

ประเด็น Success Story หรือ Bright Spot

“สุขทุกมิติได้ แม้ภัยมา”



ปัจจุบันนี้ เราปฏิเสธไม่ได้ว่า ความสุขในที่ทำงาน (Happy workplace) มีความสำคัญต่อบุคลากรทุกองค์กร เนื่องจากบุคลากรส่วนใหญ่จะใช้เวลาอยู่ที่ทำงานมากกว่าอยู่ที่บ้าน โรงพยาบาลจิตเวชนครราชสีมาราชสีมาราชนครินทร์เป็นอีกหนึ่งองค์กรที่หลากหลายสาขาวิชาชีพ เช่น แพทย์ พยาบาล สหวิชาชีพ จนถึงผู้ป่วย ซึ่งบุคคลเหล่านี้ต่างใช้ชีวิตในโรงพยาบาลที่ยาวนาน หรืออาจเรียกได้ว่าเป็นบ้านหลังที่สองก็ว่าได้ แต่ในการทำงาน ย่อมมีอุปสรรค หรือมีเหตุการณ์ต่างๆ เข้ามากระทบ ทำให้เกิดความเหนื่อยล้าจากการทำงานได้ เช่น เหตุกราดยิงจากน้ำมือมนุษย์และสถานการณ์การระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ทำให้ต้องงดกิจกรรมต่างๆ ที่เคยทำตั้งแต่เดือนกุมภาพันธ์ 2563 เกิดความสูญเสียขวัญและกำลังใจในการทำงาน และหากเกิดเหตุการณ์เช่นนี้ บุคลากรโรงพยาบาลจะอยู่อย่างไร

เมื่อเกิดเหตุการณ์วิกฤติในรูปแบบต่างๆ ทางโรงพยาบาลจึงต้องออกแบบกิจกรรมรูปแบบใหม่เพื่อให้สอดคล้องกับสถานการณ์ปัจจุบัน ดังนี้

มาตรการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อ แต่ต้องตอบสนองความจำเป็นพื้นฐานของบุคลากร เริ่มจากการให้กำลังใจโดยผู้บริหารเยี่ยมเยียนบุคลากรทุกหน่วยงาน เพื่อชี้แจงสถานการณ์และสร้างขวัญกำลังใจแก่บุคลากร มีการมอบหน้ากาก Face shield เพื่อแสดงถึงความห่วงใยในการป้องกันการติดเชื้อจากการทำงาน

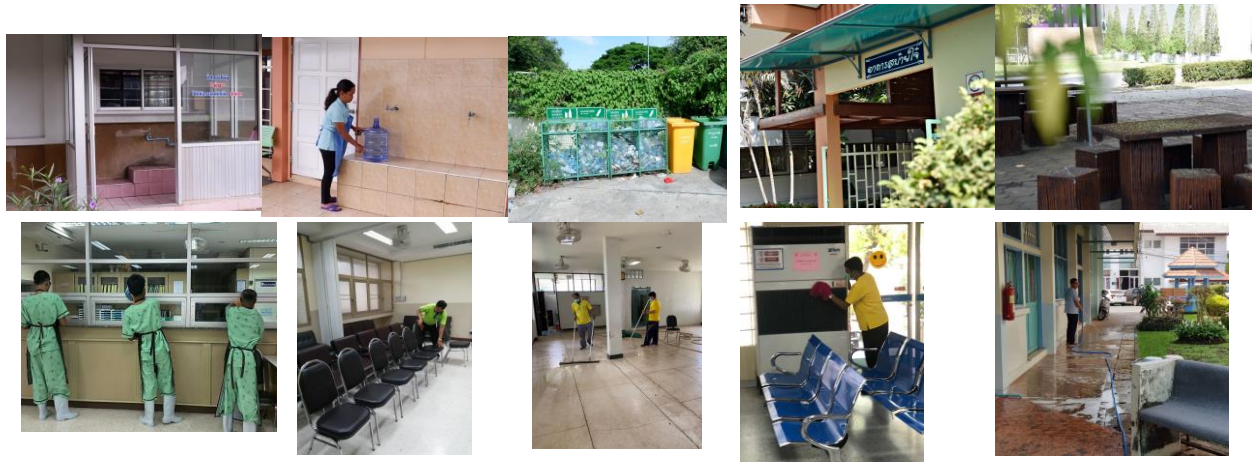


กิจกรรมสำหรับบุคลากรและผู้ป่วยต้องปรับเปลี่ยน ทั้งระบบบริการ โดยการนำระบบ Smart Hospital มาใช้ เพื่อลดขั้นตอนการทำงานและเพิ่มความสะดวกรวดเร็วในการทำงานมากขึ้น เพิ่มการเฝ้าระวังภาวะ PTSD ภายหลังเหตุการณ์กราดยิง รวมทั้งการออกหน่วยเพื่อเยี่ยมปลอบขวัญผู้ประสบภัยจากภาวะ

