

ถอดบทเรียนชุมชนกรุณา “การสร้างเครือข่ายจิตอาสาในพื้นที่”

15 พฤศจิกายน 2563

เวลา 09.00-15.30 น.

กลุ่มเป้าหมาย : อาสาสมัครและผู้เกี่ยวข้องกับงานอาสาสมัคร จำนวน 14 คน

ขอบข่ายเนื้อหา

- แรงบันดาลใจ/สิ่งที่หล่อเลี้ยงการทำงาน
- ลักษณะของอาสาสมัครที่ทำงาน
- วิธีการบริหารจัดการงานอาสาสมัคร เช่น การรับสมัครคัดเลือก การดูแลอาสาสมัคร
- กระบวนการพัฒนาตัวอาสาสมัคร ใช้รูปแบบกระบวนการอย่างไร
- ปัญหาในการทำงานและการจัดการปัญหา

วิทยากรกระบวนการ

1. คุณวรรณณา จารุสมบุญณ์
2. คุณสุรสิทธิ์ลักษณ์ ลาตปาละ

วัตถุประสงค์ของการถอดบทเรียน

ตลอดระยะเวลาที่ผ่านมา “Peaceful Death ชุมชนกรุณาเพื่อการอยู่และตายดี” ทำงานเกี่ยวกับการสนับสนุนให้สังคมมีระบบที่เกื้อกูลให้ผู้คนสามารถอยู่ดีและเมื่อจะตายก็ตายดีด้วย และตลอดระยะเวลาที่ผ่านมา 2 – 3 ปีของการทำงานยังพบว่ากระบวนการจิตอาสาเป็นพลังสำคัญที่ทำให้ผู้คนในสังคมได้กลับมาเกื้อกูล ได้กลับมาช่วยเหลือกัน

เพื่อให้ได้รับทราบถึงบทเรียนที่ว่า “จะอย่างไรให้งานจิตอาสาถูกต้องยอดเยี่ยมมากขึ้น” Peaceful Death จึงมีความตั้งใจที่จะเชิญคนที่เป็นจิตอาสาและคนที่ทำงานเพื่อสนับสนุนให้เกิดกระบวนการอาสาสมัครในพื้นที่ของตัวเองมาพูดคุยกันเพื่อถอดบทเรียน องค์ความรู้จากประสบการณ์เกี่ยวกับการสร้างชุมชนจิตอาสา มีวิธีการก้าวผ่านแต่ละช่วงมาได้อย่างไร อะไรเป็นหัวใจสำคัญกับงานที่ทำ เมื่อได้ “องค์ความรู้” แล้วจะได้นำไปเผยแพร่ให้กับผู้คนที่สนใจต่อไป

ช่วงที่ 1 แบ่งผู้กลุ่มเข้าร่วมกระบวนการออกเป็น 2 กลุ่ม เพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในหัวข้อ

- แรงบันดาลใจและสิ่งที่หล่อเลี้ยงการทำงาน
- รูปแบบของงานอาสาสมัครที่ทำ
- บทเรียนสำคัญที่ได้เรียนรู้จากการทำงานอาสาสมัคร

แรงบันดาลใจและสิ่งที่หล่อเลี้ยงการทำงาน

1. มีความสนใจในการทำงานจิตอาสาอย่างยาวนาน

- สนใจทำงานอาสาสมัครมาตั้งแต่เป็นนักศึกษา ได้เรียนรู้เรื่องความเหลื่อมล้ำในสังคม เมื่อเรียนจบมาแล้วมาทำงานที่เกี่ยวข้องกับงานอาสาสมัครจึงทำให้มีความสนใจที่จะทำงานอาสาสมัครมากขึ้นเรื่อย ๆ
 - สำเร็จการศึกษาจากสาขาวิทยาศาสตร์สุขภาพ เช่น เกษัตริศาสตร์ ทำให้เห็นภาพความเจ็บป่วยของผู้คนในสังคมและมองเห็นว่าทักษะหรือความรู้ที่ตนเองมีสามารถนำไปช่วยเหลือสังคมได้
2. มีโอกาสได้ไปศึกษาเรียนรู้การทำงานอาสาสมัครจากที่อื่นแล้วนำกลับมาทำ
- ได้ไปศึกษาดูงานที่ต่างประเทศเกี่ยวกับการทำงานอาสาสมัคร การดูแลกันและกันในชุมชน จึงเกิดแรงบันดาลใจที่จะนำกลับมาทำในชุมชนของตนเอง
 - ได้แรงบันดาลใจจากบุคคลต้นแบบ เช่น สิ่งที่พระไพศาล วิสาโล ปฏิบัติ และคำกล่าวของหลวงพ่อคำเขียนที่ว่า “อย่าปล่อยให้ใครตายอย่างไรที่พึง”
3. มีบทบาทหน้าที่หรือการทำงานที่มีโอกาสได้ทำงานอาสาสมัคร
- งานที่ได้พบเห็นความทุกข์ยากของผู้คน จึงนำมาสู่การทำงานเพื่อช่วยเหลือเกื้อกูลกัน เห็นโอกาสที่จะทำให้สังคมดีขึ้นได้จากงานที่ทำ เช่น การเป็นผู้ใหญ่บ้าน การเป็นผู้อำนวยการโรงเรียน การเป็นพยาบาล
 - ได้เริ่มต้นทำงานอาสาสมัครจากการเป็นพยาบาลที่ต้องดูแลงานสมาริบำบัดของโรงพยาบาลมาก่อน เป็นงานที่ทำเพื่อให้ผู้ป่วยได้เข้าใจ “โรค” เป็นได้ก็หายได้
4. มีโอกาสได้ดูแลบุคคลในครอบครัวหรือคนที่ใกล้ชิดที่เจ็บป่วย
- เมื่อมีสมาชิกในครอบครัวเจ็บป่วยและตายจากไป ทำให้เห็นว่าการดูแลผู้ป่วยระยะท้ายมีความสำคัญ ต้องลุกขึ้นมาทำงานเพื่อเผยแพร่ความรู้เรื่องการดูแลระยะท้ายให้กับผู้คนในสังคม

