



# 6

## มารู้จัก

### นักสังคมสงเคราะห์จิตเวช

เยาวภา ยงดีมิตรภาพ

นักสังคมสงเคราะห์ 8 ว. สถาบันจิตเวชศาสตร์สมเด็จเจ้าพระยา

สังคมสงเคราะห์ 2519-2522

งานสังคมสงเคราะห์จิตเวชเป็นงานที่ต้องเข้มงวดกับจรรยาบรรณวิชาชีพเป็นอย่างยิ่ง โดยเฉพาะ ประเด็นคุณธรรม จริยธรรม การสร้างสัมพันธภาพเชิงวิชาชีพ การรักษาความลับ การเคารพในศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ของผู้ใช้บริการ และที่สำคัญอย่างยิ่งคือความรู้ ทักษะในการปฏิบัติงานให้การบำบัดช่วยเหลือผู้ใช้บริการที่มีปัญหาสุขภาพจิต ไม่ว่าจะเป็นผู้ป่วย ญาติ ประชาชนอันเกี่ยวเนื่อง ทั้งนี้เพราะเป็นงานที่กระทำกับมนุษย์ที่มีความทุกข์ใจเป็นเรื่องที่ละเอียดอ่อนและซับซ้อนมาก

นอกจากนี้งานสังคมสงเคราะห์จิตเวช ยังเกี่ยวข้องกับบุคคลแวดล้อมทั้งในครอบครัว ชุมชน รวมถึงบุคลากรในทีมผู้รักษาอันประกอบด้วยจิตแพทย์ พยาบาลจิตเวช นักสังคมสงเคราะห์จิตเวช นักจิตวิทยา และนักอาชีวบำบัด หากนักสังคมสงเคราะห์จิตเวชขาดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโรค การดูแลรักษา ปัญหาทางสังคมจิตใจ การวิเคราะห์และประเมินปัญหา รวมถึงทักษะในการช่วยเหลือ ทั้งผู้ใช้บริการและผู้ร่วมทีมรักษาก็อาจจะไม่ได้รับประโยชน์จากบริการที่ได้รับเท่าที่ควร หรือเกิดผลเสียตามมา

การให้ความช่วยเหลือจำเป็นต้องใช้สติอย่างมากในการรับฟัง ค้นหาปัญหาที่แท้จริง ประเมินผู้ใช้บริการ ปัญหา สถานการณ์ต่างๆ การ



ค้นหาศักยภาพและแหล่งสนับสนุนด้านสังคมจิตใจ การวิเคราะห์ ปัญหา การวางแผนช่วยเหลือและการให้ความช่วยเหลือ นอกจากนี้ยัง ต้องมีการตัดสินใจที่จะทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งในขั้นตอนหรือสถานการณ์ใด สถานการณ์หนึ่ง โดยเฉพาะในกรณีภาวะวิกฤติซึ่งมีความหมายและความเสี่ยงอยู่มาก การประเมินผลการช่วยเหลือต้องทำเป็นระยะๆ ในแต่ละขั้นตอนของการทำงาน ลักษณะงานจึงมีความต่อเนื่องจนกว่าผู้ใช้บริการจะเข้าสู่ภาวะปกติหรือสามารถดำรงอยู่ได้อย่างน้อยในระดับหนึ่ง

นักสังคมสงเคราะห์จิตเวชต้องใช้ทักษะมากมายในผู้ใช้บริการแต่ ละรายตั้งแต่การสร้างสัมพันธภาพ การฟัง การสังเกต การถาม การ ประเมินและวิเคราะห์ปัญหาตามแนวทฤษฎีต่างๆ รวมถึงการประยุกต์ ใช้ความรู้หลายด้านไม่ว่าจะเป็นเรื่องพัฒนาการมนุษย์ ธรรมชาติของผู้ ชายผู้หญิงในเรื่องและในวัยต่างๆ ปัญหาที่มักเกิดขึ้นในครอบครัว ชีวิต สมรส และแต่ละช่วงชีวิต รวมถึงการปรับตัวต่อปัญหา ความรู้เกี่ยวกับ โรคและการดูแล ความรู้ด้านสุขภาพและอนามัย ความรู้เกี่ยวกับสิทธิ และกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับผู้ป่วย นโยบายของรัฐ แหล่งสนับสนุนทาง สังคมต่างๆ ตลอดจนแนวทางการช่วยเหลือหรือบำบัดซึ่งมีหลายแนว คิดหลายทฤษฎี รวมถึงการศึกษาวิจัยเพื่อได้องค์ความรู้ใหม่ๆ

