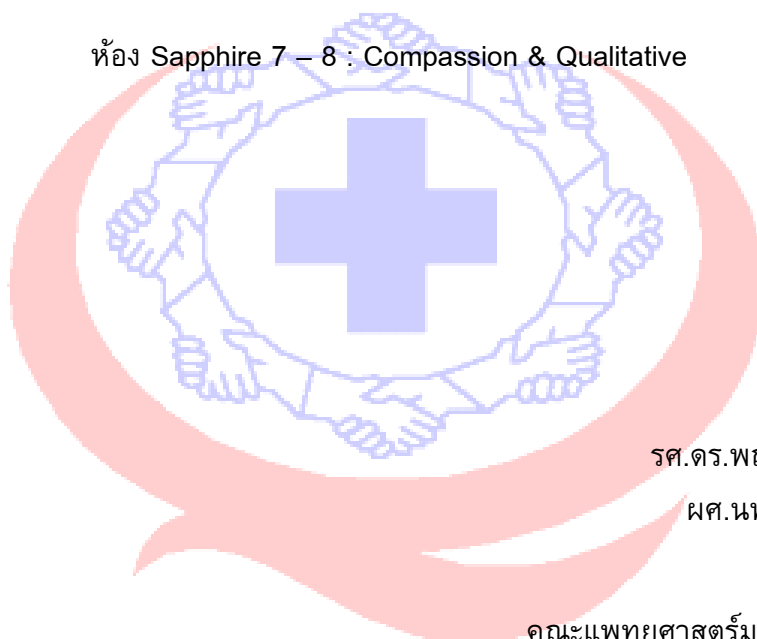


C 17

จากรอยยิ้มบนคราบน้ำตาลสู่การศึกษาและดนตรีจิตอาสา

18 มีนาคม 2554 เวลา 08.30 -10.00 น.

ห้อง Sapphire 7 – 8 : Compassion & Qualitative



รศ.ดร.พญ.ลักขณา ไทยเครือ

ผศ.นพ.จักรกริช กล้าผจญ

นราพร พุทธวงศ์

คณะแพทยศาสตร์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

วรนาท ทองศรี

โรงพยาบาลอมก๋อย

การอ้างอิง

วรนาท ทองศรี, ลักขณา ไทยเครือ, นราพร พุทธวงศ์, จักรกริช กล้าผจญ “จากรอยยิ้มบนคราบน้ำตาลสู่การศึกษาและดนตรีจิตอาสา” 12th HA National Forum Proceedings. สถาบันรับรองคุณภาพสถานพยาบาล (องค์การมหาชน), www.ha.or.th, 2554.

ผู้ช่วยศาสตราจารย์นายแพทย์จักรกริช กล้าผจญ ผู้ดำเนินรายการ และวิทยากรร่วม

Heading 1: ดนตรีจิตอาสา

รศ. ดร. แพทย์หญิงลักขณา ไทยเครือ ภาควิชาเวชศาสตร์ชุมชน มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

การคลายความวิตกกังวลของคนไข้ผ่าตัด โดยใช้ดนตรีบำบัด และใช้การวิจัยในการพัฒนาการบำบัด ตอนนี้อยู่ระหว่างการข้อมูล สำหรับดนตรีจิตอาสา ในโรงพยาบาลซึ่งผู้มารับบริการจะเป็นผู้ที่เจ็บป่วย โดยเฉพาะโรงพยาบาลศูนย์ซึ่งมีผู้ป่วยจำนวนมากต้องมารอดตั้งแต่ 2 ถึง 3 ถึง 4 ถึง 5 รอนานมาก ต่างคนก็มีความวิตกกังวล ไม่รู้ว่าเจ็บป่วยเป็นอะไร ต่างก็มีความวิตกกังวลก็เลยเป็นที่มาว่า เอ๊ะเราจะช่วยคลายความวิตกกังวลเขาได้อย่างไร มีการรวมกลุ่มกัน มีกลุ่มเข้ามาหลากหลาย ซึ่งแล้วแต่ว่าใครจะถนัดอะไร มาร่วมกันเล่นดนตรี