- เมื่อมีพระสงฆ์อาพาธเจ็บป่วยในระยะสุดท้ายของชีวิตก่อนจะมรณภาพ พระสงฆ์ด้วยกันเองจึงต้องเข้ามาดูแลอุปัฏฐาก
- 5. มองงานอาสาสมัครเป็นโอกาสในการพัฒนาตนเองและส่งต่อความรู้ให้กับสังคม
- ได้เขียนเล่าแบ่งปันประสบการณ์ผ่าน Facebook Page ได้เกื้อกูลให้ความรู้คนที่เข้ามาอ่าน
- ไม่ได้มองเป็นการสังเคราะห์ แต่เป็นการปฏิบัติธรรม เราไม่ใช่คนรู้จักกันเลย เป็นการปฏิบัติธรรมรูปแบบหนึ่ง

รูปแบบของงานอาสาสมัครที่ทำ

1. ลงมือทำงานอาสาสมัครด้วยตนเอง
 - ใช้ความรู้ที่ตัวเองมีอยู่ไปทำงานอาสาสมัคร เช่น การเขียนหนังสือ การแบ่งปันเรื่องราวในสื่อออนไลน์สาธารณะ กลุ่มคนเกษียณอายุที่กลับไปทำงานอาสาสมัครจากความรู้ที่มี
 - ใช้ทักษะที่ตัวเองมีไปทำงาน เช่น ทักษะการโค้ช การทำงานอาสาสมัครโดยใช้ Life Coach มาทำงานกับคนในท้องถิ่นชุมชน
 - งานประจำที่ทำอยู่สามารถช่วยเหลือผู้คนได้ เช่น เป็นนักจิตวิทยาคลินิก เป็นนักศิลปะบำบัด เป็นวิทยากรกระบวนการจิตปัญญา ในงานที่ทำมีการเยี่ยมชุมชนอยู่แล้วทำให้เกิดพื้นที่จิตอาสาได้ง่ายขึ้นเมื่ออยากทำงานอาสาสมัครจึงใช้เวลาว่าง ใช้ทุนทรัพย์ของตัวเองมาทำงาน
2. ทำงานอาสาสมัครเฉพาะทางกับผู้ด้อยโอกาส ผู้สูงอายุ คนพิการ ผู้ต้องขัง

- ทำงานกับผู้ต้องขังตามเรือนจำหลายแห่งในประเทศ ให้ผู้ต้องขัง ยอมรับตัวเองและไปให้ถึงเป้าหมายในตัวเอง ทำงานกับผู้ต้องขังที่รอการปล่อยตัว กำลังจะพ้นโทษ เตรียมตัวออกมาใช้ชีวิตในสังคม
3. เป็นตัวกลางในการเชื่อมโยงงานอาสาสมัคร
- เชื่อมโยงองค์กรกับงานอาสาสมัคร ทั้งงบประมาณ ความรู้ บุคลากร เช่น การทำงานกับโรงเรียน การทำงานกับโรงพยาบาล การทำงานกับองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น
 - พัฒนาศักยภาพ ทักษะในการทำงานให้กับอาสาสมัครที่เข้าไปทำงานในพื้นที่ชุมชน
 - งานอาสาสมัครที่เป็นทางการ เช่น อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.)
 - เป็นตัวกลางในการจัดการงานอาสาสมัครระหว่างคนที่อยากทำงานจิตอาสา กับงานอาสาสมัครที่ต้องการการช่วยเหลือ

บทเรียนสำคัญที่ได้เรียนรู้จากการทำงานอาสาสมัคร

1. งานอาสาสมัครนั้น “ต้องการคนที่หลอมรวมและสร้างเป้าหมายร่วมกัน” เพื่อให้งานอาสาสมัครได้รับการยกระดับและสามารถเข้าไปเติมเต็มความต้องการของผู้คนในสังคมได้ด้วยการจัดระบบการจัดการอาสาสมัคร
2. ในการทำงานอาสาสมัครต้องมีการรับฟังความต้องการของทุกฝ่าย ทั้งองค์กรที่ต้องการจิตอาสา ตัวจิตอาสา ผู้รับประโยชน์ ชุมชน ภาคส่วนที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้เห็นถึง “โจทย์” ที่ชัดเจนที่จะไปสู่การสร้างงานจิตอาสา ซึ่งไม่ใช่การไปทำแล้วจบ แต่ต้องทำแล้วเกิดประโยชน์กับทุกฝ่าย

3. เกิดทักษะและความรู้เพิ่มขึ้นจากการทำงานอาสาสมัคร เช่น การไปเป็นวิทยากรก็ต้องมีการค้นหาความรู้ก่อนไปทำงาน
4. ได้ค้นพบศักยภาพที่ตนเองมี ศักยภาพนั้นสามารถสร้างการเปลี่ยนแปลงให้เกิดขึ้นในสังคมได้ “พบตัวเองในเรื่องที่ไม่เคยพบ” เช่น แต่เดิมเป็นคนมีโลกส่วนตัวสูง ได้เห็นตัวเองมากขึ้นจากการต้องทำงานเป็นเครือข่าย ทำให้เราต้องออกไปพบคนอื่นมากขึ้นเพื่อให้งานที่เราตั้งใจขับเคลื่อนไปได้ หรือเห็นความสามารถที่เล็กน้อยที่ตนเองมี อาทิ ทักษะการประสานงาน ก็สามารถนำมาใช้ช่วยเหลือคนอื่น ๆ ได้
5. งานอาสาสมัครสามารถทำได้ดีกับคนหลากหลายเพศหลายวัย ผู้คนที่หลากหลายที่เข้ามาทำงานร่วมกันจะทำให้งานนั้นสำเร็จได้ เนื่องจากการใช้ความถนัดทักษะ ความรู้ ที่หลากหลายของคนทำงาน เป็นการก้าวข้ามขีดจำกัดของตัวเองในหลายด้าน ทั้งเรื่อง เพศ เวลา ทัศนคติ
6. เชื่อมั่นในศักยภาพและการช่วยเหลือเกื้อกูลกันของคนในชุมชน เช่น คนพิการใช้ชุมชนสามารถช่วยเหลือกันได้นำมาซึ่งความยั่งยืน คนที่ทำงานในชุมชนจะเห็นว่าคนที่ต้องการดูแลคนอื่นมีอยู่เต็มไปหมด คนดีก็มีอยู่เต็มไปหมด
7. โลกเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว โดยเฉพาะสถานการณ์ COVID – 19 ทำให้คนทำงานอาสาสมัครต้องปรับตัวเองตามไปด้วย มีการใช้เทคโนโลยีสามารถเข้ามาช่วยเหลืองานอาสาสมัครได้ เช่น ห่วงยอดโมเดลจะใช้แอปพลิเคชันในการเก็บข้อมูลความต้องการที่ต้องได้รับการช่วยเหลือของผู้คนในชุมชน รวมถึงการใช้วิธีการสร้างการเรียนรู้รูปแบบใหม่ เช่น การใช้การ์ดเกมกับการเรียนรู้เรื่องการเผชิญความตาย
8. การเป็นผู้ให้ ได้รับอะไรกลับมาอีกมากมาย เช่น ในกรณีของคนทำงานอาสาสมัครเป็นประจำ ต่อเนื่องและยาวนาน มองว่างานอาสาสมัครทำให้

