

บทบรรณาธิการรับเชิญ แปรเปลี่ยนพลังภายใน ต่อยอดสู่การทำงานอย่างสร้างสรรค์

ผศ.ดร.ชมชื่น สมประเสริฐ

ท่ามกลางกระแสความขัดแย้งของสังคมไทยในปัจจุบัน หลายฝ่ายกำลังพยายามร่วมกัน แสวงหาแนวปฏิบัติการสร้างสามัคคี การอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขของชาวไทย

ย้อนหลังไปในยุคกรุงธนบุรี ต่อเนื่องมาถึงกรุงรัตนโกสินทร์ สมเด็จพระเจ้าตากสินมหาราช และพระบาทสมเด็จพระพุทธยอดฟ้าจุฬาโลกมหาราช ได้ทุ่มเทพระวรกาย และสติปัญญา ที่จะรวบรวมชาวไทย “ก๊กต่าง ๆ” ให้เป็นหนึ่งเดียว จนสถาปนาความเป็นชาติไทย ตราบจนถึงปัจจุบันนี้

แล้วตอนนี้สังคมไทย กำลังจะก้าวเข้าไปในทิศทางที่ตรงกันข้ามหรือ ในฐานะเป็นพยาบาล ซึ่งเป็นการสำคัญในองค์กรสาธารณสุข เหล่าพี่น้องพยาบาล คงไม่สามารถนิ่งดูตาย ฝ้าดูการเปลี่ยนแปลงของสังคมไปในทางเลื่อม ท่ามกลางทัศนคติที่แตกต่างโดยเบื้องหลังคือการขัดแย้งผลประโยชน์ส่วนตน จนสร้างกระแสความแตกต่างทางความคิด เพื่อเป็นกลยุทธ์ดำรงรักษาผลประโยชน์ส่วนตนและพวกพ้อง ประชาคมพยาบาลจะมีส่วนร่วมสร้างพลังขับเคลื่อน การเปลี่ยนแปลงของสังคมไทยอย่างไรให้ แปรเวทีความรุนแรง พลิกกลับไปสู่ความสงบ ร่มเย็น เป็นสุข เปี่ยมด้วยศักยภาพที่ซ่อนเร้นอยู่ภายในตน

ความหลากหลายของแนวคิดที่สะท้อนสู่เวทีสาธารณะ กำลังเฝ้าหาทางออกว่าอะไรเป็นปัจจัยที่จะนำพาให้เราได้ร่วมกัน ใช้ประสบการณ์การเรียนรู้ การทำงาน การอยู่ร่วมกัน ด้วยมิตรไมตรี เป็นพลังปัญญา สร้างสรรค์สังคมที่พร้อมจะให้ลูก ๆ หลาน ๆ ได้เติบโตอย่างมีความสุข

เรามาร่วมกันสร้างพลังปัญญา เพื่อชี้นำตนเอง และสังคมไทย ที่สัมผัสได้ถึงความสุขกันดีไหม

อย่างไร ไทยจะเข้มแข็ง ทำอย่างไรพยาบาลไทยจะเป็นผู้นำในสังคมที่เข้มแข็ง ณ เวลาปัจจุบันนี้ มีการนำเสนอรูปแบบการสร้างสังคมไทยให้เข้มแข็ง โดยผ่าน ระบบเศรษฐกิจสร้างสรรค์ (Creative Economy) แต่พยาบาลไมใช่นักเศรษฐศาสตร์ อย่างนั้นเรามาร่วมกันสร้าง ระบบการทำงานสุขภาพอย่างสร้างสรรค์กันดีไหม (Creative Working)

ในระยะเวลาไม่นานนี้ มีกลุ่มนักวิชาการอิสระ นักวิชาการสหสาขาวิชาชีพได้ร่วมกันนำเสนอ กระบวนทัศน์การเรียนรู้จากภายในผ่านกระบวนการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจและปัญญา (Contemplative learning)