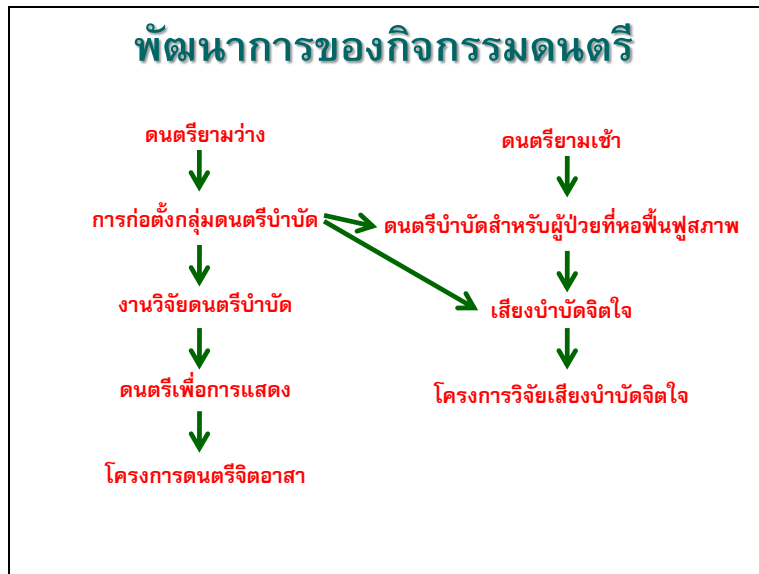
ความเป็นมา

ความเครียดและวิตกกังวล

- โรคหรือภาวะสุขภาพของผู้ป่วย
- ญาติที่มาคอยดูแล
- การนั่งรอเป็นเวลานานๆ เพื่อรับบริการต่างๆ ของโรงพยาบาล
- ผู้ให้บริการที่เหนื่อยล้า



แต่เนื่องจากในประเทศไทยดนตรีบำบัดยังไม่ถือว่าเป็นวิชาชีพเพราะยังไม่มีมีการเรียนการสอนเหมือนอย่างที่เป็นเหมือนในอเมริกา จึงได้เชิญนักดนตรีบำบัดจากอเมริกามาเป็นผู้เชี่ยวชาญให้ความรู้ระหว่างที่เราทำกิจกรรมดนตรีจิตอาสา ได้ชวนเพื่อนๆ เชิญเด็กๆ พิกการมาร่วม ทุกท่านจะได้เห็นว่าการกิจกรรมดนตรีจิตอาสาอยู่ที่ใจ ไม่ใช่ที่ร่างกาย เป้าประสงค์ของเราจริงๆ คือ ช่วยให้คนไข้ และญาติที่มารอรับบริการในโรงพยาบาลได้คลายความวิตกกังวล แต่สิ่งหนึ่งที่เรามาไม่น่าเชื่อนะเจ้าหน้าที่เราที่แหละที่ให้กำลังใจ ซึ่งความรู้สึกของผู้ฟังจะแตกต่างจากการเปิดเพลงเสียงตามสาย คือ มันเห็น Action คนมาเล่น และเล่นตามคำขอได้ อันนี้จะดีกว่าถ้าเราเปิดเพลงตามสายมันก็มีแค่เสียงเพลง แต่ถ้ามันมีการแสดงเป็น Performance มันก็จะมีการเข้าร่วม จะมีการเชิญมาร้องบ้าง



จุดเริ่มต้นของการรวมกลุ่มดนตรีจิตอาสา

- การรวมกลุ่มบุคลากรในคณะแพทยศาสตร์ที่มีศักยภาพในการเล่นดนตรี ร้องเพลง หรือแต่งเพลง

จุดเริ่มต้นของการรวมกลุ่มดนตรีจิตอาสา

- ความร่วมมือกับหน่วยงานนอกคณะแพทย์ มข.