ตนเองได้รับการพัฒนา อยากให้เกิดการส่งต่อความรู้ที่ดีแบบนี้ให้คนอื่น
เข้าใจ ให้ได้เห็นศักยภาพของผู้คน แค่นี้ก็ทำได้ ก็สามารสร้างการเปลี่ยนแปลงที่
ยิ่งใหญ่มาได้

9. “การผูกสัมพันธ์รักษาสถาสมัครเป็นเรื่องสำคัญ” งานอาสาสมัครที่มีคุณค่า
จะทำให้มีคนมาทำงานอาสาสมัครนั้นอย่างสม่ำเสมอ งานอาสาสมัครจะต้อง
ทำให้จิตอาสาเห็นว่าทำแล้วได้อะไร ทำไม่ถึงต้องมาทำ หากตอบคำถาม
เหล่านี้ได้และคนทำงานอาสาสมัครก็ได้เตรียมกระบวนการจัดการงานอาสา
สมัครไว้แล้ว ก็จะทำให้มีอาสาสมัครมาทำงานซ้ำอยู่เรื่อย ๆ และจะมีอาสา
สมัครคนใหม่ ๆ เข้ามาหาเราอีกเช่นกัน คนทำงานอาสาสมัครที่ “อยากทำ
บ้าง ไม่อยากทำบ้าง” ต้องทำให้เขาเห็นว่าตัวอาสาสมัครเป็นคนที่มีความ
จะได้ไม่อยากขาดการทำงานจิตอาสา ต้องมา รู้ว่ามาแล้วมีความ
10. การเข้าไปทำงานอาสาสมัครในชุมชน ในพื้นที่ใหม่ เราต้องอาศัยการเรียนรู้
ร่วมกันกับพื้นที่ เป็นการทำความรู้จักพื้นที่ให้ดีมากพอ งานอาสาสมัครแบบ
ไหนที่เหมาะสม เป็นการทำงานที่อิงกับธรรมชาติของพื้นที่ รวมถึงโครงสร้าง
ต่าง ๆ ที่เป็นอยู่ ทั้งโครงสร้างที่เป็นทางการและไม่เป็นทางการ ถึงจะสร้าง
การเปลี่ยนแปลงที่เป็นพลัง

ช่วงที่ 2 ผู้เข้าร่วมกระบวนการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกันในหัวข้อ

- การบริหารจัดการอาสาสมัครและเครือข่าย
- ปัญหาและอุปสรรคจากการทำงานอาสาสมัคร

กรณีตัวอย่าง : การบริหารจัดการอาสาสมัครและเครือข่าย

คุณเกื้อจิตร แซรัมย์ (กลุ่มพยาบาลเกษียณดูแลผู้ป่วยระยะท้าย)

การรับสมัครและการคัดเลือก

- จิตอาสาสามารถสมัครเข้ามาได้โดยไม่จำกัดความรู้ ไม่จำกัดตำแหน่ง “ขอเพียงแค่มีใจ”
- ดูนิสัยใจคอจากการทำงานร่วมกัน “การทำงานด้วยหน้าที่แตกต่างจากการทำงานด้วยใจ” ทำงานตามหน้าที่ คือ ทำเพียงแต่เสร็จเท่านั้น แต่การทำงานด้วยใจ คือ การทำงานอย่างมีความสุข

กระบวนการติดตามดูแลอาสาสมัคร

- ให้ความรู้ เตรียมความพร้อม ผ่านการประชุมกลุ่มเล็ก
- ให้โอกาสได้ทดลองไปทำงาน “ไม่มีผิดไม่มีถูก”
- กลับมาประชุมกัน พบปะกัน ให้กำลังใจกัน เป็นกระบวนการกลุ่มที่ได้มาแลกเปลี่ยนเรียนรู้กัน มีการปรับ mind set คนทำงาน “เวลามาทำงานด้วยกัน ไม่มีผิดมีถูก”
- จัดทริปเล็ก ๆ ไปทำงานอาสาสมัคร ดูแลผู้ป่วยมะเร็งทั้งกายและใจ (กิจกรรมที่ได้มาทำด้วยกัน) เมื่อได้มาทำกิจกรรมด้วยกัน จะมีการแบ่งงานกันทำ รวมทั้งอาสาสมัครจะได้เห็นตัวอย่างคนทำงานตัวจริงในพื้นที่ (มะเร็งรุ่นพี่ มะเร็งรุ่นน้อง)
- มีการพาไปปฏิบัติธรรมเพื่อเรียนรู้ตัวเองด้วย

การสร้างเครือข่ายชุมชนอาสาสมัคร

- เมื่อมีคนเกษียณก็จะมีกรรวมกลุ่มคนเหล่านั้น และให้คนที่มาจากแผนกนั้น ๆ ได้เป็นแกนนำหลักในการดูแลการทำงานอาสาสมัครด้านนั้น ๆ เช่น คนที่

เกี่ยยงนจากแผนกรังสีก็จะได้ดูแลกิจกรรมอาสาสมัครที่เกี่ยยงกับผู้ป่วยมะเร็ง
เพือใช้ความถนัดและประสพการณที่มีให้เกิดประโยชน