ข้อเท็จจริงเชิงประจักษ์ของกระบวนการเรียนรู้จากภายในที่สืบทอด ต่อเนื่องมายาวนานมากกว่าสองพันปี เริ่มที่การเข้าใจธรรมชาติของมนุษย์กับสิ่งแวดล้อม โดยใช้ตัวตนของแต่ละบุคคลเป็นเครื่องมือสำคัญ เผยแผ่โดยองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่เรารู้จักกัน คือ ไตรสิกขา ได้แก่ ศีล สมาธิ ปัญญา อันเป็นกระบวนการเรียนรู้ที่เริ่มต้นจากการใช้ปัญญา ซึ่งปัจจัยสำคัญที่จะนำพาให้บุคคลได้ใช้ปัญญาอย่างถูกต้อง คือ การคบหากัลยาณมิตร และการมีโยนิโสมนสิการ

Contemplative learning หรือ จิตตปัญญาศึกษา มีการก่อตั้งขึ้นโดย เชอเกียม ตรุงปะ รินโปเช บณฐานของพุทธศาสนิกายวัชรยาน และเริ่มต้นใช้เป็นครั้งแรกที่มหาวิทยาลัยนาโรปะ มลรัฐโคโลราโด สหรัฐอเมริกา (<http://www.naropa.edu>) โดยมีความหมายว่า เป็นการเรียนรู้ที่มุ่งเน้นประสบการณ์

ของการตระหนักรู้ ความเข้าใจอย่างลึกซึ้ง ความเมตตา
ทั้งต่อตนเองและผู้อื่น โดยการนั่งสมาธิ วิธีการด้าน
จิตปัญญา ทักษะฟัง การสื่อสารที่สะท้อนความรู้สึก
ภายใน การลงมือกระทำ ความซาบซึ้งในประสบการณ์
ของผู้อื่น อันเป็นเครื่องมือที่จะช่วยให้เกิดการสังเกต
และสืบค้นภายในตนเองอย่างลึกซึ้ง สามารถเข้าถึง
ชุมปัญญา เรียนรู้ธรรมชาติของจิต ตัวตน และผู้อื่น
ได้อย่างลึกซึ้ง เป็นกระบวนการเรียนรู้ที่สร้างความสมดุล
ระหว่างการเรียนรู้ภายนอกกับการเรียนรู้ภายในตน
เพื่อบ่มเพาะสมรรถภาพของบุคคล ให้ก้าวข้าม การ
สะท้อนความสามารถผ่านถ้อยคำ ไปสู่การสะท้อน
สมรรถภาพของจิตใจ การตระหนักรู้ในตนเอง บุคลิก
ลักษณะ ความคิดสร้างสรรค์ เปิดกว้าง ยืดหยุ่นทาง
ความคิด อันเป็นการบ่มเพาะการเรียนรู้ตลอดชีวิตเป็น
การใช้ทรัพยากรภายในของบุคคล เพื่อเผชิญกับ
สถานการณ์ทางสังคมที่สั่งสมความขัดแย้งซับซ้อน
จากภายนอกตัวตนอย่างท้าทายและกล้ำกลาย สอดคล้อง
กับทฤษฎีอัตลัษิต (self determination theory) ที่สะท้อน
ว่าการกระทำใดๆของบุคคลควรมาจากองค์ประกอบ
ภายในที่รู้จักใช้สมรรถภาพของตน (competency)
การลิขิตตนเอง (self determination) การมีความ
สัมพันธ์ที่ดีกับคนรอบข้าง (relatedness) (<http://www.psych.rochester.edu/SDT/>) เป็นการเชื่อมโยง
ความรู้สึกเป็นสุขภายในมาสู่พฤติกรรมภายนอกที่
มุ่งมั่นไปสู่ความสำเร็จ หรือเป้าหมายในการกระทำ
ที่แตกต่างกันของแต่ละบุคคล