วิกฤติทางใจ (MCATT) การป้องกันภาวะหมดไฟในการทำงาน (BURN OUT) ทั้งในบุคลากร ผู้ป่วย และผู้เกี่ยวข้อง



การดูแลสภาพแวดล้อมในการทำงานของโรงพยาบาล มีการทำ Big cleaning ทั่วโรงพยาบาล และดำเนินการเรื่อง GREEN & CLEAN เช่น การสร้างพื้นที่ทำงานของแต่ละหน่วยให้มีบรรยากาศที่ร่มรื่น การจัดการน้ำดื่ม มีเครื่องกรองน้ำที่ได้มาตรฐาน ให้บุคลากรและประชาชนในพื้นที่ใกล้เคียงได้ดื่มน้ำสะอาดทำให้เกิดสุขภาพที่ดีและลดรายจ่ายจากการที่ต้องซื้อน้ำดื่ม นอกจากนี้ยังมีการบริหารทรัพยากรที่มีให้เกิดประโยชน์สูงสุด เช่น การจัดการขยะ และวัสดุเหลือใช้ที่สามารถนำกลับมาใช้ซ้ำได้ การคัดแยกขยะพิษ หรือเศษอาหาร มาหมักทำปุ๋ย และการจัดการน้ำเสีย โดยใช้น้ำที่ผ่านการบำบัดมารดต้นไม้และสวนหย่อม นอกจากจะได้พื้นที่ในโรงพยาบาลที่เขียวขจีแล้วยังเป็นการประหยัดทรัพยากรอีกด้วย



กิจกรรมเสริมสร้างพลังใจ เนื่องจากมาตรการ Social distancing ส่งผลให้ทางโรงพยาบาลต้องงดกิจกรรมที่เคยทำเป็นประจำ เช่น การทำบุญตักบาตรประจำทุกเดือน และปรับกิจกรรมเป็นการถวายเทียนพรรษาแก่วัดที่อยู่ในความรับผิดชอบของโรงพยาบาล 10 แห่ง โดยให้บุคลากรแต่ละหน่วยงานมีส่วนร่วมในทุกๆกิจกรรม



การจัดกิจกรรมจิตอาสาเพื่อสังคม เพื่อให้เกิดความรัก ความสามัคคี เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ มีเกิดวิกฤติในสังคม เช่น จัดทำตู้ปันสุข การจัดทำ Face shield การทำแอลกอฮอล์เจล โดยบุคลากรและผู้ป่วยร่วมกันจัดทำ เพื่อแจกจ่ายแก่บุคลากร ผู้ป่วย ญาติ และประชาชนทั่วไป นอกจากนี้ยังมีกิจกรรมปันน้ำใจแก่เจ้าหน้าที่บุคลากรที่พักอาศัยในเขตบ้านพักของโรงพยาบาลเนื่องจากมาตรการควบคุมการออกนอกพื้นที่ (Social distancing) การทำกิจกรรมเช่นนี้ไม่เพียงแต่เป็นการปันน้ำใจให้กับเพื่อนมนุษย์เท่านั้น แต่ยังเป็นการปลูกจิตสำนึกแก่บุคลากรเพื่อให้มองเห็นประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าส่วนตน



ความสุด้านการเงิน โดยปกติแล้วจะมีตลาดนัดสีเขียววันศุกร์ เมื่อมีมาตรการ Social Distancing จึงมีการปรับเปลี่ยนมาเป็นการซื้อขายออนไลน์ โดยใช้ ID:Line: Sale shop เพื่อให้บุคลากรในโรงพยาบาลมีการซื้อขายแลกเปลี่ยนสินค้า ทำให้มีการเพิ่มรายได้แก่บุคลากรในยามวิกฤติ นอกจากนี้ยังมีการจัดอบรมให้ความรู้ด้านการเงิน การเก็บออม จากสถาบันการเงินที่เกี่ยวข้อง

ความสุด้านสุขภาพ จัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ เช่น การตรวจสุขภาพและการวัดสมรรถภาพร่างกายประจำปีแก่บุคลากรที่ทำงานในปัจจุบัน และบุคลากรที่เกษียณอายุไปแล้ว กิจกรรมกินผักสร้างสุข รวมทั้งการจัดอาหารว่างเพื่อสุขภาพแก่ผู้ที่เข้าร่วมประชุมทั้งภายในและภายนอกโรงพยาบาล มีการออกกำลังกายซึ่งเดิมจะเป็นการเดินแอโรบิกทุกวันพุธ ปรับเปลี่ยนมาเป็นการออกกำลังกายในพื้นที่ของแต่ละหน่วยงาน