คุณอุบล หาญฤทธิ (เครือช่ายอาสาสมัครเยียมบ้านผู้ป่วยเรื้อรัง โรงพยาบาลนครพิงค์
จ.เชียงใหม่)

การรับสมัครและการคัดเลือก

- งานในระบบที่ทำอยู่เอื้อให้เกิดงานอาสาสมัคร กลายเป็นการทำงานกับอาสาสมัครในระบบ เช่น การเยียมบ้านผู้ป่วย
- จะมีการชักชวนคนทำงานในห้องถิ่น องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นต่าง ๆ ให้เข้ามาทำงานร่วมกัน

กระบวนการติดตามดูแลอาสาสมัคร

- มีกระบวนการ “สุนทรียสนทนา” เพือให้เห็นทุกข์สุข เพือเป็นการดูแลทุกข์สุขของอาสาสมัครด้วย
- มีการเสริมทักษะการรับฟัง ให้อาสาสมัครสามารถเติบโตไปด้วยกัน จากการเข้าใจผู้อื่น ยอมรับผู้อื่น และเข้าใจตนเอง
- ใช้กระบวนการมีส่วนร่วม เพือให้ “อาสาสมัครรู้สึกเป็นเจ้าของงานที่ทำ” ทำให้อาสาสมัครเห็นว่งานที่ทำอยู่เป็นงานของเขา เขาสามารถทำงานต่อไปได้โดยที่ไม่มีเรา (เป็นเจ้าของงานร่วมกัน) ซึ่งเป็นงานที่เกิดจากการคิดร่วมกันมาตั้งแต่ต้น มีกระบวนการคืนข้อมูลให้กับชุมชน
- “มีระบบสนับสนุนการทำงานให้กับอาสาสมัคร” การดูแลผู้ป่วยในชุมชนเมื่อพบปัญหาสามารถส่งต่อความช่วยเหลือให้กับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ทำให้อาสาสมัครที่มีอยู่ได้รับการแก้ไขอย่างทันท่วงที

คุณณณินท์ หาเพิ่มพูน (อาสาสมัครกลุ่ม I SEE U)

การรับสมัครและการคัดเลือก

- มีการชักชวนกันมาทำงานจากคนที่เคยมาเป็นอาสาสมัครของกลุ่มแล้ว
- มีกระบวนการสัมภาษณ์เพื่อพิจารณาทัศนคติต่อการทำงานร่วมกัน
- ให้คนที่สนใจลงชื่อสมัครเข้ามาฝึกอบรมกับกลุ่ม I See U ให้ทุกคนได้เรียนรู้ เพื่อนำเอาความรู้ไปดูแลคนใกล้ตัว แม้จะไม่ได้ไปเป็นอาสาสมัครก็ตาม ซึ่งหลังจากอบรมเสร็จจะมีกระบวนการคัดเลือกอีกขั้นตอนหนึ่ง
- สำหรับเงื่อนไขที่ให้คนสมัครมาอบรมฟรี 3 วัน 2 คืน บางทีก็ถูกมองว่า เป็นกระบวนการที่ง่ายเกินไปก็ หลายคนไม่เห็นคุณค่า และไม่ให้ความสนใจที่จะเรียนรู้ร่วมกัน
- มีอาสาสมัครรุ่นพี่มาเป็นพี่เลี้ยงในการแบ่งปันความรู้ ไปพร้อม ๆ กับการถอดบทเรียน

กระบวนการติดตามดูแลอาสาสมัคร

- มีกระบวนการถอดบทเรียนการทำงาน
- ระหว่างการทำงานมีกระบวนการให้อาสาสมัคร “หันกลับมาดูใจตัวเอง ไปพร้อม ๆ กับการดูแลผู้อื่น” (กระบวนการขัดเกลา)

คุณวรัญญา จิตรบรรทัด (จิตอาสาตำบลนาเคียน นครศรีธรรมราช)

การรับสมัครและการคัดเลือก

- รับสมัครอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ในชุมชน ที่มีความพร้อมทั้งด้านเวลาและความตั้งใจ ที่จะดูแลผู้ป่วยติดบ้าน ติดเตียง ผู้สูงอายุ คนพิการ

กระบวนการติดตามดูแลอาสาสมัคร

- กำหนดวันเวลาในการฝึก การเพิ่มความรู้อตามที อสม.สะดวก มีการเพิ่มความรู้อในการออกไปเยี่ยมบ้าน มีการเพิ่มกระบวนการประสานงานระหว่างการทำงาน
- มีการฝึกกระบวนการสุนทรียสนทนา เพื่อให้เขาได้ใช้ทักษะการรับฟังที่จะ “สามารถเข้าถึงผู้ป่วยจากการที่ผู้ป่วยสื่อสารออกมา”
- ฝึกกระบวนการจิตปัญญาศึกษา : รู้ตัวตน รู้จักตัวเอง ก่อนจะไปช่วยเหลือผู้อื่น (ใช้ผู้นำ 4 ทิศ มาทำความเข้าใจผู้ป่วย) ความเข้าใจคนที่แตกต่างหลากหลายกัน จะทำให้เขาก้าวผ่านความไม่เข้าใจ ความไม่พอใจหรือความอดทนรู้ว่าผู้ป่วย ผู้ดูแลต้องการอะไร ทำไมจึงแสดงออกเช่นนั้น
- ใช้ “ระบบครอบครัว” อสม. เป็นเจ้าบ้าน และอาจารย์ เจ้าหน้าที่ รพ.สต. เป็นพี่เลี้ยง มีการลงไปดูแลเพื่อประเมินว่า ทำงานแล้วเป็นอย่างไร ได้เอาความรู้อทักษะที่เติม ไปทำงานได้หรือไม่
- มีกระบวนการถอดบทเรียนร่วมกันทุก 1 เดือน