ได้เวลาหยังลึกการนำปัญญา ความสามารถและ
ทักษะในการทำงานวิชาชีพ ไปใช้ในกระบวนการทำงานที่
ส่งเสริมการเปลี่ยนแปลงทั้งในระดับบุคคล ชุมชน สังคม
บนพื้นฐานที่สอดคล้องกับบริบททางสังคมและ
วัฒนธรรมไทย (<http://www.ce.mahidol.ac.th/activities.php>) สะท้อนคุณค่าการทำงานจากภายใน
การใช้ภูมิปัญญาที่มีความหลากหลายในแต่ละสถาบัน
เพื่อร่วมกันสร้างชุมชน วัฒนธรรมการเรียนรู้ร่วมกัน

ผ่านกระบวนการทำงานในวิชาชีพพยาบาล ที่สมดุล
ระหว่างการให้บริการวิชาชีพและการสื่อสารให้สังคม
ตระหนักชัดถึงพลังภายในของพยาบาล ซึ่งสะท้อน
ออกมาเชิงทักษะการทำงานที่เปี่ยมด้วยความเมตตา
ความเอื้ออาทร จิตตปัญญา โดยพยาบาลได้รับผลของ
การทำงานด้วยการสัมผัสลึกซึ้ง หยั่งถึงความสุขแห่งชีวิต

พยาบาลจะร่วมกันใช้พลังปัญญา อย่างไร เรา
นั่งล้อมวงสนทนากันอย่างสร้างสรรค์ ดีไหมเพื่อสะท้อน
ประสบการณ์ชีวิตการทำงานในคลินิกตลอด 24 ชั่วโมง
สังเคราะห์แนวปฏิบัติการพยาบาลจากองค์ความรู้ที่ชุมชน
พยาบาลนักปฏิบัติพัฒนาขึ้นร่วมกันอย่างกระตือรือร้น
แล้วนำความรู้ที่ได้ไปใช้ในการเปลี่ยนแปลงการ
กระบวนการใหม่ในการดูแลผู้รับบริการทางสุขภาพ
โดยเริ่มต้นก้าวอย่าง นำร่องที่การเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐาน
ดำรงชีวิตภายในตน ไปสู่การเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐาน
ในองค์การ ต่อยอดสู่การขับเคลื่อนการเปลี่ยนแปลงใน
สังคม ก่อเกิดเป็นพลังแห่งความสุข อิสระภาพ อ่อนโยน
สงบ มั่นคง เข้มแข็ง ความเข้าใจซึ่งกันและกัน ตลอดจน
ตระหนักชัด ยอมรับ และเคารพในความแตกต่างทาง
ความคิด ทัศนคติ และวิถีชีวิตของแต่ละบุคคล

เอกสารอ่านเพิ่มเติม :

- จารุภา วะสี. หย้งราก: ก้าวแรกของจิตตปัญญาศึกษาใน
สังคมไทย. กทม: 21 เซ็นจูรี่; 2552
ธนา นิลชัยโกวิทย์, อติศร จันทรสข. ศิลปะการจัดกระบวนการ
เรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง : คู่มือกระบวนการจิตตปัญญา.
กทม: เอส.พี.เอ็นการพิมพ์; 2552
ปรีดา เรื่องวิชาการงาน พลังกลุ่ม และความสุข. กทม:
สามลดา; 2551.
พระเทพเวที (ป.อ.ปยุตโต). การศึกษาที่สากลบนฐานแห่ง
ภูมิปัญญาไทย. กทม: อมรินทร์พริ้นติ้ง; 2532.
ริชาร์ด เลย์ราร์ด.(ผู้เขียน) รักดี โชติจินดา, เจริญเกียรติ
ธนสุขถาวร แปล. ความสุข หลากหลายข้อค้นพบของ
ศาสตร์ใหม่แห่งความสุข. กทม: ภาพพิมพ์; 2550.
<http://www.watnyanaves.net/books/index.htm>
<http://www.prakunchit.com>

