว่า ภาวะทางร่างกายที่เห็นเป็นความเจ็บไข้หลายอย่าง เป็นผลมาจากจิต นับแต่ความเครียด ที่มีผลต่อระบบย่อยอาหาร ทำให้ เกิดอาการจุกเสียด อาหารไม่ย่อย เลย์ไปจนถึงไมเกรน เหล่านี้เป็นตัวอย่างที่เราเห็นชัด และสัมผัสได้ เป็นต้น

ในการดูแลคนเจ็บนั้น นอกจากจะดูแลคนเจ็บให้หาย แล้ว การแพทย์พยาบาลยังต้องมีการ follow up และติดตามด้วยการเยี่ยมยา ฟันฟูสุขภาพของคนเจ็บด้วย

การแพทย์ปัจจุบัน หมายรวมไปถึงการป้องกันโรค คือดูแลให้ความรู้เพื่อให้ประชาชนมีความตื่นตัวจากพฤติกรรมบางอย่างที่เสี่ยงต่อการก่อโรคในระยะยาวได้

ปรัชญาพื้นฐานของการพยาบาล จะต้องให้ความสำคัญต่อสุขภาพมวลรวมทั้งสองระดับที่เรียกว่า holistic คือคนที่อยู่ในบริบทของธรรมชาติ ทั้งคนต่อคน สัตว์และธรรมชาติที่แวดล้อม

และส่วนต่างๆของร่างกายที่มีความสัมพันธ์สอดคล้องกัน โดยไม่พิจารณาแยกส่วน อันเป็นความผิดพลาดของการแพทย์สมัยใหม่ จากเดิมที่มี house physician ที่จะช่วยคุณไข้โดยองค์รวม และจะส่งให้แพทย์ผู้ชำนาญแต่ละแขนง ที่เรียกว่า specialist แล้วก็ยังต้องกลับมาที่ house physician เสมอ ปัจจุบัน คนไข้จะตรงไปหาแพทย์ผู้ชำนาญการ ซึ่งมักจะมองคนไข้ โดยดูเฉพาะส่วนที่ตนถนัด นอกจากส่วนต่างๆของร่างกายที่ต้องสัมพันธ์กันแล้ว ร่างกายทั้งหมด ยังมีจิตเป็นตัวสั่งการ แม้การแพทย์พยาบาลจะสมบูรณ์รอบคอบ แต่ถ้าใจไม่ได้รับการดูแล คนไข้ก็ยังไม่พ้นจากอาการเจ็บป่วยได้ง่ายๆ

ระบบ

ในการบริหารงานพยาบาลนั้น ผู้อำนวยการ หรือผู้บริหารอาจมีความรู้ความสามารถเป็นเลิศ แต่หากขาดระบบ และ อาจจะหมายรวมการจัดการไว้ในหัวข้อระบบ คือ จัดการดี ระบบดี การจัดการระบบ การมอบหมายงานชัดเจน เป็นเรื่องสำคัญ แต่ระบบก็ยังผูกพันกับคน ซึ่งจะได้กล่าวต่อไป

คน

คนในที่นี้ หมายถึงประชากรทุกคนที่อยู่ในหน่วยงาน

Recognition พนักงานทุกคนมีความสำคัญต่อองค์กร คุณเดียวกับนิ้วมือ ทำงานต่างกัน แต่พึ่งพาอาศัยกัน จะอยู่โดยปราศจากคนหนึ่งคนใดไม่ได้

ทุกรอบปี ควรให้การยกย่องผู้ที่มีผลงานดีเด่น เป็นขวัญกำลังใจ

Regular meeting ทั้งในแต่ละหน่วยงานย่อย และหน่วยงานใหญ่ เป็นสิ่งจำเป็น เพื่อให้เกิดการเคลื่อนตัวในการทำงาน จากหน่วยหนึ่งส่งต่อไปอีกหน่วยหนึ่ง นอกจากนั้น นโยบายจากหน่วย

บน จะต้องมีการพูดคุยเพื่อให้หน่วยต่างเข้าใจทั้งนโยบายและปรัชญา การพบปะเช่นนี้ แต่ละหน่วย จะมีโอกาสรายงานการทำงานของตน พูดถึงทั้งความก้าวหน้า และอุปสรรค เพื่อจะได้ช่วยเสริมทั้งระหว่างหน่วยงาน และการประสานงานในแนวระนาบและจากบนไปล่าง

Personal contact การขับเคลื่อนองค์กรให้ไปด้วยกัน ผู้บริหารต้องมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับผู้ร่วมงานในทุกระดับชั้น การพบปะพูดคุย ที่เปิดโอกาสให้ผู้บริหารได้สัมผัสสื่อน้องที่อยู่ห่างไกลในชั้นของการทำงาน เข้าไปสัมผัสความต้องการจากฐานของความเป็นมนุษย์เหมือนกัน มีครอบครัว มีลูก มีพ่อแม่ นำไปสู่โครงการที่เอื้อต่อการสร้างความสัมพันธ์

