

“ เครื่องข่ายงาน HIV/AIDS จัดอบรมการให้คำปรึกษา ”



จัดอบรมหลักสูตรจิตวิทยาการให้คำปรึกษาเบื้องต้น (BASIC COUNSELING) ระหว่างวันพฤหัสบดีที่ 28 กุมภาพันธ์ ถึง 4 มีนาคม 2019 รวม 5 วัน ณ ศูนย์อภิบาลคามิลเลียน ลาดกระบัง การอบรมหลักสูตรดังกล่าว ได้รับเกียรติจาก อาจารย์ลออ สิงห์โชติสุขแพทย์ (ผู้ช่วยคณบดี) จากคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี และทีมงาน มาเป็นวิทยากรผู้ให้การอบรม โดยเริ่มต้นการอบรมวันแรกด้วยพิธีบูชาขอบพระคุณ เพื่อขอพระจิตเจ้าได้ทรงนำสมาชิกผู้รับการอบรม เพื่อสามารถนำสิ่งที่ได้รับการอบรมไปพัฒนาตนเอง และพัฒนาวิธีการในการรักและรับใช้ผู้ติดเชื้อ HIV และผู้ป่วยเอดส์ ให้มีคุณภาพในชีวิตความเป็นอยู่ในมิติด้านต่าง ๆ โดยเฉพาะด้านสังคม อารมณ์ และจิตใจ **คุณพ่อไพรัช ศรีประเสริฐ** ผู้อำนวยการแผนกสุขภาพอนามัย ได้เน้นกับผู้รับการอบรมว่า หน่วยงานต่างๆภายใต้เครือข่ายคณะอนุกรรมการฯ ในฐานะที่เป็นหน่วยงานคาทอลิก จะต้องรักและรับใช้ผู้ติดเชื้อ HIV และผู้ป่วยเอดส์ด้วยความเคารพในคุณค่าและศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์ และสมาชิกทุกหน่วยงานประกาศข่าวดี โดยผ่านทางกรกระทำ ซึ่งเป็นการประกาศข่าวดี ที่เห็นได้ชัดเจน สำหรับเนื้อหาการอบรมในวันแรก เริ่มด้วย

- การทำแบบประเมินและวิเคราะห์ความเครียดของกรมสุขภาพจิตด้วยตนเอง
- การจัดการกับความเครียด
- แต่ละคนมีมุมมองที่แตกต่างกัน ไม่ตัดสินผู้อื่นเพียงแต่แรกเห็น
- แต่ละคนมีความเหมือนและแตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับสิ่งแวดล้อม ทุกคนล้วนมีคุณค่าศักดิ์ศรีความเป็นคนเท่าเทียมกัน
- การอบรมครั้งนี้ วิทยากรเน้นการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม การแลกเปลี่ยนประสบการณ์กันและกัน
- อย่ายึดติดกับบางสิ่งบางอย่าง ปัญหา โจทย์จะเปลี่ยนไปเสมอ ให้ปรับมุมมอง ยอมรับการเปลี่ยนแปลง
- ผู้เข้าร่วมเขียนความคาดหวังของตนเอง
- จากนั้นตามด้วยกิจกรรมการจัดการความรู้สึกภายใน การจัดการความเครียด ความกดดันภายในเพื่อรับรู้สิ่งใหม่ๆ
- กิจกรรมแนะนำตนเอง

โดยสรุปในขั้นตอนแรกนี้ วิทยากรได้ให้มุมมองของบทบาทของผู้ให้คำปรึกษา และคุณลักษณะที่ดีที่ผู้ให้คำปรึกษาควรเป็นดังนี้ คือ

บทบาทผู้ให้คำปรึกษา :

- ยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไข ไม่อคติ
- ไม่ด่วนตัดสิน
- ไม่ยึดตัวเองเป็นบรรทัดฐาน
- เห็นคุณค่าความเป็นมนุษย์

ลักษณะที่ดีของผู้ให้บริการปรึกษา :

- ไวต่อความรู้สึก
- หมั่นพัฒนาตนเอง ยอมรับข้อบกพร่อง
- ทักษะการสื่อสารดี
- อุดมใจเย็น มีวุฒิภาวะทางอารมณ์
- สุขภาพแข็งแรง