2.2 หนังสือที่มีผู้เขียนเป็นหน่วยงานและผู้พิมพ์

ตัวอย่าง

16. Institute of Medicine (US). **Looking at the future of the Medicaid program.** Washington: The Institute; 1992.

2.3 เอกสารอ้างอิงเป็นบทหนึ่งในหนังสือ

ตัวอย่าง

17. Phillips SJ, Whisnant JP. Hypertension and stroke. In: Laragh JH, Brenner BM, editors. **Hypertension: pathophysiology, diagnosis, and management.** 2nd ed. New York: Raven Press; 1995. p. 465-78.

2.4 เอกสารอ้างอิงที่เป็นหนังสือประกอบการประชุม (Conference proceeding)

ตัวอย่าง

18. Kimura J, Shibasaki H, editors. Recent advances in clinical neurophysiology. **Proceedings of the 10th International Congress of EMG and Clinical Neurophysiology;** 1995 Oct 15-19; Kyoto, Japan, Amsterdam:Elsevier; 1996.

2.5 เอกสารสรุปผลการประชุม (Conference paper)

ตัวอย่าง

19. Bengtsson S, Solheim BG. Enforcement of data protection, privacy and security in medical informatics, In: Lun KC, Degoulet P, Piemme TE, Rienhoff O, editors. **MEDINFO 92. Proceedings of the 7th World Congress on Medical Informatics;** 1992 Sep 6-10; Geneva, Switzerland. Amsterdam: North-Holland; 1992. p. 1561-5.

2.6 เอกสารอ้างอิงที่เป็นรายงานทางวิชาการ (Scientific or technical report)

2.6.1 เอกสารที่จัดพิมพ์โดยหน่วยงานที่จัดทำรายงาน

ตัวอย่าง

20. Smith P, Golladay K. **Payment for durable medical equipment billed during skilled nursing facility stays.** Final report. Dallas (TX): Dept. of Health and Human Services (US), Office of Evaluation and Inspections; 1994 Oct. Report No: HHSIGOE169200860.

2.6.2 เอกสารที่จัดพิมพ์โดยหน่วยงานที่จัดทำรายงาน

ตัวอย่าง

21. Field MJ, Tranquada RE, Feasley JC, editors. **Health services research: work force and educational issues.** Washington: National Academy Press; 1995. Contract No.: AHCPR282942008. sponsored by the Agency for Health Care Policy and Research.

2.7 เอกสารอ้างอิงเป็นบทวิทยานิพนธ์

ตัวอย่าง

22. Kaplan SJ. **Post-hospital home health care: the elderly access and utilization** [dissertation]. St. Louis (MO): Washington Univ.; 1995.

3. เอกสารอ้างอิงในรูปแบบอื่น

3.1 เอกสารอ้างอิงเป็นบทความในหนังสือพิมพ์

ตัวอย่าง

23. Lee G. **Hospitalizations tied to ozone pollution: study estimates 50,000 admissions annually**. The Washington Post 1996 Jun 21; Sect.A: 3 (col. 5).

3.2 เอกสารอ้างอิงสื่อโสตทัศน์

ตัวอย่าง

24. **HIV+/AIDS: the facts and the future** [videocassette]. St. Louis (MO): Mosby-year Book; 1995.

3.3 เอกสารอ้างอิงเป็นพจนานุกรมต่าง ๆ

ตัวอย่าง

25. Stedman's medical dictionary. 26th ed. Baltimore: Williams & Wilkins; 1995. Apraxia; p. 119-20.

4. เอกสารอ้างอิงที่ยังไม่มีการตีพิมพ์

4.1 เอกสารอ้างอิงเป็นหนังสือที่รอการตีพิมพ์

ตัวอย่าง

26. Leshner AI, Molecular mechanisms of cocaine addiction. **N Eng J Med**. In press 1996.

5. การอ้างอิงจากสื่อหรือวัสดุอิเล็กทรอนิกส์

5.1 วารสารในรูปแบบอิเล็กทรอนิกส์

รูปแบบพื้นฐาน

ชื่อผู้แต่ง. ชื่อเรื่อง. ชื่อวารสาร [ประเภทของวัสดุ] ปี เดือน [ปี เดือน วัน ที่อ้างอิง]; volume (issue): [จำนวน screens], ที่มา: address ของแหล่งสารสนเทศ