Annette Janine George
วิทยาลัยดุริยางคศิลป์ มหาวิทยาลัยพายัพ

อ. สุภฤกษ์ สิงห์โต และเด็กนักเรียน
โรงเรียนศรีสังวาลย์เชียงใหม่

ขณะโครงการนี้เกิดขึ้น ได้มีหนังสือเวียนว่า ขอให้ทางคณะฯ มีกิจกรรมตามแนวทางการปรองดองแห่งชาติ ที่นี้เนื่องจาก จิตอาสาการแสดงไม่ใช่มีคอนเสิร์ต ฉะนั้นหัวใจมันจะต่างกัน บางครั้งเราคุยกับคนไข้ เราจะสอดแทรกความรู้เข้าไปก็จะเป็นการสื่อสารกัน ฉะนั้นสบายมากไม่เป็นไร บ้า ยา ยาย อภัยให้ ขอเพลงบางทีเล่นไม่ได้เอาอีกเพลงเล่นแทน แกก็ยอม

ในช่วงแรก เริ่มจากหาฮวงจู้สำหรับการทำกิจกรรม ปรีกษาหรือในส่วนของฮวงจู้ ซึ่งควรเป็นสถานที่ที่คนต้องเห็น ไม่ไปขวางทาง การเคลื่อนย้ายสะดวก ซึ่งย้ายสถานที่ไปหลายแห่ง เวทีของเรา ก็มีเด็กพิการมาเล่นด้วย ดังนั้นเราต้องมีแลมปีด้วย เด็กมา 30 คน แล้วใครจะเป็นคนยก เหล่านี้เป็นรายละเอียดที่เราจะต้องคิดด้วย การจัดสถานที่ก็ต้องเหมาะสม คือถ้าหันลำโพงไปทาง ER, ER ก็จะมีเด็ยฟังเสียง heart rate ไม่ได้ อ้าวหันไปทางห้องยาห้องยา ก็ขอความร่วมมือว่าเรียกชื่อผู้ป่วยแล้วผู้ป่วยไม่ได้ยิน จะหันลำโพงลงดินก็จะไม่มีใครได้ยิน ซึ่งตลอดเวลาที่มีปัญหาอุปสรรคมากมาย แต่ก็ได้มีการพัฒนากันมาตลอด

ก่อนที่จะเป็นดนตรีจิตอาสาสวนดอก



- **สถานที่: ตรงไหนดี?**
 - ผู้ชมเห็นการแสดงได้ดี?
 - ไม่กีดขวางทางเดิน? (มากเกินไป)
 - กลุ่มเป้าหมายคือ ผู้ป่วยและญาติ?
 - เก้าอี้เพียงพอ? (ยีนานานๆ เมื่อย)
 - ต้องแข่งขันสถานที่กับการจัดงานอื่นๆ?
- **เวทีและเครื่องเสียง: ขั้วคร่าวหรือถาวร**
 - เวทีนำดู? (ผู้แสดงไม่รู้สีกต่าด้วย)
 - เอื้อต่อผู้พิการ?
 - ลำโพง เสียงดังกำลังพอดี? (ไม่เป็นมลพิษทางเสียง)
 - เสียงเวลาติดตั้งอุปกรณ์ก่อนแสดง?



ก่อนที่จะเป็นดนตรีจิตอาสาสวนดอก



- **รับและเวลาแสดง: ตอนไหนดี? น้อย?**
 - ไม่รบกวนเวลาทำงานของผู้แสดง? (ต้องกินข้าว ก่อนหรือหลังแสดงและเร็วด้วย)
 - วันที่ผู้แสดงหัดๆ สะดวก?
 - แสดงกี่วันต่อสัปดาห์?
- **ผู้แสดง: ใครจะแสดง?**
 - เล่นกี่คน?
 - ผู้แสดงจากหลากหลายอาชีพและการศึกษา?
 - เล่นแล้วได้อะไร (ภาระงาน? โบนัส?)
 - มีจิตอาสา? และไปอยู่ที่กลุ่มแสดงออก?
 - มีเวลาซ้อม? เล่นตามคำขอได้ไหม?
 - ถ้าผู้ฟังเดินจากไป ต้องไม่น้อยเอะ?