ยิ่งนักสังคมสงเคราะห์จิตเวชมีความรู้ มีทักษะความชำนาญในการ ประยุกต์ใช้ศาสตร์และศิลป์ในงานที่ปฏิบัติมากเท่าไร การช่วยเหลือผู้ใช้ บริการจะมีประสิทธิภาพมากขึ้นเท่านั้น ผู้ใช้บริการและสภาพปัญหา มีความหลากหลายและสถานการณ์แตกต่างกัน การช่วยเหลือจึงต้องใช้ หลายทฤษฎีเข้ามาผสมผสาน การทำงานจำเป็นต้องทุ่มเทกายใจ ใช้ วิทยายุทธ์ กลยุทธ์ กำลังภายใน การประสานสิทธิ์ หรือบางครั้งต้อง เรียกว่าไม่ได้ด้วยเล่ห์ก็ต้องเอาด้วยกล แต่อยู่บนพื้นฐานจรรยาบรรณ วิชาชีพสังคมสงเคราะห์ เพื่อให้ผู้ใช้บริการผ่านพ้นจากภาวะทุกข์ใจตั้ง กล้าวทั้งเฉพาะหน้าและแบบยั่งยืน

การรักษาทางจิตเวชอาจไม่สามารถช่วยได้สมบูรณ์ทุกราย การดี ขึ้นเพียงระดับที่อยู่ได้ก็ถือว่าน่าพอใจแล้ว ผลพวงที่ได้จากการทำงานดัง



กล่าว สำหรับนักสังคมสงเคราะห์จิตเวชแล้ว คือ สุขุขความชื่นใจที่ได้รับเหนือคำบรรยาย งานแต่ละวันจะมีเรื่องให้ท้าทายความสามารถ รวมถึงโอกาสในการได้ทำบุญกุศล พัฒนาตนและพัฒนาจิตใจของตัวเอง แม้บางครั้งจะเหน็ดเหนื่อยกาย และมีบางครั้งที่รู้สึกหงุดหงิดหรือท้อกับผลลัพธ์ที่ออกมาอย่างน่าผิดหวัง แต่เราก็ต้องเรียนรู้ความเป็นจริงแห่งชีวิต ไม่ใช่พระเจ้าผู้ดลบันดาล จึงควรยอมรับและปล่อยความรู้สึกนั้นไป หันมาคิดเชิงบวกแสวงหาประโยชน์จากสิ่งที่เกิดขึ้นเพื่อการพัฒนาต่อไป เพราะวันพรุ่งนี้ยังมีผู้ใช้บริการรอเราอยู่

ในต่างประเทศนักสังคมสงเคราะห์จิตเวชบางส่วน จะทำงานด้านการบำบัด ต้องเรียนเฉพาะทาง ด้านการบำบัดและมีใบประกอบโรคศิลปะคอยควบคุมกำกับอีกชั้นหนึ่ง สำหรับประเทศไทยยังไม่มีสาขานี้ แต่นักสังคมสงเคราะห์จิตเวชไทยก็มีศักยภาพในด้านการบำบัด เนื่องจากช่วงระยะกว่าสามทศวรรษที่ผ่านมา นักสังคมสงเคราะห์จิตเวชได้รับการฝึกฝนอบรมด้านการบำบัดในลักษณะต่างๆ อย่างสม่ำเสมอ เพียงแต่ยังขาดการพัฒนาให้เป็นมาตรฐาน และมีการกำกับดูแลที่ถูกต้อง นักสังคมสงเคราะห์จิตเวชในปัจจุบันต้องเพิ่มหรือพัฒนาทักษะด้านการบำบัด ด้วยเหตุผลของสัดส่วนบุคลากรและความต้องการการบำบัดของผู้ใช้บริการมีความไม่สมดุลกันอย่างมาก