การสร้างเครือข่ายชุมชนอาสาสมัคร

- มุ่งหวังให้ อสม.จิตอาสา ไปพัฒนาทักษะผู้ดูแลที่บ้านให้สามารถดูแลคนในครอบครัวตนเองได้ (เป้าหมายคือการที่ อสม. สามารถไปสร้างชุมชนเข้มแข็งในการดูแลสุขภาพ)
- มีการขอสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบล เพื่อให้การทำงานมีความต่อเนื่อง
- มีศูนย์ดูแลอุปกรณ์การแพทย์พื้นฐานเพื่อผู้ป่วยติดบ้าน ติดเตียง
- มีการติดตามเป็นระยะ แต่ไม่ถี่มากเกินไป เนื่องจากอาสาสมัครสามารถดูแลกลุ่มกันเองได้จากระบบที่วางไว้ ซึ่งได้มีการจัดทีมเพื่อให้ อสม. มีความมั่นใจในการทำงานมากกว่าการลงไปทำงานคนเดียวในชุมชน

- สร้างนวัตกรรมหลักสูตรอาสาสมัคร อสม. ในการดูแลผู้ป่วยที่บ้าน ทำ Application ที่สามารถใช้เป็นคู่มือในการปฏิบัติงานได้

คุณอรรณพ ชนินทรวงศ์ศิริ (Mind Coach : จิตตาวัดพัฒนวิซชาลัย)

การรับสมัครและการคัดเลือก

- รับสมัครรุ่นละ 20 คน
- มีกระบวนการฝึกอบรมโดยมีวัตถุประสงค์ “เรียนรู้เพื่อช่วยตัวเองก่อน” อะไรที่เข้ามากระทบตัวเอง เราจะจัดการมันอย่างไร ใช้ทักษะการโค้ชเพื่อจัดการตัวเองก่อนที่จะไปทำงานเพื่อผู้อื่น
- ผู้ที่สมัครเข้ามาต้องตอบคำถามให้ได้ว่า “เรียนรู้แล้วจะเอาไปทำอะไร เรียนรู้แล้วจะทำเพื่อใคร”

กระบวนการติดตามดูแลอาสาสมัคร

- มีระบบพี่เลี้ยง 40 – 50 คน สนับสนุนการโค้ชด้วยสติ
- มีการถอดบทเรียนทุกสัปดาห์
- มีการเติมความรู้ ทักษะ จากนักจิตวิทยาคลินิก
- “จะไม่ทำงานด้วยกัน จนกว่าจะเรียนรู้ที่จะอยู่ด้วยกันอย่างไร จึงเริ่มต้นที่จะทำงานด้วยกัน”

การสร้างเครือข่ายชุมชนอาสาสมัคร

- หลังจาก 4 – 5 เดือนแล้ว จะมีกิจกรรมให้อาสาสมัครได้ออกไปทำงาน
- มีพื้นที่ให้คนที่เข้ามาเรียนรู้กระบวนการโค้ชด้วยสติได้ทำงานในกิจกรรมที่มูลนิธิ จัดขึ้น เช่น มีกิจกรรมธรรมะคลินิก 24 ชั่วโมง (ใช้คนที่มีทักษะโค้ชด้วยสติมารับสาย) มีกระบวนการรับฟัง และกิจกรรมธรรมะข้างเตียง เป็นต้น

คุณวิสุทธิ เหล็กสมบุญ (จิตอาสาเครือข่ายผู้พิการแม่ฮ่องสอน)

กระบวนการติดตามดูแลอาสาสมัคร

- มีการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับจิตอาสา “ให้การเรียนรู้มาจากการค้นพบของเขาเอง”
- มีการประเมินการทำงานอยู่ตลอดเวลา เพื่อให้การทำงานนั้นที่เหมาะสมกับวัฒนธรรมองค์กร เหมาะสมกับรูปแบบงานอาสาสมัครที่เราต้องเข้าไปทำงาน
- มีการเติมความรู้ ทักษะ ที่อาสาสมัครขาดและมีความจำเป็นที่ต้องเติม

การสร้างเครือข่ายชุมชนอาสาสมัคร

- มีการออกแบบกระบวนการที่เหมาะสมกับกลุ่มนั้น ๆ “มีกระบวนการที่เหมาะสม ไม่ให้ไปกดทับจุดอ่อนที่เขาขาด”
- สร้างงานอาสาสมัครที่สามารถตอบปัญหาที่เกิดขึ้นในท้องถิ่น มีการบูรณาการการทำงาน มีการบริหารจัดการที่มีประสิทธิภาพ
- มีการบริหารจัดการความคาดหวังของทั้งคนทำงานและแหล่งทุนเพื่อให้งานอาสาสมัครนั้นยั่งยืน “จิตอาสาที่ยั่งยืน คือ จิตอาสาที่สามารถส่งต่อได้”

คุณพรทิพย์ ฝนหวานไฟ (อาสาอำนวยความสะดวกผู้ป่วย เครือข่ายพุทธิกา)

การรับสมัครและการคัดเลือกอาสาสมัคร

- ในประกาศรับสมัครมีการชี้แจงภารกิจงาน เจือนไข วัน (จันทร์ – ศุกร์ 4 ครั้ง ต่อ 1 เดือน) เวลา (07.00 – 13.00 น.) ที่อาสาสมัครต้องมาปฏิบัติงาน
- มีการปฐมนิเทศเพื่อให้อาสาสมัครทราบรายละเอียดของการทำงาน
- มีการอบรมเติมทักษะ เช่น การฟังอย่างตั้งใจ การสื่อสารเพื่อสันติ เพื่อให้ผู้ป่วยและญาติ เจ้าหน้าที่ อาสาสมัครด้วยกันเอง
- เมื่อปฐมนิเทศหรืออบรมเสร็จแล้ว อาสาสมัครจะถอนตัวหรือเดินทางต่อก็ได้

กระบวนการติดตามดูแลอาสาสมัคร

- มีการเรียนรู้และปรับเปลี่ยนกระบวนการระหว่างการทำงานด้วย “ทำไป ปรับไป” หน่วยงานอาจจะไม่เป็นอย่างที่เรารู้สึก
- มีการถอดบทเรียนประจำวัน ซึ่งเป็นกระบวนการที่ให้ความสำคัญอย่างมาก เพื่อจะได้สนับสนุน “ปิดแผล” หรือแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น
- มีพี่เลี้ยงประมาณ 30 คน ที่มาจากแต่ละรุ่น โดยการมอบหมายภารกิจที่เขาถนัด เช่น ถนัดถ่ายรูป ก็ให้มาถ่ายรูป คนที่ประสานงานเก่ง ใช้ line ตลอดเวลา ก็ให้มาช่วยประสานงาน มีการอบรมเสริมพลังให้กับกลุ่มพี่เลี้ยง มีการสนับสนุนดูแลเรื่องภายในจิตใจ “เรื่องที่ทำให้เกิดคุณูปการอะไรกับสังคมบ้าง”