ผศ.นพ. จักรกริช กล้าผจญ :

ต่อมามีคนมามอบเปียโนให้ ตอนแรกก็เล่น 2 วัน เล่นวันจันทร์กับวันพฤหัสบดี ต่อมาเริ่มมีคนอยากจะมาร่วมแสดงด้วยมากขึ้นตอนนั้นก็เพิ่มเป็นทุกวัน จากวันจันทร์ถึงศุกร์ ทุกวันนั้นได้มีการสำรวจความคิดเห็นเพื่อจะได้มีการปรับแนวทางของเรา ถามว่าเล่นแล้วได้อะไรไหม ภาระงานก็ไม่ครบแต่ว่าเราเล่นแล้วเรามีความสุข เราเห็นคุณป้าที่อมทุกข์มานั่งฟังแล้วก็ขึ้นมาร้องเพลง ผมเชื่ออยู่อย่างหนึ่งว่าจิตเป็นนาย กายเป็นบ่าว จิตใจมีอำนาจที่รุนแรงมาก

รศ. ดร. แพทย์หญิงลักขณา ไทยเครือ

จะสังเกตนะคะว่าที่ชั้นสองตอนที่เราร้องที่เดิม มีเจ้าหน้าที่มาฟัง มีญาติมาด้วยนี่เขาเข็นมาฟัง ผู้ชมนอกจากจะมีผู้ป่วย ญาติ บุคลากร แล้วก็ยังมีคนเดินผ่านไปผ่านมา มาดูเอ๊ะงานอะไร คนเดินผ่านจะหยุดฟังขณะหนึ่งก็มี จริงๆ เราไม่ได้ตั้งใจเข้าว่าจะต้องฟังให้จบเพลงแล้วจึงจะเดินออกนะครับ ฟังแล้วก็เดินผ่านไปก็ได้ เพราะนี่ไม่ใช่คอนเสิร์ต มันไม่ใช่คอนเสิร์ต ดังนั้นคนเล่นนี่จะต้องเข้าใจนะคะว่ามันต่างกันเพราะเราอาสาเล่น แต่ความสำเร็จเบื้องต้น มันมีความสำเร็จอีกเยอะที่อยู่เบื้องหลัง อย่างเช่นช่วงแรกๆ เรายังไม่มีใครชน เราก็อีที คนงานภาควิชาอาจารย์ต้องชนคนพิการแล้วก็ต้องมาชนเครื่องดนตรีอีกมีคนบอกว่าอาจารย์ต้องชนเครื่องดนตรีเอง สร้างภาระให้กับเจ้าหน้าที่ อันนี้ก็ต้องคุยกับโรงพยาบาลว่าอันนี้เป็นจิตอาสาไม่ใช่จิตบังคับ

ผศ.นพ. จักรกริช กล้าผจญ :

ผมไม่อยากไปบังคับให้ใครว่าจะต้องมาชนเครื่องดนตรีอย่างนี้ มันต้องจิตอาสาที่บอกแล้ว จิตอาสาที่ต้องจิตอาสา

ต่อมาผู้บริหารสนับสนุนงบประมาณ ให้มีการบริจาคเครื่องเสียงอย่างนี้ ผู้บริหารเห็นความสำคัญ แต่บางทีคือจะมองเฉพาะให้งบประมาณ มีเครื่องดนตรีมีอะไร แต่อย่าลืมนะครับว่าต้องมีคนชนด้วย บางทีต้องนึกถึงตรงนี้ด้วย กิจกรรมนี้มีความหลากหลายมาก มีทั้งลูกอาจารย์ ลูกพยาบาล มีขลุ่ยไทย ขลุ่ยฝรั่ง แซกโซโฟนนักศึกษาแพทย์เล่น เซลโล่ ก็จะมีหลากหลายของคนมาเล่น

ก่อนที่จะเป็นดนตรีจิตอาสาสวนดอก

- **การสนับสนุนจากผู้บริหาร?**
 - งบประมาณ? (ต้องจัดซื้อเครื่องดนตรีและเครื่องเสียงเพิ่มเติมเพื่อไว้ถาวรที่เวทีแสดง ถ้าคิดว่าจะดำเนินการต่อไป)
 - ค่าซ่อม? (ขนไปขนมา เครื่องเสียง ถ้ำแสดง 3 วันต่อสัปดาห์ ใน 1 ปี ต้องขนย้ายเตรียมเวที 156 ครั้ง)
 - การสนับสนุนที่ต่อเนื่อง?