จากประสบการณ์การทำงานด้านจิตเวชของตนเองมาอย่างยาวนาน พบว่าการจะให้ความช่วยเหลือผู้ใช้บริการได้อย่างมีประสิทธิภาพ จำเป็นต้องมีทักษะด้านการบำบัดแทรกอยู่ในการทำงานด้วย เมื่อคิดย้อนกลับไป หลังเรียนจบจากคณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ใหม่ๆ ได้มีโอกาสทำงานกับผู้ป่วยจิตเวช ความรู้ที่ร่ำเรียนมาไม่เพียงพอกับการทำงานด้านนี้ แต่นับว่าเป็นความโชคดีอย่างมาก เมื่อมีโอกาสได้ฝึกฝนเรียนรู้เกี่ยวกับโรค การทำจิตบำบัดรายบุคคลและกลุ่มบำบัดจากอาจารย์จิตแพทย์ทุกท่านในหน่วยงานขณะนั้น

อาจารย์ที่ให้ความรู้เป็นหลักสำคัญ คือ อาจารย์ นพ.ปราโมทย์ เชาว์ศิลป์ จิตแพทย์ผู้มีวิสัยทัศน์และจิตใจกว้างขวาง ได้ถ่ายทอดความรู้



ด้านการบำบัดอิงทฤษฎีจิตวิเคราะห์ให้อย่างเต็มที่ มีการสอนโดย  
วิเคราะห์คำพูดและสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในกระบวนการบำบัดบำบัดทั้ง  
รายบุคคลและแบบกลุ่มจากเทปที่บันทึกไว้ หรือในสถานการณ์จริงที่  
อาจารย์สอนสาธิตให้ดูว่า สิ่งที่อยู่พูดสื่อถึงอะไร ตรงไหนเป็นข้อมูล  
สำคัญ มีความหมายอะไร ปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นนี้ในทางจิตเวชเรียกว่า  
อะไร มีความสำคัญในการรักษาอย่างไร ช่วงนี้เราควรจะทำอะไร พูด หรือ  
ถามอะไร สะท้อนอะไร เป็นต้น

ผู้เขียนได้เรียนรู้การทำจิตบำบัดจากอาจารย์อยู่หลายปี หลังจาก  
นั้นได้ลาออกเพื่อการผจญภัยในโลกกว้างไม่ได้ทำงานด้านจิตเวชอยู่  
นานกว่า 5 ปี และเมื่อมีโอกาสกลับเข้ารับราชการในหน่วยงานแห่ง  
ใหม่ ตนเองเลือกทำงานด้านจิตเวชโดยตรง พบว่า ทักษะพื้นฐานที่ได้  
รับมายังคงอยู่ ความรู้ช่วยเสริมการทำงานได้เป็นอย่างดี ผลงานที่ออก  
มาน่าพอใจ จึงรู้สึกมีความสุข สนุกกับการใช้ทักษะต่างๆ ที่เคยร่ำเรียน  
มาประยุกต์ใช้ในการทำงาน นอกจากนี้ยังได้ผสมผสานทักษะการบำบัด  
ใหม่ๆ ที่ได้เรียนรู้มา เช่น การบำบัดครอบครัว การทำจิตบำบัดระยะ  
สั้น และการทำจิตบำบัดด้วยการแสดงออก เป็นต้น

ในสถาบันที่ทำงานอยู่ในปัจจุบัน บทบาทนักสังคมสงเคราะห์จิต  
เวชจะทำงานครอบคลุมด้านสวัสดิการสังคม งานส่งเสริม ป้องกัน  
บำบัดรักษา และฟื้นฟูสมรรถภาพทางสังคมจิตใจเป็นรายบุคคล กลุ่ม  
และครอบครัว รวมถึงการพิทักษ์สิทธิตามกฎหมายแก่ผู้ใช้บริการ นอก  
จากนี้ยังทำงานร่วมกับเครือข่ายการให้การดูแล ฟื้นฟูสมรรถภาพ และ  
สนับสนุนผู้ป่วยในชุมชน การให้การส่งเสริมป้องกันปัญหาสุขภาพจิตใน  
ประชากรกลุ่มเสี่ยง รวมถึงการมีส่วนร่วมในระดับนโยบายในด้านการ  
ให้การดูแลฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ป่วยในชุมชน ตลอดจนการลดอคติของ  
ประชาชนที่มีต่อผู้ป่วยจิตเวช

งานอีกอย่างหนึ่งของนักสังคมสงเคราะห์จิตเวชของสถาบันฯ ที่ทำ  
อยู่ คือ การเปิดศูนย์ให้การปรึกษาครอบครัวและคู่สมรสในหน่วยงาน  
กิจกรรมของศูนย์ฯ ได้แก่ การให้การปรึกษาในครอบครัวเป็นราย