การสร้างเครือข่ายชุมชนอาสาสมัคร

- ปัจจุบัน รุ่นที่ 16 พบว่าเงื่อนไขเรื่องเวลา 4 ครั้งต่อเดือนกำลังเหมาะสม แต่ก็ยังมีหลายคนมองว่าระยะเวลาสั้นไป เนื่องจากพ่วงกับงานอาสาสมัครที่ทำ
- ใช้กลุ่ม line ในการสื่อสารเป็นหลัก (รุ่นละประมาณ 50 คน)

พระกฤษดา ขนติกโร (ชุมชนกรุณาห้วยยอด)

การรับสมัครและการคัดเลือก

- พระเป็นอาสาสมัครด้วยตัวเอง “ทำให้คนในชุมชนเห็นว่าพระทำแล้วนะ” ผ่านการทำงานกับผู้ป่วยในโรงพยาบาลของชมรมชายผ้าเหลืองมานานนับปี หลังจากนั้นชุมชนเริ่มมองเห็น
- มีการมอบหมายภารกิจให้อาสาสมัครทำงานด้วยความสมัครใจตามที่เขาถนัด มีการปรับเปลี่ยนหน้าที่กันไป (Rotation) ให้ได้ฝึกฝนกับงานที่หลากหลาย

กระบวนการติดตามดูแลอาสาสมัคร

- ผ่านการทำกิจกรรม “ออกเยี่ยมบ้าน 8 วัน” เป็นการลงพื้นที่ไปเยี่ยมผู้ป่วยในชุมชน

การสร้างเครือข่ายชุมชนอาสาสมัคร

- มีการขยายงานอาสาสมัครเพื่อสร้างเครือข่าย มีการประสานงานผ่านสภาเด็กและเยาวชนระดับตำบล โรงเรียน อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (รพ.สต.)

กรณีตัวอย่าง : ปัญหาอุปสรรคจากการทำงานอาสาสมัคร

พระวิชิต ธัมมชิตโต (สันติภาวัน)

ปัญหา

- พระสงฆ์ที่อาพาธหลายรูปอยากมาอยู่ที่สันติภาวันแต่มาไม่ได้ ติดขัดปัญหาต่าง ๆ เช่น ระบบการรักษาพยาบาล ญาติไม่ให้นำ ญาติอยากดูระยะท้าย คนไข้ก็ไม่สามารถต่อรองอะไรได้ มาไม่ได้ เจ้าอาวาสไม่ให้นำ ลักษณะของโรคบางอย่างก็ทางสันติภาวันก็ดูแลไม่ได้
- หาอาสาสมัครยาก เนื่องจากต้องมาอยู่ที่สันติภาวันตลอดเวลา
- พระที่ช่วยดูแลผู้ป่วยมีปัญหา ความติดขัดบ้าง

วิธีการแก้ไข

- ใช้ช่องทางสื่อสาร Facebook Page ในการสื่อสารการทำงาน เมื่อมีคนเห็นการทำงานก็เริ่มให้ความสนใจ มีการสนับสนุนช่วยเหลือเข้ามา
- เมื่อมีพระอยากมาช่วยงานอาสาสมัครที่สันติภาวันจะใช้วิธี “ลองมาอยู่ด้วยกันก่อน” อย่าด่วนตัดสินใจจะมาอยู่

- ใช้โอกาสในช่วงวันหยุดในการพูดคุยกันกับพระที่มาช่วยดูแลผู้ป่วย
“เป็นการดูแลใจให้กันและกันระหว่างทำงาน”

คุณวิษญา โมพีชาติ (ชมภูภรณา)

ปัญหา

- เนื่องจากเป็นงานอาสาสมัครที่ใช้เวลานานกว่าเวลาทำงานไปทำ บางครั้งเวลาที่ว่างอาจจะไม่ตรงกับวันที่อาสาสมัครลงเยี่ยมบ้าน

วิธีการแก้ไข

- เมื่อไม่ได้ลงพื้นที่ในชุมชนก็จะใช้กลุ่ม line ในการให้คำปรึกษา ดูจากตารางการลงพื้นที่ ส่วนไหนอาจจะมีปัญหา也给คำปรึกษา
- เมื่อมีโอกาสเข้าไปในชุมชนก็ “เป็นคนในชุมชน” ทำตัวให้กลมกลืน ทำกิจกรรมต่างๆร่วมกับคนในชุมชน สร้างความไว้วางใจกับผู้คนในชุมชน

คุณอุบล หาญฤทธิ์ (เครือข่ายอาสาสมัครเยี่ยมบ้านผู้ป่วยเรื้อรัง โรงพยาบาลนครพิงค์ จ.เชียงใหม่)

ปัญหา

- ข้อต่อบางอย่างในการทำงานอาจจะขาดหายไป เช่น อาจจะต้องมีการประสานงานระหว่างโรงพยาบาลกับชุมชนที่มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น เนื่องจากข้อมูลบางอย่างไม่ถูกส่งต่อ

วิธีการแก้ไข

- สร้างพื้นที่ต้นแบบให้เกิดระบบการดูแลผู้ป่วยระยะท้าย การดูแลคนไข้ในชุมชน เพื่อเป็นตัวอย่างให้กับชุมชนอื่นได้มองเห็น

- มีการจัดกิจกรรมตักบาตรอุปกรณ์ทางการแพทย์เพื่อดูแลผู้ป่วยในชุมชน เป็นการแก้ไขปัญหาการขาดแคลนอุปกรณ์
- มีการยกย่องอาสาสมัครให้กำลังใจผ่านรางวัล “คนดีศรีตำบล”

คุณวิสุทธิ เหล็กสมบุญ (จิตอาสาเครือข่ายผู้พิการแม่ฮ่องสอน)