ด้านผู้ป่วย

ผู้ป่วยที่ไม่สามารถกลับบ้านได้แม้อาการดีขึ้น เนื่องจากมาตรการควบคุมการออกนอกพื้นที่ (Social distancing) จึงได้จัดกิจกรรมเยียวยาจิตใจ กิจกรรมผ่อนคลายความเครียด ด้วยการฝึกสติและยืดเหยียดกล้ามเนื้อทุกเช้าที่แผนกผู้ป่วยนอกและหอผู้ป่วยต่างๆ กิจกรรมสร้างเสริมด้านจิตวิญญาณ เช่น การสรงน้ำพระวันสงกรานต์ การฝึกทักษะและสร้างอาชีพแก่ผู้ป่วยขณะที่อยู่โรงพยาบาล เช่น การร่วมทำความสะอาดหอผู้ป่วย การฝึกทำเหรียญโปรยทานและดอกไม้จากริบบิ้น การปลูกผักปลอดสารพิษในโรงพยาบาล และนำผลผลิตที่ได้มาใช้ในการปรุงอาหารโดยผู้ป่วยเป็นคนปรุงเอง เพื่อรับประทานในหอผู้ป่วย บางส่วนของผลผลิตยังได้นำไปใส่ตู้ปันสุข และนอกจากนี้ยังทำหน้าที่ Face shield แจกจ่ายแก่หน่วยงานต่างๆ ทั้งในและนอกโรงพยาบาล กิจกรรมที่จัดทำขึ้นไม่เพียงแต่เป็นการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์เท่านั้น แต่ยังทำให้ผู้ป่วยรู้สึกมีคุณค่า เกิดความภาคภูมิใจ จากการเป็นผู้ให้แม้จะอยู่ในโรงพยาบาลก็มีส่วนช่วยเหลือสังคม



บทสรุปสำหรับผู้บริหาร

การพัฒนาระบบการบริหารยุทธศาสตร์เป็นแนวทางการดำเนินงานภายใต้ประเด็นยุทธศาสตร์ที่ 4 พัฒนาระบบบริหารจัดการให้มีประสิทธิภาพและมีธรรมาภิบาล ในกลยุทธ์พัฒนาระบบการบริหารองค์กรกรมสุขภาพจิตให้มีคุณภาพตามเกณฑ์คุณภาพการบริหารจัดการภาครัฐสู่ระบบราชการ 4.0 ภายใต้เกณฑ์คุณภาพการบริหารจัดการภาครัฐ (PMQA)

การสร้างสุขในที่ทำงานเป็นปัจจัยที่สำคัญที่ส่งผลต่อการดำเนินงานขององค์กร การที่องค์กรจะประสบความสำเร็จด้านความสุข บุคลากรต้องเริ่มจากความต้องการพื้นฐานในการเป็นผู้รับและพัฒนาตนเอง จนกระทั่งเกิดความตระหนัก มองเห็นคุณค่าทั้งต่อตนเองและผู้อื่น นำไปสู่การเป็นผู้ให้อย่างสมบูรณ์ ดังนั้นการจัดกิจกรรมสำหรับบุคลากร จึงต้องครอบคลุม 3 มิติ คือ ด้านสุขภาพกาย สุขภาพใจ และด้านสังคม มีการ

กระตุ้นความสนใจของบุคลากรในการรับรู้และเข้าใจทิศทางการดำเนินงาน นำไปใช้ประโยชน์ทั้งต่อตนเองและในการปฏิบัติงาน ส่งผลให้การทำงานมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

ปัจจัยแห่งความสำเร็จ

โรงพยาบาลจิตเวชนครราชสีมาราชสีมาราชนครินทร์มีวิสัยทัศน์ที่จะเป็นองค์กรแห่งความสุขตั้งแต่ปี พ.ศ. 2541 บุคลากรทุกระดับตั้งแต่ ทีมผู้บริหาร ฝ่ายสนับสนุน ผู้ปฏิบัติงาน ต่างมองเห็นความสำคัญ และให้ความร่วมมือในการก้าวไปสู่องค์กรแห่งความสุข ทำให้เกิดความยั่งยืนในการดำเนินงานมาอย่างต่อเนื่อง เมื่อทุกคนในองค์กรเกิดความสุข ก็จะทำให้เกิดงานที่มีประสิทธิภาพมากขึ้น

ข้อเสนอเพื่อการพัฒนา

กิจกรรมจะต้องมีการดำเนินต่อเนื่อง เพื่อให้บุคลากรมีสุขภาพร่างกายแข็งแรงและจิตใจที่เข้มแข็ง ถึงแม้ว่าสถานการณ์จะร้ายแรงเพียงใด ก็สามารถมีความสุข พร้อมทั้งจะรับมือและสามารถปรับตัวต่อทุกสถานการณ์

ผู้ประสานงาน น.ส.นิศากร แก้วพิลา

เบอร์ติดต่อ 044-233999 จ่อ 65926 , 0817258011

E_mail : nisapila@gmail.com.