บุคคล กลุ่มและครอบครัว การจัดกลุ่มให้การปรึกษาแก่สตรีที่มีปัญหาชีวิตสมรส การช่วยให้คนรักหรือคู่สมรสเข้าอกเข้าใจกัน พ่อแม่เข้าใจลูก ลูกเข้าใจพ่อแม่ พ่อแม่ หรือ ลูกๆ เข้าใจกัน แม้ว่าไม่ใช่เรื่องง่ายหรือไม่ใช่ว่าจะสำเร็จทุกราย เพราะบางรายปัญหาเรื้อรังลึกเกินกว่าจะประสานเป้าหมายจึงเหลือเพียงแยกจากกันด้วยดี ไม่มีใครรู้สึกพ่ายแพ้ และสามารถดำรงอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นปกติสุข

สำหรับภาพประทับใจจากประสบการณ์ทำงานมีมากมาย ที่ขอเล่าสู่กันฟังมีตั้งแต่

1. การทำให้ผู้ป่วยเข้าใจตนเอง เข้าใจปัญหาสัมพันธภาพที่ตนเองมีกับคนรอบข้าง รวมถึงการตัดสินใจที่จะเลือกอยู่อย่างไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น

2. การทำให้ผู้ป่วยที่ญาติเกือบสิ้นหวังเกือบถอดใจที่จะให้อยู่ร่วมด้วย กลับกลายเป็นบุคคลที่รักของครอบครัวอีกครั้งหนึ่ง หรือสามารถอยู่ร่วมกัน โดยครอบครัวไม่รู้สึกร้อนหรือเป็นภาระมากเกินไป ภาพที่ชื่นตาสำหรับบุคลากรในโรงพยาบาลจิตเวช คือ ความทุกข์ของญาติ บางรายญาติเครียดกับผู้ป่วยสุดๆ ญาติพาผู้ป่วยมาโรงพยาบาลเราต้องดูกันดี ๆ ว่าใครป่วย เพราะผู้ป่วยบางที่ดูหนึ่ง พุดจาดี ดูอารมณ์ดี แต่ญาติกลับมีผมเผ้ายุ่งเหยิง หน้าตาอมทุกข์

3. มีญาติผู้ป่วยรายหนึ่งประกาศไม่รับผู้ป่วยกลับบ้าน จะไม่ดูแลดูดีอีกต่อไปแล้ว ทำที่ไม่เป็นมิตรกับบุคลากรเลย เมื่อทำงานกับญาติไประยะหนึ่ง ญาติเริ่มยอมมาเยี่ยม กล่าวพูดคุยกับผู้ป่วย มารับผู้ป่วยไปทานข้าว และให้ความร่วมมือในการดูแลผู้ป่วยตามสภาพเท่าที่จะเอื้ออำนวยได้ เพียงเท่านี้เราถือว่าประสบผลสำเร็จแล้ว จากประสบการณ์พบว่า การที่ญาติทุกข์มากมายขนาดนี้มีใช้เกิดจากการเจ็บป่วยของผู้ป่วยจิตเวชอย่างเดียว แต่มีองค์ประกอบหลายอย่างประกอบกันไม่ว่าจะเป็นเรื่องการขาดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโรคและการดูแล ปัญหาส่วนตัว ปัญหาภายในครอบครัว รวมถึงความไม่พร้อมในด้านต่างๆ ซึ่งจำเป็นต้องได้รับการแก้ไขร่วมด้วย



4. การทำให้ผู้ป่วยมองเห็นคุณค่าของตนเองเริ่มปรับตัวมีสังคมกับผู้อื่น สามารถช่วยเหลือตนเองและอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

5. การตามญาติมาพบผู้ป่วยซึ่งหนีจากครอบครัวด้วยคิดว่าตนเองน่ารังเกียจไม่เป็นที่ต้องการของครอบครัว ด้วยความเพียรพยายามและใช้ทักษะในงาน หลังได้รับเรื่องส่งปรึกษานักสังคมสงเคราะห์จิตเวช ภายในวันนั้นผู้ป่วยยอมเปิดเผยและอนุญาตให้ติดต่อญาติ วันรุ่งขึ้นทั้งมารดาและบุตรรีบมาเยี่ยมผู้ป่วย ภาพญาติร้องไห้โศกเข้ากอดผู้ป่วย บอกความรักความห่วงใยยังตรึงใจพร้อมน้ำตาทุกครั้งที่น่าถึง