ตัวอย่าง

27. Morse SS. Factors in the emergence of infectious diseases. **Emerg Infect Dis** [serial online] 1995 Jan-Mar [cited 1996 June 5]; 1(1):[24 screens]. Available from: URL: <http://www.cdc.gov/ncidod/EID/eid.htm>.

5.2 Monograph ในรูปอิเล็กทรอนิกส์

ตัวอย่าง

28. CDI, clinical dermatology illustrated[monograph on CD-Rom]. **Reeves JRT, Maibach H. CMEA Multimedia Group, producers.** 2nd ed. Version 2.0 San Diego: CMEA; 1995.

5.3 สิ่งอ้างอิงที่เป็น Computer file

ตัวอย่าง

29. Hemodynamics ill: the ups and downs of hemodynamic [computer program]. Version 2.2 Orlando (FL): Computerized Educational Systems; 1993.

6. สิ่งอ้างอิงที่เป็นภาษาไทย

การเขียนแบบอ้างอิงเช่นเดียวกับต่างประเทศยกเว้นจะเริ่มที่ ชื่อผู้เขียนและตามด้วยนามสกุล

ตัวอย่างภาษาไทย

.....Tension headaache การปวดศีรษะเกิดจากความเครียด ปวดทั่วๆ ไป หน้าผาก ต้นคออาจปวดไปถึงหัวไหล่ และระหว่างสะบักสองข้าง ทั้งนี้เป็นเพราะกล้ามเนื้อหดเกร็ง¹

1. สมพร บุษราทิจ. การรักษาโรคประสาทด้วยยา. วารสารผู้สูงอายุ 2548; 8(1): 7-11.
2. ยุคลธร สุภิมารส. การดูแลเบาหวานที่เท้า. วารสารสภาการพยาบาล 2549; 21(2): 5-16.
3. สุภารัตน์ คงบุญ, ชมชื่น สมประเสริฐ, สายพิณ เกษมกิจวัฒนา. การพัฒนาแนวปฏิบัติการพยาบาล เพื่อป้องกันการพลัดตกหกล้มในผู้ป่วยจิตเวชสูงอายุระหว่างรับการรักษาในโรงพยาบาล. วารสารสภาการพยาบาล 2549; 21-(2): 63-72

ใบสมัครสมาชิกรวารสารของสภาการพยาบาล

ข้าพเจ้า (นาย/นาง/นางสาว) นามสกุล

มีความประสงค์จะสมัครเป็นสมาชิกรวารสาร ของสภาการพยาบาลดังนี้

☐ วารสารสภาการพยาบาล Thai Journal of Nursing Council

เป็นวารสารเผยแพร่บทความวิชาการและผลงานวิจัยทางการพยาบาลและการผดุงครรภ์

ออกปีละ 4 ฉบับ ฉบับ ① มค. – มีค. , ฉบับ ② เมษ. – มิย. , ฉบับ ③ กค. – กย. , ฉบับ ④ ตค. – ธค.

สมัครเป็นสมาชิกมีกำหนด ปี เริ่มตั้งแต่ฉบับที่ปี ถึงฉบับที่ ปี

อัตราค่าสมาชิก (ราคาปรับใหม่เริ่มใช้ 1 มกราคม 2551)

- ☐ 1 ปี 220 บาท
- ☐ 3 ปี 600 บาท
- ☐ ราคาจำหน่ายปลีกเล่มละ 60 บาท จำนวน เล่ม

☐ วารสารวิจัยทางการพยาบาล Thai Journal of Nursing Research

เป็นวารสารนานาชาติที่เผยแพร่ผลงานวิจัยทางการพยาบาลและการผดุงครรภ์เป็นภาษาอังกฤษในระดับนานาชาติ

ออกปีละ 4 ฉบับ ฉบับ ① มค. – มีค. , ฉบับ ② เมษ. – มิย. , ฉบับ ③ กค. – กย. , ฉบับ ④ ตค. – ธค.