คุณป้าคนหนึ่งเป็นคนไข้มะเร็งมาให้ยาเคมีบำบัด แล้วก่อนเที่ยงแก่จะมาที่นี่ ตอนแรกเราก็ไม่รู้พอดีห้องพยาบาลที่เขานั่งอยู่ใกล้ๆ ฟังบทสัมภาษณ์ผู้ป่วย ฟังแล้วจะขนลุก

มีกำลังใจสู้กับโรคขึ้นมากๆ

ไม่กลัว? หรือคะ

ไม่กลัวคะ

ป้าชอบที่สุดทุกวันจันทร์ป้าต้องมานั่งฟัง บางทีป้าอยู่ข้างบน ถ้าเดินลงมาได้ ป้าก็จะเดินลงมาข้างล่าง ทุกวันจันทร์ป้าต้องมานั่งฟังเพลงตรงนี้ก่อนเข้าคีโม เพราะว่าชอบชอบฟังแล้วสบายใจไม่เครียด

คือเราฟังแล้วรู้สึกดีเป็นคนไข้ที่มาให้คีโมเพราะเป็นมะเร็ง แล้วเขาก็รู้สึกดีที่ได้มาอยู่ตรงนี้ แล้วก็จะมีคนไข้ที่ลูกพามาฟัง ได้สำรวจความคิดเห็นจากการทำกิจกรรม พบว่า


ผลการสำรวจความคิดเห็นต่อดนตรีจิตอาสาสวนดอก
ช่วงเดือน ส.ค.- ก.ย. 2553

- จากการสำรวจการแสดง 5 ครั้ง มีผู้ตอบแบบสอบถาม 137 คน (21 -30 คน/ครั้ง)
- เป็นผู้ป่วย 33 คน ญาติ 32 คน บุคลากรคณะแพทยศาสตร์ 54 คน ผู้ที่ผ่านมา 14 คน และไม่ระบุ 7 คน
- อายุเฉลี่ย 45.9 ± 14.6 ปี (เพศชาย 18.0 - 83.0 ปี)
- ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง (67.4%)
- เรียนจบชั้นสูงสุดปริญญาตรีขึ้นไป (52.2%)
- เหตุผลที่เข้าชมการแสดงตามความถี่สูงสุด 3 อันดับคือ อยากร้องเพลง (33.1%) ชอบดนตรีอยู่แล้วฟังเอง (29.5%) และ อยากรู้หมอ/พยาบาล เล่นดนตรี (20.2%)




ผลการสำรวจ (ต่อ)

- ลักษณะการแสดงที่อยากชมคือ
 - บรรเลงดนตรีเบาๆ (27.2%) เล่นเครื่องสายเช่น ไวโอลิน เชลโล (17.2%) เล่นเป็นวงไม่เกิน 5 คน (16.9%) เครื่องเป่าเช่น ซอ หรือ Saxophone (16.6%)
- **เห็นว่าควรมีการแสดงต่อ 92.0% และ เพิ่มขึ้น**
- เหตุผล (เลือกได้หลายข้อ) พบว่าจากเหตุผลทั้งหมด 136 ข้อ เรียงตามความถี่สูงสุด 3 อันดับคือ
 - ผ่อนคลาย (46.3%) คลายเครียด (10.3%) เพลิดเพลิน/บันเทิง (7.4%) และบรรยากาศดี/ไม่รอนาน (6.6%)



บทเรียนที่ได้รับ

- ความหลากหลายของเครื่องดนตรี (ฝรั่ง ไทย จีน พื้นบ้าน) และบทเพลงต่างๆ ที่ผสมผสานได้อย่างกลมกลืนในแต่ละสัปดาห์ สามารถเรียกเสียงปรบมือจากผู้ชมเมื่อสิ้นสุดการบรรเลงเพลง ช่วยตอกย้ำความพึงพอใจของผู้ชมที่ผ่านไปมา แม้จะไม่ได้ฟังตั้งแต่ต้นเพลง ก็ช่วยเป็นกำลังใจแก่ผู้แสดง ผู้ป่วย ญาติหรือบุคลากรที่พอมิเวลาฟังนานๆ ก็นั่งฟังหลายๆ เพลง ทำให้เก้าอี้ไม่พอ บางครั้งต้องยืนฟัง