6. การช่วยให้ผู้ใช้บริการมีบัตรประชาชน ได้รับสิทธิต่างๆ ตามกฎหมาย สามารถทำงานได้ ได้เห็นภาพผู้ป่วยยิ้มด้วยความดีใจเมื่อได้รับบัตรประชาชนใหม่

7. การช่วยเหลือสามีภรรยาที่มีเรื่องไม่เข้าใจ ผิดใจกัน เกือบเลิกกันไปแล้ว กลับเข้าใจกัน วันดีคืนดีมาพบเพื่อขอบคุณ

8. ในรายที่สมาชิกในครอบครัวแตกแยกกัน ต่างคนต่างแยกกันดูแลผู้ป่วย มีการประสานสืบทัด ทั้งสมาชิกในครอบครัว เครือข่ายต่างๆ ในชุมชน เพื่อให้ผู้ป่วยได้รับการดูแลอยู่กับครอบครัวตามอัตภาพ ทุกวันนี้ นักสังคมสงเคราะห์จิตเวชยังคงคอยประคับประคอง โดยเฉพาะสภาพจิตใจของผู้ดูแลที่ต้องดูแลผู้ป่วยที่แสนหนักตามลำพัง

9. การเป็นตัวแทนผู้ป่วยโรคสมองเสื่อมที่ไม่สามารถช่วยเหลือตนเองไม่สามารถสื่อสารกับคนในครอบครัวหรือผู้ดูแลให้ได้เข้าใจสถานะของตนและการดูแลที่ควรได้รับ ตลอดจนพิทักษ์ผลประโยชน์ต่างๆ

ข้างต้นเหล่านี้ยังไม่รวมถึงผู้ป่วยไร้ญาติ ช่วยเหลือตนเองไม่ได้ และด้อยโอกาสต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับงานที่รับผิดชอบซึ่งเป็นหน้าที่โดยตรง การช่วยเหลือผ่านไปรายแล้วรายเล่าในแต่ละวัน เราอยากช่วยเหลือให้เขาสามารถช่วยเหลือตัวเอง ได้มีคุณภาพชีวิตที่ดี แต่มีข้อจำกัดมากมายซึ่งทุกฝ่ายทุกภาคส่วนของรัฐและเอกชนที่เกี่ยวข้องควรหันมามองปัญหา และร่วมหาแนวทางแก้ปัญหาอย่างเป็นระบบและเป็นรูปธรรม หน่วยงานสนับสนุนทางสังคมต่างๆ ที่เราได้ประสานขอความช่วยเหลือ



ไป เชื่อแน่ว่ารับรู้ข้อจำกัดเหล่านั้นเป็นอย่างดี

งานของนักสังคมสงเคราะห์จิตเวชที่กล่าวถึงมาทั้งหมดจะเห็นได้ว่า แต่ละงาน ดูเป็นงานที่ยาก ล้วนต้องใช้เวลาในการทำงานต่อเนื่องพอสมควรเพื่อให้งานบรรลุเป้าหมาย **ต้องอาศัยความเพียรพยายาม ทักษะและเทคนิคต่าง ๆ ทั้งภาคทฤษฎี** จากการเก็บเกี่ยวประสบการณ์ การค้นพบด้วยตนเอง ความสามารถเฉพาะตัว รวมถึงความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ต่าง ๆ **โดยเกาะเกี่ยวแน่นกับมาตรฐานและจรรยาบรรณแห่งวิชาชีพ** งานจึงจะประสบผลสำเร็จด้วยดีเป็นที่น่าพอใจ งานดี ๆ อย่างนี้นักสังคมสงเคราะห์จิตเวชจะไม่ค่อยเปิดเผยให้สังคมได้รู้จัก ด้วยบุคลิกภาพของคนทำงานด้านนี้ หรือคุณผู้อ่านอาจมีภาพนักสังคมสงเคราะห์จิตเวชอยู่ในใจบ้างแล้ว

และนี่คือภาพอีกมุมหนึ่งของนักสังคมสงเคราะห์จิตเวช . . . ที่อยากให้คุณรู้จัก