สมัครเป็นสมาชิกมีกำหนด ปี เริ่มตั้งแต่ฉบับที่ปี ถึงฉบับที่ ปี

- อัตราค่าสมาชิก 1 ปี
- ☐ ประเภทหน่วยงาน / บุคคลทั่วไป 400 บาท
- ☐ ประเภทสมาชิกสภาการพยาบาล 300 บาท
- ☐ ประเภทสมาชิกต่างประเทศ 50 US \$
- ☐ ราคาจำหน่ายปลีกเล่มละ 100 บาท จำนวน เล่ม

ข้าพเจ้าได้ส่งเงินค่าสมาชิกจำนวน.....บาท (.....) มาชำระพร้อมนี้แล้วโดย

- ☐ เงินสด (เฉพาะที่ชำระเงินสดด้วยตนเองที่สภาการพยาบาล)
- ☐ โอนเงินเข้าบัญชีธนาคารกรุงไทย จำกัด (มหาชน) ผ่านระบบ Teller Payment โดยกรอกรายการใบแจ้งการชำระเงินทางธนาคารระบุ **Company Code** ของสภาการพยาบาล **MDSTNC** แจ้ง ชื่อ / สกุล เลขที่สมาชิกสภาการพยาบาลหรือ ชื่อหน่วยงานพร้อมการชำระเงินกับธนาคาร และจัดส่ง Slip การชำระเงินที่ธนาคารออกให้มาพร้อมใบส่งข้อนี้

ขอให้สภาการพยาบาลจัดส่งวารสารให้ข้าพเจ้าตามที่อยู่ดังนี้ กรุณาเขียนตัวบรรจง

ชื่อนามสกุล

.....

บ้านเลขที่หมู่.....ถนน

ตำบลอำเภอ

จังหวัดรหัสไปรษณีย์โทรศัพท์.....

e-mail.....โทรศัพท์มือถือ.....

ส่งใบสั่งสมัครสมาชิกรวารสารได้โดยตรง หรือส่งทางไปรษณีย์ที่ สำนักงานสภาการพยาบาล กระทรวงสาธารณสุข
อ. เมือง จ.นนทบุรี 11000 Download ใบสมัครสมาชิกรวารสาร และใบสั่งซื้อหนังสือของสภาการพยาบาล
และ แบบการชำระเงินทางธนาคาร ได้ที่ เว็บไซต์ www.tnc.or.th โทรสาร 02-589-7121 โทรศัพท์ 02-580-5311





Subscription Form

Thai Journal of Nursing Research

Date _____

☐ Yes! Start my subscription to
Thai Journal of Nursing Research with the
Current issue.

Subscription rate per 1 year

Domestic

☐

฿400 Institution /

individual

☐

฿300 TNC member

Outside Thailand

☐

\$ 50

Name

Institution.....

Address.....

Country.....

City/State/Zip.....

Telephone :.....

E-mail :.....

☐

Transfer to Krung Thai Bank account
via Teller Payment by filling banking
payment with **Company Code** of
Thailand Nursing and Midwifery
Council: **MDSTNC**.

☐

Current Account No. 142-6-00456-7
Krung Thai Bank Public Company
Limited
Ministry of Public Health Branch

Send this form to:

The Editors of Thai Journal of Nursing Research
Thailand Nursing and Midwifery Council
Nagarindrasri Building, c/o Ministry of Public
Health, Tiwanon Rd., Amphur Muang,
Nonthaburi 11000
Thailand.

SWIFT code : KRTHTHBK

(Outside Thailand)