ปัญหา

- ความท้าทายระหว่าง การสร้างงานอาสาสมัครให้ยั่งยืน กับงานอาสาสมัครแบบสงเคราะห์

วิธีการแก้ไข

- จัดการฐานคิดของตัวเองให้ชัดเจนระหว่างการทำงาน (ชุดความคิด) ว่างานที่ทำอยู่ “ทำไปทำไม”
- มีกระบวนการทำงานที่ไม่ซ้ำซ้อน เพื่อให้การทำงานมีประสิทธิภาพสูงสุด
- หาสิ่งใหม่สำหรับเขาให้เติบโต “เอาออกมาเชื่อมใน”

คุณวิัญญา จิตรบรรทัด (จิตอาสาตำบลนาเคียน นครศรีธรรมราช)

ปัญหา

- การจัดการเวลาของอาสาสมัครที่มาทำงาน
- การจัดบ้านสำหรับลงพื้นที่ดูแลที่เหมาะสม

วิธีการแก้ไข

- “เอาที่อาสาสมัครสะดวก” มีการจัดกิจกรรมในช่วงเวลาที่ไม่ตรงกับกิจกรรมในชุมชน
- มีการเติมความรู้ที่จำเป็นต้องใช้เท่านั้น

- เปิดโอกาสให้ทีม อสม. ลงไปทำงานในบ้านที่ตนเองมีความขัดแย้งน้อยที่สุด หรือมีความสบายใจที่จะลงมาทำงาน

คุณอาคม กุลสุรินทร์ (เยาวชนจิตอาสาดูแลผู้สูงวัยในชุมชน)

ปัญหา

- การสื่อสารที่ไม่เข้าใจระหว่างวัย เช่น ผู้สูงอายุหูตึง
- การจัดการเวลาช่วงใกล้สอบ พ่อ แม่ ผู้ปกครองไม่สะดวกให้เด็กเข้ามาทำกิจกรรม

วิธีการแก้ไข

- ใช้วิธีการสรุปบทเรียนเพื่อให้เกิดบทเรียนการทำงานและเอาไปปรับใช้ในการทำงาน
- ให้อาสาสมัครทำงานในชุมชนของตัวเอง ลดระยะเวลาการเดินทาง อีกทั้งยังมีความคุ้นเคยกับผู้สูงอายุในชุมชนมาก่อนแล้วบ้าง
- มีการสื่อสารใน Facebook “ทำให้พ่อแม่หน้าบาน” สื่อสารการทำงานของกลุ่มหลานในชุมชน
- มีการยกย่องอาสาสมัครที่ทำดี มีการทำสื่อที่มให้เกิตเป็นสัญลักษณ์การเป็นจิตอาสา

คุณอรรณพ ชนินทรวงศ์ศิริ (Mind Coach : จิตตภาวิฒนนิวิชาลัย)

ปัญหา

- ความเชื่อที่แตกต่างกันของอาสาสมัครและพี่เลี้ยง “คุยกันคนละภาษา”

วิธีการแก้ไข

- กลับมาดูจิต ใจ ของตนเอง “Unlearn Relearn Learn” ทำให้แต่ละคนทำงานกับตัวเองและคนอื่นได้ ถึงต้องอาศัยเวลายาวนานกว่าจะออกมาดูแลสังคมได้

กระบวนการ Check Out – อะไรที่เป็นสิ่งหล่อเลี้ยงให้เรายังทำงานอาสาสมัคร

- คุณพรทิพย์ ฝนหวานไฟ : ศรัทธาและเชื่อมั่นว่ามนุษย์สามารถพัฒนาได้
- คุณอรรรณพ ชนินทรวงศ์ศิริ : ขอให้เธอเบิกบานกับการรับใช้เพื่อมนุษย์ คำพูดของพระอาจารย์ ว.วชิรเมธี
- คุณอุบล หาญฤทธิ์ : เป็นความสุขไม่คิดว่าเป็นการทำงาน ทำแล้วคนที่ทำงานกับเรามีความสุขที่ได้ทำ ทำแล้วมีคุณค่า ตัวเราเล็กลง มีโอกาสได้ช่วยเหลือผู้คนที่ได้ก้าวข้ามความทุกข์ยาก
- คุณอาคม กุลสุรินทร์ : การทำงานกับคนที่ทุกข์ยาก บุญกุศลที่เราได้ทำความดี ทำให้ครอบครัวดี ไม่หวังอนุสาวรีย์ใด ๆ
- คุณวิสุทธิ์ เหล็กสมบุญ : สุขไปวัน ๆ เบิกบานใจ มีชีวิตอย่างสมดุล ทำตามจังหวะชีวิตที่มันสัมพันธ์กับชีวิต เป็นสนามพลังที่ส่งต่อถึงผู้อื่นได้ ทำงานหลาย ๆ แบบ เพื่อให้เราสามารถก้าวข้ามความดี ความเลว
- คุณเกื้อจิตร แซรัมย์ : ยามที่มีทุกข์แล้วไม่รู้ว่าใครจะเข้ามาช่วยเหลือ ถ้าเราเป็นคนนั้น มีคนคอยเราอยู่นะ การได้เห็นผู้ป่วยมีความสุขลดลงจากการที่เราเข้าไปช่วยเหลือเขา เมื่อความสุขลดลงชีวิตก็จะมีความสุข
- พระวิชิต ธัมมชิตโต : เป็นหน้าที่ที่พระพุทธเจ้าฝากไว้ พระออกจากบ้านเรือน ไม่มีใครจะดูแล ต้องดูแลกันเอง เราจึงต้องทำ ทำในสิ่งที่เราทำได้ ปัญหาที่

เกิดขึ้นมันชัดเจน แต่ชีวิตยังมีความสุขดี เราได้เกื้อหนุนกัน และเรายังดำรงอยู่ในสมณเพศได้