Quality ทั้งคุณภาพของงานและคนที่ทำงานต้องสอดคล้องกัน ผู้บริหารต้องสนใจดูแล ในสภาวะของคนทำงาน รวมทั้งกายและจิต สนับสนุนให้เพิ่มพูนความสามารถ โดยผลักดันไปเรียนต่ออบรมเพื่อเพิ่มพูนประสิทธิภาพในการทำงาน อบรมจิตใจในโครงการต่างๆ ฯลฯ

การพยาบาล

เริ่มต้นจากการตั้งคำถามง่ายๆ เพื่อให้ตัวเองเกิดความตระหนักรู้ในหน้าที่ซึ่งที่ตนได้รับมอบหมาย และการคาดหวังจากหน่วยงาน และประชาชนผู้เข้ามาใช้บริการ

What ทำอะไร

Why ทำทำไม

How ทำอย่างไร

For whom ทำเพื่อใคร

เราทำอะไร การพยาบาล เป็นการเยียวยาทั้งกาย และใจ นั่นคือ คุณคนเจ็บที่เข้ามารับการบริการโดยองค์รวม

นอกจากนั้น การพยาบาลยังต้องดูแลไปถึง ทั้งคนเจ็บและญาติ โดยเฉพาะในกรณีที่เจ็บหนักจะต้องตายแน่ๆ การพยาบาลยังหมายรวมถึงการประคับประคองจิตใจทั้งของผู้ป่วยและญาติ ให้การศึกษา ให้ธรรมะ ให้ความเข้าใจในสภาพที่เป็นจริงของอาการป่วยนั้นๆ

เราทำทำไม การพยาบาล คือการให้ความหมายแก่ชีวิต ตระหนักในหน้าที่อันยิ่งใหญ่ เข้าใจในความหมาย และสาระ ทำความเข้าใจว่า ชีวิตทุกชีวิตมีค่า

เราทำอย่างไร เข้าใจว่า คนเจ็บที่มาหาเราทุกคนเป็นญาติกับเรา นั่นคือ เป็นญาติร่วมโลก ร่วมเกิด แก่ เจ็บตาย หมอก็ตาย พยาบาลก็ตาย วิธีการปฏิบัติที่พยาบาลพึงมีต่อคนไข้ จึงเป็นการดูแลเรา ไม่ใช่ดูแลเขา

ทำเพื่อใคร นอกเหนือจากเราทำเพื่อตนเองแล้ว (ก็เราได้สิ่งตอบแทนเป็นเงินเดือน) การพยาบาลเป็นการปฏิบัติธรรมชั้นเลิศ เป็นงานที่ได้บุญอย่างยิ่งในตัวของเนื้องานเอง ขึ้นอยู่กับท่าทีของเราที่เราจะทำใ้งานนั้น เป็นบุญกุศลยิ่งขึ้นไปอย่างไร

แต่ถ้าเราเห็นว่าเป็นเพียงหน้าที่ ก็ได้เพียงเงินเดือน แต่ไม่ได้ความสุขใจที่ใครๆก็ทำให้เราไม่ได้

โดยสรุป อยากจะกล่าวว่า เนื้อหาของการพยาบาลนั้น เป็นธรรมะอย่างยิ่ง การดูแลคนเจ็บให้หาย ก็เป็นความสบายใจของทั้งสองฝ่าย คือคนเจ็บ ญาติพี่น้องคนเจ็บ และส่วนผู้ที่พยาบาลทั้งหมดและพยาบาลที่เกี่ยวข้อง

แต่ในการดูแลชีวิต ก็มีชีวิตที่หลุดล่วงไปโดยธรรม กล่าวคือ อย่างไรเขาก็ต้องตาย ถ้าผู้บริหารการพยาบาลเข้าใจในธรรมะข้อนี้ ก็ปรับวิกฤตให้เป็นโอกาส ทั้งผู้ป่วยที่ตายก็ได้เข้าถึงสังขารมสามารถไปด้วยความสงบ คือเข้าใจธรรม ส่วนญาติก็มีความเข้าใจธรรมะในเรื่องชีวิต ว่ามันเป็นธรรมดา และเป็นธรรมชาติที่จะต้องตาย เกิดการยอมรับ ไม่ทุรนทุรายจนเกินเหตุ ฝ่ายหมอ ฝ่ายพยาบาลก็ตระหนักว่าได้ทำหน้าที่ดีที่สุดแล้ว ก็สามารถวางอุเบกขา เรียกว่า ตั้งมั่นอยู่ในธรรมะเช่นกัน คืออุเบกขาธรรม

การยอมรับความตายในขั้นสุดท้าย เป็นการปฏิบัติธรรมขั้นสูงสุดของทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง หมอก็ต้องยอมให้คนไข้ตายอย่างมีศักดิ์ศรี ประเด็นนี้ก็เป็นประเด็นสำคัญที่ต้องอภิปรายในวงกว้างมากขึ้น

การเข้าใจธรรมะ

ธรรมะ

ธรรมคา

ธรรมชาติ

ผู้บริหาร

เป้าหมาย

ปรัชญา

ระบบ

การปกครอง

คน