บทเรียนที่ได้รับ

- เด็กพิการจากโรงเรียนศรีสังวาลย์สามารถแสดงความสามารถในการร้องเพลงและการเล่นเครื่องดนตรีได้อย่างไพเราะจับใจ ทำให้ผู้ชมประทับใจ ช่วยสร้างกำลังใจและการมองโลกในแง่ดีให้แก่ผู้ป่วยและญาติได้เป็นอย่างดี
- การประสานงานระหว่างหน่วยงานและการร่วมมือกันขนย้ายเครื่องดนตรี ติดตั้งและบรรเลงดนตรี ในทุกสัปดาห์ โดยไม่มีค่าตอบแทนและไม่คิดเป็นภาระงานที่เพิ่มขึ้น นับเป็นกิจกรรมจิตอาสาที่ทุกคนทำด้วยใจ ทำแล้วเกิดความสุขที่แลกไม่ได้ด้วยเงิน

บทส่งท้าย

Beauty in Diversity

- ความหลากหลายของผู้ที่มีจิตอาสา ร่วมแสดง ไม่ว่าจะเป็นอายุ ระดับการศึกษา หน้าที่การงาน
- ความหลากหลายของความสามารถ และพื้นฐานทางดนตรี
- ความหลากหลายของเครื่องดนตรี และบทเพลงต่างๆ
- ความหลากหลายของผู้ชม ไม่ว่าจะ เป็นวิถีชีวิต และเป็ปประสงค์การมา
- เหล่านี้ต่างผสมผสานได้อย่างสวยงามกลมกลืน

ปี	ประเภท	ต้นฉบับ/ผู้ประพันธ์	เครื่องดนตรี
2 ธ.ค.53	Classic & Easy listening	อานน์ Annette George จอห์น ทรานท์(เจย์ดี) อลัน	Flute solo
5 ธ.ค.53	Pop, World, Orchestral	เชง ลุง ลี (วงดนตรีจีน) / วงดนตรีไทย / วงดนตรีสากล	Electric 2 หรือ Piano 1 หรือ Saxophone, upit, etc. Xun
9 ธ.ค.53	เพลงประกอบหนัง	เสียงดนตรีในภาพยนตร์เรื่องต่างๆ	Keyboard
16 ธ.ค.53	Solo singing	เพลง	Cello, flute, violin
19 ธ.ค.53	Pop, Folk	เพลงพื้นบ้าน / เพลงสากล	ขลุ่ย / พิณ / โข
25 ธ.ค.53	Folk songs	เพลงพื้นบ้าน	Guitar, Keyboard
26 ธ.ค.53	เพลงประกอบหนัง	เสียงดนตรีในภาพยนตร์เรื่องต่างๆ	Keyboard
30 ธ.ค.53	Folk songs	เพลงพื้นบ้าน	Guitar 2 หรือ
2 ธ.ค.53	Pop, World, Orchestral	วงดนตรีจีน / วงดนตรีไทย / วงดนตรีสากล / วงดุริยางค์	Electric 2 หรือ Piano 1 หรือ Saxophone
6 ธ.ค.53	เพลงประกอบหนัง	เสียงดนตรีในภาพยนตร์เรื่องต่างๆ	Keyboard
9 ธ.ค.53	Pop	วงดนตรีไทย วงดนตรีสากล	Piano 1 หรือ flute
13 ธ.ค.53	Classic	เพลง	ขลุ่ย / พิณ
16 ธ.ค.53	Pop	วงดนตรีไทย วงดนตรีสากล	Piano 1 หรือ flute
20 ธ.ค.53	เพลงประกอบหนัง	เสียงดนตรีในภาพยนตร์เรื่องต่างๆ	Electric, Saxophone, Piano 1 หรือ upit, Xun
25 ธ.ค.53	เพลงพื้นบ้าน	เพลงพื้นบ้าน / เพลงสากล	Electric, upit, upit
27 ธ.ค.53	เพลง, Pop	เพลงพื้นบ้าน	Keyboard
30 ธ.ค.53	Pop, Solo Singing	วงดนตรีไทย วงดนตรีจีน / วงดุริยางค์	Electric, Saxophone, Piano 1 หรือ upit, Xun

บทเรียนที่ได้รับ

Beauty in Diversity

Heading 2 วรรณภา ทองศรี นักประชาสัมพันธ์โรงพยาบาลอมก๋อย

Heading 3 คุณนราพร พุทธรังค์ หัวหน้าหน่วยผ่าตัด โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่

หมายเหตุ ไม่มีเสียง Heading 2,3