- คุณดารุณี สุดาอึ้ง : คนที่ได้ประโยชน์คือประชาชน มองข้ามบางเรื่อง โฟกัสในบางเรื่อง ถ้าเราเชื่อว่าทำได้ เราต้องทำได้ มีอะไรดี ๆ รอเราอยู่
- คุณวรัญญา จิตรบรรทัด : ในชุมชนมีจะคนยากจนคนหนึ่ง เขาเป็นคนที่ไปช่วยงานบุญเป็นคนแรก ๆ เสมอ เขาบอกว่าถ้ามีเงินคงช่วยเงิน แต่เขาไม่มีเงินแต่มีแรง ก็จะช่วยแรง จึงมามองว่าเรามีความรู้เรื่องการดูแลสุขภาพ ก็ก็สามารถเอาไปช่วยคนที่ไม่รู้ได้ โดยเฉพาะคนที่ขาดโอกาสในการเข้าถึงความรู้ เข้าถึงบริการสุขภาพ สิ่งที่เรามี ถ้าเราให้ถูกคน คนรับเขาจะสัมผัสได้ เพราะเป็นสิ่งที่เขาต้องการ
- คุณวิชญา โมพีชาติ : เริ่มต้นด้วยความรักชีวิตตัวเองและความกลัว เรากลัวเพราะเราไม่รู้ ยิ่งรู้จักความตายมากเท่าไรก็ยิ่งทำให้เราพบเจอความรักมากเท่านั้นจากความสงสัยใคร่รู้
- พระภุชชดา ขนติกโร : ความอยากทำงาน เห็นว่าชุมชนมีปัญหา ปัญหานั้นยากที่จะจัดการ การสร้างกระบวนการให้คนมาเห็นธรรมชาติที่ปรากฏ โดยเฉพาะความเจ็บป่วยทำให้ปัญหานั้นได้รับการแก้ไข
- คุณสุธิ์ลักษณ์ ลาดปลาตะ : อยากอยู่ดีและตายดี หากจะสร้างเองคงยาก เลยต้องสร้างชุมชนให้มาทำงานนี้ร่วมกัน
- คุณภัทพิศศิลปธอน โกศาจารย์ : ชอบการทำงานกับผู้คน งานที่ทำอยู่ทำให้เราได้ออกเดินทางด้านใน
- คุณพันธกานต์ อินตะมุข : การได้ส่งต่อความช่วยเหลือให้กับผู้คนในสังคมคือสิ่งที่หล่อเลี้ยงจิตใจ

- คุณฐนิตา อภิชนะกุลชัย : ได้รับโอกาส ได้ฝึกฝนตัวเอง จะทำทนายหรือพัฒนาก็มีมิตรที่เข้ามาช่วยกันทำงาน
- คุณวรรณ จารุสมบุญ : เราได้เห็นแววตาของคนที่เป็นทูกซ์ แล้วเขากำลังได้รับการช่วยเหลือ แววตาของคนที่กำลังได้รับการช่วยเหลือ ทำให้เรารับรู้ถึงคุณค่าของการทำงานให้กันและกัน

รายชื่อผู้เข้าร่วมกระบวนการ

ลำดับ	ชื่อ - นามสกุล	ตำแหน่ง	หน่วยงาน
1	คุณอาคม กุลสุรินทร์	ข้าราชการ บำนาญ	-
2	คุณวิชญา โมพีชาติ	จิตอาสา	ชุมชนกรรณาชะใจ
3	คุณอนันต์ แสงบุญ	-	ศูนย์บริการคนพิการ ต.ชมภู อ.สารภี จ.เชียงใหม่ ชมรมชมภู ม่วงใจ (กลุ่มชมภู กรรณา)
4	คุณวิสุทธิ์ เหล็กสมบุญ	นักวิชาการอิสระ	จิตอาสาเครือข่ายผู้ พิการ แม่ฮ่องสอน
5	คุณญาณินท์ หาเพิ่มพูน	-	กลุ่ม I See U

ลำดับ	ชื่อ - นามสกุล	ตำแหน่ง	หน่วยงาน
6	พระกฤษดา ขนติกโร	ประธานชมรม ชายผ้าเหลือง เพื่อเพื่อนผู้ป่วย ระยะท้าย (ผู้ช่วย เจ้าอาวาสวัด ห้วยยอด)	ชุมชนกรุณาห้วยยอด
7	พระวิฑิต รัมมชิตโต	-	สันติภาวัน
8	คุณอรรรณพ ชนินทร์วงศ์ศิริ	-	สำนักฝึกอบรมและ บริการสังคม มูลนิธิจิต ตาทิวัฒน์ (Mind Coach)
9	คุณพรทิพย์ ฝนหวานไฟ	-	เครือข่ายพุทธิกา
10	คุณวรัญญา จิตรบรรทัด	พยาบาลวิชาชีพ ชำนาญการ พิเศษ(ด้านการ สอน)	วิทยาลัยพยาบาลบรม ราชชนนี นครศรีธรรมราช (จิต อาสาตำบลนาเคียน นครฯ)
11	คุณวิเศษ บำรุงวงศ์	-	ธนาคารจิตอาสา

ลำดับ	ชื่อ - นามสกุล	ตำแหน่ง	หน่วยงาน
12	คุณดารุณี สุดาอึ้ง	หัวหน้าฝ่ายส่งเสริมสุขภาพ	เทศบาลเมืองกาฬสินธุ์ (กลุ่มจิตอาสาเมืองน้ำดำ)
13	คุณเกื้อจิตร แบริรัมย์	ข้าราชการ บำนาญ (พยาบาลวิชาชีพ ชำนาญการ รพ.บุรีรัมย์)	-
14	คุณอุบล หาญฤทธิ์	พยาบาลวิชาชีพ ชำนาญการ	โรงพยาบาลนครพิงค์

LIVE on Facebook

The image shows a Zoom meeting grid with 18 participants. The participants are arranged in a 4x4 grid, with the bottom-right cell containing a chat window. The participants are:

- Row 1: A man with glasses (name: ... - CoCo Kaja), a woman with a headset (name: ...), a woman with glasses (name: ...), and a man with a headset (name: Thom STAFF).
- Row 2: A woman with a headset (name: ...), a woman with a headset (name: ...), a woman with a headset (name: ...), and a man with a headset (name: ...).
- Row 3: A man with glasses (name: ...), a man with glasses (name: ...), a man with glasses (name: ... mind coach), and a man with glasses (name: ...).
- Row 4: A woman with glasses (name: ...), a man with glasses (name: ...), a woman with glasses (name: ...), and a man with glasses (name: ...).

The chat window in the bottom-right corner contains the text: Yanin nui | See U