คุณสมบัติของผู้ให้บริการปรึกษา

- 1.) มีลักษณะภายนอกที่อบอุ่น , สุภาพ , น่าเชื่อถือ
- 2.) มีเจตคติที่ดีในการให้บริการ
 - มีความเป็นกลาง
 - มีความเห็นอกเห็นใจ
 - มีความต้องการช่วยเหลือ
- 3.) มีความรู้สึกได้เร็ว
 - การรับรู้ความรู้สึกของ CI.
 - การรับรู้ความรู้สึกของตนเอง เช่น ทางกาย ทางอารมณ์
- 4.) มีวุฒิภาวะมากพอ
 - อุดมต่อความกดดันทางอารมณ์ภายนอกได้ เช่น หงุดหงิด โกรธ หมดหวัง ท้อแท้ ฯลฯ
 - อุดมต่อความกดดันภายในได้
 - รู้จักควบคุมและหาทางออกอย่างเหมาะสม
- 5.) มีความเข้าใจธรรมชาติของการสนทนา เช่น ภาษา การเลือกใช้คำที่เหมาะสม เข้าใจได้ง่าย วิธีการพูด และความรู้สึกตัวขณะสนทนา
- 6.) มีความเข้าใจเรื่องธรรมชาติของข้อมูล
 - ข้อมูลความจริงทั่วไป
 - ข้อมูลความจริงสะท้อนใจ
 - ข้อมูลความจริงเกี่ยวกับพฤติกรรมของผู้รับบริการ
- 7.) มีทักษะด้านกระบวนการและเทคนิคการให้บริการปรึกษา
 - มีความรู้สึกที่ดีต่อการใช้กระบวนการและเทคนิค
 - ทำได้ถูกต้อง
 - ทำได้เหมาะสมกับสถานการณ์
 - ทำได้สม่ำเสมอ
 - ประเมินผลได้
- 8.) เข้าใจธรรมชาติของการทำงานของจิตใจ
 - ความจำ เป็นเครื่องมือสำคัญที่จะนำไปสู่การค้นหาคำความจริงในเรื่อง ปัญหา แต่จะต้อง “สามารถละทิ้งความจำ” หรือ “ลืม” ความเจ็บปวดที่ผ่านมา จะโดยเจตนาหรือไม่ก็ตาม

จากนั้นในช่วงบ่ายของวันแรกต่อเนื่องถึงวันที่ 2 – 3 – 4 – 5 ของการอบรม 5 วัน ทีมวิทยากรได้ดำเนินกิจกรรมเข้าสู่ขบวนการให้คำปรึกษาอย่างเข้มข้น พร้อมกิจกรรมบทบาทสมมุติ ในการฝึกผู้เข้าร่วมให้ได้ปฏิบัติหน้าที่ในบทบาทสมมุติที่หลากหลาย เพื่อเป็นการเพิ่มทักษะผู้รับการอบรม ซึ่งก็ได้แก่

1.) การสร้างสัมพันธภาพ แค่นั้นจึงเหมาะสม

- การกล่าวต้อนรับ
- ทักทายพูดเรื่องทั่วไป
- การถาม การฟัง การสังเกต
- เปิดประเด็น

2.) ทักษะพื้นฐานในการสำรวจปัญหา

- การถาม – ความเจ็บ
- การทวน – สรุปความ
- การสะท้อนความรู้สึก
- การแกะรอย เป็นต้น

3.) การเข้าใจปัญหา – สาเหตุและความต้องการ

4.) การวางแผนและแก้ไขปัญหา

- การใช้ข้อมูล
- การแนะนำ
- การกำหนดทางเลือก

5.) การยุติบริการ และติดตามผล

- การให้กำลังใจ
- การสรุปยุติบริการ
- การส่งต่อ ปิด case

หรืออาจสรุปขั้นตอนทั้ง 5 ด้วยภาษาง่ายๆ ได้ดังนี้ คือ “ไว้วางใจ สำรวจตนเอง กระจ่างแจ้ง รู้เป้าหมายและวิธีแก้ปัญหา การนำไปปฏิบัติ “

หัวข้อสุดท้ายของการอบรม เป็นการให้ความรู้ในเรื่องการอภิบาลผู้ป่วย ในฐานะที่เป็นองค์กรคาทอลิก โดย บาทหลวงกิตสตา คำศรี MI. ซึ่งถือว่าเป็นสาระสำคัญในฐานะที่หน่วยงานภายใต้เครือข่ายคาทอลิก จะต้องยืนอยู่บนพื้นฐานคำสอนทางด้านสังคมของพระศาสนจักร เพื่อเป็นหลักประกันในการเคารพคุณค่าและศักดิ์ศรีของมนุษย์ทุกคน

(สำหรับท่านที่ต้องการรายละเอียดในการอบรม ติดตามได้จาก www.healpastoral.com และ Newsletter ของ แผนกสุขภาพอนามัย